

むつ 市政だより 3.10

2014年 No.808



『海辺のダウンヒル 釜臥山スキー場!』

海上自衛隊の艦艇がすぐそこに見えるスキー場、この時期は毎日のように市内小・中学校などのスキー教室が行われています。健康増進を兼ね、ウインタースポーツを楽しみましょう! 今シーズンは3月20日(木)まで営業します。

主な内容

- | | | | |
|---------------------------|-----------|---------------------------------|-------------|
| ◇お引越しシーズン到来手続きをお忘れなく! | … 2p ~ 3p | ◇平成25年度 むつ市ジュニア大使 | … 10p ~ 11p |
| ◇ご確認ください! 災害時の避難所が変わりました! | … 4p | ◇統計調査にご協力ください! ほか | … 12p ~ 13p |
| ◇国民年金 料金後納制度の活用を! | … 5p | ◇お元気ですか! 保健コーナー | … 14p ~ 15p |
| ◇~「市民の声」公表します! ~1月分 | … 6p ~ 7p | ◇むつ市情報ポケット | … 16p ~ 18p |
| ◇暮らしに役立つ税情報 ほか | … 8p | ◇第53回むつ市民スキー大会 | … 19p |
| ◇市内スキー場3月20日まで好評営業中 ほか | … 9p | ◇関根小学校と名護市立緑風学園久志小学校合同学習成果発表 ほか | … 20p |

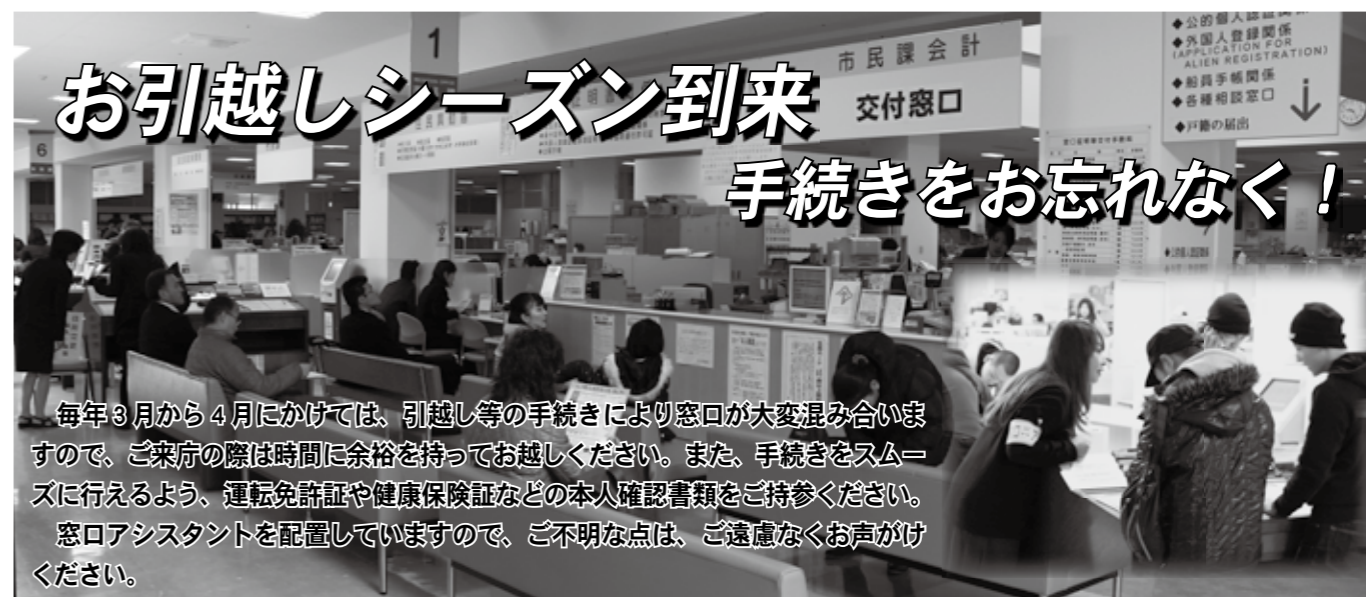
◆お引越しの際の手続きは？

手続きの種類	手続きの内容	市役所本庁舎 ☎22-1111	川内庁舎 ☎42-2111 大畑庁舎 ☎34-2111 脇野沢庁舎 ☎44-2111
住民登録	<ul style="list-style-type: none"> ・転出 予定日が決まったら転出届を出してください。 〔転出証明書〕を発行します) ・転入 新住所に住み始めてから14日以内に転入先の 市区町村で「転入証明書」を添えて転入届を出し てください。 ・転居 新住所に住み始めてから14日以内に転居届を 出してください。 ※住基カードをお持ちの方はご持参ください 	市民課 内線 2412・2413	市民福祉課 川内庁舎 内線 135 大畑庁舎 内線 123・124 脇野沢庁舎 内線 80
印鑑登録	登録のある方は、転出届出日をもって登録が抹消 されます。印鑑登録証をお持ちの方はご返却くだ さい。		
国民健康保険	転居または転出される場合は保険証をご持参くだ さい。	国保年金課国保担当 内線 2432～2435	市民福祉課 川内庁舎 内線 132 大畑庁舎 内線 127 脇野沢庁舎 内線 83
後期高齢者 医療保険	転居または転出される場合は被保険者証をご持参 ください。県外から転入される方は後期高齢者医 療負担区分等証明書をご持参ください。	国保年金課 年金・後期高齢者医療担当 内線 2444・2445	
介護保険	介護保険被保険者証(オレンジ色)をご持参くださ い。認定を受けている方は、受給資格証明書の交 付を受けてください。	介護福祉課 介護保険担当 内線 2556・2557	市民福祉課 川内庁舎 内線 122・123 大畑庁舎 内線 134・138 脇野沢庁舎 内線 61・64
児童手当 児童扶養手当	印鑑、保険証、通帳、児童扶養手当証書をご持参 ください。	児童家庭課児童家庭担当 内線 2514～2518	
粗大ごみ等	引越しの際に発生した粗大ごみ等を処分する場合	環境政策課 廃棄物対策担当 内線 2462～2464	市民福祉課 川内庁舎 内線 131 大畑庁舎 内線 128 脇野沢庁舎 内線 81
上水道	水道の使用を開始または中止する場合	公営企業局営業課 ☎28-4455	
下水道	下水道を使用されている方、受益者負担金をお支 払いの方はご連絡ください。	下水道課経営担当 ☎28-3233	
公立の 小中学校	転校する旨お申し出ください。学校から在学証明 書、教科用図書給与証明書をお受け取りください。	教育委員会総務課 学務担当 内線 3115	川内教育課 ☎42-3113 大畑教育課 ☎34-2321 脇野沢教育課 ☎44-2110

◆その他必要な手続きは？

ご 連 絡 先	
電 話	NTT 東日本(電話の新設・移転・各種相談) ☎116
電 気	東北電力コールセンター ☎0120-175-266
ガ ス	ご自宅のガス料金の請求元にお問い合わせください。
郵 便	最寄りの郵便局で届出すると1年間転送されます。
運転免許証	転出先の警察署で変更手続きをしてください。

〈窓口延長等についての問合せ先〉
 市民課窓口サービス担当 ☎22-1111 内線 2412
 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



毎年3月から4月にかけては、引越し等の手続きにより窓口が大変混み合いますので、ご来庁の際は時間に余裕を持ってお越しください。また、手続きをスムーズに行えるよう、運転免許証や健康保険証などの本人確認書類をご持参ください。窓口アシスタントを配置していますので、ご不明な点は、ご遠慮なくお声がけください。

期間内は窓口延長時間も手続き可能！
転入届（市外からのお引越し）、転出届（市外へのお引越し）、
転居届（市内でのお引越し）

期間内の平日における市民課窓口延長時間には、通常行っている証明等の交付に加え、住民異動およびそれに伴う各種手続きを行うことができるほか、国保年金課・健康推進課・児童家庭課・税務課においても住民異動に伴う手続きを行うことができます。また、4月5日・6日の土曜日・日曜日にも窓口を開設しますのでご利用ください。

- 〈いつ〉
 3月28日(金)・31日(月)・4月1日(火)～4日(金)
 …午前8時30分～午後6時30分
 4月5日(土)・6日(日) …午前8時30分～午後5時15分
- 〈どこで〉本庁舎市民課
 〈同時に手続きできる課〉
 国保年金課・健康推進課・児童家庭課・税務課
 ※分庁舎は通常時間での対応となります。
- 〈どんな〉
 ・住民異動およびそれに伴う各種手続き・証明等の交付 など
- ・転入届は転入日以降、転居届は転居日以降に手続きできます。(例…4月1日に異動→4月1日以降に手続き可)
 - ・窓口延長時間(平日午後5時15分～6時30分)および休日における戸籍届出の受領は、従来通り宿直が行います。
 - ・同じ世帯でない方が異動届をしたり住民票等を請求される場合や戸籍に同籍していない方が戸籍関係書類を請求される場合は、委任状の提出が必要となる場合があります。
 - ・委任状が必要な手続きや住基カードを使った転入届・転出届は通常時間内のみの取扱となります。

市民課窓口延長 通年実施中 ～平日午後6時30分まで～

窓口延長時間は、交付できる証明等の種類や請求できる方に通常時間と異なる部分がありますので、予めご確認のうえご利用ください。なお、川内・大畑・脇野沢庁舎は予約制となりますので各庁舎へお問い合わせください。

〈窓口延長時間に交付できる証明等の種類および請求できる方〉

	請求できる方	交付できるもの
住民票の写し	本人および同じ世帯の方	本人および同じ世帯員の分
戸籍の証明	本人および同じ戸籍に入っている方	本人および同じ戸籍に入っている方の分
附票の写し	本人および同じ戸籍に入っている方	本人および同じ戸籍に入っている方の分
印鑑登録証明書	有効なカードを持参した本人および同じ世帯の方	本人および同じ世帯員の分
印鑑登録証の交付	本人	本人分

- ・請求の際は、本人確認書類(運転免許証・写真付住基カード・健康保険証・年金手帳等)が必要です。
- ・転入・転出・転居・世帯変更の住民異動の手続きは、通常時間内のみのお取り扱いとなります。

ご確認ください！ 災害時の避難所が変わりました！



（詳しくは）
市防災政策課
☎ 22-1111 内線 2132

1月1日号の市政だよりにおいて、「市民体育館」が使用できなくなったため、「下北文化会館」を避難所に指定したことについてお知らせしましたが、この度、老朽化等により避難所として使用困難な施設は避難所の指定を解除し、新たな避難所（※印）を指定しましたので、お知らせいたします。

なお、指定解除した施設のうち、川内地区の旧第一川内保育所を除き、屋外のグラウンド等はこれまでどおり、避難場所として使用できます。

避難所の変更

○むつ地区

収容対象地区	指定解除した避難所	使用できる避難所
堺田、城ヶ沢、新城ヶ沢、泉沢、永下、近沢、大川目、角達	旧城ヶ沢小学校 旧角達小中学校	※城ヶ沢地区集会所 ※角達公民館(中央公民館角達分館)
一里小屋、大室平、金谷沢、神山	旧金谷沢小学校	※金谷沢生活改善センター
川代、烏沢、新田、上新田	旧烏沢小学校	※関根浜漁民研修センター烏沢分館(烏沢集会所)、 ※関根浜漁民研修センター川代分館(中央公民館川代分館)

○川内地区

収容対象地区	指定解除した避難所	使用できる避難所
仲崎、初見、葛沢		※川内小学校、川内中学校、エビナ保育園、初見地区公民館、仲崎コミュニティセンター
小倉平、銀杏木、安部城	旧第二川内小学校	上小倉平地区公民館、下小倉平地区公民館、銀杏木地区公民館、安部城地区公民館
畑	旧畑小学校	畑地区公民館
湯野川	旧湯野川小学校	湯野川地区公民館
桧川	旧桧川小学校	桧川地区公民館、大湊高等学校川内校舎
宿野部	旧宿野部小学校	宿野部地区公民館
蛸崎	旧蛸崎小学校	蛸崎地区公民館

○大畑地区

収容対象地区	指定解除した避難所	使用できる避難所
小目名、高橋川	旧小目名小学校	小目名地区公民館、高橋川コミュニティセンター
木野部、佐助川、赤川	旧佐助川小学校	木野部地区公民館、赤川地区公民館、下北自然の家
関根橋	旧関根橋小学校	関根橋地区公民館

○脇野沢地区

収容対象地区	指定解除した避難所	使用できる避難所
赤坂、稲平、小サ沢、小沢、鹿間平	小沢地区公民館	小沢地区生活福祉センター
滝山、片貝、源藤城	滝山地区公民館	滝山地区生活福祉センター
九艘泊、芋田	九艘泊地区公民館	※九艘泊地区生活福祉センター、芋田地区集会所

収容対象地区の改編

○川内地区

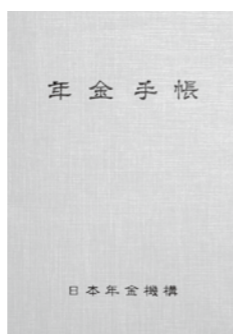
収容対象地区	指定解除した避難所	使用できる避難所
新町、楡木、熊ヶ平	旧第一川内小学校、旧第一川内保育所	新町集会所、あたご幼稚園
谷地町、中町、浦町、上町、浜町、板子塚		川内体育館、川内公民館、中浦集会所



収容対象地区	使用できる避難所
新町、楡木、熊ヶ平、谷地町、中町、浦町、上町、浜町、板子塚	新町集会所、あたご幼稚園、川内体育館、川内公民館、中浦集会所

国民年金

料金後納制度の活用を！ 保険料免除申請期間拡大



がつきますので、お早めに申し込みください。

◎後納保険料の納付書の「使用期限」にご注意

すでに後納制度を申し込まれた方で、平成16年4月以降分の後納保険料の納付がお済みでない方は納付書に記載された使用期限(平成26年3月31日)までに納付をお願いします。

なお、使用期限までに納付できず、平成26年4月以降に納付を希望される場合には、新たな加算額による納付書を発行しますので、お問い合わせてください。
※平成16年3月分の後納保険料は平成26年3月31日が納付の期限となっており、平成26年4月以降は納付そのものができなくなります。

◎国民年金後納制度で

将来の年金額を増やせます
後納制度は、過去10年間に納められた保険料を納付することにより、将来の年金額を増やすことができます。また、これまで受給資格期間を満たさず年金を受給できなかった方は後納制度を利用することで年金が受けられるようになる場合があります。

後納制度の利用は平成27年9月30日までとなっており、また過去3年度以前の期間について納める場合には保険料に加算額

納付が困難な場合に、保険料の免除および納付猶予の申請ができます。

平成26年4月以降に申請する場合、対象となる期間が申請時点の2年1か月前の月分まで(納期限から2年以内の期間)拡大されます。(これまでは、最大でも申請する月の直近の7月までしかさかのぼることができませんでした。)学生納付特例の申請についても同様に期間が拡大されます。

時期が遅れて申請できなかった期間のある方はお問い合わせください。

今回の申請期間拡大により、免除申請の機会が増えることとなりますが、本来、国民年金保険料の納期限は翌月末となっており、免除や納付猶予の申請が遅れると、万が一の場合の障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられなくなる可能性があります。納付が困難な場合には、すみやかにご相談ください。

所得が少ないときや失業等により保険料を納付することが経

	24年6月	25年7月	26年7月
現行		← 免除・納付猶予の申請ができる期間	申請月
		← 24年所得で審査	← 25年所得で審査
変更後 平成26年 4月以降	← 免除・納付猶予の申請ができる期間		
	← 22年所得で審査	← 23年所得で審査	← 24年所得で審査
		← 24年所得で審査	← 25年所得で審査

（保険料後納についての問合せ・申請先）
国民年金 保険料専用ダイヤル ☎ 0570-011050
むつ年金事務所 ☎ 22-2278
〈免除申請についての問合せ・申請先〉
むつ年金事務所 ☎ 22-2278
市国保年金課国保担当 ☎ 22-1111
川内庁舎市民福祉課 ☎ 42-1211
大畑庁舎市民福祉課 ☎ 34-1211
脇野沢庁舎市民福祉課 ☎ 44-1211



一人親に対する支援制度について

【意見】

一人親に対しての制度対策（市営住宅の優先入居、保育園の優先入所など）がなすすぎます。

世帯員の所得が高いため、扶養手当が貰えない状態です。一切、親の援助をお金の面では面倒をみてもらっていません。一人親に対する支援制度、対策等を考えなければならぬと思います。

【回答】 担当：児童家庭課

一人親に対しての支援制度についてですが、まず、児童扶養手当があります。

この手当は、父又は母と生計を同じくしていない児童が育成されるひとり親家庭等に対し、児童の福祉の増進を目的に支給される手当です。審査基準は全国一律となっており、実家で両親等と同居している場合は、両親等の所得も審査要件となり、申請者本人の所得が所得制限内であっても両親等が所得制限以上の所得がある場合は、支給対象外となります。

しかし、所得の変更やひとり親家庭世帯だけで暮らすようになった場合は、支給対象となる可能性があります。

次に、医療費の本人負担分の一部を助成する「ひとり親家庭等医療費助成制度」があります。この制度は、お子様は全額、保護者は保険医療機関ごとに、1か月につき1,000円を超えた額を助成しており、医療機関窓口で一旦支払い後、後日、請求していただいています。助成を受けるためには、保険証等を添付して認定申請をしていただけます。

いずれの制度も対象とならない場合もありますので、一度、児童家庭課まで、ご相談ください。

また、支援制度とは別に、児童家庭課では、婦人相談員および家庭児童相談員を配置してさまざまな相談にもあたっていますので、お気軽にご相談ください。



市役所へのバス運行について

【意見】

冬になると自転車が乗れなく、車も持っていないので、バスで市役所へ行かなければいけません、本数が少なく、バス料金も高くなり、なかなか行く事が出来ません。循環バスを設置するなど、対策をお願いします。

【回答】 担当：企画調整課

市役所経由のバスの便数は、本庁舎移転当初の上下各4便から、現在は上下各7便(冬季は6便)に増便され、日中は概ね1時間に1本の割合でバスが運行されています。

都会のように待ち時間無く、乗車できることが理想的ですが、地方では人口減少や交通手段の多様化により、利用者は減少し続けており、バス事業の経営は非常に厳しく、運行便数を増やすことは難しいのが実状です。

しかし、旧むつ市内の路線バス事業者は、利用者の負担が少なくなるように、消費税が5%に増税された平成9年以後は運賃改定をせず、バス路線の維持に努めています。

市でも、バスの利用者減少は、減便につながる大きな要因であることから、利用促進のPR等により、現状のバス路線の中で利便性が図られるよう努めていきます。



～「市民の声」公表します！～ 1月分

市では、市民のみなさま（団体を除く）からいただいたご意見やご要望等のうち、氏名が明記され、回答を希望されたもので、かつ、特定の個人を誹謗、中傷しているものや公序良俗に反するものなどを除いたものについて、その内容を市政だよりやホームページで公表しています。

1月は、25件のご意見などをいただいています。そのうち上記に該当する4件を公表します。

（問合せ先）
市秘書広聴課広報広聴担当
☎22-1111 内線 2155
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

市職員の服装等について

【意見】

①服装について、女子職員の服装は、仕事着と家庭着、遊び着の区別がついていないと思います。以前は、すっきりした仕事人として爽やかでした。また、髪も、栗色以上に明るく染めた髪の色は見苦しいです。

②不親切な対応について、戸籍をとりに行ったが、違う町に籍を置いていたため、市では受け取れず、取得方法を尋ねましたが、口頭での説明だけで、不親切な対応でした。簡単な書き付けでも示してくれたら良かったと思います。後日、市役所にいる知人に相談すると、分かりやすく教えていただき、大変助かりました。市役所職員は皆、街がよくなるように住民への奉仕に努めているとは思いますが、一部職員の傲慢な態度や不適切な身だしなみがすべてを台無しにしています。

③市内中・高校生に対し市役所窓口の利用の仕方や相談窓口についての授業を行なって欲しいです。

【回答】 担当：総務課

職員の服装および来庁者への対応については、常に注意喚起してきたところであり、特に接遇は、毎年度、講習会を開催するなど、スキルアップを図ってきましたが、未だ不快な思いをさせるような対応をとる職員がいることは、私共にとっても残念でなりません。再度、周知徹底を図り、行政サービスの向上および信頼回復に努めて参ります。

次に、小中学校への授業についてですが、現在、窓口利用の仕方等だけを取り上げた授業は実施しておりませんが、将来、社会人として自立していけるよう、市役所等の職場見学や職場体験等、各学校の実情に応じて体験的学習の充実に努めており、さまざまな社会生活の場面で、自分で考え、判断し、行動できる児童生徒の育成に努めております。

しかしながら、将来出合うであろう社会生活上の課題一つ一つを予想し、学校教育の中で事前にすべて学習させておくことは大変難しいことです。学校教育では、社

会に出てから必要とされる最低限の基礎・基本を習得させることに努めておりますが、市役所窓口の利用の仕方がその基礎・基本に当たるかどうかは一考を要するところと

します。今後も「生きる力」をもった児童生徒の育成に努めていきます。

ボランティア活動に対する表彰について

【要望】

むつ市として、大湊高校野球部を表彰してほしいです。彼らは、雪が降った日曜日になると、桜木町の雪かきを手伝ってくれます。両親や近所の方々はとても感謝しています。地域の為にボランティア活動をする彼らは素晴らしい、むつ市として、彼らを表彰して頂けませんか？

【回答】 担当：秘書広聴課

市では、長年に渡り市の発展や福祉向上に寄与した方、模範行為をした方または文化、スポーツその他の分野において功績のあった方へ表彰を行なっています。

被表彰者の決定は、審査会を設置し、審議したうえで決定しています。

推薦のありました大湊高等学校野球部のみなさんについては、今後、その活動内容を調査・確認し、適正に対応していきます。

また、表彰のほか、善意の活動を行った個人および団体に対する感謝状の贈呈についても、協議・検討していきます。



今すぐあなたの助けになりたい

法律相談は弁護士会へ

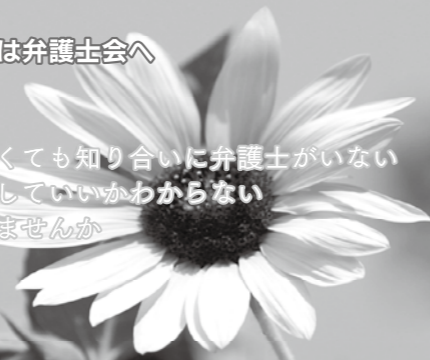
青森県弁護士会所属の地元の弁護士事務所で弁護士の相談が迅速に受けられます。

受付時間 平日午前9時から午後5時
相談料 30分 5000円（税別）

【但し、法テラスの扶助が利用できる場合無料】

☆お電話いただいてから原則3営業日以内にご相談をお受けします
お申込・お問合せは…青森県弁護士会まで TEL 017-777-7285

弁護士に相談したくても知り合いに弁護士がいない
どの弁護士に相談していいかわからない
…こんな悩みありませんか



市内スキー場 3月20日まで好評営業中

最終日釜臥山スキー場はリフト無料開放(午後4時まで)

営業期間が残り少なくなりましたが、釜臥山スキー場・兎沢スキー場のナイター営業も、ぜひご利用ください。

- 営業期間は、積雪状況やグレンデの状態・天候等により変更となる場合があります。
- グレンデの情報は、市ホームページのトップページのバナーをクリック!

http://www.city.mutsu.lg.jp/



国民健康保険高齢受給者証について (70～74歳で窓口負担1割の方の期間を継続)

市の国民健康保険に加入されている70～74歳までの方で、医療機関を受診する際に窓口負担が1割の方は平成26年4月から2割負担となる予定でしたが、1割負担の期間が継続されることになりました。

★昭和19年4月1日以前に生まれた74歳までの方
→1割のままです

★昭和19年4月2日以降に生まれた
これから70歳になる方→2割になります

3月下旬に「1割」と記載された新しい高齢受給者証を郵送しますので、お手元に届き次第ご使用ください。

高齢受給者証に3割と記載されている方は3割のままです。現在お持ちの高齢受給者証を引き続きご使用ください。

なお、国民健康保険以外の保険証をお使いの方は加入されている保険者(職場等)へお問い合わせください。

★高齢受給者証は70歳の誕生日の翌月(1日生まれの方はその月)から使用することになります。

〈問合せ先〉

市国保年金課 ☎22-1111 内線 2432
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

子ども講座 サイエンス教室開催

～手作りホバークラフトで遊んで学ぼう～

次の日程で講座を開催します。ご参加をお待ちしています。

〈いつ〉3月22日(土)

午前10時～正午(9時30分から受付)

〈どこで〉市中央公民館 講堂

〈どんな〉

- ・身近なものでホバークラフトを作って実験
- ・みんなも体験できるサイエンスマジック

〈対象・定員〉市内小学生・20名

※保護者の方の見学も可能です。

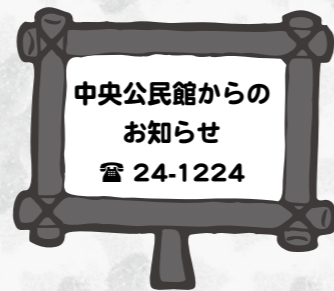
〈参加費〉無料

〈準備するもの〉

- ・筆記用具・不要なCD
- ・キャップ付きペットボトル1本(280～350ml)

〈申込受付〉

3月12日(水)午前9時から18日(火)まで、電話で受付。



市税等の納付は、 便利な口座振替をご利用ください!

口座振替は、ご指定の口座から自動的に振替納付される、納め忘れのない便利な制度です。一度お申し込みされると、次年度以降も継続されるので、お仕事などで忙しい方におすすめです。

〈お申し込み方法〉

①口座振替を希望する金融機関の窓口で申し込む

(市内の金融機関には申込書を備えてあります)

②市税務課および、各庁舎管理課窓口で申し込む

※①②の方法によるお申し込みの際は、通帳、通帳の届出印、納税通知書等をお持ちください。

③郵送で申し込む

※ご連絡いただければ、申込書を郵送します。また、市ホームページからも様式をダウンロードできますが、市への郵送の場合に限ります。

〈口座振替ができる金融機関〉

- ・青森銀行 ・みちのく銀行 ・青い森信用金庫 ・青森県信用組合
- ・東北労働金庫 ・十和田おいらせ農業協同組合
- ・ゆうちょ銀行(郵便局)
- ※全国の本・支店、出張所がご利用できます。

〈詳しくは〉市税務課納税管理担当 ☎http://www.city.mutsu.lg.jp/

暮らしに役立つ

税情報



〈問合せ先一覧〉

市税務課 ☎22-1111

市民税担当 内線2212～2215

固定資産税担当 内線2222～2225

納税管理担当 内線2252・2253

収納担当 内線2232～2236

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

〈口座振替ができる税等〉

- ・市県民税(普通徴収) ・固定資産税
- ・都市計画税 ・軽自動車税
- ・国民健康保険税(普通徴収)
- ・介護保険料(普通徴収)

し尿収集(汲み取り)料金に係る消費税の表示方式の変更のお知らせ

消費税転嫁対策特別措置法の施行を受け、平成26年4月1日からし尿収集(汲み取り)料金に係る消費税の表示方式を次のとおり変更します。

	現行	変更後
税方式	内税方式	外税方式
収集料金	200円まで 1,982円 10%増すごとに 99.1円	200円まで 1,888円+消費税 10%増すごとに 94.4円+消費税

〈詳しくは〉

下北地域広域行政事務組合
廃棄物施設課 ☎33-8851

改修 内装 管理 無休 設備 清掃

アパート・貸家など
現状回復修繕のことなら当社へ!
〈清掃、クロス貼替、畳表替〉
〈水廻りの修理等〉

☎28-3434

株式会社 **トラストイン**

青森県知事(般-19)第600018号(建設業)
むつ市公民館前 FAX 28-3460

引越シースペース間近!

中・短期滞在の方に便利!
家具・家電付(むつ市内各所)

マンシールーム

不動産 アパート のことなら

株式会社 **トーリン**

お問い合わせ先: ☎22-6333 FAX 22-6337
むつ市金谷1丁目14-23
青森県知事免許(7)第2271号(宅建業)・国土交通大臣(1)第454号(賃貸住宅管理業)

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・傷害保険
・積立年金保険etc

* **生命保険** (保険診断致します)
・医療保険・終身保険・定期保険etc

(防衛省団体取扱代理店)
TEL (0175) **24-3252**
FAX (0175) **24-3674**
メールアドレス
oota2003@taupe.plala.or.jp

(株)太田保険事務所

すでに、返済済みでも大丈夫!

借金の相談無料、任意整理1社2万5千円

- ①大手消費者金融へ5年以上返済を続けている。
- ②金利が25パーセント前後だった。

上記①、②に該当した方は過払い金が戻ってくるかもしれません。今すぐ、お電話下さい。

アカシアの森法律事務所 弁護士: 今井 正
☎0176-51-4317

住所/十和田市西二番町8-4 (十和田現代美術館 駐車場隣)

平成25年度 むつ市ジュニア大使



米・ポートエンジェルス市で 現地中学生と交流

市内の中学生 10名は、ジュニア大使として、1月8日から14日までの5泊7日の日程で、姉妹都市のアメリカ合衆国ワシントン州ポートエンジェルス市を訪れ、中学生の自宅にホームステイをしながら、中学校や小学校での交流を行いました。

生徒たちは学習した英語やジェスチャー等を交えて、コミュニケーションをとりながら、文化発表を行いました。ほとんどの生徒が自分の思いをうまく伝えることができず、もどかしさを感じた様子で、世界の共通語としての英語の重要性を身をもって感じたようです。

大使とホストファミリーの写
と感想の一部を紹介します。

山本美和さん(田名部中)



4日間、言葉も生活習慣も違う家庭の中に、家族の1人として過ごせたことはとても貴重な体験でした。言葉が違っても相手の目を見て笑顔で話すことで、コミュニケーションが充分とれるというところを大きく感じました。このことをこれからのことに、たくさん活かしていきたいと思えます。

笹井彪我さん(田名部中)



アメリカを出発する日の朝は、日本には帰りたくないなあとずっと思っていました。日本に着いたときは安心感と充実感でいっぱいでした。今回のジュニア大使派遣事業は最初はホームシックでしたが、いざアメリカの地に行くとなんか事は忘れて、逆に日本には戻りたくはありませんでした。この経験をこれからも活かしていきたいです。

二宮朝日菜さん(むつ中)



段々と慣れ、「周り英語のみ」という初めての体験を「楽しむ」ことができたと思います。始めは不安や緊張でいっぱいでしたが、アメリカの人たちの陽気さや温かさ、優しさを存分に感じ、とてもよい経験になったと思います。訪問して学んだことを少しでも多くの人に伝え、将来的に日本とアメリカがもっと友好な関係を築けるよう、自分ができるか、考えなおしてみようと思えます。

江藤 翔さん(大平中)



ジュニア大使派遣事業における楽しさややりがい、より多くの人に知ってほしいと思います。成25年度のジュニア大使として、そしておつ市とポートエンジェルスの架け橋として、学んだことを伝えていけるようにがんばっていきます。

【1月8日出発式】
午前4時20分
緊張？まだ眠い？



【シアトル市内観光】
現地時間朝到着、そのまま観光へ

【出会い】
緊張の出会いも、熱烈歓迎！
ホストファミリーのお宅へ、長い1日でした！



【スティーブン中学校・
ハミルトン小学校で日本文化を紹介】
慣れない英語と smile で伝わった？



【さよならパーティ】
最後の夜は、全員英語でスピーチ
お互い再会を誓い合う



【1月14日市役所到着】
一回り大きくなって帰ってきた！
みんな安堵の表情、お疲れ様でした。



森川 陽さん(近江中)



Host Family Day はシアトルに行つて日本の2倍はあるようなハンバーガーを食べたり、町中をドライブしたりしました。もうその時には、ホストファミリーも自分もお互いの言いたいことがすべにわかるようになって、軽いジョークなどもはさみながら会話できるくらいまでになり、まさに「絆」が生まれたと感じた一日でした。何度も思いましたが、今回のPA訪問は一生の宝物です。

鷲岳 蓮さん(川内中)



僕は、中学校と小学校で書道の文化フェアをして、みんなが楽しそうにやってくれたこと、おみやげを喜んでくれて嬉しかったです。そして、別れの日の朝、僕は別れがおいしく、悲しい気持ちで胸がいっぱいになりました。僕がアメリカにいた五日間はかけがえのない一生の宝物になりました。

山田悠真さん(大湊中)



普段とはぼ真逆の生活を送っていた僕たちは、本当に過酷なものだったと思います。ですが、その生活は僕たちにとって「知恵」となり、「耐久力」となり、そして「自信」となると思っています。

道閑陽菜さん(大平中)



ホストファミリーに会うと、不安も緊張もありましたが、とても楽しみでわくわくしていました。やさしいファミリーと過ごしていくうちに少しずつ緊張もほぐれていきました。別れの朝はともつらかったし、もっとアメリカにいたいと思いましたが、たくさん学ばせてもらって、有意義な時間を過ごせたこと、嬉しかったです。

野口快人さん(大平中)



自分から話しかけたり、友好を深めようとする積極性で相手とうちとけ、その場に居ることでできました。今回の事業では、苦労することもありましたが、それ以上にやりがい、楽しさ、満足感を味わうことができました。アメリカでの活動は終わりましたが、これから、アメリカで学んだ事をむつ市に伝えるという、この事業のメインの活動だと思っています。

尾崎紗恵さん(大平中)



初日は、ホストファミリーのライリーと上手に話せなかったけど、最後の日にはちゃんと話しかけたり、日本の文化も教えてあげられるようになっていて、とても楽しく、うれしくなりました。ジュニア大使の経験を、自分の生活や夢にいかし、ホストファミリーとの交流をこれからも続け、よい関係を築いていきたいです。

卒業式、入学式

この時期と言えば、日本は卒業式と入学式で忙しくなります。アメリカの学校は9月スタート、6月末に終わるので、日本の時期とは違いますが、今回の文化の違いは日本の季節に合わせて紹介します。

実は4月から息子が保育園に入る予定ですが、保育園にも入園式があるそうです。アメリカには入学式がないので、人生初の入学式に私が少し緊張しています。入学式はないけど、入学前に説明会やオープンキャンパスがあるのは、日本と似ているかと思います。でも、体験入学も日本に来て初めて聞きました。ちなみに、私は小学校、中学校、高校は主にスクールバスで通っていたので、小学校の初日も普通にスクールバスに乗って行きました。小学校なら初日は親に送ってもらう人も多いと思いますが、私は兄がいるので、初日から一緒にバスに乗って行きました。入学式というのは記念になるし、いい文化だと思うけど、平日だと親が仕事を休まなきゃいけないのは少し困ります。

卒業式も私が小学生のときは特にありませんでした。中学校、高校、大学は卒業式がありましたが、アメリカの中学校は卒業式がないのも珍しくないです。そして、高校を卒業したときは飛び級で同級生より1年早く卒業式を迎えたので、卒業式に行きませんでした。日本は高校の卒業式となると親がほとんど行かないそうですが、アメリカは逆に高校の卒業式は親の他におばあさん、おじいさんなど大勢で参加し、卒業

Amy's Essay ~エイミーのヨモヤマ話~



国際交流推進員 山道エイミー

を盛大に祝う場です。なので、親戚を集めてパーティーするチャンスだったのに、できなかったから、「大学の卒業式は必ず行くんだ！」と大学の卒業式まで母親に何度も言われました。

それから日本の大きな学校の卒業式は代表一人が皆の前で卒業証書をもたらうイメージですが、アメリカでは卒業式が大切なイベントなので一人一人がもらいます。そして、みなさんのアメリカのイメージの通り、高校と大学の卒業式ではキャップ(四角い帽子)をかぶり、ガウン(ローブ)を着ます。全員が卒業証書をもってから、アナウンスがあって、卒業生はキャップについているタッセル(ふさ)を右から左に動かし「卒業したよ!」という意味になります。大学では専攻によってタッセルの色が違い、専攻が2つだと2つ付けます。

今年卒業のみなさん、これから入学のみなさん、おめでとうございませぬ。私も今年は父兄の一人として頑張ります。



消費生活センターだより

Vol.20 「日本赤十字社」を語る口座番号の照会にご注意!

むつ市民(70歳代:女性)のケース

日本赤十字社青森県支部を語る者から、「先日、亡くなった夫の赤十字社社員の変更にかかる手続きがあるので、口座番号を教えてください」という内容の電話があった。夫が日本赤十字社の社員となっていたかはわからなかったが、とりあえず信用し、口座番号を教えた。

その後、本当かどうか不安になり日本赤十字社青森県支部に電話すると、そのような電話を掛けた事実は無く、社員の加入も認められなかった。

口座番号を教えてください不安である。どうすればいいか。



~あやしいと思ったら、消費生活センターに相談しましょう~

対策

1. 日本赤十字社が社員の死亡に伴う社員の方の口座番号を照会することは絶対にありませんので口座番号は教えないでください。
2. 口座番号を相手方に教えてしまった場合は、至急、当該銀行に連絡し、口座を解約または変更することを勧めます。
3. 脅されているなどの恐怖感を感じるような場合は、警察に相談しましょう。

〈詳しくは〉

市消費生活センター(市商工観光課内)
☎22-1353(直通)または☎22-1111内線2644
〈土曜、日曜、祝日、お急ぎの場合などは〉
全国共通消費者ホットライン
☎0570-064-370

「平成26年青森県統計年鑑」 購入予約受付中

「平成26年青森県統計年鑑」は青森県の基本的な統計データを幅広く掲載した総合統計書です。

附録に「都道府県データ100」、「300の指標でみる青森県」、「市町村データ100」を掲載。各種行政施策や企業経営、地域の分析、学術研究などにお役立てください。なお、冊子刊行時に青森県ホームページ内「青森県統計データラウンド」に全内容が掲載される予定です。

〈規格〉

A4版、250ページ程度

〈予定価格〉2,000円(税込)

〈刊行時期〉平成26年3月下旬



〈問合せ・予約先〉市企画調整課市史統計担当

☎22-1111内線2316

統計調査にご協力ください!

今年から来年にかけて国の各機関が次の調査を実施します。身分証を携帯した調査員が担当する地域の世帯や事業所を訪問しますのでご協力をお願いします。

- ・経済センサス-基礎調査および商業統計調査(総務省・経済産業省)
- ・農林業センサス(農林水産省)
- ・全国消費実態調査(総務省)・工業統計調査(経済産業省)
- ・家計調査(総務省)・労働力調査(総務省)
- ・小売物価統計調査(総務省)
- ・毎月勤労統計調査(厚生労働省)

ブロードバンドサービスが 利用しやすくなりました!

市では、インターネットを利用したサービスとして、市ホームページのほか、まちづくりサイト「つべん下北」や観光情報サイト「ぐるりん下北」などを利用して、市民のみなさまに最新情報をお届けしています。

インターネットへの接続は、光ブロードバンドサービスを利用することで、快適な環境でサイトを閲覧することができ

ます。市が平成22年度に実施した「むつ市ブロードバンド基盤整備事業」により、市内のほとんどの地域で光ブロードバンドサービスが提供可能となっております。

この機会にブロードバンドサービスへの切替えや新規加入について考えてみませんか?



〈問合せ・申込先〉

○インターネットから
フレッツ公式ページ

http://flets.com/

○お電話から
NTT東日本
フレッツ受付センター

☎0120-1116116

受付時間:午前9時~午後7時

※年末年始を除く

〈記事についての問合せ先〉

市情報政策課情報政策担当

☎22-1111内線2142

伊奈かつぺい むつあそび

出版記念講演 3月19日(水)

会場:下北文化会館 展示ホール
開場:13:30 開演:14:00 終演:15:30
主催:伊奈かつぺいむつ倶楽部

チケット 前売券 2,000円 当日券 2,300円
お問い合わせ 有限会社 小田桐石材 電話33-3166
当日券はなくなり次第終了いたします。

青森県内全域無料送迎いたします!

〈六ヶ所原産PRセンター見学付〉

ご利用時間10:00~15:00

日帰り温泉
湯ったりパック
●お一人様
●お一人様
3,000円より

温泉ご入浴&お食事
ご休憩!個室の厳選パック

彩りプラン ●お一人様
2,000円
※入館料・資料込
※お弁当スタイルになります。

●10名様以上で3日前までにご予約ください。

■ご予約・お問合せは
☎0175-69-1126 スパハウス3つがぽっか
〒039-3213 青森県上北郡六ヶ所村大字藤原字内子内337

食生活改善推進員

“各地区ごとの活動の様子とレシピをお届けしています！”

【脇野沢地区活動紹介】

★男性の料理教室

1月に毎年恒例の教室を開催しました。普段あまり調理をしない方も素敵なエプロン姿でせん切り、みじん切り、ささがきと色々な切り方に挑戦です。慣れた手つきで調理している方もいました。次回に向けて「魚の献立をやりたい」「だし汁のとり方からやりたい」等の声がありました。



★栄養教室

市民福祉課で開催している栄養教室に協力しました。参加者は栄養士の講話の際、「1日に必要な野菜の量350g」を実際に計って目安量を確認している様子でした。また、健康づくりのために、少しでも多くの野菜を摂ろうと、日々工夫していることがわかりました。



♪第12回 簡単レシピの紹介♪～野菜を食べよう～

切干大根の中華サラダ(4人分)

【1人分栄養価】83キロカロリー、塩分 1.0g
 <材料>切干大根…20g わかめ…50g もやし…80g
 きゅうり…80g かいわれ大根…1パック
 かにかまぼこ…2本
 ※砂糖、しょうゆ…各大さじ1
 酢…大さじ2 ごま油…大さじ1
 鶏ガラスープの素…小さじ1

①切干大根は戻して食べやすい大きさに切り、さっと茹でる。もやしもさっと茹でる。わかめは一口大に切り、きゅうりはせん切りにする。かいわれ大根は半分の長さにし、かにかまぼこは食べやすくほぐす。
 ②※以下を混ぜ合わせ、①と和える。



〈詳しくは〉
 成人保健担当(内線 2584)

みんなで守ろうかけがえのないいのち

～3月は自殺予防強化月間です～



日本では毎年3万人に近い方が自殺で亡くなっています。その原因は、健康や生活・経済問題、家庭の問題、仕事関係の問題等さまざまな要因が複雑に関係しているといわれています。こういったさまざまな悩みから、心理的に追い込まれていくことは決して特別なことではありません。

“命”は何ものにも代えがたいものです。ひとりひとりの“かけがえのない命”を守るためには、家庭で、職場で、地域でみんなが支えあい、つながっていくことが大切です。

大切な人や身近な人の“いつもと違う様子”“ちょっとした変化”に気づき、声をかけてあげましょう。また、気付かないうちにストレスをため込んでいることもよくあります。自分の“ちょっとした変化”にも気をつけましょう。

●こんなことはありませんか・・・

- ・疲れている・眠れない・食欲がない
- ・人に会いたくない・気がない
- ・身体の不調が続く・朝からすっきりしない
- ・最近いつもイライラする
- ・生きていても意味がないと思う
- ・何をしてもおっくう

●『こころの体温計』でストレス度チェック！

『こころの体温計』は簡単にストレス度やこころの落ち込み具合を知ることのできるセルフチェックシステムです。気軽にアクセスしてみてください。

※市ホームページ→暮らしのガイド→健康・医療
 →こころの健康づくりでアクセス

☞ <https://fishbowl.index.jp/mutsu/>

〈こころの悩みに関する相談窓口〉
 成人保健担当(内線 2576)

～これからの予防接種日程～

※川内診療所・大畑診療所・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

麻しん風しん 1期◎1歳～2歳未満
 2期◎年長児(平成20年4月2日～21年4月1日生まれ)

実施日	実施場所・受付時間
4月4日(金)	菊池医院 13:30～14:30
	ちば小児科アレルギー科クリニック ※接種は15:00まで 14:00～15:00
	どんぐりこどもクリニック 14:00～15:00
4月9日(水)	※大畑診療所 14:45～15:00
4月16日(水)	※脇野沢診療所 13:00～13:20
4月17日(木)	※川内診療所 13:30～13:50

四種混合・三種混合 ◎3か月～7歳6か月未満

実施日	実施場所・受付時間
4月22日(火)	菊池医院 13:30～14:30
	ちば小児科アレルギー科クリニック ※接種は15:00まで 14:00～15:00
	どんぐりこどもクリニック 14:00～15:00

四種混合 ◎3か月～7歳6か月未満

実施日	実施場所・受付時間
4月3日(木)	※川内診療所 13:30～13:50
4月9日(水)	※脇野沢診療所 13:00～13:20
4月23日(水)	※大畑診療所 14:45～15:00

三種混合 ◎3か月～7歳6か月未満

実施日	実施場所・受付時間
4月10日(木)	※川内診療所 13:30～13:50
4月16日(水)	※大畑診療所 14:45～15:00

※脇野沢診療所で接種を希望される方は、脇野沢庁舎市民福祉課へご連絡ください。

ポリオ ◎3か月～7歳6か月未満
 B C G ◎3か月～1歳未満

実施日	実施場所・受付時間
4月17日(木)	下北文化会館 予約時にお知らせします
4月23日(水)	下北文化会館 予約時にお知らせします

※市健康推進課への予約が必要です。

日本脳炎 ◎3歳～7歳6か月未満

実施日	実施場所・受付時間
4月15日(火)	下北文化会館 13:15～13:30
4月24日(木)	下北文化会館 13:15～13:30

お元気ですか！ 保健コーナー

〈詳しくは〉市健康推進課 ☎22-1111
 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



健康教室・健康相談・健康診査

受付時間・実施場所
 ※健康診査は受付後、健診を開始します。

赤ちゃん教室(小児科) むつ地区

4月25日(金) 平成25年7月～12月生まれの乳児
 13:10～13:20 下北文化会館集会娯楽室
 13:30～14:00 医師による講話

離乳食教室(中期) むつ地区

4月25日(金) 平成25年8月～9月生まれの乳児
 10:00～10:10 下北文化会館集会娯楽室
 10:20 教室開始 ※受付後身体測定を行います

10か月児健康診査 むつ地区

4月22日(火) 平成25年6月生まれの乳児
 12:50～13:00 下北文化会館

1歳6か月児健康診査 むつ地区

4月11日(金) 平成24年9月生まれの幼児
 12:50～13:00 下北文化会館

2歳児健康診査 むつ地区

4月16日(水) 平成23年10月生まれの幼児
 12:50～13:00 下北文化会館

3歳児健康診査 むつ地区

4月15日(火) 平成22年10月生まれの幼児
 12:00～12:20 下北文化会館

健康なんでも相談 全地区

毎週月～金曜日 保健師や栄養士がご相談をお受けします
 8:30～17:15 市健康推進課 ※祝日、年末年始を除く

アレルギー、湿疹、 心身疲労、食欲不振に

呼吸や食事を通して、私たちの体には日々ゴミがたまり
 ます。細胞賦活用薬「ルミンA」で体内のゴミ掃除を!!

くすりの専門薬局 ☎22-8150

おき薬局 〒035-0031 むつ市柳町1丁目2-24

ホームページ…<http://www.oki-pharmacy.co.jp/>



お知らせ

**平成26年度
国保人間ドック・脳ドック
受付開始**

平成26年度の「国保人間ドック・国保脳ドック」の予約受付は、3月24日(月)より開始します。対象は国民健康保険加入者のうち30歳以上の方。ただし、脳ドックは2年続けて受診できません。

なお、平成25年度分の受付は終了しました。

- 国保人間ドック
- ▷(ア)市内医療機関
- ▷自己負担金1万円
- 国保脳ドック
- ▷(ア)でふじた脳神経クリニック
- ▷自己負担金6千700円

下北地域県民局県税部 自動車税と住所変更について

自動車税は、毎年4月1日現在の自動車の所有者に1年分を納めていただく税金で、青森県では6月に課税しています。自動車税の納税通知書は、原則として車検証に記載されている住所にお送りしています。自動車をお持ちの方は、引越しなどで住所に変更があった場合、運輸支局で住所の変更登録をする必要があります。3月中にこの変更登録をいただいたら、納税通知書も変更後の住所に送付されます。また、住所変更登録の手続きができない事情がある場合は、下北地域県民局県税部へ新しい住所をお知らせください。また、住所変更の届出は県税ホームページでも受け付けています。

問合せ先
下北地域県民局県税部納税管理課
☎22-85581 内線210

http://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/top.html

平成26年度 国税専門官採用試験実施

〈第一次試験日〉6月8日(日)
〈受験資格〉
・昭和59年4月2日〜平成5年4月1日生まれの方

問合せ・申込先
市国保年金課国保担当
☎22-1111 内線2432

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

むつ総合病院 入院患者への 面会制限にご協力を

インフルエンザや感染性胃腸炎が流行期にあることから、3月下旬頃まで、入院患者への面会を許可を受けたご家族の方のみに制限しています。

病院内での感染症の発生や拡大を防止するためにはみなさまの協力が欠かせません。ご不便をおかけしますが、入院患者への感染防止と安全確保のためご理解と協力をお願いします。詳しくはむつ総合病院総務課 ☎22-2111

もえるいみ袋の材質統一

現在、もえるいみ袋は、伸びやすい素材と、伸びにくい素材の2種類を販売していますが、伸びやすい素材の販売数量が多数を占めている状況であることから、今後は伸びにくい素材の販売を終了し、伸びやすい素材のみの販売となります。

平成5年4月2日以降の生まれの次の子に該当する方
①大学を卒業または平成27年3月までに卒業見込の方
②人事院が①と同等の資格があることを認める方
申込受付期間
4月1日(火)〜14日(月)
※受験申込は原則インターネットによる予定です。

国家公務員採用試験 のお知らせ

【総合職試験(院卒者・大学卒業程度)】
受付期間
4月1日(火)〜8日(火)
【第一次試験日】4月27日(日)
【一般職試験(大学卒業程度)】
受付期間
4月6日(水)〜4月21日(月)
【第一次試験日】6月15日(日)
【一般職試験(高校卒業程度)】
受付期間
6月23日(月)〜7月2日(水)
【第一次試験日】9月7日(日)
その他
受付期間はインターネットの場合です。詳しい内容について

むつ市老人クラブ連合会 「生きがいサークル」4月の日程

はじめて参加される方はあらかじめご連絡ください。なお、お花と手芸は材料費が必要です。

◆老人憩いの家『禄寿荘』(新町) ☎23-5800

お花教室	3日(木)・17日(木)
手芸教室	1日(火)・15日(火)
詩吟教室	4日(金)・18日(金)
踊り教室	9日(水)・23日(水)
お茶教室	10日(木)・24日(木)
習字教室	11日(金)
コーラス教室	7日(月)・21日(月)
ダンス教室	9日(水)・23日(水)
カラオケ教室	14日(月)・28日(月)
囲碁・将棋教室	1日(火)・15日(火)
着付教室	2日(水)・16日(水)

〈時間〉ダンス教室は午後1時〜4時、カラオケ・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

◆老人憩いの家『福寿荘』(川守町) ☎29-1800

詩吟教室	1日(火)・15日(火)
日舞教室	7日(月)・21日(月)
着付教室	8日(火)・22日(火)
唱歌教室	4日(金)・18日(金)
カラオケ教室	10日(木)・24日(木)

〈時間〉カラオケ教室は午後1時〜4時、その他の教室は午前10時〜正午
※各教室とも新しく会員を募集しています。「禄寿荘」「福寿荘」または各単位老人クラブ会長までお問い合わせください。

納税週間収納窓口開設

市では、毎月25日から末日までを納税週間として、夜間および休日に収納窓口を開設しています。日中の納付が難しい方はこの期間を利用ください。
※納税相談も随時行なっています
〈開設日時〉
3月25日(火)〜31日(月)
※土曜、日曜を含む
午前8時30分〜午後7時30分
※土曜、日曜は午後5時15分まで
〈開設場所・問合せ先〉
市税務課収納担当
☎22-1111 内線2236

個別指導 明光義塾

講師募集! ~個別で教える先生募集~

3月1日「むつ金曲教室」がOPENします!そこで新たに講師を大募集!将来に役立ち、地域貢献できる仕事をしてみませんか?

□安心・充実の研修制度、サポート体制
□給与:1授業(90分)1600円〜
ご不明な点があれは教室までお問い合わせください。

むつ中央教室

☎0175-29-6550

むつ金曲教室

☎0175-31-0706

ては、人事院のホームページをご覧ください。お問い合わせください。
〈資料請求・問合せ先〉
人事院東北事務局第二課試験係
☎022-1221-2022
http://www.jinji.go.jp/saiyo/

〈対象〉18歳以上の方(高校生除く)
〈参加費〉300円(要予約)
○すつきり健康教室
〈いつ〉3月25日(火)
午後7時〜8時
〈どんな〉
カフタを分析し測定結果から知らなかつた自分を再発見
〈対象〉18歳以上の方(高校生除く)
〈参加費〉500円(要予約)
※いずれも内履き、タオル、飲み物を準備
問合せ・申込先
むつ市ウェルネスパーク
☎28-4341

むつ来さまい館だより

○下北吹奏楽団 『スプリング・コンサート』
ポップス曲を中心とした、どなたでも楽しめるコンサートです。お誘いあわせのうえ、ぜひご来場ください。入場無料!
〈いつ〉3月16日(日)午後3時〜
〈どこ〉むつ来さまい館
○ANGHT of JAZZ in 来さまい館
ジャズ界をリードする各アーティストが大隅勇率いる『大隅トリオ』によるステージ開催
〈いつ〉4月18日(金)午後7時〜
〈どこ〉むつ来さまい館

公益社団法人 全国珠算教育連盟 正会員指導教場

◆むつ珠算塾
新町教場 ☎23-2008 むつ市新町 10-11
苫生教場 ☎23-5235 むつ市新町 28-23
横浜教場 ☎78-2828 横浜町字横浜 30

◆柳町珠算塾 ☎23-0200 むつ市柳町 2丁目 1-11
◆やなぎやそろばん ☎29-4700 むつ市大平町 32-13

◆加藤珠算塾
新町教室 ☎24-5536 むつ市大湊新町 26-32
上町教室 ☎24-4933 むつ市大湊上町 36-7

◆大畑珠算塾 ☎34-5547 むつ市大畑町湊村 159-66
◆竹川珠算塾 ☎34-5089 むつ市大畑町本門寺前 15-1

**そろばんパチパチ
はじめよう!**

随時受付中!

入学希望の方は、お近くの教場にお問い合わせてください。

第53回むつ市民スキー大会



2月2日(日)、第53回むつ市民スキー大会が釜臥山スキー場を会場に開催されました。クロスカントリー競技では、小学3年生から50歳以上までの10クラスやリレー競技に、延べ148名の選手が釜臥山山間クロスカントリーコースを走り抜きました。また、アルペン競技では、小学1年生から50歳以上まで8つのクラスへ28名の選手が参加しました。

なお、大会結果は次のとおりです(上位のみ・敬称略)。

〈詳しくは〉
市市民スポーツ課
☎22-1111 内線 2473

- 〔アルペン競技〕
- ◇小学校女子A4年以下の部
 - ①笹森虎(大湊小3) 43秒44
 - ②佐藤礼(大湊小3) 51秒19
 - ◇小学校男子B4年以下の部
 - ①大久保奎(大湊小3) 28秒88
 - ②田中匠(大湊小3) 33秒41
 - ③廣井步夢(大湊小2) 34秒33
 - ◇小学校女子A5年の部
 - ①玉田莉渚(大湊小) 41秒66
 - ②大久保潤香(大湊小) 47秒79
 - ③石田ひな(二田小) 54秒08
 - ◇小学校男子A6年の部
 - ①伊勢田芳宗(若生小) 42秒44
 - ◇小学校女子B6年の部
 - ①大塚小夏(二田小) 33秒62
 - ◇中学校男子の部
 - ①鈴木碧人(田名部中1) 42秒20
 - ◇50歳以上男子の部
 - ①祐川久男(アソニック) 40秒49
 - ②田崎七郎(RFS) 52秒67



- ◇小学校女子B4年以下の部
 - ①山田万紘(大湊小3) 52秒99
 - ②佐藤ひとみ(大湊小1) 56秒82
- ◇小学校女子B4年以下の部
 - ①笹森紅葉(大湊小2) 28秒02
 - ②佐藤友里乃(二田小3) 28秒96
 - ③仁和璃々子(二田小2) 29秒38
- ◇小学校女子A5年の部
 - ①玉田莉渚(大湊小) 41秒66
 - ②大久保潤香(大湊小) 47秒79
 - ③石田ひな(二田小) 54秒08
- ◇小学校男子A6年の部
 - ①伊勢田芳宗(若生小) 42秒44
 - ◇小学校女子B6年の部
 - ①大塚小夏(二田小) 33秒62
 - ◇中学校男子の部
 - ①鈴木碧人(田名部中1) 42秒20
 - ◇50歳以上男子の部
 - ①祐川久男(アソニック) 40秒49
 - ②田崎七郎(RFS) 52秒67



- 〔クロスカントリー競技〕
- ◇小学校男子4年以下2km
 - ①小林大翔(チーム隼) 9分48秒
 - ②布施真大(川内小4) 10分4秒
 - ③伊藤敏生(川内小4) 10分45秒
 - ◇小学校女子4年以下2km
 - ①小林瑠菜(大湊小4) 9分28秒
 - ②武市舞桜(大湊小4) 11分43秒
 - ◇小学校男子5年3km
 - ①金浜琉人(川内小) 14分27秒
 - ②山田大輝(大湊小) 16分18秒
 - ③大室瑠兵(川内小) 16分21秒
 - ◇小学校女子5年3km
 - ①野里史織(川内小) 15分46秒
 - ②山本夏実(二田小) 18分23秒
 - ③岩崎李恋(川内小) 18分31秒
 - ◇小学校男子6年3km
 - ①布施雄大(川内小) 13分58秒
 - ①八戸星磨(川内小) 13分58秒
 - ②村口真仁(川内小) 14分7秒
 - ③加藤大樹(川内小) 14分44秒
 - ◇小学校女子6年3km
 - ①山形智香(大湊小) 13分4秒
 - ②小林莉緒(大湊小) 13分34秒
 - ③加藤美和(二田小) 18分55秒
 - ◇中学校男子5km
 - ①東合開成(大湊中1) 18分30秒
 - ②武市紅汰(大湊中1) 18分36秒



- ③吉田琉颯(アソニック) 25分12秒
- ◇中学校女子3km
 - ①山本快希(アソニック) 16分00秒
 - ②川村茅依(アソニック) 17分33秒
 - ③川口奈佑(アソニック) 19分09秒
- ◇壮年男子3km
 - ①渡邊元顕(海員大湊) 10分58秒
 - ②幸山博克 12分4秒
 - ◇50歳以上男子3km
 - ①政芳隆平(海自25空) 11分25秒
 - ②榎引秀夫 13分26秒
 - ③宮崎英次郎(厚手製糖) 25分17秒
 - ◇小学校男子3km×4人
 - ①川内小A(村口・加藤・八戸・布施) 1時間4分13秒
 - ②川内小B(金浜・納谷・大澤・横山) 1時間7分19秒
 - ③大湊小A(勝見・三橋・領毛・山田) 1時間11分49秒
 - ◇小学校女子2km×3人
 - ①大湊小(武市・小林・山形) 27分51秒

防災行政用無線情報テレフォンガイド

☎電話で放送内容を確認できます☎

各地区放送内容の確認はこちらへ！(自動音声)

むつ地区 ☎22-7400 川内地区 ☎42-3741
大畑地区 ☎34-3000 脇野沢地区 ☎44-3741

※平日午前8時30分～午後5時15分の間に更新しています

〈詳しくは〉市秘書広聴課広報広聴担当 ☎22-1111 内線 2155



- ②川内小(白津・岩崎・野里) 30分57秒
- ③むつアスリートクラブ(佐藤・小林・三條) 34分50秒
- ◇中学校女子3km×3人
 - ①むつアスリートクラブ(川口・川村・山本) 53分21秒

各種相談日程

法律相談 市秘書広聴課 ☎22-1111内線2155

4月25日(金) 場所は市民相談室。予約制です。相談可能12:30～ 時間は1人30分までとなります。

行政相談 市秘書広聴課 ☎22-1111内線2155

4月21日(月) 場所は市民相談室。行政が行う仕事についての各種相談を受けます。

行政相談 大畑庁舎管理課 ☎34-2111

4月11日(金) 場所は大畑庁舎2階第2会議室。行政が行う仕事についての各種相談を受けます。

人権相談 青森地方務局むつ支局 ☎23-3202

土・日・祝日を除く毎日 場所は下北合同庁舎2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。

人権相談 大畑庁舎管理課 ☎34-2111

4月10日(木) 場所は大畑庁舎旧監査室。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。

心配ごと・結婚相談 むつ市社会福祉協議会相談所専用電話 ☎22-2731

月・水・金曜日 場所は社会福祉協議会(市役所本庁舎内)。祝日は休み。

教育相談 相談専用電話 ☎22-0974

土・日・祝日を除く毎日 場所は教育研修センター。予約制です。中学生までの教育に関する相談に応じています。

暮らしとお金の安心相談会 青森県信用協同組合青森事務所 ☎017-752-6755

第3水曜日 場所は市役所本庁舎市民相談室。予約制です。借金など家計の悩みについての相談を受けます。

消費生活相談 むつ市消費生活センター ☎22-1353

土・日・祝日を除く毎日 場所は市役所本庁舎商工観光課内。契約や悪質商法、多重債務などの相談を受けます。

〔出演〕
大隅寿男(下川)、吉岡秀晃(ピアノ)、金子健(ベース)

入場券
一般1千500円、高校生以下1千円(当日券は500円増)

むつ来さまい館にて販売中

〇休館のお知らせ
いつく3月15日(土)

〔問合せ先〕
むつ来さまい館 ☎33-8191

むつ市災害ボランティア 研修会開催

市政だより2月10日号で告知

〔参加費〕無料
〔申込締切〕3月17日(月)
電話またはFAXにて受付

〔講師〕
「災害救援の全体像」
ボランティア活動(仮題)
講師にいがた災害ボランティア ネットワーク事務局長 李 仁鉄氏

午後1時～4時
どこどこむつグラントホテル
〔講演テーマ〕
「災害救援の全体像」
ボランティア活動(仮題)
講師にいがた災害ボランティア ネットワーク事務局長 李 仁鉄氏

〔問合せ・申込先〕
むつ市社会福祉協議会
むつ市ボランティア・市民活動センター
☎33-30023
☎23-50093

むつ市子育てメイト
2014春のふれあい広場
いつくどこで
4月14日(月)
海老川コミュニティセンター
4月22日(火)
教育研修センター(小川町)
5月8日(木)
みどりのさきもり館(永源池公園)

5月12日(月)
海老川コミュニティセンター
5月27日(火)
教育研修センター(小川町)
6月9日(月)
海老川コミュニティセンター
6月19日(木)
みどりのさきもり館(永源池公園)
6月24日(火)
教育研修センター(小川町)
※いずれも午前10時～11時30分
〔どんな〕
ミニスポーツ大会、ベビーマッサージ、ペアサポートなどを計画中です。

〔準備するもの〕
おやつ、飲み物、上履き(小川町会場のみ)
〔その他〕
・子育て相談も行なっています。
・メイトとして一緒に活動してくれる人を募集中です。

〔問合せ・申込先〕
むつ市子育てメイト会事務局
☎23-7844(FAX兼用)
☎23-4515 葛西
小川 ☎090-9630-6204
佐々木 ☎090-6854-5970

関根小学校と沖縄県名護市立緑風学園久志小学校 合同学習成果発表

関根地区にある独立行政法人海洋研究開発機構むつ研究所と名護市にある同機構の国際海洋環境情報センターの協力を得て、関根小学校と名護市の緑風学園久志小学校の児童が地元の海に関することについて学習し、インターネットのテレビ会議システムを利用して学習成果を発表しあいました。

関根小学校の5・6年生の児童は、関根地区名産のヒラメ、コンブ、タコなどを調べ、カメラに向かって発表しました。スクリーンには、興味深げにのぞき込む久志小学校の児童の様子などが映し出されていました。久志小学校からは、「海の中の小さな生き物たち」について発表がありました。また、沖縄からサプライズで、「サーターアンダーギー」のプレゼントが届き、子供たちも大喜び。さらに、ムチュランファミリーが登場すると、両会場とも大いに盛り上がり、にぎやかな発表会となりました。



町内会活動を紹介します！

今回は、精力的に町内会活動をしている曙町町内会(海老川町)をご紹介します。

同町内会の大久保三郎会長は、2年ほど前から、高齢化が進む町内会員の健康増進などのため、健康推進員の西谷綾子さんとともに『町内保健だより』を発行しています。

冬場はインフルエンザ情報や風邪予防など、夏場は夏バテ防止など、その季節にあった情報を、図書館などで調べながら高齢者でも読みやすいように、カラーでイラストをふんだんに使うように心がけ、記事を作成しているそうです。

当初は曙町町内会の150世帯ほどの回覧でしたが、より多くの方に見ていただければと、周辺の町内会へもこの『保健だより』を提供しているそうです。町内会のみなさんからは、「曙町の回覧板はおもしろい」と評判も上々のようです。大久保会長は「短命県返上のために少しでも役に立てれば」と話していました。

また、大久保会長は地域の民生委員も努めており、独自に『民生委員だより』も作成し、約450世帯を回り、安否確認を兼ねながら配付しているとのことでした。

市では、町内会活動の支援として特色ある活動をしている町内会を紙面の許す限り紹介していきたいと思えます。みなさまからの情報をお待ちしています。



保健推進員の西谷さんと大久保会長

