

# 広報ひらな



# 1

平成23年/2011

- ◇ 年頭のごあいさつ ・ 2～3ページ
- ◇ 今月のTopics . . . 4～5ページ
- ◇ 生涯学習情報 . . . 6～7ページ
- ◇ 保健福祉だより . . 8～9ページ
- ◇ 今月のお知らせ・NEWS  
. . . . . 10～12ページ
- ◇ 平内中央病院だより . . 13ページ

発行/平内町 編集/総務課 平内町ホームページ <http://www.town.hiranai.aomori.jp/>



謹んで  
新春のお慶びを  
申し上げます

# 寿

◆ 小湊小学校「餅つき集会」◆

# 行政 年頭にあたって



平内町長  
逢坂 雄一

明けましておめでとうございます。町民の皆様様の健康と御繁栄を心よりお祝い申し上げますと共に、町政に対し温かい御理解と御協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、昨年を振り返ってみますと国内外共に相変わらず事件事故や災害の多い年でしたが、幸い我が町は、風水害等自然災害も少なく比較的穏やかな年でした。

しかし、町経済を支えて来た漁業において大変な事態となりました。高水温により稚貝はもとより成貝が大量へい死し、今年以降のホタテ養殖にとり一番重要な母貝が壊滅的な被害を受けたのは周知のとおりです。

これまでも過密養殖による大量へい死、あるいは生産過剰や経済不況による価格の低迷など様々な障害を乗り越え、一昨年はしばらくぶりに六十三億円の水準を確保することが出来ました。また、昨年からの将来を見据え、陸奥湾の許容範囲内で安定したホタテ生産を図るべく、ホタテ生産者ごとに養殖量を割り当てる「ホタテ貝適正養殖可能数量制度(タスク)」が国内で初めて本格的に始まりました。このようなことから、生産技術も確立し、安定した生産が出来るものと考え、ただだけに大変ショックでした。

県をはじめ、関係市町村や漁業関係団体等が力を合わせて母貝確保のための二億円の基金事業を立ち上げると同時に、ホタテ加工場等ホタテ関連産業の多くの救済策を実施し、早期の復活を目指しておりますので、これにくじけることなく、もう一度原点に立ち返って生産に励み「ホタテの町平内」の底力を示していただきたいものです。

一方、農業では水稲の生産にとつて一番大事な春先の天候不順と、七月以降の異常高温の影響が心配されましたが、どうにか平年に近い作柄を確保出来ました。一等米比率も約90%を確保することが出来、今後に希望を持たせてくれました。

町政については、相変わらずの厳しい財政状況ですが、皆様方の御協力によって、予定した事業を順調に

実施し、新しい年を迎えることが出来ました。懸案でありました土屋バイパスでは、難工事であった海上大橋が完成し、先年、漁協土屋支所前まで供用開始され、平成二十三度中には中野までの全線開通が見込まれております。また、県道夏泊公園線の茂浦・浦田間についても、昨年トンネル部分が完成し、全線早期完成を目指しております。これらの工事が完成しますと、平内町の交通環境が飛躍的に改善されるものと考えております。

一昨年、我が国は未だかつて無かった選挙による政権交代があり、民主党「鳩山内閣」が誕生し、大いに期待しましたが、外交や政治資金の問題に適切な対応が出来ず、政治不信を招き「菅内閣」に代わりました。しかし、昨年七月の参議院選挙で与党が大敗し、以前と逆の衆参ねじれ国会となりました。稚拙な外交と閣僚の不適切発言などで国政が混迷し、その影響でこの不況に有効な経済対策を打ち出せずしております。この国は、この先どうなるのか、まだ霧の中でありませぬ。

しかし、住民に一番身近な我々町行政は、一時たりとも立ち止まる事は許されませぬ。

まさに「光陰矢の如し」、平成七年に町長就任以来、皆様方の温かい御支援と御協力によりまして連続四期にわたって町政を預らせて頂きましたが、既に十五年が経ち、残る今任期十一月余りとなりました。

この様な時にあたりまして今までの経験知識と人脈を有効に活用し、私を育ててくれた町民皆様と平内町のために働くべき時と考えております。

今年も厳しい財政状況の中で課題は山積みではありませんが、地場産業の更なる発展を基幹に、町民生活の安定と向上を図るべく創意工夫を重ね、町民皆様の期待に応えるよう努力すべく心新たにしております。

本年が町民の皆様、また平内町にとりまして、新年の御挨拶と致します。

# 議 会 新春を迎えて



## 平内町議会議長 三津谷 公雄

新年明けましておめでとうござります。

平成二十三年の年頭にあたり、町議会を代表いたしまして謹んで新年の御挨拶を申し上げます。

町民の皆様には、希望に満ちた新年を、御家族お揃いで健やかに迎えのことと、議員一同心よりお慶び申し上げます。

また、町議会に対し日頃より深い御理解と御協力を賜り厚く感謝申し上げます。

さて、昨年を振り返りますと、台風十四号は、進路が変わったことにより、幸いにして農作物への被害や集中豪雨などの自然災害の被害に見舞われることもなく、比較的平穏な年でありました。

町の事業では、小湊、沼館、東和、清水川・口広地区の生活環境改善と陸奥湾の水質保全のため、下水道工事を継続して実施し、本年度には口広地区に終末処理場が完成し、二十四年四月に供用が開始されることとなっております。また、道路幅員が狭い内童子・外童子間の道路改良工事も継続して実施しました。

県の事業では、主要地方道夏泊公園線の茂浦・浦田間のバイパス工事のトンネル本体工事が順調に進行したことにより、昨年九月に完成し、道路工事についても一日も早い完成が望まれております。また、国道四号の迂回路として整備が急がれております増田・浅虫線の用地調査を継続して実施することとしております。

国の事業では、土屋バイパスが平成二十三年度の全線供用開始に向けて残区間工事も着々と進められております。

また、町の基幹産業である水稲については、七月以降の高温により生育が大幅に進み、刈り取り時期も平年より早くなりました。猛暑の影響により、地域差・個人差はあるものの、ほぼ平年作を確保できた見込みであります。また品質的にも、航空防除等の効果もあり、今後も一層の品質向上を図るべく良質米の生産に取り組むことが望まれております。

一方のホタテ養殖業においては、七月までの水揚量

水揚高とも順調に推移してりましたが、八月中旬以降の高温の状態が続き、稚貝や新貝に大量のへい死が発生しました。当町はじめ、陸奥湾全体で今までにない大変な被害を受け、本年度以降のホタテ生産が非常に厳しい状況になっております。このようなことから町議会としても被害対策特別委員会を設置し、町と一体となり、被害対策に万全を期して参りたいと考えております。

このように、我が町の基幹産業は天候に左右されることが多いことから、予断を許さない状況にあります。基幹産業を守り育て、経営安定に努めていることは、ひとえに関係団体はもとより、町民各位の努力の賜物であり、その御労苦に対し心から敬意を表するものであります。

また、新型インフルエンザであります。これから寒さが一段と厳しくなることから予防接種、手洗い、うがい等を励行し、予防に万全を期さなければなりません。

さて、現在の地方財政は国と地方の税財政を見直す「三位一体の改革」のなかの柱の一つである地方交付税改革により、国から市町村に交付される地方交付税が大幅に減額されたことや、国から地方への税源移譲が思うように進まないことから、県内の市町村を始め、全国の地方自治体は歳入不足に陥り、極めて厳しい財政運営を強いられております。

このため、町では早くから健全財政維持のため、積極的に行財政改革を行っておりますが、依然として厳しい状況下にあります。

新年を迎え、少子高齢化の進行や地域格差など町政を取り巻く環境は厳しいものがありますが、行財政改革と行政運営の効率化を図り、町民が安心して暮らせる町づくりのためにも、町民の皆様の御意見が町政に反映されるよう自己研鑽に努め、町民の福祉向上のために議員一同邁進してまいりますので、相変わらざる御指導と御鞭撻をお願い申し上げます。

新しい年を迎え、平内町の限らない発展と町民の御健康と御多幸を議員一同心から御祈念申し上げ、新年の御挨拶と致します。

## 平成22年度平内町褒賞授与式



↑褒状を手渡される沖崎氏

### 沖崎正吉氏(沼館)が受賞

11月26日(金)、平内町褒賞授与式が平内町立山村開発センターにおいて執り行われました。

この褒賞は、町の政治、経済、社会、その他各般にわたって顕著な功績をあげられた方々を永く顕彰するために行われる町の権威ある表彰で、昨年度までに229名の方々と7団体が受賞されております。

本年度は、地方自治功労者として沖崎正吉氏(83歳)が受賞されました。同氏は、長年にわたり町選挙管理委員会委員長の職にあり、豊富な識見と卓抜なる手腕を発揮して選挙の管理執行に精励し、選挙制度の研究及び普及等民主政治の確立のために尽力されました。

式では、逢坂町長から「沖崎氏には、全町民に代わり深甚なる敬意と感謝の意を表します。今後も『町民参加と協働』によるまちづくりに一層のご支援、ご協力をお願い申し上げます」と式辞があり、褒状が手渡された沖崎氏より「職務と任務を天分と心得てきたにすぎなかったわけで、諸先輩方の懇切なご指導とご鞭撻の賜と深く感謝しております」と謝辞がありました。

## 平成22年度青森県納税功労者表彰

### 町納貯連合会会長及び口広第1納組組合長 井筒仁美氏が受賞

町納税貯蓄組合連合会会長及び口広第1納税貯蓄組合組合長の井筒仁美氏が、平成22年度青森県納税功労者表彰を受賞しました。

井筒氏は、平成8年1月から現在に至るまでの14年間、口広第1納税貯蓄組合長を務め、この間、平成9年6月より町納税貯蓄組合連合会の理事、平成11年6月より副会長、平成17年6月からは会長として活躍されており、その功績が認められての受賞となりました。

11月18日(木)、受賞報告に庁舎を訪れた井筒氏から「多くの地域組合員の皆様の力添えにより、また、連合会業務に携わっていただいています役員及び関係方々の応援により、今回の栄える表彰を受賞できました。今後とも微力ながら納税貯蓄組合活動に励んで参ります」と話しました。

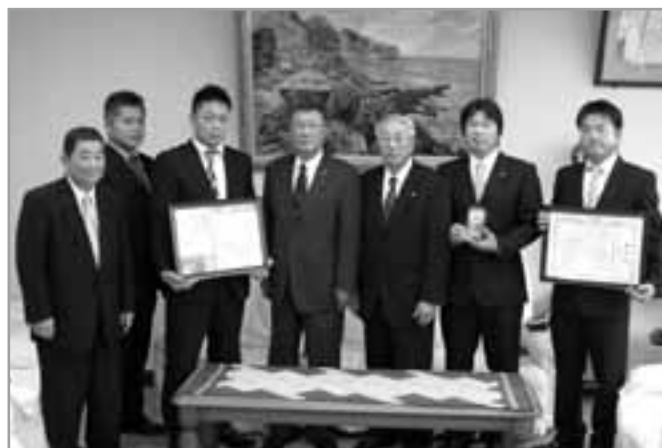


## 全国商工会青年部連合会会長顕彰受賞

### 平内町商工会青年部が快挙！ 青森県内では初の受賞！！

平内町商工会青年部(田中大部長・部員数30名)が、「初代高橋竹山生誕100年」を記念して行った事業が高く評価され、11月25日(木)に東京都渋谷区C.C.Lemonホールで開催された『商工会青年部全国大会』にて“会長顕彰(まちづくり部門)”に輝き、12月3日(金)に受賞報告のため来庁しました。県内初の同賞は、全国約1,700団体から6団体しか受賞できないもので、全国大会では更に当町商工会青年部が代表で登壇し賞状と記念品を手渡されました。

青年部が行った事業は、平成22年2月の『津軽三味線とキャンドルナイト』を皮切りに、顔出しパネルや三味線のオブジェを飾った小湊駅前花壇周辺の整備、企画・立案し製品化したお菓子『風雪三味』や『竹山弁当』、そして『竹山生誕100年記念Tシャツ』など多数あり、さらに青森朝日放送が主催する「ふるさと自慢わがまちCM大賞」にも挑戦し、竹山を題



材にして制作したCMが、開催10回を記念した“山田まりや特別賞”を受賞しました。

受賞報告に来庁した田中大部長は「この顕彰に甘んずることなく、今後も継続して町を活気づける事業を展開していきます」と力強く抱負を語ってくれました。

## 中学生「税の作文」コンクール

### 西平内中学校 1年 須藤もえさん「仙台区税務局長賞」 今桃香さん「青森税務署長賞」

国税庁と全国納税貯蓄組合連合会が募集していた『平成22年度「中学生の税についての作文」』で、西平内中学校1年生の須藤もえさんが仙台区税務局長賞(仙台区税務局管内:応募22,975編)を、そして同校1年生の今桃香さんが青森税務署長賞(青森県管内:応募526編)をそれぞれ受賞しました。

このコンクールは、将来を担う全国の中学生が、税に関して感じたことや体験したことを作文にし、税への関心を高め、正しい理解を深めることを趣旨として実施されています。

11月18日(木)、西平内中学校(工藤正義校長)において、受賞した二人に佐藤青森税務署長より表彰状と記念品が贈呈されました。佐藤署長は「今回の受賞をいいきっかけとして、これからも色々な事にチャレンジし、自分の世界観を広げて欲しい」と話しました。

タイトル『笑顔のために』で受賞した須藤さんは「受賞したことを知ったときは驚きました。作文には、学校で行った職業体験で介護施設を訪問し、笑顔で生活する入所者とのコ



↑佐藤署長、須藤さん、今さん、工藤校長

ミュニケーションを通じて感じた事を書きました。その経験から、みんなが明るく笑顔で生活するために、税金が役立てられているんだと感じました」と話してくれました。

受賞式後に須藤さんと今さんは「これからも税について考えたり、勉強したい。そのためにも色々な事を体験したい」と話してくれました。

## 第32回町民剣道大会

11月28日(日)、第32回町民剣道大会(体育協会主催)が西平内中学校を会場に開催されました。

開会式冒頭の挨拶では亀田勝彦体育協会会長、三津谷公雄町議会議員が選手を激励し、西武館の千代谷泰河主将(山口小6年)が「日々の稽古で『礼法、気・剣・体』で一本となる技を一生懸命学んできました。仲間と、最後の1秒まで力を出しきることを誓います」と力強く選手宣誓しました。

まず、公開演武で西武館剣士16名による木刀での剣道基本技稽古法が披露され、その後、小学校1年生から一般までの50余名の剣士が熱戦を繰り広げました。

試合の主な結果は次のとおりです。

### 【小学校2年生以下男子の部】

- ①千代谷 怜 音(西武館) ②伊瀬谷 祐 樹(西武館)  
③千代谷 航 磨(西武館) ③須 藤 翔 希(西武館)

### 【小学校2年生以下女子の部】

- ①今 雪 奈(西武館)

### 【小学校3・4年生男子の部】

- ①井 筒 将 大(剣心会) ②高 橋 光 輝(剣心会)  
③太 田 貴 揮(剣心会) ③今 田 壤(剣心会)

### 【小学校3・4年生女子の部】

- ①大 水 志 保(西武館) ②平 野 美 悠(剣心会)

### 【小学校5・6年生男子の部】

- ①千代谷 泰 河(西武館) ②平 野 大 貴(剣心会)  
③工 藤 拓 真(剣心会) ③大 水 大 志(西武館)

### 【小学校5・6年生女子の部】

- ①木 村 里 帆(西武館) ②須 藤 朝 日(西武館)  
③須 藤 愛 美 花(西武館)

### 【中学校男子の部】

- ①村 田 雅 登(小 湊) ②井 筒 大 樹(小 湊)  
③細 川 翔 平(小 湊) ③北 澤 匠(小 湊)

### 【中学校女子の部】

- ①高 橋 知 花(剣心会) ②高 橋 咲 花(剣心会)  
③木 村 理 香 子(西平内) ③田 邊 絹 香(小 湊)

### 【高校生男子の部】

- ①遠 嶋 雅(青森北) ②佐々木 駿(松風塾)  
③藤 田 季(松風塾)

### 【高校生女子の部】

- ①寺 嶋 えりか(青森北) ②今 田 梓(野辺地)  
③工 藤 詩 織(松風塾) ③工 藤 沙 織(松風塾)

### 【一般の部】

- ①金 崎 登 ②井 筒 健 一  
③佐 藤 香 吾 ③小 寺 琢 也

### ◆第18回東西対抗戦(小学生対象)

- 優 勝 東軍(剣心会)  
準優勝 西軍(西武館)

### 【最優秀選手賞】

- 古 川 諒 大(東軍)

### 【優秀選手賞】

- 大 坂 恵 翔(西軍)

### 【敢闘賞】

- ◎東軍…今田 壤、平野 未悠、太田 貴揮、井筒 将大、  
工藤 拓真、平野 大貴  
◎西軍…須藤 颯、一戸 祥平、豊島 生己、須藤 蓮登、  
須藤 愛美花





# 生涯学習情報

平内町教育委員会  
☎755-2565

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

～平内町生涯学習推進事業～

## 『地域ができる子ほめ・親育て講座』

11月27日(土)、平内町教育委員会が提唱している「子どもをほめよう!叱ろう!励まそう!」の実践として、まちづくりコーディネーターの渡部一清氏(青森市)を講師に迎え『子どもを真ん中に～地域の個性づくりをめざして～』と題して講座を開催しました。

まず、講座では「子どもたちには【生きる力】が必要。子どもを真ん中に置いたまちづくり、子どもたちが学校の内外で、その発達段階に応じて【生きる力】を育むことができるような環境づくりが大切である。地域全体で子どもの長所を認め、ほめてあげる。そうすることで、自信と意欲を大きく伸ばし生きがいを得られ、やる気を出させることにつながる」と渡部氏より、熱の込められた基調講演がありました。

そのあと、5つのグループに分かれ『子どもたちのために何ができるか?また、接し方やほめ方は?』について話し合いがなされ、参加者からは「子どもは家族や地域の人々の態度や言葉づかいを良く見ているので、手本になる大人でありたい」「ほめてあげる為に、活躍の場を与える」「子どもとのコミュニケーションの



場を増やす」「大人同士が交流し、子育て等について情報交換する」など、活発な意見交換がなされました。

最後に、渡部氏から「全ては子どもたちのために!」との言葉があり、参加者は「宝物である子どもたちを地域の大人が見守っていこう!」という意識を高めました。

## 第4回青森県赤十字図画コンテスト 山彦幼稚園児2名が入賞!



↑船橋花乃さん(左)、阿部莉子さん(右)

## 入賞おめでとうございます! 船橋花乃さん金賞・阿部莉子さん銀賞

青森県赤十字有功会(脇川利勝会長)主催による「第4回青森県赤十字図画コンテスト」において、山彦幼稚園(蝦名崇子園長)の園児2名が優秀な成績を収めました。

このコンテストは、こども赤十字に取り組んでいる活動などを題材とした図画コンテストの開催により、こども赤十字思想が広く育まれることを目的として実施されています。

県内の幼稚園・保育園から1,308点もの応募があり、その中で船橋花乃さんの作品「ちびっこ消防隊の思い出」が金賞に、そして阿部莉子さんの「ママと弟で缶タブを集めた思い出」が銀賞にそれぞれ入賞しました。

船橋さんと阿部さんの作品は共に、躍動感があふれ、一生懸命に頑張った思い出や楽しかった思い出が、画用紙いっぱいに描かれています。お二人とも「入賞できてうれしいです!」と笑顔いっぱいに話してくれました。

## 第49回平内町民スキー大会 参加者募集!

開催日:平成23年2月5日(土)

場所:夜越山スキー場

※競技開始は9:40を予定しております。

参加申込締切日:平成23年1月19日(水)  
皆様のご参加、お待ちしております!

平内町教育委員会 教育課  
☎755-2565(内線352・350)

### ★小学校の部

- ・大回転
- ・距離 1年～2年(男女1km)、3年～4年(男女2km)  
5年～6年(男子3km・女子2km)  
ミックスリレー2km×4名(男女混合)

### ★中学生の部

- ・大回転
- ・距離 男子3km、女子2km  
ミックスリレー2km×4名(男女混合)

### ★一般の部

- ・大回転
- ・距離 男女ともに2km

「子どもをほめよう、叱ろう、励まそう」

## 平成23年度平内町奨学生 募集します！

当町では、優秀な人材育成を願って、経済的な理由により就学が困難な者に対して奨学金を貸付し、将来を担う平内町の人づくりに役立ち、町の発展につながる事を期待して平内町奨学金貸付事業を行っています。つきましては、下記に基づいて平内町奨学生を募集いたします。

### 1. 貸付対象

- ①平成23年4月より大学、短大、各種専門学校、高専後期二年に入学する者、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、その他の奨学資金からの貸付を受けている者を除く。
- ②平内町に住所を有する者の子であること(1年以上平内町に住所を有する者)

### 2. 奨学金の貸付額及び貸与期間

- ①奨学金の額は、月額30,000円以内とする。
- ②貸与期間は、在学する学校の正規の就学期間とする。  
※奨学生の休学、退学、その他奨学生として不適当と認められる事由により、貸付の休止、中止、即時返還をしてもらうこともあります。

### 3. 募集人員

募集人員は10名以内とする。

### 4. 返還方法

奨学金の返還は、卒業の月の1年後から受給期間の2倍の月数で返還する。

例：4年生大学を平成27年3月卒業で月賦返還の場合  
→卒業後1年据えおき平成28年4月から返還を開始して8年間で貸付を受けた金額を返還する。

### 5. 貸付申請手続

申請手続は、次の書類の提出が必要です。

- ①貸付申請書(様式第1号)
  - ②在学証明書
  - ③保証人承諾書(様式第2号)
  - ④申請人の同一世帯全員及び保証人等の平成22年度所得証明書(平内町役場税務課)
  - ⑤履歴事項調書
- ※上記の①、③、⑤の様式は平内町教育委員会教育課に備えてあります。

### 6. 募集期間及び申込先

- ①平成23年4月1日～5月2日までとします。
- ②申込先は、平内町教育委員会教育課学校教育係(山村開発センター内)ですので、関係書類を添えてお申し込みください。

### 7. 奨学生の決定

平成23年5月中に、文書により本人に通知します。

### 8. お問い合わせ先

平内町教育委員会 教育課 学校教育係  
〒039-3321 平内町大字小湊字下槻12-1  
TEL 755-2565(内線347)  
FAX 755-2078

## “ひらないカレッジ” いきいきコース【閉講式】

- ◆学習内容：意見交換会、学校給食試食を実施
  - ◆日 時：平成23年1月26日(水) 10時から12時まで
  - ◆場 所：平内町立山村開発センター
  - ◆参加費：260円(給食試食代として)
- ※食育コンシェルジュによる食育講座もあります。

問 平内町教育委員会 教育課  
☎755-2565(内線355)

## 町立図書館 紹介コーナーその132

### ◆新刊一般図書紹介コーナー◆

- |                 |        |
|-----------------|--------|
| ①風のなかの櫻香        | 内田 康夫  |
| ②暗殺者の森          | 逢坂 剛   |
| ③抱擁、あるいはライスには塩を | 江國 香織  |
| ④ツリーハウス         | 角田 光代  |
| ⑤テティスの逆鱗        | 唯川 恵   |
| ⑥輝跡             | 柴田 よしき |
| ⑦橘花抄            | 葉室 麟   |
| ⑧ぎっちゃんちよん       | 群 ようこ  |
| ⑨砂の王国 上・下       | 萩原 浩   |
| ⑩あなたに喜んでもらえるように | 佐藤 初女  |

○1月の休館日 9日・10日・23日

## 生涯学習カレンダー 1月

5日(水)	◆平内町消防団出初式
10日(月)	◆成人の日
13日(木)	◆心配ごと相談日
16日(日)	◆家庭の日
17日(月)	◆管内小・中学校三学期始業式
18日(火)	◆青森東高等学校 平内校舎修学旅行(～22日)
27日(木)	◆心配ごと相談日
29日(土)	◆東津軽郡中体連冬季卓球大会

このページのカレンダーは、その月の主な行事と「生涯学習カレンダー」に記載されている事業に変更があったものを記載していますので「生涯学習カレンダー」と照合してご活用ください。



# ～ 食事を工夫して塩分を控えよう！ ～ 高血圧は毎日の生活習慣で予防

## 高血圧は血管を傷つける大きな原因

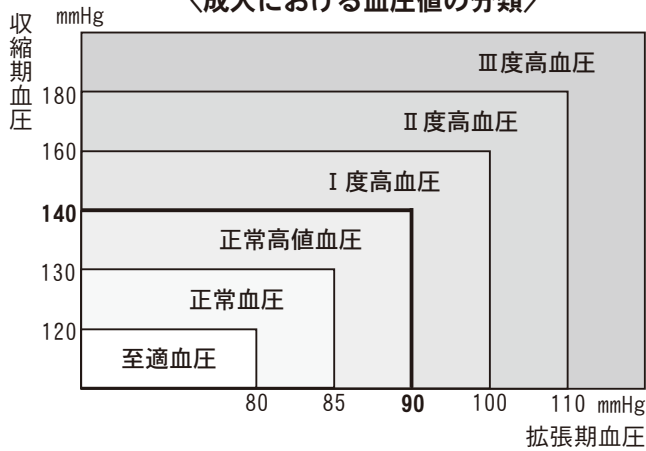
血圧の高い状態が長く続くと、血管壁に強い圧力がかかり血管壁の内側が傷つきます。そこに脂質などがたまり血管が狭くなることによって、血流が悪くなります。高血圧は、糖尿病や脂質異常症(高脂血症)とともに、血管を傷め、動脈硬化を促進する大きな要因になります。

## 自分の血圧がどのレベルか確認

高血圧と診断され、生活習慣の改善が必要な値

- ◎収縮期血圧(上の血圧)130mmHg以上
- ◎拡張期血圧(下の血圧) 85mmHg以上

〈成人における血圧値の分類〉



## 塩分と高血圧の関係

人間の体には、塩分濃度を一定(0.8%)に保とうとする働きがあります。塩分を摂り過ぎると、濃度を一定にするために水分を増やして対応します。

塩分を摂り過ぎて血液が増えると、心臓は血液を強く送り出さなければならず(血圧上昇)、腎臓は多量の水分を排出するためオーバーワークになります。血圧が上がれば血管は傷み、さらに腎臓の毛細血管が傷んでくると、老廃物を濾す(こす)ことができず、腎機能の低下を招きます。

このようなことから、高血圧予防として、まず大切なことは塩分摂取を抑えることです。徐々にうす味に慣れることから始め、目標としては1日当たりの塩分摂取を10g以下にしましょう！

## 高血圧を防ぐための食事や日常生活の注意点

- ①塩分の摂り過ぎに注意！
- ②高血圧の進行を助長する肥満を防ぎ、適正体重を維持！
- ③適度な睡眠と運動で、ストレスと上手につきあう！
- ④喫煙・飲酒は控える！
- ⑤寒暖の急激な変化に注意！

## 1月の健康相談 開催日程変更について

1月の清水川、狩場沢地区の健康相談(毎月1日に実施)は下記の日程に変更になりますので、ご了承ください。

平成23年1月4日(火) 午後1時～3時まで

問 役場 保健福祉課 保健係  
☎755-2114(内線138)

## 妊婦健康診査における ヒト白血病ウイルス1型抗体検査

当町では、国の通知を受けて、10月6日以降の妊婦健康診査の標準的な検査項目に、ヒト白血病ウイルス1型(HTLV-1)抗体検査を追加しました。

※対象者には受診票等を発行しております。  
※検査実施については、各医療機関にお問合せください。  
【ヒト白血病ウイルス1型(HTLV-1)とは?】

- ・成人T細胞白血病(ATL)やHTLV-1 関連脊髄症(HAM)の原因です。
- ・お母さんがこのウイルスを持っていると、授乳などによって赤ちゃんに感染する可能性があります。
- ・妊婦さんがウイルスを持っているかどうか調べるためには、血液検査を行う必要があります。

問 役場 保健福祉課 保健係  
☎755-2114(内線140)

## 「心の健康相談」開催

近年、うつ病などの心の病気が注目されています。ちょっとしたストレスが心の病気の引き金となることもあり、放置しているうちに状態が悪化する場合があります。

そこで、東地方保健所の協力を得て、専門医による『心の健康相談』を下記の日程で開催します。「ヤル気がでない」「人に会いたくない」「眠れない」などの悩みをお持ちの方や、ご家族の方は是非ご相談ください。

【期 日】平成23年1月17日(月)  
【相談時間】14:00～16:00 ※受付時間は13:00～14:00  
【相談場所】平内町勤労青少年ホーム  
【担当医師】県立つくしが丘病院 医師 坂本 奈緒  
※相談料は無料となっております。  
※相談を希望される方は、下記までご連絡ください。

問 役場 保健福祉課 保健係  
☎755-2114(内線140)

## ★子育て支援センター★ 1月の行事予定

日程	活動・場所	内 容
1月12日(水) 9:30～11:00	びよびよ絵本サークル 東和保育園専用ルーム	絵本や紙芝居の読み聞かせを行います
1月19日(水) 9:30～11:00	親子ふれあいワーク 東和保育園専用ルーム	簡単にできる小物を作って飾りましょう
1月27日(木) 9:30～11:00	すくすくクラブ 東和保育園専用ルーム	・身体測定 ・折り紙遊びをしましょう

問 平内町地域子育て支援センター  
☎758-1214



## 「保育所新規・継続入所」 申込受付のお知らせ

平成23年度保育所新規・継続入所する児童を次の日程で受付いたします。

なお、ご都合により次の指定された受付日に申込みができない方は、受付期間中、随時受付いたします。

### ◎受付期間及び場所

【期間】平成23年1月24日(月)～1月28日(金)

【時間】午前8時15分～午後5時

【場所】平内町役場 1階 保健福祉課福祉係

保育所名	所在地	定員	受付月日
山彦保育園	山口	30人	1月24日(月)
東和保育園	東和	60人	
小湊保育園	本町	45人	1月25日(火)
口広保育園	口広	60人	
平内中央保育園分園	東田沢	20人	1月26日(水)
平内中央保育園	勝田町	60人	
青空保育園	清水川	40人	1月27日(木)
緑ヶ丘保育園	藤沢	45人	
双子へき地保育所	浦田	30人	1月28日(金)

### ◎保育所に入所できる基準

町内に住民登録している家庭で、下記の①～⑥までのいずれかの事情にある場合、保育所に入所できます。

ただし、その家庭において、保育できる方がいる場合は入所できません。

- ①保護者が昼間、家庭の外で仕事をしている場合。
- ②保護者が昼間家庭内で児童と離れて仕事(自営業・内職等)をするため、児童の保育ができない場合。
- ③母親が妊娠中であるか出産後間もない場合。
- ④保護者が病気、心身障害などにより、児童の保育ができない場合。
- ⑤保護者が病人や心身障害の方を常時介護している場合。
- ⑥火災や風水害、地震などの災害のため、その復旧の間、児童の保育ができない場合。

※求職中でお申込みの方は、保育の開始日から6カ月以内に就労証明書等の提出がない場合は、引き続き入所できない場合があります。

### ◎入所申込みに必要な書類

- ①保育所入所申込書(新規の方)又は継続児童状況確認書(継続の方)
- ②児童の扶養義務者(父・母)の平成22年分源泉徴収票(コピー可)又は平成22年分確定申告書の控(コピー可)  
※平成22年1月2日以降当町に転入された方は、前住所地の発行する平成22年度住民税課税証明書も提出してください。
- ③就労証明書
- ④診断書(病気及び看護の場合)、母子健康手帳(出産予定の方)
- ⑤印鑑  
※①、③の書類は、保健福祉課福祉係及び各保育所に備え付けてあります。

問 役場 保健福祉課 福祉係  
☎ 7 5 5 - 2 1 1 4 (内線144)

## 平成22年度生活習慣アンケート 結果概要～その1～

町では、特定健診受診者に対し生活習慣の実態を調べ、生活習慣改善の動機付けになるよう、また、保健活動を進める上での基礎資料とすることを目的に生活習慣アンケートを実施しました。アンケートのご協力ありがとうございました。今年度の集計が出ましたので、一部抜粋し今月から3回にわたりご紹介いたします。

### ◆調査の概要

甘いもの、脂肪分、塩分の摂り方など食事に関する設問や、運動や嗜好品に関する設問

### ◆調査方法

平成22年度の特定健診受診者に対し、事前にアンケートを送付し問診時に確認・回収

### ◆アンケート回答者(1,156人)

	計	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳代
男性	473	3	22	50	92	172	118	16
女性	683	8	22	54	149	250	172	28
合計	1,156	11	44	104	241	422	290	44

### 調査結果の概要(無回答の割合は省略)

※下記表の上段は該当人数、下段は有効回答に対する割合

#### ①おなかいっぱい食べるほうですか？(有効回答1,149人)

男女計	計	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代
はい	579	7	26	64	139	201	121	21
	50.4%	0.6%	2.3%	5.6%	12.1%	17.5%	10.5%	1.8%
いいえ	570	4	18	37	101	219	168	23
	49.6%	0.3%	1.6%	3.2%	8.8%	19.1%	14.6%	2.0%

▶20歳代から50歳代の働き盛りの年齢の方は、おなかいっぱい食べる割合が高い傾向

#### ②甘いものをよく食べますか？(有効回答1,149人)

男性	計	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代
はい	220	2	9	20	36	77	65	11
	19.1%	0.2%	0.8%	1.7%	3.1%	6.6%	5.7%	1.0%
いいえ	249	1	13	30	55	95	50	5
	21.7%	0.1%	1.1%	2.6%	4.8%	8.3%	4.4%	0.4%

女性	計	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代
はい	360	6	12	28	81	125	93	15
	31.3%	0.5%	1.0%	2.4%	7.0%	11.0%	8.1%	1.3%
いいえ	320	2	10	24	67	125	79	13
	27.9%	0.2%	0.9%	2.1%	5.8%	10.9%	6.9%	1.1%

▶男性より女性の方が、甘いものをよく食べる割合が高い

▶男性に比べて女性はどの年代でも「甘いものをよく食べる」割合が高い

#### ③砂糖入りコーヒー、ジュース、炭酸水を

#### 毎日飲みますか？(有効回答1,148人)

男性	計	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代
はい	266	1	15	34	58	85	67	6
	23.2%	0.1%	1.3%	3.0%	5.1%	7.4%	5.8%	0.5%
いいえ	206	2	7	16	34	87	50	10
	17.9%	0.2%	0.6%	1.4%	3.0%	7.4%	4.4%	0.9%

女性	計	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代
はい	280	3	12	23	64	88	82	8
	24.4%	0.3%	1.0%	2.0%	5.6%	7.7%	7.1%	0.7%
いいえ	396	5	10	29	85	160	88	19
	34.5%	0.4%	0.9%	2.5%	7.4%	13.9%	7.7%	1.7%

▶女性より男性の方が缶コーヒー類を毎日飲む人が多い

▶男性は30歳代から70歳代で砂糖入りの缶コーヒー等を飲む割合が高く、女性は30歳代でわずかに高い程度

# 2011 1 今月のおしらせ・NEWS Hirana i

## 住民基本台帳カード交付時の 本人確認の方法が変わります！

平成23年1月1日から住民基本台帳カードの交付の際における本人確認の方法が変わります。

◆住民基本台帳カード(住基カード)については金融機関や市町村の窓口をはじめ、様々な場面で公的な証明書としての利用が増えています。しかし、昨年から偽造された住基カードの不正利用が増加傾向にあり、更に、偽造運転免許証を本人確認書類とした、なりすましによる住基カードの不正取得事件が首都圏近郊で多数発生しております。そのため、これまで、顔写真つきの本人確認書類を提示することにより住基カードを即日交付できましたが、平成23年1月1日からは以下のとおり変更となります。また、本人確認書類につきましては写しを取らせていただきますので、ご協力お願いいたします。

### 【ICカード運転免許証を提示した場合】

券面表示ソフトウェアを使用して、ICチップに記録された情報(氏名、生年月日、有効期限、顔写真)と当該運転免許証の券面事項と一致していることを確認し、確認できない場合は、健康保険の被保険者証等の市町村長が適当と認める書類を更に一点提示していただくか、もしくは口頭で同一世帯の住民基本台帳の記載事項についてお聞きするなど本人確認できた場合のみ、即日交付ができます。即日交付できない場合は、照会文書を発送し、ご本人の意思を確認した上で後日住基カードを交付いたします。

### 【非ICカード運転免許証、パスポート、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳を提示した場合】

健康保険の被保険者証等の市町村長が適当と認める書類を更に一点提示していただくか、もしくは口頭で同一世帯の住民基本台帳の記載事項についてお聞きするなど本人確認できた場合のみ、即日交付ができます。即日交付できない場合は、照会文書を発送し、ご本人の意思を確認した上で後日住基カードを交付いたします。

### 【上記以外の顔写真のない書類を提示した場合】

これまでどおり照会文書を発送し、ご本人の意思を確認した上で後日住基カードを交付いたします。

問 役場 町民課 住民係  
☎7555-2113(内線124・125)

## 毎月第3日曜日 「家庭の日」を大切に！

毎月第3日曜日は「家庭の日」です。「家庭の日」には○家族みんなで色々なことを話し合ひましょう。  
○家族みんなが笑顔で過ごす時間をつくり、楽しみ合ひましょう。

○家族みんなで家事を分担するなど協力し合ひましょう。  
子どもの心は、家庭のぬくもり、家族の絆で育まれます。

### 「家庭の日」を大切に！

問 役場 町民課 生活環境係  
☎7555-2113(内線126・127)

## 指定管理者の募集 「ほたて広場」「夜越山森林公園内」

当町では「ほたて広場」、夜越山森林公園にあります「平内町特殊索道事業(リフト)」「夜越山ケビンハウス」「夜越山オートキャンプ場」及び「夜越山パークゴルフ場」の管理運営について、指定管理者制度により運営しているところです。

上記施設を効果的かつ効率的に管理運営できる法人、その他の団体を下記により募集いたします。

※青森県内に事務所を有する法人、その他の団体に限る。

### 「ほたて広場」指定管理者募集について

#### 【指定期間】

平成23年4月1日から平成26年3月31日まで(3年間)

#### 【指定申請書受付】

平成23年1月19日から平成23年1月21日まで

※その他の詳細につきましては「ほたて広場指定管理者公募要領」を作成しておりますので、下記までご請求ください。  
(平成23年1月11日から1月13日まで配布)

問 役場 産業振興課 ホタテ係  
☎7555-2118(内線323・328)



### 「夜越山森林公園内施設」指定管理者募集について

#### 【夜越山森林公園内施設】

- ①平内町特殊索道事業(リフト)
- ②夜越山ケビンハウス
- ③夜越山オートキャンプ場
- ④夜越山パークゴルフ場

※上記施設を、一括で管理運営できる法人その他の団体

#### 【指定期間】

平成23年4月1日から平成26年3月31日まで(3年間)

#### 【指定申請書受付】

平成23年1月19日から平成23年1月21日まで

※その他の詳細につきましては「平内町特殊索道事業(リフト)等指定管理者公募要領」を作成しておりますので、下記までご請求ください。

(平成23年1月11日から1月13日まで配布)

問 役場 産業振興課 観光商工係  
☎7555-2118(内線324・325)

## 【青森税務署からのお知らせ】 確定申告について

### 確定申告はe-Taxをご利用ください

確定申告書の作成・提出は、便利なイータックス(国税電子申告・納税システム)をご利用ください。

税務署に出向くことなく、ご自宅のパソコンからインターネットを利用して申告等ができます。

#### 【e-Taxをご利用いただくメリット】

- ① 国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」から電子申告することができます。
- ② 電子証明書等の添付で、最高5,000円の税額控除ができます(平成19年分～22年分の間でいずれか1回)。
- ③ 医療費の領収書や源泉徴収票等の添付書類が提出不要です(ご自身で3年間保管する必要があります)。
- ④ 還付金が3週間程度で戻ります。
- ⑤ 所得税の確定申告期間中は、24時間の利用が可能です。  
※ e-Taxの利用方法や電子証明書の取得方法など、詳しくはe-Taxホームページ([www.e-tax.nta.go.jp](http://www.e-tax.nta.go.jp))をご覧ください。

### 申告書作成会場の開設

青森税務署では、庁舎内に「申告書作成会場」を開設し、所得税、個人事業者の消費税等及び贈与税の申告書作成をサポートします。

会場には「確定申告書等作成コーナー」が利用できるパソコンを設置し、パソコンで申告書の作成を行っています。

#### 【「申告書作成会場」の開設日時】

- ・平成23年2月1日(火)から3月15日(火)まで
- ・午前9時～午後5時まで  
※土・日、祝日を除く
- ※2月20日と2月27日に限り日曜日も開設します。

問 青森税務署  
☎776-4241

## 介護保険認定調査員募集！ (非常勤嘱託職員)

介護保険認定調査員(非常勤嘱託職員)を募集いたします。詳細につきましては、下記までお問い合わせください。

【応募資格】 65歳未満で、以下のいずれも該当する人  
・介護支援専門員の資格を有し実務経験のある人  
・普通自動車免許及び自動車の移動手段を持つ人

【募集人員】 1名

【勤務内容】 認定調査の実施  
(被保険者宅等への事前連絡、訪問、調査票作成)

【雇用期間】 採用の日から平成23年3月31日まで

【報酬等】 調査1件につき4,000円

【選考方法】 書類選考及び面接により決定

【申込方法】 履歴書(写真添付)、介護支援専門員登録証明書等の有資格証明の写しを下記へ持参又は郵送

【申込締切】 採用が決まった時点で締切とします

【選考日】 申込者に随時連絡します

【その他】 交通費の支給はありません

問 役場 保健福祉課 介護保険係  
☎755-2114(内線145)

## 【役場税務課からのお知らせ】 暮らしの中の税

### 平成23年度納税相談(申告)について

平成23年度の住民税及び国保税は、平成22年1月1日から12月31日までの1年間に生じた所得に課税するため、2月4日(金)から2月21日(月)にかけて納税相談(申告)を実施いたします。

詳しい日程等は「納税相談日程表」を每户配布いたしますので、ご参照のうえ是非ご相談(申告)くださいますようお願いいたします。

また、日程表の期間中に都合の付かない方は、あらかじめ町税務課へお問合せのうえ、ご相談(申告)ください。

事業所得、農業所得等の納税相談(申告)の方は、総収入金額から必要経費を差し引いて所得金額を計算する収支計算方式になります。収支計算を行うためには、収入金額や必要経費に掛かる請求書、領収書などの書類と日々の取引の記録等(帳簿)を早めに整備して、スムーズに収支計算ができるよう準備のうえで納税相談(申告)にお出でくださるようお願いいたします。

### 個人住民税「住宅借入金等特別税額控除」について

所得税の住宅ローン控除を受けている方で、所得税において控除しきれなかった金額がある場合は、翌年度の個人住民税において住宅ローン控除が適用されます。

#### 【対象者】

平成11年～18年まで及び平成21年～25年までに居住した方

#### 【控除を受けるためには】

所得税の確定申告が必要です。  
期限(平成23年3月15日)までに必ず申告してください。ただし、居住2年目以降の場合、給与所得のみの方で職場において年末調整をされているときは、確定申告が不要です。

### 『町民税』・『固定資産税』の納期が変わります！

平成23年4月1日から『町民税』と『固定資産税』の納期が次のとおり変わります。

#### ①町民税(町・県民税：普通徴収)

現行納期	6月	9月	12月	の年3回から
改正後	6月	8月	10月	12月
	の年4回へ			

#### ②固定資産税

現行納期	5月	8月	11月	の年3回から
改正後	5月	7月	9月	11月
	の年4回へ			

これは、町の電算システムを見直し、汎用的なパッケージソフトを導入して経費の抑制を行い、併せて国の電子納税など新しい制度へ対応するための変更です。

なお、回数が増えたことにより1回あたりの納税額は少なくなりますが、1年間に納めていただく税の総額は、変わりありません。

また『国民健康保険税』や『軽自動車税』等の納期は、現行どおり変更ありません。

問 役場 税務課 住民税係  
☎755-2115(内線245・246)

1月31日(月)は国民健康保険税第6期の納期限です。  
忘れないで納めましょう！

## 祝・青い森鉄道が開業！ ホタテのつみれ汁でおもてなし

雨風のとても強かった12月4日(土)、青い森鉄道が全線開業したことを記念し、沿線の各駅でイベントが行われ、当町では小湊駅において町商工会女性部(加藤アキエ部長)が「ホタテのつみれ汁」を来町者に無料で振る舞いました。

このイベントは、主催である「青い森鉄道プラットフォーム」がこれから“まいにち”と“人と人”そして“地域と地域”をつないで走り続けるため、そして沿線の地域と人々を応援するために「あったかおもてなしイベント」として企画されたものです。

小湊駅に降り立った方々は、当町自慢のホタテがふんだんに使われたつみれ汁を食しながら「やっぱり平内のホタテはおいしい」「寒い日にこんな贅沢なつみれ汁でおもてなししてくれて、嬉しいし感謝です」と笑顔で話し、体の芯まで温まったようでした。

加藤部長は「おもてなしの気持ちで、この日の為に、駅構内や駅前『竹山花壇』を清掃しました。これからも各種団体と協力し、町の活性化につながるような活動を続けて当町を県内外にPRしていきます」と力強く話してくれました。



## 小湊小学校で餅つきに挑戦 掛け声響く「よいしょ！よいしょ！」

12月14日(火)、小湊小学校(須藤厚校長)で、収穫に対する感謝の気持ちを育てるため、食育を兼ねた「餅つき集会」が行われました。この日の餅つきに使われたもち米は、同校の4年生から6年生までの児童が、6月に田植え体験を行い、10月に稲刈りをして自分たちで収穫したものです。

集会冒頭の食育指導では「お米の変身」と題し、お米を使った様々な料理が紹介されたり、お米に関するクイズが出題されたりしました。また、講話では「青森にはおいしい食材がたくさんあり、恵まれた環境です。これからも食事はおいしく残さずに食べましょう」といった食育に関するお話がされました。そして、田植え体験発表では「まっすぐ植えるのが難しかった」「初めての体験で楽しかった」「農家の方々の大変さが分かった」などの感想がありました。

その後、父母の方々の協力も得ながら「よいしょ！よいしょ！」の掛け声に合わせて一生懸命に餅をつき、出来立ての餅を雑煮にして味わいました。児童からは「餅はやわらかくて、おいしかった！」「上手に餅をつけた。楽しい集会だった」との感想があり、一連の体験で「ものを作る・育てる」大切さを認識できたようです。



## 民生・児童委員、主任児童委員 45名の方が委嘱されました

よろしくお願ひいたします！

平成22年12月1日をもって『平内町民生委員児童委員、主任児童委員』45名が厚生労働大臣から3年の任期で委嘱されました。

委員はそれぞれの担当地区において、経済的または社会的、精神的に困った状況にある、悩みや問題を抱えた方々に対して、その問題解決に向けた支援活動を行います。

今回は新任が9人、再任が36人の合わせて45人が選任されました。

また、今回退任された委員は新生町担当の吉崎昌子さん(9年)、第2平中担当の山谷和子さん(14年)、赤坂台担当の太田孝蔵さん(6年)、第2元町、川原町担当の津嶋正人さん(1年8カ月)、西沼館担当の飯田誠一さん(6年)、第2・3小林担当の亀田玉枝さん(18年)、第1口広、口広開拓担当の井筒けい子さん(28年)、浦田担当の豊島彰さん(33年)、稲生担当の蛸崎忠夫さん(18年)の9名の方々です。民生委員児童委員として長い間ありがとうございました。

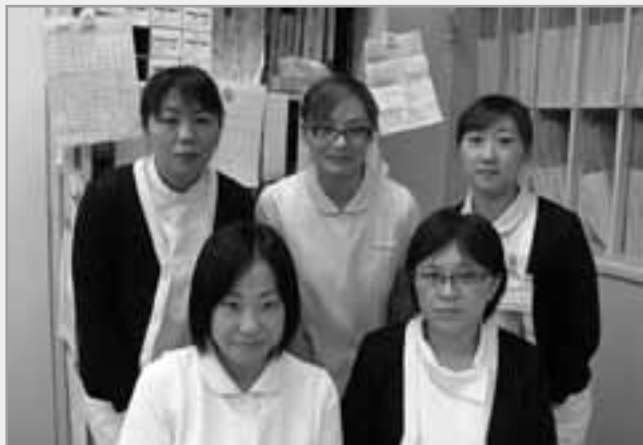
担当地区	氏名	担当地区	氏名
1・2内童子	佐々木 直子	福島、福館、平川	熊谷 市子
1 平中	船橋 シズ子	外童子、大和山	太田 照則
新生町	佐々木 照美	松野木、薬師野	八戸 和子
2 平中	福田 秀昭	一本松、清水川	田中 みわ
赤坂台	佐々木 ゆり子	1 小林	船橋 千セ
本町、下町	清水 恵子	2・3小林	横嶋 和則
寺町	倉本 ムツ子	1口広、口広開拓	江戸 茂
1 元町	篠村 麗子	2 口広	江戸 栄子
2元町、川原町	畑井 英世	折戸、狩場沢	熊谷 優
1 勝田町	佐々木 祐子	助白井、陸奥ヶ浦	大森 梅子
2 勝田町	成田 弘子	藤沢・2藤沢	逢坂 ゆみ江
緑町	三津谷 志津子	山口	須藤 つぶ子
東沼館、夜越山	石田 康男	小豆沢	今 貞紀
西沼館	船橋 睦子	中野・上中野、板橋	須藤 諭
浜子	工藤 フサ	土屋	逢坂 徳克
東和	飯田 サツ	浪打	山崎 せき子
浅所	宿野部 初男	茂浦	佐々木 一義
間木	宿野部 弘子	浦田	豊島 市太郎
東滝	細川 絹子	稲生	佐々木 道義
上・中田沢	加藤 梅子	主任児童委員	亀田 令子
野内畑、下田沢	福田 香代子	主任児童委員	岡本 みどり
白砂	柴田 武信	主任児童委員	高橋 姫子
盛田	荒内 テイ子		

# 平内中央病院だより

## ◆ スタッフ紹介 ◆

今月号では、内科外来の勤務の様子を藤田千恵子主任看護師から紹介していただきました。

## こんにちは！内科外来スタッフです



新年明けましておめでとうございます。

今回は内科外来の勤務の様子を紹介いたします。ご存知の様に、平成21年に戸先生が異動され、さらに津島先生が退職されたことで、患者さんにとっては大変不安な思いがあった事と思います。

新たに木戸先生、藤田先生が着任され、頑張っておられますが、両先生とも今までほとんど係わる事のなかった地域医療の業務の多さに戸惑ったことと推察いたします。

医療環境を見回すと全国的に医師不足であります。青森県は2番目の不足率とのことで、日々医師不足を実感しています。特に、火曜日の午前診療は医師一人体制(1名は内視鏡室勤務)のため、救急患者搬入時や入院患者さんの処置時には、外来診療がストップする状態になり、患者さんは待ち時間が長く、大変ご不便をおかけしておりました。

しかし、11月末から津島先生が毎週火曜日の午前も来て下

さる(平成23年3月まで)事となり大変感謝しております。

さて、現在、内科外来では受付の他に5名のスタッフがあり、うち2名は内視鏡検査に入っています(11月現在で超音波528名、胃・大腸カメラ648名)。

なお、内視鏡検査は緊急時以外、予約制となりますので、ご協力をお願いいたします。

受診状況を見てみると外来患者数は減少しているものの、多い日は200名近い時もあります。高齢化に伴い在宅介護支援を利用している患者さん、また、認知症、難聴を有している患者さんも多くなり、そのため、状態や服薬等に関して、ご自宅へ確認の電話をする時も度々あり、ご迷惑をお掛けしておりますが、ご家族の方のご協力に感謝しております。

また、在宅訪問診療も実施しており、現在15名の患者さんが利用されております。高齢者や寝たきりの状態などにより、通院困難で家庭で療養されている方に、医師と看護師が月に一度、家庭を訪問し診療や看護の指導を行っています。

午後の診療時間についてですが、内科医師は病棟回診や面談、書類作成等を行っていることから、外来診療は午後2時と4時までとなっておりますので、ご協力をお願いいたします(急患はこの限りではございません)。

最近の状況ですが、介護福祉サービスを利用されている患者さんの受診が実に多くなりました。ホームヘルパーや施設の看護師・職員の方は利用者の身体状態をよく把握しておられますので、今後ともより良い医療を提供するため、お互い理解を深め協力していくことが必要不可欠と日々考えております。

私たち外来スタッフは、出来る限り患者さんの意志を尊重し、診療の介助に努めております。そして、種々の説明も出来るだけ分かりやすく心がけております。診療が円滑にいくよう医師に協力を求めていますので、これからもよろしくをお願いいたします。

## 地方自治法施行60周年 500円記念貨幣の引換えについて

青森県の記念貨幣は、1月19日(水)から金融機関窓口での引換えが開始されます。

詳細につきましては、財務省のホームページをご覧ください。下記までお問合せください。

また、1月20日(木)から青森県立美術館での引換えまたは釣銭による配布も行われます。

【財務省ホームページ】

<http://www.mof.go.jp/jouhou/sonota/kokko/kk221201.htm>

【問い合わせ先】

- ・ハローダイヤル 050-5548-8686  
※8時~21時、土日祝日含む
- ・青森県立美術館 017-783-3000



## 1月10日は… 『110番の日』です！

110番は、交通事故や泥棒、ケンカなど警察への緊急通報に利用していただく電話で、県民の安全・安心を守るために欠かせないホットラインです。

### ◆ 110番「6つのポイント」

- ①何があったのですか？
  - ②どこで？
  - ③いつ？
  - ④犯人は？
  - ⑤どんな状況ですか？
  - ⑥住所、名前、電話番号は？
- など、尋ねられた事項に落ち着いて答えてください。

### ◆ 携帯電話等利用時の注意事項

- ①通話中はできる限り場所を移動しないでください。
- ②場所の目標物・目印・地番等を確認してください。

110番は事件・事故の緊急通報ダイヤルです！

問 青森警察署 平内交番  
☎755-3110

『110番』  
『1』いちはやく！  
『1』いそがずあわてず！  
『0』れい静に！

人口と世帯

男… 6,277人(-5人)

女… 6,757人(-11人)

計… 13,034人(-16人)

世帯数…5,277世帯(-6)

平成22年11月末現在

( )は、前月との比較

11月受付分

戸籍の窓口

文 芸

ばた雪に打ちのめされた枯すすき
十字路の外灯の色冬の色
りんご箱持つ父の指霜やけて
生かされて生き抜く力冬薔薇
山茶花や介護する人される人
子の目には目的見える十二月
青天の空に響きし鶴の声
十二月胸でコトリと音がする
小春日や素顔すてきな元教師
初雪に念い巡らす翁かな
この地球残しておきたい去年今年

平内花椿会
船橋 正良
藤田 友子
工藤 朋子
亀田 悦
八桁 しづゑ
福田 博子
浜田 きみ
岡本 みどり
須藤 千和子
佐々木 定男
船橋 久枝

木守柿多めに残す五つ六つ
迷い道知らずに入る冬銀河
穴まどい大きな声の客来たる
雁の声民話聞く子に届きけり
片足の踏み迷いたる草の花
疑へば限りなき世や神の留守
土手赤く染め芒原風ぎにけり

平内俳句会
佐藤 むつ子
渡辺 春代
佐々木 初江
佐々木 うめ
蝦名 きみゑ
能登谷 瑩子
斉藤 終也

川柳ひらない
暮仇が逝ってにわかに老けはじめ
たつぷりと砂糖まぶした妥協案
親孝行スネもかじらず拗ねもせず
老々の介護の母は若く見え
あと一步皆そう思い生きている
お互いに薬飲み合う旅の宿
一年の粹を集めた文化祭
人生の設計狂う建築士
あくびする妻叱っても二人きり
チャージングに生きたい人生今日もバス
眞実を計る針だが錆びてくる
川の字にふくれて消える飛行機雲

荒田 つる
沼山 久乃
須藤 梨世
千代谷 節子
つじむらりゅうこ
神 久女
田中 昭治
竹内 京子
海音寺 東山坊
後藤 ただし
荒谷 想伸
本堂 はじめ

森 祐太 第1小林
船橋 りな 第2小林
本籍地

結婚おめでとう

赤ちゃん名 (親) 住所地
佐々木 零(佑一朗)第1内童子
船橋 英来(克幸)第3小林
船橋 慶士(一美)清水川
船橋 壮司(一美)清水川

お誕生おめでとう

お悔やみ申し上げます

福地 藤雄(78)健一間 木
船橋 厚子(66)浩之第2平中
平野 ミヤ(83)幸男 間木
船橋 千秋(40)春茂第3小林

村木 貴行 第1内童子
猪股 由起子 弘前市
石渡 洋樹 静岡県
藤田 梢 緑町

久保田 栄(56)登志枝 第2平中
木村 亮治(73)ツネ小豆沢
野宮 輝夫(79)ムツエ山 口
笹原 フミヨ(89)畑井 忠雄 中田沢
木村 和子(77)博 赤坂台
辻村 貞子(57)尚義 浜子
濱田 長廣(73)輝彦 第2小林
遠島 利光(78)光行 東滝
田中 健一(89)健藏 上田沢
渡辺 しわ(85)政光 外童子
後藤 りゑ(91)豊島 稲生

あなたも参加 わたしもやります “安全運転”

県内の交通事故概況

Table with 4 columns: Category, 11月中, 11月末累計, and Status. Rows include 飲酒運転による死者, 高齢者の死者, 自動車乗車中の死者, 非着用死者.

※( )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。