



中里高校SBP(ソーシャルビジネスプロジェクト)のメンバー12人が、12月13日(火)に小野町長を訪問し、セレクトギフトボックスの完成報告をしました。このギフトボックスは、今年1年をかけて生徒たちが選りすぐった町特産品とメッセージカードを詰め合わせたものです。リーダーの竹谷雅さんが「中泊町の良い所を見つめ直すことができ、より町が好きになった」と、一品ずつ町長に商品を紹介しました。町長は、「箱のデザインも良く、素晴らしいギフトボックスを作ってくれて大変感謝している。町でも活用していきたい」と述べました。

ギフトボックス完成!

中里高校SBPが訪問



心を新たに 「まちづくり」



中泊町長
小野 俊逸

完成した新庁舎

明けましておめでとうございます。
今年も町民の皆様方と共に、新年を迎えることができましたことを心よりお慶び申し上げます。

昨年を振り返りますと、北海道新幹線の開業に始まり、一昨年に続き「梅沢富美男劇団中泊町特別公演」、ご当地グルメの「メバル膳」が三万食を突破、中里高校の創立四十周年など、様々な出来事があり活気に満ちた年でありました。

また、多くの若者達が活躍した年でもありました。若手農業者の団体は、当町では珍しい品種の米の作付けに取り組み、地元高校生らは地場産品を活用したギフトセットの開発、若手漁業者の団体は、浜の活性化イベントを開催、若者中心の「まちづくり」団体は、町内イベントの協力や独自イベントの企画など、いずれも町の活性化に大きく貢献するものでありました。今年も若者達の更なるご活躍を期待し、可能限り応援して参りたいと思います。

さて、本年一月四日、いよいよ待望の新しい庁舎での業務が開始されます。平成二十七年八月に着工した新庁舎建設工事は、予定通りの工期で完了し十

二月十二日に施工者より引き渡しを受けました。同日、竣工式が執り行われ、本事業が滞りなく完了いたしましたのも、偏に町民の皆様をはじめ、町議会、関係各位のご理解とご協力の賜物であり、心より感謝申し上げます。

旧庁舎は、昭和四十年に建設されて以来、五十年以上の長きにわたり行政サービスの拠点として、その役割を担ってまいりました。しかし、時代の流れと共に行政事務の増加や組織機構改革により、庁舎が手狭となり来庁者には不便をお掛けしておりました。また、東日本大震災以降、役場庁舎に十分な防災能力が求められる一方で、老朽化や耐震性などが問題となり、防災拠点施設としての役割が不十分であることから、新庁舎建設事業の実施に至りました。

新庁舎は、自然環境に配慮し、再生可能エネルギーを利用した空調設備や、一ヶ所で用事が済ませられるワンストップ機能、誰もが分かりやすいユニバーサルデザインを導入しました。また、耐震構造はもちろん、無停電装置や発電機等の採用により、防災拠点としての機能も十分に備え、町民の更なる安

全・安心な暮らしの確保が可能となりました。

この度の新庁舎建設を契機に心を新たにし、昨年策定した「第二次中泊町長期総合計画」と「中泊町総合戦略」を基に職員一丸となって夢と希望が持てる活力に満ちた「まちづくり」に努めて参ります。

また、町の最重要課題である人口減少対策として「保育料の無料化」と「中学生までの医療費無料化」に加え、「中学生までのインフルエンザ予防接種の全額補助」による更なる子育て支援と、町の基幹産業である農林漁業の経営安定対策を積極的に展開して参りますので、皆様方の変わらぬご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願ひ申し上げます。

平成二十九年は皆様方が躍動する一年となります事を心よりお祈り申し上げます。新年のあいさつといたします。



町政発展に 向けて



中泊町議会会議長
兵庫 桂 藏



完成した中里高校SBPのセレクトギフトボックス

新年あけましておめでとうございます。町民の皆様におかれましては、健やかに平成二十九年の新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。また、日頃より町議会活動に対し、格別のご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。年頭にあたり町議会を代表しまして、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、三月には北海道新幹線が開業し津軽半島の観光振興にも大きな影響を与えた年だと感じております。それに伴い津軽中里駅から奥津軽いまべつ駅間のバス運行も始まり、観光客がより広域的な観光ルートを選択できるようにになりました。しかし、その一方でバスの利用率が低く今後の検討課題として、取り組んでいかなければならないと感じております。

四月には熊本地震による甚大な災害、十月には旧中里町で親交があり昨年一月に当町議員団の行政視察研修で訪問した沖縄県久米島町が台風十八号の直撃を受け、農水産業関係で大きな被害に遭われ、当町からも見舞金を出しております。被災者の皆様には心よりお見舞い申し上げますとともに、一日も早い復興を願っております。

また、嬉しいニュースとしては、八月のリオデジャネイロオリンピックで日本のメダル数が日本史上最多の四十一個となり、日本人選手の健闘が多くの国民に

感動を与えてくれました。二〇二〇年に開催される東京五輪には大いに期待したいと思っております。

さて、わが町においては、北海道新幹線開業対策として開発された「中泊メバル膳」が三万食を達成し、経済効果波及に大きく貢献しております。また、平成二十七年から工事を開始した新庁舎も昨年十二月に完成し、本年一月より通常業務を開始するとともに新たな町の行政が始まります。

しかしながら急速に進む過疎化と少子化による人口減少は、本町のみならず全国的な問題となっており、その対策の一つとして、町ではこども園の無料化や中学校卒業までの医療費の無料化などを進めているところであります。

町の基幹産業であります農業や漁業では、担い手不足の問題など行政と議会が一体となり取り組んでいかなければならないと考えております。

本年も厳しい社会情勢の中、議会として地域のさまざまな声を行政に届けながら、町政発展のために全力を尽くしてまいりる所存でございますので、なお一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

この新しい年が、町民の皆様にとりまして、素晴らしい年となりますことを心から祈念申し上げます、年頭の挨拶といたします。

謹んで新年のご祝詞を申し上げます

中泊町教育委員会委員長	宮 越 寛	中泊町固定資産評価 審査委員会委員長	阿 部 鐵 雄
中泊町教育委員会教育長	加 藤 久 宜	中泊町農業委員会会長	松 坂 龍 美
中泊町選挙管理委員会委員長	田 中 彰 一	中泊町消防団団長	長 利 司
中泊町代表監査委員	葛 西 昭 文		

功績をたたえ表彰

中泊町善行・功労者表彰式



公共の福祉の増進に貢献された人や町民の模範となるべき人を表彰する町善行・功労者表彰式が、11月25日(金)総合文化センターパルナスで行われました。

表彰式には受賞者3団体42人中、3団体22人が参加し、小野町長から賞状と記念品が手渡されました。

受賞者を代表し、三上新一さんが「身の引き締まる思い。今後とも町発展のため最善を尽くしていきたい」と謝辞を述べました。

■受賞者

町議会議員(11年以上)…長利司(上豊岡)

町農業委員(12年以上)…長利弘明(上豊岡)

農業振興…三上新一(向町下)、荒関敬悦(田茂木)

町保護司(15年以上)…山田泰仙(向町下)

町行政連絡員(15年以上)…松谷善七(深郷田上)、宮越彌吉郎(八幡)

町交通安全協会・交通指導隊役員…横山市三郎(五林)

婦人交通整理員…葛西美子(小泊派立)

町遺族会会長…佐々木嘉幸(向町上)

町民生委員児童委員(15年以上)…田中けい子(豊島)、澤田美合子(竹田)、宮越栄(尾別)、濱舘とよ(派立下)、葛西智佐子(派立上)、三上ルエ子(長泥)、山内文子(新町1)、加藤イツ(新町2)

町保健協力員(15年以上)…佐藤美之(長泥)、田中町子(若宮)、佐々木生子(下高根)、竹内ノリ子(派立中)、北島眞知子(上町)、成田キミエ(下前浜)、小野順子(上高根)、龍野恵子(花丘町)、久保田千晴(若葉町)、田名部恵美子(新町1)、赤石りお子(新町2)、佐々木増美(新町2)、藤丸れき子(新町2)、鈴木敏子(上町)、角田秋代(若葉町)

納税貯蓄組合長…工藤恭一(派立下)、友田圭一(向町上)、加藤千代榮(向町下)

納税貯蓄組合会計…近村徳明(向町下)、宮越練一(尾別)、成田昭仁(派立上)、小寺照義(薄市上)、木元剛(田茂木)、後藤政子(下前上)

団体功労表彰…なにもささ保存会(代表・大川幸勝)、下前権現太刀振り保存会(代表・角田廣)、小泊網おこしはやし保存会(代表・柳澤良知)





町の食生活を改善

食生活改善推進会が表彰状

地域住民の明るい健康的な生活習慣の実現に向けた活動が認められ、町食生活改善推進員会(顧問・佐藤ミユキ)が厚生労働大臣から表彰状を授与されました。

12月2日(金)に役場を訪問し小野町長に報告しました。佐藤さんは「これまでの活動が認められ大変うれしい。これからも住民の食生活を守っていきたい」と意気込みを話しました。

それを受け町長は「いつも住民のために活動していただきありがとうございます。これからは減塩やダシ活などを広めていってほしい」と感謝の言葉をおくりました。

全国大会初優勝

成田力道くんが町長に報告

成田力道くん(今泉下)が12月4日(日)に開催された、第29回全日本小学生相撲優勝大会に出場し、見事優勝を果たしました。同14日(水)には、小野町長を訪問し、全国優勝の報告をしました。町長は「大変すばらしい結果。念願の優勝ができて誇らしい気持ちだ。中学校にいてもがんばってほしい」と激励しました。

薄市小学校6年生の力道くんは「この大会はこれまで優勝できなかったもので、最後に優勝できて嬉しい」と話していました。



剣士たちが全力で戦う

第23回新岡精弥杯争奪剣道大会

新岡精弥杯争奪剣道大会が11月20日(日)、体育センターで開催され、西北五や弘前市地区から小・中学生約200人が参加しました。

開会式では、応援にかけつけた小野町長が「みなさん日頃の練習の成果を出せるようがんばってください」と激励しました。その後、個人・団体の試合が行われ、会場には選手たちの掛け声と竹刀の音が響きました。

■町内選手の結果

団体中学男子2位…中里中・鶴田中・金木錬心館合同



ルールは簡単、だけど白熱!

2016キッズスポーツフェスティバル

— ユー・スポーツに親んでもらおうと、11月27日(日)、
— 今年も小学生を対象としたキッズスポーツフェスティバルが開催されました。この日は、中里・武田・薄市の小学生ら約40人が体育館に集まり、ボールや吸盤つきの吹き矢でのねらうゲームや、やわらかいフリスビーを使ったドッジボール「ドッジビー」などを楽しみました。

豪華賞品をめぐってトーナメント形式で行われたニチレクボールでは、見学していた父兄からも応援の声が上がり、盛り上がりを見せていました。参加した児童は、「フリスビーをもっとうまく投げられるようになりたい。ニチレクボールはカーリングのようで面白かったので、またやりたい」と話していました。





除排雪の安全を祈願

町建設業協会が安全祈願

町建設業協会(会長・平山久宗)が、12月8日(木)大沢内克雪センターで、除排雪作業の安全祈願を行いました。祈願には小野町長や同協会関係者など20人が参加し、除雪や排雪作業の安全を祈りました。

祈願終了後、町長から「すでに雪が降り作業をしていただいておりますが、今年も事故なくがんばっていただきたい」と激励しました。

除雪に携わる参加者たちは「気を引き締めて、この冬の除排雪作業をすすめていきたい」と話していました。

津鉄に乗ってきたサンタクロース

駅ナカでクリスマスライブ

足先にクリスマスを楽しもうと(株)アクトプランが12月9日(金)、津軽中里駅の駅ナカ「にぎわい空間」でクリスマスライブを開催し、町内外から150人が参加しました。この日のライブには、ソウルデュオのSuga-Pimps(シュガー・ピンプス)が登場し会場を沸かせました。メンバーの1人は五所川原市出身で、軽快な津軽弁トークに笑い声が響きました。

参加した人は「歌もよかったし、津軽弁で話してくれてとても近く感じた。とても楽しかったのでまたきてほしい」と笑顔で話していました。



地域のよき相談相手として

民生・児童委員辞令伝達式

民生・児童委員の辞令伝達式が12月15日(木)、パルナスで行われ、51人の委員に辞令が渡されました。

民生・児童委員は、各地区の良き相談相手となってくれる人たちで、福祉関係の悩みなどの相談を受けます。どうぞお気軽にご相談ください。



中里地域		大沢内	大川正子	上高根	古川進	新町1	山内文子
		二夕見	外崎義信	下高根	佐々木生子	新町2	橋本美津男
派立上	武田慎一	富野	鳴海君子	薄市上	小寺照義	派立	角田好隆
派立中	高橋良子	豊島	田中けい子	薄市上	下山志津子	上町	藤田功
派立中	吹田則子	芦野	三上ゆり子	薄市下	成田寛	浜町	小野清秋
派立下	濱館とよ	田茂木	川島久幸	薄市下	伊藤照昭	入舟	成田いね子
向町上	工藤強志	上長泥	三上ルエ子	今泉上	青山ヒロ子	折戸	成田多徳
向町下	田中せつ子	若宮	田中町子	今泉中	小山内美保子	下前上	太田京子
五林	今清美	上豊岡	石川美保子	今泉下	青山美香	下前中	磯野清三
宮川	古川節子	下豊岡	石川義一	主任児童委員	東山綾子	下前浜	藪田由比子
宮野沢	外崎眞理子	福浦	小杉直子	小泊地域		温泉町	成田公平
深郷田上	小田原幸雄	竹田	澤田美合子			主任児童委員	工藤トミ子
深郷田下	松谷文雄	尾別	宮越栄	花丘町	大澤拓子	主任児童委員	角田志保子
八幡	藤崎正則	尾別	新岡ふみえ	若葉町	高山静枝		

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・県民税申告相談が始まります

申告期間 2月13日(月)～3月15日(水)

平成28年分所得の申告相談を行います。この申告結果は、町・県民税額を決定するだけでなく、国民健康保険税や介護保険料、後期高齢者保険料などの課税資料となりますので、適正な申告をしてください。

年金のみの収入又は収入がない人も申告されますようお願いいたします。申告をしないと、社会保険などの扶養の際に必要な課税(非課税)証明書や所得証明書などを発行できないことがあります。国民健康保険税などの軽減を受ける場合は、国保加入者に未申告者がいると軽減を受けることができません。また、国民年金の免除申請ができない場合がありますので、忘れずに申告してください。

■申告会場・日程

月日	曜日	対象地区	会場
2月13日	月	下前上・折戸	すくすくしたまえ館
14日	火	下前中・下前浜	
15日	水	花丘町・温泉町・新町2	小泊支所 (2階ホール)
16日	木	若葉町・新町1	
17日	金	小泊派立・上町	
19日	日	平日申告できない人	
20日	月	浜町・入舟	
21日	火	若宮・下高根	内潟公民館
22日	水	今泉上・今泉下	
23日	木	薄市上	
24日	金	薄市下	
27日	月	芦野・上豊岡	武田公民館
28日	火	田茂木・長泥	
3月1日	水	下豊岡・福浦	
2日	木	富野・豊島	
3日	金	派立上・派立中	
6日	月	派立下・向町上	
7日	火	向町下・五林	
8日	水	宮川・深郷田上	
9日	木	宮野沢・深郷田下	
10日	金	八幡・大沢内	中泊町役場 (新庁舎) (2階大会議室)
11日	土	平日申告できない人	
12日	日	平日申告できない人	
13日	月	二夕見・尾別	
14日	火	竹田・上高根	
15日	水	中泊町全域	

※申告期間中は、担当職員、相談受付用資料などが申告会場に移動しますので、税務課事務室での申告相談はできません(提出は可能です)。なお、小泊地域の人は、小泊支所で3月15日まで申告相談できます。

申告が必要な人、申告に必要なものなど、くわしくは2月配付予定のチラシで每户にお知らせいたします。

償却資産の申告は1月31日まで

問 役場税務課課税係
1213

土地及び家屋以外の事業用の有形固定資産で、その減価償却費が所得(法人)税法上必要経費とされるものは、償却資産として固定資産税の対象となります。ただし、

自動車税または軽自動車税を課税されている自動車などは除きます。償却資産を所有している人は、多少にかかわらず1月1日現在の状況を1月31日(火)までに申告して

◇申告相談受付時間

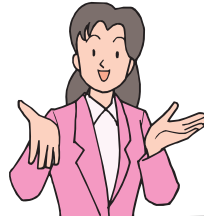
午前8時30分～11時

午後1時～3時

※昼休み(12時～午後1時)

※指定日に都合がつかない人は、申告期間中に他の会場又は別の日に申告してください。

税務相談



お問合せ

○町民税・県民税

役場税務課課税係

☎ 57-2111

(内線1212・1213)

○所得税

五所川原税務署

☎ 34-3136

※音声案内で2番を選択してください。

ください。
申告用紙は、前年度に申告のあった人には郵送しますが、新たに償却資産を取得し、申告用紙がない場合や、申告用紙の記載方法などの詳しい内容についてはお問合せください。

国民健康保険税

7期

1月31日は

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1月25日(水)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 ☎ 1212・1214

青森県交通災害共済
よりお知らせ

閩 役場総務課庶務係 42012

1日1円で助け合う青森県
交通災害共済組合の「支給制
度」が平成29年度より変わ
ります。

- 新・災害の程度の分類：10
等級から4等級になります。
- 新・見舞金の請求：治療中
でも請求ができ、早期に見

舞金が支払われます。
○新・特例見舞金：自動車安
全運転センター発行の交通
事故証明書が得られない場
合は、災害の程度に関わら
ず特例見舞金として1万円
の支給となります。

- 交通事故にあつたら必ず警
察に届出を！
- 交通事故にあつた場合、必
ず警察署又は最寄りの交番に

届出てください。同乗者や相
手側がいない自損事故、自転
車、バイクなどの転倒なども
必ず警察に届けましょう。警
察に届出をしないと交通事故
証明書が得られません。
詳しいことは、今月号広報
と一緒に毎戸配付となった、
ちらしをご覧ください。また
は町役場の窓口でおたずねく
ださい。

第7回 新春初笑い市



★開催日時★

平成29年1月3日

10時20分～14時10分 (予定)

★会場★

津軽鉄道 中里駅舎
駅ナカ「にぎわい空間」



< 内容 > (予定ですよ)

- 10時20分 開会式 (ゆるきゃらダンスもあります！)
- 10時30分 「金多豆蔵人形芝居」無料公演
- 11時20分 花柳穂紀桜会 新春 舞踊
- 12時10分 新春！ふるまい餅つき会 (先着150名様)
- 13時00分 健康ダンス「べえ子ちゃん」新春ショー
- 13時45分 年初め！運試し「ビンゴ大会」

(皆様にとって平成29年も良い年でありますように！)



【主催】 中泊町 【後援】 津軽鉄道(株)、小泊観光協会
【協力】 駅ナかにぎわい空間、起きて夢見る会、金多豆蔵応援隊の会
<お問い合わせ先>中泊町水産観光課 TEL0173-57-2111【平成29年1月から新庁舎に移動します】

家畜(鶏含む)飼養者の皆
様へ定期報告のお知らせ

閩 役場農政課林務畜産係 41814
閩 西北地域県民局地域農林水
産部つがる家畜保健衛生所
422276

平成23年度に、家畜伝染病
予防法の一部が改正され、家
畜(鶏を含む)飼養者は毎年定
期報告する事が義務づけられ
ました。次の飼養者は忘れず
に報告するようお願いします。

定期報告

- 対象：鶏(青森シャモロッ
ク、比内地鳥、烏骨鶏、軍
鶏、チャボ、声良鶏、金八
など含む)、あひる、うずら、
きじ、ほろほろ鳥、七面鳥、
ダチョウ
- 鳥類以外(牛、馬、豚、山羊、
めん羊、いのしし、鹿)

■内容：平成29年2月1日時
点の頭羽数

■様式：「定期報告書」様式
は役場農政課で配布。
つがる家畜保健衛生所のホ
ームページにも掲載してい
ます。

■提出方法：役場農政課まで
郵送または持参

■期限：3月6日(月)まで

灯油の取扱いに
気を付けましょう

閩 青森河川国道事務所河川占用調整課
017(734)4537

例年冬季になると、家庭や
事業所から灯油などが流れ出
す油流出事故が多発していま
す。原因は、ホームタンクの
バルブや配管の劣化、除雪時
のホームタンクや配管の破損、
ホームタンクからの小分け時
に目を離すなど、不注意によ
る流出が大半です。

油流出事故が発生すると、
側溝や水路を通じ、河川に流
れ出ることもあります。河川
は水道水などに利用されてお
り、下流域全体に影響を及ぼ
し、川の生き物にも悪影響を
与えます。また、事故の処理
にかかった費用は、原因者に
負担していただくことになり
ます。各家庭や事業所では、
「油類を取り扱う責任者」で
あるという意識を持ち、タン
クの劣化状況点検や補修を行
い、除雪作業などでの破損事
故にも十分注意しましょう。
なお、事故を起こした場合
や発見した場合は、市町村役
場、消防署、警察署などへ速
やかにご連絡ください。

84歳のトリ年生まれが コケッコォー



7回目の誕生日をトリ留めの無い話題で振り返ってみませんか。

中泊町全域から参加をお待ちしております。

- 集まる小屋…五所川原温泉(バスで送迎)
 - ・カラオケ、ダンス、湯コ、昼寝など。
 - ・幼年、少年、現在などの生活や社会情勢をガヤガヤしゃべるべ。
- 集まる日…平成29年2月15日(水)
- エサ代…オンドリ、メンドリどちらも2,500円
集まりたいトリは、住所・氏名・電話番号を2月3日(金)までに次の申込先へ
- 申込先
 - ・古川長兵衛商店 ☎57-2635
 - ・浜館 とよ ☎57-3313
 - ・小鹿 ミエ ☎57-2054
 - ・荒関 正 ☎57-3906

旧中泊町役場の不用物品 売払いのお知らせ

問 役場財政課管財係 内 2032

- 売払い物品
旧中泊町役場で使用していた事務机・書庫・ロッカーなどの備品ほか
- 入札の日時・場所
 - ・物品の公開…平成29年1月22日(日)
午前10時～12時 旧中泊町役場
 - ・入札…平成29年1月26日(木)
午前10時 旧中泊町役場
- 入札方法・代金の納入
物品の公開時に説明します。
- 入札の参加資格
 - ・中泊町に住所を有する人
 - ・未成年者及び破産者でない人
 - ・物品の公開時に入札参加の受付をします。
受付していない人は入札に参加できません。

第12回中泊町ビーチボール バレー大会 参加者募集

問 教育委員会小泊事務所 ☎64-2679

教育委員会では、第12回中泊町ビーチボールバレー大会を次のとおり開催します。参加希望の人は、お申込みください。

- 日 時…平成29年2月5日(日) 8時45分～13時(予定)
 - ・受付…8時45分～9時15分
 - ・開会式…午前9時30分
- 会 場…小泊小学校体育館
- 参加対象…中泊町に居住する中学生以上の町民
- チーム数…先着18チームで締め切り
- チーム編成…1チーム5人以内で編成する。
(試合は3人制で行ない、女性選手が常に1人以上プレーしていること。(中学生3人で出場する場合を除く))
- 競技方法…ブロック・リーグ戦
(21点1セット若しくは5分間の時間制)
- 参加費…無 料
- 申込方法…下記に備え付けの申込書に必要事項を記入のうえ、申込んでください。
 - ・中里地域は教育委員会社会教育課
☎57-2111(内線1923)、FAX 57-3849
 - ・小泊地域は教育委員会小泊事務所
☎64-2679、FAX 64-3722
- 申込締切…平成29年1月18日(水)
- その他
 - (1)中里地域は送迎バスを次のとおり運行しますのでご利用ください。
☆送迎時間…8:00(武田公民館)→8:10(中央公民館)→8:20(内潟郵便局前)→8:55(小泊小学校体育館)
 - (2)申込みチームが8チームに満たない場合は開催が中止となります。

マイナンバー制度とは?

問 総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178

マイナンバー制度のことを何回かに分けてお知らせします。

どうしてマイナンバーは必要なの?

マイナンバー制度には、「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」という目的があります。



- 国民の利便性の向上
 - ～面倒な行政手続がカンタンに！～
添付書類の削減などができるようになります。例えば、「保育園や幼稚園の利用に当たっての認定の申請」では住民票・課税証明書などの書類の提出が省略できるようになります。
- 行政の効率化
 - ～手続をムダなく正確に！～
手続業務に係る時間や労力が大幅に削減されます。
- 公平・公正な社会の実現
 - ～給付金などの不正受給の防止～
所得や行政サービスの需給状況を把握しやすくなります。本当に困っている人に、きめ細かな支援を行うことができます。

県税納税証明書の 交付申請書類

☎ 西北地域県民局県税納税管理課
(34) 2111 内 205

官公庁の入札参加資格審査申請、建設業許可申請、所得税確定申告、金融機関の融資申込みのため、県税(法人県民税・法人事業税・地方人県民税、個人事業税など)法人特別税、個人事業税など)

の納税額または未納額がないことの証明書が必要な人は次の書類などをご準備ください。

●本人申請の場合
①申請書(県税部窓口または県ホームページからダウンロード)
②納税義務者(法人の場合は代表者)の印章(ハンコ)
③本人確認ができる書類(運

④手数料(1件につき県収入証紙400円)
⑤委任状(申請書「委任に関する事項」の欄を使用できません。納税義務者本人(法人の場合は代表者)が自署捺印したもの)
⑥代理人の印章(ハンコ)及び代理人の本人確認書類(運転免許証、パスポートなど写真付きの公的書類)

①申請書(県税部窓口または県ホームページからダウンロード)
②納税義務者(法人の場合は代表者)の印章(ハンコ)
③本人確認ができる書類(運

④手数料(1件につき県収入証紙400円)
⑤委任状(申請書「委任に関する事項」の欄を使用できません。納税義務者本人(法人の場合は代表者)が自署

捺印したもの)
⑥代理人の印章(ハンコ)及び代理人の本人確認書類(運転免許証、パスポートなど写真付きの公的書類)
納税証明書は、納税者の皆様の大切な情報を証明するものに行っていますので、ご協力をお願いします。

五所川原税務署 からのお知らせ

☎ 五所川原税務署個人課税第一部門
(34) 3152

申告書作成会場の開設期間は、2月16日(木)から3月15日(水)までです(土・日を除く)。

■開設場所：五所川原税務署 1階会議室

■開設時間：9時～17時

会場開設前は、申告書作成会場を設置しておりません。少ない職員での対応となり、長時間お待ちいただく場合がございますので、開設期間中にお越しください。待ち時間もなるべくご利用いただける、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を、ご自宅での申告書作成に是非ご利用ください。

便利1：申告会場に向く必要なし！

便利2：確定申告期間中は24時間利用可能！

便利3：自動で税額を計算！

便利4：コンビニエンスストアなどのプリントサービスにも対応！

※申告手続などには、マイナンバーの記載と本人確認書類の提示などが必要です。

コミュニティ・コート(模擬裁判) in 中泊 開催のお知らせとキャスト募集

重大な犯罪に関する刑事裁判に一般市民が裁判員として参加する「裁判員制度」が2009年にスタートしました。県内でも80件を超える裁判員裁判が行われています。

今回は、弘前大学と青森明の星短期大学との連携で、町内の中・高生と一般社会人の皆さんに裁判員として判決を出してもらう模擬裁判教室を開催します。ご来場お待ちしております。事件は、コンビニでおにぎりを万引きした犯人が、店員を殴り負傷させたという想定です。

当日の模擬裁判に参加するキャストと傍聴人を募集しています。一般国民として自分の良識にしたがって判断していただくことが裁判員制度の趣旨ですから、法律の専門知識などは不要です。セリフは基本的に台本を用意しますので、どうぞ積極的にご応募ください。

〈日時〉 2017年1月21日(土) 午後1時～4時

〈会場〉 中泊町庁舎 委員会室(予定)

〈参加料〉 無料(申込が必要です。どなたでも傍聴・評議に参加できます)

〈主催〉 弘前大学教育学部 社会科教育講座 宮崎研究室、
青森明の星短期大学 生涯学習センター

〈キャスト募集〉

- ・裁判官B：高校生
- ・裁判員①：高校生
- ・裁判員②：社会人(20～30代)
- ・裁判員③：社会人(40～50代)
- ・裁判員④：社会人(60～70代)
- ・検察官B：高校生

(申込および問合せ先) お名前、ご住所、年齢、連絡先電話番号、キャスト希望か傍聴人希望かを明記して1月13日(金)までに下記あてにお申込みください。

郵便の場合…〒036-8560 弘前市文京町1

弘前大学教育学部 宮崎秀一宛

〒037-0392 中泊町大字中里字紅葉坂209

役場選挙管理委員会事務局宛

FAXの場合…0172-39-3349(弘前大学)

0173-57-3849(役場選挙管理委員会事務局)

メールの場合…miyazaki@hirosaki-u.ac.jp

2017 なかどまり 又ままり

寒い冬を楽しもう！

2017.1.28(土) 9:30~14:00 中泊町農産物加工販売施設『ピュア』屋外特設会場

- 豪華景品あり 無料 振舞い 鍋 おしるこ
- 豪華景品あり ゲームの内容は お楽しみに!! 雪上ゲーム 競技大会
- 豪華景品あり おたのしみ ビンゴ大会
- 有料 お馬さんががんばって そりを引いてくれるよ!! 馬そり体験
- お菓子もまくよ!! 振る舞い 豆まき
- 大型 すべり台
- 出店者募集!! フリーマーケット 会場：中泊町農村活性化施設
- あったかい食べ物や 新鮮魚介類もあるよ!! 屋外テント 物産販売
- 無料送迎バス（ピュアやバルナス）運行

注) 上記イベント内容は予定でございませう。変更する場合がございますのでご了承下さい。

主催 中泊町・みんなで作るべしプロジェクト 協賛 中泊町建設業協会・中泊町建築業協会・中泊町連合婦人会
お問合せ先 みんなで作るべしプロジェクト事務局 株式会社アクトプラン ☎037-0309 中泊町大字八幡字日向334 電話 57-5720 FAX 57-5721

求職者支援訓練「介護福祉士実務者研修養成科」
 問 ラソ・パソコン教室
 ☎(26)6861

介護・福祉従業者としての職業倫理と幅広い知識・技能を習得するために、専門の講師からの確かな指導を受け、パソコンによる文書作成や表計算の基本・応用技術を習得し、

- 介護事業所で業務に就くことを目指す訓練講座です。
- 期間：平成29年3月1日～8月31日
- 場所：ラソ・パソコン教室（五所川原市姥泊字船橋2 3813）
- 定員：14人（応募者が少ない場合は中止することがあります）
- 受講料：無料（ただし、テキスト代14,796円と資格試験を受験する場合の受験料は自己負担です）
- 申込み：ハローワークの職業訓練窓口へご相談のうえ、平成29年2月3日(金)までに申込みください。
- 受講給付金：一定の要件を満たす人は利用できます。

中央公民館からのお知らせ

問 中央公民館 ☎ 57-2341

◇ ちびっこ“そば職人”誕生！

11月28日(月)、中央公民館で平成28年度第1回そば打ち教室を開催いたしました。今年も初めての人から何回も参加している人まで、講師から習った手順をしっかりと覚え、おいしいそばができるようにそば打ちを楽しんでいました。出来上がったそばを食べると、「自分で打ったそばは美味しい」「去年より上手にできた」「またやってみたい」と感想を述べていました。

◇ 第2回そば打ち体験教室参加者募集！

好評につき「第2回そば打ち体験教室」を開催します。参加を希望される人は、電話などでお申込みください。

- 日 時…平成29年2月5日(日) 1回目は9時より、2回目は11時より
- 場 所…中央公民館・実習室及び大ホール
- 対 象 者…町民(小学生は保護者同伴) ■ 募集人員…各回とも10人
- 申込期限…平成29年1月30日(月) ※募集人員に達した時点で〆切となります。
- 参 加 料…材料代として1,000円(当日、徴収いたします)

※1組で、そば約500g(5食分)となります。その場で召し上がれますが、お持ち帰りになる場合は、タッパなどをご準備ください。



入校生募集

問 弘前高等技術専門学校
0172(32)68005

平成29年4月入校の一般コースと若年者コースの入校試験を次のとおり実施します。

●訓練科名・定員・期間

・一般コース

造園科15人(1年)

配管科20人(1年)

・若年者コース

建築システム工学科10人

程度(2年)

●受検対象者

・一般コース

職業に必要な技能及びこれに関する知識を習得しようとする者

・若年者コース

高等学校卒業者(見込みを含む)及び同等以上の学力を有する者

●願書受付期間

平成29年1月4日(水)

～2月8日(水)

●入校試験日

平成29年2月16日(木)

平成29年度
訓練生を募集します

問 県立障害者職業訓練校 0172-36-6882

●募集概要

訓練科名	募集定員	試験方法	対象者
デジタルデザイン科	15人	職業適性試験 面接	障害者 (知的障害者以外)
OA事務科	15人		
作業実務科	10人	適性試験面接 (保護者同伴)	知的障害者

●募集期間…平成29年1月4日(水)～2月8日(水)

●試験日…平成29年2月17日(金)

●試験会場…県立障害者職業訓練校
(弘前市緑ヶ丘1-9-1)

詳しくは、問合せ先まで。

青森県特定(産業別)最低賃金改正
のお知らせ

問 青森労働局労働基準部賃金室 017-734-4114

平成28年12月21日から、表のとおり最低賃金が改正されました。

青森県特定(産業別) 最低賃金件名	時間額(円)	
	改正後	改正前
鉄鋼業	835	816
電子部品・デバイス・電子回路、 電気機械器具、情報通信機械器具 製造業	765	750
各種商品小売業	758	743
自動車小売業	798	782

(参考) ※平成28年10月20日改正

青森県最低賃金	改正後	改正前
	716	695

※詳しくは、青森労働局ホームページからご覧になれます。

(<http://aomori-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/>)

詳しくは、最寄りのハローワークまたは、問合せ先まで。

「相続登記はお済みですか月間」無料相談

問 青森県司法書士会
017(776)8398

司法書士会では、毎年2月を「相続登記はお済みですか月間」と定め、相続登記の手続きを促す啓発活動をしています。

その一環として、相続登記に関する無料相談を次のと

おり実施しますのでご利用ください。

●期間

平成29年2月1日(水)

～28日(火)

(土・日・祝日は除く)

●場所…県内の各司法書士事務所

※事前に各事務所へご予約をお願いします。

●費用…初回相談無料(2回目以降や具体的な手続きは有料です)

詳しくは、問合せ先まで。

広告

2017 HAPPY NEW BEER

町民の皆様本年も宜しくお願い致します

ACTPLAN
The

新年会

飲んで歌って笑って気の合う仲間と乾杯!!

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(税込) 限定250名様

2月4日(土)18:00~20:30

前売りチケット好評発売中!!

お問い合わせ先  株式会社 アクトプラン 〒037-0309 中泊町大字八幡字日向334
TEL:0173(57)5720/FAX:(57)5721

ふるさと納税

ありがとうございました

○寄付金額1万円

- 〈埼玉県さいたま市〉 埼玉 秀範様
- 〈神奈川県川崎市〉 渡辺 玄一様
- 〈埼玉県さいたま市〉 埼玉 芳彦様
- 〈東京都新宿区〉 福田 和美様
- 〈東京都練馬区〉 呉 正樹様
- 〈千葉県印西市〉 日比 重仁様
- 〈東京都世田谷区〉 尾澤 浩之様
- 〈千葉県市川市〉 鍋田 正也様
- 〈福岡県福岡市〉 友納 慶様
- 〈東京都品川区〉 石田 正実様
- 〈広島県広島市〉 佐藤 友治様
- 〈神奈川県大和市〉 松尾 裕子様
- 〈福島県福島市〉 佐藤 浩之様
- 〈東京都大田区〉 山本 晋司様

のどかな街並みで、食べ物やお酒が非常に美味しい所だと思っております。

〈愛媛県松山市〉 辻本 定次様

- 〈東京都文京区〉 山本 寛人様
- 〈神奈川県川崎市〉 苅部 匠始様
- 〈栃木県宇都宮市〉 田城 忠様
- 〈栃木県下野市〉 大柳 裕登様
- 〈東京都板橋区〉 杉本 年男様
- 〈栃木県宇都宮市〉 日下 睦月様
- 〈東京都台東区〉 服部 史哲様
- 〈東京都杉並区〉 宇野 総一郎様
- 〈神奈川県川崎市〉 田中 香様
- 〈神奈川県横浜市〉 小泉 慎一様
- 〈東京都新宿区〉 土井 将司様
- 〈神奈川県横浜市〉 今野 邦廣様
- 〈東京都港区〉 越川 達朗様
- 〈埼玉県さいたま市〉 中浜 誓様
- 〈東京都墨田区〉 岡田 裕志様

〈愛知県名古屋市中区〉 酒井 亨様

- 〈大阪府大阪市〉 藤澤 岳史様
- 〈北海道室蘭市〉 仙丸 直人様
- 〈東京都品川区〉 藤代 太輔様
- 〈宮城県仙台市〉 伊藤 真利子様
- 〈愛知県豊川市〉 彦坂 知秀様
- 〈東京都国分寺市〉 西山 文子様
- 〈兵庫県伊丹市〉 池上 敏信様
- 〈大阪府大阪市〉 伊藤 勇二様
- 〈神奈川県相模原市〉 中川 友康様
- 〈東京都江東区〉 小林 修様
- 〈東京都港区〉 石川 光久様
- 〈東京都新宿区〉 朝賀 光雄様
- 〈広島県福山市〉 掛谷 泰男様
- 〈北海道函館市〉 北村 和宏様

より一層、活性化するようにがんばってください。

〈神奈川県川崎市〉 志水 竜夫様

- 〈徳島県小松島市〉 清水 圭一様
- 〈東京都文京区〉 関戸 秀樹様
- 〈神奈川県横浜市〉 若林 孝太郎様
- 〈神奈川県川崎市〉 馬渡 麻砂子様
- 〈岩手県盛岡市〉 小原 結城様
- 〈岩手県奥州市〉 阿部 知行様
- 〈愛知県一宮市〉 浅野 達也様
- 〈広島県広島市〉 西原 小百合様
- 〈東京都足立区〉 山崎 浩昭様
- 〈静岡県島田市〉 大石 康皓様
- 〈北海道札幌市〉 松本 悠様
- 〈埼玉県戸田市〉 大野 慎三様
- 〈東京都新宿区〉 岩坂 文洋様
- 〈千葉県松戸市〉 守田 望様

よりよい町づくりを頑張ってください！

○寄付金額3万円

- 〈広島県福山市〉 平地 康嗣様
- 〈埼玉県蕨市〉 中山 順今様
- 〈千葉県佐倉市〉 牟田 謙二様
- 〈東京都品川区〉 小倉 俊悦様
- 〈愛知県名古屋市中区〉 河合 卓哉様
- 〈神奈川県横浜市〉 内藤 良子様
- 〈東京都町田市〉 大矢根 淳様
- 〈埼玉県越谷市〉 細野 功一様
- 〈大阪府大阪市〉 荒牧 太郎様
- 〈東京都江東区〉 北村 逸平様
- 〈神奈川県川崎市〉 門馬 隆弘様
- 〈東京都練馬区〉 清水 寛子様

陰ながら街づくりを応援しています。

○寄付金額10万円

- 〈大阪府大阪市〉 古瀬 洋一様
- 〈大阪府大阪市〉 黒木 二郎様
- 〈佐賀県佐賀市〉 竹下 敏昭様
- 〈東京都調布市〉 野納 敏展様
- 〈神奈川県藤沢市〉 北濱 純様
- 〈東京都杉並区〉 飯野 秀一様
- 〈愛知県名古屋市中区〉 平橋 京子様
- 〈埼玉県さいたま市〉 関口 育男様
- 〈千葉県松戸市〉 高橋 章彦様
- 〈長野県佐久市〉 山下 英毅様
- 〈福井県福井市〉 内藤 慶英様
- 〈大阪府八尾市〉 林 智得子様

豊かな自然の保全を期待します！

○寄付金額15万円

- 〈東京都調布市〉 野納 敏展様
- 〈神奈川県藤沢市〉 北濱 純様
- 〈東京都杉並区〉 飯野 秀一様
- 〈愛知県名古屋市中区〉 平橋 京子様
- 〈埼玉県さいたま市〉 関口 育男様
- 〈千葉県松戸市〉 高橋 章彦様
- 〈長野県佐久市〉 山下 英毅様
- 〈福井県福井市〉 内藤 慶英様
- 〈大阪府八尾市〉 林 智得子様

静和園だより

感
問

・中里地区婦人会 12月8日(木)、12月の誕生者を祝う集いを行いました。誕生会には、雪が降る悪天候にもかかわらず中里地区婦人会の皆さんが来園し、スコップ三味線を始め全8演目を披露してくださいました。最後のなにもささでは、会場がお祭りムード一色となり、婦人会の皆さんと楽しい時間を過ごしました。



寄
贈

・中里地区婦人会……テッシュ、タオル、コーヒー

図書館情報

今月のMiniコレクション

- テーマ「笑いのビタミン、補給しませんか？」
『初笑い』におすすめの人気作を集めました。
今年も1年、笑って過ごしましょう!!

新刊情報 [一般]

- 『四月になれば彼女は』 川村 元気 文藝春秋
『クローバーナイト』 辻村 深月 光文社
『ハリー・ポッターと呪いの子』 J.K.ローリング 静山社
『女王さまの夜食カフェ』 古内 一絵 中央公論新社
『恋のゴンドラ』 東野 圭吾 実業之日本社

生活困窮自立相談窓口のご案内

問 西北地域自立相談窓口 ☎0173(34)3494
問 相談専用フリーダイヤル ☎0800(800)7114
✉ seihoku@aosyakyu.or.jp

あなたの生活の「不安」や「心配」をきかせてください!

- お金のこと ○人付き合いのこと
○お仕事のこと ○病気や体調のこと

このような様々な理由により生活にお困りの皆さん、1人で悩まずに「西北地域自立相談窓口」にご相談ください。電話相談、来所相談、またはご希望の場所にお伺いします。あなたと一緒に考え、あなたに寄り添いながらサポートいたします。

■相談受付

月曜～金曜 午前9時～午後5時まで
(土日・祝日・年末年始を除く)

■相談場所…西北地域自立相談窓口

(住所：五所川原市鎌谷町502-5 五所川原市社会福祉協議会内)

どんと焼きのお知らせ

問 中央公民館 ☎57-2341

新年を迎えるための縁起物(しめ縄など)を焼く「どんと焼き」を次のとおり開催しますので、希望される人はどうぞご参加ください。

■日 時…平成29年1月14日(土)

午前10時 祈祷

※受付は当日午前9時から10時まで。

■場 所…宝の森広場特設会場

(B & G 海洋センター隣)

■対象物…しめ縄、門松、破魔矢、お札などの基本的に燃やせるもの

※不燃物(陶器類など)や「どんと焼き」の趣旨にそぐわないものは、ご遠慮ください。

ただし、強風などの悪天候の場合は、中止となる場合があります。

心配ごと相談 町社会福祉協議会

中里地域

1月18日 中村 盛江
佐々木 守善

※1月からは中泊町役場1階(新庁舎)相談室2で行います。

相談場所 役場相談室2

相談時間 午前9時～正午

小泊地域

1月18日 秋田谷 徳美
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

なんでも行政相談

日 時…1月25日(水) 午前9時～正午

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。

博物館ニュース
Museum News
VOL.64

◆冬の企画展「キルトの仲間たち作品展—ぬくもり☆たいせつなひとへ—」開催！
【会期：11月11日～12日】



日時：1月14日(土)～3月19日(日)
午前9時～午後4時45分(最終日は午後3時まで)／休館日：毎週月曜・第4木曜・祝日／入館料：無料(ただし常設展は通常料金)



◆キルト教室参加者募集！

日時：1月14日(土)午前10時～12時／定員：15人(定員となり次第締め切り、小学生低学年以下は保護者同伴)／参加費：無料



◆中泊町天然記念物調査！

このほど、樹木医(青森県樹木医会)による樹木の生育調査が行われました。調査対象は、町天然記念物に指定されている「般若寺イチヨウ」「大沢内溜池ナラの木」の2件。

表面観察や触診などにより、樹木の生育状況を確認しました。今回調査の所見を基に、来年度以降、詳細調査を実施する予定です。



◆小泊地区の漁具大募集！

博物館では、小泊地区の漁具について、国有民俗文化財登録を目指して、現在作業を進めています。つきましては、ご不用になった漁具などありましたら、博物館まで連絡ください！(0173-69-1111)とくに、船霊様・大漁旗などの信仰資料、サグリなどの仕事着、アワビカギやヤスの柄(サオ)部分などを大募集中です！



◆博物館ホームページ改良！

ツイッターを画面の右端で確認できるようになりました！



119 消防&救急

火事のない明るい年を！

新年、明けましておめでとうございます。
年末年始は、特に家庭で火気を使用する機会が多くなります。火元には十分注意しましょう。
今年も皆さんにとって良い一年でありますように！



除排雪作業の注意

本格的に雪の降る季節になりました。降雪に伴い除排雪での事故も多く発生しているため、作業時は十分注意して行いましょう。

- ① 屋根の雪降ろし中に誤って転落。
- ② 軒下で作業中による、屋根雪の落下事故。
- ③ 近くの川や排水溝に排雪の際、誤って転落。
- ④ 除排雪のために、道路など

緊急車両の通行にご協力を

冬期間は、雪により道幅が狭くなるなどの障害が考えられます。
緊急車両がスムーズに通行できるように出来る限り道路に車などを駐車しないようご協力ください。

中里消防署からのお願い

冬期間消防署では、ドクターヘリなどを要請した際、ヘリコプターの離発着場として運動公園の駐車場を使用します。車を駐車しないようご協力ください。



火事・救急・救助は119番/五消本部病院照会 ☎34-4999/中里消防署 ☎57-2370/小泊消防署 ☎64-2375



佐野蒼生 ちゃん
(田茂木)



須藤洋太 ちゃん
(八幡)



葛西莉桜 ちゃん
(宮野沢)



葛西成治 ちゃん
(派立上)

1歳6か月児健診にて
(12月8日実施)

むし歯のない子の紹介



中里 ☎(57)2111
小泊 ☎(64)2111



長谷川理世 ちゃん
(若葉町)



越野葵陽 ちゃん
(若葉町)



小野愛生 ちゃん
(尾別)



杉山美優 ちゃん
(下豊岡)



高山那月 ちゃん
(若宮)



佐藤愛梓 ちゃん
(長泥)

栄養士のお役立ちコラム

年末年始はご馳走を食べ、みんなでワイワイ飲んで楽しみましたか。たくさん働いた胃ですが、毎日の食事は欠かせません。

そんな働き者の胃を助けてくれるお野菜をご紹介しますと思います。ずばりそのお野菜とは……『大根』です。

大根に含まれるジアスターゼ、アミラーゼ、セテラーゼといった酵素が消化吸収を助けてくれます。

ジアスターゼとアミラーゼはでんぷんを分解・消化吸収、セテラーゼはたんぱく質を分解・消化吸収します。これらの酵素は消化を助けるので、胸焼けや胃もたれを防いでくれます。ただし、酵素は熱に弱いので、生で食べることをオススメします。

生と言えば、大根サラダや大根おろしが一般的ですね。焼き魚などに大根おろしがつくのは、味だけでなく消化を助ける役割もあるからだったんです。

大根の辛み成分は消化を助けるだけでなく、魚や肉の生臭みを消す働きも持っています。辛み成分は、根の方に多く含まれていて、細胞が細かく壊れるほど辛くなる特徴を持っています。

辛い大根おろしは根の方を目の細かいおろし器ですると食べられます。辛み成分は時間がたつと抜けていくので、おろすときは食べる直前におろしましょう。

今回はそんな消化を助ける大根おろしを使った簡単レシピをご紹介します。

～ほうれん草のおろし納豆和え～

【材料】(4人分)

ほうれん草…1束 / 大根…300g
納豆……2パック / めんつゆ…小さじ2

【作り方】

- ① ほうれん草をたっぷりのお湯で茹でて冷水にとり冷やす。
- ② 大根は皮をむきおろし器でおろし、水分を軽くしぼる。
- ③ ①のほうれん草の水気をよくきって2cmの長さに切る。
- ④ 納豆、大根、めんつゆをよく和えたら、ほうれん草を加えさっと和えて完成。

【栄養価】(1人分)

エネルギー…65kcal / たんぱく質…4.7g
脂質…2.6g / 食塩相当量…0.1g

鉄分の豊富なほうれん草と納豆ですが、鉄分だけでは摂取しても吸収が悪くほとんどは排泄されてしまいます。鉄分を上手に吸収するためには、ビタミンCと一緒に摂取すると良いです。大根はビタミンCが豊富に含まれていますので、鉄分の吸収の手助けもしてくれるのです。

最後に、昔から『大根おろしに医者いらず』と言われるように、大根には様々な効果があります。旬の今だからこそ、栄養価もハウス栽培の時期より整っています。また、味もおいしくなっています。ぜひ、生の大根を味わってみてください。

※今回の健診では、受診者全員に虫歯がありませんでした。



佐藤劉備 ちゃん
(新町1)

お正月料理伝達講習会を開催したいと思います。

役場町民課保健衛生係

お正月料理講習会
のお知らせ

開催日時 1月4日(水) 15時～17時

開催場所 中里保健センター

参加申込は、電話での申込となります。

日時

平成29年1月17日(火) 9時より

場所

中里保健センター

持ち物

エプロン・三角巾

参加申込は、電話での申込となります。

まちのイベントカレンダー

1 月			2 月		
16	月	10:00~ 運動教室(中央公民館)	1	水	
17	火		2	木	
18	水	北光寿大学教養学習	3	金	
19	木		4	土	イガ米~きてけフェア(アスパム) 10:00~16:00 図書室開放(小泊地域)
20	金	10:00~12:00 心の健康相談(中里保健センター)	5	日	9:00~、11:00~ 第2回そば打ち体験講座(中央公民館) 9:00~ 第12回中泊町ビーチボールバレー大会 (小泊小体育館)
21	土	10:00~16:00 図書室開放(小泊地域)			イガ米~きてけフェア(アスパム)
22	日		6	月	10:00~ 運動教室(中央公民館)
23	月		7	火	
24	火		8	水	12:50~ 2歳6か月児歯科健診(中里保健センター)
25	水	14:30~ 運動教室(中央公民館)	9	木	
26	木	12:50~ 乳児健診(中里保健センター)	10	金	10:00~ 高齢者教室(中央公民館)
27	金		11	土	10:00~16:00 体育館開放(小泊地域)
28	土	9:30~14:00 2017 なかどまり冬まつり(ピュア)	12	日	
		10:00~16:00 体育館開放(小泊地域) 15:00~ 雪灯ろうまつり(ピュア)			
29	日		13	月	
30	月	10:00~ 運動教室(中央公民館)	14	火	北光寿大学閉講式
31	火		15	水	14:30~ 運動教室(中央公民館)

NAKADOMARI PUBLIC RELATIONS JAN 2017.

坂田 米義 77 (宮川)
川村 フサミ 94 (宮川)
蝦名 幾 76 (今泉上)



今加奈子 (下前上)
大川 喬矢 (青森市)
中山 真紀 (つがる市)
豊澤 孝行 (花丘町)
吉元 いづる (東京都)
成田 和史 (芦野)
葛西 祐美 (上高根)
成田 克博 (つがる市)
工藤 祐梨 (向町上)
善方 良太 (東京都)



成田 笑久 (女・祐輔) 今泉上



(11月届出分)

戸籍の窓口

葛西 喜代治 82 (新町2)
豊澤 利雄 87 (折戸)
永坂 定五郎 76 (新町2)
大川 ヨネ 90 (下前上)
古川 ヤサ 97 (派立上)
加藤 良作 86 (大沢内)
古川 優子 66 (今泉上)
三上 吉 67 (八幡)
田中 春吉 67 (八幡)
青山 武雄 98 (今泉下)
秋元 ハルエ 82 (長泥)
蝦名 浩 79 (今泉上)
加藤 光則 79 (五林)
三上 惣蔵 81 (今泉下)
古川 傳一郎 94 (上高根)

人のうごき

11月末現在(前月比)

人口	11,672人(-25)
男	5,486人(-15)
女	6,186人(-10)
世帯数	5,142(+4)
出生	2 / 死亡 19
転入	11 / 転出 19

冬の訪れを告げるストーブ列車の運行に合わせ、津軽鉄道サポーターズクラブが11月27日(日)、津軽中里駅の駅ナカにぎわい空間でストーブ列車の点火祭を開催し、関係者をはじめストーブ列車のファンら約200人が来場しました。

サポーターズクラブが今年の活動報告をした後は、交流会を行いました。交流会では、津軽スコップ三味線の家元・館岡屏風山氏の演奏が行われ、会場には笑いと拍手が響きました。また、一緒にスコップ三味線を体験した来場者らは、すぐにコツを覚え楽しそうに演奏していました。

最後は、スイングアーツによる演奏と歌謡ショーが行われ、会場は盛り上がりました。参加者らは「スコップ三味線を体験してみたが楽しかった。今度は、ストーブ列車に乗って遊びに来たい」と話していました。



漬物名人の漬け方を披露

駅舎漬物まつり



漬物が美味しくなる季節、津鉄応援直売会と町の生活改善グループが、12月4日(日)津軽中里駅「駅ナカにぎわい空間」で駅舎漬物まつりを開催しました。

大沢内駅舎ではじまったこのまつりは9回目となりました。

開会式では、主催する津鉄応援直売会と町生活改善グループを代表して、佐藤イネ子さんが「私たちは、この地域を少しでも元気づけたいとこのような活動をしている。今年もおいしい漬物ができた。最後まで楽しみましょう」とあいさつしました。

漬物まつりでは、実演を通じて美味しい作り方を紹介しています。今回は、漬物名人の手っこを紹介と題して「らっきょう酢漬」の作り方を実演しました。来場者たちは、名人の技を学ぼうと聴き入っていました。

また、会場では、もちつき大会ともちの振る舞いや漬物、野菜などが販売され、地元住民や津軽鉄道の利用者などが楽しみました。

