



MUITSU

2
2021

無病息災を願う

特集

むつ市消防団の出初式。無病息災を願う特別な一年に。

「学び」が創る 下北の未来

豪雪対策本部を設置して対応しています

市は、今冬の大雪を踏まえ「むつ市豪雪対策本部」を設置し、除排雪や大雪による災害などに迅速に対応する体制を整えています。



- 各機関と連携しながら道路幅の拡幅、除雪等に努めます
- 排雪場所の確保を進めます
- パトロール体制を強化しました
- 相談専門窓口を開設しました
- 緊急時の対応について消防署、警察署と連携を図ります
- ※
プッシュ型の広報で市民のみなさまに安心をお届けします

※むつ市公式 LINE や防災がまふせメールなど、プッシュ通知でお手元へ届く広報媒体

除雪や排雪は、みなさまの「ご協力」で円滑に行われます。

降雪の際、市民のみなさまの生活に影響がでないよう、順次除排雪作業を進めますが、県内一の面積をもつ当市は広範囲なエリアに対応する必要があることから、作業を円滑に行うためにはみなさまのご理解とご協力が大変重要になります。ご不便をおかけすることがありますが、何とぞご理解、ご協力いただきますようよろしくお願いします。

みなさまにお願いしたい7つのこと

- 1 路上駐車をしないでください
- 2 融雪溝や流雪溝のフタを開け、そのままにしないでください
- 3 道路に落ちた屋根の雪は、家屋の所有者が片付けてください
- 4 雪を道路に出さないでください
- 5 除雪車には近づかないでください
- 6 除雪車がぶつからないよう、樹木の枝払いをお願いします
- 7 玄関や車庫前などの路肩に寄せられる雪にご理解をいただき、雪の処理へのご協力ををお願いします。



【寄せ雪処理へのご協力のお願いについて】

主に深夜から早朝にかけて行われる除雪作業は、通勤や通学等の混雑する時間帯の前に終わらせるため、短時間に一斉に行う必要があります。このため、玄関や車庫の前などの路肩に寄せられた雪（いわゆる寄せ雪）を処理することは、限られた時間と使用する機械の能力から大変困難なものがあります。玄関や車庫前などの路肩に寄せられた雪の処理は、市民のみなさまのご協力ををお願いします。

除排雪については、土木維持課
☎ 0175-22-1111 内線 2712～2716

豪雪対策本部については、防災安全課
☎ 0175-22-1111 内線 2130～2137

むつ市民のみなさまへ



感染対策を実施していつもの日常を

日頃からむつ市の感染対策にご協力いただき、ありがとうございます。

むつ市内でも1月に初めての新型コロナウイルス感染症の発生がありました。

突然の発表だったので驚いた方もいらっしゃると思いますが、まず、私が申し上げたいのは、一つ一つの発生に一喜一憂することなく、落ち着いて感染対策を実施しながらいつもの日常を送っていただきたいということです。

まずは自分たちの対策を信じましょう

これまで日本国中で感染が広がって、青森県内でも各地で連続して発生していても、むつ市だけはゼロを続けていました。これは市民のみなさま一人ひとりの感染対策を前提として市全体で一丸となって取り組んできた成果だと思っています。これからもしつこく襲ってくる感染症に、それ以上にしつこく対策を徹底していくことが必要です。これまでのゼロを継続してきたみなさま自身とむつ市の対策を信じてこれからも徹底していきましょう。



「GOOD NEIGHBOR」
「いい近所」

むつ市新型コロナウイルス感染症対策本部 本部長 宮下 宗一郎

緊急事態宣言が出ています

感染拡大地域への緊急事態宣言の発出を受け、市民のみなさまへ以下の行動をお願いします。



新しい生活様式に基づく行動、手指消毒やマスク着用、発熱等の症状がある場合は外出を避けるなど、基本的な感染予防対策の徹底・継続。



会食の際は、「感染リスクが高まる『5つの場面』」を参考に、感染リスクを下げる工夫。



緊急事態宣言が発出された地域との不要不急の往来の自粛。

むつみあうところ

ウイルスが人類社会にもたらしたのは分断です。むつ市では蔓延している状況にはないものの、やはり分断されています。人として試されているのは、距離の分断を「こころ」の結束で埋められるかということです。誰もがかかる感染症。明日は我が身です。感染者を特定して責めたりすることは、いつか自分自身に返ってくることになりかねません。全ての人たちが良き隣人（Good Neighbor）であるむつ市を目指していきますので、どうぞみなさまのご理解とご協力をお願い申し上げます。

むつ市感染症予防接種準備プロジェクトチーム始動

今年2～3月を目途に新型コロナウイルス感染症に係るワクチン接種の開始が検討されています。希望する全市民対象のワクチン接種は、大量かつ広範囲の方々にもきめ細かく長期間の対応を要する、史上かつてない規模の予防接種になります。

混乱をきたさず、迅速かつ適切な対応を図るため、ワクチン接種の事前準備から接種後のケアまで一体的に取り組む「むつ市感染症予防接種準備プロジェクトチーム」を立ち上げました。

今後、広報紙等を通じてみなさまにワクチン接種の情報を届け、安心につなげてまいります。



充実の授業でしっかり勉強しています！

学生達はどんな毎日を送っている!?
ある日の保育専攻のみなさんの授業内容をご紹介します。

1 時間目	英語Ⅱ・中国語Ⅱ
2 時間目	児童館・放課後児童クラブの機能と運営 LIVE 授業
お昼休み	みんなで食べるお弁当は最高！
3 時間目	子どもと音楽表現Ⅱ LIVE 授業
4 時間目	乳児保育Ⅰ
5 時間目	情報リテラシーⅡ LIVE 授業
帰宅	明日も頑張ろう！

こんな感じで勉強しています！



保育専攻
きよか
柳谷圭香さん



①ライブ授業の様子。システムは双方向になっているため、本学で学んでいるのと状況は変わらない。②取材したのは年末。クリスマスの集いに参加した学生のみなさん一枚。③クリスマスの飾り付けも学生達のオリジナルだ。

「ザ・学校」という建物でもなければ、当然制服もありません。大学なんだから当然だろうと思う方もいるかもしれませんが。しかし、授業に参加させていただき、学生生活を満喫している学生たちをこの当りにすると「それが今までのこのむつ下北には無かったじゃないか」と、思わず嬉しくなってしまう。

「高校生に比べ、自由度が増しました。自分の考え方が変わってきている気がします。大学はとても楽しくて、いま充実しています。とにかく授業が全部面白くて、1時間半があつという間なんです。そして実家から通える。そこが最高ですよ。」

下北キャンパスの一日のカリキュラムは90分の授業が5コマ。講師との対面授業のほか、青森市の本キャンパスとのライブ授業も充実しているため、地理的な不利はまったく感じられません。

「雪の時期以外は週に2回、青森の本キャンパスにも通うんです。だから、画面に映る先生も学生も普段お会いして

青森明の星短期大学下北キャンパス

現在 17 名が学ぶ下北キャンパス。対面授業はもとより、本学との LIVE 授業は双方向のやりとりが可能かつスムーズであり、学びの質は本学キャンパスと変わらない。



地域先輩に学ぶ！

下北キャンパスでは、実際に市内に勤務する先輩たちが非常勤講師として授業を持ち、現場の生の声を学生達に伝えている。

私は、保育実習指導や幼保小連携の実践など、長年携わってきた幼児教育の現場で経験してきたことを学生さんが引き出しを増やす一助になればと思ってお伝えしています。下北キャンパス



青森明の星短期大学下北キャンパス非常勤講師
認定こども園 星美幼稚園 主任教諭
下川原 留美さん

のみなさんには、地元で学べたことに感謝し、保育者になった際には、幼児教育の資質向上と可能性ある下北の子どもたちのために更に研鑽を積まれることを願っています。

「中学生のころ、学校になじめなくて不登校気味に。教育相談室というところへ出逢った先生が『無理に学校に行かなくても大丈夫だよ』と寄り添ってくれたことがきっかけです。」

「中学生的なところ、学校になじめなくて不登校気味に。教育相談室というところへ出逢った先生が『無理に学校に行かなくても大丈夫だよ』と寄り添ってくれたことがきっかけです。」

で、1人ひとりを理解して支えることができる職業に就きたいと思うようになりました。子ども達を支え、もし同じ境遇になった子がいたら気持ちを持ってあげられる保育士さんになりたいと思っています。卒業したら、ぜひむつ市で働きたいです！」

取材をして思ったこと、それは「若い力には大きな可能性が秘められている」ということでした。ここで学ぶ若者がいる、ということにはむつ下北の未来にとってまちがいなく大きな希望になるだろうと実感した一日になりました。

下北町にできた青森明の星短期大学下北キャンパス。あの中でのような授業が行われているのだろう。そう思っている方も多いのではないのでしょうか。

昨年4月、下北初の高等教育機関として開学した同校は、むつ市にいなながら青森市の本キャンパスの授業も受けられるオンラインシステムをいち早く導入し、対面学習と遜色なく学ぶことができ、資格取得なども可能になっています。

今回広報むつは、青森明の星短大下北キャンパスの保育専攻コースに密着し、学生たちの一日取材してきました。

当日、明るく取材に応じてくださったのは、保育専攻の柳谷圭香さん。まずは、積極的に授業に向き合い、すべてを吸収しようとする姿勢が印象的な彼女が、下北キャンパスを選んだ理由をうかがいます。

「私は市内におぼあちゃんと2人で暮らしています。おぼあちゃんはずっと体調が悪いのですが、保育士になりたいと思っていました。おぼあちゃんを1人で置いていく

の心配だったので、高校を卒業したら青森市の学校に毎日むつから通おうと本気で思っていたんです。高校の先生には『毎日青森に通うのは無理だよ』といつも言われていたんですが、そんなとき、むつに保育士さんの勉強ができる大学が来ると知りまして。まさに、これしかない！と思いました」

中学生のころから保育士になるのが夢だった柳谷さんの、「学びたい」けれど「むつ市に残りたい」その二つの思いを下北キャンパスが救ってくれました。

下北キャンパスには、始まりと終わりのチャイムがありません。小中高校のような



柳谷さんが特に好きな教科は「教育・学習心理学」。率先して授業に臨む姿が印象的だった。



①



②



④



③

③大学生のポテンシャルを知るきっかけになったCOC+事業。インターンでむつを訪れた学生の中には、実際むつに就職を決めた方もいる。④これからの地域を担う世代に託された使命や在り方を図で解説してくれた内田さん。

①地域人材育成事業「しもきた学講座」。この日は斗南會津会の三浦順一郎氏を講師に、斗南藩の基礎を学んだ。②自分のideaで夢を掴むための講座では、未来をつくるSDGsマガジン「ソトコト」編集長指出一正氏を招いての講演会。「起業」をテーマに、関係人口や夢をつかむためのヒントをたくさん学んだ。

の経済を維持していかないといけません。そうすると、自社だけの話じゃなくなるんですよ。みんなで集まって下北にいろんな学びという種を植えていこうよ、そういう考え方なんです(内田)「せつかく良い畑なんだから、耕せば実がなるはずでしょうという事です(熊谷)」

発足。現在、起業家を育成していく「しもきたホップ・ステップ・ジャンプ型起業家育成事業」や、企業側が人材採用力を学ぶ「しもきた採用塾」、学生と企業の交流を生み出す「しもきたラボ」など、精力的に「学生」学びを中心とした取り組みを市民を巻き込んで展開しています。

ンバレーみたいに、下北にも可能性はあると思っています。夢はでっかく、本州最北端じゃなくて、世界で最先端のTHE SHIMOKITAにしようじゃないかって、盛り上がりってますけどね(笑)(内田)「高等教育機関が開設したことをきっかけに生まれた小さな火。「学び」を中心に、大人も学生も手を取り合い、下北の未来を明るく灯す大きな炎へと育てていこうという熱い思いは、今始まったばかりです。

むつ下北未来創造協議会の取組みをWEBで紹介しています

むつ下北を学ぶ、むつ下北で学ぶ。さまざまな取組みを実施しています。みなさんのご参加をお待ちしています!



むつ下北未来創造協議会 検索



運営委員
株式会社熊谷建設工業
代表取締役社長

熊谷 圭之輔 さん

コーディネーター
一般社団法人 tsumugu
代表

小寺 将太 さん

運営委員
社会福祉法人
みちのく福祉会理事長

内田 大輔 さん

むつ下北未来創造協議会

「大学生のポテンシャル」と「学び」をキーワードに、むつ下北の未来を自分たちの手で創っていくという思いに賛同し結集したメンバー。下北キャンパスの開校をきっかけによいよその活動が動き出した。

本州「最北端」の下北を「最先端」のTHE SHIMOKITAへ

むつ下北を本気で世界の発信地にしようとする「熱い男」たちの思いを聞いてきました。

明の星短大下北キャンパス開設をきっかけに「学び」が持つパワーが下北の未来を輝かせると確信している男たちがいます。下北へ若者を流入させ、未来を創っていくとする「むつ下北未来創造協議会」のみならずにお話を聞いてきました。「元々は『最近大学生、会社に入ってますか?』というちょっとした会話だったんですけどね。人手不足と人口減少、この課題を我々世代で何とかできることがあるんじゃないかと(熊谷)」「僕らよりずっと前の世代の人たちの頃から『ここに大学があれば』と頑張ってきた事実があります。『教育がないと地域の将来はないよ』と先輩達から言われてきた。COC+で小寺さんが携わってくれた大学生のインターン事業で、痛いほど感じたんです。『大学生のポテンシャルってこんなにスゴイの?』って(内田)」「協議会でコーディネーターを務める小寺さんは、大学が自治体や企業等と連携して地域が求める人材を育てていく国の事業「COC+」をきっかけにむつ下北に魅力を感じ、学生と下北をつなぐハブとなり活躍している

「実は学生は下北地域に期待しているんです。これまでインターン事業で下北に来た学生たちの中からも、出身地ではないのに下北に就職する学生が出てきました! (小寺)」
我々世代の発信で何かしないと、このままではこの地域はやせ細っていくてしまう。そんなとき、下北に初の高等教育機関の設置が決まりました。内田さんたちはさっそくこのキャンパスを学びの拠点とした活動を始めます。「経済が向上していた時代は、自社を守ることで自社が大きくなって、それで良かった。でも僕らの世代は縮小していく時代を生きているから、地域のことを考えると最低でも今のレベル



昨年7月の設立総会。47の企業の賛同を得て会の活動が動き出した。

未来を創ろう! むつ下北未来創生キャンパス START UP プロジェクト

地域とともに学生が学び、学生の成長とともに地域が成長する。そういった地域の在り方、学びの在り方を「むつ市モデル」として体現する場を下北文化会館を活用し創出します。青森大学むつキャンパスの整備と並行して、この一体をサテライトキャンパスなど大学連携の拠点として整備し、市民とのコミュニティ機能の融合を図ります。学生が集い、そこに学びがあり、市民の学びの拠点にもなるこのプロジェクト。令和4年4月のスタートを目指します。



問 企画調整課 内線2311



1月1日現在 人口・世帯数

※住民基本台帳による

人口	55,931人	(-83人)
むつ地区	44,651人	(-50人)
川内地区	3,588人	(-7人)
大畑地区	6,331人	(-15人)
脇野沢地区	1,361人	(-11人)
世帯数	28,890世帯	(-50世帯)
	()内は前月比	

各種相談日程

法律相談(予約制)

時 2/26(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2/1(月) 9:00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 2/10(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
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 2/15(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。

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 青森地方務局むつ支局 ☎ 23-3202
家族間や近隣関係などの相談を受けます。

人権相談

時 2/4(木) 10:00~15:00

場 大畑庁舎2階集客室

問 大畑庁舎管理課 ☎ 34-2111
家族間や近隣関係などの相談を受けます。

時 日時 場 場所 問 問合せ・申込先

税

確定申告に関する障害者控除認定書

対象要件全てに該当する方は、所得税・住民税の障害者控除を受けられる場合があります。

障害者手帳などで既に控除を受けている方でも、要介護4・5と認定されている方は、この認定により特別障害者として控除を受けることができます。

▶対象要件

- ・65歳以上の方
- ・本人あるいは扶養者に課税される所得がある方
- ・介護保険で「要介護1~5」と認定された方(2/31現在)

▶申込締切 3/16(火)

▶申込場所

高齢者福祉課・各庁舎市民生活課

▶持ち物 介護保険被保険者証

▶その他

申込は原則申告する方またはそのご家族です。認定書は判定後、申請者のご自宅へ郵送します。

問 高齢者福祉課 内線 2552

i

20歳になったら国民年金

20歳になった方には、日本年金機構から、国民年金に加入したことをお知らせする書類が郵送されます。年金手帳はお知らせとは別に送付されます。

※厚生年金、共済年金に加入している方を除く

▶保険料

1万6,540円/月(令和2年度)

経済的な理由などで納付が困難な方には「保険料免除制度」、収入のない学生には保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」がありますのでご相談ください。

問 国保年金課国民年金担当 内線 2443

税

税務署での確定申告

むつ税務署では申告書作成会場を開設します。

▶期間

2/1(月)~3/15(月) 9:00~17:00

※土日祝日を除く

▶会場

下北合同庁舎3階 混雑緩和のため、入場整理券が必要です。

入場整理券は会場での当日配付とLINEによる事前発行があります。

なお、入場整理券の配付状況に応じて、後日の来場をお願いする場合があります。

※マスクの着用と検温にご協力ください。発熱が認められる場合には入場をお断りさせていただきます。

令和2年分の確定申告期限と納期限

申告所得税・復興特別所得税・贈与税 3/15(月)

消費税・地方消費税 3/31(水)

令和2年分確定申告分の振替日

申告所得税・復興特別所得税・贈与税 4/19(月)

消費税・地方消費税 4/23(金)

スマホ等で確定申告ができます

混雑する税務署へ足を運ぶことなく、ご自宅から申告期間中は24時間いつでも手続きが可能です。ぜひご利用ください。

問 むつ税務署 ☎ 22-3294

税

県税の納税は便利で確実な口座振替をご利用ください

本人名義の通帳と預金届出印を持参し、最寄りの取扱金融機関または地域県民局県税部にお申し込みください。

▶口座振替を利用できる県税

- ・自動車種別割、個人事業税…定期賦課分
- ・法人県民税、事業税…中間申告分確定申告分
- ・軽油引取税…特別徴収義務者の申告分

問 下北地域県民局県税部納税管理課

☎ 22-8581 内線 203

※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。



感染症対策を万全にして 確定申告相談を実施します

市・県民税の申告相談を実施します。日時は、2月8日(月)~3月15日(月) 9:00~16:00(3月の土日は9:00~15:00)です。申告する必要の有無については、右の欄でご確認いただき、申告が必要な方はなるべく下の表に定められた日時にお越しください。

▶持参するもの

- ・マイナンバーが確認できるもの(マイナンバーカード・通知カード等)
- ・本人確認ができるもの(運転免許証等)
- ・医療費控除の申告には「医療費控除

明細書」の提出が必須になりました。領収書類は、事前に計算し提出してください。

▶申告が必要な方

(昨年1月~12月に収入がある方)

- ・給与収入のみで勤務先で年末調整が済んでいない方
- ・公的年金収入のみで65歳未満かつ収入が98万円を超える方
- ・公的年金収入のみで65歳以上かつ収入が148万円を超える方

(昨年1月~12月に収入がない方)

- ・市内在住者に扶養されていて、扶養

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。

者が勤務先へ届け出ていない方
・市外在住者に扶養されている方
・障害年金・遺族年金のみの方

※事前の検温、手指の消毒、マスク着用にご協力ください。

発熱等の症状が見られる場合、帰宅をお願いすることがあります。

混雑具合によっては会場でお待ちいただけない場合があります。

新型コロナウイルスの状況により、急きよ受付日程を変更する可能性があります。その際には、市HP等でお知らせします。

申告相談受付日程	【むつ地区】	【川内地区】	【大畑地区】	【脇野沢地区】
	会場…本庁舎大会議室 A・B 時間…9:00~16:00 ※3月の土日は9:00~15:00	会場…川内庁舎1階談話室 時間…9:00~16:00	会場…大畑庁舎1階多世代交流スペース 時間…9:00~16:00	会場…脇野沢地域交流センター会議室 時間…9:00~16:00
月日	地区名	地区名	地区名	地区名
2/8(月)	上川町、文京町			
9(火)	大字関根			
10(水)	金曲1丁目、荒川町	熊ヶ平、板子塚	東町、伊勢堂	鹿間平、小サ沢
11(木)	柳町1~4丁目			
12(金)	下北町、緑町、港町	楡木、砂浜	湯坂下、葉研、関根橋	小沢、稲平、赤坂
15(月)	緑ヶ丘、奥内		正津川平、正津川戦敷	滝山、七引
16(火)	松原町、桜木町	旧字川内地区	正津川、高待	源藤城
17(水)	赤川町、大字田名部(内田、上道、女館、品ノ木、下川、高田、上川)		湊村	瀬野川目、黒岩
18(木)	田名部阿、大字田名部(上記以外)	休所	新町、小目名、高橋川	新井田、寄浪
19(金)	新町	中道、中畑	本町	蛸田、九艘泊
22(月)	金曲3丁目、美里町、川守町	田野沢、石倉、高野川		桂沢
23(火)	昭和町、南町、大字大湊			
24(水)	大曲、松山町	袋川	庚申堂、筒万坂、本門寺前	桂沢
25(木)	大湊新町、苔生町1・2丁目	松川、葛沢(家ノ上)	二枚橋、大畑道	本村
26(金)	横迎町、大湊上町	蛸崎、戸沢	釣屋浜、孫次郎間、涌館	
3/1(月)	中央1・2丁目、松森町	宿野部	赤川、木野部、佐助川	渡向
2(火)	宇田町、山田町	畑(家ノ辺)、湯野川	中島	
3(水)	海老川町、十二林、大字中野沢	銀杏木、安部城、上小倉平、下小倉平	水木沢、戦敷	
4(木)	金谷1・2丁目、栗山町			全地区 (該当する日程が不都合な方)
5(金)	小川町1・2丁目、本町、南赤川町、大湊町、真砂町	全地区 (該当する日程が不都合な方)	上野	
6(土)	全地区 (該当する日程が不都合な方)			
7(日)				
8(月)	大湊浜町、旭町		菟沢、堂近	
9(火)	大平町、金曲2丁目		南町、松ノ木	全地区 (該当する日程が不都合な方)
10(水)	仲町、大字城ヶ沢	全地区 (該当する日程が不都合な方)	全地区 (該当する日程が不都合な方)	
11(木)	若松町、並川町			
12(金)				
13(土)	全地区 (該当する日程が不都合な方)			
14(日)				
15(月)		全地区 (該当する日程が不都合な方)	全地区 (該当する日程が不都合な方)	全地区 (該当する日程が不都合な方)

※太字の日程は本庁舎のみ

市役所本庁舎 ☎ 0175-22-1111 川内庁舎 ☎ 0175-42-2111 大畑庁舎 ☎ 0175-34-2111 脇野沢庁舎 ☎ 0175-44-2111

Mutsu Love Project

便利です！
むつ市ごみ収集アプリ

お住まいの地区のごみ収集日が一目でわかります。

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)

掲載記事の詳細は、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。



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
ジョカエおむり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 2/4(木)・18(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



薪ストーブによる火災に注意しましょう!

下北管内で薪ストーブを起因とする火災が頻発しています。原因は煙突貫通部(煙突が壁を突き抜ける部分)が「低温着火」したものと推定されます。

低温着火とは

煙突貫通部の熱が木材に伝わり水分が徐々に減少して炭化することにより低温でも発火する現象を低温着火と言います。

発生しやすい箇所は

薪ストーブ本体付近の「壁」。煙突が貫通する「床」や「壁」や「屋根」。

予防策は

薪ストーブ本体の設置は「前方に1.5m」「側方・後方に1m」可燃物から距離をとる。
煙突貫通部は厚さ10cm以上の不燃材(めがね石等)で覆うこと。
煙突貫通部にスレート管のみ設置した場合は有効な遮熱効果が得られず危険です。

その他注意事項

薪ストーブの周りに洗濯物など燃えやすいものを置かない。
薪ストーブから離れる際は扉やフタを確実に閉める。
焚き口に不燃材のたき殻受けを設置する。また取灰は確実に消火していることを確認する。
煙突内にタールが溜まると燃え上がることもあるので定期的な清掃を心掛ける。



問 下北消防本部予防課 ☎ 22-4196



大学医学部修学助成金対象者募集



市内の高校から大学に進学し医学を履修する課程に修学する方に、修学に必要な学費の一部を助成しています。

▶助成対象者

市内の高校を卒業した方で平成29年度以降に大学の医学を履修する課程に入学し修学する方

▶助成額 年額 50万円

▶申込期間 4/1(木)～5/31(月)

問 教育委員会総務課学務担当 内線 3116

募集 通学路見守り隊募集

見守り隊ベストを貸し出しますので、散歩やお買い物の時間を活かし、登下校時の子どもたちの安全を守るお手伝いをしてみませんか。

▶対象 19歳以上の個人・団体

▶申込方法

市HPまたは窓口で配付する申請書に必要事項を記載し申込

問 福祉政策課 内線 2513

募集 県営住宅入居者募集

中央団地1戸・金谷団地6戸

▶募集期間 2/1(月)～10(水)

※土日祝日を除く

▶入居予定日 4/1(木)

問 青森県県営住宅等指定管理者(東洋建物管理むつ営業所) ☎ 23-4884



令和3年度 むつ市奨学生募集

▶募集対象

市内に住所を有する方の子で、令和3年4月に入学予定または在学中の学校の修学期間が2年以上あること

▶募集人員・貸与額

高等学校 10名・15,000円/月
高等専門学校、短大、大学、大学院 30名・30,000円/月
専修学校、専門学校、各種学校 10名・30,000円/月

▶受付期間 3/1(月)～4/9(金)

▶申込方法

2/15(月)から配付の申込書類に必要事項を記入し提出

▶応募書類の配付・受付場所

教育委員会総務課、川内公民館、大畑公民館、脇野沢公民館

※応募書類は市HPからもダウンロード可能

問 教育委員会総務課学務担当 内線 3116



むつ市就学援助費支給事業



経済的な理由で小・中学校への就学が困難と認められる児童・生徒の保護者の方に学用品費、通学用品費、新入学生用品費、宿泊を伴う校外活動費、修学旅行費、学校給食費を支給する事業を実施しています。詳しくは、『むつ市民便利帳』をご覧ください。

▶申込方法 各学校で4/1(木)～受付

問 教育委員会総務課学務担当 内線 3114



特別障害者手当等

▶特別障害者手当

20歳以上で心身に重度の障がいがあり、日常生活において常時特別の介護を必要とする在宅の方に支給します。

▶障害児福祉手当

20歳未満で心身に重度の障がいがあり、日常生活において常時特別の介護を必要とする在宅の方に支給します。
※詳細はお問い合わせください。

問 障がい福祉課 内線 2593



借金に関する相談窓口

相談員が借金の状況等をお伺いし、必要に応じて弁護士等に引き継ぎを行います。一人で悩まず、ご相談ください。相談は秘密厳守・無料です。

▶受付 月～金(祝日・年末年始除く) 8:30～12:00 / 13:00～16:30

問 青森財務事務所 (相談専用電話) ☎ 017-774-6488



相続登記無料相談会

▶いつ 2/1(月)～26(金)

※土・日・祝日を除く

▶相談場所 県内の各司法書士事務所
※事前予約が必要です。

▶相談内容

相続登記および法定相続情報証明制度

▶費用

初回相談無料
※2回目以降や具体的な手続きは有料です。

問 青森県司法書士会 ☎ 017-776-8398



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。(証明書の発行はしていません)

▶いつ 2/10(水)・12(金)・15(月) 2/25(木)～28(日)
(平日) 17:15～19:00
(休日) 10:00～15:00

▶どこで 税務課
問 税務課収納担当 内線 2232



税・保険料減免申請は 3月31日まで

新型コロナウイルス感染症の影響による国保税・介護保険料の減免申請は3/31(水)で受付を締め切ります。申請をする方は、お早めにお電話でご相談ください。

問 税務課市民税担当 内線 2212



離職者生活・再就職支援給付金

新型コロナウイルス感染症の影響で就労の場を失った方に、生活や再就職を支援するための給付金を交付しています。締切が2月末となりますので、対象となる方はお早めにお申し出ください。

▶対象

- ・令和2年4月1日から申請日時点まで市内に住所を有している方
- ・3か月以上同じ企業で雇用され一般被保険者だった方
- ・生活保護を受給していない方

▶申込方法

申請書、離職がわかる書類の写しおよび通帳の写しを市へ提出

▶申込締切

2/28(日)消印有効
申込書は窓口のほか市HPからもダウンロードできます。

問 産業雇用政策課緊急雇用対策室 内線 2653

むつ市長の62チャンネル



いつもポケットにむつ市政
あなたのスマホにむつ市の情報をお届けします。



むつ市公式LINE
友だち募集中



黒森山登山

むつ市下北自然の家・黒森山ヘスノーシューでのトレッキング登山です。下山はヒップスライダーでお尻滑りを楽しんでみませんか。(荒天時室内活動)

- ▶いつ 2/20(土) 7:55 集合 ※集合場所は行程表をご確認ください。
 - ▶参加費 無料(※保険は各自)
 - ▶定員 20名
 - ▶持ち物 昼食、飲料、行動食、防寒具、運動靴室内用、スノーシュー、着替え ※スノーシュー、かんじぎが無い方は申し込み時に申し出てください。
 - ▶行程表 市役所 ATM 前の掲示板で配付
 - ▶申込締切 2/11(木)
- ☎ まさかりトレッキングクラブ 奥島 ☎ 090-6453-1433 (ショートメール可)

初心者大歓迎 春季ナイターテニス教室

むつテニス協会では、ナイターテニス教室(硬式)を開催します。レベルアップを目指したい方、基本から学びたい方、貸出ラケットもありますので、初めての方も大歓迎です。

- ▶いつ 3/3(水)～4/21(水) 毎週水曜 19:00～21:00(全8回)
 - ▶どこで しもきた克雪ドーム 3面
 - ▶参加費 一般2,000円 協会員1,500円 中学・高校生1,000円 ※1回毎の参加の方400円
 - ▶定員 約30人
 - ▶申込締切 2/27(土)
- ☎ むつテニス協会 祐川 ☎ 080-6006-6802

令和3年度 図書館奉仕員募集

- ▶勤務場所 むつ市立図書館
 - ▶勤務時間 6時間/日(土日祝の勤務あり、シフト制)
 - ▶募集人数 1名
 - ▶募集要項 1/25(月)より配布
 - ▶選考方法 一次選考 小論文、二次選考 面接
 - ▶申込方法 指定の履歴書及び小論文を図書館に提出
 - ▶申込締切 2/12(金) ※消印有効
- ☎ むつ市立図書館 ☎ 28-3500

県立障害者職業訓練校 令和3年度訓練生募集

- ▶募集概要 デジタルデザイン科 15名 OA事務科 15名 作業実務科 10名
 - ▶募集締切 2/4(木)
 - ▶試験日 2/12(金)
 - ▶試験会場 青森県立障害者職業訓練校
 - ▶訓練期間 1年間
- ☎ 障害者職業訓練校訓練課 ☎ 0172-36-6882

創業支援セミナー

- これから創業する方や創業後間もない方を対象に、資金調達方法や融資制度についてわかりやすく説明します。あわせて創業支援制度も紹介します。
- ▶いつ 2/6(土) 13:00～14:30
 - ▶どこで むつ来さまい館2階会議室
 - ▶講師 青森県信用保証協会 佐藤 徳幸 氏
 - ▶申込締切 電話または窓口で申込み
 - ▶申込締切 2/5(金)
- ☎ 産業雇用政策課 内線 2652

第45回交通安全作品コンクール入賞作品展

- ▶いつ 2/20(土)～26(金) ※2/26(金)は14:00まで
 - ▶どこで むつ来さまい館
- ☎ むつ市交通問題対策協議会事務局 (環境政策課内) 内線 2453

赤十字活動をご支援ください

日本赤十字社では、人々の命を守るため、日頃から各種支援活動を行なっています。現在は、全国の赤十字病院で、新型コロナウイルス感染症の治療および感染症拡大防止活動にも取り組んでいます。これらの活動は、みなさまからの支援で支えられています。赤十字活動資金へのご支援とご協力をお願いします。

赤十字会員入会希望の方 2,000円～
赤十字協力会員 300円～
寄附希望の方 100円～

- ▶期間 2月～12月
- ▶受付 市内町内会長および市福祉政策課

☎ 福祉政策課日赤担当 内線 2512

むつ中央商業協同組合 勉強会開催

- 同一労働、同一賃金について一緒に学びませんか？
- ▶いつ 2/26(金)
 - ▶どこで プラザホテルむつ1階ホール
 - ▶講師 社会保険労務士法人プライド 代表 平野厚雄 氏
 - ▶定員・参加費 50名程度・無料
 - ▶申込方法 電話申し込み。FAXの場合は、会社名・代表者名・人数・「26日の勉強会参加希望」と記入し申し込み。
- ☎ むつ中央商業協同組合 佐藤 FAX34-9742 ☎ 34-9741

函館～大間航路 法定検査に伴う運休

- ▶運休期間 2/22(月)～3/4(木) ※2/22(月)大間発5便と3/4(木)函館発10便は運行します。詳しくはHPをご覧ください。
- ☎ 津軽海峡フェリー株式会社 ☎ 37-3111

宅配便業者を装った「不在通知」の偽SMS

送られてきたSMS(ショートメッセージサービス)には偽サイトに誘導するためのURLが記載されています。偽サイトにアクセスして不正なアプリをインストールまたはID・パスワード等の入力により、トラブルに巻き込まれやすくなります。安易にアクセス・入力しないようにしましょう。



☎ むつ市消費生活センター ☎ 22-1353

都市計画の変更素案に対する意見募集

- 立地適正化計画や用途地域等の都市計画の変更に向けた素案を作成し、公表しています。
- 素案は、市HPをご覧ください。窓口で確認できます。
- なお、素案に対して意見がある場合は、郵送や窓口で直接提出するほか、市HPからも意見提出できます。
- ▶意見提出締切 2/10(水)
- ☎ 都市計画課都市計画担当 内線 2744

自動車事故被害者救済制度について

- 国土交通省および自動車事故対策機構(NASVA)では自動車事故被害者に対し、以下の取組を行なっています。
- ☎ 国土交通省
- ・短期入院・短期入所協力事業
 - ・介護者なき後に備えるための情報提供
- ☎ 国土交通省自動車局保障制度参事官室 ☎ 03-5258-8111 内線 41418
- ☎ 自動車事故対策機構(NASVA)
- ・介護料の支給
 - ・短期入院・短期入所費用助成
 - ・介護相談・訪問支援
 - ・療護施設の設置・運営
 - ・交通遺児等貸付制度
 - ・介護者なき後に備えるための情報提供
- ☎ 自動車事故対策機構 青森支所 ☎ 017-739-0551
- ☎ NASVA 交通事故被害者ホットライン
- 全国の交通事故被害者およびその家族等へNASVAの支援制度や相談先にお困りの場合には各種無料で相談できる窓口を電話で紹介しています。
- ☎ 0570-000738

自動車の名義変更・廃車・車検はお早めに！

- 【車検は1ヶ月前から受けられます。】運輸支局および事務所の窓口は例年3月中旬から下旬に名義変更・廃車・住所変更等・車検の手続きで大変混雑します。名義変更や廃車等の手続きは、待ち時間の少ない3月12日以前に手続きいただくようお願いいたします。
- ユーザー車検はインターネット検査予約サイト「[自動車検査予約システム](#)」検索から検査予約ができます。
- ☎ 東北運輸局青森運輸支局 ☎ 050-5540-2008

令和3年度青森県交通災害共済予約加入受付開始

- 交通災害共済の予約加入受付を行います。
- ▶会費 1人350円(学童団体は300円)
 - ▶予約受付期間 2/1(月)～3/31(水)
 - ▶共済期間 4/1からの1年間
 - ▶申込方法 町内会・学童団体等を通じて申し込むほか、窓口および各庁舎市民生活課で受け付けています。
- ☎ 環境政策課環境衛生担当 内線 2454

交通事故相談

- 自動車事故にかかる損害賠償問題の紛争解決を弁護士が中立公正な立場から無料でお手伝いします。まずは電話で予約を。
- ▶いつ 月～金曜日 9:00～17:00 (祝日年末年始を除く)
- ☎ 交通事故紛争処理センター仙台支部 ☎ 022-263-7231



ゆとりある運転を心がけましょう

- 冬期間になると、朝の雪かき作業による出勤時間の遅れ、積雪による道幅の狭小、路面凍結等の要因から、道路が混雑する傾向にあります。焦りや苛立ちは交通事故につながります。時間に余裕をもって運転しましょう。また、児童を送迎する際や通勤時に通学路を走行する際は、徒歩通学児童の安全確保のためにも、特に安全運転に心がけてください。
- ☎ むつ市交通問題対策協議会事務局 (環境政策課内) 内線 2453

MUTSU **MUTSU** ②

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)

☎ 市民連携課広報グループ ☎ 22-1111 内線 2157

「学び」が創る下北の未来

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！

令和2年11月分 市環境政策課調べ

	11月の値	前年同月	(前年同月比)
総排出量	1,820 t	1,775 t	(+45t)
資源回収量	142 t	146 t	(-4t)
資源回収割合	7.8 %	8.2 %	(-0.4ポイント)
市民1人1日の排出量	1,083 g	1,041 g	(-42g)

【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

Mutsu Love Project

便利です！

むつ市ごみ収集アプリ

お住まいの地区のごみ収集日が一目で分かります。

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)

まるごとキタモリWeek vol.6 ~冬あそび~

北の防人大湊エリアで冬ならではの遊びを楽しみませんか？

▶展示 2/7(日)～14(日)
最終日は15:00まで

▶体験 2/14(日)10:00～15:00

▶どこで 安渡館、みどりのさきもり館
水源池公園

▶どんな

参加団体の活動展示、雪上カルタ、グラウンド・ゴルフ体験、カンジキ体験、凧揚げ、(大きな)双六、輪投げ、小物づくり など

※体験参加の方には、「カフェテリア憩」のサービス券があります。



☎事務局 伊藤 ☎090-2796-3968

むつ科学技術館だより

シアター上映

「ウォルトディズニーの名作アニメ集、赤ずきんちゃん(全8話)」「IMAXワールドプレート・ノース/北極に生きる」

つくってたいけん工作教室

「おさかなサンキャッチャーをつくろう!」

☎むつ科学技術館 ☎25-2091

図書館 2月の日曜シネマ

▶いつ 2/14(日)14:00～

▶どこで 図書館視聴覚ホール

▶作品 バイブ/都会へ行く
(日本語吹替版・1998・米・97分)

▶監督 ジョージ・ミラー

▶内容

牧羊犬コンテストで優勝したバイブは、一躍時の人、ならぬ時のブタとなる。牧場にはテレビ番組の出演依頼が絶えなかったが、牧場主のアーサーは全然取り合おうとはしなかった。そんなある日、アーサーはバイブのせいで大けがをしてしまう。働けなくなったアーサーの代わりに借金を返済するため、バイブはアーサーの妻・エズメと共に都会へと旅立つが・・・。

☎図書館 ☎28-3500

雪の中で楽しく遊ぼう!



自然の家フィールド内でそりすべりやチューブすべりなどで遊びませんか。昼食は屋台飯!

▶いつ 2/14(日)

▶どこで むつ市下北自然の家

▶参加費

3歳以上800円(昼食代・教材代他)
※3歳未満は無料ですが食事はつきません。

▶対象 お子様だけの参加は4年生以上

▶定員 60名 ※バスの利用は先着20名

▶申込方法 電話のみ受付

▶申込締切 1/25(月)～2/5(金)

☎むつ下北自然の家 ☎34-6151

来さまい館2月教室

むつ来さまい館会議室を会場に、毎月多彩な教室を開催しています。

2月の教室一覧	
ハーバリウム	プリザーブドフラワー
ハンドメイドアクセサリー	刺繍
スタンドグラス風アート	子どもに伝える性教育
セルフリンパケア	

※日程や時間など詳しくはお問い合わせください。

営業時間 11:00～18:00 定休日 水曜日

☎田名部まちづくり 椿 ☎34-9761



認知症サポーター ステップアップ研修会

認知症サポーター養成講座を終了した方が、地域で実際に活動し、さらに具体的な対応方法を学び、積極的な活動につなげるための研修会です。

▶いつ 2/19(金)14:00～16:00

▶どこで 下北文化会館研修室2

▶受講料 無料

▶対象 認知症サポーターおよび認知症
キャラバン・メイト

▶定員 25名

▶申込締切 2/10(水)までに電話申込

☎むつ市地域包括支援センターみちのく ☎23-7930

介護予防運動の器材を貸出し

介護予防運動の普及活動をしている団体に、運動器材(ステップ台、ピラティスボール等)を無償で貸し出します。数に限りがあり、他団体へ貸出中は、使用できませんのでご了承ください。

▶申込方法

利用日3日前までに事前申込み

☎ボランティアむつの会 菊池

☎090-1494-5544

一緒に学ぼう 聴く(傾聴)ことの大切さ!

▶いつ 2/14(日)11:00～12:00

▶どこで むつ市立図書館

▶講師

藤林誠治氏・藤林佳代子氏(青森市)

▶受講料・定員 無料・先着30名

▶申込締切 2/11(木)

☎ボランティアむつの会 菊池

☎090-1494-5544

簡易裁判所で 民事トラブル解決

簡易裁判所は少額で軽微な紛争を簡易・迅速に解決する裁判所です。お気軽にご相談ください。

▶簡易裁判所のできる4つの手続

①通常訴訟手続

140万円までの請求について、判決による解決を図る手続。

②少額訴訟手続

60万円までの金銭の請求に限り原則1回の審理で終了する訴訟手続。

③民事調停手続

話し合いによる円満な解決を図る手続。

④支払督促手続

書類審査のみで迅速に解決を図る手続。

☎青森地方・家庭裁判所

☎017-722-5421

スポーツ指導者講習会

スポーツクラブや団体の安定した組織運営ができるノウハウの取得を目指し、総合型地域スポーツクラブへアドバイスしているクラブアドバイザーによる講習会です。

▶いつ 3/7(日)13:00～

▶どこで むつ市中央公民館講堂

▶対象

市内スポーツクラブ関係者、スポーツ団体運営を検討している指導者、その他本講習会に興味のある方

▶申込方法

市HPから申請紙をダウンロードし、メールまたはFAXでお申し込みください。

▶申込締切 2/12(金)17:00

☎市民スポーツ課

内線 2472

レイチェル&アンジェラ ムチュリーディング

むつ市国際交流推進員のレイチェルとアンジェラが英語の絵本の読み聞かせをします。

▶いつ 2/3(水)15:30～16:00

▶どこで 図書館集会室前通路

☎企画調整課国際交流担当 内線 2314



かまふせスノーフェス ありがとう第1リフト

多くの方に利用されています釜臥山スキー場の現第1リフトはリニューアルされることから、今年度でその役目を終えます。市では、ありがとうの感謝をこめて、プロスキーヤーの渡辺三郎・浩司親子・佐藤麻子氏によるデモンストレーションや小中学生を対象としたスキー指導のほか、コブ自慢大会、デュアルスラローム大会など楽しい企画を予定しています。



▶いつ 2/13(土)9:00～16:00
2/14(日)10:00～17:00

▶どこで 釜臥山スキー場

※詳細は市HPをご覧ください。

☎シティプロモーション推進課 内線 2612

親子でボルダリング 初心者講習会

ボルダリングを楽しむうえでの注意事項を学んだ後、実際にルートを登っていただきます。講師によるデモンストレーションも予定しています。

▶いつ 2/27(土)9:00～11:30

▶どこで むつマエダアリーナ

▶対象 小学生と保護者の2名以上

▶定員 20名程度

▶申込締切 2/19(金)

※傷害保険等は各自で加入してください。

☎市民スポーツ課 内線 2472

YouTube

いつもポケットにむつ市政
あなたのスマホにむつ市の情報をお届けします。



とどく
プッシュ通知で

つながる
お伝えしたい情報を身近に

がひとつに
すべての情報のプラットフォームに



むつ市公式LINE 友だち募集中



健康・子育て 応援コーナー

健康づくりに取り組む 事業所を訪問します

Vol. 9 山内土木株式会社

「定年を65歳に延長したことで、若者も定年まで元気に仕事ができるよう、若いうちから健康指導が重要と考えています」と教えていただいたのは、5年前からむつ市が取り組みを進めるすこやかサポート事業所の認定を受けた山内土木株式会社管理部課長の工藤さん。

山内土木株式会社では平成10年から毎年実施している衛生大会で、医師・保健師等による健康講話を実施。食事管理や生活習慣、簡単な酸素運動など、毎年さまざまなテーマで実施しています。

また、毎日のラジオ体操や、自社で審査基準を設け、1年を通して健康管理に努めた者に対して会社から

表彰する「健康優良者表彰制度」にも取り組んでいます。

健診は事業所の敷地内において健診バスで受診することで受診率は格段に高まったそうです。

以上のような取り組みで、従業員が



衛生大会では医師・保健師等による講話を受け、有酸素運動を行なったりしている。

▶企業情報 むつ市大湊新町 37-12
代表取締役 山内将邦 従事者数 107名
総合建設業、土木建築工事、1級建築設計事務所

健康に興味を持ち、マラソン大会等の健康イベントへの参加者も増えたとのこと。4年後には創業100周年を控え「いいものを、人に、地域に」をスローガンに掲げる山内土木株式会社さんの今後のご活躍を期待します。



むつ市子育て支援アプリで「オンライン相談」できます

出産、子育て等についての相談がスマホ・タブレット・PCで自宅からビデオ通話が可能に！

- ▶利用方法
アプリストアで「母子モ」で検索！
- ▶オンライン相談の仮申し込み
☎ 0175-22-2244 へ電話してオンライン相談希望の旨をお伝えください。職員とオンライン相談の日時を決定し、仮申し込み完了となります。
- ▶母子モから予約確定メールを送付
アプリから「オンライン相談確定メール送信」のバナーをタップ。

- メール選択画面から該当する相談先をタップし、仮申し込み日時などの必要事項を記入。
- ▶むつ市からメールを受け取る
後日むつ市から「オンライン相談用の招待URL」メールが届きます。
- ▶予約当日にオンライン相談
予約日時にメールで届いた招待URLをタップし、「入室」をタップ。相談職員とお互い準備が完了すれば相談開始です。



2月の献血受付日程

健康マイレージ むつポイント	受付時間
6日(土) マエダストアむつ中央店	10:45～12:00 13:30～16:30
7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

2月の夜間在宅当番医

診療時間	受付時間
7日(日) 菊池医院 ☎ 24-1276	19:00～22:00
11日(木) どんぐりこどもクリニック ☎ 24-5656	
14日(日) ふじた脳神経クリニック ☎ 24-5557	
21日(日) 三上医院 ☎ 22-1011	
23日(火) 中村眼科クリニック ☎ 22-2512	
28日(日) 中央内科クリニック ☎ 28-4550	

2月の夜間お薬電話相談

受付時間
7日(日) アイン薬局東通村店 ☎ 28-5270
11日(木) おき薬局 ☎ 090-3369-5051
14日(日) 沖舘薬局新町店 ☎ 080-5849-9536
21日(日) 沖舘薬局新町店 ☎ 080-5849-9536
23日(火) ベイ薬局緑ヶ丘店 ☎ 31-1115
28日(日) 七福薬局むつ ☎ 34-9490

☎ 病院案内(下北消防本部) ☎ 23-3999
※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。

☎ 休日お薬電話相談事務局 (沖舘薬局新町店内) ☎ 33-9570

アンジェラの下北半島トップ5 Angela's Shimokita Top 5

Hello, it's Angela! This time I'm doing something different for the column: making a list instead of an article. I've lived in Mutsu City for over two years now and gone to many places around the Shimokita Peninsula. With that, I want to introduce my "Shimokita Top 5"! (In no particular order)

こんにちは、アンジェラです！今回のコラムは普段と違って、文章ではなくリストにしようと思いましたが、むつ市に来て二年以上がたち、下北半島のいろんなところに行きました。そこで、私の「下北トップ5」を紹介したいです！（順不同）

1. カモシカ
ワシントン州に住んでいた時、たまに鹿を見かけました。下北半島にもカモ「シカ」がいると聞いたので、普通の鹿だと思いましたが、初めて実際に見た時、カモシカの姿はあまりにも違って驚きました。それから何回も見たことがありますが、なかなかいい写真を撮れません。私にとって、カモシカは本当に日本に来たなと思わせた動物なので、特別な思い出があります。
2. 田名部祭り
祭りと言えば、田名部祭りが思い浮かびます。むつ市に来てから初めて参加した祭りですし、家のすぐ近くでやっていて、友達と遊びに行きましたので、いい思い出ばかりが詰まっています。
3. ホタテ
むつ市に来るまで、ホタテを刺身として食べたことがなかったのです

が、ホタテの刺身は私の好物の一つになりました。そして前回のコラムで話をしましたが、たくさんホタテをもらって捌くことになった思い出もあります。

4. 水源池公園
むつ市内で一番お気に入りの場所の一つです！公園が広くて木も多いし、何回行っても飽きずに歩き回ることができます。万に一つ飽きたら、安渡館の中のカフェで一休みできます！水源池公園に行くなら、特に春をおすすめします。公園は花盛りで、そして私の好きな花、満開の藤も見られます！
5. 尻屋崎
子どもの頃から馬が好きで、ずっと馬を飼いたかったです。残念ながらその夢は叶わなかったですが、今でも馬を見るとワクワクするので、何回も寒立馬を見に行きました。尻屋崎から見える景色も美しく、天気がいい日はいつまでも眺めていたいと思います。そして帰り道に必ずレストハウスでブルーベリーソフトクリームを買います！

Walking Talking

むつ市内で一緒にお話しをしながら散歩しましょう！申込不要です。参加の際、マスクの着用をお願いします。

▶いつ
2/17(水) 14:00～15:00
ウェルネスパーク 14:00 集合
※ドーム内を散歩します。その際、施設利用料 110円と屋内シューズが必要です。

☎ 企画調整課国際交流担当 内線 2314



アンジェラのよもやま話 Angela's Yo Mo Ya Ma Story

コラム

むつ市国際交流推進員*レイチェルと"アンジェラ"のよもやま話をお伝えします。

春夏秋冬

—俳句— —短歌—

冬夕焼釜臥山はいつもそこ	冬支度打つ釘曲がるやくびかな	薫編みし妣と重なる枯尾花	心急ぐ程につまづく年の暮	釜臥の勇姿川面にくつきりと恙なき日々祈る元朝	裳裾引き颯爽とすすむ歌ひ手の銀のパンプス舞台に輝る
杉山	雪田	土佐	加藤	井手上省子	若木
畝女	一石	白園	孝子	幸子	幸子

—川柳— —俳句— —短歌—

負けて勝つことを覚えた古希の坂	パソコンに管理されてるテレワーク	本復のさつそく冬の露天風呂	マスクとり発言権を使ひたる	蝦夷の山染めて消えゆく冬夕焼	「年だから」なんて口実大空に飛ばして夢へまた歩み出す
瀧尻	吉村	工藤千紗子	川口	渡部せい子	坂本
善英	看伍	善英	善英	善英	つぎ

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

— 酒 遊 海 峡 善 —



大湊 Sora 空っ!
(サワークリームの雲)
¥800 円(税抜)

今月の We ♥ じえいたいグルメは「酒遊海峡善」さんが提供するオリジナル大湊 Sora 空っ! 「サワークリームの雲」をご紹介します。取材に応じてくださったのは、オリジナル Sora 空っ! 考案者の橋本真希さん。「味付けはニンニクを使わずにショウガをベースにして、リソングのお酒に漬け込んでいます。大人はもちろん、お子様にも喜んでもらえると思います。他とは違う変わったものを提供したくて、オレンジソースとサワークリームを付けて食べる形にしてみました」

あつさり唐揚げに、甘い自家製オレンジソースと酸味がほどよいサワークリームがとても合います。意外な組み合わせにびっくりです! 「サワークリームの雲」は、その全体で航空自衛隊を表しています。青い皿が「空」、オレンジソースは「太陽」、サワークリームが「雲」で唐揚げが「ガメラリーダー」と、見た目も楽しい逸品。魚が美味しい善さんですが、それに負けない大湊 Sora 空っ! 「サワークリームの雲」。本当に美味しいオリジナル Sora 空っ! です、ぜひご賞味ください。

酒遊海峡 善

むつ市田名部町 3-4
☎ 0175-22-7233
〈営〉17:00 ~ 23:30
〈定休日〉日曜日



「サワークリームの雲」考案者 酒遊海峡善食堂部部長 橋本 真希 さん

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

— 下 北 ジ オ パ ー ク 認 定 商 品 —



(写真下) 多くのジオパーク関係者が新しい仲間入りとなる認定商品に期待を寄せている。



下北ジオパーク認定商品に新たな仲間入り 下北の大地と海(ジオ)の恵みを感じる商品を「下北ジオパーク認定商品」として認定し、地域内外でその魅力をPRしています。昨年12月に開催された令和2年度下北ジオパーク認定商品発表会では新たに4つの魅力ある商品が認定されました。「ベこもちつぶす ジオ」「鯛彩色」「岩谷名産炭火焼のしたこ」「元祖とろ牛カレー(レトルト)」などの商品も下北だからこそ作り出せた味わいのある逸品。次号からはその魅力を一品一品詳しくご紹介していきますので、お楽しみに!



認定された事業者のみなさまおめでとうございます。

安全面を考慮しながらも利用規制を少しずつ緩和しています

ムチュ☆らんど2月



9:30 ~ 16:30
休館：火曜日
使用料：無料

新型コロナウイルス感染症予防対策と、利用者の皆様の安全面を考慮し現在の利用時間は、引き続き次のとおりとなります。

- ▶休館日 火曜日(火曜日が祝日の場合は翌日)
- ▶利用時間(各時間帯、人数制限はありません)
 - ① 9:30 ~ 11:00
 - ② 11:30 ~ 13:00
 - ③ 13:30 ~ 15:00
 - ④ 15:30 ~ 16:30
 ※各回終了後、消毒作業等のため入館できません。
- ▶利用上のごお願い
 - ・37.5℃以上の発熱や風邪症状が有る方や下痢など体調の悪い方はご遠慮ください。
 - ・受付時の体温測定、住所・氏名・連絡先の記入をご協力ください。
 - ・水分補給以外の飲食はご遠慮ください。
 - ・保護者(同伴者)の方は、必ずマスクの着用をお願いします。
 ※なお、新型コロナウイルスの感染症拡大や市内で患者が発生したなどの状況によっては、変更となる場合もあります。
- ※子育てメイトの活動は2月まで中止となります。

ご利用者の皆様には、ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

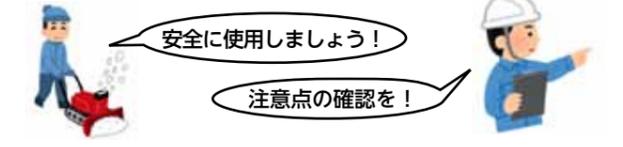
☎ 23-6305

知っておきたい!

防災 減災 知恵袋

Vol.20 除雪機による事故を防ごう

降雪の多いこの下北地域において、歩行型ロータリー除雪機(以下除雪機)で自宅の除雪を行う方は多いのではないのでしょうか。除雪機は手軽に除雪ができるため大変便利な機械ですが、毎年のように除雪機が原因での事故が発生しています。使用の際には、除雪機の使用方法を十分に理解するとともに「除雪機を使用する際の注意点」に気を付けながら作業するようにしましょう。また、作業を行う本人以外のご家族や周りの方も、除雪機による事故の危険性と事故防止のための注意点をよく認識しておきましょう。



「新刊図書」などの図書館の情報をお届けします。

図書館のススメ

新刊ピックアップ



誘拐ファミリー 新堂 冬樹/著 (双葉社)



お祝いとついで一汁一菜 雑煮 365 日 松本 栄文/著 (NHK 出版)



ジャンプして、雪をつかめ! おおぎやなぎ ちか/作 くまおり 純/絵 (新日本出版社)

七十年続浅井家の家業は誘拐。固い絆で結ばれる一家六人だったが、跡目を巡って長兄と次兄が反目しあっていた。四代目家長の父親は兄弟にある課題を出す。それは、某巨大集教団の幹部二名をそれぞれ誘拐し、先に身代金を奪った方を五代目家長とするというもだった。元々はお正月に限らず、おめでたいことがあれば食べられていた雑煮。雑煮は、一碗の中で餅と肉や魚、野菜が同時にとれる万能食。栄養バランスの良い雑煮を、朝食、軽食、酒の肴などの日常食として提案する一冊。小学五年生の三学期、両親が離婚して東京から母の実家のある青森県に引っ越して来た唯志。雪はすさまじく、おまけにトイレは汲み取り式。新しい環境にとまどう唯志に、母の同級生たちが屋根から雪をおろしてくれ、灯油の買い方を教えてくれる。

ホームページではその他の新着だよりを掲載しています。



2月の休館日 2/25 (木)

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

~除雪機を使用する際の注意点~

- (1) 定期的に点検を行いましょう
定期点検を行いましょう。特に安全装置が正常に作動するか確認しましょう。
- (2) 安全装置は無効化しない
除雪機は安全装置は、手を離すことで作動し、動きが止まります。安全装置をひもで縛る等、固定して無効化すると、大事故に繋がる可能性がありますので、絶対に無効化しないようにしましょう。
- (3) 投雪口や回転刃に手を近づけない
エンジンをかけたまま、投雪口や回転刃に手を近づけないようにしましょう。雪が詰まった場合は、必ずエンジンを止めて雪かき棒を使用しましょう。
- (4) 後方に注意!
除雪中だけでなく、移動中や収納中にも気を付けましょう。特に後進時はより注意しましょう。
- (5) 除雪作業範囲の確認をしましょう
除雪機を使用する前に、作業範囲内に人やペット等がいらないかを確認しましょう。

☎ 防災安全課 内線 2134

**1/11 今年の無病息災を願って!**

Mon 大畑どんど焼き

お正月に飾ったしめ縄などの正月飾りを神事のあとに焼き、その年の無病息災、疫病退散などを祈願する「どんど焼き」が大畑漁港で行われました。門松や注連飾りによって出迎えた歳神を焼くことによって炎とともに見送るといふ小正月に行われる火祭りの行事「左義長」のひとつですが、大畑地区では毎年1月11日に行われており、今回で30回目を迎えました。会場に集まった方々は今年一年健やかに暮らせることを願い、手を合わせその様子を見つめていました。

**1/5 今年もむつ市のうまいを全国へ!**

Tue 令和3年むつ総合卸市場開き

大魚株式会社むつ総合卸売市場（中新栄志社長）が、新年恒例の「市場開き」を開催し、新しい年の始まりに、今年も全国へむつ市のうまいを届ける誓いをたてました。
早朝から活気づく市場には陸奥湾や津軽海峡でとれたタコやカニなど新鮮な海産物がずらり。昨年はむつ市の基幹産業である漁業も新型コロナウイルス感染症の影響を受けましたが、むつ市が誇るうまいものが全国各地の食卓に並べば、そのおいしさでみんなを笑顔にさせてくれることでしょう。

**12/23 市民みんなの力で万全な感染症対策**

Wed むつ青年会議所が市内飲食店へマスクを寄贈

むつ青年会議所のみなさんが50枚入りマスクの箱に疫病退散にご利益がある「ムチュビエ」と「Good Neighbor Project」のロゴマークのシールを貼り付けた手作りの啓発物品を市内飲食店へ配布しました。11月に「Good Neighbor Project」の勉強会を開催したメンバーのみなさんは、改めて感染予防の必要性を訴えるとともに、「むつみあうところ」を大事にするというプロジェクトへ賛同する人を増やそうと、交流が多くなる年末年始を迎える前に取り組んでいただきました。

**12/10 地域住民の健康を守って受章**

Thu 松木勝廣氏「旭日双光章」受章

昭和49年から薬剤師として地域住民の健康増進、公衆衛生の向上に多大なる貢献をいただいている松木勝廣さんが旭日双光章を受章されました。青森県薬剤師会むつ下支部支部長や青森県薬剤師会理事など数々の要職を歴任され、むつ市民のみならず青森県全体の健康増進にもご尽力されてきました。また、学校薬剤師として児童生徒の健康増進、薬物乱用防止活動の取組を通じて、青少年の健全育成や地域住民への普及啓発にも寄与いただいています。

少数精鋭で臨んだ大会で最高賞の「金賞」に輝き、見事全国大会への切符を手にした田名部中学校合唱部のみなさん。部長の久慈さんは「本当に私たちが大丈夫かな?と思いましたが」と、発表の瞬間を振り返ります。



左から杉本彩愛さん(1年)、前田和香さん(2)、久慈遥香さん(2・部長)、宮本藍瑠さん(2・副部長)、北上琴葉さん(2)、大場星々加さん(1)

この人
むつちゆ星 ぼし

田名部中学校合唱部
のみなさん

最少人数の6人でしたが、まさに全員一丸となって勝負の曲「何億もの昼と何億もの夜を越えて」を歌いきました。「休憩中はわいわい。でも練習はメリハリをつけて練習できるメンバー。部長はムードメーカーだけど、毎日の目標は必ず示してくれます」とは副部長の宮本さん。まわりのみなさんも「そう、そう」と、和気あいあいの雰囲気です。

福島県で開催される全国大会は3月18日。予選で上位5団体に入れば、21日の「本戦」の舞台でその歌声を披露する機会が与えられます。

現在3月の全国大会に向けて新たに2曲を練習し始めた合唱部のみなさんは、平日2時間、休日は3時間の練習を重ねています。

「目標は予選通過で本戦出場。でも結果はどうであれ、せっかく全国大会に出られるんだったら、思い切り楽しんできたいと思います」と部長。

心を重ねる彼女たちの歌声から、会場一杯の拍手を生む姿が浮かんできました。

**1/3 ウィンタースポーツを楽しめる時期となりました**

Sun 釜臥山スキー場本格オープン

年末年始の降雪がウィンタースポーツをできる環境を整えてくれました。陸奥湾や街並みといった素晴らしい景色を眺めながら滑降していきことができる釜臥山スキー場のリフト運行が開始しています。今シーズンは安心して施設を利用できるよう、リフト券購入時に利用申込書を提出していただいています。新型コロナウイルス感染症対策にもしっかり対応して運営している釜臥山スキー場は、3月21日(日)まで営業しています。

**12/28 まちづくりのパートナーが決定**

Mon 「(仮称)田名部まちなか団地整備事業」が本格開始

むつ市が現在進めている、田名部駅跡地を活用した「(仮称)田名部まちなか団地整備事業」について事業提案の公募を行ったところ、2者から提案があり、これを審査した(仮称)田名部まちなか団地PFI事業者審査委員会から審査結果を答申いただきました。優先交渉権者は合人社計画研究所グループに決定し、令和3年4月から令和6年3月にかけて設計及び建設、令和6年4月から入居が開始となる予定です。まちなか居住が進むことで、新たな賑わいの創出が期待されます。

むちゅっこ Happy Birthday

2月生まれ

ロゴマークは市ホームページで!
 ※送っていただいた写真にロゴ等がない場合はこちらでスタンプします。



むつ市グッドネイバー 検索



ささき くる
佐々木 喜くん
R2.2.9 生(上川町)



まえだ まひな
前田 麻日奈ちゃん
R2.2.12 生(下北町)



かわばた ひろと
川端 将虎くん
R2.2.20 生(苫生町)



ふかさわ みこと
深澤 美琴ちゃん
H31.2.3 生(大平町)



やなぎだ せいと
柳田 英澄くん
H31.2.15 生(柳町)



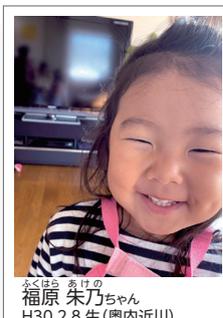
あべ とうや
阿部 柁花ちゃん
H31.2.19 生(栗山町)



はたなか まさまさ
畑中 葵摩くん
H31.2.28 生(田名部斗南岡)



にしむら こほ
西村 心羽ちゃん
H30.2.8 生(緑町)



ふくはら なお
福原 朱乃ちゃん
H30.2.8 生(奥内近川)



てらさわ けん
寺沢 権くん
H30.2.11 生(松山町)



さわべ かなと
沢目 叶翔くん
H30.2.16 生(小川町)



さわだ たいよう
澤田 大瑠くん
H30.2.28 生(下北町)



もり かな
森 華音ちゃん
H29.2.9 生(荒川町)



おくしま せいと せんり
奥島 怜虎くん・千瑠くん
H29.2.14 生・R2.2.20 (山田町)



きくち せいせい かな
菊池 栄介くん・佳音ちゃん
H29.2.21・H27.2.22 生(大湊町)



おしなの ひかる
長内 陽香ちゃん
H29.2.22 生(大畑町新町)



のぐち こうま
野口 煌真くん
H27.2.1 生(山田町)



いした かすみ
石田 架純ちゃん
H27.2.5 (大畑町水木沢)



つぼの あい
坪 望愛ちゃん
H27.2.6 生(若松町)

3月生まれのお子さんの写真募集中!
1/25 ~ 2/2

(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

来月号も、Good Neighbor 写真を募集します!
 「グッドネイバー」のロゴマークを用いるか、「赤色」のものを身に着けた写真をご応募ください!

〈対象〉3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 1/25 から 2/2 (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
 たくさんの応募ありがとうございました!!
 むつ市のみなさん!いつもどんな時でも、私たちは良き隣人「グッドネイバー」じゃよ。誰かを傷つけたりはしてはいけません!なのじゃー!!
 ムチュランより