

広報

# ひらな

2

平成28年/2016



すこやかに育て  
地域の宝、町の宝。

- ◆ 平内町消防団出初式 …… 2ページ
- ◆ 生涯学習情報 …… 3～4ページ
- ◆ 健康福祉だより …… 5～8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

◆ 間木町内会 新生児祝い金贈呈式より ◆



# 平内町消防団出初式



『無防備な 心に火災が かくれんぼ』

1月5日(火)、平成28年平内町消防団出初式が執り行われ、総指揮者である豊島昇団長をはじめ、管内18分団と大和山自衛消防協力隊の約360名が参加し、今年一年の防火・防災を誓いました。

当日は、時おり吹雪となる厳しい寒さでしたが、消防団員は身の引き締まる思いで観閲者である船橋町長による人員や服装、機械器具の点検を受けました。点検が済むと、山口分団ラッパ隊の吹奏で、豊島団長を先頭に堂々とした分列行進が行われました。

続いて、参列者は東福寺での物故消防団員追悼式に臨み、勤労青少年ホームで「まとい組」による勇壮なまとい振りが披露され、最後に優良分団と優良団員の表彰が行われました。

消防団の活動は消火だけにとどまらず、地域の防災リーダーとして地域に密着し住民の安心・安全を守るという重要な役割を担っています。平内町消防団の皆さん、日々の活動本当にお疲れ様です。そしていつも町を見守っていただき、ありがとうございます。



## ◆平内町長表彰

※優良分団(4分団)

▽第一中隊 東田沢分団

▽第二中隊 清水川分団

▽第三中隊 山口分団

▽第三中隊 土屋分団

## ◆平内町消防団長表彰

※優良消防団員章 (11名)

▽小湊分団 澤田 健 一典

▽東田沢分団 田中 孝 平司

▽東田沢分団 岩谷 恭 慎

▽浜子分団 工藤 恭 吾

▽清水川分団 船橋 慎 彦

▽口広分団 太田 政 智

▽山口分団 今 明 人

▽山口分団 木村 貴 紀

▽茂浦分団 須藤 勇 亨

▽藤沢分団 武田 勇 亨

▽浦田分団 後藤 勇 亨



吹雪に見舞われた観閲者による点検





# 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

## 目指せハクチョウ博士！！ ハクチョウ検定を開催しました

12月5日(土)、山村開発センターにおいてハクチョウ検定が開催されました。

ハクチョウ検定は「ハクチョウのまち再生事業」の一環として平成25年度から開催されており、今年で三回目を数えます。昨年よりも参加者が15名増となり、初級と上級合わせて28名が受験しました。

会場にはハクチョウの生態に関するパネルが展示されており、受験者は試験開始の時間まで熱心に眺めていました。また、スライドやビデオを使った試験前の事前講習会も行われました。

問題は初級、上級ともに全20問の3択問題で、試験終了後には問題の解説も行われ、さらにハクチョウに関する知識を深めることができました。



会場のパネルを熱心に眺める受験者



検定中の様子

参加者からは、「上級を受験したが難しかった」「あと一問で合格だったので悔しい」といった声があがりました。

採点の結果、初級10名、上級5名の受験者が合格されました。

### ○初級合格者(10名)

村上千代明 飯田敬生 佐々木聖仁  
佐々木健 中村鉄人 小形怜央奈  
田中結子 濱田久美子 三津谷直子  
村上美枝子

### ○上級合格者(5名)

福田健一 佐々木壮人 市川美波  
小形繁之 須藤郁子

合格者の皆さん、おめでとうございます！！

※平内町ホームページで過去の検定問題をご覧ください。

## 平内町の文化財を知ろう！ ～ツバキ自生北限地帯～

平内町には国や県、町がそれぞれ指定した様々な文化財があります。名前は聞いたことがあるけれど、どこにあるの？など知っているようで、意外と知らない指定の文化財。この貴重な文化財を子どもから大人までみんなで知って大切に、後世に残しましょう。

今回は国指定の天然記念物である「ツバキ自生北限地帯」について紹介します。

### 「ツバキ自生北限地帯」

大正11年10月12日天然記念物指定

夏泊半島の北端に位置し、野辺地湾に面している椿山は日本におけるツバキ自生北限地帯で純林をなしており、落葉広葉樹と混在しています。

ヤブツバキ(ヤマツバキ)が群生するのは海岸に面した傾斜地が主であり、日本の南部から中部にかけて群生していますが、東北地方に行くに従って少なくなり、ここ椿山をもって分布の北限としています。



椿山の群落は、大小1万本余のヤブツバキからなり、海岸に接している木は高さ2メートル程度ですが、海風の影響を受けにくい中央部の湿原に近づくとその高さは12メートルに達するものもあります。

開花時は5月上旬～中旬で紅色の花を開きます。この花が咲いている様子は「全山紅色となり燃える如し」と称賛されています。

## 子どもたちに豊かな体験活動を 放課後子ども教室

平内町では、地域の子ども全般を対象として、放課後の安心・安全な居場所づくりを目的とした「放課後子ども教室」を開設しており、その中で様々な経験をしてもらうため年に数回地域の方を講師に迎え、体験活動を行っています。

12月11日(金)には山口小学校(今寿彰校長)内の放課後子ども教室において全国規模の美術団体である二紀会会員の倉内尚子さん(小豆沢)を講師に迎え、絵手紙教室を開催しました。

初めに雪だるまやサンタクロースなど様々な図柄が描かれた型を選び、絵の具とスポンジで色づけをしました。その後背景や雪だるまの顔を色鉛筆で書き込んで仕上げ、世界で一枚だけの絵手紙を完成させました。子どもたちは友達と作品を見比べて感想を言い合ったり、他の作品を見て自分の作品にアレンジを加えたりと、帰りの時間ギリギリまで楽しく制作をしていました。

この他にも放課後子ども教室では野外観察や読み聞かせなどの体験活動を通して豊かな人間性を育むことを目指し、子どもたちの健全育成に努めています。



## 平成28年度奨学生募集について

当町では、人材育成を目的として、経済的理由により就学が困難な者に対して奨学金を貸付し、平内町の将来を担う人づくりに役立ち、町の発展につながることを期待して平内町奨学金貸付事業を行っており、このたび、平成28年度の平内町奨学生を募集いたします。

応募期間は平成28年4月1日～5月2日です。

なお、内容の一部変更等により現在準備中のため、**詳細は3月より平内町のホームページ及び回覧にてお知らせします。**

問 平内町教育委員会 学校教育課 学務係

〒039-3321

平内町大字小湊字下槻12-1(山村開発センター内)

TEL 755-2565(内345)

FAX 755-2078

## ひらない中央児童館では 登録児童を募集しています

ひらない中央児童館では、平成28年度登録児童の募集を行います。

児童館では、ボランティアの先生の指導による習字、珠算、将棋教室などを行っています。

また、親子バス遠足、キャンプ、児童館まつり、クリスマス会など様々な楽しい行事も開催されます。

詳細についてはお問い合わせください。

**【申込締切日は3月18日(金)です!】**



問 ひらない中央児童館 TEL 755-2354

## 町立図書館

### 紹介コーナーその193

#### ◆一般書◆

- |                    |         |
|--------------------|---------|
| ①魔女の封印             | 大 沢 在 昌 |
| ②ユートピア             | 湊 かなえ   |
| ③ブルーアウト            | 鈴 木 光 司 |
| ④砂浜に坐り込んだ船         | 池 澤 夏 樹 |
| ⑤天平の女帝 孝謙称徳        | 玉 岡 かおる |
| ⑥光のない海             | 白 石 一 文 |
| ⑦優しい言葉 パンとスープとネコ日和 | 群 ようこ   |
| ⑧ロスト               | 呉 勝 浩   |
| ⑨95(キュウゴー)         | 早 見 和 真 |
| ⑩ぼぎわんが、来る          | 澤 村 伊 智 |

○2月の休館日 11日・14日・28日

## 生涯学習カレンダー 2月

4日(木)	◆心配ごと相談日 (10:00~15:00)
6日(土)	◆第54回平内町民スキー大会
12日(金)	◆私立高等学校一般入学試験日
18日(木)	◆平内町文化・スポーツ賞授与式
21日(日)	◆家庭の日
25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。



hiranai  
健康福祉だより

## 脂質異常症を予防しましょう！！

### ～自分のコレステロール値わかりますか？～

#### 脂質異常症とは

脂質異常症とは血液の中の脂肪分の濃度(濃さ)が高すぎる状態のことを言います。血液の中の脂肪分はいくつかのタイプに分けられ、LDL(悪玉コレステロール)、HDL(善玉コレステロール)、中性脂肪の3つの値のいずれかがその範囲を超えた状態が脂質異常症です。

検査内容	基準値(mg/dl)	あなたの値は どうですか？
LDL(悪玉コレステロール)	140未満	
HDL(善玉コレステロール)	40以上	
中性脂肪	150未満	

※自分の値がわからない方はぜひ調べてみることをお勧めします。40歳以上の国保の方であれば特定健診を無料で受けることができます。

#### 何か症状がでるのでしょくか？

血清脂質値が異常でも通常、症状は現れません。症状が現れないにもかかわらず、知らず知らず、全身の血管が傷めつけられ、その影響は主に動脈硬化となって現れてきます。

#### 動脈硬化とはなんでしょう？

動脈にコレステロールや中性脂肪がたまって詰まったり、硬くなったりして弾力性や柔軟性を失った状態を言い、動脈硬化になるとスムーズに血流が流れなくなります。

動脈が弾力性や柔軟性に富んでいれば、心臓や脳などの臓器や筋肉などの組織に必要な酸素や栄養の供給は行われます。しかしコレステロールなど血液の脂質が、動脈にたまって、酸素や栄養が不足したり、高血圧により、常に血管に負担がかかっていると動脈は弾力性を失い硬くもろくなってしまいます。

#### 動脈硬化が進むとどうなりますか？

脳や心臓などの血液の流れが悪くなります。そしてあるとき突然、狭心症や心筋梗塞、脳梗塞などの発作がおき、寝たきりなどになって生活の質が低下したり、時には命も左右されかねません。

脂質異常症と指摘をされたら、そのまま放置せず、医療機関で継続して診ていただきましょう。

#### 脂質異常症の予防について

##### ◀食事面から▶

脂肪分の多い食事はコレステロール値が高くなり動脈硬化の進行を早めると言われています。また中性脂肪は、食事の量が多すぎたり、清涼飲料やアルコールを飲みすぎたり、お菓子を食することによって高くなりやすいようです。

反対に野菜に豊富に含まれている食物繊維や魚の脂(特に青魚)、豆腐などの大豆製品は血清脂質を下げたり、動脈硬化の抑制に働きます。

太り気味の方は体重が適正になることで脂質異常症が改善する効果もあるようです。

##### ◀運動面から▶

身体を動かすことは、善玉コレステロールを増やす効果があります。ぜひウォーキングなどの運動をとり入れましょう。



#### 脂質異常症を予防しましょう ～高野豆腐の含め煮～

高野豆腐を牛乳で煮たやさしい味の含め煮です。大豆・大豆製品に含まれる不飽和脂肪酸や大豆たんぱく質にはコレステロールを減らす働きがあります。大豆・大豆製品を1日1回摂りましょう。また、野菜に多く含まれている食物繊維にはコレステロールの吸収を抑える働きがあります。野菜を積極的に食べましょう。

材料名	2人分
高野豆腐	1/2枚
にんじん	30g
えのきたけ	30g
小松菜	60g
調味料(A)	
・牛乳	50ml
・酒	大さじ1
・みりん	小さじ1
・しょう油	大さじ1/2



◆1人分  
エネルギー74kcal  
塩分0.8g  
野菜摂取量45g

##### 《作り方》

- ①高野豆腐…水に浸けて戻し、細切りにする。  
にんじん…皮をむいて、細切りにする。  
えのきたけ…石づきをとり、2等分に切る。  
小松菜…3cm長さに切る。
- ②鍋にAを入れて、にんじん、えのきたけを加えて火にかける。
- ③煮立ったら高野豆腐と小松菜を加えて、汁が少なくなるまで煮る。

## 今年度対象となっている 予防接種は受けましたか？

麻疹風しん予防接種(平成28年4月から小学校1年生)や二種混合予防接種(小学校6年生)、日本脳炎予防接種(高校3年生相当)など3月31日までの実施期限の予防接種があります。期限がせまっておりますので、忘れずに受けましょう。

## がん検診無料クーポン券の 有効期限は2月29日(月)までです

町では平成27年6月末に、子宮頸がん・乳がん・大腸がんの検診の検診費用が無料となる方へ、がん検診無料クーポン券を送付いたしました。有効期限が平成28年2月29日(月)までとなっております。まだご利用になられていない方はお早めに医療機関へご予約の上、受診されますようお願いいたします。

なお、棄損・紛失された方については再交付できませんので、運転免許証または健康保険証などの身分を証明できるもの及び印鑑をご持参の上、手続きしていただきますようお願いいたします。

問 役場 健康増進課 健康増進係  
Tel 7 5 5 - 2 1 1 4(内線140)

## 禁煙を考えている方へ 平内町禁煙チャレンジ事業実施中

たばこの害はたくさんあり、吸われている方もその害については知っているものたばこをやめられないというのも正直なところではないでしょうか。

町では禁煙にチャレンジする方に治療費の一部を助成しています。

手続きは以下のとおり。

### ①医療機関受診

- ↓ 医師に相談してみましょう  
↓ 医師が治療の必要性を認めると対象となります

### ②調剤薬局

- ↓ 医療機関の処方されたお薬をいただいて取り組み

### ③町に申請

- ↓ 医療機関と調剤薬局で発行する領収書等が必要

### ④助成金振込

- ↓ 自己負担分の1/2(上限1万円)を助成します

### ⑤祝卒煙！

### ◆禁煙チャレンジを実施している医療機関と調剤薬局

#### ○医療機関

- ・平内中央病院 Tel 7 5 5 - 2 1 3 1
- ・ひきち内科クリニック Tel 7 5 8 - 1 1 5 5

#### ○薬局

- ・平内薬局 Tel 7 5 5 - 5 4 5 4
- ・ワカバ調剤薬局 Tel 7 5 5 - 4 2 1 1
- ・こみなと薬局 Tel 7 5 8 - 1 0 2 2

※おおよそ5回程度の診療となります。

問 役場 健康増進課 健康増進係  
Tel 7 5 5 - 2 1 1 4(内線138)

## 後期高齢者医療 被保険者の方へ

### 高額医療・高額介護 合算療養費支給申請のお知らせ

#### ☆支給対象者

後期高齢者医療制度に加入している方で医療保険と介護保険の自己負担額(注)の両方の支払いをした方が支給の対象となります。世帯内に後期高齢者医療制度に加入している方が複数いる場合は、世帯で合算します。

#### ☆対象期間

毎年8月1日から翌年7月31日までの1年間です。

#### ☆支給額

医療保険と介護保険の自己負担額の合計が、所得区分に応じた自己負担限度額(表)を超えた場合に、その超えた額が支給されます。

ただし、超えた額が500円以下の場合は支給対象となりません。

#### ☆支給申請

支給を受けるには必ず申請が必要となります。

なお、支給の要件に該当すると思われる世帯には、2月下旬に青森県後期高齢者医療広域連合から支給申請のお知らせをお送りします。お知らせが届いた方は役場健康増進課窓口にて申請してください。

また、対象期間の途中に後期高齢者医療制度に加入した方や転入してきた方等がいる世帯、7月31日時点で死亡・生活保護受給等により後期高齢者医療被保険者の資格を喪失している方がいる世帯には、支給対象となる世帯でも、支給申請のお知らせが送られない場合がありますので、対象になるとと思われる方は担当までお問い合わせください。

(表)

所得区分	自己負担限度額
現役並み所得	67万円
一般	56万円
低所得Ⅱ	31万円
低所得Ⅰ	19万円

低所得Ⅱ：世帯員全員が住民税非課税の方

低所得Ⅰ：世帯員全員が住民税非課税の方のうち、世帯員全員の各所得金額が0円の方

(注)自己負担額は支払った額から高額療養費や高額介護(予防)サービス費を除いた額です。

問 役場 健康増進課 年金後期医療係  
Tel 7 5 5 - 2 1 1 4(内線134)  
青森県後期高齢者医療広域連合  
業務課 給付チーム  
Tel 7 2 1 - 3 8 2 1

## 国民健康保険からのお知らせ

### 医療費適正化にご協力ください

私たち一人ひとりが意識して行動することで、増え続ける医療費を抑えることができます。

生活習慣を改善し、適正受診を心がけることで、健康寿命を延ばし、少しでも不要な医療費をなくしていくように、皆さんのご協力をお願いいたします。

#### ◇特定健康診査・特定保健指導を受けましょう

病気を未然に防ぐため、また、万が一の病気(メタボに関する病気だけでなく、肝臓病や腎臓病など)を早期発見し、早期治療するためにも、できれば毎年同じ時期に、1年に1回は健康診査を受け健康管理に役立て、重症化予防に努めましょう。

#### ◇かかりつけ医を持ちましょう

日頃から、病気の治療や医療の相談にのってもらえる「かかりつけ医」を持ちましょう。

#### ◇ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、新薬(先発医薬品)と同等の効果で価格が安いというメリットがあります。医師や薬剤師と相談し、活用しましょう。

#### ◇重複受診は避けるようにしましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診することは避けるようにしましょう。

#### ◇小児救急電話相談を利用しましょう

夜間や休日に、お子さんが急な病気で心配になったときは、小児救急電話相談『#8000』(無料)を利用しましょう。

問 役場 健康増進課 国民健康保険係  
TEL 7 5 5 - 2 1 1 4(内線135・136・137)

## 国民年金の付加年金とは ～付加保険料の申出は大変お得です～

付加年金は、国民年金第1号被保険者(自営業者、学生など)の独自給付とされています。毎月の国民年金保険料に付加保険料(月額400円)をプラスして納付すると、老齢基礎年金に付加年金が上乘せされます。

付加年金の年金額は、200円×付加保険料納付月数となっています。

(例) 付加保険料を10年間納付された場合

付加保険料の納付額	= 400円 × 12月 × 10年	= 48,000円
	↓            ↓            ↓	
付加年金の年金額	= 200円 × 12月 × 10年	= 24,000円
		(年額)

<留意事項>

- ◎付加保険料の納付は、申し込んだ月分からとなり、付加保険料の納期限は、翌月末(納期限)と定められております。
  - ◎納期限を経過した場合でも、期限から2年間は付加保険料を納めることができます。
  - ◎付加保険料の納付を希望しなくなった場合は付加保険料納付辞退申出書の提出が必要となります。
  - ◎国民年金保険料が免除または猶予になっている方や、国民年金基金に加入中の方は、付加保険料を納付できません。
  - ◎付加保険料は、老齢基礎年金と合わせて受給できる終身年金ですが、定額のため、物価スライド(増額・減額)はありません。
- 詳細はお問い合わせください。

問 役場 健康増進課 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

## 介護保険・後期高齢者医療制度・ 国民健康保険の各種手続きに マイナンバーの記入が必要となります

介護保険、後期高齢者医療制度、国民健康保険の各種手続きにおいて個人番号欄がある申請書・届出書などにマイナンバー(個人番号)をご記入していただくこととなりますので、各種手続きをする際に窓口において、本人確認に必要なものおよびマイナンバーを確認するための個人番号カードまたは通知カードの提示が求められますので、お手続きの際は、必ずご持参くださるようお願いいたします。

手続きの際の本人確認は、なりすましや番号の不正使用を防ぐため、大変重要となりますので、皆さんのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

問 役場 健康増進課  
年金後期医療係・国民健康保険係  
TEL 7 5 5 - 2 1 1 4(内線134・135)  
役場 福祉介護課  
介護係  
TEL 7 5 5 - 2 1 1 4(内線145)

## 生活困窮者自立相談窓口のご案内

あなたの生活の「不安」や「心配」を  
聞かせてください

「お金が無くてこれからの生活が心配」  
「障がいがあるけど自立したい」  
「いろいろな悩みごとがあるけど、  
どこに相談していいかわからない」

このように様々な理由により生活にお困りの皆さん、一人で悩まずに「東地域自立相談窓口」にご相談ください。あなたと一緒に考え、あなたに寄り添いながらサポートいたします。

- ◆相談受付 月曜～金曜 9:00～17:00  
(土日・祝日・年末年始を除く)
- ◆相談場所 東地域自立相談窓口  
(県民福祉プラザ2階)
- ◆連絡先 東地域自立相談窓口  
TEL 7 5 2 - 1 8 8 8  
相談専用フリーダイヤル  
TEL 0 8 0 0 - 8 0 0 - 7 1 1 4  
(FAX兼用)  
E-mail: higashi@aosyakyu.or.jp

国民健康保険への加入・脱退等の届け出は14日以内にお願ひします



## 平成28年度認定こども園や幼稚園、保育所などの入園・入所手続きについて

平成27年4月から子ども・子育て支援制度がスタートしました。

支援制度では、保護者の就労状況などと教育(幼稚園、認定こども園)または保育(保育園、認定こども園)の利用希望に応じて、三つの支給認定区分が設けられています(下表参照)。

また、保育を利用する場合は、保育必要量(預かり時間)により「保育標準時間」と「保育短時間」に区分されます。新規入所希望およびすでに各施設に入所されている児童で平成28年度も継続希望される場合も、下記の手続きが必要です。

### 新制度で利用できる教育・保育の場

#### 幼稚園

(対象：3～5歳)

小学校以降の教育の基礎をつくるための幼児期の教育を行う学校

#### 認定こども園

(対象：0～5歳)

幼稚園と保育所の機能や特長をあわせ持ち、地域の子育て支援も行う施設

#### 保育所

(対象：0～5歳)

就労などのため家庭で保育のできない保護者に代わって保育する施設

### 利用するためには

施設などの利用を希望する保護者の方に、次の3つの認定区分に応じた認定を受けていただきます。

	対象となる場合	利用先
1号認定	おさんが満3歳以上で、教育を希望する場合	幼稚園、認定こども園
2号認定	おさんが満3歳以上で、保護者の就労又は疾病等のため、保育所等での保育を希望する場合	保育所、認定こども園
3号認定	おさんが満3歳未満で、保護者の就労または疾病等のため、保育所等での保育を希望する場合	保育所、認定こども園

### 利用手続き

#### 幼稚園等を利用希望の場合(1号認定希望の場合)

- ①幼稚園等に直接、利用申込み
- ②幼稚園等から入園の内定
- ③幼稚園等と通じて利用のための認定を申請
- ④幼稚園等を通じて町から認定証が交付(1号認定)
- ⑤幼稚園等と契約

#### 保育所等を利用希望の場合(2・3号認定希望の場合)

- ①町に「保育の必要性」の認定を申請
- ②町から認定証が交付(2号、3号認定)
- ③保育所等の利用希望の申込み(希望する施設名などを記載)
- ④申請者の希望、保育所等の状況などから町が利用調整
- ⑤利用先の決定後契約

### 利用手続き期間

平成28年2月8日(月)～2月15日(月)

### 受付場所

【新規利用希望者】役場 福祉介護課 福祉係 (⑦番窓口)

【継続利用希望者】各保育所・幼稚園および  
役場 福祉介護課 福祉係 (⑦番窓口)

新制度における入園・入所手続きなどについては、町ホームページもご覧ください。

また、詳細については、入所希望先の各施設または担当までお問い合わせください。

問 役場 福祉介護課 福祉係  
TEL 7 5 5 - 2 1 1 4 (内線142)

## ☆ 子育て支援センター ☆ 2月の行事予定

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
2月2日(火) 9:45～11:15	親子ふれあいワーク 支援センター	保育園の豆まき会に参加しませんか?
2月17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
2月24日(水) 9:45～11:15	すくすくクラブ 支援センター	・身体測定 ・ひな祭り製作をします



# 平内中央病院からのお知らせ

## 消防訓練を実施しました

平成27年12月18日(金)、消防法第8条及び消防法令に基づき、平内中央病院自衛消防訓練を行いました。

今回の訓練では避難経路のマンネリ化を防ぐため、2階から1階への移動手段を西病棟、東病棟の非常階段ではなく、中央階段を使用し、例年と異なる経路で実施しました。

出口が2つから1つになるため、避難までの時間が大幅に増加することも考えられましたが、実際に訓練を開始してみると、例年と遜色のない時間で避難完了することができました。

また、患者さんを想定して担架による移動訓練を行いました。非常階段と中央階段では、広さ等に若干の違いはあるものの、こちらも例年と同じく円滑な避難を行うことができました。これからも平内中央病院では、災害の予防はもちろんのこと、想定外の災害が発生した場合にも対応できるよう自衛消防訓練を実施していきたいと考えております。



## 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

- ・社会福祉士(職員) 1名
- ・薬剤師(職員) 1名
- ・看護師(職員) 若干名
- ・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。
- ・社会福祉士は医療機関での勤務経験がある方。
- ・看護師、看護補助員は3交代勤務が可能の方。

### 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)。

## 医療費などの納め忘れはありませんか？

当院では、未納となっている医療費自己負担分入金のお願のため、お知らせを送付したり、電話でのご連絡をさせていただいております。これらの取り組みにより窓口未収金は改善がみられるものの、依然として大きな額となっております。

今後当院としては、生活が苦しくても地道に分割払いを続ける患者さんもいる中、不公平感をなくすためにも、下記のような悪質な滞納者には法的措置も含めて対応を検討していきます。

- ・支払い能力を有していると認められる者
- ・再三の面接・電話・訪問による納入交渉にもかかわらず支払を行わない者
- ・分納誓約書により支払約束を交わすも支払を行わない者
- ・納入相談などの面接を拒否する者
- ・内容証明郵便による最終催告に応じない者

お支払方法や一度に納付することが困難な場合には、分割納付やご自宅まで徴収に伺うなど適宜対応させていただきますので、お気軽にご相談ください。

健全な病院運営のためにも、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

**医療費のお支払いは受診日、もしくは請求があってから3日以内にお願います！**

問 平内中央病院 経営企画課  
TEL 7 5 5 - 2 1 3 1

- ・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

- ・職員は平内中央病院職員の給与規程等による。
- ・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  
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  
TEL 7 5 5 - 2 1 3 1

## 暮らしの中の税 『私たちの生活と税金』

### 住民税申告をお忘れなく！！

平成28年度課税の住民税に関する納税相談(申告)を2月8日(月)から受付します。毎戸配布された日程表を確認し、相談して下さるようお願いいたします。

また、住民税の住宅借入金等特別税額控除については、税源移譲による住宅ローン減税(経過措置)の他に景気対策を狙いとした減税があります。対象となる方は、平成12年～18年及び平成22年～27年までに入居された方です。

給与所得のみの方で勤務先において住宅ローンの年末調整を終えた方以外は、確定申告が必要です(期限：平成28年3月15日)。

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

### 納税相談を行っています

生活保護を受けたり、災害(火災・風水害等)、その他特別の事情により税金を納めるのが困難な場合、納期限前7日まで(国民健康保険税は納期限まで)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、納税について様々な相談を受けています。

例えば、

- ・本来の納期限ではなく、毎月の給料日に納付したい。
- ・農業、漁業を営んでいるが、収穫又は水揚げの時にまとめて納付したい。
- ・事情により滞納になってしまったが、一括では納付できないので少しずつ納めていきたい。

といった場合など、事情に応じた納付方法等について相談を行っています。町税の納付についてお悩みがある方は、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)

### 所得税及び復興特別所得税の 確定申告書はご自分で作成してお早めに

平成27年分の確定申告の相談、申告書の受付及び納税の期限は、平成28年3月15日(火)までです。国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に従って金額等を入力することにより、税額などが正しく計算され、計算誤りのない所得税及び復興特別所得税、消費税及び地方消費税の確定申告書や青色申告決算書などを作成することができますので、是非ご利用ください。作成した確定申告書は、印刷した「書面」により提出することができるほか、e-Taxを利用して提出することもできます。

申告書の作成に当たっては、「復興特別所得税額」欄の記載漏れのないようご注意ください。これらの詳しい内容は、国税庁ホームページをご覧ください。www.nta.go.jp

### 山口小学校で租税教室を開催

青森税務署では、次代を担う児童生徒が、租税の意義や役割を正しく理解し、その使い道に関心を持ち、さらには納税者として社会や国の在り方を主体的に考えるという自覚を育てることを目的に、東青管内の小・中学校などを対象に租税教室を毎年実施しています。本年度は初めて役場税務課職員が講師となり、12月17日(木)、山口小学校(今寿彰校長)の6年生を対象に租税教室を開催しました。

教室の冒頭で税金のイメージを聞いたところ、「できれば払いたくない」といった意見が多数を占めていましたが、税金が無くなると様々なサービスが受けられなくなり生活に支障が生じることがわかり次第に児童も真剣な表情となりました。約45分の教室を通して、税金は私たちが健康で文化的な生活を送るために欠かせない『会費』であることを学び、児童からは「税金の使われ方を知り、大切さがわかった」「助け合う心を持つことが大切」といった感想が聞かれ、税金に対しての理解が深まったようです。



山口小学校では今回の租税教室を導入として、今後も授業で税金の学習を進めるそうです。

## 自衛官募集のお知らせ

#### ◆種目

幹部候補生(一般、歯科・薬剤科)

#### ◆概要

- ・幹部候補生(一般)  
：部隊の指揮官となる幹部自衛官を養成
- ・幹部候補生(歯科・薬剤科)  
：免許取得(見込み)者を採用

#### ◆応募資格(男女)※平成28年4月1日の年齢

- 幹部候補生(一般)  
：22歳以上26歳未満  
(大学院修士課程修了(見込み)者は28歳未満)
- ・幹部候補生(歯科・薬剤科)  
：歯科は20歳以上30歳未満  
薬剤科は20歳以上28歳未満

#### ◆受付期間

平成28年3月1日(火)～5月1日(日)まで



問 自衛隊青森地方協力本部  
青森募集案内所  
TEL 7 8 3 - 2 9 9 5



# 2016 2 今月のお知らせ NEWS

## 水抜栓の操作ミスが高額請求の原因に

水道料金は、水道メーターが回った分で決まりますが、水抜栓の操作を誤った場合はメーターが常に回っている状態です！

水抜栓は、キッチリと操作しましょう！

※水抜き栓の操作及び冬季料金については、広報1月号及び平内町HPを参考にしてください。

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)

## 小さな掛金・大きな補償 スポーツ安全保険に加入しませんか

スポーツ安全保険とはスポーツ活動、文化活動、ボランティア活動、地域活動などを行う社会教育活動(4名以上の団体)を対象とした保険です。

### 【対象となる事故】

団体活動中、往復中の事故など  
(自動車事故による賠償責任は適用外)

### 【補償内容】

傷害保険(通院、入院、後遺障害、死亡)、賠償責任保険、突然死葬祭費用保険

### 【加入受付期間】

平成28年3月1日～平成29年3月30日

### 【掛金】

1人年額800円～11,000円(年齢、活動による)

詳細はお問い合わせください。

問 スポーツ安全協会青森県支部  
Tel 7 8 2 - 6 9 8 4

## 青森県立青森高等技術専門学校 平成28年度入校生募集

平成28年4月入校生の普通課程(高等学校卒業者等のコース)追加の学生募集を下記のとおり実施します。

### ◆訓練科および募集定員

電気工学科 15名  
環境土木工学科 10名

### ◆訓練期間

両科とも2年(平成28年4月～平成30年3月)

### ◆応募資格

高等学校卒業生(見込みを含む)または、同等以上の学力を有する者

### ◆願書受付期間

平成28年2月10日(水)まで

### ◆試験日

平成28年2月18日(木)

詳細はお問い合わせください。

問 青森県立青森高等技術専門学校  
Tel 7 3 8 - 5 7 2 7

## 自立や働くことについて 不安や悩みを持った方へ

あおもり若者サポートステーションでは、就業経験が無い、長期において無業の状態にあるニート・引きこもりの若者や、就労後により安定した就労にステップアップを目指す方の職業的自立を支援しています。ご本人・ご家族・保護者の方、まずはお気軽にお電話ください。相談無料、個人情報厳守いたします。

◆対象 15歳～39歳まで  
◆連絡先 あおもり若者サポートステーション  
TEL 7 7 5 - 5 3 0 1  
FAX 7 7 5 - 5 3 0 6

## 再就職でお悩みの方へ

中高年求職者の早期就職のために、専門家による個別カウンセリング・就職支援セミナー・各種情報提供などの就職活動を支援します(県委託事業)。

「早く仕事を決めたい」「自分の能力や経験を活かしたい」「新しい仕事に挑戦したい」など再就職でお悩みの方はぜひお問い合わせください。

◆対象 45歳以上の中高年者  
◆連絡先 あおもり中高年就職支援センター  
TEL 0 1 7 2 - 2 6 - 8 4 3 0

## 間木で新生児に祝い金

間木町内会(遠嶋武憲会長)で1月9日(土)、間木コミュニティセンターにおいて「新生児祝い金」贈呈式が行われ、遠嶋博希さんの次女玲奈(れな)さん、田中健太さんの長男志優(しゅう)君、三津谷浩志さんの長女美来(みくる)さん、辻村誉さんの長男逞(たくま)君に祝い金が贈られました。

今回の祝い金の対象となる平成27年中の新生児は4人と、4年目の開催で最多となりました。これについて遠嶋会長は、祝い金は単なる少子化対策ではないとし、「間木が地域をあげて赤ちゃんを見守り、安心して嫁いでくれる地域だとアピールするためのもの」と話しました。間木婦人会の総会の後に行われるこの贈呈式は、地区の母っちゃん達との顔合わせの場所としての意味もあり、好評を得ています。

この日祝い金を受け取った辻村誉さんは、「地域で祝い金をもらえるのはありがたい。おむつ代やミルク代にあてたい」と話してくださいました。



### 園児から赤い羽根共同募金

12月14日(月)、浦田地区にある双子へき地保育所で赤い羽根共同募金の贈呈があり、園児らが家のお手伝いをしてもらったお駄賃やお小遣いをためた募金箱を、「困っている人のために使ってください」「募金します」と大きな声で笑顔いっぱい平内町共同募金委員会の石田康男副会長へ手渡しました。

双子へき地保育所は、現在、園児8名という小さな保育所ですが、保育所父母の会も応援し赤い羽根共同募金に積極的に協力しており、当日は父母の会からも赤い羽根に募金協力いただきました。



### 活動のため体力チェック！

12月15日(火)、「いきいきクラブ平内」平内町老人クラブ連合会では会員を増やすためのPR活動や勧誘、声掛けなど会員個人の活動が必要となることから、自分たちの体力がどのくらいなのかを知り、これからの活動の参考とするために会員増強事業の一環として、体力測定を行いました。

当日は、約100名の会員が初めて行う6つの測定項目に笑顔で楽しそうに取り組んでいました。



### 電気保安協会からのお願い

電気こたつは「電気は安全で便利なもの」のイメージを決定的にした代表選手ではないでしょうか。通常の使い方ですぐ事故が起きる心配はほとんどありませんが、乾燥機のかわりに使い、サーモスタット(自動温度調節器)が働かず火災になった例もあります。



### 県内の交通安全概況

#### 事故発生件数、負傷者数は平成14年以降、14年連続で減少

あなたも参加 わたしもやります “安全運転”

発生	12月中	年間累計	死者の状況	
			高齢者の死者 ～65歳以上の～	歩行中の死者
435件 (+24)	3854件 (-279)	3人 (-4)	19人 (-18)	15人 (-8)
死者		40人 (-14)	飲酒運転による死者	3人 (±0)
傷者	548人 (+51)	4773人 (-332)	自動車乗車中の死者	18人 (±0)
			シートベルト非着用死者	11人 (+4)

※( )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。

12月受付分

### 戸籍の窓口

人口と世帯  
 男…5,615人(-16人)  
 女…6,114人(-17人)  
 計…11,729人(-33人)  
 世帯数…5,068世帯(-19)  
 平成28年1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  
 濱中 旭陽(範和)浪打  
 辻村 暎(誉)浅所

### お悔やみ申し上げます

喪主 住所地  
 濱中 ツネ(90)光治浪打  
 能登谷 日出夫(73)一下町  
 飯田 清美(82)キヨ間木  
 福田 ユミ(86)幸男下東田沢

遠嶋 光春(61)武光東滝  
 田中 寿人(37)勝明下東田沢  
 平田 スゲノ(88)修浜子  
 逢坂 信行(62)龍徳山口  
 柴田 ハナエ(85)洋一第1元町  
 島崎 浩(81)勇第1平中  
 佐藤 ヤエ(85)第2勝田町  
 小形 折造(91)勝久小豆沢  
 宿野部 スヨ(89)忠芳東和  
 工藤 請子(70)了第1平中  
 柴田 キ工(81)淳政白砂  
 三津谷 七三郎(90)友幸浅所  
 飯田 キミエ(97)香織東和



# 平成28年度青森県交通災害共済加入受付開始！

## 【1日1円でご家族の安心を】

平成28年度青森県交通災害共済の加入受付を、平成28年2月1日より役場町民課において開始いたします。交通災害共済は日本全国どこで起きた交通事故でも弔慰金またはケガの程度に応じて見舞金をお支払する共済制度です。

### 弔慰金、見舞金の対象となる交通事故

- (1)自動車、バイク、自転車、介護人の付いていない車イスなどの道路交通による人身事故
- (2)歩いていて車にはねられたり、ひかれたりした事故
- (3)自転車で走行中に転倒したり、追突されてケガをしたとき
- (4)自転車の補助いすに子どもを乗せて走行中、子どもがスポーク等に足をはさみケガをしたとき
- (5)自転車運転中、誤ってガードレール等にぶつかり、ケガをしたとき

### 共済会費

年間1人 350円

### 共済期間

平成28年4月1日～平成29年3月31日までの1年間(平成28年3月31日までに加入をされた方は予約加入扱いとなります)。平成28年4月1日以降に加入された方は、加入したその日から平成29年3月31日までです。

### 赤十字活動資金にご協力ください

近年わが国では、毎年のように大規模な自然災害が発生しておりますが、昨年九月に発生した台風18号による大雨災害は、関東・東北の広範囲にわたり甚大な被害をもたらし、多くの尊い人命が失われました。日本赤十字社では、台風18号災害の発生とともに、医療救護班ならびに災害急性期に救護活動を行うDMATチームを被災地に派遣したほか、救援物資の配付や義援金の募集活動などを行い、被災された方々の支援に努めました。また、東日本大震災の発生からもうすぐ5年が経過いたしますが、日本赤十字社では、各国赤十字社などから寄せられた約1千億円の海外救援金を資金に、今なお被災地に復興支援活動を継続して行っております。

また、青森県支部では、不幸にも風水害や家屋火災などの被害に見舞われた県民の方々に対して、毛布などの救援物資の交付を行っており、当町においては、幸いにも該当する被災者はいませんでしたが、平成26年度の交付件数は354件に上っております。

これら災害救護活動のほかにも、人命救助を目的とする救急法等講習会の普及、地域等で福祉活動を推進

### 共済弔慰金、見舞金金額表

災害の程度		等級	金額
死亡した場合		1	1,000,000円
実治療日数 180日以上で	入院180日以上を含む	2	150,000円
	入院90日以上 180日未満を含む	3	130,000円
	入院90日未満又は 入院がないものを含む	4	110,000円
実治療日数 90日以上 180日未満で	入院90日以上を含む	5	80,000円
	入院90日未満又は 入院がないものを含む	6	60,000円
実治療日数60日以上90日未満		7	45,000円
実治療日数30日以上60日未満		8	35,000円
実治療日数10日以上30日未満		9	25,000円
実治療日数10日未満		10	20,000円

(日数の計算は全て治療した日数によります)

### 交通事故にあったら

必ず警察署又は最寄りの交番に届け出てください。  
相手のいない自転車等の自損事故も届けましょう。

問 役場 町民課 生活環境係  
TEL 7 5 5 - 2 1 1 3(内線127)

する赤十字奉仕団の育成や、子どもたちの“やさしさと思いやり”の心を育む青少年赤十字の育成などの多岐にわたる活動を行っており、これらは赤十字社員が納めて下さる社資(社費・寄付金)を財源に行われています。昨年、町民の皆さまにご協力いただいた社資は2,449,500円となりました(平成27年12月現在)。ご協力いただき心より厚くお礼申し上げます。

日赤青森県支部では、平成28年2月1日より、平成28年度に実施する赤十字活動の資金確保のため、《赤十字社員増強・社資増収運動》を実施いたします。

日本赤十字社が果たすべき役割と《赤十字社員増強・社資増収運動》の主旨をご理解いただき、日赤青森県支部が行う赤十字活動の普及・推進のため、平内町の住民のみなさまの赤十字社員への加入ならびに平成28年度の社資(社費・寄付金)のご協力について、よろしく願い申し上げます。

問 日本赤十字社青森県支部 組織振興課  
TEL 7 2 2 - 2 0 1 1  
日本赤十字社青森県支部平内町分区分  
担当 町民課生活環境係  
TEL 7 5 5 - 2 1 1 3

平内いきいき健康館よごしやま温泉 2月の臨時休館日は3日(水)・17日(水)  
～毎月1日・16日は9時から入浴できます～

地域をあげて集落の活性化に取り組んでいる藤沢地区(伊瀬谷登町内会長)で1月17日(日)、これまで新年を語る会として行われてきた会合を、地域全体で楽しもうと名称と内容を一新し藤沢多世代交流新年会として開催しました。



元藤沢小学校教諭の齋藤さんが当時の思い出を語る

会の第1部では、町内会が取り組んでいる県の集落経営再生・活性化事業をサポートしている弘前大学大学院の土井良浩准教授による事業の経過報告や青森県地域づくりネットワーク推進協議会会長を務める森田泰男さんによる「藤沢地区の資源と課題と可能性」と題した講演、旧藤沢小学校で教鞭を執った齋藤二郎さんによる当時の思い出の披露などがあり、参加者は地域の過去・現在・未来に思いを馳せました。

第2部の交流懇親会では、乾杯の後、町内会から藤沢獅子舞保存会へ子ども用のはんてんが贈呈されました。町の無形民俗文化財に指定されている藤沢獅子舞ですが、踊りを習得した子どもたちが進学や就職等で地区を離れてしまうことが多くあり、より多くの子どもに獅子舞へ親しんでもらいたいとの声が上がっていることから獅子頭をはじめ子どもたち用の道具類も揃えつつあり、今後の発展が期待されます。



獅子舞保存会へはんてんの贈呈

このほか、藤沢地区では1月9日(土)に町内会と子ども会の共催で餅つきを行いました。

この日は、緑が丘保育園の園児も招待され、白・赤・緑・黄に着色した餅をミズキの枝に巻きつける『花餅』を飾りつけました。餅つきや飾りつけの補助にあたった祖父・祖母世代の参加者からも懐かしいとの声が聞かれ、童心に戻ったの作業に交流が深まりました。



色とりどりの餅を花に見立て飾りつけ

## 『わたしの好きなひらなない』



2015/12/23 06:46

- ◇投稿者 平内町白鳥を守る会
- ◇撮影場所 東和地区の海岸

### ◇投稿者より◇

東和の海岸に8羽の大家族が現れました。数日前から群れの中に見かけていましたが、8羽? 5羽? 判断の付かない日々でしたが、12月23日ついに目の前に現れました。

一昨年に8羽の家族を見ましたが、昨年は残念ながら見えなかったのが嬉しいです。平内に来てくれてありがとう。このまま平内で越冬するようなので町民の皆さんも浅所海岸で遭遇すれば幸せになれるかも!

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 問 役場 企画政策課 広報統計係  
 するか、郵送または役場企画政策課へ直接持参ください。 TEL 7 5 5 - 2 1 1 1 (内線231)  
 メール kouhoutoukei@town.hiranai.aomori.jp