

広報 のへじ 8

2015年
第676号
月号



特集

花火大会
常夜燈フェスタ

のへじ花火大会 常夜燈フェスタ





台風接近の心配を吹き飛ばすように、7月18日・19日と花火大会・常夜燈フェスタが開催されました。

18日に行われた花火大会は、時折小雨が降る中、三輪車レースや桜小路富士丸ショー、笹踊りに加え、町内初開催の格闘技イベントに盛り上がりました。打ち上げ時には天候も回復し、大きな花火が打ち上がるたびに歓声や拍手が聞こえていました。

翌19日はみちのく丸を迎えて常夜燈フェスタが始まりました。一年ぶりに曳航されたみちのく丸は今回も船内公開が行われ、船内の紹介や北前船交易についてなど、一時代を築いた北前船について、詳しい説明が行われました。

ステージでは当町出身でむつ湾のへじ特派員の花咲ゆき美ショーや黒石八郎ショーのほか、町内の団体によるイベントが多数行われました。今年は新たに、特産の葉つきこぶ丸かじりチャレンジが行われ、参加者はみずみずしいこぶを思い切りほおぼっていました。

このほか、テントブースでは町内外の特産品販売や各種団体のPR、大きな鍋で作った味噌貝焼きの試食などに行列ができた盛況ぶりでした。

第65回社会を明るくする運動



更生保護マスコットキャラクター
更生ペンギンのホゴちゃん

社会を明るくする運動強調
月間の7月は、町内各地で
様々な活動が行われました。
1日は野辺地駅前や小中学
校入口で保護司会・更生保護
女性会の方々が朝のおはよう
声掛け運動を行い、通勤・通
学者へ黄色い羽根とパンフ
レットを手渡しながら声掛け
していました。黄色い羽根は
犯罪のない幸福で明るい社会
を願うシンボルとして作ら
れ、珍しさに目を向ける人が
多数いました。
翌2日は図書館で内閣総理
大臣・青森県知事からのメッ
セージを中谷町長が受けとり
ました。
野辺地地区では更生保護サ
ポートセンターが開設予定
で、地域における更生保護活
動の拠点として、地域の安
全・安心のため、犯罪や非行
のない社会の実現に向けたよ
り一層の活動が期待されま
す。



内閣総理大臣メッセージ伝達式



朝のおはよう声掛け運動



委嘱状を受け取った野辺地中3年生ら

野辺地中学生へ一日人権擁護委員委嘱状を交付

野辺地中学校の生徒が一日
人権擁護委員に選任され、7
月6日に校長室で青森地方法
務局十和田支局長より委嘱状
が交付されました。委嘱状を
受け取ったのは照沼野乃花さ
ん、大野和さん、原田千愛さ
ん、三國洸明さん、北館旺久
さんの3年生5名です。
町人権擁護委員が毎年「の
へじ常夜燈フェスタ」で行っ
ている人権啓発活動の新たな
企画として、委嘱された生徒
と人権擁護委員が合同で活動
し、命の大切さや思いやりに
ついてPRしました。

野辺地町戦没者追悼式

青森県遺族連合会の齋藤文
昭理事長は「私たち遺族や国
民が今日、平和で安心した生
活を送れるのは、ご英霊の皆
様、ご遺族の皆さまのおかげ
。終戦から70年目を迎え、
戦後世代が8割になろうとす
る今日、二度と戦争を起さな
いよう、常に平和を守ること
を誓います」と追悼のこと
ばを述べました。
参列者らは目に涙を浮かべ
ながら感慨深げに献花台を眺
め、深々と礼をして戦没者の
冥福を祈っていました。

終戦から70年目を迎え、7
月3日に中央公民館で行われ
た野辺地町戦没者追悼式に、
遺族ら約50人が参列しまし
た。



故人に思いを馳せ献花台に花を手向ける参列者

がんばれ柴崎岳！パブリックビューイングを開催

6月16日、中央公民館でロシアワールドカップ2次予選のパブリックビューイングが開催されました。

観客のお目当てはもちろん、当町出身の柴崎岳選手。日本代表に選出され、シंगाポール戦にMFとして先発出場、後半途中で選手交代となりましたが、華麗なパスワークを見せるなどピッチで存在感を示しました。

試合は引き分けとなったものの、日本代表が放った20本以上のシュートに、参加者は歓声をあげて楽しんでいました。また、「次回は勝ってほしい」など、今後の日本代表、柴崎選手の活躍に期待を寄せていました。



歓声を上げて応援する観客たち



テレビ電話など、スマートフォンの機能を体験

のへじ元気講座 開講式

今年度から始まったのへじ元気講座が、70名以上の受講者を迎えて開講しました。

6月23日に行われた第1回講座では、浅利教育長がスマートフォンなどのITを日常生活に取り入れるメリットを紹介し、実際にスマートフォンを操作して使い方や便利な機能を紹介し、受講生はその便利さや活用方法に感心していました。

のへじ元気講座は「町を元気にすること」、参加者が生きがいを見つけ、「元気」な生活を送るための心身の健康づくりを目的に始められました。12月まで全8回を予定しており、町外研修やものづくり、運動など様々な活動を行います。

花鳥号碑を町指定有形文化財に指定

町では6月25日、常光寺境内にある花鳥号碑を町指定有形文化財に指定し保存と活用を図ることとしました。

明治9年（1876）の明治天皇奥羽巡幸の際、御料馬「花鳥」は野辺地で倒れ、常光寺に葬られました。花鳥号碑が宮内省から送られ埋葬地に建てられたのは、明治11年のことです。石碑には「御馬を瘞（うず）むる銘」とあり、その下には、花鳥をたたえ、その死をとむらう漢詩が記されています。この漢詩と書の作者は、宮内省文学御用掛などを勤めた長三洲（ちやうさんしゅう）氏です。書家・漢学者として著名で、三洲筆の習字本は、小学校の教科書として使用されていました。



ハッチョウトンボ×ポールウォーキング

ふるさと探偵団が6月・7月の2度にわたって行われ、町文化財保護審議会委員の高沢男さん指導のもと、町内の小中学生がハッチョウトンボの保護・観察活動を行いました。

6月6日は保護区内の草刈りや水路の探検をし、ハッチョウトンボが住みやすい環境を整えました。

7月11日は一般の参加者と一緒に、次々と見つけるトンボを高沢さんに解説してもらいながら観察しました。

その後一般の参加者は健康増進・運動不足解消のためポールウォーキングへ、探偵団は今回のまとめと、町の知識度を自己評価しました。探偵団の書いたまとめは中央公民館に掲示されています。





新舞踊を披露する島田会長

たちばな会が高齢者施設で慰問活動

6月26日、たちばな会が野辺地デイサービスセンターで慰問活動を行いました。
たちばな会は70代～80代の約10人が参加し、上十三地区の高齢者施設などを訪ね、年に数回新舞踊を披露して慰問活動を行っています。この日は野辺地デイサービスセンターで開かれたお誕生会に併せての披露となりました。
会長の島田たづ子さんは、御主人の仕事の都合で当町にきて以来、前任者から引き継いで新舞踊を指導してきました。「健康のため、人のためにできる新舞踊が今の楽しみ」と話しており、観覧した人たちは拍手や拍手で感謝を表していました。

学力向上指導員による学習会「家での勉強を見直してみよう！」

「家での勉強の仕方がわからない、勉強がよくわからない」
そんな子どもたちの声にこたえるため、町教育委員会では中学生を対象に学力向上指導員の新渡幹夫氏（前若葉小学校長）のもと、中央公民館で学習会を始めました。
この日、7月11日は第1回目の学習会で1年生が15名、2年生が16名の合計31名の参加となり、新渡氏からの勉強方法のほか、友だち同士で話し合いながら、時には二人一組となって問題を出し合うなど2時間ほどの学習会となりました。
この学習会は毎週土曜日に開催する予定で、参加を希望する場合は学力向上指導員の新渡氏が随時受け付けることになっています。



シーズン中の安全祈願をする中谷町長

夏の到来!十符ヶ浦海水浴場オープン

のへじ海浜公園十符ヶ浦海水浴場開きが行われ、中谷町長をはじめとする関係者ら約40人がシーズン中の無事故を祈願しました。
オープン宣言で中谷町長は「十符ヶ浦は最高ランクの水質評価を受けている。また、町内の中高校生や町民の有志の方が清掃してくれたおかげで砂浜もきれいになった。たくさんの方で賑わい、事故の少ないシーズンであってほしい」と、オープンを宣言しました。
十符ヶ浦海水浴場は7月18日から8月19日までの約1か月間営業されます。

生活困窮者自立相談窓口のご案内

あなたの生活の「不安」や「心配」をきかせてください!

「お金が無くてこれからの生活が心配」
「色々悩みごとがあるけど、どこに相談していいかわからない」



「就職したいけど、どうすればいいかわからない」
「障がいがあるけど自立したい」
「引きこもり生活から抜け出したい」

○このように様々な理由により生活にお困りの皆さん、1人で悩まずに「上北地域自立相談窓口」にご相談ください。
あなたと一緒に考え、あなたに寄り添いながらサポートいたします。

- ・相談受付 月曜～金曜 午前9時～午後5時まで（土日・祝日・年末年始を除く）
- ・相談場所 上北地域自立相談窓口（住所：上北郡七戸町字立野頭139-1
七戸町総合福祉センター「ゆうずらんど」内 七戸町社会福祉協議会）

連絡先 上北地域自立相談窓口
相談専用フリーダイヤル(青森県協)
E-mail : kamikita@aosyakyo.or.jp

☎0176-62-6790
☎0800-800-7114 (FAX兼用)

仲間と一緒に、企画から販売までを行うチャレンジショップ

チャレンジショップ 参加者募集

◇日、祝日
(変更前) 13時～17時
(変更後) 13時～20時30分
(変更後) 13時～16時30分

◆利用時間

◇火～土
(変更前) 13時～21時
(変更後) 13時～20時30分
(変更後) 13時～16時30分

◆期間 9月8日(火)～4月30日(土)

屋内温水プールでは、経費節減のためプールカバー設置作業を行いますので、次のとおり利用時間が変わります。皆様の御理解御協力をお願いします。なお、トレーニングジムの利用時間に変更はありません。

屋内温水プールからの お知らせ

まちの お知らせ

まちの人口

平成27年6月末現在(前月比)
人口 14,068名 (- 2)
男 6,599名 (+ 1)
女 7,469名 (- 3)
世帯数 6,580世帯 (- 2)

無料相談案内

～年金相談～
(年金全般に関すること)
8月19日(水) 10時～15時
中央公民館
☎017-752-6600(要予約)

～人権相談～
(人権擁護に関すること)
8月4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)
9月4日(金) 14時～
老人福祉センター※8月は7日
☎64-2111総務課

※要予約：8月28日(金)まで
～児童家庭相談～
(養護・児童虐待に関すること)
月～金曜(祝・祭日を除く)
10時～16時
健康増進センター ☎64-1770

～行政相談～
(行政に関する苦情・要望等)
8月18日(火) 9時～12時
役場相談室
相談担当：行政相談委員

～教育相談～
(しつけ・いじめ等に関すること)
月～金曜(祝・祭日を除く)
10時～16時
教育委員会 ☎64-2119

～電話介護相談～
(月～金曜(祝・祭日を除く)
9時～16時
健康増進センター ☎64-1770

に参加して、自分たちのお店を
ひらいてみませんか。

◆日時

事前研修・9月12日(土)
販売体験・9月26日(土)
10時～15時半

◆場所

中央公民館・駐車場
内容 ずっぱどわっかど産業
まつり内での模擬店の出店

◆対象

小学校4年生～6年生
定員 20名

◆参加費

無料
主催 野辺地町商工会
問合せ先 社会教育・スポーツ
課(内線284・285)

平成28年野辺地町成人式 発表者募集のお知らせ

「二十歳の提言」誓いのこと
ば「安全宣言」の発表者を募集
します。

◆対象者 平成7年4月2日～
平成8年4月1日生まれで、
野辺地町に住所がある方、ま

たは当町の成人式に出席を希
望される方。

◆内容

壇上で二十歳を迎えて
のスピーチをしてもらいま
す。

◆応募方法

住所・氏名・性別・
電話番号を9月30日までに中
央公民館にご連絡ください。

◆成人式についての詳しい情報

は、広報のへじ12月号に掲載
します。平成28年1月10日
(日)開催です。

◆申込・問合せ先

中央公民館(☎64-13054)

中学校卒業程度認定 試験のお知らせ

学校教育法第十八条の規定に
より、病気などやむを得ない事
由によって義務教育を猶予また
は免除された方等に対して、中
学校卒業程度の学力があるかど
うかを認定するために国が行う
試験です。合格者には高校入試

の受験資格が与えられます。

◆受験資格

就学義務猶予免除者、日本国
籍を有せず今年度末までに満15
歳以上になる方など、詳しくは、
下記にお問合せ下さい。

◆試験科目

国語、社会、数学、理科、外
国語(英語)

◆受験案内配布期間及び場所

9月11日(金)まで
※青森県教育庁生涯学習課ま
たは文部科学省にて配布

◆願書受付期間

8月24日(月)～9月11日(金)
※消印有効

◆試験実施日

10月28日(水)

◆合格発表

12月7日(月)

◆その他

出願に必要な証明書について
は、町教育委員会にお問合せく
ださい。

いびき、睡眠時の無呼吸ご相談下さい。



あおもり睡眠クリニック

TEL.017-762-3666

青森市西大野5丁目1番4(ユニバース大野店近く)

◆問合せ及び願書の提出先
文部科学省生涯学習政策局生
涯学習推進課・認定試験第二係
☎03-5253-4111
内線2024・2643

親と子のよい歯のコンクール入賞

十和田市で6月6日、上十三保健所管内「親と子のよい歯のコンクール」が開催されました。このコンクールは、各市町村の3歳児健診で、虫歯がなかった親子が選出されます。野辺地町からは12組選出され、小坂咲子さん、萌ちゃんが優秀賞に選ばれました。

母の咲子さんに、虫歯予防について気を付けていることをお聞きしたところ、

- ・家族のはしやスプーンなどは各自専用のものを使う。
- ・歯みがき後に、虫歯予防のタブレットを与えている。
- ・夜に仕上げみがきをおこなっている。

とのことでした。おめでとうございます。



優秀賞に選ばれた小坂萌ちゃん

平成27年度 臨時福祉給付金

消費税率の引上げに際し、所得の低い方々への負担の影響に鑑み、暫定的・臨時的な措置として「臨時福祉給付金」を支給します。

対象者は、町民税が課税されていない方です。ただし、町民税が課税されている方の扶養親族や生活保護の被保護者等は対象外です。対象者には、8月下旬に申請書を送付予定です。

◆申請期間 9月1日(火)

～12月1日(火)

◆問合せ 介護・福祉課

(内線245)

「児童扶養手当現況届」・「特別児童扶養手当所得状況届」を忘れずに提出しましょう

児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給している方は、毎年現況届・所得状況届の提出が必要です。

現況届等は、前年の所得や現在の状況等を届出し、引き続き手当の受給資格に該当するかを確認するためのものです。

なお、現況届等が未提出の場合、手当は支給停止となりますのでご注意ください。

◆児童扶養手当現況届

◆提出期間 8月3日(月)

～8月31日(月)

◆提出・問合せ 介護・福祉課

(内線245)

◆特別児童扶養手当所得状況届

◆提出期間 8月11日(火)

～9月10日(木)

◆提出・問合せ

健康増進センター

☎64-1770

◆児童扶養手当制度について

児童扶養手当は、何らかの理由により、父又は母と生計を同じくしていない児童を養育している場合や、父又は母が心身に障害のある場合に、その児童を養育している父又は母(又は養育者)に対して支給されます。

なお、児童が18歳に達した年度末までが手当の支給の対象となります。児童が政令で定める障害を有するときには、児童が20歳に達するまで支給されます(所得制限があります)。

ただし、児童が施設に入所しているときは支給されません。

◆特別児童扶養手当制度について

精神または身体に障害を持つ20歳未満の児童を監護する父もしくは母、または父母にかわってその児童を養育している人に手当が支給されます。ただし、施設入所中、病院へ入院中、監

護者の所得が基準以上である場合は対象外となります。詳しくは特別児童扶養手当担当までお問い合わせください。

「子育て世帯臨時特例給付金」の申請期間は9月1日(火)までです

消費税率引上げの影響等を踏まえ、子育て世帯に対して、臨時特例的な給付措置として「子育て世帯臨時特例給付金」を支給します。

対象者は、平成27年6月分の児童手当を受給される方で、児童1人につき3,000円の給付金が支給されます。給付金の支給は、10月を予定しています。

なお、申請期間内に申請が行われなかった場合、子育て世帯臨時特例給付金の支給を受けることはできませんのでご注意ください。

◆申請先 役場介護・福祉課

◆提出書類 申請書(公務員は所属庁から申請書が配布されます)。

◆申請期間 9月1日(火)まで

◆問合せ 介護・福祉課

(内線245)

わが家の「家庭の日」作品募集!

家族みんなで楽しみ、話し合

い、協力し合うことから始めませんか?

◆家族への手紙の部

普段言えない家族への感謝の気持ち、改めて伝えたいことなど、ご家族にあてた手紙を募集します。

◆対象 県内在住の方

◆規格

・作品の上に表紙をつけ、住所・氏名(児童・生徒の場合は学校名・学年も)、家族のだれ宛の手紙かを記入する。文字数は400字以内(住所・氏名等は含まない)とし、「、」も1字として数える。

・原稿用紙又はA4用紙に縦書きとし、手書き・パソコンは自由。

◆応募方法 郵送又は持参

(小中学生のいる家庭は学校提出も可)

◆応募点数 1人1点

◆締切 8月31日(月)

◆この他図画・ポスターの部もありますので、各小中学校でご確認ください。

◆応募・問合せ

青少年育成青森県民会議

〒030-8570

青森市長島1-1-1

☎017-734-9226

図書館おすすめの新刊(入荷予定本)	
書 名	著 者 名
道徳の時間	梶 克 比 朗
屋上のウインドノーツ	額 賀 滯
あの家に暮らす四人の女	三 浦 しをん
国を救った数学少女	ヨナス・ヨナソン
結果を出せる人になる! 「すぐやる脳」のつくり方	茂 木 健一郎
世界の半分を怒らせる	押 井 守
永続敗戦論	白 井 聡
若冲	澤 田 瞳 子
本の展示	
夏休みに読みたい本展 1日(土)～30日(日)	

- ◆おはなし工房／8日(土) 14時15分～15時15分「読み聞かせと簡単な工作」
- ◆ヨチヨチおはなし会／21日(金) 10時30分～11時
- ◆英会話サークル／24日・31日(月) 15時30分～16時30分(中央公民館)
- ◆ブックスタート／26日(水) 9時30分(健康増進センター)
- ◆ファミリー・イングリッシュ／27日(木) 15時40分
- ◆絵本を楽しむ会／28日(金) 9時30分
- ◆絵本タイム／29日(土) 14時15分

図書館行事

☎(64) 2195

夏だ!スペシャルおはなし会

小学校の先生達による絵本の読み聞かせ会です!
8月12日(水) 10:30～11:00

お待たせしました!

『野辺地ふるさと文学散歩』
実費頒布のお知らせ1冊420円

平成27年3月31日に発行した『野辺地ふるさと文学散歩』を個人の方の要望が多かったため再発行しました。購入を希望する方は図書館までご来館下さい。

第2回家読(うちどく)標語コンクール作品募集!

家読をテーマにその意義や取組の呼びかけ、イメージなどをわかりやすく簡潔に表現した標語を募集します!

下記は、第1回コンクール小学生と一般の部最優秀作品です。

1. さつ本をかこんで かぞくのわ
顔をよせ 心よせあう うち読書

8月30日(日)まで

応募作品は、未発表のオリジナル作品に限ります。

①小学生の部(学校取りまとめ応募)

②中・高校生の部

③一般の部

4. 賞・賞品
各部門ごとに最優秀賞1点、優秀賞2点、優良賞3点があり、それぞれ図書カード(3,000円、2,000円、1,000円)が贈られます。応募用紙や詳しくは図書館にお問い合わせ下さい。



Jリーグや日本代表として活躍する当町出身の柴崎岳選手を応援しようと、新しい看板が役場第3庁舎に設置されました。これまでの垂幕よりかなり大きく、目を引くデザインです。今後も活躍が期待される柴崎選手をみんなで応援しましょう!

柴崎岳選手の新しい応援
看板が設置されました

- ◆縁日ごっこ
6日(木) 10時～
- ◆避難訓練
19日(水) 16時20分～

児童館行事

☎(64) 3106

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 —————
(有)赤川林業土木 タラノ木 11の4
TEL:64-7494 TEL:64-0249

20年以上の実績・解体工事も!!

写真展
尾瀬「美しき自然」

会 場：野辺地町中央公民館(入場無料)

日 時：8月12日(水)～8月15日(土)

9:30～17:00(最終日16:00)

主 催：原 田 久 男 (Amateur Photographer)

埼玉県所沢市在住(野辺地町出身)

尾瀬以外にも120点の写真とお待ちしております

平成27年度自衛官募集のご案内

募 集 種 目	募 集 資 格 (平成27年4月1日基準)	受付期間	試験期間	試験場所(予定)
航 空 学 生	男女 高卒(見込含)21歳未満	8月1日(土) ～ 9月8日(火)	9月23日(水)	三沢市総合社会福祉センター
一 般 曹 候 補 生	男女		9月19日(土)	三沢市公会堂
自衛官候補生(任期制)	女	9月8日(火)	9月28日(月)	陸自八戸駐屯地
	男		9月25日(金)	空自三沢基地

◎細部については、下記までお問い合わせください。

〒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08:45～17:30) e-mail: aomori.pco.misawa@rct.gsdf.mod.go.jp

大湊地方隊 「ふれあいコンサート」

海上自衛隊大湊地方隊では、地域の皆様を対象として大湊音楽隊による「ふれあいコンサート」を次のとおり開催いたします。皆様のご来場をお待ちしております。

◆日時 9月12日(土) 15時～

◆場所 下北文化会館大ホール

◆料金 無料

◆入場整理券応募方法

往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号と同行者全員(4名様まで)の氏名・年齢をご記入ください。8月24日(月)必着、お一人様一通まで、希望者多数の場合は抽選となります。

◆応募先

海上自衛隊大湊地方総監部
「ふれあいコンサート」係
〒035-8511
むつ市大湊町4-1

◆問合せ

海上自衛隊大湊地方総監部
広報係
〒0175-24-1111

自衛隊航空機の体験 搭乗者募集について

航空自衛隊三沢基地では、航空自衛隊及び三沢基地への理解を深めて頂くために、三沢基地周辺住民の方々を対象とした航

空自衛隊機への体験搭乗者を募集します。

◆期日 10月11日(日)

◆場所 航空自衛隊三沢基地

◆対象 小学生以上の健康な方で三沢基地周辺市町村在住者
◆内容 航空自衛隊中型輸送機「C-1」の体験搭乗(約15分程度)

◆募集人員 約100名

◆応募要領 往復はがきに以下を明記の上お申し込み下さい。

(1) 往信用ハガキ(宛名面)への記載内容
ア 住所
イ 搭乗希望者全員(4名様まで)の氏名及びフリガナ

ウ 年齢
エ 職業
オ 電話番号

(2) 返信用ハガキ(宛名面)への記載要領
ア 搭乗希望者(代表者)の住所
イ 搭乗希望者全員のお名前(必ずご記入下さい)
ウ 裏は白紙でお願いします。
お申込先(お問合せ先)

(3) 〒033-8604
三沢市後久保125-7
第3航空団司令部監理部
渉外室広報班 宛
〒0176-53-4121

◆締め切り
9月4日(金) 必着

◆注意事項

(1) 当日の天候その他の理由により中止となる場合がございます。

(2) 小学生の方が搭乗する際には、保護者の同乗が必要です。応募が募集人員を上回った場合には、抽選とさせていただきます。

(3) ハガキに記載漏れがあった場合には、抽選の対象外とさせていただきます。

(4) 搭乗者以外(乳幼児を含む)は、当日基地内に入ることはできません。

(5) 9月下旬までに返信ハガキで搭乗の可否並びに詳細をご連絡致します。

(6) 体験搭乗について、三沢基地ホームページにも掲載をしております。

平成27年6月末の人身事故の発生状況

区分 町村別	平成27年						平成26年			前年比		
	6月中			累 計			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	9	0	12	12	1	14	(-)3	(-)1	(-)2
横 浜 町	1	0	1	11	1	12	4	0	5	(+)7	(+)1	(+)7
六ヶ所村	2	0	2	12	0	14	13	2	16	(-)1	(-)2	(-)2
合 計	3	0	3	32	1	38	29	3	35	(+)3	(-)2	(+)3

柴崎地区健康レクリエーション施設 ご利用案内

柴崎地区健康レクリエーション施設には、森林総合センター・バンガロー等の宿泊施設、バーベキューハウス・キャンプ場があります。今年度は10月31日まで、皆様の御来訪をお待ちしています！御利用の際は、次の連絡先(受付)に事前に連絡をお願いします。

受付：森林総合センター(野辺地町字柴崎10-5 TEL・FAX 0175-64-7952)

【森林総合センター】

部屋	料金(円)	チェックイン・アウト
2名部屋	6,000	15時～翌10時迄
4名部屋	9,600	
8名部屋	14,000	
研修室 調理室	1時間 600	9時～17時迄 (宿泊しない場合) ※宿泊の場合、無料
*浴場(シャンプー・リンス・ボディシャンプー有)		

【バンガロー(1棟あたり定員4名)】

項目	料金(円)	チェックイン・アウト
宿泊	12,000	15時～翌10時迄
日中貸出	4,800	10時～14時迄
ユニットバス・トイレ、テレビ、冷蔵庫		

【その他の施設】

バーベキューハウス	1炉	1時間 300円	9時～
パークゴルフ	1ゲーム	大人 200円、子ども 100円	9時～17時
キャンプ場	テント 1張	600円	9時～
拓心館	無	料	9時～17時

木造住宅耐震診断希望者募集

町では、震災に強いまちづくりを推進するため、一定の条件を満たす木造住宅の所有者が耐震診断を希望する場合に、専門的知識を有する耐震診断員を派遣し、耐震診断を行います。

◆対象住宅 町内にあり、次の要件全てに該当する住宅

◇昭和56年5月31日以前に建築されたもの。

◇一戸建て専用住宅または併用住宅（条件あり）で、地上階数が2以下のもの。

◇在来軸組構法または伝統的構法によって建築された木造住宅であること。

◇現在、居住している住宅であること。

◇原則として延べ床面積が200㎡以下であること。

※200㎡を超える場合は派遣対象者負担増額

◆募集戸数 2戸（応募多数の場合は抽選）

◆診断費用 1戸あたり8,000円

◆申込書 建設環境課で配布。町ホームページからもダウンロード可。

◆申込・問合先 平成28年2月29日（月）までに建設環境課（内線276）へ。

原子力メンテナンス業務参入研修開催の案内

県では原子力分野への参入を目指している企業または個人を対象に原子力施設のメンテナンス業務に必要な資格・知識や技術のための研修を受講料無料で開催します。原子力分野に全く経験のない方も歓迎しますので、お気軽にお問い合わせください。

◆9・10月の研修予定

1. 有機溶剤作業主任者技能講習 本講座では原子力関連業務において作業に従事するうえで必要な「有機溶剤作業主任者」の資格を取得することが出来ます。

◇開催日程 10月8日（木）～9日（金）

◇定員 50名

2. 第3種放射線取扱主任者講習 放射線に関する知識と理解を深めることが出来る講座です。最後に修了試験を行い、第3種放射線作業主任者の資格を取得することが出来ます。

◇開催日程 9月17日（木）～18日（金）

◇定員 15名

3. 弁修訓練 原子力発電施設等において、一般的に使用される弁の分解点検、手入れの実技訓練を行い、保修に必要な基礎知識・技能を習得するための訓練。

◇開催日程 9月12日（土）～13日（日）

◇定員 8名

◆申込期限 8月17日（月）

◆研修場所・申込・問合先 (株)青森原燃テクノロジーズセンター

0175-63-4671

http://www.agtinc.co.jp

個人事業税

個人事業税は、一定の事業を営んでいる個人の方に、原則として、前年中の事業の所得をもとに課税される県の税金です。

課税の対象となる事業は、物品販売業、不動産貸付業、製造業、請負業、飲食店業などの第一種事業、水産業、畜産業などの第二種事業、医業、税理士業、理容業などの第三種事業です。

今年度の第一期分の納期限は8月31日です。期限までに、お近くのコンビニや金融機関、郵便局などで納めてください。

また、個人事業税の口座振替の申込みを受け付けています。

納税者ご本人の通帳と預金届出印を持参の上、最寄りの取扱金融機関又は地域県民局県税部にお申込みください。

◆問合先 上北地域県民局県税部課税課

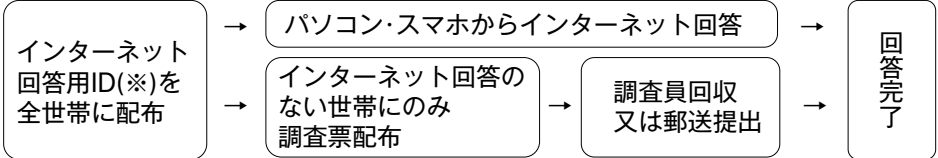
0176-22-8111

http://www.pref.aomori.jp/life/tax/top.html

平成27年は国勢調査の年です！！

平成27年10月1日に『国勢調査』を実施します。

※回答の流れ（インターネット調査先行方式）



※『インターネット回答用ID』とは… パソコンやスマホで入力する時に使用する記号番号



調査票に記入していただいた内容は統計法に定められている利用目的以外（例えば徴税資料など）に使用することは絶対にありませんので、調査員が伺った際には、調査への御理解・御回答をよろしくお願いします。

国勢調査は“すべての世帯のみなさま”が調査対象です。
国勢調査への御協力をよろしくお願いします。

詳しくは 国勢調査2015 検索
地域戦略課 ☎0175-64-2111（内線261）

野辺地町教育委員候補者を公募します

町では、地域住民や保護者などの意向を的確に反映し、地域住民の実情に応じた、主体的、積極的な教育行政を展開するために、これまでの既成概念にとらわれない、広い視野から教育を考えていただける方を公募します。

1、教育委員の位置付け及び職務

野辺地町の教育委員会は、5名の教育委員で組織されており、具体的に次の職務を行っていただきます。

- ・ 定期的または臨時に開催される教育委員会などの会議への出席及び審議
- ・ 小中学校卒業式などの各種式典への出席
- ・ 教育委員会が主催する各種行事への参加

2、公募者数

教育委員 1 名

3、任期、待遇等

- ・ 任期 町議会の同意を受けた後、任命の日から 4 年
- ・ 報酬 日額4,300円（4 時間以下の会議の場合は2,200円）
- ・ 身分 非常勤特別職の公務員

4、応募資格（次のすべてを満たすこと。）

- ① 応募申込時の年齢が満25歳以上で、野辺地町に住所を有し、野辺地町長の被選挙権を有する。
- ② 人格が高潔で、教育、学術及び文化に関し識見を有する。
- ③ 破産者にあつては復権を得ている。
- ④ 禁錮以上の刑に処せられたことがない。

5、応募期間

8月3日（月）～8月31日（月）必着（郵送の場合を含む）

6、応募方法

- (1) 次の書類を角型 2 号封筒に入れ、表面に「教育委員候補者応募申込」と朱書のうえ、役場総務課へ郵送するか直接持参してください。

ア、野辺地町教育委員候補者応募申込書（所定用紙）

イ、課題論文

課題「今の子どもたちへの私の思い」

（2000字以内。P Cで作成する場合は文字数の確認をしてください。）

- (2) 受付は、応募期間中（土曜日及び日曜日を除く。）の午前 9 時から午後 5 時まで行います。
- (3) 「野辺地町教育委員候補者応募申込書」は役場総務課に備えていますので、郵送又は直接おいでになって請求してください。（応募に要する通信費や交通費等については、すべて応募者の自己負担となります。）

※野辺地町ホームページでもダウンロード可能です。

7、応募・問合せ先

野辺地町役場総務課

〒039-3131 野辺地町字野辺地123- 1

T E L 64-2111（内線264） F A X 64-9594

○マイナンバーよくある質問



マイナンバーキャラクター：
マイナちゃん

Q1 自分のマイナンバー（個人番号）が何番なのかを確認するにはどうしたらいいですか？



平成27年10月以降に市区町村から送付される「通知カード」や平成28年1月以降に市区町村に申請すると交付を受けることができる「個人番号カード」で確認できます。

また、住民票の写しや住民票記載事項証明書を取得する際、希望すれば、マイナンバーが記載されたものが交付されます。

Q2 住民票を有していない人にもマイナンバー（個人番号）は指定されますか？



マイナンバーは住民票コードを基礎に作成されるため、国外に滞在されている方などで、住民票がない場合はマイナンバーを指定することができません。住民票が作成されれば、マイナンバーの指定対象となります。外国籍でも住民票のある方には、マイナンバーが指定されます。

Q3 個人番号カードは、何に使えるのですか？通知カードとどう違うのですか？



個人番号カードは、ICチップのついたカードを予定しており、氏名、住所、生年月日、性別、顔写真、マイナンバー（個人番号）を記載する予定です。本人確認のための身分証明書として使用できるほか、e-Tax等の電子申請等が行える電子証明書も搭載できます。

一方、通知カードは、紙製のカードを予定しており氏名、住所、生年月日、性別、マイナンバーは記載されますが、顔写真は記載されません。なお、通知カード単体では本人確認はできませんので、併せて、運転免許証等（予定）の提示が必要となります。

Q4 自分のマイナンバー（個人番号）を取り扱う際に気をつけることは何ですか？



マイナンバーは、生涯にわたって利用する番号なので、忘失したり、漏えいしたりしないように大切に保管してください。法律や条例で決められている社会保障、税、災害対策の手続きで行政機関や勤務先などに提示する以外は、むやみにマイナンバーを他人に教えないようにしてください。

また、他の手続きのパスワードなどにマイナンバーを使うことも避けてください。

※詳しくは「内閣官房」のホームページをご覧ください。<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>



気をつけてください。

通知カードは住民票の住所に送られることから、住民票の住所と異なるところにお住まいの方は「転入届」・「転出届」の手続きをしてください。また、通知カードが届かないといったトラブルを防止するため、「アパート名」や「居居番号」、「〇〇方」等の方書が住民票に適切に記載されていない方は「住所異動届」の手続きをお願いします。

2015のへじ祇園まつり開催日程

8/20 (木)	◎し め あ げ 午後3時～午後4時(大しめ縄奉納) ◎宵 宮 祭 午後6時00分より 於 野辺地八幡宮 ◎宵 宮 午後6時30分より 於 野辺地八幡宮・神明宮
8/21 (金)	◎初日山車合同運行 午後5時～午後8時30分まで 午後5時00分より 駅前広場にて ざおんばやしの共演・神楽の共演・ささ踊り・表彰式 午後6時30分より 駅前(出発)～鳴沢～下町～本町～八幡宮前(解散)
8/22 (土)	◎海 上 渡 御 乗船場所 常夜燈公園内(漁協前船着き場) 午前10時より 2賞表彰式・神楽の共演 午前11時より 出港予定 ◎町 内 自 主 運 行 午後1時～午後5時
8/23 (日)	◎最終日山車合同運行 午後1時～午後4時30分まで 八幡宮前(出発)～八幡町～浜町～新道～城内～上袋町～中袋町～下袋町～本町 (山車展示・休憩・解散)
8/16 (日)	野辺地神明宮 例祭 午前11時より

- ※ 20日(木)宵宮参拝時、雨天の場合は、神楽の参拝は各祭典部の一任とする。
- ※ 21日(金)雨天の場合は、22日(土)午前10時より海上渡御を実施し、午後5時より駅前での催しを実施し、山車合同運行は午後6時30分より初日と同じ運行経路で実施する。
- ※ 21日(金)山車運行時に、急激な悪天候が予想された場合、コースを短縮する場合がある。
- ※ 21日(金)・22日(土)両日雨天の場合は、23日(日)午後1時より最終日のコースで山車合同運行を実施する。
- ※ 21日(金)・22日(土)を予定通り実施して、23日(日)雨天の場合は、最終日山車合同運行を中止とする。(延期無し)
- ※ 23日(日)山車運行時に、急激な悪天候となった場合、山車展示・休憩をしないで解散する場合がある。

のへじ祇園まつりに参加してみませんか？

- ・内容／山車の曳き子・神楽
 - ・締切日／8月13日(木)
- お申込みは観光協会事務局まで
Tel0175-64-9555

海上渡御

8月22日(土)

一般の方も無料乗船できます。
当日、常夜燈公園内(受付所)で午前9時より受付整理券をお配りいたします。



「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していますが、個人のプライバシーに関するものですので、載せてほしくない場合は、届け出の際にお申し出ください。
(6月受付分) 町民課

戸籍の窓

おたんじょうおめでとう

奈良岡 緋七くん (秀和) 中袋町	富谷 こはるちゃん (泰治) 馬門2	玉川 楓華ちゃん (卓) 鳴沢	磯部 好志 (74) 新道	金津 ヨシミ (82) 鳴沢	金田 一邦男 (67) 浜町
片石 輝 (90) 駅前2	杉山 政夫 (72) 城内	今泉 チヨ (83) 下町二区			

おくやみ申し上げ
ごめいふくを
祈ります。

老人憩いの湯

●毎週月・木曜日(祝祭日除く)
有戸地区はまなす
ふれあいセンター
時間：午後1時
～午後2時45分

バス運行日(毎週月・木曜日)
8月3・6・10・17・20・24
27・31

●第1・3月曜日
老人福祉センター
時間：午前10時～午後2時
バス運行日 8月17日

厚生労働省からののお知らせ

！「年金情報流出」を口実にした犯罪にご注意ください！

日本年金機構を名乗って口座番号を聞き出そうとする者や、「流出した個人情報」を削除してあげる」と持ちかけてくる者が現れています。



Q 今回の不正アクセスにより、私の年金そのものがなくなったり、減ってしまうことはないのですか。

A ○今回の不正アクセスにより、皆さまの年金そのものがなくなったり、減ったりすることは、ありません。

○皆さまへの年金支払いの基となる年金記録を管理するシステムからの情報の流出や年金記録の改ざんは、確認されていません。

○なお、流出した基礎年金番号は、新しい番号に変更いたします。番号が変わっても、皆さまの他の年金記録は変わりません。

Q 流出した情報を使い、他人になりすますことで、私の年金が横取りされることはないのですか。

A ○横取りにより、皆さまに年金が支払われなくなることは、ありません。年金は、ご本人に確実に支払います。

○年金は、ご本人名義の口座に振り込みます。流出した情報を使い、他人が年金の振込先を変更することはできません。(振込先を変更するためには、金融機関の証明印やご本人の預金通帳の写しなどにより、日本年金機構がご本人の口座であることを確認します)

○ご不審な点やご不明な点があれば、日本年金機構専用電話窓口や年金事務所へお問い合わせください。

Q 年金の支払いに滞りはできませんか。

A ○年金の支払いが滞ることは、ありません。

○万が一、支給日の15日を過ぎても支払いがない場合には、年金事務所にお問い合わせください。

ご自分の情報が流出しているのでは？など、ご心配の方は、下記専用電話窓口または年金事務所へご相談ください。

日本年金機構 専用電話窓口 (通話料はかかりません)

0120-818211

受付時間 8:30～21:00 (平日及び土日)

8月31日(月)で納付期限は国民年金保険料

国民年金のご相談・手続き等については下記にお問い合わせ下さい。

青森年金事務所
☎017-734-7495

野辺地町役場
町民課
☎64-2111
(内線241)

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…64-11770

FAX…64-8083

健康についての相談先

相談名	対象 / 内容	連絡先
すくすくテレフォン	妊婦、産婦、育児中のかたなど 保健師による電話相談	火・木曜日 (祝祭日を除く) 8:30~17:00 64-8080 (はればれ)
思春期はればれ相談	思春期のかた、その保護者など 保健師による電話相談	
ことばの相談	就学前までのお子さん 保健師が対応	
総合健康相談	保健師、管理栄養士による相談 (要申込)	<毎日> 午後7時~翌午前8時まで #8000または 017-722-1152
こども救急電話相談 (青森県主体)	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。 (治療行為ではありません)	

* 傾聴サロン *

こころが軽くなるおしゃべりサロンです。

傾聴研修会修了生がお話をお伺いします。秘密は厳守します。

日程：8月5日(水) 8月31日(月)
9月11日(金) 9月30日(水)

場所：健康増進センター

時間：13:00~15:00 (毎回同じ)

※申し込み不要

時間内にいつでもどうぞ

短命県返上シリーズ

短命県返上シリーズ⑤

『運動』について

町では、町民一人ひとりの健康増進意識を高め、個人及び地域ぐるみの総合的な健康づくりと、より実践的な町民の健康づくりを推進してゆく『健康のへじ21』計画を策定しています。

その計画の8領域の中の1つ「運動」領域では、家族・地域ぐるみでの運動習慣の定着を目標としています。

運動はいまやところどころからの健康のために欠かせないものとなりました。適度な運動はHDL(善玉)コレステロールを増加させ、LDL(悪玉)コレステロールを減少させ、血圧が安定するなど、効果が、動脈硬化を防ぎます。野辺地町には心疾患や脳血管疾患を発症する方が多く、これらの病気の原因には動脈硬化があるのです。また、運動が認知症予防にも有効であることがわかっています。



しかし、野辺地町では運動不足を自覚している方が、83・3%もいることが平成24年度の調査から明らかになっ

ています。また、大人だけでなく子どもの運動不足も問題です。幼児期のうちから外遊びを親子でたくさんおこないましょう。

短命県を返上するには、「日常生活のなかで体を動かす機会を増やす」ことから始めてみませんか。まずは「自分が1日でどのくらい体を動かしているか」を知ることが大切です。たとえば、歩数計をつけて、1日の歩数を測ったら、その数字からプラス1,000歩を目標に歩いてみましょう。運動は、一人では続けることが難しくても、家族や仲間と一緒に楽しく続けることができます。町ではさまざまな内容の運動事業でみなさんのサポートをおこなっています。ここからは、町が実施する運動事業をご紹介します。

はまなす教室・貯筋教室

65歳以上の方を対象に、筋力とレーニング、認知症予防および口腔機能向上プログラムを実施しています。

減る脂運動クラブ

室内運動と、ポールウォーキングの2つの運動から選択でき、通年実施しています。参加者は随時募集中です。

水中運動リフレッシュ教室

冬期間、屋内温水プールを活用して水中運動をおこなっています。健康運動指導士・栄養士・保健師等がメタボリック症候群の予防改善に向けて一人ひとりサポートします。今年度は10月頃から申し込みを開始します。

スツキリ応援プログラム

運動不足解消や食事の改善に興味があり、自分のペースで進めたい方におすすめの完全個別のプログラムです。健康運動指導士・管理栄養士等がサポートします。足腰に痛みがある方や、お腹まわりが気になる方にもおすすめです。9月から開始します。興味のあ



64-11770 (健康づくり課)

青森県特定不妊治療費助成事業 のお知らせ

青森県では、医療保険が適用されず、高額な医療費がかかる特定不妊治療（体外受精・顕微授精）の経済的負担を軽減するため、治療に要した費用の一部を助成しています。

〈助成対象者〉

法律上婚姻している夫婦で次のすべての条件を満たす場合。

- ①夫または妻のいずれか一方または両方が青森県内に住所がある
- ②特定不妊治療以外に妊娠の見込みがないかまたは極めて少ないと判断された
- ③夫及び妻の前年の所得の合算額が730万円未満である

治療内容、対象となる医療機関等の詳細についてはお問い合わせください。

〈問い合わせ先〉

県子どもみらい課 上十三保健所
☎017-734-9303 ☎0176-23-4261



8月のマタニティサロンは マタニティヨガです。

町では、月に1度『マタニティサロン』を開催し、各種講話や妊婦さん同士の情報交換の場をもうけています。そして8月のマタニティサロンの内容は【マタニティヨガ】になります。是非お友達の妊婦さんとも一緒にお申込み下さい。

【日時】 8月19日（水）

【場所】 健康増進センター

【時間】 午後1時30分から3時

【講師】 青森中央学院大学 高橋佳子 氏

【内容】 マタニティヨガなどの講話・実技

【対象】 15週以上の経過が順調な妊婦

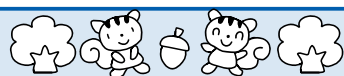
（当町に里帰り中の妊婦さんでも参加可）

※事前に申込みが必要です。

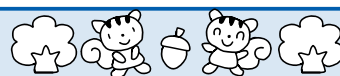
前日までに電話か健康増進センター窓口へお申込みください。参加費は無料です。

＜申し込み先＞ 健康増進センター

健康づくり課 ☎64-1770



8月の保健カレンダー



日	事業名（対象者）	開始時間	場 所	内 容	備 考
18	3歳児健診 （H24年1月、2月生まれ）	12：40	健康増進センター	育児相談、身体計測 小児科・歯科診察	対象者には個別通知します。
19	マタニティサロン （妊婦とその家族）	13：30	健康増進センター	マタニティヨガなどの講話と実技	前日までに申し込みが必要です。
26	6か月児相談 （H27年2月生まれ）	10：00	健康増進センター	育児相談、身体計測 離乳食試食	個別通知はしていません。 広報で確認し母子健康手帳バスタオルをお持ちください。
	10か月児健診 （H26年10月生まれ）	13：30		育児相談、身体計測 歯科保健指導	
	1歳児健診 （H26年8月生まれ）	13：30		歯科健診	
	みんなの子ども相談 （出生～就学前まで）	14：30		育児相談、食事相談 身体計測、歯科健診	
27	4か月児健診 （H27年2月26日～3月23日）	13：15	野辺地病院（小児科）	身体計測 小児科診察	対象者には個別通知します。

予 防 接 種

＊ 日本脳炎定期予防接種 ＊ 対象：平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれのかた
休止による特例対象として、予防接種法による定期接種対象となります。くわしくはお問い合わせください。

＊ ヒブ・肺炎球菌予防接種 ＊ 対象：5歳未満のお子様
5歳の誕生日を迎える前日まで、定期予防接種として受けることができます。接種を希望されるかたは健康づくり課までお問い合わせください。

＊ 水痘予防接種 ＊
平成26年10月1日から水痘予防接種が定期となりました。くわしくはお問い合わせください。

☆ 母子健康手帳は毎週火・木曜日健康増進センターで発行します ☆

♥ 献血日のお知らせ 8月31日（月） 野辺地警察署 10：00～12：30 かんぶん野辺地店 14：00～16：00

町の掲示板



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

平成28年版（2016年版）

「青森県民手帳」 予約受付

締切 9月10日（木）まで

- ◆価 格 1冊500円（税込）
◆発行予定 10月20日予定
（納品後、電話連絡します）
◆カバー色
①黒（イカスミブラック）
②青（青池ブルー）
③赤（りんごレッド）
④黄緑（ブナの葉グリーン）
⑤ベージュ（ホタテベージュ）
NEW! ⑥ピンク（さくらピンク）
NEW! ⑦青緑（青天のヘキレキ）

◆申込先 地域戦略課
☎64-2111（内線261）



私は、歴史ある「みちのく丸」を、若い方々にもっともっとアピールしたいと思っています。それが野辺地町の地域おこしに繋がるように思っています。

常夜燈は、夜間、野辺地湊に船が安全に入港できるような灯台として灯っていたそうです。

「みちのく丸」が早く野辺地に帰って来られるよう、そろそろ常夜燈に火を灯した方が：

町民の皆さまには釈迦に説法ですが、野辺地はかつて、北前船の海運で栄え、町に息づく上方文化のなごりも、北前船によってもたらされたものです。その北前船を復元した「みちのく丸」が、7月19日、常夜燈フェスタで一般公開されました。皆さま、乗船なさいましたか？世界で唯一です。帆を上げて海を往くことができる世界で唯一の北前船を野辺地町は保有しています。維持や管理に様々な問題はあると思いますが、早く「みちのく丸」が野辺地に「定住」できるよう、町を挙げて取り組んでいければ、と願っています。

地域おこし協力隊 阿部博一でございます。人生初、冷房なしで夏を過ごしております。実にしのぎやすい野辺地の夏です。町民の皆さま、お元気でございましょうか？7月18日から20日まで、復元北前型弁財船「みちのく丸」が野辺地に里帰りしてくれました。

『地域おこし』はじめました

- 野辺地町地域おこし協力隊のメールアドレス：mail@nohejimachi.com
- 野辺地町地域おこし協力隊の Facebook ページ：https://www.facebook.com/nohejimachi



- 十和田市**
十和田市夏まつり第58回花火大会
 ・日時 8月14日(金) 19時～
 ・場所 十和田市陸上競技場
 ・問合せ 十和田市観光協会
 ☎0176-24-3006

- 第64回選抜高校相撲十和田大会**
 ・日時 8月15日(土) 8時30分～
 ・場所 十和田市相撲場
 ・問合せ 十和田市
 スポーツ・生涯学習課
 ☎0176-72-2317

- 六ヶ所村**
ふるさと新鮮朝市
 ・日時 8月8日 7時～9時
 22日 8時～10時
 ・場所 8日 泊地区イベント広場
 22日 スワニーイベント広場
 ・問合せ 六ヶ所村商工会
 ☎0175 (72) 2331
 ※村外の方も無料で出店できます。

- 三沢市**
小川原湖漕ぎ大会2015
 ・日時 9月5日(土)～6日(日)
 ・場所 小川原湖観光センター
 レークピア付近
 ・問合せ 小川原湖漕ぎ大会
 実行委員会事務局
 ☎080-6023-7191



- 七戸町**
しちのへ夏まつり2015
 ・日時 8月16日(日) 9時～
 ・場所 七戸町中央公園
 ・問合せ 七戸町商工観光課
 ☎0176-62-2137

- おいらせ町**
おいらせ軽トラ市
 ・日時 8月2日(日)8時～12時
 ・場所 百石本町商店街 中央町
 ・問合せ おいらせ軽トラ市
 実行委員会事務局
 (おいらせ町商工会内)
 ☎0178-56-2511

- 横浜町**
2015横浜町ふるさとのまつり
 ・日時 8月14日(金)11時30分～
 ①魚のつかみ取り大会(三保野公園)
 ②いも煮会(三保野公園)
 ③夏休みちびっこ広場(町役場前)
 ④第25回花火大会(横浜漁港内)
 ・問合せ 横浜町産業振興課
 ☎0175-78-2111



町のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4 ㊟ 人権	5 傾聴サロン	6 ㊟ 縁日ごっこ	7 ㊟ 弁護士	8
9	10	11	12 ㊟ スペシャル おはなし会	13	14	15
16	17	18 ㊟ 行政 ㊟ 3歳	19 ㊟ 年金 マタニティーサロン	20 祇園祭り (しめあげ・宵宮)	21 (合同運行)	22 (海上渡御)
23 (合同運行)	24	25	26 ㊟ 6か月・ みんなの子ども ㊟ 10か月・1歳	27 ㊟ 4か月児	28 	29
30	31 傾聴サロン 献血日	<div> <div>行事内容</div> <div> <div>㊟ 図書館</div> <div>㊟ 児童館</div> </div> <div> <div>㊟ 健診</div> <div>㊟ 相談</div> </div> </div> <div data-cs="2" data-kind="parent"></div> <div data-kind="ghost"></div>				



おいしい! 減る脂〜♪
カンタン料理

その16



管理栄養士
新井山 静

かぶの ごまみそ煮

【管理栄養士のコメント】

今月は野辺地町の特産物である「葉つきこかぶ」の煮物のご紹介です。野辺地町のこかぶは火が通りやすいので、さっと火を通すのがおいしく食べるポイントです。

すりごまを入れることによって、こくが出て、みそが少なくてもおいしく食べることができます。

人が集まる機会が多い8月です。冷やして食べてもおいしいので、たくさん作ってみんなで食べましょう。

【栄養価（1人分）】※写真は12人分です

エネルギー 140kcal
たんぱく質 8.1g 脂質 7.5g
炭水化物 9.4g 塩分相当量 0.9g

材料（4人分）

・生揚げ 200g
・こかぶ 200g (小2個分)
・こかぶの葉 100g (小2個分)
・水 160ml
・白ごま 大さじ1
・みそ 大さじ1.5
・砂糖 大さじ1
・酒 小さじ2

作り方

1. 生揚げはお湯をかけ油抜きをし、食べやすい大きさに切る。
2. かぶの葉はゆでて3cm位に切る。
3. 白ごまは炒ってすり鉢ですっておく（市販のすりごまでも可）。
4. こかぶは皮をむき、くし形に6等分に切る。
5. こかぶは分量の水でさっと煮る。生揚げと白ごま、調味料を加え、かぶが煮溶けない程度に煮る。
6. 最期にかぶの葉を入れ、軽く混ぜる。



わかやま あみ
若山 愛実ちゃん



ほらない りょうた
洞内 遼太くん



たかやま あみ か
高山 愛柑ちゃん



なかやま たくと
中山 拓翔くん



とりや べしの
鳥谷部心乃ちゃん



やまもと えいた
山本 英太くん

※6月号のお名前に誤りがございました。
お詫びして訂正いたします。

うえの ふたば
上野 二葉ちゃん

ぼくたち、わたしたちの

歯
ピカピカ
だよ♪

3歳児健診で虫歯ゼロの子です

