

# MUTSU

5  
2021



特集

# ほんとの出会い



# 特集 ホンとの出会い

コロナ禍でなかなか遠出ができない今、本を手取る方も増えたのではないのでしょうか。  
子どもたちだけでなく、大人にとっても大切な読書の時間。  
子どもたちに物語の素晴らしさを伝える、読み聞かせボランティアのみなさん取材してきました。



## 土曜おはなし会

毎週土曜日 14:00 から約 30 分間開催される絵本や紙芝居の読み聞かせ。読み聞かせボランティアネットワーク「おはなしの木」「ひばの会」「交通安全母の会」「フレンズ」によるおはなし会は、アットホームな雰囲気の中、本との豊かな出会いを提供しています。

土曜日の昼下がりに。図書館の「おはなしのへや」に子どもたちが集まってきました。今日は土曜おはなし会。取材したこの日は、「読み聞かせボランティア「ひばの会」のみなさんによる絵本と紙芝居の読み聞かせです。おはなしが始まると、子どもたちはスーッと絵本の世界に引き込まれていきます。絵本には身近な生活のお話だけでなく、昔話やファンタジーなど無限の世界が広がっているのです。

「図書館って楽しいな」  
そう思ってもらえたら

この日の担当「ひばの会」会長菅原二三子さんにお話を伺いました。

「私たちは、平成5年に公民館のストーリーテリングの講座で集まったメンバーの有志で結成しました。現在の在籍は8名で、子どもたちに「図書館って楽しいな」「本って面白いな」と思ってもらいたい気持ちで、日々和気あいあいと活動し



ひばの会会長の菅原二三子さん

ひとり時間を過ごすもよし、お子様を連れてたくさんのお絵本に触れるもよし。ぜひ、「図書館」を自分の本棚のように身近な存在としてご活用ください。

## もちろん感染対策は万全で



### 図書除菌機

紫外線で除菌し、除菌後はアロマでほんのりと良い香りがします。

むつ市立図書館では、書籍の貸出の際に除菌してお持ちいただける除菌機を設置しています。安心して読書をお楽しみください。



①声色を変え抑揚を大事にした読み聞かせ。②子どもたちは巧みな読み聞かせに聞き入る。③実際に本のぬくもりに触れられる図書館は、子どもから大人までみんなが楽しめる空間だ。



「まずは、多彩な声色を使って読み聞かせることです。怖いお話には太くて低い声を使って。そうすると子どもたちは「あつ、悪いことをしたらこんな怖いことになる」という印象を持つんです。絵本や紙芝居には道徳がたくさん散りばめられています。あとは、子どもたちが飽きないよう、手遊びなども組み込んで、また来たいなと思ってもらえるよう工夫しています」

心を育て、子どもを育てる

子どもたちに絵本を読み聞かせることの良さを聞き聞かせました。

「私たちの読み聞かせで絵本に触れて、頭のどこかに残っていて、またその本を読みたくなり、何度も触れていくうちに自分の大切な一冊になっていく、そのお

## ぜひご参加を！ はるの日のおはなし会



読み聞かせボランティアネットワーク「おはなしの木」のみなさんによる楽しいおはなし会です。どなたでも気軽にご参加いただけます。感染対策はもちろん万全に行いますので、たくさんのご参加をお待ちしています。

5月15日(土) 14:00~15:00

図書館視聴覚ホールにて

むつ市立図書館 28-3500



ワクチン接種が始まります。

# 65歳以上のみなさまに

(高齢者施設入所者以外の方)

接種券を送付しました。



65歳以上の方は、同封のむつ市からののお知らせをご覧ください。

かかりつけ医がある方はなるべく**個別接種**してください  
(接種想定 13,000人)

接種開始 **5/24** (月) 予約は **5月中旬** から

個別接種できる医院はガイドブックでお知らせします。各医院への予約・お問い合わせは、もうしばらくお待ちください。

それ以外の方は**集団接種**してください  
(接種想定 5,000人)

接種開始 **5/15** (土) 予約は **5月8日** (土) から

最初の2日間は集中受付 9:00 ~ 16:00  
**特設コールセンター 22-1111**  
川内庁舎特設 42-2111 大畑庁舎特設 34-2111 脇野沢庁舎特設 44-2111  
会場は接種券同封のお知らせに掲載しています

早くて・気軽に・安全に /

**0120-102-775** 8:30 ~ 17:30

**無料**

集中受付終了後はフリーダイヤルでご予約ください

「私は接種できる?」「副反応って?」「住所がむつ市にないけど?」など、さまざまな疑問や不安はお気軽におたずねください。

むつ市ホームページでも詳しくご説明しています。 [むつ市ホームページ](#)

## 接種ガイドブック

詳細は5月にお届けする **接種ガイドブック** でご確認いただけます。

## むつ市高齢者無料乗車証 **AGEHA**

10月から市内75歳以上の方の路線バス、デマンドタクシーの運賃を無料とする「むつ市高齢者無料乗車証事業」がスタートします。

☎ 交通政策課 内線 2361

年齢の区分	申請書の送付 (市から対象者へ)	申請方法	乗車証(専用ケース)の交付 (市から申請者へ)
昭和21年9月30日以前の生まれの方 (令和3年9月30日時点で <b>75歳以上</b> の方)	令和3年6月末現在で <b>マイナンバーカードを所有している方</b> に7月に「申請書」を郵送します。 7月以降にマイナンバーカードの交付を受ける方は以下窓口でカード受取時に「申請書」をお渡します。 本庁舎：市民課 分庁舎：市民生活課	「申請書」に必要事項を記入して「交通政策課」へ郵送してください。 ※マイナンバーカード(身分証明書)を専用ケースに入れて乗車証として使用しますので、カードの取得をお願いします。	8月末までに「申請書」を送付いただいた方には、9月に「乗車証」を郵送します。  9月以降は申請受付後、随時「乗車証」を郵送します。
昭和21年10月1日以後の生まれの方	誕生日の前月に後期高齢者被保険者証と一緒に「申請書」を郵送します。	※感染症拡大防止のため、郵送での申請をお願いします。	申請受付後、随時「乗車証」を郵送します。 ※「乗車証」の交付は75歳の誕生日以後となります。

ポイント



新しくなります



## 会いにくる図書館をもっと

より多くの大人と子どもたちにたくさんの本との出会いを。  
みんなに愛されてきたブックモービルほほえみ号は今年度新しくなります!

図書館から遠方にお住まいの大人と子どもたちにとっての出会いを提  
供するため、ほほえみ号が活躍しています。これまでたくさんの方々から愛されてきたほほえみ号がリニューアルするのを機に、新たな取組みを進めます。

**おでかけおはなし会**  
毎週土曜日に図書館で開催されているおはなし会が、公園や身近な場所にお出かけします。天気の良い日はおはなし会を外で楽しんでいただけます。

**宿題お助け隊**  
自由研究や読書感想文って、大事なことだと解いてもなかなか手に付きませんよね?そんな宿題のお手伝いするため、テーマに沿った児童書を持って公園などに出張します。

## 情報発信! 図書館公式ツイッターはじめました!



むつ市立図書館イメージキャラクターのひらめきくんが、ツイッターを始めました。図書館のイベントや、移動図書館車の運行情報などをお届けします! ぜひフォローしてくださいね。

**ひらめきくん@むつ市立図書館**

むつ市立図書館 28-3500

**デジタルの時代にも本のぬくもりを**  
最近の大人や子どもたちは本に触れる機会が少ないと言われることがあります。インターネットなどによって、情報は無限に得られる世の中になりました。しかし、本には、手に触れ目で見たい想像力を育んでくれる魅力があります。今週末、あなたも読書を楽しんでみませんか?



子どもたちから寄せられたたくさんの感謝のお手紙。ありがとうの言葉はほほえみ号の元気につながる。





# Information

「お知らせ」「募集」など暮らしに役立つ情報をお届けします。

## 4月1日現在 人口・世帯数

※住民基本台帳による

人口	55,354人 (-449人)
むつ地区	44,194人 (-373人)
川内地区	3,533人 (-39人)
大畑地区	6,281人 (-27人)
脇野沢地区	1,346人 (-10人)
世帯数	28,730世帯 (-107世帯)
	( )内は前月比

## 各種相談日程

### 法律相談(オンライン・予約制)

時 5/28(金) 12:40~

場 市役所本庁舎市民相談室

問 市民連携課 ☎ 22-1111 内線 2154

予約受付は5/6(木) 9:00開始。

1人30分、定員7名(先着順)

### 法テラス法律相談(予約制)

時 5/12(水) 12:30~

場 市役所本庁舎市民相談室

問 法テラス青森 ☎ 050-3383-5552

収入・預金等が一定額以下の方は無料

1人30分、定員6名(先着順)

### 行政相談

時 5/17(月) 9:00~12:00

場 市役所本庁舎市民相談室

問 市民連携課 ☎ 22-1111 内線 2154

行政についての各種相談を受けます。

### 行政相談

時 5/17(月) 9:00~12:00

場 大畑庁舎2階集客室

問 大畑庁舎管理課 ☎ 34-2111

行政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

場 下北合同庁舎2階相談室

問 青森地方法務局むつ支局 ☎ 23-3202

家族間や近隣関係などの相談を受けます。

時 日時 場 場所 問 問合先・申込先

## ひとり暮らしの高齢の方に見守りIoT電球を支給しています

コロナ禍において、高齢者の方やご家族等の不安を解消することを目的として市内のひとり暮らし高齢者やそのご家族に見守り機能のついたIoT電球を支給しています。

▶支給期間 3/31まで

▶どこで 高齢者福祉課地域包括支援センター

▶対象

市内のおひとりでお住まいの65歳以上の方

※詳しくは市HPをご覧ください。

▶限定 100個

問 高齢者福祉課地域包括支援センター 内線 2556

## 募集 市営住宅入居者募集

川内楡木団地(川内地区) 2戸

家賃 18,600円~36,500円



第一初見団地(川内地区) 1戸

家賃 15,600円~30,600円



▶募集期間

5/6(木)~17(月) ※土日を除く

▶入居予定日 7/1(木)

問 住宅政策課 内線 2762

## 税 日中納付が困難な方へ休日夜間納税窓口を開設

市税等の休日・夜間納付窓口を開設しています。(証明書の発行はしていません)

▶いつ 5/10(月)~14(金)

5/25(火)~31(月)

(平日) 17:15~19:00

(休日) 10:00~15:00

▶どこで 税務課

問 税務課収納担当 内線 2236

## 税 5/31(月)は軽自動車税(種別割)の納期限

5月上旬に軽自動車税(種別割)の納税通知書を送付しますので、納期限までに納付してください。また、口座振替の方には、軽自動車税(種別割)納税証明書(継続検査用)を対象の車種のみ6月中旬に送付します。

問 税務課納税管理担当 内線 2252

## 税 軽自動車税(種別割)減免申請申請期限は5/31(月)

身体障害者手帳等の交付を受けている方が軽自動車を使用する場合や、生計を一にする方が手帳の交付を受けている方の通院や通学等のために使用する場合には軽自動車税(種別割)が減免となる場合があります。

※自動車税(種別割)の減免申請は下北地域県民局県税部へお問い合わせください。

問 税務課市民税担当 内線 2214

## 戦傷病者相談員

戦傷病者について知りたいことや不安に思うことをご相談ください。

▶戦傷病者相談員 山田 邦夫

問 福祉政策課 内線 2513

## 令和3年度計量器(はかり)定期検査



計量法に基づき、商取引などに使用するはかりを2年に1度検査します。今年度は令和元年度に検査を受けた旧むつ地区のみみなさまが対象です。前回検査を受けた方には案内ハガキを郵送します。新規開業された方など検査が必要か不明な場合にはお問い合わせください。

▶いつ 5/17(月)~21(金)

▶料金 検査対象のはかりにより変動

▶対象 スーパー、商店、薬局、農家など

問 産業雇用政策課 内線 2652

## 税 事業主(給与支払者)のみみなさまへ

下北管内5市町村と下北地域県民局県税部は連携し、法定要件に該当するすべての事業主に、個人住民税の特別徴収義務者の指定を行なっています。特別徴収の適正な実施のために、ご理解とご協力をお願いします。

問 下北地域県民局県税部納税管理課 ☎ 22-8581 内線 210

## 自家用車を他県ナンバーのまま使っていませんか?

他県から引っ越してきて、そのまま使い続けていませんか?県外ナンバーに厳しい目が向けられている今、車検証を現在の住所に変更し、正しいナンバーに番号変更しましょう。

問 東北運輸局青森運輸支局 ☎ 050-5540-2008

## 春の狂犬病予防集合注射



市に登録のある犬の飼い主に案内はがきを発送しています。集合注射会場に来場の際は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、マスクの着用をお願いします。なお、下北管内の動物病院でも登録や注射を行うことができます。犬を飼育する場合、登録や所在地変更といった市への届出、狂犬病予防注射の接種は飼い主の義務です。ご留意ください。

▶いつ 5/11(火)~28(金)

▶料金 (いずれも1頭あたり)

登録手数料 3,300円

注射料金 3,350円

問 環境政策課環境衛生担当 内線 2454

## 令和3年経済センサス-活動調査実施

総務省および経済産業省では、令和3年6月1日現在で、「令和3年経済センサス-活動調査」を実施します。経済センサス-活動調査は、経済活動の実態を明らかにし、今後の政策に役立てるために5年ごとに実施される極めて大切な調査です。5月下旬から全ての事業所および企業に統計調査員が訪問して、経済活動を確認するための調査書類を配布しますので、紙の調査票への記入またはインターネットでのオンライン回答へのご協力をお願いします。

問 企画調整課統計担当 内線 2317

## サギ注意! 新型コロナウイルスワクチン接種

[接種は有料]と金銭を要求したり、新型コロナウイルス関連アンケートと称して氏名、住所、世帯構成など個人情報を聞き出そうとする不審電話が確認されています。ワクチン接種は全員無料です。接種に関して、電話やメールで個人情報を求めることはありません。行政機関をかたった「なりすまし」にご注意ください。

問 むつ市消費生活センター ☎ 22-1353

## むつ市指名競争入札参加資格審査申請随時受付

令和3・4年度に行われる建設工事の請負、測量・建設コンサルタント業務、物品の製造・販売および役務の提供等に関する指名競争入札参加資格審査申請を随時受け付けています。

▶受付締切 11/10(水)※土日祝日を除く

▶提出方法 郵送のみとなります。

※必要書類は市HPからダウンロードしてください。

▶資格の有効期限 令和5年3月31日

問 管財課契約担当 内線 2172

## 65歳以上の方の介護保険料改定

介護保険料は、令和3年度から令和5年度までの介護サービス費用の見込額の23%を、65歳以上の人数で割った額を基準額とし、9段階の所得段階に応じて年額を決定しています。高齢者人口に伴い、介護サービスの利用も年々増えています。今後もサービスを安定供給していくために、みなさまのご理解とご協力をお願いします。

問 高齢者福祉課介護保険担当 内線 2562

むつ市民の62チャンネル



いつもポケットにむつ市政

あなたのスマホにむつ市の情報をお届けします。



むつ市の気象・火災・防犯情報のことなら

## 防災かまふせメール

https://anshin.city.mutsu.lg.jp/mailend.php  
問 むつ市総務部防災安全課 ☎ 22-1111 (内線 2134)







### 各種相談日程

#### 教育相談(予約制)

時 土・日・祝日を除く毎日 9:00～18:00  
場 教育研修センター  
問 相談専用電話(16:00まで) ☎ 22-0974  
問 学校教育課(16:00以降) ☎ 22-1111 内線 3132  
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  
場 市役所本庁舎産業雇用政策課内  
問 むつ市消費生活センター ☎ 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  
場 市役所本庁舎内サテライトスポットむつ  
問 ジョブカフェおむつ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。

#### 創業相談ルーム(予約制)

時 5/6(木)・20(木) 10:00～17:00  
場 むつ来さまい館2階会議室  
問 産業雇用政策課 ☎ 22-1111 内線 2653  
創業・起業など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  
場 市役所本庁舎生活福祉課  
問 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。

#### 健康なんでも相談

時 土・日・祝日を除く毎日 8:30～17:15  
場 市役所本庁舎健康づくり推進課  
問 健康づくり推進課 ☎ 22-1111 内線 2574  
保健師や栄養士が相談を受けます。

#### 心配ごと・結婚相談

時 毎週月曜日 10:00～15:00  
場 社会福祉協議会(市役所本庁舎内)  
問 むつ市社会福祉協議会 ☎ 22-2731  
心配ごと相談を受ける他、50歳以下独身者の出会いを斡旋します。

時 日時 場 場所 問 問合せ・申込先

#### 第二種電気工事士技能試験事前講習(上期)

試験合格に必要な基礎的知識・技能を習得することができます。  
▶いつ 6/21(月)・23(水)・24(木)・28(月)・30(水) 18:00～21:00  
▶どこで むつ高等技術専門学校  
▶受講料・定員 1,300円・10名  
※指定するテキストは各自準備  
▶対象 在職者で受験予定の方  
▶募集期間 5/24(月)～6/2(水)  
問 むつ高等技術専門学校 ☎ 24-1234

#### 成果を上げる業務改善開催

ポリテクセンター青森では、生産性向上のため、業務改善の目的と必要性を理解し、改善の着眼点と具体的な進め方を身につけるためのセミナーを開催します。  
▶いつ 6/24(木) 9:30～16:30  
▶どこで むつ市観光物産館3階会議室  
▶参加費 1名 3,300円  
▶対象 在職者(中堅層)の方  
▶定員 15名  
▶申込締切 6/10(木)  
※詳しくはHPをご覧ください。  
問 ポリテクセンター青森 ☎ 017-777-1186

#### 労働保険の年度更新手続きはお早めに

労働保険の年度更新手続きを行う時期になりました。申告書の提出と保険料等の納付は7/12(月)が期限です。お早めに手続きをお願いします。詳しくは厚生労働省HP、青森労働局HPをご覧ください。  
問 青森労働局総務部労働保険徴収室 ☎ 017-734-4145

#### なんでも相談

生活や暮らしについて、お一人で悩んでいることはありませんか?そんな方々にお手伝いできたらと思います。まずはご相談下さい!事前のご予約も承ります。どうぞ、お気軽にご利用下さい。  
▶いつ 毎週1回程度  
▶どこで むつ市地域包括支援センター桜木(小川町1-13-60) ☎ 23-3560  
▶申込方法 電話申込。事前予約をお願いします。  
問 むつ市地域包括支援センター桜木 ☎ 23-3560

#### 募集 パブリックコメントの実施

市では、むつ市景観計画(案)について、パブリックコメントを実施しています。  
▶意見募集期間 3/25(木)～5/14(金)  
※詳細は市HPをご覧ください。  
問 都市計画課景観担当 内線 2741

#### 人権相談

家族間や近隣関係などの相談を受けます。  
みんなの人権 110番 0570-003-110  
子どもの人権 110番 0120-007-110  
女性の人権ホットライン 0570-007-810  
▶いつ 祝日を除く月・水・金 10:00～17:00  
▶どこで 下北合同庁舎2階相談室  
問 青森地方方法務局むつ支局 ☎ 23-3202

#### サギ被害を防止する電話機等の購入を補助します

高齢者を狙った詐欺被害や消費者トラブルを防止するために、「番号表示機能」や「通話録音機能」などの防犯機能を持つ電話機の購入費用を助成します。  
▶補助期間 4/1(木)～3/15(火)  
▶対象者 市内在住の65歳以上の方  
▶定員 100名(先着順)  
▶補助金額 購入費用の1/2、上限5,000円  
▶申込方法 申請書および関連書類を窓口へ提出  
問 産業雇用政策課 内線 2653

#### 令和3年「むつ市成人式」日程のお知らせ

延期していました「令和3年むつ市成人式」の開催が下記のとおり決まりましたのでお知らせします。なお、内容は10月頃に市HPや広報むつでご案内します。  
▶いつ 12/26(日)  
▶どこで むつマエダアリーナ  
▶対象 平成12年4月2日～平成13年4月1日までに生まれた方  
問 生涯学習課 内線 3141

#### 募集 むつ市男女共同参画推進委員会委員を公募

男女共同参画社会の実現に向けて、むつ市男女共同参画推進委員会の委員を公募します。  
▶募集人員 2人以内  
▶応募資格  
①むつ市に住所を有し、満20歳以上で男女共同参画の推進に意欲・関心のある方。  
②年2回の会議に出席できる方。  
③国又は地方公共団体の議員又は常勤の公務員でない方。  
▶応募方法 指定の応募申込書に必要事項を記入し、男女共同参画への意見・提言等を800字～1,200字にまとめ提出してください。「応募申込書」等の様式は、市HPからダウンロードいただくか、窓口で配布いたします。  
▶募集期間 4/28(水)～5/28(金)  
問 市民連携課広聴連携担当 内線 2154

#### 太陽の恵み太陽光発電システム導入補助金

個人住宅に太陽光発電システムを導入する方に5万円を補助します。  
▶申込締切 令和4年1月28日(金)  
▶定員 7名(先着順)  
問 エネルギー戦略課 内線 2343

#### 青森県交通災害共済へ加入しませんか

青森県交通災害共済は下記のケースも支給対象となります。万一の交通事故に備え、加入をご検討ください。  
▶対象となる交通事故による災害  
・自転車の運転中に転倒し負傷した場合  
・バスが急ブレーキをかけたことにより転倒し負傷した場合  
・走行中の車両から落下した積載物が歩行者にあたり負傷した場合  
▶給付実績(令和3年2月末時点)  
・1等級(死亡) 100万円 1件  
・3等級(30日以上治療) 7万円 14件  
・4等級(30日未満治療) 3万円 8件  
・特別見舞金 1万円 5件  
見舞金請求には、医師の診断書が必要です。また、交通事故証明書がない場合、災害の程度に関わらず1万円となります。加入方法や請求方法などはお問い合わせください。  
▶保険料  
一般加入 1人 350円  
学童団体 1人 300円  
問 環境政策課環境衛生担当 内線 2454

#### 合併浄化槽設置替えの補助金を増額しました

単独浄化槽または汲み取りトイレから合併浄化槽に設置替えする方に対し、その費用の一部について補助金を交付しています。今年度から増額しましたので、汚水処理の普及促進にご協力ください。新築、建て替え、賃貸住宅および下水道等認可区域の住宅については補助対象外です。  
●令和3年度の補助限度額  

浄化槽設置区域	5人槽	6～7人槽	8～10人槽
下水道許可区域・集落排水処理区域を除いた区域	352,000円	441,000円	588,000円

  
問 上下水道局下水道課 ☎ 28-3233

むつ市月間ごみ総排出量	令和3年2月分	市環境政策課調べ
	2月の値	前年同月(前年同月比)
総排出量	1,417 t	1,484 t (-67t)
資源回収量	119 t	120 t (-1t)
資源回収割合	8.4%	8.1% (+0.3ポイント)
市民1人1日の排出量	907 g	903 g (+4g)

【参考】H30 1人1日あたりの排出量  
全国平均 918g/日 青森県平均 1,002g/日

MUTSU 5  
-みんながつながるむつ市の総合情報誌-

### 有料広告募集中

下1段 24,000円  
(縦5.2cm×横18.1cm)  
下1段の1/2 12,000円  
(縦5.2cm×横9.0cm)  
問 市民連携課広報グループ ☎ 22-1111 内線 2157

とどく つながる がひとつに  
プッシュ通知で お伝えしたい情報を身近に すべての情報のプラットフォームに

LINE

むつ市公式LINE  
友だち募集中





### 夢の平成号でイルカウォッチング!



イルカウォッチングコースが始まります。今年度は乗船された方へオリジナルタオルのプレゼントあり。(数量限定)2年ぶりのイルカウォッチングをぜひともお楽しみください。

- ▶いつ 5/8(土)~6/20(日)
- ▶どこで 脇野沢港発着
- ▶料金 大人 1,830円 小学生 910円
- ▶申込方法

感染症予防のため人数制限があります。また、天候不良により欠航する場合がありますので、事前に問い合わせください。

問【団体】観光戦略課 内線 2640~2644  
 問【個人】シライン(株) 脇野沢営業所 ☎ 44-2233

### 募集 広報むつに広告を掲載しませんか?

広報むつの下段にある有料広告覧に企業広告を募集しています。

- ▶下1段 縦5.2cm×横18.1cm
- ▶金額 24,000円/月
- ▶下1段の2分の1 縦5.2cm×横9.0cm
- ▶金額 12,000円/月
- 問 市民連携課広報担当 内線 2156

### 不動の滝・黒森山登山

むつ市下北自然の家 黒森山登山、不動の滝を見に行きませんか? ※荒天時中止

- ▶いつ 5/16(日) 7:55 集合
- ※集合場所は行程表をご確認ください。
- ▶参加費 無料(※保険は各自)
- ▶定員 15名
- ▶持物 昼食、飲料、行動食、手袋、雨具
- ▶行程表 市役所 ATM 前の掲示板で配付
- ▶申込締切 5/6(木)
- ▶申込 ショートメール又は電話にて
- ▶その他

自然の家のバスを利用します。乗車場所は行程表でご確認ください。

問 まさかりトレッキングクラブ 奥島 ☎ 090-6453-1433 (ショートメール可)

### むつロータリークラブ 第41回釜臥山清掃登山



- ▶いつ 6/13(日)8:30~11:00
- ▶集合場所 釜臥山スキー場第2駐車場 (テニスコート跡地)
- ▶清掃コース スキー場周辺コース
- ▶持ち物 軍手、雨具、帽子等
- ※障害事故等については責任を負いかねますのでご注意ください。
- ※終了後、飲み物を提供します。
- ※小雨、雨天時中止
- 問 むつロータリークラブ 澁谷 ☎ 090-8519-6417

### 募集 むつ市下北自然の家 体感するジオパーク「春」

水源池公園を出発し釜臥山登山を行ないます。七面山祠などのジオパークを体感しましょう。登山に適した服装でお越しください。

- ▶いつ 6/2(水)
- ▶どこで 大湊水源池公園~釜臥山
- ▶参加料 800円
- ▶対象 20歳以上
- ▶定員 20名
- ▶申込方法 電話のみ 5/12(水)~25(火)
- 問 むつ市下北自然の家 ☎ 34-6151

### ウォーキング・トーク

一緒に歩きながら話しましょう! 申込不要です。(悪天候の場合は、中止となります。)

- ▶いつ 5/13(木) 14:00~15:00
- ▶どこで 水源池公園 安渡館前集合
- ▶いつ 5/26(水) 14:00~15:00
- ▶どこで 金谷公園 中央噴水前集合
- 問 企画調整課国際交流担当 内線 2314

### 水彩画「はじめての一步」作品展

水彩で爽やかな風景画を描きたい! と基礎から学び始めた「ビギナーたちのキセキ」をぜひご覧ください。

- ▶いつ 5/1(土)~9(日) 9:00~17:00
- ▶どこで 図書館展示ホール
- 問 水彩画ビギナーズサロン 下山 ☎ 24-1198

### 募集 下北自然の家で春を満喫

新緑と八重桜が見頃のむつ市下北自然の家へ一緒に。(往復車中ジオガイドがご案内)

- ▶いつ 5/7(金) 9:00~15:00
- ▶どこで むつ市下北自然の家
- ▶集合 市役所正面玄関 9:00 出発
- ▶講師 祐川静枝さん (下北ジオパークガイド)
- ▶料金 410円(昼食代)
- ▶定員 30名
- ▶申込締切 4/30(金) 午前締切
- 問 ボランティアむつの会 渡部てつ ☎ 080-5576-1304

### 募集 むつ市下北自然の家 黒森山登山「春」

春の黒森山の景色を楽しみながら、山頂で三色弁当を食べよう。

- ▶いつ 5/22(土)
- ▶どこで むつ市下北自然の家
- ▶参加料 800円
- ▶対象 20歳以上
- ▶定員 20名
- ▶申込方法 電話のみ 5/3(月)~14(金)
- 問 むつ市下北自然の家 ☎ 34-6151

### 募集 むつ市下北自然の家 春のイベント

新緑のなかで、松ぼっくりを拾い、炭作り体験をします。野外活動に適した服装でお越しください。

- ▶いつ 5/30(日)
- ▶どこで むつ市下北自然の家
- ▶参加料 小学生以上 800円・幼児 650円・3歳未満無料(食事なし)
- ▶対象 子どもだけの参加は4年生以上
- ▶定員 20名
- ▶申込方法 電話のみ 5/10(月)~21(金)
- 問 むつ市下北自然の家 ☎ 34-6151

### 青森県電気機械器具製造業最低工賃改正

青森県内で、電気機械器具製造業に従事する家内労働者に適用される最低工賃が改正されます。家内労働を委託する委託者は、最低工賃額以上の工賃を支払わなければなりません。

詳しくはお問い合わせください。  
 問 青森労働局労働基準部賃金室 ☎ 017-734-4114

### 移住支援金を支給します

むつ市に移住し就業・起業した方に移住支援金を支給します。

- ▶対象者(①、②、③のいずれにも該当する方)
- ①移住直前の10年間のうち通算5年以上(かつ移住直前に連続して1年以上)、東京23区内または東京圏(条件不利地域を除く)に在住し、東京23区内に通勤していた方
- ②県庁HPに掲載している対象求人(新規就業した方。または青森県の起業支援金の交付決定を受けた方。)
- ③移住支援金の交付を申請した日において、移住後3ヶ月以上1年以内であること。
- ▶支給額

2人以上の世帯での移住	最大 100万円
単身での移住	最大 60万円

- 問 産業雇用政策課 内線 2652

### 募集 バレエレッスンで運動不足を解消しませんか!

バレエレッスンで運動不足を解消しませんか? レッスン後は自分だけの可愛いバレエ雑貨を作ってみよう!

- ▶いつ 5/5(水) 10:00~12:00
- ▶どこで 来さまい館 B ホール
- ▶定員・料金 先着 20名・無料
- ※詳しくは Facebook をご覧ください。
- 問 モダン KIRARI 亀田 ☎ 090-4636-0565

### 募集 むつ総合病院令和3年度 職員採用試験

- ▶採用職種・採用予定人数

助産師および看護師	22名程度
薬剤師	3名程度
臨床検査技師	2名程度
診療放射線技師	3名程度
理学療法士	2名程度
言語聴覚士	3名程度
作業療法士	2名程度
作業療法士(メンタルヘルス課)	1名程度
臨床工学技士	2名程度
上級行政職(社会福祉士)	3名程度
保健師(社会人枠)	1名程度

▶試験内容  
 医療職:小論文および面接  
 行政職:筆記(1次) 小論文および面接(2次)

▶受験資格・申込方法  
 むつ総合病院 HP でご確認ください。  
 申込書類は HP からダウンロードするか窓口で交付します

▶申込期間 6/7(月)~7/1(木)  
 ▶試験日 7/25(日) 9:00~  
 問 むつ総合病院総務課人事係 ☎ 22-2111 内線 3872

### 募集 離職者等再就職訓練 医療事務(医科・歯科)科

- ▶いつ 6/29(火)~9/28(火)
- ▶どこで ニチイ学館八戸校むつ教室
- ▶受講料・定員 無料・15名
- ※テキスト代自己負担 33,000円程度
- ▶対象

  - ・公共職業安定所に求職申込をしている方
  - ・離職者等で職業に必要な技能および知識を習得しようとする方

- ▶申込方法  
 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。
- ▶申込期間 5/12(水)~6/11(金)
- 問 むつ高等技術専門学校 ☎ 24-1234



とどく プッシュ通知で

つながる お伝えたい情報を身近に

がひとつに すべての情報のプラットフォームに



むつ市公式LINE 友だち募集中

むつ市の気象・火災・防犯情報のことなら 防災かまふせメール



https://anshin.city.mutsu.lg.jp/mailend.php

問 むつ市総務部防災安全課 ☎ 22-1111 (内線 2134)







### 募集 「下北ジオパーク子ども研究室」を開催します

小学生のみなさんを対象に、地球科学を楽しく学べる「下北ジオパーク子ども研究室」を開催します。河川を再現する模型「エムリバー」を使って、川の成り立ちと流れる水のはたらきを観察してみましょう。

- ▶いつ 5/9(日)
- ▶どこで むつ来さまい館 2階 下北ジオパークビジターセンター
- ▶対象 小学生
- ▶定員 10名
- ▶申し込み方法 電話・下北ジオパーク推進協議会 HPにて受付
- ☎ ジオパーク推進課 内線 2814

### 女性限定水泳教室開催

女性のための女性だけの水泳教室を開催します。個々のレベルに合わせたレッスンを行います。(毎月4回開催)

- ▶いつ 6月から11月まで(8月を除く) 毎週木曜 10:30～12:00
- ▶どこで あさひな丘プール
- ▶料金 月額 3,000円
- ▶対象 18歳以上の女性
- ▶定員 10名程度
- ▶申し込み方法 電話予約後 申込書類に参加料を添えあさひな丘プール窓口で申し込み。
- ▶申込締切 5/1(土)から定員に達するまで
- ☎ むつ市教育福祉振興会 ☎ 34-6810



### 募集 フリーマーケット再開のお知らせ



開催を見合わせていました「フリーマーケット」を5月より再開します。あわせて、むつおもちゃ病院の定期開院(むつ来さまい館にて9:00～11:00受付)も再開しますのでぜひご利用ください。

- ▶いつ 5/23(日)9:00～14:00
- ▶どこで むつ市イベント広場(悪天候中止)
- ▶料金 出店料1区画(2m×3m) 1,000円
- ▶申込方法 5/1(土)より電話またはカウンターにて受付(開催日前日まで)
- ☎ むつ来さまい館 ☎ 33-8191

### 募集 ノルディックウォーキング教室

日本ノルディックウォーキング協会インストラクターの指導のもと、春を楽しむ教室です。ポールの無料貸し出しもありますので、お気軽にご参加ください。当日は大畑中央公園あさひな丘陸上競技場にお集まりください。

- ▶いつ 5/6(木)9:30～12:00
- ▶どこで 大畑中央公園内・あさひな丘陸上競技場
- ▶料金 500円(傷害保険料込み)
- ▶定員 20名程度
- ▶申し込み方法 電話予約後 申込書類に参加料を添えあさひな丘プール窓口で申し込み。
- ▶申込締切 5/5(水)まで
- ☎ むつ市教育福祉振興会 ☎ 34-6810

### 図書館 5月の日曜シネマ

- ▶いつ 5/9(日)14:00～
- ▶どこで 図書館視聴覚ホール
- ▶作品 『パパはわるものチャンピオン』(2018・日・111分)
- ▶監督 藤村 享平
- ▶内容 かつては人気プロレスラーとして活躍していた孝志は、現在は悪役覆面レスラー・ゴキブリマスクとしてリングで戦っている。息子の祥太は、ひょんなことからゴキブリマスクの正体が孝志であることを知り、「わるものパパなんて大嫌いだ!」と言ってしまふ。人気絵本を実写映画化。

☎ 図書館 ☎ 28-3500

### はるの日のおはなし会



読み聞かせボランティアネットワーク「おはなしの木」のみなさんによるおはなし会です。

- ▶いつ 5/15(土)14:00～15:00
- ▶どこで 図書館視聴覚ホール
- ☎ 図書館 ☎ 28-3500

### 募集 ブックコート講習会

ブックコートしたい本を3冊持ってお越しください。

- ▶いつ 5/20(木)13:30～14:30
- ▶どこで 図書館集会所
- ☎ 図書館 ☎ 28-3500

### むつ市老人クラブ 「生きがいサークル」5月

- ▶老人憩の家「禄寿荘」(新町) ☎ 23-5800

手芸教室	18日(火)	
囲碁・将棋教室	18日(火)	25日(火)
着付教室	19日(水)	
お花教室	6日(木)	20日(木)
コーラス教室	10日(月)	24日(月)
カラオケ教室	10日(月)	24日(月)
踊り教室	12日(水)	26日(水)
ダンス教室	12日(水)	26日(水)
お茶教室	13日(木)	27日(木)
習字教室	14日(金)	

- ダンス(13時～15時)、カラオケ、囲碁・将棋(13時～16時)、その他(10時～12時)

### ▶老人憩の家「福寿荘」(川守町) ☎ 29-1800

- |        |        |        |
|--------|--------|--------|
| 日舞教室   | 17日(月) |        |
| 着付教室   | 11日(火) | 25日(火) |
| カラオケ教室 | 13日(木) | 27日(木) |
- カラオケ(13時～16時)、その他(10時～12時)

☎ むつ市社会福祉協議会 ☎ 33-3023

### 募集 花植えで春を感じませんか



花とみどりのまちづくりとして、花植えを行います。作業可能な服装で、軍手、マスクを持参してください。シャベルは貸出し可能です。お子様との参加も大歓迎です。(荒天時翌日に延期)

- ▶いつ・どこで 6/1(火)10時～下北駅前広場 6/4(金)10時～水源池公園
- ▶申込方法 電話予約をお願いします。
- ▶申込期間 5/20(木)まで
- ☎ 都市計画課景観担当 内線 2744

### 国際交流ゲーム・ナイト

ボード・ゲーム、カードゲームなどは好きですか?国際的な友人と遊びながらおいしいコーヒーや食べ物を楽しみます!英語も日本語もゲームを用意します。

- ▶いつ(When) 5/22(土)18:00～20:00
- ▶どこで(Where) ShimofuroCafe (風間浦村下風呂6)
- ▶定員(Capacity) 8人
- ▶参加費(Fee) 800円(1ドリンク、軽食)
- ▶予約(Reservation) 5/19(水)まで
- ☎ 企画調整課国際交流担当 内線 2314

### カフェ 言GO! 多言語会

お互いに英語も日本語も学びませんか?1時間の勉強会の後で食事をしながら交流しましょう!初心者でも誰でも大歓迎です。

- ▶いつ(When) 5/19(水)18:00～20:00
- ▶どこで(Where) ディスカバリーカフェ
- ▶定員(Capacity) 6人
- ▶参加費(Fee) 無料(食事は自己負担)
- ▶参加費(Fee) 無料(食事は自己負担)
- ▶予約(Reservation) 5/17(月)まで
- ☎ 企画調整課国際交流担当 内線 2314

### ムチュリーディング

むつ市国際交流推進員のレイチェルが英語の絵本の読み聞かせをします。

- ▶いつ 5/12(水)15:30～16:00
- ▶どこで 図書館おはなしのへや
- ☎ 企画調整課国際交流担当 内線 2314

### なぎさブラスゾリステン コンサート(金5+打)



- ▶いつ 6/6(日)13:00開場 13:30開演
- ▶どこで 下北文化会館大ホール
- ▶料金 前売一般 1,500円 学生 800円(未就学児不可)
- ※本コンサートは(公財)三井住友海上文化財団の助成により特別料金に設定しています。
- ☎ 下北文化会館 ☎ 22-8411

### 東岳登山(青森市)

青森市東岳(651.8m)花の百名山へのトレッキング登山です。山頂には残雪があるかも?下山後に温泉でスッキリと!

- ▶いつ 5/8(土)7:00集合(荒天時中止) ※集合場所は行程表をご確認ください。
- ▶参加費 無料(入浴代各自)
- ▶行程表 市役所 ATM 前掲示板で配付
- ▶申込締切 5/2(日)
- ☎ まさかりトレッキングクラブ 奥島 ☎ 090-6453-1433 (ショートメール可)

### 募集 むつ市岩手県人会 会員募集

むつ市にお住まいの岩手県出身者、その二世、三世の方、および岩手県にゆかりのある方はどなたでも入会できます。郷里岩手旅行、里芋で「いもの子汁会」等を実施しています。

- ☎ むつ市岩手県人会 会長 高瀬 厚太郎 事務局 馬場 ☎ 22-4371



いつもポケットにむつ市政 あなたのスマホにむつ市の情報をお届けします。







### 目の見え方で気になることはありますか？

▶いつ 5/27(木)・7/1(木)・9/2(木)・10/7(木)・11/4(木)

▶どこで むつ市教育研修センター

▶どんな 見えにくさへの対処、見え方に配慮した育児方法、便利グッズの紹介、学級における指導方法等。

▶申込方法 事前に電話で「見え方の相談」とご予約ください。

☎ ロービジョン相談支援センター (県立盲学校) ☎ 017-726-2239

### 募集 備えあれば憂いなし 防災講座

未曾有の災害から10年。恐怖の記憶を思い起こし、一緒に学びましょう防災知識

▶いつ 5/9(日) 11:00～12:00

▶どこで むつ市立図書館

▶料金 無料

▶講師 久保里砂子さん (青森県防災士会むつ支部・防災士)

▶定員 30名

▶申込締切 5/6(木)

☎ ボランティアむつの会 渡部てつ ☎ 080-5576-1304

### 募集 あおもり県民カレッジ・まさかり学友会

あおもり県民カレッジは、誰でも入学できる生涯学習の学園です。まさかり学友会は、県民カレッジの下北地区の連携機関として、仲間と一緒に生涯学習を楽しむ団体で、下北の名所巡りや体験学習、各種講座への参加、会報の発行など会員相互の親睦を深めながら楽しんでいます。

☎ まさかり学友会 会長 祐川省治 ☎ 24-4578

### トントウビレッジ トントウ春の工作コーナー

半円の木のパーツでオリジナルのこいのぼりのカード立てが作れるよ！

▶いつ 4/29(木)～5/5(水) 9:30～16:30

※無くなり次第終了

▶どこで トントウビレッジ

▶料金 無料

▶対象 小学生以下

☎ トントウビレッジ ☎ 48-2777

### 温暖化対策に取組みましょう

地球温暖化は単に気温が上昇するという現象ではなく、大雨や干ばつといった異常気象や、生物多様性の損失など、自然環境や人間生活に大きな影響を及ぼします。地球温暖化を防止するため、日々の生活の中で、できることから始めてみましょう。

- ・エアコンを適切な温度に設定する
- ・使用していない照明や家電のスイッチを切る
- ・ものを大切に使う
- ・エコドライブをする
- ・車の利用を控えめにする
- ・マイバッグ、マイポット、マイ箸を持ち歩く
- ・LED照明などのエコ家電を選ぶ
- ・ごみを減らす
- ・3R(リデュース、リユース、リサイクル)に取り組む
- ・地産地消に取り組む

☎ 環境政策課環境衛生担当 内線 2454

### 鯉のぼり寄付のお願い



むつ商工会議所 TMO では、平成 24 年より、ゴールデンウィークの期間中、市民の皆様からご提供頂いた鯉のぼりを田名部川に飾ることで、商店街活性化やお買い物をする市民の皆様楽しんで頂いています。

現在、鯉のぼり劣化のため数が不足しております。ご不要の鯉のぼりがありましたら、ぜひ、お譲りくださいますようお願いいたします。

▶お持ちいただく場所

- ・むつ商工会議所
- ・マエダ本店サービスカウンター

☎ むつ商工会議所 TMO ☎ 22-2282

### 令和3年度 GW 企画 写真展「大湊のさくら」の開催



北の防人大湊(水源池公園)周辺で撮影した「さくら」の写真展を開催します。

▶いつ 5/10(月)まで

▶どこで 北の防人大湊式番館

☎ 生涯学習課 内線 3142

### 募集 ウェルネスフットボールスクール参加者募集



無料体験イベントを開催します。初心者・女の子大歓迎、お父さん・お母さんも参加可能です。一緒に体を動かしましょう。フリースペースも用意しておりますので、お気軽にどうぞ。

▶いつ 5/4(火)10:00～12:00

▶どこで 克雪ドーム

※うち履き・飲み物持参ください。

▶対象 年中～小学2年生 (対象外でも相談可)

☎ むつ市ウエルネスパーク ☎ 28-4341

### ニュースポーツ体験 DAY

3世代がニュースポーツを体験し、笑顔で交流します。今年も「手つなぎジャンプ」の笑顔体験からスタート。

▶いつ 6/12(土)9:00～12:00

▶どんな

ディスクゲッター、ディスクゴルフ、ドッチビー、クッブ、モルックなどの北欧のスマートスポーツを体験ください。

▶どこで しもきた克雪ドーム

▶対象 障がいのある方もボランティアが支援します。

▶その他 上履き、汗拭きタオル持参 傷害保険各自加入

▶申込方法 当日受付

☎ むつ・下北地区レクリエーション協会 ☎ 090-4043-8893

### 募集 むつ市民大学受講生募集

公開講座 開講式記念講演

▶いつ 5/20(木)

13:30～15:30

▶どこで 中央公民館講堂

▶講師 むつ市長

▶登録方法 電話にて随時受付 ※受講登録は各公民館で随時受け付け

ゼミナール 実用書(小筆)

「実用書とかな文字の基本」

▶いつ ※いずれも金曜日 10:00～12:00 6/4・11・18・25・7/2

▶どこで 中央公民館講堂

▶講師 浅利 冴子氏

▶準備するもの ぶん鎮、すずり、墨

▶料金 1,500円(5回分)

▶定員 15名

ゼミナール 料理

「郷土料理」

▶いつ ※いずれも水曜日

6/9・16・23・30 9:00～12:00

▶どこで 中央公民館 調理実習室

▶講師 野菜料理研究家 さいとう とまえ氏

▶準備するもの 筆記用具、三角巾

▶料金 2,000円(4回分)

▶定員 8名

▶ゼミナール実用書(小筆)、料理申込期間 4/28(水)～5/14(金)

☎ 中央公民館 ☎ 24-1224

☎ 川内公民館 ☎ 42-3113

☎ 大畑公民館 ☎ 34-2321

☎ 脇野沢公民館 ☎ 44-2110

### 来さまい館5月教室

むつ来さまい館会議室を会場に、毎月多彩な教室を開催しています。

5月の教室一覧	
パッチワーク	ハンドメイドアクセサリー
PPバンド	ステンドグラス風アート
リボン刺繍	ハーバリウム
スマホでベビ撮影会	プリザーブドフラワー

※日程や時間など詳しくはお問い合わせください。

営業時間 11:00～18:00 定休日 水曜日

☎ 田名部まちづくり 椿 ☎ 34-9761

### トントウビレッジ プリザーブドフラワー教室

プリザーブドフラワーを使用した壁掛けタイプのインテリアを制作します。

▶いつ 5/23(日) 10:00～12:00

▶どこで トントウビレッジ「多目的ルーム」

▶講師

日本フラワーデザイン協会 澤田 幾子氏

▶対象 中学生以上

▶定員 10名

▶申込方法 ハガキ・メール

▶申込期間 5/11(火) 必着

※詳しくはHPをご覧ください。

☎ トントウビレッジ ☎ 48-2777

### むつ科学技術館だより

シアター上映

「ピーターパン」IMAXワールドシアター / 奇跡と神話

つくってたいけん工作教室

「ジャンピングアニマルをつくろう！」

理科実験・観察(日曜 11時～、14時～)

「超低温の世界を調べよう」

「ドライアイスの不思議を調べよう」

※詳細はHPをご覧ください。

☎ むつ科学技術館 ☎ 25-2091



とどく つながる がひとつに  
プッシュ通知で お伝えしたい情報を身近に

すべての情報のプラットフォームに

すべての情報のプラットフォームに



むつ市公式LINE 友だち募集中

むつ市の気象・火災・防犯情報のことなら  
防災かまふせメール



https://anshin.city.mutsu.lg.jp/mailend.php

☎ むつ市総務部防災安全課 ☎ 22-1111 (内線 2134)







### 健康・子育て 応援コーナー

#### やめたくてもやめられないなら・・・ それは依存症という病気かも!?

依存症とは、アルコール、薬物、ギャンブルなどやめたくてもやめられない、自分の力ではコントロールできない状態です。気づいたら身近な相談窓口や精神科医療機関にご相談ください。

▶主な相談窓口  
青森県精神保健福祉センター  
「こころの窓口」 ☎ 017-787-3957

むつ保健所 ☎ 31-1388

健康づくり推進課 ☎ 22-1111  
5/14～5/20はギャンブル等依存症問題啓発週間です。

☎健康づくり推進課 内線 2571

#### 長引くせき・たん・息切れは要注意! 肺の生活習慣病「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」

気管支の炎症や肺胞の破壊により肺の機能が低下し、重症化すると、せき・たん・息切れが強くなり、酸素吸入が必要になるほど生活に支障をきたします。COPDの原因の90%が喫煙習慣です。

たばこを長年吸ったことのある40歳以上の方で、気になる症状がある場合は、かかりつけ医または呼吸器科を受診しましょう。

そしてたばこを吸っている方は、COPDを予防するためにも禁煙しましょう。

5/31は世界禁煙デー

5/31～6/6は禁煙習慣です。

☎健康づくり推進課 内線 2571



ウォーキングアプリ「むつ☆Walker」で特典チャレンジに挑戦し、62万歩歩くとチャレンジ達成!

特典として協賛施設でさまざまなサービスが受けられる「むつ☆健康マイレージカード」と協賛施設を3店舗利用することで景品と交換できるポイントラリーカードがもらえます。



Android 4.1以上



iPhone5s 以上

☎健康づくり推進課 内線 2576

## 子育て世帯生活支援特別給付金 (ひとり親世帯分)

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化している中、ひとり親世帯の生活を支援するため、臨時特別給付金が国より支給されます。

給付金は3種類があります。

- ①令和3年4月分の児童扶養手当の支給を受けている方(申請不要・令和3年5月11日支給予定)
- ②公的年金等受給により児童扶養手当の支給を受けていない方(申請要)
- ③新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が①の方と同

じ水準となった方(申請要)  
受給方法や申請期間などにつきましては、決まり次第HP等でお知らせします。  
☎子ども家庭課 内線 2516



### 子どもたちの夢の実現を 応援しています

子どもたちの文化・芸術・スポーツ活動を応援する「むつ市子ども夢育成基金」を設立し、子どもたちの活躍を支援しています。

▶補助要件  
文化・芸術およびスポーツ大会で青森県大会を勝ち抜き、東北・全国大会へ出場する場合

▶補助内容  
交通費、宿泊費、大会参加費等の総経費の2分の1を補助

▶対象  
市内在住の小・中学生(個人・団体いずれも可)

☎学校教育課 内線 3133

### 5月の献血受付日程

日	健康マイレージむつ☆ポイント	受付時間
13日(木)	JA十和田おいらせむつ支店	10:45～11:45
15日(土)	ファミリーマートさとう中央店	9:30～12:00 13:30～16:00
23日(日)	ユニバースむつ旭町店	10:45～12:00 13:30～16:30
24日(月)	(株)木村鉄工所 マルチステーションむつSS田村商社(株)	9:30～11:45 13:45～16:00

※日程は変更となる場合があります。最新の献血日程は、むつ市ホームページをご覧ください。  
☎予防医療・感染症対策課献血担当 内線 2584

### 5月の夜間在宅当番医

日	診療時間
2日(日)	千田医院 ☎ 22-2639
3日(月)	中央レディスクリニック ☎ 24-3151
4日(火)	角田整形外科医院 ☎ 22-7945
5日(水)	北村医院むつレディスクリニック ☎ 22-2135
9日(日)	菊池医院 ☎ 24-1276
16日(日)	ふじた脳神経クリニック ☎ 24-5557
23日(日)	三上医院 ☎ 22-1011
30日(日)	中村眼科クリニック ☎ 22-2512

☎病院案内(下北消防本部) ☎ 23-3999  
※年齢や症状等により対応できない医療機関がありますので、受診の際は事前に当番医にご連絡ください。

### 5月の夜間お薬電話相談

日	受付時間
2日(日)	レモン薬局 ☎ 080-5748-8699
3日(月)	公済会薬局 ☎ 0120-88-4721
4日(火)	おき薬局 ☎ 090-3369-5051
5日(水)	松木調剤薬局 ☎ 22-4920
9日(日)	アイン薬局東通町店 ☎ 28-5270
16日(日)	おき薬局 ☎ 090-3369-5051
23日(日)	沖舘薬局新町店 ☎ 080-5849-9536
30日(日)	沖舘薬局新町店 ☎ 080-5849-9536

☎休日お薬電話相談事務局  
(沖舘薬局新町店内) ☎ 33-9570

掲載記事の詳細は、担当にお問い合わせいただくか、ホームページ等でご確認ください。

※各イベントは天候や感染症の影響により、延期・中止する場合があります。最新の情報は各主催者へお問い合わせください。

## オクラホマ州の花束

5月には咲いている花が多いですね!私の出身地のオクラホマ州にもたくさんwildflowers「野花」が咲いています。私は小さい頃、5月に祖父と一緒に散歩しながら花の名前を覚えてもらいました。英語で花の名前はなかなか面白いので、私のベスト5のオクラホマの花を紹介したいと思います。

1. Indian Paintbrush 意味  
アメリカンインディアンの絵筆  
アメリカンインディアンがたくさん住んでいるオクラホマの州花です。細長い茎と真っ赤な花で名づけられました。



2. Johnny Jump-up 意味  
ジャンプしているジョニー君  
オクラホマに咲いているのは薄い青色のものが多いけど紫・青・黄の三色のものもあります!



3. Sneezeweed 意味  
くしゃみ草  
名前の理由は、昔この乾燥させた花は嗅ぎ煙草の材料の一つでした。



4. Bachelor's Button 意味  
独身者のボタン  
昔、求愛している男子がこの花をラベルに付けたことから名づけられました。



5. Black-eyed Susan 意味  
目の周りの黒あざのスーザンちゃん  
可愛い花になんだかひどい名前ですよ!黄色い花の真中の黒味は腫れた黒あざと似ていると言われます。



### レイチェルのよもやま話

## Rachel's Yo Mo Ya Ma Story

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

## コラム

むつ市国際交流推進員"レイチェル"と"アンジェラ"のよもやま話をお伝えします。

## 春夏秋冬

ー俳句ー

強東風の岬に古りし海難碑

恋おはり愛がはじまる春ひと日

竹本とし子

太田 正信

ー川柳ー

心臓が一瞬止まる残高帳

驚きを数値で示す血圧計

瀧尻 善英

吉村 看伍

ー短歌ー

人住まぬ庭一面に踊子草紅紫のじゅうたんを敷く  
もこもこと土竜通れる跡多く雪解けの原ここにも春が

山菜黄の黄の立ちみたり瀧宜の庭

ー短歌ー

学期末教師も子どもも忙しく出会いと別れ  
冬の居間赤く育ちしミニトマト甘く熟して五個を食せり

樋口 綾子

布施 汎子

大関 正勝

戸川美重子

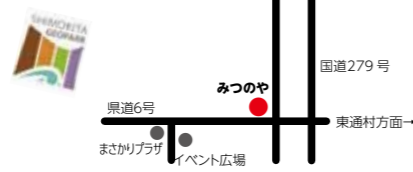
菊池 嘉任

松木 和寿



地域内外の人が楽しく美味しくジオパークを楽しめるツールになることを目的に認定された下北ジオパーク認定商品を取扱うお店を広報むつでご紹介します。

## ほっとジオなひとときを



鯛 いろ 色

### 東日本一では一番の漁獲量

鯛は主に西日本の海域に生息する魚ですが、青森県近海は生息北限となり、その漁獲量は東北一です。盆状地形で餌となる生物が豊富な陸奥湾は、産卵・成長の場となっています。



鯛彩色 1,500円(税込)

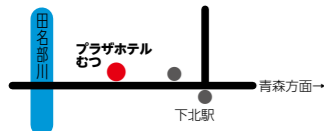
むつ市が誇る「自衛隊グルメ」。大湊海自カレー、大湊海軍コロッケ、大湊 S o r a 空っ! の魅力やお得情報を紹介します。

### 大湊海自カレーに新たな店舗が登録

海上自衛隊の護衛艦ゆうだちで実際に食されているカレーがプラザホテルむつで4月から提供されるということで、広報むつはプラザホテルを訪ねてきました。「今までホテル単独でのランチ営業は行なってきませんでした。今回、海自カレー提供店舗が募集されていたことから、これをきっかけに当ホテル8階スカイプラザから見渡せる釜臥山の素晴らしい景色とカレーを楽しんでいただきたいと思い、メニューを海自カレー限定としたランチを開始することになりました。運が良ければ、航海中の護衛艦を見ることもできるんですよ」

### プラザホテルむつ

むつ市下北町 2-46  
☎ 0175-23-7111  
〈提供時間〉11:30～14:00  
〈提供日〉金曜日・日曜日



上野マネージャー

### 和風ダイニングみつのや。

むつ市上川町 2-39 1F  
☎ 0175-23-2115  
〈営〉11:00～14:00  
17:00～22:00  
〈定休日〉水曜日



料理長の大平博信さん

### 鯛の魅力、いろいろ。

一般的に高級魚として知られる鯛も、むつでは年中漁獲されており、なじみ深い食材です。とくに産卵前と冬前には、脂を蓄え、さらに美味しくなります。

メインとなるのは鯛飯、茶碗蒸し、味噌汁の3品。今回はその他にムニエル、銀あんかけ、卵焼きを出していただきました。メインメニュー以外はその時々によって変わるそう。何度食べても楽しめる定食となっています。オーナーで料理長の大平さんにお話を伺いました。

「鯛は余すところなく使うことができます。鯛の美味しさを様々な技法で引き出し、風味や食感の違いを感じてもらえるようにメニューを考えました。ずっと構想があった鯛料理を実現させる良い機会をもらえたと思っています」

前日までに予約すれば4人前から注文できます。曜日、人数は要相談。

鯛づくしのお料理を家族で、仲間で、楽しんでみませんか？

## We ♥ じえいたいグルメ



「護衛艦ゆうだちカレー」  
¥1,200 (税込)

申カツ、果物を乗せた杏仁豆腐はホテルオリジナル。船をイメージしたライスには、ゆうだちの小旗が乗っている。

### 護衛艦ゆうだちカレーのこだわり

護衛艦ゆうだちカレーはりんごと生姜ですっきりとした酸味を効かせたお子さんでも食べやすい甘みとこくのあるビーフカレーです。隠し味は、みりんとにんにく。

「レシピの伝授の際は、給養委員長から、細かく材料や量の指示があり、かなりのこだわりと海自カレーに対しての深い愛情を感じました。りんごについては、りんごジュースを使用しています。自衛隊の方の試行錯誤により、りんごジュースを使った方が美味しくできるんだそうです」

カレーは海、ゆうだちの写真をあしらった小旗を乗せたライスは船をイメージしているのだそう。釜臥山を眺めながら、護衛艦ゆうだちカレーを召し上がってみてはいかがでしょうか。

## ムチュ☆らんど5月



9:30～16:30  
休館：火曜日  
使用料：無料

▶休館日 火曜日(火曜日が祝日の場合は翌日)  
5月の休館日：6日(木)、11日(火)、18日(火)、25日(火)

▶利用時間(各時間帯、30人程度の人数制限があります)

① 9:30～11:00 ② 11:30～13:00  
③ 13:30～15:00 ④ 15:30～16:30

※各回終了後、消毒作業等のため入館できません。

### ▶利用上のお願い

- ・感染拡大地域を往来された方は、ご利用をお控えください。
- ・37.5℃以上の発熱や風邪症状が有る方や下痢など体調の悪い方は、ご利用をお控えください。
- ・入館時に体温測定、手指消毒、住所・氏名・連絡先の記入にご協力ください。
- ・受付時の体温測定、住所・氏名・連絡先の記入をご協力ください。
- ・保護者(同伴者)の方は、必ずマスクの着用をお願いします。
- ・館内では、水分補給以外の飲食はできません。

### ▶自動販売機について

今年度より、自動販売機が設置されておりません。ご利用者の皆様には、ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

☎ ムチュ☆らんど

☎ 23-6305

知っておきたい！

## 防災 減災 知恵袋

Vol.23 共助の重要性

災害時は自分の命を守る上で、事前に避難場所や備蓄品を確認しておくことは、非常に重要なことですが、みんなで助け合う「共助」も大切です。

例えば、災害時に自主防災組織や町内会等が自発的に自主避難所を開設し、積極的にそこへ避難できるよう取り組みを行うといったものもあります。

共助の意識を高めるには、定期的に地域住民が集まって、防災について話し合うなどによって、災害時にも地域住民が一体となって行動することができます。

日頃から防災意識を高めるため、自主防災組織の結成も視野に入れながら、地域住民同士で共助について考える機会を設けてみましょう。 ☎ 防災安全課 内線 2134

## みんなのひろば

健康や防災知識、グルメなど美味しく楽しくお得な情報をお伝えします。

「新刊図書」などの図書館の情報をお届けします。

## 図書館のススメ



### 新刊ピックアップ



江戸移住のすすめ 富岡 一成/著 (旬報社)



青森のお酒 (グラフ青森)



5分間のノンストップショートストーリー 図書館の奥は秘密の相談室 櫻井 とりお/著 (PHP 研究所)

面白くてためになる現代人のための江戸暮らしの手引き。どう行くかはさておき、現代人が江戸で暮らしていけるように衣食住から仕事探し、「江戸前談阿の切り方」まで。江戸生活のすべてを懇切丁寧にガイドする一冊。

飲んで楽しい、読んだ楽しい青森県内の日本酒の魅力が満載！県内の酒蔵のこだわりや各酒蔵がおすすめする自慢のお酒、日本酒の基礎知識、おつまみのレシピなどを紹介する日本酒をもっと好きになりたい人におすすめの一冊。

リベルタス学園の様々な相談事を、キサラギとはづきの凸凹コンビと個性豊かな図書委員たちが解決する。「本」が鍵となる12か月12通りの謎解きショートストーリー。ラストには「まさか!」の結末が待っている。

ホームページではその他の新着だよりを掲載しています。



### 5月の休館日 5/13(木)、27(木)

開館時間 火曜～金曜 9:00～19:00 土・日・月・祝日 9:00～17:00  
☎ 市立図書館 ☎ 28-3500 <https://www.city.mutsu.lg.jp>



以下の点を意識しながら、住民同士で「防災」について話し合いましょう。

### 1. 安全な場所を確認しよう

避難所だけでなく、高台なども確認しましょう。また、災害が発生した際の避難方法等も確認しましょう。

### 2. 災害時の自主避難所の運営方法を確認しよう

自主避難所などは、施設の使い方や管理責任者を決めておきましょう。自主避難所の使い方がわからないと、せっかく避難してきたのに、かえって不安になってしまう場合もあります。

### 3. 家庭でできる防災活動について、意見を出し合おう

各家庭で実践している防災活動を共有しましょう。



過去の防災・減災知恵袋も市 HP で確認できます。





### 4/12 ワクチン接種始まる

Mon 高齢者施設向けワクチン接種開始

4月12日、高齢者施設を対象に新型コロナウイルス感染症ワクチンの接種が始まりました。

むつ市で初となる新型コロナウイルス感染症ワクチンを接種したのは、ケアハウスみちのくグリーンリブ、せせらぎ荘、はまなす苑の3施設を利用する65歳以上の高齢者施設。

8日に到着した1箱(975人分)から高齢者施設の利用者とその職員を対象に摂取希望者全員分の摂取を行いました。

1日も早く希望する市民全員への摂取を目指しています。



### 4/11 迫力あるプロの試合を間近で

Sun 青森ワッツ VS 仙台 89ERS

4月10日(土)・11日(日)の2日間、むつマエダアリーナで青森ワッツと仙台89ERSの試合が行われ、多くの観客が間近でみられるプロの試合に魅了されました。

生で見られるプロバスケの試合はテレビやインターネットでの試合と違い、会場での実況や大音量での応援音楽など、まるでライブ会場にいるよう。バスケ好きな方はもちろん、スポーツ観戦をしたことのない方にもぜひ一度は観戦してみてその臨場感を味わってほしいですね。



### 3/31 中学校時代に読破したい100冊+α

Wed 大平中学校が文部科学大臣表彰を受賞

子供の読書活動についての関心と理解を深め、積極的な読書意欲を高める活動を行なっている学校に対して表彰する文部科学大臣表彰に、大平中学校が選ばれました。

同校では、全校生徒から本の推薦文を募り、ジャンルごとに110冊選び「中学校時代に読破したい100冊+α」を作成し、積極的な読書を働きかけているそうです。

大平中学校のみなさん、おめでとうございます! 私たちもコロナ禍の今こそ積極的な読書に励みたいですね。



### 3/31 むつ下北の新しい1ページ

Wed むつ市と青森大学との包括連携に関する協定締結式

3月31日、むつ市と青森大学との包括連携に関する協定締結式が行われ、来春開設される青森大学むつキャンパスに関することや、学術研究、まちづくりといった分野において相互に協力し、地域の発展と人材の育成に寄与することを目的とした協定の締結を行いました。

むつ下北にとって悲願であった4年制の大学が開設されることになった歴史的な素晴らしい1日でした。

年度末に迫った3月下旬、氏家前教育長を訪問したのは、青森高校・青森東高校むつ下北同窓会交流実行委員会の山元美津男さん(青森高校むつ下北同窓会副会長)と大見竜人さん(青森東高校むつ下北同窓会)のお二人。むつ市では平成21年度から毎年同会から子どもたちのための図書を寄贈していただいています。



この人 むつちゆ星 ぼし

毎年図書館へ図書を寄贈

### 青森高校・青森東高校 むつ下北同窓会交流実行委員会

むつ市とともに輝く「この人」をご紹介。

が、せっかくだから社会貢献もしようというのが始まりでした。最初10年は社会福祉協議会様に、次は図書の寄贈の話が出て、今まで続いています」と、山元副会長。「本をたくさん読んで、その知識を生かし、将来社会に貢献できる人になってほしい」と、話す大見さん。これまで、同会から多くの本を寄贈いただいております。今年度は新型コロナウイルス感染症に関連した図書資料を寄贈していただきました。図書館で見かけたならこんな裏話もあったなと思えば返していただきね。



### 4/8 道路への飛び出しは絶対にしません

Thu 交通安全宣言大会・交通安全パレード

4月6日から15日の令和3年春の全国交通安全運動にあわせ、交通安全宣言大会ならびに交通安全パレードが行われました。

交通安全宣言大会では柳町ひまわり保育園の園児による「こうつうあんぜんのおやくそく」の宣言が行われ、イベント広場からマエダ本店までの間をパレードしました。

ドライバーのみなさん、暖かい時期となりましたが気を緩めずにしっかりと安全運転をお願いします。



### 4/1 ボランティア活動に感謝

Thu 下北塗装組合ボランティア活動

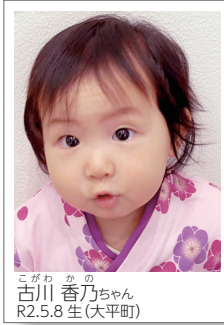
陸上競技場とテニスコートが4月10日にオープンするのを目前に、下北塗装組合(千葉博之組合長)に加盟する11社30名の方々によって、塗装が剥がれ落ちたむつ運動公園駐車場のラインを引き直していただきました。

下北塗装組合では毎年春に水源池公園や金谷公園など利用者が多く訪れる場所のベンチなどをボランティアで塗装していただいています。今年もありがとうございました。

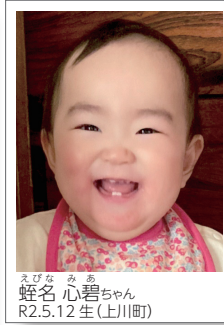




あべ ふうさ  
阿部 風佐くん  
R2.5.7 生(荒川町)



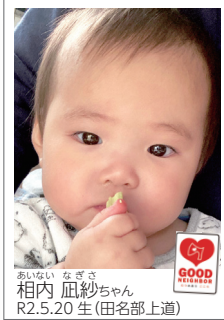
こがわ かの  
古川 香乃ちゃん  
R2.5.8 生(大平町)



えびな こほろ  
蛭名 心碧ちゃん  
R2.5.12 生(上川町)



さいとう ともま  
齋藤 杜佑万くん  
R2.5.15 生(若松町)



あいない ふうさ  
相内 風紗ちゃん  
R2.5.20 生(田名部上道)



さとう しほ 志月くん  
佐藤 志歩ちゃん・志月くん  
R2.5.20 生(旭町)



くらた ことほ  
倉田 夢葉ちゃん  
R2.5.24 生(関根)

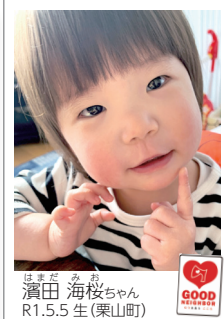
ロゴマークは市ホームページで！  
※送っていただいた写真にロゴ等がない場合はこちらでスタンプします。



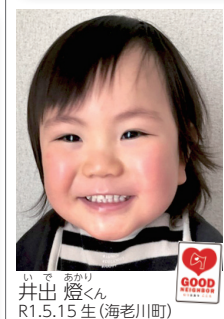
むつ市 グッドネイバー 検索



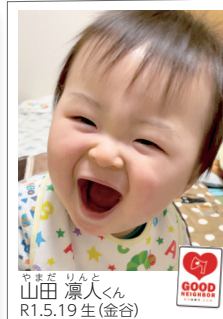
ふじい りお 玲偉くん  
藤井 璃央くん・玲偉くん  
R2.5.29 生・H29.5.18 (荒川町)



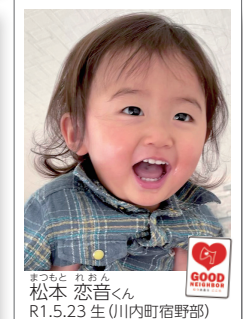
あいな みお  
濱田 海桜ちゃん  
R1.5.5 生(栗山町)



いであかり  
井出 燈くん  
R1.5.15 生(海老川町)



やまだ りんと  
山田 凜人くん  
R1.5.19 生(金谷)



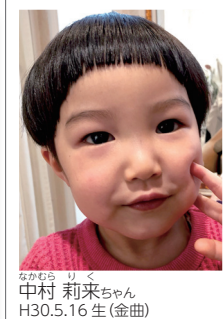
まつもと れおん  
松本 恋音くん  
R1.5.23 生(川内町宿野部)



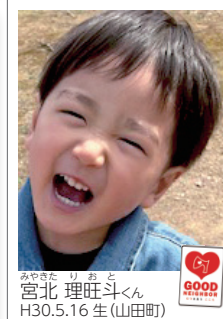
おおば とわか  
大場 虎和くん  
H30.5.4 生(新町)



すずき みお  
鈴木 雅桜ちゃん  
H30.5.6 生(緑町)



なかむら りく  
中村 莉来ちゃん  
H30.5.16 生(金曲)



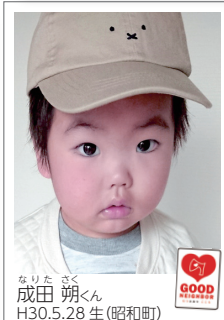
みやきた りおと  
宮北 理旺斗くん  
H30.5.16 生(山田町)



ふじ あま  
富士 瑛ちゃん  
H30.5.16 生(吾生町)



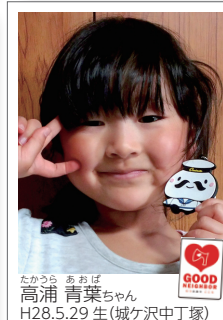
いしだ うたは  
石田 詩葉ちゃん  
H30.5.22 生(田名部土手内)



なりた すぐ  
成田 朔くん  
H30.5.28 生(昭和町)



えしひき めい  
榎引 明愛ちゃん  
H29.5.21 生(金谷)



たかうら あおば  
高浦 青葉ちゃん  
H28.5.29 生(城ヶ沢中丁塚)



なかむら かれん  
中村 華蓮ちゃん  
H27.5.13 生(仲町)

6月生まれのお子さんの写真募集！  
4/26 ~ 5/6

(問い合わせ・応募先)  
市民連携課広報グループ  
〒035-8686 中央一丁目8番1号  
0175-22-1111 内線 2156  
Eメールアドレス  
info@city.mutsu.lg.jp

来月号も、Good Neighbor 写真を募集します！  
「グッドネイバー」のロゴマークを用いるか、「赤色」のものを身につけた写真をご応募ください！

〈対象〉6月生まれで、6歳までの市内在住の子  
(掲載内容)子どもの写真・氏名(ふりがな)・生年月日・住所(町名まで)  
(応募方法)子どもの写真1枚(プリント・データのどちらか)に、子どもの氏名(ふりがな)・生年月日・性別・住所・保護者氏名・電話番号を記入したものを添えて4/26から5/6(必着)までに、郵送またはEメールでご応募ください。Eメールで応募の際は、件名に「むちゅっこ」とご記入ください。メール受信後、返信します。返信がない場合、不具合等で受信していない可能性があるため広報グループまで電話でお問い合わせください。  
※応募多数の場合は 抽選で 22名まで 掲載させていただきます。



みなさんへ  
せっかくご応募してくれたのに、広報むつに掲載されなかったみなさん、本当にごめんなさい(涙)  
みなさんのステキな笑顔はむつ市のHPにある「今月のむちゅっこ」に掲載しています。ぜひご覧ください！なのじゃー!!  
ムチュランより