

広報

# MUTSU

むつ

1

2019

- みんながつながるむつ市の総合情報誌 -

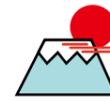
特集

一年無事に  
暮らした感謝。  
そして、  
また一年  
みんなの  
笑顔を願う。  
さあ、  
新しい年の  
はじまり



中野沢猿田彦神社にて 中野沢地区のしめ縄づくり名人  
左から中村さん、川向さん、浜田さん、畑中さん

# 特集 新しい年の はじまり



400年の歴史をほこる中野沢猿田彦神社。この神社に毎年しめ縄を奉納する中野沢地区のみなさんの、今年のしめ縄づくりにおじゃましました。



今年も無事しめ縄を作りあげた中野沢地区のみなさん。12月31日にしめ縄を鳥居と本殿に取り付け、新年を迎える。

昔からみんなで作って納めてきたのもの。買って取り付ければ良いというものではないんだよなあ。

## 昔からやってきたこと 変わらないこと

11月、冬を迎える前に、私たちは地区の中でもしめ縄づくりの名人、畑中さんにお会いしました。「昔はね、藁でいろいろなものを作るのが当たり前だった。学校では縄を作る時間があった。誰が一番長く作れるか競ったり。作った縄は農作業に役立つから農家さんに渡すんだ。今みたいに簡単に靴なんか手に入らないから、わざわざ

作るんだけどね。親父から遊んでねえで、わざわざ作れと怒られながらやっただけです。そうやって毎日毎日藁に触れていたからね。神社のしめ縄を作るのも、昔の人は普通のことだったんでないかな。」

畑中さんは、ご自分の田んぼで刈り取った藁を使い、自宅の玄関や神棚にも自作のしめ縄をかけます。大地の恵みを用いて五穀豊穡、家内安全を願い、それがめぐり巡って地域の幸せにつながる。「願う気持ち」は大切な思いです。



年に一度のしめ縄作り「焦らなくても良いから丁寧に」と声をかけ「手、放すな。せーの。」と息を合わせて締め上げる。



- 1 材料となる藁(ワラ)は、地区の田んぼから刈り取られたもの。
- 2 最年長者の畑中さん。単なる縄とは違い左方向に編む「左縄」の名人。
- 3 無事完成を祝して乾杯。「たまにこうして集まってワイワイやるのがいいよな」との声が聞こえる。



- 1 一年間飾られた鳥居のしめ縄。ここから先が神域であることを象徴する。
- 2 中野沢猿田彦神社。400年の歴史を感じさせ、地域のみなが誇りに思う立派なたたずまいだ。

## 年に一度の大切な一日 それがしめ縄づくり

冬が到来し雪が積もり始めた12月9日。この日は、中野沢猿田彦神社に納めるしめ縄づくりが行われました。

朝9時。神社に集まった地区のみなさんが、それぞれ藁(ワラ)を叩き、叩いた藁を結び、編みあげていきます。鳥居にかけるしめ縄は全長10m。一番太い部分を編む際には、数人が力を込め、かけ声とともに締めあげます。本殿内にかけるしめ縄は細く、手の平だけを使って編んでいきます。「左縄」と呼ばれ左巻きに編んでいくこの技は、熟練の手でなければ難しく、この縄だけは最年長者の畑中さんが編みます。年長者のみなさんにお話を聞いても「子どものころからかけられていた」という手作りのし

め縄は、毎年欠かさず新しく作り、納められてきました。作業中、集まった方々の中から、ちらほら「こうやって作っているのか」「始めて見るからなあ」という声。実はこれまで、神社の氏子、地区の敬神会の方々だけで作っていたしめ縄ですが、もっと多くの方に参加してほしいとの思いから、昨年からは地区のみなさんに声を掛けて参加を促すようになったのだそうです。その成果もあり、しめ縄づくりに初めて来られる方ももちろん、日頃から知った顔の仲です。おおよそ3時間、今年もしめ縄は無事完成しました。

おおよそ3時間、今年もしめ縄は無事完成しました。



今年も無事しめ縄が完成。一仕事を終え、会話もお酒も弾む。



畑中美一さん(左)と浜田八十美さん。「我々は口だけうるさい年頭さ」と笑うが、立派な師匠たちだ。

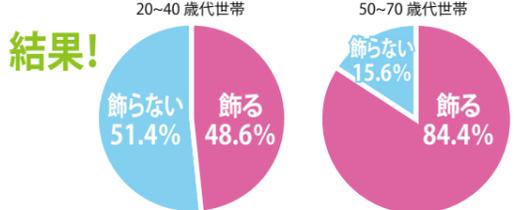
## ひとつひとつのつながりが 大きなつながりになっていく

「この神社は歴史も古いし、我々の誇りなんです。ここに毎年きちんとみんなで作ったしめ縄をかけるのはとても良いこと。昔の人はすごいな、こういうものを残してくれてありがたいな、そう思いますね。」しめ縄づくりが終わったあとのお疲れさんの一杯。私たちにそう話

してくださった方がいました。地域のみんなが集まって、古くからある大切なものや、あるいは新しいことに取り組んでいく。お隣さんから始まるコミュニティは、町内会を始めとする自治組織や地域のつながりを経て、やがて「むつ市」というひとつのまちに発展します。この日、私たちは中野沢地区のみなさんを通して、地域の力の大切さを改めて感じるようになりました。

## みなさんは「しめ飾り」飾っていますか？

むつ市にお住まいのみなさんへ「お正月に、ご自宅にしめ縄などの飾りを飾っているか」お聞きしました。



50~70歳代のご家庭では8割以上がしめ飾りを飾るのに対し、20~40歳代のご家庭では、飾るご家庭が約半数になっています。若い世代で「飾らない」という方からは、「アパートに住んでいるのでわざわざ飾らない」や「実家ですっかり飾っているから」という声がありました。

市役所来庁者、ムチュ☆らんど来所者等へご協力いただきました。

むつ市のみなさんにお聞きしました



# 市民協働による 総合力の向上

平成26年度に実施した市民満足度調査における「むつ市の取組に対する総合満足度」は、3.34点（5点満点中）という結果となっており、市民生活向上に係る取組の充実が求められています。このような中、社会構造や財政状況の変化、市民ニーズや価値観の多様化といった複雑化している地域課題に柔軟に対応するためには、市民、各種団体、行政など、地域の多様な主体が関わり、それぞれがつながることで総合的にまちづくりを進めていくことが重要となっています。

また、市民協働を進めるうえで、市民と行政が果たすべき役割を明確にするとともに、お互いが情報を双方向で共有することが、市民活動団体や特定非営利活動法人（NPO法人）の積極的な市政への参画を促進し、調和と活力のある地域づくりへとつながっていくこととなります。

本市の特色ある自然、歴史、文化、産業、科学技術関連施設等の集積、そして、豊かな人材を総合的に活かし、地域の総合力を向上させ、個性あふれる地域づくりを推進することが課題となる中で、これまでの各地区の特色ある地域づくりを活かしつつ、地域住民と連携しながら、市としての総合力の向上を図っていくことが重要です。

**支え合い、**  
継続していくまちへ

日常生活の中に多種多様な情報があふれ、恵まれた物質社会の恩恵に浸り、日々の生活が豊かになるとともに、ライフスタイルや趣味、趣向が多様化する一方、核家族化や少子高齢化が進み、近隣関係、人と人、世代と世代の交流の絆が年々希薄になってきています。また、防災、防犯等の観点から「自助」「公助」とともに地域コミュニティの「共助」の大切さがクローズアップされています。

今、私たちが直面しているのは、地域の絆を取り戻し、コミュニティが「人」を育て、地域のリーダーや次代を担う後継者が育成されているまちなりになるという課題。市民一人ひとりの、地域社会に対する関心を高める取組みが不可欠になっています。

# 人と人、世代と世代 が生む地域の絆を 大切にする。

**むつ市が目指す**  
地域社会の姿

まちづくりの主役は市民一人ひとりで、むつ市は、市民のみならず、市民の主体的な活動や交流の支援による主体的な活動や交流の支援による施策を展開し、新たなつながりを生み出す地域経営の仕組みの構築を目指します。併せて、市民主体のまちづくりの基礎となる地域コミュニティの機能を充実を図ります。

子どもからお年寄りまで、誰もが自由に楽しくいきいきとコミュニティ活動に参加できる住みよい地域社会の実現。そのために、町内会をはじめとするコミュニティ自治体の仕組みづくりや活動を支援し、自治意識の高揚を図るとともに、地域社会の活性化につながる世代間交流の促進を図ります。

# 「住民の力」には、 支え合う気持ちが 大切なんです。

中野沢猿田彦神社の宮司でもある大覚院熊野神社渡邊英司宮司に、神職として思う「地域のつながり」について伺いました。

## 地域に神社がある理由

「敬神崇祖という言葉をご存じですか？今私たちが生きているのは親のおかげだし、その親も親のおかげ。ずっとずっと遡れば、神様に通じるというのが神道の考え方です。私たちは一人ではなく、家族、会社の同僚、友達や地域の仲間とともに暮らしていますし、自然の恵みで生きていますので、そのようなすべてのものに『生かしていただいている』という気持ちがないと生きていけないと思います。」

どんなに小さい集落でも必ず神社があります。昔の人たちは何で神社を建てたか。それは、その地域の人がたがまとまって生きていきましようとか、自然の恵みに感謝しましよう、漁師さんも農家さんも豊作豊漁を願う気持ち、幸せに暮らしましようという気持ちを集める場所が神社だったからです。現代風と言うとコミュニケーションの場というところでしょか。「社会」という字は「神で会う」と書きますね。そうやって気持ちをひとつに、支え合って、地域は成り立ってきたのです。」



11月19日中野沢猿田彦神社の新嘗祭。厳粛な空気の中、今年一年の収穫に感謝する。



1 中野沢猿田彦神社例祭並御鎮座四百年記念祭(H28.8.14)の記念写真。  
2 渡邊宮司から見せていただいた新聞記事。住民力が地域にとっていかに大切かを論じるこの記事を手元に、お話をしてくださった。

さあ、  
新しい年がはじまります。

## むつ市地域の明るい未来に関する パートナーシップ協定

むつ市と市内各町内会は今年4月、むつ市地域の明るい未来に関するパートナーシップ協定を結んでいます。むつ市民のみならず、一番身近な自治組織である町内会と市が、今まで以上にしっかりと連携することにより、ともに暮らしやすいまちを目指すことになりました。一人ひとりがシビックプライドの意識を胸に、一緒にむつ市の明るい未来を切り開いていきましょう。



## 地域の支え合いが住民力

「3年前、中野沢猿田彦神社は、創建から400年の節目を迎え、四百年祭という祭りをしました。こんなに歴史のある神社なのだからやりましよう、みんなで協力して祭りの道具を借りてきて、猿田彦神社の神様を奉った御神輿の行列を組み、盛大に執り行われま

せん。それぞれが支え合えば住民の力が高まる。住民の力が高まればまちが生きると。昔から人々は、伝統を守ることを通じて、地域の支え合いの心を保っていたのかもしれない。」

## 伝統の行いを守ることは、先祖の思いを大切にすること

「出来事を連ねたものが歴史ではない、先祖が大事に守ってきたものに魂が込められていることが日本の歴史なのだ、ある歴史学者が言っていました。お正月に神社や各ご家庭にしめ縄を飾るといった古くからの行いや、地域に必ずある伝統行事を大切にするといいのは、先人たちが守ってきた『自分たちの地域を大切にしていきたい』という魂のこもった思いを大切にすることにつながります。」

した。これは、地域みんなの意識がまとまらなければできなかった。一つの共同体というのでしょか。みんなで協力し合いながら、先人たちが大事に守ってきた400年という歴史の流れを自覚しながらやつたんです。



青森県神社庁理事  
大覚院熊野神社(兼務社達拝殿)  
宮司 渡邊英司 さん

「一年見守ってくださってありがとうございます。また新たな一年よろしく願います。の思いを込めて正月飾りを飾る。生きていることに感謝し、伝統を継いでいくことは大事なことです。」と渡邊宮司。



# お知らせ

## 平成31年むつ市成人式

対象者には案内はがきを送付していますが当日参加もできます。  
（い）1月13日（日）

※成人の日の前日開催  
13時30分～14時30分  
12時30分～受付開始

（どこ）下北文化会館  
※駐車場は下北文化会館北側駐車場、西側駐車場、裏の臨時駐車場の3カ所です。

問 生涯学習課  
☎ 22-1111内線3144

## 市税等の納期限は1月31日（木）

市県民税、固定資産税、国民健康保険税および介護保険料の第8期納期限は1月31日（木）です。  
月末は夜間・休日納付窓口を開設しています。日中の納付が難しい方はご活用ください。

（い）1月25日（金）～31日（木）  
（平日）17時15分～19時  
（休日）8時30分～17時15分  
（どこ）本庁舎税務課

問 税務課収納担当  
☎ 22-1111内線2232

## アクセス・グリーンへのごみ持ち込みは予約が必要です

アクセス・グリーンは12月30日から1月3日まで休業します。12月29日または1月4日にごみの持ち込みをする方は、12月28日15時までに事前予約をしてください。  
〈予約受付場所〉

・下北地域広域行政事務組合廃棄物施設  
・むつ市環境政策課  
・各分庁舎市民生活課  
問 下北地域広域行政事務組合廃棄物施設課  
☎ 33-8851

## 年末年始の公共交通情報

下北交通  
12月31日、1月2日、3日は日祝ダイヤ。1月1日は時間を間引いて運行。  
問 下北交通むつ営業所

12月1日現在 人口・世帯数	
※住民基本台帳による	
人口	58,025人（-70人）
むつ地区	45,944人（-33人）
川内地区	3,859人（-14人）
大畑地区	6,720人（-18人）
脇野沢地区	1,502人（-5人）
世帯数	29,240世帯（-19世帯）
（ ）内は前月比	

## 各種相談日程

**法律相談（予約制）**  
時 1月25日（金）12:30～  
場 市役所本庁舎市民相談室  
問 市民連携課 ☎ 22-1111内線2154  
予約受付は1月4日（金）8時30分開始。1人30分、定員6名（先着順）

**法テラス法律相談（予約制）**  
時 1月9日（水）12:30～  
場 市役所本庁舎市民相談室  
問 法テラス青森 ☎ 050-3383-5552  
1人30分、定員6名（先着順）

**行政相談**  
時 1月21日（月）10:00～15:00  
場 市役所本庁舎市民相談室  
問 市民連携課 ☎ 22-1111内線2154  
行政についての各種相談を受けます。

**行政相談**  
時 1月15日（火）9:00～12:00  
場 大畑庁舎2階第2会議室  
問 大畑庁舎管理課 ☎ 34-2111  
行政についての各種相談を受けます。

**人権相談**  
時 祝日を除く月・水・金曜日 10:00～17:00  
場 下北合同庁舎2階相談室  
問 青森地方方法務局むつ支局 ☎ 23-3202  
家族間や近隣関係、学校や職場内のこと、相続などの相談を受けます。

時 日時 場 場所 問 問合先・申込先

## 事業用償却資産申告期限は1月31日（木）

市内で事業用資産を所有している事業主の方は申告書の提出をお願いします。

問 税務課固定資産税担当  
☎ 22-1111内線2222

## 不動産取得税（県税）について

不動産取得税は、土地や家屋を取得したときに一度だけ課税される県の税金です。納税通知書が届きましたら、銀行、郵便局のほか、コンビニエンスストアなどで納めてください。

なお、一定の要件を満たす住宅や住宅用土地を取得したときには、申告をすると不動産取得税が軽減される場合があります。  
問 下北地域県民局県税課  
☎ 22-8581内線208

## 納税作品入賞者

入賞おめでとうございます。  
全国納税貯蓄組合連合会・国税庁共催「税についての作文」  
東北地区納税貯蓄組合連合会賞  
金田紗季さん（大畑中2年）  
笹 羽澄さん（田名部中2年）  
青森県納税貯蓄組合連合会主催  
作文の部



谷地町町内会

小沢地区会

問 川内庁舎管理課 ☎ 42-2111  
問 協野沢庁舎管理課 ☎ 44-2111

JRバス  
12月31日～1月3日は土日祝ダイヤ。1月1日は全便運休。

問 JRバス東北大湊営業所  
☎ 24-2146

川内交通バス  
12月31日は最終便のみ運休。1月1日～3日は全便運休。

問 むつ車体工業バス事業部  
☎ 31-0227

脇野沢交通  
12月31日～1月3日は休日ダイヤ。

問 脇野沢交通 ☎ 44-2888  
津軽海峡フェリー  
大間～函館航路は12月31日～1月3日まで1日1往復の運行。

問 津軽海峡フェリー大間支店  
☎ 37-3111  
シイライン  
通常時刻どおり運行。  
問 シイライン

## むつ市指名競争入札参加資格審査申請受付

知事賞 金田紗季さん（大畑中2年）  
銅賞 笹 羽澄さん（田名部中2年）  
ポスターの部  
佳作 笹 伊吹さん（二田小4年）  
習字の部  
佳作 本多菜乃さん（川内小3年）  
銅賞 吉村捺月さん（大平小4年）  
問 税務課納税管理担当  
☎ 22-1111内線2253

## 宝くじの助成金でまちを元気に

（二財）自治総合センターは宝くじの受託事業収入としてコミュニティ助成事業を実施しています。このたび、谷地町町内会が除雪機、テント2張を購入し、小沢地区会がホンダ除雪機、ガソリン携行缶、延長ハウジング、機体パネルスウェイトを購入し、活発なコミュニティ活動の促進につながっています。

☎ 017-722-4545

夜行高速バスしもきた号  
通常時刻どおり運行。

問 国際興業  
☎ 0570-048985

## 後期高齢者医療保険医療費通知書を送ります

確定申告の医療費控除に利用できる医療費通知書（平成30年1月～12月診療分）を送ります。到着は最短で2月末頃となりますのでご理解とご協力をお願いします。  
問 後期高齢者医療広域連合  
☎ 017-721-3821

## 国保・後期高齢者医療の方が事故にあったとき

交通事故やけんかなど、第三者行為による負傷で健康保険を使い

## 第49回むつ市かきぞめ大会

治療を受けたときは「第三者行為による傷病届」を提出してください。  
問 国保年金課国民健康保険担当  
☎ 22-1111内線2432

## 年末年始のごみ収集

12月30日（日）～1月3日（木）はごみ収集を行いません。可燃ごみの収集は次のとおりです。  
月曜日・木曜日回収の地区  
最終回収日 12月27日（木）  
初回収日 1月5日（土）  
火曜日・金曜日回収の地区  
最終回収日 12月28日（金）  
初回収日 1月4日（金）  
問 環境政策課  
☎ 22-1111内線2463

## 第49回むつ市かきぞめ大会

〈展覧会〉1月12日（土）～20日（日）9時～17時  
〈表彰式〉1月19日（土）10時～  
（どこ）中央公民館  
問 中央公民館 ☎ 24-1224

広報むつ **MUTSU**  
-みんながつながるむつ市の総合情報誌-

**有料広告募集中！**

☆下1段（縦5.2cm×横18.1cm）………24,000円  
☆下1段の1/2（縦5.2cm×横9.0cm）…12,000円  
問 市民連携課広報グループ ☎ 22-1111 内線 2157

広報むつ **MUTSU**  
-みんながつながるむつ市の総合情報誌-

**有料広告募集中！**

☆下1段（縦5.2cm×横18.1cm）………24,000円  
☆下1段の1/2（縦5.2cm×横9.0cm）…12,000円  
問 市民連携課広報グループ ☎ 22-1111 内線 2157

広報むつ **MUTSU**  
-みんながつながるむつ市の総合情報誌-

**有料広告募集中！**

☆下1段（縦5.2cm×横18.1cm）………24,000円  
☆下1段の1/2（縦5.2cm×横9.0cm）…12,000円  
問 市民連携課広報グループ ☎ 22-1111 内線 2157

広報むつ **MUTSU**  
-みんながつながるむつ市の総合情報誌-

**有料広告募集中！**

☆下1段（縦5.2cm×横18.1cm）………24,000円  
☆下1段の1/2（縦5.2cm×横9.0cm）…12,000円



掲載記事の詳細は、各担当にお問い合わせいただくか、ホームページ等でご確認ください。

# お知らせ

## 保育園・認定こども園(保育) 平成31年4月入園受付開始

〈受付期間〉1月4日(金)～23日(水)  
※土日・祝日を除く

〈受付場所〉  
市子ども家庭課



各分庁舎市民生活課保育担当  
※申込には申請書等が必要で  
市ホームページでご確認のう  
えお申し込みください。

〈子ども家庭課保育担当〉  
☎22-1111内線2524

## 平成31年度なかよし会

〈対象児童〉  
保護者の就労・疾病等により  
放課後に家庭で適切な保護・育  
成を受けられない小学校就学児  
童(低学年優先)

〈申込締切〉1月31日(木)  
※現在入会している児童も新た  
に申込が必要です。

〈実施場所〉  
むつ地区 全ての小学校  
川内地区 川内小学校

〈子ども家庭課保育担当〉  
☎22-1111内線2523

## ミツバチの飼育は毎年 飼育届の提出が必要です

所定の様式に必要事項を記載の  
う え、提出してください。様式は  
県ホームページでダウンロードで  
きます。

〈提出期限〉1月31日(木)  
〈提出先〉下北地域県民局畜産課

☎22-8581内線242

## 八百年金事務所内の協会けんぽ 相談窓口を終了します

〈相談窓口終了日〉3月29日(金)  
※4月1日(月)以降の手続きは  
郵送または青森支部窓口を利  
用ください。(青森市長島2-  
25-3 ニッセイ青森センタービ  
ル8階)

〈全国健康保険協会青森支部〉  
☎017-721-2713

## 各種相談日程

### 健康なんでも相談

〈時〉土・日・祝日を除く毎日8:30～17:15  
〈場〉市役所本庁舎健康づくり推進課  
〈問〉健康づくり推進課 ☎22-1111内線2574  
保健師や栄養士が相談を受けます。

### 教育相談(予約制)

〈時〉月・水9:00～18:00、火・木・金は16:00まで  
〈場〉教育研修センター  
〈問〉相談専用電話 ☎22-0974  
中学生までの教育に関する相談を受けます。

### 消費生活相談

〈時〉土・日・祝日を除く毎日8:30～17:15  
〈場〉市役所本庁舎産業雇用政策課内  
〈問〉むつ市消費生活センター ☎22-1353  
消費者トラブルや悪質商法、多重債務の相談を受けます。

### 45歳未満の方の職業相談

〈時〉土・日・祝日を除く毎日9:00～17:00  
〈場〉市役所本庁舎内サテライトスポットむつ  
〈問〉ジョブカフェあおもりサテライトスポットむつ ☎22-1146  
求人案内、職業紹介、履歴書添削指導、職業適  
性診断を行います。

### 暮らしとお金の安心相談会(予約制)

〈時〉第3水曜日10:00～16:00  
〈場〉市役所本庁舎市民相談室  
〈問〉消費者信用生活協同組合青森相談センター ☎017-752-6755  
借金などについての相談を受けます。

### 生活困窮者自立支援相談

〈時〉土・日・祝日を除く毎日8:30～17:15  
〈場〉市役所本庁舎生活福祉課  
〈問〉生活福祉課 ☎22-1111内線2542  
生活維持・仕事探し・将来のことなど相談員が相談  
を受けます。

### 心配ごと・結婚相談

〈時〉毎週月曜日10:00～15:00  
※祝日の場合は翌日に相談を受けます。  
〈場〉社会福祉協議会(市役所本庁舎内)  
〈問〉むつ市社会福祉協議会 ☎22-2731  
心配ごと相談を受ける他、50歳以下独身者の出会いを斡旋

〈時〉日時 〈場〉場所 〈問〉問合せ先・申込先

〈子ども家庭課保育担当〉  
☎42-2111

## 食育研修会 健康食品の安全性について

〈いつ〉2月2日(土)  
13時30分～15時

〈どこで〉むつ来さまい館

〈講師〉青森県立保健大学准教授

井澤 弘美氏

〈定員・参加費〉100名・無料

〈申込締切〉1月30日(水)

※むつ☆健康マイレージ対象事業

〈問〉むつ市食育推進会議事務局

☎22-1111内線2577

## むつサテライトキャンパス 公開講座

お香と禅に親しむ(参加無料)

〈いつ〉1月24日(木)

13時30分～15時30分

〈どこで〉大畑公民館

〈講師〉大安寺 副住職 長岡俊成氏

〈申込締切〉1月23日(水)

〈申込方法〉電話または窓口にて

〈問〉市民連携課広聴連携担当

☎22-1111内線2152

## オオワシやオジロワシ 冬の野鳥観察をしませんか

〈いつ〉1月20日(日)10時～12時

〈どこで〉川内川周辺

〈集合場所〉

スパウツド 観光ホテル駐車場

〈講師〉下北野鳥の会

〈定員〉20名程度 ※要申込

〈問〉生涯学習課

☎22-1111内線3143

## むつ市民大学公開講座

生物 く下北の自然を探る

〈いつ〉1月24日(木)

13時30分～15時30分

〈どこで〉中央公民館

〈講師〉下北自然学東大八木昭氏

〈問〉中央公民館 ☎24-1224

## 生ごみ回収に協力して 堆肥を持ち帰りませんか

生ごみの回収にご協力くださる  
方には数量限定(先着順)で生ごみ  
回収用バケツを差し上げます。

〈回収場所〉ゆうあいむつ敷地内

むつ市田名部品ノ木34-132

〈参加方法〉

①家庭の生ごみを分別し、回収場  
所に持ち込む。

②生ゴミ処理機で生成された堆肥を  
持ち帰り、家庭菜園等で活用する。

※堆肥化の状況により提供できな  
い場合もあります。

※生ゴミ処理機の見学もできます。

〈問〉環境政策課廃棄物対策担当

☎22-1111内線2463

## パブリックコメントの実施

下北医療センターを構成する病  
院および診療所の今後目指すべき  
整備方針を定める「下北医療セン  
ター医療機能等整備計画」につい  
て、みなさまからご意見を伺い参  
考とさせていただきます。

〈意見募集期間〉1月中旬～下旬

〈閲覧場所〉

むつ総合病院、むつリハビリテー  
ション病院、大間病院、川内診療  
所、大畑診療所、脇野沢診療所、  
東通診療所、風間浦診療所、佐  
井診療所、むつ市役所(各庁舎お  
よび下北郡内各町村役場等のほ  
か、下北医療センターホームページ  
から閲覧できます。

〈問〉下北医療センター事業本部事務局

☎22-2111内線3232

## 明るい選挙啓発ポスター コンクール入賞作品展

〈いつ〉1月16日(水)～20日(日)

〈どこで〉図書館展示ホール

〈問〉選挙管理委員会

☎22-1111内線3313

※最終日は15時30分まで

〈どこで〉図書館

〈問〉むつ養護学校 ☎26-2210

## むつ総合病院院内コンサート

「きみ歌えよ」「とうりゃんせ」

「Ave Maria」「ドフえもん」「ア

イネクライネ」「愛を込めて花束

を」など12曲を披露します。

〈いつ〉1月7日(月)16時～

〈どこで〉中央処置室前外来ホール

〈問〉むつ総合病院総務課庶務係

☎22-2111内線3873

## 第18回秋田県人会開催

〈いつ〉2月16日(土)18時30分～

〈どこで〉プラザホテルむつ

〈問〉小林

☎090-5843-9119

広報むつ **MUTSU**  
-みんながつながるむつ市の総合情報誌-

**有料広告募集中!**

☆下1段(縦5.2cm×横18.1cm) ……24,000円  
☆下1段の1/2(縦5.2cm×横9.0cm) ……12,000円

〈問〉市民連携課広報グループ ☎22-1111 内線 2157

広報むつ **MUTSU**  
-みんながつながるむつ市の総合情報誌-

**有料広告募集中!**

☆下1段(縦5.2cm×横18.1cm) ……24,000円  
☆下1段の1/2(縦5.2cm×横9.0cm) ……12,000円

〈問〉市民連携課広報グループ ☎22-1111 内線 2157

広報むつ **MUTSU**  
-みんながつながるむつ市の総合情報誌-

**有料広告募集中!**

☆下1段(縦5.2cm×横18.1cm) ……24,000円  
☆下1段の1/2(縦5.2cm×横9.0cm) ……12,000円

〈問〉市民連携課広報グループ ☎22-1111 内線 2157

広報むつ **MUTSU**  
-みんながつながるむつ市の総合情報誌-

**有料広告募集中!**

☆下1段(縦5.2cm×横18.1cm) ……24,000円  
☆下1段の1/2(縦5.2cm×横9.0cm) ……12,000円

# 募 集

## 平成31年度市臨時職員募集

4月任用の市臨時職員を募集します。4月に任用されなかった方でも欠員補充により年度途中に任用される場合があります。  
〈主な募集職種〉  
事務補助員、調理員、技能員、放課後児童支援員(なかよし会)等

### 〈申込方法〉

市指定の履歴書で提出。1月11日(金)までに登録された方を4月任用の選考対象とします。  
(郵送の場合は当日消印有効)

### 〈総務課人事担当〉

☎22-1111内線2116

## 市役所電話交換員募集

〈勤務場所〉市本庁舎電話交換室  
〈勤務時間〉  
1日7時間45分を超えない範囲(3交替制)  
〈募集人員〉若干名  
〈申込期間〉1月4日(金)～18日(金)  
〈申込方法〉

市指定の履歴書で提出。郵送の場合1月18日(金)消印有効。  
〈管財課庁舎・車両管理担当〉  
☎22-1111内線2167

## 子どもたちのために 小・中学校で働きませんか

任用については書類選考および面接により決定し通知します。  
〈募集職種〉  
・小中一貫教育非常勤講師  
・スクールサポーター  
・自立支援相談員

〈申込期限〉1月18日(金)  
〈申込方法〉  
市教育委員会指定の履歴書および採用希望調査票を提出。

### 〈学校教育課〉

☎22-1111内線3133

## むつ市登録手話通訳者等募集

意思疎通支援を必要とする方に同行し、病院や銀行、行事などで通訳をする登録手話通訳者・要約筆記者を募集します。  
〈申込方法〉  
市指定の申請用紙に必要事項を記入のうえ1月25日(金)までに提出。

### 〈障がい福祉課〉

☎22-1111内線2596

## 市営住宅入居者募集

緑町団地(2戸)  
家賃1万4700円～2万8800円



## 放送大学4月生募集

放送大学4月生募集  
《働きながら大学卒業の資格が取得できます。》



小・中学校で働きませんか《非常勤講師として、スクールサポーターとして、自立支援相談員として子どもたちの声を聞きながら一緒に働く人を募集しています。》



屏風山ヒュッテスノートレッキング  
《登った人だけがわかるその世界に足を運んでみませんか》



むつ市子育てメイト会 冬のふれあい広場  
《子育て中の友達ができるきっかけづくりにお気軽にご参加ください。》

家賃2万1700円～4万2600円  
熊ヶ平団地(1戸)  
家賃1万2900円～2万5400円  
桂沢団地(1戸)  
家賃9000円～1万7600円

〈募集期間〉※土日祝除く  
1月4日(金)～17日(木)  
〈入居予定日〉3月1日(金)  
〈まちづくり推進課市営住宅管理担当〉  
☎22-1111内線2758

## 放課後児童クラブ学童募集

〈募集期間〉1月15日(火)～2月12日(火)  
〈募集人員〉中島児童館 90名  
正津川児童館 20名  
湯坂下児童館 休館中

〈利用料〉月額1000円  
〈中島児童館〉☎34-3137  
〈正津川児童館〉☎34-3138

## こころの健康づくり標語募集

若年者や高齢者の自殺対策につながる標語を募集します。ホームページから応募用紙および募集要項をご確認ください。  
〈応募締切〉2月28日(木)必着  
〈選定方法〉  
若年者、高齢者の各1作品を選定。3月中旬頃市ホームページで発表しご本人へ連絡します。  
なお、表彰等は行いません。  
〈健康づくり推進課〉

☎22-1111内線2572

安全衛生推進者養成講習  
〈いつ〉2月7日～8日 9時～  
職長・安全衛生責任者教育  
〈いつ〉2月14日～15日 9時～  
〈下北地区労働基準協会〉  
☎22-11389

## 離職者等再就職訓練

IT応用科②(定員15名)  
パソコンの取扱いに関する知識・技能を習得します。  
〈いつ〉2月8日(金)～5月7日(火)  
〈募集締切〉1月18日(金)  
〈受講料〉無料※テキスト代等自己負担  
(合計3万7000円程度)

☎24-1234

## むつ市子育てメイト会 冬のふれあい広場

心豊かに健やかに育って欲しいという願いから、月2～3回の「ふれあい広場」づくりをしているボランティア団体です。一緒に活動してくれる方も募集中です。  
キッズパークにて(申込不要)  
〈いつ〉どんな

## 勇気づけの第一歩 子どもたちの話を聴く

親子関係プログラム体験会  
〈いつ〉1月19日(土)9時30分～12時  
〈どこで〉大曲コミュニティセンター  
〈参加費〉300円  
〈持ち物〉筆記用具・飲み物  
アドラー心理学に基づく勇気づけ子育ての会 渡辺  
☎090-5842-8186  
E yuuki.kosodate@gmail.com

## りんどうの会 教養講座

一緒に学ぼう、青森の森林inむつ市  
〈いつ〉1月19日(土)11時～12時  
〈どこで〉中央公民館  
〈講師〉林業女子会@青森  
下北のヒバ物語  
〈いつ〉1月29日(火)11時～12時  
〈どこで〉むつ来さまい館  
〈講師〉下北森林管理署・担当者  
※各講座参加無料・定員40名  
りんどうの会 菊池  
☎090-1494-5544  
☎31-0244(FAX兼用)

## 来さまい館 2月教室

絵てがみ教室 10時～12時  
〈いつ〉2月4日・11日・18日・25日  
ステンドグラスアート教室 13時～15時  
〈いつ〉2月6日・13日・20日・27日

・1月16日(水) パネルシアター  
・1月28日(月) 節分  
・2月18日(月) 風船とあそぼう  
・2月27日(水) ひな祭り  
・3月6日(水) ミニ運動会  
・3月18日(月) 新聞紙遊び  
※いずれも午前10時～11時30分  
〈準備するもの〉おやつ、飲み物  
下北文化会館にて(申込必要)  
〈いつ〉3月13日(水)  
〈どんな〉  
子育てママのストレッチ&エクササイズ  
〈講師〉木村朋子氏  
☎23-7844

## 屏風山ヒュッテ スノートレッキング

平成最後の成人の日にスノーシューで登山しませんか。温かいジャガイモ煮も振ります。  
〈いつ〉1月14日(月)8時～15時30分  
※市役所ATM側入り口付近7時50分集合  
〈参加費・定員〉無料・20名  
〈持ち物〉登山装備(防寒具・スノーシューまたははんじぎ)、昼食、飲料  
〈行程〉大荒川登山口から歩き  
〈申込締切〉1月7日(月)  
☎090-6453-1433  
E 33cjungraf371k62ub@docomone.jp

むつ市月間ごみ総排出量			
目指せごみ減量 資源回収にご協力を!			
平成30年10月分 市環境政策課調べ			
	10月の値	前年同月	(前年同月比)
総排出量	2,000 t	1,967 t	(+33t)
資源回収量	158 t	164 t	(-6t)
資源回収割合	7.9%	8.3%	(-0.4ポイント)
市民1人1日の排出量	1,111 g	1,076 g	(+35g)

【参考】H28 1人1日あたりの排出量  
全国平均 925g/日 青森県平均 1,004g/日

広報むつ **MUTSU**  
-みんながつながるむつ市の総合情報誌-

### 有料広告募集中!

☆下1段(縦5.2cm×横18.1cm).....24,000円  
☆下1段の1/2(縦5.2cm×横9.0cm)....12,000円  
☎市民連携広報グループ☎22-1111 内線 2157

あけましておめでとうございます。

市民のみなさまには、希望に満ちた新春をお迎えのことと心からお喜び申し上げますとともに、日頃よりむつ市議会に対しまして、温かいご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、平成最悪の豪雨災害となった「西日本豪雨」や、震度7を記録した「北海道胆振東部地震」などの大規模な災害に見舞われた年でありました。近年は、日本各地において、過去に例を見ない大規模な自然災害が頻発している状況にあります。議会といたしましても、昨年11月に市内5会場において「議会報告会及び市民との意見交換会」を開催し、『災害に強いまちづくり』をテーマに貴重なご意見をお伺いいたしました。防災意識の向上に努めることが重要であり、改めて市民のみなさまの安全・安心な暮らしを守るため、防災・減災対策に取り組む決意を新たにいたしました。

一方、当市においては、新たなご当地グルメ、航空自衛隊第42警戒群の「大湊 Sora 空っ!」の販売開始のほか、一昨年デビューした「大湊海自カレー」においては、レトルトやカレーパンといった新商品もお目見えするなど、地域経済の活性化につながる明るい出来事であり、観光客の増加による交流人口の拡大にも大いに期待するところであります。

さて、今年は国民生活への影響が大きい「変化の年」と言えるのではないのでしょうか。5月には「平成」に変わり新たな時代が始まります。10月からは、景気回復が十分ではないという理由で延期されてきた消費税率が、10%に引き上げられます。

また、亥年は選挙の年であり、統一地方選挙、参議院議員選挙に続き、秋には当市議会議員選挙が控えております。今改選から、議員定数を26名から22名へと4名減とし、むつ市議会の体制も変化するところであり、これまで以上にみなさまの多様なご意見やご要望を、市政に適切に反映させる責務を担うこととなります。

変化は進化するためのチャンスであり、地域の特色を生かし創意工夫を重ねることで、市制施行60周年を迎えるふるさとむつ市の更なる発展のため、尽力してまいり所存であります。

新年にあたり、より身近な分かりやすい市議会を目指し、全議員決意を新たにいたしておりますので、今後ともみなさまの一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、新しい年が活力にあふれ、市民のみなさまが笑顔で暮らせる素晴らしい年になりますよう心より祈念申し上げます。年頭のごあいさつといたします。

むつ市議会議長

白井 二郎

## むつ市議会議長年頭挨拶



変化は  
進化の  
チャンス



## むつ市長年頭挨拶

まずは、昨年を一文字で。「走」。憲法駅伝を走り、公務で国内外を走り回り、政策でも走り続けることができました。

あけましておめでとうございます。むつ市民のみなさまにおかれましては健やかに新年をお迎えのことと心からお喜び申し上げます。

走ることはシンプルなようで難しく、多くのことを学びました。5月の憲法駅伝では選手として沿道のみなさまから大きな声援を受け、応援が背中を後押しすることを肌で感じました。そして、毎朝の体力づくりとしての走りにも終わりはなく、健康な状態でいられるのもチャレンジをコツコツと続けてはじめて達成できるということも実感しています。

昨年の6月の再選以来、現在2期目を駆けています。無投票再選という結果は、自分自身にもっと多くの市民のみなさまの声に耳を傾けなければならない、そしてもっと多くの声を形にしなければならないという二つの課題を提起しました。2019年は、これまでの挑戦によって見えてきた道筋をより確かなものとし、多くの市民のみなさまが毎朝“希望をもって目覚められる”ようなむつ市にしたいと強く願っています。

県内外に出かけると、むつ市が元気だと言ってもらえることが多くなってきているような気がします。政策面でトップランナーを自覚し、挑戦し続けた結果だとも考えています。

ただ一方で、どれだけ市民のみなさまが生活の中でこのことを実感できているのかと思いをはせることも多いです。むつ総合病院の待ち時間は長いまま、下北半島縦貫道路もまだ全線開通のメドがなく、子供たちの教育水準は県内でも上位とはいえません。お年寄りが将来に不安のない毎日を送れているのか、パパやママに子育ての幸せを実感できる環境を整えられているのか…。

まだまだ、目の前に大きな課題が立ちはだかっています。成果を市民の暮らしの中で手にとって実感していただけるよう一歩でも更に進める一年にしたいと思います。

今年は、むつ市制施行60周年の記念すべき年となります。一年を通じて、むつ市内が祝祭に満ちた年になることに大いに期待をしています。みんなで盛り上げていきましょう。加えて、5月にはいよいよ新しい時代が幕を開けます。むつ市もこの新しい時代に相応しい挑戦を続け、“平成のむつ市”から一歩進め、豊かさを実感できる、かがやく笑顔で暮らせる、希望に満ちたまちにみなさまと手をたずさえて進めていき、今年の一文字は「進」と年末に振り返ることができるよう、諸課題に果敢に立ち向かい、そのあゆみを確実に進めたいと考えています。

多くの市民のみなさまに実感としてむつ市がよくなったと思ってもらえる『その先のむつ市』を目指して参りますので、なお一層のご協力をお願い申し上げます。

むつ市長

宮下 宗一郎

その先の  
むつ市へ  
～新しい時代の幕開け～





### 1月20日(日)まで むつ来さいまい館 冬休み体験館

〈どこで〉むつ来さいまい館  
〈どんな〉ガラスアート、ハーバリウム、キラキラDECO、フェルト手芸等  
※体験メニューにより日程、料金が異なります。ホームページをご覧ください。

#### 年末年始の休館について

むつ来さいまい館 12月30日～1月3日休館  
まさかりプラザ 1階売店無休で営業します。  
※12月31日のみ15時閉店

問 むつ来さいまい館 ☎ 33-8191

### 1月20日(日) 10:00～15:00 冬まつり

〈どこで〉むつ来さいまい館  
〈どんな〉サイエンスショー、餅つき大会(振り舞いあり) AGASSE クイズラリー、エネルギー・ジオ PR ブース等

※じよいふるくらぶ同時開催(19・20日2日間開催)  
※おもちゃ病院定期開院

問 むつ来さいまい館 ☎ 33-8191

### 1月27日(日) 9:00～14:00 来さいまい館フリーマーケット

〈どこで〉むつ来さいまい館  
〈出店料〉1区画1,000円  
※1月4日～出店申込受付

問 むつ来さいまい館 ☎ 33-8191

### 2月17日(日) 12:30 開演 ※30分前開場 第40回むつ市婦人芸能発表会

郷土芸能や新舞踊など、日頃の練習の成果をご覧ください。

〈どこで〉下北文化会館大ホール

〈入場料〉全席指定(有料)

※取扱い先 下北文化会館、むつ市連合婦人会 坪、中央公民館(取り次ぎのみ)

問 むつ市連合婦人会 坪 ☎ 22-2440

### むつ科学技術館だより

〈シアター上映〉

世界絵本箱シリーズ

「まほうつかいのノナばあさん」他2本  
偉人たちの夢

「ルネッサンスの巨人レオナルド・ダ・ヴィンチ」

〈つくってたいけん工作教室〉※土日祝開催

フワポンさかなをつくろう!

※12月27日(木)～1月4日(金)まで休館

問 むつ科学技術館 ☎ 25-2091

### 1月20日(日) 13:30～14:30

## 市制施行60周年記念 かないのりしげ JAXA 金井宣茂宇宙飛行士講演会



©JAXA/NASA

市制施行60年を記念し、宇宙航空研究開発機構(JAXA)の金井宣茂宇宙飛行士が、宇宙での貴重な体験や1歩踏み出すことの大切さ、全力で夢に向かうことのすばらしさについて講演します。

〈どこで〉下北文化会館大ホール

〈対象〉小学生以上

〈定員〉1,100名

〈入場料〉無料

〈申込方法〉

メールまたは往復ハガキに次の事項をご記入のうえ、お申し込みください。

◆メールでの申込方法

メールアドレス anniversary62@city.mutsu.lg.jp

件名: 金井宣茂宇宙飛行士講演会参加申込

本文: ①全ての参加希望者様のお名前と年齢(学年)

②郵便番号と住所

③電話番号

申込締切: 1月11日(金)17:00

◆往復ハガキでの申込方法

<p>〒035-8686 むつ市中央一丁目8番1号 むつ市企画調整課 金井宣茂宇宙飛行士講演会担当</p> <p>何もしないでください</p> <p>往信用おもて面</p>	<p>①郵便番号と住所 ②代表者様のお名前 ③代表者様の電話番号</p> <p>①郵便番号と住所 ②全ての参加希望者様のお名前と年齢(学年)(4名まで) ③代表者様の電話番号</p> <p>往信用うら面</p>
--	---

〈注意事項〉

・お申し込みの際に頂戴した個人情報は当講演会の事業にのみ使用します。

・会場内での飲食、喫煙、写真撮影、録音・録画等をご遠慮ください。

問 企画調整課 ☎ 22-1111 内線 2313

### 1月12日(土) 10:00～12:00 特産品フェアわきのさわ朝市

〈どこで〉脇野沢村漁業協同組合荷捌場

〈どんな〉

- ・鱈汁無料ふるまい
- ・鮮魚販売、特産品販売
- ・ぴしゃっくすミニコンサート

※天候等により変更となる場合があります。

問 鯛島塾むらおこし会議  
(脇野沢庁舎管理課内) ☎ 44-2111

問 脇野沢村漁業協同組合 ☎ 44-2211



### 1月26日(土)～27日(日) 9:30～14:30 第18回冬の下半島食の祭典

今年も「食の祭典」開催!  
〈どこで〉むつグランドホテル

〈どんな〉

- ・ご当地ラーメン
- ・大湊海自カレー
- ・大湊Sora空!
- ・大湊海軍コロケなど下北の食材を活かした料理の飲食・販売

- ・特産品販売コーナー
- ・風間浦村あんこう握り寿司
- ・大間マグロ販売
- ・そば打ち実演、そば切り体験
- ・ステージイベント盛りだくさん
- ・来場者プレゼントあり

問 むつ商工会議所地域振興課 ☎ 22-2282



※イベント内容は予告なく変更となる場合もありますので、予めご了承ください。

### 2月3日(日) 第58回むつ市民体育大会 スキー競技会

〈どこで〉  
釜臥山スキー場、  
釜臥山林間クロスカントリーコース

〈種目〉  
アルペン競技、クロスカントリー  
競技、リレー競技、スノーボード競技  
(オープン)

〈参加申込等〉

開催要項、参加申込書は市民スポーツ課、各庁舎市民生活課、市内スキー場で配布のほか、市体育協会ホームページからダウンロードできます。

〈申込締切〉1月16日(水)必着  
参加者は各自でスポーツ傷害保険に加入してください。

問 むつ市体育協会事務局 ☎ 22-1111 内線 2474

H http://mutsu-taikyo.jp/



### 1月14日(月)まで 9:30～16:30 冬のトントウスタンプラリー

トントウビレッジ館内にあるスタンプを集めて景品をもらおう!

〈どこで〉トントウビレッジ

〈対象・参加費〉小学生以下・無料

〈入場料〉無料

問 トントウビレッジ ☎ 48-2777

### 1月15日(火)～ 市民スキー・スノーボード教室

むつ市在住の成人の方を対象としたスキー・スノーボード教室です。

〈いつ〉

1月15日(火)、17日(木) 19:00～21:00

1月19日(土) 13:00～15:00

1月20日(日) 10:00～15:00

〈どこで〉むつ市釜臥山スキー場(センターハウス集合)

〈種目・コース〉

スキー(初心者・初級・中級)

スノーボード(初心者・初級・中級)

〈定員・参加料〉各20名・無料

〈受付期間〉12月26日(水)～1月11日(金)

〈申込方法〉電話または市体育協会ホームページからお申し込みください。

問 むつ市体育協会事務局 ☎ 22-1111 内線 2474

H http://mutsu-taikyo.jp/

### 1月19日(土)～ ジュニアスキー教室

小学生を対象としたスキー教室です。

〈いつ〉1月19日(土)、20日(日)、26日(土)、27日(日)、2月2日(土)、3日(日)各回

14:00～1時間程度(13:45集合)

〈どこで〉むつ市兎沢スキー場

〈申込期間〉1月5日～14日

〈対象・定員〉小学生・各回20名

〈参加料〉1回につき1200円

(施設利用料、傷害保険料含む)

※初心者対応の貸スキーあり。

問 むつ市教育振興会 ☎ 34-4664

### 1月20日(日) 9:30～14:30 トントウの新春おたのしみ フェスタ～2019～

〈どこで〉トントウビレッジ

〈どんな〉新春カルタ大会、かんだちくん&カンさんと一緒に餅つき大会、あったか冬屋台(有料)、ふわふわ&ゲーム、雪のすべり台、スタンプラリーで千本引き、ホットドリンク&工作(東北電力協賛)

問 トントウビレッジ ☎ 48-2777

# 還付金詐欺

むつ市内で還付金詐欺が疑われる「不審な電話」が約50件確認されています。(今年5月～10月)

市役所の〇〇課の〇〇ですが、保険料の払い戻しの件でお電話しました。

犯罪者は市役所の税務担当課や福祉担当課などの職員になりすまします。市役所や県庁、税務署など公的機関を名乗っても、お金の話が出たら**まずは警戒**しましょう。

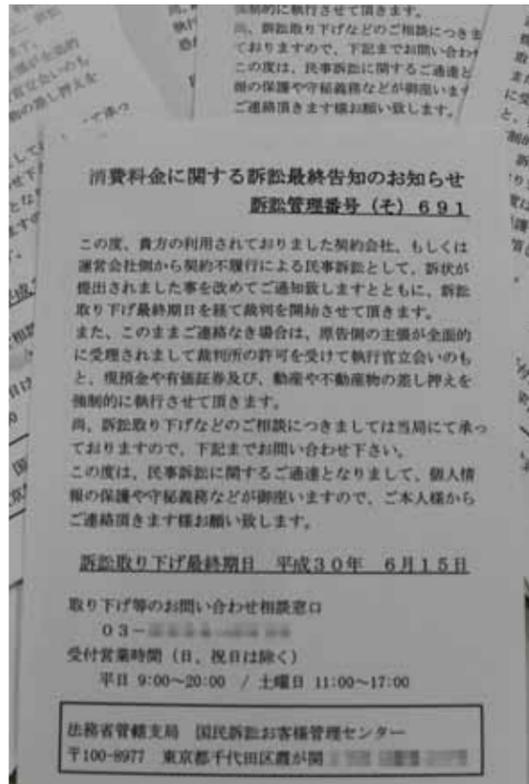
本日中に手続きが必要です。すぐに××のATMで手続きをしてください。

市役所などの公的機関がATMを使って還付金などの手続きをさせることは**絶対にありません**。



**！** **ご注意ください！それ詐欺です！** **！**

# 架空請求詐欺



むつ市内で「不審なハガキが届いた」という相談が増加しています。

- チェックポイント①** 請求内容が消費料金や総合消費料金など、身に覚えのない請求やよくわからない内容の請求
- チェックポイント②** 訴訟取り下げ最終期日が2,3日後の日付け
- チェックポイント③** 公的機関に類似した差出人  
(例) 法務省管轄支局国民訴訟お客様管理センター  
国民訴訟通達センター  
全国紛争相談センター  
などいずれも国の組織として存在しません。

**身に覚えのない消費料金の請求が来たら詐欺です。絶対に相手には連絡しないでください！**

**問** 市消費生活センター (市産業雇用政策課内) ☎ 22-1353

「おじいちゃんがない。」  
そのとき、むつ市のみんなが動き出す

それが  
Me-MAMORIO

たった2つの作業で認知症の方とその家族をサポートできるむつ市の取り組み

① MAMORIOアプリのダウンロード



ご家族・介護者のスマートフォン



行方不明発生

検索依頼

むつ市役所  
むつ警察署

② むつ市防災かまふせメールの配信登録



※タグ情報を登録したスマートフォン

市民のみなさまのスマートフォン

- ① 防災かまふせメール配信
- ② おかえりネット配信



自動的に位置情報を送信・通知  
※ご家族・介護者にだけ通知されます

距離が30m以内に近づくと電波をキャッチ

MAMORIOアプリ起動

- ※ Bluetoothを「ON」
- ※ 捜査協力モードを選択



帽子やカバン、鍵など普段持ち歩くものに身につけておく  
と安心です。

アプリのダウンロードやお問い合わせは  
**問** むつ市地域包括支援センター ☎ 22-1111 内線 2556



みなさまのスマートフォンに  
支えられる人たちがいます  
65歳以上の15%が認知症の症状  
があるといわれている現代。むつ  
市にも2800人いると推定され  
ている認知症は、もはや他人事  
ではありません。  
「地域で支え合い、  
やさしさをつなぐまち」  
みなさまのご協力がこのまちの  
安心につながっていきます。

# 知ってほしい命をつなぐ献血のこと

— わずか 40 分で助かる命がある —

献血は、病気やケガで血液が必要な患者さんのために、自分の健康な血液を無償で提供します。近年献血をしてくれる人が減っていて、このままでは治療に必要な血液が確保できず、救えるはずの命が救えなくなってしまう恐れがあることをご存じでしたか？

40分です。採血後の休憩まで全て含めて約40分で終わります。実際に針をさ

約40分で助かる命がある

項目	全血献血	
	200mL 献血	400mL 献血
年齢	16歳～69歳*	男性17歳～69歳* 女性18歳～69歳*
体重	男性45kg以上 女性40kg以上	男女とも50kg以上
最高血圧	90mmHg以上	
血色素量 (ヘモグロビン濃度)	男性12.5g/dL以上 女性12.0g/dL以上	男性13.0g/dL以上 女性12.5g/dL以上

\*65歳以上の方は60歳から64歳までに献血の経験がある方に限られます。採血の実施は、問診結果等を踏まえて総合的に判断します。

**毎日約3000人が輸血を必要としています！**  
日本では、1日に約3000人の患者さんが輸血を必要としています。そのため、1日あたり約1万5000人分の献血が必要とされています。  
血液には生きている細胞が入っているため、赤血球は採血後21日間、血小板は4日間しか輸血に使用できません。また、血液は人工的につくるのができないことから、輸血に必要な血液を十分に確保するためには、継続的な献血への御協力が必要不可欠です。

白血病や再生不良性貧血などの病気は、骨髄移植や末梢血幹細胞移植という治療法で治せるようになりました。

骨髄バンクドナーを募集しています。

**献血に行こう！**  
ほんの少し勇気をだして、献血から生まれる「愛の贈りもの」をしてみませんか？  
献血は、献血バスや青森市、弘前市にある献血ルームで行ないます。献血バスの日程は、広報むつやむつ市ホームページなどから確認できます。

**献血で短命県返上！**  
献血に御協力いただいた方へ感謝の気持ちとして、7項目の生化学検査及び8項目の血球計数検査成績をお知らせしています。これらの検査成績は、病気の早期発見にもつながります。ぜひ健康管理にお役立てください。

## 参加者募集！ むつ地区保健協力員 全体研修会への一般参加お待ちしております！

各町内会ごとに推薦をいただき、地域の健康づくりのために活動している保健協力員のさらなる資質向上のための研修会を開催します。この研修会では保健協力員以外の一般参加もできますので、ぜひご参加ください。  
〈日程〉1月22日(火) 13:00～16:00  
むつ市役所大会議室A  
1月23日(水) 13:00～16:00  
むつ来さまい館

〈内容〉健康チェック (血管年齢、体組成、血圧、立ち上がり) 保健師・栄養士講話、運動ほか  
〈対象〉保健協力員活動に関心をお持ちの方  
〈定員〉各回10名  
〈持ち物〉長タオル、飲み物、筆記用具 (運動しやすい服装・運動靴でお越しください)  
問 健康づくり推進課 ☎ 22-1111 内線 2572

問 予防・医療課 ☎ 22-1111 内線 2585



私も骨髄バンクドナー登録しました。みなさまのご協力をお願いします。

この治療法には提供者(ドナー)がどうしても必要ですが、まだまだ不足しており移植を受けられない患者さんがいます。ドナーを待つ患者さんにとって、あなたの登録が大きな希望となります。ドナー登録会に関するお問い合わせは予防・医療課までお願いします。

## 1月の在宅当番医

1日(火)	三上医院	☎ 22-1011
2日(水)	中央レディースクリニック	☎ 24-3151
3日(木)	角田整形外科医院	☎ 22-7945
6日(日)	菊池医院	☎ 24-1276
13日(日)	北村医院むつレディースクリニック	☎ 22-2135
14日(月)	ふじた脳神経クリニック	☎ 24-5557
20日(日)	三上医院	☎ 22-1011
27日(日)	中村眼科クリニック	☎ 22-2512

〈時間〉19時～22時 ※受診の際は事前に当番医にご連絡ください。  
問 病院案内(下北消防本部) ☎ 23-3999

## むつ下北薬剤師会 1月の休日お薬電話相談

6日(日)	公済会薬局	☎ 0120-88-4721
13日(日)	おき薬局	☎ 090-3369-5051
14日(月)	松木調剤薬局	☎ 22-4920
20日(日)	アイン薬局東通村店	☎ 28-5270
27日(日)	おき薬局	☎ 090-3369-5051

〈時間〉18時～22時  
問 休日お薬電話相談事務局 (七福薬局むつ内) ☎ 34-9490

# Healthy Life



# Keeping Your Resolutions

明けましておめでとう！ Happy new year, everyone! Have you made a New Year's Resolution? And, did you keep the resolution you made last year?

新年は最善の自分になる機会と言われています。そのためにアメリカの正月の伝統の一つは新年の誓いを立てることです。英語で「making New Year's resolutions」と言います。1月1日大勢のアメリカ人が「健康を増進する」や「新しい体験をする」ことを約束します。毎年、私も新年の誓いを立てるけど残念ながら1月3日頃まで一所懸命頑張って、その後忘れて諦めます。意志力の不足は私の大きな弱点だと思います！でも、今年人生で初めて新年の誓いをずっと守りました！成功のコツを分かってきたと思います。

去年までは新年の誓いをした時、なんだか曖昧な誓いを立てていました。例えば、「今年、体重を減らす」や「今年、日本語をうまく話せるようになる。」自己研鑽することを目指したけど、具体的なゴールがなかったので、達成が難しかったです。そこで作戦を変えました。真面目に登山し始めた頃だったので二つ誓いを立てました。「来年の正月前、日本百名山を半分登ります。そして、毎月一座(座：山の単位)少なくとも登ります。」嬉しいことに、達成しました！この文章を書いた日、百名山のうち52座を登りました！その誓いを立てた時、自己研鑽にもつながるとは考えませんでした。でも、その誓いで、色々な良い結果ができました。よく運動したので、体が強くなって、体調が良くなりました。たくさん地図やガイドブックを読んだり、他の登山者と話したりしたので、日本語能力が高まりま

した。地質学の興味が復活して、オンライン大学院の授業を受け始めました！偶然に自己研鑽になりました！

これから新年の誓いを決める時、この結果を思い出します。難易度が高いけど達成可能な目標を定めて、こつこつ努力して、達成するのに余念がありません。予想より得られるものが多くなります！

## レイチェルの百名山 半分達成しました！ 今までのトップ・ファイブ！

① Most Beautiful (最も美しい) 山梨県の鳳凰三山！  
滝巡りや地藏岳のオベリスクという岩が魔法の世界みたいでした！鳳凰という名前はばっちりだと思います！



② Scariest (最も怖い) 長野県の宝剣岳！(百名山の木曾駒ヶ岳と空木岳の途中山) 両手で鎖をつかみ断崖絶壁を渡るコースです。鎖をつかみながらゆっくりよじ登ったのと対照的に小鳥がものすごいスピードを出して私の顔の横をかすめてきました！



## 1月レッツ国際交流(申込不要) レイチェル&アンジェラと Free Talking

9日(水)@市役所第4会議室 10:00～11:30 23日(水)@ミニストップむつ市役所店内 14:00～15:30  
15日(火)@ミニストップむつ市役所店内 14:00～15:30 29日(火)@市役所第4会議室 10:00～11:30

問 企画調整課 ☎ 22-1111 内線 2314



Rachel Presents Rachel's Yo Mo Ya Ma Story

③ Best Adventure (最も冒険っぽい) 北海道の幌尻岳！  
半分沢登りと半分登山のコースで金太郎になった気分でした！



④ Best Stay (最善の宿泊) 大分・宮崎県の祖母山の九合目山小屋！  
深い森の中キャビンハウスです。亡くなった祖母の家にそっくりです！懐かしい思い出にひたりながらぐっすり寝ました。



⑤ Favorite (お気に入り) 秋田・山形県の鳥海山！  
14歳からずっと気になっていた東北にある山です！体力的なコースがあるし、景色も綺麗で、名前が面白いので今でもお気に入りです！



### むつ市老人クラブ連合会 「生きがいサークル」 1月の日程

はじめて参加される方はあらかじめご連絡ください。なお、お花と手芸は材料費が必要です。

老人憩の家「福寿荘」(新町) ☎ 23-5800

お花教室	17日(木)
手芸教室	15日(火)
踊り教室	9日(水)・23日(水)
お茶教室	10日(木)・24日(木)
習字教室	11日(金)
コーラス教室	21日(月)・28日(月)
ダンス教室	9日(水)・23日(水)
カラオケ教室	21日(月)・28日(月)
囲碁・将棋教室	8日(火)・22日(火)
着付教室	16日(水)

ダンス教室は13時～15時、カラオケ・囲碁・将棋教室は13時～16時、その他の教室は10時～正午

老人憩の家「福寿荘」(川守町) ☎ 29-1800

日舞教室	7日(月)・21日(月)
着付教室	8日(火)・22日(火)
唱歌教室	4日(金)・18日(金)
カラオケ教室	10日(木)・24日(木)

カラオケ教室は13時～16時、その他の教室は10時～正午

※各教室とも新しく会員を募集しています。ご希望の方は「福寿荘」「福寿荘」または各単位老人クラブ会長へご相談ください。

問 むつ市社会福祉協議会 ☎ 33-3023

食はからだを整える！  
栄養士考案のヘルシー弁当レシピをご紹介します

**健康食堂**  
一魚のしそ揚げ

材料(お弁当4人分)  
塩タラ 200g  
青しそ 2枚  
小麦粉 大きじ1  
水 大きじ3  
揚げ油 適量  
レタス(またはサラダ菜) 4枚

1人分栄養価 110kcal 塩分 1.0g

魚のしそ揚げは、ヘルシーバランス弁当「お酢で減塩」パート2弁当の一品です。

-作り方-



①タラに切り身を25gに切り分け、しそをせん切りにする。



②水で溶いた小麦粉にしそを混ぜ、タラにからめる。



③170℃の油で4~5分カラッと揚げる。



④程よく効いた塩味としその風味があるから、調味料なしでそのまま美味しい。

むつ市健康づくり推進課では、カロリー抑えめなのに大満足なお弁当のレシピを紹介しています。バランスの良い食事のために、メニューに取り入れてみてはいかがでしょうか。また、市内にヘルシーバランス弁当を製造、販売していたりあるお店があります。健康づくりの一つにお役立てください。

むつ市ヘルシーバランス弁当 検索

昨年12月に、地域内外の人が楽しく美味しくジオパークを楽しめるツールになることを目的に認定された下北ジオパーク認定商品を取扱うお店を広報むつでご紹介します。

# ほっと ジオなひとときを

焼干しいわし

## 脇野沢村漁業協同組合

むつ市脇野沢本村無番地

☎0175-44-2211

〈営〉8:00~17:00

〈休〉土・日・祝日



脇野沢瀬野の焼干しいわし生産者 山崎幸男さん(左)と弘子さん

**脇野沢産いわしが焼干しに適している理由**

なぜ、脇野沢の焼干しいわしは良質なのか。その答えは海と大地の関係性にありました。

下北半島と津軽半島に囲まれ、一度入るとなかなか外に出にくい形状の陸奥湾をぐるぐる回遊するいわしは、良い具合に脂が落ち、焼干しに最適な状態になるのだそうです。脂がのりすぎると酸化してしまいうわし。脇野沢産のいわしは、酸化を防止する薬剤等を用いなくてもよいいため、無添加で製造でき、その結果良質の逸品に仕上がるのです。

**全部が手作業 その味は、間違いない**

11月が最盛期。山崎さん達は10人がかりで朝早くから夕方まで作業します。その工程はすべて手作業。頭と内臓を取り天日干し。ひとつひとつ串刺しにした炭火焼きのあとにはまた乾燥。カラカラに乾燥され美味しさが凝縮しただしは絶品で、都市部では「うちのだしは脇野沢の焼干しいわしでなければならぬ」という料理の名店もあると言います。

脇野沢だから作ることができた焼干しいわし。これもまた、ジオから始まるストーリーですね。

焼干しいわし(90g) (税込み) ¥900

そのまま食べても美味しいです!

お味噌汁や煮物のだしとしてだけでなく、お酒のおつまみにはそのままでも美味しい焼干しいわしです。

# 新刊ピックアップ



65歳から頭がよくなる言葉習慣 樋口 裕一/著 (さくら舎)

定年退職後の65歳、仕事を離れ、他人に気を使わなくてすむ気楽な生活は、記憶力が下がり言葉が減っていく生活である。しかし、書いたものは忘れない。書けば覚えていられるのだ。また、書いたものはSNSなどで発信するのがおすすめ。そうすれば、表現に頭を使い、反応が楽しみに変わる!ボケ防止、そして楽しみのための「言葉習慣」を65歳からはじめよう!!



人間狩り 犬塚 理人/著 (KADOKAWA)

凶悪事件犯行映像流出元を追う警察、ネットを利用して、凶悪事件の“元”犯人に私刑を下そうとする〈自警団〉。二つの“正義”が重なったとき、本当の物語が姿を現す! 現代人の深層を刺激するサスペンス・ミステリー!



ムカッやきもちやいた かさい まり/著、小泉 るみ子/著 (くもん出版)

きょうてんこうせいがきた。わたしのなかよしのふうこちゃんとなのしそにはなして。なんだかムカッ。このきもちなんだらう…。できたてのやきもちの気持ちに、自分で気づいて、友だちとの関係のなかでそれを解消して一歩進んでいく女の子のお話。普遍的なテーマと読み応えあるストーリー展開が魅力。

このほかの新着図書は、『図書館新着だより』(毎月10日発行・館内にて配布)をご覧ください。『図書館新着だより』は、市ホームページからもご覧いただけます。

1月の休館日 12/28(金)~1/3(木) 1/24(木)

開館時間(本館) 火曜から金曜 9時~19時 土・日・月・祝日 9時~17時 原則毎月第4木曜日(図書整理日)および年末年始は休館日です。

図書館ご利用について 詳しくはホームページで! 市立図書館 ☎28-3500 http://www.city.mutsu.lg.jp



## 図書館1月の日曜シネマ

〈いつ〉1月13日(日)14:00~ 1月27日(日)14:00~

〈どんな〉『君に届け』(2010年・日本・128分) 出演:多部 未華子、三浦 春馬、蓮佛 美沙子、桐谷 美鈴 ほか

見た目が暗く周りから「貞子」と呼ばれる黒沼爽子(多部未華子)は、クラスになじめないでいた。しかし、その外見とは裏腹にけげなく純粋な彼女に、誰からも好かれるクラスの中心的存在の風早翔太(三浦春馬)はひそかに好意を抱いていた。風早の言葉を励みに、爽子は徐々にほかのクラスメートたちと打ち解けるようになっていく。

## 世界に広めたい! わたしのむっつ自慢 広報むつ Selection

むつ市が全国や世界に発信したい自慢の情報をお届け!



むつ来さまい館周辺では、毎年恒例のイルミネーションが今年も点灯しています。2月上旬まで夜空を照らすとのこと。たまにはご家族で冬の夜にお散歩するのも楽しそうですね。



これもまた、冬のはじまりを告げる風物詩。脇野沢では、今年も12月6日にタラ漁の場取りが行われました。冬が旬の食材として代表格のタラ。今年も豊漁が望まれます。

春 夏 秋 冬

誰が手向く角の地蔵は花あふる造花なれども雪に映えをり 皆川 妙子

朝まだき屋根より落つる音に覚め布団かむりて雪嵩思ふ 矢越 朝子

街の灯の光がつくる揚羽蝶夜を彩りいま飛ぶごとし 坂本 つぎ

子どもらが伸び伸び書きし習字飾り「鉄道の日」を彩る駅舎 立花 恵子

娘が帰り又また独り夜半の秋 山田 とし

華やかに軒飾りたる吊し柿 萬年 和子

通院中頭にとまる赤とんぼ 太田 正信

涼しさや手さげ袋にかぎ一つ 葛蒲川 充江

稲雀見晴らしのよき寺の屋根 川村 丈夫

稲雀釜の雲ほぐれゆく 山田 富恵

返り花文に見せむと聞く窓 中西 かつよ

塩害を受けし樹木や狂ひ咲き 宮下 るり子

灯台の明りのみ込む冬怒濤 戸川 美重子

もう少し歩きましようか月の下 井手 上省子

コスモスは優しい風が好きでした 出崎 陽子

あの海も今日は優しい貌でいる 織田 澄香

自転車が帰らぬ人を持ちぼうけ 漆館 灯火

起こさずにそつとしてよと第九条 渡邊 寂隆



## 世界からむつ市を応援 11/29

むつ市元気応援隊応援プロデューサー委嘱状交付

木曜日

むつ市の産業振興関連施策や観光・物産・文化資源等のPRなど幅広い視点でサポートしていただく「むつ市元気応援隊」。

現在アメリカで女優として活動している畑中絵美さんに応援プロデューサーとして就任していただきました。

子どもの頃に見たアメリカのテレビドラマに影響を受け、女優として生きていくことが夢だったと話す畑中さん。

今はテレビドラマや映画、舞台、CMなど多くの作品に出演され活躍されています。

夢を実現させるため羽ばたいた畑中さん。アメリカから故郷むつ市の魅力を発信します。

## 活動の成果を発揮 11/2~17

第49回むつ市民文化祭

第49回むつ市民文化祭が11月2日(金)から17日(土)までの間、下北文化会館で開催され、展示部門では書道や絵画など13団体、舞台部門では日本舞踊やピアノ、フラダンスなど18団体がそれぞれ下北文化会館で日頃の活動の成果を発表しました。

現在、むつ市内では数多くの文化団体が文化会館や公民館などを拠点に幅広く活動をしています。

みなさんも気になる団体やサークルに足を運んでみてはいかがでしょうか。



## 年末の風物詩 歴史を刻む 12/2

アジア初演 100・むつ初演 30周年記念第九演奏会

日曜日

年末恒例となっている「むつ下北第九の会」による第九演奏会が下北文化会館で開催され、約800人の観客が歓喜の歌に酔いしました。

第1楽章から第4楽章で構成するベートーヴェン作曲の交響曲第九番。第九がアジア諸国で演奏されるようになってから今年で記念すべき100年。むつ市で第九が年末に演奏されるようになってからは今年で30年。

第4楽章で「私たちの音楽はこれなのだ、さあ歌おう!」と始まるのがこの歓喜の歌です。

この先もずっとむつ市で聞き続けられることを願っています。



## 世界レベルを体感 11/20

キャリア教育推進事業講演会 - 三浦豪太氏 -

火曜日

子どもたちが全国的な活動をしている人々との出会いを通じ、夢や希望を育む「小・中学校グローバルキャリア教育推進プロジェクト」が大平小学校で行われました。

この日、大平小学校で講演したのは、青森県出身の冒険家三浦雄一郎さんの次男でプロスキーヤーで登山家でもある三浦豪太さん。

難しいことへの挑戦を通じて、自信を持つこと、可能性を広げることの大切さを学んだ子どもたち。今の自分の夢に照らし合わせて聞く姿が印象的でした。

平成30年度青森県歯科保健表彰式が去る10月に青森県歯科医師会館で開催されました。

70歳以上の方が対象となる「よい歯のシニアコンテスト」で、最も健康なお口をしている方に贈られる会長賞に輝いたのはむつ市在住の二関正雄さん(71)。

「青森市に行つて何か美味しなものでも食べてみようかと軽い気持ちで参加してみただけです。実際行ってみたら大層な賞をいただいてびっくりしましたよ。」

受賞時の思い出を笑顔で振り返る二関さん。

現役時代は海上自衛官だったこともあり、体力には自信がありますと話す二関さんは、

この人  
むつちゅ星

二関正雄さん

よい歯のシニアコンテスト会長賞

毎朝のウォーキングに加え、70歳を過ぎた今でも水泳では1日1500mを泳ぐほどの体力の持ち主。

「規則正しい生活をして、なんでも食べることですかね」と話すその姿は、本当に元気そのもの。

「歯も体の予防と一緒にですね。よく検診を受けましょうと言いますが、歯も同じだと思うんですよ。定期的に先生に見てもらおうのがお勧めです。」

来年もその次の年もずっと健康でいられるように定期的にチェックするように続けていきたいですね。」

新年への抱負をそう語る二関さんの歯はまさに白く輝いています。

## 緑の大切さ 勉強していきます 11/20

よしの保育園 緑の幼年団結成

火曜日

青森県内では6件目となる緑の幼年団がよしの保育園で結成されました。

緑の幼年団は、緑を守り育てる活動を通じて、ふるさとを愛し、人を愛する心豊かな人間に育っていくことを目的に国土緑化推進機構が推進する活動です。

元気に誓いの言葉を述べてくれたさくら組、ひまわり組の園児たち。下北の自然やいきものと触れ合いながら、心豊かに育てほしいですね。



## お好みの部隊はどちら? 11/25

大湊海自カレーフェス 2018 大盛況

日曜日

11月25日(日)、プラザホテルむつで大湊海自カレー普及会による初のイベント「大湊海自カレーフェス2018」が開催され、1000人ものお客様で会場が埋め尽くされました。

参加費1,500円で全10部隊のカレーが食べ放題のこのイベントで提供されたカレーの総提供量は約450kg。

各店舗での提供のみに留まらず、工藤パンとのコラボレーションした商品「大湊海自カレーパン」やレトルト食品の開発などその活動の幅を広げている大湊海自カレー。

あなたはどの部隊のカレーがお好みですか?



さいだ ゆま と  
笹田 悠樹斗くん  
H30.1.11 生 (十二林)



きむら わか  
木村 若楓くん  
H30.1.13 生 (横迎町)



やまがた りつか  
山形 律花ちゃん  
H30.1.22 生 (大湊新町)

♪ むちゅっこ ♪  
Happy Birthday  
1月生まれ



くらた あお  
倉田 愛鳳くん  
H30.1.23 生 (昭和町)



さわだ りんこ  
澤田 凜子ちゃん  
H29.1.3 生 (大畑町上野)



よこた さや  
横田 紗也ちゃん  
H29.1.7 生 (大畑町本町)



うえはら だん  
上原 暖くん  
H29.1.21 生 (旭町)



むらた ゆき  
村田 陽向くん  
H29.1.29 生 (柳町)



たかまつ みつあき  
高松 美多くん  
H29.1.30 生 (大畑町上野)



ながはた ゆめひこ  
長谷目 優月ちゃん  
H28.1.30 生 (宇田町)



かんかわ ゆき  
神吉 芳良ちゃん  
H27.1.8 生 (新町)



たかいし なな  
高石 奈々ちゃん  
H27.1.28 生 (川内町休所)



いしわり けんじ  
石割 旭くん  
H26.1.1 生 (十二林)



たかだ あい  
高田 藍羅くん  
H26.1.4 生 (海老川町)



みの あい  
美濃部 天希ちゃん  
H26.1.11 生 (桜木町)



おほたに とけい  
大間 冬偉くん  
H26.1.13 生 (緑町)



はたなか とくひろ  
畑中 尊善くん  
H26.1.27 生 (大畑町小目名)



てらさわ あい  
館脇 凛ちゃん  
H26.1.28 生 (柳町)



うばさわ あい  
姥澤 葵くん  
H26.1.29 生 (山田町)



さわだ あい  
澤田 奏ちゃん  
H25.1.16 生 (海老川町)



くほ けんじ  
久保 潤之介くん  
H25.1.18 生 (緑ヶ丘)



かわにし あいり  
川西 愛梨ちゃん  
H25.1.26 生 (山田町)

2月生まれのお子さんの写真募集!  
12/26~1/9

お誕生日の記念に写真を掲載してみませんか?  
「むつ」にちなんで、6つの誕生日を迎えるまでの  
お子さんの写真を募集します。どしどしご応募ください!

〈対象〉2月生まれで、6歳までの市内在住の子  
〈掲載内容〉子どもの写真・氏名(ふりがな)・生年月日・住所(町名まで)  
〈応募方法〉子どもの写真1枚(プリント・データのどちらか)に、子どもの氏名(ふりがな)・生年月日・性別・住所・保護者氏名・電話番号を記入したものを添えて12/26から1/9(必着)までに、郵送、持参またはEメールでご応募ください。  
Eメールで応募の際は、件名に「むちゅっこ」と記入をお願いします。  
※応募多数の場合は抽選で22名まで掲載させていただきます。



みなさんへ  
せっかくご応募してくれ  
たのに、広報むつに掲載さ  
れなかったみなさん、本当  
にごめんなさい(涙)  
みなさんのステキな笑顔  
はむつ市のHPにある「広報  
むつ 袋とじ」に掲載してい  
ます。ぜひご覧ください!  
なのじゃー!!  
ムチュランより

〈問い合わせ・応募先〉  
市民連携課広報グループ  
〒035-8686 中央一丁目8番1号  
0175-22-1111 内線 2157  
Eメールアドレス  
info@city.mutsu.lg.jp

info@city.mutsu.lg.jp  
http://www.city.mutsu.lg.jp  
https://www.facebook.com/mutsu.city

編集・発行 むつ市企画政策部市民連携課広報グループ ☎0175-22-1111  
〒035-8686 青森県むつ市中央一丁目8番1号  
広報むつは、より見やすい紙面をめざし綴り穴をなくしました。ご理解をお願いします。