広報 のへじ
2023
7月号
第771号

【特集】日本遺産「北前船寄港地」
鰺ヶ沢町・深浦町・野辺地町 港めぐり開催

表紙：介護予防サークル
介護予防活動を通じて、健康の維持増進や会員同士の親睦を図るため、毎週木曜日に活動をしています。

日本遺産「北前船寄港地」

特集

鰺ヶ沢町・深浦町・野辺地町　港めぐり開催

【イラスト制作】トヨカワイラスト研究室・野辺地中学校美術部

開催期間

7月14日～11月30日

青森県内で日本遺産「荒波を越えた男たちの紡いだ異空間～北前寄港地・船主集落」に認定されている鰺ヶ沢町・深浦町・野辺地町では、多くの方々に３町の北前船ゆかりの歴史・文化等を知ってもらうため、３町が連携したイベントを開催しています。

今年度も下記のとおり開催します。

皆さまのご参加を３町でお待ちしています！

北前くん　北前さん　　北前ちゃん

【日本遺産３港ＰＲキャラクター】

令和５年度　連携イベントの紹介

１．日本遺産３港めぐりスタンプラリー

３町を巡り、各町に設置しているスタンプを集めるスタンプラリーを開催。

３町すべて巡った方には、最終寄港地のオリジナルミニ船絵馬をプレゼントします！

■実施期間　７月14日（金）～11月30日（木）
■台紙・スタンプ設置場所　野辺地町　野辺地町中央公民館
　鰺ヶ沢町　鰺ヶ沢町中央公民館
　深浦町　深浦町歴史民俗資料館
■対応時間　９時～16時
■3港寄港特典　最後にスタンプを押印した町オリジナルミニ船絵馬
■注　意　特典は、お一人（台紙１枚）につき１点とさせていただきます。

２．日本遺産「北前船寄港地」パネル展

スタンプラリー開始に併せ、３町の日本遺産や歴史に関するパネル展を開催します。

■実施期間　７月14日（金）～29日（土）
■開催場所　青森市
　青森県総合社会教育センター内
■内　容　３港の歴史や文化財に関する紹介パネル展示

３．日本遺産　歴史まちあるき

３町で、日本遺産「北前船」にまつわる歴史をたどるまちあるきを開催します。

※日程等の詳細については、各町へお問合せください。

※このほか、日本遺産３港とフォーラム等を青森市で開催予定です（令和６年２月頃）。詳細は決定し次第お知らせします。

日本遺産認定町　鰺ヶ沢町・深浦町を紹介！

鰺ヶ沢町

鰺ヶ沢港の歴史は、中世までさかのぼるとされています。江戸時代には、津軽藩の米を大阪へ積み出す御用港として発展しました。

野辺地町の皆さんにイチ押しの文化財は「白八幡宮玉垣（しらはちまんぐうたまがき）」。北前船で瀬戸内地方から運ばれてきた御影石（みかげいし）製で、野辺地町の海中寺・常光寺にも手洗石を奉納している大阪の「橘屋四郎兵衛（たちばなやしろべえ）」が発起人となって建立されたものです。北前船の商人たちが、津軽藩・南部盛岡藩の２つの御用港を股にかけて活躍していた様子がうかがえます。

鰺ヶ沢港を一望できる天童山公園や、藩の奉行所跡など、野辺地の港町と比較しながらの町あるきもお勧めですよ。

（鰺ヶ沢町教育委員会・中田総括学芸員）

【白八幡宮玉垣（しらはちまんぐうたまがき）】一本一本に奉納者の名前が刻まれている

【円覚寺奉納北国船図船絵馬（えんかくじほうのうほっこくぶねずふなえま）】

深浦町

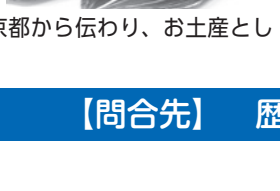
深浦港は中世以来、蝦夷地（現北海道）往来のための風待ちの港として、荒波を超える海の男たちにとって重要な役割を担いました。帆船の推進力が期待できる風を待ったり、食料や飲料水を調達したり、次の航海地までの体力回復を図ったり、現在の道の駅のような役割を果たしました。また、藩が制定した九浦制度に十三湊とともに古くから天下に名を知られていたという理由から青森・鰺ヶ沢と同格の四浦に定められました。

深浦港の歴史を物語る文化財は、円覚寺へ1598（慶長３）年に越前三国半兵衛が奉納した笏谷石（しゃくだにいし）製の鎮子（ちんし）や、1633（寛永10）年に奉納された船絵馬に中世様式の北国船が描かれたものがあり、古くからの深浦港の歴史をうかがい知ることができます。

（深浦町教育委員会・伊東課長補佐）

鰺ヶ沢・深浦の北前船ゆかりの味

鰺ヶ沢名物「鯨餅」。江戸時代に北前船で伝えられた京菓子と言われています。



深浦の「観音もち」。かつて京都から伝わり、お土産として親しまれました。

新企画

３港走破アクリルスタンドプレゼント！

スタンプラリーでもらえるオリジナルミニ船絵馬を３町分集めた方に、３港走破記念として「アクリルスタンド」をプレゼントします。

アクリルスタンドは、各町スタンプ設置場所で引換えすることができます。

※引換えの際、３町のミニ船絵馬を持参ください。

【アクリルスタンド
※イメージ】

【問合先】　歴史民俗資料館（☎64－9494）

第76回青森県高等学校総合体育大会 ハンドボール競技会　優勝報告

大会の優勝報告を行ったハンドボール部員たち

野辺地高校ハンドボール部が６月３日から５日にかけて当町の町立体育館で行われた「第76回青森県高等学校総合体育大会ハンドボール競技会」に出場しました。

決勝戦に進出した野辺地高校は、三本木高校と対戦し、17対16で優勝を飾りました。

主将の荒町菜九郎（かんくろう）さんは「上位大会は厳しい試合になると思うが、多く勝てるよう頑張りたい」と意気込みを語りました。

第39回北日本少年少女レスリング 選手権大会出場報告

教育長に大会の出場報告を行った選手たち

野辺地レスリング協会（宍戸晶代表）・野辺地Ｊｒレスリングクラブ（中山秀彰代表）が、４月29日から30日に八戸市で開催された「第39回北日本少年少女レスリング選手権大会」に出場し、輝かしい栄光を手にしました。

５・６年生女子	36キロ級	準優勝	島谷　幸実 さん
５・６年生男子	46キロ級	準優勝	古川　翔稀 君
５・６年生男子	65キロ級	優　勝	荒谷　漣 君
中学生男子	44キロ級	第３位	松田　倖宝 君
中学生女子	54キロ級	優　勝	蛯名　恋空 さん

「野辺地葉つきこかぶ」を全国にＰＲ

東京都中央卸売市場で「野辺地葉つきこかぶ」のＰＲをする野村町長

ゆうき青森農業協同組合（天間代表理事専務）と野村町長が６月17日、東京都中央卸売市場（大田市場）とクイーンズ伊勢丹品川店で「野辺地葉つきこかぶ」のトップセールスを行いました。

東京都中央卸売市場で町長は「日本全国へ野辺地葉つきこかぶを送り出していきたい」と述べ、市場関係者へ野辺地葉つきこかぶを配布し、特産品であるこかぶの魅力をＰＲしました。

防　災　教　育 ～防災意識を高めるために知ってほしいこと～

防災についての講話を聴く生徒たち

野辺地高校が５月25日、令和５年度防災教育を開催しました。

防災教育では、町の浸水想定についての映像視聴や防災士資格を有する町職員が講師となり講話を行いました。

講話では、東日本大震災当時の町の状況や、今後想定される「日本海溝・千島海溝型地震」の被害想定、災害への備えなどを聴き、生徒たちは、防災意識を高めていました。

募集「健康ウォーターマラソンスタンプラリー2023」

今年も歩きます！健康増進、運動不足解消のためにプールの中を歩きませんか？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12日（水）～翌年3月7日（木）
◆場所　サン・ビレッジのへじ
◆対象　20歳以上の町民　先着200名
◆募集　7月4日（火）から定員になり次第終了
◆申込・問合先　サン・ビレッジのへじ　☎64－9777

募集「第31回青森県民駅伝競走大会候補選手」

第31回青森県民駅伝競走大会（9月3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います。

◆選手選考会（小雨決行）
◇第1回　7月9日（日）　午前9時～11時
◇第2回　7月16日（日）　午前9時～11時
◆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　女子1000m
・中学生　男子3000m　女子2000m
・高校生以上　男子5000m　女子2000m
◆選手選考会は2回実施します。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　☎64－2119

募集「子ども見守り隊」

町教育委員会では、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の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　☎64－2271（野辺地小学校）
・若葉小学校見守り隊応募　☎64－0817（若葉小学校）
・その他問合先　☎64－2119（学校教育課）

東北移住・つながり大相談会開催！

野辺地町へUターンや移住を考えているご家族やお知り合いにお知らせください。

東北6県の自治体・団体が出展する移住相談会が東京で開催されます。当町も「*上十三・十和田湖広域定住自立圏」として出展します。相談会では、移住に関する疑問や心配事などを個別に対面相談できます。地方暮らしや移住に興味のある方に、ぜひお知らせください。

＊（十和田市、三沢市、野辺地町、七戸町、六戸町、横浜町、東北町、六ケ所村、おいらせ町、秋田県小坂町）

◆日時　7月23日（日）　11時～16時半
◆場所　東京交通会館12階ダイヤモンドホール（東京都千代田区有楽町2－10－1）
◆入場無料（事前申込不要）
◆問合先
◇主催　認定NPO法人ふるさと回帰支援センター
☎03－6273－4415
FAX　03－6273－4404
HP:http://www.furusato-kaiki.net/
◇企画財政課（内線261）

まちのお知らせ

役場　☎64－2111

まちの人口

令和5年5月末現在（前月比）

人口	12,178名	（－15）
男	5,689名	（－3）
女	6,489名	（－12）
世帯数	6,333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16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8日（火）10時～15時
中央公民館
相談担当：人権擁護委員
◆問合先　介護・福祉課
☎65－1777

●弁護士無料相談
（民事・一般に関すること）
8月4日（金）　14時～
老人福祉センター
◆問合先　総務課
☎64－2111（内線263）
※要予約（定員に達し次第締切）

●行政相談
（行政に関する苦情・要望等）
7月18日（火）10時～12時
役場相談室
◆問合先　総務課（内線263）

●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

お子さまのことでの悩みは相談室へ！

町教育委員会では、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教育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ことがありましたらお気軽にご相談ください。

◇相談できる方
幼児、小中高校生、保護者

◇相談受付日時
平日（祝日・年末年始を除く）
9時～15時

②適応指導（こかぶ教室）
不登校（傾向）のお子さんや保護者の不安や悩みを受け止め、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。

◇通室できる方　小・中学生

◇通室可能日時
平日（祝日・年末年始を除く）
9時半～14時半

◆教育相談室（設置場所）
野辺地町字中道20－1
勤労青少年ホーム内

◆相談受付・問合先
教育相談室
☎090－2604－9408
学校教育課
☎64－2119

募集 高校生学力向上短期講座

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

◆日付　7月31日（月）～8月4日（金）
◆時間　8時10分～12時半（初日のみ7時55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　無料
◆募集人数　若干名
◆募集締切　7月10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

十符ヶ浦海水浴場 開設期間のお知らせ

◆開設期間　7月15日（土）～8月20日（日）
◆遊泳時間　9時～16時
◆マリンハウス十符ヶ浦
9時～17時
◆問合先
◇産業振興課（内線266）
◇マリンハウス十符ヶ浦
☎64－0400
（監視棟共通）

「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6月末頃に郵送しますので、手続きをお願いします。

◇申請期日　7月3日（月）～7月31日（月）

◇申請場所
町民課　国保の窓口

◇持参するもの
①郵送した「更新申請書」一式
②現在お持ちの「受給資格証」
③健康保険証（全員分）
④令和5年1月1日に野辺地町に住所がない方は、1月1日に居住していた市町村の「令和5年度所得課税証明書」
《すこやか医療について》
児童（18才に到達した年度末までの子ども）を現に扶養している次に該当する家庭は受給の対象となりますので、お申出して下さい。
※参照
①離婚・死亡・未婚等による母子家庭、父子家庭
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
婚姻届を出してい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（内線296）

児童館行事

◆七夕会　7月8日（土）
◆支援拠点事業　のへじらんど
親子クッキング

◇場所
健康増進センター調理室

7月19日（水）10時～

◆避難訓練
7月21日（金）16時～

◆縁日ごっこ作品づくり
7月24日（月）～8月2日（水）

◆問合先　児童館
☎64－3106

国民年金保険料免除等の申請について

令和5年度（令和5年7月～令和6年6月）の国民年金保険料の免除・納付猶予申請を受付します。

国民年金保険料を納め忘れの状態で、万一、障がいや死亡といった不測の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。

経済的な理由等で納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度（50歳未満）」がありますので、役場町民課（国民年金窓口）又は青森年金事務所で手続きをお願いします。

◆問合先
◇青森年金事務所
☎017－734－7495
◇町民課（内線296）

◆保険料納付期限　6月分
7月31日（月）

大湊地方隊70周年記念 ふれあいコンサート

海上自衛隊大湊地方隊では、地域の皆さまを対象として大湊音楽隊による「市民とのふれあいコンサート」を開催します。

◆**日時** 9月15日（金）17時半～18時半（開場16時半）

◆**場所** 下北文化会館

◆**入場整理券** 入場は無料ですが、入場整理券が必要です。入場整理券をご希望の方は、往復はがき又はEメール（1通で5名様まで応募可）に住所・氏名・年齢・電話番号と同行者全員の氏名・年齢をご記入ください。

◇はがき宛先
〒035－8511
むつ市大湊町4－1
海上自衛隊大湊地方総監部
広報推進室

◇Eメール orh-kouhou@inet.msdf.mod.go.jp

◆**応募締切** 8月15日（火）必着

※応募は、お一人様1通まで。

※希望者多数の場合は、抽選となります。

◆**問合先**
海上自衛隊大湊地方総監部
広報係
☎0175－24－1111（内線2304）

【募集】上北地方教育・福祉事務組合職員

◆**募集人員** 一般行政職員（高等学校卒業程度）若干名

◆**受験資格** 詳細については職員募集要項をご覧ください。

◆**受付期間** 7月3日（月）～7月25日（火）

※当日消印有効

◆**試験日**
・一次試験 9月17日（日）
試験場所 七戸町
・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・福祉事務組合」で検索してください
③郵送で請求する場合は、封筒の表に「受験申込書請求」と朱書し、120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、上北地方教育・福祉事務組合事務局庶務課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
〒039－2571
上北郡七戸町字蛇坂55－8
☎0176－62－5154

地震防災対策の現状調査に係る住民向けアンケートを実施します

地震防災対策では、減災目標の達成を目指し、地域の特性に応じて対策が進められています。

内閣府では、今後の防災対策に向けて、皆さまの声を反映させるため避難意識等に関する調査を実施します。

一人でも多くの方にご回答いただきたく、ぜひご意見お聞かせください。町民の皆さまのご協力をお願いします。

◆**回答フォーム**
URL：https://en.surece.co.jp/kaiko2023/

◆**実施期間** 7月～8月末（予定）

※回答の際、以下の点にご注意ください。
・回答は一人1回限りです。
・回答の途中で、回答状況を一時保存することはできません。
・選択式の設問は該当する選択肢をチェックしてください。
また、記述式の設問は可能な限り具体的にご回答ください。
・お答えいただいた内容は、個人が特定できないよう取りまとめた後、今後の防災対策の検討に活用します。

◆**問合先** 内閣府政策統括官（防災担当）付参事官（防災計画担当）付
☎03－3501－6996

令和5年度 あおもりの農山漁村フォトコンテスト

青森県の農林水産業を営む人々の豊かな表情や伝統的な文化・行事、四季を通じた農山漁村の風景などを写真で募集します。たくさんのご応募お待ちしています♪

◆**応募テーマ** 農山漁村の風景部門「魅力」
人々の暮らし部門「賑わい」

◆**募集期間** 6月～10月末

◆**応募方法** 応募票（ホームページからダウンロード）に必要事項を記入の上、作品に添付し郵送またはメールでご応募ください。

◆**応募・問合先**
環境公共学会（事務局）
青森県土地改良事業団体連合会 総務企画部 沼田・森
〒030－0802
青森市本町二丁目6－19
☎017－723－2401
※詳しくはホームページをご覧ください。

インボイス制度説明会・登録申請相談会の開催案内

令和5年10月から消費税の仕入額控除方式としてインボイス制度が開始されます。

十和田税務署では、事業者の方が制度への理解を深めていただいた上で、それぞれの事業に応じた対応や準備を進めていただけるよう説明会を開催します。

◆**開催年月日**
①7月4日（火）
②7月25日（火）
③8月9日（水）
④8月23日（水）
⑤9月6日（水）
⑥9月20日（水）
※各回とも内容は同じです。

◆**開催時間**
・10時10分～12時20分
・13時10分～15時20分
※どちらの時間も内容は同じです。

◆**開催場所**
十和田税務署
（十和田市西二番町14－12 十和田市奥入瀬合同庁舎）

◆**参加方法** 事前予約

◆**申込・問合先**
十和田税務署法人課税第一部門
☎0176－23－3997

～町長と町民の皆さまが町政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

◆問合先　総務課（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、町民の皆さまと町長が、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』を開催します。お気軽にご参加ください。

◆テーマ
①役場庁舎建設事業について
②物価高騰に対する支援策について
③「プラスチックごみ」の分別収集について
④その他

◆開催日時等

開 催 日	開催場所	開催時間
7月25日(火)	馬門公民館	18時半～20時
7月26日(水)	有戸地区学習等供用センター	
7月28日(金)	中央公民館	
7月29日(土)	中央公民館	10時～11時半

昨年の「ファンミーティング」の様子

国民健康保険被保険者証更新のお知らせ

◆問合先　町民課（内線229）

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５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より郵送しますので、令和５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くださるようお願いします。

万が一、新しい被保険者証が届かない、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。

◆医療機関などに受診する場合には、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、被保険者証の喪失手続きが必要となりますのでお知らせください。
◆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ください。

「Jアラート　全国一斉情報伝達試験（テスト放送）」
7月12日（水）11時頃実施

◆問合先　北部上北広域事務組合消防本部
☎64－0650
野辺地消防署　☎64－3126

消防車両展示のお知らせ

◆日　時　　令和５年７月15日（土）９時半～12時、13時～15時
◆場　所　　野辺地消防署前

野辺地消防署では、昨年度に株式会社マルイチ横浜様からのご寄附によって導入させていただいた最新型「高規格救急自動車」及び、今年度新たに導入された多目的資機材搬送車等の車両展示を行います。先進的な取り組みとして、全国的にも注目度の高い救急車、消防車両をすべて公開します。町民の皆さま、お気軽にお越しください。事前のお申込みは不要です。
なお、災害出動等により、一時的に中断や中止となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

住宅用火災警報器設置調査を実施します

◆問合先　野辺地消防署予防係　　☎64－3126

住宅用火災警報器の設置調査を行います。
※調査世帯については、今までの調査において未調査及び未設置の世帯になります。

◆調査内容：住宅用火災警報器を設置基準に基づき設置しているか。
①全設置
（すべての寝室及び寝室がある階の階段の天井または壁面に設置している。）
②一部だけ設置している。
（例：２階に寝室がある場合、各寝室には設置しているが階段には設置していない等）
③設置していない。

野辺地消防署職員がご自宅に伺いますので、ご理解とご協力をお願いします。
ご不明な点等がございましたら、問合先までご連絡ください。
※調査を装った詐欺には十分ご注意ください。物品の販売、金品を請求することはありません。

野辺地町職員採用試験案内

令和６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。

１．職種・受験資格等

職　種 （試験区分）	採　用 予定数	受　験　資　格 （いずれの要件も満たすこと）	受験申込受付期限
一般事務 （高校卒業程度）	若干名	・平成９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６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５年 **７月26日（水）まで** 郵送の場合は、７月26日必着
身体障がい者採用枠 一般事務 （高校卒業程度）		・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６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 ※大学及び短期大学を卒業又は卒業見込みの方も受験することができます	

２．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５年９月17日(日)	野辺地町内予定	教養試験、各種検査
身体障がい者採用枠 一　般　事　務			

（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

３．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（申込前３か月以内に撮った顔写真貼付）

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身体障がい者採用枠に申込む方は、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。

４．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。

◆申込・問合先

〒039－3131　青森県上北郡野辺地町字野辺地123番地１

野辺地町　総務課　人事担当　☎0175－64－2111（内線289）

北部上北広域事務組合職員採用試験案内

令和６年４月採用予定の北部上北広域事務組合職員の採用試験を下記により行います。

１．職種及び日時等

職種	採用予定人員	試　験　日　等	受　験　資　格
初　級 一　般	２名程度	期　日：９月17日(日) 試験地：野辺地町内 会　場：未定	（１）平成６年４月２日以降に生まれた方 （２）学校教育法による高等学校以上を卒業した方又は令和６年３月31日までに卒業見込みの方 （３）普通自動車運転免許取得者（採用までに取得見込みの方を含む。） （４）地方公務員法第16条各号のいずれにも該当しない方
消防職	３名程度	期　日：９月17日(日) 試験地：野辺地町内 会　場：未定	（１）平成12年４月２日以降に生まれた方 （２）学校教育法による高等学校以上を卒業した方又は令和６年３月31日までに卒業見込みの方 （３）普通自動車運転免許取得者（採用までに取得見込みの方を含む。） （４）地方公務員法第16条各号のいずれにも該当しない方

２．試験の方法

第１次試験　初級一般：教養試験、各種検査（事務適性、性格傾向適性検査）
消防職：教養試験、各種検査（消防適性A・B）

第２次試験　令和５年11月中旬予定第１次試験合格者を対象に作文試験及び面接試験を予定

３．申込受付期間　**令和５年７月３日（月）から令和５年７月27日（木）まで**

※午前８時30分～午後５時までに北部上北広域事務組合総務課で受付してください。（ただし、土・日曜日及び祝日は受付しません。）
※郵送の場合は、27日必着です。

４．申込方法

次の書類を事務局総務課へ提出してください。

（１）試験申込書
※試験申込書は北部上北広域事務組合事務局総務課及び野辺地町、横浜町、六ヶ所村役場総務課から直接入手するか、北部上北広域事務組合ホームページからダウンロードしてください。
（２）自筆の履歴書（顔写真添付、自己の特技、趣味、応募の動機などについて記載）
（３）最終学校の卒業証明書または卒業見込み証書（開封無効）
（４）顔写真２枚（上半身脱帽、縦４㎝×横３㎝、試験日の３か月以内に撮ったもの）
※履歴書に貼り付けたものを含む。

５．初級一般・消防職員の勤務場所

初級一般：事務局、クリーン・ペア・はまなす、公立野辺地病院
消 防 職：消防本部、野辺地消防署、横浜消防署、六ヶ所消防署及び六ヶ所北分署・南分署になります。

◆申込・問合先
〒039－3113　青森県上北郡野辺地町字田狭沢40番地９
北部上北広域事務組合　事務局　総務課　　☎0175－64－1066

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

◆問合先　町民課（内線238）

◆「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。

※令和４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。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町民課へ返還してください。

◆「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（通知カードまたは個人番号カード）を持参の上、町民課で手続きをしてください。

◆令和５年度の保険料

（１）令和５年度保険料について

均等割額［被保険者全員が納める額］	＋	所得割額［所得に応じて納める額］	＝	保険料（限度額66万円）
44,400円		基礎控除後の所得（※1）×8.80％		

◎均等割額はこれまでと変わりません。

※１　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。

（２）令和５年度保険料の軽減措置について

〇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の合計に応じて、均等割額の軽減が受けられます。令和５年度は次のとおりとなります。

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（※２）の数－１）以下	７　割
43万円＋（29万円×被保険者の数）＋10万円×（給与所得者等（※２）の数－１）以下	５　割
43万円＋（53.5万円×被保険者の数）＋10万円×（給与所得者等（※２）の数－１）以下	２　割

※２　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）

〇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。

潮騒公園清掃活動を行いました！

野辺地町商工会青年部、青森銀行、みちのく銀行、野辺地高校の生徒の皆さん総勢28名が６月９日、潮騒公園付近の清掃活動を行いました。

岩崎裕也商工会青年部長は「清掃活動により皆さんが気持ちよく過ごせる環境を保てるように今後も継続していきたいと考えています」と抱負を語りました。

清掃活動に参加した皆さん

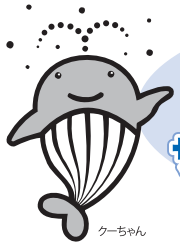
みんなの教室「パッチワーク活動風景」

みんなの教室の活動には、パッチワークサークルがあります。皆さんも、使わなくなった布の切れ端を使って、世界に一つだけの作品を作ってみませんか。

右の写真は、若葉小学校２年生、児童５名が見学に来ていた時の様子です。

◆「みんなの教室」申込・問合先
中央公民館　☎64－3054

代表者と若葉小学校の児童５名



クーちゃん

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3,000万円

（1等2千万円・前後賞各1千万円合わせて）

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4日(火) 2種類同時発売！ 発売期間 7/4(火)～8/4(金) 抽せん日 8/18(金)

公益財団法人　県市町村振興協会　各1枚 300円

烏帽子岳山開き　安全祈願祭

悪天候により山開きが中止となったため、神明宮で安全祈願を行った野村町長

令和５年度自衛官等採用案内

種　目	資　格	受付期間	試験期日	処　遇	試験場所
航空学生	海：18歳以上23歳未満の方（高卒者（見込含）又は高専３年次修了者（見込含））	令和５年７月１日～９月７日	＜１次試験＞ 令和５年９月18日 ＜２次試験＞ 令和５年10月14日～19日 ＜３次試験＞ 海：令和５年11月17日～12月13日 空：令和５年11月11日～12月14日	[初任給] 月額：184,300円（高卒） 月額：193,900円（大卒）	別途各人に連絡します。
	空：18歳以上21歳未満の方（高卒者（見込含）又は高専３年次修了者（見込含））				
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方	令和５年７月１日～９月５日	＜１次試験＞ 令和５年９月15日～24日※１ ＜２次試験＞ 令和５年10月14日～11月５日※１		
自衛官候補生（任期制）		年間を通じて行っております。	別途連絡します。		
防衛大学校学生（一般）	18歳以上21歳未満の方（自衛官は23歳未満） 高卒者（見込含）又は高専３年次修了者（見込含）	令和５年７月１日～10月18日	＜１次試験＞ 令和５年10月28日 ＜２次試験＞ 令和５年11月28日～12月２日	[初任給] 月額：120,200円	
防衛医科大学校医学科学生	18歳以上21歳未満の方 高卒者（見込含）又は高専３年次修了者（見込含）	令和５年７月１日～10月11日	＜１次試験＞ 令和５年10月21日 ＜２次試験＞ 令和５年12月13日～15日		
防衛医科大学校看護学科学生（自衛官候補看護学生）		令和５年７月１日～10月４日	＜１次試験＞ 令和５年10月14日 ＜２次試験＞ 令和５年11月25日・26日		
貸費学生（技術）	大学の理学部・工学部※２の３・４年次又は大学院（専門職大学院を除く。）修士課程在学（正規の修業年限を終わる年の４月１日現在で26歳未満（大学院修士課程在学者は28歳未満））	令和５年６月１日～11月10日	令和５年12月３日	[学資金貸与] 月額：54,000円	
予備自衛官補（一般）	18歳以上34歳未満の方	令和５年６月１日～９月21日	令和５年９月23日～10月９日※１	[身分] 非常勤特別国家公務員 [教育訓練招集手当] 日額：8,500円	
予備自衛官補（技能）	18歳以上で各種国家免許資格等を有する方（資格により年齢上限は53歳未満～55歳未満）				

※１　試験日については、いずれか１日を指定されます。　◎　細部は下記までお問い合わせ下さい。
※２　学部については、理学部、工学部に類する学部も応募資格に該当する場合があります。
処遇については、令和４年４月現在のものです。

〒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

⇦三沢募集案内所 instagram

個別相談ＱＲ

★個別に相談に応じます。
QRコードから申し込み

2023海の事故ゼロキャンペーン

◆問合先　青森海上保安部交通課　☎017－734－2422

7月16日～7月31日は海の事故ゼロキャンペーン期間です。
期間中はいつも以上に、
① 小型船舶の事故防止（発航前点検・見張りの徹底）
② 大型船舶の事故防止（見張りの徹底・船舶間コミュニケーションの促進）
③ ライフジャケットの常時着用・自己救命策の確保を徹底しましょう。

2次元コードでアクセス！

◆離岸流に注意！目指せ海の事故ゼロへ！
海水浴シーズンには海の事故が増加傾向にあるため、青森海上保安部では、海の事故防止啓発活動を行っています。
海水浴をする時は、監視員のいる決められた海水浴場や遊泳期間を守りましょう。
遊泳場所によっては沖合に流される離岸流があるので、十分に注意して下さい。

海上保安庁への緊急通報は１１８番

2024年版　青森県民手帳予約受付開始

◆申込・問合先　企画財政課（内線265）

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。ご希望の方は、申込・問合先までご連絡ください。

◆規格
◇ページ　本体176ページ、別冊80ページ
◇サイズ 150㎜×85㎜×12㎜
◇カバー　全８色
◆納品時期　11月１日(水)予定
（納品後、電話連絡します）
◆留意事項
・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冊までの御予約とさせていただきます。
７月28日（金）までにご予約お願いします。

【通常版】価格　７００円（税込）
①まぐろブラック（黒）
②青池ブルー（青）
③奥入瀬グリーン(緑)
④あんずオレンジ（橙）
⑤りんごレッド（赤）

【限定版】価格　９００円（税込）
⑥こぎん刺し模様（紺）
⑦こぎん刺し模様（茜）
⑧菱刺し模様（浅葱色）

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:64-3885　TEL:64-0249

20年以上の実績・解体工事も！！

令和５年５月末の交通人身事故発生状況(野辺地警察署)

区分／町村別	令和５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	1	0	1	6	0	8	6	0	6	+0	+0	+2
横浜町	0	0	0	5	0	6	2	0	4	+3	+0	+2
六ヶ所村	1	0	1	5	1	22	11	0	19	−6	+1	+3
合　計	2	0	2	16	1	36	19	0	29	−3	+1	+7

としょだより（7月）

問　☎64－2195

【図書館イベント】

●英会話クラブ
5日・12日・19日・26日（水）
15時～16時（中央公民館）
※講師
ALT（外国語指導助手）ほか

●ヨチヨチおはなし会
6日（木）10時半～
対象：3歳未満児
（図書館）

●ブックスタート
12日（水）9時半～
（7か月児健診・健康増進センター）

●朗読の会「秋桜」
13日（木）10時～
定例会（中央公民館）

●おはなしサークル「虹色の会」
22日（土）14時～
定例会（公民館）

ミニギャラリー
杉山牧人氏絵画展
期間　7月1日(土)～8月30日(水)

「令和５年度　読書講演会」

第８回東奥文化選奨受賞。今年９月公開の映画「バカ塗りの娘」の原作者で、第69回青少年読書感想文全国コンクール課題図書に「ふたりのえびす」が選定されるなど、青森県で今１番旬な作家・髙森美由紀氏の読書講演会を行います。

児童文学者としての子どもや若者への思い、創作の原点など髙森ワールドに触れてみませんか。

日　時　7月29日（土）
13時20分～
（13時開場）
場　所　図書館視聴覚室
講　師　髙森　美由紀 氏
（作家・児童文学者）
定　員　30名
※要申込み・先着順
申込先　図書館

おはなし工房

日　時：7月22日（土）14時15分～
対　象：4～12歳　※ 幼児は、保護者同伴。
内　容：絵本の読み聞かせと工作会
「スライム」作り
ところ：視聴覚室
参加料：無料
定　員：８名　※要申込み
申込先：図書館

夏休み読書マラソン

完走目指して、読書マラソンに参加してみませんか。

期　間：7月25日（火）～8月23日（水）
※ 休館日を除く９時～17時
対　象：幼児、小学生、中学生
完走冊数：幼児・小学生の部は、課題図書５冊を含む25冊。
中学生の部は、課題図書３冊を含む５冊。

図書館おすすめの新着本（入荷予定本）

書　名	著　者　名
墨のゆらめき	三　浦　しをん
鈍色幻視行	恩　田　陸
ヨモツイクサ	知　念　実希人
物語の種	有　川　ひ　ろ

本　の　展　示

中・高校生が薦める本	～7/30(日)
夏休みお薦めの本展	7/22(土)～8/27(日)

今月の休館日

3日(月)、10日(月)、18日(火)、
24日(月)、28日(金)、31日(月)
※ 28日は、館内整理日のため閉館。

野辺地町立図書館
ホームページ　QRコード

町長コラム ―

『未来につなげる幸せを創る』

NO25. 野辺地の魅力を全国に！

こんにちは。町長の野村です。

「野辺地葉つきこかぶ」のトップセールスです。JAゆうき青森の天間代表理事専務さんと山口さんに同行をお願いしました。

早朝に東京都中央卸売市場（大田市場で仲卸人に向けてのプロモーションと競りの視察です。野菜のプロの皆さんには葉つきこかぶはとても評判が良く、一層の拡売を期待しています。

大田市場は東京ドーム8.5個分という広大な施設で、まさに日本の青果の中心といった活気に満ちています。

次に向かったのは、クイーンズ伊勢丹品川店です。品川駅に隣接した、店舗は大きくありませんが高級スーパーマーケットとして知られています。販売員の方と一緒にお客様に声掛けをさせていただきながら、葉つきこかぶのＰＲを行いました。写真のような着ぐるみが珍しいのか、多くの店員さんが撮影していました。お客様の中にはすでに野辺地葉つきこかぶのファンがいらして「生で食べると美味しい」などとお褒めの言葉もいただき、うれしかったです。もっと盛り上げるためには新しいレシピの開発を含めた広告宣伝が必要と感じました。

クイーンズ伊勢丹品川店でトップセールスを行う
JAゆうき青森の天間代表理事専務と野村町長

地域おこし協力隊コラム　その㉔　『上手くなりたい笹餅作り』

皆さんまいどです。

地域おこし協力隊の横井さくらです。

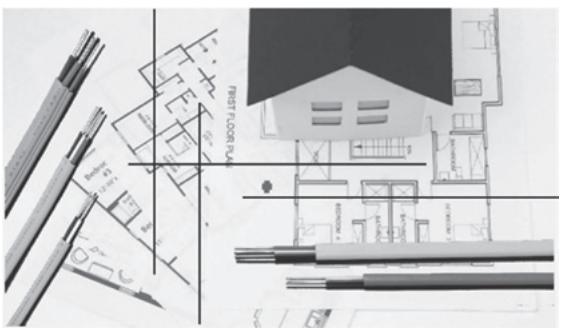
先日の烏帽子岳の山開きは残念ながら中止になったけど、山開きのための笹餅作り、観光協会の皆さんとめっちゃ頑張りましてん。

気合い入りすぎてスゲをブチブチ引きちぎったり、餅を思いっきりペッチャンコにしすぎて大騒ぎやでぇ。何回教えてもろても、めっちゃヘタクソやねん。

笹餅もご家庭でいろんな作り方あるいうて聞きました。色んな味わいあって楽しいわぁ。

それから来週は、青森県の地域おこし協力隊の初任者の方々への研修で事例として登壇させていただく機会もろたさかい、野辺地町は自然も食べ物も最高やし、何より町の皆さんがユニークな面も見せてくれはるから一緒におったら心から楽しくて、素直な気持ちでPR活動できる事がありがたいから、ぜひ今から周りの方を大切にしてね～とお伝えしてこよう思います。

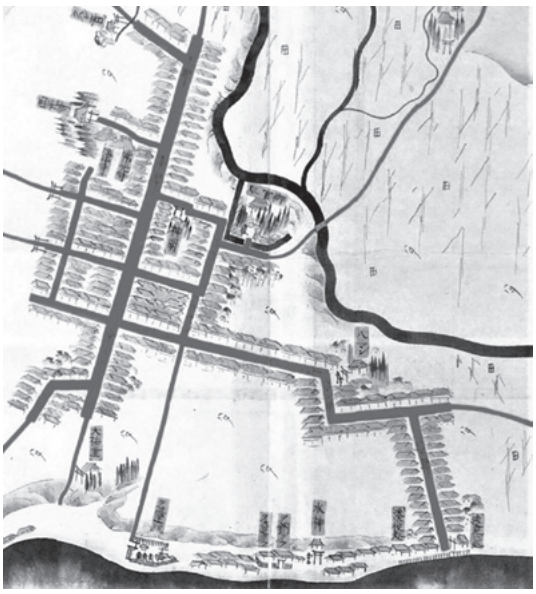
うわぁ、またスゲ引きちぎってしもたぁ



WCT 全国の住宅電気配線を担う設計事務所
〒039-3131 青森県上北郡野辺地町野辺地 26-1
ワイヤリングCADテック株式会社

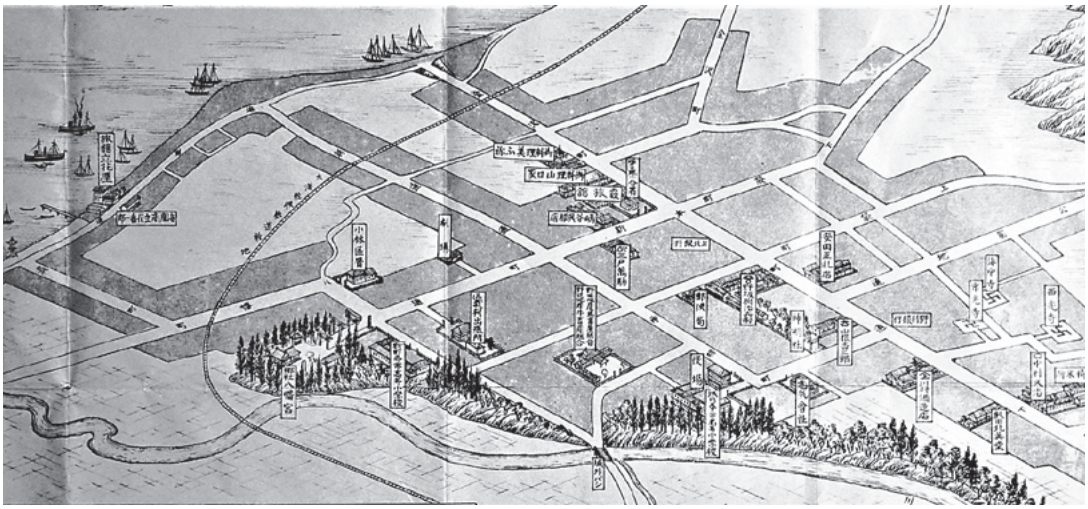
社員募集【設計事務】電気配線の設計事務職♪ 詳しくはこちらからチェック⇒
https://en-gage.net/wct-saiyo/
●未経験からスタートOK（入社後研修で基礎から習得）
●年間休日121日 ●入社時点で有給休暇付与
●交通費全額支給 ●正社員・パート社員同時募集

【野辺地の街並み】：街並みは少なくとも1676（延宝4）年には形成。江戸時代の地図に、計画的に造られた升目状の道路や町名が記載されており、現在の街並みの原型は約350年前には整っていたと推測される。なお地図に描かれる中心地は時代で変化し、鉄道開業や自動車による交通網の発展等で街並みが変化している様子がわかる。



【写真①野辺地町之図　年代：江戸時代（慶応年間）】
安政から慶応年間の間に描かれた地図。幕末の町の様子を知ることができます。この頃には主要な道路が形成されていることがわかります。

【写真②あるくみるなっとく野辺地の自然と文化　掲載地図より　発行：2012（平成24）年】
隣と比較しやすいようにあえて地図を逆さに掲載。青い線が江戸期にはあった道路です。並べてみると、昔の街並みとほぼ一緒だとわかりますね。



【写真③青森県野辺地町市街案内図　発行：1919（大正８）年】
資料館に展示されている、大正時代（104年前）に発行された野辺地の地図。画像には写っていませんが、野辺地駅（停車場）開業後に発行されたこの地図には駅周辺に様々な店が描かれており、鉄道開業により駅前が発展していく様子がみてとれます。

【解説】

江戸時代の野辺地は、津軽領と接する軍事・交通上の重要な地点として発展しました。奥州街道沿いにあり、北前船が寄港する港だったことから、陸上・海上交通の要として商業を中心とした町が形成されたことが特徴です。現在の街並みの原型が作られたのもその頃になります。

街並みが形成された年代は不明ですが、江戸時代に描かれた地図（写真①）を見ると、升目状の道が街中へ計画的に整備されており、下町・本町・金沢の町名や八幡宮等の社寺が描かれています。この資料から、この頃には既に今と変わらぬ街並みが形成していたことがわかります。

時代が下り、様々な市街案内図が印刷されるようになると、大正時代の案内図（写真③）から街の移り変わりを読み解くことができます。写真③の案内図を見ると、野辺地駅開業の影響により、駅前周辺に宿や商店が立ち並んだ様子がわかります。なお、城内橋近辺にはまだ家がなく、舗装道路の整備とともに住宅街が形成されていったことが推察されます。街や道路等の移り変わりについて、様々な時代の地図や案内図から読み解くことも、街を知る上で楽しいかもしれませんね。

なお、これらの地図は資料館で展示されています。詳細をじっくり見てみたい方は、ぜひ資料館にお越しください。

（文責・資料館　山崎）

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します。(要予約)
日　程　木曜日(祝日除く)　　時　間　８時半～17時
☎ 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10日(月)、28日(金)
　　８月９日(水)、29日(火)
場　所　健康増進センター
時　間　13時～15時
※申込み不要。時間内にいつでもどうぞ。

令和５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時半～15時半
※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５年７月30日（日）	弘前市民会館２階
９月10日（日）	八戸ユートリー４階
11月25日（土）	青森市民ホール１階
令和６年１月20日（土）	弘前市民会館２階
３月９日（土）	八戸ユートリー４階

◆申込・問合先　青森県立精神保健福祉センター
☎017－787－3951

献血日のお知らせ

日　時　令和５年７月16日（日）
　　10時～12時
　　13時半～16時

場　所　マックスバリュ・サンデー
　　野辺地店駐車場

※前回の献血から、男性は12週間、女性は16週間、間隔を空ける必要があります。献血をお考えの方はご確認ください。

健康づくりポイント事業の対象です。

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

精神保健福祉に関する問題を抱える本人または家族等を対象に、精神科医師、保健師がお話をお伺いします。
例えば・・精神的な病気でないか心配、眠れない、不安で生活に支障がある、等

日　程　令和５年：７／19、８／16、９／20、10／18、11／15、12／20
　　令和６年：１／17、２／21、３／13
曜日・受付時間　水曜日　13時～14時
場　所　上十三保健所　住所：十和田市西二番町10-15
　　電話番号：0176-23-4261
※予約制です。前日の午前中までに電話で予約をしてください。

野辺地町 こそだて応援ステーション

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時半～17時	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）	木曜日（祝日を除く）８時半～17時	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～
～食中毒を防ごう～

　食中毒とは、食中毒を起こすもととなる細菌やウイルス、有毒な物質がついた食べ物を食べることによって、下痢や腹痛、発熱、吐き気などの症状が出ることです。
　細菌による食中毒にかかる人が増えるのは、気温が高くて細菌が育ちやすいこれからの時期です。

食中毒の予防

菌をつけない！
　生ものなどの菌を他の食材に移さないように、分けて保存する。

菌をふやさない！
　食材はすぐに冷蔵庫へ入れる。
　調理後は、すぐに食べる。

しっかり殺菌！
　調理の際は、しっかり加熱する。
　＊大人が気づかないうちに、子どもが生ものをさわらないよう食材の保存場所や調理中の置き場所にも配慮してください。

食中毒かな？と思ったら

　急激な下痢、嘔吐、発熱がみられる場合は、水分を多くとるようにし早めに受診してください。

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
6	３～５か月児健診（Ｒ５年２月12日～Ｒ５年４月６日生まれ）	8時45分	野辺地病院（小児科）	対象者には個別通知します。
12	７か月児健診（Ｒ４年12月生まれ）	10時	健康増進センター	個別通知はしておりません。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（Ｒ４年９月生まれ）	13時半		
	１歳児健診（Ｒ４年７月生まれ）	13時半		
	みんなのこども相談（出生～就学前まで）	14時		前日までに申込が必要です。

※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で発行します☆

町の掲示板

【給食サービス「ことぶき会」に参加しませんか】

会食や余興を通して、交流や親睦を図る事業です。みんなと語り合いながら、楽しい時間をすごしませんか。

◆日　　時　7月25日（火）11時～13時半
◆場　　所　まかど観光ホテル（送迎あり）
◆対 象 者　70歳以上のひとり暮らしの方
◆参 加 料　300円（当日徴収）
◆申込締切　7月11日（火）
◆申込・問合先　野辺地町社会福祉協議会
☎64−0401

令和５年度青森県立野辺地高等学校同窓会総会

◆日　時　7月29日（土）
10時半～（受付10時～）
◆場　所　野辺地高校　生徒会館
◆参加費　無料
※今年度も懇親会は行いません。
◆申込み　7月18日までに各支部又は各回期の幹事、同窓会事務局に電話かFAXで申込ください。
◆その他　第１体育館側から生徒会館へご来場願います。
◆問合先　野辺地高校同窓会事務局
担当：三國、田中、前田
☎ 0175−64−2266
FAX0175−64−8011

野辺地町委託事業

オレンジメモリーカフェ　はまなす☆

◆日　　時　7月20日（木）13時半～15時
◆内　　容　・ミニ講話
「筋力アップ！フレイル予防」
・アレンジフラワー　・相談コーナー
◆場　　所　野辺地町老人福祉センター
（野辺地町社会福祉協議会）
◆参 加 費　無料
◆対　　象　認知症の人、その家族、地域住民
◆注意事項　①電話で事前予約をお願いします。
②当日はマスク着用で来場願います。
③入り口で健康チェックと検温を行い、場合により参加をご遠慮いただくこともあります。
◆問 合 先　社会福祉法人　福祉の里
介護老人保健施設　のへじ
☎65−2333

【ノルディックウォーク＆大人の水泳教室】

◆日　時　・水泳教室
7月20日（木）13時～
サンビレッジ野辺地
・ノルディックウォーク
7月30日（日）９時～
愛宕公園　集合
◆内　容　ノルディックウォーク及び水泳での有酸素運動
◆対　象　町内在住の方
◆定　員　若干名
◆持ち物　ポール、飲み物、スポーツ安全保険料（初回のみ）
◆申込・問合先
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

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、掲載していますが、個人のプライバシーに関することなので、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。
（5月受付分）町民課

おたんじょうおめでとう

江刺家心暖（こはる）ちゃん（徹）馬門2
武田　実英（みはな）ちゃん（真）馬門1
髙橋　世愛（せな）ちゃん（大成）八幡町
三浦　龍生（たつき）くん（健輔）城内

おくやみ申し上げ ごめいふくを祈ります。

大山　トミさん（81）下袋町
久保アヱ子さん（86）下町二区
石文　由吉さん（87）下袋町
横濱　しまさん（91）枇杷野
杉山　しみさん（91）枇杷野
荒川　イツさん（89）馬門1
田中　繁さん（81）下町一区
江刺家キミさん（88）下町一区
向井　敦子さん（68）中袋町
荒川　昇さん（87）馬門1
小塚　時子さん（86）下袋町
冨吉　トミさん（94）八幡町
蛯澤　敏雄さん（83）下町二区

老人憩いの湯

老人福祉センター

◆開設日：7月3日(月)、10日(月)、18日(火)、24日(月)
◆時　間：10時～14時

有戸地区はまなす
ふれあいセンター

◆開設日：7月3日、6日、10日、13日、20日、24日、27日、31日
◆時　間：10時30分～14時45分

※送迎はありませんのでご注意ください。また、ご利用の際は、感染症対策にご協力ください。

・交通安全早めてんとう虫作戦！夕暮れ時は早めの点灯時刻　7月は18時

定住自立圏観光ガイドＱＲコード

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。

・問合先
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

★三沢市
◆小川原湖水まつり
・日　時　７月16日（日）　９時15分～15時半
・場　所　小川原湖水浴場付近
・内　容　カヤックやスタンドアップパドルボード（ＳＵＰ）、キャンプの体験や川魚つかみ取りなどのアウトドアの催しが盛りだくさん！！
自然豊かな小川原湖でアウトドアの楽しさに触れてみてはいかがでしょうか。
・問合先　（一社）三沢市観光協会
☎0176－59－2311

★六ケ所村
◆泉ピン子講演会
・日　時　７月22日（土）14時半開演（14時開場）
・場　所　六ヶ所村文化交流プラザ・スワニー
・内　容　持ち前のキャラクター、そして全てを笑いに変えてしまう話術で女優として、女性としての経験などを講演します。
■入場料　無料
■プレイガイド（整理券を配布）
スワニー・ショッピングモールREEV・六ケ所特産品販売所六旬館・六ヶ所村立屋内温水プールろっぷ
・問合先　六ヶ所村文化交流プラザ・スワニー
☎0175－72－3400

★十和田市
◆プラネタリウム特別企画「ほしぞら講座」
・日　時　７月29日（土）18時～19時
・場　所　十和田市民文化センター　プラネタリウム
・内　容　第１回　夏の星空案内　～天の川にまつわるお話や、天の川の正体について～
■観 覧 料　３歳以上中学生まで：55円
高校生：160円
一般・大学生：220円
■定　　員　先着80人（指定席）
■申込期間　７月７日（金）～14日（金）
・問合先　十和田市スポーツ・生涯学習課
☎ 0176－58－0184
FAX0176－24－3954
９時～17時（土・日・祝日を除く）

◆第21回ゼルコバアンサンブルコンサート
・日　時　７月30日（日）14時（13時半開場）
・場　所　十和田市民文化センター　大ホール
・内　容　学校訪問演奏などを行っている「ゼルコバアンサンブル」による華やかな演奏会です。
■入場料　無料（整理券不要）
■演奏曲　ダッタン人の踊り、ムーンリバー、風と共に去りぬ、アナと雪の女王　ほか
・問合先　ゼルコバアンサンブル実行委員会
☎0176－25－1783

★小坂町
◆小坂七夕祭
・日　時　８月５日（土）、６日（日）
・場　所　明治百年通り（合同運行）
・内　容　小坂町の一大イベント「小坂七夕祭」が今年も開催されます！
６日夜には参加している山車が集結した合同運行を行います。
・問合先　小坂町教育委員会　学習振興班
☎0186－29－2069

町のカレンダー

日	曜	行　事　名
1	土	
2	日	
3	月	
4	火	
5	水	
6	木	健：３～５か月児 図：ヨチヨチおはなし会
7	金	相：弁護士
8	土	児：七夕会
9	日	休日開庁（マイナンバーカード交付など）
10	月	傾聴サロン
11	火	
12	水	健康ウォーターマラソン スタンプラリー（～令和６年３月７日） 健：７か月・10か月・１歳 相：みんなのこども相談
13	木	
14	金	日本遺産「北前船寄港地」 港めぐり開催（～11月30日）
15	土	十符ヶ浦海水浴場開設（～８月20日） 消防車両展示（野辺地消防署）

日	曜	行　事　名
16	日	献血（マックスバリュ野辺地店）
17	月	海の日
18	火	相：行政
19	水	児：支援拠点事業　親子クッキング
20	木	
21	金	児：避難訓練
22	土	図：おはなし工房
23	日	総合検診（健康増進センター） 休日開庁（マイナンバーカード交付など）
24	月	児：縁日ごっこ作品作り（～８月２日）
25	火	ファンミーティング（馬門公民館） 図：夏休み読書マラソン（～８月23日）
26	水	ファンミーティング(有戸学習等供用センター)
27	木	
28	金	ファンミーティング（中央公民館） 図：館内整理（休館） 傾聴サロン
29	土	ファンミーティング（中央公民館） 図：読書講演会
30	日	
31	月	高校生学力向上短期講座（～８月４日） 〆：固定（２期）、国保・介護・後期（１期）

※　図：図書館　〆：納期限　健：健診児　児：児童館　相：相談

ぼくたち　わたしたちの 歯 ピカピカだよ♪

中野（なかの）　桃（もも）ちゃん

浦田（うらた）　陽斗（はると）くん

工藤（くどう）　奨大（そうた）くん

吉田（よしだ）　璃希人（りきと）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

まちのアルバム

ヴァンラーレ八戸　野辺地町サンクスデー

「ホタコロ」を揚げる
地域おこし協力隊の横井さくらさん

（一財）野辺地町観光協会が６月４日、八戸市で行われたサッカーＪ３ヴァンラーレ八戸の野辺地町サンクスデーに出店しました。

出店では地域おこし協力隊の横井さくらさん考案の「ホタコロ」やほたての串焼きなどが販売され、訪れたサポーターの方々に野辺地町をＰＲしました。

おいしい！減る脂～♪
カンタン料理
その109

管理栄養士　新井心静

にんじんサラダ

【管理栄養士のコメント】
市販のドレッシングを使ったカンタンなサラダです。レモン味がよく合います。

【栄養価　１人分】
エネルギー　60ｋcal　たんぱく質　4.9ｇ　脂質　2.4ｇ　炭水化物　3.9ｇ　塩分相当量　0.4ｇ

材料　４人分

- にんじん（小）　1本
- ドレッシング（市販品：レモン味）　大さじ1
- 粒入りマスタード　小さじ1
- ツナ缶　1缶（70ｇ）
- ミックスビーンズ　1袋（50ｇ）
- サラダ菜、ミニトマトなど　適宜

作り方

1. にんじんは、包丁やスライサーなどで千切りにする。
2. 1を耐熱容器に入れ、ラップをし、電子レンジで1分30秒ほど加熱する。
3. 2にドレッシングと粒入りマスタードを入れよくまぜる。
4. 3に汁気を切ったツナ缶とミックスビーンズを入れてまぜる。
5. 器にサラダ菜やミニトマトなどと4を盛り付ける。