

僕も私も「火の用心」 広がれ火災予防の輪

秋の火災予防パレード



Touhoku

2011 11月号

広報

とうほく

今月の主な内容

燃えろ!輝け!

アスリートたち 2~7

まちの話題 8~15

フォトレポート 16~19

健康家族 20~21

お知らせ 22~28

戸籍の窓 29

わが家のアイドル 30

広報とうほくNo.79

走ってつないでアベック入賞 東北中男女そろって東北大会へ

—— 県中学校駅伝競走大会 ——

燃えろ! 輝け! アスリートたち

The Glory of Sports Part.1



3位でたすきを受けた男子の3区久保田法教（右）は、順位を1つ押し上げるとともに、トップに20秒差まで迫る走りを見せ、4区の吹越大清へつなぐ



女子の“花の1区”を任された沼辺美桜（右）は、区間2位の快走を見せ、トップと6秒差の好位置でたすきリレー。2区の漆戸雛に追い上げを託す

11月地元開催の東北大会に出場



男子の部には24チームが出場。1区吹越清優（No.4-1）はトップから12秒差の5位でたすきをつないだ



男子5区岩清水慶多（右）からアンカー野田頭拓哉へ



たすきを握り締め力走する男子2区の黒川卓

女子第21回、男子第23回県中学校駅伝競走大会が9月29日、北総合運動公園内特設コースで行われ、東北中学校が男女そろって上位入賞を果たし、東北大会出場権を獲得しました。

6区間18・7^{キロ}で競われた男子の部には24チームが出場。東北中は、5位でたすきを受けた2区黒川卓が2つ順位を押し上げると、3区久保田法教は2位でたすきリレー。チーム一丸となった走り、一時はトップの十和田中に20秒差まで迫る健闘を見せましたが、追い上げ及ばず、惜しくも2位でした。

東北中がアベック出場する東北大会は11月上旬、北総合運動公園で行われます。

<上位の結果>

■女子の部

1	野辺地中	47分41秒
2	名川中	47分51秒
	東北中	49分31秒
3	出走順	①沼辺 美桜（2年） ②漆戸 雛（3年） ③久保 玲奈（3年） ④向井 亜美（1年） ⑤川村 碧月（2年）

■男子の部

1	十和田中	1時間02分22秒
	東北中	1時間03分22秒
2	出走順	①吹越 清優（3年） ②黒川 卓（1年） ③久保田法教（3年） ④吹越 大清（2年） ⑤岩清水慶多（3年） ⑥野田頭拓哉（2年）
3	野辺地中	1時間03分58秒



女子3位でフィニッシュする川村碧月



女子3区久保玲奈（左）から4区向井亜美へ



東北中の全校生徒が応援に駆けつけ、選手たちに力いっぱい声援を送った

0.19秒差で制し県の頂点

蛭沢小悲願の全国大会出場

— 全国小学生クロスカントリーリレー研修大会県予選会 —

10月9日に田舎館村で行われた、田舎館城下クロスカントリーリレー大会兼第14回全国小学生クロスカントリーリレー研修大会県予選会で、蛭沢小学校の陸上部員で編成する蛭沢陸上クラブが初優勝を果たし、全国大会出場を決めました。

大会は、男女各3人が1:50を走る全9区で争われ、県内各地から18チームが出場しました。

蛭沢陸上クラブは、1区の服部姿耶がトップと17秒差の4位でたすきリレーすると、2区の松尾鴻雅が区間賞の走りで1位に躍進。その後は、3区沼辺咲樹、4区笹倉圭介、5区岡山うららの3人が、むつ陸上クラブと首位争いのデットヒートを演じ、優勝争いは最終区までもつれ込みました。

17秒差の2位でたすきを受けたアンカー野田頭海は「とにかく追い付こう」と、序盤から積極的なレースを展開。トップのむつ陸上クラブにじわじわと迫ると、ラスト30メートル付近で追い付き、ゴール1メートル前で逆転。優勝への執念を見せた野田頭が0.19秒という僅差でフィニッシュテープを切り、劇的な逆転優勝に輝きました。

<大会結果>

順位	チーム	総合タイム
1	蛭沢陸上クラブA	29分54秒13
2	むつ陸上クラブ	29分54秒32
3	野辺地クラブ	31分00秒40

「レース前、選手たちには『自分の走りをしなさい』としかアドバイスしませんでした。しかし一人一人が理想の走りをイメージし、それを見事に表現してくれました。苦しい練習で培った精神力の強さが現れたレースだったと思います」と目を細めた島谷英樹監督。「今大会の優勝はゴールではなくスタート。さらなるレベルアップを図り、悔いのない走りをしてきたいです」と来年3月に大阪府で行われる全国大会に向けて、気持ちを新たにしています。



2位でたすきを受け、トップのむつ陸上クラブへの猛烈な追い上げを見せるアンカー野田頭海



1区服部姿耶(No.16-1)のスタートダッシュ



Okayama Urara
5区 岡山うらら

- ①5年
- ②5分15秒〔2位〕
- ③1年間、この大会で優勝することを目標に練習を頑張ってきました。優勝できてうれしいです。来年は2連覇を果たしたいです。



Hattori Saya
1区 服部 娑耶

- ①5年
- ②5分08秒〔4位〕
- ③ラストの切り替えがうまくいきませんでした。優勝への思いを込めてたすきを渡しました。来年も優勝したいです。



Notagashira Kai
6区 野田頭 海

- ①6年
- ②4分46秒〔区間賞〕
- ③「絶対に優勝するんだ」という気持ちで走り、自分の力を全て出し尽くしました。優勝できて今までの苦勞が吹き飛びました。



Matsuo Kouga
2区 松尾 鴻雅

- ①6年〔主将〕
- ②4分35秒〔区間賞〕
- ③引退時期が延び、このチームメイトとまた大会に出場できるのでうれしいです。全国大会では区間賞とチーム10位以上を目指します。

Players Line-Up

①学年 ②区間記録 ③今大会の感想、今後の目標



Shimaya Hideki
監督 島谷 英樹

選手全員が心を一つにレースに臨み、100点満点の走りをしてくれました。今大会の優勝を自信に、全国大会では県代表として恥ずかしくないレースができるよう気を引き締めたいです。



Numabe Saki
3区 沼辺 咲樹

- ①6年
- ②5分10秒〔2位〕
- ③優勝を目標に練習を頑張ってきましたが、本当に優勝できるとは思っていませんでした。全国大会でもいい走りをしたいです。



Sasakura Keisuke
4区 笹倉 圭介

- ①6年
- ②4分58秒〔3位〕
- ③練習どおりの力を出せませんでした。優勝したい一心で走りました。トップでたすきを渡せました。優勝もできたので良かったです。

さあ夏のリベンジだ

上北中初Vで再び東北大会へ

—— 中体連新人戦ソフトボール県大会 ——

10月8日、9日の両日、平川市で開かれた、県中学校女子ソフトボール選手権大会兼東北中学校ソフトボール大会県予選会で、上北中学校ソフトボール部が初優勝を果たし、来年5月に東北町で開催される東北大会への出場権を獲得しました。

上北中は、9月中旬に行われた上北地方予選会で優勝し、上北ブロックの第一代表として県予選会に出場。初戦の市立第二中（弘前市）を4-0で退けると、二回戦の中郷中（黒石市）に7-0、準決勝の南浜中（八戸市）に14-0と、2戦続けてコールド勝ちを収め、危なげなく決勝へ進出しました。

決勝の尾上中（平川市）戦でも、上北中ナインは伸び伸びと自分たちのソフトボールを展開。切れ目のない打線と機動力を生かした攻撃で得点を重ね、序盤から試合の主導権を握ると、守っては蛭名未来投手の快投と鉄壁を誇る守備陣が相手打線を封じ込め、5-0で快勝。全試合完封勝ちで、県の頂点に立ちました。

「選手全員が気持ちを切らさず、優勝に向かい一つになって戦った結果」と、うれし涙を流した和田愛佳主将は「夏の東北

大会は初戦で負けているので、来年5月の東北大会では優勝したい」と力強くリベンジを誓っていました。

また、堀厚子監督は「冬の間の練習をしっかりと春を迎えたいです」と、東北大会に向けて気持ちを引き締めていました。



上_決勝戦、6回裏2死満塁のチャンスに、3番打者冨岡加奈子がセンター前ヒット。三塁走者の福田美佐子が生還し5-0とリードを広げる 右_決勝戦後、帽子を放り投げて県チャンピオンの喜びを爆発させる選手と監督



燃えろ! 輝け! アスリートたち

The Glory of Sports Part.4

青森山田高の榎本盟選手 県大会V、いざ都大路へ

— 全国高校女子駅伝県予選会 —



スタート直後、勢いよく飛び出す榎本盟 (No.1-1)

区間賞の走りで連覇の原動力に

10月22日、東通村で行われた第23回全国高校女子駅伝大会県予選会(5区間、21・0975^キ)で、榎本盟(3年、石文)が所属する青森山田高校が19連覇を果たし、全国大会出場を決めました。

エース区間の1区(6^キ)で出場した榎本は、スタートと同時に抜け出すと、2位に1分31秒の大差をつける圧巻の走りでした。2区以降の選手も快走を見せ、青森山田高は全区間で区間賞の完全優勝を果たしました。

チーム優勝の原動力となった榎本は「前半少し抑え過ぎましたが、目標タイムを20秒近く上回りました。2区以降の選手を楽にさせる走りができたと思います」と充実した表情で話し、「県大会優勝というよりも、ようやく全国大会のスタートラインに立つことができたという感じ。これからが本当の勝負です」と決意を新たにしていました。

長年の思いを胸に都大路へ挑む

千曳小3年から長距離走で活躍してきた榎本ですが、東北中では3年連続で県中学駅伝大会準優勝と涙。青森山田高では、



チーム優勝と区間賞、2つのメダルを手に笑顔

1、2年と駅伝のメンバー登録されたものの、残念ながら全国大会では出場の機会が与えられず、これまで駅伝で全国の舞台に立つことができていません。高校最後の年に手に入れた全国大会出場のチャンス。しかもエースとしての活躍が期待されています。「都大路でも1区を走り、8位入賞を目指します」と力強く目標を話した榎本は「これまで続けてきた陸上競技の集大成を見せたいです」と前を見据えています。

全国高校駅伝大会は12月25日、京都市で開かれます。

元気に交通ルール順守を約束

秋の交通安全パレード

秋の交通安全パレード出発式が9月20日、ふれあいドーム上北で行われ、参加者が交通事故防止の誓いを新たにしました。

この日は雨天のためパレードは行わず、出発式の実施となりました。

式では、町交通安全母の会の館崎百合子さんの交通安全宣言に続き、第二保育園の園児が「飛び出しは絶対にしません」などと元気に交通安全の約束をしました。



元気に交通安全の約束をした第二保育園の園児

基地内の特設コース元気に完走

東北町分屯基地ちびっ子マラソン大会

航空自衛隊東北町分屯基地の開庁17周年を記念した「ちびっ子マラソン大会」が9月23日、同基地内の特設コースで行われ、出場した200人余りの子供たちが健脚を披露しました。

幼児の部に出場した子供たちは、お父さんやお母さんと一緒に、1kmのコースを元気に駆け抜けました。

また、小学生の部では、子供たちが応援に駆けつけた保護者らの声援を受けて2kmを力走しました。



保護者らの声援を受けて力走する子供たち

町が生んだ偉大な文人の人生紹介

大塚甲山 没後100年展

詩や俳句など1万3,000点余りの作品を残した大塚甲山の、没後100年を記念した特別展が9月24日から10月20日まで、歴史民俗資料館で開かれました。

同展は、県近代文学館の協力により開催したもので、大塚甲山が明治13年に上野村（現在の東北町）に生まれ、31歳で亡くなるまでの人生をパネルなどで解説。町が所有する資料や作品集なども展示し、郷土が生んだ文人の偉大な功績を紹介しました。



大塚甲山の人生を紹介した記念展

交通死亡事故ゼロを目指そう

七戸地区交通安全総決起大会

第19回七戸地区交通安全総決起大会が9月27日、コミュニティセンター未来館で開かれました。

大会には関係者約300人が出席。七戸地区交通安全協会の酒井美代志会長らのあいさつに続き、町交通安全母の会の小林恵美子理事が交通安全決意表明を、町老人クラブ連合会の松山定見会長が交通安全宣言を述べました。

また、水喰保育園の園児がかわいらしい遊戯を披露した後、出席者に交通ルール順守を呼び掛けました。



交通ルール順守を呼び掛けた水喰保育園の園児

自然の中でゲーム楽しみ交流

いきいき教室ネイチャーゲーム

高齢者の生きがいをづくりを目的に開設している「いきいき教室」は9月27日、公立小川原湖青年の家でネイチャーゲームを行い、上北小学校3年生57人と触れ合いました。

参加したのは、上北地区の同教室の学級生15人で、自然の中に隠している人工物を探す「カモフラージュ」や、いろんな葉っぱや木の実を探す「同じものをみつけよう」など、3種類のゲームを楽しんで親睦を深めました。



秋空の下で行われたネイチャーゲーム

ポジティブに毎日を過ごして

町民大学 吉原知子さん講演会

第2回町民大学講演会が9月29日、町民文化センターで開かれ、元全日本女子バレーボール主将の吉原知子さんが、約100人の聴衆を前にバレーボールを通じて学んだ生き方について話しました。

「私のバレーボール人生」と題した講演では、3度出場した五輪の裏話やイタリアリーグでの苦労話などを披露。「悪いときは強くなれるチャンス。どんなこともポジティブに捉えて毎日を過ごして」と訴えました。



前向きに毎日を過ごすよう訴えた吉原知子さん

栄町チーム総合成績でトップに

町民総合体育大会 秋季大会

第6回町民総合体育大会秋季大会が9月25日と10月2日の両日、北・南総合運動公園で開催され、出場した選手たちが各競技で熱戦を繰り広げました。

大会は野球、ソフトボールなどの5種目が行われ、総合成績で栄町チームがトップに立ちました。

なお、総合成績は、来年2月に行われる冬季大会の成績と合わせて決定となります。



8チームが出場したゲートボール競技

■総合成績（秋季大会）

①栄町②甲地③旭町④乙供⑤上野⑥蛭沢⑦本町⑧小川原⑨清水目⑩第一小⑪新山⑫新町⑬南町

■種目別成績

□野球 ①甲地②上野③乙供、本町

□ソフトボール（壮年男子）

①栄町②甲地③旭町、小川原

□ソフトボール（女子） ①上野②旭町③栄町

□ゲートボール ①清水目②乙供③旭町

□グラウンドゴルフ ①乙供②栄町③新町



熱戦が展開された野球競技

標語の部の消防長賞に蛭名愛斗君

中部上北児童防火作品表彰式

中部上北消防本部（天間良一消防長）主催の児童防火作品入賞者表彰式が10月3日、同本部で開かれ、標語の部で蛭名愛斗君（蛭沢小3年）が最高賞となる消防長賞を受賞しました。

東北町と七戸町の小学校から応募のあった629点の中から「消した火を確認しようもう一度」の標語で表彰を受けた蛭名君は「この標語をきっかけに少しでも火事が減ってくれたらうれしいです」と笑顔を見せていました。



標語の部で消防長賞に輝いた蛭名愛斗君

3年連続で100万円寄付

ふるさと納税で蛭名国彦さん

当町の新町出身で、現在は青森市のえびな脳神経クリニックの院長として活躍中の蛭名国彦さんが10月3日、ふるさと納税制度で町に100万円を寄付しました。

蛭名さんが同制度で100万円を寄付するのは、今年で3年連続で、「小川原湖や花切川は、少年時代に遊んだ思い出いっぱいの場所。豊かな自然を失わずに次の世代に残していくため、有効に活用してください」と笑顔で話していました。



100万円を寄付した蛭名国彦さん（左から2人目）

秋の深まり感じながら散策

探訪ウオーク

第4回探訪ウオークが10月4日に行われ、参加したウオーク会員25人が、秋の深まりを感じながら2時間余りの散策を楽しみました。

新館地区集会所をスタートした参加者は、澄みわたった秋空の下、稲刈り作業が進む田んぼや、錦色に色づき始めた木々を眺めながら散策。ゴール地点のふれあいドーム上北までの約8キロのコースを元気に歩き、心地よい汗を流していました。



稲刈りが進む田んぼを眺めながら元気に散策

町の未来のための政策取りまとめ

まちづくり100人委員会提言書提出

まちづくり100人委員会（蓬畑金介会長）は10月6日、将来の町の政策のために取りまとめた提言書を、斗賀町長に提出しました。

同委員会は、町民と行政の協働のまちづくりを推進するため昨年3月に発足。産業振興や健康・福祉など6つの専門部会に分かれて協議を行ってきました。

斗賀町長に提言を手渡した蓬畑会長は「委員の思いを今後の行政に生かしてください」と述べました。



提言書を提出した蓬畑金介会長（中）と野田誠一副会長（右）

笑顔で調理、おいしく完食

おいしくばくばく教室

「おいしくばくばく教室」が10月8日、上野保育園で開かれ、年長園児9人と保護者が、調理をしながら食べることの大切さや楽しさを学びました。

この日挑戦したのは、アンパンマンピラフやコロコロ揚げ納豆など4品目。町保健衛生課の栄養士や町食生活改善推進員から包丁の使い方を教わった子供たちは、保護者や友達と協力しながら笑顔で調理し、完成した料理は、みんなでおいしく完食しました。



保護者と一緒に楽しく調理をする園児たち

東北第一スポ少2連覇達成

わかさぎ杯小学生ソフトボール大会

第8回わかさぎカップ争奪小学生ソフトボール大会が10月8日、9日の両日、南総合運動公園ソフトボール場で開かれ、選手たちが応援に駆けつけた保護者らの声援を背に、はつらつとしたプレーを繰り広げました。

大会には、町内外から8チームが出場。熱戦の結果、東北第一スポーツ少年団が2連覇を果たしたほか、個人賞では最優秀選手賞に瀬川櫻さんが、優秀選手賞に沢尾麻莉亜さんが同スポ少から選出されました。



東北第一スポ少が優勝したソフトボール大会

サンマの三枚おろしに挑戦

男の料理教室

男の料理教室が10月11日、小川原湖交流センター「宝湖館」で開かれ、参加者が調理のこつを学びました。

教室には、夫婦で参加した5組を含む男性13人が参加。講師は、南町で飲食店を経営する和田富雄さんが務めました。

参加者は、秋サンマの刺身やわかさぎ天井など3品目に挑戦。サンマの三枚おろしでは、和田さんから包丁の使い方を教わりながら慎重にさばいていました。



サンマの三枚おろしに挑戦した料理教室

稲刈り楽しみ実りの秋に感謝

上北小学校5年生稲刈り体験

上北小学校（山田春雄校長）の5年生62人は10月12日、町内の水田で、5月に植えた紫黒米の稲刈りに汗を流し、実りの秋に感謝しました。

児童たちは、黒米栽培研究会のメンバーの手を借りて、昔ながらの稲刈りを体験。鎌を使って刈る係、稲わらを束ねる係、田んぼの外まで運ぶ係の3人1組になって作業を進め、黄金色の稲を次々と刈り取っていました。

同校では、2月に餅つき会を開くことにしています。



刈り取った稲わらを束ねる子供たち

上北小学校5年間プルタブ回収

社会福祉協議会に車椅子寄贈

上北小学校（山田春雄校長）は10月12日、プルタブの売却で得た益金で購入した車椅子1台を、町社会福祉協議会に寄贈しました。

プルタブは、同校のリサイクル委員会が、5年前から全校児童に呼び掛けて回収を続けていました。

同校で開かれた贈呈式には、リサイクル委員会の委員4人が出席。新山航希委員長が「大切に使ってください」と述べて、車椅子を贈りました。



上北小リサイクル委員会が車椅子を寄贈

特大のサツマイモに歓声

第二、第三保育園サツマイモ掘り体験

第二保育園（田嶋悟園長）と第三保育園（田嶋みえ子園長）は10月14日、町内の畑でサツマイモ掘りを楽しみ、実りの秋を体感しました。

サツマイモはベニアズマという品種で、園児たちが5月に苗を植えていました。

園児たちは、保護者や地元の老人クラブのお年寄りと一緒に土を掘り、大きなイモを見つけるたびに歓声を上げて喜んでいました。



サツマイモの収穫を楽しむ園児たち

町の農業や漁業に理解深める

海外留学生農業、漁業現地体験研修

小川原湖191里づくり協議会（東浩二会長）は10月15日、中国など5カ国から青森中央学院大学に留学している39人を招いて、農業、漁業現地体験研修を実施しました。

参加者は、町内のビニールハウスでミズナの収穫を体験した後、小川原湖交流センター「宝湖館」で、シジミ汁など4品目の調理に挑戦しました。

同協議会では、今後も小川原湖交流センター「宝湖館」を拠点とした国際交流を展開していく予定です。



ミズナを使った料理に挑戦する留学生

次々に移り変わる景色を満喫

秋の町民歩くつどい

秋の町民歩くつどいが10月16日、八戸市で行われ、30人の参加者がさまざまな景色を楽しみながら歩いて、心地よい汗を流しました。

さわやかに晴れ渡る秋空の中、葦毛崎展望台をスタートした参加者は、眼下に広がる太平洋を眺めながら種差海岸遊歩道を通り、海岸、漁港、林道と風景が移り変わる5キロのコースを2時間ほどかけて元気に歩いて、自然を満喫していました。



景色を楽しみながら歩く参加者

火の元注意を町民に呼び掛け

秋の火災予防パレード

秋の火災予防週間初日の10月17日、東北、上北両地区で火災予防パレードが行われ、消防団員や町内13保育園の園児ら、約200人が参加しました。

東北地区は、出発式に続いて乙供駅周辺をパレード。町民に火災予防を呼び掛けました

上北地区は、雨天のためふれあいドーム上北で出発式だけを実施。園児が「火遊びば絶対にしません」などと、元気に火の用心を約束しました。



火の用心を呼び掛けた第三保育園の園児たち

情熱持って取り組みば夢はかなう

大塚甲山を学習する会

大塚甲山を学習する会が10月17日、上北中学校で開かれ、上北中学校の生徒や一般参加者など、約300人が出席しました。

講師を務めたのは県近代文学館の飛内文代室長で「なにもものにも負けず」と題して講演。生前にかなえられなかった作品集出版の夢が、今多くの人の手によって実現されていることを紹介し「情熱を持って取り組みば、夢は誰かがかなえてくれます」と話しました。



大塚甲山の生涯について講演した飛内文代さん

みどりの大地とロマンの森公園の環境整備

中部上北シルバー人材センター奉仕作業

中部上北広域シルバー人材センター（新谷勝弘理事長）は10月19日、みどりの大地とロマンの森公園の環境整備作業を行いました。

同センターでは、9年前から毎年、シルバーの日に町内の公共施設の環境整備を実施しています。

この日は、同センターの会員約30人が、ほうきを使って落ち葉を集めたり、鎌を使って植え込みの下草刈りをしたりなど、2時間ほど作業に汗を流しました。



ほうきで公園の落ち葉を集める会員

手塩に掛けて育てた肉用牛を審査

畜産品評会

町畜産品評会が10月20日、町営道ノ下放牧場で行われ、畜産農家が手塩に掛けて育てた肉用牛の生育状況を、専門の審査員が審査しました。

品評会には、生後5カ月から12カ月の黒毛和種42頭が出品され、体型や発育状況などが審査されました。

審査の結果、チャンピオン賞には、雌の部ではなちゃん（蛭名太さん出品）が、雄の部で愛彦（立崎明彦さん出品）が輝きました。



雌26頭、雄16頭の和牛が出品された品評会

心一つに美しいハーモニー

中部上北小学校音楽交歓発表会

第40回中部上北小学校交歓音楽発表会が10月20日、コミュニティセンター未来館で開かれ、子供たちが息の合った演奏や美しいハーモニーで観衆を魅了しました。

音楽を通じて友情を深めようと開催したこの発表会では、東北町と七戸町の11小学校の児童が日頃の練習の成果を発表。リコーダーやピアニカ、ハンドベルなどを演奏したり、ピアノの伴奏に合わせてきれいな歌声を響かせたりしました。



美しい歌声を響かせる子供たち

地域福祉に役立ててと3万円

蛭名信さん社会福祉協議会に寄付

蛭名信さん（大浦）は10月21日、地域福祉に役立ててくださいと、町社会福祉協議会に3万円を寄付しました。

寄付金は、10月に亡くなった母ミヨシさんの香典返しの一部です。

おいの雅さんと一緒に寄付金を手渡した信さんは「母は生前、多くの地域の方にお世話になりました。感謝の意味を込めて寄付します。町の福祉のために有効に役立ててください」と述べました。



寄付金を手渡す蛭名信さんと（右）と雅さん（中）

レクリエーション通じて交流

子ども会まつり

第6回町子ども会まつりが10月23日、トレーニングセンターで開かれ、町内14の子ども会の会員約300人が、レクリエーションを通じて触れ合いました。

大会では、親子全員参加のクイズ王ゲームとビンゴゲームのほか、5人一組の「長縄跳び」や、股下と頭上から後ろへボールを渡す「ボール送り」の4種目が行われ、参加者は歓声を上げながら、はつらつとしたプレーを繰り広げました。



チームワークが大切「ボール送り」

町民体育館をご利用ください

改修工事完了、リニューアルオープン

昨年秋から行っていた町民体育館の改修工事がこのほど完了し、使用できるようになりました。

工事により、2階観覧席が卓球室としても使用可能になったほか、2階にフィットネスルームを新設。また、アリーナの電光掲示板が新しくなりました。

使用料金や予約状況などについては、下記へお問い合わせください。

【問】町教育委員会スポーツ振興課 Tel.0175-63-3500



改修工事が完了した町民体育館

おすすめブック大賞 受賞者発表

「おすすめブック大賞」とは、子供たちが「誰かに読んでほしい」と思った本を、本の帯のようにイラストなどを交えて1枚の用紙にまとめて紹介したもので、町内の小学生から986点の応募がありました。

大賞作品と、受賞者を紹介します。(敬称略)

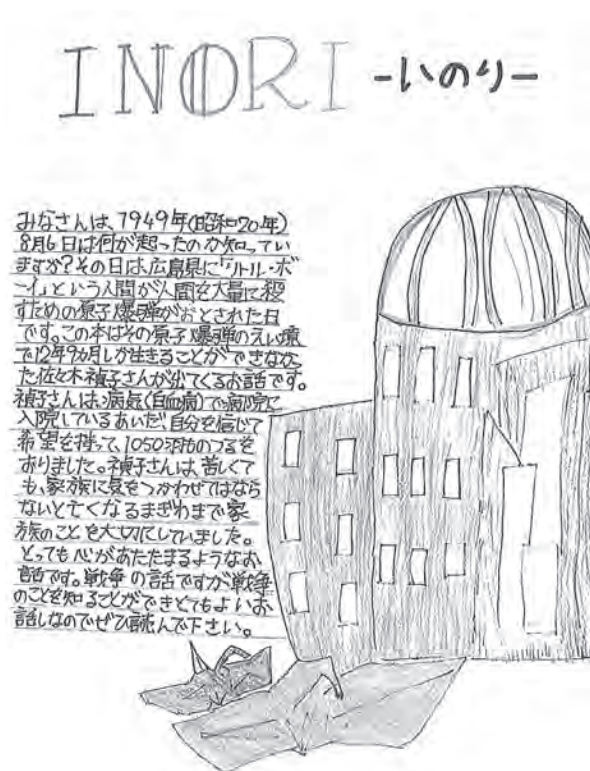
■大賞

□上北小

〔6年〕小川奏

作品名：INORI

ーいのりー



■優秀賞

- 上北小〔2年〕新山悠〔4年〕蛭名慶音〔5年〕山田笑子〔6年〕松宮杏乃

- 甲地小〔1年〕沼山咲彩〔2年〕高橋想空、前田美優〔4年〕吹越未来〔5年〕濱田小海
□蛭沢小〔1年〕沼山侑生、長谷川太一〔2年〕重久美桜、田中伊織〔5年〕乙崎恵梨
□千曳小〔3年〕方波見満〔4年〕川原大樹〔6年〕平田智美

■奨励賞

- 第一小〔1年〕阿部慶獅〔2年〕林希来
□上北小〔2年〕佐々木愛佳〔3年〕蛭名晴矢、佐々木美音、二ツ森彩希、鶴ヶ崎優大〔4年〕大野蓮〔5年〕沼尾月乃〔6年〕高松美緒、沼村有紗、野月映見
□小川原小〔3年〕市川凜、小笠原寧々、小笠原亜麻音〔4年〕小笠原凜〔5年〕小笠原敦史
□甲地小〔1年〕沼辺彩里
□蛭沢小〔2年〕下浅空汰、松山飛湧、遠藤瑠唯佳〔3年〕酒田朋佳〔4年〕松山奨、荒木桃花、昆千裕〔5年〕乙供怜〔6年〕川村浩也、蓬畑快人
□千曳小〔5年〕大久保美穂
□第一小〔1年〕高松桃花、米内山姫依〔4年〕佐々木孝太郎、向井野愛〔5年〕柴田耕太郎
□上北小〔1年〕新山響、佐藤美海〔2年〕野田咲桜、木村花愛〔4年〕柴田敬介〔5年〕中村友紀乃
□小川原小〔1年〕小笠原紫依琉〔4年〕小笠原力斗〔5年〕沼田健辰〔6年〕小笠原舞
□甲地小〔1年〕吹越彩奈〔2年〕甲地佑成〔6年〕鶴ヶ崎未来
□蛭沢小〔1年〕工藤璃々〔2年〕川原瑞貴〔3年〕上崎櫻華、大西恋碧、蛭名愛斗、下浅里愛〔4年〕工藤龍斗、平田光〔5年〕甲地優花、田中真奈〔6年〕洞内晃、林亜美
□水喰小〔3年〕中村葉南〔5年〕神谷美洗、木村和暉、野田頭映見〔6年〕岡山瞳華
□千曳小〔1年〕大久保明日葉、松山颯汰〔5年〕入谷将輝〔6年〕北村美波

おいしい笑顔満載

おがわら湖
美味満彩祭り



おがわら湖美味（うめえ）満彩祭りが10月1日、道の駅おがわら湖で開かれ、町内外から訪れた大勢の家族連れらが、新鮮な小川原湖の恵みを堪能しました。

湖で取れる豊富な魚介類の味を広く知ってもらおうと開催したこの祭りでは「無料試食4連発」と題し、シジミ汁、シラウオ丼、ワカサギ空揚げ、ガニ汁をそれぞれ500食ずつ無料で振る舞い、長い行列ができていました。

また、シジミやシラウオなどの新鮮な魚介類や、ワカサギの佃煮などが格安で販売されたほか、宝湖活性化協議会が考案した「ワカサギコロツケ」や「シジミチーズ揚げ」などのメニューもPR販売されました。

このほか、モクズガニを棒でつついてゴールまで進める「ガニレース」や、1対1ほどの巨大なコイをさばく「コイ解体ショー」などのイベントも行われました。

1子供たちの歓声が響いた「ガニレース」。ゲートオープンと同時に棒でモクズガニをツンツン **2**「無料試食会4連発」には開始前から長蛇の列。4種類全ての料理が数時間で完売するほどの盛況ぶり **3**小川原湖の環境や資源などについて調べている三沢商業高校の生徒たちもスタッフとして参加。給仕の仕事に汗を流していました **4**特大コイの解体ショーには黒山の人だかり。料理人の巧みな包丁さばきに見入っていました **5**ガニ汁のおいしさに子供たちもニコリ **6**湖の味覚が格安の値段で販売されました



上北 スペシャル P-1 初代王者

オータム
フェスティバル
in 上北



P-1 (ピザワン) グランプリ結果

順位	団体名	ピザ
1	上北町商工会青年部	上北スペシャル
2	七戸町商工会青年部	七戸馬肉ベーコンピザ
	三沢市商工会青年部	バラ焼きピザ
4	横浜町商工会青年部	カレーピザ
5	おいらせ町商工会青年部	おいらせちゃんちゃんピザ
6	六戸町商工会青年部	名産シャモロック・ごぼう
7	三沢商業高校農協部会	キンピザ
8	六ヶ所村商工会青年部	エピッツァ
9	十和田湖商工会青年部	ピツTHEとわだ
10	天間林村商工会青年部	華麗（カレー）なるピザ
11	東北町商工会青年部	五種L A K Eピザ
12	野辺地町商工会青年部	みそ貝焼風激うまピザ



オータムフェスティバルin上北が10月2日、上北町駅前イベント広場で開催されました。会場では「P-1（ピザワン）グランプリ」が開かれ、上十三地域の各商工会青年部と三沢商業高、合わせて12団体が、地域の特産品を生かして考案したピザを販売。共通チケットが開始から1時間半で完売するほどの盛況ぶりでした。審査の結果、上北町商工会青年部の「上北スペシャル」が頂点に輝きました。また、こがわら活性化協議会が新鮮野菜をPR販売した「軽トラ市」では、野菜の詰め放題企画が人気を集めていました。ステージでは「芸達者よ集まれ191フェス」が開かれ、参加した24団体が、自慢の歌声やパフォーマンスで観衆を魅了していました。



1「P-1（ピザワン）グランプリ」で初代チャンピオンに輝いた上北町商工会青年部。佐々木智和部長（前列左から3人目）は“王者の証し”黄金の焼釜のレプリカを手に「本当にうれしい！」**2**ナガイモやベーコン、餅などをトッピングし、味とボリュームにこだわった「上北スペシャル」**3**ドラム缶を改良した焼釜でピザを焼き上げ**4**東北町商工会青年部は、沼エビやワカサギ佃煮などを使用した「五種L A K Eピザ」で参戦**5****6**お目当てのピザをパクリ「焼きたてでウマイ」**7**ピザの各売り場前には開幕直後から長い列**8**三沢商業高校農協部会も売り込みに一生懸命**9**上北宝湖ラーメンなどを販売した「B級グルメ」のブースも人気**10**「芸達者よ集まれ191フェス」ではユニークなものまねも飛び出しました**11**同フェスののど自慢部門と総合の部で優勝した「寧々withニセコブラーズ」（小川原）。かわいらしい歌とユニークなダンスで観衆を沸かせました**12**サイコロの出た目の数だけスコップなどで野菜をすくえる企画が大人気。こがわら活性化協議会の「軽トラ市」

「うつ病」は脳のエネルギーが不足している状況です

うつ病は「気分の問題だから」と気力で克服するのは困難です。

病気であることを受け止めて、早めに対応することが大切です。

うつ病の早期治療が自殺予防にもつながります。

次の症状が続き、毎日の生活に支障が出ている場合は「うつ病」の可能性がありますので、保健福祉センターなどに相談しましょう。

- ☐ 「眠れない」とよく口にするようになった
- ☐ 表情が暗く、ぼんやりするようになった
- ☐ 周囲との交流を避けるようになった
- ☐ 新聞やテレビに関心がなくなった
- ☐ 食欲がなくなった
- ☐ 体調不良の訴えが多くなった
- ☐ 集中力がなくなった
- ☐ 飲酒量が増えた

心の病気も早期発見、早期治療が大切です。

本人が受診を拒否したときは、無理をせず、本人が信頼している家族や友人などに相談してみましょう。

気になる様子が見られたら、まずは「最近、ちゃんと眠れている？」という声掛けから始めてみましょう。

11・12月の健康カレンダー

問い合わせ先：保健衛生課
東北町保健福祉センター 0175-63-2001
上北保健福祉センター 0176-56-2933

事業名	対象者	実施日	受付時間	実施場所
乳児健診	3〜4カ月児(小児科診察・BCG) (平成23年7月19日〜 平成23年8月1日生まれ) *対象者には個別通知します	11月21日(月)	12:45〜 13:00	七戸病院健康 管理センター
	3〜4カ月児(小児科診察・BCG) (平成23年8月2日〜 平成23年8月15日生まれ) *対象者には個別通知します	12月5日(月)		(小児科診察、BCG と股関節脱臼検査の 日程が別日になります)
	股関節脱臼検査 (平成23年7月5日〜 平成23年8月1日生まれ) *対象者には個別通知します	11月15日(火)	12:00〜 12:15	
幼児健診	1歳6カ月児健診 (平成22年3月、4月生まれ)	11月18日(金)	12:45〜 13:00	東北町保健 福祉センター
	2歳6カ月児健診 (平成21年3月、4月生まれ)	11月22日(火)	12:45〜 13:00	上北保健 福祉センター
	3歳児健診 (平成20年4月、5月生まれ)	11月14日(月)	12:30〜 12:45	東北町保健 福祉センター
ほがらか 教室	・40歳以上で自分または家族の協力で会場 まで来られる方 ・初めて参加する方は保健師までご連絡く ださい。	11月11日(金)	9:30〜 12:00	上北保健 福祉センター
		11月25日(金)		
		11月16日(水)	9:30〜 12:00	東北町保健 福祉センター
ポテトクラブ (精神障害者 の集い)	・心の病気を治療中で社会復帰を目指して いる方および家族の方 (初めて参加する方は申請書等の提出が 必要ですので保健師までご連絡ください。)	11月21日(月)	10:00〜 12:00	東北町保健 福祉センター
つつじ作業所		毎週 月、水、木、金	10:00〜 15:00	中央公民館
所内健康相談	・町民	毎週水曜日	9:00〜 15:00	上北保健 福祉センター
		毎週 火、木曜日		東北町保健 福祉センター

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

健康家族

保健師 79



こんにちは保健師です 町保健衛生課 新 堂 府 子

ちゃんと眠れていますか？ — 2週間以上続く不眠は 心のSOS信号です —

睡眠は健康を維持するために欠かせないものです。

十分な睡眠がとれないと、体や心にさまざまな影響を及ぼします。

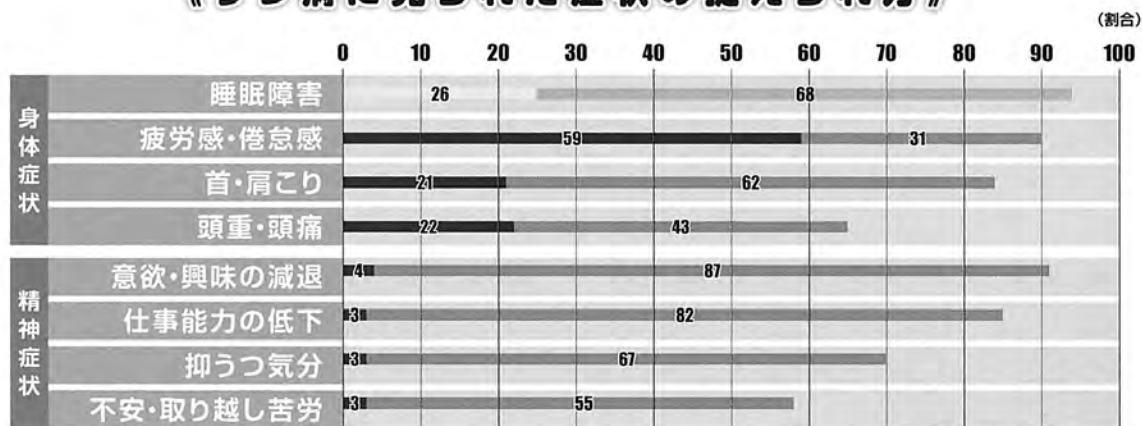
あなたは最近、ちゃんと眠れていますか？



不眠は心のSOS信号

「ぐっすり眠れない」「早朝に目が覚めてしまう」などといった不眠の症状は、「うつ病」と深い関係があるといわれています。

《うつ病に見られた症状の捉えられ方》



町民大学映画上映

12月4日(日) 午後2時～午後4時
町民文化センター〔受講料無料〕

大澤豊監督 「いのちの山河～日本の青空Ⅱ～」



父・晟訓（加藤剛）から医者になることを期待されつつも村を離れていた深沢晟雄（長谷川初範）は、妻・ミキ（とよた真帆）と帰郷し、村の抱える「豪雪・多病・貧困」という三悪を克服しようと立ち上がる。やがて村長となった晟雄は『生命尊重』の理念を掲げ、憲法25条を盾に、当時は国保法違反であった老人と乳児の医療費無料化に踏み切る。

【問】 町教育委員会 社会教育課 TEL0176-56-5180

上北郡連合PTA研究大会東北町大会

- 日時 11月27日(日) 午前11時～午後12時20分
- 場所 町民体育館
- 講師 NEWS ZEROメインキャスター 村尾信尚氏
- 演題 「あきらめない」というチカラ
- 【問】 郡連合PTA事務局 水喰小学校内 TEL0175-62-2002



老後の備え農業者年金で安心

農業者年金に加入しませんか？

- 老後生活はこんなに長い
 - 65歳からの平均寿命は
 - ・男性19年 ・女性24年
- 老後生活はお金が掛かる（夫婦2人）
 - 老後の家計費 280万円
 - 国民年金だけ 158万円
 - 年間不足額 122万円

- 農業者年金のメリット
 - 少子高齢時代に強い積立方式の年金
 - 終身年金で80歳までの保証付き
 - 支払った保険料は全額社会保険料控除
 - 手厚い政策支援。保険料に国庫補助も

■農業者年金の試算額

加入年齢	納付期間	試算額		
		性別	保険料 2万円	保険料 3万円
20歳	40年	男	89万円	134万円
		女	77万円	116万円
30歳	30年	男	59万円	88万円
		女	51万円	76万円
40歳	20年	男	35万円	52万円
		女	30万円	45万円
50歳	10年	男	15万円	23万円
		女	13万円	20万円

【問】 町農業委員会 TEL0176-56-3111またはTEL0175-63-2111

「文化賞」「体育・スポーツ賞」の 候補者推薦を受け付けます

町では、文化やスポーツの普及、振興に尽力した個人や団体および顕著な成績を挙げた方に対し「文化賞」「体育・スポーツ賞」を授与します。

該当者がありましたら、ご連絡ください。(小・中学生は除きます。)

■申込締切 12月20日㊥

文化賞表彰

■文化賞

- 町の文化の高揚に顕著な功績のあった者および団体の指導育成に著しい貢献をした者
- 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者
- 全国的な文化的大会や展覧会などで、入賞した者
- 芸術的技能が優れ、全国レベルで希少価値をもつ者

■文化功労賞

- 学術や芸術などの普及奨励に特に尽力した者
- 多年にわたり文化活動の養成指導に貢献し、その功績が著しい者
- 芸術や文化などの学術的研究に優れ、町の文化向上に寄与した者
- 文化活動の大会で優秀な成績を収め、他の模範となる者などの指導育成に特に貢献が認められる者

■文化奨励賞

- 県内の著名な機関などが主催する文化的大会や展覧会などで、最高位の成績を収めた者
- 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者
- 前記に準ずる成績を収めた者で、将来も活動が続けると認められる者
- 芸術的技能が特に優れ、全県的観点で希少価値を認められる者

【問合せ】町教育委員会 社会教育課 TEL0176-56-5180 FAX0176-56-4235

体育・スポーツ賞

■功労賞

- 町のスポーツ振興や学校体育の振興に尽くした者
- 多年にわたり選手の養成、団体の育成指導に尽くした者
- 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者

■スポーツ賞

- 国際スポーツ大会に出場した者
- 国民体育大会や全国大会で、優秀な成績を収めた者

■優秀選手賞

- 国民体育大会や全国大会に出場した者
- 東北大会やこれに準ずる大会で、入賞した者
- 県大会やこれに準ずる大会で、優秀な成績を収めた者

【問合せ】町教育委員会 スポーツ振興課 TEL0175-63-3500 FAX0176-63-4477

東北町 I T サポートセンター通信

無料パソコン講習会を開催します

■場 所 町民文化センター 2階 視聴覚室

■申込み 電話またはメールによりお申し込みください。定員10人で締め切ります。

■日時・内容

講座名	日 時	内 容
デジカメ 基礎講座	11月16日ⓧ 午後1時30分～午後3時30分	上手に写真を撮るコツやパソコン への取り込み方を学ぼう。
	12月21日ⓧ 午後1時30分～午後3時30分	
写真整理 講 座	11月17日ⓧ 午後1時30分～午後3時30分	撮影した写真をDVDに取り込み、 保存しましょう。
	12月22日ⓧ 午後1時30分～午後3時30分	
合成写真 作成講座	11月18日金 午後1時30分～午後3時30分	来年の干支を題材に、おもしろ写 真を作ってみよう。
カレンダー 作成講座	11月21日月 午後1時30分～午後3時30分	クリップアートなどを使って、ワー ドでカレンダーを作ってみよう。
	11月28日月 午後6時30分～午後8時	
年 賀 状 作成講座	11月24日ⓧ～25日金 午後1時30分～午後3時30分	来年の年賀状を作ってみよう。
	12月1日ⓧ～2日金 午後1時30分～午後3時30分	
パソコン 入門講座	12月5日月 午後1時30分～午後3時	マウスやキーボードの使い方など、 パソコンの基礎を学ぼう。
旅行の計画を 立てよう	12月7日ⓧ 午後1時30分～午後3時30分	クリスマスやお正月に向け、イン ターネットを使ってホテルを予約 したり電車の時間を確認したりし てみよう。
	12月14日ⓧ 午前10時～正午	
クリスマス 特集	12月8日ⓧ 午後1時30分～午後3時30分	インターネットで、お取り寄せや クリスマス飾りを検索してみよう。
	12月15日ⓧ 午前10時～正午	
パワー ポイント講座	12月19日月 午後1時30分～午後3時30分	パワーポイントの楽しい機能や便 利な使い方を体験しよう。

■開設時間 午前9時～午後5時

■休館日 火・土・日曜日、祝日

■問 合 せ 東北町 I T サポートセンター

☐TEL0176-58-1090

☐メール tohoku-support@mcs-kk.co.jp

☐ホームページ <http://tohoku.aomori-support.com/>

広報とうほく
クイズに挑戦

図書カードプレゼント

正解者の中から抽選で5名の方に「図書カード」をプレゼント！
あなたもチャレンジしてみましょ
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
☆応募締切ー11月22日㊥

今月の問題

Q1 全国小学生クロスカント
リーリレー研修大会県予選会で
優勝し、全国大会出場を決めた
チームは？（ヒントP4）

Q2 町民総合体育大会秋季
大会の総合成績でトップに立っ
ている町内会は？（ヒントP9）

Q3 中部上北消防本部主催の
児童防火作品標語の部で消防長
賞に輝いた人は？（ヒントP10）

10月号の答え

- ①栄町
- ②榎本盟さん
- ③さくら会

10月号当選者

- 蛭沢しのぶさん
- 川村 利香さん
- 中野 春菜さん
- 蛭名 和子さん
- 甲地真奈美さん



社会保険料控除証明書は
年末調整・確定申告まで
大切に保管を

国民年金保険料は、所得税
および住民税の申告で全額が
社会保険料控除の対象となり
ます。

控除を受けるためには、支
払ったことを証明する書類の
添付が義務付けられています
ので、平成23年1月1日から
9月30日までの間に国民年金
保険料を納付した方に対し
「社会保険料（国民保険料）
控除証明書」が、10月下旬か
ら11月上旬までに、日本年金
機構から送付されます。

年末調整や確定申告の際に
は、この証明書または領収証
書を添付してください。

なお、10月から12月までの
間に今年初めて国民年金保険
料を納付した方には、来年の
1月下旬に送付されます。

扶養親族等申告書は
期限までに提出して

老齢や退職を支給事由とす
る年金は、雑所得として所得
税の課税対象とされています。

課税対象となる受給者の方
には、毎年11月上旬までに日
本年金機構から扶養親族等申
告書が送付されますので、12
月1日の提出期限までに必ず
提出してください。

この申告により、翌年度中

に受けられる年金に係る所得
税の源泉徴収税額が決まりま
す。

もし提出を忘れると、各種
控除が受けられず、所得税の
源泉徴収額が多くなる場合が
ありますのでご注意ください。

■平成24年分「扶養親族等申
告書」が送付される方 ○65
歳未満＝年金額108万円以上
○65歳以上＝年金額158万円
以上

【問】青森年金事務所
TEL017-734-7499



レイクダンスサークル
3万円寄付

レイクダンスサークル（濱
田富雄会長）は10月17日、地
域福祉に役立ててくださいと、
チャリティダンスパーティー
の益金3万円を、町社会福祉
協議会に寄付しました。

平成23年度宝くじの
助成金で移動式音響機器
を購入しました

沼崎本村部落会では(財)自
治総合センターが実施する
コミュニティ助成事業を活
用して、移動式音響機器を
購入しました。

今後、同会のイベントな
ど、地域活
動で利用す
ることにし
ています。



公立七戸病院 耳鼻咽喉科の診察曜日が 変更になります

公立七戸病院の耳鼻咽喉科
外来の診察曜日が、11月16日
から毎週月曜日に変更になり
ます。

■11月の診察日 ○1日(火)
○8日(火) ○15日(火) ○21日
(月) ○28日(月)

【問】公立七戸病院
TEL0176-62-2105

早期発見のために乳がん 検診を受けましょう

公立七戸病院健康管理セン
ターでは、乳がんの単独検診
を行っています。

乳がんは、早期治療で治る
可能性がある病気ですので、
検診を受けましょう。

■日時 火、水曜日 午後2
時～3時（完全予約制）
■内容 ○マンモグラフィ
○乳房超音波検査
■対象年齢 30歳以上の女性
■料金 8,925円
【問】公立七戸病院
TEL0176-62-2105

青森県の最低賃金が 647円に改正されました

青森県の最低賃金が、10月
16日から改正されました。

最低賃金は、県内で働く全
ての労働者と、労働者を一人
でも使用している使用者に適
用されます。

なお、製造業と小売業の一
部には、特定（産業別）最低
賃金が定められています。

■青森県最低賃金 647円（時
間額）

【問】青森労働局労働基準部
賃金室 TEL017-734-4114

東日本大震災被災者の 労働問題無料相談会

東日本大震災の被害に遭っ
た事業主や労働者を対象とし
た無料相談会を開催します。

■日時 11月12日(土)、19日(土)
午前10時～午後3時

■場所 イオンモール下田イ
オンホール

■相談内容 ○労災保険 ○
雇用保険 ○労務管理 ○健
康保険 ○年金

【問】県社会保険労務士会十
和田支部 TEL0176-23-4082

女性の人権ホットライン をご利用ください

■日時 11月14日(月)～11月20
日(日) 午前8時30分～午後7
時（土、日曜日は午前10時～
午後5時）

■電話 0570-070-810

■相談内容 ○職場での差別
○夫やパートナーからの暴力
○ストーカー行為など

【問】青森地方法務局人権擁
護課 TEL017-776-9024

東北町心配ごと相談所

今月の相談日は

11月16日(水)

時 間：午前9時30分
～午前11時30分
場 所：町保健福祉センター
相談室
問合せ：町社会福祉協議会
TEL0175-63-2717



B & G杯争奪 バレーボール大会 参加チーム募集

■大会期日 11月27日(日)

■場所 北総合運動公園ト
レーニングセンター

■参加資格 ○町内に在住ま
たは勤務している18歳以上の
方 ○1チーム12人以内 ○
種目＝男性の部、女性の部

■申込締切 11月18日(金)

【問】町教育委員会スポーツ
振興課 TEL0175-63-3500

自衛官 高等工科大学の 生徒を募集します

■応募資格 平成24年4月1
日現在17歳未満で、中卒（見
込み含む）の男性

■受付期間 11月1日(火)～1
月6日(金)

■試験日 1月14日(土)

■試験場所 八戸福祉公民館

【問】自衛隊青森地方協力本
部三沢募集案内所 TEL0176-
53-1346

今日の

おはなし会

と き：11月19日(土)
午後2時～

ところ：町立図書館
乙供分室
(中央公民館内)

問合せ：町立図書館
TEL0176-56-2261



年末調整関係事務 説明会を開催します

■11月14日⑨ ○時間＝午後
2時～3時30分 ○場所＝三
沢市国際交流教育センター

■11月15日⑩ ○時間＝午後
2時～3時30分 ○場所＝十
和田市民文化センター

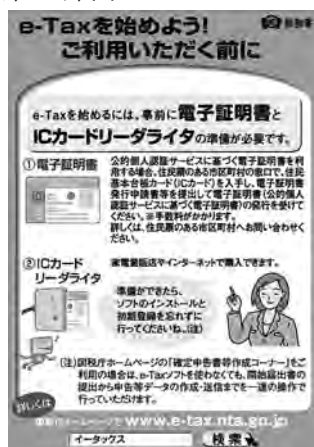
■11月16日⑪ ○時間＝午後
2時～3時30分 ○場所＝
六ヶ所村文化交流プラザ

■11月17日⑫ ○時間＝午後
2時～3時30分 ○場所＝野
辺地町中央公民館

■11月21日⑬ ○時間＝午後
2時～3時30分 ○場所＝コ
ミュニティセンター未来館

■使用する書類 ○年末調整
のしかた ○給与所得の源泉
徴収票等の法定調書の作成と
提出の手引 ○給与支払報告
書（総括表）の書き方 ○源
泉徴収票・支払調書提出の
チェックポイント

【問】十和田税務署 法人課
税第一部門 TEL0176-23-3151



eLTAX (エルタックス) で 申告してみませんか？

県では、地方税電子化協議
会が運営する地方税ポータル
システム (eLTAX) を利用
して、インターネットによる
法人関係税の申告受付を行っ
ています。

■利用できる手続き 法人関
係税（法人県民税、法人事業
税、地方法人特別税）の申告
手続き

■利用できる方 納税者（法
人）および代理人

■特徴 無料でダウンロード
できるeLTAX専用ソフト
「PCdesk」などで、申告書
の作成や申告手続きができま
す。

■注意点 eLTAXホームペー
ジ (<http://www.eltax.jp/>)
で利用届出を行ってください。
なお、初めて利用する場合は
電子証明書の取得が必要です。
利用届出後、実際の申告がで
きるまで数日かかります。

【問】上北地域県民局県税部
課税課 TEL0176-22-8111



実年式を開催します

町では、今年度60歳を迎え
る方を対象に、これまで社会
の発展に尽くされた労苦をた
たえと共に、豊かな知識と
経験を今後の積極的な社会参
加や地域づくりに生かしてい
くための語らいの場として、
実年式を開催します。

町内在住者の方には、実年
式のご案内を送付しますので、
多数ご出席ください。

■日時 11月20日⑭午後2時

■場所 町民文化センター

■内容 ○式典 ○記念写真
撮影 ○祝賀会

■対象者 昭和26年4月2日
～昭和27年4月1日生まれの方

■参加料 4,000円

【問】町教育委員会社会教育
課 TEL0176-56-5180

総合相談

～人権、行政相談～

町外の会場も利用できます。お気軽にご相談ください。

11月21日

○時間 午前10時～正午
○場所 コミュニティ
センター未来館

12月5日

○時間 午前10時～正午
○場所 東北町役場
本庁舎2階休養室

12月6日

○時間 午前10時～午後3時
○場所 野辺地町
中央公民館

12月7日

○時間 午前9時～正午
○場所 七戸町役場本庁舎
および七戸庁舎

【問】役場 福祉課 TEL0176-56-3111またはTEL0175-63-2111

東北町立図書館から **新着図書** のお知らせ

□一般図書

書 名	著者名など	書 名	著者名など
心理的にありえない 〈上〉 〈下〉	アダム・ファ ウアー	どうなる？どうする！ 共通番号	森信 茂樹 小林 洋子
マスカレード・ホテル	東野 圭吾	「想定外」の罫 —大震災と原発—	柳田 邦夫
笑い三年、泣き三月。	木内 昇	最新版 活火山活断層	千葉 達朗
平成猿蟹合戦図	吉田 修一	とっておきの保存食	荻野 恭子
白い鴉	新堂 冬樹	など51冊（9/16～10/19の新着案内本）	

□児童図書&絵本

書 名	作者名など
楽しい！どんぐりまつぼっくり落ち葉の工作BOOK	おさだのび子
ペットショップはぼくにおまかせ	ヒルケ・ローゼンポーム
おおきなかぼちゃ	エリカ・シルバーマン
など45冊（9/16～10/19の新着案内本）	

開館時間

◆東北町立図書館 午前9時15分～午後6時 [TEL0176-56-2261]

◆東北町立図書館乙供分室（中央公民館図書室）

月・水・金（午前10時～午後6時） 木・土・日（午前9時15分～午後5時）
[TEL0175-63-2741]

休館日

火曜日、祝祭日、蔵書点検、年末年始

文芸ギャラリー

いしぶみ俳句会

鬼灯や夕焼雲とにらみあい

附田 チマ

活けられて竜胆更に色濃くし

山田 悦子

せがまれて鬼灯鳴らす紅の口

久保田 征子

新涼や郵便局に老眼鏡

伊賀 敬子

葛の花これぞ日本の女ごころ

日野口 晃

あけぼの句会

著我の花斜面に群れて高野山

チ エ

流される茄子の牛馬に手をふりて

節 子

かまきりの拝む姿に放しけり

テル 女

来客の花火にまけぬ声響く

光 子

宝くじ売り切れの声炎暑かな

祥 子

待つ人の居る幸せや芒道

信 女

秋蝶の紙きれのごと吹かれゆく

てる 女

平成23年 9 月届出分

TOHOKU 戸籍の窓

“戸籍の窓”は原則町内に住所のある方を掲載していますが、
町内出身者などで希望する方も掲載しております。

誕生

氏 名	町名	保護者	氏 名	町名	保護者
木 村 優 那	(南 町・ 聡)		西 野 悠 芽	(花向町・裕 明)	
尾 形 虹右介	(南 町・優 樹)		小 坂 澄 晴	(内蛭沢・典 弘)	
甲 田 太 陽	(乙供元町・純一)		松 山 莉 奈	(乙供本町・政彦)	
蛭 名 響 己	(新 町・一 機)		成 田 郁 樹	(北 栄・義 徳)	
濱 田 悠	(旭 町・洋 樹)				

結婚

氏 名	町名	氏 名	町名
斗 沢 勇 輝	(宮城県)	竹 内 傑	(菩提寺)
菅 野 伊 世	(宮城県)	安 部 美由紀	(千葉県)
工 藤 修 悦	(旭 町)	山 端 伸 憲	(滝 沢)
上 村 侑 子	(旭 町)	畠 山 かおり	(横浜町)
柴 田 善 浩	(大 浦)	江刺家 辰 也	(夫雑原)
金 見 優	(十和田市)	富 樫 晴 奈	(夫雑原)
尾 形 裕 貴	(菩提寺)	山 内 拓 也	(上清水目)
木 村 和佳子	(野辺地町)	清水目 祐 子	(上清水目)

お悔やみ

氏 名	年齢	町名	氏 名	年齢	町名
野 村 工 コ	75	(大 洞)	蛭 沢 卓 見	81	(内蛭沢)
和 田 雄五郎	79	(南 町)	清水目 太三郎	88	(上清水目)
蛭 名 廣 美	67	(旭 町)	松 原 ミ ヨ	84	(千代畑)
山 田 勝 男	72	(塔ノ沢)	久保田 公 生	56	(向旗屋)
吹 越 福 見	83	(千代畑)	坂 田 耕 三	85	(豊 瀬)
土 橋 正治郎	91	(土 橋)			

広報まのひとろごと



湖の豊かな食材をPRするため
に開催された「おがわら湖美味
満彩まつり」。そこで振る舞わ
れた「シラウオ丼」が来場者に
大好評だった▼新鮮なシラウオ
と酢飯の相性が抜群で、ウズラ
の黄身を絡ませると味がまろや
かになって、これもまた美味。
シラウオが生臭さを消している
ので、シラウオが苦手な人でも
ペロッと食べられるはずだ▼こ
の「シラウオ丼」は宝湖活性化
協議会が考案したメニューの一
つ。漁期の関係でB級グルメと
はいかないそうだが、ご当地グ
ルメとして定着させるべく飲食
店への売り込み方法などを模索
中だ▼さっぱりしているのでは
酒の後の「シメの一杯」でもい
けるかも。町内の食堂や居酒屋
のメニューに並び日が、今から
待ち遠しい。(雅)

Statistics 統計

■町の人口《9月分》

[]は、昨年同期との比較増減。
※()内は1月からの累計

男…… 9,453人[△ 96人]
女…… 10,163人[△122人]
計…… 19,616人[△218人]
世帯数… 7,091戸[7戸]
出 生 ……11人(96人)
死 亡 ……18人(204人)
転 入 ……33人(368人)
転 出 ……35人(463人)

■町の交通事故《9月》

()内は1月からの累計

人身事故…… 3件(59件)
負 傷 者…… 4人(69人)
死 亡 ……0人(2人)

■町の火災《9月》

()内は1月からの累計

建 物…… 2件(9件)
林 野…… 0件(0件)
車 両…… 0件(1件)
そ の 他…… 0件(3件)

■救急車出動件数《9月》

()内は1月からの累計
39件(430件)

中部上北消防本部

中央消防署 TEL 0176-62-3141

上北消防署 TEL 0176-56-2119

東北消防署 TEL 0175-63-2520



りゅうせい 柳聖くん 長男〔5歳〕
そうき 奏希くん 二男〔6カ月〕

パパ 前野 勝俊 さん
ママ 優子 さん

トミカ大好き柳聖隊長と、寝返り大
好き奏希大将。
これからも仲良くネ。



こうが 輝河くん 長男〔7カ月〕

パパ 小笠原 竜一 さん
ママ 舞 さん

明るく元気で、思いやりのある優しい子に
育ってネ。

これからもお元気で 敬老会に800人出席

敬老会が東北・上北の両地区に分かれて行われ、75歳以上の出席者がお互いの長寿を祝いました。

東北地区では10月14日、トレーニングセンターで開かれ、対象者1,691人のうち約380人が出席。代表して川村要一郎さん(千曳)がお礼を述べました。

上北地区では10月15日、町民体育館で開かれ、対象者1,450人のうち約420人が出席。代表して工藤長六さん(新町)がお礼を述べました。

式典終了後には、懇親会が行われました。



末永い健康を祈って笑顔で乾杯(東北地区)



米寿のお祝いに顕彰状の
授与(上北地区)



懇親会では踊りが披露さ
れました(東北地区)



新山新生友の会のにぎや
かな踊り(上北地区)

