



広報 M U T S U

- みんながつながるむつ市の総合情報誌 -

2015.3.25 vol.9

4月10日



子どもの健やかな育成を支援するための屋内遊戯施設「むつ市キッズパーク」がいよいよ4月10日(金)午前10時30分オープンします。

〈施設の特徴〉

- ◎体を動かして遊ぶ「動」のスペース
- ◎図書コーナーや0歳児のためのコーナー等の「静」のスペース
- ◎子ども用のトイレ・手洗いおよび授乳・おむつ交換のために必要な設備を用意

〈どこで〉旧市役所東庁舎(下北文化会館裏)

〈利用できる方〉

- ・小学3年生以下の児童およびその保護者(保護者の同伴が必要です)
- ・子育て支援団体等

〈開館時間および休館日〉

- ・開館-午前9時30分~午後4時30分
- ・休館-毎週火曜日(休日の場合は翌日)、12月29日から1月3日は休館

〈使用料〉無料

◎愛称とボランティア募集

【愛称募集】

広く市民のみなさまに親しんでいただけるよう、むつ市キッズパークの愛称を募集します。

募集期間は4月10日から5月31日までです。キッズパークで遊んで親子と一緒に愛称を考えて応募してください。(応募用紙は、むつ市キッズパーク内と児童家庭課にあります)

【ボランティア募集】

むつ市キッズパークと一緒に活動するボランティアのみなさんを募集します。協力してみたい方はご連絡ください。

問 児童家庭課児童家庭担当

☎ 22-1111 内線 2518

問 むつ市キッズパーク

☎ 23-6305 (4月1日~)



information

市役所からのお知らせ

- 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

お問い合わせメール
E info@city.mutsu.lg.jp

市ホームページ
http://www.city.mutsu.lg.jp

市公式フェイスブック
https://www.facebook.com/mutsu.city

3月1日現在 人口・世帯数 ※住民基本台帳による

総人口	61,411人 (-83人)
むつ地区	47,815人 (-57人)
川内地区	4,333人 (-5人)
大畑地区	7,476人 (-19人)
脇野沢地区	1,787人 (-2人)
総世帯数	29,322世帯 (-22世帯)

()内は前月比

お知らせ

「にっぽん丸」

「はしふいっくびいなす」寄港
船内見学会参加者を募集

商船三井客船株式会社と日本クルーズ客船株式会社が運航する、豪華クルーズ客船が「春の日本一周クルーズ」の寄港地として、相次いで大湊港に入港します。寄港に際し、運航会社のご協力により、市民を対象とした船内見学会を開催します。

◎「にっぽん丸」(初寄港)



商船三井客船株式会社所有、総トン数2万2472ト、全長166.6m、船客定員524名

いつ(5月3日)(日)

午前10時30分〜正午
(午前9時入港・午後5時出港)

◎「はしふいっくびいなす」(寄港3回目)



日本クルーズ客船株式会社所有、総トン数2万6594ト、全長183.4m、船客定員620名

いつ(5月12日)(火)

午前10時〜11時
(午前8時入港・午後6時出港)

〈定員・参加費〉80名・無料

○共通事項

〈対象者〉

市内在住で階段の昇り降りに支障のない方

〈応募方法〉

往復ハガキの往信裏面に、①見学したい船の名前、②見学希望者全員(2名まで記載可)の郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号の記入と返信の宛

先(午前9時入港・午後5時出港)

窓口アンケート結果

お知らせします

〈実施期間〉

1月26日(月)〜2月6日(金)

〈回答数〉863件

※昨年7・8月実施時803件

(単位: %)

質問	満足	やや満足	普通	やや不満	不満	無回答
あいさつはいかがでしたか	70.7	12.6	15.3	0.5	0.3	0.6
職員の説明・対応はいかがでしたか	72.9	12.4	12.9	0.7	0.1	1.0
職員の言葉づかい・態度はいかがでしたか	74.3	12.5	11.8	0.4	0.1	0.9
職員の身だしなみはいかがでしたか	72.7	11.9	13.7	0.6	0.1	1.0
待ち時間はいかがでしたか	70.2	11.6	13.7	0.7	0.3	3.5
案内や申請書等の記入例はわかりやすいですか	59.6	15.8	16.6	2.3	0.7	5.0

その他の質問の結果は市ホームページをご覧ください。

- 〈いただいたご意見〉
- ・いつも細やかな対応をいただいていた感じがとてもいいです。
 - ・大変親切に対応して頂き助かりました。
 - ・仕事上夜間窓口が開いていてくれて助かります。
 - ・電話対応が冷たい時や横柄な時がありました。もう少しいいにして頂きたいと思っております。
 - ・休日に死亡届を提出しました。保険証やその他の手続きの説明があれば助かりました。せめてパンフレットを用意していただきたいと思います。
 - ・司法に関する相談窓口が少ない。HPで市役所の受付開始時間を見つづけることができず早く来てしまいました。
 - ・会社員としては、土日も窓口を利用できる時間があると有難いです。
- 〈総務課行革推進担当〉
☎22-11111内線2123
- 出生・死亡・死産・婚姻・離婚届
提出される方にお願ひ
4月1日から平成28年3月31日まで、厚生労働省による人口動態職業・産業調査が実施されます。この期間中に出生・死亡・死産・離婚の届出をされる方は、届書に

名に代表者の郵便番号、住所、氏名を(記入のうえ、応募してください。(返信用ハガキ裏面は空白)としてください。)

なお、一枚のハガキで両船同時の申込みはできません。乳幼児や小学生も1名とし、小学生以下は保護者と一緒に応募してください。応募は往復ハガキのみで、一人様一回の応募に限りです。(応募締切)4月13日(月)必着

参加者の決定
応募者多数の場合は抽選により決定し、応募者全員に返信用ハガキにて結果をお知らせします。(4月21日頃予定)当選後の見学者変更はできません。

また、見学会当日は、会場受付で当選ハガキと本人確認のための身分証明(自動車運転免許証、健康保険証、生徒手帳など)の提示が必要となります。

セレモニーに参加しませんか?

記念タオルをプレゼント
入出港時間30分前から郷土芸能

「職業(死亡届は産業を含む)」を記入していただくこととなります。ご協力よろしくお願ひします。

〈市民課記録担当〉

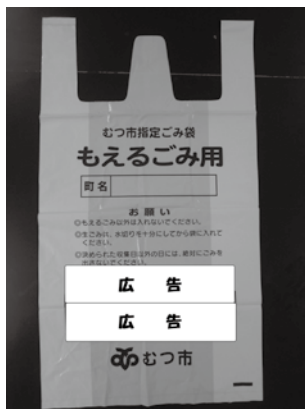
☎22-11111内線2422
各庁舎市民福祉課

市指定ごみ袋に

広告を掲載しませんか?

市内に事業所や店舗をお持ちの方、市指定ごみ袋の表面に広告を掲載して、会社やお店のPRをしませんか?

〈申込受付期間〉
3月25日(水)〜4月7日(火)
※詳細は、市ホームページをご覧ください。お問い合せください。



詳しくはこちら



QRコード

〈環境政策課廃棄物対策担当〉

☎22-11111内線2464

お引っ越し、家財処分、 店舗・事務所 移転・整理

不用品!!買います

家具・家電・工具・つり具・衣類・雑貨・その他
※一部、取り扱いできない物もあります。ご確認下さい。

出張買取 ゴミ処理委託の前に、お電話下さい。
出張無料 ☎0120-71-5188

金・プラチナ・商品券

相場上昇!今が売り時!

高価買取促進中

査定無料!! お気軽にどうぞ!!

リサイクルタイヨード

(本店)小川町1-6-9 ☎0175(22)7288
(バイパス店)横迎町1-14-7 ☎0175(23)5188

問 問合先・申込先 F ファックス H ホームページ E メール

市からのお知らせをお伝えします。
催し物などは、イベント情報に掲載しています。

支給区分	3月分まで	4月分から
全部支給の場合	41,020円	42,000円
一部支給の場合	41,010円 ～9,680円	41,990円 ～9,910円

※従来通り第2子5,000円、第3子以降は3,000円ずつ加算されます。平成27年8月支払分(平成27年4月分～7月分)からの変更となります。詳しくは、『むつ市民便利帳』58ページをご覧ください。お問い合わせてください。

児童扶養手当など
4月より支給額改定
各手当の基本額は、全国消費者物価指数の年平均の変動に応じて変更されます。
○児童扶養手当

問 児童家庭課児童家庭担当
☎22-11111内線2515

支給区分	3月分まで	4月分から
重度障害の場合	49,900円	51,100円
中度障害の場合	33,230円	34,030円

※平成27年8月支払分(平成27年4月分～7月分)からの変更となります。詳しくは、『むつ市民便利帳』59ページをご覧ください。お問い合わせてください。

○特別児童扶養手当

屋外広告物の「安全点検強化」と「適正な管理」を

市では、屋外広告物法、青森県屋外広告物条例に基づき、良好な景観の形成および風致の維持と公衆に対する危害の防止を目的として、屋外広告物について必要な規制を行なっています。

その中でも、例外なくすべての屋外広告物について、著しく破損し、または老朽化したもの、倒壊や落下の恐れがあるものの掲出は禁止されています。

表示者および管理者は、現在表示している屋外広告物について責任を持って安全点検し、適正な管理をお願いします。

また、屋外広告物を設置するとき、事前に青森県屋外広告物条例に基づく許可申請が必要です。広告物の種類や表示場所により許可基準が異なりますので、詳細は市のホームページをご覧ください。お問い合わせください。

「屋外広告物」は、営利、非営利に関わらず次に掲げる要件をすべて満たすものとします。

- ①看板やはり紙等の広告物
- ②常時または一定の期間継続して表示されるもの
- ③屋外で公衆に表示されるもの

問 都市政策課みどり・景観担当
☎22-11111内線2741

児童家庭課児童家庭担当

☎22-11111内線2526

○特別障害者手当等

手当の種類	3月分まで	4月分から
特別障害者手当	26,000円	26,620円
障害児福祉手当	14,140円	14,480円
福祉手当(経過措置分)	14,140円	14,480円

※手当について詳しくは、『むつ市民便利帳』71ページをご覧ください。お問い合わせてください。

問 障害福祉課
☎22-11111内線2594

市民協働の美しい環境づくり促進

道路・水辺のサポーター

市では、昨年7月より「むつ市道路・水辺のサポーター制度」により、市が管理する道路や河川などをボランティアで清掃を行なっていただけの団体を募集しています。

これまでに6団体をサポーターとして認定し、市民のみならずよく利用している道路や河川などの清掃を行なっていたいています。これから活動を考えている方や、興味のある方は市のホーム

ページをご覧ください。お問い合わせてください。

「むつ市道路・水辺のサポーター制度とは？」

市が管理する道路や河川などのボランティア清掃を行う地域住民の方々や企業、団体などを「サポーター」として認定し、その団体に対して必要な物品の提供などの支援を行う制度です。ボランティア活動を促進し、地域の道路や河川などを、もっと身近なものにして、美しい環境をつくっていくことを目的としています。

〈対象となる活動内容〉

- ・道路や河川等の美化に関すること
- ・道路や河川等に対する愛護心の啓発に関すること
- ・延長がおおむね200mから500mの道路等で行うこと
- ・原則として10人以上で行うこと
- ・年1回以上行ふこと

問 土木課維持担当

☎22-11111内線2715



市営住宅入居者募集

〈募集する市営住宅〉

- ・川守町団地 (簡易耐火構造2階建4戸) 家賃1万2000円
- ・金谷団地 (簡易耐火構造2階建1戸) 家賃1万6000円
- ・川内楡木団地(木造平屋建3戸) 家賃1万7000円
- ・板子塚団地(木造平屋建1戸) 家賃1万1800円
- ・外山団地 (簡易耐火構造2階建6戸) 家賃9600円
- ・桂沢団地 (簡易耐火構造2階建6戸) 家賃8300円

〈募集期間〉4月6日(月)～17日(金)

※土日祝日は除く

〈入居予定日〉6月1日(日)

※物件の詳細、条件等は市ホームページをご覧ください。お問い合わせてください。

問 建築住宅課住宅担当
☎22-11111内線2758

平成27年度

むつ市介護認定調査員募集

市では、介護保険の要介護認定のための調査を行う「介護認定調査員」を募集します。詳しくは募集要項(介護福祉課で配布、市ホームページに記載)をご覧ください。お問い合わせください。

〈業務内容〉

- ・申請者の自宅や入所先の施設等を訪問し、体の状態などの日頃の状況を調査
- ・調査票の作成
- ※調査範囲は川内、大畑、脇野沢地区のいずれか

〈申込要件〉

- ・保健師、助産師、看護師、准看護師、介護福祉士、社会福祉士、介護支援専門員のいずれかの資格または経験のある方、ホームヘルパー等高齢者福祉施設での勤務経験のある方
- ・自家用車による調査が可能な方
- ・週3日以上調査できる方
- 〈募集人員〉若干名
- 〈任用期間〉5月21日～平成28年3月31日
- 〈報酬〉認定調査1件3200円(予定)
- 〈申込締切〉4月9日(木)必着

※申し込み方法などは、お問い合わせください。

問 介護福祉課介護認定担当
☎22-11111内線2555

むつ桜まつり期間

仮設店舗使用許可

市では、「むつ桜まつり」の開催に先立ち、早掛沿公園と水源池公園に出店する仮設販売店等の公園敷地使用の許可申請を受付します。

〈受付期間〉

4月6日(月)～8日(水)
午前8時30分～午後5時

〈持参するもの〉

印鑑(市外の方は住民票抄本も必要) ※詳細はお問い合わせください。

問 都市政策課公園担当

☎22-11111内線2742

教室・講座

65歳からの運動教室

元気☆はじまつり運動教室

年齢を重ねても自分らしく生活を楽しむ活動的な暮らしをするためには、元気なうちから介護予防に取り組むことが重要です。

市では、自宅でできる運動などを学べる教室を開催します。65歳以上の方であれば、ごなたでも気軽に参加できますので、ご自身の健康づくりや介護予防に役立ててみませんか。

「下北文化会館」コースと「むつ来さまい館」コースの2会場で開催しますので、ご都合の良いコースにお申し込みください。参加費

ご卒業おめでとうございます

旅たちの季節、不用品でお困りではありませんか？
ご一報下さい。専門スタッフが親切に対応致します。

水道修理、排水修理、その他設備工事承ります。

創業110年の実績と経験で任せて安心！

株式会社 新谷水道工業所

青森県むつ市金谷二丁目5番7号 TEL22-2904 FAX22-3185

設備工事部営業品目	清掃事業部営業品目
給排水・衛生設備工事	遺品整理
冷暖房・給湯設備工事	生前遺品整理
浄化槽設備工事	福祉整理
消防設備工事	家庭ごみ
ポーリング工事	事業系ごみ
土木工事	粗大ゴミ 等
ガス供給設備工事	
貯水槽清掃工事	
消雪設備工事	



問 問合先・申込先 F ファックス H ホームページ E メール

市からのお知らせをお伝えします。
催し物などは、イベント情報に掲載しています。



は無料です。
◎ 下北文化会館コース
（いつ）
毎月1回程度（初回4月24日（金）
金曜日の午前10時30分～11時30分
講師）
むつ市ワエルネスパーク
運動インストラクター
＜定員＞各回35名
◎ むつ来さまい館コース
（いつ）
毎月1回程度（初回5月27日（水）
水曜日の午後2時～3時
講師）健康運動実践指導者
米田さこみ先生
＜定員＞各回35名
＜申込方法＞
各コースとも3月26日（木）から
市介護福祉課にお電話または窓
口でお申し込みください。お申
込みいただいた方には、後日、
詳しい案内を送付します。
＜その他＞
・2つのコースを同時に申し込む
ことはできません。
・医師から運動制限の指示がある
方はご遠慮ください。
問 介護福祉課介護福祉担当
☎ 22-1111-1 内線2566

若手ビジネスマン異業種交流会
おでかけ市長室同時開催
ヒト、モノ、コトの生まれる場
所。あなたの中にある常識を打ち
破る新しい「発想の種」が転がって
いるかもしれません。異業種の方々
と語り合い、そしてまったく知ら
なかつた者同士の間でネットワー
クが生まれます。
（いつ）4月19日（日）午後4時受付開始
○ おでかけ市長室
「次代を担う若者に期待すること」
（午後4時30分～5時40分）
○ 第五回若手ビジネスマン異業種
交流会・名刺交換会
（午後6時～7時40分）
＜どこ＞はねやホテル
＜参加資格＞
むつ市近郊にお勤めの20歳から
40歳の方
＜参加費＞3500円（軽食・ドリンク）
＜申込締切＞4月10日（金）
問 むつ青年会議所 ☎ 22-43360

勤労青少年ホーム

「教養講座」受講生募集

勤労青少年ホームでは、「茶道」、「華道」、「着物着付」の「教養講座」を開催します。
各講座とも定員になりしだい締切となります。どつぞお気軽に参加ください。
3講座共通申込要項
＜対象＞
市内に居住または勤務する15歳以上の方
＜定員＞各講座とも20名（先着順）
※申込者が5名に満たない場合は、休止させていただきます。
＜申込締切＞4月20日（月）
※お電話でお申し込みください。
【茶道教室（表千家）】
（いつ）
5月～10月の毎月第2・4水曜日
午後1時30分～3時30分
＜受講料＞500円（1回につき）
※水屋料別途実費負担
【華道（池坊）】
（いつ）
5月～10月の毎月第2・4木曜日
① 午後1時30分～3時30分
② 午後7時～9時
＜受講料＞500円（1回につき）
※材料費生花代別途実費負担
【着物着付（全日本）】
（いつ）
5月～11月の毎週金曜日
午後7時～9時

＜受講料＞500円（1回につき）
※いずれの講座も8月はお休みとなります。
問 勤労青少年ホーム
☎ 24-2410

レッツ国際交流
エイミーと気軽にトーキング



『英会話教室って、何か難しいぞうだなあ』なんて思っている方、気軽に外国人とおしゃべりしてみませんか？ 申し込みは不要です。会場にいる私（市国際交流推進員の山道エイミー）に日本語でも英語でも構いませんので、ぜひ声を掛けてみてください。
（いつ・どこ）
○ 4月2日（木）
・市役所本庁舎（第4会議室）
○ 4月7日（火）・市立図書館
○ 4月22日（水）・中央公民館
※時間はいずれも午前10時から11時30分まで
問 企画調整課国際交流担当
☎ 22-1111-1 内線2315

市民ふれあい農園開設

市民のみなさま対象の「市民ふれあい農園」を今年も開設します。野菜や草花の栽培で土に触れ、収穫の喜びと味覚を味わえる家庭菜園を楽しんでみませんか。
（期間）5月1日（金）～11月8日（日）
＜どこ＞宮後ふれあい牧場
＜募集区画＞50区画（先着順）
※原則として一世帯1区画（約30㎡）
＜利用料金＞年額2050円
＜申込方法＞
申込用紙に必要事項を記入の上、田名部畜産農業協同組合へお申し込みください。（電話申込可）
＜申込締切＞4月17日（金）
問 田名部畜産農業協同組合
☎ 22-4716

農林畜産振興課農林担当

大畑・あさひな丘プール
元気いっぱいオープン！
＜開設期間＞
4月10日（金）～11月30日（月）
午前9時～午後8時
※4月・11月および、日曜日は午後4時まで、毎週月曜休館（月曜が祝日の場合は翌日休館）
＜料金＞大人2000円、幼児50円
※回数券、年間券もあります。
＜その他＞

☎ 23-8686（FAX兼用）

地域の防災の担いとして日夜貢献する!!

- ◇ 消防設備・設計・施工
- ◇ 点検・整備
- ◇ 消防、防災、機材、用品等の販売
- ◇ 危険物地下タンク点検

野口防災システム 株式会社

〒035-0063 0120-624119 0175-22-5600 FAX0175-23-5600

Discovery Caf'e 限定
マッシュマロ Sweet PIZZA

もちもちのピザ生地にトロトロのマッシュマロ、マスカルポーネのホイップでヒヤアツのコンビネーションがけになるSweetなPIZZAです。

姉妹店のご案内

IZAKAYA 月うさぎ
TEL.0175-23-6333
むつ市小川町2-9-6
不定期 P有り 終日禁煙

無事故・無違反
優良運転者を表彰します
＜対象＞
交通安全協会の方で、無事故・無違反の期間が10年以上（5年刻みで10年・15年・20年・50年以上）の方
＜準備するもの＞
運転免許証、印鑑、無事故・無違反証明書申請手数料（800円）
＜申請受付期間＞
4月1日（水）～30日（木）
＜表彰時期＞5月下旬（予定）
問 むつ地区交通安全協会事務局
（むつ警察署内）☎ 23-6742

むつ市緑化推進委員会事務局
苗木無料配布
森林は豊かな水やおいしい空気を生み出す「私たちの生命の源」です。ある時は水を貯蓄するダムとして、ある時は酸素の供給源として、さらには洪水を抑制し私たちの安らぎの場となるなど、森林の

問 問合先・申込先 F ファックス H ホームページ E メール

公共機関などからの情報をお伝えします。催し物などは、イベント情報に掲載しています。

多岐にわたる機能性、重要性が再認識され、世界的にも森林の果たす役割に関心が高まっています。市内各地区の緑化推進委員会では、4月から5月末まで「緑の募金運動」を行います。

昨年は、むつ地区48万2927円、川内地区37万9669円、大畑地区100万円、脇野沢地区3万1433円と市全体で189万4029円の募金が集まりました。

みなさまのご支援やご協力ありがとうございました。各地区委員会にはそのうち50%が青森県緑化推進委員会から還付され、むつ市を緑豊かな街にするためのさまざまな活動に使われています。

○苗木無料配布実施 募金運動の一環として、むつ・川内地区の緑化推進委員会では苗木の無料配布を行いますので、みなさまぜひお越しください。

【防火パレード】 4月12日(日) 大畑地区 午前8時40分〜 川内地区 4月11日(土) 午前9時〜 脇野沢地区 4月13日(月) 午後6時〜



【消防団火災防ぎよ訓練】

4月12日(日) 大畑地区 午前6時〜(金谷地区) 午前8時〜(松木地区) 午前8時〜

消防マメ知識

サイレンの音の違い 火災で出動しているときは、サイレン(ウーウー)と警鐘(カンカン)を同時に鳴らし走行します。

むつ市川内町緑化推進委員会事務局 (川内庁舎産業建設課内) ☎42-2111 大畑町緑化推進委員会事務局 (大畑庁舎産業建設課内) ☎44-2111

県営住宅入居者募集

中央団地(鉄筋コンクリート造3階建2戸77.0E) 家賃2万3900円 昭和団地(鉄筋コンクリート造3階建1戸64.4E) 家賃1万8200円

募集期間

4月1日(水)〜10日(金) ※土日は除く(入居予定日6月1日) ※物件の詳細、条件等はお問い合わせください。

で走行します。強風時等のパトロールは、警鐘(カンカン)を鳴らしながら住民のみなさまの火災予防等注意喚起を図っています。

【むつ消防署】 ☎22-11680 【川内消防分署】 ☎42-13215 【脇野沢消防分署】 ☎44-12020 【大畑消防署】 ☎34-12233 【大湊消防署】 ☎24-12091



星美幼稚園子育て支援サークル

普段なかなか同年齢のお子様と遊ぶ機会がない方、平日の子育てサークルに参加できない方、一緒に遊びませんか?

土曜日の午前10時〜11時30分(初回は4月18日、年間19回予定) 2歳〜3歳のお子様(申込受付)4月9日(木)から受付

す。詳細は、お問い合わせください。青森県営住宅指定管理者 野村建設(株)県営住宅係 ☎29-6474

青森県最低賃金改正

時間額679円に 青森県最低賃金が679円に改正されました。青森県最低賃金は、青森県内で働く全ての労働者への労働者を一人でも使用している使用者に適用されます。

公共交際情報

お出掛け前にご確認を 下北交通・JRバス 4月1日(水)から夏季ダイヤに改正となります。市役所本庁舎(総合案内)および各庁舎で3月27日(金)から時刻表を配布します。

【その他】 4月から2つの子育て支援を始めます。○教育・子育て相談 毎週木曜日実施、月曜日まで予約が必要です。○園生活体験 毎月第2水曜日実施、3日前までにお申し込みが必要です。

【星美幼稚園】 下川原 ☎22-12223 【裂織サークル】 青森県の伝統工芸の南部裂織を仲間と楽しみながら自分だけの織り物だけを作ってみませんか。

○七戸十和田駅シャトル便タクシー(上り便(東京行き)) ☎はやぶさ12・16・20・24・28

※予約は前日の午後5時までに電話またはホームページからお願ひします。 27・35号に接続

春の火災予防運動

4月13日(月)〜19日(日) もういいかい 火を消すまでは 春の火災予防運動が実施されます。空気が乾燥し、風が強く、火災が発生すると延焼拡大しやすい時期となります。

○電気器具(電気製品)の取り扱いに注意 ○野焼き、家庭ゴミの焼却は禁止されています(廃棄物処理法) 防火パレード等の実施に伴いサイレンを鳴らします!

下北英会話クラブ会員募集

気軽に英語で会話できたらいいなあと思っている方。これを英語で何と言っているのだろうと思っ方。米国人先生が教えます。見学の日はいつでもどうぞ。

Advertisement for Nipponham Group (meat processing) and CS Farm (agriculture). Includes contact info and photos of facilities.

MUTSU

広報
- みんながつながるむつ市の総合情報誌 -

「広報むつ」月1回 25日発行へ

「広報むつ」は、5月号から、月1回の発行へ変わります。(休日の場合は前日発行)

- 4月号 4月10日(金)発行
- 5月号 4月24日(金)発行
- 6月号 5月25日(月)発行
- 7月号 6月25日(木)発行
- 8月号 7月24日(金)発行

月1回の発行に伴い、各団体で行うイベント開催のお知らせや有料広告などの申込み締切が変わりますのでご注意ください。申込み締切日はお問い合わせください。

今後とも「広報むつ」をよろしくお祈りします。

問 市民連携広報課
☎22-1111 内線 2156

「広報むつ」青森県広報コンクール佳作

平成27年青森県広報コンクール広報紙部門(市部)において、広報むつ11月10日号が佳作となりました。「みんながつながるむつ市の総合情報誌」としてリニューアルした号で、宮下市長の広報紙リニューアル対談の特集や「元気もりもり町内会」の記事、ページの整理などを評価されました。また、カラーページを増やせばなお良いなどのアドバイスを受けました。今後も、市民のみなさまに親しまれる「広報むつ」となることを目指していきます。



山道エイミーのワンポイント・アメリカン・カルチャー

don't carry umbrellas



4月から広報むつが月1回の発行となるということで、ワン・ポイント・コーナーは今回で最後となります。今日は「傘をささない文化」について紹介します。アメリカ全国ではないと思いますが、私の出身のシアトルでは雨が降っていても傘をささない人がほとんどです。それはシアトルの雨はしとしと降る感じで、土砂降りが珍しいからです。スポーツ観戦など数時間、外にいるときは傘を持ちますが、買い物に行くときや学校に行くとき、傘をさしたことはありません。ちなみにシアトルは「雨の街」として有名ですが、年間降雨量は東京よりも少ないです。その代わりに平均年間降雨日数は東京の50～60日をはるかに上回る154日です。太陽が見える日が少なく、曇り、霧、雨と続く日が多いのですが、雪はほとんど降らず、夏の平均気温は18℃ととても住みやすいところです。

いびき、睡眠時の無呼吸ご相談下さい。

10月1日開院いたしました。

あおもり睡眠クリニック
TEL.017-762-3666
青森市西大野5丁目1番4
(ユニバース大野店近く)

食生活改善推進員 ～各地区ごとの活動の様子とレシピをお届けしています～

【脇野沢地区活動紹介】
★だしのうまみを活かした料理講習会
(3月5日 脇野沢地域交流センター)

塩分が少なくても美味しく味わうことができる「だしの力」を普及し、減塩が地域に定着することを旨として講習会を行いました。



だしを使った揚げ出し豆腐や野菜の和え物のほか、だしをきかせたみそ汁を作りました。

また、減塩を推進する取組として、各家庭のみそ汁の塩分を測定しています。以前は「しっかり味がついたものを食べたい」「薄味だと食べた気がしない」などの意見が聞かれましたが、最近は各家庭のみそ汁も薄味になり、減塩に対する意識が高まっています。



♪簡単レシピの紹介♪～野菜をとりう～



とろーり春の揚げ出し豆腐
(4人分)

【1人分栄養価】
273キロカロリー、塩分0.5g

〈材料〉木綿豆腐…1丁 片栗粉…大さじ5
油…大さじ3 アスパラガス…60g
ピーマン…40g にんじん…40g
長いも…40g スイートコーン…10g
片栗粉…大さじ3 水…大さじ6
※だし汁(かつおぶしとしいたけ) …400cc
しょうゆ…小さじ2 みりん…大さじ1

- ①豆腐をよく水切りし、4等分に切り、片栗粉をまぶす。
- ②フライパンに油をひき、豆腐を揚げ焼きする。こんがりとし焦げ目がついたら取り出す。
- ③アスパラガス、ピーマン、にんじんは3cmのせん切り、長いもは1cm×3cmの拍子切りにする。
- ④小鍋にだし汁、しょうゆ、みりんを入れて、アスパラガス、ピーマン、にんじん、コーン、長いもを煮る。
- ⑤水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑥器に②を盛り付け、⑤をかける。

青森県だし活料理レシピ集より

今月の“ピカピカ賞”

2月の3歳児健康診査で、おし歯のないのはもちろんのこと、治した歯が1本もないお子さん達です。これからも“ピカピカの歯”を大切にしてくださいね!

- | | |
|------------|------------|
| 高宮 和奏 ちゃん | 工藤 奏人 くん |
| 白井 唯愛 ちゃん | 廣富 莉寧 ちゃん |
| 大窪 莉央那 ちゃん | 芦立 花音 ちゃん |
| 館 翔太郎 くん | 畑中 祈舞 ちゃん |
| 佐々木 渚智 くん | 渡邊 まゆ ちゃん |
| 石田 慧 くん | 堂崎 流華 くん |
| 石田 康 くん | 鷹架 徠斗 くん |
| 本間 莉愛 ちゃん | 佐藤 みなも ちゃん |
| 長根 琉央 くん | 津島 夏希 くん |
| 板橋 華子 ちゃん | 澤田 琴実 ちゃん |
| 小川 夏優太 くん | 根本 凌我 くん |
| 中島 柊 くん | 泉谷 和花 ちゃん |
| 田畑 依真 ちゃん | 金野 杏菜 ちゃん |
| 樋山 礼仁 くん | 久保 楓花 ちゃん |
| 大瀧 孝太郎 くん | 小辻 佳歩 ちゃん |
| 小形 優稀 くん | 関向 愛琉 ちゃん |

4月の献血受付日程

13日(月)	おつ保健所 おつ総合病院	10:30～12:00 13:30～16:30
15日(水)	市役所脇野沢庁舎 市役所川内庁舎	9:30～11:00 13:00～16:00
26日(日)	ユニバースむつ旭町店	10:30～12:00 13:30～16:00

4月の在宅当番医

- ☆5日(日) さとう眼科クリニック ☎23-9165
 - ☆12日(日) どんぐりこどもクリニック ☎24-5656
 - ☆19日(日) 田村胃腸科内科医院 ☎22-3101
 - ☆26日(日) 千田医院 ☎22-2639
 - ☆29日(水) 中央レディスクリニック ☎24-3151
- 〈時間〉午後7時～10時
※変更となる場合がありますので予めご確認ください
問 病院案内(下北消防本部) ☎23-3999

あつと陸奥覧

MU CHU RAN



新たな旅立ちに決意新た

2月18日(水) 自衛隊新入隊予定者激励会

むつ市と下北郡内各町村、そして横浜町の6市町村で組織しているむつ地区自衛官募集事務連絡協議会では毎年この時期に新入隊予定者激励会を開催しています。

この日も、地域の自衛隊入隊予定者31名を激励するため、父母、自衛隊関係者、協力団体、自衛官募集相談員、学校関係者を招いて行われました。

一人ひとり名前を呼ばれた新入隊予定者のみなさんは、少し緊張気味ながらも力強く返事をしていました。



栄光をたたえて

2月23日(月) むつ市長特別表彰式

各分野で優秀な成績を収めた方や卓越した技能を有する方など、明るい希望や感動を与えた個人・団体を表彰するむつ市長特別表彰の表彰式を行ないました。

スポーツの分野では、岸本鷹幸選手ほか4名を表彰、文化・芸術では、第47回受信環境クリーン図案コンクールで文部科学大臣賞を受賞した石田傑さん(大平中2年)ほか1名を表彰しました。また、製造業・加工業の分野で、ジャパン・ワイン・チャレンジ2014で金賞を獲得した有限会社サンマモルワイナリーを表彰しました。



67年の伝統に幕

3月3日(火) 大畑校舎卒業証書授与式

田名部高校大畑校舎は、この3月で67年の歴史を終えて閉校となります。この日、最後の卒業証書授与式が行われました。

31名の3年生は、父母のみなさんが作ったアーチをくぐって、巣立っていきました。

3年間の高校生活を糧に、来賓の方が祝辞で述べられた『キラリと輝く人となれ!』を胸に秘めて羽ばたいてください。



今シーズン最後のシュプール

3月7日(土) 釜臥山スキー場スキーカーニバル

今シーズンの滑り納めを前に釜臥山スキー場でスキーカーニバルが行われました。

日中のデュアルレースとナイター照明を消して行われたたいまつ滑降、花火の打ち上げには、市民約100名が駆け付けスキーシーズンの終わりを惜しんでいました。

