

～静和園から～

慰問

- ・「中里地区婦人会」会長 古川和枝
会員23名来園。入所者へお菓子、ミカンをプレゼント後、舞踊等を1時間にわたり披露してくれました。



- ・「葛西嘉四次さん、荒関一男さん」(中泊町)
詩吟と手品を1時間にわたり披露してくれました。



寄贈

- ・工藤清治(中泊町) なす 6 kg
 - ・アップル会(中泊町) お菓子
 - ・坂田キヨエ(中泊町) ミカン
 - ・中里地区婦人会 雑巾
 - ・富士産業(株) 入浴剤
- 【担当 静和園 ☎57-3101】

なかどまり

役場情報

このコーナーは、町からの情報が盛り沢山です。さらに詳しく知りたい方は、担当へお気軽におたずねください。

中泊町役場 ☎57-2111 小泊支所 ☎64-2111

～農政課から～

飼料として利用される稲に対する農薬使用について

畜産物の安全確保を図るため、牛に供給する飼料の取扱いについて、**改正**されましたので、**農薬使用**には十分注意してください。

区 分	使用が制限された農薬名(使用できない)
稲ワラを飼料として利用予定の稲 (食用稲の脱穀後の稲ワラを、牛粗飼料として利用予定のものを含む)	名前に「トレボン」と付く農薬 名前に「ビーム」と付く農薬
稲発酵粗飼料用稲	名前に「トレボン」と付く農薬 名前に「ビーム」と付く農薬 名前に「ラブザイド」と付く農薬
飼料米用稲	名前に「トレボン」と付く農薬 名前に「ビーム」と付く農薬

1. 飼料用稲を牛用飼料として供給する水稻生産者は、上記の農薬使用に十分注意するとともに、生産履歴の記帳を正確に行なう(特に、食用稲の稲ワラを飼料として供給する場合は要注意)。

※主食用米などに使用する場合は、問題ありません。
【担当 開発指導係 内線27】

～町立図書館から～

今月のMiniコレクション

「チョコレート」「直木賞・芥川賞受賞者の作品」をテーマにした本の展示をします。

新刊情報

- | | | |
|-----------|------|-------|
| 『断絶』 | 堂場瞬一 | 中央公論社 |
| 『エッジ』 | 鈴木光司 | 角川書店 |
| 『恋と恋のあいだ』 | 野中 柊 | 集英社 |
| 『判決の誤差』 | 戸梶圭太 | 双葉社 |
| 『仮想儀礼 上下』 | 篠田節子 | 新潮社 |

【担当 中泊町図書館 ☎69-1111】

よしだ耳鼻科・小児科

耳鼻科・小児科・内科・アレルギー科

いびき・睡眠時無呼吸でお悩みの方、ご相談下さい

院長:秋田 三和興 副院長:秋田 直子

予約専用受付電話

0172-33-2306

〒036-8155 弘前市中野2-1-15 <http://www.yoshida-js.com/> (PC・携帯)
平日/AM9:00~12:00・PM3:00~7:00 土曜/AM9:00~1:00 休診/日・祝日

～町民課から～

武田・内潟郵便局から交付できる証明書の範囲の変更について

武田・内潟郵便局から住民票等の証明書交付を行っておりますが、2月2日から交付申請できる範囲を次のとおり変更することになりました。

ただし、第三者又は使者からの交付申請は、郵便局では取扱いしておりませんので、役場本庁又は支所で申請してください。

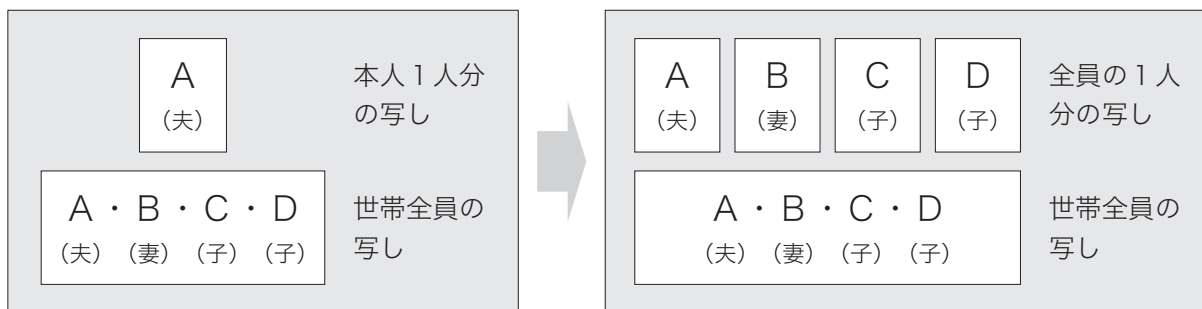
○ 住民票

本人分のみに限られていましたが、同一世帯の者の分も交付申請できるようになりました。

ただし、一家に親夫婦、子夫婦が同居し生計を共にしていても世帯分離をしている場合は、交付申請できません。

〈変更前〉 Aが申請できる住民票

〈変更後〉 Aが申請できる住民票



○ 戸籍及び附票

本人の戸籍謄本及び戸籍抄本に限られていましたが、同籍内の者の戸籍抄本も交付申請できるようになりました。

○ 印鑑登録証明書

変更無し……本人の交付申請に限る。

【担当 戸籍住民係 内線34・35】

“失業者の把握” について

町では、景気低迷に伴う企業の雇用調整等により、解雇や継続雇用の中止による離職された非正規労働者、中高年齢者等の状況を把握しています。

中泊町に住所のある方で上記のような状況にある方は、中泊町役場及び小泊支所までお知らせください。

1. 連絡方法……電話又は窓口に来庁

中泊町役場 町民課 電話57-2111(内線34番)

小泊支所 管理課 電話64-2111(内線11番)

2. 聞き取り内容……氏名・住所・年齢・離職したときの職場及び期間等

※この調査は、中泊町の実態を把握するものであって、仕事の斡旋等のものではありません。

【担当 労政係 内線34】

心配ごと

お気軽にご相談ください 〈問い合わせ〉中泊町社会福祉協議会

☎57-4841(中里本所)

☎64-2905(小泊支所)

中里地域	2月18日 成田 寛、三橋里美
	25日 近村 敦、菊池俊一
	3月4日 中村盛江、荒関一男
	11日 宮越 恵美子、馬場 百合子

小泊地域	2月25日 磯野清三
	長内エツ子

相談場所 中泊町役場相談室
相談時間 午前9時～午後2時

相談場所 すくすくしたまえ館
相談時間 午前9時～午後2時

～中泊町選挙管理委員会から～

中泊町農業委員選挙

立候補届出日は、2月24日(火)
投票日は、3月1日(日)です

立候補届出日時……2月24日(火) 午前8時30分～午後5時

〃 場所……中泊町役場 選挙管理委員会 (※入口は、青年研修所)

※立候補届出書類は、農業委員会にあります。

選挙権……平成20年3月31日確定の「農業委員選挙人名簿」に登録されている者
(有権者)

被選挙権……平成20年3月31日確定の「農業委員選挙人名簿」に登録されている者
(立候補者)

及び次の①～③に該当する者

①中泊町に住所を有する者

②農地10アール以上の耕作業務を営む者及び、同居する親族・配偶者でおおむね
60日以上耕作の業務に従事していると農業委員会が認めた者
(農業生産法人の社員も同様とする。)

③平成元年3月2日以前に生まれた者

選挙による委員定数……10人

投票所入場券……選挙権の有る世帯主宛に世帯全員の投票所入場券が郵送されます。

自分の入場券を切り取って投票所へお持ちください。

※無投票となった場合は発行しません。

期日前投票……投票日に仕事があるなど、定められた理由により、投票所へ行けない人は、次のとおり投票日の前に投票できます。

投票期間…2月25日～2月28日 (※土曜日も、投票できます)

投票時間…午前8時30分～午後8時 (※入場券をお持ちください)

投票場所…①中泊町役場 選挙管理委員会 (※入口は、青年研修所)

②日本海漁火センター 第1研修室

※注意…自分の住民票の登録地域でないと投票できません。

不在者投票……出稼ぎ先等での投票の申込みについて

受付期間…2月16日～2月24日

受付場所…本庁(選管)か支所(管理課)へ申し込んでください。

※宣誓書に氏名・生年月日・送付先等を記入してもらいます。

※本人でなくても家族や代理人が申請できます。(印鑑必要)

お知らせ……選挙人名簿は平成20年3月31日確定の名簿により選挙が行われます。

選挙資格については、農業委員会か選挙管理委員会に問い合せください。

《問合せ先》 中泊町農業委員会 電話 57-2111(内線55、56、58番)
中泊町選挙管理委員会 電話 57-2111(内線61番)



むし歯のない子の紹介

3歳児健診にて

(11月6日実施)

①むし歯をつくらないように日頃気をつけていることは？
②わが子の自慢できることは？



荒関 天空ちゃん(向町上)

- ①毎日、歯みがきをする。
- ②兄弟思いで、モデル並に男前！



小鹿 竣平ちゃん(向町下)

- ①パパも仕上げみがきをしてくれる(ママが主だけど)。
- ②あいさつができる。



古川 陽翔ちゃん(五林)

- ①食べたらみがく。
- ②妹思いの優しい子です。



葛西 美羽ちゃん(尾別)

- ①毎日、仕上げをしている。
- ②健康で元気なところ。

インフルエンザにご用心

ウイルスが蔓延する時期。風邪よりも感染力が強いインフルエンザウイルスは、低温で乾燥した時期に流行します。重症化すると、肺炎・脳炎などの深刻な合併症を招くこともあります。

感染者との会話やせき、くしゃみなどで感染するので、次の3つのポイントを守り予防しましょう。

- ①手洗いがいで、感染経路を遮断する。
- ②栄養と睡眠で、抵抗力をつける。
- ③マスクでウイルスを近づけない。

せきエチケット

せきやくしゃみは見えない唾液を飛ばしてる！

マスクをしていないときに、咳やくしゃみをする時は、ティッシュなどで口と鼻をおおい、顔を他の人には向けずに、できれば1メートル以上離れましょう。

鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにふた付きのゴミ箱に捨ててください。

手洗いのポイント！

せっけんを使って最低でも15秒以上、念入りに洗いましょう。洗った後は清潔なタオルや使い捨てのペーパータオルで水分を十分拭き取ってください。使用済みのタオルから感染する恐れもあります。

手の甲・指先・爪の間・指の間・手首なども忘れずに洗いましょう。



健康生活は、毎日の「食事」と「運動」にあり

健康は人生の財産です。楽しみながら健康を維持するための基本は、毎日の食事と運動にあります。ヘルシーな食事をとり、こつこつ運動をしていきましょう。

健康を維持し、内臓脂肪を減らすためには、まず生活習慣を見直してみましょう。

内臓脂肪が1kg減ると、なんとウエストが1cm縮まります。メタボ注意報が出てきている人は「脱メタボ！」を、今以上の美貌を求める人は、「ウエストキュッ！」を目標に毎日運動してみましょう。

まずはやってみましょう！

胸と肩前部のストレッチ

- ・両手を体の後ろで組んで胸をそらす。
- ・腕を少し持ち上げるようにする。



肩のストレッチ

- ・片側の腕をもう一方の腕で抱える。
- ・肩周辺の筋肉を伸ばすように引き伸ばす。

