

広報 のへじ 2

2016年
第682号
月号



特集

平成28年成人式

祝！御成人 平成28年成人式



平成28年成人式が1月10日に中央公民館で行われ、91名の新成人が出席し、会場では久しぶりに会う旧友との再会を楽しみ、会話に花を咲かせていました。

式典は、新成人の中学生時代のビデオ上映から始まり、当時の懐かしい姿の映像に、会場は笑いに包まれていました。

中谷町長の祝辞では、「夢や目標を定められない人もいると思いますが、夢や目標は誰から与えられるものではなく、自分で探して作るもの」と新成人の今後に期待の言葉を贈りました。

新成人による自己紹介では、一人一人が夢に向かって勉学に励んでいることや、就職をし、日々勤労に努めていることなどの近況についてや、これまで育ててくれた両親への感謝を述べるなど、新成人として自立した様子を見せ、また、その様子を見ていた親御さんたちは、感慨深く思うとともにその門出を祝福していました。

今年は、町民憲章朗読を原子航世（はらこ こうせい）さん・上原子星果（かみはらこ せいか）さんが述べ、私たちの提言を野坂元輝（のさか げんき）さん・黒澤晋輔（くろさわ しんすけ）さん・上野瑞歩（うえの みずほ）さん・松館健太（まつだて けんた）さん、誓いのことを甲斐裕佳子（かい ゆかこ）さんが披露しました。

成人式の風景



野辺地高等学校家庭クラブ東北大会で最優秀賞を受賞



さまざまな活動でまちづくりに大きく貢献しました

野辺地高等学校家庭クラブが、秋田県横手市で開催された第63回東北ブロック家庭クラブ連盟研究発表大会の家庭クラブ活動の部において、最優秀賞を受賞し、町長を表敬訪問しました。

東北大会では、野辺地町の特産品PRに取り組み、「全国高校生料理コンクール」に葉つきこかぶの料理を出品し、学校賞を受賞したことや、特産品PRキャラクター「めじゃーず」の絵本を作り、「家やまの絵本コンクール」で主催者委員長賞を受賞したことなどを発表し、最優秀賞の栄冠に輝きました。また、8月に開催される全国大会への出場を果たし、3年生は、1年生の時から取り組んだ3年間の特産品PR活動に有終の美を飾りました。

昔懐かしの遊びを体験

12月17日に野辺地小学校で1年生を対象に昔遊び会が行われました。

昔遊び会は、主にのへじ元氣講座受講生の方々が講師となってお手玉やけん玉といった昔の遊びを教え、児童は普段、触れることのない遊びを体験しました。

昔遊びは、児童にとって初めて遊ぶものばかりで、けん玉やこま回しは、うまくできず苦戦も多かったですが、できたときはとても喜んでいました。また、講師も児童が驚くようなお手玉やあやとりのお手本を見せるなど、楽しく教えていました。

昔遊び会の後には、児童から「おはじきが初めてで難しかった」「いろんな遊びができて楽しかった」など多くの感想が発表され、実りある活動となりました。



おはじき遊びに興味津々な児童たち



テープカットにはじ〜の君も駆けつけました

国設野辺地まかど温泉スキー場オープン

平成27年度国設野辺地まかど温泉スキー場開きが12月18日に行われました。

当日までは、例年に比べ少ない積雪となっておりましたが、神事が執り行われ、参列者たちも安全を祈願していました。

スキー場オープン宣言では、中谷町長がスキー場開きに向けて環境整備にあたった関係者への感謝を述べるとともに、「多くの利用者で賑わってくれること、そして、万全な状態でお客様をお迎えできるような降雪を期待します」と挨拶されていました。

スキー場では、今シーズンも小・中学生を対象とした各種スキー大会の開催が予定されています。

のへじ未来塾講演会開催

町が協働のまちづくりの一環として開催している「まちづくりワークショップ」が中央公民館で開催され、町職員、町民合わせて34名が参加しました。

今回は、「人口減少と国土の将来像」を取り上げ、国土交通省総合計画課長の白石さん講演がされました。講演では、将来の人口推計に触れ、人口の減少推移や地域間の偏りの進行などが紹介されました。これらの課題に対して「地域の個性」が重要であり、豊かさとは何か、また、現在困っていることを解決するためにはどうすればよいかを考え、個性を創造し、地域の主体的な取り組みが不可欠と話していました。

講演後は、町民から意見・質問もあり、地域と行政で課題に取り組み意識が芽生えた講演となりました。



まちづくりに対し考えを巡らせる参加者たち



規律のとれた分列行進

平成28年野辺地町消防出初式

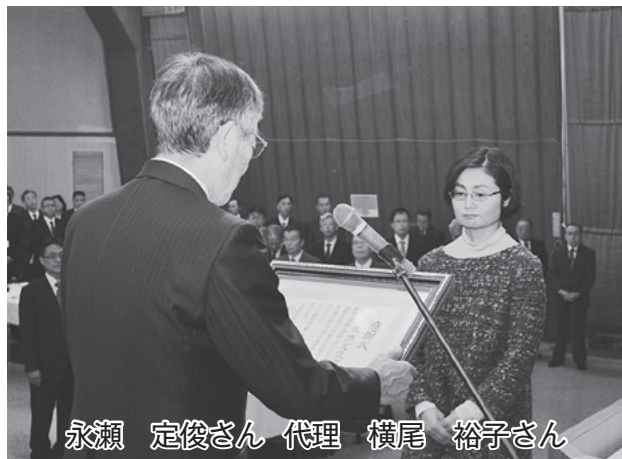
1月6日に平成28年野辺地町消防出初式が行われました。野辺地八幡宮・神明宮へ参拝後、役場前での式典では、町長らの前で消防ポンプ自動車、消防器具等の点検や、消防団員と消防署員による分列行進などが行われたほか、消防団員によるまとい振りや披露されると見学に来ていた人たちは見入っていました。町長の訓示では、全国各地で発生している豪雨などの大規模な自然災害による被害の恐ろしさに触れ、「消防機関だけでなく、地域住民や企業・団体等の地域の総力を結集して地域防災力の充実強化を目指さなければならぬ」と今後の防災活動のより一層の充実について話していました。



五十嵐 長之さん



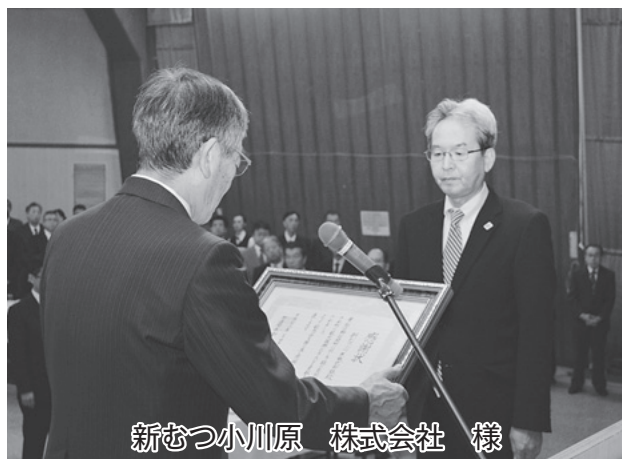
大野 昭さん



永瀬 定俊さん 代理 横尾 裕子さん



横濱 秀一さん



新むつ小川原 株式会社 様



有限会社 野辺地博善社 様

平成28年 善行表彰

まちの お知らせ

まちの人口

平成27年12月末現在（前月比）
 人口 13,976名（－ 22）
 男 6,554名（－ 6）
 女 7,422名（－ 16）
 世帯数 6,570世帯（－ 3）

無料相談案内

～年金相談～
 （年金全般に関すること）
 2月29日（月） 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）
 2月2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）
 3月4日（金） 14時～
 老人福祉センター※2月は5日
 ☎64-2111総務課

※要予約：2月26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）
 2月16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

男女共同参画町民研修会
 「エンディングノート」
 人生の最期を考える」
 が開催されました

12月9日、教育委員会主催の男女共同参画町民研修会が中央公民館にて開催され、約70名の参加者が「終活」や「エンディングノート」について理解を深めました。

講師を務めた弘前市の専求院住職の妻である村井麻矢氏によると、「終活とは人生をよりよく生きるための準備、残された家族のためにも「生」について見つめ直してほしい」とし、講演会後に行われたワークショップでは、青森県男女共同参画センター館長の小山内世喜子氏司会のもと「後悔しない生き方」についてグループ内で話し合い、講演会の内容を振り返りました。

参加者からは、「周りの人へ

◆ヨチヨチおはなし会／19日（金）10時30分～11時

◆朗読の会「秋桜」／18日（木）10時 定例会

◆ブックスタート／17日（水）9時30分 健康増進センター

◆おはなし工房／13日（土）14時15分～15時15分「読み聞かせと簡単な工作」

◆ファミリー・イングリッシュ／10日（水）・25日（木）15時40分

◆英会話サークル／8日・15日・22日・29日（月）15時30分～16時30分（中央公民館）

◆図書館行事
 ☎（64）2195

の感謝の気持ちをもって生活したい「具体的に何をすれば良いかが分かった」などの感想が寄せられ、「自分の生」と向き合う良い機会となりました。

◆絵本を楽しむ会／26日（金）9時30分

◆絵本を楽しむ会／27日（土）14時15分

◆申込締切 10日

◆参加費 250円

◆避難訓練

◆あたごクラブ役員会18日（木）18時30分

◆クリスマスローズと雪割草フェア

◆日時 2月11日（木）～28日（日）9時45分～17時

◆場所 公立ぎんなん寮

◆販売品 園芸商品、加工商品のほか、喫茶コーナーにはドライハーブなどがあります。

図書館おすすめの最新刊（入荷予定本）

書名	著者名
あつ！命の授業	ゴルゴ松本
総理にされた男	中山 七里
掟上今日子の退職願	西尾 維新
ピンクとグレー	加藤シゲアキ
悲しみのイレーヌ	ビエール・ルメートル
決戦！本能寺	葉室麟 他
はだれ雪	葉室麟
本の展示	
雪のメルヘン展2日（火）～28日（日）	

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆催事 クリスマスローズ、雪割草、園芸商品がすべて表示価格より10%割引（友の会会員20%割引）。八重咲、一重咲、アネモネ咲や花色のバリエーションを展示販売。

◆問合せ 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

◆問合先 公立ぎんなん寮
 ☎0176-5615121

平成28年度自衛官等募集のご案内

募集種目	応募資格	受付期間	試験期日	試験場所（予定）
予備自衛官補（一般公募）	平成28年7月1日現在 ●18歳以上34歳未満の方	平成28年1月8日～ 平成28年4月8日	平成28年4月16日	別途各人に連絡します。
予備自衛官補（技能公募）	平成28年7月1日現在 ●18歳以上で各種国家免許資格等を有する方（国家免許資格等の細部については、お問い合わせ下さい）	平成28年1月8日～ 平成28年4月8日	平成28年4月16日	別途各人に連絡します。

◎細部については、下記までお問い合わせ下さい。
 〒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：8：45～17：30）
 e-mail：aomori.pco.misawa@rct.gsdf.mod.go.jp

個人番号カードの交付について



マイナちゃん

個人番号カードの交付を町民課窓口にて開始します。

・個人番号カードについて、交付の準備ができたものから順次、「個人番号カード交付通知書（はがき）」にてご連絡していきます。

交付を受ける際は、個人番号カード交付通知書に記載された期限までに次に掲げる書類をご持参ください（受付時間は、**8時30分～16時30分となります**）。また、暗証番号の設定がありますので、個人番号カード交付通知書で確認のうえ事前に暗証番号を決めておいてください（暗証番号は生年月日等他人にもわかるような番号を用いないこと）。

なお、受け取りは本人来庁が原則となります（15歳未満の方又は成年被後見人であっても法定代理人とともに本人来庁が原則）。仕事の都合による代理人への委任による交付はできませんので、ご注意ください。

持参する書類

【本人が受け取る場合】

- ① 個人番号カード交付通知書 ② 通知カード ③ 住民基本台帳カード（お持ちの方のみ）
- ④ 本人確認書類（運転免許証、パスポート、在留カード等のうち1点又は健康保険証、各種年金証書、社員証、学生証、預金通帳等のうち2点）

【代理人が受け取る場合】

▶15歳未満の方又は成年被後見人の法定代理人の場合

- ① 交付申請者本人の書類（上記の【本人が受け取る場合】①～④の書類）
- ② 戸籍謄本等その資格を証明する書類
※15歳未満の方の法定代理人が同一世帯の親である場合は不要
- ③ 法定代理人の本人確認書類（上記の【本人が受け取る場合】④に準じる）

▶病気や身体の障害等のやむを得ない理由により、本人が来庁できないときの代理人の場合

- ① 交付申請者本人の書類（上記の【本人が受け取る場合】①～④の書類）
- ② 交付申請者本人の来庁が困難であることを証明する資料
診断書、本人の障害者手帳、本人が施設等に入所している事実を証する書類等
- ③ 代理人の代理権を証明する書類
 - (ア) 法定代理人の場合
戸籍謄本等その資格を証明する書類
 - (イ) 法定代理人以外の場合
個人番号カード交付通知書の委任状欄への署名又は記名押印
- ④ 代理人の本人確認書類（上記の【本人が受け取る場合】④に準じる）

※本人確認のため、顔認証システムによる同一性の判定を行う場合があります。判定において同一性が確認できないとされた場合は、交付されません。



混雑状況によっては、受付終了時間前であっても受付できないことがありますので、あらかじめご了承ください。

税の申告は正しくお早めに！

申告相談は2月12日から

国民健康保険加入者、国民年金の免除申請をする方、各種税証明が必要となる方は収入の有無にかかわらず申告しましょう

みなさんが毎日安心して暮らせる明るい社会をつくるために、税金は無くしてはならない大切な財源です。

今年も、私たちの暮らしと密接なかかわりを持つ税の申告時期となりました。この申告は、公平な課税と納税を行ううえで非常に重要なものです。

町・県民税、所得税、贈与税の申告は、3月15日(火)までです。なお、町・県民税の申告相談は2月12日(金)から中央公民館で行います(詳しい日程は別表のとおりです)。

申告が必要と思われる方には、あらかじめ申告相談日等を通知しますので、忘れずに申告しましょう。

町・県民税 申告が必要な方

平成28年1月1日現在、野辺地町に居住している方で、次に該当する方。

ただし、ご自分で所得税の確定申告書を税務署に提出する方は、町・県民税の申告は必要ありません。

1. 給与所得のみの方で、次に

該当する方

◆勤務先で年末調整していない方

◆年末調整の控除内容に変更のある方

◆医療費控除等の各種控除を受ける方

2. 公的年金所得のみの方で、次に該当する方

◆源泉徴収票の控除内容に変更のある方

◆医療費控除等の各種控除を受ける方

3. 事業所得(営業・農業・漁業等)のある方

4. 不動産所得(地代・家賃等)のある方

5. 配当所得のある方

6. 生命保険一時金、生命保険年金、報酬等を受けた方

7. 譲渡所得のある方

申告に必要なもの

①印かん(銀行印)と口座番号

②源泉徴収票(原本)

③事業・不動産所得のある方は、収支のわかる資料

④社会保険料領収書(国民健康保険税・厚生年金保険料など)

国民年金保険料控除証明書

⑤生命保険料控除証明書

⑥地震保険料控除証明書

⑦雑損控除(災害等)を受けようとする方は、被害のあった住宅や家財などの証明書や明細書

⑧配偶者特別控除を受けようとする方は、配偶者の所得がわかる源泉徴収票など

⑨農業所得のある方

◆農協が発行する出荷証明書・出荷伝票

◆生産出荷組合、市場からの清算書・明細等

◆仲買人への販売明細書

◆自家消費、知人・親類等への贈答品はその明細書

⑩その他障害者手帳、介護保険に係る障害者控除対象者認定書(町の介護・福祉課で発行)など申告に必要と思われるものをお持ちください。

*申告が必要か必要無いか判断できない場合は税務課に電話をして確認して下さい。

◆問合せ

税務課 ☎64-2111

◆所得税

平成27年分の所得税の確定申告書作成会場は、2月16日(火)から3月15日(火)(土・日・祝日は除きます)9時から17時まで十和田税務署に開設します。

申告が必要な方

◎事業所得や不動産所得がある場合

平成27年中の所得金額が、基礎控除・扶養控除・社会保険料控除などの所得控除の合計額より多い方。

◎給与と所得者の場合

①給与の年収が2,000万円を超える方

②一カ所から給与を受けている方で、給与所得や退職所得以外の所得が20万円を超える方

③二カ所以上から給与を受けている方で、年末調整されなかった給与の収入金額と給与所得以外の所得の合計金額が20万円を超える方

◎譲渡所得のある場合

平成27年中に株式、土地、建物などを売った方は、原則として申告と納税が必要です。この譲渡所得に対する所得税は分離課税といって、他の所得と区分して計算されます。

申告に必要なもの

①前記の町・県民税の申告に必要な書類等

②住宅借入金等特別控除を受ける場合は、登記事項証明書、請負契約書の写し、住民票の写し、住宅取得資金に係る借入金の年末残高証明書等

③税務署から「確定申告のお知らせ」が来ている場合は、その通知書等

④前年も確定申告をしている場合には、その控

申告すれば所得税が還付される方

次のような方で、源泉徴収された税金や予定納税をした税金が納めすぎになっている場合には、確定申告をすれば所得税が還付されることがあります。

なお、還付を受ける場合は口座振込になりますので、本人の預金通帳など口座番号がわかるものをお持ちください。

①出稼ぎや日雇、年の途中の退職などで年末調整されなかった場合

②給与や公的年金等の収入がある方で雑損控除、医療費控除、住宅借入金等特別控除などを

受けられる場合

③予定納税をしている方で、確定申告の必要がない場合

医療費控除を受けられる方へ

申告の際に医療費控除を受けられる方は、病院の領収書等をあらかじめ次のようにまとめてお持ちください。

①領収書は人(患者)別に、病院ごとに集計してください。

②通院の際のバス・鉄道運賃は、内訳を書いて来てください。

③介護保険制度での施設サービス及び居宅サービスの利用料は、医療費控除対象分のみ集計してください。

◆贈与税

贈与税は、原則として個人から年間110万円を超える財産をもらったときにかかる税金です。申告と納税は2月1日(月)から3月15日(火)までです。

県では、ふるさと納税制度による寄附を受け付けています。この制度は、「ふるさと青森を応援したい」とお考えの方が寄附をした場合に、お住まいの自治体の住民税（県民税・市町村民税）から、寄附金額に応じて一定額を控除するものです。

申出書は各地域県民局県税部や県外事務所などに備え付けているほか、県庁ホームページから電子申請もできます。

県外在住の方々や青森県を応援したいご親戚やご友人の方々にも、ぜひご紹介ください。

また、個人だけでなく、法人からの寄附も受け付けています。

平成28年度町県民税に係る申告相談日程表
会場：中央公民館

月日・曜日			区 域	
			午 前 (9:00~11:30)	午 後 (1:00~4:00)
2	12	金	鳴沢	えぼし
2	13	土		
2	14	日		
2	15	月	金沢町(あ～お)	金沢町(か～こ)
2	16	火	金沢町(さ～そ)	金沢町(た～と)
2	17	水	金沢町(な～ひ)	金沢町(ふ～)
2	18	木	駅前1(あ～さ)	駅前1(し～)
2	19	金	駅前2(あ～す)	駅前2(せ～)
2	20	土		
2	21	日		
2	22	月	新道	新町
2	23	火	浜町(あ～し)	浜町(す～)
2	24	水	馬門1区(あ～さ)	馬門1区(し～)
2	25	木	馬門2区(あ～さ)	馬門2区(し～)
2	26	金	木明・有戸・目ノ越	木明・有戸・目ノ越
2	27	土		
2	28	日		
3	1	月	下町1区(あ～そ)	下町1区(た～)
3	2	火	下町2区(あ～そ)	下町2区(た～)
3	3	水	城内(あ～こ)	城内(さ～な)
3	4	木	城内(に～)	八幡町
3	5	金	枇杷野・琵琶野	本町・川目
3	6	土		
3	7	日		
3	8	月	松ノ木平(あ～し)	松ノ木平(す～)
3	9	火	上袋町(あ～の)	上袋町(は～)
3	10	水	中袋町(あ～お)	中袋町(か～そ)
3	11	木	中袋町(た～ほ)	中袋町(ま～)
3	12	金	下袋町(あ～お)	下袋町(か～し)
3	13	土		
3	14	日		
3	15	月	下袋町(す～と)	下袋町(な～へ)
3	16	火	下袋町(ほ～)	予 備

★申告相談日の指定は町内別に名字の五十音順となっています。
相談日を確認のうえお越しくさるようお願いいたします。

「ふるさと納税制度」について

県では、ふるさと納税制度による寄附を受け付けています。

この制度は、「ふるさと青森を応援したい」とお考えの方が寄附をした場合に、お住まいの自治体の住民税（県民税・市町村民税）から、寄附金額に応じて一定額を控除するものです。

申出書は各地域県民局県税部や県外事務所などに備え付けているほか、県庁ホームページから電子申請もできます。

県外在住の方々や青森県を応援したいご親戚やご友人の方々にも、ぜひご紹介ください。

また、個人だけでなく、法人からの寄附も受け付けています。

詳しくは、ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

「ふるさと青森応援サイト」

http://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/025_01furusatoindex.html

◆問合せ 青森県総務部税務課
☎017-734-9064
(直通)

小さな掛金、大きな補償!!
スポーツ安全保険に加入しませんか?

スポーツ安全保険とはスポーツ活動、文化活動、ボランティア活動、地域活動などを行う社会教育活動（4名以上の団体）を対象とした保険です。

◆対象となる事故
団体活動中、往復中の事故な

ど（自動車事故による傷害保険は適用されますが、賠償責任保険は適用外です。）

◆補償内容

傷害保険（通院、入院、後遺障害、死亡）、賠償責任保険、突然死葬祭費用保険

◆加入受付期間
平成28年3月1日
～平成29年3月30日

◆保険期間
平成28年4月1日午前0時
～平成29年3月31日午後12時

◆掛金
一人年額800円から11,000円（年齢、活動内容により異なります。）

◆問合せ
スポーツ安全協会青森県支部
☎017-782-6984
(電話受付時間は平日午前9時

から午後5時まで)

日赤野辺地町分区分より
お知らせ

2月は、日赤社員増強・社資増収運動月間です。

日本赤十字社青森県支部では、赤十字の理想とする人道的任務を達成するために、日本各地で発生した台風による豪雨等の災害救護事業をはじめ、赤十字奉仕団事業等の様々な事業を行っています。

2月1日より、各自治会の班長さんが、皆様の自宅へ一人500円以上の社資の募集に伺いますので、一人でも多くの方からの御寄託をよろしくお願いいたします。

◆問合せ
介護・福祉課（内線246）

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）

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!!

後期高齢者医療 高額医療・高額介護合算療養費 支給申請のお知らせ

☆支給対象者

後期高齢者医療制度に加入している方で医療保険と介護保険の自己負担額（注）の両方の支払いをした方が支給の対象となります。世帯内に後期高齢者医療制度に加入している方が複数いる場合は、世帯で合算します。

☆対象期間

毎年8月1日から翌年7月31日までの1年間です。

☆支給額

医療保険と介護保険の自己負担額の合計が、所得区分に応じた自己負担限度額（表）を超えた場合に、その超えた額が支給されます。

ただし、超えた額が500円

（表）

所得区分	自己負担限度額
現役並み所得	67万円
一 般	56万円
低 所 得 II	31万円
低 所 得 I	19万円

低所得II：世帯員全員が住民税非課税の方

低所得I：世帯員全員が住民税非課税の方のうち、世帯員全員の各所得金額が0円の方

（注）自己負担額は支払った額から高額療養費や高額介護（予防）サービス費を除いた額です。

○申請に必要なもの

- ・支給申請書
- ・高額介護合算療養費・高額医療合算介護（予防）サービス費の支給申請について（お知らせ）
- ・個人番号（マイナンバー）がわかるもの（通知カードまたは、個人番号カード）
- ・本人確認書類（官公庁発行、発給の顔写真付き身分証明書等）
- ・印鑑（認印）
- ・通帳（または通帳のコピー）等口座情報のわかるもの

※被保険者が亡くなっている場合は受領申立書の提出が必要です。（事前に提出した場合は不要です。）

※被保険者以外の方が申請又は受領する場合は委任状が必要です。

※被保険者以外の方が申請する場合は委任状に加え、被保険者の個人番号がわかるもの（コピー可）、申請者の本人確認書類等が必要です。詳しくは担当までお問い合わせください。

※重度心身障害者医療費の助成を受けている場合は、市町村へ受領を委任する委任状が必要です。

※対象期間中に青森県後期高齢者医療以外の医療保険や他市町村の介護保険に加入歴があり、自己負担額がある場合は、それらの保険の自己負担額証明書が必要です。

以下の場合には支給対象となりません。

☆支給申請

支給を受けるには必ず申請が必要となります。

なお、支給の要件に該当すると思われる世帯には、2月下旬に青森県後期高齢者医療広域連

合から支給申請のお知らせを送ります。お知らせが届いた方は担当窓口申請してください。

また、対象期間の途中に後期高齢者医療制度に加入した方や転入してきた方等がいる世帯には、支給対象となる世帯でも、支給申請のお知らせが送られない場合がありますので、対象になると思われる方は担当までお問い合わせください。

◆問合先

・青森県後期高齢者医療広域連合
 ☎017-721-1382
 ・役場 町民課 後期高齢者医療担当（内線238）

忘れていませんか？ 給付金減額支援助成金の手続き

原子力立地給付金減額支援助成金の手続きはお済みですか？

『実際に住んでいる建物（住民登録地）の平成27年度の給付金を受給した電気契約個人名義人でその世帯全員が町民税非課税の方（生活保護受給者を含む）』であれば、原子力立地給付金の他に、町から3,000円の助成金を受けられます。

該当する方は、申請書（役場窓口にあります）にもれなく記入・押印し、次の①～④（または①～⑤）を添付または提示して手続きをお願いします。これらの確認ができなければ受理できませんので、必要書類を全部そろえて申請をお願いします。

- ①『原子力立地給付金振込のお知らせ』のはがき
 ㊦はがき紛失の場合
 ・口座振込で給付金を受け取った方は、その入金のわかる部分の記帳がある通帳を持参で可（入金日の確認をします）
 ・証書で受け取った方は「東北電力㈱コールセンター0120-175-466」で再発行
- ② 電気料金明細書『電気ご使用量のお知らせ』最近のもの1枚
- ③ 申請者名義の通帳（原則 給付金振込の通帳）
- ④ 本人確認ができる書類（免許証・保険証等）
- ⑤ 代理人が申請手続きをする際は、委任状
 （申請用紙に 委任者は2か所記入・押印 代理人は1か所記入・押印必要）

「該当するかわからない」「町民税が非課税かわからない」など 詳しいことは地域戦略課までお電話ください。

担当：地域戦略課（内線265）

平成27年12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		
	12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	1	0	2	16	0	20	28	1	30	(-)12	(-)1	(-)10
横 浜 町	0	0	0	14	2	14	14	0	19	(±)0	(+)2	(-)5
六ヶ所村	3	0	3	24	0	27	21	3	28	(+)3	(-)3	(-)1
合 計	4	0	5	54	2	61	63	4	77	(-)9	(-)2	(-)16

野辺地司法書士相談センター

法律に関すること、
お気軽にご相談ください。相談無料

●相談センター開催日（祝祭日を除く）：毎週水曜日 午後2時～午後5時
 毎週土曜日 午前9時～正午

●場 所：野辺地町野辺地17-1（旧ラグノオ）
 野坂ビル駐車場（建物裏）をご利用下さい。

●相談予約・お問い合わせ 0175-73-7130
 受付時間 月～金 10:00～16:00（祝祭日を除く）

●主 催：青森県司法書士会 青森市長島3-5-16 青森県司法書士会 検索



青森銀行びわの会様より
図書館のため 100,000円
社会福祉協議会へ 273,000円



社会福祉法人おさなご様より
児童福祉事業のため 70,000円

町への御寄附
ありがとうございます
ございました

今後、歩道を含む地域の除雪を除雪ボランティアを募りながら実施し未然に事故を防ぐなど、地域住民の生活の安全を図ります。



宝くじ助成金で除雪機を整備

下袋町自治会では「平成27年度コミュニティ助成事業」を活用し、除雪機2台を購入しました。



野辺地地区交通安全協会より
防犯ブザー新入学児童分

教育委員会への
御寄附ありがとうございます
ございました

家族間の問題等法律の関係する

女性のための女性司法書士による無料法律相談会

◆場所 中央公民館
◆内容 創作ダンス、健康体操など

◆日時 2月20日(土)

13時～15時

第15回まつり「飛天の舞」発表会

す。また、地域住民同士が助け合う環境を整備しながら、より一層のコミュニケーションの構築をし、地域コミュニティの活性化を図ります。



◆出願手続 願書に必要な事項を

相続・成年後見・借金問題・

◆出願資格 木造建築科は中学校・高等学校卒業見込みまたは卒業された方、配管科は離職者等で職業に必要な技能及びこれに関する知識を習得しようとする方(性別は問いません)。

◆訓練期間 木造建築科2年・配管科1年

◆出願期限 2月10日(水)

◆募集定員 木造建築科・配管科 各20名

青森県立むつ高等技術専門学校 平成28年度入学生募集

◆問合せ 青森県司法書士会
☎0175-776-8398

相談をお受けしております。

◆主催 青森県司法書士会
なお、相談は無料ですが具体的な手続きが必要になる場合には、別途費用がかかりますので相談員にご確認ください。また、野辺地司法書士相談センター(☎0175-73-7130)では、毎週水曜日(14時～17時)と土曜日(9時～12時)に無料で

◆場所 アスパム5階「あすなろ」

◆日時 2月28日(日) 10時～16時

お悩みを抱えた女性のために、女性司法書士が無料で相談に応じます。

◆主催 青森県司法書士会
なお、相談は無料ですが具体的な手続きが必要になる場合には、別途費用がかかりますので相談員にご確認ください。また、野辺地司法書士相談センター(☎0175-73-7130)では、毎週水曜日(14時～17時)と土曜日(9時～12時)に無料で

◆問合せ 青森県司法書士会
☎0175-776-8398

相談をお受けしております。

◆主催 青森県司法書士会
なお、相談は無料ですが具体的な手続きが必要になる場合には、別途費用がかかりますので相談員にご確認ください。また、野辺地司法書士相談センター(☎0175-73-7130)では、毎週水曜日(14時～17時)と土曜日(9時～12時)に無料で

花形一彦

新舞踊チャリティーショー

自由席

前売券 2,500円
当日券 2,800円
(※幼児、小・中学生 無料)

日時/平成28年3月6日(日) ■開場:午前11時■開演:午後1時■終演:午後4時(予定)
場所/まかと観光ホテル ☎0175-64-3131

※午前9時より整理券配布いたします
※町内無料バス有り(時間等は前売り券裏面)
※本券をフロントに提示すれば当日に限り、半額で入浴できます
※宿泊特別料金 一泊二食 8,000円

主催/新舞踊 一の会 後援/野辺地町
【お問い合わせ先】一の会 ☎0175-64-2578

所まで

◆問合せ 青森県立むつ高等技術専門学校
むつ市文京町31-1
☎0175-24-11234
または最寄りの公共職業安定

◆試験日 2月18日(木)
◆合格発表 2月25日(木)

◆問合せ 青森県立むつ高等技術専門学校
むつ市文京町31-1
☎0175-24-11234
または最寄りの公共職業安定

◆試験日 2月18日(木)
◆合格発表 2月25日(木)

◆問合せ 青森県立むつ高等技術専門学校
むつ市文京町31-1
☎0175-24-11234
または最寄りの公共職業安定

◆試験日 2月18日(木)
◆合格発表 2月25日(木)

◆問合せ 青森県立むつ高等技術専門学校
むつ市文京町31-1
☎0175-24-11234
または最寄りの公共職業安定

平成28年4月1日から、緊急通報『119番』は
「上十三消防指令センター」で受け付けます。

「上十三消防指令センター」ってなんだろう!?



「上十三消防指令センター」は、十和田地域広域事務組合、三沢市、北部上北広域事務組合、中部上北広域事業組合の4消防本部管内の119番通報の受け付け、消防車や救急車への出動指令などの通信指令業務の運用を共同で行います。

共同運用により、業務の効率化が図られ、関係4消防本部の連携及び情報を共有することが可能となります。

119番の受付場所が変わります。



現在、関係4消防本部ごとに受け付けている119番通報は、十和田地域広域事務組合十和田消防庁舎内に設置される上十三消防指令センターで受け付けます。

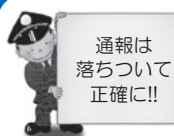
正式運用は平成28年4月1日からですが、次のとおり事前に仮運用を始めます。

- 十和田地域広域事務組合消防本部 ⇒ 平成27年12月1日から(十和田市・六戸町)
- 三 沢 市 消 防 本 部 ⇒ 平成27年12月1日から(三沢市)
- 北部上北広域事務組合消防本部 ⇒ 平成28年 2月1日から(野辺地町・横浜町・六ヶ所村)
- 中部上北広域事業組合消防本部 ⇒ 平成28年 2月1日から(七戸町・東北町)

これまで同様、受け付けした119番通報により、管轄消防署所に
出動指令が出され、消防車や救急車等が出動します。



119番通報はなるべく固定電話からお願いします。



携帯電話からの119番通報は、機種または設定により通報場所がしっかり特定できない場合があります。これに対し、固定電話からの119番通報は、発信地表示機能により瞬時に通報場所が特定されます。より迅速な出動のためにもなるべく固定電話での119番通報をお願いいたします。

また、119番通報の時は、冒頭に必ず市町村名を添えてください。

上十三地域4消防本部消防通信指令事務協議会 上十三消防指令センター

中部上北広域事業組合消防本部
TEL 0176-62-3142

北部上北広域事務組合消防本部
TEL 0175-64-0650

十和田地域広域事務組合消防本部
TEL 0176-25-4111

三 沢 市 消 防 本 部
TEL 0176-54-4111

お問い合わせは居住地の各消防本部へ

平成27年度保育料の誤徴収について（お詫び）

このたび、町内5保育園の利用児童に係る保育料について、階層区分設定の一部に誤りがあったことにより、保育料の誤徴収が発生する事案がありました。なお、詳細については次のとおりです。

下記保育料表のとおり訂正するとともに、今回、誤徴収の対象となられました保護者の皆様並びに保育園関係者の皆様に、多大なる御迷惑をおかけしましたことを心からお詫び申し上げます。

1. 内容（対象者数など）

- ・ 過大徴収（返還）分 127世帯 （利用児童161名） 計 5,069,000円
- ・ 未徴収（追加納付）分 11世帯 （利用児童 14名） 計 158,500円

2. 原因

子ども・子育て支援新制度の施行に伴い、平成27年4月から保育料の算定基礎となる税が、「所得税」から「市町村民税」に変更したのを受けて町保育料を見直した際、法改正等の解釈を誤ったものです。

3. 町の対応

- ・ 対象世帯の保護者に対しては直接説明とお詫びをし、変更のなかった保護者には文書で通知。
- ・ 還付及び追加納付の手続きを速やかに行い、2月中旬に処理を終える予定です。

4. 今後の対策

本事案を踏まえ、今後の法改正等への対応については解釈を誤らないよう十分留意し、事務処理確認を二重、三重に行いながら、町民の皆様にご迷惑をおかけしないよう適切な事務の執行に努めます。

<問合せ先> 介護・福祉課 （内線245）

平成27年度野辺地町保育料表（2号認定・3号認定）

各月初日の入所児童の属する世帯の階層区分		利用者負担額月額（円）			
階層区分	定 義	3歳未満児（3号）		3歳以上児（2号）	
		保育標準時間	保育短時間	保育標準時間	保育短時間
A	生活保護世帯	0	0	0	0
B	市町村民税 非課税世帯	※ 0	※ 0	※ 0	※ 0
		8,000	7,800	5,000	4,900
C 1	市町村民税 均等割のみ課税世帯	※ 14,000	※ 13,700	※ 11,000	※ 10,700
		15,000	14,700	12,000	11,700
C 2	所得割課税額 48,600円未満	※ 16,000	※ 15,700	※ 13,000	※ 12,700
		17,000	16,700	14,000	13,700
D 1	市町村民税 所得割課税世帯	23,000	22,600	20,000	19,600
D 2		26,000	25,500	23,000	22,600
D 3		29,000	28,500	26,000	25,500
D 4		31,500	30,900	28,500	28,000
D 5		34,500	33,900	30,500	29,900
D 6		36,500	35,800	32,000	31,400
D 7		38,500	37,800	34,000	33,400
D 8		41,000	40,300	36,000	35,300

○平成27年4月～8月は平成26年度の市町村民税額から、平成27年9月～平成28年3月は平成27年度の市町村民税額から算定されます。

○小学校就学前の範囲において、保育所や幼稚園等を同時に利用する最年長の子どもから順に2人目は上記の半額、3人目以降については無料。

○(※)B・C1・C2階層の金額は、ひとり親世帯等、在宅障がい児(者)のいる世帯等の保育料です。

屋根の雪下ろしは注意!! 大切な命を守りましょう!

◆複数人で作業をしましょう!

- 家族や近所の人に声をかけ、必ず2人以上で行いましょう。
- また、常に足場が滑らないか確認しながら作業を行いましょう。

◆安全な服装・装備で作業をしましょう!

- 面倒でも命綱とヘルメットを使用し、動きやすい安全な服装で行いましょう。

◆はしごはしっかり固定しましょう!

- はしごの足元をしっかりと固め上部をロープで固定し、屋根に対してまっすぐに立てましょう。

(はしごの上り下りの際は特に注意しましょう。)

◆屋根雪のゆるみに注意しましょう!

- 温かい日は特に注意、雪が滑りやすくなって大変危険です。
- また、雪止めのない屋根での雪下ろしは避けましょう。
- (夕方は特に滑りやすくなっています。軒下での作業も避けましょう。)

◆無理な作業はやめましょう!

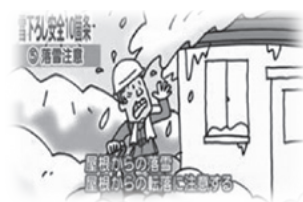
- 疲れたら無理な作業はやめ、必ず休憩を取りましょう。

◆ガスの雪害に注意しましょう!

- 屋根の雪下ろしの際は下にL P ガス容器がないか確認しましょう。

◆緊急時に備え携帯電話を持って作業をしましょう!

(担当：防災安全課)



働くみんなに、
大きな安心。

中退共は、半世紀で100万社以上の中小企業に
ご利用いただいている国の退職金制度です。

中退共

CHU TAI KYO
小企業 退職金 共済制度

安全

国の制度だから安心
新規加入や掛金を増額する場合、
掛金の一部を国が助成します。

有利

掛金は全額非課税
手数料もかかりません。

簡単

社外積立で管理も簡単
納付状況や退職金試算額を
事業主さんにお知らせします。



詳しくはホームページをご覧ください。

中退共

検索



(独)勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部

〒170-8055 東京都豊島区東池袋1-24-1
TEL.03-6907-1234 FAX.03-5955-8211

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ことですので、載せてほしくない場合は、届出の際にお申し出ください。

(12月受付分) 町民課

おたんじょうおめでとう

(11月受付分)

杉浦 蒼良くん (圭介) 下袋町

(12月受付分)

亀田 匠汰くん (圭亮) 松ノ木平

おくやみ申し上げ
ごめいふくを
祈ります。

小塚 隆徳 (60) 下袋町

新谷ムツ子 (85) 浜町

長谷川みつ (95) 金沢町

新藤 きく (93) 馬門1

岩崎セツ子 (83) 馬門1

古澤 一男 (63) 下袋町

田嶋 治司 (83) 有戸

平尾 とわ (86) 浜町

西村 洋子 (79) 下町一区

福村 與八 (84) 金沢町

久保田琢二 (64) 下町二区

藤谷喜代志 (81) 新町

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)

2月1・4・8・15・18・22

25・29

●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 2月15日

ご存知ですか？国民年金の任意加入制度

老齢基礎年金(65歳から受けられる年金)は、20歳から60歳になるまでの40年間保険料を納めなければ、満額の年金を受け取ることができません。

国民年金保険料の納め忘れなどにより、保険料の納付済期間が40年間に満たない場合は、60歳から65歳になるまでの間に国民年金に任意加入して保険料を納めることにより、満額に近づけることができます。

なお、老齢基礎年金を受け取るためには保険料の納付済期間や保険料の免除期間等が原則として25年以上必要となりますが、この要件を満たしていない場合は、70歳になるまで任意加入することができます。(ただし、昭和40年4月1日以前に生まれた方に限られます。)

また、海外に在住する日本国籍を持つ方も、国民年金に任意加入することができます。役場町民課または年金事務所にお問い合わせください。

国民年金保険料は口座振替がお得です

国民年金保険料の納付には、口座振替がご利用になれます。

口座振替をご利用いただくと、保険料が自動的に引き落とされるので金融機関などに行く手間が省けるうえ、納め忘れもなく、とても便利です。

また、口座振替には、当月分保険料を当月末に振替納付することにより、月々50円割引される早割制度や、現金納付よりも割引額が多い6カ月前納・1年前納・2年前前納もあり、大変お得です。

口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参のうえ、ご希望の金融機関または役場町民課、年金事務所へお申し出ください。



2月29日(月)で
1月分の納付期限は
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
すすすくテレフォン	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)	
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)	<毎日> 午後7時~翌午前8時まで #8000または 017-722-1152

* 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。

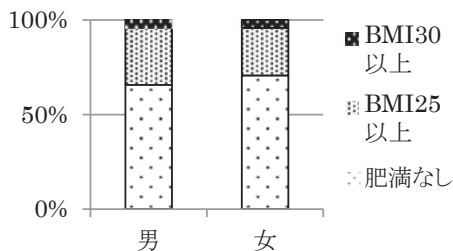
日程：2月10日(水) 2月23日(火)
3月7日(月) 3月25日(金)

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

H26年度野辺地町
特定健診結果の肥満割合



肥満とは？
見た目にそんなに太っていない
なくても、体重に対して体に
蓄えられている脂肪が必要以
上に増えている状態を肥満と
いいます。
私たちの身体をおおまかに
分けると、水分、筋肉や骨、
脂肪で構成されていて、こ
のうち体脂肪の割合が男性
25%、女性30%を超えると肥
満状態となります。
野辺地町では特定健診の結
果より、男女ともに約3割の
人が肥満傾向にあり、町の
「健康のへじ21計画」でも推
進領域の1つとして取り組み
を強化しています。

短命県返上シリーズ⑩ 肥満について

短命県返上シリーズ

内臓脂肪型肥満とは？

内臓脂肪型肥満はメタボ
リックシンドロームになりや
すい危険な肥満です。メタボ
リックシンドロームとは、内
臓脂肪型肥満に加えて高血
圧・脂質異常・高血糖を合
せ持った状態のこと。動脈硬
化を急激にすすめ、命に関わ
る恐ろしい病気である心臓病
や脳卒中を引き起こす可能性
があります。

また肥満は、睡眠時無呼吸
症や、痛風のもとになる高尿
酸血症、肝硬変のもとになる
脂肪肝など、さまざまな病氣
を引き起こします。

肥満の予防について



肥満を予防するためには、
毎日の食習慣を整える事と運
動習慣を取り入れる事が大切
になってきます。

肥満は子どもの頃からの生
活習慣が深く関わっているた
め、大人だけでなく、子ども
の生活習慣にもこの2つの習
慣が大切になってきます。

食事は量を減らすのでな
く、主食・主菜・副菜・汁も
のと揃え、栄養のバランスを
取りながら全体のエネルギー
量を抑えましょう。

☆食事のポイント☆

①調理方法を変える。

揚げる・炒める↓蒸す・茹でる

②似たもので代用する。

鳥も肉↓鳥ささみ

マヨネーズ↓低カロリーマヨネーズ

③エネルギーの高い部分をカットする。

鶏の皮をはがす
脂肪部分を削ぐ



運動は毎日続けられる運動
を選び、無理なくこまめに続
けられる自分に合った運動習
慣をつけましょう。

☆運動のポイント☆

・テレビを見ながら体を動かす。

・日常生活の中でストレッチ。
・階段を使用するようにする。
・朝のラジオ体操をしてみる。
・駐車場では入口から遠い所
へ車を止める。



総合健診の受診はお済みですか？

個別健診

平成28年3月31日まで下記の医療機関で受診出来ます。
※事前に医療機関へ予約をしてください。

医療機関名	電話番号	実施項目
公立野辺地病院	64-3211	特定・胃・大腸・肺・子宮・乳
戸館内科整形外科医院	64-2525	特定・胃・大腸・肺
中里医院	64-1388	特定・胃・大腸・肺
川上クリニック	64-0111	特定健診
えびさわクリニック	64-4160	特定健診
のへじクリニック	64-7333	特定健診
ちびき病院	64-5100	特定健診

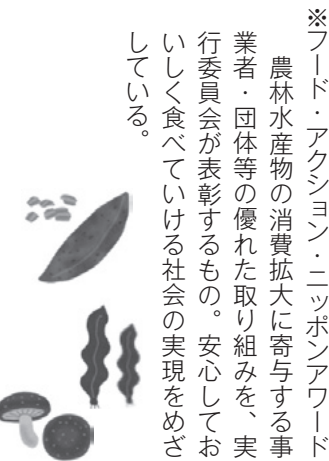
後期高齢者健診のお知らせ

対象者 後期高齢者医療保険証をお持ちの方及びその他の**75歳以上の方** (対象となる方には5月初めに個別に案内を郵送しております。)

実施期間 平成28年3月31日まで

場所 町が契約している医療機関 **受診料** 無料
(ご案内をご覧ください。)

内容 身長・体重・血圧・血液検査・尿検査等
※ご案内を紛失した方は健康増進センター健康づくり課で再発行しています。**健康づくり課：64-1770**



※フード・アクション・ニッポンアワード
農林水産物の消費拡大に寄与する事業者・団体等の優れた取り組みを、実行委員会が表彰するもの。安心しておいしく食べていける社会の実現をめざしている。

日時 3月14日(月)
10時～14時
場所 健康増進センター
健康増進センター
おむね40歳～74歳までの町民のかた
内容 「おいしいだしの活用法」
ミニ講座 調理実習
エプロン 三角巾
健康手帳 筆記用具
参加費 3000円
定員 20名
申し込み 健康づくり課 まで

県では、県民の健康寿命をのばすため、だしのうま味を活用して減塩を推進する「味感を育む『だし活』事業」を実施しています。昨年その事業が※フード・アクション・ニッポンアワードを受賞しました。
町でも、この事業を推進し、生活習慣病の予防につなげていきたいと考えています。今回の教室では、だしの取りかたから、活用料理をみなさんで楽しく学びます。

減る脂くクッキング教室
のお知らせ

2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
9	3歳児健診 (H24年7月、8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。
17	6か月児相談 (H27年8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 (H27年4月生まれ)	13:30		育児相談、身体計測 歯科保健指導 歯科健診	
	1歳児健診 (H27年2月生まれ)	13:30		育児相談、食事相談 身体計測、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	
23	マタニティーサロン (妊婦とその家族)	13:30	健康増進センター	沐浴・妊婦体験 産後のケア *パパ大歓迎	事前申し込み不要です。
25	4か月児健診 (H27年9月29日～10月25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。
*** 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 ☆

町の掲示板

＊真冬のドリンクラリー＊

主催者が指定した店舗3軒を回り、スタンプをゲット！

最後は大抽選会！大型テレビや掃除機、お肉詰め合わせなどなど豪華景品が当たるかも！？

◆日時 2月11日(木)～13日(土)
18:30～20:30
(抽選は2月13日(土)
18:30～21:30)

◆場所 町内飲食店
受付：野坂ビル1F

◆参加料 前売：2,500円
当日：3,000円

◆問合先 野辺地町商工会
☎64-2164

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

＊第10回のへじ停車場ランタン祭り＊

手作りの雪のランタンを作ってみませんか？冬の夜に幻想的な灯りを楽しむことができます。

このほか、餅つき体験や雪そり、薪ストーブのあったかテントなどを実施します！

◆日時 2月6日(土)
13:00～20:30

(ランタン点灯は16:30)

◆場所 観光物産PRセンターとその周辺

◆問合先 のへじ停車場まつり実行委員会
☎64-3316

＊看護師による健康相談＊

どんどん寒くなっていく東北の冬。体調の変化も起こりやすくなります。看護師による無料体質診断で、あなたの今の体の状態がわかります。肩こり、腰痛、ひざの痛み、冷え、むくみなど気になる方は、ぜひご相談ください。

◆日時 2月18日(木)
9:00～11:00

◆場所 中央公民館
◆問合先 八戸市健康サロンプフモワ
☎080-6036-5784



野辺地町の移住相談会の様子

首都圏から野辺地町を応援するために「東京野辺地会」が結成されました。浜町ご出身の石野さん（旧姓立花さん）という女性を中心に、東京でがんばって下さっており、構想から3カ月ほどで会員数は20名を超えています。会費は無料です。東京野辺地会は、野辺地町が東京で行うイベント等の応援を、野辺地出身者の手で行いたい！との想いから生まれた団体です。絶賛会員募集中でございますので、東京在住のご家族や知人、友人の方がおられましたら、ご紹介をお願いいたします。また、どうしたら会員になれるの？等のご質問も、阿部宛（携帯・メールにて）お気軽にご連絡をお願いいたします。

雪を踏む時の「ぎゅっ、ぎゅっ」という音がどうも苦手です。ピクピクしてしまう地域おこし協力隊阿部博一でございます。町民の皆さま、お元気でございましょうか？

去る1月22日、移住交流情報ガーデン（東京都中央区）にて「野辺地町の移住相談会」が開催されました。野辺地町が単独で行う移住相談会は初めてであり、反省点や改善すべき点がたくさんあり、とても勉強になりました。

1980年をピークに野辺地町の人口は減り続けています。これはとても寂しいことですが、見方を変えみると、野辺地町から転出した元町民の皆さまは、日本各地におられる、つまり、前向きに考えますと、野辺地町の応援団が日本中にいるのだ！ということもできます。とても心強いです。

「地域おこし」はじめました

- 野辺地町地域おこし協力隊の携帯電話番号：090-9675-1882
- 野辺地町地域おこし協力隊のメールアドレス：mail@nohejimachi.com

お知らせ

- 十和田市**
十和田湖冬物語2016
 ・日 時 2月5日(金)～2月28日(日)
 ・場 所 十和田湖畔休屋
 特設イベント会場
 ・問合せ 十和田湖冬物語実行委員会
 ☎0176-75-2425



- 十和田市**
第26回十和田市伝統芸能まつり
 ・日 時 2月14日(日)12時～16時
 ・場 所 十和田市民文化センター
 ・問合せ スポーツ・生涯学習課
 ☎0176-72-2313



- おいらせ町**
おいらせ町写真展
 ・日 時 2月25日(木)～3月9日(水)
 ・場 所 イオンモール下田
 ・問合せ 総務課
 ☎0178-56-2166

- おいらせ町**
百石えんぶり
 ・日 時 2月15日(月)～17日(水)
 9時～16時
 ・場 所 おいらせ町分庁舎周辺
 ・問合せ 社会教育・体育課
 ☎0178-56-4276

- 三沢市**
市民公開講座 健康祭
 ・日 時 2月21日(土)10時～15時
 ・場 所 ビードルプラザ特設会場
 (三沢市松園町3丁目10-1)
 ・問合せ 三沢地区柔道整復師会(新山接骨院)
 ☎0176-56-5442

- 三沢市**
**県立三沢航空科学館
 エアレーサーを作ろう**
 ・日 時 2月の(土)・(日)・(祝)に開催
 ①11時～②14時30分
 (受付は30分前から)
 ・場 所 青森県立三沢航空科学館
 ・問合せ 青森県立三沢航空科学館
 ☎0176-53-8711



町のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 Ⓟ 人権	3	4	5 Ⓟ 弁護士	6 のへじ停車場 ランタンまつり 青森県小学生スキー大会
7	8	9 Ⓜ 3歳児	10 傾聴サロン	11	12 申告相談 ～3/15	13 Ⓜ バレンタイン チョコ作り
				ドリンクラリー		
14	15	16 Ⓟ 行政 Ⓜ 避難訓練	17 Ⓟ 6か月児・ みんなの子ども Ⓜ 10か月・1歳児	18	19	20
21	22	23 傾聴サロン マタニティーサロン	24	25 Ⓜ 4か月児	26	27
28	29 Ⓟ 年金					
行事内容 Ⓜ 児童館 Ⓟ 相談 Ⓜ 健診						



にんじんの カップケーキ

【管理栄養士のコメント】

2月4日は立春です。立春は冬至と春分の真中で、まだまだ寒さが厳しい時期ですが、春の始まりとなります。この寒さと雪のなかで、おいしくなる野菜のひとつがにんじんです。寒さから身を守るために糖분을蓄えるため、甘くてフルーティーな味になります。その味をいかして、カップケーキにしてみました。ぜひお試しください。

【栄養価（1個分）】

エネルギー 140 kcal たんぱく質 1.8 g
脂 質 5.7 g 炭水化物 19.8 g

材料（8人分）

- ・バター 50 g
- ・砂糖 80 g
- ・にんじん（すりおろす） 小1本
- ・玉子 1個
- ・薄力粉 100 g
- ・ベーキングパウダー 小さじ1

作り方

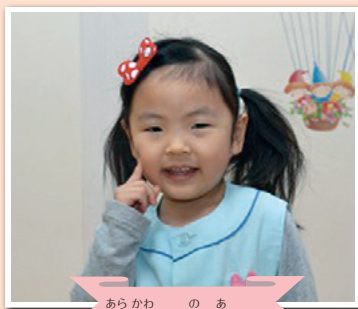
1. バターはレンジで20〜30秒加熱し、なめらかにまぜておく。
2. ボウルに1と砂糖を入れまぜて、さらに人参をいれてまぜる。
3. 2に玉子を入れてまぜ、さらに薄力粉、ベーキングパウダーを加え、泡立て器でまぜる。
4. カップ型に等分して入れる。
5. 190℃に予熱したオーブンに入れ、20〜25分焼く。



たかまつ ゆり
高松 ユリちゃん



ほらない いぶき
洞内 唯葵ちゃん



あらかわ のあ
荒川 希愛ちゃん



おとべ かいじ
乙部 海仁くん

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

