

## やってみよう! あおもり防災チャレンジ 10/29㊦～11/12㊦は あおもり防災ウィーク2025

災害はいつどこで起こるかわかりません。

各家庭や職場などで、地震や津波など「いざというとき」に備え  
訓練や防災に関する取組にチャレンジしましょう!

## みんなで同時刻に実施! 地震に備えたトレーニング シェイクアウト訓練

11/5㊦  
午前10時～  
1分間

「シェイクアウト訓練」とは

地震の際の安全確保行動を身につけるための  
訓練です。

防災行政無線や緊急速報メールなどを合図に、  
**まず低く 頭を守り 動かない**を、  
学校、職場、ご家庭などで実施してみましょう。



防災危機管理課 ☎017-734-9180

詳しくは [あおもり防災チャレンジ](#)



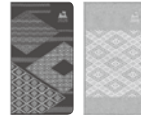
専用サイトに  
チャレンジ宣言  
受付中!



## 「青森県民手帳」販売開始!

青森県民手帳は、青森県に  
関する情報をぎゅっと詰め込んだ  
便利でお得な1冊です。

2026年版は黒・青・緑・赤の  
通常版4色に加え、コンビニ限定  
販売の3色、毎年好評のこぎん刺  
し模様、菱刺し模様の限定版3  
色の計10色をご用意しました!



|      |                                                  |
|------|--------------------------------------------------|
| 販売場所 | 県内の主な書店、コンビニエンスストア、<br>ホームセンターなど                 |
| 販売価格 | 通常版: 880円(税込)<br>(コンビニ限定販売含む)<br>限定版: 1,100円(税込) |

統計分析課 ☎017-734-9165

詳しくは県庁HP [青森県民手帳](#)



## こどもまんなか青森 ポータルサイトがオープン!

「こどもまんなか青森ポータルサイト」は、こども  
の権利を楽しく学べるクイズや間違い探し、県の  
取り組みなどを掲載したWEBサイトです。

また、県内のこどもたちを対象に、県の取組に  
関するアンケートを行います。アンケートは、「あお  
もりこどもモニター」に登録後、回答できます。  
ぜひモニターに登録して、意見を聴かせてください!

|      |                |
|------|----------------|
| 対 象  | 小学生～高校生相当の年齢まで |
| 募集期間 | 12月19日(金)まで    |
| 募集人数 | 100名程度         |
| 特 典  | ギフト券プレゼント      |

こどもみらい課 ☎017-734-9301

詳しくは [こどもまんなか青森ポータルサイト](#)



## 「わたしの大鰐線」 思い出大募集!

2028年3月末で運行休止となる弘南鉄道  
大鰐線。1952年に運行を始めてから、時代ごと  
に地域住民の大事な足として活躍し、さまざまな  
景色を見せてくれました。

そんな大鰐線の思い出を皆さんから募集します。

|      |                                              |
|------|----------------------------------------------|
| 応募内容 | 弘南鉄道大鰐線に関する<br>①思い出の写真、絵<br>②思い出のエピソード、メッセージ |
| 応募締切 | 12月26日(金)                                    |
| 応募方法 | ・応募サイト内専用フォームから投稿<br>・郵送または持参                |

中南地域連携事務所

☎0172-32-2407

詳しくは県庁HP [わたしの大鰐線](#)



## 「子ども・若者なんでも相談会」 開催

子どもや若者(そのご家族)が抱えるさまざま  
な相談を県内の各種相談支援機関のスタッフが  
お聞きます。ご家族だけでもお気軽にご相談  
ください。

|               |                                         |
|---------------|-----------------------------------------|
| 県南会場<br>(八戸市) | 11月8日(土) 11:00～18:50<br>YSアリーナ八戸1階 小会議室 |
| 津軽会場<br>(弘前市) | 11月25日(火) 9:30～15:30<br>ヒロロ3階 多世代交流室    |
| 下北会場<br>(むつ市) | 11月26日(水) 9:30～15:30<br>下北文化会館1階 マルチルーム |

・相談無料  
・当日参加可能(予約推奨)  
県民活躍推進課 ☎017-734-9226

詳しくは県庁HP

[子ども・若者 なんでも相談会](#)



## 企画展 「三内丸山遺跡の重要文化財」開催!

三内丸山遺跡の出土品  
は、平成15年に1,958点、  
令和6年に1,855点が重要  
文化財に指定されました。

本展では、新たに重要文  
化財に指定された資料を中心に三内丸山遺跡  
出土品の魅力や価値について紹介します。



|       |                                               |
|-------|-----------------------------------------------|
| 展示期間  | 令和7年11月7日(金)<br>～令和8年3月8日(日)                  |
| 観 覧 料 | 常設展観覧料で観覧できます。<br>一般500円、大学生等250円、<br>高校生以下無料 |

三内丸山遺跡センター

☎017-782-9462

詳しくは

[企画展「三内丸山遺跡の重要文化財」](#)



## 11月14日は世界糖尿病デー キャンペーンイベント開催!

世界中で糖尿病に関する啓発活動が行われる  
「世界糖尿病デー」に合わせてイベントを開催!  
かわいいジッパー袋などノベルティグッズの配布  
も。ぜひイベント会場へお越しください。

| 開催日時                 | 場 所           |
|----------------------|---------------|
| 11月8日(土)10:00～17:00  | ラピア(八戸市)      |
| 11月9日(日)10:00～17:00  | エルム(五所川原市)    |
| 11月14日(金)11:00～18:00 | サンロード青森(青森市)※ |

※青森会場では13:00から栄養相談、  
ベジチェック測定なども実施します。

がん・生活習慣病対策課

☎017-734-9283

詳しくは県庁HP

[あおもり健康情報局](#)



## 県の広報

### テレビ

R A B

Cross A(クロスエー)

15秒スポットCM

夕暮れ時・夜間の交通事故を  
防止しよう

A T V

土曜のお昼、  
d-iZeとご一緒しませんか  
土曜 12:54～13:00

11/15 結婚応援「AIであう」

A B A

みらい☆ルーキー

土曜 16:25～16:30

11/1 介護士

### 新CM放送中!

県では、AX～青森大変革～  
に向けた挑戦を続け、県民  
一人ひとりの挑戦を支えて  
いくという想いを込めて

**Change The Blue**  
～挑戦を支え、挑戦する県庁～  
をキャッチフレーズとした  
CMを制作しました。  
「しごと編」「交流編」「地域  
社会編」の3種類を各15秒  
のスポットCMとして県内  
民放3局で放送中!



**Change The Blue.**

～ 挑戦を支え、挑戦する県庁～