

みんながつながる、むつ市の総合情報誌

広報むつ

MUITSU

6

2021

特集

食育～つくり手の思い

UD
FONT
by MORISAWA

ヘルシーバランス弁当

健康な体づくりや生活習慣病予防のため、むつ市健康づくり推進課が考案したエネルギー 500Kcal以下で食塩相当量 2.5g以下のヘルシーバランス弁当が大湊ベーカリー、市役所食堂ぼわーる亭、おふくる弁当、スーパーちふねから販売されています（各店舗ともに販売日および販売数限定）。

焼きそばが入ったおふくろの味弁当 ほうれん草のカレー風味ハンバーグ弁当



食生活改善推進員

食生活改善推進員は、野菜摂取や減塩などの料理教室を開催し、バランスの良い食生活を広める活動をしています。養成講座は2年おきに開催し、今年度は10月から川内公民館で行われます。食や健康に興味のある方は、養成講座に是非ご参加ください。



むつ市のうまいは日本一！推進協定

海上自衛隊大湊地方隊とむつ市では協定を締結し、むつ市産品の地産地消活動を行なっています。転勤が多い自衛隊の方々へむつ市の食を知ってもらうため、産地訪問による地産品への理解促進に努めてもらっているほか、市の産品を使用した給食の提供を行なってもらっています。



むつ市ではこんな活動をしています。ヘルシーバランス弁当に興味をお持ちの方は、健康づくり推進課の窓口やHPでも公開しています。



生きることは食べること

いただきます。
感謝の食事は、
ココロを育てる。
笑顔をつくる。
まちを育てる。



何を食べようか。何をしようか。忙しい毎日、悩んだことはありませんか。

今月の特集は食育です。6月は食育月間であり、むつ市の食に携わる人を通じて、食育について考えてみませんか。

青森県の平均寿命は、男女ともに全国最下位の状態が続いています。これは、生活習慣病による死亡率が高く、高い喫煙率や過度の飲酒、不適切な食生活、運動不足からくる肥満などの問題が多いことに原因があるのではないかと考えられています。また、生活様式の多様化によって、家庭の味や地域の食文化が継承されにくくなっています。

食育とはそもそも何でしょうか？食育とは、さまざまな経験を通じて食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることを言います。つまり、いろいろな食材や料理を食べたり、農林水産業を体験することで、食に興味を持ち、自分にとってさまざまな食の情報の中から、何が必要なのかを考え、選択できる力を育てることを目的としたものです。

現在、高齢化の進行、単身世帯の増加、食の外部化など私たちの食を取り巻く環境が大きく変化し、肥満の割合や生活習慣病が増加しています。また、食品ロスの削減も叫ばれています。

**笑顔で広がるおいしいご飯
笑って食べて心も体も健康に**

むつ市では、栄養講座の開催、ヘルシーバランス弁当開発や食生活改善推進員の養成などを行い、食育の重要性についてお知らせしています。また、むつ市のうまいは日本一推進条例のもと、地場産品PRと地産地消を推進しています。一人ひとりが食への関心を高め、むつ市の食の素晴らしさに誇りを持ち、毎日の生活に活かしていきたいでしょう。また、農林水産業や食に関わる人々の活動の重要性について理解を深め、地域で食育を推進していきましょう。

つくり手の思い

安全で安心な食を子どもたちへ。むつ市の食育を支える大人たち取材してきました。



大畑学校給食センター

大畑学校給食センターでは、大畑小学校、大畑中学校、正津川小学校、二枚橋小学校、関根小学校、関根中学校、第一田名部小学校の給食調理、むつ中学校へのアレルギー給食の調理と配送や食育に関する情報発信を行なっている



大畑学校給食センターでは1食1食丁寧に給食が作られている。

給 食も食育を推進してくれるひとつ。心を込めて給食をつくっている。手たちはどう思うだろうか。大畑学校給食センターで給食をつくらせているむつ市教育福祉振興会の扇谷さんにお話を聞きました。

「アレルギーや食中毒には特に気を使っています。また、異物がないかキャベツや白菜などの葉物野菜はバラバラにして一枚ずつ確認しています。子どもたちに伝えたいことは、食べるという事は生きていく上での基本なので、正しい食品を選ぶ力を身につけて欲しいこと、食べることが心と体の成長につながっているということです」

扇谷さんは3人の子どもたちを育てている母でもあり、「私自身、給食のありがたさは身にしみて感じています。そう思ってくれているお父さんお母さんもたくさんいると思うので、その思いに伝えられるよう、安心して食べられる給食をこれからも提供していきたいと思っています」

献

立作りや栄養計算をして、いる大畑中学校栄養教諭の飛林さんにお話を聞きました。

「カロリーや栄養価が充足するように、どのメニューも美味しきようにと考えながら献立づくりをしています。その気持ちも子どもたちにも伝わってほしいなと思います」

この仕事のやりがいについて聞いてみると「給食を食べて喜んでくれる子どもの姿を見ると嬉しいです。子どもからのまたあの料理が食べたいなどの手紙を見るのも給食を楽しみにしてくれているんだなと感じて励みになっています」



子ども達からは、せんべい汁がまた食べたなどのリクエストが手紙で来たりも。



子どもたちは給食を一生懸命食べてくれるので、子ども達が喜んで食べる給食をつくりたいと話す飛林さん。栄養価や予算を考えながら毎日の献立づくりをしています。

生

産者の方々はそのような思いで食育に携わっているのか。夏秋イチゴ農家の阿部伸義さんにお話を聞きました。

「今後の生産者は、消費者に生産物に興味を持ってもらうためにも、ただ販売するだけではなく、消費者と顔を合わせて、話をしながら、生産を行なっていく必要があると思っています」

阿部さんも参加するしもきたマルシェでは農業の体験も行なっています。

「農業体験をすることで、自分の育てた生産物に愛着を持ち、どうやって食べたら美味しいかなど、話を子どもたちから聞いて欲しいと思っています。また、自分で食べるものを自分でつくる強さも必要ではないかと思っています」

そんな阿部さんにご自身の農業の醍醐味を聞いてみました。

「冬の真っ白い景色が、春に近づくとも土が見え、茶色い景色に変わっていきます。それと同時に自分の持っているイチゴのビニールハウス内にイチゴの緑の葉っぱがぼつぼつと増えてきます。その後、白い花が咲き始め、その中から赤いイチゴが成長します。この一番花を見たり、一番に成った実を食べたりすることが、私の農業の醍醐味であり、自分の初心に立ち返る瞬間でもあります。皆さんにもこの感動を感じて欲しいと思います。」

私は以前までは、トマトが苦手でしたが、トマトを種から植えてから食べられるようになるまでの過程を知ることが、苦手だったトマトが今では大好物になりました」



むつ下北自然の家ではそばうち体験など伝統食も体験できる。



下北の郷土料理である煮和えを使った給食
食育ブログQRコード

しもきたマルシェ

生産者と消費者の交流の場づくりによる地産地消の推進を目的に、生産者による栽培指導つきの苗の販売や土作り講習会などが行われている。次回は7月11日、8月11日、9月12日、10月10日を予定しています。



しもきたマルシェQRコード



8つの経済活性化対策

むつ市の経済を立て直す

プレミアム付タクシー券
販売中
プレミアム率 **67%**
1セット3,000円で5,000円相当の利用が可能なタクシーチケットを販売します。(使用期限 R4.2月末)

プレミアム付飲食券
3,000円で5,000円分に
販売中
プレミアム率 **67%**
むつ市感染症対策あんしん飲食店等に認定された飲食店等で使える飲食券を販売します(7月～販売予定)

生産者応援キャンペーン
地酒・地ワイン等が当たる
還元総額 **1,000万円**
市内の店舗で買い物や食事をして応募用紙に必要事項を記入すると抽選で特産品セットをプレゼント

むつ市のうまいでポケバル
販路拡大
魚介類や飲食店の料理を冷凍・真空パックにして通販やふるさと納税返礼品で販売し販路拡大を目指します。

エール飯2021
市役所開放エリアでお弁当販売
販売中
2021 エール飯 テイクアウト販売支援
外食の機会が減少し、店内飲食の売上げが低迷している飲食店を応援します。(11月末まで)

カマフセマーケット
新しい生活様式とともに稼ぐ力を創出
出店者募集中
金谷公園・下北駅前広場に手洗い場・電源基盤を整備し、コロナ時代のイベント出店を支援します。

宿泊業消費喚起 第2弾
GoGo むつ市宿泊応援キャンペーン
県民対象 5,000泊
7,500円 お得
宿泊費を5,500円割引+2,000円分の商品券を贈呈。

ジオ・スタイル・ウエディング
6月中旬～
フォトウエディングの経費を助成
15万円 上限
コロナ禍のカップルと関連産業を応援! ジオサイトで素敵な記念を(限定50組)

緊急雇用創出 受付中
市役所で雇用 **10名** 雇用
新型コロナウイルス感染症の影響で離職された方を対象に市役所で10名の雇用(会計年度任用職員)

離職者生活・再就職支援給付金 受付中
10万円 給付
事業所の都合で解雇された市民に新型コロナウイルス感染症の影響で解雇された市民を対象に10万円を給付します。

求職者雇用促進奨励金 受付中
解雇された市民を雇用した事業者に **30万円** 最大給付
雇用保険一般被保険者として雇用期間の定めがない雇用契約を結んだ事業者に最大30万円給付します。

3つの緊急経済対策

まずは緊急支援

あんしん飲食店等応援金 受付中
20万円 一律給付
申請期限 7/31まで
「むつ市あんしん飲食店等認定制度」に認定されている事業所で、売上げが減少した事業所が対象
飲食業をはじめとするすべての事業所が対象です。
6/30(水)までに「むつ市感染症対策あんしん飲食店等認定制度」の認定に係る申請を完了していることが前提です。お早め!

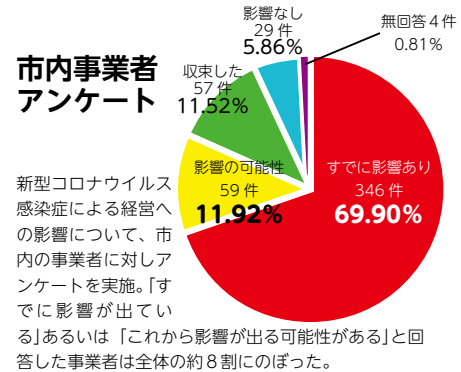
感染症対策支援 受付中
10万円 上限給付
換気装置の設置や非接触型体温計など感染対策に必要な物品購入経費等を支援
「むつ市あんしん飲食店等認定制度」にこれから認定を受けようとする事業所とすでに認定を受けておりこれから対策を強化する事業所

ひとり親世帯給付金 受付中
5万円 給付
子ども1人につき
新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、低所得のひとり親世帯に対し、その実情を踏まえた生活の支援を行う観点から、食費等による支出の増加の影響を勘案して、子ども1人あたり5万円の支給を行います。
児童扶養手当をもらっている方には5/11振り込み済み
公的年金を受けている方や家計急変した方は申請が必要です。

総額 **4.6億円**

の経済対策

新型コロナウイルスを乗り越えるための



4.6億円の経済対策

新型コロナウイルス感染症が全国に再拡大し、県内でも10万人あたりの新規感染者数が1週間で15人以上になるなど、ステージ3の「感染急増段階」に入ってしまった青森県。

むつ市内でも初の感染が確認された1月以降の約3か月間、感染者が確認されていませんでしたが、4月29日に新規感染者が発生して以降、感染者の確認が続いています。

市内の経済は多くの事業所の努力で感染が抑えられていたにもかかわらず、まるで底が抜けたような経済状況となっています。

この状況を打開するため、総額4億6000万円の経済対策で立ち向かいます。

まずは新型コロナウイルス感染症の影響がより大きい部分へ緊急支援し、経済を立て直すこと。そして雇用を守る。

感染対策を徹底して、経済活性化に取り組みでいきます。

新型コロナワクチン接種情報

聴覚・言語に障がいをお持ちの方など

電話での予約がむずかしい方は、**6月7日(月)**から市役所に開設される**予約サポート窓口**

をご利用ください。庁舎の窓口でご相談いただけます。

早くて 気軽に 安全に!

プロジェクト G

ワクチン接種に関する詳細は、各ご家庭に配付のガイドブックをご覧ください

MUTSU 65歳以上
接種ガイドブック
電話が病院で! 市役所にまで予約はできません。
コロナワクチン予約の前に必ずお読みください。

5月1日現在 人口・世帯数

※住民基本台帳による

人口	55,272人	(- 82人)
むつ地区	44,156人	(- 38人)
川内地区	3,517人	(- 16人)
大畑地区	6,252人	(- 29人)
脇野沢地区	1,347人	(+ 1人)
世帯数	28,780世帯	(+50世帯)
	()内は前月比	

各種相談日程

法律相談(オンライン・予約制)

時 6/25 (金) 12:40 ~

問 市民連携課 ☎ 22-1111 内線 2154

予約受付は 6/1 (火) 9:00 開始。

1人 30分、定員 7名(先着順)

法テラス法律相談(予約制)

時 6/9 (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 6/21 (月) 9:00 ~ 12:00

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 6/3 (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

家族間や近隣関係などの相談を受けます。

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 青森地方法務局むつ支局 ☎ 23-3202

家族間や近隣関係などの相談を受けます。

時 日時 場 場所 問 問合せ・申込先

ごみ収集車の車両火災が多発しています

不燃ごみを収集していたごみ収集車で火災が発生するという事故がありました。幸い人的被害はありませんでしたが、ごみの収集時間が大幅に遅れるという事態になりました。火災の原因は、中身が入ったカセットボンベやスプレー缶であると考えられます。車両火災が発生すると、収集作業員だけでなく、周囲の人々も危険にさらされます。カセットボンベやスプレー缶などは、必ず中身を使い切りガス抜きするようにお願いします。

問 環境政策課 内線 2462

ツキノワグマ出没注意報

昨年、クマの餌となるブナの実が並作だったため、クマが餌を求めて行動範囲を広げるおそれがあります。被害に遭わないために、クマの出没が確認されている場所に近づかないこと、クマを誘引する生ごみや野菜の残渣を適切に処理する等の対策をお願いします。

問 生産者支援課畜産鳥獣担当 内線 2636

不正改造は犯罪です!

6月は「不正改造車を排除する運動」の強化月間です。皆様もぜひ、この機会にどのような改造が不正改造になるのかについての理解を深めていただき、その排除にご協力ください。

問 東北運輸局青森運輸支局検査整備保安部門

☎ 017-715-3320

H www.tenken-seibi.com/

Information

特定防衛施設周辺整備調整交付金を活用しています

むつ市には大湊港に所在する防衛施設の立地に伴い、特定防衛施設周辺整備調整交付金が交付されています。この交付金は、港湾等の防衛施設の設置、運用による周辺地域に対する生活環境等に及ぼす影響を考慮し、特定防衛施設関連市町村に対し、生活環境の改善等に活用できるものとして、国から交付されるものです。昨年度は次のように活用されました。

事業名	金額
むつ市福祉バス運行事業	460万円(基金処分)
むつ市スクールサポーター配置事業	3,767万円(基金積立)
配置事業	3,000万円(基金処分)
むつ市小中一貫教育	1,500万円(基金積立)
非常勤講師配置事業	1,600万円(基金処分)
むつ市外国語指導助手配置事業	1,700万円(基金積立)
配置事業	1,600万円(基金処分)
むつ市インフルエンザワクチン接種費用助成事業	3,000万円

問 財務課資金企画室 内線 2326

ハンコレス化の取り組みについて



市民サービスの充実等のため取り組んだ申請書類等のハンコレス化につきましては、市の裁量で廃止できる書類は100%ハンコレス化が達成できました。国、県の規定による申請書類は押印が必要なものもありますので詳しくは市HPをご確認ください。



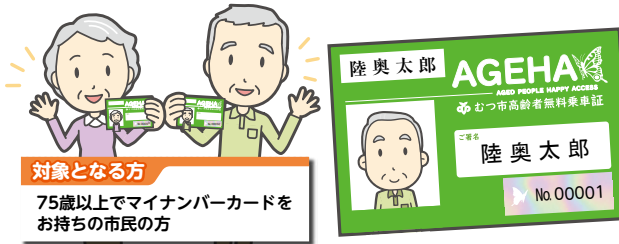
行政手続きにおける押印の廃止

問 行政改革推進課 内線 3910

むつ市にお住まいの75歳以上の方へ

むつ市高齢者無料乗車証

AGEHA

10月1日
スタート!
AGED PEOPLE HAPPY ACCESS対象となる方
75歳以上でマイナンバーカードをお持ちの市民の方

交付申請

ご利用に際して、事前に「高齢者無料乗車証(アゲハ)」の交付申請が必要です。

申請書は、市から対象者の方へ送付します。詳しくは広報むつ5月号の5ページをご確認ください。

問 交通政策課 ☎ 22-1111 内線 2361

利用可能な公共交通機関と利用方法

- ▶ジェイアールバス東北の路線バス
乗車の際：整理券を取り「アゲハ」を運転手に提示する。
降車の際：整理券を運賃箱に入れ「アゲハ」を運転手に提示し、乗車した停留所を伝える。
- ▶下北交通の路線バス
※市外にまたがる利用は市外分の運賃をお支払いください。
乗車の際：整理券を取り「アゲハ」を運転手に提示する。
降車の際：整理券を運賃箱に入れ「アゲハ」を運転手に提示する。
- ▶川内交通(むつ車体工業)の路線バス
- ▶脇野沢交通の路線バス
- ▶大畑地区デマンド型乗合タクシー(大畑庁舎~奥薬研)
乗車の際に「アゲハ」を運転手に提示する。

私道等の整備費用9割を
むつ市が補助します

事業の背景

市民のみなさまが実施する私道の整備のうち、公共性が高いと認められるものについて、むつ市が5割を負担する「私道整備補助金」を実施してきました。

また、むつ市が管理する市道整備のご要望も、数多くあるため、整備に期間を要している状況です。

町内会においては、私費を投じてでも市道等を早急に整備したいというご要望もあることから、これまでの補助制度を私道整備のみから市道等にも利用できるように制度を拡充し、生活環境の向上を図ります。

私道等整備補助金

公道と同様の機能を果たしている私道・市道等について、町内会等が行う舗装工事や側溝等の排水施設工事などに対して、工事費の9割を助成します。

募集期間

6月1日~8月13日

補助対象の要件

- ▶延長 20m・幅員 4m以上の私道市道等の整備
- ▶5戸以上の方が利用している
- ▶私道を整備する場合、土地の所有者の同意を得ている
- ▶市が定めている要件にあてはまる

補助金の交付先

町内会に対して交付します。
※申請件数が多い場合は、立地条件や利便性の高さなどで案件を選定することがあります。

要望に必要な書類

- ▶交付要望書
- ▶位置図
- ▶工事計画図
- ▶公図の写し
- ▶施工業者の見積書
- ※私道の整備の場合
- ▶私道整備に伴う地権者の施工同意書
- ▶町内会長等の誓約書
- ▶土地の登記事項証明書

問い合わせ先

むつ市都市整備部土木維持課
☎0175-22-1111 内線 2714

むつ市民の62チャンネル

YouTube

いつもポケットにむつ市政

あなたのスマホにむつ市の情報をお届けします。





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 ジョブカフェおむつサテライトスポット ☎ 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 6/3(木)・17(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 2653
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

知的障害者巡回相談

愛護手帳(療育手帳)の新規申請や再判定の受け付けをしています。

▶いつ 申請後に調整
▶どこで 下北文化会館、むつ来さまい館
▶対象 県内に住所を有する方で18歳以上の知的障害をお持ちの方(要予約)
問 障がい福祉課 内線 2593

法定相続情報証明制度

戸籍などの書類を基に、法務局が「法定相続情報一覧図の写し」を無料で交付するもので、一度作成すれば相続登記はもちろん、預貯金の払い戻し、相続税の申告、年金などの相続手続きに戸籍謄本等を持参する必要がなくなり、とても簡単で便利です。詳しくは法務局HPをご覧ください。詳しくは法務局HPをご覧ください。詳しくは法務局HPをご覧ください。

労働相談ホットライン 無料電話相談実施



▶いつ 6/10(木) 15:00～18:00
▶相談専用電話 ☎ 017-763-4670
問 青森県弁護士会事務局 ☎ 017-777-7285

「人権でお困りの方はひとりで悩まず人権相談」

市内4地区で特設人権相談所を開設します。(予約不要・秘密厳守)
むつ地区 6/5(土) 来さまい館 1階会議室
川内地区 6/2(水) 川内庁舎 1階談話室
大畑地区 6/3(木) 大畑庁舎 2階集客室
脇野沢地区 6/3(木) 脇野沢庁舎相談室
▶開催時間 各会場 10:00～15:00
問 市民連携課広聴連携担当 内線 2152
問 川内庁舎管理課 ☎ 42-2111
問 大畑庁舎管理課 ☎ 34-2111
問 脇野沢庁舎管理課 ☎ 44-2111

教育相談始めました!

不登校で困っている方。進学、学習等で悩んでいる方。その他、教育で相談したい方。お電話ください。その後、面談等を行います。
問 青森県退職校長会下北支部 佐々木 ☎ 090-4550-0628

身体障害者巡回審査 更生相談

▶いつ 7/5(月) 受付 9:00～10:00
▶どこで むつ市役所第4会議室
▶対象 肢体不自由の障害をお持ちで身体障害者手帳の交付を受けたい方。肢体不自由の障害程度や等級が変わったと思われる方。義肢・装具等の交付または修理を必要とする方。
▶申込期間 6/25(金)までに要予約 ※ご予約なくお越しの場合、審査できませんのでご了承ください。
問 障がい福祉課 内線 2594

税 所得課税証明書等の発行に伴う窓口延長

6/8(火)から6/30(水)までの平日、窓口の受付時間を延長します。
▶延長する時間 18:30まで
※分庁舎は受付時間の延長をしておりません。また、延長時間中に受付できる内容には制限があります。
問 税務課市民税担当 内線 2214

税 土地税額の据え置き措置について

コロナ対策により、令和3年度に限り、税額が上昇する土地について、令和2年度の税額に据え置きとなります。ただし、地目の見直しや評価の見直しが行われた土地については、税額が上昇している場合があります。
問 税務課固定資産税担当 内線 2225

借金に関する相談窓口

相談員が借金の状況等をお伺いし、必要に応じて弁護士等に引き継ぎを行います。一人で悩まず、ご相談ください。秘密厳守・無料です。
▶受付 月～金(祝日・年末年始除く) 8:30～12:00 / 13:00～16:30
問 青森財務事務所 (相談専用電話) ☎ 017-774-6488

女性の権利110番 無料電話法律相談

女性およびLGBTに関する権利問題(労働・離婚・セクハラ・DV等)などの無料電話法律相談です。事前予約不要です。
▶いつ 6/25(金) 12:00～18:00
問 青森県弁護士会事務局 (相談専用) ☎ 017-763-4670

税 6/30(水)は市税等の第1期納期限

納税通知書、納付書は6月中旬に配達されます。遅くとも20日頃までには届く予定です。一括納付または第1期分のいずれかを選び、納期限までに各納付窓口で納付してください。口座振替や納税貯蓄組合、スマホアプリによる納付もできます。
▶口座振替の申込方法 税務課・各庁舎管理課、市内金融機関へ通帳、印鑑、納税通知書を持参
▶第1期納期限 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

税 ご存じですか 市税の減免制度

税金の納付が困難になった方のために減免制度があります。納税が困難になった場合は、納税通知書が届き次第、窓口または各庁舎管理課へご相談ください。
▶減免の対象となる理由
・特別な事情で所得が著しく減少した
・医療費が激増した
・災害などで財産を失った
問 税務課市民税担当 内線 2215

税 日中納付が困難な方へ 日中納税窓口を開設

平日および月末に休日・夜間納付窓口を開設しています。納税相談もできます。※納税証明書の発行はしていません。
▶いつ 6/10(木)・11(金)・14(月)・15(火) 6/25(金)～30(水) (平日) 17:15～19:00 (休日) 10:00～15:00
▶どこで 税務課
問 税務課収納担当 内線 2232

税 4月7日以降に令和2年分の確定申告をした方へ

新型コロナウイルス感染症予防のため、むつ税務署では4/15(木)まで確定申告を受け付けていましたが、次の方は、年度の途中で市県民税の課税額が変更になる場合がありますのでご注意ください。
・特別徴収(給与・年金から天引)で、4/7(水)以降に申告した方。
問 税務課市民税担当 内線 2213

税 6/30(水)は自動車税種別割の納期限

自動車税種別割の納付はお早めに。
▶支払方法
・下北地域県民局県税部窓口
・金融機関、コンビニエンスストア
・クレジットカード納付(Yahoo! 公金支払い)サイトから手続き)
問 下北地域県民局県税部納税管理課 ☎ 22-8581 内線 210・211

税 固定資産税の評価替えについて

令和3年度は固定資産税の評価替えの年度です。土地と家屋において、評価基準にもとづき評価の見直しを行いました。評価の内容について疑問等がある場合はお問い合わせください。なお、6月中は窓口が大変混み合いますので、お時間に余裕を持ってお問い合わせください。
問 税務課固定資産税担当 内線 2225

税 住宅の改修・新築による固定資産税の減額

住宅の耐震改修、バリアフリー改修、省エネ改修、サービス付き高齢者向け住宅の新築について、一定の要件を満たす場合、申請により固定資産税が減額となります。
問 税務課固定資産税担当 内線 2225

とどく つながる がひとつに
LINE プッシュ通知でお伝えたい情報を身近に 全ての情報のプラットフォームに

むつ市公式LINE 友だち募集中

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)

新規高卒予定者の求人受理 6/1 開始

早期の求人申込みが、より良い人材の確保につながります。高校生の地元定着のため、早期の求人申込みをお願いします。

選考スケジュール

6/ 1(火)	求人受理開始
7/ 1(木)	各高校・生徒への求人情報の提供開始
↑ ↓	高校生の多くはこの期間の早い時期に応募先を決めることとなります。
	9/ 5(日)
9/16(木)	選考開始

☎ ハローワークむつ学卒係 ☎ 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。お気軽にご相談ください。

- ▶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 第2・4水曜日13:00～16:00
友の会福祉会館
- ☎ ネクストキャリアセンターあおもり ☎ 017-723-6350

警察官 A (大卒) 採用試験

- ▶受付締切 6/18(金)
 - ▶1次試験 7/11(日)
※詳細は5/7以降に申込書を入しご確認ください。
 - ▶試験会場
青森市、八戸市、弘前市、さいたま市
 - ▶対象
平成元年4月2日以降に生まれた方のうち、大学を卒業した方または令和4年3月31日までに大学卒業見込みの方
- ☎ 警察署 ☎ 22-1321

むつ運動公園のソメイヨシノの伐採について

国道側に位置する腐朽したソメイヨシノの伐採を行います。安全を考慮した結果、やむをえず行うものですので、ご理解ください。



☎ 市民スポーツ課 内線 2473

統計調査の実施と調査員の募集

自宅周辺の世帯または会社を訪問し、調査票の記入依頼や回収等をおこなう調査員を募集しています。報酬が支給されますので、副業としてご検討ください。

☎ 企画調整課統計担当 内線 2316

創業・起業座談会 支援制度説明会開催

- 創業・起業に向けての専門家のワンポイントアドバイスや先輩起業家の体験談を聞ける座談会と、関係機関が支援制度の概要を紹介する説明会を開催します。
 - ▶いつ 6/3(木)16:30～18:30
 - ▶どこで 下北文化会館2階大集会室・Zoom参加可
 - ▶申込締切 6/1(火)
 - ▶申込方法 青森県地域産業課まで申込 ☎ 017-734-9374
- ☎ 産業雇用政策課 内線 2652

下北ジオパーク夢実現プログラム補助金

市民のみなさまや市内の企業、団体等が企画したジオパークに関する事業を募集します。下北ジオパークに関連する商品開発やPR活動、教育活動および保全活動等に要する経費の一部を助成します。

- ▶募集締切 6/30(水)
 - ▶補助内容
下北ジオパークに関する周知広報、商品および土産品の開発、教育活動や資源保全に関すること
 - ▶補助金額 上限25万円(10/10)
- ☎ ジオパーク推進課 内線 2812

国家公務員「税務職員採用試験(高卒)」

- ▶受験資格
・4/1(木)において高校卒業後3年を経過していない者および令和4年3月までに高校を卒業する見込みの者・人事院が上記に準ずると認める者
 - ▶申込方法 インターネット申し込み
 - ▶受付期間 6/21(月)～6/30(水)
 - ▶試験日 9/5(日)
- ☎ 人事院東北事務局 ☎ 022-221-2022
🌐 <http://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.html>

第29回青森県民駅伝競走大会選手選考記録会

- 9/5(日)に青森市で開催される青森県民駅伝競走大会に出場する選手を、市民のみなさまから広く募集します。
 - ▶いつ 6/19(土)
 - ▶どこで むつ運動公園陸上競技場
 - ▶種目
・高校以上の男子 5,000m
・中学校男子 3,000m
・中学校以上の女子 3,000m
・小学生男女 1,000m
 - ▶参加資格
小・中・高校生、大学生は保護者の居住地の市町村から出場できます。それ以外の一般選手は、県内に居住している方で出身地、勤務地の市町村から出場できます。
 - ▶申込方法 当日受付
- ☎ 市民スポーツ課 内線 2473

総務省からのお知らせ

6月1日～10日は「電波利用環境保護周知啓発強化期間」です。不法電波は人命に関わる重要無線通信を妨害して、私たちの生活を脅かします。電波の混信・妨害についてご相談に応じます。

☎ 総務省東北総合通信局 ☎ 022-221-0641

みちのく・ふるさと貢献基金助成事業募集

- 新興企業ならびに事業拡大を目指し新規事業参入や開発・研究を行う県内の個人、NPO法人および企業等に対し、必要な費用を助成します。
 - ▶募集期間 7/1(木)～9/30(木)
 - ▶助成金 補助率1/2以内・上限300万円
- ☎ みちのく・ふるさと貢献基金事務局 星野・川村 ☎ 017-774-1179
🌐 <http://www.michinoku-furusato.or.jp>

動物駆逐用煙火消費保安講習会

- 野生鳥獣による農作物被害対策のために使用する、ロケット花火や動物駆逐用花火は、年1回の保安講習受講が火薬類取締法で定められています。
 - ▶いつ 6/25(金)午前の部10:00～午後の部13:30～
 - ▶どこで 下北文化会館 視聴覚室
 - ▶受講料・定員 無料・45名
 - ▶申込方法 電話申込
 - ▶申込締切 6/18(金)
- ※受講者には受講証明書を発行します。
☎ 生産者支援課畜産鳥獣担当内線 2635

花壇整備に協力していただける方募集中



下北駅前広場の花壇を一緒に整備してくれる方を募集します。土作り、種まき、除草、翌年に向けた準備を年4回ほどのスケジュールで計画しております。お子様連れ大歓迎です。詳細は市HPをご確認ください。

- ▶どこで 下北駅前広場
 - ▶定員 10人程度
 - ▶申込方法 電話予約をお願いします。
 - ▶申込期間 6/11(金)
- ☎ 都市計画課みどりと景観担当 内線 2744

募集 市営住宅入居者募集

- 川内楯木団地(川内地区) 1戸 家賃18,600円～36,600円
 - 第二初見団地(川内地区) 1戸 家賃17,800円～35,100円
 - 第二初見団地(川内地区) 1戸 (特定公共賃貸住宅) 家賃45,000円
 - ▶募集期間 6/10(木)～18(金) ※土日を除く
- ☎ 住宅政策課 内線 2762

募集 県営住宅入居者募集

- ▶募集する団地
金谷団地 5戸
 - ▶申込期間 6/1(火)～10(木) ※土日を除く
- ☎ 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

有名企業等を模倣したサイトにご注意



有名企業等の公式サイトによく似た模倣サイトでは、日本語などが不自然だったり、最近では見分けがつかないほど似ているものもあります。販売価格が大幅に値引きされている場合などは、模倣サイトの可能性が高いため、ご注意ください。

☎ むつ市消費生活センター ☎ 22-1353

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3年3月分		市環境政策課調べ (前年同月比)
	3月の値	前年同月	
総排出量	1,970 t	1,866 t	(+104t)
資源回収量	149 t	152 t	(-3t)
資源回収割合	7.6 %	8.1 %	(-0.5ポイント)
市民1人1日の排出量	1,148 g	1,070 g	(+78g)

【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

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)

☎ 市民連携課広報グループ ☎ 22-1111 内線 2157

むつ市民の62チャンネル

YouTube

いつもポケットにむつ市政
あなたのスマホにむつ市の情報をお届けします。



募集 集学サロン参加者募集

ウォーキング(ごみ拾い)やニュースポーツを通して交流しませんか。

- ▶いつ 6/18(金) 10:00～14:00
- ▶どこで 海老川コミュニティセンター
- ▶定員 20名
- ▶申込締切 6/11(金)

☎ むつ市社会福祉協議会 ☎ 33-3023

むつ市老人クラブ 「生きがいサークル」 6月

▶老人憩の家「禄寿荘」(新町) ☎ 23-5800

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

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」(川町) ☎ 29-1800

日舞教室	7日(月)	21日(月)
着付教室	8日(火)	22日(火)
カラオケ教室	10日(木)	24日(木)

カラオケ(13時～16時)、その他(10時～12時)

☎ むつ市社会福祉協議会 ☎ 33-3023

認知症の人と家族の会 むつのつどい

- ▶いつ 6/5(土) 13:30～15:00
 - ▶どこで 下北文化会館研修室1
 - ▶対象 認知症の方やご家族、認知症に関わる仕事をしている方など
- ☎ 認知症の人と家族の会青森県支部 石戸 ☎ 0178-35-0930

身近なお花でこころ豊かに(いけばな教室)



花器用のコップやグラス等、お庭の草花、タオル、新聞紙、鉢をご持参のうえご参加ください。草花が無くても参加できます。

- ▶いつ 6/13(日) 11:00～12:00
- ▶どこで 中央公民館 和室
- ▶定員 25名
- ▶申込締切 6/10(木)

☎ ボランティアむつの会 渡部てつ ☎ 080-5576-1304

募集 あしざき婦人学級生募集

あしざき婦人学級では、手芸(木目込み人形・籠バック等)・郷土料理・健康教室等様々な学習を行なっています。また、外部講師の他、趣味を生かして学級生が講師を務める事も和やかな学習をしています。お気軽に入会してみませんか。

- ▶いつ 月2～3回 水曜日
 - ▶どこで むつ市中央公民館
 - ▶年会費 3,000円
- ☎ あしざき婦人学級長 伊藤 ☎ 090-7070-2174

募集 下北英会話クラブ 会員募集

アメリカ人の先生が教えます。見学の方はいつでもどうぞ。年齢不問・初心者大歓迎。

- ▶いつ 毎月2回(水曜日 18:00～)
 - ▶どこで 中央公民館
 - ▶月会費 1,000円
- ☎ 下北英会話クラブ 濱谷 ☎ 24-1142

むつ市民大学ゼミナール

- 水彩画「水彩画を親しむ」
- ▶いつ 6/29(火)～7/27(火) 毎週火曜日 13:30～15:30
 - ▶どこで 中央公民館焼物室
 - ▶料金・定員 500円(5回分)・8名
 - ▶申込期間 5/28(金)～6/8(火)
 - ▶講師 国画会会員 菊池 時男氏
 - ▶準備物 絵の具、筆、鉛筆
- ☎ 中央公民館 ☎ 24-1224

むつ市民大学公開講座

- 今日から始める陽活
- ▶いつ 6/10(木) 13:30～15:30
 - ▶どこで 中央公民館講堂
 - ▶講師 青森県健康管理士会 石川 知王子氏
- ☎ 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

大畑公民館ゼミナール(陶芸教室) 受講生募集

- 陶芸教室
- ▶いつ 6/30(水)・7/21(水)・8/25(水)
 - ▶どこで 川内町 陶芸センター
 - ▶受講料 材料費(実費)
 - ▶定員 15名

大畑に関わる悠久の歴史を学んでみませんか

- ▶いつ 7/13・8/24・9/28・11/9 いずれも火曜日 13:30～15:30
 - ▶どこで 大畑公民館視聴覚室
 - ※11/9(火)はむつ市文化財収蔵庫見学
 - ▶定員 20名 定員になり次第締切
- ☎ 大畑公民館 ☎ 34-2321

「下北ジオパーク子ども研究室」を開催します

小学生のみなさんを対象に、地球科学を楽しく学べる「下北ジオパーク子ども研究室」を開催します。下北で見られる岩石で「オリジナル標本シート」を作って、身近な岩石の特徴を観察してみましょう。

- ▶いつ 6/6(日) 14:00～15:00
- ▶どこで むつ来さまい館2階 (下北ジオパークビジターセンター)
- ▶定員 10名
- ▶申込方法 電話・下北ジオパーク推進協議会HPで受付



☎ ジオパーク推進課 内線 2814

むつサテライトキャンパス 食育健康講座

いつ	どんな
7/7(水)	肉を上手に食べて健康寿命に
8/27(金)	米の健康栄養機能を考える
9/22(水)	トマトの健康栄養機能を考える
10/13(水)	ごぼうを食べて肥満予防と美肌効果

- ※新型コロナウイルス感染症の状況により、オンラインに変更となる場合もあります。
- ▶どこで ※いずれも 14:00～16:00 7/7・8/27 むつ来さまい館イベントホール B 9/22・10/13 むつ市役所議会大会議室
 - ▶講師 弘前大学名誉教授 加藤 陽治 氏 准教授 前多 隼人 氏 料理研究家 坂本 謙二 氏
 - ▶定員 30名(先着)
 - ▶申込締切 7/1(木)
- ☎ 市民連携課広聴連携担当 内線 2153

むつ高等技術専門学校 各種講習

- ローラー運転業務に係る特別教育
- ▶いつ 7/5(月)～6(火) 8:30～15:30
 - ▶受講料 約2,500円 ※テキスト代・テキスト送料含む
 - ▶定員 15名
 - ▶募集締切 6/4(金)～10(木)
- 小型車両系建設機械の運転の業務に係る特別教育
- ▶いつ 7/7(水)～8(木) 8:30～16:30
 - ▶受講料 約2,700円 ※テキスト代、テキスト送料含む
 - ▶定員 20名
 - ▶募集期間 6/10(木)～16(水)
- 丸のこ等・刈払機・振動工具取扱い作業教育
- ▶いつ 7/15(木)～16(金) 8:30～16:30
 - ▶受講料 約6,500円 ※テキスト代、テキスト送料含む
 - ▶定員 20名
 - ▶募集期間 6/17(木)～22(火)
- ☎ むつ高等技術専門学校 ☎ 24-1234

Excel 活用による業務効率化セミナー(2コース)

- 表計算ソフト(Excel)の便利な機能を活用し、生産性の向上を図るためのセミナー(2コース)を開催します。
- ▶いつ 7/1(木)「基本操作と応用」 7/2(金)「関数有効活用」 両日 9:30～16:30
 - ▶どこで まさかりプラザ
 - ▶料金・定員 各コース2,200円・15名
 - ▶対象 事業主の指示による在職者(事業主も参加可)
 - ▶申込締切 6/17(木)
- ☎ ポリテクセンター青森 ☎ 017-777-1186
☎ <https://www3.jeed.go.jp/aomori/poly/>

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 6/15(火)～16(水) 第2回 6/17(木)～18(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)
 - ▶申込締切 第1回、第2回ともに6/4(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
- ☎ 消防本部予防課 ☎ 22-4196
☎ むつ消防署 ☎ 22-1680
☎ 川内消防分署 ☎ 42-3215
☎ 脇野沢消防分署 ☎ 44-2020
☎ 大畑消防署 ☎ 34-2233
☎ 大湊消防署 ☎ 24-2091



とどく つながる がひとつに
プッシュ通知で お伝えしたい情報を身近に すべての情報のプラットフォームに

LINE

むつ市公式LINE
友だち募集中

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>

☎ むつ市総務部防災安全課 ☎ 22-1111 (内線 2134)



スカイランタン上げ



スカイランタンを1,000個打ち上げます。参加申込みや詳細については新聞折り込みチラシをご覧ください。

▶いつ 6/18(金) 19:30～

▶どこで ウエルネスはらっぱる(克雪ドーム隣)
※雨天、強風の場合延期します。

☎ むつ市観光協会 ☎ 23-1311

トントゥビレッジ ステンドグラス教室

ステンドグラスでバラのインテリアを製作

▶いつ 6/20(日) 10:00～12:00

▶どこで トントゥビレッジ

▶講師 ステンドグラス工房花風～kafuu～ 北村 理恵 氏

▶対象 中学生以上

▶定員 10名

▶申込方法 ハガキまたはメール 6/7 必着

☎ トントゥビレッジ ☎ 48-2777

E culture@tonttu-village.jp



むつ科学技術館だより

シアター上映 「ピーターパン」IMAXワールドファイアガ / 奇跡と神話

つくってたいけん工作教室 「毛糸のミニぼうきをつくろう！」

理科実験・観察(日曜 11時～、14時～)
「超低温の世界を調べよう」
「真空の世界を調べよう」
※詳細はHPをご覧ください。

☎ むつ科学技術館 ☎ 25-2091

ドラマリーディング公演 「あらしのよるに」開催

食う者/食われる者という関係を超えたオオカミとヤギの友情を描く大人気絵本シリーズを朗読します。音楽や照明を交えた臨場感あふれる舞台です。構成・演出：長谷川孝治。

▶いつ 6/19(土)、20(日) 14:00～

▶どこで 青森県立美術館シアター

▶料金 一般 800円 高校生以下 300円(別途手数料がかかります)

▶申込方法 予約サイト・電話で受付

▶申込締切 6/18(金)

☎ 青森県立美術館 ☎ 017-783-5243

H www.aomori-museum.jp

川島雄三映画上映会 (無料・申込不要)

むつ市出身の映画監督川島雄三氏。命日(6月11日)に伴い、作品の上映会を行います。初夏のひと時、あなたも川島作品に触れてみませんか?館内の『川島雄三記念室』も併せてお楽しみください。

▶いつ 6/6(日) 14:00～

▶どこで 図書館視聴覚ホール

▶作品 『風船』(1956年・110分)

▶出演 森雅之、三橋達也ほか

▶内容 かつて天才的な画家だった実業家。人生を計算で生きていく息子。個性的な性格の小児マヒの娘…。モダンな人間描写の現代的な風俗小説を、シャープな映像感覚で映画化。

☎ 図書館 ☎ 28-3500

来さいまい館 6月教室

むつ来さいまい館会議室を会場に、毎月多彩な教室を開催しています。

6月の教室一覧	
ハンドメイドアクセサリー	ステンドグラス風アート
PPバンド	パッチワーク
ハーバリウム	セルフリンパケア
刺繍	プリザーブドフラワー
大切なリネートゾーンケア	

※日程や時間など詳しくはお問い合わせください。

営業時間 11:00～18:00 定休日 水曜日

☎ 田名部まぢづくり 橋 ☎ 34-9761

蔵書点検特別貸出のお知らせ ～ゆっくり読書はいかがですか～

図書館本館は、6/14(月)～21(月)まで蔵書点検のため休館となるため、貸出期間を延長する特別貸出を実施します。

▶いつ 5/31(月)～6/13(日)

▶貸出冊数

図書	1人10冊
雑誌	1人6冊
ビデオ・DVD	1人4点まで
CD・カセットテープ	

▶貸出期間 全資料 24日間(通常 15日間)

☎ 図書館 ☎ 28-3500

トントゥビレッジ ポーセラーツ教室

真っ白な白磁に絵柄を貼り付けオリジナルのプレートを作成

▶いつ 7/11(日) 10:00～12:00

▶どこで トントゥビレッジ

▶講師 Little Luxury 高坂 潤 氏

▶対象 中学生以上

▶定員 10名

▶申込方法 ハガキまたはメール 6/28 必着

☎ トントゥビレッジ ☎ 48-2777

E culture@tonttu-village.jp

むつ来さいまい館 6月文化展

ミニ展示『カラーワイヤー金魚ネブタ展』色とりどりのカラーワイヤーで編まれた金魚ネブタを展示します。(出展：市内在住 曾我龍一さん)

むつ盆栽会「盆栽展」むつ盆栽会会員による盆栽展示です。

▶いつ ミニ展示6/1(火)～6/13(日) 盆栽展6/5(土)～6(日)

☎ むつ来さいまい館 ☎ 33-8191

募集 毎月恒例フリーマーケット

▶いつ 6/27(日)9:00～14:00

▶どこで むつ市イベント広場

▶出店申込 6/1～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

☎ むつ来さいまい館 ☎ 33-8191

第5回ふれあいフェスタ & ハンドメイドマルシェ



屋外マルシェで買い物を楽しむましょう。ハンドメイド品販売ブース、ステージイベント、飲食販売(テイクアウト)あり。

▶いつ 6/6(日) 10:00～15:00
※詳しくはHPをご覧ください。

☎ むつ来さいまい館 ☎ 33-8191

フォトクラブ下北写真展

下北在住の写真愛好家で結成したフォトクラブ下北の第15回写真展を開催します。

▶いつ 6/25(金)～27(日)最終日 16:00まで

▶どこで むつ市立図書館

☎ フォトクラブ下北佐々木 ☎ 22-3869

ムチュリーディング

むつ市国際交流推進員のレイチェルが英語の絵本の読み聞かせをします。

▶いつ 6/2(水) 15:30～16:00

▶どこで 図書館 おはなしのへや

☎ 企画調整課国際交流担当 内線 2314

図書館 6月の日曜シネマ

▶いつ 6/13(日) 14:00～

▶どこで 図書館視聴覚ホール

▶作品 『ブルー・ストリーク』日本語吹替版(1999・米・94分)

▶監督 レス・メイフィールド

▶内容

宝石泥棒のマイルズは仲間の裏切りで逮捕される直前、ダイヤモンド“ブルー・ストリーク”を建設中のビルに隠す。やがて刑務所から出所したマイルズはダイヤを回収しに向かうが、何とビルはロス市警になっていた。宝石を手に入れるため、マイルズは刑事を装って警察署に潜入する…。マーティン・ローレンス主演のアクションコメディ。

☎ 図書館 ☎ 28-3500

大尽山健康登山

▶いつ 7/4(日)

▶山行場所 宇曽利山湖畔(221m)～大尽山(827m)

▶集合 旧しゃくなげ荘向かい駐車場 7:40

▶参加費 300円(保険料、はがき代)

▶定員 20名

▶申込締切 6/21(月)

▶参加要件 登山経験有り、初めて参加される方優先。往復8時間の山行となりますので、履きなれた登山靴、トレッキングシューズをお願いします。

▶申込方法 マエダストア各店にて申込用紙に記入、お申込みください。

☎ むつ山岳会(事務局 マエダ営業企画 岩淵) ☎ 0120-8333-49

縫道石山登山

下北半島に聳える孤高の岩峰を登ってみませんか?下山後に川内ふれあい温泉でサッパリと!

▶いつ 6/6(日) (荒天時中止)

▶集合場所 道の駅かわうち湖駐車場 9:00

▶定員 12名

▶参加費 無料(入浴代各自)

▶行程表 市役所 ATM 前掲示板で配付

▶申込締切 6/3(木)
※入浴しますので むつ着 17:00 予定

☎ 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14回青森県スポーツ・レクリエーション祭

ニュースポーツの一つ、frisbee競技を2種目実施します。国民スポーツ大会のデモスポ種目としてむつ市で実施されるものです。

種目はディスタンス(遠投)競技、ディスクゴルフ競技。

▶いつ 7/3(土) 9:00～12:00

▶どこで しもきた克雪ドーム・はらっぱる

▶申込方法 市民スポーツ課に備え付けの所定用紙で6/2(水)までに申込み

☎ 青森県フライングディスク協会 ☎ 22-6912

田名部高校の授業をご覧になりませんか

▶いつ 全日制 6/14(月)～16(水) 9:35～12:25 (2～4校時)
定時制 6/15(火)～17(木) 18:00～20:25 (1～3校時)

▶参観の流れ
①職員玄関から入り受付簿に記入
②アンケートにご協力をお願いします。

☎ 田名部高校教務部 ☎ 22-1184

ノルディックウォーキング教室

日本ノルディックウォーキング協会インストラクター指導のもと、季節や運動を楽しみます。昼食付きの活動で、無料でボールの貸出しも行います。

▶いつ 6/16(水) 9:00～13:30

▶どこで 大畑中央公園あさひな丘陵陸上競技場

▶参加料 1,000円(傷害保険料込み)

▶定員 20名程度

▶申込締切 6/9(水)

☎ 大畑中央公園 ☎ 34-6810

グラウンド・ゴルフ教室

大畑中央公園でグラウンド・ゴルフ教室を開催します。楽しいグラウンド・ゴルフのルールやプレーについて覚えませんか?

▶いつ 6/23(水) 10:00～12:00

▶どこで 大畑中央公園あさひな丘陵陸上競技場

▶定員 20名程度

▶申込締切 6/13(日)

☎ 大畑中央公園 ☎ 34-6810

グラウンド・ゴルフ初心者向け教室開催

グラウンド・ゴルフは体に無理なくできるスポーツで、初心者でもホールインワンの醍醐味も味わえますので、ぜひトライしてください。毎週月・水・金の午前中、練習会を開催しています。

▶いつ 6/14(月)・21(月)・28(月) 9:30～11:30 (9:00集合)

▶どこで ウェルネスはらっぱる

☎ むつグラウンド・ゴルフ協会 川原田 ☎ 090-8047-1591



健康・子育て 応援コーナー

※各イベントは天候や感染症の影響により、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。

コーンドッグVSアメリカンドッグ！ Corndog VS AmericanDog!

I'm not a big fan of fast food as a rule, but the other day I got a sudden craving for a corndog. It's been ten years since I last ate one! I put together the ingredients and made mini-corndogs with some friends. They were really good, not to mention cute! Plus, they prompted an interesting discussion: even though corndogs are called "American dogs" in Japan, they use a different recipe and don't taste much like the American version at all!

コーンドッグVSアメリカンドッグ！
コーンドッグ！万歳！

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、マスクの着用をお願いします。

- ▶いつ 6/8(火) 14:00～15:00 早掛沼公園 13:30 正面階段集合
- 6/23(水) 14:00～15:00 大畑中央公園 13:30 駐車場集合

問 企画調整課国際交流担当 内線 2314

英語でネイチャーウォーク

自然の中で国際交流しませんか？奥薬研の遊歩道を歩きながら英語を教えたりします。奥薬研レストハウスからずい道まで往復して、足湯でリフレッシュします。コースは約3kmです。マスク、タオル、帽子等を持ってきてください。

- ▶いつ(When) 6/26(土) 13:00～15:00
- ▶どこで(Where) 奥薬研レストハウス集合
- ▶定員(Capacity) 8人
- ▶参加費(Free) 無料
- ▶予約(Reservation) 6/24(木)まで

問 企画調整課国際交流担当 内線 2314



レイチェルのよもやま話 Rachel's Yo Mo Ya Ma Story

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

健やか協力隊員養成研修を開催します

青森県の短命県返上を実現するには何が必要でしょうか？

それは健康づくりにたくさんの人が関わることです。

今、青森県内ではさまざまな健康づくりがされています。それらの活動の真ん中に「健康測定」があります。

血圧、体組成、骨密度、体力などの測定です。この健康測定をできるだけ多くの方にやっていただき、健康に対する意識を高めていただきたいと思います。

青森県医師会 健やか力推進センター長 中路重之

- ▶弘前会場(ヒロロ) 6/18(金) 9:00～12:00
- ▶八戸会場(八戸市福祉公民館) 6/30(水) 9:00～12:00
- ▶青森会場(リンクステーションホール青森) 7/15(木) 9:00～12:00
- ▶対象 健康づくりに関心があり健康測定を学びたい方、測定のお手伝いを考えている方
- ▶定員・受講料 50名・無料
- ▶申込方法 各会場とも開催2週間前までに、氏名・年齢・住所・勤務先名・電話番号・FAX番号をFAX・メール・郵送のいずれかで申込
- 問 青森県医師会健やか力推進センター ☎017-763-5590 FAX017-763-5591 E aomed-sukoyaka@circus.ocn.ne.jp

すこやかサポート事業所認定制度

職場の健康づくりの推進のため、むつ市では「すこやかサポート事業所認定制度」を実施しています。

認定基準を満たした上で健康づくり推進課へ申請し、認定されると、青森銀行の「あおぎん健康増進サポート企画」などのサービスを受けることができます。

詳しくは市HPをご確認ください。

問 健康づくり推進課 内線 2573

児童手当の現況届(更新手続き)

児童手当の現況届の届出用紙を5月末に送付します。

返信用封筒(切手不要)を同封します。郵送での提出にご協力ください。

- ▶提出期限 6/30(水) 必着
- ▶提出窓口(平日 8:30～17:00) 子ども家庭課・各庁舎市民生活課
- ※子ども家庭課では6/26(土) 8:30～12:00 も受付します。
- ※ミニストップむつ市役所店内設置の投函箱でも受付可能です。
- 問 子ども家庭課 内線 2515

むつ市妊産婦・新生児訪問指導員募集

むつ市の子育てを支えてくれるスタッフを募集しています。

- ▶勤務時間 1日2～4時間 週2～4日程度
- ▶必要資格 ・普通運転免許(必須) ・助産師・保健師・看護師のいずれかの資格
- ▶募集人数 若干名
- ▶申込方法 お問い合わせください。
- ▶申込締切 6/18(金)
- 問 子育て支援課 内線 3712



大湊カトリック幼稚園 子育て支援みるきールーム

今年度も、AOMORI バルーン集団ねじりごのSAWAさんによるバルーンアートショーを開催します。SAWAさんがバルーンに魔法をかけると…子どもたちの大好きなキャラクターに変身！参加ご希望の方はお気軽にお問い合わせください。

- ▶いつ 6/9(水)
- ▶対象 幼稚園や保育園に入園していないお子様と保護者。詳しくはFBで大湊カトリック幼稚園を検索してください。
- 問 大湊カトリック幼稚園 ☎24-1720

6月の献血受付日程

日	会場	時間
2日(水)	国民健康保険大畑診療所	14:30～16:30
3日(木)	かぎもとタクシー(信用金庫の日)	9:30～12:00 13:30～16:00
24日(木)	むつ消防署 むつ総合病院	10:45～12:00 13:30～16:30

※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・感染症対策課献血担当 内線 2584

6月の夜間在宅当番医

日	診療時間	連絡先
6日(日)	19:00～22:00	☎28-4550
13日(日)		☎23-0120
20日(日)		☎23-0033
27日(日)		☎33-8001

問 病院案内(下北消防本部) ☎23-3999

※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。

6月の夜間お薬電話相談

日	受付時間	連絡先
6日(日)	18:00～22:00	☎31-1115
13日(日)		☎34-9490
20日(日)		☎090-3369-5051
27日(日)		☎080-2823-2769

問 休日お薬電話相談事務局 (沖館薬局新町店内) ☎33-9570

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－

陽炎や足であやつる磯小舟
蒲公英のまもなく絮となりて去る
玄関へ続く春泥猫の足
陽光や心せかるる種袋

永倉 みつ
菅蒲川 充江
萬年 和子
篠塚 マサ
皆川 妙子
矢越 朝子

－川柳－

そっと背を押してくれてる俺の影
ありがと素直に言えぬままに老い
さしのべる両手のぬくし介護かな
余生にも未来ありたる暖かさ

山田すきま風
杉本 一 道
工藤千紗子
川口 巖 溪
高橋 武 子
坂本 つ ぎ
千葉 鈴 子

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。



— とうろ牛カレー —



下北の大地が育てた最高ランクの黒毛和牛

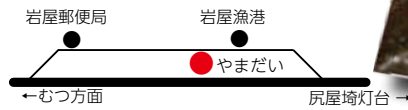
下北半島の広大ななだらかな丘陵地帯で育ちマセなどの特徴ある気候で育った黒毛和牛の東通牛は、A5等級に格付けされるほどの脂の乗り。

東通村の特産品である東通牛は知る人ぞ知る人気の高級和牛。

今月の「ジオなひととき」は、そんな東通牛を手軽に味わえる下北ジオパーク認定商品をご紹介します。

御食事処やまだい

東通村岩屋往来 149-2
☎ 0175-47-2759
〈営〉11:00～14:00
〈定休日〉不定休



とうろ牛カレー
600円(税込)

大槻 佳幸さん

レトルトなのにガツンと辛い！だからウマイ！

「やっぱりカレーといえば辛い方がおいしいですよ。でも不思議と子どもでも残さず食べてくれるんです」と話すのは御食事処やまだいの大槻佳幸さん。

「東通牛をもっと気軽に食べられるように、部位の中でもお手頃なスネ肉を使ってるんですよ。スネ肉は処理が難しいけど、うまく調理できるとすごく美味しい部位なんです。レトルト商品化にはスパイシーな香りが出るようにと、特に香りにこだわりました」

そんな大槻さん自慢のとうろ牛カレーがレトルト商品になったのは実は震災がきっかけとか。

「10年前の大震災から防災食を意識するようになりました。地元の美味しい特産品が防災食としても活用できたらという思いです。構想から商品化まで時間がかかりましたけどね(笑)」

特産品としても防災食としても美味しいとうろ牛カレー。お店のほか、野牛川レストハウスでも販売中です。

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 S o r a 空っ! の魅力やお得情報を紹介します。

樺山そばのこだわり

樺山そばの大湊海軍コロッケは鳥肉とタマネギのエキスがジューシーに溶け出し、それが鶏ガラベースのそばつゆに絶妙にマッチ。このお店の大湊海軍コロッケはテイクアウトができません。店主の菊池さんのこだわりです。

「鳥肉とタマネギのジューシーさは冷めてしまえば、ジャガイモに溶けてしまって、再加熱してもジューシーさは元に戻ることはないんです。だからコロッケのジューシーな美味しさはお店でしか食べられないんです。

このコロッケはざるそばにも温かいそばにも合うんですよ」お客様もそばとコロッケを注文する方が多いそうです。

樺山そば

むつ市大字田名部字南樺山 19-1

☎ 0175-22-0610

〈提供時間〉10:00～17:00

〈定休日〉月曜日

〈提供日〉定休日以外、毎日



店主 菊池 光弘さん

We ♥ じえいたいグルメ



「鶏肉ジューシーコロッケ」
¥300 (税込み)

ソパチップの上に鶏肉を包んだコロッケをのせて、さらに鶏だしのあんをかける! 3つの食感のハーモニーがたまらない。

大湊海軍コロッケへの思い入れ

大湊海軍コロッケは平成20年から市内の店舗で提供されています。実は菊池さんは、大湊海軍コロッケ普及会の初代会長。それだけに大湊海軍コロッケへの思い入れは誰よりも深いものがあります。

「そばに合うどこにもないコロッケを作りたいと思って、大湊海軍コロッケをはじめました。今はコロナ禍でイベントも少なく、提供の機会が少ないと聞いていますが、私は店舗で毎日提供することで、大湊海軍コロッケのファンを増やしていきたいと思っています」

店主のこだわりが詰まったジューシーなコロッケ、ぜひ、お店でお召し上がりください。

ムチュ☆らんど6月



9:30～16:30
休館：火曜日
使用料：無料

▶休館日 火曜日(火曜日が祝日の場合は翌日)

▶利用時間(各時間帯、30人程度の人数制限があります)

① 9:30～11:00 ② 11:30～13:00

③ 13:30～15:00 ④ 15:30～16:30

※各回終了後、消毒作業等のため入館できません。

▶利用上のお願い

- ・感染拡大地域を往来された方は、ご利用をお控えください。
- ・37.5℃以上の発熱や風邪症状が有る方や下痢など体調の悪い方は、ご利用をお控えください。
- ・入館時に体温測定、手指消毒、住所・氏名・連絡先の記入にご協力ください。
- ・受付時の体温測定、住所・氏名・連絡先の記入をご協力ください。
- ・保護者(同伴者)の方は、必ずマスクの着用をお願いします。
- ・館内では、水分補給以外の飲食はできません。

▶自動販売機について

今年度より、自動販売機が設置されておりません。

ご利用者の皆様には、ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

☎ ムチュ☆らんど

☎ 23-6305

「新刊図書」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



時間がない人のための超速つくりおき 313
食のスタジオ/編
(西東社)



道をたずねる
平岡 陽明/著
(小学館)



ノラネコぐんだんと金色の魔法使い
工藤 ノリコ/著
(白泉社)

とにかく毎日時間が無い。そんなあなたへ、帰ってからでもつくりおきできる! すべてのおかずが15分以内で完成。火を使わない、包丁を使わない、食材ひとつなどラクワザで選べる。まんがで楽しく食材の使い道も紹介。

地図会社キョーリンの調査員・合志俊介の仕事は、日本各地を歩いて家の表札を一軒ずつ書き留めること。三人の幼馴染みが誓いを立てたその日から、男たちはそれぞれの道を歩み始めた。地図づくりに生涯を捧げた男たちの熱き物語。

あちこちの名物魚料理を味わいながら世界を旅していたノラネコぐんだん。あるレストランで、「最近、人喰い鬼が子どもをさらって食べているらしい」という恐ろしい噂を耳にして…!? 初めての読み物に最適な大人気冒険物語。

ホームページではその他の新着だよりを掲載しています。



6月の休館日 6/14(月)～21(月) 蔵書点検期間

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.24 気象庁のホームページを見てみよう!

気象庁ホームページがリニューアルされました。これまでは、例えば大雨の場合、「警報・注意報の発表状況」と「大雨による土砂災害等の危険度」を確認するためには、それぞれのページを確認する必要がありました。

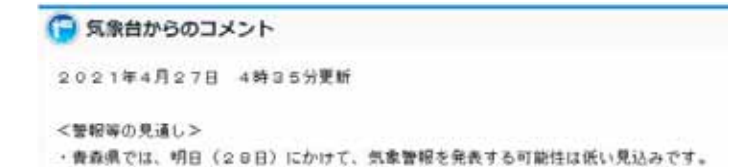
今回のリニューアルで、むつ市に発表されている防災気象情報を、大雨や大雪、地震といった分野ごとに一つのページで閲覧できるようになりました。

また、新たに最新の気象解説を確認できる「気象台からのコメント」が公開され、警報や注意報の発表の見込みや防災事項等についての解説を行なっています。

日頃から見慣れておくことで、災害時にも適切な情報収集が可能になります。 ☎ 防災安全課 内線 2134



青森地方気象台のトップページから分野ごとに一つのページで気象情報が見られるようになりました。



防災気象情報に掲載されている「気象台からのコメント」では、警報の発表見込みや防災事項を踏まえた解説を行います。



過去の防災・減災知恵袋も市HPで確認できます。

**5/13** ご寄附いただきました

Thu 熊谷建設工業寄附贈呈式

株式会社熊谷建設工業様から「一次産業の振興のために使ってほしい」とご寄附いただきました。

同社では平成30年度から大畑川に架かる朝比奈橋の補修工事を請け負っていて、現場近くで毎年行われていた稚魚の放流事業に、むつ市の水産業とのご縁を感じたとのことです。

寄附金については地域の農林水産事業のさらなる発展のため、有効に活用いたします。

**5/10** 青森美少女図鑑でむつ市をPR

Mon 青森美少女図鑑にむつ市の中学生が登場

地域の美少女を取り上げて、国民的な女優を多く輩出している「美少女図鑑」。全国各地で展開される「美少女図鑑」の青森県版「青森美少女図鑑」の写真集が6月に発行され、そのモデルの一人として田名部中学校3年の菊池美優さんが登場します。安渡館の周辺で撮影を行い、むつ市のPRにも一役買っていました。

演技に興味があるという菊池さん、今後の活躍に期待したいですね。

**4/30** 関東・関西圏へむつ市のうまいを

Fri むつ市のうまいは日本一！推進協定第5号調印式

関東・中部・近畿・四国を中心に販売を展開している第一屋製パン株式会社とむつ市のうまいは日本一！推進協定を締結し、おおみなと海自カレーパンが期間限定で販売されることとなりました。

今回の協定締結により発売されたのはプラザホテルむつで提供されている「護衛艦ゆうだちカレー」の辛さと甘み、コクがあるビーフカレーを忠実に再現されたカレーパン。護衛艦ゆうだちが新たなファンの下へ出航します。

**4/28** 家庭教育のコンクールで会長賞

Wed 日本PTA全国協議会会長賞受賞報告

家庭教育や命の大切さをテーマとした「令和2年度楽しい子育て全国キャンペーン 三行詩」で、大湊中学校2年の鎌田颯姫さんが、日本PTA全国協議会会長賞を受賞したことを報告してくれました。

「いってきますと言わなきゃ出かけられない
ただいまと言わなきゃ入れない
わが家の玄関」
挨拶一つで笑顔になる、素敵な家庭を広めたいですね。

この人
むつちゅ星 ぼしむつ市食生活改善推進員協議会 会長
伊藤 眞紀子 さんむつ市とともに輝く
「この人」をご紹介。

「家族、お隣さん、お向かいさんに私たちが研修会などで知った、野菜を中心としたバランス食をお伝えしています。『私たちの健康は私たちの手で』が、私たち推進員のモットーなんですよ」

こう話すのは、食事から健康づくりを推進しているむつ市食生活改善推進員協議会会長の伊藤眞紀子さん。

伊藤さんは推進員として活動を始めて今年で22年のベテラン。「私が住む川内地区では『愛のおすそわけ運動』という活動をしています。」

低栄養になりがちな高齢者に、けんちん汁のような、地元の方が食べ慣れている、栄養バランスのとれたものを塩分過多とならないようなレシピと一緒におすそわけしています。

20代から60代の肥満が多いの

で見逃しがちですが、高齢者は低栄養の問題があるんです。これが後々の介護の問題や認知症にもつながる可能性があります。高齢者にはタンパク質を多く摂ってもらいたいと思って活動を続けています」

伊藤さんの活動の原動力はどんな思いからなのでしょう？

「みなさん、健康のためには、どうすれば良いかわかっているとは思いますが、なかなか行動に移せていません。私たちは、地域の仲間として、みなさんに食の重要性について、もっと知って欲しいと思っています」

近年では、推進員の高齢化などで会員も減っています。推進員には特別な資格は必要ありません。食や健康に興味のある方は、食生活改善推進員として、食育活動を始めていきませんか。男性も大歓迎です。

**5/7** 今年はどれくらいイルカな

Fri イルカウォッチングスタート

遊覧船「夢の平成号」で行くイルカウォッチングが今年も6月20日(日)まで開始されます。

昨年は新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から乗客を乗せてのイルカウォッチングは実施できませんでしたが、今年は感染対策を万全に行いながら実施。

この日は体験航海として、脇野沢小学校の生徒に乗船してもらいましたが、残念ながら観測できず・・・。

ぜひみなさまの乗船を心待ちにしています。

**5/3** 田名部中学校が栄光を掴む

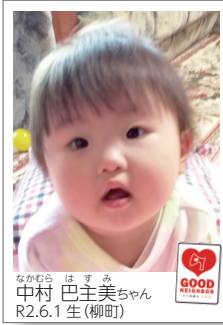
Mon 第73回憲法記念下北駅伝競走大会

第73回憲法記念下北駅伝競走大会がむつマエダアリーナ付近を会場に行われ、中学校の部が11チーム、一般・高等学校の部が18チーム出場しました。

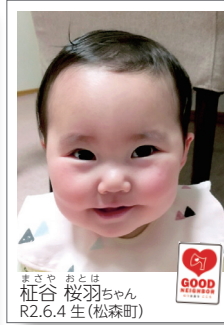
雨の中での大会となったものの、選手それぞれが日頃の練習の成果を発揮し、雨にも負けない熱戦が繰り広げられました。優勝は中学校の部が田名部中学校A、一般・高等学校の部は下北広域消防のみなさんが優勝しました。

参加者のみなさん、お疲れ様でした。

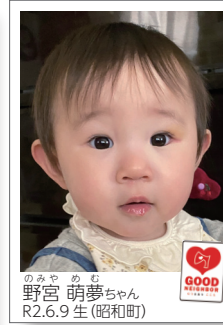
♪ むちゅっこ ♪ Happy Birthday 6月生まれ



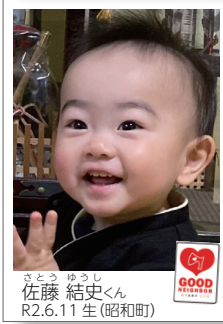
なかむら はすみ
中村 巴主美ちゃん
R2.6.1生(柳町)



まさや あとは
榎谷 桜羽ちゃん
R2.6.4生(松森町)



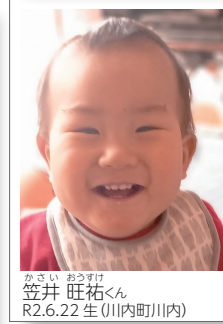
のみや めむ
野宮 萌夢ちゃん
R2.6.9生(昭和町)



さとう ゆうし
佐藤 結史くん
R2.6.11生(昭和町)



さとう 慶志朗くん
佐藤 慶志朗くん
R2.6.19生(大畑町上野)



かさい おつげ
笠井 旺祐くん
R2.6.22生(川内町川内)

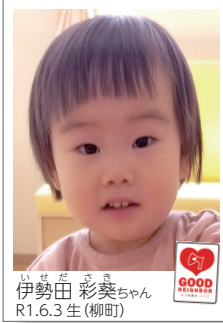


かわぐち あこ
川口 暖心ちゃん
R2.6.25生(大曲)

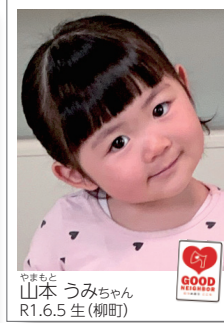
ロゴマークは市ホームページで！
※送っていただいた写真にロゴ等がない場合はこちらでスタンプします。



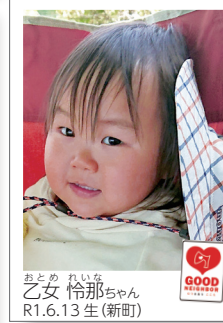
むつ市 グッドネイバー 検索



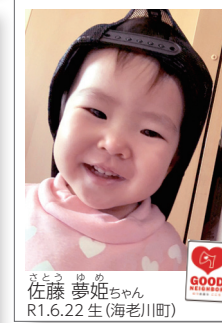
いせだ 彩菜ちゃん
伊勢田 彩菜ちゃん
R1.6.3生(柳町)



やまもと うみちゃん
山本 うみちゃん
R1.6.5生(柳町)



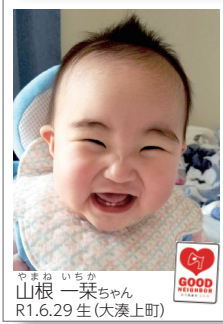
おとめ れいな
乙女 怜那ちゃん
R1.6.13生(新町)



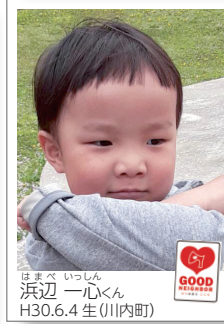
さとう 夢め
佐藤 夢姫ちゃん
R1.6.22生(海老川町)



もりこ かん奈
森小 菜愛ちゃん
R1.6.27生(大畑町水木沢)



やまね いちか
山根 一葉ちゃん
R1.6.29生(大湊上町)



はまぐい いっしん
浜辺 一心くん
H30.6.4生(川内町)



のへし ゆら
野辺地 結菜ちゃん
H30.6.8生(関根出戸川目)



とみおか そうと
富岡 奏太くん
H29.6.13生(金谷)



かわの だいじ
川野 大知くん
H29.6.17生(並川町)



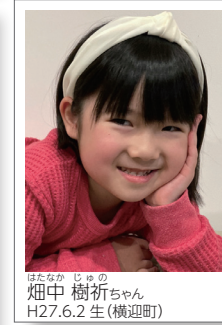
ひやま つゆき
植山 紬ちゃん
H29.6.22生(若生町)



なかい なお
中居 直央くん
H28.6.4生(柳町)



なかむら まいとか あきひで
中村 彬嵩くん・旭秀くん
H28.6.12生・H30.6.27生(並川町)



ほたなか じゅの
畑中 樹祈ちゃん
H27.6.2生(横迎町)



はやさか の
早坂 華乃ちゃん
H27.6.30生(金谷)

7月生まれのお子さんの写真募集！
5/25 ~ 6/2

来月号も、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！

〈対象〉7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5/25から6/2(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