

みんながつながる、むつ市の総合情報誌

広報むつ

# MUITSU

1

2022

## 復興と安寧を願う

新年を迎える準備を始めた  
大畑八幡宮。感染症や災害  
を乗り越え、穏やかな一年  
となるよう、願いを込める。



## 披荊斬棘

(ひけいざんきよく)

むつ市議会議長

大瀧 次男

「披荊斬棘」は、困難を克服しながら前進するという意味の言葉だそうであり、昨年、コロナ禍の真只中であつた8月には、台風9号から変わった温帯低気圧の影響で、集中豪雨によ

る土砂災害が発生し、大畑町赤川地区では国道279号の橋が崩壊、むつ市と風間浦村を合わせ約800人が孤立するという事態が発生しました。幸い命に関わるような事態は避けられたものの、床上浸水や土砂の流入などにより、当市の産業経済にも大きな傷跡を残しました。

が、「披荊斬棘」・・・市民のみなさま方と心を一つに、困難にも立ち向かい、新たな一年をしっかりと前を向いて進んでいきたいと思っております。

本年も、しっかりと着実な議会運営を行なっております。



令和3年8月9日むつ市・風間浦村豪雨災害の被災現場を視察するむつ市議会の議員団。

# 令和4年 新年のごあいさつ

## 市

民のみなさま、明けましておめでとうございます。むつ市議会を代表して、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

昨年を振り返りますと、本市にとっては新型コロナウイルス感染症や自然災害などにより、これまでに経験したことのない一年を過ごされたことと思います。

「披荊斬棘」は、困難を克服しながら前進するという意味の言葉だそうであり、昨年、コロナ禍の真只中であつた8月には、台風9号から変わった温帯低気圧の影響で、集中豪雨によ

が、「披荊斬棘」・・・市民のみなさま方と心を一つに、困難にも立ち向かい、新たな一年をしっかりと前を向いて進んでいきたいと思っております。

本年も、しっかりと着実な議会運営を行なっております。

## いつもポケットに むつ市政

むつ市長

宮下 宗一郎



## 明

けましておめでとうございます。健康やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

ユーチューブ「むつ市長の62(ろくじゅうに)ちゃんねる」は、開設以来本日に多くの市民のみなさまにご視聴いただくメディアに進化しました。

「62ちゃんねる」が力を発揮した昨年の代表的な場面が、コロナと災害でした。とりわけコロナの会見は毎回の視聴回数が1万回を超え、多い時は3万回ありました。8月の豪雨災害の時も、毎日会見しましたが、数時間で数千回がカウントされました。ほぼ全ての会見を生中継(ライブ配信)していますので、情報が最も必要な時に、リアルタイムで届く仕組みをつくれたことが大きかったと思います。

市内では、おじいちゃんやおばあちゃんたちからよく「ユーチューブ見たよ」と声を掛けられます。「市長も釣りするんだね」「縦貫道は短いよな」「ホタテ水着面白かったよ」と呼び止められます。聞いてみると、孫に見方を教えてもらった、家族で一緒に見ているなど理由は様々でした。むしろ家族をつなぐ新しいツールになっています。若い方たちには、視聴の仕方をおじいちゃんやおばあちゃんに教えることでコミュニケーションをとってほしいものです。

今年一年も、世界も日本も激動の年となることでしょう。そして、コロナや災害のように社会全体が大きく不安に包まれることもあるかもしれません。身近で難しいことが起こるかもしれません。でも、そんな時は、みなさんのポケットの中のスマホの中で「62ちゃんねる」が正確で丁寧にむつ市の「今」を発信し続けます。ちなみに、広報むつもスマホで読めます。

本年もみなさまにとりまして素晴らしい一年でありますことを願っています。

「披荊斬棘」は、困難を克服しながら前進するという意味の言葉だそうであり、昨年、コロナ禍の真只中であつた8月には、台風9号から変わった温帯低気圧の影響で、集中豪雨によ




視聴回数3万回の配信も記録したYouTube「むつ市長の62ちゃんねる」。市内だけでなく、むつ市に関する全国のさまざまな方へ情報をお届けしている。

# マイナンバーカード スマホで申請してみよう！

個人番号カード交付申請書をお持ちの方はスマホで申請することができます。申請書を紛失した方は、下の「交付申請書を持っていない場合は、市役所で交付申請書を発行してもらおう！」をご覧ください。



## スマートフォン

- 1 スマホで顔写真を撮影
- 2 申請用 WEB サイトの QR コードを読み取る  


申請用 WEB サイト QR コード
- 3 申請用 WEB サイトで個人番号カード交付申請書に記載された「申請書 ID<sup>\*1</sup>」と「メールアドレス」を登録
- 4 メールで届いた URL（申請者専用 WEB サイト）にアクセスし、顔写真の登録、必要事項を入力して、申請終了



<sup>\*1</sup> 「申請書 ID」は「個人番号カード交付申請書」のこちらに記載されています。

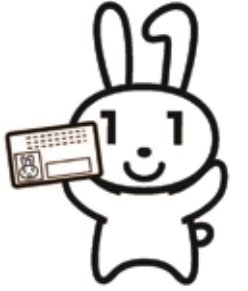
スマホの操作が苦手な方は郵送でも申請できます。申請やカードについてわからないことがある場合は、本庁舎市民課または各庁舎市民生活課窓口へお越しいただくか、電話で問い合わせしてみてくださいね！



# 特集

# マイナンバーカード

# 作ってみよう



最近、ニュースなどで取り上げられているマイナンバーカード。今年の3月からは手続きを行えば、一部の病院で健康保険証として利用できるようになりました。さらに令和8年以降には運転免許証と一体化される予定です。さらに便利になるマイナンバーカード。あなたも作ってみませんか？



マイナンバーキャラクター  
マイナちゃん

シロウサギの妖精のマイナちゃん。全国を回って、マイナンバーのPR活動をしています。目や耳が「1」なのは、マイナンバーが「1人に1つ」であることを示しています。

マイナンバーカードはマイナンバー（個人番号）と電子証明用のチップが入った顔写真付きのカードのことです。このカード1枚で、マイナンバーと本人確認ができる「公的な身分証明書」です。今年の11月からはむつ総合病院など、市内の一部医療機関でも健康保険証として利用できるようになり、さらに便利になりました。これまでもマイナンバーカードを持っていると、「オンライン上で行政手続きができる」など便利な機能がありました。加えて、健康保険証としての利用が始まると、就職・転職・引越などでも、引き続き、健康保険証として使うことができます。また、小さいお子さんでも作ることもできます。全国的にも取得率は増えていきますので、取得していないみなさんもマイナンバーカードの取得を考えてみてはどうですか。

今月の広報むつでは持っているだけでなく多くのメリットがあるマイナンバーカードの申請方法、便利なお得点をマイナンバーキャラクターのマイナちゃんと一緒に紹介します。

そもそもマイナンバーカードって何？

## 交付申請書を持っていない場合は、市役所で交付申請書を発行してもらおう！

- むつ市役所マイナンバーカード交付申請書発行窓口
- ・時間：平日 8:30～17:15
  - ・持ち物：本人確認書類（運転免許証など）
  - ・問い合わせ先：市民課（内線 2412、2413）

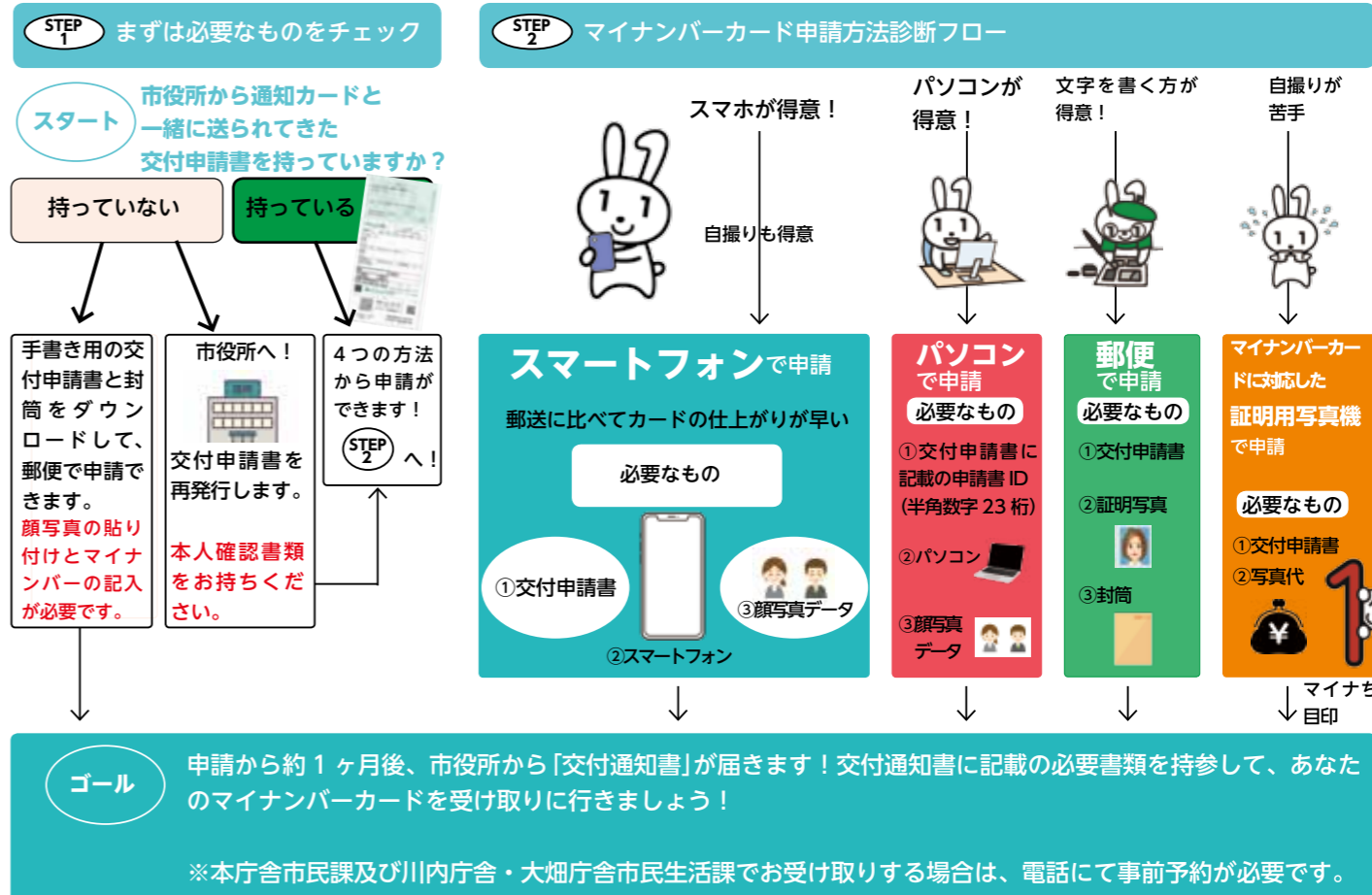


①マイナンバーカードの交付申請書発行窓口は本庁舎は市民課窓口、各庁舎は市民生活課までお越しください。

わからないことがあったら、市役所の人に聞いてね！



②申請から約1ヶ月後に、交付通知はがきが届いたら、電話で事前予約のうえ、再度市役所に行って、マイナンバーカードを受け取ってください。その際、通知カードと住基カードは回収になるので、持っている方は忘れずにお持ちください。



# 下北未来塾

活動報告

「私たちはこんな活動をしています」

- 2005年8月 下北未来塾結成
- 2012年11月 有戸北バイパス開通式出席
- 2017年11月 吹越バイパス開通式出席
- 2018年度  
「全国みちづくり女性ネット」代表
- 2020年度  
むつ南バイパス開通記念  
ウォーキング大会出席
- 2019年11月
- 2020年7月 国土交通省リモート要望
- 毎年度! 財務省・国交省・東北地方整備局・  
青森県出身国会議員等へ要望
- 毎年度! 全国みちづくり女性団体交流会議参加
- 日々 下北一円のイベント会場で署名活動  
頑張ってます!

全国のリーダーを務めました!



(上)下北未来塾は「全国みちづくり女性ネット(登録団体約70)」の代表として、2017年から3年間全国の取りまとめ役を担い、総務大臣から高い評価をいただきました。  
(右)全国のどの団体も、ジャンパーやハッピーの模様で自分たちの要望する道路や地名、特産品をアピールしています。

### profile



むつ市で働く女性、生活者の視点で下北半島縦貫道路の重要性を考え、整備促進に対する地元の声を広く発信していくことを目的に設立された団体。早期完成を目指して、これからも積極的に活動の幅を広げていきます。

下北の道路に関心をお持ちの女性の方、一緒に活動してみませんか?お待ちしております。

下北未来塾 塾長 清川わか 0175-22-4473

このページは、下北半島縦貫道路早期完成を目指してさまざまな活動に取り組む「下北未来塾」の活動報告として掲載しています



下北半島縦貫道路 早期完成をめざして

日頃から、下北未来塾にご支援とご協力をいただき誠にありがとうございます。新型コロナウイルス感染症が続き、例年開催しているシンポジウム「下北からのメッセージ」は昨年引き続き今年も中止することになりました。つきましては、下北半島縦貫道路の進捗状況ならびに下北未来塾の活動を本紙面にて報告させていただきます。

縦貫道については、石井国交大臣(当時)により視察をしていただき、



塾長の清川わかさん

今年1月には補正予算59億円が配分されました。また、8月の豪雨災害でも赤羽国交大臣(当時)に視察いただきました。

私たちは、災害に強い下北半島を築くため、下北半島縦貫道路を一日も早く完成させるとともに、国道279号を強固にし、安心・安全な下北半島を目指して活動を続けます。みなさま方のご支援をお願いいたします。

### 下北半島縦貫道路進捗状況



有戸北 BP 開通



吹越 BP 開通



むつ南 BP 開通記念ウォーキング



# こんなに便利! マイナンバーカード

## 健康保険証として使えます!

マイナンバーカードが順次、健康保険証として使えるようになります。健康保険証として使うには、カードの取得のほかに、利用登録が必要となります。詳しくは厚生労働省 HP またはマイナンバー総合フリーダイヤル(☎0120-95-0178)にお問い合わせください。



厚生労働省 HP

## 身分証明書になります!

マイナンバーカードは子どもからお年寄りまで使える顔写真付きの身分証明書です。金融機関の口座開設やパスポートの発給など、様々な場面で活用できます。仕事で旧姓を使っている人は、旧姓を表記した身分証明書としても利用できます。



## 行政手続きがオンラインでできます!

オンラインによる確定申告や自分の税情報、年金情報などの確認、子育て支援をはじめとする行政手続きのオンライン申請ができます。



# さらにむつ市にお住まいの75歳以上の方

## AGEHA むつ市高齢者無料乗車証が使えます。

75歳以上でマイナンバーカードをお持ちのむつ市民の方であれば、市内路線バス、デマンド型乗合タクシーを無料でご利用できます(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)。詳しくはむつ市交通政策課(内線 2361)にお問い合わせください。

○利用可能な公共交通機関

ジェイアールバス東北の路線バス、下北交通の路線バス、川内交通バス(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



## 教えて! マイナちゃん マイナンバーカード Q & A



Q1、マイナンバーカードを紛失したらどうするの?

大切な情報が入ったカードなので、すぐにマイナンバー総合フリーダイヤル(0120-95-0178)に電話して、機能停止の手続きをしてね。24時間365日体制で受け付けているよ。

Q2、詐欺が怖いんだけど・・・

マイナンバーを電話で聞くことはないよ。口座番号を聞いたり、ATMの操作をお願いする電話があったら、詐欺の可能性があるので、気をつけてね!

Q3、新聞やTVでマイナポイントが20,000円分もらえるって聞いたけどどうすればいいの?

まだ具体的にどうすればもらえるかは決まっていないよ。決まったら、ホームページなどでお知らせするので、それまで待っててね!



### 12月1日現在 人口・世帯数

※住民基本台帳による

人口	55,055人	(-63人)
むつ地区	44,125人	(-42人)
川内地区	3,467人	(-5人)
大畑地区	6,142人	(-15人)
脇野沢地区	1,321人	(-1人)
世帯数	28,804世帯	(-20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** 1/28(金) 12:40～  
**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1/4(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** 1/12(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  
 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** 1/17(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。

**行政相談**  
**時** 1/17(月) 9:00～12:00  
**場** 大畑庁舎2階楽集室  
**問** 大畑庁舎管理課 ☎ 34-2111  
 行政についての各種相談を受けます。

**人権相談**  
**時** 祝日を除く月・水・金曜日 10:00～17:00  
**場** 下北合同庁舎2階人権相談室  
**問** 青森地方務局むつ支局 ☎ 23-3202  
 日常生活での悩み事や人権に関する相談を受けます。  
 電話相談は 0570-003-110(みんなの人権110番)へ

**時** 日時 **場** 場所 **問** 問合せ先・申込先



### むつ市プレミアム付飲食券の使用期限について

10月に販売しましたむつ市プレミアム付飲食券の使用期限は1/31(月)です。期限を過ぎると使用できなくなりますのでご注意ください。取扱店舗は公式ホームページで確認できます。

**URL** <http://mutsu-premium.com/>  
**問** むつ市商工会議所 ☎ 22-2282



### 納税作品入賞者のみなさんおめでとうございます

全国納税貯蓄組合連合会・国税庁共催「税についての作文」

**▶国税庁長官賞**  
 山本 陽香さん(田名部中3年)  
**青森県納税貯蓄組合連合会主催**  
**▶作文の部**  
 知事賞 山本 陽香さん(田名部中3年)  
 佳作 藤田 悠月さん(一田小3年)  
 奨励賞 濱田 琉衣さん(大湊中2年)

**▶習字の部**  
 金賞 石倉 悠翔さん(川内小1年)  
 奨励賞 中西 華生さん(一田小4年)  
 奨励賞 金田 侑也さん(二田小5年)  
 奨励賞 馬場 彩羽さん(大平小6年)  
 奨励賞 工藤 優作さん(大畑中3年)  
**▶ポスターの部**  
 奨励賞 八谷 瑠璃さん(大畑小4年)  
 奨励賞 石田 杏桃さん(大平小5年)  
**問** 税務課納税管理担当 内線 2252



### パブリックコメントの実施

市では、むつ市公営住宅等長寿命化計画(素案)について、パブリックコメントを実施しています。

**▶意見募集期間** 1/17(月)～2/15(火)  
 ※計画の内容や意見提出方法など詳しくは市HPをご覧ください。

**問** 住宅政策課 内線 2764



### 国民健康保険の傷病手当金について

市国民健康保険では、新型コロナウイルス感染症に感染、または発熱等の症状があり感染が疑われ、その療養のために一定期間働くことができなかった方を対象に、申請により傷病手当金を支給します。支給の対象となる方の要件は次のすべてに該当する方となります。ご自身が支給の対象となるか、申請に必要な書類についてなど、詳細については国保年金課へお問い合わせください。

**▶支給の対象となる方**  
 ・むつ市国民健康保険の被保険者で、勤務先から給与等の支払いを受けている方。  
 ・感染または感染が疑われる発熱等の症状があり、その療養のため勤務することができず、その期間が3日間を超える方。  
 ・療養のため勤務することができなかった期間に対する給与等の全部または一部の支払いを受けられていない方。  
**問** 国保年金課国保担当 内線 2433



### コミュニティ助成事業について



下北消防本部では、自治総合センターが宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業により、ゆきのご幼年消防クラブに鼓笛隊セットを贈呈しました。今後は、イベント等で演技を披露し防火広報に役立ててもらう予定です。

**問** 大湊消防署予防係 ☎ 24-2091

※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。



### 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。※証明書の発行は行いません

**▶いつ** 1/11(火)～14(金)  
 1/25(火)～31(月)  
 (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 2236



### 国保・後期高齢者医療の方が事故等にあったとき

交通事故やけんかなど、第三者行為による負傷で健康保険を使い治療を受けたときは「第三者行為による傷病届」を提出してください。自損事故や業務中の事故で労災が適用されない場合も提出が必要です。

**問** 国保年金課国民健康保険担当 内線 2433  
**問** 国保年金課後期高齢者医療担当 内線 2445



### 後期高齢者医療保険医療費通知書をお送りします

確定申告の医療費控除に活用できる、自己負担額相当分が記載された医療費通知書(令和3年1月～12月までの診療分)を2月末頃にお送りします。ご理解とご協力をお願いします。

**問** 青森県後期高齢者医療広域連合 ☎ 017-721-3821



### 教育相談

不登校で困っている方。進学等で悩んでいる方。その他、お子さんの教育で相談したい方。お電話ください。その後、面談等行います。料金は無料、秘密厳守します。

**問** 青森県退職校長会下北支部 佐々木 ☎ 090-4550-0628



### 令和4年「むつ市成人式」参加の皆様へ

市ではワクチン・検査パッケージにて「むつ市成人式」を行います。参加するためにはワクチン接種済証かPCR検査の陰性の結果通知が必要になります。

**成人参加者の方へ**  
 PCR検査キットの申込みをされた方は忘れずに検査をしてください。

**観覧希望者の方へ**  
 ワクチン接種済証かPCR検査の陰性の結果通知の他に、本人を確認できるもの(免許証、保険証等)の提示をしていただくこと観覧できます。忘れた場合は入場できません。なお、PCR検査の場合は自己負担となります。PCR検査については、むつ市PCR検査センターが開設されておりますので、ご活用ください。なお、陰性の結果通知は1月2日の日付以降のもの有効となります。  
 ※成人式についての詳細は市HPをご覧ください。

**問** 生涯学習課 内線 3141



### 令和4年度償却資産申告期限は1/31(月)

固定資産税は土地・家屋のほかに、事業に用いる資産についても償却資産として課税されます。市内で事業用資産を所有している事業主の方は、申告書の提出をお願いします。

**問** 税務課固定資産税担当 内線 2222～2223



### 1/31(月)は市税等の第8期納期限

**▶第8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

# Information



### むつ市公共交通情報 年末年始の運行状況



**▶下北交通**  
 12/31(金)、1/2(日)～1/3(月)は日・祝日ダイヤで1/1(土)は時間を間引いて運行

**問** 下北交通むつ営業所 ☎ 22-3221

**▶ジェイアールバス東北**  
 12/31(金)、翌年1/3(月)は土・日・祝日の運行形態、1/1(土)は全便運休

**問** ジェイアールバス東北大湊支所 ☎ 24-2146

**▶川内交通バス**  
 12/31(金)は通常運行  
 1/1(土)～1/3(月)は全便運休

**問** むつ車体工業バス事業部 ☎ 31-0227

**▶脇野沢交通**  
 12/31(金)～1/3(月)は休日ダイヤでの運行

**問** 脇野沢交通 ☎ 44-2888

**▶津軽海峡フェリー(大間～函館航路)**  
 12/31(金)～1/3(月)は1日1往復の運航

**問** 津軽海峡フェリー大間支店 ☎ 37-3111

**▶シライン**  
 通常運行

**問** シライン ☎ 017-722-4545

**▶夜行高速バス「しもきた号」**  
 新型コロナウイルスの感染拡大の影響により、上下線ともに当面の間運休

**問** 国際興業 ☎ 0570-048-985

- Mutsu Love Project -

便利です!

むつ市ごみ収集アプリ

お住まいの地区のごみ収集日が一目でわかります。

ごみ収集日を通知でお知らせします。

民生部環境政策課 ☎0175-22-1111 (内線 2463)

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



### 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 1/6(木)・20(金) 10:00～17:00  
場 むつ来さまい館  
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 問合せ先・申込先

### 募集 下北地域広域行政事務組合令和4年度会計年度任用職員募集

4月任用の会計年度任用職員を募集します。  
▶募集職種 事務補助員  
▶応募方法 組合指定の履歴書に必要事項を明記。1/21(金)までに応募された方を選考対象とします。(郵送の場合は当日消印有効)  
問 下北地域広域行政事務組合総務課 ☎ 28-2100

### 指定管理者決定

民間の能力やノウハウを活用し、住民サービスの向上や経費の削減を図るため、下北地域広域行政事務組合の施設について指定管理者制度を導入しています。令和4年4月からの障害児入所施設はまゆり学園の指定管理者が決定しました。詳細はHP等でご確認ください。  
問 下北地域広域行政事務組合 ☎ 28-2111 内線 2185

### 中高年(45歳以上)のための再就職支援セミナー

採用されるための就職活動のポイント(応募書類・面接など)について中高年に特化した内容のセミナーを実施します。  
いつ どこで 会場名  
1/24(月) 弘前市 弘前総合学習センター 4F 第4研修室  
1/25(火) 青森市 リンクモア平安閣市民ホール会議室(1)  
1/26(水) 八戸市 友の会福祉会館 2F 第1会議室  
▶セミナー 13:30～15:30  
▶個別相談 16:00～17:00  
※当セミナーは雇用保険受給資格者の求職活動として認められます。  
▶参加申込 電話またはメールで申し込みしてください。  
問 ネクストキャリアセンターあおもり ☎ 017-723-6350

### 募集 むつ市役所令和4年度会計年度任用職員募集

4月任用の会計年度任用職員を募集します。4月に任用されなかった場合でも、欠員補充により年度途中で任用される場合があります。詳しくは市HPで募集要項をご確認ください。  
▶募集職種 事務補助員、学校調理員、学校技能員、施設管理人、保健師、看護師等  
▶応募方法 市指定の履歴書に必要事項を明記。1/21(金)までに応募された方を4月任用の選考対象とします。(郵送の場合は当日消印有効)  
問 総務課人事担当 内線 2117

### 募集 令和4年度窓口サービス専門員募集



▶勤務場所 大畑庁舎市民生活課  
▶勤務時間 6時間/日(交替勤務あり)  
▶募集人員 1名  
▶申込方法 12/24(金)から配布する指定の履歴書を市民課または大畑庁舎市民生活課へ提出  
▶申込期間 1/6(木)～28(金)※郵送消印有効  
問 市民課 内線 2412

### むつ市指名競争入札参加資格審査申請定期受付

令和4年度に行われる建設工事の請負、測量・建設コンサルタント業務、物品の製造・販売、役務の提供等に関する指名競争入札参加資格審査申請を受け付けします。なお、今回は定期審査の中間年のため、令和3年度に申請された方は、今回申請する必要はありません。  
▶受付期間 1/5(水)～31(月) ※土日祝日を除く。  
▶提出書類 市HPで要項・様式を確認し提出してください。なお、提出は郵送とします。  
▶資格の有効期間 1年間 令和4年4月1日～令和5年3月31日  
問 管財課契約担当 内線 2172～2174

### むつ市離職者生活・再就職支援給付金

新型コロナウイルス感染症の影響で就労の場を失った方に、生活や再就職を支援するための給付金を給付しています。締切が1月末となりますので、対象となる方はお早めにお申し出ください。  
▶対象  
・令和3年1月1日から申請日時時点で市内に住所を有している方  
・令和3年1月から12月の間に離職した方  
・3か月以上同じ企業で雇用され雇用保険の被保険者区分が一般被保険者だった方  
・生活保護を受給していない方  
▶申込方法 申請書、離職の状況がわかる書類の写しおよび振込口座がわかるものの写しを市へ提出  
▶申込締切 1/31(月)消印有効  
申込書は窓口のほか市HPからもダウンロードできます。  
問 産業雇用政策課 内線 2650

### 鳥獣による被害調査にご協力を

今後の鳥獣被害対策や保護管理に役立てるため、被害調査を実施します。今年度、農作物・人的・環境被害に遭われた方は、情報提供をお願いします。  
▶対象地区 むつ地区 ※大畑・川内・脇野沢地区は各地区で被害調査を実施します。  
▶いつ 1/5(水)～28(金)  
▶どこで 生産者支援課窓口  
問 生産者支援課畜産鳥獣担当 内線 2636

### 鮭やカニもクーリング・オフできます



「コロナで困っている。助けて欲しい。」と海産物を勧められ、断り切れずに購入してしまったというケースが増えています。電話勧誘の場合、8日間無条件で解約できるクーリング・オフが可能です。生ものだからと諦めず、本意な契約をしてしまった場合は、すぐに相談してください。  
問 むつ市消費生活センター ☎ 22-1353

### 交通事故相談

自動車事故にかかる損害賠償問題の紛争解決を弁護士が中立公正な立場から無料でお手伝いします。まずは電話で予約を。  
▶いつ 月～金曜日 9:00～17:00 (祝日年末年始を除く)  
問 交通事故紛争処理センター仙台支部 ☎ 022-263-7231

### 景観重要建造物・樹木の指定について

景観計画の運用開始に伴い、地域のシンボルとなっている建造物や樹木を対象に景観重要建造物・樹木の指定が可能となりました。候補となっている建造物および樹木についてはHPをご覧ください。良好な景観形成に向け、貴重なご意見をお待ちしています。  
問 都市計画課景観担当 内線 2744

### ゾーン30プラスについて

昭和町地区周辺において、最高速度30km/h規制のもと、歩行者等の安全な通行を確保する事業を進めています。今年度は市道昭和町線に歩行空間の整備としてカラー舗装の工事を行っています。詳細はHPでご確認ください。  
問 都市計画課都市計画担当 内線 2742

### 都市公園の変更案の17条縦覧を行います

小川町児童公園の廃止に伴う都市公園の変更案について、都市計画法第17条の規定により、案の縦覧と意見募集を行います。都市計画変更案、意見書の参考様式については市HPをご覧ください。また、窓口で縦覧を行っています。市HPの意見応募フォームからも、意見を提出することができます。  
問 都市計画課都市計画担当 内線 2743

### 募集 むつ市民大学公開講座

テーマ 海上自衛隊と大湊地方隊の概要  
▶いつ 1/13(木) 13:30～15:30  
▶どこで 中央公民館 講堂  
▶講師 海上自衛隊大湊地方隊  
▶申込期間 随時受付  
問 中央公民館 ☎ 24-1224

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/mailex.php

問 むつ市総務部防災安全課 ☎ 22-1111 (内線 2134)



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。





### むつ市老人クラブ 「生きがいサークル」1月

▶老人憩の家「禄寿荘」(新町) ☎ 23-5800

手芸教室	18日(火)	
囲碁・将棋教室	11日(火)	18日(火)
着付教室	19日(水)	
お花教室	20日(木)	
コーラス教室	17日(月)	24日(月)
カラオケ教室	17日(月)	24日(月)
踊り教室	12日(水)	26日(水)
ダンス教室	12日(水)	26日(水)
お茶教室	13日(木)	27日(木)
習字教室	休止	

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	17日(月)	
着付教室	11日(火)	25日(火)
カラオケ教室	13日(木)	27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

### あなたにもできる、簡単クッキーづくり



可愛いお子さんのために、お孫さんのために、作ってあげましょう、手づくりクッキー。簡単ですよ!

▶いつ 1/23(日) 11:00～12:00

▶どこで まさかりプラザ・3階

▶講師 サークル・パン(松岡さん)

▶受講料・定員 無料・先着25名 ※筆記具持参

▶申込締切 1/20(木) 事前申込み

☎ ボランティアむつ会の

渡部てつ ☎ 080-5576-1304

### 季節の自然観察会 第3回 冬の自然観察



川内川に渡来する天然記念物のオオワシやオジロワシのほか、冬の野鳥を観察しませんか。(要事前申込)

▶いつ 1/16(日) 10:00～12:00

▶集合場所 スパウッド観光ホテル駐車場

▶講師 下北野鳥の会

▶定員 20名程度

☎ 生涯学習課 内線 3143

### グラウンド・ゴルフ 初心者向け教室開催

運動不足となりがちな冬季間に、体に無理なく運動できるグラウンド・ゴルフを楽しんでみませんか?

▶いつ 1/17(月)・24(月)・31(月)

9:00集合 9:00～11:30

▶どこで 克雪ドーム

▶用具・資料 当協会が準備いたします

▶講師

むつグラウンド・ゴルフ協会普及指導員

※毎週月・水・金の午前中、練習会を開催しています。

☎ むつグラウンド・ゴルフ協会

川原田 ☎ 090-8047-1591

### 来さまい館 年末年始のお知らせ

むつ来さまい館 12/30(木)～1/3(月) 休館となります。むつ下北観光物産館1階 売店は休まず営業いたします。営業時間等詳細は下記へお問合せください。

☎ 下北物産協会

☎ 22-9161

### 第52回むつ市かきぞめ大会作品展覧会開催

かきぞめ大会で出品いただいた児童・生徒全員の作品を展示しますので、ぜひ、ご来館ください。

▶展覧会

1/15(土)～23(日) 9:00～17:00

▶どこで 中央公民館

☎ 中央公民館 ☎ 24-1224

### むつ養護学校「学校展」

児童生徒一人一人の個性あふれる作品の展示や、作業学習での製品展示、また、学校の活動を紹介するパネルも掲示します。

▶いつ

1/28(金)～31(月) 9:00～17:00

※最終日は15:00まで

▶どこで 図書館展示ホール

☎ むつ養護学校 ☎ 26-2210

### Cafe GenGO! Language Exchange

お互いに英語も日本語も学びませんか? 楽しい教材、コーヒー、おやつなどを用意します。初心者でも誰でも大歓迎です! Let's learn English and Japanese from each other!! Study materials, coffee and snacks provided. All ages and levels welcome!

▶いつ(When)

1/18(火) 18:00～19:00

▶どこで(Where) まさかりプラザ和室

▶定員(Capacity) 12人

▶参加費(Fee) 100円

▶予約(Reservation) 1/17(月)

☎ 企画調整課国際交流担当 内線 2314

### 第31回大畑どんど焼き



▶いつ 1/11(火)

▶どこで 大畑漁港東側砂場

▶受付 9:00～12:00

▶祈祷 10:00

※他地区につきましては、実施社にお問い合わせください。

☎ 大畑町観光協会 ☎ 34-3500

### 募集 脇野沢川柳募集

脇野沢を題材とした川柳作品を募集しています。審査のうえ、入賞された方々に脇野沢の特産品をプレゼント。

▶優秀賞

白子入りタラ(3名)

▶佳作

鮮魚詰め合わせ(5名)

▶その他各賞あり

※漁の状況などにより変更もあります。入賞作品は市HPなどで紹介します。

▶申込方法

脇野沢を題材とした作品に、住所、氏名、電話番号、ペンネームを添え、はがき、封書、FAX、メールにてご応募ください。(お一人様1作品限り)

▶申込締切 1/14(金)

▶申込先

〒039-5331 むつ市脇野沢渡向107-1 鯛島塾むらおこし会議事務局

☎ 脇野沢庁舎管理課 ☎ 44-2111

FAX 44-2115

☎ ws-kanri@city.mutsu.lg.jp

### 本業に生きる社会貢献活動セミナー開催

SDGs時代における新しい企業価値の創出や経営強化につながる企業の社会貢献活動とは何か?先進的な取組をされているパナソニック(株)のご担当者をお招きし、お話を伺います。

▶いつ 2/1(火) 13:30～15:30

▶どこで

アピオあおもり(オンライン参加可)

▶定員 40名(会場)

▶申込方法

QRコード・メール等、詳細は県庁HP「本業に生きる」で検索

▶申込締切 1/28(金)

☎ 青森県県民生活文化課NPO担当

☎ 017-734-9208

### 募集 学生募集「配管科」(令和4年度生)

建築配管施工時に必要な各種配管材料の取扱および加工方法や各種溶接に関する知識・技能を習得し、関連職種への再就職を目指す公共職業訓練です。

▶いつ 4/6(水)～3/14(火) 予定

▶受講料・定員 無料・20名

※テキスト代等は自己負担7万円程度

▶申込期間 1/4(火)～2/9(水)

☎ むつ高等技術専門校 ☎ 24-1234

### そのお悩み 裁判所の調停で解決しませんか?

調停とは、裁判所がお互いの言い分を聴いて、話し合いによって問題の解決を図る手続です。手続が簡単、費用が安いなど利点いっぱい! 令和4年10月に調停制度は発足100周年を迎えます。この機会に、ぜひ調停制度をご利用ください。

☎ 青森地方裁判所総務課庶務係

☎ 017-722-5421

### 募集 むつ市主任介護支援専門員および介護支援専門員募集

4月任用のむつ市地域包括支援センターの業務を行う主任介護支援専門員および介護支援専門員を募集します。

▶募集人数 若干名

▶募集要件

・主任介護支援専門員の資格を有する方。介護支援専門員は、令和5年3月31日までに主任介護支援専門員の資格を取得する見込みのある方。

▶応募方法

指定の履歴書に必要事項を明記。1/12(水)までに応募された方を4月任用の選考対象とします。(郵送の場合は当日消印有効)

☎ 高齢者福祉課地域包括担当 内線 2556

### 募集 令和4・5年度 国有林モニター募集

東北森林管理局では、国有林野の管理経営にみなさまの声を役立てていくためモニターを募集しています。

▶任期 4/1から2年間

▶活動内容

アンケートへの回答、現地見学会、国有林モニター会議への出席など

▶定員 48名程度

▶募集締切 1/31(月) 必着

☎ 東北森林管理局企画調整課林政推進係

☎ 018-836-2228

☎ <http://www.rinya.maff.go.jp/tohoku/>

### 来さまい館冬まつり

サイエンスショー、エネルギーのひろば、ねじりんごパルーンショー、ジオパークブースなど「遊び」と「学び」満載の1日です。

▶いつ 1/16(日) 10:00～15:00

▶どこで むつ来さまい館

☎ むつ来さまい館 ☎ 33-8191



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。



### 家庭に優しいごみ情報 むつ市ごみ収集アプリ

https://mutsu.trashcollect.itcwork.co.jp  
☎ むつ市環境政策課 ☎ 22-1111 (内線 2464)

※むつ市月間ごみ総排出量は市ホームページに掲載しています



ごみ収集日前日と当日に スマホに通知が来りし 分別方法もこれ一つで解決!



リニューアル!

# 釜臥山 スキー場

## 12/18 OPEN

今年度から第一リフトがリニューアル!  
新しい釜臥山をお楽しみください。

### 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 1/12(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 2313

### PCR検査キット 各分庁舎でも購入できます

PCR検査が気軽に安全に1,000円で受けられます。各分庁舎でも検査キットの購入ができるようになりました。お近くの庁舎で購入してください。  
※検査・購入とも要事前予約(検査キットで検査を行うには、結果通知を受け取るためのメールアドレスが必須です。)

▶いつ ~3/31(木)  
※金土日・祝・年末年始を除く  
▶料金 1個1,000円  
※検査と購入合わせて1人3回(個)まで  
▶対象 むつ市に住民登録をしている中学生以上で、発熱・せき・のどの痛みなどの風症状のない方  
▶申込方法 市HPから(2営業日前まで)  
☎ 予防医療・感染症対策課 内線 2582



### 令和3年度市民スキー スノーボード教室

▶教室種目 スキー(初心者・初級・中級)  
スノーボード(初心者・初級・中級)  
▶いつ 1/15(土) 13:00~15:00  
16(日) 10:00~15:00  
▶どこで むつ市釜臥山スキー場  
▶対象 むつ市在住の成人  
▶定員 各コース20名  
▶申込方法 HPから申込み  
▶申込期間 12/27(月)~1/7(金) 17:00締切  
☎ むつ市体育協会事務局 内線 2474  
H <http://mutsu-taikyo.jp/>

### 第61回むつ市民体育大会 スキー競技



▶いつ 1/30(日) 8:30~  
▶どこで 釜臥山スキー場、釜臥山林間コース  
▶対象 むつ市民  
▶競技種目 アルペン・スノーボード・クロスカン  
トリー・リレー競技  
▶申込締切 1/17(月) 17:00締切  
開催要項、参加申込書は、むつ市体育協会HPからダウンロードできます。  
☎ むつ市体育協会事務局 内線 2474  
H <http://mutsu-taikyo.jp/>

### むつ科学技術館だより

シアター上映 宮沢賢治シリーズ「注文の多い料理店」  
アスリート解体新書「トランポリン〜宙を舞う秘密〜」  
つくってたいけん工作教室 「ジャンピングアニマルをつくろう!」  
年末年始のお知らせ 12/27(月)~1/4(火)まで休館となります。1/5(水)から開館します。  
※詳細はHPをご覧ください。  
☎ むつ科学技術館 ☎ 25-2091

### 国際交流しながら 「南部裂織体験」!

むつ市国際交流推進員やALTと一緒に裂織体験をしませんか?  
▶いつ(When) 1/16(日) 14:00~16:00  
▶集合場所(Where) 斗南だんどこ健康村(むつグランドホテルの裏)  
▶定員(Capacity) 8人  
▶参加費(Fee) 1,000円  
▶予約(Reservation) 1/11(火)まで  
☎ 企画調整課国際交流担当 内線 2313

### 年末年始のゴミ出し

12/31(金)~1/3(月)の間、町内のゴミ収集とゴミ処理施設アクセス・グリーンはお休みです。  
休み前、休み明けはゴミ排出が多くなります。ゴミ小屋等に既にゴミが満杯の時は無理に入れずに次の収集日に出してください。ご理解とご協力をお願いします。  
☎ 環境政策課廃棄物担当 内線 2464

### 冬休み体験館 お正月バージョン



凧づくりなど体験メニューを多数用意してお待ちしています。  
▶いつ 1/16(日) 10:00~15:00  
▶どこで 下北観光物産館3階  
▶料金 メニューにより異なります。詳しくはHPをご覧ください。  
☎ むつ来さい館 ☎ 33-8191  
H <http://kasamaikan.info/>

### ひまわりサークル ~新メンバー募集~

フィットネス初心者の方も大歓迎です。楽しく健康に運動したい方向けの教室です。曜日によって様々な内容のフィットネスをお楽しみいただけます。学校行事、企業健康教室の出張指導も行っています。メニューの内容、予定表についてはお問い合わせください。  
※無料ではなく運営協力費を頂きます。  
▶どこで 大湊新町会館



☎ ひまわりサークル 小川 ☎ 090-9535-1093  
E [miki\\_zin\\_ringo@yahoo.co.jp](mailto:miki_zin_ringo@yahoo.co.jp)

### まさかりプラザ1月教室

まさかりプラザ和室(1.2)を会場に、多彩な教室を開催しています。

1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
初心者のクラフトテープバッグ	セルフリンパケア
刺繍	

※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  
☎ 田名部まちづくり 椿 ☎ 34-9761

### 不動の滝トレッキング

厳冬の小赤川不動の滝を見に行きませんか?雪上をスノーシューを履いて歩いて行きます。(むつ市下北自然の家近くの北側を流れる川)  
▶いつ 1/10(月) 7:55集合  
※集合場所は行程表をご確認ください。  
▶定員・参加費 12名・500円(昼食代)  
▶持ち物 飲料・行動食、上履き(運動靴)  
▶行程表 市役所ATM前の掲示板で配布  
▶申込締切 1/3(月)  
☎ 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)

### トントウの映画やアニメの間取り模型展

映画やアニメに登場する建物の模型を手掛ける立体間取り作家「タカマノブオ」氏の作品展「野比のひたの家」「サツキとメイの家」他詳しくは、1/9(日)の新聞折込チラシまたはトントウビレッジHPをご覧ください。

▶いつ 1/15(土)~30(日) 9:30~16:30  
※休館日を除く  
▶どこで トントウビレッジ  
☎ トントウビレッジ ☎ 48-2777

### 家庭にやさしいゴミ情報

たとえばどんなもの?

25cm×15cmの投入口に入る  
使用済小型家電(電子機器)を無料回収しています。  
※壊れていても大丈夫です。バッテリーは外して有害ゴミへ  
回収場所や回収できない家電など詳しい情報はHPをご覧ください。

☎ むつ市環境政策課 内線 2464

### 広報むつ MUTSU

みんながつながるむつ市の総合情報誌

## 有料広告募集中!

☆下1段(縦5.2cm×横18.1cm).....24,000円  
☆下1段の1/2(縦5.2cm×横9.0cm)....12,000円  
☎ 市民連携課広報グループ ☎ 22-1111 内線 2157

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

むつ市公式LINE  
友だち募集中





# 健康に関する各種教室を ご要望に応じて実施しています

## ▶テーマ例

- 運動インストラクターによる体操
- 栄養士による料理教室または講義
- 歯周疾患予防に関する講義
- 骨密度測定・体組成計での健康測定とその後の結果説明



## ▶申込方法

窓口もしくは電話で相談  
↓  
担当者と内容・日時の相談  
↓  
集会所などご指定いただいた場所へ専門職がお伺いし、実施いたします。

詳しくは、むつ市 HP をご覧ください。

☎ 健康づくり推進課 内線 2575



## なかよし会の申込み (令和4年度)

対象児童は、保護者の就労・疾病等により放課後に家庭での適切な保護・育成を受けられない小学校就学児童(低学年優先)です。

### ▶どこで

- むつ地区 全ての小学校
- 川内地区 川内小学校
- 大畑地区 大畑小学校、正津川小学校

▶対象 小学1年生～6年生

▶申込締切 1/31(月)

☎ 子ども家庭課保育担当 内線 2524

## 子育て世帯への臨時特別給付金

高校生までの子どもを養育している世帯に対し、臨時特別給付金を支給します。

### ▶対象児童

- 令和3年9月分の児童手当支給対象の児童
- 令和3年9月30日時点で高校生(H15.4.2～H18.4.1生まれ)
- 令和3年9月以降令和4年3月31日まで生まれた児童手当支給対象の児童(新生児)

※いずれの場合も、保護者の所得が児童手当(特例給付を除く)の支給対象となる金額と同

等未満であること。

▶支給額 児童1人につき10万円  
9月分の児童手当をむつ市から受給されている方は申請不要ですが、高校生のみを養育する方や公務員の方などは申請が必要です。受給方法や申請期間などにつきましては、決まり次第ホームページ等でお知らせします。

☎ 子ども家庭課給付担当 内線 2515

## 1月の夜間在宅当番医

診療時間 19:00～22:00

1日(土) 村中内科・心療内科医院 ☎23-0120	10日(月) たなか泌尿器科クリニック ☎28-2660
2日(日) ほそかわ耳鼻咽喉科クリニック ☎23-0033	16日(日) みどりが丘整形外科クリニック ☎23-2321
3日(月) ちば小児科アレルギー科クリニック ☎33-8001	23日(日) みちのくクリニック ☎23-1171
9日(日) 柳谷泌尿器科皮膚科クリニック ☎24-2055	30日(日) さとう眼科クリニック ☎23-9165

☎ 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。

## 1月の夜間お薬電話相談

1日(土) アイン薬局東通村店 ☎28-5270
2日(日) 沖舘薬局新町店 ☎080-5849-9536
9日(日) おき薬局 ☎090-3369-5051
10日(月) 沖舘薬局新町店 ☎080-5849-9536
16日(日) ベイ薬局緑ヶ丘店 ☎31-1115
23日(日) 七福薬局むつ ☎34-9490
30日(日) おき薬局 ☎090-3369-5051

☎ 休日お薬電話相談事務局 (沖舘薬局新町店) ☎33-9570

## New Year Traditions

明けましておめでとうございます! Happy new year everyone! I wish you the best of luck and happiness this year! How did you celebrate this year? Does your family have any special traditions? Mine only has one; a special meal we eat every year on January 1st.

日本には正月の伝統的な習慣、例えば年賀状やおせち料理がたくさんありますね。日本での生活で私が好きなことのひとつはそのような伝統を味わうことです。毎年、年賀状のイラストを描くことや初日の出を見ることを楽しみます。6年前、家族と一緒に沖縄を訪ねてホテルのおせち料理を食べました。食べながら、料理の種類の意味を教えてくださいました。その思い出は家族全員の宝物です。私の家族にとって、そのような正月の習慣はたった一つです。毎年の元日、母は「black-eyed peas and collard greens ブラック・アイド・ピーズ&コラード・グリーンズ」という食事を出します。それはアメリカ南東部の伝統的な正月料理です。私はその伝統を伝統として愛するのみならず、料理が嫌いな母親が楽しく作れる食事はそれしかないの、子どもの頃の特別な記憶です! ブラック・アイド・ピーズは日本語で大角豆の「黒目豆」という種類です。クリーム色地に大きな黒い斑紋を一つ持ちます。元日に食べたら幸運をもたらすと信じられています。母によると、その黒い斑紋は次に来る年

の悪いことを一つ表しています。元日に全ての悪いことを食べてしまったら、来年の悪いことを消します。豆をいっぱい食べれば食べるほど幸運になると言われています! コラード・グリーンズはほうれん草に似ている野菜です。元日に食べる理由は、葉っぱが紙幣に似ていると思われているので、金銭的な豊かさを招くとされています。母の元日メニューは、ブラック・アイド・ピーズとベーコンの煮物、コラード・グリーンズ炒め、そしてコーンブレッド(トウモロコシの粉を使って焼いたパン)です。残念ながら、むつ市でその材料は売っていませんので、私は現在その習慣を停止しています。その代わりに新しい習慣を始めました! 毎年初日の出を見るために山に登っているため、元日のメニューはコンロで火を通したインスタント・コーヒーと2本のSOYJOYになりました!

### Walking Talking

一緒にお話しをしながら散歩しましょう! ドーム内で散歩します。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

1/7(金)・25(火) 14:00～15:00  
ウエルネスパーク 14:00 集合  
※施設利用料110円と屋内シューズが必要です。

☎ 企画調整課国際交流担当 内線 2314

2016年元日、沖縄で家族と一緒におせち料理を食べました! 向かって左側から、弟のジョシュ、レイチェル、母親、妹のチェルシー

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



## 春 夏 秋 冬

### -俳句-

病癒え十余年経し返り花  
南部から一足先にサクラランボ  
君のひとりいのるや秋の朝  
秋の日に用事を忘れ立ちつくす  
日常の暮らし戻るや小春風  
枯るるもの枯れゆく林静かなり

### -短歌-

初詣にて大吉出しと喜びて見せ合う二人恋人らしき  
古民家の再生とふ「農園カフェ」まずひとりたりたり天井上げ  
相馬佐和子  
高橋かほる

川原田俊一  
雪田一石  
太田正信  
菅浦川充江  
川端恵美子  
井戸房枝

### -川柳-

ボケぬよう日ごと忘れぬスクワット  
真剣に孫とままごとボケ防止

### -俳句-

うすれゆく記憶たどるや燈下親し  
酔ひ醒めのソファーに燈下親しめり  
日になごみ風になごみて干大根

### -短歌-

溪流の音聞き眠る父の句碑尋めゆくことなく三年過ぎたり  
哀しみのとけゆくことし春陽の亡母臥せし部屋の窓より射しくる  
山田悦子  
中村芽子  
竹本とし子  
菊池嘉任  
戸川美重子  
吉村看伍  
瀧尻善英

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。



## — 下北半島巡り —



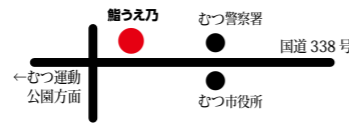
下北半島巡り  
4,400円(税込)

### 3つの海が育んだ下北自慢の味

下北ジオパーク認定商品に「鮭うえ乃」の握り寿司「下北半島巡り」が新たに仲間入りしました。下北半島巡りは、大間のマグロをはじめ、下北を囲む3つの海（津軽海峡、陸奥湾、太平洋）が育んだ海産物を中心とした下北産のネタ10貫からなる寿司の盛り合わせです。その季節の美味しいネタを提供するため、下北の海の豊かさを感じることが出来る一品です。

## 鮭うえ乃

むつ市中央2-28-7  
☎0175-24-1122  
〈営〉正午～21:30  
〈定休日〉第2・4水曜日



大将 上野裕幸さん

### 下北の自然の豊かさを召し上がれ！！

取材の際、「下北半島巡り」には、大間のマグロのほかには海峡サーモン、陸奥湾のホタテ、東通村産いくらといった下北の海が育んだ海産物をネタに用いた寿司はもちろん、なだらかな丘陵地帯でヤマセなどの特徴ある気候のなか、育てられ、旨味が凝縮された東通牛の握りも並びました。

大将の上野さんは「コロナ禍ではあるが、下北の豊かな海で育った魚を食べながら、みなさんに元気を出して欲しい。まだ試作段階ですが、新たなジオパーク認定商品も考え中です」と話してくれました。

「鮭うえ乃」のジオパーク認定商品は今回認定された下北半島巡りのほかに釜臥山やその周辺の自然の豊かさをイメージした丼「ジオパーク下北ドン（税込2,700円）」があります。季節によって変わるネタを楽しむもよし、握り寿司と丼の食べ比べでも楽しんでほしいの鮭うえ乃のジオパーク認定商品。新たな認定商品が生まれるのが待ち遠しいですね。

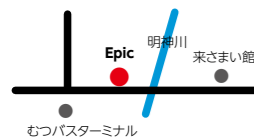
むつ市が誇る「自衛隊グルメ」。大湊海自カレー、大湊海軍コロッケ、大湊Sora空っ！の魅力やお得情報を紹介します。

### 大湊海自カレー新店舗登録

今年10月にリニューアルオープンされた「さとちようむつ松木屋店」に新たにレストランができました。その名前は「Epic」。店内は友人や家族とゆったりくつろげる開放的で落ち着いた雰囲気です。メニューは海峡サーモン・いくら丼、東通牛のステーキ・ハンバーグ、大湊海軍コロッケなど、地元のグルメも多くあり、テイクアウトできるメニューもあります。今回はEpicで大湊海上自衛隊第25航空隊のカレーが約1年半ぶりに復活提供されるということで、第25航空隊カレーを取材してきました。

### レストラン Epic

むつ市柳町一丁目8-8  
(さとちようむつ松木屋店内)  
☎0175-22-3326  
〈提供時間〉10:00～16:00  
〈提供日〉金・土・日曜日  
※いずれの曜日も10食限定



## We ♥ じえいたいグルメ



「第25航空隊カレー」  
¥1,000(税込)

スパイス香る新食感！スパイシーなのに辛くない！女性や子どもにもオススメな甘めのキーマカレー。食後のデザートには、ソフトクリームもついてくる。

### 第25航空隊カレーのこだわり

第25航空隊のカレーは、野菜の甘みを生かした味が特徴のキーマカレーで、甘さとコクがあり食べやすく癖になるカレーです。

認定審査会でカレーを試食した海上自衛隊第25航空隊の坂本司令からも「第25航空隊カレーの特徴である野菜の甘み、食感が忠実に再現されている」とお墨付きをいただきました。

実際に店舗で調理を担当している横山さんは「はじめて提供した日に食べてくれた子どもに美味しいと言ってもらえてとても嬉しかったです。スパイシーなのに甘口に作っているため、子どもや女性にも食べて欲しいです」と話してくれました。

リニューアルされた「さとちようむつ松木屋店」で、第25航空隊カレーを召し上がってみてはいかがでしょうか。

## ムチュ☆らんど 1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)・年末年始

1月の休館日 1(土)～4(火)  
11(火)・18(火)・25(火)

### 利用時間の変更になりました

▶利用時間 (2時間ごとの区切りになります)

- ① 9:30～11:30
- ② 12:00～14:00
- ③ 14:30～16:30

※各回終了後、消毒作業等のため入館できません。

混雑状況によっては人数制限をすることもあります。

▶利用上のごお願い

- ・新型コロナウイルス感染症防止対策として、かぜ症状の方や体調の悪い方のご利用はお控えください。
- ※なお、市内での発生状況によっては変更となる場合もありますので、ご了承ください。
- 詳しい利用方法については、ホームページをご確認ください。

☎ムチュ☆らんど ☎23-6305

## 防災 減災 知恵袋

Vol.29 除雪作業の注意点

雪が降る季節となりました。冬季の事故は除雪作業が原因であるものが多く、特に、高齢者の方や、1人で除雪作業をしている時に多く発生しています。何かあったときのために、除雪作業は複数で行いましょう。また、日頃から除雪用具はこまめに点検し、除雪作業の時には携帯電話やスマートフォンを持っていきましょう。



むつ市 HP 「防災・減災知恵袋」

<http://www.city.mutsu.lg.jp/index.cfm/19,0,27,974.html>

## みんなのひろば

健康や防災知識、グルメなど美味しく楽しくお得な情報をお伝えします。

[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



焼き菓子の教科書  
熊谷 裕子/著  
(河出書房新社)



就活ザムライの大誤算  
安藤 祐介/著  
(光文社)



れいどうこのそこのおく  
うえだ しげこ/さく・え  
(教育画劇)

焼き菓子作りの最大のポイントはバター！作るお菓子にあわせてバターを最適な状態に準備することが成功のカギ。バターの性質を知れば、もっと美味しくワンランク上の焼き菓子ができる。基本の生地の作り方動画つき。

蜂矢徹郎、大学三年生。行動原理はもれなく内定獲得のため。常時スーツで誰に対しても敬語、友人の取捨選択は就活に有益か否か。進路に悩む学生と、未来に懐く全ての人に贈る。就活戦線と青春の道を空回りで全力疾走のエンタメ小説！

トーストになっておいしく食べてもらいたい！と、わくわくしていたのに暗く冷たい冷凍庫に入れられてしまったしょくぱん。氷の大魔神にカチコチにされる前にここを脱出しなかつちゃ！れいどうこのあるあるシリーズ最新刊。

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。

1月の休館日  
1/1(金)～1/4(火) 年末年始(分館も休館)  
1/17(月)～20(木) 館内照明工事のため臨時休館(本館)  
1/27(木) 図書整理日(本館)

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>

～除雪中の事故は、このようなケースで起きています～

- 屋根からの転落、屋根からの落雪  
屋根の雪下ろしのときは、はしごを固定し、命綱とヘルメットをつける、建物のまわりに雪を残して作業する等の対策をしましょう。低い屋根でも油断は禁物！晴れた日は雪が緩んでいるので気を付けましょう。
- 水路等への転落  
投雪する際は転倒や転落に注意しましょう。
- 除雪機の事故  
作業の時はまわりの安全確認を！特に子どもがいらないか確認してから作業しましょう。雪詰まりを取り除くときはエンジンを止めましょう。
- 除雪作業中に心筋梗塞などを発症  
作業開始直後や疲れた頃は特に慎重に。体調が悪いときや疲れているときは無理をせず、作業を控えましょう。

過去の防災・減災知恵袋も市 HP で確認できます。

☎防災安全課 内線 2135



## 新移動図書館車デザイン決定

応募総数 49 作品から決定

8月から募集していた新移動図書館車のデザインは、選考委員会・市民投票の結果、むつ市大畑町の氣仙真子さんの作品が最優秀作品に選ばれました。半面は明るくさわやかな図書館の内装、もう半面はレトロでシックな外観をイメージしています。ムチュランファミリーも色とりどりの本に囲まれて楽しそうです。デザインは、現在製作中の移動図書館車にラッピングされます。新移動図書館のデビューまでもう少しお待ちください!



## 12/5 海上自衛隊からのクリスマスプレゼント

Sun 海上自衛隊大湊音楽隊クリスマスコンサート

海上自衛隊大湊音楽隊主催のクリスマスコンサートが行われました。会場の下北文化会館では、くるみ割り人形などが演奏され、みなさん、素敵な音色に感動していました。クリスマスコンサートは同日2回行われ、1回は今回の新型コロナウイルスワクチン接種に対応した医療従事者向けに行われました。医療従事者からは、ワクチン接種で大変な一年だったが、このコンサートを聴いて、また頑張ろうと思うなどの声がありました。



## 11/15 むつ市のうまいでポケバル推進!

Mon 「むつ市のうまいは日本一!」推進協定第六号調印式

むつ市料理飲食店組合では、市内飲食店の味を冷凍食品にして全国に届ける「むつ市のうまいでポケバル推進事業」(どこでも居酒屋=ポケット・バル)に取り組んでいます。それに伴い、むつ市とヤマト運輸株式会社では「むつ市のうまいは日本一!」推進協定を結びました。ヤマト運輸は今後、ポケバル商品の物流と販路開拓のアドバイス・サポートなどで協力してくれます。ポケバル商品のお披露目会にはヤマト運輸のキャラクターであるシロネコとクロネコも来てくれました。



## 11/11 日頃の功績を讃えて

Thu むつ市制施行 62 周年記念表彰式

11月11日(木)、下北文化会館において「むつ市政施行 62 周年記念表彰式」を開催しました。表彰式では、むつ市文化表彰、むつ市長特別表彰、功労表彰が行われ、今年は1団体・110名の方々が表彰を受けました。また、3団体に感謝状の贈呈が行われました。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。

## 令和3年8月9日むつ市・風間浦村豪雨災害への寄附



甚大な被害が発生した豪雨災害に対する支援として、寄附をいただきました。たくさんのご寄付ありがとうございます。

【寄付金額】(令和3年12月14日時点)

寄附	103件	37,667,110円	
ふるさと納税	1,296件	14,346,747円	(弘前市・山形県南陽市からの代理受納分含む。)
企業版ふるさと納税	1件	1,000,000円	



## 11/26 下北 Project 木村浩吉氏サッカー教室

Fri 市制施行 62 周年記念事業

元横浜マリノス監督、元ラオス代表監督の木村浩吉さんに来ていただき、市内の小中学生を対象にサッカー教室が行われました。木村さんからはプロになるための練習方法やサッカーの楽しさを教えてもらい、子どもたちにも大きな刺激になりました。また、市内の指導者、保護者に向けた講習会も行われ、子どもたちのモチベーションを保つ方法なども木村さんから教えてもらいました。未来のJリーガーがむつ市から誕生する日が楽しみです。



## 11/17 下北のジオの恵みを食で感じよう

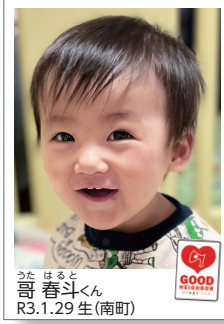
Wed 海峡サーモンをつかった調理実習

大平小学校6年生の児童が、下北のジオが育んだ海峡サーモンなどの食材を使用した調理実習を行いました。当日は「居酒屋 和風ダイニング みつや。」の大平博信さんをお迎えし、海峡サーモンのムニエル、石狩汁の作り方、出汁の取り方などを教わり、切ったり、焼いたりを自分たちでもやってみました。児童たちからは、とても美味しい、家でもつくってみたいなどの声があり、調理する楽しみを感じてくれたようでした。

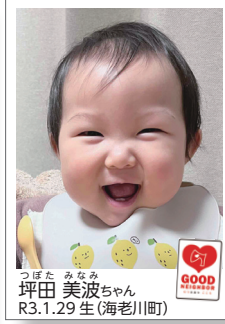
# ♪ むちゅっこ ♪ Happy Birthday 1月生まれ



ほななか せんり ことほ  
畑中 泉里ちゃん・詞葉ちゃん  
R3.1.29・H31.1.9 生(吉生町)



みた はると  
哥 春斗くん  
R3.1.29 生(南町)



つばた みなみ  
坪田 美波ちゃん  
R3.1.29 生(海老川町)



さいとう たける  
齊藤 武尊くん  
R3.01.31 生(文京町)



くぼ 結菜ちゃん  
久保 結菜ちゃん  
R2.1.7 生(金曲)



はちのへ しゅうや  
八戸 柊也くん  
R2.1.11 生(川内町川内)



ほりきり ゆの  
堀切 結心ちゃん  
R2.1.23 生(海老川町)

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。



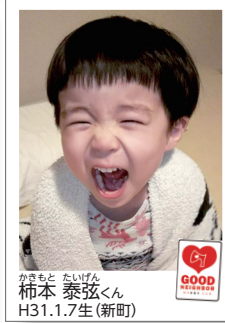
むつ市 グッドネイバー 検索



きむら ほいじ  
木村 映紫くん  
R2.1.26 生(大湊新町)



なかにし みちる  
中西 花門くん  
H31.1.4 生(横町)



かきもと たいげん  
柿本 泰弦くん  
H31.1.7 生(新町)



かわぐち ないき  
川口 風輝くん  
H31.1.8 生(大曲)



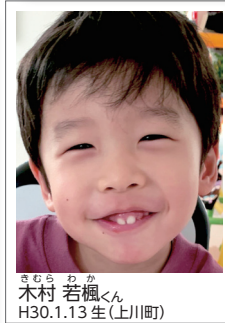
さいとう いちか  
齊藤 一華ちゃん  
H31.1.23 生(金曲)



とみおか ゆうこ  
富岡 夕悟くん  
H31.1.26 生(仲町)



つるぎ りる  
坪 莉愛ちゃん  
H30.1.10 生(若松町)



まむら わか  
木村 若楓くん  
H30.1.13 生(上川町)



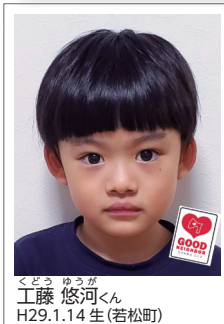
のざと いふき  
野里 一颯くん  
H30.1.14 生(川内町休所)



やなぎさわ れい  
柳澤 玲海ちゃん  
H30.1.30 生(大畑町湊村)



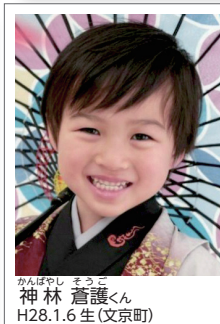
よこた さや  
横田 紗也ちゃん  
H29.1.7 生(大畑町本町)



くどう ゆうが  
工藤 悠河くん  
H29.1.14 生(若松町)



かわもり  
川森 あまねちゃん  
H28.1.3 生(大畑町水木沢)



かんばやし そうご  
神林 蒼護くん  
H28.1.6 生(文京町)



かねばら たいせい あらた  
金平 泰誠くん・新くん  
H28.1.20 生(小川町)

2月生まれのお子さんの写真  
募集中!  
12/24 ~ 1/7

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  
を身に着けた写真をご応募ください！



〈対象〉2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  
12/24 から 1/7 (必着)までに、郵送または応募フォームからご応募ください。



※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。

(応募フォーム QR コード)

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