



広報

じたん

No.258

2026

9

この夏も、
きっといつか青春になる。



- まちのできごとあれこれ — 2～4
- 保健情報 — 5～9
- 行政のひろば — 10～17
- 中部上北広域事業組合情報 — 18
- 図書情報 — 19
- お知らせ — 20～26

天間林第2分団が準優勝！上十三地区消防操法大会

7月26日、上十三地区消防協会消防操法大会が開催されました。七戸町からは天間林第2分団がポンプ車操法の部に出場。同分団の蛭名準吉さんが力強く選手宣誓を行い、競技では日頃の訓練の成果を遺憾なく発揮して見事準優勝に輝きました。地域の安全を守るため熱い健闘を見せてくれた団員の皆さんに、温かい拍手が送られました。



▲力強く的確な放水を披露する団員たち



▲準優勝に輝いた天間林第2分団

ジュニアガイドが伝える縄文の魅力

7月31日、七戸中央公民館で「ニツ森貝塚ジュニアガイド歴史講座」が開かれ、ジュニアガイド7名が講師を務めました。開館5周年を迎えたニツ森貝塚館の紹介や、縄文人にとっての貝塚、昨年12月8日の地震で破損した土器約60個の修復作業などを、クイズを交えて楽しく解説。講座後の体験コーナーではマスコット「しゅり〜ぬ」の折り紙や縄文アイテム作りをジュニアガイドが運営し、参加者は笑顔で楽しんでいました。



▲ジュニアガイドによる体験コーナーの説明に耳を傾ける来場者



▲歴史講座を行うジュニアガイド

夏休みの勉強会を開催 ～高校生が先生に～

七戸中央公民館で7月31日、中学生の居場所づくり「サードプレイス」の一環として「夏休みの宿題にとりかかろう」が行われました。七戸高校生2名がボランティア講師として参加し、勉強の悩みに助言しました。高校生は「教師を目指しており、進路や生活の役に立ちそう」と話し、中学生も「交流が楽しく、高校生になったら教えてみたい」と語りました。



▲中学生に教える高校生たち

本物の投票箱で「投票」を体験 七戸高校で3年ぶりの選挙出前講座



▲投票箱へ票を投じる生徒

7月21日、七戸高校で県選挙管理委員会による出前講座と生徒会長選挙が行われました。生徒たちは選挙の仕組みを学んだ後、実際の投票箱を用いた信任投票に臨みました。投票を終えた生徒は「例年の生徒会長選挙と比べ、本物さながらの雰囲気です。気が引き締まりました」「次に実際の選挙があるときは、ぜひ友達を誘って投票に行きたい」と話しました。若者たちが一票の重みと主権者としての意識を肌で感じる、貴重な機会となりました。

クマ出没に備え、初の「緊急銃猟机上訓練」を実施



▲図面を囲み、現場の状況と緊急銃猟の可否を慎重に確認する実施隊員と農林課職員

7月29日、七戸警察署や鳥獣被害対策実施隊など関係者28名が参加し「緊急銃猟机上訓練」を初開催しました。近年のクマ出没増加を受け6月に策定したマニュアルに基づき、居住地付近での発見を想定。図面上での銃猟可否や通行規制の判断手順を確認しました。実施隊のニッ森豊さんは「緊急銃猟は通常と異なり高い技術と責任が伴う。安全確保にはルール厳守と経験の継承が不可欠」と話し、関係機関の連携や担い手育成の重要性を訴えました。

何をつくろうかな



▲ろくろでオリジナルの陶器をつくる児童

旧天間林老人福祉センター敷地内の陶芸小屋で7月18日、8月1日、8日の3日間、町内の児童を対象とした陶芸教室を開催しました。器の成形、色付け、仕上げ作業の行程で行われ、14名の児童が参加しました。

初めて触る粘土を手に取り、専用の道具を使って知恵を絞りながら、世界に一つだけのオリジナルのお皿やお碗を作っていました。完成した作品を見た児童たちは「自分の好きな形を作れて楽しかった」「来年も参加したい」と話していました。

町連合PTAがクマ対策の要望書を提出

8月3日、七戸町連合PTA（高松幸蔵会長）の代表者らが役場を訪れ、町長・教育長にクマ対策を求める要望書を提出しました。

4月から相次ぐクマなどの目撃情報には、登下校時間帯の目撃も含まれることから、町連合PTAはクマなど目撃情報に係る関係機関間の即時共有、学校への迅速な第一報、防犯ブザーの配布、鳥獣に関する教育・啓発についての対策を要望しました。

町長・教育長は、「将来を担う子どもたちの安全のため、できることから対策を講じていくことが重要」と述べ、目撃から情報配信までの時短に努めることを約束しました。また、早急に町内小中学校の全生徒・児童（7月末現在751名）へ防犯ブザーを配布の準備を進めることを回答しました。

高松会長は、防犯ブザー配布の迅速な対応に感謝し、目撃から配信までに要する時間にバラつきがある理由などを理解したうえで「各校教員・保護者には迅速な通報を呼びかけたい」と話しました。



▲要望書を提出した七戸町連合PTAの代表者

青の煌めきあおもり国スポ剣道競技会開催にあたり、御協賛ありがとうございました。



七戸町建設業協同組合（田中秀治会長）から「ミニタオル300枚、のぼり旗（ポールセット）50本」を御協賛いただき、7月30日に感謝状贈呈式を行いました。

家のことで
困ったら
お気軽にご相談ください！

（有）中哲建材センター
七戸町字森ヶ沢 212-6

ガラス・カギ修理
建築資材販売
軽微なりフォーム

☎ 0176-68-2215

七戸町公式
LINE
友だち募集中！

スマホに安全情報やイベント情報をリアルタイム配信！

災害・火事
クマ出没
イベント

お友達登録

QRコードまたはID検索から
Q @938gicpb

第3次健康しちのへ21（健康増進計画・食育推進計画）

みんなでチャレンジ！健康づくり！～栄養・食生活・食育 分野～

★3食バランスよく食べ、適正体重を維持しましょう。

★食に関心を持ち、地域の食文化を次世代へ伝えましょう。

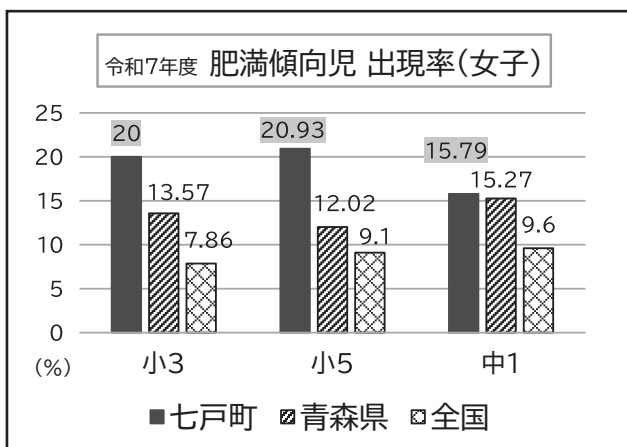
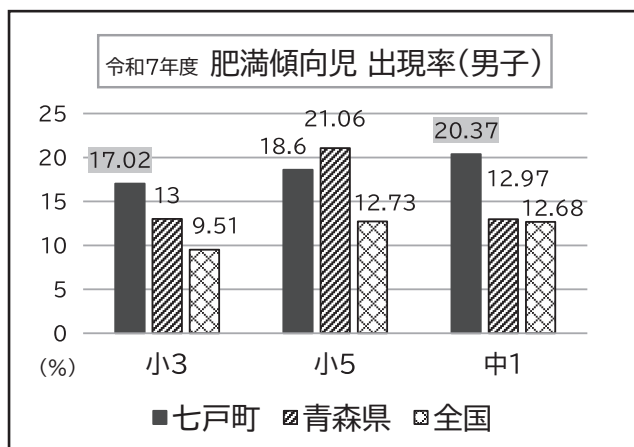
第3次健康しちのへ21 なないろプラン（概要版）は右の二次元コードからご覧ください→



●こどもの肥満について知っていますか？

七戸町では、小中学生の多くの学年で、**肥満傾向のこどもの割合が青森県や全国を上回っています。**

こどもの肥満は「肥満度」という指標で評価します。肥満度20%以上のこどもは、肥満傾向児です。



こどもの肥満のほとんどは、単純性肥満（摂取エネルギーが消費エネルギーより多いために生ずるもの）です。食事やおやつの食べすぎ、食事内容のバランスの悪さ、運動不足、睡眠不足などが関連していると言われています。

肥満は、生活習慣病（2型糖尿病、脂質異常症、高血圧など）の原因となります。また、膝などの関節への負荷や、様々な病気のリスク増加などの可能性もあります。

こどもの肥満は、大人の肥満のもとです。こどもの頃に健康的な生活習慣を身につけることで、将来の生活習慣病予防につながります。

親子で健康づくりにチャレンジ！！

- 主食・主菜・副菜をそろえて、3食バランスよく食べましょう
- 積極的に体を動かしましょう
- おやつは1日200Kcalまでにしましょう



200Kcalの目安

ポテトチップス
約1/2袋板チョコレート
約1/2枚ショートケーキ
約1/2個アイスクリーム
小1個せんべい
3～4枚どら焼き
1個バナナ
約2本

令和7年度なないろ健康フェア 栄養・食生活・食育部門の標語 最優秀作品

朝ごはん しっかり食べて 「いってきます」

天間林中学校 3年A組 李澤 莉心

問合せ先 保健福祉課 ☎68-4631 こどもみらい課 ☎58-7622

9月24日～30日は結核予防週間です！

厚生労働省では、毎年9月24日～30日を「結核予防週間」と定め、結核に関する正しい知識の普及啓発を図っています。

肺結核とは？

結核菌によって肺炎を起こす病気です。はじめは風邪に似た症状ですが、下記に当てはまる場合は結核の恐れがあります。症状が長引く場合には必ず病院へ行きましょう。

- ☐ 痰の絡む咳・微熱・身体のだるさが2週間以上続いている
- ☐ 体重が減ってきた ☐ 食欲がわからない ☐ 身体がだるい

結核の予防方法について

BCG接種（はんこ注射）がお子様には有効です。また、下記に挙げる健康的な生活が免疫力を高め、結核の予防へつながります。

- ☐ 適度な運動 ☐ 十分な睡眠 ☐ バランスのとれた食事
- ☐ 禁煙 ☐ 定期健診

結核は感染症です。特に、高齢者、喫煙者、免疫不全の方、透析中の方、ステロイドホルモン使用中の方は、結核に罹患しやすいと言われます。症状が無くても年に1度は定期健診を受けましょう。

問合せ先 保健福祉課 ☎68-4631

○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
9月1日(火) 9月8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
9月16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
9月30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。

総合健診および人間ドックのお知らせ

10・11月に実施する総合健診の日程は次のとおりです。これからの申し込みも可能ですので、希望する方は保健福祉課までご連絡ください。

また、公立七戸病院健康管理センターで実施する人間ドックや八戸西健診プラザで実施する個別健診も申し込みを受け付けておりますので、保健福祉課までご連絡ください。ただし、定員に達した場合は先着順となります。

日にち	場所	総合健診 受付時間 7：00～9：00	婦人検診 受付時間12：00～13：00
		特定健診 がん検診(胃・肺・大腸) 肝炎検査	乳・子宮頸がん検診
10月7日(水)	柏葉館	○	
10月8日(木)		○	
11月8日(日)	天間林 保健センター	×	○
11月9日(月)		○	○
11月10日(火)		○	

※医療保険の種類や年齢などにより受診できない項目があります。

問合せ先 保健福祉課 ☎68-4631

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
★生活習慣病に関する相談 ・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	【日程】 9月17日(木) 10月22日(木) 【受付時間】 10：00～15：00 【場所】 天間林保健センター 第3次健康しちのへ21 健康増進計画・食育推進計画 なないろ プラン  なないろプラン 推進キャラクター ななぽてくん	*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。 【予約先】 保健福祉課 (天間林保健センター内) ☎68-4631 「健康相談の予約です。」とお伝えください。 ☆下記の二次元コードからも予約が可能です↓ 
★栄養相談 ・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 野菜摂取量や体脂肪の測定もできます。		

第4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～



毎年9月は「世界アルツハイマー月間」、そして9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。

認知症への理解を深め、本人やその家族を温かく支え合える社会を目指して、世界中で様々な啓発活動が行われています。

～ 七戸町認知症カフェ事業 ～

「オレンジカフェしちのへ」のご案内

どなたでも参加できるつどいの場、情報交換の場です。お茶を飲みながら会話を楽しみ、認知症や介護の相談・予防に関するお話など聞くこともできます。

ゆっくりとした時間をすごしながら、一息つきませんか。申込みや予約は不要です。

直接、会場におこしてください。

【日時・場所】

日にち	9月11日(金)	9月16日(水)
時 間	9:30～11:00	
場 所	中央公民館	南公民館

【内容】

参加者同士でお茶を飲みながらの交流や、脳トレ、レクリエーションなど、時間内は自由に過ごせます。スタッフが介護や認知症の相談に対応いたします。

✿ 特別企画として、『ハンドマッサージ』を体験できます（先着10名程度）
～ いやしの時間を体験してみませんか ～
協力：株式会社ポーラ



【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

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

生活支援コーディネーター活動紹介

今号では高齢者の集いの場になっている『交流館』を紹介します。

交流館では食事をするだけでなく、高齢者の大切な居場所となっています。集いの場は来るだけでも認知症予防等の効果がありますが「ここで友達と会うのが楽しみ」「家ではあまり食べないけど友達といると食べられる」といった利用者の声が聞かれ、心身の健康や共食の効果が出ていました。また、スタッフとの交流も活発で、困りごとを相談したり、近況を話したり、笑い合ったりで楽しい空間となっています。ここでのたわいもない会話から心が通い合い、お互いの変化に気が付き、友人もスタッフも気に掛け合う関係となり、自然と見守りや助け合いに発展している、素敵な拠点となっていました。今後も活動を応援していきたいと思います。



☆地域の活動や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。
七戸町地域包括支援センター ☎68-3500

9月10日～16日は 「自殺予防週間」 です

自殺対策基本法では、9月10日の「世界自殺予防デー」にちなんで、毎年9月10日から16日までを自殺予防週間と定め、国・県・市、関係団体が連携して「誰もが自殺に追い込まれることのない社会の実現に向け、相談事業および啓発活動を推進することとしています。

相談窓口はこちら
電話やSNSで相談ができます。



まもろうよこころ

検索



ゲートキーパーになろう！

——— その行動が、ゲートキーパーの第一歩になります。 ———

ゲートキーパーとは「命の門番」とも位置づけられており、悩んでいる人に気づき、話を聴いて、支援につなげ見守る人のことです。

周りで悩んでいる人がいたら、やさしく声をかけてあげてください。声をかけることで、不安や悩みを少しでも和らげることができるかもしれません。

- 【気づき】 家族、同僚、隣人などの変化に気づいて声をかける。
- 【傾聴】 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける。
- 【つなぐ】 早めに専門家（弁護士、医師、保健師など）に相談するよう促す。
- 【見守り】 温かく寄り添いながらじっくり見守る。



問合せ先 保健福祉課 ☎68-4631

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

1 保険料は納期限内に納めましょう

保険料の納付にお困りの方は、町民課へご相談ください。また、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が認められることがあります。

問合せ先 町民課 ☎68-2112

2 医療費通知書を確認しましょう

医療費通知書は、ご自身で受けた医療の状況を知っていただくためのお知らせで、受診した月に応じて2回に分けて送付します。

	送付時期	記載内容
1 回目	2 月中旬	1～11月診療分
2 回目	3 月中旬	12月診療分

2 回目に送付する医療費通知書が到着する前に確定申告をされる方は、次の書類により手続きをしてください。

- ① 1 回目に送付した医療費通知書
- ② 12月に受診した医療機関（病院、薬局など）から発行される領収書

また、マイナンバーカードをお持ちの方は、確定申告に活用するための1年分の医療費通知情報を、例年2月9日頃からマイナポータルで取得可能です。

医療費通知書に関してご不明な点がございましたら、2月上旬から設置するコールセンターへお問い合わせください。お問い合わせの際は、被保険者番号がわかるもの（資格情報のお知らせなど）をご用意ください。コールセンターの電話番号は、医療費通知書の封筒および当広域連合ホームページでお知らせします。

問合せ先 青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821

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

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

まごころホールしちのへ

検索 

年金生活者支援給付金制度の案内

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準以下の方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】

- i 老齢基礎年金を受給している65歳以上で世帯員全員が非課税かつ、前年の年金等の収入額とその他所得額の合計が昭和31年4月2日以後に生まれの方は926,500円以下、昭和31年4月1日以前に生まれの方は924,100円以下である。
- ii 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給しており、前年の所得が4,918,000円以下の方。

※すでに受給している方については新たな手続きは不要です。

【請求手続き】

- ①新たに対象となる方には日本年金機構から、請求に関する案内と簡易な請求書（はがき型）が9月以降に送付されます。
- ②案内が届いたら、請求書に必要事項を記入し、目隠しシールと切手を貼って郵便ポストに投函してください。令和9年1月4日までに請求手続きが完了しますと、令和8年10月分からさかのぼって受け取ることができます。令和9年1月4日までに届かなかった場合、請求した月の翌月分からとなりますので、お早めに投函してください（電子申請も可能です。詳しくは同封のリーフレットをご確認ください）。

※日本年金機構や厚生労働省から、電話で家族構成や金融機関の口座番号・暗証番号をお聞きしたり、手数料などを求めたりすることはありませんので不審な電話や案内にはご注意ください。

年金生活者支援給付金の請求についてお困りの際は下記問合せ先に相談または、日本年金機構ホームページをご確認をお願いします。

問合せ先 給付金専用ダイヤル ☎0570-05-4092
青森年金事務所 ☎017-734-7495
町民課 ☎68-2112／支所庶務課 ☎62-2111

裁判員経験者の声をお届けします！

裁判員制度は、法律の専門家ではない国民のみなさんに刑事裁判に参加していただく制度です。裁判員として参加した後、大変多くの方が「(非常に) よい経験と感じた」という感想を持っています。裁判員制度へ安心して参加いただけるように、裁判員経験者の声をご紹介しますので、ぜひ裁判所ウェブサイトをご覧ください。



「経験者の声のページ」

問合せ先 青森地方裁判所総務課庶務係 ☎017-722-5421

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。混雑状況など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以降は前日までに要予約
- ・休日 9月27日(日) 9:00～12:00
※9月25日(金)までに要予約
- ・場所 町民課（本庁舎）、支所庶務課（七戸庁舎）

●必要なもの

本人来庁の場合	代理人来庁の場合
①マイナンバーカード	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）

●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

農地パトロールを実施しています

農業委員会では、毎年、8月から10月にかけて農地パトロールに取り組んでいます。

農地パトロールは（1）地域の農地利用の確認、（2）遊休農地の実態把握と発生防止・解消、（3）違反転用発生防止・早期発見を目的に町内全域で実施しています。

調査にあたり、農業委員・農地利用最適化推進委員が農地に立ち入る場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

（農地を所有している方へ）

草が生い茂り、周辺農地の耕作に支障が出るようなケースが見受けられます。

農地が荒廃すると、病虫害・有害鳥獣の生息地や不法投棄の温床となり、近隣の農地や住環境に悪影響を及ぼしますので、定期的に耕したり、除草したりして適正に管理しましょう。

問合せ先 農業委員会事務局 ☎68-2967

荒熊内駐車場の利用制限を行います

青の煌めきあおもり国スポ剣道競技会の開催のため、荒熊内駐車場は、国スポ来場者専用駐車場となることから、以下の日程で利用制限を行います。

ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

詳細は、七戸町ウェブサイトまたは青の煌めきあおもり国スポ七戸町実行委員会ウェブサイトをご覧ください。



利用制限期間

【10月13日(火)～10月16日(金)】 準備期間

【10月17日(土)～10月19日(月)】 開催期間（来場者専用駐車場）

問合せ先 青の煌めきあおもり国スポ七戸町実行委員会事務局
(国民スポーツ大会推進室内)

☎58-6318 FAX62-6256

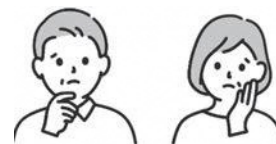
e-mail 2026kokusupo01@town.shichinohe.lg.jp



七戸町実行委員会
ウェブサイト

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。



サブスクリプション アプリの削除だけでは解約になりません！



1カ月無料の動画配信サービスを登録。動画を視聴しようとしたが上手くいかず、数週間後にアプリを削除した。その後、キャリア決済で毎月約2,000円、半年以上もサブスクの代金が引き落とされていることに気付いた。一度も視聴せずにアプリを削除したのに、引き落とされていたことに納得できない。

アドバイス

- サブスクリプション（サブスク）は、定められた料金を定期的に支払うことで一定期間商品やサービスを利用できるサービスです。一度契約すると、利用しなくても解約しない限り支払いが続きます。
- サブスクの契約は、アプリのアイコンを削除したり、アプリをアンインストールしたりするだけでは解約とはなりません。事業者の定めた方法で解約することが必要です。
- 無料のお試しの場合は、お試し期間が終わると自動的に定額サービスに移行することが多いので注意が必要です。
- 利用していないサブスクの請求に気付けるように、クレジットカードやキャリア決済などの明細は、毎月確認しましょう。

長寿祝金（米寿祝金）を贈呈します

町では長年にわたり社会に貢献された功績をたたえ、その労をねぎらうため、米寿（88歳）の方々に長寿祝金を贈呈します。

対象者へは8月中に案内を発送しております。ご不明な点などありましたら介護高齢課へお問い合わせください。

対象者 下記①～③すべてに当てはまる方

①令和8年度中に88歳に到達する方（昭和13年4月1日～昭和14年3月31日に生まれた方）

②令和8年4月1日現在、七戸町に住所がある方

③七戸町以外から同様の祝金を受けとっていない方

金 額 30,000円

贈呈方法 口座振込（9月中を予定）

問合せ先 介護高齢課 ☎68-3500

令和8年度中部上北総合防災訓練を実施します

大災害などが発生したとき、応急対策を迅速・的確かつ総合的に実施できるように防災訓練を行います。本訓練は、中部上北広域事業組合消防本部をはじめ、防災関係機関・団体と町民の協力のもと、訓練実施による防災体制の強化および町民の防災意識向上を目的としています。なお、訓練は、どなたでも参観できます。

日 時 9月16日(水) 8:35～12:00（予定）

場 所 七戸町中央公園周辺

※訓練時間中は屋内スポーツセンター・ふれあいセンターの利用ができませんので、予めご了承ください。

駐車場 公園南側駐車場をご利用ください。

そ の 他 訓練では、サイレンを鳴らすほか、多くの緊急車両が出動します。火災などとお間違えのないよう皆様のご理解とご協力をお願いします。

大雨、強風、雷などの悪天候で各種警報などが発令された場合には、訓練を中止することがあります。

問合せ先 総務課 ☎68-2111

町税のキャッシュレス納付が一時利用できなくなります

eLTAXのシステム更改に伴い、次の期間はサービスが停止します。サービス停止期間中は二次元コードを利用したキャッシュレス納付等の手続きができませんので、ご注意ください。

【サービス停止期間】 9月19日(土) 0:00～9月24日(木) 8:30

【利用できない手続き】 地方税統一二次元コード（eL-QR）を利用したキャッシュレス納付（クレジットカード納付、インターネットバンキング等による納付）

※バーコードでの納付（コンビニ・スマホアプリ）は、停止期間中も通常通り利用できます。

詳しくは、eLTAXホームページ（<https://www.eltax.lta.go.jp/news/14857>）をご確認ください。

問合せ先 税務課 ☎68-2113

あなたの「困ったな」、教えてください

－ 9月から10月までの2か月間は『行政相談月間』です－

町民の皆様が、毎日の暮らしの中で、役所の仕事に関する苦情や意見・要望などがあったときに、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、

- 苦情を直接申し出にくい
- 要望があるが、どこに話をしたらよいかわからない
- 制度や仕組みがわからない
- 困りごとがあるが、どこに相談してよいかわからない

など、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。

七戸町の行政相談委員は、葛原隆男・小林章廣です。

『定例行政相談所』を開設しております。

毎月第2または第3水曜日 午前9時から正午まで
七戸町役場 本庁舎・七戸庁舎

毎月町広報誌に相談日を掲載していますので、ご確認ください。



行政相談マスコット
キフーン

問合せ先

総務課 ☎68-2111

総務省行政相談センターきくみみ青森 ☎0570-090110

〒030-0801 青森市新町2-4-25 青森合同庁舎4階

法人関係税はインターネットで申告できます

青森県では、地方税ポータルシステム（通称「eLTAX」）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（※1）。

- 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）
- 電子申告の特徴 「PCdesk」などのeLTAX対応ソフトを使用して、自宅やオフィスなどからインターネットで申告を行うことができます。
- 利用するには eLTAXホームページで利用届出を行ってください。なお、初めて利用される場合は、あらかじめ「電子証明書」の取得が必要です（※2）。

ご利用方法等、詳細についてはeLTAXホームページ（<https://www.eltax.lta.go.jp>）をご覧ください。

※1 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。

※2 税理士などが代理申告する場合は、納税者の電子証明書は不要です。

問合せ先 青森県上北県税事務所 課税課 ☎22-8111（内線210）

その「当たり前」、だれかの荷物になっていませんか？ ～高校生の意識調査から考える、私たちの言葉とこれからの地域～

「男の子なんだからシャキッとしなさい」「女の子だから気配りができるといいね」——日常でこんな言葉を耳にしませんか？一見、悪気のない言葉ですが、令和7年度の県内高校生への意識調査からは、大人たちの「何気ない一言」に若者たちが違和感を覚え、疑問を抱いている姿が見えてきました。

変化する意識と、消えない「見えない縛り」

調査では職場において「育児を優先する男性はやる気が低い」との考えを男女の9割以上が否定し、家事育児を女性だけの役割とする時代は過去のものとなっています。一方で「男性は家計を支えるべきだ」に男子の約6割が同意し、半数が「人前で泣くべきではない」と回答。「男だから強くあらねば」というプレッシャーが今も彼らを縛っています。

【心あたりはありませんか？言葉を振り返るチェックリスト】

- 地域の集まりや職場で、女性だけにお茶出しや片付けを頼んでいませんか？
- 男の子が泣いているとき、「男のくせに泣かないの」と言っていないですか？
- 女の子の将来に「良いお嫁さんになれるね」と声をかけていませんか？
- 「男親なのに育児をして偉い」「女親なのに仕事を優先して」と思っていないですか？

若者たちの切実な声に耳を傾ける

自由記述欄には「男だから力仕事をしろと言われる」「女子だからとおしとやかさを求められる」など、大人が作った「らしさ」に疑問や不満を抱くリアルな声が溢れていました。こうした生きづらさは町の未来に関わります。女子の約4割が「青森県には女性が活躍できる場が少ない」と感じており、若者たちが「もっと自分を活かせる環境で挑戦したい」と県外へ飛び出していく一因になっている可能性は否定できません。

「らしさ」から「その人らしさ」へ

多様な生き方を認め合う若者たちを前に、私たち大人や地域社会も、これまでの「当たり前」を少しずつ見直していく時期にきているのかもしれません。「男だから」「女だから」を取り払い、「その人がどうしたいか」を基準にするだけで、地域の雰囲気はもっと風通しが良くなります。

誰もが個性をあきらめず、この町で自分らしく暮らせるように。まずは今日、自分の言葉を優しく振り返ることから始めてみませんか。

※調査報告書の全文は青森県男女共同参画センター HPをご覧ください。

https://www.apio.pref.aomori.jp/gender/news/information/research/gender_teen_investigation_25327/



男女共同参画について考えよう 問合せ先 企画調整課 ☎68-2940

柏葉塾の窓



公営塾でサバイバル術?!

～夏の活動報告と英検対策講習会のお知らせ～

七戸公営柏葉塾 マネージャー 水上 雅俊

夏休みが終わり、高校3年生はいよいよ進路活動が本格化する時期を迎えました。総合型選抜や学校推薦型選抜の出願・受験、就職試験が始まるほか、一般選抜に向けた準備も本格的に進められています。生徒たちはそれぞれの目標の実現に励んでいるところです。

【生き残るために】

7月9日に七戸公営柏葉塾で行われました「おしごと講話」について紹介いたします。今回は、地域おこし協力隊の関口さんにお越しいただき、ブッシュクラフト体験を行いました。ブッシュクラフトとは、キャンプとサバイバルの中間に位置するアウトドアスタイルのことで、少ない道具と自然にあるものを活用して楽しむものです。

講話では、人間が生きるために必要な5つの要素（優先度の高い順に、空気、体温、水、火、食料）について学び、災害時にも役立つ知識を身につけました。その後のブッシュクラフト体験では、4種類のロープワークを学び、それらを活用してシェルター作りに挑戦しました。初めて取り組むロープワークに苦戦する様子も見られましたが、生徒たちは真剣に取り組み、少しずつ技術を身につけていきました。ロープワーク以外にもさまざまな作業が必要となり、難易度の高い活動となりましたが、仲間同士で協力しながら、全員が無事に完成させることができました。参加した生徒からは、「キャンプにも使えて、災害時にも使えるので一石二鳥だと思います」などの感想があり、参加者にとって大変有意義な一日となったと思います。



【七戸から世界へ！英語検定がその第一歩】

夏休み期間中には中学生を対象とした公営塾の無料体験会を実施しました。数学または英語のいずれかを選択し、最大4回まで受講することができます。今回から中学生全学年を募集しました。どの生徒も真剣な姿勢で学習に取り組み、それぞれが課題と向き合いながら理解を深めていました。今回の体験を通して「できた」「わかった」という経験を一つでも増やし、今後の学習への自信や意欲につながってくれればうれしく思います。



さらに、9月は毎週土曜日に七戸中学校および天間林中学校の全学年の生徒を対象とした英検対策講習会（無料）を新たに開催します。英語力の向上はもちろん、資格取得に向けた学習の機会として、ぜひご活用ください。

無料体験会と英検対策講座は冬休み中にも開催する予定です。詳細につきましては、各中学校を通じて保護者へ通知するとともに、公営塾のウェブサイトでもお知らせいたします。多くの皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

七戸公営塾 ☎51-6075

ウェブサイト <https://kashiwabajuku.com>



@kashiwabajuku

中部上北清掃センターから重要なお知らせ

現在「指定ごみ袋以外のごみ袋」でのごみ収集は、臨時措置として行っていますが、今後「指定ごみ袋」が安定的に供給される見込みになりました。

そのため、令和8年9月30日(水)をもって「指定ごみ袋以外のごみ袋」でのごみ収集を終了とします。

令和8年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。

問合せ先 中部上北清掃センター ☎0175-63-2336

公立七戸病院 診療放射線技師・臨床検査技師募集

募集人数 各1名

応募資格 すでに診療放射線技師・臨床検査技師の資格を有している方、または令和9年3月卒業見込みの方で診療放射線技師・臨床検査技師免許取得見込みの方

応募書類 履歴書1通、診療放射線技師・臨床検査技師免許証の写し

受付期間 10月15日まで ※採用者決定次第受付終了とします

採用試験 1次選考 書類審査
2次選考 面接・小論文試験

採用 令和9年4月予定

勤務形態 日勤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

保険等 社会保険、厚生年金

休暇等 年次有給休暇、特別休暇等、当組合規定による

申込先 〒039-2595 上北郡七戸町字影津内98-1

公立七戸病院 庶務課 ☎0176-62-2105

住まいのトラブル!! 困った? 解決します!!

かんぶん
便利くん七戸店

便利くんスタッフが
ご自宅までご訪問いたします!!

見積
無料



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!!

ぶんちゃん

受付時間 午前9:00▶午後6:00

通話
無料

イクヨ

キューキューキュー

0120-194-999

新着図書情報

■9月の休館日…5日(土)、6日(日)しちのへ秋まつりのため

七戸中央図書館のみ休館。

21日(月)、23日(水)、24日(木)

★初めてご利用になる方は受付カウンターで利用者登録をお願いします。

★本の貸出は、おひとり様3冊まで2週間借りることができます。

★新着図書の検索はこちらからアクセスしご覧ください

⇒ <https://www.lib-eye.net/shichinohe/>



(七戸中央図書館)

☎62-2119

永遠の記憶



／東野 圭吾(著)

内海薫が刺された。犯人は70歳ほどの老人。飛び降り自殺を図るも失敗し、取り調べには黙秘を貫く。一方、湯川と草薙は、老人の“ある持ち物”を手掛かりに、「忘れてはいけない謎」の扉を開き…。ガリレオ、最後の謎。

Google AI仕事大全

Gemini・NotebookLM・AIエージェントをぜんぶ使う



／澤田 竹洋(著)

画像生成モデル「Nano Banana」による資料図解から、言葉だけで動く自律型エージェントの構築まで。ビジネスパーソンに向けて、毎日の仕事がラクになるGoogle AIの活用術を解説する。

はなび



／マシュー・バージェス(ぶん)
カティア・チェン(え)
万木森 玲(やく)

今日は特別な夜。外のおんぼろ階段をのぼると、屋上は銀色に光って、おひさまがまだ、やわらかく空を照らして…。待ちに待った花火の日。大切な夏の思い出を描いた絵本。折り畳んだページを開くしかけあり。

(七戸中央公民館図書室)

☎68-2920

夏帆 The Tale of KAHO



／村上 春樹(著)

「君みたいな醜い相手は初めてだよ」26歳の絵本作家・夏帆は、初対面の男にこう告げられた。怒りよりもショックよりも、ただ純粋に驚いた。それから夏帆の周りで奇妙な出来事が起こりはじめ…。『新潮』掲載を加筆改稿。

図解でスツと頭に入る令和の物価高騰



／洞口 勝人(監修)

給料はたいして上がらない。でもまた値上げ……。それはなぜ？ コメ、電気・ガソリン代、マンション価格から、サブスク料金まで、生活を直撃する「値上げのカラクリ」を、地図や図表とともにわかりやすく解説する。

水族館の達人に聞いてみた



／下村 実(著) 鎌田 菜月(著)
阿野 隆平(イラスト)

水族館ってなんだ？水族館と動物園のちがいは？水にすむ生き物のひみつから、水族館のしくみや飼育員の仕事まで、日本モンキーセンター附属動物園長の下村実と、SKE48の鎌田菜月の2人が楽しく紹介する。

文芸欄

〈俳句〉

七戸俳句会

朝顔や雲まで攀^よじる気迫^{きぱく}なり

高井 ユカ

試作^{こけま}する苔玉^{こけたま}アート真弓^{まゆみ}の実

森野 弘美

さつと拭^ふきがぶりと桃の二個三個

工藤 敦子

山間^{やまあい}の川の流れや吾亦^{われもこう}紅

天間 スエ

小鳥^{こみんか}くる古民家カフェの小窓^{こまど}かな

高田 亮子

小鳥来る蔵^{くら}に眠^いりし糸車^{いとぐるま}

川村 亜輝子

ゆつたりと午後の珈琲^{コーヒー}小鳥来る

高田 美津子



〈短歌〉

七戸群青短歌会

命あるものみな消えて行く運命^{きまだち}

我逆^{われさか}らわず静かに沈む

市ノ渡 つま子

六月はどくだみの花一面に

収穫前に雨音の夜

福田 友子

鼻歌をうたいながら家事をする

力をもらう若かつた頃の

小原 璋子

秋の日の路地の明るき木犀の

香りふみしめ風吹きわたる

橋本都志子

てんまはやし短歌会

蓮の花小雨に打たれ咲きをれば

父母は何処と偲^{おも}びて眺む

原 信子

たわいなきラストストーリーと思へども

今もトキメクセタストーリー

听^{きこ}崎アイ子

変はらずに辛抱強き君なれば

頼りあるまま年を重ねつ

高田 洋子

優しくも厳しき選択せまられて

主治医の前に項垂^{うなづ}れて聞く

佐藤 悠一



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	大卒以上の者で、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～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・職歴等により異なります。	別途お知らせいたします。
航空学生	18歳以上24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～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※		
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※	[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3・4年次又は大学 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 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 [教育訓練招集手当] 月額：8,800円	
	一般 18歳以上52歳未満の方				

※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

しちのへ秋まつりの様子をライブ配信します！

町公式YouTubeチャンネル「しちのへちゃんねる」で、秋祭りの山車運行の様子をライブ配信します。各町内会で工夫を凝らした山車、お囃子の音色、祭りの熱気をお楽しみください。

配信日時 9月5日(土) 16：30頃から(雨天中止時は翌日に延期)

配信場所 しちのへちゃんねるYouTubeライブページ

実施者 地域おこし協力隊 池ヶ谷

問合せ先 企画調整課 ☎68-2940



令和8年度七戸町盛年式を開催します！

町では顕彰者をご招待し、下記のとおり「盛年式」を開催します。なお、対象者へは8月に案内状を個別に発送しております。

場 所 七戸中央公民館（七戸町字森ノ上210）

日 時 9月17日(木) 10:00～11:00

対象年齢 ①100歳（大正15年4月1日から昭和2年3月31日生）

②88歳到達者夫婦（夫婦のどちらかが昭和13年4月1日から昭和14年3月31日に生まれ、ともに満88歳以上となる夫婦）

③77歳（昭和24年4月1日から昭和25年3月31日生）

内 容 国・青森県・七戸町による顕彰、記念品贈呈、アトラクション

趣 旨 長年にわたり社会の発展のために寄与してきた長寿者に対し、内閣総理大臣、青森県知事および七戸町長からの顕彰状を授与し、その功績をたたえる。

問合せ先 介護高齢課 ☎68-3500

町営住宅入居者を募集します

募集住宅（9月）

○七戸地区：倉越団地（5戸）

○天間林地区：二ツ森団地（4戸）・協和団地（2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カ月半前後

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

じゅう★らぼ ラボ生随時募集中！

6月からスタートした「じゅう★らぼ わたし実験室」では、ラボ生を随時募集しています。学校や家庭とは少し違う“第3の居場所”として、美術館で放課後の時間を過ごしてみませんか。テスト勉強や作品制作、映画鑑賞、読書を楽しんだり、友達とお菓子を食べながら雑談したり、ソファでゆっくり休んだり。美術館という七戸ならではの特別なフィールドで、その日の気分に合わせて自由な過ごし方ができます。月に1回、ラボ生限定のワークショップも開催中です。「どんな雰囲気か見てみたい」という方は、見学や体験参加からでも大歓迎！お友達と一緒に参加することもできますので、まずは気軽に遊びに来てみませんか。

開催日時 展覧会開催期間中の金曜日
全27回（放課後～20：00）
※6・7月実施分の5回は終了しました。

場 所 七戸町立鷹山字一記念美術館
対 象 高校生で「七戸町に住んでいる」
「七戸町を通学で利用している」
「美術館友の会会員のご家族」
のいずれかに当てはまる方

参 加 費 無料。登録期間は美術館入館料も無料です。

問合せ先 七戸町立鷹山字一記念美術館 ☎62-5858
じゅう★らぼ公式LINE（チャット）



しちのへ生涯学習フェスタ2026「郷土料理体験講座」受講生募集！

しちのへ生涯学習フェスタでは、ふるさと学習として郷土料理体験講座を行います。

青森に伝わる郷土料理と一緒に作ってみませんか？

開催日時 10月31日(土)、11月1日(日) 11：00～13：00

場 所 七戸町中央公園 ふれあいセンター食堂

内 容 ①けいらん（31日、講師：七戸町商工会女性部）
②長芋すいとん（1日、講師：七戸町天間林商工会女性部）

対 象 小学生以上（小学生の場合は保護者同伴）

定 員 15名（超えた場合は抽選）

参 加 費 無料

申込方法 七戸町ウェブサイトから申込書をダウンロードし生涯学習課に提出、または下記の二次元コードを読み取り、応募フォームからお申し込みください。

申込期限 9月30日(水)

問合せ先 七戸町生涯学習フェスティバル実行委員会 事務局（生涯学習課）
☎62-9702



9月は食生活改善普及運動・健康増進普及月間です！

ベジチェック測定会のご案内

日 時 9月8日(火)

16：00～18：00

場 所 イオン七戸十和田駅前店

内 容 ベジチェック、血圧測定、健康相談

問合せ先 保健福祉課 ☎68-4631

中央公園遊具リニューアル！

中央公園に新しい遊具を設置しました。ご利用の際は安全に気を付けてたくさん遊んでください！

利用開始 9月14日(月)から

問合せ先 スポーツ振興課

☎58-6250



鷹山宇一記念美術館情報

9月27日(日)まで開催中！ ※七戸町民無料券は「広報しちのへ8月号」に掲載

「上泉華陽展～ここが私の人生！ 七戸で馬を愛し描き続けた画家～」

本展は、令和6年度にご遺族および個人の方々よりご寄贈いただきました、当館の収集作家・上泉華陽の作品42点と多数の貴重な資料の新収蔵品を中心に、その画業と生涯の一端に迫ろうというものです。

山形県米沢市の士族の家に生まれた上泉華陽（1892～1979）は、獣医である父の影響で幼少期から馬に囲まれて育ちました。イギリスの画家ヘンリー・ハーネーの画集に感銘を受けて馬を描く画家を志し、東京美術学校を卒業後は、理想の名馬を求めて国内や中国、台湾、満州へと足を運びます。その旅の果てに、古くからの良馬の産地である七戸町に出会い、この地に定住して数多くの馬の絵を描き上げました。

「馬の先生・華陽さん」として地域の人々に親しまれ、地方に在りながら絵筆一本、馬を愛し描き続けた画家「上泉華陽」の知られざる資料たちから、その新たな魅力に迫ります。



「題不詳／親子馬」
1972年 キャンパス・油彩

【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

【入館料】 一般800（640）円、高校・大学300（240）円、中学生以下無料

※（ ）内は20名様以上の団体、ナイトミュージアム17：30以降ご入館の方の割引料金

【関連イベント】 9月9日(水) 18：30～ 特別講演会 「古典文学にみる馬」（仮題）

講師：三村三千代先生（八戸学院大学短期大学部客員教授）

※聴講無料。但し入館料とお申込みが必要です。

「My土器を作ってみよう！」参加者募集

自分だけのオリジナルMy土器を作ってみませんか？

粘土をこねてひも状にし、輪にして積み上げて土器を作ります。

作った土器には、縄を押し当てたり、型を押し付けたりして模様を付けて成形します。

成形した土器は、1か月ほど乾かした後、野焼きし、完成となります。

成 形 9月19日(土) 10：30～12：00

野 焼 き 10月24日(土) 10：00～12：00過ぎ

会 場 ニツ森貝塚館

人 数 小学生以上10名程度

参 加 費 無料

主 催 ニツ森貝塚ボランティアガイドの会

申込・問合せ先 ニツ森貝塚館 ☎68-2612

①名前、②電話番号をお伝えください。

※参加者が小学生以下の場合は保護者の名前もお伝えください。

※小学校低学年の場合は保護者同伴でお願いします。

※定員になり次第締め切らせていただきます。

※汚れてもよい服装でご参加ください。



「第23回フォトしちのへ写真展」 開催

フォトしちのへで、年に一度のグループ展を開催します。

会員が思い思いに撮影した風景やスナップなどのほか、テーマ「七戸町」の写真も展示しますのでご来場お待ちしております。

日 時 9月26日(土)～27日(日)

9:00～17:00

最終日は16:00まで

会 場 七戸南公民館 集会室

(入場無料)

問合せ先 フォトしちのへ事務局 金見

☎090-3756-8672

令和8年度 七養高等部祭

と き 10月10日(土)

場 所 七戸養護学校体育館 他

時 間 9:10～11:40

内 容 開祭式、学習発表、作業学習製品販売、外部施設による販売、閉祭式

七戸養護学校高等部の生徒による学習の成果を発表する機会となっています。生徒の作った製品の販売も行いますので、ぜひお越しください。

問合せ先 青森県立七戸養護学校

☎62-2331

法の日 司法書士無料相談

10月1日は法の日です。日常生活での困りごとや法律上の悩みについて司法書士が、無料相談に応じますので、お気軽にご相談ください。

相談内容 相続・登記・遺言・成年後見・多重債務・裁判所提出書類作成等

受 付 当日先着順

日 時 10月3日(土) 10:00～15:00

場 所 市民交流プラザ「トワレ」

多目的室2 (十和田市稲生町18-33)

※相談は無料ですが具体的な手続きが必要になる場合には、別途費用がかかりますので相談員にご確認ください。

問合せ先 青森県司法書士会

☎017-776-8398

「わくわく デジ★とも あそべる展2026」のご案内

「わくわく デジ★とも あそべる展2026」は、こどもから大人まで楽しめる体験型イベント！スマホ解体チャレンジやYouTuber体験を初開催!!最新のデジタル技術を体験してみませんか？

日 時 9月5日(土) 10:00～17:00

9月6日(日) 10:00～15:00

場 所 青森公立大学

2階交流ホール、3階311講義室

問合せ先 青森県総合政策部

DX推進課

☎017-734-9418



納期限のお知らせ

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

後期高齢者保険料 第3期

納期限日ならびに口座振替日

9月30日(水)

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

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 9月9日(水) 9:00～12:00

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

「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！

- 内 容 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♪
- 申込期限 10月30日(金)まで
- 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。
- 応募先・問合せ先

ー農山漁村ー 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 岩淵、貴田
〒030-0802 青森市本町二丁目6-19
☎017-723-2404
Mail : kikaku-photo@aodoren.or.jp
URL : <https://www.aodoren.or.jp/mizujunkanhozen-gakkai/>



※詳しくはー農山漁村ー 水循環保全学会ホームページをご覧ください。



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

日時：9月27日(日) 12:00~19:00
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）
問合せ先
三沢MarketCaravan事務局
mail : marketcaravan.misawa@gmail.com



十和田市

十和田市秋まつり

日時：9月4日(金)~6日(日)
場所：十和田市三本木大通り、官庁街通り
問合せ先
十和田商工会議所
☎0176-24-1111



東北町

Meet up！ー東北ラブストーリー、衝撃の出愛いー

日時：9月26日(土) 13:45~16:20（受付開始13:15~）
場所：きざん三沢（三沢市三沢堀口17-128）
問合せ先
(株)エフエム青森 ハ戸オフィス（委託業者）
☎0178-24-2150



戸籍の窓口

7月・8月

お誕生おめでとうございます

山田 奈七子 母親 住所
子も ちゃん 奈穂子さん 七戸

ご結婚おめでとうございます

浦田 幸之助さん 野左掛
（松）下 彩香さん 北海道
（中）塚 巴 泰さん 荒熊内
鳥谷部 百花さん 天間1

お悔やみ申し上げます

佐藤 佐さん 66歳 舘野	松本 秋子さん 53歳 舘野	山田 俊雄さん 87歳 蒼前	中村 由紀子さん 76歳 七戸	石川 良子さん 71歳 宇道坂	工藤 一男さん 85歳 前川原	坂本 しゑさん 94歳 白石	蛭名 太七さん 74歳 曙	坪 テル子さん 83歳 坪2	鳥谷部 みつゑさん 88歳 松ヶ沢	白石 福美さん 90歳 森中	蛭名 スミさん 95歳 曙
---------------	----------------	----------------	-----------------	-----------------	-----------------	----------------	---------------	----------------	-------------------	----------------	---------------

熱く盛り上がった夏の祭典 しちのへ夏まつり



8月15日、しちのへ夏まつりが中央公園で開催され、多くの来場者でにぎわいました。今年初開催の激辛カップ麺早食い大会やカラオケデュオ決定戦では、参加者の熱い戦いが繰り広げられました。インフルエンサー・クマガイオウスケが自身の曲を来場者と一緒に歌うステージ「Re_盆ディスコ」は、会場を大いに盛り上げました。

町の統計

令和8年8月1日現在

人口と世帯

交通事故

町内の火災

男	6,469人(−13)	件数	2件(15件)〈± 0〉	建物	0件(1件)〈± 0〉
女	6,956人(−23)	傷者	2人(21人)〈± 0〉	林野・その他	0件(2件)〈± 0〉
計	13,425人(−36)	死者	0人(0人)〈± 0〉		

世帯数 6679世帯(−12)

()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
46日
※令和8年9月1日現在