

MU TSU

特集

地元で 活いきようぜ!

11
2019



生まれ育ったむつ市に戻り、新しく店舗を構えた理美容 Do the Rock の越善さんご夫婦。今月の広報むつは、そのほか地元に戻って働くことを決めた方々の熱い想いをご紹介します。

UD
FONT
by MORISAWA





特集 **地元で
活きようぜ!**

生まれたまちで働いて、
生まれたまちを守っていく

今年1月の成人式に出席した新成人を対象にしたアンケート。むつ市の若者の本音を聞きました。

ぼくらの本音

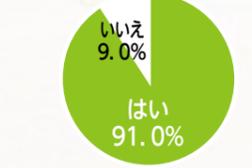
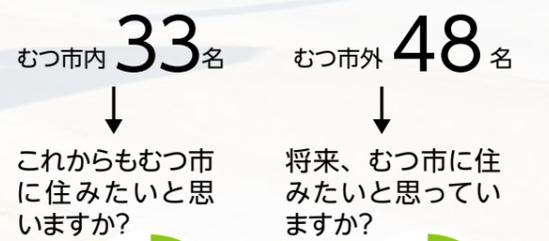
1. あなたはむつ市が好きですか?



- 「はい」の理由
- お父さん、お母さんが大好き!
 - 人がやさしい、みんなやさしい!
 - 生まれたまちだから
 - 祭り!

有効回答者数84名

2. あなたは現在どこに住んでいますか?



有効回答者数81名

むつ市から飛び立つ子どもたち

平成30年度高等学校
卒業生の進路状況

	卒業生	進学	県内就職	県外就職	その他
田名部高校	188	157	4	12	15
大湊高校	184	134	18	31	1
大湊高校川内	12	9	3	0	0
むつ工業高校	139	28	24	87	0
計	523	328	49	130	16

328名が進学で130名が県外就職。全校卒業生あわせて523名のうち458名が少なくとも一時むつ市を離れる。その割合はおよそ88%。さらにこの年、県内就職者のうちでも、むつ市下管内に進路を決めた生徒は20名を超える程度に止まった。

出の差による社会減も大いに関係しています。そんな中、一度はむつ市を離れても、時を経て地元に戻り仕事を始めた人たちがいます。彼らは何がきっかけで、何を思い、地元に戻ったのか。「地元」とは自分にとってどんな存在だったのか。

今月の広報むつは、市の支援窓口を経て、生まれ育った地元で新たな人生をスタートさせたみなさんをご紹介します。

4市町村が合併した平成17年には6万7000人だった人口も、現在は5万7000人。むつ市では、14年で1万人もの人口が減少しています。これは、出生と死亡の差による自然減だけではなく、転入と転

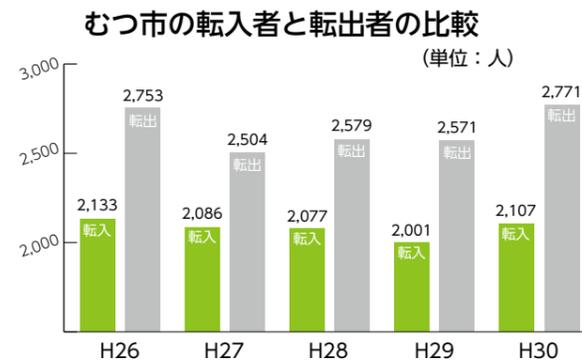
出の差による社会減も大いに関係しています。そんな中、一度はむつ市を離れても、時を経て地元に戻り仕事を始めた人たちがいます。彼らは何がきっかけで、何を思い、地元に戻ったのか。「地元」とは自分にとってどんな存在だったのか。

今月の広報むつは、市の支援窓口を経て、生まれ育った地元で新たな人生をスタートさせたみなさんをご紹介します。

「将来はむつ市に住みたい」と答えました。

しかし、だからと言って実際に地元に戻ってこれる人はほんの一握り。地元で職がない、都会は何でもそろっているとは、よく耳にする言葉です。

3月31日に市内高校を卒業した生徒は523人。このうちむつ市下管内に進路を決めた生徒は20名。まさに、ほとんどの子ども達が高校卒業を機に地元を離れる。その要因は、進学先が無いこと、雇用の問題、都会へのあこがれなどさまざまです。



地元から飛び出した経験と想いを胸に

高校を卒業後地元を離れ、東京、上海で働いてきた赤田さん。
40歳を目前にした今、地元に戻りお弁当屋さんを開店したその想いを訊きました。

貿易商社へ転職し、以降中国・上海の支店にて機械部品の取引に携わってきた。「営業の仕事をして海外でも働いて、漠然と独立したいと考えたとき、同じくむつ市出身の妻が『地元に戻らんかったら、独立も良いんじゃない?』と後押ししてくれたんです。やっぱり、ゆくゆくは地元に戻れたらと思っていましたから、これがきっかけになりました。当社では機械部品を工場に納める仕事だったので、直接消費者の笑顔を見ることがない仕事ということもあり、地元では直接みんなの笑顔を見られる商売がしたいと思っていました。元々料理は大好きでしたので、自分のオリジナリティのあるレシピで地元の人々を喜ばせたいということ、こういう形になったんです」

赤田さんは、開業するにあたり市の相談窓口を経て創業支援を活用したひとり。インキュベーション・マネージャー（以下IM）のアドバイスについて、こう話す。「さあ起業するぞとなつて、開店資金が必要だと銀行に足を運ばなければならぬ。これは解っていても、その前段階の知識や、実際金融機関が事前計画としてどのような資料や数字を求めているかなどは、IMの鎌田さんに聞くまで解っていませんでした。一人で探り探り進めるより、圧倒的に助かりましたね」

綿密な事業計画を練って臨んだ結果、売り上げは計画以上の推移を見せているという。「従業員は妻とその弟、妻の同級生と自分の母親の4



①「優しさの鯖塩こうじ焼き弁当」や「約束のハンバーグ弁当」など、ネーミングも面白いお弁当が待っている。②その名のとおり至るところにだるまが並ぶ店内。③人気の「渾心のからあげ弁当」。大盛はフタが閉まらない。



弁当 だるま
 営業 10:30～14:00
 17:00～19:00
 定休 日曜日
 電話 0175-31-1304
 店舗 横迎町 2-10-1

店主 赤田 更介 さん



④従業員に赤田さんのお母さんの姿も。息子を影から支える。⑤奥さんの由希さんも地元がむつ市。笑顔の接客は、生まれ育った地元への恩返しだ。

人。だんだん毎日の営業も慣れてきたので、今後は配達の割合も増やしていければと。店名の『だるま』は、手足が無くなってしまいうほど長年座禅を組んだ達磨のように、私もこの地に根を張ってずっとむつでやっ

いけたらな、という願いを込めたんです。地元を飛び出し、海外での生活も経験してたどり着いたのが「やっぱり生まれ育った地元」だった赤田さん。その経験と想いが、このまちで活き始める。

IMが丁寧に教えます

IM = インキュベーション・マネージャー

例えば新しくご自分で商売を始めたいと思立った方。その道ではプロであり、職人であったとしても、「経営」という意味では分からないことだらけだったりしますよね。当初の想像と売り上げが違ったら? 「そんなの何とかかなる」では上手くいきません。お仕事を始めるときには、事前をしっかり計画を立てることが重要。自分の考えや技術、作り出すものが商売になり得るか。一緒に考えていきましょう。気になる方はぜひご相談ください。



公益財団法人21あおもり産業総合支援センター
 シニア・インキュベーション・マネージャー
 鎌田 直人 さん

かべに真つ赤なだるまの絵が飾られた「弁当だるま」。入り口前の看板にある「今日はやってます。」の文字に何ともユニークさを感じつつ店の中へ。揚げ物の香ばしい香りが容赦なく食欲を刺激してくる店内は、無数のだるま人形が座り、手書きのメニューの元には数種類の手作り弁当が並んでいた。今年7月にオープンしたこのお店は、人気の唐揚げ弁当を中心に店舗販売から配達までを行う。



国道279号バイパスにほど近く、自動車の往来も多い立地に店舗をかまえる。



①アメリカな雰囲気だようトトレーラーハウスが店舗。②テントウムシのデザインの壁掛け時計。いつも上に向かって飛び立つテントウムシがこの店のトレードマークだ。③店内に入ると理容と美容スペースがつながる。



地元を根を張るのは、 自分が生まれたまちに 生まれてきた子供たちのため

東京の地で追いかける夢があった越善さん。
紆余曲折を経て、地元で生きる道を見出した経緯を訊きました。



代表
越善 佑介 さん
(旧姓：川畑)

奥さん
越善 美喜子 さん

理美容 Do the Rock
営業 9:00 ~ 20:00
(20:00 ~ 21:00 は予約のみ)
定休 水曜日
電話 0175-39-1165
店舗 田名部字品ノ木 34-748

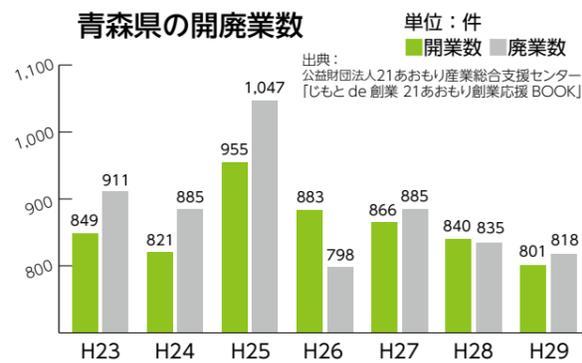
国 道338号線を品ノ木方面に向かうと現れる外観が印象的なトレーラーハウス。扉が二つ並び、左が理容で右が美容の「Do the Rock」。「かっこつけようぜ」という意味の店名が入ったテントウムシの看板が目印の店内に入る。

代表の越善さんは高校卒業後市内でのお仕事を経たのち上京した方。「当時は何の目的があったわけじゃなく、とにかく東京に行ってみたくて、東京で何かやりたいという非常に無謀

な理由なわけですよ(笑)。2年働いて一度むつに帰ってきたんですけど、まだどこか、俺は東京でやっていけるみたいな気持ちが残っていて、また上京してみたり。本当のことを言うと音楽をやりたいという想いがあつたんです。でも、好きなことだけで食べていけないので、そこで初めて理美容の世界に出会いました」

夢を追いかけて旅立った東京で出会った理美容という仕事。越善さんは、勉強していくうちにどんどん好きになっていったと言う。東京で成し遂げるといふ夢は、いつしか地元で店をもつという夢に変わっていた。

「一番最初は日本政策金融公庫に行きました。とりあえずインターネットでざっくり調べて、ぶ厚い創業計画書を作成したんです。結構良い物を作れたと自信をもって提出したんですけど、あっさり断られてしまいました。それから、不動産会社さんから金融機関、信用保証協会、IMと



各年度ごとに比較すると、開業数が廃業数を上回る年が若干あるものの、多くは廃業数の方が開業数を上回っています。平成29年度の青森県の開業率は3.3%で、全国平均の5.5%を下回り全国第42位と低く、一方で廃業率は3.4% (全国平均3.4%) の全国第15位と高いのが現状。高齢化や人口減少に起因する廃業が多いなか、新たな開業が少ない状態は、地域経済の衰退を招きかねません。

中小企業や起業家の活躍が更なる成長発展につながるため、創業・企業を支援する仕組みが国、県、市町村のほか、民間事業者などでも行われているなか、むつ市でも、地域の活性化、雇用の場の確保等のため、創業者が増えるよう関係機関が連携して支援を強化しています。

いろいろな方からアドバイス

をいただいたら、事業の計画を考えたかったです。ようやく起業できた今感じることは、一人じゃ何もできないんだなということ。餅は餅屋というのには本当だなと。専門家の人たちにいっぱい話を聞いて、みんなの力を得て今に至ります。金利のこともそうですし、トレーラーハウスを活かすというのも、こういった中で自分で選択したものです」

自らを、若いときは都会至上主義だったと呼ぶ越善さんに、地元に戻ってきた

「なんだかんだ言ってもここが生まれたまちだと気づいたんです。ここにいる、ここを盛り上げていくことが重要なんだと。子どものため、何年も先ですけど孫のため。自分が生まれたまちに生まれた子ども達のために、ここを良いまちにしておかないと。それはもちろん自分の子もだけじゃなく、このまちの子も達のためです。もう、自分だけの人生じゃないです

ね(笑)」



壁にぶつかった そのとき、 地元に戻ることを 決意した

念願叶い動物の美容師さんになった蛭名さんは、ある出来事を機に地元へ。若くして自分で起業した想いを訊きました。

川 内町松川。陸奥湾の静かな波を横目に小路を入るとすぐに現れる小さなプレハブが、トリミングサロンハッピーだ。ここを営む蛭名さんは、2年の専門学校を経てトリマーとして青森市内の動物病院に勤務。トリマーとは動物の美容師さん。もともと動物好きの蛭名さんには最高の時間だった。「ある日仕事中に急に体調を崩し、猫アレルギーと診断されました。私は猫も大好きなので、そのときはとてもショックで、でも、動物病院には当然猫も来院しますし、結果的に退職することに。次の仕事をと考える

たとき、以前から将来は地元でお店を開きたいという思いもあり『チャンスは今だ』って思ったんです。それで犬専門のトリミングサロンの開店を決意しました」自身の愛犬の名からとったお店ハッピーは、これまで市街地まで通っていた皆さんに喜ばれ、今では月に一度利用してくれる常連まで。「すごく可愛くしてくれてありがとうと言われるのが、本当にうれしいです」取材したこの日訪れていた近所に住むミックスダックスフンドのソラクくん。約1時間半、カット・シャンプー・爪切り・耳掃除を施される姿に、蛭名さんの丁寧な仕事ぶりを見る。「地元が好きだから、過ぎしやうしい仕事も頑張れる。喜んでいただく声を聞くと、やっつてよかったと本当に感じます」



えびな さつき
蛭名 五月 さん

**トリミングサロン
ハッピー**

営業 9:00～20:00
定休 水曜日
電話 080-9259-6864
店舗 川内町松川川代13



5



6



3



1



2



4

1 松川の街並みにたまたむ看板。店舗は小路を突くとすぐ。2 初めての時はカルテに記入いただく。3 学生時代から愛用の道具を使用し手際よくカットしていく。4 実家で同居するおばあちゃんが店の前を通る。孫がそばにいてくれてうれしいよと笑顔。5 愛情を持って接する蛭名さんのシャンプーにソラクくんもうっとり。6 なじみのお客さんとは談笑しながら。近所の方々から見れば、小さい頃から知っている地元の子だ。



代表
政芳 愛理 さん
イラスト担当

うみね工房

営業 各種イベントにブース出店
メール uminekoubou@gmail.com
instagram/Twitter @uminekoubou



家族がそばに それが とても大きなこと

父の病気を機に地元に戻った政芳さん。大好きな絵で、大好きなまちに貢献したいという想いを訊きました。



1

2

3

4

5

す

まし顔のウミネコや一本角のカフの可愛いハンドメイド雑貨を扱ううみね工房。自宅にいつも飛んでくるウミネコと、大好きな大湊の海の「海音」がその名の由来だ。岩手県の大学を卒業し盛岡市で就職、そんな中父親の病が発覚し病氣療養が必要になったことを機に地元に戻る決意をした政芳さん。「ふと目にしたポスターで創業者のお話を聴く機会があることを知り、興味があつて足を運ぶうちにいるような方とつながりができて、どうせ何かやるなら地域に貢献できることをしたいなと思ったんです。大好きな大

湊も子どもの頃に比べて歩く人は少ないし、せっかく歴史的な建造物や素晴らしい景色があるのに人の賑わいは少ない。だから、大好きな絵でむつの風景や動物をモチーフにしたハンドメイド作品を作り、みんなに紹介したいなと考えました」もともとモノづくりが大好きな政芳さん。病気を克服した父の隆平さんは木工、母の啓子さんは布小物を担当し、家族でうみね工房を運営する。「一定年退職後の病で再就職というのも難しいなと思ってはいたんですが、娘の踏み出した一歩に乗って、今では絶対この道のほ

うみね工房も出店する「じょいふるくらぶ」は下北文化会館をステージに毎月1回開催されています。ハンドメイド作品の体験・販売を始めビューティーからリラクゼーションまで楽しさいっぱい。飲食ブースもあるので、一日中楽しめます！出店日時やブース案内はfacebookで検索!
<https://www.facebook.com/joikura/>

うが良かったなあって思えるんですよ」と話すのは父隆平さん。楽しかった都会の暮らしにもどこか「一人」を感じていた政芳さんは、いろいろな人と温かくつながり、家族とともに歩むことができている。今の時間に、幸せを感じ

1 動物のキャラクターから市内の絵になるスポットまで。どの品も思わず手に取ってしまうデザインのポストカード。2 木工担当の隆平さん。3 自宅に飾られた作品たちは家族みんなの力作だ。4 新作は来年のカレンダー。もちろん木枠は隆平さん作。5 家族3人での一枚。左が父隆平さんで右が母啓子さん。



愛する気持ちが 地元を活かす

一度地元を離れた若者が地元に戻って生きていくことにはどんな意味があるのか。そして、私たちにできることは何か。仕事探しのお手伝いのプロ、株式会社マイナビ青森支社の堀内さんに聞いた。

いま世の中には「Iターン」「Jターン」という言葉がありますが、地元の未来を創る上では、やはり生まれ育った方が地元に戻って活躍される「Uターン」が一番プラスに働くと感じています。そのまちに愛着のある方が持ち帰る外で得た知識や経験と想いは、まちの活性化のためにとても大きな力を持つからです。

むつ市では「どのようにしたら地元に戻って若者が帰ってくるのか」が課題だとお聞きしました。私たち(株)マイナビは、元々新卒の学生さんに各企業の魅力・情報を発信していくお手伝いをさせていただくところからスタートした会社です。現代の学生のほぼ100%が私たちマイナビのようなネット媒体を駆使して就職情報を得ているなか、これからは情報の発信の仕方を本気で考えなければならぬ時代が来ています。それは企業だけではなく、自治体や市民のみなさんの意識も同じで、もっともっと「むつ市に帰っておいで」というまちの意識がみなさんの手から発信されれば、これが強みになっていくのではないかと思います。



9月にまさかりプラザで開催された市内企業向けUターンセミナーで講師を務めた堀内さん。企業側の積極的な情報発信が重要であることを説明した。



いつか またこのまちで、

撮影協力：田名部高校3年生のみなさん

むつ市は、
地元で働く、頑張るみなさんを応援しています。
まちをもっともっと元気にしたい。
みんなで、地域の未来を明るくしましょう！

むつ市経済部産業雇用政策課
0175-22-1111 (内 2650)

族がいて、仲間がいて、自分を大きくしてくれた街並みがあることを。
特集「地元で生きようぜ！」愛着ある生まれ育ったまちで自分を活かし、それが、まちを活かしていくこと。これから巣立つ若者たちへ、私たちは「いつかきつと帰っておいで」という言葉を発信しながら、若者たちがいつかきつと帰ってきたいまちであり続けなければなりません。

だから、私たちは次の世代を担う若者たちに伝え続ける責任があると思うのです。本州で最先端のこのまちは、時代の最先端は歩けないかもしれないけど、可能性を秘めているのではな

いかと感じました。
だから、私たちは次の世代を担う若者たちに伝え続ける責任があると思うのです。本州で最先端のこのまちは、時代の最先端は歩けないかもしれないけど、可能性を秘めているのではな



回は、いわゆるUターンのみならず、さまたまなきつかけではあるけれど、取材して判ったことは、いずれも地元に戻ってきたことを後悔はしておらず、むしろ帰ってきたということに深い意義を感じ、帰ってきてよかったと感想を言いました。

平成30年度に実施した主な事業



むつ市総合アリーナ整備事業 3億4,657万円



脇野沢温泉運営事業 432万円



まさかり高校医学部進学・特進コース運営費 267万円



関根中学校整備事業 2億1,567万円

地方公共団体の財政の健全化に関する法律に基づき、平成30年度決算に係る健全化判断比率等を公表します。

市の健全化判断比率は、国の基準である早期健全化基準・財政再生基準・経営健全化基準を下回っている状況です。

健全化判断比率

	30年度決算	29年度決算	早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字比率	-	-	12.65%	20.00%
連結実質赤字比率	-	-	17.65%	30.00%
実質公債費比率	16.6%	17.1%	25.00%	35.00%
将来負担比率	157.8%	169.0%	350.00%	基準なし

※表中「-」は、実質赤字、連結実質赤字がないことを示しています。

各会計の資金不足比率

	資金不足比率	経営健全化基準
下水道事業特別会計	-	20.00%
魚市場事業特別会計	-	20.00%
水道事業会計	-	20.00%

※表中「-」は、資金不足がないことを示しています。

当市の今後5年間の収入見込み額を試算し、令和元年8月に公表した「財政中期見通し2019」を掲載します。

市税の収入の伸び悩みや合併特例措置の段階的縮小に伴う普通交付税の減少、電源立地地域対策交付金の大幅な減少が見込まれる一方で、少子・高齢化に伴う義務的経費の増大や公共施設等の更新・耐震化に係る経費の増大、大畑診療所の資金不足解消やむつ総合病院の債務負担行為の履行に要する多額の負担など、極めて厳しい財政状況となっています。

収支見込額の推移

年度	元年度	2年度	3年度	4年度	5年度
収支見込額	4.29億円	2.57億円	0.65億円	▲1.75億円	▲4.65億円

※用語解説

▶実質赤字比率

一般会計等の赤字が、標準的な収入に対してどの程度の割合となっているかを示すものです。

▶連結実質赤字比率

むつ市の全ての会計における赤字が、標準的な収入に対してどの程度の割合となっているかを示すものです。

▶実質公債費比率

一般会計等がその年に負担すべき借入金の返済額が標準的な収入に対してどの程度の割合となっているかを示すものです。

▶将来負担比率

一般会計等が将来にわたり負担を求められる負債額が、標準的な収入に対してどの程度の割合となっているかを示すものです。

▶資金不足比率

各公営企業会計において、資金不足額がその事業規模に対してどの程度の割合となっているかを示すものです。

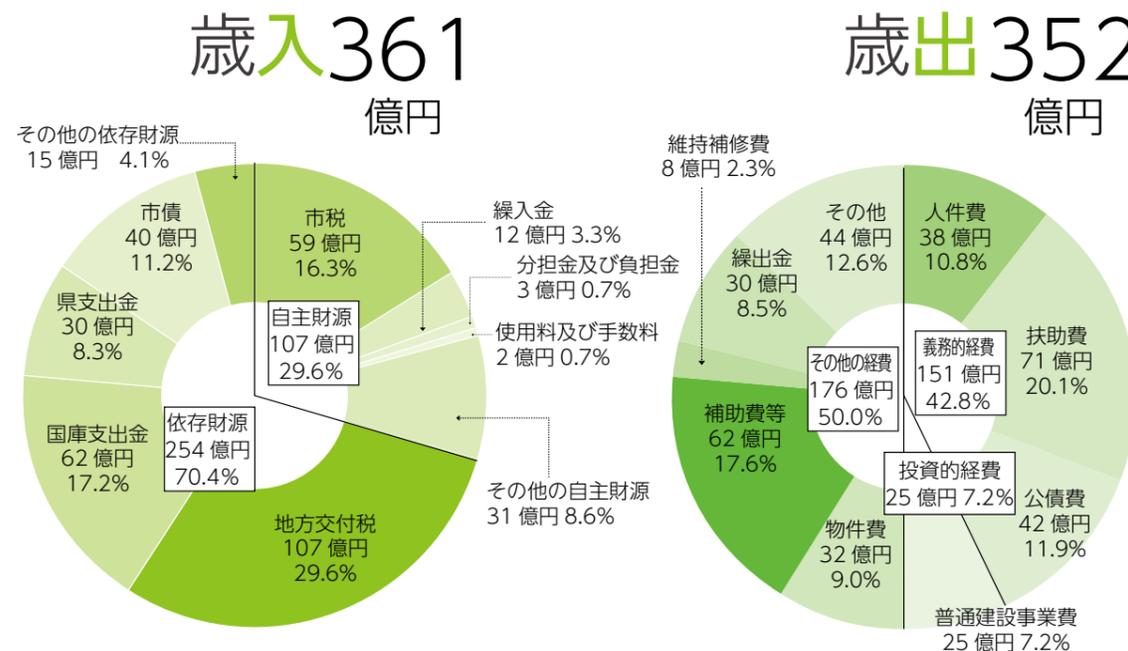
せん。「最小の経費で最大の成果を挙げる」という財政運営の基本に立ち返り、一切の無駄を排除することは勿論、全ての補助及び負担金事業を含めた市が関係するあらゆる事業の効果について、適切かつ恒常的な見直しを実施していくことが課題となっています。

財政健全化への目標とその達成のための重点事項を掲げ、市民のみならずまからのご理解とご協力を得ながらこの取り組みを着実に推進し、将来世代に過度な負担を残さない持続可能な財政運営を目指します。

お知らせしますむつ市の財政状況

一般会計の歳入は、対前年度比5.0%増の361億2,089万円、歳出は対前年度比3.6%増の352億3,296万円となり、これから翌年度への繰越財源4億6,601万円を差し引いた実質収支額では、4億2,192万円の黒字を確保することができました。市ホームページでも掲載しています。

■ 財務課財政担当 内線 2325



各会計決算

会計名	歳入	歳出	歳入歳出差引額	翌年度へ繰り越すべき財源	実質収支額
一般会計	361億2,089万円	352億3,296万円	8億8,793万円	4億6,601万円	4億2,192万円
特別会計	148億3,491万円	145億2,344万円	3億1,147万円	4万円	3億1,143万円
国民健康保険特別会計	64億983万円	61億5,041万円	2億5,942万円	0万円	2億5,942万円
後期高齢者医療特別会計	5億2,796万円	5億2,118万円	678万円	0万円	678万円
下水道事業特別会計	13億1,688万円	13億1,684万円	4万円	4万円	0万円
公共用地取得事業特別会計	3,441万円	3,441万円	0万円	0万円	0万円
介護保険特別会計	65億1,306万円	64億6,783万円	4,523万円	0万円	4,523万円
魚市場事業特別会計	3,277万円	3,277万円	0万円	0万円	0万円

企業会計決算

会計名	水道事業収益	水道事業費用	収支差引額	翌年度へ繰り越すべき財源	実質収支額
水道事業会計(税抜)	16億6,025万円	15億4,961万円	1億1,064万円	0万円	1億1,064万円

持続可能な財政運営へ

市民福祉の向上や地域経済の活性化を図る施策の展開は不可欠であり、そのためには、各種施策の改善や改革を含めた行政改革も間断なく進め、財政の中期的な見直しを前提とした効率化、効果的な行政施策の展開が必要不可欠なことは言うまでもありません。

実質収支では4億2,192万円の黒字、前年度の実質収支3億6,552万円を差し引いても、単年度収支で5,640万円の黒字となりました。また、自治体財政の健全性を判断する「健全化判断比率」では、本市の財政状況はイエローカード(早期健全化基準超)やレッドカード(財政再生基準超)ではありませんでしたが、全国1741市町村中、実質公債費比率ではワースト20位、将来負担比率ではワースト26位で、依然として厳しい財政状況にあります。



10月1日現在 人口・世帯数

※住民基本台帳による

人	口	56,978人 (+54人)
むつ地区		45,255人 (+87人)
川内地区		3,738人 (-9人)
大畑地区		6,548人 (-23人)
脇野沢地区		1,437人 (-1人)
世帯数		29,022世帯 (+91世帯)
		()内は前月比

各種相談日程

法律相談(予約制)

時 11/22 (金) 12:30～
場 市役所本庁舎市民相談室
問 市民連携課 ☎ 22-1111 内線 2154
予約受付は11/1 (金) 8:30 開始。
1人30分、定員6名(先着順)

法テラス法律相談(予約制)

時 11/13 (水) 12:30～
場 市役所本庁舎市民相談室
問 法テラス青森 ☎ 050-3383-5552
1人30分、定員6名(先着順)

行政相談

時 11/18 (月) 10:00～15:00
場 市役所本庁舎市民相談室
問 市民連携課 ☎ 22-1111 内線 2154
行政についての各種相談を受けます。

行政相談

時 11/18 (月) 9:00～12:00
場 大畑庁舎2階第2会議室
問 大畑庁舎管理課 ☎ 34-2111
行政についての各種相談を受けます。

人権相談

時 祝日を除く月・水・金曜日 10:00～17:00
場 下北合同庁舎2階相談室
問 青森地方務局むつ支局 ☎ 23-3202
家族間や近隣関係のこと、相続などの相談を受けます。

時 日時 場 場所 問 問合せ・申込先

宝くじの助成金でまちを元気に

(一財)自治総合センターは宝くじの受託事業収入としてコミュニティ助成事業を実施しています。
このたび、2団体が本事業を活用し、備品等を整備しました。

むつ市大畑町小目名ひばの子

森林警備隊にクラブ旗、訓練用水消火器、子供用防火衣セット等の初期消火訓練用資器材を整備しました。



問 大畑消防署 ☎ 34-2233

蛸崎地区会自主防災組織に

防災倉庫、リヤカー、発電機、トランシーバーを整備しました。



問 防災安全課 内線 2134

労働保険の手続きはお済みですか

労働者を一人でも雇っている事業主(農林水産業の一部を除く。)は労働保険(労災保険・雇用保険)に加入する義務があります。

▶労災保険 業務災害および通勤災害により負傷等をした場合、必要な保険給付を行います。

▶雇用保険 労働者が失業した場合、生活安定および再就職促進のため必要な失業給付を行います。

※平成29年1月より、65歳以上の方も雇用保険加入対象となりました。

問 ハローワークむつ ☎ 22-1331

45歳以上の方の転職・再就職をサポートします

就職活動のノウハウ(仕事の探し方、応募書類作成、面接対策)を知りたい方、就職活動に不安を抱えている方など、カウンセラーがマンツーマン(完全予約制)でサポートします。

※当職業相談は雇用保険受給資格者の求職活動として認められます。

▶青森地区 平日9:00～16:00
ネクストキャリアセンターあおもり

▶弘前地区 平日9:00～16:00
キャリアスクールI・M・S

▶八戸地区 月3回水曜日13:00～16:00
友の会福祉会館

問 ネクストキャリアセンターあおもり ☎ 017-723-6350

税 農業・漁業用免税経由の免税証交付申請の受付

令和2年3月から使用する農業用および令和2年4月から使用する漁業用の免税軽油の免税証交付申請を受け付けします。

▶農業用 12/9(月)・10(火)
▶漁業用 1/20(月)～22(水)

※受付時間はともに9:00～16:30(12:00～13:30を除く)

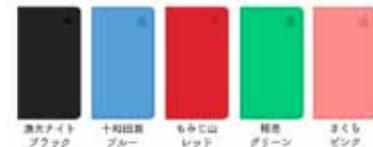
▶どこで むつ合同庁舎新館2階中会議室
問 下北地域県民局県税部課税課 ☎ 22-8581 内線 207

光回線の契約変更の落とし穴!?

NTTの光回線を借りて独自のサービスを提供する光コラボ事業者からの勧誘電話が増えています。契約変更した場合、NTTとの契約は無くなりますから、新たな契約先の事業者名、契約内容をきちんと確認し、仕組みが理解できない場合は断るようにしましょう。

問 むつ市消費生活センター ☎ 22-1353

青森県民手帳むつ市特別版発売ムチュラン一家バージョンも!



2020年版県民手帳を発売します。青森県・市町村の統計データ、観光名所、道の駅案内など内容充実です。手帳の表紙をはじめ、むつ市特別版にはムチュラン一家が盛り込まれています。数量限定。
※漁火ナイトブラック、十和田湖ブルー、もみじ山レッド、種差グリーン、さくらピンク 全5色

▶発売時期 11/1(金)以降順次発売
▶料金 1冊600円
▶販売場所 窓口および各庁舎管理課
問 企画調整課市史統計担当 内線 2317

青森県宅地建物取引業協会不動産無料相談会

不動産業者、契約、物件、借地借家、報酬に関する無料相談会です。(要予約)
▶いつ 11/22(金)13:00～15:00
▶どこで むつ来さまい館
問 青森県宅地建物取引業協会
下北むつ支部事務局 ☎ 22-8545

消費税軽減税率制度説明会

▶いつ 10/30・11/13・27・12/11・18
各水曜日①10:30～12:00②14:00～15:30
※午前・午後ともに同じ内容です。
▶どこで 下北合同庁舎4階共用会議室
▶どんな 制度の概要、補助金(レジ導入等)、区分経理(帳簿、請求書等の記載)、インボイス制度
問 むつ市税務署調査部門 ☎ 22-3294

後期高齢者医療制度 保険料支払いは口座振替を

後期高齢者医療制度に加入された方の保険料は特別徴収(年金から天引き)されるまでの間は、納付書での支払いとなります。納め忘れのない口座振替による納付をご利用ください。

これまで国民健康保険税を口座振替で納付していた方でも、改めて申請が必要になりますのでご注意ください。
口座振替への変更は金融機関または市役所で随時受け付けしています。

問 国保年金課後期高齢者医療担当 内線 2445
問 各庁舎市民生活課

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が送付されます

平成31年1月1日から令和元年9月30日までの間に納めた社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が11月上旬に日本年金機構本部から送付されます。年末調整や確定申告で国民年金保険料を申告する場合は、控除証明書または領収書の添付が必要ですので、大切に保管ください。

問 ねんきん加入者ダイヤル(ナビダイヤル) ☎ 0570-003-004

「いい歯の日」無料歯科健診・フッ素塗布実施

▶いつ 11/9(土)13:30～16:00
▶どこで 下北文化会館2階
▶どんな
・無料歯科健診、歯のなんでも相談
・無料フッ素塗布(事前に歯磨き必要)
・ブラッシング
※上記いずれかを受けると歯に良いカルシウムたっぷり料理の試食あり。
・栄養、たばこ、こころコーナー、体の計測
問 健康づくり推進課歯科保健担当 内線 2573

Information

「お知らせ」「募集」など暮らしに役立つ情報をお届けします。

むつ市総合防災訓練 11/13(水)大畑地区で開催



防災体制の強化と防災意識の高揚を図ることを目的に、地震および原子力災害を想定し訓練を行います。訓練実施による騒音が発生しますが、ご理解、ご協力をお願いします。

▶いつ 11/13(水)9:00～12:30

▶どこで 旧田名部高校大畑校舎・大畑中学校・大畑地区

問 防災安全課 内線 2132

オールあおもり 進学相談フェア



青森県内の大学・専修学校等が一堂に会します。色々な学校から直接気になる話を聞いてみませんか。

▶いつ 11/5(火)13:30～17:30

▶どこで むつ来さまい館

▶対象 高校生と保護者

問 青森県総務学事課 ☎ 017-734-9869

MUTSU

-みんながつながるむつ市の総合情報誌-

有料広告募集中

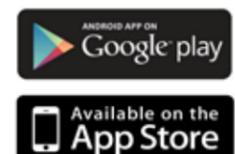
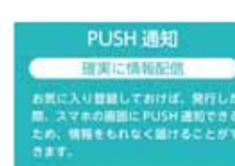
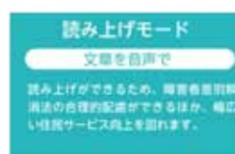
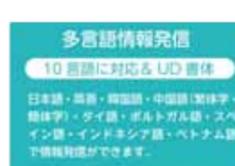
下1段 24,000円 (縦5.2cm×横18.1cm)

下1段の1/2 12,000円 (縦5.2cm×横9.0cm)

問 市民連携課広報グループ ☎ 22-1111 内線 2157



無料アプリ Catalog Pocket をダウンロードすると、携帯電話に広報むつをお届け。むつ市の情報を最適な形で読むことができます。マイコンテンツに登録すると、毎月発行日にプッシュ通知で届く広報むつ。全国どこにいてもご覧になれますので、ぜひご家族ご親戚に教えてあげてください!





各種相談日程

教育相談(予約制)

時 月・水 9:00～18:00、火・木・金は 16:00 まで
場 教育研修センター
問 相談専用電話 ☎ 22-0974
中学生までの教育に関する相談を受けます。

消費生活相談

時 土・日・祝日を除く毎日 8:30～17:15
場 市役所本庁舎産業雇用政策課内
問 むつ市消費生活センター ☎ 22-1353
消費者トラブルや悪質商法、多重債務の相談を受けます。

45歳未満の方の職業相談

時 土・日・祝日を除く毎日 9:00～17:00
場 市役所本庁舎内サテライトスポットむつ
問 ジョカフェあおもりサテライトスポットむつ ☎ 22-1146
求人案内、職業紹介、履歴書添削指導、職業適性診断を行います。

創業相談ルーム(予約制)

時 11/7(木)・21(木) 10:00～17:00
場 むつ来さまい館会議室
問 産業雇用政策課 ☎ 22-1111 内線 2652
創業・起業などについての相談を受けます。

生活困窮者自立支援相談

時 土・日・祝日を除く毎日 8:30～17:15
場 市役所本庁舎生活福祉課
問 生活福祉課 ☎ 22-1111 内線 2542
生活維持・仕事探し・将来のことなど相談員が相談を受けます。

健康なんでも相談

時 土・日・祝日を除く毎日 8:30～17:15
場 市役所本庁舎健康づくり推進課
問 健康づくり推進課 ☎ 22-1111 内線 2574
保健師や栄養士が相談を受けます。

心配ごと・結婚相談

時 毎週月曜日 10:00～15:00
場 社会福祉協議会(市役所本庁舎内)
問 むつ市社会福祉協議会 ☎ 22-2731
心配ごと相談を受ける他、50歳以下独身者の出会いを斡旋します。

時 日時 場 場所 問 問合せ・申込先

ストレスマネジメント ～こころの健康～

ストレスマネジメントを知ること、自分自身の健康管理や子どもや家族など周りの人のサポートにつながるかもしれません。スクールカウンセラーの役割や実践について情報提供もあります。(要申込)
▶いつ 11/24(日) 10:00～12:00
▶どこで プラザホテルむつ
▶講師 芙蓉会病院院長 村上拓也氏
問 青森県発達障害者支援センター「ステップ」 ☎ 017-777-8201

女性の人権ホットライン強化週間

平日の電話相談時間を延長し、土・日曜日でも電話相談を行います。相談は無料で秘密は守ります。ひとりで悩まず、相談してください。
▶いつ 11/18(月)～22(金) 8:30～19:00
11/23(土)～24(日) 10:00～17:00
問 女性の人権ホットライン ☎ 0570-070-810

下北地域 簡単英語接客セミナー

下北地域県民局では、外国人観光客の受入環境を整備するため、観光関係事業者のみなさまを対象に、簡単な英語での接客対応を目指すセミナーを開催します。
▶いつ 11/29(金)
10:00～12:00 交通事業者編
13:00～15:00 宿泊事業者編
16:00～18:00 観光案内所編
▶どこで むつ来さまい館
▶講師 GLOBAL TABLE 合同会社 代表 山内リチャードソン澄子氏
▶参加費 無料
問 下北地域県民局地域連携部 中村 ☎ 22-1195

税 日中納付が困難な方へ 休日夜間納税窓口を開設

月末に休日・夜間納付窓口を開設しています。(証明書の発行はしていません)
※納税相談も随時行なっています。
▶いつ 11/25(月)～30(土)
(平日) 17:15～19:00
(休日) 8:30～17:15
▶どこで 税務課
問 税務課収納担当 内線 2232

12/2(月)は 市税等の第6期納期限

▶第6期納期限の市税等
市県民税・固定資産税・国民健康保険税・介護保険料
問 税務課納税管理担当 内線 2252

来さまい館 11月教室

陶芸(10:00～12:00)
▶いつ 11/14(木)・21(木)・27(水)
パッチワーク(13:00～15:00)
▶いつ 11/1・8・15・22(金曜日)
セルフリンパケア(10:00～12:00)
▶いつ 11/2(土)・7(木)・30(土)
太極拳(10:00～12:00)
▶いつ 11/11・18・25(月曜日)
ハーバリウム(10:00～12:00)
▶いつ 11/8(金)・13(水)・22(金)
プリザーブドフラワー(10:00～12:00)
▶いつ 11/6・20(水曜日)
布小物(10:00～12:00)
▶いつ 11/1・15(金曜日)
PPバンド(10:00～12:00)
▶いつ 11/12・19・26(火曜日)
※26日のみ 13:00～15:00
▶どこで むつ来さまい館
▶申込締切 11/15(金)
問 田名部まちづくり(椿) ☎ 34-9761

募集 第二種酸素欠乏危険作業および粉じん作業に係る特別教育講習

▶いつ 12/5(木)・6(金) 8:30～16:30
▶どこで むつ高等技術専門学校
▶料金・定員 3,400円・10名
▶対象 在職者で酸欠・粉じんに関する基礎知識を習得したい方
▶申込期間 10/31(木)～11/13(水)
▶申込方法 受講申込書(HPからダウンロード)に必要事項を記入し、FAXで申込み
問 むつ高等技術専門学校 ☎ 24-1234

募集 介護基本技術講習 受講生を募集します

介護現場で必要とされる基本的な知識・技術を習得します。介護現場への就労を目指しましょう。
▶いつ 12/10(火)～13(金) 10:00～17:00
▶どこで 下北文化会館
▶定員 15名
▶対象 介護現場への就労意欲のある県内の中高年の方、主婦の方等で4日間(22.5時間)の講習に遅刻、欠席なく参加できること
▶受講料 無料
▶申込締切 11/19(火)
問 介護労働安定センター青森支部 ☎ 017-777-4331

住民票・マイナンバーカードに旧姓が併記できます

11/5(火)から本人からの申し出により、住民票やマイナンバーカードへ旧姓(旧氏)を併記することができます。これに伴い、旧姓(旧氏)での印鑑登録も可能です。ご希望の方はお問い合わせください。
問 市民課窓口サービス担当 内線 2412

募集 第11回第2種放射線取扱主任者試験受験対策講習会

下北・むつ市企業連携協議会では、下北地域内企業の技術力向上および地域住民、高校生の就業機会の確保と人材育成を目的に講習会を開催します。講習会の詳細および申込方法は市ホームページをご確認ください。
▶いつ 11月から2020年8月まで ※月1回連続した土日2日間。合計20日間
▶どこで まさかりプラザ
▶申込締切 11/18(月)
問 下北・むつ市企業連携協議会(産業雇用政策課) 内線 2652

田名部高校定時制 社会人向け高校入試説明会

入学試験説明、校内見学(希望者)を行います。
▶いつ 11/25(月) 18:30～19:20
▶どこで 田名部高校
▶対象 高卒資格を得たい社会人
問 田名部高校定時制 木村・石岡 ☎ 22-1184

募集 ネーミングライツ パートナー募集

民間企業等の広告機会の拡大とともに、施設の魅力向上および市民サービスの継続的な提供を図るため、市の施設に愛称を命名する権利を与えて対価を得るネーミングライツ事業のパートナーを募集します。募集対象施設や条件、応募方法等は市ホームページをご覧ください。
▶募集要項公表 11/11(月)
問 施設経営戦略課 内線 2186

募集 市有財産を活用する提案を受付しています

みなさまのアイデアやノウハウを活かして、市が保有する未利用財産を活用する提案を募集しています。応募には事前相談が必要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。
問 施設経営戦略課 内線 2186

第15回むつ海洋・環境科学シンポジウム

むつ市に研究施設をもつ(※)4研究機関と下北地域県民局、むつ市が連携しシンポジウムを開催します。特別講演「異常気象と気象変動について」日本海洋科学振興財団会長 山形俊男氏 市内各研究機関最新の研究報告等
▶いつ 11/29(金) 13:15～17:25
▶どこで プラザホテルむつ
問 シンポジウム事務局(日本海洋科学振興財団むつ海洋研究所) ☎ 22-9111

(※)4研究機関
・日本海洋科学振興財団むつ海洋研究所
・日本原子力研究開発機構青森研究開発センター
・海洋研究開発機構むつ研究所
・日本分析センターむつ分析化学研究所

広報 **MUTSU** 有料広告募集中
- みんながつながるむつ市の総合情報誌 -
下1段 24,000円 (縦5.2cm×横18.1cm)
下1段の1/2 12,000円 (縦5.2cm×横9.0cm)
問 市民連携課広報グループ ☎ 22-1111 内線 2157



むつ市の気象・火災・防犯情報のことなら **防災かまふせメール**
https://anshin.city.mutsu.lg.jp/mailend.php
問 むつ市総務部防災安全課 ☎ 22-1111 (内線 2134)



春 夏 秋 冬

俳句

露の玉取れたて野菜サラダかな
露の世や八月六日忘るまじ
ざこねする部屋がありけり花の宿
白靴の出番をまつや旅のまえ
燕帰る空屋の多き里となり
炎天や成長止まる野菜畑
白露すぎ一気映ゆる山の景
さやけしや乳歯ひよつこり顔を
藩境塚の土台をおほふ首の花
帰る子にもてなす朝の烏賊料理

川端 恵美子
宮浦 雅子
菅浦 充江
太田 正信
高橋 武子
寺岡 洋子
山崎 美津江
戸川 美重子
川口 巖溪
中村 悦子

川柳 短歌

晴れ女を自称する友ひとりいて旅の先々雨上がるなり
食菊を摘みて香りに和めるも茹で上げてなお香り立ちたり
暑さゆえ畑の作業ままならぬ望みは一つ草よ伸びるな
貧しくも希望に溢れ高校の遠き学路を通ひしあの日
「ただいま」が「またね」に変わる夏が行く
雲流れひとり消えてくわだかまり
早起きと晴耕雨読良い眠り
悪いヤツほどではないがよく眠り

井手上 省子
若木 幸子
千葉 鈴子
瀨川 文子
出崎 陽子
織田 澄香
吉村 看伍
瀧尻 善英

福祉ボランティア・レクリエーション講座

高齢者とボランティアとして活動されている方が一緒に学習し、実践力を身につけます。

- ▶いつ 11/17(日) 10:00～14:30
- ▶どこで 海老川コミュニティセンター
- ▶どんな 午前 高齢者いきいき健康教室
昼食会 炊飯器で簡単赤飯にチャレンジ
午後 スマートスポーツの実践
- ▶参加費・定員 500円・30名 (軽食・お茶・資料・保険代等)
- ▶申込締切 11/11(月)
- ※県民カレッジ単位認定
むつ☆健康マイレージ認定
動きやすい服装でご参加ください。
- ☎むつ・下北地区レクリエーション協会 ☎22-6912 (FAX 兼用)

募集 ベこもち交流会

- 釜臥荘では、地域のみなさんと交流を深めるためベこもち交流会を開催します。
- ▶いつ 11/13(水) 13:30～15:30
- ▶どこで 養護老人ホーム釜臥荘
- ▶参加費・定員 無料・20名
- ▶対象 市内在住の方
- ▶申込期間 10/30(水)～
- ※電話受付時間 9:00～16:00
- ☎養護老人ホーム釜臥荘 ☎23-4514

中央公民館 16ミリアン映画上映会

- つどいの場です。入場無料。申込不要。お気軽にどうぞ。
- ▶いつ 11/14(木) 14:00～15:00
- ▶上映作品 日本一短い「母」への手紙 一筆啓上
- ☎中央公民館 ☎24-1224

募集 お米を使った料理教室

- ▶いつ 11/14(木) 10:00～13:00
- ▶どこで 中央公民館
- ▶参加費・定員 無料・15名
- ▶持ち物 エプロン、三角巾、布巾2枚
- ▶申込締切 11/5(火)
- ※むつ☆健康マイレージ対象事業
- ☎むつ市むつ食生活改善推進員会 ☎090-1935-2890

黒森山登山・霜月

- むつ市下北自然の家・黒森山登山。登頂後下山コースを新たに開拓しました。
- ▶いつ 11/18(月) ※荒天時室内活動
- ▶集合 むつ市役所正面玄関 8:00
※南関根バス停 8:20 大畑公民館 8:40
- ▶定員・参加費 20名・410円(昼食代)
- ▶持ち物 飲料・行動食、上履き(運動靴)
- ▶行程表 市役所 ATM 前の掲示板で配布
- ▶申込締切 11/8(金)
- ☎まさかりトレッキングクラブ 奥島 ☎090-6453-1433 (ショートメール可)

写真クラブ「瞬間」2019 写真展開催

- テーマ 四季との出会い
- 会員が一年かけて撮りためた作品です。ぜひご覧ください。
- ▶いつ 11/7(木)～10(日) 10:00～17:00
※最終日は16:00まで
- ▶どこで 図書館
- ☎写真クラブ「瞬間」 ☎090-4310-2659

水彩画サークル「海」水彩画展

- ▶いつ 11/14(木)～26(火)
- ▶どこで むつ来さまい館2階ギャラリー
- ☎むつ来さまい館 ☎33-8191

介護予防交流会 さあ!みんなでやってみよう!

- むつ市民歌に合わせた介護予防体操の完成発表と、いきいき百歳体操の交流会・体験を行います。
- (写真はいきいき百歳体操)
- ▶いつ 11/27(水) 13:30～15:30
- ▶どこで プラザホテルむつ
- ▶定員 100名
- ▶申込方法 電話または窓口で申込
- ☎高齢者福祉課包括担当 内線 2556

吹越烏帽子トレッキング登山

- 東北100名山、横浜町の山のシンボルです。下山後は横浜温泉に入浴します。
- ▶いつ 11/9(土) ※荒天時中止
- ▶集合 むつ市役所コンビニ裏 7:30
- ▶定員・参加費 20名・無料
※相乗り500円、温泉代実費
- ▶持ち物 昼食・飲料・防寒具、雨具、風呂道具
- ▶行程表 市役所 ATM 前の掲示板で配布
- ▶申込締切 11/5(火)
- ☎まさかりトレッキングクラブ 奥島 ☎090-6453-1433 (ショートメール可)

第11回アートグループ「樞」展

- 絵画、陶芸、バードカービング
- ▶いつ 11/15(金)～17(日)
※最終日は16:00まで
- ▶どこで 図書館
- ☎アートグループ「樞」 渡辺 ☎29-2348

募集 りんどうの会教養講座 無料・先着40名

- 実施3日前までにお申し込みください。
- 認知症ってなあに?
- ▶いつ 11/9(土) 11:00～12:00
- ▶どこで 中央公民館
- ▶講師 むつ総合病院 橋本啄磨
- 知って安心認知症のあれこれ
- ▶いつ 11/12(火) 11:00～12:00
- ▶どこで むつ来さまい館
- ▶講師 むつ市地域包括支援センター
- 知って安心認知症のあれこれ
- ▶いつ 11/14(木) 11:00～12:00
- ▶どこで 大畑公民館
- ▶講師 むつ市地域包括支援センター
- ☎りんどうの会 菊池 ☎090-1494-5544

グラウンド・ゴルフ 初心者向け教室開催

- グラウンド・ゴルフは簡単に覚えられるスポーツです。毎週月・水・金の午前中に克雪ドームで練習会を開催しています。ぜひ見学にお越しください。
- 初心者向け教室開催日
- ▶いつ 11/18(月)・25(月)・12/2(月) 9:30～11:30
- ▶どこで 克雪ドーム
- ☎むつグラウンド・ゴルフ協会 川原田 ☎090-8047-1591

むつ市文化賞・文化奨励賞受賞者紹介展

- 芸術・文化活動において、これまでの功績が高く評価され、今年度受賞された方々の作品・活動を紹介します。
- ▶いつ 11/4(月)～11(月) 10:00～18:00
※11/5(火)は休館日
- ▶どこで 北の防人大湊式番館
- ☎生涯学習課 内線 3143

むつ市民大学公開講座

- テーマ「ステージⅣから選んできた男」
- ▶いつ 11/7(木) 13:30～15:30
- ▶どこで 中央公民館講堂
- ▶講師 協同組合タッケン 理事長 川嶋勝美氏
- ☎中央公民館 ☎24-1224
- ☎川内公民館 ☎42-3113
- ☎大畑公民館 ☎34-2321
- ☎脇野沢公民館 ☎44-2110

県民公開講座 今日の関節リウマチ治療

- 最新の関節リウマチ治療についての講演と医師や看護師が回答する質問コーナーがあります。
- ▶いつ 11/10(日) 10:00～11:40
- ▶どこで むつ来さまい館
- ▶講師 青森県立中央病院リウマチ膠原病内科 竹森弘光先生
- ▶講演テーマ 目指そう!! 寛解とその維持
- ☎むつ総合病院総務課庶務係 ☎22-2111 内線 3873

むつ工業高校で実習をご覧になりませんか

- ▶いつ 11/7(木)・8(金) 9:00～11:50 (1～3校時)
- ※詳細はお問い合わせください。
- ☎むつ工業高校教務部 ☎24-2164

田名部高校の授業をご覧になりませんか

- ▶いつ 11/5(火)～7(木) 9:35～12:25 (2～4校時)
- ※詳細はお問い合わせください。
- ☎田名部高校教務部 ☎22-1184

むつ市月間ごみ総排出量 目指せ ごみ減量 資源回収にご協力を!

令和元年8月分 市環境政策課調べ

	8月の値	前年同月	(前年同月比)
総排出量	2,099 t	2,135 t	(- 36t)
資源回収量	164 t	181 t	(- 17t)
資源回収割合	7.8 %	8.5 %	(-0.7 ポイント)
市民1人1日の排出量	1,189 g	1,184 g	(+ 5g)

【参考】H29 1人1日あたりの排出量 全国平均 920g/日 青森県平均 1,002g/日

広報むつ MUTSU

みんながつながるむつ市の総合情報誌

有料広告募集中!

☆下1段(縦5.2cm×横18.1cm) ……24,000円

☆下1段の1/2(縦5.2cm×横9.0cm) ……12,000円

☎市民連携課広報グループ ☎22-1111 内線 2157

MUTSU × Catalog Pocket (カダログポケット)

無料アプリ Catalog Pocket をダウンロードすると、携帯電話に広報むつをお届け。むつ市の情報を最適な形で読むことができます。マイコンテンツに登録すると、毎月発行日にプッシュ通知で届く広報むつ。全国どこにいてもご覧になれますので、ぜひご家族ご親戚に教えてあげてください!

多言語情報発信 10言語に対応する10の国体

PUSH 通知 画面に情報発信

読み上げモード 文章を音声で

Android App on Google play

Available on the App Store

まもなく供用開始！ バイパス むつ南BPをウォーキングしよう



今年、下北半島縦貫道路むつ南バイパスの一部 1.3 km が供用開始になります。開通前にウォーキングを実施します。普段歩くことのできない道路を歩いてみませんか？

- ▶いつ 11/9(土) 13:30～
- ▶集合場所 13:15 までに県道6号むつ尻屋崎インターチェンジに集合
- ▶参加方法 下記連絡先に電話またはEメールにて代表者氏名・連絡先・参加人数をお知らせください。
駐車スペースに限りがあります。乗り合わせの上、お越しください。
- ▶申込締切 11/6(水) 正午
- ▶主催 下北半島縦貫道路早期実現促進協議会
- ▶申込先 市企画調整課 ☎0175-22-1111 内線 2311
mt-kikaku@city.mutsu.lg.jp



ウォーキングアプリ「むつ☆(ぼし)Walker」
むつ南BPミッションも同時開催！

10月から むつ市プレミアム付商品券販売中！！



住民税非課税の方



※平成31年度の市民税(均等割)が非課税
※11月29日(当日消印有効)までにむつ市
プレミアム付商品券対策室(☎22-1111
内線5601)へ申請が必要です。

小さな幼児のいる世帯の方



※平成28年4月2日～令和元年9月30日
までに生まれた子のいる世帯の世帯主
※申請は不要です。

商品券の購入には「購入引換券」が必要です。購入できる対象者(非課税者・子育て世帯)のうち「非課税者」の方は市役所への申請が必要です。

商品券の販売場所、使用できる店舗等は市ホームページに掲載しているほか、購入引換券送付の際に同封します。

☎むつ市プレミアム付商品券対策室 ☎22-1111 内線 5601

令和2年度母子父子寡婦 福祉資金予約貸付

青森県では、令和2年4月に高校や大学等に進学希望の母子家庭、父子家庭、寡婦の方々を対象にお子さんの修学経費予約貸付の受付を行います。

※他の奨学金の貸与を受ける方、金融機関の融資を受ける方は原則対象となりません。

▶貸与対象資金
就学支度資金、修学資金、修業資金

▶申込方法
下北地域県民局福祉子ども総室およびむつ市子育て支援課、各庁舎市民生活課に備え付けの申請書類に必要事項を記入し提出

▶申込期間 11/1(金)～2/14(金)
☎下北地域県民局福祉子ども総室 ☎22-2296

むつ市私立幼稚園協会 令和2年度園児募集



11/1(金)から入園願書の受け付けを開始します。詳しくは各幼稚園まで。
むつ市私立幼稚園協会加入幼稚園

- ☎大湊幼稚園 ☎24-2832
- ☎大湊カトリック幼稚園 ☎24-1720
- ☎認定こども園こぼと幼稚園 ☎22-5070
- ☎認定こども園星美幼稚園 ☎22-2223
- ☎田名部カトリック幼稚園 ☎22-2491
- ☎認定こども園ひまわり幼稚園 ☎22-1530
- ☎認定こども園こすす幼稚園 ☎34-5255
- ☎あたご幼稚園 ☎42-3673

募集 花とみどりの講習会

お正月に向けてミニ門松を作ってみませんか。高さ40cmくらいのミニ門松を入手しやすい材料で作ります。作った門松はお持ち帰りできます。

- ▶いつ 12/7(土) 9:00～12:00
- ▶どこで みどりのさきもり館
- ▶料金・定員 500円・10組
- ▶申込締切 11/20(水)
- ☎都市計画課 内線 2744

ひろみちお兄さんの 親子体操普及員養成講座



詳細はこちら

健やか力推進センターは、親と子がふれ合いながら体を動かす親子体操を普及し、子育て世代や子どもの健康づくりを推進する「親子体操普及員養成講座」を開講します。

修了後は、「親子体操普及員」として各々のフィールドで健康づくりに関連づけて親子体操を普及していきましょう。

- ▶いつ 11/30(土) 9:20～16:30
12/1(日) 9:30～15:00

- ▶どこで アピオあおもり
- ▶料金・定員 5,000円・30名
- ▶申込締切 11/11(月)
- ▶申込方法
詳細はHPをご覧ください。または電話でお問合せください。
- ☎青森県医師会健やか力推進センター ☎017-763-5590

あさひな丘プール 11月も営業します



- ▶利用時間 9:00～16:00
- ▶休館日 毎週水曜日
- ▶無料開放日 11/30(土)
- ☎大畑中央公園 ☎34-6810

むつ科学技術館 11月の催し

- ▶シアター上映
世界絵本箱シリーズ / モリスのまほうのふくろ
ユネスコ世界遺産 / 大航海時代の残照
- ▶つくってたいけん工作(土日開催)
紙コップロボットをつくろう！
- ▶理科実験観察(日曜 11:00～14:00～)
超低温の世界を調べよう
光の不思議な世界を調べよう
- ☎むつ科学技術館 ☎25-2091

募集 大畑公民館ゼミナール 受講生募集

- 蕎麦打ち体験教室
- ▶いつ 12/17(火) 9:30～12:00
- ▶どこで 大畑公民館集会室
- べこもち教室
- ▶いつ 1/21(火)・2/18(火)
各回9:30～12:00
- ▶どこで 大畑公民館集会室
- ▶料金 各講座実費
- ▶定員 各20名
- ☎大畑公民館 ☎34-2321

市税の口座振替・納税貯蓄組合加入推進キャンペーン締切迫る！ 12/20(金)まで



新規加入特典
ムチュランオリジナル通帳ケースがもらえる！



▶利用可能な税目：市県民税、固定資産税、国民健康保険税、軽自動車税、介護保険料 ▶申込場所：市税務課、各庁舎管理課、市内金融機関および郵便局 ▶必要な持ち物：通帳、届出印、納税通知書 ▶納税貯蓄組合への加入は各納税貯蓄組合または市税務課へお問い合わせください。 ※詳細は6月中旬に送付した納税通知書同封のチラシをご覧ください。 ▶問合せ先：市税務課 ☎22-1111 内線 2253

市役所本庁舎 ☎0175-22-1111 川内庁舎 ☎0175-42-2111 大畑庁舎 ☎0175-34-2111 脇野沢庁舎 ☎0175-44-2111

これから開催される「イベント」情報をお届けします。

11/23(土) 18:00 開演
アレコホール定期演奏会
「シャガールを、弾く。」

ピアニストの高実希子氏とヴァイオリニストの三上亮氏が出演。シャガール作のアレコ舞台背景画全4幕が展示された空間で、両氏により奏でられる「シャガール」の世界をお楽しみください。

▶どこで 県立美術館アレコホール

▶前売料金

一般 2,000円(当日2,500円)
学生 1,000円(当日1,500円)
ペア 3,000円(当日販売なし)※事務局にて前売チケットの予約が可能です。
※また、小学4年生～高校生のみなさまを先着60名まで無料招待します。電話・FAX・Eメールで以下項目を事務局へお伝えください。

①代表者氏名、②希望券種・枚数、③連絡先、④無料招待学生の氏名・学校名・学年

問 青森県立美術館 ☎017-783-5243
FAX017-783-5244

問 teien@aomori-museum.jp

高実希子
(ピアノ)三上亮
(ヴァイオリン)**11/24(日) 9:00～14:00**
フリーマーケット

ご自宅にある不用品、ハンドメイド作品を出品してみませんか。

▶どこで むつ来さまい館

▶出店申込 11/1～受付開始(電話申込可)

▶出店料 1区画 1,000円(机椅子無料貸出)

※おもちゃ病院定期開院(9:00～11:00)

※不要衣類回収、出張ごみ相談ブースあり

問 むつ来さまい館 ☎33-8191

11/24(日) 10:00～12:00
トントウビレッジお菓子作り教室

クリスマストッピングをしたココアケーキ作りをします。

▶どこで 東北電力むつ電力センター

▶参加費・定員 無料・16名

▶対象 中学生以上

▶申込方法 ハガキまたはメール

▶申込締切 11/12(火)消印有効

問 トントウビレッジ ☎48-2777

11/11(月)～12/7(土)
第6回大畑まちゼミ

地元のお店の店主の方々が講師となつてプロならではのコツや専門知識を無料で教える「大畑まちゼミ」が開催されます。

気になっていた地元のお店や今まで知らなかった地域の魅力が再発見できるかも？
詳しくは講座開催店舗へお問い合わせください。

▶どこで 大畑地区

▶料金

無料(一部講座は材料費あり)

▶申込方法 直接開催店舗へ申込

問 産業雇用政策課 内線 2653

**12/7(土) 14:00 開演**
海上自衛隊大湊音楽隊クリスマスコンサート

▶どこで 下北文化会館大ホール

▶入場整理券

入場無料ですが、入場整理券が必要です。入場整理券は、往復ハガキまたはEメール(1通で5名まで応募可)に住所・氏名・年齢・電話番号と同行者全員の氏名・年齢を記入し応募してください。

▶応募先

ハガキの場合

〒035-8511 むつ市大湊町4-1
海上自衛隊大湊地方総監部広報係

Eメールの場合

orh-kouhou@inet.msdf.mod.go.jp

※応募は一人1通までです。

※応募多数の場合抽選となります。

▶応募締切 11/22(金)必着

問 海上自衛隊大湊地方総監部広報係

☎24-1111 内線 2304

大湊音楽隊
ホームページ大湊地方隊
Twitter**11/2(土)～4(月)・9(土)～10(日)**
市制施行60周年記念第50回むつ市民文化祭

市内の文化団体が日頃の活動の成果を展示、発表します。今回は第50回記念として総合フェスティバルも開催。詳細は市ホームページほか、生涯学習課にパンフレットも準備しています。

▶どこで 下北文化会館

▶総合フェスティバル

11/3(日)13:00～16:00

▶展示部門

11/2(土)～4(祝・月)

▶舞台部門

11/2(土)～4(祝・月)・9(土)・10(日)

問 むつ市文化団体協議会事務局

気仙 ☎23-3269

**11/3(日) 9:30～**
わきのさわ・かさまいまつり

▶どこで

脇野沢地域交流センター

▶どんな

- ・水産物・農産物の販売
- ・ラーメン屋台村
- ・よさこいソーラン
- ・ホタテほやき大会
- ・焼き干しラーメン早食い大会
- ・千人鍋振る舞い
- ・元祖・与作選手権大会
- ・ステージショー
(キューティプロンズほか)
- ・大抽選会、スタンプラリー抽選会

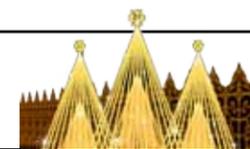
問 産業雇用政策課 内線 2652

特別ゲスト キューティプロンズ
プロフィール
吉本興業 東京NSC12期生
2011年住みますプロジェクトとして青森市へ移住。
(左)こさぶろう 1979年3月15日(40歳)
(右)先川栄蔵 1982年11月22日(36歳)**11/9(土) 16:00～18:30**
イルミネーション点灯式

イルミネーションシーズンの幕開けです。温かい食べ物、飲み物を用意してお待ちしています。

▶どこで むつ市イベント広場

問 むつ来さまい館 ☎33-8191

**11/9(土) 18:30～20:30**
第6回日本のアルコール・テイステイング

日本の美味しいお酒を外国人と一緒に試飲しませんか？日本酒、焼酎、スパークリング日本酒、フルーツ酒も用意します。2時間飲み放題、和風の軽食も用意します。気軽にご参加ください。

▶どこで まさかりプラザ3階和室

▶参加費 2,500円

▶定員 30名

▶申込締切 11/7(木)

問 企画調整課国際交流員・推進員 内線 2314

11/10(日) 9:20～13:40
伝統食文化 そば打ち体験

▶どこで むつ市下北自然の家

▶参加費 1,000円(幼児650円)

※その他1組1,000円の材料代(3～4人分)

▶定員 12組(40名)

▶申込締切 11/1(金)

問 むつ市下北自然の家 ☎34-6151

11/16(土) 17:00～
むつ下北郷土芸能公演会
～下北の大地に舞う～

▶どこで むつ来さまい館

▶出演団体 目名神楽会、蒲野沢青年会

※写真はイメージです

問 むつ来さまい館 ☎33-8191

11/17(日) 9:30～15:00
第17回収穫感謝祭

未来へつなげよう 安心安全なおいしい食生活

▶どこで MOA下北センター

▶どんな

食セミナー、野菜他即売、出店、抹茶、自然食試食あり。講演「オーガニック・自然農法について」(10:00～)

▶参加費 500円

問 MOA自然農法はまなす会 ☎22-2052



健康・子育て 応援コーナー

健康づくりの輪をひろげよう ヘルシーバランス弁当

むつ市では健康づくりの一環としてヘルシーバランス弁当の普及に取り組んでいます。レシピは今年度新たに3つのメニューが加わって全部で19種類。熱量500キロカロリー以下、食塩相当量2.5g以下で、"すべて手作り、野菜モリモリ"摂れるお弁当になっています。

問 健康づくり推進課 内線 2571



職場のみなさんが揃って購入している事業所も増えています。購入をご検討の方はお気軽にお問い合わせください。

- ・大湊ベーカリー
- ・おふくろ弁当
- ・ぼわ〜る亭
- ・スーパーちふね



11月は青森県食育月間です。健康づくりの一つにお役立てください。レシピは市窓口で配布中。ホームページでも確認できます。

11月は児童虐待防止推進月間です

子育て世帯のみならず、不安や悩みを抱え込まず、地域で見守り、支え合えることができる社会を築いていきましょう。子育ての悩みがある方は子育て支援課へお気軽にご相談ください。

また、周囲で「虐待かも?」と思う気づきがあった場合は全国共通ダイヤル「189(いちはやく)」またはむつ市役所へご連絡ください。

児童虐待は・・・身体的虐待、性的虐待、精神的虐待、ネグレクトに大別されます。

身体的虐待

一方的に暴力を振るう、やけどを負わせる、溺れさせる、夏や冬に屋外へ閉め出す、拘束したり部屋へ閉じ込めたりするなど

性的虐待

性的行為の強要、性器や性行を見せる、ポルノグラフィの被写体にするなど

心理的虐待

言葉による暴力、恫喝、無視や拒否、自尊心を踏みにじるなど

ネグレクト

病気になっても病院を受診させない、日当たりの良い車内へ放置、食事を与えない、下着など不潔なまま放置するなど

- ▶ 通告した方の秘密を守ります。
- ▶ 通告がプライバシーの保護に触れることはありません。
- ▶ 通告後、虐待じゃないと分かっても通告者が罰せられることはありません。

オレンジリボン運動は「子育てにやさしい社会」を目指すため、「子ども虐待のない社会の実現」をすすめる運動です。オレンジリボンはそのシンボルマークであり、オレンジ色は子ども達の明るい未来を表しています。



子どもみらい部
子育て支援課
子ども家庭課
子育て施設経営課

問 22-1111 内線 3715

ムチュ☆らんど 11月のイベント

9:30 ~ 16:30
休館：火曜日
使用料：無料

11日(月)	子育てメイト会	10:00~11:30
14日(木)	クリスマスのせいさく	10:30~11:00
18日(月)	すくすく赤ちゃん計測・相談	10:00~12:00
20日(水)	子育てメイト会	10:00~11:30
21日(木)	健康チェックコース	10:00~12:00

※むつ☆健康チェックコースはムチュ☆らんど利用者に限ります。

問 ムチュ☆らんど ☎ 23-6305

11月の献血受付日程

23日(土)	マエストリア大湊バイパス店	9:30~12:00 13:30~16:00
30日(土)	ファミリーマートさとう中央店	10:45~12:00 13:30~16:00

※日程は変更となる場合があります。最新の献血日程は、むつ市ホームページをご覧ください。

問 予防・医療課献血担当 内線 2584

11月の夜間在宅当番医

3日(日)	ふじた脳神経クリニック	☎ 24-5557
4日(月)	三上医院	☎ 22-1011
10日(日)	中村眼科クリニック	☎ 22-2512
17日(日)	中央内科クリニック	☎ 28-4550
23日(土)	村中内科・心療内科医院	☎ 23-0120
24日(日)	ほそかわ耳鼻咽喉科クリニック	☎ 23-0033

※年齢や症状等により対応できない医療機関がありますので、受診の際は事前に当番医にご連絡ください。

問 病院案内(下北消防本部) ☎ 23-3999

11月の夜間お薬電話相談

3日(日)	横迎町調剤薬局	☎ 22-0118
4日(月)	公済会薬局	☎ 0120-88-4721
10日(日)	しんまち薬局	☎ 090-2361-9387
17日(日)	レモン薬局	☎ 080-5748-8699
23日(土)	公済会薬局	☎ 0120-88-4721
24日(日)	おき薬局	☎ 090-3369-5051

問 休日お薬電話相談事務局 (七福薬局むつ内) ☎ 34-9490

「蛇を捕まえて!」私の大人になった日 “Pick Up the Snake!” Or, “The Day I Became an Adult”

When do we become adults? Does it happen all at once, or is it a process? At a coming of age ceremony? After years of working? I don't know the answer, but I do know the day I realized that I had become a grownup!

いつ大人になりますか? 一気に大人になるか、段々大人になりますか? 成人式で? 何年も働いた後? 私は、その解答を知らないけど、私の「大人になった!」瞬間を知っています!

風間浦村で登山をしていた帰り道、友達のHさんはいきなり「レイチェル! 蛇を見つけたよ!」と叫びました。蛇が大好きな私は急いで行くと美しい小さな蛇がいました。その蛇は宝石のようにエメラルドと金色で皮は太陽のように輝き、ミニチュアな蝾螈(とぐろを巻いた竜)みたいでした。私は「美しいな」とため息をついて、Hさんに振り向きました。Hさんはカメラで私を狙っていました。Hさんは「レイチェル、蛇を捕まえて!」と言いました。

ご存知かもしれませんが、小さい頃私はおてんば娘で、友達全員が男子でした。そのような女の子は、度胸を示すことは大事です。例えば、もし男の友達は「木に登って!」と言ったら、おてんば娘は誰より高く登るし「辛い物を食べて!」と言ったら、タバスコの瓶を飲み干します。「蛇を捕まえて!」と言われたら、必ずその蛇は捕まえますよ。その気持ち、あの日まで残っていました。気づいた

ら私の手は蛇へ伸びていました。あの風間浦でのハイキングの日、私はまだ日本の蛇に詳しくなかったので、伸ばしている手を止めて、「この蛇は毒があるの?」と聞きました。Hさんは「ちょっとだけ毒がある。蛇を捕まえるの!」と答えました。

その答えは議論になりました。私は「ちょっとだけ毒がある? どういう意味!」と聞きました。Hさんは「知らないよ。蛇を捕まえるの?」と答えました。その怪しい言葉を聞いても私の全ての本能は「蛇を捕まえて!」と叫んでいました。「ちょっとだけの毒は、どのぐらい? 例えば、かまれたら、病院に行かなくちゃ?」と聞きました。Hさんは「それも知らない。早く捕まえて!」と言いました。それで、再びイメージが急に心に浮かびました。大好きなスタートレックと言うSFドラマの登場人物のミスター・スポックです。スポックの口癖の「船長、それは非論理的です。」と聞こえました。「その蛇に毒があることが知っているのでしょうか? でも、まだ捕まえますか? 非論理的です。」とスポックは話を続けました。

さて、憧れのスポックの言葉を無視できませんでした! でも、まだまだその蛇を捕まえたかったです。腕が鳴っていました。私の手を見て、Hさんの顔を見ました。スローモーションみたいに彼は、「早く蛇を捕まえてえええ〜!」と言いました。それで、もう一度頭の中でイメージが浮かびました。今度は自分の姿だったけど、本物より大人っぽい自分の姿でした。その自分は、本当の私の

コラム

むつ市国際交流推進員「レイチェル」と「アンジェラ」のよもやま話をお伝えします。

両肩をつかんで揺すりしました。「レイチェル! 一体全体何をしているの? もう7歳の子供じゃないよ! 男子が{おい、バカな事をやって!}と言ったら、バカな事をする必要なんてないでしょ!」いよいよ、私は蛇から手を外しました。Hさんを見て、「毒蛇は危ない! 捕まえない!」と言いました。それで、「私は大人になった!」という事が初めて分かりました! やった!

レイチェル&アンジェラと Free Talking

英語でも日本語でも構いませんので気軽に話しましょう。申込不要です。

▶いつ

- 11/ 5 (火) 10:00 ~ 11:30
- 11/13 (水) 14:00 ~ 15:30
- 11/21 (木) 10:00 ~ 11:30
- 11/27 (水) 14:00 ~ 15:30

▶どこで ミニストップむつ市役所店

Rachel Presents
Rachel's Yo Mo Ya Ma Story



図書館コーナー

「新刊図書」「日曜シネマ」など図書館の情報をお届けします。

食はからだを整える！
栄養士考案のヘルシー弁当レシピをご紹介します

健康食堂

キャベツとブロッコリーのバターしょうゆ和え

材料(お弁当4人分)
 キャベツ 40g
 ブロッコリー 50g
 コーン(缶詰) 20g
 バター 4g
 しょうゆ 小さじ1

1人分栄養価 19kcal 塩分 0.2g

作り方

- ①キャベツは太めの千切り、ブロッコリーは小房に分ける。
- ②それぞれをさっと茹でる。
- ③粗熱がとれたらバターとしょうゆを加え、最後にコーンを合わせれば完成！
- ④コーンバターしょうゆの最高の組み合わせで野菜がもりもり食べられる一品。お弁当にピッタリです！

むつ市健康づくり推進課では、カロリー抑えめなのに大満足なお弁当のレシピを紹介しています。バランスの良い食事のために、メニューに取り入れてみてはいかがでしょうか。また、市内にヘルシーバランス弁当を製造、販売していただいているお店があります。健康づくりの一つにお役立てください。

むつ市ヘルシーバランス弁当 検索

地域内外の人が楽しく美味しくジオパークを楽しめるツールになることを目的に認定された下北ジオパーク認定商品を取扱うお店を広報むつでご紹介します。

ほっとジオなひとときを

下北御膳

グリーン観光産業株式会社
(むつグリーンホテル・ホテルニューグリーン)

むつ市横迎町 1-2-8
☎ 0175-22-6111
〈営〉0:00～24:00
〈定休日〉無し

代表取締役の鷹架則子さん

海に囲まれた豊かな大地は ジオの恵み

みそ貝焼き、川内産ホタテ、大間マグロ、海峡サーモン、ホヤ、ウニ、イクラ、ブルーベリー。下北の海や山で穫れた食材を贅沢に使った下北御膳はまさにジオの恵みをふんだんに味わうことのできる料理なんです。

例えば陸奥湾ホタテ。陸奥湾に入ってくる海流は、実は栄養の少ない対馬暖流。陸奥湾の海産物を支えるのは、湾を囲む山々であり、地域の8割を国有林で占める下北からは豊富な栄養が運ばれているんです。海産物を美味しくするのは豊かな山々なんです。

下北のごちそうを召し上がれ

「昔は正月といえは脇野沢から鰯が来て、東通から鮭が来て、赤いお膳で正月を迎えるのが最高のご馳走だった。下北のものを一つ一つ集めて贅沢なおもてなしで迎えたいんです。」

代表取締役の鷹架則子さんはそう話します。

県外から来た宿泊客はもちろんです。最近では仏事や敬老を祝う会など地元市民の食事会などでも提供されることが多くなっているという下北御膳。

お膳を囲んでみんなで賑やかに過ごす景色が見えてきそうですね。

下北御膳
¥3,300円(税込)

下北御膳で心も体も贅沢三昧

新刊ピックアップ



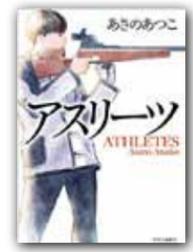
どんな災害でもお金とくらしを守る
清水 香/著 (小学館クリエイティブ)

被災して命が助かったあと、必要になるのは「お金」です。少しでも早く日々の暮らしに戻れるように、今から準備をしましょう。また、近年の災害で被害にあった方々の声を集め、実際にはどのような問題に直面したのかなど、リアルな体験談も紹介します。



クックパッド ☆栄養士のれしぴ☆ BEST100
上地 智子/著 (宝島社)

クックパッドNo.1 レシピ作者の☆栄養士のれしぴ☆さんのベストレシピ集です。つくれば数ベスト100品を1位から100位までランキング形式でまとめています。おかず、おやつ、スープ、たれ、いろいろなジャンルの作ってみたいレシピばかり。間違いない味付けで永久保存版の一冊です。



アスリーツ
あさの あつこ/著 (中央公論新社)

結城沙耶は、中学2年で出場した全日本中学陸上県大会100メートルハードル女子決勝で転倒し、失意のうちに陸上部を退部した。親友の松前花奈に誘われ、広島県の超進学校・大明学園高校へ進学し、射撃部に入部する沙耶。初めて構えるピストルライフルの重さに驚き、個性豊かな先輩たちに励まされ、未知の競技に戸惑いながらも花奈とともに励む毎日だった。少女たちの喜怒哀楽が渦巻く、心震える青春グラフィティ。

防災 減災 知恵袋

Vol. 5 自主防災組織を結成しよう



「昔は正月といえは脇野沢から鰯が来て、東通から鮭が来て、赤いお膳で正月を迎えるのが最高のご馳走だった。下北のものを一つ一つ集めて贅沢なおもてなしで迎えたいんです。」

代表取締役の鷹架則子さんはそう話します。

県外から来た宿泊客はもちろんです。最近では仏事や敬老を祝う会など地元市民の食事会などでも提供されることが多くなっているという下北御膳。

お膳を囲んでみんなで賑やかに過ごす景色が見えてきそうですね。

自主防災組織を結成した理由について祐川さんはこういいます。

「むつ市が作成したハザードマップで、桜木町が土砂災害警戒区域に入っていることを知り、防災に対する危機意識が高まったことがきっかけでした。自主防災組織結成後は、防災に関する研修会があれば積極的に参加したり、冬期には避難経路の除雪訓練を実施するなど、災害時に自分達で迅速に行動できるよう防災活動を行なっています。

今後は高齢者等の地域住民が災害時に孤立することがないように、日頃から防災への啓発等を行なっていく予定です」

むつ市で一番最初に開設した桜木町地区自主防災会の祐川さんに伺いました！



自主防災組織とは？
地域住民が自発的に連帯して防災活動を行う任意団体のことをいいます。万が一の災害発生時に活かされる平常時の活動、たとえば地域住民への防災意識の普及や要配慮者の情報確認など、このような活動を地域で円滑に行うために、自主防災組織が注目されています。是非とも自主防災組織を結成し、災害時に落ち着いて行動できるよう、地域住民と協力しながら日頃の防災活動を心がけましょう。

市では、結成された団体に対し、日頃の防災活動や訓練に役立つ資機材を貸付するなどの支援をしています。結成方法や資機材貸付のご相談などお気軽にお問い合わせください。

☎ 防災安全課 内線 2134

NEW

むつ市が誇る「自衛隊グルメ」。大湊海自カレー、大湊海軍コロッケ、大湊 Sora 空っ! の魅力やお得情報を紹介します。

We ♥ じえいたいグルメ

自衛隊グルメフェス
11月3日(日)
10:00～14:00
むつグランドホテル

むつ市の自衛隊グルメ、大湊海自カレー、大湊海軍コロッケと大湊 Sora 空っ! が大集合! ぜひお越しください!



10/14 Mon 初めてでも上手にできたよ
ジャック・オ・ランタン ハロウィン デコもち教室

株式会社オールアバウトライフワークス認定のデコもち講師によるデコもち教室が開催され、20組の親子がジャック・オ・ランタン柄のデコもちづくりにチャレンジしました。
「初めてだったけど上手にできた」「違う色同士を組み立てるのを頑張った」と初めての体験に笑顔で答えてくれました。
平成28年度にむつ市と「むつ下北半島応援デコもち協定」を結び、デコもちの資格認定、教室事業を開いている同社。デコもちが世界へ広がっていくことを期待しています。



10/14 Mon 森と共に遊ぶ1日を。
薬研温泉秋イベント「codama Vol.1」

秋の薬研温泉郷で、森と共に遊ぶ1日を。
そんな思いを込めて開催された薬研温泉秋イベント「codama Vol.1」が開催されました。
森の中に作られたツリーテラスやスラックラインで遊ぶ子どもたちや、森のフードマルシェで美味しい料理を楽しむ姿が見られ、来場者は自然の中で贅沢に過ごす時間を楽しんでいるようすが印象的でした。
薬研はまもなく紅葉。心を癒やしに行ってみてはいかが？



10/1 Tue むつ市の未来へ1票
移動期日前投票所設置

10月1日から4日までの期間、県内初となる車を使った移動期日前投票所を設置し、18歳となった高校生たちが帰宅前に1票を投じました。
移動期日前投票所で投票した生徒たちは「学校帰りに投票できて便利」「公約を聞いてむつ市のことをしっかりと考えてくれそうな人に投票した」と話していました。
未来を担う新しい世代による投票。その大切な一票がむつ市の明日をつくります。



9/28 Sat 爽やかな風になびかれて
第24回むつ市健康ウォーキング大会

9月28日(土)、第24回むつ市健康ウォーキング大会が開かれ、269名の市民が集まり健康的な汗を流しました。
市役所を出発し、下北文化会館付近で折り返すゆったりコース(約3.7km)と栗山トンネルまで歩くチャレンジコース(約6.0km)の2つに別れ、天候にも恵まれ爽やかな風を感じながら秋のウォーキングを楽しみました。
年々親子で歩く姿が増えているように感じるむつ市健康ウォーキング大会。来年は一緒にいかがですか？

「以前の店舗が自分の親戚が始めたお店だったんだけど、

2年半の夕風堂店主佐々木拓哉さんはこう言います。
「むつの人は人と人とのつながりが他の地域に比べて濃いなだね。初めはよそよそしく感じることもあったけど、仲間だと思ってくれればとすぐく親密に付き合ってくれる」
青森市で生まれ育った佐々木さんは25歳でパン業界へ飛び込み、青森市内のパン屋で修行を重ね、現在48歳のベテランパン職人。むつ市出身の奥様との出会いがきっかけで約12年前にむつ市で働き始めました。

「小さな街だけど、いろんな人とつながっていて、楽しいんだよね」
昔ながらの良さを守りながらも新しいことにも挑む佐々木さんの挑戦に期待しています。



この人
むつちゆ星
市内各地でかがやく「この人」をご紹介します。
夕風堂 佐々木拓哉さん



10/8 Tue 下北勢 29年ぶりの快挙！
大平中学校ソフトテニス部県大会優勝報告

9月に新青森県総合運動公園で行われた第63回青森県下中学校ソフトテニス選手権大会において、大平中学校男子ソフトテニス部が優勝し、市長へ東北大会出場への意気込みを伝えてくれました。
「大平中学校はチーム力がとても高いので、チーム力を活かして一つでも勝ち進めるように頑張っていきたい」とキャプテンの飛内侑也くん。
むつ下北勢 29年ぶりの快挙。おめでとうございます！



10/8 Tue 地元の海は格別の味
寿司づくり食育体験学習会

11月1日の寿司の日を前に、青森県すし業生活衛生同業組合下北支部から5人の職人さんが、川内小学校・川内中学校を訪れ、寿司を提供していただきました。
職人さんから寿司ネタの種類や食材のこと、調理前の手の洗い方からにぎりの技などを丁寧に教えてもらい、むつ下北産の真鯛、マグロやタコなど新鮮な9種類の食材を使って寿司づくりの体験を行いました。
食材の宝庫むつ市で学んだ寿司は格別の味ですね。

広報むつは、より見やすい紙面をめざし顔ぶれをなくしました。ご理解をお願いします。



♪ むちゅっこ ♪ Happy Birthday 11月生まれ



たかはし こうし
高橋 航史くん
H30.11.1生 (柳町)



あきしま あきら
幸島 秋桜ちゃん
H30.11.14生 (中央)



ぬまた あゆむ
沼田 彩陽ちゃん
H30.11.18生 (松山町)



やまもと りっか
山本 六花ちゃん
H30.11.24生 (柳町)



やまざき しずな
山崎 珠絆ちゃん
H30.11.25生 (横辺町)



ながお こうし
長尾 香士くん
H30.11.28生 (昭和町)



くどう かのん
工藤 叶夢ちゃん
H29.11.9生 (大畑町八幡湯坂)



ふくし ゆいか
福士 唯香ちゃん
H29.11.9生 (中央)



やまもと りつた
山本 りつ太くん
H29.11.24生 (北北町)



くどう あきひと
工藤 倫央くん
H29.11.24生 (金谷)



にほんやな かなた
二本柳 奏多くん
H29.11.25生 (緑町)



みやもと ことみ
宮本 心奏ちゃん
H29.11.29生 (川内町熊ヶ平)



ふじた かなた
藤田 飲太くん
H29.11.30生 (新町)



ふくはら あいこと
福原 彩知禾ちゃん
H28.11.17生 (奥内近川)



たちばな そら
立花 奏楽くん
H28.11.27生 (奥内奥内)



むらもと みく
村里 美羽ちゃん
H27.11.29生 (大平町)



さくらだ まきこ
櫻田 真依久くん
H26.11.2生 (中央)



なりた あいこ
成田 愛子ちゃん
H26.11.20生 (緑ヶ丘)



みなのかんな
皆野 菜那ちゃん
H26.11.20生 (栗山町)



とみおか そうたろう
富永 蒼太郎くん
H25.11.10生 (松山町)



みど いちか
水戸 一翔くん
H25.11.10生 (大平町)



やまざき るい
山崎 類くん
H25.11.12生 (中央町)

12月生まれのお子さんの写真募集!
10/25~11/6

お誕生日の記念に写真を掲載してみませんか?
「むつ」にちなんで、6つの誕生日を迎えるまでの
お子さんの写真を募集します。どしどしご応募ください!

〈対象〉12月生まれで、6歳までの市内在住の子
〈掲載内容〉子どもの写真・氏名(ふりがな)・生年月日・住所(町名まで)
〈応募方法〉子どもの写真1枚(プリント・データのどちらか)に、子どもの氏名(ふりがな)・生年月日・性別・住所・保護者氏名・電話番号を記入したものを添えて10/25から11/6(必着)までに、郵送、持参またはEメールでご応募ください。
Eメールで応募の際は、件名に「むちゅっこ」と記入をお願いします。
※応募多数の場合は **抽選で22名まで** 掲載させていただきます。



みなさんへ
せっかくご応募してくれたのに、広報むつに掲載されなかったみなさん、本当にごめんなさい(涙)
みなさんのステキな笑顔はむつ市のHPにある「広報むつ 袋とじ」に掲載しています。ぜひご覧ください!
なのじゃー!!
ムチュランより