

# 広報ひらな



## 2

平成21年/2009

- ◇ 平内町消防団出初式・・・2ページ
- ◇ 今月のNEWS・・・3ページ
- ◇ 生涯学習情報・・・4～5ページ
- ◇ 保健福祉だより・・・6～8ページ
- ◇ 交通災害共済加入受付・・・9ページ
- ◇ 今月のお知らせ・・・10～14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/>



— 振り、— 振り  
 感謝を込めて  
 「よいしょ!」「よいしょ!」

# 喜

■小湊小学校 餅つき集会■

# 2009 平内町消防団出初式

ひらないを守る

火消しの男たち！



「火のしまつ 君がしなくて 誰がする」  
防災意識の徹底を！



平成21年平内町消防団出初式が1月6日(火)に行われ、飯田征司団長始め管内消防団18分団の団員と大和山消防協力隊ら約400名が参加、今年一年の地域防災に向け決意を新たにしました。時折雪の降る中、役場前にて行われた式では、観閲者である逢坂町長ほか関係者が、本町通りの沿道に整列した団員の服装や姿勢、消防車などの機械器具を点



検しました。その後山口分団ラッパ隊の吹奏に合わせ、飯田団長を先頭に分団員並びにポンプ車両24台による分列行進が行われました。さらに、東福寺での物故消防団員追悼式の後に、消防署前で「まとい組」による勇壮なまとい振りが披露され、最後に優良分団と優良団員に表彰状が伝達されました。

### ◆平内町長表彰◆

※優良分団(3分団)

- ▽第一中隊 東 滝分団
- ▽第二中隊 松野木分団
- ▽第三中隊 浦 田分団

### ◆平内町消防団長表彰◆

※優良消防団員章(20名)

- ▽小 湊分団 竹 達
- ▽東田沢分団 畑 井
- ▽東田沢分団 工 藤
- ▽内童子分団 佐々木
- ▽内童子分団 山 田
- ▽東 滝分団 遠 嶋
- ▽浜 子分団 工 藤
- ▽清水川分団 船 橋
- ▽清水川分団 鳥 谷
- ▽清水川分団 江 戸
- ▽清水川分団 船 橋
- ▽口 広分団 井 筒
- ▽口 広分団 石 田
- ▽松野木分団 八 戸
- ▽山 口分団 山 内
- ▽茂 浦分団 須 藤
- ▽茂 浦分団 須 藤
- ▽茂 浦分団 逢 坂
- ▽藤 沢分団 伊 瀬
- ▽稲 生分団 豊 島

純

読

巨

雄

一

太

行

一

行

太

健

太

郎

慎

太

郎

行

孝

行

恵

一

真

一

裕

記

悟

卓

也

久

賢

司

聖

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

賢

# 2009 2 今月のNEWS

HIRANAI

## 埼玉西武ライオンズ 細川亨選手 故郷で野球教室 目指せ！プロ野球選手

12月7日(日)に町立体育館において、東滝出身でプロ野球選手の細川亨選手(西武ライオンズ)を招いての野球教室が、県体育協会と東青地区スポーツ拠点実行委員会の主催で開催されました。細川選手は西武ライオンズの正捕手としてチームを日本一に導き、さらにゴールデングラブ賞を受賞するなど、輝かしい成績を修め、日本を代表する選手です。そんな憧れのプロ野球選手から指導してもらえるとあり、町内外から約300人の小・中学生が参加しました。さらに今年は同僚の岸孝之投手も来町し、細川選手に続き現れると、子ども達だけでなく、父母の方々からも大きな歓声と拍手があがり、会場は熱気に包まれました。

教室では、軽いランニングの後、キャッチボールとスポンジボールを使った打撃の基礎の指導を受けました。細川選手と岸選手は、一人ひとりに目を向けアドバイスし、子ども達は真剣な面持ちで聞きながら一生懸命に練習していました。細川選手は「野球はキャッチボールが大事。フォームはリズムとステップを意識して」とアドバイスしました。



最後に両選手から「一番大事なことは、夢をもち毎日練習すること。努力すること」と熱い指導を受けると、子ども達は目を輝かせ、ヤル気がみなぎっているようでした。

教室の終了後、憧れの選手との記念撮影会が行われ、子ども達、父母の皆さんも大喜びでした。

今回、指導して下さった細川選手、岸選手をみなさんで応援しましょう！

### —小湊小学校—

## 餅つきに挑戦！

稲の生長や収穫の喜びを感じ、食を大切に作る心を育むため、小湊小学校(福士明彦校長)では4年生から6年生までの児童を対象に、稲作の体験学習に取り組んでいます。

町農業経営者協議会の協力のもと、6月に行った田植え体験の後、児童らは「鳥よけテープ」を設置するなどの作業をしながら観察を続け、9月には稲刈り体験をしました。鎌を使っての慣れない作業でしたが、実りの秋に笑顔が絶えませんでした。

そして、12月12日には食育を兼ねての「餅つき集会」を同校体育館で行い、米はたくさんの人の手がかけられて大切に育てられていることの発表や、ごはんの栄養に関する講話のあと、食べものへの感謝の気持ちを込めて「よいしょ！よいしょ！」の掛け声にあわせ、全校児童が一生懸命に餅をつき、できたてのお餅を雑煮にして味わいました。児童はこの体験を通し、食の大切さを実感しているようでした。



## 山彦幼稚園で食育講座開催 —平内町家庭教育推進協議会—

平内町家庭教育推進協議会(蝦名自教会長)では12月19日、山彦幼稚園において食育講座を開催しました。この講座は家庭教育基盤形成事業の一環で、「食の大切さを伝えながら子どもとの関わり方を知る」のがねらいで、青森栄養士会のニツ森雅子さんを講師に招き「子どもの心とコミュニケーション」と題してお話をしていただきました。



その後、親子で簡単に作れる、ご飯ピザとごまクッキー作りを行いました。幼稚園児でも安全に料理体験が出来るようにとの配慮から、ホットプレートが使われました。

ラップに挟んだご飯を薄く延ばしてピザのように生地を作り、その上に野菜やハムやチーズを彩りよくのせて焼きました。苦心の末に出来上がったピザに子どもたちは大喜びで、「うちに帰ったらお母さんとまた作ってみたい」と笑顔で話していました。



また、講座を支援してくださったサポーターの皆さんも、元気いっばい子どもたちに圧倒されながらも充実した楽しい時間を過ごしました。

## カレヅジ 知っていますか？りんごのパワー

12月10日の「ひらないカレヅジ」では、青森県の特産品であるりんごについて学びました。「知っていますか？りんごのパワー」と題して、青森県農林水産部りんご果樹課の職員工藤昭広さんを講師に、りんごの歴史、概要、リンゴの効用などについて学びました。

「1日1個のりんごは医者を選ばせる」と言われるように、りんごは便秘の解消、大腸がんの予防、動脈硬化症の予防など様々な健康への効果があるとされており、アレルギー症状の抑制や、美白や若返りの効果など新たなパワーがあることが分かってきているそうです。

また、新しい品種のりんご4種類(星の金貨・こうたろう・スリムレッド・青リ24号)を食べ比べてみました。それぞれが違った味わいで、受講生の方々の間でも好みが分かれていました。

私たちにとって最も身近な果物であるりんごも、長い年数をかけて品種改良を重ね、生産者が様々な工程を経て育て上げたおかげで、今のような、おいしいりんごがあることを考えながら、今まさに旬のりんごを食べたいものですね。



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

生涯学習情報

平内町教育委員会  
☎755-2565

## ふれあい出前講座開催 -よさこい「華彩」-

12月19日、平内町立山村開発センターにおいて町職員が講師として各会場へ出かけていく「ふれあい出前講座」が行われました。

今回は「平内のホタテ」についての講座で、よさこいでご存知の「華彩(佐々木友子代表)」が勉強会の一環として企画し開催されました。「知っているようで知らない平内ホタテの素晴らしさをもっとPRしよう」を目的に、町教育委員会に講師の派遣を申請、そして依頼された講師は今年度3回目の登場となる町産業振興課ホタテ係長の門脇さんです。

会場に集まった16名の方々は、町の基幹産業であるホタテ養殖漁業の現状やホタテの成長について、分かりやすく、また楽しく講義してくれる門脇さんの話に聞き入っていました。なかでも、養殖かごの仕組み、コレステロールを下げる働きのあるホタテのパワーの話聞いたときには、参加者全員が驚きの声をあげていました。

参加者からは、「知らないことが沢山あった。」「デリケートなホタテを愛情たっぷりに育てている漁師さんの苦労も余り分らなかった。」「急にホタテが食べたくなった。」などの声が聞かれ、とても充実した楽しい一時を過ごしました。



### 平内町硬式テニスクラブ 会員募集 初心者大歓迎

一緒にテニスを楽しみませんか？

○練習日：毎週土曜日 18:30～21:00

○年会費：7,000円

※日本庭球協会公認指導員が指導します。

問 平内町教育委員会

TEL 755-2565 (蝦名淳次)

## お知らせ

**町立図書館 紹介コーナーその109**

新刊図書紹介コーナー

①壺霊 上・下	内 田 康 夫
②銀のみち一条 上・下	玉 岡 かおる
③オリンピックの身代金	奥 田 英 朗
④大金星	水 野 敬 也
⑤女神記	桐 野 夏 生
⑥悼む人	天 童 荒 太
⑦出星前夜	飯 嶋 和 一
⑧犯罪小説家	栗 井 脩 介
⑨いつかX橋で	熊 谷 達 也
⑩フルーツ 上・中・下	花 村 萬 月

.....  
○2月の休館日 8日・11日・22日  
.....

視覚障害者のための音声、拡大読書機を図書館に設置しましたのでご利用ください。

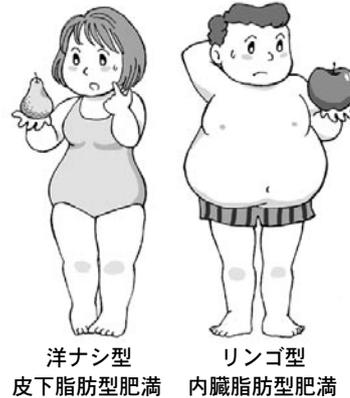
生涯学習カレンダー 2 月	
5日(木)	▶人権・行政相談所開設
6日(金)	▶新入生説明会(西平内中学校)
7日(土)	▶町民スキー大会
11日(水)	▶建国記念の日
12日(木)	▶新入生説明会(東平内中学校・東栄小学校)
13日(金)	▶私立高校入学試験日(松風塾高校B日程)
15日(日)	▶家庭の日
25日(水)	▶県立高校入学選抜前期実施日 ▶東小学校一日入学
26日(木)	▶平内町文化・スポーツ賞授与式
28日(土)	▶平内高校授賞式

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」と照合してご利用ください。

hiranai ■今月の健康相談は…■  
 保健だより **内臓脂肪の蓄積は  
 ■■■■ メタボリックシンドロームの発症・悪化に！**

あなたは「洋ナシ型」？「リンゴ型」？

下腹部、腰のまわり、太もも、おしりのまわりの皮下に脂肪が蓄積するタイプを「皮下脂肪型肥満」、内臓のまわりに脂肪が蓄積するタイプを「内臓脂肪型肥満」と呼びます。「皮下脂肪」は出し入れの少ない定期預金のように、たまりにくく、落ちにくい脂肪です。「内臓脂肪」は比較的容易にたまるものの、容易に燃烧することができるので、日々の食事や運動を心がければ減らすことは十分に可能です。



洋ナシ型 皮下脂肪型肥満  
 リンゴ型 内臓脂肪型肥満

内臓脂肪型肥満を簡単に調べる方法として、**ウエスト径(へそまわり径)**が男性では**85cm以上**、女性では**90cm以上**であれば、内臓脂肪型肥満が疑われます。内臓脂肪から出てくる酵素・ホルモンなどが、血管や代謝にいたずらをすることによってメタボリックシンドローム(糖尿病、高血圧、動脈硬化などの生活習慣病)が進んでいきます。

食事、運動などの生活習慣を見直して、メタボリックシンドロームとなるリスクを減らしましょう。

**内臓脂肪をためやすい生活習慣**

- 階段を使うことが少なく、エレベーターなどに乗ってしまう。
- 運動をあまりしない。
- お腹いっぱい食べないと気がすまない。
- 間食をよくする。
- 料理に砂糖をよく使う。
- 濃い味付けが好き。
- 緑黄色野菜をあまりとらない。
- アイスcreamを好んで食べる。
- ストレス解消にお酒を飲むことが多い。
- タバコを吸っている。

このような生活習慣では、エネルギー、脂質、食塩の摂りすぎ、野菜不足などが原因で、メタボリックシンドロームを引き起こし、生活習慣病の要因となってしまいます。1つでも当てはまったら、すぐに改めましょう。

2月の健康相談では、「メタボリックシンドロームの予防」について保健師がお話しますので、是非ご利用ください。

問 役場 保健福祉課 ☎ 755-2114

# メタボリックシンドローム支援プログラム

## ～ 栄養 ～ シリーズ④

12月18日(木)メタボリックシンドローム支援プログラム4回目として、栄養教室を開催しました。

今回は「**普段の食事を振り返ってみよう～バランスのとれた食事・健康によい食事とは～**」をテーマに講話、実習を行いました。今回の栄養教室では、バランスのよい食事とは、1日に何をどのくらい食べればいいのか、目安を理解するために、**食事バランスガイド**についての説明を聞きました。また、実際に毎日使っている茶碗で1食分のご飯の量を測ったり、1日の野菜の量を確認したり、食事カードを使ってバランスの良い献立を組み合わせたりと食事について楽しく学習しました。

普段の食事を振り返ってみると「全体的に食べすぎていることに気づいた」「乳製品をまったく摂っていなかった」「ご飯の量が多かった」など様々気づくことができました。皆さんの気づいた点をこれからの食習慣にいかしていきましょう。



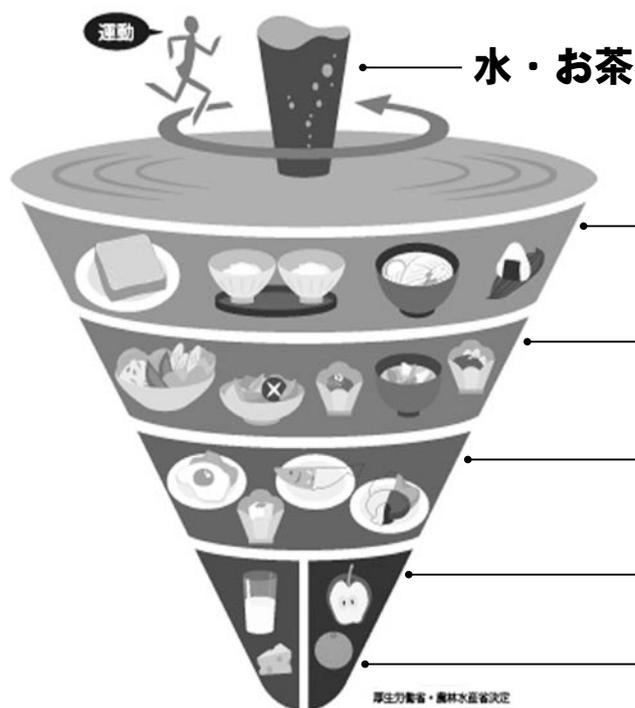
1日に350g、これくらいの野菜を食べましょう。左が色の濃い野菜、右が色の薄い野菜です。



昨日の献立を思い出しながら食事のバランスをチェック！



～食品カードで献立の組合せ～  
魚や肉だけでなく野菜の献立も選びました



### 食事バランスガイド

#### 1 日 分

- 5～7 主食** (ごはん、パン、麺)  
つ(SV) ごはん(中盛り)だったら4杯程度
- 5～6 副菜** (野菜、きのこ、いも、海藻料理)  
つ(SV) 野菜料理5皿程度
- 3～5 主菜** (肉、魚、卵、大豆料理)  
つ(SV) 肉、魚、卵、大豆料理から3皿程度
- 2 牛乳・乳製品**  
つ(SV) 牛乳だったら1本程度
- 2 果物**  
つ(SV) みかんだったら2個程度

※SVとはサービング(食事の提供量の単位)の略

## これからママになるあなたへ

### 食べ物について知っておいてほしいこと

**妊娠中に注意が必要な食中毒菌があります。**

妊娠中は、一般の人よりもリステリア菌に感染しやすくなり、赤ちゃんに影響がでることがあります。リステリア菌は、食品を介して感染する食中毒菌で、塩分にも強く、冷蔵庫でも増殖します。



**妊娠中に避けた方がよい食べ物があります。**  
(リステリア食中毒の主な原因食品例)



ナチュラルチーズ  
(加熱殺菌していないもの)



肉や魚のバラ



生ハム



スモークサーモン

**冷蔵庫を過信せず、食べる前に十分加熱しましょう。**  
(リステリア菌は冷蔵庫内でもゆっくりと増殖しますが、他の食中毒菌と同様に加熱することで予防できます。)

冷蔵庫の食品は、期限内に使い切るよう心がけましょう。



**体調管理のため、食中毒予防を心がけましょう。**

マクニイマーク

家庭でできる食中毒予防の6つのポイント  
<http://www1.nhk.go.jp/houdou/0902/h0331-1.html>

## 子どもの間食(おやつ)の与え方

間食は、3食だけでは不足しがちな栄養を補う役割があり、特に幼児や低学年の児童はたくさんの栄養を必要とするものの、消化機能が未熟であることなどから1回の食事ですべてを食べることができません。そこで、年齢によっては食事の1つとして間食が必要なのです。主に次のようなことに気をつけて与えましょう。

- ①時間を決めて規則正しく与える。  
不規則に与えることは、偏食、ムラ食い、肥満や虫歯の原因になります。
- ②栄養のバランスを考えて与える。  
良質のたんぱく質、カルシウム、ビタミンに富んだものを選んで与えましょう。  
※牛乳、ヨーグルト、果物、焼き芋、野菜入り蒸しパン、チーズトースト など  
※市販の菓子類は組み合わせを上手にしましょう。  
ビスケット+牛乳、ドーナツ+果物 など
- ③量にも気を配り、食事に差し支えないように。



お皿にとい分けて食べましょう。

### ④ジュースの飲みすぎに注意！水分補給をジュースにしないように。

- ・天然果汁100%のジュースも虫歯になります。
- ・スポーツドリンク、乳酸菌飲料などにも糖分は含まれています。
- ・おやつが甘い物の時は、飲み物を麦茶やお水にしましょう。



## 愛の献血にご協力を！

下記の日程で移動献血車による献血を実施します。輸血を待ち望んでいる患者さんのために一人でも多くの方々のご協力をお願い致します。

	時間	場所
2月23日(月)	9:30~12:00	平内町役場前
	14:00~16:00	平内中央病院前

「はたちの献血」実施中です！

「はたち」の若者を中心として広く国民各層に、献血への理解を求めるとともに、献血者の確保を図るため2月28日まで全国一斉に実施しております。

## ☆子育て支援センター 2月の行事予定

【お問い合わせ先】  
平内町地域子育て支援センター  
☎ 758-1214

日 程	活動・場所	内 容	備 考
2月10日(火) 9:30~11:00	ぴよぴよ絵本サークル 支援センター	絵本などの読み聞かせを行います	
2月19日(木) 9:30~11:00	親子ふれあいワーク 東和保育園ホール	遊びの広場：保育園のお店屋さんごっこに参加しませんか	1個1円で買い物します。 1円玉を10枚持ってきてください。
2月24日(火) 9:30~11:00	すくすくクラブ 支援センター	身体測定とわらべ遊びをします	

# 平成21年度青森県交通災害共済 加入受付開始

～ 1日1円でご家族の安心を！～

平成21年度青森県交通災害共済の加入受付を平成21年2月2日より役場町民課において実施いたします。

交通災害共済は日本全国どこで起きた交通事故でも弔慰金、またはケガの程度に応じて見舞金をお支払いする共済制度です。

## 弔慰金、見舞金の対象となる交通事故

- ①自動車、バイク、自転車、介護人の付いていない車イスなどの道路交通による人身事故。
- ②歩いていて車にはねられたり、ひかれたりした事故。
- ③自転車で走行中に転倒したり、追突されてケガをしたとき。
- ④自転車の補助いすに子どもを乗せて走行中、子どもがスポーク等に足をはさんでケガをしたとき。
- ⑤自転車運転中、誤ってガードレール等にぶつかり、ケガをしたとき。

## 弔慰金、見舞金の対象とならない場合

- ①故意又は重大な過失によって交通事故を起こし、不正に見舞金等を受けようとする方。
- ②無免許運転及び酒気帯び運転をし、又はその事情を知りながら同乗して交通事故による災害を受けた方。
- ③地震、洪水、暴風、その他の天災によって生じた交通事故による災害を受けた方。
- ④電車、航空機、船舶などの事故による災害を受けた方。

## 共済会費

年間1人 350円

## 共済期間

平成21年4月1日～平成22年3月31日までの1年間。  
(平成21年3月31日までに加入をされた方は予約加入扱いとなります。)

平成21年4月1日以降に加入された方は加入したその日から平成22年3月31日までです。

## 請求期間

見舞金は傷害を受けたときから1年以内に請求してください。

## 見舞金の受け取り方法

ご希望の金融機関への口座振替又は郵便局の窓口払いで受け取れます。

## 共済弔慰金、見舞金金額表

災害の程度		等級	金額
死亡した場合		1	1,000,000円
実治療日数 180日以上で	入院180日以上を含む	2	150,000円
	入院90日以上 180日未満を含む	3	130,000円
	入院90日未満又は 入院なきものを含む	4	110,000円
実治療日数 90日以上 180日未満で	入院90日以上を含む	5	80,000円
	入院90日未満又は 入院なきものを含む	6	60,000円
実治療日数60日以上90日未満		7	45,000円
実治療日数30日以上60日未満		8	35,000円
実治療日数10日以上30日未満		9	25,000円
実治療日数10日未満		10	20,000円

## 特別見舞金

交通事故がもとで、2年以内に自動車損害賠償保障法施行令別表第1級から第3級の後遺障害になった場合は、前記見舞金のほか50万円をお支払いします。

## 見舞金の請求に必要な書類

- ①自動車安全運転センター発行の交通事故証明書
- ②医師の診断書又は整骨院の証明書  
※診断書用紙は役場町民課にあります
- ③会員証
- ④死亡したときは死体検案書又は死亡診断書
- ⑤印鑑

問 役場町民課

☎ 755-2113 (内線121)

# 2009 2 今月のおしらせ

# Information

### 青森県道路愛護等 功労者表彰式 茂浦コミュニティセンター

平成20年度青森県道路愛護等功労者の表彰式が、12月12日(金)に青森市のラ・プラス青い森で行われました。

この表彰式は、長年にわたり道路愛護精神の高揚を図るため、道の正しい利用、道路愛護等の活動に努め、その功績が特に顕著な団体及び個人への表彰を行うものです。

今年度は平内町から長年にわたり主要地方道夏泊公園線の中野板橋地区のパーキングエリア内の清掃、ゴミ拾い及び花壇への花の苗の移植などを行っている茂浦コミュニティセンターの皆さんが、青森県県土整備部長賞を受賞しました。

当日は、代表として館長の逢坂光義さんと須藤学さんの2人が出席し、小田部県土整備部長より表彰状と記念品が授与され「今後とも継続して道路愛護のために、地域の皆さんと一緒に頑張ります」とおっしゃっていました。  
受賞おめでとございます。



→ 功労者表彰式の様子

### 振り込め詐欺の被害に 遭わないために 青森警察署 平内交番

卑劣で被害数多数の「振り込め詐欺」を撲滅するために警察では様々な取り組みを行っています。

その一環として、青森銀行小湊支店において「振り込め詐欺防止青銀ロビー展」と称し、訪れた方々に注意を促しました。

振り込め詐欺が身近な犯罪であることを認識して、被害に遭わないよう次の点にご注意ください。

『すぐに振り込まない！』  
一人で振り込まない！

○ 犯人が事前に「携帯電話を替えた。」と嘘の電話をしてくる場合もあります。電話を切った後、必ず本人やその家族、勤務先等と連絡を取り、事実を確認してください。

○ ATMを操作して、お金が振り込まれることは絶対にありません。そのような電話は、還付金詐欺です。

○ 不審に思ったら「#9110」番又は最寄の警察署へご相談、緊急の場合は110番通報してください。



→ 振り込め詐欺防止 青銀ロビー展

### 「冬の祭典」を開催します 青森県動物愛護センター

愛犬や愛ねと一緒に参加できるイベント「冬の祭典」を開催します。

▼日時  
平成21年2月15日 10時～16時

▼場所  
青森県動物愛護センター  
(青森市宮田字玉水119-1)

- ▼内容
- ・ 動物とのふれあい
- ・ 講演「ねこのしつけについて」
- ・ 動物たちの雪上運動会
- ・ 特設すべり台(子ども用)

楽しいイベント盛りだくさんで皆様のお越しをお待ちしています。またイベントの詳細については、ホームページ(<http://www.anon-i-animal.jp>)または電話にてお問い合わせください。

※ねこを連れて来られる方は逸走防止のため、必ずゲージ等に入れてお連れください。また、すべてのイベントに事前申込の必要はありません。

### 秋季町民卓球大会 青森県小学校卓球大会予選会 管内小・中学校

11月23日に秋季町民卓球大会と青森県小学校卓球大会の予選会が町立体育館で開催され、熱戦を繰り広げました。結果は次のとおりです。

#### 【小学校女子団体】

- 1位 東小学校
- 2位 東栄小学校
- 3位 山口小学校
- 4位 浅所小学校
- 5位 東田沢小学校
- 6位 小湊小学校

#### 【小学校男子】(予選なし)

- 1位 小湊小学校
- 【中学校女子団体】
- 1位 東平内中学校
- 2位 西平内中学校

小湊小学校男子チーム並びに東小学校女子チームは、2月21日(土)に青い森アリーナで開催される青森県大会へ平内町代表として出場します。

優勝目指して  
頑張ってください！

問 青森県動物愛護センター  
☎ 726-6100

登録児童の募集

ひらな中央児童館

ひらな中央児童館では、登録児童の募集を行います。児童館では、ボランティアの先生による習字や工作などの指導のほか親子バス遠足など様々な行事が行われています。

なお、年間行事の中には児童館に児童登録をしていないと参加できない場合があります。主な年間行事については、児童館までお問い合わせください。

▼締切 3月8日(日)

問 ひらな中央児童館  
☎75512354



→友達もたくさんできるよ

所得税 確定申告について

青森税務署

◆所得税の確定申告は

「ご自宅のパソコンから確定申告書の作成・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。税務署に向くことなく、「ご自宅のパソコンからインターネットを通じて申告ができます。」

①3月16日(月)までは、土・日・祝日を含む毎日、24時間利用できます。

②「電子証明書」の添付で、最高5千円の税額控除ができます。(平成19年分での控除を受け方を除きます。)

③源泉徴収票や医療費の領収書など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還付金が約3週間で戻ります。 ※インターネットの利用方法や電子証明書の取得方法など、詳しくは国税庁ホームページ (<http://www.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、2月2日(月)から3月16日(月)まで署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及び贈与税の申告書作成をサポートします。

会場では、パソコンに必要事項を入力することにより申告することが出来ます。

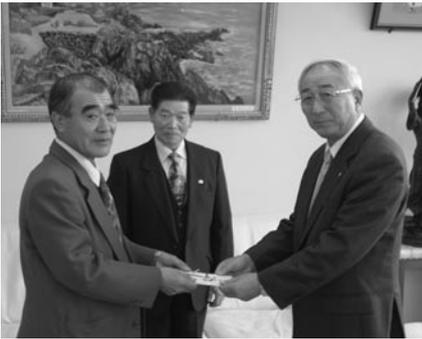
なお、青森税務署の申告書作成会場の開設は、土・日・祝日を除く午前9時から午後5時までですが、2月22日と3月1日に限り日曜日も開設します。

青森税務署  
☎77614241

寄付採納のお知らせ

石川流 二代目津軽手踊り保存会

平内町石川流二代目津軽手踊り保存会より「町のために役立ててください」と収益金の一部が寄付されました。心からお礼申し上げますとともに、町政の発展へと大切に活用させていただきます。



レジ袋無料配布中止

青森県環境政策課

平成21年2月2日からレジ袋無料配布中止(有料化)がスタート!

「ごみ減量とリサイクルを推進する「もったいない・あおもり県民運動」の一環として、平成21年2月2日(月)から県内の主要なスーパーなどで、「レジ袋の無料配布取り止め(有料化)」が始まります。

◆実施店  
県内のスーパー、ホームセンター、百貨店など24社、231店舗

※詳しくは左記までお問い合わせください。

問 青森県環境政策課  
☎73419249

「白鳥まつり」の中止について

平内町観光協会

鳥インフルエンザ等の問題により当分の間、県の要請により野鳥への餌付けは自粛しております。このようなことから、今年の「白鳥まつり」については中止となりました。

問 平内町観光協会 事務局  
☎75512118

雪下ろしは電線に注意してください!

東北電気保安協会

雪国の冬、大雪が降った後の雪下ろし、大変な重労働です。雪下ろしで電気の引込線を切った等の事故が時々起きています。十分にご注意ください。



お詫びと訂正

広報ひらな 新年号10ページの「今月のおしらせ」中に、一部誤りがありました。「工藤青森県警察本部長から感謝状を授与され」とありましたが「青森警察本部長感謝状を工藤青森警察署長より授与され」の誤りでした。お詫びして訂正いたします。

第22回

# 夜越山 洋ランまつり

■平成21年3月7日(土)～3月22日(日)

■午前8時30分～午後5時迄

## 洋ランの観賞

●150種 2,000鉢

## 洋ラン即売会

●市価の50%～20%OFF

## 青森蘭友会展示会

### 洋ランなんでも相談室

- 全国トップクラスを誇る、自慢の洋ランを200点以上展示しています!
- 雪国でも簡単に育てるコツ教えちゃいます!  
(ただし、8日 日曜日から)

## 特設コーナー

### 第22回 夜越山洋ランまつり Presents

ジュエルオーキッド  
～宝石をちりばめた洋ラン～

人気投票による抽選で  
商品が当たる!!



■お問い合わせ／夜越山森林公園  
TEL.017-755-2663

■主催／青森県平内町

■後援／青森蘭友会・平内町観光協会・平内町商工会

■協賛／青森空港ビル株式会社

■平内町ホームページ

URL <http://www.town.hiranai.aomori.jp/>  
(財)むつ小川原産業活性化センター支援事業

人口と世帯

男 … 6,444人 (- 11人)

女 … 7,023人 (- 5人)

計 … 13,467人 (- 16人)

世帯数…5,284世帯 (+ 1)

平成20年12月末現在

( )は、前月との比較

12月受付分

戸籍の窓口

片桐 恵美 北海道  
佐々木 良輔 本籍地  
松野 木

結婚おめでとう

赤ちゃん名 (親) 住所地  
太田 稜也 (卓也) 野辺地町  
濱田 美羽 (勝生) 新生町  
江戸 竣 (祐倫) 第2口広  
倉内 憲慎 (睦憲) 青森市

お誕生おめでとう

堀場 サメ (90) 和雄 第1平中 喪主 住所地  
野村 健治 (84) 倫納 藤沢  
佐々木 キ又 (90) 豊 小豆沢  
鳥谷部 武彦 (53) 順一 清水川  
寺沢 ひさ (86) 隆二 第2平中  
原 子 林蔵 (79) ミサ 福島  
福崎 ヨシミ (86) 勝規 福島  
相坂 福次郎 (73) 憲一 第2内掌  
三浦 眞砂子 (56) 梶 廣東 和

お悔やみ申し上げます

戸籍の窓口への掲載は、役場に届け出された時に、本人から確認できたものだけを掲載しております。  
なお、他市町村に届け出し、「広報ひらなひ」に掲載したい方は役場町民課住民係へご連絡ください。

☎755-2113

(内線123)

辻村 政彦 (47) トミエ 下町  
辻村 リサ (74) 政志 間木  
飯田 眞吉 (82) 和雄 東滝  
藤田 キミエ (78) 謙一 間木

平成21年度納税相談(申告)について

住民税の申告をお忘れなく!

平成21年度課税の住民税の納税相談を2月5日(木)から受付します。毎戸配布された日程表を確認し、相談して下さるようお願いいたします。

身近でよりよい行政サービスを行うため、国から地方への税源移譲が行われました。これに伴い住民税のしくみが変わり、次のような方は、税務署又は、役場へ申告により住民税が減額となりますので申告が必要です。

◎平成18年末までに住宅を新築し入居され、所得税の住宅ローン控除を受けている方で、税源移譲により所得税が減額となって控除しきれない額がある場合は、3月16日までの申告により、翌年度(21年度)の住民税の所得割から控除できます。

また、21年度以降も住民税の住宅ローン控除を受けるためには、毎年申告が必要となります。

◆所得税の確定申告をされない方

住宅借入金等特別税額控除申告書に源泉徴収票を添付して役場税務課へ

◆所得税の確定申告をされる方

住宅借入金等特別税額控除申告書を確定申告書とともに税務署へ

※住宅借入金等特別税額控除申告書は役場税務課にあります

問 役場税務課 住民税係

☎755-2115 (内線246・259)

◆納税相談を行っています

生活保護を受けたり、災害(火災・風水雪害等)、その他特別の事情により税金を納めるのが困難な場合、納期限前7日まで(国保税は納期限までに)の申請により税金が免除、減額されることがあります。また、納税についてのさまざまな相談を受け付けています。

町税の納付についてお悩みがある方は、お気軽にご相談ください。

問 役場税務課 収納係

☎755-2115 (内線248・249)

20年度の町税はすべて納期限が過ぎています。お忘れになっていませんか?

あなたも参加 わたしもうります “安全運転”

県内の交通事故概況

平成20年		12月中		12月末累計	
発生	646件 (+3)	6,404件 (-452)	死者の状態	飲酒運転による死者	
	死者	2人 (-8)		62人 (-30)	9人 (-1)
	傷者	816人 (+25)		7,962人 (-681)	33人 (-21)
				高齢者の死者 ~ 65歳以上の人 ~	
				自動車乗車中の死者	
				非着用死者	
				着用していれば助かったと思われる人	

※ ( )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。

第四回

# 新春かるた大会

平成二十一年「ふるさと歌留多ひらな物語杯」争奪



「新春かるた大会」  
2月に開催決定!!  
平内町の小学生が描いた絵札で  
「ひらない」をもっと知ろう!

日時 平成二十一年二月二十二日(土)・午後一時三〇分  
場所 平内町勤労青少年ホーム(体育室)

## 参加無料

- 主催/新春かるた大会実行委員会 □後援/平内町・平内町観光協会
- お問い合わせは、平内町役場 総務課 企画政策係内・渡辺(大会事務局)まで。
- TEL/7555・2111(内線234) ●FAX/7555・2145

※大会運営ボランティアも募集しております。

### 参加者大募集

