

あなたとまちをつなぐ ふるさと情報誌

2026

10

No.258



TOHOKU





東北町秋まつり

東北町秋まつりが8月28日から8月30日にかけて開催されました。

初日は、山車の合同運行が力強く披露されたほか、各保育園による華やかなよさこい、ヒップホップダンスやブレイクダンス、東翔太鼓による演奏などで会場は盛り上がり、夜には、祭り囃子競演会が行われました。

中日は、仮装大会や保育園、彩湖舞姫会による催し、流し踊り大会が行われ、多くの人でにぎわいました。

祭り囃子競演会▶【町長賞】旭町町内会 / 仮装大会▶【町長賞】旭町町内会 / 流し踊り大会▶【町長賞】本町町内会





日の本中央まつり

日の本中央まつりが9月4日から9月6日にかけて開催されました。

前夜祭はカラオケ大会、初日は東北中学校吹奏楽部による演奏や各保育園によるオータムフェスタ、ヒップホップダンス、町内合同運行やステージショーが行われました。

最終日は流し踊りや神楽囃子・祭り囃子共演会、ナニャドヤラ大会が行われ、最後はたいまつ火祭りと花火大会で締めくくられました。

ナニャドヤラ大会▶【最優秀賞】甲地婦人会



第60回 中部上北中学校英語スピーチコンテスト

8月25日、七戸中央公民館で中部上北中学校英語スピーチコンテストが開催されました。暗唱の部（学年別）と創作の部に東北町からは8人、七戸両町の計4校から15人が出場し、英語力やスピーチのアピール性、表現力などを競いました。

また、暗唱の部1位に輝いた横山心美さん（上北中1年）は、9月4日に三沢市で行われた「第58回上北地方中学校英語弁論大会」に出場しました。惜しくも入賞を逃しましたが、横山さんは「今回の悔しい気持ちを糧に、来年リベンジしたい。」と話してくれました。



▲暗唱の部1位に輝いた横山心美さん



▲上北中学校



▲東北中学校

第41回 わかさぎマラソン大会

9月12日に開催された第41回わかさぎマラソン大会には、1,440人が参加し、小川原湖をのぞむ絶景のコースで健脚を競いました。ゲストランナーに湯田友美さん（元実業団ワコール所属）を迎えたほか、実業団時代のチームメイトで東北町出身の野田頭美穂さんも駆けつけ、大会は盛り上がりました。



8/23 子ども会ボウリング大会



東北町子ども会育成連絡協議会（上村英樹会長）ではボウリング大会を開催しました。参加した子どもたちの元気な笑顔と声援に包まれました。

8/24~28 社会貢献あいさつ運動



東北町青少年健全育成町民会議（蛸澤正雄会長）は、青少年の健全な育成のため、町内5つの小中学校であいさつ運動を行いました。

9/12~13 日の本まなか市



みどりの大地とロマンの森公園で「日の本まなか市」が開催されました。古民家まなかを中心に移動型の商店街が出現し、町内外からたくさんの人でにぎわい、飲食や体験型イベントを楽しんでいました。

9/18 人権教室



上北小学校で人権擁護委員による人権教室が開催され、児童たちは映像や意見交換を通じて思いやりの心や人権について理解を深めました。

また、「しじみーる」も啓発物品を配付し、「じんけん大使」として活動しました。

9/14 青の煌めきあおもり国スポ協賛企業感謝状贈呈式

青の煌めきあおもり国スポ東北町実行委員会は、国スポの開催にあたり、実行委員会から協賛企業の皆さまに感謝状を贈呈しました。

【協賛企業一覧】※順不同

株式会社ホクエツ東北／家具・事務機の黒川／青森みちのく警備保障株式会社／十和田おいらせ農業協同組合上北支店／小川原湖漁業協同組合／東北町建設業協会／東北建設株式会社／東北町森林組合／株式会社サンデー／ゆうき青森農業協同組合／プライフーズ株式会社



LINEで専門家に相談！からだ・こころのヘルスケア相談

町ではさまざまな「からだ・こころのお悩み」について、専門家のサポートが受けられる「東北町ヘルスケアLINE相談事業」を実施しています。

24時間無料で「いつでも どこでも 誰でも」匿名でご利用できますので、一人で抱え込まずにお気軽にご活用ください！

不妊治療
結婚して1年。
そろそろ病院に
行ってみるべき
のかな。

からだ・健康相談
なんだか調子が悪い。
どうすればよいか
悩んでいる。

更年期
最近身体が
ほてって仕方ない。
これって更年期？

月経・PMS
おなかが痛くて
動けないこともある。
病院は怖くて
行けていない。

育児
イヤイヤ期とは
わかっていても、
今、育児がづらい。

パートナーとの関係
相手に遠慮して
なかなか思っていることが
言えていないかも。

こころの悩み
次々と悩みが
浮かんできて、
夜眠れていない。

安心して 相談できる場所が あります



✓ ご相談内容を専門家チームが分析し、
あなたに最適なアドバイスを
お届けします。

✓ 匿名で、時間・場所を問わず、
テキストやZoom等で
気軽にご相談いただけます。

ご利用方法



STEP1

LINEの「友だち追加」から
「QRコード」または
「ID検索」で登録してください。
LINE ID: @famione-support

STEP2

新規会員登録いただく際は
クーポンコード「thk東北町〇〇」
をご入力ください。

※〇〇にはお住まいの字名が入ります 例:thk東北町字膳前

東北町在住の方 限定クーポンコード

無料で利用できます

クーポンコード

thk東北町〇〇

※〇〇にはお住まいの字名が入ります
例:thk東北町字膳前

無料

※LINEを利用される皆様の個人情報には適切に管理していますので、安心してご利用いただけます。相談のやりとりは個人情報の取扱いからLINEチャット上では行いませんのでご安心ください。

新型コロナウイルス感染症予防接種およびインフルエンザ予防接種を実施します

接種は義務ではなく、本人の希望によるものです。新型コロナウイルスワクチンとインフルエンザワクチンの接種間隔に規定はなく、医師が認める場合は同時接種も可能です。

【新型コロナウイルス感染症予防接種】接種期間：10月15日（木）から令和9年1月30日（土）まで

- ▶対象者 ①65歳以上の方（昭和36年12月31日までに生まれた方）
②60歳以上65歳未満の方で心臓、腎臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方（身体障害者手帳1級相当）
- ▶費用 自己負担4,500円（医療機関の窓口でお支払いください。）※生活保護受給者は無料です。

【インフルエンザ予防接種】接種期間：10月15日（木）から令和9年1月30日（土）まで

- ▶対象者 ①65歳以上の方（昭和36年12月31日までに生まれた方）
②60歳以上65歳未満の方で心臓、腎臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方（身体障害者手帳1級相当）
③生後6カ月から中学3年生（年度内年齢15歳）までの方
- ▶費用 無料（1人1回に限り、町が負担します。）
- ▶その他 接種の際は予診票の記入が必要です。自分で署名できない場合は代筆者（家族等）の署名がないと接種できません。お子さまの予診票には保護者の方の署名が必要です。
- ▶接種できる医療機関（受付時間については、案内文を確認または各医療機関にお問い合わせください。）

町内医療機関	ちびき病院※／すみれ内科クリニック※／吉田内科医院／小川原湖クリニック／旭日クリニック
公立七戸病院 （要予約）	新型コロナウイルス感染症予防接種期間：令和8年12月1日～令和9年1月29日 インフルエンザワクチン予防接種期間：令和8年10月15日～令和9年1月29日

※ちびき病院は、新型コロナウイルス感染症予防接種のみ要予約、すみれ内科クリニックは、新型コロナウイルス感染症予防接種・インフルエンザワクチン予防接種ともに要予約、そのほか町内医療機関はどちらも予約不要。

▶介護施設での接種について

介護老人保健施設 えぼし・ナーシングセンター柏葉に入所している方は、施設での接種が可能です。

▶払い戻しについて

接種期間内に、町が指定する医療機関以外で接種した場合は、令和9年3月31日までに申請することで、町が定める限度額の範囲内で接種費用が払い戻しされます。

■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

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
→三沢方面

医療用ウィッグ・人工乳房などの購入費を一部助成します

がん治療により外見の変化を受けた方へ、療養生活の質の向上を図るため、医療用ウィッグや人工乳房などの購入費の一部を助成します。

- ▶ **対象者**
- ・申請時に、東北町に住所がある方
 - ・がん治療を受けた方 または 治療中の方
 - ・過去に他の自治体が実施する同様の助成を受けていない方

- ▶ **対象用品**（令和8年4月1日以降に購入したものに限る）

頭部補整具

- ▶ 医療用ウィッグ
- ▶ ウィッグ装着用ネット
- ▶ 毛髪付き帽子

胸部補整具

- ▶ 人工乳房
- ▶ 補整下着
- ▶ 補整用パッド



◀ 必要書類および
詳しくはこちら

- ▶ **助成金額** 購入金額の1/2（上限3万円）

- ▶ **申請方法** 購入した日の翌日から1年以内に保健衛生課に申請してください。

■ お問い合わせ 保健衛生課 Tel 0175-63-2001

10月は「がん検診受診率向上に向けた集中キャンペーン月間」です

がんは早期発見・早期治療によって90%以上が完治すると言われていますが、初期段階では自覚症状がほとんどありません。そのため、症状が無くても定期的にがん検診を受けることが大切です。

町では対象の方に無料でがん検診を実施していますので、今年度まだ検診を受けていないという方は、ぜひこの機会に受診しましょう。



▲対象年齢や受診方法、日程などはこちら

■ 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

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
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

▶HP・インスタにて
施工事例更新中！

後期高齢者医療被保険の皆さまへ

1. 保険料が年金から天引き（特別徴収）されている方へ

年金から徴収される保険料額は以下のとおりです。

▶令和8年4・6・8月……………令和8年2月と同額を徴収済み（**仮徴収**）

▶令和8年10・12・令和9年2月 ……令和8年7月に決定した保険料の年額から、仮徴収額を差し引いた残金を分割して徴収（**本徴収**）

※徴収額は、7月に送付済みの後期高齢者医療保険額納入通知書等でご確認ください。

2. かかりつけ医・かかりつけ薬局を持ち、お薬手帳は1冊にまとめましょう

「かかりつけ医」があると、体質や持病を理解した上で助言してもらえたり、必要に応じて専門の医療機関を紹介してもらえたりするので安心です。

また、普段から何でも相談できる「かかりつけ薬局」があると、複数の医療機関の処方内容を確認し、飲み合わせや重複をチェックしてもらえるため安心です。

■お問い合わせ 町民課 TEL 0176-56-3111 / 青森県後期高齢者医療広域連合 TEL 017-721-3821

平成25年8月以降に生活保護を受けていた世帯へ 追加給付のお知らせ

- ▶対象 ・平成25年8月～平成30年9月の間に生活保護を受給したことがあるすべての世帯
・平成30年10月～令和8年3月に受給した世帯のうち、**入院・施設入所していた**または**障害者加算などの加算がされていた方がいる世帯**および**12月期末一時扶助費が算定された世帯**
- ▶手続き 現在生活保護受給中の世帯は手続きは不要です。
過去に受給していた世帯は手続きが必要になります。
- ▶給付額 当時の年齢・世帯人数・受給期間などの状況により異なるため、詳しくはお問い合わせください。



■お問い合わせ 青森県生活保護費追加給付事務センター TEL 0120-272-770

▲詳しくはこちら

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

寮・食堂の調理・賄いスタッフ募集！（契約社員・パート）

【社員食堂の調理スタッフ】

○作業内容 調理、盛り付けなど
○給 与 **214,000円～**
○勤務時間（シフト制） 6：00～14：50
10：40～20：00
8：10～18：00
○休 日 週休2日（シフトによる）

【社員食堂の賄い作業スタッフ】

○作業内容 調理補助、盛り付け、食器洗浄など
○給 与 **180,000円～**
○勤務時間（シフト制） 8：00～17：00
○休 日 週休2日（シフトによる）
※勤務時間についてはご相談下さい！

【社員寮の賄い作業スタッフ】

○作業内容 調理補助、盛り付け、食器洗浄など
○給 与 **177,500円～**
○勤務時間（シフト制） 6：00～15：00
12：00～21：00
8：00～17：00
○休 日 週休2日（シフトによる）
※勤務時間についてはご相談下さい！

〈就業場所〉六ヶ所村日本原燃（株）構内事務所・レイクタウン寮・千歳寮等
〈待 遇〉通勤交通費、有給休暇有り、福利厚生手当有り、被服貸与

資格・経験・年齢は不問です。まずはお気軽にご連絡ください。

（連絡先）むつ小川原原燃興産株式会社
TEL 0175-72-3666 担当：新道

三沢飛行場周辺の騒音区域見直しに伴う 「防音工事・空気調和機器機能復旧工事・防音建具機能復旧工事」の 希望届の提出はお早めに

国による三沢飛行場周辺の騒音区域の見直し（令和8年3月16日付け告示）に伴い、令和9年10月1日に新区域が適用されます。

これに伴い、今回、騒音区域から外れる区域にお住まいの方または新第一種区域内に残る方で、従来の工法による住宅防音工事を希望される方はお早めに「住宅防音工事希望届」を提出してください。

▶対象となる工事と補助率

- ・防音工事：補助率10／10（限度額の範囲内）
- ・住宅防音工事により設置され、工事完了の日から10年以上経過し、不具合などにより更新を予定している空気調和機器（FFストーブ・エアコン・換気扇など）の復旧工事：補助率 9／10
- ・工事完了の日から10年以上経過した防音アルミサッシから防音樹脂サッシへの復旧工事：補助率10／10

▶提出締切

1. 騒音区域見直しに伴い、騒音区域から外れる区域にお住まいの方……令和9年 9月30日
※期限を過ぎると住宅防音工事の対象外となりますのでご注意ください。
2. 新第一種区域内に残る方で、従来の工法による工事を希望する方……令和8年12月28日
※期限を過ぎて希望届を提出された場合は、新工法（令和9年10月1日以降の工法）による工事のみとなります。

詳しくは、東北防衛局ホームページまたは広報とうほく4月号をご確認ください。

また、住宅防音工事希望届は、東北防衛局ホームページを確認または建設課に設置しています。



▲詳しくはこちら



▲希望届はこちら

■お問い合わせ 東北防衛局コールセンター TEL 0570-000-585（受付時間9：00～18：00・土日祝除く）
建設課 TEL 0176-56-3111

土砂災害警戒区域の現地調査を実施しています

青森県では、土砂災害防止法に基づく現地調査を行い、土砂災害警戒区域などを指定しています。

東北町は平成31年に指定され、警戒避難体制の整備を進めるほか、新たな区域指定に向けた現地調査を行っています。

調査員が個人の土地に立ち入り、斜面などの状態を確認することがありますので、ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

▶調査終了月 令和8年12月（予定）

- ▶調査員 青森県職員のほか、調査業務受注者（株式会社 測地コンサルシステム）
※上北県土整備事務所長が発行する身分証明書を携帯していますので、不審な場合は身分証明書の提示を求めてください。

■お問い合わせ 上北県土整備事務所河川砂防施設課 TEL 0176-23-4350



農林水産業補助事業の要望調査をします！

令和9年度農林水産業関係補助事業に係る事前要望調査

今後実施が見込まれる補助事業のニーズを把握するため、事前要望調査を実施します。希望者は必要書類を期限までに提出してください。

なお、今回の事前要望調査に申請された方は、町が農林水産業用機械導入事業等を行う際の**採択を優先する**場合がありますので、令和9年度に補助事業の活用を検討されている方は忘れず提出をお願いします。

- ▶ **対象者** 町内の農林水産業者（個人・法人など）
- ▶ **申請対象機械等** 農林水産業用機械・農業用パイプハウス（水稻育苗用ハウスを含む）・農業用ドローン資格取得費用など令和9年4月以降に事業着手する予定のもの
- ▶ **申請時にお持ちいただくもの** ①事前要望調査票（様式はホームページまたは農林水産課窓口にあります。）
②見積書およびカタログ（1社分）
- ▶ **申込締切** 10月30日（金）
- ▶ **その他** この事前要望調査は令和9年度の予算要求の参考とするため行うものであり、**補助事業の実施や補助金の交付を確約するものではありません**。事業については、令和9年度予算成立後に、要望調査などを行いますのであらかじめご了承ください。

■お問い合わせ 農林水産課 TEL 0176-56-3111

県民みなで！「あおもり防災チャレンジ」

青森県では10月29日（木）から11月12日（木）までの期間を「あおもり防災ウィーク」とし、県内一斉に訓練や防災に関する取り組みをしていただく期間を設けます。

「いざというとき」に備えるため、訓練への参加や防災に関する取り組みにチャレンジしましょう。

「あおもり防災チャレンジ」の例

- ・11月5日（木）10：00の防災行政無線などの合図とともに、頭などを落下物から守る県下一斉「シェイクアウト訓練」にチャレンジ
- ・備蓄品の準備・確認にチャレンジなど



▲防災チャレンジへの登録はこちら



▲詳しくはこちら

■お問い合わせ 青森県防災危機管理課 TEL 017-734-9181

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)
国道4号線 笹田川久保交差点そば

新葬祭ホール まごころホール 七戸

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

金	土
6	7 生き活き産業文化まつり
13	14 ◎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
20 献血 時) 10:00~16:00 ※休憩12:30~13:45 場) 東北町役場本庁舎	21 駅前にぎわい(乙供市日) 時) 8:00~15:00 場) 乙供駅前 ◎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
27	28

生き活き産業文化まつり

センター周辺)と東北会場(北総合運動公園)の2会場でのシャトルバスを運行します。

・ 8日(日)
00

7日9:00から
行います。



皆さまの
ご来場を
お待ちしております。

6-56-3111

暮らしの相談会もあるよ

11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

- ▶ 2日(月) 10:00~12:00 本庁舎2階 小会議室
- ▶ 18日(水) 9:30~11:30 東北町老人福祉センター 教養娯楽室

■お問い合わせ 総務課 Tel 0176-56-3111

人権相談・暮らしの相談会

差別、家庭内や隣近所とのめめごとなどの相談

- ▶ 2日(月) 10:00~12:00 本庁舎2階 小会議室
- ▶ 17日(火) 10:00~12:00 コミセン1階 和室

■予 約 先 弁護士法人 青空と大地 Tel 0176-21-5162

■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

- ▶ 18日(水) 9:30~11:30 東北町老人福祉センター 教養娯楽室

■お問い合わせ 東北町社会福祉協議会 Tel 0175-63-2717



東北町のおいしいもの、楽しい体験、元気なステージが大集合!

特産品の販売・試食をはじめ、町の魅力を紹介するPRコーナーや体験コーナー、抽選会など、みんなで楽しめる内容が盛りだくさんです。

ぜひ会場へお越しください。

- ▶ 日時 11月1日(日) 11:00~15:00
- ▶ 場所 イオンモール下田 1階 西コート
- ▶ 内容
 - ・東北町HIP HOP DANCEスポーツ少年団×しじみーる
 - ・特産品の販売および試食
 - ・東北町のPRコーナー
 - ・子どもから大人まで楽しめる体験コーナー
 - ・ワクワクのお楽しみ抽選会

■お問い合わせ 企画課 Tel 0176-56-3111

2026
11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、参加費は別途必要です。

■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

日	月	火	水	木
1 東北町まるごとフェア 駅前にぎわい（乙供市日） 時) 8:00～15:00 場) 乙供駅前	2 行政相談・人権相談・暮らしの相談会 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)	3 文化の日 まなか食堂 ― 晩秋 ―	4	5
8 生き活き産業文化まつり 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) 献血 時) 9:00～15:00 場) 上北保健福祉センター	9	10	11 駅前にぎわい（乙供市日） 時) 8:00～15:00 場) 乙供駅前	12 夜間納税相談窓口 時) 17:00～19:00 場) 税務課(本庁舎)
15	16 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	17 認知症フォーラム 詳しくは19ページ 集団健診 ※要予約 時) 受付7:30～10:00 場) 東北町民体育館 人権相談・暮らしの相談 時) 10:00～12:00 場) コミセン1階 和室	18 行政相談・心配ごと相談 時) 9:30～11:30 場) 東北町老人福祉センター 教養娯楽室	19
22	23 勤労感謝の日	24 集団健診 ※要予約 時) 受付7:30～10:00 場) 東北町民体育館	25 集団健診 ※要予約 時) 受付7:30～10:00 場) 東北町民体育館	26
29	30	納期限 2日(月) ▶ 町県民税第3期 ▶ 国民健康保険税第4期 ▶ 介護保険料第4期 ▶ 後期高齢者医療保険料第4期 30日(月) ▶ 固定資産税第4期 ▶ 国民健康保険税第5期 ▶ 介護保険料第5期 ▶ 後期高齢者医療保険料第5期		東北町 上北会場(町民文化センター) 開催です。町民バス・シ 日時 11月7日(土) 9:00～15:00 開幕セレモニーは上北会場で行われます。 ■お問い合わせ 農林水産課 TEL 017

中部上北広域事業組合議会

◎令和8年第2回定例会

令和8年第2回定例会は、7月22日に開会し、8月3日までの13日間の日程で行われました。

議案審議により、全案件が原案のとおり承認、認定、可決されました。

審議された議案につきましては、中部上北広域事業組合ホームページをご覧ください。

■お問い合わせ 中部上北広域事業組合議会事務局 TEL 0176-62-5151

令和8年 秋の火災予防運動

10月19日（月）から25日（日）までの7日間、県下一斉に「秋の火災予防運動」が実施されます。

これからの時季は空気が乾燥し、火災が起こりやすくなりますので、火の取扱いには十分注意をしましょう。

住宅用火災警報器を取り付けていないご家庭は早めの設置をお願いします。また、設置しているご家庭は電池切れや故障していないか確認しましょう。

10月16日（金）は、消防車両による町内パレードを行いますので、火災と間違わないようにしてください。

全国統一防火標語
「火の確認 いい日を支える いい習慣」



■お問い合わせ 東北消防署 TEL 0175-63-2520
上北消防署 TEL 0176-56-2119
東北町総務課 TEL 0176-56-3111

令和8年度もみのき学園祭

▶日時 令和8年10月17日（土）10：00～13：00

▶場所 七戸町字蛇坂45-2 公立もみのき学園

▶内容 写真展示、模擬店、食事提供など



■お問い合わせ 公立もみのき学園 TEL 0176-62-3161

令和7年度 公立七戸病院事業決算の概要

業務状況については、年間延入院患者数 17,311人で前年度より 3,325人増加し、年間延外来患者数 37,531人で 4,176人減少しました。

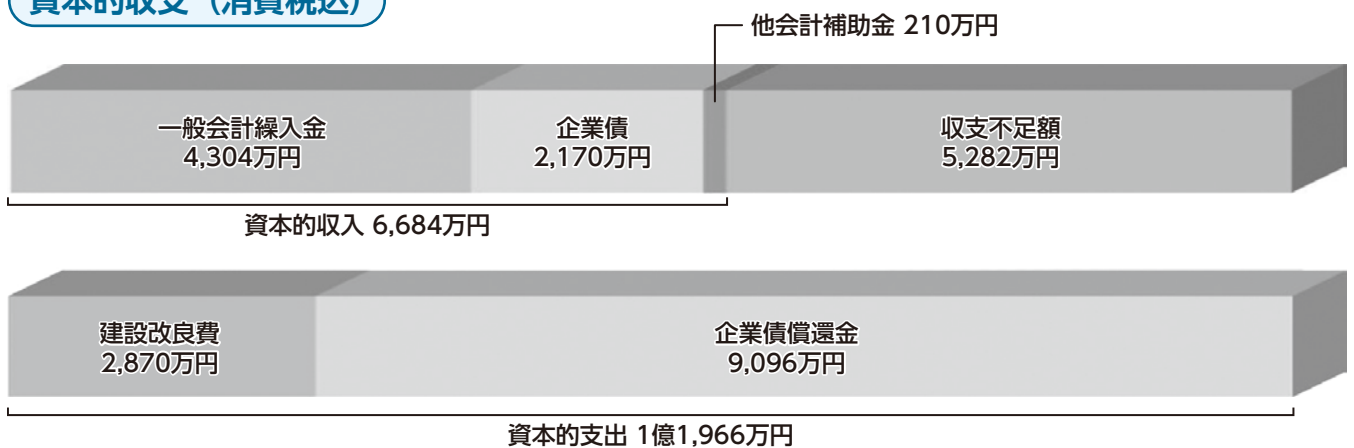
経営状況については、病院事業収益（収益的収入）は 18億9,042万円、病院事業費用（収益的支出）は 19億2,290万円となり 3,248万円の純損失となりました。

令和7年度も常勤医師3名と医師不足の中、入院収益は増収でありましたが、外来収益等の減収、物価高騰などにより一層厳しい経営状況となりました。今後も医師派遣要請と各方面への働きかけを継続するとともに、地域特性に応じた病院運営と、地域住民から信頼され愛される病院を目指して職員全員で努めてまいります。

収益的収支（消費税抜）



資本的収支（消費税込）



病院事業業務報告

●入院・外来患者数

		令和6年度	令和7年度
入院	延べ数	13,986人	17,311人
	1日平均数	38.3人	47.4人
外来	延べ数	41,707人	37,531人
	1日平均数	171.6人	155.1人

●健康管理センター利用者数

	令和6年度	令和7年度
人間ドック・その他検診	1,671人	1,500人
生活習慣病予防検診	952人	965人
事業主健診	1,043人	1,006人

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

有機溶剤作業主任者技能講習

- ▶実施日 12月3日(木)～4日(金)
- ▶申込締切 10月16日(金)

酸素欠乏・硫化水素危険作業主任者講習

- ▶実施日 12月9日(水)～11日(金)
- ▶申込締切 10月16日(金)

特定化学物質及び四アルキル鉛等作業主任者技能講習

- ▶実施日 12月17日(木)～18日(金)
- ▶申込締切 10月16日(金)

▶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

昼休み時間は県税窓口業務を停止します

青森県では、適切な執務環境の確保等のため、令和8年10月1日(木)から、各県税事務所の昼休み時間(12:00～13:00)の窓口業務(来庁者および電話の受付)を停止します。

皆さまにはご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。

■お問い合わせ 青森県上北県税事務所 納税管理課 Tel 0176-23-4241

あおもり性暴力被害者支援センター

レイプや不同意わいせつなど、性犯罪・性暴力の被害にあわれた方やそのご家族などからの相談を受け、要望に応じた必要な支援をコーディネートします。

「りんごの花ホットライン」(専用相談電話)

▶Tel 017-777-8349 または #8891 **秘密厳守** ※専門の研修を受けた相談員が対応します。

▶相談受付時間 月～金(9:00～17:00)

※時間外、土・日・祝日・年末年始は、国のコールセンターにつながります。

■お問い合わせ 青森県県民活躍推進課 Tel 017-734-9228

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)

★リラックスマッサージ(45分) ￥3,300(税込)

アルビオン・エレガンス アンファーマ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

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・専攻学科等を卒業後、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。	
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方	9月15日 11月20日	<1次試験> 11月28日～12月6日* <2次試験> 1月7日～1月13日*	[初任給] 月額：239,500円 (高卒)	別途連絡
2等陸・海・空士 (任期制)		年間を通じて	別途連絡	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）または高専3年次修了者（見込）	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	
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	
陸上自衛隊 高等工科学校生徒	推薦 男子で中卒（見込）15歳以上17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる方	10月1日 11月27日	令和9年1月9日～11日*	[生徒手当] 月額：147,700円	
	一般 男子で中学卒（見込）15歳以上17歳未満の方	令和8年10月1日 令和9年1月14日	<1次試験> 令和9年1月23日・24日* <2次試験> 令和9年2月11日～14日*		

※ 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：08：45～17：30）
E-mail：aomori.pco.misawa@rct.gsdf.mod.go.jp

三沢募集案内所 ▶
instagram



JIEITAL.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

歯周病検診を実施しています

歯周病を放っておくと、歯を失うだけでなく、糖尿病や心疾患との関係も指摘されています。
10年に一度の貴重な機会ですので、ぜひ受診しましょう。

- ▶ **対象者** 令和9年3月31日までに20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる方
※対象者には4月に個別通知しております
- ▶ **期 間** 令和9年3月31日まで
- ▶ **料 金** 無料 ※治療は保険診療扱いのため自己負担あり
- ▶ **医療機関** 町内の歯科医院 ※要予約
- ▶ **持 ち 物** マイナンバーカード・案内文書



■お問い合わせ 保健衛生課 Tel 0175-63-2001

元関脇 陸奥嵐の等身大パネルを 中央公民館へ

旧千曳小学校に保管されていた大相撲の元関脇
陸奥嵐（千曳地区出身）＝本名南幸雄さん＝の等
身大パネルが中央公民館に移設されました。

パネルは1973年、千曳中同窓会が千曳小学校に
寄贈したものです。



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。

寄付・寄贈いただきました

8/25 松橋洋司さん

松橋洋司さんが、長年撮影してきた小川原湖の写真を町へ寄贈しました。「小川原湖の撮影は生きがいで、楽しませてきてくれたから恩返しをしたい」という感謝の思いから贈られました。寄贈された写真はコミュニティセンター未来館1階に飾られています。



▲松橋さん（左）長尾教育長（右）

8/26 東北町商工会 青年部



東北町商工会青年部（吹越喜崇部長）は、町のイベントで集まった募金を「小川原湖プロジェクトへの活動に役立ててほしい」と想いを込めて町へ寄付しました。

9/15 有限会社 中勇商店



有限会社中勇商店（中村章二代表）は、東翔太鼓、上板橋剣舞踊保存会、彩湖舞姫会、小川原神楽連中保存会、東北町スポーツ振興基金へスポーツと文化振興に役立ててほしいと寄付しました。

参加無料

認知症フォーラム ～みんなで話そう これからのこと～

青森県で認知症の普及啓発活動を行っている認知症希望大使（認知症と診断されたご本人）が発症前後の経験や思いをお話します。認知症のこと、これからのことを一緒に考えてみませんか？

- ▶日時 11月17日（火）10:00～11:30
- ▶場所 小川原湖交流センター宝湖館 多目的ホール
- ▶内容 ○認知症希望大使による講演・交流会
○青森県若年性認知症総合支援センター紹介

※東北町老人福祉センター⇄宝湖館の送迎バスの利用を希望の方はご連絡ください。

行き 9:35 東北町老人福祉センター発 / 帰り 11:50 宝湖館発



■お問い合わせ 地域包括支援センター Tel 0176-56-3111



青森県上北地域連携事務所

ご当地グルメフェスタ！おいしい上北、いただきます

上北管内市町村の自慢のグルメが味わえるイベントです。

ゆるキャラ大集合や、スタンプラリーで特産品が当たる抽選会など、楽しい企画が盛りだくさん！

▶日 時 10月31日 (土) 10:00~14:00

※14時キックオフ (ヴァンラーレ八戸VSモンテディオ山形)

▶場 所 プライフーズスタジアム (場外エリア)



■お問い合わせ 青森県上北地域連携事務所 地域支援課 TEL 0176-22-8194

▲詳しくはこちら

十和田市

美術館ナイト婚活「Love in Night Museum」～アートと出会い、恋と出会う～

夜の美術館カフェスペースで、ステキな出会いを探してみませんか？

▶日 時 11月14日 (土) 17:30~20:30 (受付▶男性17:00~/女性17:10~)

▶場 所 十和田市現代美術館カフェスペース (十和田市西二番町10-9)

▶対 象 20歳以上49歳以下の独身の方 (学生は除く)

- ・男性は上十三・十和田湖広域定住自立圏在住
- ・女性は居住地不問

▶定 員 男女各20人 (申込多数の場合は抽選)

▶参加費 男性4,000円、女性2,000円

申し込みおよび
詳しくはこちら



申込期限
11月4日 (水)



■お問い合わせ 十和田市役所シティプロモーション課 TEL 0176-51-6712

東北町主催！出会い応援イベント Meet up TOHOKU — 秋色に染まる、ふたりの縁。 —

染め物体験や軽食を楽しみながら、ステキな出会いを探してみませんか？

MC (エフエム青森「金曜ラジmott!」パーソナリティ：d-iZe / 里村好美) による、男女別コミュニケーションレクチャーやイベント中の交流サポートもあります。

参加が初めての方や交流が不安な方なども安心してご参加ください。皆さまの参加をお待ちしています。

▶日 時 11月28日 (土) 10:30~14:00 (受付開始10:00~)

▶場 所 小川原湖交流センター「宝湖館」
(東北町大字上野字南谷地131)

▶持 ち 物 エプロン・上履き (備え付けのスリッパでよい方は不要)

▶対 象 東北町が好き、東北町をもっと知りたい20歳以上の独身の方 (学生は除く)

▶定 員 男女各16人 (申込多数の場合は抽選)

▶参加費 男性3,000円・女性1,000円 (染め物体験材料費含む)

▶講 師 東北町地域おこし協力隊：岩野 開人 氏

▶申込期間 10月14日 (水) 18:00~11月18日 (水) 18:00

※参加決定者には11月19日 (木) にお知らせ

MC



d-iZe



里村 好美



◀申し込み/
詳しくはこちら

■お問い合わせ 委託/㈱エフエム青森 TEL 017-735-1181
主催/東北町企画課 TEL 0176-56-3111

国民年金

年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。

▶対象となる方

- ・老齢基礎年金を受給し、以下の要件をすべて満たしている**65歳以上の方**
- ・世帯員全員の住民税が非課税
- ・前年の年金とその他所得額の合計が約93万円以下
- ・障害基礎年金・遺族基礎年金を受給し、前年の所得額が約492万円以下（扶養親族の数によって異なります）の方

▶請求手続き

①新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただける方

日本年金機構から9月初旬から中旬にかけて請求可能な旨のお知らせが送付されています。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し提出してください。

②年金を受給しはじめる方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または役場・町民課、東北支所で請求手続きをしてください。

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

生活道路の制限速度が「時速30[※]」に変わりました

令和8年9月1日から、中央線や車両通行帯のない住宅街などの生活道路では、最高速度の標識がない場合でも、法定速度が時速30[※]に引き下げられました。

※道路標識または道路標示により最高速度が指定されている道路では、従前どおり、標記速度が最高速度となります。



▲詳しくはこちら

■お問い合わせ

青森県警察 TEL 017-723-4211

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

ふんちゃん 通話無料 **0120-151-999** イー コイ キューキューキュー

第47回営大祭の開催

- ▶日 時 **10月31日（土）、11月1日（日） 9:00~14:00**
- ▶場 所 青森県営農高等学校（七戸町字大沢48-6）
- ▶主な内容 農畜産物および加工品販売、模擬店、学習成果道の展示、オープンキャンパス、生協販売コーナー
- ▶その他 第5回青森県農業機械・資材展示会（最新農業機械の展示）
※10月31日（土）のみ



▲詳しくはこちら

■お問い合わせ 青森県営農高等学校 TEL 0176-62-3111

町立図書館の おすすめ 貸出図書

図書館へ
行こう！

一般書



夜がまだ明けない
井上先斗／著
小学館



シヨートもロングも作れる！
毎日使えるパラコードストラップ
村上沙織／監修
日本ヴォーグ社



めくるめく絶滅の物語
46億年さかのぼり地球史
イ・ジョンモ／著
NHK出版

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



Newton 科学の学校シリーズ
星と星座の学校
渡部潤一／監修
NEWTON PRESS



隠れ最弱動物図鑑
今泉忠明／監修
サンマーク出版



ほらみてごらん
いもとようこ／作・絵
女子パウロ会

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

文芸ギヤラリー

都母短歌会

琴を弾く施設に風は吹き込みて
清しき音色にうるほひ与ふ

乙供洋子

けあらしの残る湖面にゆつたりと
羽づくろひせり二羽の白鳥

町屋紀美子

にぎにぎし窓辺に聞こゆ虫の声は
夜明けとともにしんと静もる

野田文子

嫁ぐ我に弥三郎節を歌へといふ
父は辛さに幸重ねよと

田沢泰子

十五夜は雨模様にて干し芋を
火鉢にあぶりラジオ聞きをり

木村美映



戸籍の窓

令和8年8月届出分

※原則町内に住所のある方で希望する方を掲載



誕生

氏名	町名	保護者
久保田 瑠乃	乃(切左坂・哲也)	
坂本 美桜	桜(沼崎本村・計)	
蛸名 恒志	志(上野・秀成)	



結婚

氏名	町名
天間 陸	陸(坂下町)
佐伯 雪那	那(乙供栄町)



おくやみ

氏名	年齢	町名
江刺家 トキワ	88(夫 雑原)	
野田頭 トメ	94(野田頭)	
濱中 駿三	93(館花)	
上崎 保	88(保戸沢)	
甲地 竹美	76(甲地)	

氏名	年齢	町名
山口 正雄	76(北栄)	
蛸澤 義弘	79(内蛸沢)	
石文 利光	78(石文)	
濱田 征二	77(南町)	
高松 ユキ	102(大浦)	

氏名	年齢	町名
山田 勇二	69(新町)	
阿部 政喜	90(才市田)	
新山 賢司	89(新山)	
野田 英子	62(上野)	

緊急地震速報訓練を実施します

11月5日(木)10時ごろ



お問い合わせ

総務課 Tel 0176-56-3111

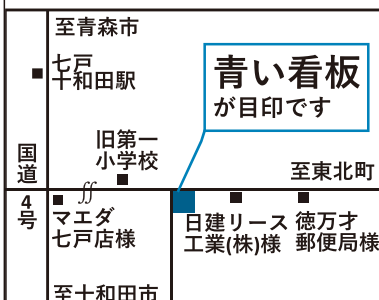
まちのうごき

(令和8年8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	7,521人	-12人	-134人	出生	3人(46人)
女性	7,966人	-15人	-183人	死亡	25人(208人)
合計	15,487人	-27人	-317人	転入	25人(340人)
世帯数	7,340世帯	1世帯	45世帯	転出	30人(357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

10月生まれ

First Birthday

1歳になったよ!



うた
佐藤 詩 ちゃん
(向 山)

12月生まれの申し込みの締め切り
について

▶12月2日(水) 発行予定の広報
→11月2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。

■お問い合わせ 企画課 Tel 0176-56-3111

令和8年度 成人式

▶日時 令和9年1月10日(日) 14:00 (受付は13:00~)

▶場所 東北町コミュニティセンター「未来館」

▶対象 平成18年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた方
(令和3年度中学校卒業生)

町内の方▶令和8年4月1日現在で、東北町に住所を有する方は、10月中旬に発送する案内
状に記載のとおり申し込みをお願いします。

町外の方▶令和8年4月1日現在、東北町に住所がない方で、東北町成人式に参加される方
は、電話またはメールにより必ず申し込みをお願いします。

■お問い合わせ 社会教育スポーツ課 Tel 0176-56-5180