

人と自然と産業が輝く 魅力あふれるまち

広報 ひらない 10

October 2025(令和7年) No.796



▲ひらない消防署での放水体験をする平中生

ひらない夏まつり



熱気に包まれた 「ひらない夏まつり2025」

8月23日(土)、町立体育館前で「ひらない夏まつり」が開催され、町内外から約2,600人が来場しました。

オープニングセレモニーでは、山彦幼稚園のまとい振りや小湊保育園と口広保育園の園児による楽器演奏、DanceダンスACEによるダンス、さらにユーモラスなスコップ三味線

が披露され、会場が大きな拍手に包まれました。ステージでは、「横山ひでき」のマジックショーに加え、「高橋竹春」や「竹伸会」による迫力ある三味線の生演奏、「隆櫻會」のねぶた囃子演奏など、多彩な演目が披露されました。さらに「黒石八郎」「杉本健太郎」「西尾夕紀」の歌謡ショーでは、出演者と観客が一体となって盛り上がり、会場は熱気に包まれました。

まつりのフィナーレには、2,000発の花火が夜空を彩り、真夏の平内の夜を華やかに締めくくりました。

MONTHLY TOPICS 1か月のできごと

町スポーツ協会“空手道クラブ”が全国大会で大活躍！

8月20日(水)、8月に開催された文部科学大臣杯「第67回小学生・中学生全国空手道選手権」で優秀な成績を収めた町スポーツ協会空手道クラブの選手たちが、船橋町長を訪問し、大会結果を報告しました。船橋町長は「お互いに日々努力され、素晴らしい成績を残せたことを思うと、私も大変うれしい。おめでとうございます」とお祝いの言葉を述べました。

また、中学2年生女子形個人戦で大会4連覇を達成した工藤袖月さんは「4連覇できてうれしいです。来年は5連覇に向け、練習をがんばります」と話しました。

【中学2年生女子形個人戦】
優勝 工藤袖月(平内中)、第3位 後藤凜乃(平内中)



▲前列左から工藤さん、後藤さん、後列左から荒内スポーツ協会会長、船橋町長、山田副町長、渡辺教育長

宙に実るかぼちゃに大喜び 園児が“空飛ぶかぼちゃ”を収穫！

8月27日(水)、収穫型農園「レッドファーマー(大水大喜さん経営)」で、山彦幼稚園(蝦名崇子園長)の園児が、かぼちゃのつるを農業用ビニールハウスの骨組みにはわせ、実を宙に浮かせて育てた「空飛ぶかぼちゃ」の収穫を体験しました。

この取り組みは、同園の卒園生でもある大水さんが、食育の一環として園児達を収穫の時期に招待しているものです。園児たちは、脚立に乗ってやっと手の届く高さのかぼちゃをお父さんやお母さんに支えられながら収穫していました。

ラグビーボールのような形をした“ロロン”というかぼちゃを収穫したチェン・ダンテ・シチュくんは「カボチャが好きなので、楽しかった」と笑顔で話しました。

また、かぼちゃの収穫後には、もっとも重いピーマンを収穫した園児を決める「MVPマン」が行われました。見事「MVPマン」に選ばれた蠣崎麗夢ちゃんは「ピーマンが好きなので、めちゃくちゃ楽しかったです」と話し、ピーマンの詰め合わせと空飛ぶスイカが贈られました。



▲空飛ぶカボチャを収穫する園児



▲収穫した野菜を手にする園児たち

災害時の建築物解体撤去で協定を締結

8月4日(月)、平内町と青森県解体工事業協会東青支部は、災害時における建築物などの解体撤去に関する協定を締結しました。平内町役場で行われた締結式には、船橋茂久町長や同協会の山本徳光東青支部長が出席し、協定書に押印しました。

この協定は、災害発生時に町が同協会へ協力を要請し、災害対応の妨げとなる建築物の解体や災害廃棄物の迅速な撤去を行う内容です。船橋町長は「今後は本協定に基づき、より一層の連携体制を築きながら災害に強いまちづくりに取り組んでいきたい」と述べ、山本支部長は「日頃から解体工事に従事し、卓越した技術・技能を持つ社員が多くいるため、災害時には力になれると思っています」と語りました。



▲左から山本徳光東青支部長、船橋町長

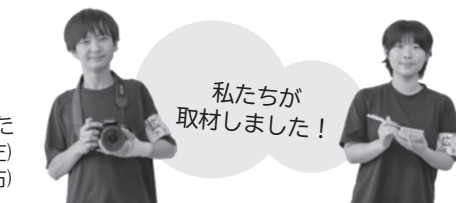
地域で学ぶ働く力

平内中学生の職場体験学習！

職場体験で役場を訪れた
千代谷洸太さん(左)
森山あかりさん(右)



▲肉の町田での品出し作業



▲ほたて広場でパンフレットなどの袋詰め



▲肉の町田で合い挽き肉に加工する様子

平内中学校2年生が、9月3日(水)～4日(木)の2日間、町内外約30か所の事業所で職場体験学習を行いました。この活動は、将来に向けて勤労観や職業観について考えることなどを目的に、毎年実施されています。

保育園や消防署、地域のお店などさまざまな事業所に受け入れてもらった生徒たちは、慣れない作業に戸惑いながらも、職員の説明に耳を傾け、真剣な眼差しで業務や訓練に励みました。平内消防署で体験中の荒内詠翔さんに感想を聞くと「消火用のホースが意外と

重くて、まだ水圧が最大ではないことに驚きました」と話してくれました。

一方、平内町ご当地レストラン ホタテ一番で体験中の太田丈太郎さんは「全てが新鮮で慣れないことが多かったが、職場の方々のサポートで頑張れました」と感想を語ってくれました。平内町役場にも生徒が体験に訪れ、防災無線の録音や取材を体験しました。

本記事および表紙に掲載している写真やインタビューは、生徒が体験の一環として行ったものです。



▲マルサンファームで30kgの米袋を持つ生徒



▲ホタテ一番での配膳作業



▲防火衣を着用した生徒

建退共済制度

6つの
特長

- 国の制度で安全確実
- 掛金が一部免除
- 転職時は企業間を通算して計算
- 経営事項審査で加算
- 掛金は損金扱い
- 電子申請方式で手続き簡単



(独) 勤労者退職金共済機構
建設業退職金共済事業本部

TEL 03-6731-2866

建退共

検索



中学生がそれぞれの思いを主張！

第72回平内地区少年防犯弁論大会

8月29日(金)、平内中学校で、平内地区防犯協会(田中芳子会長)主催による「第72回平内地区少年防犯弁論大会」が開催され、2年生2人、3年生6人が各5分の制限時間中、日常で感じた自らの主張や思いを聴衆へ向けて発表しました。

見事、最優秀賞に輝いた片山漣時さん(3年)は、「見えない力」と題し、生徒会副会長や運動会応援団長としての経験を発表しました。活動を始めた当初は不安や緊張でいっぱいだったものの、先輩や仲間を支えられ、「絆」が大きな力になることを実感したといいます。文化祭や応援団での取り組みをとおり、信じ合うことの大切さを学んだ経験を語り、「ほんとうに大切なものは目に見えない」という『星の王子様』の言葉を引用しながら、仲間と共に前へ進む決意を力強く述べました。

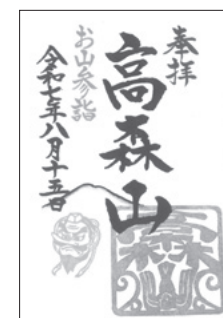
また、片山さんは9月18日(木)に三沢市立第1中学校で開かれる県東部大会に地区代表として出場しました。



▲最優秀賞を受賞した片山さん

山口町内会が高森山お山参詣後に直会交流会を開催

山口町内会(須藤恵悦会長)では、8月15日(金)に伝統行事である高森山お山参詣が行われ、子どもから大人まで多くの参加がありました。終了後には山口コミュニティセンターで、例年の反省会に代えて「直会交流会」として開催し、町内の新しい行事として位置づけました。交流会にはお山参詣の参加者約80人が集まり、町内会がオリジナルで作成し高森山山頂で祈禱した「御朱印」が贈られました。



また、町内会と縁のある登山ばやし演奏チーム「坂本組(青森市)」が応援に駆けつけ、岩木山お山参詣の登山ばやし・下山ばやしを披露し、会場は大いに盛り上がりしました。須藤会長は、「はやしの県大会で優勝経験のある坂本組の演奏は感銘を受けた。今後は町内会による登山ばやし・下山ばやしの復活の気運が高まってほしい」と盛況だった当手を振り返っていました。

◀高森山山頂で祈禱した「御朱印」

※ 直会(なおりい)…神前に奉納したお神酒や供物を下げ、参加者みんなでいただくことでご加護・御神徳を賜る行事。



▲坂本組による登山ばやし・下山ばやしの演奏

小湊川の草刈りとゴミ拾いを実施

町土木協同組合による環境美化活動

8月7日(木)、平内町土木協同組合(蝦名和人理事長)が小湊川河川敷内で草刈りやゴミ拾いを行いました。

この活動は環境美化ボランティアとして毎年8月上旬に実施しているもので、今年は雨の降る中でしたが例年より多い21人が参加しました。参加した組合員は「これからは大雨や台風による洪水災害が増える時期になるため、災害を抑える大切な活動だと思っています」と話しました。



▲草刈りを行う組合員

こころを元気にする4つの約束 「こころ元気リフレッシュ教室」を開催

管内の小学校3校において、「こころ元気リフレッシュ教室」が開かれ、小学5年生がこころの健康について学びました。

臨床心理士の瀧澤志穂氏と、NPO法人青森音楽療法研究会理事長の佐々木純子氏が講師となり、6月23日(月)に東小学校(水谷和憲校長)、7月2日(水)に小湊小学校(副田俊司校長)、7月17日(木)に山口小学校(赤田季哉校長)でそれぞれ開催されました。「こころが元気をなくしたときにどう気分を変えるか」を考えたり、講話や音楽エクササイズをとおして「失敗しても挑戦する」「ほめる・ほめられる」「気持ちを相手に伝える」「自分を大事にする」の4つの約束を学びました。

児童からは「こころと体はつながっているとわかった」「こころがつらいときは誰かに話してみたい」などの感想があり、講師からは「相談はとても勇気のいること。相談できる人を3人づくり、ありがとうの気持ちを伝え合いましょう」とのメッセージが送られました。



▲瀧澤氏の話聞く児童



▲グーパー体操をする児童



「知る」「見る」「ふれる」ひらない！わくわく探検隊

7月29日(火)、自然体験活動をととして自分たちの町をもっと知り、郷土を大切に思う心を育むことを目的に「ひらない！わくわく探検隊」(町教育委員会主催、青森大学・水産総合研究所など協力)が開催され、管内の小学生16人が参加しました。

ハクチョウの渡来地として国の特別天然記念物に指定されている浅所海岸周辺を会場に、特定非営利活動法人はちろうプロジェクトの鎌田洋平氏を講師に招き、水生生物がどのような環境で過ごしているのかを実際に探索しながら学びました。

ライフジャケットを身にまとった子どもたちは、盛田川から浅所海岸を目指し、途中川底のぬかるみに足を取られながらも思い思いに散策しながら、川や海に生息

するエビや岩ガキなどの水生生物を見つけては、歓喜の声を上げていました。

参加した子どもたちは、今回の体験をととして山・川・海のつながりを実感し、身近な自然を大切にしていこうという気持ちを一層強くしたようです。



▲ひらない！わくわく探検隊の様子

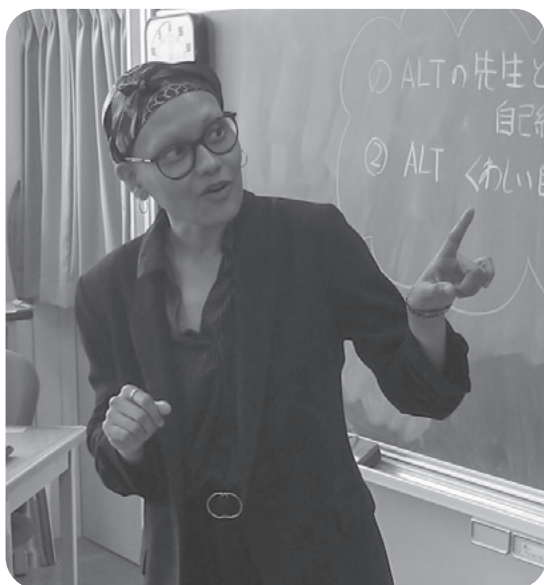


『ファーリン先生、ようこそ平内町へ！』



問 平内町教育委員会 学校教育課 Tel.755-2565

令和7年度、平内町教育委員会で新たに任用された外国語指導助手(ALT)の「カン・ファーリン先生」が、7月にインドから来日しました。町内の小・中学校などへは夏休み明けから巡回指導を行っています。今回は、平内町のみなさんへファーリン先生からのメッセージをご紹介します。



「カン・ファーリン先生」から皆さんへご挨拶

こんにちは。カン・ファーリンです。インドの西ベンガル州出身の29歳です。

平内町のみなさんはとても優しく、感謝しています。夏泊半島に行ってみて、景色がとても良く、自然が豊かで心が癒やされました。

平内町の子供たちに英語を教えていく中で、日本の教育について学んでいきたいです。

また、津軽弁も習いたいです。平内町の皆さん、どうぞよろしくお願いします！

町立図書館 紹介コーナー その309

◆一般書(新刊の一部を抜粋して紹介)◆

- | | |
|--------------|-------|
| ① 七つの大罪 | 岡崎琢磨他 |
| ② チョコレート・ピース | 青山美智子 |
| ③ 楽園の瑕 | 相場英雄 |
| ④ マスカレード・ライフ | 東野圭吾 |
| ⑤ 鋼鉄の城塞 | 伊東潤 |
| ⑥ 帰れない探偵 | 柴崎友香 |
| ⑦ こうふくろう | 薬丸岳 |
| ⑧ 蛭たちの祈り | 町田そのこ |
| ⑨ 或る集落の | 矢樹純 |
| ⑩ ご自愛さん | 矢部太郎 |



そのほかの新刊情報はこちら▶

生涯学習カレンダー 10月

11日(土)	◆白鳥渡来地海岸清掃(浅所海岸 8:30~) ◆平内綱引き大会(町立体育館 9:00~) ◆図書館おはなし会(おはなしコーナー 10:00~)
15日(水)	◆ひらないカレッジ 「糖尿病について理解を深めよう」 (山村開発センター 10:00~11:30)
16日(木)	◆心配ごと相談日(青少年ホーム 10:00~12:00)
22日(水)	◆ひらないカレッジ 「グラウンド・ゴルフを体験してみよう!」 (町立体育館 10:00~11:30)
25日(土)~ 26日(日)	◆ひらない秋まつり 「町民文化祭、びっくり市、健康展」

【今月の図書館休館日】12日・13日・26日

1日の始まりは朝ごはんから！

朝ごはんは元気の1日を

私たちの体は毎日の食事からつくられます。朝ごはんは子どもにも大人にも欠かせない1日の活力源です。しかし、ライフスタイルの変化により、特に若い世代では朝食をとらない人が増えています。朝食を抜くと集中力が低下し、勉強や仕事の効率が落ちるほか、血糖値が急に変動し、昼食後に血糖値が上がりやすくなることもあります。朝からしっかり勉強や仕事に取り組めるよう、毎日朝ごはんを食べる習慣を身につけましょう。



こんなときどうする？ 朝ごはんのヒント

家で朝食を食べる時間がない！

仕事場や移動中に食べられるおにぎりやサンドイッチなどを準備しておきましょう。

朝調理する時間がない！

すぐに食べられるものを準備したり、おかずを前日に多めに作っておきましょう。

朝は食欲がない！

前日の夕食に食べ過ぎたり、寝る直前まで食べたりしていませんか？夕食の食べる時間や量を見直してみましょう。

家にあると 便利な食材

主菜となる材料

そのまま食べられて、調理が簡単にできるもの。豆腐、納豆、ツナ缶、卵、ウィンナーやハム、ちくわなど。

副菜となる材料

生で食べられるものや皮むきの必要がないもの、火の通りが早いもの。トマト、キャベツ、きゅうり、レタスなど。

乳製品・果物

そのまま食べるのはもちろん、料理に活用できる牛乳、ヨーグルト、チーズ、りんご、バナナなど。

健康で長生きするために、歯と口の健康を守りましょう！

歯と口は全身の病気とつながっています。セルフケアだけでなく、検診で歯と口の健康を保ちましょう。

歯周疾患検診		後期高齢者歯科口腔健診
対 象 者	今年度40・50・60・70歳になる方	「後期高齢者医療資格確認書」を持っている方
実施方法	送付された受診券を持って歯科医療機関にて受診	役場 健康増進課(1階窓口⑤)または歯科医療機関で健診票を受け取り受診
実施期間	令和7年7月1日(火)～ 令和8年2月28日(土)	
受診費用	無 料	
問合せ先	役場 健康増進課 健康増進係 Tel718-0019	役場 健康増進課 年金後期医療係 Tel718-0019

◆ 歯科医療機関

高谷歯科
Tel 755-5612

平内歯科クリニック
Tel 755-4182

医療法人 C of I
平内ミナトヤ歯科医院
Tel 755-5353

※ 事前に予約してください。
※ 当日は検診のみ行います。
同日の治療はできません。



集団検診を受診できなかった方必見！

無料「住民検診フォローアップ健診」のご案内

集団検診の日程が合わず受けられなかった方や、まだ健診を受けていない方を対象に、11月から3月まで下記の日程で実施します。がん検診と同時に無料で受けることができます。40歳未満の方も、若いうちから健診を受けて自分の健康状態を把握することで、日頃の生活を見直すきっかけとなり、病気の予防や早期発見・治療につながります。まだ受けていない方は、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

《 特定健診・各種検診の内容 》

※ 対象年齢は、令和8年3月31日時点での年齢(年度内年齢)です。

種 類		内 容	対 象 者
複 合 検 診	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 ・生活保護受給者 ・20～39歳の方
	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エックス線検査 (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)	40歳以上の方
	肝炎ウイルス検査	血液検査	40歳以上で過去に受けたことがない方
婦 人 検 診	子宮頸がん検診	頸部細胞診検査	20歳以上の偶数年齢の女性
	乳がん検診	マンモグラフィのみ(視触診はありません) 授乳中・断乳1年未満の方は受診できません。	40歳以上の偶数年齢の女性
骨粗しょう症検診		エックス線による骨密度検診	40・45・50・55・60・65・70歳の女性

《 検診日程一覧 》

※ 骨粗しょう症検診はどちらの日程でも受診できます。

複合検診のみ			複合検診＋婦人検診 ※ 複合検診のみ、婦人検診のみも可	受付時間
令 和 7 年	11月	18日(火)、19日(水)、27日(木)、 28日(金)	20日(木)、26(水)	複合検診 8:00
	12月	2日(火)、4日(木)、5日(金)	1日(月)、10日(水)	9:30
令 和 8 年	1月	15日(木)、16日(金)	8日(木)、9日(金)、14日(水)、19日(月)、 26日(月)	婦人検診 12:30
	2月	9日(月)、10日(火)、13日(金)	6日(金)、12日(木)、16日(月)、27日(金)	13:30
	3月	2日(月)	なし	

■予約方法：青森県総合健診センターへ
電話で申し込みください。

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



平内中央病院 NEWS

問 平内中央病院 総務課
Tel755-2131



高校生が1日看護体験を行いました

7月23日、24日、28日の3日間にわたり、県内の高校生延べ12人が当院で1日看護体験を行いました。この企画は青森県看護協会が主催し、当院では毎年、看護への理解と関心を深めてもらえるよう、高校生を受け入れています。

今回の体験では、白衣に着替えた高校生たちが、看護の現場に臨みました。病棟では血圧測定や車いすの移送体験のほか、足浴をしながら患者さんとコミュニケーションをとるなど、現場でしか味わえない体験をしました。

高校生からは「足浴をしたときに患者さんに感謝されてとてもうれしく、看護師になりたい気持ちが強くなった」との声や、「ただ忙しいだけではなく、患者の笑顔が一番近くで見られるという魅力があると感じた」などの感想が寄せられました。

看護という仕事の魅力や社会的な役割を、次世代を担う若者たちに直接感じてもらうことができ、私たち職員にとっても励みとなる3日間となりました。今後も看護体験などとおして、看護職が将来の夢の選択肢となるよう応援していきます。



▲患者さんに足浴を行う高校生



糖尿病教室 10月のテーマ

当院では、毎週金曜日の9時から30分程度の時間で、糖尿病専門の医師から直接糖尿病について学べる「**糖尿病教室**」を開催しています。10月は、右記のテーマで開催します。

患者さんはもちろん、一般の方も参加できますので、ぜひお越しください。

開催場所	月	日	内 容
平内中央病院 1階会議室		10月3日(金)	神経障害
		10月10日(金)	糖尿病と足病変
		10月17日(金)	大血管障害
		10月24日(金)	糖尿病と歯周病
		10月31日(金)	HbA1cについて



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。▶



「固定資産税」ってどんな税？

固定資産税は、毎年1月1日時点における土地・家屋・償却資産(総称して「固定資産」といいます)の所有者が、その資産のある市町村に納める税金です。固定資産税は、町税収入(国民健康保険税を除く)の30%以上を占め、町民税と共に教育・福祉・ごみの収集や除雪など、町の基礎的な行政サービスを支える重要な役割を果たしています。



土地と家屋は3年ごとに評価を行います

固定資産税は、固定資産の「適正な時価」を基準に計算されます。本来は毎年評価を見直すのが理想ですが、土地や家屋は数が膨大で、毎年すべてを評価するのは現実的ではありません。そこで土地と家屋については、原則3年ごとに評価を見直す仕組みになっています。

現在の基準年度は令和6年度で、令和7年度と令和8年度は、令和6年度と同じ評価額を基に税額を計算します。

税額の計算

原則として、固定資産課税台帳に登録された価格が課税標準額となります。しかし、住宅用地の特例措置の適用など、課税標準額が価格よりも低く算定される場合もあります。

また、同一人が所有する土地、家屋、償却資産の区分ごとの課税標準額の合計が次の金額(免税点といいます)に満たない場合には、固定資産税は課税されません。

税額の計算	免税点	
税額＝ 課税標準額×税率(1.4%)	土 地	30万円
	家 屋	20万円
	償却資産	150万円

令和6年4月1日から相続登記が義務化されました！

相続登記がされないために、登記簿を見ても所有者が分からない「所有者不明土地」が全国で増えています。これは災害復旧や公共工事の妨げになったり、空き家・空き地の管理不全につながったりする社会問題になっています。こうした問題を解決するため、法律が改正され、相続登記が義務化されました。

以前は義務でなかったため、登記されずに放置されて権利関係が複雑になり、不動産の売却や処分が難しくなったり、親族間のトラブルにつながることもありました。将来の世代に困りごとを残さないためにも、相続未登記の不動産がある場合は、司法書士など登記の専門機関へ相談することをおすすめします。

償却資産は毎年の申告が必要です

償却資産とは、事業で使う機械や器具、備品などのように長く使えるもので、「毎年少しずつ経費にできる資産」のことです(この仕組みを減価償却といいます)。

償却資産を持っている法人や個人は、毎年1月1日現在の償却資産の内容について、1月31日までに所在する市町村へ申告する必要があります。

新築住宅の軽減措置

新築された住宅については、新たに固定資産税が課されることとなった年度から3年度分(長期優良住宅に該当する場合は5年度分)に限り税額が軽減されます。軽減期間が満了すると本来の税額が課されますので注意が必要です。

【住宅の要件】

- 専用住宅または併用住宅
※ 居住部分割合が2分の1以上のものに限る
- 居住部分の床面積が50～280㎡であること
- 軽減の内容…居住部分のうち120㎡に相当する税額を2分の1にします

義務化された相続登記のポイント

- 相続したことを知った日から3年以内に相続登記をすることが義務に
- 正当な理由がなく登記をしない場合は、**10万円以下の過料**の対象に
- 令和6年4月1日より前に相続で取得した不動産も、令和9年3月31日までに登記が必要に

相続登記についてのお問い合わせ

青森地方法務局、青森県司法書士会またはお近くの司法書士事務所へご相談ください。

青森地方法務局(登記部門) 776-6231 青森県司法書士会 776-8398

問 役場 税務課 資産税係 Tel755-2115



生活環境 …… お知らせ

飼い主のマナーで安心できる地域を ペットのトラブルについて

町民の皆さまから、ペットに関する苦情が寄せられています。近隣との無用なトラブルを避けるため、次のことを守りましょう。

■ 犬について

犬は一生に1度の登録と年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。生後91日以上の子犬を飼い始めた時や狂犬病予防注射を受けた時には、必ず役場に届け出ましょう。

また、役場から発行される犬の鑑札や注射済票は、災害時や迷子時に飼い主を探すための重要な手掛かりになるので、首輪等にしっかり装着しましょう。鑑札を紛失した場合は、役場にて再交付の手続きを行います。

■ 猫について

動物愛護センターでは、トラブル防止や不要な繁殖を抑えるために「迷子札の装着」、「室内飼育」、「不妊・去勢手術」を推奨しています。特に、2月頃～9月頃は猫の繁殖シーズンです。多くの猫は1歳になる前に繁殖が可能になり、1匹の雌猫は10年間に50～150匹の子猫を産みます。計画的な飼育にご協力ください。

犬を散歩させるときは、リードを必ず付け、フンの後始末を行うのが飼い主のマナーです。放し飼いもトラブルの元になるので絶対にやめましょう。

▼各種手数料一覧

登録手数料(鑑札交付)	3,000 円
注射済票交付手数料	550 円
登録済鑑札再交付手数料	1,600 円
注射済票再交付手数料	340 円

ペットに関するご相談は平内町役場町民課、
または青森県動物愛護センターまで！

問 役場 町民課 生活環境係 Tel755-2113
青森県動物愛護センター Tel726-6100

国民年金 …… お知らせ

産前産後期間の国民年金保険料が免除になります

■対象者

平成31年2月1日以降に出産された国民年金第1号被保険者

■国民年金保険料の納付が免除される期間

申請された場合は、国民年金保険料が一定期間免除されます。

【単胎の方】
出産予定月(または出産月)の前月から4か月分

【多胎の方】
出産予定月(または出産月)の3か月前から6か月分

■申請をするタイミング

出産予定日の6ヶ月前から申請できます。出産後の申請はいつでもできます。母子健康手帳、本人確認書類を持参の上、役場健康増進課 年金後期医療係窓口でお手続きください。

■すでに該当期間分の保険料を納付している場合

申請すると、該当期間の保険料を後日お返しします。該当期間分の保険料について免除・納付猶予を受けている場合も、将来受け取れる年金額が多くなるので、必ず産前産後免除の申請をしてください。



マイナポータルからも
電子申請ができます▶



電子申請の概要は日本年金機構
ホームページをご覧ください。

国民年金 電子申請 検索

https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/denshi_kokunen.html



問 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)

生活環境 …… お知らせ

「不法投棄」と「ポイ捨て」の根絶へ 「環境ポスターコンクール」最優秀賞発表！

町では、「不法投棄」と「ポイ捨て」の根絶を目指して「平内町環境ポスターコンクール」を実施しました。町内の小学生(4～6学年)からは、全150点の作品が寄せられ、学年毎に「最優秀賞」、「優秀賞」、「入選」作品を選出し、受賞した児童には賞状と副賞を贈呈しました。受賞作品をはじめとする力作の数々は、広く町民の環境意識の向上を図るため、公共施設やバス待合所などに掲示しますので、ぜひご覧ください。

今後ともポイ捨てなどのごみのない、きれいな
町づくりのため、皆さまのご協力をお願いします。



優 秀 賞			入 選		
6年の部	5年の部	4年の部	6年の部	5年の部	4年の部
田中 陽彩(小湊小)	花田 渉(小湊小)	武田 素来(小湊小)	荒内 咲瑠(小湊小)	畑井 雷華(小湊小)	横川 莉里咲(東 小)
遠嶋 啓嗣(小湊小)	加藤 望結(小湊小)	小嶋 愛織(山口小)	古川 美達(小湊小)	伊瀬谷 杏渚(小湊小)	船橋 遥(東 小)
—			遠嶋 麟(小湊小)	逢坂 璃琉(東 小)	逢坂 海優(山口小)

問 役場 町民課 生活環境係 Tel755-2113

生活環境 …… お知らせ

環境に優しい通勤を 10月は「スマートムーブ通勤月間」です！

県では、地球温暖化対策のひとつとして「自動車からの二酸化炭素(CO2)排出を減らすこと」が大きな課題になっています。そこで10月を「スマートムーブ通勤月間」とし、ノーマイカー通勤(電車や徒歩、自転車への転換)やマイカー通勤時のエコドライブに取り組むことを呼びかけています。

マイカー以外の通勤手段がない場合は、エコドライブ通勤を心がけましょう。



スマートムーブでCO2削減と安心のまちづくり

問 役場 町民課 生活環境係 Tel755-2113

エコドライブ 10のすすめ

- ① 自分の燃費を把握しよう
- ② ふんわりアクセル「eスタート」
- ③ 車間距離にゆとりをもって、加速・減速の少ない運転
- ④ 減速時は早めにアクセルを離そう
- ⑤ エアコンの使用は適切に
- ⑥ ムダなアイドリングはやめよう
- ⑦ 渋滞を避け余裕をもって出発しよう
- ⑧ タイヤの空気圧から始める点検・整備
- ⑨ 不要な荷物はおろそう
- ⑩ 走行の妨げとなる駐車はやめよう



国保
お知らせ

マイナ保険証を使ってみよう！

マイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになり、令和6年12月2日以降、従来の健康保険証は発行されなくなりました。

マイナンバーカードを保険証として利用するためには、次のいずれかの方法で登録を行う必要があります。

■マイナ保険証の登録方法

- ① 顔認証付きカードリーダーからの申請（役場や医療機関・薬局でも手続き可）
- ② マイナポータルからの申請
- ③ セブン銀行ATMからの申請

■マイナ保険証のメリット

- 過去のお薬情報や健康診断の結果を見ることができ、治療に役立てることができます。
- 手続きなしで、高額療養費の限度額を超える支払いが免除されます。
- マイナポータルで確定申告時に医療費控除申請が簡単にできます。

マイナ保険証の利用についての詳細はこちら ▶



■マイナ保険証の利用方法

1 受付 マイナンバーカードをカードリーダーに置いてください。 マイナンバーカード	2 本人確認 顔認証または4桁の暗証番号を入力してください。 顔認証 or 暗証番号
3 同意の確認 診察室等での診療・服薬・健診情報の利用について確認してください。 過去の情報を利用いたします (40歳以上対象) 過去の情報を利用いたしません 同意しない 同意する	4 受付完了 お呼びするまでお待ちください。 カードを忘れずに！

問 役場 健康増進課 国民健康保険係 Tel718-0019

企画
お知らせ

令和7年 国勢調査の回答はお済みですか？

10月1日を基準日として、日本に住んでいるすべての人と世帯を対象に「令和7年国勢調査」を実施しています。10月8日までに回答が確認できない場合は、調査員が調査票の回収に伺います。調査票が届いていない場合や追加の調査票が必要な場合(5人以上の世帯など)は、役場企画政策課 広報統計係までご連絡ください。皆さまのご理解とご協力をお願いします。

- 9月下旬頃から、調査員が皆さまのお宅を訪問し、調査書類をお配りします。
- 回答は、スマホやパソコンからかんたん便利なインターネットでお願いします(郵送可)。
- スマホからの回答は、QRコードを読み取ることで簡単にログインできます。IDやパスワードの入力は不要です。

インターネット回答期間：9月20日(土)～10月8日(水)
調査票(紙)での回答期間：10月1日(水)～10月8日(水)

問 役場 企画政策課 広報統計係 Tel718-1325

後期高齢
お知らせ

後期高齢者医療被保険者の皆さまへ

年金から徴収される保険料額は次のとおりです。

- ① 4月・6月・8月
年金振込時に令和7年2月と同額を天引きで徴収済(仮徴収)
- ② 10月・12月・令和8年2月
令和7年7月に決定した保険料の年額から①の仮徴収した額を差し引いた残額を分割して、天引きで徴収(本徴収)

※ 天引きされる保険料額は、7月に送付した保険料額納入通知書などでご確認ください。

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



10/25 9:00~16:00 SAT → 26 9:00~15:00 SUN

場 所 町立山村開発センター、町立体育館、町武道館

今年も“町民文化祭”と“商工会びっくり市”、“平内町健康展”と一緒に楽しめる「ひらない秋まつり」を開催します。

今回は、町制施行70周年を記念して特別なイベントも予定していますので、皆さまのお越しをお待ちしています！

※ イベントの詳細や参加方法については、今後配布されるチラシやポスターなどでご確認ください。



25日(土) オープニング

青森山田中学高等学校
吹奏楽部による演奏会

「平内町民歌」も演奏します！

復活！

26日(日)
「ふるさと歌留多 ひらない物語」

必見！ゆるキャラのかるた対決！

懐かしの“ひらない歌留多”で、ゆるキャラ同士の真剣勝負と、来場者が参加できるかるた大会を開催します。



新企画！

両日開催
弘前大学学生とのコラボ企画
「平内アトラクションラリー」

秋まつりの会場でスタンプラリーをクリアしてビンゴ大会で賞品をゲットしよう！

何が当たるかは楽しみに！

問 ひらない秋まつり実行委員会事務局
(役場 水産商工観光課内) Tel755-2118



平内町の活性化プロジェクト

日 時 10月5日 日
6:00～10:00

場 所 夜越山第二駐車場
(平内いきいき健康館
よごしやま温泉横)

大抽選会

抽選券をゲットして豪華
産直グルメを狙えるチャンス！
※ 3店舗以上ご利用の方が対象です。

○ 対象商品：地元産の新米、ホタテ など

各種出店

地元のグルメ、体験ブース、フリーマーケット など



平内町商工会青年部
インスタQRコード ▶

問 平内町商工会青年部事務局
Tel755-3254





低濃度PCB廃棄物 調査と適正処理のお願い

ポリ塩化ビフェニル(PCB)は、かつて事業用の電気機器の絶縁油などに使われていた化学物質です。人体への有害性が明らかになったため、現在は製造・輸入・使用が禁止されていますが、いまだに**低濃度PCB**を含む機器が確認されています。

事業所などに未処理の機器が残っていないかを確認し、発見した場合は速やかに県へ届け出を行うとともに、期限内に適切に処分する必要があります。

低濃度PCBの処分期限は令和9年3月31日です。期限を過ぎると法律により罰則が科されることがありますのでご注意ください。

留意事項

- 高濃度PCB廃棄物につきましては、処分期限を経過していますが、もし発見した場合は、速やかに県にご相談ください。
- 使用中の電気機器などに近づくと、感電するおそれがあり大変危険ですので、必ず専門の業者に依頼して確認してください。
- 低濃度PCB廃棄物の適正処理(分析費・処理費)を支援する助成金制度が令和7年4月1日から開始しています。

※ 助成金制度については、(公財)産業廃棄物処理事業振興財団(Tel098-995-7100)へお問い合わせください。

助成金制度についての詳細はこちら ▶



低濃度PCBとは

濃度が0.5mg/kgを超え5,000mg/kg以下のPCBで汚染された絶縁油などのこと

■ 対象となる機器

○製造から30年以上経過した変圧器やコンデンサーなどの高圧受電機器

○低圧受電の分電盤内にある低圧コンデンサー

○電気溶接機やX線検査装置などに付属・内蔵されている低圧コンデンサー など

PCBの詳細については ▶
県HPをご覧ください



青森県HP PCB



問 青森県環境エネルギー部
資源循環推進課
Tel734-9584
青森県青森環境管理事務所
Tel763-5292

農業用免税軽油の交付申請を受付中！

青森県中央県税事務所では、令和8年に使用する農業用免税軽油の免税証交付申請を受付しています。

ご不明な点や詳細については、青森県中央県税事務所課税第一課までお問い合わせください。

■受付場所：青森県中央県税事務所 課税第一課
青森市新町2丁目4-30 県庁舎北棟1階

■受付時間：8:45～17:00

▼免税証の交付日

- 令和7年11月14日(金)までに申請された場合
→交付日は**令和8年3月2日(月)**
- 令和7年11月17日(月)以降に申請された場合
→交付日は**令和8年3月16日(月)以降**

※ 免税証の交付を郵送で希望する場合は右記書類などのほかに、簡易書留の料金分の切手代を貼付した返信用封筒が必要です。

問 青森県中央県税事務所 課税第一課
Tel734-9976

免税軽油申請必要書類一覧	新規	更新	継続
免税軽油使用者証交付申請書	○	○	—
免税証交付申請書	○	○	○
免税軽油使用者証書換申請書	—	△	△
免税軽油所要数量計算書	○	○	○
耕作証明書	○	○	○
免税軽油使用者証	—	○	○
県収入証紙 400円	○	○	△
使用機械の譲渡証明書など	○	△	△
誓約書	○	○	—

△：免税軽油者証に記載された機械に変更があった場合必要
新規：初めて免税証を申請する場合
更新：有効期限が令和8年12月30日まで
継続：有効期限が令和8年12月31日以降

農業体験や郷土料理が楽しめる「あおもり旬めぐり」に参加しませんか？

NPO法人プラットフォームあおもりでは、大人向けの「食と農」講座を開催します。旬の食材を収穫し、地域の知恵にふれ、郷土料理を味わうなど、青森のおいしさを体験しながら学べる講座に参加してみませんか。

■対象：地域食材や食育、食文化の伝承などに関心のある方

■定員：各回先着20人程度

※ お子様連れ(3歳以上)での参加も可能

■参加料：無料

■内容：右記のとおり

■申込方法：体験希望日の1週間前までにWebでお申し込みください。

詳細・申し込みはこちら ▶



問 NPO法人プラットフォームあおもり Tel763-5522

看護のお仕事移動相談を開催しています

青森県ナースセンターでは無料職業紹介事業として看護職の相談員が出向いて、看護職の皆様のお仕事探しをサポートしています。

医療チームの一員である看護補助者に関する相談も開始しましたのでお気軽にお越しください。

相談は随時受け付けています！

青森県ナースセンターでは、平日の9:00～16:00まで来所・電話・メールなどでも相談を受け付けていますので、ぜひご利用ください。



詳細はこちら ▲

子どもたちを預かってくださる里親を募集しています

さまざまな事情により親元で生活できない子どもを、自分の家族の一員として迎え入れ、愛情をもって育ててくださる方を「里親」といいます。数日から数週間の短期間でもかまいません。子どもたち一人ひとりが健やかに育つよう、共に生きていく新しい家族の形と一緒に考えてみませんか。

※ 子どもを育てるために必要な生活費、教育費、医療費などは支給されます。詳細や里親に興味がある方は、フォスタリングわかばまでご連絡ください。

開催日	体験内容/開催場所
10月5日(日)	新米の香りと米の秘密 /山崎農園(東通村)
10月26日(日)	あま〜い秋カブを味わう /上小国(外ヶ浜町)
11月9日(日)	伝えたい津軽の家庭料理(郷土料理) /あかつきの会(弘前市)
11月30日(日)	黒にんにくの熟成パワー /西北エリア(会場未定)
12月14日(日)	デコもち(べこもち)で冬を彩ろう /下北エリア(会場未定)
1月25日(日)	魚市場探検とさばき体験 /八食センター(八戸市)
2月15日(日)	吊るし切りと冬の鮫鱈鍋 /海峡の湯 おんせん食堂(風間浦村)

開催場所	月日	時間
ハローワーク青森 青森市中央2-10-10	10月20日(月)	9:00 ～ 11:30 まで受付
	11月17日(月)	
	12月15日(月)	
	1月19日(月)	
	2月16日(月)	
	3月16日(月)	

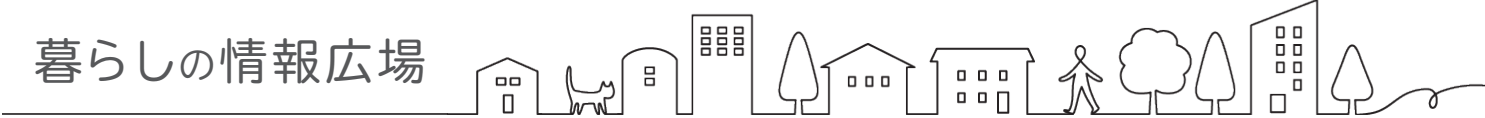
問 公益社団法人青森県看護協会 青森県ナースセンター
青森市中央3-20-30 県民福祉プラザ3階
Tel723-4580 FAX735-3836
E-Mail aomori@nurse-center.net

10月は「里親月間」です

詳細はこちら ▶



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
(青森県里親養育包括支援事業受託法人)
Tel080-9254-8993
E-Mail wakaba_houkatsu@vesta.ocn.ne.jp



10月1日～7日は「公証週間」です！ 未来への約束を、公正証書が守ります

公証人は、法務大臣から任命された法律の専門家として、中立・公正な立場から公証事務を担い、国民の権利保護と私的紛争の予防の実現を使命としています。
手数料は法律で定められているため、安心してご利用できます。また、公証事務に関する相談は**無料**です
ので、お気軽にご相談ください。

 青森公証人合同役場
青森市長島1丁目3番17号 阿保歯科ビル4階
Tel776-8273

個人住民税の特別徴収の推進について

所得税の源泉徴収義務がある事業主の方は、地方税法の規定により、「個人住民税の特別徴収」を行うことが義務付けられています。特別徴収の取り組み全般については、青森県中央県税事務所 納税管理課へ、手続きなどについては町税務課 住民税係へお問い合わせください。

【個人住民税の特別徴収制度とは】

事業主(給与支払者)が、所得税の源泉徴収と同じように、従業員(納税義務者)に代わり、毎月従業員に支払う給与から個人住民税を給与天引きし、納入していただく制度です。

 青森県中央県税事務所 納税管理課 Tel734-9975

「介護・医療・福祉就職デイ」の開催

ハローワーク青森では11月11日の「**介護の日**」にあわせて介護・医療・福祉の仕事に関する就職面談会を開催します。参加希望の方は、ハローワーク青森・職業紹介第二部門までご連絡ください。

開催場所	月日	時間
	10月27日(月)	
ハローワーク青森 2階会議室	10月29日(水)	14:00
	10月31日(金)	16:00
青森市中央2-10-10	11月5日(水)	
	11月7日(金)	

※ 参加事業所の求人一覧は、ハローワーク青森にて配布するほか、青森労働局のホームページに掲載予定です。

詳細はこちら ▶

 ハローワーク青森 職業紹介第2部門
Tel776-1561(42#)



福祉のお仕事を体験してみませんか？

青森県福祉人材センターでは、福祉・介護・保育の仕事に関心のある方に対し、以下のとおり職場体験事業を実施しています。**事前予約制**で体験費用は**無料**です。
興味のある方はぜひ体験してみませんか。

- 対象者**：福祉・介護・保育の仕事に関心のある方
- 体験先**：青森県内の高齢者、障がい者、保育分野などの社会福祉施設および事業所
- 体験内容**：体験先施設により異なりますが、実際の仕事を体験できます。
- 体験経費**：無料(交通費、食事代などは本人負担)
- 体験期間**：1人あたり最大10日まで
(体験時間は1日8時間以内)
- 申込方法**：**体験希望日の20日前までに**青森県福祉人材センターへ電話、FAXまたはWebでお申し込みください。



 社会福祉法人青森県社会福祉協議会
青森県福祉人材センター
Tel777-0012 FAX777-0015

45歳以上が対象！ 中高年・シニアのための合同企業説明会

ネクストキャリアセンターあおもりでは、45歳以上の方を対象とした合同企業説明会を開催します。中高年・シニアの雇用に積極的な企業が集まり、会社概要や求人内容、業務内容などをご説明します。参加料は無料で予約も不要ですので、お気軽にご参加ください。

- 対象**：45歳以上の就職活動中の方
- 参加企業**：15社程度

開催場所	月日	時間
青森会場 アウガ5階 AV多機能ホール 青森市新町1-3-7	10月24日(金)	13:30~16:00 (受付13:00~15:00)

- ※ カウンセリング・ハローワーク・シルバー人材センター・産業雇用安定センターのブースもあり、相談も可能です。
- ※ ミニセミナー「採用につながる応募書類のポイント」も開催します。
- ※ 当説明会は雇用保険受給資格者の求職活動に該当しますので、雇用保険受給資格者証をお持ちください。

 ネクストキャリアセンターあおもり Tel723-6350



下北交通からのお知らせ 路線バス「青森線」の減便について

令和7年10月1日(水)からのダイヤ改正により、青森駅とむつ市方面を結ぶ「青森線」は、上り線・下り線ともに減便となり、1日1便のみの運行となります。
ご利用の際はご注意ください。

- ※ 元旦は運休となります。
- ※ 各バス停の時刻については「平内町民バス時刻表」をご確認ください。

子育て情報

■「おひさまひらない」サークル予定 ※要予約

日程	活動・場所	内容
10月17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)	ベビーママビクス 離乳食について
10月17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

※ 当初より日程が変更になりましたのでご注意ください。

 おひさまひらない
(役場 健康増進課内) Tel718-0019

町HPQRコード ▶ 

■「子育て支援センター」行事予定

日程	活動・場所	内容
10月1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
10月14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
10月21日(火) 9:45～11:15	すくすくクラブ 支援センター	身体測定 ブロック遊び
10月28日(火) 9:45～11:15	手芸サークル 支援センター	簡単に作れる小物製作 ※詳しくは支援センター だより10月号に掲載

 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 ▶ 

8月受付分

戸籍の窓口

人口と世帯
男…4,584人(－2人)
女…5,032人(－3人)
計…9,616人(－5人)
世帯数…4,726世帯(＋1)
令和7年9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
田中 蓮 奈(太一)	狩場 沢	
遠嶋 ほのか(健太)	間 木	
武田 希 愛(勇紀)	藤 沢	
田村 星 菜(龍一)	第1勝田町	
畑井 晴 鷲(翔磨)	緑 町	

お悔み申し上げます

喪主	住所地
蝦名 輝 子(93)	文英第1内童子
奈良崎 チ エ(96)	節子赤坂台

中新田 ヤ ナ(99) 政 美 薬 師 野
佐々木 明 美(60) 秀 明 第2藤沢
黒田 き み(91) 節 子 第1平中
辻村 さだ子(77) 喜代一 間 木
植村 勇 三(102) 健 中東田沢
船橋 はるゑ(96) 寛 第3小林
小関 あき子(67) 本堂 山口
黒島 範 豊(75) 章 子 茂 浦
笹原 富士子(67) 文 武 浦 田
田村 信 江(82) 光由樹 土 屋
今田 健 藏(91) 誠 寺 町
宿野部 芳 隆(91) 司 浅 所



平内町役場庁舎整備事業の基本設計が完成しました

新庁舎完成イメージ(北西側から)

令和9年8月の完成(供用開始は9月から10月を予定)に向けて建設を進める「平内町役場新庁舎」について、設計方針や配置計画、建築計画などをまとめた基本設計が完成しました。

新庁舎の完成イメージは上記、配置図は右記のとおりです。

今後は、この基本設計をもとに、工事を進めるためのより詳しい設計(実施設計)を行い、令和8年度から新庁舎の建設工事に着手する予定です。

※ 現時点でのイメージであり、今後の事業の進捗で変更する場合があります。



問 役場 総務課 財政係 Tel 755-2111



1人分 69kcal
塩分0.5g

今月のcooking 小松菜のチーズナムル

粉チーズをプラスして、ナムルを洋風にアレンジ。粉チーズはコクやうま味が加わり、いろいろな料理と合うのでパスタ以外の料理でも活用してみましょう。

■ 材料(2人分)

小松菜・・・100g
にんじん・・・25g
もやし・・・50g
A { 粉チーズ・・・大さじ1
すり白ごま・・・大さじ1/2
塩・・・少々
ごま油・・・大さじ1/2

■ 作り方

- ①小松菜は3cm長さに切り、ゆでて水けを絞っておきます。にんじんは細切りにしてゆで、水けをきります。もやしも同様にゆでて水けをきっておきます。
- ②ボールにAを入れて混ぜ合わせ、①を加えてあえたら、器に盛りつけて完成です。