

町からのお知らせ

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

問 役場町民課老保年金係 内 134 問 青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821

○「後期高齢者医療被保険者証の一斉更新」

平成27年8月1日は被保険者証の更新日です。新しい被保険者証は、7月下旬に「当町からの郵送」(または「当町窓口でのお引渡し」)となり、有効期限は平成29年7月31日までとなります。(ただし、保険料の滞納等の理由により納付相談の必要な人や、所得の更正及び世帯構成の変更により負担割合が変更になる人については、有効期限及び更新時期が異なる場合があります。)

現在お使いの被保険者証は、平成27年8月1日以降に当町の後期高齢者医療担当窓口に戻還していただくか、裁断のうえ確実に破棄してください。(郵送による返還もできます。)

■ 交付されましたら、記載内容をご確認の上、誤りがありましたら当町窓口にお申し出ください。

■ 平成26年中の所得状況などにより、8月1日から医療機関窓口での自己負担割合が変わる場合があります。

○「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」

「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」は、平成27年7月31日が有効期限ですが、平成26年中の所得状況などにより、平成27年度も引き続き認定される人には、新しい認定証(有効期限は平成28年7月31日まで)が郵送されますので、更新手続きの必要はありません。平成27年度住民税非課税世帯の人で、新たに認定証の交付を希望する人は、後期高齢者医療被保険者証と印鑑を持参の上、手続きしてください。

○ 平成27年度の保険料

保険料額決定通知書を発送いたしますので、ご確認ください。

■ 保険料の決まり方(年額)

[被保険者全員が納める額] 均等割額	+	[所得に応じて納める額] 所得割額	=	県の保険料 (限度額57万円)
40,514円		基礎控除後の所得×所得割率(7.41%)		

※ 基礎控除後の所得とは、総所得金額などから33万円を差し引いた額となります。

○ 保険料の軽減措置

所得が一定額以下の場合は、保険料が軽減されます。詳しくは保険料額決定通知書をご覧ください。

○ 保険料の減免など

天災その他特別な事情で、医療機関等の窓口負担や、保険料を納めることが著しく困難になった場合は、申請により減免などを受けられることがありますので、お早めにご相談ください。

アンケート調査のご協力をお願いします

問 役場総務課企画係 内 162

人口減少克服のため、国と地方が一体となって地方創生に取り組むため、昨年11月「まち・ひと・しごと創生法」が施行されました。町では、この法に基づき、国及び県が策定する総合戦略を踏まえつつ、町の人口の将来展望である「長期人口ビジョン」を示し、今後5か年の「総合戦略」の策定を進めます。

今回のアンケート調査は、総合戦略の策定にあたり、住民一人ひとりがまちづくりに携わることを踏まえ、新たなまちづくり、施策への意見や要望を幅広く把握し、今後の取り組みを検討する基礎資料とするために実施します。

■ 調査項目…回答者属性/町の暮らしや特徴、定住意向、町の各施策分野に対する満足度や要望、定性的な指標に係る現状値の把握/結婚・出産・子育てに係る意向/住民と行政との協働について/これらからのまちづくりについてなど

■ 調査対象者…町内在住の16歳または18歳以上より無作為抽出(今後の定住促進策、Uターン、結婚等の意識を把握する視点から比較的若い世代を含む、幅広い年齢層。進学などにより今後転出が想定される16歳以上)

空き家の調査について

問 役場総務課企画係 内 162

町では、空き家の状況把握、利活用の計画策定にあたり、町内の空き家などを専門業者に委託し、危険度などの調査を進めます。調査は、7月中旬から、町が委託した業者の職員8人で調査しますのでお知らせします。

なお、調査員は、町が発行した身分証明証と腕章を着用して調査を進めますので、みなさまのご協力をお願いいたします。

※委託業者…(株)協和コンサルタンツ
東日本支社 計画部交通グループ
☎(022)266-4952(仙台市)

8月(お盆期間)の可燃ごみ収集のお知らせ

問 役場環境整備課衛生係 内 235

毎年8月はお盆や帰省などで、可燃(燃やせる)ごみの増が見込まれるため、8月10日～21日まで、可燃ごみの収集を週に2回行います。

収集日程は下記のとおりです。ごみの減量にもご協力をお願いします。

ごみの種類	収集曜日	収集地区名
可燃	月曜日 (①→②)と 水曜日 (②→①)	① 派立上・中・下、五林、 宮川、中里バイパス、 宮野沢、さわか団地、 もみじ団地
		② 富野、豊島、芦野、田茂木、 長泥、豊岡上・下、福浦、 竹田
ごみ	火曜日 (③→④)と 木曜日 (④→③)	③ 向町上・下、深郷田上・下、 八幡、八幡団地、大沢内、 二タ見
		④ 尾別、上・下高根、 薄市上・下、今泉上・下、 若宮

★ 生ごみはネットなどで水切りを十分にして、水漏れのないように処理してください。

また、決められた曜日の地区の収集が終わってから収集するため、収集時間が遅くなります。ご迷惑をおかけしますが、ご了承ください。

※ごみ出しについてのお願い

- 決められた収集日以外の日や、収集場所以外の所には出さないでください。
- ごみを入れる指定袋には、必ず町内名と氏名を書いて出してください。



- 燃えるごみ、燃えないごみ、資源ごみは混合しないで分別して出しましょう。
- 収集日の決められた時間に出しましょう。



国民健康保険の加入・脱退の手続きはお早めに！

問 役場町民課国民健康保険係 内 133

こんなときは……

○職場の健康保険などに加入・または脱退した場合は14日以内に役場町民課又は小泊支所窓口で手続きをしましょう。

・手続きに必要なもの

職場の健康保険に入ったとき

- ①印鑑
- ②健康保険証又は健康保険資格取得証明書
- ③これまで使用していた保険証

健康保険をやめたとき

- ①印鑑
- ②健康保険資格喪失証明書又は離職票
- ※②はどちらも勤務先にお問い合わせください。

やめる届け出が遅れると？こんな大変が……

資格がなくなった後、国保を使って診療を受けた場合、国保で負担した分の医療費を返していただくことになります。また、保険税が二重課税になってしまうことがあります。

平成27年度臨時福祉給付金のお知らせ

問 役場福祉課福祉推進係 内 122

臨時福祉給付金は、消費税の引上げによる影響を緩和するため、所得の低い人に対して、制度的な対応を行うまでの間の、暫定的・臨時的な措置として支給されます。

○支給対象者は、平成27年度分市町村民税が課税されていない人が対象です。ただし、

- ・課税されている人の扶養控除の対象となっている場合
 - ・生活保護制度の被保護者となっている場合
- などは対象外です。

○給付額は、給付対象者一人につき6千円です。

○支給市町村(申請するところ)は、原則、平成27年1月1日において住民票がある市町村です。臨時福祉給付金を受け取るためには、平成27年1月1日において住民票がある市町村に申請を行う必要があります。

○申請方法は、給付対象予定者には、申請書を送付しますので申請書等を確認(記載)のうえ押印し、及び添付資料が必要となる場合は、申請書に添付資料を添えて返信用の封筒で申請します。

申請期間は、平成27年11月1日までです。

詳しくは、同封の「平成27年度臨時福祉給付金の申請について」をご覧ください。

27年度中泊町成人式開催

問 教育委員会社会教育課
(69) 1112 内 14

■期日：8月15日(土)

午前10時30分

※午前10時から記念写真撮影があります。5分前までに受付を済ませてください。

■場所：総合文化センター「バルナス」

■該当者：平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれの人

該当者には7月中旬までに案内文書を送付します。出欠の有無を同封ハガキでお知らせください。(転出などで住所がない人には実家に送付します)

夏の風物詩 金魚ねぶたをつくろう！

問 中央公民館 (57) 2341

中央公民館では、金魚ねぶたづくり教室(色付け体験)を開催します。思い思いの色付けをして素敵な金魚ねぶたをつくりませんか。作成した金魚ねぶたは静和園祭りの時に飾りたいと考えています。受講を希望される人は、電話でお申込みください。

■日時：7月26日(日)

午前9時～11時頃

■場所：中央公民館大ホール

■対象：一般町民(小学生は1人でも参加できます。親子での参加も大歓迎です)

■募集人数：15人程度(5人未満の場合は中止となります)

■受講料：300円(金魚ねぶた1個)

■申込締切：7月21日(火)

平成27年度敬老会 顕彰者の申請を受付中

問 福祉課福祉推進係 内 122

平成27年度敬老会を次により開催します。

◆日時：9月21日(月)

午前10時より

◆場所：中泊町体育センター

◆参加者：会場の都合などにより老人クラブの会員及び

9月15日現在65歳以上の人

とさせていただきます。

なお、当日は下記の顕彰があります。該当すると思われる人は、福祉課または小泊支所に8月7日までに連絡ください。

さるようお願いします。(88歳

長寿者は、申請の必要があります)

①88歳長寿者

(大正15年9月16日から昭和2年9月15日の間に生まれた人。該当者には後日通知します)

②婚50年金婚夫婦

(昭和39年9月16日から昭和40年9月15日の間に婚姻入籍した夫婦)

③婚60年ダイヤモンド婚夫婦

(昭和29年9月16日から昭和30年9月15日の間に婚姻入籍した夫婦)

五所川原地区消防事務組合職員の募集

☆試験案内及び受験申込書

7月10日(金)から平日の8時30分～17時15分まで消防本部総務課及び各消防署(金木、市浦、鶴田、中里、小泊)で配布します。

☆受付期間……7月10日(金)～8月7日(金)

☆試験に関する問い合わせ及び申し込み

消防本部総務課 ☎ 35-4382(内線1010・1011)

五所川原地区消防事務組合職員の募集

試験職種	採用予定人員	受験資格	試験の日時・場所・内容
消防職(A)	3人程度	(1)昭和60年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた者で高等学校卒業以上の学歴を有する者又は平成28年3月に高等学校卒業見込の者 (2)採用時において、消防職(A)にあつては五所川原市に、消防職(B)にあつては鶴田町に居住できる者 (3)身体が健全であること (4)視力(矯正視力を含む)が両眼で0.8以上かつ一眼で0.5以上であること。赤色、青色及び黄色の色彩の識別ができること (5)自動車運転免許の普通免許(オートマチック車限定を除く。以下同じ)を所持している者または採用の日までに普通免許を取得できる者(ただし、平成28年3月に卒業見込の者は、採用後1年以内に普通免許を取得できる者)で、採用後5年以内に大型免許を取得できる者	第1次試験 ☆日時…9月20日(日)9時～ ☆場所…消防本部 ☆内容…①教養試験 ②消防適性検査 ③体力測定 第2次試験(予定) ☆日時…10月18日(日) ☆場所…消防職(A)…消防本部 消防職(B)…農村環境改善センター「豊明館」 ☆内容…①作文試験 ②面接試験
消防職(B)	1人程度	(1)昭和60年4月2日以降に生まれた者で、救急救命士の資格を有する者、救急救命士養成専門学校卒業および平成28年3月卒業見込の者または短期大学(専門学校※1含む)卒業以上及び平成28年3月卒業見込の者で、採用後、救急救命士養成研修所に入所可能な者 ※1学校教育法第125条第3項に規定する「専修学校の専門課程」修業年限2年以上の専門学校 (2)採用時において、中泊町に居住できる者 (3)身体が健全であること (4)視力(矯正視力を含む)が両眼で0.8以上かつ一眼で0.5以上であること。赤色、青色及び黄色の色彩の識別ができること (5)自動車運転免許の普通免許(オートマチック車限定を除く。以下同じ)を所持している者または採用の日までに普通免許を取得できる者(ただし、平成28年3月に卒業見込の者は、採用後1年以内に普通免許を取得できる者)で、採用後5年以内に大型免許を取得できる者	第1次試験 ☆日時…9月20日(日)9時～ ☆場所…消防本部 ☆内容…①教養試験 ②消防適性検査 ③体力測定 第2次試験(予定) ☆日時…10月24日(土) ☆場所…中里消防署 ☆内容…①クレベリン検査 ②面接試験
消防職(C)	2人程度	(1)昭和60年4月2日以降に生まれた者で、救急救命士の資格を有する者、救急救命士養成専門学校卒業および平成28年3月卒業見込の者または短期大学(専門学校※1含む)卒業以上及び平成28年3月卒業見込の者で、採用後、救急救命士養成研修所に入所可能な者 ※1学校教育法第125条第3項に規定する「専修学校の専門課程」修業年限2年以上の専門学校 (2)採用時において、中泊町に居住できる者 (3)身体が健全であること (4)視力(矯正視力を含む)が両眼で0.8以上かつ一眼で0.5以上であること。赤色、青色及び黄色の色彩の識別ができること (5)自動車運転免許の普通免許(オートマチック車限定を除く。以下同じ)を所持している者または採用の日までに普通免許を取得できる者(ただし、平成28年3月に卒業見込の者は、採用後1年以内に普通免許を取得できる者)で、採用後5年以内に大型免許を取得できる者	第1次試験 ☆日時…9月20日(日)9時～ ☆場所…消防本部 ☆内容…①教養試験 ②消防適性検査 ③体力測定 第2次試験(予定) ☆日時…10月24日(土) ☆場所…中里消防署 ☆内容…①クレベリン検査 ②面接試験

平成27年度 つがる西北五広域連合職員採用試験

問 つがる西北五広域連合病院運営局人事課 ☎ 26-6363
HP <http://www.tsgren.jp/>

1. 試験日…平成27年9月20日(日)
2. 受付期間…8月25日(火)まで
3. 職種、採用予定人数及び受験資格

職 種	採用予定人員	受 験 資 格
看護師(助産師含む)	18人程度	昭和56年4月2日以降に生まれた方で、左記職種の免許を有する方または平成28年6月30日までに免許を取得する見込みの方
認定看護師(救急看護・緩和ケア・糖尿病看護)		
薬剤師	7人程度	
臨床検査技師	2人程度	
理学療法士	3人程度	
作業療法士	1人程度	
診療放射線技師	2人程度	

4. 採用試験案内

ホームページ(<http://www.tsgren.jp/>)から入手できます。また、つがる西北五広域連合病院運営局人事課、かなぎ病院、鰺ヶ沢病院、つがる市民診療所、鶴田診療所でも配布しています。(平日8:30~17:00)詳細は、採用試験案内でご確認ください。

5. 試験場所・内容

- ①場所…つがる総合病院
- ②内容…教養試験、作文試験、面接試験、書類審査

6. 採用日…平成28年4月1日以降

7. 申込先…〒037-0074 五所川原市字岩木町12-3

つがる総合病院3階

つがる西北五広域連合病院運営局人事課

法律相談の開設のお知らせ

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

借金・離婚・相続・労働問題などあらゆる法律相談に応じます。相談内容は秘密保持いたしますので、お気軽においでください。

- 日 時…平成27年8月19日(水) 午前9時~正午
- 場 所…中泊町中央公民館
- 相談員…坂田綜合法律事務所 弁護士・坂田勝幸氏
- 定 員…6名までの予約制です。事前に電話予約してください。
- 予約締切…平成27年8月10日(月)
※ただし、予約締め切り日以前に定員に達した場合は締め切らせていただきます。
- 相談料…無料

町戦没者追悼式を行います

問 役場福祉課福祉推進係 内 122

先の大戦において亡くなられた人々を追悼し平和を祈念するため「平成27年度中泊町戦没者追悼式」を、次のとおり行います。

■日時…8月27日(木)

午前11時から

■場所…慰霊碑前(中央公民館横)、雨天時は、中

■受験資格

○警備官

入国警備官を募集します

問 仙台台入国管理局総務課
☎ 022(256)6076

中央公民館大ホール

戦没者の遺族で参列を希望される場合は、7月31日までにお申込みください。なお中泊町遺族会会員のみなさんは、遺族会事務局で把握しますので、申し込みは不要です。

○警備官(社会人)

昭和50年4月2日以降に生まれた人(上記①の期間を経過した人及び人事院がそ

- ①平成27年4月1日で高校または中等教育学校を卒業した日の翌日から5年を経過していない人及び平成28年3月までに高校または中等教育学校を卒業見込みの人
- ②人事院が上記に準ずると認める人

れに準ずると認める人)

■受付期間…インターネット

7月21日(火)~7月30日(木)

郵送または持参7月21日(火)~7月23日(木)

■1次試験日…9月27日(日)

くわしくはお問合せ先まで

バスの車内事故防止のお願い

問 東北運輸局青森運輸支局・
(公社)青森県バス協会

走行中に席を離れると、転倒など思わぬけがをする場合

があります。お降りの際は、バスが停留所について扉が開いてから席をお立ち願います。また、バスは安全運転に徹しておりますが、やむをえず急ブレーキをかける場合があります。満席のため、お立ちになつてご利用いただく場合には、吊革や握り棒にしっかりとつかまりください。車内事故防止に皆さまのご理解とご協力をお願いします。

戦後海外から引き揚げて来られた人たちに

問 青森税関支所
☎ 017-734-0780

税関では戦後、海外から引き揚げて来られた人たちからお預かりした、約87万枚の次のような未返還の保管証券類をお返ししております。

●終戦後、上陸地の税関・海運局に預けられた通貨・証券
●帰国前に樺太(真岡、大泊、

豊栄、留多加など)、満州(瀋陽、吉林、撫順、鞍山など)にあった在外公館、日本自治会に預けられた通貨・証券のうち日本に返還されたもの

※保管証券類とは…税関が保管している通貨・証券類とは、日本銀行券(新・旧)、旧日本軍軍票、預貯金証書、国債証券などをいいます。上陸港で引揚者から税関が

預かった「上陸港扱いの保管物件」と、外地からの引き上げの際、在外公館または日本人自治会へ寄託された最終的に税関に移管された「外地扱いの保管物件」があります。

返還の請求は、本人だけでなくご家族でも構いません。「もしかしたら家にも…」とお気付きの人は、最寄りの税関までお問合せください。

中泊町合併10周年 第10回 2015 7/11(土)・12(日) PM3時~9時(小雨決行)

■会場/ 中泊町 ホテルの里 (滝ノ沢ふるさと砂防愛ランド)

■7/11(土)

- 16:00 まつり開会式
- 16:30 こども園児によるダンス
- 17:00 親子宝探し
- 18:00 津軽三味線・横笛愛好会の演奏
- 18:30 カワニナの放流
- 18:50 オープニングセレモニー
- 19:10 フク助・ジュニ子のジャンケン大会
- 19:30 語りべ・オカリナ演奏
- 20:00 ホテル鑑賞会

■7/12(日)

- 16:00 まつり開会式
- 16:30 鯉のつかみ取り体験
- 17:00 親子宝探し
- 17:30 ホテル×クイズ
- 18:00 津軽三味線・横笛愛好会の演奏
- 18:30 カワニナの放流
- 19:00 オープニングセレモニー
- 19:30 語りべ・オカリナ演奏
- 20:00 ホテル鑑賞会

■両日お茶室を開催します

合併10周年記念 粗品をプレゼント

※要予約 まつり期間限定 ホテル列車

津軽五所川原駅 18:00 発
11日: 定員150名
12日: 定員100名

往復乗車券 1,200円
小学生以下 500円

●車での来場はできません
会場へは無料シャトルバスを運行しますのでご利用下さい
◆中央公民館出発 PM3時~PM8時まで運行

●ホテル列車をご利用の方は予約が必要です
※小学生以下は保護者又は引率者が必要です
◆申込先 津軽鉄道株式会社 TEL 0173-34-2148
FAX 0173-34-2149

■主催/中泊町 ■共催/津軽鉄道株、中泊町商工会、中泊町ホテルの会
■主管/ホテルまつり in なかどまり実行委員会
■お問合わせ/中泊町役場 環境整備課 TEL 0173-57-2111・FAX 0173-57-3849

映画上映「特集・北野武/成瀬巳喜男」のお知らせ

問 青森県立美術館パフォーミングアーツ推進実行委員会事務局
☎ 017-783-5243

北野・成瀬両監督の名作の中から、青森県で撮影され成瀬監督の遺作となった「乱れ雲」など上映します。

上映日・上映作品

7月18日(土)・19日(日)…「HANA-BI」「Dolls(ドールズ)」「それぞれのシネマ」

7月24日(金)~26日(日)…「めし」「おかあさん」「浮雲」「乱れ雲」

会場…青森県立美術館シアター

前売料金…(7/18・19上映)

一般800円 学生・シニア600円

(7/24~26上映) 400円均一

※チケット購入方法・上映時間など、詳しくは事務局まで。

特殊詐欺の被害に遭わないために

問 五所川原警察署 ☎ 35-2141

「特殊詐欺」とは、還付金詐欺や、もうけ話詐欺などの総称です。

ひとりで暮らす高齢者の人が狙われるケースが多く、また「自分は騙されない自信がある」という人の多くが、実際に被害に遭っています。

警察や銀行、公共機関をかたり、「ひとり暮らしかどうか」「通帳は何冊持っているか」「通帳の残高はいくらか」など、事前に調査する電話をかけてくる場合があります。

- ・「名義を貸して」
- ・「還付金があるのでATMに行ってください」
- ・「レターパック・ゆうパック・宅配便で現金を送れ」

は詐欺です!!

「私は大丈夫!」そう思っていないですか? 他人事とは思わず、常に警戒心を持つことが大切です。

身に覚えのない電話・郵便物が来た時は、ひとりで判断せずに、必ず家族や友人、警察などに相談しましょう!

マイナンバー制度が始まります

問 コールセンター ☎ 0570-20-0178

○マイナンバーとは

国民一人ひとりが持つ12桁の個人番号のことです。社会保障・税番号制度(マイナンバー制度)は、複数の機関に存在する個人の情報を同一人の情報であるということの確認を行うための基盤であり、社会保障・税制度の効率性・透明性を高め、国民にとって利便性の高い公平・公正な社会を実現するための社会基盤です。

○3つのメリット

・国民の利便性の向上 ・行政の効率化 ・公平・公正な社会の実現

○今後のスケジュール

・平成27年10月からお手元にマイナンバーを通知します。

市町村から、住民票の住所にマイナンバーの通知が送られます。住民票の住所と異なるところにお住いの方は、お住いの市町村へ住民票の異動をお願いします。

・平成28年1月からマイナンバーの利用が始まります。

年金、雇用保険、医療保険の手続き、生活保護や福祉の給付、確定申告等の税の手続きなど、法律で定められた事務において、マイナンバーの利用が開始されます。手続きには、通知カード＋身分証明書、もしくは個人番号カードが必要となります。

詳しくは、以下をご覧ください。

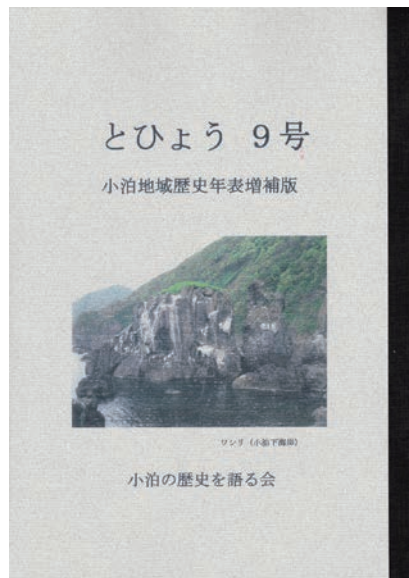
<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/index.html>

「とひょう9号」
発刊のお知らせ

問 小泊の歴史を語る会 会長 柳澤良知

☎ 64-2244

戦争当時の「空襲体験談」や「小泊アンサンブル楽団の軌跡」が特集されています。お求めの際は問合せ先までお願いします。



広告

2015 Actplan Event information

人気イベントどっと混む!!

♪飲んで歌って笑って気の合う仲間と乾杯!!

のう りょう さい パルナス
農漁祭

7月25日(土) 18:00~20:30

中泊町総合文化センター『パルナス』ホール
おひとり様 3,000円 限定300名様

前売りチケット好評発売中!!

同日開催 第4回アクトプラン杯 ゴルフコンペ

7月25日(土) 8:10スタート 会場:津軽カントリークラブ

■参加費:4,000円(賞品・パーティ代含む)

■申込み締切:7月15日(水)限定60名

■表彰式会場:中泊町総合文化センター『パルナス』

表彰式17:00~【リハーサル室】/ 懇親会(農漁祭)18:00~【ホール】



お申し込み先 ⇒ 株式会社 アクトプラン 中泊町大字八幡字日向334 ☎ 57-5720

中泊ブルーベリー園(ピュア隣) 7月中旬 オープン! (予定)ブルーベリーの生育状況により日程が変更する場合がございます



摘み取り・食べ放題

●広い畑で完熟したブルーベリーを思う存分堪能できます! もちろん食べ放題♥

料金 大人: 500円

お持ち帰りもできます(別途料金)

小人: 無料(小学生未満)

・パック ¥500



中泊ブルーベリー園チケット回数券(7月中旬販売予定)

●販売価格 ¥1,000 (3枚綴り)

●内 容 ①園内自由食べ放題 ②お土産付(小容器)



お問合せ ⇒ 中泊町農産物加工販売施設 ピュア 中泊町大字八幡字日向334 ☎ 57-5054



中泊町
合併
10
周年

2015 第20回 中泊町ビーチサッカー

青森県大会 in 中泊町

7.18 日 AM8:30~PM4:00

◆一般の部予選リーグ 10分

◆中学生の部予選リーグ 10分

◆中学生の部決勝トーナメント 8分×2ピリオドハーフタイム3分

7.19 日 AM8:30~PM3:15

◆女性の部トーナメント 10分

◆女性の部決勝トーナメント 1回戦・準決勝・決勝 8分×2ピリオドハーフタイム3分

◆一般の部トーナメント 10分

◆一般の部決勝トーナメント 準々決勝・準決勝・決勝 10分×2ピリオドハーフタイム3分

募集対象 一般の部 **85**チーム 中学生の部 **20**チーム 女性の部 **12**チーム **各部門とも先着順**

一般の部優勝チームは 沖縄ビーチサッカーフェスティバルへご招待(8名)

中泊町ビーチサッカー青森県大会inこどもり実行委員会事務局

【お問い合わせ・申込先】 小泊観光協会 TEL&FAX 0173-64-3700

●主催/中泊町 ●主管/中泊町ビーチサッカー青森県大会 in こどもり実行委員会、一般社団法人 青森県サッカー協会
 ●後援/青森県、青森県教育委員会、中泊町商工会、小泊観光協会、中泊町教育委員会、中泊町体育協会
 ●協力/みちのく銀行、中泊町商工会青年部、中泊町建設業協会、五所川原サッカー協会、(株)小泊うみどりーむ振興社 ほか





公民館教室が始まりました

問 中央公民館 ☎ 57-2341

6月8日(月)から中央公民館と武田公民館で平成27年度公民館教室が始まりました。受講生の中には毎年受講している人や初めて受講する人もいて、講師とにぎやかに楽しく行っています。まだまだ定員に達していない教室もありますので、興味のある人は是非受講してみたいはいかがでしょうか。



陶芸教室の様子



健康ダンスの様子



生け花教室の様子



エクサ&ヨガ教室の様子



エアロビクス教室の様子



パッチワーク教室の様子



着付け教室の様子



パソコン教室の様子



着付けとリフォーム教室の様子

司法書士の日

相続登記無料相談会

問 青森県司法書士会
☎ 017(776)8398

県司法書士会では、毎年8月3日の「司法書士の日」の記念事業として、相続登記に関する無料相談会を次の日程で開催します。

日時：平成27年8月1日(土)

午前10時～午後3時

場所：青森県司法書士会館
2階会議室

青森市長島三丁目5-16

相談：面談相談(当日各会場)

先着順)／電話相談017

(752)0440

7月31日は

固定資産税 2期

国民健康保険税 1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7月27日(月)です。残高をご確認ください。

※町税の納付は便利で安全

確実な口座振替をご利用

ください。

問 役場税務課課税係

☎ 144-146

心配ごと相談 町社会福祉協議会

中里地域

7月22日 宮越優子、馬場百合子

8月12日 竹内恭一、荒関徳勝

相談場所 役場相談室

相談時間 午前9時～正午

小泊地域

7月15日 竹谷利男

藪田由比子

相談場所 日本海漁火センター

相談時間 午前9時～正午

※4月より相談時間の終了時間が「14時」→「正午」となりました。大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

なんでも行政相談

日時…7月21日(火) 午前9時～12時

場所…中央公民館

行政相談委員…秋元武弘、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。

こんにちは！ 食生活改善推進員会です

エコ&だし活で
ヘルスアップ！

青森ベジブロス

青森のおいしい野菜の栄養を、丸ごとスープでいただきます！



「ベジブロス」とは野菜からとるだしのこと。野菜のへたや皮、切れ端など、普段捨てている部分で作るだしで、料理にうま味やコクを加えます。また、皮にはうま味成分や栄養がぎっしり！様々な野菜で自分好みの味を見つけてみてはいかがでしょうか？
(注)ナスや紫キャベツなどを入れると色の濃いスープになります。また、葉物野菜(キャベツ、小松菜など)はえぐみが出るので、入れ過ぎないように注意しましょう。

【材料】約1ℓ分…野菜の皮やへた両手にいっぱい分(約250g)・水(1,300cc)・酒(大さじ1)

【作り方】

- ① 大きめの鍋に、水、野菜の皮やへた、酒を入れて火にかけ、沸騰したら弱火にして20～30分ほど煮込みます。
- ② 火を止めたら、ザルでこして冷めます。冷蔵庫で3日、冷凍庫で1ヶ月位保存可能です。

ひざこしらくらく

『膝腰楽々教室』のお知らせ

問 地域包括支援センター ☎ 57-3601

地域包括支援センターでは、運動経験のない人や足腰の筋力低下、転倒不安を感じている人への予防教室を行っています。「年のせいだから、しょうがない」とあきらめず、気軽な気持ちで始めてみませんか。

■参加できる人

- ・原則として、65歳以上の介護保険の認定を受けていない人。
- ・主治医より、運動を制限されていない人。

■期間…第1弾：7月下旬～9月上旬 毎週月曜日

第2弾：9月上旬～12月下旬 隔週月曜日

■時間…午後1時30分～午後3時頃

■場所…第1弾：B&G海洋センター

(水中での歩行、ストレッチ)

第2弾：中央公民館、小泊保健センター

(柔道整復師による筋力アップ体操)

※どちらか一方のみでも参加可能です。

■参加費…無料

■申込方法…7月21日(火)までに問合せ先へご連絡ください。土曜日、祝日も申し込み可能です。

図書館情報

今月のMiniコレクション

○テーマ「まだ見ぬ世界へ」

驚きに満ちた魅惑の名景。まだ見ぬ世界をこっそり覗いてみませんか？

新刊情報

『あなたが消えた夜に』	中村 文則	毎日新聞出版
『ミツハの一族』	乾 ルカ	東京創元社
『ブラック・ベルベット』	恩田 陸	双葉社
『ラリルレ論』	野田洋次郎	文藝春秋
『リバース』	湊 かなえ	講談社

児童書

『きょうはおおかみ』	イザベル・アーセノー	きじとら出版
『ほしをもったひめ』	小沢さかえ	福音館書店
『消えた犬と野原の魔法』	ヘレン・クレグ	徳間書店
『こぶたのピクルス』	夏目 ちさ	福音館書店

パメラ・ザガレンスキー そうえん社

静和園だより

慰問

・山百合会 6月11日(木)、会のメンバー7人が来園しました。演目に合った着物姿が艶やかで、じっと見入っていました。「スカイツリー音頭」では、入所者のみなさんも手拍子をしながら大変喜び、楽しい時間を過ごしました。



・薄市こども園 6月18日(木)、園児23人が来園しました。体操やおゆうぎを披露する毎に、目を細めたくさんの拍手を送っていました。園児達と触れ合い、一緒に手あそびをする姿は終始笑顔で、子ども達から元気を頂きながらも、ひ孫を思い出して涙ぐむ入所者さんもいました。



◆夏の企画展「ホビー・ワールド
ド―模型の世界―」開催！

プラモデルやジオラマ・情景模型などを一堂に展示する模型展を開催します。夢とロマンあふれるホビー・ワールドをお楽しみください。

日時：7月18日(土)～9月13日(日)
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：通常料金(一般200円、
高校・学生100円、小・中学生50円)



◆中里小4年ふるさと学習！

このほど、「中里の新田開発」をテーマに中里小学校4年生が来館しました。各時期の食料や食料獲得の道具を調べるとも

に、戦後の竹田開拓の様子などをスライドで確認しながら、古十三湖が葦原に覆われ、やがて美田地域に生まれ変わる過程について学習しました。



◆中里小6年総合学習！

このほど、「中里の歴史」をテーマに中里小学校6年生が来館しました。縄文時代のムラ深郷田遺跡、平安時代の防御性集落中里城遺跡、安藤氏が遺した中世文化財、江戸時代の中里村の様子など、展示室を巡りなが

ら、中里地域のあゆみについて学びました。



◆「今泉分館」特別一般公開！

約5千点の資料を収蔵する博物館今泉分館(旧今泉小学校＊普段は非公開)について、一日限りの一般公開を実施します。農具家具など分野別に収蔵展示を行っているほか、国登録有形民俗文化財「津軽の林業用具」を収蔵しています。
日時：8月14日(金)午前10時～午後3時／場所：今泉字布引二一五(学校給食センター向い)



119 ―消防&救急―

熱中症に注意しよう！

今年も暑い夏がやってきました。みなさんも仕事やスポーツ、レジャー、また湿度が高くジメジメしているなど、汗をかく日が続いていると思います。

この時、注意しなければならぬのが熱中症です。熱中症にならないために、あらかじめ予防を心がけましょう。

☆熱中症とは？

熱中症とは、発汗や循環機能に異常をきたし、体温の調節がうまくできなくなる事でおこる、様々な体の不調を総称したものです。

主な症状として、めまい・けいれん・吐き気・意識障害・頭痛などがあります。

☆熱中症を予防しよう

熱中症は、ちょっとした事に注意するだけで、十分予防する事ができます。

①体調を整える

睡眠不足や風邪気味など、体調が優れない時は、日中の外出や運動を控えましょう。

②服装に注意

なるべく通気性の良い服装

をし、長時間屋外に出る場合は、帽子をかぶりましょう。

③こまめに水分、塩分補給

『のどが渴いた』と感じた時には、すでに脱水症状が進行していることもあります。

少しずつでも、水分補給を心掛けましょう。特に夏場は、汗と共に塩分も失われるため、水よりもスポーツドリンクの方が効果的です。

④年齢も考慮しよう

特に子供や高齢者は、熱中症になりやすいため、涼しい場所ですぐ体を休めるようにしましょう。

暑い時は無理をせず、熱中症に気を付けて、夏を快適に過ごしましょう。

