

むつ 市政だより

8.11
2008年 No.680



『チーム一丸!ゴールを目指せ!』

(7月27日・まさかりレガッタにて)

主な内容

- | | | | |
|--------------------------|-------------|----------------------|-------------|
| ◇むつ市のうまいは日本一! | … 2p ~ 3p | ◇中央公民館からのお知らせ ほか | … 12p ~ 13p |
| ◇ふるさと納税制度がはじまりました | … 4p | ◇みんなでおおはたへ行こう! ほか | … 14p ~ 15p |
| ◇『おでかけ市長室』(むつ北通地区)を開催します | … 5p | ◇ある日どこかで | … 16p ~ 17p |
| ◇個人事業税についてのお知らせ ほか | … 6p ~ 7p | ◇3B体操無料体験講習会のお知らせ ほか | … 18p ~ 19p |
| ◇むつ地区の下水道整備(認可)区域の拡大について | … 8p ~ 9p | ◇お元気ですか保健コーナー ほか | … 20p ~ 21p |
| ◇公園遊具の安全な利用について ほか | … 10p ~ 11p | ◇おしまこ流し踊り・みこし祭りのお知らせ | … 22p |

おびきりまはなびの味

その8：夏秋イチゴ

～安心・安全な日本一の産地を目指す～

夏秋期に収穫される『へちか(夏秋イチゴ)』は、夏季冷涼な青森県の気象に適し、大きな需要の伸びが期待できる作物です。

現在、輸入品が大多数を占めている製菓業界では、品質の高さや、安全・安心の観点から国産品に注目が高まっております。

今回のむつ市のうまいは日本一は、上品な味わいの『夏秋イチゴ』についてお伝えします。



はまなす農業協同組合いちご部会
(平成18年3月27日設立)

- 春定植
6月中に定植
9月から11月に収穫
- 秋定植
9月中に定植
翌年6月から8月に収穫
- 栽培農家 9戸
- 販売実績(平成19年度)
 - ・販売額……29,768千円
 - ・販売量……21,460kg
 - ・作付面積…115アール

イチゴの歴史

イチゴは、今から200年前のオランダで、北アメリカと南アメリカの野生種から改良された園芸品種が現在栽培しているイチゴのルーツと言われています。

日本には江戸時代末期にオランダ人によって長崎に伝えられ、明治初期ごろから本格的に栽培されるようになりました。

イチゴの特徴

イチゴの栽培特性は、バラ科オランダイチゴ属の常緑多年草で、5月から6月頃に白い花を咲かせ、果実は赤く熟します。

栽培期間は、苗作りから始めると収穫までに1年以上と手間がかかり、苗から栽培しても8か月以上の期間を要します。

花卉は弱い低温、短日条件の秋に分化し、冬に休眠して生長を停止、一定の低温期間を経ると休眠から覚めて生長を始めます。

むつ市でのイチゴ栽培

むつ市でのイチゴ栽培は、古くから農家の自家用に栽培されていましたが、一部の農家で生食用として施設を整備し栽培に取り組みが見られました。

これまで栽培されている普通の

イチゴは、春から初夏にかけての収穫でしたが、生食用だけではなく、ケーキなどの業務用にも適した新しい四季成りの品種『へちか』は、国産イチゴの価格が高くなる夏場の収穫を可能にし、下北地域の夏期冷涼な気候条件に合致することから、流通が確立した平成16年の秋定植から本格的な栽培を始めることとなった比較的新しい取り組みです。

『へちか』の栽培は、はまなす農協いちご部会が中心となり、意欲的な生産者と新規就農者の参入および市や県の補助事業を積極的に活用して生産規模の拡大を図るなど、大幅に生産を伸ばしている状況にあります。

むつ市生まれの上品な味わいの可愛らしいイチゴは、ケーキなどの業務用として、予冷出荷により採れたてのおいしさを消費者に届け、たくさんの人に可愛がっていただきたいと願っています。

へちかの品種特性

- ① 光沢が良く、色は明るい赤
- ② 形は美しい円すい形
- ③ 甘さと酸味のバランスが良く、おいしい品種
- ④ 果肉が堅く、ケーキ用として有望



おいしいイチゴの選び方 & ワンポイントアドバイス



イチゴの上手な選び方は、色が鮮やかで表面に艶があり、でこぼこがなく、つぶつぶが立って、ヘタがみずみずしいものほど新鮮です。

ビタミンCがたっぷり含まれ、風邪予防や美肌効果が期待できるほか、血をつくるビタミンと言われる「葉酸」も豊富に含まれているので、貧血にも効果的です。

また、イチゴにはペクチンが豊富に含まれ、血糖値の上昇やコレステロールの吸収を抑制する効果があり、イチゴの赤い色素成分にはポリフェノールの一種であるアントシアニンも含まれ、目の健康に対しても有効であるほか、発がん抑制作用にも期待がもてます。

〈問合せ先〉
『むつ市のうまいは日本一!』
啓蒙拡大推進作業部会(市水産課)
☎ 22-1111 内線 532



【出荷を待つ夏秋イチゴ】



【ハウス栽培の様子】

坂本謙二先生(県立田名部高校)の

むつ市のうまいは日本一コンクール(一)

○夏秋イチゴのサンドイッチ

材料

夏秋イチゴ 5個

クリームチーズ

食パン 8枚切り

バターまたはマーガリン

- (1) イチゴは洗って、布巾や紙タオルでよく水分をふき、縦に薄くスライスします。5ミリ位の厚さが適当でしょう。
- (2) パンをうすく焦げ目がつくくらいのとーストにします。
- (3) クリームチーズを耐熱容器に入れてラップを掛け、10秒程度電子レンジにかけます。ここでクリームチーズを柔らかくするのがポイントです。このチーズをトーストに均一に塗ります。
- (4) チーズを塗ったトーストの上に、(1)の薄切りにしておいたイチゴを隙間なく並べます。

もう一枚のパンを重ね、全体を固く絞った清潔な布巾で包み、まな板を重にして、最低でも30分置きます。好みで耳を切り、食べやすい大きさに切って盛りつけます。ラップやアルミ箔で包んで冷蔵庫で冷やし、デザート感覚で食べてください。

(5) 応用として、バナナ、煮たリンゴ、柿



○夏秋イチゴとチーズのサラダ

材料

夏秋イチゴ 5個

クリームチーズ

メロン 4分の1切れ

- (1) イチゴは洗って、布巾や紙タオルでよく水分をふき、サイコロ状に切っておき、メロンもこれと同様に切っておく。
- (2) クリームチーズは冷蔵庫で冷やしておき、なるべく細い刃のナイフでサイコロ状に切る。
- (3) (1)と(2)を、写真のように入れ替わりの

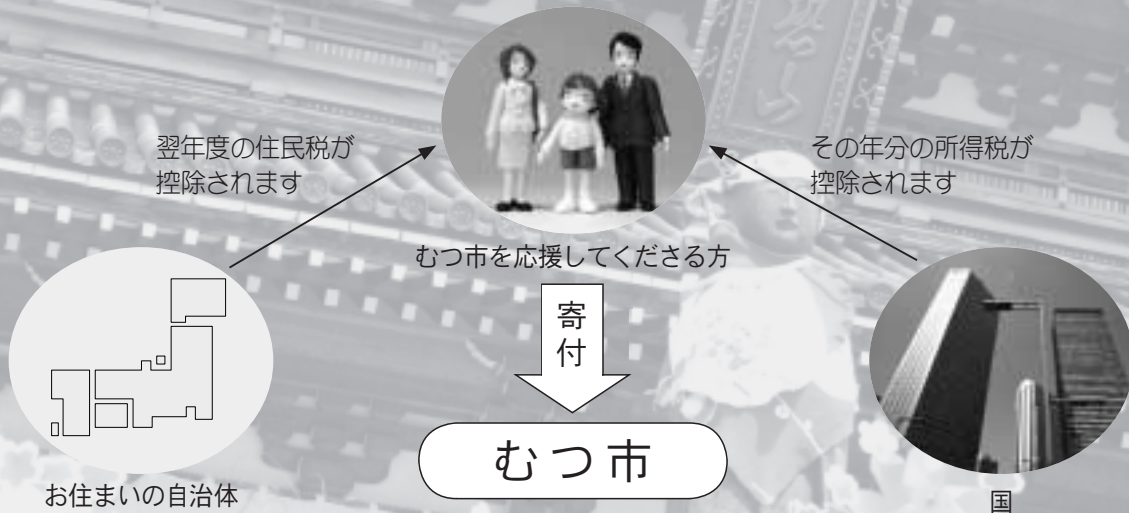
しょう。私のサンドイッチづくりのポイントは、軽くトーストしてパンの形が崩れないようにしておくこと。しっかりと重しをして具材をパンと密着させることです。

ふるさと納税制度がはじまりました

～ふるさとむつ市への応援をお願いします～

『ふるさと納税制度』とは、生まれ育った故郷や転勤等を通じてゆかりのできた街など、自らが「ふるさと」として応援したいと思う自治体へ寄付をした場合に、その一部が所得税と住所地の住民税から控除される制度で、結果として、その控除される部分をふるさとに納税したのと同じ効果が生じるというものです。

市外に住む家族や知人、むつ市にゆかりのある方へ、この制度を利用したむつ市への応援の呼び掛けをお願いします。



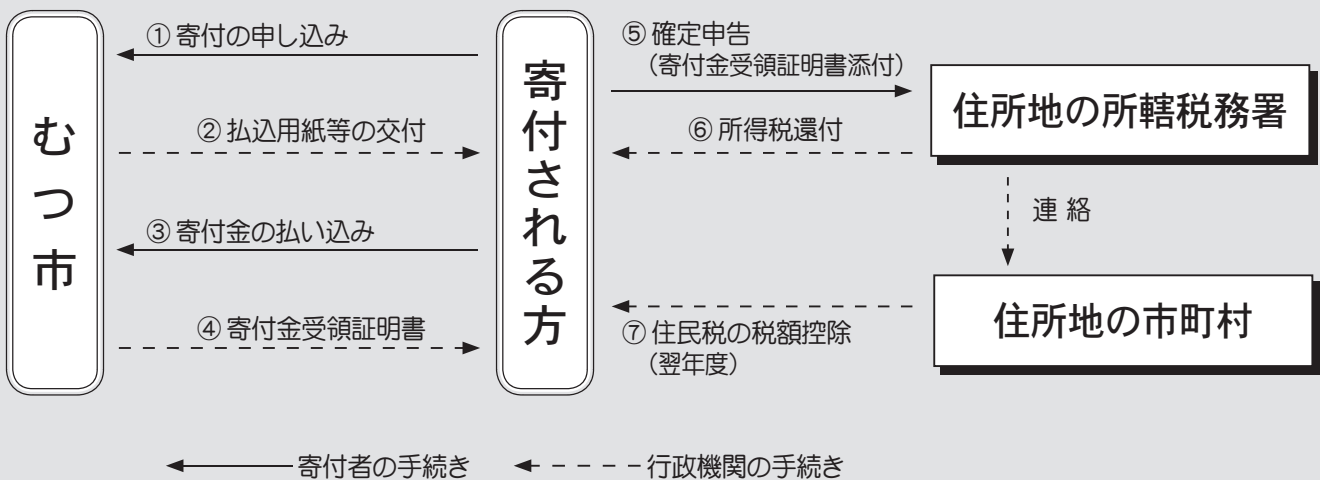
☆控除の内容

地方自治体への寄付金のうち 5,000 円を超える部分について、一定限度まで所得税と住民税が控除されます。

控除額の上限は、個人住民税所得割の概ね 1 割ですが、寄付する方の家族構成や収入額等で一人ひとり異なります。

控除を受けるためには、確定申告またはお住まいの市町村への申告手続きが必要です。

☆ふるさと納税のながれ☆



〈問合せ先〉

○ふるさと納税制度による「寄付」の申し込み…市企画課企画係 ☎ 22-1111 内線 212・213

○ふるさと納税制度による「税控除」について…市税務課市民税係 ☎ 22-1111 内線 182～184

～あなたの市に対する“思い”を市長と語り合ってみませんか？～
『おでかけ市長室』(むつ北通地区)を開催します

『おでかけ市長室』は、今後の市政運営やまちづくりに役立てるため、市長が直接市内各地域へ出向き、市民のみなさんからさまざまな意見を伺うため実施するもので、今回はむつ北通地区で開催します。

むつ市内にお住まい、お勤めの方であればどなたでも参加できます。

参加される場合は、あらかじめ申し込みが必要となりますが、傍聴される方は、申し込みは不要です。

〈いつ〉8月28日(木)・午後7時～8時30分

〈どこで〉関根浜漁民研修センター

〈申込方法〉○FAX・郵送により申し込みいただく場合

…下記の申込書をご利用ください

○電話・メールにより申し込みいただく場合

…下記の申込書記載の所要事項をお知らせ

ください

〈申込締切〉8月21日(木)

※申込多数の場合は調整させていただく場合があります

今後、むつ南通地区、川内地区、大畑地区、脇野沢地区と順次開催する予定です

〈問合せ・申込先〉

市広報広聴課 ☎22-1111 内線 252

☎23-0234

✉mt-dayori140@mutsu.e-shimokita.jp

市広報広聴課あて(FAX23-0234)

『おでかけ市長室』参加申込書

- 氏名 _____
- 住所 _____
- 事業所名 _____ (市外在住の方のみ記載願います)
- 電話番号 _____
- 発言予定内容(かんたんな要旨)

実績のツアー 大曲花火競技会
 さじき席に一番近い駐車場手配
 出発日/8月23日④(1泊2日:車中泊)
 会費/19,800円 ※満席が予想されます。お早めのお申し込みを。
JR+ホテルパック、飛行機+ホテルパック
安いが一番! 大好評発売中!!
三沢空港から行く シンガポール5日間
 出発日/11月24日④ (添乗員同行)
 会費/194,740円より (サーチャージは別となります)
三八五観光 (小川町二丁目 田村医院さん向) ☎22-1188

いつか心が帰る場所



小田桐石材

個人事業税(県税)についてのお知らせ

【個人事業税の概要】

個人事業税は、事業を営む個人の方で、県内に事務所または事業所を有する方に課される県の税金です。原則として、前年の不動産所得および事業所得から各種控除した額に対し課税されます。

【納税方法と納期限】

下北地域県民局県税部から送付される納税通知書により、8月と11月の2回に分けて最寄りの金融機関または県税部の窓口で納めてください(税額が1万円以下の場合には8月に全額納めることとなります)。

【納付期限】

- ・ 第1期分：9月1日(月)
 - ・ 第2期分：12月1日(月)
- ※口座振替もご利用できますので、金融機関・県税部にてお申し込みください。

課税対象となる業種は、物品販売業等いわゆる営業の範囲に属する第一種事業、畜産業、水産業、薪炭製造業などの第二種事業(主として自家労力により行うものを除く)および医業等いわゆる自由業に属する第三種事業があります。それぞれの税率は次のとおりです。

- 第一種事業……5%
 - 第二種事業……4%
 - 第三種事業……5%
- ※ただし、あん摩・マッサージ
または指圧・はり・きゅう・
柔道整復その他の医業に類する
事業、装蹄師業は3%



【詳しくは】

下北地域県民局県税部課税課
☎22-18581内線208

未登記家屋に係る所有者変更や

取り壊しをした場合のお届けは忘れずに!!

【詳しくは】

市税務課固定資産税係
☎22-11111内線187

恩給欠格者・戦後強制抑留者・引揚者のみなさまへ

平和祈念事業特別基金では、いまだ請求されていない恩給欠格者、戦後強制抑留者、引揚者の「ご本人」に、『特別慰労品』を贈呈しています(ご遺族の方は対象となりません)。

「引揚者」は、終戦の日まで引き続き1年以上外地で生活していた戦後引き揚げてきた家族全員が対象です。

まだ請求していない方は、早急に請求してください。

【請求期限】

平成21年3月31日



【問合せ・請求先】

独立行政法人
平和祈念事業特別基金
☎0120-23-4933
市介護福祉課障害福祉係
☎22-11111内線452

浄化槽を正しく使いましょう!

浄化槽は、微生物の働きを利用して汚水を浄化するもので、適正な維持管理が必要です。そのため、法律で次のことが義務付けられています。

- ① 定期的な保守点検
- ② 年一回の清掃
- ③ 法定検査の受検

(使用開始後および年一回)



法定検査は、浄化槽が適正に維持管理され、本来の浄化機能が十分発揮されているかを判定するもので、社団法人青森県浄化槽検査センター(☎017-726-9500)が行います。
なお、浄化槽の使用開始時や廃止時、使用者が変更になった時などは、むつ環境管理事務所(☎0175-133-1900)へ報告してください。

【詳しくは】

むつ環境管理事務所
☎33-1900

納税週間に係る収納窓口開設のお知らせ

市では勤労者の納税促進を図るため、毎月25日から末日までを納税週間として、平日の窓口業務に加え、夜間および休日に収納窓口を開設しています。市税等の納付を受け付けていますので、仕事などで日中に金融機関での納付が難しい方は、どうぞご利用ください。

※納税相談も随時行なっております

《開設日時》

8月25日～31日まで(土・日曜含む)

平日・午後5時15分～午後7時30分

※午前8時30分から午後5時15分までは通常どおり納付できます

土、日曜日・午前8時30分～午後5時15分

【開設場所・連絡先】

市税務課収納係 ☎22-1111内線192～194



漁業者および漁業従事者のみなさんへ
海区漁業調整委員会の
選挙人名簿の登録をしましょう

市選挙管理委員会では、海区漁業調整委員会選挙人名簿を毎年9月1日現在で、選挙権を有する漁業者および漁業従事者の申請に基づいて調製しております。

申請がなければ選挙人名簿に登録されず、選挙権があっても投票することができなくなりますので、ご注意ください。

申請書類は、市選挙管理委員会、各庁舎管理課のほか、市内の各漁業協同組合に備え付けていますので、忘れずに申請されますようお願いいたします。



〈資格要件〉

・昭和63年12月6日以前に出生した方

・当市に住所または事業場がある方で、一年に90日以上漁船を使用して漁業を営む方または漁業者のために漁船を使用して行う水産動植物の採捕もしくは養殖に従事する方（ただし、海そう漁業については、漁船の使用を条件としません。）

・海区漁業調整委員会の委員または漁業協同組合等の役員で、その委員または役員就任の際に、海区漁業調整委員会委員の選挙権を有しなくなった方。

〈申請の期間〉

9月1日(月)～5日(金)

〈提出先〉

市選挙管理委員会、各庁舎管理課、市内漁業協同組合

〈詳しくは〉

市選挙管理委員会

☎22-1111 内線782

男女共同参画室だより ④

『ジェンダー川柳』募集！

「男は男らしく、女は女らしく」と言うように、社会的・文化的に形成された性別を「ジェンダー（社会的性別）」と言います。

わたしたちは、「性差別や性別による偏見がない社会」、つまり「性別にかかわらず男女がお互いの人権を尊重し、対等な立場で協力しあい、喜びも責任も分かち合いながら誰もが個性と能力を十分に発揮できる男女共同参画社会」を目指し、それを実現するための大きな一歩として『ジェンダー川柳』を募集します。

あなたの想いを川柳に託してお寄せください。

〈募集内容〉男女共同参画社会をテーマとした川柳（ひとり3句以内）

〈募集締切〉9月19日(金)必着

〈応募資格〉青森県内に在住および勤務している方

〈応募方法〉郵送・FAX・メールにてご応募ください

※氏名(ふりがな)、住所、年齢、電話(FAX)番号、職業(学生の方は学校名および学年)を明記してください。

〈応募先〉〒030-8570 (住所記載不要)

青森県青少年・男女共同参画課『ジェンダー川柳』募集係

☎017-734-9228 ☎017-734-8050

✉ yukako_sakurada@pref.aomori.lg.jp

〈賞の種類〉最優秀賞…1点(賞状・3千円分の図書券)

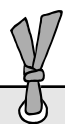
優秀賞……5点(賞状・千円分の図書券) ※10月下旬頃に入賞者に通知します

※応募作品の返却はいたしません。

なお、入賞作品の著作権は県に帰属、男女共同参画推進のための事業等に使用します。

〈問合せ先〉

市男女共同参画室 ☎22-1111 内線213



19年度最優秀作品
進みます男ひとと女ひととのバリアフリー

【下水道使用料】

下水道を使用される方は、毎月、下水道使用料を負担していただくこととなります。

使用料は上水道の使用水量に基づいて計算され、月額を上水道料金の概ね7割程度となっております。

むつ地区の下水道使用料は、次の表により計算される基本料金と従量料金の合計となります。なお、下水道料金は、旧市町村により計算方法が異なりますのでご注意ください。

項目	月額料金(一般)	備考
基本料金	1,218円	10㎡まで 消費税込
従量料金	193.2円	10㎡を超える部分 1㎡当たり 消費税込み

※上水道を使用していない場合は(井戸水の使用など)、1人1か月あたりの汚水量を6㎡とみなして計算します
(下水道使用料の納め方)口座振替または納入通知書により、上水道料金と一緒に支払いいただきます。

下水道受益者負担金制度について

◆受益者負担金制度(川内・脇野沢地区は受益者分担金制度となります)

公共下水道の施設は、道路や公園とは違い、特定の地域の人だけが利用できるものです。

公共下水道の完備によって、下水道整備区域内の皆さんは土地利用価値の増大、水洗便所の利用など、生活環境が改善され、下水道のない地域の人たちに比べて有形無形の利益を受けることができます。

このようなことから、公共下水道建設にかかる費用について、国の補助金を含めて広く市全体から納入された市費(税金)だけによつてまかなうとすれば、下水道整備区域外の人にも負担してもらうことになり、公平でなくなってしまう。

したがって、公共下水道整備区域の受益者の皆さんにこの事業による受益の限度内で建設費の一部を負担していただくのが受益者負担金制度です。

この制度は、公共下水道建設を行っているほとんどの都市で、公平の原則に基づき、また巨額な建設費をまかなう財源の一部として、事業の推進に大きな役割を果たしています。

負担金は固定資産税などと違いその土地等に一度しかかかりません。

負担金は5年間で10回(年2回の5年間払い)の分割払いです。

お支払月は、毎年第1期8月、第2期12月になります。(納付書の送付は7月下旬の予定です。)

◆前納報奨金制度

全額を一括して納付される場合は、前納報償金が交付され、差し引き額を納付すればよいこととなります。報奨金の額は、地区によって異なりますのでお問合せください。※負担金を滞納すると、税金と同じように滞納処分を受けることとなります。

負担金を納めていただく「受益者」とは、土地等の所有者になります。ただし、その土地に地上権、賃貸借、使用貸借などの権利が長期間にわたって定められている場合は、その土地の権利者が「受益者」となることもあります。

賦課対象区域の土地の所有者に、その年の7月に申告書を送付しますので、だれが受益者になるかを決めて、申告をしてください。

◆負担金の徴収猶予

現在、耕作中の農地や、受益者に火災などの不慮の事故が生じ、負担金を収めることが困難であると認めるときは、納付が一定期間猶予されます。

◆負担金の減免

公共用地を含みすべての土地が賦課の対象となりますが、学校、幼稚園、宗教法人の境内地、公道に準じる私道、急傾斜地、生活保護の生活扶助を受けている人などは一定の減免を受けられる場合があります。

徴収猶予、減免など詳しくは下水道課におたずねください。



【受益者負担金・分担金の納期限のお知らせ】

本年度、納めていただく方の **第1期の納期限は9月1日(月)** となっております。

お送りして下さる納付書で、期限内に納めてください。

むつ地区の下水道整備（認可）区域の拡大について

市では、むつ地区の下水道整備区域を下記図面のとおり拡大し整備を進めるため、平成20年6月に認可区域を拡大しました。

新たに認可区域になったのは、柳町2丁目・3丁目、田名部町、下北町、緑町、海老川町の一部です。

今後、工事を進めていく予定となっておりますが、工事が終わりますと、受益者負担金や下水道に接続する排水設備工事費、さらには下水道使用料などの個人負担が伴いますので、計画的な準備をお願いします。

下水道は、環境を守るため、みなさんと市とが両輪となって行う大切な事業です。

〈問合せ先〉
市下水道課
☎ 23-6591

～下水道整備（認可）拡大区域～



【柳町2丁目・3丁目、田名部町の地区】



【下北町、緑町、海老川町の地区】

【受益者負担金】

下水道が整備されることによって、直接利益を受ける方（土地の所有者など）に下水道建設費の一部を負担していただくものです。むつ地区における受益者負担金は、土地の区画に応じて次のとおり算定します。なお、受益者負担金・分担金は、旧市町村により算定方法が異なりますのでご注意ください。

賦課方式	算定方法	
土地の面積	1区画 25㎡未満の土地の場合	0円
	1区画 25㎡以上 100㎡の土地の場合	土地面積×1,490円
	1区画 100㎡を超え 1,000㎡の土地の場合	149,000円
	1区画 1,000㎡を超える土地の場合	149,000円+(土地面積-1,000㎡)×149円

〈受益者負担の納め方〉

一括または分割（5年分割10回払）の方法で収めていただきます。なお、一括で収めていただく場合は報償金制度（大畑地区を除く）があります。

【排水設備工事費】

下水道に接続するため、市の指定工事店にお願いする排水設備工事費です。

なお、市では工事資金貸付制度を設けており、無利子の5年償還となっておりますのでご利用ください。

汲取りトイレの場合	約80万円
浄化槽トイレの場合	約45万円

※左記の金額は、建築条件や敷地条件によって異なります

公園遊具の安全な利用について 地域のみなさまのご協力を

市では、夏休み中の公園遊具安全利用を呼びかけています。危険な遊びをしている子どもを見かけたら、ひと声をかけてください。地域のみなさまのご協力をお願いします。

【遊び方や服装等、次のことに注意するよう指導しましょう】

○遊ぶときの服装は？
動きやすい服装で遊びましょう。

・カバン、水筒、ランドセルは身に付けない

・首のまわりにひものついた衣服は身につけない

・脱げにくい靴をはき、靴ひもはしっかり結ぶ

○遊具での注意事項
ブランコやシーソー等、動く遊具で遊んでいる人のそばに行くのは危険です。

・高いところから飛び降りない

・高いところに誰かいたら、下に行かない

・登ってはいけないところに登らない

・せまいすき間に頭や体を入れない



○仲良く遊びましょう

大きい子どもは、小さい子どもの面倒を見て、小さい子どもがあぶないことをしていたらやめさせましょう。

・体の不自由な子どもには、特に気を配る

・遊具で遊ぶ時は順番を守る

・人に砂をかけたたり、突き飛ばしたりしない

○事故が起きたらすぐに助けを呼びましょう
近くにいる大人のの人に助けを求めましょう

・近くの家に行つて助けを求め

・119番に電話して救急車を呼ぶ

〈問合せ先〉

市都市計画課公園管理係
☎22-11111内線633

第20回 みちのく福祉公開講座

（いつ）9月6日（土）

午前10時～11時30分

（どこで）

みちのく金谷デイサービスセンター
（むつ市金谷）

〈演題〉

『環境と人にやさしい
真空調理でおいしい食事！』
新しい調理技術が、食べる人・働く人を幸せにする



〈講師〉

浜松大学研究プロデュース学部
健康栄養学科准教授 金谷 範子氏
※臨床栄養学に基づいた入院食・燕下食・スポーツ栄養学を研究。現全日本女子バレーボールチームの栄養管理指導者であり、食育の専門家でもあります

〈参加費〉無料

※講演終了後、試食会を予定しています

〈詳しくは〉

特別養護老人ホームみちのく荘
澤田 ☎23-11600

犬のしつけ方教室開催

青森県下北支部獣医師会では、家庭犬トレーナーによる『犬のしつけ方教室』を開催します。

ワンちゃんのしつけでお悩みの方、しつけに興味のある飼い主さんへぜひご参加ください。

（いつ）9月7日（日）
午後1時～3時

（どこで）市イベント広場
（どんな）

・犬のしつけ方教室（基本項目）
・ドッグマッサージ
・ワンちゃん運動会
・獣医師による相談コーナー

〈参加資格〉

9月1日（月）までに電話でお申し込みください。

〈参加資格〉

登録、狂犬病予防注射が済んでいること



〈問合せ・しつけ教室申込先〉

青森県下北支部獣医師会
☎23-6858

大工募集!!

協力工務店 同時募集

月収／50万円～80万円以上（請負制）

防衛省防衛局が行う住宅防音工事

仕事は、増改築・リフォーム等誰でも簡単に出来ます。

◆◆◆寮完備（冷暖房付） 各種保険：雇用保険・労災保険有◆◆◆

業界No.1!働きがいNo.1!収入No.1! そんな会社で一緒に働きませんか

（むつ市出身者が多数いますので、安心して働けます）

軽作業員募集

〈材料廃材・運搬・足場掛け〉

給与 25万円～30万円以上

★資格50歳位迄 ★要免許



株式会社 有馬工務店

本社 神奈川県大和市南林間7-12-3
支店 ▶ 東京横田・静岡御殿場

☎046-277-5777(代)

関連会社 ▶ ㈱有馬住研・㈱ヤマトカンパニー・LTD.

むつ下北子育て支援ネットワーク『ひろば』からのお知らせ

「ひろば」子育てサポート事業 2008
『むつ下北マミイ大学』

時間のない子育て中のお母さん、おばあちゃん。日頃の知りたい! やってみたい! を実現してみませんか?

たくさんの方のご参加をお待ちしております。

○第1回 9月2日(火)・午前10時～正午

「子どもと健康～わが子をメタボにしないために～」

〈講師〉中村 由美子氏(県立保健大学教授)

○第2回 10月6日(月)・午前10時～正午

「絵本と子育て～おはなし会もあります～」

〈講師〉さとうはるみ・さとうひでき氏(保育士・保育園園長/青森市)

○第3回 10月20日(月)・午前10時～正午

「シュタイナー教育から学ぶ」

〈講師〉櫻田 トミ子氏(スクールカウンセラー/十和田市)

〈どこで〉市中央公民館

〈参加費〉3回分前納 1,500円(1回のみは700円)

※当日会場でお支払いください

〈その他〉完全託児(託児料600円・2人では900円)です
オムツ、飲み物、おやつ等はご持参ください

〈申込方法〉電話、FAX、メールにてお申込ください



(問合せ・申込先)

むつ下北子育て支援ネットワーク『ひろば』

☎ 23-7844 (FAX 兼用) ✉ hiroba@sofcom.jp

むつ市人権教育・学習推進モデル事業
『ちがいを豊かさ』2008』開催

さまざまな視点から『人権感覚』を身につける講座です。今回は『視覚障害のシンガーソングライター 板橋 かずゆき』ふれあいコンサートとバリア体験と題してお送りします。どうぞお気軽にご参加ください。

〈いつ〉9月6日(土)午後1時30分～4時

〈どこで〉むつ来さまい館

〈定員〉50名 ※定員になり次第締め切りとなります

〈その他〉託児あります(予約制)

〈申込方法〉電話、FAX、メールにてお申込ください

下北地域活性化推進事業

『わが町バルーンアート隊講習会』開催

わたしたちの町をバルーンアートで飾ってみませんか?
初級編から上級編まで、どなたでも参加できます!

【初級編】

〈いつ・どこで〉10月9日(木)午前10時～正午・むつ来さまい館

10月18日(土)午後6時～8時・まさかりプラザ

【中級編】

〈いつ・どこで〉10月16日(木)午前10時～正午・むつ来さまい館

10月25日(土)午後6時～8時・まさかりプラザ

※上級・応用編では、イベント会場を直接デコレーションします。(日程等の詳細は講習会で連絡します!)

〈定員〉20名 ※定員になり次第締め切りとなります

〈参加費〉各回500円(教材費・バルーン代として)

〈申込方法〉電話、FAX、メールにてお申込ください

〈その他〉午前の講習会のみ無料託児あります

むつ支店オープンしました!!

アフラック募集代理店 株式会社 RAB企画 むつ支店

〒035-0033 むつ市横迎町2-16-8

TEL.0175-33-8215 FAX.0175-33-8238

支店オープン記念プレゼント実施中

ご来店いただき、アンケートにご記入いただいた方、
先着100名に【ダック】携帯
クリーナー進呈!!



引受保険会社 アフラック 青森支社 〒030-0802 青森市本町1-2-15 9階
●当社保険に関するお問い合わせ・各種手続き コールセンター ☎0120-5555-95

<http://taka-company.com/>



★サークル・ミニ会合・ご宴会等様々なパーティーも承ります!
★アルバイト&スタッフ募集 短時間でOK! 興味のある方はお気軽にお問い合わせを!

カフェドケティ
むつ市小川町2-19-46
TEL. 23-6633

IZACAFE 月うさぎ
むつ市柳町1-2-7
TEL. 23-8727

Discovery Cafe
むつ市小川町2-9-5
TEL. 23-6456

第15回むつ市公民館まつり 『フリーマーケット』出店者募集

今年も公民館まつり実行委員会では公民館まつりの期間中、『フリーマーケット』を開催します。出店を希望される方は、次の内容を確認のうえお申込みください。みなさまの出店をお待ちしています。

〈いつ〉8月30日(土)・午前9時～午後3時
8月31日(日)・午前9時～正午

〈どこで〉中央公民館 講堂

〈出店料〉8月30日(土)…500円・8月31日(日)…300円
※1区画(3m×2.5m)で、両日とも11区画を募集します。

〈申込方法〉

8月14日(木)午前8時30分から電話または中央公民館窓口で受付します。

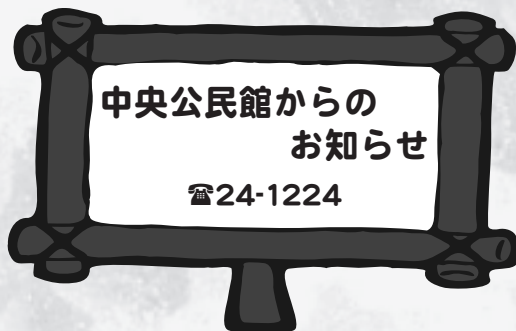
お申し込みの際、出店希望日、お名前、住所、当日連絡のできる電話番号を確認させていただきます(先着順)。

〈その他〉

両日とも、出店日当日午前8時30分に区画の抽選を行います。お申し込みをされた方は抽選開始時刻までに会場へお集まりください。



(詳しくは)公民館まつり実行委員会(中央公民館内)



中央公民館からの
お知らせ

☎24-1224

むつ市民大学公開講座

〈いつ〉8月28日(木)・午前10時～正午

〈どこで〉中央公民館・講堂

〈テーマ〉『本州最北端に住む生き物たち
～守ろう! 下北半島の自然～』

〈講師等〉NPO法人自然学校エコーロジ理事長 木下 哲夫氏
〈送迎バス〉

受講登録している方を対象に送迎バスが運行されます。
ご利用希望の方は、中央公民館までお申し込みください。

- ・脇野沢公民館前…午前8時50分出発
- ・大畑公民館前…午前9時10分出発
- ・川内公民館前…午前9時20分出発

※帰りは、中央公民館前を午後0時10分に出発します

〈その他〉

- ・市民大学では、受講登録者を随時募集しています。
- ・公開講座は、市民大学登録者以外の方でも聴講できます。
- ・市民大学は、『あおもり県民カレッジ』の認定講座です。



『イカ釣り海上遊覧体験』参加者募集!

下北観光協議会では次の日程で夏のイベントを開催します。

風間浦村でイカ釣り海上遊覧を楽しんだ後は下風呂温泉に宿泊し、元祖烏賊練レース、塩辛造りなども体験できます。

〈いつ〉

8月30日(土)～31日(日)

〈どこで〉

風間浦村下風呂漁港

〈募集人数〉

25名(最少催行人数10名)

※定員になり次第締め切らせていただきます

〈参加費〉

大人…6,500円
小人…5,000円

〈集合場所・時間等〉

むつ市役所本庁舎へ午後2時までに集合。長靴を持参してください。

〈申込方法〉

電話でお申し込みください

〈問合せ・申込先〉

下北観光協議会

☎22-11111内線545

(むつ市商工観光課内)

高価買取 大口・小口をとわず なんでも大歓迎



取り扱い品目

- 家具・家庭電気製品全般
- カメラ・楽器・つり具・バイク
- 衣類・着物・ブランド品
- 贈答品・雑貨品・日用品
- 機械工具・事務、厨房用品

むつ市小川町1-6-9(むつ病院通り)

リサイクル **タイヨード**
☎0120-71-5188

出張買取

むつ・下北全域
当店より伺います。

人に慣れる。 〈ルームメイトとハウスマイトとの暮らし〉

アメリカではルームメイトという言葉が一般用語です。日本でも確かに通じますが、実際ルームメイトがいる、またはいたことがあることを経験している日本人は少ないと思います。または、最近ハウスマイトという言葉も海外でよく聞きますが、ほとんどの日本人には通じないそうです。

ちなみに私はルームメイトもハウスマイトも経験したことがあります。17才の時から20才の時まで実家に住んでいなかったけど、一人暮らししたというわけでもないです。大学1年生のときにルームメイトという、同じ部屋に住む人がいました。私の大学では1年生と2年生は学校の寮でルームメイトと一緒に住まなければならないというルールがあります。愛知県に留学したときは学校の寮と言われても、町中にあった普通の2階建ての家に、他の留学生や外国人の大学院生7人で住んでいました。こういう住み方はハウス・シェアと言われ、一緒に住む人はハウスマイトといいます。ハウスマイトというのは部屋が別々でトイレやキッチンシェアするということです。大学4年生のときはアパートに男子2人と3人で住みました。そして、本当の1人暮らしをはじめたのはおつに来てからです。

日本でも確かにルームメイトやハウスマイトというのがたまにあります。おつでは無いような気がしますが、東京ならあるかと思います。ただし、これは最近の事象だと思われれます。しかし、私の親でも、大学生の頃はルームメイトがいて当たり前、社会人になってからでもハウスマイトがいた話しもよく聞くので、アメリカでは昔からある一般的なことです。

家賃が高い、一人暮らしできない、お金が原因でルームメイトがいる人がアメリカではたくさんいます。なのに、家賃も物価も非常に高いのに、なんで日本ではルームメイトが流行らないだろうと不思議に思います。考えてみると、日本人の性格にとって、ルームメイト、特に知らない人とルーム・シェアするのが難しいと思います。これはなぜかというと日本人はアメリカ人とかよりも人に慣れるまで非常に時間がかかるからだだと思います。

最近、日本人の友達と遊んでいると『日本人は本当に気

Amy's Essay

～エイミーのヨモヤマ話～



国際交流員 Amy (エイミー)

を遣い過ぎだな』とよく思います。『エイミーも遣い過ぎ』といわれますけど、普通のアメリカ人は無理に気を遣わないほうがいいということがわかっています。アメリカでは『気遣い』という言葉がないから、アメリカ人は気遣えないというステレオタイプがあるようです。でも、アメリカ人の気遣いがむしろ、日本人よりいいんじゃないかなと思うときもあります。例えば、友達にその人の友達を紹介されます。その時は、初対面ということで日本人は皆、気を遣います。でも、日本人の友達が私に友達を紹介してくれるときに、私はいつも『私は外人なので気を遣わないので、あまり気を遣わないでくださいね!』と相手を楽にさせるために言います。そこで、私が気を遣うとその人も気を遣わなければならないし、お互いに余計に疲れるだけなので、他の人を楽にさせるために、よく自分をバカに見せたりします。

アメリカ人にはこういう気遣いができるので、他の人と一緒に住むことが簡単にできるのではないかと思います。なのに、日本人は初対面の人には気を遣わなければならないような考え方を持っています。初対面なら、丁寧語で話すことも基準です。こういう考え方が楽な生き方に邪魔しているのではないかと思います。

最初から自分らしくできないのなら、相手に慣れてきてからでも、本当の自分を見せることはとても大変なことだと思います。最初から自分らしく挨拶すれば、慣れてから、本当の自分を他の人に見せることもできると思います。今は一人暮らしが楽で好きなんですけど、今でもルームメイトと仲良くしたり、自分の母親も大学時代のルームメイトと未だに連絡をとったりしているので、家族以外の人と一緒に住むことはとてもいい経験だと思います。そういう経験もできたアメリカの生活に感謝しています。



～東北電気保安協会からのお知らせ～ 8月は『電気使用安全月間』です

夏季は暑さによる疲労などから、注意力の散漫、発汗により、感電負傷事故が発生しやすい傾向にあります。このため経済産業省では、毎年8月を『電気使用安全月間』と定め、電気災害や事故の未然防止に向けて、電気を正しく安全に使用するための活動を全国一斉に行なっております。

- ① あなたのお家はだいじょうぶ? 日頃から電気安全を心がけましょう。
- ② 自家用施設の電気事故は、日頃のチェックで防ぎましょう。
- ③ 自然災害にそなえ、電気の安全に努めましょう。

〈問合せ先〉

東北電気保安協会むつ事業所 ☎22-4698



みんなでおおはたへ行こう！

大畑ふるさと祭り・花火大会 開催！

みんなでつくる夏祭り！大畑ふるさと祭りが今年も盛大に開催されます。
たくさんのおみなさまのお越しをお待ちしております。

〈いつ〉 8月15日(金) 午後1時～

〈どこで〉 大畑漁港内特設ステージ

〈どんな〉

- 開会式 13:00～
- 園児たちによる演技披露 13:15～
 - ・あすなろ保育園
 - ・こすもす幼稚園
 - ・大畑中央保育所
- 大畑中学校吹奏楽部演奏 14:00～
- バンド演奏 15:00～
- よさこいソーラン 17:30～
- カラオケ大会 18:00～
- 盆踊り 19:30～
- 花火大会 20:00～



〈詳しくは〉

大畑町商工会 ☎ 34-3500

伝統の『田名部まつり』を

楽しい思い出にしよう

今年も8月18日から20日までの3日間、伝統の『田名部まつり』が行われます。

例年『田名部まつり』では、一部の伝統を守れない者により、『深夜に花火を打ち上げる』『危険物を振り回したり、物を投げる』『大勢でたむろして大声をあげる』などの迷惑行為により、地域住民や観光客が大きな不安を感じるなどの迷惑を受けております。

警察では、まつり主催者と連携して事件・事故の未然防止活動を強化するとともに、迷惑行為者については強力に取り締まる方針です。

伝統の『田名部まつり』を思い出の多い、楽しいまつりにするために、地域のみなさまのご協力をお願いいたします。

【少年・少女の非行防止のために】

『田名部まつり』は、伝統のあるすばらしいまつりですが、子どもたちもまつりの雰囲気にもまれて、深夜に徘徊し、タバコを吸ったり、酒を飲んで警察に補導されております。

親御さんは子どもたちに、まつりだから特別だという意識を持たせず、まつりの伝統を守って楽しい思い出づくりの機会を与え、健全育成するよう注意して見守っていただきたいと思います。



〈詳しくは〉

むつ警察署地域課

☎ 22-11321 内線290

『むつ来さまい館』だより

【体験館】のお知らせ

むつ来さまい館では、さまざまなメニューで『体験館』を開催します。

自分だけのオリジナル作品を作ってみませんか？みなさんの参加をお待ちしております。

（いつ）

8月9日(土)～24日(日)

（どこで）むつ来さまい館

イベントホール A

（どんな）

・金魚ネブタ

（下北の金魚ネブタ）

・スタンドガラス

（ガラス工房ポラリス）

・裂き織り(裂き織りサークル)

・宇賀焼き

（むつ市陶芸センター）

（体験料）

メニューにより異なります。

※各体験の日程等、詳細はお問い合わせください

【フリーマーケット募集中】

（いつ）8月24日(日)

午前10時～午後3時

（どこで）むつ市イベント広場

（出店料）

一人一区画(2m×3m)1,000円

（申込締切）

出店区画が定区画数になりしだ

い締め切らせていただきます。

【ホームページのお知らせ】

『かさま info』ホームページ

で、催事や展示のお知らせ、下北郡内のイベント情報を発信しています。

また、観光情報や地域の情報について、紹介もいたしますので情報をお寄せください。

☞ <http://kasamainfo/>



（詳しくは）

むつ来さまい館

☎ 33-8191

トントウビレッジイベント情報

【トントウのドリームワールド】

（いつ）8月31日(日)・9:30～16:00

（どこで）トントウビレッジ多目的シアター・中庭

（どんな）

☆トントウビレッジ縁日広場

（輪投げ、ヨーヨーすくい、ポップコーン）

☆ふれあいわんわん動物園

☆お子さま向けふわふわ広場(巨大迷路)

☆ラジコン飛行機・ヘリコプターデモ飛行

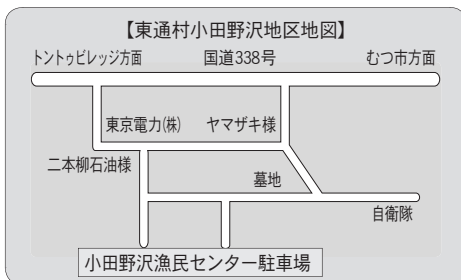
☆みんなで参加ステージイベント

（ジャンケン大会、クイズ大会 景品あり）

※入場無料。屋台はありませんので、昼食が必要な方はご持参ください

【むつ方面からお越しの方へ】

シャトルバスを運行します。東通村小田野沢漁民センター駐車場(地図参照)をご利用ください



【ハーブ教室】

（いつ）9月7日(日)・10:00～14:00

（どこで）東北電力(株)むつ営業所 別館 2階調理室
※現地集合(東側駐車場をご利用ください)

（どんな）ハーブの種類を学び、そのハーブを使ったパター作りと、それを使った軽食作り

（講師）ハーブコーディネーター 三本木 市子 氏

（対象）ハーブに興味のある大人の方

※安全面のため、お子さま連れでの参加はご遠慮願います

（定員）15名

（準備するもの）まな板、よく切れる包丁、エプロン
※軽食程度なので昼食もご持参ください

（参加費）無料 ※ユニセフ募金にご協力願います

（申込締切）8月26日(火)当日消印有効

（申込方法）

官製ハガキにイベント名・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・年齢・電話番号をご記入のうえご応募ください(ハガキ1枚につき1名での応募となります)。

当選者には、8月27日以降にハガキでご案内の通知をいたします。

※応募者多数の場合は抽選となります。ご了承ください。



〈問合せ先〉

〒039-4223 下北郡東通村大字小田野沢字見知川山1-809

東通原子力発電所PR施設『トントウビレッジ』 ☎48-2777

7月15日(火) / 第14回 森と湖に親しむつどい



7月18日(金) / 第30回 むつ市老人スポーツ大会

どこかで



7月19日(土) / 第6回 わきのさわ海まつり・わきのさわ朝市



7月27日(日) / 市民ラジオ体操のつどい



7月27日(日) / 第10回 まさがりレガッタ



ある日、



～編集あれこれ～ ☆市政だより担当課である市広報広聴課も T.KOHO (チーム広報)としてまさがりレガッタへ参加しました!



【大会前の清掃活動に参加】



【むつ市のうまいは日本一!と気合は十分】



【来年もむつ市の広報マンとしてがんばります!】

3B体操無料体験講習会

3B体操とは、「ボール」「ベル」「ベルター」の補助具を使って、無理なく体を動かす健康体操です。

病気に負けない体力作り、音楽に合わせて始めましょう。体力に自信のない方、この機会にぜひ体験してみてください!

〈いつ・どこで〉

○8月20日～9月24日までの毎週水曜日・10:45～11:45

市立図書館集会室 ※8月27日を除く

○8月21日～9月25日までの毎週木曜日・10:45～11:45

中央公民館第一会議室 ※8月28日を除く

※都合の良い時だけ、1回だけでも参加できます

〈参加費〉無料

〈定員〉各回10名位 ※お電話でお申し込みください

〈指導者〉

(社)日本3B体操協会青森県支部 佐々木祐美・小田敬子

〈準備する物〉バスタオル、上履き

※運動のできる服装でお越しください



〈問合せ・申込先〉

(社)日本3B体操協会青森県支部 佐々木

☎090-5188-7038

釜臥荘『陶芸体験教室』開催

釜臥荘では、地域のみなさんと利用者との交流を深めるため、講師を招いて『陶芸体験教室』を開催いたします。

利用者と一緒に、カラー粘土を使用した作品を創作してみませんか。窯出し体験も行いますので、ぜひご参加ください。

〈いつ〉

9月2日(火)

午後1時30分～3時

10月22日(水)

午後1時30分～3時

11月5日(水)・午前10時～11時

〈どこで〉

養護老人ホーム釜臥荘

〈どんな〉

作品成型・本焼き窯だし体験

〈対象者〉市内在住の方

〈定員〉15名 ※定員になり次第締切

〈参加費〉無料

〈申込締切〉8月31日(日)まで

※電話でお申し込みください



〈問合せ・申込先〉

養護老人ホーム釜臥荘

☎23-4514

さとうみ ～里海だより⑦～



暖流と寒流が流れる私たちの里海には、実に多様な生きものが暮らしています。いろいろな生命の営みが豊かな海をつくれます。

知っているようで知らなかった海の生きものを、むつ市海と森ふれあい体験館の館長である五十嵐健志氏のご協力によりご紹介します。

【ヒメヒトデ】学名… *Henricia nipponica*

大きくなっても3センチまでの小型のヒトデですが、海の中で赤い色がひととき映えてよく目立ちます。腕は普通5本ですが、写真の個体は腕の一本の先が分かれた不規則な形をしています。損傷から再生中のようです。ヒトデ類は腕がちぎれても、すぐ生えてくるほどの強い再生力を持っています。

○撮影：むつ市川内町 水深1m 五十嵐健志

〈もっと詳しく知りたい方は〉

むつ市海と森ふれあい体験館 ☎42-2411

☞ <http://www.mutsu-taikenkan.jp/>

各種相談日程

法律相談 市広報広聴課 ☎22-1111 内線 252

9月26日(金) 場所は市民相談室。予約制です。相談の際はできるだけ関係書類を持参してください。

法律相談 青森県弁護士会 ☎017-777-7285

毎月第1・2金曜日 場所はむつ商工会議所。料金は5,000円、13:00～16:00 予約制です。(扶助制度があります。)

行政相談 市広報広聴課 ☎22-1111 内線 252

9月16日(火) 場所は市民相談室。行政が行なう仕事についての各種相談を受けます。

行政相談 大畑庁舎管理課 ☎34-2111

9月12日(金) 場所は大畑庁舎1階小会議室。行政が行なう仕事についての各種相談を受けます。

人権相談 青森地方法務局むつ支局 ☎23-3202

土・日・祝日を除く毎日 場所は下北合同庁舎3階相談室。家族間や近隣関係のこと、学校や職場内のことなどの相談を受けます。

心配ごと・結婚相談 むつ市社会福祉協議会相談専用電話 ☎22-2731

月～金曜日 場所は旧市集会所。祝日、第3木曜日は10:00～15:00 休み。

心配ごと相談 むつ市社会福祉協議会大畑支所 ☎34-3537

9月18日(木) 場所は総合福祉センター(ふれあいかん)。10:00～15:00 日常生活のあらゆる相談を受けます。

教育相談 相談専用電話 ☎22-0974

月～金曜日 場所は教育研修センター。予約制です。祝日は休み。9:00～16:00 中学生までの教育に関する相談に応じています。

こころの健康相談 下北地域県民局地域健康福祉部(むつ保健所) ☎24-1231

9月3日(水) 場所は地域健康福祉部(むつ保健所)。予約制です。13:00～14:00 心の悩み、心の病気、認知症等の相談を随時受けます。

女性の健康相談 下北地域県民局地域健康福祉部(むつ保健所) ☎24-1231

9月18日(木) 場所は地域健康福祉部(むつ保健所)。予約制です。10:00～12:00 女性の心身の健康に関する相談に応じます。

生きがいサークル むつ市老人クラブ連合会

はじめて参加される方は前もってご連絡ください。
お花と手芸は材料費が必要です。

〈どこで〉

- ・老人憩の家『禄寿荘』(新 町) ☎23-5800
- ・老人憩の家『福寿荘』(川守町) ☎29-1800

〈詳しくは〉

単位老人クラブ会長、または老人クラブ連合会会長
大畑敏和さん(☎22-2749)へお問い合わせください。

【9月の日程】

《禄寿荘》 禄寿荘の各教室は新しく会員を募集しています

お花教室	………	4日(木)・18日(木)
手芸教室	………	2日(火)・16日(火)
詩吟教室	………	6日(土)・19日(金)
踊り教室	………	10日(水)・24日(水)
お茶教室	………	11日(木)・25日(木)
習字教室	………	12日(金)
コーラス教室	………	8日(月)・26日(金)
ダンス教室	………	10日(水)・24日(水)
カラオケ教室	………	8日(月)・22日(月)
囲碁・将棋教室	………	2日(火)・16日(火)

〈時間〉

ダンス教室は午後1時～3時、カラオケ教室・囲碁
将棋教室は午後1時～4時、その他の教室は午前10
時～正午

《福寿荘》 福寿荘の各教室は新しく会員を募集しています

詩吟教室	………	2日(火)・16日(火)
俳句教室	………	5日(金)・19日(金)
日舞教室	………	1日(月)
着付教室	………	8日(月)・22日(月)
唱歌教室	………	5日(金)・19日(金)
カラオケ教室	………	11日(木)・25日(木)

〈時間〉

カラオケ教室は午後1時～4時、俳句教室は午前9
時～正午、その他の教室は午前10時～正午

ニュースポーツ体験研修会のお知らせ

子どもから高齢者までどなたでも参加できます。家族、友人を誘ってご参加ください。

〈いつ〉 8月24日(日)午前9時30分～午後2時30分

〈参加費〉 1人500円 ※小学生以下は無料

〈どこで〉 しもきた克雪ドーム

〈準備するもの〉 昼食、上履き

〈どんな〉 インディアカ、ソフトバレー、フロッカー、
ペタンク、ディスク

〈問合せ・申込先〉

むつ・下北地区レクリエーション協会(白川) ☎22-6912

これからの予防接種日程

麻しん風しん

◎1才～2才未満
◎年長児(平成14年4月2日～15年4月1日生まれ)

実施日	実施場所・時間	
9月5日(金)	菊池医院	13:30～14:30
	佐藤小児科	14:00～17:00
	ちばクリニック	14:00～15:00 (接種時間 14:00～15:30)
	どんぐりこどもクリニック	14:00～15:00
9月12日(金)	川内病院	13:20～13:50
9月12日(金)	総合福祉センターふれあいかん	14:45～15:00 ※健康カレンダーと日程が変更となっています。ご注意ください

B C G

◎3か月～6か月未満

実施日	実施場所・時間	
9月4日(木)	下北文化会館	13:15～13:30



お元気ですか! 保健コーナー

〈詳しくは〉市健康推進課 ☎22-1111 内線 443・445



川内庁舎健康福祉課 ☎42-2111

総合福祉センター(ふれあいかん) ☎34-6611

脇野沢庁舎健康福祉課 ☎44-2111

三種混合 ◎3か月～7才6か月未満

実施日	実施場所・時間	
8月20日(水)	脇野沢診療所	13:00～13:20 (10日前までに、脇野沢庁舎健康福祉課へ予約が必要です)
	菊池医院	13:30～14:30
8月22日(金)	佐藤小児科	14:00～17:00
	ちばクリニック	14:00～15:00 (接種時間 14:00～15:30)
	どんぐりこどもクリニック	14:00～15:00

健康をつくろう! ⑤

～健康推進課からの健康に関する情報です(たばこ編)～

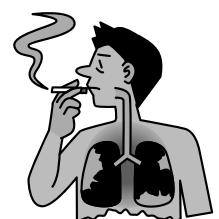
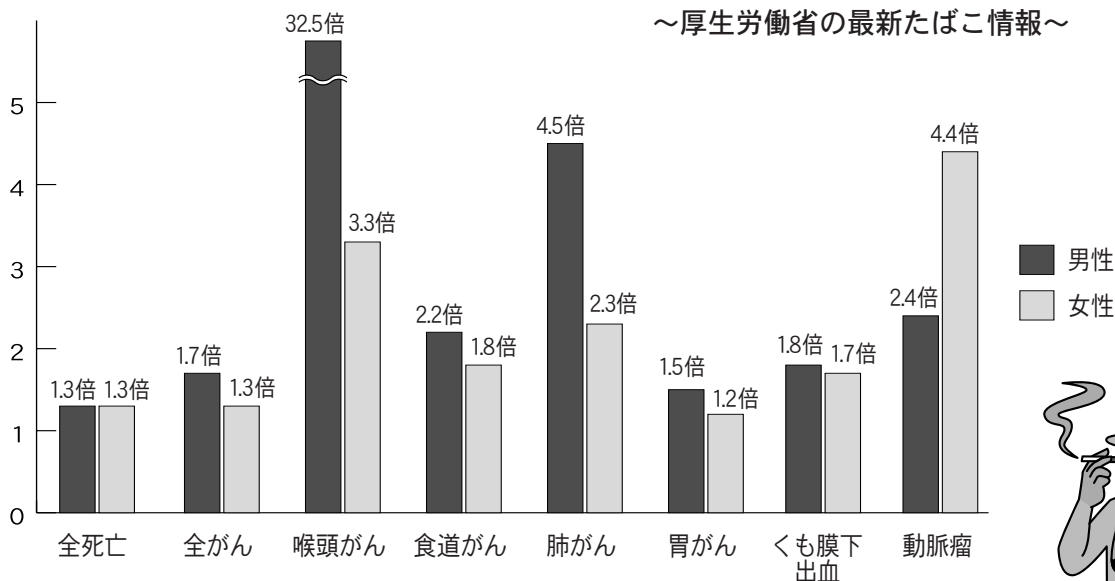
●喫煙による健康への影響

たばこは喫煙者のみならず、母体の胎児や、喫煙者の近くにいる人たちの健康をも脅かす存在です。

たばこの煙には、ニコチン、一酸化炭素、発がん物質やその他の有害物質が含まれ、喫煙者では、肺がん、喉頭がんを始めとする種々のがん、心筋梗塞や狭心症、慢性気管支炎などの呼吸器障害、胃・十二指腸潰瘍等にかかるリスクが高くなると言われています。

【非喫煙者を1としたときの、毎日喫煙者の標準化死亡比】

～厚生労働省の最新たばこ情報～



～さあ、今から、禁煙しましょう!～

平成20年10月から乳幼児医療費給付制度が拡充されます

市では、子育ての経済的負担の軽減と子どもの健やかな成長を目的に、乳幼児の医療費のうち保険診療による自己負担分を助成しています。

本年10月1日からは、新たに4歳から6歳(就学前)までの幼児の通院医療費で、1か月につき1,500円を超える自己負担分を給付することになりました。

制度の適用を受けるためには受給資格証が必要ですので、忘れずに交付申請の手続きをしてください。
なお、保護者の所得により助成の対象とならない場合があります。

☆改正後(10月1日から)

年齢	入院	通院
0歳	保険診療による医療費自己負担額を助成	
1歳		
2歳		
3歳	同上	同上
4歳	ただし、1日につき500円の一部負担金あり	ただし、1月につき1,500円の一部負担金あり
5歳		
6歳(就学前)		

☆改正前

入院	通院
保険診療による医療費自己負担額を助成	
同上	対象外
ただし、1日につき500円の一部負担金あり	



○所得制限

扶養親族等の数	所得限度額	備考
0人	2,342,000円	扶養親族等の数が5人を超える場合の限度額は、1人増えるごとに38万円を加算します。 また、障害者控除、医療費控除、配偶者特別控除等がある場合は、所得額から控除されます。
1人	2,722,000円	
2人	3,102,000円	
3人	3,482,000円	
4人	3,862,000円	
5人	4,242,000円	



○受給資格証の交付申請

今回の制度改正により、対象となる4歳から6歳(就学前)までの幼児の保護者の方には、受給資格証を交付しますのでお早めに申請してください。

なお、すでに黄色の受給資格証(4歳から就学前までの入院医療費受給用)をお持ちの方は、有効期限内において使用できます。

〈申請に必要なもの〉

- ・お子さんの名前が入った保険証
- ・転入された方などは、所得証明書等が必要となることがあります

○給付申請手続き

医療費の給付を受ける場合は、受給資格証と保険証を提示し、医療機関等の発行する領収書を提出しなければなりません。領収書は1か月ごとにまとめて、翌月に提出してください。

※4歳から6歳(就学前)までの通院医療費給付は、平成20年10月1日以降の診療分となります。

それまでの通院医療費については、自己負担となりますので、あらかじめご了承ください。

〈問合せ・手続先〉

市健康推進課 ☎ 22-1111 内線 446・448
川内庁舎健康福祉課 ☎ 42-2111
総合福祉センター(ふれあいかん) ☎ 34-6611
脇野沢庁舎健康福祉課 ☎ 44-2111

『第36回 おしまこ流し踊り』開催

本年も、内容の充実とともに、柳町からマエダ通りに照明を設置し、明るくきれいに情緒豊かな踊りを展開いたします。

みなさまのお越しをお待ちしております。

〈いつ〉8月18日(月)・午後7時 ※花火の合図で出発いたします

〈出発場所〉下北信用金庫本店前

〈参加団体〉ミスおしまこほか、8団体約600名の踊り手が参加予定

※「おしまこ」のネーム入り浴衣・生地を1着分8,700円で販売いたします。詳しくはお問い合わせください

【第36回 おしまこ流し踊り開会式セレモニー】

- ・午後6時～6時30分
- ・まさかりプラザ前イベント広場にて



〈詳しくは〉
 (社)むつ市観光協会
 ☎23-1311

真夏だ！ワッショイフェスティバル!! 『第24回 みこし祭り』開催

今年は、むつ市岩手県人会創立80周年記念事業として盛岡さんさまつり！と、その他むつJCから大湊ネブタ、(社)青森青年会議所JCはやし隊が参加し、みこし祭りを盛り上げます！みなさんも一緒にみこし祭りで盛り上がりましょう！



【盛岡さんさまつり】



【大湊ネブタ】

〈いつ〉8月19日(火)

- ・みこしまつり出陣式…午後6時～
- ・みこしまつり運行……午後6時30分～

〈運行ルート〉

イベント広場～マエダ第2駐車場

※(社)むつ青年会議所では、ネブタを引っ張りたい方を募集しています。詳しくはお問い合わせください

〈詳しくは〉
 (社)むつ青年会議所
 ☎22-4360

さとうみ
 ～里海だより⑦～ は18ページへの掲載となります。

●編集・発行 むつ市総務部広報広聴課

☎0175-22-1111 ☎035-8686 青森県むつ市金谷一丁目1番1号

☒ <http://www.mutsu.e-shimokita.jp> ☒ info@mutsu.e-shimokita.jp

☘ むつ市の人口・世帯数 (8月1日現在) ※住民基本台帳による

人	□ 65,200人 (- 13人)	世帯数	28,645世帯
男	31,591人 (- 20人)		(+ 16世帯)
女	33,609人 (+ 7人)		()内は前月からの増減