



とうほく

主な内容 | 令和2年度 まちの決算報告
とうほくまちづくりミーティング(町政座談会) 開催

収穫の秋! 秋!

第二・三保育園 サツマイモ収穫

上北小学校 紫黒米収穫



令和2年度 まちの決算報告

令和2年度の東北町一般会計と特別会計の決算が、東北町議会9月定例会で審査、認定されました。一般会計の決算総額は、歳入148億2,392万円、歳出143億8,351万円です。このうち翌年度へ繰り越すべき財源は6,222万円、差し引き3億7,819万円が実質収支額となりました。

また、特別会計の決算額は、歳入60億9,520万円、歳出59億6,215万円、差し引き1億3,305万円が実質収支額となりました。

一般会計歳出の主な使い道

- ▶ **総務費**…窓口、役場運営の全般的な経費など
 - ・補給支処周辺障害防止事業費 3億6,181万円
 - ・再編関連訓練移転等交付金事業費 1億4,879万円
 - ・特定防衛施設周辺整備事業費 1億0,219万円
(新型コロナウイルス対策費【町独自の支援事業】)
 - ・生活応援特別給付金 5,492万円
(定額給付金に1人1万円上乗せ)1億7,279万円
 - ・農林水産業経営継続支援補助金 9,101万円
 - ・大学生等生活支援給付金 3,040万円
 - ・プレミアム付商品券発行事業補助金(2回分) 2,940万円
 - ・高齢者温泉入浴券負担金 984万円
 - ・飲食業者緊急特別支援金 930万円
 - など
- ▶ **民生費**…高齢者や障がい者、子どもの福祉など
 - ・乳幼児～高校生医療給付費 5,393万円
 - ・赤ちゃん祝金 1,765万円
- ▶ **衛生費**…保健、医療、ごみ、し尿処理など
 - ・老人福祉センター温泉井戸掘削等工事費
- ▶ **土木費**…道路、河川の整備など
 - ・除雪委託料 3億3,981万円
- ▶ **教育費**…学校教育、社会教育など
 - ・スクールバス運行業務委託料 9,059万円
 - ・学校給食費給付金 5,513万円

▶ 特別会計の決算

会計の種類	歳入決算額	歳出決算額	歳入歳出差引残額
国民健康保険事業	22億2,966万円	21億9,585万円	3,381万円
後期高齢者医療	2億1,258万円	2億0,995万円	263万円
介護保険	28億6,491万円	27億7,741万円	8,750万円
介護サービス事業	2,345万円	2,252万円	93万円
農業集落排水事業	1億0,580万円	1億0,390万円	190万円
公共下水道事業	6億5,878万円	6億5,251万円	627万円

※四捨五入の関係上、差引額や右ページの表示において、一致しない場合があります。

▶ 公営企業会計(上水道会計)の決算

	事業収益	事業費用	純利益
【収益的収入および支出】	4億9,587万円	4億2,938万円	6,649万円

	資本的収入	資本的支出	差引額
【資本的収入および支出】	1億0,689万円	2億6,354万円	▲1億5,665万円

※資本的収支額の不足分は、当年度分消費税資本的収支調整額と損益勘定留保資金で補てんしました。

▶ 令和2年度決算に基づく財政健全化判断比率

健全化判断比率	令和2年度決算	令和元年度決算	説明
実質赤字比率	赤字なし	赤字なし	一般会計等の赤字の大きさを表します
連結実質赤字比率	赤字なし	赤字なし	町の会計全体の赤字の大きさを表します
実質公債費比率	11.7%	11.7%	借入金返済の負担の大きさを表します
将来負担比率	110.9%	118.2%	将来負担すべき負債の大きさを表します
資金不足比率	資金不足なし	資金不足なし	公営企業会計(上水道・公共下水道・農業集落排水)の資金不足を表します

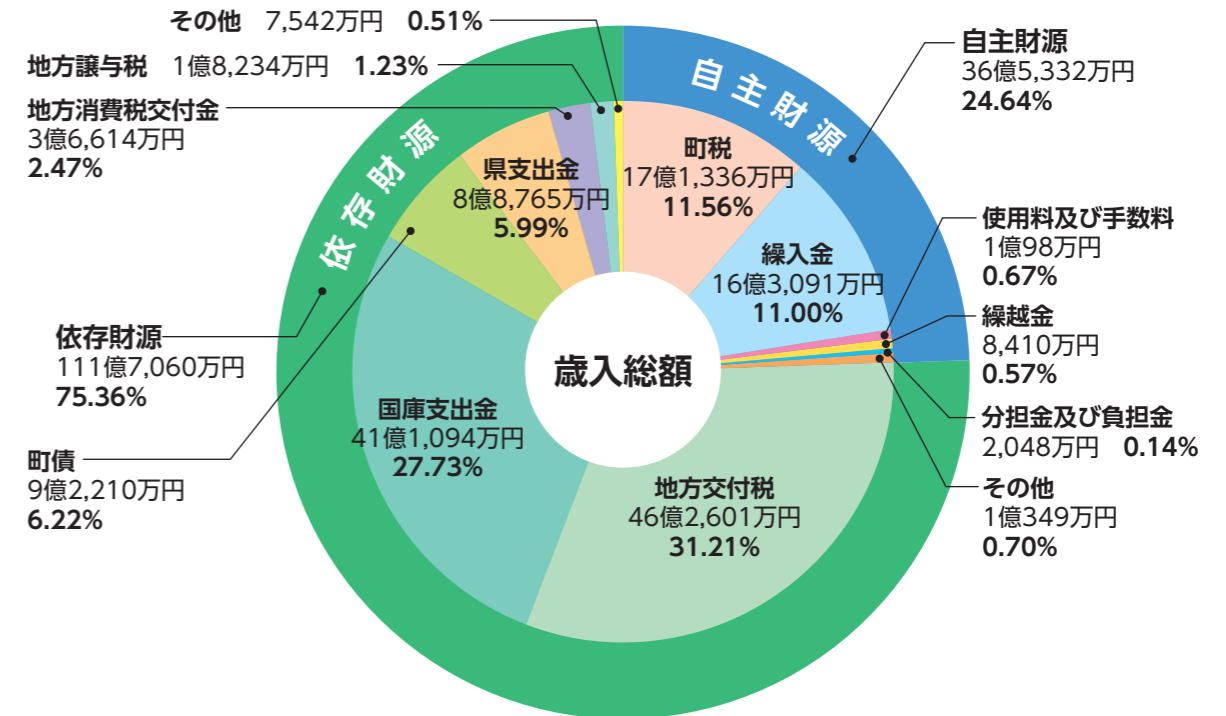
※比率(%)は低い方がより健全な状態を示しています。

※比率のいずれかが一定基準を超えると、財政破たんリスクが高いとみなされます。

実質公債費比率は25%、将来負担比率は350%が基準値です。

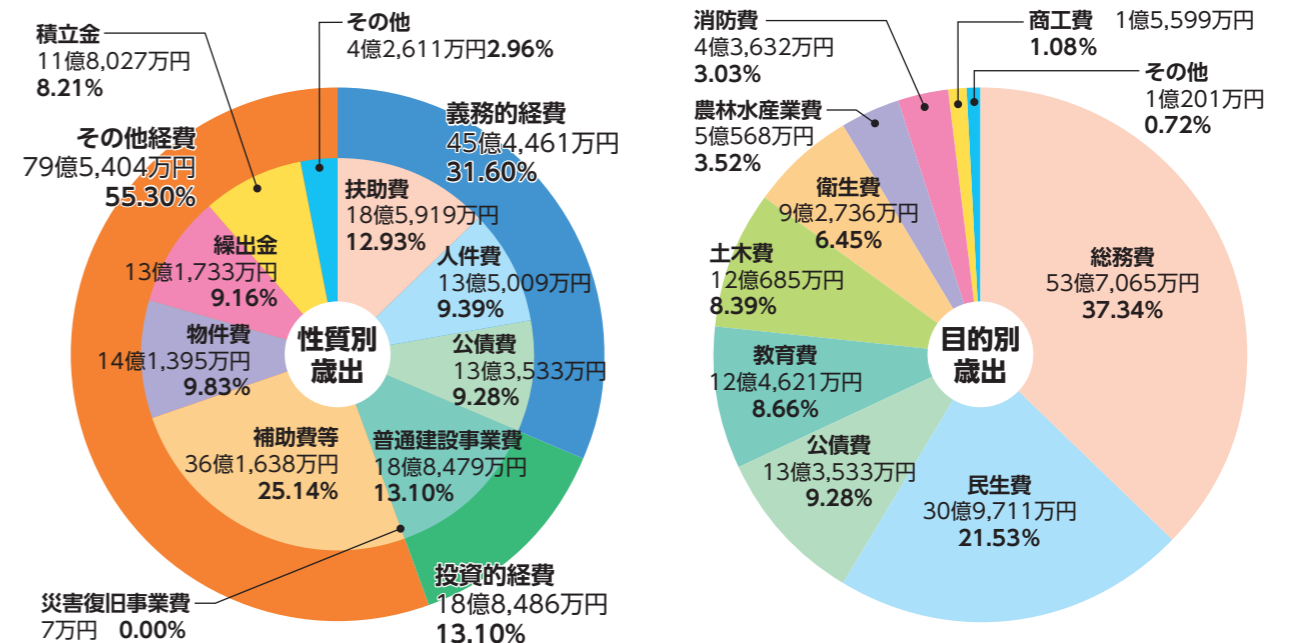
一般会計歳入総額 148億2,392万円

※グラフ内の数値は四捨五入の関係上、合計が一致しない場合があります。



一般会計歳出総額 143億8,351万円

※グラフ内の数値は四捨五入の関係上、合計が一致しない場合があります。



長久保耕治町長と まちづくりについて語ろう！

町では、町民の自主性や自立性によって運営される「住民力が活きる協働のまちづくり」を実現するため、『とうほくまちづくりミーティング（町政座談会）』を開催します。なお、新型コロナウイルス感染症対策として、日程ごとに定員を設けていますが、事前申し込みは必要ありません。また、前回、地区集会所で開催した東北地区の一部については、右ページのとおり、臨時バスを運行します。

▶ 当日の内容（予定）

- ①新型コロナウイルスの接種状況および今後の見通しについて
- ②除雪運用体制の変更について
- ③その他（自由意見および要望）

※開催前（17：30～18：00）に、東北町ぼうさいメール登録希望者のサポートも実施します。

▶ 開催日程

日 程	時 間	会 場	定 員	分 館 名
12月13日（月）	18：00～19：30	コミセン未来館	50人程度	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 清水目分館（石坂・宇道坂・上清水目・下清水目・添ノ沢・湯沢） ▶ 千曳分館（石文・大平・上板橋・下板橋・千曳・南平・向平） ▶ 夫雑原分館（北栄・長者久保・千代畑・塔ノ沢・豊ヶ丘・夫雑原・林口）
12月15日（水）	18：00～19：30	コミセン未来館	50人程度	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 水喰分館（五十嵐・大池・切左坂・豊瀬・豊前・中村・野田頭・浜台・細津・水喰・萌出） ▶ 淋代分館（数牛・淋代・豊畑・横沢） ▶ 美須々分館（柵・美須々） ▶ 寒水分館（乙部・枋木・輝ヶ丘・寒水）
12月16日（木）	18：00～19：30	コミセン未来館	50人程度	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 滝沢平分館（旭・狼ノ沢・御料・滝沢・豊栄・巴蘭） ▶ 甲地分館（甲地・郡山・漆玉・蒼前・蓼内・田ノ沢・土橋・長久保） ▶ 舟ヶ沢分館（鶴ヶ崎・舟ヶ沢・徳万館）
12月17日（金）	18：00～19：30	コミセン未来館	50人程度	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 乙供分館（明美・朝日団地・大旗屋・大向旗屋・乙供元町・表町・上畑・乙供栄町・坂下町・桜木町・乙供新町・館花・乙供本町・馬込・緑町・向旗屋） ▶ 姥沢分館（内姥沢・外姥沢・保戸沢・公園団地・みどりヶ丘団地）
日 程	時 間	会 場	定 員	町内会名
令和4年 1月12日（水）	18：00～19：30	町民文化センター	50人程度	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 旧第一小学区（才市田・徳万才・中岫平・大浦・赤平・八幡・戸館・新館） ▶ 旧小川原小学区（菩提寺・虫神・小川原・向山・沼崎本村） ▶ 境ノ沢
1月13日（木）	18：00～19：30	町民文化センター	50人程度	▶ 新町・本町・南町・栄町・花向町
1月14日（金）	18：00～19：30	町民文化センター	50人程度	▶ 上野・豊田・新山・大洞・旭町・栄沼

とうほくまちづくりミーティング （町政座談会）を開催します

▶ 開催日の臨時バス運行表（東北地区の一部）

🚌 12月13日（清水目分館～千曳分館～夫雑原分館～コミセン） 研修号55人乗り

清水目地区生涯学習センター	16：50	発
千曳地区学習等供用センター	17：05	発
夫雑原地区生涯学習センター	17：20	発
コミュニティセンター未来館	17：45	着 → 19：45 発（予定）
夫雑原地区生涯学習センター	20：10	着
千曳地区学習等供用センター	20：25	着
清水目地区生涯学習センター	20：40	着

🚌 12月15日（美須々分館～淋代分館～コミセン） 研修号37人乗り

美須々地区生涯学習センター	17：00	発
淋代地区生涯学習センター	17：20	発
コミュニティセンター未来館	17：45	着 → 19：45 発（予定）
淋代地区生涯学習センター	20：10	着
美須々地区生涯学習センター	20：30	着

（水喰分館～寒水分館～コミセン） 研修号55人乗り

水喰地区学習等供用センター	17：10	発
寒水地区生涯学習センター	17：30	発
コミュニティセンター未来館	17：45	着 → 19：45 発（予定）
寒水地区生涯学習センター	20：00	着
水喰地区学習等供用センター	20：20	着

🚌 12月16日（舟ヶ沢分館～甲地分館～コミセン） 研修号55人乗り

舟ヶ沢地区生涯学習センター	17：05	発
北農村環境改善センター	17：25	発
コミュニティセンター未来館	17：45	着 → 19：45 発（予定）
北農村環境改善センター	20：05	着
舟ヶ沢地区生涯学習センター	20：25	着

▶ その他

- ・当日は、マスク着用と入口で受付簿に氏名と連絡先の記入のほか、検温・手指消毒のご協力をお願いします。なお、体温が37.5度以上の方は入場をお断りしますので、あらかじめご了承ください。



- ・当日、諸事情などで来られない場合は、東北町ホームページ、広報紙掲載の郵便はがき、公共施設に設置しているご意見用紙（ご意見箱）からも、ご意見・ご要望をお寄せいただけます。

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

甲地小が河川教育の事例紹介

川に学ぶ体験活動全国大会

第20回川に学ぶ体験活動全国大会in小川原湖『生物多様性からつながる水辺の自然体験』が9月19日、オンラインで開催され、本町の甲地小学校（内海浩幸校長）が参加しました。

大会では、オープニングセレモニーとして、甲地小児童による生き物たちの寸劇（ビデオ）、続いて基調講演、その後の事例発表では、同校の澤目路子教諭が登場。土場川を活用した生き物調査・ビオトープの環境整備・カヌー体験など約10年間にわたる活動を紹介しながら、「活動を通じて、児童の環境保全・水質向上に対する意識が高まり、ふるさとを愛する気持ちにもつながっている」と発表しました。



オンラインで事例発表する澤目教諭

庁舎の感染症対策に役立てて

アンデス電気が自社製空気清浄機寄贈

アンデス電気株式会社（八戸市）の安田年孝社長と関係者は9月21日、長久保耕治町長を訪ね、自社製造の空気清浄機「バイオミクロンスクエア」5台を寄贈しました。

同社は創立50周年を迎えたこと、従業員に本町在住者が多数いることへの感謝として今回の寄贈を決定。贈呈式では、安田社長が「感染症対策として自社製品を役立てていただくとともに、1日も早いコロナ収束を願っています」と目録を長久保町長へ手渡しました。



寄贈した安田社長（中）・浜田伸一課長（左）

学校の清掃活動に役立てて

上北町商工会女性部 社会奉仕事業

上北町商工会女性部の附田秀子部長と蛭名セツ幹事は10月7日、上北中学校を訪ね、女性部員が手作りの雑巾100枚を寄贈しました。

寄贈は、同女性部社会奉仕事業の一環で、昨年到现在も実施。附田部長が生徒会長の沢尾奈乃葉さんに「学校生活に役立てて」と雑巾を手渡すと、沢尾さんが「日頃の清掃活動に活用します」とお礼を述べました。



寄贈した附田部長（中）・蛭名幹事（左）

東北・七戸町長が県へ大雨被害に関する要望書を提出

長久保耕治町長と小又勉七戸町長は9月22日、三村申吾県知事と三橋一三県議会議長のもとを訪問し、8月の台風第9号から変わった温帯低気圧による大雨被害に関する要望書を提出しました。

町では、高瀬川の堤防決壊により、間手場地区周辺の水田や工事現場が冠水被害を受け、町から要請を受けた国交省、農水省の排水ポンプ車による排水作業が連日昼夜を問わず行われていました。

両町から県への要望事項は、「排水費用の支援」・「高瀬川堤防決壊箇所の本復旧」・「河川の維持管理」・「激甚災害の早期指定」の4点で、三村県知事は「堤防の本復旧に向けて来年の出水期までには復旧する見込み」と言及しました。なお、要望後に本災害を激甚災害と指定することを国が決定し、排水費用等の財政支援も決まりました。



排水作業中の間手場周辺（8月16日）



排水作業終了後の間手場周辺（9月1日）

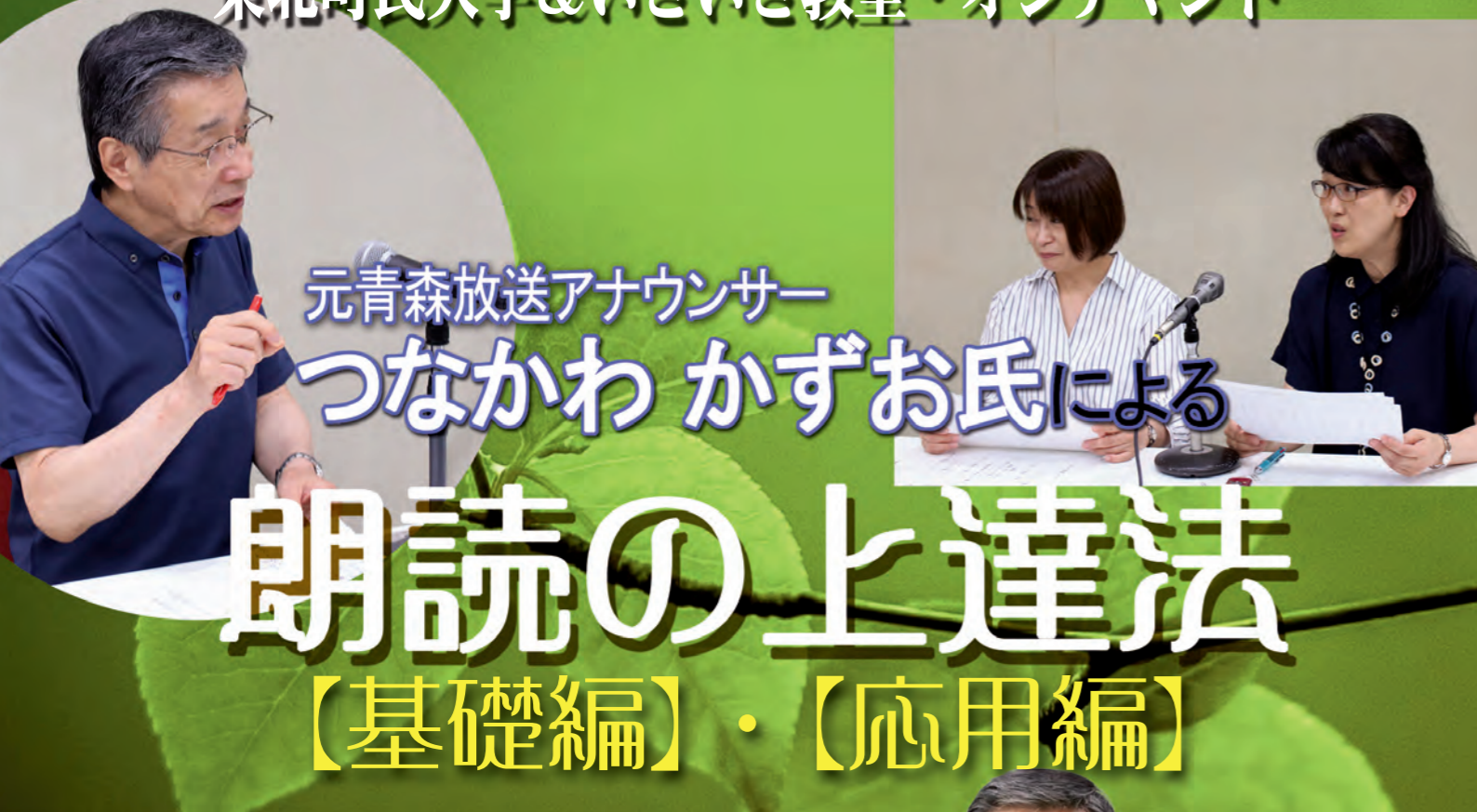
山ぶどう収穫が最盛期

山ぶどうを生産する社会福祉法人恵徳会・日中活動支援センターつばさ館（鈴木久美子園長）は9月14日、蓼内久保にある法人所有のぶどう畑で、枝もたわわに実った山ぶどうの収穫を始めました。

つばさ館では毎年、入所者の作業活動の一環で収穫作業を実施していますが、今年は新型コロナウイルスの感染拡大を受けて職員のみで収穫。糖度15%以上になった山ぶどうを1房1房大切に収穫していました。

収穫された山ぶどうは、山ぶどう100%ジュース・山ぶどう酢として、道の駅おがわら湖で販売しているほか、東北町のふるさと納税返礼品としても取り扱いしています。





元青森放送アナウンサー

つなかわ かずお氏による

朗読の上達法

【基礎編】・【応用編】



東北町テレビ11チャンネルにて放送

番組名	放送日	講師	放送時間
朗読の上達法・1【基礎編】	11月8日(月)	元青森放送アナウンサー つなかわ かずお	午前中 10時30分～11時00分、 夕方 18時30分～19時00分
朗読の上達法・2【応用編】	11月22日(月)		

※ それぞれ1日2回放送の30分番組です。

●問合せ● 東北町教育委員会 社会教育課 (東北町民文化センター)
Tel: 0176 (56) 5180 東北町民大学 または「いきいき教室」担当まで



東北町管工事協会主催

水道水関係作品コンクール 入賞作品一覧

協同組合東北町管工事協会(町屋恵子代表理事)は、生活に欠かせない水について理解を深めてもらおうと、町内園児を対象に水道水関係作品コンクールを開催しました。
本年度は、第二保育園、第三保育園、ハッピー保育園から作品を募集し、8作品が見事入賞しました。



お風呂でシャンプーしているところを描きました!

最優秀賞



柴田 けんいち 賢一 くん



トマトにお水をあげているところを描きました!

優秀賞



小笠原 はやた 颯汰 くん



佳作: 蛸名 虹心 ちゃん



佳作: 立崎 杏姫 ちゃん



佳作: 山田 藍那 ちゃん



入選: 鈴木 啓太 くん



入選: 田嶋 禮太郎 くん



入選: 蛸名 結歩 くん

文化賞、体育・スポーツ賞候補者の推薦を受け付けます

文化賞表彰

期限：12月20日（月）まで

- ▶ 文化賞
 - ・町の文化の高揚に顕著な功績のあった個人や団体の指導育成に著しい貢献をした方
 - ・東北6県規模の文化的大会や展覧会などで、最高位の成績を収めた方
 - ・全国的な文化的大会や展覧会などで、入賞または入選した方
 - ・芸術的スキルが特に優れ、全国レベルで希少価値をもつ方
- ▶ 文化功労賞
 - ・学術、芸術などの普及奨励に特に尽力した方
 - ・多年にわたり文化活動の養成指導に貢献し、その功績が著しい方
 - ・芸術、文化などの学術的研究で特に優れ、町の文化向上に寄与した方
 - ・文化活動の各種大会で優秀な成績、他の模範となる方などの指導育成に貢献が認められる方
- ▶ 文化奨励賞
 - ・県内の文化的大会や展覧会などで、最高位の成績を収めた方
 - ・東北6県規模の文化的大会や展覧会などで、入賞または入選した方
 - ・前記に準ずる成績を収めた方で、将来も芸術、文化の活動を続けると認められる方
 - ・芸術的スキルが特に優れ、全県的観点で希少価値を認められる方

■お申し込み
社会教育課
Tel 0176-56-5180 Fax 0176-56-4235

体育・スポーツ賞

期限：12月20日（月）まで

- ▶ 功労賞
 - ・町のスポーツ振興に尽くした方、多年にわたり選手の養成や団体の育成指導に尽くした方
 - ・学校体育の振興に尽くした方
 - ・体育、スポーツに関する学問的研究などで顕著な成果を挙げた方
- ▶ スポーツ賞
 - ・国際スポーツ大会に出場した方
 - ・国民体育大会や各種全国大会に出場し、優秀な成績を収めた方
- ▶ 優秀選手賞
 - ・国民体育大会や各種全国大会に出場した方
 - ・東北大会やこれに準ずる大会で、入賞した方
 - ・県大会やこれに準ずる大会で、優秀な成績を収めた方
 - ・前記のほか、特に優秀選手賞を授与することが適当と認められる方

■お申し込み
スポーツ振興課
Tel 0175-63-3500 Fax 0175-63-4477

※文化賞表彰および体育・スポーツ賞の推薦において、小学生と中学生は除きます。

「野焼き」は犯罪です！

違法な野焼きをした場合、法律により罰せられます。

「野焼き」とは、自宅の庭や空き地などで適切な償却施設を用いずに廃棄物を焼却することで、廃棄物処理法により禁止されています。

5年以下の懲役または1,000万円（法人は3億）以下の罰金に処せられるなど、厳しい罰則が設けられています。

自宅の庭などで、ドラム缶やブロック囲いでゴミを燃やすことも原則として処罰の対象になります。

「昔から燃やしているから」、「少しだけだから大丈夫だろう」と簡単に考えて、罰則を受けるケースもありますのでご注意ください。

廃棄物は適正に処理しましょう

詳しくは東北町役場保健衛生課までご連絡ください。

【連絡先】 ☎ 0175-63-2001 Fax 0175-63-2043

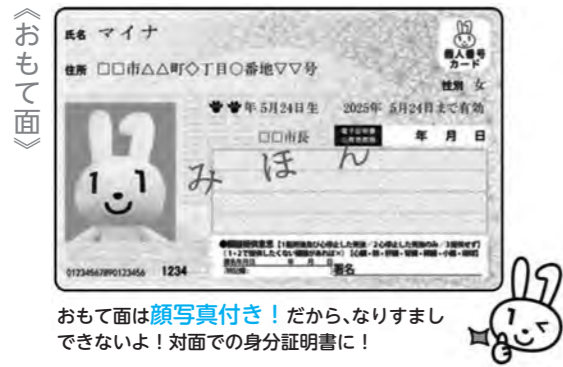
有料広告欄 広報とうほくに広告を掲載しませんか？ 企画課 Tel 0176-56-3111（内線246）まで

1号広告 縦6センチ×横17.5センチ 12,000円/月

2号広告 縦6センチ×横8.5センチ 6,000円/月

他サイズの相談は企画課まで ☎ 0176-56-3111

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。受取希望日前の開庁日（8：15～17：00）までに電話予約のうえ、お越しください。

- ▶ 夜間開設日（第1・3月曜日の17：00～19：00）
（11月）11月15日
（12月）12月6日・12月20日
- ▶ 休日開設日（第2日曜日の9：00～12：00）
（11月）11月14日
（12月）12月12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。

■ お問い合わせ
町民課 TEL 0176-56-3111

延期していた甲種防火管理講習を開催します

令和3年度甲種防火管理 新規 講習	
日時	12月21日（火）9：45～16：20 12月22日（水）9：45～16：25 ※受付9：20～9：40
場所	七戸町中央公民館大ホール（七戸町字森ノ上210番地）
受講料等	受講料 4,500円（テキスト代等） 受講定員40名（定員に達し次第締め切り）
令和3年度甲種防火管理 再 講習	
日時	12月20日（月）9：35～11：55 ※受付9：20～9：35
場所	中部上北広域事業組合消防本部2階大会議室（七戸町字荒熊内159-4）
受講料等	受講料 2,000円（テキスト代等） 受講定員20名（定員に達し次第締め切り）

- ▶ 受付 11月15日（月）～11月21日（日）
- ▶ 申込 中部上北広域事業組合消防本部予防課（9：00～17：00）・各消防署（9：00～19：00）
- ▶ ほか 「受験申込書」は消防本部ホームページから <http://www.chubukamikita-fd.jp/>
- ▶ 問い合わせ 中部上北広域事業組合消防本部予防課 TEL 0176-62-3142

インフルエンザ予防接種を実施します（無料）

町では、対象者の方に対してインフルエンザの予防接種を実施します。接種を希望する方は期間内に接種してください。（接種は義務ではなく、あくまで本人の希望によるものです）

- ▶ 接種期間 11月1日（月）～令和4年1月31日（月）
- ▶ 対象者 ①65歳以上の町民（昭和31年10月31日までに生まれた方）
②19歳以上65歳未満の方で心臓、腎臓、もしくは呼吸器の機能等に障害のある方（身障者手帳を持っている方）
③生後6カ月～高校3年生（年度内年齢18歳）までの町民
④妊娠されている方（町に妊娠届を提出した方）
- ▶ 費用 無料（ひとり1回に限り町で負担・生後6カ月～12歳までは2回、町で負担します）
- ▶ 医療機関 以下のとおり（吉田内科医院は、土曜日以外も接種可能になりました）

医療機関	受付時間	平日		土曜日
		午前	午後	
ちびき病院 ☎ 0175-64-5100		8：30～11：45	3：00～4：45	8：30～11：45
吉田内科医院（水・木休診） ☎ 0175-63-3777		（月曜・金曜）9：00～18：00 （火曜）9：00～12：00		9：00～12：00
すみれ内科クリニック ※要予約 ☎ 0176-56-2221		（月曜・火曜）13：00～16：30 （予約受付は平日の9：00～17：00） ※未就学児への接種は実施していません。		休診
小川原湖クリニック ☎ 0176-56-5600		8：30～12：30	3：00～6：30 （水曜日午後は休診）	8：30～12：30
旭日クリニック ☎ 0176-58-2050		9：00～12：00	2：00～5：30 （木曜日午後は休診）	9：00～12：30

- ▶ そのほか
接種の際は予診票の記入が必要です。自分で署名できない場合は代筆者の署名（家族等）がないと接種できません。お子様の予診票には保護者の方の署名が必要です。看護師や事務員の署名では接種できませんのでご注意ください。
※以下の町外医療機関および介護施設に入院・入所している高齢者の方、訪問診療を受けている高齢者の方は同様の医療機関で接種が可能です。
● 公立七戸病院 ● 介護老人保健施設 えぼし ● ナーシングセンター 柏葉
※接種期間内に町が指定する委託医療機関以外で接種した場合は、令和4年2月28日（月）までに申請することで、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 0176-56-2933 または TEL 0175-63-2001



今よりちょっと元気になるお話

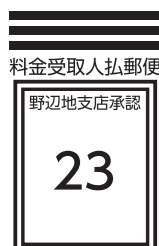
～ 気づく、声がけする、つなげる、見守る ～

コロナ禍のいま、心の元気がない時はご近所など地域の「誰かの声がけ」がとても大切です。コロナストレスに負けない「ここを元気にする教室」を開催します。

- ▶ **主催** 青森県・青森いのちのネットワーク（東北町共催）
- ▶ **日時** 11月18日（木）13：30～15：30 ※締め切りは11月12日（金）まで
- ▶ **場所** 東北町保健福祉センター（東北町字膳前37番地1）
- ▶ **内容** ①紙芝居（うつ病になった祖母への接し方を動物から教えてもらう物語。うつ気味な方への対応ポイントが分かります）
②あるある寸劇（なんだかいつもと様子が違う？声をかけてみよう）
③座ってできる有酸素運動（ココロと体のつながりを知って体操しましょう）
- ▶ **講師** 青森いのちのネットワーク
- ▶ **対象** 定員30名。どなたでも参加できます
- ▶ **申込** 東北町保健衛生課 ☎ 0175-63-2001 FAX 0175-63-2043

※ 広報紙から切り取ったもののみ有効です ※

郵便はがき



0 3 9 - 2 4 9 0

差出有効期間
2022年3月31日まで

東北町上北南四丁目32-484

東北町役場企画課

「町民の声」係 行



〒 _____

お名前 _____ 年齢 _____

町に対するご意見・ご要望は「郵便はがき」をご活用ください

お寄せいただいたご意見等は、回答に時間を要する場合がございます。ご意見・ご要望の回答を希望する一部案件については、町の回答を付して、個人情報を除き、ホームページ等で公開しますので、あらかじめご了承ください。

なお、次のいずれかに該当する場合は、回答できませんのでご注意ください。

- ・匿名および回答希望のないもの
- ・記載内容が不明瞭または判読できないもの
- ・法律、法令等の規定により開示することができないもの
- ・特定の個人や団体などの誹謗中傷、プライバシーに関するもの
- ・特定の個人や団体の営利につながる恐れのあるもの
- ・政治活動、宗教活動に関するもの
- ・その他、町政への提案として認められないと判断するもの

■お問い合わせ 企画課 TEL 0176-56-3111

みどりの大地とロマンの森公園 管理人を募集します

- ▶ **業務内容**
冬季間（12月～3月）の公園内における管理棟・休憩棟の清掃、屋外便所の清掃、ゲレンデ整備、簡易リフト運転助手、建物周辺等の除雪、火気管理、そのほか管理に関する業務
- ▶ **募集人員** 2名程度
- ▶ **応募資格**
健康に自信があり、スノーモービルを運転可能な方（年齢・経験不問）
- ▶ **任用期間**
令和3年12月末～令和4年3月上旬までの間で、70日程度
- ▶ **勤務時間**
午前10時～午後9時までの間で、5時間～8時間程度の勤務 ※祝祭日の勤務あり
- ▶ **募集締切**
12月6日（月）まで
※履歴書の提出をお願いします。

■応募・お問い合わせ
東北町スキークラブ事務局 乙供
（役場分庁舎・町民課）
TEL 0176-56-3111(内線542)

蜜蜂を飼育する方は毎年届け出が必要です

- ▶ **蜜蜂の配置**
・提出…蜜蜂配置希望申告書・採蜜状況報告書
・期限…12月上旬
※蜜蜂を飼育するためには、養蜂振興法に基づく飼育届の提出のほか、毎年1月に県民局が開催する配置調整会議において、調整を図る必要があります。
- ▶ **蜜蜂の飼育届**
・提出…蜜蜂飼育届 ・期限…1月下旬
※確定した配置について毎年1月1日現在の飼育状況を記載し、提出してください。

上記の届け出は上北地域県民局地域農林水産部畜産課に提出してください。なお、花粉交配のみで蜜蜂を一時的に飼育されている方の届け出は不要ですが、趣味であっても通年で飼育する場合は届け出が必要です。また、蜜蜂を飼育していない場合でも、飼育する目的で巣箱を設置する場合は届け出が必要となります。

※提出様式のダウンロードは、青森県ホームページ「蜜蜂飼育届出の義務について」から

■お問い合わせ・提出様式配布先
上北地域県民局地域農林水産部 畜産課
TEL 0176-22-8111（内線226）

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	処 遇	試験場所
陸上自衛隊 高等工科学校生徒	推薦 男子で中卒（見込含） 17歳未満の学校長が推薦できる方	11月1日～12月3日	令和4年1月8日～11日※	[学生手当] 月額：103,700円	別途各人に 連絡
	一般 男子で中卒（見込含） 17歳未満の方	11月1日～ 令和4年1月14日	1次：令和4年1月22・23日※ 2次：令和4年2月3日～6日※	[期末手当] (年2回)	
貸費学生	大学の理学部・工学部 ※1の3、4年次 または大学院修士課程在学の修業 年限を終る年の4月1日現在で 26歳未満の方	10月1日～ 令和4年1月14日	令和4年1月29日	[学資金貸与] 毎月：54,000円	

※試験期日については、後日指定されます。
※1 学部については、理学部、工学部に類する学部も応募資格に該当する場合があります。詳しくはお問い合わせください。

■試験日程は変更する場合がありますので、細部は以下の連絡先まで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：08：45～17：30）
E-mail:aomori.pco.misawa@rct.gsdf.mod.go.jp



廃プラスチックの適正処理をお願いします

農業用使用済プラスチックは産業廃棄物です。野焼きおよび不法投棄は違法なので適正な処理をお願いします。

- ①農業用ポリエチレン（透明）
 - ②農業用ポリエチレン（その他の色）
 - ③ハウスビニール・農業用ビニール
 - ④その他農業用資材（肥料袋、苗箱、農薬ボトル等）
- の4種類に分別し、梱包せず搬入してください。

- ▶ 期 間 12月17日（金）まで
- ▶ 場 所 東管工業(株) 東北町字柳沢59-21
- ▶ 時 間 毎週 月曜～金曜日
8時～12時・13時～17時
- ▶ ほ か 土・日曜日は搬入できません。

■お問い合わせ

農林水産課 TEL 0176-56-3111

アレコホール定期演奏会2021

バリトン歌手と二人のピアニストによる、歌をメインとしたコンサートを開催します。

- ▶ 演奏曲
歌劇「フィガロの結婚」より
カルメンファンタジー（2台ピアノ編）
ヨイトマケの唄 ほか
- ▶ 日 時
11月23日（火・祝）
開場17:30 開演18:00
※8月28日（土）中止の振替公演です。
- ▶ 場 所 青森県立美術館アレコホール
- ▶ 料 金 一般 2,000円 高校生以下 1,000円
（全席指定・前売りのみ）
- ▶ 申 込
チケットサイトカンフェティのWebページまたは電話（☎ 0120-240-540）
- ▶ 詳 細
県立美術館ホームページ
（右のQRコードから）



高齢者飲食店等利用券『食べ乗り湯券』の申請はお済みですか？

町では、令和3年度中に65歳に達する方で、なおかつ令和3年8月1日現在、東北町に住民登録がある方に対し、取扱加盟店の飲食店・タクシー・温泉で使える利用券の申請書を送付しています。

交付を希望される方は遵守事項に同意をいただき、必要事項記入のうえ、返信用封筒に入れてポストへ投函してください。

福祉課で申請書を受領後、決定通知とともに利用券を送付します。（ポスト投函～決定通知まで2週間程度かかります）

申請書の受付締切日は
令和3年12月24日（金）まで
利用期間は
令和4年1月31日（月）まで

■お問い合わせ 福祉課 TEL 0176-56-3111

配管工認定講習、責任技術者・配管工更新講習

- ▶ 講習日時
・弘前会場…令和4年1月14日（金）10:30
・八戸会場…令和4年1月17日（月）10:30
・青森会場…令和4年1月20日（木）10:30
- ▶ 申し込み
下水道課で準備している申込書に必要事項を記入し、必要書類を添えて下水道課に提出してください。（郵送不可）
- ▶ 手 数 料（振込手数料除く）
・配管工認定講習……………7,000円
・責任技術者更新講習…7,000円
・配管工更新講習……………5,000円
- ▶ 申込受付
令和3年11月9日（火）～11月30日（火）
※土・日曜日、祝日を除く
- ▶ 主 催 青森県下水道協会
- ▶ そのほか
新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、日程を延期または中止させていただく可能性があります。

■お問い合わせ 下水道課 TEL 0176-56-3111

ひとり親家庭の女の子へ ささやかな安心をお届けします

町と東北町社会福祉協議会は、ひとり親家庭の女子児童・生徒を対象とした支援事業として、生理用品の無料配布を行っています。

- ▶ 対 象 者 町内在住のひとり親家庭で、小学5・6年生、中学生、高校生の女子生徒がいる家庭（東北町ひとり親家庭等医療費受給者証または生活保護の医療受給証をお持ちの家庭）
- ▶ 配 布 数 女子児童・生徒おひとり1袋
- ▶ 配布期間 11月30日（火）まで
- ▶ 配布場所 東北地区…東北町社会福祉協議会窓口（町老人福祉センター内）
上北地区…東北町社会福祉協議会上北支所窓口（町立図書館内）
- ▶ 配布時間 平日8時15分～17時
- ▶ そのほか
・受け取りの際は、対象者確認のため、医療費受給者証をご持参ください。
・女性の体や健康のことで悩みがある方は、保健衛生課の保健師までご相談ください。
・この事業は「赤い羽根共同募金」の助成金を活用して実施しています。

■お問い合わせ

東北町社会福祉協議会 TEL 0175-63-2717 東北町役場保健衛生課 TEL 0175-63-2001

指名手配犯の逮捕にご協力を！

令和3年8月末現在、全国の警察から指名手配されている者は、約570人に上っています。

これらの指名手配犯は、殺人・強盗等の凶悪事件のほか、暴行・傷害・窃盗・詐欺・横領等の事件に関係しており、再び犯行を行うおそれがあります。

警察では、特に重大な犯罪の犯人を選定したうえで、11月中に全国警察の総力を挙げて追跡調査を行うこととし、これら犯人の早期検挙に取り組んでいるところです。この捜査活動には、皆さまのご協力がぜひとも必要です。

指名手配犯によく似た人を見かけたといった情報など、どんなわずかなことでも、警察に通報していただくようお願いいたします。



■通報先

緊急通報 TEL 110
青森県警察本部 TEL 017-723-4211
七戸警察署 TEL 0176-62-3101

回答を 希望する ・ 希望しない

回答希望の場合は、電話・ファックス・メールのいずれかをこちらにご記入ください。

お問い合わせ、ご意見・ご要望をこちらにご記入ください。

11月14日は「世界糖尿病デー」です

糖尿病は今では「国民病」と呼ばれています。みなさんも糖尿病について考えてみましょう！

Q 糖尿病ってなに？

糖尿病は、血液中のブドウ糖の濃度（血糖値）が高い状態です。本来、体を動かすためのエネルギー源として筋肉や細胞に運ばれるはずのブドウ糖が上手に細胞の中に取り込まれず、血液の中に余ってしまうと、尿によって体外に流れ出るようになります。そのため、「糖尿病」と呼ばれ、40歳以上の10人に1人は糖尿病といわれています。

Q 糖尿病になるとどうなるの？

糖尿病は、はじめのうちは体がだるい、疲れやすいといった程度で、痛みなどの自覚症状がないのが特徴です。そのため、治療をせずそのまま放置している方が多いですが、放っておくと知らない間に症状が進行し、気づいた時には取り返しのつかないことになってしまいます。

🧠 糖尿病合併症の「しめじの心臓」 🧠

血糖値を高い状態のまま放置すると、徐々に全身の血管や神経が侵されて、深刻な病気が引き起こされます。糖尿病の本当の怖さは、この合併症です。

合併症には、「神経障害」、「目の網膜症」、「腎症」の頭文字をとった『しめじ』があります。

この『しめじ』に加えて、動脈硬化が原因となる脳梗塞、心筋梗塞があります。この2つもあわせて、「しめじの心臓」と覚えてください。

糖尿病の3大合併症

- し 神経の障害：糖尿病神経障害
- め 目の障害：糖尿病網膜症
- じ 腎臓の障害：糖尿病腎症

! 予防するポイント

最も重要な糖尿病予防は、肥満予防です。そのためにも食事と栄養のバランスに気を付けましょう。

- ①適正体重を知ろう。※BMI（肥満判定の国際基準）＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）
標準は18.5～25未満
- ②甘いもの・脂っこいものの取りすぎに注意し、野菜をしっかり食べ、バランスのいい食事を心がける。
- ③お酒はほどほどに。
- ④ストレスをためない。休息と睡眠をしっかりとする。
- ⑤定期的に健診を受けて血糖値を把握する。
町民のみなさんも町や勤務先で行っている健診を毎年受けて、血糖値について確認しましょう！

七戸病院・小野院長コラム

スマホ脳 その2



今月も“スマホの使い過ぎは危ないぞ〜”の続き。前回スマホは、ドパミンを利用して人を操っているというところまで書きました。このドパミンが出ると嬉しくなって、くせになる現象は、脳科学の業界で少しは有名な脳内報酬系と呼ばれるシステムで起こります。報酬系についてホンの少しだけ説明します。

例えば、原始時代。食料が常に不足していた頃は食物獲得への意欲が強い人間のほうが、当然生き延びる可能性が高かった。だから、食べ物新しい情報を知ると、脳はドパミンを放出するという性質を戦略的に大昔から持っていた。何か生き延びるための情報が欲しい。それこそウソでも何でもイーンです。情報にさえ接すればドパミンが出るようにできていて、これをたくさん出す人の子孫が長時間をかけて選ばれて生き残ってきたんです。このドパミンの報酬系は、やる気を出させ、大昔も今も食物や異性をゲットできるようにしむけてきたのですが、それだけでなく、例えば人の役に立ったり、褒められたりすると、やはりドパミンが出て嬉しくなって、そうなるように努力するようになる。これも報酬系の仕業です。人を喜ばせたり、自己を高めることは社会的に自分や自分の子孫を生き延びやすくさせることになる。報酬系は実に偉大なるシステムでもあるのです。

知ってか知らずか、この報酬系を利用したのがスマホだったのです。近年の脳科学の進歩で分かってきたのですが、前回も書いたようにSNSやチャットの着信音だけで、このドパミンが少量ですがキッチリ出るとのことです。で、スマ

ホの“お手軽ドパミン”を繰り返し浴びていくうちに、だんだん深みにはまる。魔法のドパミンを求めて、より頻繁にスマホをいじりだす。歩きながら、食べながら、バスや風呂（ばす）の中でも、運転中も、授業中も、挙句の果てにデート中も（何のためのデートやねん？）いつでも、どこでもになる。ドハマリするという意味では麻薬と同じです。これを読んでも若い皆さん。思い当たるフシがあるでしょ？

2007年に初めてiPhoneが発表された頃はインターネットと繋がる性能がイマイチで人気も、もひとつだったけれど、ハマる人が激増してきたのは2011年以降のこと。携帯で、いつでも、どこでもSNSで情報発信が双方向に世界中にできるようになってしまった。ほぼ同時期にスマホが金持ちオタクだけの物でなく、一般人の必需品になった。お子様まで普通にスマホを持つようになった。現在、この特にお子様の依存症が大問題になっています。スマホの生みの親のスティーブジョブズやその元締めビルゲイツは自分の子どもたちには、厳しい使用制限をしていたというのを知っていました？着信音でドパミンが出るのが分かる前のタイミングなのですが、どうやら彼ら自身に、“なんかスゲーやばいマシンを作ってしまった”という自覚はあったんでしょな。その依存症の特性や実害、対策、特にお子様たちのスマホ依存については、また来月。

子育て世代包括支援センター “^{モン}・^ベ・^ベ” から不妊相談窓口開設のお知らせ

子育て世代包括支援センターでは、妊娠・出産・育児に対する不安や相談に助産師・保健師・栄養士が応じています。妊娠を望む方への相談も受け付けますので、お気軽にご相談ください。

お問い合わせ 子育て世代包括支援センター（東北町保健福祉センター内） ☎ 0175-63-2001

求人

日本のアメリカで働きませんか 在日米軍従業員募集

独立行政法人駐留軍等労働者労務管理機構『エルモ』では、在日米軍基地で勤務する従業員の募集を行っています。

興味のある方は、エルモホームページをご覧くださいか、お問い合わせください。

■お問い合わせ

エルモ三沢支部管理課管理係
担当施設…
三沢飛行場・八戸貯油施設・車力
通信所 Tel 0176-53-4165
URL : <https://www.lmo.go.jp>

TAX 納税期限

11月30日(火)は

固定資産税4期、国民健康保険税5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)

相談

お気軽にご相談ください
東北町心配ごと相談所

12月15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

国民年金保険料は全額が 社会保険料控除の対象です

国民年金保険料は社会保険料控除の対象となり、納めた金額がその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

控除の対象となるのは、令和3年1月1日から12月31日までに納めた保険料の全額です。過去の年度分や追納した保険料も含まれます。

また、ご家族（配偶者やお子様等）が負担すべき保険料を納めた場合、ご自身の保険料だけでなく、その保険料も控除が受けられます。

なお、本年中に納めた保険料の社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告の際に、領収書等の保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。

このため、令和3年1月1日から9月30日までの間に保険料を納めた方は11月上旬頃（令和3年10月1日から12月31日までの間に保険料を納めた方は、令和4年2月上旬頃）に日本年金機構から「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が送られますので、申告書を提出の際には必ずこの証明書または領収書を添付してください。

■お問い合わせ

青森年金事務所
Tel 017-734-7495

TAX 納税

夜間の納税相談窓口

今月の相談日は
11月10日(水)
11月24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

相談

あおり性暴力被害者支援 センターを開設しています

レイプや強制わいせつなど、性犯罪・性暴力の被害にあわれた方やそのご家族などからの相談を受け、要望に応じた必要な支援をコーディネートします。

▶りんごの花ホットライン

☎ 017-777-8349 (やさしく)
専門の相談員が対応。秘密は厳守します。

▶相談受付時間

月・水 10:00～21:00
火・木・金 10:00～17:00
(祝日・年末年始を除く)

県が運営を委託する「あおり被害者支援センター」では、ボランティアの支援活動員も募集しています。活動に関心のある方は(☎ 017-718-2085) まで

TAX 税金

令和3年度以降の年末調整 説明会取りやめのお知らせ

これまで、十和田税務署主催で毎年開催していた年末調整説明会については、令和3年度以降は実施しないことになりました。

なお、年末調整に関する各種情報については、国税庁ホームページに年末調整特集ページ

(<https://www.nta.go.jp/users/gensen/nencho/index.htm>)
をご覧ください。

年末調整特集ページ
QRコード



お知らせ

J R 東日本新幹線走行試験

▶ 仙台～新青森間（複数回）
12月 5日23時頃～ 6日5時頃
12月 7日23時頃～ 8日5時頃
12月11日23時頃～12日5時頃
12月14日23時頃～15日5時頃
12月18日23時頃～19日5時頃
12月21日23時頃～22日5時頃
▶ 仙台～新青森間（復路・複数回）
令和4年
1月11日23時頃～12日5時頃
1月13日23時頃～14日5時頃
1月16日23時頃～17日5時頃

■お問い合わせ

J R 東日本盛岡支社企画室
Tel 019-625-4019

総合相談

～人権、行政相談～

12月6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

12月20日(月)

▶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

農業用免税軽油の免税証(令和4年3月～)の申請受付

▶受付期間 11月15日(月)～26日(金) 9:00～16:00 ※土日・祝日を除く
▶受付場所 青森県十和田合同庁舎1階 上北地域県民局県税部(十和田市西十二番町20-12)

提出書類		新規	更新 ※1	継続
1	免税軽油使用者証交付申請書	○	○	
2	免税証交付申請書	○	○	○
3	農業用免税軽油交付数量計算書または免税軽油使用計画書	○	○	○
4	耕作証明書	○	○	○
5	使用機械の譲渡(販売)証明書またはリース契約書	○	△ ※2	
6	免税軽油の引取り等に係る報告書の提出の期限の特例指定申請書	○	○	○
7	誓約書	○	○	
8	交付されている免税軽油使用者証		○	○
9	県税関係証明等原簿(県証紙400円貼付)	○	○	
10	返信用封筒(切手414円貼付)	○	○	○

※1 交付された免税軽油使用者証の有効期限が切れる場合 ※2 使用機械が増える場合は提出ください

■お問い合わせ 上北地域県民局県税部 課税課 Tel 0176-22-8111 (内線209)



戸籍の窓

令和3年9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
荒木 翠	旭町	俊輔	沢居 奏斗	本町	和希
鶴ヶ崎 太音	鶴ヶ崎	善貴	小笠原 耀大	小川原	雄司
三岳 結翔	公園団地	龍也	久保 結凪	新町	勇輝
中村 龍二	乙供栄町	龍弥	河村 彩葉	新町	裕一郎
沼山 愛華	新町	健太			



氏名	町名
川又 一真	岩手町
吹越 京香	甲地



氏名	年齢	町名	氏名	年齢	町名
蛭沢 勝男	71	馬込	沼田 硬一郎	89	田ノ沢
中村 忍松	91	大池	大石 キセ	88	五十嵐
原子 カヨ	95	夫雑原	沼山 ナホ	97	小川原
松山 勘次郎	95	上畑	蛭名 とき彥	91	栄町
森川 吉定	99	甲地	坂本 はな	88	虫神
甲地 功	86	乙供栄町	工藤 アイ子	88	新町
横濱 正美	89	緑町	和田 二郎	80	旭町
濱田 茂美	67	舟ヶ沢	立崎 フミ	94	大洞

まちのうごき

(令和3年9月末現在)

区分	人口	前月比	前年同月比
男性	8,213人	-4	-136
女性	8,779人	5	-87
合計	16,992人	1	-223
世帯数	7,294戸	1	-17

その他(1月からの累計)	
出生	10人(62人)
死亡	21人(224人)
転入	36人(331人)
転出	24人(331人)

上十三・十和田湖広域定住自立圏情報

【十和田市】

カミのすむ山 十和田湖 FeStA LuCe 2021-2022

語り継がれる十和田湖伝説をもとに、神秘的な光で演出。新しい光の物語を体感してください。

▶第1章 光の紅葉物語
～11月23日まで

▶第2章 光の冬物語
12月4日～
令和4年2月20日まで

▶場所 十和田湖畔休屋

■お問い合わせ
十和田湖冬物語実行委員会
☎ 0176-24-3006

東北町の新型コロナワクチン
接種関連情報はQRコードから

町立図書館企画

わたしの一冊

vol. 3

今月の紹介者は「甲地小学校の内海浩幸校長」です



手ぶくろを買いに
【作】新美 南吉
【絵】黒井 健
【出】偕成社

この本は、「ごんぎつね」で有名な新美南吉の作品です。新美南吉は、病気のため29歳でこの世を去りましたが、短い生涯に多くの名作を残しています。「手ぶくろを買いに」はその中でも私が一番好きな作品です。

私がこの作品に出合ったのは、50年程前の小学2年生の時です。国語の教科書に載っていました。以来、ずっと心から離れず、時折童話集を引っ張り出して読んでいます。何度読んでも、「ほんとうににんげんは、いいものかしら。」と最後につぶやく母狐の姿を想像して余韻に浸ってしまいます。ぜひ、子どもと一緒に読んでみてください。

- 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 TEL 0176-56-2261

文芸ギャラリー

あけぼの句会

青い空見上げて眠るお花畑
米内山 真理子

風行きて秋を連れくる空の青
阿部 節子

午後の陽に光る編針冬用意
阿部 キミ

曼珠沙華ときめいた君はもう居ない
大坂 チエ

大岳のすゝき纏ひてまどろみぬ
浅井 信子

秋霧や馬場への道の暗き四時
村治 牧子

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 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

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!!

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

イクヨ キューキューキュー

通話無料 0120-194-999

上北店 0176-58-1800

Hがんぽん 便利くん



ささき りつ
佐々木 律 くん
〈徳万才〉



はら なごみ ちゃん
原 なごみ ちゃん
〈南町〉



せがわ ゆうま
瀬川 悠真 くん
〈旭町〉



▼申し込みの締め切りについて
1月生まれ

(1月6日発行の広報)→11月25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)



かたやま しんたろう
片山 心太郎 くん
〈中岫平〉



たかまつ りつ
高松 奏汰 くん
〈乙供新町〉



さわむら くれな
澤村 紅奈 ちゃん
〈新町〉



たちばな すず
立崎 紗 ちゃん
〈南町〉



ふっこし ひかる
吹越 光 ちゃん
〈甲地〉



UD FONT

見やすいユニバーサル
デザインフォントを
採用しています。



広報とうほくがアプリで読める！聞ける！

▶多言語で読むことができる。(自動翻訳)



【対応言語】

日本語、英語、中国語(簡体字・繁体字)
韓国語、タイ語、ポルトガル語(ブラジル)
スペイン語、インドネシア語、ベトナム語

▶自動音声読み上げ機能で、
文章を「聞く」ことができる。

▶アプリのインストールは
QRコード(右)からお願いします。



無料アプリ
Catalog Pocket
〈カタログポケット〉



編集幸記

先月から続く七戸病院・小野院長コラム『スマホ脳』シリーズ。私は「食べながら」いつでも、どこでも「なる」に思い当たるフシがある一人です▼特に、就寝前にスマホを触り出すと眠れなくなった経験がよくありました。そこで、夜にお風呂を上がったらずスマホを触らず、読書をして就寝するようにしています▼読書の秋、みなさんはなにを讀みますか？私は、城山三郎著書「官僚たちの夏」・「辛酸」を飽きずに10回以上は読んでいますが、今年の秋こそは新しい本を手にとってみたいと思います(西)

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)

