

上十三地区学童柔道大会の団体戦決勝で、上北分団Aの甲地来希くん(次鋒)が優勝を引き寄せる勝利

# 取るぞ！一本！



2017 2月号

広報とうほく

Tohoku

広報とうほくNo.142

今月の主な内容

- |        |      |
|--------|------|
| 消防団出初式 | 2~3  |
| まちの話題  | 4~5  |
| 健康家族   | 6~7  |
| お知らせ   | 8~21 |

# 「火災ゼロ」を目指し、決意新たに



## 消防団 出初式

東北町消防団出初式が1月8日、南総合運動公園内で行われ、消防団員ら約330人と車両20台が参加し、一年の無火災と町民の安全・安心を守る決意を新たにしました。

式では、団員が斗賀町長から観閲を受けた後、威風堂々の分列行進や迫力あるまとい振りを披露し、町民の安全・安心に関わる士気を高めました。

続いて、斗賀町長が長年消防活動に貢献した団員を表彰し、「本日の出初式を契機に、任務について再認識し、町の発展と住民生活の安定のため、一層の努力・精進をお願いします」とあいさつ。蛇名善二消防団長が「消防団員であることに誇りを持ち、郷土愛護と義勇消防精神を堅持し、消防技術の練磨と組織力の強化拡充のため、更なる精進を」と訓示を述べました。

各分団のまとい組が迫力ある「まとい振り」を披露した

# 消防団出初式

## ＜表彰者（敬称略）＞

### ■永年勤続功労章

30年勤続	沼辺 正男	東北本部分団副団長
	阿部 均	上北本部分団分団長
	上崎 忠雄	東北第5分団分団長
	鶴ヶ崎勝彦	東北第6分団分団長
	沼辺 真一	東北第6分団副分団長
20年勤続	榋 泰司	上北第10分団分団長
	新館 一富	上北第1分団副分団長
	小笠原勝紀	上北第7分団部長
	小笠原昭彦	上北第7分団班長
	小笠原憲一	上北第7分団団員
	沼澤 光広	上北第7分団団員
	甲地 豊	東北第2分団分団長
	江刺家勇一	東北第3分団副分団長
	土橋 和人	東北第2分団部長
	清川 裕樹	東北第3分団班長
	上野 泰斗	東北第3分団団員
	駒井 晃	東北第4分団団員
	野田頭博幸	東北第4分団団員
	濱田 克彦	東北第6分団団員
	鶴ヶ崎年美	東北第6分団団員
10年勤続	姥名 直樹	上北第4分団団員
	岩崎 広幸	上北第8分団団員
	吹越 一幸	東北第2分団団員
	澤居 淳一	東北第2分団団員
	土橋 靖徳	東北第2分団団員
	土橋 重幸	東北第2分団団員
	江刺家文人	東北第3分団団員
	野田頭寛樹	東北第4分団団員
	小原 幸也	東北第7分団団員

### ■優良団員章

千葉 隆博	上北第6分団団員
田浦 淳	上北第7分団団員
高田 大嗣	上北第3分団団員
姥名 雅	上北第2分団団員
田島 賢一	上北第2分団団員
佐々木祐輔	上北第3分団団員
原田 悅	東北第1分団団員
姥澤 幸生	東北第1分団団員
須藤 大輔	東北第1分団団員
沼辺 政宗	東北第2分団団員
瀬川 悟志	東北第4分団団員
乙部 寿文	東北第5分団団員



永年勤続功労賞（30年）沼辺正男さん



消防団員ら約330人による堂々たる分列行進



斗賀町長の観閲を受ける消防団員

## バレーボールで爽やかな汗と笑顔

### ナイターバレーボール大会 12月9日

第11回東北町ナイターバレーボール大会が11月9日～12月9日までの1カ月間、町民体育館で行われ、男子3チーム、女子4チームの約90人が優勝を目指しました。

大会はラリーポイント制リーグ戦形式で行われました。

◆上位の成績は下記のとおり

男子：優勝 Team蔵楽 準優勝 上北ホームガス

女子：優勝 チーム小川原 準優勝 ピンクパンサー



女子リーグ優勝のチーム小川原



児童らが熱戦を繰り広げ、会場は熱気に包まれた

## 団体戦で上北分団Aが優勝

### 上十三地区学童柔道大会 12月11日

第23回上十三地区学童柔道大会が11日、上北中学校柔剣道場「誠心館」で行われ、参加した約120人の児童らが修練の成果を競い合いました。

当町からは東北町分団と上北分団が参加し、団体戦のほか、各学年および幼児の部の個人戦が行われました。

団体戦では、上北分団Aが決勝戦で七戸分団に見事勝利し、連覇を果たしました。

## 児童に伝統の技を伝授

### 水喰小学校しめ縄作り 12月19日

水喰小学校（橋本勝雄校長）で19日、水喰地区熟年会（駒井盛男代表）が企画する正月用のしめ縄作りが行われ、手ほどきを受けた児童がしめ縄作りに挑戦しました。

この活動は児童たちに伝統文化を体験してほしいと企画され、しめ縄作りに初めて挑戦した野田頭星綺くんは「しめ縄が上手にできた。お父さん、お母さんがびっくりすると思うから楽しみです」と笑顔で話していました。



完成した「しめ縄」に笑顔の児童たち

## 高齢者世帯の安全・安心を守る

### ひのもとのまなかパトロールの会 12月21日

ひのもとのまなかパトロールの会（板橋昇会長）ら関係者は21日、旧千曳駐在所管内の高齢者世帯を訪問し、夜間歩行時の反射材着用や特殊詐欺に対する注意喚起などの見守り活動を実施しました。

板橋昇会長は「今後はさらに高齢化が進んでいくので、交通事故や特殊詐欺などを未然に防げるよう定期的な訪問を継続していきたい」と話していました。



高齢者世帯を訪問し、注意喚起する関係者

## 年賀はがきで特殊詐欺の撲滅を

特殊詐欺撲滅注意喚起年賀はがき 12月22日

東北町防犯協会（斗賀壽一會長）は22日、本庁舎町長室で七戸署や町を管内とする5郵便局、賛同事業所と連携し、特殊詐欺撲滅注意喚起年賀はがき発送式を行い、特殊詐欺の撲滅を誓いました。

これは年賀状を使用して、被害額が年々増加傾向にある特殊詐欺の注意喚起を目的に行われ、高齢者世帯を中心に約5800枚が町内に配布されました。



年賀はがきで特殊詐欺の撲滅を誓いました



自宅で家族に囲まれて記念撮影

## 百寿を祝い顕彰状を贈呈

清水目さくらさん100歳 12月29日

清水目さくらさん（清水目）が29日、満100歳の誕生日を迎え、町は顕彰状などを贈って百寿を祝いました。

清水目さんは大正5年12月29日に旧甲地村に生まれました。昭和10年に清水目健治さんと結婚し、子ども4人、孫8人、ひ孫10人に恵まれました。

当日は清水目さんの自宅で贈呈式が行われ、斗賀町長が祝い金30万円や花束を贈りました。



左



右

普通は体の片面に両目があるのだが…

この珍しい「ヌマガレイ」は  
浅虫水族館で展示されています。  
飼育展示部の柳引俊彦次長  
は「私自身初めて見ました。非常に珍しいので、ぜひ皆さんに  
も見に来ていただきたいです」と話していました。

小川原湖で1月11日、体の両面に目がある珍しい「ヌマガレイ」が定置網にかかりました。発見したのは濱田克彦さん（舟ヶ沢）で「定置網にかかりました小さいカレイを再放流したとき偶然発見した」と興奮した様子でした。

体の両面に目がある  
珍しいカレイを発見

## 4月9日（日）執行 東北町長選挙 立候補予定者説明会

◆日時 3月6日（月）午後2時から

◆場所 東北町役場本庁舎 2階会議室

■お問い合わせ 選挙管理委員会 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111（内線161）

がん検診を受けて

## 精密検査といわれたら

精密検査は早期発見のチャンスです。がん以外の病気（ポリープ、潰瘍等）も見つかることが多いです。必ず精密検査を受けましょう。



早期発見・早期治療のために  
がん検診を受けましょう。

町では30歳から（子宮がん検診は20歳）がん検診を受けることができ、費用も無料です。

本年度のがん検診は終了しています（七戸病院人間ドックを除く）が、平成29年度の健診申し込みを申し込みハガキにて受け付けています。世帯主宛に封筒にてお送りしますので申し込みをお願いします。

## 2・3月の健康カレンダー

お問い合わせ：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ヶ月児（小児科診察） (平成28年10月25日～ 平成28年11月7日生まれ) *対象者には個別通知します	2月27日（月）	12：45～ 13：00	七戸病院 健管セントラル (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ヶ月児（小児科診察） (平成28年11月8日～ 平成28年11月14日生まれ) *対象者には個別通知します	3月6日（月）		
	・股関節脱臼検査 (平成28年11月8日～ 平成28年12月7日生まれ) *対象者には個別通知します	3月14日（火）	12：00～ 12：15	
幼児健診	・1歳6ヶ月児健診 (平成27年7月、8月生まれ)	3月21日（火）	12：45～ 13：00	東北町保健 福祉センター
	・2歳6ヶ月児健診 (平成26年7月、8月生まれ)	3月7日（火）	12：45～ 13：00	上北保健 福祉センター
	・3歳児健診 (平成25年7月、8月生まれ)	3月13日（月）	12：30～ 12：45	東北町保健 福祉センター
	・5歳児健診 (平成24年2月1日～4月1日生まれ)	3月2日（木）	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。	3月17日（金）	9：30～ 12：00	東北町保健 福祉センター
		3月6日（月）	9：30～ 12：00	上北保健 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	上北保健 福祉センター
		毎週 火、木曜日		東北町保健 福祉センター
		3月3日（金）	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。



こんにちは保健師です  
保健衛生課 江刺家 紅実子

## がん検診を受けよう!

がんは日本人の死因の第1位であり、死亡数は年々増え続けています。町の死因の状況を見ると死因の2~3割が悪性新生物（がん）となっています。

最近は診断と治療の進歩によって早期発見・早期治療で治せるがんも増えてきています。早期のがんは自覚症状がないことが多いため、症状がなくても定期的にがん検診を受けましょう。

### <死因の状況>

県保健統計年報より

	1位	2位	3位
H24	悪性新生物 (30.2%)	心疾患 (16.4%)	肺炎 (13.5%)
H25	悪性新生物 (25.6%)	心疾患 (19.0%)	肺炎 (11.6%)
H26	肺炎 (22.5%)	悪性新生物 (21.4%)	心疾患 (14.0%)

※悪性新生物=がん

### ○ がんにかかる人の約3割は現役世代 ○

がんは高齢者に多い病気ですが、がんにかかる人の約3割は40~64歳の現役世代のため油断は禁物です。



### 町で実施している がん検診



#### 胃がん検診

バリウムを飲んで行うX線撮影です。胃がんだけでなく潰瘍やポリープなども発見できます。



#### 大腸がん検診

便に潜む血液を調べる便潜血検査です。大腸がんやポリープなどがあると、便の中に血液が混ざることがあります。専用の検査容器に2日分の便を採取して、検診日に提出します。



#### 肺がん検診

胸部X線検査です。必要な場合は痰を採取して肺がんの細胞が混じってないか調べる喀痰細胞診を行います。



#### 前立腺がん検診

50歳以上の男性が対象です。採血をして前立腺から分泌されるP S Aという物質を調べます。



#### 子宮がん検診

20歳以上の偶数年の女性が対象です。子宮頸部の細胞診を行います。



#### 乳がん検診

マンモグラフィ検査をします。マンモグラフィは専用のX線検査装置で、乳房を挟んで圧迫して撮影します。

# 個人住民税の公的年金からの特別徴収について

## ◆制度の概要

年金保険者（日本年金機構等）が年金を支払う際、公的年金等に係る個人住民税を差し引き、納税義務者に代わって市区町村へ納入する制度（特別徴収）が平成21年10月から開始されました。

これにより、高齢者が納税のために金融機関や役場へ出向く負担が軽減されることが期待されています。この制度は、個人住民税の納付方法を変更するものであり、新たな負担は生じません。

## ◆対象となる方

4月1日現在で65歳以上の年金受給者で、前年中の年金所得に係る個人住民税の納税義務のある方が対象となります。ただし、以下の方については対象となりません。

- ・介護保険料が年金から特別徴収されていない方
- ・特別徴収される個人住民税額が老齢基礎年金等の額を超える方 など

## ◆対象となる公的年金

国民年金法等に基づく老齢または退職を支給事由とする年金が対象となります。（老齢基礎年金・老齢年金・退職年金等）ただし、障害年金や遺族年金など非課税の年金は対象となります。

## ◆対象となる個人住民税

公的年金等の所得に係る個人住民税が対象となります。

公的年金等の所得以外に給与所得や事業所得など他の所得がある場合、これらの所得に係る個人住民税は、給与からの特別徴収（天引き）または普通徴収（納付書または口座振替）による納付となります。

## ◆特別徴収が中止になる場合

次の事由が生じた場合には年金特別徴収が中止となり、年金から特別徴収できなかった税額は普通徴収（納付書または口座振替）による納付となります。

- ・特別徴収されている年金の支給が停止された場合
- ・納税義務者が死亡した場合
- ・介護保険料の公的年金からの特別徴収が中止された場合
- ・その他、年金特別徴収が困難と認められた場合

※1月1日（賦課期日）以後に町外へ転出した場合や、税額に変更が生じた場合などには、  
公的年金からの特別徴収を停止していましたが、平成27年度税制改正により、平成28年  
10月以後は、一定の要件の下、特別徴収を継続することになりました。

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

## 仮徴収税額の計算方法の見直しについて

### ◆新たに特別徴収が開始される年度

年度前半は、年税額の4分の1ずつを普通徴収により6月（第1期）・8月（第2期）に納付していただきます。年度後半は、年税額の6分の1ずつが10月・12月・2月の年金から特別徴収されます。

	普通徴収(納付書または口座振替)		年金特徴(本徴収)		
年金支給月	6月	8月	10月	12月	2月
算出方法	年税額の4分の1ずつ		年税額の6分の1ずつ		

### ◆翌年度以降（平成29年度から）

税制改正により、公的年金からの特別徴収税額の平準化を図るため、平成29年4月以降実施される仮徴収は前年度の年税額の6分の1の額となります。

	年金特徴(仮徴収)			年金特徴(本徴収)		
年金支給月	4月	6月	8月	10月	12月	2月
算出方法	前年度の年税額の6分の1ずつ			年税額から仮徴収の合計額を差し引いた金額の3分の1ずつ		

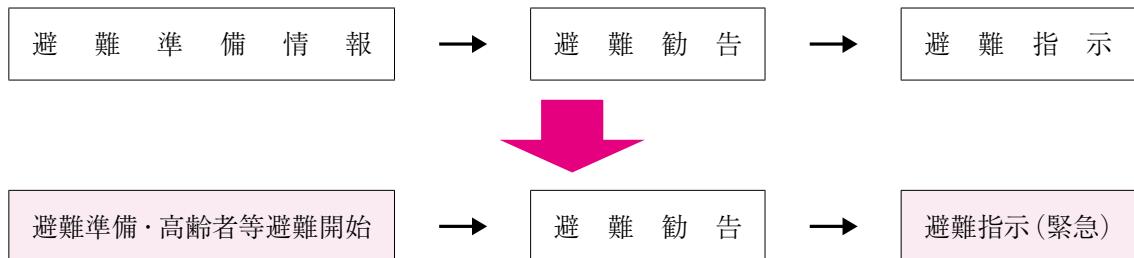
(例)

年 度	年税額	仮 徴 収			本 徴 収		
		4月	6月	8月	10月	12月	2月
N	60,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000
N + 1 (医療費控除増)	36,000	10,000	10,000	10,000	2,000	2,000	2,000
N + 2	60,000	6,000	6,000	6,000	14,000	14,000	14,000
N + 3	60,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000

※年税額が2年連続の場合は平準化する

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

## 災害時の呼び掛け名称が変わりました



### ◆避難準備・高齢者等避難開始

- いつでも避難ができるよう準備をしましょう。身の危険を感じる人は、避難を開始しましょう。
- 避難に時間要する人（ご高齢の方、障害のある方、乳幼児をお連れの方等）は避難を開始しましょう。

### ◆避難指示（緊急）

- まだ避難していない場合は、直ちにその場から避難をしましょう。
  - 外出することでかえって命に危険が及ぶような状況では、自宅内より安全な場所に避難しましょう。
- ※必ずしも、この順番で発令されるとは限らないので、ご注意ください。

また、これらの情報が発令されていなくても、身の危険を感じる場合は避難を開始してください。

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

## 運転適性相談窓口を開設しています

青森県公安委員会では、運転適性について心配のある方や、そのご家族の皆さん等に対して、免許の取得や更新が可能かどうか等についての運転適性相談を受け付けています。

例えば・・・

- ◆一定の病気にかかっている、あるいはそのおそれのある方や、そのご家族
- ◆認知力や判断力が低下し、身体機能に不安がある方や、そのご家族
- ◆運転について不安をお持ちの高齢者の方や、そのご家族
- ◆物忘れが多いなど、ご家族の運転に不安をお持ちの方
- ◆視力、聴力を含め身体機能に不安のある方

### ■お問い合わせ先

青森県運転免許センター	TEL 017-782-0081（代表）
弘前自動車運転免許試験場	TEL 0172-31-0737（代表）
八戸自動車運転免許試験場（八戸警察署）	TEL 0178-43-4141（代表）
むつ自動車運転免許試験場（むつ警察署）	TEL 0175-22-1321（代表）
その他、各警察署の交通課窓口	

※電話によるお問い合わせは平日の午前8時30分～午後5時15分まで（事前に各窓口に連絡ください）

### 返戻されたマイナンバー通知カードの保管・破棄について

平成27年10月からマイナンバーをお知らせする通知カードを送付していますが、郵便物を受け取っていない場合には役場に返戻され、一時的に保管しています。何度か通知させていただきましたが、一度も受け取っていない世帯は受け取りに来庁ください。

また、返戻された通知カードは平成29年3月31日(金)をもちまして、破棄させていただきますので、ご了承ください。

#### ◆世帯の人が受領する場合

①本人確認書類（下記参照）が必要になります。

#### ◆代理人が申請する場合

上記の①に加え、②委任状（世帯分離の方も必要）③代理人の本人確認書類（下記参照）が必要になります。

#### ◆本人確認書類（有効期限の原本に限る）

1点でよいもの	運転免許証、パスポート、在留カード、障害者手帳など
2点必要なもの	健康保険証、年金手帳、医療受給証、介護保険者証、診察券など

※税金などの申告、勤務先への提出などで使いますので、ご確認お願いします。

#### 通知カード見本



#### ■お問い合わせ

町民課・町民課分室

TEL 0176-56-3111 (内線150)

TEL 0175-63-2111 (内線541)

### 後期高齢者医療被保険者のみなさまへジェネリック医薬品のご紹介

先発医薬品（これまで使われてきた新薬）の特許が切れた後に、医薬品メーカーが製造・販売する「ジェネリック医薬品（後発医薬品）」は、厚生労働省から「先発医薬品」と同じ有効成分を同量含んでおり、同等の効能や効果が得られると認められた医薬品です。

先発医薬品に比べて薬の値段が3～5割程度安くなる可能性があります。ぜひジェネリック医薬品をご活用ください。なお、ジェネリック医薬品を希望する場合は、医師や薬剤師にご相談ください。

※ジェネリック医薬品を希望する方は、「ジェネリック医薬品希望シール」をご活用ください。  
(お薬手帳の表紙に貼り付け箇所があります)

#### ■お問い合わせ

青森県後期高齢者医療広域連合 TEL 017-721-3821

町民課後期高齢者医療係 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111 (内線546)



## 宝くじ助成金で整備しました



財団法人自治総合センターでは、宝くじの受託事業収入を財源としてコミュニティ活動を行う市町村、地域住民のコミュニティ組織などを助成対象にコミュニティの健全な発展を図るとともに宝くじの普及活動事業を行っております。

平成28年度は、町内会の意見要望を取りまとめ、ごみ収集箱の損傷が大きい町内から同補助金を活用して50台更新しました。

今回更新された新しいゴミ箱の設置により、鳥獣等によるごみの飛散が生じるなど、衛生管理問題の解決が見込まれます。



■お問い合わせ 上北保健福祉センター TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111

### 鶏等を飼養している皆様へ

鶏等（下記の鳥類）を飼養している方は、家畜伝染病予防法により、毎年2月1日現在の飼養羽数等を県知事あてに報告が義務付けられています。

愛玩用として少羽数飼養している場合でも、万が一、高病原性鳥インフルエンザ等が発生すれば、近隣養鶏場の卵や鶏肉の出荷が制限されるなど、養鶏産業に多大な被害を及ぼすことから、防鳥ネットの設置や定期的な清掃・消毒等、適正な飼養管理に努めるとともに、下記のとおり定期報告書の提出をお願いします。

#### ○対象鳥類

鶏（比内地鶏・ウコッケイ・シャモ・チャボ・あすなろ・声良・金八などを含む）、あひる、うずら、きじ、ほろほろ鳥、七面鳥、ダチョウ

#### ○報告書類

十和田家畜保健衛生所ホームページに掲載しています。また、十和田家畜保健衛生所、市町村畜産担当課にも報告書等を用意しています。

#### ○報告期日 平成29年3月31日(金)まで

#### ○提出先

上北地域県民局 十和田家畜保健衛生所  
〒034-0093 十和田市西十二番町19-23  
TEL 0176-23-6235 FAX 0176-23-3044

※持参、郵送またはFAXで提出してください。

### 収入保険制度に関するお知らせ

政府の農林水産業・地域の活力創造本部において、青色申告を行っている農業者を対象とした収入保険制度の導入が決定されました。

新たに青色申告を始めるためには、個人の場合、平成29年3月15日(水)までに、最寄りの税務署に「青色申告承認申請書」を提出する必要があります。

この申請を行えば、平成29年分の所得から、青色申告を行うことができます。(申告時期は平成30年2～3月)

青色申告は、自分の経営を客観的につかむための重要なツールです。青色申告には、税制上のメリットもあります。

#### ◆青色申告のメリット

#### ○青色申告特別控除

「正規の簿記」の場合は65万円を、「簡易な方式」の場合は10万円を所得から控除可能です。

#### ○損失の繰り越しと繰り戻し

損失額を翌年以後3年間（法人9年間）にわたって繰り越して、各年分の所得から控除可能です。

また、繰り越しに代えて、損失額を前年に繰り戻して、前年分の還付を受けることも可能です。

#### ■お問い合わせ

東北農政局青森県拠点地方参事官室

TEL 017-775-2151

### 配食サービス事業者を募集します

東北町では、町内に居住する食事の調理が困難な高齢者等に対し、定期的に居宅を訪問して食事を提供することにより、健康の保持および介護予防を図るとともに安否確認を行い、自立した生活が送れるよう支援するための配食サービス事業者を募集します。

#### ◆事業者の条件

- ①食品衛生法に定める営業許可があること
  - ②損害賠償保険に加入していること
  - ③高齢者の安否確認ができること
  - ④月曜日から金曜日までのうち、1食以上5食以内を直接、利用者へ配達すること
- ※配達は一部地域のみでも可

#### ◆事業概要

- ・事業の開始は平成29年4月からを予定しています。
- ・町と配食サービス事業委託契約を締結し、配食実績に基づき委託料を支払います。
- ・利用者からは自己負担の料金を徴収していただきます。

#### ◆募集期間

平成29年2月1日(木)～平成29年2月28日(火)

#### ■お問い合わせ

福祉課地域包括支援センター TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111 (内線130)

### 救命講習を実施します

中部上北広域事業組合消防本部では救命講習を実施しています。町民のみなさまも心肺蘇生法・AED講習を受講してみませんか？あなたは大切な人が倒れたときに何ができますか？

また、従来の心肺蘇生法は2016年9月に一部改正となりましたので、この機会に心肺蘇生法とAEDの使用法をみんなで学びましょう。

主な改正点は次のとおりです。

- ①乳児にもAEDが使用できるようになりました。
- ②「救命の連鎖」に「心停止の予防」が加わりました。
- ③心肺蘇生の流れを簡素化し、全年齢層で統一されました。

開催日時	開催場所	受付期間	募集人数	問い合わせ先
平成29年2月12日(日) 9:00～12:00	中央消防署	平成29年2月11日(土)まで	30人	中央消防署 TEL 0176-62-3141
平成29年2月19日(日) 9:00～12:00	上北消防署	平成29年2月18日(土)まで	20人	上北消防署 TEL 0176-56-2119
平成29年2月26日(日) 9:00～12:00	東北消防署	平成29年2月25日(土)まで	20人	東北消防署 TEL 0175-63-2520

※募集定員になり次第、締め切りとなります。

◆対象者は、中学生以上の方になります。また、受講料は無料です。

◆受け付けは、各消防署窓口で行います。(電話での受け付けも行っています)

◆詳細については、消防本部ホームページ (<http://chubukamikita-fd.jp/>) にも掲載しております。

ホームページでは各種様式もダウンロードできます。

## 家族そろって交通災害共済に加入しましょう!

平成29年度から支給制度が新しくなります。

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。

交通事故にあったら必ず警察に届け出しましょう！

加入の受け付けが始まっています。

◆年会費 1人 350円

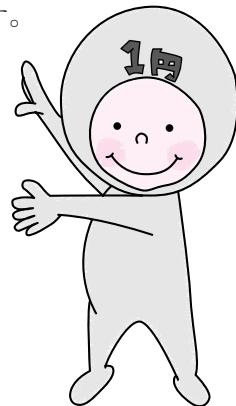
◆見舞金が10等級制から4等級制になりました。

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30日以上）7万円

4等級 軽傷（治療30日未満）3万円



イメージキャラクター ONEくん

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

## 県税納税証明書交付申請時の本人確認および委任関係確認について

県では、納税証明書の交付申請の際、窓口においていただいた方の本人確認および代理人申請の場合の委任関係確認を行っております。

◆納税証明書の交付申請に必要なもの

必要なもの 証明書の種類	本人確認書類 (※)	本人の印鑑 (法人の場合は代表者印)	青森県収入証紙 (400円/1部)	自動車検査証 (コピー可)
事業税 (個人・法人)	○	○	○	
自動車税 (滞納がない旨の証明)	○	○	○	○
自動車税 (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…運転免許証、旅券（パスポート）などの写真付公的書類

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。

◆代理人が申請する場合は、上記の書類に加えて本人（法人の場合は代表者）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。
- ・委任状には必ず本人が署名および押印（法人の場合は代表者の署名および代表者印の押印）をしてください。
- ・委任されたかどうかについて、本人に電話で確認することができますので、あらかじめご了承ください。

■お問い合わせ 上北地域県民局県税部納税管理課 TEL 0176-22-8111（内線290）

# お知らせ

## 郷土芸能発表会

2月19日(日) 午前10時 町民文化センター



【問】歴史民俗資料館 TEL 0176-56-3111

## 芸能発表会

3月5日(日) 午前10時 町民文化センター



【問】社会教育課 TEL 0176-56-3111

## 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)
自衛官候補生	男	18歳以上27歳未満	年間を通じて 行っております	受付時にお知らせ いたします	受付時にお知らせ いたします

◎ 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。

■ 細部については、下記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 (ユニバース隣)  
自衛隊青森地方協力本部 三沢募集案内所  
電話およびFAX 0176-53-1346 (平日8:45~17:30)  
e-mail : aomori.pco.misawa@rct.gsd.mod.go.jp



三沢市

◆みさわおもちゃ病院

- ・とき 2月26日(日) 10:00~12:00
- ・ところ 県立三沢航空科学館  
エントランスホール
- ・問合せ 県立三沢航空科学館  
TEL 0176-50-7777

ぐるっとNAUI  
上十三・十和田湖広域定住自立圏情報

### 十和田市

◆十和田湖冬物語

- ・とき 2月3日(金)~26日(日)
- ・ところ 十和田湖畔休屋特設イベント会場
- ・問合せ 十和田湖冬物語実行委員会  
TEL 0176-75-2425

### 野辺地町

◆のへじ停車場ランタンまつり

- ・とき 2月4日(土) 13:00~20:30
- ・ところ 野辺地町観光物産PRセンター
- ・問合せ のへじ停車場まつり実行委員会事務局  
エーワン・ライズ  
TEL 0175-64-3511

# マイナンバーカードの交付申請はお済みですか？

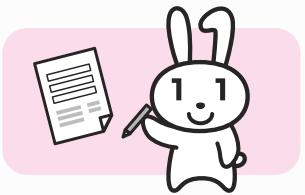
マイナンバーカードはどうしたらもらえるの？



郵便・パソコン・スマホ・まちなかの証明写真機から  
無料で申請できます。

## 郵便による申請

- ①個人番号カード交付申請書に署名または記名・押印し、顔写真を貼り付けます。
- ②交付申請書の内容に間違いないか確認し、送付用封筒に入れて、郵便ポストに投函します。



## パソコンによる申請



- ①デジタルカメラで顔写真を撮影し、パソコンに保存します。
- ②交付申請用のWEBサイト（マイナンバー総合サイト）にアクセスします。画面にしたがって必要事項を入力し、顔写真を添付して送信します。

## スマートフォンによる申請

- ①スマートフォンのカメラで顔写真を撮影します。
- ②交付申請書のQRコードを読み込み、申請用WEBサイトにアクセスします。画面にしたがって必要事項を入力の上、顔写真を添付し送信します。



※通知カードを受け取られた日以降に引越しをされた方が申請される場合には、引越し先の市区町村の窓口でお受け取りになった交付申請書をご使用ください。

## まちなかの証明用写真機からの申請

- ①タッチパネルから「個人番号カード申請」を選択し、撮影用のお金を入れて、交付申請書のQRコードをバーコードリーダーにかざします。
- ②画面の案内にしたがって、必要事項を入力し、顔写真を撮影して送信します。

※対応しているまちなかの証明用写真機：株式会社DNPフォトイメージングジャパン/  
日本オート・フォート株式会社/富士フイルム株式会社



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

## 地デジ11ch 東北町テレビ (放送時間6:00~22:00)

### 2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
- ◆認知症サポート
- ◆あおもり口コレ  
運動器の障害を予防するための体操（放送時間1時間）
- ◆学校紹介番組 第一小学校「米づくり体験学習」（放送時間30分）
- ◆学校紹介番組 閉校記念「第一小学校・小川原小学校の軌跡」【新】（放送時間30分）
- ◆イベントチャンネル
  - ①東北町秋まつり（放送時間30分）
  - ②日の本中央まつり（放送時間30分）
  - ③生き活き産業文化まつり（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）
- ◆なにものにも負けず～近代文学の夜明けを駆け抜けた大塚甲山～（放送時間30分）

\*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。

\*放送内容は変更となる場合がありますのでご了承ください。

■お問い合わせ 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

#### 学校紹介番組「第一小学校・小川原小学校の軌跡」



東北町テレビにて放送しますのでぜひご覧ください。

## 善意の寄付

### 社会福祉協議会に4件の寄付がありました

- ◆暮らしと健康を考える会(中根久美子会長)は12月21日、地域福祉に役立ててくださいと、生き活き産業文化まつりのバザー収益1万円を社会福祉協議会に寄付しました。
- ◆乙供文化保育園(久保田利子園長)は12月21日、地域福祉に役立ててくださいと、プルタブやペットボトルキャップを集め清算した3,277円を社会福祉協議会に寄付しました。
- ◆佐藤キヤさん(南町)は12月26日、地域福祉に役立ててくださいと2万円を社会福祉協議会に寄付しました。
- ◆玉勝温泉の高橋誠之助さん(旭町)は1月6日、地域福祉に役立ててくださいと5万円を社会福祉協議会に寄付しました。

### 上北小学校へぞうきんの寄付

上北地区のいきいき教室(蛭名三夫学級長)は12月16日、掃除や学校生活に役立ててくださいと、ぞうきん約50枚を上北小学校(長尾誠治校長)に寄付しました。

### 奨学基金に寄付がありました

玉勝温泉の高橋誠之助さん(旭町)が1月6日、コミュニティセンター未来館を訪れ、学校教育に役立ててくださいと、町奨学基金に5万円を寄付しました。

## お知らせ

### 水道管の凍結に注意してください

冷え込みが厳しくなり、水道管の凍結が予想されます。  
自宅の漏水修理は、町指定工事業者へ依頼してください。  
修理費用は本人負担ですが、漏水した分の水道料金は減免対象になります。  
※減免は町指定工事業者の修理が原則です。

■お問い合わせ  
水道課 TEL 0176-56-3111

## 総合相談

～人権、行政相談～

2月20日(月)

○時間 午前10時～正午  
○場所 コミュニティセンター未来館

3月6日(月)

○時間 午前10時～正午  
○場所 東北町役場  
本庁舎2階和室

2月20日(月)は  
「身体・知的障害相談」

3月6日(月)は  
「弁護士無料相談」

※弁護士無料相談は予約制  
【問】十枝内総合法律事務所  
TEL 0176-21-4005

【問】福祉課  
TEL 0176-56-3111  
TEL 0175-63-2111

## お知らせ

### ぎんなん寮 クリスマスローズと雪割草フェア

- ◆日 時  
平成29年2月11日(土)～19日(日)  
9:45～17:00
- ◆場 所  
ぎんなん寮(直売所ハンズおよび大温室周辺)
- ◆販売品  
(園芸商品)  
クリスマスローズ、雪割草など  
(加工商品)  
ハム、ソーセージなど  
(喫茶)  
ドライハーブ、ハーブティー

- ◆催 事  
・園芸商品が全て表示価格より10%割引(友の会会員20%割引)  
・八重咲、一重咲、アネモネ咲や花色のバリエーションを展示販売

■お問い合わせ  
ぎんなん寮 TEL 0176-56-5121

### 障害者雇用促進セミナー 就職面接会のご案内

公共職業安定所では、事業者を対象とした障害者雇用セミナーを開催します。

- ◆日 時  
平成29年2月16日(木)  
13:00～16:00
- ◆場 所  
ホテルグランヒルつたや  
「松寿の間」
- お問い合わせ  
野辺地公共職業安定所  
雇用指導官 TEL 0175-64-8609  
※定数がございますので、お早めにお問い合わせください。

## 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。

☆応募先一〒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  
☆応募締切一2月16日(木)

### 今月の問題

**Q1** 出初め式には消防団員ら約何人が参加? (ヒントP2)

**Q2** 避難準備情報の新しい呼び掛け名称は?  
(ヒントP10)

**Q3** 郷土芸能発表会は2月何日に開催? (ヒントP15)

#### 1月号の答え

- ①12年
- ②23名
- ③マイナンバー

#### 1月号当選者

- 蛇名未聖さん
- 大丸健さん
- 大坂チエさん
- 澤居まさ子さん
- 新山千絵美さん

# 国民年金

### 予約の申し込みは 「ねんきん」ダイヤルへ

日本年金機構では、平成28年10月から全国の年金事務所で年金相談の予約を実施しています。

年金事務所の窓口で年金請求の手続きや、受給している年金についての相談を希望する方は予約相談をご利用ください。なお電話をする際には基礎年金番号または年金証書番号をお知らせください。

◆電話番号 0570-05-1165

◆受付時間

月曜日 8:30~19:00

火~金曜日 8:30~17:15

第2土曜日 9:00~16:00

※月曜日が祝日の場合翌開所日は午後7時まで受付

◆受付期間

予約相談希望日の1カ月前から前日まで

### 国民年金保険料は 口座振替がお得です

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。

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。

6カ月分の前納は、4月から9月までの保険料を当年4月末までに納め、10月分から翌年3月分までの保険料を当年10月末までに納めます。口座振替の場合は4月末または10月末に振り替え、1年前納は4月分から翌年3月分までの保険料を当年4月末に振り替えます。

### クレジットカード でも納付できます

平成29年4月より口座振替に加えて現金・クレジットカード納付についても割引額の大きな2年前納がご利用いただけるようになります。現在の口座振替による2年前納と同じく4月分から翌々年3月分までの保険料を4月末に納付いただきます。

ただし、有効期限を迎えるクレジットカードの場合、更新時に改めて手続きが必要な場合がありますのでご注意ください。クレジットカードで納付をご希望の方は青森年金事務所までお問い合わせください。

【問】青森年金事務所

TEL 017-734-7495

今月の

## おはなし会

とき: 2月18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

### 東北町心配ごと相談所

今月の相談日は

**2月15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

## 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
うき世櫛	中島 要	鼠、嘘つきは役人の始まり	赤川 次郎
クローバーナイト	辻村 深月	はじめてでも絶対にうまくなる！ スノーボード	出口 超
クランクイン	相場 英雄	保育園で困ったときに開く本	朝日新聞出版
「茶の湯」の密室	愛川 晶	その叱り方、問題です！	菅原ますみ
告白の余白	下村 敦史	(1月 新着案内本)	

### ◆児童図書&絵本

書名	作者名など
スパゲッティ大さくせん	佐藤まどか
本当はすごい森の話	田中 惣司
わたし、あ月さま	刀根 里衣
(1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

都母短歌会					
梅ほころびて心も綻ぶ	朝焼けに映えし万年青の丸き美に	正月を迎へる度に年重ね	えんぶりに太夫の摺りは厳かに	お面つけ孫張り切りて豆を時く	穂やかな菩提寺詣でて清々し
発表会終へたる朝の清々し	新らしき年の望み託せり	近づく老に不安の募る	可憐な子等の祝舞添へり	今日は節分福を呼び込む	家族の無事を祈る元旦の朝
田沢 泰子	野田 文子	高田智恵子	坂本 政子	大湊白百合子	乙供 洋子
原田 懇子					



千曳

# わが家のアイドル

栄沼



めい  
長女〔7カ月〕芽生ちゃん

パパ 倉岡英さん  
ママ 裕子さん

毎日元気いっぱい♥笑顔がカワイイ  
めい。これからも明るくスクスク育つ  
てね！



あおい  
長女〔7カ月〕葵ちゃん

パパ 柴崎啄馬さん  
ママ 泉美さん

毎日ニコニコ笑顔に癒されています。  
これからの成長が楽しみです。

## 節目を迎え、思い新たに 実年式～60歳の集い～ 1/9

本年度60歳（昭和31年4月2日～昭和32年4月1日）  
になる方を対象とした実年式が9日、町民文化センターで行  
われ、参加した71人が節目の年を祝いました。

式典では、濱田栄子さんが町民憲章唱和を行い、大久保新一  
さんが「実年式を人生の一つの通過点と捉え、今後はより  
一層健康に気をつけて、長年にわたり培った経験を生かし、  
社会活動や地域活動に参加していきたい」と実年代表のこと  
ばを述べました。

式典後には祝賀会が行われ、参加者はお酒を酌み交わし、  
思い出話に花を咲かせていました。



参加者は旧友との再会を喜び合いました



の参加者全員で町民憲章の唱和



大久保新一さんが力強く実年代表のことばを述べる



演が会場を盛り上げた

