

TOHOKU

あなたとまちをつなぐ情報誌「広報とうほく」

2019

9

No.173



今月のトピックス

【特集】 地域を守る自主防犯組織
成人式
保育料が無償化されます

2～3
4～5
14～15

今月の表紙

笑顔で大人の第一歩 「東北町成人式」



同会作成の詐欺被害防止看板と回覧文書



小学校の夏休み前に危険箇所の安全管理



「日頃からのあいさつ、会話でつながりを持つことで気軽に相談ができる」と話す藤井さん（中央）と「ひのものとまなかパトロールの会」



ゴミ収集箱へ詐欺被害防止看板を設置した関係者

【特集】 地域を守る自主防犯組織

「自分たちの地域は自分たちで守る」をモットーに旧千曳駐在所管内の住民で構成される自主防犯組織「ひのものとまなかパトロールの会」（写真上）。

事件事故の未然防止、危険箇所の点検や特殊詐欺の被害未然防止など、地域の安全安心を10年以上守り続けています。今月号では同会の活動取材しました。

地域の安全安心を守り続けて

今年、「ひのものとまなかパトロールの会」は結成11年目を迎えました。

結成のきっかけは、千曳駐在所の廃止によるものです。警察官不在に不安を抱える住民が多いことから、平成19年3月の廃止予定を住民の要望で1年間延期し、その間に「千曳地区安全づくり協議会」が中心となって自主防犯組織を計画。そして、平成20年2月に同会を設立しました。

名称は千曳地区で発見された「日本中央（ひのものとまなか）の碑」が由来です。会員は地区の自営業者、消防団員、交通指導隊員、防犯指導員、民生委員、青少年健全育成員など約40名で構成され、旧千曳駐在所管内（千曳、夫雑原、清水目、淋代、美須々）の5地区26町内会を擁

点としています。

活動は春・秋の防犯パレード、地区内のため池・川・熊の出没する道路の安全管理対策、高齢者宅の漏電確認や住宅用火災警報器設置の呼びかけなど多岐にわたり、警察庁「地域安全安心ステーション」推進事業の認定を受けています。

活動の功績が認められ、平成22年に青森県警・県防犯協会連合会から功労ボランティア団体表彰を受け、平成28年には全国防犯協会連合会から社会安全貢献賞を受賞しました。

高齢者を特殊詐欺から守れ！

同会の板橋昇会長によると、「近年、全国で特殊詐欺被害が頻発し、青森県内でも被害が相次いでいることから、従来の活動に加え、特殊詐欺被害の未然防止にも力を

入れています。千曳地区は高齢化が進み、特殊詐欺の被害が及ぶ可能性が高いことから、日頃の声かけや注意喚起など高齢者の見守り活動を重点的に実施していきたい」と話していました。

詐欺被害を防ぐ活動として、声かけや見守り活動のほか、関係機関の協力のもと、住民の目に付きやすいゴミ収集箱に詐欺被害を注意喚起する看板を設置。また、詐欺防止や防犯情報が記載された手作りの文書を地区内に回覧するなど広報活動にも努めています。

上板橋地区に住む藤井與一郎さん（83歳）は同会の活動について、「会員による」日頃からのあいさつや声かけによって、なにかあった時など気軽に相談ができるような「つながり」を感じる。また、定期的に防犯情報や地区の出来事を回覧してくれるのでとても助かるよ」と話して

いました。

このことについて、戸田周悦・七戸警察署長は「詐欺被害を未然に防ぐためには、警察・自治体・住民・事業者が切れ目なく活動をしていくことが大切だと考えています。特に、高齢者の方々と身近で接している地区住民による声かけや注意喚起は被害を防ぐ上で非常に重要」と語り、「詐欺の手口は無数にあるので、お金や電子マネーで振り込めという電話があったら、家族、知人、地域の方または警察にすぐ相談し、1人でも対応しないように注意してほしい」と呼びかけていました。

板橋会長は今後について、「地域の安全安心を守るため、本会の浸透・拡大を図りながら、無理をせず、息の長い活動をしていきたい。そして、町内でも自主防犯組織結成の気運が高まることも期待したい」と思いを述べていました。

二十歳の門出にカンパニー！



町民憲章唱和：蛸澤孝子さん



記念品贈呈：松宮杏乃さん



誓いの言葉：濱田舞さん



「令和を担う大人に」決意新たに大人の一步踏み出す

祝！ 東北町 成人式

令和元年度東北町成人式が8月15日、コミュニティセンター未来館で挙行され、新成人が決意を新たに大人としての一步を踏み出しました。

式典には、平成11年4月2日〜平成12年4月1日生まれの対象者161人（男性82人、女性79人）のうち111人が出席し、蛸名釜治町長が「これからの時代、そして郷土の担い手として、何事にも果敢に挑戦し、それぞれの分野で活躍することを期待している」と激励すると、新成人を代表して濱田舞さんが「自分の行動に責任を持って、社会の一員として早く認められるように努力していきたい」と決意を述べました。

式典終了後、東翔太鼓による記念演奏、その後、懇談会が開かれ、久しぶりに会う旧友や恩師との再会を喜び合い、お互いの近況報告や記念撮影をするなど楽しいひとときを過ごしていました。



大接戦！フラッグは誰の手に



東翔太鼓による迫力の演奏



わかさぎマラソン 高校・一般（ハーフ）スタート

小川原湖を舞台に笑顔・活気あふれた2日間 東北町湖水まつりフォトレポート

東北町・夏の一大イベント「湖水まつり」が7月20日～21日の2日間、小川原湖公園とわかさぎ公園を主会場に開催しました。20日は、第34回わかさぎマラソン大会が行われ、県内外からエントリーした約1,500人を超えるランナーたちが湖畔の爽やかな風を浴びながら健脚を競いました。

そのほか、ビーチフラッグス大会、初参加の海上自衛隊大湊音楽隊による演奏、湖畔を彩る創作花火大会が行われ、21日は手作りいかだレース、レーク演奏会、小川原湖宝さがし大会などで来場者を大いに楽しませていました。



湖畔に爽やかな音色を奏でる海上自衛隊大湊音楽隊



いかだレース準優勝のMEN'S NON-KI



和田樺音さん、坂本大地くんによる選手宣誓



ランナーの応援にも熱が入ります



ハッピー保育園による可愛いフラダンス



子どもランナーも疾走！



ゲストランナー・新宅雅也さん



笑顔のランナー

住民同士の支え合いを考える

東北町身体障害者福祉会と東北町老人クラブ連合会が7月16日、滝沢生涯学習センターで住民同士の支え合いをテーマに座談会「あつまりっこ」を開催しました。

参加者からはちょっとした支え合いが安心して暮らせる地域づくりにつながるなどの意見が交わされ、社会福祉協議会の李澤里美さんは「今後も座談会を開催し、よりよい地域づくりに生かしていきたい」と話していました。



住民同士の支え合いについて考える参加者

納税意識の高揚を目指して

令和元年度東北町納税貯蓄組合連合会定例総会が7月25日、町民文化センターで行われ、町内の納税貯蓄組合の組合長や来賓約60人が出席し、納期内の完納と納税意識高揚の推進を誓いました。

総会前には、功績者表彰や納税貯蓄組合表彰などが行われ、9名および1組合に表彰状が伝達され、総会では事業計画案や予算案などについて話し合われました。



功績者表彰を受賞した中野金彌さん(右)

上北・東北中の生徒が県中体連優勝を報告

青森県中学校体育大会で優勝した上北中と東北中の生徒7名が7月26日、東北町役場を訪れ、蛭名鋳治町長と沼尾一秋教育長に県大会優勝および東北・全国大会の出場を報告してそれぞれ抱負を語りました。



報告に訪れた生徒は次のとおり。

【左上から時計回りで】新山千春さん(東北中1年・ソフトテニス)、天間美嘉さん(東北中3年・ソフトテニス)、野田心花さん(上北中2年・水泳)、鹿原海星さん(上北中3年・柔道)、野田頭梨瑚さん(上北中3年・柔道)、森川柔さん(上北中3年・柔道)、古澤七凧さん(東北中3年・柔道)

“もしも”に備えて 「東北町ぼうさいメール」を 活用ください!

東北町では、災害や犯罪に強い安全な地域づくりを目指し、緊急情報や気象、火災、防犯などの情報を、携帯電話やパソコンに電子メールでお知らせする「ぼうさいメール」を運用しています。

配信される情報は、緊急情報、防災・防犯情報、Jアラート情報など17の配信カテゴリ。

“もしも”に備えて、この機会に「東北町ぼうさいメール」の登録をお願いします。



①QRコードをスマートフォンなどで読み取り



または、携帯電話やパソコンのアドレスから
anzenjoho@info-tohokutown.jp
に空メールを送信してください。

②登録用URLが記載されたメールが届く

■利用登録のご案内
利用登録すると、東北町ぼうさいメール配信サービスが配信する情報を受信することができます。登録は以下のURLより行うことができます。メールの着信拒否を設定している場合は、登録出来ませんのでご注意ください。解除するドメイン名：info-tohokutown.jp

【登録用URL】
<https://www.info-tohokutown.jp/tohokuMob/pubUserRegister.do?mailAddress=>

アクセス

③利用規約に同意の上、「同意する」を選択

■利用登録

利用規約に同意の上、登録してください。

[利用規約を読む](#)

- 同意する
- 同意しない

選択

次へ

④パスワード設定や配信カテゴリを選択。その後、内容を確認し、登録を選択すると完了

配信カテゴリ(希望するカテゴリを選択してください。)

- 気象情報
- 警報
- 注意報・警報
- 防災・防犯情報
- 交通安全情報
- 通行止め・交通規制情報

17の配信カテゴリがあるよ!



■お問い合わせ 総務課 消防・防災係 TEL 0176-56-3111

Nice to meet you ! ALTのジミーとペリです！

小中学校の外国語指導助手としてジミーさんとペリさんが8月5日付けで新しく赴任しました。

上北小、甲地小、上北中を受け持つジミーさんは米国・テキサス州出身の25歳。乗馬や映画鑑賞が趣味で、甲地小、東北小を受け持つペリさんは米国・カリフォルニア州出身の21歳。絵を描くことや読書が趣味です。

2人は「東北町に住んで英語を教えることを楽しみにしています。英語の授業以外でもたくさん交流を深めることができたら」と笑顔で話していました。



ジミーです。色々なことを経験したいので、イベントにはぜひ呼んでください！

ペリです。特技は親父ギャグ！日本語を勉強中なので気軽に声をかけてね！

ドローンから見る東北町の今 —水田ほ場整備工事の様子—

県道219号水喰上北町停車場線（甲地方面～上北方面）や県道8号八戸野辺地線（野辺地方面～七戸町李沢方面）を自動車で通過すると、たくさんの重機による水田ほ場整備工事の風景が広がっています。

これは、上北地域県民局と土場川土地改良区が東北町・七戸町で進めている県営土場川地区経営体育成基盤整備事業（平成27年度～令和7年度・総事業費135億円※予定）の一環として着手しているものです。

同整備事業は、農地の集約・大区画化、農道整備、揚排水施設をはじめ水路・排水路の整備などを総合的に実施するもので、東北町では現在、字弥太郎地内（写真下）の水田ほ場整備工事を進めています。

土場川土地改良区の蓬畑裕事務局長は「この整備事業によって、農地の高度利用促進や機械化一貫体系の確立による安定した複合経営の確立を期待している」と話していました。



※水田ほ場整備中の東北町字弥太郎地内を小型無人機ドローンで撮影。
来年度以降は、水田が広がる間手場地内（写真右側）もほ場整備を予定している。

県民体育大会 ソフト女子連覇

「はばたけ県民！郷土の和」をスローガンに、第74回市町村対抗県民体育大会が7月20日から弘前市を中心に4日間の日程で各競技を開催しました。

東北町は、ソフトボール女子が連覇、藤嶋崇さんが水泳競技個人の部で2種目優勝、ソフトテニス、卓球、ゲートボールが準優勝するなどの活躍で、目標の3位に及ばなかったものの、町村の部5位入賞を果たしました。



見事連覇を果たしたソフトボール女子

鎌本耕史郎くん空手で全国大会へ

鎌本耕史郎さん（東北小6年）が7月30日、蛭名鉱治町長と沼尾一秋教育長のもとを訪れ、8月4日から東京都・東京武道館で開催される第19回全日本少年少女空手道選手権大会の出場報告および決意表明を行いました。

鎌本さんは野辺地空手道会で練習を重ね、4月に開催された青森県少年空手道大会6年男子・形で準優勝。「全国大会ではベスト8を狙いたい」と抱負を語りました。



全国大会の抱負を語った鎌本くん（左2）

平和を願い参列者が祈り捧げる

東北町戦没者追悼式が8月3日、コミュニティセンター未来館で行われ、参列した遺族ら関係者約80人が戦没者450余名のみ霊に冥福を祈りました。

黙とう後、蛭名鉱治町長が「明るく豊かな東北町を築き上げるよう、一層の努力を誓う」と追悼の言葉を述べ、続いて、参列者が大正琴みちのく同好会の演奏が流れるなか、白い菊を祭壇に献花しました。



戦没者のみ霊に祈りを捧げる参列者

スポーツ振興に善意の寄附

東北町チャリティーゴルフ実行委員会（岡山時夫会長）が8月6日、全日本都市対抗少年野球大会に出場する東北クラブへ「大会の健闘を祈っています」と10万円を寄附しました。

これは、8月4日に同実行委員会が十和田市・みちのく国際ゴルフ倶楽部で開催したチャリティーゴルフ大会で募ったもので、寄附金を受け取った富岡和也後援会長は「全国大会出場および規格変更に伴うボールの購入のため、大切に使用してもらいます」とお礼を述べました。



寄附金を手渡した岡山会長（右）と富岡会長（左）

東北町公式食育Instagram始めました / 「#食べよう東北」のハッシュタグで発信します!



東北町では、食育の推進やイベント情報を発信し、町の食文化のPRと健康増進を図るため、東北町公式食育Instagramを始めました。

ユーザーの方が「#食べよう東北」のハッシュタグを付けて東北町産の食材を使用した料理を投稿した場合、リポスト（シェア）したうえで公開していきますので投稿をお願いします。

oishiku_tohoku
おいしく!とうほく!
@東北町保健衛生課
フォローをお待ちしています!



お問い合わせ 保健衛生課 Tel 0175-63-2001

中部上北総合防災訓練を実施します

- ▶ 期 日 9月27日(金) 午前8時30分～午前11時30分
- ▶ 場 所 東北町民文化センター周辺
- ▶ 訓練はどなたでも参観できます。



※注意※

- ・訓練には、緊急車両やヘリコプターが出動するほか、防災無線やサイレンを鳴らしたり、交通規制を実施しますので、ご理解とご協力をお願いします。
- ・当日はドクターヘリが、南総合運動公園わんぱく広場に着陸予定ですので、付近を通行する方はご注意ください。

お問い合わせ 総務課 Tel 0176-56-3111 または Tel 0175-63-2111

むし歯のない子集まれ!

7月12日の3歳児健診で、むし歯のなかった子10名を紹介します。

 歯みがきががんばります!	 毎日歯みがきががんばります!	 毎日歯みがきががんばるぞ!	 これからも歯みがきががんばります!
 弟と一緒に歯みがき頑張ります!	 毎日歯みがきががんばります!	 歯みがきががんばります!	 歯みがき毎日がんばってます!
 歯みがきだ~いすき!	 毎月歯みがきががんばるぞ!		



ぐるっとNAVI

上十三・十和田湖広域定住自立圏情報

- | | | |
|---|---|---|
| 十和田市
十和田市現代美術館企画展
「AKI INOMATA : Significant Otherness (シグニフィカント・アザネス) 生きものと私が出会うとき」
▶と き 9月14日(土)～令和2年1月13日(月)
▶と ころ 十和田市現代美術館
▶問 い 十和田市現代美術館 Tel 0176-20-1127 | おいらせ町
おいらせ百石まつり
▶と き 9月20日(金)～23日(月)
▶と ころ 百石本町地区
おいらせ下田まつり
▶と き 9月27日(金)～29日(日)
▶と ころ 青い森鉄道下田駅周辺
▶問 い おいらせ町観光協会 Tel 0178-56-4703 | 六戸町
メイプルタウンフェスタ 2019
▶と き 11月2日(土)～3日(日)
▶と ころ メイン会場:六戸町総合体育館
▶問 い メイプルタウンフェスタ実行委員会 Tel 0176-55-4495 |
| 三沢市
MISAWA BBQ ジャンボリー 2019
▶と き 10月6日(日)
▶と ころ 道の駅みさわ斗南藩記念観光村
▶問 い (一社)三沢市観光協会 Tel 0176-59-2311 | | |



令和元年10月1日から

3歳から5歳までの幼稚園、保育所、認定こども園などを利用する

子どもたちの利用料が無償化されます



※0歳から2歳までの住民税非課税世帯の子どもたちも対象になります。



幼稚園、保育所、認定こども園等を利用する子どもたち

【対象者・利用料】

●幼稚園、保育所、認定こども園等を利用する3歳から5歳までの全ての子どもたちの利用料が無償化されます。

▶幼稚園については、月額上限2.57万円です。

▶無償化の期間は、満3歳になった後の4月1日から小学校入学前までの3年間です。

(注)幼稚園については、入園できる時期に合わせて、満3歳から無償化します。

▶通園送迎費、食材料費、行事費などは、これまでどおり保護者の負担になります。

(注)食材料費(給食費)については、自宅で子育てを行う場合も同様にかかる費用です。

このため、保育所等を利用する保護者も、自ら自宅で子育てを行う保護者と同様に、その費用を負担することが原則となります。

(注)年収360万円未満相当世帯の子どもたちと、全ての世帯の第3子以降の子どもたちについては、副食(おかず・おやつ等)の費用が免除されます。

●0歳から2歳までの子どもたちについては、住民税非課税世帯を対象として利用料が無償化されます。

▶さらに、子どもが2人以上の世帯の負担軽減の観点から、現行制度を継続し、保育所等を利用する最年長の子どもを第1子とカウントして、0歳から2歳までの第2子は半額、第3子以降は無償となります。

(注)年収360万円未満相当世帯については、第1子の年齢は問いません。

【対象となる施設・事業】

幼稚園、保育所、認定こども園に加え、地域型保育、企業主導型保育事業(標準的な利用料)も同様に無償化の対象とされます。



幼稚園の預かり保育を利用する子どもたち

【対象者・利用料】

●無償化の対象となるためには、お住まいの市町村から「保育の必要性の認定」を受ける必要があります。

※原則、通われている幼稚園を経由しての申請となります。「保育の必要性の認定」の要件については、就労等の要件(認可保育所の利用と同等の要件)がありますので、お住まいの市町村にご確認ください。

●幼稚園の利用に加え、利用日数に応じて、最大月額1.13万円までの範囲で預かり保育の利用料が無償化されます。

認可外保育施設等を利用する子どもたち

【対象者・利用料】

●無償化の対象となるためには、お住まいの市町村から「保育の必要性の認定」を受ける必要があります。

(注1)保育所、認定こども園等を利用できていない方が対象となります。

(注2)「保育の必要性の認定」の要件については、就労等の要件(認可保育所の利用と同等の要件)がありますので、お住まいの市町村にご確認ください。

●3歳から5歳までの子どもたちは月額3.7万円まで、0歳から2歳までの住民税非課税世帯の子どもたちは月額4.2万円までの利用料が無償化されます。

【対象となる施設・事業】

●認可外保育施設に加え、一時預かり事業、病児保育事業、ファミリー・サポート・センター事業を対象とします。

(注1)認可外保育施設とは、一般的な認可外保育施設、地方自治体独自の認証保育施設、ベビーシッター、認可外の事業所内保育等を指します。

(注2)無償化の対象となる認可外保育施設は、都道府県等に届け出を行い、国が定める基準を満たすことが必要です。ただし、基準を満たしていない場合でも無償化の対象とする5年間の猶予期間を設けます。

令和元年10月1日から

3歳から5歳までの障がいのある子どもたちのための

児童発達支援等の利用者負担が無償化されます



無料となるサービス

- ▶児童発達支援
- ▶保育所等訪問支援
- ▶医療型児童発達支援
- ▶福祉型障害児入所施設
- ▶居宅訪問型児童発達支援
- ▶医療型障害児入所施設

対象となる子ども

●無償化の対象となる期間は、「満3歳になって初めての4月1日から3年間」です。

■お問い合わせ 福祉課 Tel 0176-56-3111 または Tel 0175-63-2111

その不法投棄、見られています！不法投棄は犯罪です！

不法投棄をなくするためには？

- ▶ 1人ひとりが自覚を持ち、自分のゴミは自分で適正に処理しましょう。
- ▶ 町を美しく保つため、地域で協力してゴミを捨てられない環境を作りましょう。
- ▶ 土地や建物の所有者は、不法投棄を誘発しないよう清潔の保持に努めましょう。
- ▶ みんなの目で、不法投棄を監視しましょう。



廃棄物の処理及び清掃に関する法律（抜粋）

第16条（投棄禁止）

何人も、みだりに廃棄物を捨ててはならない。

第25条（罰則）

第16条の規定に違反して廃棄物を捨てた者は、5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金に処し、またはこれを併科する。

（第32条1項 法人においては、3億円以下の罰金）

みんなの手で美しく豊かな環境を守っていきましょう！

■不法投棄を発見したら…

保健衛生課 TEL 0176-56-2933 または 七戸警察署 TEL 0176-62-3101 まで

青森県立職業能力開発校等入校生募集 ～八戸工科学院～

▶ 募集科名…

- ①機械システム工学課
- ②自動車システム工学科
- ③設備システム工学科
- ④制御システム工学科

▶ 応募資格…

高等学校卒業（令和2年3月卒業見込みを含む）

▶ 出願期間…9月30日(月)～11月15日(金)

▶ 試験日…11月29日(金)

▶ そのほか…

詳しいことは八戸工科学院ホームページに記載しております。

https://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/job/hatikougaku_oubo.html

■お問い合わせ

八戸工科学院 TEL 0178-28-6811

自衛隊募集

▶ 募集種目…

- ①防衛大学校（一般・男女）
- ②防衛医科大学校（医学科・男女）
- ③防衛医科大学校（看護学科・男女）

▶ 応募資格（平成31年4月1日基準）…

高卒（見込含）18歳以上21歳未満

▶ 受付期間…9月5日(休)～9月30日(月)

▶ 試験期日…

防衛大学校 11月9日(土)、10日(日)

防衛医科大学校

(医学科) 10月26日(土)、27日(日)

(看護学科) 10月19日(土)

▶ 試験場所…

(防衛大学校) 県立保健大学、小中野公民館

(防衛医科大学校) 第2合同庁舎

■お問い合わせ

自衛隊青森地方協力本部三沢募集案内所

TEL・FAX 0176-53-1346（平日8:45～17:30）

令和元年
10月1日

年金生活者支援給付金制度が始まります

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入や所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

▶ **受け取りには請求書の提出が必要です。** ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。

▶ 対象となる方

■ 老齢基礎年金を受給している方

以下の要件をすべて満たしていること

- ✓ 65歳以上である
- ✓ 世帯員全員が市町村民税が非課税
- ✓ 年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下

■ 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

以下の要件をすべて満たしていること

- ✓ 前年の所得額が約462万円以下

請求手続きは
お早めに！

▶ 請求手続き

① 平成31年4月1日以前から年金を受給している方

対象となる方には、日本年金機構から請求手続きのご案内が**9月上旬から順次届きます。**

同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）を記入し提出してください。

② 平成31年4月2日以降に年金を受給し始めた方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または市区町村で請求手続きをしてください。

▶ 日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください。

- ✓ 日本年金機構や厚生労働省から、口座番号をお聞きしたり、手数料等の金銭を求めることはありません。年金生活者支援給付金のご請求でお困りの場合はご連絡ください。

『給付金専用ダイヤル』0570-05-4092（ナビダイヤル）

年金給付金

検索



「広報とうほく」に広告を掲載しませんか？

▶ 広告の大きさ・料金…①縦6㌘×横17.5㌘ 12,000円/月 ②縦6㌘×横8.5㌘ 6,000円/月

▶ 申込方法…広告掲載申込書に広告原稿※1を添えて、広報紙発行日※2の30日前までに企画課（本庁舎2階）に提出してください。申込書は東北町ホームページからダウンロードできます。

※1…広告原稿（版下原稿）は広告主が作成したもの ※2…広報紙は原則毎月第1木曜日発行

▶ その他…要綱など詳細については東北町ホームページに記載しています。東北町ホームページ内で「有料広告」と検索してください。

■お問い合わせ 企画課 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111

航空自衛隊東北町分屯基地 開庁25周年記念行事を開催します

- ▶日時…9月29日(日) 午前8時～午後3時
- ▶場所…航空自衛隊東北町分屯基地
- ▶内容…
 - ①ブルーインパルス jr 演技展示
 - ②基地見学ツアー
 - ③警備犬訓練展示
 - ④装備品展示
 - ⑤各種売店
 - ・東北町分屯基地空上げ試食会 (数量限定)
 - ・大湊海軍カレー、コロケ、大湊Sora空っ！(空上げ) 販売 など
 - ⑥ちびっ子マラソン大会
 - 対象：幼児から小学生まで
 - 申込期間：7月16日(火)～9月13日(金)
 - 申込要領：分屯基地ホームページに掲載
<http://www.mod.go.jp/asdf/tohokumachi/index.html>
 - ※ちびっ子マラソンは雨天決行(雷雨警報や大雨警報発令中の場合は中止)
 - イベント内容は荒天、諸般の事情により変更する場合があります。最新情報は、東北町分屯基地ホームページで確認してください。

■お問い合わせ
航空自衛隊第4補給処東北支処総務課
Tel 0175-63-3235
※ちびっこマラソンについて (内線304)
※ちびっこマラソン以外について (内線202)

自然ふれあい登山&トレッキング～秋～ 小川原湖青年の家主催事業

- ▶日時…10月16日(水)
【受付】青年の家8:00～8:25(8:30発)
- ▶場所…階上町(階上岳→小舟渡海岸)
※当日は「階上売り込み隊」によるガイド(3名) 予定
- ▶対象…一般(参加無料・昼食代1,000円)
- ▶内容…階上岳・小舟渡海岸の登山・トレッキング
- ▶募集…30名(申込順で締切)
- ▶持物…雨具、飲料水、虫よけ、虫さされ薬、帽子、熊鈴、そのほか登山に必要と思われるもの
※昼食は、はしかみハマの駅「あるでい～ば」で昼食を用意。(申込時確認)
- ▶受付…10月1日(火) 午前9時から
電話で申し込み(平日9時～17時まで)
※申込み時、氏名、性別、年齢、生年月日、住所、電話番号、ポール貸出希望の有無をお知らせください。

▶ほか…キャンセルは10月11日(金)まで
■詳細日程のお問い合わせ・お申し込み
小川原湖青年の家 Tel 0176-56-2393

下水道につながしましょう —9月10日は「下水道の日」—

下水道は、家庭から出る生活排水を浄化処理することで、皆さまの生活環境を快適で衛生的に保つためにあります。

- ▶下水道に接続すると…
 - ・くみ取りの手間がいらず、浄化槽の維持管理、メンテナンスが不要になります。
 - ・生活排水が川を通じて小川原湖に流れ込まなくなるため、東北町の自然環境を守ることにつながります。
- ▶排水設備工事は、必ず「東北町排水設備指定工事店」へお申し込みください。
 - ・指定工事店は、基準に合った設備を造るために必要な技術を習得しており、安心して工事を任せすることができます。

地域の皆さまに接続していただくことで、下水道はその目的を果たすことができます。下水道を利用できる区域にお住まいの方は、速やかに接続されるようお願いします。



■お問い合わせ 下水道課 Tel 0176-56-3111

放課後子ども教室指導員を募集します

- ▶募集期限…10月31日(休)まで
- ▶募集要件…
 - ①教室主事兼コーディネーター
→ 4年生大学卒業以上
 - ②教育活動推進員
→ 短大・専門学校卒業以上
 - ③教育活動サポーター
→ 高校卒業以上
- ▶募集人数…若干名
- ▶賃金等…
 - ①教室主事兼コーディネーター 1,100円
 - ②教育活動推進員 1,000円
 - ③教育活動サポーター 850円
 ※社会保険・厚生年金等適用
- ▶応募方法…
 - 履歴書を東北町教育委員会社会教育課(町民文化センター)へ提出 ※履歴書は返却しません。
- ▶選考方法…
 - 応募者には、随時面接選考を実施します。
- お申し込み・お問い合わせ
社会教育課(担当:久保) Tel 0176-56-5180

有料広告欄 広報とうほくに広告を掲載しませんか? 企画課 Tel 0176-56-3111 (内線246) まで

住まいのトラブル!! 困った? 解決します!!

便利くんスタッフが
ご自宅までご訪問いたします!!

東北町のみなさま、おまかせください!!

Hかんぽん 便利くん

見積無料

水まわり・台所
ボイラー・ストーブの修理
草刈りだってなんでも
ボクにオマカセ!!

空き家・長期不在宅の困り事点検も
お気軽にご相談ください

ぶんちゃん 受付時間 午前8:30▶午後5:30

通話無料 **0120-194-999**

イクヨ キューキューキュー
上北店 0176-58-1800

有料広告欄 広報とうほくに広告を掲載しませんか? 企画課 Tel 0176-56-3111 (内線246) まで

相続手続き一式(登記、年金、預貯金、役場の手続き等)お任せください

仕事を休めない、手続きが大変...当事務所が手続き代行いたします

登記 相続 遺言 労務管理

— 東北町の総合法務事務所 —

人事・法務コンサルティング高松事務所

司法書士・社会保険労務士・行政書士 高松 佳樹

東北町大浦堀ノ内52 TEL 0176-56-3808 HP **高松事務所 東北町** 検索

出前健康講座を活用ください！

とみた まゆみ
保健師 富田 真弓

東北町では、地域・職場の皆さまの元気を応援する健康講座を出前にてお届けします！
健康づくりに関心のある団体であれば、どなたでも申し込みできます。
地域の健康づくりにぜひご活用ください！

例えば…▼男性を中心とした筋力アップ



▼町内会の集まりで勉強会



～参加者の声～

- ・体脂肪のことが気になり参加。運動後は心地よい疲労感でよかった。
- ・食事や運動のことを普段から気にしていても行動していなかったのでよい機会でした。



～参加者の声～

- ・冬の太りすぎが悩みです。食べ過ぎていた事に気づきました。
- ・調理実習をしたことで、薄味について勉強になった。



▶講座メニューの一例（ご希望のテーマに合わせ実施可能です）

講座名	内容
糖尿病	高血糖や糖尿病のメカニズム、予防、食事のとり方 等
アルコール	適正飲酒や多量飲酒がもたらす悪影響 等
歯周病	歯周病と内臓疾患のつながりについて
薬	薬の飲み方や付き合い方 等
食事	栄養バランスを考えた食事 等
心	うつ病、ストレス対応、ゲートキーパー養成 等
体操	筋力アップ、転倒予防の体操 等

※講座により講師は調整します。医師、保健師、栄養士、体操インストラクター等ご相談に応じます！

■お申し込み・お問い合わせ 保健衛生課 TEL 0175-63-2001 または FAX 0175-63-2043

こんにちは！七戸病院の小野です



今回は“平均寿命が短い青森も、そう捨てたものではないという説”について。皆さまご存知のとおり、日本では平均寿命がどんどん伸びて平成29年の厚労省の調査では男性は81.1歳、女性87.3歳です。この半世紀だけで、およそ男女とも15年以上、平成の30年間だけでも6年以上伸びました。こんなに伸びていいのかくらの伸びです。しかし一方、高齢者施設の増え方などを見ると、この寿命の伸びも、延命医療や介護技術の向上で、本人の不本意な延命期間分もかなり含まれている？と考えられなくもない。

そこで健康でいられる時間こそ大事という意味で、2010年に厚労省は健康寿命というのを発案しました。つまり寿命の伸びの中で、健康期間の伸びがどれくらい占めるかを知るためです。で、青森はどうか？じゃーん。2010年の男子は健康寿命もしっかり最下位でした。

がくっ。でも女子の健康寿命は下から17番目でした。え、なにそれ？でしょ。その後、2013年に健康寿命で男子がついに最下位脱出！ま、46位ですけどね。続いて2016年には、なんと下から11番目にまで上がってきました。同様に女子は2013、2016年には上から20位前後にいます。この間も、平均寿命はやはり、しっかり最下位なのです。ね、ちょっと驚くでしょ。

しかし驚くのはまだ早い、世の中に奇様な人がおりまして、なんとぴんころ指数というのを考えました。ぴんころ指数は一体全体どんなものか？説明します。まず平均寿命から健康寿命を引きます。これでいわば不健康期間が出ますね。で、この不健康期間を平均寿命で割り算します。そうすると寿命の中の不健康期間が比率として分かるわけです。これが小さいほど、ぴんころ度が高いので、ぴんころ指数としたらいい。解析専門家が、たわむれに考えた方法なのですが、ぴんころ指数の2016年県別ランキング（表3）を見ると、なんと青森は男女ともほぼトップクラスです。

要するに平均寿命は短いけれど、それ以上に不健康期間も短くて、ある意味ぴんころが出来ているらしい。これこそホンマか？でしょ。理由付けとして、ひょっとして、青森人は我慢強いから、辛抱に辛抱を重ねて病院に行かずその拳句の“手遅れぴんころ”じゃね？という不穏な噂も出ていますが…。ぴんころ教祖の私としては不健康期間の短いことは素直に歓迎したい。しかし健康教養不足での“若死にぴんころ”だけは“わがね”と言いたい。そこで今回は七戸病院で考えている“若死にゼロ作戦”について。乞う御期待。

表3 ピンコロ指数（試算）

上位	順位	男性				女性			
		県名	不健康寿命(歳)	県名	不健康寿命対健康寿命比	県名	不健康寿命(歳)	県名	不健康寿命対健康寿命比
	1位	青森	7.80	沖縄	0.109	茨城	10.68	茨城	0.142
	2位	沖縄	7.87	青森	0.111	青森	10.81	秋田	0.144
	3位	鹿児島	7.96	鹿児島	0.111	秋田	10.89	青森	0.145

2016年11月 (No.272) ESTRELA●25

安全・安心

ぼうさいメール登録しましょう

- ▶登録用空メールアドレス
anzenjoho@info-tohokutown.jp
- ▶登録用QRコード



上記のQRコードを読み取るか、登録用アドレスを入力し、空メールを送ってください。

登録画面のURLがついたメールが返信されますので、登録画面から必要事項を入力してください。登録完了通知メールが届けば登録完了です。

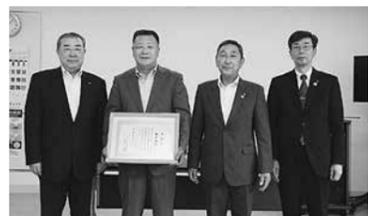
- お問い合わせ
総務課 Tel 0176-56-3111

寄附

金子ファーム(七戸町) 学校給食センターへ牛肉寄附

牛肉飼育を行う金子ファーム(七戸町)がこのほど、子どもたちに栄養価の高い食材を食べてもらおうと、中部上北学校給食センターに牛肉を寄附し、東北町・七戸町の10小中学校の給食で使用されました。

7月10日に感謝状贈呈式が行われ、管理者の小又勉七戸町長から感謝状が手渡されました。



牛肉を寄附した金子社長(左2)

国民年金

出産前後の国民年金保険料が免除になります

平成31年4月から出産前後期間の国民年金保険料が免除される制度が始まりました。

平成31年2月以降に出産をした方が対象となり、出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間の国民年金保険料が免除になります。

また多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間の国民年金保険料が免除になります。

届け出は出産予定日の6カ月前からできますのでお早めの届け出をお願いします。

なお、産前産後期間は保険料を全額納付したものとして老齢基礎年金の受給額に反映されますので、他の免除申請された方も届け出をお願いします。

詳しくは市区役所・町村役場の国民年金窓口または年金事務所へご相談ください。

- お問い合わせ
青森年金事務所
Tel 017-734-7495

納税期限のお知らせ

9月30日(月)は

固定資産税3期、国民健康保険税3期の納期限です。忘れずに納めましょう。

- お問い合わせ
固定資産税…税務課
Tel 0176-56-3111(内線511)
国民健康保険税…町民課
Tel 0176-56-3111(内線545)

イベント

青森県精神保健福祉大会

- ▶日時…10月3日(休)
12:30~15:40
- ▶場所…八戸市総合福祉会館
はちふくプラザねじょう
- ▶内容…「みんなでめざそう こころの健康」～依存症にどう取り組むか～
①12:30~ 式典・精神保健福祉事業功労者表彰
②13:10~ 講演
③14:20~ シンポジウム
- ▶ほか…入場無料
※事前に申し込みが必要です。(氏名・人数・連絡先)

- お問い合わせ・お申し込み
青森県精神保健福祉協会事務局
Tel 017-787-3951
Fax 017-787-3956

お知らせ

白バスの利用はやめましょう

運転手付きの「白ナンバー」のマイクロバス(白バス)は道路運送法に違反するサービスです。利用するのはやめましょう。

道路運送法の許可を受けたバス会社(貸切バス事業者)の正規マイクロバスには「緑ナンバー」が付いています。

違法な白バスを利用して事故にあった場合、保険の適用がないことがあります。

- お問い合わせ
青森運輸支局
Tel 017-739-1502

防災行政無線放送の確認はこちらから!
(フリーダイヤル) Tel 0800-800-9922

講習会

デジカメ講習会を開催(無料)

- ▶日時…
10月9日(休) 9時~12時半頃
- ▶場所…小川原湖青年の家周辺
- ▶講師…
フォトショップふたば
フォトグラファー・小原達郎さん
- ▶募集…
15名(カメラ初心者の方を推奨)
- ▶持物…
デジタルカメラ、筆記用具など
- ▶申込…10月7日(月)まで

- お申し込み・お問い合わせ
公立上北視聴覚ライブラリー
Tel 0176-56-2393
Fax 0176-56-5042

総合相談

～人権、行政相談～

10月7日(月)

- ▶時間 午前10時~正午
- ▶場所 東北町役場
本庁舎2階和室
※身体・知的障害相談も実施

～合同相談所を開設～

10月21日(月)

- ▶時間 午前10時~午後3時
- ▶場所 保健福祉センター
(乙供駅近く)

- お問い合わせ
福祉課 Tel 0176-56-3111

相談会

「司法書士無料法律相談会」

10月1日は法の日です。日常生活での困りごとや法律上の悩みについて司法書士が無料で相談に応じます。

- ▶主催…青森県司法書士会
- ▶相談…相続・登記・成年後見・多重債務・裁判所提出書類作成など
- ▶受付…当日先着順

～十和田会場～

- ▶日時…10月5日(土) 10時~15時
- ▶会場…十和田市民文化センター
[生涯学習ホール]

※相談は無料ですが具体的な手続きが必要になる場合は、別途費用がかかりますので、相談員にご確認ください。

- お問い合わせ
青森県司法書士会
Tel 017-776-8398
Fax 017-774-7156

講習会

無料簿記講習会を開催します

初心者のための入門簿記講習会を無料で開催します。

- ▶日時…9月26日(休)
10:30~11:30
- ▶場所…そだなす館2階大会議室
(三沢市旧市立病院付近)
- ▶講師…簿記論、財務諸表論、建設業経理に精通した行政書士
- ▶持参…筆記用具、電卓

- お問い合わせ
青森県行政書士会上三支部
Tel 090-1779-3491(直通)

お知らせ

小川原駅トイレが閉鎖します

衛生上および防犯上の観点から10月末をもって駅舎トイレが閉鎖されることになりました。

トイレのご利用は列車内に備え付けのトイレをご使用ください。

- お問い合わせ
青い森鉄道㈱
Tel 017-752-0330

相談

9月11日は警察相談の日

警察本部と各警察署では、様々な事件・事故による被害の未然防止に関する相談に応じています。

相談専用ダイヤル「#9110」

を開設しています。お悩みをお持ちの方は、相談ダイヤルにお電話ください。※携帯電話やPHSからも利用可能ですが、一部の電話からは利用できません。

- 相談先
警察本部 警察安全相談室
Tel 017-735-9110
七戸警察署 Tel 0176-62-3101

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
1枚300円
9月24日(火)発売!!
公財 青森県市町村振興協会

令和元年7月届出分

TOHOKU こせきのまど

“こせきのまど”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。

氏名	町名	保護者	氏名	町名	保護者
漆 畑 美 都	(内姥沢・俊 裕)	甲 田 笑 奈	(旭 町・友 也)		
洞 内 結 衣	(外姥沢・法 大)	小笠原 帆 美	(新 町・祥 太)		
山 田 凱 聖	(旭 町・龍 太)	新 館 凛 太朗	(旭 町・友 太朗)		
姥 名 宥 斗	(大 浦・良 将)	楢 館 莉 月	(赤 平・真 弥)		
沖 沢 明日咲	(栄 町・雄 大)				

氏名	町名	氏名	町名
中 村 瞭 太	(館 花)	郭 家 豪	(台 湾)
向 井 綾 乃	(外 姥 沢)	榊 直 美	(東 京 都)
沼 辺 誠 貴	(舟 ヶ 沢)		
本 山 和 枝	(東 京 都)		

氏名	年齢	町名	氏名	年齢	町名
江 畑 ひ で	103	(乙 供 本 町)	駒 井 喜 代 春	55	(豊 前)
大 杉 忠 雄	72	(水 喰)	中 村 の ぶ	78	(水 喰)
浜 田 キセ子	76	(舟 ヶ 沢)	附 田 ゆ り	64	(新 山)
高 田 ミツエ	83	(外 姥 沢)	米 内 山 徳 志	79	(才 市 田)
枋 木 伊 佐 男	75	(枋 木)	市 川 郁 子	62	(小 川 原)
桜 井 ヨシエ	73	(大 向 旗 屋)			

まちのうごき (令和元年7月末現在)

人口 (前年同月比較)		その他 (1月からの累計)	
男 性	8,450人(-164人)	出 生	10人(57人)
女 性	9,097人(-105人)	死 亡	17人(163人)
計	17,547人(-269人)	転 入	26人(289人)
世 帯 数	7,302戸(+ 47戸)	転 出	44人(341人)

編集幸記

今月は「ひのものとまなかパトロールの会」について特集しました。▼特集内容とは違いますが、近年、地域の連帯意識が希薄になったと思う人が増えているようです。連帯意識の希薄化は、周囲に無関心、近所の顔や名前を知らないことで不審者に気付かないなど、地域の犯罪を防止する力が低下すると言われます。▼そのなかで、取材先の藤井さんが話した「日頃からのあいさつによって、なにかあった時など気軽に相談ができるような『つながり』を感じることができるような『つながり』を感じる」という言葉が印象的でした。▼「つながり」を持つことが地域の連帯意識を高めると同時に、あいさつ回りの取材でした(西)

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！あなたも挑戦してみましょう！

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- 9月24日(火)

今月の問題

- Q1** ひのものとまなかパトロールの会の名称由来は？ (ヒントP 2)
- Q2** だれでも参観できる中部上北総合防災訓練は何月何日に開催？ (ヒントP 13)
- Q3** 道路運送法の許可を受けたバス会社の正規マイクロバスには何色のナンバーが付いている？ (ヒントP 23)

- 8月号の答え**
- ①SDGs
 - ②東北町プレミアム付商品券
 - ③定期検査

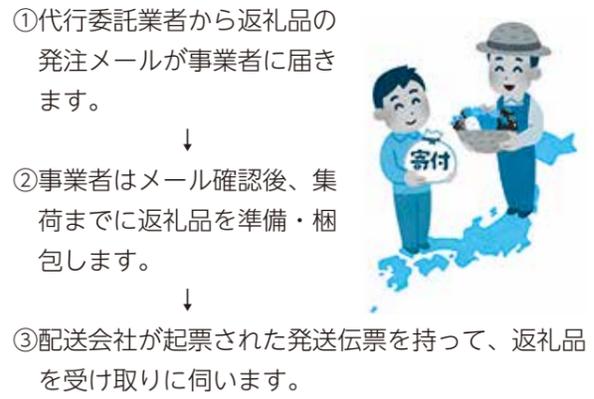
- 8月号当選者**
- 大 坂 千 工 さん
 - 松 山 大 悟 さん
 - 藤 田 幸 江 さん

ふるさと納税

返礼品の協力事業者を募集中！

東北町ではふるさと納税の返礼品を通じて「町の魅力発信」や「地元特産品のPR」を推進するため、返礼品の提供にご協力いただける町内事業者を募集します。

- ▶ **協力事業者のメリット**
ふるさと納税サイト「ふるさとチョイス」や「さとふる」に、返礼品の画像や説明文・協力事業者名が掲載されることで商品や事業者のPRができます。また、返礼品発送時にパンフレット等を同封することで販路拡大が期待できます。
- ▶ **寄附～事業者受注～配送の流れ**



■お申し込み 企画課 TEL 0176-56-3111

法律相談と自立相談 無料出張相談窓口 あなたの生活の「不安」や「心配」をきかせてください！

「お金が無くてこれからの生活が心配」
「色々悩みごとがあるけど、どこに相談していいかわからない」

「就職したいけど、どうすればいいかわからない」
「障がいがあるけど自立したい」
「引きこもり生活から抜け出したい」

法テラス青森と協働の無料相談窓口です。法律相談も含めて生活課題をお抱えの方はぜひご利用ください。

- ▶ **日 時**：10月10日(木) 午後1時30分から午後4時まで (5名程度)
- ▶ **会 場**：東北町社会福祉協議会 (東北町老人福祉センター)
スムーズな相談支援のため、事前に予約をお願いします。(相談は予約制)

■事前予約・連絡先 東地域自立相談窓口 (相談無料・通話料無料)
相談専用フリーダイヤル (青森県社協内) TEL 0800-800-7114
※月曜～金曜 午前9時～午後5時まで (土日・祝日・年末年始を除く)

図書館・絵本専門士のおすすめ貸出図書

ノーサイド・ゲーム
池井戸潤 著 (ダイヤモンド社)

ドラマ化されている作品が他にもある人気作家の最新作です。社会人弱ラグビーチームの再建に挑み、最後は感動のノーサイド。本当のノーサイドとは…。ぜひ読んでみてください。

わたし、お月さま
青山七恵 作 刀根里衣 絵 (NHK出版)

秋の澄んだ夜空に月が輝くこの時期に開きたくなる一冊。芥川賞を受賞した小説家、青山七恵とイタリアで活躍する絵本作家・刀根里衣のコラボ作品で絵もストーリーも全てが美しい大人な絵本です。

- **開館** 図書館… 9時15分～18時
公民館… 月・水・金 10時～18時
木・土・日 9時15分～17時
- **休館** 火曜日・祝祭日・蔵所点検・年末年始
- **新着** ホームページで「新着図書」と検索
- **問い合わせ** 図書館 TEL 0176-56-2261

内姥沢

旭町



長男〔1歳〕 ^{かずは}和翔 くん



パパ 戸川 翔太さん
ママ あや乃さん

これからも人見知りせず、
みんなに笑顔と元気を分けてあげてね！



長男〔7か月〕 ^{かいり}海吏 くん



パパ 野村 俊太さん
ママ 朋美さん

はいはいが上手にできるようになりました。
いっぱいあそんで大きくなってネ！

ホタルの光に魅せられて 蕨出地区・ホタルの里レポート

近年、ホタル鑑賞スポットとして町内外から多くの人を訪れるようになった東北町蕨出地区・ホタルの里。4年前に蕨出定美会長の「子どもたちの世代にホタルを残したい」という想いに賛同した有志によって結成した東北ホタル愛好会がホタルの餌「カワニナ」の放流、住みやすい環境整備などに取り組み、以前はちらほらと見られる程度だったホタルが、現在では多い日に500匹ほど飛び交う姿が見られるようになりました。

ホタルの里では、7月～8月にかけてゲンジボタルとヘイケボタルの2種類が鑑賞できます。ゲンジボタルは光が大きく、点滅がゆっくりしており、ヘイケボタルは光が小さく、点滅が早いのが特徴です。ホタルのほか、ヒナコウモリを見ることもできます。

東北ホタル愛好会は毎年ホタルが現れ始める7月中旬に観察会を開催していますが、観察会以外でも希望がある場合は対応しています。

※問い合わせは東北ホタル愛好会まで
TEL 090-1490-4692



▲写真を撮影したのは7月25日。午後8時を過ぎると水路や水田あたりからゲンジボタルとヘイケボタルが現れ始めた。

