広報 のへじ 2007-2

平成19年出初め式

まとい組によるまとい振り

分列行進を観閲する亀田町長

分列行進する団員

行進を先導するラッパ隊

分団人数を報告する分団長

1月6日（土）役場前において、平成19年野辺地町消防出初め式が行われました。

当日は、何十年ぶりという雪のない出初め式となり、大勢の観客が見守りました。

野辺地町町民憲章

私たちの町は、恵まれた自然と先人より受けついだ文化の香りたかい町です。

私たちは、心をあわせて「真実と友愛のあふれる明るく住みよい町」をつくるために、この憲章を定めます。

一、私たちは烏帽子岳のような誇り高い文化と教育の町をつくります。

一、私たちは、野辺地川のような清い心と美しい町をまもります。

一、私たちは、十符ヶ浦のような大きい望みとゆたかな町をめざします。

一、私たちは、愛宕山のような温かい福祉と健康な町をきずきます。

一、私たちは、人の和を大切にし活力のみなぎる町づくりをすすめます。

（昭和54年８月28日制定）

■町の人口

19年１月１日現在		前月比		前年同月比	
	15,662	(−)	19	(−)	276
男	7,416	(−)	5	(−)	133
女	8,246	(−)	14	(−)	143
世帯数	6,469	(+)	2	(+)	16

http://www.net.pref.aomori.jp/noheji/

平成19年野辺地町成人式　１月７日　於中央公民館

平成19年野辺地町成人式
社会人として〝義務と責任〟を決意

平成19年野辺地町成人式を１月７日（日）に、中央公民館で開催しました。

今年の対象者は、昭和61年４月２日から昭和62年４月１日生まれの２００人。うち１５０人が出席し、社会人としての義務と責任を決意しました。

式典は、野辺地町の四季の映写に始まり、町民歌をバックに橋本まりさん（下町二）、戸田亮輔さん（木明）、新山歩美さん（駅前二）、大丸功さん（中袋）、中村美理さん（馬門一）の５人による町民憲章の朗読から始まりました。

続いて、亀田町長が「人生はバランスシートと同じ、自分に投資して努力し、目先の損得勘定ではなく計画を立てて頑張ってほしい」と式辞を述べました。

また、高田光雄町議会議長と中谷純逸県議会議員がお祝いの言葉を贈りました。

恒例の「はたちの提言」では、横浜和也さん（下町二）「20歳になって考えたこと」、浅野朋美さん（駅前一）「これからの私」、鳴海悠さん（本町）「尊敬される人物を目指そう」と題し、新たな決意を述べました。

また、成人者の中学生当時の恩師である立崎健司さんからメッセージがよせられました。

その後、新成人全員が一人ひとり壇上にあがり自己紹介と近況報告をし、亀田町長から記念品を受け取りました。

最後に、成人者を代表し、板橋諒さん（下町一）、杉山悠さん（金沢）が「町を愛し、地域社会と国家発展のため一生懸命努力します。」と誓いの言葉を述べました。

はたちの提言

20歳になって考えたこと

横浜　和也さん

仮に人生80年とすると、今年20年目を迎えた私達は、１日で言うと朝６時、ようやく朝日が昇ってきたところです。

今までの20年間、長く感じた人、短く感じた人、楽しくてしょうがなかった人、辛かった人、つまらなかった人、いろいろな20年だったと思います。ですが、１日で言う朝６時、これからが本当のスタートだと思います。

私は、この20年間を通じて気づいたことがあります。それは、家族・友達の大切さです。

私は中学を卒業してすぐ父親を亡くしました。大事な人ほどいつも傍らにいて、大切さに気づかなくなるものです。自分は、大切な人を失ってからそれに気づかされました。もう一度身近な存在について考えていかないといけません。

そして、友達は私に何度も力をくれました。友達の一言で救われた、友達のおかげで変わった、辛い時、何も言わず笑って遊び一緒にいるだけで安心した事が数えきれないくらいありました。友達は、ある意味で一生をかけて積み重ねた財産のようなものです。

20歳なるとよく言われるのが、当たり前のこと当たり前に出来る人になれという事です。それはとても大切な事ですが、あたり前にあるものを当たり前だと思わないことも、大切ではないでしょうか。友達・家族・支えてくれる人達みんな当たり前にいると勘違いしていないのだろうか？。自分は恵まれていて、だからこそすべき事がたくさんある人だと思います

これから長い人生を送っていくうえで、この言葉を考えていきたいと思います。**「あなたが生まれた時、あなたは泣いて、周りの人はそれを見て笑っていたでしょう。あなたが死ぬ時は、あなたは笑って、周りの人は泣いている。そんな人生を送りなさい。」**

今まで支えてくれた人に感謝し、これからも感謝の気持ちを忘れないように生きていこうと思います。

これからの私

浅野　朋美さん

本日は私達の成人式のために、このような盛大な式典を催してくださいましてありがとうございました。

また、今日の日を迎えることができましたのも、多くの方々の支えや励ましがあったからだと感謝の気持ちで一杯です。

20年間という歳月は、とても早かった気がします。その中で私は、楽しく充実した時間を送ることができたと思います。このように思えるのも、今の私がここにいるのも、常に励まし応援してくれた家族、学校で指導してくださった先生方、離れていても今も仲の良い友達、社会でもお世話になった諸先輩の方々のおかげであると思っています。

20歳といえば立派な社会人です。大人の仲間入りです。中途半端な気持ちではいけないと肝に銘じ、真摯な態度を心がけようと決めています。「論より証拠」というように口で言うより行動に移す責任が大事だと考えさせられます。

今日、この成人の日を境に自分を見つめ直し、社会のマナーやルールを学ぶと同時に大人の社会にもっと目を向け、成人としての自覚をしっかり持って行きたいと思います。

現在、私は大学生です。大学では、自分でやり通し続けると決めたことを将来を見据えて無我夢中で学んでいる最中です。

また、なれない土地で一人で生活し、アルバイトをしながら小さな事ではありますが、色々な困難にも遭遇しました。また、そのたびに自己嫌悪に陥る事も多々ありましたが、いつも支えてくれた両親・先生・友達・先輩の皆さんがいてくれたからこそ、今まで頑張ってこれました。

これから私は、これまでお世話になった方々への恩返しの為にも、自分の目標を忘れずに、努力を怠らず、一日一日を大切にして後悔することのない私らしい人生を大切に、そして力強く歩んでいこうと思います。

本日は、本当にありがとうございました。

尊敬される人物を目指そう

鳴海　　悠さん

「成人として社会に出るからには、**『尊敬される人物』を目指そうではないか**」というのが私の提言です。

私の好きな言葉に、「尊敬は繁栄である」というものがあります。この言葉には二つの意味があるそうです。一つ目は聞いたまんまの意味で、周囲から尊敬を払われる人物はその尊敬を保ち続ける限り、繁栄することが出来るということ。二つ目は尊敬の概念が重要だと気づかない人は敬意をはらわずに人と接するため、周囲から敬意を得られず繁栄することは難しくなるということです。

尊敬されるためには、二つのことが必要であると私は考えます。一つは先ほどもの述べたよ

うに、他人に敬意を払うこと、そしてもう一つは自分の仕事に誇りを持って努力を重ね、為すべきことを成し遂げることだとおもいます。誇りを持つ、努力する、成し遂げる、これらを満たす人が、尊敬されないなんてことは無いと私は考えます。

そして敬意を集め、尊敬されることができれば信頼できる仲間ができる。仲間の力を借りれば一人ではできないこともできるようになる。そして、より大きな成功を収めることができる。

そして、その喜びを仲間と分かち合う。それこそが繁栄だと私は考えます。

私は両親を尊敬しています。それはさっき述べたことをできる人だからです。そして私も両親と同様に、家族・友人・先輩・後輩などに敬意を払い、自分の仕事に誇りを持って努力することを継続し、尊敬される人物になりたいと思います。

「何言ってんだ？鳴海はくだらんこというなぁ」なんて思わずに、この提言を頭の片隅にでも残しておいてください。

よろしくお願いします。

誓いの言葉を述べる
杉山悠さん、板橋諒さん

町民憲章を朗読する左から中村美理さん、太丸功さん、
新山歩美さん、戸田亮輔さん、橋本まりさん

～守れ命の鼓動！のへじ救急最前線～

第24回 「みんなでつなぐ命の輪」

野辺地消防署救急救命士　十枝内　大　司

野辺地消防署では、昨年9月9日「救急の日」に、「応急手当普及推進の町」を宣言し、救命講習会の開催やＡＥＤ（自動体外式除細動器）の普及、救命に関する教育、指導等々広く活動を展開しています。

平成16年7月より一般の方々でもＡＥＤの使用が認められたことを受けて、全国的にＡＥＤの設置や救命講習会等が盛んに行われています。当町では、昨年「命を大切にする心を育む教育」として、県のライフサポートチェーン事業のモデルとして、高校での救命講習会の取り組みの様子がテレビで取り上げられ、成果をあげています。

この応急手当の普及啓発に関しての成果として、全国から寄せられる数々の情報の中から、ひとつだけ紹介します。それは、「ＡＥＤで生徒の命を救う！」ということで、平成17年、ある県の高校生が突然、心肺停止状態に陥ったものの、校内に設置されたＡＥＤによる電気ショックと先生方による心肺蘇生によって、一命を取りとめていたというものです。その高校では、半年前にもスポーツ部の活動中に倒れた生徒が、体育教員による心肺蘇生と駆けつけた救急隊によるＡＥＤの使用で助かっていました。相次いだ2件の不測の事態、1例目を契機にした教職員の危機管理の高さが、2例目の救命につながったものです。

この生徒は、休み時間に同級生と会話していたが、床においてあった荷物を取ろうとしたときに様子が急変、駆けつけた養護教諭が心肺停止状態になっていることを確認し、蘇生術を施した。同時に教頭はＡＥＤが有効な状態と判断し、電極パッドを生徒に装着してスイッチを入れた。それと同時に生徒からうめき声が漏れ、通報で到着した救急隊が病院へ搬送する途中で息を吹き返した。病院での治療の結果、生徒の命は救われ、この2人の生徒は、現在、元気に学校生活に復帰しているとのことで、首から提げる名札ケースに緊急時の対応方法を記したメモを入れているという同校の校長は、「預かった生徒の生命の安全を考えるのが学校の使命、高い意識を持ち続けることが大切」と話しているということです。

今回のケースは、ＡＥＤの設置で救命の連携がとても上手くいった事例です。全国的にもこのような事例が増えてきていますが、まだまだ残念な結果に終わってしまう方が多いのが現状です。ＡＥＤの設置施設の拡大と使用方法を含めた応急手当の普及を社会全体が取り組む必要があると思います。一人でも多くの方々に理解していただけるように、当署でもこれまで以上に活動を展開していきます。それに伴い、今後のＡＥＤ/応急手当普及啓発に協力していただける方（応急手当普及員等）、企業、団体等及び救命講習会の実施を募集しています。「みんなでつなぐ命の輪」キャンペーンとして、ご協力をお願いします。

当町におけるＡＥＤ設置施設

はご覧の通りです。一般企業では、「マルイチ横浜」さんにおいて設置されました。まだまだ設置台数は少ないです。危機管理のひとつとして、ＡＥＤの設置、救命講習会の受講を考えていただければ幸いです。

最後に、昨年の救急出場件数は511件で、内訳としては、急病332件、一般負傷60件、転院搬送54件などとなっています。人口１万人あたりの出場件数としては、県内でも最多となっています。救急車の適正利用のご協力をお願いします。

問合せ先
野辺地消防署　救急係
64－3126

野辺地消防署ＨＰ
http://www.geocities.jp/noheji_fd/

町内の一般企業で初となるＡＥＤを設置した「マルイチ横浜」

野辺地町内「AED」設置施設一覧	
1	川上クリニック
2	川上デイケアセンター
3	戸舘内科・整形外科
4	中里医院
5	のへじクリニック
6	光星学院野辺地西高等学校
7	野辺地小学校
8	若葉小学校
9	馬門小学校
10	野辺地中学校
11	県立野辺地高等学校
12	野辺地警察署
13	（株）マルイチ横浜

平成19年１月１日現在

新年祝賀会で柴崎カツエさんに町善行表彰を授与

中央公民館にて

野辺地町元旦歩こう会

町民の健康を願いお宮参りへ

遺児等援護給付金の申請をしましょう

●19年度申請

町では、死別の母子・父子世帯等の児童を励まし、その健全な育成を願うために、祝金を支給します。

給付内容

①遺児等が小学校又は、中学校に入学する場合
遺児等１人につき
７，０００円

②遺児等が中学校を卒業する場合
遺児等１人につき
１０，０００円

申請手続きの方法

該当すると思われる方は、２月23日（金）までに、印鑑・口座番号がわかるものをお持ちになって役場介護福祉課へ申請してください。

問合せ先

役場介護福祉課
（64－2111内線247）

びわの会がオークションの収益金を寄附

青森銀行野辺地支店の取引先で組織される「びわの会」が、昨年末に行ったチャリティーパーティーの収益金25万円を、町教育委員会、町社会福祉協議会などに贈りました。

12月22日（金）、熊谷正志会長と青森銀行野辺地支店前村良夫支店長が役場を訪れ、亀田町長に目録を手渡しました。

びわの会の寄附は、昭和56年から毎年続けられており、今回で25回目、寄附金総額は574万２千円となりました。

亀田町長に目録を手渡す熊谷会長（中）、前川支店長（左）

広告募集中！　４月より掲載予定

１号広告　下１段（縦５㎝×横１８．５㎝）
金額１６，０００円

２号広告　下１段の２分の１（縦５㎝×横９㎝）
金額　８，０００円

詳細については、役場企画課広報係まで
（６４―２１１１内線２６７）

税の申告は正しくお早めに！

申告相談は2月8日（木）から開始
申告書の提出期限は3月15日（木）まで

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関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、贈与税の申告時期は、いずれも３月15日（木）までですので、忘れずに申告しましょう。

なお、町・県民税の申告相談は２月８日（木）から行います（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程等を通知していますので、忘れずに申告しましょう。

町・県民税

申告する必要のある方

平成19年1月1日現在、町内に居住している方で、次に該当する方。

ただし、ご自分で確定申告する方は、町・県民税の申告の必要はありません。

①給与所得のみの方で、次に該当する方

◆勤務先で年末調整をしていない方

◆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公的年金のみで次に該当する方

◆源泉徴収票に記載されている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・漁業・農業等）のある方

④不動産所得（地代・家賃等）のある方

⑤生命保険満期金、報酬等を受けた方

⑥譲渡所得のある方

⑦国民健康保険に加入している方

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（営業などの場合は所得のわかる資料）

③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

④生命保険料控除証明書（簡易保険含む）（年末調整の際に給与所得から控除された方は必要ありません）

⑤損害保険料等（火災保険等）控除証明書

⑥雑損控除（雪害等）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

⑦医療費控除を受けようとする方は、支払った領収書または証明書

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農業所得のある方は…

◆農協が発行する出荷証明書・出荷伝票

◆市場からの清算書・明細等

◆生産出荷組合の清算書・明細等

◆宅配便での発送伝票・販売明細等

◆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その他障害者手帳など、申告に必要と思われるもの

所得税

申告と相談日

平成18年分の所得税の確定申告は、2月16日（金）から3月15日（木）まで十和田税務署で受け付けしています。

なお、次の日程で税務署による出張相談（所得税、消費税、譲渡山林所得・贈与税）を行います。

国税申告書作成の日

日時　2月16日（金）
午前9時30分～午後3時

場所　中央公民館

申告する必要のある方

◎事業所得や不動産所得がある場合

平成18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。

◎給与所得者の場合

①給与の年収が2,000万円を超える方

②一ヵ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

③二ヵ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

◎譲渡所得のある方の場合

平成18年中に株式、土地、建物などを売った方は、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。

なお、譲渡所得の相談日は2月16日（金）です。

町・県民税申告相談日程

月	日		受付時間 午前	受付時間 午後	申告相談の区域 午前	申告相談の区域 午後
2	8	木	9：00～11：30	1：00～4：00	馬門1区(あ～さ)	馬門1区(し～　)
	9	金	〃	〃	馬門2区(あ～さ)	馬門2区(し～　)
	10	土				
	11	日				
	12	月				
	13	火	9：30～11：30	1：00～3：30	有戸(あ～ふ)蟹田	有戸(へ～　)目ノ越
	14	水	9：30～12：00		木明　明前	公民館準備
	15	木	9：00～11：30	1：00～4：00	枇杷野・琵琶野	鳴沢
	16	金	9：30～11：30	1：00～3：00	国税申告書作成の日	
	17	土				
	18	日				
	19	月	9：00～11：30	1：00～4：00	松ノ木平(あ～し)	松ノ木平(す～　)
	20	火	〃	〃	八幡町	本町・川目
	21	水	〃	〃	上袋町(あ～の)	上袋(は～　)中袋(あ～え)
	22	木	〃	〃	中袋町(お～し)	中袋町(す～ぬ)
	23	金	〃	〃	中袋町(の～　)	下袋町(あ～お)
	24	土				
	25	日				
	26	月	9：00～11：30	1：00～4：00	下袋町(か～し)	下袋町(す～と)
	27	火	〃	〃	下袋町(な～へ)	下袋町(ほ～　)
	28	水	〃	〃	下町1区(あ～そ)	下町1区(た～　)
3	1	木	〃	〃	下町2区(あ～そ)	下町2区(た～　)
	2	金	〃	〃	金沢(あ～お)	金沢(か～こ)
	3	土				
	4	日				
	5	月	9：00～11：30	1：00～4：00	金沢(さ～そ)	金沢(た～と)
	6	火	〃	〃	金沢(な～ひ)	金沢(ふ～　)
	7	水	〃	〃	駅前(あ～さ)	駅前(し～　)
	8	木	〃	〃	駅前2(あ～す)	駅前2(せ～　)
	9	金	〃	〃	浜町(あ～し)	浜町(す～　)
	10	土				
	11	日				
	12	月	9：00～11：30	1：00～4：00	えぼし	新町
	13	火	〃	〃	新道	城内(あ～こ)
	14	水	〃	〃	城内(さ～な)	城内(に～　)
	15	木	〃	〃	予備日	

申告相談日は、町内別・名字の五十音順となっています。ご自分の相談日を確認のうえ、おいでくださるようお願いします。
また、２月16日（金）は税務署より通知のあった方、譲渡所得のある方、贈与税、消費税の相談日となっていますので、ご注意ください。

譲渡所得の相談室を開設します

税務署では、平成18年中に株式、土地、建物を売った方の申告相談を次のとおり行いますので、忘れずに申告しましょう。
なお、税務署から相談についての案内が無い場合もありますので、申告が必要かどうか不明な方もお気軽にご相談ください。

と　き　２月16日（金）
午前９時30分～午後３時
ところ　中央公民館
問合先　十和田税務署資産課税部門
担当（０１７６－２３－３８７３）

個人事業者の消費税・地方税の確定申告は４月２日（月）までです

個人事業者の方は、平成19年４月２日（月）までに所轄の税務署に消費税および地方消費税の確定申告書を提出するとともに、消費税額と地方消費税額の合計額を納付しなければなりません。納付には便利な振替納税がありますので、ご利用ください。

問合先
十和田税務署（０１７６－２３－３１５１）
青森県税務課（０１７－７３４－９０６５）

申告に添付しなければならない書類

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、家屋の登記簿謄本や請負契約書、住民票抄本、住宅取得資金にかかる借入金の年末残高証明書
預金通帳等の口座番号がわかるものをお持ちください。

申告すれば所得税が還付される方

次のような方は確定申告をすれば、すでに納めた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替になりますので、本人の

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方
②サラリーマンで雑損控除、医療費控除、住宅取得控除などを受けられる方
③予定納税をした方で、災害等により所得が減少した方

贈与税

贈与税は、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（木）から３月15日（木）までです。
なお、税務署による出張相談日は所得税と同日です。

医療費控除を受ける方へ

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通院の際のバス運賃は、人（患者）別に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、医療費控除の対象分のみ集計してください。

町・県民税
固定資産税
国民健康保険税
納め忘れはありませんか？

ミニガイド

第6回「飛天の舞」発表会開催

日時　2月17日（土）午後1時より開演
場所　中央公民館ホール
内容　野辺地祇園ばやしを活かした創作ダンス、健康体操、健康劇など
主催・問合先　まつり「飛天の舞」実行委員会・西村（64―6649）

相続登記の無料相談会開催

日本司法書士会連合会は、毎年2月を「相続登記はお済みですか月間」と称し、相続登記手続きを促す啓蒙活動の一環として、相続登記に関する無料相談会を開催します。

1 相談内容　相続登記関係
2 相談期間　2月1日～28日までの1ヶ月間
3 相談場所　県内の各司法書士事務所
※事前に電話の上、願います。
4 費用　無料

森と家づくりフォーラム
「地元材の家づくりと環境を考える」

地元材を使った家づくりをとおして、産業の再生、森林の荒廃防止、大工の技の伝承、住環境を考えます。

会場では、地球環境に優しい暖房として注目されている薪ストーブ、ペレットストーブを焚いてお待ちしております。

とき　3月4日（日）13時～16時30分
ところ　十和田市大字三本木字千歳森292―7　TEL0176―23―3397
内容　①基調講演　秋田県立大学木材高度加工研究所　教授　飯島　泰男　氏
②パネラー報告及びデスカッション
当地域で地元材を使って家を建てられた方々
参加料　無料
定員　100名（先着順）
申込先　青森県上北地方農林水産事務所林業振興課　TEL0176―22―8111（内線231）　FAX0176―22―9161

たけのこ保育園父母の会、職員一同が収益金を寄附

社会福祉法人おさなごたけのこ保育園の父母の会、職員一同がクリスマス会、バザー等の収益金を町に寄附しました。

12月20日（水）理事長瀧野道子さん、園長荒川千恵子さんが役場を訪れ、亀田町長に68,000円を手渡しました。

亀田町長に手渡す瀧野理事長（中）、荒川園長（右）

県税事務所では、**電話加入権の公売**を実施しております。

公売日時・価格など詳しいことは下記までお問い合わせ下さい。

《連絡先》十和田県税事務所納税課（代表電話）0176―22―8111（213・214）

戸籍の窓

「戸籍の窓」には、当町に住民登録し、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、載せてほしくない場合は届け出のさい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

蛯名　理宇くん（貴幸）下町一
芋田　脩南くん（勝）新道
横濵　竹琉くん（竹信）馬門二
伊藤　尋緒くん（一武）駅前一
杉山　凜菜ちゃん（貢）馬門二
松中　姫菜ちゃん（亮治）駅前二
濱田　大将くん（健太郎）城内

おくやみ申し上げご冥福を祈ります。

清水目浪江（77）城内
古澤　ソカ（97）駅前一
濵野　キヌ（81）新道
木村　誠二（70）馬門一
畑中末次郎（80）八幡町
星野由五郎（81）下町二
越野　巌（80）有戸
中村　ハギ（97）松ノ木平
八戸　勇（57）金沢
田中　チヨ（82）下町二
山田　勝美（84）下町一
川村　弦（46）下町一
木村千代麿（78）駅前一
藤田　常雄（63）下袋
成田ミチヱ（69）駅前一
横濵　博（74）馬門一
西村紀美子（72）鳴沢
丹代　健三（95）上袋

健康づくり憩いの湯

65歳以上の方はご自由にご利用ください。

●2月5日（月）
若葉湯
●2月26日（月）
野辺地温泉
●3月5日（月）
雁乃湯
時間：午後1時～午後5時

●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（毎週月曜日）
2月5日・2月19日・2月26日

●第1・3月曜日が基本（祝祭日調整）
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19日

●保険証がかわった時は役場国保係へ届け出を出して下さい。

事業経営者へ

建物・設備等の整備に対する補助金制度のお知らせ

平成19年度上期、電源過疎地域等企業立地促進事業費補助金

※企業立地を促進することを通じて、電源地域の振興を図ることを目的とした補助金。

補助の対象となるもの

①建物を新増設し、当該建物において生産又は営業の用に直接供せられる設備

②建築物又は機械、器具、備品などで1件あたりの取得単価が50万円以上で、個別に固定資産に計上されるもの

補助を受けるための主な要件

①平成19年4月から9月末までの間に着手し、平成20年2月末までに完了する事業

②原則として、建物は企業（申請者）が所有すること、また、補助対象設備は必ず企業（申請者）が所有すること

③雇用者数（雇用保険の一般被保険者）が3人以上増加すること、また、雇用は原則として企業（申請者）が自ら行うこと

④町の総合開発計画等の基本方向と調和し、健全な地域振興に資するものであること（町の推薦があった企業が募集対象となります）

以上の他にも諸条件がありますので、詳しい要件等については、左記までお問い合わせください。

募　集（推薦）締切　2月15日（木）

問合先　役場企画課　64－211（内線266）

児童館行事

電話　64－3106

◆一輪車教室／5日（月）、14日（水）、19日（月）、26日（月）、30いずれも15時30分～

◆英語教室／8日（木）、22日（木）、いずれも16時～

◆チョコづくり／10日（土）13時～（参加費200円・申込締切8日まで）

◆お茶の教室／17日（土）13時30～（参加費100円・申込締切16日まで）

◆避難訓練／21日（水）

◆進級を祝う会／24日（土）10時～（申込締切22日まで）

◆朗読の会「秋桜」／8日（木）10時～

◆映画を楽しむ会／8日（木）13時30分～「女王蜂」

◆おはなし工房／10日（土）14時～「読み聞かせと簡単な工作」

◆ヨチヨチおはなし会／14日（水）10時～「3歳未満児向けおはなし会」

◆古典に親しむ会／16日（金）13時30分～「平家物語」

◆虹色の会／17日（土）13時30分～

◆ブックハロー（7ヶ月児相談・健康増進センター）／21日（水）10時～

◆絵本を楽しむ会／21日（水）10時～

◆昔ばなしと紙芝居会／24日（土）14時

図書館行事

電話　64－2195

◆おはなし会／3日（土）10時～

◆英会話サークル／5日（月）、19日（月）、26日（月）いずれも10時30分

図書館おすすめの新刊

失われた町	三崎　亜紀
ひとがた流し	北村　薫
風が強く吹いている	三浦　しをん
独白するユニバーサル横メルカトル	平山　夢明
あなたに不利な証拠として	ローリー・リン・ドラモンド
このミステリーがすごい2007年版	宝島社「編」
偽書「東日流外三郡誌」事件	斉藤　光政
ローマ世界の終焉	塩野　七生
病気にならない人は知っている	ケヴィン・トルバー
マーリー世界一おばかな犬が教えてくれたこと	ジョン・グローガン

本の展示

☆雪のメルヘン展
1日（木）～14日（水）

☆ハッピー人生読本
15日（木）～28日（水）

ぼくたち、わたしたちの歯　ピカピカだよ

（3歳児健診でムシ歯0（ゼロ）の子です）

毛利　綾乃（あやの）ちゃん

「歯磨き、よく頑張ったね！。これからも、ピカピカの歯でいようね！。」（母、佳香、駅前一）

原子　翔（かける）くん

「大嫌いな虫がこないように、これからも歯磨き頑張ろう！。」（母、久美子、えぼし）

星川　大樹（だいき）くん

「これからも、寝る前の歯みがき忘れずに、頑張ろうね☆。」（母、美香、浜町）

桧山　雅空（がく）くん

「毎日、歯みがきがんばったよね^^。これからも、虫歯ゼロでがんばろぉー。」（母、恵美、松ノ木平）

●児童手当が小学校第6学年修了前まで支給されます。手続きはお済みですか？
（詳細については、介護福祉課へ　64－2111　内線247）

あなたの心♡お元気ですか？

わたし達だれもが、自分自身の状態を知り心身ともにゆとりを持った生活を送りたいと願っています。
町の健康づくり支援計画である「健康のへじ21」では、こころの健康づくりの重要性をあげています。
ふだんはあまり考えることのない『こころの健康』について考えてみませんか？

こころも風邪をひきます。

「あなたのこころは今、元気ですか？」そんなふうにたずねられたら、あなたは何と答えるでしょうか？

私たちは日々、職場や家庭、学校などで様々なストレスに囲まれながら生活しています。

ゴムボールを指で押すとへこみます。ゴムボールをこころとたとえると、指がストレスというわけです。指を離せば、ボールは弾力で元にもどるように、こころもストレスを取り除けば、普通は元の元気なこころに戻ります。

ところが長い間、ずっと同じストレスがかかりすぎたり、たくさんのストレスが一度にかかると、古くなったボールが弾力を失うように、こころも柔軟性を失います。

ときにストレスは、前向きな緊張感として能力を高めたり、目標を達成したりするエネルギー源になりますが、問題なのは過剰なストレスで、これが不安やイライラなどこころの安定を乱し、ひいてはこころと体の病気を引き起こすこともあります。

うつ病

テレビのCMの影響もあり、うつ病は特別な病気ではないという認識が広まっています。うつ病は〝こころの風邪〟とも言われており、誰もがかかり得る病気です。そして、体の風邪と同じく、適切に対処すれば必ず回復します。

何もする気が起きない状態や憂うつな気分が続いている時は、専門医に気軽に相談してみましょう。放置すると回復が遅れたり、最悪の場合自殺に至ることもあるので、症状がでた時は早めに対処することが大切です。もちろん周囲の理解とサポートはとても大切です。

心身症

こころのストレスが引き起こす体の病気を心身症といいます。外部からストレスが加わると、体はそれに反応しますが、時にこの身体反応が病的になり、体の病気となって現れることがあります。

アトピー性皮膚炎、気管支喘息、胃・十二指腸潰瘍、狭心症、糖尿病などがその代表的なものですが、これらは体の病気なので、まずその治療が必要になります。しかし、原因はこころの問題にあるので、それに対してアプローチすることも大切です。

神経症

精神的ストレスが引き金になっておこる病気が神経症です。ノイローゼとも言われます。神経症の症状は多彩で心身両面に渡るため、「不安障害」「心気症」「抑うつ神経症」「強迫神経症」など様々なタイプに分類されます。

これらに共通して見られるのが〝不安〟です。誰しも不安はありますが、神経症の場合は耐え難い極度の不安が始終つきまとい、日常生活に支障をきたすほどになります。治療は、病気の源にある不安を取り除くことが第一なのでカウンセリングや心理療法が必要になります。

自分のストレス状態をチェック

最近１カ月の間に当てはまる項目に○をつけてください。

（岩崎クリニック式）

□	人生の先が見えてきた気がする。
□	どことなく憂うつになりやすい。
□	季節感が少なくなった。
□	注意力や集中力が持続しなくなった。
□	人の名前が思い出せなくなった。
□	何となくイライラする。
□	仕事がおっくうで疲れやすい。
□	大声で笑ったことがない。
□	やけに老後が心配になってきた。
□	ひとりで考えこむ時間がふえた。
□	とみに昔はよかったと思う。
□	決断力が鈍くなったと思う。
□	涙もろくなったと思う。
□	仕事が終わっても充実感が少ない。
□	人と会うのがめんどうくさくなった。
□	いつも通りの仕事もできなくなった。
□	退職や転職を考えることがある。
□	すっきりした気分になれない。
□	自分は役立たずの人間だと思う。
□	異性に関心がもてなくなってきた。
□	将来に希望がもてなくなってきた。
□	死んだら楽になると思ったことがある。

判定		
	○が５個以下の人	○が６～10個の人
	正常範囲	ストレス予備軍
	○が11～15個の人	○が16個以上の人
	要注意	要医療

周囲が気づいてあげたい こころのSOSサイン

こころの病気にかかっていても、本人がそのことに気づいていなかったり、自分の殻に閉じこもってしまい、なかなか援助を求めてこない場合があります。そんな時は、家族や職場の同僚など周りにいる人たちが、彼らの発するSOSサインに気づいてあげたいものです。

以前と違う様子が見受けられるようなら、注意深く様子を見守りましょう。ストレスが強いようであれば、「少し休んだ方がいいよ」とか「一度相談機関に相談してみたら」などと声をかけてあげてください。

ひとりで悩まずご相談ください。そこから一歩いっしょに踏み出しましょう。

大切です。こころのセルフケア

生きていく以上、ストレスがかかるのはしかたありません。大事なのはそうしたストレスに振りまわされないようにして、ひとつひとつのストレスをため込まずに、そのつど解消していくことです。

ストレスを解消する方法は十人十色です。おいしいものを楽しく食べることがストレス解消になる人もいれば、運動することでストレスを吹き飛ばす人もいます。

要は、好きなことをすることで自然とこころは癒されるのです。癒しの方法は人それぞれですから、自分なりのストレス解消法を持ちたいものです。

ご利用ください「こころの健康相談窓口」

▼野辺地町こころの健康相談（総合健康相談内）
火・木曜日　8:30～17：00
場所：健康増進センター＊来相・電話どちらでも
直通相談TEL(64)8080

▼青森県立精神保健福祉センターこころの電話
月曜～金曜　9:00～16:00
017(787)3957・3958

▼上十三保健所保健予防課電話相談
月曜～金曜　8:30～17：15
0176（23）4261

これら全ての相談は保健師が対応します。個人情報は守られます。

無料相談案内

名　称	相談内容	期日と時間	場　所	相談担当または電話番号
年金相談	国民年金・厚生年金等に関すること	2月8日(木) 11：00～14：30	中央公民館	青森社会保険事務所 017－734－7490
	国民年金保険料納付に関すること	2月23日(金) 11：00～15：00		
税務相談	税務に関すること	お休み	役場行在所	仙台国税局税務相談室八戸分室
人権相談	困りごと・いやがらせ等人権の擁護に関すること	2月6日(火) 9：00～12：00	中央公民館	人権擁護委員
行政相談	行政に関する苦情・要望等に関すること	2月20日(火) 9：00～12：00	役場相談室	行政相談委員
教育相談	しつけ・いじめ等に関すること	月～金曜日（祝・祭日除く） 10：00～16：00	教育委員会直通電話	64－4954
電話介護相談	介護に関すること	月～金曜日（祝・祭日除く） 9：00～12：00	野辺地ホーム直通電話	64－1070
子育て相談	子育てやしつけに関すること	毎週金曜日 13:00～16：00	子育てサポートセンター(健康増進センター)	子育てサポーター 64－8080（直通）

国民年金保険料1月分の納付期限は2月28日（水）です

20歳になったら国民年金

国民年金には、日本国内に住む20歳以上60歳未満のすべての人が加入します。学生であっても20歳になったら国民年金に加入しなければなりません。

国民年金は、老後の生活を支えるだけでなく、万が一のケガや病気で障害が残ったり生活を支えていた一家の働き手を亡くした場合に、障害・遺族年金で私たちの生活をサポートしてくれます。

これらの年金を受けるには、毎月の保険料を納めていることが前提です。保険料の納め忘れがあると、これらの給付を受けられない場合もありますので、便利な口座振替やお得な早割制度、前納制度を利用して納め忘れを防ぎましょう。また、経済的な理由などで保険料を納めるのが、困難な方は免除制度や納付猶予、学生納付特例制度がありますのでご相談ください。国民年金保険料は、**「便利」「安心」「確実」「有利」**な口座振替で！口座振替セットは年金の窓口にあります。

基礎年金番号は生涯一つ 年金手帳は大切に

基礎年金番号は、年金に関するお問い合わせや、年金を請求する時には必ず使用する一人に一つの番号です。

初めて国民年金、厚生年金又は共済組合に加入した時に、あなたの基礎年金番号が、記載された年金手帳又は、基礎年金番号通知書が交付されます。基礎年金番号は一生変わらず使用しますので、年金手帳は大切に保管してください。

詳しくは、左記に問い合わせください。役場町民課国民年金係64－2111（内線241）青森社会保険事務所017－734－7490

〝教育フォーラム開催について〟

野辺地町の教育について語り合いましょう。

日　時　2月25日（日）午前9時30分から12時まで

場　所　中央公民館大ホール

野中にスクールバス購入

町教育委員会では、12年間で36万5千キロ走ったスクールバスを廃車とし、新たなスクールバスを契約額1,648万円余りで購入、乗車人員は最大で44人可能。車体のデザインは野中生徒から募集し、立花慎太郎君（3年生）のデザインを採用しました。

●老人医療該当者で社会保険の方も移動があった時は役場国保係へ届け出を出して下さい。

保健行事案内

健康増進センター（環境保健課）
前田５番地の２
☎64－１７７０

☆母子健康手帳の発行は各種相談と同様、毎週火・木曜日（８：30～17：00）となります。

保健行事名	月日・時間	場所・ＴＥＬ	対象	内容	備考
４カ月児 こども健診	２月15日㈭ 13：20開始	野辺地病院 小児科 (64－3211)	〈２月15日〉 平成18年10月生まれ	育児相談 離乳食前期指導 身体計測 小児科医診察等 結核予防法によるＢＣＧワクチンの定期接種	対象者には個別に通知します。
ＢＣＧ予防接種	３月８日㈭ 13：20開始		〈３月８日〉 平成18年11月生まれ		
７カ月児 こども相談	２月21日㈬ 10：00開始	健康増進センター (64－1770) 電話でのご相談・お問い合わせは 64－8080 (はればれ) 火・木曜日	平成18年７月生まれの乳児	育児相談 離乳食中期指導 離乳食試食 身体計測	母子健康手帳、バスタオルをお持ちください。 対象者への個別通知はしておりません。 毎月の広報で確認のうえ、おいでください。
10カ月児 こども健診	２月21日㈬ 13：00開始		平成18年４月生まれの乳児	育児相談 離乳食後期指導 身体計測・歯科保健指導・歯科健診等	
１歳児 こども健診	２月21日㈬ 13：30開始		平成18年２月生まれの乳児		
みんなの こども相談	２月21日㈬ 14：30開始		０歳児から就学前まででこれまでのこども健診・相談の対象月年齢以外の児（希望者）	育児相談・栄養相談 身体計測 歯科健診等	できれば、前日までに環境保健課にお申し込みください。
１歳６カ月児 こども健診	３月16日㈮ 13：05開始		平成17年８月～９月生まれの幼児	育児相談・身体計測 小児科医診察 歯科健診等	対象者には個別に通知します。
ことばの相談	２月16日㈮ 15：00開始		ことばなどの発達で相談したい幼児	個別相談・指導（わかば学級教諭が対応）	前日までに、環境保健課にお申し込みください。
３歳児 こども健診	２月16日㈮ 12：40開始		平成15年７月～８月生まれの幼児	育児相談・身体計測 生活栄養指導 小児科診察・歯科健診 尿検査・聴覚検査等	対象者には個別に通知します。
すくすくテレフォン	火・木曜日（祝祭日除く） 8：30～17：00		妊婦、産後の方、育児中の母親、家族の方など	妊娠・育児の電話相談（保健師が対応）	
思春期はればれ電話相談			思春期の方、思春期のお子さんをもつ親など	思春期のこころやからだの電話相談（保健師が対応）	
総合健康相談	火・木曜日（祝祭日除く） 8：30～17：00		町民一般	64才以下 ・管理栄養士による栄養指導 ・健康運動指導士による運動指導	あれば健康手帳や健診結果通知書をお持ちください。 事前にお申し込みください。
子育てサポートセンター 子育てサロン ふわふわ	２月５日㈪ 19日㈪ 26日㈪ 9：30～11：30		乳幼児の親子	おしゃべり 情報交換 リフレッシュ	事前申し込みいりません。
子育てサポートセンター マタニティサロン はぐはぐ	２月９日㈮ 10：00～12：00		妊婦とその家族	同上 公立野辺地病院助産師による妊娠中の生活や母乳の準備等のお話があります。	
青森県こども救急電話相談	土曜日・日曜日・祝日 19：00～22：30	＃８０００ または 017-722-1152（なにに いいこに）	小児の保護者等	小児の急病等への家庭内での対応や医療機関への受診の目安などの相談の対応（看護師が対応　小児科医が支援）	青森県が実施主体です。 電話番号はどちらも携帯電話からでも可能です。

♥献血日のお知らせ　２月１日㈭

役場前　10：00～12：30
マックスバリュー前　14：00～16：30

・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　２月は16時