

広報

ごのへ

2026  
5  
Vol.803

GONOHÉ PUBLIC RELATIONS

色鮮やかに咲くチューリップが春の訪れを感じさせる、  
正子のチューリップ園を撮影しました。

# 【全国人権擁護委員連合会長表彰】受賞おめでとうございます

多年にわたり、人権擁護委員として国民の人権擁護と人権思想の普及高揚に貢献したとして、五戸町から中川原経さんが全国人権擁護委員連合会長表彰を受賞されました。



## 第63回 五戸町教育大会 感謝状・表彰受賞者

### ●感謝状

- ▶青銀マスターズ 会長 小坂章  
【金員を寄贈(五戸町人材育成基金)】
- ▶東北三吉工業株式会社 代表取締役 沼沢裕公  
【金員を寄贈(五戸町人材育成基金)】

### ●文化賞

- ▶守田まい  
【第68回青森県高等学校将棋選手権大会 女子団体戦 第1位】  
【第46回青森県高等学校総合文化祭将棋部門女子個人戦 第1位】
- ▶橘海来  
【第68回東北吹奏楽コンクール 高等学校の部 銀賞】
- ▶田中瑞希、大久保美佳、村越摩穂、村上長子、山部七海  
【第54回マーチングバンド・バトントワーリング東北大会 マーチングバンド部門 一般の部 銀賞】

### ●文化奨励賞

- ▶永田仁椰  
【第54回マーチングバンド・バトントワーリング東北大会 マーチングバンド部門 一般の部 銀賞】  
【第67回青森県吹奏楽コンクール 中学生の部 金賞】  
【第68回東北吹奏楽コンクール 中学生の部 銅賞】  
【第85回全国教育美術展 特選】
- ▶山部心海、土嶺紗希子  
【第54回マーチングバンド・バトントワーリング東北大会 マーチングバンド部門 一般の部 銀賞】
- ▶奥山未久、北村心蘭、小村響、田中栞那、戸賀沢希歩、中根葵依、森谷椿、山下叶愛、大山陽咲、永田真成、山部海夏斗、小笠原心瑠、鈴木咲梨、中川原美鳳、坂本陽咲、森谷葵、小渡華、和田香蓮、木下珠美、田中杏理、小笠原奈那、鈴木有咲  
【第53回マーチングバンド全国大会 小学生の部 小編成 銀賞】
- ▶佐々木嘯  
【第48回JA共済青森県小・中学生交通安全ポスター コンクール 最優秀賞】
- ▶前田ひよの  
【令和7年度 第77回青森県児童生徒理科研究発表大会 物理分科会 青森県教育委員会教育長賞】

### ●スポーツ賞

- ▶小泉和吉  
【第79回国民スポーツ大会 グラウンド・ゴルフ競技出場】
- ▶深畑静枝  
【第32回秋季青森県グラウンド・ゴルフ交歓大会 Bグループ 女子第1位 総合優勝】
- ▶川村恵利子  
【第37回全国健康福祉祭ぎふ大会 ねんりんピック岐阜2025 出場】
- ▶若松寛大  
【第78回北海道高等学校陸上競技選手権大会 八種競技 第1位 400mH 第1位 4×400mR 第1位】

### ▶平興氣

【令和7年度第78回青森県高等学校総合体育大会 ボクシング競技 男子一部ウェルター級 第1位 学校対抗 第1位】

### ▶菅浦澤英治

【令和7年度第78回青森県高等学校総合体育大会 ボクシング競技 学校対抗 第1位】

### ▶藤原隼汰

【第78回青森県高等学校総合体育大会登山大会 学校男子対抗 第1位】

### ▶大山結斗

【第45回東北高等学校ウエイトリフティング競技選手権大会 ウエイトリフティング競技男子73kg級 個人第3位】

### ▶境蒼生、川村生眞

【令和7年度第40回東北高等学校アーチェリー選抜大会 男子団体 第2位】

### ▶和田晃雅

【令和7年度第78回青森県高等学校総合体育大会 サッカー競技大会 第1位】

### ▶山部瑞生

【令和7年度青森県高等学校新人柔道大会兼第48回全国高等学校柔道選手権大会 青森県予選兼第48回全国高等学校柔道選手権大会東北地区大会青森県予選 女子団体 第1位】

### ●スポーツ奨励賞

- ▶大山斗聖、佐々木奏太、角田遥星、三浦蒼葉、豊川幸志、向平蓮、豊川泰志、鳥谷部圭輔  
【青い森信用金庫理事長杯 第9回小学生・中学生キャッチボールクラシック青森県大会 第1位】  
【キャッチボールクラシック2025全国大会 小学生の部 第1位】
- ▶大久保心響、太田健翔、佐々木琥太郎、中島虹空、藤倉煌明、三枝宗介  
【2025年第22回青森県クラブユースサッカー選手権(U-15)大会 第1位】  
【高円宮杯JFAU-15サッカーリーグ2025青森県あすなろサッカーリーグ 第1位】
- ▶伊藤直哉、稲村颯真  
【2025年第22回青森県クラブユースサッカー選手権(U-15)大会 第1位】
- ▶類家紅羽  
【第48回全国JOCジュニアオリンピック夏季水泳競技大会 女子200m自由形 出場】  
【2025年度都県選抜対抗水泳競技大会 200m個人メドレー 第11位】
- ▶浅石紗彩  
【2025年第20回全国ブロック選抜U-12体操競技選手権大会出場】
- ▶角濱愛華  
【第16回全国中学生ハンドボールクラブカップ2025 出場】
- ▶角濱裕翔、角濱颯斗  
【第38回全国小学生ハンドボール大会 出場】
- ▶木村颯太  
【アイリスオーヤマ第10回 プレミアリーグチャンピオンシップ ベスト8】
- ▶松倉菜愛、柿本結音  
【第24回全国小学生ソフトテニス大会出場 リーグ4位】

## 地 Pick up! 地域おこし協力隊

皆さん、こんにちは！地域おこし協力隊の川村奈央です。4月上旬は花粉症で体調を崩してしまいましたが、回復後は農作業のお手伝いや講話の機会をいただき、地域との繋がりが広がる喜びを実感しています。また、東北のリーダー達が集う研修にも参加しました。第一線で活躍する方々と意見交換し、多くの刺激を受けました。このへde春まつりの参加など充実した1か月でしたが、今後も体調には気をつけて活動していきます！



## 五戸町物価高騰対策プレミアム付商品券を再販売します！

### ●販売内容

- ▶【1セットあたり】現金10,000円で12,000円分の商品券  
※一般券10,000円、共通券2,000円分(500円券を24枚)、残り8,200セット！

### ●販売日時および場所

- ▶令和8年6月20日(土)  
午前9時～午後5時 [五戸町役場 1階ロビー]で販売
- ▶令和8年6月22日(月)～6月26日(金)  
午前9時～午後7時 [五戸町商工会 五戸本所]で販売
- ▶令和8年6月29日(月)～通常販売  
午前9時～午後5時 [五戸町商工会 五戸本所]で販売

### ●販売対象および購入上限

- ▶1セット10,000円から購入できます！  
五戸町に住所がある方のみ購入可能です。
- ▶お一人様10セットまで(代理購入可)  
※一度購入された方も再度お一人様10セットまで購入できます。なお、商品券は先着順に販売し、なくなり次第終了とさせていただきます。

### ●購入方法(購入申込書は各販売場所にも設置しております)

購入申込書に必要事項をご記入し、「購入申込書」「身分証明書」「購入代金」をご用意のうえ、販売場所にお越しください。また、代理購入の方は代理人の身分証明書もご持参ください。

※国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用しています。

■お問合せ 五戸町商工会 五戸本所 ☎62-3151 (直通)

## 熱中症を防ぎましょう！

### ●熱中症予防行動をとりましょう！

暑さに慣れていないと熱中症になる危険性が高まります。熱中症の予防には、体を暑さに慣れさせることが重要です。本格的な暑さを迎える前に、日頃からウォーキングなどで汗をかく習慣を身につけ、暑さに備えた体づくりを始めましょう。また、熱中症患者の半数以上は高齢者です。高齢者は、のどの渇きや暑さを感じにくい場合がありますので、ご家族や周りの方、離れて暮らすご両親などにも声をかけあい、熱中症を予防しましょう。



### ●夏本番前にエアコンの試運転を実施しましょう！

夏本番の修理や設置工事は非常に混み合います。お部屋の中での熱中症を防止するため、夏本番のシーズンを迎える前に、ご家庭で早期にエアコンの試運転を行いましょう。

■お問合せ 役場健康増進課 ☎62-7958 (直通)

# 【事業者向け】五戸町の未来を創る起業支援金

「五戸町の未来を創る起業支援事業」は町内で起業した方に対し、一定の要件・審査のもと支援金を交付します。令和8年7月6日(月)から今年度分の申請を受付しますので、ぜひご活用ください。

## ●交付要件

- ▶ 令和6年4月1日から受付期限(令和8年9月25日)までの間に起業していること
- ▶ 特定創業支援等事業の支援を受けていること



町ホームページ

## ●交付金の額(上限50万円)

区分	条件	金額
支援金基礎額	交付要件をすべて満たしていること	30万円
下記の①又は②のどちらかを選択できます。		
①移住加算金	上記交付要件の期間内に移住している者であること	20万円
②空き家・空き店舗活用加算金	町内の空き家、空き店舗を購入又は賃借し、活用する事業であること	20万円

※必ずしも上限額の交付とはならず、交付額は審査の上決定します。

- 申請方法等…令和8年9月25日(金)午後5時までに「五戸町の未来を創る起業支援金交付申請書」及び必要書類を担当課宛にメール等により提出してください。申請に係る様式等は町ホームページに掲載しております。詳細は、右上のQRコードからご確認ください。

■お問合せ 役場総合政策課 ☎62-2111 (内線238)

# 林野火災注意報・警報の運用が始まりました

八戸地域広域市町村圏事務組合消防本部では、令和8年4月1日から林野火災注意報・警報の運用を開始しました。乾燥・少雨により林野火災が発生・延焼しやすい時は「林野火災注意報」が、さらに強風等が重なり、林野火災が大規模化しやすい時は「林野火災警報」が発令されます。注意報の発令中は、たき火等の屋外での火の使用を控えてください。また、警報の発令中は屋外での火の使用は禁止です。

## ●林野火災防止のための注意点

林野火災(山火事)の多くは、火の不注意な取扱いが原因です。林野火災は気象条件により急激に広がります。屋外で火を使うときは、次のことに気を付けましょう。

- ▶ 事前に管轄の消防署に届出をしましょう
- ▶ 乾燥・強風の日は火を使わない
- ▶ たき火や火入れは複数人で行う
- ▶ 火から目を離さない
- ▶ 消火用の水を準備する
- ▶ 使用後は完全に消火する
- ▶ たばこの投げ捨て、火遊びは絶対にしない



■お問合せ 五戸消防署 ☎62-3140 (直通)

## 豊間内ふるさとウォーク

～ふるさとの川や森、歴史を感じながら歩きましょう～

- 日 時…令和8年6月27日(土) 午前9時～正午(中止の場合は、当日午前6時までに連絡先へご連絡いたします)
- 場 所…ごのへ郷土館～浅水川～五戸ドーム～地藏尊(休憩)～ひばり野公園～志戸岸庚申塔～ごのへ郷土館 約6km
- 対 象 者…中学生以上(小学生は保護者同伴) ●参加費…1人 500円(保険料等含む) ※当日集金いたします。
- 申込期限…令和8年6月21日(日)までに電話でお申込みください。 ●その他…集合は午前8時30分、解散は午後0時15分です。

■お問合せ ごのへ郷土館 ☎62-5965

## 「令和8年度 五戸町民大学講座」開催のお知らせ

町教育委員会では町民の皆さまの生きがいや潤いのある生活を目指し、月に一度の五戸町民大学講座を開催しております。今年度は6月23日(火)から実施し、計10回の講座を予定していますので是非ご参加ください。

本講座は健康ポイント事業の対象です。「健康ポイント(nicocako)カード」をお持ちの方は、参加当日にご持参ください。また、あおもり県民カレッジの対象事業になります。

### ●五戸町民大学講座開講式及び第1回講座

- ▶日 時…令和8年6月23日(火) 午後2時～3時30分 ※受付は午後1時30分から
- ▶場 所…五戸代官所(歴史みらいパーク内) ※雨の場合は五戸町立公民館小ホールで開催いたします。  
町ホームページ、防災無線等にてお知らせいたします。
- ▶講 師…中森貫太氏(公財)鎌倉能舞台 業務理事・能楽師観世流シテ方
- ▶演 題…美しい日本語を伝える「能」を知ろう
- ▶内 容…五戸町では、令和7年1月24日に神奈川県鎌倉市と災害発生時に相互応援する「防災協定」を結びました。  
締結にあたり、その礎を築ききっかけとなった中森貫太氏を招へいし、能楽の魅力について興味深く解説していただきます。
- ▶対 象…どなたでも参加可能
- ▶受 講 料…無料
- ▶参加申込先…五戸町教育委員会 社会教育班 [TEL] 62-7965 [FAX] 62-5252



©東京ハイジ/五戸町

■お問合せ 五戸町教育委員会 教育課 ☎62-7965 (直通)

## 五戸町子育てメイト子どもフェスタ「七夕まつり会」

子育て奮闘中の皆さま、子育てメイトと一緒に親子で楽しいひとときを過ごしませんか？

- 日 時…令和8年7月4日(土) 午前10時～11時30分
- 場 所…町立公民館 和室
- 定 員…おおむね20組(子どもの人数が30人になり次第締切)
- 参加費…子ども一人100円(保険代)
- 対 象…0歳～就学前のお子さまと保護者(兄弟・祖父母の方も大歓迎)
- 申込期間…令和8年6月25日(木)までに各地区の子育てメイト又は役場福祉課までお申込みください。

■お問合せ 役場福祉課 ☎62-7955 (直通)

## 後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

### ●交通事故等にあつたとき

交通事故や暴力等、第三者(自分以外の人)の行為によって負傷し、マイナ保険証又は資格確認書を使って治療を受けたときは、必ず役場住民課へ届出してください。自損事故の場合も届出が必要です。詳細は、青森県後期高齢者医療広域連合又は役場住民課までお問合せください。

■お問合せ 青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821  
役 場 住 民 課 ☎62-7976 (直通)

## 放課後子供教室 スタッフ募集中！

町教育委員会では放課後の子供の安心・安全なあそび場の確保のため、地域住民による見守りのなかで様々な体験を提供する「放課後子供教室」を週に1、2回実施しており、各教室のスタッフを募集しています。

月に1、2回でもご参加いただけますので一緒に地域の子供たちの成長を見守りませんか？

### ●各教室の活動日・時間

	五戸小学校	倉石小学校	切谷内小学校	上市川小学校
実施曜日	水、金	水	水	火
時 間	午後2時～5時			

※学校事情によっては時間が変更になる場合があります。

●**従事内容**…子供同士の遊びの見守りに加えて、子供たちに様々な経験をしてもらえるように調理実習や自然体験活動なども実施します。

### ●謝 礼

放課後子供教室スタッフには、2種類の役割があります。基本的に、1回の開催でスタッフ3～4名を配置しており、うち1名は協働活動支援員、うち2～3名は協働活動サポーターとして活動します。

▶協働活動支援員…その日の進行役。点呼や集合解散の呼びかけ、日誌の記入を行います。1,480円/時

▶協働活動サポーター…協働活動支援員のサポートを行います。1,030円/時

### ●年齢・資格等

▶18歳以上であれば資格や経験は必要ありません。

▶活動時間、日数はコーディネーターが毎月調整しますので、都度ご相談いただけます。

見学も随時行っておりますので、ご連絡ください。



■お問合せ 五戸町教育委員会 教育課 ☎62-7965 (直通)

## マイナンバーカード関係手続きの予約制のお知らせ

今後、マイナンバーカード関係手続きの増加により窓口が混雑することが予想されますので、予約制を導入しました。予約なしでも手続き可能ですが、窓口の混雑状況によって長時間お待ちいただく場合や受付を早めに締め切らせていただく場合がありますので、ご予約による手続きをおすすめします。

●**予約方法**…役場住民課へ平日午前8時30分から午後4時30分までに下記お問合せまでお電話ください。

また、氏名・生年月日・日中連絡可能な電話番号・手続き内容等をお伝えください。

●**予約時間(予約枠には、限りがあるためご希望に添えない場合があります)**

午前9時、9時30分、10時、10時30分、11時、午後1時、1時30分、2時、2時30分、3時、3時30分、4時

●**マイナンバーカードに係る予約が必要な手続き**

▶電子証明書発行・更新 ▶カード受け取り ▶カード新規・更新申請 ▶暗証番号の再設定・変更

▶一時停止の解除 ▶カード紛失・再発行 ▶カード所持者の住所、氏名等変更 など

※マイナポータルでの保険証の紐づけやマイナンバーカードによる印鑑登録証明書発行時に暗証番号が分からない場合は、暗証番号再設定の手続きで予約が必要となります。

■お問合せ 役場住民課 ☎62-7959 (直通)

# 国民健康保険からのお知らせ

## 01 30代から始めよう！「特定健診」

### ●30歳になると特定健診が無料で受けられます

特定健診は、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した生活習慣病予防のための健康診査です。生活習慣病の多くは、かなり進行するまで自覚症状がほとんど現れないため、気づかないうちに進行し、心筋梗塞や脳卒中など重大な病気を招きます。

30代は肝機能、糖代謝、脂質代謝の異常が現れ始める時期です。そして、40歳を過ぎるとホルモンバランスの変化や基礎代謝の低下により内臓脂肪が蓄積しやすくなるため、糖尿病、高血圧症、脂質異常症など生活習慣病を引き起こす危険性が高まります。

- ▶生活習慣病は長期にわたり治療が必要となる慢性疾患  
身体的不調だけでなく、長期的な定期通院・服薬による経済的負担や時間的制約、食事制限など、将来の生活の質の低下につながります。
- ▶将来の健康を守る最も有効な手段は、自覚症状のない段階で発見すること  
初期の生活習慣病は自覚症状がない場合が多く、早期発見・早期治療することで改善できる可能性が最も高いです。
- ▶将来の生活の質を守るために今できること  
将来の健康と生活の質を守るためには、まず自分の健康状態を確認することが必要です。30代のうちから年1回の健診受診を習慣化しましょう。

## 02 毎年受けよう！「特定健診」

### ●特定健診で重要なことは「継続受診」です

五戸町国保では、健診受診者の約半数が次年度に健診を受けていないという分析結果が出ています。生活習慣病の予防、早期発見、早期治療には特定健診の継続受診が不可欠です。

- ▶特定健診は毎年受け続けることで健康管理効果を最大限に発揮する  
前年度の健診結果と比較することで、検査値のわずかな変化に気づき、自覚症状のない初期段階で病気の予兆を察知することができます。また、検査値の経年変化から、病気のリスクを予測し、生活習慣の改善点を具体的に把握することができます。
- ▶健診結果が届いたら健診結果説明を利用しましょう  
健診結果の見方を知り健康管理に役立てていただくため、保健師や栄養士による健診結果説明(健康相談)を行っています。健診結果を踏まえ生活習慣を振り返り、個々の健康課題に応じて対応しますので、役場健康増進課までお気軽にご相談ください。

## 03 早めに受けよう！「特定保健指導」

### ●特定保健指導の対象になったら生活習慣の見直しが必要です

生活習慣の改善が早ければ早いほど、病気のリスクを減らし、健康な状態を維持・向上させる効果が高いと言われています。健診の結果、メタボリックシンドロームの発症リスクが高いと判定された場合は、保健師や栄養士が個々に応じた無理のない生活習慣の改善をサポートしますので、必ず特定保健指導を受けましょう。

#### ■お問合せ

国民健康保健に関すること…役場住民課

☎62-7976 (直通)

特定健診・特定保健指導に関すること…役場健康増進課

☎62-7958 (直通)

## 健診を受けて最大2,000円分の商品券と交換しよう！

令和8年度の健康ポイント事業をご案内します。健診(検診)や健康活動でnicocakoカードにポイントを貯めると最大2,000円分の「うまっこ商品券」と交換できます。

### ●交換金額

5ポイントごとに500円分の商品券1枚と交換。  
最大2,000円分まで交換できます。  
ただし、「健診」を受けていることが必須です。  
※健診を受けると3ポイント貯まります。

### ●ポイントを貯める方法

健診(検診)の受診や各種健康活動への参加でポイントを貯めることができます。対象事業に参加するときは、ぜひカードを持参してください。

対象活動の一覧は、当事業のチラシや町ホームページに掲載しております。チラシは5月下旬頃、当課からお送りする通知(封筒)に同封しております。

### ●カードを失くした、新規に発行したい方は…

役場健康増進課でご案内します。新規発行を希望の方は、五戸健診センターの受診時にカードを受け取ることもできます。

### ●商品券との交換期間は決まっています

交換期間は令和9年3月23日(火)から4月15日(木)までです。期限を過ぎるとポイントが無効になってしまいますので、交換忘れのないようご注意ください。  
なお、詳細は広報紙等で追ってお知らせします。



今年度の健康ポイントカードの見本。ポイントを貯めて商品券と健康をゲットしましょう！

■ お問い合わせ 役場健康増進課 ☎62-7958

## 令和8年度 八戸地域広域市町村圏事務組合当初予算

八戸地域広域市町村圏事務組合は、消防・ごみの処理・介護福祉業務等共同で行っている特別地方公共団体です。構成市町村は、八戸市、三戸町、五戸町、田子町、南部町、階上町、新郷村、おいらせ町の8市町村です。

### ●一般会計

▶組合の基本的事業の収入・支出を経理する会計です。  
令和8年度の一般会計予算は91億2,700万円で、  
昨年度より6億8,100万円の増額となりました。

支出の主なもの	予算額
消防や救急の業務などに	50億4,038万円
し尿やごみの処理などに	32億8,750万円
組合債の元金・利子の支払いに	6億7,086万円
介護認定審査会の運営などに	1億 583万円
その他、議会や組合の運営などに	2,243万円
計	91億2,700万円

▶財源となる収入の約8割は構成市町村から支出される負担金で、約73億1,579万円です。

市町村名	負担金額
八戸市	53億6,492万円
三戸町	2億1,136万円
五戸町	3億 577万円
田子町	1億6,879万円
南部町	4億 715万円
階上町	3億7,994万円
新郷村	9,025万円
おいらせ町	3億8,761万円
計	73億1,579万円

■ お問い合わせ 八戸地域広域市町村圏事務組合事務局 ☎43-9556

## 【参加者募集中】歴史みらいパークでヨガ

初心者も安心「健康的に美しく」をサポートします。心も体もリフレッシュしてみませんか？当日参加も大歓迎です！また、健康ポイント事業の対象です。「健康ポイント(nicocako)カード」をお持ちの方は、参加当日にご持参ください。

●日 時…令和8年6月28日(日)、7月5日(日)・12日(日)、8月23日(日)・30日(日) 午前7時～8時

●場 所…五戸町図書館 北側駐車場 階段上芝生広場 ※雨天時はエントランスホール

●講 師…鈴木美鈴 氏

(資格) 全米ヨガアライアンスRYT200、一般社団法人国際ウエルネスケア協会認定チェアヨガ指導者

●募集人数…1回 20名程度

●参加料…1回 500円(小学生以下無料)

●持ち物…ヨガマット(お持ちでない方：レジャーシートとバスタオル)、飲み物、動きやすい服

●申込方法…お電話又は五戸町図書館カウンターにて受付

■お問合せ 五戸町図書館 ☎61-1041

## 五戸町スポーツ協会 活動一覧

自分に合った活動を見つけて、楽しく健康づくりを始めてみませんか。興味のある方は事務局へお問合せください。

競技名	練習場所	活動時間
陸上競技	随時	随時
野球	ひばり野公園 野球場	毎週火・木曜日：午後7時～9時
バスケットボール	随時	随時
卓球	五戸町立公民館	毎週火・金曜日：午前10時30分～正午
ソフトテニス	ひばり野公園 テニスコート (冬期：五戸小学校 体育館)	4月～10月：毎週月・水・金曜日 11月～3月：毎週水・木・土曜日 午後7時～9時
バレーボール	川内中学校	毎週月・木曜日：午後7時～9時
サッカー	・ひばり野公園 ・ひばり野スポーツ交流センター	随時
柔道	五戸中学校 柔道場	毎週月・水・金曜日：午後7時～9時
相撲	随時	随時
剣道	・五戸修心館 工藤道場 ・五戸町立公民館	毎週月・水・金曜日：午後7時～9時 日曜日：午後5時～7時
弓道	五戸町立公民館	毎週木曜日：午後7時30分～9時30分
スキー	随時	随時
バドミントン	・火曜日：五戸小学校 ・木曜日：倉石中学校	毎週火・木曜日：午後8時～9時30分
アーチェリー	随時	随時
ママさんバレーボール	五戸中学校 第2体育館	毎週火・金曜日：午後7時30分～9時30分
ボウリング	十和田イーグルボウル	毎月第1・3金曜日：午後8時～9時
硬式テニス	倉石スポーツセンター	毎週日曜日：午後1時30分～4時30分
太極拳	五戸町立公民館	毎週金曜日：午後7時～9時
グラウンドゴルフ	小渡平公園(冬期：五戸ドーム)	4月～11月：毎週火・木・土・日曜日 午前9時～正午 12月～3月：午前9時～午後0時30分

■お問合せ 五戸町スポーツ協会事務局 ☎62-2301

# 五戸総合病院 外来診療 医師一覧表

発熱・かぜ症状のある方は必ず電話してください【発熱患者専用電話番号】☎61-1202

令和8年6月1日現在(◎は診療日)

診療科	氏名	職名・派遣元	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
			午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科	山名保則	南部町					予約制				◎	
	細越巨禎	八戸市							6/4・18・25			
	応援医師	八戸市民病院	◎									
	応援医師	八戸市民病院			◎							
	坂本拓矢	八戸市民病院							◎			
	坂本拓矢	八戸市民病院							◎	予約制		
	三浦昌人	東北化学園大学										予約制
応援医師	八戸赤十字病院	予約制										
【一般内科】	井戸川敏彦	特別参事				6/9・16・30					◎	
【漢方外来】	井戸川敏彦	特別参事		6/8・22 予約制								
外科	安藤敏典	院長	◎		◎			消化器 検査のみ		6/4・18		消化器 検査のみ
【泌尿器外来】	応援医師	弘前大学						◎				
【禁煙外来】	安藤敏典	院長	予約制									
【無呼吸(いびき)外来】	安藤敏典	院長	◎		◎					6/4・18		
【乳腺外来】	安藤敏典	院長	予約制		予約制					6/4・18 予約制		
産婦人科	井戸川敏彦	特別参事	◎				◎		6/4・18	6/11・25		
小児科	笹野拓也	科長	◎	予約制	◎	予約制	◎	予約制	◎	予約制	◎	予約制
整形外科	三上靖隆	科長	◎	◎	◎		◎		6/5・19・26		◎	
脳神経外科	赤坂健一	科長	予約制	予約制	予約制		予約制		予約制	予約制	予約制	
眼科	応援医師	東北大学			予約制							
耳鼻いんこう科	応援医師	弘前大学			予約制							
皮膚科	小野彩	東北大学										予約制

- 診療日・担当医等の予定は、都合により変更する場合がありますので、「五戸ちゃんねる」「五戸総合病院ホームページ」でご確認ください。
- 受付時間【再来…7:30~11:00】【新患…8:15~11:00】【午後外来…12:30~14:00】
  - ▶内科…水曜日は予約診療のみとなります。月曜日、木曜日は午後外来があります。
  - ▶外科(毎週月・火・木曜日)…10:30まで受付。毎週火曜日は9:30から診療開始。※乳腺外来は要予約(月・火・第1・3木曜日診療)、予約診療時間は8:30、8:45。
  - ▶産婦人科…第2・4木曜日は午後診療があります。担当医が在院時は常時対応します。電話でご確認ください。
  - ▶眼科(毎週火曜日)…受付時間10:00まで。
  - ▶小児科予約診療(月~金曜日)…診療時間15:00~16:30、予約受付11:30~15:45 ※健診等のため午後の診療をできない日があります。電話でご確認ください。
  - ▶整形外科…月曜日は午後外来があります。
  - ▶脳神経外科…月・木曜日は午後外来(予約制13:30~15:00)があります。※救急外来は予約不要で、随時受け付けます。電話でご確認ください。
- 休診のお知らせ
  - ▶外科…水曜日は消化器検査及び泌尿器科外来、金曜日は消化器検査のみ行います。
  - ▶産婦人科…6月2日・23日(火)は休診です。▶整形外科…6月2日(火)午後・12日(金)は休診です。
- 他医療機関で受診している方は、紹介状をご持参ください。■22時以降の救急外来で点滴を要する患者様は、入院とさせていただきます場合があります。
- 敷地内は全面禁煙です。■患者様の名前間違い防止のため、診療科・検査ごとに診察券で名前の確認をしますので、ご提示のご協力をお願いします。
- 健康保険証としてのマイナンバーカードのご提示にご協力をお願いします。☎五戸総合病院 ☎61-1200

### 短歌

賢者よ避けて戦争の文字  
低空を飛ぶ飛行機に息を呑む  
聞けば冴える病みし心も  
朝なさなもしもしと言う子らの声

向山恭子  
畑山房子  
橘京子

### 俳句

初鶯の声に目覚むる  
朝の戸をあくるや高々ホーホケキョ  
市議選のウグイス嬢となりし君  
ウグイスのまま今も吾の中に  
春風はやさしと思ふ勘違い  
突風受けてふんばり歩む

遠藤加奈子  
鈴木志美恵  
立花則夫

### 川柳

街に住み心ボツンと一軒家  
背のまるさ過去の重さのせいだろう  
親論す子の優しさが沁みてる  
梅ほめて回覧板を渡しけり  
天神の社守りて梅の咲く  
先達の笑みおだやかに月おぼろ  
昏睡の中に笑みあり梅ふふむ  
狒犬のことに身を反る梅の下

川崎照美  
鈴木隆也  
金澤啓女  
三浦幸子  
三浦汐子

日付	行事など	開催時間 [場所]
1月	ホッとセンターあ・そ・ぼ	10:00~12:00 [町立公民館 児童室]
2火	特設人権相談	13:30~15:30 [町立公民館]
3水	3歳児健康診査 (令和4年10月~11月生)	12:15~12:30 受付 [町立公民館]
4木		
5金	●トコトコ教室 (旧町内地区)	9:30~11:30 13:30~15:30 [町立公民館 体育館]
6土		
7日		
8月	ホッとセンターあ・そ・ぼ	10:00~12:00 [町立公民館 児童室]
9火	行政相談	10:00~12:00 [倉石コミュニティ センター 1階和室]
10水	乳児健康相談 (令和7年10月~11月生)	9:30~ 9:45 受付 [町立公民館]
11木	移動図書館巡回日	9:00~12:00 [地区巡回]
	●健診結果説明 ※事前要予約	10:00~11:00 13:30~14:30 14:30~15:30 [役場健康増進課]
12金	●トコトコ教室 (浅田地区)	9:30~11:30 [浅水活性化センター]
	ここっと広場	10:00~12:00 [ひばり野スポーツ 交流センター]
13土		
14日	おはなし会	10:30~11:00 [五戸町図書館 視聴覚室]
	五戸町読書会 「読書のすすめ」	14:30~16:00 [五戸町図書館 視聴覚室] ☎080-5187-3698
15月	<b>税務課からのお知らせ</b>	
16火	■夜間納税相談・納付時間の延長 税務課では、下記の日時において納税相談と収納業務を行っていますので、どうぞご利用ください。 ※令和8年4月から第4火曜日のみとなります。	
	■日時…6月23日(火) 午後5時~7時 ※来庁の際は税務課側の出入口をご利用ください。 ☎役場税務課 ☎62-7954(直通)	
17水		

日付	行事など	開催時間 [場所]
18木	5歳児健康相談 (令和3年4月2日~6月生)	※個別通知をご覧ください [町立公民館]
19金	●まち・カフェ 「楽しい健康体操」	9:30~11:30 [町立公民館]
	●トコトコ教室 (川内地区)	9:30~11:30 [瑞穂館]
20土	プレミアム商品券再販売	9:00~17:00 [五戸町役場 1階ロビー]
21日	<b>「五戸菱刺し」を語る</b>	
	■日 時…6月21日(日) 午前10時30分~正午 ■会 場…ごのへ郷土館 2階 活動室5 ■講 師…五戸菱刺し研究会 代表 高橋博子 氏 ■申込期限…令和8年6月17日(水)までにごのへ郷土館に電話でお申込みください。 ※参加料無料、定員は30名です。 ☎ごのへ郷土館 ☎62-5965(月曜日休館)	
22月	ホッとセンターあ・そ・ぼ	10:00~12:00 [町立公民館 児童室]
23火	行政相談	13:00~15:00 [町立公民館 児童室]
	夜間納税相談 納付時間の延長	17:00~19:00 [役場税務課]
24水	●町内移動献血	9:30~11:30 [東北三吉工業] 13:00~16:00 [五戸町役場]
	●とことん教室 (石沢・中市・又重合同)	9:30~11:30 [保健福祉センター]
25木	●健診結果説明 ※事前要予約	10:00~11:00 13:30~14:30 14:30~15:30 [役場健康増進課]
	●トコトコ教室 (豊間内地区)	9:30~11:30 [豊間内地区コミュ ニティセンター]
26金	ここっと広場	10:00~12:00 [ひばり野スポーツ 交流センター]
27土		
28日	●歴史みらいパークでヨガ	7:00~ 8:00 [五戸町図書館 北側駐車場 階段上芝生広場]
	●五戸町民登山	※12ページをご覧ください [秋田駒ヶ岳]
29月	ホッとセンターあ・そ・ぼ	10:00~12:00 [町立公民館 児童室]
30火		

雇用・募集

## 令和9年 五戸町成人式 「二十歳を祝う会」実行委員募集

令和9年五戸町成人式「二十歳を祝う会」実行委員を募集します。みなさんの手でより良い五戸町成人式「二十歳を祝う会」を創ってみませんか？

※民法改正により、成人年齢が引き下げになりましたが、式典についてはこれまで通り二十歳を対象として行います。

### ■対象

令和9年1月に開催される、五戸町成人式「二十歳を祝う会」について、実行委員として企画や準備、当日の運営等に協力していただける方。

なお、成人式対象者以外の方も募集しています。成人式を経験した方、まだ経験していない方、どなたでもご応募できます。

※実行委員会は月に1回程度開催予定です。第1回目は7月頃を予定しています。

### ■成人式実施予定日…令和9年1月10日(日)

### ■成人式対象者

平成18年4月2日から平成19年4月1日生の方で、五戸町内の中学校を卒業された方又は五戸町在住もしくは、かつて居住していた方

### ■募集人数…20名程度(募集人数に達し次第、受付終了)

### ■応募方法

次の事項を記入し、「封書」又は「メール」により、下記お申込みまでご応募ください。メールの場合は、件名を「五戸町成人式実行委員応募」としてください。

▶現住所(郵便番号も記入)、氏名(ふりがなも記入)、性別、生年月日、連絡先(日中つながる電話番号及びメールアドレス)、卒業中学校名

### ■お申込み・お問合せ

五戸町教育委員会 教育課  
〒039-1518 五戸町字下モ沢向8-2  
[TEL] 62-7965 (直通) [FAX] 62-5252  
[Mail] shakaikyoiku@town.gonohe.aomori.jp

お知らせ

## 五戸総合病院からのお知らせ

眼科、耳鼻科、皮膚科が予約制になりました。  
※診療日は週1回になりましたので注意してください。  
※ご予約・お問合せは、平日の午後1時から午後4時までとなりますので、ご希望の方は下記までご連絡ください。

▶眼科診療日…毎週火曜日

▶耳鼻科診療日…毎週火曜日

▶皮膚科診療日…毎週金曜日

### ■午後外来のお知らせ

午後外来を実施していますので、ご利用ください。

▶内科…毎週月曜日、木曜日  
午後1時～3時(午前も通常どおり診察あり)  
※木曜日の午後の糖尿病外来は予約制  
受付時間:午後0時30分～2時

▶整形外科…毎週月曜日  
午後1時～3時(午前も通常どおり診察あり)  
※午後のリハビリはなし  
受付時間:午後0時30分～2時

▶脳神経外科…毎週月曜日、木曜日  
午後1時30分～3時(午前も通常どおり診察あり)  
完全予約制

☎五戸総合病院 ☎61-1200 (代表)

イベント

## 第58回五戸町民登山 参加者募集



開催日 6月28日(日) 会場 秋田駒ヶ岳

約4時間程度 中級者向き

～東北一の花の名山に宝物を探して～

五戸町役場出発[午前5時30分](バス移動)→アルバこまくさ駐車場到着(バス移動)  
→秋田駒ヶ岳八合目(登山開始)→阿弥陀池到着※トイレ休憩・昼食→男女岳  
(下山開始)→秋田駒ヶ岳八合目(バス移動)→アルバこまくさ駐車場(バス移動)  
→水沢温泉入浴※中止の場合あり→五戸町役場到着[午後7時30分予定]

### ■募集対象

五戸町に在住又は勤務されている、体力・健康に自信がある高校生以上の方

### ■募集定員

40名(最少催行人数は15名)

※定員を超えた場合は町内在住者を優先しますが、それでも定員を超える場合には抽選により決定します。

### ■参加料(当日集金します)

3,500円(アルバこまくさから八合目までのバス運賃1,500円が含まれます)

※入浴希望者は別途料金が発生します。

### ■申込みについて

以下の場所に申込用紙がありますので、6月18日(木)までに必要事項(氏名・生年月日・住所・電話番号等)を記入し、個人又はグループ(1グループ3名まで)でお申込みください。(各支所は午後3時まで)

場 所	受付時間	備 考
町立公民館、川内支所、浅田支所、倉石支所	午前9時～午後5時	平日のみ受付
五戸ドーム	午前9時～午後9時	水・日曜日は午後5時まで受付

### ■注意事項等

- ▶電話・FAXでの申込みはできません。
- ▶町外在住者は勤務先名の記入が必須となります。
- ▶1個人につき1件までの申込みになります。重複して申込みがあった場合はどちらも無効になります。
- ▶グループで申込み、抽選となった場合は1グループで1件の取扱いになります。(例えば、1グループ3人で申込んだ場合は当選も落選もそのグループ3人となります。)
- ▶参加者全員が保険加入となるため、本人以外の参加はできません。

▶健康ポイント事業の対象です。「健康ポイント(nicocako)カード」をお持ちの方は、参加当日にご持参ください。

☎公益財団法人五戸町スポーツ振興公社

☎62-2301 (担当:大西)

お知らせ

## 「おでかけタクシー事業」は終了いたしました

高齢者の外出促進を目的として社会実験しておりました「おでかけタクシー事業」は令和7年度をもって終了いたしました。(実施期間:令和3～7年度)

今後は、利用実績等のデータを活用し、公共交通の施策を検討していきます。

これまでのご利用ありがとうございました。

☎役場総合政策課 ☎62-7952 (直通)

お知らせ

## 令和8年度 青森県身体障がい者(肢体不自由)巡回診査及び更生相談

身体障害者手帳(肢体不自由)の交付を受けたい方や、再認定を受けたい方などの診査と更生相談を行います。

### ■対象者(次のいずれかに該当する方)

- ▶身体障害者手帳の交付を受けるための診査が必要な方
- ▶身体障害者手帳の再認定が必要な方
- ▶身体障害者手帳の障害程度及び等級の変更のため、診査が必要な方
- ▶補装具の処方が必要とする方  
(特例補装具、電動車椅子、座位保持装置、骨格構造義肢等複雑な処方を要する補装具の処方はいりません)
- ▶生活・医療・施設等の利用等の相談を希望する方

### ■持参するもの

- ▶身体障害者手帳(所持している方)
- ▶医療保険の資格が確認できるもの(健康保険証や資格確認書)
- ▶印鑑
- ▶マイナンバーがわかるもの

### ■新規申請の方は次の2点も持参してください

- ▶かかりつけ医の紹介状やレントゲン写真等の病名、治療の状況等を確認できる書類
- ▶顔写真(縦4cm×横3cm)を2枚

### ■日程及び会場等

- ▶開催日…令和8年7月8日(水)
- ▶時間…[受付]午前9時~10時 [診査]午前9時30分~正午
- ▶会場…八戸市総合保健センター(八戸市田向三丁目6-1)
- ▶実施科目…整形外科(肢体不自由)
- ▶費用…無料

### ■留意事項

- ▶当日ご来場される方は、事前に下記のお問合せ先までご連絡ください。
- ▶当日は可能な限りマスクの着用をお願いします。発熱や風邪症状がある場合はご来場をお控えください。
- ▶新規に申請される場合、当日の診察だけでは診断できない場合がございます。

☎役場福祉課 ☎62-2111 (内線135)

求人募集

バ・オール	
職 種	レジ係及び商品陳列・整理、事務、おにぎり・惣菜部門での製造、販売
募集人数	若干名
賃 金	時給1,050円~
就業場所	五戸町農産物直売等拠点施設「バ・オール」
就業時間	月曜日~日曜日(営業時間:午前9時~午後6時)
休 日	いずれかの中で勤務日、時間を要相談
そ の 他	各種保険完備 近隣の方々、多種年代の方々で継いでいきたいので応募をお待ちしております。新しい五戸町の観光、人が集う場所として一緒に作り上げましょう!
申込・問合せ	コムラ醸造(株) ☎0178-62-7333

五戸郵便局	
職 種	窓口スタッフ(郵便物や預貯金の受付等)
勤務時間	週5日勤務(応相談)、午前8時30分~午後5時15分 月5時間程度の時間外勤務有、1時間の休憩有
契約期間	長期(6か月) ※試用期間有(2か月) ※雇用契約更新有(適性を考慮し判断)
応募資格	高校卒業程度以上、簡単なパソコン操作ができる方 接客業・金融機関経験者歓迎!
賃 金	時給1,155円~(3局勤務で時給1割増) ※評価による年2回の昇給制度有
就業場所	五戸郵便局 ※近隣の郵便局勤務の場合有
休 日	原則として土・日・祝日
そ の 他	通勤費は当社規定により支給(1日上限2,600円) 賞与有(年2回)、社会保険完備、正社員登用制度有
申込・問合せ	五戸郵便局 ☎0178-62-3060 [受付時間] 平日午前9時~午後5時

お知らせ

## 労働保険のお知らせ

### ■令和8年度 労働保険(労災保険・雇用保険)の年度更新期間

今年度の更新期間は、**6月1日(月)から7月10日(金)**です。年度の更新の手続きは「電子申請」をぜひご利用ください。窓口と並ばず、インターネット上で簡単かつ便利に手続きができます。年度更新申告書は、5月末に発送予定です。

- ▶年度更新の時期は窓口が大変混み合います。自宅やオフィスから待ち時間不要で、いつでも手続可能な電子申請がオススメです!
- ▶保険料を電子納付により納付することが可能です。

電子申請と電子納付を利用した場合、全てインターネット上で手続きを完了させることができ便利です!

- ▶労働保険の電子申請に関する詳細は特設サイトへ!

※1 年度更新申告書書き方パンフレット

※2 労働保険電子申請特設サイト

☎厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署



※1



※2

お知らせ

## 介護おむつ等購入サポート

在宅で介護している家族の経済的負担を軽減するために、紙おむつ・尿とりパットなどの購入用の引換券を、年間75,000円(令和8年7月から令和9年6月までの1年間)を限度に発行します。

### ■対象者

- ▶町内に住所を有し居住している町民税非課税世帯(世帯分離の者含む)の方で、介護保険の要介護度が4又は5に該当する65歳以上の高齢者を現在自宅で介護し、介護用品を必要とするご家族。

### ■手続きに必要なもの

- ▶介護保険被保険者証
- ▶申請書類(介護用品給付申請書、所得状況等の調査に関する同意書)

※令和8年6月1日(月)から随時受付しますので、該当すると思われる方は、申請書類に必要な事項を記入の上お申込みください。(申請書類は役場介護支援課地域包括支援センター窓口及び町ホームページにあります)

☎役場介護支援課(地域包括支援センター)

☎62-7973(直通)

お知らせ

## 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。完全予約制ですので、ご希望の方は、**相談日前日までにお電話にてご予約ください**。ご予約の際に、相談内容や生活状況等をお聞きます。お時間に余裕を持ってご連絡ください。

相談内容や状況等によっては、ご予約時に他の専門機関や相談窓口をご紹介する場合がございます。また、予約状況によってはご希望に沿えない場合がございますので、あらかじめご了承ください。

■**内容**…心の病気に関する不安や悩みについての相談  
※診断や処方はしていません

■**対象**  
こころの病気に関する不安や悩みのある方で**精神科・心療内科に通院してない方又はその家族**

■**日程**

相談日	受付時間
令和8年 4月22日(水)	午後2時30分～3時30分
令和8年 6月16日(火)	午後1時30分～2時30分
令和8年 8月26日(水)	午後2時30分～3時30分
令和8年10月20日(火)	午後1時30分～2時30分
令和8年12月23日(水)	午後2時30分～3時30分
令和9年 2月16日(火)	午後1時30分～2時30分

■**ご予約・お問合せ**

青森県三戸保健所 健康増進課  
☎27-5111 (内線287・304・393)  
受付時間：平日(月～金) 午前8時30分～午後4時30分

税金

## 自動車税の納期内納付のお願い

自動車税は6月30日(火)までに、最寄りの金融機関、郵便局又はコンビニエンスストア等で納めましょう。

納税通知書で自動車税種別割を納付した場合は、領収スタンプの押印(領収日付が納期限までのもの)を受けると、納税証明書としてご利用いただけます。

また、納税通知書の表面にある「eL-QR」を読み取ることで、クレジットカードを利用して納付、又はスマートフォンアプリから納付することもできます。

なお、クレジットカード、スマートフォンアプリ又は口座振替を利用して納付した場合、納税証明書は送付されませんが、自動車税種別割の納付確認が電子化されているため、車検用の納税証明書の提示を省略することができます。



詳細はこちら

☎青森県三八県税事務所 納税管理課  
☎27-5111 (内線205～207、356)

お知らせ

## 浄化槽を正しく使いましょう

浄化槽は、微生物のはたらきで、台所や風呂、洗濯などの生活排水やトイレの排水を浄化する装置です。正しく維持管理をしないと、本来の機能が発揮できず、川や海などの水質を悪化させる原因となります。

■**浄化槽の維持管理について**

次の3点が法律で義務付けられています。

▶保守点検…浄化槽の修理、調整・点検(年に3～4回)

▶清掃  
浄化槽内部の汚泥の引き出しや装置の洗浄等(年1回以上)

▶法定検査  
浄化機能が十分に発揮されているか確認するための水質検査。(使用開始時に1回、その後年1回)  
法定検査は、一般社団法人青森県浄化槽検査センター(☎017-726-9500)が行います。

■**その他**

浄化槽の使用を開始したときや、使用を休止又は廃止(撤去)したとき、管理者が変更になったときなどには、役場都市計画課への報告・届出が必要となります。

なお、五戸町が設置する公共浄化槽の利用者は、五戸町が維持管理を行いますので、法定検査の申込及び検査料の支払いは不要です。

☎役場都市計画課 ☎62-7962 (直通)

お知らせ

## がん患者へウィッグ・胸部補正具の購入費用を助成します

■**対象**…がんと診断され治療を受けた又は現に治療を受けている町民で医療用補正具を必要とする人

■**対象となる医療用補正具**

▶医療用ウィッグ等

全頭用・部分用・毛髪付帽子・ケア帽子又は頭皮保護用ネット

▶乳房補正具  
補整下着又は補正パッドもしくは人工乳房(乳房再建術等によって体内に埋め込まれたものを除く)

■**助成額**…購入費用の2分の1(上限3万円)

■**申請期限**…購入の翌日から1年以内

■**申請に必要な書類**

▶交付申請兼請求書

▶がんの治療を受けていることが分かる書類(お薬手帳・診断書や治療方針計画書など)

▶領収書(購入日・購入者氏名・金額の内訳・領収書発行者名が記載されているもの)

▶ウィッグ等の助成の場合

脱毛の副作用があることが分かる書類

▶乳房補正具の助成の場合

乳房切除等の手術をしたことが分かる書類

※詳細は町ホームページをご確認ください。

☎役場健康増進課 ☎62-7958 (直通)

今月のあいさつ標語

あいさつで みんなにここに うれしいな

上市川小学校 1年 澤田 彩永さん(学年は受賞当時)

令和7年度「五戸町 さわやかほほえみ あいさつ運動」標語コンクール 小学校下学年の部 教育委員賞受賞作品



# 健康づくり伝言板



## 6月4日～10日は歯と口の健康週間

むし歯や歯周病は早めの予防とチェックで防ぐことができます。



	子ども	大人	高齢者
特徴	むし歯になりやすく、進行も早いです。	歯周病は気づかないうちに進行し、放置すると全身の健康にも影響します。	口の健康が生活の質を支えます。しっかり噛めることが毎日の健康な生活に重要です。
確認項目	<input type="checkbox"/> フッ素塗布で歯を強くしよう <input type="checkbox"/> 仕上げみがきをしよう <input type="checkbox"/> おやつは時間を決めよう	<input type="checkbox"/> 歯ぐきの出血や腫れに注意 <input type="checkbox"/> 口臭の原因にもなることも <input type="checkbox"/> 早期発見・早期治療が大切	<input type="checkbox"/> 噛む力の低下に注意 <input type="checkbox"/> 飲み込みづらさは早めに相談 <input type="checkbox"/> 入れ歯の調整は定期的に
事業	<b>【フッ素塗布無料券】</b> ▶対象…1歳半～3歳 ▶場所…町内歯科医院、幼児健診会場 ▶費用…無料 詳細は1歳6か月児健診で配付された個別通知をご覧ください。	<b>【歯周病検診受診票】</b> ▶対象…20, 30, 40, 50, 60, 70歳の方 ▶場所…町内歯科医院 ▶費用…無料 対象者には5月頃にお知らせが郵送されます。	<b>【後期高齢者歯科健康診査受診票】</b> ▶対象…後期高齢者医療制度の被保険者 ▶場所…町内歯科医院 ▶費用…無料 対象者には5月頃にお知らせが郵送されます。
まとめ	どの年代も毎日のケアが大切です。ぜひ、この機会にお口の健康を見直してみましょう！ <input type="checkbox"/> 1日2～3回、丁寧に歯磨き <input type="checkbox"/> 甘いものとりすぎに注意しましょう <input type="checkbox"/> デンタルフロス・歯間ブラシの利用もおすすめ <input type="checkbox"/> バランスの良い食事をよく噛んで食べましょう		

■お問合せ 役場健康増進課 ☎62-7958 (直通)

### 図書館新着 Books

- 6月の休館日…1日、8日、15日、22日、29日
- 開館時間…平日 10:00～19:00 土日祝 9:00～17:00
- お問合せ…五戸町図書館 ☎61-1040



図書館情報のご確認や図書検索、貸出予約等のご利用につきましてはHPをご覧ください。



### 富嶽を駆けよ

(有馬桓次郎／著 祥伝社)

江戸時代は天保期に女性として初めて富士山に登頂した、高山辰(たかやまたつ)の挑戦を描いた歴史時代小説です。古来より神が宿るとされる山々は、女人禁足の地となっていました。富士吉田への旅路、そして富士登頂、様々な困難に突き当たりながら、それでも前へ進みつづける辰の姿が胸を熱くさせる感動作品です。



### よーい ドテッ!

(大塚健太／作 西村敏雄／絵 パイ)

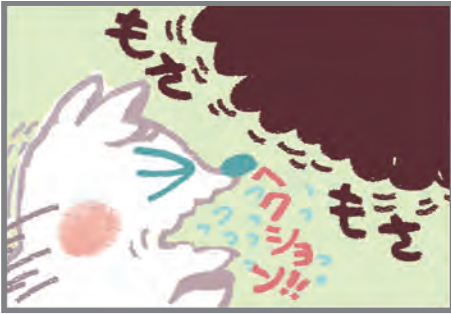
ウサギとカメがかけっこを始めました。ゴリラの合図でスタートです。「いちについて、よーい……どんぐり!」。ゴリラがふざけたたびに、ウサギとカメはドテッとズッコケて、なかなか走り出せません。ボケまくるゴリラに、読み聞かせて大ウケすることまちがいない!

■一般	■ヤングアダルト
世界の果ての本屋さん	( ルース・ショー )
戦場のベーカーリー	( フェリシティ・スペクター )
空き家で暮らす	( 石川理恵、加藤郷子 )
サワ☆博士の数楽たいそう	( 澤宏司 )
宇野千代料理帖	( 宇野千代 )
農家が教える草を生やす農業	( 農文協 )
百年映画館	( 藤井克郎 )
猫鳴く森で謎解きを	( 楠谷佑 )
露の宿り	( 高瀬乃一 )
サプライズ・エンディングス嘘	( ジェフリー・ディーヴァー )

■児童	
なんで古墳を造ったの?	( 河野一隆 )
それでも希望は失わない!「国境なき医師団」いのちの現場へ	( 中嶋優子 )
かむ犬、うなる犬	( 太田京子 )
1日1分頭をよくするすごい早口ことば100	( 宮口幸治 )
レクリエーションマジック	( 藤原邦恭 )
みんなが知りたい!ダムのみみつ	( 福手勤 )
世界のまいにちごはんいただきます! アフリカ・南北アメリカ・オセアニア・ヨーロッパ編	( 阪口克文 )
まーくんのはちみつ	( かくたかおり )
さいあくないちにち	( サトシン )
こいのぼりぐんぐーん	( おおいじゅんこ )

## 梅雨時期のおんこちゃん

©東京ハイジ/五戸町



※令和6年6月号掲載

## すうじでみる

・人口 ※( )内は前月比		前月出生数
総人口	14,795人 (- 33)	
男性	7,154人 (- 18)	3人
女性	7,641人 (- 15)	3人
・世帯数 ※( )内は前月比		
	6,925世帯 (+ 7)	

※令和8年5月1日現在

## 来月号の広報

記事掲載を希望の方は、6月4日(木)までに原稿等の資料を添えて、下記へご連絡ください。(6月26日発行)  
[連絡先] koho@town.gonohe.aomori.jp

## どのへ★スポーツナビゲーション

### ●ひばり野公園プールアルバイト募集

- ▶職 種…監視員
- ▶募集人数…6名程度
- ▶雇用期間…令和8年7月4日(土)～令和8年8月26日(水)
- ▶勤 務 日…勤務割表による(午前9時～午後4時)  
※雨天や低温により、プール以外での業務を行う場合あり
- ▶賃 金…時給1,127円  
付加賃金あり(五戸町職員通勤手当支給規則による)
- ▶募集締切…令和8年6月7日(日)
- ▶申込方法…五戸ドーム窓口及び電話で受付(土、日曜も可能)
- ▶そ の 他…採用者は、6月11日(木)の業務説明会と6月21日(日)の普通救命講習会に出席していただきます。



#### 6月の休館日

- ▶五戸ドーム…3日、10日、17日、24日
- ▶倉石スポーツセンター…17日

#### お問合せ

(公財)五戸町スポーツ振興公社  
五戸町スポーツクラブ  
[TEL] 62-2301 [FAX] 62-2365



## 手話普及活動に協力してくださっている 団体を紹介します

### ▶五戸町聴覚障害者の会

聴覚障がいのある方が所属し手話普及活動等に取り組んでいる団体です。  
活動内容：①手話の普及活動、聴覚障がい者への理解促進に関する活動  
②町内の幼稚園、認定こども園、小中学校での手話出前講座開催  
会員募集：聴覚障がいのある方で会での交流や活動に興味のある方  
連 絡 先：事務局 [FAX] 0178-32-0913

### ▶五戸町手話サークル「さくらの会」

健聴者の方が所属し手話の学習や普及活動を行っている団体です。  
活動内容：①毎月第1、第3火曜日に町立公民館で手話勉強会開催  
※曜日が変更となる場合がありますので、参加を希望する場合は下記事務局へ確認してください。  
②町内の幼稚園、認定こども園、小中学校での手話出前講座開催  
会員募集：手話に興味のある方  
連 絡 先：事務局(ゆーもあ美容室内) ☎0178-62-2427

町では、五戸町手話言語条例に基づき、「手話は言語である」との認識のもと、三戸地方聴覚障害者協会、五戸町聴覚障害者の会、五戸町手話サークル「さくらの会」の皆さまにご協力いただきながら、手話普及に取り組んでいきます。