


市内各地の話題をお届けします!

あつと 陸奥 覧

MU CHU RAN



輝く 12 名を表彰

平成 28 年度むつ市長特別表彰 表彰式

2月24日(金)

スポーツや文化・芸術・ものづくり等の分野において優秀な成績を収め、市に明るい希望や感動を与えてくださった方々を表彰する「平成 28 年度むつ市長特別表彰表彰式」を開催しました。

スポーツ特別賞に、フェンシング世界ベテラン選手権優勝の大馬卓美さん、陸奥の国みらい文化賞に、第 64 回全国高等学校定時制通信制生徒生活体験発表大会において文部科学大臣賞を受賞した佐藤知幸子さん、そのほかスポーツ賞 4 名、スポーツ奨励賞 6 名が受賞しました。



詳しくはこちら



地域の力がより迅速に

大規模災害時における応急対策業務に関する協定

3月9日(木)



市と下北建設業協会は、「大規模災害時における応急対策業務に関する協定」を締結しました。この協定により、大規模災害時における道路、河川、橋梁等の公共施設等に対する応急復旧について、迅速に対応できるよう協力体制を築きます。

調印式終了後、下北建設業協会および関係機関のみなさまを対象に「建設業の現状と課題～災害時の役割～」と題して、国土交通省建設業政策調整官の菅原晋也氏(右から 2 人目)による講演も行われました。

さらなる飛躍を誓い 世界大会へ

水泳 杉山さんと恒石さん 全国・世界の場へ

3月6日(月)



3月 27 日から東京辰巳国際水泳場で開催される全国 JOC ジュニアオリンピックカップ春季水泳競技大会に出場する杉山樺音さん(田名部中 2 年: 右)と恒石くるみさん(大平中 1 年: 左)が大会出場を前にむつ市役所を訪れ、意気込みを語ってくれました。杉山さんは日本水泳連盟シンガポール遠征に参加してからの出場となります。

2 人は毎日 6 ～ 7 km もの距離を泳ぐハードな練習の成果を十分に発揮してくることを誓ってくれました。

健康コーナー



食生活改善推進員 養成講座 参加者募集

食生活改善推進員はより良い食生活の普及に努め、地域での「バランス食の調理実習」「親子の料理教室」など食を通じた健康づくりを広める活動をしている団体です。

栄養や調理の基本を身につけ、バランスのとれた献立づくりができるよう、調理実習中心の内容です。

平成 29 年度は大畑地区での開催ですので、お近くの方は是非ご参加ください。

【全 5 回】 健康マイレージ 100 ポイント

いつ	どんな
5月29日(月)	・開講式、青森県民の健康と食生活 ・食品衛生、食育について
6月5日(月)	・メタボ、お口の健康について ・楽しく運動
6月28日(水)	・調理実習(バランス食) ・献立の立て方
7月5日(水)	・調理実習(減塩食) ・食生活改善推進員活動について
7月26日(水)	・調理実習(低コレステロール食) ・閉講式

いずれも午前 10 時～午後 3 時の開催

〈どこで〉 ふれあいかん

※市本庁舎発着の送迎バス
ご希望の方は、申込時にお伝えください。

〈対象〉

むつ市在住で養成講座修了後ボランティア活動可能な方

〈受講料・定員〉 無料・15 名

〈申込締切〉 4 月 20 日(木)



☎ 健康推進課予防担当 ☎ 22-1111 内線 2584

4 月の献血受付日程

14 日(金)	青森県むつ合同庁舎	10:45～12:00
15 日(土)	ファミリーマートさとう本店	9:30～12:00 13:30～16:00
23 日(日)	ユニバースむつ柳町店	10:45～12:00 13:30～16:30
25 日(火)	木村鉄工所 むつ総合病院	9:30～11:30 13:00～16:00

☎ 健康推進課献血担当 ☎ 22-1111 内線 2586

4 月の在宅当番医

2 日(日)	村中内科・心療内科医院	☎ 23-0120
9 日(日)	ほそかわ耳鼻咽喉科クリニック	☎ 23-0033
16 日(日)	ちば小児科アレルギー科クリニック	☎ 33-8001
23 日(日)	柳谷泌尿器科皮膚科クリニック	☎ 24-2055
29 日(土)	たなか泌尿器科クリニック	☎ 28-2660
30 日(日)	みどりが丘整形外科クリニック	☎ 23-2321

〈時間〉 午後 7 時～10 時

※変更となる場合がありますので予めご確認ください

☎ 病院案内(下北消防本部) ☎ 23-3999

☎ 健康推進課庶務担当 ☎ 22-1111 内線 2586

むつ下北薬剤師会 4 月の休日お薬電話相談

2 日(日)	天馬調剤薬局	☎ 29-0220
9 日(日)	レモン薬局	☎ 080-5748-8699
16 日(日)	佐々木薬局	☎ 22-1646
23 日(日)	天馬調剤薬局	☎ 29-0220
29 日(土)	たなぶ調剤薬局	☎ 090-7337-7838
30 日(日)	公済会薬局	☎ 0120-88-4721

〈時間〉 午後 6 時～10 時

☎ 休日お薬電話相談事務局

(七福薬局むつ内) ☎ 34-9490

すこやかサポート事業所

認定第 16 号
株式会社 金入 むつ営業所

健康づくりに関心が高く、積極的に健康づくりに取り組んでいる事業所を応援します!

- ・(株)金入 むつ営業所の取組み
- ・健診受診率 100%
- ・敷地内全面禁煙
- ・ノーマル作業の実施
- ・ラジオ体操の実施
- ・むつ☆健康マイレージ協力団体 等



就学前のお子さまの医療費を給付 ～小・中学生には入院医療費を給付～

市では、保護者の方の経済的負担を軽減し、お子さまの健康と健やかな成長を願って、乳幼児等医療費給付事業を行なっています。

〈対象者〉

むつ市に住所がある中学生

までのお子さまで、保護者の所得がむつ市乳幼児等医療費給

付制度の基準額以内の方

※扶養親族等の数が 1 人増すごとに 380,000 円を所得額に加算

〈むつ市乳幼児等医療費給付事業の内容〉

区分	0 歳～小学校就学前	小・中学生
対象年齢	出生の日から 6 歳に達した日以後の最初の 3 月 31 日 ※ 1 年ごとに資格証の更新申請が必要	6 歳に達した日の翌日以後の最初の 4 月 1 日から 15 歳に達した日以後の最初の 3 月 31 日 ※ 資格証の交付なし
給付対象	入院・外来医療費・調剤費 (2 割負担分)	入院医療費 (3 割負担分)
給付方法	現物給付 (窓口負担なし)	償還払い (窓口負担あり)

※保険適用外や入院時の食事療養費は対象外です。

※小学校就学前のお子さんで、資格証の有効期限が過ぎていたり、資格証をお持ちでない場合は給付を受けることができません。

詳しくは平成 29 年度版健康づくりカレンダーやホームページをご覧ください。