

広報
No.237

ひらかわ
HIRAKAWA





帰省客らを魅了

平川あどの祭りを開催

8月14日、市役所本庁舎前のふらっと広場に世界一の扇ねぶたをはじめとしたねぶた10台が集結しました。広場は飲食の出店でにぎわったほか、ステージでは、ライスパール、今千里さん、スイング・ハット・ジャズオーケストラが歌や演奏を披露しました。

夜には平賀郵便局から平賀駅前までのコースをねぶたが練り歩き、沿道の人たちを楽しませました。



平川市の農産物や食・物産品を楽しんで

ひらかわフェスタ 2025 を開催

8月30日・31日の2日間、ひらかドームで「ひらかわフェスタ」を開催しました。

当日は、「津軽の桃」をはじめ旬の農産物や物産品が販売されたほか、市産の食材をふんだんに使った人気の「ひらかわライスカレー」、今回初めての発売となった「米粉ピーチパイ」、「トマトシャーベット」の販売も行われ、多くの来場者で賑わいました。



楽しく英語を学ぼう

イングリッシュキャンプを実施

8月6日、市役所本庁舎で、英語を使ったアクティビティを体験しながらコミュニケーション能力を鍛えるイングリッシュキャンプを実施しました。

当日は、小学校5年生から中学校2年生までの児童生徒16人が参加し、オンライン上でミャンマーとインドネシアの人たちと英語で交流しました。児童らは、初めは緊張した様子でしたが、徐々に打ち解け、楽しみながら英語を学んでいました。



地域の皆で集まりにぎやかに

夏祭りが開催

8月6日に猿賀公園で行われた「おのえ夏まつり」では、悪天候により野外イベントは中止となりましたが、さるか荘でのステージ発表に大きな声援が送られました。8月17日に道の駅いかりがせきで行われた「夏のハロウィン in 碓ヶ関」では、仮装して盆踊りをするなど、地域の人々が一足早いハロウィンを楽しみました。8月30日にふらっと広場で行われた「ひらかわ音頭祭」では、旧平賀町、旧尾上町、旧碓ヶ関村それぞれの音頭に加えて、Asobo!Hirakawa と SNOWDOME PRODUCTION が共同制作した「ひらかわ音頭」が披露されました。



平賀地域



尾上地域



碓ヶ関地域

ひらかわPR大使

駒井蓮さんが1日警察署長に就任

8月5日、ひらかわPR大使の駒井蓮さんが黒石警察署の1日警察署長を務め、イオンタウン平賀でイベントに参加しました。

駒井さんは参加者に向けて特殊詐欺の手口に関する〇×クイズを出題し、詐欺被害防止を呼びかけました。クイズで勝ち残った参加者たちには駒井さんからサイン色紙が贈呈されました。



家庭教育講座を開催

「青森ワッツとLet'sダンス」を実施

8月17日、教育委員会と市連合PTAの共催で「青森ワッツとLet'sダンス」を文化センターで実施しました。

当日は、チアダンスの振り付けなどを担当するRUI氏が講師となり、参加者に向けてチアダンスの魅力や身体を動かす楽しさ、前向きな姿勢で取り組むことや、挑戦する気持ちの大切さなどを伝えました。参加者たちは最後にステージ上でパフォーマンスを披露し、笑顔を見せていました。



TOPICS 01

令和7年国勢調査が行われます

令和7年9月から、「国勢調査」が行われます。国勢調査は、令和7年10月1日現在で日本に住むすべての人と世帯を対象とする最も重要な統計調査であり、5年に一度実施されています。調査により、人口、世帯数、年齢別の人口構造が明らかとなり、国や地方公共団体の行政施策のほか様々な場面で調査結果が活用されています。

市内の全世帯が対象となり、9月20日から調査員がお伺いします。スマートフォン、パソコンによるインターネット回答も可能です。インターネットにより回答をいただいた世帯については、紙の調査票での回答が不要となりますのでぜひご活用ください。



調査の趣旨をご理解のうえ、回答へのご協力をよろしくお願いいたします。

国勢調査の詳細については、「国勢調査2025キャンペーンサイト」をご確認ください。

<https://www.kokusei2025.go.jp/>



【問合せ】 政策推進課 政策推進係 ☎55-5737（本庁舎3階21番窓口）

TOPICS 02

秋の狂犬病予防注射のお知らせ

生後91日以上飼育された犬は、狂犬病予防法に基づき居住する市町村に生涯1回の登録と年1回の狂犬病予防注射の接種が義務付けられています。

実施場所や日程は、登録犬の飼い主の方に9月中にお送りしたはがきにてお知らせしていますのでご確認ください。



料 金

予防注射のみの場合 1頭 3,600円

（内訳：注射料金3,050円 + 注射済票交付手数料550円）

- ・未登録の場合は登録料1頭3,000円が別途必要となります。（合計6,600円）
- ・動物病院で予防注射をした場合は市民課（本庁舎2階4番窓口）で注射済票交付申請をする必要があります。申請の際は注射済証と交付手数料550円が必要となります。

持ち物／注意事項

秋の狂犬病予防注射

実施のお知らせ（郵便はがき） + 左記料金

- ・未登録犬の場合は、はがきが送付されませんのでそのままお越しください。
- ・犬を飼う際は、市への登録が必要です。必ず届け出するようにお願いします。
- ・飼い犬が死亡されている場合は、電話などでお知らせください。

実施場所や日程は市ホームページから確認できます。



【問合せ】 市民課 生活環境係 ☎55-5892
（本庁舎2階4番窓口）

平川市LINE
公式アカウント
はしまってます！

友だち追加方法

- 1 LINEアプリを開く
- 2 画面左下の「ホーム」を押します
- 3 画面右上の「+」を押します
- 4 QRコードを押します
- 5 QRコードをカメラで読み取り、リンク先を開いて「追加」を押します

友だち追加
してね！



- 防災
- イベント
- 証明書の申請
- ごみの分別方法
- 学校給食の献立確認
- 集団検診申込み
- 熊情報の確認
- 戸籍関係証明書申請など

TOPICS 03

国民健康保険・後期高齢者医療保険にご加入のみなさまへ

●医療機関は適正に受診しましょう

過度な受診や薬の服用は、医療費が高額になったり、身体への負担がかかることにも繋がります。日ごろから自分の体調に目を向けて予防をしたり、次のポイントを押さえて医療機関を受診することなどを心がけましょう。

1 重複受診をやめましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診することにより初診料や検査料がかかり、医療費が高額になります。また、何度も検査や処置、投薬などを行うことで、体に負担がかかることがあります。

4 かかりつけ薬局をもちましょう

かかりつけ薬局をもつと、薬歴（薬の服用記録）管理や飲み合わせによる副作用の防止、多剤処方による健康被害のリスク軽減など、健康管理をサポートしてくれます。

2 多剤服用（ポリファーマシー）に気をつけましょう

単に服用する薬の数が多いことではなく、多くの薬を服用しているために、副作用を起こしたり、きちんと薬が飲めなくなったりしている状態をいいます。処方される薬が6種類以上になると、副作用などを起こしやすくなるといわれています。

薬を飲んでいて、めまいやふらつき、食欲低下や物忘れなどの症状がある場合は、勝手に薬をやめたり減らしたりせず、必ず医師や薬剤師に相談しましょう。



5 お薬手帳を活用しましょう

お薬手帳を作って記録しておけば、薬の重複や飲み合わせのトラブルを未然に防ぐことができます。また、複数のお薬手帳は1冊にまとめて管理しやすくしましょう。

6 上手にセルフメディケーションしましょう

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」です。日ごろから自分の健康状態と生活習慣をチェックし、ちょっとした体調不良の際に、OTC医薬品（薬局などで市販されている薬）を上手に使って自分自身で健康の維持や病気の予防・治療にあたりましょう。

OTC医薬品の購入費用はセルフメディケーション税制による所得控除の対象となる場合があります。詳しくは厚生労働省のホームページをご覧ください。

3 かかりつけ医をもちましょう

かかりつけ医をもつと、体質や持病を理解したうえで助言してくれたり、必要に応じて専門医を紹介してくれたりするので安心です。

●「第三者行為」で負傷した場合はまず連絡を！

平川市国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入している方が、交通事故や暴力など第三者（自分以外の人）の行為で負傷したり病気になる場合でも、資格確認書等を使って治療を受けることができます。

しかし、その治療費は本来加害者が負担するべきものですので、一時的に立て替え払いし、後日、加害者にその治療費を請求することになります。届出が必要となりますので、第三者の行為で負傷して、資格確認書等を使って治療を受ける場合は、必ず税務課国保係まで速やかにご連絡ください。

「第三者行為」に該当する事例

- ・交通事故（バイクや自転車によるものも含む）
- ・不当な暴力や傷害行為によるケガ
- ・購入食品や飲食店などでの食中毒
- ・他人のペットなどによるケガ
- ・他者所有の建物での設備の欠陥などによる事故
- ・スキーやスノーボードなどの接触事故 など



※医師の診察を受ける際は、第三者行為によるケガなどであることを伝えてください。

※加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると資格確認書等が使えない場合があります。示談を結ぶ前にご連絡ください。

※自損事故や業務中の事故の場合もご連絡ください。

“通いの場”を 始めませんか？

「通いの場でもっと元気に！
もっとつながる！！」



市では、地域住民がいつまでも元気で過ごせるよう、体力づくり、認知症予防、閉じこもり防止、仲間づくりなどを目的とした、「通いの場」の設置を進めています。

現在、市内では18団体が「平川市生活支援サービス等補助金制度」を利用し、体操やレクリエーション、おしゃべりなど、楽しく活動しています。

「自身が住む地域にもあればいいな」、「気の合う仲間と集まりたいな」、そんな思いをお持ちの方は、ぜひ新しく「通いの場」を始めてみませんか？

「通いの場」を作る、「通いの場」に参加するメリット

●仲間づくり

馴染みのある方や新しい出会いの中で、近況を話し合ったり、情報交換をしたりすることができます。仲間と定期的に顔を合わせることで、社会とのつながりを感じることができます。

●閉じこもり防止

主に地区単位で開催されているので、気軽に通えて外出のきっかけにもなります。仲間との交流は、見守りの役割も果たします。

●生きがいづくり

レクリエーションや趣味を楽しむことで、毎日に新たな喜びが生まれます。仲間と一緒に活動することで楽しさも倍増し、充実感が得られます。

●健康づくり

体操やレクリエーションなど、体や頭を使うことで健康維持や認知症予防につながります。仲間と一緒に楽しく続けることができます。

平川市生活支援サービス等補助金制度について

●補助要件

- ①年間8回以上、1回の開催につき3人以上の65歳以上の市民が参加する「通いの場」を開催すること。
- ②介護予防につながる活動（運動、レクリエーション、茶話会など）を行うこと。
- ③1回あたりの開催時間が1時間30分を超えること。
- ④特定の個人や団体が利益を受ける活動や、営利を目的とした活動でないこと。

●補助対象（経費）

- 立ち上げ時に必要な備品の購入など（1回限り50,000円まで）。
- 活動に伴う消耗品や燃料費、会場借上料、必要最低限の飲料、茶菓子代など。
※人件費、委託料、食糧費は対象となりません。
- 講話や研修などを行う際の講師の謝礼など。

詳しくは平川市地域包括支援センター（☎55-5374）またはP7に記載の生活支援コーディネーター事業所へご確認ください。

生活支援コーディネーターが「通いの場」の立ち上げ、運営をお手伝いします！

「通いの場」の運営において、「生活支援コーディネーター」が補助金制度の申請の書類作成支援や、体操指導など運営のお手伝いをします。「通いの場」について詳しく知りたい、見学をしたい、自分が住む地域で新しく始めてみたいという方は、まずは「生活支援コーディネーター」にご相談ください。

生活支援コーディネーター事業所

事業所名	担当地区	所在地	連絡先
三笠在宅介護支援センター	平賀西中学区	館田西和田 200	☎44-8877
緑青園在宅介護支援センター	平賀東中学区	沖館和田 84	☎44-6116
さわやか園在宅介護支援センター	尾上中学区	日沼樋田 85	☎43-5432
碓ヶ関在宅介護支援センター	碓ヶ関中学区	碓ヶ関三笠山 120-1	☎45-2182
平川市社会福祉協議会	全般（統括）	柏木町藤山 16-1	☎88-7639

なお、通いの場の立ち上げをお考えの方向けに、「生活支援担い手養成講座」の開催を予定しています（開催は12月予定）。詳細については今後の広報でお知らせします。



「通いの場」を一部ご紹介します

通いの場の一覧や詳細は、
市ホームページをご確認ください。



さるかカフェ

猿 賀



- 活動場所 さるか交流館
- 開催日 毎月第3月曜日
- 活動内容 体操、レクリエーション、茶話会ほか

代表者の声

研修などに参加して、「通いの場」が他の地区にあることを知りました。昔と違って今は、近所のコミュニティもつながりも希薄になっているため、近所の人たちが集まって交流できる機会を作れてよかったです。災害などがあっても、いざとなれば隣近所の付き合いも大切なので、つながりを大事にしながら、若い人にも通いの場を継承しつつ、今後も活躍できればと思っています。

参加者の声

「通いの場」に参加してから、普段自宅ではやらない体操や物作り、新しい発見があり、毎月1回ですが、参加するのが楽しみです。家では毎日同じことの繰り返しですが、「通いの場」に参加することで楽しく過ごせています。

じゃがいもクラブ

本 町



- 活動場所 代表者自宅
- 開催日 毎月第2、第4火曜日
- 活動内容 体操、レクリエーション、趣味活動、茶話会ほか

代表者の声

皆で集まり、おしゃべりや趣味の活動をしたいと思い、令和6年9月から活動を始めました。体操のみならず、プロジェクターを用いて大画面での映画鑑賞、編み物やお菓子作りなどを行っています。皆で編んだたわしなどを石川県の能登に寄付する活動も行いました。参加者は近隣の方々が中心ですが、平賀地区や尾上地区から参加する方もおり、今後も広く受け入れができるようにしたいと思います。

参加者の声

自宅で一人でいることが多く、地域の方々との関わりも希薄でしたが、通いの場に通うようになってからは、定期的に皆さんと顔を合わせ、趣味の活動を一緒に楽しむことができるようになりました。今では月2回の活動が待ち遠しいです。

令和7年度

全国学力・学習 状況調査の結果

調査の概要

■実施日 令和7年4月17日(木)

■実施学年・人数 小学校6年生 市内9校 218人
中学校3年生 市内4校 185人

■調査の内容

1 教科に関する調査

[小学校] 国語、算数、理科 [中学校] 国語、数学、理科

2 生活習慣や学習環境などに関する質問紙調査

1 教科に関する調査結果 ※数値は、中学校理科のみIRTスコアで、その他は平均正答率を表します。

小学校は3教科とも全国平均と同程度で、理科は県平均をやや下回っていました。中学校は3教科ともに全国平均及び県平均を上回っていました。

今後も、小学校および中学校ともに主体的・対話的で深い学びの視点からの授業改善を図り、基礎的・基本的な知識を確実に習得させ、これらを活用して課題を解決するための必要な思考力、判断力、表現力などを育むとともに、主体的に学習に取り組む態度の育成に継続して努めることが必要です。

■小学校6年生

	国語	算数	理科
平川市	66	57	57
青森県	67	57	59
全国	66.8	58.0	57.1

■中学校3年生

	国語	数学	理科
平川市	56	51	523
青森県	54	46	507
全国	54.3	48.3	503.0

2 生活習慣や学習環境に関する質問紙調査結果 ※令和6年度の傾向は()で示しています。

家庭学習が2時間未満の小学生は87% (87%) と、全国平均75%と比べて学習時間が少ない傾向になっています。また、中学生は82% (87%) で、全国平均69%と比べ学習時間が少ない傾向となっており、児童生徒が自主的に学習に取り組む習慣を身に付けさせることなどがが必要です。あわせて家庭および学校が連携して、放課後や休日の時間を効果的に使えるよう指導・支援することが必要です。

将来の夢や目標を持っていると回答した小学生は88% (87%) と、全国の83%より高く、中学生も77% (71%) と全国の68%より高い値になっており、児童生徒が将来に対して前向きであることが表れています。

地域や社会をよくするために何かしてみたいと思う小学生は85% (86%) と、全国の81%より高く、中学生も81% (83%) と全国平均の75%より高い値になっており、地域や社会への参画意識が高まっています。

【問合せ】 教育委員会 指導課 ☎55-5747 (本庁舎4階24番窓口)

有料広告



地球にやさしい
情報化社会
をめざして

since 1965

TEL 017-761-5303
FAX 017-761-5313

株式会社 青森電子計算センター
〒038-0031 青森市大字三内字丸山393番地270

有料広告

「コープ葬」をご存じですか？

家族葬から一般葬まで、ご希望に合わせた
葬儀プランをご提案いたします。
事前相談も承っております。
お気軽にお問い合わせください。

生活協同組合コープあおもり 葬祭センター

☎0120-161-812 月～金曜日の9:00～17:00
ご葬儀は24時間・年中無休で受付しております。

「平川市スポーツデー 2025」を 開催します！

健康づくり・体力づくりおよびスポーツに対する意識の高揚を図るとともに、市民が気軽にスポーツに親しむ場として、「平川市スポーツデー 2025」を開催します。
ぜひ、ご来場ください！



1 **日時** 10月19日(日) 9:00～12:10

2 **会場** ひらかわドリームアリーナ
(メインアリーナ)

3 **日程**

9:00 開会式 (8:30 開場)

9:30 競技開始

12:10 閉会式

4 **競技**

宝探し競走、じゃんけん競走、玉入れゲーム、ボール渡しリレー、サイコロリレー、スリッパ飛ばし、リレー

5 **参加対象**

市民、市内各種団体(スポーツ、文化等)や市内学校・企業などに通う方

6 **申込み**

申込先 スポーツ課推進係

申込期限 9月30日(火)

※申込フォームまたはFAXにより受付します。

【申込フォーム】

QRコードを読み取ってください。

※24時間受付可能。



【FAX】26-7920

※受付 8:15～17:00 (祝日を除く月曜日～金曜日)

詳細は、市ホームページをご確認ください。



〔問合せ〕 スポーツ課 推進係 ☎26-7429 (ひらかわドリームアリーナ内)



平川市食産業振興センター(食ラボひらかわ)は、ジュースやジャム、乾燥野菜など様々な加工食品を作ることができる施設です。食ラボひらかわにある様々な機械を使って食品加工を体験してみませんか？

体験実習

第7回目

「米粉スコーン」を作ってみよう

米粉専用米「あおもりっこ」を使って、スコーンを作ります。

●日時 10月16日(木) 13:30～16:00

体験実習

第8回目

「にんじんジュース」を作ってみよう

平川市産のにんじんを使って、ジュースを作ります。

●日時 10月30日(木) 13:30～16:00

●対象者 食品加工や地産地消に興味のある市民の方

※定員に達していない場合は、市外の方の参加も可能です。

●定員(先着順) 20人

●参加費 無料

●場所 食産業振興センター
(食ラボひらかわ)

●持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、マスク

●申込期間

10月1日(水)～10月10日(金)

〔問合せ・申込み〕

農林課 農政係 ☎55-5898

(本庁舎3階18番窓口)

危険物取扱者試験事前講習会

「人・街を守る」社会に必要なとされる国家資格取得試験にチャレンジしてみませんか。

日 時 10月31日(金) 9:30～17:00

場 所 黒石消防署(黒石市追子野木一丁目576番地)2階 大会議室

対象者 乙種第4類取扱者試験受験予定者

受講料 受講料は2,000円(弘前地区消防防災協会加入事業所は1,000円)

テキストについては、申込時にお知らせします。

※受講料は講習日に会場にて集金します。

申込受付期間 10月1日(水)～10月22日(水)

申込先 消防本部予防課または最寄りの消防署、分署

〔問合せ〕 弘前消防本部予防課 ☎32-5104



きのこ採り遭難をなくそう！

○携帯電話は車に置かず持ち歩きましょう！

・素早い救助要請や避難場所の特定のためにも携帯電話やスマートフォンは車に置かず持ち歩きましょう。

○山に入るとき、山へ入ったら

- ・家族などに行き先や帰宅時間を知らせる。
- ・食料、コンパスなどを持つ。
- ・早めの下山を心がける。

○もし道に迷ったら

- ・日没後は歩き回らず救助を待つ。
- ・ヘリコプターの音が聞こえたら、見通しの良い場所でタオルなどを振って合図する。



〔問合せ〕 黒石警察署 ☎52-2311

9・10月のまちづくり懇談会の日程

皆さまがお住まいの地域に市長が出向き、意見を伺う「まちづくり懇談会」を次の日程で開催します。
ぜひ、ご近所お誘いあわせのうえご来場ください。

地区名	開催場所	開催日
町居	平賀地区農村交流活性化施設(飛鳥会館)	9月25日(木)
光城	光城コミュニティセンター	10月2日(木)
平成	平成町コミュニティセンター	10月23日(木)
南田中	南田中ふれあいセンター	10月30日(木)

※開会時刻は18:30となります。

※都合により開催場所、開催日などが変更となる場合があります。

〔問合せ〕 政策推進課 ひらかわ魅力発信係 ☎55-5737(本庁舎3階21番窓口)

皆さまのご参加
お待ちしております！



ひらかわジュニアソフトボールクラブでは、1年を通して入団員を募集しています。現在、平川市内だけでなく、近隣の市町村の子どもたちも在籍しており、メンバー1人1人個性豊かで楽しいチームです。初心者大歓迎！ぜひ興味のある方、楽しいメンバーとソフトボールしてみませんか？！

平日は無料送迎つき、学校や自宅から練習場所まで送迎します！

※帰りはお迎えをお願いします。



現在の会員数 19人

対象 女子小学生1～6年生

活動日時

・夏期間（4～11月）

水・金曜日 16：30～18：30

土曜日 15：00～18：00

日曜日 9：00～12：00

・冬期間（12～3月）

月・水・金曜日 16：30～18：30

土曜日 15：00～18：00

※試合等により変更する場合があります。

活動場所 主にひらかドームほか平川市内運動施設

会費 1人5,000円（姉妹割で2人目半額）

【問合せ】平川市運動施設ひらかドーム ☎43-0660

第2回講座「カイゴの美しさ」

カイゴはアートだとの思いで、カイゴの素晴らしさを伝えている講師からのお話は目からウロコの楽しい内容です。

皆さまのご来場をお待ちしています。

日時 10月16日(木)

13：30～15：00

会場 文化センター 中研修室

対象 どなたでも

参加費 無料

申込締切

10月11日(土)

講師

美護(カイゴ)アーティスト

岩淵ハッピーマン



【問合せ・申込み】 今井 ☎090-4635-4102

ひらかわ猿賀の蓮 フォトコンテスト2025

平川市観光協会では「ひらかわ猿賀の蓮フォトコンテスト2025」を開催しました。今年も鏡ヶ池一面にピンク色の蓮の花が綺麗に咲き誇り、猿賀の蓮を美しく収めた作品をたくさんご応募いただきました。

その中から選ばれた上位作品を当協会ロビーにて展示しますので、ぜひお立ち寄りください。



最優秀賞（昨年度）

期間 10月18日(土)～12月27日(土)

場所 平川市観光協会ロビー（猿賀ふるさとセンター内）

【問合せ】（一社）平川市観光協会 ☎40-2231

千葉真由佳の 知りたい！ひらかわ

私、千葉真由佳が平川市の魅力取材し、深掘りします！
今後も平川市におじゃましますので、お楽しみに！



千葉 真由佳 (ちば・まゆか)
青森県出身の cent.Force (セント・フォース) 所属アナウンサー。TBS「THE TIME」出演など全国的にメディア出演実績あり。地元愛が強く、県内でもイベント司会やキャリア講師、観光 PR など多方面で活躍中。

今回は

**カネショウ
株式会社さん**

平川市尾上地域に工場を構えるカネショウ株式会社。青森産のりんご酢でおなじみですね。私もお風呂あがりにソーダ割りやミルク割りで年中りんご酢を楽しんでいます！そんな県民にもなじみ深いカネショウのはじまりは 1912 年（大正元年）。実は木桶職人の行商からスタートした企業ということをご存じでしょうか？創業から今に至るまでの軌跡を辿るべく、副社長の櫛引英揮さんにお話を伺いました。

木桶づくりからはじまったりんご酢メーカー

元々は津軽藩の武士だった祖先が手に職をつけるべく木桶職人へと転向。家族会議でその桶の中に味噌や醤油を入れて売ろうと決めたのがはじまりです。しかし時代は移り変わり、物流が発達。大手メーカーとの価格競争も激化し醤油や味噌だけでは太刀打ちできなくなってきました。そんな苦境を救ったのが、津軽のりんごでした。これまでの技術を活かし、青森県らしさを全面に打ち出していこうと勝負をかけたのです。木樽で熟成されたはちみつ入りのりんご酢は発売からすでに 50 年ほど経つ今でもカネショウを代表するロングセラー商品。ただ、りんご酢を作り始めた頃、まだお酢は調味料というイメージが強く、ドリンクとして飲む習慣は世の中に浸透する前でした。物産展な



木樽でじっくり熟成



取締役副社長の櫛引英揮さんと

どでりんご酢を出した際、「酢なんかを薄めて飲ませるな！」とお客さんに叱られたこともありましたが、しかし津軽りんごの可能性を信じて開発を続け、90 年代後半にテレビでお酢の特集が放送されたことなどもきっかけとなり、お酢は一躍大ブームに。販売先では今でも長いお付き合いのお客さんが、半年分、1 年分と買っていくこともあるそう。時代のニーズを捉えながら常に先見の明を持ち続けたカネショウならではの戦い方がここにあったのです。

平川で生業を続けるということ

大手メーカーとは一線を画す最大の強みは、なんといっても津軽りんごをふんだんに使った産地ならではの製法。濃縮果汁ではなく、新鮮な津軽りんごを丸ごとすりおろし、白神酵母と酢酸菌の力でじっくりと発酵・熟成させます。ここに欠かせないのは長年の経験を持つ人の感覚。温度管理等、機械だけで完結させるのは不可能です。大手が効率を求めて省いていった部分こそ丁寧に仕上げることで、美味しさに妥協しない姿勢に「カネショウが平川でやっていく存在意義がある」と櫛引さんは話します。りんご酢に情熱と津軽の風土を込めて。100 年を超えて青森の「美味しい」を支える味が平川に息づいています。



今回は平川市で開催される国スポの競技について紹介します！

国スポには、正式競技、特別競技、公開競技、デモンストレーションスポーツの4種類の競技があり、平川市では正式競技のウエイトリフティング、公開競技のグラウンド・ゴルフとエアロビック、デモンストレーションスポーツのインディアカが開催されます。

ウエイトリフティング

「スナッチ」と「クリーン＆ジャーク」の2種目があり、いかに重いバーベルを頭上まで持ち上げるかを競います。各種目3回の試技のうち最高重量が記録となり、2種目のトータルで順位が決まります。



グラウンド・ゴルフ

ゴルフのようにボールをクラブで打ち、ホールポストにホールインするまでの打数を数えます。普通のゴルフと同様にホールインワンもあります。

エアロビック

エアロビックはエアロビックダンスやエクササイズがスポーツに発展したものです。体操競技と同様に表現スポーツ・採点スポーツに位置づけられています。



インディアカ

羽根の付いた特殊なボールを手で打ち合うバレーボールタイプのスポーツです。交流・楽しみのゲームから高度な競技にいたるまで、多様な楽しみ方ができます。

〔問合せ〕 国民スポーツ大会準備室 ☎ 26-7428（ひらかわドリームアリーナ内）



学校給食の大人気メニュー カレーのおいしさのひみつ

学校給食のカレーは、ルウを3種類ブレンドしており、そのほかにもりんごピューレ、トマトピューレ、ポークブイヨン、中濃ソース、チャツネ（果物などがベースのジャムソースのようなもの）、ガラムマサラ（香辛料）、バター、牛乳など、さまざまな調味料を組み合わせで作っています。たっぷりのたまねぎをよく炒めることで甘みやうま味を引き出しているのもおいしさのひみつです。平川市産のおろしにんにくや、トマトピューレを使用するなど、地産地消にも取り組んでいます。今後、平川市産のりんごピューレの使用も計画しています。

学校給食で大人気のカレーのおいしさのひみつをご紹介します。



8月30日、31に行われたひらかわフェスタでは、ひらかわ牛や平川市産のにんにん、じゃがいも、たまねぎを使用した「ひらかわライスカレー」を調理・販売しました。



〔問合せ〕 学校給食センター ☎ 44-2835



パブリックコメント実施中です

市民の皆様から意見や提案を募集するため、パブリックコメント（意見公募手続き）を実施中です。

案件 第5次平川市行政改革大綱(案)

募集期間 9月25日(木)まで

閲覧方法 市ホームページまたは次の場所で閲覧ができます。

- ・本庁舎総務課
- ・尾上総合支所
- ・碓ヶ関総合支所
- ・葛川支所

※閲覧は、土日祝日除く8:15～17:00

※意見を提出できる方・意見の提出方法については、市のホームページをご確認ください。



※電話などでの口頭のご意見はお受けできません。また、お寄せいただいたご意見について個別の回答はいたしません。

問合せ 総務課 行政係
☎ 55-5739
(本庁舎3階22番窓口)

行政・人権相談所を開設します

～9月から10月までの2か月間は「行政相談月間」です～

総務省では、この月間中に、行政相談制度をより一層利用していただけるよう、相談活動や各種広報活動を重点的に実施します。

行政に関する苦情や意見などがある方、日常生活の中で困っていることや人権に関することでお悩みの方は、この機会に相談所をご利用ください。

日時 10月24日(金)
10:00～15:00

場所

- ・平賀地域
本庁舎1階 ひらかわぷれいす「アヴェッサ」

- ・尾上地域
尾上地域福祉センター1階
ふれあい総合相談所

- ・碓ヶ関地域
碓ヶ関公民館2階 談話室

問合せ 市民課 市民係
☎ 55-5309
(本庁舎2階3番窓口)



蛍光灯の製造・輸出入廃止について

「水銀に関する水俣条約」の締結及び「水銀による環境の汚染の防止に関する法律」等に基づき、令和5年11月にジュネーブで開催された「水銀に関する水俣条約第5回締約国会議」において、令和7年末から令和9年末までに、蛍光灯の製造及び輸出入を段階的に廃止することが決定しています。

廃止対象となる蛍光灯については、製造及び輸出入の廃止後も在庫品の流通、販売は続けられ既存製品の使用は可能ですが、ご家庭の照明器具等を計画的にLED製品に交換していく必要があります。最近では、交換用のLEDランプが流通・販売されるようになってきていますが、既設の照明器具との組み合わせが不適切である場合、発煙、落下などの事故が発生する恐れもあることから、交換の際は照明器具ごと交換することが推奨されています。交換の際は最寄りの電気店、ホームセンターなどに相談のうえ交換するようにして下さい。

問合せ 市民課 生活環境係
☎ 55-5892
(本庁舎2階4番窓口)



後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

●保険料は納期限内に納めましょう

保険料の納付にお困りの方は市町村窓口へご相談ください。災害により住宅等に著しく損害を受けたり、世帯主の収入が著しく減少した場合など、保険料の減免が認められることがあります。

●2割負担の配慮措置制度の終了と高額療養費制度の上限額変更のお知らせ

2割負担の配慮措置制度は、9月30日をもって終了します。これに伴い、高額療養費制度における2割負担の方については、10月1日からの外来診療の自己負担限度額が、18,000円に変更となります。一部の方は、医療費の自己負担額がこれまでより高額になる場合がございますが、あらかじめご了承ください。

問合せ

- ・税務課 国保係
☎ 55-5328
(本庁舎2階4番窓口)
- ・青森県後期高齢者医療広域連合
☎ 017-721-3821

※制度改正事項全般に関することについては、フリーダイヤル(☎ 0120-117-571)へお問い合わせください。
受付期間 ～令和8年3月31日
受付時間 9:00～18:00 (日・祝・年末年始を除く)





平川市オレンジカフェ 「ささえあい」を開催します

オレンジカフェ「ささえあい」は、認知症の方やそのご家族、認知症に関心のある方が、相談したり交流できる場所です。毎月1回のペースで開催しています。

日時 10月29日(水)
13:00～15:00

場所 本庁舎1階 ひらかわぷれいす「アヴェッサ」

参加費 無料

内容 講話「知っておきたい財産管理のお話」

講師 ファイナンシャルプランナー 寺尾健二氏

問合せ・申込み

高齢介護課 地域包括支援係
☎ 55-5374
(本庁舎2階12番窓口)



「ひらかわ文化財講座」 を開催します

郷土資料館では、歴史や文化財に対する理解を促すことを目的として、講演会を開催します。

日時 11月1日(土)
13:30～15:00
(受付は13:00～)

場所 文化センター2階 中研修室
演題 「南部家の本城 聖寿寺館調査の最前線～見てきた室町・戦国の南部氏～」

講師 南部町教育委員会 社会教育課 史跡対策室 布施和洋氏

定員 45名

観覧料 無料

申込方法 電子申請または電話

申込期間 10月1日(水) 9:00～
10月24日(金) 17:00

※電話申込の場合は、日祝日および休館日を除きます。

※講座の最新情報は市ホームページをご確認ください。

※電子申請はこちら



問合せ 郷土資料館
☎ 44-1221
(文化センター内)

県税の納税に関する 相談窓口について

中南地域における県税の納税に関し、ご相談したいことがありましたら、中南県税事務所までご連絡ください。

なお、令和6年末から令和7年にかけての大雪により被害を受けられた方々については、今後納付すべき県税(個人事業税、不動産取得税及び自動車税(種別割))を一括して納付することが困難な場合は、納税を猶予する制度もありますので、ご相談ください。

問合せ 青森県中南県税事務所
納税管理課 ☎ 32-4341



低濃度 PCB 廃棄物の調査および 期限内の処分をお願いします

PCB(ポリ塩化ビフェニル)は、かつて事業用の電気機器の絶縁油などに使用されてきましたが、人体に有害であることがわかり、既に製造が中止されています。

しかし、今でも PCB を含んだ電気機器が発見されることがあります。事業所内などを確認し、発見した場合は、県への届出と期限内の処分をお願いします。

ます。

なお、期限までに処分をしなかった場合は、法律により処罰されることがあります。

低濃度 PCB 廃棄物の例

- ・製造後30年以上経過した変圧器や電力用コンデンサー等の高圧受電機器
 - ・電気溶接機、X線検査装置、昇降機、分電盤、モーターなどに付属または内蔵する低圧コンデンサー
- ※高濃度 PCB 廃棄物を発見した場合は、速やかに県へご連絡ください。

処分期限 令和9年3月31日

問合せ

- ・青森県資源循環推進課
☎ 017-734-9584
- ・弘前環境管理事務所
☎ 31-1900

第11回 平川市長杯軟式野球大会

平川市長杯軟式野球大会の参加チームを募集しています。

日にち 10月12日(日)・19日(日)

※予備日 10月26日(日)

先着 8チーム

参加料 1チーム4,000円

開催場所 尾上野球場

※詳細につきましては、お問い合わせ下さい。

問合せ B&G 尾上体育館
☎ 57-4633





JR 秋田支社からのお知らせ

奥羽本線「設備メンテナンス」に伴う一部列車の運休について

JR 秋田支社で沿線樹木の倒木による電力設備の損傷を未然に防ぐため、架線の「設備メンテナンス」として沿線樹木の伐採作業を日中時間帯に実施します。

「設備メンテナンス」に伴い、以下の日程で一部の列車に運休等が発生するため、ご利用の際はご注意ください。

設備メンテナンス実施日（計 6 日）

【10 月】 8 日(水)、15 日(水)、22 日(水)、29 日(水)

【11 月】 5 日(水)、12 日(水)

実施箇所

【奥羽本線】大館駅～弘前駅間

運休列車・区間

- ・ 下り 普通列車 8651M（大館発 11：34 弘前着 12：18）全区間運休
- ・ 上り 普通列車 652M（青森発 10：42 秋田着 14：04）弘前駅～大館駅間 区間運休

※運休する区間の代行輸送は行いません。

問合せ JR 東日本秋田支社

☎ 018-836-5940

沿線用地外の地権者の方々へ

沿線樹木の倒木による電力設備の損傷を未然に防ぐため、沿線樹木の伐採作業を 10～11 月の日中時間帯に実施します。つきましては沿線用地外の地権者の方々に対して事前に伐採のお知らせにお伺い致しますのでご理解とご協力をお願いします。



問合せ

JR 東日本秋田支社
鉄道事業部設備ユニット
（設計協議）担当 田中・柴田
☎ 018-825-5284

弘南鉄道でおトクにお出かけ！生活応援きっぷ「わにサポ」で帰りの運賃が 100 円に！

弘南鉄道の弘南線及び大鰐線を往復利用し、協賛施設を利用する方は、「わにサポ」で帰りの運賃が 100 円になります！

協賛施設は、大型ショッピングセンター、飲食店、温泉、地元のお店、医療機関、宿泊施設など 80 店舗以上！

施設によっては、買い物割引やドリンクサービスなど、ここだけの特典を受けられます。

「わにサポ」を活用して、弘南鉄道で楽しくおトくなひとときを過ごしてみたいかがでしょうか。

※ご利用方法、協賛施設一覧など詳しい情報については、弘南鉄道ホームページをご覧ください。



問合せ 弘南鉄道営業課

☎ 44-3136



ひろさき広域出愛サポートセンター【出愛サポーター募集中！】

ひろさき広域出愛サポートセンターでは、結婚を希望する独身男女の出会いをサポートする「出愛サポーター」を募集しています。

こんな方におすすめ！

- ・ 婚活のお手伝いをしてみたい
- ・ お世話をするのが好き
- ・ 人のご縁を繋ぐのが好き
- ・ 周囲にいる独身の方に素敵な方を見つけたい など

出愛サポーターの皆様には、お見合いの調整や仲介、婚活に関する悩みや相談など、多岐にわたるサポートを

お願いしています。

実際に、お見合いを通じて成婚された方々からは、「お見合いの場に、サポーターの方が居てくださって安心感があった」「人見知りな自分でも、サポーターの方のお陰でリラックスをして会話することができた」といった感謝の声が多く寄せられております。

男女のご縁を繋ぐサポーター活動を通じて、誰かの幸せのお手伝いをしてみませんか？

登録対象 満 18 歳以上で、結婚を望む独身男女の相談や、お見合いの仲介などをボランティアで行う、明るく元気である方

問合せ

ひろさき広域出愛サポートセンター

☎ 35-1123

※日・月曜日、祝日を除く、
10：00～19：00



令和 7 年度 津軽地域障害者就職面接会のご案内

弘前公共職業安定所では、障害をお持ちの方を対象とした障害者就職面接会を開催します。面接会には、障害者雇用を考えている事業所が多数参加します。

参加を希望される方は事前にお申し込みができますので、弘前公共職業安定所までお問い合わせください。

日にち 10 月 22 日(水)、23 日(木)

時間 13：00～15：30

（受付開始 12：30）

場所 弘前市民文化交流館 ホール（ヒロロ 4 階）

問合せ

弘前公共職業安定所 専門援助部門

☎ 38-8609（45 号）



定例労働相談会

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、青森県労働委員会が相談に応じます。

開催日時及び場所

開催日	時間	場所
9月21日(日)	10:00～12:00	青森県労働委員会（東奥日報新町ビル4階）
10月5日(日)	10:00～12:00	弘前市総合学習センター（弘前市）
10月7日(火)	13:30～15:30	
10月26日(日)	10:00～12:00	青森県労働委員会（東奥日報新町ビル4階）
11月4日(火)	13:30～15:30	
11月16日(日)	10:00～12:00	

対象者 県内の労働者・事業主
対応者 青森県労働委員会委員
その他 費用無料、秘密厳守、随時受付（予約優先）

※青森県ホームページ
「労働委員会委員による労働相談会」について



青森県労働委員会事務局では、上記以外にも、執務時間中、随時労働相談を受け付けています。

労働相談ダイヤル(事務局職員対応)
☎ 0120-610-782

問合せ

青森県労働委員会事務局
☎ 017-734-9832
FAX 017-734-8311

青森県消費生活センターからのお知らせ

～手続きしないと年金がもらえなくなる？～

自動音声による詐欺電話に関する事例です。

自宅の固定電話に自動音声ガイダンスで、「こちらは日本年金機構です。これから流れる音声ガイダンスに従って進まない場合は、国民年金の支給を停止します。オペレーターと話すには、1を押してください」というもので、年金受給中ではないため、すぐに不審

電話と判断して電話をきりました。

総務省や大手通信会社を名乗り、「あと2時間で電話が使えなくなる」という自動音声がかかる不審な電話に関する相談が急増しています。日本年金機構のホームページでは、自動音声ガイダンスにより年金の支給停止や差し止め等の案内をすることはないと注意喚起をしています。このような不審電話は、[+18]など[+（プラス）]で始まり、国際電話で発信されたようなケースが多く見受けられます。[+（プラス）]で始まる着信には出ないことが一番ですが、固定電話の場合、ナンバーディスプレイの契約をしていないと着信番号が表示されず、出る・出ないを選ぶことができません。その場合は、電話で申し込みができ、不審な国際電話の着信を無料で停止することができるサービス「国際電話不取扱受付センター（☎ 0120-210-364）」を利用しましょう。

困った時は、早めに消費者ホットライン188にご相談ください。

問合せ

青森県消費生活センター
☎ 017-722-3343



レザークラフト体験（ファスナー付きポーチ作り）参加者募集

津軽広域連合では、圏域のみなさんを対象に体験教室を開催します。自分だけのオリジナル作品をつくってみませんか？ご応募お待ちしております！

日時 10月29日(水) 10:00～11:30

場所 スポカルイン黒石 大会議室（現地集合・解散）

内容 レザー作品の製作体験（刻印、手縫い等）

好きな色の革や刻印を選んでポーチを1つ作ることができます。

講師 Leather Hearts 堀川 拓郎氏

参加費 1人 2,000円

参加対象 弘前市、黒石市、平川市、藤崎町、板柳町、大鰐町、田舎館村、西目屋村にお住まいの方

募集人数 20人

応募方法 「電子メール」に、①住所（市町村名）、②参加者氏名（ふりがな）、③年齢、④電話番号を記載してお申込みください。

申込期限 10月6日(月)

※1回の応募で2人まで申込みできます。①～④をそれぞれ明記ください。

※応募者多数の場合は抽選を行い、結果を当選者のみへ10月15日(水)にメールにて通知します。2人で申込みの場合は、代表者（申込者）へ通知します。

※当広域連合からのメールを受信できるよう、あらかじめ設定をお願いします。



ホームページ



申込みメール

問合せ・申込み

津軽広域連合レザークラフト体験教室係

☎ 31-1201 E-mail: rengou@tsugarukoiki.jp
（ヒロロ3階）



中小企業・小規模事業者の皆様へ

専門家による経営個別相談会

～あらゆるお悩みに対応！「課題発見」から「課題解決」までをサポート！～

21 あおもり産業総合支援センター、青森県よろず支援拠点と共催で、中小企業の皆さまの経営に関するお悩みに対し専門家がアドバイスする「経営個別相談会」を開催しています。毎月開催していますので、お気軽にご相談ください。

日程 10月17日(金)、11月14日(金)、12月11日(木)、
令和8年1月16日(金)、2月20日(金)、3月19日(木)
時間 ① 9:30～10:45 ② 10:45～12:00
③ 13:15～14:30 ④ 14:30～15:45
⑤ 15:45～17:00

場所 本庁舎1階 ひらかわぷれいす「アヴェッサ」
2月のみ 本庁舎3階 会議室1

対象者 平川市に所在する中小企業、小規模事業者または
平川市内での創業希望者

※予約希望が重複した場合は、新規相談者を優先させていただきます。

料金 無料

申込方法 市ホームページ掲載の申込書等に必要事項を記入のうえ、メール・FAXにて下記申込先までお申し込みください。

申込期限 各相談日の1週間前



※詳細は市ホームページをご覧ください。

問合せ・申込み 商工観光課 商工観光係
☎ 55-5732（本庁舎3階19番窓口）

経営に関する「補助金・支援制度説明会＆相談会」を開催します

中小企業・小規模事業者を対象に、経営に関するさまざまなお悩みに対し、担当者による説明会と個別相談会を開催します。

参加は無料のため、お気軽にご参加ください。

日時 10月10日(金) 14:00～16:00

場所 市役所 第2庁舎 会議室

内容 （公財）21 あおもり産業総合支援センターの事業案内、事業承継の取組や事例紹介、日本政策金融公庫の事業案内、個別相談会（事前予約制）

問合せ・申込み ・商工観光課 商工観光係 ☎ 55-5732（本庁舎3階19番窓口）
・平川市商工会 ☎ 44-3055（市役所第2庁舎内）

中心市街地の“未来のかたち”を一緒に考えてみませんか？

～平賀駅周辺を「知る、見つめなおす、魅力を発見する」ためのまち歩きをお願い～

今年度、活気と魅力ある中心市街地の実現を目指して「平賀駅周辺まちづくり基本構想」を策定することとしています。策定にあたっては、検討会のほか、市民ワークショップ、若手職員ワーキングの3つの組織を設け、幅広い視点から検討を進めることとしています。

この度、「まちづくりの方向性や必要な取組」の検討の参考とするため、市民の皆さまを対象に、平賀駅周辺の魅力的な場所やこうあるべきだと考える場所などについて、アイデア・意見を募集します。

この機会に、友人や家族とまち歩きをして、魅力を発掘してみませんか？あなたの声がまちの未来に反映されるかもしれません。多数のご応募をお待ちしています。

※詳細は、平川市ホームページをご覧ください。



問合せ みらい戦略室 推進班 ☎ 55-7490（第2庁舎内）





●市公式SNSで旬な話題をリアルタイムで！

広報で掲載しきれない写真やシティプロモーション活動など、日々発信しております。ぜひご覧ください♪

＼いいね！フォローよろしくお願いします！／

facebook



X



instagram



日本年金機構からのお知らせ ～年金生活者支援給付金制度について～

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やそのほかの所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。

対象となる方

1 老齢基礎年金を受給している方

※以下の要件をすべて満たしている必要があります。

- ・65歳以上である
- ・世帯員全員が市町村民税が非課税となっている
- ・年金収入額とその他所得額の合計が約90万円以下である

2 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

※以下の要件を満たしている必要があります。

- ・前年の所得額が約479万円以下である

請求手続き

1 新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただける方

対象となる方には、日本年金機構から請求手続きのご案内を9月初旬頃から順次お送りしています。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）を記入し、日本年金機構に提出してください。

令和8年1月5日までに請求手続きが完了しますと、令和7年10月分からさかのぼって受け取ることができます。

2 年金を受給しはじめる方

年金の請求手続きとあわせて年金事務所か市役所で請求手続きをしてください。

問合せ 給付金専用ダイヤル ☎ 0570-05-4092（ナビダイヤル）

国民年金通信

～あなたも年金を増やしませんか？～



老後の年金受給額を増やすには、以下のような方法があります。納めた保険料は全額社会保険料控除の対象にもなりますのでぜひご検討ください。

付加保険料を納付する

定額保険料に月額400円の付加保険料を納めることで、受給する年金額を増やせます。2年以上受給すると支払った保険料以上の年金を受け取ることができます。

例 10年間（120月）付加保険料を納付した場合

200円×120月＝24,000円（年額）が基本額に加算される。

※申し込んだ月からの加入となります。

※国民年金基金に加入中の方は申し込みできません。

免除等の期間の保険料を追納する

免除、納付猶予、学生納付特例を受けた期間がある方は、10年前までさかのぼって保険料を納める（追納する）ことができるため、老齢基礎年金額を増やすことができます。

※追納するためには申し込みが必要です。

※原則古い期間の保険料から納めることとなります。

※免除等を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降は、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

60歳以降に任意加入をする

年金の未納、未加入、免除等の期間がある60歳以上の方は、任意加入することで老齢基礎年金額を増やすことができます。※次のすべての条件を満たす方が任意加入することができます。

○日本国内に住む60歳以上65歳未満で厚生年金保険に加入中ではない方

○老齢基礎年金の繰上げ支給を受けていない方

○20歳以上60歳未満までの保険料の納付月数が480月（40年）未満の方



問合せ 弘前年金事務所 ☎ 27-1339

市民課 市民係 ☎ 55-5309（本庁舎2階4番窓口）

「スマートミール」を食べてみませんか？

令和4年度から「高血圧ゼロ」を目指すプロジェクトを開始し、目標達成に向けて様々な活動を行っています。

活動の一環として、食の環境整備に力を入れており、減塩食品や減塩レシピの紹介を行ってきました。今回、市内の飲食店と市が協力し、市民の皆さんの健康と栄養バランスを考えた「野菜バランスカレー」の開発を行いました。栄養バランスを考えて「しっかり」食べたい方向けのメニューとなっており、食べることで1日に必要な野菜の1/2を摂取することができます。このメニューはスマートミールの認証を受けています！

外食でも栄養バランスの整ったメニューを選び、おいしく健康を目指していきましょう！

＊スマートミールとは…1食の中で、主食、主菜、副菜がそろい野菜がたっぷりで食塩の取りすぎにも配慮しており、健康づくりに役立つ栄養バランスのとれた食事のことです。栄養・健康科学に関する12の学会等からなる「健康な食事・食環境コンソーシアム」が審査・認証を行っています。

野菜バランスカレー 価格 850円 (税込)



四季の蔵 もてなしロマン館内
「レストランけやき」 ☎43-5610



●メニュー

ビーフカレー・野菜の素揚げ・キャベツとトマトのサラダ・ヨーグルト・福神漬（減塩食品）

●栄養成分表示

エネルギー 707kcal
たんぱく質 22.2g
脂質 22.6g
炭水化物 99.9g
食塩相当量 3.4g
野菜 175g



目指せ！高血圧ゼロのまち
「健康ひらかわ」プロジェクト



スマートミールの基準について

〔問合せ〕 子育て健康課 健康推進係 ☎55-5819（本庁舎2階10番窓口）

「ひらかわの寺子屋」を開催します

●知っく！お薬のきほん～お薬の正しい飲み方・使用方法～

日時 10月25日(土)10:00～11:30（受付は9:30～）
場所 文化センター 2階 小研修室3・4
定員 18歳以上の方 30人（先着順）
参加費 無料
講師 ファルマ弘前薬局 薬剤師
内容 内服薬や塗り薬の正しい使い方を実例を交えて解説する講座
申込方法 電子申請または電話

受付期間 9月24日(水)～10月16日(木)
※電話対応時間は休館日を除く火曜日～土曜日の9:00～17:00です。
※11月中旬に同内容の碇ヶ関編を実施予定です。（広報10月号に掲載予定です。）
※講座の最新情報は市ホームページをご確認ください。



電子申請

〔問合せ〕 平賀公民館 ☎44-1221（文化センター内）

健康ひろば

詳細は健康カレンダー
2025をご覧ください。配布場所
子育て健康課健康推進係
(本庁舎2階10番窓口)

検診のお知らせ

申・問 子育て健康課 健康推進係



LINE申込 Web申込

集団検診

実施日	場 所
9月24日(水)	高木会館
9月30日(火)	南田中ふれあいセンター
10月5日(日)	市役所第2庁舎
10月6日(月)	

婦人科検診（個別）

子宮頸がん検診（20歳以上の女性） 内診など
乳がん検診（40歳以上の女性） マンモグラフィ
※実施医療機関で受診できます。受診するためには子
育て健康課で発行する「平川市がん検診受診対象者
証明書」が必要です。

※広報8月号でお知らせした「婦人科検診（集団）」の
実施日について、9月21日(月)となっておりましたが、
正しくは「9月21日(日)」となります。

けんこう教室

問 高齢介護課 地域包括支援係

対象

65歳以上

介護予防教室

開催時間や定員については、各在宅介
護支援センターへご確認ください。

場 所	10月実施日	申込先
ひらかわ ドリームアリーナ	9日(木) 23日(木)	緑青園在宅介護支援センター ☎44-6116
ひらかわ ドリームアリーナ 赤字は平賀公民館	【1班】1日(水) 15日(水) 【2班】8日(水) 22日(水) 29日(水)	三笠在宅介護支援センター ☎44-8877
特別養護老人 ホームさわやか園	7日(火) 21日(火)	在宅介護支援センター さわやか園 ☎43-5432
尾上地域福祉 センター	7日(火) 21日(火)	尾上在宅介護支援センター ☎57-5351
碓ヶ間地域 福祉センター	7日(火) 21日(火)	碓ヶ間在宅介護支援センター ☎45-2182

体力アップ運動教室

時 14:00～15:00

10月実施日	場 所・申込先
7日(火) 21日(火) 28日(火)	場 ひらかわドリームアリーナ 申 ひらかわドーム ☎43-0660
1日(水) 8日(水) 15日(水)	B&G尾上体育館 ☎57-4633

母子のお知らせ

申・問 子育て健康課 母子保健係

子育て応援
アプリ
「母子モ」

場 所 市役所第2庁舎

乳幼児健康診査

- 4か月 令和7年6月生/10月21日(火)
- 1歳 令和6年10月生/10月8日(水)
- 1歳6か月 令和6年3月生/10月22日(水)
- 3歳 令和4年3月生/10月3日(金)

すくすく広場 ※要予約

日時 10月9日(木) 10:00～11:30

申・問 子育て健康課 子育て世代包括支援係

産後ケア（通所型） ※要予約 1回500円

日時 10月7日(火)14日(火)21日(火)28日(火) ※1日2人限定
①9:30～12:30 ②13:00～16:00

場 所 どんぐりこころ助産院（石郷柳田53-3）

※市民税非課税世帯、生活保護世帯は無料

※食事を希望される方は別途500円負担

産後ケア（訪問型） ※要予約 1回500円

日時 平日の10:00～16:00の間で2時間程度

※市民税非課税世帯、生活保護世帯は無料

ふれmamaのお産教室 ※要予約

日時 10月10日(金)10:00～11:30

場 所 市役所第2庁舎

産後mamaの子育て教室 ※要予約

日時 10月29日(水)13:30～15:00

場 所 市役所第2庁舎

相談・サロン・その他

傾聴サロン

日時 10月8日(水)13:00～15:00※時間内に随時

場所 本庁舎1階 ひらかわふれいす「アヴェッサ」

申・問 子育て健康課 健康推進係

精神障がい者家族会「とんぼの会」

日時 10月14日(火)10:00～12:00

場所 本庁舎1階 ひらかわふれいす「アヴェッサ」

内容 定例会

申・問 福祉課 障がい支援係

司法書士・精神保健福祉士による相談日

日時 10月8日(水)18:00～19:20（1回2件まで）

※要予約（1週間前締切）

場所 本庁舎2階相談室1（10番窓口で受付）

申・問 子育て健康課 健康推進係

母子健康手帳の交付 ※要予約

交付時に面談を実施し、妊娠中の過ごし方、妊婦健診
などの説明や相談を行っております。また、経済的
負担の軽減や安心して出産できる環境整備などのた
め「妊婦のための支援給付」の申請手続きも併せて
行います。

場所 子育て健康課 時 8:15～17:00



こんにちは赤ちゃん

保護者

吹上 澄衣^{すい}ちゃん 高橋 由葵
 吹上 善^{ぜん}くん 吹田 聖也
 館田 壮莞^{そうい}くん 沼尾 舞子
 本町 凜晏^{りあん}くん 下山 佳菜
 本町 仁佳^{ひとか}ちゃん 田中 智博
 本町 慈^{いつく}くん 平川 優佑
 沖館 粹成^{いなせ}くん 古川 豪輝
 広船 逢桜^{あお}くん 工藤 峰之
 広船 稜湊^{いつり}くん 外川 和史
 町居 知夏^{ちなつ}ちゃん 石岡 秋
 高木 暁翔^{あきと}くん 阿部 さくら
 高木 志羽^{しゅう}くん 下山 龍
 高木 來渚^{らな}ちゃん 米村 蓮葵
 碓ヶ関 愛美^{まなみ}ちゃん 清藤 恵太

お悔やみ申し上げます

柏木町 工藤 八千代 92 町居 葛西 あい子 86
 柏木町 三浦 芳昭 80 町居 長谷川 勝司 91
 大坊 古川 サタ 96 尾上 工藤 トミ 91
 高畑 木村 尚子 69 猿賀 角田 キミエ 93
 小和森 船水 清吾 73 猿賀 工藤 真紀子 38
 小和森 横山 ミツ 88 猿賀 工藤 ミツエ 95
 館山 今井 正直 75 猿賀 松永 金三郎 97
 本町 山下 俊治 80 中佐渡 小田桐 ナヲ 92
 沖館 田中 なよ 103 八幡崎 齋藤 一三 89
 小国 比内 ツエ 96 八幡崎 佐藤 勇一 87
 唐竹 工藤 鐵明 90 八幡崎 白戸 三男 94
 唐竹 工藤 博 74 日沼 木村 ミチエ 81
 葛川 大谷 フミ 93 新山 齊藤 ハツエ 89
 広船 石山 きみゑ 87 碓ヶ関 一戸 和夫 78
 新屋 葛西 博子 84 碓ヶ関 稲葉 れこ 85
 新屋 齋藤 さつゑ 83 碓ヶ関 北川 洋子 86
 新屋 丹代 よし 92 碓ヶ関 柴田 良子 92
 平田森 古川 睦子 72 碓ヶ関 高山 フメ 90

結婚おめでとう

柏木町 太田 航平
 尾崎 成田 蒼
 高木 小森 大斗
 弘前市 坂本 安理奈
 秋田県鹿角市 瀬尾 優斗
 高木 長内 未来

夜間・休日市民課窓口の開設について

夜間・休日市民課窓口		
日 時	毎週月曜日 (17:00～19:00)	毎月第2土曜日 (8:15～12:00)
場 所	本庁舎市民課	

※パスポート関連、住民異動届（各種届出、転入・転出など）の業務は取扱いいたしませんので、ご注意ください。

寄附をいただきました

8月20日(水)
苗生松みどり会

学校給食やイベントなどで地産地消に役立てることを目的として、じゃがいも320kgが寄附されました。



人のうごき／事故件数

8月末現在の人口と世帯数

※() は前月比。

人口…29,023人 (-33)

世帯数…12,388世帯 (-7)

男性…13,676人

女性…15,347人

転入…41人 転出…39人

8月の交通事故件数

交通事故…4件

(負傷者6人、死者0人)

8月の出動件数

火災出動…4件

救助出動…1件

救急出動…101件

その他…2件

夜間・休日納税窓口

■ 9月の開設日 ■

● 場所

税務課 収納係

【夜間】 9月29日(月)

17:00～19:00

【休日】 9月28日(日)

8:30～17:00

so CUTE! HAPPY BIRTHDAY!

9月で1歳になる 我が家のアイドル

満1歳になるお子さんの保護者の皆さまに案内をお出しし、その中で希望する方のお子さんを掲載しています。掲載を希望する方は、案内に記載されている応募締切までにご応募していただくようお願いします。



はなだ あやめ
花田 彩愛 ちゃん
R6年9月10日(平田森)
みんなを笑顔にしてく
れるにこにこあやめ♡



さいとう たいし
齋藤 大志 くん
R6年9月13日(高木)
たくましくスクスク
育ってね!



ならおか ひらり
奈良岡 永莉 ちゃん
R6年9月19日(柏木町)
可愛い笑顔でみんなを
幸せにしてね♡



なら いつ
奈良 依紡 くん
R6年9月23日(杉館)
メガシンカ中!



いまい れいれん
今井 麗漣 くん
R6年9月24日(小和森)
寂しがりやで甘えん
坊の抱っこマン♡



やまもと ほのか
山本 帆葉 ちゃん
R6年9月24日(八幡崎)
お兄ちゃんと仲良く、
元気に育ってね!



しもやま てんき
下山 填姫 ちゃん
R6年9月29日(南田中)
ムチムチてんちゃん!
皆大好きてんちゃん!



今月の表紙

Cover of this month

と、もう1まい



表紙の写真は、8月31日、ひらかわフェスタで行われた「ひらかメレース」の最終レースで、優勝のカメが決まった瞬間を収めたものです。当日は21匹のカメが参加し、白熱レースの末に優勝したのは岩渕洋介さん(原田)のカメ「ノブ」くん。まっすぐ力強く走り切り、多くの観客から歓声が上がりました。

広報ひらかわ No.237 2025年9月15日発行

発行 平川市
編集 総務部政策推進課
ひらかわ魅力発信係

〒036-0104
青森県平川市柏木町藤山25番地6
TEL 0172-44-1111 (代表)
FAX 0172-44-8619
HP <https://www.city.hirakawa.lg.jp/>
作成部数 11,300部
印刷経費 1部あたり31円



ユニバーサルデザイン(UD)の考え方に基つき、より多くの人に見やすく読み間違えにくいデザインの文字を利用しています。



平川市HP

※QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

※広報ひらかわは、市の公共施設や市内コンビニエンスストア、スーパーマーケット、温泉施設、郵便局、銀行にも設置しています。

柏農魅力発信プロジェクト

柏木農業高等学校（柏農）が持つ様々な魅力やイベント情報などを、本誌で取り上げていきます。

生徒の力作！ 柏農ねぶた

平川ねぶたまつりに出陣！

8月2日、3日に開催された「平川ねぶたまつり2025」に柏農ねぶたが出陣しました。3年生の絵師が鏡絵を担当し、昨年度の卒業生3人が見送り絵と袖絵、1年生2人が前ねぶたと金魚ねぶたを描きました。

絵貼りなどの準備はねぶた部の生徒が取り組みました。流し踊りや囃子も練習を重ね、当日は、生徒たちが合同運行の先頭で練り歩き、祭りを盛り上げました。



柏農4学科の特色を表現した

ねぶた絵キーホルダーを開発！

7月31日、生活科学科3年の生徒たちが、平賀駅と弘前駅にねぶた絵キーホルダーを販売するカプセル玩具自販機を設置しました。

キーホルダーの絵柄は、弘南鉄道で運行中の創立100周年記念ラッピング列車に描かれた「柏農4学科の特色が表現されたねぶた絵」4種類と、昨年の「世界一の扇ねぶた」となっています。裏面にあるQRコードを読み取るとねぶた囃子を聴くことができます。

