

あなたとまちをつなぐ ふるさと情報誌

2026

9

No.257



TOHOKU



新ALT(外国語指導助手)を紹介します

Let's study English with ALT!

町内の小中学校の外国語指導助手として、フィッシュ・ジョン・ウィリアムさんとカルミズ・ダビデ・ライアンさんが東北町に新しく赴任しました。

フィッシュ・ジョン・ウィリアム

出身地 アメリカ 配属先 学務課(町内中学校) 趣味 ジョギング、水泳、日本語学習



町民の皆さまへ一言



▲今年の春は弘前市の桜を見に行きました！

この夏、七戸町から東北町へ引っ越して来ました。東北町でも引き続き英語を教えることを楽しみにしています。温かくフレンドリーに迎えてくださり、感謝しています。どうぞよろしくお願い致します。



▲山形県の山寺へ！景色が最高でした！

カルミズ・ダビデ・ライアン

出身地 アメリカ 配属先 学務課(上北小学校) 趣味 読書、ゲーム、相撲観戦



町民の皆さまへ一言

子供たちと一緒に活動し、英語やアメリカの文化について教えることを楽しみにしています。日本語はまだほとんど話せませんが、生徒たちとより良い関係を築き、しっかりと教えられるよう、上達に向けて一生懸命努力します。どうぞよろしくお願いします。



▲大好きな僕の家族です！



▲日本に到着！ドキドキ＆ワクワク！！



7/18-19 小川原湖2026 手作りいかだレース

東北町商工会が主催する小川原湖2026 手作りいかだレースが7月19日(日)、わかさぎ公園湖水浴場で開催され、町内外から15チームが参加しました。

今回は開催40周年を記念して、前日の18日(土)に特別な「前夜祭」も開催！今年もインフルエンサーの田中なつきさんが参戦し、会場を大いに盛り上げてくれました。



7/25-26 東北町湖水まつり2026

今年の東北町湖水まつりの初日はあいにくのお天気となりましたが、航空自衛隊東北町分屯基地軽音部や彩湖舞姫会、東翔太鼓の皆さんが熱いパフォーマンスを披露し、夜には花火が湖面を鮮やかに照らしました。

2日目もアロハフラやヒップホップダンスなどのステージショーやあどばるーんのお二人によるお笑いライブで会場はにぎわいました。



7/29 選手を食でサポート！国スポおもてなし弁当完成

青の煌めきあおもり国スポ東北町実行委員会は、町の管理栄養士が考案した栄養バランスの整った国スポ弁当を決定しました。

この弁当は大会期間中の10月17日（土）～19日（月）に選手や監督、スタッフへ提供される予定です。



8/3 乙供房子さん 瑞宝単光章（高齢者叙勲）を受章

東北町民生委員・児童委員を務めた乙供房子さん（乙供元町）が瑞宝単光章（高齢者叙勲）を受章しました。

乙供さんは、昭和58年から約34年間にわたり、地域福祉のために尽力し、その向上に寄与されました。平成13年12月に民生委員児童委員協議会会長に就任し、平成17年8月から平成28年11月まで副会長を務め、民生委員・児童委員の運営活動に優れた指導力を発揮していただきました。



子育てをもっと便利に！とうほく子育て応援アプリを開始しました



スマートフォンでお子様の成長記録や予防接種のスケジュール管理、健診などの情報をチェックできるアプリの提供を開始しました。

ぜひ、現在ご使用の母子健康手帳と合わせてご活用ください。

▶アプリでできること



成長のきろく



健診の記録



予防接種管理



できたよ記念日

▶利用方法 アプリストアで「母子モ」と検索（iOS / Android対応）



▲ダウンロードはこちら

■お問い合わせ 保健衛生課 TEL 0175-63-2001

7/20 一流シェフが町を視察 町産品をPR



県事業の一環として美食家の浜田岳文氏や首都圏の一流シェフらが、小川原湖漁協と道の駅おがわら湖を視察し、漁協職員や町長が町産品のPRを行いました。町産品は、訪問したシェフのレストランで今後使用される予定です。

7/30 乙供元町町内会 「生き生きシニア活動顕彰」受賞を報告



乙供元町町内会（北田耕治町内会長）は、町内第1号の「住民主体の通いの場」として、介護予防・居場所づくりの活動が評価され、「生き生きシニア活動顕彰」を受賞しました。

8/1 戦没者追悼式



コミュニティセンター未来館で行われた戦没者追悼式には、遺族ら関係者38人が出席し、戦没者450余名の御霊に冥福と平和を祈りました。

8/4~7 放課後児童クラブ染め物教室



甲地、東北、上北の各放課後児童クラブで、地域おこし協力隊の岩野開人さんによる、染め物教室が開催され、児童らはオリジナルの染め物作りを体験しました。児童が作った作品は生き生き産業文化まつりで展示する予定です。

8/4・25 認知症と上手に付き合うポイントは？



ほっこりカフェ（認知症カフェ）で、佐々木梨枝子さん（認知症の人と家族の会会員）を招き、家族の介護経験を通して、認知症になってもできていることに目を向けることや、周囲に相談しながら支えることの大切さを学びました。

8/11 まなかで映画上映会



茅葺き家屋まなかで「まなか映画上映会」が行われました。名作の映画の鑑賞や出店グルメを楽しみ、特別な空間で夏の一日を満喫する姿がみられました。

令和8年度 中学生議会

8月17日(月)



— 町 長 —
長久保 耕治



— 教育長 —
長尾 誠治



— 議 長 —
東北中学校3年
沼辺 ^{りゅうき} 隆希



— 副議長 —
上北中学校3年
柴田 ^{はく} 羽玖



東北中学校3年
林田 ^{ゆうか} 優心花

質問▶乙供駅・上北町駅周辺の商店街の活性化に対し、町はどう捉えているか。人口減少が進む中、若者が駅前が集える新たな店舗や施設の需要は見込めないか。

回答▶人口減少下での新規出店は容易ではないが、鉄道を利用する若者が集える場の重要性は認識している。新設に限らず既存施設や空き店舗の活用、各種支援事業やイベント開催など、さまざまな施策を組み合わせることで交流機会や買い物環境を創出することが大切である。行政だけでなく、若者や地域住民の声を参考にしながら、関係団体と連携して駅周辺の活性化に取り組んでいく。



東北中学校3年
洞内 ^{のあ} 希葵

質問▶東北町でも少子化が進む中、県外から家族で移住する人を増やすことが重要と考える。他県から移住してくる子育て世帯も住みやすいと思える取り組みを行っているか。

回答▶県外からの移住促進に向け、移住支援金給付や若年層への新築住宅取得助成等を実施している。子育て環境面では、子育て未来支援金の給付やこども家庭センターによる切れ目のない相談支援に加え、屋内遊び場の新設、医療費・給食費の無償化、修学旅行費助成などを展開中である。今後も「安心して子育てできる町」と感じられるよう、県外へ情報発信しながら、移住・定住と少子化対策を推進していく。



東北中学校3年
小坂 ^{すばる} 澄晴

質問▶体調不良による欠席時の学習の遅れへの不安を解消するためリモート授業などのデジタル環境整備が必要と考える。また、授業動画の配信などについても、町テレビ以外の手法を活用する考えはあるか。

回答▶GIGAスクール構想のもとタブレット端末整備を進めているが、休校時などのリモート授業や端末の持ち帰りには課題があり現在検討中である。まずは回復を優先しつつ、本人が希望すれば録画や学習課題を端末でスムーズに共有できる仕組みを検討している。現状は校内でのデジタル教材活用で学力定着を図っているが、将来的にはネット環境やルールの整備を進め、全家庭で公平に学べる環境づくりに向けて取り組んでいく。



東北中学校3年
下浅 ^{むあ} 夢歩

質問▶農業のイメージ刷新に向け農業体験やSNSなどで魅力を伝える考えや新規就農や被災農家への支援策、ブランド化の定義や取り組みについて町の考えはあるか。

回答▶魅力発信は学校の相談に応じた農業体験や広報・SNS活用を検討する。就農・被災支援では無利子資金借り入れや経営開始資金の補助、各種共済・復旧事業などで各種リスクに対応している。ブランド化とは品質の付加価値と固有名称で他産地と差別化し、信頼と収益性を高める取り組みである。町ではGI登録された「小川原湖産大和しじみ」やナガイモなどがあり、ブランド化に向け支援を検討していく。



上北中学校 3年
八森 奏祐

質問▶宝湖館での国際活動が認知されていないためポスターやCMなどで広くアピールする考えはあるか。また言語の違いによる壁に対し、どのような工夫で交流を支援しているか。

回答▶国際交流活動として実施している「日米ひな祭り」は日米の小学生交流を目的としており対象が限られるため広く参加を募る事業ではないが、活動内容を広報・SNSで発信している。交流面では日米通訳スタッフを配置しサポートするほか、餅つきや着物の着付けなど言葉を超えて体験共有できるプログラムを展開している。子どもたちが身振りや表情で自然と打ち解けられる工夫をしており、異文化理解を育む貴重な機会として今後も国際交流事業を進めていく。



東北中学校 3年
山端 望天

質問▶町の魅力を広めるための大きな祭りの周知やさまざまな年代を超えて楽しめる取り組みはあるか。また、海外からの訪問者も東北町を知ってもらえるよう、翻訳などの環境整備の考えはあるか。

回答▶特産物や自然の魅力を伝えるため、産業文化まつりや美味満彩まつり、秋まつりなど幅広い年代が楽しめるイベントを開催し、町内外へ情報発信に取り組んでいる。また、町ホームページの自動翻訳では、言葉の意味がうまく伝わらない場合があるため、今年度の更新で外国人向けの案内バナーを設け、PRページへ案内するなど、国内外に向けた情報発信を高めている。



上北中学校 2年
榎 蓮

質問▶医療機関への通院が困難等の理由で適切な医療を受けられない高齢者への対策と、「福祉安心電話サービス」のPR方法はあるか。

回答▶通院時の交通手段としては、医療機関が行っている独自の送迎サービスや町民バスを利用していただいている。「福祉安心電話サービス」は、急な体調不良時に活用するサービスで、日常生活に何らかの支障をきたす恐れのある方を対象としているため、個別にPRし案内をしていく。民生委員らと連携し、地域全体の見守り体制と結び付け、安心できる暮らしを支えていく。



上北中学校 3年
二ツ森 煌盛

質問▶若者の移住・定住に向け交通や商業・娯楽施設の利便性を高める町づくりへの考えや公共施設などを生かした「お試し移住体験」などを実施する考えはあるか。

回答▶大型施設の誘致などは容易でないが、町民バスの要望に応じたルート変更や公共施設の魅力化など今あるものの活用で住みやすさを追求している。地域の声や若者のアイデアを取り入れることが重要と考える。また、移住検討者にとって地域住民との関わりは大きな決め手となるため、ふれあい村などの公共施設を活用したお試し移住体験は有効な施策と認識しており、今後の事業実施に向け検討を進めていく。



上北中学校 2年
滝内 咲太郎

質問▶小川原湖に潜った際の濁りに不安を感じた。貴重な地域資源である小川原湖の水質改善や環境保全に向け、町として実施している具体的な取り組みはあるか。

回答▶富栄養化や河川などの流入が水質に影響しているが、現在も遊泳可能な環境は維持している。町では令和5年度から「小川原湖プロジェクト」を発足し、周辺自治体などと連携して清掃活動や流入河川の浚渫、浮遊物の回収を行っている。さらに、合併処理浄化槽の設置推進による生活排水の流入防止や、農業での化学肥料低減など、PR活動と合わせて多角的に取り組んでおり、今後も関係機関と協力して保全に取り組んでいく。



上北中学校 2年
佐々木 智穂

質問▶町でのクマ対策の具体的な取り組みと、大規模地震でスマホ等の電波障害が発生した際の情報伝達についてどのような対策を行っているか。

回答▶クマ対策は鳥獣被害対策協議会の設立や緊急銃猟マニュアルの策定、防災行政無線やメールでの情報共有などを実施している。電波障害時の情報伝達は、停電時も使用可能な防災行政無線を中心に、広報車や避難所での掲示などアナログな方法も含め多重化を図っている。また、各家庭での携帯ラジオの備蓄や日頃の近隣声掛けといった「自助・共助」を周知し、町全体で災害や鳥獣被害へ迅速・安全に対応できるよう防災意識を高めていく。

中学生議会宣言決議案



上北中学校 3年
千葉 恋羽

私たちは、東北町がより明るく魅力ある町へと発展するよう、今回の経験を生かし、学校づくりを他人事とすることなく、町や人のためになる活動を行い、みんなが安心して過ごせ、活力ある学校にするため、

▶人との交流を大切にし、積極的にあいさつをします。

▶安心・安全な学校を目指し、思いやりあふれるいじめのない学校にします。



東北中学校 3年
甲地 晴哉

私たちは、全校生徒が高い志をもって生活することができる学校づくりのため、

▶ヘルスアップタイムや放課後の活動などの運動面とともに、普段の授業やテスト対策にも一生懸命取り組み、文武の両立を目指します。

▶行事などでは全校生徒で心を合わせて活動を盛り上げ、協力して創り上げていきます。

▶目標を高くもち、競い合い、高めあえる友情を育みます。

※再質問については、内容をまとめて掲載しています。

一般選挙の投票日です

開票について

▶日時場所 9月20日(日) 20:00～(予定) 東北町コミュニティセンター「未来館」大集会室

選挙公報について

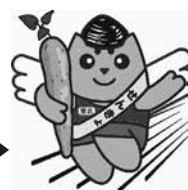
新聞折込での配布や期日前投票所など、町施設に設置します。

投票区の投票所および区域について

投票区	投票所名	投票区の区域
第1	新館地区集会所	新館・戸館・八幡・赤平
第2	大浦地区多目的研修集会所	大浦
第3	徳万才地区コミュニティセンター	徳万才・才市田・中岫平
第4	新山地区コミュニティセンター	新山・大洞
第5	南農村環境改善センター	上野・境ノ沢
第6	新町集会所	新町・栄町
第7	南町集会所	本町・南町
第8	旭町地区コミュニティセンター	旭町・花向町・栄沼・豊田・沼崎本村
第9	小川原地区コミュニティセンター	小川原・向山・菩提寺・虫神
	虫神集会所	《廃止》
第11	清水目地区生涯学習センター	石坂・宇道坂・上清水目・下清水目・添ノ沢・湯沢
第12	千曳地区学習等供用センター	石文・大平・上板橋・千曳・トキワ・南平・向平・下板橋
第13	夫雑原地区生涯学習センター	北栄・長者久保・千代畑・塔ノ沢・豊ヶ丘・夫雑原・林口
第14	東北町中央公民館	乙供元町・乙供新町・館花・乙供本町・明美・朝日団地・桜木町 馬込・松風荘
第15	保戸沢集会所	旭・滝沢・保戸沢
第16	北農村環境改善センター	狼ノ沢・甲地・郡山・御料・漆玉・蒼前・蓼内・田ノ沢・土橋 長久保・巴蘭
第17	舟ヶ沢地区生涯学習センター	鶴ヶ崎・徳万館・舟ヶ沢
第18	水喰地区学習等供用センター	五十嵐・大池・切左坂・豊栄・豊前・中村・野田頭・浜台・細津 水喰・萌出
第19	淋代地区生涯学習センター	数牛・淋代・豊畑・横沢・柵・豊瀬・美須々
	美須々地区生涯学習センター	《廃止》
第21	寒水地区生涯学習センター	乙部・枋木・輝ヶ丘・寒水
第22	東北小学校 多目的ホール	大向簀屋・表町・外蛸沢・内蛸沢・公園団地・空自団地 みどりヶ丘団地
第23	東北町コミュニティセンター「未来館」	大簀屋・上畑・乙供栄町・坂下町・向簀屋・緑町

■お問い合わせ 東北町選挙管理委員会 TEL 0176-56-3111

東北町の明るい選挙啓発キャラクター▶
「ながいもでねばる 駅伝めいすいくん」



9月20日(日)は東北町議会議員

投票日当日の投票について

- ▶ **投票時間** 7:00～19:00
- ▶ **投票場所** 投票所入場券に記載されている投票所で投票をしてください。
※それ以外の投票所では投票できません。
紛失した場合は、投票の受付の際に申し出てください。その場合、運転免許証やマイナンバーカードなどの本人確認書類が必要になります。
- ▶ **投票方法** 候補者の氏名を記入する記名式です。
- ▶ **投票できる方** 令和8年6月14日以前から東北町に住所があり、平成20年9月21日までに生まれた方
- ▶ **その他** 投票には投票所入場券をお持ちください。

今までは1枚の紙に有権者3人まで記載した投票所入場券を封筒で送付していましたが、今回から1枚のハガキに有権者4人まで記載した投票所入場券に変更となります。
世帯員が4人を超える場合は複数枚のハガキが届きます。

期日前投票について

投票場所	投票期間
東北町役場本庁舎3階「大会議室」 または東北町コミュニティセンター「未来館」	9月16日(水)～9月19日(土) 8:30～20:00
道の駅「おがわら湖」	9月16日(水)～9月19日(土) 9:00～17:00

- ・投票には投票所入場券をお持ちください。
- ・投票所入場券の「期日前投票宣誓書」欄を事前にご記入ください。

※仕事や旅行などの事由を選択する必要はありません。いずれかの事由に該当する人であれば期日前投票ができます。

「移動期日前投票所」の設置について

廃止となった投票所に、「移動期日前投票所」を設置します。廃止となった投票区域の方はご活用ください。

- ▶ **虫神集会所** 9月16日(水) 9:30～18:00
- ▶ **美須々地区生涯学習センター** 9月17日(木) 9:30～18:00

不在者投票について

投票日当日または期日前投票に行くことができない方は、不在者投票をすることができます。手続きに時間を要しますので、早めに町選挙管理委員会または施設職員にお問い合わせください。

仕事などで、選挙期間中に東北町以外の市区町村に滞在している方	滞在先の市区町村の選挙管理委員会へ
病院や施設に入院(入所)している方	入院(入所)している施設内職員へ
身体障害者手帳、戦傷病者手帳、介護保険の被保険者証をお持ちで、一定の要件に該当する方	町選挙管理委員会へ

不在者投票の投票用紙は、郵便などによる請求のほか、マイナポータルから電子申請により請求することができます。

犬を
飼っている
皆さまへ



令和8年度 下半期狂犬病集団予防注射・登録実施のお知らせ

犬を飼っている方は、「狂犬病予防注射」と「飼い犬の登録」を忘れずに行いましょう。令和8年度に狂犬病予防注射未実施の飼い主の方へ「**お知らせ・領収書**」を封筒で郵送しています（8月下旬発送済）。**実施当日に必ずご持参ください。**

※登録済みで未実施にもかかわらず「お知らせ・領収書」が届かない場合は、保健衛生課へご連絡ください。

▶動物病院で予防注射を受けた方

集団予防注射の必要はありません。ただし、動物病院から発行された「狂犬病予防注射済証」を未提出の方は速やかに保健衛生課へ提出してください。（注射済票交付手数料550円）

▶登録内容の変更・死亡の届出

速やかに保健衛生課へご連絡ください。※死亡の場合は「鑑札」と「注射済票」の返納してください。

料 金

3,600円（注射料 3,050円・注射済票交付手数料 550円）

▶未登録の場合（登録手数料 3,000円）

実 施

■日程にない町内および日時に都合がつかない方は、実施できる時間帯および会場で実施してください。※実施時間は多少変動する場合があります

■会場まで来ることができない方は**ご自宅へ出張対応します**。申し込みが必要になりますので**9月16日（水）までに**必ず保健衛生課へご連絡ください。（出張料：訪問先1件につき700円／1日5件まで）

狂犬病予防注射は毎年1回受けるよう義務付けられています。

※予防注射を受けさせなかった場合、狂犬病予防法第27条第2項により「**20万円以下の罰金**」に処されることがあります。

日程表

日 付	時 間	会 場
【上北地区】 9月22日（火／祝）	9：00～ 9：15	虫神集会所 前
	9：35～ 9：50	小川原地区コミュニティセンター 前
	10：10～10：25	沼崎集会所 前
	10：45～11：00	旭町地区コミュニティセンター 前
	13：15～13：30	新館地区集会所 前
	13：50～14：05	大浦地区多目的研修集会所 前
	14：25～14：40	新山地区コミュニティセンター 前
【東北地区】 9月23日（水／祝）	15：00～15：15	上北保健福祉センター 前
	9：00～ 9：10	寒水地区生涯学習センター 前
	9：20～ 9：30	淋代地区生涯学習センター 前
	9：50～10：00	美須々地区生涯学習センター前
	10：20～10：30	水喰地区学習等供用センター前
	10：50～11：00	舟ヶ沢地区生涯学習センター 前
	11：20～11：30	滝沢平地区生涯学習センター前
	11：50～12：00	北農村環境改善センター 前
	13：15～13：30	清水目地区生涯学習センター前
	13：50～14：05	千曳地区学習等供用センター前
	14：25～14：40	夫雑原地区生涯学習センター前
	15：00～15：15	蛭沢地区学習等供用センター前
	15：35～15：50	東北町保健福祉センター 前

■お問い合わせ 保健衛生課 Tel 0176-56-2933

令和 8 年度 除雪重機運転手（東北町役場建設課）の募集

- ▶ **募集職種** 除雪重機運転手（フルタイム会計年度任用職員）
- ▶ **職務内容** 除雪作業および道路維持管理作業など
- ▶ **募集対象** 以下免許および資格取得者 ※令和 8 年 11 月 1 日現在
 - ①免許：大型免許・大型特殊免許
 - ②資格：車両系建設機械（整地・運搬・積込み用および掘削用）運転技能講習修了
- ▶ **任用期間** 令和 8 年 11 月 1 日（日）から令和 9 年 3 月 31 日（水）まで
- ▶ **勤務日時** ①月曜日から日曜日（週休 2 日） 勤務時間▶ 8：15～17：00
②日勤・夜勤のシフト制勤務
勤務時間（予定）シフト 1 ▶ 8：15～17：00／シフト 2 ▶ 23：30～ 8：15
※勤務時間は 8 時間 45 分（うち休憩 1 時間）の勤務となります。
※休日は土・日曜日、祝日、年末年始とし、その他の休暇は年次有給休暇などとなります。
※シフト制勤務時の休日については、シフトにて応分の休日を与えます。
- ▶ **勤務場所** 東北町役場建設課において指定する場所
- ▶ **賃 金 等** 給料月額 201,800 円～ （通勤手当、期末手当、時間外勤務手当など支給）
- ▶ **補 償** 社会保険、労働保険 加入
- ▶ **募集人員** 若干名
- ▶ **募集締切** **10 月 9 日（金） 必着**
- ▶ **応募方法** 以下の書類を建設課へ持参してください。
 - ①履歴書（写真添付） ②運転免許証 ③車両系建設機械運転技能講習修了証
 - ④健康診断書（1 年以内のもの） ⑤本籍地連絡票（様式は提出先に備付）※上記②～④は原本を確認します。
※応募書類は返却しませんので、ご了承ください。
- ▶ **選考方法** 【1 次試験】書類選考（町税などの滞納の有無など）
※応募者全員に可否を文書で通知し、合格者には 2 次試験の日時場所などを通知します。
【2 次試験】面接試験
※受験者全員に可否を文書で通知します。
- ▶ **提 出 先** 東北町役場本庁舎 建設課

■お問い合わせ 建設課 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

こばやし ぞうせつ 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
土留め・フェンス・カーポート・伐採など 施工事例更新中！

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



金	土
2 ◎生け花教室 時) 9:30~11:00 場) 文化センター 工作実習室 ◎粘土工芸教室 時) 9:30~12:00 場) 中央公民館 研修室 ◎ソフトエアロビクス 時) 19:00~20:30 場) 中央公民館 ホール	3 ◎リフレッシュヨガ教室 時) 10:00~11:30 場) 文化センター 休養室
9 ◎写真講座 時) 18:30~20:00 場) 中央公民館 作法室 ◎ソフトエアロビクス 時) 19:00~20:30 場) 中央公民館 ホール	10
16 ◎薬草薬膳講座 時) 9:00~14:00 場) 文化センター 工作実習室・会議室 ◎ソフトエアロビクス 時) 19:00~20:30 場) 中央公民館 ホール	17  第80回国民スポーツ大会 ソフトボール少年男子 (~19日)
23 献血 時) 9:15~12:00 場) 株式会社中村建設工業 時) 14:00~16:00 場) ゆうき青森農業協同組合 ◎ソフトエアロビクス 時) 19:00~20:30 場) 中央公民館 ホール	24  第25回障がい者スポーツ大会 ソフトボール(知的) (~25日)
30 ◎ソフトエアロビクス 時) 19:00~20:30 場) 中央公民館 ホール	31

ほっこりカフェ



10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 健康相談室

10月27日(火)『東北中学校の生徒と青の煌めきダンス』

- ▶時間 10:00~12:00 **65歳以上の方** **事前の申込必要**
- ▶場所 東北中学校
※各福祉センター集合後、バスで学校へ移動

■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)

- ▶10月8日(木) 東北支所(コミュニティセンター未来館)
- ▶対象税目 町県民税・固定資産税・軽自動車税
国民健康保険税

■お問い合わせ 税務課 TEL 0176-56-3111

10月の無料相談『行政相談・人権相談・心配ごと相談』

合同相談所 行政相談・人権相談・心配ごと相談

- ▶19日(月) 10:00~15:00 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

10月19日 合同相談所を開設します

- 差別、家庭内や隣近所とのもめごとがある
- 国・県・町に関する苦情・意見・要望がある
- 制度やしきみがよくわからない など

その他、日々の暮らしの中で心配なことがあればご相談ください。

当日は心配ごと相談員のほかに、人権や行政に関わる相談員が幅広いニーズにお応えします。相談は無料、秘密を厳守します。

青の煌めきあおもり国スポ・障スポ
2026 翔ける未来へ縄文の風に乗って

東北町では、南総合運動公園が会場です。

国スポ ソフトボール少年男子

10月17日(土)~19日(月)

障スポ ソフトボール(知)

10月24日(土)~25日(日)



◎…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

■お問い合わせ 中央公民館 TEL0175-63-2741

※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

2026

10月

日	月	火	水	木
			9/30	1
			納期限 ▶ 固定資産税第3期 ▶ 国民健康保険税第3期 ▶ 介護保険料第3期 ▶ 後期高齢者医療保険料第3期	駅前にぎわい（乙供市日） 時) 8:00~15:00 場) 乙供駅前 ◎小原流いけばな教室 時) 10:00~11:30 場) 中央公民館 作法室 ◎茶道のおけいこ 時) 10:00~12:00 場) 文化センター 作法室
4	5	6	7	8
日曜健診 ※要予約 時) 受付 8:00~10:00 場) 町民体育館	女性健診 ※要予約 時) 受付 11:00~13:00 場) コミセン 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) ◎絵手紙教室 時) 14:00~16:00 場) 中央公民館 研修室	女性健診 ※要予約 時) 受付 11:00~13:00 場) コミセン		夜間納税相談窓口 時) 17:00~19:00 場) 東北支所(コミセン) ◎短歌教室 時) 13:00~15:00 場) 中央公民館 会議室
11	12	13	14	15
美味満彩祭り 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) 駅前にぎわい（乙供市日） 時) 8:00~15:00 場) 乙供駅前	スポーツの日	ほっこりカフェ 時) 10:00~11:30 場) 東北町老人福祉センター		
18	19	20	21	22
	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) 集団健診 ※要予約 時) 受付 7:30~10:00 場) コミセン 合同相談 時) 10:00~15:00 場) 東北町保健福祉センター 相談室	集団健診 ※要予約 時) 受付 7:30~10:00 場) コミセン	集団健診 ※要予約 時) 受付 7:30~10:00 場) コミセン 駅前にぎわい（乙供市日） 時) 8:00~15:00 場) 乙供駅前	集団健診 ※要予約 時) 受付 7:30~10:00 場) コミセン ◎小原流いけばな教室 時) 10:00~11:30 場) 中央公民館 作法室
時) 9:00~16:00 場) 南総合運動公園内				
25	26	27	28	29
		ほっこりカフェ 時) 10:00~12:00 場) 東北中学校		
時) 9:00~16:00 場) 南総合運動公園内				

町主催で安心！新しい出会いを応援します

「Meet up TOHOKU」で、すてきな出会いと交流のひとときを楽しみませんか？周りに参加したい方がいましたらぜひお声がけください。

申込締切は9月14日（月）18：00ですので、参加希望の方はお早めに申し込みください。



東北町 婚活イベント

2026.9/26【土】

きざん三沢 13:45~16:20
〒033-123 青森県三沢市三沢南口17-12B (受付開始13:15~)

Meet up TOHOKU

MC:d-iZe
エフエム青森金曜「ラジオ100」パーソナリティー



MC:里村好美
エフエム青森アナウンサー





～東北ラブストーリー、衝撃の出会～

当日の流れ

きざん三沢
集合・受付

男女別
アイス
ブレイク

自己紹介
タイム

グループ
トーク
タイム

投票
タイム

フリー
タイム

カップリング
発表・解散

※開催場により、スケジュール・内容が変更になる場合もございます。予めご了承ください。

募集人数 40名(男性20名/女性20名) ※お申込み多数の場合、抽選により決定します。※参加決定者には9月15日(火)にお知らせします。

参加費 男性 3,000円/女性 1,000円(税込) ※ドレスコードはありません。

参加資格 ・独身者であること ・パーティー開催日時時点で20歳以上であること ・男性は東北町在住、もしくは東北町出身であること(女性の住所要件はありません) ※年齢、住所の確認が可能な身分証をお持ちください。

お申込み パーティーへのお申込みは専用フォームからの受付となります <https://fb.co.jp/tohokukon202609>
(メール、電話、ファックスなどのお申し込みは不可)

お申込み締め切り 2026年9月14日(月) 18:00



企画・実施/株式会社エフエム青森 八戸オフィス
〒031-0081 青森県八戸市地崎1-1-8 エトワール八戸第二602


主催/Meet up TOHOKU (事務局:東北町企画課)

令和8年度自衛官等採用案内

種 目	資 格	受付期間	試 験 期 日	処 遇	試験場所
キャリア採用幹部	大卒以上の方で、応募資格に定められた学部・専攻学科などを卒業後、2年以上の業務経験のある方	8月3日 ＼ 10月9日	陸上自衛隊：10月30日 海上自衛隊：11月6日または11月9日※ 航空自衛隊：11月9日	2等海・空佐：約37万円～ 3等海・空佐：約35万円～ 1等陸・海・空尉：約32万～約34万円 2等陸・海・空尉：約30万～約32万円 3等陸尉：約29万～約31万円 ※学歴・職歴などにより異なります。	別途連絡
2等陸・海・空士 (任期制)	18歳以上33歳未満の方	年間を通じて	別途連絡	[初任給] 月額：239,500円 (高卒) 月額：254,200円 (大卒)	
防衛大学校学生	一般 18歳以上21歳未満の方 (自衛官は23歳未満) 高卒者 (見込含) または高専3年次修了者 (見込含)	7月1日 ＼ 10月15日	<1次試験>10月31日 <2次試験>11月27日～12月2日※	[初任給] 月額：161,000円	
防衛医科大学校 医学科学生	18歳以上21歳未満の方 高卒者 (見込含) または高専3年次修了者 (見込含)	7月1日 ＼ 10月8日	<1次試験>10月24日 <2次試験>12月16日～18日※		
防衛医科大学校 看護学科学生 (自衛官候補看護学生)		7月1日 ＼ 10月2日	<1次試験>10月17日 <2次試験>12月5日・6日※		
自衛隊奨学生	技術 大学3・4年次または大学院 (専門職大学院を除く。) 修士課程在学 (正規の修業年限を終わる年の4月1日現在で26歳未満 (大学院修士課程在学者は28歳未満))	6月2日 ＼ 10月9日	11月7日・8日	[学資金] 月額：80,000円	
予備自衛官補	技能 一般 18歳以上で各種国家免許資格などを有する方 18歳以上52歳未満の方	5月23日 ＼ 9月10日	9月12日～10月4日※	[身分] 非常勤特別国家公務員 [教育訓練招集手当] 日額：8,800円	

※試験日については、試験期間のうち1日指定されます。 ◎詳細は以下までお問い合わせください。 処遇については、令和8年1月現在のものです。



〒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

三沢募集案内所▶
instagram



DIGITAL.MISAWA

個別相談QR

★個別に相談に応じます。
二次元コードから申し込み



※ 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

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

寄贈いただきました

7/15 東北町商工会女性部



▲鈴木かく子部長（左）東北小学校 江渡富貴子校長（右）

東北町商工会女性部（鈴木かく子部長）が、東北町全小中学校へ手作りの雑巾40枚ずつを寄贈しました。

8/17 青森県東部地区 郵便局長会上北北部会



▲左から中野渡広子夫人会会長 中野渡寿乙供郵便局長 長久保町長 小野裕徳甲地郵便局長 田中康雄上北郵便局長

郵便局長会上北北部会（部会長・中野渡寿乙供郵便局長）と同部会夫人会（中野渡広子会長）は、町へ乳児用紙おむつ約10万円分を寄贈しました。寄贈された紙おむつは、今年度生まれた子どもがいる世帯へ順次配布予定です。

法人関係税は インターネットで申告できます

地方税ポータルシステム「eLTAX（エルタックス）」を利用して、インターネットによる法人関係税（法人県民税・法人事業税・特別法人事業税）の申告受付を行っています（※）。

▶利用できる手続き

法人関係税（法人県民税・法人事業税・特別法人事業税）の申告および納税（共通納税システム）

▶利用できる方

納税者（税理士等代理人を含む）

※令和2年4月1日以後に開始する事業年度から、一定の法人が行う法人県民税・法人事業税・特別法人事業税の申告は、eLTAXによる提出が義務化されています。

■お問い合わせ

青森県上北県税事務所 課税課
TEL 0176-22-8111（内線210）



▲利用方法などはこちら

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。

原子力施設関連業務への参入を支援する人材育成研修の開催

浸透探傷試験【実技試験対策】

- ▶実施日 11月4日(水)
- ▶申込締切 9月30日(水)

酸素欠乏・硫化水素危険作業主任者講習

- ▶実施日 11月11日(水)～13日(金)
- ▶申込締切 9月30日(水)

フルハーネス型墜落制止用器具特別教育

- ▶実施日 11月25日(水)
- ▶申込締切 9月30日(水)

▶受講料 無料

▶場所 青森原燃テクノロジーセンター

※その他の研修はホームページを確認ください。



◀申し込み
はこちら

■お問い合わせ

青森原燃テクノロジーセンター(委託事業者)

TEL 0175-63-4671

主催/青森県

個別避難計画の作成と提出のお願い

東北町では、災害時に自ら避難することが困難で支援を必要とする方を対象に「個別避難計画」の作成を進めています。令和8年度新たに作成対象となる方および令和7年度未作成の方へ案内を送付していますので、**10月31日(土)**までに提出をお願いします。

なお、個別避難計画を作成した方はご家族などと避難経路や避難場所などについて話し合い、浸水想定区域内にお住まいの方は洪水ハザードマップ(令和8年2月版7ページ)のマイ・タイムラインに避難方法などを記載し整理しておきましょう。また、自らの命は自らで守るために、年に1回を目安に避難訓練を実施するように努めましょう。



▲詳しくはこちら

■お問い合わせ 福祉課 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

JA十和田おいらせグループ (七戸町字笹田川久保 54-8)
新葬祭ホール
まごころホール 七戸
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 七戸町字笹田川久保 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
KCS 葬祭協同サービス

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

「指定ごみ袋以外のごみ袋」でのごみ収集を終了します

現在、臨時措置として行っている「指定ごみ袋以外のごみ袋」でのごみ収集は、今後「指定ごみ袋」が安定的に供給される見込みのため、**9月30日（水）**で終了します。

10月1日（木）からは「指定ごみ袋」のごみだけ収集しますのでご理解と、ご協力をお願いします。

■お問い合わせ

中部上北清掃センター TEL 0175-63-2336／東北町役場 保健衛生課 TEL 0176-56-2933

非常持ち出しセットを寄贈しました

6月29日、中部上北危険物保安連絡協議会（石田富也会長）が、幼い頃からの防災意識の向上を目的とし、中部上北幼年消防クラブ育成協議会（竹内鉄造会長）へ所属する町内すべての保育施設に非常持ち出しセットを寄贈しました。贈呈式で石田会長は「クラブの活動に役立ててほしい」と話していました。



▲竹内会長（左）と石田会長（右）

公立七戸病院 診療放射線技師・臨床検査技師募集

- ▶ **募 集** 各1人
- ▶ **受験資格** 診療放射線技師・臨床検査技師の資格を有している方または令和9年3月31日までに診療放射線技師・臨床検査技師免許取得見込みの方
- ▶ **受付締切** **10月15日（木）** 採用者決定次第受付終了
- ▶ **試験内容** 一次選考：書類審査 二次選考：面接・小論文試験
- ▶ **採用月日** 令和9年4月予定
- ▶ **勤務形態** 8：15～17：00 週38時間45分（土・日・祝日の待機あり）
- ▶ **身 分** 地方公務員
- ▶ **給 与** 中部上北広域事業組合給与規定による
- ▶ **保 険** 社会保険、厚生年金
- ▶ **休 暇** 年次有給休暇、特別休暇等、当組合規定による

■申し込み・お問い合わせ

公立七戸病院 庶務課 TEL 0176-62-2105 〒039-2595 上北郡七戸町字影津内98-1

「令和8年度 あおもりの農山漁村フォトコンテスト」 作品を募集します！

青森県の農林水産業を営む人々の豊かな表情や伝統的な文化・行事、四季を通じた農山漁村の風景などを写真で募集します。たくさんのご応募お待ちしております♪

▶応募締切 **10月30日（金）**

▶応募方法 応募票（ホームページからダウンロード）に必要事項を記入の上、作品に添付し郵送またはメールでご応募ください。

■応募・お問い合わせ

— 農山漁村 — 水循環保全学会

〔事務局〕 青森県土地改良事業団体連合会 水利整備部 TEL 017-723-2404

〒030-0802 青森市本町二丁目6-19



▲詳しくはこちら



ぐるっとNAVI
上十三・十和田湖広域定住自立圏情報

三沢市 三沢マーケットキャラバン

昔懐かしの商店街に月に1度だけ現れる架空の商店街。毎回異なる40以上の屋台が並ぶストリートマーケットが現れます。歩行者天国になった商店街にどんなお店が並ぶかは、マーケットキャラバンのInstagramでご確認ください。

▶開催日時 **9月27日（日）12:00～19:00**

▶開催場所 三沢市中央商店街
(青森みちのく銀行三沢中央支店付近)

■お問い合わせ

三沢MarketCaravan事務局

mail: marketcaravan.misawa@gmail.com



▲Instagram
はこちら



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
- 👤 ストープ・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

→三沢方面

9月から10月は「行政相談月間」 あなたの「困ったな」を教えてください

町民の皆さまが、毎日の暮らしの中で、行政の仕事に関する苦情や意見・要望などがあった時に、身近な相談相手となるのは、行政相談委員（総務大臣が委嘱）です。

道路・河川、年金、医療保険、老人福祉、登記、労働基準、雇用保険、自動車検査・登録、窓口サービスなど、役所の仕事について、苦情や要望、困りごとがあるときには、お気軽にご相談ください。

相談は無料で、秘密は厳守します。

東北町の行政相談委員は

- ▶ 荒木 勝 さん（保戸沢）
- ▶ 金沢 明子 さん（栄 町）

10月は合同相談所を開設します。
詳しくは12ページをご覧ください。

■お問い合わせ 総務課 TEL 0176-56-3111

青森行政監視行政相談センターきくみみ青森 TEL 0570-090110

相続・遺言に関する講演会を開催します

- ▶ 日 時 10月9日（金）13：00～16：00（開場12：30）
- ▶ 場 所 小川原湖交流センター 宝湖館
- ▶ 定 員 30人
- ▶ 内 容 ①相続、準備していますか？（13：00～13：40）
②あなたの書いた遺言、法務局で預かります（13：40～14：00）
③遺言を作成してみませんか（14：10～15：00）
④質問応答（15：00～15：50）
※一部のみの参加はご遠慮ください
- ▶ 予約受付 9月7日（月）～ 定員に達し次第終了（平日9：00～17：00）
- ▶ 予約方法 電話または青森地方法務局十和田支局窓口

参加無料

要 予 約

■予約・お問い合わせ 青森地方法務局十和田支局 総務課 TEL 0176-23-2571

青森県行政書士会無料相談会

日常生活での困りごとや必要とする各種書類の作成について行政書士が無料で相談に応じます。

- ▶ 日 時 10月11日（日）14：00～16：00
- ▶ 場 所 市民活動ネットワークみさわ
三沢市松園町2-1-62
TEL 0176-52-7083

完全予約制

予約締切：10月1日（木）

■予約・お問い合わせ

青森県行政書士会上十三支部
TEL 090-1779-3491

10月1日は法の日

司法書士による無料法律相談会およびセミナーを開催します。※当日先着順

相談内容

相続・登記・成年後見・多重債務など

- ▶ 十和田会場 10月3日（土）10：00～15：00
市民交流プラザタワーレ
「多目的室2」
- ▶ 八戸会場 10月3日（土）10：00～15：00
ユートリー 4階「伝統工芸室」

■お問い合わせ

青森県司法書士 TEL 017-776-8398

国民年金

産前産後期間の国民年金保険料が
免除になります

産前産後期間として認められた期間は保険料を全額納付したものと扱われるため、老齢基礎年金の受給額に反映されます。付加保険料（月額400円）を納付することも可能です。

また、産前産後期間の保険料を納付されている場合は、該当期間分の保険料が後日、還付されます。

▶免除期間

- 単胎妊娠の場合 出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間
- 多胎妊娠の場合 出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間
- ※死産、流産、早産された方を含む

▶対象者

出産日が平成31年2月1日以降で、産前産後期間に国民年金第1号被保険者（※）である方
※20歳以上60歳未満の自営業者、農林漁業者とその家族、学生、無職の方

▶届出期間

出産予定日の6カ月前から届け出ができ、平成31年2月1日以降の出産であれば、出産後の届け出も可能です。

▶手続きに必要なもの

母子健康手帳

▶電子申請で手続きの場合

マイナポータルから、スマホで24時間365日、簡単に電子申請できます。



▲詳しくはこちら

■お問い合わせ

青森年金事務所 Tel 017-734-7495
町民課 Tel 0176-56-3111

ハロウィンジャンボ4億円

(1等2億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ4千万円

(1等2千万円・前後賞各1千万円合わせて)



この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円
9月16日(水) 2種類同時発売!

発売期間 9/16(水)~10/16(金)

公益財団法人青森県市町村振興協会

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

困った？ 住まいのトラブル!! 解決します!!

水まわり・台所
ボイラー・ストーブの修理
草刈りだってなんでも
ボクにオマカセ!!

便利くんスタッフが
ご自宅までご訪問いたします!!



かんぶん 便利くん
見積 無料

ぶんちゃん 通話無料 0120-151-999

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） ￥1,100（税込）

★リラクスマッサージ（45分） ￥3,300（税込）

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

東北町旭南1丁目31-903（しんどう佃煮様向かい） Tel 0176-56-4008

定休日／水曜日・木曜日・第2日曜日



◀公式
Instagram



◀公式
ホームページ



◀公式LINE

町立図書館の おすすめ 貸出図書

図書館へ
行こう！

一般書



飛燕
あさのあつこ／著
朝日新聞出版



実家じまいを考えたら
知りたいことが全部のってる本
渡部亜矢 他2名／監修
主婦の友社



性格ってなんだろう？
モヤモヤと向き合う心理学
小塩真司／著
河出書房新社

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。

児童書



戦場に散ったアスリート
大野益弘／著
ポプラ社



ラストで君は「まさか！」という
ゴールの向こう側
落合由佳 他3名／著
P H P



ごくらくから
てがみがとどきました
西村繁男／絵
教育画劇

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

都母短歌会参加者募集しています！

都母短歌会は東北町中央公民館で行われている公民館講座です。
現在の講師は木村美咲さん（青森市短歌連盟事務局長）になります。

5・6・7・9・10月の年5回、毎月第2木曜日の13：00～15：00まで開催されています。

一見難しいように感じる短歌を「楽しくわかりやすく」を目標に取り組んでいます。

町民の皆さまのお越しをお待ちしております。



■お問い合わせ 社会教育スポーツ課 Tel 0176-56-5180



戸籍の窓

令和8年7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	氏名	町名	保護者
石橋 迪 ^{ひゅう}	侑 ^{ゆう}	(内蛇沢・力也)	白取 莉 ^り	空 ^あ	(赤平・美鈴)
久保田 仁 ^に	湖 ^こ	(乙供栄町・エリナ)	大坂 柚 ^ゆ	月 ^{づき}	(新山・洸弥)
鳥谷部 凜 ^り	乃 ^の	(外蛇沢・咲貴)			



氏名	町名	氏名	町名
沼山 敬愛 ^あ	(夢内)	小野 雅和 ^あ	(新町)
蛸名 美乃 ^あ	(八戸市)	林 瑞季 ^あ	(新町)



氏名	年齢	町名	氏名	年齢	町名
野田頭 斗司夫	59	(表町)	阿部 俊瑞	88	(本町)
吹越 行雄	96	(蒼前)	和田 孝一	83	(本町)
清水目 貞雄	80	(下清水目)	榊 ミキ	99	(虫神)
蛸沢 ヨシ	87	(内蛇沢)	蛸名 石治	73	(南町)
本間 サクラ	101	(外蛇沢)	小笠原 憲二	64	(小川原)
鎌本 正明	74	(長久保)	蛸名 強	71	(上野)
藤田 忠雄	57	(上板橋)	東 昇	91	(旭町)
佐藤 吉定	91	(豊瀬)	長久保 照子	91	(本町)
蛸沢 政弘	68	(緑町)	小笠原 茂	87	(新町)

社会生活基本調査を実施します

この調査は、私たちが1日のうちのどれくらいの時間を仕事、家事、地域での活動などを行っているかなどを調査し、仕事と生活の調和の推進や少子高齢化対策などの政策に必要な基礎資料を得ることを目的としています。

10月上旬から中旬にかけて、調査員が調査をお願いする世帯に伺いますので、調査の趣旨をご理解いただき、ご回答をお願いいたします。

▶ 回答方法

インターネットまたは調査票

■ お問い合わせ

総務省統計局
統計調査部
TEL 03-5273-1093

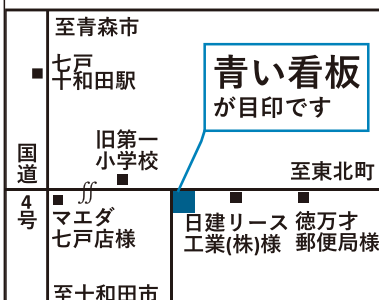
まちのうごき

(令和8年7月末現在)

区分	人口	前月比	前年同月比	その他(1月からの累計)	
男性	7,533人	-12人	-138人	出生	7人(43人)
女性	7,981人	4人	-174人	死亡	27人(183人)
合計	15,514人	-8人	-312人	転入	50人(315人)
世帯数	7,339世帯	13世帯	40世帯	転出	37人(327人)

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



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

9月生まれ

First Birthday

1歳になったよ!

11月生まれの申し込みの締め切りについて▶11月5日(木) 発行予定の広報→10月5日(月) 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。



ひなの
岡山日菜乃ちゃん
(表町)



りんか
中村 俐花ちゃん
(乙供本町)

■お問い合わせ 企画課 TEL 0176-56-3111

9月は世界アルツハイマー月間(認知症月間)です

9月21日は「世界アルツハイマーデー」と制定され、世界各地でこの日を中心にアルツハイマー病などの認知症の啓発活動を行っています。



「新しい認知症観」をご存じですか?

認知症ってなあに??

さまざまな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりするためにおこる脳の病気です。

新しいことが覚えられなくなったり、忘れたりしますが、感情や心身の力は残っています。

認知症になっても、一人一人が個人としてできること、やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができるという考え方です。

古い認知症観

- ①他人ごと、認知症になりたくない、目をそらす
- ②認知症だと何もわからない、できなくなる
- ③本人は話せない、声を聞かない
- ④おかしい言動で周りが困る
- ⑤危険重視、過剰制限しても仕方がない
- ⑥周囲が決める
- ⑦本人は支援される一方、負の存在
- ⑧認知症は恥ずかしい、認知症を隠す
- ⑨地域で暮らすのは無理
- ⑩暗い、萎縮、あきらめ、絶望的

新しい認知症観

- ①我がごと、お互いさま、向き合う、備える
- ②わかること、できることが豊富にある
- ③本人は声を出せる、声を聞く
- ④本人が一番困っている、本人なりの意味がある
- ⑤人権重視、自由と安全のバランス
- ⑥本人が決める(決められるように支える)
- ⑦本人は支え手でもある、経験者として大切な存在
- ⑧認知症でも自分らしく自然体で
- ⑨地域の一員としてともに暮らす
- ⑩楽しい、のびのび、あきらめず、希望がある

認知症ケアパス 認知症かな?と思ったら...

「認知症ケアパス」とは、認知症の人の症状や接し方、症状の進行に合わせ、どのような医療や介護などの支援を受けられるのかを示したものです。

町ホームページや、町内の介護事業所・医療機関・薬局の窓口にあります。

ぜひご利用ください。

■お問い合わせ 地域包括支援センター TEL 0176-56-3111

