

ばれん躍らせ  
威風堂々まとい振り披露

消防団出初式



Tohoku

2015  
2月号

広報

とうほく

広報とうほくNo.118

今月の主な内容

- 消防団出初式 …… 2~3
- 実年式 …… 4
- まちの話題 …… 5~6
- お知らせ …… 7~19

# 災害に強い地域社会を 目指し威風堂々



消防団員ら約320人による一糸乱れぬ分列行進

## 消防団

## 出初式

消防団出初式が1月11日、南総合運動公園で行われ、消防団員ら約320人と車両20台が参加し、災害に強い地域社会の確立に向けて決意を新たにしました。

式では、団員が斗賀町長から観閲を受けた後、威風堂々の分列行進や力強いまとい振りを披露し、災害から地域を守る消防団員の心意気をアピールしました。

続いて、斗賀町長が長年消防活動に貢献した団員を表彰し「災害に強い地域社会の構築のため、郷土愛護の精神を堅持し、教養、訓練にさらに励み、なお一層精進してください」とあいさつ。坂本武雄消防団長が「東北町消防団員の一人であることに誇りを持ち、郷土愛護と義勇消防精神を堅持し、消防技術の練磨と組織力の強化拡充のため、更なる精進を」と訓示を述べました。

## <表彰者(敬称略)>

### ■永年勤続功労章

30年勤続	新山助十郎	東北本部副団長
	田嶋勝則	東北本部副団長
	小笠原秀文	上北第7分団分団長
	蛭名 寿	上北第2分団分団長
	米内山晴彦	上北第3分団分団長
	吹越尊治	東北第2分団分団長
	藤井八州治	東北第3分団副分団長
	田中 淳	東北第1分団部長

20年勤続	野村 久	上北第9分団副分団長
	熊澤新一	東北第7分団班長
	谷川三智男	東北第5分団団員
	蛭名俊徳	上北第4分団団員
	小泉博行	東北第4分団団員

10年勤続	新山辰美	上北第6分団副分団長
	鶴ヶ崎勝也	上北第5分団団員
	町屋俊一	上北第1分団団員
	米倉暁彦	上北第7分団団員
	大野昌彦	東北本部分団団員
	藤井 穰	東北第3分団団員
	向井勝美	東北第5分団団員
	乙部大作	東北第5分団団員
	乙部伸征	東北第5分団団員
	小塚宏幸	東北第7分団団員
	洞内英樹	東北第7分団団員
	磯和春樹	東北第7分団団員
	沼田昭弘	東北第2分団団員
	川村 隆	上北第6分団団員
	小林太一	上北第2分団団員
	小林友彦	上北第2分団団員
	鶴ヶ崎英礼	東北第6分団団員



ポンプ車などの緊急車両20台も分列行進に参加

### ■優良団員章

新山辰美	上北第6分団副分団長
小林友彦	上北第2分団団員
瀬川良政	上北第3分団団員
檜崎正治	上北第1分団団員
林 匡彦	上北第7分団団員
野田一毅	上北第4分団団員
四戸友喜	東北第7分団団員
蓬畑優一	東北第5分団団員
山田英一	東北第5分団団員
吹越洋祐	東北第2分団団員
澤田信幸	東北第7分団団員
細井広宣	東北第5分団団員
笹倉堅太	東北第5分団団員



観閲を受ける消防団員ら



永年勤続功労章を代表して受取る新山副団長



出席者85人が笑顔で記念撮影

# 60歳

## 新しい人生のスタート

### 実年式



全員で町民の歌を斉唱



町民憲章を朗読した蛭名和子さん



さらなる活躍を誓い合って乾会



蛭名成子さんによる実年代表の言葉

今年度60歳を迎える方を対象とした「実年式」が1月12日、町民文化センターで開かれ、85人の出席者が節目の年を祝いました。

式典では、斗賀町長が「第二の人生を健康に気をつけて有意義に歩んでいただきたい」と激励。続いて、蛭名成子さんが「これまでの経験を生かし、わが町が目指している『いち輝く豊かなふるさとづくり』のために、より一層、福祉活動や地域活動などに参加してまいります」と実年代表の言葉を述べました。

式典後には祝賀会が行われ、参加者は人生を振り返りながら、お互いのさらなる活躍を誓い合っていました。

## バレーボールで心地よい汗

### ナイターバレーボール大会

第9回町ナイターバレーボール大会が11月10日から12月5日までの約1カ月間、町民体育館で開催されました。

大会は、ラリーポイント制リーグ戦形式で行われ、男子5チーム、女子4チームの約90人が参加し、バレーボール愛好者らが競技を楽しみました。

上位の結果は次のとおりです。■男子①(株)上北ホームガス②粹や ■女子①みなみちよ②チーム小川原



女子リーグ優勝のみなみちよチーム

## 日頃の稽古の成果競う

### 上十三地区学童柔道大会

第21回上十三地区学童柔道大会が12月14日、上北中学校誠心館で行われ、参加した小学生以下の子供たち約120人が、日頃の稽古の成果を競いました。

町内からは、東北町柔道少年団と同上北分団の2団体のメンバーが出場。団体戦のほか、各学年と幼児の部それぞれの個人戦が行われ、熱戦を繰り上げました。

また、会場には保護者らが応援に駆けつけ、大きな声援で子供たちの熱戦を後押ししていました。



児童たちが熱戦を繰り上げました

## 高齢者世帯を安全点検

### ひのもとまなかパトロールの会

ひのもとまなかパトロールの会（板橋昇会長）は12月16日、東北電力や七戸警察署の皆さんらと協力して、旧千曳駐在所管内の高齢者世帯などを巡回する、安全点検訪問を行いました。

これは、高齢者の皆さんが安心して新年を迎えられるよう毎年実施しているもので、この日は参加した12人が、各世帯の漏電箇所や非常口の点検をしながら、火の取り扱いや交通事故に気をつけるよう呼び掛けました。



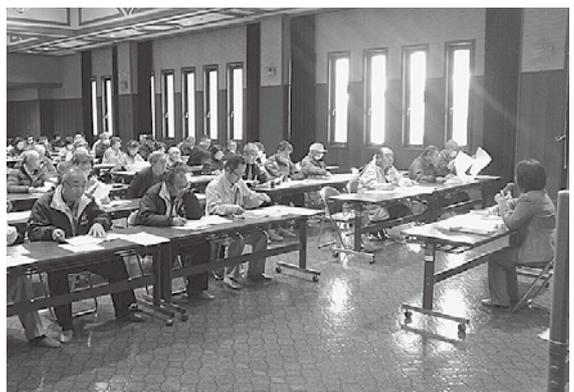
各世帯の安全点検をしました

## 農業所得者向け説明会開催

### 農業所得者用の記帳・帳簿等説明会

農業所得者用の記帳・帳簿等説明会が12月15日、16日の2日間、町民文化センターとコミュニティセンター未来館で開かれ、約100人の参加者が、記帳と帳簿書類の保存義務化についての説明に耳を傾けました。

同説明会は、平成26年1月から開始された、個人の白色申告者の記帳と帳簿書類保存の義務化について理解を深めようと、十和田税務署から佐々木由紀恵調査官を説明者として招き、実施されました。



真剣な表情で説明を聞く参加者

## 全国初の特別表彰受賞

### 東北中男子駅伝部

東北中学校（貝塚正尚校長）の男子駅伝部は12月17日、役場本庁舎町長室を訪れ、第22回全国中学校駅伝大会開会式において、男子では全国初となる特別表彰の受賞を斗賀町長に報告しました。

同賞は、通算10回出場校に贈られるもので、主将の野田頭海くんは「記念すべき瞬間に立ちあえて嬉しいです、これからも全国の舞台へ立って活躍して欲しい」と後輩達へエールを送りました。



特別表彰を受賞した東北中男子駅伝部

## 道の駅に急速充電器設置

### 道の駅おがわら湖

(株)おがわら湖（蛭名鉦治代表）は12月24日、道の駅おがわら湖駐車場内に急速充電器を設置しオープニングセレモニーを行いました。

同充電器は、30分で約80%の充電が可能となっており、電気自動車やプラグインハイブリッド自動車など次世代自動車の普及に伴う、局所的な充電施設需要の発生に対応するため、設置されました。



急速充電器を使用する利用者

## 新しい年に願い込め作業

### いきいき教室しめ縄作り

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12月16日、17日の2日間、東北地区・上北地区でそれぞれ、しめ縄作りを行いました。

16日は東北地区の蛭沢小学校体育館で学級生28人が参加し、2時間ほどかけて立派なしめ飾りを完成させました。また、17日は上北地区の町民文化センターで学級生14人が参加し、カラフルな飾りを付けるなど新しい年への願いを込めながら作業を進めました。



新年への願いを込めてしめ縄作り

## 乙供通則さん50万円寄付

### 乙供通則さんがふるさと納税

八戸市でおっとも脳神経クリニックを開業し、院長として活躍中の乙供通則さん（乙供元町出身）が、ふるさと納税で町に50万円を寄付しました。

乙供さんが、同制度を利用して寄付をするのは初めてで、「私も奨学金を活用したことがあり、大変助かりました。東北町の将来を担う子ども達のために、奨学金として使ってほしい」と笑顔で話していました。



50万円を寄付した乙供通則さん

## 公立七戸病院からのお知らせ

### 地域包括ケア病棟開始のお知らせ

◎平成26年度診療報酬改正に伴い、地域包括ケア病棟を12月1日に申請していましたが、12月末に国の認定を受け、1病棟（南館健診センター2階）がその病棟として稼働しています。

#### ○地域包括ケア病棟の役割

- ・急性期の治療が終了し、回復期治療となった方、リハビリを継続して入院実施する方が入院する病棟です。（軽微な症状の方は直接入院する場合があります）これは、病院及び病棟単位で入院治療の役割を差別化していく国の方策の一環です。

#### ○病棟間の転棟

- ・病状によって1病棟に転棟となる際は、ご理解ご協力をお願いいたします。
- ・病状の悪化や、感染症等により一般病棟へ戻る場合もあります。

### 入院患者への面会制限のお知らせ

◎インフルエンザ等感染症が流行しており、入院患者への院内感染を防ぐため面会制限をしています。流行がおさまれば、制限を解除いたします。その間ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願い致します。

○面会制限期間中の面会可能な方。（面会時間は、11時から20時です）

- ・主治医、病棟看護師長の許可を得た方のうち  
15才以上の家族（配偶者・両親・子）及び患者の責任者等  
入退院に伴う付添、洗濯物の交換等

\* 常時付添をする場合は、病棟に申し出て「家族証」の交付を受けてください。

\* 面会時には、必ずマスクの着用をお願いします。又、入退室時は、病室前の手指消毒器をご利用ください。

\* 家族等でも大人数での面会はご遠慮ください。

■問 合 せ 公立七戸病院 TEL 0176-62-2105



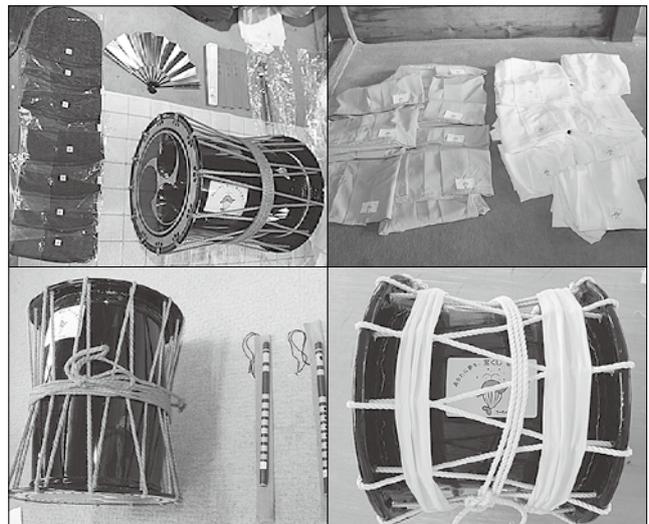
## 宝くじ助成金で整備しました



財団法人自治総合センターでは、宝くじの受託事業収入を財源としてコミュニティ活動を行なう市町村、地域住民のコミュニティ組織などを助成対象にコミュニティの健全な発展を図るとともに宝くじの普及活動事業を行なっております。

平成26年度は宝くじ助成金を活用して、東北町郷土芸能保存会のうち沼崎念仏鶏舞保存会、八幡神楽保存会、大浦神楽保存会の3団体が衣装、太鼓、小道具等を整備しました。

地域における年中行事等の活動をはじめ、町の祭り、芸能発表会等でのお披露目が期待されます。



## 正しく理解して快眠力を高めましょう

「寝酒」よりも睡眠薬の方がよい!?

寝酒は眠気を誘いますが、睡眠全体では浅い睡眠の割合が多くなり、熟眠感が得られなくなります。医師の診断のもと、睡眠薬を使用するほうが、眠りの質も健康を守る上でも効果的といえます。



## 2・3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 乳児相談	・ 3～4カ月児（小児科診察） （平成26年10月21日～ 平成26年11月3日生まれ） *対象者には個別通知します	2月23日（月）	12：45～ 13：00	七戸病院 健康センター （小児科診察と股関節 脱臼検査の日程が別 日になります）
	・ 3～4カ月児（小児科診察） （平成26年11月4日～ 平成26年11月17日生まれ） *対象者には個別通知します	3月9日（月）	12：45～ 13：00	
	・ 股関節脱臼検査 （平成26年10月7日～ 平成26年11月3日生まれ） *対象者には個別通知します	2月17日（火）	12：00～ 12：15	
	・ 6カ月児健康相談 （平成26年7月、8月生まれ）	2月20日（金）	9：30～ 9：45	
幼児健診	・ 1歳児健診 （平成26年1月、2月生まれ）	2月20日（金）	12：30～ 12：45	上北保健 福祉センター
	・ 2歳6カ月児健診 （平成24年7月、8月生まれ）	3月10日（火）	12：45～ 13：00	
	・ 5歳児健診 （平成21年12月、平成22年1月生まれ）	2月12日（木）	12：30～ 12：45	東北町保健 福祉センター
	・ 5歳児健診 （平成22年2月1日～4月1日生まれ）	3月5日（木）	12：30～ 12：45	
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	2月19日（木） 3月6日（金）	9：30～ 12：00	上北保健 福祉センター
	・ 初めて参加する方は保健師までご連絡ください。	2月25日（水） 3月4日（水）	9：30～ 12：00	
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。）	3月4日（水）	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
所内健康相談	・ 町民	毎週水曜日	9：00～ 15：00	上北保健 福祉センター
		毎週 火、木曜日		東北町保健 福祉センター

乳幼児健診、予防接種などを受ける際は、母子健康手帳を忘れずにお持ちください。

**健康家族**

保健師 **118**

健康寿命  
（日常生活に制限の  
ない期間）を  
のばすためには...

よく体を動かし  
歩きましょう

よく  
バランスよく  
食べよう

よく  
かんで  
噛みかみ

笑顔  
を  
忘れず  
時には  
「花さいたす」  
も  
トキタ  
も  
ドキドキ

ニコニコ

こんにちはは保健師です  
町保健衛生課  
新 堂 府 子

多休（良質な睡眠確保）で  
生活習慣病を予防する！  
～2月は生活習慣病予防月間です～

睡眠は心身の疲れを回復し、健康を保つ上で最も大切なものです。また、睡眠不足は心臓病などの生活習慣病の発症にも関係し、うつ病をはじめメンタルヘルスにも関係します。そこで、町民の睡眠の様子をみると・・・

「ここ1か月、睡眠で休養が十分にとれていない」と答えた人（\*青森県31.0%）

東北町男性 18.7%

東北町女性 25.2%

男性より女性の方が休養をとれていないようです。

睡眠のこと、正しく理解していますか？  
～睡眠のウソ？ホント？～

★必要な睡眠は、  
年代によって異なるって本当？  
→正解は【ホント】です

日本の成人の夜間睡眠時間は6時間以上8時間未満の人がおよそ6割を占めています。しかし、一般に年齢を重ねるにつれて睡眠時間は短くなる傾向にあります。高齢者の場合、無理に長時間寝床で過ごすと、かえって眠りが浅くなってしまうことがあるので、年齢に見合った睡眠時間を意識するようにしましょう。

＜標準的な睡眠時間＞

- 10歳代前半まで 8時間以上
- 25歳 7時間
- 45歳 6時間半
- 65歳 6時間



★眠れなくても、  
といえず寝床に入った方がいい？  
→正解は【ウソ】です

眠れないのに無理に寝床に入っても、かえって緊張が高まり眠りへの移行を妨げてしまいます。

また、不眠が続くと、「今日も眠れないのではないか」との不安から、ますます眠れなくなるという悪循環に陥りがち。



心身をリラックスさせ、眠くなってから寝床につくことを心がけましょう。

★睡眠不足が  
生活習慣病の原因になる？  
→正解は【ホント】です

さまざまな研究から、睡眠不足や不眠が、高血圧や糖尿病などの生活習慣病を引き起こすことが明らかになってきました。これは睡眠の変調が食欲やエネルギーバランスに作用するホルモンに影響を及ぼすことが原因と考えられています。



## ●健康診査の申込みから結果説明までの流れ

※集団健診・七戸病院人間ドック共に同じ流れになります

### ◆2月下旬

「平成27年度健康診査申込みハガキ」が役場から世帯主宛に届く  
保健協力員が受診勧奨のために各世帯を訪問する



### ◆3月10日（火）まで

世帯全員の受診希望の有無を記入の上、申込みハガキ提出



### ◆健診の2～3週間程度前

健診の案内と問診票が受診申込み者に届く



### ◆健診当日

記入した問診票と保険証を持参し、健診を受診



### ◆健診から3週間程度後

健診結果説明会にて、健診結果の説明を受ける



### ◆精密検査

異常の疑いがあった場合は精密検査を受診  
メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予備群者は、特定保健指導を受ける



## 約4人に1人は悪性新生物(がん)で死亡

### ◆平成25年死亡の状況

順位	死 因	人 数	(%)
第1位	悪性新生物	62人	26.7
第2位	心 疾 患	46人	19.8
第3位	肺 炎	40人	17.2
第4位	脳血管疾患	16人	6.8
第5位	肝 疾 患	9人	3.9

※平成25年は232人の方が亡くなりました。そのうちの約4人に1人は悪性新生物(がん)で亡くなっています。

※心疾患・脳血管疾患の原因は肥満・高血圧・糖尿病などの生活習慣病です。特定健診を受けることで予防や早期治療につなげる事ができます。

### ◆悪性新生物による死亡(部位別)

がんの部位	死亡者数	がんの部位	死亡者数
*胃	12人	*乳	3人
*気管支・肺	10人	*子宮・卵巣	3人
*結腸・直腸	5人	尿管	3人
肝・胆管	5人	*食道	2人
すい臓	4人	骨髄腫	2人
リンパ腫	4人	その他	9人

※毎年、検診を受けていれば、早期に発見できます。乳・子宮は偶数年(2年に1回)

※早期に発見・治療すれば、がんは怖い病気ではありません。

※\*印がついているところが、検診で発見できる可能性のあるがんです。

# — 平成27年度「健康診査」のお知らせ —

## 健診を受けて未来を変えよう !!

平成27年度の健康診査を実施しますので、お知らせします。

健康診査の詳細と申込みハガキを世帯主宛に送付しますので、世帯毎に取りまとめの上、お申込ください。

### ◆集団健診

健診項目	対象者	検査費用 (参考)	自己負担額
特定健診	・ 30歳～39歳の全町民 ・ 40歳～74歳の国民健康保険加入者 ・ 75歳以上の後期高齢保険者 ・ 40歳以上の生活保護受給者	74歳まで 5,000円	無料
		75歳以上 4,800円	
胃がん検診	・ 30歳以上の全町民	5,000円	
大腸がん検診	・ 30歳以上の全町民	1,700円	
肺がん (結核) 検診	・ 30歳以上の全町民	1,500円	
肝炎検診	・ 40歳以上 5 歳刻みの方	1,500円	
前立腺がん検診	・ 50歳以上の男性の方	2,000円	

### ◆女性検診

健診項目	対象者	検査費用 (参考)	自己負担額
子宮頸がん検診	・ 20歳以上の偶数年齢の女性の方	1,785円	無料
乳がん検診	・ 40歳以上の偶数年齢の女性の方	6,300円	
		※年齢によって違いあり	
骨密度検診	・ 40歳以上 5 歳刻みの女性の方	2,000円	

### ◆七戸病院人間ドック

人間ドック項目	対象者	検査費用 (参考)	自己負担額
特定健診・胃 大腸・肺がん検診	・ 30歳～39歳の全町民	28,000円	無料
	・ 40歳～69歳の国民健康保険加入者		
	・ 40歳～69歳の生活保護受給者		
オプション 前立腺がん検診 子宮頸がん検診 乳がん検診 骨密度検診	・ 50歳以上の男性の方	1,700円	
	・ 30歳以上の偶数年齢の方	6,200円	
	・ 40歳以上の偶数年齢の方	8,000円	
		※年齢によって違いあり	
・ 40歳以上 5 歳刻みの女性の方	500円		

※年齢は平成28年3月31日時点です。誕生日前でも1歳プラスされての年齢です。

※検査費用は参考として平成26年度の単価 (税抜き) を記載しています。

※七戸病院人間ドックはオプションのみでの申込みはできません。

※健診は集団健診 (女性検診) 又は七戸病院人間ドックで、年度中1回のみを受診になります。

●対象者が在住している世帯主宛に健診内容の詳細と日程、申込みハガキを送付します。

◆申込み方法 - 世帯毎に取りまとめの上、申込みハガキを提出してください

◆申込み期限 - 平成27年3月10日 (火) まで

◆問合せ - 東北町保健福祉センター TEL 0175-63-2001  
0176-56-3749

## 平成27年度自衛官募集のご案内

募集種目	応募資格(募集要項に記載)	受付期間	試験期日	試験場所(予定)
予備自衛官補 (一般公募)	平成27年7月1日現在 ●18歳以上34歳未満	1月8日(木) ～ 3月24日(火)	4月10日(金)～14日(火) のうちいずれか指定する1日	別途各人に連絡します。
予備自衛官補 (技能公募)	平成27年7月1日現在 ●18歳以上で各種国家 免許資格等を有する方	1月8日(木) ～ 3月24日(火)	4月10日(金)～14日(火) のうちいずれか指定する1日	別途各人に連絡します。
幹部候補生 (一般・飛行) (歯科・薬剤科)	平成27年4月1日現在 ●18歳以上26歳(修士課程修 了者は28歳)未満	3月1日(日) ～ 5月1日(金)	1次試験 5月16日 筆記試験 5月17日 筆記式操縦適正試験	別途各人に連絡します。

◎ 詳細については、下記までお問い合わせ下さい。

〒033-0037 三沢市松園町三丁目6-16 中野プラザビル2F (ユニバース松園店隣)  
自衛隊青森地方協力本部 三沢募集案内所  
電話、FAX 0176-53-1346 (平日08:45～17:30)  
e-mail: aomori.pco.misawa@rct.gsdf.mod.go.jp



## 平成26年分確定申告のお知らせ

	申告期限・納期限	口座振替日
所得税及び復興特別所得税	3月16日(月)まで	4月20日(月)
贈与税		
消費税及び地方消費税	3月31日(火)まで	4月23日(木)

\* 新たに口座振替をご利用される場合は、「預貯金口座振替依頼書」の提出が必要です。

\* 申告書作成会場及び開設期間

十和田奥入瀬合同庁舎 1階共用会議室

平成27年2月9日(月)～3月16日(月)

午前9時～午後5時(土・日曜日・祝日等は除く)

\* 国税庁ホームページで申告書を『作成・印刷して提出』することができます。

■問合せ 十和田税務署 TEL 0176-23-3151

## 自動車の名義変更・廃車手続き及び車検はお早めに!

例年3月は、名義変更(移転登録)・廃車(抹消登録)・住所変更等(変更登録等)・車検(継続検査)の手続きで、運輸支局及び事務所の窓口は大変混雑します。特に3月中旬頃から月末にかけて徐々に待ち時間が長くなり申請者の皆さんに大変ご不便をおかけしております。

名義変更や廃車等の手続きは、混雑をさけ待ち時間が少ない3月14日以前に手続きしていただくようお願いいたします。

また、車検(継続検査)は1カ月前から受けることが出来ますので、3月下旬に集中しないようお早めに受検していただくようお願いいたします。

○受付時間 平日8:45～12:00、13:00～16:00(土・日・祝日は休みです)

○東北運輸局青森運輸支局 青森市大字浜田字豊田139-13 TEL 050-5540-2008

○八戸自動車検査登録事務所 八戸市桔梗野工業団地二丁目12-12 TEL 050-5540-2009

○青森運輸支局HP <http://www.tb.mlit.go.jp/tohoku/am/am-index.htm>

## 家族そろって 交通災害共済 に加入しましょう

交通災害共済は、身近な事故から暮らしを守る、幅広い交通災害の保障です。

年齢や健康状態に関わらず、どなたでも加入できます。

1年間350円の会費で、交通事故に備えましょう。皆さんのお宅に、地域の行政連絡員または班長、協力員がお伺いしますので、加入希望者はお申し込みください。

■会 費 1人 350円

■見 舞 金 1日の治療でも 2万円

■特別見舞金 後遺障害で 50万円

■弔 慰 金 事故による死亡で 100万円

■共 済 期 間 平成27年4月1日から平成28年3月31日まで 1年間

■問 合 せ 役場 総務課 TEL0176-56-3111またはTEL0175-63-2111

### 文化協会芸能発表会

3月8日(日) 午前10時 町民文化センター



【問】 町社会教育課 TEL 0176-56-5180

### 郷土芸能発表会

2月15日(日) 午前10時 コミュニティセンター未来館



【問】 町歴史民俗資料館 TEL 0176-56-5598



#### 十和田市

◎十和田湖冬物語2015

- ・と き 2月6日(金)～3月1日(日)
- ・と ころ 十和田湖畔休屋特設イベント会場
- ・問 合 せ 十和田湖冬物語実行委員会  
TEL 0176-75-2425

#### おいらせ町

◎百石えんぶり

- ・と き 2月15日(日)、16日(月)、17日(火)
- ・と ころ おいらせ町百石地区
- ・問 合 せ おいらせ町社会教育・体育課  
TEL 0178-56-4276

#### 三沢市

◎『チェキ』を使ってあそぼう！

- ・と き 2月11日(水)祝・15日(日) 13時～15時30分
- ・と ころ 県立三沢航空科学館
- ・問 合 せ 県立三沢航空科学館  
TEL 0176-50-7777

#### 野辺地町

◎第9回のへじ停車場ランタン祭り

- ・と き 2月7日(土) 13時～20時30分
- ・と ころ 観光物産PRセンターとその周辺
- ・問 合 せ のへじ停車場まつり実行委員会  
TEL 0175-64-3316

◎真冬のドリンクラリー

- ・と き 2月13日(金)  
受付開始：18時30分～
- ・と ころ 町内飲食店
- ・問 合 せ 野辺地町商工会  
TEL 0175-64-2164

#### 六ヶ所村

◎六ヶ所村異文化交流フェア2015

- ・と き 2月22日(日) 13時～
- ・と ころ 文化交流プラザ スワニー
- ・問 合 せ 国際教育研修センター  
TEL 0175-73-8575

## 地デジ11チャンネル 東北町テレビ 2月の番組表

番号	番組
	放送開始 (6:00)
①	ニュースフラッシュとうほく&お知らせ&広報とうほくテレビ版
②	イベントチャンネル①
③	サイエンスチャンネル
④	イベントチャンネル④
⑤	ニュースフラッシュとうほく&お知らせ&広報とうほくテレビ版
⑥	イベントチャンネル③
⑦	東北町魅力映像総集編
⑧	サイエンスチャンネル
⑨	ニュースフラッシュとうほく&お知らせ&広報とうほくテレビ版
⑩	イベントチャンネル④
⑪	小川原湖の水景
⑫	イベントチャンネル②
⑬	ニュースフラッシュとうほく&お知らせ&広報とうほくテレビ版
⑭	サイエンスチャンネル
⑮	イベントチャンネル③
⑯	イベントチャンネル④
⑰	ニュースフラッシュとうほく&お知らせ&広報とうほくテレビ版
⑱	小川原湖の水景
⑲	イベントチャンネル①
⑳	東北町魅力映像総集編
㉑	ニュースフラッシュとうほく&お知らせ&広報とうほくテレビ版
㉒	イベントチャンネル④
㉓	サイエンスチャンネル
㉔	イベントチャンネル③
㉕	ニュースフラッシュとうほく&お知らせ&広報とうほくテレビ版
㉖	イベントチャンネル②
㉗	イベントチャンネル④
㉘	サイエンスチャンネル
㉙	ニュースフラッシュとうほく&お知らせ&広報とうほくテレビ版
㉚	東北町魅力映像総集編
㉛	イベントチャンネル③
㉜	小川原湖の水景
	放送終了 (22:00)

### 番組内容

■ニュースフラッシュとうほく&お知らせ&広報とうほくテレビ版 町の出来事の紹介およびイベント情報などのお知らせ (放送時間30分)

■東北町魅力映像総集編 ネット配信している東北町の映像を紹介 (放送時間30分)

■イベントチャンネル 町内のイベントの様

①2014東北町湖水まつり (放送時間30分)

②2014東北町秋まつり (放送時間30分)

③2014東北町日の本中央まつり (放送時間30分)

④2014生き生き産業文化まつり (放送時間30分)

■小川原湖の水景 (提供:国土交通省) 小川原湖の四季折々の景色 (放送時間30分)

■サイエンスチャンネル アスリート解体新書 (放送時間30分)

東北町テレビの番組表は、テレビリモコンの「番組表」ボタンで確認することもできます。

毎日、番組放送内容をずらして放送いたしますので、その日の放送番組は、テレビリモコンの「番組表」で確認してください。

なお、放送内容は変更となる場合がありますので、ご了承ください。

【問】 役場 企画課

Tel 0176-56-3111または

Tel 0175-63-2111

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てみましよう！

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 2月19日

今月の問題

Q1 1月12日に行われた実年式に出席にした人数は？  
(ヒントP4)

Q2 12月24日に急速充電器が設置された場所は？  
(ヒントP6)

Q3 郷土芸能発表会の開催日は？  
(ヒントP13)

1月号の答え

- ①青森銀行従業員組合
- ②宝湖わんこ井
- ③スミセイアフタースクール

1月号当選者

- 市ノ渡 隆子さん
- 沢田 洋子さん
- 木村 奈々さん
- 田島 希来さん
- 小笠原 春佳さん



●国民年金の加入方法

国民年金は誰もが加入する制度です。

日本に住んでいる20歳以上60歳未満のすべての方は、国民年金に加入することになります。

・第1号被保険者

自営業者、学生、フリーター、無職の方などで、加入手続きはご自分で住所地の市区役所・町村役場の国民年金担当窓口で行います。

・第2号被保険者

会社員や公務員など、厚生年金保険や共済組合に加入されている方で、加入手続きは勤務先が行います。

・第3号被保険者

第2号被保険者に扶養されている配偶者の方で、加入手続きは勤務先を経由して行います。

●国民年金保険料は口座振替がお得です

国民年金保険料の納付には、口座振替がご利用になれます。口座振替をご利用いただくと、保険料が自動的に引き落とされるので金融機関などに行く手間が省けるうえ、納め忘れもなく、とても便利です。

また、口座振替には、当月保険料を当月末に振替納付することにより、月々50円割引

される早割制度や、現金納付よりも割引額が多い6ヶ月前納・1年度前納・2年度前納もあり、大変お得です。

口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参のうえ、ご希望の金融機関または年金事務所へお申出ください。

●平成26年分公的年金等の源泉徴収票の送付について

平成26年中に厚生年金保険、国民年金等の老齢または退職を支給事由とする年金を受けとられた皆様に、平成26年分として支払われた年金の金額や源泉徴収された所得税額等をお知らせする『平成26年分公的年金等の源泉徴収票』を日本年金機構からお送りします。

『公的年金等の源泉徴収票』は、所得税および復興特別所得税の確定申告（住所地を管轄する税務署で受付）の際の添付書類等として必要となりますので大切に保管してください。

【問】青森年金事務所  
TEL 017-734-7499

東北町心配ごと相談所

今月の相談日は

2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

## 自動車税のグリーン化

自動車環境対策の観点から、排出ガス性能及び燃費性能の優れた環境負荷の小さい自動車については、それらの性能に応じて税率を軽減（軽課）し、新車新規登録から一定の年数を経過した環境負荷の大きい自動車については税額を重く（重課）する制度が実施されています。

平成27年度から重課の率が変わります。対象となるのは、ガソリン車・LPG車にあっては新車新規登録から13年を経過したもの、ディーゼル車については新車新規登録から11年を経過したものです。

詳しくは、上北地域県民局県税部にお問い合わせいただくか、県税・市町村税インフォメーションをご覧ください。

【問】上北地域県民局県税部  
TEL 0176-22-8111

今日の

## おはなし会

と き：2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  
TEL 0176-56-2261

### 【お詫びと訂正】

広報1月号に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

◇28ページ

わが家のアイドル

(正) 奥田 奈桜 ちゃん



## 東北町介護認定調査員 (非常勤)を募集します

◆業務…介護保険の申請をされた方の自宅や施設等を訪問し、心身や日常生活の状況について本人や関係者等から、要介護認定のための聞き取り調査を行います。その他、日程調整、調査表作成、介護保険等の制度説明、日常生活上の相談なども行ないます。

◆応募資格…○次のいずれかの資格を有する人①介護支援専門員②保健師③助産師④看護師⑤准看護師⑥介護福祉士⑦ホームヘルパー2級以上 ○その他①普通自動車運転免許取得者(私用車にて訪問調査を行っていただきます)②簡単なパソコン操作のできる方

◆人員…3人

◆期間…2月5日～3月5日

◆提出書類…履歴書及び資格証の写し(提出書類は返却しません)

◆勤務期間…平成27年4月1日から1年間(再任可)

◆処遇…○勤務時間は1日7時間30分とし週4日以内(非常勤職員)○賃金は1日9,000円(私用車借上料1日1,500円を別途支給)

◆選考方法…書類選考合格者に対して、面接選考(3月下旬)を実施します。

【問】役場福祉課介護保険係  
TEL 0176-56-3111

## 公立ぎんなん寮 からのお知らせ

公立ぎんなん寮では、クリスマスローズと雪割草フェアを実施します。

◆日時…2月20日～3月1日  
午前9時45分～午後5時

◆場所…ぎんなん寮直売所ハ  
ンズおよび大温室周辺

◆販売品…

○園芸商品(クリスマス  
ローズ、雪割草、鉢花各  
種、洋ラン、観葉植物、  
山野草 他)○加工商  
品(ハム、ソーセージ)  
○その他(喫茶コーナー、  
ドライハーブ、ハーブ  
ティー)

◆催事…

○すべて表示価格より10%  
割引(会員20%割引)  
○様々なクリスマスローズ  
の品種を販売

【問】公立ぎんなん寮  
TEL 0176-56-5121



## 町社会福祉協議会に 2件の寄付がありました

■シルバー陶芸クラブは12月25日、地域福祉に役立ててくださいと、生き生き産業文化まつりで実施したバザーの益金1万円を、町社会福祉協議会に寄付しました。

■佐藤キヤさん(南町)は12月25日、地域福祉に役立ててくださいと、2万円を町社会福祉協議会に寄付しました。



### 油等の流出事故に注意

ホームタンクからの油流出事故が多発しております。事故の主な原因は、経年劣化による配管からの流出や、ホームタンクの転倒によるものです。ホームタンク所有者の方々は、今一度タンク周りの点検をして事故の防止をしましょう。

また、ポリ容器へ注油する際は、終わるまでその場を離れないようにしましょう。

【問】 中部上北消防本部  
TEL 0176-62-3142

### 女性司法書士による女性のための相談会

相続、成年後見、借金問題、家族間の問題など、法律に関する女性の悩みを女性司法書士が相談に応じます。

予約不要で相談は無料です。

◆日時…2月28日㊦  
午前10時～午後4時

◆場所…アスパム5階

【問】 県司法書士会  
TEL 017-776-8398

#### 「宝湖館」健康相談

開催日：2月27日(金)

時間：午後1時～  
午後3時

問合せ：小川原湖交流  
センター宝湖館  
TEL 0176-56-3820

### 水道課からのお知らせ

冷え込みが厳しくなり、水道管の凍結が予想されます。

自宅の漏水修理は町指定工事業者へ依頼してください。漏水修理費用の減免は、原則として指定工事業者での修理の場合になります。町指定工事業者は東北町ホームページまたは水道課までお問い合わせください。

【問】 役場水道課  
TEL 0176-58-1061

## 総合相談

～人権、行政相談～  
相談料無料ですので  
お気軽にご相談ください。

#### 2月16日(月)

○時間 午前10時～正午  
○場所 コミュニティ  
センター未来館

#### 3月2日(月)

○時間 午前10時～正午  
○場所 東北町役場  
本庁舎3階和室

【問】 役場 福祉課  
TEL 0176-56-3111または  
TEL 0175-63-2111

3月2日は  
弁護士無料相談  
も行われます

予約が必要ですので、下記まで  
お問い合わせください。

【問】 弁護士法人 青空と大地  
TEL 0176-21-5162

### 鶏等を飼養している 皆様へ定期報告のお願い

鶏等(左記の鳥類)を飼養している方は、毎年二月一日現在の飼養羽数等を県知事あてに報告(定期報告)することが、昨年度の家畜伝染病予防法改正により義務付けられています。

◆対象鳥類…鶏(青森シャモロック、比内地鶏、ウコッケイなど)、あひる、きじ、ほろほろ鳥、七面鳥、ダチョウ  
◆報告様式…十和田家畜保健衛生所ホームページ、又は十和田家畜保健衛生所、役場農林水産課の窓口を用意してあります。

◆報告期限…3月31日㊦まで  
◆提出先…下記まで持参、郵送またはFAXで提出してください。○〒034-0093 十和田市西十二番町19-23 十和田家畜保健衛生所

【問】 十和田家畜保健衛生所  
TEL 0176-23-6235

### みちのく・ふるさと貢献 基金助成事業募集

公益財団法人みちのく・ふるさと貢献基金法人では、県内の地域貢献を目的に個人、NPO法人、企業等に助成金の交付を行っています。

◆応募期間…平成27年4月1日～平成27年6月30日

◆応募方法…ホームページをご覧ください

<http://www.michinoku-furusato.or.jp>

◆助成額…必要費用以内で100万円を限度

【問】 みちのく・ふるさと貢献基金 TEL 017-774-1179

## 東北町立図書館から **新着図書** のお知らせ

### □一般図書

書名	著者名など	書名	著者名など
波止場浪漫 上・下	諸田 玲子	フリーランスのためのはじめての青色申告	宮崎 綾子
ルール	堂場 瞬一	世界のホットドリンクレシピ	誠文堂新光社
御松茸騒動	朝井 まかて	六花落々	西條 奈加
まっぴる 週末アジア 充実ごはん旅	昭文堂	お料理するって楽しい! 子ども クッキング イベントごはん	葛 恵子
不思議な尻尾	マーガレット・マーヒー	など81冊 (11/20~1/7の新着案内本)	

### □児童図書&絵本

書名	作者名など
めくってみよう! やさいとくだもの絵本図鑑	フロランス・ギロー
トロールとにひきのいたずらこやぎ	松居 スーザン
あなぐまアパート	あんびる やすこ
など87冊 (11/20~1/7の新着案内本)	

### 開館時間

◆東北町立図書館 午前9時15分~午後6時 [Tel.0176-56-2261]

◆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15分~午後5時)  
[Tel.0175-63-2741]

### 休館日

火曜日、祝祭日、蔵書点検、年末年始

### 都母短歌会

## 文芸ギヤラリ

雪晴れの窓辺に真紅の孔雀サボテン  
花びら反らす愛しく咲けり

原田 榛子

夕暮れて街角のひかり華やげば  
心躍りてしばし佇む

乙供 洋子

小春日と見紛ふ陽気も東の間に  
一夜明ければ雪深き庭

大湊百合子

元朝の神社に引きしおみくじは  
未吉なれば試練を覚悟す

坂本 政子

冬晴れに積りし雪も治まりて  
一息つきぬ春まだ遠く

高田智恵子

十余年家族と思ひし愛犬の  
暑き骨片を抱きて帰る

野田 文子

羽根たたみ玄関先にうづくまる  
傷を癒せし山鳩あはれ

田沢 泰子

平成26年12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いますが、東北町役場へ届け出た方で希望する方を掲載しています。

## 誕生

氏名	町名	保護者	氏名	町名	保護者
中村 脩都	坂下町	光 憲	漆 畑 心都	緑 町	清 輝
乙部 大征	乙 部	伸 征	新山 心絆	新 山	翔 翔
新井 叶愛	千葉県	裕 也	佐々木 颯汰	徳万才	将 孝
向井 咲琉	表 町	博 人	佐々木 惣佑	新 町	順 平
添野 藍咲	下清水	智 幸	笠 置 優光	大 浦	広 明

## 結婚

氏名	町名	氏名	町名
♡ 蛭澤 隆幸	内 蛭 沢	♡ 澤田 大樹	南 町
♡ 木下 智絵	青 森 市	♡ 川村 愛美	八 戸 市
♡ 坂本 昭	栄 町	♡ 菊地 拓真	宮 城 県
♡ 竹内 比呂伽	旭 町	♡ 木立 友香	栄 町

## お悔やみ

氏名	年齢	町名	氏名	年齢	町名
野田頭 はな江	87	(豊 前)	和 田 喜代美	90	(上 野)
福 山 等	59	(輝ヶ丘)	蛭 名 保 文	90	(栄 町)
久保田 うしこ	101	(萌 出)	ニツ森 ノ エ	88	(新 町)
鎌 本 記	74	(長久保)	市 川 ハ ヤ	80	(向 山)
本 間 源太郎	88	(外蛭沢)	山 田 ミ ヨ	86	(境ノ沢)
沼 邊 金之熊	85	(舟ヶ沢)	市 川 リ エ	92	(向 山)
乙 部 太三郎	90	(乙 部)	蛭 名 ト ワ	93	(上 野)
向 井 明	44	(表 町)	小笠原 秀 雄	85	(向 山)
高 田 アヤメ	87	(徳万才)	蛭 名 重 郎	64	(上 野)

### ※死亡届を提出されるかたへ※

土・日・祝日に、死亡届を提出する方は、届出予定時刻を役場へご連絡ください。担当職員が待機いたします。

あなたも参加 わたしもやります “交通安全”

## 平成26年 県内の交通事故概況

青森県交通対策協議会 平成26年12月31日現在

	12月中	年間累計	死者の状況	年齢別	37人(+3)
				高齢者の死者 (65歳以上の人)	
発生	411件 (-78)	4,133件 (-830)	夜	夜間の死者	31人(+9)
				歩行者の死者	23人(+6)
死者	7人 (+1)	54人 (+6)	飲酒	飲酒運転による死者	3人(-1)
				自動車乗車中の死者	18人(-3)
傷者	497人 (-102)	5,105人 (-1,017)	シートベルト	非着用死者	7人(±0)

※ ( )内は対前年比です。また、速報値のため後日変更することがあります。

毎月1日は「県民交通安全の日」15日は「高齢者交通安全の日」

## Statistics 統計

### 町の人口《12月分》

( )は、昨年同期との比較増減。

※( )内は1月からの累計

男…… 9,076人[△126人]

女…… 9,755人[△171人]

計……18,831人[△297人]

世帯数… 7,231戸[ 40戸]

出生 …… 10人( 108人)

死亡 …… 31人( 276人)

転入 …… 28人( 441人)

転出 …… 41人( 571人)

※法改正により、住所を有する外国人も含まれる数字が記載されます。

### 町の交通事故《12月》

( )内は1月からの累計

人身事故…… 4件( 38件)

負傷者…… 3人( 47人)

死亡…… 1人( 1人)

### 町の火災《12月》

( )内は1月からの累計

建 物…… 0件( 4件)

林 野…… 0件( 3件)

車 両…… 0件( 0件)

そ の 他…… 0件( 3件)

### 救急車出動件数《12月》

( )内は1月からの累計

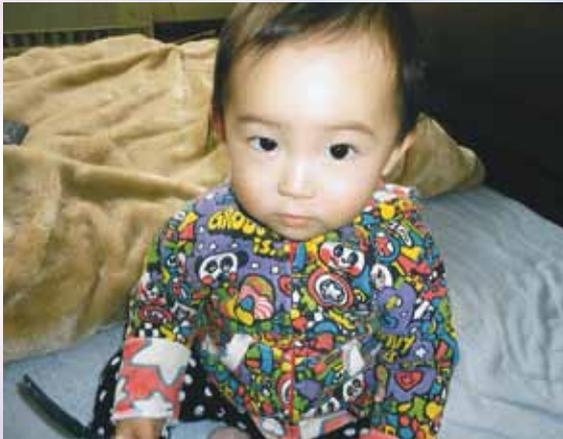
62件( 668件)

### 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



ゆうと  
長男〔1歳〕 祐翔くん

パパ 甲 田 太 陽 さん  
ママ 有 香 さん

ちょっぴり泣き虫な祐翔もやっと1歳になりました!!これからも元気いっぱいの笑顔を見せてね♡

りく  
長男〔1歳〕 理来くん

パパ 沼 田 彰 さん  
ママ 真 澄 さん

いっぱい遊んでいっぱい寝て元気に育ってネ♡

# ルーヴル美術館に展示!?

## 第38回こども絵画コンクール

12月19日、中央ポプラ保育所（蛭沢正雄園長）で第38回こども絵画コンクール入賞者への表彰が行われ、堤奏音ちゃんが金賞に、福村心渚ちゃんが銅賞に輝き笑顔を見せました。

同賞は、10月28日に行われた第38回こども絵画コンクールの審査会で、全国から応募のあった217,397点の作品の中から特に優れた作品として選ばれたもので、金賞を受賞した奏音ちゃんの作品はフランスのルーヴル美術館に3月6日～4月6日まで展示されます。



中央ポプラ保育所で表彰が行われました



銅賞の福村心渚ちゃんとお母さんの布美代さん



金賞の堤奏音ちゃんとお母さんのまどかさん



奏音ちゃんの作品、「金賞の「みかん屋さん」」

