

むつ

市政だより

3.25

2013 年 No.786



『ありがとう 小学校でも 頑張るね!』

3月9日(土) 緑町保育所修了式実施

市立緑町保育所(園児数 59 名)では、この日修了式が行われ、今年度で保育期間が修了する園児 15 名および保護者一人ひとりに対し、佐々木信子所長ならびに相馬大希父母の会会長より保育証書と記念品が手渡されました。佐々木所長は「毎日一緒に遊んだ子どもたちに会えなくなるのは非常に寂しい。これからも思いやりの心を持った優しい子どもに育ってほしい。」と、巣立つ子どもたちの幸せを願っていました。

主な内容

- | | | | |
|-----------------------|------------|--------------------|-------------|
| ◇むつ市長特別表彰 表彰式開催 | … 2p ~ 3p | ◇パブリックコメント実施 | … 11p |
| ◇4月よりごみの出し方が一部変更 ほか | … 4p | ◇暮らしに役立つ税情報 ほか | … 12p ~ 15p |
| ◇【連載】市民協働参画シリーズ⑨ | … 5p | ◇市営住宅入居者募集 ほか | … 16p ~ 19p |
| ◇【特集】工夫を重ねる川内診療所の取り組み | … 6p | ◇むつ市情報ポケット ほか | … 20p ~ 23p |
| ◇【連載】むつあれこれ9~大畑 ほか | … 7p | ◇お元気ですか! 保健コーナー ほか | … 24p ~ 25p |
| ◇春の狂犬病予防注射実施 | … 8p ~ 10p | ◇ある日、どこかで・・・ | … 26p |

『むつ市長特別表彰』は、次の基準により表彰を行います。

- ・文化、学術、芸術等の分野における展示会、コンクール等において、優秀な成績を収めた方。
- ・スポーツの競技会、大会等において優秀な成績を収めた方。
- ・ものづくり等に係る技術・技能の分野、その他専門的技術・技能を必要とする分野におけるコンテスト、大会等において優秀な成績を収めた方。
- ・製造業、加工業その他の産業に従事する方で、卓越した技能を有し他の模範となる方。

・第39回東北総合体育大会ボート競技
少年男子ダブルスカル第1位
第67回国民体育大会ボート競技
少年男子ダブルスカル第3位



吹越 智一
(むつ工業高校3年・ボート)

スポーツ奨励賞(8名)

・第21回全日本高等学校女子サッカー選手権大会優勝



堀井 美月
(常盤木学園高校3年・サッカー)

・第27回東北高等学校選抜ボート大会男子ダブルスカル第1位



川端 諒
(むつ工業高校2年・ボート)

・第67回国民体育大会陸上競技少年女子共通砲丸投第2位



田澤 可南子
(大湊高校3年・陸上)

・第33回東北中学校陸上競技大会
共通女子100メートルハードル第1位



榊 遥
(むつ中学校3年・陸上)

・極真会館2012年秋季東北地区交流大会組手の部
高校1年男子上級の部優勝



梅森 洸輔
(大湊高校1年・空手)

・第27回東北高等学校選抜ボート大会男子ダブルスカル第1位



白糠 航大
(むつ工業高校2年・ボート)

・第64回全国学生書道展「半紙の部」
全日本書道連盟賞



東谷 のどか
(大平中学校3年・書道)

陸奥の国
みらい文化奨励賞
(3名)

・極真会館2012年秋季東北地区交流大会組手の部
小学3年男子上級の部優勝



門馬 伊吹
(第二田名部小学校3年・空手)

・第14回全東北空手道選手権大会
小学4年男子の部優勝



林 日向
(第二田名部小学校4年・空手)

・第9回アジアマシニング選手権大会
男子ダブルスカル第2位
第9回アジアマシニング選手権大会
個人オープン男子第4位



外崎 海舟
(仙台大学3年・ボート)

・第30回オリンピック競技大会
陸上競技
男子400メートルハードル
出場
第96回日本陸上競技選手権大会
男子400メートルハードル第1位



岸本 鷹幸
(法政大学4年・陸上)

スポーツ特別賞(2名)

・第45回受信環境クリーン図案コンクール
東北協議会「最優秀賞」



野辺地 桃香
(むつ中学校2年・ポスター)

・第45回受信環境クリーン図案コンクール
日本放送協会会長賞



加登 綺夏
(むつ中学校2年・ポスター)



スポーツ賞を受賞した上野悠貴さん

・平成24年度全国高等学校総合体育大会ボート競技
男子シングルスカル第1位
平成24年度東北ボート選手権大会
男子シングルスカル第1位
第39回東北総合体育大会ボート競技会
少年男子ダブルスカル第1位
第67回国民体育大会ボート競技
少年男子ダブルスカル第3位



上野 悠貴
(むつ工業高校3年・ボート)

・第39回全日本大学選手権大会
ボート競技男子エイト第1位
第90回全日本選手権大会ボート競技
男子エイト第1位
第52回全日本新人選手権大会
ボート競技
男子ダブルスカル第1位



石田 尚也
(日本大学3年・ボート)

スポーツ賞(3名)



平成24年度 むつ市長特別表彰 表彰式開催

平成24年度むつ市長特別表彰の表彰式が、去る2月23日、下北文化会館にて行われました。本表彰は、さまざまな分野においてご活躍された方を顕彰することを目的としており、今年度は16名が受賞されました。表彰を受けられたみなさま、おめでとうございます。(敬称略)

〈詳しくは〉
市秘書広聴課秘書担当
☎22-1111 内線 1114

進めよう!! 市民協働参画シリーズ⑨

市民協働で現在活動中!!

今回は、地域の公共的課題の解決に向けて、各種団体が市民協働で取り組んでいる事例をご紹介します。

むつ市生活介護サポーター連絡協議会（愛称：りんどうの会 加賀谷昌裕会長）

▶「地域交流活動」の様子



▶「ふまねっと運動」の様子



厚生労働省の事業の一つである「生活・介護支援サポーター養成研修」を受講した有志が、習得した知識を地域のために活かし、一人暮らしの高齢者をサポートしたいとの思いから昨年設立した団体で、会員数は41名です。

地域包括支援センターが実施している「地域交流活動」への協力や、市の「生活・介護支援サポーター活動事業」において、各種団体と協働しながら、火災予防器具の取り付けや庭の草むしり等の生活支援、また、「ふまねっと運動」等の介護予防活動等にも取り組んでいます。

今年度は、(財)青森県市町村振興協会の「地域アモーレ推進事業」を活用し、専門家の助言を受け組織力向上を図りながら活動しています。【連絡先：事務局（菊池さん） ☎070-6954-2375】

イカす大畑カダル団（長岡俊成代表）



▲「ミナカダ祭」の様子



▶「薬研冬まつり」の様子



▲コミュニティカフェ「kadar」

大畑地区の地域活性化・観光振興を目的に、大畑地区の有志が昨年設立した団体で、団員数は14名です。

今年度は、市の「希望のまちづくり補助金」等を活用して、薬研地区にコミュニティカフェ「kadar（カダール）」を開設し、試験営業を実施。また、「大畑・観光100人会議」、「ミナカダ祭」、「薬研冬まつり」等のイベントを各種団体との協働により開催するなど、地域の賑わいづくりや2015年に開湯400年の節目を迎える薬研温泉への誘客等に取り組んでいます。【カダル団ホームページ <http://kadarudan.com/>】

■市民協働で取り組んでいる活動など、今後このコーナーでご紹介していく予定ですので、取り組んでいる活動をこのコーナーに掲載したい団体等は、市市民連携室まで情報をお寄せください。

〈問合せ先〉
市市民連携室 ☎22-1111 内線 2342

4月よりごみの出し方が一部変更

今号の折込「ごみの分け方・出し方」「ごみ収集カレンダー」をご確認ください

◆ごみの出し方についての変更点

- ・「ライター」（従来はもえるごみ）と「釣り用鉛」（ともえないごみ）の収集区分が「有害ごみ」となります。
※ライターは使い切ってから出してください。
- ・一度に出せる粗大ごみの数が5点までとなります。
- ・粗大ごみの収集が、月3区分から月4区分となることにより、収集日に変更があります。
- ・もえるごみの収集日が「火・金曜日」の地区は、年末年始の休業を補うため、平成26年1月4日（土）にもえるごみの臨時収集を行います。このことに伴い、第1土曜日もえないごみまたは缶類の収集日の地区は、1月の第1土曜日（平成26年1月4日）の収集を中止しますのでご了承ください。

◆「平成25年度 むつ市ごみ収集カレンダー」変更箇所

	チェック	種 類	毎 月	4 月	5 月
〇〇町・△△町	もえないごみ	第1・3水	3	17	1
□□町	缶 類	第2・4土	13	27	11
...	...	...	...	...	...

ご自身のお住まいの地区をチェックできるようにしました。

収集するごみの種類を表示しています。

表示をこれまでの「第●・●●曜日」に加え、新たに収集月日を表示しています。

※裏面の「平成25年度 むつ市ごみ収集カレンダー」は、お住まいの地区により異なります。

今号の折込「むつ市ごみの分け方・出し方」（表面）および「平成25年度 むつ市ごみ収集カレンダー」（裏面）について、ご不明な点はお問い合わせください。

～缶・びんは資源ごみとしてリサイクルへ！～

〈問合せ先〉
市環境政策課廃棄物対策担当 ☎22-1111 内線 2464
川内庁舎市民福祉課 ☎42-2111
大畑庁舎市民福祉課 ☎34-2111
協野沢庁舎市民福祉課 ☎44-2111

市指定ごみ袋に広告を掲載しませんか？

ごみ袋は市民のみなさまが利用するため、目に留まりやすく、多くの方に広くPRすることができます。市内に事業所や店舗をお持ちのみなさま、この機会にぜひお申し込みください。

【広告媒体】市指定もえるごみ用袋（大）
【広告枠・枠数】縦 7cm × 横 30cm × 2 枠
【広告料】1 枠 1 枚単価 0.2 円で 180,000 円
【作成数】900,000 枚（予定）
【広告付きごみ袋の使用期間】

平成25年8月頃より広告付きごみ袋がなくなるまで
【申込対象者】市内に住所を有する事業者等
【申込方法】
「むつ市広告掲載申込書（※）」に必要事項を記入のうえ、お申し込みください。

【申込受付期間】
4月1日（月）～12日（金）
【その他】
・詳しくは、「むつ市広告掲載実施要項（※）」、「むつ市指定ごみ袋広告掲載取扱要領（※）」をご覧ください。
・※の書類は、市ホームページからダウンロードできます。



広告掲載部分

〈問合せ・申込先〉
市環境政策課廃棄物対策担当
☎ 22-1111 内線2462
☎ <http://www.city.mutsu.lg.jp/>

むつあれこれ mutsu-arekore

市内各地の最近の出来事等についてお知らせします。

大畑 o-hata

2月17日（日） 糸沢スキー場 ゲレンデまつり開催

今年で2回目の開催となったゲレンデまつり。会場の
糸沢スキー場には、まつりの開始直後からカラフルなス
キーウェアを着た多くの子どもたちが大勢集まりました。

会場には、スキー場を訪れる子どもたちに雪遊びを楽
しんでもらおうと、そりやタイヤチューブスライダー、
ストラックアウトなどのさまざまなアトラクションが用
意され、各コーナーで大きな歓声があがっていました。

そのほか、竹スキーやビニールたこなど、簡単に遊び
道具を手作りできるコーナーもあり、子どもたちは思い
思いにオリジナル作品を製作していました。

まつりの最後に、臼と杵を使った餅つき体験が行われ、
つきあがったお餅は、甘〜いおしるこにして来場者へ振
る舞われました。



米・ポートエンジェルス市で市内中学生が交流 平成24年度 むつ市ジュニア大使派遣

今回で14回目となったジュニア大使派遣は、1月5日から11日までの7日間の日程で実施され、団長以下スタッフ4名と市内
中学生13名は、むつ市の姉妹都市であるアメリカ合衆国ワシントン州ポートエンジェルス市を
訪問しました。現地では、中学校での授業参加や文化交流における日本文化の紹介、ホームス
テイなどを通じて、今後の中学校生活や将来の夢の実現に向けての貴重な体験となりました。



折館希望さん



村口海斗くん



加藤桜さん



小笠原志暢さん



市役所での出発式



マリナーズショップ



自己紹介



別れの朝



小学校での文化発表

〈詳しくは〉
市教育委員会学校教育課
指導担当
☎22-1111 内線 3137



工藤弥恵さん



祐川慧樹くん



中村雅子さん

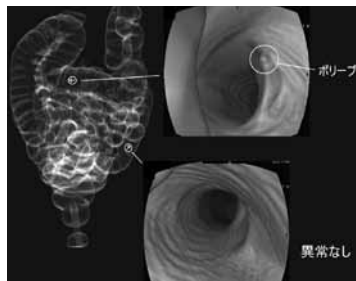


笹原朋華さん

菊池育伽さん

内田諒介くん

大島未稀さん



CT撮影による大腸検査の画像

**大腸内視鏡検査に代わる
CTを使用した
大腸癌やポリープの検査**

この検査は、CT（コン
ピュータ断層撮影）で撮影し
た画像をコンピュータ処理
で一枚一枚重ね、あたかも内
視鏡を使用したかのように
腸の詳細を調べることがで
きます。

内視鏡検査に比べ、
①苦しくない
②検査時間が短い
③大腸癌等の見落としが少
ない

といった特徴があります。
また、この検査は、検査
技師の作業量が膨大になる
ことから、他の医療機関で
の採用例は多くありません。
そういった意味では、画
期的な検査方法といえます。

【特集】工夫を重ねる 川内診療所の取り組み

川内診療所(山崎総一郎所長)は現在、病床数19床で、内科、外科、整形外科、
歯科を診療しています。3名の医師が在籍し、これまでむつ総合病院から整
形外科等の応援を得ながら、さまざまな工夫を凝らした取り組みを行なっ
てきました。



嘔吐反射が少ない 経鼻内視鏡による検査

胃の内視鏡検査を行う際
に、直径5ミリメートルの
細い内視鏡を口からではな
く鼻から入れる経鼻内視鏡
検査を行なっています。

この検査方法は、嘔吐反
射を引き起こしにくいのが
特徴です。また、麻酔をかけ
眠った状態での検査となり
ますので、気付いたら検査
が終了している場合がほと
んどです。

低出力レーザー治療により 身体の痛みを緩和

新たな取り組みとして、昨
年11月より、身体の痛みを訴
える患者に対し、低出力レ
ザー照射による治療を行な
っています。低出力レーザーを
照射することにより、血流の
改善や神経伝導の抑制など
の効果が得られ、痛みを緩
和することができま。なお、
レーザー照射による痛みはあ
りません。

山崎所長は、「寝違え
五十肩、スポーツ障害、野球
肩等）、腱鞘炎、肉離れ、外
傷による痛み、人工関節置



低出力レーザーによる治療

換後の痛みにお悩みの方は
ご相談ください。」と話して
いました。

川内診療所には、CTや
内視鏡、レントゲン装置、
超音波診断装置などの医療
機器が整備されており、地
域のホームドクターとして
の役割を担っています。ま
た、平成22年7月より、む
つ総合病院放射線科医によ
る画像診断の支援を受け、
より精度の高い診断を受け
られるようになりました。
今回は、さまざまな工夫を
凝らした川内診療所の取り組
みを紹介しましたが、体調
等気になる方は一度相談し
てはいかがでしょうか。

〈詳しくは〉川内診療所
☎42-22211

地域の防災の担いてとして日夜貢献する!!

- ◇ 消防設備・設計・施工
- ◇ 点検・整備
- ◇ 消防、防災、機材、用品等の販売
- ◇ 危険物地下タンク点検



野口防災システム 株式会社

〒035-0063
☎0120-624119 0120-624119 0120-624119
TEL0175-22-5600 FAX0175-23-5600

**弘前大学と
青森県企業が
共同研究**

プロテオグリカンを配合した
美容クリーム販売中
ーラヴィプレッシュPGクリームー
100g 3,990円
保湿力はコラーゲンや
ヒアルロン酸の数倍!!
店頭で使用感をお試しいただけます

くすりの専門薬局
おき薬局
0120-22-8150
〒035-0031 0120-22-8150
http://www.oki-pharmacy.co.jp/
■営業時間…月～土/8:30～19:00、日・祝/9:30～19:00

【むつ地区 巡回日程】

月日	実施時間	主な対象地区	実施場所
4月12日(金)	9:30～9:40	中野沢開拓	中野沢開拓バス停前
	9:45～9:55	中野沢	中野沢屯所前
	10:00～10:20	近川	近川駅前
	10:25～10:35	浜奥内	浜奥内集会所前
	10:45～10:55	奥内	奥内集会所前
	11:00～11:10	第二石蔵平	生出きよ子様宅前
	11:15～11:25	今泉	斗南養鶏場事務所横
	11:35～11:45	二又	川上松雄様宅前
	13:30～13:40	今泉	奥村忠弘様宅前
	13:45～13:55	神山	新堂牧場向路上
4月15日(月)	9:30～9:45	南赤川町・大曲	東通運輸向
	9:50～10:10	赤川町・南赤川町	赤川駅前
	10:15～10:25	松原町	伊藤紳一様宅隣空地前
	10:30～10:40	南町・松原町	南松町内会集会所前
	10:45～11:00	若松町	若松町集会所前
	11:05～11:20	仲町	山田重春様宅前
	11:30～11:45	海老川町	むつ車検場前
	13:30～13:55	大曲	大曲コミュニティーセンター前
	14:00～14:15	金曲・大曲	(旧)第三田名部小学校校門前
	14:20～14:40	金曲・大曲	金曲集会所前
4月16日(火)	9:30～9:45	金曲	川西タイヤ商会車庫前
	9:50～10:05	金曲・新町	苫生小学校校門横
	10:10～10:25	新町	熊野神社前
	10:35～10:55	苫生町	村館建材店前
	11:05～11:25	槌川目・女館	下北タイヤ商会前
	13:10～13:30	上川町・田名部町・柳町	来さまい館脇(旧田名部駅側)
	13:40～14:00	栗山町	栗山集会所
4月17日(水)	14:05～14:30	女館・柳町	旧ファミリーショップ山口側交差点付近
	9:30～9:45	最花	妙見神社入口
	9:50～10:05	斗南岡	斗南藩史跡地
	10:10～10:20	和泉町	和泉町バス停前
	10:25～10:45	赤坂	赤坂集会所裏
	10:55～11:20	土手内	土手内集会所前
	13:10～13:20	酪農	斗南丘酪農協前
	13:30～13:50	品ノ木	小野商店横
4月18日(木)	14:00～14:30	上川町・横迎町	シェルガソリンスタンド向
	14:40～14:50	横迎町	小町屋美容室駐車場
	9:30～9:40	高梨	高梨町内中央
	10:00～10:10	新田	新田集会所前
	10:20～10:35	烏沢	川森様宅向ゴミ集積場横
	10:40～10:50	川代	川代集会所前
	10:55～11:10	出戸	出戸集会所前
	11:15～11:25	浜関根・美付	漁民研修センター
	11:40～11:50	水川目	水川目集会所前
	13:30～13:45	北関根	北関根集会所前
4月19日(金)	13:50～14:05	南関根・名古平	畑中吉次郎様宅前
	14:10～14:20	桜山	桜山集会所前
	14:25～14:35	宮後	宮後町内中央
	14:40～14:50	尻釜	早掛沼オートキャンプ場入口横
4月21日(日)	9:30～9:45	中	市立図書館隣(株)青工むつ支店駐車場
	9:55～10:15	金谷	旧むつ市役所前
	10:25～10:35	新川	旧塩谷商店前
	10:45～11:00	小川町	ヤマハ音楽教室横
	11:05～11:20	小川町	小川町集会所前
	11:25～11:40	小川町	コムハイツ向道路
	13:30～13:50	十二林・美里町	家畜保健衛生所向旧道
	14:00～14:20	松山団地・小松ヶ丘	越野商店前
	9:30～9:50	市内全域	特別養護老人ホーム桜木園横
	10:05～10:35		むつ保健所前
	10:45～11:30		むつ高等技術専門校正面玄関前駐車場
	13:00～13:40		来さまい館脇(旧田名部駅側)
	13:50～14:10		昭和町B集会所前
4月22日(月)	14:20～14:50		旧むつ市役所前
	9:30～9:45	昭和町・海老川町	Head Lock(旧冒険島)前
	9:50～10:00	仲町・昭和町	昭和町B集会所前
	10:10～10:20	海老川町	曙町集会所前
	10:30～10:45	緑町	工藤昭一様宅付近
	10:50～11:10	下北町	下北町集会所前
	13:10～13:30	中	すがわら整骨院向公園
4月23日(火)	13:45～14:00	岩菜・緑ヶ丘	緑ヶ丘コミュニティセンター前
	14:10～14:20	長坂	長坂町内中央
	9:30～9:40	角違	角違集会所前
	9:45～9:55	大川目	大川目集会所前
	10:05～10:15	近沢	熊谷正勝様宅前
	10:20～10:35	泉沢	泉沢集会所前
	10:40～10:50	新之助	貝森操様宅前
	10:55～11:05	城ヶ沢	根本利夫様宅隣空地
4月24日(水)	11:10～11:25	新城ヶ沢	新城ヶ沢集会所横
	11:35～11:45	永下	齋藤岩太郎様宅前
	13:10～13:20	堺田・宇曽利川	堺田集会所横
	13:25～13:35	宇曽利川	宇曽利川橋横
	13:40～13:50	宇曽利川	町内会館横
	14:00～14:15	桜木町	特別養護老人ホーム桜木園横
	9:25～9:35	桜木町	むつハビリテーション病院職員舎前
	9:40～9:50	桜木町	文化財収蔵庫前
	9:55～10:05	宇田町・川守町	大湊幼稚園入口交差点側
	10:10～10:20	川守町	川守町消防屯所前
4月25日(木)	10:30～10:40	宇田町	宇田児童公園下方
	10:45～10:55	川守町	川村畳店横
	11:00～11:10	大湊上町	兵主神社前
	11:15～11:25	大湊浜町・大湊上町	勤労青少年ホーム横
	11:30～11:40	大湊浜町	旧タカダヤ家具店向(大湊浜町)
	13:10～13:25	大湊新町	むつ保健所前
	13:35～13:50	並川町	ハシモトホームむつ付近
	9:30～9:45	つづじヶ丘・松森町	藤田動物クリニック前
	9:55～10:05	越葉沢	グルッペ(ゴルフ練習場)向
	10:15～10:35	山田町・旭町	運動公園駐車場



- 【当日必要なもの】
- 市への登録がお済みの場合
- ・市より送付されたハガキ
- ・注射料 3,000 円／1 頭
- ※もしハガキが届いていないまたは忘れてきた場合は、当日登録確認を行います。
- 市への登録がお済みでない場合
- ・注射料 3,000 円／1 頭
- ・登録料 3,000 円／1 頭
- ※当日会場で登録を行うことができます。
- 【予防注射を受ける際の注意事項】
- ・会場にはたくさんの犬が集まりますので、リードをしっかり持ち、他の犬と適切な距離をおいてください。
- ・フンの後始末ができるよう、ごみ袋などをご持参ください。
- ・会場には注射時に犬を押さえられる方が連れて来ててください。
- ・犬が死亡したり、他者へ引き渡したなど、犬を所有していないのにハガキが届いている方は、市への届け出をお願いします。
- ・川内地区は、巡回する時間および場所に一部変更がありますのでご注意ください。
- ◆新しい実施場所
- ・横迎町地区…「小町屋美容室駐車場」
- 4月17日(水) 14:40～14:50

【脇野沢地区 巡回日程】

月日	実施時間	主な対象地区	実施場所
5月10日(金)	8:45～9:00	小沢	小沢地区事務所前
	9:15～9:20	九艘泊	九艘泊消防屯所前
	9:23～9:25	芋田	芋田橋周辺
	9:30～9:35	蛸田	蛸田地区空地
	9:40～9:45	寄浪	寄浪消防屯所前
	9:50～9:55	新井田	新井田バス停前
	10:00～10:10	瀬野	海釣り公園駐車場
	10:15～10:18	七引	脇野沢温泉前
	10:20～10:30	滝山・片貝	滝山消防屯所前
	10:35～10:38	源藤城①	松浦晃人様宅前
	10:40～10:50	源藤城②	源藤城集会所前
	11:00～11:30	本村	むつ市役所脇野沢庁舎前

日本代協加入プロ代理店による確かな安心を !!

(株) みらい保険センター ◆成田 繁 0175-34-3544

ヤマダ保険 ◆山田 一伸 0175-45-3101

(株) むつ保険センター ◆大山 満 0175-34-9710

ノースアップエージェンシー ◆北上 忠光 0175-34-5055

村田保険事務所 ◆村田 省吾 0175-22-7688

(有) 奥島保険事務所 ◆奥島 松一 0175-22-8067

(株) 太田保険事務所 ◆太田 憲仁 0175-24-3252

(有) 藤原保険事務所 ◆藤原 強 0175-22-8477

青森県損害保険協会 一般社団法人 青森県保険業協会 青森県保険業協会 青森県保険業協会

川内・大畑地区の日程は次のページへ！

むつ 市政だより 2013年3月25日号 (10)

国民年金に加入されているみなさまへ

◆ 4月上旬に平成 25 年度の国民年金保険料納付案内書が送付されます

納付案内書に保険料を添えて、金融機関や郵便局、コンビニエンスストアで納付してください。
もし 4 月中旬になっても納付案内書が届かない場合は、**むつ年金事務所**までお問い合わせください。

◆ 便利でお得な前納制度をご利用ください

国民年金には、一定期間分の保険料をまとめて前払いすると保険料が割引になる「**前納制度**」があります。前納すると、納め忘れの心配がなくなるうえ、保険料が割引されるので大変お得です。

前納を希望される方は、国民年金保険料納付案内書同封の**前納用の納付書**をご利用ください。

◆ 前納の種類と割引額 (平成 25 年度国民年金保険料 月額 15,040 円)

	1 年前納 (4 月～翌年 3 月)	6 か月前納 ① 4 月～9 月 ② 10 月～翌年 3 月	毎月納付(割引なし)
納付額(年額)	177,280 円	179,020 円(89,510 円× 2 回)	180,480 円(15,040 円× 12 回)
割引額(年額)	3,200 円	1,460 円(730 円× 2 回)	0 円
納付期限日	平成 25 年 4 月 30 日	①平成 25 年 4 月 30 日 ②平成 25 年 10 月 31 日	翌月末日

前納は、上記の 1 年度分 (12 か月分)や 6 か月分のほか、任意の月分から年度末までの分を前納することもできます。なお、割引額は期間によって異なります。この場合、専用の納付書が必要となりますので、**むつ年金事務所**へお問い合わせください。

〈問合せ先〉
むつ年金事務所
☎ 22-2278

国民健康保険高齢受給者証について 〈70 ～ 74 歳で窓口負担 1 割の方の期間を延長〉

市の国民健康保険に加入されている 70 ～ 74 歳までの方で、現在医療機関を受診する際に窓口負担が「1 割」である方は、平成 25 年 4 月より 2 割負担となる予定でしたが、**当分の間、1 割負担の期間が延長**されることとなりました。3 月下旬に新しい高齢受給者証を送付しますので、お手元に届き次第そちらをご使用ください。なお、高齢受給者証に「3 割」と記載されている方は、現在お持ちのものを引き続きご使用ください。

※国民健康保険以外の保険証をお使いの方は、加入されている保険者へお問い合わせください。

〈詳しくは〉

市国保年金課 ☎ 22-1111 内線 2432
川内庁舎市民福祉課 ☎ 42-2111
大畑庁舎市民福祉課 ☎ 34-2111
脇野沢庁舎市民福祉課 ☎ 44-2111

改修 内装

管理

ハウスマンテナンス

無休

設備 清掃

アパート・貸家など

現状回復修繕のことなら当社へ！

〈清掃、クロス貼替、畳表替〉
〈水廻りの修理等〉…

☎ 28-3434

株式会社 トラストイン

青森県知事(般-19)第600018号(建設業)
むつ市公民館前 FAX **28-3460**

引越
し
シーズン
間近!

不動産

アパート
のことなら

株式会社 トーリン

お問い合わせ先: ☎ **22-6333** FAX **22-6337**
むつ市金谷 1 丁目 14-23

青森県知事免許(7)第2271号(宅建業)・国土交通大臣(1)第454号(賃貸住宅管理業)
★中・短期滞在の方に便利! トラストインマンスリー…むつ市内各所

平成 25 年度 固定資産評価額等 縦覧および閲覧実施

平成 25 年度の固定資産評価額等について、4 月 1 日より「土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧」および「固定資産課税台帳の閲覧」ができます。

縦覧および閲覧を希望される方は、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、健康保険証等)をご持参ください。

〈縦覧および閲覧場所〉本庁舎税務課および各庁舎管理課

〈縦覧期間〉4 月 1 日(月)～7 月 1 日(月) ※土曜・日曜・祝日を除く

〈手数料〉 無料

〈閲覧期間〉4 月 1 日～通年 ※土曜・日曜・祝日を除く

〈手数料〉 1 枚につき 200 円 ※縦覧期間中は無料

制度の詳細については、『むつ市民便利帳』77 ページ『**固定資産税**』にも掲載していますのでご覧ください。

〈詳しくは〉市税務課固定資産税担当

暮らしに役立つ 税 情 報



〈問合せ先一覧〉

市税務課 ☎ 22-1111

市民税担当 内線 2212 ～ 2215

固定資産税担当 内線 2222 ～ 2225

納税管理担当 内線 2252 ・ 2253

収納担当 内線 2232 ～ 2236

川内庁舎管理課 ☎ 42-2111

大畑庁舎管理課 ☎ 34-2111

脇野沢庁舎管理課 ☎ 44-2111

介護保険料の納付は納期限内に納めましょう

滞納すると保険給付の制限を受けることになります

介護保険料を長期間納めないでいると、介護保険サービスが必要となった際に、未納期間に応じて次のような保険給付の制限を受けることがあります。もしもの場合に、大きな負担をせずに必要なサービスを利用するためにも、介護保険料は納期限内に納めてくださるようお願いします。

☆介護保険サービスが必要となった場合、
次に該当する方は…

● 1 年以上滞納している方

→介護保険サービス利用料を**いったん全額自己負担**

介護保険サービス利用料を**いったん全額**(10 割)自己負担する必要があります。その後申請により、介護保険サービス利用料の 9 割が払い戻されます(償還払い)。また、ケアプランの作成費用も自己負担となります。

● 1 年 6 か月以上滞納している方

→保険給付の**一時差し止め**

差し止め額から滞納保険料を控除される場合あり

1 年以上滞納した場合と同様、介護保険サービス利用料を**いったん全額自己負担**する必要があります。その後申請したとしても、保険給付(介護保険サービス利用料の 9 割)の全額または一部が差し止められます。

その後も滞納が続く場合は、差し止められた保険給付から滞納保険料が控除される場合があります。

● 2 年以上滞納している方

→利用者負担が 3 割に引き上げ(給付額減額)

高額介護サービス費等の支給停止

介護保険サービス利用料が 1 割から 3 割に引き上げられます(償還払いをしても払い戻しは 7 割のみ)。

また、高額介護サービス費等の支給は受けられなくなります。

● 介護保険被保険者証への記載

これらの給付制限等が行われた場合、介護被保険者証に給付制限の内容や期間が記載されます。

なお、特別な事情により納付が困難となったときは、お早めにご相談ください。

介護保険についての詳細は、『むつ市民便利帳』67 ページ『**介護保険**』にも掲載していますのでご覧ください。

〈詳しくは〉市介護福祉課介護保険担当 ☎ 22-1111 内線 2556

みんなでむつ市を緑豊かな街に

今年の市全体の合計募金額 2,109,918 円 ご協力ありがとうございました

○「緑の募金運動」へのご支援ありがとうございました

森林は、豊かな水やおいしい空気を生み出す「私たちの生命の源」です。ある時は水を貯蓄するダムとして、ある時は酸素の供給源として、さらには洪水を抑制し私たちの安らぎの場となるなど、森林の多岐にわたる機能性、重要性が再認識されており、世界的にもこれらの森林の果たす役割について関心が高まっています。



昨年は、みなさまのご協力により、むつ地区 605,267 円、川内地区 423,911 円、大畑地区 1,044,310 円、脇野沢地区 36,430 円、むつ市全体で 2,109,918 円もの募金が集まりました。いただいた募金は、むつ市を緑豊かな街にするためのさまざまな活動に使われています。

みなさまのご支援やご協力ありがとうございました。

○苗木無料配布実施

市内各地区の緑化推進委員会では、今年も 4 月から 5 月末まで「緑の募金運動」を行います。期間中、募金運動の一環として、むつ・川内地区の緑化推進委員会では苗木の無料配布を行いますので、ぜひお越しください。

(い つ) 4 月 15 日(月) 午後 3 時～無くなり次第終了

(どこで)

- ・むつ地区…マエダ本店正面玄関 「木いちご」の苗木限定 100 本
- ・川内地区…まちの駅かわうち前 「木いちご」の苗木限定 150 本

各地区緑化推進委員会では、募金の還付金をもとにさまざまな活動を展開しています。例えばむつ地区と川内地区では、町内会や学校 PTA 等の緑化事業に対して助成および苗木の配布等を行なっています。

植樹を実施する予定がある団体やその他公園等の緑化木の整備についてのご相談は、直接各地区の事務局へご相談ください。



〈詳しくは〉

むつ市緑化推進委員会事務局
 (市農林水産課内) ☎22-1111 内線 2624
 むつ市川内町緑化推進委員会事務局
 (川内庁舎産業建設課内) ☎42-2111
 むつ市大畑町緑化推進委員会事務局
 (大畑庁舎産業建設課内) ☎34-2111
 むつ市脇野沢緑化推進委員会事務局
 (脇野沢庁舎産業建設課内) ☎44-2111

むつ都市計画道路変更 原案説明会開催

市では、むつ都市計画道路の変更計画書原案を作成しましたので、その説明会を次の日程で開催します。

(い つ) 4 月 5 日(金)午後 6 時～

(どこで) 市役所本庁舎大会議室 A

(その他)

説明会開催後、4 月 6 日(土)～22 日(月)の期間、案作成のための公述人を募集します。また、公述人の申し出があった場合、4 月 25 日(木)に都市計画公聴会を開催します。

〈詳しくは〉

市都市建築課都市計画担当
 ☎22-1111 内線 2742

「窓口アシスタント」配置

市民課窓口カウンタへ 4 月より

市では、より一層のサービス向上を目指して、4 月より市民課窓口カウンタ前のフロアに「窓口アシスタント」を新たに配置します。「窓口アシスタント」は、ご来庁されたみなさまに、各種申請書の書き方や手続き方法等についてご案内します。

ご不明な点等がありましたら、お気軽に「窓口アシスタント」へお声掛けください。

〈詳しくは〉

市市民課窓口サービス担当
 ☎22-1111 内線 2412



おでかけ市長室

団体編 むつ青年会議所版 開催

「異業種交流会」と同時開催

昨年多数の方に参加いただいた、おでかけ市長室団体編「むつ青年会議所版」を今年も次の日程で開催します。今回は、より参加しやすいように土曜日に開催します。また、おでかけ市長室終了後、むつ青年会議所主催による「異業種交流会」が開催されます。あなたもむつ市の今後について語り合ってみませんか？ たくさんのご参加をお待ちしています。

◎おでかけ市長室

(いつ) 4 月 20 日(土)

午後 5 時 30 分～7 時 10 分

(どこで)

むつグランドホテル

(どんな)

・数字で見るむつ市

・参加者との意見交換

(対象)

20 歳以上 40 歳以下の市内

および近郊にお勤めされている方

(参加料) 無料

◎異業種交流会

(いつ) 4 月 20 日(土)

「おでかけ市長室」終了後

午後 7 時 20 分～8 時 50 分

(どこで)

むつグランドホテル

(対象)

20 歳以上 40 歳以下の市内

および近郊にお勤めされている方

(参加料) 3 千円

(軽食・ドリンク込)

(問合せ・申込先)

むつ青年会議所事務局
 ☎22-14360

勤労青少年ホーム

『教養講座』受講生募集

勤労青少年ホームでは、茶道、華道、着物着付の「教養講座」を開催します。各講座とも定員になり次第締切となります。どうぞお気軽にご参加ください。

3 講座共通申込要項

(対象)

市内にお住まいまたは市内にお勤めの 15 歳以上の方

〔定員〕各講座とも 20 名(先着順)

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

※申込者が 5 名に満たない講座は休止させていただきます。

【華道(池坊)】

(いつ)

5 月～10 月の

毎月第 2・4 木曜日

・昼の部：午後 1 時 30 分

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

・夜の部：午後 7 時～9 時

春の墓石商談会 3/25～3/31

- 耐震構造とデザインの両立！
- 高品質な墓石を低価格でご奉仕！
- 安心のアフター・サポートサービス！

墓石新時代 安心天災補償

天災(地震・津波等)による墓石の再購入費を最大 500 万円まで補償いたします。

耐震墓石

小田桐石材

本社 33-3166 大間 37-5466

むつ市仲町 15-8

小田桐石材 検索

田名部幼稚園閉園のお知らせ

80 年余り田名部幼稚園をご支援いただきましてありがとうございました。特に 1993 年小川町から金谷の現在の地に新築・移転の際には、たくさんの卒園生、そして市民の皆様からご寄付をいただきましたこと感謝いたします。残念ながらこのたび田名部幼稚園を閉園することになりました。休園後は地域の就学前のお子さんとご家族の支援としてこひつじクラブを開設しております。



こひつじクラブ 水曜日 午前 10 時～

日本基督教団田名部教会付属 田名部幼稚園
 牧師・園長 佐藤良司
 むつ市金谷 1-17-24 電話 22-2903

平成 25 年度「郷土芸能定期公演会」

～北の大地に舞う～ 毎月むつ来さまい館で開催

むつ・下北地域における能舞や神楽、祭囃子といった郷土芸能の公演を、4 月より平成 26 年 3 月までの期間、毎月 1 回、年 12 回にわたり開催します。入場は無料ですので、ぜひともご来場ください。

〈どこで〉おつ来さまい館 イベントホール A

〈入場料〉無料

〈公演日程〉

回	い つ	出演団体	どんな
1	4 月 19 日(金) 午後 7 時～	烏沢娛楽会	能舞
2	5 月 10 日(金) 午後 6 時 30 分～	田名部町 明盛組	権現舞・祭囃子
3	6 月 7 日(金) 午後 7 時～	関根橋神楽会	神楽
4	7 月 12 日(金) 午後 7 時～	横迎町 豪川組	権現舞・祭囃子
5	8 月 11 日(日) 午後 6 時～	栗山神楽会	神楽
6	9 月 20 日(金) 午後 7 時～	新町 新盛組	権現舞・祭囃子
7	10 月 11 日(金) 午後 7 時～	小川町 義勇組	権現舞・祭囃子
8	11 月 23 日(土) 午後 4 時～	矢越芸能保存会(佐井村)	三番叟・歌舞伎
9	12 月 13 日(金) 午後 7 時～	蒲野沢青年会(東通村)	能舞等
10	1 月 17 日(金) 午後 7 時～	旭町 中山神楽会	神楽
11	2 月 14 日(金) 午後 7 時～	柳町 共進組	権現舞・祭囃子
12	3 月 9 日(日) 午後 6 時～	上野娛楽会	能舞

- ・公演時間は約 1 時間を予定しています。
- ・公演日時や出演団体は、都合により予告無く変更となる場合があります。

〈問合せ先〉むつ商工会議所振興課 ☎22-2282



烏沢娛楽会 能舞



もちつき踊り



栗山神楽会 神楽

県営住宅入居者募集

〈募集期間〉4 月 1 日(月)～ 10 日(水)

※土曜、日曜を除く午前 8 時 15 分～午後 5 時 15 分

〈入居予定日〉平成 25 年 6 月 1 日(土)

〈募集する住宅の概要〉

団地名	山田団地
建設年度	平成 12 年度
構造	木造 2 階建
面積・募集戸数	76.5 ㎡・1 戸
間取り	【3LDK】LDK11.5 帖、洋 6 帖、和 6 帖、和 6 帖、水洗トイレ、浴室、物置
家 賃	22,800 円～ 33,900 円(駐車場 1,300 円)
所在地	むつ市山田町 30-39
その他	人数制限有(3 名以上)

〈問合せ・申込先〉

青森県県営住宅等指定管理者 野村建設(株)県営住宅係 ☎29-6474

〈その他〉

- ・敷金は家賃の 3 カ月分となります。
- ・ペットを飼うことはできません。
- ・連帯保証人 2 名が必要となります。

団地名	金谷団地
建設年度	昭和 50 年度
構造	簡易耐火構造 2 階建
面積・募集戸数	53.0 ㎡・2 戸(浴槽有無各 1 戸)
間取り	【2DK】DK7 帖、洋 6 帖、洋 4.5 帖、水洗トイレ、浴室、物置
家 賃	11,400 円～ 17,100 円(駐車場 1,400 円)
所在地	むつ市松山町 3-11・12
その他	単身入居可、事故物件

市営住宅入居者募集

〈募集期間〉4 月 3 日(水)～ 16 日(火) ※土曜・日曜を除く
〈入居予定日〉平成 25 年 6 月 1 日(土)

◆ 募集する市営住宅の概要

団地名	川守町団地		山田町団地	
建設年度	昭和 55 年度	昭和 56 年度	昭和 39 年度	昭和 40 年度
建物の構造	簡易耐火構造 2 階建	簡易耐火構造 2 階建	木造平屋建	木造平屋建
建物の面積	66.2 ㎡	66.2 ㎡	32.4 ㎡	32.4 ㎡
建物の間取り	6 帖、6 帖、4.5 帖、台所、トイレ、浴室(風呂無)	6 帖、6 帖、4.5 帖、台所、トイレ、浴室(風呂無)	6 帖、4.5 帖、台所、トイレ、物置	6 帖、4.5 帖、台所、トイレ、物置
募集戸数	1 戸(駐車空間無)	1 戸(駐車空間無)	1 戸(駐車空間無)	2 戸(駐車空間無)
家 賃	12,000 円～ 17,800 円	12,600 円～ 18,800 円	2,100 円～ 3,200 円	2,300 円～ 3,400 円
所在地	むつ市川守町地内	むつ市川守町地内	むつ市山田町地内	むつ市山田町地内

団地名	緑町団地(※)		金曲団地	品ノ木団地
建設年度	平成 13 年度	平成 24 年度	昭和 38 年度	昭和 43 年度
建物の構造	耐火構造 3 階建	木造 2 階建	木造平屋建	簡易耐火構造平屋建
建物の面積	50.7 ㎡	77.4 ㎡	36.4 ㎡	38.3 ㎡
建物の間取り	6 帖、6 帖、台所、トイレ、浴室(風呂有)	8 帖 LDK、6 帖、6 帖、6 帖、トイレ、浴室(風呂有)	6 帖、4.5 帖、3 帖、台所、トイレ、物置	6 帖、4.5 帖、3 帖、台所、トイレ、物置
募集戸数	1 戸(駐車空間有)	5 戸(駐車空間有)	1 戸(駐車空間無)	1 戸(駐車空間無)
家 賃	13,400 円～ 19,900 円	22,700 円～ 33,800 円	2,400 円～ 3,500 円	3,300 円～ 4,900 円
所在地	むつ市緑町地内	むつ市緑町地内	むつ市金曲三丁目地内	むつ市大字田名部字品ノ木地内

団地名	品ノ木団地	外山団地		
建設年度	昭和 44 年度	昭和 52 年度	昭和 54 年度	昭和 55 年度
建物の構造	簡易耐火構造平屋建	簡易耐火構造 2 階建	簡易耐火構造 2 階建	簡易耐火構造 2 階建
建物の面積	34.6 ㎡	55.5 ㎡	61.5 ㎡	62.7 ㎡
建物の間取り	6 帖、4.5 帖、台所、トイレ、物置	6 帖、4.5 帖、3 帖、台所、トイレ、浴室(風呂有)	6 帖、6 帖、4.5 帖、台所、トイレ、浴室(風呂有)	6 帖、6 帖、4.5 帖、台所、トイレ、浴室(風呂有)
募集戸数	1 戸(駐車空間無)	3 戸(駐車空間無)	1 戸(駐車空間無)	1 戸(駐車空間無)
家 賃	3,100 円～ 4,700 円	9,600 円～ 14,200 円	11,400 円～ 16,900 円	11,800 円～ 17,500 円
所在地	むつ市大字田名部字品ノ木地内	むつ市大畑町谷地道地内	むつ市大畑町谷地道地内	むつ市大畑町谷地道地内

団地名	桂沢団地		
建設年度	昭和 50 年度	昭和 50 年度	昭和 51 年度
建物の構造	簡易耐火構造 2 階建	簡易耐火構造 2 階建	簡易耐火構造 2 階建
建物の面積	53.6 ㎡	49.7 ㎡	57.2 ㎡
建物の間取り	6 帖、4.5 帖、4 帖、台所、トイレ、浴室(風呂有)	6 帖、4.5 帖、4 帖、台所、トイレ、浴室(風呂有)	7.5 帖、4.5 帖、4 帖、台所、トイレ、浴室(風呂有)
募集戸数	1 戸(駐車空間無)	3 戸(駐車空間無)	1 戸(駐車空間無)
家 賃	8,900 円～ 13,300 円	8,300 円～ 12,300 円	9,700 円～ 14,400 円
所在地	むつ市脇野沢桂沢地内	むつ市脇野沢桂沢地内	むつ市脇野沢桂沢地内

〈必要書類〉

- ①市営住宅入居申込書(市都市建築課および各庁舎産業建設課にあります)
- ②入居予定者全員の所得課税証明書
- ③入居予定者全員の税に関する証明書 ※市外からの方は納税証明書
- ④入居予定者全員の住民票(市外からの方のみ)

入居資格や手続き方法など詳しくは、『むつ市民便利帳』102 ページ『市営住宅の入居資格について』にも掲載していますのでご覧ください。

※緑町団地に入居が決定した場合、家賃の他に共益費(毎月 2,000 円程度)の支払いおよび F F ストープの設置が必要となります。また、今回募集する木造 2 階建物件は、3 名以上世帯のみの受付となります。

〈問合せ・申込先〉

市都市建築課住宅担当 ☎22-1111 内線 2757
川内庁舎産業建設課 ☎42-2111
大畑庁舎産業建設課 ☎34-2111
脇野沢庁舎産業建設課 ☎44-2111



詳しくは市立図書館へ
☎28-3500 ☎28-3400

図書館からのお知らせ

4月の図書館カレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				
は休館日です						

平成 25 年 春の火災予防運動実施 4月8日(月)～14日(日)

統一標語 「消すまでは 出ない行かない 離れない」



今年も県下一斉に春の火災予防運動が実施されます。この時期は空気が乾燥し、風が強いいため、火災が発生すると延焼拡大しやすい天気が続きます。今一度、火の取り扱いについてさらなる注意をお願いします。

～今月の新着案内～

※掲載しきれなかった新着図書は『図書館新着だより』（毎月発行・館内にて配布）をご覧ください

【 教 養 ・ 実 用 】

だれでもレイアウトデザインができる本
シヤマニズム 1
真実の近現代史
華の血族
3・11 以後何がかわらないのか
女性の職業のすべて 2014 年版
ギャンブル大国ニッポン
子どもの発達障害家族応援ブック
がん医療・抗がん剤治療のすべて
理想の脚養成講座！
早引き介護の感染症対応ハンドブック
セシウムをどうする
ステッチ図鑑
和食屋の和弁当
箱のおりがみ
藝人春秋
弱くても勝てます

樋 口 泰 行
ノ・ハル ヴァ
田 原 総一郎
池 坊 保 子
大 澤 真 幸
女性職業研究会
古 川 美 穂
高 貝 就
藤 野 邦 夫
入 江 規 佳
工 藤 綾 子
小 松 優
マギー・ゴードン
笠 原 将 弘
布 施 知 子
水道橋 博 士
高 橋 秀 実

【 文 学 ・ 小 説 】

たったひとり
糸車
慟哭の家
ちようちんそで
キミトピア
冬芽の人
沈黙の町で
輝天炎上
ハピネス

乾 ル カ
宇江佐 真 理
江 上 剛
江 國 香 織
舞 城 王 太 郎
大 沢 在 昌
奥 田 英 朗
海 堂 尊
桐 野 夏 生

ab さんご
蜂蜜秘密
浮かぶ瀬もあれ
狭小邸宅
美しい家
黄金の庭
いちばん長い夜に
おもかげ橋
俺たちに偏差値はない。
望郷
奥の奥の森の奥に、いる。
影と胡蝶
リカーシブル



黒 田 夏 子
小 路 幸 也
白 川 道 耕
新 庄 剛 志
新 野 陽 子
高 橋 ア サ
乃 南 麟
葉 室 三
福 澤 徹
湊 かなえ
山 田 悠 介
好 村 兼 一
米 澤 穂 信

【 児 童 ・ ティ ーン ズ 】

プレッツェルのはじまり
おなべふこどもしんりょうじょ
おひなさまのいえ
おれはワニだぜ
ねことテルと王女さま
ねこのたからさがし
じゃんけんのすきな女の子
あいうえおのせきがえ
中学生の君におくる哲学
ペーパータウン
アリブランチを探して
卒業するわたしたち

エリック・カール
やぎゅうげんいちろう
ねぎし れいこ
渡 辺 有 一
クライド・ロバート・ブラ
さえぐさひろこ
松 岡 享 子
宮 下 すずか
斎 藤 慶 典
ジョン・グリーン
メリーナ・マクケッタ
加 藤 千 恵

【 郷 土 資 料 】

会津武士道 中 村 彰 彦

○住宅用火災警報器を 設置しましょう！

消防法により、全ての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務づけられています。住宅用火災警報器は、火災の発生をいち早く知らせることににより、逃げ遅れによる死傷者を大幅に減らす効果があり、実際に多数の奏功事例が報告されています。

取り付け方法は簡単で、ホームセンターや電気店等で購入できます。詳しくは最寄りの消防署、消防分署にお問い合わせください。

○電気器具や電気製品の 取り扱いに注意！

電気器具等に関わる火災の原因は、使用者の不十分な管理や取り扱いの不注意によるものが最も多くなっています。例えば、電気ストーブは一見炎が無く安全に思えますが、発熱部分がかなりの高熱となる製品もあります。使用時は、燃えやすいものを近くに置かないようにしましょう。また、コンセントや差し込みプラグなどといった電気配線からの出火もあります。今一度、次の点について確認しましょう。

- ・コンセントがきちんと差し込まれているか。
- ・ホリリが付いていないか。
- ・タコ足配線になっていないか。
- ・電気配線を重い物で踏みつけていないか。

製品自体の不具合が原因の火災も発生しています。リコール情報等にご注意ください。

リコール情報は、NITE（独立行政法人製品評価技術基盤機構）（<http://www.nite.go.jp>）や経済産業省製品安全ガイド（http://www.meti.go.jp/product_safety/）でも確認できます。

○野焼きや家庭ごみの 焼却禁止！

毎年この時期は、枯れ草の焼却や家庭ごみを焼却する際の飛び火等が原因による火災が多く発生しています。乾燥した枯れ草等は、飛び火などで一度火がつくと、たちまち延焼拡大します。

野焼きや家庭ごみ等の野外焼却は、廃棄物処理法で禁止されていますので、絶対に行わないでください。

○野焼きや家庭ごみの 焼却禁止！

毎年この時期は、枯れ草の焼却や家庭ごみを焼却する際の飛び火等が原因による火災が多く発生しています。乾燥した枯れ草等は、飛び火などで一度火がつくと、たちまち延焼拡大します。

野焼きや家庭ごみ等の野外焼却は、廃棄物処理法で禁止されていますので、絶対に行わないでください。

今年も県下一斉に春の火災予防運動が実施されます。この時期は空気が乾燥し、風が強いいため、火災が発生すると延焼拡大しやすい天気が続きます。今一度、火の取り扱いについてさらなる注意をお願いします。

むつ市の火災発生件数

平成 24 年 1 月 1 日～12 月 31 日（ ）内は平成 23 年の件数

	むつ署	大畑署	大湊署	川内分署	脇野沢分署
合計	18(16)	1(2)	4(4)	1(2)	0(4)
建物火災	11(9)	0(1)	3(2)	1(2)	0(2)
林野火災	0(1)	0(0)	0(0)	0(0)	0(1)
車両火災	4(2)	1(0)	1(0)	0(0)	0(0)
船舶火災	0(0)	0(0)	0(1)	0(0)	0(1)
その他火災	3(4)	0(1)	0(1)	0(0)	0(0)

【防火パレード】

おつ・大湊地区
4月7日(日)
午前8時30分

大畑地区
4月7日(日)午前8時

川内地区
4月7日(日)午前9時

脇野沢地区
4月7日(日)
午前8時10分

【消防団火災防ぎょ訓練】

おつ・大湊地区(大曲地区)
4月7日(日)午前6時

大畑地区(中島地区)
4月7日(日)
午前7時30分

脇野沢地区(蛸田地区)
4月7日(日)
午前7時30分

※各実施日時は予定

就業に強い資格を取得！ 介護・医療分野に役立つ講座ならニチイ！

青森県指定 厚生労働大臣指定講座 ⑧

ホームヘルパー 2級講座

【通信+実技スクーリング+実習の3ステップ学習】

修了生数100万人以上の実績講座！

- スクーリングは豊富なクラス設定で学びやすい！
- 振替受講・復習・延長制度など、無料サポート充実で安心！

厚生労働大臣指定講座 ⑧

医療事務講座

【通学／通信／Webカレッジ／DVD】

開講以来、約40年の信頼講座！

- 平日、土・日・夜間、さらに短期など豊富なクラス設定！
- 振替受講・復習・休学制度など、無料サポート充実で安心！

★修了後は就業相談を実施 ⑧ 受講料20％給付！教育訓練給付制度対象講座（条件あり）

案内書 無料進呈

（年中無休/24時間対応） ●請求番号をお伝えください

☎0120-555-212

【請求番号 1546】 www.e-nichii.net

詳細はこちら

ニチイ 八戸校 (平日/9:00～17:15)

☎0178-24-2916

〒031-0031 八戸市大字番町9-5-1546 協栄八戸番町ビル4F

株式会社 ニチイ学館

【防火パレード】

おつ・大湊地区
4月7日(日)
午前8時30分

大畑地区
4月7日(日)午前8時

川内地区
4月7日(日)午前9時

脇野沢地区
4月7日(日)
午前8時10分

【消防団火災防ぎょ訓練】

おつ・大湊地区(大曲地区)
4月7日(日)午前6時

大畑地区(中島地区)
4月7日(日)
午前7時30分

脇野沢地区(蛸田地区)
4月7日(日)
午前7時30分

※各実施日時は予定

（詳しくは）

むつ消防署	☎22-1680
大畑消防署	☎34-1223
大湊消防署	☎24-1209
川内消防分署	☎42-1321
脇野沢消防分署	☎44-1202

説明会開催会場

むつ市旭町7-47 (駐車場あり)

マドナビル

●サンデー

●さとちよう

むつ中央三郵便局

(1 9)

むつ市版だより

2013年3月25日号

2013年3月25日号

(1 8)

みづ市 情報ポケット

information

みづ市役所

0175-22-1111

info@city.mutsu.lg.jp

お知らせ

春季大掃除を行う際は
事前に市へご連絡を

市民のみなさま一人ひとりの
手で生活空間を清潔に保ちま
しょう。なお、側溝清掃やごみ
拾い等を予定している場合、ご
み袋等の準備等の関係上、あ
らかじめ環境政策課または各庁
舎市民福祉課へのご連絡をお願
いします。

〈問合せ先〉

環境政策課廃棄物対策担当

☎22-1111 内線2461

川内庁舎市民福祉課

☎42-1211 内線131

大畑庁舎市民福祉課

☎34-2111 内線122

協野沢庁舎市民福祉課

☎44-2111 内線81

市役所本庁舎 会議室名一部変更

市役所本庁舎の一部会議室の
名称を、ほかの会議室と混同し
ないようにするため、4月より
次のとおり変更します。
ご利用の際は、ご注意ください
ようお願いいたします。

〈変更箇所〉

・「大会議室1」→「大会議室A」

・「大会議室2」→「大会議室B」

〈詳しくは〉

市秘書広聴課広報広聴担当

☎22-1111 内線2151

「市民ふれあい農園」開設

土に親しみながら、野菜や草
花を作る喜びを味わってみま
せんか？

〈利用期間〉5月2日(木)

～11月10日(日)

〈どこで〉宮後ふれあい牧場

〈対象〉市内に住所のある方

〈利用料金〉2千円

〈募集区画数〉50区画(先着順)

※原則1世帯1区画(約30平方

メートル)

〈申込方法〉

田名部畜産農業協同組合にあ

る申込用紙に必要事項を記入

のうえ、同組合へお申し込み

ください(電話申込可)。

〈申込締切〉4月19日(金)※先着順

〈問合せ・申込先〉

田名部畜産農業協同組合

☎22-14716

市農林水産課農林畜産担当

☎22-1111 内線2622

無事故・無違反の 優良運転者を表彰します

〈対象〉

交通安全協会の方で、無事

故・無違反の期間が10年以上

(5年刻みで10年・15年・20年

・50年以上)の方

〈準備するもの〉

運転免許証、印鑑、無事故・無

違反証明申請手数料(800円)

〈申請受付期間〉

4月1日(月)～30日(火)

〈表彰時期〉5月下旬(予定)

〈問合せ・申請先〉

みづ地区交通安全協会事務局

(みづ警察署内)

☎23-6742

平成25年度 国税専門官採用試験実施

〈第一次試験日〉6月9日(日)

〈受験資格〉

・昭和58年4月2日～平成4年

4月1日生まれの方

・平成4年4月2日以降の生まれ

で次のいずれかに該当する方

①大学を卒業または平成26年

3月までに卒業見込の方

②人事院が①と同等の資格が

あると認める方

〈申込受付期間〉

・インターネット

4月1日(月)午前9時

～11日(木)(受信有効)

・仙台国税局へ郵送・持参

4月1日(月)

～2日(火)(郵送消印有効)

午前9時～午後5時

〈問合せ・申込先〉

仙台国税局人事第二課

☎022-12631111

内線3236

「原始謄筆風土年表」 意訳・解説集第3回目配布

・94フォーラムin大畑「歴史と
神話の委員会」では、希望のまち
づくり補助金を活用し「原始謄筆
風土年表」(村林源助著 意訳・
解説集第28分冊(巻18)を発行し
ます。数に限りがありますので、
ご希望の方はお早めにお申し出
ください。

〈どんな〉

寛政7年(1795年)から寛

政9年(1797年)までの下

北や国内外の出来事等田名部

代官所の御給人の名前を記録

しています。また、巻末付録

として、当時最も実力者とな

れた菊池泰作(雅号・成章)の

下北歌紀行を掲載しています。

不用品活用登録銀行

- ・応募者多数の場合は抽選となります。
- ・有償での取り引きはご遠慮ください。
- ・ゆずってもらう方が、ゆずってくれる方の所へ取りに行くことになります。

ゆずります(受付期間 3月25日～4月8日)

- ・チャイルドシート(アップリカ製・オレンジ色・新生児から使用可能)
- ・バウンサー(紺色) ・ロッキングチェア
- ・鉄製の釜(直径1メートル)

ゆずってください

- ・婦人用自転車(2台) ・掃除機 ・電子ピアノ
- ・テーブル(座卓タイプ・4人掛け程度の大きさ)
- ・大湊高校男子制服(プレザー・Mサイズ・古くても可)
- ・大湊高校ジャージ上下(大きめのサイズ)

〈問合せ先〉

みづ市消費者の会事務局(市商工観光課内) ☎22-1111 内線2642

目指せ 家庭ごみ減量！みづ市月間ごみ総排出量

平成25年2月分 環境政策課調べ

	1月の値	(前月比)	【参考】一人一日あたりの排出量
総排出量	1,689 t	(-47%)	
資源ごみ回収量	160 t	(-39%)	H22 全国平均
資源ごみ回収割合	9.5 %	(+0.3%)	976 g/日
市民一人一日あたりの排出量	955 g/日	(-151g)	H22 青森県平均 1,074 g/日

<<< 燃料価格ニュース >>>

3月1日現在・みづ地区平均価格(税込)

	今月平均	価格の幅	前月平均
《灯油》☆1ℓローリー価格	101円	99～102	98円
☆18ℓ配達価格	1,839円	1,800～1,872	1,785円
《LPGガス》☆LPGガス5m³	5,518円	5,197～5,880	5,516円
☆LPGガス10m³	9,425円	8,873～10,394	9,421円
《ガソリン》☆レギュラー1ℓ現金	156円	152～158	152円
☆軽油1ℓ現金	135円	131～138	132円

※みづ市消費者の会モニター調べ

市ホームページ バナー広告募集中！

市公式ホームページ 月平均アクセス数(平成24年1月～12月) 約48,000アクセス

※バナー広告のアクセス数を保証するものではありません。

☆掲載枠数…7枠 ☆掲載場所…トップページ右側

☆掲載料金…10,000円(月の初日から末日までの1か月)

☆申込方法…掲載希望月の前月の10日までに「みづ市公式ホームページ広告掲載申込書」に記載のうえ、広告データを添えてお申し込みください。 ※詳しくは、市ホームページのバナー広告募集のページをご覧ください。

〈詳しくは〉市秘書広聴課広報広聴担当 ☎22-1111 内線2152 市ホームページ ☎http://www.city.mutsu.lg.jp/

お引っ越し、家財処分、

店舗・事務所
移転・整理

なんでも!! お売り下さい

家具・家電・工具・つり具・衣類・雑貨・その他
※一部、取り扱いできない物もあります。ご確認下さい。

出張買取 出張無料!! お気軽にお電話下さい。

(受付専用) ☎0120-71-5188

金・プラチナ・商品券

自社店舗だからできる!!

特別査定価格

お売りの際はぜひ!! 当店へ!!

リサイクルタイヨードー

(本店) 小川町1-6-9 ☎0175(22)7288
(バイパス店) 横迎町1-14-7 ☎0175(23)5188

午前9時～午後2時
どこでもつ来さい館
参加料
1区画(2×2メートル)1千円
申込受付期間
4月1日(月) 申込受付開始
問合せ・申込先
むつ来さい館 ☎33-8191
早掛レイクサイドヒルキャンプ場
『春だ！陽気だ！
キャンプでわいわい』

早掛レイクサイドヒルキャン
プ場が4月28日(日)にオープン
します。4月19日(金)～21日(日)
の3日間、キャンプ場を無料開
放します。
○ケビンハウス3棟
(いつ)
4月19日(金)、20日(土)、21日(日)
※いずれも午後2時～翌日午前10時
定員1棟6名まで宿泊可
その他 寝具、調理用品付き
○キャンピングサイト10サイト
(いつ)
4月19日(金)、20日(土)、21日(日)
※いずれも午後2時～翌日正午
その他
・テント1張、寝袋4個付き
・持込の場合は応募不要
○応募方法
ハガキに希望施設、宿泊希望
日、宿泊人数、代表の住所、
氏名、電話番号を記入のうえ

ファミリアーム早掛平
農業体験を
してみませんか？

利用期間 5月～11月
どこでもつ東通村大和早掛平
募集区画数 15区画
※1区画8坪程度
利用料金 3千円
申込受付期間 ※先着順
4月1日(月)～30日(火)
その他
全体活動時のみ障害保険に加入
します。(問合せ・申込先)
農業体験ボランティア
グループ「風」
野坂 ☎090-5236-5030

母の日に贈る
プリザーブドフラワー
アレンジ参加者募集

何年も咲き続ける本物のお花
「プリザーブドフラワー」で心を
込めたハンドメイドギフトを作
りましょう。初めての方でもラッ
ピングまでサポートします。
(いつ) 5月6日(月)
午後1時30分～
どこでもつ田名部駅通り商店街
まちの駅 七福2階
(材料費)
2千円・3千円のほか、ご予
算はご相談ください。(定員)

ご応募ください。(応募は個人、1家族、1グループ1通まで。応募多数の場合はFMアジュール生放送での公開抽選・発表を行い、後日当選者に通知します。)
○応募締切 4月12日(金)必着
その他
・日帰りキャンプは応募不要
・午前9時～午後5時利用可
問合せ・応募先
〒035-10021
むつ市田名部小平館の内尻釜45-18
早掛レイクサイドヒルキャンプ場
☎23-18686 (FAX 兼用)

募集します

エイジレス・ライフ実践者
社会参加活動事例募集
内閣府では、エイジレス・ライフを実践している高齢者や地域で社会参加活動を積極的に行なっている高齢者グループを広く紹介し、次世代の高齢期における生活の参考としてもらうために、活動事例を募集しています。
○募集する活動例
・エイジレス・ライフ実践者
過去に培った知識や経験を活かし、高齢期の生活で社会に還元し活躍している方や、中高年から一念発起して物事を成し遂げた方など。

準備するものハサミ
その他
・駐車場はお申し込み時にご確認ください。
・小学生以下の参加はご相談ください。
(申込締切)
4月20日(土)午後8時
※平日は午後6時以降に受付
問合せ・申込先
rara・プリ
佐藤 ☎080-6290-0888

ボランティア会員募集中
除雪や除草等の屋外作業、炊事や洗濯等のお手伝い、買物や通院への同行等、高齢者の生活をサポートするために幅広く活動しています。一緒に活動してみませんか？
(年会費) 500円
(問合せ・申込先)
むつ市生活介護サポーター連絡協議会
「りんどうの会」
時田 ☎090-7060-5894
中村 ☎090-7937-1238
菊池 ☎070-6954-2375
加賀谷 ☎090-1496-1906

・社会参加活動
積極的な活動を通じ、社会との関わりを持ち、生き生きと充実した生活を送っている、おおむね65歳以上の方を中心に構成しているグループ。
○応募方法
活動を行なっている方の氏名やグループ名、活動内容がわかるものを提出ください。
自薦他薦は問いません。
※過去に決定を受けた事例は対象外となります。
(応募締切) 4月8日(月)
問合せ・応募先
市介護福祉課介護福祉担当
☎22-11111 内線2565

むつ古希野球クラブ
「トマホークス」部員募集中
健康維持とあわせ、楽しい仲間作りをしませんか？
○対象 今年満70歳以上に達する健康な方
(年会費等) 1万円
※入会金2千円、ユニフォーム1万5千円
その他 現在部員16名です。
・練習は5月より毎週水曜・日曜の午後に行います。
・卓大会は6月、他練習試合あり。
(問合せ・申込先)
トマホークス事務局
永井明男 ☎22-2886 (FAX 兼)

星美幼稚園子育て支援サークル
「ここにこ・キッズ」
参加者募集
普段なかなか同年齢のお子さんと遊ぶ機会がない方など、一緒に遊びませんか？
(いつ) 4月～翌年3月の土曜日
午前10時～11時30分
※第1回目は4月20日、年間18回程度実施予定
(どこでもつ) 星美幼稚園
(対象)
2～3歳で、幼稚園や保育園等に通っていないお子さん
(申込方法)
お電話または当園窓口まで
※4月9日(火)受付開始
(問合せ・申込先) 星美幼稚園
下川原 ☎22-2223

裂織講座参加者募集
伝統工芸の南部裂織を自分の手で作ってみませんか？
(いつ) 4月18日(木)～20日(土)
午前10時～午後3時
(どこでもつ) 裂織サークル
(大平町9-7、大平小バス停前)
(参加費) 2千円 ※材料費等
(定員) 10名
(申込締切) 4月15日(月)
※午前10時～午後3時受付
(問合せ・申込先) 裂織サークル
花刈 ☎24-0508

春 夏 秋 冬

歌

どこからカレーの匂いだよい来寒さゆるみし夕づく路地に

水切りを済ませ生けたるアネモネの真紅の花びらたちまち開く

わが夢を追い続けつつ挫折してそれでも追いたしわれの価値ゆえ

釜臥の山すべつたとスキーかつぎ予らは疲れた姿に帰り来

陽射し浴び心足る日や冬尽くる

廃店のシャッター鳴らす涅槃西風

新しき手袋温し年新た

去年今年天地俤せ祈るのみ

冬深し果てのホームに足踏みし

ちぐはぐな会話のはずむ日向ぼこ

八十路過ぎ皺の掌かくす新年会

正月に戻りて娘等はよく眠る

梅の枝簪置きにして祝福

夫の気をそぞろにさせる木の芽風

土砂降りと涙はじつと遺りすぎす

老眼鏡ふきふき遠い道の花

リング剥く老婆の言葉の途切れがち

鼻息で春を握ってる寒立馬

金 浜 康 子

甲 栄 子

船 木 和 寿

齋 藤 まさ子

篠 塚 マ サ

土 佐 白 園

畑 中 月 穂

太 田 嶺 伸

宮 下 たか之ふ

三 宮 英 子

真 手 す 糸

前 沢 明 子

戸 川 美 重 子

井 手 上 省 子

高 橋 星 湖

石 倉 岳 人

杉 本 一 道

吉 田 大 吉

むつ 市政だより

有料広告募集中！

市政だよりに掲載しませんか？

☆下1段(縦5.2cm×横18.1cm) ……31,500円

☆下1段の1/2(縦5.2cm×横9.0cm) ……15,750円

(詳しくは) 市秘書広報課広報広聴担当 ☎22-1111 内線2152

下北文化会館・大ホール4月の催し物案内

【下北文化会館企画事業】大ホール開放 Day

4月2日(火)～5月4日(土) ……《1時間2,000円》

9:00～17:00 ※夜間使用は別途ご相談ください。

備品…ヤマハCF III、反響板、椅子、譜面台

ワイヤレスマイク、録音・再生

◎14日(日) (12:30開場) 13:00～ ……《入場無料》

第45回 村元ピアノ教室 発表会

◎21日(日) 14:00～ ……《入場無料》

第8回 オオアシ音楽教室 発表会

(詳しくは) 下北文化会館 ☎22-8411 http://shimobun.com

食生活改善推進員

“食事からの健康づくり”を推進しています

【脇野沢地区活動紹介】



★男の料理教室

栄養バランスが良く、カロリーや塩分が控えめで簡単にできるメニューを調理しました。普段は料理をしないと話していた男性のみなさんでしたが、手際よく作っていました。

★生活習慣病予防教室

毎日の食生活を見直して、生活習慣病を予防しましょう！ 体重 1kg、塩 1g を減らそうと、参加者への普及・啓発に取り組んでいます。



★自己研修

研修会で習ってきたレシピに工夫や試作を積み重ね、健康づくりのための料理を地域の方々へ普及しています。



♪簡単レシピの紹介♪ ～第 13 回 ヘルシーで減塩～

大根と小松菜のごま和え(4人分)

【1人分栄養価】29 キロカロリー、塩分 1.0g

〈材料〉大根…80g 小松菜…200g

炒り白ごま…大さじ 1

しょうゆ…大さじ 1・1/3 砂糖…大さじ 1/2

①大根は細めの千切りにし、水にさらしてよく絞る。小松菜は茹でて 3cm の長さに切る。

②炒りごまはすり鉢ですり、砂糖、醤油と合わせ、小松菜・大根を和えたら完成！



〈詳しくは〉
成人保健担当(内線 2584)

妊産婦・新生児の 訪問指導員募集

市では、安心して妊娠・出産・育児ができるための支援として、妊産婦・新生児訪問指導事業や妊婦電話相談事業を行っており、この事業を行う指導員を募集しています。

〈必要資格〉

普通自動車運転免許を有する、次のいずれかの資格をお持ちの方

- ・助産師
- ・保健師
- ・看護師(産科または小児科での勤務経験のある方)

〈業務内容〉

妊産婦・新生児訪問、妊婦電話相談

〈給与〉

訪問指導…1 件当たり 1,700 円

電話相談…時給 912 円

〈勤務日数〉

1 ヵ月 10 ～ 15 日程度

※給与等詳細はお問い合わせください。

〈問合せ・申込先〉
母子保健担当(内線 2571)

お元気ですか！ 保健コーナー

〈詳しくは〉市健康推進課



川内庁舎市民福祉課

大畑庁舎市民福祉課

脇野沢庁舎市民福祉課

☎22-1111

☎42-2111

☎34-2111

☎44-2111

4 月の在宅当番医

☆ 7 日(日)	北村医院むつレディスクリニック	☎22-2135
☆ 14 日(日)	中央レディスクリニック	☎24-3151
☆ 21 日(日)	小野胃腸科内科医院	☎22-4717
☆ 28 日(日)	角田整形外科医院	☎22-7945
☆ 29 日(月)	菊池医院	☎24-1276
(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		

4 月の献血受付日程

9 日(火)	大魚(株)	10:30 ～ 11:30
	ケースデンキむつ店	13:30 ～ 16:00
11 日(木)	脇野沢庁舎	9:30 ～ 11:00
	海上自衛隊大湊病院(※)	14:00 ～ 16:00
27 日(土)	マエダストア茗生店	10:30 ～ 11:30
		13:30 ～ 16:00
28 日(日)	マエダ本店	9:30 ～ 11:00
		13:00 ～ 16:00

※一般の方は入場できません。

むつ市健康増進計画策定委員会の委員を公募します

市民のみなさまの健康づくりをより効果的に推進するために策定した「健康むつ 21」が、今年度で計画期間が満了となります。そこで、新たに策定を予定している「むつ市健康増進計画」に、広く市民のみなさまからの意見を反映させるために、むつ市健康増進計画策定委員会の委員を公募します。

〈活動内容等〉

- ・「健康むつ 21」の最終評価についての検証。
- ・新計画策定についての審議等。
- ・任期は、新たな健康増進計画の審議結果を市長に答申するまでとなります(平成 25 年度未予定)。
- ・委員会出席の際は、市の規定による報酬および旅費が支給されます。

〈応募資格〉

- ・市内にお住まいの満 20 歳以上で、市の健康増進計画の推進に意欲・関心のある方。
- ・平成 25 年度中に 3 回程度、平日の夕方に開催する会議

に出席できる方。

- ・市のほかの審議会等の委員に委嘱されていない方。
- ・国または地方公共団体の議員もしくは常勤の公務員でない方。

〈募集人数〉2 名程度

〈選考方法〉書類選考 ※結果は応募者全員に文書で通知します。

〈応募方法〉

氏名(ふりがな)、住所、生年月日、性別、電話番号、メールアドレス、職業を明記し、むつ市健康増進計画についての意見・提言等を 800 字～ 1,200 字にまとめ、郵送、FAX、電子メール、持参いずれかの方法によりご提出ください。※応募様式等は市ホームページからダウンロードするか、市健康推進課にてお受け取りください。

なお、提出された書類は返却できませんのでご了承ください。

〈問合せ・応募先〉
〒035-8686 むつ市中央 1-8-1
市健康推進課母子保健担当
☎22-1111 内線 2571
✉mt-kenkou@city.mutsu.lg.jp
🌐http://www.city.mutsu.lg.jp/

今月の“ピカピカ賞”

2 月の 3 歳児健康診査で、むし歯のないのはもちろんのこと、治した歯が 1 本もないお子さん達です。



小林 憂斗 こばやし ゆうと くん	田代 綺心星 たしろ ていあな ちゃん	川嶋 聖菜かわしま せな ちゃん
櫻田 昊也 さくらだ こうや くん	西塚 瑛大 にしづか えいた くん	益口 夏音 ますぐち かのん ちゃん
山本 瑞稀 やまもと みずき ちゃん	近藤 愛梨 こんどう あいり ちゃん	山道 由奈 やまみち ゆな ちゃん
畑山 優太 はたやま ゆうた くん	宮本 壮琉 みやもと たける くん	田中 汎珠 たなか みなみ ちゃん
小川 珠生 おがわ しゅう くん	岩瀬 光城 いわせ こうき くん	岩淵 かや乃 いわぶち かやの ちゃん
新谷 陽乃 あらや ひの ちゃん	中村 夏音 なかむら かのん ちゃん	小林 杏美 こばやし あみ ちゃん
杉原 壮輔 すぎはら そうすけ くん	祐川 琉惺 すけかわ りゅうせい くん	山下 晃和 やました こうわ くん
館 佳史 たて けいじ くん	柗谷 侑妙 まさや いくみ ちゃん	加藤 美結 かとう みゆ ちゃん
日山 真秀 ひやま さなひで くん	柏 憲 佑 かしわ けんすけ くん	齊藤 朱里 さいとう あかり ちゃん
佐々木 優太 ささき ゆうた くん		

これからも “ピカピカの歯”を大切にしてくださいね！

2月19日(火) ご当地酒場青森県むつ下北半島「マスコミレセプション」開催

昨年、東京都内にオープンした「ご当地酒場 青森県むつ下北半島 神田小川町店」が、マスコミ関係者を招待してレセプションを開催しました。当日は40名ほどのマスコミ関係者で店内が満席となり、宮下市長もむつ市の食と観光のトップセールスを行いました。既に一部夕刊紙で同店が紹介されるなど、その効果が現れています。

これからも同店を通じ、首都圏発で「むつ市」を全国にPRしていきます。



2月22日(金) 『ボランティア除雪』実施の申し出をいただきました

2月に入ってからむつ市内では、連日の大雪や低温により除排雪作業が続き、市民生活はもとより市の財政運営にも大きな影響を及ぼしています。

こうした中、下北建設業協会(熊谷國治会長)およびむつ地区除排雪協力業者連絡会(工藤一郎座長)より、市民の安全確保および市の財政運営の手助けをしたいとの思いからボランティア除雪のお申し出をいただきました。

お申し出の内容は、むつ地区の除雪委託業務1回分をボランティアとして実施するというもので、早速2月23日から24日にかけての早朝除雪に役立てられました。



3月3日(日) むつ市女性団体連絡協議会「女性のつどい」開催

むつ市女性団体連絡協議会(須藤恵子会長)主催による「女性のつどい」がこの日、市中央公民館を会場に開催されました。今回は「ハンセン病」をテーマに、講師に国立療養所松丘保養園入所者自治会会長である石川勝夫氏を招き、ハンセン病の歴史と問題点について学びました。

講演で石川氏は、「現在はハンセン病の治療薬も誕生し、完治できる世の中となったにも関わらず、社会にはまだまだ患者に対する差別や偏見が残っている」とハンセン病患者を取り巻く現状等について訴え、社会のハンセン病に対する正しい理解を求めています。

講演には、同協議会の会員など約90名が参加しました。ハンセン病患者が心身に辛い思いをしてきたことを聞いた参加者は、時折涙を浮かべながら石川氏の講演に聞き入っていました。

同協議会の須藤会長は、「来年度の協議会の研修にはぜひ松丘保養園を訪問し、ハンセン病についてのさらなる理解を深めたい」と話していました。

