



広報  
11月号

# さい

平成27年度  
10月4日(日)  
こども  
民俗芸能大会  
入場無料  
三沢市公会堂



【10月4日(日) こども民俗芸能大会】





# ～地域の人への感謝を胸に あふれる笑顔を 皆でつなごう～

佐井小学校学習発表会 10月11日(日)



①高学年 表現



②中学年 コール劇



③低学年 表現



④御神楽



⑤音楽部 器楽



⑥低学年 劇



⑦高学年 劇



⑧全校 合唱

- ①表現：愛・SAI・太鼓
- ②コール劇：泣いた赤おに
- ③表現：わくわくどきどき音楽隊
- ④伝統芸能：御神楽
- ⑤器楽：オータムコンサート2015
- ⑥劇：新・金のがちょう
- ⑦劇：山椒大夫
- ⑧合唱：花は咲く ふるさと



# 繋(つながり) ～仲間との輪を広げ、未来へはばたこう～

佐井中学校文化祭 10月18日(日)



①ミュージカル



②弁論



③2年 ダンス



④3年 ダンス



⑤御神楽



⑥全校吹奏楽



⑦全校吹奏楽



⑧閉会セレモニー

- ①ミュージカル：エルコスの祈り
- ②弁論：石黒晴奈（3年）
- ③ダンス：「3チーム出演」
- ④ダンス：「佐井中ソーラン」
- ⑤御神楽
- ⑥・⑦全校吹奏楽：佐井中バンド
- ⑧閉会セレモニー





# 交母だより



佐井村  
交通安全母の会

## 第42回青森県交通安全母の会連合会 むつ・下北ブロック研修会に参加!

10月15日(木)東通村小田野沢漁協漁民センターで行われた、第42回青森県交通安全母の会連合会むつ・下北ブロック研修会に母の会6名が参加しました。他地区の活動報告や警察本部の方による講話を聞くことで、今後の活動の参考となる部分がたくさんありました。

自分の運転・行動で守れる命が必ずあると思います。これからも交通安全に努めていきましょう。

来年は、佐井村での開催予定となっております。



みんなで続けていこう! 交通死亡事故ゼロ 次の目標は1,500日 記録 **1,090日**(11/1現在)  
**11月の早め点灯時刻は 午後3時です**

こちら佐井駐在所

☎38-2218

### 夕暮れ・夜間の交通事故防止

これからの季節は、暗くなるのが早くなります。

午後4時から午後6時ころの「薄暮時間帯」から、夜間にかけて交通事故が多発する傾向にあります。

車を運転する方はスピードを控え目に、早めのライト点灯を心掛け、夜間、対向車・先行車がない時はライトを上向きにし、歩行者や自転車を早めに発見して交通事故を防止しましょう。

また、歩行者や自転車の方は、夕暮れ・夜間に外出する時は、なるべく明るい色の服装と反射材用品を身に付け、「自分の存在をアピール」しましょう。自転車はライトの点灯を忘れずに。

一人ひとりが交通ルールを守り、交通事故を起こさない、遭わないように注意しましょう。

#### ●駐在メモ

#### ～大間警察署新庁舎移転について～

このたび大間警察署では、次のとおり庁舎を新築移転することになりましたので、お知らせします。

- 新庁舎の運転開始日 11月16日(月) 午前8時30分から
- 新庁舎の移転先 下北郡大間町大字大間字大間平20-19 (大間病院向い南側)
- 新庁舎の電話番号 37-2211

※電話番号はこれまでと同じです。

### 駐在日誌 ～管内事件・事故発生状況～

9月 【事件】なし

【事故】なし

事件・事故には遭わないよう、起こさないよう、みんなで気をつけましょう。



# 教育委員会だより



## 第25回青森県中学校新人陸上競技選手権大会

むつ運動公園陸上競技場（10月3日～4日）

### 【男子】

2年200m	4位	東出 功韻（佐井2）	24秒28
2年走り幅跳び	6位	竹内 将人（牛滝2）	5m37
四種混成競技	6位	長谷川海斗（牛滝2）	1,318点
	7位	長島 祥太（佐井2）	1,242点

### 【女子】

1年100mハードル	3位	東出 稲穂（佐井1）	17秒46
1年走り幅跳び	7位	福田 知子（佐井1）	4m20
2年200m	7位	加藤 実花（佐井2）	28秒67



長谷川海斗くん、竹内将人くん（牛滝）

## 第34回青森県小学生陸上競技記録会

9月19日（土）～20日（日）青森県総合運動公園で第34回青森県小学生陸上競技記録会が開催され、6月に行われたむつ下北大会で上位入賞した9人が出場しました。

残念ながら入賞は逃しましたが、どの選手も力を出し切りました。応援ありがとうございました。

### 【男子】

80mハードル	長谷川航太（牛滝6）	15秒83
ソフトボール投げ	東出 太陽（佐井6）	45m20

### 【女子】

5年100m	小笠原 星（佐井5）	15秒16
1500m	太田 小雪（佐井5）	5分37秒33
80mハードル	須藤 恋那（佐井6）	17秒36
走り幅跳び	福田那々子（佐井5）	3m57
	金沢 紫世（佐井6）	3m56
	田中明日香（福浦6）	3m28
	加藤 舞美（佐井5）	3m07



田中明日香さん（福浦）

## 平成27年度むつ市秋季陸上競技選手権大会

むつ運動公園陸上競技場（10月11日）

### 【男子】

中学100m	4位	東出 功韻（佐井中2）	12秒31
	7位	川岸 蓮（佐井中3）	12秒68
中学200m	2位	東出 功韻（佐井中2）	24秒81
中学110mハードル	5位	長島 祥太（佐井中2）	19秒56
走り幅跳び	8位	川岸 蓮（佐井中3）	5m32
中学砲丸投げ	5位	長谷川海斗（牛滝中2）	8m37
中学円盤投げ	3位	長島優津稀（佐井中2）	15m09

### 【女子】

中学100m	1位	加藤 実花（佐井中2）	13秒71
	5位	川岸 菜々（佐井中2）	14秒57
中学200m	1位	加藤 実花（佐井中2）	28秒50
中学100mハードル	3位	東出 稲穂（佐井中1）	17秒96
	5位	東出 陽（佐井中2）	18秒74
	6位	内田 玲奈（佐井中2）	18秒84
4×100mリレー	5位	佐井中学校	56秒15
走り幅跳び	5位	加藤 実花（佐井中2）	4m69
	7位	福田 知子（佐井中1）	4m29
中学円盤投げ	3位	奥川 亜紀（佐井中3）	18m93

※緑文字は大会新記録です



# 保健師だより



## 健康づくりは 毎日の積み重ね

食べ物がおいしい“食欲の秋”に「何でもおいしく食べすぎてしまった」という方も多いのではないのでしょうか。しかし、食欲にまかせて体重が1kg、2kg…と増えていませんか？  
そこで、まずはご自身の標準体重をチェックしてみましょう。

### BMI(Body Mass Index)はご存知ですか？

BMIは身長と体重のバランスをみる体格指数です。

$$\text{BMIの計算式} \quad \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)} \div \text{身長(m)} = \text{BMI}$$

【BMIの判定】体重が適正な範囲かどうかをチェックしてみましょう。

BMI	18.5未満	18.5～25未満	25～30未満	30～35未満	35～40未満	40以上
判定	やせ	適正体重	肥満度1	肥満度2	肥満度3	肥満度4

良く食べる物のおおよそのエネルギー量を知ろう！

淡水化物編		飲み物・アルコール編	
ご飯 茶碗1杯 (150g)	252kcal	普通牛乳 200ml	134kcal
食パン 6枚切り 1枚	158kcal	缶コーヒー(砂糖・ミルク入) 1缶	72kcal
かけうどん 1杯	322kcal	ビール中ジョッキ1杯 (350ml)	140kcal
ポテトサラダ 小鉢1杯	193kcal	日本酒 1合	193kcal
おかず編		焼酎 1合	264kcal
焼き鮭 1切れ	145kcal	間食編	
さんまの塩焼き 1匹	233kcal	あんぱん 1個	252kcal
ハンバーグ 1つ (150g)	335kcal	メロンパン 1個	344kcal
焼き鳥(胸肉・たれ) 2本	176kcal	カレーパン 1個	380kcal
くだもの編		ドーナツ 1個	232kcal
バナナ 中1本	80kcal	ショートケーキ 1切れ	344kcal
みかん 中1個	40kcal	せんべい 1枚	100kcal
りんご 大1個	160kcal	大福 1個	259kcal

### 運動で消費できるエネルギー量

スポーツだけでなく、生活の中で「ちょこまか」動くこともエネルギーの消費につながります。  
まずは、自分の知りたい運動が“1エクササイズの運動量”で何エクササイズにあたるのかを調べてみましょう。エクササイズとは、身体活動の量を表す単位です。

#### 【1エクササイズの運動量】

運動	生活活動	運動	生活活動	運動	生活活動
普通歩行	20分	足歩	15分	軽いジョギング	10分
山登り	7～8分	自転車	15分	水泳(ゆっくり)	10分
テニス	10分	床拭き	15分	風呂掃除	15分

#### 【1エクササイズあたりの体重別エネルギー消費量】

体重	40kg	50kg	60kg	70kg	80kg	90kg
消費エネルギー量	32kcal	39kcal	47kcal	55kcal	63kcal	71kcal

実際に行ったエクササイズの運動量にエネルギー消費量をかけると、運動で消費できるエネルギー量が算出できます。

例) 体重50kgの人が速歩30分(2エクササイズ)を行う場合の消費エネルギー量は…  
2エクササイズ × 39kcal = 78kcal

## \*1kgやせる方法～実践例の紹介～\*

体脂肪 1kg=7,000 kcalといわれています。毎日少しずつ食事内容を調整する、もしくは運動量を増やして、7,000 kcal削減できたら「1kgやせた」ということになります。

「7,000 kcalの削減なんて…」と思っている方は、次のような方法を実践してみましょう。

■朝・昼・晩のご飯を一口(10g)ずつ減らす ⇒5ヵ月で1kgの減量!

$-16\text{kcal} \times 3\text{食} \times 30\text{日} \times 5\text{ヵ月} = -7,200\text{kcal}$

■毎日飲んでいたミルク・砂糖入りの缶コーヒー1缶をお茶に変える ⇒3ヵ月で1kgの減量!

$-72\text{kcal} \times 30\text{日} \times 3\text{ヵ月半} = -7,560\text{kcal}$

■朝夕で各10分ずつ多く歩く(体重60kgの人の場合) ⇒5ヵ月で1kgの減量!

$-47\text{kcal} \times 30\text{日} \times 5\text{ヵ月} = -7,050\text{kcal}$

健康づくりは、無理せず、少しずつ積み重ねることが成功の秘訣です。賢く、おいしく食べて、楽しく、気持ちよく体を動かしてみませんか。



# 病院だより



大間病院

内科医長 二部 悦也

## きかんしぜんそく 気管支喘息について

朝と夜、非常に寒さを感じるこの頃ですが、みなさん、お元気ですか？ 季節の変わり目であればあるほど、急に寒暖差が激しくなり、よく「喘息発作」が起きやすくなります。喘息と聞くと「喘息ごとき」と思われる方もいるでしょう。しかし、全国統計としては気管支喘息発作で死亡する方は1995年の7000人をピークに年々減少傾向にあるものの、2014年にはまだ1500人程度の死亡者がいます。(平成26年人口動態調査)

元々、喘息の方はもちろんですが、急に寒暖差が激しくなることで風邪を引いてしまい「少しゼーゼーする」というお子様をお持ちのあなた。それは気管支喘息発作の可能性ががあります。吸入薬をすることでほとんどの場合、呼吸苦や喘鳴は治ります。しかし、2～3度吸入を行っても改善がない場合は、点滴が必要かもしれません。

気管支喘息の方は普段の生活で支障なく暮らせている軽度の方がほとんどです。しかし、例えそうであっても、風邪を引いたときや原因不明で発作を引き起こす可能性はあります。そのため、一度発作を起こしてしまった方には、定期的な通院を勧めます。

また、「大人だし、喘息とかなったことがない」という方で、何気なく1ヶ月ほど咳がずっと続いている方はいませんか？ それももしかしたら「咳喘息」という気管支喘息の一種の病気かもしれません。熱はないのに痰のない咳がずっと続いている場合は御用心。治療は気管支喘息と同様の治療であり、一日1回から2回の吸入薬でほぼ改善するでしょう。

いずれにせよ、気管支喘息は発作を予防することが重要です。近年、さまざまな吸入薬が発売されていますが、それ以上に患者さん自身の自己意識の変化によって死亡者数減少を達成していると考えられます。なので、一度気管支喘息の治療をし始めた人、または、気管支喘息の発作を起こしたことがある人は、予防のために定期受診をすることが重要です。他の用事で受診される際でもかまいませんので、そのときはご相談ください。





# 歯科だより



平成27年度よい歯の審査会の表彰者が決まりました。主な受賞者は次のとおりです。

**最優秀賞** 佐井中学校 3年 奥川 亜紀

**優秀賞** 1～4年の部  
佐井小学校 4年 東出 実優

5～6年の部  
牛滝小学校 5年 長谷川航太  
中学生の部

佐井中学校 3年 船越まりあ

表彰式は、10月30日(金)に小学生は佐井小学校で、中学生は佐井中学校で行われました。児童生徒のみなさんはこれからも歯と口の健康に十分注意して、健康な身体を作るように心がけましょう。

また、保育所では第4回むし歯予防教室を行いました。これまで学んだ内容で○×クイズを行ったところ、正解を発表ごとに大きな歓声があがっていました。また歯磨き実習では回を重ねるごとにだんだん上手に磨けるようになっていました。



エプロンシアター。  
みんな真剣に聞いていました。



みんなよく頑張りました。修了証を首にかけて記念写真。



元気に解答。さて、正解は？



お客様の課題解決のお手伝いを  
「誠心誠意」対応いたします。



FUJITSU パートナー

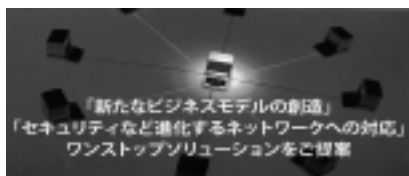
## 扶桑電通株式会社

■青森営業所

青森市長島二丁目13番1号  
TEL. 017-775-2031(代) FAX. 017-774-4720

■八戸営業所

八戸市三日町2(青銀明治安田生命ビル)  
TEL. 0178-44-1855 FAX. 0178-44-8494



《ホームページアドレス》  
<http://www.fusodentsu.co.jp>



# 国民年金だより

むつ年金事務所  
☎22-2278

## 被用者年金一元化法が施行されました

平成24年8月に成立した「被用者年金一元化法」により、平成27年10月1日から、これまで厚生年金と三つの共済年金に分かれていた被用者年金制度が厚生年金制度に統一されました。広報さい10月号に変更内容の一部を掲載しましたが、引き続き今月号でも変更内容についてお知らせします。

### 【届書などの受付に関する事項】

- 厚生年金に関する届書など（注）については、日本年金機構（年金事務所）または共済組合などのどの窓口においても受付を行います。（ワンストップサービス）
- （注）①平成27年10月以降に受給権の発生した厚生年金に限ります。
- ②障害給付の届書などの一部の届書を除きます。

- 「年金加入期間確認通知書」や「年金証書」など、他の実施機関に係る加入期間や年金額を明らかにする書類については、原則として添付が不要となります。

### 【年金の決定・支払に関する事項】

- 老齢厚生年金および遺族厚生年金（長期要件）については、それぞれの加入期間ごとに各実施機関が決定・支払を行います。  
※実施機関とは、厚生労働大臣（日本年金機構）、国家公務員共済組合、地方公務員等共済組合、私立学校教職員共済を指します。
- 障害厚生年金、障害手当金および遺族厚生年金（短期要件）については、それぞれの初診日または死亡日に加入していた実施機関が他の実施機関の加入期間分も含め年金額を計算し、決定・支払を行います。

### 【その他の事項】

被用者年金一元化にあわせて次の事項も変更されます。

- 年金額について、これまでの百円単位（50円未満切捨て50円以上切上げ）から一円単位（50銭未満切捨て50銭以上切上げ）に変更します。
- 年金の各支払期の端数処理について、各支払月に1円未満の端数が生じたときはこれを切り捨て、切り捨てた金額の合計額を翌年2月に支払われる年金額に加算します。
- 老齢厚生年金を受けている方が国会議員または地方議会議員である場合、議員報酬の月額および期末手当の額と年金の額に応じて、年金の一部または全額が支給停止となります。

## 国民年金保険料納付相談会および年金相談会のお知らせ

国民年金は、老後やもしもの時にあなたの大きな支えとなります。むつ年金事務所では、次の会場で、年金の記録、請求に関する相談、保険料の納付や免除などのご相談をお受けいたしますので、この機会にぜひお越しください。

### 【開催場所・日時】

- ①むつ年金事務所 11月14日（土）午前9時30分から午後4時まで
- ②(株)マエダ本店催事場 11月27日（金）午前10時30分から午後3時まで

ご来場の際は、本人（代理人）確認として、「公的機関の発行した身分を確認できるもの」（運転免許証、パスポート、住民基本台帳カード（写真付）等）、「基礎年金番号の分かるもの」（年金手帳、基礎年金番号通知書等）、「健康保険被保険者証」をご持参ください。

ご本人以外の方が来場される場合は、ご本人からの委任状も必要となります。

【お問合せ】住民福祉課 住民係 担当：宮澤

# 出場指令! 119

佐井消防分署  
☎38-2266



## 11月9日は「119の日」です

1987年（昭和62年）に自治体消防発足40周年を機に国民の消防全般に対する正しい理解と認識を深め、防災意識の高揚と地域ぐるみの防災体制の確立を目的に消防庁によって制定されました。消防・救急に関する緊急通報用電話番号である119番にちなんだ語呂合わせです。

では、なぜ119なのでしょう？ 昭和2年までは実は「112」でした。当時は黒電話を使用しており、一刻を争う緊急時にはダイヤル時間の短い「112」が使用されていました。ですが、ダイヤル操作に不慣れな人が多かったことや、番号が並んでいるためすぐに通報できる一方、通報者が慌てて話すため詳細をうまく伝える事ができず、聞き取るまで時間を要したなどの点から、「2」ではなく使用頻度の少ない「9（当時、ダイヤルを回す距離が長くつながるまで時間がかかった）」を使い、つながるまでの間に気持ちを落ち着かせた。などという理由で現在の「119」になったとされています。みなさん、「119番」通報する際は、焦らず落ち着いて通報しましょう。



## 消防本部通信指令課からのお願い

### 1 災害通報は、119番へ！

災害が発生した場合、119番通報ではなく地元の消防署や消防分署の加入電話に通報される場合があります。この場合、出場する消防隊員が電話対応するため出場準備が遅れることとなります。最寄りの消防署や消防分署に通報すると、消防車や救急車が早く来てもらえるとお考えかもしれませんが、かえて出場に支障をきたします。いち早く消防車両が出場するためにも、掛け間違いのない「119番」へ通報をしていただきますよう、ご協力をお願いします。

### 2 災害情報案内ダイヤルをご活用ください！

「119番」は、火災や救急などの災害が発生した場合に使用する専用回線です。火災などの災害に関するお問い合わせは、下記の災害情報案内ダイヤルでご確認するようお願いします。

【災害情報案内ダイヤル】0175-22-0119

【お問合せ】下北消防本部通信指令課 033-1063

## 秋の火災予防運動を実施

### 「もういいかい 火を消すまでは まあだだよ」

10月19日(月)から10月25(日)までの一週間、県下一斉に秋の火災予防運動が実施されました。これからは空気が乾燥し火災の発生しやすい時期となりますので十分注意しましょう。

また冬も近づくにつれ、各家庭や職場において石油ストーブやコタツ、ファンヒーターなどの暖房器具を使用する機会が多くなります。取り扱いには十分注意し、火災を起こさないように気をつけましょう。

それに伴い10月19日(月)、佐井村保育所幼年消防クラブ・佐井村消防団と合同で防火パレードを行いました。佐井村保育所を出発してアルサスまでのコースを歩き、児童たちは絶対に火災を起こさないよう一生懸命防火を呼びかけながら歩きました。



# 雲丹の活動日記

## 今月も雲丹（うんたん）大活躍

10月12日(月)、むつ市で行われた「ハロウィンパーティー2015inむつ来さまい館」に参加し、マエダ本店からむつ来さまい館までの仮装パレードに参列してきました。当日はさまざまな仮装をした子どもたちやムッシュ・ムチュランI世たちと約1キロのコースを歩き、イベント広場では仮装コンテストの審査員として参加しました。たくさんの仮装した子どもたちを見て、雲丹（うんたん）は驚いていました。仮装コンテストでは素敵な子どもたちばかりで選ぶことができず、にせ雲丹（うんたん）に選んでもらいました。選ばれた子は、雲丹（うんたん）も納得の仮装でした。

10月18日(日)、むつ市グランドホテルで行われた「下北地域健康アップフォーラム」に参加し、来場者の出迎えと見送りをしました。その他にも、健康アップフォーラムの会場では、青森県知事の掛け声に合わせた頑張ろうコールに参加しました。



パレードに参加したゆるキャラ  
実は奥にまだいます



パレードの様子



健康アップフォーラム  
来場者出迎え中

## ゆるキャラグランプリ2015

8月17日(月)からはじまった「ゆるキャラグランプリ2015」のインターネット投票は、今年は昨年よりも期間が長く、11月16日(月)までです。今年は昨年よりも投票数が伸びている雲丹（うんたん）。残りの投票期間も雲丹（うんたん）への応援をお願いします。

ゆるキャラグランプリ2015 HP：<http://www.yurugp.jp/>

### ・佐井村「弁天わかめ」オーナーによる、わかめの種付け体験を行います。

今年もわかめオーナーによるわかめの種付け体験が11月3日(火)に佐井漁港にて行われます。この種付け作業は、「弁天わかめ」オーナーのわかめ育成の始まりとなる、とても大切な行事です。良いわかめが育つように願いながら、普段体験のできない種付け作業を楽しんでみましょう。

### ・夕陽フォトコンテストの写真を募集しています。

佐井の美しい夕陽を活かしたフォトコンテストを今年も開催します。写真は2014年10月20日以降に撮影したもので、PCなどで加工をしていないものとしています。応募締切は11月30日までですので、素敵な写真を持っている方は、応募してみませんか？

## 今月のアピオス

### 《下北以外のアピオス》

佐井村以外でももちろんアピオスは栽培されています。先日、田野畑村でアピオスを販売したところ、「育てている」という方がいらっしゃってびっくりしました。とはいっても、全国の生産量の9割は青森県です。これは、寒い気候が適していることや、日本に初めて入ったのが青森県である（りんごの根にくっついてアメリカからやってきた）ことなどが影響しています。

中でも、佐井村のアピオスは甘いことが特徴で、アピオスを知っている方でも、試食すると甘いことに驚かれることが多いようです。



枯れてきたアピオス畑



## 佐井村防災訓練 ～災害から身を守ろう～

9月27日(日) 役場駐車場を主会場とした、防災訓練を行いました。

住民や消防団のほか、日赤奉仕団、大間警察署、青森陸上自衛隊(第9師団第5普通科連隊)などを含む約800名が参加しました。

村内の各地区では、避難訓練、初期消火訓練、炊き出し訓練を行いました。主会場では土砂災害防御訓練のほか、自衛隊車両の展示や説明、自衛隊による災害時に役立つロープの結束方法の説明や戦闘糧食の試食、最後には自衛隊カレーの提供などを行いました。

自主防災組織と消防団の連携による災害の予防、応急対策などの防災活動が迅速的確に実施できるように、防災体制の強化と防災意識の高揚を図りました。



戦闘糧食の試食

## 平成27年度子ども民俗芸能大会 ～古佐井共済会が出演～

10月4日(日) 三沢市公会堂で青森県教育委員会が主催する「平成27年度子ども民俗芸能大会」が開催されました。

むつ下北地区を代表し、佐井村から古佐井共済会の指導を受けた子どもたちが出演しました。はまやれ、ヨイヨイなどの祭囃子7曲を演奏し、会場から大きな声援や拍手をいただきました。



祭囃子の演奏



インタビューに応える若山七海己くん

# お墓大事にしましょう

自分と向き合える特別な場所  
家族の絆を再確認する幸せな場所

リフォーム 墓石 ご相談会 開催中!



有限会社 小田桐石材

むつ市仲町15-8 本店33-3166 大間37-5466

小田桐石材 検索

## 敬老会を開催

多年にわたり、村の発展にご尽力いただいているお年寄りに感謝し、長寿をお祝いする佐井村敬老会を10月14日(水)、アルサスしおさいホールで開催しました。

村内在住の75歳以上の高齢者約120名が参加され、佐井村保育所児童による御神楽や元気いっぱい遊戯、佐井婦人会による余興や参加者のカラオケなど、和やかな雰囲気の中、楽しい一日を過ごしました。



佐井婦人会による踊り



佐井村保育所児童による発表

## 祝100歳！

10月14日(水)の敬老会開催に先立ち、今年満100歳を迎えられます佐賀すゑさん、松林かんさんに内閣総理大臣からのお祝い状と記念品、青森県知事からの知事顕彰状が伝達されました。

佐賀さんは、「いつの間にか100歳になっていた。大きい手術をしたこともあり、100歳を迎えたことにとっても驚いている。」と話されていました。若いころは家で裁縫をやっていたとのことで、周りからよく縫い仕事を頼まれていたそうです。最近の楽しみを聞くと「私には娘がいないため、施設の方を娘のように感じ、いろいろとやってもらうのが楽しみです。」と嬉しそうに話されていました。

松林さんは、長生きの秘訣は「若いころ二又で畑仕事をしており、そのこともあって身体が丈夫なこと。風邪をひくこともあまりなかった。」と話されていました。また、食べ物の好き嫌いが無いとのことで、今でも何でもおいしく食べているそうです。松林さんには孫がおり、孫の話をととても楽しそうに話されていました。

また、当日は夫婦で88歳を迎えられました岩崎治義さん・テルさん夫婦に青森県知事からの知事顕彰状が伝達されました。



佐賀すゑさんと岩崎さん夫婦



松林かんさん

## 個人番号カード申請手続の相談会を開催します

マイナンバー制度については、これまでも広報を通じてお知らせしてきましたが、いよいよ個人番号が記載された「通知カード」の発送が始まりました。

「通知カード」は、平成27年10月下旬から11月末までに、日本に住民登録しているすべての方に郵送されます。(簡易書留で世帯主宛となります。)

今回郵送される「通知カード」は、あくまでも本人に「個人番号」をお知らせするためのものです。

「個人番号を証明する書類」として利用することができますが、本人確認の際の身分証明書としては利用できません。

一方、「個人番号カード」は、氏名・性別・生年月日・住所が記載され、顔写真付であるため、法律上義務づけられている本人確認の際の身分証明書として利用することができます。また、「個人番号カード」は行政だけではなく民間での利用も可能であるため、将来的にもさまざまな使い道が検討されています。

「個人番号カード」の交付を希望する方は、「通知カード」が郵送された際、「個人番号カード」の申請書と返信用封筒が同封されていますので、記入漏れのないよう確認のうえ、郵送申請してください。(郵送以外にも、スマートフォンやご自宅のパソコンを使ってオンライン申請することができます。詳しくは、同封されたパンフレットをご覧ください。)

※当面の間、手数料は無料です。

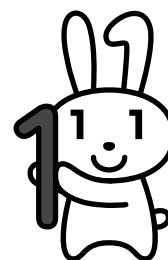
また、村では下記の日程で「個人番号カード申請手続の相談会」を各地区で開催します。申請にあたりご不明な点のある方、不安なので内容を確認してほしい方などは、ぜひこの機会を利用ください。

月 日	地 区	場 所	時 間
11月19日(木)	牛 滝	牛滝地区交流促進センター	午後 4 時00分～午後 5 時30分
	福 浦	ふ れ あ い セ ン タ ー	午後 6 時00分～午後 7 時30分
11月20日(金)	長 後	長後地区生活改善センター	午後 4 時00分～午後 5 時30分
	磯 谷	磯谷地区漁民研修センター	午後 6 時00分～午後 7 時30分
11月24日(火)	矢 越	矢越地区生活改善センター	午後 5 時30分～午後 7 時00分
11月25日(水)	川 目	川目地区生活改善センター	午後 5 時30分～午後 7 時00分
11月26日(木)	原 田	原田地区生活改善センター	午後 5 時30分～午後 7 時00分
11月27日(金)	大佐井 古佐井	アルサスPR広場	午前 9 時00分～正午 午後 5 時30分～午後 7 時30分
11月29日(日)	全地区	役場 住民福祉課 窓口	午前 9 時00分～正午

※上記以外でも、個人番号に関する相談は、住民福祉課窓口で随時受付します。

### 「個人番号カード」を申請する際、顔写真が必要となります

- 最近 6 カ月以内に撮影したもの
- 写真サイズは(縦4.5cm×横3.5cm)
- 正面、無帽、無背景のもの
- 裏面に、氏名、生年月日を記入してください



簡易書留のため不在の場合「通知カード」は配達されません。「簡易書留ご不在連絡票」(マイナンバー専用)が届いたら、速やかに郵送・電話・ファックスで再配達の手続きをとってください。また、日本郵便のホームページ上でも、再配達の受付をすることができます。

(<http://www.post.japanpost.jp/lpo/mynumber/index.html>)

「通知カード」は郵便局で保管期間(1週間)経過後、村へ返戻され3ヵ月間保管することになります。11月末を過ぎても届かない場合は、担当まで電話連絡をお願いします。村に保管されていることを確認後、本人確認を行ったうえで窓口交付します。

【お問合せ】住民福祉課 住民係 担当：熊谷、宮澤



## 新旧保護司のお知らせ

むつ下北地区保護司を務められていた奥本昌子さんが、平成27年3月31日に退任され法務大臣より感謝状を授与されました。奥本さんは18年間の長期に渡り、保護司として社会奉仕の精神をもって、地域社会の公共の福祉に貢献されました。長い間おつかれさまでした。

また、奥本さんの退任に伴い、新しく福浦栄子さんがむつ下北地区保護司に任命され、「新任でいろいろわからないことも多くありますが、地域のために頑張りますのでよろしくをお願いします。」とコメントをいただきました。

これからよろしくをお願いします。



奥本昌子さん



福浦栄子さん

【お問合せ】住民福祉課 住民係 担当：奥本

## 子育て世帯臨時特例給付金の申請期限は11月30日(月)です

子育て世帯臨時特例給付金は、消費税率の引き上げに際し、子育て世帯への影響を緩和するとともに、子育て世帯の消費の下支えをはかる観点から、臨時的な給付措置として、昨年度に引き続き実施されています。

対象者には個別に通知し、役場住民福祉課窓口で受付していますが、申請期限は11月30日(月)となっています。まだ申請していない方は、早めに手続きを済ませてください。

なお、給付金の支給については、個別に支給決定通知書を発送しお知らせしますが、支給日は12月10日(木)を予定しています。

【お問合せ】住民福祉課 住民係 担当：宮澤

## 放送大学4月入学生募集

放送大学は、テレビなどの放送やインターネットで授業を行う通信制の大学です。働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で、幅広い世代の方が学んでいます。

ただいま、平成28年4月入学生を募集しています。詳しい資料を無料で送付しますので、お気軽にお問合せください。

### ○募集学生の種類

—教養学部—

科目履修生(6ヶ月在学し、希望する科目を履修)

選科履修生(1年間在学し、希望する科目を履修)

全科履修生(4年以上在学し、卒業を目指す)

—大学院—

修士科目生(6ヶ月在学し、希望する科目を履修)

修士選科生(1年間在学し、希望する科目を履修)

### ○出願期間

平成27年12月1日～平成28年3月20日

(インターネットでの出願も受け付けています)

【お問合せ】放送大学青森学習センター ☎0172-38-0500

放送大学八戸サテライトスペース ☎0178-70-1663

放送大学ホームページ <http://www.ouj.ac.jp>

国民健康保険税(3期)、後期高齢者医療保険料(3期)の納期は、

**11月30日(月)**です。忘れずに納付しましょう!

※納期ごとの納付が困難な方は、分割による納付も可能です。

お気軽に住民福祉課 税務・国保部門までご相談ください。

## 使用者も、労働者も必ずチェック最低賃金！

### 青森県最低賃金改正のお知らせ

1. 青森県最低賃金が改正されます。金額などは次のとおりです。  
時間額 **695円（平成27年10月18日から）**
2. 青森県最低賃金は、青森県内で働く全ての労働者と、労働者を1人でも使用している使用者に適用されます。
3. 製造業と小売業の一部には、特定（産業別）最低賃金が定められています。
4. 詳しくは、[青森労働局ホームページ](#)からもご覧になれます。  
(<http://aomori-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/>)

【お問合せ】青森労働局労働基準部賃金室 ☎ 017-734-5821

## 地方税の申告はeLTAX（エルタックス）で！

eLTAXは、地方税における手続きを、インターネットを利用して電子的に行うシステムです。

手続きは自宅や  
オフィスから

複数の地方公共団体へ  
まとめて一度に送信

eLTAXのサービスは  
無料

### ◆法人市町村民税

平成27年4月1日から全ての地方公共団体で電子申告の受付が可能となりました。

### ◆固定資産税（償却資産）

平成27年12月21日から全ての地方公共団体で電子申告の受付が可能となる予定です。

eLTAXに関する、詳しい情報はホームページをご覧ください。 ▶ <http://www.eltax.jp/>  
ヘルプデスクへのお問合せ ▶ ☎ 0570-081459

eLTAXをご利用できる時間 ▶ 午前8時30分から午前0時まで（土日祝、年末年始は除く。）

## 自衛官候補生採用試験のお知らせ

種 目	受 付 期 間	試 験 日
陸・海・空 自衛官候補生（男子）	平成27年11月9日(月) ～11月27日(金)	12月5日(土)

※自衛官候補生は、3か月の教育訓練を修了後、それぞれ2等陸・海・空士に任用されます。

受験資格：平成28年4月1日現在、18歳以上27歳未満

【お問合せ】自衛隊青森地方協力本部むつ地域事務所 ☎ 22-7484

## 陸上自衛隊 高等工科学校生徒募集のお知らせ

受付期間 平成27年11月1日(日)から平成28年1月8日(金)まで（締切日必着）

募集人員 約260名

応募資格 平成28年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子で、中学校卒業者  
（平成28年3月卒業見込みの者を含む。）

第1次試験 試験期日 平成28年1月23日(土)

試験場 海上自衛隊大湊地方総監部

第1次試験合格発表 平成28年1月29日(金)

第2次試験 試験期日 平成28年2月4日(木)から7日(日)までの間の指定する1日

試験場 第1次試験合格通知でお知らせします。

【お問合せ】自衛隊青森地方協力本部むつ地域事務所 ☎ 22-7484

## むつ市創業塾第2期生募集

むつ市では大間町・東通村・風間浦村・佐井村と連携し、創業・起業をお考えの方や、創業後概ね5年以内の方を対象とした「創業塾」を開校します。

「創業塾」は、所定の要件を満たすことで、創業時に係る登録免許税が軽減されることや、国が支援する補助金などでの優遇措置が受けられるなどの支援措置を受けることができます。

【いつ】11月7日、14日、21日、28日、12月5日、いずれも土曜日  
午後6時から午後8時まで

【どこで】むつ来さまい館1F会議室

【講師】創業支援の専門家（インキュベーション・マネジャー）鎌田 直人 氏

【受講料】無料

【お問合せ】むつ市役所 商工観光課 mt-shoukou@city.mutsu.lg.jp  
☎22-1111 内線2643

## 第11回むつ海洋・環境科学シンポジウム開催

むつ市に所在する公益財団法人日本海洋科学振興財団、国立研究開発法人日本原子力研究開発機構、国立研究開発法人海洋研究開発機構、公益財団法人日本分析センターの4研究機関が一堂に会し、海洋・環境科学に関する研究活動の一端を住民の方々にわかりやすくご紹介するとともに、関連する研究分野について最新の研究発表を行うシンポジウムを開催します。

【日時】11月12日(木) 午後1時30分から午後5時50分まで

【場所】プラザホテルむつ(むつ市下北町2-46)

【参加料】無料

【お問合せ】第11回むつ海洋・環境科学シンポジウム事務局 ☎22-9111  
(公益財団法人日本海洋科学振興財団むつ海洋研究所内)

## 農業・漁業用免税軽油の免税証交付申請の受付について

平成28年3月から使用する農業用免税軽油および同年4月から使用する漁業用免税軽油の免税証の交付申請を、次の日程により受付します。

### 1 受付日時

- (1) 農業を営む方 平成27年12月10日(木) 午後1時30分から午後4時30分まで
- (2) 漁業を営む方 平成27年12月17日(木) 午後1時30分から午後4時30分まで

### 2 受付場所

青森県むつ合同庁舎新館1階旧「青森県消費生活相談センターむつ相談室」(県税部の隣)  
※申請書類は郵送でも受け付けていますが、平成27年12月28日(月)必着で提出ください。

### 3 農業用免税証の申請に必要なもの

- ①印鑑
- ②耕作証明書
- ③免税軽油使用者証(初めて申請する方を除く)
- ④返信用郵便切手402円分(合同庁舎内で購入可能)
- ⑤使用機械の譲渡証明書(初めて申請する方および使用機械に変更がある方)

### 4 漁業用免税証の申請に必要なもの

- ①印鑑
- ②免税軽油使用者証(初めて申請する方を除く)
- ③返信用郵便切手(申請枚数により異なります。合同庁舎内で購入可能)
- ④初めて申請する方および使用機械に変更がある方は、使用機械の譲渡証明書、漁船の写真(前、後、横、エンジン)および登録証

※免税軽油使用者証の有効期限が、平成28年12月31日より前に期限切れとなる農業の方、平成29年3月31日より前に期限切れとなる漁業の方、初めて申請する方、使用機械に変更がある方は、青森県収入証紙400円分も必要です。

不明な点がございましたら、下北地域県民局県税部課税課までお問合せください。

【お問合せ】下北地域県民局県税部課税課 ☎22-8581 内線207



## 戸籍の窓口

10月15日現在

◎おくやみ申し上げます

柳田 幸さん(清 春さん) 福 浦  
草薙 茂夫さん(工藤健一さん) 大佐井

※個人のプライバシーを尊重する意味  
で、掲載して欲しくない方は、届出の  
際、担当に申し出てください。

## 佐井村の人口

9月30日現在

男 **1,113**(-2) 計 **2,247**(-4)  
女 **1,114**(-2) 世帯数 **1,000**(±0)  
( )内は前月比

## 赤十字の里づくり推進大会

～三上剛太郎生誕150年祭イベント～

三上剛太郎先生は明治2年(1869年)佐井村に生まれ、  
平成31年(2019年)に生誕150年を迎えます。

これを記念するとともに、住みよい村づくりのため、  
赤十字の里づくりを推進します。

日 時：11月15日(日)午前10時  
場 所：アルサス「しおさいホール」  
内 容：小中学生標語コンクール表彰  
講演「赤十字と100人の村」  
日本赤十字社青森県支部  
吉川靖之事業推進課長



## こどもオペラ「ヘンゼルとグレーテル」

こどもオペラは0歳児から入場できるコンサートです。オペラ「ヘンゼルとグレーテル」にのせて、子どもたちが大好きな手あそび歌や童謡などもでてる参加型コンサートです。また、場内では、こどもオペラで使用する楽器を見たり触ったりできるコーナーもあります。

未就学児入場不可のコンサートが多い中、このコンサートはこども・ファミリー向けに作られた内容ですので、小さなお子様たちに生の音楽を体験させられる機会です。ぜひ、お越しください。

開催日：平成27年11月22日(日曜日)  
時 間：午前10時：開場 午前10時30分：開演  
午前11時45分：終演予定  
場 所：下北文化会館 大ホール  
料 金：指定前売席 おとな1500円 中学生以下500円  
(当日各券300円増)  
※0歳から入場可、膝上無料

販売所：下北文化会館 an-aimTOKYO-DO  
【お問合せ】下北文化会館 ☎22-8411



## ジオツアー体験が行われました

9月29日(火)に、東通村でジオツアー体験が行われました。このツアーでは、東通村の尻労・尻屋地区におけるジオサイトとその地区の歴史や地区の名前の由来についての説明を行いました。

例えば、尻労の語源はアイヌ語で、山を意味する「シリ」と、手前を意味する「ツカル」から「シリツカル」と呼ばれていましたが、それが訛って「シツカリ」となったといわれています。尻労から周りを見ると「山(桑畑山)で道が寸断されている」ことが感じられ、地域の成り立ちが地区名の由来になったことが感じられます。

このように、ただ、その地域の地質について話をするだけでなく、その地質がどのように地域の住民に関係してきたのかがわかるジオツアーとなっていました。

ジオパーク推進協議会では、各地区におけるジオツアーを考えており、今回、11月3日(火)にツアーが行われます。すでに募集はメ切っており、今回のツアーへの参加はできませんが、次回、ジオツアーが行われた際には参加してみませんか？



東通村でのジオツアーの様子

