



実りの秋
黄金色の笑顔

第一小学校稲刈り体験

2009
11月号
広報
とほく

広報とほく No.55

今月の主な内容

- 中学・高校駅伝大会……2～3
- まちの話題……4～11
- 健康家族……12～13
- お知らせ……14～26
- 戸籍の窓……27
- わが家のアイドル……28

駅伝の町を 駆け抜ける

女子第19回、男子第21回県中学校男子駅伝競走大会が9月25日に、女子第21回、男子第60回県高校駅伝競走大会が10月17日に、北総合運動公園陸上競技場を発着点とするコースで行われ、各校を代表するアスリートたちが、さわやかな秋空の下、“駅伝の町”を駆け抜けました。



光星学院高は蛭名聡勝(左)と蛭沢奎の力走が光り2位入賞



十和田工業高には当町から久保田悠(No.7-2)、久保田泰知(No.7-4)、小坂恭平(右)の3人が出場。3位入賞を果たし東北大会出場を決めた。



アベック優勝に輝いた青森山田高には、榎本盟(右)と黒川遼(No.1-2)が会場。ともに区間賞の走りで全国大会出場に貢献した



県高校駅伝競走大会 上位の結果

(走者は町出身者のみ、緑字は区間賞)

【女子(5区間、21.0975^分)】

青森山田高 [1時間12分52秒]

(4区_榎本盟)

黒石高 [1時間16分14秒]

光星学院高 [1時間18分57秒]

【男子(7区間、42.195^分)】

青森山田高 [2時間09分22秒]

(2区_黒川遼)

光星学院高 [2時間15分22秒]

(1区_蛭名聡勝、2区_蛭沢奎)

十和田工業高 [2時間24分22秒]

(2区_久保田悠、4区_久保田泰知、

6区_小坂恭平)

県中学校駅伝競走大会結果

(緑字は区間賞)

【女子 (5 区間、13.2km)】

野辺地中 [48分25秒]

②東北中 [49分12秒]

(上崎知比路、石田友莉、久保玲奈、**蛭沢愛梨**、漆戸雛)

名川中 [49分24秒]

【男子 (6 区間、18.7km)】

野辺地中 [1時間02分49秒]

②東北中 [1時間03分01秒]

(横浜将吾、**長尾泰尚**、洞内晃喜、吹越清優、**千秋源次**、本間隼人)

十和田中 [1時間03分09秒]

⑦東北東中 [1時間08分26秒]

(甲地博人、大杉敦生、沼辺大樹、土井博輝、沼山達登、大杉翔)



上右_区間賞に輝いた東北中女子3区久保玲奈(右)と4区蛭沢愛梨のタスキリレー

上左_東北中女子アンカー漆戸雛も区間賞の力走。2位でフィニッシュし東北大会出場を決める

左_東北東中も6人のランナーが熱い思いをつないだ(甲地博人から大杉敦生へ)



上_東北中男子2区の長尾泰尚(No.4-2)は区間賞の走りで8人抜き達成
 左上_力を振り絞り前へ前へ。1年生ながら出場した4区吹越清優(No.4-4)の力走
 左下_5区区間賞の千秋源次(右)からアンカー本間隼人へ思いをつなぐ

秋の訪れを感じて
十和田市で探訪ウォーク



秋の訪れを感じながら元気に歩くウォーク会員

町中央公民館では9月15日、第3回探訪ウォークを開催し、参加したウォーク会員32人が、秋の訪れを感じながら十和田市内の約6kmのコースを元気に歩きました。

参加者は、十和田市深持地区の馬事公苑をスタート。錦色に染まり始めた紅葉を眺めながら、見晴らしの良い高森山を下り、のどかな田園地帯を歩きました。スタートからおよそ2時間後、参加者は心地良い汗を流しながら、ゴール地点の道の駅奥入瀬へ到着しました。

地域資源の活用方法探る
生業(なりわい)セミナー



町づくりについて話し合った生業セミナー

生業(なりわい)セミナーが9月16日、町民文化センターで開催され、約50人の出席者が地域資源を生かした町づくりについてのヒントを探りました。

セミナーでは、山形鉄道株の野村浩志代表取締役が「ローカル鉄道はすばらしい地域資源」と題した基調講演を行いました。続いてパネルディスカッションが行われ、NPO法人アルキメデスの山田美津雄理事長や、道の駅おがわら湖産直友の会の和田榮悦会長ら5人が、地域資源を活用した町づくりについて意見を交わしました。

交通死亡事故ゼロに向け思いを新たに
七戸地区交通安全総決起大会



決意表明をする交通安全母の会新山泰子副会長

七戸地区交通安全総決起大会が9月28日、コミュニティセンター未来館で開催され、東北、七戸両町から出席した交通安全協会会員や交通安全母の会会員など、約300人の交通安全団体関係者が、交通死亡事故ゼロに向けて思いを新たにしました。

大会は秋の交通安全運動に合わせて行われ、参加者全員で交通事故の犠牲者に黙とうをささげた後、七戸警察署の山口浩次長と斗賀町長があいさつし、出席者を激励しました。



わかさぎ保育園の園児は元気に交通安全の約束

また町交通安全母の会の新山泰子副会長が「交通安全に取り組む活動を、家庭、地域へと広げ、飲酒運転と交通事故のない社会に向けて全力で取り組みます」と決意表明。町老人クラブ連合会の蛸名七之助会長が「歩行中は交通ルールや交通安全宣言を守ります」などと交通安全宣言をしました。

続いて、わかさぎ保育園の園児10人が遊戯を披露し「道路には絶対に飛び出しません」などと、元気に交通ルール順守を誓いました。

まちの話題 Town's topics

イベントの情報や身の回りで起きた出来事など、情報をお寄せください。
また、広報に関するご意見やご希望等がございましたら、匿名でも構いませんのでお待ちしております。
役場企画課 広報係 Tel.0176-56-3111（代表）またはTel.0175-63-2111（内線234）

長寿を喜び合い、一層の活躍を誓う 敬老会に750人出席



米寿を迎えた方に顕彰状が贈られました

敬老会が9月16日、北総合運動公園トレーニングセンターで開かれ、74歳以上の対象者3208人のうち約750人が出席し、長寿の祝福を受けながら、お互いの健康や今後の豊かな生活を願いました。
式典では、斗賀町長が「皆さんがいつまでも元気で暮らせるよう、健康で長寿を楽しむ心豊かな町の充実強化に努めていきますので、皆さんのご協力をお願いします」とあいさつし、米寿を迎えた出席者に顕彰状と記



お互いの健康を願い出席者全員で乾杯

念品を手渡しました。
続いて、出席者を代表し松山定見さんが「これからも健康を保ち、長年の経験と知恵を次の世代のために役立てていきます」とお礼の言葉を述べました。
式典後は懇親会が行われ、町老人クラブ連合会の姥名七之助会長による発声で乾杯した後、出席者はステージで披露されたカナリヤ保育園による元気いっぱいいの遊戯などを楽しみ、楽しいひとときを過ごしました。

ネイチャーゲームは楽しい いきいき教室



動物ヒントリレーを楽しむいきいき教室参加者

高齢者の生きがいづくりを目的に開設しているいきいき教室は9月14日、公立小川原湖青年の家で、自然の不思議や仕組みを学ぶ「ネイチャーゲーム」を行い、高齢者26人が上北小学校の3年生63人と、遊びを通じて触れ合いました。
参加者は、会場内に隠してある人工物を探す「カモフラージュ」や、ヒントカードを元に生き物の名前を言い当てる「動物ヒントリレー」などのゲームに挑戦し、楽しいひとときを過ごしました。

交通ルール順守を町民に呼び掛け 秋の交通安全パレード

町交通安全協会は9月30日、JR上北駅前通りで秋の交通安全パレードを行い、約120人の参加者が、町民へ交通ルール順守を訴えました。

パレードに先駆けて役場本庁舎前で行われたセレモニーでは、町交通安全協会の浜田竹美会長が「交通死亡事故ゼロ500日を達成できるように、皆さんのご協力をお願いします」とあいさつ。寺田謙一七戸警察署長が交通安全運動の重点事項を述べて、参加者を激励しました。



交通安全直言をする町老連副会長の松山定見さん



手作り旗を振って交通安全を呼びかける園児

また、参加者を代表して町老人クラブ連合会副会長の松山定見さんが、交通安全直言をしました。続いて、ハッピー保育園の園児が鼓笛を披露した後、「道路では遊びません」などと、元気に交通ルール順守を約束しました。パレードでは、飲酒運転根絶や夕暮れ時の早め点灯を訴える横断幕やのぼりを持った参加者が、JR上北町駅までを行進。通行人や沿道の各家庭にティッシュを配るなどして、交通安全を呼び掛けました。



最優秀賞に輝いた和田愛佳さんのバッティング

上北スポ少頂点に輝く わかさぎ杯ソフト大会

第6回わかさぎカップ争奪小学生ソフトボール大会が10月10日、11日の両日、南総合運動公園ソフトボール場とふれあいドーム上北で開催され、参加した町内4チーム、町外4チームの選手たちが、熱戦を展開しました。◆上位の結果 上北小ソフトボールスポ少 東北第一スポ少 甲地スポ少、小川原湖スポ少 ◆個人賞 最優秀賞・和田愛佳（上北小） 優秀賞・阿部ジュリ（同）、太田絵理子（東北第一） 敢闘賞 長久保渚（甲地）、富岡加奈子（小川原湖）

久保田キノエさん 100歳を祝う

町では10月9日、100歳を迎えた久保田キノエさんに顕彰状や祝い金を贈り、長寿をたたえました。

久保田さんは明治42年、旧甲地村（内姥沢）生まれ。3年ほど前からグループホームすみれ湖に入所しており、洗濯物をたたんだり、料理の下ごしらえを手伝ったりと、毎日を元気に過ごしています。

同ホームで開かれた100歳を祝う会では、斗賀町長が「101歳の誕生日にまたお会いしましょう」とあいさつし、祝い金30万円などを手渡しました。



花束を受け取りニッコリの久保田さん（右）

旭町チーム秋季大会を制する 町民総合体育大会秋季大会



楢館真弥さんと阿部将巳さんによる選手宣誓

第4回町民総合体育大会秋季大会が9月27日と10月4日の両日、北・南総合運動公園で開催されました。

開会式では、第一小チームの楢館真弥さんと阿部将巳さんが「正々堂々と戦います」と元気に選手宣誓をしました。

大会は野球、ソフトボール（壮年男子、女子）、ゲートボール、グラウンドゴルフの5種目で争われ、総合得点で旭町チームが秋季大会を制しました。

なお総合成績は、来年2月に行われる冬季大会の成績と合わせて決定となります。



9チームが熱戦を繰り広げた野球競技

- ◆総合成績（秋季） 旭町 栄町 小川原 乙供 甲地 本町 南町 第一小 蛭沢、千曳 上野 新山、清水目 新町
- ◆種目別成績
- ▽野球 小川原 本町 第一小 旭町
- ▽ソフトボール（壮年男子） 蛭沢 栄町 南町、小川原
- ▽ソフトボール（女子） 栄町 南町 旭町
- ▽ゲートボール 千曳 旭町 甲地
- ▽グラウンドゴルフ 乙供 新町 栄町

菜食は世界に誇れる文化 町民大学講演会



菜食の素晴らしさを訴えた岡岡哲子さん

町民大学の第1回講演会が9月29日、町民文化センターで開催され、約60人の町民が出席しました。

「食育『野菜力』」と題して講演を行ったのは、おからコンニャクの開発者でベジタリアン料理研究所長の岡田哲子さんで、野菜中心の食事は、地球環境や健康、動物愛護の観点から見ても理想的とした上で、「菜食は日本人の体質に合っており、世界に誇れる文化。子どもたちに素晴らしさを伝えていってほしい」と訴えました。

蛭沢小がみごとV 町学童野球新人戦



町学童野球新人戦で優勝を果たした蛭沢小チーム

町学童野球新人戦が10月3日、南総合運動公園野球場で開催され、町内から参加した5チームの選手たちが、優勝を目指して熱戦を展開しました。

大会には、6年生の引退後に結成された新チームが出場。応援に駆けつけた保護者らの声援を受け、選手たちが熱戦を繰り広げた結果、蛭沢小学校がみごと優勝を果たしました。

大会の結果は次のとおりです。

蛭沢小 上北小 第一小、甲地小

人権擁護委員退任の 蛭名秀峯さんに感謝状

蛭名秀峯さん（新町）の人権擁護委員法務大臣感謝状伝達式が10月13日、役場本庁舎で行われました。

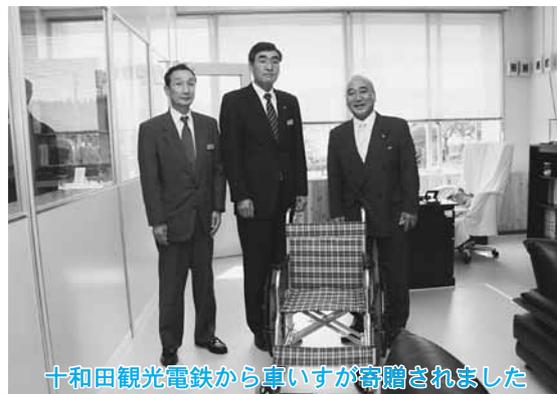
蛭名さんは平成6年から15年間、町の人権擁護委員として活躍され、10月1日付けで退任されました。

伝達式では、法務大臣を代行した青森地方法務局十和田支局の千葉聖浩総務課長から感謝状が、十和田人権擁護委員協議会の松村睦夫会長から記念品が贈られました。



人権擁護委員法務大臣感謝状を受け取った蛭名さん（中）

十和田観光電鉄 車いすを寄贈



十和田観光電鉄から車いすが寄贈されました

十和田観光電鉄（株）（澤頭隆夫取締役社長）は10月6日、町に車いす1台を寄贈しました。これは9月に開催された「とつてつでんしゃ開通記念の日&感謝祭」の中で実施したチャリティーフリーマーケットの収益金により寄贈したものです。

役場本庁舎を訪れた運輸事業部の田中一博取締役部長と同下田和弘部長が車いすを引き渡すと、斗賀町長は「大切に使用させていただきます」と述べました。この車いすは、中央公民館に備え付けています。

町チャリティーゴルフ実行委 子どもたちのために寄付

町チャリティーゴルフ実行委員会（乙部吉廣会長）は10月8日、町子どもたちのために使ってくださいと、町青少年健全育成町民会議に10万円、町学校保健会に20万円寄付をしました。

これは、同会が子どもたちへの寄付を目的に、8月に開催した町チャリティーゴルフ大会で、大会の主旨に賛同した参加者と企業から寄付されたもので、今年で5回目を迎えました。

乙部会長は「来年以降も続けていきたい」と話していました。



寄付金を手渡す乙部吉廣会長（左）

善意ありがとうございます

埼玉県在住の山田誠子さんが8月14日、社会福祉協議会上北支所を訪れ、地域福祉に役立ててくださいと2万円を寄付しました。

これは、山田さんの親が町内で一人暮らしをしており、地域の皆さんに日ごろお世話になっていることから、感謝の意味を込め、山田さんご自身が受給した定額給付金を寄付したものです。

レイクダンスサークルの蛭名悦武会長は10月14日、町社会福祉協議会を訪れ、地域福祉の充実のために役立ててくださいと同サークルの会費から3万円を寄付しました。

町社会福祉協議会では、いただいた寄付金を町の社会福祉の向上のために、有効に役立てていきます。温かい真心ありがとうございます。

インディアカを楽しみませんか TIC(東北町インディアカクラブ)県の頂点に

町のインディアカ愛好家たちでつくるTICチーム(沼田寿美子代表)が、10月4日に青森市で開催された第52回県レクリエーション大会インディアカ競技の一般女子の部で、みごと優勝を果たしました。

インディアカとは、羽根の先にスポンジの重りのついた「インディアカボール」を手のひらで打ち合うバレーボールタイプの新スポーツ。4人ずつで戦い、トスやアタックのほかブロックプレーもあり、初心者でもすぐにルールを覚えて気軽に楽しむ



県レク大会で優勝を果たしたTICチームの皆さん



和気あいあいと行われているインディアカの練習

ことができます。
「TIC」とは、東北町インディアカクラブの略。今年で結成3年目を迎え、メンバーは10人まで増えました。
同チームの代表で、町の体育指導員も務める沼田さんは「子どもからお年寄りまで、幅広い年代が楽しめるスポーツですので、ぜひ一度練習を見に来てほしい」と話しています。
練習は毎週水曜日、午後7時から8時45分まで、北総合運動公園トレーニングセンターで行っています。



昔ながらの方法で稲刈りを行う児童たち

昔ながらの稲刈り体験 第一小でもち米の稲刈り

第一小学校(乙山和子校長)の全校児童63人は10月13日、同校の学校田で、毎年恒例のもち米の稲刈り体験をしました。

長靴に軍手姿の児童たちは、稲を刈る係、刈った稲を束ねる係、束ねた稲を運ぶ係など、学年ごとに役割を分担。父母の方から作業方法を教わりながら稲を刈り取り、収穫の喜びをかみしめていました。

刈り取った稲は乾燥、脱穀し、11月の学校創立40周年を祝う会でもちつきをして、地域住民と一緒に味わうことにしています。

実りの秋を満喫 第二・三保育園でイモ掘り

第二保育園(田嶋悟園長)と第三保育園(田島みえ子園長)は10月15日、町内にある畑でサツマイモの収穫体験を楽しみました。

収穫には両保育園の園児のほか、保護者や老人クラブのメンバーら約70人が参加しました。5月に園児が植えたサツマイモは立派に成長しており、大物を掘り当てるたびに大きな歓声を響かせていました。

作業終了後には、蒸かしたサツマイモをみんなでほおばり、実りの秋を満喫していました。



歓声を上げてサツマイモの収穫を楽しむ園児たち



沼辺 昊倅 くん

☆この日のためにピカピカにみがいてきました

むし歯のない子

東北地区で10月2日に行った3歳児健診で、むし歯のなかった子10人を紹介します。



若松 悠大 くん

☆毎日歯みがきを頑張りました



松山 佳菜 ちゃん

☆1日3回の歯みがきを頑張っています



荒木 翔 くん

☆毎日コツコツみがいていました



木村 悠人 くん

☆毎日歯みがきを頑張っています



鶴ヶ崎 美夏 ちゃん

☆1日3回バイキンマンを見ながら頑張っています



小塚 大輝 くん

☆お風呂に入っていっぱいゴシゴシみがいています



蛭沢 俐大 くん

☆嫌がるときは寝る前にうがいをしています



樋口 遼斗 くん

☆歯みがきが粉をたくさんつけてみがいています



大杉 陽菜 ちゃん

☆仕上げみがきでピカピカにしています

12月1日から役場の開庁時間が変わります

役場職員の勤務時間は、国家公務員に準拠しています。人事院は昨年度、国家公務員の勤務時間の短縮（1日につき15分）を勧告しており、国では本年4月1日より実施しています。町ではこれを踏まえ、町民の皆さんへの周知期間を考慮し、12月1日から開庁時間を変更します。ご理解とご協力をお願いします。

これまで
午前8時～午後5時
(休憩：正午～午後1時)



12月1日～
午前8時15分～午後5時
(休憩：正午～午後1時)

おすすめブック大賞入賞者発表



【小学生の部大賞】
沼村莉花（上北小学校 6年）



【中学生の部大賞】
沼山笑笑（東北東中学校 2年）

町立図書館では、子どもたちに本に親しんでもらうと「第2回おすすめブック大賞」を実施しました。これは、子どもたちが「誰かに読んでほしい」と思った本を、本の帯のようにイラストなどを交えて1枚の用紙にまとめて紹介したもので、町内の小・中学生から1046点の応募がありました。

大賞作品2点と、受賞者を紹介します。（敬称略）

- ◆**優秀賞**
- ◇東北東中【3年】浜田智恵
- ◇第一小【1年】米内山直都
- ◇4年【内山めぐみ
- ◇上北小【1年】沼尾星也【2年】萌出実奈【3年】姥名彩、沼尾月乃、大西彩【4年】小向侑菜【5年】新山詩織、馬場千尋、姥名桃子【6年】田中杏奈、築川里沙
- ◇小川原小【3年】富岡真由子
- ◇甲地小【4年】岡山莉々【6年】長久保渚
- ◇姥沢小【1年】姥名爽妃【2年】乙山美優、古屋敷隆也【5年】二ツ森朱
- ◇水喰小【3年】向中野江里亜
- ◇6年【木村なゝ美
- ◆**奨励賞**
- ◇第一小【2年】立崎由惟、姥名一葉【3年】町屋愛理紗【6年】太田絵理子
- ◇上北小【1年】鳴海麗、新山麗華【3年】山田笑子【5年】姥名真優【6年】和田凱偉、和田美月
- ◇小川原小【1年】小笠原理心
- ◇3年【沼尾美輝【4年】小笠原大晟【5年】小栗泰雅
- ◇甲地小【2年】澤田雅【4年】大戸地果穂【6年】長久保恵佑、山田義久
- ◇姥沢小【1年】五戸あんず
- ◇2年【姥沢愛華【3年】甲地悠【5年】松山一途【6年】高田風香
- ◇千曳小【1年】江刺家心音
- ◇2年【菊池凜香【5年】畠山可南美
- ◇水喰小【3年】大山春香【4年】野田頭峻也
- ◆**入選**
- ◇第一小【5年】高田愛佳
- ◇上北小【2年】姥名日菜【3年】山田砂良【4年】大坂優也【5年】大坂僚【6年】新毛実結
- ◇小川原小【1年】沼田莉々香、小笠原亜麻音【2年】小栗麗【4年】向井詩恩【6年】小笠原陵雅
- ◇甲地小【1年】吹越裕成、井上心【3年】沼辺寿々花【4年】吹越玲花【5年】細井聡太【6年】吹越紗梨菜
- ◇姥沢小【1年】姥名愛斗、櫻井琉花【2年】川原遥河【3年】小又菜々羽【4年】木暮万友美【5年】蓬畑実紗、姥名琉介、竹ヶ原美侑【6年】向井ひかり、沼辺美桜
- ◇千曳小【6年】川村碧月、本間巧斗
- ◇水喰小【2年】洞内洋太【3年】沢田琴音【4年】中西孝太【5年】久保田笑緑【6年】滝沢匠

こんにちは保健師です

富田真弓

ペアレント・トレーニング
～育児をもっと楽に、もっと楽しく～

子育てで一番大事なものは「ほめること」。でも、どうほめたらいいのか分からない、何をほめたらいいのか分からない、という声はよく聞かれます。

わたし自身、育児をしていてどのようなほめ方をするとスムーズな親子関係を築けるのか、子どもがやめてほしい行動（困った行動）をとったとき、イライラせず対応できるのか考えることが多くあります。

ペアレント・トレーニングは、しつけることが難しい子どもへの関わり方を、新しい視点に立ってその方法を学ぶためのプログラムとなっています。

しかし、ここで学ぶ具体的な対応の仕方は「子育ての基本」となっていることが多く、実践しているうちに子どもの行動が具体的に見えてきて、対応のコツをつかみやすくなるためイライラが減ってきます。やめてほしいなあと感じている困った行動を減らす方法を学び、毎日のトラブルが少なくなってくるというものです。

今年度は、町で5日間の日程でペアレント・トレーニングを開催しています。

子どものしつけ方の具体的な対応方法を学び「ほめ上手」「観察上手」「工夫上手」を目指し実施しています。今回は、内容の一部を紹介します。

上手なほめ方の練習

下記の問題の答えは、どれも間違いではありません。でも子どもをほめる大切なポイントを考えて、よりよい答えがあります。それを選んで、ほめる時のポイントを考えてみてください。

Q 1. 3歳の実くんがとても苦労して靴下をはいています。あなたはそれを見てどうしますか？

イ「今はそっと見守って、はき終わったらほめてあげる」

ロ「頑張ってるね」と声を掛ける

ハ「片方入ったね」と声を掛け見守り、はき終わったら「頑張ったね」とほめる

Q 2. 7歳の進くんが、学校から書き取りプリントを持ち帰りました。どうほめますか？

イ「とても上手ね。きっとクラスで一番ね」

ロ「はみ出さないで書いてるね。努力したのね」

Q 3. 夕ごはんの時間です。4歳の武くんが、今日は誰よりも早く食卓につきました。あなたはどんなほめ方をしますか？

イ「えらいね。おねーちゃんよりも早かったね」

ロ「えらいね。いい子だね」

ハ「ちゃんと座って待っているね」

Q 4. 6歳の智子ちゃんが、授業中にほめられたことを話しました

イ「先生にほめられて、お母さんうれしいわ」

ロ「そう、そのことをほめられたの。よかったね。話してくれて学校の様子が分かったわ」

回答とポイント

Q 1. 正解 … ㊦ 子どもが良い行動を始めたらすぐにほめましょう。タイミングが大切です。やり終えたらその時もほめましょう。必要な時は「かかとまではけたね」と途中で励まします。

Q 2. 正解 … ㊦ 「見る、聞く、数えられる」といった、できるだけ具体的な行動を見つけましょう。そうすれば子どもは何が良い行動かを学びます。人と比較するのはやめましょう。プレッシャーになりますし、今度一番と言ってもらえなかった時に落ち込みます。

Q 3. 正解 … ㊦ 子どもは競争が好きです。イでは競争心をあおり、けんかの火種に。ロのほめ方が最も一般的ですが、反対の「あなたは悪い子ね」という表現を考えると、自分全体を否定されたような気分になります。子ども全体をほめるのではなく、何が良い行動かを教えることが大切です。

Q 4. 正解 … ㊦ 子どもの行動に対する親自身の感情を伝えるのは大事ですが、それだけでは親を喜ばすことだけを学びます。子ども自身が良かったことが何かを気付くようにほめましょう。この例では、特に学校の様子を知らせてくれたことにも注目。上手にほめれば学校のことを話すようになります。

回答を読んで「頭では分かっているけど実際にはできない」などと思っていないですか。完璧に実践できる方はなかなかいません。しかし、ほめ方のポイントで自分が苦手としていることを探し、そのうち一つだけを選び、子どもをほめる時に実際に使ってみてください。一つが身につくと次がやれるようになります。ゆっくり気長に取り組みましょう。

育児をしていて、気分が落ち込んだり、イライラしたりしている日は誰にでもあります。そんな時は、上手にほめるのは難しいと思います。無理をせず一息抜いていきましょう。気分が戻ってからやり直せばいいと思います。

11・12月の健康カレンダー

問い合わせ先：保健衛生課
 東北町保健福祉センター 0175-63-2001
 上北保健福祉センター 0176-56-2933

事業名	対象者	実施日	受付時間	実施場所
乳児健診	・ 3 か月児(全地区) (平成21年 7月11日～ 平成21年 8月7日生まれ) * 対象者には個別通知します	11月27日(金)	12:20～ 12:30	七戸病院 健康管理 センター
	・ 6 か月児(東北地区) (平成21年 4月・5月生まれ)	11月25日(水)	9:30～ 10:00	東北町保健 福祉センター
	・ 9 か月児(東北地区) (平成21年 1月・2月生まれ)		13:00～ 13:15	
幼児健診	・ 1歳児健康相談(上北地区) (平成20年10月・11月生まれ)	11月10日(火)	9:30～ 9:45	上北保健 福祉センター
	・ 1歳6か月児健診(上北地区) (平成20年 4月・5月生まれ)		13:00～ 13:15	
	・ 2歳6か月児健診(上北地区) (平成19年 4月・5月生まれ)	11月17日(火)	13:00～ 13:15	
	・ 3歳児健診(上北地区) (平成18年 3・4・5月生まれ)	11月20日(金)	12:30～ 12:45	
	・ 5歳児健診(東北地区) (平成16年10月1日～ 平成16年12月31日生まれ)	12月1日(火)	12:45～ 13:15	
ほがらか教室	・ 40歳以上で自分または家族の協力で会場まで来られる方 ・ 初めて参加する方は保健師までご連絡ください。	11月6日(金)	9:30～ 12:00	上北保健 福祉センター
		11月27日(金)		
		11月11日(水) 11月24日(火)	9:30～ 12:00	東北町保健 福祉センター
ポテトクラブ (精神障害者の集い)	・ 心の病気を治療中で社会復帰を目指している方および家族の方 (初めて参加する方は申請書等の提出が必要ですので保健師までご連絡ください)	11月9日(月)	10:00～ 12:00	東北町保健 福祉センター
つつじ作業所		毎週 月、水、木、金	10:00～ 15:00	中央公民館

乳幼児健診・予防接種等を受ける際は、母子健康手帳を忘れずにお持ちください。



農業用免税軽油の申請はお早めに

- ◆申請の受付 日時 - 11月19日(木) 午前9時～午後3時
場所 - 青森県十和田合同庁舎 1階相談室

◆交付申請に必要な書類

提出書類 (○印のもの)		新規	更新	継続	書換
1	免税軽油使用者証交付申請書				
2	免税軽油使用者証書換(再交付)申請書				
3	免税証交付申請書				
4	免税軽油所要数量計算書				
5	耕作証明書				
6	使用機械譲渡(借用)証明書				
7	返信用封筒(簡易書留料金相当分の切手を貼付、申請者の宛名記入)				
8	県税関係証明等原簿(県証紙400円貼付)				
9	交付された免税軽油使用者証				
10	未使用免税証(残券)				
11	免税軽油引取り等に係る報告書の提出の期限の特例指定申請書				

組合または共同で申請する方は必要書類が異なりますので、お問い合わせください。

- ◆問合せ - 上北地域県民局県税部 課税課 (TEL0176-22-8111)

児童手当の手続きはお済みですか？

出生や転入等により新たに受給資格が生じた場合、児童手当等を受給するためには役場の窓口(公務員の場合は勤務先)に「認定請求書」の提出が必要となります。

児童手当等は、小学校修了前までの児童を支給対象としており、「認定請求書」を提出して認定を受けなければ、児童手当等を受けることができません。

まだ、認定請求書を提出されていない方は、速やかに役場福祉課で手続きして下さい。

なお、児童手当等は、認定請求した日の属する翌月分から支給されます。

◆認定請求の手続きの際、ご持参いただくもの

- (1) 印鑑(シャチハタなどのスタンプ式は不可)
- (2) 請求者本人(親または養育者)の健康保険証の写しまたは年金加入証書
- (3) 請求者本人(親または養育者)の通帳、またはキャッシュカード(児童手当等の支給は口座振込となります)

◆現況届の手続き

児童手当を受給されている方は、毎年6月中に「児童手当現況届」を提出することとなっています。この届出がない場合は、6月分以降の手当てが受けられなくなります。

まだ現況届を提出されていない方は、すでに届出書を送付していますので、速やかに役場福祉課へ提出してください。(届出書を紛失した場合は、事前にお問い合わせください)

なお、2年間現況届を提出しない場合は、未払いの手当ては時効となり支給できなくなりますのでご注意ください。

◆現況届提出の際、ご持参いただくもの

- (1) 印鑑(シャチハタなどのスタンプ式は不可)
- (2) 福祉課から郵送された「現況届」の用紙
- (3) 受給者本人(親または養育者)の健康保険証の写しまたは年金加入証書

- ◆問合せ - 役場福祉課 TEL0176-56-3111またはTEL0175-63-2111 (内線 141・530)

小・中学校の耐震化について公表します

平成20年6月、地震防災対策特別措置法の改正により、小・中学校等の校舎等について、耐震診断を実施することおよび耐震診断結果を公表することが義務付けられました。

これまで実施してきた耐震診断結果を公表します。

◆耐震化事業の進め方（昭和56年6月の建築基準法施行令改正後は、新耐震基準）

56年以前の建物 → 耐震診断 → 耐震補強設計 → 耐震補強工事

↓
改築設計 → 改築工事

57年以降の建物 → 耐震化不要

昭和57年以降に新耐震基準で建てられた、耐震診断を含む耐震化が不要な学校は別表のとおりです。

◆耐震診断実施状況（平成21年9月現在） <棟数>

区分	小学校	中学校	計
耐震化不要	8	4	12
うち改修済	0	3	3
耐震診断実施済	3	0	3
耐震診断実施中	8	5	13
耐力度調査実施中	1	1	2
診断未実施	1	0	1
全体計	21	10	31

《別表》◆耐震化が必要のない学校

（昭和57年以降建設、改修済含む）

小学校	中学校
第一小学校(講堂)	上北中学校(校舎)
水喰小学校(校舎)	
水喰小学校(講堂)	
甲地小学校(校舎)	

これらの学校は、昭和57年以降（新耐震基準）に建てられた学校であるため（改修済み含む）、耐震診断を含む耐震化は不要な学校です

◆耐震診断結果（平成21年7月1日現在、○印はIs値0.7以上の棟）

校舎、体育館など小学校2校7棟について、これまでに実施した耐震診断結果は次のとおりです。

校名	施設・構造区分	棟番号	面積(m ²)	対象施設	Is値	建築年月	診断年月	判定結果
小川原小	校舎・RC造	1-1	290	特別教室棟	0.80	S36.07	H21.02	
		1-2	1,019	管理教室棟	0.80	S37.05	H21.02	
		1-3	887	普通特別教室棟	0.80	S38.10	H21.02	
小川原小	屋体・RC造	2-1	696	屋内運動場	0.81	S51.03	H21.02	
蛸沢小	校舎・RC造	5-1	1,001	管理特別教室棟	0.33	S46.03	H21.06	要補強または改築
		5-2	1,691	普通特別教室棟	0.33	S47.03	H21.06	要補強または改築
		8	1,082	普通教室棟	0.44	S48.03	H21.06	要補強または改築

【参考】構造耐震指標(Is値)

- ・構造耐震指標のIsとは、建築物の耐震性能（地震に対する安全性）を数値化したもの
- ・Is値に対応する耐震性能は下記のとおりであり、値が大きいくほど耐震性能が高いことを表す

Is値	耐震性能
0.3未満	大地震時（震度6強想定）に倒壊または崩壊する危険性が高い
0.3以上0.6未満	大地震時（震度6強想定）に倒壊または崩壊する危険性がある
0.6以上	大地震時（震度6強想定）に倒壊または崩壊する危険性が低い

公立学校施設においては、地震時の児童、生徒等の安全確保や応急避難施設としての機能を考慮し、文部科学省学校施設耐震化推進指針によりIs値0.7以上を確保する必要がある

◆今後の進め方 - 耐震診断の結果を踏まえ、耐震補強または改築が必要なものについては、早急に国の補助制度等の活用を検討して、効率的に順次耐震化を進めてまいります。

◆問合せ - 町教育委員会 学務課 (TEL0176-56-4818)

特別児童扶養手当の手続きはお済みですか？

特別児童扶養手当とは、精神または身体に障害を有する20歳未満の児童福祉の増進を図るための制度です。

あらかじめ「認定請求書」を提出して、所得審査などを経て受給資格者として認定を受けることが必要となります。

特別児童扶養手当は、日本国内に住所があり、精神または身体中度以上の障害を有する児童を監護している父または母もしくは父母に代わって児童を養育している人で、県が認定した人に支給されます。

ただし、次のいずれかに該当する場合は支給されません。

- (1) 児童が児童福祉施設などに入所しているとき
- (2) 児童が障害を支給事由とする公的年金を受けることができるとき

◆手当額 重度障害児の場合... 1人につき 月額 50,750円

中度障害児の場合... 1人につき 月額 33,800円

所得制限額超過の場合は支給されません（所得制限額および中度以上の障害についてはお問い合わせください）

◆認定請求の手続きの際、必要な書類等

- (1) 印鑑（シャチハタなどのスタンプ式は不可）
- (2) 請求者と児童の戸籍謄本
- (3) 請求者と児童が含まれている世帯全員分の住民票
- (4) 児童の障害程度についての所定の診断書および身体障害者手帳または愛護手帳
- (5) 請求者本人（親または養育者）の通帳（特別児童扶養手当の支給については口座振込となります）

◆所得状況届の手続き

特別児童扶養手当を受給されている方は、毎年8月11日から9月10日までに「所得状況届」を提出することになっています。

この届出がない場合は、8月分以降の手当てが受けられなくなります。

まだ所得状況届を提出されていない方は、すでに届出書を送付していますので、速やかに役場福祉課へ提出してください。（届出書を紛失した場合は、事前にお問い合わせください）

なお、2年間所得状況届を提出しない場合は、時効により受給資格がなくなりますのでご注意ください。

◆現況届提出の際、必要な書類等

- (1) 印鑑（シャチハタなどのスタンプ式は不可）
- (2) 福祉課から郵送された「所得状況届」の用紙
- (3) 請求者と児童が含まれている世帯全員分の住民票
- (4) 身体障害者手帳または愛護手帳

◆問合せ - 役場福祉課 TEL0176-56-3111またはTEL0175-63-2111（内線 141・531）

上十三保健所療育相談のお知らせ

◆対象 - 成長、運動発達が気になるお子さんおよび歩き方や手足のかたちが気になるお子さん

◆内容 医師による診察および指導（県立はまなす医療療育センター園長 盛島利文先生）
保健師、栄養士の相談

◆期日等

開催場所	上十三保健所（十和田市）	三沢市保健相談センター（三沢市）
開催日	12月9日（水）	11月25日（水）
受付時間	継続 9：30～10：30	継続 13：00～14：00
	新規 10：30～11：00	新規 14：00～14：30

◆問合せ - 上十三保健所 健康増進課（TEL0176-23-4261）

児童扶養手当の手続きはお済みですか？

児童扶養手当とは、父母の離婚などにより父親と生計を同じくしていない児童を育成する家庭生活の安定と自立の促進に寄与し、児童福祉の増進を図るための制度です。

あらかじめ「認定請求書」を提出して、所得審査などを経て受給資格者として認定を受けることが必要となります。

下記の要件を満たし認定請求書を提出されていない方は、お問い合わせの上、速やかに手続きして下さい。

なお、児童扶養手当は、認定請求した日の属する翌月分から支給されます。

◆手当を受けられることができる方

国内に住所があり、次の ~ のいずれかに該当する18歳に達した年度末まで（中度以上の障害を有する児童は20歳未満）の児童を保護監督している母または母に代わって児童を養育している人で、県が認定した人に対して手当が支給されます。

父母が離婚した後、父と生計を同じくしていない児童
父が死亡した児童
父が政令で定める程度の障害の状態にある児童
父の生死が明らかでない児童
父が引き続き1年以上遺棄している児童
遺棄...連絡がとれず児童の養育を放棄していること
父が法令により引き続き1年以上刑務所等に拘禁されている児童
母が婚姻によらないで懐胎した児童
その他（棄児、孤児など）

ただし、児童の母が内縁関係による夫に養育されている場合や、公的年金等（遺族年金含む）を受け取ることができる場合等は対象となりません。

◆手当額 全部支給...月額 41,720円
一部支給...所得額に応じて月額 41,710円～9,850円(10円きざみ) } 第2子以降加算あり
所得制限額超過の場合は支給されません（所得制限額および加算についてはお問い合わせください）

◆認定請求の手続きの際、必要な書類等

- (1) 印鑑（シャチハタなどのスタンプ式は不可）
- (2) 戸籍謄本
- (3) 同居している方全員分の住民票（世帯分離している場合も含む）
- (4) 請求者本人（親または養育者）の通帳（児童扶養手当の支給については口座振込となります）

◆現況届の手続き

児童扶養手当を受給されている方は、毎年8月中に「児童扶養手当現況届」を提出することになっています。

この届出がない場合は、8月分以降の手当てが受けられなくなります。

まだ現況届を提出されていない方は、すでに届出書を送付していますので速やかに役場福祉課へ提出してください。（届出書を紛失した場合は、事前にお問い合わせください）

なお、2年間現況届を提出しない場合は、時効により受給資格がなくなりますのでご注意ください。

◆現況届提出の際、必要な書類等

- (1) 印鑑（シャチハタなどのスタンプ式は不可）
- (2) 福祉課から郵送された「現況届」の用紙
- (3) 同居している方全員分の住民票（世帯分離している場合も含む）
- (4) 養育費等に関する申告書

◆問合せ - 役場福祉課 Tel.0176-56-3111またはTel.0175-63-2111（内線 141・530）

11月は児童虐待防止推進月間です

「助けての小さなサイン受け止めて」

虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときは
児童相談所や役場福祉課の窓口などに連絡してください
連絡した人の秘密は法律で守られます

11月は児童虐待防止推進月間です。

虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときやご自身が出産や子育てに悩んだときには児童相談所や市町村の窓口にご連絡ください。

児童相談所全国共通ダイヤル
お住まいの地域の児童相談所に電話をおこなわず。
0570-064-000

オンレンジボンには子ども虐待を防止するオレンジダイヤルが導入されています。
※一部地域では使えないことがあります。※PHSや一部のIP電話からはつながりません。

児童虐待の定義は…

児童虐待とは、

【身体的虐待】	殴る、蹴る、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、濡れさせるなど
【性的虐待】	性的行為の強要、性器や性交を見せる、ポルノグラフィの被写体にするなど
【ネグレクト】	家に閉じこめる、食事も与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、保護者以外の同居人による虐待を放置することなど
【心理的虐待】	言葉による脅し、無視、兄弟間差別的扱い、子どもの目の前でドメスティック・バイオレンスをを行うことなど

子どもを虐待から守るために…

「虐待を受けたと思われる子ども」を見つけたときには、ためらわずに子どもを虐待から救うための行動を起こすことが大変重要です。
「あなた」からの児童相談所や市町村への連絡が、子どもを虐待から守るための大きな一歩となります。
また、市町村では、子どもを虐待から守るために、子どもに関する様々な機関からなるネットワークを作っています。このネットワークの連携機関は、子ども虐待を見出しやすい状態にあるので、いち早く「虐待を受けたと思われる子ども」を見つけるために、関係機関の十分な連携・協力が大変重要です。

ネットワークの関係機関
 ・児童相談所・福祉事務所・市町村・保健所、保健センター・子育て支援センター・民生・児童委員・保育所
 ・幼稚園・医療機関・学校・警察・児童福祉施設・民間の相談機関 など

「虐待を受けたと思われる子ども」がいた時の連絡は…

「虐待を受けたと思われる子ども」を見つけたときや、ご自身が出産や子育てに悩んだときには、児童相談所や市町村の窓口にご連絡ください。

お住まいの地域の児童相談所に電話をおこなわず。
児童相談所全国共通ダイヤル
0570-064-000

平成21年10月1日より「児童相談所全国共通ダイヤル」の運用を開始します。
 ※お住まいの地域を管轄する児童相談所を特定するため、お住まいの地域の郵便番号を押しただけでは、
 「プレ」番号がつかない電話からは入力できません。
 ※一部、オンレンジボンに導入の地域があります。お住まいの地域は、児童相談所の電話番号がアナウンスされます。
 ※PHSや一部のIP電話からはつながりません。

最寄りの児童相談所の所在地などは
厚生労働省ホームページ <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/dv.html> で見ることができます。

[通報・相談連絡先]

- ▽七戸児童相談所 (TEL0176-60-8086)
- ▽虐待ホットライン (TEL0120-78-6552)
- ▽役場 分庁舎 福祉課 (TEL0175-63-2111、内線526)
- 本庁舎 福祉課分室 (TEL0176-56-3111、内線141)

平成22年度母子および寡婦福祉資金予約貸付について

◆予約貸付の対象

母子家庭の児童および寡婦家庭の子が、平成22年度において、小・中学校に入学する場合および高等学校・高等専門学校・短期大学・大学・各種学校等に入学（入所）を希望する場合は貸付の対象です。

◆予約貸付資金の種類

修学資金（各学校に就学するための授業料・書籍代・通学等に要する資金）

修業資金（就職するために必要な知識技能の習得に要する資金）

就学支度資金（就学、修業する際の被服等の購入に要する資金）

小・中学校の入学者に対する貸付は、就学支度資金のみです。

◆申請

予約貸付の申請をする方は、事前に町役場福祉課または福祉課分室で申請書および必要書類を受け取るか、東北町ホームページからダウンロードし、必要事項記入の上、12月4日(金)までに、役場福祉課または福祉課分室まで提出して下さい。

◆貸付の決定

申請後、関係者に直接面接し実態調査を行い審査の上、貸付の適否を上北地方福祉事務所が判断します。

◆問合せ 県上北地方福祉事務所 福祉調整課：柴田・大平（TEL0176-62-2145）

◆申請先 役場 分庁舎 福祉課（TEL0175-63-2111 [内線526]）

本庁舎 福祉課分室（TEL0176-56-3111 [内線141]）

D V（ドメスティック・バイオレンス）は犯罪です

夫（妻）やパートナーからの暴力に悩んでいませんか？

身近な人が被害に遭っていませんか？

あなたは悪くない... まず相談を！（相談は無料。秘密は固く守られます）

相 談 窓	電 話 番 号	受 付 時 間	
県女性相談所	017-781-2000	月～金 土日祝	8：30～20：00 9：00～18：00
上北地方福祉事務所	0176-62-2145	月～金	8：30～17：30
県警察本部 子ども女性保護対策室	017-723-4211	月～金	8：30～17：30
青森地方法務局 女性の人権ホットライン	0570-070-810	月～金	8：30～17：15
東北町役場 分庁舎 福祉課	0175-63-2111	月～金	8：15～17：00
東北町役場 本庁舎 福祉課分室	0176-56-3111		
D Vホットライン(県女性相談所)	0120-87-3081	24時間	



県男女共同参画審議会委員を募集します

県では、県民参加型県政を一層推進し、広く県民の皆さんの意見を審議会に反映させるため、県男女共同参画審議会委員を募集します。

- ◆応募資格 - 県内在住の20歳以上の方（県または市町村議会議員、公務員、県が設置している他の審議会委員を委嘱されている方は除く）
- ◆業務内容 - 県の男女共同参画の推進に関する重要事項を調査審議します（年2回程度）
- ◆任期 - 平成22年2月から2年間
- ◆応募方法 - 氏名（ふりがな）、性別、年齢、住所、電話番号、職業、その他（活動分野、自己PRなど）、男女共同参画についての意見・提言等（800字程度）を郵送、ファクス、電子メールのいずれかにより提出してください
- ◆応募締切 - 11月11日（水）
- ◆申込み・問合せ
県環境生活部青少年・男女共同参画課
TEL017-734-9228
FAX 017-734-8050
E-mail seishonen@pref.aomori.lg.jp
〒030-8570
青森市長島1-1-1

陸上自衛隊 高等工科学校の生徒 を募集します

- ◆募集資格 - 平成22年4月1日現在15歳以上17歳未満の男子
- ◆受付期間 - 11月1日（日）～平成22年1月8日（金）
- ◆試験期日
平成22年1月23日（土）
- ◆高等工科学校生徒の概要
生徒課程（3学年）修了時に「自衛官（陸士長）」に任用し、卒後課程（約1年）修了後19～20歳で3等陸曹に昇任
高校普通科教育と同等の教育を学び、3学年修了時には神奈川県立横浜修悠館高校（通信制）の卒業資格を修得
生徒手当（月額94,900円）、期末手当（6月、12月の年2回）を支給
- ◆問合せ
自衛隊青森地方協力本部
三沢募集案内所
TEL0176-53-1346（FAX兼）

B & G杯争奪 バレーボール大会 参加チーム募集

- ◆期日 - 11月29日（日）
- ◆場所 - 北総合運動公園
トレーニングセンター
- ◆参加資格 - 町内に在住または勤務している18歳以上の男女（1チーム12人以内、町内会や同一職場、友人などで編成）
- ◆申込み締切 - 11月20日（金）
- ◆申込み・問合せ - 町教育委員会スポーツ振興課
TEL0175-63-3500

航空自衛隊三沢基地 モニター募集

航空自衛隊三沢基地では、基地周辺住民の方々に、自衛隊および防衛問題に関心がある方を対象に、基地見学などを通じ、ご意見、ご要望をお聞きするために、三沢基地モニターを募集します。

- ◆募集範囲 - 三沢市、十和田市、上北郡在住の20歳代～50歳代の男女
- ◆募集定員 - 若干名（応募多数の場合は、選考の上ご連絡します）
- ◆委嘱期間 - 平成22年4月～平成23年3月
- ◆活動内容
基地内および職場見学等
航空機体験搭乗等
アンケート調査への回答
モニター会議への出席
- ◆申込み方法 - はがきに、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記し、〒033-8604 三沢市後久保125-7 航空自衛隊三沢基地渉外室広報班 までお送りください
- ◆応募締切 - 12月18日（金）
- ◆問合せ - 航空自衛隊三沢基地渉外室広報班
TEL0176-53-4121

東北町心配ごと相談所

今月の相談日は

11月18日（水）

時間：午前9時30分～午前11時30分
場所：町保健福祉センター相談室
問合せ：町社会福祉協議会
TEL0175-63-2717

町文化賞、体育・スポーツ賞候補者の推薦

町では、東北町の文化、スポーツの普及、振興にご尽力のあった個人、団体並びに特に顕著な成績をあげた方々に対し「文化賞、体育・スポーツ賞」を授与し、その功績を称えることになりました。

つきましては、下記の規則をご参照の上、該当者がありましたら電話または口頭でご連絡ください。なお、ご推薦なされる方には推薦書や表彰の基準等の詳細をお送りします。

ただし、小・中学生の推薦は除きます。

◆ 推薦期限－12月21日（月）まで

東北町文化賞表彰規則（抜粋）

第3条 表彰は個人又は団体で次の各号のいずれかに該当するものに対し行う。

(1) 文化賞

- ア 町の文化の高揚に顕著な功績のあったもの並びに文化団体の指導育成に著しい貢献をしたもの
- イ 東北地区の著名な機関又は団体の主催する学術・芸術等の文化的大会若しくは展覧会等において最高位の成績を収めたもの
- ウ 全国的に著名な機関又は団体の主催する学術・芸術等の文化的大会若しくは展覧会等において入賞又は入選したもの
- エ 芸術的技能が特にすぐれ、全国レベルで希少価値をもつもの

(2) 文化功労賞

- ア 学術・芸術その他において、その普及奨励に特に尽力したもの
- イ 多年にわたり文化活動の養成指導に貢献し、その功績が著しいもの
- ウ 芸術・文化その他の学術的研究で特に優れ、当町の文化向上に寄与したもの
- エ 文化活動の各種大会で優秀な成績を収め、他の模範となる者（団体）等の指導育成に特に貢献が認められるもの

(3) 文化奨励賞

- ア 県内の著名な機関又は団体が主催する学術・芸術等の文化的大会若しくは展覧会等において最高位の成績を収めたもの
- イ 東北地区の学術・芸術等の文化的大会若しくは展覧会等において入賞又は入選したもの
- ウ 前記ア、イに準ずる成績を収めたもので、将来においても芸術・文化等の活動を続けると認められるもの
- エ 芸術的技能が特にすぐれ、全県的観点で希少価値を認められるもの

(4) 特別奨励賞

- 前3号に掲げるもののほか、審査会の認めたもの

東北町体育・スポーツに関する表彰規則（抜粋）

第3条 表彰は、個人又は団体で次の各号のいずれかに該当するものに対して行う。

(1) 功労賞

- ア 当町のスポーツ振興につくしたもの
- イ 多年にわたり選手の養成、団体の育成指導につくしたもの
- ウ 学校体育の振興につくしたもの
- エ 体育・スポーツに関する学問的研究等で顕著な成果をあげたもの

(2) スポーツ賞

- ア 国際スポーツ大会に出場したもの
- イ 国民体育大会及び各種全国大会に出場し、優秀な成績をおさめたもの

(3) 優秀選手賞

- ア 国民体育大会及び各種全国大会に出場したもの
- イ 各種東北大会及びこれに準ずる大会に出場し、入賞したもの
- ウ 各種県大会及びこれに準ずる大会において、優秀な成績をおさめたもの
- エ ア、イ及びウに掲げるもののほか、特に優秀選手賞を授与することが適当と認められるもの

◆ 問合せ - 町教育委員会 【文化賞】社会教育課 (Tel.0176-56-5180)

【体育・スポーツ賞】スポーツ振興課 (Tel.0175-63-3500)

広報とうほく
クイズに挑戦

図書カードプレゼント

正解者の中から抽選で5名の方に「図書カード」をプレゼント!

あなたもチャレンジしましょう!

応募方法

☆ハガキに住所・氏名・年齢・電話番号と答えを書いて送ってください。応募の際、広報などについてのご意見もお待ちしております。

☆応募先—〒039-2492
東北町上北南四丁目32-484
役場企画課「クイズに挑戦」係
☆応募締切—11月20日(金)

今月の問題

Q1

今年の県高校駅伝競走大会、男子の優勝チーム青森山田高の2区を走ったのは誰? (ヒントP3)

Q2

町民大学講演会、第2回の講師は誰? (ヒントP24)

Q3

今年のとうほく芸術展で、湖久焼の制作実演を行った人は誰? (ヒントP28)

10月号の答え

- ① 1時間46分46秒
- ② 乙女の会
- ③ 77,284円

10月号当選者

- 沢居 脩佑さん
- 昆 千裕さん
- 野田頭流生さん
- 蛸沢 知子さん
- 高松 知也さん



年金をあきらめないで
「カラ期間」は
ありませんか?

◆裁定請求書の事前送付

平成17年10月から、裁定請求漏れを防ぐために、25年以上の加入期間があって老齢福祉年金等の受給年齢(老齢基礎年金では65歳)を迎える方を対象にして、受給年齢になる3か月前に、社会保険庁から同庁が管理している年金加入記録等をあらかじめ印字した「裁定請求書」などの書類が、事前に送付されます。

この事前送付された裁定請求書を受け取った方は、印字された内容を確認し、漏れなどがあった場合は訂正するなどして、その裁定請求書と必要な貼付書類を指定された場所(役場、社会保険事務所)に郵送または来訪により提出して、裁定請求の手続きをすることになります。

一方、25年の加入期間が不足している方には、この裁定請求書が事前送付されず、代わりに「年金に関するお知らせ」という注意を喚起するためのはがきが社会保険庁から、同じく3か月前に送付されます。

しかし加入期間が25年に満たないからといって、初めから裁定請求の手続きをあきらめないでください。

◆「カラ期間」について
公的年金には「カラ期間」

というものが設けられています。

カラ期間とは、年金額には反映されませんが、25年の資格期間には含まれる期間のことです。

このカラ期間と年金の加入期間を合わせた期間が25年以上あれば、老齢基礎年金の資格期間を満たしたことになります。

主なカラ期間は、国民年員に任意加入できたのに任意加入しなかった期間など、次の4つの期間のうち、昭和36年4月以後の20歳以上60歳未満の期間とされています。

厚生年金等の加入者の被扶養配偶者であった昭和61年3月以前の期間

学生であった平成3年3月以前以前の期間

海外在住の期間(任意加入できなかった昭和61年3月以前の期間を含む)

厚生年金、船員保険から脱退手当金を受けた昭和61年3月以前の期間(昭和61年4月以後に国民年金の加入期間がある場合に限る)

これらの加入期間があるとと思われる方は、年金の受給権に結びつくこともありますので、役場または社会保険事務所に相談してください。

なお、カラ期間は障害や遺族基礎年金の受給に必要な資格期間を判定する場合においても、同様に計算の対象とされています。



国民年金保険料収納事業等の民間委託について

社会保険庁では、民間のノウハウとの組み合わせにより質の高い効率的な事業運営を推し進める観点から、国民年金保険料「納付督促・収納等」業務を民間事業者へ委託しています。

委託を受けた事業者は電話、文書、戸別訪問による納付や免除申請のご案内および保険料の収納業務を行います。

なお、委託事業者が、勤務先の会社名等を尋ねたり、預金口座番号をお聞きしたりすることはありません。

ご不審な点がありましたら、社会保険事務所までご連絡をお願いします。

◆委託事業者 - (株)オリエントコーポレーション

◆委託内容

国民年金保険料の納付督促業務

国民年金保険料免除申請手続きの勧奨業務

◆委託期間 - 平成21年10月1日～平成24年9月30日

◆委託事業者が戸別訪問で、国民年金保険料納付のご案内をする際は…

社会保険庁長官が発行した顔写真入りの「納付督促員証明書」を提示します。

「社会保険庁から国民年金保険料の収納業務を委託されている株式会社 〇〇」です」と名乗ります。

保険料をお預かりして保険料を収納するのは、保険料納付書をお持ちの場合に限られています。

◆問合せ

青森社会保険事務所
TEL017-734-7490 (代表)



県最低賃金が改正されました

県最低賃金が、10月1日から時間額633円に改正されました。

この賃金は、県内で働く全ての労働者に適用されます。

労働局長の許可なく県最低賃金額以上の賃金を支払わなかった場合は、最低賃金法違反となり、罰則規定(罰金額50万円以下)が適用されます。

なお一部の製造業および小売業については、産業別最低賃金が別に定められています。

◆県最低賃金改正のポイント
改正前の県最低賃金(630円)から3円引き上げ
昨今の経済情勢等も総合的に勘案し、県における生活保護水準との乖離(かいり)額(9円)を今後3年以内に解消

◆問合せ - 青森労働局労働基準部賃金室

TEL017-734-4114

今日の

おはなし会

と き：11月21日(土)
午後2時～

と ころ：町立図書館
乙供分室
(中央公民館内)

問合せ：町立図書館
TEL0176-56-2261

消火器の破裂事故にご注意ください

9月15日と16日、大阪市と福岡市で、腐食した消火器を操作したため消火器が破裂する事故が相次いで起きました。

消火器に腐食があったり変形したりしたのを使うと、破裂事故の恐れがありますので、絶対に使用しないでください。

このような消火器は、購入先や消防用設備の業者、消火器の販売店等に、点検または廃棄を依頼してください。

◆廃棄や更新を薦める消火器ラベルに書かれた「耐用年数」を過ぎている

さびたり腐食したりしている箇所がある(特にキャップや底部)

容器などに大きな傷や変形した箇所がある

◆消火器を廃棄する際の注意事項

一般ごみの回収には出さないでください

絶対に分解したり放射したりしないでください

廃棄の際は業者等に相談、依頼してください(手数料については直接業者等にお問い合わせください。タウンページ等に掲載されています)

消防署では回収や処分をしていません

◆問合せ

中央消防署
TEL0176-62-3141

上北消防署
TEL0176-56-2119

東北消防署
TEL0175-63-2520



上北地域のウォーク&アグリモニターツアー

農林漁業体験型観光の展開を目指している「小川原湖191里づくり協議会」では、「温泉&農業体験&郷土食モニターツアー（温泉宿に宿泊しながら農業体験とヘルシーな郷土食によるプチダイエット）」と題したモニターツアーを実施します。

- ◆日時 - 11月14日(土)午後1時~15日(日)午後2時 [1泊2日]
- ◆集合場所 - みどりの大地とロマンの森公園内 かやぶき家屋まなか
- ◆内容
農業収穫体験
温泉宿泊
郷土料理教室
- ◆応募締切 - 11月9日(月)
- ◆申込み・問合せ
小川原湖191里づくり協議会 事務局
Tel.0175-63-4848 (FAX兼)

ぎんなん寮「ハンズ」の営業時間が変わります

- ◆営業時間
12月1日~2月28日
午前10時~午後5時
3月1日~6月30日
午前9時~午後6時
7月1日~11月30日
午前10時~午後6時
- ◆問合せ - 公立ぎんなん寮
Tel.0176-56-5121

実年式を開催します

町では、今年度60歳を迎える方を対象に、これまで社会の発展に尽くされた労苦をたたえると共に、豊かな知識と経験を今後の積極的な社会参加や地域づくりに生かしていくための語らいの場として、実年式を開催します。

- ◆日時 - 11月29日(日)
午後2時~
- ◆場所 - コミュニティセンター「未来館」
- ◆内容 - 式典、記念写真撮影、祝賀会
- ◆対象者 - 昭和24年4月2日~昭和25年4月1日生まれの方
- ◆参加料 - 4,000円
- ◆問合せ
町教育委員会社会教育課
Tel.0176-56-5180
Fax.0176-56-4235

し尿の受け入れができなくなります

公立中部上北衛生センターでは、11月21日(土)から12月5日(土)までの間、改修工事のため、くみ取り業者からのし尿の受け入れができなくなります。

この期間、業者による家庭からのし尿のくみ取りがすぐできない場合もありますので、皆様のご理解とご協力をお願いします。

- ◆問合せ
中部上北環境衛生管理事務所 Tel.0175-63-2336
公立中部上北衛生センター
Tel.0175-63-3593

非正規労働を考えるシンポジウム

県では、非正規労働者の雇用の安定化を図るため、非正規労働を考えるシンポジウムを開催します。

- ◆日時 - 11月20日(金)
午後1時30分~午後4時
- ◆場所 - 八戸プラザホテル プラザアーバンホール
- ◆内容
基調講演「非正規労働を考えるシンポジウム」講師：李永俊(弘前大学人文学部准教授)
パネルディスカッション(経営者関係、労働者関係、学識経験者、青森労働局) 雇用問題相談
- ◆問合せ - 県労働部
労政・能力開発課
Tel.017-734-9397

法務局無料なんでも相談所を開設します

12月4日からの人権週間にちなみ、法務局なんでも相談所を開設します。

登記、土地の境界、相続、遺言、近所とのトラブル、子どものいじめや虐待等、困っていることがありましたらお気軽にご利用ください。

- ◆日時 - 12月5日(土)
午前10時~午後4時
- ◆場所 - 青森地方法務局十和田支局(十和田奥入瀬合同庁舎1階供用会議室)
- ◆相談担当者 - 法務局職員、人権擁護委員、公証人、司法書士、土地家屋調査士
- ◆問合せ - 青森地方法務局十和田支局
Tel.0176-23-2424

人権擁護委員に 蛭名昭男氏を委嘱

人権擁護委員は、法務大臣の委嘱を受け、月2回の総合相談日に相談を受け付けているほか、地域の中で人権思想を広めていくために活動しています。

10月1日から、蛭名昭男氏が委嘱されましたのでお知らせします。

- ◆人権擁護委員（敬称略）
蛭名昭男（10月1日～）
坂本武儀 町屋光子
野田悦子 甲地光男
鳥谷部俊悦
鳥谷部義道

- ◆問合せ - 役場 福祉課
Tel.0176-56-3111または
Tel.0175-63-2111

総合相談

～人権、行政相談～

11月16日・12月7日

- 時間 - 10時～12時
- 場所 - 役場本庁舎
2階休養室

12月7日

- 時間 - 10時～15時
- 場所 - コミュニティ
センター未来館

11月11日・12月2日

- 時間 - 9時～12時
- 場所 - 七戸町役場
本庁舎会議室
七戸町役場
七戸庁舎会議室

12月1日

- 時間 - 10時～15時
- 場所 - 野辺地町
中央公民館

- 問合せ
役場 福祉課（Tel.0176-56-3111またはTel.0175-63-2111）

第2回 町民大学

元松下政経塾常務理事（有）志ネットワーク代表

上甲 晃 講演会

自分から変わる勇氣

～教育の根本は「育てる側」の自己変革にある～

12月13日(日) 午後2時 開演
午後3時30分 終了
コミュニティセンター「未来館」

◆プロフィール

- ・1965年 松下電器産業入社。広報、販売を担当。
- ・1981年（財）松下政経塾入職。教務部長、塾頭、副塾長、常務理事を経て95年退職。

現在は、これまで培った経験を生かし「志ネットワーク」を設立し、代表に就任。これからの時代にマッチした教育をさらに追及。“志の高い国づくり”は、日本人一人一人が志の高い生き方をするところから始まるとの考えに立ち、96年から「青年塾」を創設。人材育成に取り組む。



- ◆問合せ - 町教育委員会 社会教育課（Tel.0176-56-5180）

平成21年9月届出分

TOHOKU 戸籍の窓

“戸籍の窓”は原則町内に住所のある方を掲載しておりますが、町内出身者等で希望する方も掲載しております。

誕生

氏名	町名	保護者	氏名	町名	保護者
小笠原 蓮	(向山)	祐吾	中村 羽音	(馬込)	光憲
川守田 琉愛	(新町)	弘章	山端 俊輔	(甲地)	俊彦
漆戸 瑞乃	(保戸沢)	拓也	本庄 優貴	(公園団地)	政貴
竹ヶ原 朱涼	(内蛇沢)	諭			

結婚

氏名	町名	氏名	町名
蛭名 登	(千曳)	吹越 繁人	(乙供栄町)
山下 美幸	(平内町)	甲地 昭美	(新町)

お悔やみ

氏名	年齢	町名	氏名	年齢	町名
小笠原 幸雄	75	小川原	久保田 さわ	88	寒水
沼山 要治	79	菩提寺	蛭澤 清三郎	74	内蛇沢
榎崎 友吉	94	八幡	久保田 清吉	81	乙供栄町
瀬川 徳美	81	徳万才	蛭澤 市助	84	乙供栄町
尾形 昭二	53	菩提寺	乙部 健生	68	乙部
新山 久子	54	新山	乙部 せつ	73	乙部
蛭名 千工	74	本町	岡山 いさ	88	御料
小林 喜代美	75	乙供栄町			

広報のひとりとこと



「ナガイモを食べてインフルエンザを予防して」。町民大学講演会で、講師の岡田哲子氏がナガイモのインフルエンザウイルス抑制効果に触れていた▼新聞等で「ナガイモのたんばく質に抗ウイルス性を示す物質が含まれている」という研究結果が報じられたのは昨年末のこと。これを受け県内のある業者が「ナガイモトローチ」を開発したことも話題になった▼ナガイモの一大産地の当町では、間もなく本格的な収穫時期を迎える。予防接種のつもりで毎日新鮮なナガイモを食べて、インフルエンザなんか吹き飛ばそう！▼ただし①成分を口の中に長くとどめなければならぬ、②加熱すれば効果がなくなるー そうなのでご注意ください。(雅)

Statistics 統計

町の人口《9月分》

[]は、昨年同期との比較増減。
※()内は1月からの累計

男	9,647人	[△112人]
女	10,320人	[△84人]
計	19,967人	[△196人]
世帯数	7,048戸	[40戸]
出生	11人	(98人)
死亡	17人	(161人)
転入	24人	(379人)
転出	21人	(489人)

町の交通事故《9月》

()内は1月からの累計

人身事故	5件	(39件)
負傷者	6人	(43人)
死亡	0人	(0人)

町の火災《9月》

()内は1月からの累計

建物	0件	(2件)
林野	0件	(2件)
車両	0件	(0件)
その他	0件	(3件)

救急車出場件数《9月》

()内は1月からの累計
48件(413件)

中部上北消防本部

中央消防署 TEL 0176-62-3141

上北消防署 TEL 0176-56-2119

東北消防署 TEL 0175-63-2520

東北町立図書館から **新着図書** のお知らせ

□一般図書

書名	著者名	書名	著者名
雇用危機 －忍び寄る失業と貧困	週刊ダイヤモンド	からだにやさしい「干す」 「漬ける」だけの自家製レシピ	福田潤子
日本の食材帖 －野菜・魚・肉	山本謙治ほか	ブリーダ	パウロ・コエーリョ
これでよろしくて？	川上弘美	小さいころに置いてきたもの	黒柳徹子
新参者	東野圭吾	木版画手習帖	宇田川新聞
手編みのソックス	嶋田俊之	三人暮らし	群ようこ
海底八幡宮	笙野頼子	など70冊 (9/17～10/9の新着案内本)	

□児童図書・絵本

書名	著者名
ぼくのものごたがり あなたのものがたり	ジュリアス・レスター
レオナルド・ダ・ヴィンチ時代を超えた天才	ジョン・フィリップス
いとしの犬ハチ	いもとようこ
など28冊 (9/17～10/9の新着案内本)	

開館時間

◆東北町立図書館 午前9時～午後6時 [TEL0176-56-2261]

◆東北町立図書館乙供分室 (中央公民館図書室)

月・水・金 (午前10時～午後6時) 木・土・日 (午前9時～午後5時)

[TEL0175-63-2741]

休館日

火曜日・祝祭日・蔵書点検・年末年始

文芸ギャラリー

いしづみ俳句会

遮断機のカンカンと鳴る残暑かな 蛭澤 市助

日陰ればすぐに遠のく花野かな 附田 チマ

新涼や身震いの出る空の色 鈴木 和子

朝もやに届く朝刊秋涼し 山田 悦子

乳呑児の乳吸ふはやさ秋涼し 久保田 征子

そぞろ寒度の進みたる老眼鏡 伊賀 敬子

夜の残暑羊百匹まで数へ 日野口 晃

あけぼの句会

栈橋に杭打つこだま天高し 祥子

鳴き砂へサンダル一つ秋の風 チエ

休耕田はさみて豊かなる稲穂 節子

紫蘇の実をしごきて生まる香りかな てる女

夏バテの愛犬バトルえさのこす 光子

新涼の揺らぐ屋形の句会かな テル女

見上ぐれば空も泣きさうサンダラス 信女



かな む
長男(8か月) **叶 夢**くん

パパ 鳥谷部 巧 さん
ママ 真知子 さん

日々の成長を楽しく見ることが、お父さんとお母さんの幸せです。
たくさん泣いて笑って、大きくなってネ。



あづき あおし
長女(5歳) **愛月**ちゃん 長男(1歳) **蒼士**くん

パパ 蛭名 明 さん
ママ 智子 さん

いつもパワフルなあづきちゃんに、心優しいあおし君。これからも2人仲良く、元気に育ってネ。

150点の力作、大作ずらり とうほく芸術展

第4回とうほく芸術展が10月14日から18日まで、コミュニティセンター未来館で開催され、町内外から訪れた大勢の芸術愛好家らが、芸術の秋を満喫しました。

同展には、町内在住の美術工芸作家による書や写真などのほか、県内で活躍する美術作家による油絵、版画など約150点の力作が展示され、来場者はそれぞれの作品の世界観を楽しんでいました。

また、陶芸家の畑野謙一さんによる湖久焼の制作実演も行われ、来場者を楽しませていました。



県内で活躍する美術作家の作品約150点を一堂に展示。来場者の関心を集めました。



町内在住の美術工芸作家による書や陶芸などの力作がずらり



蛭名妙子さん(草月流)による華道が、会場入口で来場者をお出迎え



畑野謙一さんによる陶芸の制作実演。土の塊があつという間に器の形に

