

人と自然と産業が輝く 魅力あふれるまち

広報 ひらな い 5

May 2025(令和7年) No.791



「夜越山洋ランまつり」一足早い春の訪れを満喫！

毎年恒例の「第38回夜越山洋ランまつり」が3月1日(土)～3月23日(日)にわたり開催され、温室内の約150種、2,000鉢の洋ランが来園者を出迎えました。

展示の目玉は、さまざまな花で彩られた高さ4m・幅8mの大型メインディスプレイ。庭園をイメージして目線の位置に色鮮やかな洋ランが見えるようレイアウトを施したとのこと。

青森市からご友人同士で訪れた西村瑠美子さんは「洋ランまつりは毎年楽しみにしています。温室内はとても素敵な香りで、ディスプレイも圧巻でした」と話していました。



▲展示を楽しむ来場者の皆さん

町土木協同組合による排雪ボランティア

3月14日(金)、平内町土木協同組合(蝦名和人理事長)による、町立体育館前駐車場の排雪作業が行われ、ボランティア活動として組合員12人により実施されました。

蝦名理事長は、「大雪による除雪費用の増加に伴い、町の予算が逼迫していると耳にした。少しでも町に協力できればと思い、実施することとした」と話していました。



▲排雪作業を行う土木協同組合の皆さん



中学校部活動の持続可能な地域展開に向けて

問 平内町教育委員会 学校教育課 TEL755-2565



町教育委員会では、平内町学校部活動地域移行検討委員会で決定された「平内中学校部活動の令和8年度からの地域展開へ向けたロードマップ」のもと、「平内中学校地域スポーツ・文化活動推進連絡協議会」を立ち上げ、2月13日(木)、3月18日(火)にそれぞれ開催しました。

冒頭に渡辺教育長より、「当町の子どもたちのため、地域で子どもたちを支えていく体制を皆さんと協議し推し進めていきたい」との挨拶とともにキックオフ。中学校教職員や地域クラブの代表者と指導者、さらには多くの部活動・地域クラブの保護者代表が参加し、「部活動の地域展開に向けたワークショップ」を行いました。

本協議会は、今後も定期的に開催をすることとし、多くの保護者や地域クラブ、中学校教職員に協力を仰ぎながら「当町が目指す、子どもたちのための持続可能な地域展開」に向け、取組みを進めていきます。



▲部活動の地域展開に向けたワークショップの様子

令和7年度 平内町職員採用試験

受験資格

下表の試験区分に応じた受験資格を満たし、いずれの欠格事由にも該当しない方。

※次のいずれかに該当する方は受験できません

- ① 日本の国籍を有しない方
- ② 地方公務員法第16条に規定する欠格事項に該当する方

受験手続

申込書などを①～③のいずれかの方法で入手し、必要事項を記入して必要書類を添付のうえ、申込受付期間内に提出してください。

- ① 役場 総務課の窓口で直接受け取る。
- ② 郵送で請求する。
- ③ 町ホームページからダウンロードする。

試験日程

- 1次試験：【大学卒業程度】 令和7年7月13日(日)
- 【高校卒業程度】 令和7年9月21日(日)

※ 試験場所(平内町内を予定)および試験方法は申込み終了後、受験票にてお知らせします。

申込受付期間

- 大学卒業程度：令和7年4月25日(金)～5月19日(月)
- 高校卒業程度：令和7年6月27日(金)～7月22日(火)
- 受付時間：8:15～17:00(土、日、祝日を除く)
- ※ 大学卒業程度、高校卒業程度ともに必着

採用期日・給与など

- 採用期日：令和8年4月1日
- 給与等：平内町職員の給与条例などによる。

問い合わせ

〒039-3393 青森県東津軽郡平内町大字小湊字小湊63
平内町役場 総務課 総務係 TEL017-755-2111

試験区分など			受験資格
大学卒業程度	行政職	若干名	平成3年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた方で、大学卒業程度の学力を有し(大学卒業見込の方を含む)、活字印刷文による出題および口述による面接試験に対応できる方
	行政職(障がい者)	若干名	平成3年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた方で、大学卒業程度の学力を有し(大学卒業見込の方を含む)、活字印刷文による出題および口述による面接試験に対応できる方のうち、次に掲げる手帳などの交付を受けている方(受験日当日において有効であること) 〔身体障害者手帳/療育手帳/児童相談所、知的障害者更生相談所、精神保健福祉センター、精神保健指定医または障害者職業センターによる知的障害があることの判定書/精神障害者保健福祉手帳〕
	保健師	若干名	平成3年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた方で、大学卒業程度の学力を有し(大学卒業見込の方を含む)、令和8年3月31日までに保健師の資格を取得できる方
高校卒業程度	一般職	若干名	平成12年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた方で、高校卒業程度の学力を有し(高校卒業見込の方を含む)、活字印刷文による出題および口述による面接試験に対応できる方 ※大学または短期大学を卒業された方(卒業見込の方を含む)は受験できません。
	一般職(障がい者)	若干名	平成3年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた方で、高校卒業程度の学力を有し(高校卒業見込の方を含む)、活字印刷文による出題および口述による面接試験に対応できる方のうち、次に掲げる手帳などの交付を受けている方(受験日当日において有効であること) 〔身体障害者手帳/療育手帳/児童相談所、知的障害者更生相談所、精神保健福祉センター、精神保健指定医または障害者職業センターによる知的障害があることの判定書/精神障害者保健福祉手帳〕 ※大学または短期大学を卒業された方(卒業見込の方を含む)は受験できません。
	消防職	若干名	平成12年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた方で、高校卒業程度の学力を有する方(高校卒業見込の方を含む)のうち、次の消防職受験資格要件を満たす方 【消防職受験資格要件】 視力(矯正視力を含む)が両眼で0.7以上、一眼でそれぞれ0.3以上であること。色覚は重大な支障がないこと。令和8年3月31日までに普通自動車運転免許を取得できる方 ※ 大学を卒業された方(卒業見込の方を含む)は受験できません。

平内町職員・人事異動

(令和7年4月1日付)

新任職	氏名	旧任職
◆課長級		
総務課長・選管事務局長・防災管理監	田中 正美	会計管理者・会計課長
町民課長	千代谷 文徳	学校教育課指導監・学務係長事務取扱
農政課長・農業委員会事務局長	垂井 智也	地域整備課指導監・庶務係長事務取扱
地域整備課長	三津谷 博	農政課長・農業委員会事務局長
会計管理者・会計課長	工藤 英仁	総務課指導監
生涯学習課長・山村開発センター所長・勤労青少年ホーム館長・歴史民俗資料館長・武道館長・体育館長・図書館長・B&G海洋センター所長事務取扱	小林 正人	生涯学習課長・山村開発センター所長・勤労青少年ホーム館長・歴史民俗資料館長・武道館長・体育館長・図書館長・B&G海洋センター所長事務取扱・施設管理係長事務取扱
総務課指導監	金津 良紀	総務課副指導監
企画政策課指導監	太田 貴仁	税務課指導監・住民税係長事務取扱
税務課指導監・住民税係長事務取扱	田中 裕樹	企画政策課指導監
福祉介護課指導監	須藤 昌毅	福祉介護課指導監・介護保険係長事務取扱
福祉介護課指導監・福祉係長事務取扱	佐々木 健	福祉介護課副指導監・福祉係長事務取扱
農政課指導監・農業委員会庶務係長事務取扱	本堂 薫	農政課指導監
水産商工観光課指導監	門脇 淳	水産商工観光課副指導監
地域整備課指導監	阿部 拓哉	地域整備課副指導監

新任職	氏名	旧任職
◆課長補佐級		
健康増進課副指導監	井口 凡子	健康増進課副指導監・栄養指導係長事務取扱
議会事務局副指導監・庶務係長事務取扱	石岡 むつき	議会事務局事務局長補佐・庶務係長事務取扱
生涯学習課副指導監	寺島 晃浩	生涯学習課副指導監・生涯学習係長事務取扱
生涯学習課副指導監・生涯学習係長事務取扱	傳法 谷 顕	税務課副指導監・資産税係長事務取扱
生涯学習課副指導監	片山 潤一	生涯学習課副指導監・生涯スポーツ係長事務取扱
町民課課長補佐	市川 祐美子	町民課課長補佐・住民係長事務取扱
福祉介護課課長補佐・介護保険係長事務取扱	辻村 直子	健康増進課課長補佐・健康増進係長事務取扱

新任職	氏名	旧任職
福祉介護課課長補佐(役職定年)	小笠原 淳子	健康増進課指導監
健康増進課課長補佐・年金後期医療係長事務取扱(役職定年)	倉内 仁	総務課長・選管事務局長・防災管理監
水産商工観光課課長補佐・商工観光係長事務取扱	江戸 梢	水産商工観光課主幹・商工観光係長事務取扱
学校教育課課長補佐・学校給食係長事務取扱(役職定年)	工藤 隆之進	町民課長
生涯学習課課長補佐・施設管理係長事務取扱(役職定年)	佐々木 隆志	地域整備課長
税務課主幹・資産税係長事務取扱	渡邊 豊	農政課主幹・農業振興係長事務取扱
町民課主幹・住民係長事務取扱	金津 将太	農政課農業委員会庶務係長
地域整備課主幹・庶務係長事務取扱	船橋 栄治	総務課主幹・防災管財係長事務取扱
平内中央病院主幹・庶務係長事務取扱	辻村 歩未	平内中央病院庶務係長
生涯学習課主幹・生涯スポーツ係長事務取扱	江戸 健二	健康増進課主幹・年金後期医療係長事務取扱

新任職	氏名	旧任職
◆係長		
総務課防災管財係長	田中 将太	税務課収納係長
税務課収納係長	中里 文彦	地域整備課上下水道管理室主任
健康増進課健康増進係長	田村 康隆	健康増進課主任
健康増進課栄養指導係長	船橋 奈子	健康増進課主任管理栄養士
農政課農業振興係長	畑井 崇	農政課主任
学校教育課学務係長	畑井 啓佑	学校教育課主任

新任職	氏名	旧任職
◆主任		
総務課主任(青森県実務研修)	奥崎 慧	福祉介護課主査
企画政策課主任	甲斐 梓	町民課主任
税務課主任	工藤 香澄	福祉介護課主任
税務課主任	本堂 みのり	税務課主査
福祉介護課主任	太田 正美	地域整備課上下水道管理室主任
健康増進課主任	佐々木 壮人	企画政策課主任
農政課主任	杉山 美穂	税務課主任

新任職	氏名	旧任職
◆主査		
総務課主査	三浦 可愛	総務課主事
総務課主査	葛西 優衣	総務課主事
総務課主査	佐々木 亮太	総務課主事(青森県後期高齢者医療広域連合へ派遣)
税務課主査	長尾 侑里	福祉介護課主査
税務課主査	逢坂 直矢	税務課主事
税務課主査	村上 優介	税務課主事
町民課主査	玉熊 優菜	生涯学習課主査
福祉介護課主査	赤坂 祐哉	税務課主事
福祉介護課主査	長尾 翼	福祉介護課主事
農政課主査	古跡 大和	農政課主事
水産商工観光課主査	能登谷 雄樹	水産商工観光課主事
地域整備課上下水道管理室主査	蛭名 江莉香	健康増進課主査
生涯学習課主査	逢坂 優樹	生涯学習課主事

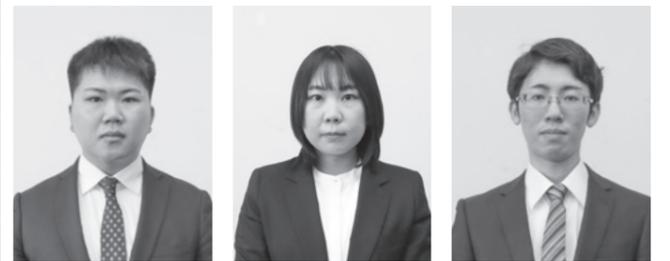
新任職	氏名	旧任職
◆主事		
農政課主事	蛭名 聖菜	町民課主事

職名	氏名	摘要
----	----	----

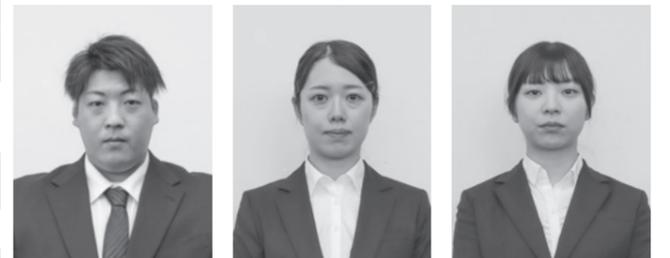
◆退職(3月31日付)		
町民課課長補佐	飯田 千代志	定年退職
学校教育課課長補佐 学校給食係長事務取扱	渡邊 仁志	定年退職
平内消防署長(消防監)	木村 秀人	普通退職
平内消防署副署長(消防司令長)	田村 幸一	普通退職

◆再任用		
町民課主任	飯田 千代志	
農政課主任	飯田 剛志	任期更新
水産商工観光課主任	船橋 英樹	任期更新
学校教育課主任	渡邊 仁志	
生涯学習課主任	佐々木 一成	任期更新

職名	氏名	摘要
◆新採用		
町民課主事	三津谷 南	
健康増進課主事	船橋 誠也	
地域整備課主事	浜田 拓也	
地域整備課上下水道管理室主事	船橋 優斗	
健康増進課保健師	米澤 実香	
健康増進課保健師	濱田 夏瑚	



浜田 拓也 (地域整備課) 三津谷 南 (町民課) 船橋 優斗 (地域整備課)



船橋 誠也 (健康増進課) 米澤 実香 (健康増進課保健師) 濱田 夏瑚 (健康増進課保健師)

職名	氏名	摘要
◆平内消防署 新採用		
平内消防署消防士	小嶋 真眸	青森地域広域事務組合へ派遣する
平内消防署消防士	久慈 遥斗	青森地域広域事務組合へ派遣する



小嶋 真眸 (平内消防署) 久慈 遥斗 (平内消防署)

平内中央病院・人事異動

新任職	氏名	旧任職	職名	氏名	摘要
-----	----	-----	----	----	----

◆平内中央病院 昇任・定年延長

【看護部】		
看護部長	立石 智代美	地域医療福祉連携室長
看護師長・地域医療福祉連携室長	棟方 千夏	副看護師長
副看護師長	三間 友美	主任看護師
副看護師長	工藤 紗矢香	主任看護師
副看護師長	千葉 美波里	主任看護師
副看護師長(定年延長)	佐藤 光枝	副看護師長
副看護師長(定年延長)	宿野部 智子	副看護師長
主任看護師	工藤 明美	看護師
主任看護師	棟方 琢子	看護師
主任看護師	幸田 芳典	看護師

【診療技術部】		
診療技術部長兼臨床検査科長	坂久保 克規	臨床検査科長
薬剤科長	棟方 幸司	薬剤科副科長
主任薬剤師	米谷 淳志	副主任薬剤師
副主任管理栄養士	成田 紗央利	管理栄養士

【事務部】		
主任社会福祉士	神 由美	副主任社会福祉士
副主任社会福祉士	加藤 由起子	社会福祉士
係長	坂本 拓弥	主任
主任	竹越 華子	主査

◆平内中央病院事業・再任用

副主任薬剤師	木下 孝子	定年前再任用短時間
--------	-------	-----------

◆平内中央病院事業・退職(3月31日付)

副看護師長	亀田 しげ子	早期退職
副看護師長	阿部 由紀子	早期退職
診療技術部長兼薬剤科長	木下 孝子	普通退職
看護師	折館 裕子	普通退職
作業療法士	相内 友美	普通退職

◆平内中央病院事業・新採用

理学療法士	山田 敏和	
看護師	敦賀 亜紗妃	



敦賀 亜紗妃
(看護師)



山田 敏和
(理学療法士)

◆平内中央病院事業・人事交流

主任看護師	竹達 香奈	青森県立中央病院へ人事交流
看護師	一戸 阿理沙	青森県立中央病院から人事交流

献血のおねがい



16歳からできる、身近な人助け

☒ 役場 健康増進課 健康増進係
Tel.718-0019

◆献血バスがやってきます！

青森県赤十字血液センターによる献血を行いますので、皆様のご協力をお願いします。

なお、体温測定、従事者のマスク着用、消毒など皆さまに安心して献血にご協力いただけるよう感染症対策を行っています。

日時	会場	受付時間
5月30日(金)	平内町役場	9:30~12:30
	平内中央病院	14:00~16:00



生涯学習情報

平内町教育委員会
Tel.755-2565

町民ひとり1学習・1スポーツ・1ボランティアを实践しよう

GPSを取り付けたハクチョウたちの動向をお知らせします！

町教育委員会では、2月にカメラ付きGPSを取り付けたハクチョウたちの動きを毎日確認しています。

最近では浅所海岸ではなく、田んぼで過ごすことが多かったハクチョウたち4羽のうち、2羽が他の地域に移動しました。北に帰るための準備を始めたと思われます。

スワンププロジェクト「ハクチョウの背に乗って」

カメラ付きGPSから得られるデータや画像は、スワンププロジェクトのホームページ「ハクチョウの背に乗って」から、どなたでも閲覧が可能です。

アカウントを使ってログインすることで、浅所海岸でGPSを取り付けたハクチョウたちの動向も確認できますので、ぜひご利用ください。



◀ スワンププロジェクトのホームページ「ハクチョウの背に乗って」

「スワンププロジェクト(@swaproj)」も要チェック！

GPSを取り付けたハクチョウの情報はX(旧Twitter)「スワンププロジェクト(@swaproj)」でも閲覧できます。

また、ハッシュタグ #SwanEyes を付けて、ハクチョウの写真を投稿することで、観察情報が記録・蓄積されますので、GPS付きのハクチョウを探して、投稿してみましょう！



◀ X(旧Twitter)アカウント スワンププロジェクト(@swaproj)

▼浅所海岸でGPSを取り付けたハクチョウたち

ハクチョウの名前	ID	場所(3月17日現在)
ツバキ	6C16	青森市
ハク	6C17	五所川原市
ユズ	6C18	平内町
カナタ	6C19	平内町



▲3月17日時点でのGPS付きハクチョウの居場所

生涯学習カレンダー 5月

3日(土・祝)	◆第35回夜越山クロスカントリー大会 ◆ひらないの春まつり(夜越山)
4日(日・祝)	◆町内清掃の日
10日(土)	◆図書館おはなし会 (お話しコーナー 10:00~)
15日(木)	◆心配ごと相談日 (青少年ホーム 10:00~12:00)

町立図書館 紹介コーナーその304

◆一般書(新刊の一部を抜粋して紹介)◆

①令和忍法帖	青柳 碧人
②C線上のアリア	湊 かなえ
③猫の刻参り	宮部 みゆき
④かぶきもん	米原 信子
⑤しらゆきの果て	澤田 瞳子
⑥追跡	伊岡 瞬
⑦願わくば海の底で	額賀 滯
⑧路地裏の二・二六	伊吹 亜門
⑨嵐をこえて会いに行く	彩瀬 まる
⑩天地震撼	伊東 潤

【今月の図書館休館日】 3日~6日・11日・25日

そのほかの新刊情報はこちら▶



5月31日は「世界禁煙デー」

禁煙週間
5月31日～6月6日



たばこの煙はたくさんの有害物質が含まれており、のどや肺だけではなく血液を通じて全身の細胞を変異させます。その結果、肺がんやCOPD(慢性閉塞性肺疾患)や心筋梗塞、歯周病などの原因となります。改正健康増進法により、受動喫煙防止対策がさらに進んでいます。

受動喫煙による周囲への影響

受動喫煙とは、自分の意思に関係なくたばこの煙を吸い込むことです。たばこの先から出る「副流煙」は、直接吸う「主流煙」よりも有害です。煙は服や髪の毛にも付着するため、外や換気扇の下で吸っても防ぐことはできません。

タバコの3大有害物質

タール

「たばこのヤニ」のことです。喫煙によって体や服、室内などからたばこ臭が発生し、歯が黄色になります。また、発がん性物質などが数十種類以上含まれています。

ニコチン

体内に吸収されると血管を収縮させて血液の流れを悪くします。それが繰り返されるうちに動脈硬化や高血圧となります。

一酸化炭素

一酸化炭素は赤血球のヘモグロビンと結合する力が強く、ヘモグロビンが運ぶはずの酸素を奪うため、体に取り込む酸素が低下し、動脈硬化を促進させます。

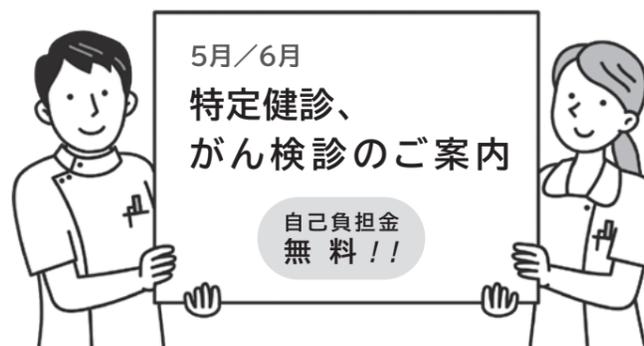
<禁煙チャレンジ事業について>

禁煙治療に用いる治療薬が出荷停止しているため、町内医療機関でも禁煙外来が休止し、町の禁煙チャレンジ事業も休止しております。再開した際にはお知らせいたします。

带状疱疹予防接種のお知らせ

令和7年度より带状疱疹予防接種の定期接種が開始されました。定期接種対象者の方に接種費用を助成しています。ご希望の方は、役場健康増進課へ申請が必要になります。対象者は、令和8年3月31日時点で65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳以上の方 ※詳細は、町ホームページをご確認ください。

種類	接種費用	申請方法	申請に必要なもの
生ワクチン	1回接種で4,000円 ※助成なしの場合は約9,000円	1.健康増進課で申請を行う 2.予診票を受け取る 3.記入した予診票を持参のうえ、医療機関で接種をする	本人確認書類 (マイナンバーカード、運転免許証など)
組換えワクチン	2回接種で22,000円 (1回あたり11,000円) ※助成なしの場合は約44,000円 (1回あたり約22,000円)		



○特定健診・がん検診日程表

実施会場	月 日	受付時間
狩場沢公民館	5月22日(木)	7:00～9:00
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)	
東滝コミセン	6月30日(月)	

○各種検診の内容

検診の種類	検診内容	対象者
特定健診	問診/身体測定/ 血圧測定/血液検査/ 尿検査/心電図/ 眼底検査/医師の診察 など	・国民健康保険加入者 ・後期高齢者医療制度加入者 ・20歳から39歳までの方 ・生活保護受給者
肺がん(結核)検診	胸部レントゲン検査	18歳以上の方
胃がん検診	バリウムによる胃部X線検査 ※安全確保のため 体重130kg未満の方	40歳以上の方
大腸がん検診	便潜血検査(2日法)	

年に1度の検診で、自分の健康状態を確認しましょう!

特定健診、がん検診の申込みはお済みでしょうか? 検診希望日の2週間前までであれば申込みができますので、お早めにお申込みください。申込みをされた方へ2週間前に問診票を送付します。必要事項を記入し受診券と一緒に検診会場へお持ちください。

※申込者が多数となった場合は、日程の変更をしていただくことがありますので、ご了承ください。

○申込方法

①電話

役場健康増進課
TEL 718-0019

②Web

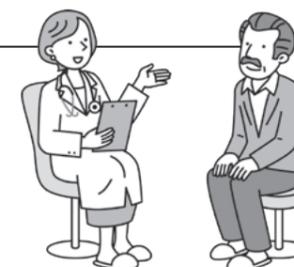
携帯・スマートフォンの方



◀ 集団検診
オンライン
受付ページ

パソコンの方

平内町 集団検診



問 役場 健康増進課 TEL 718-0019



母子手帳と併せてご活用ください ひらない子育て応援アプリサービスを始めました

平内町では、令和7年4月より「ひらない子育て応援アプリby母子モ」のサービスを開始しました。母子健康手帳と併せて使うことで、妊婦健診の記録はもちろんお子さんの記念日の記録や予防接種のスケジュール管理など、妊娠中から子育て期まで活用できます。また、町からのお知らせもアプリを通してスマートフォンに直接届きますので、ぜひご活用ください。



▲ アプリのダウンロードはこちら



問 役場 健康増進課
TEL 718-0019



退任のご挨拶

2022年4月に、25年働いた東京から平内町にUターンし、「椿を活用したプロジェクト」の一員として、北限椿の大切さを伝えるためのワークショップや、町の魅力を伝えるためのSNS発信をメインに活動してきました。

そこからあつという間の3年間。辛いことや悔しいことなどもありましたが、たくさんの方と出会えたことで、大好きな町になりました。

イベント出店の時や、町で見かけたときは是非声をかけてください。この3年間平内町地域おこし協力隊を見守っていただき感謝いたします。

ありがとうございました！

平内町地域おこし協力隊 辻井輝子

【3年間の活動実績】

- 開催したワークショップ
 - ▶ 計40回 参加人数478名
- SNSの発信(Instagram・Facebook)
 - ▶ 計133回更新トータルフォロワー数2,682名(934名増)

【退任後の活動について】

退任後については平内町に定住し、「ひらない暮らし北限椿舎」@hokugen_tsubakishaとして大好きな椿を知っていただける活動を継続していきます。

- 平内町の椿を学習体験としてワークショップ開催
- 地域資源を活用したコーディネーター
- 椿を活用した商品開発
- 学習民泊として開業予定

これだけのたくさんの方に知ってもらい、椿や平内のファンになっていただけて、本当に活動してきてよかったと思っています！

椿の実を乾燥させる辻井隊員▶



秋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** 5月19日(月)～5月30日(金)
- 引渡期間** 6月2日(月)～6月13日(金)

※ 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。

問 平内町夜越山森林公園
Tel.755-2663 FAX755-5105

花の種類	花の色	苗の個数
サルビア(大)	レッド	2,000個
サルビア(小)	レッド	700個
	ブルー	300個
マリーゴールド	オレンジ	800個
	イエロー	400個
ベコニア	スプレー	400個
	バイカラー	350個
クレオメ	スカーレット	150個
	ミックス	100個
ペチュニア	ミックス	200個

平内中央病院 NEWS

問 平内中央病院 総務課
Tel.755-2131



病室では無料Wi-Fiが利用できます

患者さんへのサービス向上の一環として、令和7年4月から入院患者さん向けWi-Fiサービスの提供エリアを病室まで拡大しました。入院患者さんは無料でご利用できます。



入院費の請求回数が月1回に変更となります

当院では、これまで入院費を月3回に分けて請求していましたが、令和7年3月入院分より末日を締め日とした翌月1回の請求に変更します。なお、月途中で退院された場合は都度請求となります。



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。

暮らしの中の 税

令和6年度町税の 納め忘れはありませんか？

令和6年度町税(国民健康保険税、町・県民税、固定資産税、軽自動車税)の納付書使用期限は、5月30日(金)までとなっています。期限までに忘れずに納付をお願いします。

納税相談を受け付けています！

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、納付方法についてお気軽にご相談ください。

問 役場 税務課 収納係 Tel.755-2115

インターネット公売の実施について

県では、動産や不動産、自動車などの差押財産について、KSI官公庁オークションを利用して売却するインターネット公売を実施しています。

詳しくは、県ホームページ内「県税・市町村税インフォメーション」内の「インターネット公売」バナーをご覧ください。



▲詳細はこちら

問 中央県税事務所 納税管理課 Tel.734-9975

**企画
お知らせ** **統計事務員を
募集します**

日本に住んでいるすべての人と世帯を対象とした、日本で最も重要な統計調査で、統計法に基づき5年ごとに実施する「国勢調査」の統計事務員(パートタイム会計年度任用職員)を次のとおり募集します。

- 募集職種**：統計事務員(会計年度任用職員)
- 採用人数**：1人
- 必要資格**：経験不問。パソコンの基本操作(ワード、エクセルなど)ができる方。
- 任用期間**：7月1日(火)～11月28日(金)
- 勤務場所**：平内町役場 企画政策課
- 勤務時間**：原則として月～金曜日(土日祝日休み) 9:15～17:00(12:00～13:00休憩時間)
- 報酬**：日額7,796円とし、通勤手当を通勤手段、通勤距離、通勤日数に応じて支給します。
- 申込受付期間**：5月30日(金)(消印有効)
- 申込手続**：「採用試験受験申込書(指定様式)」を役場 企画政策課へ提出してください(郵送可)。

※「採用試験受験申込書(指定様式)」は町ホームページからダウンロードできるほか、役場 企画政策課でも配布しています。

■**選考**：書類審査および面接試験により選考を行います。日程などは、後日文書にて通知します。



◀ 募集要項などの詳細については、町ホームページをご確認ください。

☎ 役場 企画政策課 広報統計係 TEL718-1325

**生活環境
お知らせ** **行政への意見などは行政
相談委員に相談を！**

当町の行政相談委員を務める加藤隆弘さん(下町)が、4月1日付けで総務省より再委嘱されました。

町民の皆さまが毎日の暮らしの中で、行政が行う仕事についての苦情や意見・要望などがあったとき、身近な相談相手になるのが行政相談委員です。

相談は無料で秘密は厳守しますので、お気軽にご利用ください。

▼**相談内容の一例**

- ・苦情を直接申出にくい
- ・どこへ申し出たらよいかわからない
- ・苦情を申し出たがその措置に納得できない

☎ 役場 町民課 生活環境係 TEL755-2113

**後期高齢
お知らせ** **交通事故などにあつたとき
届出をしてください！**

後期高齢者医療被保険者の方が交通事故や暴力など、第三者(自分以外の人)の行為によって負傷され、マイナ保険証、被保険者証または資格確認書を使って治療を受けたときは、必ず役場 健康増進課 年金後期医療係へ届出してください。また、自損事故の場合も届出が必要です。

☎ 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

**国保・
後期高齢
お知らせ** **国民健康保険および後期高齢者医療被保険者の皆さまへ
特定健康診査・健康診査受診券を送付します！**

令和7年4月1日(火)以前から平内町国民健康保険に加入している方のうち、令和8年3月31日(火)までに40歳から74歳になる方を対象に、特定健康診査(特定健診)の受診に必要な「特定健康診査受診券(水色)」を送付します。受診される方は、保険証などと今回送付する「特定健康診査受診券(水色)」を一緒に持参し、受診してください。なお、現在、病院に通院している方や血圧やコレステロールなどの薬を飲んでいる方も受診することができます。

特定健診は国民健康保険に加入している方が対象です。年1回無料で令和8年3月31日(火)まで受診することができます。年度途中で社会保険などに加入し、国民健康保険の資格を喪失した後に特定健診を受けた場合や令和7年度中に2回受診した場合は、有料となりますのでご注意ください。

なお、後期高齢者医療被保険者の方についても、年1回無料で健康診査を受けることができます。国民健康保険と同様に「健康診査受診券(水色)」を送付しますので、忘れずに受診しましょう。

☎ 役場 健康増進課 国民健康保険係・年金後期医療係 TEL718-0019

**地域包括
お知らせ** **住み慣れた地域で活動的に生活しよう！
介護予防・転倒予防のための教室を開催します**

介護予防教室

介護予防を目的とした「運動講座」を開催します。どなたでも無料で参加できますので、参加を希望される方は、平内町地域包括支援センターまでご連絡ください。

- 会場**：町勤労青少年ホーム体育室
- 時間**：13:30～15:00(受付13:00～)
- 講師**：青森県健康・体力づくり協会サルーテあおもり 近藤 文俊 氏
- 持ち物**：内履き、タオル、飲料水、ヨガマット(ある方)

☎ 地域包括支援センター(役場 福祉介護課内) TEL755-2114

ひまわり骨太教室(転倒予防教室)

ひまわり骨太教室では、在宅介護支援センターひまわりの職員が講師となって、椅子に座って簡単にできる体操や脳トレなど楽しくできるプログラム、健康相談などを行っています。

どなたでも無料で参加できますので、ぜひお近くの会場へお出かけください。

- 時間**：13:30～15:30(受付13:00～)
- 持ち物**：タオル、飲料水

☎ 在宅介護支援センターひまわり (デイサービスセンターひまわり内) TEL758-1030

▼**運動講座日程表**

第1回	6月9日(月)	第9回	10月3日(金)
第2回	6月20日(金)	第10回	10月17日(金)
第3回	6月30日(月)	第11回	10月27日(月)
第4回	7月7日(月)	第12回	11月7日(金)
第5回	7月14日(月)	第13回	11月28日(金)
第6回	8月1日(金)	第14回	12月5日(金)
第7回	9月8日(月)	第15回	12月15日(月)
第8回	9月19日(金)	-	-

※ 口腔ケア講座や栄養講座の日程は別途お知らせします。

▼**ひまわり骨太教室日程表**

会場	開催日
狩場沢公民館	5/13(火)、7/1(火)、9/2(火)、10/21(火)
清水川コミセン	5/15(木)、7/3(木)、9/4(木)、10/23(木)
薬師野公民館	5/22(木)、7/10(木)、9/11(木)、10/30(木)
口広コミセン	5/21(水)、7/9(水)、9/10(水)、10/29(水)
外童子コミセン	5/20(火)、7/8(火)、9/9(火)、10/28(火)
松野木公民館	5/14(水)、7/2(水)、9/3(水)、10/22(水)

**年金
お知らせ** **国民年金手続きは電子申請が利用できます！**

マイナポータルを利用した電子申請を開始しています。手続きには、マイナンバーカードやマイナポータルの利用登録が必要となりますが、インターネットを利用して申請・届出をするので、スマートフォンやパソコンがあれば、いつでも・どこでも手続きができます。

申請後の状況や審査結果は、マイナポータルの申請状況照会ページで確認できます。

☎ 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)

▼**電子申請が可能な手続き一覧**

- ・国民年金被保険者の資格取得(種別変更)の届出
- ・国民年金保険料 免除・納付猶予の申請
- ・国民年金保険料 学生納付特例の申請
- ・国民年金付加保険料納付申出(辞退)の届出
- ・国民年金付加保険料該当(非該当)の届出
- ・国民年金保険料 産前産後免除の届出



◀ 利用方法などの詳細は、日本年金機構ホームページをご確認ください。

生活環境
お知らせ

令和7年全国戦没者追悼式参列者の募集

日本武道館で開催される全国戦没者追悼式参列遺族を募集します。

参列を希望される方は、役場 町民課 生活環境係までお申込みください。

☎ 役場 町民課 生活環境係 TEL755-2113
青森県健康医療福祉部 健康医療福祉政策課 保護・援護グループ TEL734-9278

▼募集要件など

募集人員	40人程度 参列には要件を満たす必要があり、応募多数の場合、県で選考を行います。
日程	8月14日(木)～15日(金) 1泊2日(都内宿泊)
受付期間	5月19日(月)～6月20日(金)まで

健康
お知らせ

健康づくりで豪華賞品チャンス！

令和7年度 ひらない健康ポイント事業のご案内

▼対象者

令和8年3月31日時点で20歳以上の平内町民

▼対象事業

①～④のいずれかに参加すると応募できます。全てに参加すると1人最大4回まで応募可能です。

① 特定健診などを受診(職場検診も可)

※ 特定健診などには、後期高齢者医療制度加入の方が受けた検診や職場検診、20歳以上の方が任意で受けた検診なども含まれます。

- ② がん検診
- ③ 町が実施する集団検診結果説明会に出席
- ④ メディコトリム教室に参加

▼応募期間

令和7年4月1日～令和8年1月31日

▼応募窓口

役場 健康増進課(郵送可)、集団検診会場、検診結果説明会会場、メディコトリム教室会場

☎ 役場 健康増進課 TEL718-0019

▼応募方法

応募用紙に必要事項を記入のうえ、アンケートにお答えいただき、応募窓口へ持参または健康増進課へ郵送で応募してください。

※ 社会保険加入の方または職場検診などを受診した方は応募用紙に検診結果のコピーを添えて応募してください。

▼応募用紙設置場所

役場健康増進課窓口、町関連施設に設置しています。町ホームページからダウンロード可能です。

※ 特典など、その他の詳細はポスターや町ホームページをご覧ください。

▼当選者特典

- 1等：商品券10万円 … 1人
 - 2等：カタログギフト … 3人
 - 3等：平内町飲食店会小湊商店会商品券1万円分 … 10人
- 奨励賞：平内町飲食店会小湊商店会商品券500円分 … 200人

「令和6年度ひらない健康ポイント事業」1等特典の贈呈式を実施しました

3月21日(金)、町役場において、令和6年度健康ポイント事業で1等に当選された小形清子さん(藤沢)へ、船橋町長より1等特典の目録を贈呈しました。

小形さんは「集団検診を受けられることがありがたく、毎年受診しています。これからも健康でいるために、食事はあまりお腹いっぱい食べないように気をつけたいと思います」と話しました。

なお、2等以下の当選者への特典の発送は既に完了しています。



▲特典を受け取った小形さん(左)と船橋町長(右)

介護
お知らせ

楽しく介護予防をして特典をゲットしよう！

令和7年度 平内町介護予防ポイント事業のご案内

▼対象者

令和8年3月31日時点で40歳以上の平内町民

▼対象事業

①～⑥のいずれかに参加すると応募できます。

- ① もの忘れ検診
- ② 介護予防教室
- ③ 認知症サポーター養成講座およびステップアップ講座
- ④ 認知症カフェ(おらんどカフェ)
- ⑤ 通いの場
- ⑥ その他の町が指定する介護予防に資する事業

▼応募期間

令和7年4月1日～令和8年1月31日

▼応募窓口

役場 福祉介護課(郵送可)、対象事業を実施する会場

▼応募方法

対象事業への参加後に、応募用紙に必要事項をご記入のうえ、アンケートにお答えいただき、応募窓口へ提出してください。

▼応募用紙設置場所

役場 福祉介護課窓口、対象事業を行う会場、町関連施設に設置しています。町ホームページからダウンロード可能です。

▼当選者特典

- 1等：平内町飲食店会小湊商店会商品券1万円分 … 5人
- 2等：カタログギフト … 50人
- 3等：平内町飲食店会小湊商店会商品券500円分 … 200人

☎ 役場 福祉介護課 介護保険係 TEL755-2114

生活環境
お知らせ

持ち込む前にごみの種類の確認を！

外の沢埋立地からのお知らせ

外の沢埋立地内にある一時保管施設へ直接持ち込めるものは、燃えないごみ、粗大ごみ、資源ごみ、使用済小型家電、衣類リサイクル品が対象です。分別していないごみ、産業廃棄物は持ち込むことができませんので、ごみの種類の確認をお願いします。

また、家の片付けなどで大量に燃えるごみが出る場合については、役場 町民課 生活環境係までご相談ください。ごみの出し方がわからない場合は、令和2年5月に各家庭に配布している「平内町家庭ごみの出し方ハンドブック」または町ホームページをご覧ください。

▼お問い合わせの多いごみの種類

持ち込み可	持ち込み不可
<ul style="list-style-type: none"> ・燃えないごみ ・粗大ごみ ・資源ごみ ・使用済小型家電 ・衣類リサイクル品 	<ul style="list-style-type: none"> ・家電リサイクル対象品：エアコン、テレビ、冷蔵庫、洗濯機など ・家庭用パソコン：パソコン本体、ディスプレイ ※ ノートパソコンは小型家電で持ち込み可 ・爆発性、引火性のあるもの：ガソリン、灯油、シンナーなど ・有害性のあるもの：農薬、バッテリーなど ・大型のもの：ドラム缶、ホームタンク、除雪機など ・その他：産業廃棄物(建築廃材、農業資材、漁業資材など)、充電式電池、ボタン電池、タイヤ、石、エンジン式の刈払機など

※ 持ち込みできないごみについては、販売店やメーカーなどにご相談ください。

☎ 役場 町民課 生活環境係 TEL755-2113

第33回青森県障がい者スポーツ大会開催のご案内

県内の障がい者が各種競技を通じてスポーツに親しみ、競技力の向上を図り、協調精神を養い、相互の交流を深めるとともに、県民の障がい者に対する理解と認識の向上を図り、障がい者の自立と社会参加の促進に寄与することを目的に「第33回青森県障がい者スポーツ大会」を以下のとおり開催します。

▼日程・会場

日程	競技名など	会場
8月31日(日)	開会式・陸上 フライングディスク	新青森県総合運動公園 陸上競技場 同 補助陸上競技場
9月6日(土)	アーチェリー	新青森県総合運動公園 投てき・アーチェリー場
9月7日(日)	ソフトボール	青森市屋内グラウンド(盛運輸サンドーム)
9月14日(日)	ボッチャ	青森県身体障がい者福祉センター ねむのき会館体育館
	ボウリング	アオモリボウル
9月28日(日)	バレーボール	新青森県総合運動公園 メインアリーナ
	卓球競技	同 サブアリーナ
	水泳	同 50mプール

※ ボッチャの日程と会場は予定となります。

■参加資格：令和7年4月1日現在12歳以上で、次の①～③のいずれかに該当する方

- ① 身体障害者手帳を所持する者
- ② 原則として愛護手帳を所持する知的障がい者
- ③ 原則として精神保健福祉手帳を所持する者

■参加費：無料(ボウリング競技のみゲーム代・貸しシューズ代が必要です)

■申込期間：5月7日(水)～6月13日(金)

■申込方法：役場 福祉介護課 福祉係に参加申込書を提出してください。

- その他：① 第33回青森県障がい者スポーツ大会は、第25回全国障害者スポーツ大会(青森大会)の予選会となります。
 ② ボウリング競技のゲーム代金額は、4月下旬に各市町村へ送付予定のボウリング競技実施要綱に記載します。
 ③ チャレンジクラスも前大会同様に実施予定ですが、確定ではないため詳細は大会実施要綱(4月下旬公表予定)を参照してください。

問 役場 福祉介護課 福祉係 Tel755-2114
 青森県障がい者スポーツ実行委員会事務局(ねむのき会館) Tel738-5033

広報ひらな4月号におけるお詫びと訂正

広報ひらな4月号(790号)の18ページ「手話通訳者養成研修事業」と「点訳奉仕員養成講座」の日時に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

「手話通訳者養成研修事業」 誤：令和6年5月20日(火)～ 正：令和7年5月20日(火)～
 「点訳奉仕員養成講座」 誤：令和6年6月7日(土)～ 正：令和7年6月7日(土)～

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：5月16日(金)～5月30日(金)

■実施期間：7月14日(月)～9月28日(日)

■応募方法：専用応募フォームより申込み



▲公募ページはこちら

問 青森県総務部広報聴課 Tel734-9138

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
5月7日(水) 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
5月13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
5月20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

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」サークル予定

日程	活動・場所	内容
5月23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 (調理室) ※場所が変更となりました	育児技術体験(沐浴など) 妊婦体験(パパ向け) 出産準備
5月23日(金) 13:00～15:30	マンマケア 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

※ 予約(Web、電話、窓口)が必要となります。

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



3月受付分

戸籍の窓口

人口と世帯
 男…4,613人(-9人)
 女…5,060人(-17人)
 計…9,673人(-26人)
 世帯数…4,725世帯(+4)
 令和7年4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
 太田陽杜(喜也)第2口広
 畑井風琉(幸浩)中東田沢

お悔やみ申し上げます

喪主 住所地
 船橋せみ(88)満博第3小林
 川端欣三(87)セイ子本町
 荒内久(95)寿盛田
 吉川正昭(75)みな子中東田沢

藤田一浩(64)千恵子第2勝田町
 福地利昭(71)順一東和
 船橋大(86)境一第3小林
 本堂秀夫(68)くに子山口
 蛸崎弘(91)正人稲生
 佐々木竹子(80)真彦小豆沢
 本堂善明(74)いさ子山口
 畑井民雄(76)律子寺町
 渡邊カネヨ(91)穰外童子
 田中信廣(70)信勝青森市
 亀田イマ(86)進第1小林



【令和7年度新入学児童・生徒数】

小湊小37人、東小4人、山口小5人、平内中57人

▲真剣な表情で式辞を聞く平内中学校新入生

4月7日(月)、町内小・中学校で入学式が行われました。

このうち東小学校(水谷和憲校長)では、男子1人、女子3人の新1年生が、保護者や上級生などからの大きな拍手の中、少し緊張した面持ちで入場。水谷校長から「挨拶をしましょう、仲良くしましょう、自分のことは自分でしましょう。この3つの大切なことを忘れないで、楽しく学校で過ごしてください」と挨拶があると、「はい!」と返事をして、上級生の歓迎のことばにも行儀よく耳を傾けていました。

また、平内中学校(目時聖児校長)では、男子25人、女子32人が入学式に臨みました。在校生代表の張嘉潤さんから「仲間たちと時間を重ねていく中で、少しずつ仲良くなり、中学校生活がどんどん楽しくなっていくはずですよ。学校生活で困ったことがあったら、先生や私たち先輩にも遠慮せずに声をかけてください」との歓迎の言葉があり、それを受け、新入生代表の田村駿斗さんは「時には迷ったり、つまずいたりすることもあるかもしれませんが。そのようなときは、先生方や先輩達の教えを受け、支えていただきながら、仲間とともに力を合わせて乗り越えていきたいと思います」と、誓いの言葉を宣言しました。



▲誓いの言葉を述べる田村さん(平内中)



▲名前を呼ばれ元気よく返事をする新1年生(東小)



1人分72kcal / 塩分0.8g

ゆずのさわやかな香りと唐辛子の辛みが特徴の柚子こしょうを使った玉ねぎのあえものです。玉ねぎは、加熱することで辛みが弱まり、甘さが引き立ち食べやすくなります。また、春先の新玉ねぎは辛みが弱いのでサラダなどでもおいしく食べられます。

♪ 今月のcooking ♪ [玉ねぎの柚子こしょうあえ]

《 材料(2人分) 》

- | | | | |
|--------------------|-----|---|-------------------|
| ○玉ねぎ・・・・・・・・・・1/2個 | 【A】 | { | 柚子こしょう・・・小さじ1/2 |
| ○にんじん・・・・・・・・・・20g | | | しょう油・・・・・・・・小さじ1 |
| ○貝割れ大根・・・1/2パック | | | みりん・・・・・・・・・・小さじ1 |
| ○油揚げ・・・・・・・・・・1枚 | | | |

《 作り方 》

- ① 玉ねぎは薄切りにし、にんじんはせん切りにします。貝割れ大根は根元を切り落とします。
- ② 耐熱容器に玉ねぎ、にんじん、貝割れ大根を入れて、電子レンジ(600W)で約2分加熱して水けを絞っておきます。
- ③ フライパンで油揚げをカリッとするまで両面焼き、短冊切りにします。
- ④ ボールに【A】を混ぜ合わせておき、②と③を入れてあえ、器に盛りつけたら完成です。