

# 広報ひらない



- ◇ 浅所小学校閉校記念式典  
..... 2ページ
- ◇ 平成22年度決算報告 4～5ページ
- ◇ 生涯学習情報 ..... 6～7ページ
- ◇ 保健福祉だより ..... 8～9ページ
- ◇ 今月のお知らせ ..... 11～13ページ

発行/平内町 編集/総務課 平内町ホームページ <http://www.town.hiranai.aomori.jp/>



心に焼き付けた  
最後のユニフォーム

# 魂

◆ 第9回平内町スポーツ少年団軟式野球競技会 ◆  
(浅所小学校)

# 浅所小学校閉校記念式典



浅所小学校校歌

作詞 小野正文  
作曲 間宮昭佳

夏涓岬 雪消えて  
 緑の草がそよいで  
 われら心はずませて  
 今日も学びの門くぐる  
 小さな力つみかさね  
 大きな未来をつくらうよ

汐立川は 休みなく  
 青海原にそそいでる  
 雷電宮の静さに  
 遠い昔がしのばれる  
 みんなの手と手をしっかりと  
 榮える町をさすこうよ

つばさを広げ 美しく  
 白鳥の群舞いあがる  
 われら瞳をかがやかせ  
 広い世界にあこがれる  
 ああ浅所小学校  
 新たな時代をひらこうよ

一九六六年十一月制定

## 在校生41名とともに 学び舎に別れを告げる

今年度末で閉校することが決まっている浅所小学校で10月1日(土)、浅所小学校閉校記念事業実行委員会(細川廣実行委員長)と同校(増田恵美子校長)の主宰で閉校記念式典が執り行われました。

浅所小学校は、明治11年に浅所、東滝、福館、平川の4カ村を学区として創設され、明治20年に一度小湊小学校と合併しますが、大正14年に再び独立し現在に至ります。これまで多くの優秀な人材を輩出し、最近ではプロ野球福岡ソフトバンクホークスで活躍中の細川亨選手も浅所小学校卒業生の1人です。

白鳥の渡来地として知られる浅所海岸に隣接した浅所小学校は、昭和31年10月から今年の1月にその役目を終えるまで、実に50年以上も白鳥の観察を続け、またその間、「第56回全国野鳥保護のつどい」において文部科学大臣奨励賞を受賞するなど、数々の表彰を受けてきました。



式では児童から「お別れの言葉」として、合唱を交えた呼びかけが行われました。東和町内会長の三津谷武志さんからは木造の旧・旧々校舎で行われていた手持ちの鐘での合図や恩師との出会いなど、浅所小学校の思い出が語られ、6年生の飯田南飛さんからは「あと半年、今までたくさんの思い出を作ってきた仲間と一緒に、133年の歴史を閉じる最後の6年生としての自覚を持ち頑張っていきます」と浅所小学校への感謝と決意の言葉が語られました。

また、式典の終わりにはアトラクションとして、全校児童で春から練習してきたよさこいの演舞が披露されました。そろいの青い半纏に着替えた児童たちが演舞を始めると、体育館が揺れるほどの迫力に式典の参加者からはどよめきにも似た歓声が上がりました。

4月から小湊小学校へ通うことになる児童たちからは、「自分が通った浅所小学校が無くなるのはすごくさびしいけど、小湊小学校は人数が多いので友達をたくさん作るのが今から楽しみです」と新しい生活への期待の声も聞こえてきました。



## 第9回平内町スポーツ少年団 野球・卓球大会

9月23日(金)・24日(土)に町立野球場において平内町スポーツ少年団野球大会が、そして25日(日)に町立体育館において卓球大会がそれぞれ開催されました。

野球競技では今年度末で閉校を迎える3小学校も数年ぶりの単独出場を果たし、今年で最後となるユニフォーム姿を応援するため、保護者をはじめ地域の方々など大勢の観客で盛り上がりました。



### 【野 球】

□1回戦	小湊クラブA	10-2	茂浦小学校
	東クラブA	12-2	東田沢小学校
	浅所クラブ	2-7	小湊クラブB
	東クラブB	0-10	山口クラブ
□準決勝	小湊クラブA	6-0	東クラブA
	山口クラブ	7-6	小湊クラブB
□決 勝	山口クラブ	4-0	小湊クラブA

### 【卓 球】

□バンビ女子			
①山口 結愛(東田沢)	②田中 結南(東田沢)		
③須藤陽菜乃(茂浦小)	④市川 獅道(スポ少)		
□カブ男子			
①一戸 祥平(山口)	②飯田 亮(小湊)		
③齋藤 樹(小湊)	④小山内大輝(小湊)		
□カブ女子			
①船橋なつめ(東)	②逢坂 璃子(小湊)		
③田中 帆夏(東田沢)	④市川 美波(小湊)		
□ホープス男子			
①横濱 宗成(若葉)	②飯田 南飛(スポ少)		
③大森 賢介(小湊)	④太田 孝則(東)		
□ホープス女子			
①村田 迪子(小湊)	②片山 瑞歩(小湊)		
③山口希羅梨(東田沢)	④船橋 裕美(東)		

## 秋季町民卓球大会

また、9月23日(金)には、町立体育館において秋季町民卓球大会が開催され、小・中学校の女子団体リーグ戦が行われました。

なお、小学校女子団体の部で優勝した東小学校は、平成24年2月に弘前市の青森県立武道館で行われる県大会へ出場します。

### 【中学校女子団体・決勝リーグ】

第1試合 東平内中 3-0 西平内中

優勝 東平内中学校(1勝0敗)  
準優勝 西平内中学校(0勝1敗)

### 【小学校女子団体・決勝リーグ】

第1試合	東小	3-0	山口小
第2試合	浅所小	2-3	小湊小
第3試合	東小	3-2	小湊小
第4試合	浅所小	3-1	山口小
第5試合	東小	3-2	浅所小
第6試合	小湊小	3-0	山口小

優勝 東小学校(3勝0敗)  
準優勝 小湊小学校(2勝1敗)  
第3位 浅所小学校(1勝2敗)  
第4位 山口小学校(0勝3敗)

## いのちの『重さ』を実感 助産師による出前講座

9月22日(木)、小湊小学校体育館において町内の小学4年生約100名を対象に、日本助産師会青森県支部「いのちのお話プロジェクトあかり」による「いのちのお話」出前講座が開催されました。

参加した児童たちは、天文学的な確率から受精卵となり、赤ちゃんとしてこの世に生まれてくるまでの成長をイラストや写真、実物大の人形等で学び、その中で講師の助産師から「生まれてきただけで奇跡。生きているだけで100点満点」という言葉を贈られました。

また、児童全員で実物大の新生児人形を抱っこし、赤ちゃんの大きさや重さを体感しました。恐る恐る、首の座らない人形の首を大事に押さえながら抱きかかえ、児童たちは腕に伝わる「命の重さ」を実感したようです。

最後に、1人ひとりに家族から宛てられた手紙が渡され、それぞれが生まれた時の様子や、普段は面と向かって伝えられなかった言葉を受け取りました。なかには思

わず涙ぐむ児童も見られ、自分が生まれてきたことに対する感謝や、家族への愛情が再確認できたようです。

今回の出前講座では、町内の妊婦さんお二人にご協力いただき、胎児の生の心音を聞かせていただきました。参加した児童たちも、大きなお腹とそこから聞こえてくるリズムの早い鼓動に興味津々の様子でした。今月には元気な赤ちゃんが生まれていることと存じます。ご協力ありがとうございました。



平成22年度 わが町の家計簿

# 決算報告

皆さんが納めた税金や国・県からの補助金は、私たちの生活をより良くするために様々な形で使われています。これらがどのくらい納められ、どのように使われているか知っていただくために平成22年度決算の状況をお知らせします。

9月に開会された第3回町議会定例会で、平成22年度の一般会計と特別会計の決算審議を行い、全会計が「認定」されました。

一般会計の歳入は、65億6,799万9,339円(対前年度比3.7%の増)、歳出は64億1,896万7,349円(対前年度比4.2%の増)となり、1億4,903万1,990円が残額となりました。この残額のうち、繰越明許費(注1)の一般財源3,150万7千円を差し引いた中から、地方自治法及び地方財政法の規定により8,000万円を減債基金(注2)に積み立て、3,752万4,990円を23年度へ繰り越しました。

歳入については、皆さんから納めていただいた町税や使用料など町が独自で調達するお金(自主財源)が約20.5%であるのに対し、地方交付税や国・県からの負担金等や町債等のお金(依存財源)は約79.5%と全体の5分の4近くを占めています。



高橋竹山生誕100年記念式典(昨年8月)

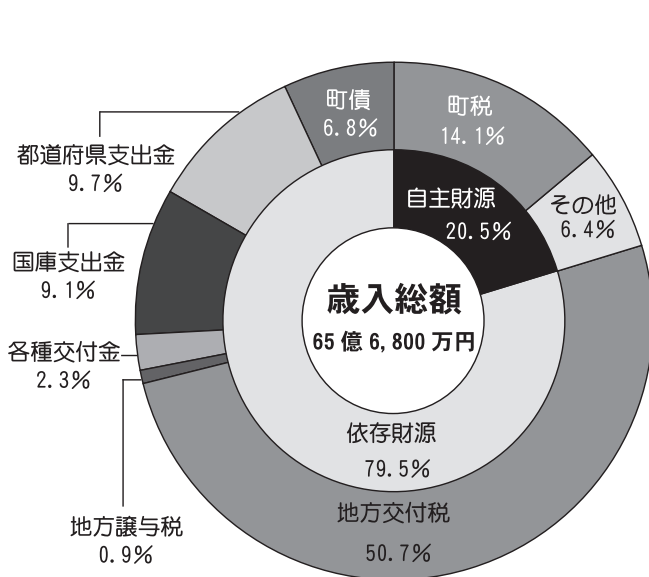


耐震改修工事が行われた小湊小学校

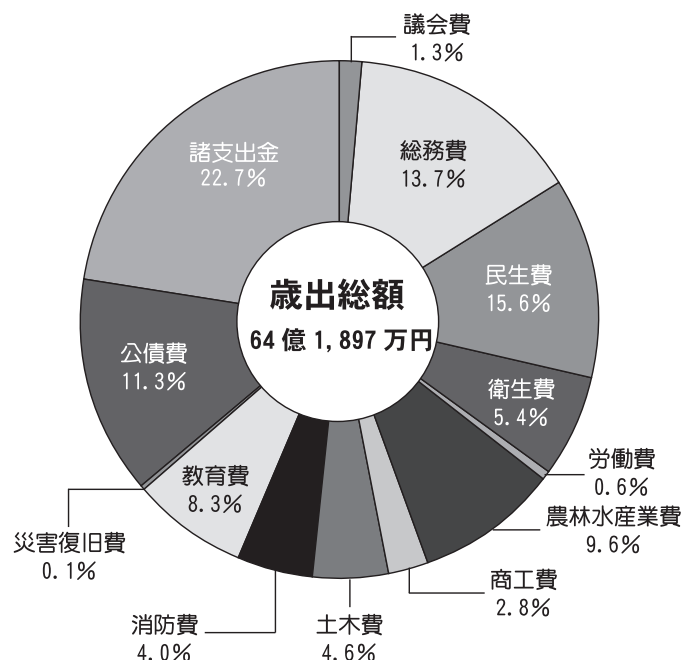
また、歳出については、特別会計の不足分を補うための繰出金を含む諸支出金が約22.7%、大規模な事業を行うために借入れたお金(町債)の償還金である公債費が約11.3%となっています。

- (注1) 歳出予算の経費のうち、その性質上又は予算成立後の事由により当該年度内に支出を終わらない見込みがあるものについて、予算の定めるところにより翌年度に限り繰り越して使用することができるものをいう。
- (注2) 町債の適正な管理(償還手続き等)に必要な財源を確保し、将来にわたる財政の健全な運営に資するため、積み立てたものをいう。

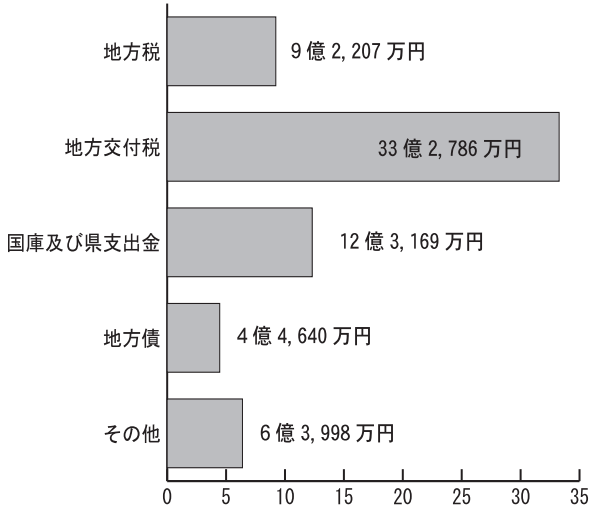
平成22年度一般会計 歳入決算(構成状況)



平成22年度一般会計 歳出決算(構成状況)

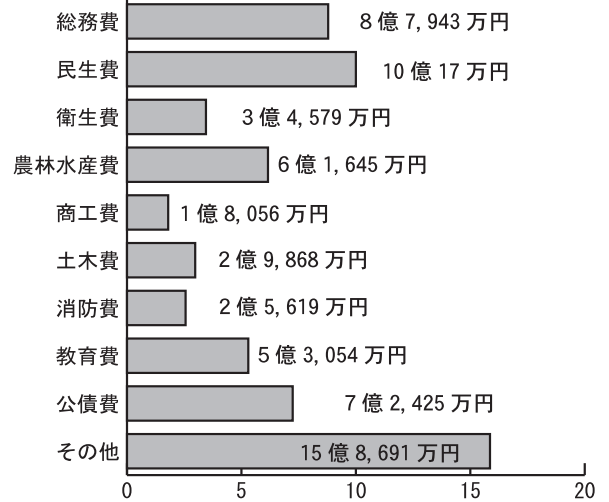


### 平成22年度一般会計 歳入の内訳



※平成22年度一般会計歳入の総額65億6,800万円を町民一人に換算すると506,790円/年となります。

### 平成22年度一般会計歳出(目的別)の内訳



※平成22年度一般会計歳出の総額64億1,897万円を町民一人に換算すると495,291円/年となります。

※人口12,960人(平成23年3月31日現在の住民基本台帳によります)

### 平成22年度特別会計決算

会計名	歳入	歳出
国民健康保険特別会計	20億3,266万円	19億4,943万円
特殊索道事業特別会計	2,574万円	2,551万円
老人保健特別会計	97万円	97万円
農業集落排水事業特別会計	1億2,405万円	1億2,356万円
漁業集落環境整備事業特別会計	2億6,546万円	2億6,452万円
公共用地先行取得事業特別会計	1,028万円	1,028万円
公共下水道事業特別会計	2億6,563万円	2億6,530万円
介護保険特別会計	12億143万円	11億7,924万円
後期高齢者医療特別会計	2億5,858万円	2億5,572万円

平内中央病院事業会計決算		
区分	歳入	歳出
収益的収支	12億6,060万円	11億8,873万円
資本的収支	9,442万円	1億3,566万円

水道事業会計決算		
区分	歳入	歳出
収益的収支	3億2,930万円	2億4,650万円
資本的収支	6,852万円	2億2,386万円

※端数処理については、万単位で行っています。

### 平成22年度一般会計の主な歳出内訳

- 防災行政用無線設備更新事業・・・7,773万円
- 生活路線バス及びスクールバス運行委託料・・・8,082万円
- 重度心身障害者医療費・・・2,592万円
- 介護・訓練等給付費・・・1億7,096万円
- 児童手当及び子ども手当・・・1億6,867万円
- 保育所運営費・・・3億4,487万円
- 各種検診・健康診査等委託料・・・1,823万円
- ゴミ焼却業務・ゴミ(粗大・不燃・リサイクル)収集等業務委託料・・・6,214万円
- し尿処理施設管理運営費負担金・・・7,899万円
- 林道改良事業・・・4,004万円
- 漁港建設事業費・・・2億8,898万円
- 除排雪委託料・・・1億2,440万円
- 道路新設改良費・・・7,230万円
- 小湊小学校耐震改修事業・・・6,615万円
- 長期債元利償還金・・・7億2,414万円
- 特別会計繰出金・・・12億3,520万円

### ～平成22年度決算に基づく健全化判断比率及び資金不足比率の状況～

(「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」に基づき、町全体の財政を指標化したもの)

各指標の名称	当町の比率 22年度	早期健全化基準 ・経営健全化基準 (黄信号)	財政再生基準 (赤信号)
①実質赤字比率	—	15%	20%
②連結実質赤字比率	—	20%	35%
③実質公債費比率	14.7%	25%	35%
④将来負担比率	98.2%	350%	
⑤資金不足比率	—	20%	

※実質赤字額、連結実質赤字額がない場合及び資金不足比率が算定されない場合は「—」で表示しています。

- ①実質赤字比率  
一般会計等の赤字の程度を指標化し、財政運営の深刻度を示したもの
- ②連結実質赤字比率  
全ての会計を合算しての実質赤字の比率を指標化し、財政運営の深刻度を示したもの
- ③実質公債費比率  
借入金の返済額及びこれに準じた経費の大きさを指標化し、資金繰りの危険度を示したもの
- ④将来負担比率  
一般会計が将来負担すべき借入金などの実質的な負債を指標化し、将来財政を圧迫する可能性が高いかどうかを示したもの
- ⑤資金不足比率  
公営企業会計ごとの資金不足を指標化し、経営状況の深刻度を示したもの



# 生涯学習情報

平内町教育委員会  
TEL 755-2565

町民ひとり1学習・1スポーツ・1ボランティアを实践しよう

## ひらないカレッジ ～いきいきコース～ 地名は住民共有の文化遺産！

町内の地名の由来を考えてみたことがありますか？

9月7日(水)、山村開発センターにおいて、平内郷土研究会の泉孝昭氏により、「平内町の歴史を学ぶ」と題し、地名の由来についての講義がありました。

今年で3回目となるこの講義ですが、今回は28名の受講生が集まり、「東滝・浅所・福館・福島・盛田・小豆沢・山口・増田・藤沢」地区の地名についての勉強となりました。

泉氏によると、江戸時代には平内の各地で我々の祖先とアイヌ民族が共存共生をしていたので、アイヌ語名と思われる地名が多いそうです。



アイヌ語と町内の地名

浅所 → アサム・トー・コロ  
(入り江の奥・沼・付いている)

間木 → マーツ・キ・オ・イ  
(狭い浜・菅や芽・多い・所)

注) 各地の地名の由来には諸説あります。

主にその場所の自然環境をアイヌ語で表したときの読み方を縮め、それに漢字を充てたものになったようです。地名の由来の説明から町の歴史も知ることができ、ワクワクする内容でした。

講師をしていただいた泉氏は、今回の講義について、「地名は私たちにとって最も身近な歴史であり、文化遺産でもあります。生活に密着して誕生し、人々に共有できる指標としての役割をもって生まれたものです。縄文時代以来の地名の積み重ねの上に、私たちの生活が営まれています。多岐多様にわたる地名の語源を考えると、先人の知恵の跡と様々な口マンを知ることができると思います」と話していました。

## ひらないカレッジ ～いきいきコース～ 健康一番！！

9月22日(木)、青森県ウォーキング協会の中嶋興志久氏を講師に招いて、「健康管理を学ぶ」と題し、ウォーキングの実技学習を行いました。前半はウォーキングの効能を学び、後半には正しいウォーキングの仕方を実際に歩きながら身につけました。



誰もが健康な毎日を願い、「どうせ長生きするなら健康でなければ」と思うものです。自らの健康のために、特別な場所も技術もお金も要らず、「いつでも」「どこでも」「誰でも」が気軽にできるスポーツがウォーキングです。1日1万歩(距離にして6～7km)歩けば、1日の余剰カロリーー300kcalを消化する歩数になると言われています。しかし、無理をせず、一日2km(3,000～4,000歩)以上を意識して歩くことを目標にしましょう！

ウォーキングの理想の歩幅は、「身長-100cm」だそうです。その他、ウォーキングに適した靴の履き方、歩く前後のストレッチの大切さなど、受講生はみな興味津々で聞き、ウォーキングを楽しみました。

## 「ふれあい出前講座」

～No.11 平内町メディコトリム～

9月22日(木)、浜子婦人会より依頼があり、浜子地区総合研修センターで町職員が講師となり要請地域に向かい「ふれあい出前講座」が行われました。

今回の講座は参加者10名で行われ、内容はメタボ予防に取り組む健康づくり教室「メディコトリム」となりました。

「メディコトリム」とは、メディコが「医療」、トリムが「整える」という意味で、自分の体を整えるために医療の力を利用するという事です。薬を飲んでいる人ほど予防が必要となります。

講座では、町の保健師から、肥満の危険性についての話があり、肥満を予防するためには、運動と食事の見直しが大事であることが説明され、早速、運動として、誰でもできる簡単な体操をしました。

参加者は、食事面では少しずつ野菜の量を増やし、菓子パンはあまり食べないようにし、毎日数分でも運動を継続できるようにしたいと話していました。



## 高校生によるボランティア活動 町内イベントでの取り組み

秋を迎え、9月には様々なまつりが町内で行われました。そのまつりで高校生有志が、ボランティア活動を行っています。

9月10日(土)には、町立体育館において「ひらない敬老まつり2011」が開催されましたが、今年度も町内にある青森東高等学校平内校舎と松風塾高等学校の2つの高等学校の生徒が、まつりのお手伝いをしてくれました。松風塾高等学校の生徒は、当日に受付接待や後片づけを率先して行ってくれ、青森東高等学校平内校舎の生徒は、前々日から準備活動で、物品搬入や会場の設営をしてくれました。



『ひらない子どもふれ愛まつり』にて

また、9月25日(日)には、山村開発センターにおいて「ひらない子どもふれ愛まつり」が開催されましたが、青森東高等学校平内校舎の生徒はゲームの進行をしてくれました。

ボランティア活動に参加してくれた高校生に、なぜこの活動に参加したのか聞いてみると、「人のために何か行動することが好きだから」、「いろいろな人と接すること

が楽しいから」と言っていました。

高校生によるボランティア活動は、7月にありました「白鳥ホーム納涼祭」「なつどまり夏まつり」など町内にある各団体の行事にも参加しております。ありがとうございます。

町の生涯学習では、「住みよいまちづくり」に向けて、このように、いきがいと思いやりの心を育てるボランティア活動をこれからも実践していきます。

## ひだまり公園で奉仕活動 平内一鉢会有志の方々

平内町文化協会加盟で盆栽や庭木の愛好者が集う平内一鉢会の有志の方々が、9月中旬に2日間をかけ、小湊川沿い『ひだまり公園』の樹木の剪定作業を行っていただきました。秋の選定は来年の花芽に影響があるため思い切った作業が出来ないという事でしたが、邪魔な枝の伐採など、公園の利用者の皆さんが安心して利用できるようにと作業していただきました。



## 町立図書館 紹介コーナーその142

### ◆一般書◆

- |                       |       |
|-----------------------|-------|
| ①完盗オンサイト(江戸川乱歩賞)      | 玖村まゆみ |
| ②よろずのことに気をつけよ(江戸川乱歩賞) | 川瀬七緒  |
| ③緑の毒                  | 桐野夏生  |
| ④マスカレード・ホテル           | 東野圭吾  |
| ⑤はやく名探偵になりたい          | 東川篤哉  |
| ⑥今日もごちそうさまでした         | 角田光代  |
| ⑦星火瞬く                 | 葉室麟   |
| ⑧光あれ                  | 馳星周   |
| ⑨百歳                   | 柴田トヨ  |
| ⑩7年目のツレがうつになりまして      | 細川貂々  |

～お話し会開催のお知らせ～

11月12日(土)10:00～ お話コーナー

※出前読み聞かせも行ってあります。詳しくは図書館まで

○11月の休館日 3日・13日・20日・23日

## 生涯学習カレンダー 11月

5日(土)	◆第39回商工会びっくり市(～6日)
6日(日)	◆町内清掃の日
10日(木)	◆心配ごと相談日(10:00～15:00)
12日(土)	◆山口小学校 地域交流会
13日(日)	◆茂浦小学校 閉校記念式典
16日(水)	◆第19回平内町高齢者芸能大会
20日(日)	◆家庭の日
24日(木)	◆心配ごと相談日(10:00～15:00)

このカレンダーは、その月の主な行事と「生涯学習カレンダー」に記載されている事業に変更があったものを記載していますので「生涯学習カレンダー」と照合してご活用ください。

hiranai  
保健だより

# 11月14日(月)～11月20日(日)は全国糖尿病週間です！

## 糖尿病は身近な病気

健康な方が「糖尿病」という言葉を耳にしても、「自分とは関係ない」病気のように思っていないですか？

2007年に実施された厚生労働省の「平成19年国民健康・栄養調査」によると、わが国には約890万人の「糖尿病が強く疑われる人」が存在するそうです。さらに、「糖尿病の可能性が否定できない人」は約1,320万人おり、総人口の10%を超える合計約2,210万人が糖尿病の可能性があると推定されています。

わかりやすく表現すると、40歳以上の3人に1人が糖尿病または糖尿病予備群であることが明らかになっています。このように、糖尿病は日本人にとっても、実はとても身近で、他人事ではない病気なのです。

糖尿病は自覚症状がほとんどない(自分では気づきにくい)病気です。そのため、「生活の質(QOL)が著しく悪くなって、疲れやすい、急にやせたなどで病院にかかってみたら実は糖尿病だった」そして、「治療が遅れたために、すでに病気(合併症)がかなり進んでしまった」、「心筋梗塞で入院したら糖尿病だったことがわかった」というように、糖尿病によるさまざまな合併症が起こってから、はじめて糖尿病と診断されることも多いのです。

## 糖尿病の怖い慢性合併症

糖尿病になると、私たちの体はいったいどうなってしまうのでしょうか？

血糖値が高いままの生活を続けると、血管がもろく、ポロポロになってしまういわゆる血管病になります。

そして、全身にネットワークを結んでいる血管と神経が、血糖値の高い状態が続くことで侵され、適正な栄養の供給が途絶えて全身の臓器にさまざまな障害が起こってくるのです。これは、糖尿病の慢性合併症とよばれています。

糖尿病の慢性合併症には、大きく分けると細い血管にみられる合併症(細小血管障害)と、太い血管にみられる合併症(大血管障害)の2つがあります。

- ☆細小血管障害～糖尿病網膜症、糖尿病腎症、糖尿病神経障害
- ☆大血管障害～脳梗塞、狭心症・心筋梗塞、閉塞性動脈硬化症
- ☆その他～歯周病、認知症など

## 糖尿病の原因は…

- ①人間関係や仕事上でのストレス
- ②不規則な食生活
- ③栄養が偏った外食のとりすぎ
- ④暴飲暴食
- ⑤糖分の多い清涼飲料水の飲みすぎ
- ⑥マイカー通勤などによる運動不足等偏った生活習慣が原因となります。

## まずは肥満を解消しましょう

### ◆自分の体重は適正かどうか知っていますか？

標準体重の求め方

$$\text{身長 } m \times m \times 22 = \text{標準体重 } \text{Kg}$$

(この値の10%増までが合格ラインです)

例)身長160cmの方の場合…

$$1.6 \times 1.6 \times 22 = 56.3\text{Kg(標準体重)}$$

(56.3kgの10%増の62.0kgまでが合格となります)

### ◆食事はメニューにも気を配って

カロリー(エネルギー)を必要以上にとらないようにすることです(必要量以上のカロリーの摂取は体にとって害となります)。食べすぎや、インスリンをより多く必要とするメニューに気をつけた食事内容が糖尿病治療にはとても効果的なのです。

### ◆運動も大事です

ウォーキングなどの体に過度の負荷のかからない運動を生活に取り入れましょう。

三日坊主で終わらず、長く続けることも大切です。楽しみながら体を動かしましょう。

予防のために、

- ★ストレスをためないようにしましょう★
- ★十分な睡眠をとりましょう★

11月の健康相談では、保健師から糖尿病予防についてお話をしますので、ぜひご利用ください。

## ☆ 子育て支援センター ☆ 11月の行事予定



【お問い合わせ先】

平内町地域子育て支援センター

TEL 758-1214

日 程	活動・場所	内 容
11月1日(火) 9:45～11:15	かたつむりの会 支援センター	障害を持つ子の親のtea room 子育ての情報交換をしましょう
11月4日(金) 9:45～11:15	手芸サークル 支援センター	髪飾りを作りましょう
11月8日(火) 9:45～11:15	びよびよ絵本サークル 東和保育園ホール	絵本や紙芝居の読み聞かせを行います
11月15日(火) 9:45～11:15	親子ふれあいワーク 支援センター	簡単にできるおもちゃ作り
11月21日(月) 9:45～11:15	すくすくクラブ 支援センター	・保健師来訪(育児相談) ・身体測定



# インフルエンザ対策できていますか？

今年もインフルエンザが流行する季節を迎えました。2009年から猛威をふるっていた新型インフルエンザ(A/H1N1)は、平成23年4月1日から、通常の季節性インフルエンザに変わりました。新たな「新型」に備えるためにも、一人ひとりのインフルエンザ対策を普段から徹底しましょう。

## ◆自分でできるインフルエンザ対策をしましょう！

- 1 インフルエンザの情報を知る。
- 2 流行期にはできるだけ人混みを避ける。
- 3 外出時にはマスクを着用する。
- 4 室内の湿度は60～70%を保つ。
- 5 帰宅時には必ず手洗い・うがいをする。
- 6 バランスのいい食事や十分な睡眠をとる。

## ◆家庭でのインフルエンザチェック！

流行期に以下に該当する項目があれば、市販薬に頼らず、早めに診察を受けましょう。

- ・生活している地域で流行している。
- ・いきなり高熱がでる。
- ・関節痛や筋肉痛など全身の痛みがある。
- ・寒気、頭痛

特に高齢者や乳幼児の場合は、市販薬を使用するなどの素人判断によって、他の病気を併発したり、重症化する危険性が高いので、注意しましょう。

## ◆インフルエンザワクチン接種について

インフルエンザの流行期の前に予防接種を受けることが、感染を避けるために有効策といえます。また、感染した場合でも症状が軽くすみます。

接種回数は13歳未満が2回、13歳以上は1回です。流行期に備えるために12月中に接種を受けましょう。

## 乳児ふれあい体験学習

～生命の尊さ、親と子の絆、育児の大切さを学ぶ～

去る9月から10月にかけて、小湊中学校、東平内中学校、西平内中学校において、乳児ふれあい体験学習が開催されました。

乳児ふれあい体験学習は、少子化により乳児とふれあう機会の少ない思春期の子供たちに、乳児とふれあう機会を提供し、生命の尊さについての理解を深め、親と子の絆や育児の大切さを理解し、将来の母性、父性としての意識をもち、どんな母親、父親になりたいのかを考える機会を持たせること目的に平成11年度から開催されています。実際に赤ちゃんとおふれあう前に、事前学習として、胎児期からの赤ちゃんの不思議な力や生まれてくる赤ちゃんに対する両親や家族の想いなどがわかるビデオを鑑賞し、更には、乳児の発達やふれあう場合の注意点、沐浴人形を用いた抱き方、げっぷの出し方等練習をして当日に臨みました。

本物の赤ちゃんを目の前にして、最初は緊張していた生徒たちでしたが、戸惑いながらも、赤ちゃんを抱っこしたりあやしたり、おむつ交換、ミルクを飲ませることを体験でき、終了の時間になると名残惜しく、なかなか赤ちゃんのそばから離れられない様子で、「育児の

## 65歳以上の皆さんへ

### ◆季節性インフルエンザ予防接種を受けましょう

高齢者がインフルエンザに感染すると、風邪と比べ全身症状が強く、肺炎などの合併症を起こしやすく、重症化しやすくなります。これを防ぐには、予防接種を受けることは有効な手段です。

町では満65歳以上の方を対象にインフルエンザ予防接種の助成を行いますので、主治医に相談の上、早めの予防接種をお勧めします。

- 助成対象期間 11月1日(火)～12月28日(水)
- 助成対象者 平内町に住所を有する方で、下記(ア)、(イ)いずれかに当てはまる方  
(ア)接種日において満65歳以上の人で接種を希望する人(但し今年中に65歳の誕生日を迎える人を含む)  
(イ)満60歳以上～65歳未満の人で心臓、腎臓、呼吸器等機能障害を有する方で接種を希望する人
- 助成額 1人あたり2,000円(自己負担はありません)
- 指定医療機関 医療機関によって接種時間等が異なりますので、詳細は指定医療機関にお問い合わせ下さい。

### 指定医療機関

- 平内中央病院 (755-2131)
- ひきち内科クリニック(758-1155)
- たざわクリニック (758-1222)
- まさいく整形外科 (758-1900)

問 役場 保健福祉課 保健係  
TEL 755-2114 (内線138)

大変さが少しわかった」「人形とは違い、緊張した」といった感想がありました。

少子化の中、生徒達のために乳児ふれあい体験学習にご協力して下さった赤ちゃんとお父さん、お母さんに深く感謝いたします。本当にありがとうございました。健やかなご成長をお祈りいたします。

更には、貴重な授業時間を割いて頂き、様々な協力をして頂いた学校の校長先生を始め、諸先生方にもお礼を申し上げます。



# 平内中央病院だより

## 平内中央病院自衛消防隊、出動！

平成23年8月31日(水)、平内中央病院自衛消防訓練を行いました。

病院職員50名の参加で実施されたこの訓練は、消防法第8条及び消防法令に基づいており、当日は「1階機械室で火災が発生」する事を想定して実施されました。

今回の消防訓練では、予測不能なアクシデント(火災に際して煙や炎によって避難経路が塞がれた場合など)に対応できるように、従来の院内を通り正面玄関へ避難する経路とは別に、近場の非常口から屋外へ避難し、外回りで集合場所へ向かう経路を採用しました。

また、従来は避難班と救護班の集合場所は曖昧な状態でしたが、目印を付けることでそれぞれの集合場所を別としました。

細かい変更点等はあったものの、全体としては訓練開始から約10分で全体の避難が完了することが出来ました。

これからも慢心することなく、緊急時に対応できるように自衛消防訓練を実施していきたいと考えております。



## ボランティアの報告

日増しに涼しくなって秋の深まる中、緑町の伊瀬谷声子さんがボランティアで植え込みの剪定作業にかけつけてくださいました。

毎年のことながら、この作業によって敷地内の植木がさっぱりし、清々しい気持ちになります。本当にありがとうございました。

経費削減のため、職員で雪囲い作業、フィルター清掃などを行うようになり、3年目を迎えますが、剪定のように手の回らないところはボランティアの方々のご支援をいただくと本当に助かります。

今後も町民の皆様のご厚意に応えられるよう、職員一同努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。



## 平成23年度11月の眼科診療スケジュールについて

11月の眼科診療につきましては、先生の都合により下記の診療時間となりますので、ご注意願います。

日付	受付時間	診療時間
11月4日(金)	8:15から15:00まで	14:00から
11月11日(金)		15:30から
11月18日(金)		15:30から
11月25日(金)		15:30から

※受付時間と診療時間は異なります。

## 国道4号「土屋バイパス」 11月10日に待望の全面開通！！

国土交通省青森河川国道事務所が事業を進めてきた国道4号「土屋バイパス」が、平成23年11月10日(木)午後3時に全線開通します。

「土屋バイパス」は、平内町大字中野～青森市大字浅虫までの全延長約4.2kmのバイパス事業で、現国道4号の交通渋滞緩和や急カーブ区間の解消、冬期間の安全な走行環境の確保を目的に、昭和60年度より事業を進めてまいりました。

平成19年度に、「ほたて大橋」を含む青森市側の約1.3kmを部分供用し、今回は、残る約2.9kmの区間について供用開始するものです。

当日は、午前9時30分より関係者の参加による開通式典を現地で行い、一般の方々の車両については、午後3時より通行が可能となります。

### ◆開通記念式典

平成23年11月10日(木) 午前9時30分～11時

※一般車両は午後3時から通行可能

問 青森河川国道事務所 工務第二課

TEL 7 3 4 - 4 5 5 5



## 暮らしの中の税 『私たちの生活と税金』

### 要介護認定を受けた方の 障害者控除について

要介護認定を受けた方で12月31日において、下記の要件をすべて満たす方は、町が発行する「障害者控除対象者認定書」によって所得税、住民税の申告の際に障害者控除が受けられます。

※「障害者控除対象者認定書」は役場保健福祉課(介護保険係)で発行しています。

- ①満65歳以上
- ②要介護認定で「介護度1～5」に認定されている方
- ③本人や要介護認定の家族を扶養している方で、所得税及び町・県民税の所得割が課税されている方

ただし、介護保険法の要介護認定だけでは、障害者控除は受けられません(障害者手帳をお持ちの方は、これまでどおり障害者手帳等により障害者控除が受けられます)。詳細につきましては下記までお問い合わせください。

問 役場 税務課 住民税係  
TEL 7 5 5 - 2 1 1 5 (内線245・246)

### 町たばこ税をご存知ですか

町内でたばこを購入すると1箱当たり約92円がたばこ税として町に納付されます。平成22年度のたばこ税の収入額は、約8,152万円で、町の貴重な自主財源となっています。

旅行や出張・通勤の際には、できるだけ町内でたばこを購入するようにしましょう。

### 任意加入被保険者の方の 保険料納付は口座振替で!

国民年金の被保険者期間は20歳から満60歳までですが、60歳までに老齢基礎年金の受給資格期間(25年)を満たしていない場合や、40年より納付済み期間が少ないため老齢基礎年金を満額受給できない場合であって、厚生年金・共済年金に加入していないときは、60歳以降でも申出により任意で加入して保険料を納めることができる任意加入制度があります。

この申出については、月々の保険料を確実にかつ円滑に納付いただくため、原則、口座振替いただくようになります。

なお、正当な理由がある場合には、現金で納付することもできます。

《口座振替によらない正当な事由とは》

- ①預金口座を有していない場合
- ②資格を喪失するまでの期間の保険料を前納する場合(加入する年度内に納付月数が40年を迎えて任意加入期間が終了する方など)
- ③その他①、②に準ずる事由により口座振替によらない正当な事由があると認められる場合

詳しくは下記までお問い合わせください。

問 役場 保健福祉課 年金後期医療係  
TEL 7 5 5 - 2 1 1 4 (内線134)  
青森年金事務所  
TEL 7 3 4 - 7 4 9 5

### 納税相談を行っています

生活保護を受けたり、災害、その他の理由により税金を納めるのが困難な場合は、納期限の7日前まで(国保税は納期限まで)の申請により税金が免除・減額されることがあります。

また、一度に納付することが困難な場合は、分割納付などの方法もございますので、お気軽にご相談ください。

問 役場税務課 収納係  
TEL 7 5 5 - 2 1 1 5 (内線249・250)

11月30日(水)は、固定資産税第4期、国民健康保険税第5期の納税期限です。忘れないで納めましょう!

### 年末調整説明会のお知らせ

青森税務署では、11月16日(水)と17日(木)に、青森市民ホール(青森市柳川1丁目2番14号 TEL017-722-3770)において、「年末調整説明会」を開催します。

なお、説明会の開始時刻は、両日ともに午前10時00分及び午後1時30分の2回で、受付開始時刻はそれぞれ30分前からとなります。

- 1 年末調整関係書類に不足がある場合は、説明会場及び青森税務署で配布いたします。
- 2 会場駐車場は用意しておりませんので、公共の交通機関をご利用ください。
- 3 個人事業者の決算説明会(年末調整関係事務の説明も含む)は別途開催されます。

問 青森税務署法人課税第一部門  
(源泉所得税担当)  
TEL 7 7 6 - 4 2 4 1

### 被災地へ届け 「感動のひらない劇場」

10月8日(土)、勤労青少年ホームにて『元気・笑顔・歌声・真心を届けよう』と題し、東日本大震災復興支援チャリティイベント「感動のひらない劇場」が開催されました。

このイベントは平内町の地域づくりグループ「未来創造ひらない塾」(船橋正彦塾長)の主宰によるもので、町内のイベントには欠かせない存在となった華彩のよさこい演舞やコーラス、ハワイアンダンス等に加え、平内初登場となった“時間と空間を操る”「E I J I」のマジックショー等会場は盛り上がりしました。

集められた募金は「あしなが育英会」を通じて被災者支援へ役立てられます。



# 2011 11 今月のお知らせ・NEWS

# hiranai

## 自衛隊青森地方協力本部 自衛隊青森地方協力本部

### ◆種目

○陸上自衛隊高等工科学校生徒

### ◆概要

○専門技術者を養成(高等学校の卒業資格取得可)

### ◆応募資格(男女)

○中卒(見込み含む)

17歳未満(※平成24年4月1日現在の年齢)

### ◆受付期間

・推薦  
平成23年11月1日(火)  
～12月16日(金)

### ◆試験日等

・推薦  
平成24年1月7日(土)  
～9日(月)

(試験場所は別示)

平成24年1月14日(土)

県民福祉プラザ(1次)

自衛隊青森地方協力本部  
青森募集案内所

TEL 78312995



## 「介護就職デイ」あおもり 開催のお知らせ ハローワーク青森

ハローワーク青森では、11月11日の「介護の日」とタイアップし、「福祉の仕事」に係る就職面接会を開催します。詳しいお問い合わせや面接会参加希望については、左記までお問い合わせください。

### ◆開催日時

平成23年11月8日(火)  
午後1時～4時30分

### ◆会場

ホテル青森三階「孔雀の間」

### ◆その他

参加事業所及び求人一覧表等は、10月24日以降ハローワークにて配布予定です。

### 問 ハローワーク青森 職業紹介第二部門

TEL 77611561

## お宅のテレビ大丈夫ですか?

### 役場 総務課

本年7月にアナログ放送が終了し、地上デジタル放送に切り替わりましたが、電気屋さんに見てもらったのに映りが悪い方や、全く映らないという方がいらつしやいましたら、総務課企画政策係までご連絡願います。

### 問 役場 総務課 企画政策係

TEL 75512111  
(内線230・231・235)

## 母子・寡婦福祉資金の 貸付予約の受付について 東地方福祉事務所

青森県では、母子家庭などのお子さんが、修学・修業などの際に必要な資金の貸付の申込を受付しております。なお、貸付の限度額や償還方法、償還期間などの詳細については東地方福祉事務所までお問い合わせください。

### ◆予約申込期間

平成23年11月1日  
～平成24年3月31日

(土日祝、年末年始を除く)

### ◆対象者

来春、お子さんが小・中学校、高等学校、高等専門学校、短期大学、大学、各種学校へ進学する母子・寡婦家庭の方(小・中学校の就学支度資金は所得税非課税の場合に限ります)

※なお、現在修学中の方に対しては、修学資金の申込は随時受け付けています。

### 問 東青地域県民局 地域健康福祉部福祉総室 (東地方福祉事務所)

TEL 73419950



## 「女性の権利ホットライン」 強化期間のお知らせ 青森地方方法務局

法務省人権擁護局及び全国人権擁護委員連合会が全国一斉に相談日を設け、「女性の権利ホットライン」を通じて、女性の権利を巡る様々な問題についての相談に応じます。

### ◆日時

11月14日(月)  
～20日(日)までの7日間  
平日  
午前8時30分～午後7時  
土曜日・日曜日  
午前10時～午後5時

### ◆電話番号

057010701810  
(ゼロナナゼロのホットライン)

### ◆内容

職場における差別、夫・親子・パートナーからの暴力、セクシャルハラスメント、ストーカー行為など、女性に対するあらゆる人権侵害についての相談に応じます。

### 問 青森地方方法務局人権擁護課

TEL 77619024

## 施設見学会を開催します 青森少年院

本年7月に創立46年を迎えた青森少年院では、これを機に地域の皆さまにもっと広く少年院の様子を知ってもらおうと、施設見学会を開催します。どうぞお気軽にお越しください。

### ◆日時

平成23年11月13日(日)  
午前9時～12時まで

※申込は不要ですので、当日はお気軽にお越しください。参加料もいただきません。

### 問 青森少年院 (担当 秋元・登内)

TEL 75512341

相談ください。相談・労働・成年後見・借金問題のこと  
青森県司法書士会

### 問 相続・労働トラブル・成年後見・借金問題について司法書士が無料で相談に応じます。お気軽にお尋ねください。

平成23年11月26日(土)  
午前10時～午後4時まで

### ◆日時

平成23年11月26日(土)  
午前10時～午後4時まで

### ◆場所

アウガ 5階研修室

### 問 青森県司法書士会

TEL 77618398

11月1日(火)～13日(日) 夜越山森林公園『洋ラン温室』  
リニューアル特別展示開催!!

## 『文化・体育スポーツ賞』 候補者の推薦について

毎年、平内町教育委員会では、文化・スポーツの振興及びその活動に顕著な功績をあげた平内町民(町外に所在する学校に在学する方も含む)並びに、平内町に在住する個人若しくは団体の方々に褒賞しております。

つきましては、本年度の候補者を下記により推薦くださるようお願いいたします。

### 1. 褒賞の範囲

平成22年12月1日から平成23年11月30日までの期間に行われた各種大会において、次の表彰基準に該当する個人及び団体

### 2. 表彰基準

#### 【文化関係】

#### (1)文化賞

ア)学術・芸術技能が特に優れ、全国レベルで価値があると認められるもの

イ)東北規模の団体が主催する文化的大会等において入賞したもの

#### (2)文化奨励賞

全県的規模以上の大会等において、特に優れた評価(2位以上に値する入賞)をあげた個人または団体

#### (3)児童・生徒文化奨励賞

全国的もしくは県内の著名な団体の主催する大会等において、特に優れた評価(2位以上に値する入賞)の成績をあげた小・中学校の児童生徒個人または団体

#### (4)文化功労賞

ア)60歳以上で、10年以上にわたり文化団体等の会長または副会長を務め町の文化向上、発展に貢献し、その功績が顕著であるもの

イ)20年以上にわたり町の文化向上、発展に貢献した団体

ウ)個人または団体の指導育成に努め、全国規模以上の発表会等において、特に優れた評価(3位以上に値する入賞)を受けたもの、貢献した指導者または育成団体

#### 【スポーツ関係】

#### (1)体育功労賞

長年にわたり、選手の養成又は団体の育成に功績のあったもの

#### (2)スポーツ功労賞

体育功労賞に準ずる功績のあったもの

#### (3)スポーツ賞(中学生以上)

ア)国際大会の代表選手、又は全国大会に出場し6位までに入賞したもの

イ)東北大会規模(2県以上の大会)に出場し、3位までに入賞したもの

ウ)県大会規模の各種競技会で優勝したもの

#### (4)スポーツ奨励賞(小学校)

ア)県大会規模の各種競技大会に優勝したもの

### 3. 推薦期間

平成23年12月9日(金)

### 4. 推薦方法

教育委員会に備え付けの書類に記入のうえ、ご推薦ください

### 5. 問い合わせ及び提出先

平内町教育委員会 教育課(山村開発センター内)

担当：佐々木、市川

Tel 755-2565

Fax 755-2078

## 裁判員制度

### ～名簿記載通知を発送します～

裁判員制度は、平成21年5月21日から施行され、平成22年には、8673人の方が裁判員として裁判に参加されています(同期間に判決が言い渡された裁判員裁判は合計1423件です)。

国民の皆さまの積極的な参加により、裁判員制度は円滑に実施されています。裁判員制度は、国民の皆さまのご協力なしには成り立たない制度ですので、引き続きご理解とご協力をお願いいたします。

#### 裁判員候補者名簿ができるまで

裁判員候補者名簿は、市区町村の選挙管理委員会が選挙人名簿からくじで無作為抽出した名簿を基に、全国の地方裁判所で作成されます。

平成24年分の名簿に登録される人数は、全国で約28万6000人です(有権者全体に占める割合は、約365人に1人)。

#### 裁判員候補者名簿記載通知について

平成24年の裁判員候補者名簿に登録された方には、本年11月中旬に名簿に登録されたことのお知らせ(名簿記載通知)をお送りします。この通知は、来年2月頃から平成25年2月頃までの間に裁判所にお越しいただき、裁判員に選ばれる可能性があることを事前にお伝えし、あらかじめ心づもりをしていただくためのものです。この段階ではまだ具体的な事件の裁判員候補者に選ばれたわけではありません。

で、すぐに裁判所にお越しいただく必要はありません。

また、名簿記載通知と併せて調査票をお送りします。この調査票は、裁判員候補者の方の事情を早期に把握し、調査票のご回答の内容により、1年を通じて明らかに辞退が認められる場合等には裁判所にお越しいただくことのないようにして、裁判員候補者の方々の負担を軽減するためにお送りするものですので、お尋ねする項目に当てはまらない方は、返送していただく必要はありません。

辞退の申し出ができる時期や期間等に何らの制限を設けているわけではありません。

この調査票で辞退を申し出なかった場合でも、実際の事件の裁判員候補者に選ばれた際にお送りする質問票で辞退を申し出ていただくことも、又は裁判の当日(選任手続時)に辞退を申し出ていただくことも可能です。

#### ウェブサイトのご案内

裁判員制度ウェブサイトでは、裁判員制度の実施状況のほか、各地方裁判所の裁判員裁判の情報、裁判員制度に関するQ&Aなど、様々な情報をお伝えしていますので、ぜひご利用ください。

裁判員制度ウェブサイト

<http://www.saibanin.courts.go.jp/>

裁判所ウェブサイト

<http://www.courts.go.jp/>

問 青森地方裁判所事務局 総務課庶務係

TEL 722-5471

**人口と世帯**  
 男… 6,181人(-3人)  
 女… 6,689人(-1人)  
 計… 12,870人(-4人)  
 世帯数…5,295世帯(+3)  
 平成23年9月末現在  
 ( )は、前月との比較

9月受付分

戸籍の窓口

**結婚おめでとう**

大川 千代子	伊瀬谷 徹	太田 貴子	佐々木 正仁	熊木 日和	蛸崎 哲也
五所川原市	藤 沢	五戸町	東 滝	青森市	茂 浦

本籍地

**お誕生おめでとう**

赤ちゃん名	太田 脩史(昭久)第2平中	佐藤 志穂(雅彦)盛田	倉本 瑛太(和也)外童子	荒井 利騎留(光康)東和
(親)	住所	田	子	和

喪主 住所地  
 櫻庭 一子(47) 圭祐 青森市

**お悔やみ申し上げます**

佐々木 京子(90)タエ子 第1内童子	木村 喜藏(80)喜政 川原町	本堂 太郎(62)洋一 新生町	三津谷 ひて(80)邦彦 浅所	中新田 佐子(72)博幸 薬師野	櫻庭 要一(76)勇一 山口	阿部 キヨ(90)修平 第2勝田町	加藤 キミヨ(86)幸明 中東田沢	小形 昭仁(44)ミツ子 藤 沢	久末 彦一(91)彦光 第2平中
---------------------	-----------------	-----------------	-----------------	------------------	----------------	-------------------	-------------------	------------------	------------------

県内の交通事故概況

あなたも参加 わたしもやります “安全運転”

平成23年		青森県交通対策協議会		
9月中	9月末累計	死者の状況		
発生	443件 (-56)	3925件 (-271)	飲酒運転による死者	5人 (+3)
死者	5人 (-5)	36人 (-9)	高齢者の死者 ~65歳以上の人~	18人 (-15)
傷者	550人 (-49)	4853人 (-330)	自動車乗車中の死者	16人 (+1)
			シートベルト着用死者	6人 (-1)
			着用していれば助かったと思われる人	4人 (+1)

※( )内は対前年比です。また、速報値のため後日変更することがあります。

文 芸

故郷の新酒で祝う傘寿かな  
 風ゆらす我に寄りそう吾亦紅  
 吾亦紅昔に戻る姉妹  
 蒲の穂の武者のごと立つ九月尽  
 暑い日のソーメン浮かべ娘を待てり  
 道端の稲穂の揺れを見とどける  
 烏瓜引けばうしろに仁王の眼  
 秋天や一際白き美術館  
 怠け癖尽きる事なし九月来る  
 先人の絆は太し秋の天

平内花椿会  
 工藤 朋子  
 藤田 友子  
 亀田 悦  
 八桁 しづゑ  
 福田 博子  
 浜田 きみ  
 岡本 みどり  
 須藤 千和子  
 佐々木 定男  
 船橋 久枝

敬老日瓜実顔に過去かさね  
 紅を引く事もなき日々秋桜  
 一人へり二人となりぬ虫時雨  
 捨てきれぬものに故郷秋の蝶  
 若き日もありなん二人の遠花火  
 揺れうごく過去も有なん虫しぐれ

平内俳句会  
 佐藤 むつ子  
 渡辺 春代  
 佐々木 初江  
 佐々木 うめ  
 蝦名 きみゑ  
 能登谷 瑩子

番号で呼ばれとまどう診察券  
 灯明が揺れたおしゃべりしましょうか  
 顔よりも得意な料理先に嫁ぎ  
 山歩き矢印を見てほっとする  
 ひと言に感謝する人しない人  
 放射能色なし香なし逃げ場なし  
 きのこ山告げることなく母が逝く  
 行列の出来る病院だから待つ  
 この国を支えて来たぞ力瘤  
 沢庵の尻尾は食わぬ居候

川柳ひらない  
 荒田 つる  
 沼山 久乃  
 須藤 梨世  
 千代谷 節子  
 つじむらりゅうこ  
 神 久女  
 竹内 京子  
 海音寺 東山坊  
 後藤 ただし  
 荒谷 想伸