

広報

ひらないい

②
令和4年



- 「平内町成人式」 にて -

小学生が栄養や食事について学びました！

11月18日(木)、小湊小学校(菊池信吾校長)の5年生が「食育実習」を実施しました。この事業は、東地方保健所の「親子で育む健やか力向上事業」として、子どもやその家族が食と栄養に関する正しい知識を習得することを目的に実施されたものです。

実際にジュースに含まれている砂糖の量を500mlの水のペットボトルに溶かして試飲する実験では、児童たちは砂糖の量の多さに驚き、「虫歯になる」「体に悪そう」などの感想があがりました。

また、食育SATシステムを使って、フードモデルを組み合わせさせて食事を考えるワークショップでは、「塩分が多い、野菜が足りない」など意見を出し合いながら食事のバランスについて学びました。

最後に青森県立保健大学の学生が考案した児童ひとりでも作れる簡単メニュー「ホタテとわかめのサラダ」が紹介され、試食をした児童からは「家でも作ってみたい」と好評を得ました。

保健所の管理栄養士からは、「今回学んだことを家の方にもお話して、普段から栄養バランスを意識した食生活が送れるようにしましょう」とお話しがありました。

参加した児童は、実習をとおしてジュースの飲み過ぎに気をつけることや、主食、主菜、副菜の食事のバランスについて学びを深めました。

※食育SAT(サット)システム：

料理や飲み物などの模型の中から日常の1食分を選んで計測器に載せると、瞬時に塩分やエネルギーなどが画面に表示される体験型栄養教育システム



▲ジュースに含まれる砂糖量の実験



▲食育SAT(サット)システムを使用する児童

林業関係3団体が“県産木材利用”を町に要望

12月23日(木)、東青流域林業活性化センター(高坂繁光会長)など県内の林業関係3団体が、平内町役場庁舎建て替えにあたり、県産木材を積極的に利用してほしいと、船橋町長に要望書を手渡しました。

現在の町役場庁舎は、老朽化による耐震性の問題などから、12月10日に閉会した町議会定例会で庁舎移転に関する条例案が可決され、2026年度までに役場機能の新庁舎移転を目指すこととなっています。

同日は高坂会長のほか、県木材利用推進協議会の駒井修一会長、県木材協同組合の齋藤渉理事長らが役場を訪れました。出席者を代表し、齋藤理事長が「スギ、ヒバ、マツなど地元の木材を積極的に使用してほしい」と要望。むつ市の川内庁舎や、南部町の役場新庁舎など県産材を使った公共施設の事例を紹介しました。

船橋町長は「新庁舎の基本計画に、皆さんの要望を聞きながら反映させていきたい」と話しました。



▲高坂会長(右)と船橋町長(左)

令和3年度消防功労表彰
および令和4年優良消防団員章受章者

消防・防災活動に顕著な功績が認められた消防団員に対し、定例表彰が実施されました。



▲代表で表彰状を受け取った工藤克明団員(左)

【消防庁長官表彰】

▼永年勤続功労章

本 団 分団長 田中 祐之

【青森県知事表彰】

▼永年勤続功労章

狩場沢分団 部 長 柴崎 健二

土屋分団 班 長 浜中 了

中野分団 団 員 佐々木次生

中野分団 団 員 山下 誠

【日本消防協会会長表彰】

▼功績章

本 団 副団長 後藤 修治

本 団 副団長 加藤 明

▼勤続章

浜子分団 分団長 工藤 康広

松野木分団 分団長 八戸 卓美

浅所分団 部 長 三津谷英樹

山口分団 団 員 千代谷利仁

【青森県消防協会会長表彰】

▼功労章

本 団 分団長 田中 祐之

浜子分団 分団長 工藤 康広

松野木分団 分団長 八戸 卓美

浅所分団 部 長 三津谷英樹

土屋分団 部 長 田村光由樹

▼勤功章

本 団 分団長 田中 祐之

松野木分団 分団長 八戸 卓美

藤沢分団 分団長 長尾 一人

▼勤続章25年

狩場沢分団 部 長 柴崎 健二

土屋分団 班 長 浜中 了

中野分団 団 員 佐々木次生

▼勤続章20年

東滝分団 副分団長 辻村 幸仁

浦田分団 副分団長 豊島 大作

清水川分団 班 長 田中 超

茂浦分団 班 長 須藤 昭一

山口分団 団 員 千代谷松一

稲生分団 団 員 豊島 忍

▼勤続章15年

東滝分団 部 長 辻村 俊光

東田沢分団 班 長 加藤 崇

内童子分団 班 長 相坂 一史

東田沢分団 団 員 山口 卓也

清水川分団 団 員 船橋 一也

山口分団 団 員 今 哲久

藤沢分団 団 員 逢坂 諭

浦田分団 団 員 後藤 裕行

土屋分団 団 員 山崎 睦生

土屋分団 団 員 浜中 秋義

土屋分団 団 員 田村 憲士

▼勤続章10年

小湊分団 団 員 澤田 健一

浅所分団 団 員 宿野部 司

東田沢分団 団 員 福田 徹

東滝分団 団 員 遠嶋 道拓

浜子分団 団 員 工藤 貴久

浜子分団 団 員 工藤 寛仁

清水川分団 団 員 船橋 慎吾

清水川分団 団 員 船橋 辰巳

清水川分団 団 員 船橋 祐人

口広分団 団 員 太田 政雄

口広分団 団 員 畑山 公博

口広分団 団 員 井筒 雄基

口広分団 団 員 阿部 一輝

松野木分団 団 員 工藤 成峰

山口分団 団 員 今 明彦

山口分団 団 員 蝦名 雄輔

山口分団 団 員 逢坂 龍徳

浦田分団 団 員 佐々木公治

浦田分団 団 員 後藤 竜人

【青森県東青地区消防協会会長表彰】

東田沢分団 団 員 加藤 光

浜子分団 団 員 工藤 健二

清水川分団 団 員 船橋 辰巳

口広分団 団 員 阿保 忍

松野木分団 団 員 八戸 健

藤沢分団 団 員 小鷹 篤志

浦田分団 団 員 後藤 将太

土屋分団 団 員 逢坂 清人

【平内町長表彰】

▼感謝状

本 団 副団長 濱田 勝秀

東田沢分団 分団長 田中 正人

内童子分団 分団長 蝦名 孝樹

土屋分団 分団長 山崎 義仁

【平内町消防団長表彰】

浅所分団 団 員 三津谷信彦

東田沢分団 団 員 柴田 善幸

浜子分団 団 員 工藤 貴彦

清水川分団 団 員 船橋 貴文

口広分団 団 員 阿保 忍

松野木分団 団 員 工藤 廉大

外童子分団 団 員 倉本 溪

山口分団 団 員 水木 礼和

藤沢分団 団 員 新名 康志

浦田分団 団 員 後藤 情司

土屋分団 団 員 逢坂 勉

【平内町優良団員表彰】

東田沢分団 団 員 柴田 善幸

浜子分団 団 員 工藤 寛仁

清水川分団 団 員 船橋 辰巳

口広分団 団 員 阿保 忍

松野木分団 団 員 工藤 克明

茂浦分団 団 員 須藤 郁弥

浦田分団 団 員 豊島 健史



浅所海岸で「知る」「見る」「ふれる」ひらない！わくわく探検隊！

12月18日(土)、浅所海岸において、自然体験を通じて自分たちの町のことをもっと知ってもらい、郷土愛を育むことを目的に「ひらない！わくわく探検隊」が開催され、町内の小学生12人が参加しました。

前半は、日本野鳥の会青森県支部長 関下 斉氏を講師に迎え、野鳥の種類や観察の基礎を学びました。子どもたちは、浅所海岸に数種類の野鳥がいること、野鳥の特徴を聞いた後、さっそく双眼鏡を使って観察をしました。他にも野鳥観察をするときは、静かにするということを学び、静かに鳥たちの声を聴いていました。

後半は、風景写真家 対馬 慎太郎氏を講師に迎え、写真の撮り方のコツを学んでいました。先生からコツを教えてもらった後は自分が納得する写真が撮れるまで積極的に様々なハクチョウの写真撮っていました。

今回子どもたちが撮った写真は、第8回ハクチョウのまちフォトコンテストに応募されます。



▲双眼鏡で野鳥を観察する子どもたち

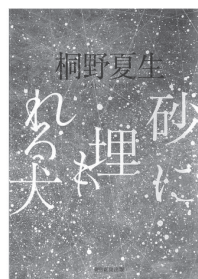
生涯学習カレンダー 2月

5日(土)	◆第60回町民スキー大会 (夜越山スキー場 9:00~)
6日(日)	◆第1回夜越山 ^{はんじょうかこ} 万才筆SORIレース2022 (夜越山スキー場 10:00~)
15日(火)	◆平内町文化賞及び体育・スポーツ賞授与式(山村開発センター 14:00~)
17日(木)	◆心配ごと相談日(青少年ホーム 10:00~)
20日(日)	◆白鳥まつり2022(浅所海岸 10:00~)

町立図書館 紹介コーナーその265

◆一般書(新刊の一部を抜粋して紹介)◆

- | | |
|------------------------|--------|
| ①砂に埋もれる犬 | 桐野夏生 |
| ②星を掬う | 町田 隆子 |
| ③朝と夕の犯罪 | 降田 天 |
| ④居酒屋「一服亭」の四季 | 東川 篤哉 |
| ⑤今夜もそっとおやすみなさい | 小手鞠 るい |
| ⑥李王家の縁談 | 林 真理子 |
| ⑦チンギス紀(12)不羈 | 北方 謙三 |
| ⑧救命センター カンファレンス・ノート | 浜 辺 祐一 |
| ⑨新装版 - 子どもの世話にならずに死ぬ方法 | 俵 蘭子 |
| ⑩誰も教えてくれない日本の不都合な現実 | ひろゆき |
| ⑪顔ハメ百景 青森最果てワンダー編 | 塩谷 朋之 |



砂に埋もれる犬

著者 桐野夏生

貧困と虐待の連鎖――。

母親という牢獄から脱け出した少年は、女たちへの憎悪を加速させた。

予定調和を打ち砕く圧倒的リアリズム！

ネグレクトによって家族からの愛を受けぬまま思春期を迎えた少年の魂は、どこへ向かうのか。その乾いた心の在りようを物語に昇華させた傑作長編小説。

令和2年度新成人



卒業中学のクラスごとに記念写真を撮影した



▲令和2年度新成人代表 辻村颯佑さん



夢に向かってはばたけ！平内町成人式挙行！

1月9日(日)、町勤労青少年ホームで「平内町成人式」が執り行われました。昨年度は新型コロナウイルス感染症の拡大を受けて中止になったため、午前中は令和2年度の新成人24人、午後は令和3年度の新成人60人が出席し、それぞれ式典を開きました。

式典前の場内は、振袖やスーツに身を包んだ新成人が旧友との再会や近況報告で大にぎわい。卒業中学のクラスごとの記念写真撮影時には、とびきりの笑顔が溢れました。

式典では令和3年度新成人代表の宇野悠規さんが「仲間と励まし合い、努力し、いち早く立派な大人になれるよう精進してまいります」と力強く宣言し、大人の自覚を胸に新たな一歩を踏み出しました。

※「成人式特集号」を町HP(<https://www.town.hiranai.aomori.jp/index.cfm/11,0,51,356.html>)に掲載しておりますので、ぜひご覧ください。



▲令和3年度新成人代表 宇野悠規さん

▼式典の後、恩師からのビデオレターが上映された



令和3年度新成人

“脂質異常”を放置せず、動脈硬化を予防しよう！

脂質異常症とは、血液に含まれる悪玉コレステロールや中性脂肪が基準値よりも高い、または善玉コレステロールが基準値よりも低くなる病気です。自覚症状がなく放置されがちですが、血管の壁に血液中のコレステロールが付着して動脈硬化が進行し、心筋梗塞や脳梗塞など命に関わる病気を引き起こしやすくなります。



生活習慣を改善しましょう！

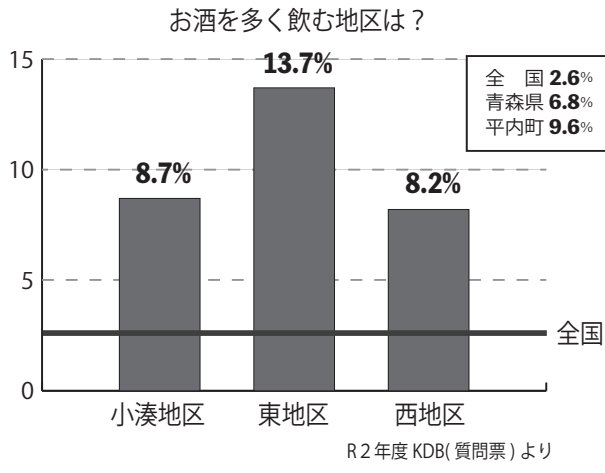
脂質異常症の危険因子を減らすことができます
＜危険因子＞食べ過ぎ、多量飲酒、運動不足など

項 目	脂質異常症 診断基準値
L D L (悪玉)コレステロール	140mg/dl以上
H D L (善玉)コレステロール	40mg/dl未満
中性脂肪	150mg/dl以上

出典：動脈硬化性疾患予防ガイドライン2017年版

■ 食生活を見直そう！

- ・欠食せず、1日3食、よくかんで食べましょう。
- ・魚や大豆製品を毎日食べましょう。
- ・肉のときは脂身の少ない部位を選びましょう。
- ・野菜を積極的に食べましょう。
- ・夜の時間帯の間食は控えましょう。
- ・水分補給は甘い飲み物ではなく、水やお茶にしましょう。
- ・お酒は1日1合まで、休肝日は週2日つくりましょう。



■ 運動や禁煙にチャレンジ！

- ・ウォーキングやサイクリング、水泳などの有酸素運動をしましょう。
- ・家事などでこまめに体を動かすようにしましょう。
- ・思い切って禁煙に挑戦しましょう。

お孫さんの健康はおじいちゃん・おばあちゃんのサポートが鍵！

平内町の現状を知り、家庭内の間食で、何をどの程度・いつ食べさせているかを一度話をしてみましょう。ひょっとすると栄養過多となっているかもしれません。

■ 平内町虫歯有病者率(H30年度)

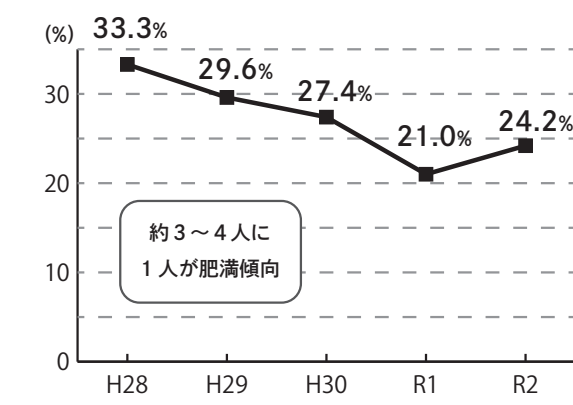


1歳6か月児健診のときには、虫歯が0本でも、3歳児健診で虫歯の割合が増え、さらには1人で6～7本虫歯がある子もいます。

また、肥満の子も3～4人に1人と増えています。育児のメインである両親が間食に気を遣っている一方で、おじいちゃん・おばあちゃんが、孫に間食を与えているケースも少なくないようです。

- ◎おやつは量・質・時間を考え、スナック菓子・チョコ・あめ・アイスなどに注意しましょう！
- ◎乳製品、卵、果物、野菜、穀類、いも類、豆類、小魚類がGOOD！

■ 3歳児健診での肥満傾向児の割合



“子どもインフルエンザ” 予防接種費用助成の申請はお済みですか？

申請期限	令和4年2月28日(月)
対象期間	令和3年10月1日(金)～令和4年1月31日(月)
助成額	接種費用の全額
申請方法	健康増進課に申請書類*を提出

- ※申請書類
- ・申請書
 - ・領収書
 - ・申請者(保護者)の本人確認書類
 - ・振込先のわかる通帳またはキャッシュカード
 - ・印鑑

問 役場 健康増進課 健康増進係 Tel718-0019

無料で“歯科検診”を受けられるのは2月28日までです！

歯周病疾患検診	後期高齢者歯科口腔健診
■対 象 者：令和3年度40・50・60・70歳になる方	■対 象 者：後期高齢者医療被保険者証を所有する方
■実施方法：実施歯科医療機関に予約し、送付された受診券を持って受診	■実施方法：実施歯科医療機関で健診票を記入して受診
問 役場 健康増進課 健康増進係 Tel718-0019	問 役場 健康増進課 年金後期医療係 Tel718-0019

- 実施期間：令和3年7月1日(木) ～ 令和4年2月28日(月)
- 受診費用：無料

※事前に予約してから受診してください。

※当日は歯周病疾患検診・後期高齢者歯科口腔健診のみ行います。同日の治療は行いません。

実施歯科医療機関	電話番号
高谷歯科	755-5612
平内歯科クリニック	755-4182
平内ミナトヤ歯科医院	755-5353

中学生を対象に「思春期教室」を開催しました

思春期における心身の成長発達や、生命の尊さを理解することを目的に、町では毎年思春期教室を開催しています。今年度は、令和3年11月11日(木)に小湊中学校での開催を最後に終了しました。

西平内中学校の講演では、気持ちのコントロールや相手への気持ちの伝え方など、上手なコミュニケーションの仕方をロールプレイやグループワークをとおして学びました。

東平内中学校では、アンガーマネジメントとして「怒り」の対処法やどう向き合うかについて学び、当日には自分のイラッと温度計を作成し自分の感情に冷静に向き合う機会となりました。

最後の小湊中学校では、思春期の心と体の変化や命の大切さについて学びました。そこでの成長・発育には個人差があるので「他人と比べる必要はない」という言葉が印象的でした。

ぜひ、今回の学びをこれからの学校生活や私生活に活かしてほしいと思います。

実施校/実施日	テーマ/講師
西平内中 6月29日(火)	「気持ちと行動を豊かにするSST ～アサーションで問題解決をしよう～」 青森大学 社会学部教授 船木 昭夫 氏
東平内中 7月7日(水)	「自分の心の声に耳を傾けよう」 芙蓉会病院 診療部心理室 公認心理師 今 洋子 氏
小湊中 11月11日(木)	「産みは母、生まれるは自分が決めたいのち」 母子ケアハウスふくい助産院 アドバンス助産師 福井 りみ子 氏

「住民税」の申告をお忘れなく！

申告期限は
令和4年3月15日です！

令和4年度課税の住民税に関する申告相談を2月7日(月)から受け付けします。毎戸配布された『申告相談日程表』をご参照のうえ相談くださるようお願いいたします。

※新型コロナウイルス感染症のまん延防止のため、ご来場の際にはマスクの着用をお願いいたします。また、会場での検温により発熱や体調不良などが確認された場合には、体調回復後、改めて申告相談していただきます。

問 役場 税務課 住民税係 Tel755-2115

マイナンバー制度に係る
県税手続について

社会保障・税制度の効率性・透明性を高め、国民にとって利便性の高い公平・公正な社会を実現することを目的として、社会保障・税番号制度が導入され、社会保障・税・災害対策の3分野でマイナンバー(個人番号)が利用されています。

県税手続においては、次の2点にご協力をお願いします。

- ① 個人番号および法人番号の記載欄のある税務関係書類(申告書など)への番号の記載
- ② 個人番号を記載した申告書などを提出する際の本人確認(番号確認+身元確認)

＜本人確認書類の例＞

ア. マイナンバーカード(個人番号カード)【番号確認+身元確認】

イ. 通知カード【番号確認】(※)

+運転免許証、パスポートなど【身元確認】

(※)通知カードの記載事項が住民票の記載事項と一致している場合のみ。

一致していない場合、住民票の写しなど(個人番号が記載されたもの)



▲QRコード

詳しくは県庁HP(https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/soumu/zeimu/003_23mynumber.html)をご覧ください。

問 東青地域県民局県税部
Tel734-9970

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

「租税教室」を開催しました！

12月1日(水)、小湊小学校(菊池信吾校長)の6年生を対象に、当町税務課職員が講師となって「租税教室」を開催しました。

「租税教室」では、税金の意義や役割を正しく理解し、納税者として社会や国の在り方を主体的に考えることを目的に、税金の種類や使途、税金が住民生活とどう関わっているかについて学びました。

児童たちからは「消費税っていらなと思ってたけど、違った」「税金がないと大変なことになるとわかったので、きちんと納税したい」などの感想がありました。



▲税金クイズに参加する児童たち

問 平内中央病院 事務管理部
Tel755-2131

感染症患者対応の訓練をしました！

当院では、令和2年度にかぜ症状外来を開設し、発熱などの症状のある患者さんの対応をしているため、新型コロナウイルス感染症の疑いのある患者さんを一時的に受入れする場合もあり、対応のための訓練は欠かせません。

12月15日(水)、感染の疑いのある患者さんを感染対策の整った病室まで移動させる訓練を行い、現場で生じる問題点を見直しました。

今後も患者さん受け入れや診療体制の確保に向け、訓練を継続的に実施します。



クリスマスコンサートを開催しました！

12月15日(水)、当院病棟でクリスマスコンサートを開催しました。

令和2年度は感染対策のため中止しましたが、会場制限されている患者さんを少しでも元気づけたいと実施しました。

病院職員がピアノの伴奏に合わせてクリスマスソングを歌い、ハンドベルを鳴らして演奏すると、会場に集まった入院患者さんはとても喜んでくれているようでした。



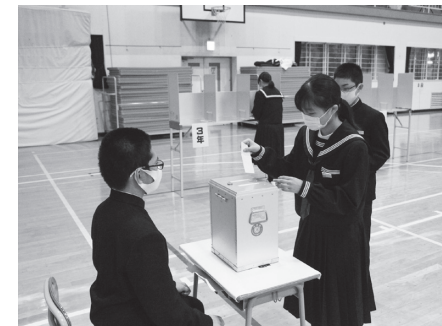
東平内中学校へ選挙用具を貸し出しました！

選挙管理委員会では、啓発事業の一環として、日頃から政治や選挙に対する関心を高めることを目的に、実際に選挙で使用している選挙用具を町内の学校などに貸し出しています。

11月10日(水)には、東平内中学校(田村琢哉校長)で行われた生徒会役員選挙に投票箱と記載台を貸し出し、実際の選挙同様の形で投票を体験してもらいました。

生徒たちは立候補者の演説を真剣に聞き入り、投票する生徒を選んでいました。1年生のある生徒は本物の選挙道具を使い、本物の選挙のような雰囲気の中で初めて投票したことについて、「投票用紙に記載台で丸をして投票箱に入れるとき、緊張で手が震えた」と話し、一票の重さを感じていました。

その他物品の貸出については、選挙期間外であれば学校に限らず町内会や各種団体へもお貸しできる場合がありますので、選挙管理委員会事務局へお問い合わせください。



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

平内町「立志塾」開講！

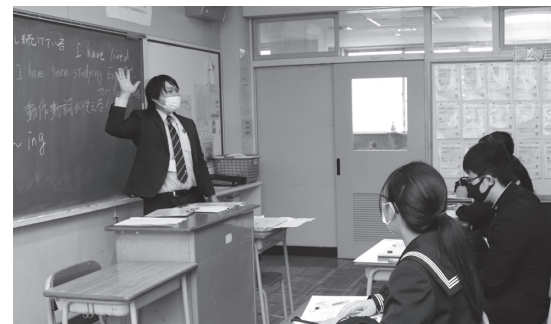
問 平内町教育委員会 学校教育課 TEL755-2565

町教育委員会では、12月24日(金)から3日間、町内3中学校3学年の生徒を対象として、高校受験に特化した「立志塾“冬期受験対策講座”」を開講しました。

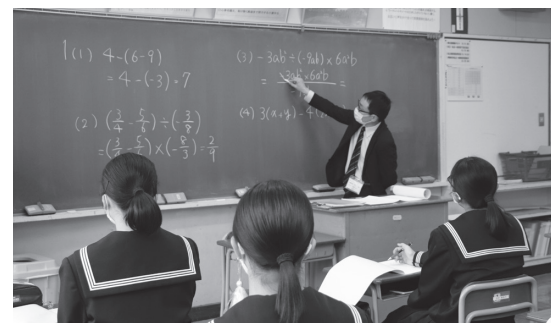
「立志塾」は、学校の授業以外での学ぶ機会を与えるとともに、生徒の学力向上を目的とし、町教育委員会渡辺教育長を塾長として開講したものです。

今回の冬期受験対策講座では、進学塾「英智学館」の講師を招き、数学・英語の2教科を生徒自身の習熟度にあったクラスを選択してもらっての学習としました。参加した36人の生徒は、1日2教科(1教科1時間)を意欲的に学習だけでなく、他校生徒とも交流を図る様子が見られるなど、充実した3日間を過ごしました。参加した生徒からは「分からなかったところが分かるようになり、受講してとてもよかった」「講師の方が優しく丁寧に教えてくれた。他の教科も受講したい」などの声がありました。

町教育委員会では今後も引き続き、町内小・中学校の長期休業期間などを利用して「立志塾」を開講し、町内児童生徒の学力および学習意欲向上のお手伝いをしていきたいと考えています。



▲応用クラスの英語の授業



▲基礎クラスの数学の授業

ステファニー先生、カサンドラ先生、ようこそ平内町へ！

令和3年度、平内町教育委員会で新たに雇用となった、ステファニー・プレイ先生とカサンドラ・ベルモント先生が令和3年10月と11月に無事アメリカからそれぞれご夫婦で来日されました。町内小・中学校などへは3学期から、巡回指導を実施しています。

今回、平内町の皆さんへ、お二人からメッセージをお寄せいただきましたのでご紹介します。

こんにちは。カサンドラ・ベルモントです。

アメリカのオハイオ州出身の27歳です。

平内町で児童生徒たちが英語を学ぶお手伝いができることや、皆さんとお会いできることをとても楽しみにしています。夫婦で平内に来ることができてとても嬉しいです。

好きなものは、「スタジオジブリ、ビデオゲーム、韓国料理」です。

平内の皆さんどうぞよろしくお願いいたします。



こんにちは。ステファニー・プレイです。

アメリカのアイオワ州出身の24歳です。

平内町の皆さんはとても親切で感謝しています。平内の自然や街並みがとても素敵で、夫婦で平内に来ることができてとても嬉しいです。

好きなものは、「漢字・ホタテ・雪」です。

平内の皆さんどうぞよろしくお願いいたします。

令和2年 国勢調査

平内町人口等基本調査の結果について

調査へのご協力ありがとうございました！

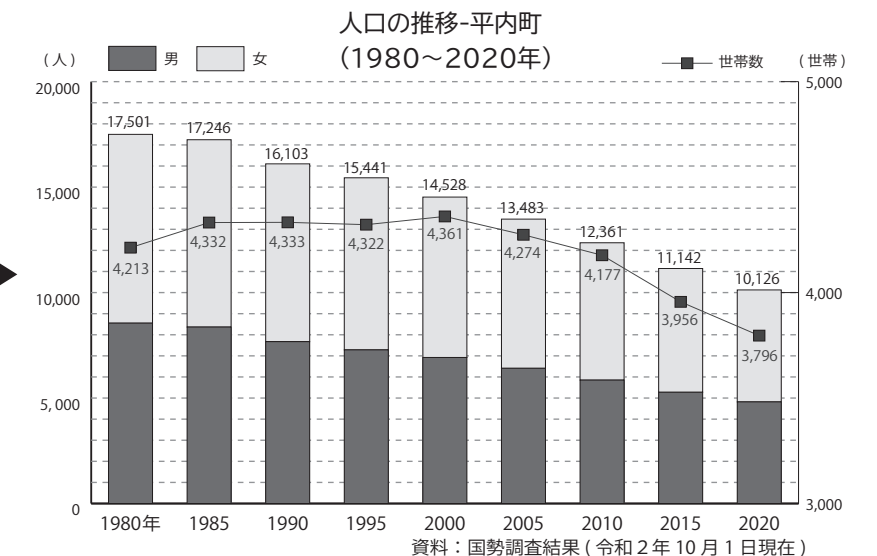
令和2年10月1日現在、日本に住んでいるすべての方を対象に、「令和2年国勢調査」を実施しました。皆さまのご理解とご協力のもと、本調査を無事終了することができたことを厚く感謝いたします。

本調査の結果は、町の総合計画や防災計画などの各種行政計画や、地方交付税交付金の算定基準など、幅広い分野での基礎資料に利用されます。

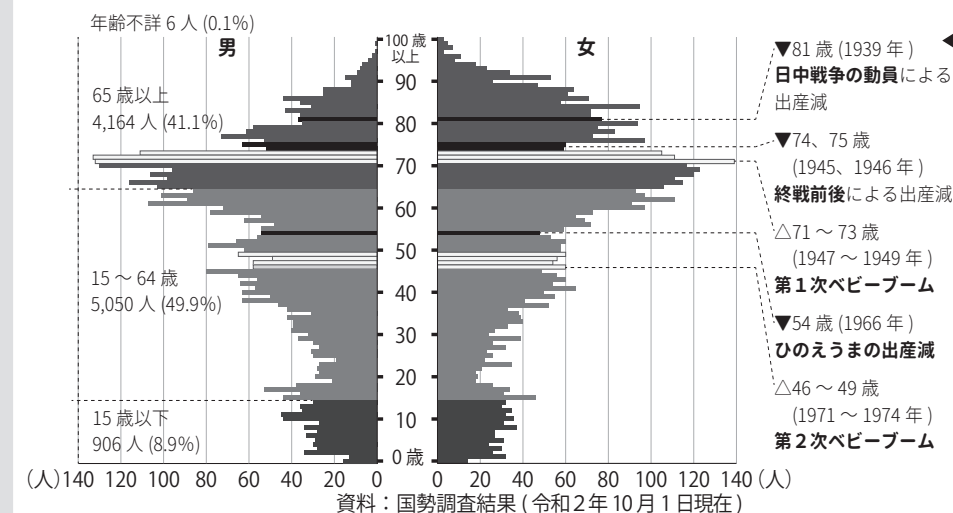
結果の詳細につきましては、政府統計ポータルサイト「e-Stat」をご覧ください。(https://www.e-stat.go.jp/)

調査結果から 見える平内町

2020年国勢調査による10月1日現在の平内町の人口は、**10,126人**であり、前回調査の2015年と比べると、**1,016人**減少しています。次回の調査では**1万人を下回る**ことが推測されます。



人口ピラミッド-平内町(2020年)



平内町の人口ピラミッドを年齢別にみると、65歳以上が**約41%**を占めており、全国の28%と比べても超高齢化が顕著に進んでいることがわかります。(65歳以上の人口が21%を超えると「超高齢社会」)

65歳以上の町民1人に対し、15~64歳の町民1.2人が支える計算となり、現役世代への負担がより大きくなっていることが数値上でも明らかです。

統計調査Q&A

Q. 必ず回答しないといけないのか、個人情報なので書きたくない。

A. 国の重要な統計調査については、法律(統計法)に基づいて、調査票に記入して提出する義務が課せられ、報告を拒んだり、虚偽の申告をした場合の罰則も定められています。

一方で、調査で知り得た秘密を保護する義務や調査票の取扱いについても厳格な規定があり、違反した者に対する罰則も設けられています。そのため、個人の調査票が税金の算定資料など、統計調査以外に使われることは絶対にありません。

統計調査の重要性や統計法における報告義務、秘密の保護が定められていることをご理解ください。

Q. 行政データがあるのに、統計調査を行うのはなぜ？

A. 国勢調査は、普段生活している住所で調査の回答を行うため、一人暮らしの学生や施設にいますお年寄りなど、必ずしも住民票と一致しない場合があります。

また、調査項目によっては、町が把握していない項目もあるため、国勢調査のみならず、他の統計調査につきましても、皆さまに調査回答のご協力をお願いしております。

問 役場 企画政策課 広報統計係 TEL718-1325

後期高齢者 お知らせ

令和2年8月1日から令和3年7月31日分の “高額介護合算療養費”の支給申請をしてください！

■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費と介護サービス費の自己負担額の1年分の合算額が限度額を超えた方。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。

対象期間である「令和2年8月1日から令和3年7月31日まで」の間

医療費の自己負担額 + 介護サービス費の自己負担額 > 自己負担限度額

下表の限度額を超えた額が支給されます

※限度額を超えた額が500円以下の場合は支給対象外。

※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。

所得区分		自己負担限度額
現役並み所得Ⅲ	課税所得690万円以上の方	212万円
現役並み所得Ⅱ	課税所得380万円以上690万円未満の方	141万円
現役並み所得Ⅰ	課税所得145万円以上380万円未満の方	67万円
一 般	住民税課税世帯の方 (「現役並み所得」にも「低所得」にも当てはまらない方)	56万円
低所得Ⅱ	世帯員全員が住民税非課税の方	31万円
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(公的年金の場合は収入が年額80万円以下)	19万円

■支給申請

支給を受けるには必ず申請が必要です。対象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」が送付されますので、届いた方は役場 健康増進課で申請してください。

■申請に必要なもの

- ・支給申請書
- ・支給申請のお知らせ
- ・後期高齢者医療被保険者証
- ・介護保険被保険者証
- ・個人番号(マイナンバー)がわかるもの(通知カードまたはマイナンバーカード)
- ・本人確認書類(官公庁発行・発給の顔写真付き身分証明書)
- ・印鑑(認印)
※申請者と受領者が異なる場合は両者の押印が必要です。
- ・通帳(または通帳のコピー)など口座情報のわかるもの

※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などがある世帯の場合、申請のお知らせが送られない場合がありますので、対象になると思われる方は役場 健康増進課 年金後期医療係または青森県後期高齢者医療広域連合までお問い合わせください。

※被保険者が亡くなっている場合は受領申立書の提出が必要です(事前に提出した場合は不要)。
※被保険者以外の方が申請または受領する場合は委任状が必要です。
※被保険者以外の方が申請する場合は委任状に加え、被保険者の個人番号がわかるもの(コピー可)、申請者の本人確認書類が必要です。詳しくは役場 健康増進課 年金後期医療係までお問い合わせください。
※重度心身障がい者医療費の助成を受けている場合は、平内町へ受領を委任する委任状が必要です。
※対象期間中に青森県後期高齢者医療以外の医療保険や他市町村の介護保険に加入歴があり、自己負担額がある場合は、それらの保険の自己負担額証明書が必要です。
※成年後見人が申請される場合、登記事項証明書(3か月以内に発行されたもの)をお持ちください。

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

町民課 お知らせ

「マイナポイント第2弾」 実施中!!

マイナンバーカードを使った「マイナポイント第2弾」として、令和4年1月1日からポイント付与が開始されています。前回までの対象者は、令和3年4月末日までにマイナンバーカードを申請した方でしたが、その条件が取り払われ、新規に取得する方も含まれることとなりました。

マイナポイント第2弾の対象となる方とポイントは次のとおりです。

① マイナンバーカードを新規に取得した方 (最大5,000円分のポイント付与)

※なお、カードを既に取得している方のうち、マイナポイントの申込みを行っていない方、申込済であるが5,000円分のポイント付与に達していない方も対象。

② 健康保険証としての利用登録を行った方 (7,500円分のポイント付与)

※すでに登録を行った方を含みます。

③ 公金受取口座の登録を行った方 (7,500円分のポイント付与)

役場 町民課では、無料で写真撮影から申請まで、また、マイナポイントの申込みもサポートしておりますので、お気軽にご利用ください。

なお、ご不明な点がございましたら役場 町民課 住民係までお問い合わせください。

問 役場 町民課 住民係 Tel755-2113



おひさまひらない関連事業 すこやかマタニティサークルを開催します！

■日 時：2月25日(金)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(産後の心身の変化・生活の整え方)
参加者の皆さんで交流・情報交換、個別相談

■対 象：妊娠中のママ・パパ・おじいちゃん・おばあちゃん

■持ち物：母子健康手帳

11月29日(月)、「赤ちゃんひろば・ベビーマッサージ」というテーマですこやかマタニティサークルを開催し、6組の親子が参加しました。歌に合わせてベビーマッサージをして、赤ちゃんは気持ちよさそうにしていました。また、お母さん方も助産師からお話を聞いたり、他のお母さんと育児の話をしたりと、普段の育児の不安が軽減され気分転換につながったようでした。

国 保 お知らせ

“無保険”の人は 今すぐ“国民健康保険” の加入手続きを！

日本は、すべての人が生涯にわたり公的な医療保険に加入して、必要なときに医療を受けることができる「国民皆保険制度」の国です。

ただし、退職や就職などによる国民健康保険の切り替え(加入や脱退)は、自動的に行われなため、ご自身で届出をする必要があります。

無保険期間が判明した場合は、遡って国保に加入することになりますので、次のQ&Aをご参照のうえ、無保険の方は速やかに加入手続きをお願いします。

Q：退職して社会保険の資格を喪失しました。

どうすればいいですか？

A：退職後すぐに再就職して切れ目なく社会保険に加入する場合を除き、必ず次の3つの中から選択して公的医療保険に加入しなければなりません。

- ①国民健康保険に加入する
- ②社会保険の任意継続をする
- ③家族の社会保険の被扶養者となる

※②、③の届出については各健康保険組合などにお問い合わせください。

■必要書類(①国民健康保険に加入する場合)

- ・社会保険資格喪失証明書(退職日が確認できる書類)
 - ・本人確認書類(運転免許証など)
 - ・マイナンバーがわかるもの(通知カードなど)
- ※別世帯の方が届出される場合は、別途委任状が必要となります。

問 役場 健康増進課 国民健康保険係 Tel718-0019

平内町
子育て世代
包括支援
センター



▲ベビーマッサージの様子

問 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

皆さんにご利益がありますように！
「合格の花と愛の花展」を開催します！

夜越山森林公園では、受験生の合格と愛の成就を願って「合格の花と愛の花展」を開催します。

■期 間：2月1日(火)～14日(月) 9:00～16:00

■内 容：合格の花と呼ばれるクリスマスローズを各種展示するほか、バレンタインデーにちなんで、愛の花言葉を持つ花を一堂に展示します。



クリスマスローズは、「萼(がく)が落ちない＝学が落ちない」、「5枚の萼＝合格」など、受験生に縁起の良い花といわれています。

問 夜越山森林公園 Tel755-2663

学校教育
お知らせ

“平内町奨学生”を
募集します！

町では、優秀な人材育成を願って、経済的理由により修学が困難な方に対して奨学金を貸し付けする「平内町奨学金貸付事業」を行っています。この度、令和4年度の「奨学生」を次のとおり募集します。

1. 貸付対象

- ① 令和4年4月より大学、短大、各種専門学校、高専後期2年に入学する者、または在学中の者。ただし、通信教育学部、大学院、放送大学、自治医科大、防衛大、海上保安大に入学する者を除きます。
- ② 日本学生支援機構などの奨学金を受けていない者。

2. 募集人員 おおむね10人以内

3. 奨学金の貸付額および貸与期間

- ① 奨学金の額は、月額3万円・4万円・5万円のいずれかとなります。
- ② 貸与期間は、在学する学校の正規の就学期間となります。

4. 返還方法

奨学金の返還は無利息で、卒業年月の1年後から貸与期間の2倍の月数で返還となります。

5. 申請期間および申請先

申請期間は、令和4年4月1日(金)～28日(木)まで。申請先は、平内町教育委員会 学校教育課 学務係(町立山村開発センター内)です。

※その他の詳細は、町HPでご確認いただくか、町教育委員会 学校教育課 学務係までお問い合わせください。

平内町奨学金

問 平内町教育委員会 学校教育課 学務係
Tel755-2565

国民年金
お知らせ

国民年金保険料について
20歳以上の学生の方へ

20歳以上の方は、原則として毎月、国民年金保険料を納めることが義務となっています。

一定の所得基準以下の学生の方は、申請により在学中の保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。この制度を利用することで、将来の年金受給権の確保だけでなく、万が一の事故などにより障害を負ったときの障害基礎年金の受給資格を確保することができます。

※ただし、老齢年金の年金額には計算されないため追納による保険料の納付をお勧めします。

■対象者：

学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校(都道府県知事の認可を受け修業年限1年以上である過程)に在学する学生などで、ご本人の前年所得が次の計算式で計算した金額以下である方。

所得の目安：128万円 + {扶養親族等の数 × 38万円}

■必要書類：

- ① 在学証明書(原本)または在学期間がわかる学生証のコピー
- ② 手続きされる方の本人確認書類(免許証、マイナンバーカードなど)

学生納付特例の承認期間は4月から翌年3月までとなり、次の年度も在学予定である場合、翌年4月始めに日本年金機構より再申請のお知らせが届きます。

申請手続きは役場 健康増進課 年金後期医療係と青森年金事務所で受け付けしています。

問 役場 健康増進課 年金後期医療係 Tel718-0019
日本年金機構 青森年金事務所 Tel734-7495
(音声案内2番を押して、再度2番を押してください)

町民課
お知らせ

リサイクルボックスの
掲示について

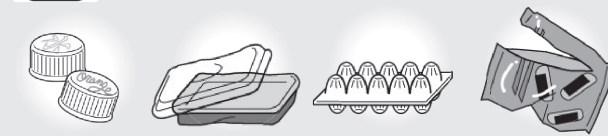
各町内に設置しているリサイクルボックス内に「資源ごみの出し方」を新たに掲示しましたので、資源ごみを出す際の参考にしてください。

また、資源ごみ以外のものは回収できませんので、資源ごみ以外はリサイクルボックスには持ち込まないようにお願いします。特に「プラスチック製容器包装」ではないものを青いネットに入れている方が見受けられます。リサイクルボックスで回収できるものは「プラスチック製容器包装」に該当するもののみとなりますので、ご注意ください。

プラスチック製容器包装とは



プラマークが付いているものが対象です。



(例)ペットボトルのキャップ、トレイ類、パック類、お菓子の袋など

企画
お知らせ

“宝くじの助成金”で
「クリーンボックス」を
整備しました

赤坂台町内会(本間誠一会長)では、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業を活用し、令和3年12月21日(火)にクリーンボックス4台を整備しました。

本間会長からは、「雪にも強く丈夫で清潔感のあるボックスで町内会の人たちも喜んでいる。清潔な環境を保つために大切に使用していきたい」と話しました。



▲赤坂台町内会に設置されたクリーンボックス

問 役場 企画政策課 企画政策係 Tel718-1325

水道
お知らせ

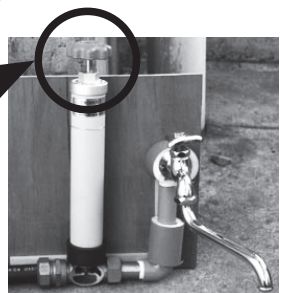
“水抜栓”の操作ミスが
高額請求の原因に!!

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ので、水抜栓はキッチリと操作しましょう！

水抜栓の操作および冬季料金については、広報ひらな 1月号や平内町HPを参考にしてください。

水抜栓が動かない、閉めたのに蛇口から水が出るなど、「故障かな」と思ったら平内町の指定給水装置事業者に修理を依頼してください。

水抜栓は、水道管の凍結を防止するための器具です



問 役場 地域整備課 上水道管理係 Tel755-2116



野菜づくり初心者(夜の部)参加者募集！

家庭菜園など初心者向けの野菜(土づくり、トマト・ナス・ピーマンなど)栽培方法を青森市農業振興センター職員が講義します(座学)。

■日時：3月8日(火)～10日(木) 19:00～20:30

■場所：青森市荒川市民センター2階 会議室A

■募集人員：30人程度(申込多数の場合抽選)

※3日間全ての日程に参加できる方に限る

■料金：無料

■申込方法：往復はがきに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「初心者講習会(夜の部)」係へご応募ください(1人につき1枚まで)。

■応募締切：2月21日(月) ※当日消印有効

※詳しくは、青森市農業振興センターへお問い合わせください。

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

アレコホール舞台芸術公演2022「CROSS」

四層吹き抜けの巨大空間アレコホールで展開される舞台公演。詩と音楽と一輪車パフォーマンスがクロスする物語をライブ配信限定でお届けします。

■日時：2月23日(水・祝) 17:00

■配信チケット：1,500円(別途手数料198円)

■備考：

- ・2月28日(月)までアーカイブ配信を行います。
- ・WEB予約のみ。
- ・クレジットカード支払のみ。

※詳しくは県立美術館公演ページ
(www.aomori-museum.jp/ja/event/20220223)をご覧ください。
県立美術館にお問い合わせください。



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
TEL783-5243

平内人権擁護推進部会の活動を報告します！

新たな人権擁護委員をご紹介します！

当町の人権擁護委員として貢献された三津谷志津子氏(小湊)の後任として、相坂俊悦氏(小湊)が法務大臣から1月1日付けで委嘱されました。

人権擁護委員は、地域の皆さんから人権相談を受け、問題解決のお手伝いをしたり、法務局の職員と協力して人権侵害による被害者を救済したり、地域の皆さんに人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を行っています。



▲新人権擁護委員
相坂 俊悦氏

人権啓発キャッチコピー 『「誰か」のこと じゃない。』
みんなの人権110番 TEL0570-003-110

長年の功績により “法務大臣表彰”を受賞しました！

人権擁護委員の後藤雅之氏(浦田)が、長年の人権擁護と人権思想の普及高揚に貢献された功績が称えられ、「法務大臣表彰」を受賞しました。



▲後藤氏(左)と船橋町長(右)

人権啓発活動を行いました！

12月10日(金)、平内人権擁護推進部会(後藤雅之会長)は、マックスバリュ平内店においてティッシュやタオルを添えて人権啓発チラシの配布を行いました。

受け取った方からは、「もし何かあったらチラシを参考に相談したい」などの声が聞かれました。



▲マックスバリュ平内店での配布

問 役場 町民課 生活環境係 TEL755-2113



高速インターネット(光回線) サービスエリア拡大!!

N T T東日本と町が協定を交わして整備を進めていた光ファイバ通信網が完成し、これまで高速インターネットが使用できなかった夏泊半島沿岸地域などにおいてサービスエリアが拡大されます。拡大エリアのサービス開始日は令和4年2月1日です。

ご家庭でサービスを利用する場合は、加入手続きが必要です。詳しくは、電気通信事業者ホームページや家電量販店インターネット取扱窓口へお問い合わせください。

なお、町役場では「加入手続き代行」や「電気通信事業者あっせん」は行っておりませんのでご了承ください。



サービスエリア拡大に
便乗した詐欺にご注意ください！

問 役場 企画政策課 TEL718-1325

「子育て支援センター」行事予定

日 程	活動・場所	内 容
2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
2月9日(水) 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
2月22日(火) 9:45～11:15	すくすくクラブ 支援センター	・身体測定 ・ひな祭り飾り製作

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▶



暮らしに関する「無料相談会」

消費者信用生活協同組合では「解決の糸口を見つけに行こう！」相談会(無料)を開催します。

■日時：3月5日(土)

■会場：信用生協青森事務所
(青森市安方1-3-5 小田島ビル3階)

■相談内容：

- ①お金の問題 ②遺産相続 ③不動産売買
- ④公共料金の滞納 ⑤DV・離婚問題 など

■相談料：無料(要事前予約)

■予約・問合せ：信用生協青森事務所
TEL 0120-102-143

児童館の「登録児童」を募集！

ひらない中央児童館では「新年度登録児童」を募集しています。

児童館では、希望者にボランティアの先生による習字、珠算、将棋教室などの指導を行っているほか、親子バス遠足、キャンプ、児童館まつり、クリスマス会などの楽しい行事も開催しています。

登録申込書は児童館に設置しています。

皆様のご登録をお待ちしています。



▲たなばた席書大会

問 ひらない中央児童館 TEL755-2354

12月受付分

戸籍の窓口

人口と世帯

男…4,990人(－10人)
女…5,432人(－8人)
計…10,422人(－18人)
世帯数…4,844世帯(－11)
令和4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

葛西 杏真音(博)第1元町
佐々木 瞭(佑一郎)第1元町
田中 終莉(太一)狩場沢



お悔やみ申し上げます

喪主 住所地

田中 ユキエ(88)弘美薬師野
田中 勝雄(65)勝美薬師野

三津谷 ノブエ(85)吉文第2勝田町
柴田 福正(68)由彦白砂
飯田 禮子(85)金吾東和
若原 壽明(83)秀樹緑町
河野 保(88)優一本松
水嶋 やよ(94)憲司第2藤沢
吉田 文(86)仁東和
船橋 元春(93)孝人第1口広
本堂 フジノ(81)晶洋山口
宿野部 俊雄(86)俊満浅所
伊瀬谷 チエ(89)文宣緑町
寺嶋 セツ(84)浩志第2平中



「平内町消防団出初式」挙行！

1月5日(水)、町内消防団員が一堂に会し、町の防火・防災を誓う出初式が行われました。

この日は、総指揮者である江戸照正消防団長をはじめ、管内18分団の団員と大和山自衛消防協力隊員を合わせた約250人が参加しました。点呼の後、観閲者である船橋町長による人員・服装・姿勢点検を受けた消防団員、それに続いて各分団の消防車両20台が山口分団ラッパ隊の吹奏に合わせて、本町通りを整然と分列行進しました。

その後、町勤労青少年ホームで、火消しの伝統と勇壮な姿を披露する「まとい振り」や優良消防団員の表彰式も行われ、長年にわたる活動の功績などが讃えられました。

見物に訪れていた女性は「こんな寒い中でも皆さん立派で頼もしいです。今年も消防活動がんばってほしいです」と話しました。

※消防功労表彰および優良消防団員章受章者の一覧を3ページに掲載しています。



♪ 今月のcooking ♪

【高野豆腐のグラタン】

《材料(2人分)》

- 高野豆腐・・・2枚 ○玉ねぎ・・・80g ○じゃがいも・・・100g
- ほうれん草・60g ○しめじ・・・30g ○バター・・・10g
- 小麦粉・大さじ2 ○牛乳・・・150ml ○塩・こしょう・各少々
- コンソメ(顆粒)・小さじ1/2 ○とろけるチーズ・2枚

《作り方》

- ① 高野豆腐は水で戻して短冊切りにします。玉ねぎはみじん切り、しめじは小房に分け、ほうれん草は2cm長さに切ります。
- ② じゃがいもは3mm幅の半月切りにして、耐熱皿に並べてラップをして電子レンジ(600W)で約3分加熱します。
- ③ 鍋にバターを入れてとかし、玉ねぎとほうれん草、しめじを炒め、小麦粉を加えてサッと炒めます。
- ④ ③に牛乳、じゃがいも、高野豆腐を加えて塩、こしょう、コンソメを加えて混ぜ合わせます。
- ⑤ グラタン皿に移してチーズをのせ、オーブントースターで焼き色がつくまで約7分焼いたら完成です。



1人分315kcal / 塩分1.4g

具材に小麦粉とバターと牛乳を加えて、炒めて作る簡単グラタン。高野豆腐は豆腐を凍らせて乾燥させたもので、たんぱく質やカルシウムなどの栄養成分がギュッと凝縮され、普通の豆腐よりもさらに栄養価がアップしています。汁物や煮物以外にも活用してみましょう。