

あなたとまちをつなぐ ふるさと情報誌

2021



とうほく

6

No.194

特集 「人・地域・行政をつなぐ」一。
あなたの一番身近な相談員 民生委員・児童委員

【表紙】 青空の下 元気に遊ぶわかさぎ保育園の園児たち



無料アプリ
Catalog Pocket
(カタログポケット)

広報とうほくがアプリで読める！聞ける！





「人・地域・行政をつなぐ」—。

あなたの一番身近な相談員 **民生委員・児童委員**

— 民生委員・児童委員とは

民生委員・児童委員は、福祉全般の困りごとや心配ごと、支援の内容に応じて、役場や関係機関で適切なサービスが受けられるよう支援を行っています。いわば「地域と行政をつなぐパイプ役」。

厚生労働大臣からの委嘱で、地域福祉の向上のため、ボランティアとして活動し、現在、町内ではそれぞれの担当地域を持った42名が活動しています。そのうち3人は『主任児童委員』といい、関係機関と地区担当の児童委員との連絡調整や児童委員の活動に対する協力を行っています。

また、近年は、全国的に少子高齢化や核家族化、高齢者のみの世帯増加に加え、地域コミュニティの希薄化が進んでいます。そのため、民生・児童委員の活動の幅も広がりました。

地域福祉を取り巻く社会情勢が

— 距離感・信頼関係を大切に

相談は、本人の意思を尊重しながら聞くことを心がけ、内容に応じて関係機関へつなぐほか、時には聞き手に徹するなど、臨機応変に対応します。また、相談を受ける傍ら、見守りを兼ねた声かけなど、高齢者世帯等へ定期的に足を運びます。

近年は、声かけと合わせて『福祉安心電話』の設置、緊急時のかかりつけ病院や緊急連絡先などの情報が把握できる『救急医療情報キット』の配布・記入支援を行うほか、今年は、ワクチン接種の予約方法や町の新たな情報の周知にも取り組んでいます。

また、「会話時の基本は玄関先」と話し、「距離が近すぎず遠すぎずの関係が大切」と教えてくれました。

活動で印象に残っているのは、準備や運営に携わった『100歳体操』。

— 地域に根差した活動を

日々変わる中、安心して暮らせるまちづくりの一翼を担う民生・児童委員は町に欠かせない存在といえます。

「体調はどう？ なにかあったら声をかけてね」。これは高齢者宅の玄関先でのワンシーンです。

声かけをしているのは大浦地区の民生・児童委員であり、町民児協会長の八森龍次さん（73）。委員を務め、まもなく7年目を迎えます。母の介護の経験から、福祉に関心を持ち、地域の見守り活動を行う「ほのぼの交流協力員」の活動を経て、平成26年6月、民生・児童委員を委嘱されました。

八森さんは、大浦地区で生まれ育ち、町内会やほのぼの交流協力員の活動を通じ、地区の実情に詳しいことから、委嘱後、地区住民から様々な相談を受けるようになりました。



体操後はお茶会を開き、その中で色々な話しをできたことが活動の大きな財産になったと振り返り、「住民の仲間意識が生まれ、地区の結束にもつながった。コロナが収束したら再開したい」と願っています。

最後に、町民のみなさんに向けて、「民生・児童委員は地域の一歩身近な相談相手。話しをするだけでも心が軽くなることもある。まずは住んでいる地区の委員に気軽に相談してほしい」と呼びかけていました。

地域の民生委員・

誰に相談したらいいかわからない、近くの人に



東北地区の民生・児童委員のみなさん

▶ 民生委員・児童委員（東北地区）

氏名	住所(東北町)	担当地区	TEL(0175)
清水目 竹 男	字添ノ沢81-8	宇道坂・上清水目・下清水目・添ノ沢・湯沢・石坂	64-9091
藤 田 正 尚	字上板橋家ノ後33-1	上板橋・向平・南平	64-9055
蛭 名 成 子	字大平148-4	千曳・トキワ・大平	64-3576
山 口 正 雄	字夫雑原363-2	林口・石文・下板橋・北栄	63-4411
濱 田 薫	字夫雑原下山231	長者久保・豊ヶ丘・夫雑原・塔ノ沢・千代畑	63-4397
蛭 名 敏 則	字ガス平956-5	美須々・柵・豊瀬	65-6035
萌 出 守	字萌出道ノ上32-8	細津・萌出・切左坂・大池・五十嵐・豊前	63-3032
久保田 忠 美	字寒水下21	寒水・乙部・朽木・輝ヶ丘	63-3435
蛭 澤 京 子	字柳沢59-289	馬込・朝日団地・明美・松風荘	63-2406
原 子 スワ子	字乙供48-4	乙供元町・桜木町・館花	63-2381
暹 駅 和 子	字上笹橋22-23	坂下町・乙供栄町	63-2451
林 田 廣 子	字塔ノ沢山66-1	表町	63-3685
田 中 洋 子	字塔ノ沢山85-1	乙供新町・緑町	63-4215
蛭 沢 光 子	字内蛭沢向39-5	内蛭沢・公園団地	63-2396
向 井 ヒ ヨ	字外蛭沢前平3-1	外蛭沢・みどりヶ丘団地	63-2496
山 中 諭	字保戸沢家ノ前96-1	保戸沢	63-3291
澤 田 綾 子	字往来ノ下26-3	甲地・蒼前	62-2128
鶴ヶ崎 純 一	字大久保30-3	舟ヶ沢・鶴ヶ崎・徳万館・田ノ沢	72-9549

▶ 主任児童委員

北 山 つね子	字塔ノ沢山74-2	東北町内全域	63-2971
---------	-----------	--------	---------

※委員が未定の地区は、委員が決まり次第、広報とうほくでお知らせします。委員が不在の地域に住んでいて、相談したいことがあるときは、下記までお問い合わせください。

■お問い合わせ…社会福祉協議会 本所 TEL 0175-63-2717 または 上北支所 TEL 0176-56-5552
福祉課 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111 (内線134)

児童委員を紹介します

話しにくいと感じたら民生委員・児童委員に相談を！ /



上北地区の民生・児童委員のみなさん

▶ 民生委員・児童委員（上北地区）





氏名	住所(東北町)	担当地区	TEL(0176)
宮 里 喜 美	大字新館字籠136-1	新館・戸館・八幡・赤平	62-4482
八 森 龍 次	大字大浦字大浦14-2	大浦	56-3448
米内山 史 明	大字大浦字徳万才38-3	徳万才・中岫平	56-2322
阿 部 智 子	大字大浦字観音沢1-1	才市田・境ノ沢	56-4790
野 村 昇	大字大浦字山添12-5	大洞・新山の一部	56-2838
新 山 ト ワ	大字大浦字一本松1-8	新山の一部	56-4888
坂 本 雄 一	大字大浦字南家裏49	菩提寺・虫神	56-4611
市 川 勲	大字大浦字淋代54-1	小川原(北)・向山	56-4635
沼 澤 豊 人	大字大浦字寒水頭39-111	小川原(南)	56-2845
沼 尾 勉	大字大浦字家ノ前6-1	沼崎本村	56-4568
田 中 美千代	上北北二丁目33-271	新町の一部	56-5021
柴 田 千 恵	上北北三丁目15-15	新町の一部	56-2545
蛭 名 清 治	上北南二丁目32-30	本町	56-2282
佐々木 富 雄	上北南一丁目31-353	南町の一部	56-4265
水 尻 勇 一	大字上野字山添92-9	南町の一部	56-3258
蛭 名 鎮 孝	旭北一丁目668-1	旭町(上)	56-3392
蛭 名 せ つ	旭南二丁目394-1	旭町(下)の一部	56-4563
菅 岡 礼 子	旭南三丁目31-765	旭町(下)の一部・栄沼	56-4460
山 田 まき子	大字上野字北谷地4-46	花向町・豊田	56-5188
杉 山 宮 子	大字大浦字一本松165-5	栄町(下)	56-4034
蛭 名 志保子	大字上野字堤向62-2	栄町(上)	56-3318

▶ 主任児童委員

駒 嶺 詔 子	上北南三丁目32-697	東北町内全域	56-5125
町 屋 恵 子	大字新館字籠6-1	東北町内全域	62-2265

新型コロナワクチン接種後の起こるかもしれない症状

ワクチンは筋肉内注射のため、下記のような軽い副反応は頻繁に現れます。通常、数日で治まります。これらの症状は1回目の接種より2回目の接種時に高い頻度で認められています。

症 状				
	接種部位の痛み	発熱	頭痛	けん怠感
発現割合 (接種2回目時)	90%	38%	53%	69%
発現時期	接種当日	接種翌日		
持続期間	2日程度で治まる	1日程度で治まる		

資料：順天堂大学コロナワクチン研究事務局

上記の症状が出現した場合は、市販の解熱鎮痛剤を服用し、1～2日程度様子を見ましょう。

薬を服用して数日経過しても症状が改善しない場合は、接種した病院へ連絡をしてください。

【接種による副反応など専門的な相談はこちら】

青森県新型コロナワクチン相談電話 TEL 0570-012-018 受付時間9時～17時（土日・祝日を除く）



コロナの早期収束を願って ～5月10日からワクチン接種開始～

65歳以上を対象とした新型コロナワクチンの接種が5月10日から東北町でも始まり、5月11日には上北保健福祉センターで町内初の集団接種が行われました。

一番にワクチンを接種したのは蛭名きよさん（82）。受付や医師からの予診を済ませ、長久保耕治町長も見守る中、七戸病院の看護師から注射を受けました。蛭名さんは、「ワクチン接種がコロナの早期収束のきっかけになれば」と願いを込めました。



上北保健福祉センターで七戸病院の看護師からワクチン接種を受けた蛭名さん

65歳以上の新型コロナワクチン接種について

新型コロナワクチン接種のお知らせについて、65歳以上の方へ4月に郵送していましたが、変更・追加等がありますので、改めてお知らせします。

65歳以上の方で接種希望の方は、すでに予約受付（一部医療機関を除く）をしておりますので、接種場所を選び、ご確認のうえ、予約をお願いします。保健福祉センターでの予約受付は行っていません。

ワクチンは、順次供給される予定となっており、高齢者には2回接種分は供給できる見込みとなっています。集団接種・個別接種ともにあせらず電話予約をお願いします。

集団接種を希望される方はこちらの予約コールセンターへ

☎ 050-5445-4471 受付時間：平日9:00～17:00

☎ 080-2830-1364 受付時間：平日9:00～17:00

☎ 080-2830-1365 受付時間：平日9:00～17:00

※集団接種会場：東北町保健福祉センターと町民文化センター（※会場変更）です。

※集団接種病院：平日（火・金曜日）は七戸病院、土曜日はちびき病院となります。

医療機関での接種(個別接種)を希望される方はこちらの医療機関へ

ワクチンの準備のため、1週間前までに電話での予約が必要です

医療機関	接種実施日時		予約受付時間
	曜日	時間	
ちびき病院 ☎ 0175-64-5100	月～金	9:00～11:00 14:00～16:00	平日 9:00～11:00 14:00～16:00
吉田内科医院 ☎ 0175-63-3777 (電話でのみ受付)	月・金	病院へ確認 してください	平日 8:30～12:00 14:00～18:00 土曜 8:30～13:00
小川原湖クリニック ☎ 0176-56-5600 (電話でのみ受付)	月・火・木・金	9:00～11:00 15:00～17:00	9:00～11:00 15:00～17:00
	水	9:00～11:00	9:00～11:00
旭日クリニック ☎ 0176-58-2050	月・火・水・金	9:30～11:00 14:00～15:00	月・火・水・金 9:30～12:00 14:00～17:00 木・土 9:00～12:00
すみれ内科クリニック ☎ 0176-56-2221	月・火	13:00～16:00	平日 8:30～17:30

福祉車両に理解深めて

町屋さんが福祉車両に理解深める企画

福祉車両取扱士スペシャリスト等の資格を持つ町屋将士さんが4月30日、福祉車両や車両整備に理解を深めてもらおうと、車両の乗車体験や塗り絵制作を企画し、上野保育園で開催しました。

塗り絵制作では、園児たちが思い思いの色エンピツを手に取り、夢中になって制作。吹越徠亜くんは「虹色のかっこいい車が描けた」と白い歯をのぞかせ、町屋さんは「今回の体験で福祉車両のほか、福祉・自動車整備士の仕事にも興味を持ってもらうきっかけになれば」と話しました。また、園児の描いた絵は面会制限等が続くお年寄りを励まそうと町内の高齢者施設に届ける予定です。



塗り絵を楽しむ園児たちと町屋さん

青空の下 太公望が釣果競う

花切川へら鮎釣り大会

花切川で5月4日、「花切川へら鮎釣り大会」(小川原湖釣り友の会主催)が行われ、町内外から参加した約40人の太公望が釣果を競いました。

大会は午前5時から11時まで。参加者は互いの距離を取りながら、へらブナとの駆け引きを楽しんでいました。

大会の結果は次のとおり。(敬称略)

一般の部・大物賞	1位	石橋 保美
一般の部・重量賞	1位	浪岡 岩男
	2位	蛭名 一友
	3位	小比類巻 政代

へらブナ釣りを楽しむ参加者



佐々木さんに総務大臣感謝状伝達

行政相談委員を約17年務める

行政相談委員を16年11カ月務め、今年3月に退任した佐々木千代壽さん(徳万才)に5月11日、青森行政監視行政相談センターの大場浩司所長から総務大臣感謝状および全国行政相談委員連合協議会長特別表彰が伝達されました。

佐々木さんは平成16年5月に委員を委嘱し、東北町役場において、人権相談と合同で定例相談所を開設し、毎月1回・任期中282回、行政に対する苦情・意見・要望などの相談を受け付け、その解決に尽力しました。

感謝状を受け取った佐々木さんは「相談者に寄り添い、誠意を持って話しを聞くことを心がけてきた」と感謝状の伝達を喜びました。



感謝状の伝達を受けた佐々木さん(中央)

乙供ことぶき会 東北小へ雑巾寄贈

「学校と物を大切にする心磨いて」

乙供地区在住のお年寄りらで構成される乙供ことぶき会(新山とす会長)の4名が4月12日、東北小学校を訪れ、藤谷悟教頭へ会員手作りの雑巾約60枚を寄贈しました。

同会では、毎年会員が使用したタオルや手ぬぐいで雑巾を作って、新年度に合わせて東北小へ寄贈する活動を続けています。

新山会長は、「児童たちには、寄贈した雑巾で学校美化に努めるとともに、物を大切にする心など人間性も磨いてほしい」と話しました。



雑巾を寄贈した乙供ことぶき会のみなさん

町老人クラブ連合会 環境美化に汗

清掃ボランティア活動

東北町老人クラブ連合会(甲地春男会長)の19名が4月26日、ボランティア活動の一環で、東北町老人福祉センター・上北保健福祉センターおよび赤川周辺の清掃活動を実施しました。

同会は、例年、祭りなどに合わせて清掃活動を行っていましたが、本年度は雪解けが進んだこの時期に実施。施設周辺や道路のゴミ拾い、更には町民バス待合室の清掃に汗を流しました。

甲地会長は、「老人クラブでは、地域を構成する一員として、より良いまちづくりの一助になれるよう、活動を続けていきたい」と話しました。



環境美化に努めた町老人クラブ連合会のみなさん

おとべ農産 攻めの農林水産業賞大賞など報告

県および県農業経営研究会の各賞受賞

おとべ農産合同会社の乙部英夫代表社員が4月30日、長久保耕治町長を訪ね、「青森県攻めの農林水産業(収益力強化部門)」大賞および「青森県農業経営研究協会」協会賞の受賞を報告しました。

同会社では、ヤマノイモ品種「ネバリスター」の生産を県内でいち早く導入。安定した出荷体制を確立したほか、加工用キャベツの生産にも力を入れており、更にスマート農業機械の導入も進め、作付け拡大を行っています。

乙部さんは今後について、「多様な販路開拓やスマート農業の活用、耕作できなくなった農地の引き受けなどを進めていきたい」と話しました。



長久保町長へ受賞報告した乙部さん(左)

風しん抗体検査・予防接種費用を助成します

風しんは発熱、発しん、リンパ節の腫れなどの症状があるウイルス性疾患です。

免疫を持っていない女性が妊娠初期に風しんに感染すると、白内障、先天性心疾患、難聴などの症状がある「先天性風しん症候群」の子どもが生まれる可能性があります。

町では、風しんを未然に防ぐため、抗体検査およびワクチン予防接種の費用を全額助成します。

助成期間	令和3年6月1日(火)～令和4年3月31日(木)		
対象者	東北町に住所を有し、次のいずれかに該当する方。ただし、風しん罹患者または2回の予防接種歴のある方、妊娠している方、妊娠している可能性がある方は除きます		
【抗体検査】	(1)妊娠を希望する方 (2)妊娠を希望する方の同居者 (3)風しん抗体価が低い妊婦の同居者 ※1		
【予防接種】	・風しん抗体検査における抗体価が、HI法16倍以下またはEIA法8.0未満の方 ・過去の妊婦健診等により、抗体価が低いと確認できる方 ※2		
申請方法	保健衛生課(町保健福祉センターまたは上北保健福祉センター)にお越しください。窓口で申請後、風しん抗体検査および予防接種助成券を交付します。 ※1 風しん抗体価が低い妊婦の同居者については、申請時に母子手帳をご持参ください。 ※2 風しん抗体価が確認できる母子手帳をご持参ください。		
委託医療機関	病院名・電話番号	受付時間	備考
	ちびき病院 Tel 0175-64-5100	(平日) 8:30～11:45 14:00～16:45 (土曜日) 8:30～11:45	日曜・祝日・年末年始休診 ※要予約
	吉田内科医院 Tel 0175-63-3777	(平日) 9:00～12:00 14:00～18:00 (土曜日) 9:00～13:00	日曜・祝日休診
	小川原湖クリニック Tel 0176-56-5600	(平日) 8:30～12:30 15:00～18:30 (土曜日) 8:30～12:30	水曜日は午後から休診 日曜・祝日休診
	旭日クリニック Tel 0176-58-2050	(平日) 9:00～12:00 14:00～17:30 (土曜日) 9:00～12:00	木曜日は午後から休診 日曜・祝日休診
	すみれ内科クリニック Tel 0176-56-2221	(月曜日) 13:00～16:00 (火曜日) 13:00～16:00	水・木・金・土・日曜 祝日休診 ※要予約 予約受付は平日9時～17時

※医療機関受診の際には、健康保険証をご持参ください。

▶風しん予防接種の注意事項

1. 接種後2カ月の間は妊娠を避ける必要があります。
2. 成人の風しん予防接種は任意接種です。有効性と副反応のリスクを十分理解したうえで、希望者は接種してください。

■お問い合わせ 保健衛生課 Tel 0175-63-2001 または Tel 0176-56-2933

子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分)を支給しています

新型コロナウイルス感染症により影響を受けているひとり親家庭等の支援のため、県からの給付金の支給が実施されています。(町で申請受付・支給は県からとなります)

▶支給対象…

- ①令和3年4月分の児童扶養手当受給者の方 ※令和3年5月10日(月)に県から支給済み
 - ②公的年金給付等を受けていることにより、令和3年4月分の『児童扶養手当』の支給を受けていないひとり親家庭等の方
 - ③新型コロナの影響を受けて家計急変したひとり親家庭等の方 ※新型コロナウイルス感染症の影響で、1年間の収入見込みが児童扶養手当の支給制限限度額未満相当になる等の要件に該当する場合
- ①の方はすでに支給済みのため、今後の支給は②・③の方が対象となり、申請が必要です。

▶支給額…児童1人あたり一律 5万円

▶申請…

- ②・③の申請は福祉課で受け付けています(郵送可)。申請期限は令和4年2月28日(月)までです。また、申請書の様式等は、青森県庁HP「【青森県内の町村部にお住まいの方へ】子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分)について」からダウンロードしていただくか、福祉課までお問い合わせください。

■お問い合わせ 福祉課 Tel 0176-56-3111 または Tel 0175-63-2111 (内線528)

成人用肺炎球菌の予防接種を実施します

▶定期接種対象者…

- (1) これまで一度も肺炎球菌ワクチンを接種したことがなく、以下の生年月日に該当する方

65歳：S 31.4.2～S 32.4.1生の方	85歳：S 11.4.2～S 12.4.1生の方
70歳：S 26.4.2～S 27.4.1生の方	90歳：S 6.4.2～S 7.4.1生の方
75歳：S 21.4.2～S 22.4.1生の方	95歳：T 15.4.2～S 2.4.1生の方
80歳：S 16.4.2～S 17.4.1生の方	100歳：T 10.4.2～T 11.4.1生の方

- (2) 60歳以上65歳未満の方であって、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある方

▶接種期間…

令和3年6月1日(火)から令和4年3月31日(木)までに町内医療機関で接種してください。

※対象者には5月下旬に予診票を個別郵送しています。

※町内委託医療機関以外で接種した場合は、接種後1カ月以内に申請することで、町が定める限度額の範囲内にて接種費用の払い戻しができます。

■お問い合わせ 保健衛生課 Tel 0175-63-2001 または Tel 0176-56-2933

令和3年度の国民健康保険税が変わります

▶ 軽減判定基準額が変更になります

国民健康保険税は前年中の世帯総所得金額が一定額以下の場合に、国民健康保険税の均等割・平等割額を減額し、負担を軽くする軽減制度があります。

令和3年度は、地方税法等における給与所得控除等の見直しによる国民健康保険法施行令および町国保税条例の改正に伴い、均等割・平等割の軽減判定所得の基準額が変更になりました。

※ただし、所得が一定以上の場合や、未申告者がいる世帯の場合は軽減措置がありません。

軽減の割合	基準額	
	改正前	改正後
7割軽減	33万円	43万円+10万円×(給与所得者等の数※1-1)以下
5割軽減	33万円+(28万5千円×被保険者数)	43万円+(28万5千円×被保険者数※2) +10万円×(給与所得者等の数-1)以下
2割軽減	33万円+(52万円×被保険者数)	43万円+(52万円×被保険者数) +10万円×(給与所得者等の数-1)以下

※1 給与所得者等の数とは、以下に該当する方の合計数です。

- ・給与等の収入が50万円を超える方
- ・65歳未満で公的年金等の収入額が60万円を超える方
- ・65歳以上で公的年金等の収入額が110万円を超える方

※ただし、東北町国民健康保険税条例 附則第9項の改正により特例として当分の間125万円とします。

※2 被保険者数とは、国保加入者と国保から後期高齢者に移行した旧加入者の合計数です。

国民健康保険制度は、加入者の皆さんが納めた国民健康保険税や国の補助金などによって成り立っています。だれもが安心して医療が受けられる、この国民健康保険制度を支えていくために国民健康保険税は納期までに納めましょう。

なお、本年度の国民健康保険税額は7月中旬に世帯主宛に郵送する納税通知書でお知らせします。

マイナンバーカードの健康保険証利用について

▶ 令和3年10月(予定)から、マイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになります

令和3年10月(予定)から、医療機関を受診するときや薬局を利用するときに、マイナンバーカードが健康保険証として順次利用できるようになります。

※すでに、東北町の広報紙や窓口にてお配りしていたパンフレットには、令和3年3月(予定)から開始としていましたが、国においてシステム等の安定性、安全性の確保に期間を要するため、本格運用時期が延期となりました。

▶ 健康保険証利用の申し込みが必要です

健康保険証として利用するためには、マイナポータルで事前に利用申込を行ってください。利用申込については、現時点において利用可能です。

※マイナンバーカードの健康保険証利用の申込後も、保険証の各種手続きは必要です。

■お問い合わせ 町民課 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111 (内線546)

木造住宅耐震診断・耐震改修支援事業

町では、震災に強いまちづくりを推進することを目的とし、木造住宅の耐震診断を希望する方に、費用の一部を補助し、耐震診断員を派遣します。また、耐震改修工事の経費に対して補助金を交付します。

① 木造住宅耐震診断支援事業

▶ 対象住宅(以下の要件が該当する住宅) …

- ・昭和56年5月31日以前に建築され、かつ、昭和56年6月以降に増改築していないこと
- ・現に所有、かつ、居住していること

※その他の要件は、東北町ホームページまたは建設課までお問い合わせください。

▶ 診断費用(消費税込み) …

延べ面積(一戸あたり)	診断費用総額	公的負担限度額	申込者負担額
200平方メートル以下を診断対象とする	147,000円	136,000円	11,000円

※延べ面積が200平方メートルを超える場合の増額は申込者の負担となります。

▶ 募集期間…令和3年6月1日(火)～令和3年11月30日(火)

▶ その他…耐震診断員の派遣は当該住宅1回に限ります。また、予算の範囲内で先着順となります。

② 木造住宅耐震改修支援事業

▶ 対象住宅…

- ・耐震診断の結果、上部構造評価が1.0未満と診断されたもの

※その他の要件は、東北町ホームページまたは建設課までお問い合わせください。

▶ 補助金額…補助対象経費に100分の23を乗じて得た額または1,004,000円のいずれか低い額

▶ 募集期間…令和3年6月1日(火)～令和3年11月30日(火)

▶ その他…補助対象住宅に対する補助は当該住宅1回に限ります。また、予算の範囲内で先着順となります。

■お問い合わせ 建設課 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111 (内線652)

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

60歳から「働きたい!」の「力」になります!

受講料無料の刈払機操作講習を実施します!

●講習日: 令和3年7月5日(月)、6日(火) 2日間 ●会場: 馬門公民館(野辺地町馬門97)

●受講条件: これからシルバー人材センターに入会される方

※ 受講についてのお問合せは、(公社)中部上北広域シルバー人材センターまで

問合せ先

(公社) 中部上北広域シルバー人材センター 七戸町字森ノ上16-4 天間林老人福祉センター ☎: 0176-58-0141

(公社) 青森県シルバー人材センター連合会 青森市中央1丁目25-3 青森共栄火災ビル4階 ☎: 017-732-5757

身体障害者巡回診査・更生相談を実施します

▶ 日程および会場（肢体不自由）…

実施月日	会 場	時 間
7月6日（火）	野辺地町健康増進センター TEL 0175-64-1777	受 付 9:00～10:00 審査・相談 9:30～12:00
7月7日（水）	十和田市役所別館会議室5階 TEL 0176-51-6718	受 付 9:00～10:00 審査・相談 9:30～12:00
7月9日（金）	三沢市総合社会福祉センター TEL 0176-51-8772	受 付 9:00～10:00 審査・相談 9:30～12:00

申込締切は6月25日（金）まで。巡回診査を受ける方は事前に福祉課へ連絡ください。

▶ 対 象 者…

- ・身体障害者手帳の交付を受けるために審査を必要とする方
- ・市町村、青森県障害者相談センターから身体障害者手帳の再認定が必要とされた方
- ・身体障害者手帳の障害程度および等級に変化があり、変更を必要とする方
- ・補装具の処方が必要とする方
- ・医療の相談をする方

▶ 持参するもの…

- ・身体障害者手帳（所持者のみ）、印鑑（認印可）およびマイナンバーカード

▶ 新型コロナウイルス感染対策…

- ・診査会場ではマスクの着用をお願いします。また、診査当日に体温が37.0度を超える場合は受診できない場合があります。発熱や風邪症状がある方は受診をお控えください。

▶ 身体障害者手帳の交付のための診査…

- ・会場にはレントゲン等の検査器具がないため、当日の診察では判断が困難な場合があります。できるだけ、かかりつけ医からの紹介状やレントゲン写真等を持参ください。

■お問い合わせ 福祉課 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111（内線524）

児童手当現況届の提出期限は6月30日（水）まで

児童手当（特例給付含む）を受けている方は、児童手当法に基づき、毎年6月中に「現況届」を提出しなければなりません。

現況届の提出がないと、6月分以降の手当が受給できませんのでご注意ください。（時効2年）

▶ 児童手当の受給者…

児童手当は夫婦の場合、生計の主な担い手が受給者となります（生計の主な担い手とは、原則として恒常的に所得が高い方を指します）。夫婦で最新の所得が逆転している場合、生計の主な担い手を総合的に判断することになります。なお、現況届提出後に受給者変更の可能性がある方は、別途連絡・確認をさせていただきます。

▶ 現況届の提出先…

6月30日（水）までに、福祉課窓口（本庁舎・分庁舎どちらでも可）提出をお願いします。

※対象者には事前に案内文書を送付します。

▶ 届け出の際にご持参いただくもの…

- ①印かん（認め印可。シャチハタなどのスタンプ印は不可）
- ②福祉課から郵送された「現況届」の用紙 ※必要に応じ加除修正してください。
- ③受給者本人の健康保険証の提示 ※対象児童の保険証ではありません。
- ④その他、別居監護申立書等（別居している対象児童がいる方は必要）

■お問い合わせ 福祉課 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111（内線528・133）

農業者年金現況届の提出期限は6月30日（水）まで

農業者年金の現況届は、年金を受給するために必要な毎年の手続きです。

現況届の提出がない場合は、提出されるまでの間、農業者年金を受給できません。

農業者年金の経営移譲年金・特例付加年金や農業者老齢年金を受給されている方は、必ず提出期限内に現況届を提出してください。現況届の用紙は5月末頃に受給者本人あてに送付しています。

▶ 提出期限…6月30日（水）まで

▶ 提 出 先…農業委員会事務局（分庁舎）および農林水産課分室（本庁舎）

▶ 対 象 者…①経営移譲年金・特例付加年金を受給している方

- ・受給者本人が農地等を取得するなどして農業を再開していないこと
- ・初めて現況届を提出される方の場合、各種名義が経営移譲者の相手方に名義変更していること

②農業者老齢年金を受給している方

▶ 記入方法…現況届の内容（住所、氏名、年齢）を確認のうえ、記入してください。

受給者本人の記入が困難な場合は、代理人（親族等）が記入してください。

■お問い合わせ 農業委員会事務局 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111

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

— 有 料 廣 告 —

宝くじ公式サイトでも宝くじを購入できます!!

特典1 たまる!つかえる!宝くじポイント

宝くじの購入で100円につき1ポイントの宝くじポイントが獲得できる!

宝くじ公式サイトや宝くじ売り場で1ポイント1円としてつかえる!

特典2 購入～受取までネットで完結!

24時間いつでも宝くじの購入可能! 抽せん結果も宝くじ公式サイトで確認!

当せん金は、登録した受取口座に自動でお振り込みするので、とっても便利!

特典3 宝くじ会員限定のキャンペーンに参加できる!

他にもお得な特典や便利なサービスいろいろ! 今すぐ会員登録!



本件に関するお問い合わせ先

宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192（ナビダイヤル 有料） TEL 011-330-0777（有料）
受付時間 10:30～18:30（土・日・祝日、年末年始を除く）※電話番号を十分ご確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。



マイナンバーカードの交付窓口を夜間・休日に開設しています

平日の開庁時間に役場へ来ることができない方を対象に、夜間と休日にマイナンバーカード交付窓口を開設しています。

電話で予約のうえ、お越しください。(予約は5日前の平日8:15~17:00まで)

▶夜間開設日(第1・3月曜日の17:00~19:00)...

[\(6月\) 6月7日・6月21日](#)

[\(7月\) 7月5日・7月19日](#)

▶休日開設日(第2日曜日の9:00~12:00)...

[\(6月\) 6月13日](#) [\(7月\) 7月11日](#)



※マイナンバーカードが交付されるまでには申請をした日からおおよそ1カ月かかります。カード取得を希望される方は、お早めに申し込みください。

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

6月23日~29日は「男女共同参画週間」



SDGs(持続可能な開発目標)から

～令和3年度キャッチフレーズ～
「女だから、男だから、ではなく、私だから、の時代へ。」

職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を發揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、一人ひとりの取り組みが必要です。

この機会に、私たちのまわりの「男女のパートナーシップ」について考えてみませんか。

国では、男女共同参画社会基本法の目的および基本理念に対する国民の理解を深めることを目的として、毎年6月23日～29日までの1週間を男女共同参画週間とし、男女共同参画社会の実現に向けたさまざまな取り組みを推進しています。

■お問い合わせ 企画課 Tel 0176-56-3111

自動車税種別割の納期限は6月30日(水)まで

自動車税種別割は最寄りの銀行、郵便局、コンビニエンスストア等で忘れずに納めましょう。納税通知書についている納税証明書は、車検の際に必要となりますので、車検証と一緒に大切に保管をお願いします。

また、インターネット上の専用サイトでは、クレジットカードで24時間いつでも納付することができます。なお、運輸支局等で納付確認を電子的に行うことができるため、納税証明書は発行されません。クレジットカードでの納付の場合は、運輸支局等で納付確認できるまでに2週間程度かかりますので、ご注意ください。

■お問い合わせ

上北地域県民局県税部 納税管理課
Tel 0176-22-8111 (内線) 211~214

上十三地域 市民後見人養成講座の受講者募集(参加無料)

▶募集要件...

- ・上十三8市町村(十和田、三沢、東北、野辺地、七戸、六戸、横浜、六ヶ所)在住・在学・在勤の方
- ・原則として全ての課程を受講できる見込みのある方
- ・令和3年4月1日現在における年齢が20歳以上の方
- ・成年後見制度および高齢者や障がい者への福祉活動に理解がある方

▶日時...7月15日(木)~12月9日(木) (全10回) ※おおむね10:00から15:30まで

▶会場...三沢市総合社会福祉センター(三沢市幸町3丁目11-5)

▶定員...20名程度(定員になり次第締切)

▶募集締切...令和3年6月30日(水)

▶そのほか...詳細は町ホームページや福祉課、地域包括支援センターに備え付けのチラシをご覧ください。

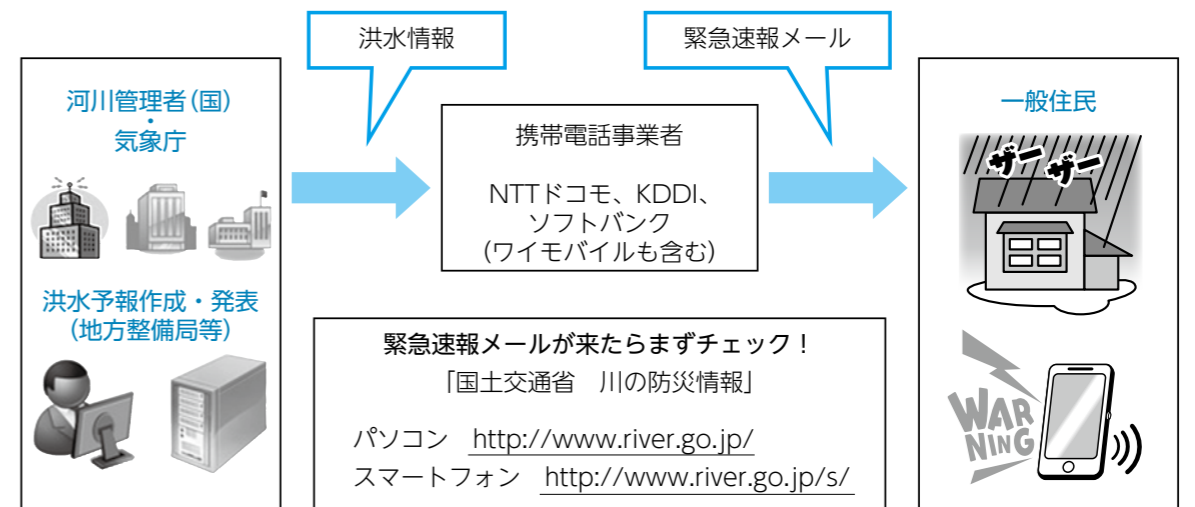
成年後見制度とは...

認知症、知的障がい、精神障がいなどの理由で判断能力が十分でない方の財産や権利を守るための制度です。家庭裁判所に選任された成年後見人等が、本人に代わって財産の管理や日常生活上の手続きを行い、不利益を受けないようにします。

■お問い合わせ 福祉課 地域包括支援センター Tel 0176-56-3111 (内線127・129)

緊急速報メールを活用した洪水情報のプッシュ型配信

国土交通省では、高瀬川水系で洪水時に住民の主体的な避難を促進するため、緊急速報メールを活用したプッシュ型配信を行っております。東北町は小川原湖水位観測所の情報により、「河川氾濫のおそれがある情報」および「河川氾濫が発生した情報」を配信します。



■お問い合わせ 国土交通省高瀬川河川事務所 Tel 0178-28-7135

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

▶ 令和3年度保険料の軽減措置について

保険料は、均等割額（被保険者全員が納める額）と所得割額（所得に応じて納める額）の合計ですが、次の方は保険料が軽減されます。なお、令和3年度保険料額は7月に通知します。

(1) 所得が低い方の軽減

同一世帯内の被保険者および世帯主の所得額の合計に応じて、均等割額が軽減されます。

令和3年度	
世帯の所得額の合計	軽減割合
43万円+10万円×(給与所得者等(※1)の数-1)以下	7割
33万円以下かつ被保険者全員の年金収入が年額80万円以下(その他の所得がない)	7割
43万円+(28.5万円×被保険者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下	5割
43万円+(52万円×被保険者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下	2割

※給与所得者等（給与所得者等が2人以上いる世帯に適用）は以下のとおりです。

- ①一定の給与所得者は給与等収入金額が55万円を超える方
- ②一定の公的年金等の支給を受ける方は、【65歳未満】公的年金等収入金額が60万円を超える方
【65歳以上】公的年金等収入金額が125万円を超える方

(2) 被用者保険の被扶養者であった方の軽減

均等割額が5割軽減されます（資格取得後2年間）。世帯の所得が低い方は、より高い軽減が受けられます（7割軽減）。また、所得割額の負担が免除されます。

■お問い合わせ 町民課 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111 (内線547)

法定相続情報証明制度で手続きが簡単・便利・無料です

「法定相続情報証明制度」は戸籍謄本などの書類を基に、法務局が「法定相続情報一覧図の写し」を無料で交付するものです。一度作成すれば相続登記はもちろん、預貯金の払い戻し、相続税の申告および年金手続きなどの相続手続きに戸籍謄本等を持参する必要がなくなり、とても簡単で便利です。必要書類など、詳しくは法務局ホームページまたはお近くの法務局にお問い合わせください。なお、手続きの案内は予約制ですので、事前にお電話をお願いします。

■お問い合わせ 青森地方法務局十和田支局 TEL 0176-23-2424 (音声案内2番)

ドラマリーディング公演 「あらしのよるに」

▶ 内容…

食う者／食われる者という関係を超えたオオカミとヤギの友情を描く大人気絵本シリーズを朗読します。音楽や照明を交えた臨場感あふれる舞台です。(構成・演出：長谷川孝治)

▶ 日時…

6月19日(土)・6月20日(日)
14:00～※途中休憩あり

▶ 場所…

青森県立美術館シアター

▶ 申込…

6月18日(金)まで ※予約サイトや電話受付

▶ 料金…

一般800円、高校生以下300円
(別途手数料がかかります)

▶ 詳細…

県立美術館 TEL 017-783-5243
(http://www.aomori-museum.jp)

新規就農者の知識・技術習得研修会

上北地域県民局地域農林水産部では、新規就農者が生産技術や経営管理に関する知識・技術を習得するための研修会を開催します。

詳細は、県庁HPの「農業関係情報：ヤングファーマーゼミナール」に随時掲載します。受講を希望される方、営農に関する悩みごとなどお気軽にお問い合わせください。

<https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kenmin/ka-nosui/goutyou-nougyouhukuyuu-sinkou-nougyou.html>

研修会開催予定はQRコードからも確認できます!



■お問い合わせ

上北地域県民局地域農林水産部
農業普及振興室 TEL 0176-23-4281

情報公開および個人情報保護制度の運用状況を公開します

【令和2年度 開示請求の件数および処理状況】

実施機関	請求件数	処理の状況			
		開示	部分開示	不開示	不存在
町長	6	6	0	0	0
教育委員会	1	1	0	0	0
合計	7	7	0	0	0

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



ぐるっとNAVI
上十三・十和田湖広域定住自立圏情報

■おいらせ町 高校生レストラン「キッチンいちょうの森」

- ▶ 時間等 百石高校：6月13日(日) 11:00～12:00 ※なくなり次第終了
- ▶ 内容 お持ち帰りできるお弁当を販売します。結(ゆい)弁当 800円(税込) ※限定100食
- ▶ 問い 百石高校・食物調理科調理クラブ TEL 0178-52-2088

一生を共に歩む 自分の歯

(歯と口の健康週間6月4日～10日)



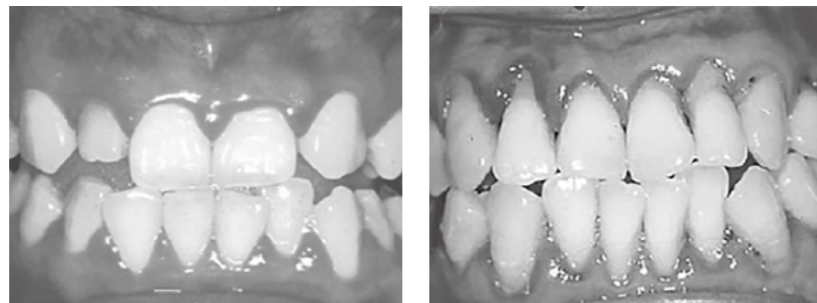
▶みなさんの口の中、こんな症状はありませんか？チェックしてみましょう！

- 歯磨きの時に出血する 調子が悪いとき歯茎が腫れる 浮いた感じがする 歯がグラグラする
- 歯が長くなった 歯茎を押すと膿がでる 歯茎を触ると痛い 起床時に口の中がネバネバする
- 口臭が強いといわれたことがある 歯の間に食べ物が挟まりやすくなった

上記のどれかが当てはまっていたら歯周病かもしれません！

歯周病は、成人の歯を失う最大の原因であり、成人の7～8割がかかっているといわれています。

その原因は歯と歯茎の間にたまったプラーク（歯垢）。歯周病にかかっていると、歯を失うだけでなく、全身に様々な影響を及ぼします。



歯周病関連の 病気・トラブル

- ・狭心症や心筋梗塞
- ・糖尿病
- ・骨粗しょう症
- ・肺炎
- ・動脈硬化 など

初期の歯周病 (歯肉炎)

- ・歯と歯の間の三角部分が丸みを帯びる
- ・赤く腫れぼったい
- ・さわると血が出る、痛くないのに血が出る

進行した歯周病 (歯周炎)

- ・歯肉が下がり歯の根が見える（歯が長く見える）
- ・歯がグラグラする
- ・膿が出る
- ・口臭がある

▶8020（ハチマルニイマル）運動 歯の本数と食べ物の関係

さて、大人の歯（永久歯）は全部で何本でしょうか。そのうち自分の歯は何本ありますか？

大人の歯は全部で28本（親知らずを入れると32本）。残っている歯が多いほど食べられる物の種類が多くなります。残っている歯が20本以上あると、食生活に影響がありません。

生涯の健康を支えるために、80歳になっても自分の歯を20本以上保つ「8020」を目指しましょう！

▶歯周疾患検診スタート！

町では、「令和3年度内で30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる方で自分の歯が1本以上ある方」を対象に無料で歯周疾患検診を行っています。

対象年齢のみの貴重な検診の機会です。この機会にご自身の歯や口の健康に関心を持ってみませんか。

■お問い合わせ 保健衛生課 TEL 0175-63-2001 または TEL 0176-56-2933



やっと町でも高齢者のみなさんにワクチン接種が始まりました。国がワクチンをしっかりと配給すると約束したので、大丈夫でしょう。とりあえず、まず、高齢者のみなさんが終わらないと、活発な移動が必要な若い人々に接種が始まりませんか。ほい、さっさと打ってもらいましょう。

さて今月は先延ばしになってしまった“コロナ禍でのメンタル面での健康保持のコツ”の続き。もう全部忘れたでしょ？この際、チョットおさらいとその解説をします。心理学者でメンタルの専門家のデボラ先生が非常時の心得として大事だとしている内容が2つありました。

1つ目。非常時こそ余計な事を考えずに済むように定番の日課を多く持ちなさい。ぼーっとしていると、かえってメンタルをやられやすい。選択肢が多い自由な時間が逆にメンタルを疲れさせる。少し思い出してききましたか？取り入れるべき日課として具体的には…

①自宅での実行可能な運動日課を持て。体を動かすことが、心身にとても良いことであることはすでに実証済み。何かをする。ラジオ体操だけでもいいんですよ。ラジオ体操は3分ちょいです。あれでも皆さんには結構へずない運動になると思います。馬鹿にしたものではない。

②家中に引きこもらず、屋外の自然に触れましょう。こんな時こそ自然に触れるのが大事。青森は自然がそこら中にありますので、少し自然を馬鹿にしている傾向があります。自然に触れるとメンタルに良い。ゆめゆめ疑ってはいけません。これは、知恵のレベルの言葉です。

③家の中の整理、整頓をしましょう。心理学的解説として、コロナ禍のような将来の予測が難しい時には、整理という行為は予測可能性が実感される。物事や自分を管理できているという感覚を与えてくれる。このことがストレスから精神的にも、感情的にも、身体的にも、救ってくれる効果がある。ですと。やたら難しい解説ですが、ま、簡単に言うと、そーじをしたら、あ～、さっばとしたじゃ。と感じるぞ。です。

④瞑想の時間を日課に持ちなさい。瞑想についてはすでに膨大な研究があり、メンタルに驚くほど良い効果があることが分かっています。瞑想には様々な方法がありますが、共通点は、呼吸の仕方と姿勢。腹式呼吸で、吐く方をしっかりと行う。目をつむって、息をゆっくり吐くことだけに意識を注ぐ。姿勢は立っていても椅子に座っても、正座でも、結跏趺坐（けっかふざ）でもOK。背筋を伸ばすのが共通点。ご仏壇や神棚の前で毎日拝むのも、ある意味瞑想の一種ですが、姿勢・呼吸を意識して、数分だけでも長くやるとよいかもしれません。以上が“非常時には定番日課が大事”の復習とその解説でした。

次に、デボラ姉さん先生の“コロナ禍の非常時に精神を健康に保つ方法”の2つ目。孤立や孤独を避けなさい。なんとかして、誰か周りの人と繋がっておきなさい。そして誰かの役に立つことを生活信条にしましょう。です。このあたりについてはまた、来月書きます。お楽しみに。でもないか…

安全・安心

ぼうさいメール登録しましょう

▶登録用QRコード



お知らせ

6月1日～6月30日は
土砂災害防止月間です

土砂災害から身を守るため、日頃の備えと早めの避難が必要です。

土砂災害は台風などの大雨の時期に特に多く発生します。

身の危険や周囲に異変を感じたら、ただちに避難するとともに、役場などへ連絡しましょう。土砂災害警戒情報や土砂災害警戒区域等マップなど、土砂災害の情報は、青森県庁HP『防災情報(砂防)』からご覧ください。

▶連絡先

総務課 TEL 0176-56-3111
青森県河川砂防課
TEL 017-734-9670

相談

お気軽にご相談ください
東北町心配ごと相談所

6月16日(水)

▶時間 9時30分～11時30分
▶場所 保健福祉センター相談室

■お問い合わせ

東北町社会福祉協議会
TEL 0175-63-2717

国民年金

出張相談を実施します

年金事務所では、相談員の出張による国民年金・厚生年金等に関する相談を実施します。

▶実施年月日…

○野辺地町 中央公民館
(10:00～15:00)

- ・令和3年 6月16日(水)
- ・令和3年 8月18日(水)
- ・令和3年10月20日(水)
- ・令和3年12月15日(水)
- ・令和4年 2月16日(水)

○七戸町 柏葉館

(10:30～15:00)

- ・令和3年 7月21日(水)
- ・令和3年 9月15日(水)
- ・令和3年11月17日(水)
- ・令和4年 1月19日(水)
- ・令和4年 3月16日(水)

相談にお越しの際は、年金手帳、年金証書、振込通知書、本人確認ができるものをご持参ください。

また、代理の方が相談に来られる場合は、委任状および代理人の身分確認ができるものをご持参ください。

▶電話予約先…

☎ 017-734-7495
(平日8:30～17:15)

相談する場合は、効率的な実施のために事前予約が必要です。予約がない場合は、満席等の理由によりお断りすることもありますのでご了承ください。

■お問い合わせ

青森年金事務所
TEL 017-734-7495

納税相談

夜間の納税相談窓口

今月の相談日は

6月9日(水)

6月23日(水)

時間：17時～19時まで

▶相談場所…

税務課(本庁舎・分庁舎)

▶税金対象…

町県民税・固定資産税・
軽自動車税・国民健康保険税

■お問い合わせ

税務課 TEL 0176-56-3111

納税期限

6月30日(水)は

町県民税1期の納期限です。
忘れずに納めましょう。

■お問い合わせ

町県民税…税務課
TEL 0176-56-3111(内線515)

緊急地震速報訓練を実施します



6月17日(木) 10時ごろ

■お問い合わせ

総務課 TEL 0176-56-3111

警察官採用試験「正義のバトン 君の手に」

種類	受験資格
警察官A	平成元年4月2日以降に生まれた方で、大学を卒業した方または令和4年3月31日までに大学卒業見込みの方

▶公告日…5月7日(金)

▶受付期間…6月18日(金)まで

▶一次試験…7月11日(日) ※合格発表は7月16日(金) 予定

【場所：青森市・八戸市・弘前市・さいたま市】

▶二次試験…8月下旬【場所：青森市】 ※最終合格発表は9月中旬

※詳細については、試験案内(申込書)を入手してご確認ください。

■お問い合わせ 七戸警察署警務課 TEL 0176-62-3101

総合相談

～人権、行政相談～

7月5日(月)

▶時間 午前10時～正午

▶場所 東北町役場
本庁舎2階会議室

7月20日(火)

▶時間 午前10時～正午

▶場所 コミセン未来館

■お問い合わせ

福祉課 TEL 0176-56-3111

令和3年度自衛官等募集のご案内

種目	資格	受付期間	試験期日	試験場所
幹部候補生 (一般・歯科・ 薬剤科幹部)	一般…令和4年4月1日現在 22歳以上26歳未満の方 歯科…20歳以上30歳未満の方 薬剤科…20歳以上28歳未満の方	3月1日(月) ～6月18日(金)	1次：6月26日(土) 2次：8月2日(月)～8日(日)☆	別途各人に 連絡
防衛大学校学生 (一般)	18歳以上21歳未満の方 高卒者または高専3年次修了者 (見込含)	7月1日(木) ～10月27日(水)	1次：11月6日(土)・7日(日) 2次：12月7日(火)～11日(土)☆	
航空学生	海：18歳以上23歳未満の方※ 空：18歳以上21歳未満の方※	7月1日(木) ～9月9日(木)	1次：9月20日(月) 2次：10月16日(土)～21日(木)☆ 3次：(海)11月19日(金)～12月15日(水)☆ (空)11月13日(土)～12月16日(木)☆	
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方	7月1日(木) ～9月6日(月)	1次：9月16日(土)～19日(日)☆ 2次：10月9日(土)～24日(日)☆	
自衛官候補生		年間を通じて	別途各人に連絡	

※印 応募資格年齢の起算日は募集種目ごと異なっています。それぞれの募集要項で確認してください。
☆印 いずれか1日を指定されます。

■試験日程を変更する場合がありますので、細部はお問い合わせください。

〒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)

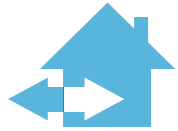
自衛隊青森地方協力本部 三沢募集案内所

電話・FAX 0176-53-1346(平日：09:00～17:45)

e-mail：aomori.pco.misawa@rct.gsdf.mod.go.jp

misawasyo
Instagram





戸籍の窓

令和3年4月届出分

※原則町内に住所のある方で希望する方を掲載



氏名	町名	保護者	氏名	町名	保護者
河島 未采	添ノ沢	祐樹	齋藤 朱音	上野	義之
沼尾 健杜	沼崎本村	享彦	高田 望愛	上野	誠義



氏名	年齢	町名	氏名	年齢	町名
蛭沢 政藏	92	(内蛭沢)	柴田 ナミ	95	(大浦)
大久保 利枝	87	(添ノ沢)	盛田 正男	89	(旭町)
濱田 ミエ	92	(郡山)	榎崎 ヨエ	86	(八幡)
甲地 直作	75	(甲地)	柴田 道雄	86	(大浦)
久保田 政美	73	(切左坂)	森川 盛人	72	(境ノ沢)
向井 はな江	90	(外蛭沢)	和田 兼男	93	(上野)
大坂 ハナエ	87	(新山)			

6月6日～12日は「危険物安全週間」です

危険物安全週間推進標語

「事故ゼロへ
トライ重ねる
ワンチーム」

6月6日～12日まで、全国一斉に「危険物安全週間」が実施されます。ガソリンや灯油などの危険物は、私たちの生活を支えてくれる便利なものですが、貯蔵や取扱方法を誤ると火災等を引き起こす可能性があります。

危険物は定められた容器を使用し、安全に取り扱いましょう。

お問い合わせ
中部上北広域事業組合消防本部
☎ 0176-62-3142

東北町の新型コロナウイルス関連情報は下記QRコードから



まちのうごき

(令和3年4月末現在)

区分	人口	前月比	前年同月比	その他(1月からの累計)	
男性	8,243人	-1	-144	出生	4人(23人)
女性	8,799人	16	-118	死亡	22人(110人)
合計	17,042人	15	-262	転入	74人(184人)
世帯数	7,315戸	24	21	転出	41人(209人)

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 ☎ 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



町立図書館のおすすめ貸出図書



「自分を大切に」って具体的にどうすればいいのかな？と思ったときにはぜひ開いてほしい一冊。日常生活の中で小さな子でもすぐにできることが優しく描かれています。大人の方にもおすすめです。(絵本の紹介：絵本専門士・蛭名智子さん)

わたしとなかよし
作・絵：ナンシー・カールソン
訳：なかがわ ちひろ(瑞雲舎)

- 開館** 図書館…9時15分～18時
公民館…9時15分～17時
- 休館** 火曜日・祝日・蔵書点検・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 ☎ 0176-56-2261

本の除菌機を活用ください

町ではコロナ禍でも安心して本を借りられるように町立図書館と公民館に紫外線を使用した本の除菌機を導入しました。利用者も使用できますので、ぜひご活用ください。



文芸ギャラリー

都母短歌会

小庭辺につつじや牡丹石楠花の
競ひ咲くのに見とれてをりぬ
原田 榛子

雨にぬれ裏庭に咲く紫陽花の
艶ややかにして色淡かりき
乙供 洋子

長雨になほあざやかな紫の
朝顔の花生生として
大湊百合子

夫植えし白根菜の淡き花
清しく咲きて心いやされる
坂本 政子

むらさきのテッセン咲きて庭隅に
梅雨の晴れ間の夕日にひかる
高田智恵子

流水に筆洗ふとき濃く淡く
墨汁はながれて甘き香残す
野田 文子

小庭辺に菓立ち促す啼く雀
いまにも雛の飛び出さんとす
田沢 泰子

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 ☎ 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!!

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・長期不在の困り事点検も
お気軽にご相談ください

ふんちゃん 受付時間 午前8:30▶午後5:30

通話無料 0120-194-999
上北店 0176-58-1800



にいやま はると くん
新山 遥大 くん
〈旭町〉



おおもり しゅう ちゃん
大森 紫羽 ちゃん
〈下清水目〉



6月
First Birthday

1 歳に
なったよ!



おおくぼ にいな ちゃん
大久保 虹花 ちゃん
〈表町〉



▼申し込みの締め切りについて
8月生まれ

(8月5日発行の広報)→7月1日(木)まで
※申し込み方法については、東北町ホーム
ページ内で「**広報 1歳**」と検索してください。

■お問い合わせ
企画課 広報統計係
Tel 0176-56-3111(内線246)

決勝は同町対決！東北中が接戦制す ～東北町長旗争奪野球大会～

第16回東北町長旗争奪中学校野球・ソフトボール大会が5月8～9日、北および南総合運動公園で開かれ、野球は東北中学校、ソフトボールは上北・六戸中学校(合同)がそれぞれ優勝しました。

9チームが参加した野球では、決勝戦で東北中と上北中の同町対決が実現。東北中が序盤にスクイズで取った虎の子の1点を、主戦・山本と大杉の継投で守り切って接戦を制しました。



防災無線放送が聞き取れなかった
場合はお電話ください。

フリーダイヤル
TEL 0800-800-9922

火災等の確認は
TEL 0176-60-8844 (※通話料が発生)



「愛の鈴」に願い込め
東北町地区更生保護女性会
は、毎年、小学校に入学する
児童たちの交通安全を願い、
「愛の鈴」を贈っています▼写
真を見るとなにかの形に見え
ませんか？そうです！「しじ
み」の形をした地元愛あふれ
る鈴なのです▼「お守りとし
てランドセルにつけてもらえ
れば」と話す乙供洋子会長。
元気に登下校する児童たちの
ランドセルには同会の願いが
込められています(西)