

広報 ひらな い

3

令和4年



＝ 小湊保育園耳づくり体験にて ＝



新型コロナウイルスワクチン接種情報

令和4年2月17日現在の情報をお知らせします！



■実施方法：集団接種を中心に実施

- ・初回接種を町集団接種で実施した方：接種日時が指定されます。
 - ・それ以外の方：初回接種と同じ会場で接種していただく町集団接種で接種(予約制)となります。
- ※町集団接種を希望する場合は、以下の実施日より接種する日を選び、10日前までにコールセンターへ電話で予約してください。

■実施会場：旧青森県立青森東高等学校平内校舎

■実施時期：主に65歳以上の方：2月27日(日)、3月6日(日)、3月13日(日)、3月20日(日)、3月27日(日)

65歳未満の方の接種実施日については、接種券に同封する案内にてお知らせします。

■接 種 券：接種に必要な「接種券付き予診票」、「(追加接種用)予防接種済証」は、令和3年7月までに2回目接種をした方にはすでにお送りしました。

令和3年8月以降に2回目接種をした方には、接種月から7か月後の月の20日に発送します。

※他市町村で2回目接種後転入された方は、接種券発行の手続きが必要となりますので、初回(1・2回目)接種の接種済証および本人確認書類(マイナンバーカードや運転免許証など)をお持ちのうえ、役場 健康増進課へお越しください。

問 平内町コロナワクチンコールセンター(平日8:30~16:00)
Tel 718-1727

MONTHLY TOPIX

1か月のできごと

調査員として優秀な成績が称えられ、“総務大臣表彰”を受賞！

令和2年国勢調査の調査員として優秀な成績が称えられ、第60回統計大会において、荒内護氏(盛田)と阿部悟氏(山口)が「総務大臣賞」を受賞しました。

荒内氏は統計調査員として、平成2年より通算36回従事し、阿部氏も平成2年より通算31回従事されるなど、両氏とも統計調査の重要性を理解し、長年にわたる経験から模範的な統計調査員として尽力されました。

受賞された荒内氏は、「個人情報保護法が成立されてから、調査員は疑いの目を向けられたり、門前払いされることもあり。そのつらい時期を乗り越えられたのは、統計調査に正しく記入していただくことの大切さや施策の方向性に影響を与える重要性、そして調査員の必要性も十分理解できたからです。この度の表彰が調査員のみならず、本業の傍ら政策や地域のために頑張っている方々の希望の一助になればと願っております」と語りました。

阿部氏は、「国や町に貢献することができてよかった。長年調査員を続けられたのも、町民や事業所の協力があってこそです」と感謝の言葉を述べました。



▲船橋町長(右)へ受賞の報告に訪れた荒内氏(左)



▲受賞した阿部氏

MONTHLY TOPIX

1か月のできごと

浅所老人クラブで“認知症予防教室”を開催しました！

1月18日(火)、浅所コミュニティセンターにおいて、役場の保健師を講師に「認知症予防教室」を開催し、浅所老人クラブ 亀の会(大水利丸会長)の会員11人が参加しました。

参加者は、認知症予防の5つのポイントや認知症予防の食事について学習し、認知症予防には「普段の食事」、「近くの人と話をすること」、「体を動かすこと」が大切であることを確認しました。

後半はレクリエーションとして輪投げを実施しました。近くから輪を投げてなかなか高得点にはならず苦戦しながらも、参加者みんなで楽しい時間を過ごしました。



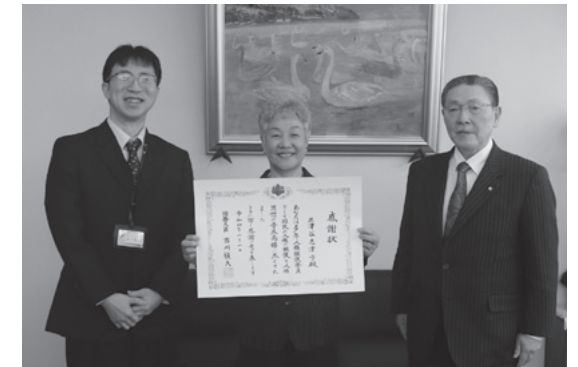
▲認知症予防教室の様子

長年の功績により“法務大臣感謝状”が贈呈されました！

1月24日(月)、任期満了により人権擁護委員を退任された三津谷志津子氏(小湊)に対し、船橋町長立会いのもと、青森地方法務局人権擁護課木下昌彦課長より「法務大臣感謝状」が伝達されました。

この感謝状は、12年間の長きにわたり地域住民の人権擁護と人権思想の普及高揚に尽くされ、多くの功績を挙げた三津谷氏に対し、法務大臣より謝意を表し贈られたものです。

感謝状を受け取った三津谷氏は「法務局などに行く機会が多く大変な部分もありましたが、他の委員や啓発活動で訪問した先の方々と交流を深め、楽しく活動することができました。また、人権擁護委員としての様々な活動をとおして、自分自身も人権擁護について学ぶことができました」と話しました。



▲左から木下課長、三津谷氏、船橋町長

園児が“耳づくり体験”をしました！

2月2日(水)、小湊保育園(畑山弘樹園長)年長組の園児4人が、浦田地区のホタテ漁師泉賢志さんの浜小屋で、ホタテ貝の耳に穴を開けて、養殖用ロープに通したピンにホタテを固定する「耳づくり」作業を体験しました。

最初はパクパクと口を開け閉めするホタテを怖がっていた園児ですが、徐々に慣れた手つきでピンに差し込むようになり、1時間ほどでロープを6本完成させました。また、順番にホタテの穴開け機で穴を開ける作業も体験しました。

作業を終えると、泉さんからホットプレートで焼いた稚貝が振舞われ、おいしそうに頬張っていました。

参加した本堂朱莉ちゃんは「ホタテの色がきれいで、つなぐのが面白かった。みんなと一緒にホタテを食べるのが楽しかった」と話しました。

この日、おうちの手伝いにきていた泉龍之介くん(山口小1年)は「みんな初めてなのに上手だったし、楽しそうな顔をしながらやってたのが良かった」と後輩たちの働きぶりに感心していました。



▲どんどん作業スピードが上がります



▲一人ひとり穴開けにもチャレンジしました



“第32回夜越山クロスカントリー大会” 参加者大募集！ 皆さまのご参加をお待ちしております！

新型コロナウイルス感染症の動向を注視しながらの開催予定となります。

■開催日：5月3日(火・祝)

■参加料：▶中学生以下 1,000円
▶高校生以上 1,500円

■申込期限：4月4日(月)

■申込方法

郵便振替	リーフレット添付の払い込み取扱票に必要事項をご記入のうえ、参加料を添えて郵便局からお申込みください。
申込書持参	リーフレット添付の払い込み取扱票に必要事項をご記入のうえ、参加料を添えて山村開発センターにてお申込みください。

■種 目

- ▶幼児男女500m
- ▶中学生男子5km
- ▶小学1年男女1km
- ▶中学生女子3km
- ▶小学2年男女1km
- ▶高校・一般39歳以下男子5km
- ▶小学3年男女1km
- ▶高校・一般39歳以下女子3km
- ▶小学4年男女2km
- ▶一般40～59歳以下男子5km
- ▶小学5年男女2km
- ▶一般40～59歳以下女子3km
- ▶小学6年男女2km
- ▶一般60歳以上男子5km
- ▶一般60歳以上女子3km

※本年は青森県在住者のみ参加を受け付けます。

問 夜越山クロスカントリー大会実行委員会
(平内町教育委員会内) TEL 755-2565

初心者大歓迎！ 平内町スポーツ協会 “テニスクラブ” 会員募集！

中学生以上の町民の皆さま、健康のため、体力維持のため一緒にテニスをしてみませんか？

1回～2回の体験もできますので、お気軽にお越しください。

■練習日：毎週土曜日 18:30～21:00

■練習場所：平内町立体育館(1/2面)

■年会費：8,000円(中学生は4,000円)

※年会費のみ、月謝などはありません。

小学生は平内町総合型スポーツクラブACEの
“キッズテニスクラブ”へお申込みください！



問 平内町スポーツ協会 担当：蝦名
(平内町教育委員会内) TEL 755-2565

生涯学習カレンダー 3月

17日(木)	◆心配ごと相談日(青少年ホーム 10:00～)
25日(金)	◆管内小・中学校 修了式



図書館から借りた本の返し忘れはありませんか？
春は異動の季節です。ご確認をお願いします。



町立図書館 紹介コーナーその266

◆一般書(新刊の一部を抜粋して紹介)◆

- ①山の上のランチタイム 高森 美由紀
- ②愚かな薔薇 恩田 陸
- ③ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー 1・2巻
ブレイディみかこ
- ④塞王の楯 今村 翔吾
- ⑤同志少女よ、敵を撃て 逢坂 冬馬
- ⑥山亭ミアキス 古内 一絵
- ⑦天城越え殺人事件 梓 林 太 郎
- ⑧十津川警部 特急リパティ会津111号のアリバイ
西村 京太郎
- ⑨歎異抄ってなんだろう 高森光晴/大見滋紀
- ⑩生理CAMP みんなで聞く・知る・語る！
工藤 里 紗

4月採用の「会計年度任用職員」を募集します！

令和4年4月1日採用の会計年度任用職員を募集します。会計年度任用職員とは、年度単位で任用される非常勤の職員です。

■職種・資格

職 種	必要な資格	備 考
① 看 護 師	看護師免許	外来または病棟勤務 ※病棟の夜勤専従の看護職員も募集中
② 看 護 補 助 員	特になし ※介護職の有資格者優遇	病棟勤務
③ 一般事務補助員	特になし	

■給料等：平内町病院事業会計年度任用職員の給与等に関する条例による

※基本給、期末手当、時間外手当、通勤手当などの各種手当支給。

(例)フルタイム会計年度任用職員の基本給

看護師	165,300円～
看護補助員	151,400円～
一般事務補助員	146,100円～

■勤務時間

フルタイム 週38時間45分(1日7時間45分)
パートタイム 週38時間45分未満(応相談)

■試験方法：書類選考および面接

■受験手続

受験申込書類を平内中央病院に直接お問い合わせいただくか、病院HPからダウンロードし、必要事項を記入のうえ、平内中央病院へ提出してください。

体温自動測定実施中！

病院正面玄関に体温自動測定装置とモニターを設置しています。

サーモカメラで測定した体温がモニターに表示される仕組みになっています。発熱を検知した場合は病院スタッフがお声がけいたします。



病院の感染対策にご協力くださいますようお願いいたします。

お忘れ物に お心当たりはありませんか

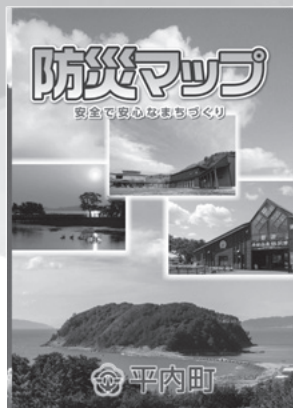
来院者のお忘れ物と思われる、帽子や手袋などをお預かりしています。

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

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。



もしもに**備**えよう！ 防災特集



岩手、宮城、福島県を中心とした太平洋沿岸部を巨大な津波が襲い、甚大な被害をもたらした「3.11東日本大震災」から11年。
町では、「平内町地域防災計画」に基づき、生活必需品や避難所用の資機材の確保に努めてきました。
そしてこの度、町民の皆さまに災害から身を守る方法や地域の避難場所・避難経路を確認していただけるよう「平内町防災マップ」を作成し、4月に毎戸配布する予定です。
今回は、その内容の一部をご紹介します。

☎ 役場 総務課 防災管財係 Tel.755-2111

■防災マップは各家庭でご一読のうえ、いつでも、すぐに、繰り返し見れるよう、分かりやすい場所に保管してください！

自らの命、家族の命を守るために！

適時適切な避難を行うために、家族や地域で確認しましょう。

ステップ ① 自宅や学校・職場には、どのような危険があるのか確認しましょう。

- ☐ハザードマップを見て、災害が起こりやすい場所はないか等、自宅や学校・職場等のよく立ち入る場所には、どのような危険があるのか確認しましょう。
- ※避難場所（12ページ）を確認し、そこまでの経路や移動手段について計画しておきましょう。



ステップ ② 行政機関から提供される警戒レベルについて確認しましょう。

- ☐町から発せられる避難情報等、国・県・気象庁から提供される防災気象情報には、以下のものがあります。^{※1}

警戒レベル	状況	住民に求める行動	避難情報	防災気象情報
警戒レベル5	災害発生または切迫	命の危険 直ちに安全確保！	緊急安全確保 ^{※2}	大雨特別警報 氾濫発生情報
<警戒レベル4までに必ず避難！>				
警戒レベル4	災害のおそれ高い	危険な場所から 全員避難	避難指示 ^{※3}	土砂災害 警戒情報 氾濫危険情報
警戒レベル3	災害のおそれあり	危険な場所から 高齢者等は避難 ^{※3}	高齢者等避難 ^{※3}	大雨警報 洪水警報 氾濫警戒情報
警戒レベル2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	——	大雨・洪水・高潮注意情報
警戒レベル1	今後気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高める	——	早期注意情報

※1 もしもこの順番で発令されるとは限らないので、ご注意ください。
※2 町が災害の状況を確実に把握できるものではない場合の理由から、警戒レベル5は必ず安全確保されるものではありません。
※3 警戒レベル5は、高齢者等以外の人も、必要に応じて避難の行動を命じられるため、危険を察知したら自主的に避難するタイミングです。

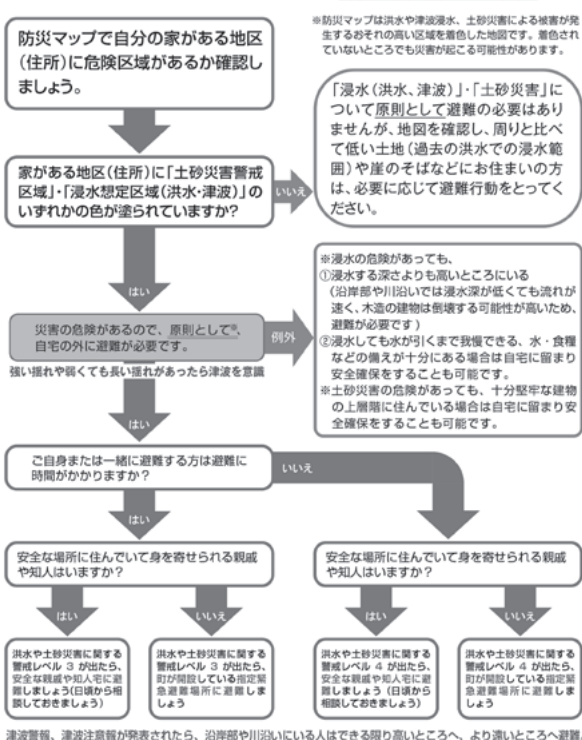
津波の際は、一刻も早い避難が必要であるため「避難指示」のみ発令されます。
津波災害は、切迫度が段階的に上がる災害ではないので、警戒レベルを付さないこととしています。

※防災マップの12ページです。

マイ・タイムライン

避難行動判定フロー

あなたがとるべき避難行動は？ 必ず取り組みましょう



出典：平内町防災マップ（制作・著作：株式会社ゼンリン）

■「平内町防災マップ」を防災訓練などにご活用ください！

町では、防災訓練や勉強会などの実施をお手伝いします。担当までお気軽にご相談ください。

- 町内会などで実施する防災訓練の相談・・・役場 総務課 防災管財係 Tel.755-2111
- ふれあい出前講座「防災計画」の申込み・・・平内町教育委員会 生涯学習課 Tel.755-2565

■居住地区のハザードマップを確認しましょう！

ハザードマップには、地区ごとに土砂災害や浸水被害の恐れがある場所や災害の際に生命を守るための避難所などを記載しています。おおよその災害に対応できる避難所を家族で話し合っておくことで探し回ることなく安否も確認しやすくなります。



出典：平内町防災マップ（制作・著作：株式会社ゼンリン）

■日ごろから避難に備えて非常持ち出し袋を準備しましょう！

● 非常持ち出し品の例

- ・飲料水
- ・食料品（カップめん、缶詰、ビスケット、チョコレートなど）
- ・貴重品（預金通帳、印鑑、現金、健康保険証など）
- ・救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など）
- ・ヘルメット、防災ずきん
- ・マスク
- ・軍手
- ・懐中電灯
- ・毛布、タオル
- ・携帯ラジオ、予備電池
- ・使い捨てカイロ
- ・ウェットティッシュ
- ・洗面用具
- ・衣類
- ・下着

※乳児のいる家庭はミルクや紙おむつ、ほ乳びんなども用意しておきましょう。

食料や水（最低3日分！できれば1週間分！）×家族分

出典：政府広報オンライン（消防庁「わたしの防災サバイバル手帳」ほか）

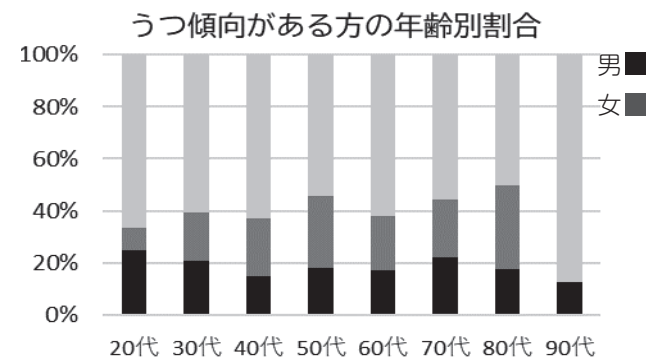
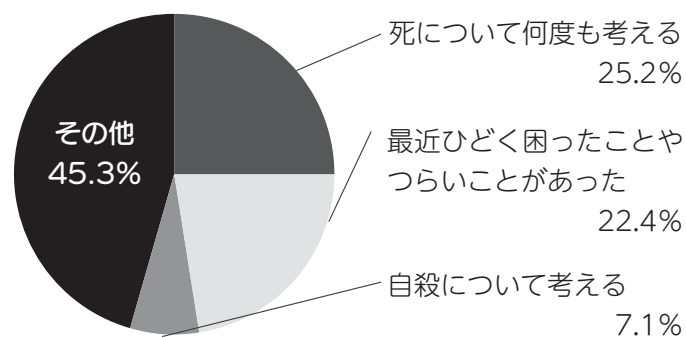


3月は「自殺対策強化月間」です 自分のこころと相手のこころに向き合いましょう

町では特定健診を受けた方を対象に「心の健康度評価」を行っています。健診受診者1,226名のうち、523名(42.7%)の方がうつ傾向があると判定されました。

うつ傾向がある方の内訳をみると女性の占める割合が高くなっていますが、自殺者の割合は、男性が76.5%を占めています(H27年～R2年)。

うつ傾向がある方の悩みなど(523名)



最近ひどく困ったことの内訳 (特に多かったもの)

自身の体調……………15人
家族、知人の死……………7人
仕事、経済的なこと……………7人
家族の病気……………6人
家族、親戚との人間関係…4人

問 役場 健康増進課 健康増進係 Tel718-0019

今よりちょっと元気になる話 ～こころに寄りそうために～を開催しました

令和3年12月24日(金)平内町勤労青少年ホームにおいて、青森いのちのネットワークの会員を講師に招き、こころの健康についての研修会を開催しました。こころに元気がないときは、近くにいる「誰かの声かけ」がとても大切になります。

前半は、元気のない人への声のかけ方や相談先についてお話をいただきました。後半の紙芝居「ぼんぼこ山の聞き耳ずきん」では、うつ状態にある方への対応について、物語をとおして学習しました。

参加者からは、「近所の一人暮らしをしている方に声をかけてみようと思いました」と声がありました。



▲紙芝居「ぼんぼこ山の聞き耳ずきん」の様子

身近な人の
こころのSOSに
気づいたら
声をかけて
あげましょう。

気づき・声かけ

周りの人の変化に気づいたら、積極的に声をかけて話を聞いてあげましょう。

つなぎ

相手が話してくれたら、しっかりと聞いてあげましょう。そして医療機関や専門機関につなぎ、可能であれば同行してあげましょう。

見守り

適宜機会を見て声をかけてあげ、焦らず見守りましょう。

こころの健康相談

精神科医師による「こころの健康相談」を実施しています。ご本人だけでなく、ご家族からの相談も受けておりますので『仕事や学校にいけない』、『落ち込みが激しい』など、気になることがある方は是非ご相談ください。

■日時：3月16日(水) 14:00～16:00
■会場：東地方保健所(青森市第二問屋町4丁目11-6)
■相談料：無料 予約制(定員2名)
■予約先：東地方保健所 Tel 739-5421

女性に多い病気を知り、予防と早期発見を！ 3月1日～8日は「女性の健康週間」です！

厚生労働省では、女性自身の健康に関する知識を向上させるとともに、女性を取り巻く健康課題に対する社会的関心を喚起させることなどを目的に、毎年3月1日～8日を「女性の健康週間」と定めています。

月経困難症

- ・子宮内で月経血を押し出そうとするホルモンの関係で生じる痛み
- ・日常生活に支障をきたすほどの痛みを伴う
- ・子宮筋腫や子宮内膜症などが原因になっていることもある
- ・痛みは我慢せず、鎮痛剤を使用する
- ・異変を感じたらまずは婦人科へ！低用量ピルの使用で軽減することも
- ・適度に運動し、血流量を増やす
- ・無理なダイエットに注意！

子宮頸がん

- ・HPV(ヒトパピローマウイルス)の感染によるもので性行為によって感染する
- ・初期症状はなく、進行すると不正出血などの症状も出現する
- ・40代の女性が発症のピークだが、20～30代も増加傾向である
- ・症状が気になる場合は婦人科へ
- ・子宮頸がんワクチンの接種で発症予防！(小学6年生～高校1年生の女子)
- ・20歳から2年に1回、子宮頸がん検診を受診

乳がん

- ・40代後半が発症のピーク
- ・肥満傾向の方、初潮が早く閉経が遅い方、初めての妊娠や出産が遅い方などがかかりやすい
- ・しこりなどが気になった場合は外科または乳腺外来へ
- ・乳房を触ってセルフチェックをする
- ・40歳から2年に1回、乳がん検診を受診

○子宮頸がんワクチンや各種がん検診については、役場健康増進課まで！

問 役場 健康増進課 健康増進係 Tel718-0019

3月1日～7日は“子どもの予防接種週間” 入学・入園に向けて予防接種はお済みですか？

お子さんを感染から守るために、この機会に必要な予防接種は済ませておきましょう。保護者の方は母子健康手帳を確認して受け忘れている予防接種がないか今一度確認をお願いします。現在の接種状況の確認がしたいときには、役場健康増進課までご連絡ください。

■麻しん・風しん

【1期】

- 1歳以上2歳未満のお子さんが対象です。
- 1歳になったら、早めに接種しましょう。

【2期】

- 平成27年4月2日から平成28年4月1日に生まれたお子さんが対象です。
- ※接種期間は令和4年3月31日(木)まで

■BCG(結核)

- 生後5か月から8か月までが標準的な接種期間です。
- お子さんが1歳になる前日までに接種しましょう。

●同じ種類のワクチンを接種するときの接種間隔

ワクチンごとに決められた間隔を守する必要があります。

●異なる種類のワクチンを接種するときの接種間隔

接種日	27日以上	
	異なる注射生ワクチン は接種不可 27日以上空ける	異なる注射 生ワクチン も接種可能
注 射 生 ワ ク チ ン	経口生ワクチン・不活化ワクチン の場合接種間隔に制限なし	
経 口 生 ワ ク チ ン	接種間隔に制限なし	
不 活 化 ワ ク チ ン		

問 役場 健康増進課 健康増進係 Tel718-0019

町の繁栄と生活の質の向上は 納税によって支えられています！

近年、当町においても人口の減少や少子・高齢化が進み、社会保障を一層充実させる必要に迫られています。このため行政の担うべき役割も多く、県や町の財政需要(仕事をするための費用)は、今後ますます増加していくことが見込まれます。

県や町の収入の中で、県税や町税は自主財源として特に大きな割合を占めています。また、国庫支出金とは異なり、その使い道にもほとんど制約がないことから、地域の実情に応じたきめ細かい行政サービスを行ううえでは非常に貴重な財源となっています。このため、一定の財源が確保できないと地域住民の期待や要望に対応することが難しくなります。

町の繁栄と生活の向上は、私たちの納税によって支えられているといっても過言ではありません。



町税の納め忘れがないか ご確認ください！

令和3年度のすべての町税は、納期限が過ぎています。納め忘れのある方は、早めに納付してください。納期限が過ぎると督促手数料や延滞金などが課せられる場合がありますので、いま一度ご確認ください。

■延滞金：

納期限の翌日から納付日までの日数に応じ、年8.7% (納期限の翌日から1か月を経過する日までの期間については年2.4%)の金額が加算されます。

■督促手数料：

督促状1通につき、100円が加算されます。

お気軽にご相談ください！ 「納税相談」随時受付中！

生活保護を受給したり、災害(火災・風水害など)、その他特別の事情により税金を納めるのが困難な場合、納期限までの申請により税金が減額、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、お気軽にご相談ください。



問 役場 税務課 収納係 Tel755-2115

令和3年中の収入に関する 納税相談(申告)は3月15日 (火)までとなっています！ ご留意ください。

問 役場 税務課 住民税係 Tel755-2115

引っ越しをされる皆さんへ 自動車の引っ越し手続きも忘れずに！

自動車税種別割の納税通知書は、原則として自動車検査証に記載されている住所に送付しています。引っ越しなどで住所が変わったときは、運輸支局で住所の変更登録の手続きが必要です。

すぐに変更登録ができない場合は、役場 税務課窓口に備え付けの専用チラシなどにより、東青地域県民局 県税部にご連絡いただければ、納税通知書を新しい住所にお送りすることができます。

また、県庁HP内「県税・市町村税インフォメーション」(<https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/soumu/zeimu/top.html>)の中の「自動車税種別割住所変更届」からも、自動車税種別割の住所変更の届出をすることができます。

※事務処理の都合上、4月上旬までにご連絡をお願いします。

問 東青地域県民局県税部 課税第三課 Tel734-9974

生活環境 お知らせ

生ごみ処理容器購入の 補助制度があります

町では、ごみの減量化・再資源化対策の一環として「生ごみ処理容器設置事業」を実施しています。生ごみ処理容器(コンポスト容器)を購入予定の方は、下記により申請してください。

■補助対象者

- ・平内町に住所を有し、かつ居住している方
- ・生ごみが堆肥となったとき、適切に処理することができる方
- ・町税の未納がない方

■補助金額

- ・購入価格が30,000円以下のもの
- ➔ 購入価格の2分の1以内(上限額3,000円)
- ・購入価格が30,000円を超えるもの
- ➔ 購入価格の3分の1以内(上限額20,000円)



問 役場 町民課 生活環境係 Tel755-2113

生活環境 お知らせ

野良猫への無責任な 餌やりはやめましょう！

野良猫に餌を与えると栄養状態が改善されるため繁殖し、猫のフンなどによって地域の衛生環境が悪化するほか、餌やりによって猫の飼い主とみなされ猫が他人の所有物を傷つけてしまった場合に管理責任を問われる可能性があります。

野良猫への餌やりは猫の管理ができるかよく考えて判断してください。管理ができず、周囲の人に迷惑をかけてしまうのであれば餌やりはやめましょう。

継続的に餌を与えたい場合は、去勢をする、フンの後始末を行うなど猫を責任持って管理し、猫が周囲の人へ迷惑をかけないようにしましょう。

猫に関する苦情が多く寄せられています！
野良猫を悪者にしないために、
無責任な餌やりはやめましょう。



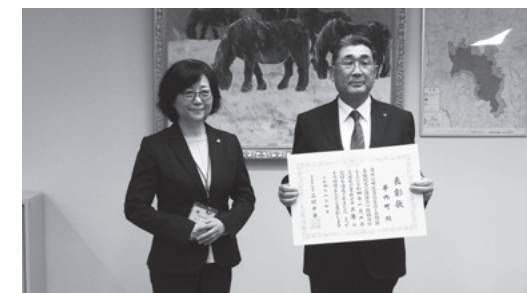
問 役場 町民課 生活環境係 Tel755-2113

生活環境 お知らせ

“交通死亡事故ゼロ3年” を達成！

1月2日(日)午前0時をもって、当町にて「交通死亡事故ゼロ3年」を達成したことに伴い、7日(金)、県庁において青森県知事より平内町へ表彰状が授与されました。

今後も町では、交通安全協会などの関係団体と連携・協力して交通死亡事故ゼロの継続を目指す取り組みを続けていきます。



▲県環境課生活部 佐々木あつ子部長(左)から表彰状を受け取った山田副町長(右)

問 役場 町民課 生活環境係 Tel755-2113



引っ越したら“住民票”を 移しましょう！

選挙で投票する場所は、原則として住民票のある市区町村です。

町外に転出した方で、住民票を移していない、または住民票を移して3か月経過していない場合は、新しい住所地で投票できません。

進学や就職などで引っ越しをした方は、原則、現在住んでいる寮・アパートなどが住所地となります。住民票は、選挙人名簿などの登録だけではなく、各種行政サービスにつながる大切な情報ですので、忘れずに移しましょう！

Q. 町外に引っ越して3か月経たずに選挙があるとき、投票はどうしたらいいの？

A. 国政選挙では、平内町の選挙人名簿に登録されていれば、投票日当日に、指定の(町内)投票所で投票するか、投票日前でも当町の期日前投票所で投票することができます。

選挙期間中に当町に来ることができない場合、不在者投票を活用できます。



問 平内町明るい選挙推進協議会事務局
平内町選挙管理委員会内 Tel755-2111

福祉
お知らせ

平内町福祉灯油助成金について

灯油価格の高騰により経済的負担の軽減が必要と認められる低所得の高齢者世帯、障害者世帯およびひとり親世帯に対し、冬期暖房に必要な灯油購入費の一部を助成します。

■助成対象者

令和4年1月1日時点で、平内町に住所を有し、次のいずれかに該当する世帯とする。

- ① 高齢者世帯(満65歳以上の方のみの世帯)
※世帯は別でも同居されている方で64歳以下の方がいないこと。
- ② 身体障害者手帳、愛護手帳(療育手帳)または精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方がいる世帯
- ③ 満18歳以下の児童を父母の一方または児童の親族が養育している世帯

■助成要件

- ① 令和3年度の町・県民税非課税世帯であること
- ② 世帯構成員のうち、対象となる当該高齢者、障害者(児)などの全員が社会福祉施設や病院などに入所または入院していないこと
- ③ 生活保護を受給していないこと
- ④ 世帯は別でも同居している方で町・県民税が課税されている方がいないこと

■助成額

1世帯当たり 10,000円

■窓口での受付期間・時間

3月10日(木)まで 8:15～17:00
(土・日、祝を除く)

■申請書の交付・申請方法

対象となる見込みの世帯には1月下旬に返信用封筒を同封した申請書を発送しています。
※原則、郵便により申請。窓口でも申請可能。

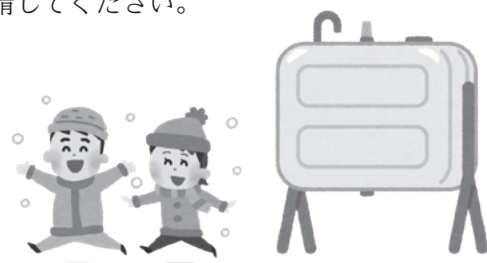
■窓口の受付場所

役場1階 福祉介護課(⑦の窓口)

■窓口申請に必要なもの

- ① 申請者の身分が確認できるもの(運転免許証、保険証など)
- ② 申請者名義の預金通帳の写し(名義・口座が確認できるもの)

※令和3年1月2日以降に平内町に転入された方は**町・県民税非課税証明書が必要**となります。
また、複数の町・県民税非課税世帯が同居されている場合は、いずれか1世帯のみに支給することとなるため、同居されている方で相談して申請してください。



“青い森林業アカデミー”の皆さん

除雪ボランティアのご協力ありがとうございました！

町社会福祉協議会が中心となり、例年実施している除雪ボランティアですが、1月に実施した作業に青い森林業アカデミーの研修生の皆さんがボランティアとして参加し、町の福祉向上に貢献してくださいました。

「青い森林業アカデミー」は、青森県が県産業技術センター林業研究所の研修棟において、地域林業の中核的担い手となる現場技術者を育成するため、1年間の研修として令和3年4月に開講されました。この度、同アカデミースタッフから、研修の一環としてご協力の申し出があり実現したものです。

依頼のあった2世帯の除雪作業を、研修生8人をはじめ、アカデミースタッフ3人、事務局で実施し、生活道路の確保や落雪による遮光箇所の改善を行いました。

研修生の皆さんはパワフルな動きでテキパキと作業し、驚くほどの短時間で除雪作業が完了しました。



▲除雪ボランティアに参加した青い森林業アカデミー研修生

☎ 役場 福祉介護課 TEL755-2114

企画
お知らせ

平内町民バス小湊駅前バス停留所が
小湊駅舎前に移設変更されます

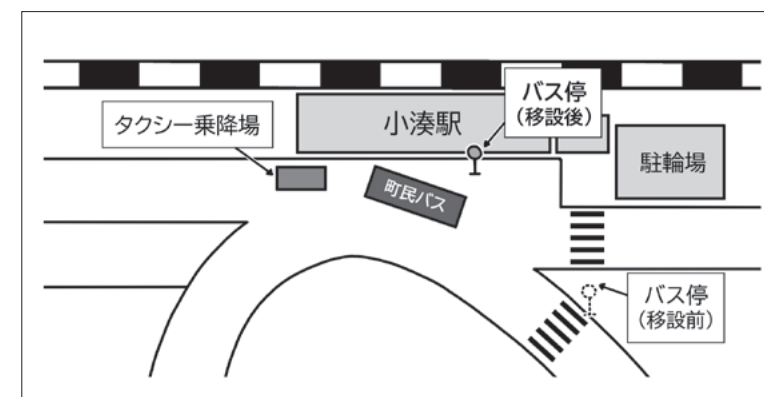
平内町民バスは、皆さんの通院や買い物など日常生活や地域の賑わいに欠かすことのできない身近な公共交通です。これからも路線を持続可能なものとするために、少しでも多くの方に町民バスをご利用いただくことが重要と考えています。

そのため町では、「平内町地域公共交通計画」に基づきながら、交通事業者と協力して様々な取り組みを行っており、計画に掲げられた課題の解決に取り組んでいます。

今回、町民バスと青い森鉄道線との乗り継ぎの負担軽減や待合環境の改善を図るため、令和4年4月1日(金)から小湊駅前バス停を移設することとしました。

車で送迎など小湊駅をご利用される際は、十分注意してください。今後も町民および利用者の利便性向上や安全運行にさらに取り組んでいきますので、ご理解とご協力をお願いします。

なお、バス停移設に伴うタクシー乗り場の変更は特段ありませんので、これまでどおりご利用いただけます。



▲小湊駅前バス停留所移設配置イメージ

平内町の“公共交通利用状況”を
お知らせします

令和3年4月に策定された「平内町地域公共交通計画」の取り組みには、公共交通利用客数などの定期的公表が掲げられています。

今回は、鉄道・バス・タクシーといった町民の方が普段利用している公共交通の利用状況をお示しすることで、公共交通の現状や関心を持ってもらうきっかけづくりとなればと考え、令和3年度における12月末時点のそれぞれの利用状況をお知らせすることとしました。

これからも、身近な移動手段として積極的な利用をお願いします。

・青い森鉄道線小湊駅乗降客数 449人/日
(令和2年度実績 549人/日)

・町民バス利用客数 49,839人
(令和2年度12月末時点利用客数 51,804人)

・タクシー利用客 13,380人
※タクシー事業者3社の合計数値で表示、前年データなし

☎ 役場 企画政策課 TEL718-1325



平内町民バスの運行時刻について

青い森鉄道線のダイヤ改正に合わせ、毎年春に平内町民バスの運行時刻の見直しを行っておりますが、今年は町民バスの改正は行わず、現在のダイヤにて運行いたしますので、今までの時刻表(令和2年3月14日改正)を引き続きご利用ください。

交通事故の損害賠償問題でお困りの方へ

交通事故紛争処理センターでは、示談をめぐる損害賠償の問題でお困りの方へ、弁護士が「中立・公正」な立場で、当事者間の紛争解決のお手伝いをします。

被害者ご本人に損害賠償問題の法律知識がなくても、交渉に不慣れでも安心です。また、弁護士費用は一切かかりません(無料です)。

まずは、電話で予約をお願いします。

■受付時間：月～金曜日 9:00～17:00
(祝日・年末年始を除く)

※ご相談になじまない場合もありますので、ご確認をお願いします。

☎ (公益財団法人)交通事故紛争処理センター 仙台支部
TEL022-263-7231

議会
お知らせ

第1回
平内町議会定例会

定例会は下記日程を予定しています。

議会を傍聴される方は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、次のことをお願いします。

- ① マスクを着用するようお願いします。
- ② アルコール消毒液を配置していますので、手指消毒をお願いします。
- ③ 傍聴人受付票に、氏名、住所、年齢、連絡先をご記入ください。
- ④ 飛沫感染・接触感染の防止のため、傍聴席は先着順で11席とします。

日 時	内 容
3月4日(金) 10:00～	○開会・本会議 ○議案上程
3月5日(土)	○休会
3月6日(日)	○休会
3月7日(月) 10:00～	○本会議 ○一般質問
3月8日(火) 10:00～	○予算特別委員会
3月9日(水) 10:00～	○予算特別委員会
3月10日(木) 9:30～	○各常任委員会
3月11日(金) 10:00～	○本会議 ○採決・閉会

※日程については変更になる場合もあります。

※詳細は、担当までお問い合わせください。

問 役場 議会事務局 Tel755-2119

おひさま
ひらない
お知らせ

すこやか
マタニティサークルを
開催します！

■日 時：3月14日(月)10:00～11:30

■場 所：平内町勤労青少年ホーム

■内 容：助産師によるミニ講話
(赤ちゃんのスキンケア・沐浴のあれこれ)
参加者の皆さんで交流・情報交換
個別相談

■対 象：妊娠中～産後のママ
パパ

おじいちゃん
おばあちゃん

■持ち物：母子健康手帳

問 平内町子育て世代包括支援センター
おひさまひらない(役場健康増進課内)
Tel718-0019


夜越山
イベント

“夜越山洋ランまつり”
を開催します！

当園恒例『第35回夜越山洋ランまつり』を次のとおり開催します。ぜひ、お越しください。

■期間：3月1日(火)～21日(月・祝) 9:00～16:00

■内容

洋ラン温室には、大型ディスプレイ(高さ4m・幅8m)を中心に150種、2,000鉢の洋ランのほか、「パンダの世界」と題した特設コーナーには、パンダ各種を展示。さらに人気投票による抽選で商品が当たるイベントをご用意。また、通常の20～30% OFFの洋ラン即売会や専門家による洋ランなんでも相談室、青森蘭友会による展示会(13日～21日)なども開催します。



▲昨年の青森蘭友会による展示会

問 夜越山森林公園 Tel755-2663

国民年金
お知らせ

“年金委員制度”の
ご案内

日本年金機構では、公的年金制度と国民の皆さまとの橋渡し役を担っていただく、「年金委員」を募集しています。

年金委員は、厚生労働大臣の委嘱により、会社や地域において公的年金制度の啓発・相談・助言などの活動を行う民間協力員です。

活動内容は、自治会や町内会での公的年金関連のパンフレットの配布や近隣の皆さまへの各種手続きの助言・相談です。報酬は支払われませんが、活動にかかる経費は日本年金機構が全額負担し、年金制度改正などの研修会に無料で参加することができます。

公的年金制度について広く国民の皆さまに知っていただく活動にご協力いただける方をお待ちしております。

問 日本年金機構 青森年金事務所
Tel734-7495(自動音声案内「5」)

国 保
お知らせ

“高額療養費制度”を
ご利用ください

「高額療養費制度」とは、国民健康保険加入者が、医療機関や薬局で支払った額(※)が、ひと月(月の初めから終わりまで)で上限額を超えた場合に、その超えた金額が申請により支給される制度です。

毎月の上限額は加入者の年齢や所得水準によって分けられます。

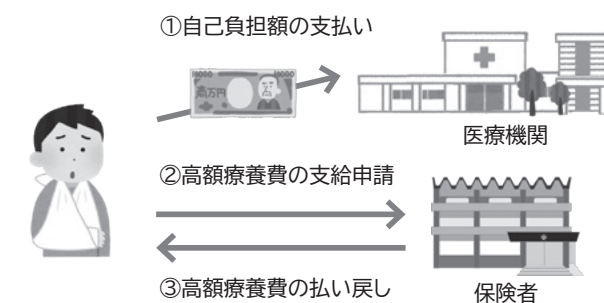
支給該当の世帯には、原則として町から診療月の3か月後に世帯主へ文書でお知らせしますので、国民健康保険係の窓口で申請をしてください。

なお、町からのお知らせが届かない場合は、該当していなかったか、審査の途中である可能性がありますので、お問い合わせください。

入院などで医療費が高額になることが事前に分かっている場合には、「限度額適用認定証」または、「限度額適用・標準負担額減額認定証」を申請のうえご利用ください。

また、70歳以上の方は「限度額適用認定証」が発行されない方がいますので、事前に担当までお問い合わせください。

(※)支払った額には、入院時の食費負担や差額ベッド代などは含みません。



問 役場 健康増進課 国民健康保険係 Tel718-0019

防犯協会
お知らせ

“キャッシュカードのすり替え”
特殊詐欺に注意！

「キャッシュカード詐欺盗」は、警察官や銀行協会などを装い電話をかけてきます。その後、自宅にきた犯人が「この封筒にキャッシュカードと暗証番号を書いたメモを入れて自宅で保管を」などと言って、被害者が目を離したすきに別の封筒とすり替えてキャッシュカードなどを持ち去る手口です。

回避
術

- 「キャッシュカード」に関する電話があったら、家族や最寄りの交番などに連絡
- 警察官などが暗証番号を聞いたり、メモで書かせることは絶対にないことを知っておく

後期高齢
お知らせ

後期高齢者医療
被保険者の皆さまへ

一定以上の所得のある方の
医療費の窓口負担が変わります

令和4年10月1日から、一定以上の所得のある方は、現役並み所得者(窓口負担3割)を除き、医療費の窓口負担が2割になります。

世帯の窓口負担が2割の対象となるかどうかは、課税所得や年金収入をもとに、世帯単位で判定します(令和3年中の所得をもとに、令和4年7月頃から判定が可能になり、9月頃に被保険者証を送ります)。

詳しくは厚生労働省コールセンター(Tel0120-002-719)までお問い合わせください。

「マイナンバーカード交付申請書」の送付について

令和3年10月20日から、一部の医療機関・薬局などでマイナンバーカードを被保険者証として利用できるようになったことなどに伴い、厚生労働省からの要請により、75歳以上の被保険者の皆さまのうち、令和3年10月31日時点でマイナンバーカードをお持ちでない方に、交付申請書を送付します(3月中旬送付予定)。

申請手続きについては、マイナンバー総合フリーダイヤル(Tel0120-95-0178)または役場町民課までお問い合わせください。

なお、マイナンバーカードがなくてもこれまでどおり被保険者証で受診できますが、この機会にぜひ申請して下さるようお願いします。

問 役場 健康増進課 年金後期医療係 Tel718-0019
役場 町民課 住民係 Tel755-2113
青森県後期高齢者医療広域連合 Tel721-3821



出典：(公財)全国防犯協会連合会「詐欺悪質商法回避術」

問 平内地区防犯協会事務局
役場 町民課 生活環境係 Tel755-2113



青森市農業振興センターからのお知らせ 「野菜などの育て方を教えます！」

「青森市農業振興センター農業研修生」

将来の担い手農業者を育成するため、新規就農を目指す方、農業参入したい法人の職員や農業の基礎を学びたい方などを対象に、野菜や花きの座学講習・実技研修を通じ、作物の栽培の基礎を学ぼうとする研修生を募集します。

- 日時：4月14日(木)～8月2日(火)
(原則平日の火・木曜日、9:00～15:00)
- 場所：青森市農業振興センター
- 対象：① 通所可能であること
② 65歳以下であること
③ 心身ともに健康で、実技研修を行える体力があること(自己申告)
- 募集人員：15人(応募者多数の場合選考)
- 料金：7,000円(教材費)
- 申込方法：「青森市農業振興センター研修受講申込書(別紙様式第1号)」に必要事項を記入のうえ青森市農業振興センターに直接提出(申込時、面談あり)
※申込書は役場 農政課にありますので、希望の際はお申し出ください。
- 申込期間：4月1日(金)～4月8日(金)
平日8:30～16:00
- 備考：4月1日(金) 13:30から、青森市農業振興センター研修室で説明会を開催します

「栽培講座参加者」

主に農業振興センターで栽培している野菜や花などの栽培方法を職員が解説します。

回	開催日	講座内容
①	4月14日(木)	野菜の基本、土づくり、堆肥、養分、肥料
②	4月19日(火)	トマト、パレিশョ、カボチャ、面積・肥料計算
③	4月21日(木)	ナス、ピーマン、ネギ、トルコギキョウ
④	4月26日(火)	スイートコーン、キャベツ、エンドウ、キク
⑤	4月28日(木)	鉢花、ホウレンソウ、イチゴ、ハーブの栽培・利用
⑥	5月10日(火)	病害虫防除、農薬の使い方
⑦	6月23日(木)	薬草園・ハーブ園の観察

- 開催時間：13:00～15:00
- 場所：①～⑥北部地区農村環境改善センター(青森市奥内字宮田41-3)
⑦青森市農業振興センター
- 対象：野菜や花などの栽培の基礎を身に付けたい一般の方で、全7回に参加可能な方
- 募集人員：15人程度(抽選)
- 料金：無料
- 申込方法：往復はがき(1枚1人)に①住所、②氏名、③電話番号を記入し、青森市農業振興センター「野菜等栽培講座申込」係まで
- 締切：4月1日(金)消印有効
- 問 青森市農業振興センター Tel754-3596
〒030-1261 青森市大字四戸橋字磯部243-319

♪ 今月のcooking ♪ 【具たくさん太巻きずし】

《材料(2人分)》

- ご飯・・・300g
- 焼きのり・2枚
- 【A】
 - 酢・・・大さじ1と1/2
 - 砂糖・小さじ1
 - 塩・・・少々
- いきゅうり・・・1/2本
- かに風味かまぼこ・20g
- ひきわり納豆・1パック
- サラダ油・・・小さじ1/2
- 卵・1個
- いり白ごま・・・小さじ2
- 塩・少々

《作り方》

- ①炊きたてのご飯に合わせた【A】と白ごまを加え、すし飯を作ります。
- ②いきゅうりは太めのせん切り、かにかまは手でほぐします。納豆は付属のタレを加えて混ぜておきます。
- ③ボールに卵を割りほぐし、塩を加えて混ぜます。フライパンにサラダ油を熱し、卵焼きを焼き、棒状に切ります。
- ④ラップを広げてのりをのせ、向こう側を3cmほど残してご飯をうすく均等に広げ、手前からいきゅうり、納豆、かにかま、卵の順に並べ、ラップを使って巻きます。
- ⑤ラップをはずして食べやすく切り分け、器に盛りつけて完成です。

1人分391kcal / 塩分1.2g

ラップで簡単にできる太巻きです。ごま入りのすし飯にチーズやツナ、魚肉ソーセージ、ほうれん草など具をいろいろ取り合わせて、たんぱく質も野菜もとれる具たくさん太巻きにしましょう。

青森県司法書士会 “公式キャラクター”を募集します！

青森県司法書士会では、司法書士制度開始150周年を記念して、司法書士をイメージした多くの人から親しまれる「キャラクターのデザイン」と「愛称」を広く募集します。

- 募集内容：青森県らしさがあり、司法書士のPRにつながるキャラクター
- 募集期間：4月1日(金)～6月30日(木)
- 応募資格：プロ・アマの別、年齢、居住地問わず
- 表彰：採用された作品1点の応募者に賞金30万円を贈呈

※詳細はHP(<https://aomori-shihoshoshi.or.jp/>)にてお知らせします。

問 青森県司法書士会 Tel776-8398

「子育て支援センター」行事予定

日程	活動・場所	内容
3月1日(火) 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
3月7日(月) 9:45～11:15	親子ふれあいワーク 支援センター	ママ友集まれ！ 育児や地域の情報交換 園内ホールで遊びます
3月18日(金) 9:45～11:15	すくすくクラブ 支援センター	・身体測定 ・手形足形アート製作

問 平内町地域子育て支援センター
(東和保育園内)
Tel758-1214

インスタQRコード▶



1月受付分

戸籍の窓口

人口と世帯

男…4,979人(－11人)
女…5,418人(－14人)
計…10,397人(－25人)
世帯数…4,832世帯(－12)
令和4年2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
辻村 空 駕(俊光)第1内童子
能登谷 六 花(興紀)寺町
細川 来 麗(真菜花)東京都



お悔やみ申し上げます

喪主 住所地
竹達利 津(92)裕介第1内童子
沖崎文 雄(89)キヌ東沼館

「介護労働講習(実務者研修を含む)」受講者を募集します！

- 開催期日：6月1日(水)～11月9日(水)(105日間)
10:00～16:30
- 開催場所：青森市はまなす会館
(青森市問屋町1-10-10)
※駐車場無料
- 募集人数：40人
- 対象：雇用保険受給者(ハローワークからの受講指示を受けた方)
- 受講料：無料(テキスト代、保険料は自己負担)
- 申込締切：5月18日(水)
※定員に満たない場合、延長することがあります。
- 問 (公財)介護労働安定センター青森支部 Tel777-4331
<http://www.kaigo-center.or.jp/shibu/aomori/>

放送大学4月入学生を募集中！

放送大学は、BS放送やインターネットで授業を行う通信制の大学です。「働きながら学んで大学を卒業したい」「時間に余裕ができたので学びを楽しみたい」「資格取得を目指したい」など様々な目的で、幅広い年代の方が学んでいます。

詳しい資料を無料でお送りしますので、お気軽にお問い合わせください。

- 出願期間：3月15日(火)まで
※インターネット出願も受け付けています。

問 放送大学青森学習センター Tel0172-38-0500
放送大学ホームページ <https://www.ouj.ac.jp>

栗山博司(77)隆盛田
田中智慧子(81)正義松野木
能登谷貴恵子(68)幸雄第1勝田町
濱田年美(90)ユキ清水川
須藤チヨ(88)昭義茂浦
鹿股菜美(54)直人一本松
福田タヨ(93)要一浦田
田中義徳(95)義信松野木
船橋京子(92)洋第2小林
小形カツエ(89)隆藤沢
渡邊勝義(86)千枝子外童子
下山健悦(83)芝規青森市
太田みさ(89)徳年西沼館

「第8回 ハクチョウのまちフォトコンテスト」結果発表！

入賞作品は、3月31日(木)まで町立山村開発センターロビーに展示しています。



【最優秀賞】

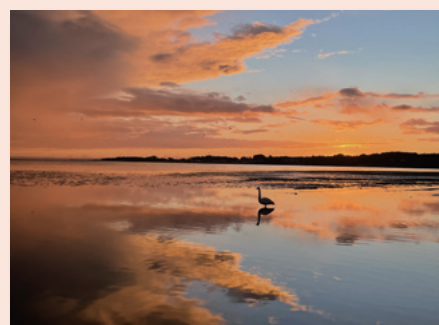
「旅立ち」石川 光男 (青森市)

ー フリー部門 ー



【審査員特別賞・デュエット賞】
「二羽の世界」能渡 竜洋 (むつ市)

ー SNS部門 ー



【優秀賞】

「境界線」Masaki Ogata (平内町)

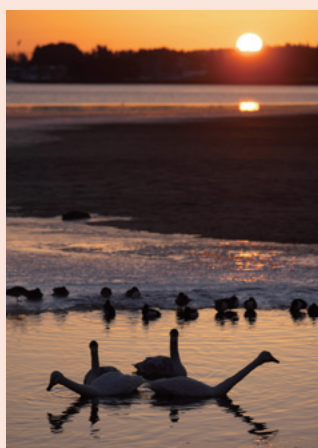
ー フリー部門 ー



【優秀賞】

「夢の途中」前田 俊彦 (青森市)

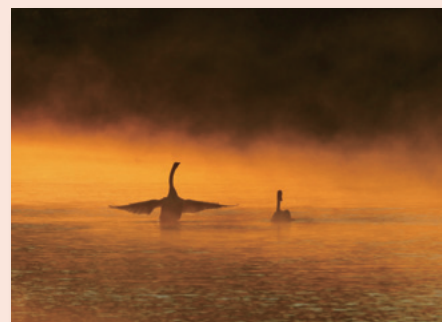
ー フリー部門 ー



【審査員特別賞・朝日賞】

「オクタ・ネック」工藤 敏博 (青森市)

ー 町外にいるハクチョウ部門 ー



【優秀賞】

「毛嵐の休息」宇野 尚司 (弘前市)

その他の入賞者

ー フリー部門 ー

入選「厳寒の自己主張」 櫻田 公平 (青森市)
入選「朝日も視線も浴びて」 堤 彰 (青森市)
佳作「翔タイム！」 武田 和也 (青森市)
佳作「眩い楽園」 伊藤 圭吾 (青森市)

ー 町外にいるハクチョウ部門 ー

入選「飛翔」 金枝 敬一 (弘前市)
入選「朝の旅たち」 土屋 隆昭 (青森市)
佳作「霧の中のコハクチョウ」 明野 敏行 (兵庫県)
佳作「父、無事に帰る」 戸崎 崇 (宮城県)

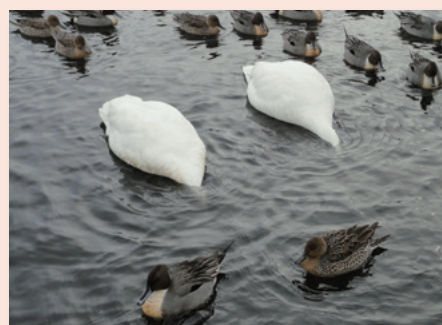
ー SNS部門 ー

入選「金色の舞」 yuka☆ (野辺地町)
入選「アムツとかみついた！」 よしあき (青森市)
佳作「冬暁」 AKIRA (青森市)
佳作「首をながくして…」 さけちゃん (平内町)

ー 高校生以下部門 ー

入選「なかまとはばたくハクチョウ」 辻村 百花 (平内町)
入選「おどってみよう」 船橋 結愛 (平内町)
佳作「じっと見つめてる白鳥」 森山 あかり (平内町)
佳作「首をつつこんだ、だがエサはなかった☹」 山谷 遼太 (平内町)

ー 高校生以下部門 ー



【優秀賞】

「ごはんあるかな」江戸 嘉菜 (平内町)