

# いつもは“仲間”この日は“ライバル”

『5/18 奥戸小中合同運動会』



## 町民憲章

わたしたちは、津軽海峡の青い海と美しいみどりの丘と、太陽に恵まれた本州の最北の地に住む大間町の町民です。

先人の力と汗の偉業をたたえ、自然をいつくしみ、郷土を愛し、自覚と責任をもって、文化的でたくましく、豊かで明るく、うるおいのある住みよい町にするためにこの憲章を定め実践します。

1. 健康でよく働く豊かな町をつくりましょう。
1. しまりを守り、明るく住みよい町にいたしましょう。
1. 教養と文化の高い清らかな町をめざしましょう。
1. 互いに話し合う平和でなごやかな町をきずきましょう。
1. 人を愛し、まことをつくすしあわせな町に育てましょう。

あまき

2019 令和元年

No. 615



●大間中学校●



町内小  
運動会



●大間小学校●

# 青森県町村議会議長会会長就任挨拶



大間町議会議長 石戸 秀雄

この度、令和元年六月六日、県町村議会議長会の臨時総会で第四十七代会長に選任されました。

議長会七十年の歴史の中で大間町では初めての会長職ということで、大変光栄に感じると共に身の引き締まる思いです。

青森県の最重要課題の人口減少については、防止策として雇用の確保を一番に挙げました。大間町も現状を見れば高校の定員割れ、卒業と同時にほとんどが首都圏に出てしまう。働く場所があれば地元に残りたいと思っっている人も多いと聞きます。若者が家庭を築ける場所を増やす必要がある。

次に不安に思っているのは医療の充実です。唯一の町立病院は、整形外科診療もなくなり、歯科医も不在となりました。（多くの方が町外の医療機関を受診しているのが現状です。）小児科もなく、これも大間町から人口が減る要因と考えています。医療の充実も取り組んでいかなければならない課題です。

長い間議員をやらせて頂き与野党を問わず、多くの方々とお人脈をつくってまいりました。県町村議会議長会会長として、この人脈を最大限に利用して青森県の発展はもちろんです。北郡と大間町の課題に取り組み、解決に向けて努力していきたいと考えています。

さらに、下北半島縦貫道の早期完成、そして大間町からの避難道の早期着工。この二つの道路を繋げ、県庁所在地青森まで二時間でいける。これこそ均衡のある本県の発展に繋がると信じています。

皆様のご理解、ご協力をお願いして、県町村議会議長会会長の就任の挨拶とさせていただきます。



## 大間保育園で花見遠足が行われました

5月22日(水)、大間保育園で花見遠足が行われました。

ぽかぽかな天気の中、お母さんの手作りお弁当を「みてみて～」と見せ合ったり「おいしい、おいしい」と食べていました。

おいしいお弁当で、太陽の暑さも忘れ笑顔いっぱいな子ども達でした。



## 大相撲 <sup>かいしん</sup>海真 表敬訪問

5月30日(木)、田子ノ浦部屋へ入門した海真が、町長へ表敬訪問しました。

入門から2年が経ち、大間町へ帰省したのは1年ぶりとのこと。海真は、「厳しい世界だと思っていたが、優しい方ばかりで、時には叱ってくれたり、想像していた世界と違って優しさに溢れています。さらに努力して、勝ち越していきたいです。」と2年間の生活と今後の意気込みを話してくれました。



## 大間町人権擁護委員表彰

大間町人権擁護委員の古川一男委員は、多年にわたり人権擁護委員として、国民の人権擁護と人権思想の普及高揚に貢献された功績により下記のとおり表彰されました。

仙台法務局長表彰 古川一男委員



## 傳法正彦氏 旭日単光章受章

平成31年春の叙勲で、大間町第一根田内町内会長の傳法正彦氏が旭日単光章を受章されました。

傳法氏は、昭和57年から現在まで通算29年5ヶ月の長きにわたり、第一根田内町内会会長を務めており、強力なリーダーシップで地域住民をまとめ、町内清掃や町内会研修を実施し、連帯意識の醸成や、良好な地域社会の維持に尽力されました。

人口の減少などから地域活動への参加者が少なくなる中、長年町内会長として活動の継続に努めている功績が認められ今回の受章となりました。



## 父の日お祝いセレモニー

大間地域婦人会では、青少年健全育成の一環として、毎年「父の日」を前に、お祝いのセレモニーを行っています。

今年は6月14日(金)、大間幼稚園の子ども達と一緒に、大間町の働くお父さんの代表の方5名に、花束とプレゼントを贈りました。

町長から園児へプレゼントもあり、ささやかなイベントでしたが、私たち大人も意義のあるひとときを過ごしました。



## 入賞おめでとうございます

6月9日(日)、十和田市志道館で第16回全国小学生学年別柔道大会青森県予選会が行われ、大間誠心館道場の選手達が出場し、健闘しました。

大会入賞者は、以下のとおりです。

- 個人戦 5年男子45kg級
- 第2位 伊藤 豪 君
- 第3位 田中 琉維輝君

## 第69回下北美術展(児童・生徒の部)

むつ・下北管内小・中学校の児童・生徒の入賞作品を展示します。絵画・版画・書道の作品約700点が展示されます。

入場は無料ですので、ぜひこの機会にご観覧ください。

＜展覧会日時＞ 8月10日(土)～8月25日(日)  
午前9時から午後7時まで

＜展覧会場所＞ むつ市中央公民館

☎ 下北地方公民館連絡協議会

(むつ市中央公民館内) ☎24-1224

## 令和元年度 成人式のお知らせ

成人に達する若者の新しい門出を祝福するとともに、よき社会人として自ら生き抜こうとする青年を励ますため、「令和元年度大間町成人式」を下記の日程で開催します。

【日 時】 令和元年8月15日(木) 午後1時

【場 所】 北通り総合文化センター「ウイング」

【対象者】 平成11年4月2日～

平成12年4月1日生まれ

## 排水設備工事責任技術者試験

■日 時 令和元年10月16日(水)  
受付時間 13:30～13:50  
試験時間 14:00～16:00

■場 所 青森市、弘前市、八戸市、五所川原市

■受 験 料 8,000円(振込手数料除く)

■申込受付 令和元年7月3日(水)～  
7月31日(水)(土・日・祝日を除く)  
生活整備課で申込書を配布・受付します。

■合格発表 令和元年11月7日(木)

☎ 生活整備課 下水道係 担当:伊藤

☎37-2535(直通)

## 令和元年度大間高等学校同窓会のご案内

■日時 令和元年7月6日(土)  
総会 18:00～  
懇親会 18:30～

■場所 むつ仕出店

■会費 3,000円(男性)、2,000円(女性)  
1,000円(新卒)

■当日の出席予定恩師(お楽しみ!)

■今年度の同窓会幹事 平成3・7・8・17・18・  
19・28・29年度の卒業生

■同窓会会長 富岡 宏

☎ 大間高等学校(同窓会事務局)

☎37-2109

## 津軽海峡フェリーからのお知らせ

函館～大間航路において、8月8日～8月18日までの期間、お客様の利便性の向上を目的として、1日4便2往復から2便増便し、6便3往復にて運航いたします。また、増便運航に伴い一部のダイヤ及び大間ターミナル開館時間を変更いたします。下記内容をご確認の上、ご利用いただきますようお願い申し上げます。

### 1. 函館～大間航路 8月8日～8月18日運航スケジュール

○…運航 ×…運休

	日付			8/7	8/8	8/9	8/10	8/11	8/12	8/13	8/14	8/15	8/16	8/17	8/18	8/19	8/20
	便	出発	到着	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
函館発	6	09:30	11:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	以降、通常ダイヤでの運航となります。
	8	15:00	16:30	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	
	10	16:30	18:00	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	
	12	19:45	21:15	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	
大間発	5	07:00	08:30	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	以降、通常ダイヤでの運航となります。
	7	12:20	13:50	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	
	9	14:10	15:40	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	
	11	17:25	18:55	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	

### 2. 大間ターミナルの営業時間

日付	～8月7日	8月8日～8月18日	8月19日～
営業時間	5:30～19:00 (通常営業)	5:00～21:30	5:30～19:00 (通常営業)

※なお、食堂・売店の営業時間についても変更の可能性がございます。

詳しくは、津軽海峡フェリー(株) 大間支店までお問合せください。

☎ 津軽海峡フェリー株式会社 大間支店 ☎ 37-3111



## もったいない・あおもり県民運動にご協力を！

### 1. 温室効果ガスの排出量を減らしていこうとする取り組み

- ① クールビズやウォームビズの実践
- ② 家電の買い替え時に省エネ性能の高いものを選ぶ
- ③ 車の買い替え時にエコカーを選ぶ
- ④ スマートムーブ（ノーマーカー・エコドライブ）の実践



もったいない・あおもり  
県民運動キャラクター「エコ」

### 2. 廃棄物の発生抑制（リデュース）、再利用（リユース）、再生利用（リサイクル）といった、いわゆる3R（スリーアール）と適正処理を行うための取り組み

- ① 環境にやさしい買い物をしましょう。（マイバックの活用や詰め替え商品の購入など）
- ② リサイクル率向上のため資源回収に取り組みましょう。（ごみの分別）
- ③ 食品ロスの削減、生ゴミの水切りを心がけましょう。

☎ 住民福祉課 ☎ 37-2520（直通）

### 大間町学力向上研究会

#### 家庭学習を身につけるには、まず生活リズムの確立から

大間町学力向上研究会の「家庭地域啓発部会」では、今年度も学習意欲向上と家庭学習の習慣化に向けて、取り組みを進めています。

大間町では、4年前から「家庭学習強化週間」を設定し、取り組んでいます。今年度も2回設定し、各学校で家庭学習の指導に力を入れていきます。

第1回目は、6月に実施されました。各学年に見合った家庭学習の時間を奨励するために、家庭学習カード等に家庭学習に取り組んだ時間を記入し、子どもたちが毎日確認しながら進めました。

大間町「家庭学習強化週間」について

【大間中学校・奥戸中学校】

第1回 令和元年6月12日(水)～6月20日(木) 第2回 令和元年11月12日(火)～11月21日(木)

【大間小学校・奥戸小学校】

第1回 令和元年6月17日(月)～6月24日(月) 第2回 令和元年11月13日(水)～11月20日(水)

大間町「家庭学習の手引き」の活用

望ましい学習習慣の確立のために、今年度も「家庭学習の手引き」を作成し、大間町の4校(大間小学校、大間中学校、奥戸小学校、奥戸中学校)に配布しました。

常に家族みんなの目に触れるところに掲示して、子どもが毎日の家庭学習に意欲的に取り組めるように、おうちの方の声がけをお願いします。



大間町学力向上研究会			家庭学習の手引き			大間小学校 奥戸小学校 大間中学校 奥戸中学校					
<b>まずは、規則正しい生活から</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 早寝、早起き、朝ご飯(朝食)を。</li> <li>● 毎日、家庭学習をする。</li> <li>● 次の日の学習用具の準備をする。</li> <li>● 帰宅時刻、就寝時刻を守る。</li> </ul>			<b>家庭学習のポイント</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● まず、宿題をやる。</li> <li>● 決まった時間に決まった場所で学習する。</li> <li>● 〜ながら勉強はしない。(テレビ、ゲーム)</li> <li>● 終わった後、自分の家庭学習を振り返る。</li> </ul>								
<b>【小学生1年生～4年生】</b>			<b>【小学生5年生～中学校1年生】</b>			<b>【中学校2年生～3年生】</b>					
<b>学習時間</b> 【小1, 2年】20分～ 【小3, 4年】30分～			<b>学習時間</b> 【小5, 6年】50分～ 【中1年】1時間30分～			<b>学習時間</b> 【中2年】2時間～ 【中3年】3時間～					
<b>学習の進め方</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 宿題(しゅくだい)をていねいにやろう。</li> <li>・ひらがなやカタカナ、かん字や計算はくりかえし練習しようし、いつか一人で書こう。</li> <li>・きょうか書(とくに図画)がすすむ読めるよう声に出して読んでみよう。</li> <li>・わからないところ自分でしらべよう。それでもわからないときは、次の日先生に聞いてたしかめよう。</li> </ul>			<b>学習の進め方</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 一人勉強を工夫しよう。</li> <li>・漢字や計算のドリル、社会や理科で覚えること、単語帳(中学生)は、くり返し書いて練習しよう。</li> <li>・教科書で読めない言葉、意味のわからない言葉は、必ず自分で調べ、ノートに整理しよう。</li> <li>・ノートは自分なりに工夫し、学習したことが見やすく、分かりやすくなるように工夫しよう。</li> </ul>			<b>学習の進め方</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 目標を決め、計画的に学習しよう。</li> <li>・今日の授業のつまずきを振り返ろう。</li> <li>・学習したことがどの程度身に付いているか、必ず練習問題で確認しよう。</li> <li>・定期テスト、実力テスト前は計画を立て、目標を決めて取り組もう。また、テスト後は必ず復習し、同じ問題を再チャレンジして確実に覚えよう。</li> </ul>					
<b>保護者の応援へ &lt;もの1&gt;</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 学習習慣が身につくには、生活リズムの確立が重要です。そのために、まず時間を守って生活できるように協力をお願いします。</li> <li>○ スマホや携帯は便利な反面、子どもたちの生活リズムを崩したり、家庭学習の妨げになったりしがちです。通信機器の利用については、おうちの方による適切な管理と指導をお願いします。</li> </ul>			<b>保護者の応援へ &lt;もの2&gt;</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ お子さんの家庭学習の様子に関心をもち、時には励ましの言葉ををお願いします。おうちの方の応援がエネルギーになります。</li> <li>○ 授業の事や目標について、家庭で話をする機会を作ってください。そして、その事や目標に向かって地道な努力を継続できる子(自ら学習に取り組める子)を育てていきましょう。</li> </ul>								

学習習慣が身につくには、生活リズムの確立が大切です。昨今の情報機器(スマートフォン、携帯電話、タブレット等)やゲーム機の普及は、子どもたちの生活リズムを崩したり、家庭学習の妨げになったりしがちです。最新の東京都の調査では、子どもにもスマートフォンを持たせたことにより、低学年の保護者の約3割が睡眠不足や視力低下など何らかの影響があったと回答しています。情報機器やゲーム機の利用については、おうちの方による適切な管理と指導が必要です。

子どもたちに「確かな学力」を身に付けさせるためには、授業と家庭学習がリンクして力を伸ばしていく必要があります。学校では「わかる・できる」授業づくりに務めると共に、保護者の方々には温かい励ましや応援をいただくと、子どもたちのやる気につながり、継続していくエネルギーになります。学校と家庭がさらに連携し、大間町の子どもの学力向上に努めていきたいと考えています。

今月の  
あいさつ  
運動

～児童生徒をみんなで見守りましょう～

7月4日(第1木曜日) 午前7:10～7:40

<大間地区>・大間小学校前交差点・町営住宅前交差点・大間保育園前交差点  
<奥戸地区>・奥戸小学校前

# いきいき学校通信

大間小学校

今年度の大間小学校は、29名のかわいらしい1年生を迎え、全校11クラス、226名でスタートしました。本校では、子供たちの「自己肯定感」育成に力を入れて取り組んでいます。

「自己肯定感」を育むための4つの「うれしい」(「やっとうれしい」、「わかって、できてうれしい」、「認められてうれしい」「役に立ってうれしい」)を意識させて教育活動を進め、子供たちの「自信」に満ちた笑顔あふれる学校にしていきたいと考えています。

入学式 入場の様子



## 【今年度の学校目標】

- 基礎的・基本的な学習内容の定着と活用する力を高める学習活動の推進
- より良い人間関係を築き、自分を高めようとする活動の推進
- 自分の健康への関心と体づくりへの意欲を家庭や地域と連携して高める活動の推進
- 地域とつながりをもった学習・活動の推進

子供たち、保護者の方、地域の方、そして学校とで『元気な声と笑顔が広がる楽しい学校』を目指し、全職員が一丸となって取り組んでいきます。

保護者や地域の皆様方のご理解とご支援をお願いいたします。



6年生と手をつないで入場



少し緊張した自己紹介

4月26日(金)、「1年生を迎える会」が行われました。1年生が少しでも早く小学校生活に馴染めるようにと、5、6年生の企画委員会が「1年生の自己紹介」や「全校縦割り班を中心としたゲーム」など計画し、2年生以上の子供たちみんなですべてを盛り上げました。笑顔がいっぱいのとても楽しい集会となりました。

## 「便秘について」

みなさん初めまして、大間病院 若松 勲(わかまつ さとし)です。今回は皆さんが日々気にしているであろう、「便秘」についてお話しします。①そもそも便秘とは何か、②便秘になった時の対応、③便秘の注意点の3点です。

まず①に関して、便秘とは排便回数の減少(週3回未満)または、排便困難(過度のいきみ・便が残っている感じ)がある疾患です。便秘の分類としては、原因がはっきりしていない機能性や便秘型過敏性腸症候群、原因がはっきりしている器質性(消化管疾患)や症候性(全身疾患)、薬剤性があり、さらに機能性は弛緩性(便を押し出せない・高齢者)や痙攣性(ストレス・下剤乱用)、直腸性(硬便・便意の我慢・浣腸乱用)に分けられます。

次に②に関して、便秘には多様な背景(食事・運動・飲水・睡眠・ころこ・排便タイミングなど)があります。つまり生活習慣改善が最優先である一方で、排便タイミングも排便管理には必要です。ここで皆さんに知っておいてほしい言葉があります。排便に関連して起こる1日1～2回の著明な運動「大蠕動(だいぜんどう)」です。腸はいつでも便を出せるというわけではなく、便意が起こるには、大蠕動と呼ばれる収縮運動が起こる必要があります。1日に何回もあるわけではなく、特に起こりやすいのは朝食1時間後であることからタイミングを逃さないことがいいお通じにつながるということです。しかしながら、生活習慣改善等で便秘は解消されないこともあり、その際は薬物療法に移行する必要があります。

最後は③に関して、主な合併症として大腸がんや脳卒中、宿便性腸閉塞、痔核、不眠・うつなどがあり、特に高齢の方の排便時いきみは脳卒中や急性心不全、狭心症のリスクとなりえます。便秘を基礎疾患に様々な疾患が併発する可能性がありますので注意が必要です。

以上、簡単ではありますが「便秘」についてお話ししました。些細なことでも気になる方は、お気軽にご相談ください。

## 障害に関する相談所の開設について(大間町相談支援事業実施の日程について)

◎相談支援事業とは、障害のある人の福祉に関する様々な問題について、障害のある人等からの相談に応じ、必要な情報の提供、障害福祉サービスの利用支援等を行うほか、権利擁護のために必要な援助も行います。

7月の日程は下記のとおりです。

日時：令和元年7月17日(水) 午後1時～午後2時

場所：役場1階 小会議室1

むつ市障害者相談事業所の相談員の方々が相談や助言を行います。身近にある些細なことでもお気軽にご相談ください。

※お出でいただく時は、事前に下記の担当へご連絡くださるようお願いいたします。

☎ 住民福祉課 ☎ 37-2520 (直通)

## 青森県学生寮 入寮生募集のお知らせ

【入寮資格】保護者が青森県民で東京都又はその近郊の大学、専修学校等に在学、又は入学見込みの男子学生

【場 所】東京都小平市鈴木町一丁目103-1

【部屋・設備】個室(ベッド、机、エアコン等備付け)

【経 費】入寮費年額3万円、寮費月額3万円、食費1食450円(平日夕食のみ希望制)、電気料金実費

【申込み方法】詳細は以下にお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

☎ 030-8540 青森市長島一丁目1-1 青森県育英奨学会(青森県教育委員会教職員課内)

☎ 017-734-9879 / HP (<http://syougakukai.wixsite.com/aomori-ryo>)

# 令和元年度大間病院職員採用試験実施のお知らせ

大間病院では、令和2年4月1日採用予定の職員について、次のとおり採用試験を実施しますので、お知らせいたします。

## 1. 試験種別、職種、採用予定人員及び採用予定年月日

試験種別	職種	採用予定人員	採用予定年月日
社会人枠	行政職	1名	令和2年4月1日

## 2. 受験資格

試験種別	受 験 資 格
社会人枠	昭和57年4月2日から平成元年4月1日までに生まれた方で、高等学校以上を卒業し、平成31年4月1日時点において民間企業等における職務経験を5年以上有する方。
	1)「民間企業等における職務経験」には、民間企業のほか、国、地方公共団体、各種法人(財団法人、社団法人等)、各種団体等の職務経験が該当する。 2)「5年以上」とは、それぞれの企業・団体等で週30時間以上の勤務を1年以上継続し、これらの経験が通算5年以上であることを要する。(同時期に複数の企業・団体等に勤務していた場合は、いずれか一方の勤務時間のみ職務経験とする。)

ただし、いずれの職種も日本国籍を有しない者、自力により通勤ができない者、介護者なしに職務の遂行が困難な者及び地方公務員法第16条に規定する次に掲げる者は、受験できません。

- ①成年被後見人又は被補佐人
- ②禁錮刑以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで又はその執行を受けることがなくなるまでの者
- ③一部事務組合下北医療センター職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過しない者
- ④日本国憲法施行の日以後において、日本国憲法又はその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、又はこれに参加した者

## 3 試験の方法及び内容

試験区分	区 分	内 容
第1次試験	社会人基礎試験・各種検査	職務基礎力試験・職務適応性検査・性格特性・クレペリン
第2次試験	作文試験・面接試験	文章表現力等の評価・個人面接

## 4. 試験日等

試験区別	試験日	試験実施場所	合否発表の時期と方法
第1次試験	10月26日(土)	大間病院	受験者全員に合否を郵送で通知
第2次試験	12月上旬	大間病院	受験者全員に合否を郵送で通知

## 5. 受験申込方法

- ①申込書受験：受験申込書類は自筆で記入し、総務係まで提出してください。  
なお、郵送により申込みをする場合は、封筒の表に「受験申込み」と朱書きしてください。  
\* 受験申込書類は、総務係で受取るほか、大間病院ホームページからダウンロードすることができます。郵送で請求する場合は、封筒の表に「受験申込書請求」と朱書きし、受験種類がわかるようにし、返信用封筒(長4大封筒)に返信先の住所・氏名を明記し、82円切手を貼り宛名を明記)を同封してください。
- ②顔写真：受験申込書添付のほか2枚(縦4cm×横3cm)。

## 6. 受験票の交付

受験票は各試験の申込受付期間終了後に郵送にて交付します。

## 7. 申込み受付期間

令和元年7月1日(月)から7月31日(水)まで(ただし、土曜日、日曜日及び休日を除く)

※ 上記の受付時間は、午前8時15分から午後5時までです。郵送による場合は、受付期間終了日までの消印のあるものに限り受け付けます。

## 8. 給 与

基本給は、一部事務組合下北医療センター職員の給与に関する条例に基づき決定し、昇給は原則として年1回行います。

また、6月、12月に期末・勤勉手当、11月から3月まで寒冷地手当が支給されるほか、支給条件に応じて、扶養手当、通勤手当、住居手当等の各種手当が支給されます。

## 9. 勤務時間、休日及び休暇

勤務時間は、午前8時15分から午後5時までで、毎週土・日曜日、祝日及び年末年始が休日となっています。

年次有給休暇は、年間20日(4月採用の場合は、初年15日)で、残日数は20日を限度に繰越できます。

その他の休暇として、結婚休暇、ボランティア休暇、夏季休暇などの特別休暇や介護休暇制度、育児休業制度などがあります。

☎ 千039-4601 青森県下北郡大間町大字大間字大間平20-78

国保大間病院 総務係 ☎37-2105

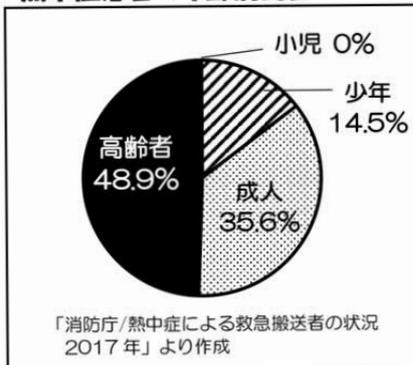
## 熱中症の予防

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態です。

- ☞外にいる時だけでなく、家の中で何もしていない時でも熱中症にかかることがあります。
- ☞具合が悪くなるだけでなく、**ひどい場合は死亡**することもあり、注意が必要です。

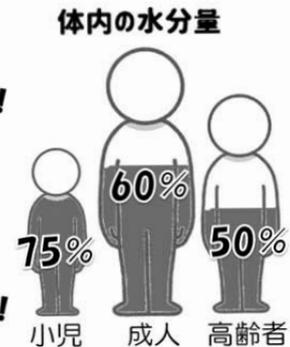
**熱中症患者の約半数は 65 歳以上！ 高齢者は特に注意が必要です！**

熱中症患者の年齢別割合



### 高齢者は…

- ①体内の水分が不足しがち！
- ②暑さに対する感覚機能が低下している！
- ③暑さに対するからだの調節機能が低下している！



こまめに水分補給をする！



部屋の温度や湿度を測る！



暑いときは無理をしない！



涼しい服装をする！  
帽子や日傘を使う！

エアコンや扇風機を使う！



シャワーや濡れタオルで体を冷やす！

部屋の風通しを良くする！



緊急時の連絡先を控えておく！

暑い日は無理をせずに、のどが渇かなくてもこまめに水分補給し、涼しい服装や場所を過ごして熱中症を予防しましょう！

# ふれあいサロン & おれんじサロン

## 7月大集会のお知らせ



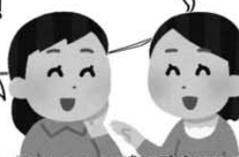
### 【ふれあいサロンとは…？】

一人暮らし高齢者が集い、交流を深める場所です。社会福祉協議会で実施しています。

### 【おれんじサロンとは…？】

認知症の方やそのご家族、地域の方々など誰でも気軽に参加できる憩いの場所です。役場住民福祉課で実施しています。

今回、  
二つのサロンが合体して  
大集会を開催！！



みなさんのお好きな  
カラオケもご用意して  
あります！！



と き: **7月11日(木)**

時 間: **13:30~15:30**

場 所: 海峡保養センター大広間

※温泉バスの送迎あり

＊メニュー＊

- お茶のみ会
- 老化予防体操
- カラオケ
- 健康相談
- 介護相談
- 血圧測定 & 血糖測定

**無料です!**

## いきいき健康づくりの集い(体操教室)に 参加しませんか?



今年度の「いきいき健康づくり教室(体操教室)」がはじまりました。健康運動指導士や、スポーツインストラクターの方が講師できてくれています。1時間半じっくりと体を動かして、健康な体づくりにお役立てください。

<今月のよてい>

7月11日(木)・7月31日(水)

両日とも

(第1部) 14:00~15:30

(第2部) 18:00~19:30

ところ 総合開発センター



教室に関する問い合わせは、役場住民福祉課(☎37-2520)へお問い合わせください。

## 令和元年度 特定健診・がん検診のお知らせ

### ●健診日

日にち	場所	受付時間					
		7時00分～9時00分			(昼)11時30分～13時30分 (夕)16時00分～18時00分		
		特定健診	がん検診	定員	婦人科検診	定員	
7月18日(木)	奥戸交流館	<b>定員となりました</b>			150人	○(昼)	130人
7月27日(土)	奥戸交流館	○	○	150人			
9月4日(水)	総合開発センター	○	○	150人			

### ●対象者・検査内容

検査項目	対象者	検査内容	
特定健診	30歳以上の国保加入者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・身体測定</li> <li>・血圧測定</li> <li>・尿検査</li> <li>・診察</li> <li>・心電図</li> <li>・眼底検査</li> <li>・採血</li> </ul> (脂質、肝機能、貧血、血糖、腎機能、尿酸)	
	75歳以上の方		
	生活保護受給者		
	社会保険被扶養者 (協会けんぽ等) ※受付方法等については、勤務先へご確認ください。		
がん検診 ※保険証の種類に関係なく受診できません	胃がん	胃部エックス線(バリウム)	
	肺がん	30歳以上の方	胸部エックス線
	大腸がん		便潜血検査(検便)
	前立腺がん	50歳以上の男性	採血
	肝炎ウイルス	40歳以上で過去に1度も検査したことがない方	採血
婦人科検診 ※保険証の種類に関係なく受診できません	子宮頸がん	20歳以上の女性	視触診、細胞採取
	乳がん	40歳以上の女性(昨年度受診した人は対象外です)	マンモグラフィ
	骨密度検査	30歳以上の女性	D X A 法(前腕による検査)

### ●申し込み期限

希望する健診日の5日前までに役場 住民福祉課へお申し込みください。

### ●申し込み方法

役場住民福祉課へ希望する健診項目と日にち(会場)をお知らせください。

### ●その他

- ・希望者には送迎をいたします。申し込みの際にご相談ください。
- ・時間、検査内容、お子様連れなど、気になる点はお気軽にご相談ください。
- ・上記日程以外で子宮頸がん検診(個別検診)をご希望の方も役場住民福祉課へお申込ください。



問 住民福祉課 ☎37-2520 (直通)

## 7月の保健事業

<p align="center"><b>予防接種（MR 1期・水痘）</b></p> <p>【日にち】3日（水）            【時間】受付 13:45～14:15                      接種開始 14:30～            【場所】大間病院            【対象者】MR：H29.7.4～H30.7.3                      水痘：H28.7.4～H30.7.3</p>	<p align="center"><b>予防接種（二種混合・日本脳炎）</b></p> <p>【日にち】24日（水）            【時間】受付 13:45～14:15                      接種開始 14:30～            【場所】大間病院            【対象者】小学校6年生                      二種混合：H19.4.2～H20.4.1                      日本脳炎：H19.4.2～H20.4.1</p>
<p align="center"><b>予防接種（ヒブ・肺炎球菌・B型肝炎）</b></p> <p>【日にち】10日（水）            【時間】受付 13:45～14:15                      接種開始 14:30～            【場所】大間病院            【対象者】ヒブ：H26.7.11～H31.5.10                      肺炎球菌：H26.7.11～H31.5.10                      B型肝炎：H30.7.11～H31.5.10</p>	<p align="center"><b>いきいき健康づくりの集い（蛭沢先生）</b></p> <p>【日にち】31日（水）            【時間】第一部：14:00～15:30                      第二部：18:00～19:30            【場所】総合開発センター</p> <p align="center">「足の筋力アップ&amp;足痩せエクササイズ」コース</p>
<p align="center"><b>いきいき健康づくりの集い（鬼武先生）</b></p> <p>【日にち】11日（木）            【時間】第一部：14:00～15:30                      第二部：18:00～19:30            【場所】総合開発センター</p> <p align="center">「バランスカアアップ&amp;体幹エクササイズ」コース</p>	<p align="center"><b>予防接種（日本脳炎）</b></p> <p>【日にち】31日（水）            【時間】受付 13:45～14:15                      接種開始 14:30～            【場所】大間病院            【対象者】小学校4年生                      日本脳炎：H21.4.2～H22.4.1</p>
<p align="center"><b>予防接種（四種混合・日本脳炎）</b></p> <p>【日にち】17日（水）            【時間】受付 13:45～14:15                      接種開始 14:30～            【場所】大間病院            【対象者】四種混合：H24.1.18～H31.4.17                      日本脳炎：H24.1.18～H28.7.17</p>	<p align="center"><b>特定健診・がん検診</b></p> <p>※詳しくは、14ページをご覧ください。</p> <p><b>7/18（木）奥戸交流館</b>  <b>7/27（土）奥戸交流館</b></p> 

### 子宮頸がん個別検診やっています！ ※乳がん・骨密度検診は行っていません。

●子宮頸がん検診をむつ市内医療機関で受けることができます。希望される方は、ご連絡ください。

検診内容	問診、内診、細胞診検査（集団健診と同様です）
自己負担額	無料
実施期間	令和2年3月31日まで
医療機関	①むつ総合病院 ②北村医院 ③中央レディースクリニック
申し込み方法	①役場窓口か電話にて保健師までご連絡ください。 ②役場から受診券が発行されます。 ③受診券がお手元に届いたら、希望の病院に予約し検診を受けてください。
注意事項	※子宮頸がん検診は、年度内に集団検診または個別検診のどちらか1回のみとなります。 ※出産された方は、産後6ヶ月後から受診することができます。



## 「青森県健康経営認定制度」のお知らせ

青森県では、従業員の健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践する「健康経営®」に取り組む県内事業所を「青森県健康経営事業所」として認定する「青森県健康経営認定制度」を実施しています。

認定要件を満たし、認定を受けた事業所は、「入札参加資格申請時の加点」、「求人票での健康経営事業所である旨の表示」、「県内金融機関による低融資」などのメリットがあります。

また、認定の必須要件として定めている「健康づくり担当者養成研修」を下記の日程で実施しますので、ぜひ受講ください。



### 【健康づくり担当者養成研修】

開催日	受講申込期日	開催時間	開催場所	
7月31日(水)	7月17日(水)	9:40~16:30	三沢市	三沢市公会堂
8月27日(火)	8月8日(木)		弘前市	健康未来イノベーションセンター
9月13日(金)	8月30日(金)		五所川原市	五所川原市中央公民館
9月27日(金)	9月13日(金)		八戸市	八戸市福祉公民館
10月30日(水)	10月16日(水)		むつ市	下北文化会館
11月13日(水)	10月30日(水)		十和田市	十和田市民文化センター・生涯学習センター
12月18日(水)	12月4日(水)		青森市	リンクステーションホール青森

※参加料3,000円（昼食時には、健康弁当を試食していただきます。）

☎ 研修について、青森県医師会 健やか力推進センター ☎017-763-5590

（健やか力推進センターHP <http://www.aomori.med.or.jp/common/sukoyaka.html>）

認定要件について、県がん・生活習慣病対策課 ☎017-734-9212

（県HP [青森県健康経営認定制度](#) を検索）

## むつ保健所からHIV即日検査のお知らせ

～HIV検査は匿名・無料（予約が必要です）その日のうちに結果が分かります～

●検査実施日：原則 毎月第3火曜日 13:00～15:00

<令和元年度の検査日> \*1日4人まで

7月16日(火)	12月17日(火)
8月27日(火)	1月21日(火)
9月17日(火)	2月4日(火)
10月15日(火)	3月17日(火)
11月19日(火)	



検査は採血です

- ・性感染症抗体検査（性器クラミジア、梅毒）も希望すれば受けられます。
- ・HIV、性感染症検査は心配なことがあってから3か月以上経過してからの検査をおすすめします。

●検査実施場所 むつ保健所：むつ市中央1丁目3-33

●検査を希望される方は、下記にご予約ください。

☎ エイズ相談・予約専用電話 ☎31-1808（担当：むつ保健所 健康増進課）

## 定例労働相談会について

個々の労働者と事業者との間に生じた労働問題（解雇・賃金引き下げ・長時間労働・パワハラなど）について、青森県労働委員会委員が相談に応じます。

【日時及び開催場所】

開催日	時間	場所
7月2日(火)	13時30分～15時30分	青森県労働委員会 (国道県庁向かい みどりやビル7階)
7月21日(日)	10時30分～12時30分	

【対象者】 県内の労働者、事業主

【相談員】 青森県労働委員会委員

(青森県労働委員会とは…青森県の行政機関の一つ。労働問題について専門的知識を持つ、公益委員(弁護士等)、労働者委員(労働組合役員等)、使用者委員(会社経営者等)で構成されており、中立・公正な立場で労働問題を解決する。)

【費用】 無料

【利用方法】 随時受付(事前予約優先)

☎ 青森県労働委員会事務局 ☎017-734-9832 / FAX017-734-8311

労働相談ダイヤル ☎0120-610-782

URL (<http://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/job/roi-sodankai.html>)

## ネクストキャリアセンターあおもりからのお知らせ

45歳以上の方の転職・再就職をサポートします。

就職活動のノウハウを知りたい方、就職活動に不安を抱えている方など、カウンセラーがマンツーマン(完全予約制)でサポートいたします。お気軽にご相談ください。

※当職業相談は、雇用保険受給資格者の求職活動として認められます。

会場	日時	場所
青森地区	平日 午前9時～午後4時	ネクストキャリアセンターあおもり 青森市長島2丁目10-4 ヤマウビル8階
弘前地区		キャリアスクールI・M・S 弘前市土手町134-8
八戸地区	月3回 水曜日 午後1時～午後4時	ユートリー 八戸市一番町1丁目9-22

☎ ネクストキャリアセンターあおもり～あおもり中高年就職支援センター～

☎017-723-6350 / ✉ chuukounen@ims-hirosaki.com

## 「働けないから脱出する！」むつ出張相談のご案内

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行っております。予約制となっており、相談・講座は無料です。

【場所】 青森県むつ市中央1丁目8-1

むつ市役所庁舎ジョブカフェあおもり サテライトスポットむつ内

【出張日】 第1・3木曜日 【対象者】 15歳～39歳までの若者

☎ あおもり若者サポートステーション ☎017-775-5301

受付時間 午前8時30分～午後5時15分まで(前日までに予約してください。)

## ～税務保険課からのお知らせ～

### 1. 今月の納期について

今月の納期については、下記のとおりとなっておりますので、納め忘れには注意しましょう。  
なお、納税通知書等は、今月上旬に発送の予定となっております。

- ・ 固定資産税（第2期）
  - ・ 国民健康保険税（第1期）
  - ・ 介護保険料（第1期）
  - ・ 後期高齢者医療保険料（第1期）
- 令和元年7月31日（水）

※ 納期を過ぎますと納付が遅れるごとに延滞金が加算される場合があります。延滞金の割合は、納期内納付をされた方との公平性を保つために法により定められています。

☎ 税務保険課 ☎ 37-2518（直通）

### 2. 後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

#### (1) 「被保険者証」の更新について

被保険者証をお持ちの方に、8月から使用する被保険者証を7月下旬に郵送します。

※ 平成30年中の所得状況によって、8月1日から医療機関窓口での自己負担割合が変わる場合があります。お手元に届きましたら、記載内容をご確認ください。期限の切れた被保険者証はハサミ等で細かくし破棄してください。

#### (2) 「限度額適用・標準負担額減額認定証」及び「限度額適用認定証」の更新について

被保険者で住民税非課税世帯の方は、医療機関の窓口「限度額適用・標準負担額減額認定証」を提示すると、一つの医療機関への医療費の支払いが、高額療養費の自己負担限度額までとなり、入院時には食事代が減額されます。また、被保険者で同じ世帯に住民税課税所得金額が145万円以上690万円未満の被保険者がいる方は、医療機関の窓口「限度額適用認定証」を提示すると、一つの医療機関への医療費の支払いが、高額療養費の自己負担限度額までとなります。

現在これらの認定証を交付されている方で、所得状況等によって引き続き認定される方には、8月から使用する新しい認定証を郵送します。更新手続の必要はありません。

新たにこれら認定証の交付を希望する方は、被保険者証と印鑑、個人番号がわかるもの（通知カードまたは個人番号カード）を持参の上、役場 税務保険課で手続きを行ってください。

#### (3) 令和元年度の保険料

均等割額 [被保険者全員が納める額]	+	所得割額 [所得に応じて納める額]	-	保険料額 (限度額62万円)
40,514円		基礎控除後の所得(※1)×7.41%		

※ 均等割額、所得割率はこれまでと変わりません。

※1 基礎控除後の所得とは、前年の総所得金額等から基礎控除額（33万円）を差し引いた額です。

#### ■ 均等割額の軽減

・ 同一世帯内の被保険者及びその世帯の世帯主の所得を合わせた合計所得に応じて、次のとおり均等割額を軽減します。

世帯の所得額の合計	軽減割合
33万円以下	8.5割
33万円以下かつ被保険者全員が公的年金収入80万円以下で、その他の各種所得がない	※8割
33万円+（28万円×被保険者の数）以下	5割
33万円+（51万円×被保険者の数）以下	2割

※ 平成31年4月1日から軽減割合が9割から8割に変更となりました。

## ■ 被用者保険の被扶養者であった方の軽減

- ・資格取得後2年間に限り、均等割額が5割軽減となります。
  - ※ 被用者保険とは、全国健康保険協会管掌健康保険、船員保険、健康保険組合、共済組合などです。
  - ※ 世帯の所得が低い方は、均等割額の更なる軽減（8.5割軽減、8割軽減）が受けられます。
- その他不明な点は、青森県後期高齢者医療広域連合までお問い合わせください。

### (4) 保険料の減免等について

災害により住宅等に著しく損害を受けた場合や、特別な事情により世帯主等の収入が著しく減少した場合は、保険料の減免等が認められることがありますので、ご相談ください。

☎ 役場 税務保険課 ☎ 37-2518 (直通)  
青森県後期高齢者医療広域連合 ☎ 017-721-3821

## 青森県インターネット公売実施中です！

県では、ヤフー株式会社が運営するインターネットオークションを利用して、県税滞納者から差し押さえした財産の売却を行う「インターネット公売」を実施しており、不動産をはじめ、自動車や貴金属、携帯型ゲーム機などが公売の対象となり、落札されています。

青森県以外にも全国の地方自治体から多数出品されていますので、ぜひご参加ください。公売に参加するためには、ヤフー株式会社のIDを取得し、メールアドレスの認証が必要になります。

詳しくは、県税ホームページ (<http://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/top.html>) をご覧になるか、下記までお問い合わせください。

☎ 下北地域県民局県税部 納税管理課 ☎ 22-8581 (内線210、211)

## 消費税軽減税率制度説明会を開催します

軽減税率制度は全ての事業者の方に関係があり、円滑な導入のため早期に対応準備が必要です。軽減税率制度等に関する説明会を開催しますので、ぜひ、ご参加ください。※席に限りがあることをご了承ください。

### ●説明会の内容

- ・消費税軽減税率制度の概要
- ・軽減税率対策補助金（レジ導入等）
- ・区分経理（帳簿、請求書等の記載）
- ・インボイス制度

### ●開催日時

- 令和元年7月24日(水)、31日(水)
- ①10:30~12:00
  - ②14:00~15:30
- (※①②とも同じ内容です)

### ●開催場所

下北合同庁舎 4階共用会議室 (住所:むつ市金谷2-6-15)

☎ むつ税務署 調査部門 ☎ 22-3294

## ハローワークむつ出張相談in大間

ハローワークむつでは、仕事を探している方等を対象に、ハローワーク職員による出張就職相談を実施しています。

【開催日時】 令和元年7月11日(木) 11:00~13:00 (昼休憩 12:00~13:00も相談できます。)

【開催場所】 総合開発センター 農林漁業研修室

【相談内容】 就職に関する相談 (雇用保険受給中の方は、求職活動として認定されますので、雇用保険受給資格者証をお持ちください。)・求人情報の提供・職業訓練の情報など雇用情報の提供・その他

※ 雇用保険受給に関する諸手続きにつきましては、当出張相談では行いませんのでご了承ください。

※ 天候や道路状況等により相談開始時間が遅れたり、中止となる場合がございますので、予めご了承ください。

☎ ハローワークむつ (むつ公共職業安定所) 職業紹介・学卒部門 ☎ 22-1331

# 国民健康保険税について

平成31年度国民健康保険税の納付書（口座振替の方は通知書・納税組合の方は明細書）を7月1日付けで加入世帯主に送付させていただきます。

平成30年度の国民健康保険法の一部改正により、保険税の賦課限度額（課税される税額の上限）は96万円となっております。

## （1）国民健康保険税の内容

大間町は、平成31年度の国保税算定に関して税率（額）を変更せず積算しております。

ただし、限度額については、国民健康保険法の改正に合わせて一部改正されております。

P21（3）別表1参照

### ・介護2号被保険者（国保加入者の40歳～64歳までの方）に係る賦課限度額の課税の考え方

年度途中で40歳になる方の保険税は、40歳になる月（誕生日が1日の方は、40歳になる前月）の分から月割計算します。また、年度途中で65歳になる方の保険税は、65歳になる月の前月（誕生日が1日の方は65歳になる前々月）までの分を月割計算し課税します。

### ・国保税の特別徴収について

受給されている年金から、国保税を天引きすることを特別徴収といいます。

下記の①及び②にあてはまる国保に加入している世帯主を対象に実施しております。

① 世帯内の国保加入者全員が65歳～74歳までの世帯主。

② 特別徴収の対象となる年金の額が年額18万円以上であり、国保税と介護保険料を合わせ年金額の1/2を超えないこと。

※ ただし、65歳並びに75歳に到達される年度については、年度途中での特別徴収該当あるいは後期高齢者医療制度への移行となりますので、普通徴収（納付書）での支払いとなります。

## （2）国保税の納税について

### ・特別徴収

世帯の国保加入者全員が65歳から74歳の場合で一定の要件を満たす場合は、年度内に6回ある年金支給額から国保税を天引きさせていただきます。

仮徴収 4月・6月・8月は、前年度の国保税の約1/6の金額を年金支給額から特別徴収します。（4月1日付で仮徴収通知書を発送済みです。）

本徴収 申告等により前年の所得等が確定した後の10月・12月・2月、本算定により決定された当該年度の国保税から仮徴収分を差引き調整された金額を年金から特別徴収します。（10月徴収前に再度決定通知書を送付します。）

※ 特別徴収の該当要件を満たさなくなった場合や、保険税額が更正により減額になった場合は、納付が普通徴収に変更されます。また、更正等により増額になる場合は、特別徴収の変更はなく増額した額を普通徴収（納付書）により納付していただくこととなります。

これらの場合は、更正通知書によりお知らせいたします。

### ・普通徴収

これまでと同様に、納付書又は口座振替で納付していただきます。

普通徴収の納期は、年7回（7月～1月までの毎月指定日）です。

国保税は、前年度の所得を基に算定します（本算定7月1日）ので、基本的には世帯内での人の異動がない限り税額の変更はありません。

ただし、所得額の変更や加入者の増減等により税額に変更があった場合は、更正通知書によりお知らせします。

※ 国民健康保険税の納期は7期となりますが、納期ごとの納付が困難な方はお気軽に税務保険課徴収担当に納付相談をしてください。

・低所得世帯に対する保険税の減額

所得の申告（確定申告）がなされている世帯で下記の表に該当する世帯は、保険税のうち、平等割額と均等割額が軽減されます。

30年中の所得課税標準額が下記の金額以下の世帯	軽減割合
330,000円以下	7割軽減
330,000円＋（280,000円×加入者数）	5割軽減
330,000円＋（510,000円×加入者数）	2割軽減

被保険者数	2割軽減該当		5割軽減該当		7割軽減該当
1	330,000超	840,000以下	330,000超	610,000以下	330,000以下
2	〃	1,350,000以下	330,000超	890,000以下	
3	〃	1,860,000以下	〃	1,170,000以下	
4	〃	2,370,000以下	〃	1,450,000以下	
5	〃	2,880,000以下	〃	1,730,000以下	
6	〃	3,390,000以下	〃	2,010,000以下	

（3）国保税の課税に関する基本的な考え方

・国保税の納税義務者は世帯主となります

世帯主が国保に加入していなくても、同一世帯内で国保に加入している方がいる場合は、国保制度上の擬制世帯主となり課税されます。（擬制世帯主の場合、世帯主の所得、資産等は国保税の計算には含めませんが、軽減判定の際だけはその所得を含めて判定を行います。）

・年度途中で加入・脱退された方の保険税

年度（4月1日から次の年の3月31日）の途中で加入した方の保険税は、加入した日（会社を退職した日、町外から転入した日の属する月）から月割計算し課税します。また、年度途中で資格が無くなった方は、加入していた期間分を月割計算します。

なお、転入された方の保険税は、計算基礎である所得額を前住所地へ確認する必要があることから、転入時に保険税を基本額で通知し、所得の確認後に再計算した通知書を送付する場合があります。

別表 1

算定基礎	税 率（額）			説 明
	医療保険分	支援金分	介護保険分	
①所得割率	8%	2%	1.44%	国保加入者の前年の所得に応じて算定 （平成30年分の所得－基礎控除（33万円）） ×所得割税率
②資産割率	40%	—	—	国保加入者全員の当該年度の固定資産税額のうち、土地及び家屋に係る部分（共有持分を含む）を基に算定 平成31年度固定資産税額×資産割税率
③均等割額	22,000円	8,000円	13,500円	国保加入者1人あたりとして算定
④平等割額	38,000円	—	—	一世帯あたりとして算定
年税額	上記の①～④を合計した金額が年税額となります。 なお、介護保険分については、40歳以上64歳までの方（介護保険の第2号被保険者）が対象となります。			
賦課限度額	610,000円	190,000円	160,000円	賦課される年税額の最高限度額です。 960,000円

※大間町では、平成16年度から国民健康保険税の税率を上げずに医療費の適正化を図りながら特別会計を運営しています。

国民健康保険税は、加入している皆さんが病気やケガをしたときの医療費を病院等へ支払うための必要な財源です。皆さんの保険税が大間町の国民健康保険事業を支えているのです。

医療費は、皆さんの保険税と国・県からの補助金等で医療機関に支払われますが、進む超高齢化社会並びに世界的恐慌の影響で、国保加入者の急増、それに伴い医療費が年々増加傾向にあり、今後は税率改正や滞納者対策として不動産の差押さえ等を実施し、国保財政の安定運営を図らなければなりません。

国民健康保険税を収めないと、

①督促状が送られます。



納付なし及び連絡なしの状態ならば…

②保険証の有効期間が短縮されます。

特別の事情も無く、更に納付相談にも応じず保険税の滞納が続く場合は、保険証の更新時に有効期間が、1ヶ月等の短期被保険者証を交付します。



それでもなお滞納が続いていると…

③保険証を交付せず、被保険者資格証明書（自己負担10割）を交付します。

被保険者資格証明書で医療機関を受診した場合は、かかった医療費の全額を支払い、後日、領収書を持って国保窓口へ申請し、7割分の給付を受けることとなりますが、原則として、保険税の未納分に充当させていただきます。



更に滞納が続いていると…

④財産等の差押さえを行います。

というような措置をとりますので、納付期限を守り納付してください。

### 大間町の国保の状況と特定健康診査受診のすすめ

大間町の国民健康保険加入者の、特定健診受診率及び特定保健指導受診率平成29年度実績では、青森県内、40市町村のうち、38番目と15番目で、これに対し医療費は、1件あたり32番目1日あたりでは4番目となっています。

この状況は従来から続いており、大間町の方が病院を受診しない、又は町等の健診を受けずにガン等の病気にかかったことさえ分からず具合が悪くなり、はじめて病院へ受診した結果「手遅れ」という状況になっていることが分かります。

「忙しいから」「面倒くさいから」という理由で健診を受けない方が多くありますが、自分の体を守るためにも町で実施している「特定健康診査」を受診しましょう。

大間町の医療費支払いが多くなると「国保税」に直接影響し「皆さんへ増税」することとなり、医療機関への適正な受診や健康診査の受診等での自己管理が大切になってきます。

大間町では、特定健康診査、がん検診を無料で行っています。健診日を確認しご自分の都合の良い日を予約し受診してください。

☎ 税務保険課 ☎ 37-2518（直通）

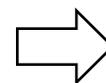
## 国民年金保険料免除等の申請について

60歳未満の国民は、国民年金や厚生年金等のいずれかの年金に加入しなければなりません。年金加入期に万が一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金という公的年金が加入状況等の要件を満たしている場合支給されます。

国民年金加入者で、経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「若年者（50歳未満）納付猶予制度」があります。未納期間をなくし、万が一の時、老後のために、そなえましょう。

令和元年度の免除等の受付開始は、7月1日からです。令和元年7月分から令和2年6月分までの期間を対象として審査を行います。また、申請時点の2年1ヶ月前の月分まで遡り申請することができます。

- ・失業等により保険料を納付することができなかった
- ・申請を忘れていたために未納期間がある
- ・20歳になったけど学生である



お気軽に  
ご相談ください。

☎ 役場 住民福祉課 ☎ 37-2520（直通）  
むつ年金事務所 国民年金課 ☎ 22-4947

## むつ高等技術専門校からのお知らせ

### ●青森県立職業能力開発校訓練生募集

【募集期間】令和元年度8月19日(月)～9月6日(金)

【募集学科】むつ高等技術専門校(木造建築科)、青森高等技術専門校(電気工学科、環境土木工学科)

弘前高等技術専門校(自動車システム工学科、建築システム工学科)

八戸工科学院(機械システム工学科、自動車システム工学科、設備システム工学科、制御システム工学科)

【応募基準】高校を卒業した方、また令和2年3月に卒業見込みの方(むつ校は中学卒業者を含む)

【試験日】令和元年9月20日(金) 【合格発表】令和元年9月27日(金)

☎ むつ校 ☎ 24-1234

☎ 青森校 ☎ 017-738-5727

☎ 弘前校 ☎ 0172-32-6805

☎ 八戸校 ☎ 0178-28-5727

### ●離職者等再就職訓練「経理OA科①」受講生の募集

【受講内容】パソコンの取扱い、Word、Excel、経理業務、財務諸表に関する知識・技能の習得

【募集期間】令和元年6月24日(月)～7月19日(金)

【受講期間】令和元年8月8日(木)～11月7日(木)

【受講資格】公共職業安定所に求職申込を行っている方、離職者等で職業に必要な技能及び知識を習得しようとする方

【募集定員】15名

【受講料】無料(ただし、テキスト代等は自己負担)

(テキスト代・災害保険加入費・資格試験検定料 合計 35,000円程度)

【訓練場所】むつ市内の民間訓練施設を予定

【応募手続】受講申込書に必要事項を記入し、最寄りの公共職業安定所に提出してください

☎ 青森県立むつ高等技術専門校 ☎ 24-1234 (担当:幸山・浜田)

## 女性応援法律講座&法テラス青森県無料法律相談のお知らせ

法律を知って前向きに生きよう～新しい人生の一步のために～

法律の知識を学ぶことで、自分の人生を前向きに生きていく力をつけましょう。離婚、親権や養育費、財産分与など、法律や実際の手続きについての疑問を女性弁護士がやさしくお答えします。

開催日:令和元年7月30日(火) 会場:むつ市 下北文化会館 集会室1

(〒035-0072 青森県むつ市金谷一丁目10-1)

### 【法律講座】

時間:10時00分～12時00分

会場:集会室1(下北文化会館)

講師:大谷 真実 弁護士

(大谷法律事務所)

対象:女性のみ 先着20人

参加費:無料

申込み:☎017-732-1022

(水曜日を除く、9:00～16:00)

FAX017-732-1073(24時間受付)

託児:無料 要申込み(7月23日(火)まで)

※1歳から就学前まで(先着6人)

### ■参加者のお約束

この講座で知り得た個人情報は、外部に出さないようにお願いします。

☎ 〒030-0822 青森県中央3丁目17-1 アピオあおもり

青森県男女共同参画センター 相談室 ☎017-732-1022(水曜日を除く、9:00～16:00)

### 【法テラス青森無料法律相談】

時間:12時30分～14時30分

会場:集会室1(下北文化会館)

対象:女性のみ 先着4人

(相談時間はお一人30分になります)

参加費:無料

申込み:法律相談予約は法テラス青森

☎050-3383-5552

■法テラスが定める「資力基準」以下の方が対象になります。なお、相手方の収入は除きます。

詳しくは、法テラス青森へご確認ください。

託児:無料 要申込み(7月23日(火)まで)

申込み:託児予約のみ青森県男女共同参画センターへ

## Paul(ポール)のROOM(部屋)

大間町の7月と言ったら、海の日(うみの日)の行事を思い浮かべます。毎年海の日(うみの日)に、大漁祈願祭と天妃様行列を行っています。大間町の大漁祈願祭は昔から大間の伝統ですが、天妃様行列は、1996年に始まりまだ新しい行事です。皆さんは、大間町に祀られた天妃様のことを知っていますか。

天妃様は、東南アジアの海上守護の女神です。世界で天妃様がどのような行事をしているか、詳しく知らない人も多いと思います。私は、天妃様についてもっと学習したいと思い、青森日台交流会の貴戴淑(タイスクエイ)さんと話しました。戴さんは、15年連続で大間町の天妃様行列を見に来ていて、戴さんの指導のおかげで、行列は素晴らしいものになっています。戴さんは台湾人ですが、日本語を共通言語として会話しています。

世界で天妃様は、主に媽祖(まそ)と呼ばれます。20ヶ国以上の国で2億人以上の信者がいます。東南アジアだけではなく、驚いたことにアメリカにも媽祖の神社があります。毎年3月～4月に、台湾で最大規模な媽祖巡行があります。媽祖の信者は、媽祖の像をのせた神輿を運んで、300キロを歩き、たくさんの媽祖の神社をお参りします。9日間もかかるそうです。媽祖信仰の総本山は、台湾にあるので大勢の人は台湾に行きます。人数が多いので、台湾の行列は盛り上がります。戴さんによると、大間町では天妃様行列を大漁祈願祭と一緒にやっているの、日台共有の祭りになるそうです。

ユネスコの世界遺産を知っていますか。2009年に「媽祖信仰」はユネスコの無形文化遺産になりました。つまり、東南アジアとの国際交流により、大間町の天妃様行列も世界に認められた遺産の一部分ということです。今年の行列は、参加する人も見る人もそんな世界的な行事として楽しんでみてください。



▲戴さん



▲媽祖巡行の様子

## あなたも参加 わたしもやります “交通安全”

### 令和元年県内の交通事故概況

青森県交通対策協議会 令和元年5月31日現在

	5月中	年間累計	死者の 状態	年齢別	高齢者の死者 (65歳以上の人)	9人(-3)
				発生	211件 (-31)	1,142件 (+9)
死者	3人 (+1)	15人 (-3)	状態別	歩行者の死者	4人(-2)	
傷者	254人 (-55)	1,380人 (-17)	シートベルト	自動車乗車中の死者	8人(+1)	
				非着用死者	6人(+2)	

※ ( )内は対前年比です。

毎月1日は「県民交通安全の日」 15日は「高齢者交通安全の日」

### 7月21日(日)～31日(水) 夏の交通安全県民運動

#### 運動の目的

ひろく県民に交通安全思想の普及・浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣づけるとともに、県民自身による道路交通環境の改善を推進することにより、交通事故防止の徹底を図ることを目的とする。

#### 運動の重点

- 1 子供と高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止
- 2 自転車の安全利用の推進
- 3 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- 4 飲酒・暴走運転の根絶

夏期は、子供や高齢者の交通事故、自転車利用中の交通事故、飲酒運転による交通事故が多く発生しています。

歩行者や自転車利用者の皆さんは、反射材用品を身に付け、道路を渡るときは左右の安全確認をしましょう。

シートベルトやチャイルドシートは全ての座席で着用しましょう。

ドライバーの皆さんは、スピードを控え、お酒を飲んだら絶対に運転しないでください。交通ルールとマナーを守り、悲惨な交通事故をなくしましょう。



## 皆様の夢の実現を応援します！FAAVO（ファーボ）しもきた

### ■夢やアイデアの実現に向けてチャレンジしたい方

町内に拠点を置く、個人・団体等の皆様が、「FAAVO（ファーボ）しもきた」に企画を掲載して支援を呼びかけることで、企画に対する資金調達を行うことができます。

### ■支援したい方

株式会社キャンプファイアに利用者登録をすることで、FAAVOに掲載されているお気に入りの企画を支援することができます。

### ■企画の流れ

- ①関係書類を役場、企画経営課へ提出します。（関係書類：町ホームページからダウンロードできます）
- ②役場担当者と一緒にプロジェクトを練り上げます。
- ③「FAAVOしもきた」のウェブページにプロジェクトを掲載します。
- ④プロジェクトを閲覧した方々から支援の申込みがあります。

### その他

■FAAVOは、「購入型」と呼ばれるクラウドファンディングで、支援に対してのリターン品（お礼の品）をお送りします。企画にあったお礼の品を準備し、責任をもって支援者へお送りすることになります。

■資金調達方法が2つから選べます。詳しくは、むつ市または大間町のホームページをご覧ください。

■起案者向けガイドや申込書などの関係書類は、町企画経営課で配布します。

不明なところ等がございましたら、気軽に下記までお問い合わせください。

☎ 企画経営課 ☎ 37-2504（直通）

## ◆むつ科学技術館だより◆

むつ市との共催によりむつ科学技術館開館記念イベントを開催します。

ムチュランファミリーが皆様のご来館をお迎えします。

【日 時】7月7日(日)午前9時30分～午後4時（最終入館午後3時30分まで）

〈どこで・どんな〉○むつ科学技術館内・他

- ・オープニングセレモニー 海の子保育園「海の子海峡太鼓」 ・マジックショー ・科学実験
- ・下北ジオパークパネル展示コーナー ・工作たいけんコーナー ・おたのしみコーナー
- ・軽食コーナー（有料）

※ イベントの詳細及び各イベントの開催時間は、当館のホームページ、またはポスターでご確認ください。

※ 7月6日(土)は準備のため、午後3時30分に閉館します。

☎ むつ科学技術館 ☎ 25-2091 / Fax 25-2092

URL (<http://www.jmsfmmml.or.jp/msm.htm>)

## 🌊大間温泉🌊

海峡保養センター ☎ 37-4334

■営業時間 午前8時～午後9時

養老センター ☎ 37-2411

■営業時間 午前9時～午後8時

■今月の休館日

2日、9日、16日、23日、30日

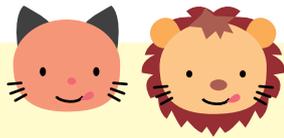
\*各施設の指定された駐車場に駐車してください。

## 放送大学 入学生募集のお知らせ

放送大学では、2019年10月入学生を募集しています。10代から90代の幅広い世代の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で学んでいます。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の幅広い科目があり、1科目から学ぶことができます。出願期間は、9月20日(金)まで。資料を無料で差し上げています。

☎ 放送大学青森学習センター ☎ 0172-38-0500  
八戸サテライトスペース ☎ 0178-70-1663  
放送大学ホームページ (<http://www.ouj.ac.jp>)

# わが家の めんこです



えま  
**笑菜ちゃん(1歳10ヶ月)**

手遊び歌や踊りが大好きな笑菜!  
いっぱい食べて元気に大きくなってね!  
パパ・ママより

保護者 傳法勇人さん・香織さん (大間字大間平)



## わたしたちの町

令和元年5月現在( )前年比



	人 口	男	女	世 帯 数
総数	5,287(-10)	2,723(- 5)	2,564(- 5)	2,539(± 0)
大間	4,132(- 7)	2,147(- 4)	1,985(- 3)	1,997(+ 2)
奥戸	1,003(- 3)	492(- 1)	511(- 2)	463(- 2)
材木	152(± 0)	84(± 0)	68(± 0)	79(± 0)

## 戸籍の窓

5月届出分

「戸籍の窓」には大間町に住民登録をしている人の出生、死亡、結婚について記載しますが、個人のプライバシーを尊重する意味で載せてほしくない人は届出の際に係に申し出てくださることをお願いいたします。

## お誕生 おめでとう



米持 <sup>りょうま</sup> 諒真くん(信弥さん)

## 編集室のひと一言

あっという間に7月ですね。

来月号から編集室のひとり言を、しばらくお休みすることになりました。

3年半の間、ありがとうございました。また戻ってきますので、その時はよろしく願いします。 ㊦

## ご結婚 おめでとう



- (藤枝 誠さん (大間町)
- (菊田 美咲さん (大間町)
- (林下 修久さん (大間町)
- (松田美羽奈さん (大間町)
- (竹内 翼さん (大間町)
- (古川 美香さん (大間町)

広報 **おおま** 第615号 発行日：2019年7月1日

発行：大間町 編集：企画経営課

〒039-4601 青森県下北郡大間町大字大間字奥戸下道20番地4

☎(0175)37-2111

HPアドレス <http://www.town.ooma.lg.jp>

印刷所：協同印刷工業株式会社

## おくやみ 申し上げます



山本 幸一さん 71歳 竹村 京子さん 81歳  
坂 喜代美さん 76歳 菊野 昌夫さん 73歳