

広報

ひらな

1

平成27年/2015

「今日は全部ホームラン
打つつもりで振れ！」

- ◆ 年頭のご挨拶 . . . 2～3ページ
- ◆ 平内町褒賞授与式 . . . 4ページ
- ◆ 生涯学習情報 . . . 5～7ページ
- ◆ 保健福祉だより . . . 8～10ページ
- ◆ 暮らしの中の税 . . . 12ページ
- ◆ 今月のお知らせ . . . 13～15ページ

◆ 細川亨選手野球教室より ◆



平内町長
船橋
茂久

行政



年頭にあたって

新年明けましておめでとうございます。
希望に満ちた輝かしい平成27年の新春を迎え、町民皆様の御健勝と御繁栄を心よりお祝い申し上げます。

昨年を振り返ってみますと、「広島市の住宅地を襲った土砂災害」、「御嶽山の火山噴火」など、国内外ともに自然災害が猛威を振るうなど改めて自然の厳しさを認識させられる年でありました。幸い当町は大きな災害もなく比較的穏やかな年であったと感じておりますが、被災した地域・方々には改めて心よりお見舞い申し上げます。

町政については、厳しい財政状況ではありますが、当初の事業計画は順調に推移しております。継続事業であります(仮称)藤沢団地建設工事において26年度は2棟4戸完成の見込みです。更には外童子、間木・東滝地区の融雪溝も現在整備中です。また、全国ラジオ体操連盟等が主催する「夏期巡回ラジオ体操・みんなの体操会」が昨年8月9日に当町で開催されました。当日は目標の1,000人を超える参加者が集まり、町から元気あふれるパワーが日本全国に生放送されました。今後も町民の健康保持・福祉増進を図り、地域ぐるみで健康なまちづくりに積極的に取り組んで参りたいと考えております。

町の基幹産業である漁業、特にホタテ養殖漁業については、夏場の高水温が比較的短期間で終わったために、目立ったへい死もなくほぼ平年並みに成長しておりますので、このまま順調に成長することを切に願っております。水揚げはホタテで約43億円、ナマコを

含めると約53億円と計画を下回るものの昨年を上回る見込みとなっておりますが、依然としてホタテ養殖漁業をめぐる情勢は厳しく、生産者の経営安定に繋げるために、健苗育成、ホタテ貝適正養殖可能数量制度(タスク)、養殖残渣対策等、引き続き生産者、漁協と一体となって取り組んで参りたいと考えております。

一方、水稻については、田植え時期の前半に低温の期間があったものの、その後は好天に恵まれ、青森県全体の作況指数は104の「やや良」と4年連続の豊作となり、当町も平年作以上の収量を確保することができました。航空防除による適切な薬剤散布が功を奏し、基幹品種である「まっしぐら」の一等米比率が昨年度と比較し約10%上回る87.5%の結果となりました。今後も、より一層の品質向上を図るべく関係機関と一体となって、良質米の生産に取り組んで参りたいと考えております。

当町は27年3月31日に町制施行60周年を迎えます。これまで先人のたゆまない努力に支えられてここまで発展して参りましたが、私達も先人が積み上げてきたものを更に発展させて、子どもたちに引き継がなければなりません。そのために町の豊かな自然、伝統文化、産業などを独自の地域資源として活用・発展させて参りたいと考えております。

今年も一層厳しい財政状況の中で課題は山積しておりますが、限られた財源を効率的、効果的に執行し、地場産業の更なる発展と町民皆様の生活向上のために今後も全力で取り組んで参りますので、皆様の変わらぬ御支援と御協力をお願い申し上げます。

新しい年が町民の皆様、そして平内町にとりまして良き年でありますよう御祈念申し上げます。新年の御挨拶といたします。



平内町議会議長
佐々木徳正

議 会



新春を迎えて

新年明けましておめでとうございます。平成27年の年頭にあたり、町議会を代表いたしまして謹んで新年の御挨拶を申し上げます。

町民の皆様には、希望に満ちた新年を、御家族お揃いで健やかに迎えのことに、議員一同心よりお喜び申し上げます。また、町議会に対しまして日頃より深い御理解と御協力を賜り衷心より感謝申し上げます。

昨年を振り返りますと、近年の異常気象は昨年も例外ではなく、各地で集中豪雨や土砂災害が後を絶たず、さらに火山の噴火や地震など、多くの悲惨な被害をもたらしました。当町には、直接的被害を与える大きな災害・事故はなかったものの、被害にあわれた方々には心からお見舞いを申し上げます。

さて、当町の各事業は、(仮称)藤沢団地建設事業が25年度8戸、26年度4戸と整備が進んでおります。また、生活環境の改善のため小湊、清水川・口広地区の下水道工事も継続して実施し、今年度末に清水川地区の一部が供用できる見込みとなっています。さらに、道路については、引き続き小湊・外童子線の拡幅改良、側溝の整備を行い、生活・観光道路として県道夏泊公園線の改良等について県への要望を強化して参ります。

また、町の基幹産業である水稲については、田植え時期の前半に低温の期間があったものの、その後は天候に恵

まれ、青森県全体の作況指数は104の「やや良」で、当町も平年作以上の収量を確保できました。基幹品種の「まっしぐら」については、一等米比率が87.5%と昨年度に比べ約10%上回りました。

一方のホタテ養殖においては、水揚げ高がホタテで約43億円、ナマコを含めて約53億円と計画よりは下回るものの昨年を上回る見込みとなっております。また、ホタテの成長については、数年続いた夏場の高水温も昨夏は比較的短期間で終わったことから、目立ったへい死もなく平年並みの成長となっております。

町議会としては、基幹産業を守り育て、経営安定に努めるために、関係団体・生産者の取り組みに対し、町と一体となり支援していきたいと考えております。

当町においては、旧青森少年院跡地取得や役場・消防庁舎の耐震不足など、課題は山積しておりますが、今年度は昭和30年町村合併促進法により、「平内町」が誕生してから60年の節目の年であり、歴史を踏まえ、更なる発展のため努力を傾注する所存であります。

今後とも町政を取り巻く環境は厳しいものがありますが、町民が安心して暮らせる町づくりのためにも、町民の皆様のお意見が町政に反映されるよう自己研鑽に努め、町民の福祉向上のために議員一同邁進して参る所存でありますので、相変わらざる御指導と御鞭撻をお願い申し上げます。

新しい年を迎え、平内町の限りない発展と町民皆様の御健勝と御多幸を議員一同心から御祈念申し上げ、新年の御挨拶といたします。



平成26年度平内町褒賞授与式

去る11月27日(木)に平内町褒賞授与式が山村開発センターにおいて執り行われました。

この褒賞は、町の政治、経済、社会、その他各般にわたって顕著な功績をあげられた方々を永く顕彰するために行われる町の権威ある表彰で、昨年度までに238名、7団体が受賞されております。

式では、船橋町長から褒状が手渡され、受賞者を代表して佐々木徳春氏より「時勢の赴くままに、それぞれの職務と任務を遂行してきたにすぎなかったわけで、諸先輩方の懇切な指導と鞭撻の賜と深く感謝しております。」と謝辞がありました。

○納税功労者 佐々木徳春氏(85歳)

長年にわたり納税貯蓄組合長として、納税貯蓄組合の育成強化に率先して取り組むなど、豊富な識見と旺盛な責任感をもって、納税意識の高揚と町財政の確立に尽力されました。

○納税功労者 故 笹原市則氏(死亡時74歳)

長年にわたり納税貯蓄組合長として、納税貯蓄組合の育成強化に率先して取り組むなど、豊富な識見と旺盛な責任感をもって、納税意識の高揚と町財政の確立に尽力されました。

○納税功労者 佐々木新太郎氏(77歳)

長年にわたり納税貯蓄組合長として、納税貯蓄組合の育成強化に率先して取り組むなど、豊富な識見と旺盛な責任感をもって、納税意識の高揚と町財政の確立に尽力されました。

第36回町民剣道大会開催

11月30日(日)、第36回町民剣道大会(体育協会主催)が平内町勤労青少年ホームを会場に開催されました。

西武館の伊瀬谷祐樹君(山口小6年)が力強く選手宣誓を行い、公開演武で井筒健一さん(剣道五段)、千代谷寿幸さん(剣道四段)が日本剣道形を披露した後、幼児から一般まで50名余りの剣士が参加し、熱戦を繰り広げました。

【幼児の部】

優良賞 大山 有為(西武館)、千代谷北斗(西武館)

【小学校2年生以下男子の部】

①船橋 麗人(剣心会) ②逢坂 翔(西武館)
③千代谷大地(西武館) ③塩越 羅夢(剣心会)

【小学校2年生以下女子の部】

①千代谷望生(西武館) ②千代谷愛羽(西武館)

【小学校3・4年生男子の部】

①船橋 健心(剣心会) ②田村飛永夢(西武館)
③大山 泰芽(西武館)

【小学校3・4年生女子の部】

①伊瀬谷実咲(剣心会) ②逢坂 沙耶(西武館)

【小学校5・6年生男子の部】

①伊瀬谷祐樹(西武館) ②須藤 翔希(西武館)
③成田 夏緒(剣心会) ③千代谷航磨(西武館)

【小学校5・6年生女子の部】

①今 雪奈(西武館) ②成田 星乃(西武館)

【中学校男子の部】

①古川 諒大(小 湊) ②一戸 祥平(西平内)
③小山内大輝(小 湊) ③今田 壤(小 湊)

【中学校女子の部】

①平野 未悠(小 湊) ②大水 志保(西平内)

【高校生男子の部】

①村田 雅登(青森北) ②平野 大貴(青 森)
③今田 湊人(青森商) ③大森 伸弥(松風塾)

【高校生女子の部】

①木村 里帆(青森東) ②小林 菫(松風塾)
③小林 栞(松風塾)

【一般の部】

①工藤 共路(藤 沢) ②成田 静哉(稲 生)
③井筒 健一(口 広) ③成田 淳樹(小 湊)

◆第22回東西対抗戦(小学生対象)

優勝 東軍(剣心会)

準優勝 西軍(西武館)

【最優秀選手賞】 伊瀬谷実咲(東軍)

【優秀選手賞】 伊瀬谷功輔(東軍)
千代谷大地、伊瀬谷祐樹(西軍)

【敢闘賞】

東軍 塩越 羅夢、成田 夏緒、工藤 聡道
西軍 須藤 蓮人、川崎 倅、逢坂 翔
千代谷武蔵、大山 泰芽、大水彪之介
千代谷航磨



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

ハクチョウのまち再生へ向けて

ハクチョウに関しては日本で唯一、特別天然記念物に指定されている「小湊のハクチョウおよびその渡来地」ですが、近年では長年観察・給餌を続けてきた浅所小学校の閉校や、鳥インフルエンザ問題に絡む給餌の自粛などにより親子連れで賑わう姿も少なくなり、特別天然記念物の指定解除になるのではという危惧もされています。

教育委員会では、昨年度から「ハクチョウのまち再生事業」を実施し、町民の関心を高めハクチョウとの関わり方をもう一度考えてみようとする様々な取り組みを行っています。



今年の第一陣は10月17日に観測されました



笑いも交えた楽しい講座になりました

ひらないカレッジで講座を開催

11月5日(水)には、町立山村開発センターにおいて、「ハクチョウのまち」と題し、ひらないカレッジいきいきコースの講座を開催しました。

ハクチョウ保護に携わる生涯学習課職員が講師を務め、ハクチョウの生態や歴史などについて説明をした後、当町とハクチョウとの関わりについてまとめたDVDを鑑賞し「ハクチョウ検定」の練習問題にチャレンジしました。

町では、町民の皆さんにハクチョウのことを知ってもらい、楽しく学んでいただきたいと考えております。町民の皆さんのご参加を心よりお待ちしております。

『ハクチョウ博士』今年も6名誕生！！

12月6日(土)、昨年に引き続き2回目の開催となるハクチョウ検定が行われ、町山村開発センターに集まった15名の受験者が初級・上級それぞれ全20問の3択問題に挑みました。結果、上級2名、初級4名の受験者が合格し、後日合格証書と認定証が手渡されました。

○初級合格者(4名)

小形郁子 蝦名光子 小形華澄 寺嶋武夫

○上級合格者(2名)

須藤郁子 田口耕至

合格者の皆さん、おめでとうございます！！

ハクチョウのまちシンポジウムを開催

12月13日(土)には、青森大学准教授の藤公晴氏を講師に招きハクチョウのまちシンポジウムを開催しました。

環境学を専攻とする藤氏の講演では、ハクチョウと人、地域のつながりについて、これまでの直接的な餌付けではなく、干潟の整備や森林・河川・海を豊かにすることで間接的な餌付けに転換していくことが提言され、自然循環が広範で多様な関係性を持つこと、ホタテ養殖などの漁業にも密接に関係していることが強調されました。

その後行われたワークショップでは、3グループに分かれ、参加者が自ら考える10年後の理想の渡来地について、それぞれのアイデアや想いを話し合い、たくさんの貴重な意見が出されました。



和やかな雰囲気の中で行われたワークショップ

ハクチョウの生態などホームページでも詳しく紹介しています。【ハクチョウのまち平内町】で検索

<http://www.town.hiranai.aomori.jp/index.cfm/1,8796,73,html>

町民ナイターラージボール 卓球リーグ戦大会が開催されました

10月7日(火)~28日(火)にかけ、社会人卓球愛好者らが、通常の卓球よりも大きいボールを使用し初心者から高齢者まで楽しむことができるラージボールナイター卓球大会のリーグ戦を戦いました。

12チームが参加した総当たりのリーグ戦では、シングルス2試合とダブルス1試合が行われ、楽しみながらも真剣勝負が繰り広げられました。結果は以下のとおりです。

Aクラス

- ①トライアングル ②ファイブ
- ③元気な星 ④パフラ会

Bクラス

- ①ハロウィン ②のこった
- ③ジャクソンス ④さがしこ JAPAN

Cクラス

- ①中性脂肪 ②青い森工業
- ③ヴィルドリオン ④白えび



歴史を学び気持ちよくウォーキング ひらないカレッジ~すこやかコース~

10月30日(木)と31日(金)の2日間、ひらないカレッジのウォーキングが八戸市南郷地区にある“世増(よまさり)ダム”で開催されました。

「ダムに沈んだ歴史にふれる」と題して行われたこの講座では、歴史ガイドとして八戸市是川縄文館の古館館長をお招きし、ダムの建設に伴い水没した集落の歴史、平家にまつわる伝説、縄文時代の貴重な出土品に関して学ぶことができました。



また、南郷地区ウォーキングクラブ「MTC21」の方にご協力いただき、秋の青空に紅葉が映えるダム湖周辺の5kmを散策しました。

参加された102名の受講生からは、「歴史を学び歩くことで充実感と達成感の両方が得られた」、「地域を挙げて歓迎してもらいうれしかった」などの感想が寄せられました。

ひらないカレッジすこやかコースでは、健康に関する様々な催しを開催しています。来年も魅力ある講座を企画して参りますので、皆さんぜひご参加ください。

町立図書館

紹介コーナーその180

◆一般書◆

- ①ヤモリ、カエル、シジミチョウ 江 國 香 織
- ②ナオミとカナコ 奥 田 英 朗
- ③ボルケイノ・ホテル 谷 村 志 穂
- ④インデックス 誉 田 哲 也
- ⑤サラバ 上・下 西 加 奈 子
- ⑥冬を待つ城 安 部 龍 太 郎
- ⑦べんけい飛脚 山 本 一 力
- ⑧大原御幸 林 真 理 子
- ⑨鳥たち よしもと ばなな
- ⑩波の音が消えるまで 上・下 沢 木 耕 太 郎

○1月の休館日 11日・12日・25日
年末年始12月27日(土)~1月4日(日)まで

生涯学習カレンダー 1月

6日(火)	◆平内町消防団出初式
8日(木)	◆心配ごと相談日(10:00~15:00)
15日(木)	◆管内小・中学校3学期始業式
18日(日)	◆家庭の日(ノー行事デー)
22日(木)	◆心配ごと相談日(10:00~15:00)

＜家庭の日とは＞

青森県及び青少年育成青森県民会議では、毎月第3日曜日を「家庭の日」とし、家族の温かい触れ合いを通じてぬくもりのある家庭づくりを目指しています。

家庭の日には、

- ・家族みんなで話し合しましょう。
- ・家族みんなで楽しみ合しましょう。
- ・家族みんなで協力合しましょう。

日本一の捕手として凱旋



目指せプロ野球!!
福岡ソフトバンクホークス
細川亨選手 野球教室
～細川亨選手 柳瀬明宏選手 嘉弥真新也選手と～
in平内町立体育館 2014年12月6日(土)



ボールの握り方を丁寧に指導



自らバットを持ってスイング

目指せプロ野球！細川亨選手野球教室開催

先の日本シリーズで3年ぶりに日本一に輝いたプロ野球ソフトバンクホークスの細川亨選手(東滝出身)と、中継ぎ投手として活躍している柳瀬明宏、嘉弥真新也両投手を町立体育館に招いて12月6日(土)、小・中学生を対象とした野球教室が開催されました。

教室では、キャッチボールやトスバッティングの相手をしてくれるなど選手と触れ合う機会が多くあり、参加した小・中学生は感激の眼差しで3選手を見つめました。

野球教室の終了後には、毎年恒例となったプレゼント抽選会が行われ、貴重なサイン入りグッズなどがもらえるとあって当選者の名前が読み上げられるたびに歓声と落胆の音が交錯し会場は熱気に包まれました。

指導いただいた3選手の皆さん、本当にありがとうございました。



指導いただいた柳瀬選手、細川選手、嘉弥真選手



外は大雪。準備体操は入念に



選手との距離が近いのもこの野球教室の魅力



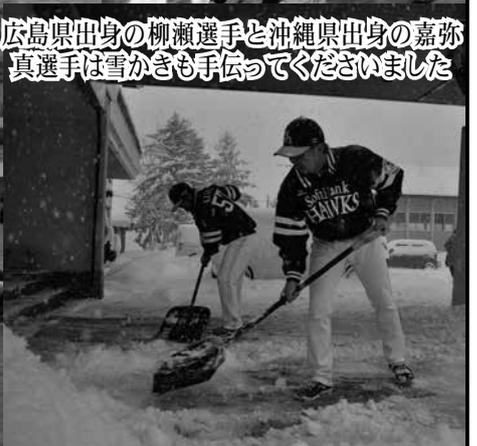
広島県出身の柳瀬選手と沖縄県出身の嘉弥真選手は雪かきも手伝っていただきました



当たれー、当たれー!!



サイン入りユニフォームに大感激!



hiranai

保健福祉だより

「健康づくり」 歩くことから はじめよう

健康づくりのための運動習慣 ～30分以上の運動を週2回以上目指しましょう～

これまで運動習慣のなかった人でもすぐに始められるお勧めの運動がウォーキングです。ウォーキングは、体への負担も少なく安心して行える運動です。運動中でも“ちょっときついな・・・”と感じたら、すぐにペースダウンでき、運動レベルを自分で調節しやすい点もウォーキングの魅力です。

ウォーキングは全身の筋肉の2/3を占める下半身を積極的に動かすため、足腰の筋力強化につながります。さらにストレスや不安、緊張などに関係する自律神経系や脳細胞を刺激し、ストレス解消や脳の老化防止といった効果も期待できます。

ウォーキングの効果

- 内臓脂肪を減少させる
- 血管を柔らかく保つ
- インスリン抵抗性を改善し、血糖を減少させる
- 血圧降下作用がある
- 中性脂肪を減少させる
- HDLコレステロール(善玉)を増加させる



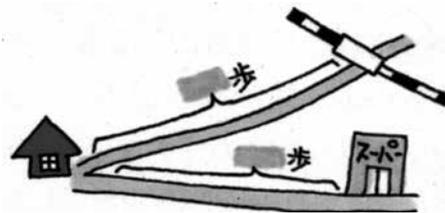
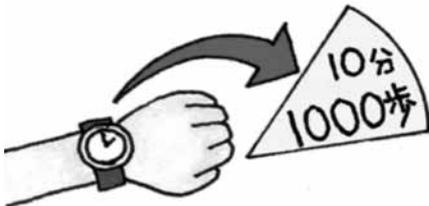
～1日1万歩を目標に歩きましょう!～

厚生労働省の調査によると、15歳以上の1日あたり平均歩数は、平成9年と平成21年では約1,000歩減少しており、男性は約7,200歩、女性は6,400歩でした。ちなみに江戸時代の人には1日に15,000歩から30,000歩、歩いていたとされています。

1日に1万歩、歩くようにすると生活習慣病予防に効果的であることがわかっています。

「あと1,000歩」を増やすヒント

- ① 10分歩くと約1,000歩。
歩数を歩行時間で覚えよう。
- ② 駅まで何歩、スーパーまで何歩と歩数を
生活の行動パターンとして体で覚えよう。



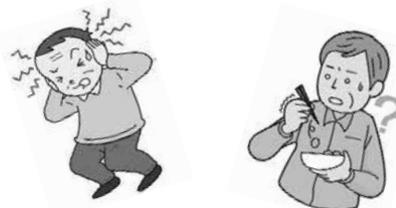
- ③ 歩数は連続しなくてもかまわないので
1日の合計が1万歩になるようにしよう。
- ④ ショッピングに出かける、史跡を
訪ねるなど歩行に目的を持とう。

$$\begin{array}{|c|} \hline \text{通勤} \\ \hline 2000\text{歩} \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \text{散歩} \\ \hline 4500\text{歩} \\ \hline \end{array} + \dots = \begin{array}{|c|} \hline \text{合計} \\ \hline 10000\text{歩} \\ \hline \end{array}$$



脳卒中を防ぐには ～生活習慣の改善が大切～

脳卒中を防ぐにはまず、危険因子をできるだけ減らすことが重要です。高血圧などの明らかな危険因子を持っている人は、治療に努めてください。食生活をはじめとする生活習慣の改善も大切です。



～脳卒中の危険因子～

【高血圧】

最も効果的な脳卒中防御法は高血圧を治療することです。まず、塩分摂取を控え、適度な運動を続けましょう。

【糖尿病】

まず食事・運動療法でコントロールします。薬物療法が必要な場合もあります。

【脂質異常症】

脂質異常症の治療は心筋梗塞や脳卒中の予防にもつながります。

【心房細動】

心房細動(脈の乱れ)は、心臓の中にできた血の塊が血液の流れにのっていき、脳の血管で詰まって脳梗塞の原因となります。

～生活習慣で気をつけること～

- 喫煙、アルコールの飲み過ぎ、過労、ストレス、睡眠不足を避ける
- 水分摂取に心がける
- 急激な温度変化に注意する(着衣、風呂場と脱衣所を暖かくする)
- 肥満にならないようにする
- 適度な運動をする
- 減塩に努める



病気は自覚症状がありません。定期的に健診を受け、危険因子がないかチェックすることが必要です。

健康豆知識

～ロコモティブシンドロームとは?～

ロコモティブシンドローム(運動器症候群、以下ロコモ)とは、骨や関節、筋肉などの「運動器」が衰えた状態のことです。ロコモになると転倒や骨折、関節疾患などのリスクが高まり、寝たきり、介護状態になるおそれもあります。誰もがロコモになる可能性があり、早い人では40歳から膝痛や腰痛などの兆候があらわれ始めます。ロコモにならないために日頃から足腰を動かす習慣を身につけましょう。

あなたは大丈夫?

7つのロコモチェック

- ①片足立ちで靴下がはけない
- ②家の中でつまずいたりすべったりする
- ③階段をのぼるのに手すりが必要である
- ④家の掃除機の使用、布団の上げ下ろしなどややきつい仕事が困難である
- ⑤2キロ程度の買い物をして持ち帰るのが困難(1リットルの牛乳パック2本分)
- ⑥15分くらい続けて歩けない
- ⑦横断歩道を青信号で渡りきれない

ひとつでも思い当たる人は普段から運動を取り入れ、ロコモ予防をしましょう。

こころの健康づくり講演会

11月21日(金)、勤労青少年ホームにおいて、「うつ予防：どう気づく?こころのサイン」と題し、青い森病院長、平野敬之氏をお招きし講演会を開催しました。うつ病には、意欲低下、落ち込み、孤独感、無関心などいろいろな症状があり、さらに不眠や食欲低下などの身体症状が現れます。慢性的なストレスからこころのエネルギーの予備力が少なくなっている状態にあるため、休養と服薬、理解者の支援のもと、こころのエネルギーを貯蓄することで“必ず治る病気”であることが話されました。身近な人で気になる人がいたら、ゆっくり話を聞き、辛いという気持ちに寄り添ってあげることが大切です。自分の好きなものに気づき、ゆっくり休んであせらずこころの回復、身体の回復へとつなげましょう。



国民年金保険料の納付は 口座振替がお得です

国民年金保険料の納付には、口座振替がご利用になれます。

口座振替をご利用いただくと、保険料が自動的に引き落とされるので金融機関などに行く手間が省けるうえ、納め忘れもなくとても便利です。

また、口座振替には当月分保険料を当月末に振替納付することにより、月々50円割引される早割制度や、現金納付よりも割引額が多い6ヵ月前納・1年度前納・2年度前納もあり、大変お得です。

【お申込み期限】

- ・6ヵ月前納(4月～9月分) 毎年2月末まで
 - ・6ヵ月前納(10月～翌年3月分) 毎年8月末まで
 - ・1年度前納(4月～翌年3月分) 毎年2月末まで
 - ・2年度前納(4月～翌々年3月分) 毎年2月末まで
- ※期限内に間に合わない場合、翌年の3月までは翌月末振替(割引なし)となりますのでご注意ください。

口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参のうえ、ご希望の金融機関や役場、または年金事務所へお申し出ください。

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

国民健康保険からのお知らせ

医療費が高額になりそうなときは 限度額適用認定証をご利用ください

医療費の自己負担が高額になったとき、自己負担限度額を超えた分が「高額療養費」として払い戻されます。しかし、あとから払い戻されるとはいえ、一時的な支払は大きな負担となります。

国民健康保険加入者で多額の医療費がかかりそうなときは、あらかじめ役場の窓口で、「限度額適用認定証」の交付を受けてください。医療機関の窓口で保険証と一緒に提示することにより、医療機関(入院・外来別)ごとにひと月の支払額が自己負担限度額までとなります。

また、70歳以上の方で、住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出来るためです。

※住民税非課税世帯、70歳以上75歳未満の方で区分が低Ⅰ、低Ⅱの方は「限度額適用・標準負担額減額認定証」

◆申請場所

役場 保健福祉課 国民健康保険係(④番窓口)

◆申請に必要なもの

申請書(窓口で用意)、保険証、印鑑

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

障害者の方へ 職業訓練のお知らせ

青森県立障害者職業訓練校では平成27年度訓練生の募集をしています。入校願書は公共職業安定所(ハローワーク)に用意してありますので、必要事項を記入し、最寄りの公共職業安定所(ハローワーク)に提出してください。

- ◆訓練科名 ・デジタルデザイン科(身体障害者)
・OA事務科(身体障害者)
・作業実務科(知的障害者)
- ◆訓練期間 1年間(4月～3月)
- ◆募集期間 平成27年1月8日(木)～2月12日(木)
- ◆入校試験日 平成27年2月20日(金)

問 青森県立障害者職業訓練校(訓練科)
Tel 0 1 7 2 - 3 6 - 6 8 8 2
役場 保健福祉課 福祉係
Tel 7 5 5 - 2 1 1 4 (内線144)

全国障害者スポーツ大会 金田一さん銅メダルを獲得!

11月1日～3日にかけて開催された第14回全国障害者スポーツ大会「長崎がんばらんば大会」で、金田一弘美さん(37歳・本町)がボウリング競技壮年男子の部で3位に輝き、銅メダルを獲得しました。

青森県選手団(28名)の一員として参加した金田一さんは知的障害があり、障害者総合支援施設なつどまりのグループホームで支援員さんの養護のもと生活しています。仕事休みには毎週大好きなボウリングの練習に出かけるそうで、大会には長崎まで3個のマイボールを宅急便で送るほどの気合の入れようだったとのこと。金田一さんは「来年はぜひ金メダルを」と力強く宣言してくれました。



☆ 子育て支援センター ☆ 1月の行事予定

日 程	活動・場所	内 容
1月7日(水) 9:45～11:15	親子ふれあいワーク 支援センター	お正月遊びをしましょう
1月16日(金) 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
1月23日(金) 9:45～11:15	すくすくクラブ 支援センター	・身体測定 ・鬼のお面を作ります

問 平内町地域子育て支援センター
Tel 7 5 8 - 1 2 1 4

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

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

鳥インフルエンザにご注意ください

◆ 屋外で鶏など鳥類を飼っている方へ ◆

高病原性鳥インフルエンザについては、平成26年4月に熊本県で発生が確認されましたが、迅速な対応により早期に防疫措置が終了しました。しかしながら中国、韓国などのアジア周辺諸国では、依然として本病が発生しています。

また、渡り鳥が飛来する季節を迎え、12月には宮崎県の農場に本病が確認され、肉用鶏が殺処分となりました。

本病ウイルスは大陸からの渡り鳥によって持ち込まれると考えられており、鶏と野鳥(スズメ等)との接触を避けるため次のことに注意してください。

- 1 放し飼いにしないこと。
- 2 鳥小屋・運動場は防鳥ネット(網目の大きさが2cm以下のもの)で囲い、ネズミ等が入らないよう穴は補修して塞いでおく。
- 3 清潔な環境で飼育し、小屋の周囲を消石灰等で定期的に消毒する。
- 4 鶏の世話をするときは、専用の長靴を用い、よく消毒する。

次の症状を確認した時は、家畜保健衛生所へご連絡ください。

- ・とさかの色が黒くなる・顔が腫れる・下痢
- ・卵を産まなくなる・神経症状(沈うつ等)
- ・急死 等

問 東青地域県民局地域農林水産部
青森家畜保健衛生所
TEL 7 6 4 - 1 7 4 4
(夜間・休日)
0 9 0 - 2 2 7 4 - 0 4 7 4

◆ 死亡した野鳥を見つけた場合 ◆

野鳥の種類、羽数により検査が必要となります。詳しくは東青地域県民局地域農林水産部林業振興課にお問い合わせください。

なお、病気以外で死亡した野鳥を処分する場合は、素手で触らずビニール袋に密封し、燃えるゴミに出してください。

詳細については青森県ホームページをご覧ください。
<http://www.pref.aomori.lg.jp/nature/nature/tori-manual.html>

問 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
(夜間・休日)
0 9 0 - 8 7 8 4 - 6 9 4 4
0 9 0 - 2 2 7 1 - 5 0 9 4

暮らしの中の税

『私たちの生活と税金』

平成27年度申告相談について

平成27年度の住民税及び国保税は、平成26年1月1日から12月31日までの1年間に生じた所得に課税するため、平成27年2月2日(月)から2月20日(金)にかけて申告相談を実施いたします。

詳しい日程等は、『申告相談日程表』を每户配布いたしますので、ご参照のうえ是非申告相談してくださいますようお願いいたします。

また、日程表の期間中に都合のつかない方は、予め役場税務課へお問い合わせのうえ、申告相談ください。

事業所得、農業所得等の申告相談の方は、総収入金額から必要経費を差し引いて所得金額を計算する収支計算方式になります。収入金額や必要経費にかかる請求書、領収書などの書類と日々の取引の記録等(帳簿)を整備してスムーズに収支計算ができるよう準備の上で申告相談においでくださるようお願いいたします。

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

個人住民税における 住宅借入金等特別税額控除について

所得税の住宅ローン控除を受けている方で、所得税において控除しきれなかった金額がある場合は、翌年度の個人住民税において住宅ローン控除が適用されません。

◆対象者

平成12年～18年まで及び平成21年～26年までに居住した方

◆控除を受けるためには

所得税の確定申告が必要です。期限(平成27年3月16日)までに必ず申告してください。

ただし、居住2年目以降の場合、給与所得のみの方で職場において年末調整をされているときは、確定申告が不要です。

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

中学生の税についての作文

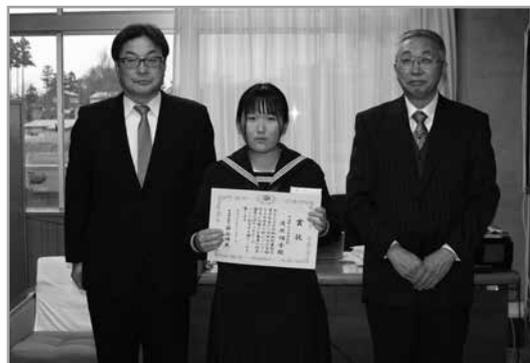
国税庁と全国納税貯蓄組合連合会が募集した『平成26年度「中学生の税についての作文」』で、東平内中学校(原田斉校長)1年生の亀田まりあさんが全国納税貯蓄組合連合会優秀賞、小湊中学校(工藤弘一校長)1年生の逢坂璃子さんが青森税務署長賞を受賞しました。

全国納税貯蓄組合連合会優秀賞を受賞した亀田さんは、納期内の納付をお願いする町内放送を聞き、税は町の貴重な財源であり、公共サービスに充てられていると知り、住みよい社会のため納税は国民の義務だという意識をもっと高める必要があると訴え、今回の全国納税貯蓄組合連合会優秀賞の受賞となりました。

また、東平内中学校は、5年連続で租税教室を開催し、納税作品募集へも積極的に応募していることから租税教育への継続した取り組み、姿勢が評価され、青森税務署長より租税教育推進校表彰を受けました。



全国納税貯蓄組合連合会優秀賞を受賞した亀田さん



青森税務署長賞を受賞した逢坂さん

宝くじの助成で 除雪機を購入しました

この度、東田沢町内会(田中茂勝会長)および口広町内会(江戸松男会長)に、宝くじの助成を活用して除雪機(口広は保管庫も含む)が配置されました。

両町内とも、高齢者世帯の増加により冬季の除雪に頭を悩ませており、町内会での支援を進めるため除雪機の導入が要望されていたところでした。

無事、設置が終わると、東田沢の田中会長は「除雪機を購入できたので、一人暮らしの高齢者からの要望にも迅速に対応し、町内会で協力して除雪作業を進めていきたい」、口広の江戸会長は「町内会念願の除雪機が整備されたので、まずは高齢者の家を中心に計画的に除雪を実施していきたい」と喜びの声を聞かせてくれました。



東田沢町内会の除雪機



口広町内会の除雪機
および保管庫

宝くじは広く社会に役立てられています。

皆さんの町内会でも「コミュニティ助成事業」を活用し、コミュニティ活動の促進を図り、地域を元気にしませんか？



2015 1 今月のお知らせ NEWS

『2015年農林業センサス』にご協力ください！

農林水産省では、平成27年2月1日現在で『2015年農林業センサス』を実施します。

農林業センサスは、我が国の農林業や農山村地域の実態を明らかにすることを目的に全国一斉に行われる調査で、全ての農林業経営者が対象です。

1月上旬から農林業を営んでいる皆様のところへ統計調査員がお伺いします。調査した内容は、統計資料を作成するためだけに使用し、その他の目的に使用することは一切ありませんので、正確な回答にご協力をお願いします。



問 役場 総務課
企画・防災対策室 企画政策係
TEL 7 5 5 - 2 1 1 1 (231)

林業の仕事をしていなかったことがありませんか？

林退共制度に加入していたが、退職金をまだ受け取っていない方を探しています。

以前、林業の仕事をしていたが、ご自身が林退共へ加入していたかわからない方についてもお調べいたします。

また、罹災された共済契約者および被共済者の皆様に対し、各種手続き(共済手帳の紛失、退職金の請求など)の必要が生じた場合はできる限りの範囲において速やかに対応したいと考えておりますので、最寄りの支部または本部へお問い合わせ、ご相談くださいますようお願いいたします。

問 独立行政法人勤労者退職金共済機構
林業退職金共済事業本部
〒170-8055
東京都豊島区東池袋1-24-1
TEL 03-6731-2887
FAX 03-6731-2890
・詳しくはホームページでもご案内しております。
<http://www.rintaikyotaisyokukin.go.jp/>

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”

県内の交通事故概況

平成26年		青森県交通対策協議会	
11月中	年間累計	死者の状態	
発生 351件 (-52)	3722件 (-752)	高 齢 者 の 死 者 ～ 65 歳 以 上 の 人 ～	33人 (+3)
死者 6人 (-1)	47人 (+5)	歩 行 中 の 死 者	20人 (+6)
傷者 433人 (-65)	4608人 (-915)	飲 酒 運 転 に よ る 死 者	3人 (-1)
		シ ー ト ベルト 自 動 車 乗 車 中 の 死 者	14人 (-6)
		非 着 用 死 者	7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。

青森県特定(産業別)最低賃金改定のお知らせ

**必ずチェック最低賃金！
使用者も、労働者も**

青森県特定(産業別)最低賃金が、平成26年12月21日から改定されました。

金額は次のとおりです。

- 鉄鋼業
時間額 800円
- 電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業
時間額 735円
- 各種商品小売業
時間額 727円
- 自動車小売業
時間額 766円

なお、青森県で働くすべての労働者及び使用者に適用される「青森県最低賃金」は、平成26年10月24日から、時間額679円に改正されています。

詳しくは青森労働局ホームページからもご覧いただけます(<http://aomori-roudoukyoku.jstie.mhlw.go.jp/>)。

問 青森労働局
労働基準部賃金室
TEL 7 3 4 - 4 1 1 4

1月18日は「118番」の日です ～海のもしもは118番～

海上における事件事故の緊急通報用電話番号は、局番なしの「118番」です。

次のような場合は「118番」通報をお願いします。

- 海難人身事故に遭遇、または目撃した。
- 見慣れない船、不審な船を発見した。
- 密輸・密航事犯等の情報を得た。
- 油の排出等を見た。

いたずら電話などは本来の緊急通報対応の妨げとなりますので、おやめください。

問 青森海上保安部管理課
TEL 7 3 4 - 2 4 2 3

2015青森県立美術館シアター 映画フィルム上映のお知らせ

青森県立美術館では、高倉健さん出演の2作品を含む映画上映会を開催します。

- ◆上映作品 「網走番外地」「人生劇場 飛車角と吉良常」「不知火検校」「次郎長三国志」
- ◆上映日 1月10日(土)～12日(月・祝)
- ◆料 金 1作品あたり500円
- ◆会 場 青森県立美術館シアター
※満席になり次第、販売終了。
※ご予約・上映時間の確認は事務局まで。

問 青森県立美術館パフォーミングアーツ
推進実行委員会 事務局
TEL 7 8 3 - 5 2 4 3

**みなさんのご家庭の水抜栓
間違った操作をしていませんか？**

**水抜栓は、キッチリと
操作しましょう！**

水抜栓は水道管の凍結を防止するための器具で、これから冬期間に入り、水抜栓を操作する機会が多くなります。以下の点にご注意ください！



- ◆水抜栓は、閉める時もハンドルを最後までキッチリと操作し、半開きにならないようにしてください。
- ◆水抜栓を半開きで使用した場合は、蛇口から水が出なくても地下に漏水しているため、水道メーターは回ります(メーターが回った分高額請求につながります)。
- ◆冬期間(12月～3月までの4ヶ月間)の水道メーター検針は、積雪のためできませんので、1月請求使用量から4月請求使用量までは推定(9月～12月請求使用量の1ヶ月平均)での使用量の料金を納付していただき、5月分請求使用量で精算することになりますので、ご了承願います。

※例年5月の精算月になると、水道料金について苦情相談が寄せられますが、ほとんど水抜栓の開閉誤操作とボイラー配管の破裂による漏水で、高額な料金を負担する結果となっています。給水管トラブルは、各自の責任において管理することとなっておりますので、くれぐれもご注意ください。

◇水道にも冬じたくをお願いします。◇

- ①むき出しになっている水道管や蛇口に、布切れや毛布あるいは専用の保温材を巻き、濡れないように上からビニールテープをすき間なく巻いてください。
- ②水道メーターボックス内には、布切れなどの保温材を濡れないようにビニール袋に入れたり、発泡スチロールを入れるなどし、水道メーターを保護するよう詰めてください。
- ③水抜栓や不凍水栓をご使用のご家庭では、気温が低い日に就寝前や留守にするときは、忘れずに水抜きするよう心がけてください。

以上の3つを行うだけで、蛇口の凍結や水道メーター破裂といった事故を防げます。

また、気象情報に注意して、凍結には十分気をつけてください。

◇凍結しやすい場所は◇

- ①北向きのところにあるもの。
 - ②風当たりの強いところにあるもの。
 - ③むき出し(蛇口、給水管等)になっているもの
- 以上の3つが凍結しやすい場所です。このような環境下にある水道は特に注意してください。

凍結して水が出ない、破裂やヒビ割れした時にはすぐに、平内町指定給水装置工事業者に修理を依頼してください。

工事の際は、メーターの指針を確認しますので、お手数ですが雪囲いをしておくなどして、すぐに水道メーターボックスを掘り出せるようご協力願います。

◇凍結して水が出ないときは◇

蛇口を開け凍結した部分にタオルか布をかぶせ、蛇口の方からぬるま湯をまんべんなくゆっくりかけてください。熱湯を急にかけてたりすると、ヒビ割れや破裂を起こすことがありますのでご注意ください。

問 役場 地域整備課 上水道管理係
Tel 7 5 5 - 2 1 1 6 (内線275・277)

11月受付分

戸籍の窓口

人口と世帯
 男… 5,750人(- 12人)
 女… 6,261人(- 12人)
 計… 12,011人(- 24人)
 世帯数…5,123世帯(- 9)
 平成26年12月1日現在
 ()は、前月との比較

お誕生おめでとう

赤ちゃん名	(親)	住所地
三津谷 里央	(匠)	東 和
船橋 はな華	(健)	第3 小林
船橋 あい暉	(浩介)	第2 小林
森 ゆう真	(正進)	東 和



お悔やみ申し上げます

喪主	住所地
今田 智天(72)	充 緑 町
須藤 由則(69)	マツ子上東田沢
加藤 愛子(79)	哲朗本 町
船橋 文男(80)	逢坂 第1口広
蝦名 夕コ(94)	悟 第2内童子
金津 ヤス(84)	隆 男狩 場 沢
柴田 チヨノ(90)	武 信白 砂
阿部 陽子(81)	勝 美 第1口広
木村 幸子(66)	繁 博 第1元町
八戸 ミヨ(85)	認 松 野 木
竹 達 岩 穂(86)	薫 第1内童子

多重債務相談窓口のご案内

東北財務局青森財務事務所では、多重債務相談窓口を設置しております。相談員が借金の状況等をお伺いし、必要に応じて、弁護士などの専門機関に引き継ぎを行います。相談は秘密厳守・無料です。お気軽にご相談ください。

- ◆場所 青森市新町2-4-25
青森合同庁舎3階
青森財務事務所
- ◆受付 月～金(年末年始を除く)
8:30～12:00、13:00～16:30
- ◆電話 774-6488

平内町民バスのダイヤ等に係るご要望等を受付けいたします

平内町民バスは通勤・通学者や交通弱者のための移動手段として運行させているものですが、より一層、利便性を向上させるため、皆さまからのご要望等を参考にして来年度のダイヤ改正に反映させたいと考えておりますので、皆さまのご提案をお願いいたします。

- ◆受付方法 電話・FAX(様式は問いません)・E-mail等
- ◆受付期限 平成27年1月30日(金)まで
- ◆問い合わせ先 役場総務課企画政策係
TEL 755-2111(内230)
FAX 755-2145
E-mail kikakuseisaku@town.hiranai.aomori.jp

なお、ご提案に際しましては「なぜダイヤ改正等が必要なのか、現状と理由を具体的に説明」願います。また、限られた財源と車両台数の関係から、寄せられました全ての要望に応えられない場合もございますので、町民各位のご理解とご了承をお願いいたします。

電気保安協会からのお願い

電気の配線は、使い方を誤ると、漏電などの心配があります。

東北電気保安協会では、東北電力(株)の委託を受けて、定期的に安全状態の調査を行い、その結果をお知らせしております。

調査員がお宅にお伺いしました折には、ぜひご協力くださるようお願いいたします。



文 芸

湯豆腐やたまに触れ合ふ夫婦著	極月の巷に風の息遣い	破れたる障子の穴に風の泣く	短日の猫に同意を求めおり	さりげなく病気の話惹きざむ	湯の花の匂ふ小路の初しぐれ	牡丹雪顔突き出して受けにけり	白神の鹿の夕ぐれ北時雨	大年の魚も仔犬もわが家族	
平内花椿会	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

生き様は人それぞれ三が日	煩惱を包む笑顔や三が日	初鏡老いても女紅を引く	思い出は帰へらぬものや三が日	みくじ引きくるりとかくす三が日	遺されし事の良悪三が日
平内俳句会	佐藤むつ子	渡辺春代	佐々木初江	蝦名きみゑ	能登谷瑩子

金持てば怖いものない顔でくる	鼻白の子ら神妙にまつり笛	さまざまの苦難のり越え今がある	寝苦しい夜にみる夢父母のこと	宝くじ手にした途端夢ひろげ	たずね人より迷い犬読者欄	りんご穫る陛下の笑顔平和満ち	故里の続く細道栗の道	塩分計北国どうにも下げられず	蟬の穴一日さがす虫小僧	
川柳ひらない	荒田つる	沼山久乃	神久女	つじむらりゅうこ	須藤梨世	竹内京子	後藤日出雄	海音寺東山坊	後藤ただし	荒谷想伸

収穫に感謝し、もちつき集会で祝う

小湊小学校(荒内清蔵校長)で12月9日(火)、農業体験として田植えから稲刈り、脱穀までを行ったもち米を使用してもちつき集会が開催されました。

この日は保護者有志のほか、地域のボランティアの方々も駆けつけ、杵の使い方を教えたり、あいどりなどでもちつきをサポート。つきあがったもち雑煮にして全校児童で味わいました。



よいしょ、よいしょのかけ声が会場に響き渡ります



女子は先生と一緒に



待ちきれずに思わず鍋を覗き込む

集会では、5年生の児童から、米作りを通して学んだ内容の発表があり、米作りにはいろいろな作業があり手間がかかっていることを全校児童に紹介しました。

集会后、児童から感想を聞くと「僕たちは田植えや稲刈りをしただけ。その間に世話をしてくれている人がいるので、ありがたく食べました」と感謝の言葉が聞かれました。



見学の下級生も雑煮を食べこの笑顔

『わたしの好きなひらな』



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

田口 耕至さん(青森市)

◇撮影場所

平内中央病院

◇投稿者より◇

春から平内中央病院で言語聴覚士として働き始めたことを機に平内町のことをもっと知ろうと各種イベントに参加しています。

先日のハクチョウ検定にも挑戦して合格することができました。

私が好きな場所は夏泊半島です。ブルーロードウォークとライドで歩いたのですが、大島を眺めながら頂いたホタテ汁は最高でした。

今後も様々な行事を通じ平内の魅力を感じたいと思っています。

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