広報ひらない

12

平成21年/２００９

今月のトピックス

◇ 平高創立30周年式典 ・・ ２ページ
◇ 秋のイベント ・・・・・ ３ページ
◇ 生涯学習情報 ・・・ ４～５ページ
◇ 保健福祉だより ・・ ６～７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/

繊細な技に目を奪われ ゆったりと過ごす秋の一日 巧

◆ 第32回平内町民文化祭 ◆

第32回 平内町民文化祭

芸術・文化の祭典

平内町民文化祭実行委員会主催による、芸術と文化の祭典「平内町民文化祭」が、10月24日(土)・25日(日)の2日間にわたって開催されました。

発表部門の会場である町立山村開発センターでは、あでやかな日本舞踊、心が癒されるような音色を奏でる大正琴など、各種団体によるたくさんの芸能が発表され、大勢つめかけた観客から大きな拍手と歓声があがりました。また、催事部門としてプロ棋士さながらの真剣勝負が繰り広げられた囲碁・将棋大会など、ありとあらゆる催し物が展開されました。

展示部門は町立体育館を会場として、絵画や書など、個々の力作が飾られたパネルが所狭しと並び、その他にも大小のテーブルには盆栽や工芸などが展示されました。鑑賞している方は、作品の技術の高さ、趣の深さに感嘆し、目を奪われていました。

会場を訪れた方々は、様々な催し物や芸能、作品にふれ「芸術と文化の秋」を満喫しているようでした。

第37回 商工会びっくり市

秋の期間限定品・賑わった2日間

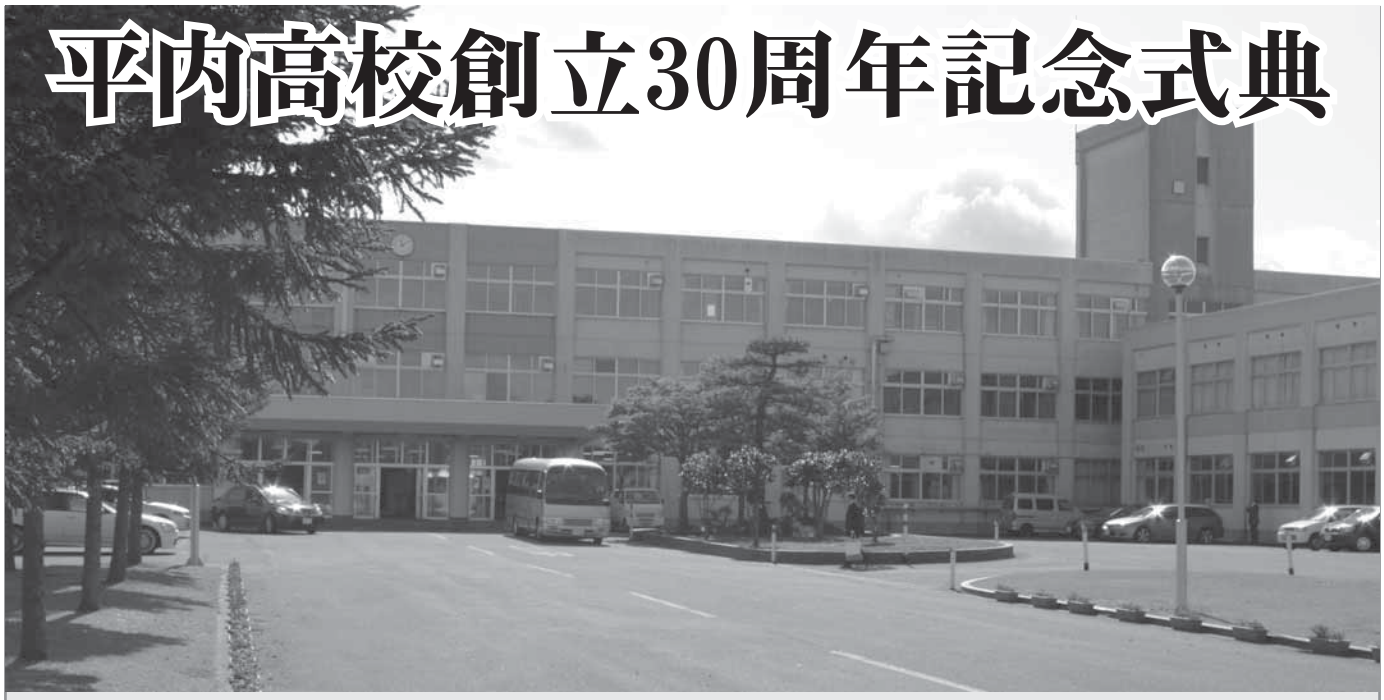
10月31日(土)・11月1日(日)、「第37回商工会びっくり市」が町立体育館で開催され、初日から多くの方々が訪れ賑わいました。

会場の体育館には、各商店のブースが軒を連ね、電化製品や冬物衣類、日用雑貨、スタッドレスタイヤなどの商品が所狭しと並べられました。いつもより安い価格での販売とあって、お客さんはいろいろな物を買い求めていました。また、ホタテ貝詰め込み大会や大オークション、抽選会などが行われ会場は熱気に包まれました。

その他には、ステージでは横笛奏者・ＨＩＲＯＭＡＳＡによる演奏、「竹伸会」の津軽民謡、「小湊中学校」吹奏楽演奏会、「華彩」のよさこい演舞が披露され会場をさらに盛り上げました。

お客さんは、安値で購入できる「びっくり市」で長靴・防寒具などを特に買い求め、これから訪れる厳しい冬に備えているようでした。

平内高校創立30周年記念式典



「継続」は力なり、「経験」は財産なり

10月14日(水)には、記念事業として国内外で活躍し続けるプロゴルファーの青木功氏を招き講演会が開かれ、平内高校、小湊中学校の生徒をはじめとする400人が、青木氏の熱のこもった講演に聞き入りました。会場は青木氏の入場とともに大きな拍手が起こり、興奮に包まれました。

青木氏は「目標をひとつ決めたら、それに向かって突き進むこと。途中で諦めて投げ出したら、それまでの努力が無駄になる。壁にぶつかったときこそ自分を客観的にみて、何が足りないのかを考えることができれば、自分が大きくなれる。人間としてステップアップできる」と話しました。

青木氏は、質問のある生徒を壇上にあげ、様々な質問にも気さくに答え、握手を交わして激励しました。

講演を聞いた生徒からは「世界で活躍する人の考え、経験を聞くことができ、とてもためになった」「これから自分の将来を考えるうえで、とても参考になった」と聞かれました。

「まこと」を求め、「おもいやり」の心を持ち、たゆまず「はげむ」

1980年に青森東高校平内分校として開校してから30周年を記念し、10月10日(土)青森県立平内高等学校で式典が執り行われ、全校生徒131人や来賓、保護者の方々の約300人が参列しました。

厳かな雰囲気の式典では、伊藤正雄校長が「生徒には、創立されてからの平内高校の歴史と、卒業された先輩方の伝統を引き継ぎ、目標を見つけ、愛・誇りをもって歩みを進めてほしい」と式辞を述べ、続いて亀田武之進記念事業実行委員長が「町と地域の願いによって生まれた平内高校が創立30周年を迎えることができ喜びに堪えない。平内高校で培った力を発揮し、新しい時代を担う者として夢に向かって歩んでほしい」と挨拶がありました。

その後、歴代の校長ら18名に感謝状などが贈られ、来賓の逢坂町長が「これまでスポーツやボランティア活動において活躍し、地域に密着した愛される高校であることを誇りに思う」と挨拶しました。そして、生徒を代表して飯村洋史生徒会長が喜びのことばで「平内高校卒業生の先輩の作り上げてきた伝統・歴史が大きく、守ることができるか不安だった。しかし、後輩に引き継ぐことで、卒業生と絆で繋がった気がした。青森東高校・校舎として制服・校歌が変わっても、この伝統は生き続ける」と述べました。

最後に、参列した方全員で校歌を斉唱し、地域に根ざした愛される高校の創立30周年の節目を祝いました。

“ひらないカレッジ”「太宰を訪ねてウォーキング」

ひらないカレッジ･すこやかコースで「ウォーキングと森林浴」を行い、太宰治のふるさと、五所川原・金木、芦野公園を散策しました。今回のカレッジは、募集された倍以上の参加希望者があり、2回に分けての開催となりました。

まず､津軽五所川原駅から津軽鉄道「走れメロス号」に乗車し、目的地である芦野公園まで行き、公園内の吊り橋、浮き橋などの遊歩道をウォーキングしました。この日は晴天となり、参加者の方は見事に紅葉している公園内を気持ちよさそうに散策し、太宰のふるさとの秋を感じているようでした。そして昼食後には、太宰治記念館「斜陽館」や「津軽三味線記念館」などを見学しました。

参加者は「芦野公園のウォーキングが気持ちよかった」「心がリフレッシュされました」「津軽鉄道は情緒があっていい。今度は冬のストーブ列車に乗ってみたい」などど話していました。

“スポーツ少年団野球・卓球大会”“町民ナイター卓球リーグ戦”結　果

平内町スポーツ少年団野球大会・卓球大会が10月３日(土)・４日(日)に開催されました。

管内各小学校から野球競技では６チーム、卓球競技には80名の選手が参加し、日頃の練習と成果を十二分に発揮し、熱戦が繰り広げられました。

大会結果は次のとおりです。

【野球競技】

□１回戦　小湊クラブＡ　９－１　小湊クラブＢ
　　東　ク　ラ　ブ　11－１　連合クラブ
　　（東田沢・東栄・茂浦小）
□準決勝　浅所クラブ　５－４　小湊クラブＡ
　　東　ク　ラ　ブ　６－４　山口クラブ
□決　勝　東　ク　ラ　ブ　８－６　浅所クラブ

【卓球競技】

□バンビ女子
①逢坂　璃子(小 湊 小)　②加藤夕生七(東田沢小)
③船橋なつめ(東　　小)　④田中　帆夏(東田沢小)
⑤倉本　寧々(東 栄 小)　⑥笹原　　楓(東田沢小)

□カブ男子
①飯田　南飛(浅 所 小)　②太田　孝則(東 栄 小)

□カブ女子
①山口希羅梨(東田沢小)　②村田　迪子(小 湊 小)
③片山　瑞歩(小 湊 小)　③山本　夏海(東田沢小)
⑤豊島　結海(山 口 小)　⑤船橋　優香(東　　小)
⑤垂井　　遥(浅 所 小)　⑤飯田　　希(浅 所 小)

□ホープス女子
①定森　仁美(東 栄 小)　②太田　幸来(東 栄 小)
③船橋はづき(東　　小)　③佐藤あゆみ(東 栄 小)
⑤柴崎ちかの(東　　小)　⑤鶴田　朝美(東 栄 小)
⑤大水　紗希(山 口 小)　⑤三津谷佳奈(浅 所 小)

卓球愛好者約30名の参加によるラージボールナイター卓球リーグ戦が､10月９日･13日･16日･20日の夜間に行われました。

参加者の方は、仕事の終わった７時過ぎから大好きな卓球を楽しみ、心地よい汗を流しました。

大会結果は次のとおりです。

□Ａクラス
①東中ＯＢ　②のこった　③ＪＫ５

□Ｂクラス
①元気な星　②ひきちandまさいく　③ファイン

□Ｃクラス
①あんぽんたん　②スマイルチーム

↑　Ａクラス優勝の「東中ＯＢ」の皆さん

「子どもをほめよう、叱ろう、励まそう」

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ボランティアを実践しよう

“ひらないカレッジ”「合気道体験」

９月16日(水)、ひらないカレッジにおいて「合気道体験」が行われました。講師はＡＴＶおしゃべりハウスで「徳さんの健康体操」のコーナーでご存知の方も多い、青森県合気道連盟副会長の内田徳男さんです。

はじめに内田氏から「合気道は、試合で相手を打ち負かすことを目的とするものではない。稽古を積むことで、心身が鍛えられ、強さが身につくというものです。特に護身術は、自分の身を守るのに知っておくと、いざというときにとても役立ちます。また、呼吸法やストレッチなど、合気道の稽古は日常から気軽に取り入れられますので、楽しく体験してください」と説明を兼ねて挨拶がありました。

その後、内田氏は様々な場面を想定し、受講生の皆さんに「護身術」を指導してまわり、ユーモアあふれる指導にあちこちから笑い声があがり、和やかな雰囲気での体験となりました。

最後に、合気道の基本的な技が披露され、相手の攻撃する力を利用して技が決まると、受講生から「すごい！」「心身の鍛錬にいい武道だ」という声が聞かれました。

受講生の皆さんは、合気道というなかなか触れることのない武道を楽しく体験できたようでした。

おしらせ

町立図書館　紹介コーナーその119

新刊図書紹介コーナー

①新参者	東野圭吾
②三人暮らし	群ようこ
③逃亡者	折原一
④鉄の骨	池井戸潤
⑤無理	奥田英朗
⑥６ＴＥＥＮ	石田衣良
⑦天に堕ちる	唯川恵
⑧引き出しの中のラブレター	新堂冬樹
⑨筆談ホステス67の愛言葉	斉藤里恵
⑩男おひとりさま道	上野千鶴子

○12月の休館日　13日・27日・29日・30日・31日

¶ U w K J _ [12 @ @

P œ(˛)	n < ¿ ´ «
S œ( )	l Es › ˋ kœ
11 œ( )	~ S ˚ S § fl (̂ ‘fi20œ) N ˋ ˚ x œ o fi(fi‘20œ)
12 œ(y)	Ø ˚ … C I Y E I Ł ˝
13 œ(œ)	Ø ˚ … C I Y E I Ł ‡ ’ ‰ < ˋ h c † / C … m Z „
16 œ( )	< w Z Ø ‡ ˘ <
18 œ( )	‰ Z æw œ I ˘ fi
20 œ(œ)	˘ ˚ œ
22 œ(˛)	· < E w Z æ w œ I ˘ fi
23 œ( )	V c a¶ œ … m Z æ œ I ˘ fi
28 œ( )	fl ¡ d [

@ – y [W J _ [˝ A » ¨ s ˘ u
w K J _ [v L ‡ Œ ˜ ¢ Ø ˘ ˇ X " ˋ
L ˜ ¢ • ¯ u ¶ U w K J _ [v ˘ ˘
˜ † p › ‡ ¢ B

「高校生のための育児教室」開催！

10月16日、松風塾高校において「高校生のための育児教室」が開催されました。当初の計画では「乳児ふれあい体験学習」を予定していましたが、新型インフルエンザの流行により、乳児への感染が危惧されるために再検討した結果、内容等を変更し開催されることとなりました。

教室では、ビデオ「赤ちゃん、このすばらしき生命」の上映や、「乳児の発達、感染予防と事故防止」について保健師からの説明がありました。その後に、赤ちゃんの抱き方、沐浴(お風呂に入れること)の方法、おむつの当て方、衣服の着脱等についての実習が行われ、まず保健師が実演し、続いて生徒の皆さんが行いました。実習の中でも特に沐浴では、人形を相手に少し緊張し、悪戦苦闘しながらも「お湯が冷めている。差し湯をしなければ」「赤ちゃんがおぼれちゃうよ」などとグループ内で声を掛け合いながら、和やかな雰囲気で行われました。

教室を終えた生徒は、口をそろえて「大変だった」と話し、実際に赤ちゃんとふれあうことはできませんでしたが、育児の大切さ、大変さを学べたようでした。

親子クッキング教室 ～ 参加者募集 ～

バランスのとれた食事を作ってみんなで食べてみませんか？
「食事の大切さ」についてのお話しと調理実習を行います

○日　時：平成21年12月24日(木)　10:00～13:00
○場　所：勤労青少年ホーム「調理室」
○対象者：小学校１年生～６年生の子どもと保護者
　　(子どもだけでも参加可)
○参加料：無料
○持参物：エプロンと三角巾
○締　切：平成21年12月18日(金)
　　先着20名まで(大人と子ども合わせて)
○主　催：平内町食生活改善推進員会
○申込先：役場　保健福祉課　保健係
　　x７５５－２１１４(内線１２８)

♪こんな食事を作ります♪
☆ポテトピザ
☆ベジタブルチャウダー
☆ヨーグルト蒸しパン

子育て応援特別手当の執行停止について(平成21年度版)

子育て応援特別手当(平成21年度版)は、経済危機対策の一環として、３歳から５歳までの児童１人あたり３万６千円を今年度に１回限りで支給する制度です。

しかし、平成21年10月15日、厚生労働大臣からこの手当の執行を停止するとの発表がありました。

この発表を受けて、当町におきましても、手当の執行を停止せざるをえない状況となりました。

これに伴い、10月１日から受付を行っております。ＤＶ(配偶者等からの暴力行為)被害者の事前申請につきましても中止させていただきます。

また、12月以降に予定しておりました申請書の発送につきましても、中止させていただきます。

手当の執行停止にご理解を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

問　役場　保健福祉課　福祉係
　　x７５５－２１１４（内線：１３７）

これからの健康を私らしく彩る メタボリックシンドローム支援プログラム②

『バランス食と適度な運動』

10月15日(木)、勤労青少年ホームにおいて「バランス食と適度な運動の講座」の第２回目として運動教室が行われました。講師には、青森県健康・体力づくり協会、健康運動指導士の近藤文俊氏を招き「ふだん体を動かしていますか？無理と思わずやってみよう“運動”」をテーマに、講話と運動の実践を行いました。

講話では「年齢とともに特に低下しやすい筋肉は…」、「基礎代謝をあげ、太りにくいからだを創るには…」など運動の効果について学習しました。その後に行われた実技では、運動の第一歩である「正しいウォーキング」について、実際にウォーキングしながら指導を受けました。参加者の皆さんは、ただ普通に歩くよりも、正しい姿勢を保つことを意識しながら歩くことで、更に効果的な運動となることを学びました。実技を終え、額に汗をにじませながら「今日、学んだことを毎日の運動に少しでも生かしたい」との声がありました。

今回で２回目のプログラムとなりましたが、参加者の皆さんは、健康に過ごすための知識を得て、運動が習慣となるよう努力されているようでした。

hiranai 保健だより

肝臓病を予防しよう！

～休肝日　週２日で　健康管理～

お酒は適量ならストレス発散などに効果がありますが、大量飲酒は逆効果です。アルコールの約30％は胃から、残りは小腸から吸収され、ほとんどが肝臓に運ばれて分解されます。日本酒１合を肝臓で分解するには３～４時間くらいかかります。大量飲酒はそれだけで肝臓に負担を与えているのです。『適量』を知り、守ることが健康維持の秘けつです。

○生命を守る肝臓　～３つの働き～

①栄養素の貯蔵と加工

食べ物から吸収した栄養素を使える形にして、必要なときに体内に送り出す

②解毒

アルコール、食品添加物、薬、ウイルスなどの体に有害な物質を無毒化し、体外へ排泄する

③胆汁の生成（排泄）

脂肪の消化・吸収や、脂溶性ビタミン、鉄、カルシウムなどの吸収に不可欠な胆汁をつくったり、老廃物を排泄する

○肝臓を守る日常生活

①「食後のひと休み」を心がけよう

食後の肝臓は、栄養素の分解や加工のため活発に働いています。食後30分ほどは、肝臓に血液が集中するよう「ひと休み」を心がけましょう。

②不要な薬は飲まない

飲み薬は、肝臓で処理された後に効力を発揮します。むやみな服薬は、肝臓の負担増となり、肝機能低下の危険が高くなります。

③十分な休養と睡眠をとろう

ストレスや身体的な疲労は、高血圧や胃潰瘍の原因になるように、肝臓にも影響を与えます。疲れを感じたときは、早めに休養や十分な睡眠をとりましょう。

④適度な運動「ウォーキング」を

脂肪肝の改善や健康づくりには、適度な運動が必要です。しかし、肝臓の状態が悪い場合は、医師と相談して始めましょう。

⑤飲酒は、適量を守りましょう

飲酒をする方は、適量を守り、時間をかけてゆっくり飲みましょう。

○自覚症状があったらすぐ受診

主な自覚症状

- ○体がだるい
- ○疲れやすい
- ○食欲がない
- ○吐き気がする
- ○体がかゆい
- ○黄疸が現れる
- ○急にお酒が弱くなった
- ○尿が濃い褐色になる
- ○手のひらが赤くなる
- ○皮膚にくもの巣状の血管がでる

健康診断での基本的な肝機能検査

検査項目	調べる内容
GOT GPT	肝臓の酵素で、肝細胞が壊れると血液中に流れます。この分量を測定すると肝炎、脂肪肝、肝硬変、肝がんなどの有無がわかります。
γ－GTP	胆汁に含まれる酵素で、アルコールが肝臓に与えている影響の状態を調べます。

ウイルス性肝炎

肝炎を起こす主なウイルスには、Ａ型、Ｂ型、Ｃ型などがあり、約70％はＣ型肝炎が占めています。Ｂ型、Ｃ型肝炎に感染すると、肝炎が慢性化して肝硬変や肝がんに進むことがあります。

	感染経路	特　徴
Ａ型	飲み物 食べ物	海外の旅行先での感染が多い
Ｂ型	血液 体液	成人後の感染は、慢性化する可能性は低い。キャリアの人が発症すると慢性化する可能性がある
Ｃ型	血液 体液	感染力は弱い。６～７割が慢性化する。

12月号の健康相談では「肝臓病の予防」についてお話しします。是非ご利用ください。

問　役場　保健福祉課　保健係
x７５５－２１１４（内線：１２５）

☆ 子育て支援センター ☆ 12月の行事予定

日　程	活動・場所	内　容
12月４日（金） 10:00～	ぴよぴよ絵本サークル 町立図書館	絵本など読み聞かせを行います
12月11日（金） 9:30～11:00	親子ふれあいワーク 支援センター	クリスマス飾りを作りましょう
12月21日（月） 9:30～11:00	すくすくクラブ 支援センター	親子でクッキング

【お問い合わせ先】
平内町地域子育て支援センター
x７５８－１２１４

新型インフルエンザ
正しく理解！きちんと予防！あわてず対策！

新型インフルエンザ(A/H1N1)とは？

動物のインフルエンザが、新しく人から人へと感染するようになったものを「新型インフルエンザ」と呼びます。「新型インフルエンザ」に対しては、基本的に誰も免疫がないので、たいへん発症しやすい特徴があります。

2009年に発生した「新型インフルエンザ」は多くの方は比較的軽症のまま回復しますが、一部重症化する場合もあるので注意が必要です。

【新型インフルエンザの特徴】

○季節性インフルエンザと類似する点が多い
○ほとんどの場合、薬を使用しなくても合併症もなく１週間以内に回復
○若年者に感染者が多い
○潜伏期間は１日から７日
○抗インフルエンザウイルス薬(タミフル・リレンザ)が効く
○基礎疾患のある者や妊婦、小児は重症化するリスクが高い

【新型インフルエンザの症状】

○急な38℃以上の熱
○咳
○悪感・熱感
○筋肉痛・関節痛
○全身倦怠感
○のどの痛み
○頭痛
○腹痛・下痢

新型インフルエンザ予防は他人への思いやり

【感染しない、させないための７つの思いやり】

①手洗いをしよう！
・石鹸をよく泡立て、手の平と甲を洗う
・指先、爪の間を洗う
・指の間、親指まわりも念入りに洗う
・手首も洗ってきれいに流す
②うがいをしよう！(下記を３回以上しましょう)
・口の中の汚れを取るようにブクブクうがい
・いったん水を吐き出します
・もう一度水を含み、喉の奥までガラガラうがい(３回以上)
③栄養・睡眠を十分とろう！
④咳エチケットを身につけよう！
・咳、くしゃみが出そうになったらティッシュなどで鼻と口を押さえる
・まわりの人から顔を背け、２ｍくらい離れる
・使用後のティッシュは、すぐにフタつきのゴミ箱へ捨て、手を洗う
⑤マスクを正しく着用しよう！
・マスクは予防だけではなく、他人への感染予防にもなります。たくさんの人が集まるところでは、できるだけマスクを着用する
⑥人ごみをさけよう！
⑦ワクチンを接種しよう！

新型インフルエンザにかかったら？

学校や職場は無理をしないで休む

新型インフルエンザと診断されたら、ゆっくり休んで安静と休養(睡眠)、水分をとって、まずは治療に専念しましょう。家族や近くの友達がインフルエンザにかかっても、あなた自身に発症がなければ学校や職場を休む必要はありません。数日間は発熱など体調の変化に気をつけましょう。

【家庭で看病するときは】

自宅で療養する場合、家族に感染しないように十分注意しましょう。
○患者は家族から離れて休もう！
家族への感染を防ぎましょう。
○看病する人を決めよう！
看病する人を特定しないと感染を広げます。
○加湿器を置く。湿度は60％以上！
ウイルスは低温・低湿・乾燥が大好きです。
○１時間に１回は換気！
部屋には多数のウイルスが存在しています。
○使用済ティッシュに注意！
感染者の鼻水や痰がついたティッシュは、ビニール袋に密閉して捨てましょう。ゴミ箱もフタつきの物を使用しましょう。
○ドアノブ・便座などは適度に消毒を！
患者が触れた場所は感染の危険があります。こまめに消毒しましょう。
○看病する人はこまめに手洗いを！

【学校・職場に出られる、回復の目安】

熱が下がっても、まだウイルスが体外に出ているといわれています。熱が下がっても、その後２日は休養し、できれば発症後１週間位は人ごみを避けましょう。

【見逃さないで！重症化】

発熱やせきなどの症状のほかに次の症状がみられたら、すぐに医療機関へ連絡しましょう。
○意識がはっきりしない
○呼びかけても応えない
○けいれんがみられる
○意味不明の言葉や行動
○呼吸が苦しそう

【あらかじめ連絡先を調べておきましょう！】

○医療機関をまとめておこう！
○夜間・休日の医療機関
あおもり医療情報ネットワーク
ＴＥＬ　０１２０－７３３６２０
ホームページ　http://www.qq.pref.aomori.jp/
○子どもの救急電話相談
ＴＥＬ　(局番なし)＃８０００
※ダイヤル回線・ＩＰ電話・公衆電話の場合
０１７－７２２－１１５２におかけください。
※受付時間は土・日祝日の夜７時～夜10時30分

【ご相談・お問い合わせ】

○県庁保健衛生課　０８０－１８４４－９４９９
○東地方保健所　０１７－７４１－８１１６
○役場保健福祉課　７５５－２１１４

2009 12 今月のお知らせ・NEWS hiranai

町選挙管理委員会新委員長が決定

町選挙管理委員会

平内町選挙管理委員会委員長を務めてこられた沖崎正吉氏が平成21年9月25日に退任され、田中明子氏が新委員長に就任されました。

また、蝦名兼次郎氏が委員に新任され、10月15日に行われた選挙管理委員会組織会において、次のとおり決まりました。

任期は、平成21年9月26日から平成24年7月8日までとなります。

【平内町選挙管理委員会】

○委員長
田中明子氏

○委員長職務代理者
七尾潔氏

○委員
豊島勝氏
蝦名兼次郎氏

里親制度にご理解とご協力を

青森県中央児童相談所

自分の家庭で、親の愛情に包まれて暮らすことができない子どもたち、家族を知らない子どもたちがいます。このような子どもをご自分の家庭に迎え入れて、一定期間温かい愛情と誠意を持って養育する方を里親といいます。こうした子どもたちが、温かい愛情に包まれて暮らせるよう、里親になってくださる方を求めています。

皆さまも里親になって、子どもたちを育ててみませんか？

○里親になるためには？

・児童相談所で相談してください
・児童相談所に申請書を提出してください
・一定の研修を受講します
・児童相談所で家庭調査を行います
・青森県社会福祉審議会で審査し、県知事が認定します

○子どもの委託を受けると？

児童相談所から委託を受け、里親として子どもを養育する場合には、「子どもに必要な教育を受けさせる」「健康管理をする」「子どもや家庭の秘密を守る」など、里親が守らなくてはいけない国の規則があります。

また、養育をお願いしている間は、里親手当、子どもの生活費や教育費などが公費で支払われます。親族里親には里親手当は支給されません。

問 〒038－0003
青森市石江字江渡5－1
青森県中央児童相談所
担当：新谷・佐藤
☎781－9744

基礎年金番号って何？

青森社会保険事務所

公的年金制度では、平成8年12月までは、加入していた年金制度ごとの番号により、加入していた年金加入記録を管理していました。そのため、加入する年金制度が移り変わった場合、国民年金や厚生年金保険の「年金手帳の記号番号」、「共済組合の組合員番号」など、1人の方が複数の番号を持つことが一般的でした。

しかし、その不便さを解消し、より良いサービスを提供できるよう平成9年1月から導入したのが「基礎年金番号」です。基礎年金番号は、国民年金・厚生年金保険・共済組合といったすべての公的年金で共通して使用する「1人に1つの番号」です。これにより、転職や退職などで加入している年金制度が変わったり、年金を受けるようになっても年金番号が変わらないため、年金相談や年金の裁定がスムーズで確実になりました。

年金に関する手続きの際に必要となりますので、年金手帳や基礎年金番号通知書などは大切に保管しておいてください。

問 青森社会保険事務所
☎734－7495

製造事業所の皆さまへ

経済産業省・青森県・平内町

「工業統計調査」が実施されます

経済産業省では、工業統計調査を平成21年12月31日現在で実施します。

工業統計調査は、製造業を営む事業所を対象としてその実態を明らかにすることを目的として調査します（今回は従業員が4人以上の事業所のみが対象です）。

調査結果は、国や地方公共団体の行政施策の重要な基礎資料として利用されるとともに、企業、大学などでの研究資料、小・中・高等学校の教材など広く利用されているところです。

12月中旬から調査員が各事業所にお伺いしますので、年末・年始でお忙しい時期ですが、皆さまのご協力をお願いいたします。皆さまからご提出いただく調査票については、統計法に基づき調査内容の秘密は厳守されますので、正確なご記入をお願いします。

問 役場総務課　企画政策係
755－2111
県庁統計分析課
経済統計グループ
734－9167

法務局なんでも相談所

青森地方法務局

心配事はありませんか？

青森地方法務局では、法務局が所掌する登記、戸籍・国籍、供託、人権等に関する特設の**無料相談所「法務局なんでも相談所」を開設**します。秘密は厳守しますので、お気軽にご利用ください。

○開催日時
平成21年12月5日（土）
午前10時～午後4時

○会　場
サンロード青森
2階催事ホール

○相談内容
土地建物の登記、相続、国際結婚、離婚、家賃等の供託、遺言、近隣とのトラブル等

○担当者
法務局職員、公証人、司法書士、土地家屋調査士、人権擁護委員

○その他
平日は常時法務局で相談を受けています。

問 青森地方法務局　総務課
担当：井上
776－6231

暮らしの中の税

【取り壊し建物はありませんか？】

固定資産税は、毎年１月１日(「賦課期日」といいます)に、土地、家屋、償却資産(これらを総称して「固定資産」といいます)を所有している人がその固定資産の価格をもとに算定された税額を、その固定資産の所在する市町村に納める税金です。

今年中(12月31日まで)に取り壊した建物は、固定資産税台帳から削除しなければなりません。取り壊したにもかかわらず、取り壊しの届け出をしないと、来年度も課税されることがありますので、必ず手続きをお願いします。なお、法務局に家屋等の滅失登記をされた方は、この届け出は必要ありません。

○連絡いただく事項
・納税者の住所・氏名、建物の所在地・内容(用途、構造、面積、取り壊し年月日など)
※届け出に基づいて現地を確認させていただきます。

問 役場　税務課　資産税係
x７５５－２１１５(内線２４４・２４７)

【納税相談を行っています】

生活保護を受けたり、災害、その他の理由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)の申請により税金を免除、減額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、納付方法についてもお気軽にご相談ください。

問 役場　税務課　収納係
x７５５－２１１５(内線２４８・２４９)

【年末調整の仕方】

会社など給与の支払者は、役員又は使用人に対して給与を支払う際に所得税の源泉徴収を行っています。

しかし、その年１年間に給与から源泉徴収をした所得税の合計額は、必ずしもその人が１年間に納めるべき税額とはなりません。

このため、１年間に源泉徴収をした所得税の合計額と１年間に納めるべき所得税額を一致させる必要があります。

この手続を年末調整といいます。

年末調整は、その人に１年間に支払うべきことが確定した給与の額を合計して、次の順序で行います。

①その年の１月１日から12月31日までの間に支払うべきことが確定した給与の合計額から給与所得控除後の給与の額を求める
②給与所得控除後の給与の額から扶養控除などの所得控除を差し引く
③②の金額に所得税の税率を当てはめて税額を求める
④年末調整で住宅借入金等特別控除を行う場合には、③の税額からこの特別控除額を差し引く

①から④までに求めた税額がその人が１年間に納めるべき所得税額になり、これまで源泉徴収した所得税との過不足税額について、還付又は徴収します。

ただし、2,000万円を超える給与の支払を受ける人は、年末調整の対象になりません。

問 青森税務署
x７７６－４２４１

来場者１００万人突破記念
森と川と海「ほたて広場」あれこれ②

今春、「ほたて広場」において来場者１００万人を達成したことを記念して、ほたて広場の見所をご紹介しております。
今月号では、「ほたて供養塔」「ほたて観音像」をご紹介します。

↑ ほたて供養塔

いまや１００億円を超える水揚げを誇り、本県の重要基幹産業としての地位をゆるぎないものとした「ホタテ漁業」。その繁栄も、先人たちのたゆまぬ努力と、陸奥湾漁業関係者のホタテにかける熱い想いがあればこそ成し得たものであります。この「ほたて供養塔」は、彼らの功績を讃えるとともに、ホタテ漁業の更なる発展と、つくり育てる漁業に対する意欲高揚を願い、そして何よりもホタテ貝に感謝を込めて昭和59年７月17日、青森市港町に建立され、毎年６月には「ほたて供養祭」も執り行われてきました。平成17年３月、当町土屋地区に「ほたて広場」が完成したことから、同地において永くホタテ貝を供養すべく移設されたものです。

「ほたて供養塔」は高さ約６メートル、周囲約５メートルの自然石で作られています。

↑ ほたて観音像

「ほたて観音像」は「ほたて広場」の完成を記念し、陸奥湾の豊かな恵みであるホタテ貝を、未来に向けて守り抜くことを誓い、併せて、ホタテ漁業が恒久的に繁栄し、漁業者が未来永劫(えいごう)ホタテ貝から恩恵を享受できることを願い祠(ほこら)が建立され、奉納されたものです。

「日本年金機構」来年１月１日からスタート

～社会保険庁が廃止、新たに「日本年金機構」がスタート～

○国民の皆さまの信頼に応え、一層のサービス向上の実現を目指し、社会保険庁は組織・人員を一新し、「日本年金機構」として生まれ変わります。
○現在あるお近くの社会保険事務所は、新たに「年金事務所」と名称が変わりますが、年金相談などの窓口として引き続きご利用いただけます。

社会保険庁
廃止

→ **日本年金機構**
・公的年金の運営業務

→ **厚生労働省**
・公的年金の財政責任、運営責任

12月25日(金)は県・町民税３期の納期限です。
忘れずに納めましょう！

夕暮れ時・夜間の事故防止
“キラリ・はっきり”大作戦

☆　キラリ　☆
はっきり見せ
Eye(合い・愛)ましょう

★反射材着用
夜間、“キラリ”とあなたの姿を輝かせ事故防止に大きな効果があります。

★夕暮れ時は早め点灯
自転車利用者及びドライバーの皆さんは夕暮れ時はライトを早めに点灯し、自分の車の存在を他の車、歩行者にはっきりアピールしましょう。

★上向き点灯ではっきり
ドライバーの皆さんは、夜間は先行車や対向車などがいないときは、車のライトを上向き点灯して走行し、歩行者や自転車の姿をはっきり見ましょう

★見せEye(合い・愛)
Eye「自分の目で相手を確認」
お互いに「見せ合い」
お互いを思いやる「見せ愛」

問 青森警察署　平内交番
x７５５－３１１０

鳥インフルエンザについて

◆鶏など屋外で鳥類を飼っている方へ
昨年春、青森県・秋田県・北海道で死亡したオオハクチョウから高病原性鳥インフルエンザウイルス(H5N1)が検出されました。また、一昨年の宮崎・岡山での発生も、大陸からの渡り鳥によってウイルスが持ち込まれたと推察されます。
渡り鳥飛来の季節を迎え、野鳥(スズメ等)との接触を避けるため次のことに注意してください。

①鳥は放し飼いにせず、鳥小屋・運動場は防鳥ネットで囲う
②ネズミ等が入らないよう小屋の穴は塞ぐ
③鳥は清潔な環境で飼育し、小屋の周囲を消石灰等で消毒する

下記の症状の場合は、家畜保健衛生所へご相談ください
肉冠や肉垂の出血、顔の浮腫、脚の皮下出血、産卵低下、下痢、神経症状、連続する急死等

問 青森家畜保健衛生所
x７４２－３７９１

◆室内で小鳥等を飼っている方へ
野鳥と接触する機会がほとんどない小鳥等についてのご相談は、最寄りの動物病院へ

◆死亡した野鳥を見つけた場合
野鳥の種類、羽数により検査の有無が異なります。東青地域県民局地域農林水産部 林業振興課にお問い合わせください。
(処分する場合は、素手で触らずビニール袋に密封し、燃えるゴミに出してください)

問 地域農林水産部　林業振興課
x７３４－９９６２

◆鶏卵・卵の安全性
肉や卵を食べて人が感染した例はありません。

除雪にご協力を！

今年も雪の季節がやってきました。
町では、道路の通行を確保するため「平内町除排雪計画」にのっとり除雪作業を行っております。除雪作業をスムーズに行うために、町民の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

○路上駐車をしない
車が路上に止めてあると除雪車が入れず、作業が遅れたり除雪ができないことがあります。路上駐車は絶対にしないようにお願いします。

○道路に雪を出さない
除雪をした後の道路に、雪を出している人をよく見かけます。それにより交通障害を起こし、除雪した効果がありません。皆さんの良識あるご協力をお願いします。

○障害物には目印を(ブロック塀、垣根等)
除雪は主に深夜から早朝にかけて行います。障害物が雪の中に隠れていると機械で壊してしまったり、道路を広く除雪することができなくなります。障害物には目印をつけてくださるなどのご協力お願いします。

○除雪車には近づかない
除雪作業中は大変危険ですので、絶対近づかないでください。

○屋根の雪は自分で処理を
道路に屋根の雪が落ちて、車が通れないという苦情がよくあります。屋根の雪は、所有者、管理者が責任を持って処理してください。

○深夜の作業にご協力を
除雪は、朝の通勤通学路を確保することを第１の目的として行っています。そのため、どうしても真夜中の作業が多くなります。騒音や振動でご迷惑をおかけしますが、皆さんのご理解をお願いします。

除雪に関するお問い合わせは
【町 道】平内町役場　地域整備課　建設係
x７５５－２１１６
【県 道】東青地域県民局地域整備部　道路施設課
x７２８－０２４７
【国 道】青森国道維持出張所　管理係
x７６６－３２１１

平内中央病院だより

【スタッフ紹介】
今月号では、県内はもとより、県外からも講演依頼が数多く寄せられる、当院が誇る「カリスマ臨床検査技師」坂牛技監から、当院臨床検査室の仕事ぶりを紹介していただきました。

臨床検査室からコンニチハ！
臨床検査室　技監　坂牛 省二

当院臨床検査室には現在３名の臨床検査技師（国家資格）が日々の臨床検査業務に励んでいます。臨床検査は病気の診断、治療、病気の早期発見や予防になくてはならない手段です。その種類は大変多く2000項目ほども有るといわれていますが、当院では200項目ほどの臨床検査を実施しています。大きく分類すると一般検査（尿や便を調べます）、生化学的検査（血液中の化学物質を測定し肝機能や腎機能を調べます）、血液学的検査（血液中の赤血球や白血球を測定し貧血や感染症を調べます）、免疫学的検査（ウイルスなどの病原体の抗原や抗体を調べます）、微生物学的検査（病原細菌をみつけ効果のある薬剤を探します）や生理学的検査（心電図や肺機能を調べます）を実施しています。臨床検査はひとつの検査項目だけで病気を100％診断できるものはありません。医師が必要な検査を組み合わせて指示し、その結果が総合的に判断されます。臨床検査室では常に正確で精密な標準化された（どこの施設で検査しても同じ結果であること）信頼できる検査結果を提供できるよう心がけています。検査結果の信頼性の証明として全国規模の精度管理調査にも参加し高い評価を受けています。また、最新の情報の収集や技術の研鑽に努め専門的な認定資格を取得した技師もいて、全国的に情報発信（研修会での発表など）をするなど当検査室は頑張っています。

さて、現在全国的に流行中（この号が出る頃は平内町も最流行期かもしれません）のインフルエンザの検査についてお話しさせていただきます。インフルエンザはインフルエンザウイルスによる感染症ですが、Ａ型とＢ型があります。全国的に現在は新型インフルエンザが流行していますが新型インフルエンザもＡ型インフルエンザです。病院での検査ではＡ型として検出されます。つまり毎年冬季に流行している季節性Ａ型インフルエンザと今回の新型インフルエンザは病院の検査では区別することができません。区別には保健所での詳しい検査が必要です。検査の流れとしては①検体の採取（鼻の奥に綿棒を挿入して数回こするようにして粘液を採取します）②インフルエンザキットによる検査（イムノクロマト法という方法です）③結果判定（陽性の場合は着色したラインが出てＡ型とＢ型が同時に検査できます。ラインが出ない場合は陰性と判定されます）④医師による総合判定（検査で陽性と出た場合にはほぼインフルエンザと断定して間違いありませんが、陰性と出た場合でもインフルエンザに感染している場合もあり、このような時は医師の総合的な判断によりインフルエンザなのかどうか決まります。つまり、周囲にインフルエンザの人がたくさんいる状況で高熱が出た場合には、症状や流行状況も含め、検査を行わずにインフルエンザと診断したり、検査が陰性でもインフルエンザと診断する場合があります）インフルエンザは体内に入ったウイルスが増殖することによって発症します。発症（発熱）直後から24時間以内では増殖したウイルスの量が少なく検査が陰性に出る場合があり、実際に１回目の検査で陰性であった人が２回目では陽性になることはよくあります。症状（発熱等）のない場合には陰性となる可能性が高くなります。このような点に注意してインフルエンザ検査を受けられると良いと思います。

平内中央病院経営サポート検討委員会
第６回会議開催

10月28日(水)、当病院会議室で第６回となる「平内中央病院経営サポート検討委員会」が開催されました。

今回の会議には８名の委員と４名の事務局が出席し、約２時間にわたって様々な意見交換がなされました。

会議では「前回も提案したが、平内町の地域医療を守るためには、公立･民間を問わず医師の連携が必要である」との提言がなされ、稲葉院長より「その必要性は我々も感じております。前回の提言もありましたので､11月に町内開業医３名と当院常勤医４名、それに当院開設者である町長をはじめ町３役が一堂に会し、『平内町医師懇談会』を開催することとしております」との回答がなされました。

これを受け各委員から「記念すべき最初の一歩」「１回限りではなく､継続的に話し合いの場も持って欲しい」「今まで以上の連携をお願いしたい」等の意見が出ました。

また、今回の会議では病院間の転院等をスムーズに行うための「地域連携室設置の必要性」、「町民にとって利用しやすい病院にするには何が必要かを自らも考える必要がある」とのことなどが確認されました。

当委員会は今後２回程度会議を開催し、来年３月、町長に報告書を提出する予定となっております。

「国の教育ローン」のご案内
（日本政策金融公庫　国民生活事業）

「国の教育ローン」は、各種学校や外国の高校、大学等に入学・在学するお子さまをお持ちのご家庭を対象とした公的な融資制度です。

【ご利用いただける方】

ご融資の対象となる学校に入学・在学される方の保護者で、次の①または②の方

①世帯の年間収入（所得）が次表の金額以内の方

子どもの人数	給与所得者（事業所得者）
１人	790万円（590万円）
２人	890万円（680万円）
３人	990万円（770万円）
４人	1,090万円（860万円）
５人	1,190万円（960万円）

②世帯の年間収入（所得）が990万円（770万円）以内であって、次の特例要件のいずれかに該当する方

▶特例要件
（１）勤続（営業）年数が３年未満
（２）居住年数が１年未満
（３）返済負担率（借入金年間返済額／年収）が30％超
※世帯の年間収入（所得）には、世帯主のほか、配偶者等の収入（所得）も含まれます。
※今年の世帯の年間収入（所得）が上記の金額以内となる見込みのある方は、ご利用いただける場合があります。
※学生ご本人または他のご親族でもご利用いただける場合があります。

【ご融資額】 学生・生徒１人あたり300万円以内
【利　　率】 年2.5％（平成21年８月12日現在）
【ご返済期間】 15年以内（交通遺児家庭または母子家庭の方については18年以内）
【お使いみち】 入学金、授業料、教科書代、アパート・マンションの敷金・家賃など
【ご返済方法】 毎月元利均等返済（ボーナス時増額返済も可能）
【保　　証】 （財）教育資金融資保証基金（連帯保証人による保証も可能）

問 「国の教育ローン」コールセンター
x０５７０－００８６５６（ナビダイヤル）
又は　x０３－５３２１－８６５６

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

平成21年　　青森県交通対策協議会

	10月中	10月末累計			
発生	552件（+ 25）	4911件（-269）	死者の状態	飲酒運転による死者	3人（- 4）
死者	9人（+ 4）	44人（- 12）		高齢者の死者 ～65歳以上の人～	20人（-10）
傷者	681人（+ 5）	6135人（-334）	シートベルト	自動車乗車中の死者	21人（- 1）
				非着用死者	8人（- 5）
				着用していれば助かったと思われる人	4人（- 3）

※（ ）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。

水抜き栓
間違った操作をしていませんか？

半開きは高額の水道料金を負担することになります。開閉は最後までキッチリ操作してください。

○水抜き栓の開閉はハンドルを最後までキッチリと操作し、半開きにならないようにしてください。
○水抜き栓を半開きで使用した場合は、蛇口から水が出なくても水道メーターは回ります。
○水道メーターが回るということは、水道料金の負担につながります。
○冬期間の水道メーター検針は、積雪のためできませんので１月分以降４月分までは推定での使用料金を納付していただき、５月分の使用料金で精算することになります。

例年５月の精算月になると、水道料金について苦情相談が寄せられますが、ほとんどが水抜き栓の開閉操作ミスとボイラー配管の破裂による漏水で、高額の料金を負担する結果となっています。

配管のトラブルは、各自の責任において管理することとなっておりますので、くれぐれもご注意ください。

◆平成21年度年末年始の修理当番表◆

担当日	担当業者名	電話番号
12月29日（火）	（有）柴崎設備工業	７５５－５４５０
12月30日（水）	（有）木村水道	７５５－３７３７
12月31日（木）	（有）大三設備工業	７５５－３６２０
１月１日（金）	（株）北斗住機	７５５－３７７９
１月２日（土）	（株）東青設備工業	７５５－５５５３
１月３日（日）	（有）柴崎設備工業	７５５－５４５０
１月４日（月）	（有）木村水道	７５５－３７３７
１月５日（火）	（有）大三設備工業	７５５－３６２０
１月６日（水）	（株）北斗住機	７５５－３７７９
１月７日（木）	（株）東青設備工業	７５５－５５５３

問 役場地域整備課　上水道管理係
x７５５－２１１６（内線２７５、２７７）

年末年始、業務のお知らせ

【役場業務】

年末は12月28日(月)まで、年始は１月４日(月)から業務を再開いたします。

ただし､12月29日から１月３日までの休み期間中の婚姻、出生、死亡等の届出については随時受付いたします。

問 平内町役場 x７５５－２１１１

【その他の施設】

◆夜越山サボテン園
12月31日(木)のみ午後休園
◆夜越山ケビンハウス
年末年始は休まず営業しています
◆町立体育館・町立武道館
12月29日(火)～１月３日(日)まで休館
◆町立図書館
12月29日(火)～１月３日(日)まで休館
◆よこしやま温泉
休まず営業(12月31日(木)のみ５時まで営業)

【平内中央病院】

年末は12月28日(月)まで、年始は１月４日(月)から診療を再開いたします。

ただし、急患は随時受付いたします。

問 平内中央病院 x７５５－２１３１

【ごみの収集運搬】

◆燃えるごみ
12月31日(木)～１月３日(日)まで休業
◆資源ごみ
12月29日(火)～１月３日(日)まで休業
◆外ノ沢埋立地
12月29日(火)～１月３日(日)まで休業
※１月３日は第１日曜日ですが、外ノ沢埋立地はお休みとさせていただきます。
※休業期間中は集積場所にごみを出さないように、皆さまのご協力をお願いします。

問 役場町民課　生活環境係 x７５５－２１１３

戸籍の窓口

10月受付分

人口と世帯

男 … 6,380人（－ 7人）
女 … 6,926人（－ 18人）
計 … 13,306人（－ 25人）
世帯数…5,322世帯（－ 8）
平成21年10月末現在
（ ）は、前月との比較

ご結婚おめでとう

本籍地		
小村直道	兵庫県	
本堂まみ子	山口	
村上裕士	宮城県	塩越紗友理
		清水川

お誕生おめでとう

赤ちゃん名	（親）	住所地
田澤悠成（ゆうせい）	（清喜）	大和山
太田爽楽（そら）	（真琴）	青森市
高杉慶慈（けいじ）	（郁夫）	第2勝田町
工藤大耀（たいよう）	（繁雄）	板橋

お悔やみ申し上げます

喪主	住所地
畑井チヱ（98）	芙美子 第1勝田町
大水はつゑ（88）	公男 山口
今田幸（76）	又俊 川原町
佐々木武（79）	サツ 第1元町
柴田直文（80）	直勝 白砂
太田きよゑ（80）	通雅 第1口広
小形ハナ（82）	百利子 藤沢
古跡保（81）	正弘 第2口広
竹内久江（94）	義美 第1勝田町
濱田幸市（84）	幸治 山口
亀田とき（87）	勝彦 清水川
木村すゑ（86）	勝成 第2平中
山田ツナ（100）	正信 西沼館
飯田利秋（55）	裕章 東和
本堂忠雄（84）	清 山口

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、「広報ひらない」に掲載したい方は、役場町民課住民係へご連絡ください。 x７５５－２１１３

「平内町史上・下巻」◇「平内町史続上・下巻」好評発売中！

平成17年に町政施行50周年記念事業の一環で編さんされました「平内町史」を販売しております。

町史は町民の目線に立った大変読みやすいものとなっておりますので、是非、一度手にとって読んでみませんか？

なお、ご購入にあたっては代金引換となりますので、ご了承ください。

【価格一覧】

		町内在住者	町外在住者
①「平内町史上・下巻(再版)」	2冊組	4,500円	5,500円
②「平内町史続上・下巻(新版)」	2冊組	4,500円	5,500円
③「平内町史上・下巻＆続上巻・下巻」(①、②のセット)	4冊組	8,000円	10,000円

問 役場　総務課　企画政策係　x７５５－２１１１

広報ひらない　平成21年12月号／第６０６号／平成21年12月１日発行　　印刷／青森コロニー印刷
編集／平内町役場　総務課／〒０３９－３３９３　青森県東津軽郡平内町大字小湊字小湊63　x０１７－７５５－２１１１(内線２３５)