

「決意を胸に未来へ向かって」
8/15 大間町成人式

祝 新 成 人
平成28年度 大間町成人式



町民憲章

わたしたちは、津軽海峡の青い海と美しいいみどりの丘と、太陽に恵まれた本州の最北の地区に住む大間町の町民です。先人の力と汗の偉業をたぐえ、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. きまわりを守り、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. 互いに話し合い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みましょう。

大漁祈願祭 7月18日(祝)



県大会出場報告

つがる克雪ドーム(五所川原市)において8月6日、7日開催された第30回青森県チビッ子野球選手権大会に、むつ下北地区代表として出場する奥戸マリnzの選手たちが、7月27日、役場を訪れ、菊池副町長へ大会への意気込みを語りました。

大会では、1回戦は、2塁を踏ませず、ホームランも3本出るなど12対0と外ヶ浜ジャッキーズに快勝。翌日の準決勝では、優勝した十和田駒っ子BBCと4回まで互角の戦いを演じましたが、4対13と負けてしまい、残念ながら準決勝敗退となりました。



消防操法大会第5分団出場

7月31日(日)むつ市で開催された、第25回むつ・下北地区消防協会消防操法大会に大間町消防団第5分団が出場しました。

この大会は消防団員の消防技術の向上を図り、円滑な消防活動に寄与することを目的として、2年に1度行われております。暑さにも負けず日頃の練習成果を十分に発揮された消防団員の方々大変お疲れさまでした。

これからも大間町の安心安全をよろしく願います。



祝 大間町成人式

8月15日(月)、北通り総合文化センター「ウイング」において「平成28年度大間町成人式」が開催されました。

平成8年4月2日から平成9年4月1日生まれの60名が成人を迎え、当日は38名が出席。

新成人を代表して、伊藤龍さんが、「社会の一員になることによって、これから色々な辛いことや仕事上の悩み、困難な問題などに出会うと思います。そのような時でも、自分が信じた道を進み、乗り越え成長していきたいと思えます。」と力強く誓いの言葉を述べ、未来への新たな一歩を踏み出しました。

また、式典後の講演会では、むつ市出身のシンガーソングライター、板橋かずゆきさんが講演を行いました。「ネバーギブアップ生きる喜びを歌う」と題し、越えられない壁はないと歌にのせて話してくださいました。

新成人たちには「今日という日を迎えるまで、色々なことがあったと思います。でも、決して越えられない壁はありません。目の不自由な私には、時に壁は手助けをしてくれます。人生、辛いことも苦しいこともあります。出会いは人を成長させます。色々な出会いを大切にしてください。」とアドバイスし、エールを送りました。

板橋さんの歌で、会場は感動と手拍子に包まれました。



▲誓いの言葉 伊藤 龍さん

空に響くは祭の囃子

大間稲荷神社例大祭



奥戸春日神社例大祭



ブルーマリンフェスティバル2016 8月14日(日)



ふるさと名物応援宣言をしました

8月14日(日)、大間町ブルーマリンフェスティバル2016で、「ふるさと名物応援宣言」をしました。この宣言は、地域経済の活性化を進めるため、地域の中小企業者が地域資源を活用した新商品の開発やサービスのブランド化を国や自治体が支援する新たな制度で、売り上げの増加や雇用の拡大といった地域経済の好循環を生むことが目的です。

大間町では、「こんぶ加工品」、「青森ヒバ材加工品」をふるさと名物として全国津々浦々に情報発信していきます。



中小企業地域資源
活用促進法に基づく

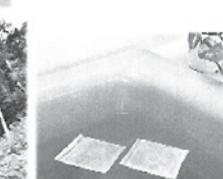


ふるさと名物
Furusato Meibutsu

青森県大間町
が応援するふるさと名物

- ◎こんぶ加工品
- ◎青森ヒバ材加工品

これ!



第71回市町村対抗青森県民体育大会結果について

7月30日・31日に五所川原市・西北地域で第71回市町村対抗青森県民体育大会が行われました。大間町からは、剣道、サッカー、バスケットボールの選手たちが町の代表として出場しました。

全競技を通して素晴らしい活躍を見せてくれましたが、中でも剣道は4年連続となる優勝を決め、大間町の剣道のレベルの高さを改めて認識させてくれました。

大間町の結果は以下のとおりです。

| | | | | |
|------------|-------|-----|---------|-----|
| ○剣道競技 【優勝】 | 1 回 戦 | 大間町 | 3 - 0 | 板柳町 |
| | 準々決勝 | 大間町 | 4 - 0 | 鶴田町 |
| | 準 決 勝 | 大間町 | 4 - 0 | 平内町 |
| | 決 勝 | 大間町 | 2 - 0 | 深浦町 |
| ○サッカー | 1 回 戦 | 大間町 | 0 - 3 | 鶴田町 |
| ○バスケットボール | 1 回 戦 | 大間町 | 41 - 75 | 中泊町 |



大間町役場からのお知らせ

平成28年11月4日（金）をもって、みちのく銀行大間支店が営業終了することに伴い、町税等及び上下水道料金の収納（口座振替含む）は終了いたします。今後も、町税等及び上下水道料金の口座引き落としを希望される方で、みちのく銀行大間支店を窓口としている方は、最寄りの指定金融機関又は収納代理金融機関で再度、口座振替契約の手続きが必要となります。詳しくは担当課にお問い合わせください。

☎ 税金関係：税務保険課 ☎37-2111（内線41）

水道・下水道関係：生活整備課 ☎37-2111（内線33）

奨学金関係：教育委員会 ☎37-2103

国民健康保険証更新のお知らせ

今年度の被保険者証更新は被保険者の利便性を図るため、昨年と同様に被保険者のもとへ郵送いたします。（受領の際は開封し枚数・住所・氏名等の確認をしてください。）

また、現在お持ちの被保険者証は10月以降は使用できませんので、期限終了後に間違い防止のため細かく切り処分してください。

・送付時期 9月下旬（第4週目ころ）

・送付内容 被保険者証・保険者証ケース・ジェネリック医薬品希望カード・パンフレット（世帯に1部）

※安全・確実にお届けするため簡易書留郵便で発送させていただきます。

簡易書留郵便とは、郵便局の配達員が直接手渡しする方法で受領印が必要となります。配達時にご不在の場合は、郵便局の配達員が不在連絡票を置いていきますので、不在連絡票をご確認いただき再配達等を受けてください。

※国保税滞納世帯には原則、被保険者証は郵送されませんので、役場で納税相談を行い被保険者証更新手続きをしていただく必要があります。該当世帯には後日別途文書により納税相談のお知らせをいたします。

☎ 税務保険課 保険係 ☎37-2111（内線45）



教育のひろば

No. 340

第31回 はまなす 駅伝大会 ご協力のお願い

来る9月25日（日）交通安全・防犯・青少年健全育成・水産資源保護のスローガンのもと、『第31回はまなす駅伝大会』を午前10時00分に材木農村婦人の家前スタート、大間稲荷神社前をゴールとして開催いたします。

大会当日は大間稲荷神社前が開会式・閉会式会場となり、材木から奥戸、根田内、大間崎、大間高校前を経由し大間稲荷神社前をゴールとした道路をコースとして使用することになります。安全のため、車輛の通行止めや駐車禁止等の交通規制をさせていただくこととなりました。

事故防止のため、応援のみなさんは道路に入らないで応援し、伴走などの交通違反は絶対にしないでください。もし、チーム関係者等が伴走等の違反をした場合そのチームを失格とする場合があります。

つきましては、町内の皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、大会の趣旨をご理解いただき、ご協力いただきますようお願いいたします。

日 時：平成28年9月25日（日）

場 所：大間稲荷神社前

時間帯：午前7時～午後1時まで

規 制：駐車禁止（役場駐車場等をご利用ください）

※役場駐車場をご利用の場合は、選手との接触事故を未然に防ぎたいことから午前10時～午後1時まで出入り禁止とします。

○その他コース

時間帯：午前10時～午後1時まで

規 制：コース上の駐車禁止



～児童生徒をみんなで見守りましょう～

9月21日（第3水曜日） 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>・電源開発奥戸分所付近

大間町学力向上研究会

大間町漢字大会（中学校）「満点賞」「学級賞」紹介

今回は、28年7月に実施した「中学校漢字大会」の結果をお知らせします。

昨年度と比べてみると、全校平均及び満点者数は昨年度を下回っています。昨年度の平均を上回った学年は、奥戸中学校の1学年でした。3年生の満点者はいませんでした。

大間町 [平均点88.8] 大間中学校 [平均点87.4] 奥戸中学校 [平均点93.7]

◆ 漢字大会（中学校）満点賞 ◆

《第1学年》

【大間中学校…10名】 ①石 戸 琢 磨 ②伊 藤 美 咲 ③蝦 名 莉 結 ④山 崎 百 代
⑤近 江 夢 月 ⑥高 橋 剛 ⑦松 山 栄 資 ⑧加 藤 梨 紗
⑨工 藤 琉 芽 ⑩小 島 幸 菜

【奥戸中学校…6名】 ①岩 川 夏 槻 ②山 本 奏 真 ③岩 瀬 ゆ い ④太 田 眞 侑
⑤坂 井 知 葉 ⑥前 田 朱 莉

《第2学年》

【大間中学校…1名】 ①伊 藤 柚 芽

【奥戸中学校…3名】 ①柴 田 翔 ②林 日向葵 ③和 田 愛 音

◆ 漢字大会（中学校）学級賞 ◆

第1学年 第1位 奥戸中学校1年 [平均点98.6]
第2学年 第1位 奥戸中学校2年 [平均点92.9]
第3学年 第1位 奥戸中学校3年 [平均点90.2]

いきいき学校通信

大間高等学校

4月7日(木)入学式が行われ、新入生64名を迎え、新しい1年がスタートしました。1学期、順調に予定した行事が行われ、無事終了しました。1学期後半の大きな行事から学校の様子をお知らせします。

「耐久遠足」

6月10日(金)第33回耐久遠足が行われました。学校から大間崎・フェリー埠頭方面を回り、小奥戸で折り返して普賢院・保養センター・シーサイドキャトルパークを経て学校へと戻る全行程15.2kmのコースを歩きます。幸い好天に恵まれ、教頭先生のスタートの合図で元気よくスタートを切り、友達と思いに会話を交わしながら、ゴールを目指しました。また、ゴール後お母さん方が前日から準備してくださった豚汁を頬張り終了しました。お母さん方ご協力ありがとうございました。



J-power付近で



J-power付近で



ゴール後の豚汁

「大間高祭：Smile ～最高の仲間とともに～」

7月15日(金)～16日(土)の2日間、第42回大間高祭が行われました。1日目の開祭式では、生徒会企画によるコンテストやクラス対抗ゲームで盛り上がりを見せました。2日目は一般公開で、200名以上の保護者や小中学生、近隣の方々が来校し、クラス展示・模擬店、津軽海峡海鳴り太鼓の演奏などを見ていただきました。また、PTA母親委員会の協力によりチヂミ販売が行われ生徒も美味しくいただきました。



開祭式【クラス対抗ゲーム】



一般公開【津軽海峡海鳴り太鼓】



一般公開【模擬店】

「中学生一日体験入学」

7月27日(水)中学生を対象とした大間高校一日体験入学が実施されました。第1体育館の改修工事のため、全体会は第2体育館での実施となりました。全体会では生徒会で作成したビデオを使用して、生徒による本校の行事や学校紹介、部活動の紹介を行いました。夏季休業中の講習見学後に体験学習として、理科の実験や家庭科の豆腐ドーナツ調理などの体験学習を行いました。中学生は緊張しながらも先輩達の話に興味・関心を持って耳を傾け、楽しく体験学習に臨んでいました。今後の進路の参考にさせていただきたいと思っています。中学生64名の参加でありましたが、今回の体験入学を参考に本校を多くの皆さんが志望することを願っています。



全体会【学校紹介】



体験学習【家庭科】



体験学習【理科】

＋ 病院だより No.223 今月の担当医 院長 岩村 暢寿

「脳卒中は時間が勝負！」

脳卒中（くも膜下出血、脳出血、脳梗塞）は、軽症ですむこともありますが、寝たきりになること、発症してそのまま死亡することもある非常に怖い病気です。これらは高血圧、糖尿病、脂質異常症など生活習慣病が深く関わっています。生活習慣病は基本的に無症状で重症になってからでないと症状は出現しません。生活習慣病を指摘された方、治療を自己中断されている方は、病院を受診してください。

さて、脳卒中は日本人の介護が必要になる原因の第1位です。家族に迷惑をかけたくないと思っている方こそなりたくない病気かもしれません。しかしながら脳卒中は高齢になるにつれて発症する病気でもあり、高齢者の死亡原因の第3位にもなっています。発症すると麻痺のために動けなくなったり、ご飯が食べられなくなったり、寝たきりになってしまうこともあります。脳卒中になってから騒ぐより、ならないように予防することが大切です。高血圧症、糖尿病、脂質異常症、心房細動の治療や禁煙することなどが大切です。

そうはいつても、どんなに予防をがんばったとしても残念ながら脳卒中になってしまう方はいます。現在、脳卒中に対しては血栓を溶かす新たな治療薬や血栓回収や再出血予防のための脳血管内治療があります。これらの治療は発症してから治療までの時間は短ければ短いほど治療結果がよくなっています。また発症してから時間がたちすぎているとこの治療は受けられません。

脳卒中と思ったら時間が大切です。家族の人が家に戻るまで様子を見てはいけません。以下の点が当てはまったら急いで病院か救急車に連絡しましょう。

- 片方の手足・顔半分の麻痺・しびれが起こる
- ロレツが回らない・言葉が出ない・他人の言う事が理解できない
- 力があるのに、立てない、歩けない
- 経験したことのない激しい頭痛

脳卒中になる人が少しでも減り、脳卒中の後遺症が少しでも軽くすむように願っています。最期にもう一度『脳卒中は時間が勝負！』です。

救急の日及び救急医療週間

9月9日は『救急の日』、9月9日を含む日曜日から土曜日までの1週間は「救急医療週間」

「救急の日」及び「救急医療週間」は、救急医療及び救急業務について、皆様に理解と認識を深めていただき、かつ、救急医療関係者の意識高揚を図るために定められました。

応急手当について

※救命の第一歩は応急手当から

救急現場に居合わせたら、まず速やかに119番に通報しましょう。救急車が現場に到着するまでの間、その場に居合わせた人が、いかに応急手当を行うかということが、病人やけが人の命を救う重要なポイントです。日頃から、心肺蘇生法やAEDの使用法などを身につけておくと、いざというときに役立ちます。

※自動体外式除細動器（AED）について

AEDは痙攣状態の心臓に電気ショックを与えて、心臓を正常に働かせるための医療機器であり、一般の方々でも使うことができます。

人工呼吸や心臓マッサージなどの心肺蘇生法に加え、AEDを住民の方々を使用することで、病人やけが人の命が助かる可能性が高くなります。

ぜひ、応急手当やAEDの使用法についての知識や技術を身につけましょう。大間消防署では心肺蘇生法（AEDを含む）ケガの手当の方法を習得してもらうため、住民の皆様や事業所等を対象として応急手当の講習会を行っています。

詳しくは大間消防署・救急係までお問い合わせください。

☎ 大間消防署 ☎37-3107



2つの給付金のお知らせ

【臨時福祉給付金】 基準日：平成28年1月1日に大間町に住居登録がある方

消費税率の引上げに際し、所得の低い方々への負担の影響に鑑み、暫定的・臨時的な措置として実施します。

支給対象者 平成28年度分の住民税が課税されていない方。(課税者の扶養親族や生活保護受給者は除く)

支給額 1人につき3千円。

【住民税が課税されない所得水準の目安(非課税限度額)】

(給与所得者)

| 区 分 | 非課税限度額※ (給与収入ベース) |
|-------|----------------------|
| 単 身 | 100万円 |
| 夫 婦 | 156万円 |
| 夫婦子1人 | 205.7万円 |
| 夫婦子2人 | 255.7万円 |

(公的年金等受給者)

| 区 分 | 非課税限度額※ (年金収入ベース) | |
|-----|----------------------|---------|
| 単身 | 65歳以上 | 155万円 |
| | 65歳未満 | 105万円 |
| 夫婦 | 65歳以上 | 211万円 |
| | 65歳未満 | 171.3万円 |

【年金生活者等支援臨時福祉給付金】 基準日：平成28年1月1日に大間町に住居登録がある方

「一億総活躍社会」の実現に向け、賃金引上げの恩恵が及びにくい低所得の高齢者を支援するよう実施します。

支給対象者 平成28年6月(4月・5月分)に障害基礎年金、遺族基礎年金を受給されている方。

※ただし、高齢者向け給付金を受給された方、平成28年度分の住民税が課税されている方(課税者の扶養親族含む)は、対象となりません。

支給額 1人につき30,000円

【申請方法】

平成28年9月下旬以降に住居福祉課より、対象になるとと思われる方に申請書を送付いたしますので、申請書に記入、押印のうえ添付書類と一緒に住民福祉課まで提出してください。

(添付書類) 振込先口座の通帳の写し、対象者全員を確認できる書類として、免許証、マイナンバーカード、住民基本台帳カード、保険証、旅券等の写しなど。

※年金生活者等支援臨時給付金を申請する方は、障害基礎年金、遺族基礎年金の受給を証明する書類の写し。(年金証書、年金額改定通知書など)

【給付金の受取方法】

申請書に記載した指定口座に入金されます。(口座を持っていない方は役場窓口で受け取る事ができます。)

☎ 住民福祉課 ☎37-2111 (内線23)

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。

9月の日程は下記のとおりです。

日時：平成28年9月21日(水) 午後1時～午後2時

場所：大間町社会福祉協議会

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 ☎37-2111 (内線23)

自衛隊進路相談のご案内

自衛隊には、自衛官候補生、航空学生、防衛大学校等、さまざまな進路があり、入隊後の職種選択もできます。また「自衛隊についてもっと知りたい」と思っている方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

お子様の進路にお悩みのご家族や転職をお考えの方、また将来自衛隊への入隊を希望されている方は、自衛隊むつ地域事務所にお気軽にご相談ください。

自衛隊進路アドバイザーがご相談にお答えします。

相談予約受付時間：平日 午前9時～午後5時まで

相談時間：平日 午前9時～午後8時まで

相談場所：自衛隊青森地方協力本部 むつ地域事務所 むつ市金谷1丁目5-20 礎ビル1F

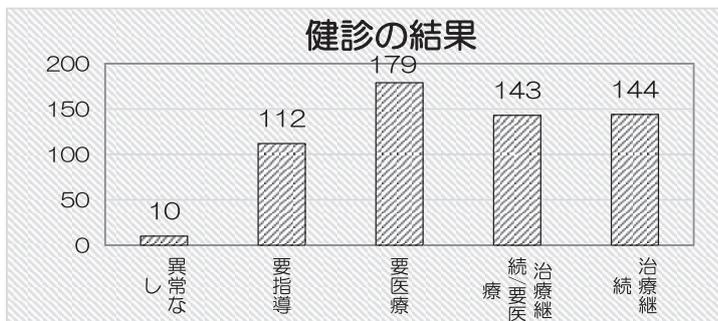
※相談に応じて、ご自宅への訪問も可能です。

☎ 自衛隊青森地方協力本部 むつ地域事務所 ☎22-7484

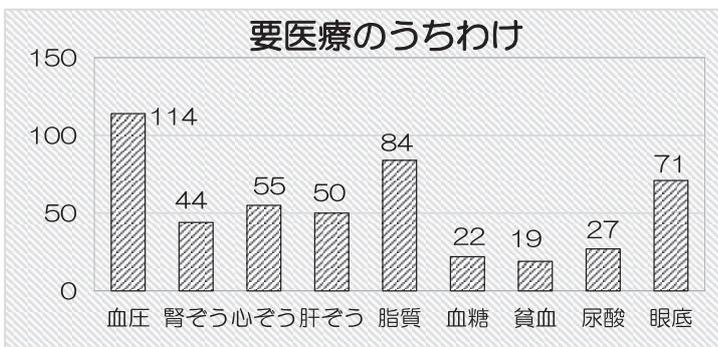
平成28年度の特定健診の状況

特定健診の受診者数
588人

今年度の特定健診(集団)の全日程が終了しました！受診者の結果は以下のとおりです。

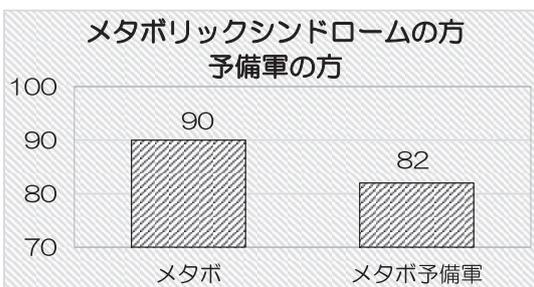


<要指導>
生活習慣に注意が必要な方
 <要医療>
病院で精密検査が必要な方
 <治療継続・要医療>
病院で治療中の病気があるが、それ以外の項目で、病院での精密検査が必要な方
 <治療継続>
病院で治療中の病気があるが、それ以外で要医療となった項目がない方



← ← ← 何の項目で要医療になったかを示しています。
 ※血圧で要医療となっている方が多かったです。
 ※また、一人で何項目も要医療となっている方もいました。
 血圧に限らず、これらの生活習慣病は自覚症状がないままに進行すると言われていたもので、要医療の方は早めの受診をお勧めします。

メタボ



健診の結果から、メタボリックシンドロームの仲間入りをした方や、予備軍と判定された方が、
約3割もいました！！

10月10日 月曜日(体育の日) 「第2回 大間町ウォーキング大会」を開催!!

コース

- ① 2.3km(約30分)
- ② 5km(約1時間)
- ③ 10km(約2時間)

歩き終わったら

- 🎁 キッズコーナー あります😊
“くじ引き・ヨーヨー”
- 🎁 健康体操 やります😊
“いきいき百歳体操”

ウォーキング参加者には
 ☆参加賞☆
 ☆完歩賞☆プレゼント
 準備してお待ちしています♡

9:20 開会式 / 9:30 スタート 小雨決行・雨天中止

※人数把握のため、参加者は原則、申し込みをお願いしますが、当日の飛び込み参加もOKです。

申し込み締切 10月6日(木)



の保健事業

サロンぬくもり

〈日にち〉6日(火)
 〈時間〉13:00~15:00
 〈場所〉大間町立公民館
 ボランティアさんとお話しませんか?
 どなたでも参加OKです。



いきいき健康づくりの集い

〈日にち〉21日(水)
 〈場所〉総合開発センター
 ※詳しくはP12をご覧ください。

5歳児健康相談

〈日にち〉30日(金)
 〈場所〉総合開発センター
 〈対象者〉H23.8月~9月



いきいき健康づくりの集い

〈日にち〉7日(水)
 〈場所〉総合開発センター
 ※詳しくはP12をご覧ください。

予防接種(ヒブ・肺炎球菌)

〈日にち〉21日(水)
 〈場所〉大間病院外来
 〈対象者〉H23.9.22~H28.7.21

SMILE ママの会

〈日にち〉30日(金)
 〈場所〉総合開発センター
 〈受付〉13:30~13:45
 〈対象者〉子育て中の親子♥妊娠中の方

乳児・1歳6ヶ月児健診

〈日にち〉12日(月)
 〈場所〉総合開発センター
 〈対象者〉
 乳児: H27.10月~H28.1.12
 1歳6ヶ月児: H26.12月~H27.3.12

予防接種(四混・日本脳炎)

〈日にち〉28日(水)
 〈場所〉大間病院外来
 〈対象者〉
 四種混合: H21.3.29~H28.6.28
 日本脳炎: H21.3.29~H25.9.28



乳幼児の健診および予防接種については、対象者の方に個別に通知いたします。



むし歯ゼロの元気な大間っ子の紹介♪

7月25日(月)に行われた3歳児健診で、むし歯がなかったお子さんを紹介します。9人中、4人がむし歯ゼロでした!



かわむら そうすけ くん



ふじた ゆづき ちゃん



ふなはし かのん ちゃん



まつおか あかね ちゃん

おしらせ

子宮頸がん個別検診のお知らせ♪

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。検診を希望される方は、担当者までご連絡ください。
 ※乳がん・骨密度検診は行っていません。

〈担当〉住民福祉課 保健師 藤巻

| | |
|-------|---|
| 検診内容 | 問診、内診、細胞診検査(集団検診と同様です) |
| 自己負担額 | 無料 |
| 期間 | 平成29年3月31日まで |
| 医療機関 | 3ヶ所 ①むつ総合病院 ②北村医院 ③中央レディスクリニック |
| 申し込み | ①役場窓口か電話にて担当者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、同じ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。 |

子育てサークル ♥イッサ♥

〈日時〉毎週土曜日 10:00~12:30
 ※行事などにより休みの週あり
 〈場所〉勤労青少年ホーム1階

- ♥0歳~小学校低学年のお子さまに青少年ホームを開放します!(必ず保護者同伴でご利用ください)
- ♥ホールで体遊びしたり、畳のお部屋でおしゃべりしながらおやつタイムなど、ご自由におくつろぎいただけます!
- ♥ご利用にはイッサ会員登録(無料)が必要ですので、下記までお問合せください!



運動マットやボールなどの備品も自由に使用できます。

☎ 住民福祉課 健康係
 ☎ 37-2111(内線 21,22)

平成28年度
大間町

『いきいき健康づくりの集い』

のご案内

大間町では、「いきいき健康づくりの集い」を開催いたします。
実際に運動教室に参加していただくとともに生活習慣の改善法を学ぶことで、
皆様の健康づくりとスタイルアップを目指します。
下記のとおり、参加者を募集いたしますので、ふるってご参加ください。

- 対象者** どなたでも
- 募集人数** 各回 30名
(治療などで医師から運動を止められている方は参加できません)
- 会場** 総合開発センター
- 参加費** 無料
- 持ち物** タオル、飲料水、動きやすい服装・靴



お申し込み方法 住民福祉課へ、お電話または直接お申し込みください。
(1回ずつからお申し込みできます)
※健康測定のみのお申し込みも可能です。

教室の予定

| 日付 | 内容 | 健康測定 | 時間 |
|------------|--|-------|---|
| ① 9/ 7(水) | 眠っている体(筋力)を目覚めさせよう! 『効果的なストレッチは深い睡眠へ』 | インボディ | 14:30~16:00 17:00~18:30 (どちらかお選びください) |
| ② 9/21(水) | 汗をかこう! 『サーキットトレーニング』 ※蛭沢先生はお休みです。 | | |
| ③ 10/ 5(水) | 正しいウォーキングフォームを身につけよう! 『ウォーキング中に意識する筋肉編』 | | |
| ④ 10/19(水) | 何もしなくても脂肪燃焼させるための自宅トレーニング 『1日10分編』 | | |
| ⑤ 11/10(木) | 汗をかきづらい人、冷え性の人、代謝をあげたい人のための講座 | | |
| ⑥ 11/17(木) | 頭と体を運動させよう! 『簡単・疲れない・楽しいエクササイズ』 | 姿勢測定 | |
| ⑦ 12/ 7(水) | 普通の姿勢は大丈夫? 若返りのポイントは背中とお尻! 『美姿勢講座』 | | |
| ⑧ 3/ 8(水) | 健康であるための「貯筋」今のうちに筋肉をためておこう! 『ちょっと頑張る貯筋トレーニング』 | | |
| ⑨ 3/22(水) | 『最後は笑顔で踊ろう簡単 JPOP ダンス』 | インボディ | |

※健康測定の詳細は裏面をご覧ください。

指導
講師



えびさわ りょうた
蛭沢亮太 先生

青森県三沢市生まれ。函館短期大学卒業。健康運動実践指導者、調理師、栄養士。
現在は函館市内のスポーツクラブや、道南市町村などで幅広く活動。
ハードなエクササイズから高齢者体操までジャンルと指導力に定評あり。

申し込み・
問い合わせ先

大間町住民福祉課 電話：0175-37-2111

いきいき健康づくりの集いで体験できる

健康測定メニュー



★どちらも、大変人気のある測定です。

ぜひお申し込みください！

★健康測定のみを希望の方は、測定日の13:00~14:00に限り測定を受け付けます。

測定日 9/7、3/22

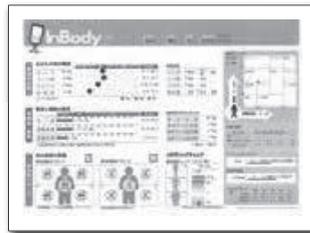
① 高精度体成分測定 (インボディ)

あなたの体成分チェックとは…

体の水分やタンパク質など体成分が測定でき、
栄養摂取状態を知ることができます。

骨格筋量や体脂肪量、
その部位別バランスも
わかる！

腹部の肥満状況と
理想的な体型にするための
目標値が出る！



測定器に乗り、
バーを握って
計測します

測定日 11/17

② 姿勢測定

あなたの姿勢チェックとは…

短時間で簡単に「骨盤」や「骨格」の歪みを測定できます！

しつこい腰痛や肩こり、
体の歪みが
原因かもしれません！

骨格と筋肉のゆがみ情報を分析、
ゆがみ改善の推奨トレーニングを
提示します。



青森県核燃料物質等取扱税交付金事業について

大間町には、「大間原子力発電所」及び、青森県内の原子力関連施設の立地に伴い青森県核燃料物質等取扱税交付金が交付されています。

青森県核燃料物質等取扱税交付金は、原子力発電施設又は原子力発電密接関連施設の立地及び周辺市町村における地域の振興と災害からの地域住民の安全確保等を図るため、発電用施設の立地または周辺地域で行われる公共用施設整備や住民の福祉、地域の活性化、防災・安全対策の措置のための事業に対して交付されています。

大間町において平成27年度に同交付金は、町独自に臨時講師を採用し町内小中学校に派遣する学力向上推進事業等に活用しました。また交付金で造成した基金を処分して公共用施設の維持運営事業を行いました。

学力向上推進事業



【事業の内容】
大間小学校、奥戸小学校、大間中学校、奥戸中学校の臨時職員（講師）4名分の賃金
【総事業費】 11,357,480円
【交付金充当額】 10,000,000円

公共用施設維持運営基金

【事業の内容】
町内公共用施設維持運営のための基金造成
【総事業費】 227,975,000円
【交付金充当額】 227,975,000円

●造成した基金を処分して行った事業 (公共用施設維持運営基金)

一般廃棄物収集運搬等業務委託事業



【事業の内容】 大間町クリーンセンターの運営費（委託料）
【総事業費】 38,442,600円
【基金処分額】 25,000,000円

うみの子保育園運営委託事業



【事業の内容】 うみの子保育園の運営費（委託料）
【総事業費】 66,260,110円
【基金処分額】 48,000,000円

むつ湾内航路活性化推進会議「船舶体験学習支援事業」のご案内

青森県と津軽半島・下北半島の関係市町村等で組織する「むつ湾内航路活性化推進会議」では、子ども達の乗船体験を通じて、本県にとって大切なむつ湾内航路への理解を深めてもらうため、運賃の半額を助成する事業を実施することになりました。

この機会に、津軽から下北へ、下北から津軽へ日帰り可能な、むつ湾フェリー「かもしか」やシライ線高速旅客船「ポーラスター」を小・中学校、子ども会等の遠足や体験学習に是非ご利用ください。

事業概要

- 期 間** 平成29年3月31日まで
- 対 象** 県内学校（小・中学校のほか高校・大学を含む）、子ども会など
- 助成内容** 「かもしか」、「ポーラスター」の旅客運賃の1/2を助成（片道・往復ともに可）
「かもしか」のバスの車両運賃の1/2を助成（片道・往復ともに可）
- 注意事項** 助成は、むつ湾内航路活性化推進会議の予算の範囲内（人数限定、台数限定）となります。また、天候により船が欠航になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。なお、助成対象となる引率者等の人数については、対象児童・生徒の人数の1/2を限度とします（ただし、乗船にあたり、介助等が必要と認められる場合は、この限りではありません）。

<船舶の予約は>

むつ湾フェリー「かもしか」（蟹田～脇野沢航路）

むつ湾フェリー(株) 〒030-1302 外ヶ浜町字蟹田中師宮本160 ☎0174-22-3020

シライ線高速旅客船「ポーラスター」（青森～脇野沢～牛滝～福浦～佐井航路）

シライ線(株) 〒038-0012 青森市柳川1-4-1 ☎017-722-4545

☎ むつ湾内航路活性化推進会議 事務局

〒030-8570 青森市長島1-1-1 青森県交通政策課内 ☎017-734-9151

平成28年度 むつ下北・上北地区 障がい者就職相談会

障がいをお持ちの方を対象とした就職相談会です。事業所の採用担当者から直接話を聞くことができる数少ない機会ですので、是非ご参加ください。

日時：平成28年9月29日（木）

場所：下北文化会館 展示ホール（むつ市金谷1-10-1）

◎就職を希望する障がい者の方であればどなたでも参加できます。

◎参加をご希望の方は、むつ公共職業安定所（ハローワーク）へお申込みください。

☎ むつ公共職業安定所 障害者担当 ☎22-1331

弁護士による無料法律相談会のお知らせ

日本司法支援センター（法テラス）による、法律無料相談会を開催いたします。（人数制限あり）

借金、離婚、相続、就労問題、犯罪被害等のお悩みについて、弁護士が無料で相談に応じます。

ただし、無料法律相談の資力基準を満たす方が対象になります。

※日本司法支援センター（法テラス）とは、総合法律支援法にもとづいて、国が設立した法人です。

【日 時】平成28年9月28日（水）午後2時～4時（1人30分×4人）

※相談は予約制ですので、当日の来場者には対応できない場合もあります。

【場 所】大間町立公民館2階

【申込方法】事前に電話又は窓口（住民福祉課）で受付します。（※4人になりしだい締切りとなります。）

☎ 住民福祉課 37-2111（内線23）又は、法テラス青森 ☎050-3385-5552

【資力基準】①収入等が一定額以下であること。

※月収（賞与を含む手取り年収の1/12）の目安は下記のとおり

| 単身者 | 2人家族 | 3人家族 | 4人家族 |
|------------|------------|------------|------------|
| 182,000円以下 | 251,000円以下 | 272,000円以下 | 299,000円以下 |

②保有財産（現金、預貯金の合計）が一定額以下であること。

| 単身者 | 2人家族 | 3人家族 | 4人家族 |
|---------|---------|---------|---------|
| 180万円以下 | 250万円以下 | 270万円以下 | 300万円以下 |

【今後の予定】10月26日（水）、11月24日（木）

☎ 住民福祉課 ☎37-2111（内線23）

地方法人課税の改正についてのお知らせ

平成28年度税制改正において、次のとおり改正が行われました。

1 法人事業税の税率の改正

(資本金又は出資金の額が1億円超の普通法人が対象)

(現行) (H28~)

税率の引き上げ 付加価値割 0.72%→1.2%

資本割 0.3% →0.5%

税率の引き下げ 所得割 6.0% →3.6%

※平成28年4月1日以降に開始する事業年度分から適用

2 法人事業税の税率の改正に伴う負担変動の軽減措置

平成28年4月1日から平成31年3月31日までの間に開始する事業年度分について、以下のア及びイの要件を満たす場合には、外形標準課税の拡大に伴う負担変動に対する軽減措置として、法人事業税額から一定額が控除されます。

ア 調整後付加価値額(※1) < 40億円

イ 平成28年3月31日現在の税率を適用した事業税額(※2) < 基準法人事業税額(※3)

※1 調整後付加価値額 = 付加価値額 × 12 ÷ 事業年度の月数

※2 平成29年4月1日から平成31年3月31日までの間に事業年度分については、地方法人特別税相当額を含む。

※3 基準法人事業税額 = 当該事業年度の付加価値割額、資本割額、所得割額の合計額

☎ 下北地域県民局県税部 課税課 ☎22-8581 (内線207)

離職者等再就職訓練「経理OA科②」受講生の募集

訓練内容 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

募集人員 15名

募集期間 平成28年9月1日(木)～10月5日(水)まで

訓練期間 平成28年10月21日(金)～平成29年1月20日(金)

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能力及び知識を習得しようとする方

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

訓練場所 むつ市内の民間訓練施設を予定

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)

☎ 青森県立むつ高等技術専門学校 むつ市文京町31-1

☎24-1234 (担当: 齋藤・吉田)

◆ ペット講習会開催 ◆

ワンちゃんネコちゃんがいつまでも元気で長生きできるための飼い方や病気対策について一緒に勉強してみませんか。飼い主さんはもちろん、ペットに関心のある方もお気軽に参加してください。

〈日時〉11月5日(土) 13:00～15:00(ティータイムあり)

〈場所〉プラザホテルむつ(むつ市下北町2-46)

〈講師〉エランコジャパン株式会社 中日本東日本営業所所属 本田 康大 先生

〈講演内容〉ワンちゃん、ネコちゃんの幸せなシニアライフのために!!

(飼い主が気づいてあげられる病気の早期発見のポイント)

〈参加費〉無料

〈定員〉60名(先着順)

〈申込方法〉10月31日(月)までに電話・FAX・メールにて申込み

(FAXまたはメールにて申込みされる場合は、氏名・連絡先を必ず明記してください)

〈注意事項〉机上講習のためペットの同伴はできません。未就学児の参加はご遠慮ください。

☎ 公益社団法人青森県獣医師会下北支部 ☎/ FAX 23-6858 E-mail: shimovet@jomon.ne.jp

夫（妻）やパートナーからの暴力に悩んでいませんか？

DV（ドメスティック・バイオレンス）は犯罪です

暴力には、なぐる、ける、物を投げつける、大声でどなる、無視し続ける、交友関係を制限する、勝手に相手の電話・メールをチェックする、生活費を渡さない、外で働くことを制限する、性的行為を強制する、避妊に協力しないなど、様々なものがあります。暴力はしだいにエスカレートして、被害が深刻になることがあります。相手との関係が「つらい」「なにかおかしい」と感じたら、一人で悩まず、一度ご相談ください。

また、身近な人が被害にあっていたら、ご連絡ください。

【DV相談ナビ】 0570-0-55210 【DVホットライン】 0120-87-3081

☎ 住民福祉課 ☎37-2111（内線23）

みんなで防ごう 身近に潜む 高齢者虐待

全国的に、高齢者に対する虐待が深刻な状況にあり、高齢者の尊厳の保持のため、平成18年4月に、「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律（高齢者虐待防止法）」が施行されました。

高齢者虐待とは、家族などの養護者（介護者）又は介護施設の従事者から受ける、次のような行為が定義されています。

【1. 身体的虐待】

例) 殴る、つねる、やけど、打撲させる、ベッドに縛りつけるなど身体拘束、抑制する。など

【2. 心理的虐待】

例) 怒鳴る、ののしる、悪口を言う、意図的に無視をする。など

【3. 性的虐待】

例) 排泄の失敗に対して、罰として下半身を裸にして放置する。など

【4. 経済的虐待】

例) 生活費を渡さない、使わせない。年金や預貯金を本人の意に反して使用する。など

【5. 介護・世話の放棄、放任】

例) 食事を与えない、オムツを交換しない。ゴミを放置して劣悪な住環境で生活をさせる。など

身近でこのような事例に気がいたら、役場住民福祉課が大間町地域包括支援センターくろまつへご連絡ください。

また、高齢者の介護についての相談は、大間町地域包括支援センターくろまつで受け付けていますので、気軽にご相談ください。

☎ 住民福祉課 ☎37-2111（内線23）

大間町地域包括支援センターくろまつ ☎37-5113

皆様の夢の実現を応援します！FAAVO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

株式会社サーチフィールド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。

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、目標金額に達成した際は、責任をもって支援者へお送りすることになります。

■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 ☎37-2111（内線51）

～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。

- ・国民健康保険税（第3期）
- ・介護保険料（第2期）
- ・後期高齢者医療保険料（第2期）

平成28年9月30日（金）

大間温泉

海峡保養センター

■営業時間 午前8時～午後9時 ☎37-4334

養老センター

■営業時間 午前8時～午後8時

■今月の休館日

6日、13日、20日、27日 ☎37-2411

*指定された駐車場に駐車してください。

下北ジオパーク構想クイズ (大間町編)

Q なぜ、大間崎の沖に弁天島が誕生したのでしょうか。

- ① 泥岩（やわらかい岩）が残った
- ② 流紋岩（硬い岩）が残った
- ③ 硬い岩が波に押し上げられた
- ④ かもめたちが、巣として作り上げた

※ 8月号に、掲載した記事からの問題です。



答え ②

わたしたちの町

平成28年7月末現在 () 前月比



| | 人 口 | 男 | 女 | 世 帯 数 |
|----|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 総数 | 5,623(-4) | 2,868(±0) | 2,755(-4) | 2,543(-7) |
| 大間 | 4,361(+1) | 2,243(-3) | 2,118(-2) | 1,986(-5) |
| 奥戸 | 1,102(-2) | 540(-1) | 562(-1) | 480(-3) |
| 材木 | 160(-3) | 85(-2) | 75(-1) | 77(+1) |

戸籍の窓

7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。

編集室のひと一言

大間町での大イベントが次々と終わり、夏が終わろうとしています。皆様はどのような夏を過ごしたでしょうか。私は、ますます日焼けをした夏でした。

今月の表紙でもある、1コ下の後輩たちの成人式を撮影し、「もう1年が経ったのか…」と時間の早さを感じました。気付けば、4月に社会人になってから5ヶ月が経ち、最初よりは撮影もピンボケする回数が減ってきた気がしています。撮影をしていると、多くの方が声をかけてくださるので、楽しく撮影をしています。今月も気合いを入れて仕事をしていきたいと思えます。 夏

お誕生 おめでとう



大場 悠正 (一刀) 南 憲博 (隼人)
小濱孝二郎 (祐一郎)

ご結婚 おめでとう



菊池 和喜 (大間町)
佐々木千佳 (大間町)

広報 **おおま** 第581号 発行日：2016年9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大間104番地

☎(0175)37-2111

HPアドレス <http://www.town.ooma.lg.jp>

印刷所：青森コロニー印刷

おくやみ 申し上げます



林 三男 86歳 米 あき子 77歳
伊藤 とき 90歳 傳法 いさ 87歳
松浦 功一 81歳 吉田 幸義 82歳
渋谷 とし 84歳