

広報

しもだぎ

2005年

6



月号



プロを夢見て！ こどもの日全国少年野球教室

5月5日（木）、下田公園野球場で、こどもの日全国少年野球教室が行われました。

参加した3町（百石、六戸、下田）の小中学生たちは、元中日コーチの徳武定祐さん（五戸町出身）や元西武投手の橋本武広さん（七戸町出身）ら、プロOB 5人から直接指導を受け、プロ選手を夢見て、熱心に取り組んでいました。

※詳細は、3ページに掲載しています。

もくじ

まちの出来事……………2～3

公民館だより……………4～5

お知らせ……………6～13

米国空軍太平洋音楽隊

ハートピアしもだ県下短歌大会

(財)電源地域振興センター研修

春まつり……………14

きれいな奥入瀬川に！ ＝第9回奥入瀬川クリーン運動＝



5月8日（日）、奥入瀬川河川敷地で第9回奥入瀬川クリーン運動が行われました。

河川敷地に捨てられたごみを分別しながら収集し、クリーンな川の保全・維持に努めました。

参加者たちは、ごみ収集活動を通して自然環境保護に寄与し、充実した一日を過ごしました。

親子のきずなを深めよう！ ＝親子野球リレー大会開幕＝



4月24日（日）、下田公園野球場で、第5回親子野球リレー大会が行われました。開会式では、相田教育長のあいさつの後、下田中学校野球部主将の斉藤竜太くん（3年）から「スポーツマンシップにのっとり正々堂々と戦います」と力強い選手宣誓がありました。

試合は、北部（木ノ下小・木ノ下中）と南部（木内々小・下田中）の2チームに分かれ、野球部員及びその家族が対戦しました。中学生の攻防から始まり、小学生の回、そして珍プレー続出のおとなの回へと3回ずつ引き継がれ、9回の合計点で争われました。

スタンドには、選手の家族や地域の人々など多くの観客が集まり、プレイの一つ一つに声援や拍手が送られ、活気ある大会となりました。

まちの出来事

被害に遭わないように！ ＝下田小学校防犯防止教室＝



5月10日（火）、下田小学校グラウンドで、防犯防止教室が行われました。

はじめに、三沢地区少年補導協力員連絡会の蛭名会長のあいさつの後、同連絡会と三沢警察署から1年生へ、防犯のための「5つのやくそくぬりえ」が配布されました。



次に、同署員による寸劇（女の子が車で誘拐され、警察犬がその犯人を捕まえるといった内容）、また、警察犬による服従訓練もあり、参加した児童・先生からは、警察犬の俊敏で賢い動作に、驚きの声と拍手を送っていました。



プロの技術を学ぼう！

＝こどもの日全国少年野球教室＝



5月5日のこどもの日、下田公園野球場で、社団法人全国野球振興会（日本プロ野球OBクラブ 大沢啓二理事長）主催の第11回こどもの日全国少年野球教室が行われました。



走塁やキャッチボールの基本から、ポジションごとに分かれての指導を受けた子どもたちは、真剣に聞き元気な声で練習に汗を流していました。



元プロ野球選手指導者（順不同）

元中日 徳武定祐さん（五戸町出身）
元西武 橋本武広さん（七戸町出身）
元南海 白崎泰夫さん
元西武 駒崎幸一さん
元中日 遠田誠治さん

一致団結！

＝町内中学校運動会＝



5月15日（日）、町内2つの中学校で、運動会が行われました。

このうち、木ノ下中学校（堤康史校長）では、今年から紅、白、青の3組に分かれての運動会となり、生徒たちは「最後まで一心不乱に突き進め・～Never Give Up～」をスローガンに、全力で競技に臨んでいました。

長縄跳びや綱引きでは、気合いの入ったかけ声が飛び交い、一致団結した姿が見られました。カメラを手にした父母らから、かけ声に負けない大きな声援が送られていました。

ご寄贈ありがとうございます



三沢電気工事業協同組合（河野豊理事長）
から防犯灯5基

協力組合員【敬称略】（順不同）

坂井田電気（坂井田 誠）
㈲パル電装技研（宮川 忠志）
おがさわら電気（小笠原 武）
大場電気（大場 茂）
植田電気工事（植田 義弘）

※寄贈された防犯灯は、町内に適正に設置します。

中央公民館

FAX TEL
0178-56-2251
0178-56-2690

山野草展大盛況

下田町盆栽山草愛好会（蛭名幸政会長）主催による山野草展が5月14日・15日の2日間、中央公民館において開催されました。250鉢あまりの山野草が可憐に咲き誇り、来場者の目を楽しませました。また、会場内では山野草教室も開かれ、受講者は熱心に勉強していました。



町の花「サツキ」展開催

下田町盆栽山草愛好会と共催で、町の花「サツキ」展を開催します。多数ご来場ください。

日時

6月11日(土) 9時～17時

6月12日(日) 9時～16時

場所 中央公民館

内容 サツキ盆栽展示

町内在住者へのサツキの苗木プレゼント
(両日とも先着50本)

成人式のお知らせ

平成17年度下田町成人式を次のとおり挙行します。

期日 8月15日(月)

会場 町民交流センター・小ホール

対象者

○年齢 昭和60年4月2日～昭和61年4月1日生まれの方

○住所

町内に住所を有する方
進学・就職その他で転出したが、町内の中学校を卒業した方。

成人式の企画・運営を行う実行委員を募集していますので、ぜひやってみてほしいという方はお知らせください。成人式に対するご意見・ご要望は、中央公民館までお

願います。

下田しらとり短歌会

5月詠歌「評文・日野口和子」

たおやかに川面に揺れる桜花寄り離れて春風を漕ぐ

苦米地昭子

まず結句に注目したい。桜

の花びらが「春風を漕ぐ」という表現が視点の妙を見せて味わい深くなっている。

極伝う雪解の水のちろちろ

る春の小川の始まりは此処

佐々木とも子

樋を伝う雪解の水。どこでも、また誰でもが目にしている春の日常。ところが作者は

下の句で「春の小川の始まりはここ」と詠いあげて、発見のある作となった。

水芭蕉立田の境の落ち口に

小包抱きて開花待ちをり

成田 経子

一首を通し清廉なイメージ

のわく作。この詠み方を大切にしてほしい。

うやまいし師の如くにと筆

を持つ六十路の手習い奥深き道 武田 裕子

いつの時も学ぶということ

は尊いことです。敬うという

言葉も死語になりつつある現代、大切にしていきたい言葉

ですね。深く極めていってもらいたい。

スーパリーのワゴンにうごめ

く活アサリ北朝鮮の腹わたのごと 富永 和子

拉致問題から端を発した北

朝鮮との関係を揶揄した作。

福寿草咲きて今年の春を吸

ふ気負ふことせざるにまかせて 中村 明子

三句の「春を吸ふ」が一首を

引きしめている。達観した作。

青い国から来た殺人者

／西村京太郎

高知、竜馬殺人街道

／西村京太郎

破裂

／久坂部 羊

青の謎

／阿部 陽一

へんないきもの／早川いくを

きものレッスン／市田ひろみ

サークルのご紹介

中央公民館で活動している団体です。興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

団体名	開催日	時間
生け花愛好会(草月流)	月曜日(隔週)	19時～21時
音楽愛好会	火曜日	19時～21時
竜美会	火曜日	19時～21時
池坊華道愛好会	水曜日	17時～18時
みちのく吟詠会	水曜日	19時～21時
歴史と自然を愛する会	水曜日(月第2)	19時～21時
煎茶教室	水曜日(隔週)	19時～21時
裏千家茶道同好会	木曜日	14時～18時
手話サークル	木曜日	19時～21時
社交ダンス来楽部楽部	木曜日	19時～21時
しもだ白鳥カラオケ会	木曜日	19時～21時
民舞愛好会	金曜日	19時～21時
書道愛好会	土曜日(隔週)	19時～21時
下田しらとり短歌会	日曜日(月第1)	10時～12時

町長室開放（町長とのふれあい対話）

下田町長として、与えられた10ヵ月の短期間に、より多くの町民の意見や提言を直接聞き、開かれた町政運営を行うために、町長室を開放して「町長とのふれあい対話」を開催します。

日時 毎月20日 16時～19時

（土日の場合は月曜日、祝日の場合は翌日に開催を原則とします）

ただし、町長が他の公務等のため支障がある場合は、実施日を変更することがあります。

対象 下田町在住者（年齢制限はありません）

町長室開放のルール

- ・原則として1人（1団体）30分以内
- ・団体で来訪する場合は、5人以内
- ・回数は、1人（1団体）年間2回以内

申込方法

希望者は、対話希望日と時間、対話の内容、を記入した申込（書）を電話、ファックス又は郵便にて1週間前までに企画財政課にお申込みください。

（申込書は企画財政課に備え付けてあります。）

申込・問い合わせ

企画財政課 内線209 FAX 0178-56-4364 〒039-2192 下田町字中下田135-2



町農業委員会委員一般選挙にかかる立候補予定者説明会の開催について

任期満了に伴う下田町農業

委員会委員一般選挙が7月10

日（日）に行われる予定です

が、立候補者に対する説明会

を次のとおり開催します。

日時	6月8日(水)	13時30分～
場所	中央公民館 2階 講堂	
内容	立候補手続きなど選挙全般について	
問い合わせ	町選挙管理委員会（総務課内）	
	内線 279	

米国空軍太平洋音楽隊

—アジア

パシフィックトレンズ

日時 6月9日（木）

開場 18時

開演 18時30分

場所

百石町みなくる館ホール

入場料

500円（中学生以上）

入場券取扱い場所

下田町 町民交流センター・

北部公民館

百石町 みなくる館・中央

公民館・町民課



問い合わせ

百石・下田国際交流協会連絡会

事務局 担当 谷地

0178・52・3900

国民年金コーナー

ご存知ですか？国民年金
みなさんは、国民年金制度を
よくご存知でしょうか？

年金という老後のものと考
えてしまいがちです。確かに年
金は、老後の所得保障という点
では欠くことができないもので
すが、そればかりではありませ
ん。

国民年金には、老後の生活を
保障する老齢基礎年金に加えて、
病気や事故で障害が残ったとき
の障害基礎年金、一家の働き手
が亡くなったときの遺族基礎年
金があり、あなたと家族の生活
をサポートしています。

- ①老齢基礎年金
65歳になったとき
年額 794,500円

《全ての期間（40年間）保険
料を納めた場合》
老齢基礎年金を受けるために
は、保険料を納めた期間・免除
された期間（学生納付特例を含
む）・合算対象期間の合計が、
最低25年必要です。

- ②障害基礎年金
ケガや病気で障害が残ったとき
1級 993,100円
2級 794,500円

障害基礎年金を受けるために
は、障害の原因となったケガや
病気の初診日に国民年金制度に
加入中であること・初診日の前々
月までの加入期間のうち、保険
料を納めた期間と免除された期
間の合計が、3分の2以上ある
ことが必要です。

特例として、平成18年3月ま
でに初診日がある場合は、初
診日の前々月までの1年間に
保険料の未納がなければ障害
基礎年金を請求することができます。

- ③遺族基礎年金
妻と子を残して、一家の働き
手が亡くなったとき
年額 1,023,100円
（子供が1人いる妻が受け取
る場合）
遺族基礎年金を受けるために
は、亡くなられた方が死亡日に
国民年金に加入中であること・
死亡日の前々月までの加入期間
のうち、保険料を納めた期間と
免除された期間の合計が3分の
2以上あることが必要です。

これら年金を受けるために
は毎月の保険料を納めているこ
とが前提となります。
国民年金のことをよくご理解
いただき、豊かな老後のため、
そして万が一のときのためにも
毎月の保険料を忘れずに納めま
しょう。

問い合わせ

・町民課 内線222

・八戸社会保険事務所
0178・44・1742

国際交流員コーナー

"Konnichiwa" from the International Co-operation desk in Shimoda Town Hall. My name is Simon Griffin. I am from New Zealand and have a Japanese wife and son. Being new in Shimoda, I am looking forward to meeting as many of you as possible at the events and facilities we have here in Shimoda. The purpose of these is to encourage more interaction between our Japanese neighbours and the non Japanese residents of Shimoda. This month we would like to highlight some things you may want to try if you're interested in meeting more people or experiencing something new.

Here in Shimoda we have a wide variety of community groups and activities. The following is just a sample of what is available to the residents of Shimoda.

Nature appreciation Walking* Cooking(Japanese or foreign)* Hand Knitting* Patchwork* Ikebana* Gardening* Singing* Dancing* Tea Ceremony. Sports are a big part of life here as well with *Baseball* Volleyball* Ping Pong* Karate* Badminton* Tennis* and Running.

If any these interest you or you would like more information, please contact us here at the address or phone number below.

We would also like to encourage you to contact us here with any comments or ideas about interacting with the local community.



“コンニチワ” 下田町国際交流員のサイモン・グリフィンです。ニュージーランド出身で日本人の妻と息子がいます。下田町に来たばかりなので、町のイベントや施設でできるだけたくさんの人に会いたいと思っています。イベントや施設は、下田町に住んでいる日本人と外国人がより交流するためにあります。

今月は、下田町の施設で行われている色々な活動を紹介します。もっと人に会いたい、新しい体験をしたい人は参考にしてください。

下田町には、次のようなサークルや活動があり、下田町の住人なら参加できます。

自然愛好、ウォーキング、料理（日本料理・外国料理）、編物、パッチワーク、生け花、ガーデニング、カラオケ、ダンス、茶道。野球、バレーボール、卓球、空手、バドミントン、テニス、陸上といったスポーツもあります。

もし、興味があったり、もっと詳しく知りたい方はご連絡ください。

また、国際交流に関してご意見等もお待ちしております。

問い合わせ 企画財政課 国際交流係 Phone () 0178-56-2111 Ext (内線) 208

E-mail kikakuzaisei@town.shimoda.aomori.jp

国際交流員とは？

町における国際交流活動を促進するため、保育所・幼稚園の英語指導や、小中学生を対象にしたスポーツ交流、イベントでの通訳等、幅広く活動しています。

勤務日は、月・金曜日です。

国保人間ドックの実施について

例年実施している、国民健康保険加入者を対象とした人間ドックですが、今年はオプション検査として「脳画像検査」を新しく追加しました。ドックの受診希望者は、各地区の保健協力員から配付される人間ドックのお知らせをご覧ください。なお、定員を超過した場合は抽選となりますので、ご了承ください。

注意事項

5月下旬から保健協力員が、人間ドックの申込み用紙を配布しますが、回収は行っていませんので、6月10日（金）までに役場保健福祉課か北部公民館の申込みBOXに提出してください。郵送の場合は、6月13日（月）必着です。

所定の申込み用紙（緑色）で申込みをしない場合、人間ドックは受診できませんので、ご注意ください。（町の集団健診用の用紙での申込みはできませんし、八戸西健診プラザに直接電話しても、受診はできません。）

問い合わせ 保健福祉課 内線 2 2 5



児童手当の現況届は 6月中に提出を!

現在児童手当を受給している方へ、現況届の届出用紙を6月8日(水)頃郵送いたします。

この届けは、毎年6月1日における状況を記載し、児童手当を引き続き受ける要件があるかどうかを確認するためのものです。

この届けの提出がないと、6月分以降の手当が受けられなくなりしますので、ご注意ください。

現況届受付日時・場所

6月21日(火)
9時~12時15分
13時~19時
北部公民館会議室
6月22日(水)
時間帯は前日と同じ
下田町役場1階 町民ホール

現況届に必要な添付書類等
・請求者が被用者(サラリーマン等)である場合、健康保険被保険者証の写し

・今年の1月1日に下田町に住所がなかった方は、前住地の市区町村が発行する児童手当用所得証明書
・支給要件児童が他市町村に住所を有する場合、支給要件児童が属する世帯全員の住民票の写し

平成17年度所得制限限度額

国民年金加入者(非被用者)	
扶養親族等の数	所得制限限度額
0人	301万円
1人	339万円
2人	377万円
3人	415万円
4人	453万円
5人	491万円

厚生年金加入者(被用者)	
扶養親族等の数	所得制限限度額
0人	460万円
1人	498万円
2人	536万円
3人	574万円
4人	612万円
5人	650万円

児童手当とは?

児童手当制度は、児童を養育している方に手当を支給することにより、家庭における生活を安定させ、生活の質が高まるよう支援することを目的としています。

支給される期間は生まれた月の翌月から9歳到達後最初の年度末までです。

支給金額は、第1子、第2子5,000円、第3子以降10,000円となっています。

支給日は2月、6月、10月の5日に、それぞれの前月分がまとめてもらえます。

出生、転入等児童手当受給者に異動があった場合、それぞれ手続きが発生します。

問い合わせ
保健福祉課 児童手当係
内線256

訂正

先日、皆さんへお届けした広報しもだお知らせ版5月号に掲載した内容に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

訂正箇所 1ページ まちの出来事
・下田町朝野球大会開幕
文章中6行目
【訂正前】 日曜・月曜
【訂正後】 日曜・月曜・土曜

ごみのこと

ごみ収集場所が なくなってしまう?!

シリーズ

下田町内には240箇所くらいのごみ収集場所がありますが、どのように設置されているか皆さんご存知ですか?

どこにでも収集場所を置けるわけではありません。町内会で地域の方が使いやすいような場所を見つけ、町や十和田地域広域事務組合と協議しながら設置し、管理しています。ここで一番問題になるのが「収集場所を設置する土地の持ち主の了解」です。

もし自分の土地を「ごみ収集場所に使わせてくれないか?」と言われた時、ほとんどの方が「他の土地にほしい」と思うでしょう。このことから、収集場所の設置が簡単ではないことが想像できます。

現在、収集場所として使われている土地の所有者も最初は同じことを思っていたのかも知れません。でも、町内会と何度も話し合いをする中で、「自分が住む町内のためならば…」と所有地を貸してくれています。しかし、貸した土地にごみが散らばっていったら誰でも「もうごみ

収集場所には使わせたくない。」となるのは当然だと思います。ごみ収集場所が無くならないように、町内会や付近の住民の方達が袋の入れ換えや再分別をして綺麗にしようとどんなに努力しているかご存知でしょうか? ごみの出し方のルールを守らないことは、町内会・収集場所の地権者・付近の住民の「町内みんなのために」という想いを踏みにじる行為だと思いませんか?

「皆さんがいつも何気なくごみを出している収集場所がどんな想いで置かれているかもう一度考えてみましょう。」



住吉町内会のあるごみ収集場所。毎回収集日には、ルール違反で収集されないごみがいっぱいに…このような状態が続き、ごみ収集場所が撤去されてしまいました。

問い合わせ
町民課 内線223

犬を飼っている方々へ

犬の飼い主は、フンの後始末はもちろん無駄吠え、噛みつきを防止するためのしつけなど適正な飼育をしなければなりません。

犬の放し飼い

犬の放し飼いは禁止されています。「うちの犬は噛まなから」といいますが、見た目では絶対分かりませんし、大型犬は力が強いので、子供にじやれただけでもケガをさせる危険があります。県内では、逃げ出した犬による咬傷事故も発生しています。

「青森県動物の愛護及び管理に関する条例」では、「犬の放し飼い」は係留義務違反にあたり、10万円以下の罰金が課せられる場合があります。絶対にしないでください。

鳴き声

ほとんど毎日のように早朝、深夜に吠えまくる犬や一日中吠えっぱなしの犬は、迷惑以外の何者でもありません。十分な睡眠・休息が取れないなど健康的な生活を妨害すること

となりあります。「犬は吠えるものだ」といいますが、飼い主は、無駄吠えしないようしつけなければなりません。

フンの後始末

袋やスコップを持ち歩かない人は論外ですが、「持ち歩くだけ」や「フンを入れた袋を捨てていく」人も目撃されています。これでは意味がありません。フンは自宅に持ち帰ってきちんと処理してください。

もし犬が逃げた場合は、捕獲している場合があるので、町民課へご連絡ください。

町民課 内線223

第4回ハートピアしもだ 県下短歌大会

日時 7月31日(日) 10時～
 場所 北部公民館
 会費 2,000円
 (昼食、資料代含 当日持参)
 宿題 抱く 自由詠
 席題 当日発表
 参加資格 葉書に宿題1首、自由詠1

首をしたため、住所・氏名・電話番号を記入の上、お申込みください。

なお、大会当日の出欠の可否も朱筆で記入願います。

申込期限 6月30日(木)
 申込・問い合わせ
 ハートピアしもだ県下短歌大会実行委員長
 日野口和子(富永)
 〒039-2183
 下田町字鶉久保山17-86
 & FAX 0176-57-3860

入国警備官採用試験

受験資格 昭和57年4月2日から昭和63年4月1日生まれの方
 申込用紙等配布開始日 6月15日(水)
 受付期間 7月19日(火) から 8月2日(火) まで
 第1次試験 9月25日(日)
 第2次試験 10月19日(水)・20日(木)
 問い合わせ 仙台入国管理局
 022-256-6076

6月の町内別収集日

町民課

- ごみは、収集日の朝8時までに収集場所へ出してください。
- ごみ袋には名前を書いてください。
- 決められた日に決められたごみを、指定袋で出しましょう。

向苗秋染木間三鍋 振堂屋屋木久保 谷中・内・三本 坂地野崎々曙田木	洗錦新本阿有 ケ光榮米 平丘敷村坊町	苦向豊豊木鶉緑青若住 米ノ久ケ吉 地山原栄下保丘葉葉町	町内会
6/27(月)	6/24(金)	6/28(火)	燃えないごみ
毎週火・金曜日	毎週月・木曜日		燃えるごみ
1月1日～3日を除いて振替休日、祝日も収集します。			
6/1(水) 缶類・プラスチック類		資源ごみ	
6/8(水) 紙類		6/15(水) プラスチック類	
6/22(水) びん類			

家庭・事業ごみのうごき

(単位：トン)

分類	3月	前年同期比
資源ごみ		
(家庭)	33.50	15.93%減
(事業)	4.85	16.03%増
(計)	38.35	12.90%減
可燃ごみ		
(家庭)	162.75	0.53%増
(事業)	184.87	3.62%増
(計)	347.62	2.15%増
不燃ごみ		
(家庭)	6.35	3.50%減
(事業)	1.19	15.00%減
(計)	7.54	5.51%減
粗大ごみ		
(家庭)	1.48	27.09%減
(事業)	1.52	53.54%増
(計)	3.00	0.66%減
合計	396.51	0.29%増

下田町が行う高齢者を支えるサービス

○町の老人福祉サービスとして

下田町では、高齢者が要介護状態に陥らないこと、状態が悪化しないことを目的として様々な介護予防サービスを実施しております。

また、高齢者を介護している家族についても、身体的、精神的、経済的負担の軽減を図る観点から家族介護サービスを実施しております。

サービス内容は次の通りです。



(1) 介護予防教室

<p>○配食サービス</p> <p>【内 容】週1回(火または水)夕方、塩分や栄養面に配慮した弁当を配達します</p> <p>【対象者】一人暮らしの高齢者・高齢者世帯</p> <p>【利用料】利用者負担額300円・町負担額450円</p>	<p>○軽度生活援助サービス</p> <p>【内 容】家事援助、草刈りや除雪などの生活の援助</p> <p>【対象者】一人暮らしの方や援助が必要と認められた方</p> <p>【利用料】今年度から町の財政事情と、より多くの方に利用してもらうことを考え、自己負担額を変更しましたのでご了承ください</p> <p>家事援助分 1時間150円→200円</p> <p>家事援助以外 経費の1割負担→2割負担</p> <p>町負担 経費の9割負担→8割負担</p>
<p>○外出支援サービス</p> <p>【内 容】自宅から医療機関までの送迎サービス</p> <p>【対象者】一般の交通機関の利用が困難で、リフト付きバス等でしか送迎できない方</p> <p>【利用料】基本料金1時間2,000円(介助員付き500円)</p> <p>利用者負担5割(1,000円)・町負担5割(1,000円)</p>	<p>○生きがい通所サービス</p> <p>【内 容】福祉施設にて、入浴、給食、健康チェックなどのサービスを受けられる</p> <p>【対象者】介護認定において自立と判断された方、その他サービスが必要と認められた方</p> <p>【利用料】今年度から町の財政事情と、より多くの方に利用してもらうことを考え、自己負担額を変更しましたのでご了承ください</p> <p>利用者負担額 600円→800円</p> <p>町負担額 3,400円→3,200円</p>
<p>○介護予防教室</p> <p>【内 容】老人福祉センター・北部公民館・集会所・町外の施設等で健康チェック・健康相談・レクリエーション・料理教室・水中運動教室等を行い、高齢者が要介護状態にならないように予防する教室</p> <p>【対象者】町内在住の高齢者</p> <p>【利用料】教室により異なります(左ページに詳細あり)</p>	

(2) 家族介護サービス


<p>○家族介護用品費給付事業(おむつ)</p> <p>【内 容】おむつや尿取りパットを購入した際の代金を支給 15,000円から75,000円(要介護度と課税状況に応じて)</p> <p>【対象者】要介護度2から5までの方で在宅の方</p> <p>※すでにサービスを利用されている皆様へ</p> <p>昨年度に引き続き今年度もおむつのサービスを利用される方は、6月末までに更新の申請をお願いします。6月末までに更新しなかった方は、新規者扱いとなり限度額が減額されるおそれがあります。</p>	<p>○家族介護者ヘルパー受講料支援</p> <p>【内 容】ヘルパー2・3級の受講料支援として20,000円支給</p> <p>【対象者】現に、家族を介護している方で、介護のためにヘルパーの受講をされる方</p> <p>○家族介護教室 参加者募集中</p> <p>【内 容】要介護者を介護している方で、介護についての知識や技術の習得及び同じく介護をしている方々との情報交換や交流、介護疲れによるリフレッシュを目的とした教室</p> <p>※興味がある方、希望される方は下記までご連絡ください、人数が集まり次第開催します。</p>
---	--

生き生き教室のお知らせ

(介護予防教室)

町では60歳以上の方を対象とし、いつまでも健康で自立した生活が送れるように、地域の各団体の参加と協力のもと様々な介護予防教室を行っております。特に一人暮らしの方や体力に自信がなくなってきた方、要介護状態になるおそれのある方にはぜひお越しいただきたいと思っておりますので、お問い合わせの上、ふるってご参加ください。

6月から開催する介護予防教室を紹介します。

<p>教室名：健康相談 開催日：第2・4木曜日 (第1・3・5木曜日の健康相談はお休みです) 時 間：9時30分～11時まで 場 所：老人福祉センター(ロビー) 内 容：保健師・看護師による血圧測定・個別健康相談を実施します。 備 考：老人福祉センターでは、毎週木曜日にバスの送迎つきの入浴が無料で利用できますので、交通機関のない方でもお越しいただけます。</p>	<p>教室名：メンズエプロンクラブ(男性料理教室) 開催日：7月11日(月)・8月22日(月) 場 所：老人福祉センター(2階調理室) 開催日：10月17日(月)・11月28日(月) 場 所：北部公民館(調理室) 時 間：すべて10時～14時 内 容：栄養士の指導のもとバランスのとれた楽しい食事づくりを行い、よりよい「食」の自立を目指します。 備 考：参加費は無料です。60歳以上の男性の方で、外へ出ることが少ない方、一人暮らしの方、料理を習いたい方、一緒に楽しく料理を試してみませんか？4回通して参加できる方歓迎です。</p>
	<p>《今後開催予定の介護予防教室です》 教室名：しあわせアクアクラブ(水中運動教室) 内 容：高齢者を対象に、南郷村温水プールや福地村バーデハウス等の町外の温水プールでウォーキングを中心とした運動をします。 ※詳細は、次回の広報にてお知らせいたします。</p>

～集会所で行う介護予防教室～

昨年度まで老人福祉センターや北部公民館中心で行われていた介護予防教室ですが、より地域に出向くことで高齢者の閉じこもりを防ぎ介護予防を促進したいと考え、6月から下記の集会所にて開催いたします。

内容は健康チェック・頭と身体健康体操・毎回テーマに添った介護予防メニュー・楽しいレクリエーションなどです。皆さんふるってご参加ください！

<p>場所：秋堂コミュニティセンター 日程：第2・4火曜日 (場合により変更もあります) 時間：10:00～12:00まで 持ってくるもの：健康手帳</p>	<p>場所：木ノ下ふれあい館 日程：第2・4水曜日 (場合により変更もあります) 時間：10:00～12:00まで 持ってくるもの：健康手帳</p>	<p>場所：三田会館 日程：第1・3火曜日 (場合により変更もあります) 時間：10:00～12:00まで 持ってくるもの：健康手帳</p>
--	--	--

各種研修の参加者募集中！

(財) 電源地域振興センター（東京都港区）では、電源地域の長期的・自立的な振興を担う、人材育成を目的とした研修事業を実施します。参加を希望される方は、下記までお申し込みください。

平成17年度研修スケジュール（予定）

No.	テ ー マ	期日	日数	定員	負担金	備 考
1	自己能力開発実践講座	H17. 8	3	20	13,000円	
2	循環型社会形成に向けた地域づくりを考える	H18. 2	2	40	10,000円	
3	少子高齢化社会におけるこれからの地域福祉を考える	H17. 6	2	50	10,000円	
4	住民と行政が一体となった地域づくりの進め方（NPOとの協働を考える）	H18. 1	2	40	10,000円	
5	住民と行政が一体となった地域づくりの進め方（コミュニティービジネスの活用）	H17. 8	2	40	10,000円	
6	地方分権社会における自立した地域づくりを考える	H17. 9	2	40	10,000円	
7	資源と人材を活用した魅力ある地域経営策を学ぶ	H17. 7	3	40	15,000円	先進地現地研修
8	人にやさしい町づくり～防災コミュニティーの創生～	H17.12	2	40	10,000円	
9	<食をテーマに～>女性パワーによる個性ある地域づくりを考える	H17. 9	3	40	15,000円	先進地現地研修
10	ツーリズム実践講座	H17.11	3	40	15,000円	先進地現地研修
11	地域農業の高付加価値化方策を考える	H17.12	2	40	10,000円	
12	水産業の高付加価値化方策を考える	H17. 8	2	30	15,000円	先進地現地研修
13	地域産業支援のあり方考える	H17.11	2	30	10,000円	
14	地域資源を活かした商業・観光振興の進め方	H17.10	2	50	10,000円	
15	地域特性を活かした特産品開発の考え方・進め方（電気のふるさとじまん市に学ぶ）	H17.11	2	60	15,000円	千葉市・幕張メッセ周辺
16	地域別二一ズ研修Ⅰ（四国）	H17. 7	2	20	別途	経済産業局別研修 ※1
17	地域別二一ズ研修Ⅱ（近畿）	H17.10	2	30	別途	〃
18	地域別二一ズ研修Ⅲ（九州）	H18. 2	2	40	別途	〃
19	地域別二一ズ研修Ⅳ（中国）	H17. 5	2	30	別途	〃
20	海外事前研修/地域資源を活用した産業振興を学ぶ	H17. 9	2	30	10,000円	〃
21	海外事後研修/地域資源を活用した産業振興を学ぶ	H18. 1	1	30	5,000円	〃
22	地域資源を活用した地域づくりを学ぶ	H17.10	9	30	200,000円	ヨーロッパ ※2

注意事項

1. 応募者が募集定員に満たない場合は、中止または開催時期等を変更する場合があります。
2. 負担金には、旅費（交通費、宿泊費、日当）は含みません。
3. 応募者が定員になり次第、募集を締め切らせていただきます。
4. No.22の研修については、原則としてNo.20、21の受講が必要です。
5. 個人への支給金は、研修終了後、交通費・日当・宿泊費の3/4を参加者個人の口座へ振込みします。

上表（※）の説明

- ※1 原則的に、要望がある経済産業局単位で実施します。負担金は別途算定します。
- ※2 負担金には、地元・成田間の交通費、宿泊費、日当及び渡航期間中の支度料、日当、昼食代は含みません。

お願い

研修に参加された方には、研修レポートの提出や、毎年、町等が開催している「まちづくり研究集会等」において体験報告（発表）をしていただく予定ですのでご協力ください。

国勢調査員募集

今年の10月1日現在で、全

国一斉に国勢調査が実施されます。これは、5年に1度の大切な調査で、町では、その調査員を募集しています。

応募資格

- ・20歳以上の健康な方で、責任を持って調査事務を遂行できる方
- ・秘密の保護に関し信頼のおける方
- ・税務、警察の職あるいはこれらに関係のない方
- ・選挙に関係のない方

調査員任命期間

8月20日(土)から
10月19日(水)まで

仕事の内容

国勢調査パンフレットの配布(各世帯へ)、調査票の配布・回収等

報酬

約45,000円

募集方法

市販の履歴書に必要事項を記入し、企画財政課まで郵送またはご持参ください。

申込・問い合わせ

企画財政課 統計係

内線209



休日開庁・窓口時間延長のお知らせ

自動車税等の県税の納付の受付及び納税相談等を行います。

窓口取扱時間

- ・6月25日(土)、26日(日) 8時30分～17時15分
- ・6月27日(月)～30日(木) 8時30分～20時

問い合わせ

十和田県税事務所納税課

0176-22-8111

内線213・214

県税ホームページ

<http://www.pref.aomori.jp/zeimu/>

保健師の健康ワンポイントアドバイス

～「寝る子は育つ」に根拠あり!～

最近「夜型」の子供が増えています。帰宅の遅い父親に合わせて子供の就寝が遅くなったり、テレビやゲームなどで夜遅くまで起きている機会が増えたのが原因でしょう。寝るのが遅いんだから、もちろん朝は起きられません。睡眠時間の短縮、夜更かしして起きる生活リズムの乱れが、午前中から居眠りしたり、ぼんやりしていて勉強や遊びに集中できない子供を作ります。

子供にとっての睡眠は、成長期の骨を伸ばし筋肉を肥やす、体の発達のためにはきわめて大切なことです。大人では、体の回復ないし修復に重要な役割を果たします。それは睡眠中に脳下垂体から「成長ホルモン」が分泌されるためです。睡眠と成長ホルモンの関係は生後まもなく確立し、生涯にわたって継続します。成長ホルモンは午後10時から午前2時頃の間、最も多く分泌されます。この時間に子供を深い眠りにつかせることが、成長を促す近道でもあるのです。

早寝早起きのコツとして…

- 朝日にあたる。 朝ご飯をよくかんで食べる。
- 日中活動する。 お昼寝は3時前までに切り上げる。

戸籍の窓

(四月届出)

お誕生

(ごとも／親の氏名／地区)

- 袴田 侑来 泰正 三田
- 佐藤 大想 弘一 鶉久保
- 馬場 美妃 秀紀 三本木
- 安住 權琉 真人 青葉
- 平井 颯 利明 木崎
- 大久保 実芳 浩実 曙
- 高松 諒太 譲 間木
- 山口 若菜 理人 豊原

ご結婚

- 清水 目潤 若葉
- 四戸 さおり 野辺地

- 日野 裕一 木ノ下
- 田沢 久美子 新郷村

- 赤坂 久美 住吉町
- 中村 久美 七戸町

- 小田 健作 八戸市
- 鈴木 千晶 八戸市

- カウフマン・ジェレミー
- アンドリュウ・アメリカ

- 工藤 須弥 緑ヶ丘
- 藤原 須弥 緑ヶ丘

- 成田 武志 阿光坊
- 坂本 ひとみ 三沢市

- 佐々木 イシミ 87歳 緑ヶ丘

ご逝去

- 佐々木 イシミ 87歳 緑ヶ丘

まちな人口

4月30日現在

総人口	14,321人	(+20)
男	7,021人	(+7)
女	7,300人	(+13)
世帯数	5,069世帯	(+14)

()は前月比

佐々木 繁 66歳 鶉久保
林 泰彦 75歳 間木
伊東 淳子 49歳 住吉町
保科 正夫 57歳 若葉
川口 秀男 64歳 苗振谷地
中村 福三 74歳 三本木
松林 連次郎 91歳 木ノ下
日野 節子 63歳 向山
杉山 茂子 80歳 住吉町
音喜多 與志男 95歳 木内々
※この欄に掲載しにくい場合は、窓口にお申し出ください。

町内交通死亡事故ゼロ記録

平成16年11月20日 洗平で発生以来

185日

5月24日現在

県内交通事故・3月中
発生/497件
死亡/7人
負傷/617人

桜満開の春を満喫!

= 下田公園春まつり =

子育てが楽しくなりましたー!



緑化推進のため、町内の児童たちが公園内で緑の募金を行いました。たくさんの方々から募金していただきました。

下田公園では、親子追跡ハイキングをはじめとするさまざまな催しが行われ、たくさんの親子連れなどが訪れ、春を満喫しました。



親子の協力がポイント!

「親子追跡ハイキング」では、公園内の各場所に設置したクイズを解きながら歩きます。家族で協力しあいきずなが深まりました。



歩いたあとはやっぱり!

ハイキング終了後、町子ども会育成連合会のメンバーが作った焼肉を、参加者みんなでおいしくいただきました。



いっぱいとれたよ!

公園内にある池に600匹の金魚を放流。子どもたちが裸足で飛び込み、水しぶきと歓声をあげていました。

響く和太鼓!



歌謡大会では、三味線・和太鼓・カラオケなどがイベントホールで行われ、響く太鼓の音や華麗な舞などが披露され、観客席からの拍手が途切れませんでした。(写真：下田町本村出身の田中昇さんが代表を務める和太鼓チーム「和楽会」)

◆取材して...
木ノ下中学校の運動会を取材して、自分の中学生時代を振り返ってみました。
中学3年生の運動会の頃、北海道のW中学校にいた私は、クラスの代表を務めて運動会の練習に汗を流していました。練習では、他のクラスと比べ長縄跳びが全然跳べなく、意気消沈することがしばしばありました。
しかし、運動会当日、最高回数(記憶では50回以上)を記録し、そのときの感動が取材中に思い出され、何事にも諦めずに取り組めば成功につながるということを実感しました。
結果がすべてという部分もありますが、一生懸命に取り組むこと(過程)は大切だと改めて思い知らされた取材でした。

編集後記

のびのび
すくすく!



れいな、これからもお兄ちゃんたちとたくさんかくれんぼして遊ぼうね。
2人のお兄ちゃんより

梅津 怜奈ちゃん
木ノ下 1歳3カ月(保護者・喜三夫)

【写真募集】
連絡先を明記の上写真・お子さんのお名前・前へふりがな・年齢・町内会・30字程度のコメントを添え、広報担当までお送りください。

発行/下田町 編集/企画財政課 No.410/平成17年6月1日
〒039-2192 青森県上北郡下田町字中下田135-2
下田町役場 Tel 0178-56-2111 Fax 0178-56-4364
下田町ホームページアドレス <http://www.town.shimoda.aomori.jp>

古紙配合率100%再生紙を使用しています。



QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。