

『奥入瀬川の恵みと笑顔あふれるまち』の情報誌

広  
報

# おいらせ

Public  
Relations  
2017  
No.150

# 8



【表紙】木ノ下蒼前宮例大祭で披露された「木ノ下神楽」

木ノ下神楽は50年ほど前に断絶したといわれます。しかし、「地域の伝統を復活させたい」と願う木ノ下地域の有志により、おがみ法霊神楽保存会(八戸市)から指導を受けて、平成24年に復活を果たしました。現在は、木ノ下地域の郷土芸能として木ノ下まつりなどで披露されています。

■特集■

今年も町民健診が  
始まります！

目次

04 — 特集・今年も町民健診が  
始まります

10 — 町職員・委員等の募集情報

12 — おいらせスポーツ  
インフォメーション

14 — 各種催し・募集情報  
相談窓口一覧、ほか

22 — 健康長寿おいらせコーナー

26 — まちのわだい  
間木堤・マコモ植栽作業  
氣比神社例大祭・木ノ下まつり  
未来の地域づくり講座、ほか

30 — 戸籍の窓

32 — Person Oirase コーナー  
名久井 敬次 さん



軽トラ市、今年も始まる



7月2日、第18回おいらせ軽トラ市が、本町商店街で開催されました。晴れやかな天気のもとで、軽トラや軽バスなどによる30店の出店がずらりと並び、多くの買い物客で賑わいました。オープニングセレモニーでは、あゆみ



軽トラ移動市を開催！

8月27日(日) 9時～13時

【会場】北公民館&青葉公園

※この日は100 縁笑店街やスタンプラリーの開催はありません。

保育園と川口保育園の園児らが演奏発表を行ってイベントを盛り上げたほか、商店街14店舗では、百円の目玉商品をセール販売する恒例の「百縁笑店街」も実施。おいらせ軽トラ市は、7月から12月までの毎月第1日曜日に開催していく予定です。ぜひお越しください。

「おいらせ町景観百選」候補地を募集中！

おいらせ町景観百選は8月31日まで募集しています。まとめて応募しようと撮りためた写真がある人は、忘れずにご応募ください。

応募を迷っている人や、好きな景観はあるけれど写真がないという人も、ぜひご相談ください。

☎ 企画財政課 ☎0178-56-4273

おいらせ町の四季を発信中！

四季で異なる町の豊かな自然や風物詩を、町ホームページで紹介中！

<http://www.town.oirase.aomori.jp/site/oirasekankou/>

ちょっとした時間にぜひ、ご覧ください。  
新たな発見があるかも！



次回以降の開催予定日

8月6日

9月3日

10月1日

11月5日

12月3日

☎ おいらせ軽トラ市実行委員会

(おいらせ町商工会内) ☎0178-56-2511

## 大会結果

<b>A</b> 10km 高校・ 一般男子 39歳以下	1位 大杉 裕輝 (東北町) 2位 風間 勝臣 (南部町) 3位 村上 雄哉 (新郷村)
<b>B</b> 10km 一般男子 40歳～49歳	1位 三谷 享 (六ヶ所村) 2位 川端 喜真 (東通村) 3位 古家 憲太朗 (むつ市)
<b>C</b> 10km 一般男子 50歳～59歳	1位 稲村 輝男 (階上町) 2位 藤田 英樹 (千葉県) 3位 沢谷 高志 (八戸市)
<b>D</b> 10km 一般男子 60歳以上	1位 杉澤 隆司 (八戸市) 2位 天間 義昭 (十和田市) 3位 浅利 誠司 (岩手県)
<b>E</b> 10km 高校・ 一般女子 39歳以下	1位 杉澤 多佳子 (八戸市) 2位 廣田 清香 (八戸市) 3位 築館 あゆみ (弘前市)
<b>F</b> 10km 一般女子 40歳以上	1位 佐藤 由貴 (八戸市) 2位 長谷川 雅子 (青森市) 3位 後閑 文子 (東京都)
<b>G</b> 5km 高校・ 一般男子 39歳以下	1位 山本 一輝 (三沢市) 2位 星川 永志 (三沢市) 3位 櫻田 佑也 (三沢市)
<b>H</b> 5km 一般男子 40歳～49歳	1位 大川 憲史 (青森市) 2位 沼山 寿憲 (十和田市) 3位 田村 貴弘 (八戸市)
<b>I</b> 5km 一般男子 50歳以上	1位 石岡 尊広 (青森市) 2位 上原子 憲樹 (六戸町) 3位 冷水 祥仁 (八戸市)
<b>J</b> 5km 高校・ 一般女子	1位 福田 由香人 (南部町) 2位 秋山 真嬉 (八戸市) 3位 鈴木 春菜 (おいらせ町)
<b>K</b> 3km 中学生男子	1位 山内 雄太 (むつ市) 2位 欠端 陽翔 (岩手県) 3位 山本 一颯 (おいらせ町)
<b>L</b> 3km 中学生女子	1位 坂井 陽 (十和田市) 2位 荒川 ゆう (八戸市) 3位 浪岡 那佳 (おいらせ町)
<b>M</b> 3km 小学生男子 5・6年生	1位 須藤 魁 (平内町) 2位 熊谷 天良 (野辺地町) 3位 獅子内 叶汰 (岩手県)
<b>N</b> 3km 小学生男子 3・4年生	1位 高橋 愛琉 (秋田県) 2位 沖澤 大剛 (東北町) 3位 古川 陽樹 (岩手県)
<b>O</b> 3km 小学生男子 1・2年生	1位 堀野 伊織 (おいらせ町) 2位 矢崎 昂大 (野辺地町) 3位 工藤 晃誠 (おいらせ町)
<b>P</b> 3km 小学生女子 5・6年生	1位 沼田 音緒 (東北町) 2位 蛭名 真弓 (三沢市) 3位 菊池 瑞希 (岩手県)
<b>Q</b> 3km 小学生女子 3・4年生	1位 荒川 さい (八戸市) 2位 夏井 日菜子 (岩手県) 3位 乙部 海音 (野辺地町)
<b>R</b> 3km 小学生女子 1・2年生	1位 尾ヶ瀬 心鈴 (東北町) 2位 荒川 みや (八戸市) 3位 木村 莉瑠 (八戸市)

## 第32回いちょうマラソン大会

初夏のいちょう公園を疾走！

6月25日、いちょう公園周辺で「第32回いちょうマラソン大会」を開催しました。今年是全国各地から902人が参加。好記録を目指す、仲間と走りを楽しむ、健康づくりなど、さまざまな目的のランナーが自由の女神像や田園風景が望めるコースを疾走しました。

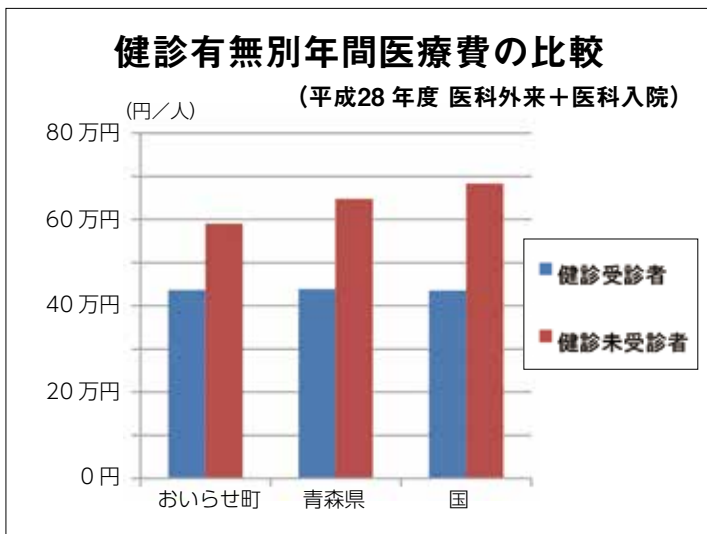
▶選手宣誓を行う高山愛子選手(おいらせ町)





■特集■

今年も町民健診が始まります！  
～自分のため、家族のために健診を！～

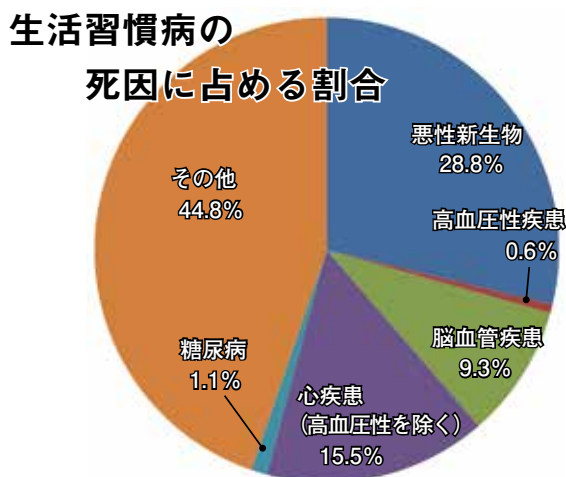


今月は、おいらせ町の健診をご紹介します。

日本人の死因の5割以上を占める生活習慣病。生活習慣病は食生活の乱れや運動不足など、日常生活の積み重ねが原因となって発症します。また、自覚症状が出にくいことも特徴です。

このため、生活習慣病予防には健診が、とても重要となります。

また、おいらせ町の国保加入者の医療費を分析すると、特定健康診査を受けていない人は受けている人に比べて年間の医療費が約3割多くかかっているという結果が出ています。



資料：厚生労働省大臣官房統計情報部  
「平成25年人口動態統計月報年計(概数)」



# 特集「今年も町民健診が始まります！」

おいらせ町の  
イメージキャラクター  
「おいらくん」



今年の町民健診、申込みした？

町民健診？ 忙しくて、そんな時間ないし  
お金もかかるから、受けた事ないよ～



一度も受けた事ないの？ もったいない！

えっ!? もったいない…の？

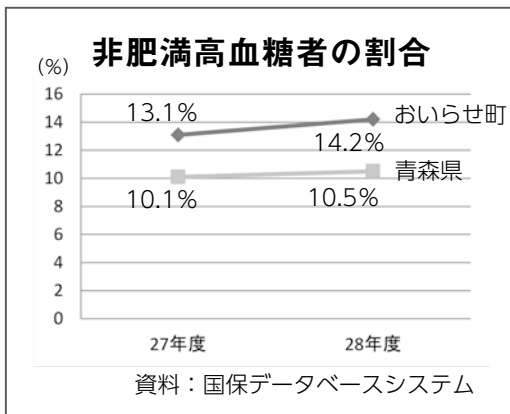
青森県健やか力向上  
推進キャラクター  
「マモルさん」



## おいらせ町民は 太っていないのに血糖値高め？

おいらせ町は県内市町村と比較して、「太っていないのに血糖値が高い」いわゆる「非肥満型高血糖」の方の割合が高くなっています。(下図参照)

血液検査をすることで、早い段階で高血糖傾向の状態がわかり、糖尿病になる前に生活習慣を見直すことが可能になります。



### お得①

特定(基本)健診が  
無料!

特定健診では、総額おおよそ8千円の検査が無料で受けられます。  
基本的な身体測定や採尿・血液検査はもちろん無料! 町では、より詳しい検査項目も追加して実施していますが、その費用も町で負担しているため、すべて無料で受診できます。

### お得②

がん検診は料金が  
格安!

がん検診も、料金が格安でお得です!  
例えば、集団健診で「特定(基本)健診+胃・大腸・肺がん検診」を受けた場合、全部で約1万6000円のところを1900円で受診できます。  
また、男性なら前立腺がん検診、女性なら乳がん検診と子宮頸がん検診も格安料金で、とてもお得です。

### お得③

早期発見で医療費を  
抑制できる!

生活習慣病は、重くなればなるほど治療にお金がかかります。さらに、食事制限など自分で取り組まなければならぬことも出てきます。  
症状が出てから病院へ行く、すでに重症化していたり、その後の進行が早まることも多いものです。一方、軽いうちに発見できれば、医療費が抑えられます。さらに生活習慣を見直すだけでよい場合もあり、何より長く健康でいられます。

## さらに健活ポイント

ゲットでお得!

特定(基本)健診の受診は、平成27年度から始まった「健活ポイント」の必須ポイントです。健診を受ける、対象イベントに参加するなどして20ポイント貯めれば、1千円の商品券と交換できます。

さらに翌年の抽選会に参加すると、旅行券等豪華景品が当たる可能性もありますよ!

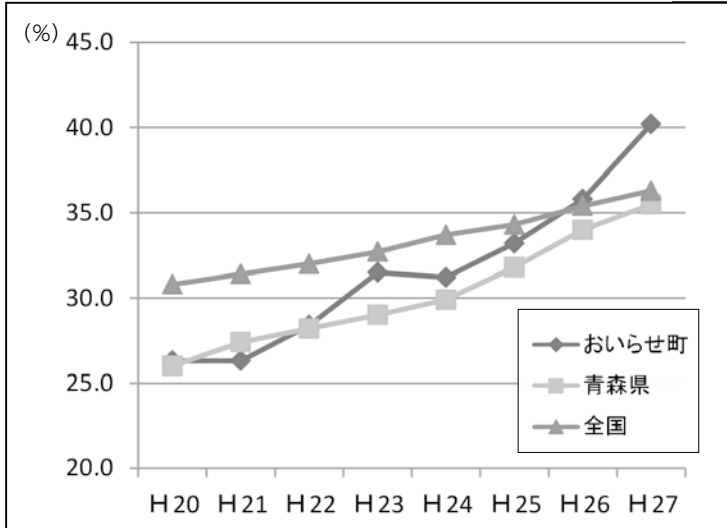
詳しくは、健活ポイントのパンフレットをご覧ください。

まだ間に合います! まずはお申し込みを! 申込方法は8ページをご覧ください。

## 皆さまのおかげで特定健診受診率は急上昇！

### ＝平成27年度 各地区別の特定健診受診率＝

※「特定健診」とは… 町国民健康保険に加入している40歳～74歳の人を対象とした、全国統一で実施している基本健康診査です。



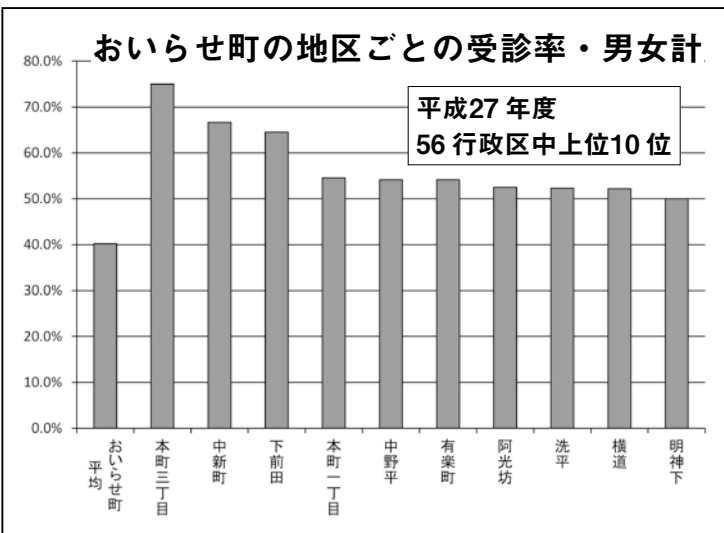
### 受診率の推移 ～町・県・国の比較～

#### 受診率が初めて40%を突破！

特定健診は、平成20年度から始まり8年が経過しました。おいらせ町の特定健診受診率は、制度が始まった当初は受診率26.3%、40市町村中24～25位を推移していました。

しかし、近年はぐんぐんと伸びて、平成27年度の実績で受診率40.2%を記録し、順位を13位まで上げることができました。

これらは、受診してくださった人、健診を勧めてくれた人、町民一人ひとりの健康意識の高まりの影響と考えています。



### 地区別受診率 (男女別)

平成27年度の町全体の特定健診受診率は40.2%です。

受診率50%を超えた地区が26年度の4か所から11か所に増えました。

特に60%を超えた「本町三丁目」「中新町」「下前田」の受診率が高くなっています。

受診率 上昇順位	地区	上昇率	H26 順位	H27 順位
1位	本町4丁目	28.6%増	53位	23位
2位	本町3丁目	28.3%増	2位	1位
3位	中央町	25.0%増	55位	52位
4位	中新町	23.8%増	12位	2位
5位	豊原	15.3%増	33位	14位
6位	秋堂	13.1%増	37位	15位
7位	洗平	12.9%増	21位	8位
8位	苗振谷地	12.9%増	49位	36位
9位	日ヶ久保	11.3%増	24位	10位
10位	新敷	11.1%増	51位	45位

### 初 受診率が大幅にアップした地区 トップ10発表！

平成26年度から受診率が大幅にアップした地区は、「本町4丁目」と「本町3丁目」の2地区です。

また、この中で町全体の中で順位を大幅に上げたのは、「豊原」「秋堂」「洗平」となっております。

※地区によって対象者数に差があるため、単純比較はできませんが、参考資料としてご紹介します。

## 特定健診Q & A

健診に関する相談やお申し込みは、各地区の保健協力員も担っています。お気軽にお声がけください。



保健協力会・副会長  
小向 サツさん  
(根岸地区担当)

【Q1】特に病気もしていないし、健康なので受ける必要がないのでは？

【A1】生活習慣病は自覚症状なく進行することがほとんどです。年に1回の健診でからだのチェックをすることが大切です。軽度なら、生活習慣を見直すだけで済むこともあります。

【Q2】通院中だから、受けなくてもいいですか？

【A2】通院している方も対象です。特定健診はさまざまな病気の発見を目的としています。治療している病気以外の発見にも役立ちます。判断に迷う場合は、主治医の先生とご相談ください。

【Q3】職場で健診を受けたのですが、また受けなくてはいけませんか？

【A3】重複して受ける必要はありません。職場で受けた健診の結果の写しを役場へ提供いただくと幸いです。

### 弘前大学での分析結果

#### 「青森県民のがんの特徴」

- ▼がんにかかる割合は全国並みだが、死亡率が高い
- ▼がんの発見が遅いことにより、死亡率が高くなっている

#### 青森県は平均寿命・がんによる死亡率ともに全国最下位！

青森県の平均寿命が短い理由の一つとして、働き盛りの若い方がなくなっていることがあげられます。長寿日本一の長野県と青森県の年代別の死亡率を比べてみても、青森県は、40歳代～50歳代の働き盛りの男性の死亡率が長野県の2倍程度です。

がん検診を受けて「精密検査が必要」と判断されたときには、必ず精密検査を受けることが重要です！

「精密検査＝がん」ではありません。「念のためにもう少し検査をしましょう！」という意味ですので、怖がらずに早めに医療機関で受診しましょう。



保健協力会・副会長  
村田 昭子さん  
(豊原地区担当)

#### 早期発見で「がん」も「生活習慣病」も怖くない！

「がん」は不治の病ではありません。例えば「胃がん」では、半数以上の方が命を落としますが、早期であればほぼ100%完治します。早期発見は、症状が出たらすぐ検査を受けることではありません。「がん」も「生活習慣病」も症状が出ないうちに定期的に検査することが大切です。



# 特集 「今年も町民健診が始まります！」

受診には事前に申し込みが必要です。

予約方法などの詳細は申込後にお知らせいたします。

問（申込先）環境保健課 健康長寿推進室

☎0178-56-4551

## 基本健診の対象となる人（※）

- ① 特定健診……40歳～74歳で国民健康保険加入の人
  - ② さわやか成人健診……20歳～39歳の全町民（保険証の種類は問いません）
  - ③ 後期高齢者健診……後期高齢者医療制度の加入者（主に75歳以上の人）
- ※後期高齢者健診は、満75歳になった日（お誕生日当日）から受診できます。  
 ※上記以外の方は、町の基本健診に申し込むことはできません。職場などへお問い合わせください。町民であれば、どなたでもがん検診は受診できます。

お得に健康！  
「いきいき健活ポイント」  
も貯まります。



## 各健診の内容

基本健診	身体・血圧測定、尿検査、心電図、眼底検査、血液検査（血糖・脂質・肝機能・貧血）			医師の診察
胃がん検診	胃バリウム検査	大腸がん検診	便潜血検査	
肺がん（結核）検診	胸部レントゲン撮影	前立腺がん検診	血液検査（PSA、腫瘍マーカー）	
乳がん検診	マンモグラフィ	子宮がん検診	子宮頸部細胞診	

## 各健診の日程・会場・料金

種別	会場・日程	基本健診	胃がん検診	大腸がん検診	肺がん検診	前立腺がん検診	乳がん検診（隔年）	子宮がん検診
		※上記参照	40歳以上	40歳以上	40歳以上	50歳以上の男性	40歳以上の女性	20歳以上の女性
集団健診	<b>【みなくる館】</b> 受付時間：7時～9時 8月1日㊤・9月3日㊤・4日㊤、10月23日㊤・24日㊤（予備日：11月30日㊤、12月1日㊤） <b>【北公民館】</b> 7月31日㊤、9月5日㊤、10月29日㊤・30日㊤ <b>【町民交流センター】</b> 9月25日㊤・26日㊤・27日㊤	○ 無料	○ ¥1,000	○ ¥500	○ ¥400	○ ¥500		
	<b>【みなくる館】</b> 受付時間：12時～13時 10月25日㊤・26日㊤ <b>【北公民館】</b> 11月9日㊤・10日㊤ <b>【町民交流センター】</b> 9月13日㊤・14日㊤						○ ¥1,000 ※40～58歳 ¥600 ※60歳以上	○ ¥1,000 (卵巣含)
個別検診	<b>【八戸西健診プラザ】</b> 8月1日㊤～1月31日㊤（日曜を除く） <b>【八戸市総合健診センター】</b> 8月1日㊤～1月31日㊤（土日を除く）	○ 無料	○ ¥1,000	○ ¥500	○ ¥400	○ ¥500	○ ¥1,000	○ ¥800 (卵巣別)
	<b>【会場】</b> おいらせ病院（7時45分～8時受付） 石田温泉病院（8時40分～11時受付） 三上医院（8時30分～11時受付） 下田診療所（8時40分～11時受付） ケイクリニック（8時30分～11時受付） <b>【日程】</b> 8月1日㊤～1月31日㊤（日曜を除く） ※おいらせ病院のみ土日除く	○ 無料						
	<b>乳がん検診</b> <b>【おいらせ病院】</b> （13時～13時半） 8月7日㊤～8月28日㊤（毎週月曜）						○ ¥1,000	
	<b>子宮がん検診</b> <b>【八戸市内の産婦人科】</b> 8月1日㊤～1月31日㊤ ※実施病院…一松堂医院、倉本クリニック、すわクリニック、苫米地レディースクリニック、たけうちマザーズクリニック、西村産婦人科、八戸クリニック、麻美レディースクリニック							○ ¥800 (卵巣別)



# おいらせ町平和祈念祭を開催します

## 多くの町民の皆さまの献花をお待ちしております

先の大戦などにおいて亡くなられた、おいらせ町出身戦没者の御霊を追悼し、平和を祈念します。来場者には記念品を差し上げますので、多くの町民の皆さまの参加をお待ちしております。

●日時 8月10日(木)  
10時30分～正午

●場所 町民交流センター  
小ホール

※町では夏季軽装（クールビズ）実施期間中のため、参加の際は軽装でお越しください。

※個別案内については、弔慰金の請求に関する誤解やトラブルに繋がるため、例年通知を控えさせていただいております。何卒ご了承ください。



☎ 町民課 ☎0178-56-2246

## 《おいらせ百石まつりの出店・規制情報》

### カワヨ駐車場以外の場所に出店する際の注意点！

#### 適正な手続きのもとで出店ください

まつり期間中、カワヨ駐車場以外の場所に出店し、ガスコンロや発電機などの火気器具を使用する場合には、各出店者の責任で消防署に届け出を行ってください。

なお、9月15日(金)～18日(日)にカワヨ駐車場内に出店する場合は、おいらせ町観光協会で管理・届け出をいたします。

#### 【届け出にあたっての注意事項】

- 届出書は、催しの2日前までに提出しなければなりません。
- 届出用紙は最寄りの消防署で配布しております。また、八戸広域消防ホームページからダウンロードすることもできます。

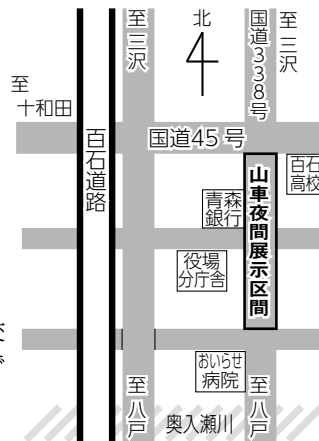
☎ おいらせ消防署 ☎0178-56-2525  
八戸消防本部 予防課 ☎0178-44-2133

### 前夜祭・山車夜間展示は国道45号で開催！

- ◎開催日時 9月15日(金) 18時45分開始
- ◎開催場所 下記地図のとおり
- ◎規制時間 17時～21時（一時解除あり）



※近隣住民の皆さまには、交通規制や祭囃子などの音でご迷惑をおかけしますが、何卒ご了承ください。



☎ おいらせ町観光協会（商工観光課内）  
☎0178-56-4703

## 任期付職員・運転技能員を募集します（平成29年10月採用予定）

## ○募集職種・採用予定人数

運転技能員（フルタイム勤務）／1人

## ○任期

平成29年10月1日～平成30年3月31日

※更新はありませんが、勤務成績が優秀であれば正職員として採用される場合があります

## ○職務内容

町所有車両の運転業務およびその付帯業務

※主な運転車両：グレーダー、タイヤショベル、ダンプトラック、普通乗用車など

## ○受験資格

受験資格は、心身ともに健康で、次の要件をすべて満たすことです。

- ①昭和52年4月2日以降に生まれた人
- ②大型自動車免許および大型特殊自動車免許を保有し、車両系建設機械（整地等）運転技能講習を修了していること
- ③実務経験2年以上

※上記受験資格を満たす方であっても、日本国籍を有しない方や成年被後見人などの方は受験できません。

## ○採用試験

▶試験日 8月25日(金)

▶試験会場 おいらせ町内（申込者へ個別に通知します）

▶試験内容 書類審査、面接試験、実技試験

## ○受付期間

8月1日(土)～8月17日(土)（土日祝日を除く）

※上記期間内に申込書類を総務課人事係へ郵送または直接お持ちください。

## ○受験申込書・募集案内の配布方法

①役場窓口での配布（役場本庁舎・総務課）

②郵送での配布…返信先を明記して120円切手を貼った返信用封筒（角型2号）を同封し、郵送用封筒に「任期付職員採用試験申込書請求」と朱書きのうえ、総務課人事係へ請求してください（請求は8月8日(土)必着）

③町ホームページからのダウンロード…<http://www.town.oirase.aomori.jp>へアクセスください

※提出書類は募集案内をご確認ください

☎【申込先】総務課人事係 ☎0178-56-2166  
〒039-2192 上北郡おいらせ町中下田135-2

## 地域おこし協力隊を募集

町の魅力や生活環境を町外在住者へ発信し、移住希望者のサポートを担う「地域おこし協力隊」を募集します。

○募集人数 1人

○応募要件 20歳～39歳で三大都市圏またはその他都市圏などから移住する人

○雇用期間 委嘱の日から平成30年3月31日まで（最長3年の更新が可能）

○勤務条件 ▶原則午前9時～午後4時・週5日勤務▶住宅の無償貸与有▶健康保険、厚生年金、雇用保険を適用

○報酬 月額16万6,000円

○応募期間 8月1日(土)～8月31日(土)（応募がない場合は1か月ごとに順延します）

○応募書類 応募用紙および住民票

○選考方法 書類審査後、面接を行います。

※応募に関する詳細は、町ホームページでご確認ください。

▶<http://www.town.oirase.aomori.jp/soshiki/6/chikiokoshi.html>



☎【申込先】企画財政課 ☎0178-56-4273

## 町子ども・子育て会議委員を募集

子ども・子育て支援の取り組みやあり方に対して、広く町民からご意見を伺い反映するため、子ども・子育て会議委員を募集します。

○募集人数 3人程度

○応募資格 町民または町内に勤務する20歳以上の児童の保護者、保育、福祉、教育、保健医療の各関係者（会議は平日の日中に開催）

○任期 委嘱の日（11月予定）から2年間

○報酬 5,300円（別途交通費を支給）

○応募方法 応募用紙に必要な事項と小論文を記入し、持参・郵便・FAX・電子メールいずれかにより提出ください。

○応募用紙の配布 町民課（本庁舎）、分庁サービス課（分庁舎）、北公民館で配布しているほか、町ホームページでダウンロードできます。

○応募期限 8月28日(土)まで（当日消印有効）

○選考方法 書類選考（結果は書面で通知）

☎【申込先】町民課 子育て支援室（本庁舎1階）  
☎0178-56-4259 FAX0178-56-4364  
✉[chomin@town.oirase.aomori.jp](mailto:chomin@town.oirase.aomori.jp)  
〒039-2192 おいらせ町中下田135-2

## 排水管の詰まり・破損を防ぎましょう

### ◎排水の仕組みと経路

- ▶下水道：家庭排水は排水管や下水道管などを經由し、施設で水質処理され放流されます。
- ▶浄化槽：家庭排水は排水管を通り、浄化槽で水質処理され、敷地内で浸透処理されます。

### ◎詰まりや破損を防ぐ

排水溝に流してはいけないものを流すと、重大事故につながって余分な出費も生じます。次のポイントに注意して、適切に利用ください。

#### ①生ゴミ・油類を流さない

- ▶生ゴミは滞留するため、また、油類は冷えて固まるため、詰まりの原因になります。

#### ②トイレにはトイレットペーパー以外流さない

- ▶ティッシュペーパー、生理用品、ビニール袋、掃除用シートなどはトイレに流さないでください。

#### ③危険物を流さない

- ▶ゴミやアルコール、ガソリンなどの危険物を流すと、重大事故につながります。

☎ 地域整備課 下水道係 ☎0178-56-4819

## 町地域振興協議会はまちづくりを応援します 公募支援事業助成金に応募しませんか？

地域振興のための事業に対して、助成金を交付します。ぜひお申し込みください。

●対象団体 町内に活動の拠点をおく公共的団体

●申請期限 9月1日☎まで

### ●助成事業

- ①安心・安全まちづくり事業（防災関連事業）
- ②地域活性化支援事業（地域の振興、発展などのための事業）
- ③産業活性化支援事業（ブランド推進事業など）

●助成金額と対象経費 原則として15万円を上限に10割助成（人件費や償却費を除く事業の実施に要する経費）

※審査結果は全申込者へお知らせします。

※申請様式や制度の詳細は、お気軽にお問い合わせください。

【助成事例】 鮭まつり会場において、イベント来場者に町特産品をPRするためのコーナーの設置（設置費用を助成）

☎【申込先】 おいらせ町地域振興協議会事務局  
（企画財政課内） ☎0178-56-4273

## 浄化槽設置に補助金を交付します

下水道が当面整備されない地区の浄化槽設置に、補助金を交付します。住宅・事業所が対象となり、借家などは対象外となります。

●申請期限 平成29年12月20日☎まで  
工事着工前に指定の申請書類を提出すること

●対象者 浄化槽を新たに設置する人、または単独浄化槽から合併浄化槽に切り替える人

### ●主な交付要件

- ①公共下水道事業認可区域外に設置すること
- ②平成30年2月末日までに事業完了すること
- ③本人および世帯が町税などを滞納していないこと

一般住宅用 区分	限度額
5人槽	529,000円
6人槽～7人槽	662,000円
8人槽～10人槽	897,000円

事業所用 区分	限度額
5人槽	352,000円
6人槽～7人槽	441,000円
8人槽～10人槽	598,000円
11人槽～15人槽	876,000円
16人槽以上（上限）	1,174,000円



☎ 地域整備課 下水道係 ☎ 0178-56-4819

## 農業用使用済みプラスチックを回収します

日時	回収場所	【JA十和田おいらせ】
8月21日☎	下田支店	北部野菜センター
8月22日☎	ももし支店	二川目野菜集出荷センター

●受付時間 9時～15時

●助成費 1kgあたり6円を助成します。

●持ち物 印鑑をお持ちください

### ●持込方法（ビニール類、苗箱など）

- ▶ハウスビニールは必ずひもを外す▶ポリと塩化ビニールを分ける▶土砂をよく落として乾かす▶肥料袋やフィルムなどは束にして縛る▶苗箱は20～30枚ごとに重ねて縛る▶農業容器は、よく洗い、乾かす ※これまでと同様です

### ●長いもネットの回収

- 【持ち込み時の注意点】▶縦・横・高さを各50cm程度にたたむ、またはロール状にする▶ツルや葉は落とす▶処分料は1kgあたり55円です▶ツルや葉を落とさない場合は、重量分の処分料を負担いただきます

☎ JA 十和田おいらせ

ももし支店 ☎ 0178 ☎ 2384 下田支店 ☎ 0178 ☎ 0180  
町農林水産課 ☎ 0178 ☎ 4279

## 町民体力テスト参加者募集!



### 健活ポイント対象事業

町では、スポーツ庁が実施している新体力テストの一環として、また、町民の皆さんの体力や健康づくりに対する関心が高まることを目的に町民体力テストを実施します。

この機会に、ぜひ今の自分の体力・運動能力を確認してみませんか?

- 募集対象 平成9年4月1日までに生まれた町民または町内に勤務する方
- 実施日時 10月13日(金) 13時30分～15時30分
- 会場 町民交流センター アリーナ
- 申込締切 8月31日(木)まで
- 連絡事項 ①上履きを持参し、運動できる服装で参加ください。  
②本事業はいきいき健活ポイント対象です。  
③参加者全員へ参加賞を差し上げます。

### ○実施内容 (テスト項目)

20歳～64歳	65歳以上
握力測定	
上体起こし	
長座体前屈	
反復横とび	開眼片足立ち
立ち幅とび	10m障害物歩行
急歩 (男1,500m/女1,000m)	6分間歩行

☎【申込先】 社会教育・体育課  
☎ 0178-56-4276

## 少林寺拳法

### 「公開町民少林寺拳法健康整体教室」参加者を募集します

#### 健活ポイント対象事業



健康長寿・県一を目指して、体のゆがみをとる整体法をわかりやすく楽しく指導します。

- 開催日時 9月2日(土)・9日(土)・16日(土)・30日(土)計4回実施) 18時半受付
  - 開催場所 町民交流センター 小ホール
  - 参加料金 無料
  - 申込締切 8月31日(木)
  - 講師 北向 勉 (7段)、植野 豊 (6段)
- ☎【主催・申込先】  
町少林寺拳法協会 北向 ☎ 0178-56-3911

## ゴルフ

### 第24回町民ゴルフ大会 参加者を募集します

#### 健活ポイント対象事業



- 開催日時 9月10日(日) 8時～
- 開催場所 十和田国際カントリークラブ
- 参加料金 会員 1,000円、非会員 3,000円  
※プレー代金は各自でお支払いください。
- 定員 先着 100人
- 申込締切 8月28日(日)

☎【申込先】  
十和田国際カントリークラブ ☎ 0176-55-3106  
町ゴルフ協会事務局 ☎ 090-7332-6215

## テニス

### おいらせ町テニス大会 参加者を募集します

- 参加資格 町民または町内勤務者
- 開催日時 9月3日(日) 9時試合開始  
(受付時間：8時45分まで)  
※予備日：9月10日(日)

- 開催場所 いちよう公園 テニスコート
- 参加料金 1,000円
- 申込締切 8月18日(金) 17時まで (先着 32人)
- 種目 ダブルス区別なし (1人の申込可)
- 試合 6ゲームマッチ・リーグ戦・トーナメント戦

☎【申込先】 町テニス協会事務局 中川  
☎ 0176-57-1563

## スポーツコラム 見て・参加して・応援しよう～駅伝競走100周年～

箱根駅伝として知られる東京箱根間往復大学駅伝競走や、全国高等学校駅伝競走大会などをテレビで見たことがある人は多いと思います。駅伝は、必死でたすきを次の選手へつなごうとする姿が見る者を感動させる、そんなスポーツです。

さて、この「駅伝」どこの国が発祥かご存じでしょうか？ 正解は日本です。駅伝の歴史は1917年の東海道駅伝徒歩競走が始まりと言われ、今年でちょうど100周年です。

ちなみに、有名な箱根駅伝は次回大会が第94回大会になります。この駅伝発祥の国で、100周年の駅伝競走をみんなで盛り上げましょう。

県内では「健脚でつなげ郷土の和と心」をテーマに、市町村対抗の県民駅伝競走大会が毎年開催され、今年は9月3日㊤、青森市を会場に第25回大会が開催されます。おいらせ町の選手たちも上位入賞を目指し日々練習を重ねているところです。選手たちの活躍に期待しましょう。

町では、健康保持とコミュニケーション促進等を目的に、例年町民駅伝大会を開催し、連合チームを含む各町内会が熱戦を繰り広げています。

今年は10月8日㊤、下田公園を会場に第10回大会を開催します。参加申込は9月15日㊤までです。新規参入大歓迎！ 参加申込みは、社会教育・体育課（☎0178-56-4276）へお問い合わせください。



▲昨年の青森県民駅伝競走大会で、町の部・第6位に入賞したおいらせ町チームのメンバー

## 祝 全国大会出場

【野球】～お疲れさまでした～

百石中学校1年生 館 宥丞さん（一川目在住）

—— J A 共済杯第 51 回全国リトルリーグ野球選手権大会出場（7月21日～23日）

【バレーボール女子】～健闘を祈ります～

三沢商業高等学校2年生 澤上 世李香さん（木ノ下中出身）

三沢商業高等学校1年生 松林 菜奈美さん（木ノ下中出身）

—— 平成 29 年度全国高等学校総合体育大会女子バレーボール競技大会出場（7月28日～8月1日）

【グラウンド・ゴルフ】～健闘を祈ります～

町グラウンド・ゴルフ協会 泉 利幸さん（洋光台在住）

町グラウンド・ゴルフ協会 小笠原 サン子さん（三田在住）

町グラウンド・ゴルフ協会 村田 正勝さん（向山在住）

—— 第 72 回国民体育大会グラウンド・ゴルフ競技出場（9月16日～17日）

### お詫びと訂正

広報おいらせ7月号15ページの「町民少林寺拳法護身術教室」記事に誤りがありました。次のとおり訂正のうえ、お詫び申し上げます。

【誤】○開催場所 農村環境改善センター

【正】○開催場所 町民交流センター 小ホール

### 10月1日～7日は

### 「公証週間」です！

公証人は、国の一機関として中立・公正な立場で地域住民の皆さまの財産などの権利や生活を守っています。

法律の専門家である公証人が作成する公正証書は公文書であるため、大切な権利を守り、私的なトラブルを未然に防ぎます。

文書作成などの手数料は法令で定められていますので、安心してご利用できます。相談であれば無料ですので、お気軽にお問い合わせください。

町 八戸公証役場

☎ 0178-431213

# 情報

## インフォメーション

### 各種施策・行事案内

#### 北部出張所でも 各種証明書を 発行しています

- 住民票、町名変更の証明書
- 戸籍謄本、戸籍の附票
- 印鑑証明書
- ※印鑑登録・廃止・再発行の手続きはできません
- 所得証明書・課税所得証明書
- 評価証明書など
- 資産に関する証明書
- 納税証明書（車検用含む）
- 粗大ごみ処理券
- 健診無料券など

北部出張所（北公民館内）



- ※住所変更、戸籍届出、保険証交付などは取り扱いできません。
- ※運転免許証、保険証など本人確認ができる公的書類を持参ください。手続きによっては説明や追加書類が必要になります。

☎北部出張所 ☎0176 ☎1208  
青葉二丁目50番地1395

## 催し

### 地区敬老会の開催

町では、75歳以上の町民を対象にした敬老会を、各地区・各町内会に委託して開催しております。

敬老会の開催時期は、各地区・各町内会によって異なりますので、詳しい内容は、お住まいの町内会の事務局か、介護福祉課へお問い合わせください。

☎0178 ☎4705

### くらしやお金に 関する無料相談会

専門スタッフや弁護士、保健師、社協相談員が借金返済、相続、離婚、DV、介護問題、

ひきこもり、依存症などの相談に対応します。

- 日時 9月16日 ☎
- 場所 信用生協八戸事務所  
(八戸市八日町36)
- ☎信用生協  
☎0120・102・084

### 県立百石高校 同窓会総会

- 日時 8月5日 ☎ 18時半
- 場所 きざん八戸
- 会費 5千円
- ※ただし平成27・28年3月卒業生は千円、平成29年3月卒業生は無料です。
- 送迎バス 百石高校を17時25分に出発します。
- 申込方法 開催日の前日までに事務局へ氏名・卒業年・連絡先・バス利用の有無をお知らせください。

### 馬淵川浄化センター 見学会

- ☎0178 ☎2088
- FAX 0178 ☎8315

### 馬淵川浄化センター 見学会

毎年9月10日は「下水道の日」です。馬淵川浄化センターでは下水道への関心と理解を深めていただくため、施設見学会を開催します。来場者には記念品を進呈します。

- 日時 9月9日 ☎ 10日 ☎ 両日とも9時～16時
- 場所 馬淵川浄化センター  
(八戸市河原木字蓮沼1・2)
- 内容 処理施設見学、微生物観察コーナー、汚泥リサイクルコーナー、DVD上映、パネル展
- ☎馬淵川流域下水道指定管理者（公財）青森県建設技

### 術センター馬淵川事業所

☎0178 ☎1652

### いつかここで暮らす！ 半都半邑の楽しさ・しごと編

青森県とおいらせ町など八戸圏域8市町村は「この地域で暮らす」をテーマにした交流会「半都半邑の楽しさ」を開きます。地域の求人状況や暮らし方について、参加する企業と話をしながらUターンや地元就職を考えてみませんか？

- 日時 8月12日 ☎ 16時～18時
- 会場 八戸工業大学産学連携プラザ（八戸市十三日町チーノ1階）
- 参加料 無料
- ※途中入場も可能です。
- ☎企画財政課  
☎0178 ☎4273

### 道路に張り出した樹木の 伐採をお願いします

樹木や庭木が道路に張り出していると、通行の支障となり、さらに倒木や落枝などで交通障害を引き起こす場合があります。

私有地から張り出した樹木の剪定や伐採を町で行うことはできません。事故予防のため、所有者は適切な管理をお願いいたします。

☎地域整備課  
☎0178 ☎4702



催し

全国一斉！  
法務局休日相談所

○全国一斉！休日相談所

(予約優先・秘密厳守)

青森地方法務局では、法務局が所掌する登記、人権などに関する特設の無料相談所を開設します。相談は予約優先、1人につき30分以内です。事前にお電話ください。

▼開催日 10月1日㊤

▼時間 10時～15時

▼会場 青森地方法務局八戸支局、ほか県内2か所

○公証人による「遺言」についての講演(予約優先)

▼開催日 10月1日㊤

▼時間 10時～10時50分

▼会場 青森地方法務局八戸支局、ほか県内2か所

○司法書士による「相続登記」についての講演

▼開催日 10月1日㊤

▼時間 11時～11時50分

▼会場 青森地方法務局八戸支局、ほか県内2か所

○「予約先」青森地方法務局八戸支局

☎0178(24)3351

募集

パンフレット  
モデル募集

おいらせブランド推進協議会では、観光・体験型のパンフレットを作成します。そのパンフレットにモデルとして出演しませんか？ぜひご応募ください。

○撮影日時 未定・応相談

○撮影場所 おいらせ町内各所で撮影予定

○応募資格 20歳～40歳の女性または親子連れ

○応募方法 おいらせブランド推進協議会へ電話でお申し込みください。

※申し込みの際に顔写真を提供いただきます。

○応募期限 8月31日㊤

○謝礼 なし(無償で協力くださる人を募集します)

○「申込先」おいらせブランド推進協議会(商工観光課内) ☎0178(56)4703

大山名人杯争奪将棋大会参加者募集

○日時 8月20日㊤

○場所 みなくる館

○受付時間 8時半～9時20分

○クラス 有段A、有段B、無段、小学生、小学生新人

○参加費 ▼一般：2千円 ▼高校生以下：1千5百円 ▼小学生(新人)の部：5百円

※昼食と参加賞が付きます。

○申込締切 8月17日㊤

○「申込先」社会教育・体育課 ☎0178(56)4276

純米酒造りのための  
米の提供者を募集

おいらせ農酒会は、町内産の米による純米酒「穂ノ泉」の原料となる米を提供していただける、町内の若手米農家を募集します。

なお、希望者多数の場合は説明会を行います。

○募集期限 9月10日㊤

○応募資格 米作りと酒をこよなく愛する若手の町内農業者であること(男女不問)

○応募方法 桃川の担当まで



氏名、電話番号、住所をご連絡ください。

○使用品種 まっしぐら

○使用数量 参加者数により増減します。

○「申込先」桃川株式会社 ☎0178(52)2241

平成29年度消防職員  
採用試験を実施

○採用予定人員 ▼消防士A(大学卒) 3人程度 ▼消防士B(短大卒・高卒) 6人程度

○試験日 9月17日㊤

○受験申込期間 7月31日㊤～8月18日㊤

※受験資格などの詳細は左記へお問い合わせください。

○「申込先」八戸消防本部 総務課 ☎0178(44)2132



自衛官募集案内

募集種目	応募資格	受付期間	試験期日	試験会場
防衛大学校	18歳以上21歳未満の高卒者(卒業見込を含む)	9月5日㊤～29日㊤	11月4日㊤～5日㊤	第2合同庁舎(青森市) 小中野公民館(八戸市)
防衛医科大学校	18歳以上21歳未満の高卒者(卒業見込を含む)	9月5日㊤～29日㊤	10月28日㊤～29日㊤	第2合同庁舎(青森市)
航空学生	18歳以上21歳未満※の高卒者(卒業見込を含む)	9月8日㊤まで(←※海自は23歳未満)	9月18日㊤	三沢市総合社会福祉センター
一般曹候補生	18歳以上27歳未満の者	9月8日㊤まで	9月16日㊤	三沢市総合社会福祉センター
自衛官候補生(任期制)	18歳以上27歳未満の者	9月8日㊤まで	女性：9月22日㊤ 男性：9月25日㊤～26日㊤	女性：陸自八戸駐屯地 男性：空自三沢基地

○ 自衛隊青森地方協力本部 三沢募集案内所 ☎FAX 0176-53-1346 (〒033-0037 三沢市松園町三丁目6-16 中野プラザビル2階)

## お知らせ

**重度心身障害者  
医療費支給限度額  
を変更します**

重度心身障害者医療費を受給されている人のうち、市町村民税課税世帯対象者の方は、1か月あたりの自己負担限度額が平成29年8月1日から変更となります。

	外 来	入 院
変更前 【現在】	12,000 円	44,400 円
変更後 【8月1日以降】	14,000 円 (年間上限 144,000 円)	57,600 円 (多数該当 44,400 円)

※ご不明な点は、介護福祉課へお問い合わせください。

介護福祉課

☎0178(66)4705

## 家屋全棟調査を 実施中です

町では、適正な課税を行うため、民間企業に委託して家屋の現況調査を次のとおり行っています。ご理解とご協力をお願いいたします。

○今年度の調査対象 ▼課税台帳と現況が一致しない家屋▼課税台帳に記載されていない家屋

○調査方法 道路から見える範囲での調査を実施（写真撮影などを行いますので、ご了承ください）

○調査期間 平成29年6月29日～平成30年3月23日

○委託先 株式会社みちのく鑑定事務所

※調査員は町が発行する調査員証を携帯しています。  
※調査員が直接敷地内に立ち入ることはいたしません。  
※内部の調査が必要な場合は、税務課の担当者からご連絡いたします。

☎0178(66)4704

税務課

## 個人事業税の納付

個人事業税は、物品販売業、請負業、不動産貸付業、医業、理容業などの事業を営む個人の人に、前年中の事業の所得をもとに課税される県の税金です。

8月初めに送付される納税通知書により、原則として8月と11月の2期に分けて納めていただきます。なお、税額が1万円以下の場合8月に全額納付です。

今年度の第1期分の納期限は8月31日、第2期分の納期限は11月30日です。各期限までに、お近くの金融機関、コンビニエンスストアまたはMK（公共料金収納端末）設置店などで納めてください。

なお、金額が30万円を超える納税通知書は、そのままではコンビニエンスストアでお取扱いできません。コンビニエンスストアでの納付を希望される人には、金額を分割した納付書を発行しますので、地域県民局県税部へお申し出ください。

☎0176(22)8111

県税課

☎0176(22)8111

## 自動車事故 被害者の救済制度

自動車事故で重度の後遺症が残った人や、亡くなられた人のご家族を救済するため、次の制度があります。

【介護料支給制度】

○支給対象者 自動車事故により、脳・脊髄・胸腹部臓器に重度の後遺障がいがあり、日常生活に常時・随時の介護が必要な人

○支給額 29,290円～136,880円（障がいの程度に応じて支給）

【交通遺児等育成資金貸付】

○貸付金額（無利息）▼一時金（貸付時）：15万5千円▼貸付期間中（毎月）：1万円または2万円

○対象者 0歳～中学3年生

○貸付要件 市町村民税が非課税又は均等割のみ課税等の月々均等払い

○返還 原則として20年以内  
※ただし、進学や病気などによる猶予制度があります。

【交通事故被害者ホットライン】

0570・000738  
(ナビダイヤル)

※IP電話の場合は03・

5909・2961

独立行政法人自動車事故  
対策機構 青森支所

☎017・739・0551

http://www.nasva.go.jp

## 若年性認知症の方を 支援します

65歳未満で発生する若年性認知症。仕事、家事、子育てが中心にある世代に発症するもので、高齢者の認知症とは異なる課題を抱えています。  
【こんなことでお困りではないですか？】

▼気になる症状があつて、病院に受診したい(させたい)  
▼若年性認知症の診断を受けたいが、これからどうしたらいいのか分からない

▼認知症でも仕事を続けたい  
▼利用できる制度を知りたい  
▼若年性認知症支援コーディネーターが、本人や家族、若年性認知症の人が利用する関係機関からの各種相談をお受けします。相談無料です。

☎0178(38)1360

支援センター

☎0178(38)1360

✉jakunen@kokorosukoyaka.org

※受付日時：月～木の9時～16時(祝日と年末年始除く)

16時(祝日と年末年始除く)



## 8月の相談窓口



日中お仕事などで、税金・保険料の納付や相談が困難なとき

### ・納税相談 ⑤ 税務課 ☎ 0178-56-4704

時間内であれば税金・保険料を納めることもできます。お気軽にご利用・ご相談ください。

#### ① 夜間納税相談……17時～20時

場 本庁舎 1日火、15日火、29日火

場 分庁舎 8日火、22日火

#### ② 休日納税相談……8時半～17時

場 本庁舎 6日⑤

◎8月31日⑤は町・県民税第2期、国民健康保険税第2期、介護保険料第2期、後期高齢者医療保険料第2期の納付期限です。忘れずに納めましょう。

◎高齢者や身体の不自由な人が、どうしても金融機関や役場窓口で税金を納められない場合には、自宅へ訪問し徴収することもできます。

◎税金・保険料の7月31日⑤期限の督促状発送日は8月18日⑤です。

※口座振替にすると手間がかからず、納め忘れもありません！



日常の困りごとなど

#### ・町民相談 9日⑤

時 10時～15時 場 東公民館

⑤ 総務課 ☎ 0178 ⑤ 2166

相談員 小向 恵子

#### ・行政相談 25日⑤

時 10時～12時 場 東公民館

⑤ 総務課 ☎ 0178 ⑤ 2166

相談員 中村 廣美 (☎ 0178 ⑤ 3848)

#### ・心配ごと相談 9日⑤

時 10時～12時 場 いきいき館

⑤ 町社会福祉協議会 ☎ 0178 ⑤ 7066



失業・介護・病気・ひきこもりなど

#### ・くらしとしごと相談 14日⑤

時 13時～16時 場 分庁舎

⑤ 三戸地域自立相談窓口 ☎ 0178 ⑤ 8755

おいらせ町地域子育て支援センター

おたのしみ広場

8月24日⑤ 11時～

●場所 イオンモール下田・西コート  
※えほん、手遊び、ふれあい遊びなど  
(共催) 三田保育園、菜の花保育園、あゆみ保育園



三田保育園  
☎0178⑤2008  
菜の花保育園  
☎0176⑤8670  
あゆみ保育園  
☎0178⑤2206

子育て支援センターの下記行事は、子育て家庭の親子なら、どなたでも参加できます。興味のある方はお問い合わせください。

	日時	行事内容
	5日⑤ 17:30～20:00	三田保育園 夕涼み会
	9日⑤ 10:00～11:30	ハッピーキッズ (ハーフバースディ・1歳バースディカード製作)
	10日⑤ 10:00～12:00	保育体験 (0、1、2歳児)
	17日⑤ 10:00～10:45	ベビーリトミックサークル
三田 保 育 園	18日⑤ 10:00～11:30	スクラップブッククラブ ちょき・ぺた
	21日⑤ 10:00～12:00	ほっとカフェ
	22日⑤ 10:00～12:00	ハンドメイドクラブ
	25日⑤ 10:00～12:00	親子クラブ、給食試食会
	29日⑤ 10:30～12:00	アフタービクスサークル
	30日⑤ 10:00～12:00	すこやかDAY (成長記録・身体計測)
	31日⑤ 10:00～11:30	よちよちひろば
	★詳しい内容は公民館などにある「たんぽぽつうしん」をご覧ください	
	2日⑤ 10:00～11:30	アンパンマンサークル「アルバム作り」
	7日⑤ 10:00～11:30	リラックマサークル「自由遊び、おしゃべりタイムなど」
9日⑤ 10:00～11:30	フラワーサークル「壁飾り製作」	
18日⑤ 10:00～11:00	人形劇団チロリン「かちかち山」	
19日⑤ 9:30～10:00	保育体験	
菜 の 花 保 育 園	19日⑤ 10:00～11:30	わくわくサークル「ロゼッタ作り」
	19日⑤ 12:50～13:50	フラダンスサークル
	21日⑤ 10:00～11:30	リラックマサークル「自由遊び、おしゃべりタイムなど」
	22日⑤ 10:30～11:30	小物作り【みらい館サークル】
	23日⑤ 10:00～11:30	すくすくルーム「身長・体重計測、手形作成など」
	24日⑤ 10:30～11:30	ふれあい遊び【みらい館サークル】
	26日⑤ 9:30～10:00	保育・離乳食体験
	26日⑤ 10:00～11:30	クックサークル「ミルクプリン作り」
	26日⑤ 12:50～13:50	フラダンスサークル
	28日⑤ 10:00～13:00	サニースマイルママ
★詳しい内容は公民館などにある「わくわくつうしん」をご覧ください		
	3日⑤ 9:55～11:50	ファミリーサロン (水あそび)
	7日⑤ 13:30～14:15	ほんわかコンサート《カラーズ》
	9日⑤ 9:55～11:50	はんど&はあと【デイサービス和花 (下明堂56-1)】
	10日⑤ 9:55～11:50	おしゃべりサロン (成長記録)
あ ゆ み 保 育 園	16日⑤ 10:30～11:30	ちょっとママ体験スクール (限定3組) ※子どもの遊びや離乳食を体験します ※0～1歳のお子様がいる人または妊娠中の人が対象
	17日⑤ 9:55～11:50	おいらせクローパ (スクラップブック)【あじゅまるビル】
	18日⑤ 9:55～11:30	プレパーク
	22日⑤ 9:55～11:20	マタニティほんわかルーム (眠りに導くポイント6)
	25日⑤ 9:55～11:30	英語で遊ぼう【ガーデンプレイスおいらせ (鶯久保3-42)】
	28日⑤ 9:55～11:30	親子で作ろう【北公民館】
	30日⑤ 9:55～12:30	親子でお料理 (ピザ作り)【アグリノ里】
	31日⑤ 9:55～11:50	親子でルンルン楽しいダンス【東公民館】
	★詳しい内容は公民館などにある「きらら通信」をご覧ください。	

おいらせ

# 食育+子育て

しょくいくびらす  
こそだてコラム⑧

～大切な食事と栄養のこと、相談しませんか～

妊娠中、産後の育児中の女性にとって、この時期は食事を見直すチャンスです。妊娠期はお腹の赤ちゃんを無事出産したいと誰もが願います。体重を管理しながらも、貧血などのトラブルが起きないように偏りのない食事と栄養を摂りましょう。

産後の育児をされるお母さんは、赤ちゃんのお世話が中心ですが、産後の体力回復、また母乳育児のため、たんぱく質をしっかり摂りましょう。

ただ、「忙しくて栄養の話をじっくり聞く機会がなかった」「母乳を頑張りたけれど何を食べてら……」「赤ちゃんの離乳食ってどうやって作るのだろう？」という人もいらっしゃるのではないのでしょうか。相談したい場合は、どこへ行けばよい？誰に聞けばよい？となることも。

環境保健課では、妊娠されている人、ご出産さ

れた人とお子さんのための栄養相談を実施しています。お悩みに町の栄養士がお応えします。

## 平成29年度栄養相談の日程

- 8月2日㊦ (平成30年)
- 9月6日㊦ ● 1月10日㊦
- 10月4日㊦ ● 2月7日㊦
- 11月8日㊦ ● 3月7日㊦
- 12月6日㊦

【時間】 13時～15時頃 (1人30分程度)  
※全予約制です。

ご希望の方は、事前に健康長寿推進室・栄養士まで御連絡ください。ご自身やご家族、赤ちゃんのため、ちょっとしたことでも構いません。お気軽にご相談ください。

☎環境保健課 健康長寿推進室 ☎0178-56-4551

### 8月24日㊦ 下田地区の各集会所など

巡回時刻	巡回場所
8:30	秋堂
8:45	木崎
9:00	染屋
9:15	間木
9:30	曙
9:45	三田
10:00	三本木
10:15	伝承館
10:30	阿光坊
10:45	新敷
11:00	洗平
11:15	錦ヶ丘

巡回時刻	巡回場所
11:30	向山
11:45	豊原
13:00	北公民館
13:15	古間木山
13:30	鍋久保
13:45	木ノ下
14:05	豊栄
14:15	町営霊園
14:35	有楽町
14:45	木内々
15:00	中野平

### 8月25日㊦ 百石地区の各集会所など

巡回時刻	巡回場所
8:30	東公民館
8:45	味祭館
9:00	藤ヶ森
9:15	川口
9:30	堀切川
9:45	明神山
10:00	横道
10:15	深沢旧会館

巡回時刻	巡回場所
10:30	一川目
10:50	二川目
11:15	百石中
11:30	洋光台
11:45	いちよう公園交流館
12:00	みなくる館
12:15	苗振谷地

※テレビ、洗濯・乾燥機、冷蔵・冷凍庫、エアコンは回収できません。  
※巡回時刻までに小型家電を持参してください。また、巡回場所に置き去りにしないでください。

☎環境保健課 ☎0178-56-4218

小型家電巡回回収

ごみは夜出さず、収集日の朝8時までに出してください。ペットボトルのキャップやラベルははずしてください。黄色の警告シールがついた場合、ごみ出しのルールが守られていません。不具合を直し新しい袋かシールをはがした袋で出してください。

町内会	有楽町/阿光坊/本村/新敷/錦ヶ丘/洗平	住吉町/若葉/青葉/緑ヶ丘/鍋久保/木ノ下/豊栄/豊原/向山/苔米地/洋光台/根岸/黒坂/深沢/一川目/二川目	鍋久保/三本木/三田/間木/曙/木内々/染屋/木崎/秋堂/中野平/苗振谷地/向坂/本町地区/くるみ団地/藤ヶ森/いちよう団地/堀切川/川口/明神下/横道/日ヶ久保
燃えるごみ	毎週月・木曜日		毎週火・金曜日
燃えないごみ	8月25日㊦	8月22日㊦	8月28日㊦
資源ごみ	缶・プラスチック 8月2日㊦ プラスチック 8月16日㊦	紙 8月9日㊦ びん 8月23日㊦	
粗大ごみ	8月11日㊦・25日㊦ ★有料予約制/1週間前までに申込みが必要です		

ごみカレンダー

# 国民年金情報

ご存じですか？「障害基礎年金」のお手続きの前に…… 障害基礎年金を受け取るための **3つの確認**

## 確認1 初診日※に国民年金に入っていた人 ※障害の原因となった病気などで医師の診療を受けた日

- 医師の診療を始めて受けた日に国民年金に入っている人。
- 国民年金に加入していた60歳～65歳の国内在住者。（老齢基礎年金を繰上げ請求した人は対象外）
- 20歳未満で障害をおった人も対象となります。

## 確認2 初診日の前日までに、次のいずれかの要件を満たしている人

- 初診日のある月の前々月までの加入期間のうち、全体の2/3以上保険料を納付している人。なお、免除・猶予制度を受けていた場合、その期間を含みます。
- 初診日に65歳未満であり、初診日のある月の前々月までの1年間に保険料の未納がない人。

## 確認3 一定以上の障害の状態にある人

- 国民年金の「障害等級表」で定められた1・2級にあたる障害がある人。なお、障害者手帳の等級とは異なります。

期間短縮年金請求書 **短縮** と記載された、**黄色の封筒**がお手元に届いた人は、ねんきんダイヤル（☎0570-05-1165）で予約のうえ、お早めにお手続きをお願いします。

ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165

☎日本年金機構八戸年金事務所 ☎0178-7369  
☎町民課国民年金係 ☎0178-2246

## こんにちは、ち い き ほう かつ し えん地域包括支援センターです！ No.39

Let's  
「ロコトレ！」

「ろ こ もロコモ」を予防するには、からだを動かして運動器（脚・腰の筋肉）に適度な刺激を与えることが大切です。膝や腰への負担が少ないウォーキングや水泳のほか、自宅でも簡単にでき効率よく筋力アップするためのロコモーショントレーニング（以下：ロコトレ）がおすすめです。

### ◆ 簡単！ロコトレ「スクワット」

太もも全面やお尻などの筋肉を鍛えます。立つ、座る、歩くなどの能力がアップします。

1セット5回～6回  
1日3セットやりましょう！



1 肩幅より少し広めに足を広げて立ちます。つま先は30度くらい開きます。



2 膝がつま先より前に出ないように、また膝が足の人差し指の方向に向くように注意して、おしりを後ろに引くように身体をしずめます。

机に手をつかずにできる場合はかざして行います。



スクワットができないときは、イスに腰かけ、机に手をつけて立ち座りの動作を繰り返します。

「**ロコモ**」▶ 運動器症候群（ロコモティブシンドローム）の略称。筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板などのいずれかもしくは複数に障害が起き歩行や日常生活に何らかの障害のある状態をいいます。

☎おいらせ町地域包括支援センター（分庁舎4階） ☎0178-56-2132

## ～暴風（強風）に備える～

平成28年8月末に襲来した台風10号の暴風により、おいらせ町全域では、倒木や、家屋の屋根の破損、多くの小屋の屋根が剥がれる等の被害が発生しました。

屋根や塀、壁が飛ばされたり、崩れたりすると危険です。弱くなっている部分がないか、剥がれそうになっている瓦や屋根がないかなど、日頃から点検、補修をしておきましょう。

また、台風以外でも、1年を通じ暴風警報時などによる風害が発生しています。今から出来る準備はしっかり整え、危険から身を守りましょう。

### 罹災証明書を発行しています

地震や台風といった自然災害によって、家屋などへの被害を受けた場合、保険請求などの手続きに必要な町の証明書として、「罹災証明書（りさいしょうめいしょ）」または「罹災届出証明書（りさいとどけでしようめいしょ）」を発行しています。

必要な方は、お気軽にまちづくり防災課へご相談ください。

## 弾道ミサイル落下時の行動

弾道ミサイルが日本に落下する可能性がある場合は、Jアラートを活用して、防災行政無線で特別なサイレン音とともに危険をお知らせします。有事の際は、落ち着いて行動しましょう。

メッセージが流れたら……落ち着いて、直ちに行動してください

屋外に  
いる場合

できる限り頑丈な建物等に避難する。

建物がない場合

物陰に身を隠すか、地面に伏せて頭部を守る。

屋内に  
いる場合

窓から離れるか、窓のない部屋に移動する。

武力攻撃やテロなどから身を守るために



### 国民保護ポータルサイト

武力攻撃やテロなどから身を守るために



事前に確認しておきましょう。

[http://www.kokuminhogo.go.jp/shiryu/hogo\\_manual.html](http://www.kokuminhogo.go.jp/shiryu/hogo_manual.html)

—— ミサイル落下時には、こちらから政府の対応状況をご覧になれます ——



首相官邸  
ホームページ  
[www.kantei.go.jp/](http://www.kantei.go.jp/)



Twitterアカウント  
首相官邸災害・危機管理情報  
[@Kantei\\_Saigai](https://twitter.com/Kantei_Saigai)



# ハチ刺されに対する予防・応急処置の基礎知識

## ○ハチに刺されないためには？

- 1 黒い服はなるべく避ける！
- 2 香水や整髪剤などは避ける！
- 3 ジュースなどの缶の放置は避ける！
- 4 巣周辺での行動は避ける！

## ○刺されたときの応急処置！

- 1 刺されたその場から数十メートル離れる。(姿勢を低くし、静かに巣から遠ざかりましょう)
- 2 針が残っていたら取り除き、刺された傷口を流水でよく洗い流す。
- 3 爪や指で傷口の周り全体を圧迫し、毒液を絞り出す。
- 4 濡れたタオルなどで冷やし、安静にする。

## ○ハチに刺されたときの症状

ハチに刺されたときの症状は、ハチの毒による「局所症状」と、ハチの毒に対するアレルギー反応による「全身症状」との2種類があります。

「局所症状」は、刺されたところが腫れて痛みます。通常、痛みは数時間から1日でなくなり、かゆみを伴うしこりが残りますが数日で消えます。

「全身症状」は、特にスズメバチに多いのですが、刺された際の毒の量が多かったり、毒性が強かったり、以前にも刺されたことのある場合は、じん麻疹、呼吸困難、発熱、血圧低下などの症状を引き起こし、ショックによって**最悪の場合は死に至る**こともあります。



☎お問い合わせ消防署 ☎0178-56-2525  
北分遣所 ☎0176-51-2170

## 消費生活情報

☎消費者ホットライン

☎188 (イヤヤ！)

■「サイトの未納料金があります。連絡がない場合は、法的手段に移行します。」

青森県内で増加している典型的な詐欺の手口です。このメールが届いたら、消費者ホットラインに電話してください。メールの発信元に電話すると、お金をだまし取られる可能性があります。



■携帯やパソコン画面に突然「登録完了」の表示！

動画などをみていると、「登録完了」や「入会ありがとうございます」と表示されることがあります。これは詐欺の手口です。支払期限までカウントダウンする、表示が消えない、自分の携帯番号が表示されているなど、さまざまなものが報告されています。

サイトに連絡する前に、まずは消費者ホットラインに電話し、解決の糸口をみつけましょう。

## 身に覚えのない訴訟告知ハガキに注意！

町内で架空請求ハガキが確認されました。「訴訟」「差押え」などの言葉を使って不安にさせる典型的な詐欺の手口です。身に覚えのない場合は、絶対に連絡しないでください。

不安に思ったら、問い合わせ先に電話する前に、警察(☎110)や消費生活センター(☎188)に相談しましょう。

### 総合消費料金に関する訴訟最終告知のお知らせ

この度、ご通知致しましたのは、貴方の利用されていた契約会社、ないしは運営会社側から契約不履行による民事訴訟として、訴状が提出されました事をご通知致します。管理番号(ク)542 裁判取り下げ最終期日を経て訴訟を開始させていただきます。尚、ご連絡なき場合、原告側の主張が全面的に受理され、執行官立ち合いの元、給料差し押さえ及び、不動産の差し押さえを強制的に履行させていただきますので裁判所執行官による執行証書の交付を承諾していただくようお願い致します。

裁判取り下げなどのご相談に関しましては当期にて受け賜っておりますので、職員までお問合せ下さい。

尚、書面での通達となりますのでプライバシー保護の為、ご本人様からご連絡いただきますようお願い申し上げます。

※取り下げ最終期日 平成29年7月4日

法務省管轄支局 民事訴訟管理センター  
東京都千代田区霞が関3丁目1番7号  
取り下げ等のお問合せ窓口 03-6384-  
受付時間 9:00~20:00(日、祝日除く)

▶実際に届いた架空請求ハガキです。似たような文面のハガキには注意してください。

## 傾聴ボランティア養成講座

### 健活ポイント対象事業

人の話に耳を傾けることを意味する「傾聴」は、コミュニケーション能力の中でも重要な技術です。単にお話を聞く、会話をするのとは違い、相手のところに寄り添います。

この講座は、「傾聴」の理論を学び「聴く力」の向上を目的に実施するものです。ボランティア活動や日常生活、職場や家族友人とのコミュニケーションに生かしてみませんか？

- 日 程 ①8月28日(月) 14時半～16時半  
②9月1日(金) 10時～15時  
③9月11日(月) 10時～15時  
④9月14日(水) 13時半～15時半

※全日程受講者には受講修了書を発行します。

- 会 場 東公民館
- 講 師 青森県立保健大学・教授 大山博史氏、あおもりのちの電話・代表 石川徹一氏、弘前大学大学院・助教 田中真氏

- 申込締切 8月22日(水)まで(詳細は申込者へ別途お知らせします)

問【申込先】環境保健課 健康長寿推進室  
☎ 0178-56-4551

## ゲートキーパー研修会

### 健活ポイント対象事業

「ゲートキーパー」とは、自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守るなどの適切な対応を図ることができる人のことです。いわば「命の門番」とも位置付けられます。

自殺対策では、悩んでいる人に寄り添って「孤立・孤独」を防ぎ、支援することが重要です。1人でも多くの方に、ゲートキーパーとしての意識を持っていただき、専門性の有無に関わらず、それぞれの立場でできる行動を起こしていくことが自殺の予防につながります。ぜひお申し込みください。

- 日 程 8月28日(月) 14時半～16時半

- 会 場 東公民館

- 講 師 青森県立保健大学  
教授 大山博史氏

- 申込締切 8月22日(水)まで

問【申込先】環境保健課 健康長寿推進室  
☎ 0178-56-4551

健康長寿  
青森県一を  
目指します



健康  長寿  
おいらせ町

## 健活抽選会で豪華賞品をゲット!

平成28年度「いきいき健活ポイント事業」に取り組まれた人を対象とした抽選会を健康まつりで実施します。町の特産品や旅行券など、豪華景品が手に入りますので、ぜひご参加ください。

- 日 時 8月20日(土) (受付：9時半～)
- 場 所 のびのび館
- 対象者 ①20ポイント達成し商品券と交換が済んでいる人  
②必須ポイントを獲得して応募箱に投函された人

※申込み手続きは不要です。対象者へは個別にお知らせします。

- 持ち物 抽選会引換券(通知書へ同封します)

問環境保健課 健康長寿推進室 ☎ 0178-56-4551

## 8月のモールウォーキング

### 健活ポイント対象事業

季節や天候に左右されずウォーキングを楽しめるイオンモールで、ウォーキング講座をスポーツオーソリティ下田店と共同開催しております。皆さま、ぜひご参加ください。

- 日 時 8月8日(水) 10時～11時
- 集合場所 スポーツオーソリティ下田店前  
※雨天・荒天時は店内コンディショニングスペース前集合
- 持ち物 飲み物、健活ポイントカード
- 講 師 スポーツオーソリティ下田店  
トレーナー 佐藤 洗汰氏

※事前の申し込みは不要です。

※動きやすい服装と靴でご参加ください。

※荷物は最少にしてください。

※体調に不安のある場合は、参加をお控えください。

問環境保健課 健康長寿推進室 ☎ 0178-56-4551



# 8 ♪おいらせ健康カレンダー♪

日・曜	行事名	時間 ※は受付	場 所	備 考
平日毎週火曜	リハビリ相談	9:30-11:00	いきいき館	理学療法士による運動指導
平日毎週金曜	リハビリ相談	9:30-11:00	いきいき館	看護師による健康相談

日・曜	行事名	時間 ※は受付	場 所	備 考
1 ㊤	貯筋道場	9:15-11:00	交流センター	見学申込みは地域包括支援センターまで
	町民健診 (集団・複合健診)	※ 7:00-9:00	みなくる館	基本(特定)健診、胃・大腸・肺・前立腺がん検診(要申込)
2 ㊤	北地区介護予防教室	9:30-12:00	北公民館	転倒予防教室
	2～3か月児健康相談	※ 10:00-10:20	老人福祉センター	対象：平成29年5月生まれ
	母乳相談(助産師) 栄養相談(栄養士)		老人福祉センター	対象：母乳相談…妊産婦(完全予約制) 栄養相談…妊産婦、乳幼児(完全予約制)
3 ㊤				
4 ㊤	1歳6か月児健康診査	※ 12:30-12:45	老人福祉センター	対象：平成28年1月生まれ
5 ㊤				
6 ㊤				
7 ㊤	南地区介護予防教室	9:30-12:00	老人福祉センター	転倒予防教室
8 ㊤	貯筋道場	9:15-11:00	交流センター	見学申込みは地域包括支援センターまで
9 ㊤	北地区介護予防教室	9:30-12:00	北公民館	認知症予防教室
10 ㊤	百石地区介護予防教室	9:30-12:00	のびのび館	認知症予防教室
11 ㊤				
12 ㊤				
13 ㊤				
14 ㊤				
15 ㊤				
16 ㊤				
17 ㊤	百石地区介護予防教室	9:30-12:00	のびのび館	転倒予防教室
18 ㊤				
19 ㊤				
20 ㊤	愛の献血	10:00-12:00 13:15-16:30	イオンモール下田	
21 ㊤	南地区介護予防教室	9:30-12:00	老人福祉センター	認知症予防教室
22 ㊤	貯筋道場	9:15-11:00	交流センター	見学申込みは地域包括支援センターまで
	北地区介護予防教室	9:30-12:00	北公民館	転倒予防教室
23 ㊤	5～6か月児健康相談	※ 10:00-10:20 10:40-11:00	老人福祉センター	対象：平成29年2月～平成29年3月生まれ
	お父さんのための離乳食の作り方教室	※ 9:30-9:45	老人福祉センター	5～6か月児健康相談と同日開催(要申込)
24 ㊤	百石地区介護予防教室	9:30-12:00	のびのび館	認知症予防教室
25 ㊤	3歳児健康診査	※ 12:30-12:45	老人福祉センター	対象：平成26年2月生まれ
26 ㊤				
27 ㊤				
28 ㊤	南地区介護予防教室	9:30-12:00	老人福祉センター	転倒予防教室
29 ㊤	貯筋道場	9:15-11:00	交流センター	見学申込みは地域包括支援センターまで
30 ㊤	北地区介護予防教室	9:30-12:00	北公民館	認知症予防教室
31 ㊤	百石地区介護予防教室	9:30-12:00	のびのび館	転倒予防教室

※このカレンダーに記載されている行事は、すべて健活ポイント対象事業です。

## おいらせの学びカレッジ専門講座

おいらせの学びカレッジ専門講座は、従来の公民館講座を引き継いだ新しい学習事業です。講話や学習会などを通じて知識や理解を深める「**教養講座**」、地域の歴史や文化に触れ、郷土愛を育む「**地域講座**」、生活に役立つ制作活動などを仲間とともに楽しむ「**趣味講座**」を用意しています。

受講料は基本無料です。気軽にお申し込みください。申込者には、後日詳しい日程や持ち物などをご連絡します。

### ☎社会教育・体育課

- ◆電話での申込み ☎ 0178-56-4276
- ◆メールでの申込み（専門講座専用）  
✉ senmonkouza@town.oirase.aomori.jp

### 趣味講座 ▶ レザークラフト講座

- ◎日時 9月5日㊦12日㊦・19日㊦  
(全3回) 13時00分～16時00分
- ◎場所 中央公民館・講習室
- ◎講師 蛭名 由美子 さん
- ◎料金 4,000円程度  
(A4サイズのバッグ製作の材料費)
- ◎定員 10人程度
- ◎締切 7月28日㊦まで

※9月に予定していた「健康アロマフィットネス講座」は12月に変更します。

## おいらせ阿光坊古墳館・体験講座のお知らせ

### 夏休み勾玉づくり体験講座

夏休みは《勾玉づくり》を体験してみませんか。やわらかい滑石（かっせき）を削って、古代の人々が大切にしていた勾玉を作ります。

- 日時 7月30日㊦ 13時～15時  
8月6日㊦ 13時～15時  
8月11日㊦ 13時～15時

※すべて同じ内容ですのご都合のよい日にご参加ください。

- 会場 おいらせ阿光坊古墳館
- 講師 おいらせ阿光坊古墳館職員
- 定員 各回25人（先着順）
- 参加料 350円（材料費として）
- 対象 小学生から一般（小学校低学年は保護者同伴をお願いします）
- 申込締切 開催日の前日まで

※汚れてもよい服装でお越しください。

※当日参加も可能ですが、定員に達していた場合はお断りすることもあります。あらかじめご了承ください。

### 団体向け体験学習を受付中！

古墳館では団体向け体験学習を随時受付中です。小中学校、PTA団体、町内会、サークル団体、お友達同士で勾玉づくり（350円）や土器づくり（350円）をしてみませんか。詳細はお問い合わせください。

### ☎【体験申込先】おいらせ阿光坊古墳館

☎ 0178-20-0405 FAX 0178-20-0465

※休館日…月曜日（祝日の場合は翌日火曜日）





## oirase new-book's information

図書館／新着図書

岡 町立図書館 ☎0178-52-3900

～図書館おすすめの本を紹介します～



### 鏡びた太陽

一般書

恩田 陸 著

原発事故で汚染された地域を巡回するロボットたちの居住区に、謎の女・財護徳子がやってきた。ロボットたちは人間である徳子の指令に従うことにするのだが…。彼女の目的は一体何なのか？



### かがみの孤城

一般書

辻村 深月 著

部屋に閉じこもっていたところの目の前で、鏡が光り始めた。輝く鏡をくぐり抜けた先の世界には、似た境遇の7人が。秘めた願いを叶えるため、7人は城で隠された鍵を探す。



### Uターン日記

一般書

皆川 治 著

東日本大震災の後、著者は農水省を退職し、故郷庄内で生きることを決断した。家族、友人、地域の人々と共に生き、農業、林業、再生エネルギー等で活躍、地方創生に挑戦する奮闘記。



### ライオン・ブルー

一般書

呉 勝浩 著

田舎町の交番に異動した澤登は、失踪した同期・長原の真相を探っていく。やがて町のゴミ屋敷が放火され、家主・毛利の遺体が見つかる。澤登は長原が失踪直前に毛利に会っていたことを掴むが…。交番警察ミステリ。



### ばあば92年目の隠し味

一般書

鈴木 登紀子 著

愛情のこもった手料理を囲む幸せ、それこそ「万福」一。「きょうの料理」の鈴木登紀子さん、通称・ばあばが、時にやさしく、時に小言を交えながら、四季の厳選レシピ40品と自らの人生を語る。幸せを呼ぶレシピ集。

### ほかにも新着を取りそろえています

浜口倫太郎『22年目の告白』／青山文平『遠縁の女』／池井戸潤『アキラとあきら』／藤沢周『武曲(むこく)』／青島武『追憶』／益田ミリ『今日の人生』／原田小夜子『日本一めんどくさい幼稚園』／前田安正『マジ文章書けないんだけど』／北条雅章『一坪でできる野菜づくり』／高橋真樹『ぼくの村は壁で囲まれた』／ほか

## oirase-library event information 図書館の行事

### 8月の休館日

は休館日

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

### 8月の行事

図書館 (あそぼっと)	26日⑤14時から 24日⑥10時半から	MOMOおはなしの会 幼児のための読み聞かせ
北公民館	19日⑤10時～10時半	おはなし会杉の子

### ■本展示

#### ★ 一般 ★ 【大人の休日】

暑い夏こそ外で楽しもう！ アウトドア関連の本の展示です。

#### ★ 児童 ★ 【夏休みのしゅくだいをかたづけよう！】

読書感想文の課題図書や自由研究の本です。

### ■図書館まつり

8月20日⑥ / みなくる館

工作教室、リサイクルブックコーナー、おはなし会などを開催します。

## おいらせ阿光坊古墳館 — ご利用案内 —

### ●開館時間

9時～17時 (入館は16時半まで)

### ●休館日

月曜日 (月曜日が祝日の場合はその翌日)  
および年末年始

### ●展示室観覧料

区分	個人料金	団体料金※
一般	200円	150円
高校・大学生	100円	70円
小・中学生	50円	30円

※15人以上で団体料金です。

※展示室以外への入館は無料です。

岡 町立阿光坊古墳館 (おいらせ町阿光坊107-4)

☎ 0178-20-0405 FAX 0178-20-0465

## おいらせ阿光坊古墳館・夏休み企画展 「町内遺跡発掘調査写真展」

現存する末期古墳最大規模を誇る「阿光坊古墳群」のすべてが分かる！ 古墳館へぜひご来館ください。

開催期間：8月1日(火)～9月24日(日)



**プ**ロとして子どもたちに夢を見せる

▶▶▶ 北向由樹選手が  
三村町長のもとへ表敬訪問 6/12

おいらせ町ふるさと大使でプロバスケットボール選手の北向由樹選手(B 2・ライジングゼファーフクオカ所属)が、三村町長のもとを表敬訪問しました。

三村町長が体のことを気遣うと、「プロである以上、コートに出て子どもたちにプレーを見せられなければ意味がない」と答え、毎シーズンの目標として「全試合に出ること」を掲げていると話しました。

青森ワッツについては「移籍しても、青森県とおいらせ町を思う気持ちは変わらない。故郷のチームである青森ワッツを応援し続けて欲しい」と述べました。

北向由樹選手⑥から寄贈されたユニフォームを着る三村町長⑦ ▶



**き**れいな公園の維持に貢献

▶▶▶ おいらせ町商工会による  
公園整備奉仕作業 6/14

おいらせ町商工会(木村雅行会長)は、下田公園で公園整備奉仕作業を実施しました。

同会は毎年、会員および関係団体からのボランティアによる公園整備事業を行っており、今年で36年目を迎えました。

今回の作業には、商工会工業部会員を中心に町内企業23事業所からおおよそ60人が参加。下田公園内の樹木の間伐で出た枝の撤去作業などが大がかりに行われ、きれいな公園の維持に貢献しました。

伐採した樹木を運び出す作業員たち ▶



**間**木堤に白鳥を呼び戻す

▶▶▶ 間木堤・マコモ植栽作業 6/14-15

おいらせ町観光協会(北向晃会長)は下田公園・間木堤で、白鳥の自然の餌である「マコモ」の植栽作業を行いました。

この取り組みは、餌付け自粛により飛来数が減少した白鳥を呼び戻すため、毎年行われています。この日の作業では、マコモの直植えを行ったほか、マコモと杉の皮をロール状に巻いた特製の「マコモロール」を10本製作し、間木堤の浮島に設置しました。

間木堤には、毎年、冬になると多くの白鳥が飛来するほか、通年で多様な野鳥を観察することができます。

相当な重さのマコモロールを慎重に運搬する観光協会員たち ▶



## 日

### 頃の感謝を花束で

▶▶▶ おいらせ町連合婦人会・  
父の日キャンペーン 6/16



おいらせ町連合婦人会（種市恭子会長）は、父の日キャンペーンとして、三村町長に花束を贈りました。

同会では毎年6月に、父の日を記念して町長のもとへ花束を届けています。大きくきれいな黄色の花束を受け取った三村町長は「とても嬉しいです。婦人会の皆さんのお心遣いに感謝し、これからも町の発展のために頑張ります」と力強く笑顔で応えました。

また、町長との懇談で婦人会員たちは、広い人脈を生かした結婚相談や、口コミによる阿光坊古墳館のPRなどに今後取り組みたいと話していました。

◀ 町の地域発展を誓う連合婦人会員たち

## 子

### どもたちの安全のために

▶▶▶ 町内横断旗の設置・補充作業 6/28



町青少年育成町民会議（久保田良一会長）は、町内で横断旗の設置・補充作業をしました。

児童が安心・安全に登下校ができるように、折れて使えなくなってしまったものを取り替える作業や、足りない場所へ補充する作業などを行いました。

青少年育成町民会議は、町を子どもたちにとって住みよい地域にしていくため、今回の活動以外にも年間を通じて、危険個所の巡回や「家庭の日」の標語募集など、さまざまな青少年健全育成活動を行っています。

◀ 横断旗の取り換え作業を行う会議メンバーの様子

## 地

### 域の信仰を集める氣比神社

▶▶▶ 氣比神社例大祭  
・木ノ下まつり 7/2



氣比神社例大祭と木ノ下まつりが7月2日、氣比神社境内で行われました。

例大祭の日には毎年、馬や牛の絵が描かれた「絵馬」の販売が行なわれており、今年も多くの人々が買い求めに訪れました。

また、木ノ下まつりでは木ノ下神楽の舞が行なわれたほか、パイオニアソーランをはじめとするさまざまな団体の歌と踊りが披露され、会場を大いに盛り上げました。

◀ 絵馬を買い求めて、大勢の人だかりができました

## 明 るい社会を目指して

▶▶▶ 「社会を明るくする運動」  
町長への伝達式 7/3

上十三地区保護司会とおいらせ町更生保護女性会は、役場本庁舎で「第67回社会を明るくする運動」に伴う総理大臣および青森県知事からのメッセージ伝達式を行いました。

この運動は、犯罪や非行を防止し、罪を犯した人たちの更生についての理解を深め、地域で力を合わせ犯罪や非行のない社会を築くための活動を行うものです。

このほか、両団体は運動の一環として、7月2日のおいらせ軽トラ市で啓発活動を実施しました。

三村町長へ伝達文を渡す更生保護女性会の吉田会長 ▶



## ユ ビキタス、君ならなにをする？

▶▶▶ 青森県ユビキタス出前授業 7/4

青森県(三村申吾知事)によるユビキタス出前授業が、百石小学校で行われました。

ユビキタスネット社会とは、いつでも、どこでも、誰でもネットワークに繋がりと、機器を意識することなくICTを利用できる社会を言います。

NTT東日本や日立製作所(株)などの企業8社が協力し、児童たちは最先端のユビキタスネットワーク技術を体験。班ごとに行なったアイデア検討・発表では、複数企業の技術を組み合わせたユニークな提案が多く出されました。

特製ロボットの操作を楽しむ百石小学校の児童たち ▶



## 今 こそ考えよう、地域の活性化

▶▶▶ 未来の地域づくり講座 7/8

高崎経済大学地域政策学部の櫻井常矢教授を講師に招き、「実践に学ぶ これからの地域づくりのヒント—住民協働のトビラを開く」と題した「第1回未来の地域づくり講座」をみなくる館で開催しました。

この講座は、住民と行政と一緒に地域づくりの知識を学ぶことで、今後の地域づくりの連携・協働に繋げようと、町が主催したものです。

櫻井氏は、各地の事例を紹介しながら、地域づくりにおけるプロセスの大切さや、話し合いの重要性などを話され、参加者は熱心に耳を傾けていました。

ユーモアを交えて地域づくりの事例を紹介する櫻井氏 ▶



# 【東京おいらせ会】

## — 定例総会は大盛況、新規会員を募集中 —

首都圏に在住しているおいらせ町出身者や、おいらせ町にゆかりのある人などで組織されている「東京おいらせ会」の総会が7月7日、東京都内で開催されました。総会は、故郷や同郷の友人・知人との話題で大いに盛り上がりました。

東京おいらせ会では、会員の親睦や交流を目的に活動しており、気軽に相談できる仲間作りができます。また、町の情報を定期的に提供していますので、故郷の出来事を知ることができます。

町を離れた友人や親戚がいらっしゃいましたら、「東京おいらせ会」をご紹介ください。会員申込は下記問い合わせ先へお願いいたします。

☎ 企画財政課 東京おいらせ会担当

☎ 0178-56-4273 FAX 0178-56-4364

<http://www.town.oirase.aomori.jp/soshiki/6/tokyo-oirase.html>



●年会費…1,000円

●主な事業…総会、親睦会、納涼会、ゴルフ大会など

●会員特典…町の広報紙を毎月お届けします

●Facebook

…<https://www.facebook.com/oirase.kai/>



上十三・十和田湖  
広域定住自立圏の  
イベント情報を  
お伝えします。

### 十和田市

#### 十和田市夏まつり・第60回花火大会

●日時 8月14日(日) 19時～

●場所 十和田市陸上競技場

☎十和田市観光協会 ☎0176-24-3006

### 横浜町

#### 横浜町ふるさとのまつり

●日時 8月14日(日) 10時～/19時～

●場所 三保野公園・三保川・横浜漁港

☎横浜町産業振興課 ☎0175-78-2111

### 東北町

#### 東北 techno music festival 音夜祭2016

●日時 8月12日(土) 12時開場/14時開始

●場所 東北町清水目オートキャンプ場

☎上十三若者ネットワーク9根

会長 原田 惇 ☎090-1855-6199

### 三沢市

#### 三沢基地航空祭

●日時 9月10日(日)

●場所 三沢基地内

☎航空自衛隊 第3航空団司令部渉外室

☎0176-53-4121 (代表)

### 七戸町

#### 矢口高雄の世界「天翔ける童心」展

●日時 9月3日(日)まで 10時～17時半

●場所 鷹山宇一記念美術館

☎鷹山宇一記念美術館 ☎0176-62-5858

### 六ヶ所村

#### ふるさと新鮮朝市

●日時・場所 8月11日(金) (泊地区イベント広場)・26日(土) (尾駈地区スワニーイベント広場)

☎六ヶ所村商工会 ☎0175-72-2331

### 六戸町

#### 六戸秋まつり

●日時 8月31日(土)、9月1日(日)～3日(日)

●場所 中央商店街

☎六戸町産業課 ☎0176-55-4495

## Life Information.

### 戸籍の窓

※6月に町へ届出し、掲載を希望した人のみ載せています。

### ＊ こんにちは赤ちゃん

榊 心蘭ちゃん (榊大・和歌子)	11件/届出14件	緑ヶ丘
青木 智大くん (秀貴・智可子)		青葉
三村 柚葉ちゃん (守毅・奈緒)		肴町
橋本 伊織くん (誠・祥子)		堀切川
西田 千夏ちゃん (卓矢・奈津美)		苗振谷地
杉村 青泉くん (彰・幸子)		木崎
立花 美波ちゃん (裕希・愛)		一川目
田中 ゆめちゃん (達也・涼子)		大工町
北村 陽花ちゃん (恵太・春菜)		青葉
越沢 樹くん (亘・香織)		五丁目
畠山 蒼空くん (侑也・遥)		洋光台

### ♡ 結婚おめでとう

ヒリス・ローレンス・エー	7件/届出12件	上新町
大内 加奈子		上新町
赤崎 大介		東北町
小向 真緒		日ヶ久保
北向 和生		木ノ下
橘 裕紀		木ノ下
川村 航平		肴町
河村 美菜		三沢市
田中 竜太		本村
高橋 秋子		十和田市
石田 亮太		上新町
原田 亜希		八戸市
里見 昌則		洋光台
根本 麻由		茨城県

### ○ お悔やみ申し上げます

小向 タキ	96歳	苗振谷地
工藤 みち子	69歳	一川目
下斗米 成一	77歳	三本木
加賀 次雄	86歳	緑ヶ丘
根岸 利信	70歳	若葉

### まちな人口

平成29年  
7月1日現在

	人口	(前年比)	前月比
男性	12,199人	(50)	+11
女性	13,067人	(123)	-5
合計	25,266人	(173)	+6
世帯	10,133世帯	(72)	±0

※外国人を含めた数値です。  
( )内は外国人人口と外国人世帯数

### 町教育委員会定例会の開会情報

●日時 8月24日(土) 15時～  
※日程は変更する場合があります。

●場所 みなくる館  
なんでも創作室

議題により退席いただく場合があります。また、5人以上で傍聴を希望する場合は、前日までに連絡ください。

☎学務課 ☎0178-56-4258

### 『広報おいらせ』の 広告を募集中!

1号広告▶12,000円  
2号広告▶6,000円

掲載を希望される場合は、  
下記へお申し込み・お問い合わせください。

☎【申込先】総務課  
☎0178-56-2166

### 第10回特別弔慰金の申請受付中

戦没者等のご遺族の皆様は、下記の受付場所へお問い合わせください。

☎町民課 ☎0178 56 2246  
☎分庁サービス課 ☎0178 56 4214

### 多子出産祝金のご案内

町では第2子以降の子どもが生まれたご家庭に出産祝金を支給しています。支給額は第2子で5万円、第3子以降で10万円です。支給要件などの詳細は下記にお問い合わせください。

☎町民課子育て支援室 ☎0178 56 4259

### 個人番号カード(マイナンバーカード)を申請している方へ

▶個人番号カードは通知カードとは違い、郵送ではなく役場本庁舎・町民課窓口でお受け取りいただくこととなります▶受け取りは本人が来庁しなければなりません(15歳未満の方または成年被後見人の場合も法定代理人とともに本人が来庁する必要があります)▶代理人が受け取れるのは、病気や身体の障がい等のやむを得ない理由により本人が来庁できない場合に限られます。

●交付場所 町民課(役場本庁舎)

●交付時間 平日9時から17時まで(土・日・祝日は除く)

※上記以外の日時で受け取りを希望する場合は、ご相談ください。

●持ちもの 届いてある「交付通知書」をご覧ください。

☎町民課 ☎0178 56 2246



# 人権擁護委員の委嘱と退任

## ●退任

これまで人権擁護と人権思想の普及・高揚に貢献されてきた、2人の人権擁護委員が退任されました。今までありがとうございます。



津曲 洋子さん  
(本年6月末まで12年間)



苫米地 善敬さん  
(本年5月末まで5年間)

## ●委嘱 (新任)

7月1日付で法務大臣から任命されました。よろしくお願いします。



和田 貴美子さん

## ●人権擁護委員とは？

人権相談や人権啓発活動を行う、法務大臣が委嘱した人たちで、町内には7人います。

委員は小中学校での人権教室、人権相談、各種イベントでの啓発活動などを行っています。

## ●町民課

☎0178-562246

## 道路の草刈りへのご協力に感謝します

町が管理する道路の草刈りは、主に幹線道路、危険な箇所、生活に支障をきたす箇所を優先的に実施しています。

しかし、町道の延長はとても長いので、行き届かない部分の草刈りは、町民の皆さまのボランティア活動などによって支えられています。

これまで日々の活動に深く感謝申し上げます。また、今後とも町民の皆さまのご協力をお願いいたします。

## 小向良平さんが観光功労者表彰を受賞

おいらせ町観光協会の顧問である小向良平さんが、このたび、公益財団法人青森県観光連盟より、永年にわたり観光事業に尽力された功績で表彰されました。

小向さんは、百石町観光協会において、昭和61年から役員、副会長および会長の職を歴任。平成18年に設立したおいらせ町観光協会の初代会長を経て、平成20年から顧問に就任しました。

長きにわたり、当町の観光資源の創出や各種イベントの企画運営に携わったほか、観光情報の発信に尽力するなど、県内の観光振興に貢献してきました。



▶ 表彰状を手にする小向良平さん



## おいらせコミュニティ掲示板

町民の皆さんが行う催しや地域活動の紹介、団体・サークルなどの会員募集のページです。なお、参加費の記載がないものは無料です。

本コーナーの情報は随時募集中。掲載無料。詳しくはお問い合わせください。  
☎(申込先) 総務課 ☎0178-562166

## 編集後記

町民健診が始まるということで、今年も広報で特集を組ませていただきました。最近、単に長生きをするだけでなく、「健康に長生きをする」という健康寿命が重要視されていますね。健康を維持するため、健診を受けて自分の健康状態を知ることが大切です。私も健康な食生活を心がけ、次回の健診で「要再検査」とならないようにしたいと思います。

また、「未来の地域づくり講座」の取材では、高崎経済大学の櫻井教授の講義を聞かせていただきました。とても話の上手な人で、会場にはたびたび笑い声が響いていました。「地域づくりのプロセスにおいては、話し合いが重要」であり「話し合うことで本場に必要を取り組みはなにかが見える」と話され、なにより地域づくりに限らず、さまざまなことに共通して言えることのようにも思えました。

取材を通じて、さまざまな人に会って話を聞くことができることは、広報担当者の役得ですね。

総務課 広報広聴係・堤

※広報おいらせでは、随時広告を募集しています。詳しくは町総務課へお問い合わせください。☎0178-56-2166



# アームレスリングオープン選手権大会で優勝 名久井敬次さん (鶉久保)

## Profile

なくい・けいじさん  
 鶉久保在住。28歳。会社員。  
 木ノ下小学校～中学校ではバスケット部、三本木農業高校ではラグビー部に所属してスポーツに励んできた。アームレスリングのほかはバイクを趣味としており、休日はツーリングに出かけることもあるという。

6月4日、青森県アームレスリング連盟が主催する第29回アームレスリングオープン選手権大会・一般男子レフト75kgクラスにおいて、名久井敬次さんが昨年に続き優勝し、二連覇を果たしました。

名久井さんがアームレスリングを始めたのは4年ほど前。三沢アイスアリーナのトレーニングルームで県アームレスリング連盟三沢支部の方々と出会い、誘われたことがきっかけだそうです。

当初は「乗り気ではなかったというのが正直なところ」と話す名久井さん。しかし「始めてみると『力』だけでなくスピードやテクニックも要求される奥が深い競技であることが分かり、楽しくなってきた」と言います。大会では、自分よりも体格が大きな100kg以上の相手にも勝ち抜きました。

毎週土曜日には、トレーニング場として整備した自宅の車庫に三沢支部の仲間が集まって練習に励んでいます。11月には、昨年は辞退した全国大会に初めて挑戦する予定で、「自分がどこまでいけるのか挑戦したい」と意気込みを語りました。



「奥入瀬川の恵みと笑顔あふれるまち」の情報誌

広報 **おいらせ**

facebook **おいらせ町公式フェイスブックへの「いいね!」をよろしくお願ひします。**  
<https://www.facebook.com/oirasetown/>

facebook **おいらせ町役場** 検索

No.150 2017年8月1日発行号