



広報

じたん

No.256

2026
7

- 地域おこし協力隊紹介 ——— 2～3
- まちのできごとあれこれ ——— 4～5
- 保健情報 ——— 6～9
- 行政のひろば ——— 10～21
- 中北上北広域事業組合情報 ——— 22
- 図書情報 ——— 23
- お知らせ ——— 24～30

「赤とピンクに 囲まれて」

色鮮やかなバラが咲き誇る東八甲田ローズカン
トリーで、子どもたちがかわいらしい笑顔を見せ
てくれました。

6月13日から始まった「ローズシーズン2026」
は、19日に7,777人目の来場者を達成するなど、
今年も大盛況となりました。



location: ニッ森貝塚館

地域おこし協力隊とは？

都市部から地方に移住し、地域の様々な活動に取り組み国の制度です。七戸町では4月から新たに1名が着任し、現在4名で活動中！任期となる3年間、七戸町のみなさんと一緒に地域を盛り上げていきます！

七戸町 地域おこし 協力隊

新しい仲間！



アウトドアが好き

2024年度着任

関口 博道

1994年生まれ
東京都八王子市出身

アウトドア観光開発プロジェクト
『SOTOKURASHI』



— 町民のみなさんへ —
私は今年が地域おこし協力隊の最終年度ということで、体験会を開催して皆さんと関わられるように頑張っています。ぜひ遊びに来てください！

— 今後やってみたいこと —
現在東八甲田家族旅行村にてアウトドア用品のレンタルを行なっております。手軽に來られる様にデイキャンプ用品とモルックというフィンランド発祥のスポーツの用具貸出もしております。またブッシュクラフト体験の募集もしていますので、是非遊びに来てください！

— 協力隊になったきっかけ —
静岡県で林業に携わっていましたが、さまざまな理由から新しい道に進もうと考え、七戸町の地域おこし協力隊に応募しました。

アウトドアコミュニティ
SOTOKURASHI



鷹山宇一記念美術館
公式インスタ



生涯学習課
公式インスタ



— 町民のみなさんへ —
あつという間に2年目。七戸のみなさんの暖かさのおかげで、心はすっかり雪解け春模様です。町で見かけたら、ぜひ気軽に話しかけてくださいね。

— 今後やってみたいこと —
昨年は美術館、今年は文化まで守備範囲を拡大中。描いたり作ったりが好きなので、いつかまちのみなさんとも面白いものをつくれたらと思っています。6月スタートの鷹山宇一記念美術館「じゅら☆らぼ」ではスタッフとして参加中。らぼ生限定MSもありますので、高校生のみなさんぜひ◎

— 協力隊になったきっかけ —
将来を考えていた頃、絵画造形教室の先生のお話をいただく一方で、移住サイトで七戸町地域おこし協力隊の募集を発見。ギリギリまで悩みましたが、「美術を通して地域に関われるなんて最高では？」の気持ちで勝利。新天地・七戸を選びました。

古物集めが趣味

2025年度着任

木下 鈴菜

2000年生まれ
兵庫県川西市出身



町内の文化にまつわる
情報発信

カメラと登山に夢中

2025年度着任

吉澤 莉沙

1997年生まれ
埼玉県川越市出身

町内の魅力PR
情報発信



— 町民のみなさんへ —
今年で協力隊2年目になりました。私の写真を通して、町の魅力にそっと気づけるような、心温まるきっかけを作れたら嬉しいです。

— 今後やってみたいこと —
SNSを通して七戸町の魅力を日々発信中。町内の温泉を手書きで紹介した「しちのへゆめぐり手帖」は本当に多くの方が手にとってくださいました。現在は町内の美味しい魅力をたっぷりと詰め込んだ、グルメ冊子の制作に奮闘中です。皆さんがワクワクする素敵な一冊をお届けしますので、ぜひ楽しみに待っていてください！

— 協力隊になったきっかけ —
フォトグラファーとして活動する中で、その土地に寄り添う人やそこにかないものの温度を写したいと考えるようになりました。「写真で地域の魅力を伝えたい」という自分の想いとSNSでの魅力発信という活動ミッションが重なったことがきっかけです。

青森県七戸町公式
しちのへ
ミツケ隊！



スポーツ観戦が好き

2026年度着任

池ヶ谷 悟

1991年生まれ
茨城県古河市出身



youtubeを用いた
町の情報発信

— 協力隊になったきっかけ —
今まで住んだことがない地域に移住してみたい！と思っていたところ七戸町の協力隊の募集と出会いました。youtubeでの情報発信というミッションに興味を湧いて、しかも今まで東北地方は住んだことがなかったこともありやってみよう！となったのがきっかけです。

— 今後やってみたいこと —
町の公式youtubeチャンネル「しちのへちゃんねる」で町のお祭りなどの情報発信をしていきます。これから七戸町の良きところ、魅力をたくさん知ってほしいのでそれをyoutubeを通してお届けしていきたいです。

— 町民のみなさんへ —

youtubeの撮影で色々なところに出没(?)すると思います。もし見かけたらぜひ声をかけてください！

しちのへ
ちゃんねる



今年も町内の美化活動へ！七戸養護学校環境整備班が結団式を開催

青森県立七戸養護学校（伊藤良輔校長）で5月22日、環境整備班の結団式が開催されました。

同校の生徒たちは今年も地域と連携し、町内の道路や歩道の清掃、除草などの環境整備活動に取り組みます。式では生徒を代表し、高等部2年の佐々木郁人さんが「地域の皆さんに喜んでもらえるように精一杯頑張ります。機会があれば私たちの頑張りを見てもらえたらうれしいです」と決意を表明しました。



▲結団式に参加した生徒と田嶋町長（中央右）、伊藤校長（中央）、太田教頭（中央左）



▲懸命に綱を引く七戸小の児童たち

町内小中学校で運動会 一丸となって勝利を目指す

5月中旬から6月上旬にかけて、町内の小中学校で恒例の運動会が開催されました。

七戸小学校（熊谷純校長）では、児童たちが赤白に分かれて大奮闘。リレーでバトンを繋ぎ、綱引きでは全員が懸命に綱を引く姿が見られました。最後まで諦めずに全力を尽くす子どもたちへ、会場からは温かい声援が送られました。

ヤマメとイワナの稚魚放流 成長に期待

小川原湖漁業協同組合（鶴ヶ崎信宏組合長）は6月4日、作田川の上流でヤマメとイワナの稚魚約2万匹を放流しました。

当活動は、水産資源の保護を目的として3年前から行われているものです。当日は、平均体長4センチのイワナと、5センチのヤマメが川へと放流されました。

活動にあたった蛭名秀樹さんは「今日放流した稚魚が順調に成長し、豊かな水産資源の維持や増殖につながることを期待しています」と話しました。



▲稚魚を放流する蛭名さん

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられることを目指して協定を締結



▲左から移動スーパーとくし丸の木津オーナー、田嶋町長、欠畑社長、鳥谷部七戸支店長

6月9日、町は、株式会社スーパーカケモ（欠畑茂治代表取締役社長）との間で「高齢者等見守りに関する協定」を締結しました。

本町では高齢化率が40%を超え、移動手段の確保やサポート体制の構築が急務となっています。同社が7月から町内で開始する移動スーパー「とくし丸」は軽トラックに生鮮食品を含めた400品目以上の商品を乗せて高齢者宅まで出向き、見守りも兼ねて販売します。

締結式で欠畑代表取締役社長は「当社は、明治39年の創業時、七戸町で行商していた。本事業はまさに原点。先代が受けた恩を必ずお返しするという思いを込めて当地で『とくし丸』を走らせてまいりたい」と意気込みを語りました。

農作物の鳥獣害対策や担い手育成を議論



▲開催の趣旨について説明する寺澤会長

J A十和田おいらせ七戸支店で6月10日、七戸町まちづくり出前座談会が開かれました。J A十和田おいらせ七戸支店農業振興協議会（寺澤和夫会長）の会員15名が参加し、町長や農林課の職員と深刻化するイノシシによる農作物被害への防護策や捕獲体制の強化、新規就農者の育成支援など11項目について活発な意見交換を行いました。

出前座談会は町長や行政職員が指定の場所へ出向き、明日の七戸町について意見交換を行い、町の施策に反映させることで町と町民との協働のまちづくりをすすめるものです。随時お申込みを受け付けておりますので、企画調整課（☎68-2940）までお問い合わせください。



詳細は町ウェブサイトをご覧ください。

第49回上北郡総合スポーツ大会

5月23日(土)から6月7日(日)にかけて第49回上北郡総合スポーツ大会が行われました。

六戸町を主会場に郡内7町村20種目で熱戦が繰り広げられ、当町は総合成績で第3位と健闘しました。

参加競技

陸上、軟式野球、バレーボール、バスケットボール、卓球、ソフトテニス、バドミントン、剣道、ゲートボール、グラウンド・ゴルフ



▲15連覇したバドミントン



▲初優勝したバスケットボール男子



▲2年ぶりに優勝した軟式野球

善意ありがとうございます

5月26日、七戸町シニアクラブ連合会七戸支部（白石又右エ門会長）が、柏葉公園で清掃奉仕活動を行いました。当日は同連合会のメンバーに加え、七戸町商工会青年部なども合わせた計52名が参加し、公園内のゴミ拾いや除草作業に汗を流しました。



▲柏葉公園内の清掃を行う参加者たち

生活支援コーディネーター活動紹介

介護施設の現場において、食事やレクリエーションの際に卓上で使える小さなごみ入れが欠かせません。しかし、忙しいスタッフが毎日折るのは大変な作業です。「チラシのごみ入れ」が必要というニーズと、地域の方が誰かの役に立ちたいという思いをもった、花松おしゃべりの会をマッチングしました。

花松おしゃべりの会の会場では、「違う折り方の箱があってもいいよね。」「指先の運動になるね。」などの会話を楽しみながら、あっという間にたくさんのごみ入れが出来上がりました。単なる作業ではなく、自分たちの活動が「誰かの役に立つ」という目的があることでやる気が出ていました。

今後も、地域の「願い」や「得意」をつないで、心通う地域づくりのサポートをしていきたいと思えます。



☆地域の活動やお宝情報をお聞かせください。生活支援コーディネーターが伺います。

問合せ先 七戸町地域包括支援センター ☎68-3500

一般介護予防事業のご案内

高齢者のみなさんが元気でいきいきと生活し、要介護状態とにならないようにするための事業を実施しています。興味のある方は、まずは気軽に見学におこしてください。

1. 高齢者生きがい教室・認知症予防教室（社会福祉協議会委託）

【対象者】①町内に住所を有する65歳以上、介助なしで参加できる方。

②介護保険サービスを利用していない方。

【日時・会場】※祝日・年末年始を除く

会場	天間林保健センター	ゆうずらんど
曜日	毎週月曜日	毎週金曜日
時間	10:00~11:30	

【参加費】1回100円

【内容】脳トレ、クイズ、イスに座っての運動、レクリエーション体操、パタカラ体操（口腔体操）など。

【定員】各会場25名（利用はどちらかひとつの会場となります）

【申込み・問い合わせ先】七戸町社会福祉協議会 ☎62-6790

介護高齢課（七戸町地域包括支援センター）☎68-3500

2. はつらつクラブ

【対象者】町内に住所を有する65歳以上の方

【日時・会場】毎週木曜日（概ね月4回）10:00~11:30 七戸南公民館 集会室

【参加費】無料

【内容】ラジオ体操、百歳体操、脳トレ、歌、ゲーム、レクリエーションなど

【申込み・問い合わせ先】介護高齢課（七戸町地域包括支援センター）☎68-3500

7月は熱中症予防強化月間

梅雨明けは熱中症のリスクが高くなるため、特に注意が必要です！
規則正しい食生活を！

水分摂取には、飲料水からとる水分だけでなく、食べ物の水分と代謝水（食べ物を代謝するときに出る水分）もあります。

そのため、1日3食を欠かさず摂り、水分・塩分・栄養素をバランスよく補給することが重要です。

1日8回を目安にこまめな水分補給を！

1. 起床時



2. 朝食時



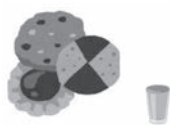
3. 10時ごろ



4. 昼食時



5. 15時ごろ



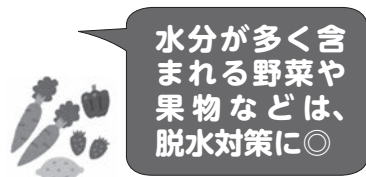
6. 夕食時



7. 入浴前後



8. 就寝時



防ごう！高齢者の熱中症

高齢の方は暑さを感じにくく、体内の水分も不足しがちです。早めの対策で、暑い夏を元気に乗り切りましょう。熱中症警戒アラートをニュースや天気予報などで確認し、適切な熱中症予防行動をとりましょう。

*熱中症警戒アラートとは、危険な暑さが予想される場合に、暑さへの「気付き」を促し熱中症への警戒を呼びかけるものです。

高齢者の熱中症を防ごう！
 夏の健康を守る3つの鉄則

<p>1. 乾く前に水分補給</p> <p>のどが渇かなくても飲む 起床時、入浴後は必ず 枕元に飲み物を置く</p>	<p>2. ガマンせずエアコン</p> <p>室温「28度以下」をキープ 扇風機と同時に使う 夜間も朝までつけたままに</p>	<p>3. 外出時は日よけ徹底</p> <p>帽子や日傘を必ず使う 日陰を選んで歩く 涼しい時間帯に動く</p>
--	---	--

こんな症状は「熱中症」のサイン！

めまい・立ちくらみ・足がつる・筋肉の痛み・頭痛・吐き気・体がだるい
 返事がおかしい（意識の混濁）→すぐに救急車を！



周囲の方・ご家族へのお願い

高齢者は室内で熱中症になるケースが非常に多いです。「今日はエアコンつけてる？」「お水飲んでる？」といったこまめな声かけが、大切な命を守ります。

問合せ先 介護高齢課 ☎68-3500



なないろプラン推進キャラクター
 ななぼてくん

天間林小学校
 4年1組
 佐々木悠翔

「守ろうよ
 みんなで健康
 これからも」

健康に関する標語
 受賞作品

令和7年度
 なないろ健康フェア

高齢者の生活を支える相談先のご案内

七戸町地域包括支援センターのご案内

地域包括支援センターは、高齢者のみなさんが住み慣れた地域で自立した生活を継続できるよう総合的に支援するための機関です。高齢者の生活全般に関することなら、高齢者のみなさんや、そのご家族、地域の方など、どなたでもご相談できます。

センターには保健師・社会福祉士・介護支援専門員および生活支援コーディネーターがおり、高齢者の総合相談、介護予防や認知症予防、権利擁護や高齢者虐待に関することなど、チームで総合的な支援を行っています。

問合せ先 七戸町地域包括支援センター ☎68-3500
(天間林保健センター介護高齢課内)

高齢者福祉に関する相談窓口の紹介

地域包括支援センターのほかにも、高齢者福祉の相談に関しては、お近くの在宅介護支援センターでも24時間体制で相談に応じています。

困っていることや悩んでいることがあれば、お気軽にご相談ください。必要な介護サービスやその他必要なサービスにつなげるお手伝いをします。

問合せ先 天寿園在宅介護支援センター ☎68-4888
城南在宅介護支援センター ☎62-5620
美土里荘在宅介護支援センター 櫛 ☎51-3890
公立七戸在宅介護支援センター ☎62-5739

第2回 まるわかり！認知症 ～七戸町地域包括支援センターからの便り～

知っておきたい「MCI（軽度認知障害）」

認知症は、ある日突然なるものではありません。健康な状態と認知症の間には、「MCI（軽度認知障害）」と呼ばれる段階があります。MCIの状態を放っておくと、認知症に進む恐れが高まります。

健全な状態



MCI（軽度認知障害）



認知症

早めの対策で認知症を予防しましょう！

MCIの段階で発見できれば、運動習慣などの生活習慣の改善で正常な状態への回復や認知症への移行の予防、症状の進行の先送りなどが期待できます。



まずは、かかりつけ医に相談しましょう！



【認知症に関する相談窓口】 介護高齢課（七戸町地域包括支援センター） ☎68-3500




○上北保健所健康相談等日程○

事前予約をし、受付時間を守ってご利用ください。〈場所〉上北保健所 〈問合せ先〉 ☎23-4261

日にち	種別	受付時間	対象など
7月7日(火) 7月14日(火)	B型およびC型肝炎検査	13:00~13:30	県内市町村に住所を有し、過去に検査を受けたことがない希望者
	HIV(エイズ)に関する相談	13:30~14:30	希望者
7月15日(水)	精神保健福祉相談	13:00~14:00	精神・神経・飲酒などの相談がある方
7月22日(水)	療育相談	9:00~11:30	乳幼児の発達が心配な方
随時相談	女性健康相談	随時	思春期から更年期に至る女性

* HIV (エイズ) の検査の結果は当日にお知らせします。また、B型およびC型肝炎検査の結果は約2週間かかります。

生活習慣病(からだ・栄養)健康相談のお知らせ

内容	日時・場所	お問い合わせ
<p>★生活習慣病に関する相談</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 健診結果の見方の説明を知りたい方 ・ 健診結果で「要指導」の項目がある方 ・ 血糖値やコレステロール、肥満が気になっている方 ・ その他、体の不調が続く方など 	<p>【日程】</p> <p>7月16日(木)</p> <p>8月20日(木)</p> <p>【受付時間】</p> <p>10:00~15:00</p> <p>【場所】</p> <p>天間林保健センター</p>	<p>* 予約の方優先となりますが、当日どなたでもご利用できます。</p> <p>【予約先】</p> <p>保健福祉課 (天間林保健センター内) ☎68-4631</p> <p>「健康相談の予約です。」とお伝えください。</p> <p>☆下記の二次元コードからも予約が可能です↓</p>
<p>★栄養相談</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 体重が増えない・自分に合った食事量を知りたい方 ・ 最近、食欲がない方 ・ その他、栄養・食生活に関する相談を希望する方 		
<p>第3次健康しちのへ21 健康増進計画・食育推進計画</p>   <p>なないろプラン 推進キャラクター ななぼてくん</p>	<p>野菜摂取量や体脂肪の測定もできます。</p>	

後期高齢者医療被保険者の皆さまへ

1 令和8年度後期高齢者医療保険料が変わります

令和8年度から、『子ども・子育て支援金制度』が創設されたことにより、保険料は、これまでの医療分に子ども・子育て支援納付金分（以下「子ども分」という。）を加え、被保険者一人ひとりについて計算され、所得に応じて負担する「所得割額」と被保険者が等しく負担する「均等割額」の合計となります。

令和8年度の保険料額は、町民課から7月中にお届けする保険料額決定通知書でご確認ください。

医療分

均等割額 [被保険者全員が納める額] 50,500円	+	所得割額 [所得に応じて納める額] 基礎控除後の所得（※1）×9.0%	=	保険料 (賦課限度額850,000円)
----------------------------------	---	---	---	------------------------

子ども分

均等割額 [被保険者全員が納める額] 1,300円	+	所得割額 [所得に応じて納める額] 基礎控除後の所得（※1）×0.2%	=	保険料 (賦課限度額21,000円)
---------------------------------	---	---	---	-----------------------

※1 基礎控除後の所得とは、前年の総所得金額から基礎控除額（合計所得金額が2,400万円以下の場合は43万円）を差し引いた額です。

2 令和8年度保険料の軽減措置が変わります

◆所得が低い方の軽減

同一世帯内の被保険者および世帯主の所得額の合計に応じて、均等割額の軽減が受けられます。

世帯の所得額の合計	軽減割合		軽減後の均等割額
43万円+10万円×(年金・給与所得者の数(※2)-1)以下	医療分	7.2割	14,140円/年額
	子ども分	7割	390円/年額
43万円+(31万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等の数(※2)-1)以下	医療分	5割	25,250円/年額
	子ども分		650円/年額
43万円+(57万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等の数(※2)-1)以下	医療分	2割	40,400円/年額
	子ども分		1,040円/年額

※2 年金・給与所得者の数とは、次のいずれかの条件を満たす者の合計数のことで、2人以上いる世帯に適用します。

- ・給与収入額が55万円を超える者
- ・公的年金収入が、65歳未満の場合は60万円を超える者、65歳以上の場合は125万円を超える者

◆被用者保険（※3）の被扶養者であった方の軽減

- ・後期高齢者医療に加入してから2年間は均等割額が5割軽減されます。
- ・所得割額の負担はありません。
- ・世帯の所得が低い方は、より高い均等割額の軽減（医療分7.2割、子ども分7割）が受けられます。

※3 被用者保険とは、会社員等の被雇用者が加入する健康保険です。

3 保険料の減免等の相談を受付しています

災害、倒産、失業など特別な事情によって納付が困難な場合は、申請によって保険料の減免などが認められることがありますので、町民課へお早めにご相談ください。

問合せ先 町民課 ☎68-2112

青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821（音声ガイダンス1番）

国民健康保険・後期高齢者医療保険の被保険者の皆さまへ

現在お手元にある資格確認書または資格情報のお知らせの有効期限は、令和8年7月31日となっております。令和8年8月以降は、新たな資格確認書または資格情報のお知らせを町民課から7月下旬にお届けします。

	国民健康保険に加入している方	84歳以下で後期高齢者医療保険に加入している方		85歳以上の方
マイナ保険証をお持ちの方	資格情報のお知らせ (水色)	次のいずれにも該当する方 ①令和7年5月から令和8年4月までの間、6回以上マイナ保険証で受診 ②令和8年2月から4月までの間、1回以上マイナ保険証で受診	資格情報のお知らせ (白色)	資格確認書 (ピンク色)
		上記以外	資格確認書 (ピンク色)	
マイナ保険証をお持ちでない方	資格確認書 (水色)	資格確認書 (ピンク色)		

○資格確認書が届いた方

8月1日からは新たな資格確認書で受診してください。

○資格情報のお知らせが届いた方

引き続き、マイナ保険証で受診してください。資格情報のお知らせは内容をよくご確認のうえ、大切に保管してください。なお、マイナ保険証での受診が難しくなった場合は、資格確認書を交付いたしますので、町民課または支所庶務課にご相談ください。

問合せ先 町民課 ☎68-2112

国民年金保険料の免除・納付猶予制度のご案内

国民年金保険料をお支払いしていないと、将来、年金を受け取れなくなる場合があります。

国民年金では、失業や所得の減少などの理由により、保険料のお支払いが難しい場合は、保険料の免除・猶予制度があります。申請時点から2年1カ月前の月分を申請することができます。

また、国民年金第1号被保険者が妊娠された場合は、出産予定日の前月から4カ月間の年金保険料の免除制度があり「保険料が免除された期間」も納付したものと取り扱われます。(詳しくは広報5月号をご覧ください)

マイナポータルからスマートフォンで簡単に申請ができます。申請方法は二次元コードをご覧ください。



申請方法



マイナポータルはこちら

問合せ先 町民課 ☎68-2112 支所庶務課 ☎62-2111
青森年金事務所 ☎017-734-7495

令和9年七戸町二十歳のつどい 開催のお知らせ

- 【開催月日】 令和9年1月10日(日)
 【場 所】 七戸中央公民館
 【対象者】 平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれの七戸町在住者および在住したことのある方
 ※町内中学校卒業生、町内在住の方には11月中にご案内します。
 その他の出席希望の方は、お手数ですが七戸中央公民館までご連絡ください。

【二十歳のつどい実行委員の募集！】

「二十歳のつどい」で行うアトラクションの企画運営などに携わる実行委員を募集します。一生に一度の式典を自分たちの手で思い出に残るものにしませんか？

- 【対象者】 今年度20歳を迎える方
 (平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれ)
 【申込方法】 電話またはFAXで①氏名／②住所／③電話番号／④生年月日をご連絡ください。
 【申込締切】 7月24日(金)

問合せ先 七戸中央公民館 ☎68-2920 / FAX68-2176

教育委員会からのお知らせ

七戸町長は、教育委員会教育長に森田勝博さんを、教育委員会教育委員に盛田元之さんを選任し、議会の同意を得て任命し、5月15日に辞令を交付しました。



教育委員会教育長
 もり た かつ ひろ
 森 田 勝 博 氏
 任期 令和8年5月17日～
 令和11年5月16日 (3年間)



教育委員会教育委員
 もり た もと ゆき
 盛 田 元 之 氏
 任期 令和8年5月17日～
 令和12年5月16日 (4年間)

問合せ先 学務課 ☎62-9701

七戸中央公民館 臨時休館日のお知らせ

電気設備工事のため、下記の期間で図書室を含め、全館臨時休館となります。ご不便をおかけしますが、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

【休館期間】 7月26日(日)～7月29日(水)

問合せ先 七戸中央公民館 ☎68-2920

中学生向け放課後サードプレイスを整備

多くの中学校では、部活動の地域移行や塾通いなどによる多忙化が進む一方で、「家庭でもない学校でもない、安心して自分らしくいられる場所（サードプレイス）」の欠如が課題となっています。

そのため、公民館に中学生向けのサードプレイスを整備します。まずは七戸中央公民館からスタートします。詳細については、次号でお知らせします。

開放日 7月21日(火)から
毎週火曜日
15:00~17:30

場所 七戸中央公民館

対象 町内在住の中学生



※画像はイメージです。

問合せ先 生涯学習課 ☎62-9702

中央公園子供広場一部立入禁止エリアのお知らせ

中央公園遊具設置工事のため、右記枠内（砂場）を立ち入り禁止とします。

ご利用の皆様にはご不便とご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

期間：7月1日から9月30日までの終日

※期間については多少ずれる場合がありますのでご了承ください。

問合せ先 スポーツ振興課 ☎58-6250



駐車制限を実施します

今年度、2年に一度開催される上十三地区消防協会消防操法大会が七戸町（役場本庁舎前）にて開催されます。下記の日程で本庁舎敷地内への関係車両以外の進入・駐車を制限いたしますので、何卒ご理解ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

- ・場 所：七戸町役場本庁舎 敷地内
- ・日程（練習）：7月12日(日) 6:00~14:00
- ・日程（本番）：7月26日(日) 6:00~14:00

問合せ先 総務課 ☎68-2111

ありがとうございます！ みなさまからの「ふるさと納税」

令和7年度に、全国から七戸町へ寄せられたふるさと納税寄附金は

15,784件で158,489,500円となりました

寄附者様からのご指定先は以下のとおりとなります。

① 快適で彩りあふれるまちづくり 【都市基盤の整備】	4,707件	43,044,000円
② 活力のある産業のまちづくり 【産業の振興】	1,724件	19,257,000円
③ 心豊かに安心して暮らせるまちづくり 【健康・福祉の充実】	2,272件	23,370,000円
④ 自然と調和のとれた快適なまちづくり 【生活環境の保全と整備】	2,391件	26,341,000円
⑤ 豊かな心と文化を育むまちづくり 【教育・文化の充実】	3,596件	34,455,500円
⑥ 人や地域のつながりが広がるまちづくり 【連携・交流の推進】	138件	1,222,500円
⑦ 持続可能なまちづくり 【行政参加と行財政改革】	304件	3,090,500円
⑧ 自治体の決定に委ねる	503件	4,741,000円
⑨ 令和7年12月青森県東方沖地震	149件	2,968,000円

また、令和7年12月青森県東方沖地震対応に指定寄附を頂いた方々をご紹介します。

今村伸平様 加藤尚志様 金子寛昭様
 澤野重春様 長澤将樹様 河合正人様
 安藤理人様

※氏名公開をご承諾して頂いた方のみ掲載しておりますが、他にも多数のご支援を賜りました。

本当にありがとうございました

固定資産評価審査委員会委員が選任されました

6月の町議会定例会での同意を得て、固定資産評価審査委員会委員に次の3名が選任されました。任期は令和8年6月5日から令和11年6月4日までです。

固定資産評価審査委員会は、固定資産課税台帳に登録された価格に関する不服を審査決定するために設置される委員会です。



菅岡 哲郎 氏



天間 孝栄 氏



岡田 晋 氏

問合せ先 総務課 ☎68-2111

プレミアム付き商品券を販売します

七戸町商工会・七戸町天間林商工会では、国の重点支援地方交付金活用事業の補助を受け物価高騰の影響を受けている皆さまの生活支援と地域のお店の活性化を目的として、プレミアム付き商品券を販売します。

【販売内容】 1冊10,000円(1,000円券12枚綴 共通券10枚と専用券2枚)×28,000冊限定

【販売日時】 8月1日(土)・2日(日) 両日 9:00~15:00

【販売場所】 七戸中央公民館 〒039-2827 上北郡七戸町字森ノ上210

※8月3日(月)以降は、8月31日(月)まで七戸町商工会館で販売します。

(土日祝祭日を除く平日の9:00~17:00)

【購入対象】 青森県民1人につき2冊まで購入可能です。(再購入不可)

※同居親族に限り、運転免許証・マイナンバーカード・母子手帳・学生証などの公的身分証明書の原本を提示することで、本人に代わって購入が可能。

【使用期間】 8月1日(土)~12月31日(木)までご使用いただけます。

主催 七戸町商工会・七戸町天間林商工会 後援 七戸町

問合せ先 七戸町商工会 ☎62-2521

屋根・外壁の
塗装のプロに
お任せください!!

たいしん
株式会社 太信塗装店
☎0176-62-2387
七戸町字七戸59-17

創業50年の地域密着の塗装店です。
大切な家を長持ちさせるお手伝いをいたします。
丁寧な作業で新築のように美しい輝きを取り戻します! 遮熱塗料も取り扱っております。

お見積り無料! 広報を見たとお伝え下さい!

広報しちのへに 広告を掲載しませんか?

かき入れ時などの告知に、広報しちのへ有料広告をご利用ください。申込方法や詳細は企画調整課(☎68-2940)へお問い合わせください。

広告料金

①縦5cm×横18cm	15,000円/月
②縦5cm×横12cm	10,000円/月
③縦5cm×横9cm	7,500円/月
④縦5cm×横6cm	5,000円/月

不動産を相続した方へ

相続登記がされないため、登記簿を見ても所有者が分からない「所有者不明土地」が全国で増加し、社会問題となっていることから、これまで任意だった相続登記が、令和6年4月1日から法律上義務化されました。

相続登記の義務化により、これまでの取扱いが次のとおり変更されていますので、該当する方は、早めの相続登記申請をお願いします。

- ① 相続人は、不動産（土地・建物）を相続で取得したことを知った日から3年以内に相続登記を法務局に申請する必要があります。
- ② 遺産分割の話し合いで不動産を取得した場合にも、遺産分割から3年以内に相続登記をする必要があります。
- ③ 令和6年4月1日より前の相続も対象となり、令和6年4月1日より前に相続したことを知った不動産については、令和9年3月31日までに相続登記をする必要があります。
- ④ 正当な理由がないのに相続登記をしない場合には、10万円以下の過料が科される可能性があります。

詳しくは、法務省ホームページを確認または最寄りの法務局（予約制の手続案内を実施中）や登記の専門家である司法書士にご相談ください。

◎法務省ホームページ

「不動産を相続した方へ～相続登記・遺産分割を進めましょう～」はこちら



問合せ先 青森地方法務局十和田支局 ☎23-2424

遺言書の作成を考えている方へ

「自筆証書遺言書保管制度」をご存じでしょうか。

皆様が作成した自筆証書遺言書を法務局に預けることができます。

法務局において保管する自筆証書遺言書保管制度の特徴は、次のとおりです。遺言書の作成を考えている方は、是非この制度をご利用ください。

- ① 法務局が遺言書を大切に保管しますので、遺言書の紛失や誰かに改ざんされるといった心配ありません。
- ② 遺言書があれば自身の財産を確実にご家族等に託すことができ、相続をめぐるトラブルも未然に防止することができます。
- ③ 遺言者が亡くなった後に、ご自身が指定した方へ「法務局で遺言書を保管している」旨の通知を送付するサービスもありますので、誰からも遺言書の存在を気づいてもらえなかったという心配ありません。

詳しくは、法務省ホームページを確認または最寄りの法務局へお問い合わせください。

◎法務省ホームページ 「自筆証書遺言書保管制度について」はこちら



問合せ先 青森地方法務局十和田支局 ☎23-2571

不動産の所有者の方へ

所有権の登記名義人の住所や氏名の変更登記がされないため、登記簿を見ても所有者の住所や氏名が分からない「所有者不明土地」が全国で増加し、社会問題となっていることから、令和8年4月1日から、これまで任意だった住所、氏名および会社・法人の名称の変更登記が法律上義務化されました。

住所、氏名および会社・法人の名称の変更登記の義務化により、これまでの取扱いが次のとおり変更されていますので、該当する方は、早めの変更登記をお願いします。

- ① 所有権の登記名義人は、住所、氏名および会社・法人の名称の変更の日から2年以内に、変更登記を法務局に申請する必要があります。
- ② 令和8年4月1日より前に変更があった場合も対象となり、令和10年3月31日までに変更登記をしていただく必要があります。
- ③ 正当な理由がないのに住所等変更登記をしない場合には、5万円以下の過料が科される可能性があります。

詳しくは、法務省ホームページを確認または最寄りの法務局（予約制の手続案内を実施中）や登記の専門家である司法書士にご相談ください。

◎法務省ホームページ 「住所等変更登記の義務化特設ページ」はこちら



問合せ先 青森地方法務局十和田支局 ☎23-2424

自動車税のグリーン化特例のご案内

自動車税は、自動車環境対策の観点から、排出ガス性能および燃費性能の優れた環境負荷の小さい自動車については、その排出ガス性能および燃費性能に応じて税率を軽減（軽課）し、初回新規登録から一定の年数を経過した環境負荷の大きい自動車については税率を重く（重課）する『自動車税のグリーン化特例』が実施されています。詳しくは、上北県税事務所までお問い合わせいただくか、県ホームページをご覧ください。

問合せ先 上北県税事務所 納税管理課 ☎22-8111

(仮称)七戸八幡岳風力発電事業に関するお知らせ

【環境影響評価準備書の縦覧】

(仮称)七戸八幡岳風力発電事業に係る環境影響評価準備書について、青森県環境影響評価条例に基づき、環境への影響に関する調査・予測・評価の結果および環境保全措置等を取りまとめました。

地域の皆様にご確認いただき、ご意見を広くお伺いするため、下記のとおり縦覧を実施いたします。

あわせて、準備書の内容をご説明する説明会も開催いたしますので、ぜひご参加ください。

縦覧期間＝7月3日(金)～8月3日(月)

縦覧場所＝七戸町役場本庁2階 企画調整課、七戸支所

意見受付期間＝7月3日(金)～8月17日(月) 当日消印有効

準備書についてご意見やご質問がある場合は、意見書に必要事項を記入の上、縦覧期間中に各縦覧場所にある意見箱へ入れるか、意見受付期間中に以下の問い合わせ先まで郵送で提出してください（当日消印有効）。意見書は各縦覧場所にあります。なお、縦覧期間終了後も、意見受付期間中は準備書及び意見箱等を縦覧場所にそのまま設置します。

また、以下のウェブサイトからも閲覧可能です。www.fukamochiwindpower.com

【住民説明会】	7月24日	17:00～20:00	柏葉館
	7月25日	16:00～19:00	七戸中央公民館



問合せ先 〒101-0047 東京都千代田区内神田一丁目3番7号401あすな会計事務所内
KA Wind 深持合同会社（担当：岩川、奥本、平田）
info@fukamochiwindpower.com

マイナンバーカードの電子証明書の更新手続きのご案内

有効期限の約3か月前に地方公共団体情報システム（J-LIS）から更新案内が通知されます。案内が届いた方は、更新手続きの予約（電話）をしてから窓口へお越しください。混雑状況により予約をしていない方は受付できない場合があります。手続きにかかる時間は、1人あたり約15分です。

●日時および場所

- ・平日 9:00～19:00
※17:00以降は前日までの予約のみ受付可
- ・休日 7月26日(日) 9:00～12:00
7月24日(金)までの予約のみ受付可
- ・場所 町民課（本庁舎）、支所庶務課（七戸庁舎）

●必要なもの

- | | |
|--|--|
| <p><本人来庁の場合></p> <p>①マイナンバーカード</p> | <p><代理人来庁の場合></p> <p>①申請者のマイナンバーカード
②専用封筒に入れた照会書兼回答書
③代理人の本人確認書類（運転免許証、マイナンバーカード等）</p> |
|--|--|

●暗証番号が不明な方

更新手続きには署名用電子証明書（6～16桁の英数字）、利用者証明用電子証明書および住民基本台帳用（4桁の数字）の暗証番号が必要となります。暗証番号が不明な方は、本人来庁時のみ新しい暗証番号に設定できます。本人が来庁できない場合はご相談ください。

問合せ先 町民課 ☎68-2112 / 支所庶務課 ☎62-2111

町の道路を工事したいとき（24条申請）

町が管理する道路および道路附属物を自己の都合により工事する場合は、道路法第24条により道路管理者の承諾を受ける必要があります。

住宅などの乗入口切下げ工事や歩車道境界ブロック（縁石）の撤去、側溝新設などの工事を行う場合は必ず建設課へ事前に相談および申請をしてください。

なお、工事にかかる費用については、申請者負担となります。

問合せ先 建設課 ☎62-6244

JA十和田おいらせグループ

（七戸町字茨田川久保 54-8）

新葬祭ホール まごころホール 七戸

葬儀・家族葬・宿泊

施設ご利用割引特典のついた

「まごころの会」

会員募集中

KS 協同サービス

☎0176(21)1500

十和田市西十三番町4-33

国道4号線 茨田川久保交差点そば

まごころホールしちのへ

検索

柏葉塾の窓



『大きく意識変化する塾生の七月』

～中学生の夏期体験会を実施します～

七戸公営柏葉塾 マネージャー 水上 雅俊

7月に入り、本格的な夏の暑さを感じる日が増えてきました。今年度も3ヶ月が経ち、多くの人が新しい環境や生活リズムに慣れ始めていることと思います。

さて、今回は高校3年生の様子を紹介いたします。多くの生徒が部活動を引退し、それぞれの進路実現に向けて本格的に動き始めています。大学進学、専門学校進学、就職など様々ですが、目標達成に向けて必要な学習に日々励んでいます。その中でも高校3年生になり学習に対する意識が大きく変化した生徒の声をご紹介します。

「私は今、公務員になるために頑張っています。今までは週2回でしたが、現在の自分の学力と合格基準を比べた際、今の学力では足りないと思いました。私は、限られた時間で確実に学力を上げるために、学習時間を増やす必要があると考えました。そこで、塾の受講回数を週2回から週5回へ増やしました。その結果、増やす前よりも正答率が上がったため、今後も試験に合格できるように継続していきます。」

私自身、この生徒を高校1年生の頃から見えてきました。当初は、お姉さんが通っていたことがきっかけで入塾し、「とりあえず通っている」という印象がありました。しかし現在では受講回数や受講時間も増え、授業だけでなく自習室も積極的に活用しながら学習に取り組んでいます。このように、自ら課題を見つけ、目標達成に向けて主体的に行動できる生徒が今後さらに増えていくよう、私たちも全力でサポートしてまいります。

また、夏休み期間中、七戸公営柏葉塾では中学生を対象とした体験会を実施いたします。昨年度までは中学3年生を対象としておりましたが、今年度は七戸中学校および天間林中学校に関して全学年の生徒を対象に開催いたします。多くの皆さまにご参加いただけることを心よりお待ちしております。体験会の詳細につきましては、7月中に各中学校を通じて募集案内を配布するとともに、公営塾のウェブサイトでもお知らせいたします。ぜひご確認ください。



七戸公営塾 ☎0176-51-6075

ウェブサイト <https://kashiwabajuku.com>

 @kashiwabajuku

ツキノワグマが出没しています！

1. クマの出没にご注意を！

クマ出没が相次いでおり、町民の皆様には大変ご心配とご迷惑をおかけしております。

町では、目撃情報が寄せられた際には防災無線・LINEでお知らせするとともに、町・警察・猟友会と連携して、現場付近の巡回や罠による駆除などの対策を実施しています。

皆様におかれましては、下記に挙げる対策を講じていただき、被害に遭わないようお願いいたします。



2. クマに遭遇しないためには

クマは臆病な性格で、人の気配が近づくと隠れたり、逃げたりする場合があります。そのため、

- 山には必ず2人以上で行動し、1人では入らない。
- 鈴やラジオなどを携行し、周りに音を出しながら行動する。
- 野菜や果実の残渣のほか、食べ残しや食べ物のにおいのする容器等を放置しない。農地に収穫しない果樹、特に栗の木があれば伐採するなど、クマが近づいてくる原因を作らない。

など、「クマを人間に寄せ付けない」ための対策をとりましょう。



3. クマに遭遇してしまったら

もしもクマに遭遇してしまった場合は、

- 大声を上げない。
- 背中を見せて走らない。

の2点に注意しつつ、慌てずにクマを注視しながらゆっくりと後退して、十分な距離を取りましょう。

4. クマ被害防止のために

七戸町鳥獣被害対策協議会では、町民の方を対象として、有害鳥獣の農地への侵入を防止する器材の整備を支援いたします。

- 電気柵等の設置
- 捕獲用わなの購入

(購入経費の1/2以内、上限あり)

5. クマ以外の鳥獣を見かけたら

ニホンジカやイノシシなどの鳥獣も、人身および農作物等に深刻な被害を発生させる恐れがありますので、近づいたり追ったりせず、刺激を与えないよう落ち着いてその場を離れてください。



消費生活
見守り情報

私たちの生活の中にはたくさんの消費トラブルの種が潜んでいます。困ったときは、消費者ホットライン（☎188）にご相談ください。



ケース1 据置型Wi-Fiルーター「実質無料」でも中途解約は要注意！

スマートフォンが自宅につながりにくくなり、携帯電話ショップで相談したところ、据置型Wi-Fiルーターを勧められた。「ルーター本体は約7万円だが、サービスで毎月約2千円割り引くので実質無料」と言われたので契約した。後日、請求明細を確認したら前月より約5千円高かったため解約を伝えると、「中途解約の場合はルーター本体の代金を支払ってもらう」と言われた。



アドバイス

- 据置型Wi-Fiルーターを利用するには、通信契約とルーター本体の契約が必要です。一定期間中月々の通信料金を割り引くサービスを提供している事業者では、期間中の契約を続ければルーター本体は「実質無料」となりますが、中途解約するとその時点での本体代金の残債を請求されます。
- 「実質無料」「安くなる」などと言われても、月々の支払額、解約時に発生する料金なども契約前にしっかり確認しましょう。
- 内容がよくわからなかったり、必要がない契約は断りましょう。

ケース2 ハウスクリーニングのトラブルにご注意



電話で換気扇のクリーニング（5千円）の勧誘があり、依頼した。翌日、換気扇を掃除してもらった際、換気扇フードを風呂場で洗わせてほしいと言われたので業者を風呂場に案内したら、カビ臭いと言われ、風呂場と洗面所、トイレのクリーニングも勧められ、相場がわからないまま契約をしてしまった。2日間の作業だったが、内容もよくわからず、約60万円と高額なので換気扇以外の契約を解約したい。

アドバイス

- 契約内容や料金について十分な検討ができないまま契約してしまった結果、トラブルにつながってしまっているケースが少なくありません。
- 事業者によってサービス内容や料金は異なるため、必ず複数社から見積もりを取り、事業者の選定は慎重に行いましょう。
- 作業当日に追加の契約を勧誘されてもその場で決めないようにしましょう。作業時はなるべく家族などに同席してもらいましょう。
- 一定の要件に該当する場合には、クーリング・オフ等が適用できる場合があります。

—暮らしの相談会—

家族関係、相続、土地・建物、金銭・借金の悩み事などご相談ください。

相談は無料です。必ず電話予約をしてご利用ください。

日時 7月23日(木) 10:00~12:00

※相談時間は1人30分程度

場所 七戸中央公民館 1階 集会室

問合せ先 弁護士相談青空と大地 ☎21-5162

海の事故を未然に防ぐために ～八戸海上保安部からのお知らせ

■海での事故防止について

プレジャーボートでは**発航前検査の徹底**と整備業者等による定期的な点検、漁船では**適切な見張り**と**気象海象の把握**、海中転落や巻き込まれ防止、海で活動するときは、**ライフジャケットの常時着用**、**連絡手段の確保**、携帯電話等のGPS機能ON、**118番**やNET118の活用で、海難防止と事故の際の迅速な救助につなげましょう。

■夏季安全推進活動について

夏休みを中心とした夏季にマリンレジャーが活発化するなか、特に**開設海水浴場以外における遊泳事故防止および児童の遊泳事故防止**のための海難防止啓発活動を行っています。

監視員やライフセーバーがいる時間帯の開設された海水浴場で安全に海水浴を楽しみましょう。

フロート遊具や浮き輪を使っていて、思いがけず沖に流されることがあるので、**保護者は常に子どもから離れない**ようにしましょう。



海上保安庁への
緊急通報は
118番

■津波から命を守るために

海岸で大きな揺れを感じたら・津波警報を知らせる放送やサイレンを聞いたら **速やかな避難!**

津波警報が解除されるまで **避難を継続!**

問合せ先 八戸海上保安部交通課 ☎0178-32-4691

中部上北広域事業組合議会

◎令和8年第1回臨時会

令和8年第1回臨時会が5月25日に開催され、管理者から4議案の提案理由説明が行われました。議案審議により、全案件が原案のとおり可決されました。

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。

問合せ先 中部上北広域事業組合議会事務局 ☎62-5151

新着図書情報

■7月の休館日…16日(木)、20日(月)

新着図書の検索はこちらへアクセスして下さい。
<https://www.lib-eye.net/shichinohe/>



(七戸中央図書館)
☎62-2119

(七戸中央公民館図書室)
☎68-2920

農家が教えるカメムシの防ぎ方



／農文協(編)
温暖化で大量発生したカメムシの謎生態を最新研究をもとに解説。田んぼ、畑・果樹園のカメムシの上手な防ぎ方、野菜の害虫を退治する“天敵カメムシ”の捕獲&定着ワザ、脱ネオニコの動きを紹介。『現代農業』掲載を再編集。

#台所のあるところ



／原田 ひ香(著)
彼氏と同棲する27歳OLの一口コンロ、夫が小柄な妻のために作った低めの吊り棚、4人の子のお腹を満たすために常に置かれた中華鍋…。6つの台所をめぐる「わたし」の物語。『オール讀物』掲載を改稿。

しりとりきんちゃく



／玉田 美知子(著)
町に「しりとりきんちゃく」がやってきた! 「しりとり」の「り」の「りんご」を袋の中に放り込んだ「しりとりきんちゃく」は、次に「ごりら」と「ごはん」を見つけ…。テーマソングの楽譜付き。読み聞かせにぴったりの絵本。

大江戸フューチャーズ



／稲葉 大樹(著)
吉宗の前に立ちはだかる、巨額の固定費と理想論ばかりの老中たち。吉宗は危機を打開するため、ヒト・モノ・カネのプロフェッショナルである忍者集団(今猿(コンサル))を雇用する。まずは大奥をリストラ!? 幕府再生小説。

燻る骨の香り



／千早 茜(著)
若き日の天才調香師・小川朔が出会ったのは、特別な嗅覚を持った調香師・丹穂。京都の香老舗の一族が秘めた嘘とは…。香りのサロンを開く前、20代の朔を描いた前日譚。

英単語がスイスイ頭に入る! えいたんごっち



テストの点数爆アゲ! 編
／カン ソンテ(著)、オム ジヒ(文)、カン シニョン(絵)、イ ソラ(訳)
英語が苦手な子どもたちが語源学習法を通じて遊び感覚で英単語を覚えていくマンガを楽しみながら、英単語を学べる。書き込み式のプラクティスも収録。切り取って使えるしおり、英単語の発音をチェックできる二次元コード付き。

初めてご利用になられる方は受付カウンターで利用登録をお願いします。
本の貸し出しは、おひとり様3冊まで2週間借りられます。

文芸欄

〈俳句〉

七戸俳句会

燕の子親のもどるや口となる

高井 ユカ

喜寿越えの我が更衣無頓着

森野 弘美

躑躅燃ゆ男坂来るをんな達

工藤 敦子

夕暮れてアカシアの花香る道

天間 スエ

入梅や何故か占ひ信じる日

高田 亮子

花菜風くつきり浮かぶ水平線

川村亜輝子

若きらに声もらひけり滝の道

高田美津子



〈短歌〉

七戸群青短歌会

鳥たちの声に目覚める夜明けどき

長かった冬は春へと移り

小原 璋子

仲良しの三人揃い一泊の

久のおしゃべり朝日を拜む

橋本都志子

わが庭の水仙いつせいに咲き初める

夢みるように歌うようにも

大串 靖子

我が池に白鷺一羽立ちており

大宙仰ぎ鯉を飲み込む

市ノ渡つま子

てんまはやし短歌会

私の名を隠しき声で呼びくれし母徳ばるる

今日は「母の日」

高田 洋子

春の野にもぎを摘みし母徳び

草餅作り今年も供ぶ

原 信子

風かほる甲田の山を巡り来て

良き郷に生れ両の手合はず

听崎アイ子

ラベンダーを手折りに瓶に挿し置けば

眠りに入らむこの間も匂ふ

佐藤 悠一

七戸町職員採用試験案内

令和9年4月1日付けで採用する七戸町職員採用試験【高校卒業または短期大学卒業程度、管理栄養士】を下記により行います。

1. 職種および採用予定人数

職種	受験資格	採用予定人数
中級一般行政職（短大卒業程度）	平成12年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた方	若干名
中級一般行政職：障がい者（短大卒業程度）	平成12年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた方	若干名
初級一般行政職（高校卒業程度）	平成14年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた方	若干名
初級一般行政職：障がい者（高校卒業程度）	平成14年4月2日から平成21年4月1日までに生まれた方	若干名
管理栄養士	平成10年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた方	若干名

※受験資格の詳細については、令和8年度七戸町職員募集要項を確認してください。

募集要項は七戸町ウェブサイトに掲載しています。

2. 受験申込書の入手方法

- (1) 七戸町役場総務課で直接入手
- (2) 七戸町ウェブサイトからダウンロード
- (3) 郵送で請求する場合

封筒の表に「受験申込書請求」と朱書きし、140円切手を貼った宛先明記の返信用封筒（角形2号）を同封の上、七戸町役場総務課へ請求してください。

3. 受付期間

7月1日(水)～7月31日(金) 8:30から17:00まで

郵送の場合は、7月31日 17:00までに七戸町役場総務課に到着したものに限りま。

4. 試験日および試験内容等

一次試験・・・9月20日(日) 七戸町内で実施予定

教養試験、専門試験、事務適性検査、性格特性検査、職場適応性検査

二次試験・・・作文試験、面接試験 ※日時・会場は一次試験合格者にのみ通知します。

◎問合せ先 総務課 〒039-2792 七戸町字森ノ上131-4 ☎68-2111



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者	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32万円～約34万円 2等陸・海・空尉：約30万円～約32万円 3等陸尉：約29万円～約31万円 ※学歴・職歴等により異なります。	別途連絡します。
航空学生	18歳以上24歳未満の方(高卒者(見込)または高専3年次修了者(見込))	7月1日～8月28日	<1次試験> 9月19日および9月26日※ <2次試験> 10月15日～22日※ <3次試験> 海：11月20日～12月16日※ 空：11月14日～12月17日※	[初任給] 月額：239,500円(高卒) 月額：254,200円(大卒)	
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方	7月1日～9月1日	<1次試験>9月16日～27日※ <2次試験>10月17日～11月1日※		
2等陸・海・空士(任期制)		年間を通じて行っております。	別途連絡します。		
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※		
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)または高専3年次修了者(見込)	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※	[初任給] 月額：161,000円	
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	大学の理学部・工学部※3の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	
予備自衛官補 技能	18歳以上で各種国家免許資格等を有する方(国家免許資格等の細部についてはお問い合わせください。)	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	
一般	18歳以上52歳未満の方			[教育訓練招集手当] 月額：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。◎ 細部は下記までお問い合わせ下さい。

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



個別相談
二次元バーコード

★個別に相談に応じます。
二次元バーコードからお申し込み

町営住宅入居者を募集します

募集住宅（7月）

○七戸地区：倉越団地（4戸）

○天間林地区：二ツ森団地（3戸）・けやき団地（1戸）・協和団地（1戸）

※申込み時期によっては希望する住宅の受付が終了している場合があります。

※募集住宅については、毎月広報および七戸町ウェブサイトでお知らせいたします。

家賃 月額 13,300円～32,000円

※各住宅の家賃は号室ごと、また所得によって異なります。

※倉越団地は別途共益費が発生します。

入居予定日 申し込みより1カ月前後

敷金 入居家賃3カ月分

選考方法 審査のうえ決定

入居者資格

①現に住宅に困窮していること

②現に同居し、また同居しようとする親族がいること

※単身での入居には年齢等の条件があります。詳しくはお問い合わせください。

③世帯所得が概ね月158,000円以下であること

※高齢者・障がい者・子育て（未就学児童がいる世帯）世帯などについては、概ね月214,000円以下であること。

④連帯保証人がいること

⑤原則として、税金等公的支払の滞納のある方、持ち家のある方は申込みできません。

申込方法 ご相談・申込みについては事前に電話予約のうえ、建設課へお越しください。

申込・問合せ先 建設課 ☎62-6244



あomorい若者定着奨学金返還支援制度のお知らせ

～サポート企業・就職予定者の登録受付中～

大学等を卒業した若者（就職時35歳未満）が、6年間青森県内に住み、サポート企業で働き続けたとき、奨学金の返還を青森県と企業等とで支援する制度です。

※就職予定者・企業ともに事前登録が必要です。

○対象企業等（サポート企業）

・県内企業または勤務地を県内に限定した採用を行う県外企業（法人、団体、個人事業主）であって本制度に登録している企業等

○支援対象者

・大学・短大等の卒業生で、就職時に35歳未満の方（出身地不問）
 ・「日本学生支援機構」、「青森県育英奨学会」の奨学金利用者
 ・青森県内で正規雇用されていない方

※県外にお住まいの方が、年度中途に就職する場合も対象となります。

○支援額（企業・県が1/2ずつ負担）

学校区分	1人当たり支援上限額 (企業が設定)
大学等	150万円、100万円、 60万円 のいずれか
短大等	75万円、50万円、 30万円 のいずれか

※認定時の返還残額の1/2が上限

詳しくは公式サイトで

「あomorい奨学金サポートサイト」

<https://www.aomori-life.jp/syogakukin>



問合せ先 青森県 若者定着還流促進課 ☎017-734-9174

相談窓口

行政・人権相談

気軽にご相談ください。相談無料・秘密厳守・予約不要
 （人権問題や悩みごと、行政への要望など）

総務課 ☎68-2111 庶務課 ☎62-2111

日時 7月8日(水) 16:00～19:00

場所 本庁舎2階 第1・2会議室
 七戸支所1階 相談室

相談員 行政相談委員、人権擁護委員

納期限のお知らせ

固定資産税 第2期
 国民健康保険税 第1期
 介護保険料 第1期
 後期高齢者保険料 第1期

納期限日ならびに口座振替日

7月31日(金)

滞納解消に向けた取り組み強化中!!

問合せ先 税務課 ☎68-2113 町民課 ☎68-2112

祝世界遺産登録5周年『ニツ森貝塚ふれあいまつり』

ニツ森貝塚館を主会場に、縄文文化が身近に感じられるイベントを開催します。

体験コーナー、飲食店コーナーをはじめ、ニツ森貝塚から発掘された骨角器の講座や史跡公園では高所作業車体験搭乗を実施します。世界遺産登録5周年を記念した盛りだくさんのイベントをぜひお楽しみください。

また、今年は「青の煌めきあおもり国スポ七戸町炬火イベント」も同時開催！子どもたちがマイギリ方式により火を起し、起こした火をトーチに灯して貝塚館から史跡ニツ森貝塚までの区間をリレー形式で往復します。国民スポーツ大会の聖火が灯る様子を是非ご覧ください。

日時 7月12日(日) 10:00~15:00 ※屋外体験は14:00終了

場所 ニツ森貝塚館

内容 ①体験講座(弓矢体験・火おこし体験・貝がらフォトフレームづくりなど)

②つかめばうなぎの白焼きプレゼント！うなぎつかみ取り大会

③大・中・小のしじみが必ず当たる！しじみすくい体験(100名限定)

④世界遺産を高いところから見よう！高所作業車体験搭乗

⑤世界遺産登録5周年特別講座「骨角器が語るニツ森貝塚」

講師：北海道教育庁生涯学習推進局 文化財・博物館課 算用子 眞充氏

⑥ガイドの会、ジュニアガイドによるガイド

(ニツ森貝塚館・ニツ森貝塚史跡公園)

⑦飲食店コーナー(軽食・飲み物等)

問合せ先 生涯学習課 ☎62-9702



詳細は公式インスタグラムに掲載しています

SHICHINOHE_LL_OFFICIAL



(株)アイコーホレーション提供



ぐるっとNAVI 上十三・十和田湖広域定住自立圏情報

十和田市

スイーツ婚活「LOVE SO SWEETS 2026」
~上十三・十和田湖エリアのスイーツを楽しもう!~

日時：8月1日(土) 13:30~16:30
(受付：13:00~)

場所：きざん三沢
(三沢市三沢堀口17-128)

問合せ先

十和田市役所シニアプロモーション課

☎0176-51-6712

申込期間 6月19日(金)~7月22日(水)

※詳しい内容や申し込み方法については、
二次元バーコードからご覧ください。



おいらせ町

おいらせ森の感謝祭2026
~自然・食・音楽・芸術を満喫しよう!~

日時：7月11日(土) 10:00~16:00
7月12日(日) 10:00~15:00

場所：おいらせ町下田公園周辺

①縄文の森イベント広場②農村環

境改善センター③目的グラウンド

駐車場④子供の広場⑤キャンプ場

問合せ先
(一社)おいらせ町観光物産協会事務局
(白鳥の家内) ☎0178-56-5256

野辺地町

日本遺産3港めぐり
スタンプラリー

日時：7月8日(水)~11月30日(月)
9:00~16:00

場所：野辺地町中央公民館・鱒ヶ沢町日本
海拠点館・深浦町歴史民俗資料館

問合せ先

野辺地町教育委員会(歴史民俗資料館)

☎・FAX 0175-64-9494



六戸町

ろくのへサマーフェスティバル

日時：7月17日(金) 17:00~20:30
7月18日(土) 16:00~20:00

場所：六戸町総合体育館西側駐車場

問合せ先

六戸町観光協会

(六戸町まちづくり推進課内)

☎0176-55-2411



七戸町

ニツ森貝塚ふれあいまつり

日時：7月12日(日) 10:00~15:00

場所：ニツ森貝塚館

問合せ先

ニツ森貝塚ふれあいまつり実行委員会

(事務局：七戸町教育委員会生涯学習課)

☎0176-62-9702



SHICHINOHE_LL_OFFICIAL

七戸町

上北地区特別支援連携協議会主催
「情報交流会」

日時：7月29日(水) 13:30~15:30

場所：七戸町総合アリーナ 研修室

(オンラインでの参加もできます)

問合せ先

二次元バーコード、電話にて申込

青森県立七戸養護学校 地域支援部

☎0176-62-2331



SHICHINOHE_LL_OFFICIAL

「青の煌めきあおもり推し土産総選挙」開幕！

県では、本県での国スポ本大会・障スポ大会の開催に伴い、本県土産品の認知度向上を図るため、あおもり推し土産総選挙を開催します。

投票で自分の推し土産品を応援しましょう！

投票された方には、抽選で本県特産品等をプレゼント！

【投票期間】 7月1日(水)～7月31日(金)

【投票方法】 特設サイトの投票フォームより投票

【H P】 「あおもり推し土産総選挙」で検索または下記2次元コードからアクセス

【結果発表】 9月1日の表彰式後、HP等で順次公表

※詳しくは、HPをご覧ください。



青の煌めきあおもり推し
土産総選挙（県HP）

問合せ先 青森県経済産業部地域企業支援課
マーケティング支援グループ ☎017-734-9375

第18回しちのへ夏まつり出場者募集！！

8月15日(土)しちのへ夏まつり（会場：七戸町中央公園）において実施する、下記2部門の出場者を募集します。

○激辛カップ麺早食い大会 15：45～

賞金あり（先着10名）

申し込みフォームはコチラ
<https://logoform.jp/f/est3R>



○しちのへカラオケデュオ決定戦 16：15～

賞金・商品券あり

※応募多数の場合予選会（8月9日）あり

申し込みフォームはコチラ
<https://logoform.jp/f/Luw8Y>



応募期間 応募期間7月10日(金)～7月24日(金)

詳細 七戸町公式ホームページ<https://www.town.shichinohe.lg.jp>をご覧ください。

問合せ先 しちのへ夏まつり実行委員会事務局（商工観光課）☎62-2137

『みちのく・ふるさと貢献基金』助成事業募集のお知らせ

公益財団法人みちのく・ふるさと貢献基金では、新興企業や、事業拡大を目指して新規事業への参入や開発・研究を行う県内の個人、NPO法人および企業などに対し、必要な費用を助成しています。

◎応募受付 7月1日(水)～8月31日(月)までにホームページの申請受付フォームよりお申込みいただくか、申請受付票をメールまたは郵送にてご提出ください。

◎申請方法 申請書類は9月30日（水）までに必要事項をご記入の上、メールまたは郵送にてお送りください。

◎助成金 必要経費の2分の1以内で、300万円を限度とします。

◎問合せ先 公益財団法人みちのく・ふるさと貢献基金 事務局

☎017-774-1179 担当/小山内・川村

URL:<https://www.michinoku-furusato.or.jp>

上十三・十和田湖広域定住自立圏 婚活イベント スイーツ婚活「LOVE SO SWEETS 2026」 ～上十三・十和田湖エリアのスイーツを楽しもう！～

上十三・十和田湖エリアのスイーツを楽しみながら、ステキな出会いを探してみませんか？

MC (エフエム青森「金曜ラジモt t!」パーソナリティー：d-iZe / 里村好美) による、イベント開始前の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。婚活イベントへの参加が初めての方や交流が不安な方なども奮ってご参加ください。

と き 8月1日(土) 13:30～16:30 (受付:13:00～)

と ころ きざん三沢 (三沢市三沢堀口17-128)

対 象 20歳以上49歳以下の独身の人 (学生は除く。)

- ・男性は上十三・十和田湖広域定住自立圏 (※) に住んでいる人
- ・女性は居住地不問

※十和田市、三沢市、野辺地町、七戸町、六戸町、横浜町、東北町、六ヶ所村、おいらせ町、秋田県小坂町

定 員 男女各25人

- ・申込多数の場合は抽選とします。

参加費 男性4,000円・女性2,000円

申込期間 6月19日(金)～7月22日(水)

運 営 (株)エフエム青森 八戸オフィス

問合せ先 十和田市シティプロモーション課 ☎51-6712



※詳しい内容や申し込み方法については、二次元バーコードからご覧ください。

「二ツ森貝塚ジュニアガイド 歴史講座」のお知らせ

二ツ森貝塚館でガイド活動をしているジュニアガイドが、二ツ森貝塚の魅力をわかりやすくお伝えします。

貝塚の考察やキャラクターしゅり～ぬの解説に加え、縄文クイズも行います。

前半はステージでの発表、後半は各ブースにて自由参加のミニ講座や交流の時間を設けます。

日 時 7月31日(金) 9:30～12:00

会 場 七戸中央公民館 大ホール

参加費 無料 (一部、材料費などが必要になる講座あり)

※申込がなくても参加可能ですが、事前に申し込まれた方を優先的にご案内します。

サポート 二ツ森貝塚ボランティアガイドの会

申込み 中央公民館 ☎68-2920

「あおもり×女性 ライフ&キャリア セミナー2026」開催

「地方で稼げる」をテーマに、女性が自分らしい働き方や生き方を考えるセミナーを開催します。9月に開講する「女性向けデジタルマーケティング講座」のプレセミナーとなり、オンラインでの参加も可能です。新しい一歩を踏み出すきっかけにしませんか。

日 時 7月18日(土) 13:30～16:00

場 所 アピオあおもり (青森市)

講 師 作家 山内 マリコ さん

(代表作「地方女子たちの選択」、「ここは退屈迎えに来て」)

株式会社Will Lab 代表取締役

小安 美和 さん ほか

下記HPよりお申し込みください。

関連URL https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kodomo/kenmin/aomorijosei_lifeandcareer_seminar.html

検索ワード 青森県 地方で稼げる

問合せ先 青森県子ども家庭部 県民活躍推進課 ☎017-734-9228

青森県立八戸工科学院「オープンキャンパス2026」※要申込

日 時 7月25日(土) 9:30～15:30

場 所 八戸工科学院 (八戸市桔梗野工業団地内)

内 容 ▷ものづくり教室・しごと体験 (小学生対象・要保護者同伴) 9:30～13:00

▷訓練コース別の体験授業 (中学・高校生対象) 13:00～15:30

機械加工科【金属の機械加工体験】 自動車整備科【自動車エンジン組立体験】

総合設備科【蛇口交換作業体験】 スマートFA技術科【自動制御プログラミング体験】

▷工業系企業・団体のPRブースや体験コーナー (どなたでも参加できます)

問合せ先 八戸工科学院 ☎0178-28-6811



詳しくはホームページをご覧ください。

やってみようスポーツ!!

🏆ウォーキングフットボールに挑戦!
参加者を募集します!

日 程 7月18日(土) 18:30~20:30
8月29日(土) 18:30~20:30
9月26日(土) 18:30~20:30

場 所 七戸町総合アリーナ

場 内 容 歩きながら行うサッカーゲームです。当日に集まったメンバーで試合を行います。どなたでも気軽に参加できます。

そ の 他 運動のできる服装、シューズを準備して下さい。

申 込 不要

参 加 料 無料

問 合 せ 先 七戸サッカー協会 田中
☎090-2368-8787

中高年のための「再就職支援セミナー」開催

採用されるための就職活動のポイント(仕事の探し方・応募書類の作成・面接等)について、45歳以上の方に特化した内容のセミナーを実施いたします。参加費無料(定員先着20名)

会場・開催日

青森会場 7月28日(火)
リンクモア平安閣市民ホール 会議室1
八戸会場 7月29日(水)
友の会福祉会館 中ホール
弘前会場 7月30日(木)
弘前市民会館 第1小会議室

時 間 13:30~15:30
セミナー終了後 希望者個別相談~17:00
※当セミナーは雇用保険受給資格者の就職活動として認められます。

申込み先 ネクストキャリアセンターあおもり
☎017-723-6350
✉chuukounen@ims-hirosaki.com

図書館感謝祭を開催します

本にふれあう機会を提供し、読書の魅力や図書館の楽しさを知っていただくきっかけづくりを目的に開催します。

日 時 7月11日(土)・12日(日)
10:00~14:00

場 所 内 容 七戸南公民館・中央図書館
古本リサイクル、読み聞かせ、お楽しみ抽選会、キッチンカーおよび移動販売など

問 合 せ 先 七戸南公民館・中央図書館
☎62-2118

夏休み開催 ソフトテニス教室

日 時 8月2日(日) 9:00~12:00

場 所 七戸町総合運動公園テニスコート

対 象 小学生

参 加 費 無料

補 足 ・動きやすい運動靴でご参加ください。
・熱中症対策のため飲み物をお持ちください。

申込期日 7月29日(水)

申込・問合せ先 七戸ソフトテニス協会 事務局 横山
☎080-1664-0261
✉shengyehengshan343@gmail.com

地域とつながる 人とつながる 青森矯正展

刑務所内の見学ツアーや、受刑者が製作した刑務所作業製品を実際に見て・触れて・購入することができます。

青森を代表するアイドル りんご娘 によるスペシャルステージのほか、抽選会やキッチンカーなど、今年は家族で楽しめる企画も盛りだくさんです。

にぎわいあふれる一日を、ぜひ会場でお楽しみください。

日 時 7月20日(海の日) 9:00~16:00

会 場 青森刑務所

問 合 せ 先 矯正処遇部門(作業)
☎017-739-2341

戸籍の窓口

5月・6月

お誕生おめでとういっしょに祝います

長内 子ごも 奏 母親 住所 麻衣子さん 寒水

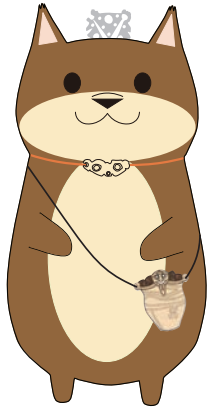
ご結婚おめでとういっしょに祝います

小林 隆 七戸 藤真 佳さん 南部町

お悔やみ申し上げます

甲田寛治さん	小田シさん	馬場喜美子さん	西野信さん	木村英美子さん	八嶋直さん	呷悟さん	十枝内輝夫さん	天間花子さん	中村明さん	中村カさん	中田ナさん	高田ウメヨさん	中嶋やすさん
79歳	94歳	85歳	73歳	77歳	87歳	75歳	73歳	98歳	74歳	96歳	96歳	96歳	104歳
天神林	野ノ口	貝ノ口	高屋敷	舘野	白石	金木	中野	天間野	舟場向	榎林2	榎林3	中嶋	中嶋

しえり〜ぬのまちめぐり ミュージアム



ニツ森貝塚キャラクター
しえり〜ぬ

VoL.16

町指定有形文化財 常滑の壺

昭和34年、左組遺跡（曾我森遺跡）といわれる現在の町営スキー場の頂上付近から出土したものです。高さは26.5cmで、口縁部が若干欠損している他は、ほぼ完全な形をとどめています。この壺は積石塚のような石で組まれたところから出土したといわれ、出土時、中に人骨らしきものが入っていたといえます。平安時代末期に焼かれたものと考えられており、野武士を思わせる力強い粗野な趣が特色とされています。



鷹山宇一記念美術館情報

7月1日(水)～7月26日(日)

「ミュージアムコレクション展」

当館の収蔵品の中から選りすぐりの作品をご紹介します収蔵品展を開催いたします。当館がこれまでに収集してきた多彩な作品群の中から、時代やジャンルを越えて魅力を放つ名品を取り上げ、その魅力をあらためてご覧いただきます。作家たちの個性豊かな表現を感じていただける機会となれば幸いです。

【時間】10：00～18：00（最終入館17：30）
毎週金曜日は「ふらっとフライデー！ナイトミュージアム」
20：00まで開館（最終入館19：30）

【休館日】月曜日

【料金】一般500円、高校・大学生300円、中学生以下無料

次回特別展予告

8月1日(土)～9月27日(日) 「上泉華陽展」

馬を愛し生涯馬を描き続けた上泉華陽の世界を、新たな収蔵品とともにご紹介する展覧会です。

■展示替え休館■

7月27日(月)～7月31日(金)

キリトリ



鷹山宇一「早春賦」

七戸町民無料DAY
7/1～7/26 会期中
1日限り有効

会期中のお好きな日にご利用いただけます。

1枚でひと家族様ご利用いただけます。

町の統計

令和8年6月1日現在

人口と世帯

交通事故

町内の火災

男	6,497人(-7)	件数	2件(12件)<±0>	建物	0件(1件)<±0>
女	7,003人(-6)	傷者	6人(18人)<+4>	林野・その他	0件(0件)<-2>
計	13,500人(-13)	死者	0人(0人)<±0>		
世帯数	6711世帯(+5)				

()内は前月比 ()1月からの累計 < >前年同月との累計比

2026

SHICHINOHE

第80回国民スポーツ大会

剣道競技会
開催まであと

108日

※令和8年7月1日現在