

広報 ひらな い 4

April 2023 (令和5年) No.766

令和5年度 平内町の予算 (p.2 ~ 3)

令和4年度「文化賞及び体育・スポーツ賞」受賞者 (p.9)



令和5年度 平内町の予算

一般会計の当初予算総額 70億円 前年度当初予算比△4.5%(3億3,000万円)減

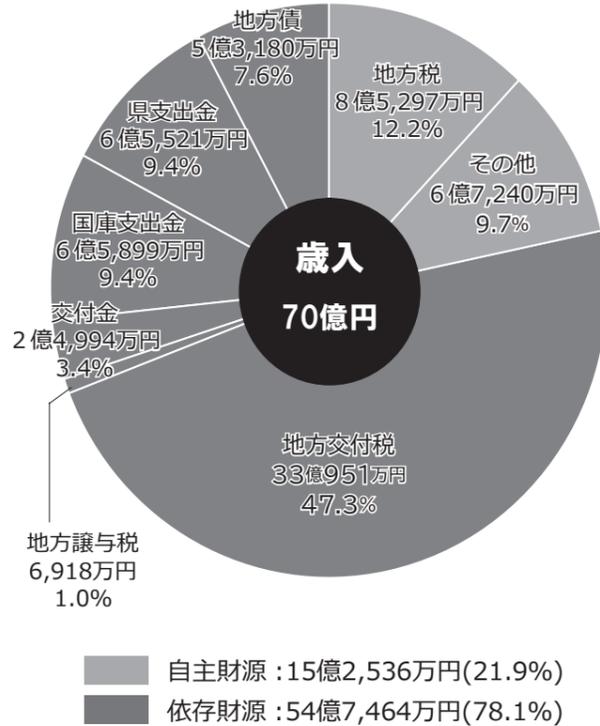
歳入

今後の社会情勢や国・県の動向を注視しつつ、「ふるさと納税の活用」といった積極的な財源の獲得にも努めます。

町が自主的に収納または徴収できる「自主財源」が15億2,536万円(歳入の約21.9%)、国や県の意思・同意によって定められた額が交付される「依存財源」は54億7,464万円(歳入の約78.1%)となっています。

自主財源の約6割を占める町税については、微増見込みではあるものの、当町の主産業である1次産業は気候条件などに影響されやすく好不調があるため、自主財源については中長期的な視点で慎重に財源を見通していく必要があります。自主財源の確保は各自治体の行政活動の自主性や安定性に大きく関わってくるため、今後もより一層その確保に努めることが重要です。依存財源については、今年度は法人事業税交付金、利子割交付金などが微増となる見込みであるものの、平内中学校整備事業終了に伴い地方債をはじめ、国・県支出金など軒並み減となっており、引き続き厳しい状況にあるといえます。

※各数値については、表示単位未満を端数処理しているため、合計と内訳が一致しない場合があります。



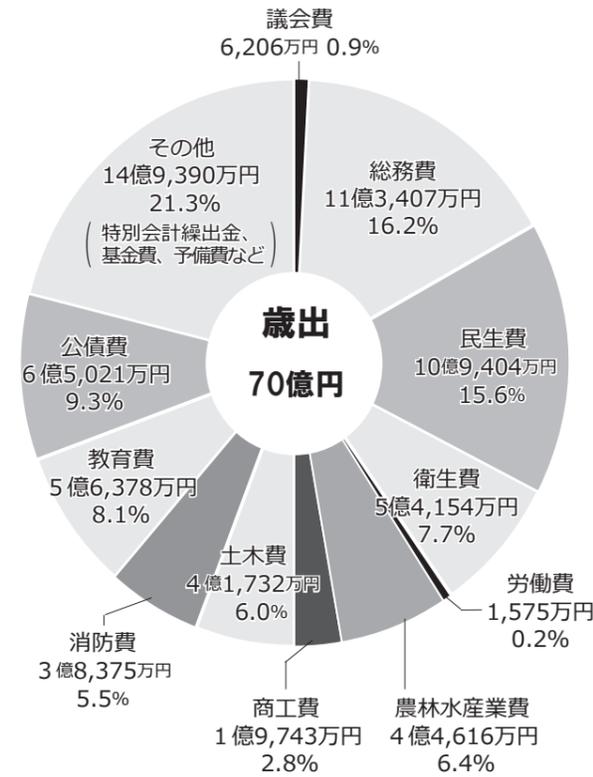
歳出

今後も緊急性・重要性の高い施策の重点化、優先化を図りつつ、経常的な経費についても創意工夫によるコスト削減に努めていきます。

歳出においては、老朽化問題に対応するため公共施設等総合管理計画を基に、道路橋梁の維持補修、漁港・港湾の改良など、各種インフラ整備に係る事業に対して予算を重点配分しており、今年度は新たに役場庁舎整備事業における水道管や道路の新設・拡幅工事、稲生地区避難所整備事業などを予算化しています。

ソフト事業では、今年度も保育料完全無償化、乳幼児・子ども医療費無償化、新築住宅建設補助、管内賃貸物件家賃補助、学校教育充実事業、地域おこし協力隊および空き家バンク関連事業と新たに小中学校給食費無償化などの人口減少・定住促進対策、各種検診の無料化や健康づくり活動、禁煙外来受診費用助成などの健康増進対策、町民バス高齢者等無償化事業の福祉対策を重点施策と位置づけ事業を行うこととしています。

通常経費については行財政改革による事務・事業の見直しを行いながら、除排雪経費やごみ処理経費など、生活基盤に係る予算を優先的に確保し、より住みよいまちづくりに努めたところです。



「人と自然と産業が輝く 魅力あふれるまち」へ 令和5年度 主な事業内容

●計画実現に向けた体制

- 平内町役場庁舎整備事業(道路・水道管布設) 2億2,121万円

●安全・安心、健康分野

- 生活路線バス及びスクールバス運行委託料 1億6,003万円
- 防災行政用無線設備新設事業 2,031万円
- 稲生地区避難所整備事業 1,282万円
- 移住・定住促進事業費 1,410万円
- 町民バス高齢者等無償化事業 1,200万円
- 重度心身障害者医療費、介護・訓練等給付費 2億8,240万円
- 各種予防接種、検診及び健康診査等委託料 7,816万円
- 乳幼児・子ども医療給付費 2,660万円
- ごみ処理関連業務委託料 2億3,655万円
- し尿処理施設管理運営費負担金 4,584万円
- 除排雪委託料 7,000万円
- 道路改良・橋梁維持・水害地帯環境整備事業 1億8,078万円
- 青森地域広域事務組合負担金(消防) 3億4,714万円



▲小中学校給食費無償化本格スタート

●産業・雇用分野

- 漁港建設・港湾整備事業費 1億5,831万円

●環境分野

- 省電力化改修工事(町体育館照明LED化) 2,981万円

●教育・人づくり分野

- 保育所等施設型給付費(保育料完全無償化) 4億6,348万円
- 児童手当 9,582万円
- 学校教育充実事業 1,109万円
- 給食材料費(小中学校給食費無償化) 3,795万円

●特別会計

一般会計と別に設けられる独立した経理管理が行われている会計

特別会計項目	歳入・歳出予算額
国民健康保険特別会計	19億1,022万円
特殊索道事業特別会計	2,425万円
農業集落排水事業特別会計	1億9,248万円
漁業集落環境整備事業特別会計	1億1,738万円
公共下水道事業特別会計	3億7,403万円
介護保険特別会計	14億1,214万円
後期高齢者医療特別会計	3億4,178万円

●企業会計

独立採算を原則として民間企業と同様の経理方式をとる会計

【国民健康保険平内中央病院事業】

区分	収入	支出
収益的収支	14億5,309万円	15億4,275万円
資本的収支	3億9,216万円	3億9,216万円

【水道事業】

区分	収入	支出
収益的収支	3億349万円	2億6,483万円
資本的収支	1億819万円	2億5,820万円

●語句の説明

- 自主財源… 町が自主的に収入できる財源
- 依存財源… 国や県から交付される収入
- 地方税… 皆さんに納めていただく「町民税」や「固定資産税」などの税金
- 地方交付税… 町の財政状況に応じて国税の一部から交付されるお金
- 国庫支出金… 特定の事業の経費に充てるため、国から支出されるお金
- 県支出金… 特定の事業の経費に充てるため、県から支出されるお金
- 地方債… 財務省や金融機関などからの借入金
- 総務費… 庁舎の管理、戸籍、徴税、選挙など役場を運営するための全般的な経費
- 民生費… 子どもや高齢者、障がい者への福祉に要する経費
- 衛生費… 健康診断や予防接種、ごみの収集処理などに要する経費
- 土木費… 道路や河川、まちづくりに要する経費
- 消防費… 消防や救急、防災などに要する経費
- 教育費… 小・中学校の教育施設や文化の向上などに要する経費
- 公債費… 借入金の返済に要する経費

☎ 役場 総務課 財政係 Tel.755-2111



令和5年4月「平内中学校」開校

教育目標「自ら考え、共に学び、創造性豊かに自他を尊重する健全な生徒の育成」

4月1日(土)、小湊中学校、東平内中学校、西平内中学校が統合し、旧青森東高等学校平内校舎の所在地に「平内町立平内中学校」が開校しました。



所在地：平内町大字小湊字新道46-26 TEL752-1256

※開校式については、5月号に掲載予定です。

平内町教育委員会 学校教育課 TEL755-2565

MONTHLY TOPICS

1か月のできごと

園児が“ひなまつり会”で日本の伝統文化を学びました

3月3日(金)、山彦幼稚園(蝦名崇子園長)で、ひな祭りの行事食としまして日本の伝統文化を学ぶことをテーマに「ひなまつり会」が開催され、15人の園児が参加しました。

園児たちは、ひな祭りの由来についてのお話を聞いた後、全員で「うれしいひなまつり」を元気に合唱したり、年長の女の子たちによるお遊戯を楽しみました。

その後、先生方から正座でのお辞儀やお箸のマナーなどの手ほどきを受け、「仕出し 兵」の協力で提供された色とりどりのお膳料理を堪能しました。

中村旭くんは「ごはんもおつゆもデザートもおいしかった。女の子たちの踊りが上手でかわかった」と笑顔で話しました。



▲年長・年中の女の子は着物を着用して参加

参加者大興奮！夜越山の斜面を滑り降りる“万丈箒SORIレース”

3月12日(日)、平内町スポーツ推進委員協議会(蝦名文治会長)主催で、ホタテ漁師が使用している万丈箒を加工した「万丈箒ソリ」で斜面を滑り降り、ゴールまでのスピードを競う「第1回夜越山万丈箒SORIレース2023」が夜越山スキー場で開催され、小学生から60代の大人まで40人が参加しました。

参加者たちは、斜面に作られた長さ約40メートルの直線コースを10秒前後で滑り降り、スリルと雪の感触を楽しみました。

この日は雪解けが進み、芝生が顔を出した場所に突っ込んで止まってしまうハプニングが続出しましたが、会場にはゴールした参加者に向けて、歓声と拍手が響き渡りました。

最速記録を出した船橋侑雅さん(一勝田町)は「体幹がぶれないと上手く滑れると思う。それと、今日乗った板が滑りそうな板だとびびってきた。イベントとしておもしろかった」と話しました。



▲ストックを操って力強く滑り降りる船橋さん



平内町 地域おこし協力隊からのメッセージ

2023 卯月

ワークショップを開催！

協力隊のてるが、2月に「椿の殻を活かしたリース作り」と「ミニスワッグとアロマワックスパー作り」のワークショップを開催しました。どの回も、使用する花材を選びながら、「これもいいかも」「あれもいいわね」「バランスが難しいわ」などと悩みつつ、終始会話に花を咲かせ、作品作りを楽しんでいただきました。

開催していてその都度驚くのですが、同じ材料を使っても、どれひとつと同じものではなく、皆さんそれぞれの個性が作品に出ていることです。

どの作品もとっても素敵ですよ！

皆さんの作品を見ると、わたしにはない発想で、とても勉強になります。今回のワークショップでは、ご自宅でも簡単に作れる方法などもお伝えし、「おうちで作ってみます」と喜んでいただきました。

またのご参加お待ちしておりますね。ありがとうございました！

ワークショップ終了後、作品を持って記念にパシャリ！素敵な笑顔です！



4月のワークショップ開催のお知らせ

「椿を活かしたまちづくりプロジェクト」の一環として、椿の殻や町の植物を使用したワークショップを開催します。興味のある方は、お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください！

ーしばった椿油はドレッシングにしてみたり、スキンケアなどのお手入れにもー 『椿の種割りと油しぼり体験』 ※8mlの容器に入れてお持ち帰りいただけます。

●椿の種割り
紙コップ1杯分の種を専用器具を使って、一つずつ割ります。



●油しぼり
多少力が必要なため、2人1組で作業を行います。 ※1人でのご参加も可能。ただし他の方と一緒に作業となります。



■日時：①4月6日(木) ②4月8日(土) ③4月13日(木) ④4月15日(土) } いずれの日も午前・午後の2回開催
【午前の部】10:00~11:30
【午後の部】13:30~15:00

■場所：まちなかオフィス

■参加費：500円(容器代込・おつりのないようご準備ください)

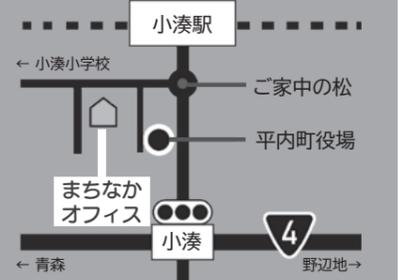
■募集人数：各回4人(先着順・キャンセルは開催の日の3日前まで)

■対象：小学校高学年以上 (保護者の付き添いがある場合は、低学年のお子さまも参加可能です！)

■申込締切日：①、②の回は4月3日(月) ③、④の回は4月10日(月) } いずれも16:00まで

※まちなかオフィスまでお電話にてお申込みください。(担当：つじい)

「まちなかオフィス」はこちらです！



問 まちなかオフィス TEL762-7420

「軽自動車税(種別割)」は 5月1日(月)までに納めましょう



軽自動車税(種別割)は、毎年4月1日現在で、原動機付自転車、小型特殊自動車、軽自動車などを所有している方へ、車種区分に応じて次の「表1・2」のとおり課税されます。

○表1

車種区分		初年度検査年月が平成27年3月以前		初年度検査年月が平成27年4月以後			
		重課対象車(※1)	重課対象車以外	軽課対象車(※2)			軽課対象車以外
				75%軽課	50%軽課	25%軽課	
軽四輪乗用	自家用	12,900円	7,200円	2,700円	—	—	10,800円
	営業用	8,200円	5,500円	1,800円	3,500円	5,200円	6,900円
軽四輪貨物	自家用	6,000円	4,000円	1,300円	—	—	5,000円
	営業用	4,500円	3,000円	1,000円	—	—	3,800円
軽三輪		4,600円	3,100円	1,000円	2,000円	3,000円	3,900円

(※1)初年度検査年月から13年を経過した車両(初年度検査年月が平成22年3月以前の車両)

(※2)初年度検査年月が令和4年度中の車両で、一定の環境性能を有する車両

○表2

車種区分	税額	
原動機付自転車	50cc以下(ミニカーを除く)	2,000円
	50cc超~90cc以下	2,000円
	90cc超~125cc以下	2,400円
	ミニカー	3,700円
小型特殊自動車	農耕作業用	2,400円
	その他	5,900円
軽二輪(125cc超~250cc以下)	3,600円	
二輪の小型自動車(250cc超)	6,000円	
雪上車	3,600円	

■軽自動車などの申告と廃車の手続き場所

種別	手続き場所
原動機付自転車(125cc以下)・小型特殊自動車	役場 税務課 Tel.755-2115
軽二輪車(125cc超250cc以下)	青森運輸支局 Tel.050-5540-2008
二輪の小型自動車(250cc超)	軽自動車検査協会青森事務所 Tel.050-3816-1831

■納付：町から送付される納税通知書により、5月1日(月)までに納めてください(地域の納税貯蓄組合に加入されている方は、納税貯蓄組合で納付されます)。

☎ 役場 税務課 住民税係 Tel.755-2115

令和5年度の各町税の納期限

【軽自動車税】

期別	納期限	口座振替日
1	5月1日(月)	4月25日(火)

【固定資産税】

期別	納期限	口座振替日
1	5月31日(水)	5月25日(木)
2	7月31日(月)	7月25日(火)
3	10月2日(月)	9月25日(月)
4	11月30日(木)	11月27日(月)

【国民健康保険税】(※7・8期は令和6年)

期別	納期限	口座振替日
1	7月31日(月)	7月25日(火)
2	8月31日(木)	8月25日(金)
3	10月2日(月)	9月25日(月)
4	10月31日(火)	10月25日(水)
5	11月30日(木)	11月27日(月)
6	12月25日(月)	12月25日(月)
7	1月31日(水)	1月25日(木)
8	2月29日(木)	2月26日(月)

【町・県民税】

期別	納期限	口座振替日
1	6月30日(金)	6月26日(月)
2	8月31日(木)	8月25日(金)
3	10月31日(火)	10月25日(水)
4	12月25日(月)	12月25日(月)

※納期限を過ぎると督促手数料・延滞金などが課せられる場合があります！速やかに納めましょう。

☎ 役場 税務課 収納係 Tel.755-2115

町税などの納付方法が増えます！

令和5年度から、今までの納付方法に加え、町税などをコンビニや東北6県内の郵便局、ご自宅で操作できるスマホ決済アプリで納めることができるようになります。

対象となるのは、町税(町県民税、軽自動車税、固定資産税、国民健康保険税)、介護保険料、後期高齢者医療保険料です。

手数料はかかりませんので、ぜひご利用ください。

また、口座振替での定期的な納付も随時受け付けています。



◆ご利用できるコンビニ

- ・ファミリーマート
- ・セブン-イレブン
- ・ローソン
- ・ローソンストア100
- ・ミニストップ
- ・デイリーヤマザキ
- ・ニューヤマザキデイリーストア
- ・ヤマザキデイリーストア
- ・ヤマザキスペシャルパートナーショップ
- ・ハマナスクラブ
- ・セイコーマート
- ・タイエー
- ・ハセガワストア
- ・くらしハウス
- ・スリーエイト
- ・ポプラ
- ・生活彩家
- ・MMK 設置店

◆ご利用できる金融機関

- ・青森銀行本店および支店
- ・みちのく銀行小湊支店
- ・青い森信用金庫八重田支店
- ・青森農業協同組合平内支店
- ・平内町漁業協同組合各支所
- ・青森県信用組合浪打支店
- ・ゆうちょ銀行または郵便局(※東北6県内に限る)
- ・平内町役場

◆ご利用できるスマートフォン決済アプリ

- ・PayPay
 - ・auPAY
 - ・LINE Pay
 - ・d払い
 - ・PayB
 - ・支払秘書
 - ・J-Coin
- ※納付書に記載しているバーコードを読み取り、納付してください。

※次のような納付書は、コンビニ・スマートフォン決済アプリで取り扱いできません。

- ・コンビニ取扱期限を過ぎた納付書
- ・1枚あたり30万円を超える納付書
- ・バーコードが印刷されていない納付書
- ・金額を訂正した納付書
- ・汚損などによりバーコードが読取できない納付書

※スマートフォン決済アプリで納付された場合、領収書は発行されません。アプリの納付履歴や支払口座の取引明細などで確認してください。領収書や軽自動車税(種別割)納税証明書(継続検査用)が必要な場合は、スマートフォン決済アプリ以外の納付方法をご利用ください。

☎ 役場 税務課 収納係 Tel.755-2115
役場 健康増進課 年金後期医療係 Tel.718-0019
役場 福祉介護課 介護保険係 Tel.755-2114

各町税の納付は口座振替(自動払込)をご利用ください！

納付すべき町税を、指定された預貯金口座から自動的に引き落としとして納付する方法で、次の金融機関に預貯金口座をお持ちの場合に利用できます。

ご利用を希望される方は、その金融機関の窓口に通帳と預貯金用印鑑をご持参のうえお申込みください。

■指定金融機関 青森銀行本店および支店

■収納代理店

- ・みちのく銀行小湊支店
- ・青い森信用金庫八重田支店
- ・青森農業協同組合平内支店
- ・平内町漁業協同組合各支所
- ・青森県信用組合浪打支店
- ・ゆうちょ銀行

自動車税(種別割・環境性能割)の減免制度のお知らせ

身体障害者手帳、戦傷病者手帳、療育(愛護)手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方またはその方と生計を一にする方もしくは常時介護者が、これらの手帳の交付を受けている方の生業、通院、通学などのために自動車を利用している場合で、その障がいの程度や自動車の使用状況などが一定の条件に該当するときには、申請により自動車税(種別割・環境性能割)の減免を受けることができます。

詳しくは、東青地域県民局 県税部 課税第三課までお問い合わせいただくか、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>)をご覧ください。

☎ 東青地域県民局 県税部 課税第三課
Tel.734-9974

☎ 役場 税務課 収納係 Tel.755-2115



“ハクチョウのまちシンポジウム”開催

2月12日(日)、3年ぶりに「ハクチョウのまちシンポジウム」を開催しました。同日、「ハクチョウのまちフォトコンテスト」の入賞者とハクチョウ検定合格者15人の表彰式も行い、約90人の町民が出席しました。

今回のシンポジウムでは、日本雁を保護する会の呉地正行会長をお招きし、特別天然記念物に指定されている「小湊のハクチョウおよびその渡来地」のハクチョウ類に焦点を当てながら「冬の渡り鳥、ガン、ハクチョウを生かした地域づくり～宮城県・蕪栗沼周辺での取り組み～」をメインテーマに講演を行っていただきました。

第2部のトークセッションでは、青森大学社会学部の藤公晴教授をコーディネーターとし、パネリストとして呉地会長や八戸市教育委員会社会教育課の杉山陽亮副参事、平内町教育委員会生涯学習課の玉熊優菜主事の3人を加え、「地域の方と共にハクチョウのまちを守るには」をテーマに今後どうするべきか、何をすべきかについて考えました。杉山副参事には八戸市で天然記念物に指定された「蕪島」について教えていただきました。



▲日本雁を保護する会の呉地会長



▲熱心に講演に聞き入る出席者

新しいこと、始めよう!
町内で活動しているサークルを紹介します

平内町総合型スポーツクラブACE

平内町総合型スポーツクラブACE(木村良一会長)では、キッズ(幼児年長以上)対象に通年でのクラブ活動を運営しており、各クラブとも指導者のもと、楽しくスポーツに親しんでいます。一緒に活動したい方や興味のある方は、ぜひお問い合わせください。

■連絡先：クラブマネージャー蝦名淳次
TEL755-2565(平内町教育委員会生涯学習課内)

■年会費：5,000円(参加時期により割引が適用されます)

<DanceダンスACE>

■日 時：月2回(金曜日)、18:30～20:30

■場 所：町立山村開発センター大集会室

■月 謝：1,000円

<キッズテニスクラブACE>

■日 時：第2・第4火曜日、第3土曜日、18:30～20:30

■場 所：町立体育館

■月 謝：1,500円

<ACEジュニアバドミントンクラブ>

■日 時：月3回(水曜日)、18:30～20:30

■場 所：町立体育館

■月 謝：2,000円



▲DanceダンスACEでの練習



▲バドミントンの練習前のサーキットトレーニング

令和4年度“文化賞及び体育・スポーツ賞”を授与しました



「平内町教育委員会文化賞及び体育・スポーツ賞」は、学術・芸術など文化の向上と発展に貢献した方、体育・スポーツの振興と活動に顕著な功績を上げた方に贈られるもので、令和4年度は36人が受賞されました。

【文化功労賞】

船橋 豊司 (音楽)
能登谷あや子 (文化)
飛鳥 明美 (音楽)

【文化賞】

船橋 岳斗 (演劇)
今 楓花 (演劇)
【児童・生徒文化奨励賞】
塩越 羅夢 (美術)

【体育・スポーツ賞】

竹達さくら (柔道)
市川 獅道 (卓球)
小枝日菜梨 (ヨット)
船橋 健心 (剣道)

【体育・スポーツ奨励賞】

蝦名 李音 (柔道)
深淵 龍吾 (柔道)
松下 秀子 (バウンドテニス)
大水 栄子 (バウンドテニス)
船橋 英樹 (バウンドテニス)
門脇 淳 (バウンドテニス)

【児童・生徒体育・スポーツ奨励賞】

〈中学生〉	〈小学生〉
船橋 鴻介 (トランポリン)	船橋 壮司 (空手道)
市川 輝龍 (卓球)	葛西 光希 (空手道)
芦田 倅清 (卓球)	船橋 愛瑠 (空手道)
工藤 達騎 (アルペンスキー)	後藤 凜乃 (空手道)
船橋 麗人 (野球)	工藤 釉月 (空手道)
須藤 青海 (野球)	葛西恵美里 (空手道)
岡部 心愛 (空手道)	須藤 耀元 (空手道)
田中星紫流 (空手道)	片山 佳奏 (柔道)
沖崎 壘斗 (柔道)	千代谷元気 (柔道)
太田 悠月 (柔道)	鳥谷部琉依 (柔道)

町立図書館 紹介コーナーその279

◆一般書(新刊の一部を抜粋して紹介)◆

①藍色ちくちく	高森 美由紀
②名探偵のまままでいて	小西 マサテル
③審議官一隠蔽捜査9.5-	今野 敏
④祝祭のハングマン	中山 七里
⑤よき時を思う	宮本 輝彦
⑥書楼弔堂 待宵	京極 夏彦
⑦一睡の夢	伊東 潤
⑧樹林の罌	佐々木 譲
⑨川崎警察 下流域	香納 諒一
⑩野菜のおかず、何にする?	本田 朋子

生涯学習カレンダー 4月	
7日(金)	◆管内小学校 始業式・入学式 ◆平内中学校 開校式・始業式・入学式 ◆人権・行政相談(青少年ホーム 10:00～)
8日(土)	◆図書館おはなし会 (図書館 お話しコーナー 10:00～)
20日(木)	◆心配ごと相談日 (青少年ホーム 10:00～12:00)

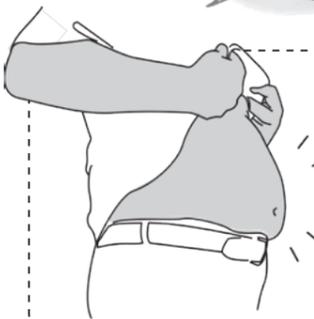
【今月の図書館休館日】

9日・23日・29日

そのほかの新刊情報はこちら▶



「脱！メタボ」 減らそう内臓脂肪



■ 腹囲

男性 85cm以上
女性 90cm以上

2項目以上

+

- 高血圧** 最高血圧 130mmHg以上
最低血圧 85mmHg以上
- 高血糖** 空腹時血糖 110mg/dL以上
HbA1c 6.0%以上
- 脂質異常** 中性脂肪 150mg/dL以上
HDLコレステロール40mg/dL未満

メタボの判定基準

メタボリックシンドローム(メタボ)とは、お腹のまわりに脂肪がたまる「内臓脂肪型肥満」に加え、高血糖、高血圧、脂質異常のいずれか2つ以上の生活習慣病のリスクが重なっている状態をいいます。

今日から実践！メタボ予防

体重を測定する習慣をつける

▶毎日体重を測定し、手帳やカレンダーなどに記録をつけると体重の変化を実感することができます。

ながら運動を取り入れる

▶運動が苦手な方は、歯みがきをしながらつま先立ちをする、テレビを見ながら足踏みをする、デスクワークの方は、30分に1回立ち上がり少し歩くようにするなど今日から始められます。

食べ物や飲み物は目につくところに置かない

▶目につかないところに置いて、『つい食べる・つい飲む…』を減らすように周りの環境を変えてみましょう！

1口ごとに箸を置き、30回を目標によくかむ

▶よくかむことで早食いを防ぎ、食べ過ぎを防止します。また、よくかむことでセロトニン(幸せホルモン)が分泌され、満足感が得られやすくなります。

医療補正具※ 購入費用助成事業 開始のお知らせ

※ウィッグなど

4月1日(土)より、がんの治療に伴う外見の変化による心理的負担および経済的な負担を軽減し、療養生活の質の向上と社会参加の促進を図ることを目的に、医療用補正具購入費用助成事業を開始します。

対象者：以下のすべてを満たす方となります。

- 1) 補正具を購入した日および申請時に平内町に住所を有すること。
- 2) がんの治療を受けた者、または現に受けている者であること。
- 3) がんの治療による脱毛、乳房切除などにより補正具を購入した者であること。

助成内容及び助成金額

補正具の種類	助成対象経費	助成金額上限
医療用ウィッグ	医療用ウィッグ(全頭用)本体1台分の購入に要する経費。ただし、本体に含まれない付属品またはケア用品を除く。	3万円
乳房補正具	補正パッドまたは人工乳房本体1個分の購入に要する経費。ただし、これらを固定する下着類を除く。	左右それぞれ 2万円

申請方法

申請書に記入のうえ必要書類を添付し、役場 健康増進課 健康増進係へ提出してください。なお、申請書用紙や必要書類の内容については、ホームページまたは役場 健康増進課へご連絡ください。

問 役場 健康増進課 健康増進係 TEL718-0019

令和5年度 集団検診のお知らせ

毎戸配布された申込用紙に記入し、役場健康増進課 健康増進係または地区の保健協力員へ提出してください。

※電話・Webでも申込可

申込期限：4月21日(金)



対象の方は 無料で受けられます！

高血圧や糖尿病など早期には自覚症状がなく、症状が現れた時には進行している病気もあります。病気は、発見が早ければ早いほど治る確率が上がります。ご自身の健康のために、対象の方は、健診(検診)を受けましょう！
*各検診の対象年齢は、毎戸配布された申込用紙の裏面でご確認下さい。

特定健診・がん検診

実施会場	月日	受付時間	実施会場	月日	受付時間
狩場沢公民館	5月22日(月)		勤労青少年ホーム	7月3日(月)	
勤労青少年ホーム	5月31日(水)	7:00~9:00	清水川コミセン	7月4日(火)	
	6月1日(木)		山口コミセン	7月13日(木)	
松野木公民館	6月5日(月)		山口コミセン	7月21日(金)	
稲生漁民センター	6月8日(木)	7:00~8:00	勤労青少年ホーム(※)	7月24日(月)	7:00~9:00
浦田公民館	6月8日(木)	9:00~10:00	勤労青少年ホーム	7月25日(火)	
間木コミセン	6月12日(月)		口広コミセン	8月7日(月)	
東滝コミセン	6月26日(月)	7:00~9:00	東田沢防雪管理センター	8月16日(水)	
浅所コミセン	6月29日(木)		茂浦コミセン	9月4日(月)	

※7月24日の特定健診は40歳以上の社保被扶養者のみとなります。

なお、がん検診は保険証に関係なく、対象年齢であれば受診することができます。

子宮がん・乳がん・骨粗しょう症検診

実施会場	月日	受付時間	骨粗しょう症検診
	8月8日(火)	12:00~13:30	
勤労青少年ホーム	8月21日(月)	17:00~18:00	実施
	9月28日(木)	12:00~13:30	-



令和5年度 乳幼児健診のおしらせ

●股関節脱臼検診 ●乳児健康診査 ●1歳6か月児健康診査 ●3歳児健康診査 ●5歳児健康相談

お子さんの成長・発達を確認したり、育児相談ができる場です。対象者には、1か月前に個別に通知します。

問 役場 健康増進課 健康増進係 TEL718-0019

各診療科受付日時などのご案内 (※令和5年4月1日現在)

診療科など	診療日	午前受付	午後受付	備考
内科	月～金曜日	8:15～11:00	13:00～15:30	午前の診療は8:30～、午後の診療は13:30～
糖尿病外来	金曜日	8:15～11:00		午前の診療のみとなります。
メディコ外来	第1・3・5 金曜日	8:15～11:40	13:00～14:40	
もの忘れ外来	第2・4月曜日		13:00～15:00	受診の際は、ご家族の同伴をお願いします。 ※要予約：外科外来 Tel.755-2131(平日8:30～17:00)
総合診療・ 外科	月～金曜日	8:15～11:00	13:00～15:30	午前の診療は8:30～、午後の診療は13:30～ ※午後は手術などのため、休診になることがあります。
小児科	月～金曜日	8:15～11:00	13:00～15:30	午前の診療は8:30～、午後の診療は13:30～ ※午後の診療は、予防接種・乳幼児健診・慢性期 患児への対応が中心となります。
眼科	月曜日	8:15～14:00		診療は14:00頃～ 初診の場合は、13:00までにお越しください。 ※診療日については、変更する場合がありますので、 当院まで事前に確認をお願いします。
皮膚科	火曜日	8:15～15:00		診療は13:00頃～
整形外科	第1・3月曜日	8:15～15:00		診療は14:00頃～
	木曜日	8:15～15:00		診療は13:00頃～
脳外科	第3月曜日		13:00～14:00	紹介された患者さんの診療になります。

内科、総合診療・外科の午後の診療は、病棟回診、検査などのため、長い時間お待ちいただくことがありますので、**午前中の診察をおすすめします**。青森県立中央病院や青森市民病院などから派遣されている医師は、勤務先での状況により、遅れることや休診となる場合もありますので、ご理解とご協力をお願いします。
※救急患者については、休日・昼夜を問わずいつでも受け付けします。
※禁煙補助薬の供給不足のため、当面の間「禁煙外来」を休診します。

休診や診察日時の変更などは、当院ホームページにてお知らせしています▶



一緒に働きませんか？ 病院スタッフを募集中！

当院では、「看護師」、「臨床検査技師」、「看護補助員」を募集しています。

ワークライフバランスに配慮した環境づくりに力を入れており、ブランクのある方や経験の少ない方も安心できるよう研修会やフォロー体制も整えています。病院見学も随時受け付けています。

病院の仕事に興味をお持ちの方はぜひお問い合わせください。

平内中央病院 事務管理部 総務課 Tel.755-2131



▲西病棟のスタッフ

農業委員会
お知らせ

農業労働賃金、
農地賃借料の目安として
ご使用ください

平内町農業労働賃金標準額

「令和5年度農業労働賃金標準額」が次のとおり決定したのでお知らせします。地域の条件などにより、労働賃金も様々です。あくまでも、相手方との交渉時の目安としてお使いください。

1. 労働賃金表

	作業名	単位	標準額
水田・畑作業	農作業一般	1日	6,900円

2. 機械作業請負料金表

	作業名	単位	標準額	
水田作業	水田耕起	10㌦	6,500円	
	荒代掻き	〃	6,400円	
	代掻き(2回)	〃	7,300円	
	田植え	苗なし	〃	7,900円
		苗もち	〃	44,100円
	刈り取り 脱穀	コンバイン	〃	18,500円
		バインダー (糸つき)	〃	8,300円
		ハーベスタ	〃	7,500円
	乾燥	生乾燥	1俵	1,100円
		補助乾燥 (17%超～20%以下)	〃	800円
補助乾燥 (17%以下)		〃	600円	
	畑耕起	10㌦	6,500円	

令和4年分農地賃借料情報

農地の賃貸借の目安となるように、令和4年1月から令和4年12月に締結された10アールあたりの賃借料についてお知らせします。

なお、次の資料は参考として提供するもので、実際の賃借料は、対象農地の状況などに合わせて当事者間で設定してください。

品目	平均額	最高額	最低額
水稲	7,954円	10,000円	3,831円
大豆	4,000円	4,500円	3,500円
そば	3,750円	4,000円	3,500円
牧草	5,000円	5,000円	5,000円

農業委員会事務局(役場 農政課内) Tel.755-2117

商工
お知らせ

住宅のリフォームを
支援します！

地域経済の活性化および町民の住環境向上を図るため、住宅の修繕ならびに増改築の工事をされる方に対し、その経費の一部を助成する「令和5年度平内町地域活性化住宅リフォーム支援事業」を実施します。

■助成対象者

- ①平内町に居住し、住民登録している方
- ②町税の滞納がない方
- ③過去に当補助金制度を利用したことがない方

■助成対象住宅

上記①～③の条件を満たし、自己が所有(住宅の名義が本人)し、町に存する住宅
※店舗、車庫、倉庫などは除く

■助成対象工事(すべて未着工の物件であること)

住宅の修繕、増改築、屋根・外壁の塗り替えなど
※令和6年2月末日までに工事代金の支払いが終了すること

■補助額

上記に要する費用が20万円(消費税相当額を除く)を超える工事で、その工事費の10分の1に相当する額で最大20万円まで

■施工業者

平内町に本社を有する法人または平内町に住所を有する個人事業者

■申込受付期間

4月3日(月)～5月12日(金)(土・日・祝日を除く)
※予算上限に達し次第、受付終了となります。

■申込みに必要な書類

- ①見積書(内訳明細が記入されたもの)
 - ②リフォームを実施する前の現況写真ならびに物件の全景写真
 - ③平内町地域活性化住宅リフォーム支援事業補助金交付申請書
 - ④リフォーム計画書
 - ⑤町税滞納確認のための納付状況確認同意書
 - ⑥申請者の住民票
- ※③・④・⑤は水産商工観光課にて配布、⑥は町民課で取得できます。

■その他

- ①すでに着工済の住宅の申請はお受けできません。
 - ②申請後の着工時期については、交付決定通知書到着後とします。
- ※詳しくは役場 水産商工観光課までお問い合わせください。

役場 水産商工観光課 Tel.755-2118

国保
お知らせ
“国保資格喪失”の届出をお忘れなく！

国民健康保険に加入している方で、就職や扶養などで会社等の社会保険に加入された場合は、**ご自身による国民健康保険の資格喪失の届出が必要**です。

自動的に切り替わることはありませんので、ご注意ください。

まだ届出をされていない方は、必要書類を持参し、役場 健康増進課 国民健康保険係へ届出をしてください。

■必要書類

- ・新たに加入した社会保険証または資格取得証明書
- ・現在お持ちの国民健康保険被保険者証
- ・本人確認書類(マイナンバーカードなど)
- ・マイナンバーがわかるもの

※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。

☎ 役場 健康増進課 国民健康保険係 Tel718-0019

後期高齢
お知らせ
後期高齢者医療被保険者の皆さまへ

振込口座の変更届出について

高額療養費などの給付申請の際に届出した振込口座を変更(解約・金融機関の店舗統廃合など)した場合は、必ず役場 健康増進課へ届出してください。
※届出がないと振込みができなくなりますので、お早めの届出をお願いします。

パンフレット「いきいき健康づくりのために」

青森県後期高齢者医療広域連合では、被保険者の皆さまの日頃健康管理にご活用いただくため、パンフレット「いきいき健康づくりのために」を作成し、被保険者証の送付時に同封しています。
ぜひお役立てください。



☎ 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

国民年金
お知らせ
国民年金への切り替えはお済みですか？

20歳以上60歳未満の方が会社を退職された場合は、厚生年金から国民年金への切り替え手続きが必要です。

手続きは、役場 健康増進課 年金係窓口で行ってください。

■手続きに必要なもの

- ・基礎年金番号がわかるものまたはマイナンバーがわかるもの
- ・退職日がわかる書類(離職票・社会保険資格喪失証明書・任意継続の保険証など)
- ・本人確認書類(マイナンバーカードや運転免許証など)

※保険料を口座振替にする場合は、通帳と金融機関届出印をご持参ください。

■国民年金保険料の納付

令和5年度の国民年金保険料は月額16,520円です。手続きから1か月ほどでご自宅に納付書が届きますのでご確認ください。

支払いが困難な方は失業を事由とした免除申請ができる場合がありますのでご相談ください。

電子決済がご利用できます

国民年金保険料は、スマートフォンアプリを使用した電子決済が可能です。

納付書についているバーコードをスマートフォンで読み込むことで、納付することができるので、ぜひご利用ください。

■対象の決済アプリ

auPAY、d払い、PayB、PayPay

☎ 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)

畜産林務
お知らせ
「熊撃退スプレー購入補助金」をご活用ください

町では、熊による危害から町民の安全を守るため、熊撃退スプレーを購入される方に経費の一部を補助します。

■対象者：

- ・平内町に居住し、住民登録している方
- ・町税の滞納がない方

■対象経費：

熊撃退スプレーの本体のみ(付属品や送料などは除く)

※熊に対して効果が認められないものは除く。

■補助額：

上記に要する費用の2分の1に相当する額で最大5千円まで(1,000円未満切り捨て)

■申込受付期間：

令和5年4月3日(月)から(土・日・祝日を除く)
※予算の上限額に達し次第、受付終了となります。

■申込みに必要な書類：

- ・平内町熊撃退スプレー購入補助金交付申請書
 - ・町税滞納確認のための同意書
- ※役場農政課にて配布および町HPにて公開。

■その他：

- ・交付決定通知書到着後に購入してください。
- ※**交付決定前に購入したものについては、申請をお受けできません。**
- ※詳細は、役場農政課までお問い合わせください。



☎ 役場 農政課 畜産林務係 Tel755-2117



環境整備にお役立てください

花を育てる活動を行っている各種団体(町内会、PTA、学校、事業所など)を対象に、「花苗」を販売します。購入を希望する団体は、花の種類や受付期間をご確認のうえ、夜越山森林公園管理事務所までお申込みください。

■販売価格：1ポット50円

春の花

受付期間：4月3日(月)～4月14日(金)
引渡期間：4月17日(月)～4月29日(土・祝)

花の種類	花の色	苗の個数
パンジー	オレンジ	350個
	ブルー	450個
	イエロー	250個
	ピンク	250個
	ローズ	250個
クリサンセマム	イエロー	300個
	ホワイト	400個
キンセンカ	オレンジ	200個
	イエロー	150個
アリッサム	ホワイト	100個

※花の生育状態によって数量が変更となる場合や、申込み数量を調整することがあります。

秋の花

受付期間：5月15日(月)～5月31日(水)
引渡期間：6月1日(木)～6月15日(木)

花の種類	花の色	苗の個数
マリーゴールド	オレンジ	1,000個
	イエロー	500個
	ボレロ	600個
サルビア	レッド(大)	2,000個
	レッド(小)	700個
ペゴニア	ブルー	200個
	バイカラー	300個
クレオメ	ローズ	100個
クレオメ	ミックス	100個
ペチュニア	ミックス	100個
アリッサム	ピンク	50個

☎ 夜越山森林公園管理事務所 Tel755-2663

水道
お知らせ
道路や宅内に漏水はありませんか？

晴れているのに車道・歩道や水気のないところが濡れている、水が湧いているなどの場合は、水道管から漏水している可能性があります。

また、空き家から水がでている、水の吹き出す音があるなど発見された場合は、役場 地域整備課 上水道管理係までご連絡をお願いします。特に冬期間が終わり、水道メーターの検針が始まると、気づかなかつた宅内漏水が見つかることもあります。漏水の早期発見のためにも日頃より水道メーターの確認をお願いします。宅内漏水の場合は平内町指定給水装置工事業者に修理を依頼してください。

☎ 役場 地域整備課 上水道管理係 Tel755-2116



▲道路漏水のイメージ



▲水道メーター漏水するとパイロット(丸い部分)が常に動きます

企画
お知らせ

“新築住宅”、“中古住宅”、“賃貸住宅” 各種補助金をご活用ください

制度名	新築住宅建設補助金	中古住宅取得補助金	家賃補助金
概要	建設費の一部を補助	住宅取得費の一部を補助	家賃の一部を補助
補助額	移住者 建設費の6%以内で 限度額は100万円	取得費の20%以内で 限度額は50万円	月額最大3万円×12か月
	その他 建設費の3%以内で 限度額は50万円	取得費の10%以内で 限度額は25万円	月額最大2万円×12か月
申請期間	住宅引き渡しから6か月以内	住宅取得から6か月以内	賃貸住宅への入居から3か月以内

※支給条件には、税などに滞納がないこと、町内に所有する住宅がないこと、町内会への加入などがあります。

問 役場 企画政策課 企画政策係 TEL718-1325

企画
お知らせ

“空き家バンク”への物件登録募集中！

町では、空き家・空き地の有効活用を通じて移住・定住を促進し、地域の活性化を図るため、「空き家バンク制度」を実施しています。

空き家バンク制度とは、空き家などの売買・賃貸を希望する所有者などから申込みを受けた物件情報を、町のホームページなどを利用して、利用希望者へ紹介する制度です。

空き家バンクへの物件登録は随時募集しています。登録を希望される方は、担当までお気軽にお問い合わせください。



問 役場 企画政策課 企画政策係 TEL718-1325

企画
お知らせ

平内町民バス停留所名が一部変更されます

町内3中学校を統合した「平内中学校」の開校に合わせ、バス停留所に学校名などがつけられている停留所の名称を4月1日(土)から以下のとおり変更します。

新しいバス停留所名を反映した時刻表を毎戸配布しますので、詳しくはそちらをご覧ください。

現行	変更後	対象路線
新あおもり農協平内支店前	J A 青森平内支店前	狩場沢線を除く全路線
平内高校通り	平内中学校通り	〃
小湊中学校前	町営陸上競技場前	浅虫温泉線
狩場沢小学校前	学校前	浅虫温泉線、狩場沢線、狩場沢・小湊経由線

問 役場 企画政策課 TEL718-1325

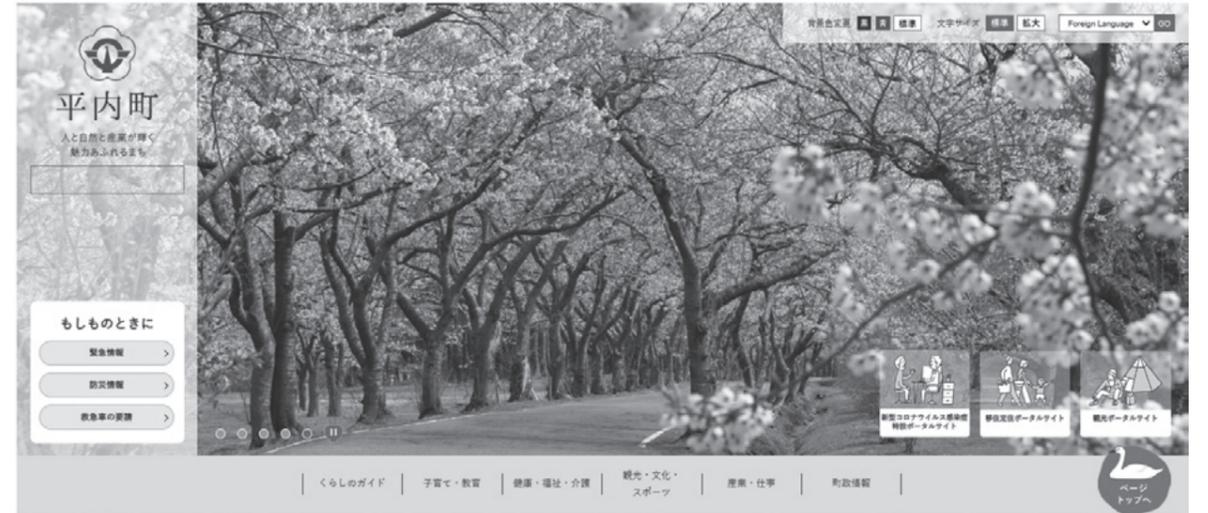
企画
お知らせ

平内町ホームページをリニューアルしました！

町のホームページは、平成29年に改修を行ってから6年が経過していますが、より利用しやすく、求める情報へすぐにたどり着くことができるよう、3月24日(金)にリニューアルを行いました。

トップページを見直し、ニーズの高い情報をまとめた特設サイトへの入り口を設けるなど、求める情報の探しやすさに配慮しました。

そのほか、ごみの分別方法がキーワードでわかる「ごみ出し検索ナビ」や、引っ越しなどの際に役場で必要な手続きを検索できる「手続きナビ」など、便利な機能も追加しましたので、ぜひご活用ください。



問 役場 企画政策課 TEL718-1325

生活環境
お知らせ



なぜリサイクルする必要があるのか？

リサイクルの必要性はネットやニュースで多く取り上げられており、最近はエコバックやマイ箸、マイボトル、SDGsといった言葉を聞く機会が増えたのではないのでしょうか。

ごみをリサイクルすることが環境にとっても大切である意味を改めて考えてみましょう。

資源を有効に使う

自然から提供される資源を取り出し続けた場合、地球の資源は枯渇してしまう恐れがあります。ごみから資源を取り出して、再び活用し有効利用をしましょう。

(例)・プラスチック製容器包装

- ・缶
- ・ビン
- ・ペットボトル
- ・雑紙
- ・ダンボールなど



エネルギー使用量を抑える

何か物を作る際には、エネルギーを消費します。物を作るために必要なエネルギーは、新たに資源を集めることから始めるのと、ごみをリサイクルして作るのでは、消費量に圧倒的な差があります。リサイクルを行うことで、省エネルギーにも貢献しましょう。

(例)リサイクルされたアルミ缶から新たにアルミを作る場合は、鉱石からアルミを作るよりも97%ものエネルギーが節約できます。

温暖化への影響

家庭から集めたごみを焼却処分する際に、二酸化炭素などの温室効果ガスが排出され温暖化が加速するといわれています。リサイクルをすることで、ごみを燃やす機会が減り、エネルギーの使用も抑えられるため、温室効果ガスの発生を防ぐことができます。

また、最終的にごみを捨てる場所である最終処分場にも限りがあります。

リサイクルを徹底してごみ減量化に努めましょう。

問 役場 町民課 生活環境係 TEL755-2113

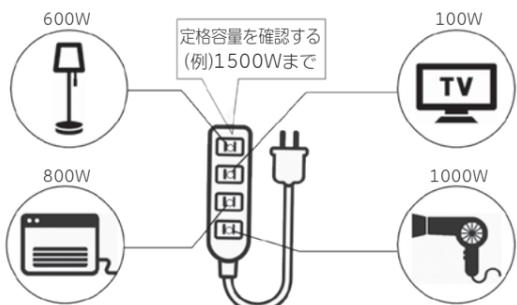
電気火災にご注意ください！

私たちの暮らしに欠かせない電気も、使い方を誤ると火災につながってしまいます。電気火災を未然に防ぐために、以下のことに気をつけましょう。

◆過電流

(たこ足配線はやめて定格電流を守りましょう！)

電源タップには定格容量(使っていい電気の量)が決まっています。つないだ電気機器の消費電力の合計が定格容量を上回る状態で使うと、発熱し出火する恐れがあります。電源タップの定格容量および電気機器の使用電力を確認しましょう！



600W+100W+800W+1000W=1960W
定格容量を超えているため危険です。
※各機器の使用電力は一例です。

◆接触部過熱

(コンセントのゆるみやプラグのぐらつきに注意！)

コンセントや配線の接続部がゆるむと、金属の接触不良により抵抗が増え発熱し出火する恐れがあります。コンセントはしっかりと差し、プラグが変形していたり、差し込んでもぐらぐらする場合は使用しないようにしましょう！

☎ 青森地域広域事務組合消防本部予防課
Tel775-0853

青森市農業振興センター研修生募集

青森市農業振興センターでは、将来の担い手農業者を育成するため、野菜や花きの栽培の基礎を学ぼうとする令和5年度農業研修生を募集します。

実際の畑で、野菜や花の土づくり、植え付け、育て方、収穫や出荷の方法などを学んでみませんか。

■日時：

◆標準コース：4月25日(火)～8月8日(火)の週2回(火・木曜日) 9:00～15:00

◆長期コース：4月25日(火)～12月5日(火)の週2回(火・木曜日) 9:00～15:00

※研修開始後にコースを変更しても構いません。

■場所：青森市農業振興センター

■内容：座学講習および実技研修(農業の基礎、土づくり、トマト・ピーマン・ネギ・トルコギキョウなどの栽培方法など)

■対象：原則65歳以下で、就農を考えている方、農業参入希望の法人職員、農業の基礎を学びたい方など ※通所できる方に限ります。

■人数：2コース合わせて15人まで (応募者多数の場合は選考)

■料金：7,000円(教材費)

■備考：4月10日(月) 13:30から青森市農業振興センターで開催される説明会にご参加ください。※本説明会で研修の申込書をお配りします。※都合がつかず参加できない場合は、事前にご連絡ください。

■申込：4月17日(月)までに申込書に記入のうえ、青森市農業振興センターへ直接お申込みください(土、日は除く)

■受付時間：8:30～16:00

☎ 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

令和5年度 協会けんぽ青森支部の保険料率が変わります

全国健康保険協会(協会けんぽ)青森支部は、主に県内の中小企業にお勤めの従業員とご家族が加入する健康保険です。

令和5年度における青森支部の健康保険料率および全国共通の介護保険料率は、以下のとおりとなります。

【健康保険料率】9.79% (現行10.03%)

【介護保険料率】1.82% (現行1.64%)

各都道府県の健康保険料率は、主に地域の医療費水準に基づき算出されますが、青森支部は全国に比べ、医療費の伸びが小さかったことから、健康保険料率は4年ぶりの引き下げとなりました。

☎ 全国健康保険協会青森支部 Tel721-2713
<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/aomori/>

「子育て支援センター」行事予定

日程	活動・場所	内容
4月12日(水) 9:45～11:15	ぴよぴよ絵本サークル 支援センター	絵本や紙芝居などの読み聞かせ
4月19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
4月25日(火) 9:45～11:15	すくすくクラブ 支援センター	・身体測定 ・おもちゃ遊び

☎ 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▶



看護の仕事で輝きませんか

青森県ナースセンターは、保健師、助産師、看護師、准看護師の再就業を支援する無料職業紹介所です。

復職支援研修も各種行っていますので、お気軽にご利用、ご連絡ください。

■受付時間：平日 9:00～12:00
13:00～16:00

☎ 青森県看護協会 ナースセンター
Tel 723-4580
メール aomori@nurse-center.net



「裁判所見学ツアー」参加者募集！

裁判所では、5月3日の憲法記念日を中心に、同月1日から7日までの1週間を憲法週間としています。青森地方・家庭裁判所では、憲法週間行事として「裁判所見学ツアー」を次のとおり開催します。

申込受付は先着順で、参加無料です。興味のある方は、ぜひご参加ください。

■日時：5月11日(木)
【午前の部】10:15～12:00 (受付 10:00～)
【午後の部】13:30～15:15 (受付 13:15～)

■場所：青森地方・家庭裁判所(青森市長島1-3-26)

■内容：法廷、調停室などの庁舎見学、DVD上映など

■対象：一般の方 24人(午前、午後各12人)

■申込方法：青森地方裁判所事務局総務課庶務係までお電話でお申込みください。

【申込受付開始】4月17日(月) 9:00～ (申込受付時間：平日 9:00～16:30)

☎ 青森地方裁判所事務局総務課庶務係
Tel722-5421



1個分 108kcal

バナナは黒い斑点が出てきた頃の完熟バナナがおすすめ。甘さ控えめで体に優しい蒸しパンです。豆乳を牛乳に変えてもOK！角切りチーズを加えてもおいしいです。

♪ 今月のcooking ♪ 【バナナ豆乳蒸しパン】

《材料(小8個分)》

- 小麦粉・・・100g ○ベーキングパウダー・小さじ1
- バナナ・・・大1本 ○卵・・・2個 ○砂糖・大さじ4
- 豆乳(成分無調整)・80ml ○サラダ油・大さじ1

《作り方》

- ①小麦粉とベーキングパウダーは合わせてふるっておきます。バナナは薄く半月切りにします。
- ②ボールに卵と砂糖を入れて泡立て器で混ぜ、バナナ、豆乳、サラダ油を加えてさらに混ぜます。
- ③②に①を加えて木べらでサックリと混ぜます。
- ④アルミケースをしいたカップに生地を入れ、蒸し器で12～15分位、中火で蒸したら完成です。

2月受付分

戸籍の窓口

人口と世帯
男…4,856人(-9人)
女…5,291人(-10人)
計…10,147人(-19人)
世帯数…4,789世帯(-10)
令和5年3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
船橋 勇生(83) 光市第3小林
荒内 チエ(94) 利光盛田
小形 ヨシエ(101) 兼雄藤沢
木村 喜三男(86) サダ青森市
岩谷 至誠(82) 一成寺町
小形 正弘(79) 美津子寺町
川越 キヨ(91) 貞吉東沼館
鳥谷部 政春(73) みつ子第3小林
寺嶋 サツ(95) 清衛下町
有馬 忠(79) 宏二上中野
高杉 正夫(73) 直弘第2勝田町
佐々木 節子(81) 一二東滝
對馬 チセ(99) 勲夫赤坂台
濱田 ミツエ(81) 輝彦青森市



お悔やみ申し上げます

喪主 住所地
船橋 雪江(74) 小川美樹子 寺町
須藤 美穂子(84) 勉茂 浦
濱田 ミツエ(81) 輝彦 青森市

加藤 正直(62) 泉本町
田中 永治郎(86) 古館折戸
船橋 勇生(83) 光市第3小林
荒内 チエ(94) 利光盛田
小形 ヨシエ(101) 兼雄藤沢
木村 喜三男(86) サダ青森市
岩谷 至誠(82) 一成寺町
小形 正弘(79) 美津子寺町
川越 キヨ(91) 貞吉東沼館
鳥谷部 政春(73) みつ子第3小林
寺嶋 サツ(95) 清衛下町
有馬 忠(79) 宏二上中野
高杉 正夫(73) 直弘第2勝田町
佐々木 節子(81) 一二東滝
對馬 チセ(99) 勲夫赤坂台
久保田 静子(83) 敏男東和



▲卒業生を代表して答辞を述べる後藤柚伽さん



▲最後の校歌斉唱



▲在校生全員で卒業生を見送った

町内3中学校で卒業式 最後の卒業生 巣立つ

3月11日(土)、小湊中学校(木村秀樹校長)、東平内中学校(田村琢哉校長)、西平内中学校(高村浩樹校長)で、それぞれ最後の卒業証書授与式が執り行われました。

小湊中学校では、46人の卒業生たちが在校生や保護者、来賓が見守る中、卒業証書を受け取りました。

木村校長は、コロナ禍で制限された中学時代を過ごしてきた卒業生に向けて「蓄えた内なるエネルギーを爆発させる時はもうすぐです。人としての基本を大切に、来るべき社会の創造者となってほしい」とはなむけの言葉を贈りました。

また、卒業生代表の後藤柚伽さんは入学当初の一斉休校から始まった中学生生活を振り返り、「制限ばかりの日常だけど、ともに泣き、笑って過ごせる特別な仲間恵まれて幸せです。何度も壁を乗り越えてきた私たちがなら大丈夫。胸を張って、夢に向かって明日を拓いていきます」と力強く決意の言葉を述べ、最後に在校生の活躍と平内中学校の素晴らしい幕開けを祈りました。

3中学校は令和4年度末で閉校し、令和5年度に開校する平内中学校で、新たな歴史を刻んでいきます。

▼東平内中学校



▲東平内中最後の卒業生となった船橋優芽さん



▲思い出がよみがえる全校合唱



▲先生たちに感謝の気持ちを込めて

▼西平内中学校



▲両親に感謝の気持ちを込めて



▲3年間一緒に過ごした仲間たち



▲後輩と別れを惜む卒業生