

人と自然と産業が輝く 魅力あふれるまち

広報 ひらな い 4

April 2025(令和7年) No.790



▲2025ドリフェス! 「ティラノサウルスレース」

平内町 町制施行 70周年 町の歴史を振り返る

平内町は、令和7年3月31日に町制施行70周年の節目を迎えました。昭和30年に当時の小湊町、東平内村、西平内村の1町2村が合併して平内町が誕生し、以来70年間、幾多の厳しい試練を乗り越え、豊かな自然と歴史が融合した町として発展して参りました。

町政スタートから70周年を迎える今、先代たちの築いてきた町の歴史を振り返り、共に輝かしい未来に向かって、力を合わせ歩みを進めて参りましょう。



▲全国植樹祭 天皇陛下のお手植え (S38)



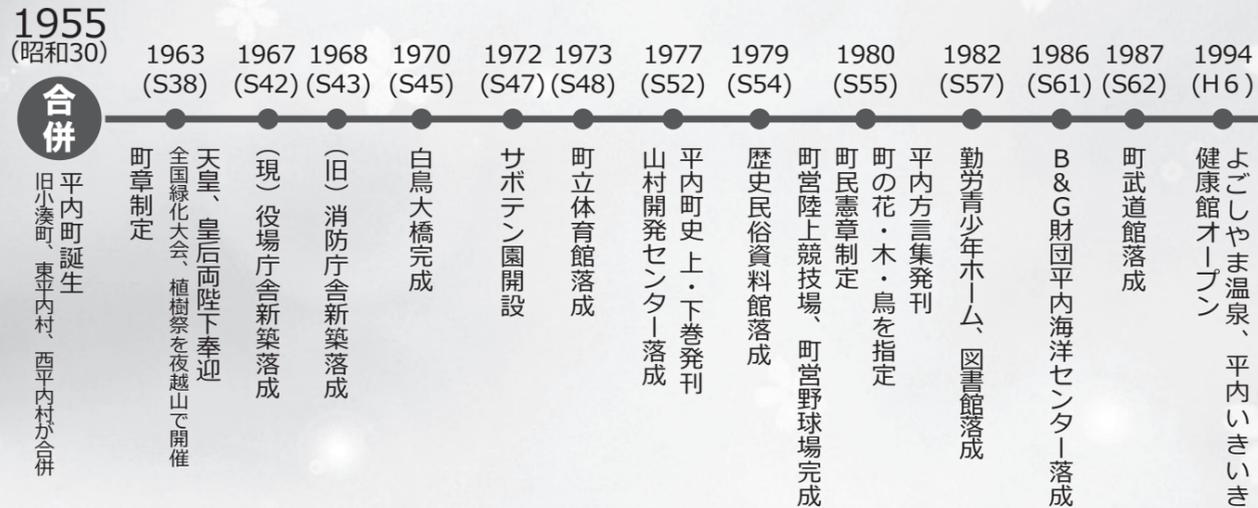
▲平内町御祭礼(S41)



▲集中豪雨による大水害(S41)



▲町民体育まつり・縄ない競争 (S53)



町制施行70周年を迎えて



平内町長
船橋 茂久

町民一人ひとりの心を結び、町の未来を切り開いていくこと、豊かな自然を守り、伝統と文化を継承、子どもたちの夢や希望を未来に届けることが、多くの困難や苦難を乗り越えて、かけがえない宝物や財産を残してくださった先人たちへの、今の時代を生きる、私たちの答え、使命であります。

昭和30年3月31日に小湊町、東平内村、西平内村が合併して生まれた平内町は、今まで、ホタテ養殖発祥の地として、ホタテ養殖と共に70年、繁栄して参りましたが、現在、陸奥湾の高水温などの影響で、ホタテ貝の大量へい死と、未曾有の危機を迎えております。また、町人口の著しい減少に伴い、国からの依存度が高い財政運営では、特に、教育、福祉、医療分野においては、困難な舵取りが求められております。この様に、厳しい時代だからこそ、町の各種団体や事業所、様々な町民の皆さまの知見、経験や発想を総結集して、この難局を乗り越えていかなければなりません。

町民一人ひとりが幸せを感じられ、笑顔が絶えない町、すべての人に寄り添い、誰一人として取り残さない町、さらなる高み、発展を目指して、町議会、町職員と、共に力を合わせ努力して参ります。

町章(昭和38年3月制定)



平内町の平と、白鳥を組み合わせ、これを椿の花で囲んだもので、白鳥の翼は、たゆみなき建設と飛躍発展をあらわしています。

町の花・木・鳥(昭和55年11月3日制定)

- 町の花 …… ツバキの花
- 町の木 …… マツ
- 町の鳥 …… ハクチョウ

平内町民憲章(昭和55年11月3日制定)

きびしい自然に順応して築かれた歴史をうけつぎ、郷土「ひらない」を心から愛し、活気と魅力にあふれた住みよい町とするために、誇りと責任をもって、この憲章を実践します。

- 一、自然のめぐみを深く感謝し、住みよい郷土を子孫に伝えるように努めます。
- 一、地の利を活かし、住みよい郷土とするように、海の幸、山の幸の豊かな町づくりに努めます。
- 一、人と人とのよりそいを大切にし、住みよい郷土とするために、きまりを守り、共に助けあい、世界に伸びゆく明日の日本人となるように努めます。



▲夏泊半島駅伝競走大会(S53)



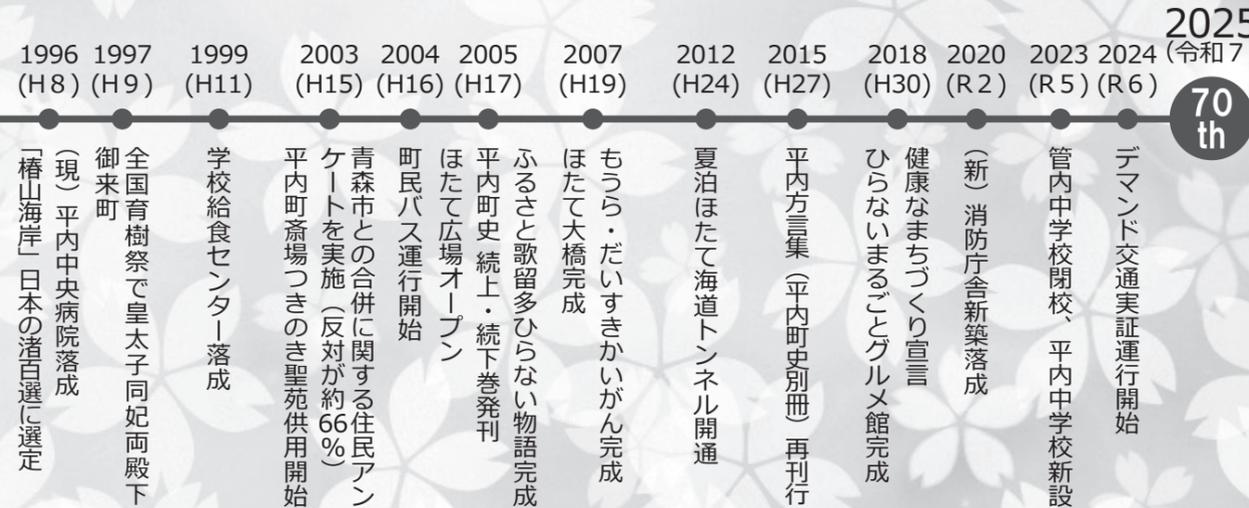
▲第21回全国植樹祭 皇太子同妃両殿下御来町(H9)



▲市町村合併に関する住民アンケート集計作業(H15)



▲びっくりに市開催(H15)



平内町議会議長
船橋 健人

美しい山と海に囲まれたこの風光明媚な「平内町」は、昭和30年3月31日、町村合併促進法に基づき、小湊町、東平内村、西平内村の1町2村が合併してから、70周年の記念すべき節目を迎えました。先人たちの英知と努力の積み重ね、幾多の困難を乗り越え築いてきた歴史を振り返り、町民の皆さまとともに心よりお喜び申し上げます。

昨今、加速度的に進行する人口減少や少子高齢化、社会や経済情勢の変化、地域社会ニーズの多様化、地球環境問題への対応、持続可能な社会の実現など、まちづくりを取り巻く環境は大きく変化しております。しかし、時代が変わり、如何に推移しようとも、10年先、20年先、さらに100周年を迎える30年先においても、平内町の子どもたちが、平内町で生まれたこと、平内町で育ったことを誇れるように、さらには誰もがいつまでも住み続けたいと願う活力と魅力あふれるまちづくりをめざし、今私たちが何をすべきか慎重に考え、対話を重ね、よりよい未来を築いていくことが行政、議会の使命であると考えております。

今日に至るまで平内町の発展にご尽力いただいた皆さまへ、深い敬意と心から謝意を表すとともに、町制施行70周年を機に、さらに絆を深め、これまでの歴史を踏まえ、新たな時代へ力強く歩みを進めて参りますので、今後も引き続き、皆さまのご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

令和7年度 平内町の予算

歳入

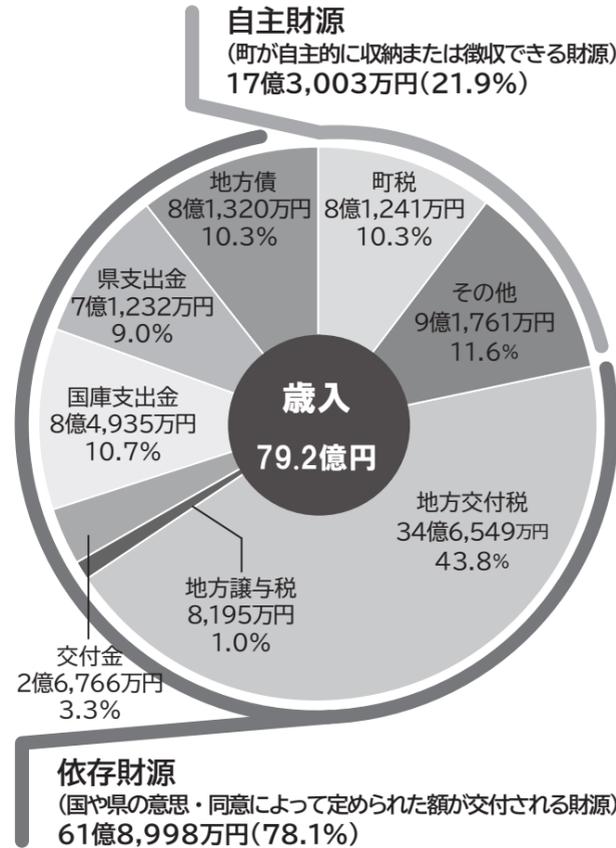
歳入においては、自主財源の約5割を占める町税が高水温によるホタテのへい死などが大きく影響し、個人町民税を中心に減少しているため、今後の推移を注視していかなければなりません。当町の主産業である1次産業は気候条件などに影響されやすく好不調があるため、自主財源については中長期的な視点で慎重に財源を見通していく必要があります。

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、物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金の国庫支出金や防災倉庫整備事業、小中学校施設改修事業による地方債が増額となっています。

町では、今後も社会情勢や国・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ていきます。

※ 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。



一般会計 当初予算総額 79.2億円 前年度比約2.9%(2.2億円)増額

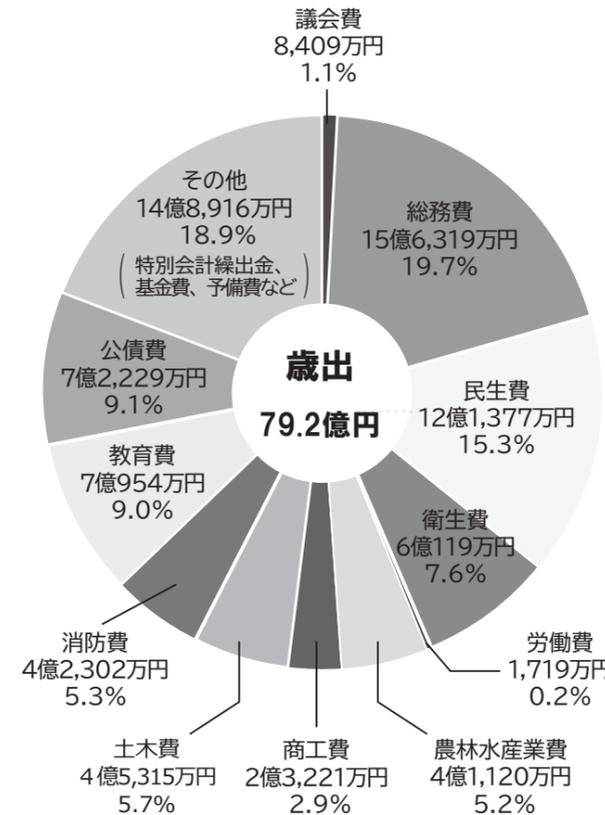
歳出

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もとに、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、今年度は新たに小学校のトイレ改修および小中学校の体育館照明LED改修事業を予算化しております。

ソフト事業では、保育料完全無償化、乳幼児・子ども医療費無償化、学校教育充実事業、小中学校給食費無償化、修学旅行および卒業アルバム代助成金などの子育て支援を継続し、新たに入学時のランドセル購入助成やトレーニングウェアなどの支給を行います。また、新築住宅建設補助・家賃補助、空き家バンク関連事業などの人口減少・定住促進対策と各種検診の無料化や健康づくり活動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、物価高騰などによるコストアップの厳しい状況ながらも、除排雪経費やゴミ処理経費など、生活基盤に係る予算を優先的に確保したところとします。

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。



「人と自然と産業が輝く 魅力あふれるまち」へ 令和7年度 主な事業内容

●計画実現に向けた体制

- 自治体情報システム標準化・共通化事業 1億5,804万円

●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 1億8,783万円
- 平内町防災倉庫整備事業 4億300万円
- 移住・定住促進事業費 1,511万円
- 町民バス高齢者等無償化事業 1,340万円
- 重度心身障害者医療費、介護・訓練等給付費 3億2,869万円
- 各種予防接種、検診及び健康診査等委託料 1億1,362万円

- 乳幼児・子ども医療給付費 3,047万円
- し尿処理施設管理運営費負担金 4,510万円
- 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 1億8,677万円
- 青森地域広域事務組合負担金(消防) 3億8,551万円

●産業・雇用分野

- 漁港建設・港湾整備事業費 1億770万円



▲入学時のランドセル購入助成、トレーニングウェアなどの支給実施

●環境分野

- ごみ処理関連業務委託料 2億5,654万円

●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) 4億4,495万円
- 児童手当 1億5,293万円
- 学校教育充実事業 1,570万円
- 学校給食センター維持管理事業 1億3,854万円
- 修学旅行及び卒業アルバム代助成金 1,232万円
- 小・中学校施設維持管理(トイレ、LED改修含む) 7,751万円

●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	18億8,814万円
特殊索道事業特別会計	2,551万円
介護保険特別会計	14億7,185万円
後期高齢者医療特別会計	3億7,309万円

●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	15億213万円	15億8,784万円
資本的収支	3億3,832万円	3億3,832万円

[水道事業]

区分	収入	支出
収益的収支	2億9,464万円	2億8,128万円
資本的収支	7,391万円	2億193万円

[下水道事業]

区分	収入	支出
収益的収支	4億2,203万円	4億6,427万円
資本的収支	3億2,855万円	3億2,855万円

●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 … 国や県からの交付金や借入金などの財源
- 地方税(町税) … 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

恐竜が雪上を走る！「2025ドリフェス！」開催

2月16日(日)、ひらないDreamライオンズクラブ主催のホタテ産業支援チャリティーイベント「2025ドリフェス！」が夜越山スキー場で開催されました。

昨年2月に初開催し、雪上綱引き大会や手押し相撲大会などを行った同イベントは、今回、「氷河期ティラノサウルスレースin夜越山」をサブタイトルとし、雪上でのティラノサウルスレースをメインに、ホタテ手裏剣万丈筆入れゲームやソリあそびコーナー、キッズダンスやよさこいダンスが披露されるステージイベント、チャリティーバザー、フード販売などが用意され、家族連れなど多くの方が訪れました。

ティラノサウルスレースでは、県内外から57人が参加し、各々が名付けたティラノサウルスの着ぐるみをまわって、青空が広がる夜越山の雪上を全力で走り抜けました。雪上に足を取られたり、転んだりするレース展開に、時折笑い声が響いたり、観客からの応援などで会場は賑わっていました。

成獣ヤング雄の部で優勝した「しばザウルス」こと柴谷晨陽さん(青森市)は「去年優勝した鱈ヶ沢町でのレースに続き、今回、平内町のレースでも優勝ができて嬉しいです。この調子で県内制覇を目指したいと思います」と笑顔で話しました。

なお、同イベントの収益の一部は、ホタテ産業への支援を目的に、平内町漁業協同組合(三津谷廣明組合長)へ寄付されます。



▲成獣ヤング雄の部で優勝した柴谷さん(真ん中)



▲スノーチュービングを楽しむ子どもたち

三井報恩会が表敬訪問 — 旧西平内村が支援を受けてから90年 —

昭和30年に3町村が合併し、今の平内町が誕生していますが、合併前の旧西平内村は経済的に荒廃し、政争も激しく県下でも有名な貧弱村で、さらに昭和初期の東北の大凶作により村民は苦難を強いられていました。

この窮状を救済するため、昭和10年、一般財団法人三井報恩会(米山梅吉初代理事長)は旧西平内村を「特定振興村」に指定し、5年間にわたる支援を行いました。当時の村の年間予算2万5千円に対し、1万円の給付は恵まれすぎるほどの金額で、その時に実施された多岐にわたる事業は大きな成果をもたらしました。このような経緯を踏まえ、昭和16年に振興記念碑を旧西平内村役場前に建立しました。

記念碑は現在、山口コミュニティセンター前にあり、山口町内会(須藤恵悦会長)は「三井報恩会と旧西平内村の歴史を語り継ぐ会(桜庭善則会長)」と連携し、記念碑周辺の環境整備や県内外各方面からの視察などに対応しています。

本年は旧西平内村が「特定振興村」に指定されて90年の節目の年にあたることから、1月28日(火)、三井報恩会の弘中聡専務理事ほか4人が船橋町長を表敬訪問した後、記念碑のある山口コミュニティセンターを訪れ、須藤町内会長ら関係者と懇談し、継承活動に謝意を述べるとともに、今後も交流を継続していくことを約束しました。



▲山口町内会の関係者と三井報恩会の皆さん



▲西平内村振興記念碑

藤沢町内会「餅つき・繭玉作り」を体験！

2月8日(土)、藤沢町内会(小形好文会長)が伝統の「餅つき・繭玉作り」体験を藤沢コミュニティセンターで行いました。

繭玉はミズキなどの枝に繭の形に丸めた餅や米の粉のだんごを多数つけたもので、農作物の順調な生育を祈願する意味があり、今はお正月の縁起物として飾るようになっています。

当日は、町内会や婦人会などのほか、緑が丘保育園の園児など、老若男女50人以上が集まり、大人たちが園児に手ほどきをしながら、「よいしょよいしょ」とかけ声に合わせて餅つきを行ったり、餅を丸めて繭玉作りを楽しんでいました。

その後、参加した園児たちは木の枝への繭玉の付け方を教わり、苦戦しながらも自分が作った色とりどりの繭玉を木の枝に飾り付けていました。



▲繭玉を木の枝に飾り付ける子どもたち

園児が「ひなまつり」を通して日本の伝統文化を学びました

3月3日(月)、山彦幼稚園(蝦名崇子園長)で、日本の伝統文化を学ぶことをテーマに「ひなまつり会」が開催されました。

会では、株式会社日本総合音楽研究東北支社2名によるサクソとピアノ演奏に合わせ「うれしいひなまつり」の合唱をしました。その後、「形代」という人の形をかたどった紙が園児たちに配られ、先生が「自分たちの治したいところ、悪いところを形代に移しましょう」と呼びかけると、それぞれ口や胸などをなでて「わがままを言わないように」「病気になるないように」など、一人ひとり発表をしました。

また、着物姿を披露した女子園児がお雛様に舞を奉納した後、町内小・中学校の外国語指導助手を務めるマーティン先生の妻であるチェン チュンジさんが抹茶のお点前を披露しました。その後、正座でのお辞儀やお箸のマナー、正しい和食の配膳などを学び、「仕出し 兵」の協力で提供された色とりどりのお膳料理を全員で堪能していました。



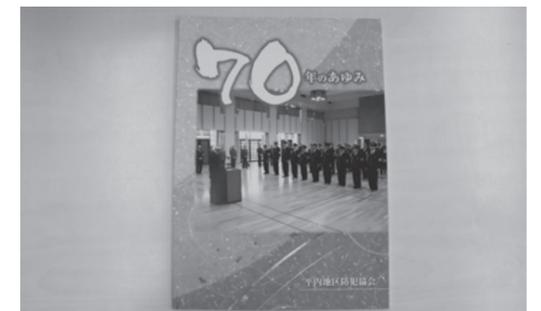
▲点てられた抹茶を受け取る園児

町の安全・安心を守る！平内地区防犯協会創立70周年！

2月7日(金)、町立山村開発センターにおいて、「平内地区防犯協会創立70周年記念祝賀会」が開催され、平内町長をはじめ、青森警察署長など来賓の方々や防犯関係者55人が参加しました。

祝賀会では、歴代防犯協会会長を代表して初代会長の故 細川重太郎氏のご息の細川孝允氏へ感謝状を贈呈して労をねぎらいました。

また、70周年を記念して制作された記念誌が配布され、参加者は遠い昔に行われた行事や若かりし日々の先輩方の顔を見て懐かしんでいました。



▲70周年を記念して制作された記念誌「70年のあゆみ」

MONTHLY TOPICS

1か月のできごと

浅所海岸で賑わう「白鳥まつり」開催！

ハクチョウの渡来地として特別天然記念物に指定されている浅所海岸で、2月22日(土)、町観光協会(田中茂勝会長)主催の「白鳥まつり2025」が開催されました。

同まつりは、ハクチョウの慰霊と長旅の安全を願い行われているもので、当日は冷たい海風が吹く中、多くの家族連れが訪れ、写真を撮ったり、間近で観察してみたりと、賑やかな鳴き声を響かせるハクチョウとの触れ合いを楽しみました。

会場では、とん汁販売や棒パンづくりなどが出店したほか、白鳥観察所では、日本野鳥の会青森県支部の関下齊支部長を講師とした「バードウォッチング講座」が開催され、町内外から参加した16人が鳥の見分け方や双眼鏡の使い方などを学びながら鳥の観察を楽しんでいました。

また、同日には平内町教育委員会主催の第12回ハクチョウ検定と第11回ハクチョウのまちフォトコンテストの表彰式も行われ、バードウォッチング講座とともに参加した中山菜穂さん(黒石市)は「専門の方の説明を受けられる機会はなかなかないので貴重な体験でした。バードウォッチングが好きなので、多くの方に広まってほしいです」と話しました。



▲ハクチョウと触れ合う来場者



▲双眼鏡の使い方を教わるバードウォッチングの参加者



「軽自動車税(種別割)」は4月30日(水)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、軽自動車、原動機付自転車、小型特殊自動車などを所有している場合、車種区分に応じて次のとおり課税されます。

町から送付される納税通知書が届きましたら、4月30日(水)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)。

なお、軽自動車税(種別割)における詳細については、役場 税務課 住民税係へお問い合わせください。

▼四輪および三輪以上の軽自動車

車種区分		初度検査年月が平成27年3月以前		初度検査年月が平成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)初度検査年月から13年を経過した車両(初度検査年月が平成24年3月以前の車両)

(※2)初度検査年月が令和6年度中の車両で、一定の環境性能を有する車両

▼原付、小型特殊自動車、軽二輪、二輪の小型自動車、雪上車

車種区分		税額
原動機付自転車	50cc以下または0.6kw以下	2,000円
	125cc以下かつ最高出力4kw以下	2,000円
	特定小型(電動キックボードなど)	2,000円
	90cc以下または0.8kw以下	2,000円
	125cc以下または1kw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

令和7年度の各町税の納期限

令和7年度の各町税の納期限は、次のとおりですので、お間違えのないようにお願いします。納期限を過ぎると督促手数料・延滞金などが課せられますので、ご注意ください。

【軽自動車税】

期別	納期限	口座振替日
1	4月30日(水)	4月25日(金)

【国民健康保険税】(※7・8期は令和8年)

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

町税の納付方法について

町税は、以下の方法で納付できます。納期限をご確認のうえ、納め忘れがないようお願いします。

なお、納付方法について、ご不明な点がございましたら、役場 税務課 収納係までお問合せください。

▼納付方法

- ・金融機関
- ・郵便局
- ・コンビニエンスストア
- ・口座振替(別途、申込み手続きが必要)
- ・スマホアプリ納付(納付書に記載のQRコードを読み取って納付)

☎ 役場 税務課 収納係 Tel.755-2115

▼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)	役場 税務課 Tel.755-2115
小型特殊自動車	
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	軽自動車検査協会青森事務所 Tel.050-3816-1831

☎ 役場 税務課 住民税係 Tel.755-2115

【固定資産税】

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

【町・県民税・森林環境税】

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

☎ 役場 税務課 収納係 Tel.755-2115

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、中央県税事務所課税第三課までお問い合わせいただくか、県庁ホームページの県税・市町村税インフォメーションをご覧ください。

☎ 中央県税事務所 課税第三課 Tel.734-9974



令和6年度“文化賞及び体育・スポーツ賞”を授与しました

2月20日(木)、町立山村開発センターにおいて、「平内町教育委員会文化賞及び体育・スポーツ賞授与式」が挙行され、学術・芸術など文化の向上と発展に貢献した方や体育・スポーツの振興と活動に顕著な功績を挙げた方など、令和6年度は57人が受賞されました。

文化功労賞を受賞した平内町文化協会平内一鉢会の田中和子さんは受賞者代表として「今回の栄誉を励みとし、これからもなお一層の研鑽を重ね、それぞれの活動に引き続き精進してまいります」と謝辞を述べました。



▲授与式に参加した受賞者など関係者の皆さん

【文化功労賞】

愛宕神社権現舞保存会
(伝統芸能)
田中 和子 (芸術)
船橋 睦子 (音楽)

【児童・生徒文化奨励賞】

船橋 和花 (音楽)
鹿内 潤 (音楽)

【体育・スポーツ功労賞】

小形 征博 (グラウンドゴルフ)

【体育・スポーツ賞】

船橋 悠心 (水球)
豊嶋 優斗 (水球)

【体育・スポーツ奨励賞】

木村 秀人 (野球)
久慈 晃太 (剣道)
七尾 浩平 (剣道)
平野 大貴 (剣道)
工藤 共路 (剣道)
船橋 千尋 (剣道)

【児童・生徒体育・スポーツ奨励賞】

市川 輝龍 (卓球)
千代谷空心 (野球)
八戸 颯士 (野球)
須藤 彩海 (野球)
船橋 雄星 (野球)
遠嶋 啓嗣 (スキー)
佐々木愛月 (スキー)
後藤 里歩 (スキー)
福田 千紗 (陸上)

千代谷勇気 (柔道)
山田 凌也 (柔道)
鳥谷部琉依 (柔道)
太田丈太郎 (柔道)
片山 佳奏 (柔道)
荒内 紫月 (柔道)
須藤 芽衣 (柔道)
棟方 陽菜 (柔道)
田中 凜音 (空手道)
齋藤 緋秀 (空手道)
飯田 悠月 (空手道)
田中爽士朗 (空手道)
飯田暖乃香 (空手道)
辻村 吉 (空手道)
遠嶋 凜愛 (空手道)
葛西恵美里 (空手道)
須藤 耀元 (空手道)

藤田那菜星 (空手道)
工藤 柚月 (空手道)
後藤 凜乃 (空手道)
船橋 慶士 (空手道)
船橋 壮司 (空手道)
船橋 愛瑠 (空手道)
田中星紫流 (空手道)
葛西 光希 (空手道)
須藤 圭絆 (剣道)
佐々木玲奈 (剣道)
工藤 想真 (剣道)
濱田 樹 (剣道)
太田 脩史 (剣道)
荒内 詠翔 (剣道)
工藤 麒右 (剣道)
千代谷洸太 (剣道)
兼田 桃花 (剣道)

生涯学習カレンダー 4月

4日(金)	◆人権・行政相談(青少年ホーム)
7日(月)	◆管内小・中学校 始業式・入学式
12日(土)	◆図書館おはなし会 (おはなしコーナー10:00~)
17日(木)	◆心配ごと相談日 (青少年ホーム 10:00~12:00)
19日(土)	◆白鳥渡来地海岸清掃(浅所海岸)
21日(月)~ 24日(木)	◆粗大ごみ収集運搬

町立図書館 紹介コーナーその303

◆一般書(新刊の一部を抜粋して紹介)◆

①任侠梵鐘	今野 敏
②潮音 第一巻	宮本 輝
③謎の香りはパン屋から	土屋 うさぎ
④PRIZE プライズ	村山 由佳
⑤歪曲済アイラービュ	住野 よる
⑥風の港 再会の空	村山 早紀
⑦楽園の楽園	伊坂 幸太郎
⑧栗峠	砂原 浩太郎
⑨安心できる男	後藤 拓実
⑩志麻さんちのおやつ	タサン 志麻

【今月の図書館休館日】 13日・27日・29日

そのほかの新刊情報はこちら▶



平内中央病院 NEWS

問 平内中央病院 総務課
Tel.755-2131

病院スタッフ募集中!

平内中央病院では、臨床検査技師を募集しています。詳しい募集内容については、ホームページをご確認ください。

病院見学も随時受付していますので、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。



各診療科受付日時などのご案内 (令和7年4月1日現在)

診療科	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。
もの忘れ外来	第2・4月曜日		【診療時間】 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)
かぜ症状外来	月~金曜日	8:15~14:00		診療は13:00~14:00 院外の専用プレハブで診察を行います。 ※ 要予約：かぜ症状外来 Tel.755-2131(受付時間内)
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、予防注射・乳幼児健診・慢性期患児への対応が中心となります。
眼科	水曜日	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。
皮膚科	火曜日	8:15~15:30		診療は14:00頃~
整形外科	第1・3・4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。また、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。

※ 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。

※ 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。

「脱！メタボ」～減らそう内臓脂肪～

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、高血圧、高血糖、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。

生活習慣の一例
メタボになりやすい

- 朝食の欠食、夕食や外食でどか食い
- 野菜嫌いで肉料理が多い
- お酒や清涼飲料水をつい飲みすぎる
- 近場でも車やバイクを利用する
- 多忙、疲労でストレスがたまっている
- 吸わずにはいられないタバコ

メタボの判定基準

腹囲

男性85cm以上
女性90cm以上



さらに
+
①②③のうち2つ以上該当

- ① **高血圧** 最高血圧130mmHg以上
最低血圧85mmHg以上
- ② **高血糖** 空腹時血糖110mg/dL以上
HbA1c 6.0%以上
- ③ **脂質異常** 中性脂肪150mg/dL以上
HDLコレステロール40mg/dL未満

今日から実践！メタボ予防

近年、食生活の欧米化や便利な暮らしの影響から運動不足になり、大人だけでなく子どもの肥満も増えています。家族みんなで生活リズムや食習慣、運動習慣を見直し、健康的な生活習慣を心がけましょう！

食べてすぐに寝ない

食後すぐに寝てしまうと摂取したエネルギーが消費されにくく、脂肪として蓄積しやすくなります。特に夜の時間帯は脂肪をため込みやすいので注意しましょう。

朝食を食べる習慣をつける

朝食を欠食すると体内時計のズレがリセットされずに生活リズムが乱れ、筋肉量が低下して肥満につながりやすくなります。

こまめに体を動かし、座っている時間を減らす

体の筋肉の約70%は下肢が占めており、座っている時間が長いと筋肉が動かないため代謝が低下し、肥満につながります。こまめに体を動かすようにしましょう。

ストレスを上手に発散する

食べることでストレスを発散していませんか？音楽や映画鑑賞などで気分を変えたり、温泉に行くなど自分なりのストレス発散方法を見つけましょう！

対象となる方々に「補償金」を支給します

ハンセン病元患者のご家族へ

厚生労働省では、法に基づき、ハンセン病元患者家族の被った精神的苦痛を慰謝するため、補償金を支給しています。秘密は守られますので、まずは、お電話でご相談ください。

補償金額 130万円 または 180万円 (同居などの要件が必要な場合があります)

厚生労働省補償金相談窓口

TEL03-3595-2262

■受付時間：平日 10:00～16:00(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

※ 請求期限が令和11年11月21日まで延長されました。



ハンセン病 厚労省

▲厚生労働省ホームページ
「ハンセン病に関する情報ページ」

電話やWebでも受付中！

令和7年度 集団検診のお知らせ

各地区で実施する集団検診の受付を行っています。毎戸配布された申込用紙を記入のうえ、4月18日(金)までに役場 健康増進課または地区の保健協力員へ提出ください。

■特定健診・がん検診

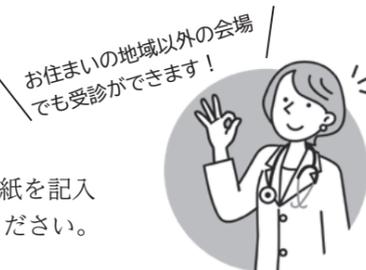
実施会場	実施日	受付時間
狩場沢公民館	5月22日(木)	
松野木公民館	5月28日(水)	
浅所コミセン	6月16日(月)	
勤労青少年ホーム	6月20日(金) 6月23日(月)	7:00～9:00
東滝コミセン	6月30日(月)	
間木コミセン	7月1日(火)	
勤労青少年ホーム	7月7日(月) 7月8日(火)	

※ 7月31日(木)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	実施日	受付時間
	7月29日(火)	12:00～13:30
勤労青少年ホーム	8月18日(月)	17:00～18:00
	9月29日(月)	12:00～13:30

※ 9月29日(月)は骨粗しょう症検診を実施しません。



実施会場	実施日	受付時間
山口コミセン	7月11日(金)	
勤労青少年ホーム	7月30日(水)	
勤労青少年ホーム(※)	7月31日(木)	
清水川コミセン	8月5日(火)	7:00～9:00
口広コミセン	8月6日(水)	
東田沢防雪管理センター	8月21日(木)	
茂浦コミセン	9月8日(月)	
稲生漁民センター	9月11日(木)	7:00～8:00
浦田公民館		9:00～10:00

対象の方は無料で受けられます！

集団検診では、20歳から特定健診が受けられます。ご自身の健康のために年1回受診しましょう！



▲申込用QRコード

問 役場 健康増進課 健康増進係 TEL718-0019

発育や栄養状態の確認、病気の兆候はないかなどをチェックしましょう！

令和7年度 乳幼児健診のお知らせ

対象者には個別に通知をお送りします。詳細は役場 健康増進課 健康増進係までお問い合わせください。

■乳児健康診査(対象：3～5か月児および6～8か月児)

実施会場	実施日	内容
勤労青少年ホーム	4/24、5/29、6/26、8/28、9/18、10/30、11/27、12/18、2/26、3/19	身体測定、医師による診察、育児相談、離乳食相談

■1歳6か月児健康診査(対象：1歳6か月児～1歳9か月児)

実施会場	実施日	内容
勤労青少年ホーム	6/26、9/18、12/18、3/19	身体測定、医師による診察、栄養相談、育児相談、歯科検診、フッ素塗布

■3歳児健康診査(対象：3歳2か月児～3歳5か月児)

実施会場	実施日	内容
勤労青少年ホーム	5/29、8/28、11/27、2/26	身体測定、医師による診察、栄養相談、育児相談、歯科検診、目の検査、耳の検査、フッ素塗布、尿検査

■5歳児健康相談(対象：4歳～5歳児)

実施会場	実施日	内容
勤労青少年ホーム	5/21、8/26、11/14、2/20	身体測定、小学校入学へ向けてのお知らせや歯に関するお話、集団での遊び

■股関節脱臼検診(対象：2か月児～4か月児)

実施会場	実施日	内容
まさいく整形外科	4/16、6/18、8/20、10/15、12/3、2/4	医師による診察、育児相談

問 役場 健康増進課 健康増進係 TEL718-0019

生活環境
お知らせ

生ごみ処理容器購入費
補助金をご活用ください

家庭から出る「燃えるごみ」の重さの約4割は「生ごみ」です。その生ごみのうち約80%が水分といわれています。水分が多いと運ぶときに重だけでなく、腐敗しやすく悪臭や汚れの原因となります。家庭で生ごみ処理容器を活用できれば、燃えるごみの排出量を大幅に減らすことができます。

当町ではごみ減量化のため、購入金額の半額(上限3万円)を補助する「生ごみ処理容器購入費補助金」を実施していますので、ぜひご活用ください。

▼対象となる生ごみ処理容器の種類

	電気乾燥式	コンポスト式
メリット	<ul style="list-style-type: none"> ・ごみ出しが減る ・生ごみのおいや液だれを抑えられる ・生ごみの処理が早い ・台所に置いて手軽に使える 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごみ出しが減る ・一度に多くの生ごみを処理できる ・本体価格が安い ・処理物を堆肥として使える
デメリット	<ul style="list-style-type: none"> ・本体価格が高い ・電気代がかかる 	<ul style="list-style-type: none"> ・処理に時間と手間がかかる ・庭や畑が必要となる

※ ディスポーザ式などの対象外製品について、詳しくは、役場 町民課 生活環境係までお問い合わせください。

☎ 役場 町民課 生活環境係 Tel755-2113

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、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 年金後期医療係窓口で行ってください。また、マイナポータルからの電子申請も可能です。

▼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)

☎ 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)

福祉
お知らせ

「電話リレーサービス」と
「ヨメテル」のご案内

国では、聴覚や発話に困難のある人(きこえない人)とそうでない人(きこえる人)との会話を通訳オペレータが「手話」や「文字」、「音声」を通訳して双方向につながりサービス「電話リレーサービス」を24時間365日対応しています。

この度、難聴や中途失聴などにより、自分の声で話すことはできるが、電話で相手先の声が聞こえにくいことがある人が、相手先の声を文字で読むことを可能とするサービス「ヨメテル」を開始しました。

サービスの詳細については、ホームページやカスタマーセンターにお問い合わせください。

☎ 役場 福祉介護課 福祉係 Tel755-2114
「電話リレーサービス」カスタマーセンター
Tel03-6275-0912(受付時間 9:30~17:00)
「ヨメテル」カスタマーセンター
Tel0120-328-123(受付時間 9:30~17:00)

後期高齢
お知らせ

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に変更(解約・金融機関の店舗統廃合など)があったときは、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。

☎ 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

企画
お知らせ

令和7年度分受付開始！
住まいのための補助金をご活用ください

平内町移住・定住促進新築住宅建設補助金(申請：建設後6か月以内)

- 対象者：新築住宅に住居登録した方
- 対象住宅：新たに建設した専用住宅または併用住宅、床面積が50平方メートル以上
- 補助額：付帯工事費を除く建設費の3%で最大50万円(移住者の場合、建設費の6%で最大100万円)

平内町移住・定住促進中古住宅取得補助金(申請：取得後6か月以内)

- 対象者：中古住宅に住居登録した方
- 対象住宅：新たに取得した専用住宅または併用住宅、床面積が50平方メートル以上
- ※ 営利を目的とする住宅、相続または贈与された住宅、親族(3親等以内)の所有する住宅などを除く
- 補助額：取得費(土地の取得も含む)の10%で最大25万円(移住者の場合、取得費の20%で最大50万円)

平内町移住・定住促進家賃補助金(申請：入居後3か月以内)

- 対象者：新たに民間賃貸住宅に入居し、住居登録した方
- 対象住宅：町内の民間賃貸住宅(アパート、借家など)
- ※ 公的賃貸住宅、事業主から貸与された住宅、親族(2親等以内)の所有する住宅などを除く
- 補助額：家賃2万円を超えた部分で月最大2万円(移住者の場合、月最大3万円)

☎ 役場 企画政策課 企画政策係 Tel718-1325

企画
お知らせ

平内町の“公共交通利用状況”をお知らせします

町では、「平内町地域公共交通計画」に基づき、交通事業者や地域住民の方々と協力して様々な取り組みを行っており、平内町民バスをはじめとする公共交通を持続可能なものとするためには、少しでも多くの方にご利用いただくことが重要であると考えています。

この計画には、公共交通利用客数などの定期的公表が掲げられており、普段皆さまが利用されている公共交通に関心を持っていただくきっかけづくりとするため、町内を走る公共交通の利用状況をお知らせします。

今後も皆さんの積極的なご利用をお願いします。

▼町内の公共交通の利用状況(令和6年12月末現在)

交通機関名	乗降(利用)客数	令和5年度実績
青い森鉄道小湊駅	543人/日	550人/日
町民バス	62,094人	82,216人
タクシー	14,541人	21,531人

※ 令和5年度のタクシー利用客数には廃業した個人タクシーの数値を含めています。

☎ 役場 企画政策課 Tel718-1325

地域公共交通コラム ～地域公共交通は誰が守る？～

近年、バスの路線廃止・縮小やタクシー廃業のニュースに触れることが増えてきました。人口減少、コロナ禍、物価高騰、2024年問題、人手不足など、様々な要因が折り重なって経営が困難になったものですが、潜在的な理由として共通しているのが「利用しない人が増えた」「将来にわたって利用が見込めない」ということです。

1人1台があたりまえの車社会の一方で、高齢者など公共交通がなくては通院や買い物が出来ない方も少なくありません。当町の高齢化率はこの先10年で50%を超え、3人に1人が75歳以上という社会がやってきます。

車を所有している方も含め、バスや電車、タクシーの利用機会を増やすことが公共交通の未来を支える力となります。昨年1月からはデマンド交通という新しい移動手段も実証運行を継続中です。みんなで使って、みんなで地域の足を守っていきましょう。

町民バス時刻表の印刷内容に訂正があったため、4月中旬以降に再配布します。なお、配布済みの時刻表は運行時刻に誤りはありません。

農業委員会
お知らせ

「令和7年度農業労働賃金標準額」および
「令和6年分農地賃借料情報」のお知らせ

「令和7年度農業労働賃金標準額」および「令和6年分農地賃借料情報」を次のとおりお知らせします。農業労働賃金標準額については、地域の条件などにより労働賃金も様々ですので、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。

また、農地賃借料情報についても、参考資料として提供するものですので、実際の賃借料は、対象となる農地の状況に合わせて当事者間で設定してください。

▼令和6年分農地賃借料情報

品目	平均額	最高額	最低額
水稻	9,063円	10,000円	4,279円
大豆	4,440円	5,000円	3,500円
そば	3,571円	4,000円	3,000円
牧草	1,496円	1,496円	1,496円

※ 金額は、令和6年中に締結された農地10アールあたりの金銭による賃借料です。

☎ 農業委員会事務局(役場 農政課内) TEL755-2117

▼労働賃金および機械作業請負料金表

作業名		単位	標準額	
水田・畑作業	農作業一般	1日	7,700円	
水田作業	水田耕起	10㌦	7,300円	
	荒代掻き	〃	7,100円	
	代掻き(2回)	〃	8,100円	
	田植え	苗なし	〃	8,900円
		苗もち	〃	45,000円
	刈り取り脱穀	コンバイン	〃	20,700円
		バインダー(糸付き)	〃	9,200円
		ハーベスタ	〃	8,400円
	乾燥	生乾燥	1俵	1,300円
		補助乾燥(17%超～20%以下)	〃	1,000円
補助乾燥(17%以下)		〃	800円	
畑耕起		10㌦	7,200円	

生活環境
お知らせ

し尿汲み取り料金
改定のお知らせ

現在の汲み取り料金は、平成27年5月1日に改定以来、9年以上が経過しており、燃料費、設備費の高騰および賃金上昇などの情勢を踏まえ、次のとおり料金の改定を行うこととします。

■改定時期：4月1日(火)

▼改定料金(消費税別)

	数量	料金
改定後	180ℓまで	1,800円
	180ℓを超えた分	1ℓあたり10円加算
改定前	200ℓまで	1,800円
	200ℓを超えた分	1ℓあたり9円加算

▼平内町許可業者

- ・太田衛生有限会社 TEL752-0068
- ・有限会社東青浄化槽管理センター TEL755-5553
- ・有限会社平和技研 TEL757-2717

☎ 役場 町民課 生活環境係 TEL755-2113

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など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、以下の必要書類を持参し、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などの資格取得証明書または資格確認書などの資格取得日がわかるもの
- ・現在お持ちの国民健康保険被保険者証または資格確認書
- ・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

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。

「空き家を誰かに売りたい・貸したい」と考えている空き家所有の皆さん、町内でお住まいをお探しの皆さん、「空き家バンク制度」を利用してみませんか？

物件の登録を希望される方は、役場 企画政策課 企画政策係までお問い合わせください。



◀ 制度の詳細については、町ホームページをご覧ください。

☎ 役場 企画政策課 企画政策係 TEL718-1325

水道
お知らせ

いつも濡れている場所は
ありませんか？

晴れているのに道路が濡れていたり、水が湧いたりしている場合は、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て、水の吹き出す音がす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ください。



▲漏水により濡れている道路(参考画像)

☎ 役場 地域整備課 上水道管理係 TEL755-2116

商工
お知らせ

着工前に申請してください
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「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。詳細については、役場 水産商工観光課までお問い合わせください。

▼助成対象者

- ① 平内町に居住し、住民登録をしている方
- 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8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%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1日(火)～7月31日(木)
※ 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は役場 水産商工観光課にて配布、⑥は役場 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。

☎ 役場 水産商工観光課 TEL755-2118

青森市総合福祉センター主催

手話通訳者養成研修、点訳・手話奉仕員養成講座のご案内

青森市総合福祉センターでは、聴覚障がい者の社会参加推進と地域福祉を支える人材を育成することを目的に、次のとおり講座を開催します。

受講を希望する場合は、各講座の募集内容をご確認の上、期限までに青森市総合福祉センターへお申し込みください。

手話通訳者養成研修事業

■日時：令和7年5月20日(火)～9月までの火曜日 10:00～14:00(1日2講座)

※ 内容によって時間変更があります。

■定員：16人(抽選)

■料金：3,080円(実技テキスト)、1,980円(講義テキスト)

■対象者：手話奉仕員養成事業を修了した方、または同程度の知識と技術を有する方

■申込方法：青森市総合福祉センターまたは青森市役所障がい者支援課窓口にある「受講申込書」を記入の上、青森市総合福祉センターまで、4月29日(火・祝)必着でお申し込みください。

☎ 青森市総合福祉センター
Tel722-4517 FAX723-5869
青森市中央3丁目16-1



春の花苗を販売します！

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、平内町夜越山森林公園までお申し込みください。

販売価格 1ポット50円

受付期間 4月1日(火)～4月11日(金)

引渡期間 4月18日(金)～4月30日(水)

※ 花の生育状態によって、数量が変更となる場合があります。また、花苗は数に限りがあり、申込数量を調整することがあります。

※ 秋の花苗の販売については、5月号でお知らせします。

☎ 平内町夜越山森林公園
Tel755-2663 FAX755-5105

点訳奉仕員養成講座

■日時：令和7年6月7日(土)～11月までの土曜日 10:00～12:00(全12回)

■定員：30人(抽選)

■料金：2,200円程度(テキスト・点字器)

■申込方法：往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号、講座名、テキストの有無を記入の上、青森市総合福祉センターまで、5月10日(土)必着でお申し込みください。

手話奉仕員養成講座

■日時：令和7年5月20日(火)～令和8年3月までの火曜日 13:00～15:00 入門編(全20回)、基礎編(全21回)

■定員：30人(抽選)

■料金：4,290円(教材費)、動画サイト視聴料(別途有料)

■申込方法：往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号、講座名を記入の上、青森市総合福祉センターまで、4月22日(火)必着でお申し込みください。

花の種類	花の色	苗の個数
パンジー	ピンク	200個
	ブルー	400個
	オレンジ	300個
	イエロー	400個
	ホワイト	200個
クリサンセマム	レッド&イエロー	300個
	ホワイト	400個
	イエロー	300個
キンセンカ	オレンジ	200個
	イエロー	100個
アリッサム	ホワイト	40個
	ピンク	20個

自然災害による被災者の債務整理に関するガイドラインのご案内

東日本大震災や平成27年9月2日以降に災害救助法が適用された自然災害により影響を受けた個人や個人事業主は、「自然災害による被災者の債務整理に関するガイドライン」により、住宅ローンなどの免除・減額を申し出ることができます。

詳しくは、ローン借入先の金融機関などにお問い合わせください。

※ 債務の免除などには、一定の要件を満たすことや借入先の同意が必要となります。

▼ガイドラインを利用するメリット

- ① 登録支援専門家による手続支援が無料で受けられます。
- ② 財産の一部を手元に残すことができます。
- ③ 債務整理をしたことは個人信用情報として登録されません。

☎ 東北財務局青森財務事務所理財課 Tel722-1463



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
4月7日(月) 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
4月15日(火) 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
4月22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
4月26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)

☎ 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 ▶



■「おひさまひらなひ」サークル予定

日程	活動・場所	内容
4月25日(金) 10:00～11:30	すこやか マタニティサークル 勤労青少年ホーム 音楽室	ベビーマッサージ 手足型取り
4月25日(金) 13:00～15:30	マンマケア (要予約) 勤労青少年ホーム 和室	産後の体のケア おっぱいケア 授乳量測定

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



2月受付分

戸籍の窓口

人口と世帯

男…4,622人(−3人)
女…5,077人(−5人)
計…9,699人(−8人)
世帯数…4,721世帯(−3)
令和7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
鳥谷部 玲斗(祐磨)清水川
小尾 波璃(洋平)山梨県

お悔やみ申し上げます

喪主 住所地
伊瀬谷 郁子(90)佳人第1平中
吉川 ケサ(91)清夫中東田沢
田中 ツル子(87)昭一第1元町

佐藤 専藏(86)れい第2勝田町
原 正夫(75)山谷初美白砂
野村 みよ(97)倫納藤沢
本堂 清子(64)富昭東和
木村 美奈子(55)正行福館
藤野 清輝(87)輝則藤沢
金坂 敏文(68)牧子浜子
太田 み子(91)衛外童子
太田 敏信(68)数馬第1平中
今田 友子(89)狗飼眞理子川原町



旅立ちの春 新たな希望を胸に

3月11日(火)、平内中学校(加藤日寿校長)で、卒業証書授与式が執り行われました。

春の訪れを感じる穏やかな陽気の中、卒業生70人が、一人ひとり神妙な面持ちで卒業証書を受け取り、保護者や先生、在校生らが新たな門出を祝福しました。

加藤校長は式辞で、「平内中学校の歴史が始まって2年目。昨年度の活動を受け継ぎ、互いにつながりを広げ、深めることができたのは、卒業生の皆さんの活躍があったからです」と讃え、「平内中学校で培った絆をどうか失うことなく新しい生活に挑んでください」とはなむけの言葉を贈りました。

また、卒業生代表として品木来絆さんは「私たちは本当に価値のあるものがどういうものか知っています。決して目先の利益や甘い言葉に揺らぐことなく、大切なものをしっかり見極め、自分の道を切り開いていきます」と答辞を述べました。

閉式後は、廊下に集まった在校生や先生方が拍手で卒業生を見送り、感謝やお祝いの言葉を伝えていました。



▲答辞を述べる品木来絆さん



▲在校生や先生方に拍手で見送られる卒業生



1人分82kcal

生クリームの代わりに豆乳を使うことで脂質を抑え、カロリーをひかえめにしたババロアです。いちごには、ビタミンCが豊富で鉄の吸収を助ける働きがあり、鉄分を多く含む豆乳などと一緒にとると効果的です。

♪ 今月のcooking ♪ 【いちごの豆乳ババロア】

《 材料(2人分) 》

- | | | | |
|---------------|----------------|-----|-----------|
| ○無調整豆乳・100ml | ○いちご・・・30g | 【A】 | いちご・・・30g |
| ○ゼラチン(粉)・2.5g | ○プレーンヨーグルト・50g | | 砂糖・小さじ2 |
| ○水・・・25ml | ○砂糖・・・大さじ1 | | レモン汁・少量 |

《 作り方 》

- ① 鍋に豆乳を入れて弱火にかけ、かき混ぜながら温めます。耐熱容器にゼラチンと水を入れて混ぜ、電子レンジ(600W)で10秒加熱して溶けたら、鍋に加えて沸騰直前に火を止めます。
- ② ミキサーにいちごとヨーグルト、砂糖を入れて、なめらかになるまで攪拌し、①と混ぜたら型に入れて冷蔵庫で固まるまで冷やします。
- ③ 【A】から飾り用のいちごを少量残しておき、残りのいちごは細かく切って耐熱容器に入れ、砂糖とレモン汁を加えて電子レンジ(600W)で1分加熱します。
- ④ ②が固まったら型から取り出して器に盛りつけ、③をかけて飾り用のいちごを添えたら完成です。