

豊穰の出来秋を期待して

小川原小学校 田植え学習



Tohoku

2016 7月号

広報

とほく

広報とほくNo.135

今月の主な内容

- 第一小運動会 …… 2~3
- まちの話題 …… 4~7
- 各課のお知らせ …… 10~17
- お知らせ …… 18~25

スローガン

『チーム一丸、
最後まで輝け一小子』



平成28年度 第一小学校大運動会 フォトレポート



本年度に閉校が決まった第一小学校で6月4日、最後の運動会が行われました。子どもから父兄、祖父母、地域の方々が大勢参加し、例年以上の盛り上がりを見せました。笑顔と熱気に包まれた1日を写真で振り返ります。



巧みなスティックさばき披露

～高齢者ゲートボール大会～ 5月11日

第11回東北町高齢者ゲートボール大会が南総合運動公園内ふれあいドームで行われ、参加した6チームが相互の親睦を深めるとともに、優勝を目指しました。

開会式では、フレンズチームの久保田澄さんが「日頃の練習の成果を発揮しプレーします」と選手宣誓しました。上位の結果は次のとおり。

①乙供チーム②フレンズチーム③甲地モンキーズチーム



競技は総当たり戦で行いました



たくさんの寄贈ありがとうございました

英語を身近に感じてほしい

～山田正博さん洋書を寄贈～ 5月13日

山田正博さん（八戸市）が町内の小中学校全9校に自身が所有する英語の図書（洋書）約180冊とDVDを寄贈しました。

山田さんは町コミュニティセンター未来館を訪れ、漆戸隆治教育長に英語の図書（洋書）を手渡すと「児童が英語に少しでも興味をもって、世界に羽ばたく国際人が増えてほしい」と話していました。

ボールを打つ快音と和やかな声響く

～町民グラウンドゴルフ大会～ 5月15日

第11回東北町民グラウンドゴルフ大会が北総合運動公園内特設会場で行われ、62名が優勝を目指しました。

大会は2ブロックに分かれてプレーし、例年よりホールインワンが多いなど大いに盛り上がりを見せました。

各ブロック優勝者は次のとおり。（敬称略）

Aブロック 男子優勝：中山昭太郎 女子優勝：新山 妙子

Bブロック 男子優勝：甲地 武美 女子優勝：石沢 利世



当日は絶好のグラウンドゴルフ日和でした



手際よく田植えをする児童もいました

児童が田植えに精を出す

～小川原小学校田植え学習～ 5月23日

小川原小学校（鈴木肇校長）の全校児童33名は、町内の小笠原政喜さん所有の水田で田植えを行いました。

同校の田植えは毎年実施している恒例行事で、児童は慣れない作業でしたが、10㍓の水田に「あかりもち」の苗を手植えました。

秋には稲刈りを行い、収穫したお米を使って餅つき大会をします。

漁業資源の増加を目指して

～ウナギの稚魚放流～ 5月25日

小川原湖漁協（濱田正隆組合長）は小川原湖で漁業資源増加を願い、ウナギの稚魚を放流しました。

この日放流したのは、宮崎県から空輸で届いたウナギの稚魚1,700匹で、漁協職員が計5カ所に放流しました。

また、本年度から水産庁の委託を受けた内水面研究所（十和田市）が、放流したウナギの稚魚500匹に標識を付けて、成長の早さや行動範囲の調査を始めました。



漁協職員により放流されました



用水路付近を通ったらお花を見てください

植栽活動で環境保全を学ぶ

～甲地小学校植栽活動～ 5月26日

甲地小学校（高田誠校長）の4年生23名は、間手場生態系用水路付近で植栽活動としてマリーゴールドの花など1,800本を植え、花壇を作りました。

この活動は、甲地地域水土里保全会（甲地俊隆代表）の協力で毎年行われています。

終了後の感想発表では、児童が「この植栽活動によってポイ捨てが減ってほしい」と話していました。

網の中にはお魚いっぱい

～第二、第三保育園地引き網体験～ 5月28日

第二保育園（田嶋悟園長）と第三保育園（田嶋みえ子園長）の園児19名が小川原湖キャンプ場で地引き網漁を体験しました。

園児たちは保護者と一緒に「よいしょっ」の掛け声に合わせて網を引きました。

網には大きなコイなどたくさんの魚が入っており、園児たちは興奮した様子でつかみ取りしていました。



取った魚はおいしく食べました



見事6連覇を達成したソフトテニス競技

東北町が総合6連覇達成

～上北郡総合体育大会～ 5月27～28日

第39回上北郡総合体育大会が横浜町を主会場に行われ、東北町選手団が各競技で熱戦を繰り広げました。

大会は15競技19種目で争われ、ソフトボール女子の8連覇やソフトテニスの6連覇など6種目で優勝しました。全種目の順位を競う総合の部でも優勝し、3連覇を達成しました。総合順位は次のとおり。

■優勝:東北町 準優勝:おいらせ町 第3位:六ヶ所村

花で彩る美しい町へ

～花いっぱい運動～ 6月1～2日

町社会教育課は、町内74団体の職場や町内会などにマリーゴールドやサルビアの花苗約12万本を配布しました。

この活動は町民憲章“花とみどりを育て、美しい町にします。”の実践事業として毎年行われています。

配布された花は沿道の花壇などに植栽され、6月から11月ごろまで各地の沿道を彩ります。



次々とトラックに花苗を運んでいました



ゴミを拾い集める参加者

ゴミのポイ捨てはやめましょう

～町たばこ耕作振興会清掃活動～ 6月1日

町たばこ耕作振興会青年部と女性部は、町内の清掃奉仕活動を行いました。

この活動には会員約40人が参加し、小川原ライスセンターから上北小学校までの町道に沿って二組に分かれてタバコの吸い殻や空き缶などを拾い集めました。

参加者は「吸い殻や空き缶のゴミが多く、ポイ捨てはやめてほしい」と話していました。



三沢市

◎みさわ七夕まつり

- ・とき 7月29日(金)～31日(日)
- ・内容 七夕飾りやさまざまなイベントを開催
- ・ところ 三沢中央商店街区
- ・問合せ 三沢市商工会
Tel 0176-53-2175

◎小川原湖湖水祭り

- ・とき 7月17日(日) 9:15～17:00
- ・内容 キャラクターショーや無料カヌー体験を開催
- ・ところ 小川原湖湖水浴場
- ・問合せ 三沢市観光協会
Tel 0176-59-2311

十和田市

◎十和田サンバカーニバル2016

- ・とき 8月6日(土) 音楽祭 11:00～15:00
パレード 16:30～20:00
- ・内容 サンバチームが官庁街通りをパレード
- ・ところ 音楽祭:中央駐車場 パレード:官庁街通り
- ・問合せ 十和田サンバ実行委員会
Tel 0176-23-3800

野辺地町

◎2016のへじ常夜燈フェスタ

- ・とき 7月24日(日) 11:00～
- ・内容 ステージショーや花火大会を開催
- ・ところ のへじ潮騒公園 *雨天時 町体育館
- ・問合せ のへじ常夜燈フェスタ実行委員会
Tel 0175-64-2111

六戸町

◎サマーフェスティバル2016

- ・とき 7月22日(金)～23日(土)
- ・内容 ビアガーデンやベリーダンスショーを開催
- ・ところ 六戸町総合体育館駐車場
- ・問合せ 六戸町観光協会
Tel 0176-55-4495

おいらせ町

◎おいらせ町軽トラ市

- ・とき 7月3日(日)、8月7日(日)
- ・内容 軽トラックの荷台を店舗に見立てた産直市
- ・ところ 百石本町商店街
- ・問合せ おいらせ町軽トラ市実行委員会事務局
Tel 0178-56-2511

長年の功績 栄えある受章 おめでとうございます

松山 富雄 さん
瑞宝双光章受章



春の叙勲で瑞宝双光章を受章した松山富雄さん（坂下町）が5月17日、役場分庁舎を訪れ、斗賀町長に受章報告をしました。

松山さんは、昭和34年4月から県公立中学校教諭、教育事務所指導主事、教頭、教育事務所長、校長として38年の長きにわたり学校教育の発展に寄与しました。

受章した松山さんは「22歳から教員生活が始まり、教員生活38年の実績が認められた事がうれしい」と話しました。

板橋 昇 さん
瑞宝単光章受章



春の叙勲で瑞宝単光章を受章した板橋昇さん（上板橋）が5月23日、役場本庁舎を訪れ、斗賀町長に受章報告をしました。

板橋さんは、昭和36年8月に消防団団員に拝命以来、積極的に職務遂行にあたり、東北町消防団分団長に就任するなど42年8ヶ月の長きにわたり消防力の強化拡充に寄与しました。

受章した板橋さんは「更なる民生安定化のために地域貢献していきます」と話しました。

人権擁護の普及に貢献した功績で受賞しました

野田 悦子 さん
全国人権擁護委員連合会長表彰受賞

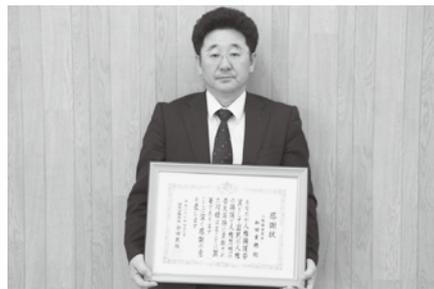


野田悦子さん（上野）が5月19日、十和田市の十和田市民文化センターで行われた、十和田人権擁護委員協議会総会で全国人権擁護委員連合会長表彰を受賞しました。

野田さんは、約8年にわたり人権擁護委員として、町民の人権擁護と人権思想の普及活動に貢献した功績が認められ、このたびの表彰となりました。

受賞した野田さんは「子どもたちに人権教室を通して人権思想を伝えていきたい」と話しました。

和田 貢穂 さん
仙台法務局長表彰受賞



和田貢穂さん（上野）が5月19日、十和田市の十和田市民文化センターで行われた、十和田人権擁護委員協議会総会で仙台法務局長表彰を受賞しました。

和田さんは、約6年にわたり人権擁護委員として、町民の人権擁護と人権思想の普及活動に貢献した功績が認められ、このたびの表彰となりました。

受賞した和田さんは「この賞を機に更に人権擁護活動に精進したい」と話しました。

— 開催していくにあたり、ご苦労されていることは？

「チラシ配布や訪問などで参加を呼びかけるが思うように増えてくれない」

— 思い出に残っていることは？

「以前、認知症の方が参加してくれたことが嬉しかった。家族の協力もあり本人もいい笑顔で過ごせていたことが印象に残っている。来てもらって良かったなど」

— 将来はどのような会にしていきたいですか。

「会員が、声をかけあって自主的に活動できるようなクラブにしていきたい。また、男性の参加も増えるような工夫もしていきたい」

高齢化がどんどん進むなか、高齢者本人の自助努力は今後ますます必要になります。独居の高齢者が多くなるとこうした地域での見守りは大切な役割となります。高齢になっても、人生をいかに充実したものにするか「生きがい」づくりについてこれからみんなで考えていきたいものです。



【お詫びと訂正】

広報6月号に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

◇6ページ

(正) 久保田歯科医院
診療時間

平日 9:00~11:30
14:30~17:30

7・8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 乳児相談	・3~4カ月児（小児科診察） （平成28年3月15日~ 平成28年4月5日生まれ） *対象者には個別通知します	7月25日（月）	12:45~ 13:00	七戸病 健康管 センター （小児科診察と股関節 脱臼検査の日程が別 日になります）
	・3~4カ月児（小児科診察） （平成28年4月6日~ 平成28年4月19日生まれ） *対象者には個別通知します	8月8日（月）		
	・股関節脱臼検査 （平成28年4月6日~ 平成28年5月2日生まれ） *対象者には個別通知します	8月16日（火）		
幼児健診	・6カ月児健診 （平成28年1月、2月生まれ）	8月19日（金）	9:30~ 9:45	上北保 福祉セ ンター
	・1歳児健診 （平成27年7月、8月生まれ）	8月19日（金）	12:30~ 12:45	上北保 福祉セ ンター
	・2歳6カ月児健診 （平成25年12月生まれ）	8月9日（火）	12:45~ 13:00	上北保 福祉セ ンター
	・5歳児健診 （平成23年7月生まれ）	8月18日（木）	12:30~ 12:45	東北町保 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。	8月22日（月）	9:30~ 12:00	東北町保 福祉セ ンター
		8月5日（金）	9:30~ 12:00	上北保 福祉セ ンター
つつじ作業所	・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。）	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 福祉セ ンター
		毎週火、木曜日		東北町保 福祉セ ンター
		8月8日（月）	13:00~ 15:00	宝湖館

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 135

いきいき元気！「達者クラブ」

高齢化が進む一方、元気に楽しく過ごすことを目的に集まっている場があります。緑町町内会が主催する「達者クラブ」です。これは、緑町内に暮らす高齢者の「健康意識の向上と交流」を目的に、年に2回開催している会です。

集まる皆さんはというと、足腰が痛いといながらも元気な方が多く年齢を聞いて驚きます。こういった集まりは大半が女性ですが「達者クラブ」では男性も参加しています。

皆と一緒に、学び、楽しむこと

毎年、学べる内容を取り入れているクラブですが、6月中旬には介護予防と食生活をテーマに行いました。

まずは高齢者の転倒について。意外に室内での転倒が多いことや、骨折が寝たきりにつながることなどを学びました。「自分も転んで骨折した」という皆さんからの体験談を聞きながら自分の生活を振り返る機会となりました。そして、転倒を予防するにはバランス感覚をつけること、そして筋肉です。レクリエーションを交えながら1時間の転倒予防体操に取り組みました。



～手足をつかって筋力アップ体操～

次に食事について。高齢者は漬物や味噌汁など、塩分を摂りすぎている方が多いのが現状です。この日は、自宅の味噌汁の塩分測定を実施してみました。標準は0.8～1.0%ですが、1.2%を超えている方もみられ、驚いている様子でした。塩分の多量摂取は高血圧症につながるため、高齢者は最も気を付けてもらいたいところです。栄養士からは、日常で生かせる塩分摂取のポイントをアドバイスしてもらい、さまざまな知識を得る機会となりました。



～ちょっとした意識で塩分は減らせます～

午後はお楽しみの昼食会。地域のお母さんが作ってくださった地元野菜たっぷりの食事をとりながら、楽しい時間を過ごしました。

毎年、健康づくりと交流を目的に開催している「達者クラブ」ですが、開催に至るまでは、さまざまなご苦勞もあったようです。緑町町内会北山会長にお伺いしました。

ー 達者クラブはどのように始まりましたか？

「5年ほど前に緑町行政協力員会議を立ち上げ、地域がこうなったらいいねという情報交換から始まった。高齢世帯も増えており、気軽に集まれる場があればという思いで達者クラブを立ち上げた」



大久保 歩美ちゃん

毎日忘れず頑張ります。

むし歯のない子



5月16日の3歳児健診で、むし歯の
なかった子21人を紹介します。



小坂 夏愛ちゃん

はみがきががんばるぞー。



杉山 銀虎くん

これからも歯みがきが
がんばるぞ。



佐々木 智穂ちゃん

毎日自分でがんばっ
てるね。これからも
がんばろうね。



甲地 京太郎くん

毎日歯みがきがんば
ります。



甲地 優愛ちゃん

これからも虫歯ゼロ
でがんばります。



瀧内 咲太郎くん

これからもハミガキ
がんばります。



小笠原 海ちゃん

毎日歯みがき頑張り
ます。



竹内 瑛奈ちゃん

これからもお父さん
と歯みがき頑張りま
す。



梅津 咲良ちゃん

毎日歯みがきがんば
りまーす。



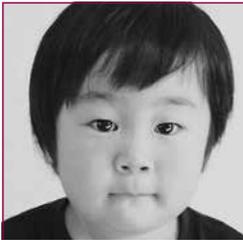
沼尾 彩愛ちゃん

パパとお姉ちゃんと
歯みがき頑張ります。



甲田 漸大くん

はみがき上手にでき
ます。



千葉 遥空くん

これからもハミガキ
頑張ります。



尾形 凧爽ちゃん

大好きな歯みがきガ
ンバルゾー。



向井 光雅くん

毎日歯みがきガンバ
ルゾー。



和田 莉緒ちゃん

歯みがきと糸ようじ
がんばってます。



吹越 綱乃介くん

歯みがきガンバリま
す。

各課のお知らせ



伊賀 渉くん

これからも歯ブラシ
がんばろう。



蛭澤 峻くん

毎日歯みがきがなば
ります。



須藤 未陽ちゃん

歯みがきがなばりま
す。



北田 望くん

虫歯ゼロを目指しま
す。

戦没者等のご遺族に特別弔慰金が支給されます

平成27年4月1日（基準日）において、恩給法による公務扶助料や戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金などを受ける方（戦没者等の妻や父母など）がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に特別弔慰金が支給されます。

- ◆支給対象者は、戦没者等の死亡当時のご遺族（生まれていたこと）で次の要件に該当する方です。
 1. 平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
 2. 戦没者等の子
 3. 戦没者等と生計関係を有していた①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹
（戦没者等と生計関係を有していなかった方、平成27年4月1日において婚姻により姓が変わっている方、遺族以外の方と養子縁組している方は除きます）
 4. 上記3以外の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹
 5. 上記1から4以外の三親等内の親族
（戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上生計関係を有していた方に限ります）
- ◆支給内容一額面25万円、5年償還の記名国債
- ◆請求期間—平成27年4月1日から平成30年4月2日まで
（この期間内に請求を行わないと、時効により権利が消滅することになります）
- ◆請求される方は以下の窓口へ

上北地区	東北町役場本庁舎	福祉課分室	TEL 0176-56-3111（内線140）
東北地区	東北町役場分庁舎	福祉課	TEL 0175-63-2111（内線522）

ひとり親家庭等医療費の更新をお願いします

ひとり親家庭等医療費助成の受給資格証の有効期限が7月31日で満了となります。引き続き受給資格があるかどうかを確認するため、更新の手続きが必要となりますので下記の期間中に更新の手続きをお願いします。

- ◆手続き期間 平成28年7月1日(金)～平成28年7月25日(月)
- ◆手続き場所 東北町役場 福祉課および福祉課分室
- ◆必要な書類など
 1. ひとり親家庭等医療費受給資格証更新申請書
 2. 健康保険証の写し（本人および子供全員分の名前が記載されているもの）
 3. 養育費などに関する申告書
 4. 印鑑（シャチハタなどのスタンプ式は不可）
 5. 所得課税証明書（平成28年1月2日以降に東北町へ転入してきた方は必要です）

受給対象者に対しては案内文書を送付しますので、ご確認のうえ、期間内に手続きしてください。

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

東北町 湖水まつり

7月23日 土

わかさぎマラソン大会
午前10時／わかさぎ公園

ビーチフラッグス
午後1時30分／わかさぎ公園

アロハフラ in おがわら湖
午後3時／小川原湖公園

おがわら湖Yosakoiまつり
午後4時／小川原湖公園

湖水まつり花火大会
午後7時30分／小川原湖公園



7月24日 日

手作りいかだレース
午前10時／わかさぎ公園

小川原湖宝さがし大会
午前10時・午後2時
小川原湖公園

レーク演奏会
午後1時／小川原湖公園

■問い合わせ 商工観光課 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111

第31回わかさぎマラソン大会開催に伴う交通規制と迂回のお願

1. 大会開催日 平成28年 **7月23日(土)**
2. 規制時間 午前**9時から**午後**12時30分**まで
3. 大会参加人数 2km～ハーフ 各種18種目 約**1,800名**(申込者数)
4. 規制・迂回場所 下記案内図参照



何卒、ご理解とご協力をお願いします。

■問い合わせ スポーツ振興課 TEL 0175-63-3500

夢羽ばたく20歳の門出 ～成人式に参加しよう～

成人式は一生に一度の大切な行事。20歳の決意を胸に、友だちと一緒に新たな人生のステージへの一歩を踏み出しましょう。

当日は、中学校時代の恩師にも参加していただきますので、新成人の皆さんは友人とお誘い合わせの上ごぞってご参加ください。

- 日時 8月15日(月) 午後2時
- 場所 コミュニティセンター未来館
- 対象者 平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれ
- 問い合わせ 中央公民館 TEL 0175-63-2741



風しん抗体検査および予防接種の費用を助成します

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。

東北町では、風しんを未然に防ぐために風しん抗体検査および風しんワクチン予防接種の費用を下記のとおり、全額助成します。

●助成期間	平成28年6月1日(水)～平成29年2月28日(火)		
●対象者	東北町に住所を有し、次のいずれかに該当する方。◀風しんにかかっている患者、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く▶		
◀抗体検査▶	(1)妊娠を希望、予定している女性 (2)妊娠を希望、予定している女性の夫および同居家族 (3)風しん抗体価の低い妊婦の夫および同居家族 ※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 ・過去の妊婦健診などにより、抗体価が低いと確認できる方 ※2		
●申請方法	役場保健衛生課（東北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 風しん抗体価の低い妊婦の夫および同居家族につきましては、申請時に母子健康手帳をお持ちください。 ※2 風しん抗体価が確認できる母子健康手帳をお持ちください。		
●委託医療機関	病院名・電話番号	受付時間	備考
	すみれ内科クリニック TEL 0176-56-2221	(平日) 8:45～11:30 14:00～17:00 (土曜日) 9:00～12:00	日曜・祝日休診
	ちびき病院 TEL 0175-64-5100	(平日) 9:00～11:45 14:00～16:45 (土曜日) 9:00～11:45	日曜・祝日休診 ※要予約
	吉田内科医院 TEL 0175-63-3777	(平日) 8:30～11:30 14:00～17:30 (土曜日) 8:30～12:30	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) 8:30～12:00 14:00～17:30 (土曜日) 8:30～12:00	木曜日は午後から休診 日曜・祝日休診

※医療機関受診の際には、健康保険証をお持ちください。

風しん予防接種の注意事項

1. 接種後2ヵ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上で、希望者は接種してください。

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

クマの出没や目撃が増えています！

近年、クマの出没や目撃が増加しています。今年には多くの目撃があるので、農作業や山菜採りなどで入山する時は注意してください。被害にあわないためのポイントを載せたので参考にしてください。

◎何より、クマに会わないこと

◆クマ出没情報に気を付ける

山に入る前には、新聞やテレビ、地元の人に聞いてクマの出没情報に気を付け、危ない場所には近づかないことが一番です。

◆音を出しながら歩きましょう

山に入るときはなるべく複数で、しゃべりながら歩く、クマよけの鈴をつける、手をたたく、ラジオを鳴らすなどクマに人間の存在を知らせるのも効果的です。



◆日の出、日没前後はなるべく山に入らない

クマが活発に活動する時間帯です。(人身事故は午前中に多く発生しています)



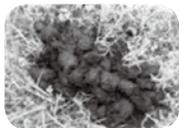
◆水流の激しい沢や風雨の強い日は要注意

物音が聞こえず、バッタリ出会う可能性があります。高齢者は特に注意が必要です。風が山から吹いているときも、人のおいがクマに伝わりにくいので注意が必要です。

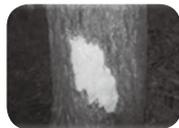


◆クマのフンや足跡、食べ跡を見つけたら

近くにクマがいる可能性があります。すぐ引き返しましょう。



フン



皮はぎ



足跡

■問い合わせ 農林水産課 TEL 0176-56-3111 (内線 626・627)
TEL 0176-63-2111 (内線 626・627)

◆山菜採りなどに夢中にならない

すぐそばで、クマも夢中で山菜を食べているかもしれません。



◎もし、クマに会ってしまったら

◆遠くにクマを見つけたら

静かにその場を立ち去りましょう。

◆クマがこちらに気づいたら

まず、落ち着いてください。静かにしていれば、ほとんどの場合、クマは立ち去ります。

◆クマが近づいてきたら

クマの動きに注意しながら、ゆっくりと後退してください。

◆走って逃げる、大声、石投げは危険

クマを刺激しないことが大切です。クマの足は人間よりずっと速く、逃げるものを追いかける習性があるので、至近距離で出会った場合もすぐ逃げない方がよいといわれています。

◆子グマであっても近づかない

子グマのそばには、必ず親グマがいます。親グマは子グマを守ろうとするので、非常に危険です。決して近づいてはいけません。



後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

・後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証について

「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」は、平成28年7月31日が有効期限ですが、平成27年中の所得状況などにより、平成28年度も引き続き認定される方には、新しい認定証（有効期限は平成29年7月31日まで）が郵送されますので、更新手続きの必要はありません。

平成28年度住民税非課税世帯の方で、新たに認定証の交付を希望する方は、後期高齢者医療被保険者証と印鑑をお持ちの上、手続きしてください。

・平成28年度の保険料について

7月中旬ごろ、保険料額決定通知書を発送しますので、ご確認ください。

■保険料の決まり方（年額）

[被保険者全員が納める額] [所得に応じて納める額]

$$\begin{array}{rcccl} \text{均等割額} & + & \text{所得割額} & = & \text{青森県の保険料（限度額57万円）} \\ (40,514\text{円}) & & (\text{基礎控除後の所得} \times \text{所得割率}(7.41\%)) & & \end{array}$$

※基礎控除後の所得とは、総所得金額等から33万円を差し引いた額となります。

・保険料の軽減措置について

所得が一定額以下の場合、保険料が軽減されます。詳しくは7月中旬発送予定の保険料額決定通知書をご覧ください。

・保険料の減免などについて

天災その他特別な事情で、医療機関等の窓口負担や、保険料を納めることが著しく困難になった場合は、申請により減免などを受けられることがありますので、お早めにご相談ください。

■問い合わせ 町民課 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111
青森県後期高齢者医療広域連合 TEL 017-721-3821

平成28年度の国民健康保険税が変わります

平成28年度の主な変更点

■課税限度額の改定について

国民健康保険税負担の軽減を図るため、医療分、後期高齢者支援金分の課税限度額がそれぞれ2万円ずつ引き上げとなり、年額が合計89万円になります。

■国民健康保険税軽減対象の範囲が拡大されます

平成28年度の地方税制改正により、均等割・平等割（5割軽減および2割軽減）の軽減判定所得の基準が見直され、国民健康保険税軽減対象となる範囲が拡大されます。

軽減の割合	基準額	
	改正前	改正後
5割軽減	33万円+26万円×被保険者数 及び特定同一世帯所属者	33万円+26.5万円×被保険者数 及び特定同一世帯所属者
2割軽減	33万円+47万円×被保険者数 及び特定同一世帯所属者	33万円+48万円×被保険者数 及び特定同一世帯所属者

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。

■問い合わせ

役場分庁舎 町民課 国保係
TEL 0175-63-2111（内線544・545）

役場本庁舎 町民課分室 町民係
TEL 0176-56-3111（内線151）

漏水の情報提供をお願いします

道路または地面から水が出ている、雨も降っていないのに道路や地面が濡れている、蛇口からの水の勢いが弱いなどの異変に気付いた際は水道課までお知らせください。

また、復旧工事を行なう際は、ご迷惑をかけることもありますので、ご協力よろしくお願ひいたします。

■問い合わせ 水道課 TEL 0176-58-1061（直通）



漏水の様子

地デジ11ch 東北町テレビ (放送時間6:00~22:00)

7月の番組内容紹介

- ニュースフラッシュとうほく
- 各課のお知らせ
- 広報とうほくテレビ版 (広報だけでは使用できなかった写真を使用しています)
- 認知症サポーター
- イベントチャンネル
 - ①第10回郷土芸能発表会 (放送時間 1時間)
 - ②第7回文化協会芸能発表会 (放送時間 1時間)
 - ③あおもりロコトレ
筋肉、骨、関節といった運動器の障害を予防するための体操 (放送時間 1時間)
- 小川原湖の水景 (放送時間30分)
- サイエンスチャンネル アスリート解体新書 (放送時間30分)
- 学校紹介番組 小川原小学校・学区大運動会【新】 (放送時間30分)

*東北町テレビの番組表は、テレビリモコンの「番組表」ボタンで確認することができます。

*毎日、番組放送内容をずらして放送いたしますので、その日の放送番組は、テレビリモコンの「番組表」で確認してください。

*なお、放送内容は変更となる場合がありますのでご了承下さい。

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

今月のピックアップ番組 ~小川原小学校・学区大運動会~



学校紹介番組にて放送しますのでぜひご覧ください。

七戸病院からのお知らせ

○臨床検査技師を募集します

- 1 募集人数・・・1名
- 2 応募資格・・・臨床検査技師の資格を有する方（おおむね30歳以下）
- 3 応募書類・・・履歴書1通、臨床検査技師免許証の写し
- 4 面接・・・応募受理後、随時面接します
- 5 採用日・・・平成28年8月1日以降随時
（3カ月間の臨時期間終了後、本採用とします）
- 6 勤務時間・・・日勤 8：15～17：00（1週38時間45分）
- 7 身分・・・地方公務員
- 8 給与・・・中部上北広域事業組合給与規程による
- 9 受付期間・・・随時
- 10 申込先・・・公立七戸病院 庶務課
〒039-2595 七戸町字影津内98-1 TEL 0176-62-2105

○外来カルテの取り扱いについて

4月18日より外来患者様の負担軽減を実現するため、外来カルテは患者様自身が持ち運びすることなく、病院側で各科・会計などに運んでいます。

○耳鼻咽喉科の診療日について

耳鼻咽喉科は、毎週金曜日1日だけの診察（午後13：30～15：00）でしたが、7月以降はそれに加え、毎週火曜日も診察を行うことになりました。（診察時間は金曜日と同様です）

中部上北広域事業組合職員募集

- 1 募集人数・・・消防職2名程度
- 2 応募資格・・・◆昭和63年4月2日以降に生まれ、高校卒業以上または高校卒業見込みの方で、消防職員として職務遂行に必要な体力および健康を有する方
◆東北町、七戸町に住所を有する方、または採用後居住できる方
- 3 応募書類・・・履歴書1通、卒業証明書（卒業見込み証明書）、成績証明書、有資格者は資格免許証の写し
- 4 募集締切・・・平成28年8月1日(月)まで
- 5 試験日・・・一次試験 平成28年9月18日(日) 青森市(教養試験、消防適正検査、クレペリン精神検査)
二次試験 一次試験合格者に通知します(小論文、面接試験、体力測定)
- 6 採用予定年月日・・・平成29年4月1日
- 7 申し込み先・・・中部上北広域事業組合 事務局庶務課
〒039-2571 七戸町字蛇坂55-8 TEL 0176-62-5151
* 郵便の場合は、封筒の裏に「受験申込書」と朱書き、簡易書留で郵送してください。

この今を、未来を、守る。 ～ 自衛官募集 ～

募集種目	応募資格		受付期間	試験期日	試験場所(予定)
航空学生	男女	高卒(見込含)21歳未満	7月1日(金)	9月22日(木)	三沢市総合社会福祉センター
一般曹候補生	男女	18歳以上27歳未満	～ 9月8日(木)	9月17日(土)	三沢市総合社会福祉センター
自衛官候補生(任期制)	女		年間を通じて	9月26日(月)	陸自八戸駐屯地
	男			受付時にお知らせします。	

◎ 応募資格年齢の起算日は、募集種目ごとに異なっていますので、それぞれの募集要項で確認してください。

◎ 詳細については、下記までお問い合わせ下さい。

〒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



出入国管理の第一線で活躍する入国警備官を目指しませんか ～守るのは日本の安全と誇りです！～

■受験資格

- 1 警備官 (1)平成28年4月1日において、高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して、5年を経過していない方および平成29年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業見込みの方
(2)人事院が上記に準ずると認める方
- 2 警備官 昭和51年4月2日以降に生まれた方
(社会人) (上記1(1)に規定する期間を経過した方および人事院がそれに準ずると認める方に限ります)

■受付期間

- (1)インターネット…7月19日(火)～7月28日(木)
- (2)郵送または持参…7月19日(火)～7月21日(木)

■受験案内

詳細については問い合わせ先か人事院ホームページでご確認ください。

■問い合わせ

仙台入国管理局総務課総務係 TEL 022-256-6076 FAX 022-298-9102

夏休み親子水環境学習会「小川原湖・水すまし隊ツアー」開催

小川原湖で夏休み親子水環境学習会を開催します。夏休みの自由研究にどうぞ！

開催日時	①7月30日(土) 9:00~16:00 ②8月6日(土) 9:00~16:00
場所	小川原湖交流センター「宝湖館」※(東北町大字上野字南谷地131) および小川原湖周辺 ※道の駅「おがわら湖」の隣です。
内容	①水質調べ体験②わくわく地引き網体験③クイズで知ろう！家庭でできる生活排水対策 ④ゆるキャラ「しじみーる」との写真撮影
対象	小学生以上の子どもとその保護者(計約80名、1組6名まで)
費用	無料(昼食はお弁当を提供します)
申込方法	参加者の①住所②氏名③年齢④電話番号⑤希望参加日を記入し、下記連絡先までが き、FAXまたはメールでお申し込みください。 *申込者多数の場合は、抽選とさせていただきます。
締切	平成28年7月14日(木)必着

詳しくは、あおもり環境ホームページ「エコ・ナビ・あおもり」をご覧ください。か県庁ホームページ「水すまし隊ツアー」で検索してください。

■問い合わせ

〒030-8570 青森県青森市長島一丁目1-1

青森県環境生活部環境保全課 水・大気環境グループ

TEL: 017-734-9242 FAX: 017-734-8081 メール: hozen@pref.aomori.lg.jp

「夏休みちびっ子ヤング大会」開催

航空自衛隊三沢基地では「夏休みちびっ子ヤング大会」を開催します。

開催日時	7月29日(金) 午前の部 9:30~11:30(集合時間9:15) 午後の部 13:30~15:30(集合時間13:15)
場所	航空自衛隊三沢基地内(集合場所は三沢基地正門前です)
内容	①F-2戦闘機VS網引き大会②航空機の展示③基地防空火器の展示 ④北部航空音楽隊によるミニコンサート⑤各種試着コーナー など
対象	県内在住の幼児(4歳以上)から中学生およびその保護者。 *小学生3年生以下については保護者の同伴が必要です。
申込方法	電話でお申し込みください。 受付時間8:15~17:00(土・日・祝日を除く) 航空自衛隊三沢基地第3航空団司令部監理部渉外室広報課 TEL0176-53-4121(内線3313)
締切	平成28年7月27日(水) *先着順で、午前・午後の部各100名に達した時点で締め切りとさせていただきます。

*基地正面には駐車場がございません。車でお越しの方は、市内有料駐車場をご利用ください。

お知らせ

水道メーターの交換を実施しています

水道料金を正しく計算するため、水道メーターは計量法により定期的な交換が義務付けられています。検定有効期間（8年）満了に近づいた水道メーターの交換を実施しますのでご協力をお願いします。

◆対象地区

東北地区…甲地、蓼内、土橋、巴蘭

上北地区…本町、南町

◆交換時期

7月11日(月)～24日(日)

8月11日(水)～24日(火)

◆交換業者について…

東北町管工事協会に委託して作業を行います。

◆交換時のご協力をお願い

- ・屋外作業のため、留守でも交換させていただきます。
- ・交換後は、使い始めに空気や濁り水が出る場合があります。
- ・水道メーターの交換作業は断水して行います。

【問】東北町管工事協会
TEL 0176-58-7105

上北地区共通とくとく商品券 平成28年8月1日発売！

1,000円券11枚1組(11,000円分)を10,000円で販売します。使用期限は平成29年1月31日まで

【問】上北町商工会
TEL 0176-56-2335



寄付

東北町に本の寄贈

田中茂さん（新町）は5月13日、自身の著書である「青森県上北地方の方言4」を町図書館などに寄贈しました。

田中さんは同著書の1～3も寄贈しており、町中央公民館や町図書館にありますのでご覧になってください。

募集

ビーチフラッグス大会 出場者募集します

◆日時…7月23日(土)

◆場所…わかさぎ公園特設会場

◆時間…10時～(受付)

13時30分～(競技開始)

◆費用…無料

◆締切…7月15日(金)

【問】スポーツ振興課

TEL 0175-63-3500

総合相談

～人権、行政相談～

7月19日(火)

○時間 午前10時～正午

○場所 コミュニティ
センター未来館

8月1日(月)

○時間 午前10時～正午

○場所 東北町役場
本庁舎2階和室

【問】役場 福祉課

TEL0176-56-3111または

TEL0175-63-2111

募集

B & G夏休み水泳教室

◆日時・募集人数

①7月27日(水)～7月30日(土)

・午後1時～2時 10人

・午後2時～3時 10人

②8月3日(水)～8月6日(土)

・午後1時～2時 10人

◆場所…北総合運動公園内

トレーニングセンター
プール

◆対象者…小学1～3年生の
泳げない児童

◆参加費…1,200円(保険料込)

◆締切…7月15日(金)(先着順)

B & G海洋クラブ員募集

◆入会資格…小学4年生以上

◆活動費

①小、中学校 800円

②高校生 1,850円

◆活動内容

- ・ヨットカヌーの操作方法
- ・B & Gスポーツ大会出場
- ・レクリエーションスポーツ

◆活動期間…7月～8月

◆練習場所

B & G海洋センター艇庫(浜台)

◆締め切り…7月13日(水)

マリンスポーツ体験教室

◆期間…7月～8月

◆場所

B & G海洋センター艇庫(浜台)

◆活動内容…カヌー、OPヨット、水上バイク、バナナボート、船舶

◆定員…1日50名以内

◆料金…町内の小中学校・団体などは無料

【問】スポーツ振興課

TEL 0175-63-3500

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 7月21日Ⓞ

今月の問題

Q1 高齢者ゲートボール大会は今年で第何回目？

(ヒントP4)

Q2 東北町は上北郡総合体育大会で総合何連覇を達成？

(ヒントP5)

Q3 本年度の成人式は8月何日に開催？ (ヒントP13)

6月号の答え

- ①22名
- ②おおきなかぶ
- ③7月16日

6月号当選者

- 久保田 真由美さん
- 蛸名 きみ子さん
- 岡山 あゆみさん
- 下浅 永久さん
- 金子 敏男さん

国民年金

●口座振替の保険料割引について

国民年金では、保険料を前払いすると割引がある「前納」という制度があり、口座振替による前納と現金納付やクレジットカード納付による前納があります。

口座振替で前納されると現金納付やクレジットカード納付による前納よりも割引額が多くおトクです。通常の振替日は翌月末ですが、当月末振替にすると月々の保険料が50円安くなります。

●納付猶予制度対象者の拡大について

平成27年度までは、30歳未満の被保険者を対象にしておりましたが、若年層に限らず、全年齢層において非正規雇用労働者が増加している状況を踏まえ、平成28年度分から納付猶予制度の対象年齢を30歳未満から50歳未満に拡大されます。(平成37年6月までの時限措置)

ただし、老齢基礎年金受給資格の最低月数300月に納付猶予期間は合算されますが、年金額には反映されませんので、納付猶予制度を希望しない場合は窓口にお伝えください。

●国民年金保険料免除などの申請について

保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度」がありますので、住民登録をしている役場の国民年金担当窓口で手続きをしてください。申請書は窓口にも備え付けてあります。

平成28年度免除申請の受付は平成28年7月1日から開始され、平成28年7月分から平成29年6月分までの期間を対象として審査を行います。免除申請月から2年1カ月前の月分まで遡及して免除申請をすることができますので、失業などにより保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていたために未納期間を有している方などは、役場の国民年金窓口または年金事務所へご相談ください。

【問】青森年金事務所
Tel 017-734-7495

東北町心配ごと相談所

今月の相談日は

7月20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
Tel 0175-63-2717

今日の

おはなし会

とき：7月16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
Tel 0176-56-2261

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
しごと場見学！書店・図書館で働く人たち	戸田 恭子	竜と流木	篠田 節子
もっと自分を好きになれるお片づけのキセキ	クラタマキコ	半減期を祝って	島津 佑子
農家が教える野菜の収穫・保存・料理	西東社編集部	残り者	朝井まかて
失敗しない1分間のスピーチスピード学習長	主婦の友社	あたしの容れもの	角田 光代
採用学	服部 泰宏	(6月 新着案内本)	

□児童図書&絵本

書名	作者名など
ニッポンの刑事たち	小川 泰平
ツトムとでんしゃのカミサマ	にしかわおさむ
ヤマネコとウミネコ	野中 柊
(6月 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 【TEL 0176-56-2261】
- ◆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）
【TEL 0175-63-2741】

休館日

火曜日・祝祭日・蔵書点検・年末年始

文芸ギヤラリ

いしぶみ俳句会

新茶酌む遙か遠くの畑忍ぶ

工藤トミエ

畝立てる鎌も軽やか若葉風

井上福子

囀りのしきりこぼるる日和かな

山田悦子

薫風に揺れる乙女の髪流し

久保田征子

あけぼの句会

早やばやと祭衣を揃えおり

祥子

藤の花風に合わせて揺れにけり

牧子

やわやわと日差し届ける若葉かな

チエ

夏雲や八十路の行方思い居り

テル

そぞろ行けば会えるかも知れず螢の夜

信女

グラウンドにバットふる兎の陽炎へり

節子

お知らせ

平成28年5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、東北町役場へ届け出た方で希望する方を掲載しています。

誕生

氏名	町名	保護者	氏名	町名	保護者
久保田 旭 <small>あきひ</small>	(寒水)	雄	八森 裕 <small>ゆう</small> 翔 <small>と</small>	(旭町)	幸成
松原 幸 <small>たつ</small> 希 <small>き</small>	(内蛭沢)	和也			

お悔やみ

氏名	年齢	町名	氏名	年齢	町名
沼田 みつ彖	79	(北栄)	川村 美喜子	80	(北栄)
沼山 モト	94	(内蛭沢)	村居 金四郎	83	(枋木)
大丸 キミエ	81	(淋代)	瀬川 夏子	69	(徳万才)
岡山 幸子	94	(甲地)	林 あき	66	(小川原)
岩清水 光雄	60	(上清水目)	佐々木 武志	81	(才市田)
天間 操	73	(乙供元町)	山崎 富藏	84	(南町)
上野 サト	100	(石坂)	新館 良次	65	(八幡)



6月4日、本年度で閉校の第一小学校の運動会取材してきました▼第一小学校の運動会はネオ綱引きや、よさこいソーランなど珍しいプログラムがあり、見ているだけでも楽しい運動会でした▼私が一番印象に残ったのは、プログラムとは別のものでした。「ゴーゴー」という歌をご存知でしょうか？赤組と白組が交互に歌い、最後は両組が揃ってうたう歌です。児童たちの最後の運動会を一杯頑張ろうという意気込みがカメラのファインダー越しにも伝わり、鳥肌が立ってしまいました▼また、この日は同じく本年度で閉校の小川原小学校でも運動会が開催されました。東北町テレビで放送しますのでお楽しみに(西)

編集 幸記

Statistics 統計

町の人口《5月分》

()は、昨年同期との比較増減。

※()内は1月からの累計

男…… 8,867人〔△118人〕
女…… 9,539人〔△144人〕
計……18,406人〔△262人〕

世帯数… 7,262戸〔 8戸〕

出生…… 4人(47人)

死亡…… 15人(105人)

転入…… 25人(206人)

転出…… 23人(292人)

※法改正により、住所を有する外国人も含まれる数字が記載されます。

町の交通事故《5月》

()内は1月からの累計

人身事故…… 1件(15件)

負傷者…… 1人(16人)

死亡…… 0人(0人)

町の火災《5月》

()内は1月からの累計

建物…… 2件(2件)

林野…… 0件(0件)

車両…… 0件(0件)

その他…… 1件(1件)

救急車出動件数《5月》

()内は1月からの累計

44件(231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



りあ
長女〔8ヶ月〕梨愛ちゃん

パパ 山口 亮 さん
ママ 梨央 さん

ハイハイまで、もう少し♪元気にす
くすく育ってね!



はやと
長男〔1歳〕颯斗くん

パパ 小笠原 隼輝 さん
ママ 紗恵子 さん

食いしん坊で何でも食べる颯斗♥
いっぱい食べて、いっぱい笑って、す
くすく育ってね!

子どもも大人も科学の力にびっくり サイエンス・フェスティバル2016

「見えないものを見る科学」をメインテーマにサイエンス・フェスティバル2016が5月22日、青森原燃テクノロジーセンターで開かれました。

会場にはグラウンドと館内で約30の工作・実験コーナーが用意され、「紫外線で見えないものを見よう」や目玉イベントの「ウルトラクイズ」など、親子がさまざまな科学実験を楽しみました。



仲良くスライム作り



顕微鏡で微生物を観察



水深1000mの水圧
体験コーナー
小さい子どもが遊べる
コーナーも満載
懐かしいイライラ棒も
ありました

