



広報

Nakadomari PR Magazine

なかどまり

11月

NOV 2024 No.236

第20回健やか少年野球大会が開催



第20回健やか少年野球大会が10月5日(土)に中学生の部、12日(土)に小学生の部が開催されました。選手たちは、日頃の練習の成果を発揮し、熱い試合を繰り広げました。結果は次のとおりです。

○中学生の部

優 勝 五所川原サング

準優勝 津軽北部連合

3 位 五二・五四・稲垣・車力中

最優秀選手賞 蝦名 諒己(五所川原サング)

優秀選手賞 前田 翔(五所川原サング)

長谷川 伊織(津軽北部連合)

○小学生の部

優 勝 北津軽ゴールドファイターズ

準優勝 車力・森田連合

3 位 北津軽ゴールドファイターズキッズ

金木・東峰・栄BBC

最優秀選手賞 田中 京昇(北津軽ゴールドファイターズ)

優秀選手賞 宮下 羽空(北津軽ゴールドファイターズ)

優秀選手賞 田中 兆(車力・森田連合)

地域経済の発展を目指すNAKADOMARI

ビジネスプランコンテスト2024開催

少子高齢化・過疎化の進展における地域課題の解決に資するビジネスプランや新たなローカルビジネスの創出に向けた取り組みなどを支援することによって、次代を担う人材の起業・創業などの新たなチャレンジを促進し、地域経済の発展に寄与することを目的とした〈NAKADOMARIビジネスプランコンテスト2024〉が10月5日(土)にパルナスホールで開催されました。

最終審査に残った3組がそれぞれのプランを発表し、そのプランをもとに町長をはじめとした審査員が審査しました。今年是最優秀賞に唐田惟美紀さん、優秀賞に株式会社ジャパンライスフード青森、奨励賞に福地真也さんが選ばれました。



ジュニアオリンピックでの活躍を誓う

中里中陸上部の坂田多優さんが表敬訪問



中里中陸上部の坂田多優さんが10月8日(火)に町長のもとを訪れ、三重県で行われるJOCジュニアオリンピックカップ第55回U16陸上競技大会への出場を報告しました。

坂田さんは「自分の力を出し切って悔いが残らない大会にしたい」と意気込みを語りました。

町長は「悔いが無い結果になるよう全力でがんばってほしい」とエールをおくりました。

兼任集落支援員事業

深郷田地区「シャインマスカット 収穫体験」

深郷田地区のハウスでシャインマスカットの収穫体験が10月12日(土)に開催されました。

この事業は、深郷田町内会が、農業用として使用しなくなったハウスを活用し、地域の世代間交流事業及び農業継承事業として令和4年度から実施しているものです。

令和4年に苗木を植え、町内会役員が交代で水の管理や剪定作業などを実施してきました。昨年は3房ほどしか実が付きませんでした、今年は160を超える房が実ったため地区の子ども達を対象とした収穫体験を開催することとなりました。



収穫体験には地区の小中学生10人ほどが参加し、町内会の方から収穫の仕方を教わりながらハウス内を見て回り、大きくたくさん実がなっているマスカットを見つけると一緒に丁寧に収穫していました。参加した子ども達は、「初めての体験でとても楽しかった」と喜んでいました。

収穫されたシャインマスカットは、地域の見守りも兼ねて高齢者単身世帯へ配布したほか、同地区集会所において地区住民へ低価格で販売されました。

地区では、今後も交流イベントとして継続していくほか、将来的には事業化を目指していく予定です。

交通ルールを守りましょう

秋の交通安全運動が行われる

交通安全思想の普及・浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣づけるとともに、交通事故防止の徹底を図ることを目的とした秋の交通安全運動が行われ、9月24日(火)から各小学校・中学校付近の交差点で関係者が通学する児童や生徒を見送りました。

秋から冬になっていき、日没時間が早まっています。ドライバーの皆さんは、ライトの早めの点灯にご協力ください。自転車利用者や歩行者の皆さんは、夜間外出をする際はライトの点灯や明るい服装、反射材の使用をお願いします。



ついに植樹！

あすなろ自遊モリ森体験



今年度3回目となる津軽森林管理署金木支署と中里中学校で実施する「あすなろ自遊モリ森・空中取り木苗植樹体験」が9月26日(木)に実施され、中里中1年生の生徒が参加しました。6月に自分たちで作製した、『空中取り木苗』というヒバの特性を生かした苗を植樹しました。

※空中取り木苗とは、ヒバの枝が雪などの重みにより地面についた時、枝の一部から根が出て、その枝が新しい個体の幹として育つ性質を利用した苗。

地域と一体となって

明治安田生命保険相互会社から寄附金贈呈

健康増進に関する連携協定を締結している明治安田生命保険相互会社青森支社より、寄附金及び電話音声を取りやすい音質に変換する「サウンドアーチ」1台を寄贈いただき、10月1日(火)に贈呈式が行われました。サウンドアーチは福祉課に設置し、聞こえに悩む方とのスムーズなコミュニケーションに役立てます。



長年の自衛官募集事務への協力

当町に自衛隊東北方面総監感謝状



自衛隊東北方面総監感謝状贈呈式が10月7日(月)に町長室で行われ、当町が長年にわたり自衛官募集事務に協力したことから、感謝状が町長に贈呈されました。

この感謝状は、広報紙への自衛官募集の記事の掲載や過去3年間自衛隊への入隊者が継続して入隊していることから贈呈されました。

鳥インフルエンザ発生を 防止しましょう

問 農政課農林基盤整備係 内 1816

鳥インフルエンザウイルスは、渡り鳥によって海外から持ち込まれると考えられています。野鳥の渡りが始まる秋から北へ帰る春にかけては、本病発生の警戒が必要となる時期です。次のことに注意してください。

「家きん※を飼っている場合」

- ①渡り鳥や野鳥、ねずみなどの野生動物との接触をさけるため、野外での放し飼いをしないようにしましょう。また、飼育小屋は防鳥ネット(2cm角以下)で囲いましょう。定期的に防鳥ネットの点検を行い、破損箇所はただちに修繕しましょう。
 - ②飼育小屋を定期的に消毒し、清潔な状態で飼育しましょう。
 - ③世話をするときには専用の履物、衣服を身に付け、終了後は履物、衣類、手指の消毒をしましょう。車両は農場の出入り口で入念に消毒しましょう。
 - ④家きんに異状がみられた場合は、すぐにつがる広域家畜保健衛生所に連絡してください。
- ※家きん：鶏、あひる、うずら、きじ、だちょう、ほろほろ鳥、七面鳥

「死亡した野鳥を見つけた場合」

- ①野鳥は鳥インフルエンザウイルス以外にもさまざまな細菌や寄生虫を持っていることがあるので、手袋などで処理し、素手では触らないようにしましょう。
- ②多数の野鳥がまとまって死亡している場合は、中泊町役場農政課、または西北地域県民局地域農林水産部林業振興課にご相談ください。
- ③②以外の場合で死亡した野鳥を処理する際は、ビニール袋に入れ一般ごみとして処分してください。

【連絡先】

- 中泊町役場農政課 電話 Tel57-2111
- 西北地域県民局地域農林水産部つがる広域家畜保健衛生所 電話 Tel42-2276
- 西北地域県民局地域農林水産部林業振興課 電話 Tel72-6613

特設合同相談所開設 のお知らせ

問 中泊町社会福祉協議会 中里本所 内 57-4841
問 中泊町社会福祉協議会 小泊支所 内 64-2905

日常生活における不安、暴力、トラブル、相続のことなどでお困りの人は、お気軽にお問い合わせください。

相談料は無料、相談内容は秘密保持いたします。

◆日 時 12月6日(金) 午前9時～正午まで
※時間を指定して相談の予約ができますのでご連絡ください。

◆場 所 中里会場…中泊町総合文化センター「パルナス」
小泊会場…日本海漁火センター

◆相談員 青森行政監視行政相談センター、心配ごと相談員、人権擁護委員、行政相談委員



広告

国家資格塗装職人のお店
三栄塗装工業有限公司
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

広告

現金買取 鉄・非鉄・農機具

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



つがる市柏鷲坂清見 71-16

TEL:0173-26-7576

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

冬期間のごみ収集(中里地域)

問 環境整備課衛生係 内 1913

令和6年12月2日(月)から令和7年3月31日(月)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。

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。

なお、降雪の状況により終了期間を変更する場合があります。その際は、改めて皆さんにお知らせします。

ルールを守ってごみを出しましょう

問 環境整備課衛生係 内 1913

最近、ルールを守らないでごみを出して(捨てて)いる方がいます。

- 燃えるごみなどの袋に指名などの記載がない
 - 収集日以外または時間外に出している
 - 分別しないで出している
 - 道路にポイ捨て
 - ストックヤードにびん・缶・ペットボトルを置いている
 - ストックヤードに出すリサイクル品の中に食べかすが残ったまま出している
 - ストックヤードに農業資材・漁業資材を置いている
 - ストックヤードに建築廃材を置いている
 - 衣類回収ボックスに下着や布団などを入れている
- 非常に困っています。**

ごみを出すときは、もう一度「ごみ分けガイド」を確認してごみを出すようにしましょう。



■マイナンバーカードを取得していない人は

マイナンバーカードを取得していない人、取得していても保険証利用の登録をしていない人には、ご本人の被保険者資格の情報などを記載した「資格確認書」を無償で交付します。資格確認書を医療機関の窓口で提示することで医療を受けられます。

■マイナンバーカードの交付申請は

「マイナンバー総合サイト」の「マイナンバーカード交付申請」をご覧ください。マイナンバーカードは、申請から交付までに1か月以上かかりますので、申請はお早めに！
(交付申請はこちらから)



なんでも行政相談

日 時…11月22日(金) 午前9時～正午

場 所…役場相談室 2

行政相談委員…太田 忠義、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。

心配ごと相談 主催 町社会福祉協議会

日 時…11月20日(水) 午前9時～正午

場 所…役場相談室 2

相談委員…山本 弘、鳴海 晃

※相談に来られる人は庁舎西側出入口をご利用ください。

《連絡先》

中泊町社会福祉協議会中里本所 電話 57-4841
小泊支所 電話 64-2905
受付時間 平日 9:00～16:00

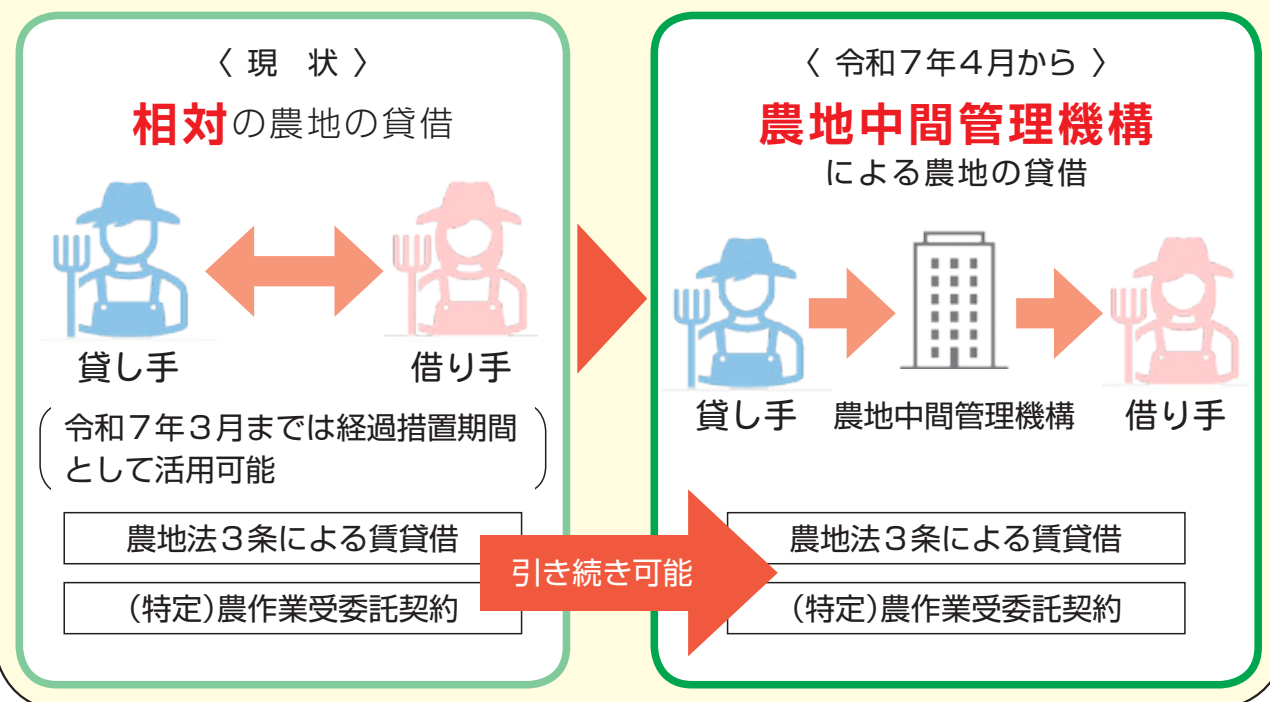
農業者の皆様へ

令和7年4月から 原則として農地中間管理機構を経由した 農地の貸し借りになります

農地貸借に関する法律改正により、令和7年4月から、原則として農地中間管理機構を経由した農地の貸し借りに一本化されます。

現在、農業委員会で受け付けている相対の農地貸借の手続きは、令和7年2月をもって、新規契約・更新ができなくなります。ただし、令和7年度以降も相対による利用権の貸借期間が残っている場合は、契約期間満了までこの契約は有効です。

※農地法3条に基づく農業委員会の許可による賃貸借や、(特定)農作業受委託契約は引き続き可能です。



＼メリットがあります！／



- ◆貸し手
…賃料は機構から確実に振り込まれる
貸した農地は、貸付期間終了後、返却されるので安心
- ◆借り手
…複数所有者から農地を借りる場合であっても、賃料支払いを一本にまとめてくれる

問 農政課農業支援係 内 1813
問 中泊町農業委員会 内 1713

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

問 青森県後期高齢者医療広域連合 ☎ 017-721-3821
問 マイナンバー総合フリーダイヤル ☎ 0120-95-0178

1 現行の被保険者証の新規発行終了

現行の被保険者証はマイナンバーカードでの保険証利用を基本とする仕組みに移行し、令和6年12月2日から現行の被保険者証は新規発行されなくなります。※令和6年12月1日までに発行された被保険者証は最長で令和7年7月31日まで有効です。

令和6年12月2日以降、連携されたマイナ保険証や有効な被保険者証をお持ちでない方には、申請いただくことなく資格確認書が交付されますので、引き続き医療を受けることができます。

詳細は、青森県後期高齢者医療広域連合(017-721-3821)までお問合せください。

また、マイナ保険証利用に関する問合せは、マイナンバー総合フリーダイヤル(0120-95-0178:受付時間・平日9:30~20:00 土日祝9:30~17:30)までお問合せください。

2 新たに後期高齢者医療制度に加入された方の保険料の納め方

保険料は年金からの天引き(特別徴収)が原則ですが、新たに後期高齢者医療制度に加入された方は年金からの天引きが開始されるまで時間がかかるため、加入当初は納付書で納めていただくことになります。

口座振替を希望される場合は手続きが必要です。これまで国民健康保険税(料)を口座振替で納めていた方も、改めて手続きが必要です。

3 保険料は納期限内に納めましょう

保険料の納付にお困りの方は市町村窓口へご相談ください。災害により住宅などに著しく損害を受けたり、世帯主の収入が著しく減少したりした場合など、保険料の減免が認められることがあります。保険料を滞納すると、通常より有効期限が短い被保険者証が交付されることがあります。

農地を相続したときは (お知らせ)

問 農政課農地係 内 1712・1713・1714

相続による農地の権利取得をしたときは届出をお願いします。

手続きは簡単です。農業委員会までご連絡ください。※その他、農地のことでお困りの際も、農業委員会へご相談ください。

固定資産税及び国民健康保険税の納期限について

問 税務会計課庶務徴収係 内 1215

12月2日(月)は、固定資産税第4期及び国民健康保険税第5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、**11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。

また、納付書に記載しているeL-QRから地方税お支払いサイトで納付ができます。詳しくは、次のQRコードでご確認ください。



収入保険 青色申告1年目から加入可能に

問 青森県農業共済組合津軽支所 ☎ 33-1513

これまで、収入保険に加入するためには、2年以上の青色申告の実績が必要でしたが、制度改正により1年分の青色申告実績で加入できるようになりました。

青色申告の実績期間が短縮されたことで、令和7年から青色申告をされる方であれば、令和8年1月から収入保険に加入することができます。

くわしくは問合せ先までお問合せください。

令和7年3月17日まで

… 青色申告承認申請書を税務署に提出

令和7年10月~11月 … 加入申請

令和7年12月 … 保険料などの納付

令和8年 1月~12月 … 保険期間

令和9年 申告後~6月

… 保険金・特約補てん金の請求及び支払い

【飲食店・農家の方必見！】デジタル活用セミナーを開催します！

問 西北地域県民局地域連携部 ☎ 34-2175

西北地域県民局では、飲食店や農家の方などを対象に、SNSなどの情報発信の手法を学ぶことができるセミナーを次のとおり開催します。

回次	開催日程	テーマ	会場
第1回	12月4日(水) 14:00～15:30	ウェブを活用した魅力的なプロモーションの秘訣	つがる市生涯学習交流センター「松の館」会議室B
第2回	12月16日(月) 14:00～15:30	青森でバズってる観光・グルメ系Instagramの中の人に聞く！SNS運用のポイント	五所川原市民学習情報センター 2階 視聴覚室

SNSを活用して商品やお店のファンづくりをしたい、魅力的に商品を紹介する方法を知りたいという方はぜひご参加ください。

▶詳細は次のQRコードから
青森県庁HPを確認ください。



あおもり性暴力被害者支援センター

問 青森県県民活躍推進課 ☎ 017-734-9228

レイプや不同意わいせつなど、性犯罪・性暴力の被害にあわれた方やそのご家族などからの相談を受け、要望に応じた必要な支援をコーディネートします。

◆「りんごの花ホットライン」
☎017-777-8349(やさしく)
または ☎#8891
※専門の研修を受けた相談員が対応します。
秘密は厳守します。

◆相談受付時間
月～金曜日 午前9時～午後5時
(右記時間以外、土・日・祝日・年末年始は、国のコールセンターにつながります)

◆県が本センターの運営を委託している公益社団法人あおもり被害者支援センターでは、ボランティアの支援活動員を募集しています。活動に関心のある方は、次の電話番号まで直接お問合せください。

問 (公社)あおもり被害者支援センター
☎ 017-718-2085

11月27日水曜日

小泊に認知症カフェオープン

『なごみカフェ』

場所 小泊憩いの家 時間 10時～12時

毎月第3水曜日開催 参加費 ￥100

小泊町会連

誰でも参加でき、会話を楽しむカフェです。物忘れに備えたい方や物忘れが気になる方など、どなたでも参加できます。

『ゆらかフェ』

場所 湯らぱーく大広間

時間 13時30分～15時

毎月第3金曜日開催 参加費 ￥100

中泊町地域包括支援センター

60歳からの
新しい人生

“ちょこっと仕事”で
もっと健康！もっと笑顔!!

シニア世代の
皆様へ

お仕事の一例や
会員さんの声は
こちら



公益社団法人中泊町シルバー人材センター 中泊町大字中里字亀山170-1 ☎0173-57-2161
総合福祉健康センター内



◆小泊小3年生来館！
地元になんだ小説「津軽」の企画展を見学した後は、常設展示室で調べ学習、縄文土器パズルや自転車タイムマシーン、腰切田体験など、歴史を体感できる展示を堪能しました。

日時：12月22日(日)まで 午前9時～午後4時45分／休館日：毎週月曜・第4木曜・祝日／入館料：一般200円、高校・学生100円、小・中学生50円※【町民限定】小・中学生及び65歳以上の高齢者は無料！



◆秋企画展「漢詩で読み解く―宮越家の文化遺産とは―」！

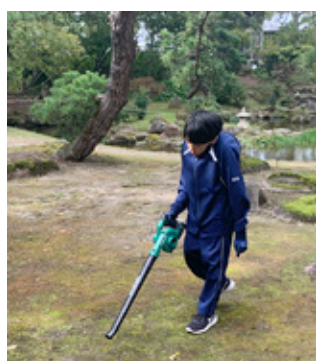


博物館ニユース Museum News VOL.157



博物館では、掛軸・焼物・刀剣の扱い方や展示方法、企画展の撤収や準備作業、資料整理などを体験、重い太宰治の石膏原

◆中里中3年生職場体験！
大川生真さん・加藤彩姫さん・佐々木蘭さん・坂田多優さん4名が、図書館・博物館で職場体験を行いました。



博物館では、分刻みのスケジュールで、開館業務から宮越家庭園の清掃作業、イベント看板作成、新聞切り抜き作業、資料登録など、博物館スタッフの日常の仕事体験しました。

◆県立第一養護学校3年インターンシップ！
岩川蓮愛君が、2日間にわたって、図書館・博物館でのインターンシップ(就業体験)に挑戦しました。

型も、力を合わせて運搬しました。2日にわたる体験は、新聞紙面にまとめ、質問コーナーや編集後記なども添えて発表されました。

【モバイルバッテリーと携帯ラジオ】
情報収集や通信手段の確保は命を守る上で不可欠です。

【カセットコンロとガスボンベ】
温かい食事や飲み物は、災害時の心身の健康維持に重要です。

【非常食】
レトルトご飯、缶詰、乾パン、チョコレートなど、一人3日以上を用意。調理不要で長期保存可能な食品を選びましょう。

【飲料水(一人3ℓ×3日分)】
災害発生後、ライフラインの復旧や救援体制の整備に約3日かかるため、最低3日分を確保しましょう。

【自宅用】
近年増加する自然災害に備え、適切な防災グッズを準備しましょう。防災グッズは、自宅用と避難用に分けて用意することが重要です。まず自宅で数日過ごすための備蓄品の例をいくつか紹介します。

119 消防&救急
災害に備え防災グッズを準備しよう!!

【その他】
下着、タオル、防寒用アルミブランケット、ヘッドライト、スリッパなどを用意しましょう。避難所では、プライバシー確保のための間仕切りや、床に敷く段ボールなども有効です。事前に最寄りの避難所の場所と経路を確認しておきましょう。

【救急・衛生用品】
絆創膏、包帯、消毒液、ウェットティッシュ、マスクなどを用意しましょう。

【飲料水と非常食】
避難所到着までの分として、水500ml2本と軽量な食品を準備しましょう。

次に、避難所での生活に備えた持ち出し品を紹介します。

【避難用】
次に、避難所での生活に備えた持ち出し品を紹介します。

図書館情報

問 総合文化センター「パルナス」 ☎69-1111

イベント情報

〈みんなで楽しむクリスマス会〉

・日時：12月21日(土)
・時間 午前10時から午前11時30分まで
・場所 町総合文化センター「パルナス」大広間
・申込み 不要
・対象 興味・関心のある方はどなたでも大歓迎です。
・参加費 無料
※くわしくは町図書館までお問合せください。

話題

〈インターンシップに来てくれました！〉

9月25日(水)に中里中学校3年生の生徒4名が図書館のインターンシップに参加してくれました。ブックカバー作業や除籍本のシール貼りなどを体験してもらいました。
ブックカバー作業は、初めて体験したとは思われないほど上手にできていました。



10月9日(水)に岩川蓮愛君(高校3年生)が6月に続き2回目のインターンシップに来てくれました。カウンター業務や除籍本のシール貼りをしてもらいました。
また、館内から1冊推し本『また明日、君の隣にいたかった(著：鞠坂小鞠)』を選んで頂きポップ作りをしてもらいました。館内に展示しておりますのでぜひご覧ください。



今月のMiniコレクション

〇一般・テーマ

《物語の中の高校生》

高校生が出てくる小説を展示しています。癒やされたり、ホッとしたり、誰かを思い出したり…ほろ苦くも爽やかな気持ちになれる青春小説はいかがですか？

〇児童・テーマ

《絵本で楽しむキラキラ☆クリスマス》

きらめくような喜びにあふれるクリスマスの絵本を展示しています。

新刊情報 [一般]

『青姫』 朝井まかて/著 徳間書店
『浅草寺子屋よろず暦』 砂原浩太郎/著 角川春樹事務所
『海賊忍者』 諏訪宗篤/著 KADOKAWA
『僕たちの保存』 長嶋有/著 文藝春秋
『世界のすべて』 畑野智美/著 光文社

新刊情報 [児童]

『パンどろぼうとりんごかめん』 柴田ケイコ/作 KADOKAWA
『ケーキ』 小西英子/作 福音館書店
『おちば』 はたこうしろう/絵 ほろぶ出版
『しばらくあかちゃんになりますので』 ヨシタケシンスケ/作 PHP研究所
『クジラがしんだら』 かわさきしゅんいち/絵 童心社

許しません！不正軽油

問 環境整備課衛生係 内 1913

灯油や重油などを混ぜた不正軽油の製造、販売及び使用などは脱税行為であり、罰職として、10年以下の懲役や3億円以下の罰金に処せられます。

また、不正軽油は、公正な市場競争が阻害し、環境破壊の要因にもなりえる悪質な行為です。

次のような不正軽油に関する情報がありましたら、問合せ先までご連絡ください。

〇夜間や早朝に不審なタンクローリーが頻繁に出入りしている。

〇不審な業者が軽油を売り込みにきた。

〇自動車の燃料に灯油や重油を使用している。

まちのイベントカレンダー

11 月

16	土	
17	日	駅フェス&マルシェ
18	月	
19	火	
20	水	
21	木	
22	金	
23	土	2024イルミネーション&ウィンター花火(役場前特設会場)
24	日	2024イルミネーション&ウィンター花火(すすくこども館)
25	月	
26	火	善行功労者表彰式
27	水	
28	木	第12回中泊町少年の主張大会
29	金	
30	土	

12 月

1	日	
2	月	
3	火	
4	水	
5	木	
6	金	
7	土	
8	日	
9	月	
10	火	
11	水	
12	木	
13	金	
14	土	エモフェス
15	日	

健康ひろば

なかどまり健康づくり MYフェスタ開催

9月7日(土)、町総合文化センターパルナスにて、テーマ「健康な未来へ一歩前進」なかどまり健康づくりMYフェスタを開催しました。

午前の部は、血管年齢測定、ベジチェック、栄養相談、脳の健康チェックなど健康測定コーナーや食生活改善推進員による健康食試食コーナー、地域包括支援センターによる認知症カフェを開催し多数の方が来場しました。

午後の部は、保健協力員による健康宣言文の読み上げを皮切りに、Y's PARK若松佑弥氏による運動プログラム体験、五所川原市駅前クリニック院長村上宏先生を講師に「糖尿病を知ろう」今からできる予防と対策、健生五所川原診療所所長津川信彦先生を講師に「認知症とともに暮らす」早めの受診のメリットと治療について」と題しお話しいただきました。減塩商品をメインとした、お楽しみ抽選会も行われ大変好評でした。



おやこの食育教室開催

8月18日(日)中泊町役場、10月6日(日)日本海漁火センターにおいて、中泊町食生活改善推進員会によるおやこの食育教室が開催されました。当日は、オリジナルスープ・豚肉とやさいの彩りプレートを作り、減塩・野菜摂取・食育の5つの力について、学びました。また、小泊診療所所長四ッ谷千尋先生から、「元氣いっぱいになるお話」と題し講演をいただき、楽しい時間をすごしました。参加した子どもからは、「お料理をしたり、おしゃさんの話をたくさんきけたりできてよかったです。楽しかったです」と感想をいただきました。



12月1日は、世界エイズデー、保健所でエイズの相談、検査ができます

世界エイズデーの今年のテーマは「U=U知ることから、もう一度。12月1日は世界エイズデー」です。私たち一人一人がHIV・エイズの事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ウイルス検査の受検促進や差別・偏見の解消につなげていきましょう。

エイズは、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)という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

戸籍の窓口

(9月届出分)

お誕生おめでとうございます

今 鳳雅(男・唯人)田茂木

結婚おめでとうございます

佐藤 圭太(宮城県)
山崎 佳奈(小泊派立)

お悔やみ申し上げます

青山 兼親 64(今泉下)
三上 幾代 87(上豊岡)
荒関 フミ 95(派立下)
青山 藤雄 89(今泉下)
横山 セツエ 96(向町上)
関根 弘子 77(宮野沢)
工藤 冷子 92(向町下)
高松 トメヨ 92(田茂木)
天内 幸雄 83(下豊岡)
古川 ヤエ 99(五林)

人のうごき

9月末現在(前月比)

人口	9,462人(-11)
中里地域	7,027人/小泊地域2,435人
男	4,459人(±0)
女	5,003人(-11)
世帯数	4,827(-6)
出生	1 / 死亡 20
転入	15 / 転出 7

木村 ユキエ 89(向町上)
安田 きや 97(今泉下)
宮越 彌吉郎 91(八幡)
外崎 千萬 95(宮野沢)
廣岡 ヨシメ 94(上町)
櫻庭 明 89(小泊派立)
田中 保 85(下前上)



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STOP AIDS)」で検索してください。
エイズ相談専用電話の電話番号(左記の保健所では、専用電話のほかインターネットによる予約受付をしています。)

保健所名	専用電話
東地方保健所	017-739-5425
弘前保健所	0172-38-2339
三戸保健所	0178-27-5700
五所川原保健所	0173-33-1090
上十三保健所	0176-23-8450
むつ保健所	0175-31-1808



中泊の魅力を楽しみに

第14回大沢内ため池ウォーキング

第14回大沢内ため池ウォーキングが10月6日(日)に開催されました。

今年は総合福祉健康センター「湯らぱーく」からのスタートになり、歩行距離がAコースが11Km、Bコースが7Kmに変更となりました。

ゴール後は豪華特産品などが当たる抽選会や特産物直売所ピュアでの買い物を楽しんだり、総合福祉健康センター「湯らぱーく」で温泉に浸かったりして、参加者は町の魅力が詰まったウォーキングイベントに大満足の様子でした。



老若男女問わずにみんなでスポーツ

第1回なかどまりスポーツフェスティバル開催



これまで教育委員会が主催してきた「町民大運動会」、「町民グラウンド・ゴルフ大会」、「なかどまりスポーツフェスティバル(軽スポーツ)」の参加者が減少してきていることから、「町民大運動会」を中心に以上の3イベントを統合し、もう一度町民が一堂に会するスポーツイベント「第1回なかどまりスポーツフェスティバル」が10月14日(月・祝)に開催されました。

指定されたタイムでぴったりゴールするぴったし30m走や音楽が鳴ったらダンスを踊り、音楽が止まったら玉入れをするダンシング玉入れ、フリー競技としてモルックやグラウンドゴルフなどが開催されました。

また、国スポブースなども設置され、令和8年度に青森県で開催される国スポ・障スポのPRも行われました。

