

# 広報 ひらない

4  
2019年



◆「第32回 夜越山洋ランまつり」より◆

# 平成31年度 当初予算編成

## 一般会計全体

平成31年度一般会計の当初予算総額は、歳入・歳出ともに74億円となり、平成30年度の当初予算に対し、8億円(対平成30年度比約12.1%)の増額となりました。

## 一般会計 ➡ 歳入

歳入においては、町が自主的に収納または徴収できる「自主財源」が13億274万円(歳入の約17.6%)、国や県の意思・同意によって定められた額が交付される「依存財源」は60億9,726万円(歳入の約82.4%)となっています。

自主財源の約7割を占める町税については、昨年度まで好調であったホタテ養殖業が平年並みとなる見込みから、個人町民税を中心に減となっています。

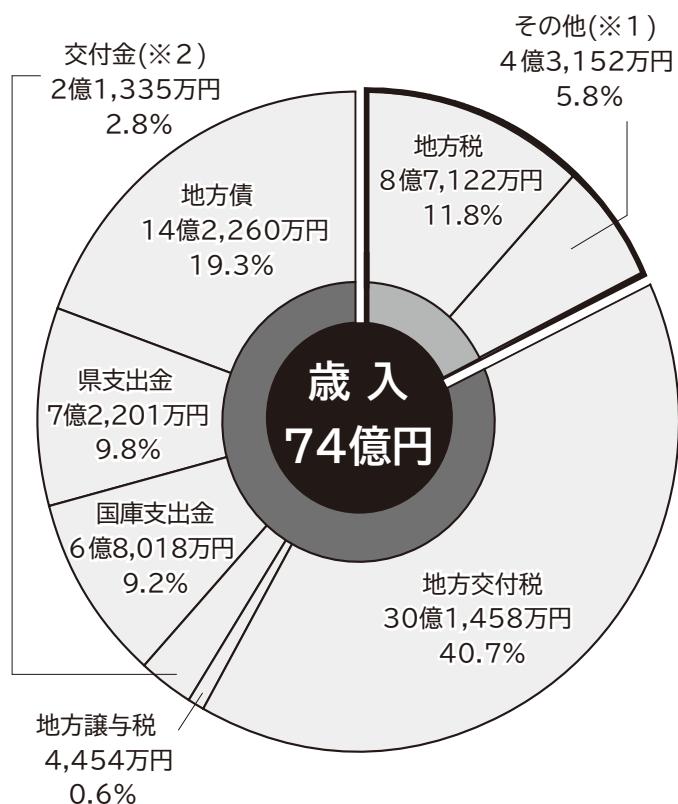
人口減少が進む中、当町の主産業である1次産業は気候条件などに影響されやすく好不調があるため、自主財源については中長期的な視点で慎重に財源を見通していく必要があります。自主財源の確保は各自治体の行政活動の自主性や安定性に大きく関わってくるため、今後もより一層その確保に努めることが重要です。

依存財源については、消防庁舎整備事業および防災行政用無線設備更新事業の財源となる地方債が大きく伸びています。また、今年度は消費税増税や自動車税などの環境性能割交付金および森林環境譲与税が新たに増収入となる予定であるものの、引き続き厳しい状況にあります。

歳入については、今後の社会情勢や国・県の動向を注視しつつ、「ふるさと納税の活用」といった積極的な財源の獲得にも努めています。

自主財源：  
13億274万円(17.6%)

依存財源：  
60億9,726万円(82.4%)



(※1) その他の内訳	分担金と負担金	4,339万円
	使用料と手数料	5,849万円
	財産収入	726万円
	寄附金	1,624万円
	繰入金	1億4,360万円
	繰越金	2,000万円
	諸収入	1億4,254万円

(※2) 交付金の内訳	利子割交付金	148万円
	配当割交付金	75万円
	株式等譲渡所得割交付金	22万円
	地方消費税交付金	1億8,883万円
	ゴルフ場利用税交付金	1,027万円
	自動車取得税交付金	737万円
	地方特例交付金	320万円
	交通安全対策特別交付金	123万円

### 用語解説

一般会計… 町の行政運営に係る基本的な経費を計上した会計

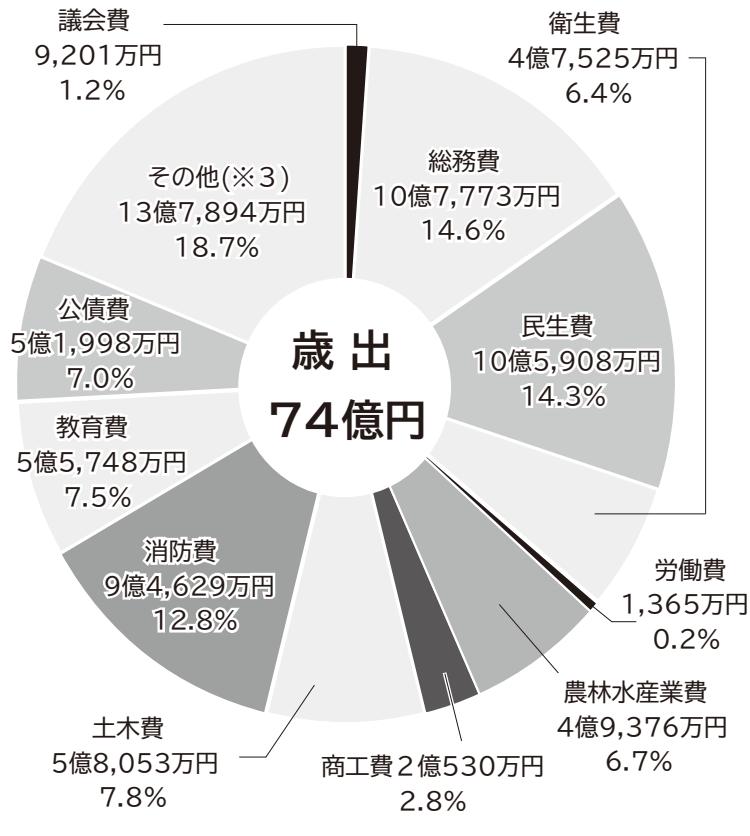
特別会計… 一般会計と別に設けられる独立した経理管理が行われている会計

自主財源… 町が自主的に収入できる財源

依存財源… 国や県から交付される収入

地方税… 皆さんに納めていただく「町民税」、「固定資産税」などの税金

地方交付税… 国税を財源として、全国どの市町村に住んでも一定水準の行政サービスが受けられるよう、国が市町村に交付するもの



(※3)その他の内訳	
特別会計繰出金	13億7,402万円
基金費	377万円
予備費ほか	115万円

## 【平成31年度の主な事業内容】

- ◆生活路線バス及びスクールバス運行委託料 ..... 1億1,533万円
- ◆移住・定住促進事業費 ..... 2,767万円
- ◆地方創生推進事業費 ..... 520万円
- ◆介護・訓練等給付費 ..... 2億4,316万円
- ◆重度心身障害者医療費 ..... 2,160万円
- ◆保育所等施設型給付費(保育料完全無償化) 4億6,212万円
- ◆児童手当 ..... 1億2,720万円
- ◆各種予防接種、検診及び健康診査等委託料 4,973万円
- ◆乳幼児・子ども医療給付費 ..... 3,480万円
- ◆ゴミ処理関連業務委託料 ..... 1億6,994万円
- ◆し尿処理施設管理運営費負担金 ..... 3,594万円
- ◆水産振興事業費 ..... 3,468万円
- ◆漁港建設・港湾整備事業費 ..... 2億86万円
- ◆除雪委託料 ..... 7,000万円
- ◆道路新設改良・橋梁維持事業(融雪溝設置含) 3億2,833万円
- ◆消防庁舎整備事業 ..... 5億8,524万円
- ◆機械器具置場新築事業 ..... 1,400万円
- ◆小学校施設維持管理事業 ..... 3,875万円
- ◆学校教育充実事業 ..... 679万円
- ◆公民館事業費 ..... 2,213万円
- ◆長期債元利償還 ..... 5億1,964万円
- ◆特別会計繰出金 ..... 13億7,402万円

## 一般会計 → 歳出

歳出においては、今年度も引き続き公共施設等総合管理計画を基に老朽化問題に対応するため、道路橋梁の維持補修、漁港・港湾の改良および農業用道水路の維持補修など、各種インフラ整備に係る事業に対して予算を重点配分しています。

また、既存の施設についても、ほたて広場、公民館、小学校などの設備を中心に改修を予定しており、昨年度から開始している消防庁舎の建替えと、防災行政用無線更新の予算を新たに盛り込んだことに加え、今年度は消費税率引上げに伴い歳出額全体で大幅な増となっています。

ソフト事業では、今年度も保育料完全無償化、乳幼児・子ども医療費無償化、新築住宅建設補助、管内賃貸物件家賃補助、学校教育充実事業、地域おこし協力隊および空き家バンク関連事業など包括的な取組、各種検診の無料化や健康づくり活動、禁煙外来受診費用助成など人口減少・定住促進対策と健康増進対策を重点施策と位置づけ事業を行なっています。

通常経費については行財政改革による事務・事業の見直しを行いながら、除雪経費やゴミ処理経費など、生活基盤に係る予算を優先的に確保し、より住みよいまちづくりに努めたところです。

歳出については、今後も緊急性・重要性の高い施策の重点化、優先化を図りつつ、経常的な経費についても創意工夫によるコスト削減に努めています。

## 特別会計 → 歳入・歳出

特別会計	歳入	歳出
国民健康保険特別会計	20億3,767万円	20億3,767万円
国民健康保険平内中央病院事業会計収益的収支	13億5,013万円	14億5,649万円
国民健康保険平内中央病院事業会計資本的収支	2億4,780万円	2億4,780万円
水道事業会計収益的収支	3億1,588万円	2億6,389万円
水道事業会計資本的収支	1億844万円	2億7,088万円
特殊索道事業特別会計	2,238万円	2,238万円
農業集落排水事業特別会計	1億4,965万円	1億4,965万円
漁業集落環境整備事業特別会計	2億654万円	2億654万円
公共下水道事業特別会計	4億1,072万円	4億1,072万円
介護保険特別会計	13億1,029万円	13億1,029万円
後期高齢者医療特別会計	3億1,542万円	3億1,542万円

1か月のできごと

## 当町3人目の「青年農業士」に認定！ - 青森県青年農業士認定証書授与式 -

2月4日(月)、青森県が地域農業の推進者となり得る模範的な農業青年と認定した方に贈る「青森県青年農業士」に千代谷仁司さん(山口)が選ばれ、ウェディングプラザアラスカで認定証書授与式が行われました。

当町で3人目の青年農業士となった千代谷さんは、宮城県農業短期大学を卒業後、平成24年4月に水稻と大豆部門で就農。

その後、家族経営協定を締結して魅力的な農業経営を目指し、経営管理能力のスキルアップに自主的に取り組んでいることなどが評価されました。将来的に家族経営からの法人化を目指しており、ロボット技術やICTなどを活用した最新の農業技術を駆使し、省力・低コスト化を実現することが目標とのことです。



▲「青森県青年農業士」に認定された千代谷仁司さん

## 交通安全活動の功績に表彰！ - 笹原はるよ氏『交通栄誉章』受章 -

2月15日(金)、1月に東京都で行われた「第59回交通安全全国民運動中央大会」で「交通栄誉章(緑十字銀章)」を受章した笹原はるよ氏(東田沢)が役場を訪れ、船橋町長へ受章の喜びを報告しました。

これは、同氏が昭和47年平内町交通安全母の会設立当初から長年にわたり交通安全活動などの献身的な尽力をされた功績が認められたものです。現在は、同団体の役職を退いていますが、地域住民の交通事故のない暮らしを願っているとのことです。

当町の同栄誉章受章者は過去に3人(緑十字金章2人、同銀章1人)おり、この度の笹原氏で4人目となります。



▲「交通栄誉章」を受章した笹原はるよ氏(中央)

## 園児がホタテ養殖作業を体験！ - 小湊保育園「耳づり体験」 -

3月9日(土)、小湊保育園年長組の園児4名が、浦田地区のホタテ漁師泉賢志さんの浜小屋で、ホタテの貝殻の縁に穴を開け、養殖用ロープのピンにホタテをつなぐ「耳づり」作業を体験しました。

園児は、泉さんの手本を見ながら、同じように機械を使ってホタテに穴をあけたり、穴を開けたホタテをロープに1枚づつないでいく作業を約1時間行いました。

参加した園児は、「ホタテが生きていて少しこわかったけど楽しかった」「最初は難しかったけど、慣れたらうまくつなげたので良かった」と、笑顔で話してくれました。



▲自分でつないだホタテを持って笑顔の園児

## 船橋町長が田端観光庁長官と面談

2月9日(土)、「白神自然学校観光セミナー」に招かれた際に船橋町長と観光庁の田端浩観光庁長官があいさつを交わしました。

これは、同セミナー主催者代表理事であり、毎年茂浦地区の国有林「社会貢献の森」で開催されている「陸奥湾の海と山をつなぐ植樹祭」の実行委員長を務めている永井雄人氏の紹介で実現したとのことです。



▲田端浩観光庁長官(右)

## 思い出を胸に慣れ親しんだ母校に別れ - 平成30年度 管内小・中学校卒業式 -

3月13日(水)に管内中学校3校が、20日(水)に小学校3校が卒業式を挙行し、中学生64名と小学生58名が、両親への感謝の気持ちと学校生活の思い出を胸に、慣れ親しんだ母校に別れを告げました。

このうち、西平内中学校では、保護者や来賓の方が見守る中、堂々と卒業証書を受け取った14名(男子5名、女子9名)の生徒へ、小枝正明校長から「志や夢を持ち、易きにつかず、謙虚に学ぶ人であつて欲しいと思います。君たちを支える多くの人たちが、君たちの未来に期待しています」とのエールが送られました。

また、門出の詩として、卒業生から参列した方々へ感謝の言葉が送られる中、感極まって涙ぐむ卒業生や在校生の姿が見られました。

最後に卒業生14名は、込みあげる想いとともに中学校生活最後となる校歌を歌い上げ、新たな道へと巣立ちました。



▲感極まって涙ぐむ卒業生も(西平内中)

## 歌とダンスを披露して喝采！ - ひらない中央児童館「修了・お楽しみ会」 -

3月3日(日)、ひらない中央児童館で「平成30年度修了・お楽しみ会」が開催され、子どもたち約30名が参加しました。

子どもたちは、かるたで遊んだり、お母さんたちが作った料理を味わうなど、楽しいひとときを過ごしていました。

また、近年スポーツの応援歌として話題の「ダイナミック琉球」の歌とダンスが披露され、参加者から大きな拍手が送されました。

これは、児童館まつりでの披露などを目的に児童有志で練習に取り組んでいるところで、児童からは「まだ練習を始めて1か月くらいなので、これからもっと練習して上手になりたいです」「児童館まつりだけじゃなく、町のイベントでも踊りたいです」などの意気込みが聞かれました。



▲「ダイナミック琉球」を披露する児童



今は、食を中心には  
(協)由和さんから、畑で  
なんでも作る人がいると  
ご紹介いただきました。  
(哲)野菜、果物、木に植  
てています。果実の収穫  
や、植菌を打つときは、  
孫も一緒にやりますよ。  
(協)幅広く、物凄い種  
類！そして、お孫さんに  
とっては良い食育になりますね。作り始めのきっ  
かけは何ですか？  
(哲)妻の母が畑で野菜  
を育てていましたが、体  
力が気になり作付けス

無理せず楽しく  
(哲)今年もマイペースに、  
虫食いのない良いものを  
収穫するのが目標です。  
(協)雪解けが楽しみで  
すね！お話をありがとうございました。

ベースを調整しようと、  
桜の木や花を植えまし  
た。本格的に畑をやり  
始めたのは退職してか  
ら。花から食べ物にシフ  
トしたのもこの頃です。  
(哲)野菜、果物、木に植  
てています。果実の収穫  
や、植菌を打つときは、  
孫も一緒にやりますよ。  
(協)幅広く、物凄い種  
類！そして、お孫さんに  
とっては良い食育になりますね。作り始めのきっ  
かけは何ですか？  
(哲)妻の母が畑で野菜  
を育てていましたが、体  
力が気になり作付けス

ベースを調整しようと、  
桜の木や花を植えまし  
た。本格的に畑をやり  
始めたのは退職してか  
ら。花から食べ物にシフ  
トしたのもこの頃です。  
**素敵な人 BATON**  
vol.6

田中 哲博さん  
(協)渡辺協力隊員  
(哲)田中哲博さん



# 平成31年度 各種健(検)診日程

問 役場 健康増進課 健康増進係 TEL 718-0019

01

## 集団検診(特定健診・がん検診)

各地区の公民館で実施する集団検診の申し込みは、毎戸配布された申込用紙に記入のうえ、締切日の「4月22日(月)まで」に役場健康増進課または地区の保健協力員に提出してください。

なお、以下の健(検)診は全て「無料」で受けられますので、ぜひお申し込みください。

※申込用紙は、役場健康増進課にも準備しています。

【特定健診、がん検診 会場受付時間7:00~9:00(※1、※2を除く)】

実施会場	月 日	実施会場	月 日
狩場沢公民館	5月29日(水)	浦田公民館(※2)	6月26日(水)
松野木公民館	6月3日(月)	町勤労青少年ホーム	7月2日(火)
間木コミセン	6月5日(水)	町勤労青少年ホーム	7月3日(水)
東滝コミセン	6月6日(木)	山口コミセン	7月8日(月)
浅所コミセン	6月17日(月)	東田沢防雪管理センター	7月9日(火)
町勤労青少年ホーム	6月19日(水)	口広コミセン	7月22日(月)
町勤労青少年ホーム	6月20日(木)	町勤労青少年ホーム	7月23日(火)
清水川コミセン	6月24日(月)	町勤労青少年ホーム(※3)	7月24日(水)
稻生漁民センター(※1)	6月26日(水)	茂浦コミセン	8月28日(水)

(※1) 稲生漁民センターでの受付時間は「6:30~7:30」

(※2) 浦田公民館での受付時間は「8:30~9:30」

(※3) 7月24日(水)の特定健診は40歳以上の社保被扶養者のみとなります。なお、がん検診は保険証に関係なく、対象年齢であれば受診できます。

【子宮がん・乳がん・骨粗しょう症検診】

実施会場	月 日	受付時間	骨粗しょう症検診
町勤労青少年ホーム	7月31日(水)	12:30~13:30	実施
	8月19日(月)	17:00~18:00	実施
	9月12日(木)	12:30~13:30	

### ★ 集団検診を受けるとこんなにおトク!★

- ①特定健診とがん検診を同時に受けることができます!  
(各種検診によって対象年齢が異なりますので、ご確認ください)
- ②心電図、眼底検査、貧血検査を必ず受けることができます!  
⇒個別健診では、医師の判断によりできる場合とできない場合があります。
- ③お住まいの地域以外の会場でも健診を受けることができます!
- ④健診の結果説明会を実施しています!  
⇒結果説明会では、会場ごとに個別に検査結果を説明しています。  
健診を受けた方は、ぜひご参加ください!

02

## 子どもの健(検)診(※対象者には個別に郵送で通知します)

### 【乳児健診】

日程	4月25日(木)、5月23日(木)、6月27日(木)、8月29日(木)、9月19日(木)、10月24日(木)、11月21日(木)、12月12日(木)、2月20日(木)、3月12日(木)		
対象	3～5か月児および6～8か月児	場所	平内中央病院
内容	身体測定、医師の診察、育児・離乳食相談	受付	9:45～ ※診察は10:15～

### 【股関節脱臼検診】

日程	4月17日(水)、6月19日(水)、8月21日(水) 10月16日(水)、12月4日(水)、2月12日(水)
対象	3～5か月児
内容	医師の診察、育児相談
場所	まさいく整形外科

### 【1歳6か月児健診】

日程	6月27日(木)、9月19日(木)、12月12日(木) 3月12日(木)
対象	1歳6か月児～1歳9か月児
内容	身体測定、医師の診察、育児・栄養相談、歯科検診、フッ素塗布
場所	町勤労青少年ホーム
受付	13:00～

### 【3歳児健診】

日程	5月23日(木)、8月29日(木)、11月21日(木)、2月20日(木)
対象	3歳2か月児～3歳5か月児
内容	身体測定、医師の診察、育児・栄養相談、歯科検診、フッ素塗布、耳・尿検査
場所	町勤労青少年ホーム
受付	13:00～

### 【5歳児健康相談】

日程	5月10日(金)、8月20日(火)、11月28日(木)、2月6日(木)
対象	4歳～5歳児
内容	身体測定、集団での遊び、歯に関する話や小学校入学に向けてのお知らせなど
場所	町勤労青少年ホーム
受付	13:00～

## あなたも「食生活改善推進員」になりませんか？

町では、食生活改善推進員を増員するため、「養成講座」を開催します。

食生活改善推進員会は「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに地域における食生活を中心とした組織活動(ボランティア)を行っています。

食生活改善推進員になるためには、医師の講話や運動、栄養教室などの町事業に参加して健康づくりについて学びます。ご応募お待ちしています！

#### ■対象者：

健康づくりに关心を持ち、養成講座修了後には平内町食生活改善推進員会に入る意志があること。

■内容：医師の講話や運動、栄養教室(調理実習など)

■期間：2019年6月から概ね月1回開催

■場所：町勤労青少年ホーム

■受講料：約2,000円

■申込先：

5月17日(金)まで、電話またはFAX(住所・氏名・電話番号を記入)で担当まで申し込みください。



問 役場 健康増進課 栄養指導係(担当：井口)

Tel 718-0019(内線140)、Fax 755-2145

# 暮らしの中の税

## 01 「軽自動車税」とは？

軽自動車税は、毎年4月1日現在で、原動機付自転車、小型特殊自動車、軽自動車などを所有している方へ、車種区分に応じて次の「表1・2」のとおりに課税されます。

### ■軽自動車などの申告と廃車の手続き場所

原動機付自転車(125cc以下)・小型特殊自動車は「役場税務課」、軽自動車・軽二輪車(125cc超250cc以下)は「軽自動車検査協会青森事務所」、二輪の小型自動車(250cc超)は「青森運輸支局」です。

問 役場 税務課 住民税係 Tel 755-2115(内線246)  
軽自動車検査協会青森事務所 Tel 050-3816-1831  
青森運輸支局 Tel 050-5540-2008

○表1

車種区分		税額
原動機付 自転車	50cc以下(ミニカーを除く)	2,000円
	50cc超～90cc以下	2,000円
	90cc超～125cc以下	2,400円
	ミニカー	3,700円
小型特殊 自動車	農耕作業用	2,400円
	その他	5,900円
軽二輪(125cc超～250cc以下)		3,600円
二輪の小型自動車(250cc超)		6,000円
雪上車		3,600円

○表2

車種区分		初年度検査年月が平成27年3月以前		初年度検査年月日が平成27年4月以後			
		重課対象車 (※1)	重課対象車 以外	75%軽課	50%軽課	25%軽課	軽課対象車 以外
軽四輪乗用	自家用	12,900円	7,200円	2,700円	5,400円	8,100円	10,800円
	営業用	8,200円	5,500円	1,800円	3,500円	5,200円	6,900円
軽四輪貨物	自家用	6,000円	4,000円	1,300円	2,500円	3,800円	5,000円
	営業用	4,500円	3,000円	1,000円	1,900円	2,900円	3,800円
軽三輪		4,600円	3,100円	1,000円	2,000円	3,000円	3,900円

(※1)初度検査年月から13年を経過した車両(初度検査年月が平成18年3月以前の車両)

(※2)初度検査年月が平成30年度中の車両で、一定の環境性能を有する車両(性能に応じて軽減税率変動)

## 02 平成31年度 納期限一覧表

平成31年度の各町税の納期限は次のとおりです。

町から送付される納税通知書または口座振替にて納付願います(地域の納税貯蓄組合に加入されている方は、組合で納付されます)。

### 【軽自動車税】(※日付けは全て2019年)

期別	納期限	口座振替日
1	5月7日(火)	4月25日(木)

### 【固定資産税】(※日付けは全て2019年)

期別	納期限	口座振替日
1	5月31日(金)	5月27日(月)
2	7月31日(水)	7月25日(木)
3	9月30日(月)	9月25日(水)
4	12月2日(月)	11月25日(月)

問 役場 税務課 収納係 Tel 755-2115(内線249・250)

### 【町・県民税】(※日付けは全て2019年)

期別	納期限	口座振替日
1	7月1日(月)	6月25日(火)
2	9月2日(月)	8月26日(月)
3	10月31日(木)	10月25日(金)
4	12月25日(水)	12月25日(水)

### 【国民健康保険税】

(※日付けの1～6期は2019年、7・8期は2020年)

期別	納期限	口座振替日
1	7月31日(水)	7月25日(木)
2	9月2日(月)	8月26日(月)
3	9月30日(月)	9月25日(水)
4	10月31日(木)	10月25日(金)
5	12月2日(月)	11月25日(月)
6	12月25日(水)	12月25日(水)
7	1月31日(金)	1月27日(月)
8	3月2日(月)	2月25日(火)

## 長期連休中の診療体制について

2019年5月1日(水・祝)の天皇陛下即位に伴い、今年のゴールデンウィークが10連休となるため、当院の外来診療を4月27日(土)から5月6日(月・休)までお休みさせていただきます。

ご不便をおかけしますが、皆様のご理解とご協力をお願ひいたします。

※救急診療は通常どおり行っています。



## 「新規採用職員」を紹介！

平成31年2月付けで採用された当院の新規職員を紹介します。



▲名 前：蝦名江利子  
(看護補助員)  
出身地：田茂木

### ★本人からの一言コメント★

笑顔で明るく元気に頑張ります。  
皆さんよろしくお願ひいたします。

## 「忘れ物」をお預かりしています

当院では、来院者のお忘れ物と思われる手袋などを預かりています。

保管期間が3か月を経過したものについて、順次廃棄いたします(食品などについては衛生管理上の問題から、1日経過後廃棄しています。)

お心当たりのある方は、事務管理部総務課までお問い合わせください。



## 「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。

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、検査への誘導などの作業をします。  
※詳細は、担当までお問い合わせください。

**■給 与：**フルタイム 月給 140,500円～  
パート 時給 789円

### ■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。

### ■試験方法：書類選考および面接による

### ■受験手続き：

受験申込書類は、当院に直接お問い合わせいただくか、当院ホームページからダウンロードして、必要事項を記入のうえ提出してください。



# 生涯学習情報

平内町教育委員会  
TEL 755-2565

町民ひとり1学習・1スポーツ・1ボランティアを実践しよう



## 平成30年度平内町文化・スポーツ賞授与式挙行

2月14日(木)、「平成30年度平内町文化・スポーツ賞授与式」が町立山村開発センターで執り行われ、1団体63名が受賞されました。

同賞は、学術・文化の向上と発展に貢献した方、また、体育・スポーツの振興および活動に顕著な功績を上げた方に贈られるものです。

受賞された皆さん、おめでとうございました。

### 【文化功労賞】

八桁 博人(舞踊) 平内一鉢会(盆栽)

### 【文化賞】

成田 優吾(自然科学)

### 【文化奨励賞】

後藤 海(自然科学)

### 【児童・生徒文化奨励賞】

数度 春香(美術) 村上 幸花(吟詠)  
佐々木大仁(美術)

### 【体育・スポーツ賞】(一般)

船橋 義勝(陸上)

### 【体育・スポーツ賞】(高校生)

井筒 将大(陸上) 小枝 恭(ボクシング)  
戸澤 愛織(陸上) 佐々木健洋(空手道)

### 【体育・スポーツ奨励賞】(一般)

小鷹 信夫(水泳) 佐々木 晃(野球) 濱田 正一(野球)  
畠井 民雄(野球) 工藤 茂(野球) 鳥谷部泰匡(空手道)  
久慈 晃大(剣道) 工藤 共路(剣道) 本堂 貴大(剣道)  
七尾 浩平(剣道) 船橋 千尋(剣道)  
船橋 英樹(バウンドテニス) 門脇 淳(バウンドテニス)

### 【体育・スポーツ奨励賞】(高校生)

亀田慎太郎(柔道) 藤田 日菜(空手道) 須藤 莉々(空手道)  
坂尻 侑生(バスケットボール)

### 【児童・生徒体育・スポーツ奨励賞】(中学生)

竹達さくら(柔道) 笹谷 和(柔道) 市川 獅道(卓球)  
佐々木裕晟(野球) 遠嶋 大夢(野球) 丸岡 栄(空手道)

### 【児童・生徒体育・スポーツ奨励賞】(小学生)

船橋 虹心(トランポリン) 船橋 鴻介(トランポリン)  
市川 輝龍(卓球) 内海 凌吾(卓球) 内海 巧巳(卓球)  
兼田 涼士(剣道) 須藤 青海(空手道) 葛西 光希(空手道)  
工藤 釉月(空手道) 後藤 凜乃(空手道) 船橋 慶士(空手道)  
船橋 壮司(空手道) 田中星紫流(空手道) 葛西 隼太(空手道)  
本堂 里織(空手道) 船橋 美優(空手道) 二瓶 志琉(空手道)  
藤田夏菜仁(空手道) 船橋 龍介(空手道) 工藤 麗矢(空手道)  
後藤 優斗(空手道) 蝦名 桜來(空手道) 岡部 心愛(空手道)  
小形 芽衣(空手道) 後藤 里歩(スキー) 後藤 洋希(スキー)  
工藤 達騎(スキー) 深渕 沙朱(柔道) 深渕 龍吾(柔道)

## 生涯学習カレンダー 4月

5日(金)	◆人権・行政相談日(町勤労青少年ホーム)
8日(月)	◆管内小・中学校 始業式・入学式
13日(土)	◆図書館おはなし会(お話しコーナー10:00~)
15日(月)	◆町並み清掃週間(~21日)
18日(木)	◆心配ごと相談日 (町勤労青少年ホーム10:00~15:00)
20日(土)	◆春の安心安全まちづくり旬間(~30日)

町立図書館

紹介コーナーその231

### ◆一般書(新刊の一部を抜粋して紹介)◆

- |              |       |
|--------------|-------|
| ①ニムロッド       | 上田岳弘  |
| ②1R1分34秒     | 町屋良平  |
| ③発現          | 阿部智里  |
| ④ダンシング・マザー   | 内田春菊  |
| ⑤ゴールデン街コーリング | 馳星周   |
| ⑥居た場所        | 高山羽根子 |
| ⑦四十歳未婚出産     | 垣谷美雨  |
| ⑧まよなかの青空     | 谷瑞恵   |
| ⑨角さんとじゃじゃ馬   | 田中真紀子 |
| ⑩最強の野菜スープ    | 前田浩   |

## 自然環境を守ろう！「浅所海岸清掃ボランティア」募集！

「平内町白鳥を守る会(田中聰会長)」では、白鳥を4月に浅所海岸からシベリアへ見送り、10月に平内町に迎える活動の一環として、「ハクチョウ渡来地周辺の清掃作業」を毎年実施しています。

この度、春の海岸清掃作業を一緒に行ってくれるボランティアの方を、次のとおり募集します。

- 日 時：4月20日(土) 9:00～(約1時間程度)
- 場 所：浅所海岸(現地集合・解散)
- 内 容：浅所海岸周辺のゴミ拾い
- その他：小雨決行、ゴミ袋・軍手は事務局で用意します。



▲ご参加お待ちしています！

問 白鳥を守る会事務局(平内町教育委員会  
生涯学習課) TEL 755-2565(内線343)

## 「NAC～ねぶたアカデミーカレッジ」参加者募集！

青森青年会議所では、「NAC～ねぶたアカデミーカレッジ～」を次のとおり開催します。

ねぶたを作る三要素である「ねぶた」「囃子」「跳人」について学び、そして実際に体験しませんか？

金魚ねぶたの制作も行いますので、ご興味のある方は、ぜひご参加ください！

- ◆対象：東津軽郡地域・青森市内にお住まいの方
- ◆日 時：4月21日(日)・5月12日(日)・6月9日(日)  
※全日程10:00～
- ◆会 場：青森市立橋本小学校

◆定員：100名程度

◆料金：2,000円(材料費・昼食3回込み)

※アレルギーがある方や昼食不要の方はお問い合わせください。

◆申込先：公益社団法人青森青年会議所

◆締切：4月12日(金)

※詳細は、NAC～ねぶたアカデミーカレッジ～特設ページ(<http://aomorijc.or.jp/ajc2019/nac/>)まで

問 公益社団法人青森青年会議所

TEL 722-3355, fax 722-3356

**商工観光  
お知らせ**

## 不審な「はがき」や 「封書」に注意！！

町内で、「民事訴訟管理センター」、「国民訴訟通達センター」や「地方裁判所管理局」などを名乗り、「総合消費料金未納分訴訟最終通知書」や「特定消費料金未納に関する訴訟最終告知のお知らせ」などと題した、不審な郵便はがきや封書が送付される事例が多発しております。

**身に覚えのない請求に応じる必要はありません！**

ハガキなどに表記された電話番号に問い合わせますと、相手にご自身の電話番号を知らせることになりますので、連絡先には、決して連絡しないでください！

もし、不安を感じたり対処に困ったりした場合には、すぐにお近くの消費生活センターなど(消費者ホットライン「188」)や、役場水産商工観光課にご相談ください。

**問 役場 水産商工観光課 商工観光係 Tel 755-2118  
消費者ホットライン Tel 188(全国共通局番なし)**

### 民事訴訟最終通達書

訴訟管理番号（わ）552

本通達は、貴殿に対し、契約中、若しくは債権譲渡のあつた企業又は団体から契約不履行による訴状が提出されたことを当該債務者たる貴殿に通達し、本通達の後、訴訟取り下げ最終期日を経て貴殿を被告とした民事裁判が開始されることを通知するものです。

本通達に対しこのままご連絡なき場合、原告側の主張が全面的に受理され、裁判所の認可を受けた執行官立会いのもと、現預金や有価証券及び、動産や不動産の差し押さえが強制的に執行される場合があります。

また本件は民事訴訟に関する通達である為、民事訴訟法の適用により個人情報の保護や守秘義務が発生致しますので、本件に関するご相談、取り下げ等のお問い合わせは必ずご本人様からご連絡を頂きます様お願い申し上げます。

訴訟取り下げ最終期日 平成31年3月1日

訴訟通知センター お問い合わせ・相談窓口

03-6709-4883

受付時間（日、祝日は除く）

平日9:00～20:00 / 土曜日11:00～17:00

〒100-8977 東京都千代田区霞が関1丁目1番地3号

▲実際に町内に送付された不審な「はがき」

**商工観光  
お知らせ**

## 「住宅リフォーム支援事業」を実施します！

町では、地域経済活性化と町民の住環境向上を図るために、住宅の修繕や増改築の工事をされる方に経費の一部を助成する「平内町地域活性化住宅リフォーム支援事業」を次のとおり実施します。

### ■対象者：

- ・平内町に居住し、住民登録をされている方
- ・町税に未納の額がない方
- ・過去に当補助金制度を利用したことがない方

### ■対象住宅：

自分が所有(住宅の名義が本人であり)または納稅し、自らが居住している町内の住宅

### ■対象工事(※すべて未着工の物件であること)

住宅(店舗などは除く)の修繕、増改築、屋根・外壁の塗り替えなどの工事で、2020年2月末日までに工事代金の支払いが終了すること

### ■補助額：

費用が20万円(消費税相当額を除く)を超える工事で、その工事費の1/10に相当する額(最大20万円)

### ■仮申込受付期間：

2019年4月1日(月)から5月10日(金)まで  
(※平日のみ)

### ■施工業者：

平内町に本社を有する法人または平内町に住所を有する個人事業者

### ■申込に必要な書類：

- ・平内町地域活性化住宅リフォーム支援事業仮申込書(役場3階水産商工観光課にて配布)
- ・見積書(内訳明細が記入されたもの)
- ・リフォーム実施前の現況写真と物件の全景写真

### ■その他：

- ・すでに着工済の住宅の申請はお受けできません。
- ・申請後の着工時期については、交付決定通知書到着後とします。

※受け付け期間以降の申請やご不明な点は、担当までお問い合わせください。

**問 役場 水産商工観光課 商工観光係  
Tel 755-2118(内線325)**

## 売りたい方も貸したい方も 「空き家バンク制度」をご活用ください！

町では、空き家・空き地の有効活用を通じて移住・定住を促進し、地域の活性化を図るため、「空き家バンク制度」を実施しています。

空き家バンク制度とは、空き家などの売買・賃貸を希望する所有者などから申し込みを受けた物件情報を、町のホームページなどをを利用して、利用希望者へ紹介する制度です。

「空き家を誰かに売りたい・貸したい」と考えている空き家所有の皆さん、町内でお住まいをお探しの皆さん、「空き家バンク制度」を利用してみませんか？

平内町空き家バンクには、これまで5件の登録物件があり、平成31年2月末現在、2件が未成約物件となっています。詳細は、町ホームページで確認できます（「平内町 空き家バンク」で検索）。

空き家バンクへの**物件登録は随時募集**していますので、登録を希望される方は、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)

未成約物件①取り扱い業者：  
(有)栄町不動産サポート TEL 752-1617(担当：渡辺)  
未成約物件②取り扱い業者：  
(株)タフホーム TEL 788-5501(担当：木村)

未成約物件①



所在地：小湊字後蕪  
建物構造：木造2階建て(5DK)  
延床面積：118.35m<sup>2</sup>

未成約物件②



所在地：東田沢字横峰  
建物構造：木造平屋(2LK)  
延床面積：75.05m<sup>2</sup>

## 「新築・家賃補助事業」を実施します！

### 平内町定住促進新築住宅建設補助金

- 対象者：新築住宅に住民登録、町内会に加入、2年以上定住する意思がある、税などの滞納がない、町内に所有する住宅がないなど
- 対象住宅：新たに建設した専用住宅または併用住宅、床面積が50平方メートル以上
- 補助額：付帯工事費を除く建設費の3%  
(※限度額50万円)  
※申請は、建設後3か月以内です。

※「新築住宅建設補助金・家賃補助金」の申請期間は、  
2019年4月1日(月)～2020年3月31日(火)まで(※平日のみ)

### 平内町定住促進家賃補助金

- 対象者：2019年4月1日以降に新たに居住、2年以上定住する意思がある、税などの滞納がない、町内会に加入、町内に所有する住宅がないなど
- 対象住宅：町内の民間賃貸住宅(アパート、借家など)  
※公的賃貸住宅、事業主から貸与された住宅、親族(2親等以内)の所有する住宅などを除く
- 補助額：家賃2万円を超えた部分(※月限度額2万円)  
※申請は、入居後1か月以内です。

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

夜越山  
お知らせ

## ① 「春の花の苗」を販売します！

花を育てる活動を行っている各種団体(町内会、PTA、学校、事業所など)を対象に、「春の花の苗」を販売します。花の種類や受け付け期間をご確認のうえ、担当まで申し込みください。

- 販売価格：1ポット40円
- 受付期間：4月1日(月)～15日(月)
- 引渡し期間：4月16日(火)～30日(火・休)

花の種類	花の色	苗の個数
パンジー	クリアラベンダー	各300個
	オレンジ	
	クリアブルー	
クリサンセマム	イエロー	500個
	ホワイト	500個
キンセンカ	イエロー	各500個
	オレンジ	
アリッサム	ホワイト	400個



※花の生育状態によって数量が変更となる場合や、申し込み数量を調整することができます。

## ② 「園芸教室」を開催！

4月の園芸教室イベントを、次のとおり開催します。今回は、「4月にやっておきたい植物お手入れ方法」と題した園芸教室です。

ぜひお越しください。

- 日 時：4月14日(日) 10:30～11:30
- 場 所：夜越山森林公園サボテン園内
- 講 師：白峯園 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

農業委員会  
お知らせ

## ① 平内町農業労働賃金標準額

「平成31年度農業労働賃金標準額」が次のとおり決定しましたのでお知らせいたします。地域の条件などにより、労働賃金も様々です。あくまでも、相手方との交渉時の目安としてお使いください。

### 1. 労働賃金表

	作業名	単位	標準額
	水田・畑作業	農作業一般	1日 6,200円

### 2. 機械作業請負料金表

	作業名	単位	標準額
水田作業	水田耕起	10㌃	5,900円
	荒代掻き	〃	5,800円
	代掻き(2回)	〃	6,600円
	田植え	苗もち	〃 42,500円
		苗なし	〃 7,200円
	コンバイン	〃	16,800円
	バインダー(糸つき)	〃	7,500円
	ハーベスター	〃	6,800円
	生乾燥	1俵	1,100円
	補助乾燥(17%超～20%以下)	〃	800円
	補助乾燥(17%以下)	〃	600円
	畑耕起	10㌃	5,900円

## ② 平成30年分農地賃借料情報

農地の賃貸借の目安となるように、平成30年1月から12月まで締結された10アール当たりの賃借料についてお知らせします。なお、次の資料は参考として提供するもので、実際の賃借料は、対象農地の状況などに合わせて当事者間で設定してください。

### ■平成30年賃借料表(10アール当たり)

品目	平均額	最高額	最低額
水稻	8,507円	11,715円	4,984円
大豆	4,142円	7,966円	2,990円
そば	3,822円	4,200円	3,460円
牧草	2,299円	3,483円	1,764円

問 農業委員会事務局 Tel 755-2117(内線255)

町民課  
お知らせ

## 運転免許自主返納者へ 「バス利用券」を交付

町では、青森県警で実施している「運転免許自主返納者支援事業」に協力し、運転免許証を自主返納した方へ「バス利用券」を交付しています。

■対象者：

これまで「バス利用券」の交付を受けたことがなく、平成30年4月以降に運転免許証を自主返納した65歳以上の方

■交付内容：平内町民バス利用券50枚

■申請方法：①「運転経歴証明書」

②「取消通知書および本人確認ができるもの(保険証など)」

※①または②のいずれかと「印鑑」をお持ちになり、役場町民課で申請ください。

### バス利用券(見本)

#### 平内町民バスのご利用に限る

降車の際、運賃箱にお入れください。

発行者 平内町長 船橋 茂久  
No. (町民課)

印

※見本のため実際の利用券とは異なる場合があります

問 役場 町民課 生活環境係  
TEL 755-2113(内線127)

選 挙  
お知らせ

## 子どもと一緒に 選挙に行きましょう！

選挙の際に、一緒に投票所に入場できるのは、18歳未満の子どもです。

子どもの頃に親の投票についていったことのある人との人の投票参加を比較すると、ある人の方がない人よりも20ポイント以上高いというデータもあり、親子連れの投票は、子どもの将来の投票につながっています。

平成31年4月7日(日)には、青森県議会議員一般選挙が行われます。

投票する際は、ぜひお子さんも一緒にご家族で投票所にお出かけください。

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)

企 画  
お知らせ

## ゴールデンウィークの 「町民バス運行」について

新天皇即位により祝日が増え、4月末から5月初めにかけて10連休となります。この期間中の町民バス運行については、日曜・祝日ダイヤでの運行となりますので、ご注意ください。

運行に関するお問い合わせは、役場企画政策課または下北交通(株)小湊出張所へご連絡お願いします。

■日曜・祝日ダイヤでの運行期間：

2019年4月28日(日)～5月6日(月・休)



問 役場 企画政策課 企画政策係  
TEL 718-1325(内線232)  
下北交通(株)小湊出張所 TEL 755-2893

企 画  
お知らせ

## 「婚活イベント」の 参加費を助成します！

町に住所を有する独身の方に対し、婚活イベントに参加する費用の一部を助成する「平内町婚活支援補助金」事業を実施します。

■助成回数：年度内1人3回まで

※町主催のイベントは対象外

■助成額：各回参加料の3千円を超えた部分について(※限度額3千円)

※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)

国保  
お知らせ

## 新たに「社会保険」などに加入された方へ

国民健康保険に加入していた方で、就職などにより職場の社会保険などに加入した方は、国保の保険証を返還し、資格を喪失する手続きが必要です。

まだ届け出をされていない方は、以下の必要書類などを持参し、役場健康増進課国民健康保険係へ届け出をしてください。

### ■必要書類など

- ▶ 新たに加入した社会保険等の保険証
- ▶ 現在お持ちの国保の保険証
- ▶ 印鑑
- ▶ 本人確認書類(運転免許証など)
- ▶ 本人と世帯主のマイナンバーがわかるもの(通知カードなど)

※別世帯の方が届け出される場合は、別途委任状が必要となります。

※不明な点や詳細は、お気軽に担当まで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136・137)

後期高齢  
お知らせ

## 改元による 「被保険者証」などの 元号の読み替え

2019年5月1日から改元されます。

新元号発表後、速やかにシステムの改修をいたしましたが、改修作業期間中に発行される一部の「被保険者証」や「通知書」などで、「平成」と表記されるケースが想定されます。

現在ご使用いただいている「被保険者証」の有効期限は平成31年7月31日となっておりますが、この場合「平成」を新元号に読み替えていただくことになります。「平成」と表記されても、これまでと変わりなく使用できます。

なお、今年度は「被保険者証」の一斉更新の年となっており、7月中には新元号に対応した新しい「被保険者証」を送付させていただきますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

問 役場 健康増進課 年金後期医療係  
TEL 718-0019(内線134)  
青森県後期高齢者医療広域連合 TEL 721-3821

国民年金  
お知らせ

## 「国民年金保険料」は 期限内に納めましょう

平成31年4月分からの国民年金保険料は、「月額16,410円」となっています。

保険料は日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができますので、納付期限までに納付をお願いします。

納付書は1か月分のほかに、1年分、前期分、後期分の納付書が含まれていますので間違いのないようにしてください。

なお、経済的な理由などで保険料の納付が困難な場合は、保険料の納付が免除、猶予される制度がありますので、年金事務所、役場の国民年金窓口へご相談ください。

### ■口座振替をご利用ください

毎月納付する手間を省き、割引のある口座振替を利用いただく場合は別に申し込みが必要となりますので、役場または金融機関へお問い合わせ願います。

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(代表)

上水道  
お知らせ

## 断水時の水抜栓操作

「水がでない」「断水かな」と思ったら、宅内の水抜栓をお閉めください。

断水解消後、最初に水をご使用になる時は、引き込みの水道管内に残った濁水が出る場合がありますので、水だけが出る蛇口(屋外設置の散水栓など)で、水に色がついていないかご確認ください。

特に、受水槽・エコキュート・電気温水器などの貯水(温)機器をご使用の方は、濁水が故障の原因となる場合があるため、お手数ですが説明書などを確認後、バルブ操作をお願いします。

濁水は、蛇口でしばらく水を出していただければ清浄になります。

もし、しばらくたっても清浄にならない場合は担当までご連絡ください。

問 役場 地域整備課 上水道管理係  
TEL 755-2116(内線275・277)



## 困ったら一人で悩まず「人権相談」

### ①「女性の人権ホットライン」

青森地方法務局及び青森県人権擁護委員連合会では、セクハラやDVなど、女性の人権についての相談を受け付けています。

電話は、最寄りの法務局につながり、相談は、法務局職員または人権擁護委員がお受けします。

**問 女性の人権ホットライン TEL0570-070-810**  
(平日8:30~17:15)

### ②「インターネット人権相談」

法務省の人権擁護機関では、人権相談をインターネットでも相談を受け付けています。

相談フォームに氏名、住所、年齢、相談内容を記入して送信すると、最寄りの法務局から後日、メール、電話または面談により回答します。

※<https://www.jinken.go.jp/>  
(または、「インターネット人権相談」で検索)

## 「インターネット公売」

県では、動産や不動産、自動車などの差押財産について、インターネットオークションを利用して売却するインターネット公売を実施しています。

詳細は、県ホームページ内「県税・市町村税インターネットフォーメーション(<https://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/top.html>)」をご覧ください。

**問 東青地域県民局 県税部 納税管理課**  
TEL 734-9975

## 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31年

青森県交通対策協議会

	2月中	年間累計	死者の状態	高齢者の死者 (65歳以上の人)	4人 (-1)
発生	226件 (-28)	491件 (+38)		夜間の死者	2人 (-3)
死者	1人 (-1)	5人 (±0)		歩行中の死者	1人 (-2)
傷者	288人 (-38)	615人 (+39)		シートベルト 自動車乗車中の死者	3人 (+2)
				非着用死者	2人 (+2)

※( )内は対前年比です。

## 「子育て支援センター」行事予定

日程	活動・場所	内容
4月9日(火) 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
4月16日(火) 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
4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 ・こいのぼり製作

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

2月受付分

## 戸籍の窓口

### 人口と世帯

男…5,291人(-9人)  
女…5,783人(-2人)  
計…11,074人(-11人)  
世帯数…4,969世帯(±0)  
平成31年3月1日現在  
( )は、前月との比較

### ご結婚おめでとう

本籍地  
菊池秀平 第1元町  
(古瀧里紗子 北海道)

### お誕生おめでとう

赤ちゃん名 (親) 住所地  
蝦名碧衣(駿也)間木  
谷井節(智子)東京都  
對馬颯(泰)新生町



### お悔やみ申し上げます

喪主 住所地  
蝦名義春(88)国光第2内童子  
江戸ツル(93)勝芳第2口広  
須藤猛(79)均板橋  
渡辺とよ(94)寛緑町  
田中庄市(87)一郎薬師野  
船橋ヒサ(83)登美治第2小林  
工藤修(55)紀子浜子  
山本ミチヨ(82)繁美東沼館  
後藤石之助(99)光秋浦田  
長尾マサ子(76)定一藤沢  
細川富次郎(96)博第1平中  
倉内清太郎(88)清一小豆沢  
蝦名テル(80)隆幸第1平中



## 一足早い春を満喫！「第32回夜越山洋ランまつり」

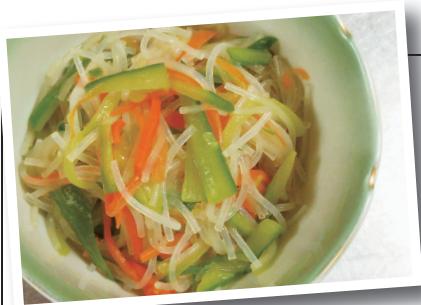
毎年恒例の「第32回夜越山洋ランまつり」が3月2日(土)～3月21日(木・祝)にわたり開催され、温室内の約150種、2,000鉢の洋ランが、来園者を出迎えました。

展示の目玉は、コチョウランやカトレアなどさまざまな花で彩られた高さ4m・幅8mの大型ディスプレイ。

今年はディスプレイの中央に通路を設けることで、花を間近で楽しめるようにレイアウトを一新しました。

七戸町から訪れた方に感想を聞くと、「毎年来ていますが、今年のディスプレイはすごくいい。目の前まで、たくさんの花に寄れて感激です」と話してくれました。

またディスプレイ前には、ハクチョウの羽を模した飾りなどを展示したフォトスポットも用意され、羽飾りの前でポーズをとった姿を撮影する家族連れの方などが数多く見られました。



1人分 35kcal / 塩分0.4g

練り辛子のかわりにごまを加えるとごまあえに。ごま油を加えると中華風になります。野菜は長さをそろえてせん切りにすると春雨とよくなじみ、食べやすくなります。春雨はでんぶんからできており、もちもちとした食感で食べごたえがあり、鍋物や炒め物などにもよくあいます。

そのほかにも、洋ランと東アジア原産のランをかけ合わせた「和蘭」の特設コーナーで花の人気投票を行ったり、10日(日)にはRABラジオ「ラジオにおいでよ!!」公開放送が行われるなど、開催期間中、さまざまなイベントで来園者を楽しませました。



▲大勢の方が見学に来た「ラジオにおいでよ!!」公開放送

### ♪ 今月のcooking ♪ [ 春雨サラダ ]

#### 《材料(2人分)》

○春雨(乾燥)・10g	○きゅうり・40g	○にんじん・30g	○塩・・・・少々	【A】	酢・小さじ2 しょう油・小さじ2/3 練り辛子と砂糖・小さじ1/2ずつ
-------------	-----------	-----------	----------	-----	--

#### 《作り方》

- ① 春雨はやわらかめにゆでて、5cm長さに切り、きゅうりは3～4cm長さのせん切りにし、塩でもみ5分ほどおいてしんなりさせ、水で軽く洗います。にんじんは3～4cm長さのせん切りにし、さっとゆでます。
- ② 【A】の調味料を混ぜ合わせておきます。
- ③ ボールに①を入れ、②の調味料を加えてあえたたら完成です。