

みんながつながる、むつ市の総合情報誌

広報むつ

# MUITSU

10  
2020

新型コロナウイルス感染症の  
現在地

市が宣言した「Good Neighbor 宣言」。  
すべての市民が良き隣人です。私たちは、  
苦しむ誰かを傷つけず、むつみあうこころ  
でくらしします。

UD  
FONT  
by MORISAWA

# いまこそ、正しい理解を。

## これからの向き合い方

これまで感染者を発生させないことを第一に考えてきた新型コロナウイルス感染症。ゴールデンウィークやお盆、夏休みシーズンには帰省自粛の願いをするなど、みなさまからのご理解とご協力のおかげで現在もむつ下北地域では感染が発生していません。

しかし、全国で感染が拡大し続けているなか、今後むつ市でも感染が発生する可能性は十分あります。感染を防ぐために基本的な防止対策の徹底や、感染リスクを少しでも減らす努力を続けなければならぬことは当然ですが、それでも新型コロナウイルスは誰しも

が感染し、知らないうちに誰かに感染させてしまう可能性を持っています。

これからの感染症との向き合い方は「感染しない」ことを前提にしつつも「感染してしまった場合」に備えるということが重要になってきます。

新型コロナウイルス感染症については徐々にその特徴がわかり始めていますので、日頃から正しい知識を得ることを心掛けていただくことを願います。

## 4つのステージで考える感染状況

これまで「感染者数」で感染状況を評価したのに対し、国は、今後想定すべき「4つのステージ」の考え方を示しました。今後は、この4つのステージを基に、地域の感染状況とそれに対する対策を検討していきます。

**ステージ1** 感染者の散発的発生及び医療体制に特段の支障がない段階

**ステージ2** 感染者の漸増及び医療体制への負荷が蓄積する段階

3密環境などでクラスターが度々発生することで感染者が次第に増え重症者が徐々に増加。そのため、医療体制への負荷が蓄積しつつある。

**ステージ3** 感染者の急増及び医療体制に大きな支障の発生を避けるための対応が必要な段階

(ステージ3以降は、飲食店等の休業要請やイベント開催の見直し、県境を越える移動の自粛などの徹底した取組みを要する。)

ステージ2と比べてクラスターが広範囲に多発する等感染者が急増し、一般医療にも大きな支障が発生することを避けるための対応が必要。

**ステージ4** 爆発的な感染拡大及び深刻な医療体制の機能不全を避けるための対応が必要な段階

爆発的な感染拡大により、高齢者や高リスク者が大量に感染し、多くの重症者や死亡者が発生し始め、医療体制等が機能不全に陥ることを避けるための対応が必要。



10人の感染者のうち、他の人に感染させてしまう人の数は

これまでの感染者の状況から、統計上10人の感染者のうち、他の人に感染させてしまうのは約2人。そのうち複数の人に感染させてしまう人は1人ということがわかっています。

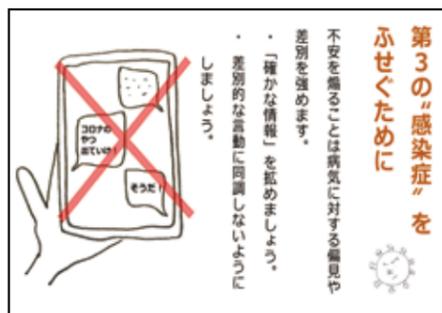
また、10人中無症状や軽症者が約8割、重症者は1〜2割と言われています。決して「感染＝重症」「感染発生＝まん延」ではありません。

感染が多く起こる場所は

新型コロナウイルスは、基本的には接触感染よりも飛沫感染の方が多く起こることがわかっています。感染が多く起こるのは、大声を出したり歌を唄うシーンが多いと言われ、日常生活での買い物や仕事場で新しい生活様式が守られている環境であれば、感染を防ぐことが可能であるとの見解もあります。

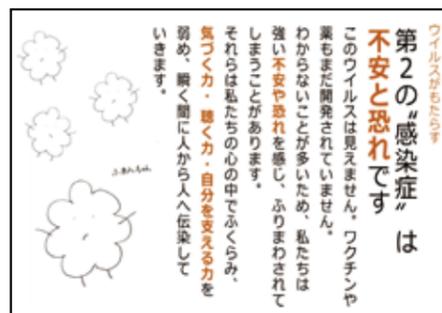
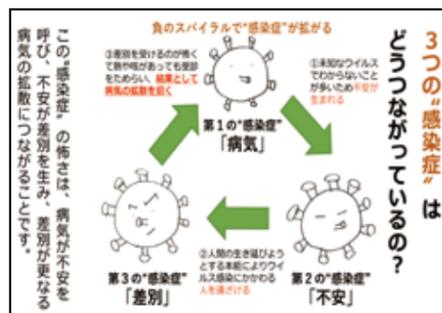
青森県は以下の数値(目安)を超えるとステージ3へ移行します ※一部抜粋

- ・病床の占有数 **40床** (現在2床 9月1日現在)
- ・療養者数 **約187人** (現在0人 9月1日現在)
- ・直近一週間の新規報告数 **約187人** (現在0人 9月9日現在)



第3の「感染症」を  
ふせぐために

不安を感じることは病気に対する偏見や差別を強めます。  
・「種かな情報」を拡散しましょう。  
・差別的な言動に同調しないよう心がけてください。



## 新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう!

～負のスパイラルを断ち切るために～

ウイルスへの不安が巻き起こす負の連鎖についてまとめられています。ご自身の正しい理解のためにお役立てください。



# Good Neighbor Project

むつみあう ころ

# Good Neighbor Project

のとりくみ！

## むつ市独自の宣言です

「すべての市民が良き隣人です。  
私たちは、苦しむ誰かを傷つけず、  
むつみあうころでくらしします。」



## HP、各種イベントや出前講座での広報啓発

各種イベントや出前講座において、チラシの配布などを用いてプロジェクトの趣旨をお伝えし、市民が一丸となって「むつみあうころ」を育てていきます。

## 新型コロナウイルス感染症 誹謗中傷等被害相談窓口の開設

- ・サイバーパトロールの実施
- ・個人を特定できる悪質な書き込みへの相談
- ・書き込み画像の保存、被害者への情報提供
- ・書き込み等の削除依頼など法的措置が必要な場合の弁護士支援

## 訴訟等に係る費用の一部を補助

弁護士との相談料 上限5万円/1件  
調査に必要な費用 50%補助(上限10万円)

宣言



すべての市民が良き隣人です。  
私たちは、苦しむ誰かを傷つけず、  
むつみあうころでくらしします。

## 対策に一定の仕上げを

今年2月27日に設置された対策本部を中心に、これまで数々の対策を打ち出してきたむつ市。スピード感を持って講じた独自の13の緊急経済対策は、その後みなさまの切実な声を真摯に受け止め、農林水産業への支援や帰省を我慢した方々への仕送り事業など、そのとき必要な分野へ柔軟に対応してきました。

る体制を構築してまいります。  
今回新たに取り組む「Good Neighbor Project (グッドネイバープロジェクト)」は、一連の新型コロナウイルス感染症対策の仕上げの部分となります。

全国で感染者やそのご家族、医療従事者への心ない誹謗中傷被害が出ています。「感染すれば誹謗中傷され、差別や偏見を受けるだろう」「むつ市の第一号にはなりたくない」という不安をお持ちの方も多いと思います。そのような中、感染が発生していない今の時点から新型コロナウイルス感染症を正しく理解し、向き合っていくプロジェクト

トを開始するべきとの判断に至りました。事案が起こってからではなく、前もって広く構えることでみなさまの安心感に近づきたい。そして、万が一発生した場合には、被害者の方に向けた寄り寄りそうまちなちでありたいとの思いから始まるプロジェクトです。

- 経済対策** = 外出や帰省の自粛によって冷え込んだ市内経済を支援
- 感染予防** = あんしん飲食店等認定制度を中心に、「日常の感染対策」を意識付け
- 医療体制** = むつ総合病院へ感染症外来を設置し、検査体制を構築
- NEW!**
- 誹謗中傷対策** = 万が一感染者が発生した場合に備えた市民の心の対策

一体的な対策として実行します



↑「Good Neighbor Project」のロゴ入りクッション。今後、さまざまな啓発活動でみなさまにお披露目します。  
←ご賛同いただいたみなさまとともに9月19日の「にぎわいここから! あんしんオータムフェスタ」にて撮影イベントを開催! 多くの方々にプロジェクトの思いをお伝えできました。

新たなむつ市の取り組み、Good Neighbor Projectをみなさまとともに進めていくため、広報むつ企画「むちゅっ Happy Birthday」への応募を、ロゴマークを使用した(あるいは赤いカラーのもの)を身につけた写真をお願いすることになりました。たくさんのご応募お待ちしております!

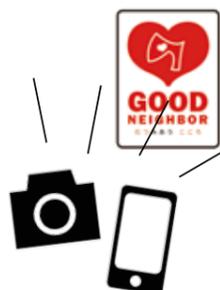
♪むちゅっ Happy Birthday  
11月生まれ募集!  
Good Neighbor写真  
で応募ください  
9/25~10/5



市ホームページからプリントアウトしたロゴマークを用いるか、「赤色」のものを身につけた写真をご応募ください。

応募方法や対象者はこれまでと変わりません。

〈対象〉11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9/25から10/5(必着)までに、郵送または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」とご記入ください。メール受信後、返信します。返信がない場合、不具合等で受信していない可能性があるため広報グループまで電話でお問い合わせください。  
※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。



ロゴマークは市ホームページから!



むつ市 グッドネイバー 検索

〈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



### 9月1日現在 人口・世帯数

※住民基本台帳による

人口	56,059人 (+8人)
むつ地区	44,654人 (+17人)
川内地区	3,618人 (-3人)
大畑地区	6,394人 (-2人)
脇野沢地区	1,393人 (-4人)
世帯数	28,854世帯 (+58世帯)
	( )内は前月比

### 各種相談日程

#### 法律相談(予約制)

**時** 10/23(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10/1(木) 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** 10/14(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  
 収入・預金等が一定額以下の方は無料  
 1人30分、定員6名(先着順)

#### 行政相談

**時** 10/21(水) 10:00～15:00  
**場** マエダ本店1階  
**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** 10/8(木) 10:00～15:00  
**場** 大畑庁舎2階集客室  
**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** 問合せ・申込先

### 税 日中納付が困難な方へ 休日夜間納税窓口を開設

毎月中旬・月末に休日・夜間納付窓口を開設しています。納税相談もできます。  
**▶いつ** 10/12(月)～15(木) 10/25(日)～31(土)  
 (平日) 17:15～19:00 (休日) 10:00～15:00  
**▶どこで** 本庁舎税務課  
**問** 税務課収納担当 内線 2232

### 税 地方法人課税の改正(県税)

法人県民税、事業税および特別税の税率が令和元年10月1日以後に開始する事業年度分から変わります。  
 詳しくは青森県庁ホームページ「平成31年度地方法人課税の改正について」をご覧ください。  
**問** 下北地域県民局県税部課税課 ☎22-8581 内線 208

### 交通広場の樹木に名札を設置しました

斗沢栄一様(元三本木農業高校校長)、船橋位文様(交通広場管理業務従事者)から交通広場へ植樹している樹木の名札を作成していただきました。  
 交通広場を利用する際には、木々の観察もお楽しみください。  
**問** 環境政策課環境衛生担当 内線 2453

### 犬・猫の供養祭開催

事前申込は不要です。一般の方々の参拝も受け付けています(納骨はできません)。  
**▶いつ** 10/6(火) 10:00～(雨天決行)  
**▶どこで** 円通寺 犬猫供養塔前  
**問** 青森県獣医師会下北支部 ☎080-3326-6858

### 高齢者用杖・投薬カレンダーを配布します

公済会から寄贈された高齢者用杖・投薬カレンダーを配布しています。(いずれも一人一度まで・在庫が無くなり次第終了)  
**▶配布場所** 窓口および各庁舎市民生活課  
**▶対象** 市内在住で65歳以上の在宅高齢者杖(伸縮式) 歩行に障害のある方 投薬カレンダー 服薬管理が困難な方  
**問** 高齢者福祉課 内線 2566

### 障害者・シニアの方にiPadを教える人財育成講座

視覚・聴覚障害がある方やシニアの方でも活用できるiPadの操作方法を覚え、身近にいる人の生活や趣味をより充実したものになるようお手伝いしませんか?  
**▶いつ** 10/2(金)～12/4(金) ※毎週金曜 18:30～20:30  
**▶どこで** まさかりプラザ  
**▶定員・参加費** 10名・無料  
**▶申込期限** 9/28(月)  
**問** あおもりIT活用サポートセンター 高森 ☎090-9742-6430

### 募集 県営住宅入居者募集

中央団地1戸・昭和団地1戸・金谷団地5戸  
**▶募集期間** 10/1(木)～9(金) ※土日を除く  
**▶入居予定日** 12/1(火)  
**問** 県営住宅等指定管理者(東洋建物管理むつ営業所) ☎23-4884

### 11/2(月)は市税等の第5期納期限

**▶第5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

※新型コロナウイルスの今後の状況により、延期・中止する場合があります。最新の情報は各主催者へお問い合わせください。

### 原子力関連施設見学会 参加者を募集します

原子力発電や核燃料サイクルについて詳しく知っていただくための見学会です。  
 ※応募多数の場合は先着順  
 ※今後も別日程での募集を検討します。  
 町内会、サークル等団体での見学希望があればご相談ください。  
**▶いつ** 六ヶ所原子燃料サイクル施設 10/27(火) 使用済燃料中間貯蔵施設 10/28(水) 大間原子力発電所 10/29(木)  
**▶対象** 18歳以上の市民  
**▶定員・参加費** 10名程度・無料  
**▶申込方法** 窓口および各庁舎管理課で申込 郵送やFAXでの取り寄せ、申込も可  
**▶申込期限** 10/8(木)  
**問** エネルギー戦略課 内線 2342

### 障がい福祉サービス展示会

障がい福祉サービスについて知っていただくため、障がい福祉サービス事業所や相談先の紹介などの展示会を行います。障がいをお持ちの方やそのご家族、障がいがあるのではないかとご心配な方など、どなたでもお気軽にお越しください。  
**▶いつ** 10/19(月)～23(金) 8:30～17:15(最終日16:00)  
**▶どこで** 市役所開放エリア(ATM側)  
**問** 障がい福祉課 内線 2594

### アイヌの方々からのご相談をお受けします

日常生活でお困りのこと、嫌がらせ、差別など何でもご相談ください。  
**▶受付** 月曜日～金曜日(※祝日、12/29-1/3を除く)  
**▶時間** 午前9時～午後5時  
**問** (公財)人権教育啓発推進センター ☎0120-771-208

### むつ都市計画の変更案の説明会等を開催します

青森県では、下北半島縦貫道路の整備を進めるため、都市計画道路の変更案と、現状を踏まえたむつ都市計画区域マスタープランの変更案について、説明会と公聴会を開催します。  
**▶説明会** 10/10(土) 10:30～むつ来さまい館  
**▶原案の縦覧** 10/12(月)～26(月) 17:00 青森県都市計画課、むつ市都市計画課  
**▶公述人の募集** 10/26(月) 17:00(必着)  
**▶公聴会** 11/4(水) 10:30～市役所第4会議室  
**問** 青森県都市計画課 ☎017-734-9681  
**問** むつ市都市計画課 内線 2744

### 募集 金谷公園遊休地活用事業の提案内容への意見募集

金谷公園杉林の伐採跡地を活用した「こども・子育て支援機能」と「公園の利便性」の向上につながる事業提案がありました。この提案内容に対するご意見を募集します。詳しくは市ホームページ「金谷公園内事業提案内容への意見募集について」ページをご確認ください。  
**問** 都市計画課公園担当 内線 2742

### 誰でも気楽に行政相談 無料・定員30名

ミニ行政相談会を開催。役所の仕事に関する意見・要望・苦情等について、地域の行政相談員が相談に応じます。  
**▶いつ** 10/11(日) 11:00～12:00  
**▶どこで** 図書館  
**▶講師** 行政相談員 鳥山聖子  
**▶申込締切** 10/9(金)  
**問** ボランティアむつの会 菊池 ☎090-1494-5544

## 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。

### むつマエダアリーナ(むつ市総合アリーナ)オープン



9月1日にむつマエダアリーナがオープンしました。  
 メインアリーナはバスケットボールコート2面分(公式)、サブアリーナはバスケットボールコート1面分(公式)の広さです。  
 また、公共施設としては青森県内初となるボルダリング室を備え、9面の角度が異なる壁に89のコースを設定しています。見学も可能ですのでぜひご利用ください。  
**問** むつマエダアリーナ ☎28-1125  
**問** 市民スポーツ課 内線 2471

### 困ったら一人で悩まず 行政相談

10/19(月)～25(日)の行政相談週間にちなみ、特設行政相談所を開設します。予約不要です。お気軽にお越しください。  
**▶むつ地区(マエダ本店1階)** 10/21(水) 10:00～15:00  
**▶脇野沢地区(脇野沢庁舎相談室)** 10/21(水) 10:00～15:00  
**問** 市民連携課 内線 2154  
**問** 脇野沢庁舎管理課 ☎44-2111

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!

多言語情報発信  
10言語に対応する10言語  
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  
下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  
文章を音声中で読み上げが可能なため、障害者差別解消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。

Google play

Available on the App Store

広報 **MUTSU** むつ

- 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

**MUTSU** 10 現在地



### 各種相談日程

#### 教育相談(予約制)

**時** 土・日・祝日を除く毎日 9:00～18:00  
**場** 教育研修センター  
**問** 相談専用電話(16:00まで) ☎ 22-0974  
**問** 学校教育課(16:00以降) ☎ 22-1111 内線 3132  
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** 10/1(木)・15(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。

#### 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

### 会社やお店の後継者は決まっていますか

事業の引継には5年から10年かかるとされており、後継者がいないと廃業を余儀なくされることもあります。会社やお店、従業員、地域の未来のため、うまくバトンをつなぐ準備を今から始めましょう。  
**問** 青森県事業承継ネットワーク事務局(事業承継全般) ☎ 017-732-3530  
**問** 青森県事業引継ぎ支援センター(会社やお店の譲渡・引受けの相談) ☎ 017-723-1040

### 下北創業塾第9期生募集

創業・起業に係る知識を習得することができる創業塾を開講します。修了生は所定の要件を満たすことで、登録免許税の軽減や、融資条件緩和等の支援措置を受けられます。  
**▶いつ** 10/24・31・11/7・14・28 いずれも土曜日 13:00～15:30  
**▶どこで** むつ来さまい館2階会議室  
**▶申込方法** 電話または窓口で申込み  
**問** 産業雇用政策課 内線 2652

### 募集 むつ市民大学公開講座

テーマ 小説「感染領域」が完成するまで  
**▶いつ** 11/19(木) 13:30～15:30  
**▶どこで** 中央公民館 講堂  
**▶講師** 作家 黒木 和之氏  
**▶申込期間** 随時受付  
**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

### 第二種電気工事士技能試験事前講習(下期)

第二種電気工事士技能試験の合格に必要な基礎的知識・技能を習得することができます。  
**▶いつ** 11/11(水)・12(木)・17(火)・19(木)・24(火) いずれも 18:00～21:00  
**▶どこで** むつ高等技術専門学校  
**▶受講料** 1,300円 ※テキストは各自で準備(1,320円)  
**▶対象** 在職者で第二種電気工事士技能試験の受験を予定している方  
**▶定員** 10名  
**▶募集期間** 10/9(金)～23(金)  
**問** むつ高等技術専門学校 ☎ 24-1234

### コンタクトセンター説明会

コンタクトセンターの仕事の内容や職場の様子、仕事に向いている人などを解説します。  
**▶いつ** 10/16(金) 13:30～  
**▶どこで** むつ来さまい館  
**▶申込締切** 10/12(月)  
**問** 産業雇用政策課 内線 2652

### 勤労青少年ホームのトロフィー等譲渡会

むつ市勤労青少年ホームの閉館に伴い、施設内に掲示されているトロフィー及び賞状等の譲渡会を開催します。  
**▶いつ** 10/7(水) 10:00～12:00  
**▶どこで** むつ市勤労青少年ホーム  
**▶対象** 譲渡品に関連のある方(例:トロフィー授与時の選手、監督等)  
**▶申込方法** 申込不要・先着順  
**問** 産業雇用政策課 内線 2652

### 募集 離職者等再就職訓練「経理 OA 科②」

パソコンの取扱い、word、Excel、経理業務、財務諸表に関する知識・技能の習得をする公共職業訓練です。  
**▶いつ** 11/25(水)～2/24(水)  
**▶どこで** 青森アカウンティングスクール(むつ市金谷)  
**▶受講料** 無料 ※テキスト代自己負担(13,000円程度)  
**▶対象** ・公共職業安定所で求職中の方  
・離職者等で職業に必要な技能および知識を習得しようとする方  
**▶定員** 15名  
**▶申込期間** 10/12(月)～11/6(金)  
**問** むつ高等技術専門学校 ☎ 24-1234

### 就活応援セミナー

**▶いつ** 10/8(木)  
美文字編 11:00～12:00  
ワード編 12:30～13:30  
エクセル編 13:45～14:45  
ビジネスマナー編 15:00～16:00  
**▶どこで** むつ来さまい館  
**▶対象** 45歳未満の若年求職者  
**▶定員・参加費** 各5～8名・無料  
**▶持ち物** 筆記用具  
**問** ジョブカフェおもりサテライトスポットむつ ☎ 22-1146

### 看護のお仕事移動相談を開催しています

無料職業紹介事業として看護職の相談員がみなさまのお仕事探いをサポートしています。また、平日は青森県ナースセンターで随時相談受付をしています。  
**▶いつ** 10/14(水) 13:00～16:00  
**▶どこで** ハローワークむつ  
**問** 青森県看護協会 ☎ 017-723-7523

### 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によりコミュニティ助成事業を実施しています。このたび小松ヶ丘町内会が祭り用テント、発電機、液晶テレビ、印刷機等の活動備品を整備するため、助成事業を活用し、活発なコミュニティ活動の促進につなげています。  
**問** 市民連携課広聴連携担当 内線 2155

### 忘れちゃいけない自賠責

自賠責保険・共済は、すべてのクルマ・バイク1台ごとに加入が義務付けられており、加害者の賠償責任を担保することで、被害者の基本的な賠償を保証する制度であり、被害者の救済を目的としています。  
**問** 東北運輸局青森運輸支局 ☎ 017-739-1502

### 未来への約束を公正証書が守ります

公証人は法務大臣から任命された法律の専門家として、中立・公正な立場で交渉事務を担い、国民の権利保護と私的紛争の予防の実現を使命としています。公証事務に関する相談は無料です。お気軽にご相談ください。  
**問** 青森公証人合同役場 ☎ 017-776-8273

### 地域支援のわっか 子どもの居場所 まるっと。

よしの保育園でお昼を食べ、お腹がいっぱいになったらさあ勉強の時間です。休憩時間には園の屋上でリフレッシュ。保護者の方やお子さんの悩み相談もお気軽に。そんな土曜日のひとときを、よしので「まるっと。」過ごしましょう。  
**▶いつ** 土曜日 12:30～15:00 初回は9/26(土)  
**▶どこで** よしの保育園ホール  
**▶料金** 無料(大人は食事代 250円)  
**▶対象** 第二田名部小学校、苫生小学校、田名部中学校の生徒  
**▶定員** 10名程度(要申込)  
**問** よしの保育園 ☎ 22-4015

### 里親制度のご案内

親の病気、離婚、虐待などにより家庭で生活できない子ども達があります。里親制度は、児童福祉法に基づいて、里親を希望する方に子どもの養育をお願いする制度です。里親になるには登録が必要です。関心のある方はむつ児童相談所にお問い合わせください。  
**問** むつ児童相談所 ☎ 23-5975

### むつ小川原・産業振興プロジェクト支援助成

むつ小川原地域・産業振興財団では、県内の地域団体等が実施する地域活性化や産業育成・振興のためのプロジェクト活動等への資金助成を行なっています。令和3年度対象事業について募集中ですので、応募の際は、同財団に直接お申込みください。応募様式は同財団および市ホームページに掲載しています。  
**▶応募締切** 10/31(土)  
**▶助成金額** 助成対象経費の4/5以内  
**問** 財務課資金企画室 内線 2327



### 募集 むつ市民大学ゼミナール

▶ **トレーニングとストレッチ** 誰でもできる、簡単ピラティス!

▶ **いつ** 11/10(火)～12/8(火)  
※いずれも火曜日 13:30～15:30

▶ **講師** 黒田 英知氏

▶ **定員** 10名

▶ **申込期間** 10/5(月)8:30～電話でのみ受付

問 中央公民館 ☎ 24-1224

### 第51回下北美術展(高校・一般の部)展覧会

むつ・下北地域の高校生、一般の方から募集した絵画、写真、書道の作品を展示します。

▶ **いつ** 10/2(金)～11(日)  
9:00～18:00(最終日17:00)

▶ **どこで** 中央公民館

問 下北地方公民館連絡協議会 ☎ 24-1224

### あきの日のおはなし会

読み聞かせボランティアネットワーク「おはなしの木」のみなさんによるおはなし会です。

▶ **いつ** 10/10(土)14:00～15:00

▶ **どこで** 図書館集会所

問 図書館 ☎ 28-3500

### 図書館ぬいぐるみお泊まり会(無料・要申込)

ぬいぐるみだけのお泊まり会です。

▶ **いつ** 10/15(木)～17(土)

▶ **受付** 10/8(木)～15(木)

問 図書館 ☎ 28-3500

### 10/25(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。

※11月以降は開催しない予定です。

▶ **どこで** むつ市イベント広場(雨天中止)

▶ **出店申込** 10/1～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)

※出張ごみ相談ブースあり

問 むつ来さまい館 ☎ 33-8191

### 募集 紅葉を楽しむ会 バスで行く黒石中野もみじ山

▶ **バス乗車時刻**  
6:30 脇野沢庁舎発ー市役所経由  
7:20 大畑公民館発ー市役所経由  
7:40 旧田名部駅発ー市役所経由  
(途中停車場所) 蛸崎バス停、川内まちの駅、宇曾利川バス停、大湊駅、上川代バス停、名小平バス停、市役所本庁舎、下北駅、近川バス停

▶ **対象** 市内在住のおおむね65歳以上の方

▶ **いつ** 11/6(金)※荒天時車内から鑑賞  
※スケジュール等の詳細は、ホームページまたは電話でご確認ください。

▶ **定員・参加費** 先着60名・3,000円

▶ **申込期間** 10/1(木)～16(金)17:00

問 むつ市社会福祉協議会地域福祉課 ☎ 33-3023

H <http://mutsushakyo.jp/>

### むつ市老人クラブ「生きがいサークル」10月

▶ **老人憩の家「禄寿荘」(新町) ☎ 23-5800**

お花教室	1日(木)	15日(木)
手芸教室	6日(火)	20日(火)
踊り教室	14日(水)	28日(水)
お茶教室	8日(木)	22日(木)
習字教室	9日(金)	
コーラス教室	12日(月)	26日(月)
ダンス教室	14日(水)	28日(水)
カラオケ教室	12日(月)	26日(月)
囲碁・将棋教室	6日(火)	20日(火)
着付教室	7日(水)	21日(水)

ダンス(13時～15時)、カラオケ、囲碁・将棋(13時～16時)、その他(10時～12時)

▶ **老人憩の家「福寿荘」(川守町) ☎ 29-1800**

日舞教室	5日(月)	19日(月)
着付教室	13日(火)	27日(月)
カラオケ教室	8日(木)	22日(木)

カラオケ(13時～16時)、その他(10時～12時)

問 むつ市社会福祉協議会 ☎ 33-3023

### ひろみちお兄さんの親子体操普及員養成講座

▶ **いつ** 11/14(土)9:00～16:00  
11/15(日)9:00～15:15

▶ **どこで** 青森中央学院大学

▶ **料金・定員** 5,000円・30名

▶ **申込締切** 10/30(金)

▶ **申込方法**  
HPまたは電話でお問合せください。

問 青森県医師会健やか力推進センター ☎ 017-763-5590

### 北の防人大湊ジュニアガイドツアー

大湊小学校6年生の児童が4月からガイド研修を重ねてきました。その成果としてガイドツアーを開催します。

子どもたちの案内で、色づき始める北の防人大湊を散策してみませんか?

▶ **いつ** 10/8(木)10:00～11:30

▶ **集合** みどりのさきもり館 9:45

▶ **参加費・定員** 無料・10名

▶ **申込締切** 10/2(金)

問 生涯学習課 内線 3142

### 体感するジオパーク「秋」

紅葉し始めた葉研～奥葉研の自然美の鑑賞(おぐりの木→隧道→乙女橋)

▶ **いつ** 10/31(土)9:00～13:30

▶ **どこで** むつ市下北自然の家

▶ **参加費** 800円

▶ **対象・定員** 20歳以上・先着20名

▶ **申込期間** 10/12(月)～23(金)

問 むつ市下北自然の家 ☎ 34-6151

### 募集 ぷらっとお出かけ秋さがし

むつ市下北自然の家に、秋を探しにでかけましょう!高齢者でも気楽に楽しめるニュースポーツ・カラーリングにも挑戦していただきます。

▶ **いつ** 10/7(水)9:00～15:30

▶ **集合** 市役所正面玄関 9:00

▶ **料金** 500円(昼食代)

▶ **定員** 30名

▶ **申込締切** 10/1(木)

問 ボランティアむつのか 菊池 ☎ 090-1494-5544

### 来さまい館10月教室

むつ来さまい館2階会議室を会場に、毎月多彩な教室を開催しています。

10月の教室一覧(各定員10名)	
ハーバリウム	セルフリンパケア
PPバンド	ブリザーブドフラワー
初心者のグラフトテープバック	ピアス・イヤリング作成
リボン刺繍	ステンドグラス風アート
片付けられない人の断捨離	

※日程や時間など詳しくはお問い合わせください。

問 田名部まちづくり 椿 ☎ 34-9761

### 釜臥山登山参加者募集

下北半島最高峰釜臥山(878m)を登ってみませんか。(16:00現地解散)

▶ **いつ** 10/4(日) 荒天時中止

▶ **集合** 水源池公園北駐車場 7:50

▶ **定員** 12名

▶ **参加費** 無料

▶ **持ち物**  
昼食・飲料水・行動食・雨具・着替え

▶ **行程表** 市役所ATM前の掲示板で配布

▶ **申込締切** 9/30(水)

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)

### 秋の宇曾利山湖一周トレッキング

閉山前の恐山、宇曾利山湖巡りです。冬ごもり前の湖を自然観察しながらゆっくり歩きませんか。

▶ **いつ** 10/24(土)9:00～15:00 荒天時中止

▶ **集合** 霊場恐山公衆トイレ前 8:50

▶ **定員** 20名 ※定員になり次第締切

▶ **参加費** 500円(入山料として)

▶ **持ち物**  
昼食・飲料水・長靴(沢、水辺用)・雨具  
※下山後温泉入浴(入浴任意)

▶ **申込締切** 10/21(水)

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)

### 初心者大歓迎 秋季ナイターテニス教室



▶ **いつ** 11/4(水)～12/23(水)  
毎週水曜 19:00～21:00(全8回)

▶ **どこで** 下北克雪ドーム 2面

▶ **参加費**  
一般2,000円 協会員1,500円  
中学・高校生1,000円  
※1回毎の参加の方400円

▶ **定員** 約30人

▶ **申込締切** 10/30(金)

問 むつテニス協会 祐川 ☎ 080-6006-6802

### 「ウォーキングイベント」むつを歩こう! in 金谷公園

▶ **いつ** 10/3(土)9:30～12:00

▶ **どんな** ウェルネスパーク発着(金谷公園経由)距離8km

▶ **定員** 15名

▶ **参加資格** 小学4年生～70歳まで  
※小学生は保護者同伴

▶ **参加費** 500円

問 ウェルネスパーク ☎ 28-4341

### 健康ウォーキング大会 代替企画のご案内

感染予防の観点から令和2年度に予定されていた第25回むつ市健康ウォーキング大会を中止とさせていただきます。ウォーキングアプリ「むつ☆Walker」をご存知ですか?アプリでは歩数カウント機能やランキング機能等があり、毎月さまざまなチャレンジも更新しています。このアプリを利用し、本大会中止の代替企画を実施します。ただし、今回にかぎり、アプリをご利用ではない方も参加できるよう各庁舎に専用の台紙を用意しています。詳しくはお問い合わせください。

▶ **チャレンジ期間** 10/1(土)～12(月)

▶ **応募締切** 10/12(月)

問 健康づくり推進課 内線 2575



### 市民ハイキング参加者募集

▶ **いつ** 11/7(土)7:30～17:00

▶ **集合** 市役所正面玄関 7:30

▶ **どこで** 梵珠山

▶ **定員** 20名(無料)

▶ **対象** 市内在住の成人の方

▶ **申込方法**  
往復ハガキに「住所・氏名・生年月日・電話番号」を記入(1枚につき2名まで申込可)  
※電話での受付はしていません。

▶ **申込締切** 10/15(木)  
※当日消印有効  
※申込多数の場合抽選し、結果は全員に通知します。

問 〒035-8686 むつ市中央 1-8-1 むつ市体育協会事務局 内線 2474

### 募集 「管理職のための問題解決力向上セミナー」開催

管理者に役立つ考え方やスキルをお伝えし、迅速かつ適格に問題解決できる力を身につけるためのセミナーです。

▶ **いつ** 11/10(火)9:30～16:30

▶ **どこで** むつ下北観光物産館(3階会議室)

▶ **参加費** 1名3,300円

▶ **対象**  
事業主から指示を受けた管理者層の方(事業主本人も可)

▶ **定員** 15名(先着順)

▶ **申込方法** 必要事項記入の上FAXで申込

▶ **申込締切** 10/27(火)

問 ポリテクセンター青森 ☎ 017-777-1186 017-777-1187

H <https://www3.jeed.or.jp/aomori/poly/>

### 募集 甲種防火管理新規講習会

消防法により、収容人員が10人以上となる特別養護老人ホーム、認知症グループホーム等や30人以上となる集会所、飲食店、店舗、旅館、ホテル等、または50人以上となる共同住宅、学校、工場、事務所等では「防火管理者」を必ず選任しなければなりません。

▶ **いつ**  
第1回 10/29(木)～30(金)  
第2回 11/19(木)～20(金)  
(いずれも9:20～16:20まで)

▶ **どこで** 下北文化会館視聴覚教室

▶ **受講資格**  
・防火対象物の関係者で、管理的または監督的な地位にあって防火管理者の資格を有していない方  
・消防機関が必要と認めた方(選任義務がある防火対象物の関係者を優先します)

▶ **受講料** 無料(別途教材費3,500円)

▶ **申込期間**  
第1回 10/5(月)～10/16(金)  
第2回 10/26(月)～11/6(金)

▶ **申込方法**  
最寄りの消防署および消防分署にある申込書で申込み  
※定員に達した場合、受付締切

問 消防本部予防課 ☎ 22-4196

問 むつ消防署 ☎ 22-1680

問 川内消防分署 ☎ 42-3215

問 脇野沢消防分署 ☎ 44-2020

問 大畑消防署 ☎ 34-2233

問 大湊消防署 ☎ 24-2091

日本に住む全世帯参加の  
国勢調査はじまります。

**全16問**  
回答時間  
約 **10 min**  
※ひとり暮らしの方の目安

**回答義務**  
調査の対象  
日本に住む全世帯

Let's Join!!  
#みんなの国勢調査

調査書類をお届けします

インターネット回答期間  
9/14(月) → 10/7(水)

調査票(紙)での回答期間  
10/1(木) → 10/7(水)

かんたん便利なインターネット回答  
かんたん 安心・安全 エコ&効率

国勢調査2020  
https://www.kokusei2020.go.jp/

国勢調査をよそおった詐欺(さぎ)や不審な調査にご注意ください。

国勢調査 2020

総務省統計局・都道府県・市区町村

今年調査の年にあたり、9月中旬に調査員がみなさまのお宅に調査票を配りにお伺いします。調査員は感染症対策のためマスクを着用し、インターホンがあればそれを使用して説明や聞き取りをするようにしています。調査票が届きましたら、10月1日現在の状況でご回答をお願いします。調査員が調査票を回収に伺うこともできますが、できる限り郵送またはインターネットでの回答を推奨しています。ご理解とご協力をお願いします。

**【国勢調査QA】**  
Q 国勢調査員はどんな人がやっているの？  
A 調査票を配布・回収する国勢調査員は、市町村長の推薦に基づいて総務大臣が任命する非常勤の国家公務員となります。調査員には守秘義務が課せられています。  
Q 住民基本台帳があるから、このような調査は必要ないのでは？  
A 住民基本台帳では住民登録を残したまま一人住まいで大学に通っている場合や単身赴任をしている場合など、届出の状況が人によってさまざまです。また、住民基本台帳には住宅の状況や仕事の状況などの実態は

得られず、行政資料に必要な統計データが得られません。このようなことから、現状を正確に把握するため、国勢調査を行う必要があります。  
Q どうして答えなければならないの？  
A 正確な統計調査を実施するために、日本に住む全ての人および世帯からの漏れのない正確な回答が必要かつ重要です。「統計法」による報告義務が定められている一方、調査員に従事する全ての者には守秘義務が設けられていますので、ご理解いただき、調査には漏れのない正確な回答をお願いします。

問 企画調整課統計担当 ☎ 22-2206

掲載記事の詳細は、各担当にお問い合わせいただくか、ホームページ等でご確認ください。

※新型コロナウイルスの今後の状況により、延期・中止する場合があります。最新の情報は各主催者へお問い合わせください。

**募集** 演劇ワークショップ兼「音楽劇アレコ」出演者オーディション

令和3年10月開催予定の「音楽劇アレコ」。開催に先立ち、発声や動作など、演劇の基礎的な身体表現を学ぶワークショップを県内3会場で開催します。※ワークショップ後面談を受けた方から4名程度を「音楽劇アレコ」の出演俳優として選考します。ワークショップだけの参加も可能です。

**日時・場所**  
10/18(日) 13:00 ~ 北文化会館  
10/24(土) 13:00 ~ 県立美術館  
10/25(日) 13:00 ~ 友の会福祉会館  
※各会場同じ内容で2時間を予定。都合の良い会場を1つお選びください。  
**対象** 20歳以上の県内在住者  
**参加費** 無料(交通費は各自負担)  
**申込方法**  
10/8(木)までに参加申込書で申込み  
問 県立美術館 ☎ 017-783-5243  
E http://www.aomori-museum.jp

**i** 食のイベント「ハロウィン」

パウンドケーキでハロウィンを楽しもう！



**いつ** 10/25(日) 10:00 ~ 13:00  
**どこで** むつ市下北自然の家  
**参加費** 1,500円(幼児1,000円) ※3歳未満は無料(食事提供なし)  
**対象** 子どもだけの参加は4年生以上  
**定員** 先着10グループ  
**申込期間** 10/5(月) ~ 16(金)  
問 むつ市下北自然の家 ☎ 34-6151

**募集** ハロウィン2020 トランク・オア・トリート

トランク・オア・トリートの参加者を募集しています。装飾された車をめぐって合い言葉を言い、お菓子をもらうアトラクションです。ハロウィン気分を楽しみましょう。仮装写真の募集や、館内をめぐるラリーも企画しています。詳細はむつ来さいま館 HP をご覧ください。

**いつ** 10/17(土)  
① 11:00 ~ ② 12:30 ~ ③ 13:30 ~  
**どこで** むつ市イベント広場  
**参加費** 1人100円(当日徴収)  
**定員** 各回50組(1組4人まで)  
**申込方法**  
希望時間、参加者氏名、保護者連絡先(住所・電話番号)を記載し、メールで申込み  
**申込期間** 10/1(水) ~ 14(水)  
問 むつ来さいま館 ☎ 33-8191  
E mutsukasamaikan@cap.ocn.ne.jp

**i** むつ科学技術館

**シアター上映**  
「ご機嫌なライオン」「Discoveryチャンネル」  
**つくってたいけん工作**  
紙皿ドリームキャッチャーをつくろう！  
**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」  
問 むつ科学技術館 ☎ 25-2091

**i** 新型コロナウイルス感染拡大防止のための事業中止

**わきのさわ・かさまいまつり**  
問 わきのさわ・かさまいまつり運営委員会(産業雇用政策課) 内線 2652  
**ブックフェスティバル**  
除籍雑誌や本の無料配布は中止となります。  
問 図書館 ☎ 28-3500

**募集** 良い食生活を進めるためのグループ講習会

**いつ** 10/20(火) 10:00 ~ 13:00  
**どこで** 中央公民館  
**定員・参加費** 10名・無料  
**持ち物** エプロン・三角巾・マスク  
**申込締切** 10/10(土)  
問 むつ市むつ食生活改善推進委員会 ☎ 090-1935-2890

**募集** お米を使った料理教室

**いつ** 11/10(火) 10:00 ~ 13:00  
**どこで** 中央公民館  
**定員・参加費** 10名・無料  
**持ち物** エプロン・三角巾・マスク  
**申込締切** 10/27(火)  
問 むつ市むつ食生活改善推進委員会 ☎ 090-1935-2890

**i** 「伝統体験」手打ちそばを食す！



**いつ** 11/1(日) 9:00 ~ 13:40  
**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1,500円(材料費3~4人分) ※3歳未満は無料(食事提供なし)  
**定員** 先着6組20名程度 ※家族やグループで参加してください。  
**申込期間** 10/12(月) ~ 23(金)  
問 むつ市下北自然の家 ☎ 34-6151

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  
問 市民連携課広報グループ ☎ 22-1111 内線 2156

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

むつ市月間 目指せ ごみ減量 資源回収にご協力を！

令和2年7月分 市環境政策課調べ

項目	7月の値	前年同月	(前年同月比)
総排出量	1,915 t	2,046 t	(- 131t)
資源回収量	144 t	144 t	(± 0t)
資源回収割合	7.5 %	7.0 %	(+ 0.5%)
市民1人1日の排出量	1,102 g	1,159 g	(- 57g)

【参考】H30 1人1日あたりの排出量 全国平均 918g/日 青森県平均 1,002g/日



# 健康・子育て 応援コーナー

令和2年度がん検診受診率 **50%** 達成  
に向けた集中キャンペーン  
令和2年10月1日(木)～10月31日(土)

自分自身やあなたを必要とする人のためにもがん検診を受診しに行きませんか?  
国民の2人に1人が“がん”になり5人に1人が“がん”で亡くなっています。



## 今年度の集団検診が始まっています

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により実施を控えていました集団検診ですが、7月から開始しています。

随時、申込みも行なっていますので、健康づくり推進課までお申し込みください。

今後下北管内に新型コロナウイルス感染症が発生した場合、予定していた集団検診は中止とさせていただきます。

また、託児については、感染症対策が十分にとれないため、今年度は中止とさせていただきます。

☎健康づくり推進課 内線 2577

## 【検診日程】

検診日	会場	受付時間	特定	胃	肺	大腸	受付時間	子宮	乳	骨
11/ 4(水)	下北文化会館	7:00～9:00					7:00～9:00		○	
5(木)	川内庁舎	7:00～8:30	○	○	○	○				
7(土)	下北文化会館	7:00～9:00	○	○	○	○				
13(金)	むつ来さまい館						9:30～10:00	○	○	
19(木)	下北文化会館	7:00～9:00	○	○	○	○				
20(金)	中央公民館	7:00～9:00	○	○	○	○				
26(木)	下北文化会館	7:00～9:00	○	○	○	○	12:30～13:30	○	○	
29(日)	下北文化会館	7:00～9:00	○	○	○	○				
12/ 3(木)	下北文化会館	7:00～9:00	○	○	○	○	12:30～13:30	○	○	
4(金)	下北文化会館	7:00～9:00	○	○	○	○	12:30～13:30	○	○	○
5(土)	下北文化会館	7:00～9:00	○	○	○	○				
10(木)	下北文化会館	7:00～9:00	○	○	○	○	12:30～13:30	○	○	
18(金)	下北文化会館	7:00～9:00	○	○	○	○				
19(土)	下北文化会館	7:00～9:00	○	○	○	○				
1/14(木)	下北文化会館	7:00～9:00	○	○	○	○				
19(火)	下北文化会館	7:00～9:00	○	○	○	○				
28(木)	下北文化会館	7:00～9:00	○	○	○	○				

## 検診会場では、新型コロナウイルス感染症対策を実施しています

- ※3密を防ぐために受付時間をこちらで指定させていただきます。受付時間前の入場はできませんので受付時間の厳守にご協力ください。
- ※会場への入場の際には体温測定を実施しています。
- ※マスクを着用していない方の受診はお断りしています。

## 令和2年度インフルエンザワクチン接種費用の助成

予防接種法に基づく高齢者と、生後6ヶ月から小学6年生のお子さんを対象に接種費用の一部を助成します。

### ▶接種費用(自己負担額)

#### 助成対象者右欄の◎◎の方

- 生活保護を受けている方
- 非課税世帯の方
- 中国残留邦人等支援給付を受けている方
- 生保・非課税世帯以外の方

800円

#### 助成対象者右欄の◎の方

助成額一律、1人2,000円

※医療機関の接種費用から、助成額2,000円を差し引いた額が自己負担額です。(1回あたりの助成ではありません。2回接種のうち1回分は全額自己負担となりますのでご了承ください。)

### ▶助成期間

- 高齢者 10/ 5(月)～1/31(日)
- 子ども 10/12(月)～1/31(日)

### ▶助成対象者(年齢は接種当日現在)

- 65歳以上の方(個別に通知します)
- 60歳～64歳で心臓・腎臓、呼吸器の疾患による機能障害、免疫不全ウイルスにより免疫機能障害があり、身体障害者手帳1級をお持ちの方(接種希望の方は申込が必要です)。
- 生後6ヶ月～小学6年生のお子さん(接種希望の方は申込が必要です)。

☎予防・医療課 内線 2582

## 10月の献血受付日程

健康マイレージ  
むつ☆ポイント

11日(日)	ユニバースむつ柳町店	10:45～12:00 13:30～16:30
22日(木)	むつ高等技術専門学校 マエダストア大畑店	9:00～12:00 14:00～16:30
23日(金)	木村鉄工所 自衛隊大湊病院	9:30～11:30 13:00～16:00

※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。

☎予防・医療課献血担当 内線 2584

## 10月の夜間在宅当番医

診療時間  
19:00～22:00

4日(日)	さとう眼科クリニック	☎23-9165
11日(日)	どんぐりこどもクリニック	☎24-3101
18日(日)	田村胃腸科内科医院	☎22-3101
25日(日)	千田医院	☎22-2639

※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。

☎病院案内(下北消防本部) ☎23-3999

## 10月の夜間お薬電話相談

受付時間  
18:00～22:00

4日(日)	公済会薬局	☎0120-88-4721
11日(日)	おき薬局	☎090-3369-5051
18日(日)	松木調剤薬局	☎22-4920
25日(日)	アイン薬局東通村店	☎28-5270

☎休日お薬電話相談事務局  
(沖館薬局新町店内) ☎33-9570

掲載記事の詳細は、各担当にお問い合わせいただくか、ホームページ等でご確認ください。

## Interviews with ALTs

Hello! Today I bring you another interview with an ALT! We'll be hearing from Yoshika Wason, who recently returned home to the US after living in Mutsu City for two years. Welcome back for this article!

こんにちは! 今回はALTのワソン・ヨシカさんにインタビューしました。ヨシカさんは先日、アメリカに帰りましたが、2年間むつ市で住んでいました。

### Q. 自己紹介をお願いします!

A. こんにちは! 私の名前はYoshika Wasonです。2年間大湊高校の外国語指導助手(ALT)として勤めていました。出身はアメリカのマサチューセッツ州、ボストン市です。ボストンはアメリカの北東部にありますので、気候はむつ市に似ています。

### Q. どんな言語が話せますか?

A. 日本語はまだ勉強中です。漢字を勉強するのが好きですが、私には日本語の文法は難しいです。スペイン語も少し話せますが、あまり得意ではありません。

### Q. 日本に興味を持ったきっかけは?

A. 私は二世日系人のハーフなので、物心ついたころから日本に興味がありました。母は埼玉県出身で、1980年代にアメリカに引っ越しました。

### Q. 一番好きな日本料理は?

A. 夏にうなぎを食べるのが好きです。そして冬は鍋料理が好きです。日本料理を作るのは楽しいです。オムライス、牛丼、親子丼、カレーといった料理は私にとってのソウルフードなので、たまに作ります。

### Q. 好きな日本語の言葉や漢字はありますか?

A. 私の一番好きな漢字は「心」です。美しくて深い意味を持っている漢字だと思いますし、そして書きやすいです。日本のネットスラング(インターネットスラング、インターネットを利用する時によく使われている言葉や表現)はとても面白いと思いますので、勉強するのが楽しいです。例えば、最近流行っている「タピる」という単語を知って、タピオカが好きなのでこの言葉も気に入りました。

### Q. どんなことを生徒に教えるのが好きですか?

A. 色々ありますが、一つは、自分の趣味と好きな物を利用して英語を教えることです。例えば、好きな映画を英語で観たり、英語を使うSNSアカウントをフォローしたりすれば、勉強は楽しくなります。

ヨシカさん、ありがとうございます! またいつかむつ市に遊びに来て下さい!

## Walking Talking

むつ市内で一緒にお話しをしながら散歩しましょう! 申込不要です。参加の際、マスクの着用と十分の距離を取ることをお願いします。

### ▶11月

10/6(火) 14:00～15:00

ウエルネスパーク

※正面玄関 14:00 集合

10/22(木) 14:00～15:00

金谷公園

※噴水の前 14:00 集合

☎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。

## 春夏秋冬

### －俳句－

収獲のハウスの中は油照

この家のちいさいちいさい冷蔵庫

姉に送る荷にべこ餅も入れにけり

旧き家のしきたりあまた盆支度

初秋やコロナ終息目処つかず

彼岸花仏の花と嫌はれも今日はすがれし庭彩りぬ

滑り入る電車に群がる赤蜻蛉秋色きざす星の停車場

瀨川 文香

太田 正信

菅浦川 充江

宮浦 雅子

川端恵美子

甲 榮子

葛西 秀子

### －川柳－

感染を横目に夏の旅GOTO

御先祖へ孫が合わせるもみじの手

迎火や仏の顔はみな若し

芋殻火の村口出口風変はる

肩書を外し夜店の客なりし

文月の病廊かざる絵手紙にナスタチウムが涼やかに

日暮までに草取り終えんと急ぐわれの目前にゆらり桔梗鮮やぐ

渡邊 寂隆

漆館 灯火

工藤千紗子

川口 巖溪

寺岡 洋子

立花 恵子

佐藤 和子





9/11 Fri **RIZAP 講師がオンラインで直接指導**  
むつ 6PACK 働き世代健康アップ事業

むつ市平均寿命は全国と比較しても短命となっており、その傾向はすでに 30～50 代の現役世代から始まっています。継続的に健康教養を学ぶ機会を設け、職場や地域での健康づくりを担える人材の育成と、スキルアップを図るため実施している「むつ市健やか隊員育成事業」。

今回はオンラインで RIZAP のトップトレーナーから指導していただき、実際に体を動かしながら職場での健康づくり方法を学んでいました。



9/3 Thr **優しさでつながるまちづくり**  
苫生小学校で手話の出前講座

苫生小学校で出前講座が行われ、聴覚障がい者団体のむつろあ協会の方から、聴覚の障がいについて説明がありました。児童たちは声や音が聞こえなかったり、聞こえづらかったりする人に必要な配慮を学びました。

むつ市では、今年 4 月に「むつ市手話言語条例」が施行され、誰もが互いに支えあい、安心して暮らすことのできる共生社会の実現を目指しています。優しさでつながるむつ市になるようみなさん一緒に取り組んでいきましょう。



8/28 Fri **育てたミョウガを売る喜びを**  
脇野沢中学校ミョウガ販売体験

脇野沢中学校では働くことの意義や喜びを体感するため、生徒たち自らがミョウガを栽培・収穫し、販売まで行なっています。

脇野沢の PR 方法、お客さんに喜んでもらうための工夫など、生徒同士でアイデアを出すなどの会議を何度も繰り返し、臨んだマエダ本店での販売会では、元気のよい接客、手作りパンフレットやシールを配布するなどの工夫を凝らし、買い求めた多くの方々に笑顔にしていました。



8/24 Mon **下北半島縦貫道路早期完成目指して**  
下北未来塾との意見交換

働く女性や生活者の視点から、下北半島縦貫道路が不可欠な道路であることを強く訴え、地域の声を一つにまとめ発信している「下北未来塾」の皆さん。

昨年度に取り組んだ活動や早期完成実現に向けて今後もシンポジウムの開催などを積極的に行なっていくとの報告を受けました。官民が一体となって様々な取組で地域内の関心を高め、引き続き地域の声をしっかりと関係機関へ伝えていくことを確認しました。

「教師として初めて赴任した第一川内小学校で、子どもたちから土器を「拾い」に行こうと言われたんです。畑の脇でひとかたまりに置かれていた縄文土器片を手にした感動が歴史を紐解こうとする活動のきっかけだったんです」

今年、むつ市制施行 61 周年記念表彰式で文化賞を受賞した三浦順一郎さんは、地域史研究家としてのきっかけを振り返ります。

「先人たちの生の歴史に触れる。あの感覚は忘れられません」

三浦さんは、下北各地の歴史を、古文書の解読や地域に伝わる伝承をもとに、わかりやすく伝えるとともに自らも 3 冊の本を出版してきました。「今回の受賞は、家族を



この人  
むつちゅう星

むつ市とともに輝く  
「この人」をご紹介。

むつ市制施行 61 周年記念表彰式  
文化賞受賞(地域史研究)  
**三浦 順一郎** さん

じめ、下北各地でお世話になった人たちが応援してくれたいおかげです。感謝しています」

いい人たちに恵まれたと振り返る三浦さんはさらにこう話してくれました。

「下北には、縄文の歴史、南部藩の歴史、斗南藩の歴史、そして北前船での交流による文化がある。人物に光を当てるとまさしくドラマがあつて、知れば知るほど面白い。歴史は生き方を学ばせてくれると思うんです。その面白さを伝えていくことが、私の役目だと思います」

11 月には三浦さんがこれまで解読してきた古文書などの展示が式番館で行われます。ぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか。



9/1 Tue **日頃の功績を讃えて**  
むつ市制施行 61 周年記念表彰式

9 月 1 日、下北文化会館において「むつ市制施行 61 周年記念表彰式」を開催しました。

この記念表彰は、当市において地方自治関係、消防、教育・学術・芸術・スポーツ等、社会福祉・民生安定等、産業・経済等の各分野でご活躍された方々を表彰するもので、今年は 171 名の方々が表彰を受けられました。

表彰を受けられたみなさま、本当におめでとうございます。ますますのご活躍を祈念申し上げます。



9/1 Tue **夢ここから**  
むつマエダアリーナ(むつ市総合アリーナ)完成式典

むつ市民体育館が利用できなくなってから約 7 年。

私たち市民が長い間待ち望んだむつマエダアリーナが完成し、感染症対策を十分に行いながら完成式典が行われました。式典には建設に関わった関係者約 100 人が出席したほか、海上自衛隊大湊音楽隊のみなさんが記念演奏を披露し、会場に花を添えました。

子どもたちの夢がここから育まれていく。そんな素晴らしい未来が待っています。

# ♪ むちゅっこ ♪ Happy Birthday 10月生まれ



ふるだて おと  
古館 央都くん  
R1.10.1生(小川町)



たかaura かずほ  
高浦 一穂くん  
R1.10.7生(城ヶ沢中丁塚)



はたなか みすず  
畑中 美鈴ちゃん  
R1.10.22生(新町)



くまがい ゆうり  
熊谷 佑利くん  
R1.10.25生(宇田町)



わたなべ えいき  
渡邊 英希くん  
R1.10.31生(金曲)



えびな みく  
蛭名 美紅ちゃん  
H30.10.5生(荒川町)



おいかわ りり  
及川 凜莉ちゃん  
H30.10.17生(関根烏沢)



きむら 朔くん  
H30.10.18生(大畑町孫次郎間)



むらさと りく  
村里 律空くん  
H30.10.28生(旭町)



きくち ひな  
菊池 柊花ちゃん  
H30.10.31生(田名部品ノ木)



のざき わか  
野崎 和花ちゃん  
H29.10.9生(若松町)



くらた そう  
倉田 奏羽くん  
H29.10.17生(金曲)



おぼら そりと けつぎ  
小原 想仁くん・結月ちゃん  
H29.10.17生・H27.10.10生(仲町)



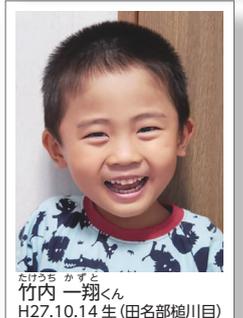
やまがわ えま  
山川 恵菜ちゃん  
H28.10.3生(田名部下川)



やまもと あこ  
山本 あこちゃん  
H28.10.5生(関根南関根)



さわだ こうしろう  
澤田 昊志郎くん  
H28.10.25生(下北町)



たけうち かずと  
竹内 一翔くん  
H27.10.14生(田名部樋川目)



あいざわ いっしん  
相澤 一心くん  
H26.10.3生(川内町休所)



ひぐち みそら  
樋口 美空ちゃん  
H26.10.9生(柳町)



すけがわ みつき  
祐川 光希くん  
H26.10.11生(桜木町)



おの らいく  
小野 頼空くん  
H26.10.15生(美里町)



やまだ えいた  
山田 瑛太くん  
H26.10.25生(栗山町)

**11月生まれのお子さんの写真募集!**  
 9/25 ~ 10/5

来月号から、Good Neighbor 写真を募集します!  
 「グッドネイバー」のロゴマークを用いるか、「赤色」  
 のものを身につけた写真をご応募ください! 詳しくはP5を  
 ご覧ください



〈対象〉11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  
 9/25 から 10/5 (必着)までに、郵送または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」とご記入ください。メール受信後、返信します。返信がない場合、不具合等で受信していない可能性があるため広報グループまで電話でお問い合わせください。  
 ※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「今月のむちゅっこ」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