



広報
のへじ
2021年 第747号
7月号

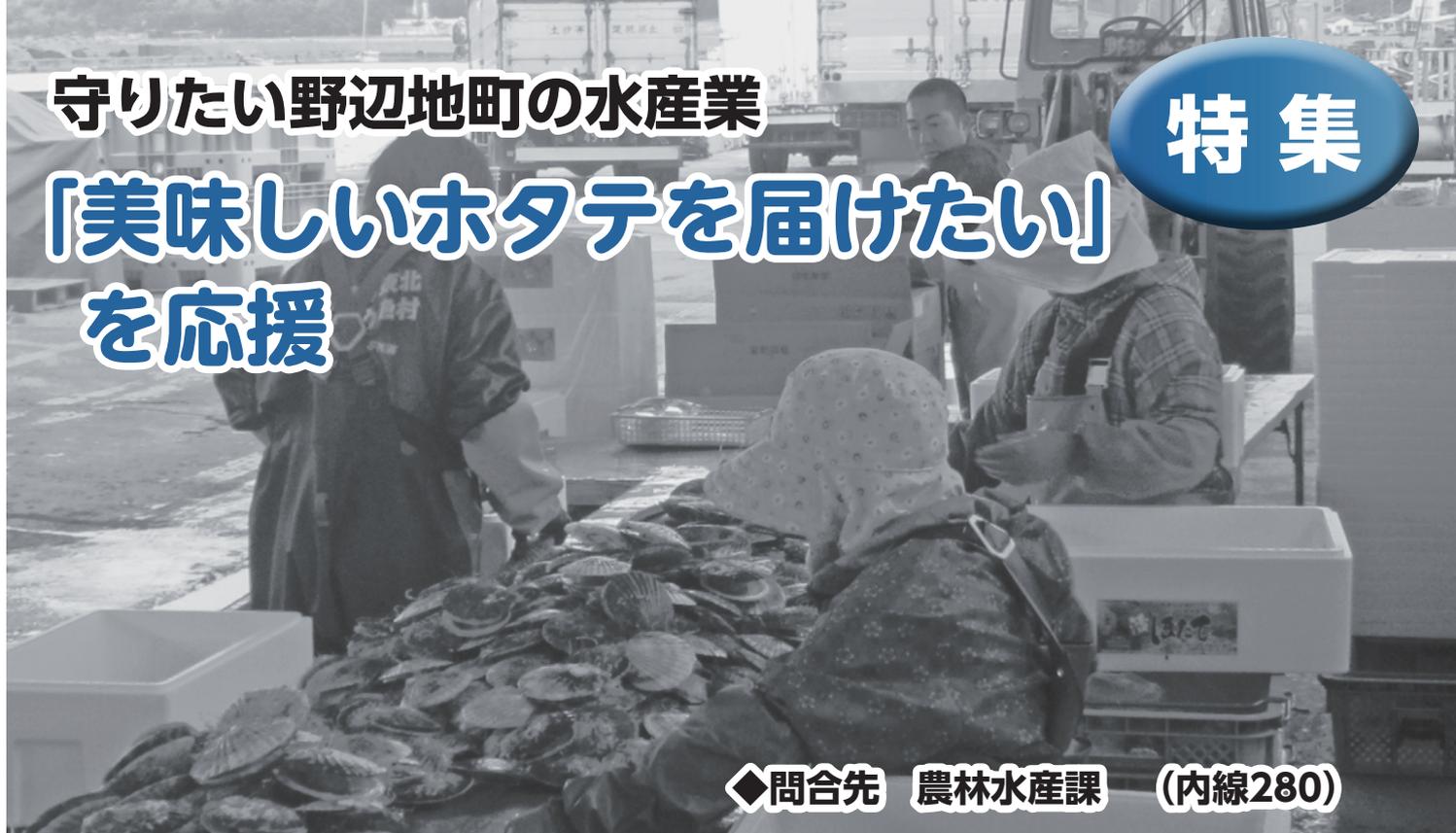
【特集】

・守りたい野辺地町の水産業
「美味しいホタテを届けたい」
を応援

表紙：「馬小 町の歴史を知る校外学習」の一コマ

守りたい野辺地町の水産業

「美味しいホタテを届けたい」
を応援



◆問合せ先 農林水産課 (内線280)

野辺地町の特産と言ったら皆さんは何を想像しますか？ホタテを頭の中に思い浮かべる人は多いと思います。また、ホタテは当町のふるさと納税の返礼品として人気商品でもあることから、町外でも『野辺地町「ホタテ』と思う人は多いのではないのでしょうか。

私たちにとってホタテは、身近な食べ物ですがどの位当町のホタテのことを知っていますか？

今回は、当町のホタテを取り巻く環境について、生産者のインタビューなどを交えながらご紹介します。

■県内における

当町の水産業の位置付け

当町の水産業区域が属する陸奥湾圏域は、2市4町1村（青森市・むつ市・外ヶ浜町・平内町・野辺地町・横浜町・蓬田村）で構成され、全部で30漁港があります。この圏域の主な漁業は養殖業で、県全体の約30%を占めます。特にホタテの陸揚量は、県全体の9割以上です。圏域の中でも当町の漁港は、ホタテ養殖の生産漁港の中で、EU等へ輸出する流通・輸出拠点漁港として重要な役割を担っています。

■顔が見える水産業を進めています

当町のホタテは、『ちまきほたて』といい、海底に直接ホタテの稚貝をまいて育てたホタテで、平成19年には商標登録されています。

また、消費者が安心して購入し、美味しく食べてもらうために次の2つの取組を行っています。

1つ目は、商品に不具合やトラブルが発生した際に、原因の特定やその対策を講じるため、商品の生産から消費までの過程を追跡するトレーサビリティシステムを導入しています。

2つ目は、HACCP（ハサップ）という製品の安全性を確保する衛生管理手法の導入です。これは国際的に認められている制度のため、当町のホタテはEU等へ出荷することが可能となります。

■現状

近年の当町のホタテ漁は、水温の変化などのためか安定した供給に支障が生じています。

また、荷さばき場の老朽化や作業場が手狭であることなどの課題があります。

そこで、ホタテの安定供給と漁業者が安心・安全に水産物の供給を行うことができるよう今年度『ちまきほたて稚貝（半成貝）放流事業』と『荷さばき所改築工事業』の2つの事業を実施します。

【今年度からスタートした町の事業】

ぢまきほたて稚貝（半成貝）放流事業

野辺地町特産である「ぢまきほたて」は、採捕が皆無に等しい状況であり、当町の漁業再生のため、ほたて稚貝（半成貝）放流に係る経費を助成します。

荷さばき所改築工事事業

衛生管理及び品質管理の向上を図ることにより、水産物のブランド化による競争力を強化するため、野辺地漁港東荷捌き施設改築について令和3年度に基本設計に着手します。



気合と根性で働いています！

ホタテ養殖一筋の若手漁師 吉田 東さんへインタビューしました



■漁師になったきっかけは？

実家がホタテ養殖を行っていて、小さい頃から手伝いをしていました。漁師になることは決めていましたが、父の「外の世界を見て来い」というアドバイスで4年間の社会人経験を経て漁師になりました。

■仕事でやりがいは？

やりがいは、2つあります。1つ目は、ホタテを一から作る事です。毎年、ホタテを作る気象条件が変わります。そこで試行錯誤して美味しいホタテを作ることにやりがいを感じています。2つ目は、自分が頑張った分だけ消費者の方から『美味しい』という言葉

が返ってくる事です。この『おいしい！』の言葉が、さらに美味しいホタテを作る原動力になっています。

■仕事で気を付けていることは？

作業で事故やケガをしないように無理をしないことです。

それと、漁場には多くの漁業者の養殖施設が全部で約1300本吊られています。自分が育てている22本の養殖場所をきちんと把握することです。

■野辺地のホタテ養殖の特徴は？

養殖する総量を抑えて、一枚一枚ホタテがたくさんプランクトンを食べて

『大きく』『甘く』なるように育てるところです。

■今後の目標は？

漁師の高齢化が進んでいます。その中で、将来の担い手を育てていくことが私の目標です。

ホタテを育てる環境は気象条件などにより毎年違います。そのため、ホタテを美味しく育てる画一的なマニュアルは存在しません。長い目で担い手を育てていきたいと思っています。

また、ほたて流通振興協会が主催している出前講座の講師として、小学生へホタテの美味しさや漁師という仕事について教え、将来子ども達が職業を選択するときの選択肢の一つになるように自分の経験を伝えていきたいと考えています。

吉田さんからの

おしらせ

『漁協朝市』開催します!!

日時：7月17日（土）
9時～10時半

場所：常夜燈公園隣
野辺地町漁協前



野辺地柴崎風力発電事業を始動



安全祈願祭の様子

当町とJＲ東日本エネルギー開発（株）、開発電業（株）の3者の出資により『野辺地柴崎風力発電合同会社』を設立し、風力発電事業を開始しました。運営する合同会社は、柴崎地区健康レクリエーション施設内に風車2基を建設中です。来年2月には運転を開始する見込みで、発電された電力は売電されます。

5月19日には、安全祈願祭が野辺地八幡宮で行われ、出席した野村町長は、「事業が農林水産業の活性化や柴崎地区健康レクリエーション施設のPRにつながってほしい」と期待を込めて話しました。

学習用タブレット(iPad)を使って勉強しています！



社会の授業でiPadを使う児童ら
(野辺地小学校を視察したときの様子)

6月1日に野村町長が、今年3月に小中学校の学習用タブレットとして整備したiPadの活用状況を視察するため、各小学校を訪問しました。

このiPadは、国が掲げる「GIGAスクール構想」に対応するため、児童へ1人1台ずつ配布し、校内Wi-Fi環境も同時に整備しました。

iPadの活用により子ども達の学習意欲が高まっており、先生は「課題についてすぐに調べたり、考えを共有したりできる。効果的に活用していきたい」と話しました。

今後、町では先生向けの研修を行い、さらなる活用を進める予定です。

町へのご寄付ありがとうございました



野辺地ロータリークラブ様が愛宕公園広場の時計塔をリニューアルしました。時計塔は、1995年に同クラブが設置、町に寄贈したものです。



のへじ青年会様から、小学校新入学児童へ鉛筆80セットいただきました。

校外学習を通して町の歴史を学びました！



馬小3・4年生の皆さん

6月9日、今年で3回目となる町の歴史を学ぶ校外学習が開催され、馬小の児童8人が歴史民俗資料館や行在所などの町内各地の歴史を「野辺地町歴史を語る会」の鈴木幹人会長と吉原久美子さんを講師として町内の史跡めぐりをしたほか、昼食には旧松浦食堂の松浦りつさんが講師となり煮和えっこなどを調理し郷土料理を堪能しました。

参加した児童は、「自分で切った大根の煮和えっこは美味しい」などと感想を話しながら郷土料理を堪能していました。

まちの お知らせ

役場 ☎64-2111

まちの人口

令和3年5月末現在（前月比）

人口	12,767名	(-28)
男	5,985名	(-13)
女	6,782名	(-15)
世帯数	6,470世帯	(-3)

無料相談案内

- 年金相談
(年金全般に関すること)
8月18日(水) 10時~15時
中央公民館
☎017-734-7498
※要予約(定員に達し次第締切)
- 人権相談
(人権擁護に関すること)
8月3日(火) 9時~12時
中央公民館
相談担当:人権擁護委員
- 弁護士無料相談
(民事・一般に関すること)
8月6日(金) 14時~
☎64-2111総務課
老人福祉センター
※要予約:7月30日(金)まで
- 行政相談
(行政に関する苦情・要望等)
7月20日(火) 10時~12時
役場相談室
- 教育相談
(しつけ・いじめ等に関すること)
月~金曜(祝日を除く)
9時~15時
教育委員会
☎090-2604-9408
- 電話介護相談
(月~金曜(祝日を除く))
9時~16時
健康増進センター ☎65-1777

国民年金への加入方法

国民年金は、基本的に日本に住む20歳以上60歳未満のすべての方が加入する義務があります。加入者は職業などによって次の3つのグループに分けており、それぞれ加入手続きが異なります。

◆第1号被保険者

20歳以上60歳未満の農業者、自営業者、学生、フリーター、無職の方などです。ご自身で、野辺地町役場の町民課国民年金窓口で行います。

◆第2号被保険者

会社や公務員などの厚生年金保険に加入されている方です。加入手続きは、勤務先が行います。

◆第3号被保険者

第2号被保険者に扶養されている、年収130万円未満の20

歳以上60歳未満の配偶者の方です。加入手続きは、第2号被保険者の勤務先を経由して行います。

会社を退職したときは、第2号被保険者から第1号被保険者への変更の手続きが必要となりますので、お早めにお手続きをお願いします。

◆問合先

◆青森年金事務所

☎017-1734-17495

◆町民課

☎64-2111(内線240)

◆保険料納付期限 6月分

令和3年8月2日(月)

「すこやか医療費 受給資格証」の 更新について

現在お持ちの「すこやか医療費受給資格証」は、7月31日で期限切れとなります。受給資格のある方には、「更新申請書」

を郵送いたしますので、手続きをお願いします。

また、8月1日を過ぎてからの更新は、窓口に来ていただいた日からになります。

更新は、窓口からになります。また、8月1日を過ぎてからの更新は、窓口に来ていただいた日からになります。

2. 父又は母から遺棄されている児童のいる家庭

3. 父又は母が精神又は身体の障がい等により労働能力を失っており常時監護が必要な家庭

4. 両親の死亡等により現に児童を扶養している家庭

※婚姻届を出してなくても事実上婚姻状態にある場合や、所得未申告の方、申請者(同居を含む)の所得額が定められた金額より高い方は受給資格が消滅・非該当となります

◆問合先 町民課 国保・後期高齢者医療・年金担当
(内線 296)

更新は、窓口からになります。また、8月1日を過ぎてからの更新は、窓口に来ていただいた日からになります。

更新は、窓口からになります。また、8月1日を過ぎてからの更新は、窓口に来ていただいた日からになります。

更新は、窓口からになります。また、8月1日を過ぎてからの更新は、窓口に来ていただいた日からになります。

更新は、窓口からになります。また、8月1日を過ぎてからの更新は、窓口に来ていただいた日からになります。

更新は、窓口からになります。また、8月1日を過ぎてからの更新は、窓口に来ていただいた日からになります。

更新は、窓口からになります。また、8月1日を過ぎてからの更新は、窓口に来ていただいた日からになります。

更新は、窓口からになります。また、8月1日を過ぎてからの更新は、窓口に来ていただいた日からになります。

更新は、窓口からになります。また、8月1日を過ぎてからの更新は、窓口に来ていただいた日からになります。

行政相談を ご利用ください

総務省は、当町の行政相談員に駒井広氏を令和3年4月1日付で委嘱しました。住民の皆さんが毎日の暮らし

の中で、行政が行う仕事についての苦情や意見・要望があったとき、身近な相談相手になるのが行政相談員です。相談は無料で秘密は厳守しますので安心です。定例相談日は、無料相談案内をご覧ください。苦情を直接申し出にくいところへ申し出たらよいかかわらない。苦情を申し出たがその措置に納得できないなどの場合、お気軽にご利用ください。



駒井 広 氏

介護保険料が変わります

◆問合せ 介護・福祉課（健康増進センター内） ☎65-1777

町民の皆様が納める介護保険料は、介護保険の大切な財源となります。当町の介護保険料は、第8期介護保険事業計画における令和3年度から令和5年度までの3年間の介護保険サービス費用額の見込みと65歳以上の第1号被保険者数をもとに算出しました。

第7期（平成30年度～令和2年度）の基準額年額73,200円



第8期（令和3年度～令和5年度）の基準額年額76,800円

■第8期所得段階別介護保険料

所得段階	調整率	対象者	年額保険料
第1段階	基準額の30%	生活保護受給者 または市町村民税非課税世帯（本人年金収入等が80万円以下）	23,040円
第2段階	基準額の50%	市町村民税非課税世帯 （本人年金収入等が80万円超～120万円以下）	38,400円
第3段階	基準額の70%	市町村民税非課税世帯 （本人年金収入等が120万円超）	53,760円
第4段階	基準額の90%	世帯に市町村民税課税者がいるが、本人市町村民税非課税 （前年の合計所得金額＋年金収入額が80万円以下）	69,120円
第5段階	基準額	世帯に市町村民税課税者がいるが、本人市町村民税非課税 （前年の合計所得金額＋年金収入額が80万円超）	76,800円
第6段階	基準額の120%	本人市町村民税課税者 （本人前年の合計所得金額が120万円未満）	92,160円
第7段階	基準額の130%	本人市町村民税課税者 （本人前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満）	99,840円
第8段階	基準額の150%	本人市町村民税課税者 （本人前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満）	115,200円
第9段階	基準額の170%	本人市町村民税課税者 （本人前年の合計所得金額が320万円以上）	130,560円

【7月初旬から介護保険料の 納入通知書を送付します】



納め忘れに注意
しましょう！

- 介護保険料は定められた納期限までに自主的に納めていただくことになっていますが、納期限までに納付されない場合には、納期内に納付した人との公平性を図るため、延滞金がかかります。このように保険料の滞納は、納入者にとって不利益になりますので、納期内の納付にご協力ください。
- 介護保険は、社会全体で介護の負担を支え合う制度です。誰もが安心してサービスを受けられるよう、介護保険料の納付にご理解・ご協力をお願いします。
- 介護保険料を納めないでいると滞納している期間に応じて給付制限が加わりますので、滞納のないよう納めましょう。

後期高齢者医療被保険者の皆様へ

◆問合先 町民課 国保・後期高齢者医療・年金担当 ☎64-2111
青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821

○「被保険者証」の更新

被保険者証をお持ちの方に、8月から使用する新しい被保険者証を7月下旬に郵送します。お手元に届きましたら、記載内容をご確認ください。期限の切れた被保険者証は破棄するか返還してください（郵送可）。

※令和2年中の所得状況によって、8月1日から医療機関窓口での自己負担割合が変わる場合があります。

※新しい被保険者証の有効期限内であっても、所得や世帯構成の変更、国による自己負担割合の見直し（令和4年10月以降を予定）などにより、自己負担割合に変更が生じた場合には、改めて更新されます。

○「限度額適用・標準負担額減額認定証」及び「限度額適用認定証」の更新

現在これらの認定証を交付されている方で、所得状況等によって引き続き認定される方には、8月から使用する新しい認定証を7月下旬に郵送します。更新手続きの必要はありません。

新たにこれら認定証の交付を希望する方は、被保険者証と印鑑、個人番号がわかるもの（通知カードまたはマイナンバーカード）を持参の上、役場国保の窓口で手続きしてください。

○令和3年度の青森県後期高齢者医療保険料について

<div style="border: 1px solid black; background-color: #e0f0ff; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">均等割額 [被保険者全員が納める額]</div>	+	<div style="border: 1px solid black; background-color: #e0f0ff; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">所得割額 [所得に応じて納める額]</div>	=	<div style="border: 1px solid black; background-color: #e0f0ff; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">保険料額 (限度額64万円)</div>
44,400円		基礎控除後の所得×8.30%		

※均等割額、所得割率はこれまでと変わりません。

※基礎控除後の所得とは、前年の総所得金額等から基礎控除額（43万円）を差し引いた額です。

○保険料の軽減措置について

■所得が低い方の軽減

- ・同一世帯内の被保険者及び世帯主の所得額に応じて、均等割額の軽減が受けられます。令和3年度は次のとおりです。

世帯の所得額の合計	軽減割合
43万円+10万円×（給与所得者等（※1）の数－1）以下	7 割
43万円+（28万5千円×被保険者の数）+10万円×（給与所得者等（※1）の数－1）以下	5 割
43万円+（52万円×被保険者の数）+10万円×（給与所得者等（※1）の数－1）以下	2 割

※1 給与所得者等（給与所得を有する者または、公的年金等に係る所得を有する者が2人以上いる世帯に適用）

■被用者保険の被扶養者であった方の軽減

- ・後期高齢者医療に加入してから2年間は、均等割額が5割軽減されます。所得割額の負担はありません。

※ 被用者保険とは、全国健康保険協会管掌健康保険、船員保険、健康保険組合、共済組合などです。

※ 世帯の所得が低い方は、より高い均等割額の軽減（7割軽減）が受けられます。

国民健康保険被保険者証更新のお知らせ

◆問合せ 町民課 国保・後期高齢者医療・年金担当 ☎64-2111 (内線241)

現在お使いいただいている国民健康保険被保険者証の有効期限は、令和3年7月31日までとなっているため、新しい被保険者証へ更新となります。

新しい被保険者証は、7月下旬に各世帯に普通郵便にて郵送しますので、令和3年8月1日からお使いください。期限の切れた古い被保険者証は使用できませんので、各自で責任を持って、ハサミを入れるなどして破棄して下さるようお願いいたします。

万が一、新しい被保険者証が届かなかつたり、記載事項に誤りがある場合はご連絡ください。ただし、国民健康保険税を滞納している方については、納税相談のうえ窓口での更新となりますので、ご了承ください。

- ◆ 医療機関などには、必ず被保険者証の原本を提示してください。
- ◆ 職場の健康保険に加入した場合、又は被扶養者になった場合は、役場と受診されている医療機関等へお届けください。
- ◆ 他市町村に転出される場合（学生は除く）は、必ず被保険者証をお返してください。
- ◆ 交通事故等第三者行為による傷病で診療を受けた場合は、必ず町民課・国民健康保険担当へ申し出てください。

地域おこし協力隊 コラム

のへじ不思議発見 その①



横井 さくらさん

皆さんまいどです。
地域おこし協力隊として大阪から来ました横井さくらと申します。

どうぞ宜しくお願いします。
野辺地町に来ておもしろいなあと思うことが、ようさんあります。その一つは見たことない植物があっちこちに生えていることです。

珍植物写真フォルダに蓄積されていて、わからんままのものがようさんあるんです。

また、桜やたんぽぽなどの見慣れた花も、こちらは肉厚ボリュウム感で、関西の友人たちに写真を見せるとみんなビックリしてはります。毎日驚きと発見があつてめっちゃええ町やなあとワクワクしています。

そこで野辺地町に生息する植物の名前や特徴にもっともっと詳しくなりたいので、みなさんに教えてくださいますか。

◆連絡先

野辺地町観光協会
☎64-19555

←4月下旬の様子



←5月中旬の様子



【写真情報】4月下旬から5月にかけてマックスバリュ付近の県道脇で沢山見かけました。5月中旬にはぐるぐるが開いてきました。

**第29回青森県民駅伝競走大会
出場候補選手募集のお知らせ**

第29回青森県民駅伝競走大会
(9月5日開催)へ出場する選
手候補を募集します。脚力に自
信のある方、野辺地町チームの
一員として走りたい方の応募を
お待ちしております。

◆選手選考会

◆第1回 7月4日(日)
9時から11時まで

◆第2回 7月11日(日)
9時から11時まで

◆場所 運動公園陸上競技場

◆対象及び距離

- 小学生(4〜6年) 男子1000m
- 小学生(4〜6年) 女子1000m
- 中学生 男子3000m
- 中学生以上 女子2000m
- (高校生・一般含む)
- 高校生以上 男子5000m

◆選手選考会は2日間実施しま

す。その結果を参考に代表選
手を決定します。

◆申込先 社会教育・スポーツ課

☎64-21119

**「東京2020パリンピック
採火式観覧者募集**

東京2020パリンピック
開催に向け、全国各地で共生や
パリンピックへの思いを込め
た火をおこす式典(採火式)を
当町で開催します。

採火式の観覧を希望される方
は事前申し込みが必要となりま
すので、応募方法をご確認のう
え、お申し込みください。

◆開催日時 8月15日

10時〜(受付 9時半〜)

◆場所 柴崎地区健康レクリエー
ション施設

◆募集期間

7月1日〜20日 17時まで

◆募集人数 30人

◆募集対象

- ・町内在住の方
- ・採火式の模様は動画撮影し、
後日、町のSNS等で配信を
予定していることから、動画
に映っても差し支えない方
(当選決定後、同意書を提出
していただきます)

◆応募方法

申込先へメール、FAX及び
郵送

①郵便番号・住所

②申込者氏名(フリガナ)

③電話番号

④会場までの移動手段(町での
送迎も検討していますので、
送迎を希望する方は町送迎希
望とご記入ください)

①〜④を記入のうえ、申し込
みください。

◆選考方法

応募人数が30人を超える場合、
抽選となります。

◆当選発表

8月2日(月)までに当選者
の方にのみ、文書でお知らせし
ます。

◆注意事項

◆会場となる柴崎地区健康レク
リエーション施設は8月13日
より一部エリアの利用が制限
されます。

◆新型コロナウイルス感染症の
状況により無観客での開催又
は実施内容の変更や中止とな
る場合があります。

◆申込・問合せ先

〒039-1313

野辺地町字野辺地1番地15
中央公民館内

野辺地町教育委員会 社会教
育・スポーツ課

☎64-21119

FAX 64-13604

E-mail syakai@town.
noheiji.jp

**「健康ウォーターマリン
スタンプラリー2021」
参加者募集について**

今年も歩きます仙台まで!!
健康増進、運動不足解消のため
にプールの中を歩かせませんか?
配布されるスタンプカードを提
示すれば入館料が410円から
210円になります。

この機会にぜひご参加くだ
さい。

◆期間 7月15日(木)〜
翌年3月13日(日)

◆場所 サン・ビレッジのへじ

◆対象 20歳以上の町民
(先着200人)

◆募集 7月3日(土)から
定員になり次第終了

◆問合せ・申込先

サン・ビレッジのへじ
☎64-9777



**令和3年度甲種防火管理
新規講習の開催について**

北部上北広域事務組合消防本
部では、甲種防火管理新規講習
を開催しますので、防火管理義
務がある対象物の方又は受講を
希望される方は、この機会にぜ
ひご受講ください。

◆講習日時 (2日間)

9月16日(木)9時〜16時

9月17日(金)9時〜14時40分

◆場所

野辺地中央公民館

◆申込方法

最寄りの消防署で申込書に所
定事項を記入のうえ、受講料4,
500円を添えてお申込みくだ
さい。

◆受付期間

8月4日(水)〜18日(水)まで

◆受付時間

平日 8時半〜17時まで
(定員50人になり次第締切ります
のでお早めにお申込みください)
※新型コロナウイルスの拡大状況

などにより講習を中止する場
合があります。

◆問合せ 消防本部予防課

☎64-0650

※北部上北広域事務組合ホーム
ページでもご覧いただけます。
[http://hokubukamkita.
org/shobor/](http://hokubukamkita.org/shobor/)

**原子力発電施設等研修・
原子力関連技術研修のご案内**

県では、原子力施設関連業務
への参入に当たって必要とされ
る専門的な技術や資格等を有す
る人材を育成し、県内企業の原
子力施設関連業務への参入を促
進するための研修を開催します。
原子力分野に全く経験のない
方も歓迎しますので、お気軽に
お問合せください。

◆研修内容 ホームページより
ご確認ください。

◆受講料 無料

◆研修場所

◆東北町 青森原燃テクノロ
ジーセンター

◆六ヶ所村 青森県量子科学セ
ンター等

◆主催

青森県エネルギー総合対策局

◆問合せ先

株式会社青森原燃テクノロ
ジーセンター(業務委託先)
☎0175-163-4671
FAX 0175-163-4681
ホームページ
<http://www.agtcinc.co.jp>

野辺地町職員採用試験のご案内

◆申込・問合せ 〒039-3131 青森県上北郡野辺地町字野辺地123-1
総務課 人事担当 ☎ 0175-64-2111 (内線289)

令和4年4月採用予定の野辺地町職員の採用試験を下記のとおり行います。

■職種・受験資格等

職種 (試験区分)	採用 予定数	受験資格	受験申込受付期限
一般事務 (高校卒業程度)	若干名	<ul style="list-style-type: none"> 平成7年4月2日以降に生まれた方 高等学校を卒業した方、又は令和4年3月31日までに高校卒業見込の方 ※大学を卒業又は卒業見込みの方は除く 	令和3年 7月28日(水)まで 郵送の場合は、7月28日必着
身体障がい者採用枠 一般事務 (高校卒業程度)	1名	<ul style="list-style-type: none"> 平成7年4月2日以降に生まれた方 高等学校を卒業した方、又は令和4年3月31日までに高校卒業見込の方 身体障害者手帳の交付を受け、障がいの程度が1級から6級までの方 自力により通勤ができ、かつ介護者なしに職務の遂行が可能な方 活字印刷文による出題に対応できる方 	

■試験日・試験会場等

(1) 1次試験

職種	試験日	試験会場	試験内容
一般事務	令和3年9月19日(日)	青森市内予定	教養試験、各種検査
一般事務 身体障がい者採用枠	令和3年9月19日(日)	青森市内予定	教養試験、各種検査

(2) 2次試験

試験日……1次試験合格者に通知します。 試験内容……作文試験、面接試験を予定

■受験申込方法

次の書類を役場総務課へ提出してください。

①受験申込書 ②履歴書(顔写真貼付) ③最終学歴の卒業証明書(開封無効) ④成績証明書(開封無効)

⑤顔写真1枚(縦4cm×横3cmとし、申込前3ヵ月以内に撮ったもので履歴書に貼付した写真と同じものとして)

⑥身体障がい者採用枠に申し込む方は、身体障害者手帳の写し

※①及び②は役場総務課で配布するほか、町ホームページからもダウンロードできます。

■その他

日本国籍を有しない方及び地方公務員法第16条に該当する方は受験できません。

野辺地町のみならず、
おまかせください!!

住まいのトラブル!!

困った? 解決します!!

便利くんスタッフが
ご自宅までご訪問いたします!!

見積
無料



水まわり・台所
ボイラー・ストーブの修理
草刈りだってなんでも
ボクにオマケせ!!

空き家・長期不在の困り事点検も
お気軽にご相談ください

ぶんちゃん

受付時間 午前8:30▶午後5:30

通話
無料

イクヨ キューキューキュー
0120-194-999

野辺地店 0175-64-7311

かんぶん 便利くん

**学校や家庭の悩みは
相談室へ行こう！**

教育委員会では勤労青少年ホーム内において教育相談室を開設しています。子どもと保護者の応援団として専門の相談員が対応します。

◆対応内容

①教育相談（来室・電話相談）

登校しぶりや不登校、発達障害の疑い、いじめや交友関係、学校との関係等のほか、幼児から高校生までの子育てでお悩みのご相談ください。

◆相談できる方

幼児、小中高生、保護者

◆相談受付日時

9時～15時

月～金(祝日・年末年始を除く)

②通室相談（適応指導）

不登校（傾向）のお子さんや保護者の不安や悩みを軽減し、いろいろな活動を通してお子さんの学校復帰や社会的自立の支援を行います。通室にあたっては通室届が必要となります。

◆通室できる方

小・中学生

◆通室可能日時

月・火・木・金曜日

9時半～14時半

水曜日

9時半～12時

◆場所

勤労青少年ホーム内 教育相談室
(野辺地町字中道20-1)

◆相談受付・問合先

勤労青少年ホーム内 教育相談室
☎090-2604-9408
学校教育課
☎64-2119

**「子ども見守り隊」を
募集します!!**

教育委員会では、各小学校の見守り隊として一緒に活動していただける方を募集しています。隊員の活動はボランティアで、児童の登下校時や緊急時に地域の各所に立って児童の安全を見守ることが主になります。他にも各地域で様々な活動を行っていますので、子どもと地域のためにご協力が可能な方は、ご応募をお待ちしています。

◆連絡先

- ・野辺地小学校見守り隊応募
野辺地小学校
☎64-2271
- ・若葉小学校見守り隊応募
若葉小学校
☎64-0817
- ・馬門小学校見守り隊応募
馬門小学校
☎64-0811
- ・その他問い合わせ先
学校教育課
☎64-2119

**高校生学力向上短期講座
の参加者を募集します**

教育委員会では、町内在住の高校生等を対象として、熟講師を招き、学力向上を目的とした短期講座を開催します。

◆日付 7月26日(月)～

7月30日(金)まで(5日間)

◆時間 8時半～12時50分

(初日のみ8時15分から)

◆場所 中央公民館

◆募集対象

町内在住の高校2・3年生

◆受講料 2千円

◆募集人数 若干名

◆募集締切 7月12日(月)まで

◆申込方法

受講を希望される方は、申込書に必要事項を記入の上、学校教育課(中央公民館内)へ提出してください(FAXによる提出可)。

※申込書は町ホームページからのダウンロード、もしくは学校教育課で受け取れます。

◆その他

講座の時間割等の詳細な内容は町ホームページに掲載しています。

◆問合先 学校教育課

☎64-2119
FAX 64-13604

PCB廃棄物の期限内の処分をお願いします

◆問合先 青森県環境保全課 ☎017-734-9584

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用されてきました。しかし、人体に有害であることが分かり、昭和47年に製造が中止されたものの、今でもPCBを含んだ機器が発見されています。

PCB廃棄物は、期限内に処分することが義務付けられており、期限までに処分しなかった場合、法律により罰せられることがあります。PCBが使用された電気機器がないか確認し、発見された場合は、県などへの届出や処分をお願いします。

◆PCB廃棄物の処分期限

種	類	処分期限
高濃度 PCB廃棄物	変圧器・コンデンサー等	令和4年(2022年)3月31日
	安定器等	令和5年(2023年)3月31日
低濃度PCB廃棄物		令和9年(2027年)3月31日

詳しくは、青森県HP

PCB 検索



としよだより

☎64-2195

今月の休館日
 ※毎週月曜日
 ※祝日 7月22日(木)海の日、
 7月23日(金)スポーツの日
 ※館内整理日 7月30日(金)

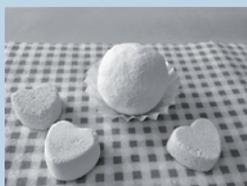
- 英会話クラブ
12日・26日(月)
15時半～
(中央公民館2階)
- ブックスタート
14日(水) 9時半～
(6か月児健診・
健康増進センター)
- ヨチヨチおはなし会
(3歳未満児向け)
9日(金) 10時半～
(図書館2階 視聴覚室)
- 朗読の会「秋桜」
8日(木) 10時～
定例会(中央公民館)
- ブックスタートプラス
5日(月) 8時40分～
(1歳6か月児健診・
健康増進センター)

【図書館イベント】

おはなし工房夏休みスペシャル
“シュワ シュワ～バスボム”を作ろう!

日 時：7月31日(土)
 14時15分～

内 容：読み聞かせと工作会
 対象等：子ども18人
 ところ：視聴覚室
 参加料：無料
 申込先：図書館 ☎64-2195
 その他：申込多数の場合は、入替制。



バスボム(入浴剤)

夏休み読書マラソン

完走を目指して、読書マラソンに参加してみませんか。

期 間：7月27日(火)～8月22日(日)
 対 象：町内の幼児、小学生、中学生
 冊 数：幼児、小学生は、課題図書5冊を含む
 25冊。中学生は、課題図書3冊を含む
 5冊。

開館時間延長のお知らせ

夏休み期間中に限り、次の日程で開館時間を1時間延長します。

- 延長実施日 7月28日(水)、8月4日(水)、11日(水)、18日(水)
- 延長日開館時間 午前9時～午後6時

図書館おすすめの到着本(入荷予定本)	
書 名	著 者 名
琥珀の夏	辻 村 深 月
黒牢城	米 澤 穂 信
うらんぼんの夜	川 瀬 七 緒
基本調味料で作る5分麺	市 瀬 悦 子

ミニギャラリー	
七夕飾り	7/1(木)～7/11(日)
本の展示	
七夕の本展	7/1(木)～7/29(木)
夏休みにおすすめの本展	7/20(火)～8/22(日)

サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ5,000万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

クーちゃん
 この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

7月13日(火)2種類同時発売! 発売期間 7/13(火)～8/13(金)
 抽せん日 8/25(金)
 公益財団法人青森県市町村振興協会 各1枚 300円

木の事でお悩みの方、お電話ください

- 伸びすぎた庭木や家の周り木
- 枝払いをしたい木 ○老木や危険な木

————— 相談・見積りは無料です —————
 タラノ木 11の4
(有)赤川林業土木 TEL:64-3885 TEL:64-0249

20年以上の実績・解体工事も!!

**「働く一歩を踏み出す！」
野辺地出張相談について**

長期に職業に就けず悩んでいる方や学校中退者、進路未決定での学校卒業生などを対象に、就職に向けた支援を行っています。

◆対象者 15歳～49歳までの方
◆予約制、相談・講座無料

◆野辺地出張相談【場所】
野辺地町字昼場12-1
ハローワーク野辺地2階

◆出張日
第2・4木曜日（祝日除く）

◆問合先
前日までに『あおもり若者サポートステーション』までご連絡ください。

☎0177-77515301
受付時間8時半～17時15分

**「野辺地町過疎地域持続的
発展計画(案)」「パブリック
コメントの実施について」**

「野辺地町過疎地域持続的発展計画(案)」(前期計画期間：令和3年度～令和7年度)について、次のとおり皆様からのご意見を募集します。

◆閲覧場所
町ホームページ、地域戦略課、役場第一庁舎、野辺地町中央公民館、図書館、健康増進セ

ンター、馬門公民館、町立体育館、勤労青少年ホーム、屋内温水プール

◆閲覧期間
令和3年7月16日(金)～
令和3年7月30日(金)まで

◆意見の提出期限
令和3年7月30日(金)

◆意見の提出方法
地域戦略課へ持参、郵送(必着)、FAX又はメール

(chiki@town.noheji.g.jp) にご提出ください。

*意見書の様式は任意ですが、住所、氏名、電話番号を必ずご記入ください。

◆問合先
地域戦略課(内線265)
FAX 64-7130

上北地域の若い世代の「地域」に対する意識調査への協力をお願い

上北地域県民局では、上北地域の働く世代や子育て世代の「地域」に対する意識や地域活動への関わり等を把握し、これからの地域コミュニティづくりに向けた課題等を整理するため、意識調査を実施することになりました。回答へのご協力をお願いします。

◆回答期日
令和3年7月14日(水)まで

◆注意点を

・回答はおひとりにつき1回のみです。

・いただいた回答は、個別に利用・公表されることはありません。

◆問合先
上北地域県民局地域連携部地域支援チーム
☎0176(22)8194
(株)エンジヨブ(委託先)
☎0176(51)3440

※お手持ちのスマートフォン等でQRコードを読み取るとアンケート画面へ直接アクセスできます。

◆プレゼント
アンケートにお答えいただいた方には...
が当たるチャンス!
抽選結果をお楽しみに!

◆規格
青森県統計協会発行の「青森県民手帳」の予約受付をします。

◆ページ
本体176ページ
別冊80ページ

◆サイズ
150mm×85mm×12mm

◆カバー
全7色

【通常版】

①カシスブラック(黒)
②スチューベンパープル(紫)
③寒ほうれんそうグリーン(緑)
④雪にんじんオレンジ(橙)
⑤りんごレッド(桃)

価格 600円(税込)

◆限定版
⑥ござん刺し模様(紺)
⑦菱刺し模様(浅葱)

価格 800円(税込)

◆予約締切 7月30日

◆納品時期 11月15日(月)予定

(納品後、電話連絡します)

◆注意事項
通常版と限定版で価格が異なります。

・限定版は印刷部数が少ないため、お一人様あたり1冊までのご予約とさせていただきます。

◆問合・予約申込先
地域戦略課 企画政策担当
(内線265)

児童館行事
☎(64)3106

◆七夕会
7日(水) 16時～

◆避難訓練
24日(土) 10時半～

★お願い
夏休み利用する児童は、帽子を忘れずに持ってきてましょ。

60歳からの助だち人生

毎日は嫌。長時間は嫌。でも少しは働きたい…。
そんな、60歳以上の「働きたい!」の「力」になります!

随時(土日・祝除く)入会説明会を開催しております。お気軽にお問合せください!

野辺地町シルバー人材センター
(公社)青森県シルバー人材センター連合会

野辺地町字前田1-7
老人福祉センター内
☎: 0175-64-0401

青森市中央1丁目25-3
青森共栄火災ビル4階
☎: 017-732-5757



こんにちは。町長の野村です。

8月に予定している生活支援、経済活性化対策の新しい取組について主なものをお伝えします。

- ① 65歳以上の町民の皆さんへ、お一人10,000円の商品券を
- ② 18歳までのお子さんのいる世帯へ、10,000円の商品券を子ども1人1人お配りします。
- ③ プレミアム付き商品券発行事業を支援します。10,000円の商品券を8,000円で購入していただくことができます。
- ④ バス、タクシー会社、飲食店への直接支援を行います。

このように町民の方々の生活費の一助として、また町内の商店や企業の活性化に少しでも役立てていただけたらと思います。

新型コロナウイルス感染者の減少やワクチン接種が進展してきていますが、いましばらくはこれまでと同じくマスク着用、三密を避けるなどの「新しい生活様式」でお過ごしいただきますようご理解とご協力をお願いします。

町長コラム

『未来につなげる
幸せを創る』

NO3. 生活支援、経済活性化
対策の新しい取組



〔6月定例会 提案理由説明の様子〕

令和3年度自衛官等募集のご案内

種 目		資 格	受 付 期 間	試 験 期 日	試 験 場 所
防衛大学校学生	一般	18歳以上21歳未満の方 ◎高卒者又は高専3年次 修了者（見込含）	7月1日(休) ～10月27日(休)	1次：11月6日(土)・7日(日) 2次：12月7日(火)～11日(土)*	別途各人に連絡します。
防衛医科大学校 医 学 科 学 生	7月1日(休) ～10月13日(休)		1次：10月23日(土) 2次：12月15日(火)～17日(金)*		
防衛医科大学校 看 護 学 科 学 生	7月1日(休) ～10月6日(休)		1次：10月16日(土) 2次：11月27日(土)・28日(日)		
航 空 学 生	海：18歳以上23歳未満の方 空：18歳以上21歳未満の方	7月1日(休) ～9月9日(休)	1次：9月20日(月) 2次：10月16日(土)～21日(休)* 3次：(海)11月19日(金)～12月15日(火)* (空)11月13日(土)～12月16日(休)*		
一 般 曹 候 補 生	18歳以上33歳未満の方	7月1日(休) ～9月6日(月)	1次：9月16日(休)～19日(日)* 2次：10月9日(土)～24日(日)*		
自 衛 官 候 補 生	18歳以上33歳未満の方	4月1日(休) ～9月6日(月)	9月24日(金)～10月3日(日)*青森地本		
予備自衛官補	一般	18歳以上34歳未満の方	7月1日(休) ～9月17日(金)	10月2日(出)～5日(火)*	
	技能	18歳以上で国家免許資格等を有する方			

* 試験期日については、いずれか一日を指定されます。

◎ 試験日程は変更する場合がありますので、細部は下記までお問い合わせください。 misawasyo インスタグラム

〒033-0037 三沢市松園町三丁目6-16 中野プラザビル2F (ユニバース松園店隣)
自衛隊青森地方協力本部 三沢募集案内所
電話、FAX 0176-53-1346 (平日：09：00～17：45)
E-mail:aomori.pco.misawa@rct.gsdf.mod.go.jp



第71回社会を明るくする運動のお知らせ

《この運動の趣旨》

すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な地域社会を築くため、「社会を明るくする運動」犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラを推進する。

《この運動が目指すこと》

- ① 犯罪や非行を防止し、安全で安心して暮らすことのできる明るい地域社会を築くこと
- ② 犯罪や非行をした人が再び犯罪や非行をしないように、その立ち直りを支えること

《活動計画》

- ①のぼり旗掲出
期間 6月末～7月末
- ②場所
野辺地小・若葉小・馬門小・野辺地中・中央公民館・役場
- ③朝のおはようあいさつ運動
日時 7月1日(木)
7時15分～7時45分
- ④場所
野辺地小・若葉小・馬門小・野辺地中・野辺地駅周辺
- ⑤学校訪問(作文コンテスト応募依頼等)
- ⑥日時 7月実施予定

第16回野辺地町児童・生徒書道作品展

- 日時 10月実施予定
- ⑤内閣総理大臣・青森県知事メッセージ伝達式

◆期日未定

◆問合先

野辺地地区更生保護サポートセンター
(野辺地町青少年体育センター内 平日9時～15時)

☎64-52364

土砂災害警戒区域等の現地調査について

青森県では、土砂災害防止法に基づき現地調査を行い、土砂災害警戒区域等を指定しています。野辺地町では前回指定が平成26年に完了し、県と町が協力して警戒避難体制の整備を進めています。

今年度、前回調査からおおむね5年が経過することに伴い、地形の改変等を確認・指定内容に反映させることを目的として現地調査を行う予定です。調査員が個人の土地に立ち入り、斜面等の状態を確認することがありますので、ご理解とご協力の程よろしくお願ひします。
(調査期間：7月～12月予定)
※調査員は、青森県職員のほか、調査業務受注者(砂防エンジニアリング株式会社)となり

ます。いずれも上北地域民局長が発行する身分証明書を携帯していますので、不審な場合は身分証明書の提示を求めてください。

◆問合先

上北地域民局 地域整備部
河川砂防施設課
☎0176-23-4329

上北地方教育・福祉事務組合職員募集

◆募集人員

一般行政職(高校卒業程度)若干名

◆応募資格

詳細については、職員募集要項をご覧ください

◆募集締切 7月27日(火)

※当日消印有効

◆試験日

①一次試験 9月19日(日)
試験場所 青森市

②二次試験

一次試験合格者に通知します

◆申込手続

職員募集要項及び受験申込書の入手方法について

①上北地方教育・福祉事務組合事務局庶務課で直接入手

②上北地方教育・福祉事務組合ホームページで職員募集要項

及び受験申込書をダウンロードしてください

※「上北地方教育・福祉事務組

①で検索

③郵送で請求する場合は、封筒の表に「受験申込書請求」と朱書きし、1200円切手を貼った宛名明記の返信用封筒(角形2号)を同封の上、問い合

わせ先に請求してください

◆問合先

上北地方教育・福祉事務組合事務局庶務課
〒039-1257-1
七戸町字蛇坂55-8
☎0176-62-5154

令和3年度環境研セミナーを開催します

身近にある放射線に関する話題をご紹介します。ぜひ、ご参加ください。

◆内容

「がんと放射線」

東京大学医学部附属病院放射線科 総合放射線腫瘍学講座 特任教授 中川恵一

※講師はZoomでの講演になります。講演後の質疑も可能です。

◆日時 7月16日(金)

15時～16時(開場14時半)

◆場所

六ヶ所村文化交流プラザ「スワニー」第1～4大会議室

◆参加費 無料

◆申込方法

FAX、郵送または電子メー

ルにて事前にお申し込みください。

◆申込先

〒039-1321-2

上北郡六ヶ所村尾駱家ノ前1-7

(公財)環境科学技術研究所

企画・広報課

☎0175-171-1240

FAX 0175-172-13690

E-mail: kanken@ies.or.jp

HP: http://www.ies.or.jp/

令和3年5月末の交通人身事故発生状況(野辺地警察署)

区分	令和3年						昨年			前年比		
	5月中(単月)			5月末(累計)			5月末(累計)			発生	死者	傷者
	発生	死者	傷者	発生	死者	傷者	発生	死者	傷者			
野辺地町	0	0	0	4	0	4	4	0	5	+0	+0	-1
横浜町	0	0	0	4	0	4	1	0	1	+3	+0	+3
六ヶ所村	1	0	1	8	0	9	1	0	1	+7	+0	+8
合計	1	0	1	16	0	17	6	0	7	+10	+0	+10

登録統計調査員を募集しています！

◆申込・問合せ先 地域戦略課 ☎0175-64-2111（内線265）

調査員のお仕事してみませんか？

当町では、国が実施する各種統計調査員に従事してくださる方（登録統計調査員）を随時募集しています。統計調査に興味のある方、また、専業主婦や定年を迎えられた方、何らかの形で地域貢献活動をしたい方、空き時間の範囲内でどうぞお力をお貸しください。「登録統計調査員」とは、統計調査員として継続的に活動することを希望し、あらかじめ当町に登録いただいた方です。統計調査が実施される1～2ヶ月前に、町から調査活動を依頼させていただきます。

【募集資格】

- ・健康な20歳以上の方（男女問わず）
- ・責任を持って調査事務を遂行できる方
- ・調査で知り得た情報の秘密を守る方
- ・警察、選挙、税務に直接関わらない方

【仕事の内容】

- ・調査員説明会への出席
- ・担当する地域の確認
- ・調査についての説明と調査書類の配布
- ・調査票の回収・点検・整理・提出

【応募方法】

登録を希望される方は、野辺地町統計調査員登録申請書（地域戦略課または町HPでダウンロード可）に必要事項を記入し、ご提出ください。

救急キット登録事業について （医療・介護連携情報共有システム）

◆問合せ先 介護・福祉課（健康増進センター内） ☎65-1777

救急医療情報キット事業とはどんな事業ですか

この事業は、救急搬送された際に、迅速に医療へ繋げることを目的とし、65歳以上の高齢者や障がいのある方等を対象としています。

主治医や緊急連絡先等の医療情報を専用の容器に入れ、自宅の冷蔵庫に保管しておくことで、万一の緊急時に備えるものです。登録した医療情報は電子化し、公立野辺地病院・消防署へ情報提供します。

【既に登録済みで 登録内容に変更が生じた方】

最新の情報が必要です。

更新申請をお願いします。

例) 緊急連絡先が変更になった。保険証、薬の内容、病院（主治医）が変わったなど。

【新規で申請する方】

申請用紙に必要事項を記入し捺印の上、健康増進センター（介護・福祉課）へ提出します。

* 本事業は民生・児童委員、居宅介護支援事業所のご協力を頂いています。



【写真①野辺地八幡宮 撮影年不明】
大正の頃撮影されたとされている写真。現在と本殿外観が違いますが、御神燈は姿を変えずに存在しています。



【写真②様々な石造物
2018・20 (平成31・令和2年) 年撮影】
左から馬門地区の板碑・愛宕公園の松尾芭蕉の句碑・常光寺の常夜燈と手洗石。こういった石造物には、誰が・いつ・なんのために作ったかという情報が刻まれていることがあります。ここでは詳細な説明はしません。興味のある方は、実物を見て、謎解き気分で石造物からどんなことがわかるのか探ってみてはいかがでしょうか。



これら石造物の中には、北前船の寄港地として栄えた野辺地らしさを
実感できるモノもあります。代表的なものが「浜町の常夜燈」。これは、
1827 (文政10) 年、野辺地の豪商・野村治三郎が瀬戸内海塩飽諸島(現
在の香川県)の商人・橘屋吉五郎へ注文し、北前船によって野辺地港へ運ば
れ建立されたもの。ほかにも、野辺地八幡宮の御神燈、常光寺の常夜燈・手
洗石、西光寺の手洗石、愛宕公園の石畳が、北前船によって運ばれてきたと
わかっています。気づかぬところに、実は野辺地の歴史を物語るモノが隠れ
ていることがわかる一例です。

(文責・資料館 山崎)

野辺地の「石造物」…【歴史項目】 野辺地町内の石碑・石仏や常夜燈・石燈籠・手洗石等
の石で作られた物のこと。多様な種類の石造物があり、その多くは神社・仏閣等で目に
することが出来る。町の石造物は、町内外の北前船主や商人等によって寺社仏閣へ寄進
されたものが多く、北前船によって遠くから運ばれてきたものであることが特徴。北前
船によって栄えた港町らしさや、当時の信仰を現在に伝えるモノとなっている。

常夜燈や石燈籠、石碑等、石で作られた文化財。これらは「石造物」と呼
ばれる、町内の神社やお寺、道端や公園等であり、私たちの生活の中で目
にする機会の多い文化財です。

【写真③校外学習で見学される浜町の常夜燈 2021 (令和3) 年6月撮影】
町内の石造物代表と言える勿論この方。日本遺産「北前船寄港地・船主集落」にも
認定されている文化財です。最近では町内小学校の校外学習(ふるさと学習)の見
学コースになっており、子どもたちの学習の手助けもしています。江戸時代から働くス
ゴイ子です。

上十三・十和田湖広域定住自立圏域内の
イベントやモデルコースなどの情報を
公開しています。ぜひご覧ください。



【問合せ先】
上十三・十和田湖広域定住自立圏観光推
進協議会事務局(十和田市商工観光課内)
☎0176-51-6771

●おいらせ町

高校生レストラン「キッチンいちょうの森」
お持ち帰りできるお弁当を販売します。(限定100食)
<メニュー> 結(ゆい)弁当…800円(税込)
・日 時 7月3日(土)
整理券配布 9時～ 弁当引き渡し 11時～
・場 所 百石高校
※無くなり次第終了です

【問合せ先】
百石高校・食物調理科調理クラブ
☎0178-52-2088



町の ほけん だより

問い合わせ先

健康増進センター内

健康づくり課

住所：前田5番地2

TEL：64-1770

FAX：64-8083

* 総合健康相談 *

保健師・管理栄養士による相談です。健康についてのお悩みをお聞きます。(要予約)

日程 火・木曜日(祝日除く) 時間 8:30~17:00

☎ 64-8080(保健師直通)

* 傾聴サロン *

こころが軽くなるおしゃべりサロンです。傾聴研修会を修了した傾聴ボランティアがお話を伺います。秘密は厳守します。

日程 7月7日(水)、26日(月)

8月10日(火)、24日(火) ※申し込み不要。

場所 健康増進センター 時間内にいつでも

時間 13:00~15:00

どうぞ

令和3年度つどいのご案内 ~自死遺族のつどい~

身近な方を自死で亡くされた方が、安心して胸の内を語り合える場として開催しております。

対象 自死でご家族やご友人など身近な人を亡くされた方

参加費 無料

月日・場所 時間はいずれも13:30~15:30

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため開催については事前にお問い合わせください。

月 日	場 所
令和3年7月31日(土)	弘前市民会館2階
9月18日(土)	八戸ユートリー4階
11月28日(日)	青森市民ホール1階
令和4年1月23日(日)	弘前市民会館2階
3月13日(日)	八戸ユートリー4階

【お申込・問合せ先】青森県立精神保健福祉センター
電話：017-787-3951 佐藤

上十三保健所相談事業 のご案内

●精神保健福祉相談…要予約

心の病気や不安、悩みについて、精神科医による相談を受けることができます。

実施日時 第3水曜日 13:00~14:00

※10月・2月のみ日時の変更あり

10月6日(水) 14:30~15:30

2月2日(水) 14:30~15:30

●女性健康相談…随時

女性の心と体の健康について保健師が相談に応じます。

お問合せ・申込先…上十三保健所

☎0176-23-4261

献血日のお知らせ

日時…令和3年7月4日(日)

10:00~12:00・13:30~16:00

場所…マックスバリュ野辺地店

災害時の熱中症予防について

熱中症は適切な予防・対処により防ぐことができますが、災害時には慣れない環境や作業で熱中症リスクが高くなります。平常時から、熱中症予防を意識することが重要です。

◇熱中症を予防するためには…

- ①暑さを避けましょう…涼しい服装、日傘や帽子、また、在宅避難等の場合はクーラー等の積極的な活用を。停電が長引く可能性がある場合、特に高齢者、子ども、障害者の方々は、冷房設備が稼働している避難所への避難も検討しましょう。
- ②のどが渇いていなくてもこまめに水分をとりましょう。
- ③暑さに関する情報を確認しましょう。
- ④屋外で人と2m以上離れているときは、マスクをはずしましょう。暑熱環境でのマスク着用は熱中症リスクを高めます。感染症予防と熱中症予防を両立させましょう。

◇避難生活における注意点

- ・被災や避難生活に伴う疲労・体調不良・栄養不足等により、熱中症リスクが高くなる可能性があります。普段以上に体調管理を心がけましょう。
- ・高齢者、子ども、障害者の方々は特に注意しましょう。



ふわふわ だより

問い合わせ先

健康増進センター内 健康づくり課

住所：前田5番地2

TEL：64-1770

64-8080 (相談専用)

FAX：64-8083



* 各種相談先 *

相談名 (連絡先)	実施日	対象/内容
すくすく相談 (64-8080)	月～金曜日 (祝日を除く) 8:30～17:00	妊婦、産婦、育児中の方、 就学前のお子さんなど。 こそだて応援コンシェル ジュ (助産師・保健師) が対応。
ことばの相談 (64-8080)		
思春期はればれ相談 (64-8080)	火・木曜日 (祝日を除く) 8:30～17:00	思春期の方、その保護者 など。 保健師による電話相談。
こども救急電話相談 ※青森県主体 (#8000または 017-722-1152)	平日：午後7時～ 翌朝午前8時 土曜：午後1時～ 翌朝午前8時 日祝：午後8時～ 翌朝午前8時	小児の急病等、家庭内での 対応や医療機関への受 診目安などの相談対応。 看護師が相談に応じます。

すくすくアドバイス

～ストレスをコントロールしよう～

長引くコロナ禍のなか、日々の育児・家事・仕事など、ストレスを感じることも多くなりがちです。今回はストレスをコントロールする方法を、いくつかご紹介します。

① 紙に書き出してみる

ストレスの原因を書き出すことで自分を客観的に見ることができ、考えを整理することができます。自分の力でなんとかできることか、できないことかをとらえて書き出してみましょう。また、ストレスフルな状態では自分が何に癒され力をもらえるかが思い浮かばないこともしばしばです。辛いときに救いになることをいくつか書き出してストレスに対処する方法を増やしておきましょう。

② 呼吸をととのえる

ストレスフルな時は交感神経が高まって浅い呼吸になりがちです。意識して深呼吸を試みましょう。

③ 自分を認める

自分の感情や行動などを否定せずに自分で認め、受け入れてみましょう。

④ 信頼できる人に話す

話すことで考えが整理され、スッキリしたという経験は多くの方が体験しているはず。町のすくすく相談(64-8080)をぜひご利用ください。(月～金曜 8:30～17:00)



7月の保健カレンダー



日	事業名 (対象者)	開始時間	場 所	備 考
5	1歳6か月児健診 (R元年11月・12月生まれ)	9:00	健康増進センター	対象者には個別通知します。
8	4か月児健診 (R3年2月4日～R3年3月8日生まれ)	8:45	野辺地病院 (小児科)	対象者には個別通知します。
14	6か月児健診 (R3年1月生まれ)	10:00	健康増進センター	個別通知はしていません。 広報で確認し母子健康手帳とバス タオルをお持ちください。
	10か月児健診 (R2年9月生まれ)	13:30		
	1歳児健診 (R2年7月生まれ)	13:30		
	みんなのこども相談 (出生～就学前まで)	14:00		
16	すくすくサロン (妊産婦と、その家族)	10:00	健康増進センター	出産の準備・産後のケア ※1週間前までに予約が必要です。

※予防接種の接種忘れや接種スケジュール等のご相談は、健康増進センターまでお問合せください。

☆母子健康手帳は毎週火・木曜日に健康増進センターにて発行します☆

町長が町内各地へ出向き、町民の皆様と町政全般について話し合う場

のへじ♡ファンミーティングを開催します



★問合せ 総務課 ☎64-2111 (内線230)

『未来はこうなって欲しい！ 町では、今何をしているの？ 町長の考えが聞きたい！』
 など、町民の皆様と町長が、町の現状や課題について話し合う『のへじ♡ファンミーティング』
 にご参加ください。なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため会場ごとに定員を設けてい
 ますが、事前申し込みは必要ございません。

★開催日時

開催日	開催場所	定員	開催時間
7月12日(月)	馬門公民館	20人	18時半～20時
7月13日(火)	中央公民館	50人	
7月14日(水)	中袋町集会場	12人	
7月15日(木)	有戸地区学習等共有センター	20人	
7月16日(金)	烏帽子コミュニティセンター	20人	10時～11時半
7月17日(土)	中央公民館	50人	

★内 容

- ①役場新庁舎建設について
- ②小学校統廃合について
- ③新型コロナワクチン接種について
- ④道路・河川整備事業等について

※いずれの会場も入場は定員内での先着順となります。

定員に達した場合は、以後入場できませんのであらかじめ
 ご了承ください。

泉山小次郎くん(真吾)中袋町

おたんじょう
おめでとう

(5月受付分) 町民課

戸籍の窓

「戸籍の窓」には、当町に
 届けられた出生と死亡につい
 て、掲載されていますが、個人
 のプライバシーに関する事
 柄は、掲載を希望しない場
 合は、届け出の際にお申し出
 ください。

おくやみ申し上げ
 ごめいふくを
 祈ります。

- | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|----------------|----------------|----------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|---------------|---------------|-----------------|-----------------|---------------|
| 熊谷 一久さん(98)馬門二 | 蛭名 新一さん(96)駅前二 | 玉川 博昭さん(83)下袋町 | 畑野 ミヨさん(97)下袋町 | 川代 さたさん(95)城内 | 田淵 ちやさん(92)下町区 | 洞内 勢子さん(85)上袋町 | 中村 烈子さん(78)駅前一 | 齊藤喜一郎さん(93)下袋町 | 石橋 敏子さん(93)金沢町 | 瀬川 稔さん(89)金沢町 | 田村 健さん(69)金沢町 | 江刺家ちねさん(85)松ノ木平 | 青木己之吉さん(85)下町一区 | 木村 タエさん(88)浜町 |
|----------------|----------------|----------------|----------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|---------------|---------------|-----------------|-----------------|---------------|

老人憩いの湯



有戸地区はまなす
 ふれあいセンター

- ◆開設日：7月1日、5日、8日、
 12日、15日、19日、
 26日、29日
- ※送迎は、全ての実施日に行い
 ます。
- ◆時 間：10時半～14時45分

老人福祉センター

- ◆開設日：7月5日(月)、12日(月)
 19日(月)、26日(月)
- ◆時 間：10時～14時
- ※送迎(馬門地区のみ)は、全
 ての実施日に行います。

※ご利用の際は、感染症対策に
 ご協力ください。

町の掲示板

第8回 ちーむ野 open の『クリーン大作戦』

夏本番前に、ごみ拾いで十符ヶ浦を美しく！

- ◆日 時 7月3日(土)
※受付 8時半～
- ◆参加 申し込み不要
※小学生以下は保護者同伴
- ◆集合場所 十符ヶ浦海水浴場駐車場
- ◆持ち物 軍手・デレキ・マスク
(貸出用若干あります)

※小雨決行・雨天中止

- ◆問合せ先 ちーむ野open前田
☎64-1075

『十符ヶ浦ノルディックウォーク』開催のお知らせ

- ◆日 時 7月15日(木) 9時～11時
- ◆内 容 砂浜でノルディックウォーク
- ◆場 所 海水浴場(管理棟前集合)
- ◆対 象 町内在住の方
- ◆定 員 若干名
- ◆持 ち 物 飲み物
- ◆申込・問合せ先
全日本ノルディックウォーク連盟
上級インストラクター 上原子
☎64-6270

あなたの活動をPRしてみませんか？
掲載をご希望の方は下記まで！
総務課広報担当 ☎64-2111



町のカレンダー

※新型コロナウイルス感染症の影響により、スケジュールが変更になる場合があります

日 曜	行 事 名
1 木	
2 金	相：弁護士
3 土	
4 日	献血 (マックスバリュ野辺地店)
5 月	健：1歳6か月児
6 火	
7 水	傾聴サロン 児：七夕会
8 木	健：4か月児
9 金	図：ヨチヨチおはなし会
10 土	
11 日	
12 月	ファンミーティング (馬門公民館)
13 火	ファンミーティング (中央公民館)
14 水	ファンミーティング (中袋町集会場) 相：みんなの子ども相談 健：6か月・10か月・1歳
15 木	ファンミーティング (有戸)

※ 図：図書館 ⊕：納期限
健：健診児 児：児童館 相：相談

日 曜	行 事 名
16 金	ファンミーティング (烏帽子コミセン) すくすくサロン
17 土	ファンミーティング (中央公民館)
18 日	
19 月	
20 火	相：行政
21 水	
22 木	海の日 図：休館
23 金	スポーツの日 図：休館
24 土	児：避難訓練
25 日	
26 月	傾聴サロン
27 火	
28 水	
29 木	
30 金	図：館内整理 (休館)
31 土	図：おはなし工房
8/1 日	
2 月	⊕：固定資産税 (2期) 国民健康保険税 (1期)

野小・若小・馬小
運動会 Part2

まちのアルバム



がんばるぞー！
おお～！！



5月22日に馬門小学校、
27日に若葉小学校、30日
には野辺地小学校が運動会
を行いました。

雨天による延期もありま
したが、無事3小学校が運
動会を開催。児童は、元気
いっぱい校庭を駆け抜けて
いました。



楽しい運動会が
できて良かった
ね～。

ぼくたち わたしたちの
歯 ピカピカ だよ♪



やまはた
山端 むぎ
麦くん

3歳児健診で虫歯ゼロの
お子さんを掲載しています



おいしい! 減る脂~♪
カンタン料理

その85



管理栄養士
新井山静

きゅうりの
昆布だし漬け

【管理栄養士のコメント】

昆布としょうがの風味をきかせた浅漬けです。
みょうがやしそのせん切りを入れても風味が
アップします。

【栄養価 1人分】

エネルギー 10kcal たんぱく質 0.6g 脂質 0.05g 炭水化物 2.0g 塩分相当量 0.7g

材料 4人分

・きゅうり 200g(2本)
・昆布(細切り) 4cm角1枚
・塩 小さじ1
・水 200ml
・しょうが(せん切り) 少々
・かつおぶし 少々

作り方

1. きゅうりはピーラーでしま模様に皮をむき、食べやすい大きさに切る。(1~1.5cm位)
2. チャック付きの袋に、かつお節以外の材料を全部入れて1日漬ける。(冷蔵庫で2~3日保存可。)
3. 器に盛り、かつおぶしをかけて食べる。