広報

のへじ1

2018年
第705号
月号

特集　新年のご挨拶
新庁舎建設基本構想について

地播きホタテの稚貝放流の様子
詳細は、6ページをご覧ください

新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。

町民の皆様方には希望に満ちた輝かしい新春を迎えられ、誠におめでたく心からお喜びを申し上げます。本年の野辺地町のより一層の繁栄を願い、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

昨年中はもとより平素から町政運営に対しまして、深いご理解と温かいご支援を賜り、心から厚くお礼を申し上げます。

さて、昨年は、町制施行120周年の記念すべき年でありました。

開催した記念式典は、穏やかな天候のなか、ご来賓をはじめ多くの町民の皆様にご列席をいただき、厳粛に執り行うことができました。

式典では、長年にわたり各分野で町政の発展に尽くしてこられた皆様への感謝と敬意をこめて、表彰状を授与させていただきました。また、野辺地中学校の生徒による、町への愛着や誇れる魅力の紹介と、将来の目標についての、素晴らしい意見発表は、人財育成の重要性を改めて認識させていただくものでした。

一方、同時に行われた、笑顔のへじ健康宣言では、「短命県の返上は当町から」と5本柱のスローガンを宣言し、町を挙げて、町民一人ひとりの健康意識を高めていこうという明確な意思を内外に向けて表明することができました。

ご臨席を賜りました多くの皆様、ご協力いただいた方々に、心から感謝を申し上げる次第であります。

また、記念行事として、北前船寄港地フォーラムを開催いたしました。当日は、全国各地から多数の参加をいただき、多くの皆さんと交流を深め、様々な情報交換ができましたことは、今後の当町の取り組みに大いに役立つものと考えております。

オープニングでの、野辺地小学校の児童による「祭り日」の演奏はとても素晴らしく、参加された方々に対し、当町が、いかに北前船を通して、上方文化と深いつながりがあったかをうかがわせるものであり、多くの方々に感銘を与えてくれました。

また、このように大規模な催しを当町で開催することができたことは大きな自信であり、当町の誇る北前文化や地場産品とともに、野辺地町の名前を全国に広く発信することができ、大変有意義であったと考えております。

次に役場新庁舎建設についてでありますが、昨年は、新庁舎を整備するに当たり、その基本的方向性の柱となる「基本構想」に、町民のご意見・ご提案等を取り入れることを目的に、町内の各種団体の代表者や学識経験者、有識者で構成する新庁舎建設検討委員会を設置いたしました。6回にわたる会議を経て、昨年11月に検討委員会から「基本構想（案）」の答申を受けたところです。

その後、実施したパブリックコメントには多くの皆様からご意見をいただきましたし、12月定例会では、多くの議員の皆様と議論を交わしましたが、町では、昨年末に、政策を審議する庁議に諮り「基本構想」を決定したところであります。

今後は、基本構想の建設スケジュールに則り、新庁舎の整備を進めてまいります。

また、庁舎建設に係る財源でありますが、事業費が多額となることから、これまで、原子力立地給付金の半額相当分を町民の皆様からご協力いただいて庁舎建設基金等に積立てて参りましたが、平成30年度からは全額相当分を庁舎建設基金へ積立てさせていただきたいと考えております。これにより、将来の財政運営に影響を与えることなく、新庁舎の建設ができるものと考えておりますので、町民の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

続いて、新総合体育館でありますが、建設から40年を経過し、老朽化した現在の町立体育館に代わり、運動公園の中核施設として新しい体育館を建設するもので、現在、建設検討委員会を設置して、基本構想・基本計画の策定を進めております。当町は、平成37年度に開催される「青森国体」で、ハンドボール競技を誘致する予定であり、新総合体育館は、その競技会場となることが見込まれております。

これらの事業の実施にあたっては、財政の健全化を第一優先に「事業の選択」と「経常経費のより一層の圧縮」を図り、また、行財政の効率化を進め、政策の緊急度や優先度などを的確に判断して限られた財源の配分を調整することにより、持続可能な財政運営を実現してまいりたいと考えております。

これからも町民皆様の多様な意見をくみ取りながら諸施策を進めて参りますので、ご理解、ご協力をお願い申し上げます。

結びにあたり、本年が町民皆様にとって最良の年となりますようご祈念申し上げまして年頭のご挨拶といたします。

北前船寄港地フォーラム in のへじ
野辺地小学校の児童による「祭り日」

野辺地町長　中谷　純逸

2019 新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。町民の皆様方におかれましては、輝かしい平成30年の新春を健やかにお迎えのことと心よりお喜び申し上げます。

新しい年が皆様にとりましても、野辺地町にとりましても、希望に満ちた平和な年でありますよう心より願っております。

旧年中は、町議会の運営に深いご理解と温かいご支援を賜り議会を代表いたしまして厚くお礼申し上げます。

私も議長として、2年目の春を迎えることができました。

昨年、議会は5月に兵庫県淡路島北前船寄港地フォーラムを視察し、9月に当町で行われた北前船寄港地フォーラムの運営等について議論がされました。

北前船寄港地フォーラムin淡路島の様子

また、議長として友好都市であります埼玉県久喜市に11月に伺い、両市町の友好都市提携五周年の記念植樹を行ってまいりました。今年は、当町において、記念事業が挙行される予定でありますので、町民の皆様には今後とも、相互の理解と信頼を深めていただき、末永く交流が続くことをご祈念申し上げます。また、みちのく丸利活用推進等特別委員会では、11月にベイフロント計画の運営について、平川市碇ヶ関「道の駅 津軽関の庄」、鰺ヶ沢町「海の駅わんど」を視察研修し、今後のイベントや施設運営の参考とし、行政側に意見・要望をしてまいります。

町民の皆様の負託に応えるため、議会報告会を12月17日に開催し、36人の参加者がありました。町民の皆様の関心は、役場新庁舎の建設で建てることについては異論がないものの、建設場所については多くのご意見が出されました。また、復元北前型弁才船みちのく丸等の利活用についても様々な議論が交わされました。今、議会では町民の皆様のご意見を拝聴したことを基に、白熱した議論が展開されております。議会としては、一層の行財政改革を推進するとともに、地域の特性を生かしたまちづくりがますます重要になってくるものと思っているところであります。

久喜市との友好都市提携五周年の記念植樹の様子

町おいては、基幹産業である農業、漁業の生産高、生産額が例年より上向いておりますが、来年、再来年のホタテ稚貝の生育が良くないとの調査結果も出ております。一次産業はその時々の気象状況に左右されますので、地域の特性を生かした特産物の創出、豊かな自然・資源や史跡を生かした観光振興、人材育成などにより地域経済が活性化することを願うものであり、起爆剤となるイベント、雇用創出が出来るような起業者の出現、行政施設の活性化が必要であると痛感いたします。

議会といたしましても、多様化する町民の行政ニーズに的確に対応するとともに生活の安心・安全の確保、行財政改革の推進及び地域の活性化等の諸課題に積極的に取り組み、行政と議会が車の両輪のように、町民の民意が町政に反映されるよう議事議決機関として、その機能の発揮に努めてまいります。

町民一人ひとりが将来にわたって豊かさと安らぎを実感でき、個性豊かで魅力ある野辺地町を目指して、議会人として皆様方のご期待に応えられるよう誠心誠意取り組む決意であります。

その実現に向けては、議長として常に公平無私、中立を堅持し、不偏不党の立場で、町民の皆様と協働しながら、さらに議会力を高めていかなければなりません。町民の皆様の一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、この一年が皆様にとりまして、豊かで幸多き年になりますよう心よりご祈念申し上げまして年頭のご挨拶といたします。

野辺地町議会議長　古林　輝信

新庁舎建設基本構想を決定しました！

町では、新庁舎建設について、野辺地町新庁舎建設検討委員会の答申を基に、パブリックコメントなどへ寄せられたご意見を参考に「新庁舎建設基本構想」を決定しました。

【基本構想決定までの経緯】

役場新庁舎の建設については、これまで幾度となく検討してきましたが、建設するには建設費用の3割以上の基金を貯め、残りは借入金で賄うことになるため、財政状況が厳しい当町では、これまで実現できませんでした。

しかし、国は平成29年度に、地震などの災害発生時、災害対応や災害復旧などの中心的役割を果たす市町村役場が倒壊しないよう、耐震化が未実施の市町村役場の庁舎建替えを進める「市町村役場機能緊急保全事業」を創設しました。

これは、平成32年度までに庁舎を建設した場合、借入金返済額の約25％を地方交付税として、市町村へ交付するという事業です。

この支援事業を活用し、更には、原子力立地給付金を活用することで、建設費用と返済のめどが立つことになります。このことから町では、平成29年5月に職員による庁内検討会議を立ち上げ、「野辺地町新庁舎建設基本構想」素案を作成、8月には、町内各種団体及び有識者等で構成する「野辺地町新庁舎建設検討委員会」を設置、素案を基に新庁舎建設基本構想について、検討いただきました。11月には検討委員会から「基本構想（案）」を答申していただき、町ではその内容を議会などでご説明してきました。

また、パブリックコメントに寄せられたご意見については、今後の基本設計等に生かしていけるものは参考とし、基本構想（案）の考え方と隔たりがあるご意見については実現が難しい理由などをご説明しました。さらには、アンケート調査結果も考慮し、新庁舎建設の「基本構想」を決定しました。

ここでは、「基本構想」の概要について、ご説明します。

1. 現庁舎の現状と問題点

◆現庁舎の概要

第１庁舎	昭和29年築	1,296.62㎡	木　造２階
第２庁舎	昭和50年築	433.34㎡	木　造２階
第３庁舎	昭和42年築	579.24㎡	ＲＣ造２階
計		2,309.2㎡	

◆**問題点**

①老朽化による倒壊の恐れ
②窓口来庁者のための空間が狭い
③来庁者の駐車スペースが少ない
④空調設備の未整備
⑤議場へ上る階段が狭い　など

2. 新庁舎の機能の基本方針

新庁舎建設にあたり、災害時の防災拠点としての機能を十分に備えた庁舎であることを最重要課題とし、かつ、町民にとって利用しやすい庁舎であることを目指し、次のような基本方針を設定しました。

①防災拠点としての機能を備えた庁舎
②誰もが利用しやすい庁舎
③環境保全対策及び省エネルギーに配慮した庁舎
④総合的にコストバランスのとれた庁舎
⑤開かれた議会施設を有する庁舎
⑥駐車スペースの確保

3. 新庁舎の建設規模について

国の基準などによる算定結果から建設規模を定めました。なお、具体的な内容については平成30年度から実施する基本設計・実施設計により決めていくこととなりますが、行政サービスに支障をきたさない範囲において、必要最小限の規模となるよう、検討を進めたいと考えております。

◇**建物規模**・・・
窓口業務のある課は1階に集約。会議室など必要なものを含め、延床面積は約3，500㎡、建築面積は約1，400㎡。公用車車庫と防災関係倉庫で約500㎡。

◇**駐車場**・・・100台分

4. 建設場所について

職員で構成する庁内検討会議の作成した素案では、施工性、将来的な利用を考慮し、町有地と民有地など4地点を建設候補地とし、

①人口重心からの距離
②洪水浸水域からの直線距離
③緊急輸送道路との位置関係
④土地の所有者、用地買収に係る費用
⑤庁舎建設に必要とされる面積に対する余裕度
⑥近傍施設との共同利用による効果

の6項目により評価しました。

また、野辺地町新庁舎建設検討委員会では、素案での6項目に、用地買収の有無や総事業費、その他のメリット・デメリットの評価項目を加えて総合的な再評価を行いました。その結果、新庁舎の建設候補地については、素案の中で第一候補地となった、野辺地中学校南側新町民有地を第一候補地とすることは妥当であると判断されました。

また、基本構想（案）の答申後に行ったパブリックコメントでは、現庁舎敷地を建設候補地に推すご意見も多くありました。しかし、現庁舎敷地及び隣接する民有地を購入して建設用地とした場合、仮庁舎の建設が必要となります。それに伴い、全体スケジュールへの影響や費用負担が課題となります。この課題を解消するためには、民有地に先に庁舎を建設し、完成した後に、現庁舎を解体し、駐車場とすることが条件になりますが、建築基準法による建ぺい率を考慮した場合、庁舎の建築面積としての余裕度はほとんどなく、また、敷地内に設置されている防災無線設備（放送局舎、アンテナ）が障害となり新庁舎の配置が制限されるという問題が生じます。これにより、利用客数の多い窓口を1階に集約することや敷地内の車両の通行に支障をきたすなど、新庁舎としての利便性を十分に発揮できない恐れがあります。

一方、野辺地中学校南側新町民有地の場合、郵便局や金融機関等が集約する中心市街地からは若干距離は離れますが、庁舎建設に必要とされる面積に対する余裕度もあり、新庁舎に求められる機能性、利便性を十分に確保することができます。

このことから、町としては野辺地中学校南側新町民有地を新庁舎建設予定地といたしました。

引用　国土地理院　地理院地図（電子国土Web）

5. 新庁舎の事業費及び財源について

新庁舎の概算事業費を算定すると次の表のようになります。

項　目	事業費	財源	
		起　債	庁舎建設基金
建物設計・工事・監理費	1,480,634	1,332,400	148,234
外構工事・監理費	191,448	0	191,448
用地買収・測量費	124,634	0	124,634
備品購入費	80,000	0	80,000
各申請手数料	2,310	0	2,310
合　計	1,878,756	1,332,400	546,356

単位：千円

また、地方債を仮に20年間で返済するとした場合、ピーク時の償還額は最大年間約8千万円になります。このうち、一部（25％）は国から交付される地方交付税に算入されることから、町の実質的な負担額は年間約6千万円となります。

6. 新庁舎建設スケジュールについて

平成32年度の完成を目指しています。

平成29年度	基本構想策定、用地測量、用地買収
平成30年度	基本設計、実施設計、地質調査など
平成31年度	建築工事
平成32年度	建築工事、外構工事、備品購入

7. 原子力立地給付金について

庁舎建設に必要な経費のうち、地方債の対象とならない部分は、庁舎建設基金から支出する予定です。必要額を賄うためには、原子力立地給付金の半額分では不足する見込みとなっております。このため、原子力立地給付金の全額を減額させていただくこととしました。

原子力立地給付金の全額相当分は、福祉対策や地域活性化などの事業に充て、それに充てていた一般財源相当分から基金を造成します。新庁舎完成まではその全額を庁舎建設に向け、庁舎完成後は、庁舎建設に係る起債の償還に充てます。これにより、将来の財政運営に影響を与えることなく、庁舎建設を実現できるものと考えております。起債の償還に充てた残りの部分に関しては、今後見込まれる投資的事業等に充てるため、公共施設整備基金等に積み立てていくことを想定しております。

8. パブリックコメントの公表について

野辺地町新庁舎建設基本構想（案）に対するパブリックコメントに寄せられたご意見に対する町の回答は、町のホームページで公表しております。また、中央公民館、馬門公民館においても閲覧できます。なお、閲覧期間は平成30年1月19日（金）までです。

野辺地漁協　のへじブランド「ぢまきほたて」生産に向け稚貝放流・ナマコ漁解禁！

放流した稚貝

走行中の船の上から放流を行います！

町漁業協同組合（山縣勝彦組合長）が、２０１７年産ホタテガイの地播き養殖用の稚貝放流を行いました。

今季は、海の状況を見ながら11月22日から12月７日に延べ５日間にわたり放流を実施。各養殖漁業者が２０１７年８月に採取した約５センチの稚貝約２千万枚（約１１１トン）を、一度野辺地漁港に集めた後、別の漁船に積み替えて、有戸・目ノ越沖の漁場に放流しました。

放流した稚貝は、２０１９年５月から加工用として漁獲されるほか、一部は「ぢまきほたて」のブランドとして、生鮮用に出荷される予定で、同組合では、約７００トンの漁獲量を見込んでいます。

また、12月11日、16日には、延べ約１７０隻の漁船が野辺地漁港前沖の漁場で年末恒例のナマコ漁を実施し、２日間で約13トンのナマコが水揚げされました。

この時期に水揚げされたナマコは、加工用として中国へ出荷されるほか、年末には正月用の生鮮ナマコの水揚げも予定されています。

獲れたて、新鮮な野辺地産なまこ

町教委と警察が災害時の中央公民館使用に関する協定を締結

協定書を手にする河島教育長（左）と太田野辺地警察署長（右）

町教育委員会と野辺地警察署は、11月29日、災害等による損壊で警察署の施設が使用不能となった場合、中央公民館の一部を代替施設として使用し警察業務の遂行を目的とする「警察署使用不能時における施設使用に関する協定」を締結しました。

締結にあたり、太田泰文野辺地警察署長は「自治体と警察の連携を一層強固にし、いかなる時も、警察機能を維持し地域の安全を守りたい」と話し、河島教育長は「町民にとっても非常に心強く、町としても連携・協力していきたい」と話しました。

県内18警察署のうち、13警察署が自治体等と協定を締結しており、当町でも災害時における治安機能のより一層の向上が期待されます。

当町が「ヴァンラーレ八戸FC」のホームタウンを承認

ＭＦの新井山祥智選手（左）

当町は、Ｊ３昇格を目指すサッカークラブ「ヴァンラーレ八戸ＦＣ」のホームタウンとなりました。

ホームタウンとは、クラブチームの活動の本拠とする地域で、八戸市や十和田市、三沢市など、三八上北の全16市町村が承認し、その活動を支援しています。当町でも、同クラブを応援するため、広報のへじを通じて、活動の様子を定期的にお知らせいたします。

なお、今シーズン、同クラブの成績は年間通算順位５位で、スタジアムの基準や観客動員数、その他の条件をクリアしたものの、Ｊ３昇格を果たすことはできませんでした。ホーム戦合計３万人という観客動員数の達成に向けて、ダイハツスタジアムに足をお運び、ご声援くださいますよう、よろしくお願いいたします！

おはなしサークル「虹色の会」会員の皆さん

「虹色の会」全国優良読書グループ表彰受賞

当町で読み聞かせ活動などを行うおはなしサークル「虹色の会」（上原子明美代表）が、読書活動に功績のあった団体に贈られる「全国優良読書グループ表彰」を受賞し、11月18日、町立図書館で表彰状の伝達式が行われました。

同会は、平成８年度県南地区読書団体リーダー研修会を期に活動を開始し、月１回の定例会や、春と秋の読書週間「おはなし会」、学校での読み聞かせ活動、近隣町村での出前おはなし会など多岐に渡り活動しています。

上原子会長は「この賞に恥じないよう、今後より一層の読書活動を広めていきたい」と話し、今後の活動に決意を新たにしました。

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29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円の給付を受けられます。

該当する方は、申請書（役場窓口にあります）に必要事項を記入・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。対象と思われる方には１月中旬ごろに通知を送付します。

①『原子力立地給付金振込のお知らせ』のはがき　（誰に給付されたのかを把握します）
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
（建物の住所確認と、契約名義が個人名義かの確認をします）
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・健康保険証等）
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）

≪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　0120-17-5227」で再発行

※平成28年４月から開始された電力の小売全面自由化に伴って、東北電力から新電力会社への電力給付契約を切り替えた世帯の場合は、原子力立地給付金が振り込まれてからの手続きとなります。今後、電源地域振興センターから原子力立地給付金振込のお知らせ（はがき等）の送付と給付金の口座振込が行われましたら、その後に助成金の交付申請手続きをしてください。

「該当するかわからない」「町民税が非課税かわからない」など不明な点がありましたら地域戦略課までお問い合せください。

担当：地域戦略課　64-2111（内線265）

まちのお知らせ

役場　☎64－2111

まちの人口

平成29年11月末現在（前月比）

人　口	13,592名	（－　2）
男	6,388名	（＋　3）
女	7,204名	（－　5）
世帯数	6,568世帯	（＋　1）

無料相談案内

●年金相談
（年金全般に関すること）
２月21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）
２月６日（火）９時～12時
中央公民館　※１月はお休みです
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）
２月２日（金）　14時～
☎64-2111総務課
老人福祉センター
※要予約：１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（祝日を除く）
10時～16時
介護・福祉課　☎65-1777

●行政相談
（行政に関する苦情・要望等）
１月16日（火）９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）
10時～16時
教育委員会　☎64-2119

●電話介護相談
月～金曜（祝日を除く）
９時～16時
介護・福祉課　☎65-1777

国保・脳検診（３回目）のお知らせ

野辺地町国民健康保険の加入者を対象に国保・脳検診を実施します。

◆受付期間　１月４日（木）～12日（金）但し定員になり次第締め切ります。

◆受付人数　28人

◆対象者
①75歳未満
②野辺地町国民健康保険に加入している方（申込が多数の場合は、初めて受診される方を優先します。）
③保険税の滞納のない世帯の方

◆個人負担金　３０００円

◆実施期間　１月～３月（月から金曜日）

◆実施医療機関
公立野辺地病院
※次のような方は検査が受けられない場合がありますので、事前にご相談ください。
①閉所恐怖症の方
②ペースメーカーが入っている方
③脳動脈クリップを埋め込んでいる方
④外傷や手術などで体内に金属類が入っている方
⑤歯科でインプラント治療されている方
⑥妊娠又は妊娠されている可能性がある方

◆申込・問合先　町民課脳検診担当（内線２２９）

「法律相談と自立相談」無料出張相談窓口のお知らせ

法テラス青森及び青森県弁護士会、青森県社会福祉協議会では、県及び実施地域の町村役場、社会福祉協議会と協働し、法律問題や生活課題に関する無料出張相談窓口を開設します。

借金、就労、家族に関すること等、様々な相談に幅広く応じますので、「生活上の困りごとがあるが、どこに相談すればよいのかわからない。」という方は、ぜひご利用ください。

◆日時・場所
◇第１回
２月16日（金）13時～16時
野辺地町社会福祉協議会
（野辺地町老人福祉センター）
◇第２回
２月21日（水）13時～16時
七戸町社会福祉協議会
（七戸町総合福祉センターゆうずらんど）

◆対象
野辺地町、七戸町、六戸町、横浜町、東北町、六ヶ所村にお住まいの方

◆その他
◇右記対象地域にお住まいの方は、いずれの期日・会場でも相談できます。
◇相談には事前予約が必要です。
◇法律・自立相談は全て無料ですが、申込時に収入・預貯金の状況を確認させていただきます。

◆予約・問合先
東地域自立相談窓口
☎０８００－８００－７１１４
（通話料無料。土・日曜及び祝日を除く平日の９時～17時まで電話を受け付けます。）

他学区・区域外就学について

小・中学校の通学区域は住民票に記載されている住所によって定められており、指定された学校に通学することが原則になっています。

しかし、入学前や学年途中での転居、共働き、疾病、不登校等の特別な事情がある場合、教育委員会に申請した後、許可を受けることで、住所により指定された学校以外の学校に就学することができます。

お子さんの平成30年度の新入学において、他学区入学を希望される保護者の方は、教育委員会に申請してください。許可条件や申請書類については野辺地町ホームページに掲載しています。ご不明な点がありましたら、遠慮なくお問い合わせください。

◆問合先　学校教育課
☎64－２１１９

公立野辺地病院から面会制限等のお知らせ

インフルエンザ等の流行時期を迎え、入院患者さんを感染症から守るため近隣地域の流行状況により面会制限または面会禁止を行う場合があります。

面会制限・面会禁止の状況については、事前に野辺地病院にお問い合わせくださるようお知らせいたします。

◆問合先　公立野辺地病院
☎64－３２１１（代）

【後期高齢者医療の被保険者の皆様へ】

「特定一般用医薬品購入費を支払った場合の医療費控除の特例（セルフメディケーション税制）」の創設に伴う証明書の発行について

租税特別措置法が改正され、平成29年1月1日から平成33年12月31日までの間に、医療用から転用された医薬品の購入費用について（従来の医療費控除ではなく）新たな所得控除（セルフメディケーション税制（医療費控除の特例））の適用を受けることができます。

この控除の適用を受けるためには、個人がその年中に健康の保持増進及び疾病の予防への取組を行い、確定申告の際には、当該取組を行ったことを明らかにする書類（結果通知等）を添付又は提示する必要があります。

取組を行ったことを明らかにする書類（結果通知等）には、氏名、保険者名、医療機関名若しくは医師名が記載されている必要があります。

青森県後期高齢者医療広域連合が市町村へ委託又は費用助成を行い実施している医科健康診査・歯科健康診査・人間ドック・脳ドックの結果通知等に保険者名として「青森県後期高齢者医療広域連合」が記載されていない場合は、改めて、保険者（青森県後期高齢者医療広域連合）に証明書の交付を申請する必要があります。（紛失等による再発行を含む）

このような場合は、お住まいの市町村（健康増進センター内　健康づくり課）へ証明書の交付を申請してくださいますようお願いいたします。

問合先：青森県後期高齢者医療広域連合（☎017－721－3821）

平成29年度自衛官等募集のご案内

募集種目	資格	受付期間	試験期間	試験場所（予定）
自衛官候補生	18歳以上27歳未満の方	年間を通じて行っております。	平成30年１月下旬（予定） 別途各人に連絡します。	別途各人に連絡します。
予備自衛官補（一般公募）	18歳以上34歳未満の方	平成30年１月９日（火） ～平成30年４月６日（金）	平成30年４月15日（日）	別途各人に連絡します。
予備自衛官補（技能公募）	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。）			
防衛大学校学生一般（後期）	高卒（見込含） 18歳以上21歳未満	平成30年１月20日（土） ～平成30年１月26日（金）	平成30年２月17日（土）	仙台駐屯地

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

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！！

11月末の人身事故の発生状況

区分 / 町村別	平成29年 11月中(単月) 発生	死者	傷者	平成29年 11月末(累計) 発生	死者	傷者	平成28年 11月末(累計) 発生	死者	傷者	前年比 発生	死者	傷者
野辺地町	3	0	4	15	0	18	23	0	27	−8	+0	−9
横浜町	1	0	1	6	0	8	11	0	13	−5	+0	−5
六ヶ所村	4	0	6	9	0	14	11	0	12	−2	+0	+2
合計	8	0	11	30	0	40	45	0	52	−15	+0	−12

のへじ活き活き常夜燈市場 定休日のお知らせ

のへじ活き活き常夜燈市場の定休日は、左記のとおりとなります。お立ち寄りの際は定休日をご確認ください。

◆定休日
◇年末年始
12月31日～1月2日
◇1月
10日・17日・24日・31日
◇2月
7日・14日・21日・28日
◇3月
7日・14日・22日（木）
28日

◆営業時間 9時～17時

◆問合先
のへじ活き活き常夜燈市場
☎73-7887

スポーツ施設 無料開放のお知らせ

冬季期間において、スポーツ施設の使用料を次記のとおり無料としておりますので、ぜひご利用ください。なお、利用の際は、受付を済ませてから入館するようお願いします。

◆屋内温水プール
◇対象
町内在住の小・中学生
※安全面を考慮し、付き添う保護者も対象となります。
◇期間
平成29年12月5日（火）～
平成30年1月14日（日）
※プール利用のみ無料となります。
◇その他
利用時間は開館時間内としますが、小・中学生は18時には帰宅するようにしてください。18時以降に来館する場合は、保護者同伴で利用してください。

◆町立体育館・青少年体育センター
◇対象
ウォーキングやランニングを目的に利用する方
◇期間
平成29年12月4日（月）～
平成30年3月31日（土）
◇利用時間
1日2時間まで
◇その他
競技場を使用している個人・団体等がある場合は、利用場所が制限されますので、ご了承ください。

◆問合先
◇社会教育・スポーツ課
☎64-2119（直通）
◇屋内温水プール
☎64-9777
◇町立体育館
☎64-1459
◇青少年体育センター
☎64-9657

各種スキー大会 開催日程のお知らせ

本年度も国設野辺地まかど温泉スキー場で、各種スキー大会が開催されます。町民の皆様の温かい声援をよろしくお願いいたします。

◆大会日程
①1月21日（日）
2018青森県ジュニアクロスカントリースキー大会
②2月3日（土）～4日（日）
第48回青森県小学生スキー大会
③3月4日（日）
2018FISCHER CUPジュニアクロスカントリースキー野辺地大会
④3月4日（日）
2018ジュニアチャレンジ・クロスカントリースキーのへじ大会

◆問合先（スキー大会事務局）
社会教育・スポーツ課
☎64-2119（直通）

板状立脚土偶の愛称を募集中です！

現在、歴史民俗資料館では、国指定重要文化財「土偶（通称：板状立脚土偶）」の愛称を募集しています。
土偶のプロフィールを紹介しますので、親しみやすい名前をふるってご応募ください！
（※応募に関する詳細情報は、広報のへじ12月号、町ホームページをご覧いただくか、問合せ先までご連絡ください。）

【国指定重要文化財・土偶（有戸鳥井平４遺跡出土）プロフィール】

【国の重要文化財に指定】
・これまで板状だった土偶を、「立脚」により立体的に表現しようとした点
・完形（欠けがない）で出土した点

土偶の更に詳しいプロフィールを知りたい方は、歴史民俗資料館までおいでください！

■応　募　締　切：平成30年１月26日（金）　※当日消印有効
■応　募　方　法：必要事項をご記入の上、郵送（はがき可）、持参、ＦＡＸ、Ｅメールでご応募ください。（おひとり２点まで）
【記載内容】①愛称、②愛称の趣旨・意味、③応募者の氏名・電話番号・住所・年齢・職業
※町ホームページに掲載している応募用紙で応募しても構いません。
■応募・問合せ先：〒039-3131　野辺地町字野辺地1-3　　野辺地町立歴史民俗資料館
電話・FAX/64-9494　　Ｅメール/a-yamazaki@town.noheji.lg.jp

児童館行事
☎（64）3106

◆こま回し大会
5日（金）13時30分～
◆思い出制作（カレンダー作り）
15日（月）
◆避難訓練
19日（金）16時30分～

図書館行事
☎（64）2195

◆子ども司書クラブ／6日（土）10時～11時30分（視聴覚室）
◆ヨチヨチおはなし会／10日（水）10時30分～11時（視聴覚室）「3歳未満児向け」
◆朗読の会『秋桜』／11日（木）10時「定例会」（中央公民館）
◆ブックスタートプラス／15日（月）8時30分（1歳6か月児健診・健康増進センター）
◆英会話クラブ／15日・22日・29日（月）15時30分～（中央公民館）
◆ブックスタート／17日（水）9時30分（6か月児相談・健康増進センター）
◆おはなしサークル『虹色の会』／20日（土）13時30分「定例会」（視聴覚室）
◆おはなし工房／20日（土）14時15分～（児童コーナー）
◆ファミリー・イングリッシュ／23日（火）15時40分～（視聴覚室）

『耳からの読書』でぬぐだまりませんか！

朗読の会「秋桜」の皆さんが、「第15回朗読のつどい」を行います。会員の方々が、文芸作品などの朗読を行います。耳からの読書で、贅沢なひと時をお過ごしください。

◇日時　1月18日（木）13時30分～15時
◇場　所　中央公民館2階
◇対　象　一般
◇入場無料

「カルタ大会」参加者募集

「第9回のへじふるさとカルタ大会」を行います。上位目指して参加しませんか。

・日時
1月13日（土）
13時～15時30分
・場所
中央公民館　第1和室
・定員60名　幼児（年長）10名、小学生42名、中学生8名
※幼児は、保護者または保護者に代わる方が同伴ください。
・申込　1月4日（木）まで
※注意
大会参加にかかる事故やケガ等については、責任を負いませんので、ケガのないようご参加ください。

館内整理日

1月31日（水）

書架整理、館内特別清掃等のため、閉館となります。

図書館おすすめの新着本（入荷予定本）

書　名	著者名
おらおらでひとりいぐも（第54回文藝賞）	若竹千佐子
バースデイ・ガール	村上春樹
いのち	瀬戸内寂聴
おもかげ	浅田次郎
西郷どん　上・下	林真理子
龍の右目	吉川永青
崩れる能を抱きしめて	知念実希人
医者が教える食事術最強の教科書	牧田善二

本の展示

・干支の本展　4日（木）～14日（日）
・あおもり冬の読書週間におすすめの本展　5日（金）～26日（金）

家具やテレビの転倒に気を付けましょう！

タンスや棚などの家具やテレビが転倒し子どもが下敷きになる事故が発生しています。これらの事故は、場合によっては命を落とす危険性があります。

消費者庁には平成22年12月1日から平成29年8月31日までに家具やテレビ等の転倒による事故情報が41件寄せられており、そのうち約8割が6歳以下の子どもの事故でした。

家具等の設置について、以下の点に注意のうえ、今一度、ご家庭の家具やテレビ等の設置状況を見直してみましょう。

①家具やテレビは固定して使用しましょう。
②家具の引き出しには鍵やストッパーを付けましょう。
③玩具などの子供の興味をひくものを家具の上に置かないようにしましょう。

◆問合先
消費者庁安全課
☎03-3507-9200
URLhttp://www.caa.go.jp/

0～1歳児の大人用ベッドからの転落事故に関する注意喚起

0～1歳児が、主に就寝時に大人用ベッドから転落する事故報告が医療機関から消費者庁へ平成22年から29年6月末までに計564件の報告がありました。

数十cm以上の高さの大人用ベッドから転落すると、頭がい骨骨折や頭蓋内損傷のけがを負う恐れがあります。また、転落をきっかけにベッドと壁や物との間に頭が挟まれ窒息するケースもあり、場合によっては命を落とす可能性があります。

転落防止のため、0～1歳児は、満2歳になるまでは、できるだけベビーベットに寝かせましょう。また、ベビーベッドも柵を上げずに使用することで転落事故が起きています。柵は常にあげて使用しましょう。

◆問合先
消費者庁安全課
☎03-3507-9200
URLhttp://www.caa.go.jp/

カニなどの海産物の勧誘電話にご注意を

カニなどの海産物の勧誘電話を受け、強引に契約させられた、断ったのに商品が届いた、キャンセルしたいのに業者と連絡が取れない、家族が注文したと思い返事をしてしまった等の相談が、全国の消費者生活センターなどに多数寄せられています。

勧誘電話を受け、家族が注文したか不明な場合は、本人に確認してから返事をするなど、即答せずに冷静に対応しましょう。

また、電話での勧誘を受け契約した場合は、8日以内ならばクーリング・オフができます。

業者と連絡が取れないなど、不安なとき困ったときは、お早めに左記のお問い合わせ先にご相談ください。

◆問合先
◇消費者ホットライン
☎118
◇三沢市消費生活センター
☎0176-53-5350

～町民の皆様へ～

除・排雪作業にご協力ください!!

野辺地町は、県内でも有数の豪雪地帯です。その中で、除雪業者も限られた予算で懸命に作業を行っております。冬期間を安心・安全に過ごすには、町・業者はもとより、町民の皆様のご理解とご協力が不可欠です。

皆様へのお願い

1．道路への投雪はやめてください

→歩行者への妨げとなり、事故の原因に繋がります。

2．屋根雪の処理

→屋根雪は、家屋所有者若しくは業者にお願いして処理ください。

3．樹木剪定をお願いします

→所有地から道路に枝がはみ出していると、除雪作業の支障となります。

4．融雪側溝以外への投雪はやめてください

→下流側で詰まったり、フタが開いたままでは、歩行者や走行車両が転落する危険があります。

5．堆雪場所の借用

→除雪作業を効率的に行うために、皆様が所有している空地等を借用させてください。
※後日、排雪・ゴミ拾い等をさせて頂きます。

○雪に関するお問い合わせ・要望等の連絡先

・町道除排雪、堆雪場等について　建設環境課　☎６４－２１１１（内線２７３・２７５）
・高齢者、障害者（対象世帯のみ）で玄関前から道路（通り）までの軽微な除雪について
　介護・福祉課　☎６４－２１１１（内線２４５）
・県管理道路の除雪について　上北地域県民局　道路管理課　☎０１７６－２２－８１１１
・国管理道路の除雪について　十和田国道維持出張所　☎０１７６－２３－７１３８

屋根雪処理請負業者のお知らせ

今年度、個人住宅の屋根雪処理の請負業者が下記のとおり登録となりましたのでお知らせいたします。

請負業者名	連　絡　先	備　　考
高　松　建　設	６４－４５６５	左記は当課で把握している一部の業者です。
㈱力　興　業	６４－７４６４	
イワサキホーム㈱	６４－３２９５	
おとべ建築板金	６４－５７７９	

・作業料金は、現場条件や作業内容により一律となりませんので、事前に請負業者から『見積書』提出してもらい、作業依頼してください。

平成29年度　除雪委託業者及び区域一覧表

業　者　名	連絡先電話番号	除　雪　区　域
㈲天間重機	64－3564	切明・上小中野・松ノ木平地区(敦平団地・ヤマト車両付近)
㈱升澤組	64－3509	馬門(旧農免)・御手洗瀬・二本木・松ノ木・枇杷野地区
手間本建設㈱	64－2604	鳴沢・駅前・枇杷野(バス路線)・向田(クリーンペアはまなす前)地区
洞内工業	64－2514	干草橋・木明・下袋町(消防通りより横浜町側)地区
㈱義寅萬運輸	64－3378	愛宕ニュータウン・川目・松ノ木平・御手洗瀬・前平地区
㈲細川建設工業	64－2944	前田(ビリオン付近)・八幡町・野小付近・金沢町・船橋地区(太陽団地内)
㈲赤川林業土木	64－7494	上・中袋町
㈲野辺地運輸	64－6688	浜町・新道・新町(野中付近)・金沢町・八幡町・城内・駅前地区
㈲山村電水	64－4805	駅前・下町・下松ノ木平(三八上北森林管理署付近等)・久田地区(青い森鉄道沿い)
㈱力興業	64－7464	有戸・目ノ越・蟹田・明前・太田新田地区
㈲柏葉建材	64－4331	金沢町・新道(野中付近)・下袋町・松ノ木地区(ときわ台団地・松ノ木ニュータウン)
㈲田村興業	64－3912	下町(一・二区)・鳴沢・前平・松ノ木平(さけますふ化場付近)
㈱木明工務店	64－3553	馬門(温水プール～馬門小学校～青森トヨペット区間)・中袋町(木明工務店前)地区
エビナホーム	64－1623	中袋町(近藤電気付近)・枇杷野地区(野高)馬門地区(旧むつ湾温泉奥)
野辺地レミコン㈱	64－2252	下・中袋町地区(うさぎや～消防～あとむくん、消防～石孝電機、第二若葉団地～山側)
㈲豊伸工業	64－6162	浜町・金沢町・八幡町・中・下袋町地区(中道ふれあい公園脇等狭隘道路)
㈲蛯名塗装	64－7723	久田(青い森鉄道沿い以外)・鳴沢・船橋(太陽団地内)・中・下袋町地区(アサカ美容室脇)
フェニックスオーナー	64－1762	馬門(国道４号より山側)・下袋町地区
髙松建設	64－4565	下袋町・城内・下町地区
平澤建設	64－2136	駅前地区(狭隘道路：ゲオ周辺等)
役場直営(３台) その他(２台)	64－2111	石神裏・上川原線(わかば歩道橋～福祉の里) 野辺地寺ノ沢線(役場～赤坂車庫) 港湾雪捨場、廃棄物最終処分場線、公共施設駐車場 馬門地区(遍照寺周辺一部)、中袋町地区(工藤商店脇)

※建設環境課にて、除雪路線図を閲覧できます。

野辺地町新総合体育館建設基本構想（案）・基本計画（案）のパブリックコメントの公表について

野辺地町新総合体育館（仮称）建設基本構想（案）・基本計画（案）に対する、パブリックコメントに寄せられたご意見に対する町の回答は、町のホームページで公表します。

また、中央公民館、馬門公民館においても閲覧できます。

なお、閲覧期間は平成30年1月9日（火）から1月31日（水）までです。

中高年再就職支援セミナーを開催します

青森県の求人倍率は1．25倍（10月末）と好調であるものの、中高年の就職状況は厳しい状況が続いております。「ネクストキャリアセンターあおもり」では青森市、八戸市、弘前市の3会場で、中高年再就職支援セミナーを開催します（参加費無料）。

◆開催日程

①弘前市　1月12日
②八戸市　1月19日
③青森市　1月26日

◆開催時間（全会場共通）

セミナー
13時30分～15時30分
個別相談
16時～17時

◆会場

①弘前市　株式会社Ｉ・Ｍ・Ｓ
②八戸市　八戸市総合福祉会館
③青森市　アピオあおもり

◆対象

45歳以上の求職中の方

◆テーマ

採用されるための就職活動のポイント（就職活動の準備・応募書類・面接）

◆問合先

ネクストキャリアセンターあおもり
☎０１７－７２３－６３５０
✉chuukounen@ims-hirosaki.com

よろず出張相談会を開催します

よろず支援拠点は、国が全国各地に設置した経営相談所です。「創業したい！」「売り上げを伸ばしたい！」「事業承継に悩んでいる」等、経営に関するお悩みの相談を無料で受け付けています。

次の日程で、出張相談会を開催します。ご希望の方は左記のお問い合わせ先までご連絡ください。

◆町内開催日程

1月12日

◆会場　野辺地町商工会

◆近隣での開催日程

①十和田市
1月6日、1月18日、1月19日
②七戸町
1月7日

◆近隣会場

①十和田市
十和田市商工会議所
②七戸町
七戸観光交流センター

◆問合先

青森県よろず支援拠点
☎０１７－７２１－３７８７

家畜（牛・馬・めん山羊・豚・鶏等）を飼育している皆さまへ

家畜を飼っているすべての方は、家畜の伝染性疾病の発生予防やまん延を防止することを目的とした「家畜伝染病予防法」により、年一回、その飼育状況を報告することが法律で義務付けられています。

平成30年2月1日現在の状況について、報告書を作成し提出してください。

◆対象家畜

牛、水牛、鹿、馬、めん羊、山羊、豚、いのしし、鶏（シャモ、チャボ、ウコッケイ等を含む）、あひる、うずら、きじ、だちょう、ほろほろ鳥及び七面鳥

なお、愛玩用（ペット）であっても報告が必要です。

◆報告様式

十和田家畜保健衛生所または、役場農林水産課で配布（十和田家畜保健衛生所ホームページからダウンロード可）

◆提出期日

2月28日まで

◆提出方法

郵送、ファックスまたは持参

◆提出先

農林水産課

◆問合先

◇十和田家畜保健衛生所
☎０１７６－２３－６２３５
Ｆ０１７６－２３－３０４４
◇農林水産課
☎64－２１１１（内２７８）
Ｆ64－７５１０

収入保険がはじまります！

✓ **新しく導入される収入保険では、保険料の掛金率は１％程度で、農家ごとの平均収入の８割以上の収入が確保されます！**

（これまでの農業共済は、品目が限定され、価格低下による収入減は対象外でした。）

＊掛金率は、現時点の試算です。損害が発生しなかった場合は、翌年の保険料が下がります。

✓ **米、野菜、果樹、たばこ、茶、しいたけ、はちみつなど、農産物ならどんな品目でも対象になります！**

＊マルキン等の対象である肉用牛、肉用子牛、肉豚及び鶏卵は、対象外です。

＊**収入保険に加入するために必要な青色申告は、簡易な方式でよく、１年の実績があれば加入できます。新規就農者でも加入することができます。**

＊**収入保険は、平成３１年からスタートします。**

加入条件や補償内容など詳しいことは、NOSAI南部地域、NOSAI青森 にお問い合わせください。

NOSAI南部地域　☎0176-22-8101　mail：n.nanbu@gamma.ocn.ne.jp
NOSAI青森　☎017-775-1161　mail：kensyusido@nosai-aomori.or.jp

農林水産省

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。

（11月受付分）町民課

おたんじょうおめでとう

高松　宇唯ちゃん（貴紀）新　道
村上　珠羽くん（大介）松ノ木平
秋田　真翔くん（将宏）駅前1
吹田　凛ちゃん（玲菜）鳴　沢
仲崎　はれちゃん（光希）中袋町
横浜　結心くん（翼）中袋町

おくやみ申し上げ

ごめいふくを祈ります。

川端　勤さん（80）松ノ木平
大山　チヱさん（87）下袋町
田中　久夫さん（78）馬門1
三國　茂樹さん（72）下町二区
福士　良子さん（71）馬門1
木村　幸弘さん（78）下袋町
蛯澤　トキさん（94）下町二区

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：毎週月・木曜日
（祝日除く）
◆時　間：13時～14時45分
◆送迎車運行日：
1月11日、15日、18日
22日、25日、29日

老人福祉センター（2か月分）

◆開設日：1月15日(月)、29日(月)
2月5日(月)、19日(月)

◆時　間：10時～14時
◆送迎車運行日：1月29日
2月19日

～新成人の皆さんへ～　20歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったとき、病気や事故で障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、働いている世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

国民年金は20歳以上60歳未満の方は加入することが義務付けられています。

20歳になったら、忘れずに国民年金の加入続きをしましょう！

国民年金のポイント

◆将来の大きな支えになります

国民年金は20歳から60歳までの方が加入し、保険料を納める制度です。

国が責任をもって運営するため、安定していますし、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

◆老後のためだけのものではありません

国民年金には、年をとったときの老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。また。遺族年金は加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族(「子のある配偶者」や「子」）が受け取れます。

「学生納付特例制度」と「納付猶予制度」

□「学生納付特例制度」

学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

対象となる学生は、学校教育法に規定する大学、大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校（修業年限1年以上である課程)、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。

□「納付猶予制度」

学生でない50歳未満の方で、ご本人及び配偶者の所得が一定額以下の場合に国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

※平成28年6月以前の期間は、30歳未満であった期間が対象となります。

国民年金のご相談・手続き等については、市区町村または年金事務所までお問い合わせください。

国民年金保険料
12月分の納付期限は
1月31日（水）です

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240）

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

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、育児中の方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：１月12日（金）１月29日（月）
　　２月９日（金）２月27日（火）
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

笑顔のへじ健康シリーズ

笑顔のへじ健康シリーズ③　食事について

平成三十年のはじまりです。今年も、**笑顔あふれる一年**にしていきたいですね。そのためには、なにより**健康が第一**。そして、予防できる病気である〝生活習慣病〟にならないように、気を付けていきたいですね。

野辺地町の国民健康保険に加入している町民のみなさんで、受診している病気で多いのは

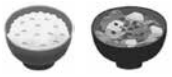
一位　高血圧症

二位　糖尿病　です。

（平成二八年国保データベース）

どちらも生活習慣病で、ライフスタイル、運動習慣、なかでも食事を見直すことで、**予防・改善できる病気です。**

生活習慣を変えることは、難しいことですね。なので『**無理なくできそうな小さな良い習慣**』を積み重ねることが、続けられるポイントです。あなたは、何個できそうですか？



～　これならできる!!　良い習慣　～

１．ベスト体重の維持

①３食きまった時間に食べる。
②ゆっくり、よくかんで食べる。
③腹８分目にする。
④野菜から食べる。

２．食事バランスを整える

①毎食、主食、主菜を１つ
　副菜は1つ以上取り入れる。
②果物、乳製品は１日1つずつ
　食べる
③野菜は１日５皿食べる。

３．減塩をこころがける

①だしをきかせる。
②香辛料、薬味、酸味をきかせる。
③食卓に調味料を置かない。
④漬物は小皿に盛って食べる。

減る脂～クッキング教室のお知らせ

「**糖尿病予防の食事**」について、ミニ講義と調理実習をおこないます。血糖値が気になる方など、ご参加ください！

日　　時　　１月31日（水）10時～13時
場　　所　　健康増進センター
対　　象　　おおむね40～74歳までのかた
定　　員　　先着20名　　参加料　300円
持 ち 物　　エプロン　三角巾　健康手帳
申し込み　　健康づくり課へ

スッキリ応援プログラムのご案内

３日間食事記録をつけていただき、それをもとに“**具体的な食事アドバイス**”を、管理栄養士が個別におこないます。ご一緒に、自分にあった方法を見つけましょう！

日　　時　　個別に設定しますので、お問い合わせください。
場　　所　　健康増進センター
参 加 料　　無料
対　　象　　おおむね30～74歳までのかた
申し込み・問い合わせ　　健康づくり課へ

総合健診の受診のお知らせ

平成30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	特定	胃	大腸	肺	子宮	乳
公立野辺地病院	64-3211	○	○	○	○	○	○
戸館内科整形外科医院	64-2525	○	○	○	○		
中里医院	64-1388	○	○	○	○		
川上クリニック	64-0111	○					
えびさわクリニック	64-4160	○					
のへじクリニック	64-7333	○					
ちびき病院	64-5100	○					
あおもり人間ドックセンター	017-765-2570						○
八戸西健診プラザ	0178-21-1717					○	○

歯周疾患検診、受けましたか?

平成29年４月１日～平成30年３月31日の間に
40・50・60・70歳になる町民の方へ
歯周疾患検診のご案内をお送りしています。

実施期間 平成30年３月31日まで
実施場所 案内に記載されている歯科医院
※事前に予約をしてください。
検診料金 無料

10年に一度の検診機会を是非ご活用ください！
※案内を紛失された方は健康づくり課で再発行します

献血日のお知らせ

月日：１月21日(日)

場所：マックスバリュ野辺地店

時間：10：00～12：00
13：15～16：00

上十三保健所精神保健福祉相談のご紹介

精神保健福祉に関する問題を抱えるご本人やご家族を対象に、精神科医師や保健師がお話をお伺いします。精神的な病気ではないか心配、飲酒や薬物乱用の問題、眠れない、不安で生活に支障がある等、ご相談ください。

実施日	毎月　第３水曜日
時　間	午後１：00～２：00

※相談は無料ですが、事前に予約が必要です。
※相談日が祝日の場合は「実施曜日」以外の日になっています。
詳細は上十三保健所(0176-23-4261)へお問い合わせ下さい。

１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
4	４か月児健診 （H29年８月８日～９月４日）	８：45	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。
15	１歳６か月児健診 （平成28年６月、７月生まれ）	８：30	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。
16	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	出産の準備 産後のケア	前日までに 申し込み必要です。
17	６か月児相談 （H29年７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 おりません。 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 （H29年３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 （平成29年１月生まれ）	13：30			
	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	前日までに 申し込み必要です。

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日生まれの方で20歳の誕生日前日まで
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。

＊ B型肝炎予防接種 ＊　対象：平成28年４月１日以降に生まれた０歳児（１歳になる前に３回接種）
平成28年10月から定期接種となりました。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

ふるさと歴史講座「江戸時代の市場経済～湊と商人～」開催！

◆実施日　１月27日（土）
◆時　間　13時30分～
◆場　所　図書館　視聴覚室
◆内　容
　幕府や盛岡藩の経済政策システムの枠組みの中で、野辺地廻船問屋の事例をもとに、商人の経済活動がどのように行われていったのかを考える。
◆講　師　野辺地町歴史を探る会
　宮澤　秀男　氏
◆申込み　不要
　（どなたでもご自由に来場ください）
◆参加料　無料
◆主催・問合先　野辺地町歴史を探る会
　☎64-4041

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

防火の決意新たに!!平成30年野辺地町消防出初式のご案内

　新春恒例の出初式は消防職員・団員の士気の高揚、職務遂行への決意と、無火災・無災害を祈念して毎年行われております。
　当日は式典のほか、分列行進・まとい振り等が披露されます。町民多数のご参観をお待ちしております。
◆日　時　１月６日（土）
　10時30分～11時45分
◆場　所　役場庁舎前
◆問合先　防災安全課　消防団担当
　☎64-2111

オレンジメモリーカフェ　はまなす

◆日　時　1月23日（火）
　13時15分～15時15分
◆内　容　回想法、体を動かそう、茶話
◆場　所　総合福祉センターのへじ
　（老健のへじ敷地内）
◆人　数　20人程度
　（※定員に達し次第、受付終了）
◆参加費　無料
◆対　象　認知症の人、その家族、地域住民
◆申込・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

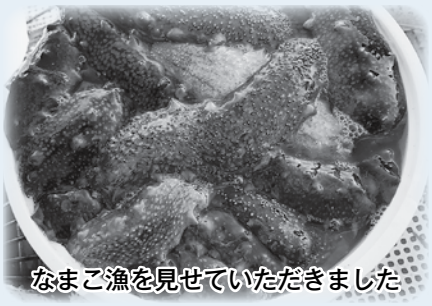
笑顔あふれるまちに移り住んで

　新年あけましておめでとうございます。町民の皆々さまにとりまして明るく健やかな一年となりますことを衷心よりお祈りしております、野辺地町移住コーディネーター　阿部でございます。本年も変わらぬご指導をお願いいたします。

　この広報が新年に皆さまのお手元に届いている、ということは、阿部はこの原稿を年明け前に書いております。年明け前なのに「あけまして…」と書いている自分に、何やら得した気分だね！と浮かれている、と思いきや、原稿の締切に間に合わず、広報を作っている関係者の皆さまにご迷惑をおかけしていることに、胃が痛い年末です。

　このコラムは、アレです。新聞についている四コマ漫画みたいなポジションでございまして、役立つ情報満載の硬派な広報のへじの中にあって、息抜きと申しますか、箸休めと言いますか、町民の皆さまの心の止まり木的な存在を目指しているわけでございますが、とはいえ、最近の記事があまりにも内容がないので、これでいいのか？と不安になっております。

　ですので、新春早々、少し真面目な話題を。昨年の都道府県魅力度ランキングが発表されました。青森県は47都道府県中17位だそうです。ところが、一昨年のアンケートをまとめた移住希望地ランキングを見ますと、青森県は20位までに入っておりません。魅力を感じているけど、行動に移せない。まぁ、よくある話で、クラスに気になる女の子がいるのに「付き合ってください！」と恥ずかしくて言えないタイプ。世話がやけますね。今度、東京に行ったら「何をもじもじしてるの？野辺地に移住したいならはっきり言ってよ！」と逆告白してみようかと。おじさんが言うと、何て気持ち悪いんでしょう。


なまこ漁を見せていただきました

● 野辺地町移住コーディネーター　阿部のメールアドレス：mail@nohejimachi.com
● 野辺地町移住コーディネーター　阿部の携帯電話：090-9675-1882

・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 1月は15時

●七戸町

【かまくら合同コンパ】恋のkama騒ぎ
・日　時　1月27日㈯ 17：00～20：00
・場　所　七戸町中央公園
・問合先　七戸町天間林商工会青年部
☎0176-68-2189
FAX0176-68-4444
✉t-seinenbu@aomorishokoren.or.jp

移住者交流会in七戸
・日　時　1月13日㈯ 13：00～16：30
・場　所　七戸町ふれあいセンター
・問合先　NPO法人プラットフォームあおもり
☎017-763-5522
http://platform-aomori.org

しちのへホワイトバトル2018
・日　時　2月4日㈰
・場　所　七戸町中央公園
・問合先　七戸町商工観光課
☎0176-62-2137

●三沢市

周遊型謎とき物語
「書を捨てよ　紐を解こう」
・日　時　～2月28日㈬
・場　所　三沢市全域
・問合先　株式会社タイトー
お客様相談センター
☎0120-57-0788
年中無休10：00～18：00

●十和田市

第30回とわだ雪見ラリー
・日　時　2月7日㈬
・内　容　指定された5店で好みの飲み物を飲み干し、確認印をもらったら、商工会館での抽選会に参加しよう！
・参加料：前売券3,000円
当日券3,500円
※前売券完売の場合、当日券の販売はありません。
・場　所　十和田商工会館（受付場所）
・問合先　十和田商工会議所
☎0176-24-1111

●おいらせ町

第12回　新春！
うそ八百・ほら吹き大会
・日　時　1月21日㈰
13時～16時30分
・場　所　おいらせ町みなくる館
・問合先　おいらせ町まちづくり
推進委員会事務局
（役場まちづくり防災課内）
☎0178-56-2131

第36回「百石まける日」
・日　時　1月26日㈮～28日㈰
10時～15時まで
・場　所　おいらせ町本町商店街周辺
あじゅまるビル
（おいらせ町上明堂62- 5）
・問合先　百石本町商店会事務局
（おいらせ町商工会内）
☎0178-52-2029

百石えんぶり
・日　時　2月15日㈭～17日㈯
・場　所　おいらせ町役場分庁舎周辺
・問合先　社会教育・体育課
文化財保護係
☎0178-20-0405

町のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4 新年祝賀会 ㊟ 4か月児	5 ㊞ こま回し大会	6 出初式
役場年始休業						
7 成人式	8	9	10	11	12 ㊟ 弁護士 傾聴サロン	13 ㊟ カルタ大会
14	15 ㊟ 行政 ㊟ 1歳6か月 ㊞ 思い出制作	16 マタニティサロン	17 ㊟ 6か月・みんなの子ども ㊟ 10か月・1歳	18 ㊟ 朗読のつどい	19 ㊞ 避難訓練	20
21 ジュニアクロスカントリースキー大会	22	23	24 傾聴サロン	25	26	27
28	29 傾聴サロン	30 ㊍ 国民健康保険税(7期)	31 ㊟ 館内整理日（閉館）			

行事内容　㊟ 図書館　㊟ 健診　㊍ 納期限　㊞ 児童館　㊟ 相談

※町税等について延滞金が加算されますので、納期限内の納付に努めましょう

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

川村　竜聖（かわむら　りゅうせい）くん

渡辺　愛海（わたなべ　まなみ）ちゃん

斉藤　慶真（さいとう　けいしん）くん

笹木　涼杏（ささき　りあ）ちゃん

泉山丈太郎（いずみやまじょうたろう）くん

まちのアルバム

国設野辺地まかど温泉スキー場開き

大会や積雪状況などにより営業時間等が
変更する場合がございます。
お問い合わせのうえ、みんなで遊びに来てね！

12月15日、国設野辺地まかど温泉スキー場開きが開催され、関係者ら約60人が、シーズン中の安全と繁盛を祈願しました。

ゲレンデではテープカット後、野辺地スキークラブ員らが横断幕をもって初滑りを披露し、オープンを祝いました。

【アルペンコースに関すること】

12月16日㈯～３月11日㈰　９：00～16：30
（★ナイター　１月１日㈪～２月28日㈬　16：30～21：00）

・まかど温泉スキー場　　☎64-3138

【クロスカントリーコースに関すること】

12月23日㈯～３月11日㈰　毎週日・月曜日と主要なスキー大会の前日を除く
（★ナイター　１月４日㈭～３月２日㈮　17：00～19：30）

あったかハウスまかどの森でノルディックスキーの無料貸出をしています！

・あったかハウスまかどの森　☎64-0778（12月29日～１月３日は休館）

おいしい！減る脂～♪ カンタン料理 その43

管理栄養士　新井山　静

きのこのゆずマリネ

【栄養価　１人分】

エネルギー	65Kcal	たんぱく質	3.8ｇ
脂　質	3.7ｇ	炭水化物	9.8ｇ
塩分相当量	0.4ｇ		

【管理栄養士のコメント】

あけまして、おめでとうございます。今年も、おいしい！カンタン料理で、みなさんの元気と健康を応援します。

年末年始は、ごちそうを食べる機会も多く、胃腸が疲れ気味ではないでしょうか。きのこたっぷりのカンタン和風マリネで、胃腸をいたわりましょう。

材料　４人分

・生しいたけ　６個
・しめじ　200ｇ（2パック）
・えのき　200ｇ（大1パック）
A
・ゆず果汁　大さじ２
・ポン酢しょうゆ　大さじ1.5
・オリーブオイル　大さじ1
・ゆずの皮　少々

作り方

1. しいたけは軸をとり薄切りに、しめじはいしつきをとりほぐし、えのきは長さを半分に切ってほぐす。
2. １のきのこはゆでて、ざるにあげよく水気を切る。（耐熱ボウルに入れて、ラップをかけ電子レンジで２分位加熱してもよい。）
3. よくまぜておいたＡとせん切りにしたゆずの皮と、２のきのこをまぜ、30分位おき味をなじませる。