

みんながつながる、むつ市の総合情報誌

広報むつ

MUITSU

2

2020

特集

みんなでききてく
このまちの未来

令和2年1月12日。むつ市成人式にて。

UD
FONT
by MORISAWA

民生委員さんのカッドウ

高齢者、障がい者世帯などの訪問・見守り

高齢者や障がいをお持ちの方のお宅を定期的に訪問し、元気にお過ごしが見守り、困りごとの相談に応じます。特に一人暮らしの高齢者や障がいをお持ちのみなさんには、生活に不安を抱えている方も。民生委員は、隣近所つながりの構築にも努めています。



子どもたちの安全を守る

通学路での見守りなど、車や危険な事件事故から子どもたちを守る活動に有志として参加しています。毎朝のあいさつは、地域の大人と子どもたちとの絆の証。地域みんなで未来ある子ども達を育てましょう。



地域のみなさんの相談相手に

「そろそろ一人で雪かきできなくなってきたけど、どこか相談にのってくれるところはないかしら？」など、地域には悩みがたくさん。民生委員さんが直接解決できない悩みでも、関係機関へつなぐだけで、その後悩みは解決していきます。



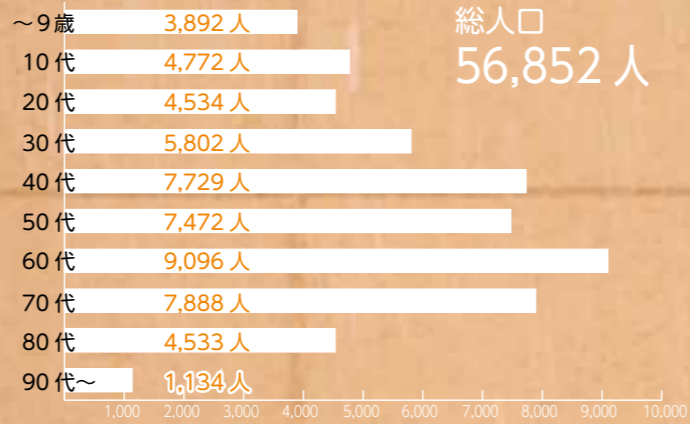
行政などの関係機関と地域をつなぐ

「悩んでいること、困っていることがあるんだけど…」そんなときは、民生委員さんにご相談ください。「地域にこんな人がいて、困っているんです。」と、民生委員さんが関係機関へつなぐことができます。



みんなのむつ市の年代別人口構成

住民記録年齢別人口集計表より算出（令和元年11月30日現在）



むつ市の年代別人口を見ると、60歳代の人口が未成年者の人口を超えています。まさに「少子高齢化」の状況。今後も進んでいくことが見込まれる少子高齢化のなか、高齢者や障がいを抱える方々を見守りながら、大切な子ども達を産み育て、健やかな成長を見届けられるまちになるため、全世代、全市民が支え合う「みんなで生きてく」ことの重要性を再認識しなければならない時代に入っています。

特集

みんなで生きてく このまちの未来

民生委員4年目の二本柳さん（右）
この日訪問した渡辺さんと一緒に

不安や悩みの解消方法は？

むつ市地域福祉計画策定に関するアンケート(H30)

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代
第1位	睡眠	趣味やレジャー	人に話を聞いてもらう	人に話を聞いてもらう	人に話を聞いてもらう	人に話を聞いてもらう	趣味やレジャー	人に話を聞いてもらう
第2位	人に話を聞いてもらう	人に話を聞いてもらう	趣味やレジャー	趣味やレジャー	趣味やレジャー	趣味やレジャー	人に話を聞いてもらう	睡眠
第3位	趣味やレジャー	睡眠	睡眠	我慢する	睡眠	我慢する	運動	趣味やレジャー

市内に居住する無作為に抽出された2,000名のみなさまに協力いただき実施されたアンケート。当該質問への有効回答は826名。全世代を通して「人に話を聞いてもらう」が上位に。選択肢は他に「お酒を飲む」など。

選ばれました。その相談先の多くが「家族・親戚(76.8%)」「友人・知人(50.1%)」である一方、「誰に相談したら良いかわからない(3.6%)」や「相談しない(9.4%)」という方も。そんなとき、私たちの地域には身近な相談相手、民生委員のみなさんがいることを忘れないでください。

不安や悩み、どう解消しますか？

平成30年度実施の「むつ市地域福祉計画策定に関するアンケート調査」によると、不安や悩みの解消方法は、多くの世代で「人に話を聞いてもらう」が意外と知らない!?

民生委員のこと

民生委員。正式名称は「民生委員・児童委員」といい、厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員ですが、地域福祉を担う無償ボランティアで任期は3年。地域と専門機関を「つなぐ」重要な役割を担っていただいています。

少 子化や核家族化によって地域のつながりが薄れつつある時代、周囲に相談できず孤立してしまいがちな高齢者や障がいのある方、子育てや介護をしている方などの身近な相談相手として地域に寄り添う民生委員。同じまちで「みんなで生きてく」住民の一人として地域に貢献する民生委員に、今どんな想いと課題があるのか。今月号は民生委員に迫ります。

見守ってくれる、 その存在は心強い。

一人暮らしの高齢者や障がいをお持ちの方々は、民生委員の存在をどのように感じているのでしょうか。民生委員の二本柳さんが定期的に訪問する渡邊さんとうかがいました。

「私は息子と娘がどちらも関東に暮らしています。娘は毎晩電話をくれるのでありがたいですが、現実的に日々の生活は一人暮らし。腰や膝の曲げ伸ばしに苦労するなか、体調が悪いときもあります。それに、冬は屋根から落ちてくる雪の後始末もありますし、何かと不安は尽きません。そんなとき、やっぱり地域の若い方が見守ってくださるのはとても心強いです。やさしい方ですし、一生懸命になって話を聞いてくれる。何かあったときは相談しようという頼りにしているんです。」

そばにいてくれるだけで心が支えられる。何かあったときに頼りになる人がいる。地域の安心は、そういった地域のつながりから始まります。



川守町にお住まい
渡邊 律さん



むつ市は、
みんながつながるまちづくりを推進しています。
民生委員・児童委員の活動は、
地域と行政をつなぐ大事な活動。
ご興味のある方はご連絡ください

むつ市福祉部福祉政策課
0175-22-1111 (内 2512)



①訪問先では暮らしの近況や身体の調子、困りごとなどが話題に。何事もないことが一番! ②老人憩い施設福寿荘で、たまたま居合わせた体操教室に参加していた原田さんと会話。「今度訪問に来たときに、ちょっと聞きたいことがあるんだよね」。訪問以外にも地域の方々との交流は深い。③別の日に原田さん宅を訪問。「今後とも、何かあったら話を聞いてくださいね」。今自分がどんなことを考えているのか、民生委員に話しておきたいという気持ちに向き合う。④子どもの通学見守り。交通事故や不審者から守るだけでなく、笑顔の会話を通して地域の絆を深める。



「こんにちは、どうしてですか? 変わりはない? お正月お子さん帰ってくるって? じゃ楽しい年末年始になるね。よかった」
訪問先で今日も明るく話をする二本柳さんは、民生委員を務めて4年目です。新潟県出身の二本柳さんは、結婚を機にむつ市へ。友達も親類もないままちで声を掛けてくれたのは、地域の「みんな」でした。
「幼稚園でのママ友達との付き合い合いから始まって、自分から外に出ればどんどん人とのつながりが出来ていくんだなと実感しました。だから、声を掛けられたら、やらないで断るよりま

れど、民生委員活動を通して地域と深くつながり、やっと住んでいる地域の住民になれた気がした。この言葉に私はすごく感動して、受け入れてもらえなくなって、そう思いました」
民生委員は、そのまちなことを知り尽くした人でなければ務まらないのでしょうか。
「私も最初はそう思っていました。地域のエキスパートでなければならぬんじゃないかと、もっと近い世代じゃないと高齢の方は話づらいんじゃないか

ずやってみて、できなかつた時に考えようという気持ちがあつたんです。川守町で女性部を再結成するとなつたときもそうでした。子育て中の自分に周りの方が声を掛けてくださって、みなさんが良くしてくれました」
地域の活動に参加するうち、民生委員をやってみないかという声が掛かった二本柳さん。「まずはやってみる」精神で引き受けた民生委員活動のなかで印象に残る言葉があると云います。
「退任された民生委員さんがご挨拶でこう言つたんです。お勤めしていたりお嫁に来たりで地域との関わりを持ってなかつたけ

とか。でも実際はそうではありませんでした。みなさんすんなり受け入れてくれて、話す相手ができると嬉しいと言われるとこちらも嬉しいですね」
高齢者の方々は、いざれ家族や誰かの世話にならなければならぬことを自分たちも理解している二本柳さん。「それでも、可能な限りは何とか自分でも、可能な限りは何か自分でもやってみようと考えていると思ふんです。そういった方々を見守りお手伝いさせていたたく民生委員に、みなさんも飛び込んでみませんか!」

あなたの大切なひとは、 みんなの大切なひと。

地域の安心を守っていくということ

まちには、高齢者や身体的、精神的、経済的な悩みを抱えている方、小さな子どもなどさまざまな方々が暮らしています。支えになれるのは家族だけではありません。地域のみんながつながることで、安心して暮らすことのできるまち。そんな願いを胸に、日々活動を続ける民生委員さんに密着しました。



民生委員・児童委員
二本柳 裕子さん
むつ市大湊地区民生委員児童委員協議会所属。明るい笑顔で町内のみなさんと積極的に接する。通学の見守り活動への感謝として大湊小の児童たちからもらった感謝状を手に一枚。子どもからお年寄りまで、みんなの頼りになるのが民生委員さんだ。



所属する川守町女性部のサークル「シャドウボックス」にて、趣味のシャドウボックスを制作するメンバー。交わされる会話に詰まっている地域のみなさんの困りごと情報は、民生委員活動の参考になります。

あなたのまちの民生委員・児童委員 (敬称略)

田名部南地区 新町 石田武士 二本柳孝 八木橋清三 向井仁 / 海老川町 川原田俊一 成田次雄 嶋嶋美 / 昭和町 坂本康孝 山口ゆり子 白濱和子 / 緑町 村上準一 菊池美枝 / 下北町 横山美保 / 下北町・港町 横山正敬 / 仲町 藤田直子 / 若松町 佐藤さゆり / 金曲一 佐藤みどり / 金曲二 須藤徳子 / 金曲三 赤井富子 / 苫生町一 大泉登美子 / 苫生町二 / 南町・松原町 鈴木寿子 / 赤川町・南赤川町 畑中みさを / 大曲一 佐々木満 / 大曲二・三 中嶋泰子 / 金谷沢・大室平 黒沼美代子 / 奥内・今泉・石原平 鍋谷昭弥 / 近川 成田豊 / 中野沢 中島麟治 / 主任児童委員 若山睦子 **大湊地区** 山田町 白川光治 三角鶴子 / 山田町・文京町 東とせ / 荒川町・松森町 新谷正利 / 文京町 石田忠哉 實藤直史 / 旭町 佐久間隆司 小林照雄 / 大平町 川森浩史 二階信男 大室洋子 井本勝巳 / 並川町 越藤陽一 / 大湊新町 辻登志雄 / 大湊浜町 布施勝大 / 大湊上町 佐々木マリ子 / 川守町 二本柳裕子 海老名進 菊池三千郎 / 宇田町 柳谷稔 / 桜木町 石澤誠造 坂本悦子 村中祐美子 / 宇曾利川 安野真理子 / 新城ヶ沢 木村遺子 / 城ヶ沢 吉田直子 / 泉沢・永下・近沢 小林均 / 角邊・大川目 潮川嘉光 / 主任児童委員 時田令子 **田名部北地区** 田名部町・本町 / 柳町 西川和生 若佐直子 木村茂 岩崎金蔵 / 柳町・女館 外崎繁夫 / 横迎町 遠藤清晴 宮本歩 / 上川町 木村博 手間本節男 / 小川町 福崎雄次郎 村中純二 山本幸美 吉田信子 吉田温美 / 栗山町 田中由喜夫 / 松山・尻釜・宮後 齊藤茂 / 赤坂・和泉町 宮本由美子 / 土手内 / 最花・斗南岡 田中力雄 / 品ノ木・酪農 堀江和夫 / 品ノ木 中村一 / 金谷 加賀辰也 阿部利男 / 後田・松山・岩葉 工藤孝敏 / 緑ヶ丘 山端正壽 / 十二林 澤谷新一 / 中央 渡邊勲 大林良子 / 南関根・名子・水川目 / 北関根・高梨 杉山和子 / 浜関根 畑中みち / 出戸・川代 遠藤とよ子 / 烏沢・新田 山田あさ / 主任児童委員 川上和枝 **川内地区** 新町(東) 山本柳子 / 新町(西) 渡部あつ子 / 熊ヶ平・板子塚 澤野充子 / 谷地町・上町 松尾真理子 / 浜町・中浦町 森山恵子 / 仲崎(旧道) 渡部節子 / 仲崎(初見) 本多康子 / 仲崎(新道東) 濱中久子 / 仲崎(新道西) 高松節子 / 畷川・戸沢 佐々木アツ子 / 田野沢・石倉 谷川美江子 / 銀杏木・安部城・せせらぎ荘 徳田洋子 / 畑・湯野川 下山サダ子 / 上小倉平・下小倉平 板井久 / 松川 姪名正三 / 宿野部 若本哲男 / 崎崎 中村り子 / 主任児童委員 野坂久美江 佐藤裕子 **大畑地区** 赤川・木野部 佐助川 田嶋優子 / 釣屋浜・二枚橋 高松桂子 / 孫次郎岡・涌館 木村秀子 / 湯坂下 佐藤うめ子 篠原洋子 / 高橋川・小目名・葉研・堂近 山本真 / 兎沢 柳谷直枝 / 南町・松ノ木・観音堂 蝦名昭子 / 本町・松ノ木ノ内土場 伝法百合子 / 本町 中居省悟 / 東町・本門寺前・伊勢堂 佐藤佳子 / 高万坂・庚申堂・東町 海老名淳子 / 新町 佐藤慶一 / 中島 中西輝子 岩崎由美子 / 湊村 野達哉 傳法千代子 / 上野 船木敬夫 / 上野・水木沢 戸田美代 種市テツ / 正津川平 木村和男 / 正津川・正津川平 畑中正彦 / 正津川・正津川高待 湊谷和子 / 関根橋 澤田眞紀子 / 主任児童委員 畑中りつ 石田芳子 **脇野沢地区** 本村 安田祥壽 三上恵 / 小沢 山本敏彦 / 弥生町・港町・瀬野 立石長四郎 / 新井田・奇浪・蛸田・九股 脇江忠廣 / 瀬山・片貝・源藤城 片川春樹 / 主任児童委員 川崎真弓

常用漢字での掲載としています。ご了承ください。

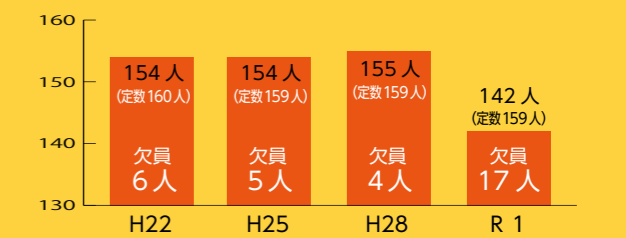


むつ市民生委員児童委員協議会
会長 菊池 三千郎さん

もっと気軽に!

私たち民生委員・児童委員は、地域での暮らしと行政や専門機関とのつなぎ役と言われますが、何か難しい知識を持っていないとできないものではありません。誰だっていつか自分自身も誰かのお世話になるかもしれない中で、「支え合い」として今すぐできる地域に役立つ活動です。民生委員になってみませんか?興味のある方は町内会長さんにご相談ください。

むつ市の民生委員・児童委員数の推移と欠員数



担い手不足による欠員が生じていた民生委員。今年度の改選で前回の約4倍にあたる17人もの欠員が生じた。委員が一人もいない地域も。原因のひとつは担い手の高齢化。若い世代の活躍が期待される。

新たな取組みにも挑戦！

子育て世代包括支援センターオープン！

「子育ての悩みはたくさんあるけれど、いったいどこに相談したらいいのかしら…」妊娠・出産・子育ての情報や相談をワンストップで解決！何かと不安の多い子育て世代を支援する全ての相談窓口をひとつにし、相談者に寄り添いながらお話をうかがう「子育て世代包括支援センター」をスタートさせます。



ここに相談すれば大丈夫！むつ市は、より安心して子どもたちを産み育てられる、未来につながるまちを目指します！

サギ被害防止電話機購入費の一部補助

「もしもし、市役所です。還付金がありますよ！」それ、サギ電話かもしれません。むつ市は、対象となるサギ被害防止電話機等を購入した方に費用の一部を補助しています。被害に遭わないためには、「番号表示を見て相手を確認」「録音機能の活用」「非通知の電話に出ない」など、電話機の機能を活用するのが効果的。市内で65歳以上のご家族がいらっしゃる方はぜひご検討を！



ごみ出し支援モデル事業実施！

「今日は玄関先にごみが無い。何かあったかな？」高齢者や障がいをお持ちの方を対象に、一部地域で試験的に自宅を訪問して収集するごみ出し支援モデル事業を実施しました。委託業者さんが訪問して行く収集は、定期的な見守りにつながり安心・安全な地域づくりに役立ちます。今回は試験的な実施でしたが、今後実用化に向けて取組みの結果を分析してまいります。



毎日を安心して暮らすことのできるまちへ。
みんなが、みんなを支える
まちづくりにご協力ください。

むつ市役所代表電話 0175-22-1111

みんなで見守る協定・認知症の方を見守るネットワーク・いきいき100歳体操については
福祉部高齢者福祉課・地域包括支援センター 内線2556~2558

子育て世代包括支援センターについては
子どもみらい部子育て支援課 内線3713

サギ被害防止電話機購入費の補助については
経済部産業雇用政策課 内線2653

ごみ出し支援モデル事業実施については
民生部環境政策課 内線2461



地

域には、悩みや課題が山積みです。特に、住民の高齢化は顕著。

むつ市は令和元年11月現在65歳以上の人口が1万8677人で、高齢化率32.8%でした。これは「超高齢化社会」と呼ばれ、むつ市の3人に1人が高齢者ということになります。

こういった中で、地域の民生委員には「より日々の生活に寄り添った、心を許せる同じ地域の住人だから果たせる相談相手の役割を担っていただいています。」

しかし、民生委員として活躍いただいているみなさんの中にも、「高齢化」は迫っています。今期、むつ市全体で159名を必要とする民生委員に、17名の欠員が生じたのです。

前述のむつ市地域福祉計画策定に関するアンケート調査の「日常生活で困ったことが起きた場合、手助けは誰が行うべきだと思いますか？」の問いに、10〜80歳の全ての世代で一番多かった回答は「その人の家族」でしたが、続く第2位は「行政機関」でした。

市は、民生委員など地域のみなさまのお力をお借りしながら、市の政策として地域の安心と安全を守っていく流れを作っていかなければならないと思っています。

自助・公助・共助のバランスのとれた地域づくりを進め、少子高齢化が進行する中、誰もが安心して暮らすことのできるまちへ、地域全体で支え合う福祉の充実を図ります。

「みんなで生きてく」という言葉に、みんなが元気で、全部の世代が手を取り合って、お互いが頼りになって、子どもたちが常に笑っているむつ市の未来への希望を込めます。



いきいき100歳体操

自分の健康を維持していくこともみんな生きてく第一歩！

平成14年に高知県高知市が開発したおもいを使ったこの筋力体操は、全国各地に広がっており、年齢で制限されることなく筋力をつけることができること、体操だけではなく地域のつながりが生まれることなど介護予防につながる多くの効果がみられています。

むつ市でも、地域の方が主体となってグループを立ち上げ市内に広がりを見せています。ぜひ、地域のみなさんと取り組んでみませんか。

週に一度のいきいき100歳体操をみんな楽しんで大畑町南町町内会のみなさん。

認知症の方を見守るネットワーク

「認知症は誰でもなり得る、人ごとではないことだと初めて知りました。私にできることから始めていきたいです」地域で認知症の方やご家族を温かく見守る認知症サポーターが全国で1千万人を超え、むつ市でも約4,500人のサポーターが誕生しています。さらにむつ市では、サポーターが半数以上いる事業者や地域団体を認知症サポート事業所(団体)として認定し、認知症を正しく理解したうえで、日頃の業務や活動の中でみんなで見守る地域づくりに取り組みます。



みんなで見守る協定(むつ市高齢者等見守りネットワーク)114者と締結！

「新聞が数日間溜まっているんだけど…」ある見守りネットワーク事業者さんからの通報で救急搬送された方は、今、元気に自宅で生活しています。むつ市では民間事業者等と連携して、高齢者の方々の日常業務の活動を通して見守る体制「むつ市高齢者等見守りネットワーク」を整備しています。昨年度は事業者の皆さんより9件の通報をいただきました。ネットワークに加入していただいている事業者の数は現在114者となり、タクシー、バス、電気、ガス、新聞、食料品、スーパー、保険会社等々、私たちの生活にかかわ

りの深い多種多様な事業者の皆さんが、日頃から高齢者の見守りに一役買っています。「いつもの笑顔と今日はどこか違う!」「決まって挨拶してくれる人なのに、今日は出てこない」など、少しの違和感が早期発見につながります。みなさんのお勤め先でも、見守りネットワークへの加入をぜひご検討ください！





「お知らせ」「募集」など暮らしに役立つ情報をお届けします。

1月1日現在 人口・世帯数

※住民基本台帳による

人口	56,790人 (-62人)
むつ地区	45,146人 (-40人)
川内地区	3,699人 (-18人)
大畑地区	6,512人 (-8人)
脇野沢地区	1,433人 (+4人)
世帯数	28,946世帯 (-26世帯)
()内は前月比	

各種相談日程

法律相談(予約制)

時 2/28(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2/3(月) 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 2/12(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 2/17(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。

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 青森地方労務局むつ支局 ☎ 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。

人権相談

時 2/6(木) 10:00~15:00

場 大畑庁舎2階第2会議室

問 大畑庁舎管理課 ☎ 34-2111
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 問合先・申込先

税

確定申告に関する障害者控除認定書



対象要件全てに該当する方は、所得税・住民税の障害者控除を受けられる場合があります。

障害者手帳などで既に控除を受けている方でも、要介護4・5と認定されている方は、この認定により特別障害者として控除を受けることができます。

▶対象要件

- ・65歳以上の方
- ・本人あるいは扶養者に課税される所得がある方
- ・介護保険で「要介護1~5」と認定された方(12/31現在)

▶申込締切 3/16(月)

▶申込場所

高齢者福祉課・各庁舎市民生活課

▶持ち物

- ・介護保険被保険者証
- ・申請者(代理申請者)の印鑑

▶その他

申込は原則申告する方またはそのご家族です。認定書は判定後、申請者のご自宅へ郵送します。

問 高齢者福祉課 内線 2552

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)

▶いつ 2/25(火)~29(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

税

スマホで確定申告ができます

混雑する税務署へ足を運ぶことなく、ご自宅などから24時間いつでも手続きが可能です。ぜひご利用ください。

※利用可能な項目

収入	給与所得(年末調整済み、年末調整未済、2カ所以上に対応)、公的年金等、その他雑所得、一時所得
所得控除	全ての所得控除
税額控除	政党等寄附金等特別控除、災害減免額

令和元年分の確定申告期限と納期限

申告所得税・復興特別所得税・贈与税 3/16(月)

消費税・地方消費税 3/31(火)

令和元年分確定申告分の振替日

申告所得税・復興特別所得税・贈与税 4/21(火)

消費税・地方消費税 4/23(木)

確定申告作成会場の設置

▶期間

2/17(月)~3/16(月) 9:00~17:00

※土日祝日を除く

▶会場 下北合同庁舎3階

問 むつ税務署 ☎ 22-3294

税

県税の納税は便利で確実な口座振替をご利用ください

本人名義の通帳と預金届出印を持参し、最寄りの取扱金融機関または地域県民局県税部にお申し込みください。

▶口座振替を利用できる県税

- ・自動車税、個人事業税…定期賦課分
- ・法人県民税、事業税…中間申告分 確定申告分
- ・軽油引取税…特別徴収義務者の申告分

問 下北地域県民局県税部納税管理課

☎ 22-8581 内線 203



市・県民税の申告相談は2/10(月)~3/16(月)まで

市・県民税の申告相談を実施します。前年の申告状況を参考とし、申告が必要と思われる方には案内を送付します。なお、申告する必要の有無については、下の表でご確認いただき、申告が必要な方はなるべく定められた日時にお越しください。

▶持参するもの

- ・マイナンバーが確認できるもの(通知カード・マイナンバーカード)
- ・本人確認ができるもの(運転免許証等)

▶申告が必要な方

(昨年1月~12月に収入がある方)

- ・給与収入のみで勤務先で年末調整が済んでいない方
- ・公的年金収入のみで65歳未満かつ収入が98万円を越える方
- ・公的年金収入のみで65歳以上かつ収入が148万円を越える方

(昨年1月~12月に収入がない方)

- ・市内在住者に扶養されていて、扶養者が勤務先へ届け出ていない方
- ・市外在住者に扶養されている方
- ・障害年金・遺族年金のみの方

申告相談受付日程	【むつ地区】	【川内地区】	【大畑地区】	【脇野沢地区】
	会場…市役所本庁舎大会議室B 時間…9:00~16:00 ※3月の土日は9:00~15:00	会場…川内庁舎1階談話室 時間…9:00~16:00 ※①畑地区公民館 10:30~12:00 ※②銀杏木地区公民館 14:00~16:00	会場…大畑庁舎3階第1委員会室 時間…9:00~16:00 ※③赤川地区公民館 10:00~12:00 ※④木野部地区公民館 13:30~15:00	会場…脇野沢地域交流センター会議室 時間…9:00~16:00
月日	地区名			
2/10(月)	上川町、文京町			
11(火)	大字関根			
12(水)	金曲1丁目、荒川町			
13(木)	柳町1~4丁目	熊ヶ平、板子塚	東町、伊勢堂	鹿間平、小サ沢
14(金)	下北町、緑町、港町	椴木、砂浜	湯坂下、薬研、関根橋	小沢、稲平、赤坂
15(土)	緑ヶ丘、奥内			
17(月)	松原町、桜木町		正津川平、正津川戦敷	滝山、七引
18(火)	赤川町、大字田名部(内田、上町、女館、品ノ木、下川、高田、上川)	旧字川内地区	正津川、高待	源藤城
19(水)	田名部阿町、大字田名部(上記以外)		湊村	瀬野川目、黒岩
20(木)	新町	休所	新町、小目名、高橋川	新井田、寄浪
21(金)	金曲3丁目、美里町、川守町	中道、中畑	本町	蛸田、九艘泊
25(火)	昭和町、南町、大字大湊	田野沢、石倉、高野川	本町	
26(水)	大曲、松山町	襲川	庚申堂、筒万坂、本門寺前	桂沢
27(木)	大湊新町、苔生町1・2丁目	松川、葛沢(家ノ上)	二枚橋、大畑道	本村
28(金)	横迎町、大湊上町	蛭崎、戸沢	釣屋浜、孫次郎間、涌館	
29(土)			午前:赤川※③ 午後:木野部、佐助川※④	
3/2(月)	中央1・2丁目、松森町	宿野部	中島	渡向
3(火)	宇田町、山田町		水木沢、戦敷	
4(水)	海老川町、十二林、大字中野沢		上野	全地区(該当する日程が不都合な方)
5(木)	金谷1・2丁目、栗山町		宍沢、堂近	
6(金)	小川町1・2丁目、本町、南赤川町、大湊町、真砂町			
7(土)	全地区(該当する日程が不都合な方)		午前:畑(家ノ上)、湯野川※① 午後:銀杏木、安部城、上小倉平、下小倉平※②	
8(日)				
9(月)	大湊浜町、旭町		南町、松ノ木	全地区(該当する日程が不都合な方)
10(火)	大平町、金曲2丁目			
11(水)	仲町、大字城ヶ沢			
12(木)	若松町、並川町			
13(金)				
14(土)	全地区(該当する日程が不都合な方)			
15(日)				
16(月)				

広報むつが変わりました

MUTSU × Catalog Pocket (カタログポケット)

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いただけますので、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UI/UX提供
日本語・英語・韓国語・中国語(繁体字・簡体字)・タイ語・ポルトガル語・スペイン語・インドネシア語・ベトナム語で情報発信ができます。

PUSH通知 最新の情報発信
お気に入り登録しておけば、発行した際、スマホの画面にPUSH通知が届くため、情報をもれなく届けることができます。

読み上げモード 文書を音声で
読み上げができるため、障害者差別解消法の役割的配慮ができるほか、幅広い世代サービス向上を図れます。

Google play Available on the App Store



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 ジョブカフェ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 2/6(木)・20(木)10:00～17:00
場 むつ来さまい館2階会議室
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。

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 問合せ先・申込先

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11月分 市環境政策課調べ

	11月の値	前年同月	前年同月比
総排出量	1,775 t	1,914 t	-139 t
資源回収量	146 t	166 t	-20 t
資源回収割合	8.2 %	8.7 %	-0.5 %
市民1人1日の排出量	1,041 g	1,100 g	-59 g

【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

戦傷病者相談員 戦没者遺族相談員

戦傷病者、戦没者等について知りたいことや不安に思うことをご相談ください。
▶戦傷病者相談員 北上 日登四
▶戦没者遺族相談員 菊池 正紀
問 福祉政策課 内線 2513

簡単に手続きできます 裁判所の民事調停

民事調停は、裁判官が当事者の間に入って話し合いを進め、問題の解決を図る手続です。近隣トラブル、賃貸トラブル、交通事故などの有効な解決手段としてご検討ください。
問 青森地方裁判所事務局総務課庶務係 ☎ 017-722-5421

シニア生活産業 ビジネスセミナー

人生100年時代、高齢者の生活ニーズは多様化し、シニア向け生活産業ビジネスは市場拡大が期待されています。高齢者向けサービスの全体像と先進的な取り組み事例を聞いてみませんか。
▶いつ (八戸) 2/7(金) 15:30～17:30 (弘前) 2/8(土) 10:00～12:00 (青森) 2/8(土) 15:30～17:30
▶どこで (八戸) ユートリー4階研修室 (弘前) 弘前市民会館2階会議室 (青森) アスパム9階津軽
▶対象 創業希望者、第二創業を検討する中小事業者、介護サービス事業者等
▶定員 各会場30名
▶申込締切 2/3(月)
問 青森県地域産業課創業支援グループ ☎ 017-734-9374

自動車の名義変更・廃車・車検はお早めに！

運輸支局および事務所の窓口は例年3月中旬から下旬に名義変更・廃車・住所変更等・車検の手続きで大変混雑します。名義変更や廃車等の手続きは、待ち時間の少ない3月13日以前に手続きするのがお勧めです。
ユーザー車検はインターネット検査予約サイト「自動車検査予約システム」検索から検査予約ができます。
問 東北運輸局青森運輸支局 ☎ 050-5540-2008

募集 横迎町中央2号線 道路の名称を募集します



一部開通となった横迎町中央2号線の街路樹に桜(ジンダイアケボノ)を予定しています。市では、この道路の名称を募集し決定します。
▶募集締切 2/28(金)
▶応募方法 窓口、電話、FAX、Eメール
問 都市計画課都市計画担当 内線 2742 ☎ 22-9718 E toshikeikaku@city.mutsu.lg.jp

函館～大間航路 法定検査に伴う運休

法定検査に伴い下記期間運休します。
▶運休期間 2/25(火)～3/6(金)
※2/25(火)大間発5便(7:00)と3/6(金)函館発10便(16:30)は運行します。
問 津軽海峡フェリー大間支店 ☎ 37-3111

国民健康保険 優良家庭表彰

一年間継続して2人以上が加入する世帯で、医療機関の受診がなく、市民税の申告を済ませ、国民健康保険税を納期限内に完納した世帯に表彰状と記念品を贈りました。
問 国保年金課国保担当 内線 2433

保険料は年間350円 青森県交通災害共済



令和2年度交通災害共済の予約加入が始まります。
▶会費 1人350円(学童団体は300円)
▶予約受付期間 2/3(月)～3/31(火)
▶共済期間 4/1からの1年間
▶申込方法 町内会・学童団体等を通じて申し込むほか、窓口および各庁舎市民生活課で受け付けています。
問 環境政策課環境衛生担当 内線 2454

高齢者サポートサービス事業について

高齢者を対象とした身元保証や日常生活の支援、死後事務などを行う高齢者サポートサービスが広まってきています。自分の希望をしっかりと伝え、サービス内容や料金などを確認し、預託金などの用途や解約時の返金に関する条件について予め確認しておきましょう。
問 むつ市消費生活センター ☎ 22-1353

小・中学校への就学が 困難な世帯の方へ

経済的な理由で小・中学校への就学が困難と認められる児童・生徒の保護者の方に、学用品費、通学用品費、新入学用品費、宿泊を伴う校外活動費、修学旅行費、学校給食費を支給しています。詳しくはむつ市市民便利帳73ページをご覧ください。
▶受付期間 各学校にて4月1日から
問 教育委員会総務課学務担当 内線 3116

20歳になったら 国民年金

20歳になった方には、日本年金機構から、国民年金に加入したことをお知らせする書類が郵送されます。年金手帳はお知らせとは別に送付されます。※厚生年金、共済年金に加入している方を除く
▶保険料 1万6,410円/月(令和元年度)
経済的な理由などで納付が困難な方には「保険料免除制度」、収入のない学生には保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」がありますのでご相談ください。
問 国保年金課国民年金担当 内線 2443

むつ地区交通安全協会 に加入してください

むつ地区交通安全協会は、道路にのぼりや看板を設置するなど、交通ルール遵守の啓発活動をする社会奉仕団体です。この活動の支えは会員のみならずからの会費と協賛金です。みなさまのご支援とご協力をお願いします。
▶受付 むつ地区交通安全協会(むつ警察署内)
▶料金 年会費600円 協賛金1口5,000円～
問 むつ地区交通安全協会 ☎ 23-6742

医学部に入学する方へ 助成金を交付します



将来医師となる人材を育成し、市の医師不足の解消と市内高校の学力の向上に資するため、大学医学部修学助成金交付事業の対象者を募集しています。
▶助成対象者 市内の高校を卒業した方で平成29年度以降に大学の医学を履修する課程に入学し修学する方
▶助成額 年額50万円
問 教育委員会総務課学務担当 内線 3116

令和2年度 むつ市奨学生募集

▶募集対象 市内に住所を有する方の子で、令和2年4月に入学予定または在学中の学校の修学期間が2年以上あること
▶募集人員・貸与額 高等学校 10名・15,000円/月 高等専門学校、短大、大学、大学院 30名・30,000円/月 専修学校、専門学校、各種学校 10名・30,000円/月
▶受付期間 3/2(月)～4/10(金)
▶応募方法 2/17(月)から配付の申込書類に必要事項を記入し提出
▶応募書類の配付・受付場所 教育委員会総務課、川内公民館、大畑公民館、脇野沢公民館
問 教育委員会総務課学務担当 内線 3116

広報むつが変わりました

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UI/UX
日本語・英語・韓国語・中国語(繁体字・簡体字)・タイ語・ポルトガル語・スペイン語・インドネシア語・ベトナム語で情報発信ができます。

PUSH通知
お気に入り登録しておけば、発行した際、スマホの画面にPUSH通知できるため、情報をもれなく届けることができます。

読み上げモード
文章を音声で
読み上げができるため、障害者差別解消法の合理的配慮ができるほか、幅広い世代サービス向上を図れます。

Available on the App Store

広報 MUTSU 2

-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



春夏秋冬

俳句

着ぶくれてごろんと転ぶ齢かな
 着ぶくれば雪降る話していたり
 雪道にくつきり夫の千鳥足
 急ぎたる畑の片づけ雪催
 秋バラに施肥し一年ねざらへり
 さあ来いと大鉢家へ冬支度
 かがなべて短日の船待つ漁婦
 健啖の夫のお代わり雑煮椀

篠塚 マサ
 土佐 白園
 雪田 一石
 飯田 知克
 瀬川 文香
 奈良 和子
 宮下 和子
 川口 巖溪
 工藤 千紗子

川柳

葉の一枚遺言状もなく落ちる
 薄氷り割った私の強い靴
 爺よりもアンパンマンとアイスです
 軍艦マーチがパンコン玉を追う

石倉 岳人
 高橋 星湖
 吉村 看伍
 瀧尻 善英

短歌

神楽舞ひ刀手渡すお役目は見習ひらし中学一年
 朝夕に拝する不動尊今朝は笑む吾が誕生日言祝ぐごとく
 ささやかな吾れの驕りか風のなき師走朱塗りの飾台購ふ
 来日のローマ教皇核廃絶平和をアピール
 下北半島は晴れ
 山田悦子
 中村 弁子
 布施 汎子
 樋口 綾子

募集 市営住宅入居者募集

緑町団地 1戸
 家賃1万7,500円～3万4,400円
 ※変更となる場合があります。
▶募集期間
 2/3(月)～14(金)※土日祝日を除く
問 まちづくり推進課住宅政策担当 内線 2757

募集 県営住宅入居者募集

昭和団地1戸・金谷団地2戸
 4/1(水)入居予定
 ※募集住戸が変更となる場合があります。詳細はお問い合わせください。
▶募集期間
 2/3(月)～10(月)※土日を除く
問 青森県営住宅等指定管理者 東洋建物管理むつ営業所 ☎ 23-4884

来さまい館2月教室

パッチワーク(13:00～15:00)
▶いつ 2/7(金)・14(金)・21(金)・28(金)
セルフリンパケア(10:00～12:00)
▶いつ 2/8(土)・12(水)・29(土)
スタンドグラス風アート(10:00～12:00)
▶いつ 2/13(木)
ハーバリウム(10:00～12:00)
▶いつ 2/8(土)・15(土)・28(金)
プリザーブドフラワー(10:00～12:00)
▶いつ 2/22(土)
布小物(10:00～12:00)
▶いつ 2/6(木)・21(金)
リボン刺繍(10:00～12:00)
▶いつ 2/3(月)・17(月)
骨盤ケア(10:00～12:00)
▶いつ 2/13(火)・25(火)
▶どこで むつ来さまい館
問 田名部まちづくり(椿) ☎ 34-9761

就職活動をサポートします

ジョブカフェあおもりサテライトスポットむつは、就職活動をさまざまなサービスで支えます。
▶サービス内容
 ・キャリアカウンセリング
 (就職や仕事に関する相談、履歴書・職務経歴書など応募書類の添削、パソコンを使用した応募書類の作成指導、面接練習、職業適性診断の結果解説など)※雇用保険受給者の方の求職活動の実績となります。
 ・職業適性診断
 ・パソコン利用
 ・書籍閲覧
 ・ハローワークコーナーでの求人検索
 職業相談・職業紹介
▶対象 45歳未満の求職者
問 ジョブカフェあおもりサテライトスポットむつ ☎ 22-1146

合同企業説明会開催

県内外の企業等の人事担当者等による企業説明のほか、職業適性診断コーナー、職業相談コーナーを設置します。
▶いつ 青森3/4(水)12:50～16:00
 弘前3/5(木)12:50～16:00
 八戸3/10(火)12:50～16:00
 (青森)ホテル青森3階「孔雀の間」
 (弘前)アートホテル弘前シティ「プレミアホール」
 (八戸)八戸プラザホテル別館「アーバンホール」
▶対象 令和3年3月卒業予定の大学生、短大生、専門学校等、大学等3年以内既卒者
▶参加企業 青森・八戸会場約70社
 弘前会場約50社
▶参加費 無料
問 ジョブカフェあおもり ☎ 017-731-1311

募集 大湊小学校子ども教室コーディネーター募集

大湊小学校子ども教室での活動(学習・スポーツ・文化活動等)の企画、学校・地域・保護者等との連絡調整を行うコーディネーターを募集しています。
▶期間 4月から3月までの1年間
▶対象 概ね20歳以上で心身ともに健康な方
▶定員 1名
▶申込方法 市ホームページから登録申込書をダウンロードし必要事項記入の上提出
▶募集締切 3/6(金)17:00
問 生涯学習課 内線 3143

募集 令和2年度介護予防推進員募集

▶募集人員 1名
▶面接日 2/29(土)
▶申込締切 2/20(木)※郵送必着
▶申込方法 1/24(金)から窓口で配付の指定の履歴書に必要事項を記入(市ホームページからダウンロード可能)。
問 高齢者福祉課地域包括担当 内線 2556

募集 花咲か大作戦2019冬の陣

桜の木の剪定講習会を開催します。町内の緑地や職場などで剪定の実務に携わっている方向けの講習会です。実技も行いますので、高枝鋸など普段お使いの剪定道具をご持参ください。
▶いつ 3/3(火)10:00～12:00
 ※荒天時は翌日に延期
▶どこで 早掛レイクサイドヒルキャンプ場
 ※早掛沼公園駐車場も利用できます。
▶申込方法 電話または窓口で申込
▶申込締切 2/25(火)
問 都市計画課みどりと景観担当 内線 2745

募集 むつ市農業委員・農地利利用最適化推進委員募集

7月14日に任期満了となる農業委員と農地利利用最適化推進委員を募集します。なお、両方の委員に推薦・応募できますが兼務はできません。
▶農業委員(19名)
 月額報酬3万5,000円(会長職は5万7,000円)、その他費用弁償
▶農地利利用最適化推進委員(10名)
 月額報酬2万5,000円、その他費用弁償
▶任期 令和2年7月15日から3年間
▶申込方法 様式および募集要項は窓口および分庁舎で配付します。また、募集要項は市ホームページでも確認できます。
▶募集期間 1/27(月)～2/25(火)
問 農業委員会事務局 内線 3511

募集 県立障害者職業訓練校令和2年度訓練生募集

▶募集概要

デジタルデザイン科	15名
OA事務科	15名
作業実務科	10名

▶募集締切 2/4(火)
▶試験日 2/10(月)
▶訓練期間 1年間
問 障害者職業訓練校訓練課 ☎ 0172-36-6882

創業支援セミナー

創業支援のプロである金融機関職員が成功・失敗の実例について討論します。創業支援制度もご紹介します。
▶いつ 2/20(木)17:30～19:00
▶どこで むつ来さまい館2階会議室
▶申込締切 2/18(火)
問 産業雇用政策課 内線 2652

大規模MICE開催費助成金のご案内

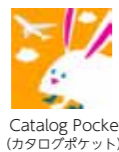
研修やセミナー、会議などさまざまなMICEを開催する際の開催経費(会場費や講師謝金、通信費等)に利用できる助成金制度です。
 現在、来年度以降開催分の申し込みを受付中です。
 ※MICE・・・会議や研修会(Meeting)、報奨・研修旅行(Incentive Travel)、国際会議(Convention)、展示会・見本市・イベント(Exhibition/Event)等の総称
▶助成対象
 県内で開催されるMICEで、県外からの延べ宿泊数が100泊以上のもの(100泊未満への助成金もあります)※各県が持ち回り順で開催するもの、営利目的のもの、行政から別の助成を受けているもの、行政や行政と関わりの深い団体が主催するもの、スポーツ大会は助成対象外となります。
▶助成金額 30～300万円(宿泊数による)
問 むつ下北コンベンション誘致推進協議会(むつ商工会議所内) ☎ 22-2282

シニア起業入門セミナー

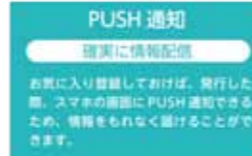
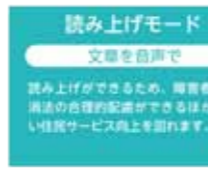
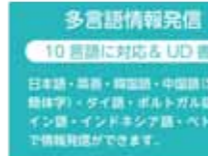
好きなことや趣味を仕事にしてセカンドライフを充実させたいシニア世代の方へ楽しみながら起業する「趣味起業」の専門家が「趣味起業」のコツをお話しします。
▶いつ 3/5(木)18:00～19:30
▶どこで AOMORI STARTUP CENTER(青森商工会議所会館1階)
▶対象・定員 50代以上の方・50名(興味があればどなたでも参加可能)
▶申込締切 2/28(金)
問 青森県地域産業課創業支援グループ ☎ 017-734-9374

青森県 創業支援 検索

広報むつが変わりました



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りますので、ぜひご家族ご親戚に教えてあげてください!



-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



2/8(土)～24(月) トントウのとびだす絵本の世界展

人気のとびだす絵本 60 点の展示。
とびだす絵本づくりもしてみませんか。(数量限定)
▶どこで トントウビレッジ
▶参加費 無料
問 トントウビレッジ ☎ 48-2777

2/16(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 2/1～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

2/16(日) 10:00～ キタモリ Week vol.5 ～冬あそび～

北の防人大湊エリアで冬ならではの遊びを楽しみませんか?
▶どこで 水源池公園周辺
▶どんな
雪上かるた、カンジキ体験、雪だるまづくりなど
問 事務局 伊藤 ☎ 090-2796-3968

2/18(火) 14:00～15:00 中央公民館 16 ミニ映画上映会

つどいの場です。入場無料。申込不要。お気軽にどうぞ。
▶上映作品 下北半島の魅力
問 中央公民館 ☎ 24-1224

むつ科学技術館 2月の催し

シアター上映
「鶴の恩返し」「狼・ウルフ」
※シアター内でキッズコーナー開設中
つくってたいけん工作
「おきあがりこぼしをつくろう！」
問 むつ科学技術館 ☎ 25-2091

Events

これから開催される「イベント」情報をお届けします。

2/2(日) 13:00～ 第35回下北地区子ども会郷土芸能発表会

子どもたちが各地区に伝わる郷土芸能を発表します。ご来場お待ちしております。
▶どこで
下北文化会館大ホール
▶出演団体(予定)
むつ地区・・・奥内山鳩子ども会
大畑地区・・・東町太陽子ども会
大間町・・・大間稲荷丸
東通村・・・小田野沢子ども会
特別出演・・・小川町第二百合保育園
問 下北地区子ども会育成連合会事務局(中央公民館内) ☎ 24-1224



2/11(火・祝) 9:00～16:00 本州最北端の小さなスキー場 ゲレンデまつり The Final

これまでご利用いただいたみなさまに感謝の気持ちを込めて、ゲレンデまつりを開催します。
雪像やタイヤチューブスライダーなど、家族・友達と楽しめるイベントがいっぱい! 110円ミニ屋台コーナーや手作り体験もあります。
※当日はロープトゥ無料開放
▶どこで むつ市兔沢スキー場
問 むつ市教育振興会 ☎ 34-4664



2/16(日) 冬のイベント

家族・友人と一緒に雪の中で遊ぶ楽しさを味わってみませんか。
▶どこで むつ市下北自然の家
▶料金
3歳以上 800円(食事代・教材代等)
※3歳未満は無料ですが食事はつきません。
▶対象
子どもだけの参加は小学3年以上
▶定員 100名
▶申込期間 1/27(月)～2/7(金)
問 むつ市下北自然の家 ☎ 34-6151



赤十字活動をご支援ください

日本赤十字社青森県支部では、地震や台風により被害にあわれた方々へ支援を行っています。
また、防災・減災に関する講習会やボランティア活動などを実施しています。これらの活動を支えているのは、みなさまからの寄附金です。赤十字活動資金へのご支援とご協力をお願いします。
赤十字会員入会希望の方 2,000円～
赤十字協会員 300円～
寄附希望の方 100円～
▶期間 2月～11月
▶受付 市内町内会長および市福祉政策課
問 福祉政策課日赤担当 内線 2511

第19回秋田県人会

▶いつ 2/15(土) 18:30～
▶どこで プラザホテルむつ
問 小林 ☎ 090-5843-9119

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。
楽しい介護予防運動(ベタンク)
▶いつ 2/4(火) 11:00～12:00
▶どこで むつ来さまい館
▶講師 むつ市下北自然の家
体力測定会
▶いつ ①2/8(土) 10:00～12:00
②2/18(火) 10:00～12:00
③2/20(木) 10:00～12:00
▶どこで ①中央公民館3階会議室
②むつ来さまい館
③大畑公民館集会室
▶講師 むつ市健康づくり推進課
問 りんどうの会 菊池 ☎ 090-1494-5544

第44回交通安全作品 コンクール入賞作品展

▶いつ 2/22(土)～28(金)
※28(金)は14:00頃まで
▶どこで むつ来さまい館
問 むつ市交通問題対策協議会事務局(環境政策課内) 内線 2453

黒森山登山

むつ市下北自然の家・黒森山ヘスノーシューでのトレッキング登山です。下山はヒップスライダーでお尻滑りを楽しんでみませんか。
▶いつ 2/22(土)※荒天時室内活動
▶集合 むつ市役所正面玄関前 8:00
※むつ市下北自然の家のバスを利用
▶参加費 無料(※保険は各自)
▶定員 20名
▶持ち物 昼食、飲料、行動食、防寒具、運動靴室内用、スノーシュー、着替え
※スノーシュー、かんじきが無い方は申し込み時に申し出てください。
▶服装 野外活動に適した服装、登山靴、スパッツ
▶行程表 市役所 ATM 前の掲示板で配付
▶申込締切 2/13(木)
問 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)

入門太極拳体験会へ 参加してみませんか

みなさんと一緒に太極拳を楽しみませんか。
▶いつ 3/6(金)・13(金)・20(金)
各日程 13:00～14:00
▶どこで 下北文化会館リハーサル室
▶参加費 無料
▶持ち物
運動ができる服、底の薄いシューズ
問 むつ市武術太極拳連盟事務局 川村 ☎ 24-2497

むつ市民大学公開講座 閉講式記念講演

テーマ「地域に元気を！」
▶いつ 2/13(木) 13:30～15:30
▶どこで 中央公民館講堂
▶講師 (有)真心堂 代表取締役社長 高屋龍一氏
問 中央公民館 ☎ 24-1224
問 川内公民館 ☎ 42-3113
問 大畑公民館 ☎ 34-2321
問 脇野沢公民館 ☎ 44-2110

小・中学校の体育館を 開放します

▶利用期間 4/1～9/30
▶開放日時 月曜～土曜 19:00～21:00
▶利用可能な体育館
大湊小、奥内小、二枚橋小
むつ中、大平中、大湊中、近川中
▶申込方法
窓口で配付する書類(市ホームページでもダウンロードできます)に必要な事項を記入し提出
▶申込締切 2/21(金)
問 市民スポーツ課 内線 2472

相続登記はお済みですか 無料相談会を実施します

▶いつ 2/3(月)～2/28(金)
※土・日・祝日を除く
▶相談場所 県内の各司法書士事務所
※事前予約が必要です。
▶相談内容
相続登記および法定相続情報証明制度
▶費用 初回無料
※2回目以降や具体的な手続きは有料です。
問 青森県司法書士会 ☎ 017-776-8398

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



健康・子育て 応援コーナー

この字、どうやって書く？ “How Do You Write This?”

むつ☆ Walker チームチャレンジ

さまざまなミッションをクリアしていくことで、楽しく成果を実感しながら、運動習慣を身につけられる「むつ☆ Walker」!

3~5人のチームで平均歩数を競う「第1回チームチャレンジ」が10月1日から11月30日にかけて開催されました。初開催の今回は41チームが参加し、上位10チームに地場産品の景品が贈られました。

第2回は1月31日までチームを募集中。チャレンジは2月に開催しますのでぜひご参加ください。

健康づくり推進課 内線 2574

上位入賞チームの声



第2位 宇田磨会(友人と)
「楽しんでチャレンジに参加できました。今後も頑張ります」

第3位 ウエルネス(職場で)
「おもしろいチャレンジでした。次回も上位目指して頑張ります」

順位	チーム名	通算平均歩数
第1位	Chop	1,319,243 歩
第2位	宇田磨会	1,162,487 歩
第3位	ウエルネス	1,126,663 歩
第4位	HIMAYO	890,355 歩
第5位	かわむら一ず	855,913 歩
第6位	じおたろう	807,384 歩
第7位	チーム bad	765,821 歩
第8位	おかもとず	723,757 歩
第9位	タラちゃん's	705,697 歩
第10位	MY★S	682,656 歩

ムチュ☆らんどに遊びにきてみませんか

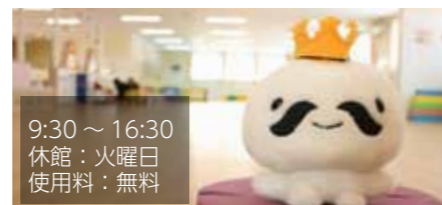
ムチュ☆らんどは天候に関係なく遊べる室内遊戯施設です。発達に合わせた遊具があり、親子でゆっくり過ごすことができます。

また、毎月いろいろなイベントを計画しており、2月・3月は季節の製作を予定しています。

おうちの方と一緒に楽しめますのでぜひご参加ください。お待ちしております。



ムチュ☆らんど 2月のイベント



日	イベント名	時間
14日(金)	すくすく赤ちゃん計測・相談	10:00~12:00
17日(月)	子育てメイト会	10:00~11:30
19日(水)	おひな様のせいさく	10:30~11:00
20日(木)	健康チェックコース	10:00~12:00
26日(水)	子育てメイト会	10:00~11:30

※むつ☆健康フェスタはムチュ☆らんど利用者に限ります。
問 ムチュ☆らんど ☎ 23-6305

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 23-6305 (キッズパーク)

2月の献血受付日程

日	受付場所	時間
8日(土)	マエダストアむつ中央店	10:45~12:00 13:30~16:30
9日(日)	ユニバースむつ旭町店	9:30~12:00 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

2月の夜間在宅当番医

日	診療時間	連絡先
2日(日)	19:00~22:00	☎ 22-2512
9日(日)		☎ 28-4550
11日(火)		☎ 23-0120
16日(日)		☎ 23-0033
23日(日)		☎ 33-8001
24日(月)		☎ 24-2055

※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

2月の夜間お薬電話相談

日	受付時間	連絡先
2日(日)	18:00~22:00	☎ 31-2200
9日(日)		☎ 090-7337-7838
11日(火)		☎ 0120-88-4721
16日(日)		☎ 22-0118
23日(日)		☎ 0120-88-4721
24日(月)		☎ 090-2361-9387

問 休日お薬電話相談事務局 (七福薬局むつ内) ☎ 34-9490

When I was in elementary school, we had lessons on how to write in cursive. We didn't need to use it in our homework, but I always thought cursive was fun to write.

小学校の頃、授業中に”cursive writing”, “筆記体”で文字を書く練習がありました。特に課題で使う必要はありませんでしたが、筆記体で書くのは楽しいと思った記憶があります。一つ一つの文字がまるで絵に見えて、それに、たくさんアメリカの重要な書類、例えば「アメリカ独立宣言」は、全て筆記体で書かれています。

でも最近のアメリカでは、学校では筆記体を教えるなくなりました。中国語と日本語の草書体のように、文字を連結させ、一本の筆線で書いているため、筆記体の利点は速く書くことができることと思われたが、それは本当かどうか疑問というわけで、授業中の筆記体練習が減ってきました。(ちなみに、草書体ことを“grass script”と英訳されることがありますが、それは昔からの誤訳です!中国語で「草」の意味は植物の草だけではなく、「ざんざい」、「雑な」という意味もあります。)

この頃は、公文書などに名前を記入する時しか筆記体で書いていません。そもそも、今の時代にはなんでもかんでもパソコンスマホで書いているので、手で書くことが少なくなってきたという気がします。

大学の頃に日本語を勉強した時、もちろんたくさん漢字を書く練習もありました。宿題で同じ漢字を何度も何度も書いたら、覚えるようになりました。ですが、実際に日本で働き始めたら、

手で書く必要があることはほとんどありません。結果的に、たくさん今まで学んだ漢字を忘れてしまいました。読める漢字は多いですが、見ないで手で書くのは難しいです。このことは、最近ニュースを見ると問題になっているらしいです。日本でだけでなく、中国、台湾、漢字を使う国の中では、パソコンとスマホが普及したので、漢字を手書きする機会が減っています。

個人的に、折角学んだことを忘れてしまうのはとても寂しいことだと思いますから、もっと手で漢字を書いてみたいと思います。でもパソコンとスマホの普及は別に悪いこととは思っていません。今の時代には日常生活に必要とも言えるでしょう。ただ、自分にとって漢字を書くのは楽しいから、これからも勉強し続けたいと思います。

レイチェル&アンジェラと Free Talking

- いつ 2/4(火) 10:00~11:30
2/12(水) 14:00~15:30
2/20(木) 10:00~11:30
2/26(水) 14:00~15:30
- どこで ミニストップむつ市役所店

ムチュリーディング ~英語で読み聞かせ~

- いつ 2/6(木) 15:30~16:15
- どこで 図書館児童コーナー
- 問 企画調整課国際交流担当 内線 2314

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。

Cafe GenGO! LanguageExchange

お互いに英語も日本語も学びませんか? 1時間の勉強の後で食べながら交流しましょう! 初心者でも誰でも大歓迎です! 申し込みは不要です。

- いつ 2/19(水) 18:00~20:00
- どこで ディスカバリーカフェ 2F
- 参加費 無料(食事は自己負担)
- 問 企画調整課国際交流担当 内線 2314

第3回国際交流カクテルパーティ

アメリカのお酒文化に触れてみませんか? 色々なカクテルを作ったり味わったりしましょう。バレンタインのすぐ後なのでデザートも準備しますよ!

- いつ 2/15(土) 18:30~20:30
- どこで まさかりプラザ3階
- 参加費・定員 2,500円・30名
- 申込締切 2/13(木)
- ※締切後のキャンセルは参加費をいただきます。
- 問 企画調整課国際交流担当 内線 2314



アンジェラのよもやま話
Angela's Yo Mo Ya Ma Story

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

— むつドライブイン —

海軍コロッケ
¥200 円 / 個 (税抜)
※定食は 800 円 (税抜)



大湊海自カレー (第 25 航空隊)
¥1,100 円 (税込) ※1日限定 20 食

「むつ市のうまいは日本一!」というフレーズにもあるように、食で観光客に来てもらえるようになってきたと思うんです。食に携わる人間としてできることは、美味しいものを作って満足してもらうこと。それが結

果として食でむつ市を PR することに繋がればと思うんです。自衛隊グルメを始めてから隊員のみなさんと交流が活発になったのも嬉しかったですよ!」
そう話す鳥山さん。大湊海自カレー、大湊海軍コロッケ、大湊 Sora 空っ! を始めお店で提供している料理の数々はボリューム満点。テイクアウトも可能。
「お客さんにお腹いっぱい食べてもらって元気になってお店を出てもらえると本当に嬉しいですよね。」
うちはスタッフ全員でそんなことを考えながらやっていますよ。元気が一番大事!

むつドライブイン
むつ市大曲 3-7-16
☎ 0175-22-4708
〈営〉10:00 ~ 17:00
〈定休日〉火曜日



鳥山和之さん

大湊 Sora 空っ!
ガメどん(丼)
¥980 円 (税込)

ガメどん(丼)の紹介



これはもう、
ジオなものの
代表者



下北(ジ)オでん
¥660 円 (税込)

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

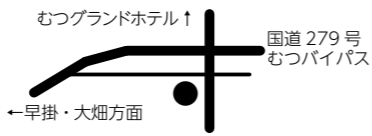
— 下北(ジ)オでん —

和風ダイニング みつのがや。

むつ市上川町 2 - 39
☎ 0175-23-2115
〈営〉11:00 ~ 14:00
17:00 ~ 22:00
〈定休日〉水曜日



料理長の大平博信さん



むつブランドホテル↑ 国道 279 号 むつパイパス
←早掛・大畑方面

「予想より多くのお客様に食べていただいで、自分たちが一番びっくりしています」と昨年 2 月

出汁こだわりの「みつのや」の 下北(ジ)オでん

海のもの、山のものが一皿に! 下北は海底堆積物や火山の噴出物などから成る大地と 3 方を囲む特徴が異なる海、そして歴史的に各地からの移住者を受け入れ、時間をかけて馴染み、混ざり合っている現在の文化が成り立っています。海のもの、山のもの、他所のもの、一つの鍋で長時間煮込む。これぞまさに現在の下北を表現した下北(ジ)オでん。

の販売開始以降、好評ぶりを教えてくれた大平さん。「みつのや。」と言えは「だし」と言うほどこだわりのあるおでんの出汁には地酒開乃井が使われています。お店では、食材もむつ市で獲れた大根やたまご、練り物もむつ市産の海産物を手作りでという徹底ぶり。
「知れば知るほど、味わうほどに下北で獲れた特産品や加工品って本当に美味しいんです。まだ 1000 食。もっと多くの人にむつ市の、下北の食は美味しいって知ってもらいたいですね」と話す大平さん。
評判の下北(ジ)オでん。お店ではもちろん、イベントでも味わうチャンスが巡ってきてそうです。

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

— さつまいものレモン風味 —



材料(お弁当 4 人分)
さつまいも 140g
だし 250cc
砂糖 小さじ 2
しょうゆ 小さじ 1
レモンの輪切り 4 枚
(皮をむいたもの)

1 人分栄養価 56kcal 塩分 0.5g



- 作り方 -



① さつまいもを皮付きのまま 1cm 厚さの輪切りにし、水に 2 分さらす。



② 輪切りレモンは半分に。



③ 鍋にすべてを入れ煮立ったら弱めの中火に。やわらかくなるまで 5 ~ 6 分煮る。



④ さつまいもの甘味とレモンの酸味があっさりさっぱり落ち着くお味! 箸休めにもぴったりです!

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

「新刊図書」「日曜シネマ」などの図書館の情報をお届けします。

図書館のススメ

新刊ピックアップ



大天使はミモザの香り
高野 史緒 / 著 (講談社)



女 40 代の体にミラクルが起こる! ちえぶら体操
永田 京子 / 著 (三笠書房)



これはボール
ベックスタントン / 作 (永岡書店)

時価 2 億のヴァイオリンが消えた。ヴァイオリンの名器「ミモザ」が消失! パトロンのマダム、実直なヴァイオリン職人、ヨーロッパ貴族、才媛の秘書、イケメンコーディネーター…。誰にも不可能で、誰もが怪しい。アラフォー地味美人 × 天才(?) 高校生コンビにこのトリックは解けるのか!?

40 代の今こそ、知っておきたい更年期のこと。女性ホルモンの変化による、心と体の不調に、自律神経も整うと大好評のケア体操! 体の不調解消、美・魅力 UP、心の安定。3 つまとめて叶う。女の人生は忙しい! だから…もっとずーっと快適に生きるコツ!

「これはボール」という文に添えられているのは四角いブロックの絵。同じものを見ている、そのものに対する自分の認識と他人の認識は違うこと。さらに言葉で自分の考えを表現することの難しさ。言葉のキャッチボールを楽しむんでいるうちに子どもたちの思考力と表現力は磨かれていくのです。

2 月の日曜シネマ

▶ いつ 2 / 9 (日) 14:00 ~ (字幕版)
2 / 23 (日) 14:00 ~ (字幕版)



▶ どんな 『ミツパチのささやき』 (1973 年・スペイン・99 分)
▶ 出演 ビクトル・エリセ、アナ・トレントほか

2 月の休館日 2/26 (水) ・ 2/27 (木)

開館時間 火曜～金曜 9:00 ~ 19:00 土・日・月・祝日 9:00 ~ 17:00
☎ 市立図書館 ☎ 28-3500 <https://www.city.mutsu.lg.jp>

知っておきたい!

防災 減災 知恵袋

Vol.8 除雪作業は細心の注意を払おう



雪がちらつくこの季節、自宅や近所での除雪作業には細心の注意が必要です。冬期の事故は、除雪作業が原因であるものが多く、特に自宅の屋根の雪下ろしや雪かき等の作業中に発生するものがほとんどです。

除雪作業に対する慣れや過信、油断をすることなく、除雪中の事故防止 10 か条を心がけて、無理のない範囲で行いましょう。

☎ 防災安全課 内線 2134



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



1 姉妹都市の友好を深め 25年

6~12 むつ市ジュニア大使ポートエンジェルス市訪問

1月6日から12日にかけて、むつ市の姉妹都市であるアメリカ合衆国ポートエンジェルス市をジュニア大使10名が訪問しました。

ポートエンジェルス市のステーブンス中学校の生徒たちとの交流やホームステイ、シアトル市のワシントン大学や日本国総領事館などの見学を通じて見識を広げてきたジュニア大使たち。四半世紀に渡る取り組みが互いの都市の発展を進化させます。

1/4 心と体を清めて新年を

Sat むつ青年会議所寒中御祓

むつ青年会議所（高屋龍一理事長）のみなさんが田名部神社で寒中御祓を行いました。

白装束姿に替り社殿で厄払いをしてもらった後、ふんどし姿で手水舎へ向かうみなさん。凍えるような寒さの中、気合いを入れて桶に張った水を頭から掛けて煩惱を払いました。「新たなスタートを気合いを入れて始めようと思った」と話す高屋理事長。より良い地域づくりを目指して61年目のむつ青年会議所の活動がむつ市の発展を支えます。



市制施行60周年を記念して製作したムチュランのLINEスタンプが1月から販売開始されました。

その原案を作成したのはなんと市内の高校に通う18名のみなさん。携わってくれた「まさかり高校 SMILE Project」のみなさんにお話を伺いました。

「普段使っているLINEスタンプを私たちが考えるというとても貴重な体験をさせてもらいました」と話すのはプロジェクトリーダーの大湊高校川内校舎2年の成田夢愛さん（後段右から2人目）。

海上自衛隊があるむつ市だからこそ知っている「きんよう日はカレーよう日」「エモいわあ」など高校生ならではのアイデアが活かされたデザインや「ありがと」「よろしく」など普段から使いやすいデザインのスタンプなど延べ113種類のデザインを高校生が提案し、デザイナーが校正を重ね40種類のスタンプができあがりました。

「地元の人にも県外に住む人にも使ってもらえたらむつ市をもっとPRできると思っています」と話す高校生たち。

愛らしいムチュランスタンプが全国へ広がります。

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。



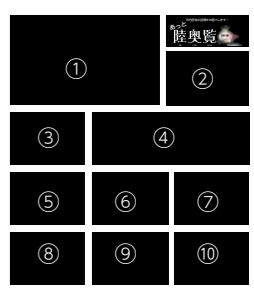
1/12 大人に、成る

Sun 令和2年むつ市成人式

今年度の成人式は、428名の新成人が出席のもと令和初の成人式として下北文化会館で開催されました。どの新成人にも笑顔があふれ、むつ市の未来に希望を感じた成人式となりました。

①⑥⑨久しぶりの再会を祝して記念撮影。今は活躍の場はそれぞれでも、これからも同じ地元の仲間だ。②笑顔あふれる成人式会場。③一生に一度の成人式を友人たちと記録に残す。④市民歌斉唱。「むつの風に吹かれて もっともっと しあわせ

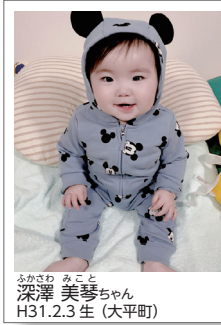
になろうよ」。会場全体が大人になる決意と、未来への希望に満ちあふれた。⑤式典司会を務めた井田光哉さん。高校進学からむつ市を離れ、今感じる地元への想いを語って式典が始まった。⑦成人代表として挨拶した若狭大征さん。大人になった責任の重さを感じ、これからの人生の歩みを確かなものにする決意を語った。⑧⑩祝辞を述べる宮下むつ市長と大瀧むつ市議会議長。むつ市の未来を担う若者たちへ熱いエールを送った。



広報むつは、より見やすい紙面をめざし縦じつをなくしました。ご理解をお願いします。



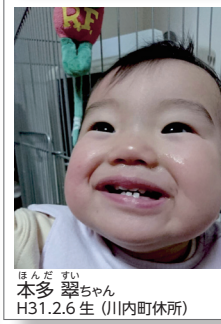
きだち りんく
木立 凜空くん
H31.2.3生 (松山町)



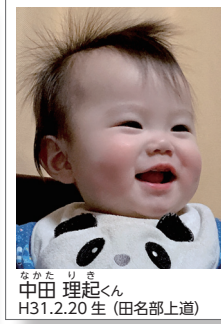
ふかさわ みこと
深澤 美夢ちゃん
H31.2.3生 (大平町)



いしやま いちか
石山 依愛ちゃん
H31.2.4生 (並川町)



ほんだ ずい
本多 翠ちゃん
H31.2.6生 (川内町休所)

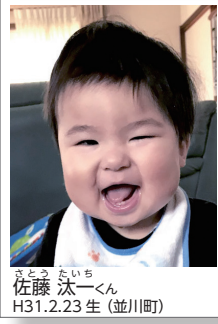


なかた りき
中田 理起くん
H31.2.20生 (田名部上道)

むちゅっこ Happy Birthday

2月生まれ

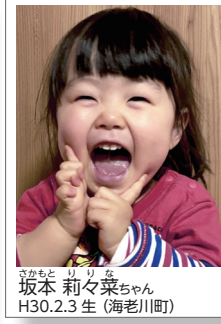
ハッピーバースデー!
おめでとう!!
なのじゃー



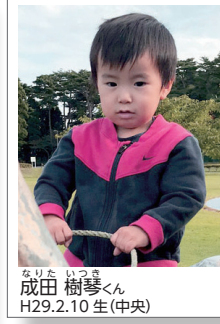
さとう たいち
佐藤 汰一くん
H31.2.23生 (並川町)



はたなか 葵ま
畑中 葵摩くん
H31.2.28生 (田名部斗南岡)



さかもと りりな
坂本 利々菜ちゃん
H30.2.3生 (海老川町)



なりた じつむき
成田 樹夢くん
H29.2.10生 (中央)



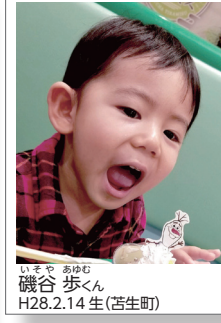
ながない ひろか
長内 陽香ちゃん
H29.2.22生 (大畑町新町)



いぐち かな
井口 佳奈ちゃん
H28.2.8生 (大湊上町)



やまや まさき みゆき
山谷 将輝くん・美雪ちゃん
H28.2.13生・H31.2.20生 (若松町)



いそや あゆむ
磯谷 歩くん
H28.2.14生 (若生町)



のぐち こうま
野口 煌真くん
H27.2.1生 (山田町)



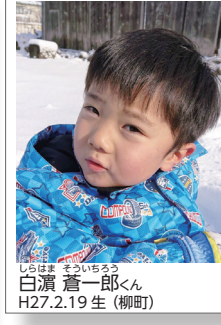
はまなか さくら
濱中 咲良ちゃん
H27.2.2生 (川内町板子塚)



おおみ あつ
近江 明鶴ちゃん
H27.2.3生 (柳町)



たけやし りくと
竹林 陸翔くん
H27.2.13生 (大曲)



しらはま そういちろう
白濱 蒼一郎くん
H27.2.19生 (柳町)



あきの こうたろう りょうすけ
秋野 航太郎くん・良介くん
H26.2.6生 H 29.2.22生 (金谷)



くどう らいき あやめ
工藤 来希くん・彩愛ちゃん
H26.2.16生・H31.2.8生 (中野沢川)

3月生まれのお子さんの写真募集!
1/24 ~ 2/3

(問い合わせ・応募先)
市民連携課広報グループ
〒035-8686 中央一丁目8番1号
0175-22-1111 内線 2157
Eメールアドレス
info@city.mutsu.lg.jp

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〉3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1/24から2/3(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
せつ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