

みんながつながる、むつ市の総合情報誌

広報むつ

MUITSU

7

2020

新型コロナウイルス対策号

あたらしい せいかつ

離れていても

たのしいね!

春には閉鎖されていた水源池公園で元気に遊ぶ子どもたち。

UD
FONT
by MORISAWA

かわいい笑顔をお届けするため、マスクなしでの撮影にご協力いただきました。

収入が減ってしまったみなさん！

国保税や介護保険料が 軽減される 場合があります！

新型コロナウイルス感染症の影響を受けて収入が減少した世帯の方は、国民健康保険税や介護保険料が減免される場合があります。減免は申請が必要ですが、感染予防・拡大防止のため郵送でのやりとりになります。ご注意ください。

だれが減額になるの？

主たる生計維持者が

1 前年に比べて収入が3割以上減少すると思われる世帯の方

2 収入減少が見込まれる所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下

3 前年の所得の合計額が 1,000 万円以下

※3は国保税に限る
※新型コロナウイルス感染症により主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った世帯の方は全額免除されます。

どうやって申請するの？

1 まずは電話でご連絡ください

2 内容や所得状況を確認し、申請書と返信用封筒をご自宅に郵送しますので添付書類とともに返信ください

3 申請受付後減免決定または却下通知書を送付します

4 減免適用後の納入通知書、納付書を郵送します



減免される額は、前年の合計所得金額によって算出されます。また、申請に必要な添付書類も多岐にわたります。くわしくは、お問い合わせください。

問 **税務課**
0175-22-1111(内 2211 ~ 2215)



1 中西さんこだわりの店内。GW ころから客足は3割ほど減少した。2 お客様と近い距離で対応せざるを得ない理容業。店内では消毒液の設置を強調する表示を掲げる。3 今はお客様との会話のほとんどが「コロナ」の話題だと中西さん。

いつもどおり。今後はそういうところの支援や税制面での支援を期待したいですね」

感染防止のため外出自粛やイベント等の開催が制限されたこの春。中西さんからは、感染防止の観点は大切と前置きしながらもこんな言葉がありました。

「これからは、市外や県外から来る人のあり方をしっかり考えれば、市内のイベント開催も良いんじゃないかと思えるんです。これからは新しい生活スタイルが定着していくんですけど、徐々に次のステップに移って、新たな形を導入しながら元に戻っていくことがとても大切だと思います」

中西さんには、東京の専門学校に通う娘さんがいます。「東京で暮らす娘もアルバイトを休ませられて、この春は生活費が大変でした。そういうとき親として当然助けてあげたいけれど、こちらも売上げが減っているわけですから辛かったですよね」

13の経済対策のなかには、そんな遠くの地で頑張る学生たちに向け、むつ市発の美味しい食べ物をお届けする「むつ市のうまい！仕送り事業」も用意。

新しい生活様式と経済の回復、そしてこんな世の中だからこそ、未来を育てる取組みが今後の大きな課題となります。



店主
中西 孝彦 さん

BarBer kokomo

営業 平日 10:00 ~ 21:00
土日 8:00 ~ 19:00
定休 月曜日・第2、3火曜日
電話 0175-29-5520
店舗 中央二丁目9-65

理容店「BarBer kokomo」を経営する中西さんも、新型コロナウイルスの影響を受け客足の減少を肌で感じた一人。

「ゴールデンウィークの頃からグッと減りました。緊急事態宣言で外出の自粛が叫ばれて、い

「理美容業は休業要請の対象じゃありませんでしたから、店は開かないといけないのにお客様は減少。正直つらかったのでもう少しですが、スピード感があつたと思います。個人事業主の方はどなたもそうだと思いますが、借金をして商売を始めていた売上げがない中でも返済は

「この給付金の特徴のひとつに理美容業が対象になった点が挙げられます。事前に市が実施した経済対策アンケートによれば、市内の理美容業を営む方のおよそ8割が、「影響が生じている」「出る可能性がある」と回答されていました。

「むつ市の13の独自経済対策の中でも、とりわけ緊急的に実施された「緊急支援給付金」。外出自粛の影響が直撃した業種を対象とし、一律30万円の給付がなされました。

「理美容業は休業要請の対象じゃありませんでしたから、店は開かないといけないのにお客様は減少。正直つらかったのでもう少しですが、スピード感があつたと思います。個人事業主の方はどなたもそうだと思いますが、借金をして商売を始めていた売上げがない中でも返済は

新型感染症の影響は市内経済にどのような影響を与えたか

新しい生活と向き合い 次のステップへ それは、地域経済の回復

新型コロナウイルス
対策号

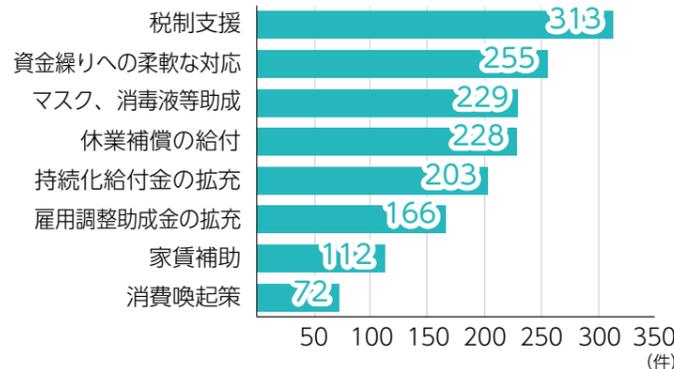


田名部川沿いに立地する店舗。

むつ市経済対策緊急アンケート

国や県、市に 何を望みますか？

4月、市内事業者に行なったむつ市経済対策アンケートでは、税制支援策を求める声が多に上った。個人事業主が多く加入する国民健康保険税の減免などの税制支援は効果的な支援策として期待される。



※回答数の多かったものを一部抜粋

7月31日
(金)まで

特別定額給付金については
むつ市感染症
危機突破プロジェクトチーム
給付・助成班
0175-22-1111 5600 ~ 5603
内線

申請し忘れはありませんか？

全市民がひとり10万円給付を受ける特別定額給付金。むつ市では6月19日現在55,575名分の給付を完了していますが、651名分が未申請となっています。今一度ご自分やご家族の申請状況をご確認いただき、申請し忘れにご注意ください。

10万円給付を装った特殊サギに注意！
市役所職員がATMに誘導することはありません

もらえる
**全市民
10万円**
特別定額給付金

むつ市の すべてのご家庭へ 市指定ごみ袋(もえるごみ用)を お届けします



ステイホーム応援事業

ステイホームにより、宅配やテイクアウトなど、ご家庭でのごみが増えたのではないのでしょうか。市指定の「燃えるごみ袋(大)」30枚を市内の全ご家庭にお届けします。

【対象】市内の全ご家庭

【申請方法】申請は必要ありません

【配布方法】

委託業者であるシルバー人材センターにより各ご家庭に配布



リサイクルも
忘れずに

【配布予定時期】

6月下

川内地区

大畑地区

脇野沢地区

大湊地区

田名部地区

7月上

7月下

問 環境政策課

がんばる学生のみなさん!
「学ぶための資金」を支援します

申請
受付

むつ市学生等緊急支援事業

今年度すでにむつ市奨学金を貸与されている大学生等には36万円、高校生には18万円を給付し、さらに新規で支援が必要な方には支援金を貸与します。

【対象】むつ市に住所を有する方のお子様で、高等学校、大学、専門学校等に在学中であって支援を必要とする方

【申請書類】支援金貸与願書、誓約書、支援者台帳(市ホームページまたは教育委員会窓口)、在学証明書、通帳のコピー等

【申請期間】令和2年10月30日(金)必着
問 教育委員会総務課



各種経営者のみなさま
お店の衛生管理
完ぺきにしませんか?

申請
受付



むつ市感染症対策 あんしん飲食店等認定制度

感染予防対策チームがチェックシートを用いて衛生管理のお手伝いをさせていただきます。この衛生管理支援を受けると、認定証と店内掲示ポスターをお渡しします。お客様が安心して店内・事業所内をご利用できる仕組みです。

【対象】市内の事業所

【申請書類】1申請書(市ホームページ) 2感染症対策取組内容記入用紙(市ホームページ)
問 予防・医療課



お客様や従業員の
安心につながります!

学生のお父さんお母さん!
一緒に、ふるさとの味を
お子様に届けましょう

むつ市のうまい!仕送り事業

むつ市のうまい地場産品を3回にわたってお子様に直接お届けします。

【対象】申請は令和2年4月1日時点で市内に住所を有する保護者。学生側の条件は、令和2年4月1日までに市内に住所を有したことがあり、国内の高等教育機関等(大学(院)、専門学校、受験予備校)に在学中で、送付先がむつ市外の方。

【申請書類】1申請書(市ホームページ) 2在学証明書または学生証の写し

【申請期間】令和2年7月31日(金)必着
問 感染症危機突破プロジェクトチーム

申請
受付

送って安心
お父さんお母さん
届いて
うれしい
学生のみなさん
食べても大丈夫
ありがた
むつ市のうまい生産者

ふるさとの味は、チカラになる。



むつ市が地域経済の活性化を念頭に置いて創設した独自の事業者支援の一つ「むつ市新型コロナウイルス感染症対策緊急支援給付金」は、飲食業や宿泊業等を営んでいる事業者を対象に一律30万円を給付するもので、800を超える事業者への給付をすでに完了しています。

さらに、全市民生活支援の一つ「マスク配布事業」では、5月26日の配布開始から、ほぼ全ての市民のみなさまにお届けできました。

子どもみらい支援の一つ「むつ市子どもみらい応援事業」では、国の子育て世帯への臨時特別給付金にさらに1万円上乘せし、1人当たり2万円を6月8日現在対象児童4,461人分給付完了しています。

7月に入り、新たに動き出す経済対策も準備できました。市は、引き続き市民のみなさまの生活を守るため、迅速な対応に努めています。

気になる! むつ市の 経済対策 最新情報

新型コロナウイルス
対策号

先月号の広報むつで発表したむつ市独自の経済対策。今月号では、いよいよ本格始動する経済対策についてご紹介します。



(写真)むつ市のうまい!仕送り事業イメージ

ほかにも！知っておきたい！

新型コロナ対策支援制度まとめ

市の独自支援の他にも国・県などによる支援策があります。数ある支援策のなかでも、特に市民のみなさまに知っていただきたい支援策についてまとめました。今後も募集を開始次第随時ご紹介していきます。



申込は7月10日(金)まで！ 1万円で1万2,000円のお買い物！

取扱店 350 店以上！
くわしくは
むつ商工会議所 HP



プレミアム付商品券事業

ひとり5セットまで購入可能。お得意にお買い物をして、市民のみなさまもお店のみなさまも WIN-WIN の事業。みんなで支え合って新型コロナウイルスを乗り切りましょう！
【購入対象】むつ市民またはむつ市在住の方(年齢制限はありません)
【申込方法】往復はがきに必要事項を記入しむつ商工会議所へ送付(はがき代は自己負担・はがき以外の申込みは無効)

【申込期間】7月10日(金)当日消印有効
【販売方法】7月22日(水)から27日(月)に下記の場所で当選通知(返信はがき)と引換で購入。代理の方でも引換可能。
【販売場所】むつ地区在住=むつ来さまい館、大畑地区在住=大畑町商工会、川内・脇野沢地区在住=むつ市川内町商工会
【使用期限】令和3年1月11日(月・祝)

新型コロナウイルス
対策号
気になる！
むつ市の
経済対策
最新情報



(申込はがき記入例)

従業員の生活も守ってあげたい！

雇用維持のため労働者に
休業手当などを支払う事業者

雇用調整助成金

1人あたり日額
15,000 最大円

雇用調整助成金 検索

※問合せ・申請はハローワークむつ(0175-22-1331)です。

売上げが昨年より半減した！

事業収入が前年同月比
50%以上減少した事業者

持続化給付金

個人事業主 最大100万円
法人 最大200万円

持続化給付金 検索

※むつ来さまい館2Fに申請サポート会場(0570-077-866・要予約)が設置されています。申請サポート会場は実際に申請する方をサポートする場所です。制度に関する問合せは0120-115-570へお問い合わせください。

テナント家賃の支払いが大変！

事業収入が前年同月比で50%以上減少か
連続する3か月が前年同月比30%以上減少の
個人事業者等

家賃支援給付金

個人事業主 最大50万円 × 6か月
中小企業 最大100万円 × 6か月

家賃支援給付金 検索

※申請は6月下旬開始予定。詳細は変更になる可能性があります。

アルバイト減で学生生活がピンチ！

学費を賄うためのアルバイト収入が
大幅に減り、修学が難しい学生

学生支援緊急給付金

住民税非課税世帯の学生 20万円
それ以外の学生 10万円

学生支援緊急給付金 検索

※対象の可否は大学等在学先が判断します。ご相談ください。

市内全業種の経営者のみなさま スタッフの暮らしと雇用を守ります

非正規雇用労働者支援事業

お店で働くアルバイトやパートさんの雇用継続を図れるよう事業主さまへ5万円×上限3人分の支援金を給付します。
【対象】1令和2年1月1日現在、市内に本社がある事業主(業種不問) 2令和2年1月1日以降で同一の非正規労働者を月4日以上かつ2月以上雇用した実績 3申請日時点において非正規労働者を継続雇用している 4申請日以降も営業

を継続し非正規労働者を雇用する意思がある
※くわしくは市ホームページでご確認ください
【申請書類】1申請書(市ホームページ) 2営業許可証の写し 3雇用状況を証する書類(出勤簿、給与支払明細等) 4非正規雇用労働者同意書 5納税証明書
【申請期間】令和2年7月31日(金)必着
問 感染症危機突破プロジェクトチーム

むつ市独自の経済対策

むつ市13の
独自経済対策
については、
市ホームページで
ご確認ください！



むつ市 経済対策 検索



むつ総合病院
新型コロナウイルス外来
受診の流れが変わりました

むつ総合病院では、感染拡大を防止することを目的に、感染症を疑う方と一般の方を分けて診察、かつ十分な感染防御を行うため新型コロナウイルス外来を屋外に設置し運用を始めています。

まさか!?
コロナ?
帰国者・接触者相談センターに
電話で連絡
0175-31-1891

感染の可能性が高い
(流行地に滞在、感染者との接触等)
帰国者・接触者外来へ
(むつ保健所が案内)

むつ総合病院から
受診予約
のお電話をします
平日 9:00 ~ 11:00

- ・完全予約制。当日午後の診察を予約(午後から保健所に相談の場合は原則翌日以降)
- ・小児、成人ともに14:00～
- ・指定の時間、場所に自家用車で来院(自家用車に乗ったまま診察の場合あり)

感染防止の3つの基本



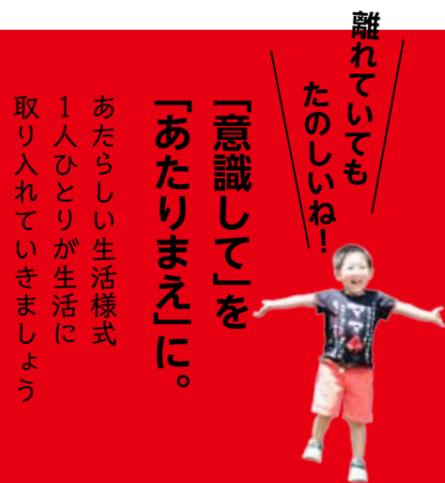
手洗い



マスクの着用



身体的距離の確保
(ソーシャルディスタンス)



「意識して」を
「あたりまえ」に。
あたらしい生活様式
1人ひとりが生活に
取り入れていきましょう



6月1日現在 人口・世帯数

※住民基本台帳による

人口	56,164人 (-63人)
むつ地区	44,693人 (-32人)
川内地区	3,642人 (-9人)
大畑地区	6,420人 (-21人)
脇野沢地区	1,409人 (-1人)
世帯数	28,819世帯 (-34世帯)
	()内は前月比

各種相談日程

法律相談(予約制)

時 7/22(水) 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7/1(水) 8:30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 7/8(水) 12:30～

場 電話相談のみ

問 法テラス青森 ☎ 050-3383-5552

収入・預金等が一定額以下の方は無料

1人30分、定員6名(先着順)

行政相談

時 7/20(月) 9:00～12:00

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 7/20(月) 9:00～12:00

場 大畑庁舎地域集室

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 青森地方法務局むつ支局 ☎ 23-3202

家族間や近隣関係のこと、相続などの相談を受けます。

時 日時 場 場所 問 問合せ・申込先

税 青森県インターネット公売実施中

青森県をはじめ全国の地方自治体からも多数出品されていますので、ぜひご参加ください。

※公売参加にはyahooIDを取得し、メールアドレスの認証が必要です。

問 下北地域県民局県税部納税管理課 ☎ 22-8581 内線 211

借金問題はひとりで悩まないで

銀行や消費者金融(サラ金)からの借入れ、自動車ローンなど約束通りの支払いができていますか。返済のために新たな借入れをしていませんか。債務整理が必要な場合、市内の弁護士が行う無料相談へ誘導することも可能ですのでひとりで悩まず相談をしてください。

問 むつ市消費生活センター ☎ 22-1353

ハチ防護服を無料貸出しています

私有地にあるハチの巣の駆除は民間の駆除業者へ相談するか、市の防護服無料貸出制度をご活用ください。(先着順)

▶申込窓口

担当課または各庁舎市民生活課

問 環境政策課環境衛生担当 内線 2454

マスクのポイ捨てはやめましょう

歩道や側溝に使い捨てマスクが捨てられていることがあります。

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点からも使い捨てマスクのポイ捨ては絶対にやめましょう。

問 予防・医療課 内線 2584

マイナポイントでお得に買い物しよう

「マイナポイント」とは、マイナンバーカードでポイントの予約をした人に対し、選択したキャッシュレス決済サービスで2万円のチャージまたは買い物をすると1人あたり最大5,000円分のポイントがもらえる仕組みです。

市では簡単に設定できる支援窓口を設けましたので、お気軽にご利用ください。

▶支援窓口

本庁舎マイキーID設定支援コーナー(市民連携課隣)

分庁舎市民生活課

▶必要なもの

マイナンバーカードと暗証番号

問 産業雇用政策課 内線 2652

問 https://mynumbercard.point.soumu.go.jp

新型コロナウイルスによる不当な差別等の相談窓口

新型コロナウイルス感染症に関連して、感染者・濃厚接触者、医療従事者等に対する誤解や偏見に基づく差別は決してあってはなりません。

法務省の人権擁護機関では、新型コロナウイルス感染症に関する不当な差別、偏見、いじめ等の被害に遭った方からの人権相談を受け付けています。困ったときは一人で悩まず相談してください。法務大臣からのメッセージをYOUTUBEで配信しています。

問 市民連携課広聴連携担当 内線 2154

問 http://youtu.be/RYS00qCxo-0

中小企業に関する全国一斉無料法律相談会

▶いつ 7/20(月) 13:00～15:00

▶相談電話番号 017-763-4670

問 青森県弁護士会 ☎ 017-777-7285

※新型コロナウイルスの今後の状況により、延期・中止する場合があります。最新の情報は各主催者へお問い合わせください。

後期高齢者医療制度の保険料と認定証の更新

「後期高齢者医療制度の保険料」令和2年度の保険料率が変わります。所得割率が8.30%、均等割額が44,400円に引き上げられます。均等割額は、世帯の所得に応じた軽減措置があります。保険料額は7月上旬に発送される令和2年度の後期高齢者医療保険料額決定通知書をご確認ください。

「限度額適用・標準負担額減額認定証」

「限度額適用認定証」

現在認定証を利用して、8月以降も該当となる方には、7月下旬に8月から使用できる認定証を郵送します。新たに該当になる方には別途ご案内します。認定証は、医療機関の窓口に被保険者証と一緒に提示してください。

※昨年中の所得状況によって、適用区分の変更や非該当となる場合があります。

問 国保年金課後期高齢者医療担当 内線 2445

大畑診療所の受付時刻が変更になります

感染症対策のため、診療受付時に検温を実施しますのでご協力をお願いします。これに伴い、診療所の受付時刻を変更します。

▶変更日 7/1(水)～

▶受付時刻 7:35～(開場7:35)

問 大畑診療所 ☎ 34-2211

自筆遺言証書に係る遺言書の保管制度

7/10(金)からあなたの大切な遺言書を法務局が保管することができる制度が開始されます。

問 青森地方法務局むつ支局総務係 ☎ 23-3202 (音声案内3番)

問 http://www.moj.go.jp/MINJI/minji03_00051.html

国民年金免除申請忘れずに

保険料を未納のままにしていると万が一の事故や不幸にあったときに、障害年金、遺族年金が受けられない場合があります。また、将来年金を受給できる権利を手放してしまうことにもつながりますので、経済的な理由等から保険料を納付することが困難な場合にはお早めに免除申請することをお勧めします。免除申請が承認されると老齢基礎年金の受給資格期間に入りますが、一部免除の場合は、納付しなければ年金額および資格期間に反映されず「未納扱い」となり、年金が支給されない場合がありますので、忘れずに納付しましょう。※本人・配偶者・世帯主の所得審査があります。

▶申請の対象期間

令和2年7月分から令和3年6月分は、7月1日(水)から受付開始。これ以前の免除申請も受け付けていますが、納期限から2年以内と決められていますので、ご注意ください。

▶継続申請該当者のみなさんへ

これまでに免除・納付猶予の継続申請をされた方で、令和元年6月分まで全額免除・納付猶予の承認を受けている方は、令和2年7月から1年間分の申請書の提出は必要ありません。

なお、継続申請の結果については、むつ年金事務所から送付されますが、却下された場合でも一部免除に該当する場合もありますので、市担当窓口で再度申請することをお勧めします。

保険料免除制度や手続き時に持参するものなどの詳しい内容については、『むつ市民便利帳』64ページ『国民年金』をご覧ください。

問 国保年金課国民年金担当 内線 2442

Information

「お知らせ」「募集」など暮らしに役立つ情報をお届けします。

税 日中納付が困難な方へ 休日夜間納税窓口を開設

月末に休日・夜間納付窓口を開設しています。納税相談もできます。また、経済的な理由等で納期内納付が困難なときには、分割納付する方法もあります。収支などの生活状況がわかるものを持参のうえご相談ください。

▶いつ 7/25(土)～31(金)

(平日) 17:15～19:00

(休日) 8:30～17:15

▶どこで 本庁舎税務課

問 税務課収納担当 内線 2232

7/31(金)は市税等の第2期納期限

6月に第8期目までの納付書をまとめて送付していますので、納期限までに納付してください。

▶第2期納期限の市税等

市県民税・固定資産税・国民健康保険税・介護保険料

問 税務課納税管理担当 内線 2252

国民健康保険証の有効期限は7月末まで

8月からの保険証は、7月中旬から保険証記載の住所へ簡易書留で郵送します。なお、有効期限の短い保険証(短期証)は税務課窓口で交付します。

7月中旬に長期不在等で保険証を受け取ることができない方は、お早めにご相談ください。

問 国保年金課国保担当 内線 2434

広報むつが変わりました

無料アプリ Catalog Pocket をダウンロードすると、携帯電話に広報むつをお届け。むつ市の情報を最適な形で読むことができます。マイコンテンツに登録すると、毎月発行日にプッシュ通知で届く広報むつ。全国どこにいてもご覧いただけますので、ぜひご家族ご親戚に教えてあげてください!

多言語情報発信
10言語に対応するUI/UX
日本語・英語・韓国語・中国語(繁体字・簡体字)・タイ語・ポルトガル語・スペイン語・インドネシア語・ベトナム語で情報発信ができます。

PUSH通知
お気に入り登録しておけば、発行した際、スマホの画面にPUSH通知できるため、情報をもれなく届けることができます。

読み上げモード
文章を音声で読み上げが可能なため、障害者差別解消法の合理的配慮ができるほか、幅広い世代サービス向上を図れます。

ANDROID APP ON Google play

Available on the App Store

広報 MUTSU 7

-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 24,000円 (縦5.2cm×横18.1cm)

下1段の1/2 12,000円 (縦5.2cm×横9.0cm)

問 市民連携課広報グループ ☎ 22-1111 内線 2157



各種相談日程

教育相談(予約制)

時 土・日・祝日を除く毎日 9:00～18:00
場 教育研修センター
問 相談専用電話(16:00まで) ☎ 22-0974
問 学校教育課(16:00以降) ☎ 22-1111 内線 3132
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
ジョブカフェおむつサテライトスポット ☎ 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。

創業相談ルーム(予約制)

時 7/2(木)・16(木) 10:00～17:00
場 むつ来さまい館2階会議室
問 産業雇用政策課 ☎ 22-1111 内線 2652
創業・起業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。

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。

心配ごと・結婚相談

時 毎週月曜日 10:00～15:00
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します。

時 日時 **場** 場所 **問** 問合先・申込先

東北一斉B型肝炎訴訟 無料電話相談会

B型肝炎被害対策東北弁護団が、B型肝炎訴訟について、弁護士による無料電話相談を行います。(通話料はかかりません)
▶いつ 7/11(土) 10:00～18:00
▶相談用の番号
☎ 022-224-7622/ ☎ 022-224-7623
問 B型肝炎被害対策東北弁護団事務局
小野寺友宏法律事務所 ☎ 0120-76-0152

青森県宅地建物取引業協会 不動産無料相談会

▶いつ 7/17(金) 13:00～15:00
▶どこで むつ来さまい館1階会議室
▶どんな
不動産業者、契約、物件、借地借家、報酬に関する相談など
※事前に電話予約が必要です。
問 青森県宅地建物取引業協会
下北むつ支部事務局 ☎ 22-8545

募集 道路の愛称を募集します

市民のみなさまの道路景観に対する関心を高め、道路への愛着を深めるため、わかりやすく親しみやすい道路の愛称を募集しています。
詳細は市ホームページをご覧ください。
問 都市計画課みどりと景観担当
内線 2741

戦傷病没者慰霊祭

大湊水交会では軍艦「常磐」駆逐艦「柳」および大湊地区出身戦傷病没者慰霊祭を行います。
▶いつ 7/19(日) 10:00～10:45
▶どこで 常楽寺(大湊上町)
問 大湊水交会 星 ☎ 28-3377

公園内の吸い殻や犬の糞、ゴミはお持ち帰りください

公園内にたばこの吸い殻が落ちています。公園や駅前広場は敷地内禁煙としてあります。またお酒の缶や犬の糞も放置されています。ごみは各自持ち帰ってください。ご理解ご協力をお願いします。
問 都市計画課公園担当 内線 2743

携帯・スマホで災害に備えた情報を確認できます

河川砂防情報や土砂災害警戒情報など、災害に備えた情報をお知らせしています。詳しくはQRコードを読み取るか、市ホームページ「青森県河川砂防課からのお知らせ」をご確認ください。
河川砂防情報提供システム 土砂災害警戒情報
携帯版 スマホ版
問 都市計画課都市計画担当 内線 2742

スマートフォンの契約は慎重に

高齢者によるスマートフォンの契約数は増加傾向にあり、利用方法やサポート内容が消費者の認識と異なっている相談がみられます。
トラブルを回避するため安易に購入せず、利用方法やサポート内容を確認したうえでよく考えてから契約しましょう。
問 むつ市消費生活センター ☎ 22-1353

募集 放送大学10月生募集

テレビ等の放送やインターネットを利用して授業を行う通信制の大学です。
▶出願締切 9/15(火)
問 放送大学青森学習センター ☎ 0172-38-0500

募集 市営住宅入居者募集

川内楯木団地 2戸
家賃 1万 4,200円～3万 7,400円
第一初見団地 1戸
家賃 1万 5,700円～3万 900円
外山団地 2戸
家賃 9,600円～1万 8,800円
▶申込期間 7/1(水)～14(火)
※土日除く
問 まちづくり推進課住宅政策担当
内線 2757

木造住宅の耐震診断費用の一部を助成します

「震災に強いまちづくり」を実現するため木造住宅耐震診断支援事業を実施しています。
▶助成金 13万 6,000円
※所有者負担 1万 1,000円
▶定員 1名(先着順)
▶申込期間 7/1(水)～11/30(月)
問 まちづくり推進課住宅政策担当
内線 2762

下北半島縦貫道路(野辺地～七戸)計画アンケート調査

国土交通省では下北半島縦貫道路(野辺地～七戸)の計画に向けたアンケートを実施しています。
アンケート用紙は無作為抽出した世帯へ郵送されます。
このほか、市役所などの公共施設等に設置しているアンケート用紙や、青森河川国道事務所ホームページでも回答ができます。
▶回答期限 7/31(金)
問 青森河川国道事務所調査第二課 ☎ 017-734-4570
URL <http://www.thr.mlit.go.jp/aomori/>

ひきこもり当事者の集い ひきこもり家族の集い

社会参加が困難な方を対象に、家庭以外の居場所や同世代を中心とした対人関係を経験する「ふらっとほーむ」とご本人への理解を深める家族会「ほっとすぺーす」を開催しています。(参加無料)
▶ふらっとほーむ
7/9(木) 13:30～15:30 全9回
▶ほっとすぺーす
7/31(金) 13:30～15:30 全9回
▶どこで 海老川コミュニティセンター
▶対象
15歳～40歳程度でひきこもり相談窓口に来られ、参加が適当であると認められる方および家族
問 むつ市社会福祉協議会ひきこもり相談窓口 ☎ 22-2731

ひきこもり支援センター(青森市)

対人関係やご自身の生活、仕事に関する思いや不安を話し合ったり、共にさまざまな体験ができるご本人対象の「ほっと・ステーション」とご家族の不安やストレスを軽減する「青年期ひきこもり家族教室」のグループ支援をしています。(参加無料)
▶ほっと・ステーション 月2回
▶青年期ひきこもり家族教室 月1回
▶どこで 青森県立精神保健福祉センター
▶対象
15歳～40歳程度の方および家族
問 青森県立ひきこもり地域支援センター ☎ 017-787-3951

サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)
サマージャンボミニ1千万円
(1等1千万円)
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
7月14日 2種類同時発売!
各1枚 300円
発売期間 7/14(火)～8/14(金)
公益財団法人○○県市町村振興協会

身体障害者巡回診査・更生相談日程延期

身体障害者手帳の交付を受けたい方や、障害の程度や等級が変わったと思われる方を対象として、例年7月に行われていた巡回診査・更生相談は、新型コロナウイルスの影響から10月に延期します。申込時期は9月を予定しており、改めてご案内します。
問 障がい福祉課 内線 2594

視覚障害者情報機器操作講習会

▶いつ 7/26(日) 11:00～15:00
▶どこで 図書館
▶対象
むつ市・下北郡内在住で視覚障害の身体障害者手帳をお持ちの方
▶定員・参加費 5名程度・無料
▶申込方法 電話で申し込み
どの機器の講習を受けたいかお知らせください。(例:プレクストークの操作法、iphoneアプリの活用法、視覚障害者用ソフト入りのパソコンの使用方法等)
▶申込締切 6/30(火)
問 青森県視覚障害者情報センター ☎ 017-782-7799

視覚障害者歩行講習会

歩行講習会では白杖を利用して、より安全な移動ができるようになることを目指します。
▶いつ 7/26(日) 11:00～15:00
▶どこで 図書館
▶参加費 無料
▶申込締切 7/15(水)
問 青森県視覚障害者福祉会 ☎ 017-783-3447

むつ市月間ごみ総排出量	令和2年4月分	市環境政策課調べ
	4月の値	前年同月 (前年同月比)
総排出量	1,795 t	2,007 t (- 212t)
資源回収量	162 t	164 t (- 2t)
資源回収割合	9.0 %	8.2 % (0.8%)
市民1人1日の排出量	1,064 g	1,170 g (- 106g)

【参考】H30 1人1日あたりの排出量
全国 平均 918g/日 青森県平均 1,002g/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
問 市民連携課広報グループ ☎ 22-1111 内線 2157

むつ市の気象・火災・防犯情報のことなら
防災かまふせメール

<https://anshin.city.mutsu.lg.jp/mailend.php>
問 むつ市総務部防災安全課 ☎ 22-1111 (内線 2134)



春夏秋冬

俳句

我が町の茂りの中の夜景かな
 祠へと細き坂道著莪の花
 冴え返る狛犬の口一文字
 自転車の医師の往診風光る
 春の波岬地蔵も眠たげに
 大鳥居家族つらなる茅の輪かな
 形代にコロナ終息托しけり

駒谷 容子
 萬年 和子
 雪田 一石
 飯田 知克
 高橋 武子
 中村 悦子
 井手上省子

短歌

車なき時代の名残るか森木駅エンジンの列車が走る
 見守られれ信号渡る一年生ばつと手を上げ緊張の顔
 新型コロナウイルス検査クラスターオーバーシエントと横文字禍にうろたう
 歌友の通夜より帰る目の前に大きな大きな満月昇る
 葛西美保子
 布施 汎子
 樋口 綾子
 兎にも亀にもならず石ころ
 妥協癖ついていつしか笑い皺
 海だけが変わらぬ顔で居てくれる
 平穏な日々夏までに戻したい
 高橋 星湖
 出崎 陽子
 漆館 燈火
 渡邊 寂隆

募集 都市計画等の見直しに対する意見を募集します

市では、用途地域、特別用途地区、公園、都市計画道路の見直しや立地適正化計画や居住誘導区域の見直しを検討しています。そこで、市民のみなさまのご意見・ご要望を募集します。意見提出の参考様式は窓口、各分庁舎市民生活課で配付するほか、市ホームページからもダウンロードできます。
▶募集期間 6/29(月)～8/28(金) 17:00
問 都市計画課都市計画担当 内線 2744

募集 景観計画策定に向けたご意見を募集しています

みなさまの周りで道路上から容易に見ることができる樹木や建造物で良好な景観となっているものを募集します。詳しくは市ホームページ「景観」をご覧ください。
問 都市計画課みどりと景観担当 内線 2742



川内銀杏木の大イチョウ

募集 ふるさとあおもり景観賞への応募について

青森県都市計画課では、地域の特色を生かした良好な景観形成に貢献している地域づくりの取り組み・まちなみ等を募集する「ふるさとあおもり景観賞」を行なっています。市では応募の窓口やお手伝いをしております。詳細は市ホームページ「ふるさとあおもり景観賞」をご覧ください。
問 都市計画課みどりと景観担当 内線 2742

募集 令和3年4月採用むつ商工会議所職員募集

▶採用予定人員 若干名
▶対象 高卒(見込みも含む)以上、令和3年3月31日現在で満25歳以下の方
 ※申込方法等、詳細はお問い合わせください。
問 むつ商工会議所総務課 ☎ 22-2281

労働保険の年度更新期間が8/31まで延長

新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年度の労働保険の年度更新期間が延長となりました。詳しくは青森労働局ホームページをご確認ください。
問 青森労働局総務部労働保険徴収室 ☎ 017-734-4145

民間建築物アスベスト分析調査支援事業

アスベスト分析調査に係る補助金を交付します(上限25万円)
▶対象 青森県アスベスト調査台帳に記載されている民間建築物
▶定員 3件(先着順)
▶申込期間 7/1(水)～8/31(月)
問 まちづくり推進課住宅政策担当 内線 2762

創業したら小規模共済

廃業や退職時の生活資金などのために積み立てる「小規模企業共済」は、掛金が全額所得控除できるなどの税制メリットに加え、事業資金の借入れもできます。
問 独立行政法人中小企業基盤整備機構 ☎ 050-5541-7171

募集 令和3年度むつ市職員募集

▶募集職種 上級・初級行政、主任介護支援専門員、保健師、上級・初級土木、上級・初級電気、上級・初級建築、上級・初級建築電気、障がい者枠、社会人枠
▶採用予定人員 合計30名程度
▶試験方法 全職種 Webでの試験 ※令和3年3月31日高校卒業予定者は別日程となります。
▶申込書類配付場所 本庁舎、各庁舎管理課、図書館、中央公民館(市ホームページからダウンロード可能)
▶申込締切 7/17(金)
問 総務課人事担当 内線 2115

新規高卒予定者の求人受理6/1開始

早期の求人申し込みがより良い人材の確保に繋がります。高校生の地元定着のため、早期の求人申し込みをお願いします。
選考スケジュール

6/1(月)	求人受理開始
7/1(水)	各高校・生徒への求人情報の提供開始
↑ ↓	高校生の多くは早い時期に応募先を決めます。
9/5(土)	各高校から生徒の推薦開始
9/16(水)	選考開始

問 ハローワークむつ学卒係 ☎ 22-1331

創業・起業支援制度説明会・起業家座談会

▶いつ 7/2(木) 16:00～18:00
▶どこで まさかりプラザ会議室
▶申込締切 6/30(火)
問 青森県地域産業課 ☎ 017-734-9374

離職者等再就職訓練「経理OA科①」

パソコンの取扱い、Word、Excel、経理業務、財務諸表に関する知識・技能を習得する公共職業訓練です。
▶いつ 8/18(火)～11/17(火)
▶どこで 青森アカウンティングスクール(むつ市金谷)
▶受講料 無料 ※テキスト代自己負担(合計1万3,000円程度)
▶対象 ・公共職業安定所に求職申し込みを行っている方
 ・離職者等で職業に必要な技能および知識を習得しようとする方
▶定員 15名
▶申込期間 6/29(月)～7/22(水)
問 むつ高等技術専門学校 ☎ 24-1234

チェーンソーを使用して伐木等作業を行う方へ

労働安全衛生規則の一部改正および安全衛生特別教育規程の一部が施行されたことにより、チェーンソーによる伐木等の業務に関する特別教育修了者の方は、8月末日までに、伐木等の業務特別教育補講(2時間30分)を受けなければ、9月よりチェーンソーを使用して伐木等作業に就くことができなくなります。
問 林業・木材製造業労働災害防止協会 青森県支部 ☎ 017-739-8761
H <http://aomori-hiba.jp>

キャリアプランニング講座「キャリアの棚卸で自己発見」

▶いつ 7/17(金) 10:00～12:00 全5回
▶どこで 下北文化会館(参加無料)
▶対象 20～40代の女性(託児あり)
▶申込締切 7/10(金)
問 青森県教育庁生涯学習課 ☎ 017-734-9888

保育のお仕事出張相談会

保育分野に関する就職相談、求人情報の閲覧や紹介をする無料相談会です。
▶いつ 7/31(金) 10:00～13:00
▶どこで マエダ本店1階休憩スペース
問 青森県社会福祉協議会 青森県保育士・保育所支援センター ☎ 017-718-2225

職場でのExcel活用セミナー

表計算ソフト(Excel)の便利な機能を活用し、生産性の向上を目指すセミナーを開催します。
▶いつ 7/14(火)「基本活用」
 7/15(水)「関数活用」
 両日9:30～16:30
▶どこで まさかりプラザ3階会議室
▶料金・定員 各コース2,200円・15名
▶対象 ・事業主の指示による在職者(事業主も参加可)
▶申込締切 6/29(月)
問 ポリテクセンター青森 ☎ 017-777-1186
H <https://www3.jeed.or.jp/aomori/poly/>

「働けないから脱出する！」むつ出張相談

長期に職業に就けず悩んでいる方や学校中退者、進路未決定での学校卒業生などを対象に就職に向けた支援をしています。
▶対象 15歳～49歳までの若者 ※予約制、相談・講座無料
むつ出張相談 ジョブカフェあおもりサテライトスポットむつ(むつ市役所内)
▶出張日 第1・3木曜日
▶申込方法 前日までに予約
問 あおもり若者サポートステーション ☎ 017-775-5301

- Mutsu Love Project -

便利です！
むつ市ごみ収集アプリ

ごみ収集日を通知でお知らせします。

民生部環境政策課 ☎0175-22-1111 (内線 2463)

むつ市の気象・火災・防犯情報のことなら
防災かまふせメール

<https://anshin.city.mutsu.lg.jp/mailend.php>
問 むつ市総務部防災安全課 ☎22-1111 (内線 2134)

健康・子育て
応援コーナー

新しい「むつ市保健協力員」をご紹介します

むつ市保健協力員 219 名が各町内会から推薦を受け、委嘱されました。市民の健康づくりを推進するため、さまざまな取り組みをしていきます。各地区や町内の保健協力員についてはお問い合わせいただくかホームページでご確認ください。

- ▶委嘱期間 2年間
(令和2年4月～)
- ▶活動内容
- ・町内会と連携した健康教室等の開催
 - ・健康に関する知識の普及
 - ・健診の受診勧奨や各種健診のサポート
 - ・健康づくりに関する研修への参加
- ☎ 健康づくり推進課 内線 2572



二次募集中!

キョート
弘前大学とむつ市の共同研究Cute教室

働き盛り世代の健康づくりを応援するために、無理なく続けられる行動変容プログラムを活用した弘前大学とむつ市の共同研究「Cute教室」の参加者を募集しています。

- 詳しくはお問い合わせください。
- ▶応募資格
30～64歳でBMI25以上の方または過去1年以内にメタボリックシンドロームと言われたことがある方
- ▶申込締切 8/21(金)
- ☎ 健康づくり推進課 内線 2574



必要な人に必要な支援を

児童扶養手当

父母の離婚や父(母)の死亡等により父(母)と生計をともにできない(または父(母)に重い障害がある)児童の母(父)(または母(父)に代わって児童を扶養している人)に支給されます。

☎ 子ども家庭課 内線 2516

特別児童扶養手当

精神または身体に中度以上の障害を有する20歳未満の児童を監護している父(母)、もしくは父母に代わって児童を扶養している人で、県が認定した人に手当が支給されます。

☎ 子育て支援課 内線 3714

公務員の児童手当受給者への給付金

児童手当受給者に支給される子育て世帯への国の臨時特別給付金(対象児童1人につき1万円)に同額(対象児童1人につき1万円)を上乗せする、むつ市独自のむつ市子どもみらい応援給付金は公務員の方を除き給付を完了しています。現在、公務員分の申請を受付中です。詳しくはむつ市ホームページをご確認ください。

- ▶申請期限 11/30(月)
- ▶提出先 子ども家庭課
※郵送提出をお願いします。
- ☎ 子ども家庭課 内線 2515

ムチュ☆らんど 7月のイベント



9:30～16:30
休館：土日祝
使用料：無料

新型コロナウイルス感染症対策のため、7月のイベントはありません。また、現在平日のみの開館としています。ご迷惑をお掛けしますがご理解の程よろしくをお願いします。

☎ ムチュ☆らんど ☎ 23-6305

7月の献血受付日程

日	献血ポイント	受付時間
11日(土)	マエダストア 苫生店	10:45～12:00 13:30～16:30
12日(日)	ユニバースむつ柳町店	9:30～12:00 13:30～16:00

※日程は変更となる場合があります。最新の献血日程は、むつ市ホームページをご覧ください。

☎ 予防・医療課献血担当 内線 2584

7月の夜間在宅当番医

日	診療時間	電話番号
5日(日)	どんぐりこどもクリニック	☎ 24-5656
12日(日)	田村胃腸科内科医院	☎ 22-3101
19日(日)	千田医院	☎ 22-2639
23日(木)	中央レディスクリニック	☎ 24-3151
24日(金)	角田整形外科医院	☎ 22-7945
26日(日)	菊池医院	☎ 24-1276

※年齢や症状等により対応できない医療機関がありますので、受診の際は事前に当番医にご連絡ください。

☎ 病院案内(下北消防本部) ☎ 23-3999

7月の夜間お薬電話相談

日	受付時間	電話番号
5日(日)	18:00～22:00	☎ 22-4920
12日(日)	18:00～22:00	☎ 28-5270
19日(日)	18:00～22:00	☎ 090-3369-5051
23日(木)	18:00～22:00	☎ 080-5849-9536
24日(金)	18:00～22:00	☎ 31-1115
26日(日)	18:00～22:00	☎ 34-9490

☎ 休日お薬電話相談事務局
(沖舘薬局新町店内) ☎ 33-9570

むつ市老人クラブ
「生きがいサークル」7月

▶老人憩の家「禄寿荘」(新町) ☎ 23-5800

教室名	日	時間
お花教室	2日(木)	16日(木)
手芸教室	7日(火)	21日(火)
踊り教室	8日(水)	22日(水)
お茶教室	9日(木)	30日(木)
習字教室	10日(金)	
コーラス教室	13日(月)	27日(月)
ダンス教室	8日(水)	22日(水)
カラオケ教室	13日(月)	27日(月)
囲碁・将棋教室	7日(火)	21日(火)
着付教室	1日(水)	15日(水)

ダンス(13時～15時)、カラオケ、囲碁・将棋(13時～16時)、その他(10時～12時)

▶老人憩の家「福寿荘」(川守町) ☎ 29-1800

教室名	日	時間
日舞教室	6日(月)	20日(月)
着付教室	14日(火)	28日(火)
カラオケ教室	9日(木)	

カラオケ(13時～16時)、その他(10時～12時)

☎ むつ市社会福祉協議会 ☎ 33-3023

図書館
夏休みスタンプラリー

資料の貸出を受けた際、スタンプラリー台紙にスタンプを押印します(1日1個まで)3個たまると景品を差し上げます。

- ▶いつ 7/18(土)～8/28(金)
- ▶どこで 図書館、各分館
- ☎ 図書館 ☎ 28-3500

募集 援農ボランティア募集

農家さんのお手伝いをしてみませんか?一次産業応援プロジェクト。出荷作業や下処理作業、収穫作業等。時間に少し余裕のある方、お勤めの方の休日等。農家で働きたい方のお試しにもどうぞ。別途、健康づくりや栽培学習のための農作業体験会も実施しています。

- ▶いつ 日程は応相談
- ▶どこで 市内、下北地域の圃場(畑)
- ▶料金 無料
- ☎ むつ下北援農ボランティア 久保 ☎ 090-4816-6251
- ☎ <https://62en-no.jimdofree.com/>

令和元年度
路線バスへの補助実績

むつ市には身近な公共交通機関であるバスやデマンドタクシーが走っていますが、十分に利用されていないのが実情です。

赤字路線には国・県・市が経費の一部を補助していますが、利用者減少に歯止めが掛からなければ、路線が廃止される可能性もあります。

みなさまのご協力をお願いします。

路線名	補助金	
	合計	うちむつ市分
むつ・佐井線(むつBT～佐井埠)	18,657	2,345
むつ線(むつBT～大畑駅)	3,990	1,190
泊線(むつBT～泊車庫)	15,125	423
野辺地線(むつBT～野辺地駅)	24,201	2,777
尻屋線(むつBT～尻屋)	8,290	1,299
下北線(田名部～脇野沢)	14,071	2,345
湯野川線(川内～湯野川)	2,954	2,954
源藤城線(脇野沢～源藤城)	3,244	3,244
九瀬泊線(脇野沢～九瀬泊)	3,244	3,244
合計	90,532	16,577

☎ 交通政策課 内線 2362

宝くじの助成金で
まちを元気に

自治総合センターは宝くじの受託事業収入によりコミュニティ助成事業を実施しています。



このたび、苫生町町内会が液晶テレビ、テレビ台、レコーダー、印刷機を購入し、活発なコミュニティ活動の促進につなげています。

☎ 市民連携課広聴連携担当 内線 2155

みちのく・ふるさと
貢献基金助成事業募集

新興企業、事業拡大を目指し新規事業参入や開発・研究を行う県内の個人、NPO法人および企業等に対し、必要な助成をしています。

- ▶募集期間 7/1(水)～9/30(水)
※申請書はホームページへ掲載
- ▶助成金 300万円(上限) 1/2以内
- ☎ みちのく・ふるさと貢献基金 ☎ 017-774-1179
- ☎ <http://www.michinoku-furusato.or.jp>

人件費・職員給与の状況

むつ市の人件費および職員給与費の状況をお知らせします。

人件費の状況(普通会計決算)		30年度
人	口	56,790人
歳	出額	34,386,858千円
実	質収支	421,924千円
人	件費	3,790,380千円
人	件費率	11.02%

職員給与費の状況(普通会計決算)		30年度
職員数 A		436人
給 与 費	給料	1,489,246千円
	職員手当	246,211千円
	期末・勤勉手当	557,933千円
	計 B	2,293,390千円
1人あたり給与費 B/A		5,260千円

1人あたり給与費 類似団体平均(参考)	6,170千円
☎ 総務課人事担当	内線 2117

情報公開制度および個人情報保護制度の運用状況

令和元年度の情報公開制度の運用状況(行政文書の開示の状況)

	件数	処理の状況					審査請求
		開示	部分開示	不開示	不存在	取下げ	
開示請求	41	26	8	3	1	3	0
開示の申し出	0	-	-	-	-	-	-

(保有個人情報の開示等の状況)

開示請求	処理の状況								
	開示	一部開示	不開示	不存在	取下げ	訂正請求	利用停止	苦情相談	審査請求
1	0	1	0	0	0	0	0	0	0

☎ 総務課行政担当 内線 2113

募集 第15回「みどり香るまちづくり」企画コンテスト

かおりの樹木・草花等を用いた、街区・近郊地区等の「みどり香るまちづくり」を演出する企画を応募します。環境大臣賞には50～100万円相当の苗木等を副賞として提供します。詳しくは環境省ホームページをご覧ください。

- ▶募集締切 9/18(金)
- ☎ <http://www.env.go.jp/press/108013.html>

むつ市が誇る「自衛隊グルメ」。大湊海自カレー、大湊海軍コロッケ、大湊Sora空っ!の魅力やお得情報を紹介します。

We ♥ じえいたいグルメ

— 麺屋 鈴 —



空からメン
980円(税込み)

「辛そうに見えるかもしれないけれど、実はトマトベースのスープにチーズを入れたイタリアン系のラーメンなんです。トッピングのもやしや山で釜煎山をイメージしました。後からタバスコをかけてと味が変わって面白いですよ」

井から溢れるほどに盛られたスープとオススメの一品を溢れんばかりの笑顔で紹介してくれたのは大湊Sora空っ!の広報むつで大湊Sora空っ!

の新しいお店を募集していたことがきっかけで自衛隊グルメも手掛けるようになったという麺屋鈴では、多くのお酒と一風変わったさまざまな味のラーメンが楽しめる。

「以前、飲食店街で始めたこともあってお酒のラインナップも豊富なんです。ラーメン店だけでなくユニークさで地域に馴染んでいけばいいなと思っていろんなメニューを取り入れています。

麺類も豊富なのでその中から自分に合った一杯を見つけて美味しさを味わってもらえたらと思っています」

あなたもこれだ!と思う一杯を探してみたいですか?

麺屋 鈴

むつ市中央 2-9-12
☎ 0175-39-9714
〈営〉11:00～15:00
17:00～21:00(木～火)
〈定休日〉無休



あなたにぴったり一杯で待ってる!

今年はジオパークに認定されてから4年目!下北ジオパークの再認定に向けて改めてジオパークの魅力を感じてみませんか。

ほっとジオなひとときを

— 下北ジオパークガイドの会 会長 原英輔さん —



下北ジオパークの観光ガイドならおまかせ!

「恐山や仏ヶ浦のような景勝地だけでなくジオサイトに行きたいという観光客が増えているんです。そういうニーズに対応したいと思って有料ガイドを始めることにしました」

そう教えてくれたのは下北ジオパークガイドの会会長原英輔さん。ジオガイド養成講座修了試験の合格者で構成するガイドの会を設立。しかもTABIあしすと連携し、観光客のニーズを調べながらツアーを開発しま

した。

「当初は5月からの販売を予定していましたが、コロナウイルスが収束したら、下北の魅力や地域内の方へ伝え、ガイドの会から下北ジオパークを盛り上げていきたいです」

地元の主婦や農家がガイドするから面白い

「例えば尻屋では、荒波によって根から外れて流れ着いたコンブだけを拾う持続可能な漁が営まれています。そんなトピック的なことを地元から発信しながらジオパークに興味を持ってもらいたい。

地元の人がガイドをしてそれを聞いた方がまた下北に来たいと思ってもらいたいですね」



(写真左) 研修会の様子。「下北の魅力をどのように伝えるか?」「お客さんに楽しんでもらうには?」などの課題に対してフィールドワークを行なっています。



(写真右) 観光客のニーズを基に「恐山・水源池公園」「尻屋崎・北部海岸」「薬研・ちぎり浜」の3ルートをツアーとして開発。写真は薬研での研修の様子。

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

— 焼き油揚げと もやしの 辛子しょうゆ和え —

材料(お弁当4人分)

油揚げ	8g
もやし	80g
練りからし	2g
しょうゆ	小さじ1強
昆布のだし汁	大さじ1

1人分栄養価 14kcal 塩分0.3g

-作り方-

①油揚げは熱湯をかけ油抜きし、トースター等で焼いて細切りに。

②もやしは水から茹で、沸騰したら火を消して水をきる。

③合わせ調味料ともやし、焼き油揚げを和える。

④カリッと好食感の油揚げと、シャキシャキもやしがおいしい一品です!

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、販売していただいているお店があります。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

知っておきたい!

防災 減災 知恵袋

Vol.13 災害伝言ダイヤルを活用しよう



災害用伝言ダイヤル【171】の使い方

■ 伝言を録音する

- ①「171」にダイヤル(ガイダンスが流れます)
- ②「1」を押してから「固定電話」の番号を入力
- ③「1」を押してから録音する(30秒以内)
- ④「9」を押して終了する

※伝言の注意点と保存期間

「携帯電話の番号」を入力しても録音・再生されませんが、固定電話の番号を入力することで、携帯電話からの確認はできます。保存期間は録音してから48時間です。保存期間が過ぎると自動的に伝言は消去されます。

図書館のススメ

新刊ピックアップ



濱地健三郎の囃たる事件簿 有田川 有栖/著 (KADOKAWA) | イラスト図解寿司ネタ1年生 藤原 昌高/著、もなか/絵 (宝島社) | 不思議なお菓子レシピ サイエンススイーツ 太田さちか/著 (マイルスタッフ)

新宿にある「濱地探偵事務所」には、今日も不思議な現状に悩む依頼人や警視庁の刑事が訪れる。年齢不詳の探偵・濱地健三郎は、助手の志摩ユリエと共に幽霊を視る能力と、類まれなる推理力で事件を解き明かしてゆく。

回らない寿司屋さんに入りたくても入れなかった方、寿司ネタの知識やカウンターを楽しむ方、個性豊かな「すしキャラ」たちが江戸前寿司の世界を分かりやすく解説。イラストはむつ市在住のイラストレーター・もなかさん。

宝石のお菓子、溶けないアイス、層ドリンクなど、不思議なスイーツを中心にサイエンススイーツのレシピを65種類掲載。実験ポイントの解説が入っているので、化学の不思議を感じながら、親子で楽しくお菓子を作れる欲張りな一冊。

7月の休館日 7/16(木)

開館時間 火曜～金曜 9:00～19:00 土・日・月・祝日 9:00～17:00
問 市立図書館 ☎ 28-3500 H <https://www.city.mutsu.lg.jp>

災害時は被災地あての通話が集中するため電話が繋がりにくくなります。このような状況でも家族間の安否確認や避難場所の連絡等をスムーズに行うため、「災害用伝言ダイヤル【171】」が提供されているほか、携帯電話会社各社では、さまざまな災害用伝言ダイヤルを提供しています。日頃から家族で確認するなど災害が発生したら落ち着いて避難・安否確認ができるよう準備をしておきましょう。

問 防災安全課 内線 2134

■ 伝言を再生する

- ①「171」にダイヤル(ガイダンスが流れます)
- ②「2」を押してから「固定電話」の番号を入力
- ③「1」を押して録音されている内容を再生する





6/13 Sat ロボホンと一緒においでよ

ロボホンフォトスポットオープニングセレモニー

シャープ株式会社が販売するロボット型のスマートフォン「ロボホン」のフォトスポットが下北駅前に作られ、完成記念セレモニーが開かれました。

セレモニー終了後むつ市と同じくロボ旅を推進している新潟県津南町から来てくれた「つなホン」「なじょホン」を「むつホン(左から2番目)」が市内を案内する一幕も。

ロボットによるリモート観光がロボホンオーナーによるリアル観光へと成長することを期待しています。



6/12 Fri 常温保存可能な新商品が登場

北彩漁業生産組合海峽サーモン新商品報告会

海峽サーモンを生育し販売する北彩漁業生産組合の濱田勇一郎組合長と海峽サーモンの加工品を手掛ける株式会社北彩屋の能戸みか子代表取締役が、今年度の海峽サーモンの生育具合と新たに常温保存可能な2つの新商品(だし入り茶漬け・まぜごはんの素)が完成したことを宮下市長に報告しました。

ふるさと納税での返礼品として多くのお客さまから選ばれる海峽サーモンとその加工品の数々。土産品としても嬉しい常温商品は新しい選択肢の一つになりそうですね。



6/1 Mon むつ市総合アリーナイよいよ完成へ

命名は「むつマエダアリーナ」に

待望のオープンが間近に迫ったむつ市総合アリーナのネーミングライツパートナーが前田商事(株)に決定し、6月定例記者会見にてその愛称が「むつマエダアリーナ」であることを発表しました。むつマエダアリーナは6月中に建物の建設を終え、9月の供用開始に向け駐車場や備品の整備が進められます。スポーツを通じて利用者や地域に愛される施設を目指すむつマエダアリーナの今後に期待です。



5/20 Wed 黒にんにくを新たな「むつ市のうまい！」に

まさかりデビルお披露目会

農業生産法人下北カンブリア農場が開発した「まさかりデビル」と名付けられた黒にんにくのお披露目会が行われました。一年かけてデビューに至った「まさかりデビル」は下北産のにんにくを高温多湿で約1か月熟成・発酵させて作られ、この新たに加わったむつ市の特産品は市内スーパーで購入することが可能です。

疲労回復の効果や免疫力を高めることで知られる黒ニンニクがコロナ時代の必須アイテムになるかもしれませんね。

戊辰戦争に敗れた会津藩がこの地で斗南藩として再興を許されて今年で150年。そんな節目の年の6月2日、日の出時刻の朝4時、横浜町の幸田露伴文学碑前を出発してむつ市の妙見神社までの40kmを歩くという企画が行われました。「斗南藩ができて150年、そして6月2日という「むつの日」に何かできないかと有志で考えた結果、当時の人たちが歩いたであろう道のりを自分たちも日の出から歩いてみようという企画になったんです。歩くなら当時の人たちが着ていたような着物を着てやってみようとか、流れの中でポンポンと決めていきましたね」



この人 むつちゅ星

「昔は花火って無病息災を願って打ち上げたという時期があるんです。次の日早朝から40km歩いて決まっていたんですけど、花火をみなさんに見てもらいたくて。頑張りましたね」と恐らく参加者の中で一番大変だったであろう思い出を笑顔で語っていました。

地域活性化イベントの企画者の一人として、また花火師の一人として、むつ市青年会議所の一人として様々な活動をする佐藤さんの活発な原動力を伺いました。

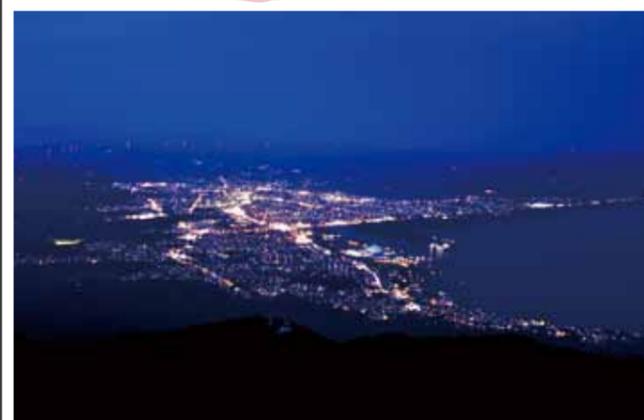
「私を育ててくれたこの地域に貢献したいという気持ち。仕事に繋がるということもあるけど、下北への愛郷心ですね。いろんな活動を通じて誰かの心を動かすことができたらいいなと思ってます」

むつ市とともに輝く「この人」をご紹介します。

斗南藩150周年記念「先人たちの足跡を歩いてみよ」企画者の一人 佐藤恭太さん

藤恭太さん。むつ市青年会議所の有志が中心となり斗南藩150周年とむつの日をかけて事業が構想されたと話します。

そんな佐藤さんは実は前日の6月1日、新型コロナウイルスの早期終息を願うむつ市も含め全国各地で花火が打ち上げられた「Cheer up! 花火プロジェクト」にも従事した花火師でもあります。



6/10 Wed 夜空に輝く光のアゲハ

釜臥山展望台オープン

新型コロナウイルス感染症拡大防止の一環で今年度の開館を延期させていた釜臥山展望台が6月10日にオープンしました。初日となったこの日は、オープニングセレモニーとして来館者へ大湊 Sora 空っ! と夏秋いちごサイダーをプレゼント。開館日は、むつ市が誇るアゲハ蝶のように綺麗に輝く夜景が広がり、多くの来館者がその夜景に魅了されました。シーズン終了となる11月3日まで光輝くアゲハの夜景が楽しめます。



6/2 Tue むつ市産食材を隊員の給食へ

海上自衛隊大湊地方総監部とのリモート会食

今年4月の「むつ市のうまいは日本一！」推進協定締結に基づく初めての取り組みとして、6月2日の「むつうまの日」に海上自衛隊大湊基地内で、むつ市特産品を使用した給食が提供されました。

これを記念して、宮下市長と二川大湊地方総監がリモートでの会食を開催。むつ下北産のホタテやミズダコを使用した給食に舌鼓。今後のさらなる地産地消の取り組み等への相互の協力を確認しました。

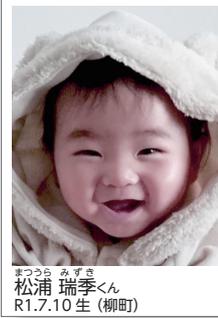
♪ むちゅっこ ♪
Happy Birthday
7月生まれ



かわの ちなりちゃん
R1.7.1生(並川町)



しばもと りつ
柴本 龍月くん
R1.7.10生(金谷)



まつら みずき
松浦 瑞季くん
R1.7.10生(柳町)



かねた たいしん
金田 大誠くん
R1.7.19生(大畑町八幡湯坂)



かぐもと こなつ
角本 瑚夏ちゃん
R1.7.20生(緑ヶ丘)



にかいどう うい
二階堂 羽惟くん
R1.7.27生(桜木町)



つがわ しゅうた
津川 舟多くん
R1.7.30生(川内町休所)



おおばやし ゆうた
大林 夕悟くん
H30.7.7生(中央)



あずま おうご
東 旺河くん
H30.7.18生(赤川町)



かねこ ひろと
金坂 紘弥くん
H30.7.24生(緑町)



すずき ふうや
鈴木 翼ちゃん
H30.7.25生(苫生町)



たちばな いおり
蛸島 伊織くん
H30.7.25生(金谷)



きよがや ひめか
京谷 妃星ちゃん・夏星ちゃん
H29.7.7生・H27.7.8生(仲町)



しおだ しおり
沼田 夕莉ちゃん・凧紗ちゃん
H29.7.12生・H29.7.12生(柳町)



そうま りんか
相馬 凜夏ちゃん
H29.7.19生(新町)



みの べ のぶと
美濃部 信斗くん
H28.7.6(川内町福木)



たちばな そら
立花 大空くん
H28.7.8生(大平町)



そうま ひより
相馬 妃依ちゃん
H28.7.20生(田名部斗南岡)



おかべ あい
岡部 未愛ちゃん
H27.7.16生(田名部土手内)



しばた れん
渋田 蓮くん
H27.7.19生(新町)



まつら おうせ
杉浦 煌星くん
H27.7.23生(柳町)



ほんだ りくと
本田 陸翔くん
H26.7.28生(新町)

8月生まれのお子さんの写真募集!
6/25~7/3

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〉8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6/25から7/3(必着)までに、郵送または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」とご記入ください。メール受信後、返信します。返信がない場合、不具合等で受信していない可能性があるため広報グループまで電話でお問い合わせください。
※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「今
月のむちゅっこ」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