

広報さんのへ おしらせ版 まちおた からのより

2026
9月号

編集・発行

三戸町役場まちづくり課
青森県三戸郡三戸町大字在府小路町 43
TEL 0179(20)1117
FAX 0179(20)1102

◆三戸オープンキャンパス 2026 のお知らせ

三戸町中央公民館では三戸オープンキャンパス 2026（前期）を開設しています。

9月に開催する講座は下記のとおりです。

講座名	開催日	時間
野菜教室	28 日(月)	9 時 30 分～ 12 時 30 分
フラダンス教室	1 日、15 日(火)	19 時～ 20 時 30 分
オカリナ教室	8 日、29 日(火)	10 時～ 11 時 30 分
からだの学校	9 日(水)	10 時～ 11 時 30 分
	16 日、30 日(水)	19 時～ 20 時 30 分

※からだの学校：体のしくみを学び、ボールなどを使って体をほぐします。

受講生は随時募集中です。詳しくは三戸町中央公民館までお問合せください。

○問合せ 三戸町中央公民館 TEL：22-2186

◆子猫を見つけてもさわらないで！

【親猫がいないと思っても...】

子猫を見つけても安易に保護しないでください。子猫はとてもたくましく、自分たちの力で生きていけるため、わざわざ保護する必要はありません。

親猫がいない様子でも、エサを探しに出かけたり、近くから見守っているなど、一時的に離れている場合が多いため、離れた場所から静かに様子を見守りましょう。

【母猫の育児放棄につながります】

母猫はわが子を臭いで判断します。人間が子猫に触れると臭いに移り、自分の子か分からなくなったり、警戒して育児放棄をしてしまいます。

【親猫が戻ってこない場合は...】

数日ほど様子を見ても親猫が戻ってこない場合は、引取の対象となる可能性があります。親猫が戻らない場合でも、個人で保護せず、青森県動物愛護センターに相談をしましょう。

※手のひらサイズの大きさの子猫や、ぐったりしている子猫に限ります。また、必ず引き取られるわけではありません。

【愛護動物の遺棄は犯罪です】

犬や猫などの愛護動物を捨てることは犯罪です。ダンボール箱などに入れて捨てられている様子を見かけたら、最寄りの警察署へ通報してください。

○問合せ 三戸町住民福祉課 TEL：20-1151

青森県動物愛護センター八戸市駐在
TEL：0178-27-5111

◆国民年金に関する不審な電話やメールにご注意ください。

日本年金機構や年金事務所の職員を名乗り、個人情報聞き出そうとする「不審な電話」にご注意ください。

○日本年金機構や年金事務所の職員が以下のことを電話で行うことはありません。

- ・自動音声ガイダンスを使って連絡をする。
- ・口座番号や振り込み先などの個人情報を聞く。
- ・銀行口座や ATM 操作を案内する。

※怪しいと感じたら、一度電話を切り、お近くの年金事務所や警察署にお問い合わせください。

○問合せ 三戸町住民福祉課 TEL：20-1151

八戸年金事務所国民年金課 TEL：0178-44-1742

◆農作物被害防止のため電気柵を設置しましょう

鳥獣による農作物被害防止を目的とした電気柵などの購入費用を最大 20 万円補助します。

電気柵などの購入・設置を検討している人で、補助金の利用を希望する人は、事前にご相談ください。

○補助対象者 生業として町内の農地で農業生産を行う人で、町内に事務所もしくは事業所を有する法人または町内に住所を有する個人

○補助金額 資材購入に要する経費の 3 分の 2 以内（上限 20 万円）

○相談期間 8 月 18 日(火)～ 9 月 30 日(水)

○問合せ 三戸町農林課 TEL：20-1155

◆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人は、役場健康長寿課へご相談ください。また、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が認められることがありますので、役場健康長寿課へお早めにご相談ください。

○医療費通知書について

医療費通知書は、ご自身で受けた医療の状況を知っていただくためのお知らせで、受診した月に応じて2回に分けて送付します。

	送付時期	記載内容
1回目	2月中旬	1～11月診療分
2回目	3月中旬	12月診療分

※2回目に送付する医療費通知書が到着する前に確定申告をされる方は、次の書類により確定申告をお願いします。

- ① 1回目に送付した医療費通知書
- ② 12月に受診した医療機関（病院、薬局など）から発行される領収書

また、マイナンバーカードをお持ちの人は、確定申告に活用するための1年分の医療費通知情報を、例年2月9日頃からマイナポータルで取得可能です。

医療費通知書に関してご不明な点がございましたら、2月上旬から設置するコールセンターへお問い合わせください。お問い合わせの際は、被保険者番号がわかるもの（資格情報のお知らせなど）をご用意ください。コールセンターの電話番号は、医療費通知書の封筒および青森県後期高齢者医療広域連合ホームページでお知らせします。

○問合せ 三戸町 健康長寿課 TEL：20-1153

◆HTLV-1を知っていますか？

～正しい知識で感染を防ぎましょう～

HTLV-1は、ヒトT細胞白血病ウイルス1型の略称で、主に母乳、性行為などで感染するウイルスです。日常生活での会話や食器の共有などでは感染しません。HTLV-1に感染しているかどうかは、血液検査で抗体があるかどうかを調べます。妊娠中（妊娠30週まで）に行われる妊婦健康診査では、HTLV-1抗体検査が無料で受けられます。

○問合せ 三戸町健康長寿課

TEL：20-1152



詳細はこちら▶

◆毎年9月は食生活改善普及運動と健康増進普及月間です！

少子・高齢化の現代において、生活習慣病を予防し健康寿命をのばすことはますます重要となっています。生活習慣病は日常生活の在り方と深く関連していることから、健康の保持・増進をはかるためには、運動習慣の定着や食生活の改善といった健康的な生活習慣の確立が重要です。

「まずは毎日、あと一皿ずつ野菜と果物をプラス」して「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 良い睡眠 ～健康寿命の延伸～」を目指しましょう！

厚生労働省「健康日本21アクション支援サイト」では、健康づくりのサポート情報が満載です。

○問合せ 三戸町健康長寿課

TEL：20-1152



詳細はこちら▲

◆認知症専門相談のお知らせ

最近、物忘れが多くなってきた、ご自身やご家族が認知症ではないか、介護について悩んでいるなど、認知症に関する相談をお受けします。

○日時 9月14日(月) 9時～12時

○場所 三戸町保健センター集団指導室

※事前に申込をお願いいたします。

○問合せ 三戸町健康長寿課 TEL：20-1153

◆産直ひろばからのお知らせ

9月は秋彼岸です。産直ひろばでは、秋彼岸用の切り花の販売を実施するとともに彼岸団子の予約を受け付けます。また、早生リンゴ、ブドウなどの販売も始まりますので、皆さまぜひお気軽にお立ち寄りください。

○問合せ SAN・SUN 産直ひろば TEL：22-3266

◆令和8年度障害者就職面接会のご案内

ハローワーク八戸では、障害者の雇用促進を目的として、就職をめざす障害者の人を対象とした就職面接会を開催します。就職を希望する障害のある皆様は、ぜひこの機会にご参加ください。

○日時 10月16日(金) 13時30分～15時30分

○場所 八戸プラザホテル アーバンホール

○申込期限 10月2日(金)まで

○問合せ 八戸公共職業安定所 専門援助部門

TEL：0178-22-8609 (43 #)

◆はちのへ若者サポートステーション無料出張相談のお知らせ

サポートステーションは、厚生労働省委託のもと若者の職業的自立を支援する相談窓口です。

1人1人に対して丁寧に心の相談やキャリアカウンセリング、コミュニケーション・就労支援プログラムなど地域のネットワークを利用し、若者が自信を付け、安心して自立していけるよう相談員が伴走しています。

○日時 9月29日(火) 10時～12時

○場所 アップルドーム

○対象 15歳～49歳の人

○問合せ はちのへ若者サポートステーション

TEL：0178-51-8582

◆生活道路における自動車の法定速度が引き下げられます！！

9月1日から、主に地域住民の日常生活に利用する以下のイラストのような中央線などがない道路の法定速度が30km/hになります。



○以下のような道路における自動車の法定速度は引き続き60km/hです。

①道路標識または道路標示による中央線または車両通行帯が設けられている一般道路

②道路の構造上または柵その他の工作物により自動車の通行が往復の方向別に分離されている一般道路

③高速自動車国道のうち、本線車道ならびにこれに接する加速車線および減速車線以外のもの（例として、一般道路と高速道路をつなぐ、いわゆる「ランプ」が該当します。）

④自動車専用道路

道路標識等による指定がある場合は、その速度に従ってください

⇒中央線がない道路で40km/hの速度標識があった場合は、最高速度は40km/hとなります。

⇒中央分離帯や中央線があっても速度標識が50km/hの場合、最高速度は50km/hとなります。

○問合せ 三戸警察署

TEL：22-1135

詳細はこちら▶



◆三戸消防署からのお知らせ

【救急車の適正利用をお願いします】

三戸町の令和8年度上半期救急搬送件数（1月1日～6月30日）は195件でした。傷病程度の内訳は死亡9件、重症40件、中等症78件、軽症68件でした。高齢化社会を迎え救急件数は増加傾向にあります。

救急車は緊急に病院へ搬送する必要がある人のためのものです。明らかな軽症での救急車の利用により、重症患者などへの対応が遅れ、救える命が救えない事態を防ぐために、救急車の適正な利用にご協力をお願い致します。

急なケガや病気で、救急車を呼んだ方がよいか、自分で病院に行った方がいいかなど判断に迷ったときに、専門家（看護師など）のアドバイスを受けることができる＃7119がありますので、そちらもご活用をお願いします。

○問合せ 三戸消防署 TEL：22-1140

◆町政へのご意見・ご提案

三戸町では、町民参加によるまちづくりを積極的に推進するため、随時ご意見ご提案を受付けしています。皆さんのご意見・ご提案をお寄せください。

ご意見・ご提案はこちら▶



◆防災行政無線について

防災行政無線（屋外スピーカー）からの放送内容を以下の電話番号から確認することができます。

さんのへ さんのへ ごー やくば
0120-335-898

※通話料は無料です。

○問合せ 三戸町総務課 TEL：20-1111