



とうほく

2

No.202

町観光協会は1月8日、コロナ禍の中、町民に花火の力で元気な気持ちになってもらうこと、翌日に成人式を控えた新成人の門出を祝うため、町内4カ所で2110発の花火を打ち上げました。

小川原湖を彩る「冬花火」



P 2～3

祝 北京冬季五輪出場
枋木司選手（東北町出身）

P 4～6

成人式・フォトレポート



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！



祝 北京冬季五輪出場

バイアスロン競技 柁木しほ

司選手つかせ (東北町出身)



提供：自衛隊体育学校

柁木選手が五輪初出場果たす！

日本バイアスロン連盟は1月16日、北京冬季五輪出場する日本代表メンバーを発表し、東北町（乙供本町）出身の柁木司選手（30）が悲願のオリンピック出場を果たしました。町出身者が選手としてオリンピックに出場するのは、蛭沢克仁さん、蛭沢大輔さん以来3人目の快挙です。

柁木選手は蛭沢小（現・東北小）4年でスキーを始め、東北中では全国中学校スキー大会に出場するなど活躍し、野辺地高校へ進学。高校3年時には、インターハイの10キクラシカルで3位、距離男子リレーでは全国の頂点に立ちました。

その後、自衛隊体育学校ではバイアスロン競技の道へ進みます。バイアスロンは、クロスカントリースキー（フリー走法）とライフル射撃を組み合わせた複合競技で、ライフル銃を背負ってスキーで滑走し、スキーの速さと射撃の命中率の正確さを競います。

2018年に開催した平昌冬季オリンピック出場は逃したものの、昨季のワールドカップでは28位、今季は左足甲の疲労骨折で出遅れまし

柘木選手から町民のみなさまへメッセージ



提供：自衛隊体育学校

小中学校時代は特に目立つ成績は残せませんでした
が、目標に向かって諦めず
やった結果、やっと夢が叶
いました。

東北町代表として、東北
町の名前を広められるよう
頑張ってきたと思います。

◀柘木先輩応援しています▶



アスリートクラブ東北のスキー部のみなさん

たが、11月に開催したワールドカップでは自己最高の9位に入り、オリンピック初出場が期待されていたところでの今回の吉報でした。

出場が決まり、町内は祝福ムードに包まれています。なかでも、アスリートクラブ東北の村飛陽さん（東北小6年）は、「自分たちと同じ環境で練習してきた先輩が大舞台で活躍していることが凄い。自分ももっと練習を頑張りたいと思う」と目を輝かせていました。

「オリンピックのスキー選手がばくの夢です」。オリンピック出場は、小学校の卒業文集にも記した柘木選手の夢舞台。「人と同じことをしてもトップには立てない」と、練習をしすぎるほどだったと母の郁子さんは当時を懐かしく振り返ります。また、父の義弘さんは「今季は疲労骨折の影響で思うような練習ができな」と息子の苦しい胸の内を聞いていたことから、「心配していたが、今はほっとしている」と安堵の表情を浮かべていました。

柘木選手の出場するバイアスロン競技は2月5日から始まります。義弘さんは「悔いを残さずに楽しんできてほしい」、郁子さんは「たくさんの人に恩返しするつもりで、滑って撃ってきてほしい」とエールを送りました。



「東北町出身の成人として立派な大人になることを誓います」ー。

祝 東北町 成人式

町は1月9日、コミュニティセンター1未来館で、延期していた2020年度成人式および21年度成人式を開催しました。

式典には、20年度48人(対象206人)、21年度96人(対象197人)が参加。2部構成で同日に開催し、長久保耕治町長が、「出会いを大切に、互いを尊敬し合いながら協調を大切に、若き担い手として成長することを期待します」と激励すると、新成人を代表して20年度の野田頭龍生さんが、「大人として様々な権利を与えられるが、今後も人生の先輩である皆さまのお力添えをお願いします」、21年度の濱田健太郎さんは「成人式を迎えることができたのは、大切に育ててくれた家族や先生方、そして、地域の皆さまのおかげです」と、それぞれ感謝と決意を述べました。

式典後には、町出身の歌手・小笠原優子さんによる記念演奏会や記念撮影が行われたほか、参加者たちが旧友との再会を喜び合い、楽しいひとときを過ごしていました。

第1部

20年度成人式
フォトレポート





第2部

21年度成人式

フォトレポート



2年振りの開催『火消し魂』揺るぎなく 東北町消防団出初式

東北町消防団（新山助十郎団長）は1月9日、南総合運動公園で出初式を行い、地域防災および住民生活の安定にまい進する決意を新たにしました。

式には、消防団員約300人と消防車20台が参加。観閲者の長久保耕治町長から服装や車両の点検を受けた団員は、寒さをもともしない堂々とした分列行進や一糸乱れぬ纏（まとい）振りを披露しました。

また、永年勤続功労章の表彰式では長年活動に貢献した団員を表彰し、その後、長久保町長が「出初式を機に、町発展・住民生活安定のため、一層のご努力・ご精進をお願いする」とあいさつ。続いて、新山団長が「今後消防団の一員であることに誇りを持ち、一層の精進を期待するとともに、消防団活動の充実・強化に取り組んでいきたい」と訓示を述べました。



永年勤続功労章（敬称略）

▼30年勤続表彰

乙供 悟（東北1分団分団長）

▼20年勤続表彰

岡山 雄哉（東北2分団班長）
甲地 誠（東北2分団班長）
沼山 栄治（東北2分団班長）
鶴ヶ崎拓道（東北6分団班長）
洞内 卓也（東北7分団班長）
瀬川 福栄（東北3分団班長）
沢尾 仁（東北5分団班長）
土橋 進（東北2分団班長）
萌出 泰一（東北4分団班長）

▼10年勤続表彰

向井 勝一（上北1分団団員）
佐々木大輔（上北3分団団員）
蛭名 徳輝（上北4分団団員）
和田 淳史（上北4分団団員）
蛭名 寛大（上北5分団団員）
鶴ヶ崎大樹（上北5分団団員）
野村 尚人（上北8分団団員）
野村 剛史（上北8分団団員）
米内山敬文（上北9分団団員）
西濱 大祐（東北本部分団団員）
北谷慎一郎（東北本部分団団員）
柿崎 裕介（東北本部分団団員）
久保田公尊（東北1分団団員）
鎌本 大輔（東北2分団団員）

▼優良団員章

佐々木嘉一（上北3分団団員）
和田 吉彦（上北4分団団員）
千葉 正博（上北6分団団員）
市川 明英（上北7分団団員）
市川 裕一（上北7分団団員）
坂本 隆（上北10分団団員）
中村勇太郎（東北1分団団員）
成田 義徳（東北3分団団員）
鳥谷部大地（東北3分団団員）
北村 涼（東北3分団団員）
杉山 直人（東北6分団団員）



蛭沢克仁さん、蛭澤伸治さん 北京2022冬季オリンピックへ

蛭沢克仁さん クロスカントリースキー競技の ヘッドコーチとして



写真：本人提供

全日本スキー連盟距離部長で富山県・立野が原スキークラブに所属する蛭沢克仁さん（東北町出身）がこのほど、2月4日から開催する北京冬季オリンピック・クロスカントリースキー競技のヘッドコーチを務めることが決定しました。

蛭沢さんは、蛭沢小でスキーを始め、乙供中（現・東北中）から東奥義塾高、そして中央大学へ進みます。冬季オリンピックでは、男子40キロリレーで7位に入賞した長野をはじめ、ソルトレークシティー、トリノと3大会連続で出場するなど、現役時代に国内のトップ選手として活躍。その後、指導者の道に進んでいました。

蛭沢さんからのメッセージ

コロナ禍で異例の大会となりますが、20年振りに男女リレーを組んでのオリンピックとなります。代表選手とともに少しでも明るい話題を報告できるようサポートしていきたいと思っております。応援をよろしくお願いいたします。

蛭澤伸治さん バイアスロン競技の 技術スタッフとして



写真：自衛隊体育学校提供

自衛隊体育学校に所属する蛭澤伸治さん（東北町出身）がこのほど、2月4日から開催する北京冬季オリンピック・バイアスロン競技の技術スタッフ（ワックスマン）を務めることが決定しました。

蛭澤さんは、蛭沢小でスキーを始め、乙供中（現・東北中）から東奥義塾高、そして自衛隊体育学校へ進みます。現役時代、冬季アジア大会バイアスロン競技男子30キロリレーに出場して2位に入るなど活躍。引退後、代表スタッフとして、選手たちがレースでパフォーマンスを発揮できるよう裏方として支えてきました。

蛭澤さんからのメッセージ

日々の情報を収集し、最大限の準備をして選手をスタートに送り出します。日本チームとしては、最初の男女混合ミックスリレー競技、射撃精度の重要な男子20キロなどが期待大だと思っています。応援をよろしくお願いいたします。

安心して生活できる社会を目指して

市民後見人養成講座修了式

成年後見制度の市民後見人を養成する「市民後見人養成研修」修了式が12月9日、三沢市で行われ、町では7名が修了しました。

研修会は、三沢・上北広域権利擁護支援センターが実施。三沢市、野辺地町、七戸町、六戸町、横浜町、東北町、六ヶ所村の7市町村から参加した住民が10日間の日程で、成年後見制度や障がい者、高齢者の権利擁護について学び、研修を修了した乙供郵便局の吹越勇次局長は、「学んだことを今後に生かしたい」と抱負を語っていました。

今後は市民後見人として登録した方の中から、家庭裁判所が成年後見人として選任した場合、制度の担い手として活動していきます。



修了証を手にする受講生

附田姉妹 全国大会へ意気込み



抱負を語った蒼和さん（中）と美瑠姫さん（左2）

全日本卓球選手権大会

東北町の附田蒼和さん（青森商業1年）、美瑠姫さん（上北中3年）姉妹は12月13日、長久保耕治町長を訪ね、全日本卓球選手権大会ジュニア女子シングルス（17歳以下）の県大会成績および全国大会出場を報告しました。

姉妹は、10月23～24日に青森市で開催して104名が参加した県大会で勝ち上がり、決勝戦で対戦。結果は美瑠姫さんが優勝、蒼和さんが準優勝とともに全国大会の切符をつかみました。

報告会では、美瑠姫さんが「全国ベスト8を目指したい」、蒼和さんが「ひとつでも多く勝ちたい」とそれぞれ全国大会への抱負を語りました。

ゆうき青森農協へ感謝状贈呈

学校給食に地元産キャベツ170^{kg}寄贈

中部上北広域事業組合（小又勉管理者）は12月13日、ゆうき青森農協（乙部輝雄組合長）・野菜振興会キャベツ部門の事業の一環で、学校給食にキャベツの提供があったことを受け、乙部組合長や乙部曉部門長らに感謝状と子どもたちからの寄せ書きを贈りました。

農協では、10月にキャベツ170^{kg}を寄贈し、10月18日に「青森野菜スープ」、同月21日には「塩もみキャベツ」として東北町・七戸町の小中学校で振る舞われました。

贈呈式では、小又管理者が、「おいしいキャベツで好評でした」と感謝状を手渡し、生産者の乙部部門長は、「子どもたちの教育や成長につながってくれたらうれしい」と話していました。



感謝状の贈呈を受けた農協の関係者

町民の健康意識向上を目指して

おもしろ健康測定会

役場町民課と保健衛生課は12月14日、小川原湖交流センター「宝湖館」を会場に、国保ヘルスアップ事業を活用して町民の健康意識向上や特定健診の受診勧奨を目的とした「おもしろ健康測定会」を開催しました。

開催にあたり、十和田おいらせ農協女性部、ゆうき青森農協女性部および町保健協力員と連携して参加者を募り、当日は30代～70代の約60名が参加。測定機器を7種類用意して実施し、測定後は専門員が運動・栄養・休養アドバイスを行いました。

終了後のアンケートでは、健康に対する意識改善が多く見られるなど、盛況に終わることができました。



各種簡易測定で自身の健康状態を確認する参加者

雪かきで地域ボランティア



除雪作業に汗を流す選手たち

上北さくらリトルシニア

町内の硬式野球チーム「上北さくらリトルシニア（榎田真一監督）」は12月19日、地域への貢献活動として、青い森鉄道上北町駅前からふれあいドーム上北までの歩道の除雪を行いました。

同チームは、本町を中心に近隣市町村から集まった中学生で構成し、野球の技術だけでなく、心技体を鍛えるチームとして今年発足しました。

当初、ゴミ拾いをする予定でしたが、前日に降った雪の影響で積雪があったことから除雪に変更。選手たちは住民にあいさつしながら、持ち前のチームワークで歩道の雪を片付けていきました。

事務局長の蛭名靖さんは、「今後も地域貢献のため、日程等が合えば、高齢者世帯宅の除雪なども考えていきたい」と話していました。

楽しみながらママたちの交流深めて

子育て支援センター「ひなたぼっこ」

子育て支援センター「ひなたぼっこ」は12月22日、子育て中のママたちに交流を深めてもらおうと、「order cake MOU」の村山芹香さん（野辺地町）を招き、アイシングクッキー教室を開催しました。

この日は8組の親子が参加し、用意されたクッキーにクリームを使って思い思いの文字や絵を書きながら、参加者同士で交流を深めていました。

参加した北林彩乃さんは、「作ったクッキーはクリスマスケーキに飾りたい」と笑顔を見せ、支援員の蛭沢知子さんは、「今後も参加者が交流を深められる企画を考えていきたい」と話していました。

なお、同支援センターは中央公民館で水・木・金曜日の9時30分～11時30分まで開設しています。（中央公民館は3月1日まで休館中です）



思い思いのクッキーを作る参加者たち

石田進一さん 瑞宝単光章を受章

危険業務従事者叙勲（防衛功労）

陸上自衛隊・元3等陸尉の石田進一さん（乙供本町）は1月5日、長久保耕治町長を訪ね、危険従事者叙勲・瑞宝単光章（防衛功労）の受章を報告しました。

危険従事者叙勲は自衛官、警察官、消防吏員など、著しく危険性の高い業務に精励した方に対する叙勲です。

石田さんは、昭和54年に陸上自衛隊入隊後、八戸や弘前、北海道の帯広駐屯地において、定年退職するまで35年間にわたり、その業務に精励しました。

受章報告会では、「定年まで事故なく従事できたのは、職場の方々、家族の協力の賜物です」と笑顔で受章の喜びを語りました。



受章報告に訪れた石田さん（左）

除排雪ボランティアで駅前駐車スペース確保へ



乙供駅前・上北町駅前の除排雪作業の様子

東北町建設業協会

東北町建設業協会（佐伯義光会長）はこのほど、地域貢献活動の一環として、青い森鉄道乙供駅前および上北町駅前等の除排雪ボランティアを実施しました。

ボランティアは、多くの町民が利用する両駅前駐車場が積雪の影響で狭くなっていることを受け、「地域の役に立ちたい」と同協会が町に申し出ました。

1月14日、乙供駅の作業前には、長久保耕治町長が「駐車スペース確保に苦慮する中、除排雪を行っていただくことに感謝します」、佐伯会長が「安全に配慮しながら作業を実施しましょう」とあいさつし、その後、除排雪作業を15日まで行いました。

1月22日には上北町駅前の除排雪作業も実施。佐伯会長は「今後も町道等の安全確保のため、除雪作業に尽力したい」と話していました。

除雪ボランティアで上野地区の歩道確保へ

上野地区住民対策連絡協議会・上野青年会

上野地区住民対策連絡協議会・上野青年会（青木亮会長）は1月23日、地区を通る県道七戸上北町停車場線の歩道が積雪で歩行できない状況を受けて、除雪ボランティアを実施しました。

青年会では、子どもたちの安全な通学路を確保し、交通事故を未然に防ぐため、歩道の除雪ボランティアを毎年実施。23日には会員約10名が約1^キの歩道を4時間かけて片付けました。

青木会長は、「地区の問題は地区で解決できるよう、これからも様々な取り組みを進めていきたい」と話していました。



上野青年会による除雪作業の様子

新型コロナウイルス追加接種（3回目接種）のお知らせ

新型コロナウイルスの追加接種（3回目接種）について、町では65歳以上の方に接種券を送付しています。接種は原則1・2回目接種と同じ方法で、順次3回目接種を受けていただきます。

【集団接種】

1・2回目接種を集団接種または小川原湖クリニックで受けた方は、3回目接種を受ける会場と日時を町があらかじめ指定し、個別通知でお知らせしています。

※使用するワクチン：モデルナ社ワクチン

接種会場	東北地区：東北町コミュニティセンター未来館 上北地区：上北保健福祉センター、町民体育館
接種医療機関	公立七戸病院、ちびき病院、小川原湖クリニック
接種日	令和4年2月から各会場において毎月1・2回実施

接種券に接種日程を同封していますのでご確認ください。また、指定の日程でご都合が悪い方や追加接種を受けない方は、必ず東北町予約コールセンターにご連絡ください。

3回目接種会場日時の指定用紙【一例です】

重 要

あなたのコロナワクチン
追加(3回目)接種の日程について

期 日 令和4年2月26日（土曜日）

受付時間 16：00

※過度な密を避けるために受付時間をお守りください。

接種会場 東北町コミュニティセンター未来館

※この用紙は接種当日必ず持参してください。
※上記の日程で変更をご希望される方や接種を受けない方は、必ずコールセンターまたは保健衛生課へご連絡ください。

コールセンター	保健衛生課
☎080-2830-1364 ☎080-2830-1365 ☎080-6914-8539 ☎080-6994-3830	☎0175-63-2001

東北町予約コールセンター	問い合わせ時間
<p>☎080-2830-1364 ☎080-6914-8539</p> <p>☎080-2830-1365 ☎080-6994-3830</p> <p>※電話が繋がらない場合は、保健衛生課窓口でも受付します。</p>	<p>月～金曜日 9：00～15：00 (祝日を除く)</p>

【個別接種】

町内医療機関等で1・2回目接種を受けた方のうち、接種を希望する方は接種券が届き次第、原則2回目接種と同じ医療機関に予約のうえ、3回目接種を受けていただきます。

※使用するワクチン：当面はファイザー社ワクチンを使用します。

医療機関	予約方法	予約・問い合わせ時間	予約開始日等
ちびき病院 (☎0175-64-5100)	来院して 窓口にて予約	月～金曜日 8：30～12：00 14：00～17：00 (祝日を除く)	接種券が届き次第、 予約受付
吉田内科医院	電話予約 ☎ 0175-63-3777	月～金曜日 8：30～12：00 14：00～18：00 (祝日を除く)	接種券が届き次第、 予約受付
旭日クリニック	電話予約 ☎ 0176-58-2050	火曜日 9：30～11：30 14：00～17：00 木曜日 9：00～11：30 (祝日を除く)	令和4年1月5日 (水) 開始 ※接種は令和4年2月 から
すみれ 内科クリニック	電話予約 ☎ 0176-56-2221	月～金曜日 9：00～12：00 13：00～17：00 (祝日を除く)	令和4年1月5日 (水) 開始 ※接種は令和4年2月 から
小川原湖クリニック	集団接種で対応します。 指定の日程でご都合が悪い方や追加接種を受けない方は、 必ず東北町予約コールセンターにご連絡ください。		

※町外のかかりつけ医で接種希望の場合は、ご自身で医療機関にお問い合わせください。

【ご持参いただくもの】

- ①接種済証と予診票（A 3用紙1枚に接種済証と予診票が印刷されています）
- ②本人確認書類（運転免許証または健康保険証等）
- ③お薬手帳（お持ちの方）
- ④集団接種を受ける方のみ…3回目接種会場日時の指定用紙（オレンジ色の用紙）

【注意事項】

ワクチン接種は強制ではありません。同封した書類をお読みになり、予防接種の効果や副反応を理解したうえで、接種するか判断してください。

令和4年3月22日(火)から

コミュニティセンター未来館1階

東北支所(総合窓口)で窓口業務を開始します

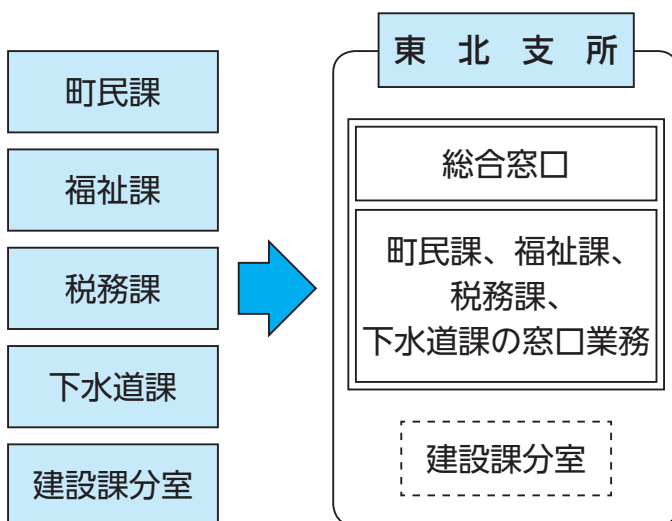
広報とうほく1月号でお知らせしたとおり、これまで役場分庁舎で行っていた町民課、福祉課、税務課などの窓口業務は、令和4年3月22日(火)からコミュニティセンター未来館1階の東北支所(総合窓口)で対応します。

総合窓口では、役場本庁舎に移動する本課と連携し、電話やタブレット端末等を活用するなど、従来どおりの住民サービスを提供できるよう努めてまいります。

そこで今回は、東北支所(総合窓口)で取り扱う業務についてお知らせします。



役場分庁舎(左)と機能移転するコミュニティセンター未来館(右)



※休日(土・日・祝日)と夜間体制について※

戸籍に関する届出(出生・婚姻・離婚・死亡等)については、これまでどおり、土・日・祝日および夜間の役場開庁時間外でも東北支所で受け付けします。警備員が常駐していますので、電話連絡をしてお越しください。

なお、出生届・婚姻届・離婚届については、警備員が受付を行うこととなり、死亡届については職員が出動して対応します。

※広報とうほく3月号では、『施設ごとの各課等の配置』についてお知らせします。

東北支所（総合窓口）で行う主な業務は次のとおりです。

【町民課関連】

▶ 戸籍の窓口

- ・ 戸籍に関する届出（出生・婚姻・離婚・死亡）
- ・ 戸籍関係の請求（戸籍謄本・抄本等）
- ・ 住民票に関する届出（転入・転出・転居）
- ・ 住民票などの請求（住民票謄本・抄本等）
- ・ 印鑑登録、印鑑登録証明書の交付
- ・ 火葬許可証等の交付
- ・ マイナンバーカードの申請および交付
- ・ その他、戸籍等に関する手続き

▶ 国民健康保険

- ・ 資格の取得、喪失等に関する手続き
- ・ 被保険者証の発行、更新に関する手続き
- ・ 各種証明書等の発行
- ・ 各種支給申請に関する手続き
（高額療養費・療養費・出産一時金・葬祭費等）
- ・ 国民健康保険税納付書の発行、還付請求申請
- ・ その他、国民健康保険に関する手続き

▶ 後期高齢者医療

- ・ 資格の取得、喪失等に関する手続き
- ・ 被保険者証の発行、更新に関する手続き
- ・ 各種証明書等の発行
- ・ 各種支給申請に関する手続き
（高額療養費・療養費・葬祭費等）
- ・ 後期高齢者医療保険料納付書の発行、還付請求申請
- ・ その他、後期高齢者医療に関する手続き

▶ 国民年金

- ・ 資格の取得、喪失等に関する手続き
- ・ 年金手帳、証書等の再交付に関する手続き
- ・ 各種年金受給等請求に関する手続き
- ・ その他、国民年金に関する手続き

【税務課関連】

- ・ 各種証明書および明細書の交付に関する手続き
- ・ 町税（住民税・軽自動車税・固定資産税・国保税）の納付書再発行に関する手続き
- ・ 町税（住民税・軽自動車税・固定資産税）の減免および還付請求に関する手続き
- ・ 公図（地籍図）の写しの交付に関する手続き
- ・ 土地、家屋価格等縦覧帳簿の閲覧
- ・ たばこ税、入湯税の申告に関する手続き
- ・ 臨時運行許可（仮ナンバー）および返納に関する手続き
- ・ 東北町ナンバーの交付および返納に関する手続き
- ・ 納税組合に関する手続き
- ・ 申告書の写し（再発行）に関する手続き
- ・ その他、各種税に関する手続き

【福祉課関連】

▶ 児童福祉

- ・ 保育施設に関する手続き（入所・退所等）
- ・ 保育料納付書の発行等
- ・ 児童手当に関する手続き
- ・ 児童扶養手当に関する手続き
- ・ 医療費助成に関する手続き
（乳幼児・小学生・中学生・高校生）
- ・ 母子、父子、寡婦福祉に関する手続き
（ひとり親医療費助成等）
- ・ その他、児童福祉に関する手続き

▶ 福祉政策

- ・ 日赤社費、遺族会費等の受領
- ・ 赤ちゃん祝金に関する手続き
- ・ 生活保護に関する手続き
（医療費・移送費支給券の発行・生活保護費の現金支給）
- ・ 遺児援護（入学・卒業祝金）に関する手続き
- ・ その他、福祉政策に関する手続き

▶ 介護保険

- ・ 要介護、要支援認定に関する手続き
- ・ 被保険者の資格に関する手続き（転入・転出）
- ・ 被保険者証の再発行
- ・ 高額サービス費支給に関する手続き
- ・ 介護保険料納付書の再発行、還付請求申請
- ・ その他、介護保険に関する手続き

▶ 高齢者政策

- ・ 老人用杖の交付に関する手続き
- ・ その他、高齢者政策に関する手続き

▶ 障害者福祉

- ・ 各種手帳（身障・愛護・精神）に関する手続き
- ・ 各種支援に関する手続き
（障害者総合支援・地域生活支援・自立支援医療等）
- ・ 重度心身障害者医療給付（身障・知障・精神）の手続き
- ・ 各種減免に関する手続き
- ・ 各種手当に関する手続き
（特別児童扶養手当・特別障害者手当等）
- ・ その他、障害者福祉に関する手続き

【下水道・水道課関連】

- ・ 下水道、農集排、水道料金の納付書発行
- ・ 下水道、農集排、水道の開始および停止の手続き

【建設課分室】

- ・ 町道、町管理河川に関する手続きおよび相談窓口
- ・ 除雪等に関する相談窓口
- ・ 町営住宅に関する手続きおよび相談窓口

各種相談業務や専門的な業務など総合窓口での対応が難しい場合、本課職員が対応することになるため、少しお時間をいただくことがあります。町民の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

子育て世帯への臨時特別給付金の申請期限

子育て世帯への臨時特別給付金（10万円一括給付）について、新生児を除く要申請者（公務員・高校生のみを養育する方）の申請期限が近づいてきました。

申請期限：令和 **4** 年 **2** 月 **28** 日（月）（必着・郵送可）

※プッシュ型支給対象者には、令和3年12月27日（月）に支給済みです。

- ▶ **対象** 平成15年4月2日～令和4年3月31日までに生まれた子ども
※子どもが婚姻している場合など、一部対象外となる場合があります。
※養育者の所得制限があります。（児童手当における特例給付以上の所得の方は対象外）
- ▶ **申請期限以降に出生した新生児**
申請期限の令和4年2月28日（月）以降に出生した新生児については、随時受付します。
※申請が遅れた場合は支給できなくなる可能性があるため、速やかな手続きをお願いします。
※新生児について、特に子と別居している公務員の方等は町で把握できない場合があるため、申請忘れがないようご注意ください。

子育て世帯生活支援特別給付金の申請期限

新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、家計急変・収入が減少している非課税等低所得の子育て世帯を支援する生活支援特別給付金の申請期限が近づいてきました。

【ひとり親世帯分】 申請期限：令和 **4** 年 **2** 月 **28** 日（月）（必着・郵送可）

※積極支給対象者(令和3年4月分の児童扶養手当受給者)には、令和3年5月10日以降に県から支給済みです。

※申請できるのは、ひとり親家庭等で新型コロナウイルス感染症の影響で、令和3年の収入等が児童扶養手当受給相当まで減少している子育て世帯の家計急変者の方です。

【ひとり親世帯以外分】 申請期限：令和 **4** 年 **2** 月 **28** 日（月）（必着・郵送可）

※積極支給対象者(非課税の令和3年4月分の児童手当受給者等)には、令和3年7月26日以降、順次支給済みです。

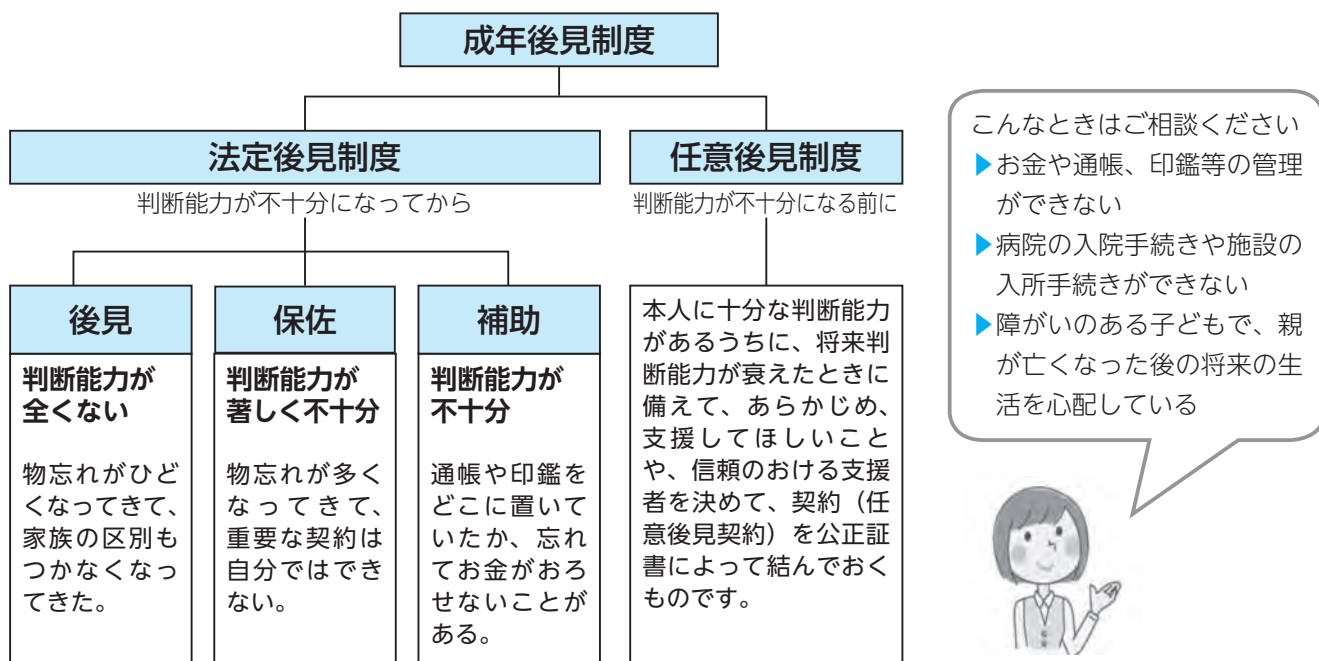
※申請できるのは、新型コロナウイルス感染症の影響で、令和3年の収入等が非課税相当まで減少している子育て世帯の家計急変者の方です。（夫婦の場合は夫婦ともに非課税相当となっている必要があります）

詳細は福祉課へお問い合わせいただくか、東北町ホームページをご覧ください。

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

大切なあなたを守り・支える「成年後見制度」を知っていますか？

認知症や知的障がい、精神障がいなどの理由で判断能力が不十分な方は、不動産や預貯金などの財産管理や、介護、福祉サービスを利用するための手続きや契約等を結ぶことが難しい場合があります。また、自分に不利益な契約であっても、判断ができずに契約を結んでしまい、訪問販売や振り込め詐欺などの悪質商法の被害にあう恐れもあります。このような判断能力の不十分な方を支援するのが成年後見制度です。



具 体 例	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 現金、預金、証券、不動産、負債などの財産全般における管理 ▶ 施設への入退所契約、入院契約 ▶ 遺産分割協議における本人代理 ▶ 不動産の売却や賃貸契約解除 ▶ 消費者被害の取り消し
対 象	認知症、知的障がい、精神障がいにより判断能力が不十分な方
援助者（※1）	後見人、保佐人、補助人、任意後見人
利用料（報酬）	後見人等に対する報酬額は家庭裁判所が決定

※1 援助者は家庭裁判所が選任し、親族のほか、弁護士、司法書士、社会福祉士、福祉法人が選ばれることがあります。

三沢・上北広域権利擁護支援センターを開設しています

三沢市、野辺地町、七戸町、六戸町、横浜町、東北町、六ヶ所村の7市町村の皆さまからの成年後見制度に関する相談に応じる「三沢・上北広域権利擁護支援センター」を開設しております。

地域包括支援センターや福祉課など、関係機関と連携して支援しますので、お気軽にご相談ください。

所在地：十和田市東一番町4番43号アーバンライフ東5号室（田中権利擁護支援事務所内）
電 話：0176-27-0044

■お問い合わせ 地域包括支援センター 0176-56-3111（内線127・129）
福祉課障害福祉係 0175-63-2111（内線524・525）

令和4年度 東北町役場建設課の 重機運転手を募集します

- ▶ **募集職種** 重機運転手（フルタイム会計年度任用職員）
- ▶ **職種内容** 重機運転（重機等管理含む）、道路維持管理作業および除雪作業など
- ▶ **募集対象** 以下の免許および資格取得者 ※令和4年4月1日現在
 - ①免許：大型免許・大型特殊免許
 - ②資格：車両系建設機械（整地・運搬・積込み用および掘削用）運転技能講習修了※地方公務員法第16条の欠格条項に該当する者および町税等の滞納がある方は応募できませんのでご了承ください。
- ▶ **任用期間** 令和4年4月1日～令和5年3月31日まで
（予定） ※原則として採用後1カ月間は条件付き採用期間となります。
※任期満了後、任期を付した再任用をする場合があります。
- ▶ **勤務日時** 月曜日～金曜日・午前8時15分～午後5時まで
※除雪出動時は、出勤時間から～8時間45分（休憩込み）の変則勤務となります。また、土曜日および日曜日の出勤は、原則振替休日となります。
※休憩時間は1時間、休日は土曜日・日曜日・国民の祝日・年末年始、休暇は年次有給休暇等
- ▶ **勤務場所** 東北町が管理する道路等 ※勤務先：建設課において指定する場所
- ▶ **賃金等** 給料月額234,400円から
通勤手当、期末手当（賞与）年2回、時間外勤務手当等 支給
- ▶ **補償** 社会保険、労働保険 加入
- ▶ **募集人員** 若干名
- ▶ **募集締切** 令和4年2月25日（金）必着
- ▶ **応募方法** ①履歴書（写真添付）
②免許証
③車両系建設機械運転技能講習修了証
④健康診断書（1年以内）
⑤本籍地連絡票（様式は建設課に備え付け）を建設課へ持参してください。
※免許証等②～④は原本を確認しますのでご持参ください。
※⑤本籍地連絡票は提出時に本籍地を記入していただきます。
※応募書類は返却しませんのでご了承ください。
- ▶ **選考方法** 書類選考のうえ、合格者に対し面接試験の日時等を連絡します。

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

令和4年度放課後児童クラブ指導員を募集します

- ▶ **職務内容** 放課後児童クラブにおいて、子どもたちの遊びや生活指導等を行う業務となります。
- ▶ **職 種** 主事・指導員（15名）：放課後児童支援員認定資格を有する方
補助員（15名）：高校卒業以上
- ▶ **任用期間** 令和4年4月1日～令和5年3月31日（再任用可）
- ▶ **勤務時間** 週38時間45分未満
 - ・月曜日～土曜日（日曜・祝日・年末年始は休み）
 - ・学校開校日 平日午後2時00分～午後6時30分 土曜日午前7時30分～午後6時00分
 - ・春夏冬休み 平日午前7時30分～午後6時30分 土曜日午前7時30分～午後6時00分
- ▶ **勤務場所** 教育委員会が指定する町内放課後児童クラブ
- ▶ **賃 金 等** 主事1,103円（1時間あたり）・指導員1,002円（同）・補助員897円（同）
 - ・費用弁償（通勤手当）支給・期末手当（賞与）年2回支給
 - ・健康保険・厚生年金保険・公務災害補償・雇用保険を適用
- ▶ **募集期限** 令和4年3月31日（木）
- ▶ **申し込み** 申込書は東北町ホームページからダウンロードまたは社会教育課にあります。提出書類を社会教育課（町民文化センター）に持参または郵送（募集期限必着）で提出をお願いします。なお、提出書類の詳細は東北町ホームページからご確認ください。
- ▶ **選考方法** 書類および面接選考 ※ 面接日は後日お知らせし、合否は文書で通知します。

■ **提出先** 社会教育課 〒039-2401 東北町大字上野字上野191-15 TEL 0176-56-5180

後期高齢者医療広域連合からのお知らせ

▶ 高額介護合算療養費について

医療と介護サービスの両方を利用している世帯の自己負担を軽減する制度です。

同じ世帯の被保険者が、1年間（令和2年8月1日～3年7月31日）に支払った医療費と介護サービス費の自己負担額合計が限度額を超えた場合、超えた額※が支給されます。

※超えた額が500円以下の場合の対象外となります。

- ・支給対象となる世帯には、「支給申請のお知らせ」を送付します。（2月下旬予定）
- ・対象期間中に後期高齢者医療制度に加入した被保険者がいる世帯等には、支給対象となる世帯でも「支給申請のお知らせ」が送付されない場合があります。

▶ お薬代の軽減負担について

現在服用している医薬品をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、自己負担額が一定額以上軽減されると見込まれる方に、「お薬代負担軽減のご案内」を送付します。（2月末予定）

※ジェネリック医薬品への切り替えを希望する方は、かかりつけの医師や薬剤師にご相談ください。

■ **お問い合わせ** 町民課 後期高齢者医療係 TEL 0176-56-3111（内線547）
青森県後期高齢者医療広域連合 TEL 017-721-3821

家族で交通災害共済に加入しましょう！

交通災害共済は、交通事故にあった際に見舞金や弔慰金が支給される制度です。交通事故にあつたら必ず警察に届け出しましょう！また、自損事故、単独事故も届け出しましょう。

令和4年度から等級区分に変更があります。

詳細については、毎戸配布する『交通災害共済(1日1円保険)』の加入促進に関する資料をご確認ください。

- ▶ **年会費** 1人350円
- ▶ **見舞金** (6等級制)
 - 1等級 弔慰金(死亡) 100万円
 - 2等級 特別見舞金(後遺障害等) 50万円
 - 3等級 重傷(治療90日以上) 7万円
 - 4等級 重傷(治療60日以上90日未満) 5万円
 - 5等級 重傷(治療30日以上60日未満) 4万円
 - 6等級 軽傷(治療30日未満) 3万円

■お問い合わせ 総務課 TEL 0176-56-3111

赤十字活動資金にご協力ください



日本赤十字社青森県支部では、令和4年2月1日から本年度の赤十字活動資金確保のための募集運動を実施します。

人々の「いのちと健康を守る」活動を推進する日本赤十字社青森県支部の活動をご理解いただき、赤十字活動の普及・推進のため、東北町民の皆さまの赤十字会員への加入および赤十字活動資金(寄附金)のご支援について、よろしく願います。

■お問い合わせ

日本赤十字社青森県支部 組織振興課
TEL 017-722-2011

レディースセミナーを開催します

保健衛生課では、女性がいきいきと輝き幸せな人生を築くために役立つ情報、知識を深めていただくためのレディースセミナーを開催します。



新型コロナウイルス感染症の感染防止対策をしながら開催しますので、ご参加をお待ちしております。(感染状況によっては日程変更等もあります)

- ▶ **日時** 3月24日(木) 9:30~12:00
- ▶ **場所** 東北町保健福祉センター
- ▶ **定員** 20名(対象は60歳代まで)
- ▶ **内容**
 - ・春のリラックスセルフエステサロン会
(インストラクター: 福田由佳子氏)
 - ・あなたに伝えたい女性ホルモンのチカラ
(保健師: 大久保恵子)

■お問い合わせ 保健衛生課 TEL 0175-63-2001

「解決の糸口を見つけに行こう！」 相談会(無料)

生活再建相談事業を行っている消費者信用生活協同組合では、町と連携して無料相談会を実施します。専門スタッフや弁護士がお金や暮らしの悩みなど、丁寧に聞き取りし、一緒に解決の糸口を見つけます。

- ▶ **日時** 令和4年3月5日(土)
- ▶ **場所** 信用生協 八戸事務所(八戸市大字八日町36 第一ビルディング4階)
- ▶ **対象** ①お金の問題(多重債務問題など)
②遺産相続
③不動産売買
④税金等公共料金の滞納
⑤DV・離婚問題
⑥その他暮らしに関する悩みごと
- ▶ **相談** 無料。ただし事前の予約が必要です。
- ▶ **予約** 信用生協 八戸事務所
☎ 0120-102-084 (10:00~16:00)

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

《おもて面》



おもて面は顔写真付き！だから、なりすましできないよ！対面での身分証明書に！



《うら面》



うら面はICチップ付き！あなたを証明する情報が入っているよ！税や年金等の情報は入っていないよ！オンラインでの身分証明書に！



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）
（2月）2月7日・21日
（3月）3月7日

- ▶ 休日開設日（第2日曜日の9：00～12：00）
（2月）2月13日
（3月）3月13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

※ 広報紙から切り取ったもののみ有効です ※

郵便はがき



差出有効期間
2022年3月31日まで

0 3 9 2 4 9 0

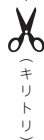
東北町上北南四丁目32-484

東北町役場企画課

「町民の声」係 行



ご住所 〒 ー	
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

男性 にとっての男女共同参画社会とは

男女共同参画社会について、「結局女性のための社会では？」とっていませんか。

実は、男性にとっても生きがいのある社会を目指すうえで、とても重要な課題です。



男性には、性別による呪縛があるといわれています。

- ▶ 家庭を養わなければならない。
- ▶ 男らしくあらねばならない。家族にも弱音を吐けない。
- ▶ 長時間労働を当然とする働き方からの重圧がある。
- ▶ 育児休業の取得を言い出しにくい。

男女共同参画社会の実現には、性別による役割分担意識を解消すること、また長時間労働を当たり前とする働き方の見直しにより、男性にとっても家庭へ参画しやすい環境づくりを進めることが大切です。

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

献血の日程を変更しました

2月18日（金）に実施予定だった献血の日程が変更となりましたのでお知らせします。



▶ 日時・場所

令和4年2月22日(火)

10:00~12:00 東北町役場分庁舎

13:45~16:00 東北町保健福祉センター

ご協力いただいた方には、生卵1パックを差し上げております。皆さまのご協力をお願いします。

■お問い合わせ

保健衛生課 TEL 0175-63-2001

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。

戦傷病者相談員および 戦没者遺族相談員を紹介します

▶ 戦傷病者相談員

柴崎正志さん（野辺地町） ☎ 0175-64-4675

・ 相談内容

- ① 戦傷病者の更生等の相談
- ② 戦傷病者の援護指導

・ 任期…令和5年9月30日まで

▶ 戦没者遺族相談員

和田 竹千代さん（東北町） ☎ 0176-56-4911

・ 相談内容

- ① 戦没者遺族に係る各種年金・給付金等の受給に関する相談および指導
- ② 戦没者遺族の生活上の問題に関する相談および指導
- ③ 戦没者遺族が利用することのできる社会福祉施設等に関する相談および指導

・ 任期…令和5年9月30日まで

業務を行うにあたり、個人の人格を尊重し、その身上に関する秘密を守ります。

■ お問い合わせ 福祉課 TEL 0176-56-3111

上北地区「まける日」開催！

令和4年2月12日～19日の8日間、上北地区旧正月「まける日」が開催され、「まける日」協賛店による大売り出しを実施します。

本年度の抽選会は、新型コロナ感染防止のため、昨年同様、実行委員会の抽選で豪華賞品を差し上げます。

内容は、「まける日」協賛店でお買い物したレシート合計5千円分を「レシート等貼付台紙」に貼り付けて応募箱へ入れてください。1人何枚でも応募可能です。賞品一覧・応募箱設置店は新聞折込チラシをご覧ください。

抽選で当選された方には文書・電話にて連絡します。また、休日は大売り出し号（臨時バス）の運行もありますので、ご利用ください。

■ お問い合わせ

上北町商工会 TEL 0176-56-2335

県税納税証明書交付申請時に本人確認および委任関係確認を行っています

証明書の種類	必要なもの	本人確認書類 (※)	青森県収入証紙 (400円/1部)	自動車検査証 (コピー可)
個人事業税・法人県民税・事業税・特別税		○	○	
自動車税種別割（滞納がない旨の証明）		○	○	○
自動車税種別割（車検用）		○		○

※例として、次に掲げる書類を提示していただきます。

- ・ 1枚の提示で足りるもの…マイナンバーカード、運転免許証などの顔写真付き公的書類
- ・ 2枚の提示が必要なもの…健康保険被保険者証、年金手帳など
- ・ 本人確認書類に記載された識別番号等を記録しますので、あらかじめご了承ください。

▶ 代理人申請の場合は、前記の書類に加えて本人（法人は代表者）からの委任状が必要です。

- ・ ご家族または従業員の方であっても委任状が必要です。
- ・ 委任状には必ずご本人が署名をしてください。
- ・ 委任について、ご本人に電話で確認させていただくことがあります。

■ 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290）

寝たきり撲滅キャンペーン2について



今月は先月の続き。あーら、不思議「労働を運動に変える方法」についてです。

いつものように、結論から書いてしまいますね。労働自体が有効な運動にならないのは、わざと息が切れないようにゆるーく体を動かすからです。ま、息が常に弾むような労働を1日中やるのはハナから無理ですし、そんなことをしていたら仕事のノルマをこなせないのが分かりきっていますからな。

で、この労働を体に良い運動に変えるには、その日の労働時間のうち、少し息がハアハアになる程度の動作を連続20分だけ持続するというのを取り入れるだけ。というのが答えになります。

有酸素運動という言葉聞いたことくらいはあるでしょ？労働の中のこんな方法でも体にすごく良い効果のある有酸素運動になります。

有酸素運動といえば有名なのがウォーキングですが、山登りやサイクリングなどあらゆる息の弾む運動を含みます。農作業の中でだって、仕事の中での少しハアハアなるような労働強度を20分間だけくらいは作れるはず。とりあえず20分間はちょっとハアハアする。これが大事です。有酸素運動の効用としては、血管の若返り、うつや、そろそろあなたも気になっているはずの認知症の予防や治療になることは様々な研究で確かめられています。

運動を何もしていない中高年の皆様！運動のコツはとりあえず、ちょっとハアハア20分です。決してゼイゼイでなくていいのです。この少し息が弾む20分を、毎日するのがベストで

す。が、ま、そうはきっちりしませんわな。しかし少なくとも週に半分以上やる習慣を続けると、1・2カ月後には体の動きが楽になったり、息の切れ方がマシになったりが自覚できるようになります。

この現象は心臓や肺の機能が向上しているからですが、それだけでなく、あなたがたとえ自覚できなくても、あなたの体中の臓器が機能向上しています。頭の認知機能も含めてですよ。年取っても元気でボケないジサマ、バサマでいようと思えば、今日からちょっとハアハア20分を実行しましょう。

すでにウォーキングしている人は、多少息がハアハアする20分を含めましょう。ウォーキングも息の切れない歩きだけでは長時間歩いても効果は薄い。歩けば良いものでもないのです。ちょっとハアハア20分が大事なのです。

東京の健康長寿医療センターの青柳先生が、なんと20年以上前から群馬県中之条町に住む65歳以上の住民5,000人を15年以上しつこく追いかけてまわして調査し続けて、ひねり出した奇跡のデータと呼ばれるものがあります。

「病気にならない歩き方の黄金律」。1日8,000歩。その中に20分の中強度の運動を取り入れる。これが中高年の皆さんの身体活動に一番よい答えだったのです。興味のある人はネットで中之条データをキーワードにして調べてください。面白いことが分かります。次回は「運動習慣を持つことが、スマートに暮らしたい現代人にとっては絶対的に必要な教養の一つである」を書きます。

2月は全国生活習慣病月間です



～「多接」でこころと体を健康に～

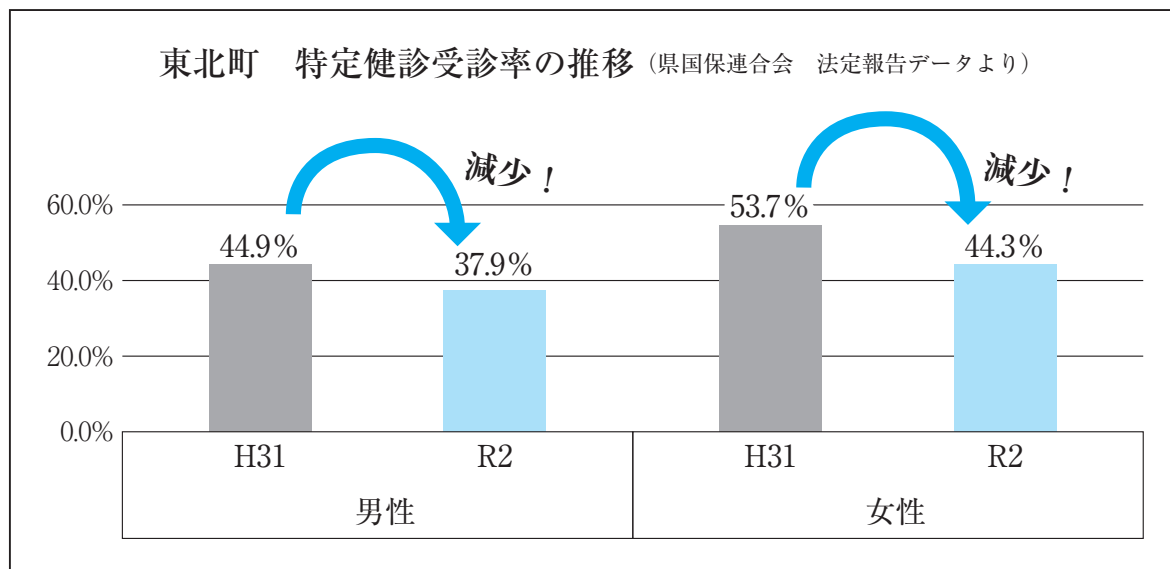
今年のテーマは「多接」となっており、多くのヒト、コト、モノと接することを意味します。仕事や趣味などを通じて「多接」し、楽しさ・やりがいを持って生活することや、自分の体にとって必要な機会を確保することで生活習慣病予防につながります。今回は多接に関わる2つの行動についてご紹介します。

♥ 「ヒト」との交流の減少 ～ストレスが生活習慣病のリスクに～

感染対策のために外出を自粛する生活が続き、こころや体に変化が現れた方も多いと思います。「ヒト」と話す機会が減るとストレスが慢性化し、血糖値や血圧が上がりやすくなるため、ストレスをためない生活が大切です。

♥ 健診は必要な「コト」 ～受診控えによる病気の見逃し～

新型コロナウイルス感染症が流行後、全国的に健診の受診率が減少したと報告されており、東北町でも受診率の減少が見られました。感染対策は大事ですが、その一方、糖尿病やガンなど、命に関わるような病気のリスクもあります。定期的な健診は体にとって必要な「コト」として受診し、病気の早期発見と早期治療につなげましょう。本年度、未受診の方は来年度の健診を受診し、現在体調に不安なところがある方は、医療機関へ受診して相談するようにしましょう。



♥ こころと体を元気に！自分なりの多接の方法を探そう

- 家族との団らんで人との交流を持つ
- ペットと触れ合う
- 携帯電話やインターネット、手紙を通じて家族や友人と交流する
- 旅行やドライブを楽しむ（感染防止対策をしながら）
- テレビやインターネットを参考に、家でできるストレッチを実践する
- ジョギングや散歩をして体を動かす など



【ペットとの多接の注意点】

小さいお子様がいるご家庭は、感染防止対策のため、ペット自身を清潔にすること、ペットの排泄物を処理した後は、十分な手洗いをするように注意してください。

寄附

善意の寄附がありました

佐藤キヤさん（南町）は昨年12月27日、「地域福祉のために役立てて」と、東北町社会福祉協議会に2万円を寄附しました。

お知らせ

J R 東日本新幹線走行試験

▶ 仙台～新青森間

2月15日23時頃～16日5時頃
2月19日23時頃～20日5時頃
2月22日23時頃～23日5時頃
2月26日23時頃～27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

相談

女性のための女性司法書士会による無料法律相談会(電話)

青森県司法書士会では、相続・成年後見・借金問題・家族間の問題など、法律に関するお悩みを抱えた女性のために、女性司法書士が無料で相談に応じます。

▶ 日 時

3月5日(土) 10:00～16:00

▶ 電 話

Tel 017-752-0440 (当日専用)

▶ ほ か

- ・電話の通話料が発生します。
- ・相談は無料ですが、具体的な手続きが必要になる場合には、別途費用がかかりますので、相談員にご確認ください。

総合相談

～人権、行政相談～

3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

3月22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	処 遇	試験場所
一般幹部候補生 (一般・飛行) 歯科・薬剤幹部候補生	令和5年4月1日現在 22歳以上26歳 (修士課程修了者は28歳未満の方)	3月1日(火) ～ 4月14日(木)	<1次試験> 4月23日(土): 筆記試験 4月24日(日): 筆記式操縦適性検査 (飛行要員のみ) ☆2次試験は後日連絡	[初任給] 大学修了者 月額: 243,500円 大学院修了者 月額: 247,500円	別途連絡
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方	3月1日(火) ～ 5月10日(火)	<1次試験> 5月20日(金)～5月29日(日)※ <2次試験> 6月17日(金)～7月3日(日)※	[初任給] 月額: 179,200円(高卒) 月額: 198,100円(大卒)	
自衛官候補生(任期制)		年間を通じて	別途連絡		
予備自衛官補 (一般)	18歳以上34歳未満の方	1月6日(木) ～ 4月8日(金)	4月11日(月)～17日(日)※	[身分] 非常勤特別国家公務員 [教育訓練招集手当] 日額: 7,900円	
予備自衛官補 (技能)	18歳以上で各種国家免許資格等を 有する方(国家免許資格等の細部に ついてはお問い合わせください)				

※ 試験期日については、後日指定されます。また、処遇については、令和4年1月現在のものです。

■ 試験日程は変更する場合がありますので、詳細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

三沢募集案内所 instagram

電話・FAX 0176-53-1346(平日:08:45～17:30)

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



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。以下のとおり、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>

相談

お気軽にご相談ください 東北町心配ごと相談所

2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

申告相談の対応について

町では、1月24日～2月28日まで町有施設を原則休館としていますが、2月15日から始まる所得税および住民税の申告相談については、通常どおり実施しますのでお知らせします。

国民年金

国民年金保険料は口座振替 での前納・早割がお得です

口座振替を利用いただくと、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。

口座振替には、現金で毎月納付するよりも保険料が割引きされる早割や、6カ月前納、1年前納、2年前納があり、大変お得です。

割引額と口座振替日

▶ 早割

割引額：50円
申込期限：随時
振替日：当月末

▶ 6カ月前納

割引額：約1,000円
申込期限：

2月末（4～9月分）
8月末（10～翌年3月分）

振替日：

4月末（4～9月分）
10月末（10～翌年3月分）

▶ 1年前納（4月～翌年3月）

割引額：約4,000円
申込期限：2月末
振替日：4月末

▶ 2年前納（4月～翌々年3月）

割引額：約15,000円
申込期限：2月末
振替日：4月末

口座振替をご希望の方は、通帳・金融機関届出印を持参のうえ、役場の国民年金担当窓口で手続きができます。

■お問い合わせ

青森年金事務所
Tel 017-734-7495

求人

種苗管理センター上北農場 (七戸町) 契約職員募集

- ▶ 職種 ほ場補助員(植付・調査・収穫・選別)
- ▶ 期間 令和4年4月～11月末日
- ▶ 時間 9時～16時まで
(週30時間未満)
※繁忙期の短時間残業あり
- ▶ 給与 時給865円
- ▶ ほか 交通費支給・各種休暇
(年次、慶弔、夏休みなど)
- ▶ 資格 自家用車通勤できる方
- ▶ 応募 令和4年2月15日まで

■お問い合わせ

国立研究開発法人農業・食品産業技術総合研究機構・種苗管理センター上北農場(七戸町柳平43-86)
Tel 0176-68-4311

全国瞬時警報システム 全国一斉情報伝達訓練



2月16日(水) 10時頃

■お問い合わせ

総務課 Tel 0176-56-3111

TAX 納税期限

2月28日(月)は

国民健康保険税8期の納期限です。
忘れずに納めましょう。

■お問い合わせ

国民健康保険税…町民課
Tel 0176-56-3111 (内線545)



今月の紹介者は「東北中学校の角田正美校長」です

- ①武士道
【著】新渡戸 稲造
(岩波文庫)
- ②武士道(まんがで読破)
【原】新渡戸 稲造
【著】バラエティ・
アートワークス
(イースト・プレス)

トルコ共和国イスタンブール日本人学校へ赴任する前に、日本人のアイデンティティをトルコ人に紹介する参考になればと思い「武士道」を読みました。トルコに行ってビックリ！…剣道や居合道に励んでいるトルコ人全員がこの本を読んでいたのです。日本の伝統文化である武道はもちろん、日本人の価値観や道徳などに対しても造詣が深いことには驚かされました。

この本「武士道」が、異文化のトルコ人とコミュニケーションを深めるきっかけとなり、共通の話題にもなりました。日本に帰国して20年以上経ちましたが、今でも彼らと繋がっているのはこの本のおかげです。私の忘れられない一冊です。

- 開館 図書館 ※3月1日まで休館します
公民館 ※3月1日まで休館します
- 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

都母短歌会

駅前には人の流れもまばらにて
活気戻らぬことをさびしむ
原田悳子

電飾は駅に点り夕暮れの
静けさのなかに華やぎてをり
乙供洋子

雪止みて久々に仰ぐ空青し
陽射しまぶしく深呼吸する
大湊百合子

立春に入りて寒波の到来す
軒端の雪はずっしり重し
坂本政子

真夜中の静けさ破りガタガタと
家を揺らして除雪車通る
高田智恵子

しんしんと雪積む夜に想ひるき
三好達治の「雪」のひとひら
野田文子

季ならぬ雪解けの水に誘はれて
ふきのたうは芽を出してをり
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 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!!

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!!

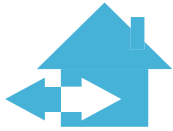
空き家・長期不在宅の困り事点検も
お気軽にご相談ください

Hがんぽん 便利くん

0120-194-999

通話無料

受付時間 午前8:30▶午後5:30
イクヨ キューキューキュー
上北店 0176-58-1800



戸籍の窓

令和3年12月届出分

※原則町内に住所のある方で希望する方を掲載



誕生

氏名	町名	保護者	氏名	町名	保護者
甲地 柁護	甲地	勝行	榎 韶	赤平	真弥
鶴居 音杜	鶴ヶ崎	貴真	小笠原 凱	小川原	佳大
和田 唯那	乙供本町	諄	久保 今乃	戸館	慎也
中野渡 蘭丸	南町	丈一			



結婚

氏名	町名
新山 忠宏	旭町
吹越 美咲	甲地



おくやみ

氏名	年齢	町名	氏名	年齢	町名
高岡 正明	91	水喰	附田 ミセ	103	徳万才
藤田 次男	77	千曳	和田 ハル	98	花向町
甲地 テル	95	甲地	和田 市藏	86	上野
沼山 ち彥	89	蓼内	和田 節男	47	上野
沼山 正美	90	蓼内	野田頭 キ工	88	境ノ沢
吹越 結愛	13	甲地	蛭名 みさを	92	旭町
吉田 定美	80	保戸沢	蛭名 隆夫	83	上野
乙部 福藏	88	乙部	和田 徳伸	81	上野
濱田 サワ	101	舟ヶ沢	蛭名 モミ	97	上野
木村 要一	90	中村			



上十三・十和田湖広域定住自立圏情報

上十三・十和田湖広域定住自立圏観光ガイド



定住自立圏域内のイベントやモデルコースなどの情報を公開しています。ぜひご覧ください。

お問い合わせ
上十三・十和田湖広域定住自立圏観光推進協議会事務局
(十和田市商工観光課内)
☎ 0176-51-6771

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



まちのうごき
(令和3年12月末現在)

区分	人口	前月比	前年同月比
男性	8,189人	-14	-133
女性	8,745人	-26	-87
合計	16,934人	-40	-220
世帯数	7,279戸	-14	-23

その他(1月からの累計)	
出生	10人(85人)
死亡	28人(292人)
転入	16人(417人)
転出	38人(430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 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

至青森市
七戸田駅
旧第一小学校
至東北町

青い看板が目印です

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

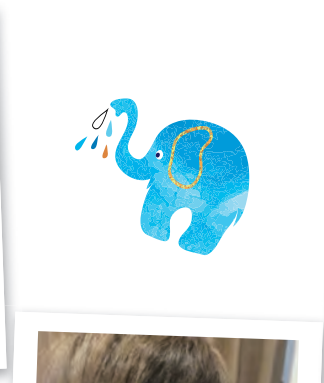
司法書士・社会保険労務士・行政書士 高松 佳樹

至十和田市

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



まつお つむぎ
松尾 紬姫 ちゃん
〈南町〉



やまなか たいが
山中 大河 くん
〈保戸沢〉



しらとり ゆな
白取 優来 ちゃん
〈赤平〉



▼申し込みの締め切りについて
4月生まれ

(4月14日発行の広報)→3月10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)

【東北町教育委員会主催】

東北町テレビで 英語を学ぼう 第4弾!

家族みんなで
見てね!!

2月22日(火) ~ 3月6日(日)

- ▶12:30~13:00 上北小4年2組の授業
- ▶13:30~14:00 東北小5年2組の授業
- ▶14:30~15:00 甲地小6年の授業
- ▶18:30~19:00 上北小4年2組の授業
- ▶19:30~20:00 東北小5年2組の授業
- ▶20:30~21:00 甲地小6年の授業



ALT
ジミーさん

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)



編集幸記
新型コロナウイルスの感染拡大など、
暗いニュースが多い中、町出身の
柁木選手が北京五輪出場という嬉しい
ニュースがありました! 町でも役場本・分庁
舎に懸垂幕を設置しています
▼なお、柁木選手が出場する
バイアスロン競技は2月5・
8・12日の夕方予定で、12日
の順位によっては13・18日も
出場できるとのこと。テレビ
放送は広報作成時点では未定
となっておりますが、今後放送
が決まった場合は、東北町テ
レビやホームページ、SNS
などでお知らせします。皆さ
まも応援をよろしくお願いま
す(西)