

あなたとまちをつなぐ ふるさと情報誌



TOHOKU

2025

12
No.248

秋だ！
ごボウだ！
最高だ！



無料アプリ
Catalog Pocket
(カタログポケット)

広報とうほくがアプリで読める！聞ける！



甲地小学校、令和8年度から 小規模特認校として新たにスタート

児童募集



小規模特認校制度とは

「小規模特認校制度」は、学校選択制の一つである特認校制を小規模校で実施するもので、特定の学校を「特認校」として指定し、少人数での教育の良さを生かした、きめ細やかな指導や特色ある教育を行うものです。

募集内容 ※特別支援学級の募集はありません

- ▶ 就学時期 令和8年4月1日
- ▶ 募集人数 新小学1年生～新小学5年生（若干名）
- ▶ 修学期間 小学校卒業まで

通学支援

東北町役場本庁舎および東北町コミュニティセンター未来館から登校時のみ、スクールバスを運行します。

学校経営の理念

子ども一人一人の命心学びを守る学校

- (1) 安心・安全で、心地よい居場所のあるところ
- (2) 個別最適な学習と協働的な学びを実現するところ
- (3) 学校行事で、子どもが自ら心と体をきたえるところ
- (4) 子どもと親が共に学び、共に育つところ
- (5) 地域と一緒にとなって、子どもと保護者と地域の価値ある未来を創造するところ

子どもが行きたいと思う学校であり、保護者が通わせたいと思う学校である。

学校教育目標

かんがえる子 おもしやる子 きたえる子

ふるさとを愛し、自ら明日を切り拓く子どもの育成を目指して

目指す子ども像

- (1) 学び方を身に付け、自分の考えを表現する子
- (2) 互いの良さを認め合い、相手を思いやって行動する子
- (3) 健康な生活を心がけ、ねばり強く体力つくりに励む子

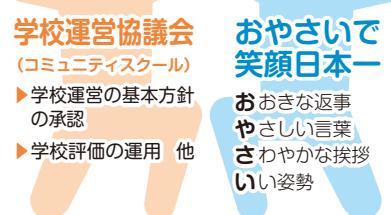


▲申請手続きなど
はこちら

小規模特認校
令和8年度
甲地小学校



学校運営協議会
(コミュニティスクール)
▶学校運営の基本方針の承認
▶学校評価の運用 他



おやさいで
笑顔日本一

おおきな返事
やさしい言葉
さわやかな挨拶
いい姿勢

小規模特認校としての特色ある学び

本物の学びと体験

- ▶河川学習調査隊（赤川の生き物調査、環境調査、防災訓練 「ハテナ？」の調査）
- ▶あおぞら水族館（学校ビオトープでのガサガサ、小川原湖でカヌー 「ハテナ？」の探究）
- ▶なかよし水族館（ビオトープや川で採集した、貴重な生き物を校内に水槽展示）
- ▶おやさい学習（むかご植え、長いもの収穫と調理）※収穫した長いものは給食の食材として提供
- ▶A.I.・スマート農業体験 ▶毎日英語で話そう（ALTがいつも学校にいます）
- ▶食・命・人権の出前授業 ▶音楽の授業で和太鼓体験 ▶高齢者疑似体験 ▶東北町ケーブルTV訪問
- ▶習字教室の先生による美しい筆文字指導（6年生） ▶親子で学び隊・研修講座 ▶物づくり講座

国土交通省後援
全国河川教育表彰受賞
保護者参加型の体験授業

多様な人々との触れ合いと交流

- ▶縦割り班清掃・縦割り班での仲良し集会 ▶ペア学年同士での交流イベント
- ▶高学年一部教科担任制（理科／家庭科・音楽） ▶保育園児を招いての遊びランド
- ▶英語の授業で、地域の外国人に日本の紹介 ▶甲地小・各地区合同の運動会
- ▶地域の方々に教わるクラブ活動（卓球・グラウンドゴルフ・ボッチャなど）
- ▶PTA主催の地域で行う「むかごっこ祭り」※キッチンカーや多彩なイベントブース

■お問い合わせ 学務課 TEL 0176-56-3111

ヴァンラーレ八戸東北町サンクスデー



10月19日（日）、プライフーズスタジアムで行われたサッカーJ3リーグ・ヴァンラーレ八戸のホーム戦は、「東北町サンクスデー」と題し、牛乳・乳製品の消費拡大をメインコンセプトに町の野菜や特産品などの無料配布を実施しました。試合は1-0で勝利し、試合後には東北町の応援大使である谷口裕介選手と妹尾直哉選手によるサイン会も開催され、会場にはたくさんの方々が訪れました。



生き活き産業文化まつり

東北町生き活き産業文化まつりが11月1日と2日、北総合運動公園と町民文化センター周辺の2会場で開催されました。

2日間ともに文化展や農産物展示、唄と踊りのバラエティーショーなど、工夫を凝らした催し物や展示物に多くの人でぎわいました。



各種表彰結果 ※以下、最優秀賞のみ・表彰者敬称略

農産物共進会

- ニンニク……佐伯 勝利
- ゴボウ……萌出 定美
- キャベツ……蓬畠 幸恵
- カボチャ……向井 徳敦
- ダイコン……沼山 幹雄
- トマト……佐々木陽子
- 赤カブ……蓬畠 啓子
- マークイン……久保田幸辞

ながいも共進会

- 団体品質……蓼内・長久保ながいも部会5（沼山 淳也、沼山 幹雄、沼山 勝弥）
- 個人品質……荒木 元晴

菊花展

- 盆栽……瀬川 トセ
- 福助……姥沢まさ子
- 切花……姥沢まさ子

文化展

- 個人の部……姥名るみ子、沼村てい子、姥名 たか、岡山 牧子、木津 裕子、清水目光子
- 団体の部……フレンズ、茶々丸、陶芸クラブ、絵手紙教室、けやき寮、手芸クラブ



10/15 蛭名国彦さん 17年連続100万円ふるさと納税

町はこのほど、青森市のえびな脳神経クリニック院長、蛭名国彦さん（旧上北町新町出身）から、ふるさと納税制度を通じて、小川原湖・花切川を中心とした自然環境保全に向けた寄付をいただきました。

蛭名さんは、2009年から毎年100万円を寄贈し、今年で17年連続となります。

10月15日、長久保町長と沼尾副町長が市内の自宅を訪問し、お礼の言葉と共にふるさと納税返礼品のお米や牛肉、しじみなどを手渡しました。



10/30 ゴボウの収穫体験

東北小学校の5年生が、講師を務める小笠原 佳大さん（東北町教育委員）やJA十和田おいらせの職員および同青年部の指導の下、ゴボウの収穫体験を通して「食の大切さ」や「農林水産業と食のつながり」を学びました。



町の特産品を全国へアピール

今年度は9月に東京都「よしやセーヌ目白高田店」、11月に東京都「上野公園」および愛知県「北部市場」、「イオンモール名古屋茶屋店」の計4回にわたりトップセールスを行いました。

各フェアでは、町長が生産者の声を届けながら特産品の品質やおいしい食べ方を関係者および来場者へ力強くアピールしました。



▲イオンモール名古屋茶屋店



▲上野公園



▲北部市場

10/20 秋の火災予防運動



東北町秋の火災予防運動の出発式が東北地区および上北地区で行われました。式では園児による防火の誓いやお遊戯が披露されました。

10/24 水の事故から命を守るために



甲地小学校の4、5年生が着衣水泳教室に参加し、日本赤十字青森県支部の指導のもと、衣服を着たまま泳ぐことの難しさや体の浮かせ方などを体験しました。

10/29 東北中避難訓練



東北中学校の3年生が地域住民らと一緒に避難所設営や運営の手順を学び、誰もが安心できる避難所について考えました。

10/20 「鳴るのかな？ 確認しよう家の報知器」



中部上北広域事業組合消防本部（蛯名博之消防長）が、児童防火作品表彰式を行い、標語の部で東北小学校6年の萌出心亜さんが最優秀賞の消防長賞に輝きました。

10/28 東北町認知症フォーラム



県内で認知症ピアソーターとして活動する佐々木静さん（八戸市）と西塚美恵子さん（南部町）を招き、認知症フォーラムを開催しました。参加者は、体験談や交流を通して認知症への理解を深めました。

11/7 国スポに向けた安全対策訓練



来年10月開催の青森国スポ本大会に向けて、東北町職員が七戸警察署の職員と不審者対応・避難誘導訓練を行いました。

「東北町生活応援商品券」と「東北町敬老祝い商品券」の利用期限は12月31日まで！

利用期限を過ぎると商品券は利用できなくなりますので、使い忘れのないようにご注意ください。

東北町生活応援商品券



東北町敬老祝い商品券



- お問い合わせ 東北町生活応援商品券 商工観光課 TEL 0176-56-3111
東北町敬老祝い商品券 高齢介護課 TEL 0176-56-3111

文書配達の回数が月1回へ変更になります

町ではこれまで行政連絡員の文書配達を毎月2回実施してきました。

この度、東北町テレビやホームページ、防災メール配信、SNSなどのさまざまな情報伝達手段の活用強化および配達業務の負担軽減を目的とし、配達回数を毎月1回に変更することとします。

試行期間	令和8年1月から令和8年3月まで ※試行期間中に特段の支障がなければ、引き続き令和8年4月から本格導入とします。
配達時期	毎月 第1木曜日
その他	緊急性の高いお知らせや、災害時の情報は、引き続き東北町テレビやホームページ、防災メール配信などでお知らせいたします。 試行期間中にお気づきの点などありましたら、総務課までご連絡ください。



▲防災メールの登録はこちら

- お問い合わせ 総務課 TEL 0176-56-3111

大学等へ進学希望者・在学生の皆さんへ 東北町奨学生を募集します

令和8年4月に大学などへの進学希望者および大学などに在学し、経済的事由により在学が困難で審査基準に該当する方を対象に、東北町奨学生を募集します。詳しくは回覧文書または町ホームページをご覧ください。

- ▶対象学校 4年制大学、短期大学、専修学校（2年制以上の専門課程）
高等専門学校（4年生以上の学生）
- ▶貸付限度額 ①月額 80,000円 ②入学一時金 300,000円
- ▶応募方法 申請書は学務課で配布または町ホームページからダウンロードできます。必要書類を回覧文書または町ホームページで確認し、学務課（コミセン2階）へ提出してください。
- ▶応募締切 令和8年2月20日（金）

※応募者多数の場合は選考となります。

- お問い合わせ 学務課 0176-56-3111



◀申請書および
詳しくはこれら

除雪作業にご協力をお願いします

道路への雪の投棄、路上駐車、物や車の放置は除雪作業の妨げとなりますので大変危険です。また、安全確保のため、作業中の除雪車には決して近づかないでください。なお、作業状況によっては、一時通行止めにすることがありますのでご理解とご協力をお願いします。

除 雪 区 域	除雪業者
東北地区	美須々・豊瀬
	柵・豊畠
	淋代・数牛・横沢
	水喰・中村・野田頭・浜台・滝沢平・狼ノ沢・旭・豊栄・大池
	寒水・輝ヶ丘・朽木
	保戸沢・蒼前(一部)・巴蘭(一部)
	舟ヶ沢・鶴ヶ崎・田ノ沢(一部)・蓼内・土橋(一部)・郡山・徳万館
	乙部・萌出・寒水(一部)・切左坂・細津・水喰(一部)
	甲地・長久保・土橋(一部)
	大旗屋・塔ノ沢・千代畠・夫雑原(一部)・豊ヶ丘・長者久保
	下清水目・上清水目・添ノ沢・宇道坂
	上板橋・向平・南平・明美
	林口・上畠・北栄・夫雑原(一部)・下板橋・石文(一部)
	千曳・大平・夫雑原(一部)
	外姥沢・表町・栄町・坂下町
	本町・桜木町・元町・新町・館花
	内姥沢
	緑町・内姥沢
	乙供町内狭い道路全般
	巴蘭(一部)・漆玉・御料・田ノ沢・蒼前(一部)・甲地(一部)
	馬込・誘致企業周辺
	東北地区歩道除雪
	湯沢・石坂・石文の狭い道路
	町管理施設駐車場・乙供～天間林幹線・外姥沢～舟ヶ沢幹線
上北地区	新館・戸館・八幡・赤平
	大浦
	徳万才・才市田・中岫平
	大洞・境ノ沢(一部)・中岫平(一部)
	上野・境ノ沢
	新町北・本町北
	新町南・本町南・南町
	新山・栄町・上野(一部)
	沼崎本村・菩提寺・小川原南(一部)
	旭町北・花向町・豊田・栄沼
	旭町南
	小川原(北)・向山
	小川原(南)・虫神
	上北地区歩道除雪
	町管理施設駐車場・上天橋～本庁舎間・文化センター通り・土堤沼踏切通り・上北北二丁目狭い道路・上野～境ノ沢幹線・本庁舎～県道上野十和田線
建設課	

■お問い合わせ 建設課 TEL 0176-56-3111

後期高齢者医療被保険者の皆さんへ

1. 高額療養費（外来年間合算）の支給について

対象期間中の外来診療の自己負担額の合計から高額療養費で支給された分を差し引いた額が年間144,000円を超える場合、超えた分を支給します。

▶支給対象者 基準日（令和7年7月31日）時点で、後期高齢者医療被保険者であり、窓口負担割合が1割または2割の方

▶対象期間 令和6年8月1日～令和7年7月31日

▶支給申請

- ・高額療養費を支給されたことのある方は、登録済みの口座に支給しますので申請は不要です。

- ・高額療養費を支給されたことがない方（高額療養費の支給口座を登録していない方）には、12月中旬頃に青森県後期高齢者医療広域連合よりお知らせを送付しますので、お知らせが届いた方は町民課または東北支所に申請してください。なお、**対象期間中に後期高齢者医療制度に加入した方や転入した方の場合、支給対象であっても申請のお知らせが送付されない場合がありますので、対象期間内の外来に係る自己負担額の合計が144,000円を超えた方はお問い合わせください。**

2. 医療費通知書の送付について

医療費通知書は、ご自身の受診状況をお知らせするものです。毎年1回送付していましたが、今年度より年2回送付します。

令和7年1月～11月診療分▶令和8年2月送付

令和7年12月診療分▶令和8年3月送付

2月中に確定申告される方は、11カ月分の医療費通知書と医療機関発行の領収書（12月診療分）をご活用願います。

マイナンバーカードをお持ちの方は。毎年2月9日からマイナポータルで1年分の医療費情報を取得可能です。



■お問い合わせ 青森県後期高齢者医療広域連合 Tel 017-721-3821

有料広告欄 広報とうほくに広告を掲載しませんか？ 企画課 Tel 0176-56-3111まで

こば やしそうせつ 東北町大字大浦字白旗65-1
KOBAYASHI 小林造設株式会社 代表取締役 小林 太一

新築外構・外構リフォーム・コンクリート・アスファルト ▶HP・インスタにて施工事例更新中！
土留め・フェンス・カーポート・伐採など

Tel: 0176-56-2375

●現地調査・御見積無料
●お問い合わせはHP・お電話から



今年度の「けんしん」はもう受診しましたか？ ～令和7年度最後の集団健診のお知らせ～

▶日時および場所 令和8年1月20日（火）東北町保健福祉センター
令和8年1月21日（水）東北町民文化センター
※受付時間 8:00～10:00

申し込みは
12月24日（水）まで

▶集団健診 ※令和8年3月31日時点の年齢で、誕生日前でも1歳プラスした年齢です。

健診項目	対象者	検査費用	自己負担額
特 定 健 診	・30歳～39歳の全町民 ・75歳以上の後期高齢保険者	・40歳～74歳の東北町国民健康保険加入者 ・40歳以上の生活保護受給者	6,500円
胃 が ん 検 診	・40歳以上の全町民		8,000円
大腸がん検診	・40歳以上の全町民		1,700円
肺 が ん 検 診	・40歳以上の全町民		2,250円
肝 炎 検 診	・40歳以上5歳刻みで過去に一度も検査を受けたことのない方		2,400円

▶その他 社保等の被扶養者で「受診券」をお持ちの方は特定健診を受診することができます。希望する方は、
青森県総合健診センター健診推進課 (TEL017-741-2336) までに事前申込をお願いします。
※社保本人は特定健診を受診することはできません。

■お問い合わせ 保健衛生課 TEL 0175-63-2001

(一財)自治総合センター宝くじ助成金で 町内会の「クリーンボックス（ごみ収集箱）」を整備

町はこのほど、一般財団法人自治総合センターの宝くじ助成金を活用し、町内会から要望のあった老朽化が進んでいたクリーンボックス（ごみ収集箱）5台を更新しました。

この助成金は、市町村や地域のコミュニティ組織などを対象に、宝くじの受託事業収入を財源としている「コミュニティ助成事業」により実施されています。

今後も地域の皆さまが安心して暮らせる環境整備に取り組んでいきます。

■お問い合わせ 保健衛生課 TEL 0175-63-2001



有料広告欄 広報とうほくに広告を掲載しませんか？ 企画課 TEL 0176-56-3111まで

JJA十和田おいらせグループ
新葬祭ホール
まごころホール 七戸
七戸町字笊田川久保 54-8
国道4号線 笹田川久保交差点そば

まごころホールしちのへ 検索

住所 七戸町字笊田川久保 54-8
(国道4号線 笹田川久保信号そば)

お問合せは協同サービスまで
お気軽にどうぞ

JA十和田おいらせグループ
KOS 協同サービス

十和田市西十三番町 4-33
TEL 0176-21-1500

葬儀のご用命は 24時間 365日対応

児童扶養手当・特別児童扶養手当制度について

児童扶養手当

児童扶養手当は、次のいずれかの場合に該当している児童を監護する親や養育者に支給されます。

- ・離婚や死別などによるひとり親家庭（父子・母子家庭）の場合
- ・母または父以外の方が児童を養育している場合
- ・父や母が重度の障がい状態の場合
- ・配偶者からの暴力（DV）により、裁判所から保護命令がでている場合



詳しくは
こちら

手当月額（令和7年度）

- ▶児童が1人の場合 全部支給46,690円 一部支給46,680円～11,010円（10円単位で設定）
▶児童が2人以上の加算額 全部支給11,030円 一部支給11,020円～5,520円

特別児童扶養手当

精神または身体に障がいのある20歳未満の児童を監護する親や養育者に支給されます。



詳しくは
こちら

手当月額（令和7年度）

- ▶障がい程度1級 児童1人 56,800円
▶障がい程度2級 児童1人 37,830円

■お問い合わせ 福祉課 TEL 0176-56-3111

県税納税証明書交付申請時の本人確認および委任関係確認について

納税証明書の交付申請に必要なもの

- ▶個人事業税法人県民税・事業税・特別税
本人確認書類・青森県収入印紙（400円分1部）
▶自動車税種別割（滞納がない旨の証明）
本人確認書類・青森県収入印紙（400円分1部）・自動車検査証（写）
▶自動車税種別割（継続検査用）
本人確認書類・自動車検査証（写）

※代理人が申請する場合は、納税義務者本人（法人の場合は代表者）からの委任状が必要です。

※委任について、納税義務者本人に電話で確認させていただくことがありますので、あらかじめご了承ください。

■お問い合わせ 上北県税事務所 納税管理課 TEL 0176-22-8111（内線290）

有料広告欄 広報とうほくに広告を掲載しませんか？ 企画課 TEL 0176-56-3111まで

60歳を過ぎても
まだ働けるかしら…

ねえねえ!
私たちと一緒に
働かない?

60歳からの
助だち人生

働くヨロコビが
ここにある。

中部上北広域
シルバー人材センター
TEL 0176-58-0141
上北郡七戸町森ノ上16-4

QRコード

令和8年度 保育所・認定こども園の利用申請について

令和8年度の保育所・認定こども園の利用を希望する方は、内容をご確認の上、申請手続きをお願いします。

▶保育所・認定こども園（2・3号保育部分）の入所資格

小学校就学前の子どもで、両親が次のいずれかに該当する方

（保育標準時間：最長11時間 保育短時間：最長8時間）

- ①就労 ②妊娠、出産 ③保護者の疾病、障害 ④同居または長期入院等している親族の介護・看護
- ⑤災害復旧 ⑥求職活動 ⑦就学 ⑧虐待やDVのおそれがあること
- ⑨育児休業取得中に、既に保育を利用している子どもがいて継続利用が必要であること
- ⑩その他、①～⑨に類する状態として町が認める場合

▶認定こども園（1号教育部分）の入所資格

小学校就学前の子どもで、子どもの年齢が令和8年4月1日時点、満3歳以上かつ教育のみを希望しており、保育の必要性がない方（教育標準時間：4時間）

▶募集期間および受付場所

令和8年1月5日（月）～令和8年1月30日（金）

新規入所の方……各保育施設または福祉課、東北支所へ提出

継続入所の方……入所している保育施設から配布される書類を入所施設へ提出

▶必要書類（各保育施設と福祉課・東北支所に用紙があります）

- ①令和8年度施設型給付費支給認定申請書（現況届）（兼）保育施設利用（調整）申請書・保育児童台帳
 - ②就労証明書又は保育を必要とする事由申立書
- ※マイナンバーの記入を必ずお願いします。

▶入所期間

令和8年4月1日から令和9年3月31日までの保育を必要とする期間。

（出産の場合は出産予定月とその前後3ヶ月、求職活動中の場合は短時間認定で90日以内）

▶選考方法

定員枠範囲内は全員受け入れますが、定員を超える場合は第2・第3希望の保育施設への入所となる場合もあります。支給認定証・入所承諾通知などについては、令和8年3月に通知します。

▶町外の保育施設などへの入所を希望される方へ

特別な事由がある場合は、他市町村の保育施設を希望することもできます。

事前に他市町村との協議をする必要がありますので、お早めに福祉課までご相談ください。

▶入所受付保育施設一覧

①保育所

施設名	町内名	利用定員	設置主体（法人名）	電話番号
ハッピー保育園	旭町	70人	栄光会	0176-56-2178
第二保育園	新町	40人	上北拓心会	0176-56-2401
第三保育園	大浦	20人	上北拓心会	0176-56-2291
わかさぎ保育園	栄町	50人	上北福祉会	0176-56-4011
乙供保育園	乙供元町	30人	乙供福祉会	0175-63-4056

②認定こども園

施設名	町内名	利用定員		設置主体（法人名）	電話番号
		1号（教育）	2・3号（保育）		
上野保育園	上野	10人	50人	上野福祉会	0176-56-5115
乙供文化保育園	向旗屋	8人	62人	こばと福祉会	0175-63-2544
カナリヤ保育園	甲地	10人	30人	甲地福祉会	0175-62-2971
中央ポプラ保育所	表町	15人	50人	長崎福祉会	0175-63-3173
ポプラ保育園	甲地	10人	20人	東北赤松福祉会	0175-62-2712

■お問い合わせ 福祉課 TEL 0176-56-3111

文化賞、体育・スポーツ賞候補者の推薦を受け付けます

期限：12月19日（金）まで

文化賞表彰

▶文化賞

- ・町の文化の高揚に顕著な功績のあった個人や団体の指導育成に著しい貢献をした方
- ・東北6県規模の文化的大会や展覧会などで、最高位の成績を収めた方
- ・全国的な文化的大会や展覧会などで、入賞または入選した方
- ・芸術的技能が特に優れ、全国レベルで希少価値をもつ方

▶文化功労賞

- ・学術、芸術などの普及奨励に特に尽力した方
- ・多年にわたり文化活動の養成指導に貢献し、その功績が著しい方
- ・芸術、文化などの学術的研究で特に優れ、町の文化向上に寄与した方
- ・文化活動の各種大会で優秀な成績、他の模範となる方などの指導育成に貢献が認められる方

▶文化奨励賞

- ・県内の文化的大会や展覧会などで、最高位の成績を収めた方
- ・東北6県規模の文化的大会や展覧会などで、入賞または入選した方
- ・前記に準ずる成績を収めた者で、将来も芸術、文化の活動を続けると認められる方
- ・芸術的技能が特に優れ、全県的観点で希少価値を認められる方

■お問い合わせ・申し込み

社会教育スポーツ課 TEL 0176-56-5180

体育・スポーツ賞

▶功労賞

- ・町のスポーツ振興に尽くした方・多年にわたり選手の養成や団体の育成指導に尽くした方
- ・学校体育の振興に尽くした方
- ・体育、スポーツに関する学問的研究などで顕著な成果を挙げた方

▶スポーツ賞

- ・国際スポーツ大会に出場した方
- ・国民体育大会や各種全国大会に出場し、優秀な成績を収めた方

▶優秀選手賞

- ・国民体育大会や各種全国大会に出場した方
- ・東北大会やこれに準ずる大会で、入賞した方
- ・県大会やこれに準ずる大会で、優秀な成績を収めた方
- ・前記のほか、特に優秀選手賞を授与することが適当と認められる方

■お問い合わせ・申し込み

社会教育スポーツ課 TEL 0176-56-5180

※文化賞表彰および
体育・スポーツ賞
の推薦において、
小学生と中学生は
除きます。



有料広告欄 広報とうほくに広告を掲載しませんか？ 企画課 TEL 0176-56-3111まで

いつもご愛顧頂き誠にありがとうございます。

めいこう
(有)明光電気 ☎ 0176-56-5353 東北町上野山添37-20

◇一般住宅 ◇公共工事 ◇施設 従業員募集中

- 電気・照明
- テレビ
- エアコン工事
- ストーブ・換気扇・レンジ

明光電気 小学校前信号から約150M
上北小学校 ファミリーマート
+野三沢方面

認知症センター養成講座を開催しました

町では、認知症に対する正しい理解と接し方を学ぶ「認知症センター養成講座」を開催しています。受講された方には、認知症センターの証として「オレンジリング」「認知症センターカード」を配布しています。講師は、特別養護老人ホーム彩香園アルテリーベの池田哲人氏、グループホーム青い空の和田吉彦氏に来ていただき、7月15日は甲地小学校5年生、10月7日は上北小学校5年生を対象に開催しました。

7月15日（火）甲地小学校 10名

- ・認知症の人を責めたりしないで、何回も同じことを聞かないようにしたい。
- ・認知症の人にはやさしく話しかけてみたいと思う。



10月7日（火）上北小学校 59名

- ・認知症にならないために運動をしたり、脳に刺激を与えると良いことが分かりました。
- ・認知症の人への声のかけ方は目を合わせやさしく話すことが分かりました。



認知症の人への対応の心得3つのない

「驚かせない」

「急がせない」

「自尊心を傷つけない」



認知症センター養成講座 協力機関

- ▶ 特別養護老人ホーム彩香園アルテリーベ
- ▶ グループホーム青い空
- ▶ グループホームひまわり苑上北

ご協力ありがとうございました

お問い合わせ

地域包括支援センター
TEL 0176-56-3111

※ 広報紙から切り取ったもののみ有効です ※

郵便はがき

0 3 9 - 2 4 9 0

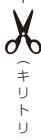


差出有効期間
2026年3月31日まで

東北町上北南四丁目32-484

東北町役場企画課

「町民の声」係 行



ご住所 〒 _____

お名前

年齢

町に対するご意見・ご要望は 「郵便はがき」をご活用ください

お寄せいただいたご意見等は、回答に時間を要する場合がございます。ご意見・ご要望の回答を希望する一部案件については、町の回答を付して、個人情報を除き、ホームページ等で公開しますので、あらかじめご了承ください。

なお、次のいずれかに該当する場合は、回答できませんのでご注意ください。

- ・匿名および回答希望のないもの
- ・記載内容が不明瞭または判読できないもの
- ・法律、法令等の規定により開示することができないもの
- ・特定の個人や団体などの誹謗中傷、プライバシーに関するもの
- ・特定の個人や団体の営利につながる恐れのあるもの
- ・政治活動、宗教活動に関するもの
- ・その他、町政への提案として認められないと判断するもの

お問い合わせ 企画課 TEL 0176-56-3111

今年も【冬のあおたびキャンペーン】が始まります！



昨年度に引き続き、青森県民の皆さんにおトクに宿泊できる「冬のあおたびキャンペーン」を実施します。

キャンペーン期間中に県内の参加宿泊施設に泊まると、割引やプレゼントなどのうれしい特典がもらえます。さらに、県内の参加立寄店舗でもさまざまな特典をご用意しています！

新企画“あおたびWチャンス”では、抽選でペア宿泊券などの豪華景品が当たるかも！？

▶ キャンペーン期間

令和7年12月1日（月）～令和8年3月31日（火）

※令和8年3月31日チェックインまでが対象

▶ キャンペーン対象者

青森県内の居住者

※複数人グループでの予約の場合、グループ内に青森県内にお住いの方が1名でもいれば、全員が本キャンペーンの対象となります。

※チェックイン時に居住地が確認できる身分証明書をご持参ください。

寄付をいただきました

10/28

明治安田生命保険相互会社
八戸支社



明治安田生命保険相互会社八戸支社（佐藤恒寛支社長）が、「私の地元応援募金」を町に寄付しました。

新企画「あおたびWチャンス」

キャンペーン参加宿泊施設のうち、Wチャンス対象の宿に泊まると抽選でペア宿泊券などの素敵なプレゼントが当たります。応募条件など詳しくはキャンペーン公式サイトをチェック！

▶ キャンペーン特典

(1)宿泊施設特典：宿泊代金の割引または特典

(2)立寄店舗特典：各種代金の割引または特典

※割引額、割引率及び特典の内容は、各施設・店舗によって異なります。

※店舗特典はチェックイン時にもらえる「冬のあおたびクーポン」と引き換えとなります。

■ お問い合わせ

冬のあおたびキャンペーン事務局

TEL 0120-039-041



▲詳しくはこちら

回答を 希望する 希望しない

回答希望の場合は、電話・ファックス・メールのいずれかをこちらにご記入ください。

お問い合わせ、ご意見・ご要望をこちらにご記入ください。

中部上北広域事業組合等情報通信

七戸病院に来院される患者さまへ

現在、受診が全て終了した時点で、保険情報の確認を行っていますが、令和8年1月からは来院時点での確認が必要となります。また、これまで月に一度の確認でしたが、受診のたびに確認を行います。

来院時は、**予約票を各外来窓口へお出しのうえ、総合窓口でマイナンバーカードまたは資格確認書による保険情報の確認をお願いします。**

なお、全ての健康保険証（社会保険証を含む）は、令和7年12月2日で利用できなくなりますので、当院では、12月末までをマイナ保険証または資格確認証への移行期間とします。

突然のご案内でご迷惑をおかけしますが、患者さまのご理解とご協力をよろしくお願いします。

■公立七戸病院 庶務課 TEL 0176-62-2105

令和7年度自衛官等採用案内

種 目	資 格	締 切	試 験 期 日	処 遇
陸上自衛隊 高等工科学校生徒	一般 男子で中卒（見込含）17歳未満の方	令和8年1月15日	<1次試験> 令和8年1月24日 <2次試験> 令和8年2月14日	[生徒手当] 月額：138,000円
第2回 自衛隊奨学生	令和8年4月1日現在、大学において理学、工学、文学（語学）または法学を専攻している方で卒業後は直ちに自衛隊に勤務しようとしている方（※1）	令和8年1月30日	令和8年2月21日	[学資金の貸与] 月額：80,000円 (※2)
※1 資格の詳細はお問い合わせください。 ※2 奨学生でなくなった時、自衛隊に入隊しなかった時、自衛官として一定の期間勤務しなかった場合は奨学生の全額または一部の返還を求められます。 処遇については、令和7年4月1日現在のものです。				個別相談QR 
◎詳しくは以下までお問い合わせください。 〒033-0037 三沢市松園町三丁目6-16 中野プラザビル2F（ユニバース松園店隣）自衛隊青森地方協力本部 三沢募集案内所 電話・FAX 0176-53-1346（平日▶8：45～17：30） E-mail : aomori.pco.misawa@rct.gsdf.mod.go.jp				イベント情報 はこちらから  三沢募集案内所 instagram JOITAL.MISAWA

有料広告欄 広報とうほくに広告を掲載しませんか？ 企画課 TEL 0176-56-3111まで



いくつになってもキレイになれます！

感動を呼ぶ超音波エステ

たるみ・赤ら顔・毛穴・シミ・シワ・ニキビ・かさつきでお悩みの方

★ソニック（超音波）エステ（初回限定60分コース）¥1,100（税込）

★リラックスマッサージ（45分コース）¥3,300 → ¥2,200（税込）



▲お店HPは
こちら

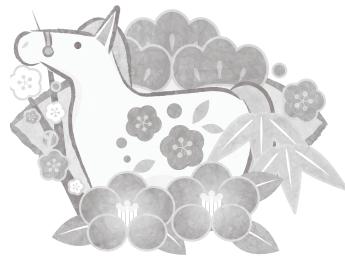
アルビオン・エレガンス アンファーニュコスメティックス (しんどう佃煮様向かい)

東北町旭南1丁目31-903 TEL 0176-56-4008 定休日／第2水曜日・第2日曜日

新年祝賀会を開催します

- ▶日 時 令和8年1月7日（水）17:00～
- ▶場 所 東北町コミュニティセンター未来館
- ▶申込方法 参加申込書を総務課または東北支所へ提出
- ▶会 費 4,000円
- ▶会費納入方法 現金を申込先へ持参いただくか指定口座に振込
 - ・招待者 12月12日（金）
 - ・一般参加者 12月18日（木）
- ▶申込締切 ※着席形式のため、当日の申し込みはできません

■お問い合わせ 総務課 TEL 0176-56-3111



◀参加申込書
および詳し
くはこちら

指名願いの受け付けを開始します

建設業、コンサルティング関連業者を対象とした、令和8年度入札参加資格審査申請書（指名願い）の受け付けを開始します。

- ▶対象 町内の建設業、コンサルティング関連業者（令和8年度）
- ▶受付期間 令和8年1月13日（火）～令和8年2月20日（金）9:00～12:00／13:00～16:00
- ▶提出場所 役場本庁舎2階財政課
- ▶必要書類 申請書およびその他関係書類

■お問い合わせ 財政課 TEL 0176-56-3111



◀詳しくは
こちら

あおもりマッチングシステム 「AI（あい）であう 出張登録相談会」

青森県が運営する結婚を希望する方の出会いをサポートするAI（人工知能）を活用したマッチングシステム「AIであう」の出張登録相談会を行います。

登録用写真の撮影、ドリンク、軽食を無料で準備しますので、登録を迷っている方もお気軽にお話を聞いてみませんか？

- ▶日 時 令和8年2月7日（土）
- ▶場 所 小川原湖交流センター「宝湖館」
- ▶定 員 8人（希望時間帯ごとの先着順）
- ▶参加できる方 東北町在住で20歳以上の独身の方で、スマートフォンおよびメールアドレスを所有している方
- ▶参 加 費 無料

※登録される場合は登録料（2年間）10,000円

ただし、ひとり親家庭の父母（児童扶養手当受給者に限る）は無料

- ▶持参する物 写真付きの身分証明書、スマートフォン
- ▶申込締切 令和8年2月2日（月）
- ▶申込方法 二次元コードまたは電話

■お問い合わせ・申し込み 企画課 TEL 0176-56-3111



◀詳しくは
こちら



◀申し込みは
こちら

国民年金

20歳を迎える皆さんへ

国民年金は、厚生年金に加入していない20歳以上60歳未満で日本国内にお住まいの方の加入が義務付けられています。

20歳になった方には、20歳の誕生日からおおむね2週間以内に、日本年金機構から国民年金加入のお知らせ、基礎年金番号通知書や納付書などの書類が送付されます。

誕生日から2週間程度経過しても「国民年金加入のお知らせ」が届かない場合は、国民年金への加入手続きが必要となりますので、町民課、東北支所または年金事務所で手続きをしてください。

▶ 基礎年金番号通知書とは

基礎年金番号通知書は、保険料納付の確認や将来年金を受け取る際などに必要となりますので、大切に保管するようにしてください。

紛失してしまった場合は再発行が可能ですので、年金事務所までお問い合わせください。

▶ 学生納付特例や免除・納付猶予の制度があります

加入者は毎月、国民年金保険料を納める必要があります。納付期限は毎月末日です。保険料を未納のまま放置すると、年金を受け取ることができなくなる場合があります。納めることが経済的に難しい場合は「学生納付特例」や「免除・納付猶予」の制度を利用できます。

詳しくは町民課、東北支所または年金事務所へご相談ください。

■ お問い合わせ 年金事務所 TEL 017-734-7495
町民課 TEL 0176-56-3111

女性レクリエーション大会

参加チーム募集

- ▶ 日時 令和8年1月18日（日）
- ▶ 場所 北総合運動公園トレーニングセンター
- ▶ 資格 18歳以上の町民および町内で勤務する女性
- ▶ 種目 ・ シャフルボード ・ ゲートボール
・ ラダーゲッター ・ ボッチャ
- ▶ 編成 種目に応じ3～5名のチーム。
1種目のみの参加可。
- ▶ 申込 申込書（11月20日発送の町内回覧文書）に記入の上、社会教育スポーツ課へ提出またはFAX
※申し込みが少ない場合、中止になる可能性があります。

■ お問い合わせ

社会教育スポーツ課
TEL 0176-56-5180
Fax 0176-56-4235

申込締切
12月17日（水）

令和8年度三沢基地モニター募集

▶ 募集対象者

三沢基地周辺市町村に在住されている方（学生を除く）

▶ 主な活動

- ①三沢基地内等の見学
- ②航空機体験搭乗
- ③アンケート調査およびモニター会議
- ④基地主催各種行事（航空祭等）へのご招待

▶ 申込締切

令和8年1月16日（金）必着



▲申込方法および
詳しくはこちら

■ お問い合わせ

航空自衛隊三沢基地涉外室広報班
TEL 0176-53-4121（内線3052）

社会福祉士（会計年度任用職員）を募集します

- ▶ 任期 令和8年4月1日～令和9年3月31日 ※再任用可
- ▶ 勤務地 東北町保健福祉センター
- ▶ 必要資格 社会福祉士
- ▶ 募集人数 1名
- ▶ 勤務時間 平日9：00～17：00（休憩1時間含む）
- ▶ 報酬 月額183,174円
- ▶ 業務内容 こども家庭相談業務
- ▶ 手当等 期末手当・勤勉手当、有給休暇、通勤費用弁償、健康保険等

申込締切
令和8年1月9日（金）



▲詳しくは
こちら

■ お問い合わせ 保健衛生課 TEL 0175-63-2001

※マイナンバーカードの交付および電子証明書の更新は前日までに予約をお願いします。

■お問い合わせ 町民課 TEL 0176-56-3111

金	土
2	3
9	10 ◎つまみ細工講座 時) 9:30~12:00 場) 中央公民館 研修室
16	17
23	24
30	31

ほっこりカフェ

1月13日 (火) 「おしゃべり・創作活動」

- ▶ 時間 10:00~11:30
- ▶ 場所 東北町老人福祉センター

1月27日 (火) 「おしゃべり・創作活動」

- ▶ 時間 10:00~11:30
- ▶ 場所 小川原湖交流センター

■お問い合わせ 地域包括支援センター TEL 0176-56-3111

夜間の納税相談窓口のお知らせ

平日の開庁時間内に、税金の納税や相談が困難な方を対象に納税相談窓口を開設します。

夜間の納税相談窓口 (17:00~19:00)

- ▶ 12月11日 (木) 東北支所 (コミセン)

■お問い合わせ 税務課 TEL 0176-56-3111

駅前にぎわいパートナー イベント告知

駅前にぎわいパートナーに登録された団体によるイベントを以下日程で行います。

乙供市日 (乙供駅前 8:00~14:00)

- ▶ 12月11日 (木)・21日 (日)
- ▶ 1月11日 (日)・21日 (水)

※強風等の天候により中止となる場合もあります。ご了承ください。

※イベント開催に伴い、乙供駅前駐車場の一部の利用制限を行います。

事業者の登録申請については商工観光課までご相談ください。

■お問い合わせ 商工観光課 TEL 0176-56-3111

1月の無料相談『行政相談・人権相談・心配ごと相談』

行政相談 行政機関などの業務に対する苦情、意見、要望などの相談

- ▶ 5日 (月) 10:00~12:00 本庁舎2階 小会議室
- ▶ 21日 (水) 9:30~11:30 東北町保健福祉センター相談室

■お問い合わせ 総務課 TEL 0176-56-3111

人権相談 差別、家庭内や隣近所とのもめごとなどの相談

- ▶ 5日 (月) 10:00~12:00 本庁舎2階 小会議室
- ▶ 19日 (月) 10:00~12:00 コミセン1階 和室

■お問い合わせ 福祉課 TEL 0176-56-3111

心配ごと相談 日々の暮らしの中で心配なことなどの相談

- ▶ 21日 (水) 9:30~11:30 東北町保健福祉センター相談室

■お問い合わせ 東北町社会福祉協議会 TEL 0175-63-2717





2026

1月

◎…公民館講座

※開講日は、講師の都合などにより変更されることがあります。また、受講者申込者が7人以下の場合は「講座中止」となります。なお、参加費、材料費などがかかる講座もありますので事前に確認をお願いします。

■お問い合わせ 中央公民館 Tel 0175-63-2741

日

月

火

水

木

「牛乳消費拡大キャンペーン」～牛乳を飲んで牛柄バスタオルをGETしよう！～

牛乳を70分（10紙パックの場合7本分）飲みきり、引き換えに来られた方に「牛柄バスタオル」をプレゼントします。

- ▶期 間 令和8年1月8日（木）～なくなり次第終了（先着400名）
- ▶引換方法 牛乳パック側面の成分表示部分を切り取ってご持参ください。
※詳しくはホームページをご覧ください。
- ▶引換場所 ①農林水産課分室（東北町役場本庁舎1階）
②農林水産課（東北町コミュニティセンター未来館2階）
- ▶引換時間 8：30～17：00

■お問い合わせ 農林水産課 Tel 0176-56-3111



1

元旦

4

5

6

7

8

行政相談・人権相談

時) 10：00～12：00
場) 本庁舎2階 小会議室

マイナンバーカード
夜間交付・電子証明書更新

時) 17：00～19：00※要予約
場) 町民課(本庁舎)
東北支所(コミセン)

新年祝賀会

詳しくは16ページ

11
成人式

詳しくは広報とうほく10月号
14ページ

駅前にぎわい（乙供市日）

時) 8：00～14：00
場) 乙供駅前

マイナンバーカード
休日交付・電子証明書更新

時) 9：00～12：00※要予約
場) 町民課(本庁舎)

12
成人日

13

ほっこりカフェ

時) 10：00～11：30
場) 東北町老人福祉センター

14

15

18

女性レクリエーション

詳しくは17ページ

19

人権相談

時) 10：00～12：00
場) コミセン1階 和室

マイナンバーカード
夜間交付・電子証明書更新

時) 17：00～19：00※要予約
場) 町民課(本庁舎)
東北支所(コミセン)

20

集団健診

時) 8：00～10：00
場) 東北町保健福祉センター

21

集団健診

時) 8：00～10：00
場) 町民文化センター

22

駅前にぎわい（乙供市日）

時) 8：00～14：00
場) 乙供駅前

行政相談・心配ごと相談

時) 9：30～11：30
場) 東北町保健福祉センター
相談室

25

26

27

28

29

ほっこりカフェ

時) 10：00～11：30
場) 小川原湖交流センター



町立図書館の おすすめ 貸出図書

図書館へ
行こう！

一般書



市川沙央／著
文藝春秋

女の子の背骨



石阪京子／著
ダイヤモンド社

見るだけでわかる！
図解 紙片づけ



佐藤まどか／著
岩崎書店

パッチーズ

ほくらがつなぐ小さな世界

YA (ヤングアダルト) は、中高生をはじめとする10代の皆さんに特におすすめする本です。

YA

児童書



鈴木博房／著
岩崎書店

おかあさんになった
警察犬アンズ



深谷圭助／監修
日本図書センター

こんなときどういうの？
ふわふわことば
ちくちくことば



はしもとえつよ／作
B・L出版

ならんでみせます！

絵本

開館

図書館 土・日 9:15~17:00 / 月~金 9:15~18:00 (12:00~13:00閉館)

公民館 9:15~17:00 (12:00~13:00閉館)

休館

火曜日・祝日・蔵書点検・年末年始

新着

東北町 新着図書



問い合わせ

図書館 TEL 0176-56-2261

アドレス

tohoku-tosyo@town.tohoku.lg.jp

取り入れの終はりし柿の梢には
菰巻かれたり冬に備へて

木村
美映

雪園終へたる庭は佗しくも
軒に吊りたる柿ははなやぐ

田沢
泰子

音もなく静まる空き家は生家にて
幼き頃の思ひ出拾ふ

野田
文子

さ庭べの石楠花もはや咲き始む
時を忘れて眺めてをりき

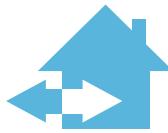
原田
愬子

軒下は柿のカーテン寒風に
さらして甘くなりたるを待つ

乙供
洋子

都母短歌会
文芸ギヤラリー





戸籍の窓

令和7年10月届出分

※原則町内に住所のある方で希望する方を掲載



氏名 町名 保護者

高野紫月(外蛇沢・美晴)
佐藤詩(向山・義弥)
森田紀凪(旭町・亮)



氏名 町名

神翔太(青森市)
向井ひかり(外蛇沢)
松本俊介(新町)
田中唯鶴美(六ヶ所村)



氏名 年齢 町名

土橋タツ 86(土橋)
木村きみゑ 92(乙供栄町)
鶴ヶ崎はよ 89(鶴ヶ崎)
岡山サト 94(甲地)
高田定男 91(外蛇沢)
木村康子 69(乙供栄町)

氏名 年齢 町名

伊賀恵悦 74(乙供本町)
江刺家のぶ 95(大平)
鈴木源太郎 75(北栄)
田嶋定昭 86(乙供本町)
向井正弘 72(外蛇沢)
甲田富儀 92(新町)

氏名 年齢 町名

高松壽和 77(大浦)
佐々木美佐夫 91(徳万才)
瀬川一男 89(徳万才)
佐々木藤一 78(徳万才)
佐々木マツヨ 105(徳万才)
尾形タマ 87(菩提寺)

まちのうごき
(令和7年10月末現在)

区分	人口	前月比	前年同月比
男性	7,640人	-18人	-161人
女性	8,130人	-7人	-135人
合計	15,770人	-25人	-296人
世帯数	7,310世帯	2世帯	16世帯

その他(1月からの累計)	
出生	6人(44人)
死亡	28人(239人)
転入	30人(362人)
転出	33人(391人)

コンビニ交付サービスについて皆さんのお声をお聞かせください

町では令和6年2月1日からコンビニなどで住民票などを取得できる「コンビニ交付サービス」をはじめました。今後のサービス向上のため、アンケート回答にご協力お願いします。集計結果は、町ホームページにて公開します。



お問い合わせ 町民課 TEL 0176-56-3111

有料広告欄 広報とうほくに広告を掲載しませんか？ 企画課 TEL 0176-56-3111まで

相続手続き一式(登記、年金、預貯金、役場の手続き等)お任せください

国道 4号	至青森市 七戸和田駅 旧第一小学校 至東北町	青い看板 が目印です	仕事を休めない、手続きが大変…当事務所が手続き代行いたします			
			登記	相続	遺言	労務管理
東北町の総合法務事務所 —						
人事・法務コンサルティング高松事務所						
司法書士・社会保険労務士・行政書士 高松 佳樹						
東北町大浦堀ノ内52 TEL 0176-56-3808 HP 高松事務所 東北町 検索						

12月生まれ

First Birthday

1歳になったよ!



乙崎 あお
蒼ちゃん
(乙供元町)



姥沢 俐柚ちゃん
(緑町)



向井 華道ちゃん
(外姥沢)

2月生まれの申し込み締め切りについて

▶2月5日発行予定の広報
→12月25日(木)まで

※申し込み方法については、
東北町ホームページ内で
[広報 1歳]と検索してください。

■お問い合わせ 企画課 TEL 0176-56-3111

第19回 町長杯争奪ゲートボール大会



賞	チーム名	市町村
優勝	悠遊チーム	十和田市
準優勝	乙供チーム	東北町
第3位	青空スマイル	三沢市

第20回 町総体秋季大会



優勝チーム

競技名	町名
ソフトバレー ファミリー	南町
ソフトバレー オープン	旭町
野球	栄町
ソフトボール 一般男子	甲地
グラウンドゴルフ	栄町

長久保町長が内倉統合幕僚長を表敬訪問

10月8日、長久保耕治町長が自衛隊のトップである第8代 内倉浩昭統合幕僚長に表敬訪問を行い、東北町町制施行20周年記念事業「東北町湖水まつり・花火大会」の大成功とサプライズイベントであったブルーインパルスの展示飛行や、北部航空音楽隊による記念演奏など、多大なご協力とご支援をいただいたことに対し、深い感謝の意を表しました。

また、同日には航空幕僚監部の市川総務部長へも表敬を行い、今後とも航空自衛隊と東北町との連携と協力関係の継続をお願いしました。

町では、今後も自衛隊との交流を通じ、地域の発展と安全・安心のまちづくりを進めてまいります。



▲左から東北町議会田嶋悟議長、内倉統合幕僚長、長久保町長、東北町議会甲地昇基地対策特別委員長