

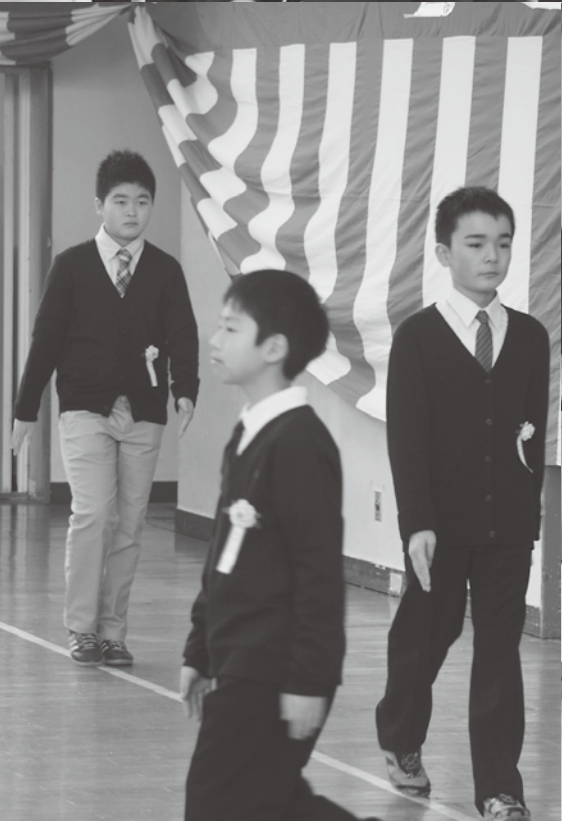
# 広報のへじ4

2016年  
第684号  
月号



特集  
卒業式

# 卒業式の風景



## 卒業生

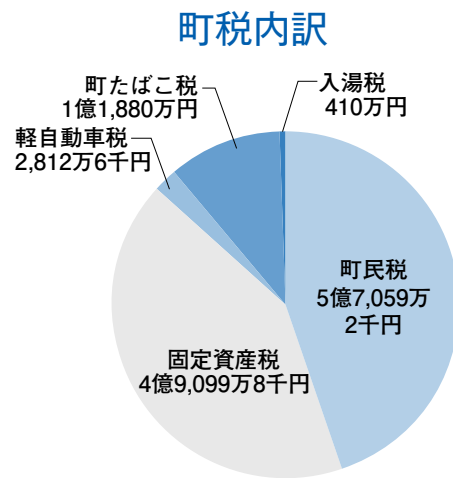
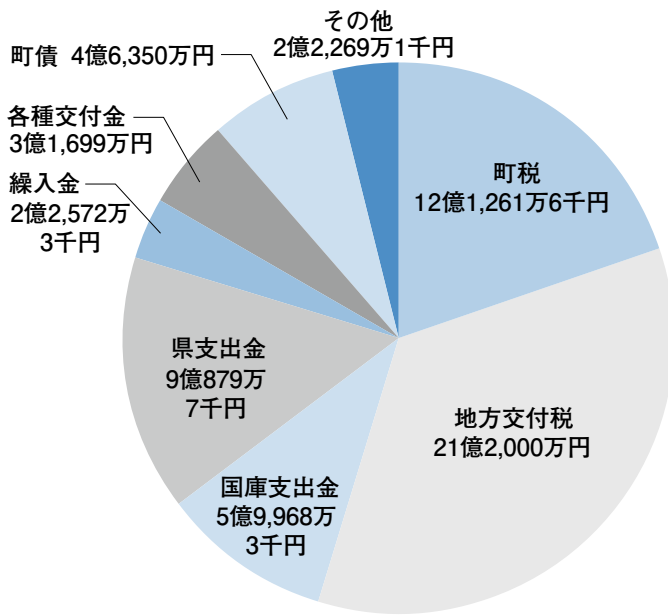
野辺地中学校	110名
野辺地小学校	57名
若葉小学校	39名
馬門小学校	5名



# 一般会計歳入歳出予算額 60億7,000万円 前年比1億4,300万円 (2.3%) 減

# 平成28年度予算

## 一般会計 歳入

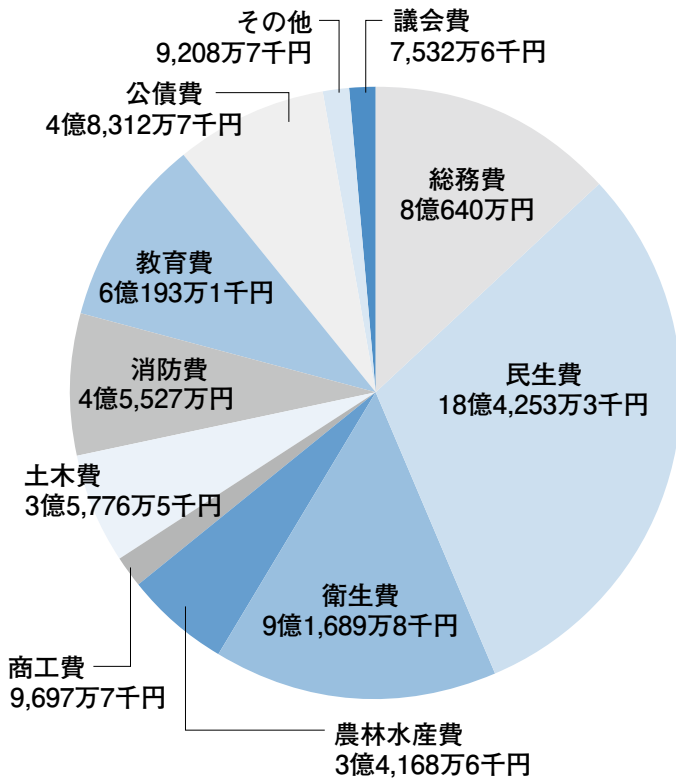


町民一人当たり・・・ 86,982円  
 一世帯あたり・・・ 184,766円  
 の税金を納めていただいています。  
 ※単純に町税総額と人口・世帯数(H28.2.29現在)から算出したものです。

## 歳入の種類

<b>町税</b> 町民税や固定資産税など、町民の皆さんからの税金 	<b>繰入金</b> 基金から一般会計に組み入れられるお金 	<b>各種交付金</b> 消費税交付金等の国から支出されるお金 	<b>地方交付税</b> 国税の一部から特定の基準により交付されるお金 
<b>町債</b> 国や金融機関からの借入金 	<b>県支出金</b> 特定の事業の経費に充てるため、県から支出されるお金 	<b>国庫支出金</b> 特定の事業の経費に充てるため、国から支出されるお金 	<b>その他</b> 他の収入科目に含まれない、使用料及び手数料、諸収入等 

# 一般会計 歳出



町民一人当たり・・・435,406円  
 一世帯当たり・・・924,882円  
 のお金を使っています。  
 ※単純に人口・世帯数（H28.2.29現在）から算出したものです。

特別会計は、特定の収入がある事業を行う場合に、一般会計と分けて経理されるものです。

## 特別会計予算

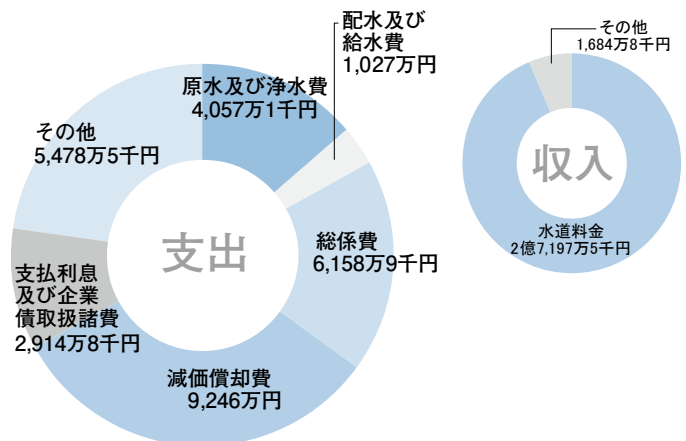
※単位：千円

会計名	本年度予算	前年度予算	比較
国民健康保険事業	2,255,948	2,277,925	△ 21,977
後期高齢者療	147,773	151,027	△ 3,254
介護保険事業	1,521,450	1,480,529	40,921
介護サービス業	7,210	7,796	△ 586
下水道事業	25,241	23,721	1,520
合計	3,957,622	3,940,998	16,624

## 水道会計予算

### 収益的収入・支出

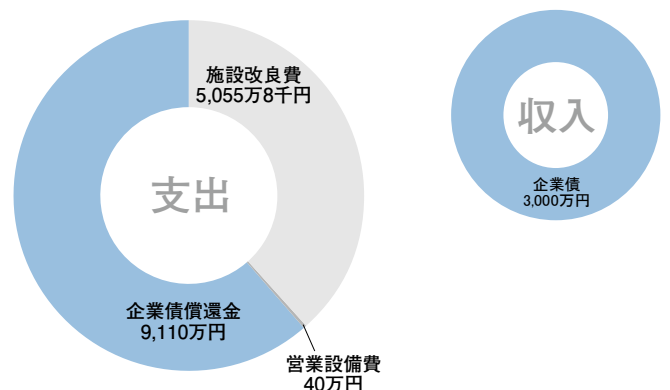
予算額 2億8,882万3千円



### 資本的収入・支出

収入額 3,000万円

支出額 1億4,205万8千円



# 主な事業

町の事業はすべて予算に基づいて実施されます。予算がないとお金を支出することができないからです。当初の見込より予算が必要になった場合は「補正予算、予備費充用等」で対応します。当初予算も補正予算も議会の議決が必要です。

## 土木費

道路や河川の整備、除雪に要する経費

- ①町道改良工事 《1億995万6千円》  
石神裏・上川原線ほか、5路線の道路、側溝の整備のための経費
- ②橋梁補修工事 《2,359万5千円》  
老朽化した橋梁を補修、補強するための経費
- ③除雪対策費 《8,787万2千円》  
町が直接行う除雪並びに業者に委託し行う除雪に係る経費

## 消防費

消防や救急、防災などに要する経費

- ①消防本部・消防署費 《4億2,754万2千円》  
消防本部及び野辺地消防署運営などの経費
- ②消防団関係費 《2,459万4千円》  
携帯型簡易無線機の更新や野辺地町消防団の活動費及び消防団施設・車両の維持管理に係る経費

## 農林水産業費

農林水産業の振興に要する経費

- ①生産振興総合対策事業 《1億6,725万円》  
青森県からの補助を受けて実施する事業  
ゆうき青森農業協同組合が主体となり、現在、干草橋地区にある農作物の集出荷施設を有戸鳥井平地区に移転することに必要な費用を助成する事業
- ②柴崎地区町有林皆伐事業 《964万2千円》  
柴崎地区健康レクリエーション施設内の町有林を伐採し、同施設内の広場からの景観をよくするための経費
- ③漁業経営基盤強化事業 《1,015万8千円》  
国からの補助を受けて実施する事業  
野辺地町漁業協同組合が主体となり、魚介類の6次産業化を実施するために必要となる施設の整備に係る設計業務及び地質調査業務に要する費用を助成する事業

## 教育費

学校教育や生涯学習、文化・スポーツ振興などに要する経費

- ①人財育成助成事業 《156万円》  
町内の高校に在籍する生徒で国公立大学及び県立大学の入学試験を受験する生徒を対象に予備校が実施する短期間講習に参加するための費用を助成する事業
- ②小中学校講堂天井等耐震化工事設計事業 《1,425万9千円》  
安全安心な教育環境を整えるため町内3小学校と中学校の講堂の天井等の耐震化工事を実施するために必要な設計業務に係る経費
- ③図書館環境改善整備事業 《398万7千円》  
視聴覚室の椅子背座板の修繕、図書の除菌ボックスの設置、館内の床をカーペット敷きに改修するための経費
- ④競技スポーツ強化支援事業 《200万円》  
競技スポーツにおいて、東北大会及び全国大会の出場が決定した小・中・高校生が強化合宿等を実施する際に必要な費用の一部を助成する事業

# 平成28年度

# 歳出科目別

## 総務費

戸籍、徴税、選挙等役場を運営するために要する経費

- ①原子力立地給付金減額支援事業 《472万3千円》  
非課税世帯で、町内の住宅に居住し原子力立地給付金の交付を受けている個人契約者へ1件あたり3,000円給付するための経費
- ②移住・交流推進施策事業 《356万7千円》  
人口減少問題の克服等、地方創生に取り組むため、町への移住者、交流の増加対策に要する経費
- ③通知カード及び個人番号カード交付事業 《185万5千円》  
マイナンバー制度の開始による、通知カード及び個人番号カードの交付に要する経費
- ④選挙費 《1,011万8千円》  
参議院議員通常選挙、西部海区漁業調整委員会委員一般選挙に要する経費

## 衛生費

健康診断や予防接種、ゴミの収集や処理などに要する経費

- ①結核予防・予防接種 《2,405万3千円》  
子ども及び高齢者を対象とした各種予防接種と感染症法に基づき65歳以上の結核検診に要する経費
- ②健康診査事業 《2,490万1千円》  
健康増進法に基づく健康診査（がん検診・骨密度検診・肝炎ウイルス検査等）の実施に要する経費  
がん検診については、医療機関による個別検診を選択できるものもあります
- ③公立野辺地病院 《3億6,609万4千円》  
病院運営管理経費
- ④妊婦健康診査等交通費助成事業 《258万円》  
妊婦健康診査を産科医療機関で受診する際、交通費の一部を助成する事業

## 民生費

子どもや高齢者、障がい者への福祉に要する経費

- ①保育所運営事業 《3億7,654万円》  
保育所運営に要する経費  
H28年度より、同時入所の第2子の保育料の無料化と第3子以降の保育料の完全無料化を実施します
- ②乳幼児医療費助成事業 《2,076万7千円》  
幼児から小学校入学前の児童までの医療費を助成するための経費  
H28年度より、所得制限を廃止し、医療費の助成を受けることができる範囲を拡大します
- ③社会福祉協議会委託事業 《787万5千円》  
外出支援サービス事業、ほのぼのコミュニティ21推進事業、要援護者除雪対策事業といった事業を社会福祉協議会に業務委託するための経費
- ④障害者（児）福祉対策事業 《3億8,044万7千円》  
障害福祉サービスに要する経費や障がい者（児）が、自立した日常生活、社会生活を営むことができるようにするための経費

## 商工費

商工業や観光の振興に要する経費

- ①愛宕公園整備事業 《250万2千円》  
公園内の樹木の調査、公園内に設置されている案内看板の更新、芝生広場にある東屋の改修工事に要する経費
- ②商工業振興事業 《891万6千円》  
花火大会の開催、野辺地町商工会、町内商業団体が実施する事業、空き店舗対策、新規に創業する企業等に対する助成のほか、常夜燈ロマン街路灯を維持管理するための費用を助成する事業
- ③みちのく丸活用推進事業 《161万3千円》  
復元北前型弁才船「みちのく丸」に関するグッズの作製や「みちのく丸」をPRするための看板等を製作することに要する経費

平成27年度野辺地町・野辺地町教育委員会

# 文化・スポーツ賞授与式



文化功労賞  
今井さん(代理)



文化功労賞  
行さん



スポーツ功労賞  
山崎さん



スポーツ功労賞  
木明さん



受賞者の皆さん

2月24日、中央公民館で平成27年度野辺地町・野辺地町教育委員会文化・スポーツ賞授与式が行われ、個人117名、21団体が表彰を受けました。

今年度は、文化功労賞に日本舞踊文化の普及振興に貢献した今井秀子さん、書道での行武雄さん、吟道詩舞道での乃木流吟道朗吟会が、また、スポーツ功労賞には、アスリートクラブなどの代表を務めた木明昭一郎さんとスポーツ推進員として山崎國雄さんが受賞されました。

受賞者代表の謝辞で木明昭一郎さんは、「これまで以上に町の文化・スポーツの発展に寄与できるような努力したい」と今後一層の貢献について述べていました。

## 受賞者一覧

### 敬称略

- 野辺地町文化賞  
文化功労賞  
今井 秀子 (日本舞踊)
- 文化奨励賞  
乃木流吟道朗吟会 (詩吟)
- 個人賞  
久保田 彩夏  
尾崎 悠莉  
木村 紗夏  
横濱 拓海
- 団体賞  
野辺地高等学校吹奏楽部  
野辺地高等学校家庭クラブ  
野辺地中学校吹奏楽部  
野辺地町教育委員会文化賞
- 個人賞  
柴崎 遥南

横濱熊荒秋上川天横横高中十清三荒細渡柏澤高針木佐中野野外吉二沼新伊山甲新千近熊和田杉渡矢八久洞西本前松福本大横原  
濱谷川田野端間浜川谷村字藤戸川越辺葉田松替明藤山坂中井田木端山藤田地山葉藤谷田中山部木保内村間田坂地間山濱子  
明友万菜義司響藩大ひ笑朋幹葉一美康詩萌壯稔有は 稀陽瑠耀正夏尋百美瑚穂気咲袖穂耕圭鈴悠空琉亜美聖陸里 詩愛日  
加茜奏劍琉摘也道葵奈樹り瑠香太音颯月汰音唯平貴紗る陽衣琉衣晟一郎緒華琴桃香唯良紀摘大司佳羽司那美里香来久涼乃香彩

- 野辺地町文化賞  
文化功労賞  
今井 秀子 (日本舞踊)
- 文化奨励賞  
乃木流吟道朗吟会 (詩吟)
- 個人賞  
久保田 彩夏  
尾崎 悠莉  
木村 紗夏  
横濱 拓海
- 団体賞  
野辺地高等学校吹奏楽部  
野辺地高等学校家庭クラブ  
野辺地中学校吹奏楽部  
野辺地町教育委員会文化賞
- 個人賞  
柴崎 遥南
- 野辺地町文化賞  
文化功労賞  
今井 秀子 (日本舞踊)
- 文化奨励賞  
乃木流吟道朗吟会 (詩吟)
- 個人賞  
久保田 彩夏  
尾崎 悠莉  
木村 紗夏  
横濱 拓海
- 団体賞  
野辺地高等学校吹奏楽部  
野辺地高等学校家庭クラブ  
野辺地中学校吹奏楽部  
野辺地町教育委員会文化賞
- 個人賞  
柴崎 遥南
- 野辺地町文化賞  
文化功労賞  
今井 秀子 (日本舞踊)
- 文化奨励賞  
乃木流吟道朗吟会 (詩吟)
- 個人賞  
久保田 彩夏  
尾崎 悠莉  
木村 紗夏  
横濱 拓海
- 団体賞  
野辺地高等学校吹奏楽部  
野辺地高等学校家庭クラブ  
野辺地中学校吹奏楽部  
野辺地町教育委員会文化賞
- 個人賞  
柴崎 遥南



n-sNow 初のイベント出演！



n-sNowと悪役たち

2月21日にイオンモール下田で開催された「おらんどの駅祭り」に、町をPRするため除雪特化型野辺地戦隊n-sNowが出演しました。

青い森鉄道の沿線をPRする当イベントで、町の特産品の販売や、ゆるキャラのじくのが駆けつけたりと町のPRが行われ、n-sNowのお披露目の舞台となるステージイベントが始まると、買い物をしていた方々も足を止めて見物し、じくのが一緒に悪役に挑む姿にカメラを向ける方や、食い入るように見る子どもたちもおり、注目を集めていました。

n-sNowの活躍は、「全国移住ナビ」の町のPR動画で視聴することができ、現在は第3弾まで掲載されており、次作についても追って掲載される予定です。

学童スキー大会 第50回記念大会

野辺地町学童スキー大会がまかどスキー場で開催され、町内小学校4～6年生が参加しました。毎年開催されている本大会も節目となる50回を迎えましたが、会場は今年も元氣あふれる児童で埋め尽くされました。

競技が始まると、児童たちが一生懸命滑る姿が見られ、その中にはまだスキーに慣れていない児童もいましたが、精一杯滑り、楽しみながらも他校の児童と競い合っていました。また、リレー競技が始まると勝負にも一層熱が入り、児童や保護者、教員などが選手へ大きな声援を送っていました。

学童スキー大会を通じて児童たちは、他校との交流を図るなど貴重な体験をしていました。



競り合いながら駆け上がっていく児童たち

FISCHER CUP×ジュニアチャレンジスキー大会開催



力強い滑りを見せる松田涼那選手

3月6日にまかどスキー場でFISCHER CUPジュニア・クロスカントリースキー野辺地大会が開催されました。

大会は、雨が降るあいにくの空模様ではありましたが、今シーズンまかどスキー場で開催される最後の大会は、野辺地勢の活躍が際立ち、多くの優勝や入賞を果たしました。

また、大会後には、小学1・2年生を対象としたジュニアチャレンジスキー大会が開催され、子どもたちは小さな体を目一杯使い、元氣よく滑っていました。

◆大会結果 (優勝、町関係のみ)

◇男子  
松田涼那、瀬川稀龍、  
亀田華悠、亀田朝陽、  
熊谷天良

◇女子  
熊谷友奏、滝沢望夢、  
松田涼那、手間本彩女

野辺地消防署 新消防ポンプ車を配備！

この度、平成27年度緊急消防援助隊設備整備補助金事業により新しい車両が2月下旬に配備されました。

配備車両は災害対応特殊水槽付消防ポンプ自動車で、4トン級のシャシに低床フルタイム4WD方式を採用し、2000ℓの積載水に加えて当消防署初となる圧縮空気消火システム「CAFS」を搭載しました。

「CAFS」(キャプス)とは水に少量の消火薬剤を加え、そこへ圧縮空気を送り込むことにより発泡させる装置であり、水の表面積を広げることで効率よく消火でき、高い消火性能を発揮します。

今後は緊急消防援助隊の車両として登録され、国内で大規模な災害が発生した場合、被災された都道府県に出動することもあります。



配備された「野辺地タンク1」

# まちの お知らせ

## まちの人口

平成28年2月末現在(前月比)  
 人口 13,941名 (- 17)  
 男 6,531名 (- 16)  
 女 7,410名 (- 1)  
 世帯数 6,563世帯(+ 3)

## 無料相談案内

～年金相談～  
 (年金全般に関すること)  
 4月20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)  
 4月5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)  
 5月6日(金) 14時～  
 老人福祉センター※4月は8日  
 ☎64-2111総務課

※要予約: 4月28日(木)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)  
 4月19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

## 年金生活者等支援臨時福祉給付金(高齢者向け給付金)に関するお知らせ

「一億総活躍社会」の実現に向け、賃金引上げの恩恵が及びにくい高齢者の方を対象に給付金を支給します。

### ◆支給対象者

平成27年度臨時福祉給付金の対象者のうち、平成28年度中に65歳以上となる方(昭和27年4月1日以前に生まれた方)

※対象になる可能性のある方には、4月上旬に申請書を送付します。

### ◆支給額

支給対象者一人につき、3万円

### ◆申請期間・場所

4月11日(月)から7月11日(月)まで役場介護・福祉課窓口

### ◆問合せ

介護・福祉課(内線245)

## 平成28年度就学援助制度のお知らせ

一定の要件を満たしている小中学校の児童生徒の保護者に対し、学用品・通学用品費や学校給食費、修学旅行費などの一部を町が援助する制度があります。対象は援助申請時に児童扶養手当が受給されていたり、世帯全員が非課税の家庭等です。制度の詳細については、各学校の事務担当者または教育委員会学校教育課までお問い合わせください。

### ◆問合せ

野辺地小学校 ☎64-22271  
 若葉小学校 ☎64-0817  
 馬門小学校 ☎64-0811  
 野辺地中学校 ☎64-22225  
 教育委員会学校教育課  
 ☎64-2119

## 20歳代の投票立会人を公募します！ (各投票所に1名の計8名を募集します)

直近2回の国政選挙(平成25年参院選、平成26年衆院選)で、青森県の投票率は全国最低でした。当町を含めて全国的に、20歳代の投票率が他の年代と比べて、低い水準にとどまっていることから、試験的取組として、平成28年7月執行予定の参議院議員通常選挙における各投票所に、これまでの投票立会人に加えて、当該年代の投票立会人1名を次のとおり公募します。

◆投票所 次の8箇所  
 中央公民館、野辺地小学校、野辺地中学校、馬門公民館、有戸地区学習等共用センター、木明地区農作業管理休養施設、若葉小学校、町立体育館

◆応募資格 投票所毎の選挙人名簿に登録されている方が当該投票所の投票立会人となることができます。

◆資格審査 応募者の資格審査(選挙人名簿への登録の有無等)を行い、応募者多数の場合は調

整させていただきます。

### ◆立会いする日(投票日)

7月のいずれかの日曜日

### ◆時間

6時30分～20時

### ◆主な仕事

投票日に参議院議員通常選挙における投票事務の執行が公正に行われるよう立ち会うこと。

### ◆報酬

10,700円(後日口座へ振り込みます)

### ◆申込期限

4月22日(金)

### ◆申込方法

◆申込書に必要事項を記入し、選挙管理委員会へ本人が持参のうえ、申し込んでください。

### ◆申込書は、選挙管理委員会に備え置いてあるほか町ホームページからダウンロードすることができます。

### ◆問合せ

野辺地町選挙管理委員会  
 ☎64-2111

## 平成28年2月末の人身事故の発生状況

区分	平成28年						平成27年			前年比		
	2月中(単月)			2月末(累計)			2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			
町村別												
野辺地町	4	0	4	6	0	7	5	0	8	(+) 1	(±) 0	(-) 1
横浜町	1	0	1	3	0	3	4	0	5	(-) 1	(±) 0	(-) 2
六ヶ所村	1	0	1	3	0	4	6	0	7	(-) 3	(±) 0	(-) 3
合計	6	0	6	12	0	14	15	0	20	(-) 3	(±) 0	(-) 6

児童館行事

☎(64) 3106

◆避難訓練

12日(火)16時30分

◆新登録児を迎える会

19日(火)16時

◆あたごクラブ総会(場所・児童館)

20日(水)18時30分

※お願い

平成28年度再登録をしない場合は、ブックを持ち帰る様お願いします。

図書館行事

☎(64) 2195

◆おはなし工房/9日(土)14時

15分~15時15分「読み聞かせと簡単な工作」

◆英会話サークル/11日・18日・25日(月)15時30分~16時30分

朗読の会「秋桜」/14日(木)10時定例会

◆ヨチヨチおはなし会/15日(金)10時30分~11時

◆お話しサークル「虹色の会」/16日(土)13時30分 定例会

◆ブックスタート/20日(水)9時30分(健康増進センター)

◆絵本を楽しむ会/22日(金)9時30分

子どもの読書週間行事案内

4月23日(土)~5月12日(木)

○「第8回絵本屋さん大賞ノミネットの本展」

○春のドキドキおはなし会

5月7日(土)14時

幼児・小学生&保護者

図書館おすすめの新刊(入荷予定本)	
書名	著者名
ユートピア	湊かなえ
死んでいない者	滝口悠生
異類婚姻譚	本谷有希子
幹事のアッコちゃん	柚木麻子
オクサ・ポロック6 最後の星	アンヌ・ブリショタ
生きるための選択	バク・ヨンミ
よこまち余話	木内昇
本の展示	
2016年本屋大賞ノミネートの本を展示中 本屋大賞は4月12日(火)発表!!	

ピロ・ぴよクラブ  
会員募集

子どもたちの出会いを作ってあげたい、お母さんも子育てを楽しみたいなど、そんなあなたのためのサークルです。いろいろな楽しい行事がありますので、参加してみませんか?

◆対象

◇ピロクラブ・1歳6か月以上の子どもさんとお母さん

◇ぴよクラブ・1歳6か月以下の子どもさんとお母さん

◆活動日

5月~12月まで

毎週火曜日10時~11時30分

内容によって曜日の変更もあります。

※開級式 5月17日(火)10時

中央公民館第1和室

◆活動費(年間)

保護者 1,000円

子ども 2,000円

◆申込・問合せ先

4月末日までに中央公民館

(☎64-3054)まで活動費を添えて申し込んでください。

申込み用紙は中央公民館に用意してあります(印鑑が必要です)

ので持参ください。

「ぴゅあのへじ相談室」を開設します。~障がいのある人もない人も、共に豊かに暮らせる野辺地町へ~

◆「ぴゅあのへじ相談室」では、身体・知的・精神の障がいをお持ちの方や家族の方で家から出れない、心配事がある。仕事はできないが何かしたい、やらせたい、家から出て活動したい等総合的・専門的な相談支援を行います。

また、障害者等の日中における活動の場を提供し、小物づくりや製作活動を行います。

◆実施日

毎週木曜日10時から12時(平成28年4月~平成29年3月まで)

◆場所

健康増進センター

◇費用

無料(基本的に無料ですが材料費を実費負担していただく場合もあります)

◇対象者

障害者手帳所持者、または、手帳はないが障害があると思われる方とその家族。

◇申込先

介護・福祉課 障がい係

☎0175-65-11777 (原則3日前まで)

◆ボランティア募集

小物づくりや製作活動をお手伝いしたり、指導をしてくれるボランティアを募集します。自分のできることを障がい者と一緒に活動してみませんか。

平成28年度協会けんぽ青森支部の保険料率について

全国健康保険協会(協会けんぽ)青森支部では、県内の中小企業の従業員とご家族が加入する健康保険事業を運営しています。

平成28年度における当支部の健康保険料率は、3月分(4月納付分)保険料より9.98%から9.97%に変更となります。

厳しい医療保険の財政状況の中、協会けんぽのさまざまな取り組みにおける、加入者及び事業主の皆さまのご理解とご協力に

対して感謝申し上げます。保険料額はホームページからご覧

いただけます。

ただけです。

◆問合せ先

全国健康保険協会青森支部

☎0177-7211-2713  
http://www.kyoukaikempo.or.jp/shibu/aomori/

平成28年度自衛官募集のご案内

募集種目	応募資格	受付期間	試験期日	試験場所(予定)
一般幹部候補生(一般・飛行)	平成28年4月1日現在 ●22歳以上26歳(修士課程修了者は28歳)未満の方	3月1日(火) ~ 5月6日(金)	5月14日(土):筆記試験 5月15日(日):筆記試験 縦適性検査(飛行要員)	別途連絡します。
海上自衛隊技術海上幹部	平成28年4月1日現在 ●38歳未満の方(卒業学部等、細部についてはお問い合わせ下さい)	4月22日(金) ~ 5月13日(金)	6月27日(月)	横須賀基地
航空自衛隊技術航空幹部	平成28年4月1日現在 ●45歳未満の方(卒業学部等、細部についてはお問い合わせ下さい)		6月24日(金)	目黒基地
海上自衛隊技術海曹	平成28年4月1日現在 ●20歳以上各種国家免許資格等保有の方 一例:2級総合無線通信士、陸上無線技術士、看護師等 (国家免許資格等の細部についてはお問い合わせ下さい)	5月13日(金)	6月24日(金)	八戸航空基地
航空自衛隊技術空曹	平成28年4月1日現在 ●21歳以上で第2種電気主任技術者			

◎細部については、下記までお問い合わせください。  
〒033-0037 三沢市松園町三丁目6-16 中野プラザビル2F(ユニバース隣) 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.gdsf.mod.go.jp

**無防備な 心に火災が  
かくれんぼ**

4月11日(月)～4月17日(日)  
は春の火災予防運動実施期間です。

◆住宅防火いのちを守る7つのポイント

**3つの習慣**

◆寝たばこは、絶対やめる。

◆ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。

◆ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

**4つの対策**

◆逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。

◆寝具や衣類からの火災を防ぐために、防災製品を使用する。

◆火災を小さいうちに消すため、住宅用消火器等を設置する。

◆お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

**誓います 森の安全  
火の始末**

4月24日(日)～5月5日(木)  
は山火事予防運動実施期間です。

◆枯れ草等のある火災が起こりやすい場所では、たき火をしないこと。

◆たき火等火気の使用中はその場を離れず、使用後は完全に

消火すること。

◆強風時及び乾燥時には、たき火、火入れをしないこと。

◆火入れを行う際、許可を必ず受けること。

◆たばこは、指定された場所喫煙し、吸いがらは必ず消すとともに、投げ捨てないこと。

◆火遊びはしないこと。

**平成28年春の全国交通安全運動のお知らせ**

4月6日(水)～15日(金)  
まで「春の全国交通安全運動」が実施されます。

◆運転者の方へ

・安全確認を徹底し、速度を控え、思いやり運転を心掛けましょう。

・飲酒運転は、犯罪です。翌朝も酔いが醒めたと過信せず、アルコールチェッカー等で確認をしましょう。

・後部座席もシートベルトを着用させましょう。チャイルドシートは子供の体格に合ったものを使用しましょう。

◆自転車利用者の方へ

・自転車安全整備店において点検・整備を受け、万が一に備え賠償保険(TSマーク等)にも加入しましょう。

・自転車は車の仲間です。交通ルールとマナーを守って安全に利用しましょう。

◆歩行者の方へ

・信号のある横断歩道を利用し、右折や左折の車両にも注意して渡りましょう。

・夕暮れ時・夜間の外出時には、反射材用品を着用しましょう。

**松くい虫被害及びナラ枯れ被害の予防について**

松くい虫被害は、マツノマダラカミキリという昆虫によって運ばれるマツノザイセンチュウという小さな線虫がマツの木に侵入することによって、マツが枯れてしまう伝染病のことで、県内では昨年、深浦町で被害が発生しています。

また、ナラ枯れ被害は、カシノナガキクイムシという昆虫が運ぶナラ菌により、ミズナラやカシワなどのナラ類が枯れる伝染病で、平成22年に深浦町で被害が確認されています。

もし、これらの被害が、県内各地で発生するようにになると、農林水産業をはじめとする産業・経済のほか、本県が誇る自然景観や観光資源などに大きな影響を与えます。このため、以下の3点について住民の皆様のお協力をお願いします。

①松くい虫被害侵入を防止するため、夏場のマツの伐採により、マツノマダラカミキリを呼び寄せることのないようにしましょう。

②マツ丸太や苗木などを他県から持ち込むと、県内に松くい虫被害やナラ枯れ被害の侵入を許すことにつながります。被害地域のものではなく、県内産のものを利用しましょう。

③松くい虫被害やナラ枯れ被害を防ぐためには、葉が黄色に変色したり、枯れたマツやナラ類を早い段階で取り除くことが大切です。自宅の庭木や街路樹、山林など、身の回りか枯れている、または枯れかけているマツやナラ類を見つけたら、役場農林水産課、上北地域県民局地域農林水産部林業振興課、上北森林組合までお知らせください。

大切な森林資源を次の世代へ引き継ぐため、御協力をお願いします。

**平成28年度 危険物取扱者試験・消防設備士試験 実施日程**

期別	種類	区分	試験日	試験地	願書受付期間	
					電子申請	書面申請
危険物 (前期)	甲種	第1回	6月11日(土)	弘前市・八戸市	4月22日(金)	4月25日(月)
		第2回	6月12日(日)	青森市・十和田市	〃	〃
		第3回	6月18日(土)	むつ市	5月10日(火)	5月13日(金)
		第4回	6月19日(日)	五所川原市	〃	〃
		第5回	6月25日(土)	弘前市・八戸市	5月13日(金)	5月16日(月)
	乙種	第6回	6月26日(日)	十和田市	〃	〃
		第7回	7月3日(日)	青森市	5月24日(火)	5月27日(金)
		第8回	9月3日(土)	八戸市	7月18日(月)	7月21日(木)
		第9回	9月4日(日)	青森市	〃	〃
		第10回	9月11日(日)	弘前市	8月2日(火)	8月5日(金)
危険物 (後期)	甲種	第11回	11月5日(土)	弘前市	9月18日(日)	9月21日(水)
		第12回	11月6日(日)	八戸市・十和田市	〃	〃
		第13回	11月12日(土)	弘前市・むつ市	10月3日(月)	10月6日(木)
		第14回	11月13日(日)	青森市・五所川原市	〃	〃
		第15回	11月20日(日)	八戸市	10月10日(月)	10月13日(木)
	乙種	第16回	11月23日(水)	青森市	〃	〃
		第17回	11月27日(日)	十和田市	10月24日(月)	10月27日(木)
		第18回	平成29年 1月28日(土)	弘前市	12月10日(土)	12月13日(火)
		第19回	2月12日(日)	青森市	12月25日(日)	12月28日(水)
		第20回	2月18日(土)	八戸市	1月1日(日)	1月4日(水)
設備士 (前期)	甲種	第1回	8月20日(土)	八戸市	7月3日(日)	7月6日(水)
	乙種	第2回	8月21日(日)	青森市・弘前市	7月18日(月)	7月21日(木)
設備士 (後期)	甲種	第3回	平成29年 2月5日(日)	弘前市	12月10日(土)	12月13日(火)
		第4回	2月19日(日)	青森市	12月25日(日)	12月28日(水)
	乙種	第5回	2月25日(土)	八戸市	1月1日(日)	1月4日(水)

◆問合せ先 野辺地消防署 ☎64-3126

公立野辺地病院から  
のお知らせ

◆婦人科外来予約制へ変更

5月より婦人科外来が『完全予約制』となります。

①診察を受けられた際は、次回の診療予約をお願いします。

②新患受付時間は、10時までとします。

◆眼科外来診療日変更

4月より眼科外来の診療日が週2回から週3回になります。

◆変更後

週3回月・火・木

◆問合先 公立野辺地病院 医事グループ

☎64-3211

※詳しくは別紙「外来診療日案内」をご参照ください。

◆乳がん早期発見の為3D画像をプラスした乳がん検診コースが新たにできました。

野辺地病院では、最新のマンモグラフィ検査、最新の超音波検査（腫瘍の硬さ評価）の併用で、乳がんの早期発見に努めています。

※両検査とも専門の女性技師が行っていますので、安心して気軽に検診が受けられます。

◆マンモグラフィ、乳腺・甲状腺超音波検査

9,720円（税込み）  
◆マンモグラフィ（3D併用）、

乳腺・甲状腺超音波検査  
12,960円（税込み）  
◆問合先 公立野辺地病院 検査センター  
☎64-3211（内線315）

県税口座振替制度の  
お知らせ

青森県では、県税の口座振替の申込みを受け付けています。

県税の納税は便利で、安全・確実な口座振替をご利用ください。

◆口座振替を利用できる県税

・個人事業税：8月、11月納期分（定期賦課分）  
・自動車税：6月納期分（定期賦課分）

・法人県民税・法人事業税等：中間申告、確定申告分

・軽油引取税：特別徴収義務者の申告分（徴収猶予分を除く）  
※申告期限までに申告書が提出されなかった場合は口座振替になりませんのでご注意ください。

◆振替日

・個人事業税、自動車税：納期限の日  
・法人県民税・法人事業税等、軽油引取税：申告期限の翌月25日

◆申込期限

・個人事業税：8月中旬  
・自動車税：4月30日  
・法人県民税・法人事業税等、

軽油引取税：申告期限の日  
◆申込方法  
納税者本人の通帳と預金届出印を持参のうえ、取扱金融機関または各地域県民局県税部の窓口にて備え付けの申込用紙によりお申し込みください。  
詳しくは、お近くの取扱金融機関または上北地域県民局県税税理部にお問い合わせください。

◆問合先 上北地域県民局県税税理部  
☎0176-2218111  
（内線205）

野辺地町防災ガイド  
マップを作成

町民の皆様の防災対策に役立つよう「野辺地町防災ガイドマップ」を新たに作成いたしました。

防災ガイドマップには、地震、津波、洪水、土砂災害など、災害別に「被害想定区域と避難所」などを示しております。

また、火災予防、応急措置の基礎知識、非常時の持出品及び備蓄品など、日頃から「もしもの災害に備えておくこと」などを掲載しております。

町民の皆様が、災害時に、あ

わてずに身を守る行動及び避難

ができるよう、この防災ガイド

マップを活用し、日頃から災害

への心構えと、備えをして頂き  
ますようお願いいたします。  
なお、「野辺地町防災ガイドマップ」は、町ホームページにも掲載しております。



動物ふれあいウィーク2016  
「迷子にしない大作戦！」

動物愛護センターでは、動物ふれあいウィーク2016「迷子にしない大作戦！」を開催いたします。

◆会場 青森県動物愛護センター1（青森市大字宮田字玉水19番地1）

◆日時 5月3日（火）・4日（水）10時～16時

◆概要 狂犬病の解説・展示、ドッグラン（登録手続きが必要）、最先端の迷子札の紹介・展示・体験、犬のしつけ方教室、警察犬紹介、動物ふれあい、乗馬体験、工作、クイズラリー他

◆問合先 青森県動物愛護センター

☎017-72616100

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

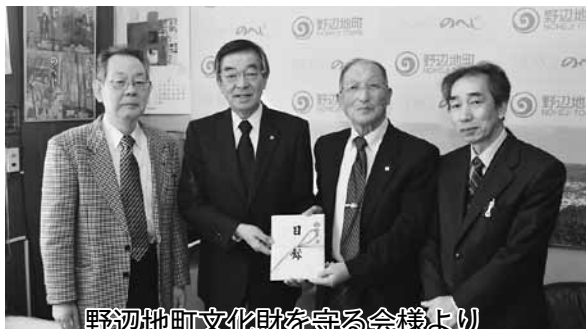
タラノ木 11の4  
TEL:64-7494 TEL:64-0249

20年以上の実績・解体工事も！！



新舞踊一の会様より

町のため71,416円、子供のため30,000円



野辺地町文化財を守る会様より

文化財保護基金として200,000円

町への御寄附  
ありがとうございます

6月1日  
『平成28年経済センサスー活動調査』が実施されます！

全国のすべての事業所・企業を対象に、総務省と経済産業省は、平成28年6月1日に『平成28年経済センサスー活動調査』を実施します。

『平成28年経済センサスー活動調査』は、経済の国勢調査と言われています！

5月中旬から 調査員が事業所等を訪問します。調査員が伺った際には、調査への御理解・御回答をよろしくお願ひします。

—今回から すべての事業所でインターネットでの回答ができます！—  
(オンライン回答)

詳しくは、[経済センサス2016](#) [検索](#)  
地域戦略課 ☎64-2111 (内線261)



< 帰 り >		< 行 き >	
停留所	時刻	停留所	時刻
会場(常夜燈公園隣)発	8:30	観光物産PRセンター前	7:30
ビジネスランド豊楽	8:32	旅館コマイ・松山旅館	7:31
勤労青少年ホーム前	8:35	えびさわクリニック前	7:33
野辺地町役場前	8:38	野辺地町役場前	7:35
えびさわクリニック前	8:40	勤労青少年ホーム前	7:38
旅館コマイ・松山旅館	8:42	ビジネスランド豊楽	7:40
観光物産PRセンター前	8:43	会場(常夜燈公園隣)着	7:43

◆開催時間  
8時～9時30分  
(野辺地町漁業協同組合荷捌所)

◆朝市会場  
野辺地常夜燈公園隣

◆バス運行日 4月9日(土)

朝市のお買い得価格で新鮮な魚介類を販売していますので、ぜひご来場ください。

内巡回バスを運行いたします。町の皆様の利用促進を図るために、町

のへじ常夜燈朝市  
バス運行のおしらせ

昨年度から町の産業団体が一体となって開催している「のへじ常夜燈朝市」ですが、町内の皆

## 訪問美容

いたします♪

☆小さなお子様がいる方、なかなか外に出られない方などお1人様からお伺ひいたします！  
☆結婚式やパーティーなどの日にも！  
ご自宅に訪問して着付け・アップ・セットいたします！

～メニュー～

- × カット 2,500円
- × 着付け 5,000円
- × セット 2,000円
- × アップ 3,000円
- ※ ロングの方 +500円

町外でも、お近くであれば訪問いたします！  
まずはお電話下さい！  
携帯 080-9335-8506  
柴田

## 第6回 2016年 のへじハワイアンフラ フラ発表会

野辺地町中央公民館にて 4月17日(日)  
開場：午後1時 開演：午後1時15分  
入場 無料 アロハ～♥♥

テーマ Mahalo (感謝)

ハワイの美しい音楽に包まれて癒しのひと時を一緒にすごしませんか？皆様お待ちしています。

ゲスト出演  
「すずめの会・レクダンス・三沢フラ愛好会・クラウド」

主催・企画  
野辺地町みんなの教室  
ハワイアンフラ&フラスタジオAHIAHI

◆(最長10時まで延長あり)  
◆運行時刻・経路  
7時30分～(往復1回)  
◆問合先  
のへじ常夜燈朝市活性化協議会  
☎64-95555

## 公立ぎんなん寮緑化まつり

◆日時 4月16日(土)、17日(日) 9時～15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リア

◆催事 先着100名様に「花苗」か「骨付きフランクフルト」をプレゼント。ゴールデンドライク売り出し【4月29日(金)～5月8日(日)】。

合は割引対象外となります。  
◆催事 先着100名様に「花苗」か「骨付きフランクフルト」をプレゼント。ゴールデンドライク売り出し【4月29日(金)～5月8日(日)】。

イハープなどがあります。当日、ご来店、お持ち帰りのお客様に限り、鉢、花壇苗、ハム類、切花、雑貨、オーナメント表示価格より10%割引(友の会会員20%割引)。配達の場合は割引対象外となります。

【平成28年度から軽自動車税の税率が変わります。】

原動機付自転車・小型特殊自動車等		平成27年度まで		平成28年度から	
原動機付自転車	50cc以下	1,000円		2,000円	
	90cc以下	1,200円		2,000円	
	125cc以下	1,600円		2,400円	
	ミニカー	2,500円		3,700円	
小型特殊自動車	農耕作業用のもの	1,600円		2,000円	
	その他のもの	4,700円		5,900円	
軽二輪	125cc超 250cc以下	2,400円		3,600円	
二輪の小型自動車	250cc超	4,000円		6,000円	
専ら雪上を走行するもの		2,400円		3,000円	
軽四輪・軽三輪		現行税率	新税率		重課税率
		平成27年3月31日以前に新車登録した車両	平成27年4月1日以降に新車登録した車両		最初の新規検査から13年以上経過した車両
軽四輪乗用	自家用	7,200円	10,800円		12,900円
	営業用	5,500円	6,900円		8,200円
〃貨物	自家用	4,000円	5,000円		6,000円
	営業用	3,000円	3,800円		4,500円
軽三輪		3,100円	3,900円		4,600円
軽三輪・軽四輪でグリーン化特例適用		平成27年度中に新車登録をした車両のうち下記基準を満たした車両			
		①の車両	②の車両	③の車両	標準税額
軽四輪乗用	自家用	2,700円	5,400円	8,100円	10,800円
	営業用	1,800円	3,500円	5,200円	6,900円
〃貨物	自家用	1,300円	2,500円	3,800円	5,000円
	営業用	1,000円	1,900円	2,900円	3,800円
軽三輪		1,000円	2,000円	3,000円	3,900円

基準①標準税率75%軽減→電気自動車、天然ガス自動車

②標準税率50%軽減→乗用…平成17年排出ガス基準75%低減 平成32年度燃費基準+20%達成車  
 貨物…平成17年排出ガス基準75%低減 平成27年度燃費基準+35%達成車

③標準税率25%軽減→乗用…平成17年排出ガス基準75%低減 平成32年度燃費基準達成車  
 貨物…平成17年排出ガス基準75%低減 平成27年度燃費基準+15%達成車

【軽自動車税の減免申請について】提出期限 平成28年5月20日（金）

○身体障害者手帳、精神障害者手帳等の交付を受けている方、又はその方と生計を同一にしている方が所有する軽自動車で、手帳の交付を受けている方の通院等のために使用する場合減免申請することができますので税務課窓口で申請して下さい。（障害によって減免できない場合もあります。）

○申請に必要なもの

①減免申請書（税務課窓口）②印鑑 ③障害者手帳 ④運転する方の免許証 ⑤申請車両の車検証（写）⑥平成28年度の軽自動車税を納めていない納税通知書（5月初旬発送）⑦生計を同一にしている方が所有する軽自動車の場合、生計同一証明書（健康増進センターで交付）

※軽自動車税を納めてしまったり、提出期限を過ぎると減免することができませんのでご注意下さい。

また、自動車税との重複減免はできません。

平成28年4月1日から、緊急通報「119番」は  
かみとおさん  
「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。

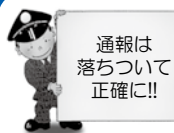


現在、関係4消防本部ごとに受け付けている119番通報は、十和田地域広域事務組合十和田消防庁舎内に設置される上十三消防指令センターで受け付けます。

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。

災害情報案内（火災などの状況）は以下のとおりです。

野辺地消防署 0175-64-9955  
横浜消防署 0175-76-1190  
六ヶ所消防署 0175-71-0066



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



## 老人憩いの湯

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)  
4月4・7・11・14・18・21・  
25・28

老人福祉センター  
時間：午前10時～午後2時  
開設日(2ヵ月分)  
4月4日(月)、4月18日(月)  
5月2日(月)、5月16日(月)  
送迎車運行日  
4月18日(月)、5月16日(月)

## 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。

(2月受付分) 町民課

## おたんでょうおめでと

澤田 恵理ちゃん(晃久) 鳴沢  
佐藤 来都くん(弘康) 上袋町  
千葉 悠馬くん(暁登) えぼし  
中嶋ひなたちゃん(雄太) 駅前2  
中村 鳳牙くん(龍太郎) 駅前2  
成田 充希ちゃん(真治) 下町二区  
佐藤 楓香ちゃん(直人) 松ノ木平

萩生 早苗(81) 金沢町  
柴崎 藤松(89) 馬門2  
田中 勇藏(85) 下町二区  
野坂 キヨ(93) 中袋町  
十文字 要三(60) 下袋町  
川村 トワ(84) 中袋町  
大森 勝司(66) 鳴沢  
亀田 清志(88) 馬門1  
古林 幸弘(50) 中袋町  
安村 鉄雄(76) 下袋町  
飛内 隆夫(70) 下袋町  
大芦 繁(78) 駅前2  
五十嵐 善次郎(88) 浜町  
小又 ツル(90) 下町一区  
角谷 豊松(85) 下袋町  
赤泊のり子(62) えぼし  
柴崎 儀行(84) 馬門2  
石久保 正雄(85) 金沢町  
杉山 祥一(74) 下袋町

おくやみ申し上げ  
ごめいふくを  
祈ります。

## その時々届出が、あなたの年金を守ります

こんなとき	どうする	届出先
<b>国民年金の手続き</b>		
20歳になったとき	厚生年金・共済組合加入者以外は国民年金に加入の手続きをする	第1号被保険者→役場町民課年金の窓口 第3号被保険者→配偶者の勤務先
会社を退職したとき	第1号被保険者への種別変更の手続きをする(被扶養配偶者も同様)	役場町民課年金の窓口
結婚や退職等で配偶者の扶養になったとき	第3号被保険者への種別変更の手続きをする	配偶者の勤務先
配偶者の扶養からはずれたとき	第3号被保険者から第1号被保険者への種別変更の手続きをする	役場町民課年金の窓口
配偶者が会社をかわったとき	引き続き第3号被保険者となる手続きをする	配偶者の新しい勤務先
海外に居住するとき	国民年金の資格喪失手続きをする 任意加入の手続きをする	役場町民課年金の窓口
海外から帰ったとき	国民年金の加入手続きをする (任意加入者も手続きが必要)	役場町民課年金の窓口
年金手帳をなくしたとき	再交付の手続きをする	第1号被保険者→役場町民課年金の窓口(年金事務所) 第3号被保険者→年金事務所

<b>保険料の手続き</b>		
口座振替を申し込む(変更する)とき	国民年金保険料口座振替納付(変更)申出書を提出する	銀行・郵便局・農協・漁協・信用組合・信用金庫・労働金庫・年金事務所・役場町民課年金の窓口
クレジットカード納付を申し込む(変更する)とき	国民年金保険料クレジットカード納付(変更)申出書を提出する	年金事務所
納付書を紛失したとき	納付書の再発行を申し出る	年金事務所
保険料を納めるのが困難なとき	全額免除または一部納付の申請をする 若年者納付猶予の申請をする(30歳未満の人に限り)	役場町民課年金の窓口・年金事務所
学生で収入が少ないとき	学生納付特例の申請をする	



5月2日(月)です  
3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
すくすくテレフォン	妊婦、産婦、育児中のかたなど 保健師による電話相談	火・木曜日 (祝祭日を除く) 8:30~17:00 64-8080 (はればれ)
思春期はればれ相談	思春期のかた、その保護者など 保健師による電話相談	
ことばの相談	就学前までのお子さん 保健師が対応	
総合健康相談	保健師、管理栄養士による相談 (要申込)	
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：4月14日(木) 4月27日(水)  
5月10日(火) 5月27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

## ヘルシー

# 減る脂~運動クラブ参加者募集!!

運動したいけど膝や腰が痛い・・・健診の数値が気になる・・・という方大歓迎!!  
健康運動指導士の指導のもと、今よりさらに健康になりましょう!

対象 おおむね40~74歳までの町民の方(内臓脂肪の燃焼を目的とした運動量の多い内容となります)

参加費 1回あたり500円(当日いただきます)

※安心して運動していただくため、全員、スポーツ安全保険に加入していただきます。

別途、一人1,950円または1,300円(保険手数料などの管理料を含みます。)

申込み 健康増進センター窓口まで印鑑と保険料を持参のうえ来所でお申し込みください。

その他 現在受診している方は、当方規定の主治医の意見書を提出していただくことがあります。

運動時間は1時間半~2時間程度となります。

お問い合わせ先：健康増進センター健康づくり課

## 内容 室内運動 (月2回実施)

## ポールウォーキング(月2回実施)



ただのウォーキングや  
ストレッチではありません。  
内臓脂肪を燃やすための  
効果的な内容です



ポールを持てば4点歩行に!  
膝や腰への負担は減っても  
運動効果は抜群です。

# 短命県返上シリーズ

## 短命県返上シリーズ⑫

### たばこ対策について

#### 町の受動喫煙防止対策

青森県では、屋内禁煙をしている施設や車両を『空気クリーン施設（車両）』として登録し受動喫煙防止をPRしています。野辺地町では、学校や公共施設の敷地内・建物内禁煙をはじめ、医療機関や介護施設など順次拡大しています。



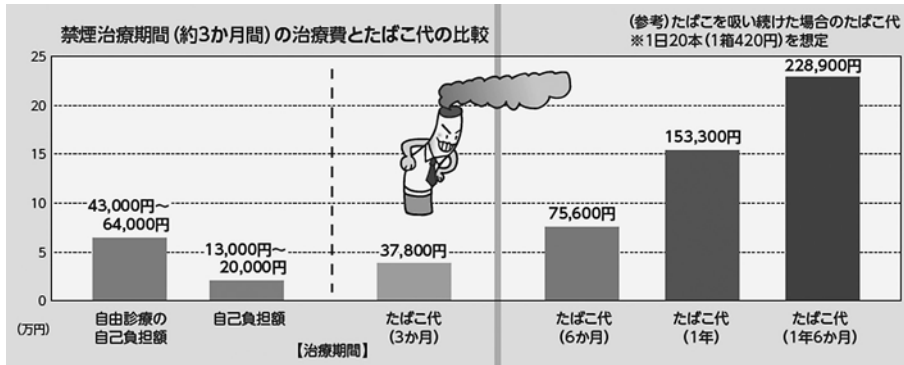
また、飲食店や店舗などへも周知を強化しており、今後は広く住民が利用する場所の受動喫煙防止に努めます。

#### 最近の禁煙治療とは

たばこがやめられない大きな原因にニコチン依存症があります。血中のニコチン濃度が下がることで起こるイライラ（離脱症状）を避けるためにたばこを吸ってしまうのです。現在は、禁煙外来として治療できる医療機関が増えています。

また、これまで禁煙外来で活用されている貼り薬やニコチンガムの他に、飲み薬も使用されています。自力で禁煙するより1か月禁煙で約3

倍、6か月禁煙だと約5倍も継続につながりやすくなると報告されています。さらに、健康保険で禁煙治療を受ける場合の治療費と、たばこを吸い続けた場合にかかる金額を比較すると、左表のように大きく差が出てきます。



【青森県若者の禁煙サポート推進事業 リーフレットより】

## 4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
12	3歳児健診 (H24年9月、10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。
20	6か月児相談 (H27年10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6月生まれ)	13:30		育児相談、身体計測 歯科保健指導	
	1歳児健診 (H27年4月生まれ)	13:30		歯科健診	
	みんなの子ども相談 (出生～就学前まで)	14:30		育児相談、食事相談 身体計測、歯科健診	
26	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	お産の始まりから出産まで (出産準備)	事前申し込み不要です。
28	4か月児健診 (H27年11月25日～12月28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

## \* 第4回クリーン大作戦参加者募集 \*

ほたて駅伝やお花見の前に、みなさんと愛宕公園をきれいにしましょう。

ご家族やお友達を誘って是非ご参加下さい。

日時 4月24日(日) 8時30分～  
1時間程度

集合場所 愛宕公園駐車場

持ち物 軍手、デレキ（貸出し若干あります）

年齢不問、申込み不要、小雨決行、雨天中止

◆問合せ先 ちーむ野open

前田 ☎080-1800-9592

熊谷 ☎090-7526-4949

## \* 公民館からのお知らせ \*

3月に毎戸配布いたしました、みんなの教室募集のエアロビ・ヨガの開始時間が、10時30分からになっておりましたが、10時からの開始となります。

お詫びして訂正いたします。

◆問合せ先 中央公民館 ☎64-3054

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

## \* ささ踊り保存会より \*

郷土芸能ささ踊り(盆踊り)を楽しく健康のために踊ってみませんか？

会員が優しく指導します。老若男女問わず気軽に参加してください。

大勢の参加を待ってます。

原則、5～11月第2・4火曜日

※5月は第4火曜日から

18時～20時 参加費無料

◆問合せ先 ささ踊り保存会会長 滝澤真利子

☎080-2837-6619

## \* グラウンドゴルフ協会会員募集のお知らせ \*

グラウンドゴルフは、誰でも楽しくプレーできるスポーツです。

60歳以上の会員が、仲間と語り合いながら下記の場所で練習しています。

5月～10月まで 愛宕公園、潮騒公園

11月～3月まで 町立体育館

入会してみませんか？お待ちしております。

◆問合せ先 総務担当 長濱竹美

☎080-5553-3401



町内向け「のへじ井」試食会の様子

東京に追い返されず、無事に野辺地町での新年度を迎えることができた地域おこし協力隊 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たでしょうか？

「のへじ井」の近況を報告いたします。「のへじ井」は、活はたと葉つきこかぶを使った井ぶりです。町内と首都圏の飲食店で「のへじ井」を販売し、野辺地産活はたと葉つきこかぶの首都圏での知名度アップ、「本場ののへじ井」を食べたい観光客を野辺地に連れてくるのが「のへじ井」の目的です。

1月末、昨秋開催した「のへじ井レシピコンテスト」の優勝レシピを町内の一部飲食店に試食していただき、各店で「のへじ井」が販売可能かどうかを審査していただきました。残念ながら「のへじ井」には様々な問題があるので、町内の飲食店で販売したいなら、プロ（飲食店）による新たなメニュー開発（新のへじ井）が必要、という結果になりました。

「コンテストの優勝レシピを販売する」という私の計画を大きく変更せざるを得ません。これは私の見通しの甘さが招いた失敗です。レシピ考案者の太田さんや「のへじ井」にご期待下さっていた町民の皆さまのお気持ちを大きく裏切ってしまいました。しかし、この失敗があればこそ、プロの飲食店の皆さま方による新「のへじ井」開発への道が開かれた、と前向きに考えることもできます。引き続き、首都圏での販路開拓も頑張りますので、今後とも「のへじ井」への応援をよろしくお願いたします。

「地域おこし」はじめました

●野辺地町地域おこし協力隊のメールアドレス：mail@nohejimachi.com

●野辺地町地域おこし協力隊のFacebook ページ：https://www.facebook.com/nohejimachi

# お知らせ

## ●六戸町

### ろくのへ春まつり

- ・日時 4月23日(土)～5月5日(木)祝
- ・場所 館野公園
- ・問合せ 六戸町観光協会  
(六戸町役場産業課内)  
☎0176-55-3111(内線154)



## ●十和田市

### 十和田市春まつり

- ・日時 4月20日(水)～5月5日(木)祝
- ・場所 十和田市中央公園緑地など
- ・問合せ (一社)十和田市観光協会  
☎0176-24-3006

## ●三沢市

### みさわ桜まつり

- ・日時 4月下旬～5月上旬18時～21時  
※開花時期により変動します  
オープニングイベント：4月29日(金)祝
- ・場所 三沢市中央公園
- ・問合せ (一社)三沢市観光協会  
☎0176-59-2311



## ●十和田市

### 春の駒っこランドまつり

- ・日時 4月29日(金)祝～5月5日(木)祝
- ・場所 十和田市馬事公苑
- ・問合せ 十和田市馬事公苑称徳館  
☎0176-26-2100



## ●三沢市

### 寺山修司記念館フェスティバル2016/春

- ・日時 5月3日(水)祝～5日(木)祝 9時～17時
- ・場所 寺山修司記念館
- ・問合せ 寺山修司記念館  
☎0176-59-3434

## ●東北町

### 東北町桜まつり

- ・日時 4月29日(金)祝～5月8日(日)
- ・場所 小川原湖公園周辺
- ・問合せ 東北町役場商工観光課  
☎0176-56-4148



# 町のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">                     行事内容                      (児) 児童館 (相) 相談                      (健) 健診                 </div> <h2 style="text-align: center;">ご入学おめでとうございます</h2>						
3	4	5 (相) 人権	6 中学校入学式	7 小学校入学式	8 (相) 弁護士	9
10	11	12 (健) 3歳児 (児) 避難訓練	13	14 傾聴サロン	15	16
17	18	19 (相) 行政 (児) 新登録児を 迎える会	20 (相) 年金・6か月児・ みんなの子ども (健) 10か月・1歳児 (児) あたごクラブ 総会	21	22	23
24	25	26 マタニティーサロン	27 傾聴サロン	28 (健) 4か月児	29 ホタテ駅伝大会	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 4月は17時



# おいしい! 減る脂~♪ カンタン料理

その24

## いちごのデザート

### 【管理栄養士のコメント】

4月は春らしい色合いの、いちごを使ったデザートのご紹介です。

いちごはビタミンCが豊富で、1日10粒食べると1日分に必要なビタミンCを取ることができます。ビタミンCには、ストレスに対抗するホルモンの合成を促すはたらきがあります。環境の変化などで、疲れが出やすいこの時期は、いちごで手軽に補給しましょう。

### 【栄養価 (1人分)】

エネルギー	60 kcal	たんぱく質	2.8 g		
脂質	1.5 g	炭水化物	7.9 g	塩分相当量	0.1 g

### 材料 (6人分)

- ・いちご 150g (1/2パック)
- ・プレーンヨーグルト 130g (1/3パック)
- ・牛乳 100ml (1/2カップ)
- ・コンデンスミルク 大さじ1
- ゼラチン 5g (1袋)
- お湯 50ml

### 作り方

1. いちごは、へたをとり2~3つ割りにする。
2. ミキサーに1のいちごと、ヨーグルト、牛乳、コンデンスミルクを入れて、攪拌する。
3. ボウルにお湯でよく溶かしたゼラチンと2を入れ、よく混ぜる。
4. 器に入れて、冷蔵庫で冷やし固める。
5. お好みでいちごやコンデンスミルクをトッピングする。



なかやま  
中山 もえちゃん



あらや  
新谷 ゆう  
友ちゃん



せいのひびと  
清野日々人くん



あさの はると  
浅野 悠仁くん

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

