



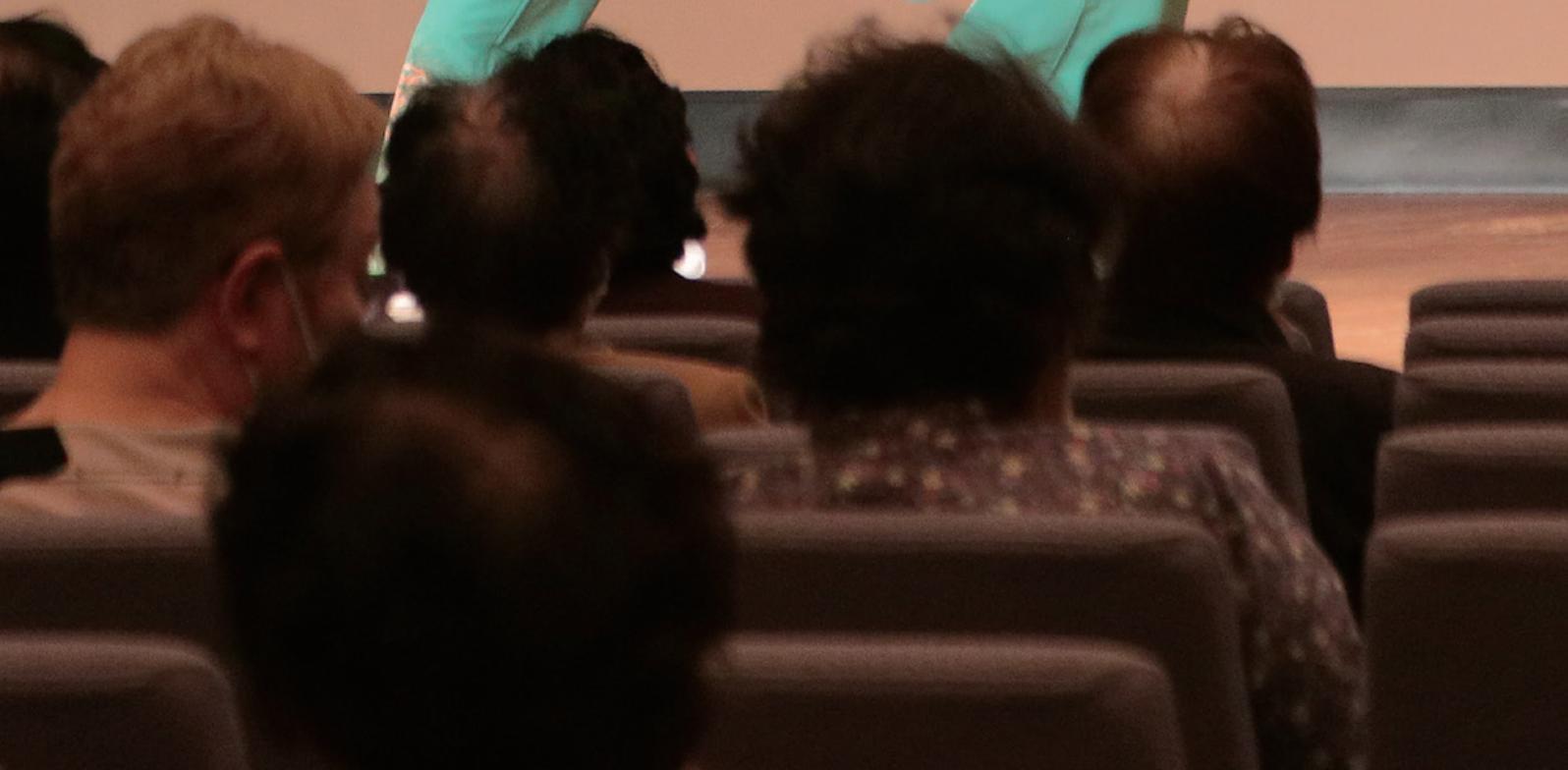
広報 Nakadomari PR Magazine

なかどまり

12月

DEC 2023 No.225

町民の笑顔があふれる  
～なかどまり町民文化祭開催！～



# 町民の笑顔があふれる

## ～なかどまり町民文化祭開催！～

町内の小・中学校や各団体などの作品の展示やステージ発表が行われる「なかどまり町民文化祭」が10月15日(日)にこどまり学園で、28日(土)と29日(日)には総合文化センター「パルナス」で開催されました。

両会場では、いかめしづくり体験や小学生以下限定のピンゴ大会などが行われました。中里会場では、町ふるさとイメージアップ大使の横山ひできさんと横山さんの師匠である黒石八郎さんによるトークショーや青森県立保健大学の反町吉秀教授をお招きした「なかどまり暮らしと健康セミナー」などが行われました。

### 小泊会場

こどまりこども園によるパフォーマンス



中里中吹奏楽部



キッズピンゴ大会



小泊婦人会



花柳穂紀桜会

中里会場 1日目



中里こども園



薄市こども園



富野こども園



横山ひできさんと黒石八郎さん  
によるトークショー



中里会場 2日目



下前婦人会



恋にもささ保存会



中里横笛愛好会



べえ子ちゃん



和なごみの会



住まいと健康セミナー

- 暑さによる健康被害の実態と予防
- 1994年夏暑と大塚市の高齢者の暑熱死(昏倒)の発生
- 東京都の夏期における熱中症死亡者の状況
- 2019年夏期において、暑熱の対策となった暑熱死の発生
- 暑さで亡くなる人が増えるのはなぜか?
- 暑さによる健康被害の予防対策は?

津軽相撲甚句



お楽しみ抽選会

## 感謝を込めてカーブミラー拭き

町シルバー人材センターが奉仕活動

県 シルバー人材センター連合会では、地域社会の活性化と社会参加による生きがいの充実を図ることを目的として、事業の普及啓発月間である10月の第3水曜日を「シルバーの日」と定め、町シルバー人材センターも奉仕活動を行っています。

今年10月18日(水)に、津軽中里駅前から老人福祉センター前までのカーブミラーの拭き掃除を、五所川原地区交通安全協会事務局長と中里駐在所職員とともに行いました。



## ご支持いただいた皆様に感謝

宮越家来場者1万人達成

令和2年から一般公開を始めた宮越家が10月27日(金)に累計来場者数1万人を達成し、セレモニーが開催され、1万人目となった丸岡友美さん(青森市)に町長から記念品が贈られました。

町長は「宮越家の皆様のご理解と多くのボランティアガイドの皆さん、ご来場いただいたお客様のご支持があったからこそ達成できたもの」と感謝の言葉を述べました。

丸岡さんは「前から見たいと思っていた家族で見に来た。まさか1万人目だとは思わなくてびっくり」と驚きの声を上げていました。



## 町の観光資源への理解を深める

中里小6年生が出前講座を受講

中里小6年生22名が10月27日(金)に出前講座を行いました。児童たちは金多豆蔵人形劇を観劇した後、2班に分かれて宮越家と博物館を見学しました。

児童たちは観光資源を維持するための苦労なども聞き、郷土に対する理解を深めました。



## 不法投棄防止の意識を高める

不法投棄撤去キャンペーンを実施

廃棄物の不法投棄防止の意識啓発を図るため、不法投棄撤去キャンペーンが10月27日(金)に大沢内地区で行われ、町民や関係団体などが不法投棄された廃棄物の撤去作業を行いました。



## いつまでも若々しく

小山内としさんが百歳顕彰

小山内としさんが10月29日(日)に100歳を迎えたことから、30日(月)に町長から顕彰状と目録が手渡されました。

小山内さんは若い頃は編み物や和裁を趣味とし、主婦をしながら農業も行っていました。現在は気の合う施設の利用者さんと会話をしながら、食事を楽しんでいるそうです。身の回りのことは自分で行い、体力維持のために体操をするなど、いつまでも若々しく過ごされているそうです。

## あなたは“もしもの時” どうしますか？

自分や家族の安全を守るために

小泊赤十字奉仕団、下前・新町2・折戸地区の自主防災会、小泊中1年生の合同防災訓練が10月31日(火)にこどもり学園体育館で行われました。

非常災害食「ハイゼックス」による炊き出し訓練では、小泊赤十字奉仕団や自主防災会の人たちは、手慣れた手つきで作業し、生徒たちは教えてもらいながら着々と仕上げていました。

その後に行った講習会では、心肺蘇生法や簡易担架の作り方・使い方を実際に行いながら学びました。

最後に、参加者全員でハイゼックス米とカレーを試食しました。

この合同防災訓練は、2014年から毎年行われており、今年で10回目になりました。毎年訓練することで地域の結束を固め、“もしもの時”の心構えができ、とまどうことなく迅速な対処や炊き出しを行うことができます。また、小泊中の1年生も毎年参加しているため、若い世代にどんどん災害時の対処方法の知識が受け継がれていきます。



## つなげよう 共に生きる 助け合いの輪 第8回町社会福祉大会開催

**誰**もが住み慣れた地域でともに支え合い安心して幸せに暮らせる福祉のまちづくり実現に向け、関係機関とより強固な体制を築き上げることを目的に、社会福祉大会が11月2日(土)に総合文化センター「パルナス」ホールにて開催されました。

第1部では、「元気があればなんでもできる」を演題とし、落語家の三遊亭大楽さんが講演を行いました。

第2部では、式典が行われ、多年にわたり社会福祉発展に功労のあった町民25名を表彰しました。

第3部では、町内4園の園児による発表会が行われ、園児たちに元気をもらいました。



## 多大な貢献に感謝

小泊漁業協同組合が海上保安庁長官から感謝状

**青**森海上保安部で行っている灯台記念日における航行援助業務協力者への表彰伝達式で、小泊港北防波堤灯台ほか1基の灯火監視業務協力者として20年にわたり献身的に灯火の監視に従事し、航行援助業務の推進に寄与した小泊漁業協同組合が11月2日(土)に表彰されました。

灯台記念日とは、明治元年11月1日、神奈川県横須賀市にある観音崎灯台の起工により始まった灯台業務の開始を記念するため海上保安庁が定めたものです。今年の灯台記念日は、明治元年から155周年を迎えました。

## 将来を担う人材育成に向け

中泊町公設塾「ナカデミー」開校

**将**来を担う人材育成に向け、「学習意欲の向上」や「学力の向上」を図ることを目的に、小学校5・6年生と中学生を対象とした公設塾「ナカデミー」を開校しました。

小学校5・6年生と中学校1・2年生は個別の学習支援、中学校3年生は講義形式と個別の学習支援での学習を行っています。

11月4日(土)の中学生を対象とした教室の初回には開校式が行われました。公設塾という特性を生かして、町内小・中学校とも連携しながら、子供たちの学習のサポートを行っていきます。



中泊町役場 ☎57-2111

小泊支所 ☎64-2111

## 町からのお知らせ

問 問合せ先 内 内線番号  
☎ 電話番号 HP ホームページ

## 町総合福祉健康センター湯らぱーく 工事の進捗状況のお知らせ

計画に関すること 問 総合戦略課企画係 内 2025 / 工事に関すること 問 環境整備課土木係 内 1914、1916

令和6年2月上旬の供用開始を予定している湯らぱーくは、建物の建設工事が11月をもって完成しました。現在は駐車場などの外構工事が進んでおり、12月中に完成となります。

今後は供用開始前に町民の皆様への内覧会などを計画しており、湯らぱーくのオープン日やオープニングイベントの情報とともに、12月28日発行の広報なかどまり1月号の折込チラシでお知らせしますので、来月号のチラシをぜひご確認ください。



※左は派立商店街通り沿い方向から、右は町防災倉庫沿い方向からの写真（11月28日現在）

## 令和6年 元旦マラソン開催!

問 教育課社会体育係 内 1923

令和6年も毎年恒例の元旦マラソンを開催します!!

- 日時…令和6年1月1日(月)  
集合時間 午前8時30分
- 場所…町体育センター前
- コース

町体育センター前から津軽中里駅までを往復、健脚自慢の方はもちろん、記念に参加したいという方も大歓迎です!

参加者の皆様には記念品を贈呈します。たくさんのご参加をお待ちしています。



## エモフェス開催!!

問 水産商工観光課商工観光係 内 1614

問 中泊町文化観光交流協会 ☎ 57-9030

駅ナカにぎわい空間で「エモい津軽の冬体験フェスタ」(略：エモフェス)を開催します。ステージイベントでは町無形民俗文化財「金多豆蔵人形芝居」の無料公演、金多豆蔵人間コンテストが行われます。昔ながらのしとぎ餅やピザトースト、いかめしなどの食べ物の販売、また、中学生以下の方はわたあめ作りやかたぬきが無料で体験できます。みなさまのご来場をお待ちしています。

開催日時…12月16日(土)

午前10時30分～午後3時30分



## なんでも行政相談

日時…12月22日(金) 午前9時～正午

場所…役場相談室2

行政相談委員…伊藤定照、藪田由比子

※行政相談は、住民から寄せられた苦情や意見・要望を、住民と関係行政機関との間に立って、公正・中立な立場から必要なあっせんを行い、その解決や実現の促進を図ります。  
※中止の場合は防災無線で周知します。

## 広告

国家資格塗装職人のお店  
sanei 三栄塗装工業有限会社

一般建設業 県知事許可(般-27)第017671号

担当 三上(一級塗装技能士/五所川原塗装工業会会員)

WBアート 多彩仕上工法 施工認定店

職人から独立、創業25年目を迎えました。  
これからも地域のみなさまに愛される塗装店を目指して参ります。  
屋根・外壁のお見積り・現地調査無料、まずはお気軽にご相談ください。



住所/つがる市木造林宮津12番地3 登録番号/T8420002012423  
☎ 0173-42-3818 ☎ 090-7067-5628 ✉ sanei.p@nifty.com

## 空き家の解体補助金

問 総務課消防防災係 内 2016

【補助金】町では、空き家などが危険な状態にある、または危険な状態になる恐れがあり、助言、指導などに従って措置を講ずる場合に補助金を給付しています。

【当町の空き家の状況】中泊町空き家の戸数 643戸(令和2年9月現在)  
平成27年から令和2年の5年間で空き家は2倍に増加しております。

### 【空き家の管理】

- ・空き家が危険な状態になると、近隣住民に被害を及ぼす可能性があるため、適正な管理や解体などの対策をする必要があります。
- ・現に危険な空き家が近所にあり、困っている方もいますので管理の徹底をお願いします。

## リサイクル品回収ストックヤードの使い方を守りましょう

問 環境整備課衛生係 内 1915

リサイクル品回収ストックヤードに、出すことができない「燃えるごみ」「燃えないごみ」「電化製品」「びん・缶・ペットボトル」などが置かれています。

もう一度「家庭用ごみ分けガイド」を確認して、ごみ出しのルールを守り、適切に処理するようにしましょう。

## 冬期・年末年始のごみ収集日のお知らせ

問 環境整備課衛生係 内 1915

### 1. 年末年始の日程

	12月 25日(月)	12月 26日(火)	12月 27日(水)	12月 28日(木)	12月 29日(金)	12月 30日(土)	12月 31日(日)	1月 1日(月)	1月 2日(火)	1月 3日(水)	1月 4日(木)
(1) ごみ収集(可燃・不燃・資源)											
中里地域	通常	通常	通常	通常	通常	年末年始による休み				通常	
小泊地域	通常	通常	通常	通常	通常	年末年始による休み				通常	
(2) 一般廃棄物処分場											
中泊町一般廃棄物最終処分場	8月9日の大雨で道路が崩落しており、安全確保ができないため町民の方の搬入を見合わせております。										
小泊一般廃棄物最終処分場	通常	通常	通常	通常	通常	年末年始による休み				通常	
(3) 西部クリーンセンター(稲垣)											
	通常	通常	通常	通常	通常	通常	年末年始による休み				通常

年末年始をはさみ、この期間中はごみ収集などが長期休業となります。

大変ご不便をおかけしますが、各家庭で適切なごみ管理にご協力をお願いします。

### 【お知らせ】

令和4年8月9日の大雨で中泊町一般廃棄物最終処分場の道路が崩落しています。現在、復旧に向けて進めておりますが安全確保ができないため町民の方の搬入を見合わせております。

大変ご不便をおかけして申し訳ございませんが、ご理解の程、よろしくをお願いします。

### 2. 冬期間のごみ収集(中里地域のみ)

令和5年12月1日(金)から令和6年3月30日(土)までの期間、積雪の影響でごみ収集車が入れない地域は、ご面倒でも例年どおり、本道路までごみを出してください。

また、その際にはごみが散乱しないようこれまでどおり、ネットや布などで対策をお願いします。

広告

# 現金買取

## 鉄・非鉄・農機具類

株式会社 高橋商事 五所川原営業所

引取りもご相談ください！

つがる市柏鷺坂清見71-16 TEL 26-7576



## 除排雪業者を紹介します

問 環境整備課土木係 内 1912・1914

## 除排雪事業地区一覧

地区名	業者名	連絡先
中里地区（広域農道・大沢内・宮野沢・派立通り）	（株）平山建設	（58）3121
深郷田・八幡・大沢内地区	（有）秋田土建工業	（57）2218
向町・派立・宮野沢地区	（有）外萬建設	（57）5371
五林・宮川地区	（株）竹内組	（57）2705
富野・福浦・豊岡・田茂木・豊島地区	（有）塚本建設	（57）4591
芦野地区	（株）三上建設	（57）4040
長泥・竹田地区	（有）丸隆建設	（23）5596
若宮地区	（有）高橋組	（58）2335
尾別・上高根地区	（有）沖工業	（57）2562
今泉・薄市・下高根地区	（株）青海建設	（69）3030
小泊地区（小泊地区および下前地区）	（有）笹山興業	（64）2184
爨内地区	山内建設（株）	0174(31)7755

## ご協力ください（注意事項など）

- ◇除雪車がよせた雪や宅地内の雪、屋根雪などを道路に出さないでください。
- ◇除雪車の前後10mほどは運転手の死角です。作業のため右側走行をする場合があります。除雪車を見かけた場合は注意してください。
- ◇歩道の雪は道路に出さないようお願いします。
- ◇路上駐車は作業の支障となります。道路に駐車しないでください。  
路上駐車が除雪の支障となる場合はその路線を除雪できない場合もあります。  
※当日の再除雪は致しません。
- ◇路上の車両乗り上げ用鉄板などは、事故発生の原因となりますので撤去してください。
- ◇融雪期の水害防止のため、水路に雪を捨てないでください。
- ◇消・融雪溝の投雪蓋を開けたまま放置しないでください。  
※雪捨て場は次の場所をご利用ください。

中里地域……町運動公園第三駐車場(宮野沢地内)  
岩木川河川敷地(富野地内)

## ●除雪に関する問合せ先

## 除排雪本部

平日(日中) 午前8時15分～午後5時

中里地域……環境整備課 土木係

☎(57)2111(内線1914・1915)

小泊地域……小泊支所 管理係

☎(64)2111

平日(夜間)・休日(昼間)

中里地域……大沢内克雪センター ☎(57)2197

小泊地域……小泊克雪センター ☎(64)3869

※電話はなるべく平日の日中にお願ひします

融雪溝の蓋は  
必ず閉めましょう

問 環境整備課土木係 内 1914

融雪溝の蓋を開けたままにすると、歩行者や車に事故の危険があるだけでなく、除雪機械による作業で破損するおそれがあります。利用後はきちんと蓋を閉めるようお願いいたします。



## ◇融雪溝設置地区

中里地域…深郷田、下高根、薄市、派立  
小泊地域…小泊地区全域

## マイナンバーカード休日・夜間臨時窓口の実施

問 町民課戸籍住民係 内 1313

町民課では、休日および平日夜間のマイナンバーカード交付申請などの専用窓口を開設します。

1月の開設日は次のとおりとなります。

平日開庁時間内に来庁するのが困難な人は、ぜひこの機会をご活用ください。

〈日時〉 (平日夜間) 1月10日(水) 午後5時15分から午後7時まで  
(休日) 1月28日(日) 午前8時30分から正午まで

〈場所〉 町民課 ※小泊支所の開庁はありませんのでご注意ください。

〈来庁する際に持参していただくもの〉

【カードの受け取りをする方】 ・本人確認書類(くわしくは次の※をご覧ください)  
・交付通知書のハガキ ・通知カード(お持ちの人のみ)

【カードの申請をする方】 ・本人確認書類(くわしくは次の※をご覧ください)  
・通知カード(お持ちの人のみ)

【電子証明書の更新・券面記載事項変更をする方】 ・マイナンバーカード ・暗証番号記載票

【暗証番号の再設定をする方】 ・マイナンバーカード

※本人確認書類…次のAのうち1点。Aをお持ちでない人はBを2点(必ず原本)ご持参ください。

A…運転免許証・運転経歴証明書(平成24年4月1日以降に発行されたものに限る)

パスポート・身体障害者手帳・住基カード(写真付き)・在留カードなど

B…保険証・年金手帳・医療受給者証・介護保険証・学生証など

窓口には本人が必要書類をご持参ください。15歳未満の人が手続きされる場合は、親権者の同行が必要です。カード受け取りの場合は親権者の人も本人確認書類をご持参ください。

ご本人が病気・身体の障害などのやむを得ない事情により来庁が難しく、代理での受取りを希望される場合は別途書類が必要となりますので、町民課までご連絡ください。

※臨時窓口はマイナンバーカード専用の窓口となります。住民票などの発行や住所異動の手続きはできません。

※小泊支所の臨時窓口開設はありません。小泊地域に住民登録があり、カードの受け取りを希望される人は必ず事前に町民課または小泊支所まで連絡の上、ご来庁ください。

## Edyポイントの受取り忘れにご注意を！

問 総合戦略課企画係 内 2024

現在、町では中泊町Edyカードを活用したポイント付与を次の3件実施しています。対象の方はポイントの受取り忘れがないようご注意ください。

事業名	受取ポイント	対象者	受取期限
中泊町のお店でお買い物！ 50%戻ってくるキャンペーン	最大5,000円分	対象期間中、対象店舗にて中泊町Edyカードでお支払いされた方	令和5年12月31日
マイナンバーカード集会所出張申請受付	2,000円分	対象期間中にマイナンバーカードを申請し、ポイントの申請をされた方	令和6年1月31日
中泊町物価高騰緊急対策Edyポイント付与事業	5,000円分	全町民	令和6年1月31日

※ポイントの受取方法

・ファミリーマートのマルチコピー機 ・専用の赤いチャージ機 ・スマートフォンの楽天Edyアプリ

## 令和6年度 町内保育施設 新規入所児童募集

問 福祉課福祉係 内 1516

- 対象者…新規に入所を希望する方  
 ○申込期間…令和5年12月11日(月)～令和6年1月19日(金)  
 ○申込先…福祉課または小泊支所



## ★各施設の概要★

町内の保育施設は、すべて社会福祉法人みちのく会が運営しています(私立)。

施設名	中里こども園	富野こども園	薄市こども園	こどまり保育園
所在地	中里字紅葉坂27-1	富野字千歳189-1	薄市字飛石田野沢 187-4	小泊字砂山1142
定員	110人(予定)	25人	25人	19人
開所時間	午前7時～午後7時	午前7時～午後7時	午前7時～午後7時	午前7時～午後7時
バス送迎	あり (大沢内、八幡、深郷田、尾別、上高根、長泥、若宮、竹田地区)	あり (豊島、芦野、田茂木、下豊岡、福浦地区)	あり (今泉、薄市、下高根地区)	なし
	※おおむね1歳3か月未満の子どもにつきましては、各自で送迎をお願いします。			
乳児保育	可(生後8週間以上を経過した子ども)			

入所は先着順ではありません。定数を超えて申込みがあった場合は、中泊町特定教育・保育施設の利用の優先順位に関する要綱に基づき、優先度の高い児童から入所となります。入所の判定は、新規申込みと継続申込みが提出された段階で行うため、入所可否の通知は令和6年2月末となる予定です。

## ★園の利用★

保育施設を利用するためには、町から認定を受ける必要があります。

※こどまり保育園は2、3号認定のみ

認定区分	対象年齢等	利用できる曜日	基本となる利用時間	延長保育
1号認定	満3歳以上 (幼稚園にあたる区分)	月曜～金曜 土曜日は一時保育 (有料)	午後2時まで	最長午後7時まで (有料)
2号認定	満3歳以上 (保育所にあたる区分)	月曜～土曜	短時間認定 午後4時まで	最長午後7時まで (有料)
			標準時間認定 午後6時まで	
3号認定	満3歳未満 (保育所にあたる区分)	月曜～土曜	短時間認定 午後4時まで	最長午後7時まで (有料)
			標準時間認定 午後6時まで	

～ くわしい案内は町ホームページをご覧ください～

<https://www.town.nakadomari.lg.jp>

※右のQRコードから保育施設のページへアクセスできます。



# 青森県子ども・子育て世帯応援給付金のご案内

問 福祉課福祉係 1514

県では、食料費や光熱水道費などの物価高騰に直面する子育て世帯の経済的負担を軽減するため、県内の子育て世帯に対して応援金を給付します。

## 1. 支給対象者

県内に住民登録がある0歳から18歳に達する日以降の最初の3月31日までにある児童を養育する人

**(※平成17年4月2日から令和6年2月29日までに生まれた児童が対象です)**

## 2. 給付額

対象児童1人につき、**3万円**です。

## 3. 申請が不要な人(町がプッシュ支給)

町から令和5年度**11月分児童手当を受給する人**が対象となります。対象の人には、その旨通知していますので、ご確認ください。

※令和5年10月31日までに生まれた児童も対象になります。

**令和5年12月12日**に児童手当を支給している口座へ振り込みます。

## 4. 申請が必要な人(県に申請)

①職場から児童手当を受給している人**(公務員など)**

②児童手当を受給していない**(所得超過など)**が、中学生までの児童を養育する人

③**高校生など**(平成17年4月2日から平成20年4月1日生まれ)の保護者の人

④令和5年**11月1日**から令和6年**2月29日**までの間に**生まれた児童**の保護者の人

⑤令和5年**11月1日**から令和6年**2月29日**までの間に**県外から転入**した児童の保護者の人

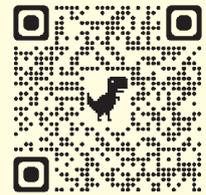
### ※申請方法

申請先は「青森県子ども・子育て世帯応援給付金給付事務センター」になります。

受付期間は令和6年3月15日まで。電子申請および申請書による方法があります。くわしくは「**青森県特設サイト**」でご確認ください。

電話での問合せ…青森県子ども・子育て世帯応援給付金給付事務センター

電話 0120-467-073 (月～金 午前9時～午後5時)



「青森県子ども・子育て世帯応援給付金」に関する**“振り込め詐欺”**や**“個人情報の詐取”**にご注意ください。

ご自宅や職場などに町から問合せを行うことがありますが、ATM(現金自動預払機)の操作をお願いすることや支給のための手数料などの振込みを求めることは絶対にありません。もし、不審な電話がかかってきた場合には、すぐに町の窓口などや最寄りの警察にご連絡ください。

## 令和6年度(中間年)一般競争(指名競争)入札 参加資格審査申請書の受付

次のとおり、令和6年度(中間年)の一般競争(指名競争)入札参加資格審査申請書の受付をします。

- 1 提出先…〒037-0392 青森県北津軽郡中泊町大字中里字紅葉坂209番地  
中泊町役場 財政課管財係 TEL57-2111(内線2032) FAX57-3849  
ホームページ <http://www.town.nakadomari.lg.jp/>
- 2 受付期間…令和6年1月4日～令和6年1月31日まで(土、日、祝日を除く)  
(郵送および宅配便での提出は、最終日発送分まで有効)
- 3 有効期間…令和6年4月1日から令和7年3月31日までの1年間
- 4 申請書様式…[建設工事][測量・建設コンサルタント]—国交省様式  
[物品製造など(役務含む)]—町指定様式(ホームページからダウンロードできます)
- 5 提出方法…持参または郵送でも受付しますが、次のことにご注意ください。  
(1) A4判フラットファイルに綴じて提出してください(色指定なし、止め部分金属不可)  
(2) 表紙および背表紙に会社名を記載してください。 ※必須  
(3) 添付書類のうち証明書関係は写しでも可能です。  
(4) 受領書が必要な場合は、返信用封筒(切手貼付、宛名明記)を同封してください。
- 6 その他…宛名は中泊町長とすること。  
※今回の受付は、令和5年度に入札参加資格審査申請書を提出していない業者を対象としています。

番号	書類名	建設工事	測量・建設コン サルタントなど	物品製造など (役務提供含む)	備考
		国交省様式		町指定様式	
①	一般競争(指名競争)参加資格審査申請書	○	○	○	※物品役務は営業調書と取引業種一覧は必ず添付
②	営業所一覧表	○	○	—	
③	工事(業務)経歴書(2年分)	○	○	○	物品などで内容が同様であれば別様式可
④	建設業許可証明書	○	—	—	写し可
⑤	経営規模等評価結果通知書・総合評定値通知書	○	—	—	写し可
⑥	営業許可等証明書	—	○	○	写し可(業種により、営業許可が必要な場合提出)
⑦	国税・県税・市町村税納税証明書(未納がないことが分かるもの) 例えば国税は、未納のない証明(その3の2)または(その3の3) ※e-Tax(国税電子申告・納税システム)を利用している人はオンラインで納税証明書の交付申請ができます。くわしくは国税庁HP「納税証明書の交付請求について」をご覧ください。 ( <a href="https://www.e-tax.nta.go.jp">https://www.e-tax.nta.go.jp</a> )	○	○	○	写し可(直前1年間の確定年度(年)分とする)
⑧	委任状	○	○	○	権限を支店・営業所へ委任する場合
⑨	使用印鑑届	○	○	○	
⑩	印鑑証明書	○	○	○	写し可
⑪	財務諸表類(決算書など)	○	○	○	直前1年分
⑫	会社登記簿謄本または履歴事項全部証明書	○	○	○	写し可
	身分証明書(個人の場合)	○	○	○	写し可

## 役場封筒の広告を募集します

問 総務課秘書広報係 内 2014

町で使用する封筒の裏面に掲載する有料広告を募集します。それぞれ3枠の募集です。

◆作成する封筒…定型角2・定型長3

◆広告のサイズ

角2…1枠 縦70mm×横200mm

長3…1枠 縦50mm×横100mm

◆掲載位置・色…封筒裏面 一色刷り(黒)

◆応募締め切り…12月28日(木)まで

◆申込方法…問合せ先までご連絡ください。

封筒が作成され次第、役場で郵便物の郵送などに使用します。印刷部数や広告料など、くわしくは問合せ先まで。

## 退職後の個人住民税はどうなりますか？

問 税務会計課課税係 内 1212

問 西北地域県民局県税部納税管理課 ☎ 34-3141

個人住民税が毎月の給与から天引きされている方は、1年分の税額を「6月から翌年5月まで」の12回に分けて勤務先の事業所が納入(特別徴収)しています。この間に退職される場合、退職後の残りの個人住民税をまとめて、退職時の給与や退職金からの天引きにより納める制度にご理解くださるようお願いいたします。

### 【事業主の皆さまへ】

- ①従業員が退職などで個人住民税の特別徴収ができなくなる場合は「異動届出書」の提出が必要です。
- ②翌年1月以降に退職する方の個人住民税は、残りの特別徴収税額があるときは、退職時の給与や退職金から天引きして納入すること(一括徴収)が義務づけられています。なお、12月以前に退職する方も同様に納入することができます。

## 12月28日は

町県民税 4期

国民健康保険税 6期

の納期限です。忘れずに納めましょう。

※口座振替をされている人の引き落とし日は、**12月25日(月)**です。残高をご確認ください。

※町税の納付は、便利で安心確実な口座振替をご利用ください。

問 税務会計課庶務徴収係 内 1215・1216

## 後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

問 町民課国保年金係 内 1314

問 青森県後期高齢者医療広域連合 ☎ 017-721-3821

### 1 高額療養費(外来年間合算)

#### ○支給対象者

基準日(令和5年7月31日)時点で後期高齢者医療被保険者証の窓口負担割合が1割の人

#### ○対象期間

令和4年8月1日から令和5年7月31日までの1年間

#### ○支給額

対象期間中の外来診療の自己負担額の合計から高額療養費で支給された分を差し引いた額が、144,000円を超える場合、超えた分を支給します。

#### ○支給申請

- ・これまでに高額療養費を支給されたことのある人で支給対象となった人には、登録済みの口座に支給しますので申請は不要です。
- ・これまでに高額療養費を支給されたことのない人(高額療養費の支給口座を登録していない方)には、12月中旬(予定)に広域連合より申請のお知らせを送付しますので、お知らせが届いた人は町民課か小泊支所の窓口申請してください。

なお、対象期間中に後期高齢者医療制度に加入した人や転入した人の場合、支給対象であっても申請のお知らせが送付されない場合があるので、対象期間内の外来で払った自己負担額の合計が144,000円を超えた人はお問合せください。

#### ○申請に必要なもの

- ・支給申請書 ・保険証(被保険者証)
- ・高額療養費(外来年間合算)の支給申請について(お知らせ)
- ・マイナンバーがわかるもの(通知カードまたはマイナンバーカード)
- ・本人確認書類(官公庁発行、発給の顔写真付き身分証明書など)
- ・印鑑(申請者と受領者が異なる場合)※認印可
- ・通帳(コピー可)など口座情報のわかるもの
- ※被保険者が亡くなっている場合は受領申立書、代理人が受領する場合は委任状が必要です。
- ※対象期間中、青森県後期高齢者医療制度以外の医療保険への加入歴と自己負担額がある場合は、その医療保険の自己負担額証明書が必要です。

# 令和5年度上期 中泊町財政状況 (4/1～9/30)

## 一般会計

### ◆歳入

(単位：千円・%)

科目名	予算額	収入済額	収入率
町 税	932,032	738,792	79.3
地方譲与税	69,725	22,612	32.4
利子割交付金	500	208	41.6
配当割交付金	1,000	375	37.5
株式等譲渡所得割交付金	1,500	0	0.0
法人事業税交付金	6,000	6,275	104.6
地方消費税交付金	237,000	128,735	54.3
環境性能割交付金	4,000	2,163	54.1
地方特例交付金	2,468	2,468	100.0
地方交付税	3,790,506	2,612,390	68.9
交通安全対策特別交付金	600	0	0.0
分担金及び負担金	3,431	46	1.3
使用料及び手数料	99,671	54,913	55.1
国庫支出金	1,302,536	250,105	19.2
県支出金	603,151	125,606	20.8
財産収入	16,349	3,343	20.4
寄附金	85,501	12,761	14.9
繰入金	110,089	0	0.0
繰越金	327,145	327,145	100.0
諸収入	80,144	18,901	23.6
町債	1,823,700	0	0.0
合計	9,497,048	4,306,838	45.3

### ◆歳出

(単位：千円・%)

科目名	予算額	支出済額	執行率
議会費	78,469	46,477	59.2
総務費	2,644,112	543,906	20.6
民生費	1,464,228	566,938	38.7
衛生費	1,144,524	307,924	26.9
労働費	157	99	63.1
農林水産業費	692,480	243,553	35.2
商工費	131,965	65,346	49.5
土木費	384,769	66,387	17.3
消防費	568,554	298,674	52.5
教育費	668,202	289,974	43.4
災害復旧費	499,594	235,211	47.1
公債費	1,215,378	701,348	57.7
予備費	4,616	0	0.0
合計	9,497,048	3,365,837	35.4

## 町税の収入済額と構成比

(単位：千円・%)

税目名	収入済額	構成比
町 民 税	190,974	25.8
固 定 資 産 税	467,044	63.2
軽 自 動 車 税	41,819	5.7
た ば こ 税	38,955	5.3
入 湯 税	0	0.0
合 計	738,792	100.0

## 特別会計・公営企業会計

(単位：千円・%)

会 計	区分	予算額	収入済額	収入率
			支出済額	執行率
国民健康保険事業 (事業勘定)	歳入	1,584,301	521,879	32.9
	歳出		565,431	35.7
農業集落 排水事業	歳入	48,183	3,751	7.8
	歳出		18,467	38.3
介護保険事業	歳入	1,839,943	787,434	42.8
	歳出		778,407	42.3
漁業集落 排水事業	歳入	31,308	2,001	6.4
	歳出		13,261	42.4
国民健康保険事業 (施設勘定)	歳入	150,439	28,860	19.2
	歳出		66,844	44.4
後期高齢者 医療事業	歳入	294,995	53,566	18.2
	歳出		113,421	38.4
水道事業 (収益的)	収入	335,367	145,826	43.5
	支出	303,288	64,133	21.1

## 町有財産の状況(一般会計・特別会計)

土 地	1,802,009㎡
山 林	1,047,300㎡
建 物	142,979㎡
無体財産権	6件
有価証券	2,079千円
出資による権利	91,630千円
基金・積立金	1,575,403千円 (債権 500,000千円を含む)
自動車など	77台

## 町債・一時借入金などの状況(一般会計・特別会計)

町債残高	13,479,592千円
一時借入金残高	0千円
基金繰替運用残高	1,400,000千円

## 青い森林業アカデミーの令和6年度研修生を募集しています

問 青い森林業アカデミー ☎ 017-763-4022  
問 青森県農林水産部林政課 ☎ 017-734-9507

県では、令和3年4月にスタートした「青い森林業アカデミー」の第4期目となる令和6年度研修生を募集しています。

申請資格	県内で林業への就業を希望し、研修受講時において18歳以上43歳以下の方
募集人員	9名以内(応募状況により変更あり)
研修期間	令和6年4月から令和7年3月まで
受講料	118,800円/年
研修拠点	県産業技術センター林業研究所研修棟 (東津軽郡平内町大字小湊字新道46-56)
取得できる資格	チェーンソー操作や車両系建設機械運転など 計6種類
研修終了後の就業先	①地域の森林を管理する森林組合 ②植栽や下刈、伐採などの林業を営む会社など
給付金制度	安心して研修に専念できるよう、年間最大142万円を給付する制度があります

くわしくは、県ホームページまたは問合せ先まで。

## 消防テレホンサービスの電話番号が変更になりました！

問 五所川原地区消防事務組合消防本部指令課  
☎ 35-2027 内 1049

五所川原地区消防事務組合では、火災などの災害が発生した際に、テレホンサービスにより災害情報などを発信しています。

令和6年1月1日から、火災情報テレホンの案内番号が変更になります。

◎新電話番号 050-5536-7069

また、119番は緊急通報用の回線となっております。119番で災害情報の案内は行っておりませんので、お掛けにならないようお願いいたします。

## 第4回 青森県県民公開講座〈心臓病について〉を行います

問 青森県・弘前大学医学部附属病院 脳卒中・心臓病等総合支援センター  
☎ 0172-39-5459

### ■日時

令和6年1月25日(木) 午後3時から午後4時

### ■場所

- ①弘前大学医学部コミュニケーションセンター2階
- ②弘前大学医学部附属病院1階 脳卒中・心臓病等総合支援センターで実況中継
- ③ZOOMにて配信

### ■内容

- ①心臓リハビリで心臓病の再発を予防しよう  
午後3時～午後3時30分

講師…弘前大学医学部附属病院 医療技術部  
リハビリテーション部門 理学療法士  
石岡 新治

\*動きやすい服装でご参加ください

- ②個別相談会(希望者のみ)

午後3時30分～午後4時

参加費…無料

- 定員…①弘前大学医学部コミュニケーションセンター2階 100名  
②脳卒中・心臓病等総合支援センター 10名  
③ZOOM 各100名

### ●申込み方法

- ①ホームページの「第4回 県民公開講座」から
- ②2次元バーコード内登録フォームから  
<https://forms.office.com/r/jgESCtgFkv>
- ③脳卒中・心臓病等総合支援センター 内申込みBOXへ投函
- ④お電話、メールにて申込み  
mail:noushincenter@hirosaki-u.ac.jp  
・当日参加、当日キャンセルも可能です。



## 12月は「職場のハラスメント撲滅月間」です！

問 五所川原労働基準監督署監督・安衛課 ☎ 35-2309

### ☆「あかるい職場応援団」

<https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/>

- ハラスメント対策の総合情報サイト！立場に応じた情報がまとめられています。
- 基本から実践まで解説が充実。動画でも学べます！
- そのほか、Q&Aや関係パンフレットも充実。ぜひご覧ください。

## つがる総合病院から特別の料金 (選定療養費)の改定のお知らせ

☎ つがる総合病院事務部医事課 ☎ 35-3111

つがる総合病院(五所川原市)は、手術・処置や化学療法などを必要とする外来やCT、MRI検査などの高額な医療機器・設備を必要とする外来(重点外来)を担っており、令和5年8月1日付けで、紹介患者の診療を重点的に行う「紹介受診重点医療機関」として県から公表されました。

これに伴い、次の①、②に該当する場合は、令和6年2月1日より次の表の「特別の料金」をご負担いただくこととなります。

- ①かかりつけの診療所などからの紹介状を持たずにつがる総合病院を受診する場合(初診)
- ②つがる総合病院で治療を行い、その後医師が他医療機関での治療の継続を勧めた際に、引き続き当院での治療を希望される場合(再診)

### 紹介状が無い場合の「特別の料金」について

区 分		令和6年1月 31日まで	令和7年2月 1日から
他医療機関からの紹介状 をお持ちでない人 (初診)	医科	2,200円(税込)	7,700円(税込)
	歯科	2,200円(税込)	5,500円(税込)
医師が他医療機関での治 療の継続を進めた際に、 引き続き当院での治療を 希望される人 (再診)	医科		3,300円(税込)
	歯科		2,090円(税込)

外来機能の役割分担を明瞭にすることで、外来時間の待ち時間の短縮につながり、患者さんが適切な検査や治療をよりスムーズに受けられるようになることが期待されます。

まずは普段通っている医療機関を受診して、専門的な検査・治療などが必要と判断された場合は、つがる総合病院などの病院を紹介されるので、紹介状をご持参の上、受診いただくよう、ご理解・ご協力をお願いいたします。

なお、他の医療機関からの紹介状を持参されない場合でも、次の人は特別の料金をいたしません。

- 救急車で搬送や、緊急な診療を必要とされる人
- 国の公費負担医療制度の受給対象者(生活保護受給者など)
- 今回受診する診療科は初めてでも、当院の他の診療科から院内紹介されて受診する患者
- 医科と歯科との間で院内紹介された患者
- 当院周辺で他に受診したい診療科を持つ医療機関がなく、当院が外来診療を実質的に担っている場合
- 特定健康診査、がん検診などの結果により精密検査受診の指示を受けた患者
- 外来受診から継続して入院した患者
- 災害により被害を受けた患者
- 労働災害、公務災害、交通事故、自費診療の患者
- その他、当院を直接受診する必要性が特に認められた患者

詳細は、厚生労働省のホームページをご覧ください。  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000123022\\_00003.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000123022_00003.html)

## 第1回 青森県医療者講演会

☎ 青森県・弘前大学医学部附属病院 脳卒中・心臓病等総合支援センター ☎ 0172-39-5459

テーマ…青森県 脳卒中・心臓病のケアと医療を考える ～多職種による地域連携～

主催…青森県・弘前大学医学部附属病院 脳卒中・心臓病等総合支援センター

### ■目的

- ①県内の脳卒中・心臓病における医療とケアの均てん化および連携の強化を行うことで、クリニカルイナシューアの改善の取り組みの一助とする
- ②患者ならびに家族への急性期から回復期・維持期へのシームレスな医療を提供するために、青森県各地域の現状と課題を共有する

### ■日時

12月14日(木) 午後6時～午後7時15分

### ■場所

ZOOMにて配信

### ■内容

- ①「脳卒中治療の最前線」  
講師…弘前大学医学部附属病院 脳神経外科学講座 斉藤 敦志 教授
- ②「脳卒中とリハビリ～シームレスな地域連携を目指して～」  
講師…弘前大学医学部附属病院 脳卒中リハビリテーション看護認定看護師 福岡 幸子

### ■参加費

無料

### ■定員

100名

### ■申し込み方法

- ①ホームページの「第1回医療者講演会」から
- ②二次元バーコード内登録フォームから  
<https://forms.office.com/r/dAFdLBV064>
- ③脳卒中・心臓病等総合支援センター内申込みBOXへ投函
- ④お電話、メール(mail:noushincen@hirosaki-u.ac.jp)にて申込み

\*当日参加、当日キャンセルも可能です。



## 図書館情報

問 総合文化センター「パルナス」 ☎ 69-1111

## 今月のMiniコレクション

## ○一般・テーマ

## 《年末応援特集》

掃除におせちに年賀状！ 大忙しな皆さんの年末を応援します！ 師走に役立つ本を集めました。

## ○児童・テーマ

## 《クリスマスの絵本》

クリスマス絵本を集めました。

## 新刊情報 [一般]

- |                     |        |      |
|---------------------|--------|------|
| 『椿ノ恋文』              | 小川 糸/著 | 幻冬舎  |
| 『アンと幸福』             | 坂木 司/著 | 光文社  |
| 『歌われなかった海賊へ』        | 逢坂冬馬/著 | 早川書房 |
| 『君が手にするはずだった黄金について』 | 小川 哲/著 | 新潮社  |
| 『雨 露』               | 梶よう子/著 | 幻冬舎  |

## 新刊情報 [児童]

- |               |          |             |
|---------------|----------|-------------|
| 『ちいさな木』       | 佐竹美保/絵   | 偕成社         |
| 『とびません。』      | 柴田ケイコ/作  | バイインターナショナル |
| 『こねこのトト』      | くらはしれい/作 | 白泉社         |
| 『ひみつのラーメンやさん』 | 黒岩まゆ/作   | KADOKAWA    |
| 『うさぎたんていミミ』   | いもとようこ/絵 | ひかりのくに      |

## 話 題

## 〈みんなで楽しむおはなし会〉

11月11日(土)に「みんなで楽しむおはなし会」を開催しました。

長尾真紀子氏、くじらさん、はあと屋3の三団体が出演し、絵本やパネルシアター、歌やダンスを盛り込んだ内容豊かなおはなし会となりました。約60名が来場し、キーボード、ピアノ、フルートの生演奏やBGM、照明、プロジェクターを使用したダイナミックなおはなし会を楽しみました。



## 話 題

## 〈町民文化祭の手作りコーナー〉

10月15日(日)にこどもり学園、28日(土)・29日(日)にパルナスで町民文化祭が開催されました。図書館では「わくわく秋の手作りコーナー」として、リースや松ぼっくりのオブジェを作るイベントを行いました。参加者は、思い思いの作品に挑戦し、できあがるたびに喜びの声をあげていました。28日(土)には、図書館の絵本スペースで、「はあと屋3のおはなし会」が開かれました。メロディオンやキーボードなどの楽器も使用し、手遊びや紙芝居と絵本の読みきかせ、歌、パネルシアターを行い、元気いっぱいに盛り上げました。最後にハート型のバルーンがプレゼントされ、とても和やかでリラックスした雰囲気のおはなし会となりました。



## 〈ハロウィンおはなし会〉

10月21日(土)に朗読ユニット〈ひそか〉と楽しむハロウィンおはなし会を開催しました。オープニングは手遊び「ハロウィンがはじまるよ」からはじまるよ」で賑やかに始まり、トークを挟みながらハロウィンの絵本の読みきかせが行われました。サプライズとして、会場が暗くなった後「トリック・オア・トリート！」のかけ声で、紙吹雪が舞い上がると、ひと際大きな歓声が上がりました。エンディングの「ぐーちょきぱーでパンプキン」のダンスで会場は大盛り上がり。笑いや歓声に包まれたり、絵本の世界観に引き込まれ静まり返ったりと、会場が一体となって、ハロウィンのおはなし会を満喫しました。



◆秋の企画展「大正浪漫の暮らし」

―宮越正治とイハ―開催！

日時：12月17日(日)まで 午前9時〜午後4時45分／休館日：毎週月曜／入館料：通常料金(一般200円、高校・学生100円、小・中学生50円)※町内在住の小中学生および65歳以上の高齢者は無料



◆武田小放課後子ども教室！

「中里探検」に、5名が参加  
県史跡「中里城遺跡」ほか、神明宮・工藤他山碑・ネブタ展示館など、秋晴れの下、約1時間のハイキングを楽しみました。

◆県史跡整備市町村協議会！

同協議会は、国・県史跡などを有する市町村で構成され、今年度は当町で役員会・総会が開催されました。総会終了後、研修会として町博物館、宮越家離れ・庭園の視察が行われ、大正浪漫あふれる文化遺産の数々を堪能しました。



◆中里小6年生校外学習！

学校から徒歩で出発、太宰治親戚の金丸旧宅跡を経て、中里



城跡史跡公園へ。神明宮では、津軽神楽の名残、収穫の吉兆を占う天井に刺さった弓矢にびつくり！ 五林館を通って五林神社へ到達、昨年県重宝に指定された五輪塔を拝観、民間信仰碑などを巡って学校へ。

約2時間、5キロのハイキングを無事終了！

◆縄文(体感)世界遺産講座！

小泊小6年生を対象とした講座が開催され、三内丸山遺跡センターの岡田康博所長をはじめとするスタッフが「北海道・北東北の縄文遺跡群」をパワーポイントで解説。

また縄文衣装をまとい、三内丸山遺跡から出土した実物の縄文土器や石器・土偶などに触れる体験を行いました。



119 消防&救急

ストーブの注意点！

12月になると日ごとに気温が下がり、石油ストーブや電気ストーブ、中には家庭で薪ストーブを使用する方も多いため、安全に使用するためにいくつかの注意点を紹介します。

・石油ストーブ

- ①石油機器へのガソリンや混合油の使用は絶対やめましょう！ 火災を発生させる原因になります。
- ②給油した際にカートリッジタンクから灯油が漏れていないか確認しましょう。
- ③給油時はストーブの電源を切りましょう。
- ④移動する時には必ずストーブの電源を切りましょう。

・電気ストーブ

- ①コンセント周辺に付着しているほこりは定期的に取りましょう。
- ②壁から十分にはなしましょう。放射部から1メートル以上あけて使うことが推奨されています。

・薪ストーブ

- ①薪以外の燃料は絶対に燃やさないようにしましょう。
- ②煙突掃除は年に1回以上行いましょう。
- ③壁、床の断熱をしましょう。ストーブを使用する際は1〜2時間おきに換気を行い、安全に使いましょう。

ホームタンクを点検しよう

暖房設備などに灯油を使用する一戸建て住宅は、ホームタンクを設置していることが多いと思います。本格的に雪が降る前に点検し、ストーブが使えないなどの灯油トラブル、火災や油漏れによる事故を未然に防ぎましょう。

ホームタンクのこを点検！

- ・タンクの外面に錆がないか
- ・脚部の固定にゆるみがないか
- ・地上部分の配管に漏れはないか
- ・防油堤に穴や亀裂がないか
- ・水抜き栓やバルブが開放状態になっていないか
- ・燃料ゲージの動きに異常がないか



むし歯のない子の紹介

3歳児健診にて

(11月9日実施)

- ①日頃むし歯をつくらないよう気を付けていることは？
- ②わが子の自慢できることは？

- ①仕上げ磨き
- ②かわいいところ



は お 桜ちゃん  
帯川華 (豊島)



お と あ 愛ちゃん  
石田乙 (芦野)



は る と 翔ちゃん  
佐野春 (竹田)

- ①夜に毎日仕上げ磨きをしています
- ②パパが大好き!!などところです

- ①丁寧に磨くこと
- ②明るく笑顔いっぱいなこと

- ①仕上げ磨きを楽しくやっています
- ②にこにこ笑顔



だ い き 稀ちゃん  
古川大 (尾別)

★家族みんなで虫歯予防！  
お子さんのきれいな歯を守ってあげましょう。

12月1日は、世界エイズデーです

世界エイズデーの今年のキャンペーンテーマは「あなたが変わればエイズのイメージが変わる。UPDATE HIV」です。私たち一人一人がHIV・エイズのことを自分の事として捉え、HIV・エイズに関する検査や治療、支援などの正しい知識を得て、HIV検査の受検促進や差別・偏見の解消につなげていきたいと思います。

エイズはHIV(ヒト免疫不全ウイルス)に感染することでおこる病気です。治療法の進歩により、HIV陽性者は感染の早期把握、治療の早期開始・継続によりエイズの発症を防ぐことができ、感染前と変わらない日常

生活を送ることが期待できるようになりました。

まずは検査を受け、感染を早期に発見することが重要です。感染が心配な方は早めに検査を受けましょう。保健所では匿名・無料で検査を受けることができます。専用電話による予約のほか、インターネットによる検査予約を受け付けている保健所もあります。また、ご希望により、性器クラミジア感染症、梅毒の検査も同時に受けられます。くわしくは、電話または青森県庁HP「相談・検査(青森県

町民文化祭【健康チェックコーナー】

10月14日(土)小泊会場、10月28日(土)中里会場で開催された、なかどまり町民文化祭で実施した「健康チェックコーナー」には、たくさんの方が立ち寄ってくれました。

健康測定では血圧測定と血管年齢測定を行いました。血管年齢とは、血管の老化度を血管の弾力性が年相応かを判断するもので、指先でわずかな時間で測定できます。実年齢よりも高い人は生活習慣の見直しが必要かもしれません。中泊町は塩分摂取量が全国平均より多いため、特に食事の見直しが必要です。減塩商品の利用や野菜を積極的に摂ることなど、減塩方法を伝えました。

また、同ブースでは、食生活改善推進員による「野菜を使ったおやつ」を提供しました。野菜が苦手な人でも食べやすい蒸しパンや、肥満防止のための噛みごたえのあるブリッツを紹介しました。



中里会場



小泊会場

ださい。

麻しん風しん 第2期

・対象：5歳以上7歳未満の者  
(小学校就学前の年長児)

日本脳炎 第2期

・対象：9歳以上13歳未満の者  
ジフテリア・破傷風(二種混

合)

・対象：11歳以上13歳未満の者  
※対象者には4月に通知していますが、予診票を紛失した方は健康推進係までお問合せください。

STOP AIDS」  
○五所川原保健所専用電話  
☎0173(33)1090  
※インターネット予約可

お忘れではないですか? こどもの予防接種

予防接種は、病気ごとに接種に適した時期があります。特に、接種期間が短いもの、限定されているものは、注意が必要です。冬休みを利用し、期間を過ぎしてしまう前に接種を受けましょう。いま一度母子手帳を確認して

# まちのイベントカレンダー

12 月			1 月		
16	土	10:30~15:30 エモフェス(駅ナカにぎわい空間)	1	月	8:30~ 元旦マラソン(体育センター前)
17	日		2	火	
18	月	総合文化センター「パルナス」休館日	3	水	
19	火		4	木	
20	水		5	金	
21	木		6	土	
22	金		7	日	
23	土		8	月	総合文化センター「パルナス」休館日
24	日		9	火	
25	月	総合文化センター「パルナス」休館日	10	水	17:15~19:00 マイナンバーカード夜間臨時窓口 (役場町民課)
26	火		11	木	
27	水		12	金	
28	木		13	土	
29	金	総合文化センター「パルナス」休館日 (~1月3日まで)	14	日	
30	土		15	月	総合文化センター「パルナス」休館日
31	日				

NAKADOMARI PUBLIC RELATIONS DEC 2023.

平山 桑村 海野 加藤 米塚 三瀨 宮越 田中 成田 高杉 荒関 宮越 鈴木  
 ふ兼 澄子 シミヨ 春雄 ハナヨ リシイ 節子 ツワ セツ 政美 芳一 ぬい子  
 93 93 97 92 91 90 97 81 97 84 81 88 71  
 (今泉下) (芦野) (尾別) (派立下) (福浦) (長泥) (向町上) (富野) (薄市上) (今泉上) (尾別) (向町下)

お悔やみ申し上げます

磯野 工藤 磯野 成田  
 うい (女・駿希) 派立上  
 晴琥 (男・龍樹) 上豊岡  
 悠真 (男・良輝) 福浦

お誕生をおめでとうございます

戸籍の窓口  
 (10月届出分)



柏崎 太田 小林 駒井 佐藤 古川 成田  
 雄春 俊勝 潔 イク子 テル  
 92 85 72 91 92 77 79  
 (下前上) (若葉町) (新町1) (浜町) (浜町) (向町上) (薄市下)

## 人のうごき

10月末現在(前月比)

人口 9,701人(-31)  
 中里地域7,185人/小泊地域2,516人  
 男 4,577人(-11)  
 女 5,124人(-20)  
 世帯数 4,881(-16)  
 出生 3 / 死亡 26  
 転入 16 / 転出 24



# 農業に新たな風を！ 新規就農4年目 ～古川耕次編～

ミニトマト生産者 古川耕次さん(五林)

「味の濃いミニトマトをたくさんの人に味わってほしい」と話す古川さん。就農当初から「キャロル10」という濃厚な甘みと酸味のバランスがよく食べやすい味わいをもった品種にこだわって栽培しています。



問 農政課企画振興係 内1812

たがやす(新)ファーム

### トマトをさらに甘くする保存方法

まず、完熟していないトマトはビニール袋に入れ常温保存して追熟させましょう。

かくなり、青臭

### ミニトマト冷凍保存してみませんか

- ミニトマトを冷凍するとメリットがいくつ!
- ①長期保存ができる
- ②凍ったままアイスとして楽しむ
- ③お好み料理やスープ
- ④トマトソースに使ったり

内田 耕次  
たがやす(新)ファーム

**マイナンバーカード取得率**  
(令和5年9月末)

**81.0%(8,104人)**

くらしが豊かになるマイナンバーカード  
早めの取得を!

**乗って応援!!**

令和5年度 目標乗車人数	300,000人
令和5年4月から 9月末までの乗車人数	104,636人
目標まであと……	195,364人

津  
軽  
鉄  
道

