

2026.2

vol.140

むつ

広報

つ



## 二十歳の集い

令和8年の二十歳の集いが、1月11日に下北文化会館で開催されました。対象者自らが企画・運営に携わる二十歳の集い実行委員会の活動は2年目となり、今年度は19歳3名が実行委員会へ参加したことで、昨年とはまた違った趣向の二十歳という会場は、久しく出会う友人同士で近況を報告し合ったり、対象者の晴れ姿を微笑ましく見守る家族の姿で溢れていきました。

会場は、久しく出会う友人同士で近況を報告し合ったり、対象者の晴れ姿を微笑ましく見守る家族の姿で溢れていきました。



①オープニングは並木保育園によるマーチング。息の合った演奏と可愛らしいダンスで会場が笑顔に包まれました。  
 ②北本翔輝さんが二十歳代表として決意を発表しました。  
 ③第二部のオープニングは祐川慧樹さん、華子・ヘンティさんによるスペシャルステージ。サックスとピアノの素敵な演奏に魅了されました。



## わたしからあなたへ

家族から二十歳へ、二十歳から同じ二十歳の仲間へ送るメッセージ。

令和8年は3名の心暖まるメッセージが披露され、会場は優しさと感動に包まれました。本号ではその一部を抜粋してご紹介します。



森 容子さん

2026.2

発熱のたびに心配で仕方がないかった幼少期。小中学校時代はあなたにとってうるさい母だったと思います。最近、あなたのサークルのダンス動画を見つけて、こっそりと見ていることを今日ここでカミングアウトします。ダンスをしているあなたは本当にかっこいいです。踊れる理学療法士が2年後誕生することを楽しみにしています。私の息子でいてくれてありがとう。



坂井 慎之介さん

2026.2

私は現在大学で「災害伝承と防災」というテーマで研究しています。東日本大震災から15年が経とうとしている今なお、至る所に災害の悲惨さを物語る痕跡は多くあり、一つの大きな災害によってありふれた日常は簡単に失われてしまうということを肌で感じました。大切な人を守るために何ができるか考え続けながら、これから的人生を過ごしていきましょう。



川口 学さん

2026.2

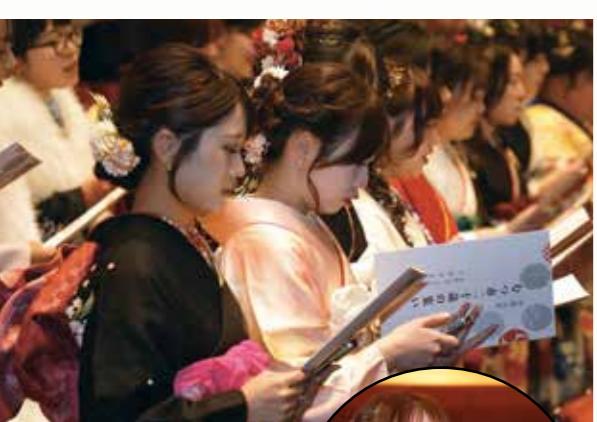
これから的人生楽しい事ばかりでないよ。つらいことや悲しい事、ムカつく事、ハーア?って思うことがたくさんある。そして、色々な壁にぶつかるよ。色々な事に挑戦してみな。やって失敗するのは問題ない、失敗してもそれを土台にして次に生かせば大丈夫。芽依の人生が笑顔と幸せで、あふれることを願っています。



祝!!二十歳



二十歳の集い実行委員会の展示企画「あなたに伝えるありがとう」では、二十歳の対象者が日頃伝えられない感謝の言葉をふせんに書き、壁に貼り出していました。



米原 陽菜さん



黒木 飛輝さん



二十歳の集い実行委員会 委員長  
深沢口 慎羽さん

## このまちで祝う二十歳を、未来へつなぐ～二十歳の集い実行委員会～

### 一生に一度しか できない経験を

家族を経由して二十歳の集い実行委員会に誘われたことが参加のきっかけで、話を聞いてすぐ「やつてみたいな」という気持ちが湧いてきました。

二十歳の集い実行委員会の活動自体まだ2年目で、どのように進めて良いか模索しながらという部分もあり、みんな仕事や学業の合間に縫つて参加していたので、意見を一つにまとめるのが困難なところもありました。それでも一生に一度の晴れの日が良き思い出となるよう準備を重ねてきたので、無事に開催できて安心したという気持ちでいっぱいです。

19歳という立場から、二十歳の方々にとつて思い出に残る式典となるよう、どんな企画が良いか、楽しめる企画は何かと考え準備していました。

式典当日、二十歳の先輩方の晴れ姿や笑顔、感動で涙が溢れる様子を間近で見ることができ、貴重な経験と共に、私たち実行委員も大きな喜びを感じました。

今年参加した私たち19歳の実行委員3名は、来年も運営に携わりたいと考えています。この経験を生かし、二十年の人生を振り返つてこれからも頑張ろうと思えるような、笑顔溢れる二十歳の節目にふさわしい式典にしたいと思っています。

### 想いを受け継ぐ 二十歳の節目



三井 啓月さん



吉田 風紗さん



大石 美咲さん

## 申告相談受付日程

申告相談受付日程	【むつ地区】	【川内地区】	【大畠地区】	【脇野沢地区】
	【会場】本庁舎大会議室B 【時間】9:00～12:30 13:00～15:30 ※土日は9:00～12:30 13:00～15:00	【会場】川内庁舎1階談話室 【時間】9:00～12:30 13:00～15:30	【会場】大畠庁舎1階 多世代交流スペース 【時間】9:00～12:30 13:00～15:30	【会場】脇野沢地域交流センター 会議室 【時間】9:00～12:30 13:00～15:30
月 日	地 区 名	地 区 名	地 区 名	地 区 名
2/ 6(金)	上川町、文京町			
9(月)	大字閑根			
10(火)	金曲1丁目、荒川町			
12(木)	柳町1～4丁目	熊ヶ平、板子塚	東町、伊勢堂	鹿間平、小サ沢
13(金)	下北町、緑町、港町	榎木、砂浜	湯坂下、葉研、閑根橋	小沢、稻平、赤坂
14(土)	地区指定なし			
16(月)	緑ヶ丘、大字奥内		正津川平、正津川戦敷	滝山、七引
17(火)	松原町、桜木町		正津川、高待	源藤城
18(水)	赤川町、大字田名部（内田、上道、女館、品ノ木、下川、高田、上川）	旧字川内地区	湊村	瀬野川目、黒岩
19(木)	田名部町、大字田名部（18日以外の地区）	休所	新町、小目名、高橋川	新井田、寄浪
20(金)	新町	中道、中畠	本町、大畠村	蛸田、九艘泊
21(土)	地区指定なし			
24(火)	金曲3丁目、美里町、川守町	田野沢、石倉沢、高野川	本町	桂沢地区
25(水)	昭和町、南町、大字大湊地区	裏川	庚申堂、筒万坂、本門寺前	
26(木)	大曲、松山町	桧川、葛沢（家ノ上）	二枚橋、大畠道	本村地区
27(金)	大湊新町、苦生町1・2丁目	蛎崎、戸沢	釣屋浜、孫次郎間、涌館	
28(土)	地区指定なし			
3/ 2(月)	横迎町、大湊上町	宿野部	赤川村、木野部、佐助川	渡向地区
3(火)	中央1・2丁目、松森町	畠（家ノ辺）、湯野川	中島	
4(水)	宇田町、山田町	銀杏木、安部城、上小倉平、下小倉平	水木沢、戦敷	地区指定なし
5(木)	海老川町、十二林、大字中野沢	地区指定なし	上野	
6(金)	金谷1・2丁目、栗山町			
7(土)	地区指定なし			
9(月)	小川町1・2丁目、本町、南赤川町、大湊町、真砂町	地区指定なし	兎沢、堂近	地区指定なし
10(火)	大湊浜町、旭町		南町、松ノ木	
11(水)	大平町、金曲2丁目		地区指定なし	
12(木)	仲町、大字城ヶ沢地区			
13(金)	若松町、並川町			
14(土)	地区指定なし			
15(日)	地区指定なし			

※太字の日程は本庁舎のみの受付となります。



**確定申告は3/16(月)まで  
市での受付は3/15(日)まで**

申告が必要な方は、持参するものを用意し、なるべく左の表に定められた日時にお越しください。



### 申告が必要な方

昨年1月～12月に収入がある方で、

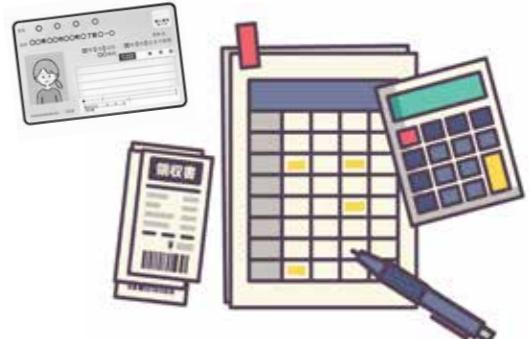
- ・給与収入のみで勤務先で年末調整が済んでいない方
- ・給与・公的年金以外の収入があった方
- ・公的年金収入があり、かつ給与など公的年金以外の所得が20万円を超える方

昨年1月～12月に収入がない方で、次の要件に該当する方は、本庁舎もしくは各分庁舎への電話連絡での申告でかまいません。

- ・どなたの扶養も受けていない方
- ・市外在住者に扶養されている方
- ・障害年金・遺族年金のみの方

### 持参するもの

- ・マイナンバーカード  
(または通知カードと免許証等)
- ・給与・年金等の源泉徴収票
- ・控除を適用する場合は、各種証明書  
(生命保険・地震保険・社会保険料など)
- ・医療費控除の申告には「医療費控除明細書」の提出が必須になりました。



**支払った医療費の総額を計算し、総額のうち保険などで補填される金額を差し引き、定められた用紙に記入してください。**

**※今回初めて住宅ローン控除を受ける方、株や土地等の売買による収入があった方は、税務署で確定申告を行なってください。**

**※防犯等の都合上、8時以降にご来庁いただきますよう、ご協力のほどよろしくお願いします。**

**※体調がすぐれない方、発熱等の症状がある方は、指定された相談日以外で申告することもできますので、ご来場をお控えください。  
混雑具合によっては会場でお待ちいただけない場合があります。**

## まるごとキタモリ Week2026



北の防人大湊エリアで冬ならではの遊びを楽しめませんか。

参加団体の活動展示、体験日には雪上カルタ、グラウンド・ゴル夫体験、カンジキウォーキング、廻揚げ、ボッチャ、キタモリすごろく、小物手作り体験等や安渡館で食べ物のテイクアウト販売もあります。

▶いつ

＜展示＞ 2/8(日)～2/15(日)  
※最終日は 15:00 まで

＜体験＞ 2/15(日) 10:00～15:00

▶どこで 安渡館、みどりのさきもり館、水源池公園

問 事務局 伊藤 ☎ 090-2796-3968

## 防災士と一緒に生活防災 「家具の固定」

先日大きな地震がありました。もっと大きな地震がくる可能性もあります。あなたの家は、対策はできていますか。家具の固定方法や室内の各種対策を学びます。実際に、自宅の家具を固定したい方(大畠町在住の方)は、事前にご連絡ください。

▶いつ 2/13(金) 15:00～17:00

▶どこで 円祥山大安寺

(大畠町本町 80)

▶定員 15名

▶申込方法 電話または HP

問 NPO 法人青森県防災士会

むつ支部 峰 ☎ 090-4816-6251

## i 第19回 海洋環境モニター報告会

津軽海峡での海洋環境観測の実施状況や、その成果や取り組みなどをわかりやすく紹介します。

▶いつ 2/25(水) 15:00～17:00

▶どこで

むつ来さまい館ホール、  
オンライン(Zoom)



▶申込方法 電話、メール、  
フォームから申込み

問 JAMSTEC むつ研究所管理・研究支援課  
☎ 45-1050

e-mail : mio\_shien01@jamstec.go.jp

## 第41回下北地区 子ども会郷土芸能発表会



各地区に伝わる郷土芸能を発表します。たくさんのみなさんのご来場をお待ちしております。

◀出演団体▶

むつ市	大畠地区東町太陽子ども会
佐井村	佐井村古佐井地区連合子ども会
大間町	大間町津軽海峡海鳴り太鼓保存普及会
東通村	東通村大利子ども会
風間浦村	風間浦村下風呂地区郷土芸能保存会

▶いつ

2/8(日) 13:00～16:00 (終演予定)

▶どこで 下北文化会館 大ホール

「ふゆごもり」同時開催

フード＆クラフトイベント「ふゆごもり」を同時開催します。大間のマグロなど販売の他、金魚ねぶたやこざん刺しのワークショップもあります。青森県内の食・クラフト・伝統を楽しめる1日です。

▶いつ 2/8(日) 11:00～16:00

▶どこで

下北文化会館 展示ホール ほか  
問 下北文化会館 ☎ 22-8411

## 青森県立美術館おでかけ ワークショップ in 下北



青森県立美術館が、下北文化会館へ100kmのおでかけ。棟方志功をはじめとする郷土ゆかりの作家にちなんだみんなで楽しむワークショップを開催します。多数のご来場をお待ちしております。

▶いつ 2/8(日) 11:00～16:00

▶どこで

下北文化会館マルチルーム5・6

▶対象 どなたでも

(小学生以下は保護者同伴)

問 青森県立美術館 教育普及担当

☎ 017-782-1919

☎ 42-2411

## イベント情報 講座情報etc 盛りだくさん! 暮らしの情報

### 非課税世帯へ灯油購入費助成金を支給します

詳しくは、市HPをご確認ください。



▶対象

令和7年12月1日時点で、むつ市に住民登録があり令和7年度市町村民税均等割が非課税となっている世帯

◀「支給のお知らせ」が届いた世帯▶

原則、手続きは必要ありません。

対象世帯へ1月下旬から順次「支給のお知らせ」を送付します。「支給のお知らせ」に記載されている口座へ振り込みます。

◀申請が必要な世帯▶

対象になると思われる世帯へ1月下旬から順次「確認書」及び「申請書」を送付します。内容をご確認の上、令和8年3月10日(火)までに確認書と申請書を提出してください。

▶支給額 1世帯当たり5,000円

問 灯油購入費助成金コールセンター

☎ 0120-785-034

※受付 1/26(月)～3/31(火)  
8:30～20:00(土日祝も開設)

## スノーメライトフェス 2026 in 川内



川内町の冬を盛り上げるイベントを開催します。雪の巨大滑り台やイグルー作り体験など雪を楽しめる体験を予定しています。また夜には雪の灯籠と冬の花火がかわうち・まりん・びーちを彩ります。※積雪量によりイベントの内容が変更になる場合があります。

▶いつ 1/31(土) 10:00～19:00  
(雪灯籠点灯 16:00～、花火打ち上げ 18:30～)

▶どこで むつ市海と森ふれあい体験館

▶料金 一部アトラクション、体験は参加費がかかります。

問 NPO 法人シェルフォレスト川内

☎ 42-2411

## むつ市からのお知らせ

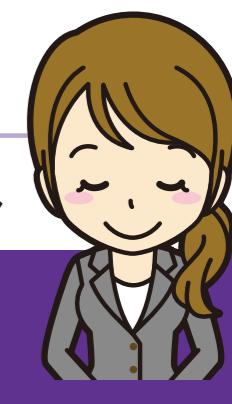
市税を 納付書 または 口座振替 で納付いただいている方へ

令和8年度から

市税の納付回数が

4回 に変わります。

CHECK!!



対象：市県民税・森林環境税 及び 固定資産税・都市計画税

国はデジタル化推進のために全国標準システムの導入を法律で定めました。これを受けむつ市においても全国標準となる税務システムを導入します。

そのため、令和8年度からの市県民税・森林環境税及び固定資産税・都市計画税の年間の納付回数が、これまでの8回から全国標準である4回になります。

## 納付回数・納付月が変わります

現 行 (令和7年度まで)

(例) 市県民税・固定資産税の年税額はR7.11月時点の平均値

税 目	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	合 計
市県民税 森林環境税		14,900	14,200	14,200	14,200	14,200	14,200	14,200	14,200	114,300
固定資産税 都市計画税		13,100	13,000	13,000	13,000	13,000	13,000	13,000	13,000	104,100
合計額		28,000	27,200	27,200	27,200	27,200	27,200	27,200	27,200	218,400

変わります

変更後 (令和8年度から)

(例) 市県民税・固定資産税の年税額はR7.11月時点の平均値

税 目	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	合 計
市県民税 森林環境税		28,800		28,500		28,500		28,500		114,300
固定資産税 都市計画税	26,100		26,000		26,000		26,000			104,100
合計額	26,100	28,800	26,000	28,500	26,000	28,500	26,000	28,500		218,400

\*年税額を納期(4期)で分割し、100円未満の端数が生じた場合には、第1期で調整します。



POINT!!

- 納付回数の変更により、年税額が変わるものではありません。
- 「固定資産税・都市計画税」の第1納期限が1ヶ月早くなります。
- 「固定資産税・都市計画税」の納期は奇数月(5、7、9、11月)
- 「市県民税・森林環境税」の納期は偶数月(6、8、10、12月)
- 「国民健康保険税」、「介護保険料」については、納付回数の変更はありません。
- 給与、年金からの天引き(特別徴収)により納付いただいている方は、変更はありません。
- 口座振替を利用されている方は、残高不足にならないようにご注意ください。
- 納税通知書と納付書の様式が変わります。(詳しくは市ホームページなどでお知らせします。)

## 県税口座振替制度の お知らせ



県税の納税は、便利で、安全・確実な口座振替をご利用ください。

〈口座振替を利用できる県税〉

自動車税種別割・個人事業税(定期賦課分)

### ▶申込方法

本人名義の通帳と預金届出印を持参のうえ、最寄りの取扱金融機関または県税事務所に申込み  
※法人県民税・事業税、軽油引取税の新規受付は終了しています(令和8年8月振替分をもって取扱いを廃止します)。

問 青森県下北県税事務所 納税管理課  
☎ 22-8581(内線203)

## 募集 県営住宅入居者募集

令和8年4月1日(水)からの入居者を募集します。募集住戸が変更になる場合もありますので、各団地の住戸情報、詳細はお電話でお問い合わせください。

- ・中央団地2戸
- ・山田団地1戸
- ・金谷団地1戸

### ▶申込期間

2/2(月)～2/10(火)(土日を除く)

問 トーリン・トラストイン共同管理者

☎ 22-6333

## i 自転車にも交通反則通告制度 (「青切符」制度)が適用されます

令和8年4月1日から、自転車にも自動車と同じく、交通違反に対し、交通反則通告制度(「青切符」制度)が適用されます。16歳以上の全ての人が対象です。交通ルールを守り、安全運転を心がけましょう。

問 むつ警察署交通課  
☎ 22-1321

## 東莞と春節

## 国際交流員のよもやま話

### 今月のよもやま話は.../



#### 李詩敏(リシミン)

令和6年8月から国際交流員をしています。  
中国広東省出身で旅行と撮影が好きです。

### LGBTQIA+勉強会

お互いを分かり合い、生きやすい世界にしましょう! 気軽に参加してください。

▶いつ 2/10(火) 16:00～19:00  
▶どこで 下北文化会館マルチルーム1

### なんでも英会話

「なんでも」話せるスペースで会話から英語を身につけましょう!

▶いつ ①2/1(日) 13:00～17:00  
②2/9(月) 16:00～19:00  
▶どこで 下北文化会館フィッシュボールルーム

新年快乐! 今年も国際交流員と一緒に春節の雰囲気を味わってみよう!  
①聞いて答えて 福: 決勝クイズ大会!  
勝者にパンダキーホールダーを!

②作って食べて 滿: みんなで東莞料理「咸丸」を作ろう!

▶いつ ①2/21(土) 14:00～16:00  
②2/22(日) 10:30～13:00

▶どこで ①下北文化会館 和室1・2  
②中央公民館 調理実習室  
▶定員 ①20人 ②9組(1組2～3人)  
▶参加費 ①無料 ②700円  
▶申込締切 2/18(水) 16:00

## 募集 日本語教室でサポートしてくれる人を募集します

市内に住む外国人向けの日本語教室で、外国人と交流しながら学習をサポートしてくれる人を募集します。相手の話を聞いて、会話を引き出す役割です。

また、周りに日本語を学びたい外国の方がいたらこの教室のことを伝えてください。

日本語教室の実施状況はHPからご確認ください。



### ▶いつ

2/11(水・祝) 13:00～15:00

▶どこで 下北文化会館2階集会室

### ▶定員

5名(先着順)



### ▶申込方法

専用フォームから申込み

問 公益社団法人  
青森県観光国際交流機構  
☎ 017-735-2221

## むつ市下北自然の家 伝統体験そば打ち



そば打ち体験をとおして、故郷の伝統文化の良さを再確認しませんか。

2/21(土)は1人で1玉(約4人分)、  
2/22(日)・2/23(月・祝)はグループで1玉(約4人分)作ります。

詳しくは、むつ市下北自然の家HP「お知らせ一覧」をご覧ください。

### ▶いつ

①2/21(土) 9:45～13:00

②2/22(日)・2/23(月・祝)  
9:45～13:00

▶どこで むつ市下北自然の家

▶持ち物 上履き、そばを入れる容器、エプロン、三角巾等

### ▶料金

①2,460円(保険、教材、昼食・コーヒー付、材料1,100円)

②小学生以上1,210円(保険、教材、昼食)、  
幼児590円(保険、昼食)、3歳未満110円(保険、食事提供なし)  
※ほか1グループ1,100円(材料)

### ▶対象

①18歳以上  
②家族やグループ(1人での参加は原則不可)、お子さまだけの参加は小学4年生以上

### ▶定員

①先着16人  
②各日先着8グループ  
(1グループ2～4人程度)

### ▶申込方法

電話、FAX、お問い合わせフォームから申込み

### ▶申込期間

2/2(月)～2/13(金)平日9:00～17:00

※いずれの申込方法でも受付時間は同じ

問 むつ市下北自然の家  
☎ 34-6151

## 海上自衛隊大湊海曹会バレンタインふれあいパーティー

海上自衛隊の独身男性隊員とおしゃべりをしながら楽しい時間を過ごしませんか。

### ▶いつ

2/14(土) 17:00～19:00

▶どこで プラザホテルむつ

▶参加費 3,000円(飲食費)

### ▶参加資格

20歳から50歳までの独身女性

### ▶定員 約20名

### ▶申込方法

海上自衛隊大湊地区隊HP、市民連携課、プラザホテルむつ(ロビー)で配布している申込用紙に記入し、郵送またはメール、ショートメールで申込み。  
※自己紹介に使用するプロフィール表を作成するため、名前・年齢・職業・連絡先等が必要になります。個人情報については、本パーティーの準備および実施のみに使用します。

### ▶申込締切

2/9(月)必着

問 〒035-0093  
むつ市大湊町4番1号  
海上自衛隊大湊地区総監部  
大湊海曹会事務局

## あさひな丘球場雪だるま ライトアップフェスタ

ライトアップした雪だるまと一緒に写真を撮ろう。今年もあげパン販売します。楽しいイベントも準備しています。

### ▶いつ

2/11(水・祝) 15:00～19:00

▶どこで 大畠中央公園 あさひな丘球場

問 大畠中央公園総合案内 ☎ 34-6810

## むつ科学技術館だより

### シアター上映

トムとジェリーアニメコレクション  
「ごちそうは誰に? (他3話)」

Access「アリから学ぶ / 情報の伝え方」

### つくってたいけん工作教室

「アニマルライトをつくろう!」

### ▶どこで むつ科学技術館

※開催日時等の詳細は当館HPをご確認ください。

問 むつ科学技術館  
☎ 25-2091

## 募集 大湊大沢遺跡の 発掘作業員募集

遺跡の発掘調査を行なう作業員を募集します。なお、予算成立を前提とした募集となるため、成立状況により募集中止や採用の取りやめ、勤務条件の変更等を行なう場合があります。詳細は当センターHP、またはハローワークでご確認ください。



### <活動期間>

5/13(水)～10/29(木) (予定)

### ▶どこで 大湊大沢遺跡 (むつ市大字大湊字大沢地内)

▶応募資格 心身共に健康で、一定の体力のある方(未経験でも大丈夫です)

▶定員 20人程度

▶応募締切 2/13(金)  
※応募者多数の場合は事前に締め切る場合があります。

問 青森県埋蔵文化財調査センター  
☎ 017-788-5701

## インスタグラムで つながろう!

#joinmutsu

むつ市をフォロー!  
ハッシュタグをつけて  
むつ市の魅力を  
投稿しよう!!



むつ市ホームページにバナー広告を掲載しませんか?  
バナー広告募集  
全ページに広告を実装  
詳しく述べこちらから→  
むつ市 バナー広告

## 冬の運動不足は、ペタンクで解消



冬期間の運動不足は、誰もが手軽に楽しめる「ペタンク」で解消しましょう。

身体への負荷も少なく、ルールもシンプルで、高齢者にはおすすめのニュースポーツです。

▶いつ 2/24(火) 10:00 ~ 11:30

▶どこで 大畠ふれあいかん

▶講師 むつ市下北自然の家職員

▶定員 30名

▶申込方法 電話

▶申込締切 2/17(火)

問 シニアサポートむつ 鳴海

☎ 080-3323-7403

## 就学援助費支給事業

経済的な理由で小・中学校への就学が困難な児童・生徒の学用品費、新入学学用品費、宿泊を伴う校外活動費、修学旅行費を支給する事業を実施しています。申込については各小中学校からの案内をご確認ください。

問 教育委員会総務課学務 G 内線 3116

## むつ市子育てメイト会 ふれあい広場

子育て中の悩みを少しでも軽くし、交流できる場を提供する活動をしています。

いつ	内容
2/9(月) 10:00 ~ 10:45	ミニ運動会
2/16(月) 10:00 ~ 10:45	アンパンマン体操 ムチュラン体操

▶どこで キッズパーク

▶対象 0歳~小学校3年生とその家族

問 小川 ☎ 090-9630-6204

email: honbu@npo-hiroba.org

子育て世帯の方  
健常に興味のある方  
耳より情報多數!

## 子育て・健康

### 第3回わくわくホリデー ウォーキング

屋内で冬の雪や氷を気にせずウォーキングしてみませんか。

お楽しみミッション、プレゼント抽選、市内人気店のコーヒー等提供、健康測定(ペジチェック等)、歯のコーナー(ブラッシング、歯に良い料理の試食 11:00 ~)、ミニゲーム、こども用くじなども一緒に楽しめます。

※諸般の事情により開催を中止する場合があります。最新情報は市HPをご確認ください。

▶いつ 2/14(土) 10:30 ~ 12:30  
(最終受付 12:10)

▶どこで むつマエダアリーナ

▶持ち物 室内用の運動靴

問 健康づくり推進課 健康増進担当  
内線 2574

## i 暮らしとこころの 無料法律相談会



多重債務、労働問題、離婚、DV、いじめ等、生活や心の悩みに関する法律相談をお受けします。

▶いつ 3/2(月) ~ 3/6(金)

▶どこで 最寄の地域の法律事務所

▶予約方法 電話

※暮らしとこころの相談希望とお話しください。

▶受付期間 2/24(火) ~ 2/27(金)

平日 9:00 ~ 17:00

▶相談方法

予約受付後、地域の担当弁護士からご連絡を差し上げ、日程調整のうえ、担当弁護士の法律事務所にて相談を行ないます。

問 青森県弁護士会事務局

☎ 017-777-7285

## 放送大学 4月生募集

放送大学では、2026年度第1学期(4月入学)の学生を募集しています。

放送大学は、テレビ等の放送やインターネットを利用して授業を行なう通信制の大学です。詳しい資料を無料で差し上げていますので、お気軽にお問い合わせください。

詳細は放送大学HPをご覧ください。



▶出願期間 3/11(水)

問 放送大学青森学習センター

☎ 0177-38-0500

八戸サテライトスペース

☎ 0178-70-1663

## 令和8年度むつ高等技術専門校 建築設備科入校生募集

建物の給排水・ガス・エアコンの施工方法、電気配線および各種溶接に関する知識・技能を習得する公共職業訓練です。

▶いつ

令和8年4月6日(月) ~  
令和9年3月12日(金) (予定)

▶どこで

青森県立むつ高等技術専門校

▶料金

授業料無料

※ただしテキスト代等 80,000円程度、  
資格受験料 40,000円程度

▶応募資格

職業に必要な知識および技能を習得しようとする方で、公共職業安定所に求職申込みをしており、公共職業安定所の受講指示、受講推薦、支援指示を受けられる見込みの方

▶定員

20名

▶出願方法

入校願書に必要事項を記入し、最寄りの公共職業安定所に提出

▶出願締切 2/6(金)

問 青森県立むつ高等技術専門校 訓練課

☎ 03-5404-5337

☎ 24-1234

## 税 むつ税務署からの お知らせ



### 令和7年分の確定申告等期限と納期限

申告所得税・復興特別所得税・贈与税 3/16(月)

個人事業者の消費税・地方消費税 3/31(火)

### 振替納税利用者の口座振替日

振替納税は、金融機関の預貯金口座から自動的に納税ができる大変便利な制度ですので、是非ご利用ください。

既に振替納付ができるよう、事前に預貯金残高をご確認ください。

申告所得税・復興特別所得税 4/23(木)

個人事業者の消費税・地方消費税 4/30(木)

### 申告書作成会場を開設します

スマホ(またはパソコン)とマイナンバーカードを利用して、自宅からe-Taxで24時間申告することができますので、是非ご利用ください。

▶いつ 2/16(月) ~ 3/16(月)  
9:00 ~ 17:00 (土日祝を除く)

▶どこで 下北合同庁舎3階  
(むつ市金谷2丁目6-15)

▶持ち物 スマホ、マイナンバーカード、マイナンバーカードに設定した利用者証明用電子証明書のパスワード(数字4桁)、署名用電子証明書のパスワード(英数字6~16文字)

※マイナンバーカードの電子証明書が無効化されていないかを来場前に必ずご確認ください。

▶予約方法 LINEアプリで国税庁LINE公式アカウントのお友だちを追加し、予約。当日の相談受付は、相談枠に限りがありますので、事前予約を是非ご利用ください。

問 むつ税務署 調査部門(個人担当)  
☎ 22-3294 (内線 209)

## 物価高対応子育て応援手当 を支給します

### 対象者 ①、②、③のいずれかに該当する方

① 令和7年9月分の児童手当受給者

② 令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童の父母等

③ ①の配偶者で令和7年10月1日から令和8年3月31日までに離婚または離婚調停により新たに児童手当の受給者となった方

支給額 児童1人につき2万円

### 支給方法

対象者①のうち、令和7年9月分の児童手当をむつ市から受給した方には、1/22(木)に支給しました。

勤務先から児童手当を受給した公務員の方や対象者②、③に該当する方は、申請方法を市HPでご確認ください。

問 こども家庭課 内線 2514

## YAHOO!防災速報

災害から命を守るヤフーの防災アプリで  
災害時むつ市から情報が届く

ひとりひとりに合った情報をお届け  
**Yahoo!防災速報**



## YOUTUBE むつ市長の62ちゃんねる

Please like and subscribe!



市からの  
お知らせ令和8年度青森県交通  
災害共済予約加入受付

1日1円で加入でき、日本全国で起きた交通事故について、事故の程度に応じた見舞金をお支払いする救済制度です。ぜひ、ご家族そろってご加入ください。

▶いつ 2/2(月)から受付開始

▶加入料金 一般加入1人 350円

学童団体1人 300円

※町内会・学童団体の他、個人加入についても随時受付ます。

問 環境政策課 内線2452

明るい選挙啓発ポスター  
作品展を開催します

県内の小中高校生を対象に募集した、令和7年度青森県明るい選挙啓発ポスタークールにおいて、見事入賞を果たした作品を展示します。市内の児童の作品も多数入賞していますので、ぜひご覧ください。

▶いつ 2/3(火)～2/8(日)

9:00～17:00

▶どこで 中央公民館展示ホール

問 むつ市選挙管理委員会事務局 内線3312

令和8年度中央公民館  
社会教育指導員募集

▶募集人数 若干名

▶勤務場所 中央公民館

▶申込方法 指定の履歴書を中央公民館へ提出。後日、面接選考を行ないます。

※募集要項は1/26(月)から中央公民館で配布(市HPからもダウンロード可)。

▶申込期間 1/26(月)～2/24(火)

問 中央公民館 ☎ 24-1224

むつ市農業委員・農地  
利用最適化推進委員募集

農業委員と農地利用最適化推進委員の両方に推薦・応募できますが、兼務はできません。

▶募集人数

<農業委員(19名)>  
月額報酬35,000円(会長職は月額57,000円)、その他費用弁償

<農地利用最適化推進委員(10名)>  
月額報酬25,000円、その他費用弁償

▶任期 7/15(水)から3年間

▶申込方法 指定の様式を提出  
※様式・募集要項は、窓口および分庁舎に設置(募集要項は、市HPにも掲載)。

▶申込期間 1/30(金)～2/27(金)

問 農業委員会事務局 内線3511

i 中学生海外派遣事業  
報告会

市内中学生の代表10名が台湾・高雄市を訪れ、陽明国民中学との交流を深めました。姉妹校締結の様子などを含め、報告会で派遣生徒が体験してきたことや感じたことなどを発表します。

▶いつ 2/4(水) 17:00～18:15

▶どこで 市役所大会議室A

問 教育委員会学校教育課 内線3137

高齢者向け  
無料スマホセミナー

スマホを購入したけれど操作方法がわからないという方にぴったりのセミナーです。

募集	いつ	内容
①	2/24(火) 13:00～15:00	スマホの基本と LINE
②	2/25(水) 10:00～12:00	
③	2/25(水) 13:00～15:00	LINEと オンライン診療

▶どこで むつ市立図書館  
▶定員 10名(参加者が5名未満の場合は中止することがあります)  
▶申込期間 開催10日前まで

問 情報・DX戦略課 内線2141

## 募集 市営住宅入居者募集

むつ住宅・団地名	戸数	概算家賃
緑町団地(むつ地区) ※単身・2人以上世帯向け各1戸	2戸	13,000円～33,500円
田名部まちなか住宅(むつ地区) ※単身向け	2戸	10,600円～20,800円
川内楢木団地(川内地区) ※2人以上世帯向け	2戸	15,500円～31,000円
第二初見団地(川内地区) ※2人以上世帯向け	1戸	17,100円～33,500円

▶いつ 2/2(月)～2/10(火)

※土日祝を除く

問 住宅政策課市営住宅担当 内線2764

i 防災行政無線の放送が  
一時停止します

デジタル防災センターへの機器移設作業に伴い、防災行政無線による情報発信が一時停止します。これにより、正午、午後5時のチャイムも停止します。停止期間中、災害が発生する恐れがある場合など緊急時には、緊急速報メールや市公式SNS、状況に応じて巡回する広報車などで災害情報をお知らせします。

市民のみなさまには大変ご不便をおかけしますが、防災行政無線以外の情報入手手段の確保にご協力をお願いします。

▶停止期間 2/7(土)～2/20(金)

※停止期間は前後する場合があります。

問 防災安全課 内線2131、2132

募集 令和8年度  
むつ市奨学生募集

▶募集対象 市内に住所を有する方で、令和8年4月に入学予定または在学中で正規の修学期間が2年以上ある方。

▶募集人員・貸与額

- ・高等学校5名程度(月15,000円)
- ・高等専門学校、短大、大学、大学院30名程度(30,000円)
- ・専修学校、専門学校、各種学校5名程度(月30,000万円)

▶申込方法

教育委員会総務課(本庁舎)、川内公民館、大畠公民館、脇野沢公民館で申込み(2/9(月)から申込窓口と市HPで申込書類を配付します)

▶申込期間 3/2(月)～4/9(木)

問 教育委員会総務課 学務G 内線3116

## i 20歳になったら国民年金

20歳になった方には、日本年金機構から、国民年金に加入したことをお知らせする書類(基礎年金番号通知書や納付書等)が郵送されます。

※厚生年金、共済年金に加入している方を除く

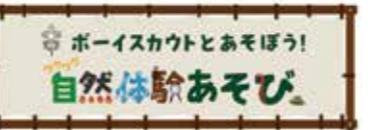
▶保険料 17,510円/月(令和7年度)

経済的に納付が困難な場合は、「学生納付特例制度」、「免除(全額免除・一部免除)制度」、「納付猶予制度」がありますので、ご相談ください。

問 国保年金課国民年金担当 内線2443

ボーカスカウトと遊ぼう  
自然体験あそび

ボーカスカウトと一緒に、雪の中で火おこしやチューブスパリ、宝さがしをして「○○○」をゲットしよう。



▶いつ 2/15(日) 9:30～12:00

▶どこ むつ市下北自然の家

▶参加費 こども1人につき500円  
(傷害保険料含む)

▶定員 年長～小学4年生までのこども10名程度

▶申込方法 電話、ショートメール

▶申込締切 2/8(日)

問 川島  
新山 ☎ 090-3364-8281  
☎ 090-2882-2457

## 「元気に、長生き」のひけつ



加齢による心身のとおろえ(フレイル)は、なんの手立てもしなければ、病気にかかりやすくなり、転倒や骨折のリスクが高まり、やがて寝たきりになります。フレイルにならないための対策や秘訣を学びましょう。

▶いつ 2/15(日) 10:30～12:00

▶どこで むつ市立図書館 視聴覚ホール

▶講師 madeko 認定栄養ケア・ステーション  
管理栄養士 白山 八千代先生

▶定員 30名

▶申込方法 電話

▶申込締切 2/8(日)

問 渡部 てつ ☎ 080-5576-1304

i むつ山岳会主催  
健康登山で冬の恐山に行こう

申込み・詳細はマエダストア各店サービスカウンター備付の申込用紙を確認してください。

なお、降雪量によりコースが変更となることがあります。

▶いつ 3/1(日) 8:00～  
(恐山街道冬季封鎖ゲート前に集合)

▶持ち物

防寒具、帽子、手袋、冬用登山靴または長靴、昼食、飲み物(1.5ℓ以上推奨)、着替え等

▶参加費

500円(保険料等)※当日徴収

▶定員 20名(10～70歳までの元気な登山を楽しめる方)

※定員になり次第受付終了

▶申込締切 2/21(土)

問 株式会社マエダ青森本部営業企画部  
岩渕 ☎ 017-718-8367

i むつ市老人クラブ  
「生きがいサークル」2月

▶老人憩の家「福寿荘」(新町) ☎ 23-5800

手芸教室	休み
囲碁・将棋教室	3日(火) 17日(火)
着付教室	4日(水) 18日(水)
お花教室	5日(木) 19日(木)
リメイク教室	休み
カラオケ教室	9日(月) 16日(月)
踊り教室	25日(水)
ダンス教室	4日(水) 25日(水)
お茶教室	5日(木) 19日(木)
歌セラヴィ	5日(木)

ダンス、歌セラヴィ(13時～15時)、カラオケ、囲碁・将棋(13時～16時)、その他(10時～12時)

▶老人憩の家「福寿荘」(川守町) ☎ 29-1800

日舞教室	2日(月) 16日(月)
着付教室	10日(火) 24日(火)
カラオケ教室	12日(木) 26日(木)
シニア歌唱	休み

カラオケ(13時～16時)、その他(10時～12時)

▶年輪会館(川内地区) ☎ 42-2002

まちなかサロン川内 1日(日) 15日(日)  
(13時～16時)

▶料金 お花と手芸は材料費が若干かかります

▶対象 むつ市内の各老人クラブ会員

▶申込方法・期間 初めて参加される方や老人クラブ非会員は、事務局にご



あなたの支援は、  
大切な誰かを救う力になる。

赤十字は、想いを行動に変えています。

赤十字活動にご支援をお願いします。

日本赤十字社青森県支部は、災害・紛争などから  
いのちを守り、苦痛を軽減する活動をはじめ、平時  
は教育現場や自治会などで防災・減災の講習会  
やボランティア活動などを展開しています。

こうした活動は、毎年2月から自治会・町内会など  
の赤十字ボランティアが戸別訪問させていただき、  
寄せられた会費や寄付金によって支えられています。

本年も引き続き、県民の皆さまのあたたかいご支援  
を心よりお願い申し上げます。



#### 会員として協力

会費として年額2,000円以上をご協力される方。日本赤十字社の運営に  
参画することができます。

#### 協力会員として協力

目安として年額500円以上のご協力により、日本赤十字社の活動を支援いただけます。

#### 寄付者として協力

寄付金としてご自身が定める金額のご協力により、日本赤十字社の活動を  
支援いただけます。

クレジットカードや口座振替など、さまざまなご協力方法があります。二次元コードからご確認ください。



クレジットカードや口座振替など、さまざまなご協力方法があります。二次元コードからご確認ください。

#### 赤十字会員・寄付の募集に関するお問合せは



ホームページで  
日本赤十字社  
青森県支部 検索  
<https://www.jrc.or.jp/chapter/aomori/>



○日本赤十字社青森県支部  
017-722-2011 総務課まで  
○むつ市役所総合福祉課 22-1111  
○川内庁舎市民生活課 42-2111  
○大畠庁舎市民生活課 34-2111  
○脇野沢庁舎総合課 44-2111



○日本赤十字社青森県支部  
青森市長島1丁目3番1号日赤ビル(青い森公園隣)  
総務課まで  
○むつ市総合福祉課 22-1111  
各分庁舎市民生活課または総合課



日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society



#### 指定管理者が決定しました

民間のアイデアやノウハウを活用し、市民サービスの向上や経費の削減を図るために、市の施設について指定管理者制度を導入しています。市の施設について令和8年4月からの指定管理者が決定しました。詳細は、市HPをご確認ください。

- ・下北文化会館
- ・むつ市営宮後牧野、むつ市営名子牧野、むつ市営永下牧野、むつ市営金谷沢牧野、むつ市宮後ふれあい牧場
- ・脇野沢瀬野牧野、脇野沢滝山牧野、脇野沢源藤城牧野、むつ市営瀬野畜舎、むつ市営滝山畜舎、むつ市営源藤城畜舎、むつ市わきのさわ鯛島の館、
- ・むつ来さまい館、むつ市イベント広場
- ・大畠中央公園

問 施設経営課施設経営担当 内線 2186



#### 戦没者遺族相談員を配置しています

青森県では、戦没者御遺族の福祉向上のため、県内各地区で相談を受付けています。厚生労働大臣から委託を受けた相談員が対応します。知りたいことや不安に思うことをご相談ください。

くむつ・下北地区相談員> 菊池 正紀  
※相談員の連絡先は、総合福祉課へお問い合わせください。

問 総合福祉課 内線 5923

#### パブリックコメントを実施します



#### 税 市税納付・相談 夜間・休日窓口開設

▶いつ 2/25(水)～2/28(土)

<平日> 17:15～19:00

<休日・祝日> 10:00～15:00

※証明書の発行は行いません

※令和8年2月より月末のみの開設となりました。

▶どこで 本庁舎税務課

問 税務課収納担当 内線 2231～2236

市では、「むつ市過疎地域持続的発展計画(案)」(期間:令和8～12年度)」の策定にあたり、パブリックコメントを実施しています。計画の内容や意見提出方法など、詳しくは市HPをご覧ください。

▶募集締切 2/9(月)

問 企画課 内線 2312

#### 用途地域・都市計画等の見直しに対する意見等募集

▶提出期間 1/26(月)～2/27(金) 17:00

▶提出方法 郵送、FAX、メール

※意見・要望提出の参考様式は、都市計画課窓口と各分庁舎市民生活課窓口にて配布しています。また、市HPからもダウンロードできます。任意の様式でも提出可能です。

問 都市計画課都市計画担当 内線 2743

FAX: 22-9718

e-mail: toshikeikaku@city.mutsu.lg.jp

#### 田名部まちなか地区都市再生整備計画の事後評価に対する意見募集

SNSの広告を見てダウンジャケットやヒーターなどの冬物商品の注文をしたところ、模倣品や粗悪品が届いたなどのトラブルが発生しています。大幅な割引や極端に安価な冬物商品のインターネット上のセール広告や悪質な通販サイトにご注意ください。

問 むつ市消費生活センター ☎ 22-1353

令和元年度から令和5年度に国の交付金を活用して「代官山公園」や「大黒広場」の整備などを実施した「田名部まちなか地区都市再生整備計画」について、事業の効果などを検証する事後評価の原案を公表し、市民のみなさまからのご意見を募集します。詳細は市HPをご確認ください。

▶提出方法 郵送、FAX、メール

▶提出期間 1/26(月)～2/27(金) 17:00

問 都市計画課都市計画担当 内線 2743

#### むつ市脇野沢水産物加工施設使用者募集

施設概要・応募資格・申込方法などの詳細は、市HPをご覧ください。

▶募集期間 1/26(月)～2/13(金)

※平日 10:00～16:00に現地説明会を実施します。現地説明会を希望される方は、希望日の3日前までに水産課に事前予約をお願いします。

問 水産課 内線 2631、2632

#### 地域学校協働活動推進員、協働活動リーダー・サポーター募集

地域住民等と学校との連絡調整や、こども教室を含む地域学校協働活動におけるこどもの活動を支援する、地域学校協働活動推進員・協働活動リーダー・サポーターを募集しています。

各役割の詳細は、市HPをご覧ください。

▶いつ

令和8年4月～令和9年2月までの活動日

▶対象

概ね20歳以上で、心身ともに健康な方

▶申込方法 市HPから登録

申込書をダウンロードし、  
必要事項を記入の上提出



▶申込締切

<地域学校協働活動推進員> 3/6(金)

※その他の役割は随時募集しています。

問 生涯学習課

☎ 31-1188

#### 所得税・住民税に係る障害者控除認定書交付

対象要件全てに該当する方は、所得税・住民税の障害者控除を受けることができる場合があります。

▶対象者 次の①～③に該当する方

①むつ市に住所がある65歳以上の方

②本人あるいは扶養者に課税される所得がある方

③むつ市の介護保険で「要介護1～要介護5」と認定された方(令和7年12月31日現在)

▶申込方法

介護保険被保険者証を持参し、原則申告する方またはそのご家族の方が市介護保険課または各庁舎介護認定担当窓口へお越しください。

▶申込締切 3/16(月) ※土日祝を除く  
(受付 8:00～17:15)

問 介護保険課介護認定G 内線 2551～2553

川内庁舎 市民生活課 ☎ 42-2111

大畠庁舎 市民生活課 ☎ 34-2111

脇野沢庁舎総合課 ☎ 44-2111

「新刊図書」などの図書館の情報を届けます。

## 図書館のススメ

## 新刊ピックアップ



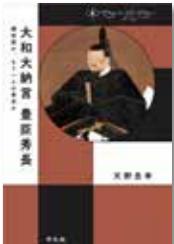
過去1年間のうちに出版され、当館で受け入れした本を紹介します。このほかの新着図書は『図書館だより』(毎月上旬発行・館内にて配布)をご覧ください。(『図書館だより』は、市HPからもご覧いただけます。)



「アニソン大全「鉄腕アトム」から「鬼滅の刃」まで」  
澄川 龍一/著(祥伝社)



「カモシカと進化をめぐる冒險 山の上の生存戦略」  
高田 隼人/著(文一総合出版)



「大和大納言豊臣秀長補佐役か、もう一人の秀吉か」  
天野 忠幸/著(平凡社)

豊臣政権の壮大な方針を先駆けて実施した武将、豊臣秀長。刀狩・検地をいち早く自領で展開し、巧みな宗教政策や人材育成は後の江戸幕府の礎を築いた。信長、秀吉、家康が魅せられた豊臣秀長の実像と足跡を濃密に描く。

開館時間 火曜～金曜 9:00～19:00 土・日・月・祝日 9:00～17:00  
図書館 ☎ 28-3500

## 命を守る3つの安全行動

## ①まずは身の安全確保

テーブルの下に潜る、頭をクッションやカバンで守る、家具から離れてしゃがむなど、落下物から頭と体を守りましょう。



## ②落ち着いて火の元確認

火を使っているときは搖れがおさまってから、慌てずに火の始末をしましょう。



## ③窓や戸を開け出口を確保

搖れがおさまった時に、避難が出来るよう出口を確保する。瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくるので外に飛び出さないないようにしてください。



## 図書館からのお知らせコーナー

## ●「ぬいぐるみお泊まり会」を開催します

あなたの大切なぬいぐるみを図書館にお泊まりさせてみませんか。ぬいぐるみが図書館でどんな風に過ごしたか、どんな本を読んでいたかなど、こっそり写真をお撮りして後日展示も行ないます。

▶いつ <お泊まり> 2/11(水・祝)～2/14(土)

<お迎え> 2/14(土)～

▶どこで むつ市立図書館 本館

▶申込方法 カウンターにぬいぐるみをつれてきてください。

※おひとり様1体まで

※こわれやすいお人形(陶器・ガラスなどでできた子)は受付できません。

▶申込期間 2/5(木)～2/11(水・祝)

## ●2月の日曜シネマ

作品: ココ アヴァン シャanel

脚本・監督: アンヌ・ファンテヌ

(2009年製作/110分/フランス/吹替)

出演: オドレイ・トトウ、ブノワ・ポールブルードほか

内容: モード界の女王ココ・シャanel。フランスの田舎の孤児院で貧しい幼少期を過ごしたシャanelが、ナイトクラブの歌手、お針子を経て、パリの社交界の華として君臨し、オートクチュールに辿り着くまでの驚くべき物語。

▶いつ 2/8(日) 13:00～

▶どこで 図書館本館 視聴覚ホール

▶定員 99席 ※満席の場合立ち見となる場合もございます。

※「みんなでシネマ」上映会

## ●集会施設の予約について

4月以降の集会施設は3/1(日)から受付を開始します。通常の申込開始期間と異なりますのでご注意ください。

※通常、集会室・会議室はご利用予定日の2ヶ月前、展示ホール・視聴覚ホールはご利用予定日の4ヶ月前から予約受付を開始。

※3月中に申請書をご記入・ご提出いただいた場合、施設利用許可証は新年度(施設ご利用日当日の予定)にお渡しします。

## [1月の休館日]

2/12(木)、2/26(木)は施設点検・図書整理のため休館です。

## [駐車場のご案内]

土・日・祝日に限り、隣接する(株)青工様、下北建設業協会様のご厚意で両社の駐車場が利用可能です。どうぞご利用ください。

## 防災減災知恵袋

## Vol.77 ～地震発生時の安全行動①～

地震は「いつ・どこで」起きるかわかりません。自宅でくつろいでいるとき、仕事中、学校にいるとき…突然の揺れに私たちは一瞬で判断を迫られます。

その場で慌てず行動するためには、「何を優先するか」を普段から決めておくことが大切です。

ここでは、地震の時に意識したい3つの基本行動を改めて整理します。

過去の防災・減災知恵袋も  
市HPで確認できます→



問 防災安全課 内線 2134

## 俳句

## 短歌

## 春

## 教育相談(予約制)

時 土・日・祝日を除く毎日 9:00～18:00

場 教育研修センター

問 相談専用電話(16:00まで) ☎ 22-0974

問 学校教育課(16:00以降) ☎ 22-1111内線 3132

中学生までの教育に関する相談を受けます。

## 消費生活相談

時 土・日・祝日を除く毎日 8:30～17:15

場 むつ市役所本庁舎市民連携課内

問 むつ市消費生活センター ☎ 22-1353

消費者トラブルや悪質商法、多重債務の相談を受けます。

## 45歳未満の方の職業相談

時 土・日・祝日を除く毎日 9:00～17:00

場 市役所本庁舎内サテライトスポットむつ

問 ジョブカフェあおもりサテライトスポットむつ ☎ 22-1146

求人案内、職業紹介、履歴書添削指導、職業適性診断を行ないます。

## 創業相談ルーム(予約制)

時 2/19(木) 10:00～16:00

場 市役所本庁舎市民相談室

問 商工労政課 ☎ 22-1111内線 2653

※日時が変更となる場合があります ☎ 22-0974

詳細は市HPをご確認ください。

創業・起業などについての相談を受けます。

## 生活困窮者自立支援相談

時 土・日・祝日を除く毎日 8:30～17:15

場 市役所本庁舎生活福祉課

問 生活福祉課 ☎ 22-1111内線 2542

生活維持・仕事探し・将来のことなど相談員が相談を受けます。

## もの忘れ・認知症相談

時 2/16(月) 13:00～15:00

場 介護保険課地域包括支援センター

問 介護保険課 ☎ 22-1111内線 2557

専門職が相談を受けます。

## 心配ごと相談

時 毎週月曜日 10:00～15:00

場 社会福祉協議会(市役所本庁舎内)

問 むつ市社会福祉協議会 ☎ 22-2731

心配ごとについて、お話をお聞きします。

時 日時 場 場所 問 問合先・申込先

## 2月の献血受付日程

14日(土) ユニバースむつ柳町店 10:45～12:00

13:30～16:30

問 感染症予防課献血担当 内線 2584

※日程は変更となる場合があります。最新の献血日程は、

市HPをご覧ください。

## 2月の夜間在家当番医

診療時間 19:00～22:00

1日(日) たなか泌尿器科クリニック ☎ 28-2660

8日(日) むつ女性クリニック ☎ 24-3151

11日(水) みどりが丘整形外科クリニック ☎ 23-2321

15日(日) みちのくクリニック ☎ 23-1171

22日(日) 七福薬局むつ ☎ 34-9490

23日(月) さとう眼科クリニック ☎ 23-9165

23日(月) どんぐりこどもクリニック ☎ 24-5656

問 病院案内(下北消防本部) ☎ 23-3999

※年齢や症状等により対応できない医療機関がありますので、受診の際は事前に当番医にご連絡ください。

問 休日お薬電話相談事務局

(沖縄薬局新町店内) ☎ 33-9570

問 休日お薬電話相談事務局

(沖縄薬局新町店内) ☎ 090-7337-7838

## 協賛いただいた企業、協賛品紹介 第2弾！

多くの企業、団体からのご協力で、大会運営や広報活動などが支えられています！

今回は今年度協賛いただいたもののうち、イベントなどで配布を行なっているものをお紹介します！

協賛はまだまだ募集しておりますので、地域一帯となり大会を盛り上げるためにお力添えをお願いします！

磯沼建設 株式会社 様



▲ハンドタオル  
シンプルデザインとコンパクトサイズでオールラウンドに使えます。

株式会社 要興業 様



▲保冷バッグ  
開閉が簡単なマジックテープで密閉性もバッチリ！大容量で500mlペットボトルが10本も入ります。

大魚 株式会社  
むつ総合卸売市場 様



▲クリアファイル  
A4サイズなので学校でも職場でも使えます。



▲協賛について  
詳細はこちちら

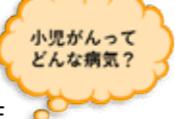
こどもの健康講演会

### ～小児医療を考える～ こどもたちの笑顔のために、 行動への一歩

第1部 こどもの健康講演会

講師 おかの小児科院長 小林 啓 先生

小児がんや川崎病を含めた小児医療における問題点や課題をテーマに、こども家庭庁の事業にも携わっている講師にご講演いただきます。



第2部 朗読劇「ぼくはレモネードやさん」

ライオンズクラブによる市内のこどもたちの朗読劇です。

日 時 2/21(土) 13:30～16:00  
会 場 プラザホテルむつ  
申込方法

2/18(水)までに子育て支援課に電話または申請フォームより申込み



▲申請フォーム

### むつ市の施設が金色に！ゴールドライトアップ

2月15日の「国際小児がんデー」から2月21日の講演会開催日まで「大橋」、「海望館」、「むつマエダアリーナ」を金色にライトアップし、小児がんを始めとする小児の病気の理解と支援を呼びかけます。

子育て支援課 ☎ 22-2244

日	月	火	水	木	金	土
25	26	27	28	29	30	31
1	2	3 <small>3歳児健診</small>	4 <small>2歳児健診</small>	5 <small>10か月児健診 1歳6か月児健診 2歳児健診</small>	6	7
8	9	10	11 <small>建国記念の日</small>	12 <small>おはなしのじかん (10:00～10:30)</small>	13	14 <small>第3回 わくわくホリデー<sup>1</sup> ウォーキング (むつマエダアリーナ)</small>
15	16	17 <small>1歳6か月児健診</small>	18 <small>ハローベビー教室</small>	19 <small>10か月児健診 1歳6か月児健診 2歳児健診 みんなであそぼう (10:00～10:30)</small>	20	21 <small>こどもの健康講演会 (プラザホテルむつ)<sup>1</sup></small>
22	23 <small>天皇誕生日</small>	24	25 <small>離乳食教室 赤ちゃん相談</small>	26 <small>つくってみよう (10:00～10:30)</small>	27 <small>10か月児健診</small>	28

文:下北文化会館 来:来さまい館 川:川内庁舎 大:ふれあいかん 脇:脇野沢庁舎 ム:ムチュ☆らんど  
公:中央公民館 コ:大曲コミュニティセンター イ:イベントなどの予定

子育てに役立つ各種予定、アプリのダウンロードはこちから！ →



●子育て ○健康

## あなたのまちの町内会

### vol.8 城ヶ沢町内会

城ヶ沢町内会の会員数は現在、49世帯・83名となっています。町内会活動の実施にあたっては、佞武多実行委員会、神楽会、老人クラブなど各団体が主体となり、各事業を分担して実施しています。

町内夏祭りを実施し、年代を問わず交流を深めることができる場づくりを行なうなど、町内会員同士の交流を大切にしています。



▲町内夏祭り(食事の提供、カラオケ、盆踊りを実施)

▲100歳体操

#### 主な活動内容

春	町内環境整備、神明宮春祭
夏	町内夏祭り、大湊ネブタ運行
秋	町内環境整備、神明宮宵宮祭
他、毎週月曜日に100歳体操・毎月第一月曜日に茶話やかサロンを実施しています。	

#### 町内会加入について



市公式 HP



町内会加入フォーム



#### 町内会長からひとこと！

高齢化社会に合わせた、参加して楽しいと思っていただけの活動を、会員の負担にならないよう実施していくと考えています。

町内会員同士の互助を大切に、安心できる地域づくりに取り組んでいきます。



## 1/5 新春の活気 市場開きで初競り

大魚株式会社むつ総合卸売市場令和8年「市場開き」

新年を迎え、大魚株式会社むつ総合卸売市場で「市場開き」が行なわれました。この振興市場開きは1年の市場取引の始まりを祝うもので、農林水産物の円滑な供給を通じて地域経済を支える重要な役割を担っています。

むつ市はシンガポール、台湾、アメリカなど海外への販路開拓を積極的に推進しており、今後も、経済・文化面での交流がさらに活発化することが期待されています。

むつ総合卸売市場は、生産者から消費者へ、国内から海外へと「モノ」の流れを創出する地域の中心拠点として、地域の未来を拓く原動力となっています。



## 1/10 新春を彩るこどもたちの書

第56回むつ市大会かきぞめ大会

市内4つの公民館等を会場に「第56回むつ市かきぞめ大会」が開催されました。むつ市教育委員会が主催するこの大会は、市内の小・中学生が筆に親しみ、毛筆文化の振興と普及を目的としています。

各会場では、こどもたちが真剣な眼差しで筆を握り、新年の決意や夢を一文字一文字に込めて書き上げました。静寂に包まれた会場には墨の香りが漂い、集中して作品に向き合う姿が印象的でした。



## 1/3 むつ市消防団 新年出初式始動

令和8年むつ市消防団大畠消防団出初式

毎年恒例のむつ市消防団出初式が、今年も大畠地区を皮切りに開催されました。この日は100名以上の消防団員が集結し、日頃の訓練の成果を披露する晴れ舞台となりました。第一会場の中島・新町地区では、市長の観閲のもと、一糸乱れぬ分列行進があり、続く大畠八幡宮では、無火災・無災害を祈念してのまとい振り奉納が厳かに執り行なわれました。

むつ市では、これからむつ地区の新年安全祈願祭を始め、川内地区、脇野沢地区でも各消防団の仕事始めの儀式が執り行なわれます。各地区的消防団員たちが、地域住民の安心・安全を守るため、一年の決意を新たにします。



## 1/10 鮎まつりで冬の味覚を味わう

特産品フェア「真冬の鮎まつり」

むつ市脇野沢地域交流センターにて、「真冬の鮎まつり」が開催されました。このイベントは、脇野沢の冬の風物詩として定着しており、今年多くの来場者で賑わいました。

会場では、脇野沢地区の特産品である真鮎の販売をはじめ、焼き干しラーメンや脇野沢農業振興公社のそば、地元産の惣菜などが販売されました。また、鮎汁のふるまいや焼き干しラーメン早食い大会、お楽しみ抽選会など、盛りだくさんの内容で来場者を楽しませました。



## 12/22 中学生考案 関根のうまい！弁当

「関根のうまい！」弁当販売会

関根地区の魅力を発信する取り組みとして、マエダ本店で「関根のうまい！」弁当販売会が開催されました。

本企画は、地元特産である関根産ヒラメを主役に、関根中学校の生徒が、県調理師会下北支部の料理人とともにレシピ開発や試作を重ねて完成させた弁当を販売するものです。生徒たちは、食材の魅力や調理方法、盛り付けなどについて学びながら、地域の食文化や産業への理解を深めました。

この取り組みは、次世代を担うこどもたちが地域の価値を再発見し、地元への誇りと愛着を育むとともに、関根地区的食の魅力を広く発信する貴重な機会となりました。



## 12/12 全国・東北大会出場報告

しもきたSTC 市長表敬訪問

しもきたSTCに所属する小学生選手7名が、第25回全国小学生ソフトテニス大会青森県予選会および第19回青森県小学生インドアソフトテニス選手権大会兼東北小学生インドア大会予選会において優秀な成績を収め、東北大会および全国大会への出場権を獲得したことを表敬訪問が行なわれました。

吉田副市長から選手一人ひとりの日頃の努力と健闘を称えるとともに、上位大会への挑戦が貴重な経験となり、今後の成長につながることへの期待が述べられました。選手たちは大会への意気込みを新たにし、むつ市のソフトテニス競技のさらなる発展を感じさせる訪問となりました。



## 12/25 プロ選手から学ぶ！中学生バスケ教室

東北電力Presents「中学生バスケ教室 in むつ」

むつマエダアリーナで「東北電力Presents 中学生バスケ教室 in むつ」が開催されました。

青森ワッツの寺嶋選手・大高選手（ともに青森県出身）がコーチとなり、県内の中学生にプロの技術を直接指導しました。本イベントは、今年開催される「あおもり国スポーツ」の機運醸成とスポーツによる地域活性化を目的に実施され、クリスマス当日の特別な体験に、参加した約30名の中学生たちは熱心に練習に取り組んでいました。



## 12/24 地域福祉を担う民生委員委嘱式

民生委員・児童委員及び主任児童委員委嘱状伝達式

下北文化会館大ホールで民生委員・児童委員及び主任児童委員委嘱状伝達式が開催されました。令和7年は3年に1度の一斉改選の年で、今回の改選では、継続122名、新任5名、退任19名となりました。式典では、長年にわたりご尽力いただいた退任者への感謝状伝達と、新任・継続者への委嘱状伝達が行なわれました。市長からは、地域共生社会の実現に向けた民生委員の役割の重要性と、行政と市民の橋渡し役としての期待が述べられました。



さとう おとは  
佐藤 乙葉ちゃん  
R7.2.13 生(仲町)

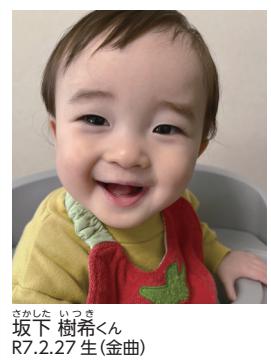


えびな はる  
姥名 悠くん  
R7.2.14 生(南町)



さわだ りんか  
沢田 鈴叶ちゃん  
R7.2.19 生(大湊浜町)

むちゅっこ  
Happy Birthday  
2月生まれ



さかした いつき  
坂下 樹希くん  
R7.2.27 生(金曲)



てんま ちあさ  
天間 千陽ちゃん  
R6.2.10 生(金谷)



まるやま しおん  
丸山 志恩ちゃん  
R5.2.6 生(緑町)



みやかわ ひな  
宮川 緋菜ちゃん  
R5.2.10 生(昭和町)



たけだ さら  
武田 紗凪ちゃん  
R4.2.1 生(並川町)



すぎやま あゆむ  
杉山 歩くん  
R4.2.1 生(昭和町)



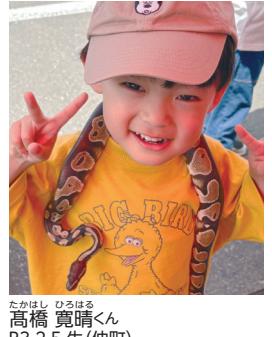
なりた なみ  
成田 那波ちゃん  
R4.2.2 生(横迎町)



ともり えいじ  
友利 栄仁くん  
R4.2.16 生(新町)



ありや つむぎ  
有谷 紗鈴ちゃん  
R3.2.1 生(荒川町)



たかはし ひろはる  
高橋 寛晴くん  
R3.2.5 生(仲町)



やまぐち あおい  
山口 瑞ちゃん  
R3.2.16 生(緑町)



なら おうしろう  
奈良 旺志郎くん  
R3.2.19 生(大畠町兎沢)



なかむら しょま  
中村 星磨くん  
R3.2.19 生(大湊上町)



ささき はる  
佐々木 壱くん  
R2.2.9 生(上川町)



おくしま せんり  
奥島 真瑞くん  
R2.2.20 生(山田町)



かわばた ひでと  
川端 将虎くん  
R2.2.20 生(苦生町)

3月生まれの  
お子さんの写真  
募集中!  
1/26~2/3

(問い合わせ・応募先)  
市長公室広報グループ  
〒035-8686 中央一丁目8番1号  
0175-22-1111 内線 1118

お誕生日の記念に写真を掲載してみませんか？「むつ」にちなんで、6つの誕生日を迎えるまでのお子さんの写真を募集します。どしどしご応募ください！

〈対象〉3月生まれで、6歳までの市内在住の子

〈掲載内容〉子どもの写真・氏名(ふりがな)・生年月日・住所(町名まで)

〈応募方法〉子どもの写真1枚(プリント・データのどちらか)に、子どもの氏名(ふりがな)・生年月日・

性別・住所・保護者氏名・電話番号を記入したものを添えて [1/26から2/3\(必着\)](#)までに、郵送または応募フォームからご応募ください。



応募フォーム

QRコード

みなさんへ  
応募してくれたむちゅっこ  
は全員掲載されるぞい！  
こどもたちの笑顔は本当に  
むつ市の宝！  
これからもむつ市の宝を  
どんどん紹介していくから  
楽しみに待っててね！なの  
じやー！  
ムチュランより

