



広報

しほへ

No.244

2025
7



七戸町役場周辺で連合観閲式

- 役場新庁舎建設基本構想・基本計画 2～5
- 地域おこし協力隊紹介 6～7
- まちのできごとあれこれ 8
- 保健情報 9～15
- 行政のひろば 16～19
- 中部上北広域事業組合 情報 20
- 図書情報 21
- お知らせ 22～30

役場本庁舎周辺を会場に、上十三地区消防協会中部上北消防連絡協議会の連合観閲式が行われました。式には、七戸町と東北町の消防団員約400人が参加。纏振りや消防ポンプ操法を披露し、会場から大きな歓声が上がっていました。

「七戸町役場新庁舎建設基本構想及び基本計画」を策定しました

町では平成17年の町村合併以降、旧天間林村役場庁舎を本庁舎、旧七戸町役場庁舎を七戸支所（七戸庁舎）として使用してきましたが、建物や設備の老朽化、行政サービスにおける手続き窓口の分散など課題を抱えています。

そこで現庁舎における課題解決のため、新庁舎建設の協議、検討を進め、令和4年9月に「七戸町役場新庁舎建設基本構想及び基本計画」の策定に着手しました。これまで、庁内における検討会議や新庁舎建設検討委員会での審議、住民等を対象とした意見公募を行い、この度、基本構想及び基本計画を策定しましたので、概要について以下のとおりお知らせします。

今後は、本構想及び計画に基づき、新庁舎の建設に向けて事業を進めていきます。

なお、本構想及び計画の本編につきましては、町のウェブサイト、本庁舎財政課、七戸支所庶務課、中央公民館及び南公民館でご覧いただけます。（※町ウェブサイト以外は、7月31日まで）

七戸町役場新庁舎建設 基本構想及び基本計画

概要版

現庁舎の課題と新庁舎建設の必要性

建物の老朽化と維持管理費の増加

平成28年度に躯体調査を行った結果、本庁舎の耐用年数は令和15年まで、七戸庁舎は令和60年までと判定されており、本庁舎においては、強度不足を改良する工事は現実的に不可能であるとされました。

また、本庁舎は築55年、七戸庁舎は築45年を経過し、機械設備の修繕や更新、建物の改修等が予想され、施設の維持管理費は増加すると見込まれます。

災害時の対応

七戸庁舎は、一部が土砂災害警戒区域に指定されており、庁舎自体が被害を受けることも想定され、災害情報の収集、災害応急活動といった機能が果たせなくなる恐れがあります。

行政機能の分散化に伴う住民サービスの低下

行政機能が分散しており、来庁者が関連する手続きを行う際には、施設間の移動が必要になるなど不便が生じています。

また、職員においては、複数部署にまたがる事業や打合せのため、時間、経費ともにロスが生じている状況です。

バリアフリー・ユニバーサルデザインへの対応

現庁舎においてはバリアフリー化を進めてきましたが、未だに対策が十分ではありません。多様な来庁者への配慮として、ユニバーサルデザインを取り入れた施設整備が求められています。

通路及び執務スペースの狭あい

書庫に収まりきらない書類等は執務スペースや通路に収納棚を設けて保管しています。そのため通路や執務スペースの狭あい化が進行し、車いす等を利用される来庁者にとっては特に不便な状況です。

本庁舎は長寿命化のための改修ができず、耐用年数が近づいており、七戸庁舎は一部土砂災害警戒区域に指定され、防災拠点としての利用には適していません。

このことから、上記の課題を解決するためには、本庁舎と七戸庁舎を統合した新庁舎の建設が必要であると判断しました。

新庁舎建設場所

現庁舎の建替えなどを検討した結果、次の理由により、**荒熊内地区公共施設等建設事業用地**を選定しました。



選定理由

- 町のほぼ中心に位置している。
- 新たな用地の取得が不要である。
- 行政機能を集約した庁舎建設用地の面積を確保できる。
- 他の公共施設と連携が図れる。
- 現状の行政サービスに支障をきたさず新庁舎を建設できる。
- 災害危険区域外である。
- 様々な交通手段によるアクセスがしやすい場所である。

新庁舎の基本理念及び基本方針

新庁舎建設にあたっては、質の高い行政サービスが提供でき、災害に強く、町民をはじめとした多くの方に気軽に来てもらえる庁舎づくりを目指すべく、下記のとおり基本理念及び基本方針を定めます。

◆ 基本理念 ◆

町民に寄り添う便利でアットホームな庁舎

◆ 基本方針 ◆

- 1 利用しやすい庁舎
- 2 防災拠点として十分に機能する庁舎
- 3 機能的で快適な庁舎
- 4 環境にやさしく経済的な庁舎

基本方針を踏まえた庁舎機能

基本方針 ① 利用しやすい庁舎

わかりやすく利用しやすい窓口

- ・来庁者の利用が多い窓口を一つのフロアに集約します。
- ・わかりやすい案内表示とします。
- ・プライバシーに配慮した窓口や相談室を整備します。

休憩スペースの整備

- ・観光やイベントなどの情報を提供するコーナーを設置します。
- ・無料公衆無線 LAN を整備します。

ユニバーサルデザイン

- ・段差のないフロアや広い通路幅を確保します。
- ・階段やエレベーターなどへ手すりを設置します。
- ・授乳室やキッズスペースを整備します。
- ・案内表示は、設置場所や表示に適した大きさ、色などを検討します。
- ・乳幼児用おむつ交換台、オストメイト用設備などを備えたトイレを整備します。

来庁者にやさしい駐車スペース

- ・正面入口付近に思いやり駐車スペースを整備します。
- ・キャノピーや外灯などの設備を検討し、移動に配慮します。
- ・駐輪スペースは、屋根付きや正面入口付近へ設置します。

基本方針 ② 防災拠点として十分に機能する庁舎

耐震性能の確保

- ・大地震後、建物の補修をすることなく使用できる庁舎を整備します。
- ・構造形式は、「耐震構造」を採用します。

防災拠点としての機能

- ・災害発生から72時間は、外部からの供給なしで非常用電源を稼働できる設備を整備します。
- ・迅速かつ効果的、継続的に災害対応を行うための機器などを整備します。
- ・新庁舎建設敷地内に防災倉庫を整備します。

基本方針 ③ 機能的で快適な庁舎

防犯設備と情報管理

- ・防犯カメラなどを設置し、防犯体制の強化を図ります。
- ・来庁者の利用エリアと職員の利用エリアを区分します。
- ・入退室管理などのセキュリティ対策を講じます。

執務機能

- ・執務空間はオープンフロアを基本とします。
- ・執務空間には無線LAN環境を整備し、備品の配置を工夫します。
- ・会議室には、可動間仕切りやWEB会議ができる設備の導入を推進します。

議会機能

- ・誰もが傍聴しやすい空間を計画します。
- ・委員会室は、庁舎会議室としても利用できるよう計画します。
- ・委員会室や議員控室などは、議会活動を円滑で効率的に実施できる配置とします。

基本方針 ④ 環境にやさしく経済的な庁舎

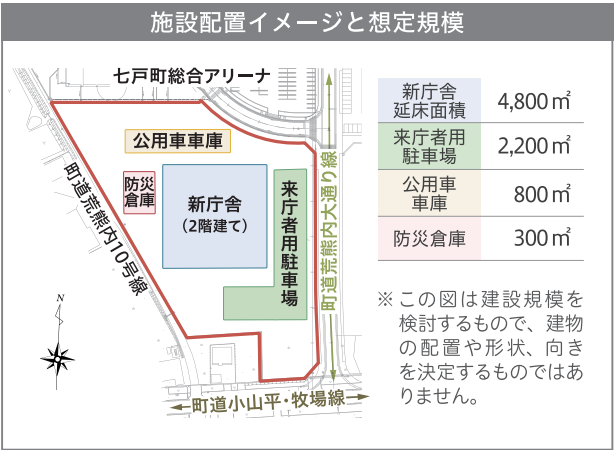
環境負荷の低減

- ・自然採光の有効活用や LED 照明の導入、人感センサーを用いた不在時消灯などによる消費電力の低減を図ります。
- ・断熱性能に優れた窓ガラス、断熱材の採用などによる空調エネルギー消費量の抑制を図ります。
- ・太陽光発電と地中熱利用について導入の検討を行います。
- ・耐久性の高い建材や更新しやすい汎用性のある部材、機器を採用します。

周辺環境及び景観への配慮

- ・外観は周辺の景観と調和がとれるように配慮します。
- ・内装などに木材を活用するなど、あたたかみを感じられる空間を計画します。

建設規模



各フロア配置の基本的な考え方

- 1階に窓口対応が多い部署を配置します。
- 窓口やエレベーターは、ホールから視認できるように配置します。
- 執務室は、窓口対応のしやすさに配慮します。
- 執務室と書庫や会議室は、職員の利便性を考慮します。
- 災害対策室は総務課に隣接させます。
- 議会関連エリアは、議員や傍聴者の動線に配慮します。

2階	町長室 副町長室 教育長室 総務課 災害対策室 企画調整課 財政課 商工観光課 学務課 生涯学習課 スポーツ振興課 議会事務局 議場
1階	町民課 税務課 会計課 保健福祉課 介護高齢課 こどもみらい課 建設課 上下水道課 農林課 農業委員会事務局

概算事業費

項目	概算額	備考
建設工事費	約 28 億円	4,800㎡×58.5万円/㎡
その他工事、委託費など	約 6 億円	建築設計・監理費、地質調査費、駐車場・車庫整備費、引越費、備品購入費など
概算事業費	約 34 億円	消費税含む

詳細な事業費については設計段階で精査しますが、今後の物価上昇などにより、さらに事業費が増加する可能性も考えられます。

財源

新庁舎建設基金	約 20 億円
起債	約 13 億円
一般財源	約 1 億円
概算事業費	約 34 億円

新庁舎建設事業に係る財源は、新庁舎建設基金、起債及び一般財源を想定しています。

事業計画

事業手法

町の意向を反映させやすいことや、地元企業への受注機会の創出を期待できることなどから「設計・施工分離発注方式」を採用します。

設計者選定方法

設計者の技術力や企画力、ノウハウも含めて活用できること、町の意見が反映しやすいことから「プロポーザル方式」を採用します。

事業スケジュール

基本設計、実施設計を令和8年度までに完了することを目標とし、令和9年度から建設工事の着手、令和11年度内の供用開始を目指します。

	R4年度	R5年度	R6年度	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度	R11年度
構想計画	基本構想 / 基本計画							
設計			地質調査	基本設計	実施設計			
		オフィス環境調査		オフィス環境計画				
施工						新庁舎建設工事		供用開始
							移転	

本編はこちらから
ご覧ください。



七戸町の こんにちは！ 地域おこし協力隊です

Q 地域おこし協力隊とは？

都市部から地方に移住し、地域の様々な活動に取り組む国の制度です。

七戸町では4月から新たに2名が着任し、現在3名で活動中！

任期となる3年間、七戸町のみなさんと一緒に地域を盛り上げていきます！

『鷹山宇一記念美術館』
SNS広報

木下 鈴菜

きのした すずな

七戸町
観光情報発信PR

吉澤 莉沙

よしざわりさ

アウトドア観光事業
「SOTOKURASHI」

関口 博道

せきぐち ひろみち



Location：金子ファーム
写真・デザイン：吉澤 莉沙



イラスト：木下 鈴菜

1994年生まれ、東京都出身



趣味は
キャンプと漫画！



【SOTOKURASHI】
公式Instagram

SOTO_KURASHI

木下 鈴菜

2025年度着任

鷹山宇一記念美術館では、SNS広報を通じて美術の魅力をそっと届け、アートが心をふっと軽くするやさしい居場所の魅力を多くの人に伝えていきたいと考えています。また、多くの方に長く愛されてきたこの美術館の価値を大切に守りながら、地域の皆さまと心を通わせる温かな活動を積み重ねていきたいと思っています。

美しいものをつくり、静かな風景のなかで心をほぐすことーそれが、私の生きる手掛かりでした。幼い頃からものづくりに親しみ、芸術大学で美術を学ぶなかで、その想いはより深く、確かなものになっていきました。どのような形で美術と共に生きていきたいという想いが、やがて揺るぎない願いとなり、以前から惹かれていた地域おこし協力隊という働き方に希望を見出し、思い切って飛び込みました。

2000年生まれ、兵庫県出身



休日はお絵描き！



UICHIMUSEUM

【七戸町鷹山宇一記念美術館】
公式Instagram

吉澤 莉沙

2025年度着任

1997年生まれ、埼玉県出身



カメラと登山が好き！



SHICHINOHE_OFFICIAL

【七戸観光情報・イベント】
公式Instagram

地元の人には当たり前の風景や日常でも、私にはとても新鮮で魅力にあふれています。そんな七戸町の「いいところ」を、私なりの視点で写真や動画を通して丁寧に伝えていけたらと思っています。

2021年からフォトグラファーとして活動をしていて、七戸町の地域おこし協力隊の募集と出会ったとき、SNSで町の魅力を発信するというテーマに自分の想いが重なり、一歩踏み出してみることになりました。

空気の綺麗な場所ですと、心がすっと軽くなる。そんな感覚が好きで、いつの間にか休日は趣味の登山をすることが増え、昨年は思い切って北アルプスの山小屋で暮らしながら働いていました。澄んだ空気の中で朝を迎え、静かな夕暮れにシャッターを切る日々。ふと「写真を通して誰かの気持ちが変わりと動く瞬間を届けられたらいいな」と思いました。

第48回上北郡総合スポーツ大会

5月18日から6月1日にかけて第48回上北郡総合スポーツ大会が行われました。

六戸町を主会場に郡内7町村20種目で熱戦が繰り広げられました。当町は158名が参加しバドミントン競技で14連覇するなど各種目で健闘しました。

参加競技

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



▲14連覇したバドミントン協会

小中学校へ防災バッグ寄贈



▲防災バッグを手渡した同協議会七戸地区の松本慶祐さん（左）、天間林地区小笠原竜一さん（右）と受け取る山田典郎教育長職務代理者（中）

5月26日、中部上北危険物保安連絡協議会（石田富弥会長）は児童生徒の防災意識の高揚を図るため、町内の小中学校へ防災バッグを寄贈しました。

「この寄贈により、児童生徒が就学中災害に見舞われた際の一助となり、また教材として使用され学ぶことで防災意識の向上に繋がります。児童生徒から家族へ伝わり、家庭内・地域等への意識向上まで繋がるのではないかと考えています」と石田会長はメッセージを送りました。

受賞
おめでとうございます

令和6年度
緑化功労者受賞



木村重成さん
(柴館道ノ下)

善意ありがとうございます

5月23日(金)

七戸町老人クラブ連合会七戸支部

(山本順治会長)

柏葉公園内の環境整備・清掃活動をしていただきました。



5月30日(金)

青森県立七戸高等学校 (高橋美和子校長)

七戸地区 (七戸十和田駅周辺、イベント広場、天王神社周辺、旧4号線ほか)の清掃活動をしていただきました。



6月11日(水)

七戸町建設業協同組合

(田中秀治代表理事)

七戸町役場本庁舎前の清掃活動をしていただきました。



熱中症から身を守ろう

中部上北広域事業組合消防本部からのお知らせ

熱中症の予防には、「こまめな水分補給」「暑さを避ける」「バランスの良い食事」を心がけることが大切です。

高齢者の方は、暑さを感じにくく室内でも熱中症になることもあります。扇風機やエアコンを適切に利用し、カーテンなどで直射日光を防いだり、風通しを良くして過ごしましょう。

熱中症は、梅雨明けなどの湿度が高く、蒸し暑い日に増加する傾向があるので注意しましょう。

熱中症の予防法

- ・喉が渇いていなくても、こまめに水分補給をしましょう。
- ・通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用しましょう。
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなど、冷却グッズでからだを冷やしましょう。
- ・扇風機やエアコンで温度調整をしましょう。
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用しましょう。
- ・室温をこまめに確認しましょう。
- ・日傘や帽子を着用しましょう。
- ・できるだけ日差しの強い時間の外出を避け、風通しの良い木陰や屋内を利用し、こまめに休憩をとりましょう。



自力で水が飲めない、意識が朦朧、意識がないときは、すぐに救急車を呼びましょう！

熱中症に関する問合せ先 保健福祉課 ☎68-4631

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	【日程】 8月21日(休) 9月18日(休) 【受付時間】 9:30~15:00 【場所】 天間林保健センター	* 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。 ☆下記の二次元バーコードからも予約が可能です。
★こころの相談 ・眠れない・食欲がないなど不調のある方 ・悩みのある方、またはその家族	第3次健康しちのへ21 健康増進計画・食育推進計画	
★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 ・その他、栄養・食生活に関する相談を希望する方	 なないろプラン 推進キャラクター ななぽてくん	 野菜摂取量や体組成の測定もできます。

こころの健康のために

～こころの元気習慣！～



◎ ゲートキーパーをご存じですか？

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。特別な研修や資格は必要ありません。誰でもゲートキーパーになることができます。

気づき

家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

傾聴

本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

つなぎ

早めに専門家に相談するよう促す

見守り

温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

悩みを抱えた人は、「人に悩みを言えない」等、つらい気持ちを一人で抱え込むことがあります。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。声をかけあうことで、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。

声かけの例

「体調が悪そうだけど、大丈夫？」
「どうしたの？何だか辛そうだけど・・・」
「よく眠れている？」
「何か力になれることはない？」



詳しくは、こちらをご覧ください

あしたの暮らしをわかりやすく
政府広報オンライン



◎ 体調不良（体重減少・食欲低下・眠れない・意欲の低下などの症状）が2週間以上継続する場合は、専門機関(医師・保健師)に相談されることをおすすめします。

こころの相談窓口 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
7月 1日(火) 7月15日(火)	B型およびC型肝炎検査	13:00～13:30	県内市町村に住所を有し、過去に検査を受けたことがない希望者
	HIV(エイズ)に関する相談	13:30～14:30	希望者
7月23日(水)	療育相談	9:00～11:30	乳幼児の発達が心配な方
7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
随時相談	性と健康の相談	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。

带状疱疹ワクチン予防接種費用 一部助成のお知らせ

今年度から新たに带状疱疹ワクチン予防接種費用の一部助成を実施いたします。対象者は各年度によって異なるため、接種の機会を逃さないようご注意ください。

(ただし、接種は義務ではなく、あくまで本人の希望によるものです。)

接種対象者

過去に带状疱疹ワクチンを接種したことがない方、もしくは接種が完了していない方で次のいずれかに該当する方が対象となります。

①令和7年度中に65, 70, 75, 80, 85, 90, 95, 100歳となる方および、101歳以上の方

※生年月日等の詳細は下記の表のとおりです。(年度年齢を対象としています。)

また、101歳以上の方については令和7年度のみ対象となります。

令和7年度接種対象者
65歳(昭和35年4月2日～昭和36年4月1日生まれの方)
70歳(昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生まれの方)
75歳(昭和25年4月2日～昭和26年4月1日生まれの方)
80歳(昭和20年4月2日～昭和21年4月1日生まれの方)
85歳(昭和15年4月2日～昭和16年4月1日生まれの方)
90歳(昭和10年4月2日～昭和11年4月1日生まれの方)
95歳(昭和5年4月2日～昭和6年4月1日生まれの方)
100歳(大正14年4月2日～大正15年4月1日生まれの方)
101歳以上(大正14年4月1日以前に生まれた方)

②60歳から64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害があり、日常生活がほとんど不可能な程度の障害(身体障害者手帳1級)に相当する方

助成対象期間

令和7年7月1日～令和8年3月31日

※対象期間を過ぎると助成を受けることができません

定期接種の対象者に、7月初旬に予診票及びお知らせを送付いたします。受付時間については各医療機関によって異なりますので、接種方法等の詳細も含め、対象者へ送付されるお知らせによりご確認ください。

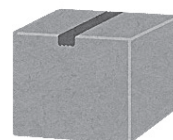
問合せ先 保健福祉課 ☎68-4631

ダンボールコンポストはじめてみませんか？

家庭から出るゴミの約3割は生ゴミと言われており、環境へ様々な問題を与えています。そこで町では、環境保全活動として、コンポストを活用した生ゴミの削減に取り組もうと考えています。

やってみたい、興味があるという方は講習会を開催しますので、気軽にご参加ください。

開催日時	令和7年8月3日(日) 9:00から1時間程度 令和7年8月4日(月) 9:00から1時間程度
開催場所	天間林保健センター 2F大広間
対象者	やってみたい・興味がある方(お子さん同伴大歓迎)
参加料	無料(講習で使った資材はお持ち帰りいただけます)
申込期限	令和7年7月18日(金)



申込・問合せ先 保健福祉課 ☎68-4631

健康づくりへのアプローチ 第3次七戸町健康増進計画・食育推進計画「健康しちのへ21」 スタート！！

「健康しちのへ21」とは

町民一人ひとりが自ら健康を意識し、健やかな「からだ」と「こころ」をはぐくみ、豊かに安心して暮らせるまちづくりをめざして「健康しちのへ21（第3次）」を策定しました。

自分の生活習慣や生活環境を改善し、みんなでからだと心の健康づくりを進め、元気な七戸町をつくっていきましょう。

目指せ！「健康寿命の延伸と早世の減少」

〇七戸町の現状

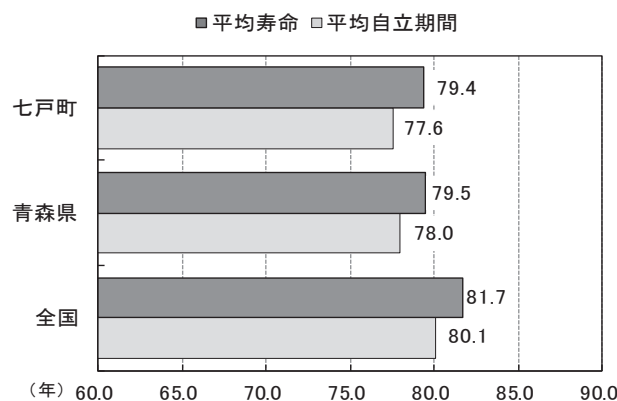
七戸町では男性の平均自立期間は77.6年、女性は82.4年となっており、国・県より短くなっています。平均寿命と平均自立期間の差は男性は1.8年、女性は3.4年となっています。

早世の年齢階級別状況をみると、女性に比べ男性の早世死亡数が多くなっており、男女いずれも大きな変化はなく、概ね横ばいで推移しています。

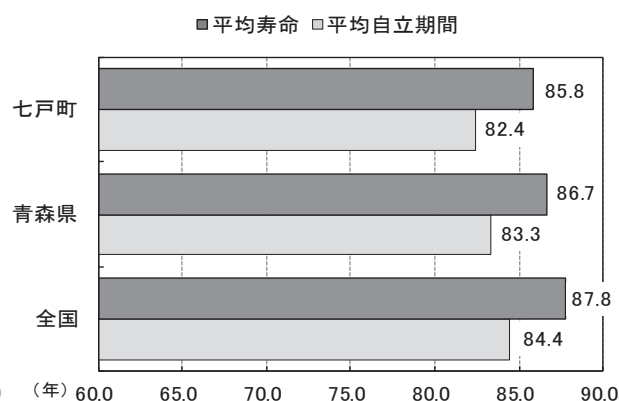
主要死因の割合をみると、「がん」が最も多く、次いで「老衰」「心疾患」「脳血管疾患」と続きます。

■平均寿命・平均自立期間（男女別）

【男性】



【女性】



資料：KDB 帳票 地域の全体像の把握（令和4年度）

平均寿命：人が平均的に何年生きるかを示す指標です。

平均自立期間：人が日常生活を自立して送れる期間の平均値を示します。

早世：若くして亡くなること

なないろプラン～みんなでチャレンジ！健康づくり～

〇どんなことに取り組めばいいの？7つの行動目標「なないろプラン」

生活習慣の改善、生活習慣病の発症予防・重症化予防に関する7つの分野にライフステージ毎に行動目標を設定し、健康づくりを実践するための取り組みとして「なないろプラン」としました。

あなたは何にチャレンジしますか？取り組みやすいものから始めてみましょう。

①栄養・食生活・食育

- ・3食バランス良く食べ、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に伝えましょう

②身体活動・運動

- ・子どもは積極的に外で遊びましょう
- ・今より1,000歩(10分)多く歩きましょう
- ・自分に合った運動を見つけ体を動かしましょう

③たばこ・飲酒

- ・喫煙者は分煙のルールを守り、受動喫煙の防止につとめましょう
- ・自分に合った飲酒量を知り、適正飲酒につとめましょう

④歯の健康

- ・大人も子どもも食後は必ず歯磨きを、幼児には仕上げ磨きをしましょう
- ・年に1回は歯科検診を受けて、むし歯と歯周病を予防しましょう
- ・お口の体操を積極的に行い、口腔内の健康を保ちましょう

⑤こころの健康・休養

- ・テレビやスマートフォン・ゲームは時間を決めて利用しましょう
- ・睡眠による休養を十分にとりましょう
- ・積極的に人と交流する機会をつくりましょう

⑥がん

- ・年1回、がん検診を受けよう
- ・がんについて学び、正しく理解しましょう

⑦循環器疾患・糖尿病

- ・定期的に健診や保健指導を受け、生活習慣を早期発見・早期治療しましょう
- ・循環器疾患や糖尿病を治療している人は治療を継続し、合併症を予防しましょう

※各分野について、今後、詳しく紹介していきます。

今から始めよう！
わくわく！チャレンジ！
なないろ健康づくり！

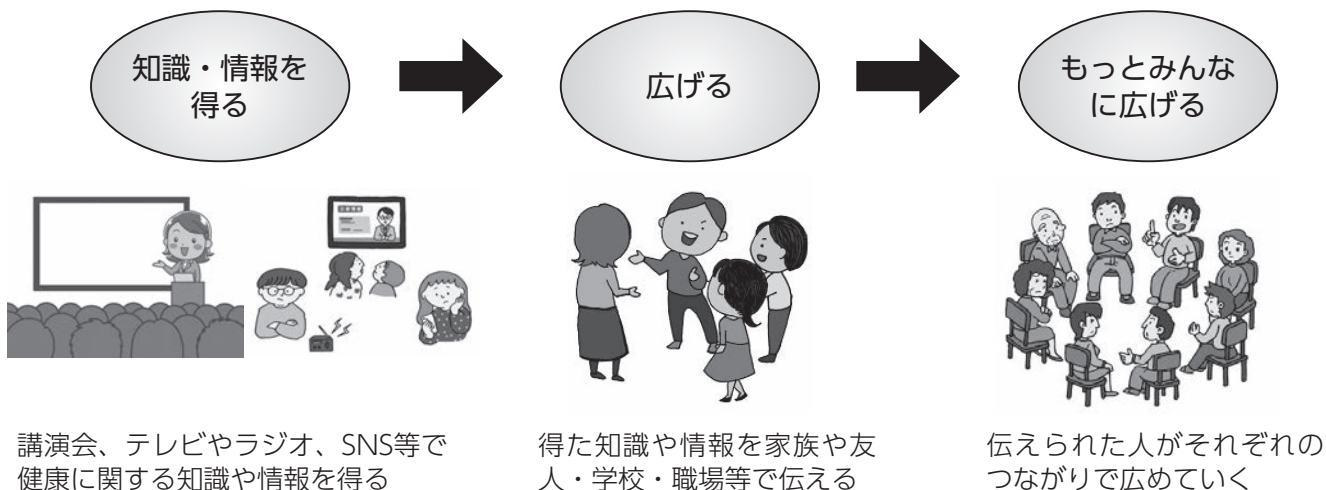


なないろプラン推進キャラクター
ななぽてくん

「長く・太く・粘り強く！」を
モットーに人々の健康を守る妖精。
長寿になる7つの秘訣をみんなに
伝えるために日々奮闘している。
モチーフは長芋。

健康づくりは町民が主役です！！みんなで広げよう健康づくりの輪

地域に健康づくりの輪を広げていくためには、学校、家族、隣近所、町内会、クラブ活動などの「つながり」が大きな役割を果たします。



「町長の健康づくり」 ななぼてくんが町長にインタビューしました

健康の秘訣は何ですか？

早寝・早起き！！です。22時頃に就寝し、朝は6時前に起床しています。しっかり睡眠をとることで元気に1日を過ごすことができています。

また、いつも笑って笑顔で明るく過ごすこと！！これが一番の健康の秘訣ですね。



健康のために取り組んでいることはありますか？

時間がなくてあまりできていませんが、趣味のゴルフですかね。ゴルフをしながら歩いたり体を動かすことが体力づくりにもなっていると思います。

健康のためにこれからチャレンジしてみたいことはありますか？

お酒を控えめにするのと、ウォーキングをはじめてみたいと思っています。これからは健康をもっと意識して取り組んでいきたいと思っています。

町民へのメッセージをお願いします



とにかく健康が一番です。健康でなければ何もできません。
健診を受けて、食事もしっかりと摂り、笑顔で明るく元気に、みんなで健康になりましょう！！

【問い合わせ先】 保健福祉課

☎68-4631

葬儀専門式場
JA葬祭

セレモニーホール あぐり

もしもの時、葬儀のご相談は
「24時間・365日受付」
☎0175-65-5055

ホームページ
QRコード

遺体安置・家族葬用施設完備

東北町柳沢55-10

ありがとうの想いを込めて・・・大切な人を心で送りたい
あぐりサービス株式会社

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

「お茶のみ処」（認知症ケアカフェ）を開催しています

認知症ケアカフェとは『さまざまな人が交流を深めることができる場』です。オランダのアルツハイマーカフェから始まり世界に広がりました。

町では、認知症の人、その家族、そして、すべての町民、介護に携わる専門職（支援者）が気軽に集えて元気になる居場所として「お茶のみ処」（認知症ケアカフェ）を開催しています。皆さん、お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。



【会場と日時】

会 場	時 間	7 月	9 月
スーパーカケモ七戸店（店舗正面自動販売機周辺）	10：00	4 日（金）	12 日（金）
天間林郵便局（玄関前）	11：30	18 日（金）	26 日（金）



【「お茶のみ処」（認知症ケアカフェ）ではどんなことをするの？】

みなでお茶をのみながら、おしゃべりを楽しむ等、自由なコミュニケーションの場です。

【知ろう・語ろう・相談しよう】

どなたでも気軽に参加でき、参加費は無料、申込不要です。お茶をのみながら交流してみませんか。介護や認知症に関する相談もできます。ぜひご利用ください。

問合せ先 介護高齢課（地域包括支援センター） ☎68-3500

自動車税種別割のグリーン化特例について

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

問合せ先 上北県税事務所 納税管理課
☎22-8111

戸籍に氏名のフリガナが記載されます

令和7年5月26日以降、本籍地の市区町村長から、住民票の情報を基にして作られた戸籍に記載される予定の氏名のフリガナが郵送で通知されます。

本籍地が七戸町の方は、令和7年8月発送予定です。通知書に記載されたフリガナを確認して、誤っている場合は届出をしてください。

正しいフリガナが通知された場合は、令和8年5月26日以降、そのまま戸籍に記載されます。

詳細は、法務省ホームページをご覧ください。

問合せ先 法務省コールセンター
☎0570-05-0310
町民課 ☎68-2112

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年の七戸町のペンキ屋さんです。
雪の多い冬で屋根も外壁も傷んでいませんか？
塗り替えはぜひ当社にご相談下さい。
お見積り無料！広報を見たとお伝え下さい！

ひだまり治療院

— 営 業 時 間 —

月曜日・水曜日・金曜日

昼1時～夜7時

火曜日・木曜日・土曜日・日曜日・祝祭日

朝9時～夜7時

場 所 七戸町字森ノ上111番地2

協和団地2-1号

連絡先 0176-58-0837

080-1803-8815

よろしくお願いします

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。



トラブル例1 警察を名乗る電話に注意！

警察を名乗る電話があり「あなたの銀行口座が資金洗浄に使われている。すでに逮捕した犯人があなたと共謀していると言っている。LINEのビデオ通話なら出頭せずに済む」などと言われて、ビデオ通話に誘導され、警察手帳を見せられた。その後相手の指示に従い、住所や銀行口座等を伝え運転免許証を提示した。長時間通話が続き、金銭を振り込むように言われたところで、不審に思い電話を切った。個人情報の悪用が心配だ。



アドバイス

- 警察署で使われることの多い下4桁が「0110」の電話番号を表示したり、LINEのビデオ通話に誘導し警察手帳を見せたりして消費者を信用させ、個人情報を聞きだしたり、捜査の一環として金銭を振り込ませたりする手口です。
- 警察がLINEのメッセージやビデオ通話等で連絡を取ることはありません。
- 警察からと思われる番号でも、所属や担当者名等を聞いたうえでいったん電話を切り、警察署の連絡先を自分で調べて相談しましょう。
- 簡単に信用せず、絶対に相手に個人情報を伝えないでください。
- 心配なときは、お住いの自治体の消費生活センターや警察にご相談ください。

トラブル例2 マルチ商法に注意！



先輩から投資の勉強を勧められ、銀行から借金して50万円以上もするFX投資の教材を購入し、その後投資を始めた。

最初は順調に利益を上げたが、しばらくするとマイナスに転じた。

「教材を購入して投資を始める人を紹介すると報酬がもらえる」と先輩に言われたため、何人かの友人を紹介し、お金のない友人のために、教材代金を肩代わりした。

アドバイス

- 「儲かる」と誘われても、安易に信用せず、冷静に判断しましょう。
- 友人・知人からの勧誘でも、契約したくなければ、きっぱりと断りましょう。
- 「人を紹介すれば報酬を得られる」「簡単に稼げる」といった説明をうのみにせず、事業者の実態や仕組みがわからない儲け話には、関わらないようにしましょう。
- 投資にはリスクがあるため、余裕資金（借金はいらない）で行いましょう。

＼ 地元で働こう！ ／

【2026年7月 新工場稼働予定】

六戸町 金矢工業団地に冷凍長芋の新工場！

冷凍とろろ製造スタッフ 大募集

mf 大地の恵みを食卓に
マルコフーズ株式会社



☎ 048-587-1200 🌐 www.maruko-f.co.jp

物価高騰に対する支援について

生活応援商品券交付事業

問合せ先 (商品券の発送について) 総務課 ☎68-2111
(商品券の使用について) 商工観光課 ☎62-2137

物価高騰の影響を受けている町民の家計を支援するため、町民全員に対して**生活応援商品券**を交付します。

対象者 令和7年6月1日現在の七戸町住民基本台帳登録者

商品券 対象者1人あたり5千円分(1冊 500円×10枚綴)

その他 商品券は6月下旬から順次発送します。

商品券は対面での交付となりますので、在宅の状況により引渡日が遅れる場合もあります。
なお、商品券は届いた日からすぐに使えます。

使用期限 令和7年9月30日(火)まで

【事業者の皆様へ】

新規の登録事業者を募集しています。詳しくは、七戸町商工会(☎62-2521)へお問い合わせください。

ありがとうございます！みなさまからの「ふるさと納税」

令和6年度に、全国から七戸町へ寄せられたふるさと納税寄附金は**16,918件**で **182,041,100円**となりました。寄附者様からのご指定先は以下のとおりとなります。

①快適で彩りあふれるまちづくり【都市基盤の整備】	6,226件	66,697,500円
②活力のある産業のまちづくり【産業の振興】	1,958件	23,561,000円
③心豊かに安心して暮らせるまちづくり【健康・福祉の充実】	2,111件	20,559,100円
④自然と調和のとれた快適なまちづくり【生活環境の保全と整備】	1,483件	14,876,000円
⑤豊かな心と文化を育むまちづくり【教育・文化の充実】	4,453件	47,538,500円
⑥人や地域のつながりが広がるまちづくり【連携・交流の推進】	159件	1,609,500円
⑦持続可能なまちづくり【行政参加と行財政改革】	502件	6,192,500円
⑧その他のまちづくり	26件	1,007,000円

また、令和6年度中に七戸町にふるさと納税をして頂いた方をご紹介します。

鈴木健介様 田沼良一様 石井秀幸様 大久保義人様 原田純太郎様 盛田教夫様

※寄附して頂いた方で、氏名公開をご承諾して頂いた方のみ掲載しております。

本当にありがとうございました

令和8年 七戸町二十歳のつどい 開催のお知らせ

開催月日 令和8年1月11日(日)

場 所 七戸中央公民館

対象者 平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの七戸町在住者および在住したことのある方

※町内中学校卒業生、町内在住の方には11月中にご案内します。

その他の出席希望の方は、お手数ですが七戸中央公民館までご連絡ください。

二十歳のつどい実行委員の募集！

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

対象者 今年度または来年度に20歳を迎える方(平成17年4月2日～平成19年4月1日生まれ)

申込方法 電話またはFAXで①氏名／②住所／③電話番号／④生年月日をご連絡ください。

申込締切 7月25日(金)

問合せ先 七戸中央公民館 ☎68-2920

戦没者等のご遺族の皆さまへ 第12回特別弔慰金について

今日の日本の平和と繁栄の礎となった戦没者等の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔慰の意を表すため、そのご遺族に国が特別弔慰金（記名国債）を支給します。

請求期間 令和10年3月31日まで

請求先 請求されるご遺族の住民票がある市町村

支給対象者 令和7年4月1日（基準日）時点で「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受け取る方がいない場合、次の優先順位により、**ご遺族お一人のみ**に支給します。

1. 令和7年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
2. 戦没者等の子（戦没者等の死亡当時の胎児を含む）
3. 戦没者等の ①父母 ②孫 ③祖父母 ④兄弟姉妹
※戦没者等の死亡当時の生計関係の有無などにより順位が入れ替わります。
4. 上記1～3以外の戦没者等の三親等内の親族（甥、姪等）
※戦没者等の死亡時まで、引き続き1年以上生計関係を有していた方に限ります。
※戦没者等の葬儀を行ったかどうかによって順位が入れ替わります。

支給内容 額面27.5万円、5年償還の記名国債

※令和8年4月15日から毎年4月15日以降に1回5.5万円ずつのお支払いを受けることができます。

必要書類 ①請求書（介護高齢課窓口にあります）

②請求者の本人確認書類（免許証、マイナンバーカード、介護保険被保険者証、運転履歴証明書、年金手帳等）

③請求者の戸籍抄本（発行日が令和7年4月1日以降のもの）

～代理人が手続きされる場合は、下記④、⑤の書類も必要となります～

④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）

⑤委任状（介護高齢課窓口にあります。また、七戸町ウェブサイト<https://www.town.shichinohe.lg.jp>にも様式がありますのでご活用ください。）

※上記①～⑤以外にも申立書等の書類が必要な場合がごございますので詳細は介護高齢課までお問合せください。

留意事項 特別弔慰金は、ご遺族を代表するお一人が受け取るものです。ご遺族間の調整は、記名国債を受け取った方が責任をもって行うこととなります。

Q&A

Q1 前回弔慰金を受給していた方が、今回請求をしないまま亡くなった場合は？

→A1 前回受給者と同順位のご遺族、同順位者がいない場合は次順位のご遺族と、優先順位に則って、受給資格のあるご遺族の方の請求が可能です。

Q2 前回受給者が亡くなったのは、つい最近（令和7年4月1日以降）です・・・。

→A2 その法定相続人が今回に限り特別弔慰金の請求をすることも可能です。

Q3 受給資格者は体調が悪く請求手続きができません。どうしたら？

→A3 委任を受けた代理人による請求手続きが可能です。特別弔慰金委任状（様式有）が必要ですので、まずは介護高齢課までお問い合わせください。

請求窓口・問合せ先 介護高齢課（天間林保健センター内） ☎68-3500

JA十和田おいらせグループ

新葬祭ホール まごころホール 七戸

（七戸町字笹田川久保 54-8）

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 葬協同サービス

☎0176(21)1500

十和田市西十三番町4-33

国道4号線 笹田川久保交差点そば

まごころホールしちのへ

検索

後期高齢者医療被保険者の皆さまへ

令和7年度の保険料

令和7年度保険料について

均等割額
[被保険者全員が納める額]
46,800円

+

所得割額(所得に応じて納める額)
基礎控除後の所得(※1)×9.90%

=

保険料
(限度額80万円)

※1 前年の総所得金額等から基礎控除額(43万円)を差し引いた額
令和7年度の保険料は、町民課から7月中に送付する「保険料額決定通知書」でご確認ください。

令和7年度保険料の軽減措置について

◆所得が低い方の軽減

同一世帯内の所得水準に応じて、均等割額の軽減が受けられます。令和7年度は次のとおりとなります。

世帯の所得額の合計	軽減割合
43万円+10万円×(給与所得者等(※2)の数-1)以下の世帯	7割
43万円+(30.5万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等(※2)の数-1)以下の世帯	5割
43万円+(56万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等(※2)の数-1)以下の世帯	2割

※2 給与所得者等(給与所得を有する者、または公的年金等に係る所得を有する者が2人以上いる世帯に適用)

◆被用者保険(※3)の被扶養者であった方の軽減

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

※3 被用者保険とは、全国健康保険協会管掌健康保険、船員保険、健康保険組合、共済組合などです。

保険料の減免等について

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等が認められることがありますので、町民課へお早めにご相談ください。

問合せ先 青森県後期高齢者医療広域連合 017-721-3821
町民課 68-2112

国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入している方へ

8月からはマイナ保険証か資格確認書で医療機関等にて受付をしてください。7月下旬に「資格確認書」か「資格情報のお知らせ」を送付します。お手元に届く書類は、以下をご参照ください。

後期高齢者の方	全員に資格確認書が交付されます。	
国民健康保険の方	マイナ保険証をお持ちの方	資格情報のお知らせ*が交付されます。マイナ保険証で受付してください。
	マイナ保険証をお持ちでない方	資格確認書が交付されます。

※資格情報のお知らせだけでは受付できません。ご高齢の方や障がいのある方など、マイナ保険証の利用が困難な方は、申請すれば資格確認書が交付されます。町民課までご相談ください。

問合せ先 町民課 68-2112

中部上北広域事業組合職員募集

- 募集人員** (1)一般行政職（高等学校卒業程度） 若干名
(2)消防職（高等学校卒業程度） 若干名
- 受験資格** 詳細については、職員募集要項をご覧ください
- 受付期間** 7月1日(火)から7月25日(金)まで ※当日消印有効
- 試験日** 一次試験：9月21日(日)
試験場所：七戸町（中部上北広域事業組合事務局内）
二次試験：一次試験合格者に通知します
- 申込手続** 職員募集要項および受験申込書の入手方法について
(1)中部上北広域事業組合事務局庶務課で直接入手
(2)中部上北広域事業組合ホームページで職員募集要項および受験申込書をダウンロード
※「中部上北広域事業組合」で検索してください
(3)郵送で請求する場合は、封筒の表に「受験申込書請求」と朱書きし、140円切手を貼った宛名明記の返信用封筒（角形2号）を同封のうえ、中部上北広域事業組合事務局庶務課へ請求してください

問合せ先 中部上北広域事業組合 事務局庶務課 ☎62-5151

上北地方教育・福祉事務組合職員募集

- 募集人員** (1)一般行政職（高等学校卒業程度） 若干名
(2)一般行政職（保育士資格を有する方） 若干名
- 受験資格** 詳細については、職員募集要項をご覧ください
- 受付期間** 7月1日(火)から7月25日(金)まで ※当日消印有効
- 試験日** 一次試験：9月21日(日)
試験場所：七戸町（上北地方教育・福祉事務組合事務局内）
二次試験：一次試験合格者に通知します
- 申込手続** 職員募集要項および受験申込書の入手方法について
(1)上北地方教育・福祉事務組合事務局庶務課で直接入手
(2)上北地方教育・福祉事務組合ホームページで職員募集要項および受験申込書をダウンロード
※「上北地方教育・福祉事務組合」で検索してください
(3)郵送で請求する場合は、封筒の表に「受験申込書請求」と朱書きし、140円切手を貼った宛名明記の返信用封筒（角形2号）を同封のうえ、上北地方教育・福祉事務組合事務局庶務課へ請求してください

問合せ先 上北地方教育・福祉事務組合 事務局庶務課 ☎62-5154

中部上北広域事業組合議会

◎令和7年第1回臨時会

令和7年第1回臨時会が5月9日に開催され、管理者から2議案、2報告の提案理由説明が行われました。

議案審議により、全案件が原案のとおり可決、承認されました。

審議された議案につきましては、中部上北広域事業組合ホームページをご覧ください。

新着図書情報

■7月の休館日…17日(木)、21日(月)
新着図書の検索はこちら
<https://town.shichinohe.lg.jp>



(七戸中央図書館)
☎62-2119

(七戸中央公民館図書室)
☎68-2920

彼女たちの牙と舌



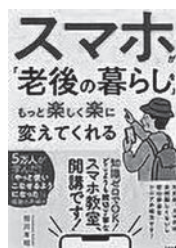
／矢樹 純(著)
年代も仕事も家庭環境も異なる母親4人が出会ったのは、進学塾の保護者説明会だった。それをきっかけに定期的に集うようになるが、ある日、詐欺事件に巻き込まれ…。

温泉小説



／朝比奈 あすか(著)
年齢も性別も境遇も違う主人公たちが、思い惑い人生の苦しみを抱えながら温泉地へと向かう。その湯は強ばった心さえ解く力がある…。幸せな孤独と満ち足りた解放を紡ぐ6つの温泉旅。『小説宝石』掲載他を加筆。

スマホが「老後の暮らし」をもっと楽しく楽にかえてくれる



／恒川 年昭(著)
スマホは安心安全なシニアの味方！スマホの知識がゼロの人でも使いこなせるよう、本当に必要な電話・LINE・写真・検索・地図の5つの機能にしぼり、イラストを交えて丁寧に解説する。

捨てて、やめてラクになる私らしい「持たない暮らし」



／HAPPY MINIMALIST LIFE
ファッション、インテリア、家具、家計、考え方、人間関係……。人気ミニマリスト・インフルエンサーや料理家、スタイリストらの「持たない暮らし」のポリシーやその至るまでのストーリー、手放しの具体例を紹介する。

ハムスたんていとかいとうニャー



大塚 健太(作)／柴田 ケイコ(絵)
ある日、ハムスたんていのところへ、かいとうニャーから挑戦状が届いた。「ひまわりのたねはいただいた!にやぞにやぞ全問正解できたら返してあげるにや!」ハムスたんていは、ひまわりのたねを無事取り返せるのか?

セラピー犬ジョン



／今西 乃子(著)
黒いラブラドル・レトリバーのジョンは、セラピー犬。こども病院に通うジョンのお仕事は、みんなに「元気になる薬」を届けることで……。ジョンと、ジョンが出会ってきた人たちの、本当にあったお話。

文芸欄

〈俳句〉

七戸俳句会

風に立つ眼鏡き羽拔鳥
高井 ユカ

セラピーの森林浴やほととぎす
森野 弘美

植田から笑ひ声たつ良き日和
工藤 敦子

山間の恋の季節やほととぎす
天間 スエ

時鳥それでいいのと我に問ふ
高田 亮子

ぎす鳴くや迷路の多き城下町
川村亜輝子

ともかくも会へる喜び髪洗ふ
高田美津子

〈短歌〉

七戸群青短歌会

はつ鳴きが今年はまだかと耳そばだて
晴天の日に狭庭辺に佇つ
橋本都志子

ソックスの脚より冷えを感じつつ
春まだ残き城跡に立つ
大串 靖子

カーネーション心と心すれ違ふ
小さな胸を痛めてないか
市ノ渡つま子

湖に深呼吸するとう琵琶湖
マガモの群れが波にたゆたう
水尻智代子

てんまはやし短歌会

永年の母を支へた杖たちに
庭の花ばなの花輪を供ふ
原 信子

かの方の歌碑のかたへに君植ゑし
スズランは今楚々と咲き香る
高田 洋子

トンネルを抜ければ顔も煤だらけ
復興最中の修学旅行は
吟崎アイ子

カタカゴも菊咲一華も早見ごろ
小舟に揺られて渡る(湯ノ島)は
佐藤 悠一

町営住宅入居者を募集します

募集住宅（7月）

○七戸地区：倉越団地（2戸）

○天間林地区：長下団地（1戸）・ニツ森団地（2戸）・花松団地（3戸）

※申し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、毎月広報及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 申し込み日より1カ月前後

敷金 入居家賃3カ月分

選考方法 審査のうえ決定

入居者資格 ①現に住宅に困窮していること

②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。また、所得によっては上記の家賃より高くなる場合がありますのでご了承ください。

③連帯保証人がいること

④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 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

青の煌めきあおもり国スポ七戸町弁当調製施設を募集します

青の煌めきあおもり国スポ七戸町実行委員会では、青の煌めきあおもり国スポの七戸町開催剣道競技会（全種別）に参加する選手・監督、役員等に幹旋または支給する弁当を調達するため、弁当調製施設を募集します。詳しく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確認ください。

<https://2026kokusupo.town.shichinohe.lg.jp>



借金に関する相談窓口

相談員が借金の状況などをお伺いし、必要に応じて弁護士等に引継ぎを行います。一人で悩まず、ご相談ください。秘密厳守・無料です。

受付時間 月～金（祝日・年末年始を除く）

8：30～12：00／13：00～16：30

相談専用電話番号 ☎017-774-6488

問合せ先 東北財務局青森財務事務所 理財課

☎017-722-1463

暮らしの相談会

家族関係、相続、土地・建物、金銭・借金の悩みごとなどご相談ください。

相談は無料です。必ず電話予約をしてご利用ください。

日時 7月30日(水) 10：00～12：00

※相談時間は1人30分程度

場所 中央公民館 1階 集会室

問合せ先 弁護士法人青空と大地

☎21-5162

上十三・十和田湖広域定住自立圏 婚活イベント クルーズ婚活「Voyage of LOVE 2025」 ～夕暮れの十和田湖で、ロマンチックなクルージング婚活を～

夕日が沈む十和田湖の上で、素敵な出会いを探してみませんか？

MC（エフエム青森「金曜ラジmo t t !」パーソナリティー：d-iZe / 里村好美）による、イベント開始前の男女別コミュニケーションレクチャーや、イベント中の交流サポートもあります。婚活イベントへの参加が初めての方や交流が不安な方なども奮ってご参加ください。

日 時 7月19日(土) 17:00～20:00（受付：16:30～）

場 所 十和田湖観光交流センターぷらっと（十和田市奥瀬字十和田湖畔休屋486）・十和田湖遊覧船
対 象 20歳以上の独身の人（学生は除く）

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

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

定 員 男女各20人（申込多数の場合は抽選とします）

参 加 費 男性3,000円・女性1,000円

申込期間 6月4日(水)～7月9日(水)

運 営 (株)エフエム青森 八戸支局

問合せ先 十和田市政策財政課 ☎51-6712

※詳しい内容や申し込み方法については、二次元バーコードからご覧ください。



第22回フォトしちのへ写真展

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「音」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 7月4日(金)～7月6日(日)

10:00～17:00

最終日は15:00まで

会 場 柏葉館 多目的ホール（入場無料）

問合せ先 フォトしちのへ事務局 金見

☎090-3756-8672

3 B 体操地域交流会

一般参加募集

日 時 7月12日(土) 10:30～12:00

会 場 七戸町総合アリーナ(多目的ホール)

持ちもの 運動靴、飲料水

参 加 費 無料

3 B 体操は用具を使って男女、年齢問わずどなたでも出来る楽しい体操です。たくさんの参加お待ちしております。

問合せ・ (公社)日本3 B 体操協会

申し込み先 田島恭子 ☎090-9037-6558

やってみようスポーツ!!

⚽ウォーキングフットボールに挑戦
参加者募集の案内について

日 程 7月12日(土)、8月16日(土)
9月20日(土)

時 間 17:00～19:00

場 所 七戸町総合アリーナ

内 容 歩きながら行うサッカーゲームです。
当日に集まったメンバーで試合を行います。

どなたでも気軽に参加できます。

そ の 他 運動のできる服装、シューズを準備して下さい

申 込 不要

参 加 料 無料

問合せ先 七戸サッカー協会 田中

☎090-2368-8787

なつのおはなし会 開催のお知らせ

小さいお子さんから楽しめるおはなし会を開催します。大型絵本や紙しばいなど、のんびりと楽しみませんか。どなたでも参加できます。参加申し込みは不要です。

日 時 7月27日(日) 10:30～12:00

場 所 七戸南公民館 集会室

主 催 図書ボランティア「おはなしのへや」

問合せ先 七戸中央図書館 ☎62-2119

『太陽光パネル・蓄電池』の共同購入 参加者募集中！



みんなの
おうちに
太陽光

太陽光パネルの設置が「電気代の大幅な節約」に繋がることをご存じでしょうか？

青森県では、太陽光パネル・蓄電池の共同購入事業を実施中です。みんなで集まって生まれる大きな購買力を活かして、安心でおトクに購入する機会をご提供する事業です。数分で完了する無料の参加登録を行うことで、ご自宅に設置した場合の費用を確認することができます。ぜひ、お気軽にご参加ください。

登録は3分！
わかる範囲でOK！

参加登録から設置までの流れ



参加登録期限 8月27日(水)

問合せ先 みんなのおうちに太陽光事務局
☎0120-698-300 (固定電話・携帯電話)

受付時間 10:00~18:00 (土・日・祝日を除く)

参加登録・詳しい情報は事業サイトからご確認ください

青森県 みんなのおうちに太陽光

検索

<https://group-buy.jp/solar/aomori/home>

太陽光パネル・蓄電池の共同購入事業は、七戸町再生可能エネルギー設備導入事業を併用できます。

- ・太陽光発電設備 (上限15万円)
- ・蓄電池 (上限10万円) など

補助金に関する問合せ先 企画調整課 ☎68-2940



ニツ森貝塚ふれあいまつり 開催のお知らせ

ニツ森貝塚館を主会場に、縄文文化が身近に感じられるイベントを開催します。

体験講座、貝塚ガイド、飲食店コーナーをはじめ、今年は弘前大学による新たな展示コーナーの解説、ニジマス・ホタテ釣り、縄文ピザ試食会などが行われます。先着100名限定の来場者プレゼントもご用意しています。ぜひお越しください。

日時 7月27日(日) 10:00~15:00

場所 ニツ森貝塚館

- 内容
- ①体験講座 (弓矢体験・火おこし体験・まが玉づくり・貝がらフォトフレームづくり等)
 - ②弘前大学による展示解説
 - ③ガイドの会、ジュニアガイドによるガイド (ニツ森貝塚館・ニツ森貝塚史跡公園)
 - ④ニジマス・ホタテ釣り・縄文ピザ試食会
 - ⑤飲食店コーナー (軽食・飲み物等)

問合せ先 生涯学習課
☎62-9702



体験講座の様子

苔テラリウム講座を開催します

苔テラリウムは、ガラスなどの容器の中に苔を植え、ミニチュアの自然風景を再現する園芸手法です。

今回は、ガラス容器に苔をメインに、小さい縄文フィギュア等を配置して、手のひらサイズの小さな縄文風景を作ります。

初心者でも手軽に楽しむことができます。

日時 7月20日(日)
①10:30 ②13:00

講座時間 60分から90分

会場 二ツ森貝塚館
講師 苔工房・津軽moss
秋元 稔 先生

参加料 2,000円
対象 概ね小学校高学年以上 (細く尖った道具を使用するため)

募集人数 各回15名程で定員になり次第締め切ります。

問合せ・申込み先

二ツ森貝塚館
☎68-2612



令和7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
一般幹部候補生	令和7年4月1日現在22歳以上26歳未満の方 (修士課程修了者は28歳未満の方)	陸上・海上自衛隊 9月1日～9月26日 航空自衛隊 9月8日～9月26日	<1次試験>10月11日 <2次試験>11月15日～18日※	[初任給] 大学修了者以外 月額：273,600円 大学修了者 月額：287,600円 大学院修了者 月額：290,400円	別途連絡します。
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1日～10月10日 (陸上・航空のみ)	陸上自衛隊 11月1日 航空自衛隊 11月4日～11月6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。	
航空学生	海：18歳以上23歳未満の方(高卒者(見込含))又は高専3 年次修了者(見込含)) 空：18歳以上24歳未満の方(高卒者(見込含))又は高専3 年次修了者(見込含))	7月1日～8月29日	<1次試験>9月20日及び9月27日 <2次試験>10月16日～23日 <3次試験> 海：11月21日～12月17日※ 空：11月15日～12月18日※	[初任給] 月額：224,600円(高卒) 月額：239,600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2日	<1次試験>9月13日～21日※ <2次試験>10月11日～26日※		
自衛官候補生(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)又は高専3年次修了者(見込含)	7月1日～10月16日	<1次試験>11月1日 <2次試験>11月29日～12月3日		
防衛医科大学校 医科学学生	18歳以上21歳未満の方 高卒者(見込含)又は高専3年次修了者(見込含)	7月1日～10月8日	<1次試験>10月25日 <2次試験>12月17日～19日	[初任給] 月額：151,300円	
防衛医科大学校 看護科学学生 (自衛官候補看護学生)		7月1日～10月3日	<1次試験>10月18日 <2次試験>12月6日・7日		
自衛隊奨学生	技術 大学の理学部・工学部※3の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3日～10月10日	11月8日・9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。) 一般 18歳以上52歳未満の方	5月24日～9月11日	9月13日～10月29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	

※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7年1月現在のものです(貸費学生については令和5年4月)。
〒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



ニツ森貝塚キャラクター
しえり～ぬ

しえり～ぬのまちめぐりミュージアム 特別編

「ニツ森貝塚の発掘調査について」

今回は7月13日に行われる世界文化遺産登録4周年記念講座の開催に合わせた特別編として、昭和37年・50年に行われたニツ森貝塚の発掘調査についてご紹介します。

ニツ森貝塚の存在が国内に知られるようになったのは、明治20年に日本初の考古学機関誌である『東京人類学会報告』に掲載されたことから始まります。その後、国内の考古学研究者らによってニツ森貝塚の発掘調査が行われるようになりました。

昭和37年に青森県教育委員会、昭和50年に天間林村教育委員会によって発掘調査が行われました。いずれも道路改良工事などを理由とした緊急発掘調査で、どちらの調査も弘前大学との共同研究として実施されました。昭和37年の調査では、2か所の貝塚が調査され、ニツ森貝塚を代表する出土品である「鹿角製櫛」や人骨などが発見されました。昭和50年の調査では骨角器をはじめ、大量の資料が発見されました。しかし、それらの出土資料は整理されないまま残されていました。今後、これらの資料を適切に整理・報告することで、貝塚に関する新たな発見や評価が期待されます。そこで、現在、七戸町と弘前大学では共同研究「史跡ニツ森貝塚出土資料の研究」を行っています。

講座「ニツ森貝塚の発掘の歴史 その学術的評価をさぐる」では昭和37年・50年に行われた発掘調査資料を限定公開し、共同研究からわかったニツ森貝塚の価値や魅力を講師からお伝えしますので、お誘いあわせのうえぜひお越しください。



▲鹿角製櫛発見の様子

あおもりウィメンズアカデミー地域女性リーダーコース受講生募集

地域で何か活動してみたい！自分の強みを活かしたい！
そんな想いを実現するための力を身につけませんか？

会 場：天間林保健センター

募集人数：10名程度

対 象：県内在住の女性(18歳以上)で地域活動に興味のある方、基本全5回の講義に参加できる方

受 講 料：無料

託 児：無料（要予約）

※1歳半～未就学児まで

申込方法：二次元バーコードまたは、受講申込書を青森県男女共同参画センターへ郵送またはFAXで提出
※申込書は企画調整課で配布、または青森県男女共同参画センターホームページでダウンロード可能です。

申込期限：7月15日(火)まで

問合せ先 企画調整課

☎68-2940

青森県男女共同参画センター

☎017-732-1085



日時・講座内容		
第1回	7月25日(金) (13:00~16:00)	開講式/公開講座/chat GPT 使いこなし活用術/男女共同参画講座
第2回	8月12日(火) (13:00~16:00)	地域課題のリサーチ講座
第3回	9月19日(金) (13:00~16:00)	地域課題の解決策を考える
第4回	10月3日(金) (13:00~16:00)	地域課題解決策の発表準備
第5回	11月28日(金) (13:00~15:30)	地域課題の解決策発表会/ 修了式/交流会

しちのへナニャドヤラ 盆踊り大会出場チーム募集

日 時 令和7年8月16日(土) 16:30~予定

場 所 七戸中央公園「野外ステージ」

賞 金 最優秀賞 5万円 ・ 優秀賞 4万円 ・ 奨励賞 3万円
参加奨励賞 2万円（上記入賞チームを除く）

チーム数 チーム数は、申し込み順に10チーム以内とし、町外からの参加チームは3チーム以内とする。

但し、町内から参加団体が7チームに満たない場合には、10チームまでの範囲で町外からの参加団体の増を認める。

※参加申込書及び大会要項は、下記申し込み先までお願いします。

申込締切 7月11日(金)

申込み先 しちのへナニャドヤラ盆踊り大会実行委員会事務局（七戸町天間林商工会内）

☎68-2189

中高年のための「再就職支援セミナー」開催

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

参加費無料（定員先着20名）

会場・開催日

青森会場 7月24日(木) リンクモア平安閣市民ホール 会議室 1

弘前会場 7月25日(金) 弘前市民会館 第1小会議室

八戸会場 7月29日(火) 友の会福祉会館 2F第1会議室

時 間 13:30~15:30

セミナー終了後希望者個別相談 ~17:00

※当セミナーは雇用保険受給資格者の求職活動として認められます。

申込み先 ネクストキャリアセンターあおもり

☎017-723-6350 ✉chuukounen@ims-hirosaki.com

令和7年7月7日記念！！ 七戸城御城印特別デザインの 販売について

七戸の「7」にちなんで令和7年7月7日の日付が入った特別デザインの御城印を販売いたします。数量限定の大変貴重なものとなっておりますのでこの機会にぜひご購入ください。



写真はイメージです。
変更される可能性があります。

【販売について】

枚 数 限定77枚

期 間 令和7年7月4日(金)
~令和7年7月13日(日)

※なくなり次第終了

場 所 七戸町観光交流センター
(七戸町字荒熊内207)

時 間 9:00~17:30

金 額 300円(税込)

「七戸町文化ガイドの会」 活動終了のお知らせ

この度、地域の皆さまに支えられ地域の歴史、文化を広める活動をおこなってきた「七戸町文化ガイドの会」は令和7年6月をもって活動を終えることとなりました。これまでの多大なるご支援に厚く感謝申し上げます。

平成12年の発足以来、町の歴史や文化をより深く知ってもらうために個人・団体へのガイドのほか、小学生を対象とした文化財と史跡を案内する「七戸町歴史名所巡りガイド」や、町内小中学校の先生方が町内の歴史を学ぶ「ふるさと研修」を通じて地域理解と郷土愛を育むお手伝いをさせていただきました。

会の活動は終了となりますが、今後も町の魅力ある歴史や文化が、地域の宝として末永く受け継がれていくことを心より願っております。

七戸町文化ガイドの会

会長 濱中 桂子

国民年金保険料の免除等の申請について

国民年金保険料をお支払いしていないと、将来、年金を貰えなくなる場合があります。

国民年金では、失業や所得の減少等の理由により、保険料のお支払いが難しい場合は、保険料の免除・猶予制度があります。申請時点から2年1カ月前は申請可能です。

また、国民年金第1号被保険者が妊娠された場合は、出産予定日の前月から4か月間の年金保険料の免除制度があり「保険料が免除された期間」も納付したものとして取り扱われます。

マイナポータルからスマートフォンで簡単に申請ができます。申請方法につきましては二次元バーコードをご覧ください。

問合せ先

役場町民課
支所庶務課

青森年金事務所

☎68-2112

☎62-2111

☎017-734-7495



申請方法



マイナポータルは
こちら

八戸工科学院「オープンキャンパス2025」(要申込)

日時	7月26日(土) 13:00~15:30
場所	八戸工科学院
内容	▷訓練コース別の授業(実技)を在校生と一緒に体験できます。機械加工科【溶接と機械加工体験】、自動車整備科【エンジン組立体験】、総合設備科【蛇口交換作業体験】、スマートFA技術科【自動制御プログラミング体験】 ▷学院説明会(取得目標資格等) ▷関連企業PRブース見学 ▷施設見学
対象	高校生(保護者同伴可)
定員	各科定員20名



問合せ・申し込み先 八戸工科学院 担当 荒木田 ^{あらき だ} ☎0178-28-6811
 詳しくは二次元バーコードより、ホームページをご覧ください。

相続に関する講演会と相談会を開催します！

法務局職員による「相続登記の申請の義務化(令和6年4月1日スタート)」・「自筆証書遺言書保管制度」についての講演会と、法務局職員・司法書士・土地家屋調査士による相続に関する相談会を開催します。

開催日	7月27日(日)
時間	午前の部 10:00~12:00 (講演会及び相談会) 午後の部 13:00~16:00 (相談会) 最終の相談開始時刻(午後3時)
参加費	無料
場所	十和田奥入瀬合同庁舎(十和田市西二番町14-12) 講演会等に参加される方は、庁舎の駐車場をご利用ください。 ※参加に当たっては、講演会、相談会の双方共に「事前予約」が必要です(予約受付開始: 7月1日(火))

問合せ先 青森地方法務局十和田支局総務課 ☎23-2571

令和7年度青森県統計グラフコンクール作品募集

青森県では、統計の普及と表現技術の向上を図るため、毎年「青森県統計グラフコンクール」を実施しています。あなたの興味のある事柄について、データを集めグラフや絵などを組み合わせて、ポスター作品として表現してください。夏休みの自由研究や日頃気になるテーマを考える機会としても最適です。

応募資格	県内在住の小学生以上の方
応募締切	9月1日(月)
	※小・中学生は8月26日(火)まで
その他	詳細は青森県庁ウェブサイトをご確認ください。

青森県 統計グラフコンクール 🔍

問合せ先 青森県庁統計分析課管理・普及グループ ☎017-734-9164

相談窓口 行政・人権相談

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

総務課☎68-2111 庶務課☎62-2111

日時	7月9日(水) 16:00~19:00
場所	本庁舎2階 第1・第2会議室 七戸支所1階 相談室
相談員	行政相談委員、人権擁護委員

納期限のお知らせ

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

納期限日ならびに口座振替日

7月31日(木)

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



ぐるっとNAVI 上十三・十和田湖広域定住自立圏情報

十和田市

**称徳館特別展「妖怪ってなに？
～昔の絵から読みとくふしぎ～」**
日時：7月19日(土)～8月31日(日)
場所：十和田市馬事公苑称徳館
企画展示ホール
問合せ先
十和田市馬事公苑称徳館
☎0176-26-2100



小坂町

小坂七夕祭
日時：8月2日(土)～3日(日)
場所：明治百年通り(合同運行)
問合せ先
小坂町七夕祭振興会事務局
☎0186-29-2069



おいらせ町

おいらせ森の感謝祭
日時：7月12日(土)～13日(日)
場所：おいらせ町下田公園
周辺
問合せ先
森の感謝祭実行委員会事務局
(おいらせ町観光物産協
会・町商工観光課内)
☎0178-56-4703

六ヶ所村

野々村友紀子講演会
日時：7月19日(土)
14:00開場
14:30開演
場所：文化交流プラザスワニー
問合せ先
文化交流プラザスワニー
☎0175-72-3400



三沢市

三沢マーケットキャラバン
日時：7月20日(日)、9月28日(日)、
10月18日(土)～19日(日)
各日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



マーケットキャラバン
二次元バーコード



マーケットキャラバン
インスタ

**デビュー50周年記念
千住真理子の「四季」with N響
のメンバーによるアンサンブル**
日時：7月26日(土)
14:00開場・14:30開演
場所：文化交流プラザスワニー
問合せ先
文化交流プラザスワニー
☎0175-72-3400



**東北移住・つながり
大相談会2025開催！**
日時：7月13日(日) 11:00～16:30
場所：東京交通会館12階全室(東京都
千代田区有楽町2-10-1)
問合せ先
認定NPO法人ふるさと回帰支援センター
☎03-6273-4415
FAX: 03-6273-4404
HP: <http://www.furusatokaiki.net/>
担当課：政策調整課(内線532)



ろっかしよたのしむべ！夏
日時：7月19日(土)・20日(日)
10:00～15:00
場所：特産品販売所 六ヶ所館
問合せ先
一般社団法人
六ヶ所村観光協会
☎0175-71-3115



**生涯学習イベントきらきら
いふフェスティバル&健康
フェスタ&軽スポーツ**
日時：7月13日(日)
10:00～16:00
場所：文化交流プラザスワニー
問合せ先
六ヶ所村役場社会教育課
☎0175-72-8173



ヴァンラーレ八戸からのお知らせ

サッカーJ3ヴァンラーレ八戸では、7月26日の試合にて七戸町・野辺地町サクスデーを開催いたします。

サクスデーでは、七戸町民・野辺地町民先着300名を無料にてご招待いたします。この機会にぜひスタジアムにお越しください！

試合 2025明治安田J3リーグ第22節 ヴァンラーレ八戸 vs ガイナーレ鳥取

日時 7月26日(土) 18:30キックオフ

場所 プライフーズスタジアム

申し込み 右記二次元バーコードよりお申し込みください。

※申込締切：7月24日(木) 23:59

問合せ先 株式会社ヴァンラーレ八戸 ☎0178-38-6644



戸籍の窓口

5月・6月

お誕生おめでとう！

子ども

母親

住所

中野 琉生くん 香奈さん 荒熊内

お悔やみ申し上げます

長久保	長澤	高松	白石	荒屋	佐々木	木村	阿部	藤田	米澤	山本	石田
つた	たき	武康	ヒサ	尚子	恭子	幸太郎	清治	啓子	洋子	則子	明寛
わさん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん
94歳	87歳	82歳	93歳	62歳	85歳	75歳	77歳	83歳	100歳	86歳	61歳
貝塚	長沢	上野崎	道ノ上	舘野	荒熊内	七戸	貝ノ口	太田野	七戸	七戸	七戸

ローズカントリーフォトコンテスト2025開催



あなたの一枚が七戸町の魅力に！

東八甲田ローズカントリーのバラをテーマにしたフォトコンテストを開催中です。

スマホでも一眼でもOK！あなたが見つけた“バラの魅力”をぜひ写真で伝えてください。入賞者には町の特産品等をプレゼントします。

※2025年に撮影された、東八甲田ローズカントリー内の写真に限ります。

応募期間 2025年6月14日(土)～7月16日(水)まで

応募方法 Googleフォームから必要事項と写真を送信

※詳細は町HP・公式Instagramをご覧ください。

賞の一例：大賞・優秀賞・特別賞（数点）

※入賞作品は広報・町HP・公式Instagramで紹介予定です。

問合せ先 企画調整課 ☎68-2940



鷹山宇一記念美術館情報

■7月4日(金)まで展示替え休館

誕生50周年 ねずみくんのチョコッキ展 なかえよしを・上野紀子 想像力のおくりもの

【会 期】 7月5日(土)～8月24日(日)

※休館日/毎週月曜日及び7/22、8/12。但し7/21、8/11は開館

※入館時間/10:00～18:00（最終入館17:30）

【入館料】 一般1,200円、高校・大学300円、中学生以下無料

1974年、赤いチョコッキを着たちいさな主人公、ねずみくんが登場する絵本『ねずみくんのチョコッキ』が刊行されました。作家・なかえよしを、画家・上野紀子夫妻の共同作業によって生まれた絵本は、鉛筆で描かれたモノクロの絵と最小限の文章、余白を生かした美しい構図で注目を集めます。

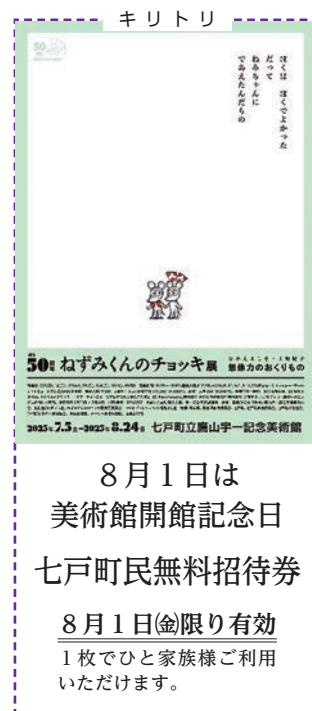
本展では、最新作を含むシリーズ全作品が集結し、原画やスケッチなど約200点を展示。夫妻が追求し続けてきた「想像すること」への長年の取り組みをご紹介します。なかえよしを・上野紀子が二人三脚で作りだした豊かで温かな世界を、ぜひお楽しみください！

入館料2割引きイベント

○7/11、18、25、8/1、8、15、22は「ふらっとフライデー！サマーナイトミュージアム」（20:00迄開館、最終入館19:30）17:30以降のご入館で2割引きいたします。

○「50才Anniversary」

ねずみくん誕生50周年にあわせて50歳の方は2割引きいたします。



8月1日は
美術館開館記念日

七戸町民無料招待券

8月1日(金)限り有効

1枚でひと家族様ご利用いただけます。

町の統計

令和7年6月1日現在

人口と世帯

男	6,652人(－4)	件数	2件(9件)〈±0〉	建物	0件(1件)〈±0〉
女	7,205人(－2)	傷者	2人(17人)〈－2〉	林野・その他	0件(2件)〈－1〉
計	13,857人(－6)	死者	0人(1人)〈±0〉		

世帯数 6776世帯(+1)

()内は前月比

()1月からの累計

〈 〉前年同月との累計比

交通事故

町内の火災

2026
SHICHINOHE

第80回国民スポーツ大会

剣道競技会
開催まであと

473日

※令和7年7月1日現在

