

市の人口 50,454人 3月31日現在の住民基本台帳による人口  
(内は前月の統計)  
男 24,767人 (25,151人) 世帯数 21,254世帯  
女 25,687人 (25,894人) (21,453世帯)

# むつ 市政だより



『あれれっ、ここはどこ?』

(3月26日・市民体育館付近にて)

4.12

平成15年度分国民年金保険料  
納期限は4月30日です

平成15年度分（平成15年4月から平成16年3月までの分）の国民年金保険料の納め忘れはありませんか。

平成15年度分の保険料の納期限は4月30日となっています。保険料を納め忘れのままにしておくと、将来受ける老齢基礎年金が減額されたり、万一のときの障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなることもあります。保険料は必ず4月中に納めましょう。

学生納付特例の申請は忘れずに  
国民年金では、学生のみなさんに納付特例制度を設け、申請により本人の前年度所得が68万円以下であれば、保険料の納付が猶予されることになっています。

申請される方は、学生証または在学証明書（コピーでも可）、年金手帳、印鑑をご持参のうえ、老人医療年金係までおいでください。

また、この学生納付特例制度は毎年申請が必要です。希望される方は在学中、毎年申請を忘れずにご確認ください。

詳しくは

市国保年金課老人医療年金係

☎ 22・11111 内線327

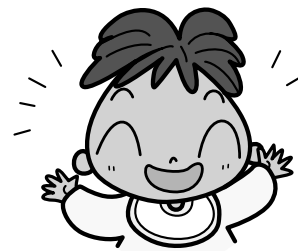
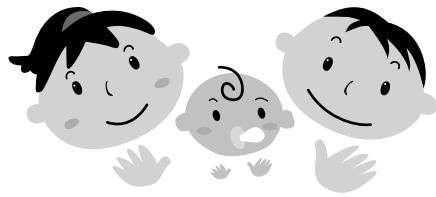
むつ市国民健康保険出産資金貸付制度について

市では、国民健康保険の加入者を対象に『出産資金貸付制度』を実施しています。

目的

出産育児一時金の支給を受けることが見込まれる世帯主に対して、その一時金を受けるまでの間、出産費用を支払うための資金を貸付けることで、窓口での負担を軽減するものであります。貸付対象者

国民健康保険税を完納している方、またはこれに準ずると認められた方で、次のいずれかに該当する方が対象となります。出産予定日まで1か月以内であること  
妊娠4か月以上で、出産に要する費用について医療機関から請求を受け、支払いが必要となるとき



貸付金額

出産育児一時金の支給見込額の8割以内の金額となります。

貸付条件

利息はありません

貸付期間は、出産育児一時金の支給を受けるまでの間となります

貸付方法は、申込者から届出のあった銀行口座へ振込となります

償還方法は、出産育児一時金による1回払いとなります

申込者には、出産育児一時金のうち出産資金貸付相当額を受領し、貸付資金の償還に充てる権限を市に委任していただきます

貸付の申し込み

資金の貸付を受けようとする世帯主は、貸付申込書に必要添付書類を添えて、市に提出していただきます。

詳しくは

市国保年金課国保係

☎ 22・11111 内線322

図書館の開館日数が増えます！

むつ市立図書館では、利用者からの利用機会を増やして欲しい」という要望に応えるため、規則の一部改正を行ない、平成16年度から次のように変更となります。この改正により、平成16年度の開館日数が、従来より4日間増えることとなります。

改正内容  
国民の祝日に関する法律に規定する休日が、土曜日・日曜日にあたるときは開館します。  
年末年始を除き、3日連続の休日(3連休)をなくします。



問合せ先  
市立図書館

☎ 28・3500

あなたの家庭は安心ですか？



- \* 損害保険 (事故処理のアドバイス致します)
  - ・自動車保険・火災保険・積立保険
  - ・年金・介護保険etc
- \* 生命保険 (保険診断致します)
  - ・ガン保険・医療保険・定期保険
  - ・終身保険etc

太田 勝憲  
TEL (0175) 24-3252  
FAX (0175) 24-3674  
メールアドレス  
oota 2003@taupe.plala.or.jp

(有)太田保険事務所

春の墓石展示会!! 4/30まで

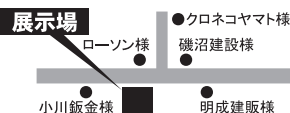
特別価格キャンペーン!

特長 耐震工法 完全防水工法 納骨楽々工法

小田桐石材

代表 小田桐 隆夫

むつ市仲町15番8号  
TEL 0175-33-3166  
FAX 0175-23-3425



## 公募方式で市有地を売払います(1物件)

売払物件および価格

旧保育所跡地

川守町三五五番一

宅地 一九四七・五八㎡

(五八九・二四坪)

価格 二〇六四万円

募集期間

4月22日(木)～7月22日(木)

土・日曜日、祝日は受付いたしません

提出書類

普通財産買受申込書、個人  
の場合は市町村が発行する身分  
(身元)証明書、法人の場合は商  
業登記簿謄本。

受付場所 市管財課管財係

契約相手方の決定方法

募集期間内に最も早く申し込  
みをした方を契約相手方としま  
すが、同一の日に複数の申し込

みがあった場合は抽選により契  
約相手方を決定します。

契約締結

契約相手方決定の日から7日以内

契約保証金

契約金額の1/10以上

所有権移転

売買代金納入後、市において

嘱託登記を行ないます。

その他費用等

売買契約書に貼り付ける収入  
印紙および所有権移転登記の際  
に必要な登録免許税(収入印紙)  
等は、すべて契約相手方の負担  
となります。

詳しくは

市管財課管財係

☎22・1111 内線172

## 高齢者福祉サービス

4月1日からのお知らせ

『ふれあい訪問事業』の休止

市では、65才以上のひとり暮  
らし老人を対象に安否確認を目的  
としてヤクルト等の配達を  
実施しておりますが、都合によ  
り休止することになりました。

『生きがい活動支援通所事業』の変更

介護保険の要介護認定をまだ  
受けていない方や要介護認定の  
結果、非該当となった方が利用  
しているデイサービス事業が、  
次のとおり変更になりました。  
対象者

65才以上のひとり暮らしの方

日中家族が不在となる方を含む

利用金額 1回につき1200円

利用回数 1週間1回まで

『外出支援サービス』の変更

福祉ハイヤー利用券が不要に  
なりました。ただし、利用の際  
に住所・氏名等を確認します。

詳しくは

市介護福祉課介護福祉係

☎22・1111 内線436



## 介護者のための催し

ほのぼのサロンでは、現在介護  
している方がリフレッシュできる  
ような催しを月2回、第2・4土  
曜日に開催します。ぜひご参加く  
ださい。

いつ・どんな

4月24日(土)

午前10時～午後3時

『初心者でもできる簡単な囲碁』

5月8日(土)・午前10時～11時

『介護が楽しくなるお話』

5月22日(土)

午前10時～午後3時

『カラオケでストレス発散』

どこで

みちのくヘルパースクール2階

参加費 無料

材料費等は自己負担となります。

申込方法

開催日の5日前までに電話で

お申し込みください。

詳しくは

ほのぼのサロン事務局

木村正 ☎23・1600



## ガーデンショップ ピノキオ 店内一部改装オーフン中!!

### 営業内容

観葉・花・寄せ植え鉢・ガーデングッズ販売  
ガーデンデザイン・施工・管理・植付け・手入れ  
企画イベント・ホテル・ハウス展示会・一般住宅等のリース又月々の花の管理手入れ  
今ブームのバラのアーチ取り付け・バラの植え込み

ガーデンコーディネーター 三浦 和子

庭園デザイナー

営業時間10:00～17:00 4月～7月無休

むつ市大曲1-7-23 Tel22-1003 Fax22-1016

## 庭で家の表情が変わります。

庭を家族の憩いの場として快適に、より魅力的にとお考えの方  
安らぎのあるそれぞれのスタイルにあった庭をデザイン・施工いたします。

狭いスペースでもご予算に応じてお見積りいたします。  
お気軽にお電話下さい。

造園工事・ガーデン工事・庭木移動・移植・土工工事・土盛・土地造成・黒土・赤土販売  
県知事許可(般-15)第16484号/日本造園組合連合会員

**Mk(有)みうら建材**

代表取締役 三浦 良治

むつ市大曲1-7-23 Tel22-1003 Fax22-1016



# むつ市立図書館詩歌コンクール 入賞おめでとう

図書館をもっと身近なものとして感じてもらい、図書館利用者の創作に対する関心を高めることにより、読書と創作の接点を見いだすことを目的に、『平成 15 年度むつ市立図書館詩歌コンクール』が行なわれ、去る 2 月 29 日(日) 市立図書館あすなるホールにおいて表彰式が行なわれました。

このコンクールには、詩・短歌・俳句・川柳の 4 部門に 1,478 名の方々から 2,290 点の応募があり、小学生・中学生・高校生・一般のそれぞれにおいて入賞者は次のとおりです。

詳しくは  
市立図書館  
☎28-3500

## 詩の部 (小学生)

最優秀賞

高島 明音 (二田小 4)

優秀賞

曾根 彩華 (大湊小 4)  
下山 優喜 (角違小 5)  
酒田 研太郎 (一田小 5)

## 短歌の部 (小学生)

最優秀賞

多胡 和美 (苦生小 6)

優秀賞

野藤 史佳 (二田小 3)  
畑中 潤 (一田小 5)  
奥島 陣 (一田小 6)

## 俳句の部 (小学生)

最優秀賞

二本柳 光毅 (一田小 4)

優秀賞

菅原 蓉子 (二田小 3)  
奈良 敬一郎 (三田小 3)  
中村 篤史 (苦生小 5)

## 川柳の部 (小学生)

最優秀賞

菅原 蓉子 (二田小 3)

優秀賞

杉本 みなみ (二田小 5)  
山本 雄太郎 (苦生小 6)  
森山 瞳子 (一田小 6)

## 詩の部 (中学生)

最優秀賞

野呂 文香 (大湊中 3)

優秀賞

山田 麻美 (むつ中 3)  
田澤 千紘 (大湊中 2)  
飛内 昌也 (大湊中 2)

## 短歌の部 (中学生)

最優秀賞

小向 奈都美 (近川中 1)

優秀賞

伊藤 美有紀 (むつ中 2)  
藤井 彩 (むつ中 2)  
川口 美帆 (大湊中 2)

## 俳句の部 (中学生)

最優秀賞

山本 五月 (関根中 1)

優秀賞

館 亮平 (関根中 2)  
工藤 浩也 (大湊中 3)  
古川 真 (大湊中 1)

## 川柳の部 (中学生)

最優秀賞

眞部 瑞穂 (大湊中 1)

優秀賞

川口 美帆 (大湊中 2)  
矢富 かおり (大湊中 1)  
久保田 毅 (大湊中 2)

## 詩の部 (高校生)

最優秀賞

沢尻 祐子 (田名部高 1)

優秀賞

宮川 朋子 (田名部高 1)  
杉山 法子 (大湊高 3)  
中野 結 (田名部高 1)

## 短歌の部 (高校生)

最優秀賞

岩淵 杏実 (田名部高 2)

優秀賞

本間 香澄 (田名部高 2)  
山口 明宏 (田名部高 2)  
中居 恵利佳 (田名部高 2)

## 俳句の部 (高校生)

最優秀賞

相内 未希 (大湊高 3)

優秀賞

高松 亜由美 (大湊高 3)  
畑山 優美 (大湊高 3)  
沢尻 祐子 (田名部高 1)

## 川柳の部 (高校生)

最優秀賞

加藤 愛 (田名部高 2)

優秀賞

澤井 佑季子 (田名部高 1)  
吉田 麻美 (田名部高 2)  
川島 蓉子 (田名部高 2)

## 詩の部 (一般)

最優秀賞

畑中 継雄

優秀賞

高橋 やす子  
佐藤 玲  
堺 ちさ子

## 短歌の部 (一般)

最優秀賞

畑中 継雄

優秀賞

水内 倫子  
金浜 尚子  
高橋 やす子

## 俳句の部 (一般)

最優秀賞

長久保 恵美子

優秀賞

相馬 禮子  
長井 静乃  
須藤 繁一

## 川柳の部 (一般)

最優秀賞

高杉 靖子

優秀賞

高橋 とし恵  
中野渡 一二  
高橋 星湖

# 第5回しもきた『春もみじ(紅葉)』まつり

イベント名		内 容	定 員	備 考
いつ	どこで		参加料	
川内川渓谷遊歩道ウォークと『薬膳料理』		川内川渓谷には、滝見台、ハツ橋、張り出し歩道などのビュースポットが点在しており、セキレイ橋、あじさい橋、あすなる橋からの渓流美は絶景。ウォーク終了時には、薬膳料理『あつちやのまま』が味わえます。	50名	
4月25日(日)・午前10時～	川内町		1,500円	
しもきた・よこはま『春もみじ(紅葉)』まつりオープニングと かまふせパノラマライントレッキング		横浜町と合同のイベントです。 かまふせパノラマラインでオープニングセレモニーを開催し、雪解けの釜臥山山頂まで春もみじを鑑賞しながらトレッキングします。参加者には『菜の花ドーナツ』をプレゼント。	120名	昼食は各自持参
5月9日(日)・午前9時～	むつ市		無 料	
恐山・宇曽利山湖遊歩道ウォークと『精進料理』		恐山・宇曽利山湖畔を1周し、芽吹いたばかりの木々、草花や水鳥を観察します。恐山で精進料理を食べ、住職から講話をいただき、産物の恵みに感謝する。	90名	
5月23日(日)・午前9時～	むつ市		1,700円	
薬研渓流森林浴ウォークと『山海ご膳』		薬研温泉、奥薬研温泉の遊歩道をゆっくり散策。森林浴ウォークで自然の美しさを堪能していただきます。地元名産『海峡サーモン』と山の幸をふんだんに使った『山海ご膳』もご用意しております。	60名	
5月30日(日)・午前10時～	大畑町		1,500円	



詳しくは  
下北観光協議会(市商工観光課内)  
☎0175-22-1111 内線 544



## グリーンシーズン幕開け

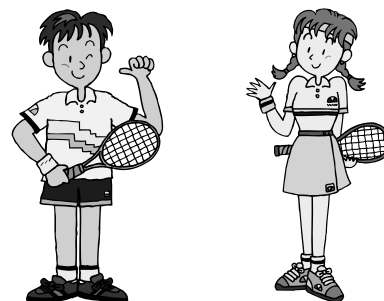
むつ運動公園テニスコートをはじめに順次開設します。運動にトレーニングにご利用ください。

開設期間 4月10日(土)～11月3日(祝)

予約期間 前の月の10日から20日まで、なお当月については随時受け付けいたします。

### 【施設使用料】(金額は1時間につき)

区 分		児童・生徒 (高校生以下)	一 般	電気使用料	
陸 上 競 技 場		600円	1,400円	全灯 3,700円 半灯 1,900円	
公 園 野 球 場		530円	1,150円		
テニスコート	1面	130円	300円	600円	
スポーツ広場	全面	400円	900円		
	半面	200円	500円		



詳しくは  
むつ運動公園  
☎24-1895

# 春のスポーツ教室

春はスポーツの季節。

市教育委員会では、はじめての方でも楽しめるスポーツ教室を開催します。

各教室とも参加料は無料です。

なお、ラケットは無料で貸し出しますが、テニス教室に参加する方は、必ずテニスシューズを着用してください。

定員になり次第締め切りますので、ご希望の方はお早めにお申し込みください。

また、参加される方は万一の事故等に備えて、スポーツ傷害保険に加入してください。

## 一般の方が対象です

ナイターテニス教室

期間

5月12日～6月23日(毎週水曜日)

時間 午後7時～9時

場所 運動公園庭球場

定員

・初級コース……………20名

・中級コース……………20名

ナイタースポーツ教室

期間

5月6日～6月17日(毎週木曜日)

時間 午後7時～9時

場所 市民体育館

定員

・卓球コース……………30名

・バドミントンコース……………30名

## 女性が対象です

レディーススポーツ教室

期間

5月7日～6月18日(毎週金曜日)

時間 午前10時～正午

場所 市民体育館

定員

・卓球コース……………30名

・バドミントンコース……………30名

レディースソフトテニス教室

期間

5月11日～6月22日(毎週火曜日)

時間 午前10時～正午

場所 運動公園庭球場

雨天の場合は市民体育館

定員 30名

問合せ・申込先  
市保健体育課体育係  
☎ 22-1111内線742

## むつ市ナイターバスケットボールリーグ参加チーム募集

平成16年度ナイターリーグ開催 スケットボール協会)としてみてくださ  
につき、参加チームを募集いたし  
ます。 い。申込方法などが詳しく載つて  
います。

詳しい要項は、協会ホームページ  
ジを検索(Yahooの検索で「むつ市バ  
わしてください。

参加チーム

男子、女子、男女混合のチーム

募集締切 4月25日(日)



問合せ・申込先  
むつ市バスケットボール協会事務局  
加藤 ☎ 28-2380  
留守番電話になっている場合は、名前  
連絡先等を入れておいてください。

## 小学生ソフトテニスクラブ員募集

むつ市ソフトテニス協会では、  
小学4～6年生を対象にしたクラ  
ブ員を募集しています。  
ソフトテニスの練習を1年間と  
さい。

募集人員 男女各10名

申込締切 4月30日(金)

申込方法

ハガキに、住所、氏名、学校名  
学年、電話番号をご記入のうえ

お申し込みください。

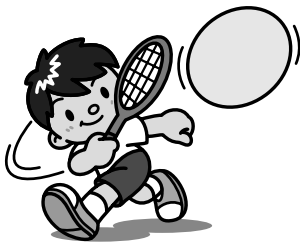
問合せ・申込先

〒035-0086

むつ市大湊上町35番10号

大谷 衛

☎ 24-1760



## 日本綱引連盟公認審判 資格取得講習会

青森県綱引連盟むつ支部では、  
日本綱引連盟公認審判資格取得講  
習会を、次のとおり開催します。  
いつ 5月30日(日)

午前9時～

どこで 市公民館講堂

受講資格 18才以上の男女

申込締切 5月10日(月)

その他

申し込みをされた方には後日  
詳細を案内いたします。

詳しくは

青森県綱引連盟むつ支部事務局  
豊岡 ☎ 24-4518

## スポーツカレンダーを 配布しています

平成16年度に市内で開催される  
各種スポーツ大会等の日程を掲載  
した『スポーツカレンダー』を、次  
の場所で配布しております。

・ 市役所市民相談室

・ 市公民館

・ 市立図書館

・ 勤労青少年ホーム

・ 市民体育館

・ 運動公園管理棟

詳しくは

市保健体育課体育係

☎ 22-1111内線742

# 春の自然観察会へどうぞ

うつらかな季節となりました。  
 たくさん生き物たちの新しい  
 生活や、芽吹き。  
 新しい風の吹く中で、春を探し  
 てみませんか。

今回は、尻屋崎灯台付近から松  
 林を散策します。  
 いつ 4月25日(日)

午前9時～正午  
 雨天の場合は中止です  
 どこで 尻屋崎  
 尻屋崎灯台駐車場に集合

見どころ

春のタカの渡りと小鳥類。  
 スリ、ハイタカ、ハヤブサなど  
 を観察します。  
 準備するもの

・双眼鏡(現在お持ちのもので結構です)  
 ・長靴 ・筆記用具 ・防寒具  
 ・飲物 ・虫除け対策等  
 申込締切

4月22日(木) 土・日曜日を除く

問合せ・申込先  
 市生涯学習課文化係  
 ☎ 22・11111 内線733



## ひとり親家庭等の方に 入学祝金を支給します

この制度は、ひとり親家庭等の  
 児童の健全な育成と福祉の増進  
 に寄与することを目的に、小学校  
 および中学校入学のときに祝金  
 を支給する制度です。  
 所得制限はありませんので、該  
 当する方は申請してください。

対象

ひとり親家庭等の義務教育終  
 了前の児童および父母のいない  
 義務教育終了前の児童で、平成  
 16年4月中に小学校および中学  
 校に入学する児童を扶養してい  
 る方。

給付内容

・入学祝金……………7千円  
 (対象児童1人につき)

申請に必要なもの

・保険証 ・印鑑  
 ・預金通帳(郵便局以外)  
 申請期間

4月12日(月)～30日(金)

詳しくは

市児童家庭課児童家庭係  
 ☎ 22・11111 内線413

## 『平和ポスターコンテスト』 参加作品展示会

むつライオンズクラブは、青少  
 年健全育成事業のひとつとして  
 『平和ポスターコンテスト』を開催  
 しています。

今年のテーマは『明るい明日を  
 築こう』であり、子どもたちの豊  
 かな発想から描かれるポスター  
 は、各県ごとに審査され、最優秀  
 作品はライオンズクラブ本部のあ  
 るアメリカ・ニューヨーク市で開  
 催される国連のライオンズデーに  
 招待されることとなります。

今回むつ市内の子どもたちから  
 は、12点の作品が寄せられ、非常  
 に質の高い作品となっております。  
 むつライオンズクラブでは作品  
 の展示を市立図書館で行ないます  
 ので、ぜひご覧ください。

いつ  
 4月28日(水)～5月9日(日)  
 4月29日、5月3日・4日は休館日  
 どこで  
 市立図書館展示ホール

詳しくは

むつライオンズクラブ事務局  
 瀬川 ☎ 090・3362・5981

生徒募集

♪

### おとなの ピアノコース(初心者)

家のすみで眠っているピアノ又はキーボードは  
 ありませんか？親切にやさしくサポートしますので  
 まったく初めての方でも安心です。

約1年半で「世界に一つだけの花」程度の曲が  
 両手で弾けるようになります。

**体験レッスン(無料)受付中**  
 指導 井手美佳・工藤和代、 場所 むつ市文京町5-35  
 連絡先 0175-29-1001

## “ゴミ,,の処理

会社・商店・飲食店の経営者の皆様

**ゴミ**の処理で、お困りではありませんか？  
 どうぞ**当社**へおまかせ下さい。個人の家庭ゴミもOKです!!

- ・一般廃棄物処理業許可業者  
 むつ市指令 第132号
- ・産業廃棄物収集運搬許可業者  
 許可番号0200013723

(有)川西商会 TEL 22-2176  
 FAX 22-2177





### 【科学技術週間イベント】

4月12日(月)~18日(日)は、『科学技術週間』です。

『科学技術週間』とは、広く国民に科学技術への関心と理解を深めてもらい、さらに科学技術の振興を図ることを目的として設けられました。そこで当館では、4月18日(日)に科学技術週間イベントを開催いたします。当日は入館無料となります。また、先月号でお知らせしたむつ科学技術館オリジナルキャラクターの名前当てクイズもありますので、ご家族やお友達を誘って、遊びに来てくださいね。

#### アニメ上映

『あたしんち』(90分)

上映時間 10:00 ~ 12:20 ~ 14:30 ~

#### ちびっこ工作教室 9:30より受付開始)

『ぷにゆぷにゆくんをつくろう!』(1回開催 先着30名様)

開催時間 13:20 ~ 14:20

『ダイヤカイトをつくろう!』(3回開催 各先着30名様)

開催時間 10:00 ~ 11:40 ~ 15:00 ~

#### 探求コーナー

『超低温の世界を調べよう』11:40 ~ 12:10

『ミクロの世界を調べよう』15:00 ~ 16:00

問い合わせ先

むつ科学技術館 ☎25-2091

☎25-2092

☎ <http://www.jmsfmm1.or.jp/msm.htm>

## はるのひの『おはなしかい』のおしらせ

むつ市立図書館では、今年できたばかりの『読みきかせボランティアネットワーク』のみなさんのご協力をいただき、『子ども読書の日』と『子どもの日』にちなんで、『おはなしかい』を開きます。



絵本の読みきかせや紙芝居のほか、本の紹介や下北のこぼれの昔語りなど、いろいろなお話をたくさん用意しています。  
子どものためのワークショップでは、簡単な手作り絵本やペーパーアート、折り紙を作ります。  
市立図書館では、この期間を含み4月6日から、『読みきかせと絵本』というテーマでの特別展示と絵本のリストの配布をしています。  
親子で図書館にきてみませんか?

4月29日・5月3日・4日は休館となりますのでご注意ください

おはなし会

4月24日(土)・25日(日)

5月1日(土)・2日(日)・5日(祝)

午前11時~正午・午後1時~3時

(30分ずつ6回)

幼児の部屋と児童の部屋があります。

ワークショップ

オリジナル絵本をつくるゾ

(手作り絵本)

4月24日・25日/午前10時~11時

あらかじめお申込みください!

ペーパーアートみんなで作って

おはなしかい

5月1日・2日/午前10時~11時

あらかじめお申込みください!



折り紙をつくってあそぼう

5月5日/午前10時~11時

参加自由です。

詳しくは

市立図書館

☎ 28-3500

## —電気・火報—式设计・施工—

確かな技術と信頼でご奉仕します  
ご用命は当社へおまかせ下さい。

# 株式会社工藤電業社

むつ市大湊上町8番2号 ☎24-2176(代)

まだ使える 不用品買います!

<p><b>家電</b></p> <p>テレビ・冷蔵庫・洗濯機 ラジカセ・AV機器・パソコン等</p>	<p><b>家具</b></p> <p>食器・寝具・スチール・テーブル ソファ・ベッド・アンティーク家具等</p>	<p><b>その他</b></p> <p>ギター・アンプ・ドラムセット・ピアノ ラケット・スキーボード・ウェア等</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">出張買取もOK!</p> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">査定無料!</p> <p style="text-align: center;">青(無名)トラック</p>
<p><b>衣類</b></p> <p>ダウン・エルメス等の ブランド品</p>	<p><b>骨董品</b></p> <p>タオル・毛布・お皿・グラス・ 鏡・陶器・生活用品・日用品等</p>	<p><b>業務用品</b></p> <p>ドライヤー・発電機・丸のこ・冷凍庫 機・ロッカー・音響機・流し台等</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold;">なんでもご相談承ります。</p> <p>●お売りの際、身分証明書と 印鑑が必要です。 ●当店の都合により、一部買取 できない品物もあります。</p>

ロゴリス

むつ市小川町1-6-9  
(むつ病院通り)  
☎0175(22)7288

講習会

☎ 手話講習会

『手話』は、聞こえない人たちのコミュニケーションです。

あなたも『目で見る言葉』である手話を学んで、聞こえない人たちと心の交流をしてみませんか？

いつ

5月13日～7月15日(毎週木曜日)

午後6時30分～8時

どこで 下北文化会館手話点字室

受講料 無料

ただし、初めての方はテキスト代850円が必要となります。

詳しくは

青森県ろうあ協会むつ下北支部

杉山 ☎22・9620



各種相談日程

法律相談 5月28日

場所は市民相談室。予約制です。相談の際にはできるだけ関係書類を持参してください。申し込みは市広報広聴課へ。☎22-1111 内線 252

法律相談 5月20日

場所は下北文化会館医師控室。予約制です。申し込みはむつ市社会福祉協議会へ。☎22-1111 内線 862

交通事故相談 5月20日 10:00 ~ 14:00

場所は市民相談室。予約制です。申し込みは市広報広聴課へ。☎22-1111 内線 252

行政相談 5月17日 10:00 ~ 15:00

行政が行なう仕事についての各種相談を受けます。場所は市民相談室。予約は要りません。

税務相談 5月18日 9:30 ~ 15:00

相続税・贈与税・退職金と税金・年金と税金等について相談を受けます。場所は市民相談室。予約は要りません。

人権相談 5月10日 10:00 ~ 15:00

家族間や近隣関係のこと、学校や職場内のことなどの相談を受けます。場所は市民相談室。予約は要りません。

公証(法律)相談 5月6日 10:00 ~ 15:00

遺言状作成について相談を受けます。場所は市民相談室。予約制です。申し込みは4月28日(水)までに市広報広聴課へ。☎22-1111 内線 252

心配ごと相談所 月~金 10:00 ~ 15:00

場所は旧市民集会所(柳町)。祝日、第3木曜日は休み。☎22-2731

教育相談 月~金 9:00 ~ 16:00

小学校入学前のお子さんから小・中学生の教育に関する相談に応じています。場所は教育研修センター(小川町)。予約制です。☎22-0974 祝日は休み。

心の健康相談 5月12日・27日 13:00 ~ 14:00

心の悩み、心の病気、痴呆等の相談を専門医が受けれます。場所は下北地方健康福祉子どもセンター。予約制です。☎24-1231

女性の健康相談 5月20日 10:00 ~ 10:30

女性の心身の健康に関する相談に応じます。場所は下北地方健康福祉子どもセンター。予約制です。☎24-1231

『アルコールクス・アノニマス』 毎月第2・4日曜日 13:30 ~ 15:30  
むつグループミーティング

アルコール依存症と診断された方の回復のための自助グループです。アルコールの問題のある本人だけでなく、どなたでも参加できるオープン形式のミーティングです。場所は市民館。お問い合わせは下北地方健康福祉子どもセンター。☎24-1231

下北文化会館 プラネタリウムのお知らせ

プラネタリウムでは、4月より春の星座を紹介する番組を投影しています。

ぜひ、ご家族お友達と連れ添って鑑賞していただき、身近にある星空を眺めてみませんか。

なお、一般投影日時は次のとおり

毎週土曜日、1日2回の投影となりますが、土曜日が祝日の場合は、投影を休ませていただきます。また機器の故障等により投影できない場合もありますので、あらかじめ電話等で確認のうえ、来館ください。

番組名 『ノアの方舟』

投影日時 毎週土曜日

・1回目: 午前10時

・2回目: 午後2時

今年度より午前の投影時間が変更となりますのでご注意ください。

観覧料

・小人……………100円

・大人(高校生以上)…220円

詳しくは

下北文化会館

☎22・8411

ロシアバレエフェスティバル'04 下北公演

いつ 6月4日(金) 開場 18:00 開演 18:30

どこで 下北文化会館大ホール

前売券 全席指定・一般 2,000円 / 学生(高校生以下) 1,000円

前売券は4月17日(土)より発売!

主催 下北文化会館 / 共催 みちのく銀行

詳しくは

下北文化会館 ☎22-8411

喫煙室のご利用について

下北文化会館では、喫煙室を設けましたので、おタバコは喫煙室をご利用ください。

## これからの予防接種日程

麻しん・風しん・三種混合

	対象児	実施日
麻しん	1才～7才6か月未満	5月11日
風しん	1才～7才6か月未満	5月11日
三種混合	3か月～7才6か月未満	4月23日

時間 佐藤小児科・・・午後2時～午後5時  
ちばクリニック・・・午後2時～午後3時30分  
菊池医院・・・午後1時30分～午後2時30分



## お元気ですか！

保健コーナー

〈詳しくは〉健康推進課

22-1111 内線 443・445



大平町  
みわ めい ちゃん

ライフステージ (年齢)	『健康むつ21』が一生の 各時期において目指すもの ～市民の行動目標～
乳幼児期 (妊娠中～就学前)	子どもが育とうとする力を育み、親も育つ ～赤ちゃんっていいね 子育てを楽しもう～
児童・青年期 (就学～18才)	自分らしさを見つけ 心と身体の成長を育むことができる ～未来の自分のために できることから始めよう～
壮年初期 (19～39才)	家庭や地域での役割を認識し 健康な生活基盤を築ける ～さあ、何かひとつ 健康にいいこと始めよう！～
壮年期 (40～64才)	職場や地域の中堅として いきいきと生活ができる ～あなたも『健康むつ21』を实践して 生活習慣病予防に取り組もう！～
老年期 (65才以上)	家庭や地域の中で役割を持ち 安心して生活ができる ～『いまさら』なんて言わないで ときめきを求めて出かけよう！～

## むつ市保健計画『健康むつ21』

21世紀を迎え、本格的な少子高齢社会が進行しており、心身ともに健やかに生活できる、活力ある社会を築くことが求められています。このため国は、健康増進法を制定し、『国民は自らが健康の増進に努め、国や地方公共団体および医療関係等その他関係者は、相互に連携・協力しながらその努力を支援することとしました。

このような背景のもと、むつ市では、地域の特性や実情を把握し、市民の健康づくり運動をより効果的に推進するための保健計画『健康むつ21』を平成15年11月に策定しました。

子どもからお年寄りまですべての市民が、生涯を通じて健やかで生きがいのある心豊かな生活を送れることを目的として、市民一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組んでいただくための指針となるものです。

5回シリーズで本計画の概要をお知らせいたしますので、詳細についてのご質問やご意見がございましたら、健康推進課までお寄せください。

健康で笑顔の毎日のために、  
ましたら健康推進課までお寄せください。今後とも、市民関係機関、行政が一体となり、みんなで健康づくりを推進していきましょう。

### 基本理念

未来をつくる母子保健

次代を担う子どもたちが、健やかに生まれ育ち、安心して子育てができるように、母性父性を育み、家族、地域、行政が子育てを支援します。

一人ひとりが積極的に取り組む健康づくり

市民一人ひとりが、積極的に健康づくりに取り組み、家族、地域、行政がそれをサポートします。

みんなで支える地域ケア  
病気や障害があっても何らかの支援が必要な人々が、安心して自分の望む生活ができるように各種のサービスを整え、家族や地域が助け合い、安心して過ごせるようにします。

基本理念を達成するためのライフステージごとの目標を掲げています。

今回は、各期におけるむつ市の健康についての現状と課題について掲載する予定です。

# 早掛レイクサイドヒルキャンプ場オープン！

『早掛レイクサイドヒルキャンプ場』が4月28日(水)にオープンします。

キャンプ場の位置は、早掛沼公園入口の手前200mを右折(ゲートあり)してください。

貸し出しする施設は、オートキャンプ場36サイト(うち電源付きが19サイト)、ケビンハウス3棟です。

本格的なログハウスや雨天でも利用できる炊事棟、管理棟にはコインランドリー、コインシャワー設備があります。

また、貸出用のキャンプトント、バーベキューコンロ(網・炭なし)を準備しておりますのでご利用ください。

キャンプ場ご利用に際しては、ご希望に添えない場合もありますのであらかじめ電話での予約が必要となっております。

キャンプ場入口には管理棟がありますので、ご利用する方は必ず受付をしてからご利用ください。

みなさまのご利用をお待ちしております。



区 分		使用料
ケビンハウス	宿 泊 (午後2時~翌日午前10時)	1 棟 10,000 円
キャンプサイト(電源あり)	宿 泊 (午後2時~翌日正午)	1 区画 2,000 円
	日帰り (午前9時~午後5時)	1 人 100 円
キャンプサイト(電源なし)	宿 泊 (午後2時~翌日正午)	1 区画 1,500 円
	日帰り (午前9時~午後5時)	1 人 100 円
キャンプトント(4人用)		1 張 1,000 円
バーベキューコンロ		1 台 300 円

申込先  
早掛レイクサイドヒルキャンプ場  
☎23-8686

問合せ先  
市都市計画課  
☎22-1111 内線 633

## 水源池公園内の工事のお知らせ

現在、水源池公園およびその周辺において、国道338号道路改良工事が行なわれております。

この工事は、平成15年から18年をめぐりに行なわれるもので、長期にわたりご不便をおかけいたしますが、公園を利用される方は、十分注意してくださるようお願いいたします。

詳しくは

むつ県土整備事務所 ☎22-8581

市都市計画課公園管理係 ☎22-1111 内線 633



『むつ市政だより』は再生紙を使用しております。