

# 広報 ひらない

11

平成30年/2018



◇ 平内町新PRキャラ「ウロボン」(ほたての祭典)より ◇



## 新PRキャラ「ウロボン」登場！ - ほたての祭典 -

9月16日(日)、平内町漁業協同組合(三津谷廣明組合長)が主催する当町秋の最大イベント「ほたての祭典2018」が夜越山森林公園特設会場で開催されました。

開始時刻前から、ほたて汁無料券が配布される入口前やほたて釣り、ほたて詰め放題などのイベントに数百人が列をつくる盛況ぶりでした。

また特設ステージでは、司会のけんずろうさんと野坂真理さんの息の合ったかけあいの中、当町の新PRキャラクター、ホタテのウロから生まれたロボット「ウロボン」がお披露目されました。

「ウロボン」は、頭と腕など黒い部分がウロ、おなかは貝柱、肩と背中では貝がらというキャラクターで、長年当町のPRキャラクターとして活躍した「ミシェルくん」と「シェリーちゃん」の後を引き継ぎ、今後町の行事などで活動する予定です。

このほかにも、バレエショーやほたてほやし競争、お楽しみ抽選会などが行われ、大いに会場を盛り上げていました。

天候に恵まれたこの日は、町の人口を大幅に超える約15,800名が来場し、ホタテ三昧の秋の休日を満喫しました。



# 初開催！「ひらないミライ商店街」

9月29日(土)、小湊商店会(畑井猛会長)主催(平内町商工会青年部、HPR共催)による「ひらないミライ商店街」が小湊商店街で初開催されました。

同イベントは、小湊商店街の縮小化の現状を変える試みとして、「楽しみながらミライをみる商店街」をテーマに実施したとのこと。

歩行者天国が設けられ、クラフト作家さんが軒を並べるマーケットエリア、飲食が楽しめるスナックエリアなどが開設されたいつもとは違う商店街には、約1,200名が訪れました。

来場者は、クラフト作家による手作りアイテムが並ぶ店でショッピングを楽しんだり、自分で小物を作るワークショップで自分だけのオリジナルアイテムを手にして喜んでいました。

またステージエリアでは、口広・小湊保育園児による鼓笛隊演奏を皮切りに、DJやバンド演奏、ストリートダンスなど多彩な催しが会場を盛り上げ、観客の目と耳を楽しませていました。

ほかにも、昭和風レトロな縁日やチャリティーゲーム大会、各商店によるイベント当日限りの限定価格商品など内容は盛りだくさん。

来場者からは、「かつての活気に満ちた商店街地区の賑わいが久しぶりに戻った感じがする」などの感想も聞かれました。

天候にも恵まれたこの日、来場者は1日だけの特別なミライ商店街の空間を、皆思い思いに楽しんでいました。



- ① 歩行者天国が設けられた小湊商店街には、終日お客さんが絶えませんでした。
- ② ステージエリアでは、キレッキレのストリートダンスで観客をわかせていました。
- ③ オリジナルの石鯛を作れるワークショップ。好きなアイテムを選んでいました。
- ④ 野球ボールで9枚のパネルを射抜くストラックアウトは、子どもたちに大人気。

## “年間目標3万人”を156日で達成！ - ご当地レストラン「ホタテ一番」 -

10月11日(木)、町は「ひらないまるごとグルメ館」内の「ご当地レストランホタテ一番」で、来店客3万人目記念セレモニーを実施しました。

3万人目の来店客となったのは、平川市の山田英雄さんとユミさんご夫妻。船橋町長から感謝状と記念品のホタテ加工品詰め合わせが、花田料理長から花束が贈られました。

山田英雄さんに感想を伺うと、「9月に来たときは定休日だったので、改めて来たら3万人目ということで驚いています。ホタテが大好きなので料理が楽しみです」との声を聞かせてくれました。

同レストランでは、年間来店目標である3万人を5月8日(火)のオープンからわずか156日で達成。現在も週末には行列ができるほどの人気を博しています。



▲3万人目の来店者となった山田さんご夫妻(中央)

## 「な」も「わ」も一緒につなごう！ - ひらない敬老まつり2018 -

9月15日(土)、「ひらない敬老まつり2018」が町立体育館で開催され、町内から招待されたお年寄り330名と関係者を含め約390名が参加しました。

テーマが「～なもわも～」と設定された今年のまつりでは、長寿祈願の神事から始まり、高齢者代表として、今年で96歳になられた木村ハツエさん(外童子出身)が、船橋町長を始めとする来賓の方々とともに、健康を祈念する鏡開きを行いました。

その後も、日本舞踊や山彦幼稚園児によるダンス、老人クラブによる芸能発表など楽しい催し物が続き、参加したお年寄りの皆さんから、その都度大きな笑い声や拍手がおきました。

フィナーレでは、気持ちが高揚したお年寄りや来賓などが次々と「どだればち」の踊りの輪に加わり、『「な」も「わ」も一緒につなごう』どおりの光景の中、幕を閉じました。



▲鏡開きで笑顔を見せる木村ハツエさん(中央)

## 農作業の体験で食べ物大切さを学ぶ！ - 小湊小学校稲刈り体験 -

9月25日(火)、小湊小学校4～6年生児童が、春に田植えを行った学校田(細川富政さん所有)で「稲刈り体験」を行いました。

この体験は、県農業普及振興室と町農政課の協力で行われ、児童は複数の班にわかれて黄金色に輝く田んぼに入ると、一束一束丁寧に鎌で稲を刈り取っていました。自分たちが5本ずつ植えた小さな苗が何倍にも大きく成長していたことに気づき、実りの秋を実感している様子でした。

田んぼを管理していただいた農家さんへの感謝と米作りの大変さをこの体験学習をとおして学ぶことにより、食べ物を大切にする心の成長などが期待されます。

この日収穫したもち米は、11月に食育活動も兼ねて行われる「もちつき集会」で、食べる予定とのこと。



▲みんなで協力して稲を刈りました

## 自分たちの地域は自分たちで守る！ - 内童子町内会「防災訓練」 -

9月9日(日)、内童子町内会(相坂一会長)では、「防災訓練」を内童子コミュニティセンターで実施しました。

参加者80名(男性30名、女性50名)で行われた同訓練は、日本各地で自然災害が頻発する中で、避難体制の整備と防災意識の高揚を図り、洪水・土砂災害の軽減に役立てることを目的に実施。

「自分たちの地域は自分たちで守る」という意気込みのもと、自主防災組織と地元消防団を中心に、避難訓練・避難所運営訓練・情報伝達訓練などを行いました。

訓練を終えた相坂会長からは、「平時に行うこのような訓練が大事だと思う。やって良かった」との感想が聞かれました。



▲要配慮者(高齢者や子どもなど)の避難訓練も実施

## 交通死亡事故ゼロ継続に力を尽くす！ - 秋の全国交通運動決起大会 -

9月21日(金)、平内地区交通安全協会(須藤恵悦会長)では、秋の全国交通安全運動(9月21日～30日)に伴う「秋の全国交通安全決起大会」を町立体育館で開催しました。

大会には、関係者を含め230名が参加。須藤会長からは「管内では交通死亡事故ゼロが656日(同日時点)継続しています。さらにこれまでの記録である818日を目指し、今後も交通安全対策に取り組んでいきます」との挨拶がありました。

大会の最後には、青森警察音楽隊とカラーガード隊による見事な演奏と演技に参加者から大きな拍手がおくられました。



▲参加者を魅了した青森警察音楽隊とカラーガード隊

## 普段は見れない希少な洋ランも展示！ - 秋の洋ラン展示会 -

町では9月16日(日)～24日(月)にかけ、県内のアマチュア洋ラン愛好家の作品を集めた「秋の洋ラン展示会」を、夜越山森林公園サボテン・洋ラン園で開催しました。

青森蘭友会・弘前城愛蘭会・十和田オーキッドクラブの3団体の協力のもと展示された洋ランは約80種類。

期間中訪れた1,330名は、種々様々な洋ランを前に次々と足を止めては、花の大きさや咲き具合、色づきの違いを確かめたり、花をバックに記念写真を撮るなど、思い思いに楽しんでいました。



▲様々な種類の希少な洋ランが展示されました

## 「人権」とは何かをみんなで考える！ - 「人権教室」・「人権講演会」 -

平内人権擁護推進部会(亀田武之進会長)では、9月25日(火)に東小学校で「人権教室」を、10月3日(水)に青森東高校平内校舎で「人権講演会」を開催しました。

これは、「人権」とは何かを各人が考える機会を設け、人権尊重の意識高揚などを目的としているとのこと。人権について学んだ東小学校1・2年生児童からは「友達にやさしくしたい」「自分がされたくないことを人にしない」などの感想が聞かれました。

人権教室は、11月に山口小学校でも開催予定とのこと。



▲人権について学ぶ1・2年生児童(東小学校)

# 平成29年度 平内町歳入歳出 決算を報告します

## 一般会計全体

一般会計の歳入は、72億1,544万1,016円(対前年度比8.0%の増)、歳出は69億7,830万3,663円(対前年度比8.7%の増)となり、2億3,713万7,353円が残額となりました。この残額から、繰越明許費(注1)のうち繰り越すべき財源6,306万5千円を差し引き、さらに地方自治法および地方財政法の規定により9,000万円を減債基金(注2)に積み立て、残り8,407万2,353円を平成30年度へ繰り越しました。

昨年度に続き、町の貯金にあたる財政調整基金を取り崩すことなく収支を黒字化させることができ、単年度ベースでの実質収支も黒字となりました。今後もより一層の経費削減に努めるとともに、並行して経常的な自主財源の確保を模索しながら、健全な財政運営と住民サービスの維持・向上に努めていきます。

## 一般会計 → 歳入

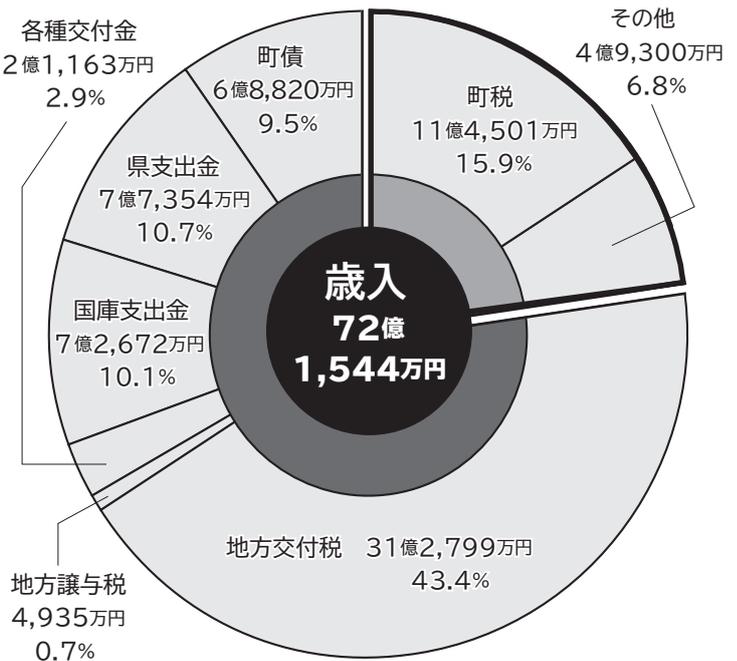
歳入は、昨年度に続きホタテ養殖業の好調を受けて個人町民税などが伸び、町税総額が11億円超となりました。

一方で地方財政の調整機能を果たす地方交付税は税収の伸びに反比例する形で減収となり、必ずしも町の財政に余裕ができたわけではありません。

しかしながら、税収などの自主財源の割合が5年ぶりに2割を超え、財政構造の良化が図られたとの見方ができることから、安定的な財政運営のため、引き続き自主財源の確保に努めていきます。

- 自主財源 16億3,801万円 (22.7%)
- 依存財源 55億7,743万円 (77.3%)

※平成29年度一般会計歳入総額72億1,544万円を町民1人あたりに換算すると640,064円/年



## 一般会計 → 歳出

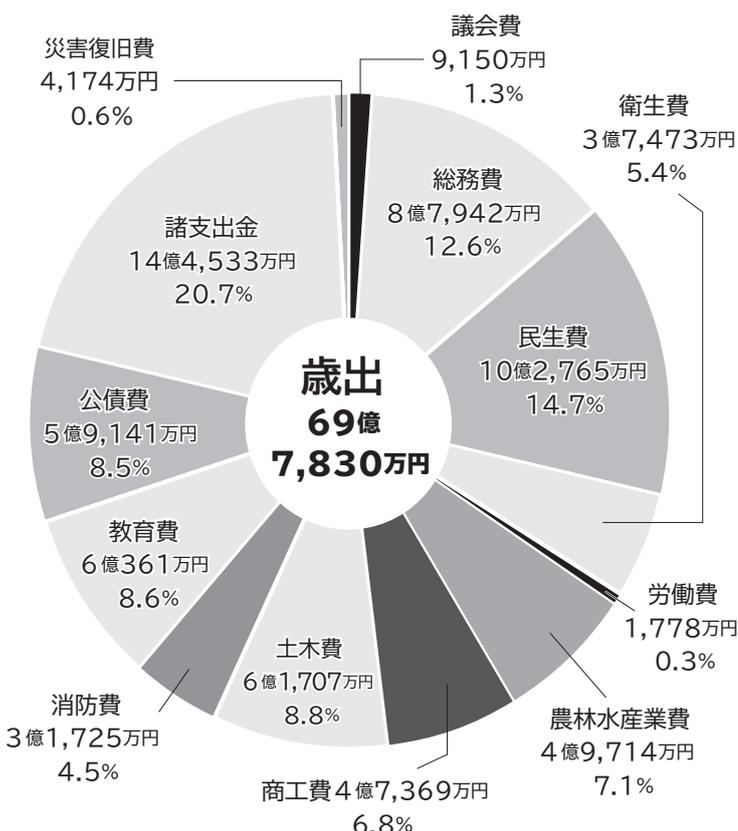
歳出は、社会保障費や、町有施設・インフラの老朽化対策など、やむを得ない経費の増があるものの、町の財政状況を鑑みながら、ソフト面では保育料等無償化や定住促進対策、学校教育充実事業などの人口減少対策を継続しています。

またハード面では「ひらないまるごとグルメ館」を新たな魅力発信の拠点として整備するなど、内的な基盤強化(住みよいまちづくり)と外的な発信力強化の両面から地域の活性に向けた積極的な取り組みを行っています。

※平成29年度一般会計歳出総額69億7,830万円を町民1人あたりに換算すると619,028円/年

(注1): 歳出予算の経費のうち、その性質上また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

(注2): 町債の適正な管理(償還手続きなど)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、積み立てしたもの



## 【平成29年度一般会計の主な歳出内訳】

◆旧少年院跡地取得費	9,500万円
◆生活路線バス及びスクールバス運行委託料	1億1,207万円
◆定住促進対策事業	2,301万円
◆重度心身障害者医療費	2,008万円
◆介護・訓練等給付費	2億2,685万円
◆保育所等施設型給付費(保育料完全無償化)	4億5,098万円
◆児童手当	1億2,304万円
◆各種予防接種、検診及び健康診査等委託料	4,732万円
◆乳幼児・子ども医療給付費	2,881万円
◆ゴミ処理関連業務委託料	9,269万円
◆し尿処理施設管理運営費負担金	2,574万円
◆漁港建設・港湾整備事業費	1億4,572万円
◆ひらないまるごとグルメ館整備事業	2億1,260万円
◆いきいき健康館屋根等改修事業(よごしやま温泉)	5,093万円
◆除排雪委託料	1億8,900万円
◆道路橋梁費(道路新設改良、橋梁維持、融雪溝設置等)	1億9,166万円
◆(仮称)藤沢団地建替事業	1億3,501万円
◆学校教育充実事業	1,539万円
◆B & G海洋センター大規模改修事業	8,175万円
◆長期債元利償還金	5億9,138万円
◆特別会計繰出金	13億3,998万円

## 特別会計 → 決算額

特別会計	歳入	歳出
国民健康保険特別会計	22億7,886万円	21億9,493万円
平内中央病院事業会計 収益的収支	14億1,712万円	13億4,799万円
平内中央病院事業会計 資本的収支	1億5,157万円	2億1,972万円
水道事業会計収益的収支	3億1,278万円	2億4,481万円
水道事業会計資本的収支	4,769万円	2億2,617万円
特殊索道事業特別会計	2,381万円	2,366万円
農業集落排水事業 特別会計	1億3,576万円	1億3,497万円
漁業集落環境整備事業 特別会計	2億2,664万円	2億2,608万円
公共下水道事業特別会計	3億7,626万円	3億7,555万円
介護保険特別会計	12億8,435万円	12億5,263万円
後期高齢者医療特別会計	3億1,472万円	3億1,411万円

## － 平成29年度決算に基づく健全化判断比率およ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	29年度	28年度 (参考)	早期健全化 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%	30%
③実質公債費比率	10.3%	9.9%	25%	35%
④将来負担比率	73.6%	70.1%	350%	
⑤資金不足比率 (全地方公営企業 で該当無し)	－	－	20%	

※実質赤字額、連結実質赤字額または資金不足額が無い場合、および実質公債費比率または将来負担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程度を指標化し、財政運営の深刻度を示したもの

### ③実質公債費比率

借入金の返済額およ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その事業規模である料金収入の規模と比較して指標化し、経営状況の深刻度を示したもの

※各数値については、表示単位未満を四捨五入しているため、合計と内訳が一致しない場合があります。

※町民1人当たりの歳入歳出額については、人口11,273人(平成30年1月1日現在の住民基本台帳による)で計算

# 12月4日(火)、平内町は 「脱！短命町」を目指し「健康な まちづくり」を“宣言”します！

- ◆日 時：12月4日(火) 13:30～15:30 ◆会 場：町勤労青少年ホーム
- ◆内 容：○健康な町づくり宣言(小・中学生など) ○基調講演(弘前大学中路特任教授)  
○寸劇(高血糖ストッパーズ) ○アトラクション(山彦幼稚園児) など
- ◆その他：○「だし活パック」プレゼント(先着200名限定) ○だし活みそ汁試飲 など
- ◆問合せ：役場健康増進課 Tel 718-0019(内線130)

**大勢の町民の皆さんのご来場をお待ちしています！**



## 「がん検診無料クーポン券」

町では10月に、「がん検診無料クーポン券(有効期限平成31年2月28日)」を、今年度町の集団検診を未受診で、平成30年4月2日から平成31年4月1日の期間に右表の年齢に到達する方へ送付しています。

なお、クーポン券は平成30年4月20日時点で平内町に住民票がある方に送付しています。

この日以降町に転入し、対象年齢に当てはまる方は、役場健康増進課で申請することでクーポン券を受け取れますので、ぜひご利用ください。

### ◆がん検診無料クーポン券対象年齢・種別表

対象年齢	大腸がん (男女)	乳がん (女性)	子宮頸がん (女性)
62・57・52・47歳		○	
61・56・51・46歳	○	○	
42・37・36・32・ 31・27・26・21歳			○
41歳	○	○	○

問 役場 健康増進課 健康増進係  
Tel 718-0019(内線152)

## 「間木・健康アップ教室」を開催

8月25日(土)、町は「元気で長生きぴんぴんきらり間木・健康アップ教室」を間木コミュニティセンターで開催しました。

地区交流会と合同開催ということもあり、間木地区から38名(男性17名、女性21名)の方が参加したほか、東滝地区、浅所地区からも3名が参加しました。

今回は「減塩とだし活・おいしく食べて家族で減塩!!」をテーマに、塩分を減らしてだしを活用した料理の試食や町管理栄養士による『さしみにつけるしょうゆは取り皿にとる』『麺類の汁は残す』『漬物は塩分が多いので注意』など、今日からでも実践できる減塩のポイントについて講話を行いました。

参加者からは、「いつもしょうゆをかけるのが習慣になっていたが今度からは味をみてからにする」「しょうゆに頼らず、だしで食べられることがわかった」などの感想が聞かれました。

同教室の開催には、間木地区婦人会、間木町内会、漁師の健康を考える会など、地区の皆さんにご尽力いただきました。

同地区では、今回の経験を次の教室へつなげ、地区の健康リーダーを増やし、健康度アップ・平均寿命アップにつなげていきたいとのことです。



▲塩分を減らし、だしを活用して味付けした料理を試食



▲地区から大勢の方が参加しました

## 甘くみないで「糖尿病」！

糖尿病は「血糖値が高い状態が続く」病気ですが、初期には自覚症状がほとんどありません。

しかし、血糖値が高い状態が続くと、体のいたるところで血管が詰まったり破れたりします。

その結果、さまざまな合併症が起こります。

### 【糖尿病の代表的な3大合併症「し・め・じ」】

#### 『し』：神経障害

足や手にしびれや強い痛み、足にこむら返りを起こすなどの末梢神経障害や異常な発汗、冷え性の症状が出る自律神経障害が起こります。

#### 『め』：網膜症

視力低下など眼に異常が生じます。進行すると、失明する場合があります。

#### 『じ』：腎症

体の中の老廃物をろ過する機能の低下で尿が作れなくなり、人工透析が必要になる場合があります。

### 【糖尿病の予防法！】

#### ① 朝食・昼食・夕食の食事配分は均等に！

食事抜きは、まとめ食いにつながりやすくなったり、次の食事までの間が長くなり、血糖値が上がりやすくなるため、1日3食規則正しくとりましょう！

#### ② 栄養バランスに気を付けて野菜から食べよう！

毎食、主食(ご飯・パン・めん類)、主菜(魚・肉・卵・大豆製品)、副菜(野菜・海藻・きのこ)など組み合わせ、血糖値の上昇をゆるやかにしてくれる野菜からよく噛んで食べましょう！

#### ③ 嗜好品はほどほどに！

清涼飲料水は、血糖値を上げてしまいます。水分補給は、水かお茶を心がけましょう。また、お酒の飲み過ぎに注意しましょう！

#### ④ こまめに体を動かそう！

エレベーターではなく階段を利用する、椅子に座って足上げをするなど、日常の中でちょっと工夫して、長期間続けられるようなものを見つけて取り組んでみましょう！

# 平内中央病院からのお知らせ

## 「糖尿病教室」を開催！

当院では、糖尿病教室を次のとおり開催します。糖尿病の方はもちろん、ご家族や興味のある方はどなたでも無料で参加できます。

また、参加していただいた方は、無料で血糖値測定が受けられますので、お気軽にご参加ください。

- ◆日 時：12月12日(水) 13:20~13:50
- ◆会 場：平内中央病院会議室
- ◆講 師：平内中央病院主任看護師 能登谷愛子
- ◆題 目：「今日からできる糖尿病の足のケア」
- ◆参加料：無料
- ◆問合せ：平内中央病院 内科外来  
TEL 755-2131(担当：能登谷)

## 新採用職員を紹介します

平成30年9月1日付けで当院に採用された職員を紹介します。



食べることや、コミュニケーションについて困っている方の訓練を行って、支援していきます。  
よろしくお願いします。

名 前：渋谷 和彩 職 名：言語聴覚士  
出身地：青森市

## 「看護補助員」を募集！

看護補助員は、医療行為以外の業務を行い、医療チームのサポートをする仕事です。

例えば、体が不自由な患者さんの食事や入浴など身のまわりのお世話や、検査への誘導、医療器具の洗浄などの作業をします。

当院の看護スタッフの一員として、一緒に働いてみませんか？

フルタイム、パートタイムどちらの勤務も可能ですので、雇用条件などの詳細は、担当までお問い合わせください。

### ①受験資格：

59歳(採用時)以下で、体力に自信のある方

※医療関係のお仕事が未経験の方や資格をお持ちでない方でも、大丈夫です。

※経験者または介護福祉士などの資格をお持ちの方は優遇いたします。

### ②試験方法：書類選考および面接による

③受験手続：受験申込書類は、当院に直接お問い合わせいただくか、当院HPからダウンロードしてください。必要事項を記入のうえ、提出してください。

問 平内中央病院 事務管理部 TEL 755-2131

## 国民年金情報！

## 納付した全額が税の控除対象です！

国民年金保険料は、所得税と地方税の社会保険料控除として、その年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

控除対象は、平成30年中に納付した保険料の全額(家族分含む)となります。

控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに、領収証書など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要です。

このため、平成30年1月1日から9月30日の期間に国民年金保険料を納付された方には、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)

控除証明書」が送付されます。

再発行には時間がかかりますので、紛失しないように気をつけ、申告書提出の際にはこの証明書を添付してください。

※10月1日から12月31日の期間に、今年はじめて国民年金保険料を納付した方には、翌年の2月上旬に送付されます。

問 役場 健康増進課 年金後期医療係  
TEL 718-0019(内線133)  
青森年金事務所 TEL 734-7495

# 「国民健康保険税の軽減」とは？

倒産・解雇などによる離職(特定受給資格者)や、雇い止めなどによる離職(特定理由離職者)をされた方は、窓口での手続きにより一定期間、国民健康保険税が軽減される場合があります。

## ◆対象者：

次の①・②のケースで、求職者給付(基本手当など)を受ける方の中で、「雇用保険受給資格者証」の離職理由欄に次のコード番号のうちいずれかが記載されている方。

- ① 雇用保険の特定受給資格者  
(倒産・解雇などによる離職)
- ② 雇用保険の特定理由離職者  
(雇い止めなどによる離職)

### 【雇用保険受給資格者証コード番号】

①のケース：11・12・21・22・31・32

②のケース：23・33・34

※高齢者受給資格者および特例受給資格者の方は対象となりません。

## ◆軽減額：

国民健康保険税は、前年の所得などにより算定を行いますが、軽減は前年の給与所得を、その30/100とみなし行います。

## ◆軽減期間：

離職日の翌日から翌年度末までの期間です。

※雇用保険の求職者給付(基本手当など)を受ける期間とは異なります。

※届出が遅れた場合でも、さかのぼって軽減を受けることができます。

※国民健康保険加入中の場合は、途中で就職しても引き続き対象となりますが、会社の健康保険に加入するなど国民健康保険を脱退した時点で終了します。

※就職して社会保険などに加入した方が、当初の軽減対象期間内に、再度国保加入した場合には、残っている対象期間について、軽減の対象となります。

## ◆手続きなど：

軽減を受けるためには届け出が必要です。手続きなど詳細は、担当までお問い合わせください。

問 役場 税務課 住民税係  
Tel 755-2115(内線246)  
役場 健康増進課 国民健康保険係  
Tel 718-0019(内線135・136)

協力隊が平内町の人に会い、お話を伺うコーナーがはじまります。ご存知の方には、その方の今をご紹介します。初めての方は出会いの場としてお楽しみください。

平内町地域おこし協力隊が  
会いに行く

素敵な人  
BATON

vol.1

竹伸会

高橋 哲子さん

(協) 渡辺協力隊員

(哲) 高橋哲子さん

唄は自然と  
身にしみていた。

(協) 哲子さんの声って、よく通る輝きのある音色ですね。どんなきっかけで歌い始めたんですか？  
(哲) 芸事で身を立てるのは考えるものじゃないと言われていた時代に育ち、民謡を習い始めたのは教員を退職してから。

竹山の家柄、唄は耳で聞いたり幼いころから祭りで聞いたり、自然と身にしみていたもので、上達が早かったように思います。

(協) 今、哲子さんの軸になっっているものはなんですか？

(哲) 8年前から日本舞踊を習い始めています

が、やはり私の生活は竹山中心です。竹山のドキュメンタリー映画「津軽のカマリ」が、11月公開になるのですが、監督さんに竹山に関する資料提供や、撮影に際しての相談に乗ったり、今は映画の最終チェックも。あと、津軽弁の通訳もしていますよ(笑)。  
(協) 幼いころのまつりの記憶が根っこに見えるDNAとも言える、「津軽のカマリ」。楽しみにしています！





## 区間賞の活躍も！県民駅伝「町の部7位入賞」！！

9月2日(日)、「健脚でつなげ郷土の和と心」をスローガンに「第26回青森県民駅伝競走大会」が開催され、青森市内全8区間33.8kmを40市町村代表のランナーたちが健脚を競いました。

当町は、トップ集団にくらいついた1区の阿部岳斗さんと2区の阿部航輝さんによる兄弟での見事なタスキリレーを皮切りに、3・4・6区を固めるベテラン勢は安定した走りを見せ、5区の倉本紗羅さんと8区の宇野暖規さんも初出場ながら奮闘しました。

中でも、圧巻の走りを見せてくれたのは7区の戸澤愛織さん。並みいる強豪を相手に、見事「区間賞」を獲得する活躍でチームに貢献しました。

みんなでつないだ合計タイムは1時間55分35秒、順位は町の部7位(総合17位)と健闘しました。

### 平内町代表選手

監督	竹達 義弘
第1区(4.6km)	阿部 岳斗(八戸学院光星高2年)
第2区(3.8km)	阿部 航輝(小湊中3年)
第3区(4.6km)	太田 祐貴(陸上自衛隊)
第4区(6.1km)	中新田賢治(陸上自衛隊)
第5区(2.5km)	倉本 紗羅(小湊中1年)
第6区(5.2km)	逢坂 孝徳(大和町役場)
第7区(3.2km)	戸澤 愛織(八戸学院光星高3年)
	※区間賞
第8区(3.8km)	宇野 暖規(小湊中3年)



## 高校生が“町のお宝”探訪！

8月6日(月)、「地域のお宝物語」平内町実行委員会(荒内清蔵会長)では、「藩境塚」などの史跡や観光スポット7か所をめぐる「お宝探訪バスツアー」を開催し、地元高校生4名を含む10名が参加しました。

同会は、高校生が中心となって平内町のお宝(魅力)を発見・再認識し、それを“物語”として紹介・発信することを目的として今年6月に発足。

参加者は、青森市浪岡の玉余魚沢地区と洞窟がつながっているという伝説がある「立石洞穴遺跡」で、切り立つ岩肌に圧倒されたり、洞窟ではコウモリに遭遇するなど、さまざまな体験をしました。

この日訪れた場所のほとんどが初めてという高校

生たちは、行く先々で写真を何枚も撮りながら、「友達に自慢したくなった」と話してくれました。

同会では来年2月まで学習会や野鳥観察などを重ね、高校生はその体験を基に発表会を行う予定です。



▲参加した高校生たちは、町のお宝(魅力)を発見しました

## ラジオ体操はスポーツ！

誰もが知っている“ラジオ体操”、いえいえ、皆さんの知っているラジオ体操は“知ってるつもり体操”かもしれません。

本当のラジオ体操は3分15秒の短い中に、有酸素運動や筋トレ、ストレッチなどができ、筋肉や関節、骨にも良い影響を与えてくれる優れものです。

また、正しく行えば肩こりや腰痛、便秘の改善、さらに免疫力のアップ、部分痩せなどの美容効果も絶大です！

町では、次のとおり「ラジオ体操講習会」を開催しますので、ぜひご参加ください。

◆日 時：11月11日(日) 10:00～12:00

◆会 場：町立体育館

◆講 師：NHKテレビ・ラジオ体操  
鈴木 大輔 先生(指導者)  
吉江 晴菜 先生(アシスタント)

◆料 金：無料

◆問合せ・申込み先：

平内町教育委員会 生涯学習課 生涯スポーツ係  
TEL 755-2565(内線354)

## ハクチョウ博士になろう！

毎年町外からの受験者もいる、「ハクチョウ検定」が今年も開催されます。

検定種別は、初級(全20問)と上級(全20問)に加え、今回から新たに「名人(全50問)」が登場！

以前に上級を合格した方もぜひご参加ください。

◆日 時：平成30年12月8日(土) 10:00～12:00

◆会 場：町立山村開発センター(大集会室)

◆種 別：初級・上級・名人

(※名人は、上級を2回合格で受験可)

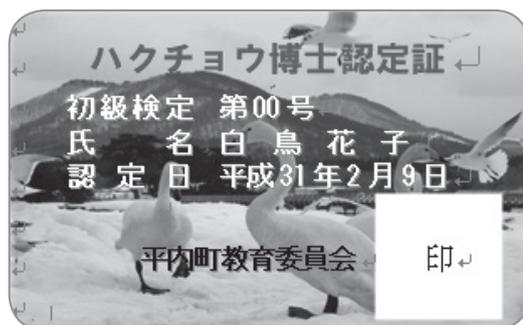
◆検定料：無料

◆表 彰：平成31年2月9日(土)

◆申込み期限：平成30年12月3日(月)必着

◆問合せ・申込み先：平内町教育委員会 生涯学習課

TEL 755-2565 Fax 755-2078



## 町立図書館

## 紹介コーナーその226

### ◆一般書(新刊の一部を抜粋して紹介)◆

- |             |        |
|-------------|--------|
| ①ブロードキャスト   | 湊 かなえ  |
| ②秘録 島原の乱    | 加藤 廣   |
| ③信長の原理      | 垣根 涼介  |
| ④楽天道        | 佐藤 愛子  |
| ⑤すぐ死ぬんだから   | 内館 牧子  |
| ⑥シンドローム 上・下 | 真山 仁   |
| ⑦むすびつき      | 畠 中 恵  |
| ⑧歪んだ波紋      | 塩田 武士  |
| ⑨ふたりぐらし     | 桜木 紫乃  |
| ⑩涙の向こうに花は咲く | 吉野 やよい |

～おはなし会開催のお知らせ～

11月10日(土)10:00～ お話しコーナー

○11月の休館日 3日・11日・23日・25日

## 生涯学習カレンダー 11月

10日(土)	◆おもてなし講習会 「相手に伝わる話し方講座」
11日(日)	◆ラジオ体操講習会
14日(水)	◆ひらないカレッジ「なつかしの歌」
16日(金)	◆第26回平内町高齢者芸能大会 ◆人権・行政相談
23日 (金・祝)	◆白狐塚遺跡報告会
28日(水)	◆ひらないカレッジ 「自分の体を知ろう！」

企画  
お知らせ

## 2人目の“地域おこし協力隊員”が着任しました！！

### Q. 地域おこし協力隊とは？

人口減少や高齢化が進む地方で、さまざまな分野の地域おこしを担う人材を地域外から募る制度です。また、協力隊の定住により地域力の維持・強化を図ります。

5月に活動を開始した渡辺美雪さんすわに続き、10月1日(月)から新たに諏訪奈津子さんが活動を開始することになりました。

今後、町の魅力発信の強化や移住に関する取り組み、町の食文化などを通じて人と人とを結びつなぐ役割を担っていただきます。

地域の皆さんと触れ合う機会も多くなると思いますので、温かく迎え入れていただきたいと思ひます。



この度地域おこし協力隊に着任しました  
諏訪奈津子です。  
青森市出身で、高校卒業後進学のために上京して以来、東京の広告代理店でPRの仕事などを経験してきました。  
幼い頃から夏は海水浴、冬はスキーや白鳥など、私にとってリゾートのような平内町。  
自然や遊び、食にあふれるこの町の魅力を新しい視点で再編集して、皆さんと一緒に町を盛り上げていきたいです。よろしくお願ひいたします。

問 役場 企画政策課 企画政策係  
Tel 718-1325 (内線230)

企画  
お知らせ

## 婚活イベント参加費の助成をしています！

町では平成30年度より、人口減少対策の一環として、町に住所を有する独身の方に対して、婚活イベントへ参加した場合に、その参加費用の一部を助成(年度内1人3回まで、各回最大3,000円)する「平内町婚活支援補助金」事業を実施しています。

婚活イベントの情報は、県の委託を受けて出会いの場となるイベント情報を提供している「あおもり出会いサポートセンター」のホームページ(<http://adsc.jp/>)をご活用ください。

※詳細は、町ホームページまたは担当までお問い合わせください。



問 役場 企画政策課 企画政策係  
Tel 718-1325 (内線230)

地域包括  
お知らせ

## 「在宅医療介護連携」 ～介護が必要になったら～

家族や親族が高齢化により、身体機能の衰えや、認知症など気になることが増えてきたら、介護保険の認定申請についてそろそろ考えたほうがよい時期かもしれません。

介護される人の多くは、住み慣れた地域で可能な限り自宅で過ごしたいと願っています。

そのためには、介護が必要な人の尊厳を保ちながら、できるだけ自立した生活を営めるように、寄り添うような支援が必要です。

しかし、なるべく介護をする人が無理をしない、負担がかかりすぎないようにすることも大切です。一人で背負いこまず、介護を頼める人がいれば遠慮なくお願ひし、利用できるサービスがあれば積極的に活用しましょう。

町では医療・介護・福祉関係者が連携を図りながら支援していきますので、困りごとやお悩みごとがありましたら、ご相談ください。

問 役場 福祉介護課 地域包括支援センター  
Tel 755-2114 (内線174・148)

国保  
お知らせ

## 「海外療養費制度」の 注意点など

「海外療養費制度」は、海外旅行中や海外赴任中に急な病気やけがなどによりやむを得ず現地の医療機関で診療などを受けた場合、いったん窓口で医療費の全額を支払い、帰国後、申請をして支給決定されると一部医療費の払い戻しを受けられる制度です。

### 【注意点】

- ・治療目的の渡航による医療費は対象外です。
- ・海外療養費は、日本国内の保険医療機関などで受診した場合の費用を基準として計算し、実際に海外でかかった費用を日本円に換算した金額と比較して、低いほうの金額を支給します。
- ・時効は費用を支払った日の翌日から2年です。
- ・「不正請求」に対しては、警察と相談・連携して厳正な対応をとります。

昨今、海外療養費の不正請求事案が複数判明したことから、審査の強化を行うこととなっています。このため、支給・不支給の決定までに通常の審査よりも長い期間がかかることをご了承ください。※申請に必要なものなど、詳細はお問い合わせください。

問 役場 健康増進課 国民健康保険係  
TEL 718-0019(内線135・136)

後期高齢  
お知らせ

## 納付忘れのない 口座振替がおすすめ！

年齢到達などにより、年度途中で後期高齢者医療制度に加入する方の保険料は原則、年金から天引き(特別徴収)されますが、年金天引きは事務処理に時間がかかるため、しばらくの間は納付書で支払っていただくことになります。

新たに本制度に加入する方や、納付方法が変更された方など、保険料の納め忘れが多くなっていますので、口座振替による納付をおすすめします。※これまで、国保税を口座振替で納付していた方でも、申請が必要になりますのでご注意ください。

問 役場 健康増進課 年金後期医療係  
TEL 718-0019(内線134)

農政  
お知らせ

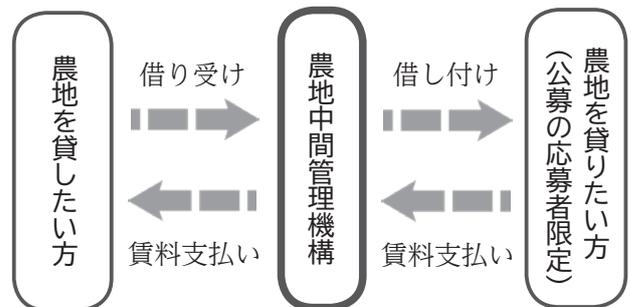
## 「農地」を貸したい・ 借りたい方をサポート

県では、担い手農家に農地の9割を集積・集約化することを目標として、「農地中間管理事業」による農地の利用集積と有効活用を進めています。

同事業は、農業からリタイヤした方や経営規模の縮小などで活用しなくなった農地を、県指定の農地中間管理機構が借り受けて、希望する農家(認定農業者など)に貸し付けるものです。

町は農地中間管理事業の業務の一部を受託しており、同事業の申し込みを随時受け付けています。ご希望の方は、町役場農政課へお越しください。※詳細は、担当までお問い合わせください。

### 【農地中間管理事業の流れ】



問 役場 農政課 農業振興係  
TEL 755-2117(内線260)  
あおり農林業支援センター TEL 773-3131

夜越山  
イベント

## 夜越山サボテン園 「園芸教室」

11月の園芸教室イベントを、次のとおり開催します！今回は、「晩秋の種類別に見る管理方法」と題した園芸教室です。ぜひお越しください。

- ◆日 時：11月11日(日) 10:30~11:30
- ◆場 所：夜越山森林公園サボテン園内
- ◆講 師：白峰園 代表 山口光星 氏
- ◆参加費：大人500円 小人150円 幼児無料  
※入園料のみの値段。受講料無料  
※筆記用具をご持参ください。
- ◆定 員：先着50名(事前申し込み不要)

問 夜越山森林公園 TEL 755-2663

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。



## 「消防本部指令管制室」を大公開！

消防車や救急車の出動を指令する消防本部指令管制室を大公開します！

119番通報の体験や、消防車や救急車のペーパークラフトのプレゼントもありますので、ぜひお越しください。

◆日時：11月4日(日)・9日(金)  
9:00～16:00

◆会場：青森消防合同庁舎3階

◆備考：駐車場はありませんので、有料駐車場をご利用ください。



▲あおしょうくん

問 青森地域広域事務組合 消防本部通信指令課  
Tel 775-0851

## 「不動産取得税」の軽減制度

「不動産取得税」は、家屋を新築・増改築したとき、土地や家屋を売買・贈与・交換などで取得したときに一度だけ課税される県の税金です。

住宅の新築や中古住宅の取得などで、一定の要件に該当する場合には、申請により不動産取得税が軽減される制度があります。

※詳細は、担当までお問い合わせください。

問 東青地域県民局県税部 課税第2課  
Tel 734-9973

## 子育て支援センター行事予定

日程	活動・場所	内容
11月2日(金) 9:45～11:15	かたつむりの会 支援センター	障害を持つ子の親同士で子育ての情報交換
11月7日(水) 9:45～11:15	ぴよぴよ絵本サークル 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
11月16日(金) 9:45～11:15	親子ふれあいワーク 支援センター	おもちゃ遊び
11月27日(火) 9:45～11:15	すくすくクラブ 支援センター	・身体測定 ・保健師、管理栄養士来訪

問 平内町地域子育て支援センター(東和保育園内)  
Tel 758-1214

## 「女性の人権ホットライン」強化週間

青森地方法務局と青森県人権擁護委員連合会では、強化週間として次の期間中、平日の電話相談時間を延長し、土・日曜日でも電話相談を行います。

相談は無料で、秘密は守ります。ひとりで悩まず、相談してください。

◆期間：11月12日(月)～16日(金) 8:30～19:00  
11月17日(土)・18日(日) 10:00～17:00  
(通常は、土日・祝祭日を除く平日8:30～17:15)

問 女性の人権ホットライン Tel 0570-070-810

## 母子・父子・寡婦福祉資金の貸付け

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予約の申し込みを次のとおり受け付けます。

◆対象者：来春、お子さんが進学する母子・父子・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のみ)

※現在修学中の方の申し込みは、随時受け付け

◆申込期間：平成30年11月1日～平成31年3月31日  
※土・日、祝日、年末年始を除く

貸付の限度額や償還方法、償還期間などの詳細は、担当までお問い合わせください。

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 734-9950

## 県内の交通事故概況

毎月1日は「県民交通安全の日」  
あなたも参加 わたしもやります “安全運転”

平成30年

青森県交通対策協議会

	9月中	年間累計	死者の 状態 シートベルト	高齢者の死者 (65歳以上の人)	19人 (+3)
発生	217件 (-22)	2,095件 (-252)		歩行中の死者	11人 (+2)
死者	6人 (+5)	34人 (+1)		飲酒運転による死者	11人 (+9)
傷者	265人 (-15)	2,575人 (-311)		自動車乗車中の死者	15人 (-3)
				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。



## 「ほたて大好きめいすいくん」誕生！ — 平内町明推協だより —

明るい選挙のイメージキャラクターとして、有権者が進んで投票に参加し、選挙が1件の違反もなくきれいに終わることを目指し日々啓発活動に大活躍の「選挙のめいすいくん」。

このたび、町の地域おこし協力隊として活動している渡辺美雪さんにデザインを依頼し、当町独自のご当地めいすいくんとして、当町特産のホタテをまとった「ほたて大好きめいすいくん」が誕生しました。今後は、当協議会や町選管が発行する印刷物などで明るい選挙の推進に向け大活躍してもらおう予定です。



▲ほたて大好きめいすいくん

問 平内町明るい選挙推進協議会事務局  
(役場 総務課内) Tel 755-2111 (内線181)

9月受付分

### 戸籍の窓口

#### 人口と世帯

男…5,332人(-7人)  
女…5,810人(-10人)  
計…11,142人(-17人)  
世帯数…4,979世帯(-12)  
平成30年10月1日現在  
( )は、前月との比較

#### ご結婚おめでとう

		本籍地
( 甲 斐 恵 司	神奈川	県
工 藤 梓	松野	木

#### お誕生おめでとう

赤ちゃん名	(親)	住所地
畑 井 奏 乃	の(啓佑)	下 町
飯 田 湊 斗	と(幸樹)	第1勝田町
中 美 藍	あ(俊太)	西 沼 館
小 形 紬 愛	い(暢志)	藤 沢
伊瀬谷 海 利	り(文崇)	本 町

#### お悔やみ申し上げます

喪主	住所地
佐 藤 千年寿(60)	川崎 本 町 優子
船 橋 ちどり(88)	孝 人 第1口広
大 水 清 廣(70)	栄 子 第1元町
蝦 名 サツエ(86)	一 誠 第1内童子
豊 島 美千久(68)	和 貴 稲 生
太 田 キミエ(92)	敏 清 水 川
小 形 き み(88)	信 一 藤 沢
佐々木 て る(78)	光 彦 東 滝
三津谷 照 恵(87)	寛 幸 東 和
馬 澤 和 子(63)	均 第1元町

### 文 芸

平内花椿会

裏道をよく知る男竹の春

海までの砂をきしませ十三夜

湖に十五夜の月落ちにけり

新蕎麦やボランティアの仲間たち

畑仕事沢水流れ竹の春

虫の音に耳をあずけて寝入りたり

走り蕎麦馴染の店の暖簾かな

すがれ虫待つ人の来ぬ無人駅

川柳ひららない

駅地下で青りんご買う株帰り

親権は放棄身軽になるといふ

あじさいに元気をもらおう梅雨の空

ピリオドは打たないままの第二章

砂かぶり向うのビール気にかかり

聞き流すために耳穴二つある

本当の顔は名刺の裏にある

猫かわいがりして甚六できあがる

食文化変って明日が楽しくて

浅虫を越えてヤマセで顔洗う

高松遊 絲

船橋久 枝

須藤千 和子

岡本み どり

浜田き み

藤田友 子

八桁し づゑ

亀田悦

松原ひ さ恵

沼山久 乃

神 久 女

つじむらりゅうこ

櫻庭美 枝

三浦敬 光

白 取 ひでお

尾形せい じ

後藤た だし

荒谷想 伸



## 藤沢地区で大学生がインターンシップ！！

藤沢活性化協議会(伊瀬谷登会長)では、8月31日から9月6日まで、青森県の「地域づくりインターンシップ」事業に取り組みました。

県内外から訪れた大学生5名は、地域住民との交流を深めながら、若者の視点や感性で地域の課題解決に向けたプランニングづくりを行いました。

地元の各世代との交流やヒアリング、地域活動を通じて、販売する野菜の入荷カレンダーの制作や直売所内の装飾などを盛り込んだ直売所ふんちゃの集客力向上プランと、コミュニティセンターの放送機器の活用や世代間の交流を促す活動を提案した世代間交流と次世代の地域活動担い手育成プランを地域住民へ向けて発表しました。発表を聞いた地域住民の方々からは、「すぐにできることは実践する」「提案されたものを参考に、一つでも二つでも実現させていく」との声が上がりました。

1週間という短い期間ではありましたが、最終日には涙で顔を濡らし、別れを惜しむ姿や「またいつでも来てね」「元気でね」と温かい言葉を投げかけたりと若者と地域の方々との絆が生まれ、深まった1週間となり、地域の活性化が図られました。



▲インターン生と藤沢地区の皆さん

### ♪ 今月のcooking ♪ 【厚揚げと野菜の甘酢煮】



1人分 221kcal / 塩分 1.0g

玉ねぎやにんじん、小松菜などその時冷蔵庫にある野菜で、さっぱりした甘酢あんを作ります。お酢を加えてしょう油の塩分を少なめにするのがポイント！

野菜たっぷりの甘酢あんは、豆腐を水切りしたものや魚のフライなどにかけても美味しいです。

#### 《材料(2人分)》

- 厚揚げ・1枚(200g)
- パプリカ・80g
- チンゲン菜・80g
- 生椎茸・2枚
- サラダ油・小さじ2

#### 【A】

- 水・・・200ml
- 酢・・・大さじ2
- 砂糖・・・小さじ1と1/3
- しょう油・・・小さじ1と1/3
- 鶏ガラスープの素・小さじ2/3

#### 《作り方》

- ① 厚揚げは食べやすい大きさに、チンゲン菜はひと口大に切ります。パプリカはうす切りに、生椎茸は軸を除いて、うす切りにします。
- ② フライパンにサラダ油を熱し、パプリカ、厚揚げ、チンゲン菜、生椎茸の順に入れて炒めます。
- ③ ②に【A】を加えて煮立たせ、しんなりしたら器に盛って完成です。