

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 2026(令和8年) No.802

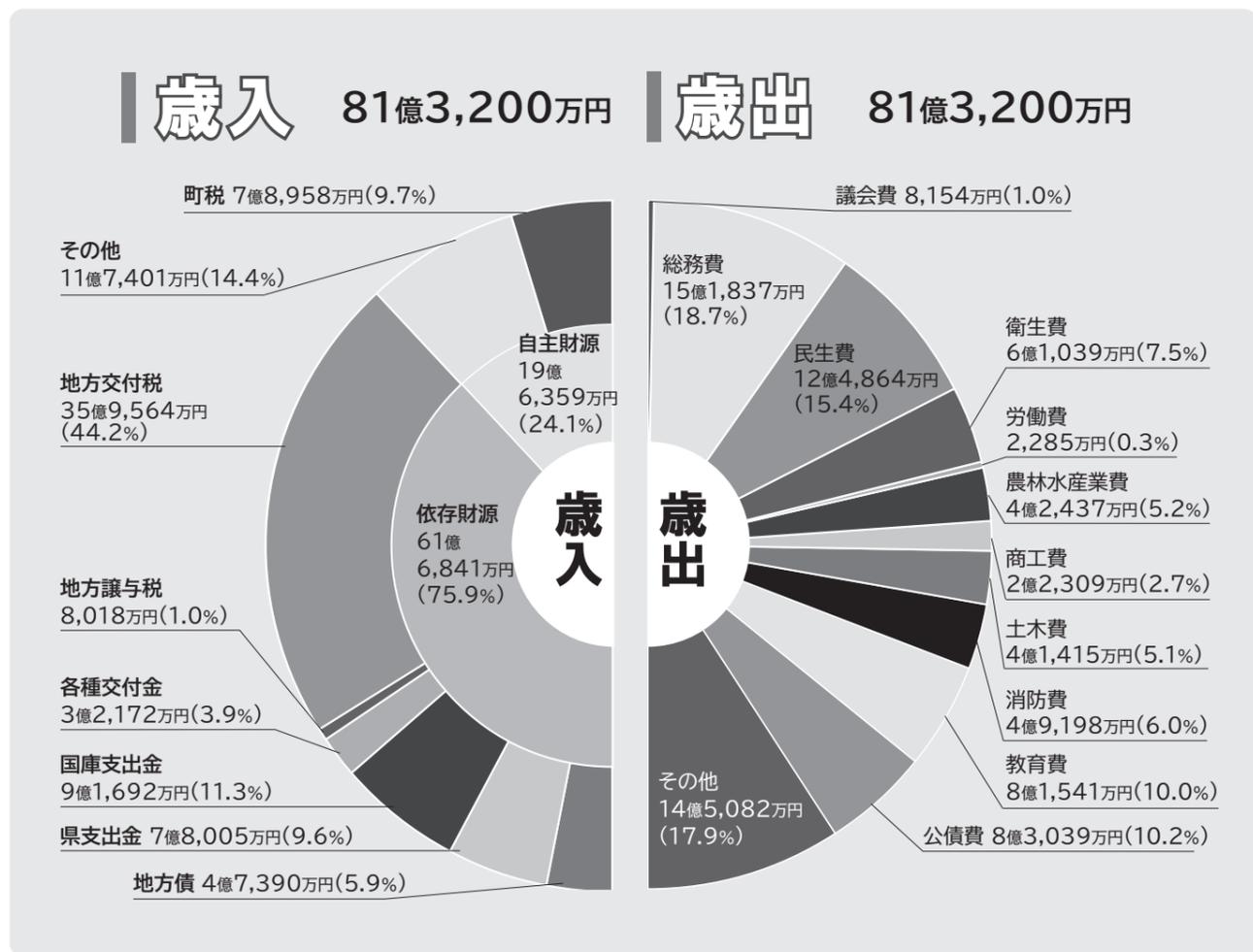


▲仲間との絆を胸に新たな一歩「平内中学校卒業式」

令和8年度 平内町の予算

※ 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 **81億3,200万円** 前年度比約2億1200万円(2.7%)増額



歳入 においては、町が自主的に収納または徴収できる「自主財源」が19億6,359万1千円(歳入の約24.1%)、国や県の意思・同意に基づき交付される「依存財源」が61億6,840万9千円(歳入の約75.9%)となっています。自主財源の約4割を占める町税は、高水温によるホタテのへい死などの影響を受け、個人町民税を中心に減となる見込みであり、今後の推移を注視する必要があります。当町の主産業である1次産業は気候条件などに左右されやすく、好不調の波があるため、自主財源については中長期的な視点で慎重に見通していく必要があります。自主財源の確保は、自治体の行政活動の自主性や安定性に直結することから、今後も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により国庫支出金が増となっています。一方で、R7年度の防災倉庫整備事業のような大型事業がないため、地方債は減となっています。歳入全体としては、今後の社会情勢や国・県の動向を注視するとともに、「ふるさと納税の活用」など積極的な財源の確保にも努めていきます。

歳出 では、公共施設等総合管理計画に基づき、老朽化対策として道路橋梁の維持補修や漁港・港湾の改良など、各種インフラ整備に重点的に予算を配分しています。

今年度は、新たに町有財産照明LED改修を予算化しました。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、小中学校給食費無償化のほか、修学旅行および卒業アルバム、ランドセル、トレーニングウェア代への助成、新築住宅建設補助、地域おこし協力隊および空き家バンク関連事業などを継続し、人口減少対策および定住促進対策を進めています。

また、各種検診の無料化や健康づくり活動、禁煙外来受診費用助成などによる健康増進対策、町民バス高齢者など無償化事業による福祉対策を重点施策として実施します。

通常経費については、行財政改革による事務・事業の見直しを進めるとともに、人件費の上昇や物価高騰による厳しい状況の中でも、除排雪経費やごみ処理経費など生活基盤に係る予算を優先的に確保し、住みよいまちづくりに努めています。

今後も、緊急性・重要性の高い施策を重点化・優先化しながら、経常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。

特別会計 (一般会計とは別に、特定の事業における収入と支出を経理する会計)

特別会計項目	歳入	歳出	特別会計項目	歳入	歳出
国民健康保険特別会計	17億4,013万円	17億4,013万円	介護保険特別会計	14億4,749万円	14億4,749万円
特殊索道事業特別会計	2,532万円	2,532万円	後期高齢者医療特別会計	3億9,903万円	3億9,903万円

企業会計 (独立採算を原則とし、民間企業と同様の経理方式をとる会計)

企業会計項目	区分	収入	支出	「収益的収支」 事業を運営するための経常的な収入・支出を示します。主に、料金収入や補助金、職員給与、維持管理費などが該当します。
平内中央病院事業会計	収益的収支	15億3,937万円	16億7,832万円	
	資本的収支	2億788万円	2億788万円	
水道事業会計	収益的収支	2億8,837万円	3億226万円	
	資本的収支	6,490万円	1億8,479万円	
下水道事業会計	収益的収支	4億6,587万円	4億7,087万円	
	資本的収支	2億6,328万円	3億5,205万円	

令和8年度 主な事業内容

- 生活路線バス及びスクールバス運行委託料 …… 1億9,429 万円
- 照明LED化整備業務委託料 …… 1億2,101 万円
- 平内町役場庁舎整備事業 …… 3億5,144 万円
- 自治体情報システム標準化・共通化事業 …… 1億1,187 万円
- 町民バス高齢者等無償化事業 …… 1,400 万円
- 重度心身障害者医療費、介護・訓練等給付費 …… 3億1,833 万円
- 保育所等施設型給付費(保育料完全無償化) …… 4億7,632 万円
- 児童手当 …… 1億4,982 万円
- 各種予防接種、検診及び健康診査等委託料 …… 9,808 万円
- 乳幼児・子ども医療給付費 …… 2,848 万円
- ごみ処理関連業務委託料 …… 2億6,902 万円
- し尿処理施設管理運営費負担金 …… 4,321 万円
- 漁港建設・港湾整備事業費 …… 1億23 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 …… 1億5,489 万円
- 青森地域広域事務組合負担金(消防) …… 4億5,379 万円
- 学校給食センター維持管理事業 …… 1億3,128 万円
- 修学旅行、卒業アルバム、ランドセル助成 …… 1,397 万円
- 小・中学校施設維持管理(LED改修含む) …… 9,754 万円
- 第80回国民スポーツ大会(ゴルフ・綱引)事業 …… 9,200 万円
- 長期債元利償還 …… 8億3,039 万円
- 特別会計繰出金 …… 14億4,113 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 TEL755-2111

人と地域で守るハクチョウのまち 浅所海岸でにぎわう「白鳥まつり」

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7日(土)、町観光協会(田中茂勝会長)主催の「白鳥まつり2026」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って行われているもので、当日は雪混じりの冷たい海風が吹く中、多くの家族連れが訪れました。会場では、棒パンづくりやお菓子の販売などの出店があり、来場者は写真を撮ったり、間近で観察したりしながら、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んでいました。



▲白鳥と見物客でにぎわう浅所海岸

藤沢町内会で世代を超えた交流 小正月の伝統「餅つき・繭玉づくり」

2月14日(土)、藤沢町内会(小形好文会長)が伝統の「餅つき・繭玉づくり」を藤沢コミュニティセンターで行いました。

繭玉づくりとは、繭の形に丸めた餅や米粉の団子を赤・白・黄・緑などに色付けし、ミズキなどの枝に刺して飾ることで、五穀豊穡や家内安全、無病息災を祈願する小正月の伝統行事です。枝いっぱい「花が咲いた」ように見えることから、昔は「ハナギ(花の木)」と呼ばれていたそうです。

当日は、町内会や婦人会のほか、緑が丘保育園・青空保育園の園児たちも参加しました。大人に教わりながら元気いっぱいに餅をつき、その後はいよいよ繭玉づくりに挑戦しました。思うように刺さらず苦戦する場面もありましたが、自分で作った色鮮やかな繭玉を嬉しそうに飾る姿が見られました。

参加した園児からは「枝に餅を付けるのが難しかったけど楽しかった」との声も聞かれ、会場は笑顔と和やかな雰囲気にもまれ、世代を超えた交流のひとつとなりました。



▲繭玉づくりに挑戦する子どもたち

小形良一さん「長寿顕彰式」満100歳おめでとうございます！

2月9日(月)、満100歳を迎えた小形良一さん(藤沢)の長寿顕彰式が特別養護老人ホーム清風荘で行われ、ご家族や施設職員の方々が見守る中、船橋町長から顕彰状と記念品が贈呈されました。

良一さんは大正15年2月7日に藤沢地区で生まれ、農業や土木作業の仕事に励んできました。これまでに子ども5人、孫8人、ひ孫17人、玄孫1人に恵まれています。藤沢地区で盛んだった葉たばこ作りにも力を注ぎ、県内で最優秀賞を受賞したほか、町の品評会でも賞を獲得するなど、優れた功績を収めました。顕彰状と記念品を受け取った良一さんは、にこやかな表情で船橋町長と握手を交わし、会場はあたたかい拍手と祝福に包まれました。



▲100歳を迎えた小形良一さん

「H-1グランプリ2025」 中学生がホタテの新たな魅力を発見 グランプリメニューを学校給食で提供！

町では、平内中学校との連携協力のもと、「ホタテ」の新たな魅力の発見と郷土愛を育むことを目的に、平内中学校の生徒によるホタテを使ったレシピコンテスト「H-1グランプリ2025」を実施しました。

2年目となる今回は、「学校給食で食べたいホタテを使ったおかず」をテーマにレシピを募集し、42レシピの中から、チーム「龍惺閣」が考案した「ホタテのベビースター中華あんかけ丼」がグランプリに選ばれました。

このメニューは2月18日(水)に管内小・中学校の給食に登場し、グランプリを獲得した生徒が在籍する教室で、副町長や教育長などが生徒たちと一緒に給食を楽しみました。

考案したチームからは「自分たちが考えたメニューが給食に出てうれしかったし、おいしかった」との感想が寄せられました。また、ほかの生徒からも「あんかけにホタテの味がしっかり付いていておいしかった」「また給食に出してほしい」といった声が上がりました。



▲グランプリメニュー「ホタテのベビースター中華あんかけ丼」



▲給食でグランプリメニューを味わうチーム「龍惺閣」



平内町 地域おこし協力隊からのメッセージ

2026 卯月

着任から早半年・初めての雪国生活を経験！

令和7年10月に着任してから早半年が経過し、周りの皆さまのおかげで初めての冬を越すことができました。宮崎県出身の私にとって、青森での雪国生活はまさに未知の世界で初体験の連続でした。車も衣替え(冬タイヤ・冬ワイパー)が必要なことや、雪道で何度かスタックし、4WDの車の重要性を痛感した半年でしたが、大変貴重な経験となりました。

小学生向けバレーボール体験会を初開催！

2月21日(土)に平内中学校体育館にて、平内中学校バレーボール部保護者会と協力して着任後初のイベントとなる「小学生向けバレーボール体験会」を開催しました。

町内の小学4年生から6年生まで計14人の参加があり、平内中学校バレーボール部1・2年生が先輩コーチとなって、ボールに触れる楽しさや仲間と協力する喜びを体験してもらうことができました。子どもたちは、パスやレシーブなどの基本動作を簡単に学んだ後、ミニゲームも行い、会場は元気な声と笑顔に包まれました。

参加した小学生からは「初めてだったけど楽しかった」「もっとやってみたい」「中学生になったらバレー部に入部する」といった声が聞かれ、保護者の皆さまからも好評をいただきました。今後も、地域の子どもたちが安心してスポーツに親しめる環境づくりを目指し、他団体と協力してさまざまな体験機会を提供してまいります。





「軽自動車税」は4月30日(木)までに納めましょう

軽自動車税は、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、バイクなどを所有している方に、下表のとおり課税されます。納税通知書が届きましたら、お早めに納付をお願いします。

なお、地域の納税貯蓄組合に加入している方は、月掛金から納付されます。

▼四輪および三輪の軽自動車

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

(※1)初度検査年月が令和7年度中の車両で、一定の環境性能を有する車両

(※2)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25年3月以前の車両)

(※3)軽三輪の50%軽課は、営業用乗用車のみ対象

▼上記以外の車種

車種区分	税率	
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	
	特定小型(電動キックボードなど)	
	90cc以下または0.8kw以下	
	125cc以下または1kw以下	2,400円
ミニカー	3,700円	

車種区分	税率
小型特殊自動車	2,400円
農耕作業用	5,900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

☎ 役場 税務課 住民税係 Tel755-2115

減免制度について

軽自動車税は役場 税務課で手続き

町では、身体障がい者などに係る軽自動車について、一定の要件に該当する場合に軽自動車税を減免する制度があります。対象となる方には、納税通知書と一緒に減免申請書を送付しますので、軽自動車税の納期限までに手続きをお願いします。

【注意事項】

- 減免は毎年度の手続きが必要です。
- 障がいのある方1人につき、減免できる車両は1台です。軽自動車税(町)と自動車税(県)を同時に減免することはできません。
- 先に軽自動車税を納付すると減免できません。減免を希望する場合は、該当車両分を納付せずに申請してください。
- 車両を買い替えた場合や、障がいのある方の住所が変わった場合は、減免申請書が届かないことがあります。減免の対象になると思われるときは、4月17日(金)までに役場 税務課 住民税係へお問い合わせください。

☎ 役場 税務課 住民税係 Tel755-2115

自動車税は中央県税事務所で手続き

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際には、申請により自動車税の減免を受けることができます。詳しくは、青森県中央県税事務所 課税第三課までお問い合わせください。

☎ 詳細はこちら ▲

☎ 青森県中央県税事務所 課税第三課 Tel734-9974

軽自動車税に関する
ことは、役場 税務課
住民税係まで



自動車税に関する
ことは、中央県税
事務所まで

町税を口座振替で納付している方へお知らせ

町税の口座振替済通知書などを廃止します



皆さまのご理解とご協力をお願いします!

町税口座振替納付済通知書の廃止

毎年1月に発送していた「町税口座振替納付済通知書」は、省資源化および経費削減のため、令和8年度から廃止します。振替結果は、預金通帳などをご確認ください。

窓口交付は継続します

次の証明書は、これまでどおり窓口で交付します。

- 車検用の納税証明書
- 確定申告用の国民健康保険税納付額通知

軽自動車税の通知書などの廃止

毎年5月に発送していた次の書類も、令和8年度から廃止します。軽自動車税納付確認システム(軽JNKS)の運用開始により、車検時の納税証明書の提示が原則不要となったためです。

- 町税口座振替済通知書(軽自動車税)
- 軽自動車税納税証明書(継続車検用)

☎ 役場 税務課 収納係 Tel755-2115



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(水)~4月10日(金)
引渡期間 4月20日(月)~4月30日(木)

※ 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。

花の種類	花の色	苗の個数
パンジー	ピーチ	200個
	ブルー	200個
	オレンジ	400個
	イエロー	400個
	ローズ	400個
クリサンセマム	ホワイト	200個
	イエロー	300個
キンセンカ	オレンジ	100個
	イエロー	100個
アリッサム	ホワイト	30個
	ピンク	30個

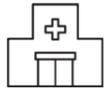
☎ 平内町夜越山森林公園 Tel755-2663 FAX755-5105

広報ひらな3月号におけるお詫びと訂正

広報ひらな3月号(801号)9ページ「火事・救急は『119番通報』で!」に掲載している、119番通報普及ポスター(右側)について、考案者である平内中学校生徒の氏名に誤りがありました。読者の皆さまおよび関係者の皆さまにご迷惑をおかけしましたことをお詫びし、訂正します。

「火事・救急は119番で」

誤: 蝦名 和心
正: 蝦名 心和



各診療科受付日時などのご案内 (令和8年4月1日現在)

これまで完全予約制で「もの忘れ外来」を設置していましたが、2026年4月から新たに「脳神経内科」を設置します。予約不要で受診できる脳神経内科では、もの忘れや認知症への対応はもちろん、手足のふるえや動きにくさなど、パーキンソン病をはじめとする脳神経系疾患の診察を行います。医師は、これまでと同様に外部からの専門医師が担当します。

診療科	診療日	午前受付	午後受付	備考
総合診療	月～金曜日	8:15～11:00	13:00～15:30	※内科は総合診療として診療を行っています。
糖尿病外来	金曜日	8:15～11:00		午前の診療のみとなります。
脳神経内科 ☆新規開設	月曜日	8:15～15:00 【診療】13:00頃～		予約も可能です。外科外来へ予約してください。 ⇒外科外来 Tel.755-2131(平日8:30～17:00) もの忘れで受診の際は、ご家族の同伴をお願いします。
かぜ症状 外来	月～金曜日	8:15～14:00 【診療】13:00～14:00		※ 要予約：かぜ症状外来 Tel.755-2131(受付時間内) 院外の専用プレハブで診察を行います。
外科	月～金曜日	8:15～11:00	13:00～15:30	※ 午後は手術などのため、休診になることがあります。
禁煙外来	月～金曜日	予約対応		※ 要予約 平日午前の診療になります。
小児科	月～金曜日	8:15～11:00	13:00～15:30	※ 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】14:00頃～		初診の場合は、13:00までにお越しください。
皮膚科	木曜日	8:15～15:00 【診療】13:30頃～		曜日が変更となりましたのでご注意ください。
整形外科	第1・3・4月曜日	8:15～15:00 【診療】14:00頃～		-
	木曜日	8:15～15:00 【診療】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。

総合診療および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となりますので、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。



糖尿病教室 4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。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
	4月	3日(金)	糖尿病と歯周病
平内中央病院 1階会議室	4月	10日(金)	HbA1cについて
	4月	17日(金)	糖尿病の自己管理
	4月	24日(金)	民間療法について



ハクチョウのまちシンポジウム開催

2月14日(土)、「ハクチョウのまちシンポジウム」を開催しました。同日には、「ハクチョウのまちフォトコンテスト」入賞者および「ハクチョウ検定」合格者17人の表彰式も行い、合わせて33人が参加しました。

今回のシンポジウムでは、(公財)宮城県伊豆沼・内沼環境保全財団研究室長の嶋田哲郎氏をお招きし、令和7年2月に浅所海岸でGPSカメラを取り付けたハクチョウから得られた

データに焦点を当てながら、「スワンププロジェクト-鳥類の渡り追跡公開と市民科学」と題して講演を行いました。

第2部のトークセッションでは、青森大学社会学部教授の藤公晴氏をファシリテーターとし、パネリストとして講師の嶋田哲郎氏、浜頓別町役場農業委員会事務局長兼産業振興課参事の小西敢氏、平内町白鳥を守る会副会長の小形正樹氏の3人が登壇しました。「GPSデータを平内町でどう活用していくか」をテーマに議論を行い、最終的には、GPSという先端技術を活用しながらも、ハクチョウを守る主体はあくまで人と地域であり、データを研究・教育・保全・交流へと循環させていく取り組みが重要であるとの考えが共有されました。



▲第2部 トークセッションの様子

ハクチョウの生体調査について

町教育委員会では、平内町も参画しているスワンププロジェクトの一環として、GPSを活用したハクチョウの生態調査を実施しています。2月14日(土)から3日間にわたり、平内町白鳥を守る会の協力のもと、浅所海岸において新たに9羽のハクチョウへカメラ付きGPSを装着しました。GPSにより取得した位置情報や心拍数などのデータに加え、飛行中の様子やシベリアでの生態など、普段は見ることのできない貴重な画像を、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できます。今後は、GPSから得られたデータや画像を活用し、ハクチョウをはじめとする自然環境の保全および環境教育の推進に取り組みます。



▲「くちばしの長さを計測している様子」

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」



町立図書館 紹介コーナー その315

- ◆ 一般書(新刊の一部を抜粋して紹介) ◆
- ① 隠蔽捜査 11 分水 今野 敏
- ② グレタ・ニンプ 綿 矢 り さ
- ③ あいつらの末路 真 梨 幸 子
- ④ サチコ 群 ようこ
- ⑤ 私的応答 井戸川 射 子
- ⑥ 被告人、AI 中 山 七 里
- ⑦ 生きとるわ 又 吉 直 樹
- ⑧ 失われた貌 櫻 田 智 也
- ⑨ 7回転んでも8回起きる 高 木 菜 那
- ⑩ いい言葉がいい人生をつくる PHP編 集 部

生涯学習カレンダー 4月

3日(金)	◆人権・行政相談(青少年ホーム)
7日(火)	◆管内小・中学校 始業式・入学式
11日(土)	◆図書館おはなし会(おはなしコーナー10:00～)
16日(木)	◆心配ごと相談日(青少年ホーム 10:00～12:00)

【今月の図書館休館日】12日・26日・29日

そのほかの新刊情報はこちら▶



内臓脂肪を減らしてすっきり健康

今こそ脱！メタボリックシンドローム

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。

メタボになりやすい生活習慣

- 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
- 夜更かし、多忙や疲労で溜まるストレス
- 吸わずにはいられないタバコ



腹囲

男性85cm以上 / 女性90cm以上

+

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

電話やWebでも受付中！

令和8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24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	実施会場	実施日	受付時間
狩場沢公民館	5月22日(金)		清水川コミセン	7月17日(金)	
松野木公民館	5月25日(月)		勤労青少年ホーム	7月21日(火)	
浅所コミセン	6月8日(月)		勤労青少年ホーム(※)	7月22日(水)	7:00~9:00
勤労青少年ホーム	6月22日(月)	7:00~9:00	山口コミセン	8月4日(火)	
	6月23日(火)			口広コミセン	8月5日(水)
東滝コミセン	6月29日(月)		茂浦コミセン	8月25日(火)	
間木コミセン	7月7日(火)		稲生漁民センター	9月7日(月)	7:00~8:00
勤労青少年ホーム	7月14日(火)		浦田公民館		9:00~10:00
	7月15日(水)		東田沢防雪管理センター	9月24日(木)	7:00~9:00

※7月22日(水)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
	8月6日(木)	12:00~13:30
勤労青少年ホーム	8月31日(月)	17:00~18:00
	9月30日(水)	12:00~13:30

※9月30日(水)は骨粗しょう症検診を実施しません。

対象の方は無料で受けられます！

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▲

☎ 役場 健康増進課 健康増進係 TEL718-0019

今日から実践！メタボ予防

近年、食生活の欧米化や生活の利便性の向上により運動不足となり、大人だけでなく子どもの肥満も増えています。分かっていても、1人ではなかなか続かないこともありますので、周囲のサポートも大切です。家族みんなで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。

食べ物や飲み物は目につくところに置かない

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



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8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
	4月23日(木)	
	5月28日(木)	
	6月25日(木)	
	8月27日(木)	身体測定、 医師による診察、 育児相談、 離乳食相談
勤労青少年ホーム	9月17日(木)	
	10月29日(木)	
	11月26日(木)	
	12月17日(木)	
	2月25日(木)	
	3月18日(木)	

■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
	4月15日(水)	
	6月17日(水)	
まさいく整形外科	8月19日(水)	医師による診察、 育児相談
	10月21日(水)	
	12月2日(水)	
	2月17日(水)	

■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
	6月25日(木)	身体測定、
勤労青少年ホーム	9月17日(木)	医師による診察、
	12月17日(木)	栄養相談、育児相談、
	3月18日(木)	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
		身体測定、
勤労青少年ホーム	5月28日(木)	医師による診察、
	8月27日(木)	栄養相談、育児相談、
	11月26日(木)	歯科検診、目の検査、
	2月25日(木)	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
		身体測定、
勤労青少年ホーム	5月8日(金)	小学校入学へ向けて
	8月21日(金)	のお知らせ、
	11月27日(金)	歯に関するお話、
	2月19日(金)	集団での遊び



令和8年度 平内町地域活性化住宅リフォーム支援事業について

地域経済の活性化及び町民の住環境向上を図るため、住宅の修繕並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」の募集をします。

▼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(当該住宅につき1回限り)

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9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

▼申請期間

4月1日(水)から受付開始(土日祝日を除く)
※ 予算額(25～30件程度)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は対象外です。申請後の着工は、
交付決定通知書到着後に行ってください。
- ② 申請時点でリフォームすることが確実な方のみお申し
込みください。

問 役場 水産商工観光課 TEL755-2118



社会保険などの加入時 は国保資格喪失届を！

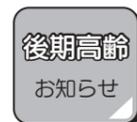
国民健康保険に加入している方で、就職や扶養などで会社などの社会保険に加入された場合は、**ご自身による国民健康保険の資格喪失の届出が必要です。**自動的に切り替わることはありませんので、ご注意ください。

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
資格情報のお知らせなどの資格取得日がわかるもの
- 国保から発行されている資格情報のお知らせまたは
資格確認書
- 本人確認書類(マイナンバーカードなど)
- ※ 別世帯の方が届出される場合は、別途委任状が必要です。

問 役場 健康増進課 国民健康保険係 TEL718-0019



後期高齢者医療 被保険者の皆さまへ

振込口座の変更届出について

高額療養費などの給付申請の際に届出した振込口座の変更があったときは、必ずお住まいの市町村へ届出してください。また、振込口座を解約したとき、金融機関の店舗統廃合などで口座番号が変更されたときも届出が必要です。届出がないと振り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。

マイナ保険証の利用について

マイナンバーカードをお持ちの方は、保険証利用登録をすることでマイナ保険証として資格確認が可能です。また、マイナポータルを利用した医療費控除申請も可能ですので、マイナ保険証の利用をご検討ください。

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



住まいの補助金・空き家バンクのお知らせ

空き家バンク

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者の皆さん、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。



▼登録物件一覧(登録番号順)

物件の制度・詳細については▶
町ホームページをご覧ください

種別	建物構造/規模	面積	場所	金額
土地	—	1075.45㎡(敷地)	小豆沢	250万円
家屋	木造2階建/12DK	229.74㎡(延床)	浅所	225万円
家屋	木造2階建/11LDK	306.85㎡(延床)	小湊	400万円
土地	—	279.23㎡(敷地)	東田沢	170万円
家屋	木造2階建/7K	157.33㎡(延床)	小豆沢	100万円

※ 平内町空き家等取得改修等費用利子補助金の新規受付は、令和7年度で終了しました。

▲登録物件の一例



住まいの補助金

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：新築住宅に住民登録した方
- 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40万円(※移住者の場合、建設費の6%で最大80万円)

平内町移住・定住促進新築住宅建設補助金は令和8年度で終了します。
令和8年9月までに住宅の引渡しを完了した方が対象です。

平内町移住・定住中古住宅取得補助金(申請：取得後6か月以内)

- 対象者：中古住宅に住民登録した方
- 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20万円(※移住者の場合、取得費の20%で最大40万円)

平内町移住・定住促進家賃補助金の新規受付は、令和7年度で終了しました。

問 役場 企画政策課 企画政策係 TEL718-1325



農地賃借料・農業労働賃金の目安をお知らせします

■ 令和7年分農地賃借料情報について(下表)

農地の賃借料の目安として、令和7年1月から12月までに締結された、10アールあたりの金銭による賃借料をお知らせします。本資料は参考として提供するもので、実際の賃借料は、対象農地の状況などに合わせて当事者間で設定してください。

品目	平均額	最高額	最低額
水稻	9,211円	10,000円	5,000円
大豆	4,250円	4,500円	3,500円
そば	3,750円	4,000円	3,000円
牧草	1,496円	1,496円	1,496円

■ 令和8年度平内町農業労働賃金標準額(右表)

令和8年度の農業労働賃金標準額を定めましたのでお知らせします。

労働賃金は地域の条件などにより異なりますので、相手方との交渉時の目安としてご活用ください。

作業名		単位	標準額	
水田・畑作業	農作業一般	1日	8,300円	
水田作業	水田耕起	10㌦	7,800円	
	荒代掻き	//	7,700円	
	代掻き(2回)	//	8,800円	
	田植え	苗なし	//	9,600円
		苗もち	//	45,700円
	刈り取り 脱穀	コンバイン	//	22,300円
		バインダー(糸付き)	//	10,000円
		ハーベスタ	//	9,000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	7,800円	

☎ 農業委員会事務局(役場 農政課内) TEL755-2117



65歳以上の町民が対象 補聴器購入費用の一部を助成します

町では、聴力の低下により日常生活に支障をきたしている**65歳以上の方を対象**に、補聴器購入費の一部を助成する「**平内町高齢者補聴器購入費助成事業**」を実施しています。より多くの高齢者へ適切な支援を行うため、4月1日より、本事業の対象要件の一部および助成金額の上限を改正しましたので、該当する方はぜひご活用ください。

助成対象者

- (1)平内町に住所がある満65歳以上の町民の方
- (2)両耳の聴力レベルが30dB以上70dB未満で、身体障害者手帳(聴覚障害)の交付対象外の方
- (3)補聴器相談医により補聴器の必要性が認められた方
- (4)認定補聴器技能者が在籍する補聴器の販売店から購入した方
- (5)過去5年間でこの事業の助成を受けていない方(以前申請した耳と反対の耳での申請の場合は受付可)

※平内町の介護保険資格を持っている方が対象となります。
※該当する医師や販売店については、窓口または平内町ホームページでご確認ください。

☎ 役場 福祉介護課 介護保険係 TEL755-2114

助成対象

対 象：補聴器本体の購入費用のみ
除 外：購入前に申請していないもの/メンテナンス費用など
対象品：認証された新品の補聴器 ※集音器は対象外
上限額：片耳は50,000円、両耳は100,000円まで

申請に必要な書類

- (1)申請書
 - (2)医師意見書(補聴器適合に関する診療情報提供書(2018))
 - (3)見積書
- ※補聴器の購入は「**交付決定通知書**」到着後に行ってください。
※事業の詳細や手続きの流れ、必要書類などについては役場福祉介護課または町ホームページでご確認ください。



平内町デマンド交通(乗合タクシー) 令和8年9月30日で実証運行を休止します

平内町デマンド交通を休止します

令和6年1月から実証運行を行っている「**平内町デマンド交通**」は、**令和8年9月をもって休止**となります。

休止の理由としては、利用されている方が限定的であること、また、費用対効果が得られず、町の財政負担が大きくなっていることなどがあります。

デマンド交通は、実証運行で一旦休止となりますが、町民の皆さまにとって利便性の高い地域公共交通を維持・確保するため、また、公共交通不便地域への対応として、引き続き新たな移動手段の導入、運行仕様の検討を進めます。

利用いただいております皆さまには、大変ご不便をおかけしますが、ご理解をお願いします。

☎ 役場 企画政策課 TEL718-1325

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ながら、さまざまな取り組みを進めています。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、より多くの方に利用していただくことが重要です。普段利用している公共交通に関心を持っていただくきっかけとして、町内を運行する公共交通の令和7年1月から12月までの利用状況をお知らせします。今後も積極的な利用をお願いします。

▼町内の公共交通の利用状況(令和7年12月末現在)

交通機関名	乗降(利用)客数	令和6年実績
青い森鉄道線小湊駅	546人/日	540人/日
町民バス	85,210人	83,072人
タクシー	15,206人	19,411人



もしもの時に後悔しないためにも 国民年金保険料は納付期限までに納めましょう！

国民年金保険料

令和8年4月~令和9年3月まで

月額 **17,920円**

保険料の納付忘れが続くと…?

納付期限までに保険料が納付されないと、障害基礎年金や遺族基礎年金を受給できない場合がありますので、忘れずに納付してください。

なお、国民年金保険料が納付期限までに納付されない場合は、日本年金機構から納付勧奨が行われます。納付方法によって、保険料の納付状況が反映されるまでの目安が異なります。

すでに保険料を納付した場合や免除などの申請を提出している場合でも、行き違いにより納付勧奨が届くことがありますので、ご了承ください。

○納付が経済的に難しいときは、免除申請が可能な場合があります。詳しくは、青森年金事務所、役場健康増進課 年金後期医療係にご相談ください。

☎ 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)



国民健康保険に加入している方が対象です 令和8年度 人間ドック募集のお知らせ

40歳を迎えたら、自覚症状の有無に関わらずご自身の身体の状態を確認するため、定期的に健康診断を受けることが大切です。

町では、被保険者の健康管理を支援するため、人間ドックを受診する方への助成制度を実施しています。40歳以上の平内町国民健康保険被保険者で人間ドックを希望する方は、以下のとおりお申込みください。

- 実施期間：5月～11月 ※8月を除く
月曜日または木曜日
- 実施場所：平内中央病院
- 対象者：令和9年3月31日時点で40歳から74歳までの方で、平内町国民健康保険に加入している方
※特定健康診査受診券を使用して特定健康診査を受ける方は除きます。また、社会保険や後期高齢者医療など、平内町国民健康保険以外の被保険者は助成の対象となりません。
- 定員：15人 ※先着順
- 本人負担額：11,000円(税込)
- 実施時間：8:30～12:00頃
- 申込期間：4月1日(水)～5月29日(金)
- 申込先：平内中央病院 医事課 **TEL017-755-2131**
※窓口でのお申込みの場合は、マイナ保険証又は資格確認書を持参してください。
- その他：薬を服用されている方(特に高血圧、糖尿病、血液サラサラの薬)は、必ず事前にお知らせください。

検査項目	
身体測定(身長・体重・腹囲)／血圧測定／検尿／血液検査／肝機能検査／胸部X線検査／心電図／胃・十二指腸検査(カメラ)／腹部超音波検査／肺機能検査／骨塩定量検査(女性のみ)／推定1日食塩摂取量検査／眼底カメラ／大腸検査(便検査)／直腸鏡／前立腺検査(男性のみ)／甲状腺検査	
※マンモグラフィ検査は実施していません。 ※便潜血で異常が発見された場合は、後日、保険適用の精密検査として大腸カメラを実施します。	
オプション ※オプション項目を追加した場合、追加料金が発生します。	料金(税込)
腫瘍マーカー ⇒ 他の検査と併せて癌の発見につながります。	6,259円
PWV/ABI ⇒ 血管の年齢を測定できます。	1,100円
胸部CT ⇒ 胸部の陰影を確認することができます。	17,490円
アミノインデックス リスクスクリーニング ⇒ 癌と生活習慣病のリスク判定(癌の可能性)を行います。	24,000円

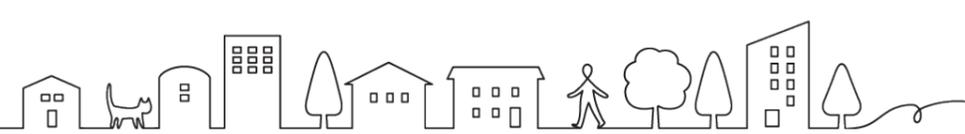
☎ 役場 健康増進課 国民健康保険係 TEL718-0019



全国すべての事業所および企業が対象です 経済センサス-活動調査にご協力ください

令和8年6月1日現在で、「令和8年経済センサス-活動調査」を実施します。
本調査は、全国すべての事業所および企業が対象です。調査票は、国から郵送されるほか、都道府県知事が任命した調査員が訪問し、直接配布する場合がありますので、インターネット回答用の書類が届きましたら、ぜひインターネットでの回答にご協力ください。インターネットで未回答の事業所や新たに把握された事業所には、インターネットで回答するか、記入した紙の調査票を調査員へ提出、または役場 企画政策課 広報統計係へ郵送で提出してください。皆さまのご理解とご回答をお願いします。

☎ 役場 企画政策課 TEL718-1325



農業研修説明会を開催します

青森市農業振興センターでは、将来の担い手となる農業者を育成するため、野菜や花きの栽培の基礎を学ぶ農業研修生を受け入れています。

農業研修の受講を希望する方は、本説明会へお越しください。

- 日時：4月1日(水) 13:30～ ※事前予約不要
- 場所：青森市農業センター 研修室
(青森市四戸橋字磯部243-319)
- 対象者：通所が可能な65歳以下で、就農を目指す方や農業の基礎を学びたい方など

☎ 青森市農業振興センター TEL754-3596
(8:30～17:00※土日祝日を除く)

令和9年 歌会始のお題と詠進について

令和9年歌会始のお題は「旅」と定められました。お題は「旅」ですが、歌に詠む場合は「旅」の文字が詠み込まれていればよく、「旅路」、「旅籠」、「旅愁」のような熟語にしても差し支えありません。

■詠進の期間：9月30日(水)まで ※消印有効

※ 疑問がある場合には、直接、宮内庁式部職あてに郵便番号、住所、氏名を書き、返信用切手を貼った封筒を添えて、9月20日(日)までにお問い合わせください。

詠進については、宮内庁ホームページの詠進要領をご確認ください。



☎ 宮内庁式部職儀式第二係 TEL03-3213-1111
〒100-8111 東京都千代田区千代田1-1

「労働相談会」のお知らせ

解雇、賃金引き下げ、長時間労働、パワハラなど、個々の労働者と事業主との間で生じた労働問題について、青森県労働委員会の委員が秘密厳守で相談に応じます。

相談は、予約優先で随時受け付けていますので、お悩みの方はお気軽にご相談ください。

- 場 所：青森県労働委員会(東奥日報新町ビル4階)
- 対 象 者：県内の労働者および事業主
- 対 応 者：青森県労働委員会委員
- 料 金：無料



詳細はこちら ▶

☎ 青森県労働委員会事務局 TEL734-9832

令和8年度 協会けんぽ青森支部の保険料率について

全国健康保険協会(協会けんぽ)青森支部は、主に県内の中小企業にお勤めの従業員とご家族が加入する健康保険です。令和8年度における青森支部の保険料率は右のとおりとなります。なお、令和8年4月(5月納付分)から子ども・子育て支援金が開始されます。

加入者および事業主の皆さまのご理解をよろしくお願いいたします。

☎ 全国健康保険協会青森支部 TEL721-2799
「全国健康保険協会青森支部ホームページ」
<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/aomori/>

健康保険料率 9.85% (現行9.85%)

⇒令和8年3月分(4月納付分)～

介護保険料率 1.62% (現行1.59%)

⇒令和8年3月分(4月納付分)～

子ども・子育て支援金率 0.23%

⇒令和8年4月分(5月納付分)より新たにスタート



2026年度「教育・福祉・環境」助成金募集のお知らせ

公益財団法人みちのく・ふるさと貢献基金では、地域の発展や地域貢献を目的に、県内の個人、団体、NPO法人、企業などに助成金の交付を行っています。

■助成金額

必要費用以内で、100万円を限度額とします。

■応募資格

1. 青森県の自然、地域・生活文化、歴史、風土などの地域資源を活用・創造する活動や、医療福祉・環境に関連する活動を行うこと
2. 2027年1月1日～2027年12月31日までに実施する活動であること
3. 助成金給付後、活動・研究報告書を提出できること

※ 過去3年以内に当財団の助成金を受けた団体や、政治活動または宗教活動を目的とする団体などは対象外です。

■応募方法

4月1日(水)～5月31日(日)までに申請受付票でエントリーのうえ、6月30日(火)までに申請書類をメールまたは郵送してください。

詳細はホームページの応募要項をご確認ください▶



申 〒030-0821 青森市勝田1-3-1
 請 公益財団法人みちのく・ふるさと貢献基金事務局
 先 E-mail: shinsei@michinoku-furusato.or.jp

☎ 公益財団法人みちのく・ふるさと貢献基金事務局
 Tel774-1179

自動車の変更手続きをお忘れなく！

例年、4月は引っ越しが多い時期です。引っ越しにより住所が変わった場合は、自動車の住所変更手続きが必要になります。また、他県のナンバープレートを使用している場合は、ナンバープレートの変更も必要ですので、申請を忘れないようお願いします。

各種登録手続きに必要な書類などの案内は、青森運輸支局のホームページまたは自動車検査登録総合ポータルサイトに掲載していますのでご利用ください。

☎ 東北運輸局青森運輸支局 自動車手続きヘルプデスク
 Tel050-5540-2008

■受付時間：8:45～11:45、13:00～16:00

▼自動車手続きヘルプデスク

「青森運輸支局：電話案内」 Tel050-5540-2008

※ 電話案内の時間は、開庁日の8:30～17:15までご利用になれます(自動音声は24時間利用可)。



◀青森運輸支局ホームページ



◀自動車検査登録総合ポータルサイト

家庭で不要となったパソコンを宅配便で無料回収します

町では、「小型家電リサイクル法」の認定業者である「リネットジャパンリサイクル(株)」と協定を締結し、家庭で不要となったパソコンや小型家電を宅配便で無料回収し、リサイクルを進めています。



- パソコンを含む1箱分の回収料金・リサイクル料金が無料
- 古い、故障しているなど「どんなパソコン」でも回収可能
- パソコンと一緒に、プリンタなどの周辺機器も一緒に回収可能

詳細・お申込みは ▶
 こちらから！



☎ リネットジャパンリサイクル(株) Tel0570-085-800(10:00～17:00)

労働審判制度は20周年を迎えました！

労働審判制度は、平成18年4月に開始され、令和8年4月に制度開始20周年を迎えました。

この制度は、解雇や給料の不払いなど個々の労働者と事業主の間の労働関係のトラブル(労働事件)を解決するための制度です。

今後は、インターネットを利用した申立てや、事件記録の電子化など、国民の皆さんが利用しやすい制度を目指して取り組んでいきます。

☎ 青森地方裁判所総務課庶務係 Tel722-5421

子育て情報

■「おひさまひらなない」サークル予定 ※要予約

日程	活動・場所	内容
4月24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24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

☎ 平内町子ども家庭センター「おひさまひらなない」
 (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
4月7日(火) 9:45～11:15	ぴよぴよ絵本サークル 支援センター	絵本や紙芝居などの 読み聞かせ
4月17日(金) 9:45～11:15	親子ふれあいワーク 支援センター	育児や地域についての 情報交換
4月24日(金) 9:45～11:15	すくすくクラブ 支援センター	身体測定 おもちゃ遊び

☎ 平内町地域子育て支援センター
 (東和保育園内) Tel758-1214

インスタQRコード▶



2月受付分

戸籍の窓口

人口と世帯
 男…4,526人(-9人)
 女…4,949人(-13人)
 計…9,475人(-22人)
 世帯数…4,687世帯(±0)
 令和8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
 宿野部 美と澄(大)浅所

ご結婚おめでとう

本籍地
 (滝本日 向 青森市
 石澤遥 菜 青森市
 (豊島生己 小豆沢
 須藤里水 第1平中)

お悔み申し上げます

喪主 住所地
 浜田良子(63) 美智也 平川
 須藤耕正(45) 幸一 第2勝田町

遠嶋 勉(67) 長博 赤坂台
 渡邊 博(76) 育子 外童子
 齋藤 胖(95) 加藤美幸 盛田
 山田 博志(87) 日吉 第2内童子
 辻村 チサ(97) 好子 間木
 畑井 ヤエ(82) 勇上 東田沢
 佐々木 ツキエ(89) 英樹 小豆沢
 船橋 勇(52) 岳斗 清水川
 亀田 和子(87) 信 清水川
 渡辺 フミエ(85) 伸一本 町
 田中 セツ子(89) 和治 盛田
 船橋 りき(89) 吉田あけみ 第2小林
 山下 辰雄(88) 正章 山口



開校とともに歩んだ72人が卒業！

3月10日(火)、平内中学校(目時聖児校長)で卒業式が執り行われました。春のやわらかな日差しが差し込む中、ときおり雪がちらつく天候となりましたが、卒業生72人が一人ひとり引き締まった表情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。

目時校長は式辞で、「本校の開校と同時に入学し、平中生として中学校の3か年を過ごした初めての卒業生です。平中生として入学から卒業まで過ごしたことを自信に変え、『主体性』『多様性』『創造性』を新天地でも発揮してほしい」とエールを送り、「困難にぶつかっても必ず乗り越えていけると信じています」とはなむけの言葉を贈りました。

また、卒業生代表として張嘉潤^{ジャンガユン}さんは、「この3年間で歩んだ仲間との絆や支えてくれた人たちの存在を胸に、目先の利益や甘い言葉に流されることなく、本当に大切なものを見極め、自分の信じた道を力強く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交わしていました。



▲凛とした表情で卒業証書を受け取る卒業生



▲答辞を述べる張嘉潤^{ジャンガユン}さん



1人分 80kcal
塩分 0.9g

外はカリッと、中はもちもち野菜がたっぷり食べられるお好み焼き風のチヂミです。おかずだけではなくおやつにもぴったりで、桜えびや粉チーズを加えるとカルシウムアップになります。

今月のcooking

にらもやしのお好み焼き風チヂミ

■ 材料(2人分)

にら・・・25g
もやし・・・40g
にんじん・・・50g
桜えび・・・2g
粉チーズ・・・大さじ1/2
水・・・25ml
サラダ油・・・大さじ1/2
中濃ソース・・・小さじ2
A { 小麦粉・・・大さじ2と1/2
片栗粉・・・大さじ1
鶏がらスープの素・・・小さじ1/2

■ 作り方

- ① にらともやしは1cmの長さに切り、にんじんは粗いみじん切りにする。
- ② ボールに①と桜えび、粉チーズを入れる。混ぜ合わせておいたAを加えてよく混ぜ、水を加えて粉っぽさがなくなるまでさらに混ぜる。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、②を4等分にして薄く焼く。焼き目がついたら裏返し、フライ返しで押しつけるように焼く。カリカリになったら器に盛りつけ、ソースをかけて完成。