

広報

ひらなひ 12

平成26年/2014



年に一度の晴れ舞台
若さあふれるその笑顔

- ◇ 秋のイベント情報 ・ 2～3 ページ
- ◇ 生涯学習情報 ・ . . . 4～5 ページ
- ◇ 保健福祉だより ・ . . 6～8 ページ
- ◇ 暮らしの中の税 ・ . . . 10ページ
- ◇ 今月のお知らせ ・ 11～13ページ

◆ 第22回平内町高齢者芸能大会より ◆



芸術・文化の秋を満喫

大勢で賑わった秋のイベント

第37回 平内町民文化祭 ～芸術・文化の祭典～

10月25日(土)、26日(日)の2日間、平内町民文化祭実行委員会主催の「第37回平内町民文化祭」が開催され、町立体育館では各クラブの力作が並ぶ展示部門、町立山村開発センターでは舞台発表部門や囲碁・将棋大会、茶席などの催事部門が来場者を出迎えました。

絵画や盆栽、写真などの作品が体育館のフロアいっぱいレイアウトされた展示部門では、並べられた作品の技術の高さや趣の深さに来場者は目を奪われていました。展示作品の中には管内小・中学校から出品された図画、習字もあり、優秀な作品には金・銀・銅の各賞が授与され、26日に同会場で表彰されました。



体育館の作品展示に見入る来場者

また、舞台発表部門ではコーラスや手踊り、大正琴演奏や詩吟などの発表が行われ、日々の練習の成果に会場から大きな拍手と歓声が送られました。

なかでも、小湊小学校・小湊中学校合同の吹奏楽では立ち見が出るほどの大盛況となりました。年齢層の広い観客を楽しませようと、懐メロからアニメソングまで様々な曲を振りをつけて演奏し、観客もそれに手拍子で答え会場がひとつになりました。

小湊小・中合同の吹奏楽は、それぞれの学習発表会、文化祭と今回の町民文化祭に加え、翌週の商工会びっくり市でも演奏を披露し大活躍の秋となりました。



囲碁・将棋大会では真剣勝負が繰り広げられました

様々な角度から健康度をチェック!

25日には武道館で「平内町健康展」も開催されました。体組成測定コーナーや在宅介護支援コーナーなど様々なブースが設けられ、健康志向の高まりもあり、大勢の方が来場し測定していました。

平内町食生活改善推進委員会の食生活改善コーナーでは、高血圧予防をテーマに減塩みそ汁と野菜がたっぷりとれる副菜の試食が提供され、来場者からは「試食して、味が濃い方だと分かった」、「これからうす味にしていきたい」などといった声が聞かれ、減塩について考えるきっかけとなったようでした。



保健師の説明に真剣に耳を傾ける来場者

冬の準備に会場は熱気！ 第42回平内町商工会びっくり市

第42回平内町商工会びっくり市が11月1日(土)、2日(日)の2日間、町立体育館を会場に開催されました。

今回で42回目を数えるびっくり市は、冬物衣料・家電・食品から除雪機まで、お買い得商品が所狭しと並び、町民の冬支度の場としても定着しています。

朝一番で開催された来場者とおく得抽選会では、賞品の活ホタテを持ち帰ろうと長蛇の列ができ会場が熱気に包まれました。

ステージでは、レクダンスクラブショーや幼児のショーなど様々な企画が会場を華やかに盛り上げ、買い物に訪れた来場者を笑顔にしました。



買い物にステージに、満員御礼の会場

落語とのコラボで笑いに包まれる 撥魂～BACHIDAMA 2014～

商工会青年部主催の津軽三味線のイベント『撥魂(ばちだま)』が10月25日(土)、町勤労青少年ホームを会場に開催されました。

4回目となる今回は、津軽三味線の高橋竹童さんに加え落語家の桂文生師匠をゲストに招き、三味線と落語の競演の舞台となりました。

竹山流津軽三味線と落語。ジャンルは異なれど、伝統が織りなす技巧の数々に会場は笑い、うなずき、どよめき、時間を忘れて耳を傾けていました。



お馴染みの名落語家とのエピソードも披露

「けっぱれ！東北チャリティーライブ」と謳われた会場の入口には募金箱が設置され、演奏の休憩時間や帰り際に多くの善意が寄せられました。この日寄せられた多くの善意は東北の被災地へ届けられ、震災の復興に充てられます。



柴田義政さんとの共演

若さあふれる名人芸！ 高齢者芸能大会開催



オープニングは老人クラブ演芸部『庄内おぼこ』

11月16日(日)、町勤労青少年ホームでいきいきクラブ平内(平内町老人クラブ連合会)主催の高齢者芸能大会が開催されました。

平成3年に始まったこの芸能大会は、町内の各老人クラブからの出演者による手踊りや民謡、カラオケやダンスなどありとあらゆるジャンルの芸能が演じられ観客を楽しませています。



自然の恵みに感謝をこめて。
東田沢老人クラブ椿会の『七福神』

22回目となった今回も、今田健蔵会長の「高齢者と言われるがまだまだ元気。我々はただ歳を取っただけ」の言葉のとおり、各出演者の磨きのかかった芸からは若さがあふれ、約300名の観客を魅了しました。

また、飛び入りで船橋町長や佐々木議会議長ら来賓の方々からもカラオケが披露され、本人いわく『それなり』の歌声に会場は大盛り上がり。出演者・観客共に一日を満喫し笑顔で閉会を迎えました。



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

おもてなしの心でボランティア ひらないカレッジ～いきいきコース～

10月1日(水)、山村開発センターにおいて、NPO法人青森県日本文化を伝承する会理事長の前田歌子さんを講師に招き、ひらないカレッジ「おもてなしの心でボランティア」を開催しました。

前田さんは着付けの講師として海外で日本文化を紹介する交流事業に参加したことをきっかけに、日本・青森県の文化や歴史を大切にしながら次代に伝えていかなければならないと考えるようになり、2005年にNPO法人「青森県日本文化を伝承する会」をつくり、その活動の一環として「かたりべの会」を始めました。東北新幹線全線開業当日からおもてなし隊として、新青森駅で観光客の方々に津軽弁の講座と、地元へ伝わる童謡、昔語りを披露していました。その活動は、観光客の方々がまた青森に来たいと思ってもらいたいという気持ちからだったと言います。

郷土を愛し、郷土に古くから伝承されてきたものを守り、次代に伝えて行く。そのような活動が人を育て、町づくりにもつながると言います。



年齢を重ねても、常に好奇心をもって新しいことにチャレンジする。また感謝の心を忘れずにいることが大切だと話されました。

パワフルな前田さんの様子に受講生は「元気ももらった」「自分にも何かできそうな気がする」「自分が子どものころに聞いたり、歌ったりしたむがしっこやわらべ歌を孫にも教えたい」と話していました。

体力・運動能力調査

10月2日(木)、町立体育館にて平内町スポーツ推進委員主催による体力・運動能力調査が実施されました。

この調査は昭和39年より文部科学省が国民の体力・運動能力の現状把握のために実施しているもので、握力測定・長座体前屈・上体起こしの3種目を全体で行った後に年齢別に分かれ、64歳以下は立ち幅跳び・反復横跳び・20メートルシャトルランの3種目、65歳以上は開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行の3種目をそれぞれ加えた計6種目を実施しました。

参加者の皆さんは自分の出した数値に一喜一憂しながらも楽しく測定に取り組んでいました。今回を機に自身の体力年齢を把握し、積極的に体を動かすきっかけになればと思います。



体の動かし方、間違っていますか？ 小湊小でラジオ体操講習会を開催

10月29日(水)、NHKテレビ・ラジオ体操の体操指導者、多胡肇氏とアシスタントの五日市祐子氏を講師に招き、小湊小学校の6年生を対象にラジオ体操講習会を開催しました。



ラジオ体操に含まれる13の運動にはそれぞれ目的があり、正しい体の動かし方をするだけではじめて効果がもたらされます。今回の講習会では、13の運動一つひとつを解説していただき、正しい動かし方を身につけることができました。

ラジオ体操講習会は、「ふれあい出前講座」のメニューにもありますので、職場や町内会単位で希望される場合は、教育委員会へご相談ください。

参加者大募集！！ 第53回町民スキー大会

開催日：平成27年2月7日(土)

場所：夜越山スキー場

※競技開始は9:40を予定しております。

★小学校の部

- ・大回転 1年～6年(男女)
- ・距離 1年～3年(男女1km)、4年～6年(男女2km)
ミックスリレー1km×4名(男女混合)

★中学生の部

- ・大回転 1年～3年(男女)
- ・距離 男子3km、女子2km
ミックスリレー1km×4名(男女混合)

★一般の部

- ・大回転 男子の部・女子の部
- ・距離 男女とも2km

参加申込締切日：平成27年1月16日(金)
皆様のご参加、お待ちしております！

問 平内町教育委員会 生涯学習課
Tel 7 5 5 - 2 5 6 5 (内線352)

夜越山スキー場 12月23日オープン予定！

今シーズンの営業は、土曜日・日曜日・祝日のみの営業となります。

なお、小・中学校の冬休み期間は、月曜日を除き営業いたします(月曜日が祝日の場合は営業します)。

ナイター営業日は、火曜日・木曜日です。

問 夜越山スキー場
Tel 7 5 5 - 2 7 5 6

町内会で秋の清掃を実施しました

第一元町町内会(能登谷茂教会長)の有志22名が10月19日(日)、町内の清掃を行い、側溝の泥上げや落ち葉の清掃などに汗を流しました。

今回、清掃が行われたのは町営野球場と町営グラウンドの間を走る町道で、大雨が降ると冠水する危険性があります。第一元町町内会では毎年春と秋に合同で清掃活動を行っており、泥や落ち葉などで排水が滞ることの無いよう協力いただいております。今回も集められた泥や落ち葉などで土のう袋50袋があつという間にいっぱいになり、積み上げられた土のうを見て達成感がこみ上げてきたとのことでした。

能登谷会長に話を聞くと、「たくさんの町内の方が手伝いに来てくれた。春にも同じ場所を清掃したが、半年でまた同じほどの泥や落ち葉がたまってびっくり。通学路でもあるので、子どもたちにきれいな歩道で安心して通学してもらいたい」と話してくださいました。

今回清掃活動に参加された町内の皆さん、ありがとうございました。



町立図書館

紹介コーナーその179

◆一般書◆

- | | |
|---------------|-------|
| ①夜また夜の深い夜 | 桐野夏生 |
| ②物語のおわり | 湊かなえ |
| ③にじいろガーデン | 小川糸 |
| ④自覚 | 今野敏 |
| ⑤歌舞伎町ダムド | 誉田哲也 |
| ⑥フォルトウナの瞳 | 百田尚樹 |
| ⑦ずっとあなたが好きでした | 歌野晶午 |
| ⑧ダブル・フォルト | 真保裕一 |
| ⑨警察回りの夏 | 堂場瞬一 |
| ⑩鹿の王 上・下 | 上橋菜穂子 |

～おはなし会開催のお知らせ～

12月21日(日)10:00～ おはなしコーナー

○12月の休館日 14日・23日
・年末年始27日～1月4日

生涯学習カレンダー 12月

6日(土)	◆細川亨選手野球教室 ◆ハクチョウ検定・写真撮影講習会
11日(木)	◆心配ごと相談日(10:00～15:00) ◆冬の交通安全県民運動(~20日)
21日(日)	◆家庭の日
22日(月)	◆管内小・中学校2学期終業式
25日(木)	◆心配ごと相談日(10:00～15:00)

◆心配ごと相談日について

人間関係や居住問題など、人になかなか話せない悩みなどの相談を毎月2回勤労青少年ホーム和室にて受け付けています(相談は無料)。

相談された内容は、守秘義務により、外部へ伝わることは絶対ありません。元教員や行政職員等の学識者が対応しますので、お気軽にご相談ください。

hiranai

保健福祉だより

インフルエンザの 予防方法は万全ですか？

とうとうインフルエンザの流行が始まる12月になりました。インフルエンザウイルスに負けないための方法は、万全ですか？

1. 栄養と休養を十分に取る

体力をつけ、抵抗力を高めることで感染しにくくなります。

2. 人ごみを避ける

病原体であるウイルスを寄せ付けないようにしましょう。

3. 適度な温度、湿度を保つ

ウイルスは低温、低湿を好み、乾燥しているとウイルスが長時間空気中を漂っています。加湿器などで室内の適度な湿度を保ちましょう。

4. 外出後の手洗いとうがいの励行

手洗いは接触による感染を、うがいはのどの乾燥を防ぎます。

5. マスクを着用する

ハイリスク群などどうしても予防が必要な方はマスクを着用しましょう。り患した人では、咳やくしゃみの飛沫から他人に感染するのを防ぐ効果もあります。

『人に対して』という意味で『エチケットマスク』などといわれることもあります。

一番確実な予防方法は・・・

なんといっても一番確実な予防方法は流行前にインフルエンザの予防接種を受けることです。できるだけ、12月中旬に予防接種を受けましょう。

なお、65歳以上の方のインフルエンザ予防接種費用の助成期間は12月27日(土)までとなっております(町内の4医療機関に限り、自己負担なしで接種できます)。未接種の方は、早めに受けましょう。

問 役場 保健福祉課 保健係
TEL 7 5 5 - 2 1 1 4(内139)

休肝日 週2日で 健康管理

～日ごろから肝臓をいたわりましょう～

1年の中で12月・1月は、いろいろと行事が重なり、人とのつきあいでお酒を飲む機会がとても増える時期です。普段はあまり飲まないのに、つきあいを断ることができずに、連日飲み会が続く方もいるかもしれません。肝臓が悲鳴を上げてからでは、遅すぎます。

肝臓の働きが鈍くなり、薬を飲まなければならないったり、アルコール依存症になる可能性もあります。これを機会にぜひ、休肝日を作りましょう。

Q. なぜ休肝日が必要なのか？

お酒を飲むと、肝臓には中性脂肪が蓄積されます。胃や腸といった消化管の粘膜も荒れてきます。これら臓器の修復のために、週2日程度の休肝日を作ることが必要です。

Q. お酒には何か効用があるの？

適量のお酒は楽しい気持ちをさらに増加させる効果や、緊張感を和らげたり良好な人間関係を促す効果をもち、ストレスを解消させます。

家族や友人と共に語り合ったり笑ったりしながら、お酒の味とその場の雰囲気を楽しんで上手に飲みましょう。

Q. お酒の適量は？

ビール：中ビン1本
清酒：1合
ワイン：1／3本
ウイスキー：ダブル1杯程度
焼酎：0.6合



個別健診は受診されましたか？

町では、以下の方々を対象に5月から従来の「集団健診」に加えて、医療機関でも受けられる「個別健診」を実施しています。今年度の個別健診の実施期間は、平成27年3月31日までとなっておりますので、まだ受診されていない方は、ご自身や家族のために期間内に受診されますようお願いいたします。

1. 対象者

平内町に住所を有する以下の方が対象となります。

- ①平内町国民健康保険に加入している40歳から74歳の方
- ②青森県後期高齢者医療制度加入の方
- ③40歳以上の生活保護を受給されている方

※①、②の対象者の方には「特定健康診査受診券」が4月下旬に送付されています。

③の対象者の方には「特定健康診査受診券」は送付されておりません。受診を希望する方は、役場保健福祉課保健係までご連絡ください。

後日、「平内町健康診査記録票」を郵送にてお送りいたします。

※上記年齢は、平成27年3月31日現在での年齢となります。

2. 健診費用 無料

3. 受診方法

・受診を希望する登録医療機関へ電話などで予約してください。

・「特定健康診査受診券」と本人確認のできる「保険証」を持参のうえ、予約した医療機関で受診ください。

・生活保護を受給されている方は、「平内町健康診査記録票」と本人確認のできる「休日医療受給証(休日・夜間用)」を持参のうえ、予約した医療機関で受診ください。

詳細はお問い合わせください。

問 役場 保健福祉課 保健係
TEL 7 5 5 - 2 1 1 4(内線140)

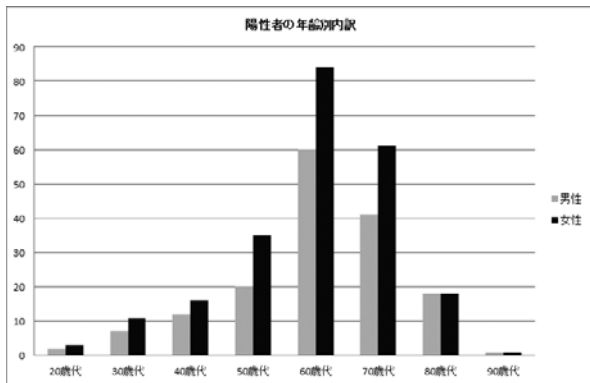
「心の健康度評価」の報告

平内町では特定健診を受けた方を対象に「心の健康度評価」を行っております。この評価票は8項目のアンケートと1項目の自由記載欄で構成され、自分では気づきにくいうつ状態等の心の疲労度をチェックできるように作られています。この結果で陽性と判定された方には、健診結果説明会の時に精神科医師による「心の健康相談」の利用をお勧めしています。

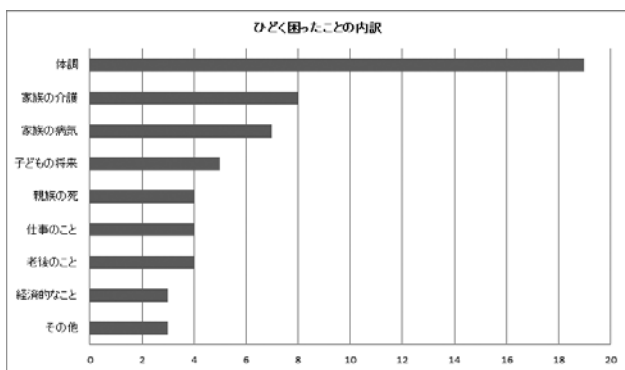
今年度の心の健康度評価の結果を報告します。回答者939人のうち陽性者(うつ傾向の高かった方)は390人、陰性者は549人でした。

陽性者 41.5% 陰性者 58.5%

陽性者390人の内訳を見ると60歳代～70歳代の女性が特に多くなっています。



「死について何度も考えた」が102人(陽性者のうち26.2%)、「自殺について考えた」が20人(陽性者のうち5.1%)、「最近ひどく困ったことやつらいと思ったことはありますか」の項目では、「あり」と記入した方95人(陽性者の24.4%)のうち、具体的に内容を記載した方の内訳は、「体調」や「家族の介護や病気」をあげの方が多かったです。



今回の心の健康度評価から、特定健診受診者の4割の方が日常生活をする中で、不安なことや悩みを抱えていることがわかります。心配なことや不安なことを身近な人に話すことで気持ちが軽くなります。また、理解してくれる人がいるという気持ちは、不安を抱えている人にとってはとても心強いことです。

身近に「何かいつもと違うな」「何か心配事があるのかな」と思う方がいたら、ぜひ一言声をかけてあげて話を聞いてあげましょう。話を聞いてあげることで助かる命があります。

成人の風しん予防接種の助成をおこなっています

妊娠初期の女性が風しんにかかるると、お腹の赤ちゃんが風しんウイルスに感染して、先天性風しん症候群の赤ちゃんが生まれる場合があります。先天性風しん症候群という病気は生まれつきの心臓病、白内障、難聴といった障がいをもつことがある病気です。

風しんの流行は初春から初夏にかけて多く数年くらい続くことが特徴といわれています。町では町内の医療機関で接種する場合に限り予防接種の助成を行っております。

対象となる方は、平内町に住所を有する、20歳以上おおむね40歳の方で妊娠を予定又は希望している女性と夫(パートナー)、妊娠している女性の夫(胎児の父)です。接種料金は無料となります。

詳細はお問い合わせください。

問 役場 保健福祉課 保健係

TEL 7 5 5 - 2 1 1 4(内138)

親子クッキング教室を開催 ～参加者募集～

バランスのとれた食事を作ってみみんなで食べてみませんか? 「食事の大切さ」についてのお話と調理実習をします。

日 時：平成26年12月25日(木)10:00～13:00

場 所：勤労青少年ホーム「調理室」

対象者：小学校1年生～6年生の子どもと保護者(子どもだけでも参加可)

参加料：無料

持ち物：エプロンと三角巾

締 切：平成26年12月22日(月)

先着20名まで(大人と子ども合わせて)

主 催：平内町食生活改善推進委員会

申込先：役場 保健福祉課 (担当：井口)

TEL 7 5 5 - 2 1 1 4(内139)または

FAX 7 5 5 - 2 1 4 5(住所・氏名・電話番号を記入)

♪こんな料理を作ります♪

- バターロールサンド
- かんたんスパニッシュオムレツ
- 野菜のカミカミあえ



☆ 子育て支援センター ☆ 12月の行事予定

日 程	活動・場所	内 容
12月3日(水) 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
12月11日(木) 9:45～11:15	親子ふれあいワーク 支援センター	クリスマス飾りを作ります
12月19日(金) 9:45～11:15	すくすくクラブ 支援センター	・身体測定 ・保育園のクリスマス会に参加しませんか?

問 平内町地域子育て支援センター

TEL 7 5 8 - 1 2 1 4

医療費が高額になったとき ～高額療養費の所得区分変更のお知らせ～

国民健康保険加入者で医療費の負担が高額となり、同じ月内で自己負担限度額を超えた場合、申請により差額が高額療養費として支給されます。また平成27年1月より、70歳未満の方の所得区分が細分化され、下記のように変更になります。70歳～74歳の方の所得区分に変更はありません。

○70歳未満の方の所得区分(平成27年1月以降)

所得区分	限度額(3回目まで)	限度額 (4回目以降) 多数該当※2
旧ただし書所得901万円超 ※1	252,600円+(医療費-842,000円)×0.01	140,100円
旧ただし書所得600万円超901万円以下	167,400円+(医療費-558,000円)×0.01	93,000円
旧ただし書所得210万円超600万円以下	80,100円+(医療費-267,000円)×0.01	44,400円
旧ただし書所得210万円以下	57,600円	44,400円
住民税非課税世帯	35,400円	24,600円

※1 旧ただし書所得≒総所得金額等から基礎控除額を差し引いた額。

※2 多数該当は、診療を受けた月から過去12ヶ月以内に同一国保世帯で3ヶ月以上、高額療養費の支給を受けた場合に適用されます。

◆高額療養費支給申請に必要なもの◆

保険証、領収書、印鑑、世帯主名義の普通預金通帳

※申請には領収書が必要です。高額療養費の対象の方で、確定申告の医療費控除を申請する方は、高額療養費の申請をしてから医療費控除の申告をするようにしてください。医療費控除の申告の際、領収書の添付が必要な場合があります。

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)

平成26年12月1日から「児童扶養手当法」の一部が改正されます

児童扶養手当とは、父母の離婚などで、父又は母と生計を同じくしていない子どもが育成される家庭(ひとり親家庭)の生活の安定と自立の促進に寄与し、子どもの福祉の増進を図ることを目的として支給される手当です。

これまで、公的年金(遺族年金、障害年金、老齢年金、労災年金、遺族補償など)を受給する方は児童扶養手当を受給できませんでしたが、平成26年12月以降は、年金額が児童扶養手当より低い方は、その差額分の児童扶養手当を受給できるようになります。

児童扶養手当を受給するためには、町へ申請が必要です。

今回の改正により新たに手当を受け取れるケース

- ・お子さんを養育している祖父母等が、低額の老齢年金を受給している場合
- ・父子家庭で、お子さんが低額の遺族厚生年金のみを受給している場合
- ・母子家庭で、離婚後に父が死亡し、お子さんが低額の遺族厚生年金のみを受給している場合

など

〈参考：児童扶養手当の月額〉(平成26年4月～)

- ・子ども1人の場合
全部支給：41,020円
一部支給：41,010円～9,680円
(所得に応じて決定されます)
- ・子ども2人以上の加算額
2人目：5,000円、3人目以降につき：3,000円

支給開始日

◆手当は申請の翌月分から支給開始となります。ただし、これまで公的年金を受給していたことにより児童扶養手当を受給できなかった方のうち、平成26年12月1日に支給要件を満たしている方が、平成27年3月までに申請した場合は、平成26年12月分の手当から受給できます。

◆平成26年12月～平成27年3月分の手当は、平成27年4月に支払われます。

詳細は、お問い合わせください。

問 役場 保健福祉課 福祉係(7番窓口)
TEL 7 5 5 - 2 1 1 4(内142)

障害年金をご存知ですか？

◆病気やケガなどで障害が生じたときに◆

公的年金制度は、老後の生活を支える「老齢年金」のほか、現役世代にとっても、不慮のけがや病気などで障害の状態になったときには「障害年金」が支給されるなど、人生のもしもを支える重要な社会保障制度です。

◆加入年金によって種類が異なります◆

障害年金を受けられるのは、公的年金に加入し、一定の保険料納付要件を満たして、かつ、障害の状態が法令で定める基準に該当する方です。

障害年金は、障害の原因となった病気で初めて病院を受診した日(初診日)にどの年金制度の被保険者であったかにより受給する障害年金の種類が違います。

国民年金だと「障害基礎年金」が、厚生年金だと「障害厚生年金」が、共済年金だと「障害共済年金」が支給されます。

また、初診日が20歳前または60歳から65歳までの年金未加入期間の方には、「障害基礎年金」が支給されます。

◆支給される「障害の程度」とは◆

障害年金が支給される「障害の程度」については「国民年金法施行令」及び「厚生年金保険法施行令」によって障害等級(1～3級)が定められています。

障害基礎年金は、初診日から1年6カ月経過した時点(障害認定日)、または障害認定日以降に障害状態が悪化し、障害の程度が1級、2級のいずれかに該当している場合に支給されます。

※障害者手帳の等級とは異なりますので、障害者手帳の交付を受けていても障害年金は受けられないことがあります。

◆支給申請が必要です◆

障害年金の支給を受けるには、本人またはご家族による年金の支給申請の手続きが必要です。障害年金の手続きは複雑ですので、日本年金機構の「ねんきんダイヤル」や年金事務所等で事前に相談することをお勧めします。なお、相談の際には基礎年金番号のわかるものや障害の状態に関する資料をお持ちください。

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133)
青森年金事務所
TEL 7 3 4 - 7 4 9 5

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ています

1. 職種及び採用人員

- ・薬剤師(職員) 1名
- ・理学療法士(職員) 若干名
- ・作業療法士(職員) 若干名
- ・言語聴覚士(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、介護福祉士又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：薬剤師は平成27年4月1日、その他は随時
- ・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例等による。
- ・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

院内クリスマス・コンサート

当院では、「未来創造ひらなない塾(船橋正彦塾長)」主催の院内クリスマス・コンサートを、下記のとおり開催します。

患者さんだけでなく、ご家族の方や地域の皆様、どなたでも鑑賞出来ますので、是非お越しください!

- 日 時：平成26年12月17日(水) 16:00～
- 場 所：平内中央病院1階「リハビリ室」
- 内 容：「どんぐりコーラス」による童謡、「琴好会」による演奏等
(内容は変更する場合があります)
- その他：参加無料、どなたでも鑑賞できます。

問 平内中央病院 庶務係
TEL 7 5 5 - 2 1 3 1(内109)

常勤医を随時募集中!

平内中央病院では、常勤の医師(定年退職された方も大歓迎です!)を随時募集しておりますので、勤務を希望される方はお問い合わせください。また、知人やご友人に医師の方がおりましたら、平内中央病院で医師を募集していることなどを、お知らせして下さるようお願いいたします。

問 平内中央病院 庶務係
TEL 7 5 5 - 2 1 3 1

暮らしの中の税

『私たちの生活と税金』

取り壊した建物はありますか？

固定資産税は、毎年1月1日(「賦課期日」といいます)に、土地、家屋、償却資産(これらを総称して「固定資産」といいます)を所有している人がその固定資産の価格をもとに算定された税額を町に納める税金です。

今月中(12月31日まで)に取り壊した建物は、固定資産税台帳から削除しなければなりません。取り壊したにもかかわらず、取り壊しの届出をしないと、来年度も課税されることがありますので、必ず手続きをお願いします。

なお、法務局に家屋の滅失登記をされた方は、この届出は必要ありません。

◆届出時に、連絡いただく事項◆

- ・納税者の住所、氏名
- ・建物の所在地
- ・建物の内容(用途、構造、面積、取り壊し年月日など)

なお、届出に基づいて現地を確認させていただきまますので、ご協力ください。

問 役場 税務課 資産税係
TEL 7 5 5 - 2 1 1 5(内線247、248)

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、納期限前7日まで(国保税は納期限まで)の申請により税金を減額、免除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、分割納付などもできますので、納付方法についてもお気軽にご相談ください。

詳しくは、お問い合わせください。

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

12月25日(木)は、国民健康保険税第6期、町・県民税第4期の納期限です。

忘れずに納めましょう！！

税務署からのお知らせ

公的年金等を受給されている方へ

公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下で、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合には、所得税及び復興特別所得税の確定申告をする必要はありません。

なお、所得税及び復興特別所得税の還付を受けるためには、確定申告書を提出する必要があります。作成に当たっては、復興特別所得税を忘れずに記入してください。

また、所得税及び復興特別所得税の確定申告が必要ない場合であっても、住民税の申告が必要となる場合があります。住民税に関しては、役場税務課へお尋ねください。税に関する情報は、国税庁ホームページをご覧ください(www.nta.go.jp)。

ご存知ですか？公売

公売とは、国税局又は税務署が差し押さえた財産を滞納国税に充てるため、広く不特定多数の買受希望者を募り、入札又は競り売りの方法によって売却することをいいます。

公売は、原則としてどなたでも参加でき、全国の国税局や税務署の公売会場で行うほか、パソコンから参加できるインターネット公売や郵送で入札を受け付ける期間入札を行う場合もあります。

国税庁ホームページでは、インターネット番組「Web-TAX-TV」で、インターネット公売の参加方法などを紹介しています(番組名:「あなたもはじめてみませんか、インターネット公売」www.koubai.nta.go.jp)。

国税電子申告・納税システム(e-Tax)をご利用ください

所得税及び復興特別所得税・消費税及び地方消費税・贈与税の申告は、自宅から国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」を利用して、e-Taxで送信できます。

所得税及び復興特別所得税の確定申告でe-Taxをご利用いただくと、次のようなメリットがあります。

- 添付書類の提出省略(提出省略した書類は法定申告期限から5年間の保存が必要です)
- 還付がスピーディー
- 所得税及び復興特別所得税の確定申告期間中は、24時間利用可能(メンテナンス時間を除きます)

e-Taxに関する情報はe-Taxホームページをご覧ください(www.e-tax.nta.go.jp)。

放送大学 4月生募集のお知らせ

放送大学では平成27年度第1学期(4月入学)の学生を募集しています。

放送大学はテレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、幅広い分野を学べます。

- 15歳以上の方なら、1科目から学習する選科履修生・科目履修生として入学できます。
- 18歳以上の大学入学資格をお持ちの方なら、入学試験はなく、全科履修生として入学でき、4年以上在学して、124単位を修得し卒業すると、学士(教養)の学位を取得できます。
- 一つの分野を体系的に学びたい方には「放送大学エキスパート」を実施しています。

出願期間は3月20日まで。

資料を無料で差し上げています。

お気軽に

〒036-8561

放送大学青森学習センター(TEL0172-38-0500)

または

〒039-1102

八戸サテライトスペース(TEL0178-70-1663)

までご請求ください。

放送大学ホームページ(http://www.ouj.ac.jp)でも受け付けております。

2014 12 今月のお知らせ NEWS

平成26年工業統計調査を実施します

工業統計調査は我が国の工業の実態を明らかにすることを目的とした統計法に基づく報告義務がある重要な統計です。

調査結果は中小企業施策や地域振興などの基礎資料として利活用されます。

調査時点は平成26年12月31日です。

調査票へのご回答をお願いいたします。

問 役場 総務課 企画・防災対策室
Tel 7 5 5 - 2 1 1 1(内231)

ふるさと寄附金をいただきました

9月24日(水)、東京都江東区在住の西方正夫さんより、ふるさと寄附金をいただきました。西方さんの奥様が平内町出身のため、平内町に役立てていただければということでこの度の寄附となりました。

いただいた寄附金は、産業振興及び観光振興に関する事業に活用させていただきます。

貴重な寄附金ありがとうございました。

【ふるさと寄附金に関するお問い合わせ】

〒039-3393 青森県東津軽郡平内町大字小湊字小湊63
平内町役場 総務課 企画・防災対策室 防災管財係
TEL 017-755-2111 FAX 017-755-2145
E-Mail somu@town.hiranai.aomori.jp

農業委員選挙人名簿の登録申請について

毎年1月1日現在の農業者の申請に基づき、農業委員選挙人名簿が調整されます。

12月中に申請書を郵送しますので、申請書が届いた方は申請書に必要事項を記入の上、期日までに農業委員会へ提出してください。

また、当町に住所を有し、当町以外に農地をお持ちでその農地で耕作の業務を営む方で、下記の登録要件を満たしている方は、農業委員会にて申請手続きをしてください。

◆提出及び申請期限

平成27年1月10日(土)期限厳守

◆選挙権のある方(①～③すべてを満たす方)

- ①平成27年1月1日現在、町内に住所を有している方
- ②年齢が20歳以上の方(平成7年4月1日以前に生まれた方)
- ③次のいずれかに該当する方
 - ・10アール(1反歩)以上の農地につき耕作の業務を営む方
 - ・前者の同居の親族か配偶者で、年間おおむね60日以上耕作に従事している方

問 平内町農業委員会事務局
Tel 7 5 5 - 2 1 1 7(内255)

政治家の寄付は禁止、有権者が求めることも禁止です

政治家と有権者のクリーンな関係を保ち、お金のかからない選挙を実現するために寄附禁止のルールを守りましょう

年末年始は何かと贈り物やお祝い事をする機会の多いシーズンですが、政治家が選挙区内の人に、お金や物を贈ることは公職選挙法で禁止されています。

また、有権者が政治家に寄附や贈り物を求めることも禁止されています。

公職選挙法違反によって処罰されると、公民権停止の対象となります。ルールを守って、明るい選挙を実現しましょう。

※「公民権停止」とは？ 選挙への立候補、選挙での投票、選挙運動への参加等が禁止されること

<p>地域の運動会・スポーツ大会への飲食物等の差入</p> 	<p>お祭りへの寄附・差入</p> 
<p>みんなで徹底しよう 三ない運動</p> <p>贈らない!</p> <p>求めない!</p> <p>受け取らない!</p> <p>これらのものも、政治家の寄附禁止の対象となります。</p>	<p>落成式・開店祝等の花輪</p> 
<p>葬儀の花輪・供花</p> 	<p>秘書等が代理で出席する場合の葬儀の香典</p> 
<p>秘書等が代理で出席する場合の結婚祝</p> 	<p>町内会の集会・旅行等の催物への寸志・飲食物の差入</p> 
<p>病気見舞</p> 	<p>入学祝・卒業祝</p> 

自ら植えた稲を収穫～稲刈り体験～

小湊小学校(荒内清蔵校長)の4～6年生が5月に田植えをした稲が収穫時期を迎え、9月22日(月)、絶好の稲刈り日和の中、稲刈り体験が行われました。

慣れない鎌での刈り取りや稲を束ねる作業に最初は苦戦している様子でしたが、次第に笑顔も多くみられるようになり、楽しそうに作業を進めていました。児童たちからは「うまく稲を刈れてよかった」「もちつき集会が楽しみ」などという声も聞かれ、実りの秋を実感していた様子でした。



また、山口小学校(沼田礼一校長)でも10月9日(木)に稲刈りが行われ、5月に植えた「まっしぐら」を刈り取りました。収穫したお米は精米され、おにぎりにしておいしくいただく予定です。



大湊自衛隊大湊音楽隊 「第37回定期演奏会」のお知らせ

- ◆日時 平成27年2月11日(水・祝) 14:00～16:00
- ◆場所 リンクステーションホール青森
(青森市文化会館)
- ◆対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)
- ◆料金 入場無料(入場整理券が必要)
- ◆申込

平成27年1月16日(金)必着で、往復はがき(1枚で5人まで応募可)に住所・電話番号と全員の氏名・年齢を記入のうえ、

〒035-8511 むつ市大湊町4-1
海上自衛隊大湊地方総監部(広報)

「定期演奏会」係までご応募ください。

※応募は、お一人様1通までとさせていただきます。
※応募者多数の場合は、抽選となります。

問 海上自衛隊大湊地方総監部 広報係
TEL 0175-24-1111(内2304)

電気保安協会からのお願い

コンセント周りの清掃もお願いします

長い間にコンセントとプラグの隙間に付着したほこりが湿気を吸収して、わずかな電気が流れているうちに炭化して発火した例が報告されています。



10月受付分

戸籍の窓口

人口と世帯

男… 5,762人(- 15人)
女… 6,273人(- 5人)
計… 12,035人(- 20人)
世帯数… 5,132世帯(+ 1)
平成26年11月1日現在
()は、前月との比較

ご結婚おめでとう

本籍地

(佐々木 剛 第1内童子
相見 徳子 京都府

(原子 健太 福島
原子 由香里 七戸町

お誕生おめでとう

赤ちゃん名	(親)	住所地
豊島 望愛	(健太)	稲生
千代谷 環那	(仁司)	山口
福士 結羽	(有樹)	新生町
佐々木 葦斗	(丈)	新生町
鈴木 彪斗	(真彦)	新生町
柴田 丞	(由彦)	白砂
逢坂 麟	(修身)	青森市

お悔やみ申し上げます

喪主 住所地

圓山 源作(70)大高東沼館
田村 一夫(67)義夫土屋

亀田 正俊(80)進第1小林
高橋 安則(67)克路第1平中
須藤 忠太郎(82)尚哉茂浦
佐々木 保男(82)肇第1内童子
山本 典子(71)米二郎下東田沢
柴田 トミエ(85)武雄白砂
江戸 利男(82)照正第1口広
三津谷 キワ(85)秀一浅所
遠嶋 貞子(86)幸仁間木
中村 菊江(70)豊佐久助白井
太田 新一(70)博幸外童子
能藤 一男(86)明子新生町
後藤 キヨエ(92)雅之浦田
佐々木 富雄(93)善富第1内童子
小形 力雄(85)繁吉藤沢
蝦名 隆一(84)正儀中野
二ツ森 年明(80)明弘第3小林
田中 サカエ(90)正男中東田沢

年末年始、業務のお知らせ

【役場業務】

年末は12月26日(金)まで、年始は1月5日(月)から業務を再開いたします。

ただし、12月27日から1月4日までの休み期間中の婚姻、出生、死亡等の届出については随時受け付けいたします。

問 平内町役場
Tel 7 5 5 - 2 1 1 1

【その他の施設】

- ◆夜越山サポテン園
12月31日(水)のみ午後休園
- ◆夜越山ケビンハウス
年末年始は休まず営業
- ◆町立体育館・町立武道館・町立図書館
12月27日(土)～1月4日(日)まで休館
- ◆ほたて広場
12月31日(水)～1月2日(金)まで休館
- ◆よごしやま温泉
休まず営業(12月31日(水)のみ17時までの営業)

【平内中央病院】

年末は12月26日(金)まで、年始は1月5日(月)から診療を再開いたします。

ただし、急患は随時受け付けいたします。

問 平内中央病院
Tel 7 5 5 - 2 1 3 1

【ごみの収集運搬】

- ◆燃えるごみ・燃えないごみ
12月31日(水)～1月4日(日)まで休業
- ◆資源ごみ
12月27日(土)～1月4日(日)まで休業
- ◆外ノ沢埋立地
12月28日(日)～1月3日(土)まで休業

※休業期間中は集積場所にごみを出さないように、皆さまのご協力をお願いします。

問 役場 町民課 生活環境係
Tel 7 5 5 - 2 1 1 3

地域の協力で避難訓練

障害者総合福祉センターなつどまりは、さまざまな障害を持った方々が140名生活している施設です。地震や台風、火災などの災害時、限られた職員だけでは対応が困難であることから、近隣の小豆沢地区と協力を重ね、平成10年に小豆沢地区住民による「地域防災協力隊」が結成されました。それ以来、毎年災害時を想定した避難訓練を重ねており、ここ数年は、職員体制が最も手薄な夜間の火災時の訓練を実施しています。

今年度は、8月29日(金)に地区の公民館で地域防災協力隊の総会が開催され、今年度の訓練内容を確認し、9月12日(金)19時より避難訓練を実施しました。

当日は週末の夜にもかかわらず、倉内一典隊長をはじめとする24名の隊員の協力のもと、無事訓練を終えることができました。訓練後は、協力隊員と施設職員とで避難誘導の改善点や注意点を話し合い、20時に解散となりました。

万が一の災害時、いち早く駆けつけていただけるのは、近隣住民の皆さんです。訓練回数を重ねるごとに、利用者の特性や建物の構造の理解も高まっています。身近な住民の応援をいただき地域との絆を感じた訓練でした。小豆沢地区の皆さん、ありがとうございました。



求職者の皆様へ

ハローワーク青森では、青森市、青森年金事務所、青森県弁護士会、日本産業カウンセラー協会東北支部、青森労働局企画室と連携し、「仕事を探している方で、職業相談・職業紹介、生活支援や住宅支援を希望されている方」を対象にワンストップで各種相談をお受けする「ワンストップ・サービス・デー」を開催します。

- ◆開催日時 平成26年12月8日(月) 9:00～16:00
(12:00～13:00を除く)
- ◆場 所 ハローワーク青森(2階会議室)
- ◆対 象 仕事を探している方で、職業相談・職業紹介、生活支援や住宅支援を希望されている方
- ◆相談内容 仕事や解雇等に関する相談、心と身体の健康相談、多重債務等の相談、生活保護・住宅等に関する相談

問 ハローワーク青森(専門援助部門)
Tel 7 7 6 - 1 5 6 1 (43#)

冬の交通安全週間

期間：平成26年12月11日(木)～12月20日(土)

あなたも参加 わたしもあります“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	
	10月中	年間累計	
発生	365件 (-51)	3371件 (-700)	高 齢 者 の 死 者 ～ 65 歳 以 上 の 人 ～ 28人 (+4)
	死者	9人 (+1)	41人 (+6)
傷者		459人 (-45)	4175人 (-850)
			非 着 用 死 者 7人 (+2)

※()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。

平内いきいき健康館 よごしやま温泉 12月の臨時休館日は24日(水)
～毎月1日・16日は9時から入浴できます～

平内ホタテPR活動報告

町では、特産品であるホタテのおいしさを広く県内外に知ってもらおうと、平内町漁業協同組合や青森県ほたて流通振興協会と協力してホタテのPR活動を行っております。各地で秋のイベントが多数開催された10月に行われたPR活動を報告いたします。

今年、昭和10年に当時の西平内村と一緒に「特定振興村」として三井報恩会に救済してもらった縁で交流の始まった岩手県紫波町や、ホタテの養殖の基礎を築かれた、故山本護太郎博士の故郷である秋田県湯沢市、秋まつりをリニューアルした青森市を新たに加え、一昨年から出展している東京都中野区「青森人の祭典」とあわせて全国4か所で「焼きホタテの格安販売」を中心にPR活動を実施しました。



湯沢では焼きホタテのブースに人だかりが

東京平内町ふるさと会の協力

首都圏での町のPRイベントには毎回、在京の平内町ふるさと会の方々がたくさん応援に来てくださっています。今回も二日間にわたり販売や行列の整理に遅くまで手伝っていただきました。地元のホタテのおいしさを身をもって知っている会の方々の声に、多くの方が足を止め、たくさんのホタテを食べていただきました。



紫波町ではホタテ釣りも大好評

今年で5回目の開催となる「青森人の祭典」では2日間で来場者が24万人を超え、食のブースでは一番の人気となり、両日ともに販売開始から完売するまで行列が絶えませんでした。

評判は上々で、「しょうゆをかけなくてもこんなに美味しいなんて」、「味もさることながら安さにびっくりした」といった感想が聞かれたほか、在京の県出身者の方は「懐かしい青森のホタテの香りだ」と目を細めていました。



ホタテの美味しさに笑顔が(青森人の祭典)

『わたしの好きなひらな』



◇投稿者

佐々木 遥香さん (第1内童子)

◇撮影場所

内童子公民館

◇投稿者より◇

大好きな内童子の伝統を絶やしたくないと、内童子獅子舞保存会に入って囃子方を担当し、練習に励んでいます。

お盆に町内を練り歩くと、帰省で本家に集まった家族や子供たちなど大勢の方が出迎えてくれて、まだまだ内童子は元気だと嬉しくなります。

囃子方は女の子でもできるし、私よりもさらに若い子たちにどんどん参加してもらいたいです。

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。

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