

むつ 市政だより

9.10
2009年 No.705

～明るい声が響き合う
未来ひろがる陸奥の国～



『夏がかけ足で過ぎていきました!』

(8月20日・田名部神社例大祭にて)

主な内容

- ◇新庁舎業務開始記念コンサートのお知らせ ほか … 2p～3p
- ◇暮らしに役立つ税情報 ほか … 4p～5p
- ◇ごみの出し方にご注意ください! ほか … 6p～7p
- ◇第24回みちのく福祉公開講座 ほか … 8p～9p
- ◇中央公民館からのお知らせ ほか … 10p～11p

- ◇『大湊海軍コロッセ誕生祭』開催! ほか … 12p～13p
- ◇写真でつづる市内各地のお祭り特集 … 14p～15p
- ◇ある日、どこかで・むつ来さい館だより … 16p～17p
- ◇むつ科学技術館だより ほか … 18p～19p
- ◇お元気ですか! 保健コーナー ほか … 20p～21p

むつ市役所新庁舎業務開始記念

『はばたきコンサート』のご案内

9月24日(木)いよいよ新庁舎での業務が始まります。

この日から市政の本拠地となる新庁舎において、未来の安寧と発展への想いや願いを込めてミニ・コンサートを開催します。

出演者には、第三田名部小学校の子どもたちのほか、東京芸術大学出身の新進気鋭の若手音楽家のみなさまにおいでいただく予定です。

当日は、新庁舎内見学会やJRバス乗り入れ歓迎式も実施します。この機会にぜひ新庁舎を訪れていただき、新たな出発への息吹を感じてみませんか。

たくさんの方のみなさまのお越しをお待ちしています。

【はばたきコンサート】

〈い つ〉9月24日(木)・正午から45分程度

〈どこで〉新庁舎談話コーナー(図書コーナースペース)

〈出演〉

・第三田名部小学校の子どもたち

・東京芸術大学出身の音楽家のみなさま

【JRバス乗り入れ歓迎式】

〈い つ〉9月24日(木)・午前8時30分

〈どこで〉新庁舎バス停

【庁舎内見学会】

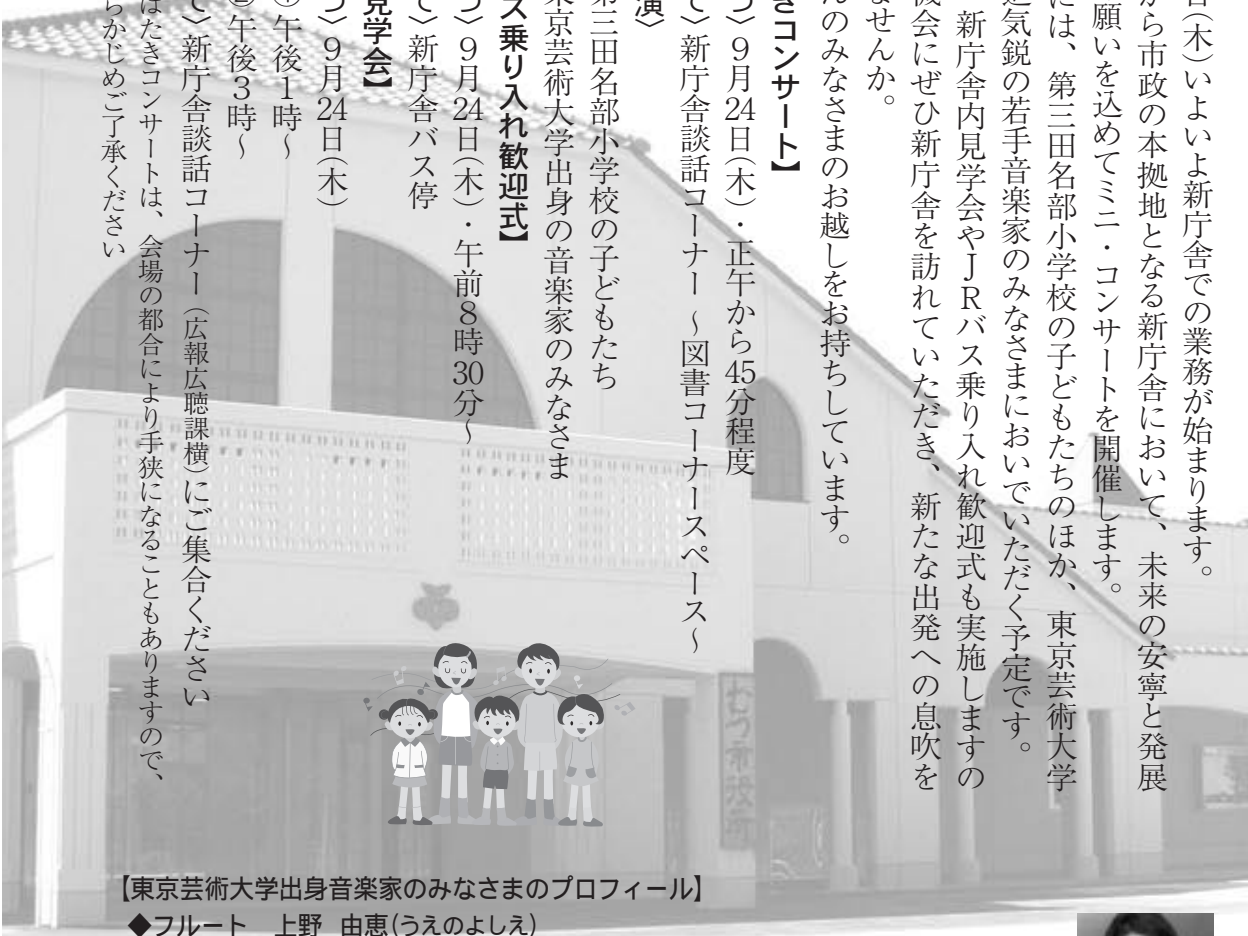
〈い つ〉9月24日(木)

・①午後1時

・②午後3時

〈どこで〉新庁舎談話コーナー(広報広聴課横にご集合ください)

※はばたきコンサートは、会場の都合により手狭になることもありますので、あらかじめご了承ください



【東京芸術大学出身音楽家のみなさまのプロフィール】

◆フルート 上野 由恵(うえのよしえ)

東京芸術大学音楽学部附属音楽高校を経て、同大学をアカンサス音楽賞を得て卒業。同大学大学院修士課程修了。
1998年 第51回全日本学生音楽コンクール中学部門大阪大会第1位。
2004年 第2回東京音楽コンクール木管部門第1位。
2004年 第15回日本木管コンクール第1位、コスモス賞(聴衆賞)、兵庫県知事賞、朝日新聞社賞受賞。
2007年 第76回日本音楽コンクール第1位、岩谷賞(聴衆賞)、加藤賞、吉田賞、E・ナカミチ賞受賞。



◆メゾ・ソプラノ 佐藤 寛子(さとうひろこ)

山形県出身。現在、東京芸術大学大学院修士課程独唱科に在籍。
第54回全日本学生音楽コンクール声楽部門高等学校の部全国大会第1位。
第73回選抜高校野球開会式で「君が代」独唱。
第1回高校生のための歌曲コンクール優秀賞受賞。副賞としてイタリアへ短期留学。
2009年 第20回奏楽堂日本歌曲コンクール歌唱部門第1位に輝く。



◆ピアノ 圓井 晶子(つむらいあきこ)

東京芸術大学音楽学部附属音楽高等学校を経て、同大学器楽科卒業。同大学大学院修士課程修了。
第2回ウィーン音楽コンクール・イン・ジャパン中学生の部第2位、併せて中日新聞社賞受賞。
2005年 アジア国際音楽コンクール大学生部門第3位。
現在 K-BALLET COMPANY 専属ピアニスト。



【市民課から窓口延長変更のお知らせ】

9月18日(金)は、庁舎引越し作業のため、窓口を5時15分までとします。また、分庁舎での延長予約もいたしません。みなさまにはご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いします。

〈問合せ先〉
市企画課

☎22-1111 内線 212

『むつ市の花・木・鳥』を制定しました！

9月1日、市では「むつ市の花・木・鳥」について、市の花は『はまなす』、市の木は『ひば』、市の鳥は『はくちょう』として制定し、同日に開催した「市制施行50周年・合併50周年記念式典」において発表しました。

「むつ市の花・木・鳥」については、平成17年3月の市町村合併時に廃止していましたが、本年度の市制施行50周年・合併50周年を記念して、市のイメージアップや市民の一体感を醸成を図るため、永く市民に親しまれ、郷土への愛着を深めることのできるむつ市の象徴(シンボル)として、制定することとしていました。

制定にあたっては、花・木・鳥の選定について意見を伺うために、7月2日に公共的団体の代表、学識経験者、公募による市民等15名で構成する「むつ市花・木・鳥選定委員会」を設置し、同委員会に諮問しました。これを受けて同委員会においては、審議の参考に供する目的であらかじめ募集していた意見結果を参考として、3回にわたる活発な会議が行われ、7月28日に市長に対する答申が示されました。

市では、答申で示された内容を尊重しつつ、慎重に検討を行なった結果、答申内容と同じく、市の花は『はまなす』、市の木は『ひば』、市の鳥は『はくちょう』とすることに決定したものです。

○むつ市の花『はまなす』

ハマナスはバラ科バラ属の落葉低木で、海岸線に力強く根を張り、夏にピンクや赤の鮮やかで美しい花を咲かせることに、香りも良い特徴的な花です。お盆には実に糸を通し数珠状にして飾られるなど、古くから地域の生活に溶け込み、市民に親しまれています。また、ハマナスのもつ可憐なイメージは、観光面などにおいて対外的なPR効果が期待されます。

○むつ市の木『ひば』

ヒバはヒノキ科アスノ属の常緑針葉樹で、青森ヒバとして、木曾ヒノキ、秋田スギと共に日本三大美林に数えられます。ヒバ材は、その高級感や材質の素晴らしさなどから、全国的に知名度が高く、古くは江戸時代から重要な資源として地域の発展に大きく寄与しているなど、地域との深く永い関わりの中で、市民に親しまれ、愛着を持たれています。

○むつ市の鳥『はくちょう』

ハクチョウはカモ科コブラクチョウ属に含まれる鳥の総称で、冬の到来とともに、海岸域をはじめ、湖沼や河川に数多く飛来します。水面(みなも)に泳ぐ姿は優雅で、大空に飛翔する様はまるで絵のように美しいことや、大湊湾の白鳥が青森県の天然記念物の指定を受けているなど、広く市民に親しまれ、愛されています。

【7月28日 むつ市の花・木・鳥の答申を行う選定委員会の宮浦委員長】

〈問合せ先〉
市企画課

☎22-1111 内線 202・214

税情報



〈問合せ先一覧〉
 市税務課 ☎22-1111
 市民税担当 内線 182～184
 固定資産税担当内線 185～187
 納税管理担当 内線 195・196
 収納担当 内線 193・194
 川内庁舎管理課 ☎42-2111
 大畑庁舎管理課 ☎34-2111
 協野沢庁舎管理課 ☎44-2111

『年金特別徴収』について

みなさんは『年金特別徴収』という制度をご存じですか？

『年金特別徴収』とは、

納付書によって金融機関等で納付するかわりに、年金からの天引きによって納付する方法です。

これまでは金融機関や役所に出向いて納めていただいていたのですが、この制度の導入によりそのような手間が省かれ、また納め忘れを防ぐことができます。

年金特別徴収は徴収方法の変更であり、新たな税負担が生じるものではありません。

今回から2回に分けて、この『年金特別徴収』について説明します。

第1回目は、すでに実施されている介護保険料と国民健康保険税の特別徴収についてお知らせします。

【介護保険料の特別徴収】

◆対象となる方は？

老齢基礎年金、厚生年金などの老齢（退職）年金、遺族年金、障害年金を受給している、その受給額が年額18万円を超える方です。

ただし年度の途中におつ市に転入した方、65歳になった方などは、特別徴収の対象者とならないので納付書での納付となりますが、一定期間経過後、年金特別徴収に切り替わります。

◆実際どのように徴収される？（仮徴収と本徴収）

○仮徴収（4月・6月・8月）

この時期は前年の所得を反映させることができないため、先の2月の徴収保険料と同額を徴収します。ただし、2月に天引きされていない方は前年度の年額保険料の6分の1ずつを徴収します。

○本徴収（10月・12月・2月）

この時期には年額保険料が確定していますので、年額保険料から仮徴収された分を差し引き、残りを3回に分けて徴収します。

～次回は今年10月から始まる住民税の年金特別徴収についてご説明します～

〈詳しくは〉市税務課市民税担当

【国民健康保険税の特別徴収】

◆対象となる方は？

○世帯主が国民健康保険に加入していて、年金から介護保険料が天引きになっていること。

○世帯の中で国保に加入している方全員の年齢が65歳以上75歳未満の世帯であること。

○特別徴収される介護保険料と国民健康保険税の合算額が年金受給額の2分の1を超えないこと。

◆実際どのように徴収される？

介護保険料と同様に仮徴収と本徴収に分けて徴収します。ただし世帯構成の変更や税額の変更がある方は、特別徴収にならない場合もあります。

POINT

【国民健康保険税は口座振替へ変更できます！】

特別徴収の対象者は原則年金からの天引きとなりますが、国民健康保険税に関しては、市税務課や各庁舎管理課への申し出により口座振替への変更が可能です。手続きには、振替口座の預金通帳・通帳のお届け印・保険証をご用意ください（ただし、これまでの納付状況等から認められない場合があります）。

※手続きが完了すると、約2か月後の年金から天引きを中止します。納付方法によっては、世帯全体の所得税・住民税の社会保険料控除に影響することがありますのでご注意ください。

国民健康保険から 出産育児一時金についてのお知らせ

平成21年10月1日より、出産育児一時金について制度改正がありますのでお知らせします。

①10月1日以降の出産から、出産育児一時金が42万円となります（平成21年10月1日から平成23年3月31日まで）

〈要件は〉

- ・在胎週数が22週に達した日以降の出産であること
- ・産科医療補償制度に加入する医療機関での出産であること（死産を含む）

※在胎週数12週以上22週未満の場合、または産科医療補償制度未加入医療機関での出産は39万円の支給となります

- ②「直接支払制度」が新たに創設されます
- ・出産費等の支払いが医療機関から支払機関を通して直接国保に請求されます（経済的負担の軽減を図ります）
- ・現行の受領委任払制度は9月30日で廃止となります。
- ・出産費が42万円を超えた場合は、超えた分だけを医療機関の窓口で支払うこととなります
- ・出産費が42万円未満の場合、差額を出産後の申請により支給します（申請が必要な方には後日市よりお知らせします）
- ・「直接支払制度」を利用されない場合は、出産費用等を医療機関の窓口でお支払いいただき、その後、市に出産育児一時金の申請をしていただくこととなります

※いずれも国民健康保険の被保険者が対象となります。会社の健康保険等に加入されている方は、加入している健康保険等にお問い合わせください。

〈問合せ先〉
 市国保年金課国保担当
 ☎22-1111 内線322324
 川内庁舎市民福祉課 ☎42-2111
 大畑庁舎市民福祉課 ☎34-2111
 協野沢庁舎市民福祉課 ☎44-2111

後期高齢者医療制度の運営に関する『懇談会』委員を公募します

青森県後期高齢者医療広域連合では、後期高齢者医療制度の運営に関する意見・提案を行なっていただく『懇談会』の委員を公募します。

〈任期〉委嘱の日から2年間

〈応募資格〉

県内在住の40歳以上の方で、平日の日に青森市での会議に出席できる方

〈募集人員〉8人

※応募者の中から選考により決定します。内訳は次のとおり。

- ①75歳以上の被保険者：6人
- ②65歳以上の障害認定被保険者：1人
- ③40歳以上の他の医療保険被保険者：1人

〈応募方法〉

応募用紙および『後期高齢者医療制度に関する意見（400字程度）』を提出していただきます

〈応募締切〉9月24日（木）

〈謝礼等〉

会議1回の出席につき謝礼5,000円および交通費（公共交通機関利用実費相当額）を支給します



〈応募用紙・要領等の配布、提出先〉
 市国保年金課 後期高齢者医療担当
 ☎22-1111 内線325326
 川内庁舎市民福祉課 ☎42-2111
 大畑庁舎市民福祉課 ☎34-2111
 協野沢庁舎市民福祉課 ☎44-2111
 『懇談会』に関する問合せ先
 青森県後期高齢者医療 広域連合 総務課
 ☎017-721-3821
 http://www.aomori-kouikirengou.jp/

『経済センサス-基礎調査』へのご協力ありがとうございました

7月1日実施の平成21年経済センサス-基礎調査につきましては、みなさまのご協力により無事調査を終えることができました。

事業所・企業のみなさまへ感謝申し上げますとともに、今後とも統計調査へのご協力ををよろしくお願ひします。

〈詳しくは〉
 市企画課統計調整担当 ☎22-1111 内線215



納税週間『夜間・休日収納窓口』開設

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、平日の窓口業務に加え、夜間および休日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います

〈開設日時〉

9月25日～30日まで（土・日曜含む）
 平日・午前8時30分～午後7時30分
 土、日曜日・午前8時30分～午後5時15分

〈開設場所・連絡先〉
 市税務課収納担当 ☎22-1111

ごみの出し方に注意ください！

本年4月からごみの出し方が一部変更されましたが、誤った出し方も見受けられます。特に、缶類やびん類などの資源ごみを「もえないごみ用」の指定袋に入れて出している事例が目立ちます。ごみ収集場所を利用する他のみなさまの迷惑になりますので、缶やびん、ペットボトルの出し方をもう一度ご確認ください。

ごみは正しく分別しましょう

- ① アルミ缶やスチール缶は、資源ごみです。異物を取り除いた後、中を水ですすぎ、アルミ缶とスチール缶に分けて出してください。手で握りつぶす程度であれば、つぶしても構いません。
- ② ガラスびんは、資源ごみです。異物を取り除いた後、中を水ですすぎ、栓を外してください。
- ③ 飲料用やしょうゆ用のペットボトルは、資源ごみです。異物を取り除いた後、中を水ですすぎ、キャップを外して出してください。

- ④ 町内会等で実施している集団回収に出す場合は、決められた日に回収場所に備え付けてある容器袋に入れてください。
- ⑤ 近くの指定資源ごみ袋(無色透明/緑字)に入れて、決められた収集日に出してください。
- ※油缶や汚れた缶等は、不燃ごみです。
- ※カセットコンロのガス缶やスプレー缶は、使い切った後、缶に穴を開けて不燃ごみに出してください。収集車両の火災原因となる場合がありますので厳守してください。
- ⑥ 町内会等で実施している集団回収に出す場合は、ビールびん、一升びん、無色のびん、茶色のびん、その他の色のびんに分けて、決められた日に回収場所に備え付けてある容器に入れてください。
- ⑦ 近くのごみ収集場所に出す場合は、無色のびん、茶色のびん、その他の色のびんを別々の指定資源ごみ袋(無色透明/緑字)に入れて、決められた収集日に出してください。
- ※コルクや栓は、可燃ごみまたは不燃ごみに分別して出してください。
- ※汚れたびんや板ガラスは、不燃ごみです。



このマークは、飲料用、しょうゆ用のペットボトルに表示されています。

資源ごみとして処分してください。



このマークは右記以外のプラスチック製容器に表示されています。

可燃ごみとして処分してください。


詳しくは

市廃棄物対策課 ☎ 22-1111 内線 342343

川内庁舎市民福祉課 ☎ 42-2111

大畑庁舎市民福祉課 ☎ 34-2111

脇野沢庁舎市民福祉課 ☎ 44-2111




『むつ市総合防災訓練』

10月7日(水) 脇野沢漁港(脇野沢地区)で開催します！

本年度の市総合防災訓練は、脇野沢地区で開催します。近年、日本各地で大きな災害が発生し、多くの住民が被害に遭っています。当市は、幸い大きな災害に見舞われていませんが、昨年6月14日に発生した『岩手・宮城内陸地震』や7月24日に発生した『岩手県沿岸北部を震源とする地震』では、東北地方が甚大な被害を受けています。災害はいつ起こるか分かりません。被災地の経験と教訓を活かし、万々に備えて、準備しておく必要があります。今回の訓練は、地域防災計画に基づいて、防災関係機関、団体および市民のみなさまに参加していただき大地震を想定した各種訓練を行うもので、災害応急対策が迅速かつ的確に行えるよう訓練するとともに、防災体制の強化と市民の防災意識の高揚を図ることを目的に実施するものです。

訓練項目等	時間
訓練想定等の説明	9:10 ~ 9:30
<ul style="list-style-type: none"> ○各種広報訓練 ○交通規制訓練 ○災害対策本部の設置・運営訓練 ○情報収集・伝達訓練 ○自衛隊派遣要請訓練 ○防災ヘリコプター運航要請訓練 ○現地災害対策本部の設置・運営訓練 ○映像伝送訓練 ○航空偵察訓練 ○緊急交通路確保訓練 ○避難所開設・運営訓練 ○避難・避難誘導訓練 ○救護所設置・運営訓練 ○住民初動対応訓練(土砂災害想定) ○緊急物資輸送訓練(空路、陸路) ○救急搬送訓練(空路、陸路) ○倒壊家屋からの被災者救助・救出訓練 ○海中漂流者捜索・救助訓練 ○事故車両からの負傷者救助・救出訓練 ○火災消火訓練(事故車両・倒壊家屋) ○炊き出し訓練 ○衛星回線開通訓練 など 	9:30 ~ 12:20
閉会式	12:20 ~ 12:30

会場となる脇野沢漁港では、『総合防災訓練予定表』に示す各種訓練が行われます。

当日は、救急車および消防自動車のサイレンやヘリコプターの騒音が発生しますので、市民のみなさまにはご迷惑をおかけすることになりますが、ご理解とご協力をお願いします。

また、各種訓練をご参観いただければ幸いです。
 (い つ) 10月7日(水) 午前9時30分~午後0時30分
 (どこで) 脇野沢漁港(脇野沢地区)
 (災害想定)

10月7日(水)、午前9時30分、青森県西方沖を震源とするマグニチュード7.8の地震が発生した。むつ市では震度6強を観測、脇野沢地区および川内地区沿岸には、津波が来襲し、脇野沢地区の一部が浸水した。

この地震により、市内各地で建物の倒壊や火災が発生したほか、水道施設等のライフラインに甚大な被害が発生している。

特に、脇野沢地区の被害が甚大であることから脇野沢庁舎に現地災害対策本部を設置し、災害応急対策に当たることとした。

また、津波の来襲により漁船が転覆し、漂流者が発生しているほか、前日までの豪雨(累積雨量250mm)により、土砂崩れが発生し、農作業をしていた人が行方不明になっている。
 (お願い)

脇野沢地区にお住まいの方で、訓練に避難者として参加くださる方を募集しています。町内会等にも依頼はしていますが、町内会等が構成されていない地区の方は、直接、脇野沢庁舎管理課までご連絡ください。

〈問合せ先〉
 市防災調整課 ☎ 22-1111 内線 151
 脇野沢庁舎管理課 ☎ 44-2111 内線 33

犬・猫の供養祭を開催します

青森県下北支部獣医師会では、円通寺のご協力により犬・猫の供養祭を開催します。一般の方の参拝も受け付けていますので、お気軽にご参加ください。



(い つ) 9月25日(金)・午前10時~ ※小雨決行
 (どこで) 円通寺『犬猫供養塔前』
 (参加費) 無料
 (その他) 事前申込は不要です。当日会場に直接お越しください。

〈問合せ先〉
 青森県下北支部獣医師会 ☎ 23-6858

定額給付金の申請はお済みですか？

定額給付金の申請期限は平成21年10月4日までです。申請期限までに申請がない場合、辞退したこととなりますので、ご注意ください。また、現金での支給を希望される場合であっても、事前に申請が必要です。

定額給付金を受け取る方は、期限内の申請をお忘れにならないようお願いします。また、申請書等が不在等の理由で市に返送されている場合があります。申請書が届いていない場合は、お手数ですが定額給付金対策室までお問い合わせください。

〈問合せ・申請先〉
 市定額給付金対策室 ☎ 22-9211
 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

むつ市立図書館 ブックフェスティバル 開催!

〈い つ〉9月27日(日)・午前9時～午後5時

○映画上映会

午前は『魚影の群れ』、午後は『アニメ学校の階段 恐怖の学校編』を上映します……あすなるホールにて大きな画面で映画を楽しみましょう!

○おはなしの木フェスティバル

午前10時30分～11時30分……集会室にて読みきかせボランティアネットワーク『おはなしの木』によるおはなし会です。

○推薦図書の展示

午前9時～午後5時……ロビーにて市内の小・中・高等学校の先生が推薦する図書を展示しています。

○移動図書館車『ほほえみ号』の展示

午前9時～午後5時……駐車場であなたは『ほほえみ号』を利用したことがありますか? 市内あちこちを巡回しているんですよ。



○本のコーティング+プチ修理講習会

午前9時～4時30分……会議室にて図書を長く活用できるブックコーティングの講習会です。実際にコーティングを体験していただきます。本の持ち込みは3冊までOK! 時間内随時受け付けます。



○つくってみよう! 『切り紙教室』

午後1時30分～2時30分……集会室にて小学生位のお子さんを対象とした工作教室です(親子での参加も可)。どんなのができるかな～? 〈定員〉20組 ※1人での参加も可(先着順)

○展示ホールでの展示

午前9時～午後5時……展示ホールにて下北出身の作家、県内出身作家の作品や写真パネル等を展示します。

〈詳しくは〉
市立図書館 ☎28-3500

ジョブカフェあおもり「サテライトスポットむつ」が移転します

若年者の就職活動を支援する、青森県若年者就職支援センター(愛称:ジョブカフェあおもり)のサテライトスポットが、9月24日(木)に市勤労青少年ホームから市新庁舎内に移転オープンします。

【就職カウンセリングコーナー】

- ・テレビ電話システムで、ジョブカフェあおもり(青森市)のカウンセラーによるカウンセリングを利用できます。
- ・月曜日の午後1時～3時の時間帯で、職業相談員がサテライトスポットを訪問し、ご相談に応じます。

【職業適性診断・求人閲覧コーナー】

- パソコンにより、次の機能を利用できます。
- ・職業適性診断
- ・各種セミナー、イベント開催情報の収集
- ・インターネットによる求人情報検索

〈利用時間〉
午前8時30分～午後5時
〈利用場所〉
市役所新庁舎内(むつ市中央一丁目8番1号)
〈休業日〉
土曜日・日曜日・祝日・年末年始
◆サービスの利用については、全て無料となっておりますので、どうぞお気軽にご利用ください。

〈詳しくは〉
ジョブカフェあおもり ☎017-731-1311
市商工観光課商工労政担当 ☎22-1111(内線542)

『青森・岩手県境不法投棄 現場県民見学会』参加者募集

県では、青森・岩手県境不法投棄現場の現状回復対策事業を進めていますが、県民のみならず撤去作業の進捗状況や浸出水処理施設などの現場の汚染拡散防止対策等を公開するため、見学会を開催します。

〈い つ〉10月25日(日)

〈見学場所〉青森・岩手県境不法投棄現場
(青森県側・田子町)および浸出水処理施設

〈集合場所・時間〉

JR下北駅前・午前8時20分、JR近川駅前・午前8時35分
※専用バスで移動、午後5時30分過ぎの解散を予定しています
〈募集人員〉40名 ※応募多数の場合は抽選となります
〈募集締切〉10月9日(金) ※お電話でお申し込みください

〈詳しくは〉
青森県環境生活部県境再生対策室
☎017-734-9261

『秋の市民ハイキング』参加者募集!

今年は川内川渓谷をハイキングします。終了後はふれあい温泉川内にて入浴も楽しめます。

〈い つ〉10月3日(土)・午前8時30分～午後2時30分
※午前8時20分までに市本庁舎前に集合

〈どこで〉川内川渓谷

〈定員〉30名

〈参加費〉無料 ※入浴料は各自の負担となります

〈準備するもの〉

- 昼食、雨具、着替え、タオル、トレッキングシューズ等
- ※万一の事故に備えて、各自でスポーツ障害保険等に加入ください

〈申込方法〉

官製ハガキに、参加人数(ハガキ1枚につき4名様まで)参加者全員の住所、氏名、年齢、電話番号をご記入のうえご応募ください。

〈申込締切〉9月25日(金)必着

〈その他〉

雨天の際は中止になる場合もあります。出発前日に中止が決定した場合は午後3時以降に電話連絡します。



〈問合せ・申込先〉
市市民スポーツ課 ☎22-1111 内線743

第24回 みちのく福祉公開講座

「人間の能力には、本人も気づかない「何か」が隠れている。秘められた可能性を引き出すことができたならば……。努力は人の為ならず、積極性が自分を助ける。自腹を切って頭へ入れろ、知識は荷物にならない。人の話に耳を貸せ、自己を押さえて一人前になる」

〈どこで〉
みちのく中央デイサービスセンター
(むつ市十二林11番13号)
〈演題〉
『無口なアナウンサー誕生記』
〈講師〉(株)セミナー青森
大竹 辰也氏
〈参加費〉無料



〈詳しくは〉
特別養護老人ホームみちのく荘
澤田 ☎23-1600

公証制度について 10月1日から7日は『公証週間』です!

公証人は、国の一機関として、市民の生活や財産などの権利を守り、トラブルを未然に防ぐために活躍しています。
【公証人の主な業務は 次のとおりです】
○公正証書で契約書を作つて、大切な財産を守ります
○公正証書で遺言を作つて、大切な人に遺産を譲ります
○公正証書で離婚契約書を作つて、子どもの将来を守ります
○任意後見契約書を作つて、老後の安心を作ります

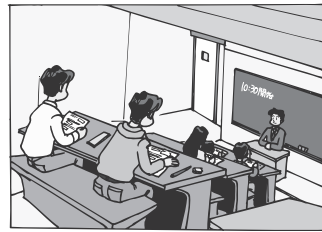


○定款認証で適法な会社を設立します
手数料は法定されていますので安心してご利用いただけます。
公証事務に関する相談は無料です。いつでも気軽に相談ください。

〈青森県内の公証人役場〉
青森公証人合同役場
(青森市長島三丁目3-17阿保南科ビル4F)
・公証人 桑原 和敏
☎017-777-6696
・公証人 白根 昇
☎017-776-8273
弘前公証役場
(弘前市大字新町176-3)
・公証人 印部 久男
☎0172-134-3084
八戸公証役場
(八戸市幸三丁目突戸ウエストビル201)
・公証人 中川 清秀
☎0178-143-1213

アメリカと日本の高校生

アメリカと日本の高校の違いといえば、一番すぐに思い浮かぶのは「受験」のことです。アメリカでは受験がありません。小学校や中学校と同じく、高校も住んでいる家によって決められています。日本の「この学校は頭が良い」、「あの学校は入りたくても入れない」、「娘があの学校の生徒だから優秀ですね」などの考え方はアメリカにありません。もちろん学校によってちょっとレベルが違ってはいますが、日本ほどではないです。これは良いことでもあれば、悪いことでもあると思います。例えば、私の高校は工業高校みたいな学校で特にコンピューターのレベルが高かったのですが、全くそういうのに



興味のない私には残念なことでした。もちろんお願いすれば違う高校にも自由に行けるのですが、小学校からの同級生と離れて1人で違う高校に行くのは大変なので、100人に1人いるかないかです。

その次の大きな違いといえば、アメリカの高校は基本的に4年間です。14才から18才までは高校生です。アメリカでは16才から車の免許をとることができるので、高校に駐車場があって、3年生や4年生は自分で車を運転して学校に行くのは珍しくありません。もちろんスクール・バスもありますけど。

部活は中学校と同じく1年に3つの季節があって、部活は3つまでできます。部活の練習は残念ながら、帰りにバスが出ていないので、親に迎えに来てもらうか、先輩に送ってもらうことが多かったです。

学年は9月に始まり6月に終わるので、夏休みというのは学年の間にあって、もちろん宿題はありません。冬休みや春休みに少しは宿題があった気がしますが、少なかったです。部活は季節毎にあるので、日本と違って休みの間には基本的にはありませんでした。陸上部は春休みの間に「旅行に行っても走ろう」といつも言われたくらいです。秋のスポーツは夏休みの最後の1週間だけ毎日練習をしました。

高校の授業は少し大学と似ていて、高校の4年間で母国語(英語)は4年間、歴史は4年間、数学は3年間、外国語は2

Amy's Essay

～エイミーのヨモヤマ話～



国際交流員 Amy (エイミー)

年間、科学は2年間、体育は1年半など、この単位がとれば卒業できます。例えば、体育は1年間、普通体育をとらなければなりません。その後は「ボール体育:サッカー、バスケ、野球」、「ラケット体育:テニス、バドミントン、卓球」、「散歩体育:毎日、外で散歩させられます」から選ぶことができます。4年間ずっと体育をとりたいたい人もとれます。

アメリカでは外国語は基本的に高校からです。学校によって選ぶことができる外国語が違うのですが、私の高校ではスペイン語、フランス語、ドイツ語のどれかを選ぶことができました。友達の学校では日本語やラテン語もありました。ちなみに高校を卒業するためには2年間同じ外国語を学ぶ必要があるのですが、大学に入りたい人は少なくとも3年間勉強しなさいと言われていました。

制服のあるアメリカの高校もありますが、珍しいです。普通は私服で、自分が入っていた部活は、試合がある日は必ず授業にユニフォームを着ていくようにと言われていました。または日本みたいに甲子園とかそれほど高校スポーツを大事にしていませんが、高校のアメフトの試合は人気があって、他の生徒もたくさん見に来ます。なぜかわかりませんが、アメフトの試合の後は翌日にスクール・ダンスがあることも多いです。スクール・ダンスは自由に行けますが、1年に1回のダンスは女性に誘われなければ行けないダンスがあったり、プロムという4年生のためにあって4年生と4年生のデート(相手)しか参加できないダンスもあります。でも、普通のダンスはカップルで行かずに友達4人で行ってかまいません。

アルバイトも日本と違って認められています。私の親友は1年生の14才の時からバイトをしていましたが、私は3年生の16才の時からです。

このように、アメリカと日本の高校の違いはありすぎて書き切れません。



『秋の子ども講座』 参加者募集!

【お菓子作り教室】

今回はりんごとかぼちゃのポケットパイ・キャロットジュースを作ります。たくさんのお参加をお待ちしています。

〈いつ〉10月3日(土)・午前9時30分～午後0時30分
※午前9時から受付します

〈どこで〉中央公民館調理実習室(1階)

〈定員〉24名※小学生に限ります

〈参加費〉500円※当日お支払いいただきます

〈準備するもの〉エプロン・バンダナ・ハンカチ

〈申込期間〉9月14日(月)～28日(月)

※午前9時から電話か窓口で受付。定員になり次第締め切ります。

中央公民館からの
お知らせ
☎24-1224



むつ市民大学後期ゼミナール 受講生募集!

9月16日(水)午前8時30分から受付開始!お申し込みは各公民館へ電話か窓口へ!

○むつ地区ゼミナール…申し込みは中央公民館 ☎24-1224 ~定員になり次第締め切りとなります~

テーマ	どんな	定員	いつ・どこで	講師	材料費	準備するもの
パン作り	パンの『基礎づくり』を学ぼう	12名	10/16・23・30 (いずれも金曜日) ・午前9時30分～午後0時30分 〈中央公民館・調理実習室〉	二瓶 公子氏	全3回で 1,500円	エプロン 三角巾 ふきん数枚

○大畑地区ゼミナール…申し込みは大畑公民館 ☎34-2321 ~定員になり次第締め切りとなります~

テーマ	どんな	定員	いつ・どこで	講師	材料費	準備するもの
いきがい教室	郷土料理	20名	10/14・11/11・12/9 いずれも水曜日・午前10時～正午 〈大畑公民館〉	柴田 幸子氏	実費分を いただきます	エプロン 三角巾等
いきがい教室	そば打ち体験	20名	11/18 (水)・午前10時～正午 〈大畑公民館〉	畑中 宏子氏		
べこもち教室	べこもち教室	20名	12/16・1/13・2/17 いずれも水曜日・午前10時～正午 〈大畑公民館〉	畑中 宏子氏		

大湊海軍コロッケ認定店 お好み焼き・もんじゃ焼き・塩ホルモン

下北物語 蔵

◆タイムサービス実施中!(6時前まで来店者へドリンク1杯無料サービス)
◆各種ご宴会・飲み放題承り中!
◆むつ市田名部町3-8 (和風レストラン楠こう様向い) 定休日・木曜日
◆むつ商工会議所・むつ市観光協会・下北衛生協会・むつ市地産地消運動協力店

下北物語 22-4896 (姉妹店)蔵 23-6888

☆海の幸満喫 1泊2日 気仙沼大島と 秋の南岩手路の旅
旅行日 10月7日、10月30日
会費 19,800円

☆康楽館芝居公演 日帰り 劇団「誠流」と 菊人形・中野もみじ山
旅行日 11月3日(文化の日)
会費 8,900円(食事3回含む)

10月以降のバック商品販売中!!!
◆ディズニーリゾート ◆沖縄・九州・北海道
◆JR・飛行機東京パック ◆ルック・ジャムパック 海外旅行

三ノ五観光 (小川町二丁目 田村医院さん向) ☎ 22-1188

～海老川コミュニティ女性学級料理教室～ 元気はつらつ『クッキングサロン』

〈いつ〉9月18日(金)・午前10時～午後2時
〈どこで〉下北文化会館調理実習室
〈どんな〉講義…牛乳が果たす栄養学について
・料理…とびっきり3つ星レシピ

〈講師〉日本乳業協会 管理栄養士 夏井 昌子氏(仙台市)
〈参加費〉500円
〈定員〉30名※先着順
〈準備するもの〉エプロン、三角巾、布巾
〈申込締切〉9月15日(火)

ヘルシーでおいしくて、レポートリが増える!



(問合せ・申込先)
海老川コミュニティ女性学級 学級長・下山弘子 ☎22-4884

むつ下北子育て支援ネットワーク『ひろば』からのお知らせ

伝統の味探求倶楽部『伝統の味伝達者養成講座 2009』開催！

～わが子に伝えたい伝統の味！あなたのキッチンでも子どもと楽しめます～

『手作り豆腐』

〈い つ〉10月7日(水)・午前9時～午後1時

〈どこで〉下北文化会館

〈講師〉伝統の味探求倶楽部スタッフ

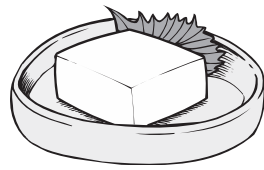
〈参加費〉1,000円

〈定員〉20人

〈準備するもの〉

豆腐型、布巾、エプロン、三角巾、持ち帰り用容器、ビニール袋等

〈申込締切〉9月25日(金)



『手打ちそば』

〈い つ〉11月18日(水)・午前9時～午後1時

〈どこで〉東通村大和伝承館

〈講師〉東通村大和生生活改善グループ

〈参加費〉2,000円

〈定員〉20人

〈準備するもの〉

布巾、エプロン、三角巾、持ち帰り用容器、ビニール袋等

〈申込締切〉11月10日(火)

〈問合せ・申込先〉
むつ下北子育て支援ネットワーク『ひろば』
☎23-7844 (FAX 兼用)

『大湊海軍コロッケ誕生祭』開催！

大湊海軍コロッケ誕生1周年を記念し、大湊海軍コロッケの即売会、大湊海軍コロッケソング発表会、大湊海軍コロッケキャラクターのネーミング発表会等を行います。

数種類のコロッケが一堂に会するこの機会、ぜひお越しください！

〈い つ〉9月26日(土)・午前11時～午後4時

〈どこで〉むつ来さまい館

※当日は青森のB級グルメ・事例発表会も行われます。なお、混雑が予想されますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

～詳細は、ブログ『大湊海軍コロッケでまちおこし大作戦！』をご覧ください～

☑ <http://ohminato-kc.cocolog-nifty.com/blog/>

〈問合せ先〉
下北地域県民局地域連携部地域支援室
☎22-1195



僕も
待ってるよ！

むつ市ウェルネスパークからのお知らせ！

『親子 de アクアリズム』

お母さん、お父さん、おばあちゃん、おじいちゃん、誰でも参加できます！音楽に合わせて親子で水中運動！お子さまと楽しい時間を過ごしませんか？

〈い つ〉9月18日(金)午前10時～10時45分

〈対象〉赤ちゃんの首が座った頃から2歳6か月までのお子さまと保護者

〈参加費〉300円 ※施設利用料として

〈準備するもの〉

水着、キャップ、タオル、飲み物、おむつの取れてい

ないお子さまは水遊びパンツ

※お電話等でお申し込みください

〈問合せ・申込先〉
むつ市ウェルネスパーク ☎28-4341
☑ <http://www.mutsushi-wellnesspark.jp>

健康発信地！『フィットネスジム体験会』

初めての方でも安心！トレーニングマシンの他、エアロバイクやフラダンスなど、スタジオでの各種プログラムを施設利用料のみで体験することができます！

〈い つ〉9月28日(月)～30日(水)午前9時～午後4時

〈対象〉15歳以上の高校生からどなたでも

〈参加費〉300円

※お電話等でお申し込みください

時間内はプログラム無制限でご利用になれます

プログラム等の詳細はお問い合わせください



県立盲学校生徒さんによる『下北自然の家で治療実習』治療体験希望者募集！

青森県立盲学校では校外でのあん摩・はり・きゅう等の臨床実習や治療奉仕活動をとあして、治療経験の拡大と技術の向上、地域住民との交流を深めています。昨年も「むつ市下北自然の家」で治療実習を実施しましたが、とても好評であったことから、今年も、広く市民の方々を対象に開催することとしました。

施術は、肩こり、五十肩はもちろん、腰痛、膝痛、胃腸障害、便秘等にも効果的です。青森県立盲学校の校外における臨床実習の目的をご理解のうえ、この機会に施術の体験をなされてはいかがでしょうか？

〈い つ〉10月14日(水)①午後1時～②午後2時～③午後3時～

10月15日(木)①午前9時～②午前10時～③午前11時～

④午後1時～⑤午後2時～⑥午後3時～

10月16日(金)①午前9時～②午前10時～③午前11時～

※開始15分前に各自でお越しください(施術時間は約50分です)

〈準備するもの〉バスタオル2枚(施術ベッド敷き用、もみ用)

〈申込締切〉9月30日(水)

定員(各回8名)があります。施術日時(何回目か)を決めてお早めに申し込みください。

〈昼食について〉

むつ市下北自然の家では、施設を利用する方に食事の提供ができます。

昼食(400円)を希望する方は、申込時に合わせてお申し込みください。



〈問合せ・申込先〉
むつ市下北自然の家 ☎34-6151

【第2回 男性のための料理教室】

メタボにならないためのメニューとなっています

〈い つ〉10月1日(木)・午後6時30分～8時30分

〈どこで〉下北文化会館調理室

〈募集人員〉20名

〈申込締切〉9月25日(金)

※どちらも参加費は無料です。エプロン・三角巾をご持参ください

【良い食生活を進めるためのグループ講習会】

メタボ解消、成人病予防のための減塩調理メニューです

〈い つ〉10月6日(火)・午前10時～午後1時

〈どこで〉下北文化会館調理室

〈募集人員〉20名

〈申込締切〉9月28日(月)

〈問合せ・申込先〉
むつ市食生活改善推進委員会・工藤 ☎23-2065
・渋川 ☎28-4175

『第4回 ながよし音楽会』開催！

星美幼稚園(日本太鼓)・白百合保育園(マーチング)・小川町第二白百合保育園(祭りばやし)の発表会『第4回 ながよし音楽会』を開催します。

子どもたちの笑顔が輝くステージです。

たくさんのご来場をお待ちしています。

〈い つ〉10月11日(日)・午前10時開場

・午前10時30分開演

〈どこで〉下北文化会館大ホール

〈入場料〉無料

〈問合せ先〉

ながよし音楽会事務局(小川町第二白百合保育園)
金澤 ☎22-1689

8月15~16日 川内ネブタ祭り



川内ネブタにぞ出陣!



8月15日 大畑ふるさと祭り



きれいな花火でした!

8月18~20日 田名部神社例大祭



「五車別れ」は
やっぱり雨が降りました!



写真で綴る 市内各地のお祭り

8月15~17日 睦野沢神社例大祭



睦野沢のニギギガッコンパニー!



8月18日 おしまこ流し踊り

8月19日 みこし祭り



おまつりのニギギガッコンパニーが
伝わりました!

将来のおしまこ流し踊り
にっぱい!

『むつ来さまい館』だより

第2回ご当地グルメ in むつ!

全国に数多くあるご当地グルメ。地元以外ではほとんど知られてなくとも明日のスターを目指してがんばっているB級以下の料理『B級ご当地グルメ』をブランド化し、町おこしをしようという動きが全国で見られます。

『ご当地グルメ in むつ』は、こうした県内で活動しているB級グルメを一堂に集めて祭典として開催するものです。

今年は、話題の十和田「バラ焼き」も参加。大きく切られた大量のタマネギと揉みダレにつけた牛バラ肉をジュージュー焼きながら、タレを吸い込んでどんどん旨くなっていきます。みなさん、お楽しみに!

〈いつ〉9月27日(日)・午前10時30分～午後3時

〈どこで〉むつ市来さまい館駐車場

〈出店団体〉青 森……「生姜味噌おでん」

八 戸……「せんべい汁」

十和田……「バラ焼き」

五所川原……「立佞武多ラーメン」

黒 石……「つゆやきそば」

む つ……「海軍コロッケ・味噌貝焼き」



【第1回ご当地グルメinむつの様子(写真は黒石)つゆやきそば】

田名部駅通り・歩行者天国 2009 秋!

田名部駅通り商店街振興組合では、「ご当地グルメ in むつ」にあわせて田名部駅通り商店街を歩行者天国として開放、楽しいイベントを開催します。

たくさんのお越しをお待ちしております。

〈いつ〉9月27日(日)・午前11時～午後3時

〈どこで〉田名部駅通り商店街ストリート

〈どんな〉大道芸! ストリートパフォーマンス

よさこいパレード

豪華景品争奪! 竹馬レース

名商店! 訳あり! アウトレットセール

豪華・大抽選会など

※雨天中止。内容は変更となる場合があります。



第16回生産者による豊漁・豊作祈願祭!

本年の下北地域の豊漁・豊作を祈願し、新鮮で安全・安心な魚介類、野菜類の即売、ちゃんちゃん焼きの試食会等を行なうこのイベント。今年も地場産品の消費宣伝のため、にぎやかに開催します!

〈いつ〉9月26日(土)・午前9時20分～午後2時

〈どこで〉むつ市イベント広場

※その他にも、餅つき大会・チャリティーオークション・かぼちゃとサケの重量当てクイズ等の楽しいイベントをご用意しています。

〈詳しくは〉
むつ来さまい館 ☎ 33-8191

8月8日(土) / 北前船『みちのく丸』脇野沢漁港へ寄港

青森市のみちのく北方漁船博物館が建造した北前船『みちのく丸』が青森市を出港、8日の夕方脇野沢漁港に寄港し、約200人の市民が出迎えました。

残念ながら帆を降ろしての入港となりましたが、寄港後の約1時間ほど船内の見学が行われ、昔の寄港地や積荷などの説明に、見学したみなさんは真剣な表情で聞き入っていました。

9日の早朝には開港150周年イベントが行われる函館市へ出港、津軽海峡へ向けて旅立っていきました。



8月16日(日) / 平成21年 むつ市合同盆踊り(田名部神社)



7月18日の新町商店会、8月14日の小川町商店会に引き続き開催された『むつ市合同盆踊り』。この日は八戸市の『白銀(しろがね)おしまご保存会』の方々が応援に駆けつけてくれました。

「横迎町かんこ組」の沼尾かんさん、野田頭やゑさんが、おしまこの唄と太鼓で華をそえるなか、しだいに踊りの輪が大きくなって、いつの間にか見物の方もその場で手の振りを付けているほど和やかな盆踊りとなりました。

8月22日(土)・23日(日) / 第36回 東北総合体育大会 フェンシング競技

8月10日発行の本紙14ページ“この人 むつっ星”でお知らせした田名部高校フェンシング部の森山瞳子さんと、大沢里奈選手が出場したこの大会。むつ市では久しぶりに行われた大きな大会であり、応援も兼ね取材にでかけました。

オリンピックでの太田選手の銀メダルで少しはメジャーになった感のあるフェンシング競技。2人とも、地元の利を活かした皆さんの声援に応え健闘を見せてくれました。本当にお疲れさまでした。



8月23日(日) / 第2回 早掛キャンプ場 バーベキューまつり



バーベキューを楽しむにはうってつけの残暑の中、前売り券280枚はすでに完売、当日券を購入した人も含め、職場の仲間や友人知人、家族連れなどたくさんの方が訪れてにぎやかに開催されました。

ジェミーピークスの生演奏を聞きながら舌鼓をうっていた市内の石田忠哉さん一家は、奥様やお子さん夫婦、お孫さんの家族9人での来場。「初めて来たけど、楽しかったのでまた来年も来たい」とご満悦でした!

造園アシスタント講習会

◎雇用就業を希望する高齢者を対象とし、基礎的な知識・技能を習得する事を目的としております。



実施期間 10月 6日(火)、7日(水)、8日(木)、9日(金)、13日(火)、14日(水)、15日(木)、16日(金) 全8日間

☆募集期間 9月14日(月)から28日(月)まで

☆対象者 60歳代前半層の方

☆受講料 無料(ただし、会場までの交通費・昼食代は負担願います。)

定員 25名

受付お問合わせ (社)むつ市シルバー人材センター むつ市柳町2丁目8-65 TEL. 23-5884

今後の講習会の予定

◆会計補助(パソコン)講習会

※中級程度の内容となります。

11月上旬～予定

詳しくは市政だより10月13日号に

◆ホテルスタッフ養成講習会

22年1月中旬～予定

詳しくは市政だより12月28日号に

各種相談日程

法律相談 市広報広聴課 ☎22-1111 内線 252

10月23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 大畑庁舎管理課 ☎34-2111

10月9日(金) 場所は大畑庁舎1階小会議室。行政が行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 青森地方事務局むつ支局 ☎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。家族間や近隣関係のこと、学校や職場内のことなどの相談を受けます。8:30～17:15

人権相談 大畑庁舎管理課 ☎34-2111

10月9日(金) 場所は大畑庁舎3階。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。10:00～15:00

心配ごと・結婚相談 むつ市社会福祉協議会相談専用電話 ☎22-2731

月～金曜日 場所はむつ市柳町・シルバー人材センター内。祝日、第3木曜日は休み。10:00～15:00

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。中学生までの教育に関する相談に応じています。9:00～16:00

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

毎月1回開催 場所は地域健康福祉部(むつ保健所)。予約制です。(お問い合わせください) 心の悩み、心の病気、認知症等の相談を随時受けます。

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

10月15日(木) 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)へお問い合わせください。

【10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	1日(木)・15日(木)
手芸教室	6日(火)・20日(火)
詩吟教室	2日(金)・16日(金)
踊り教室	14日(水)・28日(水)
お茶教室	8日(木)・22日(木)
習字教室	9日(金)
コーラス教室	5日(月)・23日(金)
ダンス教室	14日(水)・28日(水)
カラオケ教室	19日(月)・26日(月)
囲碁・将棋教室	6日(火)・20日(火)
着付教室	8日(木)・22日(木)

〈時間〉

ダンス教室・着付教室は午後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	6日(火)・20日(火)
俳句教室	2日(金)・16日(金)
日舞教室	5日(月)・19日(月)
着付教室	26日(月)
唱歌教室	2日(金)・16日(金)
カラオケ教室	8日(木)・22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

下北地区労働基準協会各種講習会のお知らせ

【小型移動式クレーン運転技能講習】

〈いつ〉10月14日(水)～16日(金)・午前8時30分～
〈受講料〉28,800円～ ※テキスト代込み

【フォークリフト運転技能講習】

〈いつ〉10月19日(月)～23日(金)・午前8時30分～
〈受講料〉14,070円～32,970円 ※テキスト代込み

・いずれの講習もむつ市内での開催となります

〈問合せ・申込先〉

下北地区労働基準協会 ☎22-1389

釜臥荘『陶芸体験教室』開催

釜臥荘では、地域のみなさんとの交流を深めるため、『陶芸体験教室』を開催します。

利用者と一緒にカラー粘土等を使用した作品を創作、窯出し体験も行います。

参加費は無料で、むつ市在住の方ならどなたでも参加できます。多数のみなさんの参加をお待ちしています。

〈いつ〉10月2日(金)午後1時30分～3時30分
10月28日(水)午後1時30分～3時30分
11月25日(水)午前10時～11時

〈どこで〉養護老人ホーム釜臥荘

〈定員〉15名 ※定員になり次第締切となります

〈申込締切〉9月28日(月)

※電話でお申し込みください
午前9時～午後4時まで受付

〈問合せ・申込先〉

養護老人ホーム釜臥荘 ☎23-4514

10月のトントウイベント『郷土料理教室』開催

〈いつ〉10月4日(日)・午前10時～午後1時

〈どこで〉東通村大利地区 ふるさと伝承館

〈対象〉お料理好きな方

〈定員〉15名 ※応募者多数の場合は抽選となります

〈参加料〉無料(ユニセフ募金に協力をお願いします)

〈講師〉大利生活改善グループ 代表 畑中 綾子 氏

〈準備するもの〉エプロン・三角巾(バンダナ)

〈申込締切〉9月24日(木) 当日消印有効

〈申込方法〉

官製ハガキにイベント名・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・年齢・電話番号を記入して応募ください(ハガキ1枚につき1名の応募)。当選者にはご案内の通知をします(締切の翌日以降に発送)。

〈問合せ先〉

〒039-4223 下北郡東通村大字小田野沢字見知川山1-809
東通原子力発電所PR施設『トントウビレッジ』 ☎48-2777

むつ科学技術館

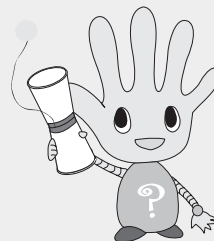
だ
よ
り

【つくってたいけん工作教室のご案内】

むつ科学技術館では、土曜日・日曜日・祝日に、身近にあるもので簡単に楽しいおもちゃが作れる工作を開催しています。開催場所は、館内の『つくってたいけん工作コーナー』です。

開催時間については、日によって異なりますので詳しくは当館までお気軽にお問い合わせください。今回は、『けん玉をつくろう!』を開催しています。

対象は、幼児から中学生で、ご予約や参加費は必要ございません。



【高校生以下のみなさまへ】

むつ科学技術館では9月19日～23日までの5日間、高校生以下の方の入館が無料となります。また、日替わりの工作教室など楽しい企画を考えています。ぜひ、遊びに来てくださいね。

☆日替わり工作教室(各日先着30名・参加には整理券が必要です)

19日(土)・「浮かべて走る船をつくろう!」

20日(日)・「バック万華鏡をつくろう!」

21日(祝)・「わんちゃんキャンドルをつくろう!」

22日(祝)・「手投げグライダーをつくろう!」

23日(祝)・「カタカタきつつきをつくろう!」

〈開催時間〉10:30～11:30 ※9:30分より1階で受付

〈開催場所〉科学実験工房

〈対象〉高校生以下 ※小学3年生以下は保護者同伴

※定員になり次第終了となります。ご了承ください。

☆タイムアタック～ナゼボンからの挑戦状～

7つのブロックを使って決められた形を作るまでの時間を競います。どなたでも参加できます。1分以内で完成させた場合は工作キットなどを差し上げます。

〈開催時間〉13:00～15:00

〈開催場所〉原子炉室展示室付近

〈問合せ先〉

むつ科学技術館 ☎25-2091

☎25-2092

☎ http://www.jmsfmml.or.jp/msm.htm



ホリデー車検むつ下北

安心の対話型立会い車検 土曜・日曜も営業(定休日:火曜)

好評受付中!

軽自動車
車検総額
(税込)

50,195円～
*基本料金 5,040円(税込)

フリーダイヤル

0120-910-902

※ご予約は車検証をご覧のうえお申し込み下さい。
※受付時間 AM8:30～PM5:30(火曜のぞく)

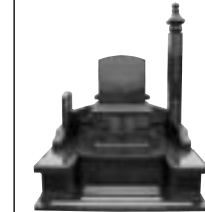
ホームページ http://www.holiday-hirosaki.co.jp



お墓なんでも相談会開催中

- お買い求めやすい価格とニューデザイン!
- 市内お寺様・墓地公園の区画対応型展示!
- リフォーム墓石・香炉・花立・塔婆修理!

私たち、小田桐石材はご遺族の気持ちになって打合せをし、納得のいくお墓づくりをさせていただきます。



特許 小田桐石材
むつ市柳町15-8 電話33-3166

Let's Go! 健診へ行こう!

～特定健診編②～



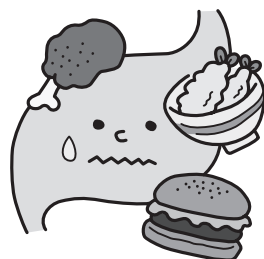
高血圧症や高脂血症・糖尿病などの生活習慣病は、発症しても痛みや調子が悪いなどの自覚症状も少ないので、知らないうちに進行しているという可能性があります。ある日突然、倒れた…ということでは、本人も家族も大変です。そんなことにならないよう、自分の身体の状態を知っておきましょう。

特定健診は、これらの病気を早期に発見する絶好の機会です。
今回は『特定健診』を受けるとどんなメリットがあるのかお知らせします。

メリット1 自覚症状が現れる前の身体の状態を知ることができます!

生活習慣病は長い時間をかけてじわじわと進行します。早めに予兆に気づき、そのもととなる生活習慣を見直すことが大切です。

身体は危険信号を点滅させているかもしれません。



メリット2 結果をもとに自分なりの生活習慣の見直しが可能です!

健診を受けた後が実は肝心なのです。市では、健診結果が教えてくれる身体の状態がきちんと理解できるよう、そして、その背景にある生活習慣の見直しができるよう、一人ひとりをサポートしています。

今年度、特定健診を受診された方を対象に、健診結果説明会を実施しています。健診結果が示す血管の状態についてみなさんと一緒に考えます。また、さらに希望する方には「生活改善教室」を実施しています。「6か月のじっくりコース」「夜間教室」「ミニ教室(時間のない方)」等から選んでご利用できます。

健診を受けっぱなし…なんてもったいないことです。どうぞ、ご利用ください。

メリット3 続けて受けると健康状態の変化がわかります!

特定健診の結果は、医療保険者によって保管されます。特定健診を続けて受けることで、健康状態の変化を知ることができます。

メリット4 医療費抑制につながります!

ご家庭の医療費抑制だけでなく、各医療保険が負担する医療費の削減、医療保険の安定した運営にもつながります。

～この先もずっと健康でいられるように、年1回の特定健診を積極的に活用しましょう～

【これからの総合健診日程…総合健診は、特定健診と各種がん検診が1日で受診できる健診です】

実施日	健診名	会場	受付時間	備考
10月18日(日)	総合健診	むつりハビリテーション病院	7:00～8:30	子宮・乳がん検診なし
10月26日(月)		中央公民館	7:00～8:30	子宮・乳がん検診あり (12:30～13:30 受付)

※特定健診は市の国保加入の方を対象に実施します。詳細は『健康づくりカレンダー』をご覧ください。
※むつりハビリテーション病院の日程に限りバス送迎があります。希望する方は10月9日までにお申し込みください。

まだ使える!! 不用品
買います!

家具・家電品・楽器・つり具・自転車
衣料品・時計・貴金属・ブランド品
贈答品・日用品・工具・業務用品

出張買取
受付中

金・プラチナ・商品券
指輪、ネックレス、切手、印紙、各商品券
高額買取中

むつ市小川町1-6-9(むつ病院通り)
リサイクル **タイヨードー**
☎ 0120-71-5188

健康教室・健康相談・健康診査

赤ちゃん教室(小児科)	むつ地区
10月28日(水) 平成21年1月～平成21年6月生まれの乳児 13:10～13:20 下北文化会館集会娯楽室	
離乳食教室	むつ地区
10月28日(水) 平成21年2月および平成21年6月生まれの乳児 10:00～10:20 下北文化会館集会娯楽室	
10か月児健康診査	むつ地区
10月27日(火) 平成20年12月生まれの乳児 12:45～13:00 下北文化会館	
1才6か月児健康診査	むつ地区
10月20日(火) 平成20年3月生まれの幼児 13:00～13:10 下北文化会館	
2才児健康診査	むつ地区
10月7日(水) 平成19年4月生まれの幼児 13:00～13:20 下北文化会館	
3才児健康診査	むつ地区
10月15日(木) 平成18年4月生まれの幼児 12:00～12:20 下北文化会館	
10か月児健康診査	川内・脇野沢地区
10月9日(金) 平成20年9月～12月生まれの乳児 13:30～13:40 川内庁舎	
1才6か月児健康診査	川内・脇野沢地区
10月9日(金) 平成19年12月～平成20年3月生まれの幼児 13:00～13:10 川内庁舎	
2才児健康診査	川内・脇野沢地区
10月9日(金) 平成18年12月～平成19年4月生まれの幼児 13:00～13:10 川内庁舎	
10か月児健康診査	大畑地区
10月15日(木) 平成20年9月～12月生まれの乳児 12:00～12:10 総合福祉センターふれあいかん	
1才6か月児健康診査	大畑地区
10月15日(木) 平成19年12月～平成20年3月生まれの幼児 12:05～12:15 総合福祉センターふれあいかん	
2才児健康診査	大畑地区
10月15日(木) 平成19年1月～4月生まれの幼児 12:10～12:20 総合福祉センターふれあいかん	
赤ちゃん相談	脇野沢地区
10月20日(火) 平成20年10月～平成21年7月生まれの乳児 10:20～10:30 脇野沢地域交流センター	
健康なんでも相談	全地区
毎週月・水・木曜日 保健師や栄養士がご相談をお受けします 13:00～15:00 市健康推進課	

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
川内庁舎市民福祉課 ☎42-2111
総合福祉センター(ふれあいかん) ☎34-6611
脇野沢庁舎市民福祉課 ☎44-2111



～これからの予防接種日程～

※川内診療所と脇野沢診療所は、10日前までに各庁舎市民福祉課へ予約が必要です

麻疹風しん ◎1才～2才未満
◎年長児(平成15年4月2日～16年4月1日生まれ)

実施日	実施場所・時間
10月2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)
	どんぐりこどもクリニック 14:00～15:00
	川内診療所 13:20～13:50
10月21日(水)	脇野沢診療所 13:00～13:20

三種混合 ◎3か月～7才6か月未満

実施日	実施場所・時間
10月16日(金)	川内診療所 13:20～13:50
10月29日(木)	脇野沢診療所 13:00～13:20
10月30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)
	どんぐりこどもクリニック 14:00～15:00

B C G ◎3か月～6か月未満

実施日	実施場所・時間
10月8日(木)	下北文化会館 13:15～13:30
10月21日(水)	下北文化会館 12:45～13:00

ポリオ ◎3か月～7才6か月未満

実施日	実施場所・時間
10月7日(水)	下北文化会館 12:45～13:10
10月14日(水)	下北文化会館 13:30～13:45
10月15日(木)	下北文化会館 12:45～13:10
10月27日(火)	下北文化会館 13:30～13:45

10月の健康相談(高血圧)・予約制 全地区

毎週火曜日 保健師や栄養士がご相談をお受けします
13:00～15:00 市健康推進課

東北電力放課後ひろば『楽しくまなぼう親子ドキドキみんなの授業』開催

〈いつ〉10月9日(金)・開場 午後5時・開演 午後6時
〈どこで〉下北文化会館 ※入場無料(入場整理券が必要です)
〈どんな〉

- ◆ 1 時間目 / 音楽の時間
 - ・山口ともさんの「Ticobo ガラクタ音楽会」
- ◆ 2 時間目 / 不思議の時間
 - ・阿部清人さんのおもしろサイエンスショー



〈定員〉1,000人

※ご来場のお子さま全員に放課後ひろばグッズをプレゼント

〈入場整理券申込方法〉

①代表者氏名(フリガナ)②年令③郵便番号④住所⑤電話番号⑥性別⑦申込者全員の氏名(フリガナ)・年令・性別をご記入のうえ、ハガキ・メール・FAXにてお申し込みください。

〈問合せ・申込先〉

〒030-0862 青森市古川 1-21-12 セントラルビューあおもり 2F
(株)東奥アドシステム内『親子ドキドキみんなの授業』むつ係
☎017-776-3771 ☎017-776-3775
✉ mutu@toads.cd.jp

東北電力
親子ドキドキ
みんなの授業
放課後ひろば
10月9日(金) 開場17:00 開演18:00
下北文化会館(むつ市) 入場無料(整理券必要)
11,000名
申込期間: 9月18日(金) 申込締切日: 9月18日(金) 15時迄
申込先: 東奥アドシステム内『親子ドキドキみんなの授業』むつ係
〒030-0862 青森市古川1-21-12
☎017-776-3771 ☎017-776-3775
✉ mutu@toads.cd.jp

むつ市の睦み

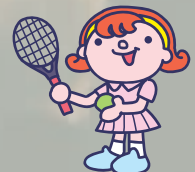


～むつジュニア ソフトテニスクラブ～

われわれむつジュニアソフトテニスクラブは、主に克雪ドームで練習し、県内外で開催される各大会での上位入賞を目指しています。

また、ソフトテニスの技術だけではなく、協調性や社会性を持った選手を育成するため、県内の他団体との交流も積極的に行なっています。

現在、小学校3年生から5年生の会員を募集しています。見学も自由にできますので、興味のある方は、どうぞお気軽に連絡ください!



～むつ市の睦み～では、市内で活動しているサークルを紹介していきます。掲載を希望するサークルや団体の方は、かんたんな紹介文と写真を添えて、市広報広聴課までお申し込みください。

〈申込先〉市広報広聴課 ☎22-1111 内線 254

〈問合せ先〉
木村プロパン店(むつ市柳町1丁目8-1)
☎22-1051



人口	64,680人(+89人)	世帯数	28,855世帯(+93世帯)
男	31,314人(+65人)		
女	33,366人(+24人)		()内は前月からの増減