

青の煌めきあおもり国スボ 500日前イベント ～ゆめ みらい いはときめく ふるさとづくり～



カウントダウンボード除幕式開催 ～青の煌めきあおもり国スボ・障スポ開催 500日前イベント～

5月29日、国スボ・自転車競技(ロードレース)開催500日前を記念して、道の駅はしかみでカウントダウンボードのお披露目などが行われました。
(関連ページ:2ページ)

主な話題

- カウントダウンボードお披露目
2
- 青の煌めきあおもり国スボ開催500日前イベント～
10
- 健診優先日(東部地区)のお知らせ
10
- 児童扶養手当・特別児童扶養手当について
11
- 階上町会計年度任用職員募集のお知らせ
16



Instagramで
情報発信中!



国スボ自転車競技
開催まであと
458日!
(令和7年7月10日現在)

青の煌めきあomor国スポ 開催500日前イベント

2026
HASHIKAMI

～“みんなでつくる”カウントダウンボードお披露目～



- ① 除幕式の様子
- ② 荒谷町長から八戸工業大学へ感謝状が贈呈された
- ③ 階上保育園年長児による元気いっぱいのダンスパフォーマンス
- ④ 道の駅はしかみ店内に設置されたカウントダウンボード



カウントダウンボード出演者募集中！

家族や友達、チームの仲間で撮影した素敵な写真で応援しませんか？掲載希望日の指定もできます。

49年ぶりに青森県で開催される国スポをみんなで盛り上げていきましょう！

- ① QRコードを読み込む→Googleフォームにアクセス

画像を送るのは
こちらから！



- ② 注意事項などの確認と承諾にチェック
- ③ 掲載したい写真をアップロード、メッセージを入力、Instagram掲載可否、掲載希望日があれば指定することも可能です。
- ④ ボード本体およびSNS掲載可とした人は、青の煌めきあomor国スポ階上町実行委員会Instagramにも掲載されます。

☎ 国スポ対策室 ☎88-2764

道の駅はしかみで5月29日、青の煌めきあomor国スポ開催500日前イベントが行われました。

イベントでは、連携協定を結んでいる八戸工業大学が製作したカウントダウンボードのお披露目が行われたほか、階上保育園園児が国スポイメージソング「翔けろ未来へ」のダンスパフォーマンスで花を添えました。

荒谷町長は、「町民の皆さんに、応援メッセージとともにカウントダウンボードに登場していただき、国スポPRはもちろん、町の魅力発信にもつなげていきたい」とあいさつ。

カウントダウンボードは、デジタルサイネージ仕様で、投稿された写真と応援メッセージを1日1枚表示し、階上町実行委員会のInstagramでも紹介されます。

製作を指導した八戸工業大学の皆川准教授は、「『みんなでつくる』をテーマに、1人1人が登場して、スポーツと地域のつながりを表している。500組がこのモニターに登場してカウントダウンを終えたときに、初めて完成する」と製作意図を説明しました。

お披露目されたカウントダウンボードは、道の駅はしかみに設置しています。

総合第3位!熱戦繰り広げる 第77回三戸郡総合スポーツ大会

三戸町で6月8日から9日、第77回三戸郡総合スポーツ大会が開催され、16種目20競技で熱戦が繰り広げられました。

町からは、13種目17競技に224人が参加。昨年に続き、バスケットボール男子が5大会連続優勝、バレーボール女子が3大会連続優勝。軟式野球が2年ぶり、バドミントンが平成8年の第48回大会以来、29年ぶりに優勝杯を手に入れました。

その他、9競技で上位入賞を果たし、総合3位入賞を果たしました。

総合順位および各競技の結果は表のとおりです。

優 勝	南部町(81.0点)
第2位	五戸町(72.5点)
第3位	階上町(68.0点)
第4位	三戸町(59.0点)
第5位	田子町(44.0点)
第6位	新郷村(18.5点)



熱いラリーを繰り広げたソフトテニス



29年ぶりに優勝を果たしたバドミントン



延長戦の末優勝を果たした軟式野球

1 位	バスケットボール(男子)、軟式野球、バレーボール(女子)、バドミントン
2 位	卓球(男子)、卓球(女子)、ソフトテニス
3 位	バスケットボール(女子)、バレーボール(男子)、サッカー、ママさんバレーボール、ゲートボール、グラウンドゴルフ
4 位	陸上競技(男子)、剣道



3大会連続で優勝を果たしたバレーボール女子
(青いユニフォームが階上チーム)

地域を守る新たな仲間 少年消防クラブ員証交付式

道仏小学校で5月22日、少年消防クラブ員証交付式が行われました。町内では、小学生対象の小舟渡・大蛇・道仏の3クラブと道仏中学校消防クラブが、少年期から防火や防災に対する正しい知識を身に付け、人財育成を図るため、活動を行っています。

今回新たに少年消防クラブ員に加わったのは、今年度4年生になった児童9人。クラブ員証と少年消防手帳を交付された児童たちは今後、地元消防団などと協力し、防火広報活動などを行うこととしています。



交付されたクラブ員証と少年消防手帳を手にする新クラブ員

階上小学校閉校式卒業生参加者を募集!

階上小学校閉校式を次のとおり開催します。階上小学校では、閉校式に参加したい階上小学校卒業生の人を募集します。参加希望など詳しくは、問い合わせてください。

- 日時 12月6日(土) 9:30~(予定)
- 場所 ハートフルプラザ・はしかみ(予定)
- 募集 階上小学校卒業生30名(先着順)

申 問 階上小学校 ☎88-3122



下水道への接続工事を お願いします!

一日も早く

下水道は皆さんの快適な生活を確保し、河川や海などの水質汚濁を防ぐ重要な施設です。下水道を使用できる地域の皆さんが接続工事を行い、生活排水などを下水道へ流すことで初めて効果が表れます。

下水道法では、下水道が使用可能となってから3年以内の接続が義務付けられています。まだ接続されていないご家庭は、一日も早く接続工事を行ってくださるようお願いいたします。

■下水道が使用できる地域

蒼前東一丁目、三丁目～八丁目、蒼前西一丁目～七丁目、赤保内、角柄折の各一部

※上記区域内にも使用できない地域があります。詳しくは問い合わせてください。

■下水道接続工事費の融資あっせん和奨励金制度

	融資あっせん制度	奨励金制度
内 容	工事に必要な費用を金融機関から無利子で借りられるようにあっせんする制度です。	工事費を自己資金で接続した人に奨励金として交付する制度です。
金 額 および 期 間	①融 資 額 100万円以内（無利子） ②償還期間 60カ月以内（5年以内） ※利子を町が負担します。	接続前の状態 ①くみ取り式トイレ ……60,000円 ②単独処理浄化槽 ……60,000円 ③合併処理浄化槽 ……30,000円
申込方法	<u>工事を行う前に</u> 指定排水設備工事店を通して、申請書を町へ提出してください。	<u>工事終了後に</u> 指定排水設備工事店を通して、申請書を町へ提出してください。
対象工事	①くみ取り式トイレを水洗トイレに改造し、下水道に接続する工事 ②単独処理浄化槽（トイレの水だけを浄化槽に流している）から下水道に接続する工事 ③合併処理浄化槽から下水道に接続する工事	
対 象 者	①処理区域内における建築物の所有者または所有者の同意を得た占有者 ②町税および公共下水道受益者負担金・分担金を滞納していない人	
注 意	(1)この制度はどちらか1つしか受けられません。 (2)新築、改築の場合や店舗・法人（団体）などは、対象とはなりません。 (3)下水道が使えるようになった旨の公示がされてから、 <u>3年以内</u> に限られます。	

下水道接続工事などについて相談会を開催します

下水道接続工事や受益者負担金（分担金）の納付方法、トイレ水洗化のための改造工事、合併浄化槽への転換などに関する相談会を開催します。納付書や資料などがありましたらお持ちいただき、この機会にぜひご相談ください。

■期日 7月17日（木）、18日（金）

■時間 午後6時から午後8時30分まで

■場所 石鉢ふれあい交流館（和室）



公共下水道受益者負担金（分担金）について

下水道供用開始区域の土地の所有者などに建設費の一部を受益者負担金（分担金）として負担していただいています。今年度の第1期納期限は7月31日（木）です。

忘れずに納めてくださるようお願いいたします。

図 建設課 都市計画グループ ☎ 88-2120



八戸地域広域市町村圏事務組合「ごみ・し尿の処理状況」

(処理対象地域：八戸市、南部町の旧福地村区域、階上町)

八戸清掃工場では可燃ごみを、八戸リサイクルプラザでは不燃ごみ、粗大ごみ、資源ごみを処理しています。また、八戸リサイクルプラザでは、家具などの再生品の提供や、廃油からの石けん作りなどのリサイクル体験教室を行っています。

八戸環境クリーンセンターでは、し尿・浄化槽汚泥の効率的で安定的な処理を行い、公共用水域の水質保全と快適な生活環境の保全に努めています。

	ごみ処理量(t)				し尿処理量(kL)			
	可燃ごみ		不燃ごみ・粗大ごみ・資源ごみ		し尿		浄化槽汚泥	
地域名	R5年度	R6年度	R5年度	R6年度	R5年度	R6年度	R5年度	R6年度
八戸市	62,590	61,678	11,716	11,527	24,485	23,863	51,448	51,749
南部町 (旧福地村区域)	1,125	1,113	271	268	451	428	2,294	3,191
階上町	2,796	2,714	647	634	2,170	2,126	5,328	5,456
計	66,511	65,505	12,634	12,429	27,106	26,417	59,070	60,396

八戸清掃工場 ☎27-1351 / 八戸リサイクルプラザ ☎70-2396
八戸環境クリーンセンター ☎28-1919

高齢者の運転免許証自主返納を支援しています！

運転に不安を感じる高齢者の自主的な運転免許証の返納を促し、高齢運転者による交通事故の抑制を目的として、高齢者の運転免許証自主返納を支援する制度を行っています。

■対象者

階上町に住民登録があり、運転免許証を自主返納した70歳以上の人

■支援内容

階上町コミュニティバス専用回数券5,000円分を交付（年1回）

■申請に必要なもの

「運転経歴証明書」または「取り消し通知書※」
※取り消し通知書の場合は、健康保険証も必要

■申請方法

上の必要なものを持参の上、町民生活課窓口で申請してください。

■申請者

運転免許証を自主返納した本人

■運転免許証の自主返納について

八戸警察署（☎43-4141）へ問い合わせてください。

■更新について

毎年度、更新手続きをすることにより、回数券5,000円分を交付しています。

更新手続きは随時受け付けています。証明書を持参の上、必ず本人が来庁してください。

※更新の申請がない場合は、台帳から削除となります。



※交付している証明書

町民生活課 生活環境グループ ☎88-2119

正しい知識でハチ対策をしましょう



8月から10月にかけて、ハチの活動が活発化し巣は大きくなります。ハチは、巣に近づくなど刺激を与えた場合に攻撃してきます。また、黒いものや甘い香りなどにも攻撃する傾向があります。ハチから身を守るためにもハチの特性を知り、適切な対応を取りましょう。

①ハチに刺されないための対策

◆黒色に注意！

ハチは、黒いものを見ると攻撃してくる習性があります。天敵の熊が黒色だからと言われています。そのため、自然が多い場所へ行く際は、白っぽい服装を心掛けましょう。

◆甘い香りに注意！

甘い香りに誘われてハチが寄ってくることもあります。自然が多い場所へ行く際は、香水の使用を控えるのが望ましいです。また、整髪料や化粧品についても、ハチの警戒フェロモンと同じ物質を含むため注意が必要です。

◆庭をきれいにしよう！

庭の木や草が伸びていると、ハチの餌となる芋虫やバッタなどの虫が寄ってきます。庭の手入れをしましょう。

②ハチと遭遇したらどうすればいいの？

ハチは急な動きをするものや大きな音に反応する習性があります。もしハチと遭遇した場合は、落ち着いて姿勢を低くし、静かにその場を離れるようにしてください。

③駆除はどうすればいいの？

駆除は、巣の大小に関係なく、原則として発生した土地や建物の所有者が行うこととなります。大きなハチの巣の場合、個人で駆除するのは大変危険です。専門業者に駆除を依頼しましょう。

個人で駆除する場合には、無料で防護服の貸し出しを行っています（土日・祝日も貸し出し可。電話連絡の上、ご来庁ください）。



図 町民生活課 生活環境グループ ☎ 88-2119

第12回三陸復興国立公園指定記念俳句作品募集中！

三陸復興国立公園に指定されている階上海岸と階上岳を主題とした「三陸復興国立公園指定記念俳句大会」を開催します。特選作品は、みちのく潮風トレイルのコース内12カ所に設置している句碑に1年間掲示します。たくさんの俳句作品のご応募をお待ちしています！

募集作品数

小学生の部 特選4句、佳作10句
中学生の部 特選4句、佳作10句
一般の部（高校生以上） 特選4句、佳作10句

投句締切

10月31日（金）（消印有効）

ハガキまたは400字詰原稿用紙に、小学生の部、中学生の部、一般の部いずれかを明記し、作品1句と郵便番号・住所・氏名（ふりがな ※雅号でも可）・連絡先を記載し、応募先に郵送してください。

留意事項

- ①三陸復興国立公園に指定された階上海岸・階上岳の区域を詠み込むこと
- ②雑詠（春夏秋冬いずれも可）とし、季語が入っていること
- ③1人1句とすること
- ④未発表作品であること
- ⑤応募作品は返却不可
- ⑥入選作品の発表に対しては、応募時点で承諾を得たこととする

表彰

特選句は句碑に掲示するほか、佳作句42句の受賞者には記念品を贈呈します。

応募先・問い合わせ

〒039-1201 階上町大字道仏字天当平1-87
階上町役場 産業振興課 水産商工観光グループ
☎ 88-2875

主催：はしかみ俳句会
後援：階上町 はしかみ観光ネットワーク
教育委員会 文化協会

戸籍の氏名に振り仮名が記載されます

令和7年5月26日に改正戸籍法が施行され、戸籍の記載事項に氏名の振り仮名が追加されることになりました。5月26日以降、本籍地の市区町村長から、戸籍に記載される予定の振り仮名が通知されます。

通知書が届きましたら、記載された氏や名の振り仮名を必ずご確認ください。特に、「ヤ、ユ、ヨ、ッ」などの小文字が大文字になっている可能性もありますので、誤っている場合は届け出をしてください。**通知の振り仮名が正しいときは、届け出不要です。**令和8年5月26日以降、順次戸籍に記載されます。

早期に戸籍や住民票へ振り仮名を記載する必要がある場合、届け出することが可能です。振り仮名の届け出に手数料は一切かかりません。また、届け出をしなかったとしても、罰則や罰金はありません。振り仮名の届け出に当たって法務省や市区町村に金銭を支払うよう要求することはありません。詐欺にご注意ください。

★階上町に本籍のある人への通知書(圧着ハガキ)発送は、7月中旬から下旬を予定しています。

通知書は戸籍単位で郵送します。戸籍内で同じ住所の人は、1通につき4名まで記載されます。戸籍内で別住所の人は、住所ごとにより郵送されます。

5月26日時点での情報を基に通知書を作成します。そのため、通知書が届くまでの間に戸籍の届け出や住所変更をされた場合、通知書に反映されていない場合がありますのでご了承ください。

<法務省が設置するコールセンター>

- 電話番号 0570-05-0310
- 開設時期 5月26日(月)～令和8年5月26日(火)
※土曜、日曜、祝日、年末年始(12月30日～令和8年1月3日)は除く。
- 開設時間 午前8時30分から午後5時15分まで



法務省HPは
こちらから

問 町民生活課 戸籍住民グループ
☎88-2872



マイナンバーカード
をお持ちの人

住民票などの取得は コンビニ交付が100円お得!



マイナンバーカードを利用して、住民票の写しなどがコンビニエンスストアなどで取得できます。令和9年3月3日まで、窓口よりもお得に取得できますので、ぜひご利用ください。

- 必要なもの マイナンバーカード、利用者証明用電子証明書の暗証番号(4桁)
- 利用時間 6:30～23:00(12月29日から翌年1月3日およびメンテナンス日を除く)
- 利用できる場所 全国のコンビニエンスストア、マルチコピー機設置のスーパーなど
- 利用方法 マルチコピー機の「行政サービス」から、画面の案内に従って操作してください。
- 利用の際の注意点
 - ・誤って証明書を取得した場合、返金・交換はできません。
 - ・住所の異動や戸籍の届け出を行った場合、内容が反映されるまで数日かかります。
- 取得できる証明書 住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍証明書、戸籍の附票の写し、所得課税扶養証明書

※コンビニ交付システム停止のお知らせ※

9月1日(月)～15日(月)は、メンテナンス作業のためコンビニ交付システムを停止します。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

問 町民生活課 戸籍住民グループ ☎88-2872

エアロバイク売却します

石鉢ふれあい交流館トレーニングルームで使わなくなった「エアロバイク」の売却をします。数に限りがありますので、売り切れの場合はご容赦ください。

- 日時 7月28日(月)10:00～11:00
- 金額 5,000円
- 会場 石鉢ふれあい交流館

※エアロバイク売却後の器具の故障や使用中の怪我については、一切の責任を負いません。

※中古品で現状有姿での販売となります。

※運搬は各自で当日中をお願いします。

※予約・取り置き・返金はできません。



問 石鉢ふれあい交流館 ☎80-1671

「cafe&HASH BAわたしの素ペース」イベント情報

yamapeeの初心者DJ講座

階上町出身&在住のDJ yamapee（やまぴー）さんから教わる、初心者向けDJ講座を開催！自分が流した曲でその場を創るために必要な、機材の操作方法や曲のつなぎ方などの技術を学びます。

参加者は、自分で好きな曲を持ってきてDJ体験。自分の推しアーティストの曲や青春の1曲など、好きな音楽を自分の手で流してみましょう！

- 日 時 7月25日(金)19:00~20:30
- 講 師 yamapeeさん
- 参加費 1,000円(1ドリンク込み)
- 定 員 15名
- 持ち物 レコード、CD、スマホ音源(サブスクOK)などの好きな曲
- 申込締切 7月24日(木)
- 申込方法 店頭、申込フォーム、電話(☎050-7107-5068)

※定員になり次第受付終了となります。



申し込みは
こちらから

《yamapeeプロフィール》

LIVE & DJ Party「僕の頭の中」主催。間借りの漫画喫茶「漫画喫茶こみっく・じえねれいしょん」店主。

30歳の時に遊びに行ったPartyで、東京で活躍するDJのタイラダイスケさんから「そんなに音楽が好きならDJをはじめれば」の一言で勘違いし、その日のうちにヤフオクで機材を落札して勢いのままDJの道へ。

悲しいほどにレコードを買い、Indie PopをメインにオールジャンルでDJをしている。



わたすぺTHEATER@ハートプラザ・はしかみ「ぼくが生きてる、ふたつの世界」

耳の聞こえない両親のもとで育った青年が、“音のある世界”と“音のない世界”の間で揺れながら、自分のアイデンティティを探す物語です。定期的にわたすぺで開催している映画上映会。今回は、いつものわたすぺを飛び出して少し大きな会場で上映します。多くの人たちへ観ていただきたい題材です。字幕版なので健常者も耳の聴こえない人も楽しめます。映画館にきた気分でご覧くださいませ。

- 作 品 ぼくが生きてる、ふたつの世界(バリアフリー日本語字幕版)
監督：呉美保 主演：吉沢亮
- 日 時 8月30日(土)
①10:00開場／11:00~12:45 ②13:30開場／14:30~16:15
- 場 所 ハートフルプラザ・はしかみ(階上町道仏字天当平1-182)
- 参加費 大人1,700円／高校生以下1,200円(1ドリンク込み)
- 定 員 各回50名(事前申込)
- 申込締切 8月29日(金) ※定員になり次第終了となります。
また残席により当日受付可。
- 申込方法 店頭、メール、申込フォーム、電話(☎050-7107-5068)

【場所】わたしの素ペース(道仏字榊山11-187)

申 問 わたしの素ペースHP <https://watashino-su-pace.me/>



申し込みは
こちらから

臥牛の郷生活研究連絡協議会主催

伝統料理講演会

今回のテーマ「地元食材を使った郷土料理」

- 日 時 7月28日(月) 10時~13時(9時40分受付開始)
- 場 所 ハートフルプラザ・はしかみ 調理室
- 参加費 1,500円(材料・昼食代込)
※エプロン・三角巾を持参してください。
- 締め切り 7月18日(金) 定員15名



申 問 産業振興課 水産商工観光グループ ☎88-2875

はしかみ 観光ナビ

第5回フォトコンテスト作品募集中!

はしかみ観光ネットワークのフォトコンテストを今年も開催します! 階上町の四季折々の表情を写真に収めてみませんか? 入賞作品は、観光PR用のポスターやパンフレットなどに活用しています。

令和6年度第4回フォトコンテストは、厳正な審査の結果、最優秀賞1点、優秀賞2点、入選2点、特別賞1点が選ばれました。受賞作品は、フォレストピア階上で展示していますので、ぜひご覧ください。

第5回フォトコンテストの募集について

■締切日 令和8年2月27日(金)

■応募方法

次の事項を記入し、応募作品と一緒に、郵送・持参・メールのいずれかで提出してください。

■応募事項

- 作品のタイトル、撮影年月日、撮影場所、使用カメラ
- 撮影者ご氏名(振り仮名含)、住所、電話番号、職業
- 撮影時の様子についてのコメント

■コンテストの応募規定について

どなたでも応募可能です。お一人様につき1点限り有効です。

なお、未発表のもの、他の賞に応募予定のない作品に限ります。

※印刷物：四つ切、ワイド四つ切、A4またはA3(インクジェットプリントの場合は写真用紙を使用)

※データ(約500万画素以上):CD/DVD、USBドライブ、メール、ファイル共有サービス(グーグルドライブなど)

※組写真・合成写真は不可。自然な仕上げ加工は可。応募後の辞退は不可。写真の返却は不可。

※入賞作品はデータを提出していただきます。また、入賞作品の著作権・使用权は、はしかみ観光ネットワークに帰属します。なお、被写体の肖像権など他者の諸権利を含む作品は、権利者の承認を得て応募してください。権利者から権利侵害の申し出があった場合は、応募者の責任とします。



第4回フォトコンテスト
最優秀賞
「階上の大地に春を呼ぶ」



Instagram

フェイスブック



X

観光施設情報

図 産業振興課 水産商工観光グループ ☎88-2875(平日8:15~17:00)

道の駅はしかみ

(問) ☎ 88-1800
(営) 9:00~18:00
(休) なし
(住) 道仏字耳ヶ吠3-3

田舎のおやつを食べよう

7月13日(日)

実演3グループの加工品が
味わえます!



道の駅はしかみのおすすめ

階上産生うにを販売しています! 新鮮でおいしい! ぜひご堪能ください。



フォレストピア階上

(問) ☎ 88-4449
(営) 9:00~17:00
(食) 11:00~14:00
(ジェラート) 10:00~16:00
(休) 毎週火曜日
(住) 鳥屋部字大柿1-2

おすすめのジェラート

夏限定の「ぶにぶにメロン」が登場! 特にお子さまに大人気なフレーバーです! ぜひ味わってみて欲しいです!

おすすめのメニュー

「ぶっかけそば」と「ぶっかけうどん」が夏季の圧倒的な人気メニューです! 夏バテに強い8種の具材が入っています。夏季限定です!



わっせ交流センター

(問) ☎ 88-2709
(営) 9:00~17:00
(食) 11:00~15:00
(休) 毎週水・木曜日
(住) 平内字上道1-1

わっせのおすすめ

冷凍よもぎ餅1個130円
自然解凍でおいしく召し上がれます。人気商品のため、売り切れの場合がございます。



食堂のおすすめメニュー

ぶっかけそば 1杯780円
夏限定メニューの冷たいタレをかけた冷やし蕎麦です。ぜひご堪能ください!

はしかみハラの駅あていば

(問) ☎ 38-3166
(営) 9:30~18:00
(食) 10:30~16:00
(休) 7月14日、22日、28日
8月4日、8日、12日、25日
(住) 道仏字大蛇203-208

お盆大売出し(予告)

8月13日(水)~16日(土)
9:30~15:00
お盆セールを開催します!
3,000円以上お買い上げで、お買物券が当たるチャンス!

あるでい~ばのおすすめ

おいしい階上産生うにが最盛期です! 売り切れ御免! お早めにお買い求めください。

レストランMar おすすめメニュー

ナンバー1メニューのミニ生うに丼セットが好評です。ウニが無くなり次第終了となりますので、お早めにご注文ください!

健診優先日(東部地区)のお知らせ

東部地区(荒谷・大蛇・追越・道仏・駅前・榊・小舟渡)

無料送迎バス運行	運行経路優先地区	特定健診・国保ドックがん検診	婦人がん検診(乳がん・子宮頸がん)	申込締切日
あり	道仏・駅前・榊	9月 4日(木)	9月 3日(水)	8月12日(火)
	小舟渡・道仏(八森・白座・上野)	9月12日(金)	9月10日(水)	
	荒谷・大蛇・追越	9月16日(火)	9月24日(水)	
なし	(全地区対象)	9月 2日(火)	9月 8日(月)	
		9月 6日(土)	9月11日(木)	
		9月24日(水)	9月26日(金)	
		9月29日(月)		

■申込方法

①優先日に受診する場合(いずれかの方法で申し込んでください)

- 今月号のチラシ「申込はがき」を記入し、ポストへ投函(東部地区のみ)
- すこやか健康課(☎88-2162)へ電話
- 町ホームページからの申し込み <https://www.town.hashikami.lg.jp/index.cfm/1.html>『ホーム>くらしの情報>健康・医療>各種健(検)診>東部地区の健(検)診申し込みはこちらから』

②優先日以外に受診する場合

- 八戸市総合健診センター(☎70-5563)へ直接電話で申し込んでください。
※令和7年度の西部地区と中央地区の優先日の案内は終了しています。

町ホームページは
こちらから



社会保険などに加入されている人へ
がん検診の受診を
ご検討ください。

■八戸市総合健診センターで受診できる健(検)診

国民健康保険・後期高齢者医療の人のみ			
特定健診 (身体計測、血圧、採血、尿検査、尿中塩分、心電図、眼底・眼圧、聴力)	40歳以上	40～69歳	500円
		70歳以上	無料
		心身障害者※	無料
人間ドック (特定健診の内容、腹部超音波検査、胃・肺・大腸がん検診、視力検査)	30歳以上	30～39歳	5,000円
		40～69歳	2,500円
		70歳以上	2,000円
保険証の種別を問わない			
胃がん検診 (バリウムによる検査)	40歳以上 (推奨:2年に1回)	1項目 500円	
肺がん健診 (胸部レントゲン撮影)	40歳以上		
大腸がん検診 (便の潜血反応検査2日法)	40歳以上		
乳がん検診 (乳房X線撮影) 2年に1回	40歳以上の女性 年度内偶数年齢 ※		
子宮頸がん検診 (内診、細胞診) 2年に1回	20歳以上の女性 年度内偶数年齢 ※		
骨粗しょう症節目検診 (骨量検査:かかとの骨の超音波)	40,45,50,55,60,65,70歳 (年度年齢)の女性	500円	
肝炎ウイルス検診 (採血)	40歳以上で 未受診の人	無料	
生活習慣病予防健診 (採血、尿検査、尿中塩分など)	30～39歳	3,000円	

【受付時間・健診日】

①特定健診、人間ドック、胃・肺・大腸がん検診
月～金(祝日除く)
受付時間 7:30～10:30

②乳がん検診
月～金曜日(祝日除く)
受付時間 月～金 7:30～10:30
水～金 12:30～12:50

③子宮頸がん検診
水～金(祝日除く)
受付時間 12:30～12:50

※受付時間の詳細は、申し込み後、健診センターから送付される「受診のご案内」をご覧ください。

【注意事項】

※胃がん検診と婦人科超音波検査は、同じ日に受診できません。
※土曜日は、骨量検査を実施していません。

～女性の皆さんへ～

令和7年度から、乳がん検診・子宮頸がん検診の対象者が変更となります。

○乳がん検診:40歳以上で、令和7年度内に偶数年齢となる人(奇数年齢の場合、令和6年度に未受診の人は対象です。)

○子宮頸がん検診:20歳以上で、令和7年度内に偶数年齢となる人(奇数年齢の場合、令和6年度に未受診の人は対象です。)

※婦人科超音波検査・前立腺がん検診をご希望の人は、申し込み時に申し出てください(はがきの人は該当項目に○)。

※その他、オプション(自費)については、八戸市総合健診センターへ問い合わせてください。

※心身障害者:身体障害者手帳1～4級、愛護手帳、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの人

児童扶養手当・特別児童扶養手当について

※両手当は、支給を受けようとする人が申請し、県で認定されないと受給できません。該当すると思う人はすこやか健康課で手続きをしてください。住所変更などの場合も手続きが必要です。

両手当の現況届・所得状況届の提出は8月です。提出書類は個別に送付します。

児童扶養手当

■支給対象 ※所得制限があります

何らかの理由により、父または母と生計を同じくしていない児童を養育している場合や、父または母の心身に障害がある場合に、その児童を養育している家庭に対して、児童が18歳に達した年度末まで支給されます（児童が政令で定める障害の状態にあるときには、児童が20歳に達するまで）。

ただし、次に該当する場合には支給されません。

- ①児童が児童福祉施設などに入所している場合、または里親に預けられている場合
- ②児童の住所が国内にない場合
- ③受給者の住所が国内にない場合

※令和3年3月から、障害基礎年金を受給している人でも、児童扶養手当の額が障害基礎年金の子の加算部分の額を上回る場合には、その差額分の手当を受給できるようになりました。なお、その他の公的年金など（遺族年金など）を受給している人は、今まで通り、公的年金などの額が児童扶養手当より低い場合には、その差額分を受給することができます。

■手当月額（令和7年4月分から改定）

	児童が1人のとき	2人のとき
全部支給	46,690円	11,030円加算
一部支給（所得額に応じて）	46,680円～11,010円（10円きざみ）	11,020円～5,520円（10円きざみ）

特別児童扶養手当

■支給対象 ※所得制限があります。

日本国内に住所があり、精神または身体に中度以上の障害のある20歳未満の児童を監護している父または母、もしくは父母にかわって児童を養育している人に支給されます。

ただし、次に該当する場合には支給されません。

- ①児童が児童福祉施設などに入所している場合
- ②児童が障害を理由とする公的年金を受けることができる場合

○手当月額

（令和7年4月分より改定／対象児童1人につき）

1級（重度）56,800円／2級（中度）37,830円

☎ すこやか健康課児童グループ ☎ 38-1237

段位認定会に挑戦！階上早生そば打ち講習会（全8回）受講生募集

10月19日（日）に「全麵協そば道段位認定会」を階上町で開催します。

講習会に参加して認定会に挑戦しませんか。多数のご参加をお待ちしています！

■日 時 ①8月2日（土）、②8月9日（土）、③8月23日（土）、④8月30日（土）、⑤9月6日（土）、⑥9月13日（土）、⑦9月20日（土）、⑧9月27日（土）

【初段位】9:30～ 【二段位】13:00～

■場 所 わっせ交流センター（階上町大字平内字上道1-1）

■講 師 青森県そば研究会会長

全麵協そば打ち五段位・認定技術指導員 佐藤 重一さん

全麵協そば打ち四段位・認定技術指導員 中村 正一さん

■募 集 初段位14名程度、二段位12名程度（定員になり次第締め切ります。）

■参 加 費 ①初段位コース1人1回 1,000円、②二段位コース1人1回 1,300円

※参加費は当日集金します。また、初心者の方は、初段位コースの受講となります。

■持 ち 物 エプロン、三角巾、上履き、タオル3枚、タッパー（打ったそばの持ち帰り用）

■申し込み 8時30分から17時までに電話またはFAXで、問い合わせ先に申し込んでください（土日祝日除く）。

■締め切り 7月30日（水）

■そ の 他 8月2日（土）の9時から初段位、13時30分から二段位の開講式を行いますので、受講する人はご参加ください。

☎ 産業振興課 農林グループ ☎ 88-2946 / FAX88-2117

後期高齢者医療被保険者の皆さんへ

令和7年度の保険料

均等割額 [被保険者全員が納める額]	+	所得割額 [所得に応じて納める額]	=	保険料 (限度額80万円)
46,800円		基礎控除後の所得(※1)×9.90%		

◎令和7年度の保険料は、お住まいの市町村から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。

※1 基礎控除後の所得とは、前年の総所得金額などから基礎控除額(43万円)を差し引いた額です。

令和7年度保険料の軽減措置について

◆所得が低い被保険者の軽減

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
43万円+10万円×(給与所得者など(※2)の数-1)以下	7割
43万円+(30.5万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者など(※2)の数-1)以下	5割
43万円+(56万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者など(※2)の数-1)以下	2割

※2 給与所得者など(給与所得を有する人、または公的年金などに係る所得を有する人が2人以上いる世帯に適用)

◆被用者保険の被扶養者であった被保険者の軽減

- ・均等割額が5割軽減されます(資格取得後2年間)。
- ・所得割額の負担はありません。

◎被用者保険とは、会社員などの被雇用者が加入する健康保険です。

◎世帯の所得が低い被保険者は、より高い均等割額の軽減(7割軽減)が受けられます。

保険料の減免など

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。

8月1日以降の医療機関の受診について

現在お手元にある健康保険証は、最長で令和7年7月31日まで有効ですが、8月1日以降は、マイナ保険証または資格確認書の提示が必要となります。

資格確認書は、7月中に被保険者全員にお届けします(※3)。

なお、マイナ保険証を利用するには、マイナンバーカードを取得し、被保険者証利用の申し込みをする必要があります。

※3 令和8年7月末までの暫定的な運用として、新規加入者や再交付の人へマイナ保険証の保有状況にかかわらず、資格確認書を交付しています。

●被保険者証利用の申し込みの問い合わせ

マイナンバー総合フリーダイヤル 0120-95-0178

☎ すこやか健康課 国保医療グループ ☎88-2219/青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821

骨髄移植ドナー支援事業助成金のお知らせ

町では、骨髄などの移植およびドナー登録の推進を図るため、公益財団法人日本骨髄バンク(骨髄バンク)が実施する骨髄等提供あっせん事業において、骨髄または末梢血管細胞を提供した人(ドナー)およびドナーにドナー休暇を付与した事業所に対して、助成金を交付しています。

交付対象者

◎次の条件を全て満たすドナー

- 骨髄バンクが実施する骨髄等提供あっせん事業において、骨髄などの提供を完了し、これを証明する書類の交付を受けたドナーであり、提供時および助成金の申請時に町内に住所を有すること。
- この助成金と同様の趣旨の他の助成金などを受けていないこと。
- 町税の滞納がないこと。

◎次の条件を全て満たす事業所

- ドナーに、※ドナー休暇を付与した青森県内の事業所(国、地方公共団体および独立行政法人の事業所を除く。)であること。
※ドナー休暇とは、ドナーである当該事業所の従業員が、骨髄などの提供のために取得することを認めた特別休暇のことです。
- この助成金と同様の趣旨の他の助成金などを受けていないこと。
- 市町村税の滞納がないこと。

助成金の額

◎ドナーに対する助成金

交付額＝骨髄などの提供に要した※通院または入院の日数×2万円
※ドナー休暇を取得することが可能であった日数は除きます。
※1回の骨髄などの提供につき、7日を上限とします。

◎事業所に対する助成金

交付額＝通院などの日数に対して、従業員に付与した※ドナー休暇の日数×1万円
※1回の骨髄などの提供につき、7日を上限とします。

申請方法

交付申請書に必要な書類を添付し、骨髄などの提供が完了した日から90日以内に申請してください。詳しくは、電話などで問い合わせてください。

☎ 88-2162

骨髄移植を必要とする患者さんが一人でも多く移植を受けられるよう
骨髄バンクのドナー登録をお願いします。
事業主の人は、ドナー休暇制度の導入をご検討ください。

あなたからの あたたかい贈り物 献血のお願い

移動採血車による献血を行いますので、多数のご協力をお願いします。

皆さまの善意のご協力お待ちしております

全血献血(400ml) ※体重50kg以上の人に限りです。

☎ 88-2162

■日 時 7月16日(水)
10:00~12:00、13:15~16:00
■場 所 階上町役場 庁舎前駐車場

- 献血当日は、朝食や昼食をなるべく摂るようにしましょう。
- お薬の種類によっては献血受け付け可能ですので、血液センター職員までご相談ください(降圧剤・高脂血症治療薬など)。
- 献血カードやお薬手帳を持参すると、スムーズに受け付けできます。
- 骨髄バンク・ドナー登録へのご協力をお願いします。

『スマートウォーキング教室』を開催します！

～正しい歩き方を身に付けてみませんか？～

運動習慣の獲得を目標に、スマートウォーキング教室を開催します。

各種健康測定を踏まえながら、ご自身に合った歩き方を見つけてみませんか？

教室は全2回となりますので、ぜひお気軽にご参加ください。

参加費
無料

- 日 時 1回目：7月30日(水) 2回目：10月21日(火)
- 時 間 8時50分までに、ハートフルプラザ・はしかみに集合(11時終了予定)
- 講 師 健康運動指導士 稲葉 亮太氏
ミニ講座「歩きながら若返る!ウォーキングのススメ」
- 会 場 ハートフルプラザ・はしかみ 大ホール
- 対 象 階上町国民健康保険に加入されている40歳～74歳の人
- 内 容 1回目：歩行年齢や足指握力測定、高精度体成分測定を実施したあと、歩き方を学び、実践。
2回目：足指握力・高精度体成分測定で3カ月間の成果を確認し、運動習慣の継続のため実際に歩く。
- 持ち物 飲み物、タオル、歩きやすい靴(屋外用)
- その他 雨天開催、先着30名
- 申 込 すこやか健康課健康グループへ電話で申し込んでください。
- 申込締切 7月25日(金)



☎ すこやか健康課 健康グループ ☎88-2162

国保からのお知らせ ～マイナ保険証などを利用して～

国民健康保険証の有効期限は7月31日(木)です。有効期限が切れた後は、マイナ保険証か資格確認書(薄いオレンジ色)を医療機関や薬局で提示してください。新しい資格確認書や資格情報のお知らせを7月下旬までに世帯主宛てに郵送します。

有効期限の切れた保険証などは、すこやか健康課へ返却していただくか、氏名などが確認できないようにして破棄してください。

■資格情報のお知らせを交付

マイナ保険証の登録をした人に、資格情報のお知らせを交付しています。有効期限はありません。70歳未満の人に、これからは資格情報に変更がない限り改めて交付しません。大事に保管してください。ただし、70歳以上75歳未満の人は有効期限があるため、毎年7月に新しい資格情報のお知らせを交付します。

■資格確認書を交付

マイナ保険証の登録をしていない人には、世帯主宛てに従来の保険証と同じように使える資格確認書を交付します。マイナ保険証を登録していても、利用が困難な高齢者や障害がある人は、交付申請をすれば資格確認書を交付します。

☎ すこやか健康課 国保医療グループ ☎88-2219

成人式実行委員を募集します ～人生の門出に新たな思い出を作りませんか～

令和8年1月11日(日)に開催予定の「階上町成人式～二十歳のつどい～」で、式の企画・運営などを行う実行委員を募集しています。心に残る式となるようご協力をお願いします。

〈※令和4年4月1日施行の「民法の一部を改正する法律」により、成年年齢が18歳に引き下げられましたが、階上町成人式は従来通り20歳を参加対象年齢として開催します。〉

■応募資格 令和8年階上町成人式～二十歳のつどい～の対象者(平成17年4月2日から平成18年4月1日生まれの人)で、8月ごろから成人式までの期間、月1～2回行う実行委員会に参加できる人(リモート参加も可)

■応募方法 ①住所、②氏名、③生年月日、④性別、⑤電話番号を明記し、郵送、FAX、メール、町ホームページからのいずれかで応募してください。

電話または直接教育課へお越しの上、申し込むことも可能です。



☎ 教育課 社会教育グループ ☎ 88-2698

FAX88-1803/E-mail hashikami_seijin@town.hashikami.lg.jp

— 地域子育て支援センター活動情報 —

地域子育て支援センター『すこやかる〜む』

【場所】道仏保育園(道仏字向17-3)

8/7 (木)	つくってあそぼう〜さかなつり🐟〜	
8/21 (木)	<子育て講座> 「ひんやりぷるぷる寒天で感触あそび」 ☆あじさい寒天の試食もあります☆ ■講 師 道仏保育園職員 ■場 所 道仏保育園 ■申 込 8月18日(月)メ切 ☎89-2210	[時 間]10:00~12:00 [利用料]子ども1人につき100円 ※保育園裏の駐車場をご利用ください。 ■スケジュールは町ホームページにも掲載しています(ホーム>くらしの情報>子育て・教育>地域子育て支援センター)。 ☎ 地域子育て支援センター(道仏保育園内) ☎89-2210
8/28 (木)	指先をつかってあそべる“ぶにぶにパッド”をつくろう	

ちょっと 国保 限度額適用認定証の利用について

現在お持ちの「限度額適用認定証」または「限度額適用・標準負担額減額認定証」の有効期限は、7月31日です。8月以降も引き続き利用する場合は、再度申請が必要です。

※マイナ保険証を利用されている人は、認定証の事前申請は不要です。

■継続して利用する人

8月末までに申請をしましょう。申請月1日からの適用となりますので、申請が遅れると利用できない期間が発生してしまいます。自動で更新されませんので、忘れずに手続きしましょう。

■初めて利用する人

新規申請は随時受け付けています。入院や手術など医療費が高額になるとき、事前に申請しておきましょう。医療機関などで認定証を提示すると、窓口での支払いが自己負担限度額(※)までで済みます(国保税の滞納があると交付できない場合があります)。

※所得状況や年齢によって自己負担限度額は異なります。詳しくは問い合わせてください。

《申請に必要なもの》対象者の資格確認書、窓口に来る人の本人確認書類、対象者および世帯主のマイナンバーが分かるもの

《申請場所》すこやか健康課窓口



☎ すこやか健康課 国保医療グループ ☎ 88-2219

(広告)

(広告)

あなたの家から一番近い葬儀場

伝えたい

大切な人へ

ありがとう



(広告)

(広告)

当院にご相談ください!!

喘息・長引く咳・長年のタバコで息苦しい
高血圧・糖尿病・高脂血症・睡眠時無呼吸

八戸久慈自動車道 八戸是川IC下車 八戸図南小学校向い

はやし呼吸器・総合内科クリニック
電話0178-20-7723

精神科医による精神保健福祉相談について

青森県三戸保健所では、精神科医による精神保健福祉相談を実施しています。

心の病気に関する不安や悩みについて、精神科医が相談をお受けします。相談は無料です。完全予約制です。ご希望の人は、開催日前日までに電話で予約してください。

予約の際に、相談内容や生活状況などをお聞きます。時間に余裕を持ってご連絡ください。相談内容や状況などによっては、予約時に他の専門機関や相談窓口を紹介する場合があります。予約状況によっては、希望に沿えない場合がありますので、あらかじめご了承ください。

■対象

心の病気に関する不安や悩みのある人で、精神科、心療内科に通院していない人、またはその家族

■内容

心の病気に関する不安や悩みについての相談

※診断や処方はありません。

■日程

相談日	受付時間
8月20日(水)	14:30~15:30
10月21日(火)	13:30~14:30
12月24日(水)	14:30~15:30
令和8年2月17日(火)	13:30~14:30

【予約・問い合わせ先】

●青森県三戸保健所健康増進課

受付時間：平日(月～金)8:30～16:30

電話：0178(27)5111 内線286・287

※直通電話がないため、八戸合同庁舎の代表につながります。「三戸保健所 内線286か287につないでください」とお伝えください。

申 問 介護福祉課 福祉グループ ☎ 38-2641

階上町会計年度任用職員募集のお知らせ

町では、次の業務において事務補助を行う会計年度任用職員の募集をします。

勤務場所	総合政策課(役場庁舎2階)
募集人数	1人
業務内容	国勢調査票の点検およびシステム入力、資料作成作業、窓口および電話対応業務など
任用期間	令和7年8月1日～令和7年11月30日
勤務時間	8:15～17:00 ※12:00～13:00は休憩時間(昼休み)
休 日	土日・祝日
給与など	フルタイム一般事務補助員(月額)183,500円 ※通勤距離に応じて通勤手当が支給されます。
各種保険	健康保険・厚生年金・雇用保険に加入
任用方法	書類および面接で選考します。
応募方法	「階上町会計年度任用職員登録申込書」に必要事項を記入の上、総務課に持参または郵送してください。申込書は総務課で配布するほか、町ホームページからダウンロードできます。 なお、身体障害者手帳をお持ちの方は、申し込みの際に手帳を提示するか、申込書に手帳の写しを添付してください。
受付期間	7月10日(木)～7月23日(水) ※パソコンのワープロ・表計算ソフトなどの操作ができる人を優先して募集しています。 ※募集人数を上回る応募があった場合、今後その他の業務で会計年度任用職員が必要になったときに、今回の応募者の中から任用することがあります。 ※地方公務員法第16条の欠格条項に該当する人は応募できません。

申 問 総務課 庶務グループ ☎ 88-2112

図書だより 今月のおすすめ本

今月の注目



『パパイヤから人生』

夏井いつき 著
小学館 刊
道仏公民館

★ハートフルプラザ・はしかみ★

『フロントライン』 増本淳／『運命の終い』 奥田亜希子
『嘘つきたちへ』 小倉千明／『つくみの記憶』 白石一文
『ローズマリーのあまき香り』 島田荘司
『グッスリホテルへようこそ』 あさくらまや
『ポッポーきかんしゃ なつさんぽ』 とよたかずひこ…など

★道仏公民館★

『フジコの十ヶ条』 真梨幸子／『私の孤独な日曜日』 月と文社
『往来絵巻 貸本屋おせん』 高瀬乃一／『湖まで』 大崎清夏
『だいたいしあわせ』 阿川佐和子／『木漏れ陽』 沖田臥竜
『紅色の幻 おいち不思議がたり』 あさのあつこ…など

★石鉢ふれあい交流館★

『彼女たちの牙と舌』 矢樹純／『ぼくは刑事です』 小野寺史宜
『武闘刑事』 中山七里／『灰になったら夫婦円満』 小川有里
『死んだ山田と教室』 金子玲介／『真実の幻影』 堂場瞬一
『解きながら楽しむ 大人の古典名作』 くもん出版
『今日も私は、ひとつの菓子を』 高田充…など

貸出時間

【ハートフルプラザ・はしかみ】 ☎88-2522

9:00~19:00

【道仏公民館】 ☎89-2110

9:00~17:00 (休:日・祝日)

【石鉢ふれあい交流館】 ☎80-1671

9:00~19:00

※月曜日は17:00まで

パソコン・スマートフォンから蔵書検索ができます。
下記アドレスからご利用ください。

【<http://www.lib-eye.net/hashikami/>】

防災ガイド 熱中症に注意しましょう

熱中症は、夏の強い日差しの下での激しい運動や作業だけでなく、高温多湿(気温29℃、湿度66%以上)の室内でも発生することがあります。特に7月から9月にかけて多く報告されており、気温の急激な上昇に伴い、熱中症になる人が増える傾向にあります。そのため、「テレビ」や「ほっとスルメール」などを活用して、事前に情報収集し、自分や身の回りの人を危険な暑さから守ることが重要です。また、適切な熱中症対策を心がけることで、暑い夏を安全に乗り切りましょう。

【はしかみ涼み処のお知らせ】

熱中症予防のため、暑い日に涼むことができる場所「はしかみ涼み処」を開設しています。町民の皆さまが涼める場所としてお気軽にご利用ください。

★利用できる郵便局および町施設はこちら

- (1)階上郵便局 (2)階上駅前郵便局 (3)道の駅はしかみ (4)わっせ交流センター
(5)はしかみハマの駅あるでい〜ば

【期間】: 7月1日(火)~9月30日(火)の営業日

※施設によって開設時間や休館日が異なるため、ご利用の際は事前に施設へ問い合わせをするか町のホームページで最新情報をご確認ください。

【施設利用に関する問い合わせ】

- (1)階上郵便局 ☎88-2100 (2)階上駅前郵便局 ☎89-2100 (3)道の駅はしかみ ☎88-1800
(4)わっせ交流センター ☎88-2709 (5)はしかみハマの駅あるでい〜ば ☎38-3166

※「はしかみ涼み処」の詳細は、町のホームページでご確認ください。検索は「はしかみ涼み処」で!

☎ 総務課 行政防災グループ ☎88-2873

■防災無線が聞き取りにくいときは、防災無線電話応答サービス・ほっとスルメールが便利です!

防災無線電話応答サービス ☎0120-346-152 (通話料無料)

ほっとスルメールをご利用ください

町内の火災情報や防災無線放送内容などをスマートフォンアプリから確認することができます。右のQRコードを読み込むか、「ほっとスルメール」で検索してアプリをダウンロードしてください。



iPhone 用



Android 用

消防情報

火事・救急は 119番へ

八戸東消防署階上分署

☎88-2105

消防情報案内

☎050-5536-5985

救急車要請相談

#7119



熱中症を防ぐために 知っておきたいこと

熱中症とは、高温多湿な環境に長時間いることで、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内でももししていないときでも発症し、場合によっては死亡することもあります。

熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

【屋内】

- ・扇風機やエアコン、遮光カーテンを利用しましょう。
- ・風通しを良くしましょう。
- ・室温をこまめに確認しましょう。

【屋外】

- ・日傘や帽子を着用しましょう。
- ・日陰の利用や、こまめな水分補給をしましょう。
- ・天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控えましょう。

【体の蓄熱を下げるために】

- ・通気性の良い、吸湿性・速乾性のある衣服の着用を心掛けましょう。



- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、体を冷やしましょう。
- 【特に注意したい人】
 - ・子どもは体温の調節能力が十分に発達していないので、気を配る必要があります。
 - ・熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。

※高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能や、体の調整機能も低下しているので、注意が必要です。

消防職員募集!

令和7年度消防職員採用試験を行います。

○採用予定人員

消防士(A) [大学卒] 2名程度、

消防士(B) [短大卒・高校卒] 4名程度

○試験日 9月21日(日)

○募集受付期間

7月22日(火)から8月12日(火)まで

詳しくは、ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

〒 八戸消防本部 総務課 ☎44-2132



交番情報

事件・事故は 110番へ

八戸警察署階上交番

☎88-2022

日没の1時間前には
車のライトを点灯しましょう



少年の非行や 犯罪被害を防止しよう

間もなく子どもたちが楽しみにしている夏休みが始まります。

夏休みは開放感から生活のリズムが乱れがちになり、飲酒、喫煙などの不良行為や、万引きなどの非行に手を染めるケースが見られます。

子どもたちを非行や犯罪から守るために、家庭、学校、地域が協力し、安心して暮らせる環境をつくるのが大切です。

日頃から子どもたちの行動に

夏の交通安全県民運動

■期間 7月21日から31日まで

の11日間

■運動の重点

- ①歩行者の正しい横断方法の実践と安全運転意識の向上
- ②自転車・電動キックボードなど

関心を持ち、会話を大切にすることはもちろん、地域全体で目を配り非行を見逃さないよう、また、犯罪の被害に遭わないように、「愛の一声」を掛けてあげましょう。

利用時のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

③飲酒運転の根絶と妨害運転などの防止

飲酒運転は、車両などの提供者、酒類の提供者、車両の同乗者にも、運転者と同様の厳しい罰則があります。

飲酒運転の危険性を十分認識し、飲酒した場合、絶対にハンドルを握らないのはもちろん、翌朝酔いが覚めていないと感じたときは、車の運転は絶対にやめましょう。

●令和7年階上町交通事故発生状況(5月分)

	5月31日現在	前年同期比増減
発生件数	2 件	± 2 件
死 者	0 人	± 0 人
傷 者 数	4 人	+ 4 人
死亡事故ゼロ連続日数		3,777日

お知らせ

夏季休業期間における学校閉庁日について

教育委員会では、教職員が自身の健康を保持できるように夏季休業期間において、学校閉庁日を設けていますので、ご理解とご協力をお願いします。

令和7年度の夏季休業期間中の学校閉庁日

8月12日(火)から8月15日(金)まで

学校閉庁日の実施に伴う緊急時の連絡体制

学校閉庁日には、学校に教職員が不在となりますので、緊急時の連絡先は、教育委員会教育課 学校教育グループ(☎88-2495)までお願いします。緊急の内容は、教育委員会から学校長へ伝達します。

申請 教育課学校教育グループ ☎(88)2495

「青森県住宅用太陽光発電設備等共同購入事業」参加者募集

青森県では、脱炭素社会の実現に向け、太陽光パネル・蓄電池の「共同購入事業」に参加する人を募集しています。

みんなで集まって生まれる大きな購買力を活かして、安心でお得に購入できる事業です。

無料の参加登録をすることで、自宅に設置した場合の費用を確認することが出来ます。

詳細については、県のホームページ

「青森県住宅用太陽光発電設備等共同購入事業」
(https://www.pref.aomori.jp/soshiki/kankyō/energy/group_purchase.html)のページをご覧ください。

■受付時間 10時～18時(土日祝日除く)

■「みんなのおうちに太陽光事務局」☎0120(723)100

7月～9月「労働委員会委員による労働相談会」開催

個々の労働者と事業主との間に生じた労働問題(解雇・賃金引き下げ・長時間労働・パワハラなど)について、青森県労働委員会委員が相談に応じます。

開催日時

・7月13日(日)10時～正午
・8月5日(火)13時30分～15時30分
・9月2日(火)13時30分～15時30分

・9月21日(日)10時～正午

■場所 青森県労働委員会(東奥日報新ビル4階)

■対象者 県内の労働者・事業主

■費用 無料

随時受け付けします(予約優先)。また、秘密は厳守します。

■申請 青森県労働委員会事務局 ☎017(734)9832/FAX017(734)8311

再生品提供会の開催

八戸リサイクルプラザでは、資

源の有効利用とごみ減量化の住民意識向上を目的として、再生品提供会を開催します。

展示再生品のタンス・学習机・ベットのソファなどを低価格で提供します。

○申込方法

■申込期間 7月24日(木)～8月3日(日) 10時～16時

欲しい再生品を申込用紙に記入し、受付窓口へ提出してください。一人につき2品まで申し込むことができます。しかし、電話申し込み、代理申し込みおよび申し込み後のキャンセル変更はできません。

■抽選について

■公開抽選 8月5日(火) 11時から

申し込みが複数あった再生品は、抽選を行います。当選者には、はがきで通知します。当選後のキャンセルはできません。

○再生品の引き取り

■引取期間 8月10日(日)～8月19日(火) 10時～16時

引取期間内に、当選はがきと代金をお持ちください。運搬はご自身でお願いします。

再生品提供会の開催は、八戸リサイクルプラザのホームページでもお知らせします。

■八戸リサイクルプラザ ☎(70)2396

「ゴルフで健康増進プログラム」参加者募集

健康増進を目的とした未経験者対象のゴルフスクールを開講し

ます。皆さまのご参加をお待ちしています。

■対象 ①45歳～59歳のゴルフ未経験者の男女10名 ②60歳以上のゴルフ未経験者の男女10名

■場所 八戸カントリークラブ

■活動日 8月29日、9月5日、12日、19日、26日、10月3日、10日、17日、24日、31日(毎週金曜日)

※8月29日と10月31日は、八戸学院大学内で健康測定を行います(全日程参加できる人が対象)

■時間 正午～15時30分

■受講料 各千円 計8千円

■申込方法 申し込みフォーム、来校、FAXのいずれかで申し込みください。

■申請 八戸学院地域連携研究センター ☎080(284)9193/FAX0179(25)2729



申込フォームはこちらから

「陸上自衛隊八戸駐屯地納涼盆踊り大会」開催

■日時 7月26日(土) 17時～20時30分(一般開放)

■場所 陸上自衛隊八戸駐屯地(所在地:八戸市大字市川町字桔梗野官地)

■内容

盆踊り部隊対抗、盆踊り自由参加、八戸陣太鼓演奏、野外売店、打ち上げ花火

■その他

当日は、総合案内所でイベント内容・会場配置図を配布します。入場無料で駐車場を完備しています。詳細については、ホームページをご覧ください。

※中止のお知らせは、ホームページおよび正門前看板でお知らせします。

■申請 八戸駐屯地司令業務室広報班 ☎(28)3111(内線2061)



「あおり×女性 ライフ&キャリアセミナー」2025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。

■日時 7月19日(土) 13時30分～16時

■場所 アヒオあおり(青森市) ■講師 漫画家ひつろさん

■申請 青森県こども家庭部県民活躍推進課 ☎017(734)9268

年金だより

令和7年度分の免除申請の 受け付けが始まりました!

対象期間 令和7年7月～令和8年6月

免除制度とは・・・

失業や所得が少ないなどで保険料を納めることができない場合、本人の申請によって保険料の納付が免除される制度です。

2年1カ月前の月分までさかのぼって免除申請をすることができます。申請を忘れていたために未納期間がある人は、お早めにご相談ください。

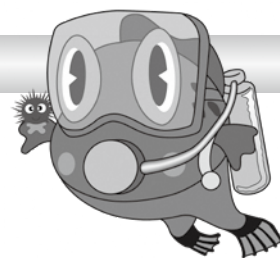


図 八戸年金事務所
☎44-1742

町民生活課
戸籍住民グループ
☎88-2872

お詫びと訂正

広報はしかみ6月号掲載記事に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

■訂正箇所

15ページ「納税に便利!口座振替を利用しませんか?」の記事で、取扱金融機関の「青森銀行(本・支店)」、「みちのく銀行(本・支店)」とあるのは「青森みちのく銀行(本・支店)」の誤りでした。

サマージャンボ7億円

(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ5千万円

(1等3千万円・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

7月11日(金) 2種類同時発売!

発売期間 7/11(金)～8/11(月)

公益財団法人青森県市町村振興協会

人口と世帯数

令和7年7月1日現在

()内は前月比

総人口 12,405人(－14)

男 6,224人(－10)

女 6,181人(－4)

世帯数 6,005世帯(+1)

7月31日(木)は

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

後期高齢者医療保険料 第1期

の納期限です。

忘れずに納めましょう。

図 税務課 収納グループ
☎88-2114

戸籍の窓

令和7年6月受付分(敬称略)

【お誕生おめでとう】

(父の名・母の名) 地区

館 咲 直 (一 彰・彩 香) 蒼 前

名久井 陽 向 (勇 貴・和歌子) 耳ヶ吹東

四 戸 翠 (練 ・ 舞) 蒼 前

【前途を祝福します】

(住所又は元の本籍)

(祐 川 壽 (おいらせ町)

(伊 保 理 絵 (石 鉢)

【お悔やみ申し上げます】

武 部 フミエ (88・道 仏)

石 塚 隆 (75・石 鉢)

津久家 武 志 (76・鳥屋部)

中 城 イ シ (92・金山沢)

戸久世 チ ヤ (84・金山沢)

中 田 忠 良 (73・大 蛇)

黒 川 捷 (85・野場中)

荒 沢 八之熊 (86・追 越)

鹿 倉 哲 (58・小舟渡)

(希望者の分を掲載しています)

※他市町村に届け出た人で掲載を希望する場合は、町民生活課 ☎88-2872 までご連絡ください。

行事&くらしのカレンダー

7/16(水)～8/15(金)

日	月	火	水	木	金	土
			16 7月 ☑ 缶・びん・ペット 新聞・段ボール	17 ☑ 燃やせる(東) 粗大木製品以外 (中・西 ※石・野・ 蒼を除く)	18 ☑ 燃やせる(中・西) 夏休み前集会 (全小学校) 1学期終業式 (全中学校)	19 
※カレンダーの内容は、町ホームページにも掲載しています。						
20	21 海の日 ☑ 燃やせる(東)	22 ☑ 燃やせる(中・西) 相 夜間納税 民 開放日 ト 休館日 ㊦ 休館日	23 ☑ 缶・びん・ペット 雑誌・チラシ・古布 その他紙 健 3歳児・乳児	24 ☑ 燃やせる(東) 粗大木製品以外 (石・野・蒼)	25 ☑ 燃やせる(中・西)	26
27 	28 ☑ 燃やせる(東) ト 休館日 ㊦ 休館日	29 ☑ 燃やせる(中・西) 相 夜間納税	30 ☑ 缶・びん・ペット	31 ☑ 燃やせる(東) 納 固定第2期 国保第1期 介護第1期 後期第1期	1 8月 ☑ 燃やせる(中・西)	2
3	4 ☑ 燃やせない 燃やせる(東) ト 休館日 ㊦ 休館日	5 ☑ 燃やせる(中・西) 相 夜間納税	6 ☑ 缶・びん・ペット 新聞・段ボール	7 ☑ 燃やせる(東)	8 ☑ 燃やせる(中・西)	9
10	11 山の日 ☑ 燃やせる(東)	12 ☑ 燃やせる(中・西) 相 夜間納税 民 開放日 ト 休館日 ㊦ 休館日	13 ☑ 缶・びん・ペット 雑誌・チラシ・古布 その他紙	14 ☑ 燃やせる(東)	15 ☑ 燃やせる(中・西)	

☑ ごみ収集日 (中・西：中央、西部地域／東：東部地域／地域名の表示がないのは全地域収集)

相 行政・人権・心配ごと相談

(第3火曜日、ハートフルプラザ、13:00～15:00)

相 教育相談 (第3火曜日、ハートフルプラザ、13:00～16:00)

相 夜間納税相談 (毎週火曜日、税務課、17:30～19:30)

民 民俗資料収集館開放日 (第2・4火曜日、9:00～16:00、
ボランティアガイドが案内します)

健 乳幼児健診

ト トレーニングルーム 納 町税等納期限

㊦ 町民プール

ごみ収集の地域区分

中央・ 西部地域	石鉢、蒼前、野場中、角柄折、金山沢、田代、 晴山沢、平内、鳥屋部、赤保内、耳ヶ吠西
東部地域	耳ヶ吠東、荒谷、大蛇、追越、榊、駅前、 道仏、小舟渡
○ごみは、必ず(半)透明な袋に入れて出してください。 ○ごみは、収集日に、自分の住んでいる地域のごみ収集所 へ、朝8時までに出してください。 ○ごみの量や交通事情などにより同じ時間に収集車が来る とは限りません。	

夜間納税相談窓口について

毎週火曜日(祝日・年末年始を除く)の17時30分から
19時30分までの間、「夜間納税相談窓口」を開設してい
ます。仕事の都合などで時間内に納税相談および納付が
困難な場合は、ぜひご利用ください。

平日は各課直通電話をご利用ください

	課名・グループ名等	直通電話番号
1階	税 務 課	賦課グループ 88-2129 収納グループ 88-2114
	町民生活課	戸籍住民グループ 88-2872 生活環境グループ 88-2119
	すこやか 健 康 課	健康グループ 88-2162 児童グループ 38-1237 国保医療グループ 88-2219
	介護福祉課	介護グループ 88-2115 福祉グループ 88-2641
	会 計 課	会計グループ 88-2049
	総 務 課	庶務グループ 88-2112 行政防災グループ 88-2873
	総合政策課	政策推進グループ 88-2113 財政グループ 88-2874
2階	産業振興課 ・ 農業委員会	農林グループ 88-2946 農業委員会事務局 水産商工観光グループ 88-2875・2116
	建 設 課	土木監理グループ 88-2118 都市計画グループ 88-2120
	教 育 課	学校教育グループ 88-2495 社会教育グループ 88-2698
	国 入 対 策 室	88-2764
	議 会 事 務 局	88-2369

土・日・祝日および17:00以降のご連絡は代88-2111へお願いします。

はしかみ

19日・20日

こみなと
小舟渡海岸

マリンフェスタ花火大会

7月19日土 19:30~

グルメコーナー
飲食店、キッチンカー多数

**限定
いちご煮販売**

新鮮!

海産物特売!!

**ヴァンラーレ八戸
ふわふわ遊具コーナー**

※数に限りがございます。
売り切れ次第終了させていただきます。

大沢桃子・木原たけし
スペシャルコンサート
『元祖はしかみの女』

広報はしかみは4,700部作成し、印刷経費は1部当たり52.7円です。