

広報

MUITSU

むつ

2

2018

- みんながつながるむつ市の総合情報誌 -

特集

このまちで「育てる」 ということ

目次 contents

- 2 平成 30 年むつ市成人式
- 4 このまちで「育てる」ということ
- 10 information
- 18 町内会長と市長との懇談会
- 19 国際交流
- 20 健康コーナー
- 21 図書館だより
- 22 消費生活センターだより 他
- 23 いじめ防止宣言フォーラム
- 24 あっと陸奥覧
- 26 この人むつちゅ星 他





平成三十年 むつ市 成人式

一月七日(日) 下北文化会館



氏名 飛林 麻耶
出身中学校 大平中 / 現在 北海道教育大



岡田 果子 駒木根 穂香
むつ中 / 城西国際大 川内中 / 社会人



中村 夢子
むつ中 / 八戸学院大



濱田 凌平 角野 太一
むつ中 / 大学生 むつ中 / 整備士

はたちの今、
伝えたい想い

一生に一度の成人式。
大人として認められた今日だから伝えられる想いがある。
今まで育ててくれた感謝の想いを綴っていただきました。



柳谷 真由
近川中 / 青森中央学院大



田中 滉大
むつ中 / 公益文科大



石田 美乃梨
田名部中 / 日本大



柏 明莉
むつ中 / 東京国際大



小林 麗奈
田名部中 / TFU



柴田のん
田名部中 / 社会人



中村 健太
八戸市立湊中 / 清和大



気仙 紗衣
大畑中 / 青森中央学院大



高田 莉乃 川村 梨奈
近川中 田名部中



富田 賢太
大平中 / 県立保健大



佐藤 亜美
大畑中 / 社会人



山崎 茉央 本田 梨緒 成田 芽衣
むつ中 / 公務員 田名部中 / 看護学生 田名部中 / 国士館大



この日、新成人となったむつ市の若者は**597**人。このうち**442**人が参加して盛大に開催されたむつ市成人式では、むつ市長、むつ市議長からの激励の言葉に、新成人を代表して富田賢太さんと飛林麻耶さんが「むつ市で生まれ育った誇りを忘れず、大人として課せられた責務を果たします。」と応えました。
その力強いまなざしに彼らの固い決意を感じ、いつの日かむつ市の力になってくれることを確信することができた一日となりました。



自分自身の内なる声を、他人の意見という雑音にかき消されないように、そして自分自身の声に従う勇気をもってほしい。その声はきっと君たちの未来を決めてくれるはず。
君、大樹たれ。
大樹となりみんなが寄ってくる人となり、家族・地域を支える人となることを大いに期待します。

むつ市長 宮下宗一郎

379

379人
昨年むつ市で産まれた子どもの人数。およそ1日に一人がこのま
ちの一員になります。

彼らもまた、将来成人を迎え、
それまでのさまざまな出会いに感
謝し、地元を愛し、むつ市の将来
を担っていきます。
今日もまた、むつ市のどこかで
新しい物語が。

進む少子化のなかで、希望の
光としてむつ市にめぐり会ったこ
の子どもたちを、私たちは全力で
守っていかねばなりません。
私たちの住むまちは、子育てに
やさしいまちになれているでしょ
うか？

今月は「子育て特集」。
子どもたち、そして子育てに奮
闘するパパやママたちの力になり
たい、そう願う方々をご紹介します。



ふくしひでたか なおみ
福士英誉・尚美夫妻と
愛娘のあいちゃん(0)

念願の子どもを授かり、出産。その泣き声は、新たなしあわせの始まりを告げる希望の鐘だったことでしょう。しかし、2時間おきの授乳やおむつ替え、夜泣きの毎日を過ごすなかで、いつしかその泣き声が、わずらわしく感じてしまう瞬間もあるかもしれません。

「子どもを育てる」ということは、簡単ではありません。パパやママになって初めて感じる子育ての大変さと周囲の方への感謝の思い。

昨年パパママになったお二人に、その思いをお聞きしました。

パパとママになって

「結婚してから、なかなか子どもがでなかつたんです。だからこの子は、ようやく私たちのもとに舞い降りてくれた希望の光なんですよ。」
福士英誉さん尚美さんご夫妻は、昨年4月に誕生した長女あいちゃんを抱きながらそう言います。

市で育てていくということ。福士さんご夫妻は出産前、市が行うハローベビー教室(全4回)に参加し、安心して出産に臨むことができるよう出産について知識を深めたり、育児体験に触れ、パパとママになる準備を進めました。

「でも、子育てがこんなに大変だとは思っていませんでした。」と尚美さん。
「例えば雪、冬の時期は外で散歩する余裕もなく、家の中にこもりがちに。それがストレスで、日中のぐずりがすごいです。そうなる抱っこしながら離乳食の準備や家事をします。なるべく遊んであげたいと思うのですが、そうなると家のことが滞ったりして大変ですね。」
現在育児休暇を1年間いただいています。職場には保育園に子どもを預けて職場に復帰するとお伝えしていますので、保育園に入れなかったなどと耳にすると、そういう不安も出てきますし。」
パパはどうかでしょうか。
「平日は妻に任せてしまっているような状況ですね。仕事が遅いときもありますし。だから仕事が休みのときはできる限りサポートしたいなど。お風呂やおむつ替えなんかを頑張りますが、でも普段のストレスはママもこの子も相当だろうと思います。両親にはたまにこの子の面倒を見てもらったり、そういう面では恵まれています。もし近くに両親や親戚がいなかったら、さらに育児は大変だと思えます。」



ハローベビー教室
赤ちゃんのお風呂の入れ方を学べたことが今も役に立っていますと福士さん。
保健師、栄養士、歯科衛生士が全4回の教室を通して、パパママが出産や育児に安心して臨めるよう、わかりやすくお伝えしています。

赤ちゃんの体調やママの悩み、子育ての情報など何でもお答えします

新たにパパやママになった方は、子育てを初めて経験し、判らないことや不安に思うことがたくさんあります。「暑いのかな? 寒いのかな?」「なぜ泣いているんだろう?」「首が座っていないうちに後ろにガクンとなってしまった!」
むつ市で子育てを頑張るパパママを応援し、赤ちゃんの健やかな成長を願って、保健師、助産師が生後28日までの間に「産婦・新生児

訪問」を、訪問員が生後2~4か月の間に「こんにちは赤ちゃん訪問」を行なっています。
訪問以外にも、私たち保健師・助産師・看護師が、いつでも子育てに関する悩みや疑問にお答えします。なんでもご相談ください!

☎ 22-1111
健康推進課 内線 2572~2579

全力でサポート



特集 このまちで 「育てる」ムツ市

まずい!! ソファの上で寝かせていたら、下に落ちちゃった! どうしよう。頭打たなかったかな? どうしよう。どうしよう。そつだ、インターネット。

子育ては、**大変だ。**
..おはよう。今日も寒いね。

冬になるとお外にもなかなか出られないね。この子もストレスが溜まっているのか、グズグズが止まらない。どうしたら泣き止むんだろう。

パパはお風呂入れてもらったね、気持ち良かったかなあ? おっぱい飲んで、今日はしっかり寝んねしようね。おやすみ。

おはよう。パパのお弁当作りなきや。でも、本当はまだ眠い。昨日もずっと寝てくれなかったし。でも、そんなこと言っちゃママ失格。頑張ろう。

落ち着いて様子をみてたって。今のところ何もおかしなところは無いようだけど。どうしよう。

パパおかえり、この子お風呂に入れてくれる? 「やっぱりパパがいると助かるわ。パパだって疲れてるのにね。」

ありがとうございます。

地域には、子どもたちを一生懸命見守ってくれる方々がたくさんいます。この素敵な地域の力に少し頼ってみるのも、子どもの成長に良い影響を与え、そしてパパママの安心と癒しにつながるかもしれません。第三田名部小学校の通学路で夫婦で子どもたちの通学の見守りをするお二人にお話を伺いました。



近藤 徹・初子 夫妻

児童からももらった感謝の手紙を手にする初子さん。子どもたちがおじいちゃんおばあちゃんのように接してくれることが、いきがいになっているとお二人。

子どもはかわいい。理由はそれだけです

「きつかけは、仕事を退職し時間にゆとりができ、何か地域に恩返ししたいと考えたことでした。その年第三田名部小学校が新校舎として春を迎えていたんです。」

初子さんは小学校を訪れ、学校から許可を得て現在まで学校がある日は毎日通学児童の見守りをするようになりました。今では徹さんも加わり、夫婦そろって子どもたちを毎朝見守ります。

「ちょっとした事情で私が通学路に行けなくなると、しばらくお父さんが立っただけです。それなら、楽しくなっちゃったんです。子どもたちはかわいい

いし、声を掛ければ返ってくるし、甘えてくるし。帰宅する表情がとっても楽しそうでした。だから私、また学校に行つて『うちのお父さんも毎朝通学路に立っていいですか』って。」

徹さんは道路の横断を見守り、初子さんは学校の正面玄関で子どもたちの様子を見守ります。

「例えば1年生の子は、送ってきた保護者の手を離れると泣いてしまいます。だから、あやして玄関の中まで連れて行ったり、先生を呼んであげたり。暗い表情で通学して来た子がいたら、『どうした?』と。友達とけんかしたとか答えてくれます。」

私たちはもうおじいちゃんおばあちゃんの年ですから、それがいいんだと思います。パパママは子育てやお仕事で精一杯。先生方は授業の準備などで忙しいです。私たちが子育ても終わって、体に余裕があることが子どもたちにも分かるんじゃないでしょうか? とてもなついてくれます。スーパードバイ物していても『近藤さん』って言われるんですよ。『おばあちゃん』と呼んでくれる子もいて、本当に子どもたちはかわいい

「子どもたちがお礼にと、歌を歌ってくれたりして喜ばせてくれます。卒業するときには手紙までくれて、とっても嬉しいですよ。」

近藤さんご夫妻は毎朝見守り活動をする理由を「子どもはかわいいから。それだけです。」と言います。

過去には共働き家庭の子どもの面倒を両親の仕事が終わるまでみたご経験も。わたしたちのまちには、こんなに素敵な方々がたくさんいます。



雨の日も風の日も

道路を安全に横断させるだけでなく、子ども様子も見守ります。「返してくれるまで、3回も4回も『おはよう!』って、あいさつしたりしてます」と徹さん。

生後2~4か月の子どもの対象に「こんにちは赤ちゃん事業」として、訪問員がご家庭を訪問しています。訪問員は、赤ちゃんの成長の具合を見るばかりではなく、日中赤ちゃんを二人きりになることが多い「ママ」の力になれるよう、相談相手としての役割も担っています。ぜひ、いろんなことを相談してみてください。

子育ての中心になりがちなママを孤立させてはいけません

「私たちの一番の目的は、まずは市が作成している子育てガイドブックを差し上げること。そしてむつ市のいろんな子育ての情報を提供することです。」

むつ市は転勤されてお住まいになるパパママ世代が多いまちだと鈴木さんは言います。

「今日訪問させていただいたお宅もそうでした。知り合いも親戚も誰もいない。そんなママたちに、『相談できる場所はこういうところですよ』とか『遊びに連れて行けるのはこういうところですよ』という情報を提供します。どうしても子育ての中心になってしまう『ママ』を孤立させてはいけません。」

子育てに関する情報の大切



こんにちは赤ちゃん訪問員 鈴木 裕子 訪問員

看護師として岩手医大病院での勤務経験も。自身の子育て経験も踏まえた、ママが知りたい情報の提供を心がける。

「私は岩手県の出身で、結婚して下北に住みました。当時は、小児科がどこにあるのか、どのバスに乗ればどこに行くのかも分からないなかで4人の子どもを育てていたと思います。」

でも、本当はママが楽しく子育てできるというのが一番。あのときもうちょっと遊んであげたかったな、もうちょっとこうしてあげればよかったなって、子どもが大きくなってから思うことがたくさんあります。」

『大丈夫なんだよ』って、今なら伝えてあげられます。自分ができるなかったことの反省を還元できればと思って頑張っています。」

鈴木さんに、今のむつ市の子育て事情をお聞きしました。

「パパがお風呂やおむつ替えを積極的に頑張ってくれるとよく聞きます。最近のパパはずいぶんいいと思います。それでも、2か月を過ぎると赤ちゃんはおっぱいの時間もばらばらになつてきたり、ぐずったり。ママは休めません。だんだんストレスが溜まったり辛くなってくるママもいます。そんなとき、

インターネットで解決策を検索するママも多いようです。ただ今は情報量が多すぎます。どれを信じればいいのか、それが本当でどれが嘘なのか判らない。そういうときに、もうちょっと気軽に相談できる場所があったらいいのかなと思います。」

もちろん私たちにいつでも相談して下さって構いません。市役所に電話するということはママにとっても大きい出来事だという気持ちも解ります。」

もう少し気軽に電話1本で「どうしました?」と言ってもらえる環境がたくさんあれば、きっとママたちの子育ても楽しくなるのではないかと思います。」



むつ市子育てガイドブック

市児童家庭課が作成した子育てガイドブック。悩みごとや子どもの具合が悪いときの相談先、子育て支援施設や活動サークルの一覧などが掲載されています。

安全第一

「交通ルールとマナーを守る」ということも子どもに優しいまちにつながる



第三田名部小学校前の道路。直線が続く道路は使い勝手が良く、スピードを落とさない車も多いという

万が一、減速しないまま通学する子どもたちの列に衝突したら…。子どもたちが安心して通学できる、そしてパパママが安心して送り出せる、そんなまちになるために交通ルールとマナーを守ることも大切です。

日々の生活のさまざまなことが、まちぐるみで子育てすることにつながっています。今日も安全運転で過ごしましょう。

訪問員さんのアドバイス! 悩み事や気になること、こんなところでも相談できます。

全力でサポート

市役所などの行政機関は、子育てに関するさまざまな相談に対応していますが、行政機関のほかにも、子育てを支援しているところはたくさんあります。上手に活用して、悩みや気になることを解決すれば、子育てもきっと楽しくなりますよ!

夜間に子どもの具合がおかしい…そんなときは「こども救急電話相談」 「様子を見る?」「急患で受診する?」「救急車を呼ぶべき?」判らないときは、電話一本で看護師さんがアドバイスしてくれます。

利用可能時間 毎日午後7時~翌朝8時
☎017-722-1152 (携帯電話やプッシュ回線電話からは局番なしの#8000)

市が事業を委託している子育て支援センターも身近な相談先です!

大平保育園地域子育て支援センター (大平保育園内)
☎24-5117 (月~金 9:30~15:30までセンターを開放)
柳町ひまわり保育園子育て支援センター (柳町ひまわり保育園内)
☎23-1970 (月~金 10:00~15:00までセンターを開放)
大畑中央保育園子育て支援センター (大畑中央保育園内)
☎34-5100 (月~金 10:00~15:00までセンターを開放)



子育て応援メールむつ

むつ市では、子育て支援の一環として、あらかじめメールアドレスを登録していただいた方の携帯電話やパソコンに、乳幼児の健診や予防接種の日程、イベントなど子育てに関連した情報を電子メールでお知らせする「子育て応援メールむつ」を配信しています。

どうぞご利用ください!!

☎ムチュ☆らんど ☎ 23-6305

登録はむつ市防災かまふ
せメールの新規登録から!!



※登録料および情報使用料は無料です。
ただし、通信料は利用される方の負担
となりますので、ご了承ください。



ムチュ☆らんど (むつ市キッズパーク)

むつ市金谷一丁目1-11 ☎ 23-6305
(JRバス東北「上金谷」
下北交通バス「金谷」各停留所から徒歩約3分)

平成27年4月10日開設
子どもたちが手にする遊具は毎日職員の手で消毒処理され、常に安全安心に子どもたちが遊ぶことができます。
飲食スペースやおむつ交換台、授乳スペース完備。年間のべ約3万人が利用するため、パパ友ママ友ができる場として子育て家族を応援しています。



こんにちは赤ちゃん号

平成29年8月26日デビュー。
新生児や赤ちゃんを対象とした家庭訪問、子育て支援の保健事業にて活用されています。
まさにこの車が走行していることは、市内で新しい命が誕生し、健やかに成長していることを意味します。
見かけた際には、ぜひ未来ある子どもたちの成長を願ってください。

☎むつ市役所 ☎ 22-1111
健康推進課 内線 2572~2579

ねえ、ママ。ひとりで抱え込まないで大丈夫だよ。もつというんな人を頼っていいんだから。このまちにも、悩めるママのことを解ってくれる人がたくさんいるから。子育てや仕事を終えたベテラン世代と話すのもいいでしょう。「昔と今は違うんだよ」そう言わないでさ。ママ友と他愛のないおしゃべりもいいでしょう。話せばスッキリすることもあるんじゃない?。そして、このまちに住むみなさん。もつと、子どもやパパママに優しく話しかけてもいいんです。何か月? 困っていることがあったら何でも言ってねーって。「最近、不審者なんて言われるんじゃないの?」そう言わないで。あるママが言っていました。お店で、高いところにある商品を取ってくれた人がいたって。やさしくされて嬉しかったって。やさしさに包まれて育った子どもたちは、大人になってもこのまちのことをずっと好きでいてくれると思います。たくさんの人たちから愛されるまちは、いつまでも輝いていられると思うんです。だから、みんなでこのまちの希望を育てましょう。

特集 このまちで「育つ」子どもたち
おわり



子供とのコミュニケーションを大事にしたい人。ストレスを軽減したい人におすすめ!

子供とのコミュニケーションがもっと楽しくなりました

むつベビーサイン教室「ニコニコかぞく」

主宰 田畑久恵さん (写真中央)
ご興味のある方はメールでご連絡ください! 2co2cokazoku@gmail.com
教室のブログもぜひご覧ください https://ameblo.jp/tabat-ttyanchi-menkoi/

まだ言葉をうまく話せない赤ちゃん
と簡単な手話やジェスチャーを使って
「おはなし」する育児法。90年代にア
メリカで始まり、2000年以降に日本
でも実践され始めました。
口やのどの筋肉を細かくコントロ
ールしなければならぬ発声に比べ、比
較的早くから自在に動かすことができ
る手や指の動きを利用するため、赤
ちゃんが喜んでコミュニケーションを
始めるといわれています。



りんごを食べたくて「りんご」とお手で
で伝えてくれています。子どもとコミュ
ニケーションが取れると、きつと子育て
が楽しく感じられるはず。

自身の育児や看護師としてこ
も園に勤務していたときの「0、1、
2歳児の気持ちをくみ取る方法
はないものか」という思いが、ベビ
サインを知るきっかけでした。
田畑さんはすぐに指導者の資格
を取得するべく勉強を重ね、その
素晴らしいさにどんどん魅了されて
いったと言います。
「例えば、大人がお別れをする
時に『バイバイ』と手をふる様子を
見ながら、赤ちゃんは手の動きに
意味があることを学び、使いはじ
めます。同じように、普段の生
活で目にするものや触れるものを
『お手で表現する』とこうなんだ
よ!』と教えてあげると、言語で
あるベビーサインを赤ちゃん自ら
使い、考えや欲求を伝えてくれま
す。赤ちゃんはおしゃべりする前
から伝えたいことがたくさんあり
ます。それがお手で伝わること
から親子でコミュニケーションが楽
くなる! ニコニコ笑顔になる!
ベビーサインをいろんな方に知っ
ていただけたら嬉しいです。」
田畑さんの願いは、家族が子育
てを楽しんでみんなが幸せになる
こと。参加していただいたご家族
とSNSでグループを作り、連絡
を取り合えるようにしています。
「たまにランチに行こうか、な
んて話にもなったりしますよ。」
教室をとおして、交流の輪も拡
がります。

子育ては楽しくなくちゃ!!

むつ市内で活動する子育て支援団体やサークル、教室がたくさんあります。
どの団体にも共通する理念は、
パパママに子育てを楽しんでほしい、ママが悩みをひとりで抱え込まない環境をつくってあげたい、
子どもたちが将来「むつ市に生まれてよかった」と思えるまちにしたいということ。
勇気を出して一歩外にでて、子育てを楽しんでみましょう!

子育てサロン

代表 津川るみ子さん (後列左)
ご興味のある方はご連絡ください! 090-6626-9778



毎週金曜日(都合によるお休みあり)、大曲コミュニティセンターにて子どもたちの遊びの場を提供している子育てサロン。保育士や幼稚園教諭などの資格を持つ子育てのプロたちが、遊びの場の提供だけではなく、やさしく楽しく子育てママのサポートもしています。

取材におじゃましたこの日は、4組の親子が遊びに来ていた子育てサロン。何度も遊びに来てママがまた新しい親子を誘ってくるなど、子育てママの輪が広がります。
サロンには、参加できる条件や細かなルールなどはありません。誰でも参加できますし、会場が開いている時間であればいつ参加しても構いません。ただ子どもたちが楽しく遊び、ママの気持ちも解放されることを願って開催されています。
ママのちょっとした悩み事や子育てアドバイスなど、親身に耳を傾けてくれるやさしい集まりです。



子育てサロンがお休みの日は「寂しいな」と思うくらい!
広いお部屋で体をたくさん動かして楽しかった!

先生がフレンドリー!
困りごとの相談にのってくれて嬉しいです

市内の活動団体・サークルはこの他にもたくさんあります!
☎むつ市役所 ☎ 22-1111 児童家庭課 内線 2526~2528

各種相談日程

| | | |
|-----------------|---------------------------------------|-----------------------|
| 法律相談 | 時 2月23日(金) 12:30～ | 問 市民連携課 |
| | 場 市役所本庁舎市民相談室 | ☎ 22-1111内線2154 |
| | 予約受付は2月1日(木)午前8時30分開始。1人30分、定員6名(先着順) | |
| 法テラス法律相談 | 時 2月14日(水) 12:30～ | 問 法テラス青森 |
| | 場 市役所本庁舎市民相談室 | ☎ 050-3383-5552 |
| | 前日までの予約必要。1人30分、定員6名(先着順) | |
| 行政相談 | 時 2月19日(月) 10:00～15:00 | 問 市民連携課 |
| | 場 市役所本庁舎市民相談室 | ☎ 22-1111内線2154 |
| | 行政が行う仕事についての各種相談を受けます。 | |
| 人権相談 | 時 祝日を除く月・水・金曜日 10:00～17:00 | 問 青森地方方法務局むつ支局 |
| | 場 下北合同庁舎2階相談室 | ☎ 23-3202 |
| | 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。 | |
| 人権相談 | 時 2月8日(木) 10:00～15:00 | 問 大畑庁舎管理課 |
| | 場 大畑庁舎会議室 | ☎ 34-2111 |
| | 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。 | |
| 健康なんでも相談 | 時 土・日・祝日を除く毎日 8:30～17:15 | 問 健康推進課 |
| | 場 市役所本庁舎健康推進課 | ☎ 22-1111内線2574 |
| | 保健師や栄養士が相談を受けます。 | |

| | | |
|---------------------|---------------------------------|--------------------------------|
| 教育相談 | 時 土・日・祝日を除く毎日 9:00～16:00 | 問 相談専用電話 |
| | 場 教育研修センター | ☎ 22-0974 |
| | 予約制です。中学生までの教育に関する相談を受けます。 | |
| 消費生活相談 | 時 土・日・祝日を除く毎日 8:30～17:15 | 問 むつ市消費生活センター |
| | 場 市役所本庁舎産業振興課内 | ☎ 22-1353 |
| | 消費者トラブルや悪質商法、多重債務の相談を受けます。 | |
| 45歳未満の方の職業相談 | 時 土・日・祝日を除く毎日 9:00～17:00 | 問 ジョブカフェあおもりサテライトスポットむつ |
| | 場 市役所本庁舎内サテライトスポットむつ | ☎ 22-1146 |
| | 求人案内、職業紹介、履歴書添削指導、職業適性診断を行います。 | |
| 暮らしとお金の安心相談会 | 時 第3水曜日 10:00～16:00 | 問 消費者信用生活協同組合青森相談センター |
| | 場 市役所本庁舎市民相談室 | ☎ 017-752-6755 |
| | 予約制です。借金など家計の悩みについての相談を受けます。 | |
| 生活困窮者自立支援相談 | 時 土・日・祝日を除く毎日 8:30～17:15 | 問 生活福祉課 |
| | 場 市役所本庁舎生活福祉課 | ☎ 22-1111内線2542 |
| | 生活維持・仕事探し・将来のことなど相談員が相談を受けます。 | |
| 心配ごと・結婚相談 | 時 毎週月曜日 10:00～15:00 | 問 むつ市社会福祉協議会 |
| | 場 社会福祉協議会(市役所本庁舎内) | ☎ 22-2731 |
| | 祝日の場合は翌日に相談を受けます。 | |

学校体育施設開放
平成30年度前期利用者募集
 スポーツ活動の普及などのため、小・中学校体育館の開放事業を行います。
〈利用期間〉
 4月2日(月)～9月29日(土)
〈開放日時〉
 月曜日～土曜日 午後7時～9時
〈申込方法〉

介護福祉課介護認定担当
 ☎ 22-1111内線2552
 各庁舎市民生活課

青森県信用保証協会
 中村 匡洋氏・佐々 潤哉氏
〈受講料〉無料
☎ 22-1111内線2652

産業振興課
☎ 22-1111内線2652

むつ市市民大学 閉講式記念講演
地域に元気を！地域おこし体験談
〈いつ〉2月8日(木)
 午後1時30分～3時30分
〈どこ〉中央公民館 講堂
〈講師〉鯛島塾むらおこし会議会長(脇野沢地区観光協会会長)

〈対象となる要件〉
 ①65歳以上の方
 ②本人あるいは扶養者に課税される所得がある方
 ③介護保険で「要介護1～要介護5」と認定された方(平成29年12月31日現在)
〈申込期間〉3月15日(木)まで
〈どこ〉
 ・市介護福祉課介護認定担当
 ・各庁舎市民生活課
〈準備するもの〉
 ・介護保険被保険者証
 ・申請者(代理申請者)の印鑑
〈その他〉
 ・申込みは、申告する方またはその家族の方のみ
 ・認定書は判定後、申請者のご自宅に郵送します。
☎ 22-1111内線2552

創業支援セミナー開催
資金調達方法と融資制度
 創業・起業を志す方を力強くサポートするため、創業・起業にあたって、まずは必要になる創業資金に関するセミナーを開催します。
〈いつ〉2月9日(金)午後1時～5時
〈どこ〉むつ来さま館会議室
〈講師〉
 日本政策金融公庫 角田 勝 氏
 青森県信用保証協会 中村 匡洋氏・佐々 潤哉 氏

市民スポーツ課で配布する書類に必要事項を記入してお申し込みください。
〈申込締切日〉2月23日(金)
〈その他〉
 原則半面使用。利用希望が重なる場合は、抽選を行います。
☎ 市民スポーツ課
 ☎ 22-1111内線2472

問 教育委員会総務課学務担当
 ☎ 22-1111内線3115

〈助成対象者〉
 市内の高等学校を卒業した者で平成29年度以降に大学の医学を履修する課程に入学し修学する者。
〈助成額〉年額 50万円
〈受付期間(通年)〉
 4月2日(月)から受付開始



平成30年度むつ市奨学生募集
〈募集対象〉
 市内に住所を有する方のお子さんで、平成30年4月に入学予定または在学中の学校の修学期間が2年以上あること。
〈貸与額・募集人員〉
 ・高等学校 月額1万5000円 10名
 ・高等専門学校、短大、大学、大学院(月額3万円) 30名
 ・専修学校(専門学校)、各種学校(月額3万円) 10名
〈受付期間〉
 3月1日(木)～4月10日(火)
〈応募書類の配布・受付場所〉
 教育委員会総務課、各地区公民館
☎ 22-1111内線3117

問 教育委員会総務課学務担当
 ☎ 22-1111内線3115

品費、新入学学用品費、宿泊を伴う校外活動費、修学旅行費、学校給食費を支給する事業を実施しています。詳細は、「むつ市民便利帳」73ページでご確認ください。
問 教育委員会総務課学務担当
 ☎ 22-1111内線3115

夜間・休日窓口を開設
 毎月25日から末日までを納税週間として、収納窓口を開設し、市税等の納付を受付しています。日中に金融機関等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います。
〈いつ〉2月25日(日)～28日(水)
 (平日)午前8時30分～午後7時30分
 (土日)午前8時30分～午後5時15分
〈どこ〉本庁舎税務課
問 税務課収納担当
 ☎ 22-1111内線2232

20歳になったら国民年金
 新成人のみなさんおめでとうございませう。これからは、いろいろな権利を得るとともに、さまざまな義務を負うことになり、「国民年金」に加入し、保険料を納めることもそのひとつです。
〈手続き方法〉
 20歳の誕生月に、年金事務所

問 税務課インターネット公売担当
 ☎ 22-11371

〈参加申込受付期間〉
 2月15日(木)午後1時～2月27日(火)午後11時
〈入札期間〉
 3月6日(火)午後1時～3月13日(火)午後1時
問 税務課インターネット公売担当
 ☎ 22-11371

平成29年分所得税・平成30年度住民税 障害者控除認定書交付
 対象要件全てに該当する方は、所得税・住民税の障害者控除を受けることができる場合があります。障害者手帳などすでに控除を受けている方でも、要介護4・5と認定されている方はこの認定により特別障害者として控除を受

問 国保年金課国民年金担当
 ☎ 22-1111内線2442

〈保険料〉
 月額1万6490円(平成29年度)
 経済的な理由などで納付が困難な方には「保険料免除制度」、収入のない学生の方には「保険料を後払いできる」「学生納付特例制度」がありますので、ご相談ください。
問 国保年金課国民年金担当
 ☎ 22-1111内線2442



市役所からのお知らせ

市役所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。

- ▶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
- ▶お問合せメール 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

1月1日現在人口・世帯数

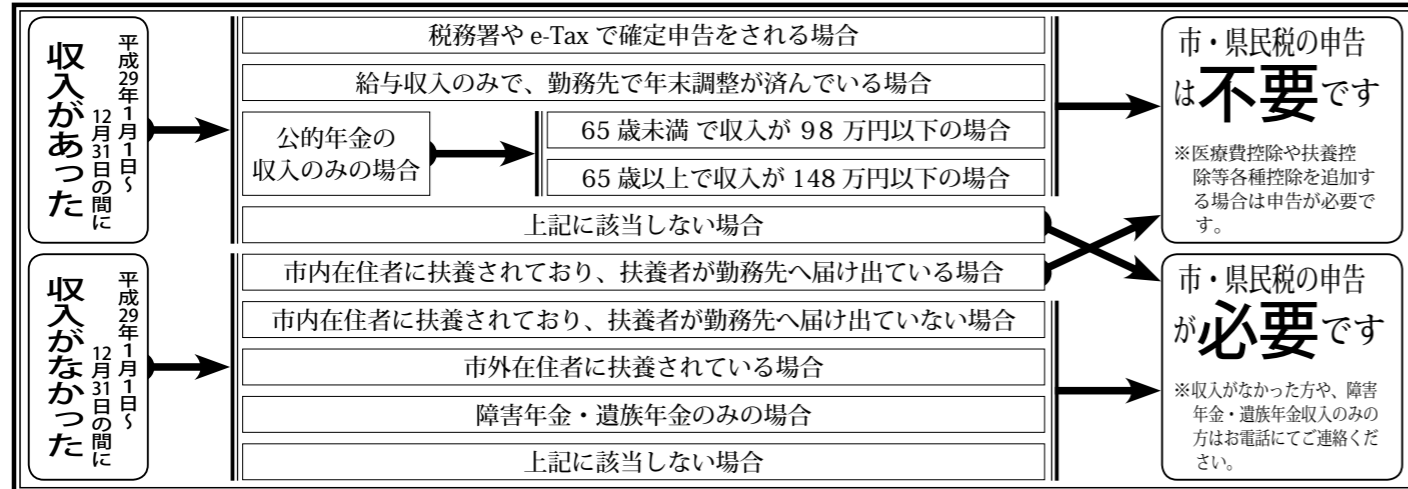
| | |
|------------|-------------------------|
| ※住民基本台帳による | |
| 人口 | 58,904人 (-49人) |
| むつ地区 | 46,448人 (-29人) |
| 川内地区 | 3,985人 (-7人) |
| 大畑地区 | 6,910人 (-11人) |
| 脇野沢地区 | 1,561人 (-2人) |
| 世帯数 | 29,278世帯 (-44世帯) |
| ()内は前月比 | |

平成30年度 市・県民税の申告相談

市では、2月9日（金）～3月15日（木）の期間、市・県民税の申告相談を実施します。前年の申告状況を参考とし、申告が必要と思われる方には案内を送付します。なお、申告する必要の有無については、下の表でご確認いただき、申告が必要な方はなるべく定められた日時にお越しください。

また、本庁舎税務課では、3月3日・4日および10日・11日の土曜日・日曜日でも受付していますので、定められた日時にご都合の悪い方はぜひご利用ください。

昨年からの申告の際に、マイナンバーの記載が必須となりましたので、マイナンバーが確認できるもの（通知カード・マイナンバーカード）および申告をする方の本人確認ができるもの（運転免許証等）をお持ちください。



| 申告相談受付日程 | 【むつ地区】 | 【川内地区】 | 【大畑地区】 | 【脇野沢地区】 |
|----------|---------------------------------------|---|---------------------------|-----------------------|
| 月 日 | 地区名 | 地区名 | 地区名 | 地区名 |
| 2月9日（金） | 山田町、中央 | | | |
| 13日（火） | 旭町、松山町 | | | |
| 14日（水） | 緑町、文京町、南町 | 熊ヶ平、板子塚 | 東町、伊勢堂 | 鹿間平、小サ沢 |
| 15日（木） | 海老川町、宇田町 | 楳木、砂浜 | 湯坂下、薬研、関根橋 | 小沢、稲平、赤坂 |
| 16日（金） | 小川町、十二林 | | 午前：赤川 ※③ 午後：木野部、佐助川 ※④ | 滝山 |
| 19日（月） | 松森町、赤川町、下北町、港町 | 旧字川内地区 | 正津川平、正津川戦敷 | 源藤城 |
| 20日（火） | 大曲、昭和町 | | 正津川、高待 | 瀬野 |
| 21日（水） | 荒川町、並川町 | 休所 | 湊村 | 新井田、寄浪 |
| 22日（木） | 関根全地区 | 中道、中畑 | 新町、小目名、高橋川 | 蛸田、九艘泊 |
| 23日（金） | 若松町、大湊浜町、大湊上町 | 田野沢、石倉、高野川 | | 字桂沢地区 |
| 26日（月） | 仲町、上川町、南赤川町 | 襲川 | 本町 | |
| 27日（火） | 桜木町、大湊町、緑ヶ丘、本町 | 松川、葛沢（家ノ上） | 庚申堂、筒万坂、本門寺前 | 字本村地区 |
| 28日（水） | 横迎町、大湊字地区 | 蛸崎、戸沢 | 二枚橋、大畑道 | |
| 3月1日（木） | 奥内全地区、大湊新町、田名部字内田 | 宿野部 | 釣屋浜、孫次郎間、涌館 | 字渡向地区 |
| 2日（金） | 田名部字品ノ木、上道、上川 下川、女館、高田、栗山町 | 午前：畑（家ノ辺）、湯野川 ※① 午後：観音木、安部城、上小倉平、下小倉平 ※② | 中島 | 全地区 （該当する日程が不都合な方） |
| 3日（土） | 全地区 | | | |
| 4日（日） | | | | |
| 5日（月） | 田名部字土手内、斗南丘、樋川目 上記を除く田名部字地区、中野沢字地区 | | 水木沢、戦敷 | |
| 6日（火） | 金曲、美里町、真砂町 | 全地区 （該当する日程が不都合な方） | 上野 | 全地区 （該当する日程が不都合な方） |
| 7日（水） | 柳町 | | 鬼沢、堂近 | |
| 8日（木） | 金谷、苦生町 | | 南町、松ノ木 | |
| 9日（金） | 新町 | | | |
| 10日（土） | 全地区 | | | |
| 11日（日） | | | | |
| 12日（月） | 大平町、松原町、田名部町 | 全地区 （該当する日程が不都合な方） | 全地区 （該当する日程が不都合な方） | 全地区 （該当する日程が不都合な方） |
| 13日（火） | 川守町、城ヶ沢字地区 | | | |
| 14日（水） | 全地区 （該当する日程が不都合な方） | | | |
| 15日（木） | | | | |

松野 裕而 氏

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。受講登録している方を対象にバスを運行します。運行時間等はお問い合わせください。

◆**用途地域の変更**
修正原案説明会・公聴会
市民の皆様からのご意見等を踏まえ、原案を修正しましたので、改めて説明会及び公聴会を開催します。

◆**説明会**
①(2) 2月1日(木)午後6時～
②(3) 本庁舎大会議室A
③(4) 本庁舎大会議室A

◆**公聴会**
①(2) 2月19日(月)午後6時～
②(3) 本庁舎大会議室A
③(4) 本庁舎大会議室A

◆**変更原案の縦覧**
縦覧期間 2月15日(木)まで
縦覧場所 都市政策課または市ホームページからご覧ください。

問 都市政策課都市計画担当
☎22-11111内線2741

『通学路等見守り隊』募集
全国的に増加している児童への声かけ事案等に対し、市では子どもたちの見守り活動を行なっています。普段の散歩やお買い物などの時間を少しだけ子どもたちの登下校の時間に合わせ多くの子どもたちを見守り、「見せる防犯」で子どもたちを危険から守りましょう。

『通学路等見守り隊』は個人・団体問わず、登録いただけます。(19歳以上の方)
申請書・活動計画書等(担当課窓口へ備付け)にてお申し込みください。決定通知後にベストを貸出いたします。



問 児童家庭課青少年担当
☎22-11111内線2513

平成30年度 赤十字会員、寄附金募集
日本赤十字社は、明治10年に西南戦争における戦時救護を機に産声を上げました。その後、140年間に亘り、災害救援活動を行ってきました。昨年度も九州北部の大雨や台風による自然災害が多発し、赤十字社は被災者の方々への救援活動や物資の支援を行いました。また、地域で防災訓練を行い、学習会も実施しています。

この活動を支えているのは、赤十字社からの寄附金です。赤十字活動資金への市民の皆様のご支援とご協力をお願いいたします。
・赤十字会員入会希望の方 2000円
・赤十字協力会員 5000円
・寄附希望の方 1000円
《期間》平成30年1月～11月
《受付》
市内町内会長および市保健福祉部児童家庭課

問 児童家庭課赤十字担当
☎22-11111内線2511

民生委員・児童委員の変更
11月16日付で、民生委員・児童委員が委嘱されました。
苦生町一丁目 大泉 登美子
苦生町二丁目 關 久子

北関根・高梨 杉山 和子
連絡先等についてはお問い合わせください。

問 児童家庭課青少年・社会担当
☎22-11111内線2512

市営住宅入居者募集
◆緑町団地(1戸)
家賃 1万4700円
2万8900円

◆**募集期間** ※土日祝除く
2月1日(木)～14日(水)
《入居予定日》4月1日(日)

問 建築住宅課市営住宅管理担当
☎22-11111内線2758



市民便利帳の配布について
市では、このたび、行政手続きや地域情報を一冊にまとめた「市民便利帳」の改訂版を発行し、市内全世帯に無償配布しております。

万が一、配布にならなかった場合など、御連絡をいただければお届けいたしますのでご一報ください。
問 市民連携課広聴連携担当
☎22-11111内線2154

public information 公共情報

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。

むつ市税務署からのお知らせ

◆確定申告期限と納期限
・所得税、贈与税 3月15日(木)
・消費税 4月2日(月)
便利で確実な振替納税をご利用ください。一度手続をしていただければ、継続して利用できます。
◆申告書作成会場の開設
〈開催場所〉下北合同庁舎3階
〈開催期間〉
2月16日(金)～3月15日(木)
(土・日を除く)
午前9時～午後5時

◆社会保障・税番号制度について
平成28年分以降の確定申告書等の提出の際には、マイナンバーの記載と本人確認書類の提示又は写しの添付が必要です。
◆むつ市税務署 ☎22-13294

県税口座振替制度のお知らせ

青森県では県税の口座振替の申込みを受け付けています。
便利で確実な口座振替をご利用ください。

〈口座振替を利用できる県税〉
・自動車税・個人事業税
・法人関係税
・軽油引取税
・特別徴収義務者の申告分
最寄りの取扱金融機関または地域県民局県税課にお申し込みください。
◆下北地域県民局県税課納税管理課 ☎22-8581 内線203

来ささいー！
むつ☆就職相談フェア
むつ地域への就職希望者と地元企業が一堂に会し、地元就職を支援する相談会です。就職に関心のある方はぜひご参加ください。
〈いつ〉2月6日(火)
午後1時30分～3時30分
〈どこで〉市役所大会議室
〈対象者〉
むつ地域への就職希望者

◆ハローワークむつ ☎22-1331

青森県最低賃金改正のお知らせ

平成29年10月6日からの青森県最低賃金は738円です。
青森県最低賃金は、県内で働く全ての労働者と、労働者を一人でも使用している使用者に適用されます。製造業と小売業の一部には、特定(産業別)最低賃金が定められています。

◆青森労働局基準部賞金室 ☎017-734-4114

よろず支援拠点、国が全国各地に設置した経営相談所です

創業したい！売上げを伸ばしたい！新商品を開発したい！経営のお悩み、あなたは誰に相談しますか？青森県よろず支援拠点は8つの分野のプロフェッショナルが無料でご相談に応じます。よろず出張相談スケジュール

- ◆金融
〈いつ〉2月14日(水)・3月14日(水)
〈どこで〉青森県信用保証協会むつ支所
◆ものづくり
〈いつ〉2月26日(月)
〈どこで〉むつ来ささい館
◆食産業・WEB
〈いつ〉2月19日(月)・3月19日(月)
〈どこで〉青森県むつ合同庁舎
◆青森県よろず支援拠点事務局 ☎017-721-3787

平成30・31年度「国有林モニター」の募集

国有林の管理・経営にみなさまの声を役立てていくため、モニターを募集しています。
◆募集人員 48名程度
◆募集期間 2月9日(金)まで
◆任期 4月1日から2年間
◆内容
アンケートの回答、国有林モニター会議等への出席など
※応募資格、方法等の詳細は、東北森林管理局ホームページをご覧ください。
お問い合わせください。

◆東北森林管理局企画調整課林政推進係 ☎018-836-2228
http://www.rinpa.naif.go.jp/hokoku/

◆レストランまさかり
むつ下北観光物産館(まさかりプラザ)2階にて長年ご愛顧いただきました「レストランまさかり」は12月29日(金)もちまして営業を終了しております。
まさかりプラザをご利用になる皆様にはご不便をおかけして申し訳ありませんが、何卒ご了承くださいますようお願い申し上げます。

◆むつ来ささい館 ☎33-8191
市産業振興課 ☎22-1111 内線2652

県営住宅入居者募集

◆募集する県営住宅
中央・昭和・金谷の3団地
◆募集期間
2月1日(木)～9日(金)
◆入居予定日
4月1日(日)
◆青森県県営住宅指定管理者 野村建設県営住宅係 ☎29-6474

◆県立障害者職業訓練校
平成30年度訓練生募集
〈訓練科・定員〉
・デジタルデザイン科(15名)
・OA事務科(15名)
・作業実務科(10名)
〈訓練期間〉4月から1年間
〈募集期間〉
1月4日(木)～2月7日(水)
〈試験日〉2月16日(金)
〈どこで〉
県立障害者職業訓練校(弘前市)
◆青森県立障害者職業訓練校 ☎0172-36-6882

◆介護基本技術講習 受講生募集
介護業務の未経験者または無資格である中高年齢者および主婦層等の就業意欲のある方を対象に基本的な知識・技術(3日間・15時間程度)が習得できます。

◆りんどうの会 教養講座のお知らせ
◆知ってほしい、緩和ケア
〈いつ〉2月17日(土)午前11時～正午
〈どこで〉中央公民館3階会議室
◆講師 緩和ケア認定看護師 佐藤 美紀 氏
◆定員・参加費 40名・無料
◆老化防止の栄養学
〈いつ〉2月27日(火)午前11時～正午
〈どこで〉むつ来ささい館
◆講師 料理研究家 坂本 謙二 氏
◆定員・参加費 40名・無料
◆りんどうの会 菊池 ☎31-0244 (FAX兼用) ☎090-1494-5544

募集人数・受講料 30名・無料

◆介護労働安定センター青森支部 ☎017-777-4331
http://www.kaigo-center.or.jp/

◆むつ下北地区雇用対策協議会
クレーム対応、接客・電話対応研修
〈いつ〉2月2日(金)
午後1時30分～4時30分
〈どこで〉むつ下北観光物産館
〈どんな〉
・クレーム対応の基本学習や心構え、お客様の心理を考えながらのロールプレイングなど
◆講師 エデュウス藤田 代表 藤田 素子 氏
◆対象・定員
概ね入社3年以内の若手社員30名程度
◆参加料 無料
◆むつ下北地区雇用対策協議会(むつ商工会議所内) ☎22-22282

information circle サークル 団体情報

◆北の防人大湊
「みどりのさきもり館」花とみどりの講習会参加者募集
「バレンタインリースづくり」(初心者向け)。造花などを使って、バレンタインにぴったりのリースを作ります。作品はお持ち帰りいただけます！
〈いつ〉2月3日(土)
午前10時～正午
◆講師 フラワーショップ花とも 澤田 幾子 氏
◆定員 20名
◆参加費 500円
◆持ち物 ワイヤを切るハサミ(キッチンバサミ・ニッパーなど)、筆記用具
◆申込み 1月29日(月) 午前9時受付開始
◆都市政策課みどりと景観担当 ☎22-1111 内線2744

むつ市老人クラブ連合会 「生きがいサークル」 2月の日程

はじめて参加される方はあらかじめご連絡ください。なお、お花と手芸は材料費が必要です。
◆老人憩の家「福寿荘」(新町) ☎23-5800
お花教室 1日(木)・15日(木)
手芸教室 6日(火)・20日(火)
踊り教室 14日(水)・28日(水)
お茶教室 8日(木)・22日(木)
習字教室 9日(金)
コース教室 5日(月)・26日(月)
ダンス教室 14日(水)・28日(水)
カラオケ教室 5日(月)・26日(月)
囲碁・将棋教室 6日(火)・20日(火)
着付教室 7日(水)・21日(水)
ダンス教室は午後1時～3時、カラオケ・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
◆老人憩の家「福寿荘」(川守町) ☎29-1800
詩吟教室 6日(火)・20日(火)
日舞教室 5日(月)・19日(月)
着付教室 13日(火)・27日(火)
唱歌教室 2日(金)・16日(金)
カラオケ教室 8日(木)・22日(木)
カラオケ教室は午後1時～4時、その他の教室は午前10時～正午
◆各教室とも新しく会員を募集しています。ご希望の方は「福寿荘」「福寿荘」または各単位老人クラブ会長へご相談ください。
◆むつ市社会福祉協議会 ☎33-3023



information event
イベント情報

2月 Feb.

2月 下北ジオパーク 学習・研究・活動発表会 2018 in むつ
3日

午後1時～5時30分
《どこで》プラザホテルむつ
《どんな》
◆基調講演
「ジオパークと地域活性化」
菊地 俊夫 氏
(首都大学東京大学院教授、日本ジオパーク委員会委員)
◆学習成果発表
5市町村の小学校及び1高等学校の地域学習・総合学習発表



◆研究発表
今年度、当協議会の研究補助金を活用して下北地域を研究した3名と1高等学校の発表
◆地域活動発表
「下北ジオパークサポーターの会の活動の様子とむつ来さまい館で開催の「漂着物展」について発表
《むつ市ジオパーク推進協議会》
☎22-11111 内線2815

| | |
|--------------------|---------------------------------------|
| 基調講演 13:00-14:00 | 13:00-17:30 |
| 講演 菊地 俊夫 氏 | 会場: プラザホテルむつ (むつ市下北2-4-6) 入場無料、参加申込不要 |
| 学習成果発表 14:20-16:10 | 14:20-14:30 下北市立小中学校 |
| | 14:30-14:40 下北市立小中学校 |
| | 14:40-14:50 下北市立小中学校 |
| | 14:50-15:00 下北市立小中学校 |
| | 15:00-15:10 下北市立小中学校 |
| | 15:10-15:20 下北市立小中学校 |
| | 15:20-15:30 下北市立小中学校 |
| | 15:30-15:40 下北市立小中学校 |
| | 15:40-15:50 下北市立小中学校 |
| | 15:50-16:00 下北市立小中学校 |
| | 16:00-16:10 下北市立小中学校 |
| | 16:10-16:20 下北市立小中学校 |
| | 16:20-16:30 下北市立小中学校 |
| | 16:30-16:40 下北市立小中学校 |
| | 16:40-16:50 下北市立小中学校 |
| | 16:50-17:00 下北市立小中学校 |
| | 17:00-17:10 下北市立小中学校 |
| | 17:10-17:20 下北市立小中学校 |
| | 17:20-17:30 下北市立小中学校 |
| | 17:30-17:40 下北市立小中学校 |
| | 17:40-17:50 下北市立小中学校 |
| | 17:50-18:00 下北市立小中学校 |
| | 18:00-18:10 下北市立小中学校 |
| | 18:10-18:20 下北市立小中学校 |
| | 18:20-18:30 下北市立小中学校 |
| | 18:30-18:40 下北市立小中学校 |
| | 18:40-18:50 下北市立小中学校 |
| | 18:50-19:00 下北市立小中学校 |
| | 19:00-19:10 下北市立小中学校 |
| | 19:10-19:20 下北市立小中学校 |
| | 19:20-19:30 下北市立小中学校 |
| | 19:30-19:40 下北市立小中学校 |
| | 19:40-19:50 下北市立小中学校 |
| | 19:50-20:00 下北市立小中学校 |
| | 20:00-20:10 下北市立小中学校 |
| | 20:10-20:20 下北市立小中学校 |
| | 20:20-20:30 下北市立小中学校 |
| | 20:30-20:40 下北市立小中学校 |
| | 20:40-20:50 下北市立小中学校 |
| | 20:50-21:00 下北市立小中学校 |
| | 21:00-21:10 下北市立小中学校 |
| | 21:10-21:20 下北市立小中学校 |
| | 21:20-21:30 下北市立小中学校 |
| | 21:30-21:40 下北市立小中学校 |
| | 21:40-21:50 下北市立小中学校 |
| | 21:50-22:00 下北市立小中学校 |
| | 22:00-22:10 下北市立小中学校 |
| | 22:10-22:20 下北市立小中学校 |
| | 22:20-22:30 下北市立小中学校 |
| | 22:30-22:40 下北市立小中学校 |
| | 22:40-22:50 下北市立小中学校 |
| | 22:50-23:00 下北市立小中学校 |
| | 23:00-23:10 下北市立小中学校 |
| | 23:10-23:20 下北市立小中学校 |
| | 23:20-23:30 下北市立小中学校 |
| | 23:30-23:40 下北市立小中学校 |
| | 23:40-23:50 下北市立小中学校 |
| | 23:50-24:00 下北市立小中学校 |

本州最北端のスキー場
ゲレンデまつり2018
12日

《いつ》2月12日(月・祝)
午前9時～午後4時
《どこで》むつ市夷沢スキー場
《どんな》
・雪像
・タイヤチューブスライダー
・100円ミニ屋台
・手作り体験
※当日はロープトウを無料開放します。



岡むつ市夷沢スキー場
☎34-4664
創作ちりめん雛人形展
17日

《いつ》2月17日(土)～3月4日(日)
《どこで》むつ来さまい館
※2月18日(日)午前10時から先着30名様に「ストラップ」をプレゼント。
◆体験会
《いつ》2月25日(日)午前10時～
《料金》300円



岡むつ来さまい館
☎33-8191
フリーマーケット
18日

《いつ》2月18日(日)
午前9時～午後2時
《どこで》むつ来さまい館
《出店申込み》
2月1日～来さまい館カウンタにて受付開始
《出店料》1区画1000円
※同日むつおもちゃ病院定期開院
午前10時～正午 おもちゃ診療を来さまい館内で行なっています。
岡むつ来さまい館
☎33-8191

まねごとキタモリWeek
Vol. 3
18日

《いつ》2月18日(日)～25日(日)
《どこで》北の防人大湊各施設
《どんな》
市内で活動している各種団体による展示、発表、体験
《参加団体》

映画監督 川島雄三
生誕100年記念映画上映会
4日

むつ市が生んだ「映画監督川島雄三」は、今年生誕100年を迎えます。
記念の映画上映会とミニ座談会を開催いたします。写真パネルや貴重なポスター、シナリオ等の資料も展示します。
《いつ》2月4日(日)
午後1時30分～4時10分
(座談会30分、映画111分)
《どこで》図書館視聴覚ホール

川島雄三監督 1918.2.4生～1993.6.11没

2018年 2月4日(日)
むつ市立図書館 あすなろホール
13時30分～16時10分
入場無料・申込不要(先着99名)
開場13時00分

同時開催
「川島雄三パネル展示」
むつ市立図書館視聴覚ホール
1月26日～2月8日

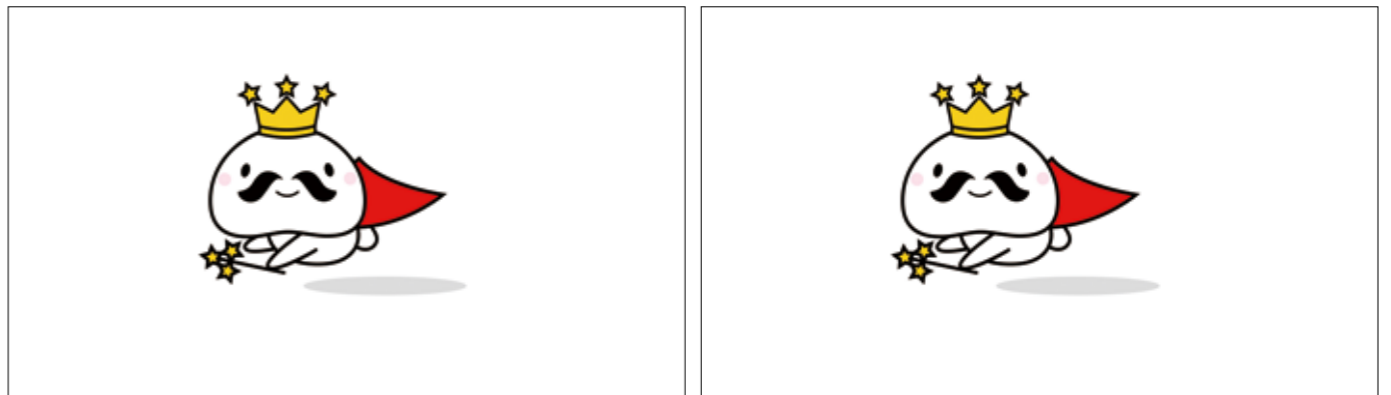
第1部 ミニ座談会 13時30分～14時00分
「映画監督川島雄三生誕100年を迎えて」
川島 晋一 氏 (川島雄三の甥)
高瀬厚太郎 氏 (映画監督川島雄三を偲ぶ会会長)

第2部 映画上映会 14時10分～16時10分
「愛のお荷物」 日活 昭和30年
111分 DVD上映

＜お問い合わせ＞むつ市立図書館 〒035-0073 青森県むつ市中央二丁目3番10号 TEL 0175-28-3500 FAX 0175-28-3400

百年の時を経て

《ゲスト》
・川島 晋一 氏 (川島雄三の甥)
・高瀬 厚太郎 氏 (映画監督川島雄三を偲ぶ会会長)
《上映作品》
『愛のお荷物』
日活 昭和30年公開
☎28-13500



ぴしゃつくす、むつ下北子育て支援ネットワークひろば、花工房楓、都山流尺八むつ竹友会、ボランティアあむつの会、新岡三弦会、フラハローウアロハ、ビューティフル・フラむつハローウ、よさこい Smile&Smile、もぐりぐりでもちづくり実行委員会、ミュージックセラピーむつ、フラワーアレンジメントサークル、むつグラウンド・ゴルフ協会、北の防人大湊ガイドグループ、Discoveryむつ project、桜木町婦人会、下北子どもネット 計17団体
問 市市民連携課
☎22-11111 内線2152

明るい選挙啓発ポスター
コンクール入賞作品展
21日

市内小中養護学生の作品も多数入賞していますので、ぜひご覧ください。
《いつ》2月21日(水)～27日(火)
《どこで》図書館展示ホール
問 市選挙管理委員会
☎22-11111 内線3313

3月 Mar.
10日

下北文化会館
映画上映のご案内
《いつ》3月10日(土)
《どんな》
新作映画3作品を上映します。

《上映時間》
①「映画妖怪ウオッチ シヤドウサイド 鬼王の復活」 午前10時～午後3時
②「八年越しの花嫁 奇跡の実話」 午後0時30分～午後3時
③「DESTINY 鎌倉ものがたり」 午後3時～
《料金》
前売 小人 800円
大人 1000円
当日(割引券利用) 小人 900円
大人 1200円
当日(割引券利用) 小人 1000円
大人 1500円
※小人は3歳以上小学生まで、大人は中学生以上。
問 下北文化会館 ☎22-8411

市民健康づくり講演会
10日

がん研有明病院院長の山口俊晴先生をお招きし胃がん等について分かりやすくお話いただきます。
《いつ》3月10日(土)
午後2時～4時
《どこで》むつグランドホテル
《講演テーマ》
「胃がんになりやすい日本人が気を付けるべき習慣(仮)」
《申込》申込不要
《講師紹介》
山口 俊晴(やまぐち としはる) 1973年京都府立医科大学

卒業、アメリカテキサス大学ヒューストン校留学、95年京都府立医科大学助教授、01年財団法人癌研究会付属病院消化器外科部長を経て、05年同病院消化器センター長、08年癌研究会有明病院副院長を経て、15年7月より現職。
問 市健康推進課
☎22-11111 内線2571

第8回サークル活動発表会
「SHIMOKATSU」(シモカツ)
18日

《いつ》3月18日(日)
《どこで》下北文化会館
《どんな》
下北文化会館を拠点に活動しているサークル団体による発表会
《参加団体》
琴名流大正琴千姫の会、五十丸祭組、下北吹奏楽団、ジャギーむつ、Genny Peaks、スマイルフィットネスサークル、創作ダンス♡キャッツアイ、太極拳むつサークル、手編みサークル、ビューティフル・フラむつハローウ、フラワーアレンジメントサークルたんぽぽ、むつ女声合唱団、むつ太極拳くらぶ、むつヨーガサークル、むつろうあ協会、ヨガ・ピンクロータス、よぷよ Smile&Smile、
計 17団体
《入場料》無料
問 下北文化会館 ☎22-8411



エイミー&レイチェルの
ヨモヤマ話

Farewell

私は近々むつ市を離れます。20才のときに初めての就職先として、むつ市役所に来て、もう少しで32才になります。まさか11年半もここで働くと最初の頃は全く思いませんでした。雪が嫌いな寒がりやで、1年契約を終え、むつ市を離れるつもりでした。それが、あまりにも居心地のいい場所で、仕事も私生活も充実していて、長居してしまいましたが、3月いっぱい仕事を終え、アメリカへ帰国することにしました。それは子供の教育のためです。

知っている人も多いかと思いますが、私は3年前に離婚し、息子が2才のときから母子家庭になりましたが、むつ市で頑張ってきました。親戚が一人もいない外国で、色々な人に迷惑をかけながら、「It takes a village to raise a child」という英語のことわざ、「子育ては村中みんなでするもの」という意味を経験できたことに心から感謝しています。本当にたくさんの人に支えられ、これまで頑張ってきたと思います。息子が3月で5才になるので、アメリカだと今年の9月から小学校に入学するという良いタイミングでアメリカに帰ることを決意しました。

日本語はぺらぺら、普通の日本人のように話しますが、英語はまだ居心地悪そうに片言だったりするので、この機会に英語をネイティブにしないと!と思っています。アメリカに住めば、あっという間に覚えるはず。アメリカの義務教育は日本よりもゆるくてテストのスコアも確かに低いです。でも、マイペースに進めるので、私みたいに飛び級ができたり、自分の興味のある科目を多くとったり、とにかく日本よりはずっと自由です。それ

が我が子に合う教育なのではないかと思っています。アメリカは2ヶ月も長い夏休みがあるので、毎年、日本にきて、子供も私も日本語を忘れないようにしたいと思っています。また、息子がアメリカの学校が合わない、友達ができない、日本に帰りたいと言うなら、英語が話せるようになったら帰ってきてもいいとも思っています。

とにかく長い間、本当にお世話になりました。初めての就職先がこんなに楽しい、やりがいのある仕事で本当に恵まれたと思っています。4月号に最後の挨拶をしたいと思いますので、今は残り2ヶ月を頑張っていきたいと思いますので、よろしく願いいたします。

Farewell Cocktail Party

少し早いですが、4月に私(国際交流推進員 エイミー)がアメリカに帰りますので、皆さんと一緒にお酒を楽しみながらお話できる最後のチャンスは、国際交流推進員主催の初めてのカクテルパーティーです。私とレイチェルのおすすめのカクテルを紹介したり、リキュールとミキサー(ジュースなど)を用意しますので自分で好みのカクテルを作ってみたり、アメリカのDrinking Gameもします。つまみもあります。気軽に参加ください!

〈When (いつ)〉
2月24日(土)午後6時30分～8時30分
〈Where (どこで)〉
まさかりプラザ3階 会議室
〈Cost (料金)〉2500円
〈定員〉40名
〈締切〉2月19日(月)
※締切までに企画調整課に直接お支払いください。締切後のキャンセルにつ



国際交流推進員 レイチェルとエイミー

いては返金できません。

2月レッツ国際交流

レイチェルとフリー・トーキング
〈いつ・どこで〉
9日(金)図書館(会議室)
15日(木)公民館(青少年研修室)
※時間はいずれも午前10時～11時30分

アメリカン・クッキング

〈いつ〉2月22日(木)
午前10時～午後0時30分
〈どこで〉中央公民館調理室
〈メニュー〉
・French Onion Dip
・Lasagna
・Snickerdoodle Cookies
〈参加費〉7000円(材料費)
※未就学児無料
〈定員〉20名
〈申込締切〉2月20日(火)



問 企画調整課国際交流推進員
☎ 22-1111 内線 2353

町内会長と市長との懇談会

各町内会からのご意見などについて宮下市長と懇談する「町内会長と市長との懇談会」が開催されました。懇談の一部をご紹介します。



(左から順に)奥内町内会長 鍋谷 昭弥 様 / 川内町松川部落会長 菊池 鉄雄 様 / 脇野沢清水町内会長 杉澤 健一 様 / 大畑町新町町内会長 中島 康夫 様 / 山田町B町内会長 澤尻 宏太郎 様

市長との懇談に先立って、自主防災をテーマにしたパネルディスカッションを行いました。
コーディネーターには、日本赤十字社青森県支部事業推進課長の吉川氏をお招きし、自主防災組織の必要性についての基調講話をしていただいた後、パネラーとして5名の町内会長と市長に登壇していただき、意見発表をしていただきました。

むつ市の空家等の対策は



堺田町内会
会長 馬場直衛門 さん

高齢化に伴い、空家が増えています。市として何か対策はないでしょうか。

市長 今後も空家は増加していくものと思います。

市としては、むつ市空家等対策計画を策定し、これに基づいて適正に対処していきます。

防災緑地について



仲町町内会
会長 藤田英征 さん

高年齢化に伴い、空家が増えています。市として何か対策はないでしょうか。
市長 今後も空家は増加していくものと思います。
市として、むつ市空家等対策計画を策定し、これに基づいて適正に対処していきます。
市 今後の空家は増加していくものと思います。
市 トイレの汚れについては、管理上の問題であるため、日常的に気持ちよく使用していただけるよう担当部署に指示を出し、すぐに対応しました。今後もお気づきの点があればお知らせ願います。設置しているトイレは防災という観点から災害時に電気等が無い状態でも使えるバイオトイレであるため、多少臭気等が気になる点もあるかと思いますが、当初の設置目的について御理解願います。また、防災緑地(はらっぱ)は、災害時のヘリポートとしての活用を想定しています。



大雪ドーム隣にある、防災緑地の本来の目的、災害時に想定される利用方法とはどのようなものでしょうか。

また、防災緑地に設置されているトイレの臭気、汚れについて気になるという声をよく耳にします。

市長 トイレの汚れについては、管理上の問題であるため、日常的に気持ちよく使用していただけるよう担当部署に指示を出し、すぐに対応しました。今後もお気づきの点があればお知らせ願います。設置しているトイレは防災という観点から災害時に電気等が無い状態でも使えるバイオトイレであるため、多少臭気等が気になる点もあるかと思いますが、当初の設置目的について御理解願います。また、防災緑地(はらっぱ)は、災害時のヘリポートとしての活用を想定しています。

新刊ピックアップ



婚活中毒

秋吉 理香子 / 著 (実業之日本社)

運命の出会いはいのちがけだ。この人となら—と思ったその時、あなたはもう騙されている! 人生はどんでん返し連続。サブライズ満載の「婚活」ミステリー。幸せになりたいすべての男女必読! 婚活にはミステリーがいっぱい! 婚活中の方も、そうでない方もお楽しみいただけます。



Secret シニアビューティメイク

えがお写真館 / 著, 赤坂 渉 / 著 (扶桑社)

17歳をつくるメイク前の簡単マッサージ。“上品アカ抜け顔”になれる眉の描き方。厚化粧に見えないのにシミが消えるヒミツ。正しくつけばチークだけで5歳若返る。幸せオーラをまとうリップ使い etc. ちよとしたコツで驚くほど美人になれる! 同世代と圧倒的な差がつくテクニック。



数え方のえほん

高野 紀子 / 著 (あすなろ書房)

知っていても意外と知らない助数詞や、昔から日本で使われていた数え方や単位まで、イラストでわかりやすく紹介します。数字をおぼえはじめる時期に親子で読めば、数のみならず、一歩進んだ美しい日本語が、自然に身につくことと思います。この1冊で日本語の「数の数え方」が、楽しく学べます!

このほかの新着図書は、『図書館新着だより』(毎月月上旬発行・館内にて配布)をご覧ください。『図書館新着だより』は、市ホームページからもご覧いただけます。

City Library

図書館だより

2月の休館日

開館時間(本館)

火曜から金曜 午前9時～午後7時

土・日・月・祝日 午前9時～午後5時

毎月第4木曜日(図書整理日)および年末年始は休館日です。

図書館ご利用について

詳しくはホームページで!

〒市立図書館 ☎ 28-3500

http://www.city.mutsu.lg.jp



2/木
22

HealthyLife

健康コーナー



チャレンジ締切は
平成30年2月末!

健康チャレンジを途中で止めていませんか?

健(検)診やチェックを受けた方、ポイント対象事業に参加した方、これから参加予定の方はいませんか? ヘルシーバランス弁当は食べてみましたか? 600ポイント以上になっていませんか?

4週間チャレンジをして1,000ポイント以上で申請してください。1000ポイント以上で申請すると

☆マイレージカードと商品券がもらえる!

☆抽選で特産品などが当たる!

健康推進課保健担当

☎ 22-1111 内線 2572

こどもチャレンジ

こどもチャレンジで提出された健康川柳
親が作った えいようたつぷりごはん
つみみ おうかさ
運動は家族でするのが一番だ
J.J.J.ザウルスさん 12歳

「こどもチャレンジ」で
むつ☆限定ムチュラングッズをもらおう!

2月開催 ハローベビー教室 ～夫婦・家族での参加大歓迎～

妊婦さんや旦那さん同士で、体験を中心に楽しく勉強します。妊婦さんのみの参加や里帰りされている妊婦さんも大歓迎です!

| 日程 | 時間 | 会場 |
|-----------|-----------------------------|--------|
| 2月 1日(木) | 18:30～20:00頃 (受付 18:15～) | 下北文化会館 |
| 2月 9日(金) | | |
| 2月 15日(木) | | |
| 2月 23日(金) | | |

詳しくは、市ホームページや「平成29年度健康づくりカレンダー」をご覧ください。みなさんの参加、お待ちしております!

健康推進課保健担当

☎ 22-1111 内線 2572

「はたちの献血」キャンペーン 2月28日まで開催中

各献血会場にて献血いただいた、10代・20代の方にオリジナルクリアファイルを差し上げます。(なくなり次第終了)新たに成人式を迎えた「はたち」のみなさん、ぜひこの機会に献血をしてみませんか?

献血は身近にできるボランティアです。自分のため、みんなのため、献血にご協力ください。

健康推進課献血担当

☎ 22-1111 内線 2587



みんながつながるむつ市の総合情報誌

残念ながら本紙には掲載されませんでした。広報むつの取材では日々すてきな写真がたくさん撮影されています。そんな写真をほんの少しですがご紹介するこのコーナー。お楽しみいただければ幸いです。

さあ! いますぐ
むつ市のホームページへ



特集こぼれ話や紙面で掲載しきれなかった取材写真、広報担当者のお気に入り写真などホームページで公開中!!



2月の献血受付日程

| | | |
|--------|----------|---------------------------|
| 10日(日) | マエストロ中央店 | 9:30～12:00 13:30～16:00 |
|--------|----------|---------------------------|

健康マイレージ 100ポイント

健康推進課献血担当 ☎ 22-1111

内線 2587

2月の在宅当番医

| | | |
|--------|----------------|-----------|
| 4日(日) | たなか泌尿器科クリニック | ☎ 28-2660 |
| 11日(日) | みどりが丘整形外科クリニック | ☎ 23-2321 |
| 12日(月) | みちのくクリニック | ☎ 23-1171 |
| 18日(日) | さとろ眼科クリニック | ☎ 23-9165 |
| 25日(日) | どんぐりこどもクリニック | ☎ 24-5656 |

〈時間〉午後7時～10時

※受診の際は事前に当番医にご連絡ください。

病院案内(下北消防本部) ☎ 23-3999

むつ下北薬剤師会 2月の休日お薬電話相談

| | | |
|--------|-----------|-----------------|
| 4日(日) | アイン薬局東通村店 | ☎ 28-5270 |
| 11日(日) | あけぼの調剤薬局 | ☎ 090-3122-9183 |
| 12日(月) | 沖館薬局新町店 | ☎ 080-5849-9536 |
| 18日(日) | ベイ薬局緑ヶ丘店 | ☎ 31-1115 |
| 25日(日) | 七福薬局むつ | ☎ 34-9490 |

〈時間〉午後6時～10時

休日お薬電話相談事務局

(七福薬局むつ内) ☎ 34-9490

誰かにも
温かい
生み出さ
ないでも
活かす思
いが優し
くやりの
心で接し
よう！

平成29年度 むつ市いじめ防止宣言フォーラム



● むつ市消費生活センター（産業振興課内）
☎22-1353（直通）
〈土曜、日曜、祝日、お急ぎの場合などは〉
全国共通消費者ホットライン ☎局番なし 188

Vol.66

注文していない海産物が送られてきた！
～一方的に商品を送り付ける手口にも注意～

- 相談内容
今日、「以前注文をいただいた業者ですが、カニや昆布など海産物のセットを送ります。」という電話があった。注文した覚えはないので断ったが、今後、荷物が送られてきた場合どうしたらよいか。
- 対処法
○ 事業者からの執拗な電話勧誘に根負けして商品の送付を承諾してしまったり、断ったはずなのに商品が送られてきた場合、法律で定められた契約書面を受け取ってから8日間は無条件で解約できるクーリング・オフ手続きを取ることができます。
- 事前に電話勧誘もなく一方的に商品を送り付けてきた場合、売買契約は成立していませんので、商品を受け取る義務も代金を支払う義務もありません。配送業者に事情を話して『受け取り拒否』し、商品を持ち帰ってもらいます。その際、配送伝票の差出人名、連絡先、住所、商品名をメモして手元に残しておくようにしましょう。
- 不在の家族宛に代引き配達で荷物が届いたら、代金を払う前に必ず本人に確認してください。荷物が届く予定がある場合、事前に家族間で話しておき、不審な荷物は受け取らないようにしましょう。



むつ市いじめ防止宣言フォーラム
いじめをなくするためにはどのような行動をするべきか

去る、11月9日（木）近川中学校を会場に、近川中学校全校生徒（32名）と奥内小学校5・6年児童（15名）による「いじめ防止」をテーマにフォーラムが開催されました。

大人だと思ふ。困ったときは堂々と親に話し、先生に話し、むつ市に話してほしい。そのことが解決の糸口になる。いじめが無いことを誇りに思うよりも、むしろ、いじめだと思ふことを積極的に認め合うことが大切。そのことからいじめ防止は始まる。人は、私も含めてそんなに強くはない。心には隙があるし、人間には誰にでも弱い部分がある。だから、いじめは誰にでも起こり得るのだ。大切なのは、自分たちだけで解決せず人の力を得ること、いじめを積極的に認めること。この考えをもとに、防止・根絶に努めていくという気持ちを、ぜひ持っていたきたい。そして、今日決まった防止宣言が、むつ市全体に広がってほしい。」という熱い思いが述べられました。

宮下市長からは、「嫌な思いをした時に大事な事は、誰かに支えられているという気持ちを持つこと。家族に、先生に、地域の方に。そして、最後に頼れるのはやはり



| 川柳 | 俳句 | 短歌 |
|---|---|---|
| 小綺麗な袋を用意しておこう 陽が上る今日はいい事ありそう 耐える事一芸よりも身に付いた 名工が技芸菩薩の顔になる | ひたひたと奇る年波の寒露かな 葉ずれする庭の静けさ寒露かな 手を擦るホームの翁媪師走風 朝市の声高くなる師走かな | 香の午後遠なる汽笛に振り返る耳遠なれる元航海士 新幹線降りては遠き道のりを帰る車窓に吹雪の厳し 慈雨なりやかそけき音も夢うつつ目覚めの庭に踏み石光る 笛を吹き「石焼いき芋」と連呼せる冬の風物昭和も遥か |
| 柳 出崎 織田 橋本 中村 真手 戸川 三上 杉山 大森 菅浦川 三國 篠塚 山田 | 川 吉村 出崎 織田 橋本 中村 真手 戸川 三上 杉山 大森 菅浦川 三國 篠塚 山田 | 歌 矢越 朝子 佐藤 和子 皆川 妙子 |

むつ市月間 目指せごみ減量 資源回収にご協力を！

ごみ総排出量 平成29年11月分 市環境政策課調べ

| | 11月の値 | 前年同月 | 前年同月比 |
|------------|---------|---------|--------------|
| 総排出量 | 1,850 t | 1,932 t | (- 82t) |
| 資源回収量 | 167 t | 166 t | (+ 1t) |
| 資源回収割合 | 9.0 % | 8.6 % | (+ 0.4 ポイント) |
| 市民1人1日の排出量 | 1,046 g | 1,073 g | (- 27g) |

【参考】H 27 1人1日あたりの排出量 全国平均 939g/日 青森県平均 1,026g/日

広報むつ MITSU
-みんながながるむつ市の総合情報誌-

有料広告募集中！

☆下1段（縦 5.2cm × 横 18.1cm）……24,000 円
☆下1段の1/2（縦 5.2cm × 横 9.0cm）……12,000 円

☎ 市民連携課広報グループ ☎ 22-1111 内線 2156



12月
24日

歓喜の歌 響きわたる

むつ下北第九の会演奏会

恒例の「第九演奏会」が下北文化会館で開かれ、むつ下北第九の会ほか県内の合唱愛好家や、姉妹都市の会津若松市からも参加者が訪れ、さらに市内中高生 32 名も合唱団に加わったことで、例年以上に力強く若々しい「歓喜の歌」を会場一杯に響かせました。

今回の演奏会で、むつ下北第九の会が主催する演奏会は通算 19 回目となります。20 回目の節目となる次回の演奏会に向けて、同会のメンバーは「より素敵な第九を地域に響かせたい」と意気込みを語っていました。

あつと陸奥覧

MU CHU RAN



市内各地の話題をお届けします!

一年の無災害を願う

平成 30 年むつ市消防団各地区消防団出初式

晴れ間が見えるものの冷え込みの厳しい天候のなか、下北で 1 番早い大畑消防団出初式が行われ、団員の皆さんは一糸乱れぬ分列行進のあと、大畑八幡宮で纏ぶり演技を奉納しました。

自分達のまちは自分達で守るという強い信念のもと、消防団がさらに一致団結し、地域防災の要となっていたことを期待しますという市長の訓示を受けた団員のみなさんの表情にまちを守る固い決意が見えました。1 月中にはむつ・川内・脇野沢の各地区でも出初め式が開催されました。



1月
3日

こころ静かに年のはじまり

第 48 回むつ市かきぞめ大会

1月
5日

年始めの恒例行事「第 48 回むつ市かきぞめ大会」が市内の小・中学生を対象とし、第三田名部小学校、川内公民館、大畑公民館および脇野沢地域交流センターで行われました。

大会には各地区から 164 名の児童・生徒が参加し、日頃の練習の成果を発揮するため、習字の先生や、ご両親が見守る中、学年毎に決められた今年の課題に対して真剣に筆を運び挑戦していました。



下北ジオパークブランド誕生!

下北ジオパーク認定商品発表会及び認定証授与式

12月
21日



下北ジオパークを食や特産品で楽しく美味しく PRしよう、この度下北ジオパーク推進協議会では「認定商品制度」をスタートさせ、この日 14 事業者から応募のあった 17 商品を認定し、お披露目と認定証授与式を行いました。

認定商品の目印は専用のロゴマーク! 下北ジオパークならではの自慢の一品をぜひお楽しみください。

安心して暮らせるまちへ

むつ市ふるさと納税返礼品に日本郵便のみまもりサービス

12月
15日



むつ市ふるさと納税の返礼品に「郵便局のみまもりサービス」を採用するにあたり、むつ市と日本郵便東北支社が協力協定を締結しました。

これまで「モノ」を返礼品としていたふるさと納税に、優しさ、安心をコンセプトにした郵便局のみまもり「サービス」が加わり、むつ市ふるさと納税の魅力向上が期待されます。ふるさととの支援を目的とするふるさと納税と、地域に根ざした「ゆうびん屋さん」が連携することで、安心して暮らせるまちづくりにつなげていきます。



豊かな「うまい」を願って

大魚(株)むつ総合卸売市場開き

1月
5日

下北一円の青果、水産品の集荷・セリ販売を担う大魚(株)むつ総合卸売市場の市場開きが開催され、初セリ開始の鐘の音を合図に水産品の威勢のよい初セリが行われました。

今年は水産品が例年以上に豊漁とのことで、この日は旬が冬のタラやナマコ、アンコウ、ヤリイカなど多くの水産品が並びました。

活気のある市場から、豊かな「むつ市のうまい」を食卓へ。地域経済の発展を願います。

この人

むつちゅ星

子育てサロン 代表

津川 るみ子さん



幼稚園教諭の資格を持ち、市内幼稚園での勤務ののち専業主婦として2人のお子さんを育て上げ、子どもが大好きなことから、青森県の子育てサポーターなど多くの子育て活動を行なっている津川さんは、大曲コミュニティセンターを拠点に活動する「子育てサロン」の代表を務めています。

「自分の子育ての経験も踏まえ、子どもの成長に疑問があるママの相談のつてあげたり、サロンに来ている時間だけでもお子さんの面倒を見てあげて、ママの気分転換、リフレッシュの機会にしたいと思うんです。」子育てサロンを続ける理由をそう話します。

津川さんに、「子どもたちを地域で守っていかなければならない理由」をお聞きしました。

「自分たちが生まれ育ったところを好きになってほしいから、地域で育てる必要があると思うんです。家族だけではなく、いろんな人たちと関わっているような影響を受けて育ってほしい。そうすれば、例えば大人になって一度むつ市の外に出ることがあっても、地元を振り返ることができる子になると信じています。親がどんな環境を子どもに経験させるかがポイントですし、そういう場を提供するのが私たちの使命だと思っています。」

その視線に、心から地域の子どもを愛し続ける熱意を感じました。

むつ総合病院主催

市民公開講座 開催

〈いつ〉 2月17日(土) 14:00～
〈どこで〉 図書館 視聴覚ホール
〈テーマ〉 血圧管理で健康長寿

一部事務組合下北医療センター
むつ総合病院

院長 橋爪 正



この度、東北大学医学部伊藤教授をお招きして市民のみなさまに関心の高い「血圧管理で健康長寿」というテーマで市民公開講座を開催することとなりました。

伊藤教授は、国内の高血圧、腎臓および内分泌関連の学会で主導的な役割を担っている方で、国際的にも国際腎臓学会理事など幅広く活躍しております。有意義な市民公開講座になると思いますので、みなさまふるってご参加くださいますようお願いいたします。

市民公開講座

テーマ：血圧管理で健康長寿

とき：平成30年2月17日(土) 14時00分～

ところ：むつ市立図書館内 視聴覚ホール

講師紹介

東北大学大学院医学系研究科腎高血圧内分泌学講座
教授 伊藤 貞嘉 氏

- 1979年 東北大学医学部卒業
- 1981年 東北大学医学部第二内科入局
- 1982年 アメリカ・ミシガン州ヘンリーフォード病院
内科高血圧研究部門留学
- 1995年 東北大学医学部第二内科講師
- 1997年 東北大学医学部第二内科教授
- 2004年 東北大学大学院医学系研究科
内科病態学講座、腎・高血圧・内
分泌学分野教授
- 2012年 東北大学理事(研究担当)



伊藤教授は生活習慣病における「食塩や肥満」「高血圧、腎臓病と心血管病」の関連を研究。また、一連の基礎研究から得られた成果を臨床に還元するため、糖尿病性腎症や高血圧患者を対象にした臨床研究も、腎臓病の進展抑制における血圧管理や、薬物療法の影響を明らかにしている。これまでに日本腎臓学会副賞、文部科学大臣表彰、日本高血圧学会常葉賞などを受賞されております。

どなたでもご参加いただけます
直接会場へお越しください。

主催：むつ総合病院
後援：むつ市

