

みんなでちからをあわせる 11ひきのねこのまち

広報

さんのへ



2026

8

No.780

©馬場のぼる



みんなで一緒に町をピカピカに！

三戸小・中学校初等部ボランティア活動（関連6ページ）

過去最高額！

令和7年度

全国からの寄附額 **4億7,130万円**

ふるさと納税

全国の皆さんからたくさんの寄附をいただいています。
寄せられた寄附は、まちづくりの財源として活用されています。

全国の皆さん
ありがとう
ございました

問
三戸町役場 まちづくり課
ふるさと納税強化室
☎ 20-1107

ふるさと納税とは

ふるさと納税は、出身地や応援したい地域（都道府県や市区町村）へ寄附する制度です。

出身地はもちろん、それ以外でも「お世話になったふるさと」や「これから応援したいふるさと」など、自分が思う「ふるさと」を自由に選ぶことができます。多くの自治体がお礼として寄附者に地場産品などを送り、地域の魅力発信につなげています。寄せられた寄附金は、「ふるさと三戸応援基金」に積み立て、次年度以降の事業に活用しています。

お礼に町の特産品を

三戸町では現在、240種類を超える返礼品をそろえ、寄附者の皆様に感謝のメッセージを添えてお届けしています。

町で栽培されたりんごやさくらんぼなどの果物、にんにくを中心とした農産物や、りんごジュースなどの加工品などが、全国の寄附者にとっても人気です。当町で生産されたお礼品を寄附者に送ることにより、事業者や生産者など、地域経済の活性化にも役立っています。

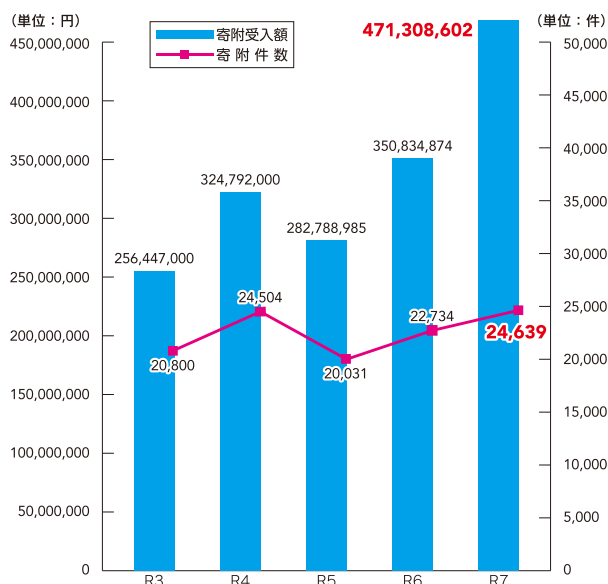
寄附は全国から！

三戸町への寄附金は、北海道から沖縄まで全国47都道府県から寄せられています。今後も、各種イベントなどで三戸町のふるさと納税をPRし、全国に三戸町の応援者を増やします。

町民の皆さまへお願い

ふるさと納税は、三戸町を元気にする仕組みです。ぜひ、町外にお住まいのご家族やご親戚、ご友人などに、三戸町へのふるさと納税をおすすめください！

ふるさと納税による寄附金額の推移





※ () 内は選ばれた返礼品の割合です。

寄附金を活用してまちを元気に！

三戸町では、寄附金の使い道を設定し、寄附者の皆さまからお選びいただいております(令和8年7月現在は13コース)。いただいた寄附金は、寄附者の想いに添い、大切に使用させていただきます。

～寄付金で実施している主な事業～

- 子育て・教育支援の充実
→三戸っ子はぐくみ応援金、習い事応援補助金
- 高齢者等の福祉充実、健康長寿
→外出・除雪支援サービス
- 果樹を中心とした農業の推進チャレンジ
→スピードスプレーヤー、農業用機械の購入
- 小中一貫教育の環境充実
- 「国史跡三戸城跡城山公園」応援
- 11ぴきのねこ事業
→ラッピングトレイン・バス、街灯フラッグなどの設置



むつ市 (6月24日)



八戸市 (6月24日)

被災地	件数	寄附金額	備考
静岡県牧之原市	67件	746,000円	台風15号災害
八戸市	409件	7,540,798円	青森県東方沖地震
むつ市	49件	938,550円	青森県東方沖地震

**災害支援代理寄附の
寄付金を届けました**

災害支援代理寄附とは、被災した自治体に代わって、別の自治体がふるさと納税の寄附受付や事務手続きを行う寄附です。

三戸町では、令和7年度に3カ所の代理寄附の受付を行いました。全国の皆様から525件、922万5348円をいただき、各被災地自治体に寄付金をお届けしました。

5月12日～14日、6月16日～18日
第37回総合優勝制町内対抗スポーツ大会



ビニールバレーボール大会（5月12日～14日）とボッチャ大会（6月16日～18日）がアップルドーム MIYAGO アリーナで開催され、熱戦が繰り広げられました。ビニールバレーボール大会では杉沢町内会（写真左側）、ボッチャ大会では斗内町内会（写真右側）が優勝しました。

6月10日

三戸小学校なかよし教室「俵づみ唄三味線体験教室」



三戸小学校なかよし教室で「俵づみ唄三味線体験教室」が開かれ、児童ら23人が参加しました。参加した児童は講師の赤坂勉さん（前年俵づみ唄全国大会の優勝者）から俵づみ唄や三味線の弾き方を学びました。

体験後には、児童から赤坂さんへ「三味線は何かからできているのか」「俵づみ唄はどこで始まったのか」など、さまざまな質問が寄せられ、交流を深めました。

6月12日

馬場のぼる絵本プレゼント



ふくじゅそうの「のぼたん広場」で行われ、町内の3組6人の親子が参加しました。沼沢町長から馬場のぼるさんの絵本と赤ちゃん向けの絵本、木のおもちゃが贈られ、親子は笑顔で受け取りました。

6月12日

ふるさと納税返礼品提供事業者説明会



三戸町中央公民館でふるさと納税返礼品提供事業者向けの説明会が行われ、22事業者が参加しました。説明会では、ふるさと納税のサイトを運営する(株)トラストバンクの担当者による講演が行われました。

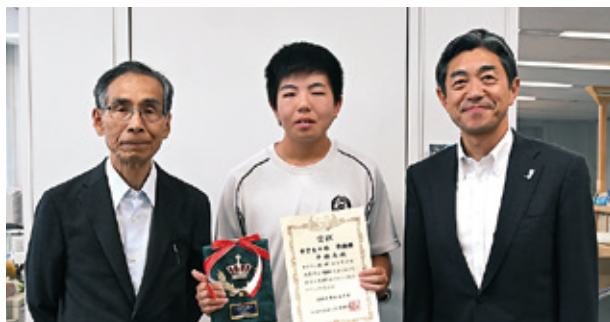
6月27日
土曜塾開塾式



三戸土曜塾（大庭礼子会長）の開塾式が三戸町中央公民館で行われ、三戸小・中学校9年生15人が参加しました。

開塾式では塾生が「志望校に合格する」「苦手教科を克服する」と目標を発表しました。

6月29日 第47回文部科学大臣杯少年少女囲碁全国大会出場を報告



三戸小・中学校8年生平稜太さんと指導者の小山田孝兆さんが、原教育長に全国大会出場を報告しました。

平さんは、2年連続の出場を果たし「去年は1勝もできず悔しかったので、今年こそ1勝できるよう頑張る」と意気込みを述べました。

6月16日
租税教室



斗川小学校の6年生を対象に租税教室が行われました。税務課職員の説明を聞き、税金の種類や使い道について学びました。

また、1億円分の紙幣のレプリカを実際に持ち、お金の重みを実感しました。

6月26日 三戸町有害鳥獣の緊急銃猟を想定した机上訓練



緊急銃猟を安全かつ迅速に実施するため、知識の習熟や技術の向上を目的に緊急銃猟の机上訓練が行われました。

訓練では、町のマニュアルに基づき役割分担の確認や机上で手順の確認を行いました。

.....
以下は、有料広告です。

普通肥料(汚泥発酵肥料)生第 85798 号 (肥料取締法に基づく登録)

性状：粉 / 肥料成分：窒素 1.6% リン 3.5% カリ 1.6%

安全でよく育つ肥料 使ってみませんか？

アースライフ

にんにく 1反-3t / 長芋 1反-2t / 葉もの 1反-1t / 田んぼ 1反-0.3t

肥料価格 (配達料込) ※税込価格です

4t車 ￥4,400 10t車 ￥11,000

必要量は相談に応じます ☎0176-22-2061

担当：畠山

県南環境保全センター(株) 十和田市大字三本木字野崎 40-370

※町では、財源確保などのため広告を掲載しています。なお、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。広告掲載の申込みなどについては、三戸町役場まちづくり課まで ☎20-1117

6月28日 三戸小・中学校資源回収・
清掃ボランティア活動



三戸小・中学校で資源回収と清掃ボランティア活動が行われました。資源回収は今年度で最後の活動となります。

11匹きのねこの石像やバスの清掃を行った児童は「楽しかった。バスのタイヤを拭くのが難しかった」などと振り返りました。



7月8日、9日 職員接遇セミナー
7月10日 おもてなしセミナー



(一社)日本おもてなし推進協議会の古川智子さんが講師を務め、町職員向けの「職員接遇セミナー」と町民向けの「おもてなしセミナー」が開催されました。講師の古川智子さんは、参加者に対し「おもてなし」の心構えやコミュニケーションについて実演を交えながら講演を行いました。



以下は、有料広告です。

正社員・パート 募集中!

(株)阿部繁孝商店 田子・五戸工場
とり肉製造加工(チキン製造スタッフ)

正社員

- 給与 22万円(昇給あり)
- 賞与 年3回(7月、12月、3月)
- 勤務時間 8:00~17:00(休憩70分)
- その他 送迎バス利用可、食事手当、がん保険(会社全額負担)、パステープレゼント

パート

- 時給 1,150円
- 勤務時間 9:00~15:00(休憩60分)
- その他 マイカー通勤手当、食事手当、社会保険完備、正社員転換あり、パステープレゼント

丹精込めた北東北の **あべどり**

株式会社あべはングループ

HP X Instagram

☆お問い合わせ
本社 ☎0195-23-2111 担当: 鷹野、澤田
またはお近くのハローワークへ

※町では、財源確保などのため広告を掲載しています。なお、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。広告掲載の申込みなどについては、三戸町役場まちづくり課まで ☎ 20-1117

さんのへ城山ジャンボリー開催!

今年は、三戸田子牛 BBQ に加え、水鉄砲バトルを初開催! さらに、ウォータースライダーなどの水遊びスペースも設置します!

前売り券購入者は、Switch2 など数万円相当の豪華景品が当たる抽選会に参加できます。お楽しみに!!



 **日時** 8月29日(土) 10時～15時

 **会場** 国史跡三戸城跡城山公園
(三戸駅からのシャトルバス運行あり)

 **内容** 手ぶらで楽しむバーベキュー
水鉄砲バトル **NEW**
ステージイベント
アトラクションエリア など

【お得な BBQ 前売り券発売中!】

前売り券 1 枚 **2,500 円**

三戸田子牛 200g と野菜のセット、
アトラクション無料券、総額 20 万
円の豪華景品が当たる抽選券付!

さんのへ城山ジャンボリーの
インスタを開設中!
イベントの詳細を随時更新して
います。フォローをして最新の
情報をチェックしましょう!



BBQ 前売り券発売中!
前売り券は 8/21 まで!
水鉄砲バトル
エントリー募集中!



購入、参加申込み▲

プレミアム率 20%
発行総額 1.38 億円

令和 8 年度 **さんのへプレミアム商品券**
完全予約制で販売します

《額面500円券 12枚綴り》
1冊 6,000 円分を 5,000 円で販売!

1,000 円分 おトク

**申込方法などの詳細は後日、回覧板で毎戸配布、
新聞折込されるチラシ等をご覧ください**

受付期間：令和 8 年 8 月 24 日(月)～令和 8 年 9 月 14 日(月)

販売期間：令和 8 年 10 月 1 日(木)～令和 8 年 10 月 14 日(水)

使用期間：令和 8 年 10 月 1 日(木)～令和 9 年 1 月 31 日(日)

★対象者：青森県民限定

★販売冊数：23,000 冊

★購入限度数：お一人 12 冊まで (60,000 円)



※予約申込数が 23,000 冊を超えた場合には抽選で購入者を決定いたしますので、予めご了承ください。

〈発行・問合先〉三戸町商工会 ☎0179-22-2131

※本事業は、国の「重点支援地方交付金」を活用して実施するものです。

よかったね♪ 虫歯ゼロ

むし歯のないキレイな歯を目指して、毎日の歯磨きと仕上げ磨きを大切にしましょう。固い食べ物をよく噛むことは、歯や顎の発達にもつながります。フッ素塗布受診券もご活用ください！



とほな はるき
戸花 晴希さん



そとやま せ お
外山 惺雄さん



なかつみ ゆいか
中 堤 結海さん



いはら ゆうま
井原 優真さん



さ さ き けんと
佐々木 絢都さん



そとやま る い
外山 琉壺さん



はしもと る い
橋本 琉生さん



かいもり はると
貝守 陽翔さん



わたなべ あぎと
渡部 暁斗さん



health information

健康情報

問合せ：健康長寿課 20-1152

9月24日～9月30日は 「結核・呼吸器感染症予防週間」

結核・呼吸器感染症予防週間は、結核と呼吸器感染症に関する正しい知識を広めるための1週間です。

●結核について

結核は結核菌によって、主に肺に炎症が起きる病気です。初期では目立った症状がないため、気づかぬうちに進行してしまうことがあります。日本では毎年約10,000人が新たに発症しており、まだまだ対策が必要な感染症です。

結核は医師の指示通りに、毎日きちんと服薬することで治ります。治療費用は公費負担を受けることができます。結核の早期発見のため、年に一度の健康診断で自身の健康状態を確かめましょう。2週間以上続く咳・微熱・だるさ等の症状がある場合は早めに医療機関を受診しましょう。

●呼吸器感染症を予防するために

空気が乾燥してくると、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザ等の様々な呼吸器感染症に感染しやすくなります。こまめな換気や咳エチケット、手洗いや手指消毒に加え、ワクチン接種や健康的な生活で免疫力を高めましょう。



健康レシピ

今月のちょいトレ



プライベートの合間に、let's ちょいトレ！
「何もしないよりは、1回でもやった方がマシ」
の気持ちでとり組みましょう。

- イスに座り、片手を腰、もう一方の手をひざにあて、上体をひねる。
- 左右同様に行う。



健康に役立つ運動レシピとして、
「ちょいトレ」をお届けします。
皆さんで健康長寿を目指しましょう。

イスの上で 背骨のストレッチ

(よく動く体にする体操)

息を細く長く吐きながら
気持ちよい範囲で
30秒キープ！



絵：emi



SOSの出し方講座

～大切ないのちを守るために～

講師：千葉りかさん（三戸保健所の保健師）

三戸高校で開催された講座では、ストレスへの対処法についてグループで意見を出し合いながら学ぶとともに、自分や友達がSOSを発しているときに、どのように対応すればよいかを一緒に考えました。

参加した生徒は、援助希求のキャッチフレーズ「き・よ・う・し・つ」（気づいて・寄り添い・受けとめて・信頼できる大人に・つなげよう）を学びました。



のぼたん広場

NPO 法人子育て支援ネットゆりかご
tel：0179-20-0070 fax：0179-20-0071
E-mail：yurikago3@gmail.com

のぼたん広場では、子育て中の親子のみなさんを対象に次の支援を行っています。

- ①交流の場の提供 ②相談・援助 ③関連情報の提供 ④講習などの実施です。

お友達づくりをしながら、リフレッシュできる広場です。どうぞ気軽においでください。

- 開設日時：月曜日～日曜日 8時15分～16時45分
※平日の9時～15時は、ゆりかごスタッフが対応します
＜年末年始（12/29～1/3）は閉館＞

8月8日(土) 18時30分～
「さんのへ夏まつり」に出店します！

※簡単なゲームを用意してお待ちしています
8月のスケジュールはこちらから▶



いば ころろ さん
井場 瑚心 さん
(1歳8ヶ月)

これから
お姉ちゃんと
仲良くな



地域おこし協力隊として活動している小林友紀です。

6月は“さくらんぼ”の季節を沢山感じました！

ジュノハートの農家さんでは5Lの大玉を間近で見せていただき、大きさとジュシーさに感動！家族にはこちらのジュノハートを郵送しました。また、町内の農家の園地で撮影と、実際に収穫もさせていただき、友人などに郵送もさせていただきました。

これからも三戸町のおいしい採れたてを、町外の人にも共有したいと思っています！



＼地域おこし協力隊 SNS /
町の魅力や、協力隊として感じたことを発信中！
X、Instagram
ぜひみてください。



ふるさと納税

寄附者からのメッセージ

- ◆ 被災地の皆様のいち早くの復興をお祈りし、代理寄附への申込をさせていただきます。皆様頑張ってください！ (青森県)
- ◆ 2026年1月着の家庭用りんご10Kg、ホント美味しかった。美味しい青森、ガンバレ果樹園、ガンバレ三戸りんご。 (山形県)

「ふるさとチョイス三戸町ページ」で、寄附者の皆さんからのメッセージをたくさん紹介しております。

ふるさとチョイス 三戸町 応援メッセージ

検索



全国の皆さま、応援ありがとうございます。

以下は、有料広告です。

スマホの操作が不安な方、もっと使いこなして楽しみたい方

ドコモスマホ教室開催中

参加無料

料金プランのこと、使い方のこと、ご購入のこと、お気軽にご来店ください

NTT docomo ドコモショップサテライト 三戸バイパス店

営業:10時～19時 2026年4月から年中無休になりました 三戸町川守田字正浄寺 22-3 (0120)258-018

※町では、財源確保などのため広告を掲載しています。なお、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。広告掲載の申込みなどについては、三戸町役場まちづくり課まで ☎ 20-1117

9月 お知らせカレンダー

日付	曜日	行事・お知らせ
2	水	離乳食教室（保健センター 受付 12 時 50 分～13 時 10 分） オレンジカフェ事業所合同カフェ （ふくじゅそう 3 階 13 時 30 分～16 時）
3	木	3 歳児健康診査 （保健センター 受付 12 時 30 分～13 時）
4	金	全校バス遠足（斗川小）
6	日	QOL 健診 （アップルドームMIYAGOアリーナ 9 時～12 時）
14	月	認知症専門相談日 （保健センター 9 時～12 時）
16	水	三戸町行政相談 （ふくじゅそう 13 時～15 時）
17	木	三戸町敬老会 （アップルドームMIYAGOアリーナ 受付 9 時 30 分～ 10 時開会）
19	土	三八中体秋季大会（～21 日） 食育の日 ～のどが渴く前に一口水分補給～
21	月	敬老の日
22	火	国民の休日
23	水	秋分の日
25	金	さんのへ秋まつり（～27 日）
30	水	心配ごと相談 （ふくじゅそう 13 時～15 時） 固定資産税 3 期 納期限 国民健康保険税 3 期 納期限



すっかり夏になりました。暑いです。県内の天気予報を見ていると同じ青森県かと思うほど三戸町だけ暑い日があります。今になってもこの暑さだけは慣れません。なので、私は夏こそ家で過ごしたい派です。皆さんは、外のイベントに行く機会が多くなると思いますが、水分補給はしっかり行い、熱中症には気を付けましょう。（下屋敷）

編集ノート

三戸町で頑張っている人の
紹介コーナー



～サンパー 3～

農家

かわいち ひでのり
川市 一仁さん

◆自己紹介をお願いします。

「三戸町出身です。農業小学校1期生です。農業の専門学校を卒業後三戸町に帰り、父の農業を継ぎました。消防団や町内対抗など地域の活動に参加することが仕事のリフレッシュになっています」

◆仕事内容を教えてください。

「きゅうり、スナップエンドウ、ねぎ、ほうれん草を栽培してます」

◆仕事で心がけていることはありますか。

「まずは、今まで父が育ててきた農作物の品質を落とさないよう頑張っています」

◆三戸町民に一言お願いします。

「SAN・SUN 産直ひろばで販売いるので皆さん食べてください」

◆父から子へメッセージ

「農家としてはまだまだ（笑）。ただ、育てた野菜は評価をいただいた。これからもっと頑張りたい」

川市さんが栽培した「スナップエンドウ」と「きゅうり」が野菜の品質を評価する野菜ソムリエサミットで銀賞を受賞しました。

三戸町で頑張っている団体の
紹介コーナー



～サンパー 3～

三戸町野球協会

町内外の20～50代まで幅広い年代が活躍している社会人チームです。現在部員25人で年に数回ある大会に向けて日々汗を流しています。

- ①活動日時 毎週火曜日、木曜日
18時30分～21時
※6人未満の場合は中止
- ①活動場所 サン・スポーツランド三戸
- ①年会費 5,000円

部員からひとこと

チームの雰囲気が良く、楽しみながら練習や試合をし、仲間同士高め合っています。プライベート優先で、練習したいときに行くスタンスで大丈夫です。

ぜひ、加入してください！
全力投球・笑顔で魅せる松山

興味のある人は、三戸町野球協会のInstagramからお問い合わせください▶



三戸町公式YouTubeチャンネル「さんへTUBE」のチャンネル登録をお願いします。

SNSで町からの情報をお届けします。
LINEではクマなどの目撃情報も配信しています。
フォローや友だち追加、お願いします。

