

# むつ 市政だより

2.8  
2008年 No.668

## 『冬本番です!』

(1月24日・市内大畑木野部付近にて)

### 主な内容

- ◇むつ市のうまいは日本一! … 2p～3p
- ◇暮らしに役立つ税情報 ほか … 4p～5p
- ◇『なかよし会』ご利用のお知らせ ほか … 6p～7p
- ◇簡易裁判所からのお知らせ ほか … 8p
- ◇ある日どこかで … 9p
- ◇『かきぞめ大会』入賞者紹介 ほか … 10p～11p

- ◇山折哲雄氏講演会のお知らせ ほか … 12p～13p
- ◇お元気ですか保健コーナー ほか … 14p～15p
- ◇里海だより① ほか … 16p

### ★折り込み特集★

～むつ市教育プランの概要～

～むつ都市計画変更等(案)のお知らせ～

# おびんずきは、お味噌汁の味しる

## その1：ナマコ

青森県で一番広く、三方を海に囲まれ、豊かな自然を誇るむつ市は、多種多様な農・林・畜・水産物を産する食の宝庫です。ナマコは県内生産量の3分の1を占め、赤貝、イシガレイとともに生産量、漁獲金額で、ブランド化されたヒラメは漁獲金額で青森県一です。ヤマセによる夏季冷涼な気候を活かしたレタス、大根、四季成りイチゴ、一球入魂カボチャなども県内外に流通しています。こうした食材は、基幹産業として市の経済を支え、地域の食文化を育んできました。

健康志向や食品の偽装表示問題など、食の安全への関心がかつてなく高まっている中で、むつ市の宝物の一つである多彩な食材にスポットをあて、生産現場の真剣な取り組み、流通・加工、料理、歴史と多岐にわたって紹介する『むつ市のうまいは日本一！』の連載をスタートさせます。むつ市のうまいのレシピコーナーは、むつ市出身で大畑高校の坂本謙二先生が担当します。

毎日口にする食材が、むつ市のいい感じのようにつくられ、私たちの『命』を支えているのか。食材の魅力に着目し、私たちと同じ土、水、空気で育まれた第一次産業を見直すきっかけになることを願い、第一回目をお届けします。



【川内港に水揚げされたナマコ】

〈問合せ先〉  
『むつ市のうまいは日本一！』  
啓蒙拡大推進作業部会(市水産課)  
☎22-1111 内線 532

### 【ナマコの分布(生息) 生態、成長について】

ナマコは、国内では北海道から九州および沖縄の沿岸に広く分布(生息)しており、本県の沿岸でもほぼ全域に見られますが、特に陸奥湾に多く分布しています。

ナマコの産卵は、主に5月中旬から7月中旬に行なわれます。受精後約12時間でふ化し、幼生のまま2〜3週間浮遊した後、藻などに付着し、ふ化後50〜60日で付着物から離脱して海底の生活に移ります。また、ナマコは夏期(およそ7月〜10月)には夏眠し、成長しません。実質的な成長期間は11月から6月になります。

ナマコの成長は、一般的には1

年で5センチ〜6センチ、2年で13センチ、3年で18センチ程度の大きさになると言われています。

### 【ナマコの主な漁業】

ナマコは、小型底びき網漁業、採貝漁業、刺し網漁業等により漁獲されます。

### 【ナマコの主な産地】

全国の主な産地は、北海道、青森県、山口県、兵庫県、石川県となっており、**青森県は全国第2位のナマコの産地となっています。**

### 【県内の漁獲状況】

平成18年の県統計(青森県海面漁業に関する調査結果書)によると、県全体で、1,495トンが漁獲され、**むつ市が第1位の479トン**、以下平内町292トン、横浜

平成 18 年市町村別漁獲数量と漁獲金額

順位	市町村	数量(kg)	金額(千円)
1	むつ市	479,982	906,186
2	平内町	292,811	599,896
3	横浜町	258,534	463,611
4	青森市	193,228	266,938
5	その他	271,405	431,262
	合計	1,495,960	2,667,893

※海面漁業月別漁獲数量調査結果表より



## 坂本謙二（県立大畑高校）先生の むつ市のうまい~レシピコーナー①~

### ナマコのみぞれ和え

幼い頃から、下北の正月にナマコは欠かせないもののひとつでした。今年は子年なので『海の鼠』と書くナマコこそ、今年にふさわしいものだと思います。今回は定番の酢醤油に柚子の絞り汁を加え、大根おろしでさっぱりとしたものを紹介します。

まずナマコの両端を切り落とし、おなかを切り開きワタを取り除きます。この時、コノワタも一緒に捨ててしまわないように注意してください。赤い色ですのすぐわかります。酒飲みには垂涎の珍味です。

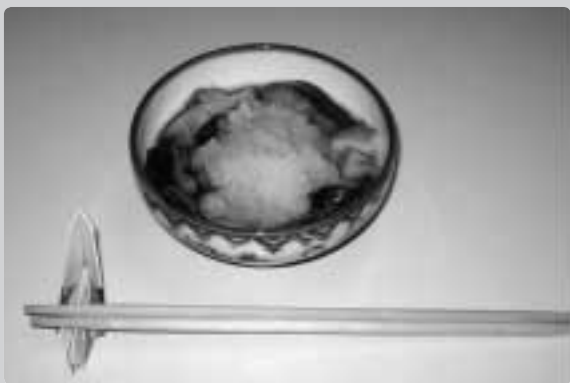
鍋に番茶をあたため60℃くらいに保ち、ナマコを入れて湯がきます。この間に大根おろしを作っておきますが、ザルにあけて水気を切っておきます。10分くらい湯がいたら冷水にとり、又メリを洗います。シャキシャキ感を残すにはこれくらいの時間が適当だと思います。温度を上げたり、時間を長くすると、ナマコが融け始めますので、温度と時間は、慎重に対処すべきです。

ここでタレを作ります。冷ましておいた濃いめのカツオだしに、醤油と酢を加え、柚子の絞り汁を適宜加えます。ナマコ自体に塩分がありますので醤油は控えめにします。

小口切りにしたナマコを、このタレの中でよくあえ、器に盛りつけます。大根おろしと、へぎ柚子を細くせん切りにしたものを天盛りにします。

正月の不摂生で疲れた胃腸に、柚子の香りがすがすがしい一品です。柚子のせん切りの代わりに、大根に箸で穴をあけ、タカノツメを差し込んですりおろした紅葉おろしも良いものです。最近では、柚子胡椒というニューフェイスもでてきましたので、これを大根おろしの上に載せるのもいいものです。

干しナマコが、スーパー等で売られていれば中華風の炒め物や八宝菜などに利用できるのですが、干しナマコそのものを作るのに時間がかかり、品薄の上、極めて高価で、戻すのにも三日以上の時間を要し、忙しい現代には向いていないかもしれません。干しナマコに代わって塩蔵ナマコが出回ってきましたので、近いうちに季節を問わずクラゲと同じように使える日が来るかもしれません。



町258トンとなっています（右の表のとおり）。

日本全体のナマコの漁獲量は、約1万トン程度と言われている、当むつ市は全国屈指のナマコの産地です。

#### 【ナマコの成分】

生ナマコの90%は水分で低タンパクです。コリコリ感はタンパクのコラーゲン、軟骨にはコンドロイチン硫酸を含み、ナトリウム、マグネシウムなどのミネラルに富み、ビタミンではB2や葉酸が多く含まれています。

### 《川内町漁業協同組合の取組みについて》

#### ①ナマコの資源管理

川内町漁協青年部は、平成11年度からナマコの資源調査や資源管理、加工等に積極的に取り組み、その取り組み内容が評価され、平成16年の

全国農林水産祭で本県の水産業界で初めて天皇杯の栄誉に輝きました。

現在、漁協ではナマコ資源を守るため、密漁防止活動にも力を入れて取り組んでいます。

#### ②ナマコの漁獲数量・金額

平成18年度川内町漁協のナマコの漁獲数量・金額は、約298トン・5億7千万円となっています。

国屈指の漁獲数量となっています。

また川内町漁協では、ナマコ資源を増やすため、ナマコ増殖礁などの整備にも積極的に取り組みんでいます。

#### ③干しナマコの加工生産

川内町史によると、江戸時代、北前船で干しナマコや干しアワビなどが長崎貿易品として、中国に輸出されていたと記述されています。

現在、漁協では干しナマコの加工生産を積極的に進めており、その製品は神戸経田で香港に輸出され、中国で『川内産干しナマコ』のブランド化に向けた取り組みをしています。



## 〈問合せ先一覧〉

市税務課 ☎22-1111

市民税係 内線 182 ~ 184

固定資産税係 内線 185 ~ 187

納税管理係 内線 195・196

収納係 内線 193・194

川内庁舎管理課 ☎42-2111

大畑庁舎管理課 ☎34-2111

脇野沢庁舎管理課 ☎44-2111

## 税制用語基礎知識 ～固定資産税編 2～

## 【課税標準額】

税額を算出するための基礎となるもので、固定資産税評価額に基づいています。

◎課税標準額×1.4%（固定資産税の税率）＝税額

## 【賦課期日】

固定資産税と都市計画税の課税要件が確定するための基準となる日で、1月1日とされています。

## 【納税管理人】

市外にお住まいの方で税金の納付が不便な方に代わり、むつ市内において固定資産税の納付や書類の受け取りをしていただく方のことです。

## 【相続人代表者】

固定資産を所有する方が亡くなられた場合、名義変更の手続きが完了するまで、その固定資産は相続人全員の共有物となります。そこで、相続人全員の中から代表者を決めていただき、固定資産税の納付や書類の受け取りをしていただく方のことです。

## 平成 20 年度から市税の前納報奨金制度を廃止します

市では、これまで市県民税、固定資産税および都市計画税について第1期の納期限内に全期分を一括して納付していただいた場合に前納報奨金を交付しておりましたが、平成20年度から廃止となります。

廃止の主な理由は、特別徴収(給与天引)により市県民税を納付する人にはこの制度がなく、公平を欠くことなどによるものです。

限られた財源をより公平に効率的に活用するためにも、みなさまのご理解と納期内納付へのご協力をお願いします。

なお、前納報奨金は廃止しますが、全期分を一括して納めていただくことはできますので引き続きご利用ください。

## ◎市税の口座振替をご利用の方へ

前納報奨金が廃止されることに伴い、振替方法を『全納期一括』から『期別ごと』に変更される方は、金融機関窓口で5月中旬までに手続きをお願いします(変更する納税通知書と通帳のお届印が必要です)。

〈詳しくは〉市税務課納税管理係

## 軽自動車(原付自転車、自動二輪、軽四輪車等)の異動手続きはお済みでしょうか？

軽自動車税は毎年4月1日の所有者に課税されますが、4月1日までに異動手続きがなされないと、所有していないにもかかわらず課税されたり、所有者が変わったにもかかわらず元の所有者に課税されることとなります。

手続きは、印鑑とナンバープレート(廃車の手続きの場合)などを持参のうえ、市税務課や軽自動車協会等で行なってください。万が一、ナンバープレートを紛失した場合などは、お問い合わせください。

なお、3月になりますと混雑することから、手続きはお早めをお願いします。



〈詳しくは〉市税務課市民税係

## 【納税週間～夜間収納窓口開設のお知らせ～】

市では勤労者の納税促進を図るため、毎月末の25日から末日までを納税週間として、平日の窓口業務に加え、夜間に収納窓口を開設しています。市税等の納付を受け付けていますので、仕事などで日中に金融機関での納付が難しい方は、どうぞご利用ください。

※納税相談も随時行なっておりますので、窓口または電話にてお問い合わせください。

## 《開設日時》

2月25日～29日まで

午後5時15分～午後7時30分

※午前8時30分から午後5時15分までは通常どおり納付できます

## 《開設場所》

本庁舎税務課、川内庁舎管理課  
大畑庁舎管理課、脇野沢庁舎管理課

## 『卒業祝金』について

市では、ひとり親家庭等の健全な育成と福祉の増進を図るため、市内にお住まいで、平成20年3月に中学校を卒業する児童を養育(同居して生計を維持していること)しており、さらにその児童が次のいずれかに該当している方に対し、卒業祝金を支給しています。

所得制限はありませんので、該当すると思われる方は、手続きしてください。

※中学校には特別支援学校も含まれます

### 〈対象者〉

- ・父か母または両親が亡くなった児童
- ・父か母または両親が3か月以上生死不明の児童
- ・父か母または両親が1年以上行方不明の児童
- ・父か母または両親に1年以上遺棄されている児童
- ・父か母または両親が心身障害の状態です労働能力を失っている児童
- ・父か母または両親が1年以上拘禁されている児童

※離婚・未婚等によるひとり親家庭の方は対象外となります

### 〈支給額〉

10,000円(対象児童一人につき)

### 〈支給時期〉

中学校を卒業する年の3月

### 〈受付期間〉

2月1日(金)～2月29日(金)

### 〈申請に必要なもの〉

- ・印鑑 ・健康保険証
- ・養育者名義の金融機関の通帳(郵便局を除く)

※次のものをお持ちの方はご持参ください。

なお、対象者の状態によって証明に必要な書類を提示していただく場合があります。詳しくはお問い合わせください。

- ・ひとり親家庭等医療費受給資格証
- ・児童扶養手当証書
- ・遺族基礎年金証書
- ・身体障害者手帳
- ・愛護手帳
- ・精神障害者保健福祉手帳



### 〈問合せ先〉

市児童家庭課児童家庭係 ☎22-1111 内線 413  
川内庁舎健康福祉課 ☎42-2111  
大畑庁舎健康福祉課(ふれあいかん) ☎34-6611  
脇野沢庁舎健康福祉課 ☎44-2111

## ～むつ税務署からのお知らせ～ 申告と納税は期限内に!

平成19年分の確定申告および納付の期限は、

○申告所得税……………3月17日(月)

○消費税および地方消費税…3月31日(月)

※最寄りの金融機関または税務署で納付してください

振替納税を利用している方の振替日は、

●申告所得税……………4月22日(火)

●消費税および地方消費税…4月24日(木)

※期日前に口座残高の確認をお願いします

また、納期限までに納付が困難な方は、期限前に税務署へ納付相談してください。未納のままにしておくと督促状が送付され、滞納処分(差押えなどの強制徴収処分)を受けることになります。

〈詳しくは〉  
むつ税務署 ☎22-3294

## インターネット公売を実施します

市では、市税滞納者から差押えした財産をインターネットにより公売しています。

次の日程で申込みを受け付けています。詳しい内容についてはむつ市ホームページ上の『むつ市インターネット公売専用ページ』をご覧ください。

<http://www.mutsu.e-shimokita.jp/zeimu/koubai/>

また、下見会を実施しますので、申込みした方や申込みする予定の方、興味のある方はぜひ会場へお越しください。

### 【第2回インターネット公売参加申込期間】

2月14日(木)～28日(木)

### 【下見会開催日時・場所】

2月22日(金)・午前10時～午後3時  
・旧アークスプラザ内にて

### 【オークション期間】

3月4日(火)・午後1時  
～3月6日(木)・午後0時30分

〈問合せ先〉  
市税務課収納係 ☎22-1371  
(インターネット公売担当直通電話)



## 新年度『なかよし会』ご利用のお知らせ

市では、父母の仕事・病気などにより、放課後に世話をしてくれる人がいない小学校1～3年生のお子さんを対象に、『なかよし会』を開設しています。

『なかよし会』では、学校の施設を利用し、専門の指導員のもとでお子さんが安全に過ごせるよう努めています。

### 【開設時間】

○平日

下校時間～午後5時30分

※30分延長可能

○土曜日・夏休み・冬休み等長期休み

午前8時30分～午後5時30分

※前後30分延長可能

### 【入会条件】

○次のどれかに該当していることが条件です。

- ・父母が共に仕事をしていること
- ・父母が病気等でお子さんの世話ができないこと
- ・その他の理由により父母がお子さんの世話ができない状態であること

### 【入会申請】

○申請書について

・既に入会しているお子さん

：直接『なかよし会』からお渡ししています

・新一年生のお子さん

：一日入学でお渡ししています

・それ以外のお子さん

：市の窓口でお渡ししています

○申請先について

・既に入会しているお子さん

：直接『なかよし会』へ

提出してください

・それ以外のお子さん

：市の窓口へ提出してください

名 称	定員	指導員	クラス
第一田名部小学校なかよし会	90	5	2
第二田名部小学校なかよし会	90	5	2
第三田名部小学校なかよし会	50	2	1
苦生小学校なかよし会	90	4	1
大平小学校なかよし会	80	4	1
大湊小学校なかよし会	30	2	1
奥内小学校なかよし会	20	2	1
関根小学校なかよし会	30	2	1
第一川内小学校なかよし会	30	2	1

### 【問合せ・申込先】

市児童家庭課児童家庭係(むつ地区)

☎22-1111 内線413

川内庁舎健康福祉課(川内地区)

☎42-2111



## 平成20年度『男女共同参画週間』の標語を募集します

〈どんな〉男女共同参画をテーマにした標語。特に、身近なところから男女共同参画を推進するような標語。

19年度最優秀賞 ～ いい明日は 仕事と暮らしの ハーモニー ～

18年度最優秀賞 ～ 参画で 職場に活気 家庭にゆとり ～

〈応募資格〉どなたでも

〈応募方法〉官製ハガキ、FAX、電子メール1通に1作品を記入し、住所・氏名・年令・性別・電話番号を記入のうえ、次のあて先までご応募ください。

- ・郵送の場合… 〒100-8914 東京都千代田区永田町1-6-1  
内閣府男女共同参画局総務課「標語募集係」あて
- ・FAXの場合… ☎03-3581-9566  
内閣府男女共同参画局総務課「標語募集係」あて
- ・電子メール… 男女共同参画局ホームページにアクセスしてください  
☞ <http://www.gender.go.jp/>

〈応募締切〉2月29日(金)必着 ※入賞された方には記念品をお送りします

〈詳しくは〉

市男女共同参画室 ☎22-1111 内線220



## 平成20年4月1日から 後期高齢者医療制度が始まります

### 【75歳以上の方、一人ひとりに被保険者証を交付します】

〈対象者〉・75歳以上または65歳以上75歳未満であって、一定の障害があると広域連合が認定した方(生活保護受給者を除く)  
〈被保険者証〉

- ・1人に1枚ずつ(カードサイズ)交付します
- ・現在、老人医療の対象となっている方と平成20年4月30日までに75歳に到達する方には、3月下旬に送付します
- ・平成20年5月1日以降に75歳に到達される方には、75歳の誕生日までに送付します

〈医療機関窓口での自己負担〉

- ・現行と同じく、かかった医療費の1割(現役並所得者は3割)で、保険証にも明記されています



### 【保険料は、被保険者1人ひとりに納めていただきます】

青森県の保険料は 平均年額 46,374 円

〈計算方法〉1人あたりの保険料額=均等割額(被保険者1人当たりの定額…年額 40,514 円)

+所得割額【(総所得金額-基礎控除額 33万円)×所得割率 7.41%】

※実際に納付していただく保険料の年額は100円未満切り捨てとなります

所得の低い世帯の方には、所得の区分に応じて均等割額が軽減(7割・5割・2割)される措置があります

〈保険料例〉… ◎ 高齢者1人暮らし

年金収入	保険料
153万円未満	12,100円
203万円	67,900円
240万円	104,900円

◎ 75歳以上夫婦の2人暮らし(妻・収入なし、夫・年金収入のみ)

年金収入	保険料合計	夫分保険料	妻分保険料
153万円未満	24,200円	12,100円	12,100円
168万円	35,300円	23,200円	12,100円
192万5千円	69,700円	49,500円	20,200円

#### ※社会保険等の被扶養者の方

制度加入時から2年間は均等割額の1/2のみ賦課されます。ただし平成20年4月から9月までの半年間は保険料を徴収されず、10月から平成21年3月までは9割軽減されます。

〈保険料の納め方〉

#### ○年金から差し引かれる人(特別徴収)

対象者⇒年金が年額18万円以上の方で、介護保険料と合算して年金額の1/2を超えない方

納め方⇒年6回の年金の定期支払いの際に介護保険料同様あらかじめ差し引かれます

仮徴収…前年の所得が確定していないため、仮に算定された保険料額を納めます			本徴収…確定した年間保険料額から仮徴収分を差し引いた額を、3回に分けて納めます		
4月(1期)	6月(2期)	8月(3期)	10月(4期)	12月(5期)	2月(6期)

#### ○納付書で納付する人(普通徴収)

対象者⇒特別徴収以外の方、年度途中で75歳になったり、65歳以上で障害認定を受け被保険者となった方

納め方⇒期日までに、送付された納付書で納めます。7月から翌年2月までの8期割を予定しています

#### ◎障害認定により老人保険制度に加入されている方

障害認定による老人医療受給の方(65歳以上75歳未満の方)も、平成20年4月から後期高齢者医療の被保険者となりますが、認定の取り下げもできます。

※障害認定の取り下げ請求

後期高齢者医療制度に移行した場合、新たに保険料の負担が発生するなどの理由から、ご本人の意思により障害認定の取り下げ申請をすることで後期高齢者制度に加入しないこともできます。また、いったん被保険者になっても、75歳に到達するまではいつでも取り下げできます。個々のケースにより利益・不利益の状況が異なりますので、ご相談ください。

〈問合せ先〉

青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821  
市国保年金課老人医療係 ☎22-1111 内線 325・326

## 身近な民事トラブル解決は簡易裁判所で

日常生活を送っていると、さまざまな民事トラブルに出会うこともあるかと思えます。

例えば：

大家さんが敷金を返してくれない

交通事故で壊れた車の修理代を払ってくれない

給料を払ってくれない

知り合いに楽器を売ったけど、代金を払ってくれない

貸したお金を返してくれない



このように、当事者同士では解決できない場合などには、簡易裁判所の民事手続を利用してみませんか？

簡易裁判所ではいくつかの紛争解決手続を用意しています。なかでも特に利用されているのが、判決によって解決を図る『訴訟手続』と、話し合いによって円満な解決を図る『調停手続』です。

全国に設置されている簡易裁判所の数は438にのぼり、市民のみならずみなさまにとって身近な裁判所です。最寄りの簡易裁判所では、手続の概要や申立の方法についての説明を受けることができます。

民事トラブルでお困りの方は、最寄りの簡易裁判所をおたずねください。



〈詳しくは〉  
むつ簡易裁判所

青森地方裁判所

☎22-2712

☎017-722-5351

裁判所ウェブサイト

☐http://www.courts.go.jp/

## 『し尿収集料金を改定』

し尿収集（汲み取り）料金について、地域の代表者による『し尿収集問題等協議会』において審議検討を重ね、このたび審議の結果を提言いただき、次のとおりし尿収集（汲み取り）料金を改定することとなりましたので、市民のみなさまにお知らせします。みなさまのご理解とご協力をお願いします。

### 1. 改定し尿収集料金

200リットルまで 1,982円（現行 1,948円）

200リットルを超え、10リットル増すごとに 99.1円（現行 97.4円）を加算する

※消費税を含む。一般的な家庭（350リットル汲み取り）で60円程度の値上げとなります。

### 2. 実施年月日

平成20年3月1日（土）

※収集業者は、収集作業後に便槽の周囲に消毒剤を散布します

※収集業者は、し尿収集車に取り付けてある脱臭装置を作業中に使用します

※市民の方は、収集前後に計量のためのメーターを確認し、支払いの際に領収書の発行を求めてください

〈し尿収集についての問合せ先〉

むつ衛生センター ☎26-2126

下北地域広域行政事務組合 ☎22-8415

## 第37回 大名湯治の会 (2泊3日) 大募集!!

～温泉ホテルに2泊し、芝居、芸能などでくつろぐ3日間～

◆宿泊ホテル 秋田県大湯温泉 ホテル鹿角

◆出発時間 田名部地区朝8:30頃

※脇野沢、川内、大畑方面からバスが出ます。

◆旅行代金 お一人様 21,500円

◆旅行出発日 3月2日、3月11日、3月24日

※詳しくは店頭のパフレットか、下記連絡先まで



三八五観光 (小川町二丁目 田村医院さん向) ☎22-1188

## 核燃料サイクル

## むつ小原港大型岸壁竣工式典

●テント ●紅白幕 ●イス ●テーブル ●受付 ●司会 ●音響



●企画立案 ●会場設営 司会・進行すべて承ります

集客アップ!売上アップ!イメージアップ!のお手伝い ヨシザキ・アド企画 ☎22-2174



# むつ市教育プランの概要

## 山積する教育課題への適切な対応

むつ市教育委員会では、小中一貫教育のもとで、知・徳・体の調和のとれた人間性豊かな児童生徒をはぐくむことを目的に『むつ市教育プラン』を策定しました。

現在、全国的に学校がかかえている教育課題は深刻化しており、むつ市もその例外ではありません。特に、小学校から中学校へ進学する段階で、学習内容の難易度が増したり、学級担任制から教科担任制に移行することで、学習への不適應の状況が見られること。また、友だち同士の間関係などから、心理的に大きな負担を感じている児童生徒が増えてきている、いわゆる『中一ギャップ』の存在が大きな問題となっています。

そこで、児童生徒の健全育成・学力向上を図るべく、義務教育9年間という長期スパンの中で、小中学校の接続を円滑に進めるための小中一貫教育を柱とする『むつ市教育プラン』を策定したところです。

ここにその骨子を掲載し、市民のみなさまにもご理解をいただきたいと思えます。

なお、『むつ市教育プラン』の本文については、市ホームページにて公開中ですので、そちらをご覧ください(公開は平成20年3月末日まで)。

市ホームページアドレス <http://www.mutsu.e-shimokita.jp>

## むつ市教育プラン策定の背景

- ・ 学力向上へのなお一層の対策
- ・ 生徒指導対策
- ・ 不登校問題への対応
- ・ 児童生徒の安全対策
- ・ 多様性を増す特別支援教育への対策
- ・ 児童生徒数減少に伴う学校統廃合の推進

## 教育プラン重点目標

楽しく活力のある学校

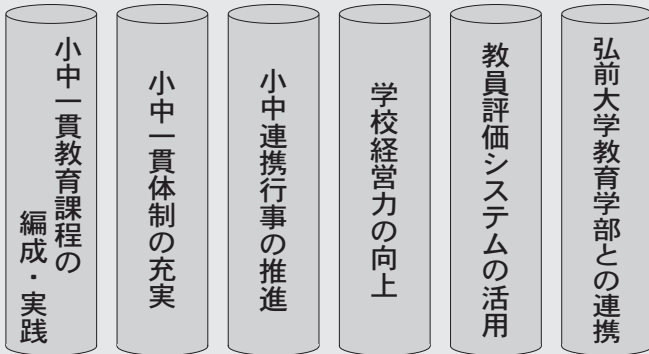
確かな学力を身に付けさせる学校

豊かな心と健康な体を育てる学校

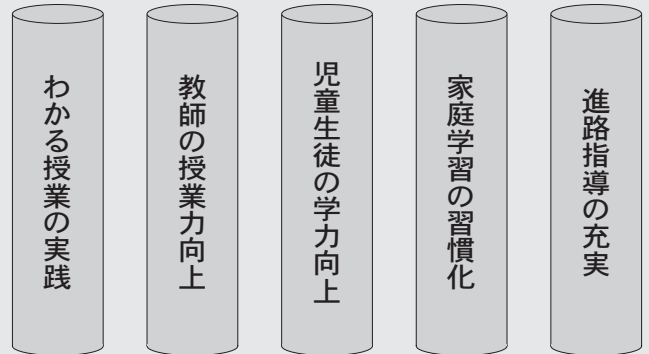
信頼される学校

# 教育プラン推進項目

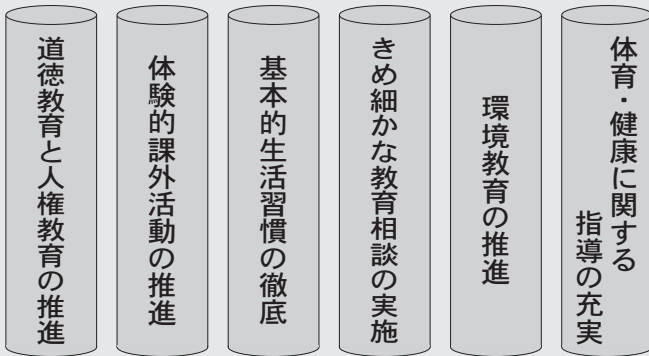
楽しく活力のある学校



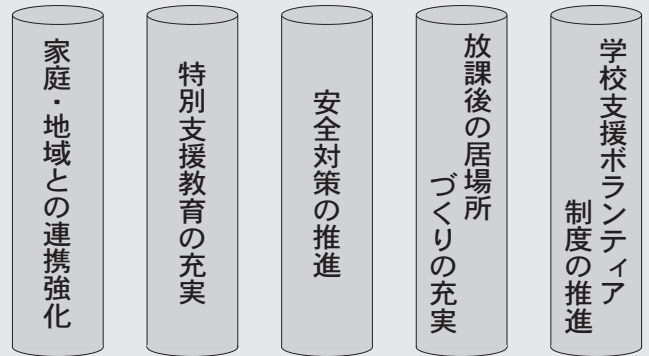
確かな学力を身に付けさせる学校



豊かな心と健康な体を育てる学校



信頼される学校



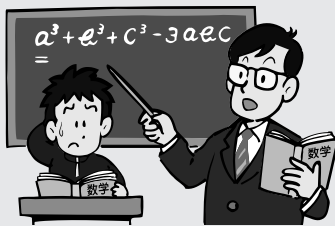
## 小中一貫教育で期待できる効果

学習面の不安

人間関係づくりの心理的負担

小中一貫教育の導入

中一ギャップの解消



授業の充実

個々の学びの充実

基礎・基本の定着

安心して学び・暮らせる環境の整備

いじめや不登校生徒の減少

自律心に富み問題行動のない生活



# むつ都市計画変更(案)等のお知らせ

## 【用途地域】の変更(案)・【地区計画】の決定(案)

### 説明会を開催します

平素より市民のみなさまには、都市計画行政にご協力いただきましてありがとうございます。

さて、市では都市計画の変更等を行なうべく関係機関と協議してまいりましたが、今般次のとおり変更案が作成されましたので、変更内容(案)について説明会を開催いたします。

なお、説明会においてみなさまからいただきましたご意見等につきましては、市都市計画審議会へ付議いたしたいと考えております。

1. 変更等内容…用途地域の変更(案)・地区計画の決定(案)
2. 説明会日時…3月6日(木) 午後6時30分～
3. 説明会会場…下北文化会館 2F 視聴覚教室

●説明会には、このお知らせをお持ちください(会場では配布しません)

### 【むつ都市計画用途地域の変更(案)】

むつ都市計画用途地域を次のとおり変更する。

種 類	面 積	建築物の延べ面積の敷地面積に対する割合	建築物の建築面積の敷地面積に対する割合	外壁の後退距離の限度	建築物の敷地面積の最低限度	建築物の高さの限度	備 考
第一種低層住居専用地域	約 536ha	8/10 以下	5/10 以下	-----	-----	10 m	42 %
	約 11ha	8/10 以下	6/10 以下	-----	-----	10 m	1 %
小 計	約 547ha						43 %
第一種中高層住居専用地域	約 181ha	20/10 以下	6/10 以下	-----	-----	-----	14 %
第一種住居地域	約 182ha	20/10 以下	6/10 以下	-----	-----	-----	14 %
第二種住居地域	約 22ha	20/10 以下	6/10 以下	-----	-----	-----	2 %
準住居地域	約 41ha	20/10 以下	6/10 以下	-----	-----	-----	3 %
近隣商業地域	約 66ha	20/10 以下	8/10 以下	-----	-----	-----	5 %
商業地域	約 36ha	40/10 以下	-----	-----	-----	-----	3 %
準工業地域	約 72ha	20/10 以下	6/10 以下	-----	-----	-----	5 %
工業地域	約 31ha	20/10 以下	6/10 以下	-----	-----	-----	3 %
工業専用地域	約 102ha	20/10 以下	6/10 以下	-----	-----	-----	8 %
合 計	約 1,280ha						100 %

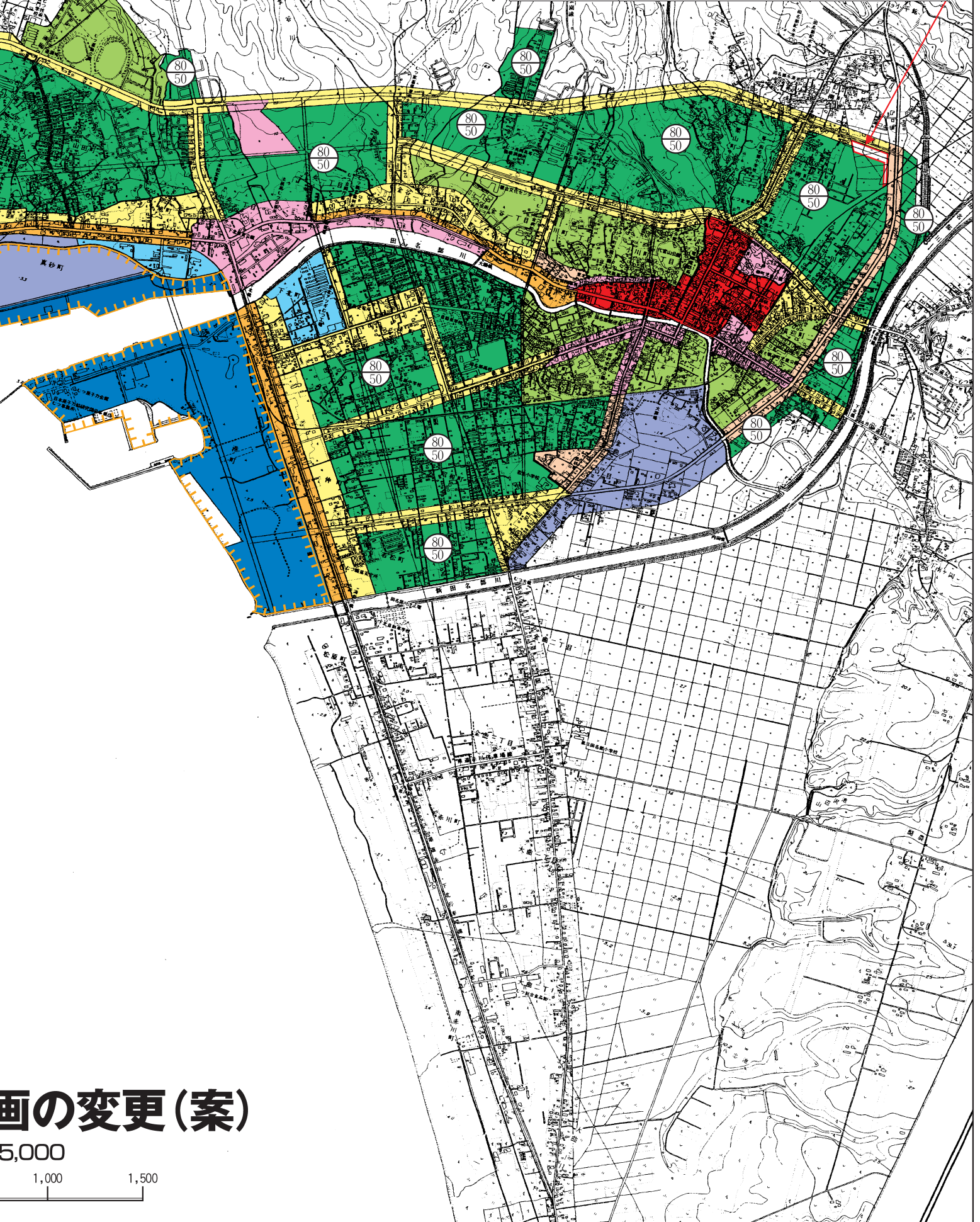
### 【むつ都市計画地区計画の決定(案)】

むつ都市計画地区計画を次のとおり決定する。

名 称	位 置	面 積	備 考
柳町三丁目	むつ市柳町三丁目、大字田名部字前田の各一部	約 2.7ha	-----



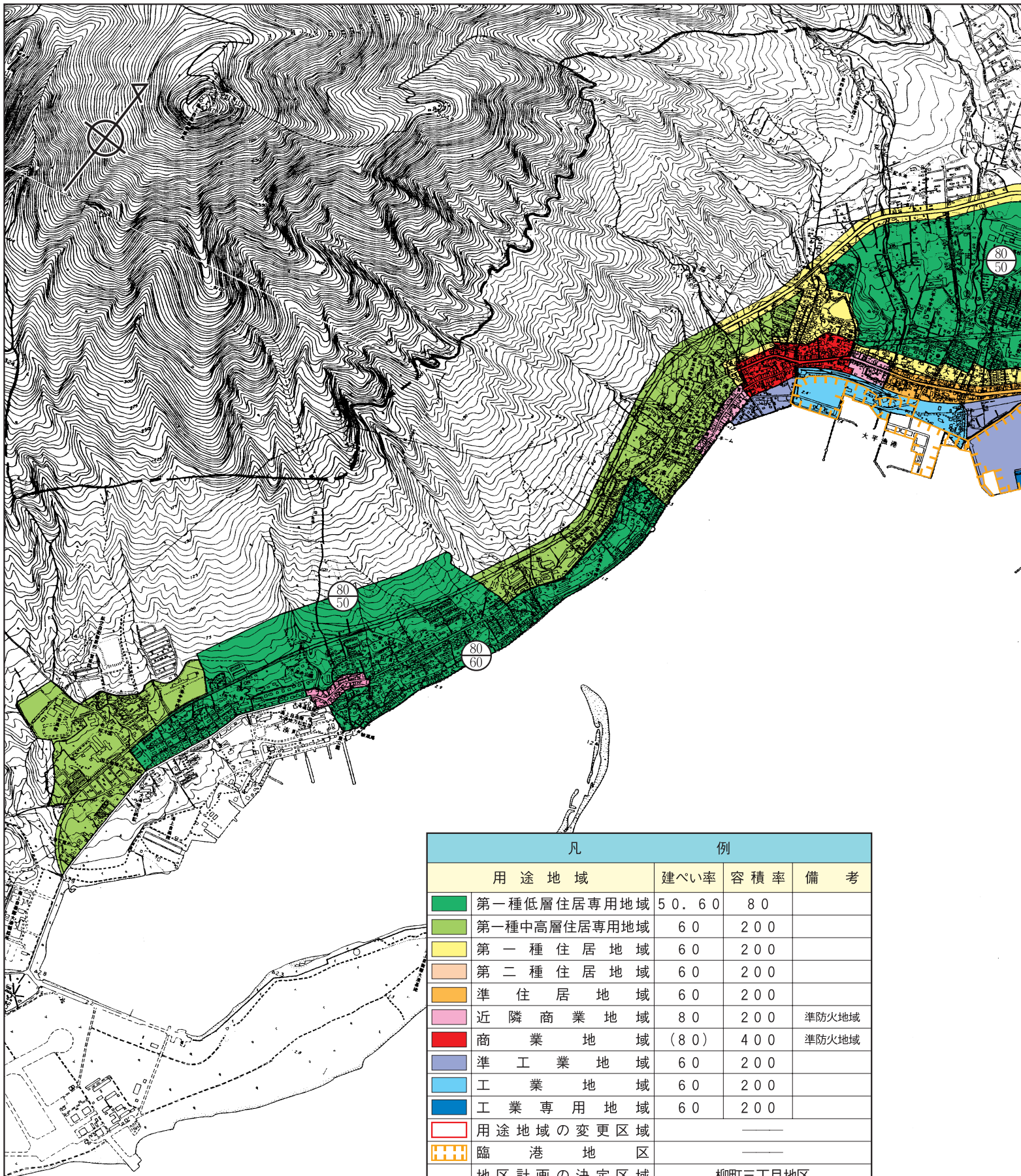
地区	①柳町三丁目地区
用途地域の変更内容	第一種住居地域及び第一種低層住居専用地域 → <b>第二種住居地域</b>
用途地域の変更面積	約1.3 ha
地区計画の決定	柳町三丁目、大字田名部字前田の各一部
地区計画決定面積	約2.7 ha



# 画の変更(案)

5,000  
1,000 1,500





凡 例				
用途地域	建ぺい率	容積率	備 考	
	第一種低層住居専用地域	50. 60	80	
	第一種中高層住居専用地域	60	200	
	第一種住居地域	60	200	
	第二種住居地域	60	200	
	準住居地域	60	200	
	近隣商業地域	80	200	準防火地域
	商業地域	(80)	400	準防火地域
	準工業地域	60	200	
	工業地域	60	200	
	工業専用地域	60	200	
	用途地域の変更区域	—		
	臨港地区	—		
	地区計画の決定区域	柳町三丁目地区		
	容積率 / 建ぺい率			

# むつ都市計画

1 : 2

※裏には変更内容について載せてあります。  
 詳細につきましては、都市計画課へお問い合わせください。





## ◎用途地域とは

都市における住居、商業、工業といった土地利用は、似たようなものが集まっていると、それぞれにあった環境が守られ、効率的な活動を行なうことができます。しかし、種類の異なる土地利用が混じっていると、互いの生活環境や業務の利便が悪くなります。

そこで、都市計画では都市を住宅地、商業地、工業地などいくつかの種類に区分し、これを『用途地域』として定めています。用途地域が指定されている地域においては、建築物の用途制限とともに、その形態に対しても制限を設けます。主なものとして、建ぺい率や容積率があります。

## ◎建ぺい率・容積率とは

建ぺい率とは、建築面積の敷地面積に対する割合をいい、容積率とは、延べ面積の敷地面積に対する割合をいいます。

例えば、敷地面積が100㎡の土地に面積が1階の床面積が50㎡の建物を建てると建ぺい率は50%になります。また、敷地面積が100㎡の土地に延べ面積が100㎡(1階・2階の床面積の合計)の建築物を建てる場合は容積率は100%になります。

## ◎地区計画とは

地区計画とは、良好な住環境を形成または保全するため、住民の生活に身近な地区を単位として、建築物の建て方等について、地区の特性に応じてきめ細やかなルールを定める制度です。

地区計画が指定された地区においては、用途地域での規制に加え、地区計画の目標・方針に従い定められる地区整備計画により、さらにきめ細やかな建築物の建て方等についての制限を設けます。

### 用途地域の用途制限

用途地域内の建築物の主な用途 <input type="checkbox"/> 建てられるもの <input type="checkbox"/> 建てられないもの ①、②、③、④、▲面積、階数等の制限あり	第一種低層住居専用地域	第二種低層住居専用地域	第一種中高層住居専用地域	第二種中高層住居専用地域	第一種住居地域	第二種住居地域	準住居地域	近隣商業地域	商業地域	工業地域	工業専用地域	備考		
住宅、共同住宅、寄宿舎、下宿														
兼用住宅で、非住宅部分の床面積が50㎡以下かつ建築物の延べ面積の2分の1未満のもの														非住宅部分の用途制限あり
店舗等の床面積が150㎡以下のもの		①②③								④				①日用品販売店舗、喫茶店、理髪店及び建具屋等のサービス業務用品店舗のみ。2階以下
店舗等の床面積が150㎡を超え、500㎡以下のもの		②								④				②①に加えて、物品販売店舗、飲食店、損保
店舗等の床面積が500㎡を超え、1,500㎡以下のもの			③							④				代理店、銀行の支店、宅地建て物取引業務のサービス業用店舗のみ。2階以下
店舗等の床面積が1,500㎡を超え、3,000㎡以下のもの										④				③2階以下
店舗等の床面積が3,000㎡を超えるもの										④				④物品販売店舗、飲食店を除く
事務所等の床面積が150㎡以下のもの			▲											
事務所等の床面積が150㎡を超え、500㎡以下のもの			▲											▲2階以下
事務所等の床面積が500㎡を超え、1,500㎡以下のもの			▲											
事務所等の床面積が1,500㎡を超え、3,000㎡以下のもの														
事務所等の床面積が3,000㎡を超えるもの														
ホテル、旅館				▲										▲3,000㎡以下
遊戯施設 ボーリング場、マド場、水泳場、ゴルフ練習場、バレーボール練習場				▲										▲3,000㎡以下
カラオケボックス等														
麻雀屋、パチンコ屋、射的場、馬券、車券発売所等														
劇場、映画館、演芸場、観覧場							▲▲							▲客席200㎡未満
キャバレー、ダンスホール等、個室付浴場等									▲					▲個室付浴場等を除く
幼稚園、小学校、中学校、高等学校														
大学、高等専門学校、専修学校等														
図書館等														
巡査派出所、一定規模以下の郵便局等														
神社、寺院、教会等														
病院														
公衆浴場、診療所、保育所等														
老人ホーム、身体障害者福祉ホーム等														
老人福祉センター、児童厚生施設等		▲▲												▲600㎡以下
自動車教習所				▲										▲3,000㎡以下
単独車庫(付属車庫を除く)			▲▲▲▲											▲300㎡以下 2階以下
建築物付属自動車庫		①①②②③③												①600㎡以下 1階以下
倉庫業倉庫														②3,000㎡以下 2階以下
畜舎(15mを超えるもの)				▲										③2階以下
パチンコ屋、米屋、豆腐屋、菓子屋、洋服店、畳屋、建具屋、自転車店等で作業場の床面積が50㎡以下			▲▲▲											原動機の制限あり、▲2階以下
危険性や環境を悪化させるおそれが非常に少ない工場					①	①①	②							原動機・作業内容の制限あり
危険性や環境を悪化させるおそれが少ない工場							②②							作業場の床面積
危険性や環境を悪化させるおそれがやや多い工場														①50㎡以下 ②150㎡以下
危険性が大きい又は、著しく環境を悪化させるおそれがある工場														
自動車修理工場					①	①①	②③③							作業場の床面積
火薬、石油類、ガスなどの量が非常に少ない施設						①②								①50㎡以下 ②150㎡以下
火薬、石油類、ガスなどの量が少ない施設														③300㎡以下
危険物の貯蔵・処理の量がやや多い施設														原動機の制限あり
危険物の貯蔵・処理の量が多い施設														①1,500㎡以下 2階以下
卸売市場、火葬場、と畜場、汚物処理場、ごみ焼却場等														②3,000㎡以下

※上 記用途制限の他、法改正によりH19.11.30以降、一部変更となっているものもございます

## 用途地域～12種類の用途地域イメージ～



**第一種低層住居専用地域**  
低層住宅の良好な環境を守るための地域です。小規模なお店や事務所をかねた住宅や小中学校などが建てられます。

**第二種低層住居専用地域**  
主に低層住宅の良好な環境を守るための地域です。小中学校などのほか、150㎡までの一定のお店などが建てられます。

**第一種中高層住居専用地域**  
中高層住宅の良好な環境を守るための地域です。病院、大学、500㎡までの一定のお店などが建てられます。



**第二種中高層住居専用地域**  
主に中高層住宅の良好な環境を守るための地域です。病院、大学などのほか、1,500㎡までの一定のお店や事務所が建てられます。

**第一種住居地域**  
住居の環境を守るための地域です。3,000㎡までの店舗、事務所、ホテルなどは建てられます。

**第二種住居地域**  
主に住居の環境を守るための地域です。店舗、事務所、ホテル、パチンコ屋、カラオケボックスなどは建てられます。



**準住居地域**  
道路の沿道において、自動車関連施設などの立地の環境を保護するための地域です。

**近隣商業地域**  
近隣の住民が日用品の買物をする店舗等の業務の利便の増進を図るための地域です。住宅や店舗のほかに小規模の工場も建てられます。

**商業地域**  
銀行、映画館、飲食店、百貨店、事務所などの商業等の業務の利便の増進を図るための地域です。住宅や小規模の工場も建てられます。



**準工業地域**  
主に軽工業の工場等の環境悪化の恐れのない工業の利便を図るための地域です。危険性、環境悪化が大きい工場のほかは、ほとんど建てられません。

**工業地域**  
主として工業の業務の利便の増進を図るための地域で、どんな工場でも建てられます。住宅やお店は建てられませんが、学校、病院、ホテルなどは建てられません。

**工業専用地域**  
もっぱら工業の業務の利便の増進を図るための地域です。どんな工場でも建てられますが、住宅、お店、学校、病院、ホテルなどは建てられません。



# 学力向上アクションプラン

平成23年度からの5年間で青森県学習状況調査各教科ごと**通過率(%)**を**5ポイント以上アップ**させます



学 力 向 上 推 進 事 業

小 中 一 貫 教 育 推 進 事 業

家 庭 学 習 習 慣 化 事 業

学 校 支 援 ボ ラ ン テ ィ ア 事 業

# 不登校児童生徒減少アクションプラン

平成23年度からの5年間で  
**不登校児童生徒の数を半減**させます

小 中 一 貫 教 育 推 進 事 業

教 育 相 談 支 援 事 業

不 登 校 未 然 防 止 事 業



# 教育プラン全体像

## 学校教育推進目標

『知』『徳』『体』の調和のとれた人間性豊かな児童生徒の育成

## めざす児童生徒像

意欲を持って  
主体的に学ぶ子ども

豊かな心を持ち  
思いやりのある子ども

心身ともに健康で  
たくましい子ども

教育理念『生きる力と夢をはぐくむ』学校教育の推進

## 小中一貫教育の推進

楽しく活力  
のある学校

確かな学力  
を身に付け  
させる学校

豊かな心と  
健康な体を  
育てる学校

信頼される  
学校

## むつ市教育プラン実施スケジュール

平成 20 年度	4 月	教育特区申請準備・ブロック研究会立ち上げ 小中連携研究指定地区研究開始(3年指定)
	9 月	教育特区申請 各ブロックによる小中連携ブロック計画作成開始
	10 月	各ブロック小中連携研究協議会開催
	11 月	小中連携全体研究協議会開催
平成 21 年度	4 月	小中連携ブロック計画試行実施
	9 月	小中乗り入れ授業試行実施
	10 月	各ブロック小中連携研究協議会開催
	11 月	小中連携全体研究協議会開催
平成 22 年度	10 月	小中連携研究指定地区研究発表会
	2 月	小中連携ブロック計画策定
平成 23 年度	4 月	小中連携完全スタート

1月11日(金) / 第17回 大畑どんと焼き



1月13日(日) / 2008年 むつ成人式寝る



# ある日、どこかで

1月26日(土)・27日(日) / 第7回 冬の下北半島「食の祭典」



1月28日(月) / 文化財防火訓練





# むつ市かきぞめ大会

1月6日(日)、むつ市内の小・中学生を対象とした『第38回むつ市かきぞめ大会』を開催しました。市内全域から約300名の児童・生徒が参加し、元気いっぱい腕を競いあいました。

その中から、特選・準特選に入賞された方を紹介します。

◎特選 石川知嘉乃(苦生小)	◎特選 西川信也(二田小)	◎特選 小学三年	佐馬 祐倉 川平 岡伊 菊上	◎準特選 高岩 立花	◎特選 小学一年	武市 渡邊 三上 妻鹿 畑中 鏡谷	◎準特選 伊藤 岡田
			藤場 川本 嶋野 村藤 池林	志留 萌々香		紅龍 莉真 優美 真由香	樹林
			真穂 千真 真由 真 真	志留 萌々香		紅龍 莉真 優美 真由香	樹林
			由香 紗理 季布 悠新 子愛	志留 萌々香		紅龍 莉真 優美 真由香	樹林
			(二枚橋小)	(苦生小)		(大湊小)	(二田小)

◎準特選 野村千穂	◎準特選 大谷優太	◎準特選 小学四年	柳西 安谷 能田 下田 村田 久保 佐藤 岩崎 東真	◎準特選 曾根 船橋 山西 畑中	◎準特選 梅川 内西	澤田 小矢 平山 高橋 齊藤 菊池 石橋 荒関	◎準特選 梅川 内西
			千裕 優奈 翔季 愛日 まどか 真子	春円 拓穂 佳華 香美 南純		知悠 拓阿 愛怜 奈翼 咲太郎	
			穂太 歩穂 子晶 絵実 向か	華香 美南 純		佳佳 人誠 印楓 理奈 翼咲	航太郎 萌
			(大畑小)	(大湊小)		(関根橋小)	(大畑小)

◎特選 澤田 麻友子	◎特選 船橋 千音	◎特選 小学六年	長崎 林下 田中 石橋 阿部 山部 祐川	◎準特選 杉本 佳奈子	◎特選 小学五年	澤田 麻友子	◎特選 船橋 千音
			壽々 晃城 昭子 瞳萌 裕美	佳奈子		澤田 麻友子	
			(一川小)	(二枚橋小)		澤田 麻友子	
			(大平小)	(二田小)		澤田 麻友子	



## 春墓石商談会

墓石100選 写真展開催中!

お客様にわかりやすい工事内容がご覧できます。

震度7に耐える墓石構造計算を、デザインに取り入れながら個人の想いが伝わるお墓づくりを、お手伝いいたします。また、寒冷地対応の基礎工事でいつまでも傾かない安心なお墓をおすすめ致します。

2月中ご契約の方に遺影写真立(会津塗)プレゼント!

清潔感の納骨室お勧め

大畑方面  
とまぽモール

横浜方面  
クロネコヤマト

**特許墓石** 有限会社 **小田桐石村**

むつ市仲町15-8 電話33-3166

▼下北駅 ●展示場 赤川駅▼

# 第38回

～中央公民館からのお知らせ～

## むつ市民大学 基本コース 閉講式記念講演

〈いつ〉2月21日(木)・午前10時～正午

〈どこで〉中央公民館

〈テーマ〉地域の国際化

～エイミーのどっぷりつかった下北～

〈講師〉市総務部秘書課国際交流員 エイミー・ミラー氏



○当日は閉講式も行ないます。修了単位を満たした方へは修了証書を授与しますので、ご参加ください。  
修了単位等の確認はお気軽に中央公民館までお問い合わせください。  
○市民大学は『あおり県民カレッジ』の認定講座です。県民カレッジのみなさんも進んでご参加ください。

〈問合せ先〉  
中央公民館 ☎24-1224

## 函館～大間航路(ばあゆ)の 運休についてお知らせします

このたび函館～大間航路が、就航船舶の法定検査のため次のとおり運休となります。

ご利用のお客さまにはご不便をお掛けいたしますが、何とぞご理解をお願いいたします。

		3/10	3/11～3/17	3/18	3/19～
大間発	7:10	○	×	×	通常運航
	13:50	×	×	○	通常運航
函館発	9:30	×	×	○	通常運航
	16:20	×	×	○	通常運航

○…運航 ×…運休

〈詳しくは〉  
東日本フェリー大間支店 ☎37-3111



○準特選 ◎特選  
中川木工 野藤 史佳 (田名部中)  
嶋村村藤 美希 (田名部中)  
芹理佳 澄希 (大湊中)  
菜紗 (大畑中)

○準特選 ◎特選  
佐館眞新宮 佐々木 柚香 (二田小)  
藤村部山野 真璃絵 (二田小)  
真奈美 梨穂 (大湊小)  
碧 (大畑小)

**中学一年**

○準特選 ◎特選  
曾相内 佐々木 のどか (大湊中)  
我菜 摘 (田名部中)

○準特選 ◎特選  
矢菊石平 酔谷 ちひろ (田名部中)  
原池井 井 井 井 いづみ (田名部中)  
麻邑 京 (大平中)  
衣奈 (大畑中)

**中学二年**



## 下北交通ツアー

3/21  
金

松井 誠  
特別公演

料金  
13,000円

お申込みは  
お早めに!!

★こちらのツアーへのお申込みは、お一人様、2枚までとさせていただきます。

大畑 12:45 — むつ 13:15 — 青森市内 夕食 — 青森市民ホール 開場17:45/開演18:15～21:00予定 — 旧はるるプラザ 23:40 — 大畑 0:10

※募集人員70名(最少催行人員20名)

下北交通株式会社  
TEL.0175-22-3221 FAX.0175-23-4682

### 山折哲雄氏講演会のご案内 ～日本人の死生観について～

日常の身近な生活から死を意識することが次第に遠くなってきている現代。戦前においては、病気、戦争等による肉親縁者の死が日常的な風景であった。

日本人の死の捉え方が、古代から中世、近代そして現代の中で、どのように変化してきたかを振り返りながら、充実した生をまっとうするため、誰にとっても避け得ない死について、一緒に考えてみたいと思います。

お誘い合わせのうえ、ぜひこの講演会にご参加ください。

#### 【講師 山折 哲雄氏(宗教学者)】

◎昭和6年サンフランシスコ生まれ。岩手県出身。東北大学文学部卒業。駒澤大学文学部助教授、東北大学文学部助教授、国立歴史民俗博物館教授、白鷗女子短期大学学長、京都造形芸術大学大学院長、国際日本文化研究所センター所長を歴任。専門は宗教学。

〈い つ〉2月17日(日)・午前10時～11時30分  
〈どこで〉むつグリーンホテル2階白鳥の間

〈定 員〉200名 ※先着順  
〈参加費〉無料 ※事前の申込が必要です

〈申込方法〉

氏名、住所、電話番号を明記し、ハガキ、FAX、または電子メールにてお申し込みください



〈問合せ・申込先〉

〒030-8570 青森市長島1-1-1 青森県健康福祉部  
医療薬務課 医師確保・機能再編推進グループ

☎017-734-9288 ☎017-734-8089

✉iryo@pref.aomori.lg.jp

### むつ市人権教育・学習推進モデル事業

#### ちがいを豊かに！2007

#### 『アフリカの音と私たち』

アフリカの生活、音楽、スポーツ等から楽しく『人権感覚』を学ぶ講座です。

お気軽にご参加ください。

〈いつ〉2月23日(土)

午後1時～4時

〈どこで〉むつ来さまい館

〈参加団体・講師〉

・アフリカ音楽バンド『NGOMA(ゴマ)』

(八戸市羽田修氏他)

・南澤 英夫氏 (むつ工業高校)

〈参加費〉無料

〈定員〉80名  
〈その他〉

乳幼児は託児します(無料・申込時に氏名・年令をお伝えください)

〈問合せ・申込先〉

子育て支援ネットワークひろば

☎23-7844(FAX兼用)

✉hiroba@sofcom.jp

市生涯学習課

☎22-1111内線732

☎22-1488

✉mt-kyosg830

@mutsue-shimokita.jp

### むつ市テニス協会から

#### 春季ナイターテニス教室

#### 下北ドーム団体戦のお知らせ

みなさまの参加をお待ちしています。

【春季ナイターテニス教室】

〈いつ〉3月5日～4月23日

毎週水曜日・午後7時～9時

〈どこで〉しもきた克雪ドーム

〈対象者〉初心者・初級者

〈定員〉60名

〈参加費〉協会員……1,500円

一般……3,000円

〈申込締切〉2月27日(水)

〈申込先〉瀬川 ☎22-0184

【第2回下北ドーム団体戦】

〈種目〉男子ダブルスA・B、

女子ダブルス、ミックスダブルスA・B

〈いつ〉3月23日(日)

午前10時～(9時45分受付終了)

〈どこで〉しもきた克雪ドーム

〈参加費〉1チーム……6,000円

〈申込締切〉3月19日(水)

〈申込先〉赤津 ☎29-11107

瀬川 ☎22-0184

〈問合せ先〉

むつ市テニス協会・瀬川

☎22-0184



住宅用火災警報器の  
設置が義務化されます。

電池10年式(煙式/光電式)

電池10年式(熱式/定温式)

#### 空気浄化機「青い森の風」販売

(空気中のウイルス・アレルギー対策・消臭)



エィノイロショップ  
県名電化普及協力店

ISO 9001:2000 認証取得

— 適用範囲 — 電気工事・消防施設の設計、施工及び付帯サービス

有限会社 カワシタ電業

〒035-0073 青森県むつ市中央二丁目21-1 電話(0175)29-5611

### 健康は日々の積み重ね

- 自分の健康は自分で守ろう!
- 水中リハビリ・水中ウォーキング・初心者水泳! 親切に教えます
- 保育園児・幼稚園児・小学生! 泳ぎをマスターしましょう
- 就職・進学に必要な方、いらっしゃいませんか?

### スイミングアカデミーむつ

むつ市十二林4-1 ☎23-3045



これまでも これからも

thank you 30th



## 各種相談日程

法律相談 市広報広聴課 ☎22-1111 内線 252

3月28日(金) 場所は市民相談室。予約制です。相談の際はできるだけ関係書類を持参してください。

法律相談 青森県弁護士会 ☎017-777-7285

毎月第1・2金曜日 場所はむつ商工会議所。料金は5,000円、13:00～16:00 予約制です。(扶助制度があります。)

行政相談 市広報広聴課 ☎22-1111 内線 252

3月17日(月) 場所は市民相談室。行政が行なう仕事に10:00～15:00 ついての各種相談を受けます。

行政相談 大畑庁舎地域振興課 ☎34-2111

3月14日(金) 場所は大畑庁舎1階小会議室。行政が行なう仕事についての各種相談を受けます。9:00～12:00

人権相談 青森地方法務局むつ支局 ☎23-3202

土・日・祝日を除く毎日 場所は下北合同庁舎3階相談室。家族間や近隣関係10:00～17:00 のこと、学校や職場内のことなどの相談を受けます。

心配ごと相談 むつ市社会福祉協議会相談専用電話 ☎22-2731

月～金曜日 場所は旧市集会所。祝日、第3木曜日は10:00～15:00 休み。

教育相談 相談専用電話 ☎22-0974

月～金曜日 場所は教育研修センター。予約制です。祝日は休み。9:00～16:00 中学生までの教育に関する相談に応じています。

こころの健康相談 下北地域県民局地域健康福祉部(むつ保健所) ☎24-1231

3月5日(水) 場所は地域健康福祉部(むつ保健所)。予約制です。心13:00～14:00 の悩み、心の病気、認知症等の相談を専門医が受けます。

女性の健康相談 下北地域県民局地域健康福祉部(むつ保健所) ☎24-1231

3月14日(金) 場所は地域健康福祉部(むつ保健所)。予約制です。10:00～12:00 女性の心身の健康に関する相談に応じます。

## 生きがいサークル むつ市老人クラブ連合会

はじめて参加される方は前もってご連絡ください。  
お花と手芸は材料費が必要です。

〈どこで〉

- ・老人憩の家『禄寿荘』(新 町) ☎23-5800
- ・老人憩の家『福寿荘』(川守町) ☎29-1800

〈詳しくは〉

単位老人クラブ会長、または老人クラブ連合会会長  
大畑敏和さん(☎22-2749)へお問合わせください。

### 【3月の日程】

《禄寿荘》 禄寿荘の各教室は新しく会員を募集しています。

お花教室	6日(木)・19日(水)
手芸教室	4日(火)・18日(火)
詩吟教室	7日(金)・21日(金)
踊り教室	12日(水)・26日(水)
お茶教室	13日(木)・27日(木)
習字教室	14日(金)
コーラス教室	10日(月)・28日(金)
ダンス教室	12日(水)・26日(水)
カラオケ教室	10日(月)・24日(月)
囲碁・将棋教室	4日(火)・18日(火)

〈時間〉

ダンス教室は午後1時～3時、カラオケ教室・囲碁  
将棋教室は午後1時～4時、その他の教室は午前10  
時～正午

《福寿荘》 福寿荘の各教室は新しく会員を募集しています。

詩吟教室	4日(火)・18日(火)
俳句教室	7日(金)・21日(金)
日舞教室	3日(月)・17日(月)
着付教室	10日(月)・24日(月)
唱歌教室	7日(金)・21日(金)
カラオケ教室	13日(木)・27日(木)

〈時間〉

カラオケ教室は午後1時～4時、俳句教室は午前9  
時～正午、その他の教室は午前10時～正午

## 平成20年度「RFSモニター」を募集します

RFS リサイクル燃料貯蔵

リサイクル燃料貯蔵株式会社では、リサイクル燃料備蓄センター(中間貯蔵施設)の建設・操業に向けて、むつ市の皆さまへの情報提供や各種の広報・広聴活動に努めております。  
このたび、次のとおり、平成20年度「RFS(アルファエス;弊社の英語略)モニター」を募集いたします。  
皆さまからのご応募をお待ちしております。

〈モニターをお願いする方〉  
むつ市在住の20歳以上で、平日の昼間3～4時間程度のご都合がつく方

〈活動内容〉  
モニター会議での意見交換、原子力施設への視察、アンケートへの回答など

〈活動期間〉  
平成20年4月～12月(6回程度開催)

〈応募方法〉  
住所、氏名、性別、生年月日、職業、電話番号(平日連絡がつくところ)、応募動機(200字程度)をご記入の上、郵送またはFAXにて弊社までご応募ください。

〈応募締切〉  
平成20年3月14日(金)到着分まで

〈その他〉  
募集人員は15名程度といたします。なお、応募者多数の場合は、お断りさせて頂く場合もございますのでご了承ください。

〈お問い合わせ・ご応募先〉

リサイクル燃料貯蔵株式会社 広報グループ

〒035-0076 むつ市旭町1-15  
電話24-5043 FAX24-5042



## 『むつ市保健計画 健康むつ21～改訂版～(素案)』にご意見をお寄せください ◆募集期間◆ 2月15日(金)～29日(金)

市では、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ることができるよう、『むつ市保健計画 健康むつ21～改訂版～』を策定しておりますが、このたび素案をとりまとめましたので、市民のみなさまからご意見を募集します。

計画(素案)の詳しい内容は、市ホームページでご覧いただけます。また、市広報広聴課、中央公民館、市立図書館および各分庁舎健康福祉課でも閲覧できますので、どうぞご利用ください。

ご意見の提出方法は、『健康むつ21(素案)に関する意見』と記入し、計画(素案)に対する意見、氏名、住所、電話番号を書いて、郵送、持参、FAXまたはメールにより提出ください(電話でのご意見は取り扱いできません)。メールについては、市ホームページの『健康むつ21(素案)に関する意見』コーナーにお寄せください。

※いただいた個人情報は、意見の内容等についての確認を行なうために使用し、公表はしません。なお、お寄せいただいた方に、個別には回答しませんのでご了承ください。

〈問合せ・提出先〉

〒035-8686(住所不要)市健康推進課保健係

☎22-1111 内線 441・443 ☎23-5178

## 男性のためのエクササイズ教室(大畑地区)

“最近おなかがポコッと出て、ちょっとショック” “健康のため何かしたい” “今より健康になりたい” と思っている方、ぜひお申し込みください。



〈いつ〉 2月24日(日) 午前9時～正午

〈どこで〉 総合福祉センターふれあいかん 2階

〈どんな〉 ○血圧測定

○パンチやキックを取り入れた有酸素運動でストレス解消

《講師：浜田朋子インストラクター》

○昼食『ヘルシースペシャルランチ』

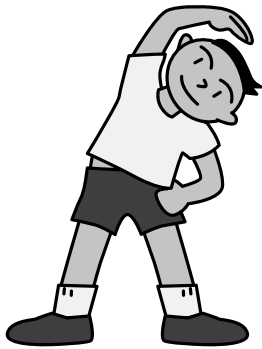
〈対象〉 40才～60才までの男性

〈定員〉 20名

〈参加費〉 無料

〈準備するもの〉 上履き、汗ふきタオル ※運動できる服装でお越しください

〈申込締切〉 2月18日(月)



〈問合せ・申込先〉

総合福祉センターふれあいかん

☎34-6611(直通)または34-2111 内線 181・182

## 『むつ来さまい館』だより

【フリーマーケット出店者募集】

〈いつ〉 2月17日(日) 午前10時～午後3時

〈どこで〉 むつ来さまい館イベントホールA

〈出店料〉 1人1区画…1,000円

※出店数が定数になりしだい締め切らせていただきます

〈詳しくは〉

むつ来さまい館 ☎33-8191

## 平成20年度 むつ市立図書館奉仕員(1名)募集

〈応募資格〉 市内に住所を有する方で、第1種普通免許を有し、土・日曜日の勤務が可能で、次の要件のいずれかに該当する方

①司書・司書補または司書教諭の資格を有する方

②図書館の勤務経験のある方

③図書館サービス業務に理解と熱意を有する方

〈応募受付期間〉 2月9日(土)～3月5日(水) 午前9時～午後5時

※図書館休館日(2/11、2/12、2/18、2/23、2/24、3/3)を除く

〈問合せ・申込先〉

市立図書館 ☎28-3500

## これからの予防接種日程

麻しん風しん

◎1才～2才未満  
◎年長児(平成13年4月2日～14年4月1日生まれ)

実施日	実施場所・時間
3月6日(木)	脇野沢診療所 13:00～13:20 (10日前までに、脇野沢庁舎健康福祉課へ予約が必要です)
3月7日(金)	菊池医院 13:30～14:30
	佐藤小児科 14:00～17:00
	ちばクリニック 14:00～15:00 (接種時間 14:00～15:30)
	どんぐりクリニック 14:00～15:00

B C G

◎3か月～6か月未満

実施日	実施場所・時間
2月28日(木)	下北文化会館 12:45～13:00
3月5日(水)	下北文化会館 12:45～13:00



## お元気ですか! 保健コーナー

〈詳しくは〉市健康推進課 ☎22-1111 内線 443・445



川内庁舎健康福祉課 ☎42-2111

総合福祉センター(ふれあいかん) ☎34-6611

脇野沢庁舎健康福祉課 ☎44-2111

三種混合

◎3か月～7才6か月未満

実施日	実施場所・時間
2月19日(火)	菊池医院 13:30～14:30
	佐藤小児科 14:00～17:00
	ちばクリニック 14:00～15:00 (接種時間 14:00～15:30)
	どんぐりクリニック 14:00～15:00
2月28日(木)	脇野沢診療所 13:00～13:20 (10日前までに、脇野沢庁舎健康福祉課へ予約が必要です)

## 健康をつくろう! ⑧

～健康推進課からの健康に関する情報です(食事編)～

### ★元気な一日のスタートは朝ごはんから!

朝ごはんは、全身の細胞や組織のエネルギー源です。特に脳にとっては、ものを考えたり記憶したり、体の各器官に指令を出して機能させるためにかせません。

エネルギーは、体内に大量に貯蔵しておくことができないので、睡眠後、朝目覚めた時に食べる朝ごはんは、エネルギー源として重要な役割があります。

#### 朝ごはんをしっかり食べると?

- ◆集中力や記憶力がアップ
- ◆太りにくい身体をつくる
- ◆便秘になりにくい
- ◆疲れにくい
- ◆1日の栄養バランスがとりやすい



### ★★★ こんな調査結果も出ています! ★★★

◎毎食朝ごはんをとる子どもほど、ペーパーテストの得点が高い傾向にあります。

(国立教育政策研究所調査結果より)

◎朝食の欠食率は、男女とも20才代が最も高く、次いで30才代となっており、年々増加傾向にあります。

(厚生労働省 国民健康・栄養調査より)

～午前中を有意義に過ごすためにも、早寝・早起きをして朝ごはんをしっかり食べましょう!～

○次回は、『野菜の上手な取り方』をご紹介します。

## 第11回 奥内歌舞伎 新春公演 / 1月27日(日)



さとうみ  
 ～ 里海だより ① ～



〈もっと詳しく知りたい方は〉  
 むつ市海と森ふれあい館 ☎ 42-2411  
 ☞ <http://www.mutsu-taikenkan.jp/>

暖流と寒流が流れる私たちの里海には、実に多様な生きものが暮らしています。いろいろな生命の営みが豊かな海をつくれます。

知っているようで知らなかった海の生きものを、今回から8回にわたり、むつ市海と森ふれあい館の館長である五十嵐健志氏のご協力によりご紹介します。

### 【ムツサンゴ】

学名… *Rhizopsammia minuta mutsuensis*

陸奥湾で発見されたため『むつ』の名が付けました。低水温に適応したイシサンゴで、日本の固有種です。花のように見えるのがポリプで、1個の直径が5mmほど。海と森ふれあい館のある川内町の磯で畳2枚ほどのお花畑をつくっています。