

人と自然と産業が輝く 魅力あふれるまち

広報 ひらな い 12

December 2024 (令和6年) No.786



▲町内小学校植樹体験(森林環境植樹啓発事業)

秋の火災予防プロジェクト
子どもたちが音声収録に挑戦！

平内消防署では、「秋の火災予防運動週間(10月21～27日)」にあわせ、幼児・児童が地域住民へ火災予防を呼び掛ける取り組みを実施しました。

防災行政用無線での音声収録では、広報ひらない9月号で協力者の募集を行ったところ、畑山愛理さん(東小4年)と柳谷圭之進さん(小湊小4年)の2名から応募があり、秋の火災予防を呼び掛ける広報文の収録に挑戦しました。

また、消防車両から火災予防を呼び掛ける取り組みには、東和保育園の子どもたちが協力してくれました。

最初は緊張していた子どもたちも、次第に慣れてくると元気な声で「火の用心」と呼び掛けを行っていました。収録後、消防車から録音したばかりの音声を聞くと、「すごい、声が聞こえる」「音がおっきい!」と自分たちの声が流れることを嬉しそうに聞き入っていました。



▲丁寧に原稿を読み上げる畑山愛理さん



▲元気に呼び掛けを行う東和保育園の子どもたち

緊急交通死亡事故防止啓発活動の実施



▲街頭で啓発活動を行う参加者

10月17日(木)、口広地区の国道4号で10月5日(土)に発生した死亡事故を受け、青森交通安全協会平内支部(須藤恵悦支部長)が、事故現場において「緊急交通死亡事故防止啓発活動」を実施しました。

当日は関係者約50人が参加し、横断旗やのぼり旗を掲げ、通行する運転手に向けて交通安全の啓発を行いました。また、口広保育園の園児が警察車両の拡声器を使用して「ゆっくり運転しましょう」「携帯電話はやめましょう」などと元気に呼び掛けを行いました。

育児の大切さを学ぶ「乳児ふれあい体験学習」

町では、中・高校生が赤ちゃんに触れ合い、将来、素敵なお母さん、お父さんになるための準備教育として、「乳児ふれあい体験学習」を実施しています。

平成11年度に始まった本体験事業は、本年度で26年目を迎え、9月25日(水)、26日(木)に平内中学校(加藤日寿校長)、10月1日(火)に松風塾高校(澤田高久校長)で実施しました。生徒たちは、実際に赤ちゃんに触れ合い、抱っこしてあやしたりしながら、親と子の絆や命の尊さを学びました。

また、今回の学習を通し、育児の大切さを実感したことで、親が愛情を持って育ててくれたということを再確認できたようでした。



▲赤ちゃんを抱っこする平内中学校の生徒

勝利を引き寄せろ！綱引き大会開催！

10月20日(日)、町立体育館において、平内町スポーツ推進委員協議会(蝦名文治会長)主催の「第5回平内町スポーツ推進委員協議会会長杯争奪平内綱引き大会」が開催されました。

本大会は、1試合3本引き2本先取のトーナメント形式となっており、当日は一般の部13チーム、小学生の部8チームが出場しました。決勝戦では一般の部、小学生の部どちらも勝負が3本目までもつれ込む接戦となり、観客から大きな声援が響く中、白熱した試合が繰り広げられました。

一般の部で優勝した「HoTaTe寿師」の浜田一義さん(清水川)は「優勝できて素直にうれしいです。最後はかなりしんどかったけど、毎週練習した成果が出たと思います」と笑顔で話しました。



▲漁師メンバーでチームを組んだHoTaTe寿師

順位	小学生の部	一般の部
優勝	野辺地町柔道少年団	HoTaTe寿師
準優勝	柔道少年団 平内分団 チーム背負い投げ	平内町スポーツ協会 空手道部D
3位	平内町スポーツ協会 空手道部B	まぜ込みGO飯
	柔道少年団 平内分団 チーム小外刈り	グラマラスブル

「むつ湾の絵コンクール2024」当町の園児が表彰されました！



▲松原唯真くんの作品を講評する山崎結子審査委員長

10月6日(日)、ねぶたの家ワ・ラッセにおいて、むつ湾感謝祭が開催され、「むつ湾の絵コンクール2024」で入賞した当町の園児が表彰されました。

本イベントは、豊かなむつ湾を未来に残すため、むつ湾を学び楽しむことを目的に開催されたもので、「むつ湾の絵コンクール2024」参加作品の展示のほか、「むつ湾かるた」や「むつ湾ジグソーパズル」で遊びながらむつ湾を学べたり、海の絵本読み聞かせ、八甲田丸60周年を記念した音楽ライブなども催されました。

「むつ湾の絵コンクール2024」の表彰式では、山彦幼稚園と口広保育園の園児3名が幼児の部で入賞し、プレゼンターから笑顔で表彰状を受け取っていました。

なお、入賞した当町の園児は以下のとおりです。

表彰名	入賞者	
むつ湾フェリー賞	山彦幼稚園	松原 唯真
準大賞	山彦幼稚園	笹原 緋奈乃
準大賞	口広保育園	田中 愛葵



▲入賞した田中愛葵ちゃん(左から1人目)、笹原緋奈乃ちゃん(左から2人目)、松原唯真くん(右から3人目)

明治安田生命保険相互会社による目録贈呈式

10月31日(木)、明治安田生命保険相互会社青森支社(日野研太青森支社長)が役場を訪れ、同社の太田美紀青森国道営業所長より船橋茂久町長へ「私の地元応援募金」および「サウンドアーチ」1台の寄附目録などを手渡しました。

同募金は、全国の各支社・営業所などが地元の寄附先を選定し、全従業員が居住地や出身地などのゆかりのある地域の自治体や団体などへ任意に募金する従業員募金に加え、会社拠出の寄附金を上乗せして実施しているものです。また、「サウンドアーチ」は電話音声を明瞭にする機械で、聴こえに悩む方の社会的孤立を防ぐために同社従業員が発案して開発されたものです。

同社による寄附は、健康づくりや生活習慣病予防などの取り組みの推進を目的とした「健康増進に関する連携協定」を令和3年度に締結以来、4年連続となります。

同社の浅野善太郎市場開発部長は「健康づくり、子育て、認知症関連につかっていただければ」と述べ、それを受けて船橋町長は「町民の健康づくりや町の活性化の一助として活用させていただきます」と述べました。



▲太田美紀青森国道営業所長(左)と船橋町長(右)

森林を育て、ホタテ産業を守ろう「小学生による植樹活動」



▲植樹の方法を教わる児童たち

10月31日(木)、町内の小学4年生約60人が、夜越山オートキャンプ場北側に、サクラ、クリ、クルミ、ブナ、ウメの苗木各40本(合計200本)を植えました。

この事業は、町の主産業であるホタテ養殖に欠かせない、ミネラル豊富な水を作る森林をどのように維持していくかを植樹を通じて考えてほしいと役場 農政課が企画したものです。

児童たちは、森林組合あおもり(工藤英精代表理事組合長)の職員から説明を受けた後、印のついた場所に一つひとつ苗木を植え、根元に土をかぶせ、支柱を添えてひもで固定しました。

終わりの会で、高橋琳太郎くん(山口小)は「木を植えるのはこんなに大変なんだと分かった。最後はうまく植えることができて良かったです」と感想を話しました。

老人クラブ連合会 パークゴルフ大会開催

10月8日(火)、平内町老人クラブ連合会(須藤實会長)が、令和6年度のレクリエーションと会員増強事業として、「パークゴルフ大会」を開催しました。

前日までの雨も上がり、無事開催された本大会は、当日50人の参加者がABCの3つのコース(全27ホール)でプレーし、熱戦を繰り広げながら、楽しい時間を過ごしました。

競技終了後、参加者からは「初めてだけど楽しかった」、「次は優勝したい」「来年も参加したい」との声が聞かれ、老人クラブ活動の啓発にもなりました。

【男性の部】優勝 佐々木 進(川原町 若葉会) 2位 川越 貞吉(沼館 若松会)
【女性の部】優勝 大石 金子(沼館 若松会) 2位 本堂 正子(沼館 若松会)
【ホールインワン】須藤 實(茂浦 塩釜会)、能登谷 登美子(薬師野 弥生会)



▲他の選手のショットを見守る参加者

「秋の安全・安心まちづくり推進大会」で決意宣言！

10月11日(金)、平内地区防犯協会(田中芳子会長)主催による「秋の安全・安心まちづくり推進大会」が青森警察署長はじめ、関係者約60人が参加し、町立体育館で開催されました。

開会にあたり、山田副町長が「安全・安心まちづくりのためには、関係者ならびに町民の皆さまが一丸となり、活動重点項目の犯罪抑止活動が展開されるよう期待する」と船橋町長の代読で挨拶すると、これを受けて平内地区防犯指導隊(佐々木悟総隊長)より防犯対策に取り組む決意宣言が行われました。

また、平内地区防犯弁論大会で最優秀賞を受賞した平内中学校3年生の石田翠さんによる防犯弁論と山彦幼稚園の園児による元気な演奏が披露されました。



▲決意宣言をする佐々木悟総隊長

東北管区警察局長・東北防犯協会連絡協議会長連名表彰	青森県警察本部長・青森県防犯協会連合会長連名表彰
防犯功労者	防犯功労者
平内地区防犯協会 会長 田中 芳子	平内地区防犯協会小湊支部 副支部長 對馬 豊吉

秋の景色とグルメを満喫！「夏泊半島ブルーロードライド」開催



▲夜越山スキー場から一斉にスタートする参加者

10月13日(日)、夏泊半島ブルーロードライド実行委員会(船橋茂久実行委員長)による「夏泊半島ブルーロードライド2024」が開催され、秋晴れの青空の下、140人の参加者が自転車で約80キロのコースを走り抜けました。

今年で10回目を迎える本大会は、ロードバイクと呼ばれる自転車で、周りの景色を楽しんだり、コース途中の休憩所で休みながらゴールを目指すもので、タイムを競うレースとは違うことから、初心者でも楽しめるイベントです。

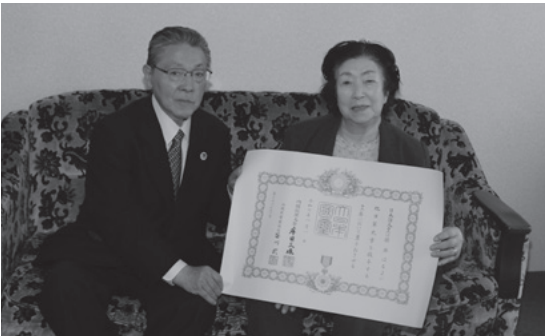
参加者は「ゴール後のおもてなしグルメが特徴ある大会なので毎年楽しみにしている。今年は抽選会まであって更に楽しかった」など満足げに話してくれました。

笹原はるよ氏 高齢者叙勲を受章！

9月26日(木)、高齢者叙勲を受章された笹原はるよ元平内町議会議員に対し、船橋町長による叙勲の伝達を行いました。

高齢者叙勲は、春秋叙勲で叙勲されていない功労者で88歳になった方を対象とし、授与されるものです。

笹原氏は、平成8年3月に当選以来、平成28年3月までの5期20年の永きにわたり平内町議会議員として在職しました。その間、副議長や総務福祉常任委員会委員長などの要職を歴任し、議会の円滑な運営に尽力され、今回、旭日単光章を受章されました。



▲船橋町長(左)と笹原氏(右)

第10回 ひらないい秋まつり

10月26日(土)、27日(日)の2日間、秋の恒例行事「ひらない秋まつり」が開催され、大勢の来場者で賑わいました。

町立体育館と町立山村開発センターを会場に、「第47回平内町民文化祭」の作品展示や舞台発表、「第52回平内町商工会びっくり市」での豪華景品が当たる大抽選会、ホタテ詰め放題などが行われました。

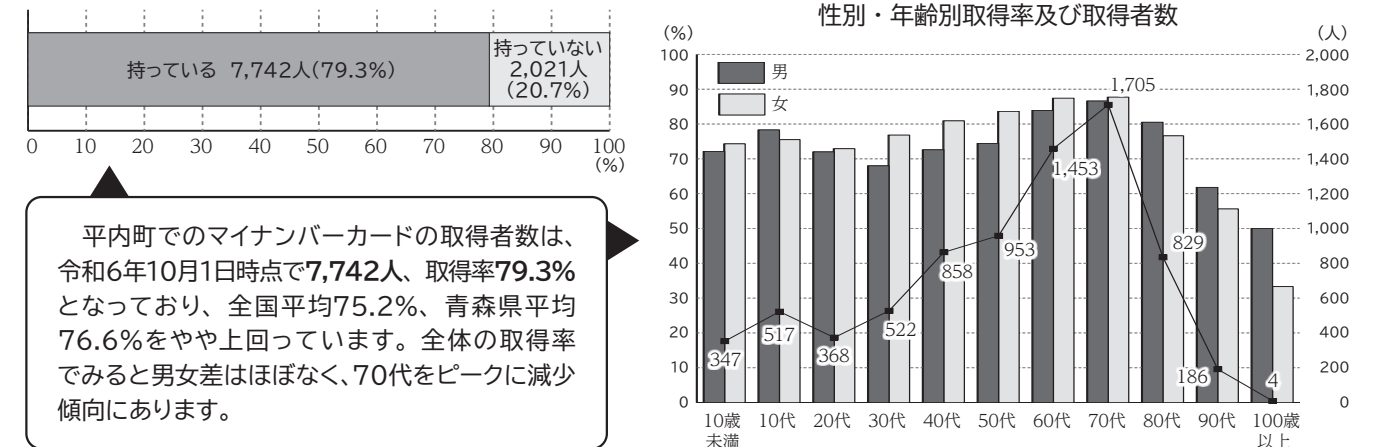
また、町立武道館では「平内町健康展」が開催され、血管年齢やベジチェック、食生活改善コーナー、ピンクリボンキャンペーンコーナーなど健康に関するさまざまなブースが設けられました。

会場内には見事な書や絵画、切り絵、盆栽、生け花などを展示。ステージ上でも多彩なイベントが行われ、来場者を盛り上げました。

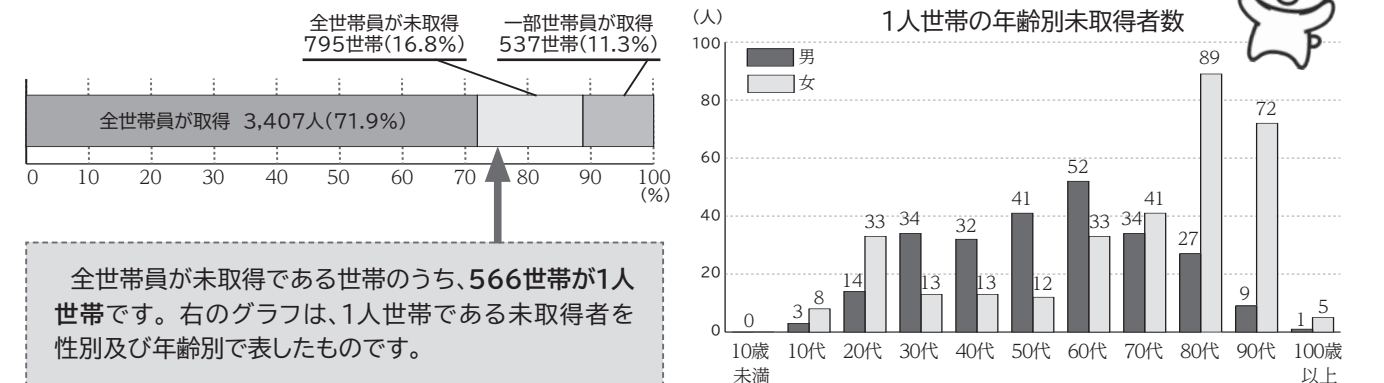


平内町における
マイナンバーカードの取得者及び取得率をお知らせします！

マイナンバーカードの取得者数



マイナンバーカードの世帯別取得割合



世帯別でみると、全世帯員がマイナンバーカードを取得している世帯は**71.9%**と高く、全世帯員が未取得である世帯は、**16.8%**となっています。さらに一人世帯である未取得者を年齢別でみると、**80代以上の高齢女性及び壮齢男性の取得率が低い傾向**にあります。

マイ Q. 高齢のため、マイナンバーカードの手続きで役場へ行くのが難しい。

A. 役場町民課では、外出が困難な方に対して、自宅や老健施設、病院等へ職員が訪問し、マイナンバーカードの申請受付・サポートを実施しています。完全予約制につき、役場町民課生係へ電話で申込みください(日時については、要相談となります)。

Q 日中は仕事のため、マイナンバーカードの手続きで役場へ行くのが難しい。

A. 役場町民課では、平日火曜日・水曜日(その年の最終開庁日を除く)の午後7時まで延長し、マイナンバーカードの申請受付や受取り手続きなどを行っています。完全予約制につき、当日の午後5時までに役場町民課住民係まで電話でお申し込みください。

Q. 12月2日(月)から健康保険証が使えなくなりますか。マイナンバーカードがないと保険で受診できなくなりますか。

A. 12月以降、現行の健康保険証の新規発行は停止されます。現在使用している保険証はその有効期限まで使用可能です。有効期限がある場合は保険証に記載されていますのでご確認ください。健康保険組合の保険証の多くは有効期限がありませんが、その場合は令和7年12月1日まで使用可能です。また、マイナンバーカードを持っていない方やマイナ保険証利用の登録をしていない方は、現行の保険証の有効期限よりも前に、保険者から送付される「資格確認書」が受診に必要です。なお、これらの方々は「資格確認書」を受け取るための申請は必要ありません。

問 役場 町民課 住民係 TEL755-2113



「ひらないまちラジオ体操講習会」開催！

10月20日(日)、町立体育館において、「ラジオ体操講習会(町教育委員会主催)」が開催され、老若男女合わせて80人の町民が参加しました。

町では、「いつでも・どこでも・だれでも」出来るラジオ体操を推進しており、本講習会は平成25年から数え、12回目の開催となります。

当日は冷え込みが厳しい中、講師の田村恵美先生(NPO法人全国ラジオ体操連盟指導員)と織田一明先生(NHKテレビ・ラジオ体操アシスタント)から、1時間30分ほど、ラジオ体操第1と第2を解説を交え、ご指導いただきました。

参加者からは「これだけ動くと暑いし、明日は筋肉痛だ」といった感想が聞かれたほか、「来年も参加したい」との声も多くありました。

ラジオ体操は3分15秒という短い時間の中に13ものエクササイズが入っており、ラジオやテレビを見ながら手軽にできますので、自身の健康のためにもぜひ取り入れてみてください。



▲ベアになって動きのチェックをする参加者

生涯学習カレンダー 12月

7日(土)	◆第12回ハクチョウ検定 (山村開発センター 10:00~)
11日(水)	◆ひらないカレッジ 「歌って聴いて学んで音楽を楽しむ講座」 (山村開発センター 10:00~11:30)
14日(土)	◆図書館おはなし会 (図書館お話しコーナー 10:00~)
19日(木)	◆心配ごと相談日 (青少年ホーム 10:00~12:00)
25日(水)	◆ひらないカレッジ「開講式みんなで考えてみよう!~講座づくりワークショップ~」 (山村開発センター 10:00~11:30)

町立図書館

紹介コーナーその299

◆一般書(新刊の一部を抜粋して紹介)◆

①ダブルマザー	辻 堂 ゆ め
②舞台には誰もいない	岩 井 圭 也
③作家刑事毒島の暴言	中 山 七 里
④偽りの貌	伊 兼 源太郎
⑤迷惑な終活	内 館 牧 子
⑥イツ・ダ・ボム	井 上 先 斗
⑦僕たちの保存	長 嶋 有
⑧私の馬	川 村 元 氣
⑨吉原裏同心(10)	佐 伯 泰 英
⑩食材の冷凍、これが正解です!	(株)ニチレイフーズ

【今月の図書館休館日】8日・22日・29日～31日 そのほかの新刊情報はこちら▶



夜越山スキー場「リフトシーズン券」を購入の際は助成金を交付します！

町教育委員会では、町内在住の児童・生徒を対象に、夜越山スキー場のリフトシーズン券を購入した際、助成金(上限3,000円)を交付しています。リフトシーズン券を購入の際はぜひ助成金をご活用ください。

申請の方法や必要な書類については、町教育委員会 生涯学習課までお問い合わせください。



問 平内町教育委員会 生涯学習課
Tel 755-2565

平内町白鳥を守る会「白鳥観察誌」Vol.5

会長 三津谷武志 著

5回目となる今回は、初飛来日の過去6年間の記録と当町で飛来数が4番目と5番目に多い「ため池2ヶ所」の観察結果をご紹介します。

夜越山東部の農業用ため池における飛来数調査の結果

白鳥を守る会では、夜越山東側の農業用ため池でもハクチョウの観察を行っています。

右図のとおり、ため池Aとため池Bに分けて、過去5年間観察を続けたところ、両ため池で平均飛来数が拮抗していることが分かりました。

しかし、南下期における両ため池の飛来数平均値の合計は440羽に対し、北上期が1,712羽と4倍ほど多く、特にため池Bでは南下期が79羽、北上期が1,068羽と14倍以上の差があります。ため池Bは配管修理工事により、秋に放流が行われたことで、水位が極端に低くなったのが要因と思われます。現在は平常に戻っているため、今期の飛来に期待しましょう。

※ 両ため池は、水利組合が管理しており、一般の方は許可なく入れませんのでご注意ください。

(表1) 過去5年間(令和元年～5年)飛来数平均値

		ため池A	ため池B	計
南下期	10月～12月	361羽	79羽	440羽
	2月～4月	644羽	1,068羽	1,712羽
合計	飛来数	1,005羽	1,147羽	2,152羽
	割合	47%	53%	100%

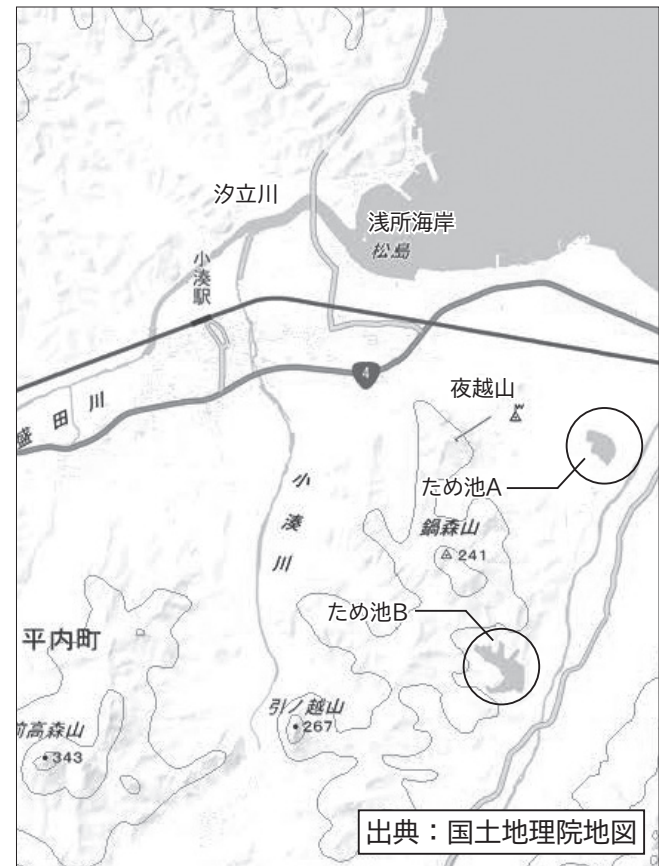
令和6年度の初飛来日

令和6年度は過去6年間で2番目に早くハクチョウが飛来しました。その後の飛来数も増加傾向にあり、浅所海岸を中心に賑やかになっています。

(表2) 初飛来日の推移

年	月日	羽数	飛来場所
令和元年	10月12日	6羽	浅所海岸
2年	10月16日	1羽	
3年	10月6日	5羽	汐立川
4年	10月13日	7羽	
5年	10月17日	22羽	
6年	10月9日	1羽	

▼飛来数調査を実施した「ため池」の位置図



出典：国土地理院地図

浅所海岸で犬の散歩を行っている方へ

ハクチョウは臆病なので、犬が近づいて吠えたと驚いて逃げてしまい、寄り付かなくなってしまう可能性があります。

ハクチョウの飛来シーズン時(12月～3月)は浅所海岸での犬の散歩をご遠慮願います。町民の皆さまの協力をお願いします。

会員を募集しています！

私たちは平内町に飛来するハクチョウをととても大切に思っています。そんな私たち「平内町白鳥を守る会」で楽しく活動してみませんか。

知らない世界が沢山あり、ハクチョウを詳しく知るチャンスです。

皆さんの参加をお待ちしています。



令和6年中に取り壊した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)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町に納める税金です。

12月31日(火)までに取り壊した建物は、固定資産課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。

問 役場 税務課 資産税係 Tel755-2115

建物取り壊しの届出先

【登記されている家屋】

・法務局(「滅失登記」の手続きとなります)

【未登記の家屋】

・役場 税務課

※ 取り壊した建物が登記されているか不明の場合は、役場 税務課にお問い合わせください。

償却資産は申告が必要です！

償却資産とは法人・個人が事業のために所有している土地・家屋以外の資産です。償却資産は、土地・家屋と異なり登記制度がないため、所有者による毎年の申告が法律によって義務づけられています。

令和7年1月1日時点で町内に償却資産(150万円以上)を所有している人は法人・個人にかかわらず確定申告とは別に償却資産の申告書を提出してください。

資産をお持ちの方で正当な理由がなく申告されない場合は、平内町町税条例第75条第1項の規定により10万円以下の過料を科せられる場合があるほか、第72条の規定により固定資産税の不足税額に加えて延滞金を徴収されることがありますので、期限内に申告してください。

■申告書類：前年度に申告した方や新規に事業を開始した方などへ、12月中に申告書類を送付します。お手元に届かない場合は、役場税務課までお問い合わせください。

■申告期限：令和7年1月31日(金)

問 役場 税務課 資産税係 Tel755-2115

▼業種者別の課税対象償却資産の例示

業 種	資産の名称
共 通	パソコン、コピー機、ルームエアコン、舗装路面、看板、応接セットなど
農 業	ビニールハウス、管理機、乾燥機、糞攪り機など(小型特殊自動車を除く)
漁 業	漁船、漁労設備、定置網漁具、レーダー、魚群探知機、船外機など
料理飲食店	厨房設備、冷凍冷蔵庫、テーブル、椅子、カラオケ機器、レジスターなど
自動車整備業 ガソリンスタンド	コンプレッサー、洗車機、溶接機、地下タンク、ガソリン計量器、照明設備など

納税相談を行っています

生活保護を受給したり、災害(火災・風水害など)、その他の理由により税金を納めるのが困難な場合、納期限までに申請することにより税金が減額・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、納付方法などについてお気軽にご相談ください。

問 役場 税務課 収納係 Tel755-2115

不動産取得税の軽減制度のお知らせ

不動産取得税は、家屋を新築・増改築したとき、土地や家屋を売買・贈与・交換などで取得したときに一度だけ課税される県の税金です。

住宅の新築や中古住宅の取得などで、一定の要件に該当する場合には、申請により不動産取得税が軽減される制度があります。詳しくは、東青地域県民局県税部 課税第二課までお問合せください。

問 東青地域県民局県税部 課税第二課 Tel734-9973

平内中央病院 NEWS

問 平内中央病院 総務課
Tel755-2131

病院スタッフ募集中！

平内中央病院では、令和7年4月採用の**臨床検査技師**を募集しています。地元の方はもちろん、UターンやIターン就職も歓迎しています(町の移住施策などへもお繋ぎします)。

平内町で働きたい方、当院の仕事に興味をお持ちの方はぜひ一度お問い合わせください。



▲詳細は平内中央病院HPをご覧ください。



12月2日以降の健康保険証の利用について

マイナンバーカードを保険証として使用する「マイナ保険証」では、健康保険の資格確認を行うことができます。12月2日(月)以降はマイナ保険証のほか、お手元の健康保険証も有効期限までの間、最長1年間使用できます。

マイナ保険証には、同意があれば服薬や特定健診の結果などが記録されるため、データに基づいた適切な医療が受けられます。また、入院などで医療費が高額になった場合、これまで別途提出が必要であった負担限度額認定証がなくても、高額療養費の限度額を超える支払いが免除されます。

ご利用の際は、受診のたびに当院のカードリーダーにかざす必要がありますので、マイナンバーカードをお持ちの方は、ぜひご利用ください。

マイナ保険証の利用についてよくある質問

Q. 家族が受付に行った場合でも使えますか？

A. 当院の受付にあるカードリーダーにかざす際、顔認証か暗証番号での本人確認が必要となります。ただし、子どもなど、本人が窓口で本人確認を行うのが難しい場合は、代理人が暗証番号を入力することで本人確認することができます。

Q. マイナンバーカードは持っていますが、保険証として使えるかわかりません。どうしたらいいですか？

A. 当院受付にあるカードリーダーにかざすことで確認可能です。未登録でもその場で登録もできます。

「ふるさと自慢わがまちCM大賞」平内町もエントリーしました！

このたび、県内市町村がふるさとへの思いや魅力を30秒の映像作品で競う「第23回ふるさと自慢わがまちCM大賞」(ABA青森朝日放送主催)に、町から**“飾らない「休日」を”**を制作し、エントリーしました。

審査発表会の模様は、12月中にABA青森朝日放送で放送予定です。ぜひご覧ください。

作品の中のワンシーン▶



休肝日を週2日は確保して健康管理に努めましょう！

お酒との上手な付き合い方

お酒を飲む機会が増える12月。お酒は飲み始めると少量でとどめることが難しく、ついつい飲みすぎてしまいがちです。急激に多量のアルコールを摂取すると急性アルコール中毒になる可能性があり、長期にわたって大量に飲酒することで、アルコール依存症や生活習慣病、肝疾患、がんなどの疾病が発生しやすくなります。普段からお酒と上手に付き合いましょう。

生活習慣病のリスクを高める飲酒量について

⚠ 1日あたりの純アルコール量の危険ライン

 **男性 40g以上**  **女性 20g以上**

純アルコール量 計算式

$$\text{飲酒量(ml)} \times \frac{\text{度数(\%)}}{100} \times 0.8 \text{ (アルコール比重)}$$

《 Check! 》

アルコール飲料の容器には、純アルコール量が記載されているものもあるので、確認してみましょう！



▼純アルコール20gの目安

種類	度数	量
ビール	5%	500ml(ロング缶1本)
酎ハイ	7%	350ml
ワイン	12%	200ml(小グラス2杯)
日本酒	15%	180ml(1合)
焼酎	25%	100ml
ウイスキー	43%	60ml(ダブル)

一緒に料理をする楽しさや食べる喜びを親子で感じましょう

親子クッキング教室 参加者募集中！

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

■日時：12月24日(火)10:00～13:00

■場所：町勤労青少年ホーム「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

■持ち物：エプロン、手拭きのタオル、マスク

■定員：大人、子ども合わせて先着15人まで

■申込方法：12月18日(水)までに役場 健康増進課へお電話にてお申込みください。

問 役場 健康増進課 健康増進係 Tel718-0019



お酒と上手に付き合うコツ

- ・食事をしながら、適量範囲でゆっくりと飲みましょう。
- ・強いお酒は薄めて飲みましょう。
- ・週に2日は休肝日をつくりましょう。
- ・長くだらだら飲み続けるのはやめましょう。
- ・おつまみは塩分や脂肪分に気を付けて、肝臓の働きを助ける「野菜」や「タンパク質」を摂りましょう。

知っておきたい、肝炎のこと

肝炎は、肝臓の細胞が壊れてしまった状態をいいます。肝炎の原因として、アルコールによるものや、ウイルス・薬物・自己免疫によるものもあります。

このうちウイルス性肝炎は、肝炎ウイルスに感染することによって起こります。肝炎は感染症の1つですが、常識的な注意事項を守っていれば、日常生活で感染することはまずありません。

感染者がいわれのない差別を受けることのないよう皆さまのご理解をお願いします。

《 肝炎ウイルス検査 》

40歳以上で検査を受けたことがない方であれば、次のいずれかの検査を無料で行うことができます。

① フォローアップ健診

② 医療機関での青森県無料肝炎ウイルス検査

重症化予防のため、ぜひ接種をご検討ください

予防接種(インフルエンザ・新型コロナ)はお済みですか？

町では、満65歳以上の方を対象にインフルエンザおよび新型コロナ予防接種費用の助成を行っています。助成を受けられるのは12月28日(土)までです。この機会にぜひ接種されることをお勧めします。

▼接種方法

予診票を每户配布しています。事前に記入のうえ医療機関に持参し、医師の問診後に接種となります。なお、予診票がお手元にならない場合は役場 健康増進課までお問い合わせください。

問 役場 健康増進課 健康増進係 Tel718-0019

指定医療機関一覧

- ・たざわクリニック Tel758-1222
- ・ひさち内科クリニック Tel758-1155
- ・平内中央病院 Tel755-2131(要予約)
- ・まさいく整形外科 Tel758-1900(要予約)

ウイルスに負けないために、5つの予防対策を実施してみましょう！

インフルエンザから身を守るためには？

▼外出後の手洗い



手洗いは、接触や飛沫感染などを感染経路とする感染症対策の基本です。

▼適度な湿度の保持



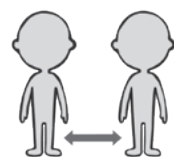
乾燥しやすい室内では、加湿器などで適度な湿度(50～60%)を保ちましょう。

▼休養と栄養摂取



十分な休養とバランスのとれた栄養摂取により身体の抵抗力を高めましょう。

▼人混みを避ける



人混みや繁華街への外出を控えることで、感染リスクを抑えることができます。

▼こまめに換気する



室内では、季節を問わず、十分な換気を行うことで、ウイルス対策となります。

がん検診と同時に無料で受診できます

「住民検診フォローアップ健診」のご案内

令和7年1月～3月に行われる健診の日程をお知らせします。まだ健診を受診していない方は、ぜひお申し込みください。

■健診場所：青森県総合健診センター

■検診種別：① 複合検診(特定健診、がん検診、肝炎ウイルス検査) 受付時間 8:00～9:30

② 婦人科検診(子宮頸がん検診、乳がん検診) 受付時間 12:30～13:30

※ 骨粗しょう症検診はどちらの日程でも受診できます。

《 健診日程一覧 》

複合検診のみ		複合検診+婦人科検診 ※ 複合検診のみ、婦人科検診のみも可
令和7年	8日(水)、17日(金)、 1月 20日(月)	9日(木)、15日(水)、 22日(水)、27日(月)
	2月 6日(木)、12日(水)、 18日(火)	3日(月)、10日(月)、 14日(金)
	3月 5日(水)	—

▼予約方法

青森県総合健診センターへ電話でお申し込みください。
Tel741-2336 (平日 13:00～17:00)

▼予約締切

希望する健診日の1か月前まで

※「平内町フォローアップ健診の申し込み」と伝えると、スムーズに予約できます。

問 役場 健康増進課 健康増進係 Tel718-0019

国保
お知らせ

医療機関への適正受診にご協力ください！

私たち一人ひとりが意識して行動することで、増え続ける医療費を抑えることができます。

特定健康診査を受けましょう！

病気を未然に防ぐため、また、生活習慣病(糖尿病や脂質異常症、高血圧など)などを早期発見し、早期治療するためにも1年に1回は健康診査を受けて、重症化予防に努めましょう。

重複受診は避けましょう！

同じ病気で複数の病院を受診すると医療費が高額になるだけでなく、重複する検査や薬の使用などで、かえって体に悪影響を及ぼす可能性があるので気を付けましょう。

問 役場 健康増進課 国民健康保険係 Tel718-0019

後期高齢
お知らせ

「高額療養費(外来年間合算)」について

■支給対象者

基準日時点(令和6年7月31日)で後期高齢者医療被保険者証の窓口負担割合が1割または2割の方

■支給額

対象期間中(令和5年8月1日から令和6年7月31日まで)の外来診療の自己負担額の合計から高額療養費で支給された分を除いた額が、**144,000円を超える場合、超えた分を支給**します。

健康診査を受けましょう

後期高齢者医療制度に加入している方を対象に、年1回無料で受けられる健康診査を実施しています。

令和6年度の集団検診は終了しましたが、個別健診で受診することができますので、医療機関に直接お申し込みください。

また、集団検診の日程が合わず受診できなかった方やまだ健診を受けていない方を対象とした「住民検診フォローアップ健診」を行っています。希望される場合は予約が必要となりますので、青森県総合健診センターへ電話でお申し込みください。

受診の際は受診券が必要です。紛失した方は役場健康増進課までご連絡ください。

かかりつけ医を持ちましょう！

紹介状がないまま大きな病院を受診すると原則的に特別料金がかかります。

日頃から、病気の治療や医療の相談にのってもらえる「かかりつけ医」を持ちましょう。

時間外診療は控え、診療時間内に受診しましょう！

休日や夜間の受診は追加料金がかかります。

また、日中と異なり、検査なども十分にできないことがあります。やむを得ない場合を除き、時間外受診は控えましょう。

■支給申請

- ・以前に高額療養費の支給を受けたことのある方は、登録口座に支給するので申請は不要です。
- ・高額療養費を支給されたことのない方には、12月中旬(予定)に青森県後期高齢者医療広域連合より申請のお知らせを送付しますので、お知らせが届いた方は役場 健康増進課に申請してください。

■申請に必要なもの

- ・支給申請書
- ・高額療養費(外来年間合算)の支給申請について(お知らせ)
- ・被保険者証もしくは後期高齢者医療資格確認書
- ・個人番号(マイナンバー)がわかるもの
- ・本人確認書類(顔写真付き身分証明書など)
- ・印鑑(認印可、申請者と受領者が異なる場合)
- ・通帳(コピー可)など口座情報のわかるもの

※ 被保険者が亡くなっている場合は受領申立書、代理人が受領する場合は委任状が必要です。

※ 対象期間中、青森県後期高齢者医療制度以外の医療保険への加入歴と自己負担額がある場合は、その医療保険の自己負担額証明書が必要です。

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

水道
お知らせ水抜栓の間違った操作で、水道料金が高額になります！
水抜栓は、キッチリと操作しましょう！

冬期間(12月～3月)は、水道メーターの検針が積雪によりできないため、水道料金は推定使用量(8月～11月の平均)で納付し、5月分の料金で精算します。

そのため、水抜栓の誤操作や水抜栓を半開きで使用して地下に漏水している場合、水道メーターは回り続け、翌春5月の水道料金が高額となります！

凍結しやすい場所は

- ① 北向きのところにあるもの。
- ② 風当たりの強いところにあるもの。
- ③ むき出しになっているもの。

上記の環境下にある水道は特に注意してください。
凍結して水が出なかったり、破裂やヒビ割れしたときにはすぐに、平内町指定給水装置工事事業者に修理を依頼してください。工事の際は、メーターの指針を確認しますので、メーターボックス付近の除雪をお願いします。

凍結して水が出ないときは

蛇口を開けて凍った部分にタオルか布をかぶせ、蛇口の方からぬるま湯をまんべんなくゆっくりかけてください。熱湯を急にかけたりすると、ヒビ割れや破裂をおこすことがありますのでご注意ください。

水抜栓は、水道管の凍結を防止するための器具です



凍結や破裂事故を防ぐために水道にも冬じたくを！

- ① むき出しになっている水道管や蛇口に、布切れや毛布あるいは専用の保温材を巻き、濡れないように上からビニールテープをすき間なく巻いてください。
- ② 水道メーターボックス内には、布切れなどの保温材が濡れないようにビニール袋などに入れて、水道メーターを保護するように詰めてください。
- ③ 水抜栓や不凍水栓をご使用のご家庭では、就寝前や留守にするときは、忘れずに水抜きするよう心がけてください。

以上の3つを行うだけで、凍結や破裂といった事故を防げます。気象情報に注意して、凍結には十分気をつけてください。

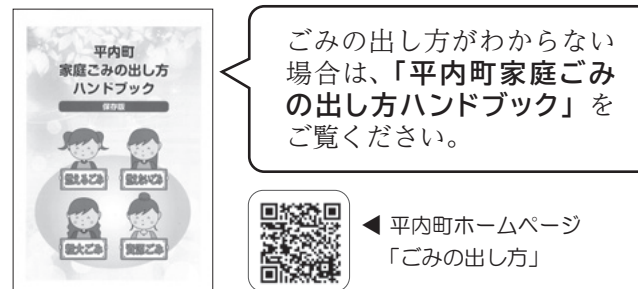
問 役場 地域整備課 上水道管理係 Tel755-2116

生活環境
お知らせ

年末年始のごみの収集運搬などのお知らせ

例年、年末年始になると家庭から出るごみの量は多くなる傾向があります。生ごみは水気を切り、資源ごみは正しく分別して、ごみ減量化にご協力ください。

また、資源ごみが大量に出る場合は、リサイクルボックスに出さず、外の沢埋立地に直接持って行くこともできます。



※ 休業期間中は衛生上の観点から集積場所などにごみを出さないでください。

問 役場 町民課 生活環境係 Tel755-2113

▼収集運搬などの休業期間

日付	燃えるごみ	外の沢埋立地	資源ごみ	
12月27日(金)	収集	営業	収集	
28日(土)			休業	
29日(日)				
30日(月)				
31日(火)	休業			
1月1日(水)		休業		
2日(木)				
3日(金)				
4日(土)	収集	営業		休業
5日(日)	休業			
6日(月)	収集		収集	

地域整備
お知らせ

除雪作業へのご理解とご協力をお願いします！

町では、安全な道路を確保するため「平内町除排雪計画」に基づき除雪作業を行っています。

これから積雪が増える時期となりますので、除雪作業をスムーズに行うためにも、次の項目について、皆さまのご理解とご協力をお願いします。

① 深夜から早朝にかけての作業にご協力を

除雪は、朝の通勤通学路の確保を第一の目的として行うため、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、皆さまのご理解をお願いします。

② 障害物には目印を（ブロック塀、垣根など）

障害物が雪で隠れると機械で壊してしまったり、道路を広く除雪できなくなりますので、障害物には目印などをつけるようご協力をお願いします。

③ 除雪車には近づかない

除雪作業中は大変危険ですので、除雪車へは絶対に近づかないでください。

④ 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、所有者または管理者が責任をもって処理してください。

⑤ 道路に雪を出さない

除雪後の道路に、雪を出している人を見かけます。このような行為は交通障害を起こし、除雪作業をした効果がなくなってしまうので、ご注意ください。

⑥ 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、作業の遅れや除雪ができないことがありますので、絶対にしないようにお願いします。

※ 除雪のお問い合わせは、各道路担当へお願いします。

問 【町道関係】役場 地域整備課 庶務係 ℓ755-2116
【県道関係】東青地域県民局 地域整備部 道路施設課 ℓ728-0247
【国道関係】青森地区国道維持管理室 ℓ734-4530

国民年金
お知らせ

国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です！

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。控除の対象となるのは令和6年中に納付した保険料(過去の年度分や追納分も含む)で、控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに、領収書など保険料を支払ったことを証明する書類が必要となります。

このため、本年中に保険料を納めた方に日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が発送されます。お手元に届きましたら、大事に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。

また、ご家族の国民年金保険料を納めた場合も、納めた本人の社会保険料控除に加えることができます。申告の際には、ご家族あてに送られた控除証明書を添付してください。

ねんきん加入者ダイヤルのご案内

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」に関するお問い合わせは、専用ナビダイヤルへご連絡ください。

■年金加入者ダイヤル：0570-003-004

■受付時間：月～金曜日 8:30～19:00
第2土曜日 9:30～16:00

▼社会保険料(国民年金保険料)控除証明書の送付時期

対象者	送付方法	送付時期
令和6年1月1日から令和6年9月30日までの間に国民年金保険料を納付した方	郵送	令和6年10月下旬から11月上旬
上記のうち、「ねんきんネット」において事前に電子送付希望の登録を行った方	電子送付	令和6年10月16日(水)から10月下旬
令和6年10月1日から令和6年12月31日までの間に国民年金保険料を納付した方	郵送	令和7年2月上旬
上記のうち、「ねんきんネット」において事前に電子送付希望の登録を行った方	電子送付	令和7年1月下旬

※「ねんきんネット」において事前に電子送付希望の登録を行った場合郵送は行いません。

問 役場 健康増進課 年金後期医療係 ℓ718-0019
日本年金機構 青森年金事務所 ℓ734-7495
(音声案内2番を押して、再度2番を押してください)

第4回平内町議会定例会のお知らせ

定例会は、次の日程を予定しています。
本会議・常任委員会ともに、入場する際に傍聴人受付票に氏名、住所、年齢、連絡先を記入することで、どなたでも傍聴できます。お気軽にお越しください。

日時	内容
12月2日(月) 10:00～	○開会・本会議 ○議案上程
12月3日(火) 10:00～	○本会議 ○一般質問
12月4日(水) 10:00～	○本会議 ○一般質問
12月5日(木) 9:30～	○各常任委員会
12月6日(金) 10:00～	○本会議 ○採択・閉会

※ 日程は変更になる場合もあります。
※ 詳細は、役場 議会事務局までお問い合わせください。

問 役場 議会事務局 ℓ755-2119

里親制度に関する相談を受付けています

社会福祉法人藤聖母園若葉乳児院フォスタリングわかばでは、養育里親、養子縁組里親、里親制度についてのご相談を随時行っています。

詳しい制度説明や相談をご希望の方は、ぜひご連絡ください。

問 社会福祉法人藤聖母園 若葉乳児院
フォスタリングわかば
ℓ080-9254-8993
メール wakaba_houkatsu@vesta.ocn.ne.jp

「自衛官候補生」を募集します！

自衛隊では、「自衛官候補生」を次のとおり募集しています。

■募集種目：自衛官候補生(第4回)

■概要：基礎的教育訓練に専念する任期制自衛官

■応募資格：18歳以上33歳未満の方(採用予定月の末日に33歳に達していない方)

■受付期間：随時

■試験日：令和7年2月23日(日)

■試験会場：青森駐屯地(青森市浪館字近野45)

問 自衛隊青森地方協力本部 青森募集案内所
ℓ783-2995

郵便局で参加するスマホ教室の開催

小湊郵便局および西平内郵便局では、タブレット画面上の講師によるスマホ教室の受講ができます。

スマホの基本的な使い方(メッセージアプリ、地図、インターネットなど)から、「年金」「防災」「確定申告」などのスマホでできる行政サービスの使い方を無料で学べます。

原則、一對一の個別形式のため、自分のペースで参加でき、気軽に質問をすることができます。

機種や携帯会社を問わず、何度でも参加できますので、ぜひご利用ください。

■受講可能期間：令和7年1月末まで(予定)

■開催時間：平日10:00～17:00(16:00最終受付)

■受講時間：1 講座60分程度

■場所：① 小湊郵便局(平内町大字小湊字小湊51)
② 西平内郵便局(平内町大字山口字長橋2-7)

■申込先：楽天シニアカスタマーセンターへ電話申込み
ℓ0120-955-545(平日10:00～16:00)

※ 本講座は、日本郵便株式会社と楽天モバイル株式会社が連携して実施しているものです。

問 小湊郵便局 ℓ755-3060
西平内郵便局 ℓ755-2411

家畜(鶏含む)飼養者の皆さまへ

家畜(鶏を含む)飼養者は、家畜伝染病予防法に基づき、毎年県に定期報告することが義務付けられていますので、次の家畜の飼養者は忘れずに報告するようお願いします。

▼報告対象家畜

牛、水牛、鹿、馬、めん羊、山羊、豚、いのしし、鶏(青森シャモロック、比内地鶏、烏骨鶏、軍鶏、チャボ、声良鶏金八など含む)、あひる、うずら、きじ、だちょう、ほろほろ鳥、七面鳥

■報告内容：令和7年2月1日時点の頭羽数

■報告方法：「定期報告書」を西北地域県民局地域農林水産部つがる広域家畜保健衛生所に提出してください。

■報告時期：令和7年2月下旬

※ 定期報告書は町役場 農政課の窓口で配布しているほか、青森県ホームページ(https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kenmin/tsu-kaho/tsu-kaho_HP.html)からもダウンロードできます。

問 西北地域県民局地域農林水産部つがる広域家畜保健衛生所
ℓ0173-42-2276



母子・父子・寡婦福祉資金の貸付予約

県では、母子および父子ならびに寡婦家庭などのお子さんが、修学・修業などをする際、必要な資金の貸付を行っています。

貸付の限度額や償還方法、償還期間などの詳細については、東地方福祉事務所までお問い合わせください。

■申込期間：令和7年3月31日(月)まで

※ 土・日曜日、祝日、年末年始を除く

■対象者：来春、お子さんが小・中学校、高等学校、高等専門学校、短期大学、大学、大学院および各種学校へ進学する母子・父子・寡婦家庭の方(小・中学校の就学支度資金は所得税非課税の場合のみ)

問 東青地域県民局地域健康福祉部福祉総室(東地方福祉事務所)
Tel734-9950

宮下知事と対話する「#あおばな」 実施団体募集中

宮下知事が出向いて県民の声を聴く、県民対話集会「#あおばな」の実施団体を募集します。皆さまからのご応募お待ちしております。

■対象：県内所在の10人程度の参加者が見込まれる団体など

■募集期間：12月11日(水)まで

■実施期間：令和7年1月22日(水)～3月23日(日)

■応募方法：専用応募フォームより受付

問 青森県総務部広報広聴課 Tel734-9138
「青森県ホームページ」
県民対話集会「#あおばな」公募ページ ▶



12月1日は世界エイズデー

エイズはHIV(ヒト免疫不全ウイルス)というウイルスに感染することでおこる病気です。治療法の進歩により、HIV陽性者は感染の早期把握、治療の早期開始・継続によりエイズの発症を防ぐことができ、感染前と変わらない日常生活を送ることが期待できるようになりました。

まずは検査を受け、感染を早期に発見することが重要です。感染が心配な方は早めに検査を受けましょう。保健所では、匿名・無料で検査を受けることができます。また、ご希望により性器クラミジア感染症、梅毒の検査も同時に受けられます。

詳しくは電話または青森県庁ホームページ「相談・検査(青森県STOPAIDS)」をご覧ください。

問 東地方保健所 Tel739-5425

高齢者世帯などに住宅用火災警報器の 無償配付をします！

青森地域広域事務組合消防本部では、住宅用火災警報器の設置普及事業として、青森県消防設備保守協会から寄贈された「住宅用火災警報器」を管内の高齢者世帯に無償で配付します。

希望される方は、青森地域広域事務組合消防本部予防課へご連絡ください。

■対象：65歳以上の高齢者世帯で未設置の方

■受付日時：12月13日(金) 8:30～17:00

■配付数：50個(なくなり次第終了)

■配付方法：電話での受付時にお伝えします

問 青森地域広域事務組合消防本部予防課
Tel775-0853
「青森地域広域事務組合ホームページ」▶



あおもり国スポ・障スポ 情報支援ボランティア募集中

2026年に青森県で開催する第80回国民スポーツ大会および第25回全国障害者スポーツ大会において、手話や筆談で聴覚障がい者への情報支援をするボランティアを募集しています。

▼応募要件

- ① 12歳以上(2026年4月1日時点)で国スポ・障スポの活動日に参加可能な方(応募時点で18歳未満の方は保護者の同意が必要です)
- ② 次のどちらかに該当する方
 - (1)手話：手話学習経験者または手話学習中の方
 - (2)筆談：要約筆記学習経験者または筆談に関心がある方

※ 活動日は、活動対象期間(2026年5月30日～10月26日)で別途決定します。

※ 学習経験者とは、厚生労働省が定めたカリキュラムに基づく各養成講座などの受講経験者のことです。

▼待遇

- ① 参加に係る報酬は原則無償
- ② 活動時などは損害保険および賠償責任保険に加入
- ③ 活動内容に応じて衣服や装備品・昼食を支給予定

■応募方法：専用応募フォームより申込み

■募集人数：手話 400人 筆談 200人

■募集期間：募集人数に達するまで

問 青の煌めきあおもり国スポ・障スポ実行委員会事務局
Tel722-1111
メール syospo@pref.aomori.lg.jp



▲詳細はこちら

年末年始の役場関係業務について

【 役場業務 】

年末は12月27日(金)まで、年始は1月6日(月)より業務を開始します。

※婚姻、出生、死亡などの戸籍届出は随時受付します。

【 平内中央病院 】

年末は12月27日(金)まで、年始は1月6日(月)より診療を開始します。

※ 急患は随時受付します。

※ かせ症状のある方は、事前に病院にご連絡ください。

【 その他の施設 】

◆夜越山サボテン園

12月30日(月)～1月3日(金)は休園

◆夜越山ケビンハウス 年末年始休まず営業

◆体育館・武道館・勤労青少年ホーム・図書館

12月29日(日)～1月3日(金)は休館

◆ひらないまるごとグルメ館

12月28日(土)～1月5日(日)は休館

◆ほたて広場 12月31日(火)～1月5日(日)は休館

※ 12月30日(月)は15:30閉館

◆よごしやま温泉 休まず営業

※ 12月31日(火)と1月1日(水)は17:00閉館



子育て情報

■「子育て支援センター」行事予定

日 程	活動・場所	内 容
12月3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
12月10日(火) 9:45～11:15	親子ふれあいワーク 支援センター	保育園見学会
12月17日(火) 9:45～11:15	すくすくクラブ 支援センター	身体測定 クリスマス制作
12月21日(土) 9:45～11:00	かたつむりの会 支援センター	子どもの発達や子育ての 情報交換(要事前連絡)

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 ▶



■「おひさまひらない」サークル予定

日 程	活動・場所	内 容
12月5日(木) 10:00～11:30	すこやか マタニティサークル まちなかオフィス	ベビーマッサージ 手足型取り
12月5日(木) 13:00～15:30	マンマケア (要予約) 勤労青少年ホーム	産後の体のケア おっぱいケア 授乳量測定

問 おひさまひらない
(役場 健康増進課内) Tel718-0019
HPQRコード ▶



10
月
受
付
分

戸籍の窓口

人口と世帯

男…4,667人(－6人)

女…5,096人(－9人)

計…9,763人(－15人)

世帯数…4,739世帯(－3)

令和6年11月1日現在

()は、前月との比較

お悔やみ申し上げます

喪主 住所地

渡 辺 キヨノ(90) 清 正 外 童 子

山 田 千 雄(91) 勇 一 第1勝田町

辻 村 美 代(82) 育 第2平中

竹 内 シ ヤ(100) 忠 一 茂 浦

柴 田 勝 行(66) 洋 一 第1元町

船 橋 隆 夫(86) 洋 第3小林

小 鷹 喜 一(77) 智 春 第2藤沢

崩 節 子(75) 好 三 夜 越 山

「戸籍に関する届出」については、町ホームページをご確認いただくか、役場 町民課までお問合せください。

問 役場 町民課 住民係 Tel755-2113 ▲詳細はこちら





ひらないジョブタウン KIDS MARKET

お仕事で給料をもらって 買い物やものづくりを体験

11月2日(土)、町内小学生を対象とした社会体験イベント「ひらないジョブタウン」が町立体育館、町立山村開発センターを会場にして開催され、135人の小学生が参加しました。

このイベントは、「お仕事体験」と「消費体験」とおして、働くことの楽しさや社会の仕組みなどを学びながら、勤労観や職業観の形成を図ることを目的に開催されました。

参加者は、午前中に警察官や消防士、刑務官、航空会社、ネイルアーティストなど16種類の体験メニューのうち、2つの仕事を行い、「給料」としてジョブタウン内の専用通貨「オッホー」を受け取りました。午後には受けとった「オッホー」を使って、キッズマーケットで買い物をしたり、ワークショップでものづくりをして楽しみました。

また、イベント後半には、アイドル体験の指導をした「GMU」のミニライブが行われ、アイドルのお仕事体験をした子どもたちと一緒に『美味Yeah! 青森はたて』が披露されると、会場内は大変な盛り上がりとなりました。

今年度新たに追加された理容師の体験をした須藤葵衣さん(小湊小3年)は「バリカンが思ったより難しかったけど、坊主にするのが楽しかった。将来は理容師になりたいです」と話し、消防士の体験をした似鳥涼哉くん(東小2年)は「消防士の服を着れたり、煙がでる部屋が楽しかった。お給料を使ってストラックアウトで遊びたいです」と笑顔で話しました。



▲理容師体験でマネキンの髪を切る参加者



▲お給料を握りしめてお買い物を楽しむ参加者



1人分130kcal

ヨーグルトの水けをしっかりきることによって酸味が抑えられ、濃厚な味わいのティラミス風ヨーグルトです。砂糖の代わりにちみつでも良いです。

※ はちみつは1歳未満の乳児には与えないでください。

♪ 今月のcooking ♪ 【ティラミス風ヨーグルト】

《 材料(2人分) 》

○プレーンヨーグルト・250g ○砂糖・大さじ1
○ビスケット・・・2枚 ○いちご・・・1個 [A] { インスタントコーヒー・小さじ1
○ピュアココア・小さじ1/4 { お湯・・・大さじ1

《 作り方 》

- ① キッチンペーパーをしいたザルにヨーグルトを入れて、水けをきっておきます。
- ② ビニール袋にビスケットを入れて、めん棒などで小さく砕きます。
- ③ ボウルに【A】を入れて溶かし、②を入れます。
- ④ ①のヨーグルトに砂糖を加えて混ぜます。
- ⑤ 器に③を下にし、④を入れ冷蔵庫で冷やし、食べる直前に茶こしでココアをふり、いちごを添えたら完成です。