

広報

ひらない

7

平成26年/2014



平内の魅力を再発見！
春まつりリニューアル

- ◆ 消防回定期観閲式 ・ 2～3ページ
- ◆ 生涯学習情報 ・ 4～5ページ
- ◆ 小学校陸上大会 ・ 6ページ
- ◆ 保健福祉だより ・ 7～10ページ
- ◆ 今月のお知らせ ・ 12～13ページ

◆ ひらないの春まつり ～ほたて拾い・大島～ ◆

平内町消防団定期観閲式

6月1日(日)、夜越山森林公園内駐車場において、平内町消防団(豊島昇団長)定期観閲式が執り行われ、観閲者である船橋町長からの観閲を受けました。

真夏のような強い日差しが照りつけるなか、観閲式には全18分団と関係者に加え、山彦幼稚園幼年消防クラブを含めた約400名が参加し、人員・姿勢・服装・機械器具の検閲や、山口消防団ラッパ隊演奏による分列行進、玉落とし競技、マトイ振りなどが行われました。



【消防庁長官表彰】

▼永年勤続功労章

本 団 分団長 田 中 一 徳

【青森県知事表彰】

▼永年勤続功労章

茂 浦分団 分団長 蛸 崎 憲 治 護 仁

稲 生分団 分団長 豊 島 利 仁

山 口分団 副分団長 千代谷 利 仁

【日本消防協会長表彰】

▼精績章

本 団 副団長 工 藤 光 行

▼勤続章

本 団 分団長 佐々木 寛 道 博 次

松野木分団 部 長 工 藤 政 幸 秀

東田沢分団 班 長 片 山 藤 秀

東田沢分団 団 員 加 藤 秀

【青森県消防協会長表彰】

▼優良消防団

平内町消防団 茂浦分団

▼功労章

本 団 分団長 佐々木 寛 彦 行 道 博 則 一

清水川分団 分団長 船 橋 直 敏 行 道 博 則 一

藤 沢分団 分団長 伊瀬谷 敏 行 道 博 則 一

松野木分団 部 長 工 藤 政 幸 秀

東田沢分団 班 長 片 山 藤 秀

狩場沢分団 団 員 田 中 政 幸 秀

狩場沢分団 団 員 荒 川 政 幸 秀

▼勤功章

小 湊分団 分団長 蝦 工 谷 名 藤 口 智 勝 繁 雅 人 昭 友 美 人

浜 子分団 分団長 分団長 分団長 五 十 嵐 村 光 由 樹 人 治 人

土 屋分団 分団長 部 長 田 豊 倉 長 尾 一

中 野分団 分団長 部 長 田 豊 倉 長 尾 一

土 屋分団 部 長 田 豊 倉 長 尾 一

土 屋分団 班 長 田 豊 倉 長 尾 一

外 童 子 分 団 団 員 田 豊 倉 長 尾 一

藤 沢分団 団 員 田 豊 倉 長 尾 一

▼勤続章25年

茂 浦分団 分団長 蛸 崎 憲 治 護 仁

稲 生分団 分団長 豊 島 利 清 文

山 口分団 副分団長 千代谷 辺 島 彦 人

外 童 子 分 団 部 長 千 渡 豊 島 彦 人

土 屋分団 班 長 千 渡 豊 島 彦 人

▼勤続章20年

小 湊分団 分団長 蝦 田 名 中 智 政 輝 一 高 昭 人 仁 男 文 剛 和 宣 也

東田沢分団 部 長 船 橋 阿 柴 塩 田 越 川 秀 之 一

清水川分団 部 長 阿 柴 塩 田 越 川 秀 之 一

口 広分団 部 長 阿 柴 塩 田 越 川 秀 之 一

東田沢分団 班 長 阿 柴 塩 田 越 川 秀 之 一

清水川分団 班 長 阿 柴 塩 田 越 川 秀 之 一

浅 所分団 団 員 伊 瀬 谷 敏 行 道 博 則 一

藤 沢分団 団 員 伊 瀬 谷 敏 行 道 博 則 一

稲 生分団 団 員 伊 瀬 谷 敏 行 道 博 則 一

(次項へ)

▼勤続章15年

中野分団	班	長	須藤	賢幸
浅所分団	員	員	佐木	鋼治
口広分団	員	員	畑山	弘和
外童子分団	員	員	倉本	恵一郎
山山口分団	員	員	須藤	孝一
山山口分団	員	員	大藤	知信
茂浦分団	員	員	須水	良光
稲生分団	員	員	豊島	行

▼勤続章10年

茂浦分団	部	長	須藤	昭俊
内童子分団	班	長	山田	竜純
小湊分団	員	員	能登	智裕
浅所分団	員	員	飯谷	大輔
東田沢分団	員	員	畑井	和弘
内童子分団	員	員	渡山	木田
内童子分団	員	員	山佐	雄一
内童子分団	員	員	佐々	真一
口広分団	員	員	石太	雄一
口広分団	員	員	松倉	真一
松野木分団	員	員	倉代	一造
山山口分団	員	員	千倉	也幸
山山口分団	員	員	倉内	史志
山浦分団	員	員	泉島	司
稲生分団	員	員	豊島	伸



【青森県東青地区消防協会長表彰】

小湊分団	員	辻村	大祐
浅所分団	員	川合	功三
東田沢分団	員	笹原	勇輝
内童子分団	員	佐々木	慎太郎
浜子分団	員	工藤	太文
清水川分団	員	船橋	貴正
口広分団	員	江戸	文光
山山口分団	員	千代谷	幸次
茂浦分団	員	須藤	徹武
藤沢分団	員	伊瀬	文宏
浦田分団	員	伊原	
中野分団	員	有馬	

【平内町長表彰】

▼感謝状

前浅所分団	分	長	三津谷	善雄
前東田沢分団	分	長	加我	幸彦
前松野木分団	分	長	工藤	和悟
前山口分団	分	長	佐々木	敏行
前藤沢分団	分	長	伊瀬	福俊
前浦田分団	分	長	後藤	

【平内町消防団長表彰】

▼団長章

小湊分団	員	本堂	俊志
浅所分団	員	三津	孝亮
東田沢分団	員	田中	典介
東田沢分団	員	岩谷	和介
内童子分団	員	蝦名	大恭
浜子分団	員	工藤	恭一
清水川分団	員	船橋	正将
口広分団	員	江戸	智
狩場沢分団	員	金田	
狩場沢分団	員	田津	
茂浦分団	員	逢坂	
浦田分団	員	後藤	
土屋分団	員	中	
		秋	

▼玉落とし競技

- ・自動車ポンプの部
 - 優勝 内童子分団
 - 二位 松野木分団
 - 三位 外童子分団
- ・小型動力ポンプの部
 - 優勝 浦田分団
 - 二位 狩場沢分団
 - 三位 浅所分団

【平内町議会議長表彰】

▼玉落とし競技

- ・自動車ポンプの部
 - 優勝 内童子分団
- ・小型動力ポンプの部
 - 優勝 浦田分団





生涯学習情報

平内町教育委員会
TEL 7 5 5 - 2 5 6 5

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

いよいよ開幕! ナイターソフトバレーリーグ

5月12日(月)、町立体育館においてナイターソフトバレーリーグ戦が開幕し、町内から参加した各チームのプレイヤーが途切れることの無いかけ声と歓声とともに汗を流しています。

開始までの時間は参加者同士準備をしながら談笑するなど和気あいあいとした空気が流れていましたが、いざ試合が始まると和やかな空気から一転、真剣な表情を浮かべながら各コートで熱戦を繰り広げていました。



ソフトバレーは、ネットをはさみ1チーム4人で攻防を繰り広げるスポーツで、通常のバレーボールよりもやわらかいボールを使用することで誰でも気軽に、また生涯を通じて楽しむことができます。

16チームが参加した今年度は、毎週月曜日の夜にリーグ戦を開催し、11月中旬には順位が決定する予定です。

平内町B&G海洋センター 7月5日オープン!!

【開館期間】

7月5日(土)～8月24日(日)

※夏休み前の平日は団体利用のみ

※オープン当日と7月21日(海の日)は無料開放

【開館時間】

午前の部：9時～12時 午後の部：13時～16時

【利用料金】

- ・幼児・・・・・・・・無料
- ・高校生以下・・・・50円
- ・一般・・・・・・・・100円

【利用にあたって】

プールの利用時は、必ず水着、水泳帽を着用してください。

みんなが楽しく水泳ができるよう、プールでは係の指示に従いましょう。

一般公開日のお知らせ ～平内町学校歴史伝承庫～

平内町学校歴史伝承庫では昨年度同様、下記のお盆期間に公開いたします。この期間は、町職員が常駐しますので、ご覧になりたい方は、お気軽にお越しください。

場 所：平内町学校歴史伝承庫(旧内童子小学校内)

期 間：平成26年8月13日(水)

～15日(金) 9時～15時

※お盆期間以外にご覧になりたい方は、町職員が常駐しておりませんので、直接、伝承庫にお出でになってもご覧いただけません。必ずご一報いただき、スケジュールの確認をお願いいたします。



学校関係の資料、写真を所有していて、平内町学校歴史伝承庫に提供していただける方がいらっしゃいましたら、平内町教育委員会までご連絡ください。

資料の提供をお待ちしております。

問 平内町教育委員会 学校教育課
TEL 7 5 5 - 2 5 6 5(内344)

【休館予定日】

7月9日・16日・23日・30日

8月6日・13日・14日・15日・20日(定期休館日)

※水温が低い場合、臨時休館あり



問 平内町B&G海洋センター(プール)
TEL 7 5 5 - 3 5 5 8
平内町教育委員会 生涯学習課
TEL 7 5 5 - 2 5 6 5(内352)

夏期巡回ラジオ体操 みんなの体操会

平成26年8月9日(土)午前6:00～ 晴天時：平内町営陸上競技場 雨天時：小湊中学校体育館

今年は4選手が全国へ！ 教育長に健闘を誓う！！

ひらない卓球スポーツ少年団(辻村啓二団長)から、内海凌吾・巧巳選手(ともに東小2年)と市川獅道選手(小湊小4年)の3選手が全国大会出場を決め、5月26日(月)に相坂教育長のもとを訪れ出場の報告と全国大会での健闘を誓いました。

3選手は、5月17日にスポカルイン黒石を会場に開催された全農杯平成26年度全日本卓球選手権大会バンビ・カブ・ホープスの部青森県予選会に出場し、県内各地区から参加した強豪を相手に勝ち上がり、バンビの部(小学1・2年生)に出場した内海凌吾・巧巳選手が5位と8位に入賞し兄弟(双子)そろって初の全国大会出場権を手に入れ、また、カブの部(小学3・4年)に出場した市川選手は見事優勝を果たし、3年連続で全国大会への切符を手に入れました。



(左から)市川選手、内海凌吾・巧巳選手

また、当町からは平内卓王会の田中結南選手(小湊小4年)も全国大会への出場を決め、「2回目の出場なのでがんばりたい」と決意を聞かせてくれています。

当町から全国へ挑戦する4選手は、7月25日から27日に兵庫県神戸市で開催される大会へ向けて、日々練習に励んでいます。

平内町成人式のご案内

一生に一度の成人式を故郷・平内で 旧友との再会・恩師からメッセージも!?

平内町では、今年度も夏に下記の方を対象として成人式を挙行いたします。仲間とともに成人の意義を考え、楽しいひと時を過ごしませんか。

【日 時】平成26年8月15日(金)14:00~15:30

【場 所】平内町勤労青少年ホーム

【対 象】平成6年4月2日~

平成7年4月1日に出生の方

【その他】平内町に住所のある方には、案内を個別に発送いたします。

なお、平内町出身で町に住所のない方でも参加できます。

詳細はお問い合わせください。

問 平内町教育委員会 生涯学習課

TEL 7 5 5 - 2 5 6 5 (内343)



昨年度の様子

町立図書館

紹介コーナーその174

◆一般書◆

- | | |
|---------|---------|
| ①虚ろな十字架 | 東 野 圭 吾 |
| ②ライアー | 大 沢 在 昌 |
| ③眠る魚 | 坂 東 眞砂子 |
| ④女系の総督 | 藤 田 宜 永 |
| ⑤ライバル | 川 上 健 一 |
| ⑥グレイ | 堂 場 瞬 一 |
| ⑦天地雷鳴 | 伊 東 潤 |
| ⑧満月の道 | 宮 本 輝 |
| ⑨神秘 | 白 石 一 文 |
| ⑩青森わが愛 | 西 村 京太郎 |

~おはなし会開催のお知らせ~

7月12日(土)10:00~ おはなしコーナー

○7月の休館日 13日・21日・27日

生涯学習カレンダー 7月

5日(土)	◆B&G海洋センター プールオープン
6日(日)	◆町内清掃の日 ◆県スポレク祭(バウンドテニス・ウォーキング)
10日(木)	◆心配ごと相談日(10:00~15:00)
12日(土)	◆平内町地域対抗綱引き大会
13日(日)	◆ブルーロード・ウォーク夏泊2014
15日(火)	◆平内町戦没者追悼式
19日(土)	◆県中体連夏季大会(~21日) ◆町民ゲートボール大会
20日(日)	◆家庭の日(ノー行事デー)
21日(月)	◆夏の交通安全県民運動(~31日)
23日(水)	◆町小学校卓球大会
24日(木)	◆心配ごと相談日(10:00~15:00)
26日(土)	◆町民グラウンドゴルフ大会
27日(日)	◆第2回夏泊ほたて海道トンネルマラソン大会

第59回平内町小学校陸上競技大会 ヤマセに負けず熱く燃え上がる

6月6日(金)、町営陸上競技場を会場に第59回平内町小学校陸上大会が開催され、ヤマセで肌寒く時折雨粒の落ちる悪状況のなか、選手たちは最高の結果を残そうと一生懸命に走り、投げ、そして跳びました。

競技を終えた選手からは達成感に満ちた顔、思ったような結果が出せずに悔しがる顔など様々な表情が見られましたが、陸上競技を通じて他校の児童と交流を深められた良い大会になりました。



○1000m決勝タイムレース

- ▼4年男子
①須藤 颯太(山口) 17秒17
②佐々木 裕晟(小湊) 17秒25
③田村 凌士(小湊) 17秒30
- ▼4年女子
①田中 沙雪(小湊) 17秒87
②兼松 希望(東) 17秒89
③蝦名 天妃(小湊) 18秒21
- ▼5年男子
①阿部 航輝(山口) 15秒75
②伊瀬谷 樹(小湊) 16秒31
③福地 琢人(小湊) 16秒50
- ▼5年女子
①佐々木 茜(小湊) 16秒78
②熊谷 未羽(東) 17秒40
③田村 心虹(山口) 17秒51
- ▼6年男子
①田中 哉人(小湊) 14秒19
②田中 洋灯(東) 14秒75
③小鷹 拳人(小湊) 15秒61
- ▼6年女子
①深淵 萌(小湊) 16秒01
②数度 春香(小湊) 16秒29
③船橋 愛歩(東) 16秒53

○400mリレー決勝

- ▼4年男子
①小湊小②小湊小③山口小
- ▼4年女子
①小湊小②小湊小③東小
- ▼5年男子
①小湊小②山口小③東小
- ▼5年女子
①小湊小②東小③山口小
- ▼6年男子
①小湊小②東小③小湊小
- ▼6年女子
①小湊小②小湊小③山口小



○800m決勝

- ▼4年女子
①細川 咲乃(小湊) 3分13秒21
②稲田 友梨亜(小湊) 3分18秒83
③伊瀬谷 実咲(小湊) 3分21秒26
- ▼5年女子
①佐藤 優花(東) 3分07秒56
②長尾 ももこ(山口) 3分08秒52
③田村 心虹(山口) 3分11秒70
- ▼6年女子
①深淵 夢真(小湊) 3分06秒65
②加藤 瑠夏(小湊) 3分09秒16
③工藤 杏奈(小湊) 3分10秒48

○1500m決勝

- ▼4年男子
①木村 活樹(小湊) 6分11秒07
②柴田 守唯(小湊) 6分26秒22
③市川 獅道(小湊) 6分33秒63
- ▼5年男子
①阿部 航輝(山口) 5分16秒48
②宇野 暖規(小湊) 6分12秒42
③工藤 遥翔(東) 6分23秒68
- ▼6年男子
①田村 耀夢(山口) 5分27秒89
②江戸 翔星(東) 5分35秒63
③細川 颯汰(小湊) 5分40秒84

○ソフトボール投げ

- ▼5年男子
①木村 瑠斗(山口) 48m27
②福地 琢人(小湊) 43m90
③柳谷 魁人(小湊) 39m85
- ▼5年女子
①後藤 果恋(山口) 28m91
②倉本 芽衣(山口) 20m88
③江戸 涼風(東) 17m27
- ▼6年男子
①倉内 良馬(山口) 52m52
②江戸 翔星(東) 50m95
③船橋 誠也(東) 49m23
- ▼6年女子
①山崎 恵理香(山口) 25m66
②工藤 瑞穂(小湊) 24m70
③藤田 静菜(小湊) 24m38

○走り幅跳び

- ▼5年男子
①伊瀬谷 樹(小湊) 3m39
②塩越 空羅(小湊) 3m03
③工藤 彪馬(小湊) 2m97
- ▼5年女子
①熊谷 未羽(東) 3m00
②佐藤 ひかる(小湊) 2m94
③倉本 芽衣(山口) 2m72
- ▼6年男子
①工藤 星夜(小湊) 3m78
②田中 洋灯(東) 3m49
③村田 周蔵(小湊) 3m36
- ▼6年女子
①田中 彩衣里(小湊) 2m94
②石澤 実緒(小湊) 2m82
②濱田 夏瑚(東) 2m82



hiranai
保健福祉だより

骨粗しょう症を 予防しましょう

骨粗しょう症とは、骨の中の「柱」や「壁」が細くまたはうすくなって弱くなり、骨折しやすくなっている状態をいいます。骨量の最高を100%として、骨量が70%未満の人が骨粗しょう症とされています。骨は、皮膚や髪の毛と同じように新陳代謝を繰り返しています。しかし、新しくつくられる骨の量より壊される量が多くなると、骨は軽石のようにスカスカになり骨折しやすい状態になります。骨粗しょう症は閉経期以降の女性や高齢の男性に多くみられますが、若い人でも栄養や運動不足などが原因でなることもあります。骨量は20～30歳代をピークに、その後加齢とともに減少します。年をとっても骨にカルシウムを蓄え、さらに骨量の減少を防ぐ生活習慣を身につけましょう。

骨粗しょう症を予防するには

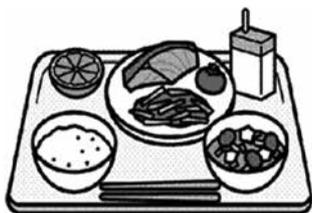
食事について

- ・1日3食、主食+主菜+副菜のそろったバランスのよい食事を心がけましょう。
- ・骨の組織の主成分はカルシウムです。カルシウムが不足すると骨が作られにくくなるばかりでなく、骨に蓄えられたカルシウムが血液中に溶けだして、骨がもろくなります。

いろいろな食品からカルシウムをしっかりととりましょう。

カルシウムを多く含む4つの食品のグループ

- ①乳製品
牛乳、ヨーグルト、チーズ、スキムミルク など
- ②緑黄色野菜
ほうれん草、春菊、小松菜、チンゲン菜 など
- ③大豆製品
木綿豆腐、納豆、凍り豆腐、がんもどき など
- ④小魚・海藻・乾物
ひじき、切り干し大根、ちりめんじゃこ、いりごま、桜えび など



運動について

- ・骨の形成や維持には、骨への適度な圧力を与えることが必要です。この適度な圧力を運動によって与えると、骨そのものが鍛えられると同時に、骨を支えている筋肉も鍛えられます。ちょっと散歩や買い物に出かけ、近所を歩いて一周するだけでもよい運動になります。家の中ばかりに閉じこもらないで、軽い散歩や体操、ゲートボールなど、できるものからはじめて、毎日続けることが大切です。

熱中症を予防しましょう

熱中症は、高温だけではなく、多湿、風が弱い、輻射源（熱を発生するもの）があるなどの環境で、体から外気への熱放散が減少し、汗の蒸発も不十分となることにより起こります。

次のことに注意しましょう。

- ①暑さを避けましょう。
日陰を歩く、帽子をかぶる、日傘をさす、扇風機やエアコンを使う。
- ②服装を工夫しましょう。
黒色系の素材はさける。なるべく襟元をゆるめる。
- ③こまめに水分を補給しましょう。
定期的にお茶や水、スポーツドリンクなどを飲む。
- ④急に暑くなる日に注意しましょう。
暑さに徐々になれるように工夫する。
- ⑤暑さに備えた体作りをしましょう。
汗をかく練習をする。
- ⑥個人の条件を考慮しましょう。
体調の悪い日には無理をしないようにする。
- ⑦集団活動の間ではお互いに配慮しましょう。
暑い中での活動はなるべく短時間で済ませる。こまめに休憩を入れる。

熱中症の危険信号とは？

- ・高い体温
- ・めまい、吐き気
- ・まったく汗をかかない、触ると熱い
- ・ズキンズキンとする頭痛
- ・意識障害(応答が異常である、呼びかけに反応がないなど)

上記のような症状が見られたら、熱中症を疑い、下記のように対処しましょう。

- ①涼しい環境への避難
・風通しのよい日陰や、できればクーラーが効いている室内などに避難させる。
- ②脱衣と冷却
・衣服を脱がせて、体からの熱の放散を助ける。
・露出させた皮膚に水をかけ、うちわや扇風機などであおいで体を冷やす。
・氷のうなどで、頸部(首)、脇の下、太ももの付け根などにあてて皮膚の直下を流れている血液を冷やす。
- ③水分と塩分の補給
・応答が明瞭で、意識がはっきりしていて、さらに吐き気がない時には、冷たい水を与える。スポーツドリンクや食塩水も有効。
- ④医療機関へ運ぶ
・自力で水分の摂取ができない時には、緊急で医療機関に搬送することが必要。
・救急車を要請したとしても、救急隊の到着までに、冷却を開始することが重要。

問 役場 保健福祉課 保健係

TEL 7 5 5 - 2 1 1 4(内138)

特定健診結果説明会のお知らせ

特定健診結果説明会の8月の日程をお知らせいたします。健診結果の見方や改善のアドバイスを行います。健診を受けた方はぜひご参加ください。

実施会場	月日	受付時間
茂浦コミセン	8月1日(金)	13:00～15:00
勤労青少年ホーム	8月5日(火)	
清水川コミセン	8月18日(月)	
東田沢防雪管理センター	8月19日(火)	
勤労青少年ホーム	8月27日(水)	

子宮がん検診・乳がん検診・骨粗しょう症検診のお知らせ

今年度最後の検診日です。お申込みされている方は忘れずに受診ください。

実施会場	月日	受付時間
勤労青少年ホーム	8月7日(木)	16:30～17:30

問 役場 保健福祉課 保健係
TEL 7 5 5 - 2 1 1 4(内138)

ひとりで悩まないで ～障害の相談に応じます～

福祉総合相談センターはくちょうでは、身体・知的・精神の障害のある方やそのご家族、関係者からの様々なご相談に応じています。

仕事のこと、経済的なこと、将来のこと、福祉制度やサービスのことなど、普段の生活の中で不安に思っていることや、どこに相談したらよいかかわらないといった相談でも結構です。

また、一人ひとりの心身の状況、周囲の環境、その他の事情に合わせて、地域で自立した生活が送れるように支援します。障害のある方が地域で安心して生活が送れるようにスタッフによる家庭訪問や電話などで連絡を取ることで、障害福祉サービスを円滑に受けることができるように関係機関との連携調整を行います。

お気軽に連絡、来所ください。

福祉総合相談センターはくちょう

開所日 月曜日から土曜日(祝日は休み)
受付時間 8:45～17:00
費用 無料
所在地 平内町大字小湊字小湊72-5
(青森銀行小湊支店の二軒隣)
TEL 763-5961
FAX 763-5963
協力施設 救護施設 白鳥ホーム

※平内町地域活動支援センターしらゆきも同敷地に移転しました。随時利用者を募集しておりますので、お気軽にお問い合わせください。

TEL 763-5962
FAX 763-5963

国民年金保険料免除等の申請について

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。

経済的な理由等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「若年者(30歳未満)納付猶予制度」がありますので、役場保健福祉課の国民年金担当窓口で手続きをしてください。申請書は窓口へ備え付けてあります。

平成26年度の免除等の受付は平成26年7月1日から開始され、平成26年7月分から平成27年6月分までの期間を対象として審査をおこないます。

また、今年4月から法律が改正されて、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出来るようになりました。失業等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、申請を忘れていて未納期間を有している方等は、一度、役場保健福祉課の国民年金窓口または年金事務所へご相談ください。

問 役場 保健福祉課 年金後期医療係
TEL 7 5 5 - 2 1 1 4(内133)
青森年金事務所
TEL 7 3 4 - 7 4 9 5

女性のための相談窓口 配偶者暴力相談支援センター

配偶者暴力相談支援センターでは女性の抱えるさまざまな悩みに応じます(無料)。

ひとりで悩まないでお気軽にご相談ください(秘密は固く守ります)。

もし、暴力にあったら、ひとりで悩まずに配偶者暴力相談支援センターにご相談ください。

女性の抱える様々な悩みに女性相談員が対応します。匿名で相談できますので安心してお電話ください。

相談電話 TEL 7 3 4 - 9 9 5 1
月曜日～金曜日 9時～16時まで
(土日祭日及び12月29～1月3日を除く)

働きたいけど… 長期間無業状態の若者をサポート

野辺地出張カウンセリングのご案内

あおり若者サポートステーションでは、学校を卒業・中退後、あるいは仕事を辞めた後、長期間無業の状態にある若者を対象に、職業的自立を支援します。

予約制にてカウンセラーが対応します(個人情報厳守)。相談は無料です。お気軽にご利用ください。

- ◆対象 15～39歳の方とご家族の方など
- ◆実施日 月2回水曜日実施 13時～15時
- ◆場所 野辺地ハローワークまたは要望に応じます

問 あおり若者サポートステーション
(アスパム3階 ジョブカフェあおり内)
TEL 7 5 5 - 5 3 0 1

こころの健康相談 於：平内町勤労青少年ホーム 7月16日(水) 14時～15時受付 相談料：無料

まずはお気軽にお問い合わせください 役場 保健福祉課 保健係 TEL 7 5 5 - 2 1 1 4(内139)

臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金が支給されます

平成26年4月から消費税率が8%に引き上げられましたが、低所得者及び子育て世帯への負担の影響を緩和するために、暫定的・臨時的な措置として、対象となる方に臨時福祉給付金及び子育て世帯臨時特例給付金が支給されます。

「臨時福祉給付金」

○支給対象者

平成26年1月1日現在で、平内町に住民登録があり、平成26年度分の町民税が課税されていない方が対象です。

ただし、ご自身を扶養している方が課税される場合や生活保護の受給者である場合などは除きます。
※基準日(平成26年1月1日)に亡くなられた方及び基準日の翌日以降から支給決定がされる前の間に亡くなられた方については、支給の対象にはなりません。

○支給額

1人につき10,000円。下記《加算対象者》は1人につき5,000円を加算。

《加算対象者》

- ・老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金等の受給者
- ・児童扶養手当、特別障害者手当等の受給者など

○手続き方法

- ・7月上旬に支給対象と見込まれる方に申請書をお送りします。
- ・役場車庫会議室にて、7月14日～7月31日(土・日・祝日を除く)まで集中受付を行いますので、申請においでください。
- ・受付時間 8:30～19:00

《お持ちいただくもの》

- ・申請書(必要事項をご記入ください)
- ・印鑑
- ・本人確認書類(写真付き住民基本台帳カード、運転免許証、パスポートの写し等)
- ※上記確認書類をお持ちでない方は、保険証・年金手帳・診察券などでも構いません。
- ・加算対象者は年金額改定通知書、年金証書等の添付も必要です。
- ・口座確認書類(通帳・キャッシュカードの写し)

「子育て世帯臨時特例給付金」

○支給対象者

次のどちらの要件も満たす方が対象です。

- ①平成26年1月分の児童手当・特例給付を受給
 - ②平成25年の所得が児童手当の所得制限限度額未満
- ※特例給付とは、児童手当の所得制限限度額以上の方について、児童1人当たり月額5,000円を支給しているものです。

○対象児童

支給対象者の平成26年1月分の児童手当・特例給付の対象となる児童

ただし、「臨時福祉給付金」の対象となる児童や生活保護の受給者となっている児童などは除きます。
※平成26年1月1日以後に亡くなられた児童は対象外です。

○支給額

・対象児童1人につき10,000円。

○手続き方法

- ・7月上旬に支給対象と見込まれる方に申請書をお送りします。
- 公務員の方には、各事業所より申請書が配布されます。
- ・役場車庫会議室にて、7月14日～7月31日(土・日・祝日を除く)まで集中受付を行いますので、申請においで下さい。
- ・受付時間 8:30～19:00

《お持ちいただくもの》

- ・申請書(必要事項をご記入ください)
- ・印鑑
- ・本人確認書類(写真付き住民基本台帳カード、運転免許証、パスポートの写し等)
- ※上記確認書類をお持ちでない方は、保険証・年金手帳・診察券などでも構いません。
- ・口座確認書類(通帳・キャッシュカードの写し)
- ・公務員の方は、所属庁から交付される「児童手当(特例給付)受給状況証明書」もご持参ください。

臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金とも、申請受付期限は平成26年10月31日としております。

窓口での申請が困難な方は、郵送での申請も可能ですが、必要書類に漏れがないようお願いいたします。早めの手続きにご協力をお願いいたします。

問 役場 保健福祉課 福祉係

TEL 7 5 5 - 2 1 1 4 (内142)

☆ 子育て支援センター ☆ 7月の行事予定

～子育て支援センターとは～

保育園・幼稚園に入所せず、家庭で過ごしている親子が利用できる場所です。お気軽にお問い合わせください。

問 平内町地域子育て支援センター
TEL 7 5 8 - 1 2 1 4

日 程	活動・場所	内 容
7月5日(土) 9:00～	東和保育園・運動会 町立体育館	保育園の運動会に参加しませんか? お土産も準備しています。
7月8日(火) 9:45～11:15	びよびよ絵本サークル 支援センター	絵本や紙芝居などの 読み聞かせを行います
7月18日(金) 9:45～11:15	親子ふれあいワーク ひだまり公園(現地集合) 雨天時：支援センター	みんなで元気いっぱい遊びましょう。 おやつ、飲み物を持参してください。 (天候は電話でご確認ください)
7月24日(木) 9:45～11:15	すくすくクラブ 支援センター	・身体測定 ・保健師と育児相談ができます

国民健康保険制度加入の皆様へ

国民健康保険では、世帯の課税状況等により1ヶ月の医療費の限度額が定められており、入院・外来診療時の支払いが限度額より高額になりそうな場合、「限度額適用認定証」または「限度額適用・標準負担額減額認定証」を受付窓口で提示すると、窓口での自己負担額が限度額までとなり、負担が軽くなる場合があります(限度額は世帯の課税状況等により異なります)。

8月から前年の所得状況により負担区分の見直しが行われることから、認定証が切替になります。既に認定証の交付を受けている方についても、更新申請をしてください。

また、現在、認定証を持っていない方も申請することができます。

申請場所

平内町役場 保健福祉課 国民健康保険係

申請手続きに必要なもの

国民健康保険被保険者証、印鑑、
高齢受給者証(70歳以上の方のみ)

※70歳以上の方で、町・県民税課税世帯に属する方には、限度額認定証は交付されませんので、申請の必要はありません。これは高齢受給者証を提示することにより、限度額の適用を受けることができるためです。

詳細はお問い合わせください。

問 役場 保健福祉課 国民健康保険係
Tel 7 5 5 - 2 1 1 4(内135・136)

後期高齢者医療制度加入の皆様へ

「平成26年度の保険料」について

後期高齢者医療保険料は、75歳以上の方及び65歳以上で一定の障がいがあると認められた方、お一人おひとりに納めていただいております。

毎年、前年中の所得をもとに保険料を算定し、7月中に保険料額決定通知書を発送しますので、ご確認いただき納付して下さるようお願いいたします。

※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。詳細は保険料額決定通知書をご確認ください。

○保険料の決まり方(年額)

【被保険者全員が納める額】

均等割額
(40,514円)

+

【所得に応じて納める額】

所得割額
(基礎控除後の所得×所得割率(7.41%))

=

青森県の保険料
(限度額57万円)

※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。

問 役場 保健福祉課 年金後期医療係
Tel 7 5 5 - 2 1 1 4(内134)

平内中央病院からのお知らせ

平内中央病院の職員を募集します

1. 職種及び採用人員

- ・理学療法士(職員) 若干名
- ・作業療法士(職員) 若干名
- ・看護補助員(嘱託職員) 若干名

2. 受験資格

- ・職員は各職種の資格を有する(免許取得見込者含む)59歳(採用時)以下の方。
- ・嘱託職員は、介護福祉士または介護職員初任者研修修了者・ホームヘルパー2級以上の資格を有する方。

3. 試験日及び試験場所

申込み後、受験票にてお知らせいたします。

4. 試験方法

面接による

5. 受験手続及び申込書提出期限

受験申込書は、平内中央病院で準備していますので、必要事項を記入のうえ、提出してください(郵送可)。

・提出期限：随時

※受付時間は、8時15分から17時までです。
(土・日・祝日を除く)。

6. 採用期日及び勤務場所

・採用期日：随時

・勤務場所：平内中央病院

7. 給与等

・職員は平内町職員の給与条等による。

・嘱託職員は、月額135,500円以上、賞与年2回、健康保険、厚生年金、雇用保険、労働災害保険加入

問 平内中央病院 庶務係
Tel 7 5 5 - 2 1 3 1

自分のために、家族のために。 みんなで受けよう健康診断！！

暮らしの中の税

『私たちの生活と税金』

国民健康保険税について

私たちが普段、病院などにかかると、かかった医療費の3割を病院の窓口で支払っていますが、残りの7割の医療費は、国民健康保険で負担しています。国民健康保険は、国保の加入者の皆さんが1年間にかかる総額の医療費を予測し、皆さんが窓口で支払う一部負担金や国や県からの補助金を差し引いた医療分と75歳以上の人が加入する後期高齢者医療への支援金と40歳から65歳未満の介護納付金課税分を合わせて国民健康保険税として課税されることとなります。

その国民健康保険税の総額は所得割(加入者の所得に応じて計算)・資産割(加入者の資産に応じて計算)・均等割(世帯の加入者数に応じて計算)・平等割(世帯員の加入月数に応じて計算)の4つの項目に分けて算定して、それらを組み合わせて一世帯ごとの保険税として決定しています。

また、医療保険分の課税額が51万円を超えた場合は51万円、後期高齢者支援金分の課税額が16万円を超えた場合は16万円、介護保険分の課税額が14万円を超えた場合は14万円が限度額となり、全体の限度額は、81万円となっており、税率とともに改正となりました。

	平成26年度		
	医療分	支援分	介護分
所得割	9.0%	3.7%	2.9%
資産割	38.3%	11.7%	10.0%
均等割	25,000円	7,900円	8,500円
平等割	27,800円	8,700円	6,000円
課税限度額	51万円	16万円	14万円
全体限度額	81万円		

【国民健康保険税の軽減】

- 所得が一定額以下の世帯については、税負担を軽くするため、均等割と平等割が次のとおり減額されます。ただし、申告のない方は除かれます。

軽減割合	世帯の総所得金額
7割軽減	所得が33万円以下の世帯
5割軽減	所得が(33万円+24万5千円×世帯主以外の被保険者数)以下の世帯
2割軽減	所得が(33万円+45万円×被保険者数)以下の世帯

- 特定世帯、特定継続世帯に該当する場合、平等割が減額となります。
 - 特定世帯…75歳に到達する者が国民健康保険から後期高齢者医療制度に移行し、世帯の国保加入者が1人となった月より、医療分、支援分の平等割が5年間半額となります。
 - 特定継続世帯…特定世帯の期間を経過した世帯について、その後の3年間は医療分、支援分の平等割が4分の3の額となります。

※国保加入者数の増減等、世帯に異動がない場合に限られます。

【国民健康保険税の納期】

平成26年度の納期限は、次のとおりとなります。

第1期	平成26年7月31日(木)
第2期	平成26年9月1日(月)
第3期	平成26年9月30日(火)
第4期	平成26年10月31日(金)
第5期	平成26年12月1日(月)
第6期	平成26年12月25日(木)
第7期	平成27年2月2日(月)
第8期	平成27年3月2日(月)

各納期限までの納付方をよろしくお願いたします。

問 役場 税務課 住民税係

TEL 7 5 5 - 2 1 1 5(内線245・246)

税務署よりお知らせ

所得税及び復興特別所得税の 予定納税(第1期分)をお忘れなく

所得税及び復興特別所得税の予定納税が必要な方には、「予定納税額の通知書」が送付されます。第1期分の納付期間は7月1日～7月31日です。

振替納税を利用している方は納期限(平成26年7月31日(木))に指定の金融機関口座から自動的に納付されます。予定納税の減額申請をする場合は、平成26年7月15日(火)までに「予定納税額の減額申請書」を所轄税務署に提出してください。

詳細は、国税庁ホームページ(www.nta.go.jp)をご覧ください。

相撲大会の選手・応援大募集!

第19回防犯少年相撲大会兼第30回平内町民相撲大会が平成26年8月8日(金)に町立体育館で開催されます。

日本の国技、『相撲』をテレビなどでご覧になる方も多いと思いますが、夏休みの思い出に相撲大会に参加してみませんか? 団体戦・個人戦・勝抜戦がありますが、個人戦だけの参加もできます。昼食には、応援者を含めチャンコ鍋が振る舞われます。

賞品も盛りだくさんです。参加をお待ちしています。



昨年の様子

問 平内交番(担当 西田巡査部長)

TEL 7 5 5 - 3 1 1 0

相撲クラブ 対馬(青少年ホーム)

TEL 7 5 5 - 3 9 4 5

2014 7 今月のお知らせ NEWS

「あおり中高年就職支援センター」 カウンセリングのご案内

45歳以上の就職を希望する方を対象に、キャリア
カウンセリングや再就職支援セミナーを行います。

【キャリアカウンセリング】

毎週月・水 13:00～15:00
(原則予約制 1人1時間程度)

※利用無料

※カウンセリングの開催場所や、再就職セミナー
の開催予定など、詳しくはお問い合わせくだ
さい。

問 あおり中高年就職支援センター
TEL 715-5816

夏の交通安全県民運動を実施します

期間 7月21日(月)～31日(木)

あなたも参加 わたしもやります “安全運転”

県内の交通事故概況

平成26年		青森県交通対策協議会	
発生	死者	死者の 状態	死者
5月中 302件 (-101)	5月末累計 1673件 (-395)	高 齢 者 の 死 者 ～ 65 歳 以 上 の 人 ～ 11人 (+3)	歩 行 中 の 死 者 8人 (+2)
死者 4人 (+2)	15人 (+1)	飲 酒 運 転 に よ る 死 者 1人 (-2)	自 動 車 乗 車 中 の 死 者 5人 (-2)
傷者 365人 (-132)	2054人 (-473)	シ ー ト ベ ル ト 非 着 用 死 者 3人 (±0)	

※()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。

泥んこになって田植えの体験

5月30日(金)、小豆沢の水田で山口小学校(沼田礼
一校長)5学年の児童17名が田植えに挑戦しました。

山口小学校では例年、バケツに稲を植えて成長を
観察していましたが、この度、水田での稲作を経験
させてあげたいと木村良一さん(小豆沢)から申し出が
あり、今回の田植え体験が実現しました。

初めての体験に興奮した児童は、大きな声を上げ
全身で田植えを楽しみ、その歓声に誘われるように
近所の方々が集まってくる笑顔の絶えない賑やかな
一日になりました。

この日植えられた「まっしぐら」は秋に収穫を迎
える予定で、児童らはみんなでおにぎりを作って食
べるのを楽しみにしていました。



また、この日は小湊小学校(荒内清蔵校長)でも田植
え体験が行われ、4～6学年の児童146名が町農業経
営者協議会(片山幸博会長)の協力のもと、細川富政さ
ん(新生町)の所有田にもち米の稲を植えました。

児童が植えた苗は、これから真夏の日差しをたっ
ぷり浴びてぐんぐん生長し、秋には黄金色に輝いた
稲穂へと変身します。秋には稲刈り・もちつき集會
が開催される予定で、児童がこの体験を通して、食
を大切に作る心を育ててもらえたらと思います。

5月受付分

戸籍の窓口

人口と世帯

男… 5,811人(-2人)
女… 6,316人(-3人)
計… 12,127人(-5人)
世帯数… 5,140世帯(-1)

平成26年6月1日現在

()は、前月との比較

ご結婚おめでとう

本籍地

(辻 村 裕 紀 平 川
中 嶋 郁 子 平 川 市
笹 原 昂 臣 青 森 市
高 木 咲 奈 青 森 市

(馬 澤 康 毅 川 原 町
木 村 由 紀 恵 福 館

お誕生おめでとう

赤ちゃん名 (親) 住所地

佐々木 珀斗(勇輝)第1内童子
本堂 駿輔(貴将)山 口
飯田 玲愛(優也)緑 町
泉 龍之介(賢志)浦 田
高橋 優愛(梓)緑 町
船橋 叶瀬(友寿)第3小林
平澤 唯衣(初幸)小豆沢

お悔やみ申し上げます

喪主 住所地

宮田 千工(98)春義第1元町
田中 ハルノ(88)政一薬師野

鹿内 雄一(60)柴田 盛 田
佐々木 つる(91)正市東 滝
福崎 みさを(82)尚志福 島
阿部 國雄(75)ハルエ第2口広
蝦名 平八郎(69)建一第1平中
工藤 洋逸(66)仁盛 田
渡辺 一二(56)一外童子
松浦 嘉紀(73)紀代道山 口
吉田 朗子(81)啓治第2元町
古山 正行(64)正英東 沼館
木村 ユキヨ(76)與助小豆沢
船橋 みつ(98)保東 沼館
中新田 徹(24)政美薬師野
倉本 歳太郎(82)秀徳第2藤沢
山口 ミツ(90)鉄義下東田沢

造林補助金制度をご存知ですか

皆さんの貴重な財産である森林は、豊かな水を育み、土砂災害を防ぐなど様々な公益的機能を持っています。この機能を十二分に発揮させるためには、定期的な手入れが必要です。

そこで国・県では、森林所有者の経済的負担を軽減するために、経費の一部について補助を行っています。

補助対象は植栽、下刈、除伐、間伐、枝打ちなどで、補助金額は請負に出す場合や面積・傾斜などの条件によって変わりますので、詳細はお問い合わせください。

問 森林組合あおもり
TEL 7 5 7 - 2 2 3 1
東青地域県民局
地域農林水産部 林業振興課
TEL 7 3 4 - 9 9 6 2

バスの車内事故防止についてのお願い 東北運輸局青森陸輸支局・(公社)青森県バス協会

走行中に席を離れると、転倒など思わぬ怪我をする場合があります。お降りの際は、バスが停留所について扉が開いてから席をお立ち願います。

また、バスは安全運転に徹しておりますが、やむを得ず急ブレーキをかける場合があります。満席のため、お立ちになってご利用いただく場合には、つり革や握り棒にしっかりおつかまりください。

バスの車内事故防止に皆様のご理解とご協力をお願いします。

道路に伸びた樹木は危険です

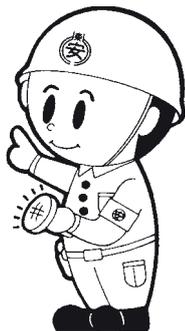
暖かくなり、草木も伸びてまいりました。

道路に面した生垣や草木、樹木の枝が道路にはみ出して歩行の妨げになり、交通事故の危険が生じています。庭木など樹木の手入れ、伐採は所有者の責任で行ってくださるようお願いいたします。

問 役場 地域整備課 建設係
TEL 7 5 5 - 2 1 1 6(内265)

電気保安協会からのお願い

この時期は気象状態が不安定で雷が発生しやすい季節です。雷鳴が聞こえたらいち早く安全な場所に避難することが大切です。



文 芸

置床に扇飾りて迎へけり	梅雨湿り身に覚えなき錆のあり	蜘蛛の糸かかりし露の玉ゆれて	女郎蜘蛛つま先までも妖しけり	都忘れ普段着が好きここが好き	みやげ屋の看板娘燕の子	十葉の香り漂う日暮時	どくだみの深く染み込む生命線	おしやれるなる店の文字あり麻のれん
高松遊絲	亀田悦	藤田友子	八桁しづゑ	須藤千和子	岡本みどり	浜田きみ	佐々木定男	船橋久枝

平内花椿会

ものの芽の強さに余生励まされ	若き日の夢は自在や花八分	猫柳折られし一枝水ためて	ほどほどの年金暮らしツバメ来る	小春日や木椅子の針の浮き出して	母の日やえらぶ真赤なばらの花
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

平内俳句会

いさかいはしたくないから生返事	上げ底の知識が右往左往する	たくましや一人暮らしのわが先輩	気がつけばご飯に醤油亡夫なぞる	散歩道追い越されても追い越さず	身の丈の暮らしがあつてホッとする	衣食住切りつめ笑顔も切りつめた	金持ちのどこか冷たい口をさき	不器用さよくも似ているDNA	尻を振りトラクター行く村の朝
荒田つる	沼山久乃	須藤梨世	辻村せいや	後藤日出雄	つじむらりゅうこ	神久女	海音寺東山坊	後藤ただし	荒谷想伸

川柳ひらない

自然を満喫！ひらなないの春まつり開催！



飛び入り参加に会場も大盛り上がり。ジュニア歌上手選手権

5月25日(日)と31日(土)、6月1日(日)にかけ「ひらなないの春まつり」が開催され、大勢の参加者で賑わいました。

当町に春の訪れを告げるイベントとして親しまれ、45年間続いた「椿とサボテンまつり」を、ステージ鑑賞型から参加者体験型へと内容を一新、新たな春の風物詩として定着させるべく企画された「ひらなないの春まつり」は、山のイベントと海のイベントの二本立てとなり、大島での親子磯遊びやほたて拾い、大島から椿山、夜越山をトレッキングする「遠足に行GO!」、夜越山スキー場で行われた「ひらなないまつり」など、町全体を会場にして楽しめるイベントに生まれ変わりました。



夜越山スキー場を会場に開催された「ひらなないまつり」では、半割の青竹十数本を繋いだ長さ40メートルを超える本格的な超巨大流しソーメンや、3分間でベビーホタテを何枚食べられるかを競う「わんこほたて」など新しい催し物が続き、好天に恵まれたこともあいまって県内外から集まった親子連れを中心とした500名を超す参加者からは笑顔が絶えませんでした。

主催の平内町観光協会ではこのイベントを今後も継続し開催していく意向で、平内町の春を彩る恒例行事として町民はもちろん、町外、県外へも浸透するようさらなる企画の充実、拡大を目指していくとのことです。

『わたしの好きなひらなない』



写真をお待ちしております

住所、氏名、電話番号をお書きのうえ、Eメールで送信するか、郵送または役場総務課へ直接持参ください。

◇投稿者

遠嶋 秀美知さん(新生町)

◇撮影場所

夜越山頂上より

◇投稿者より◇

退職を機に故郷平内へ戻り、様々な行事に積極的に参加しています。5月25日開催の『遠足に行GO!』にも妻と2人で参加しました。

普段は車で通り過ぎ何気なく見えていた景色も、歩きながらゆっくり楽しむと新たな発見があり、観光地平内の魅力を再発見することができました。

特に夜越山の山頂から町内を望みながら食べたお弁当が最高で、好きな景色がまた一つ増えました。

問 役場 総務課 企画政策係

TEL 7 5 5 - 2 1 1 1 (内線230)

メール kikakuseisaku@town.hiranai.aomori.jp