

ろくのへ

みてみてー!

ニソヅンで
お花が"で"きたよー!

「おやこの食育教室」では、作る喜びを覚えた子どもたちの
笑顔が溢れていました。ー 関連ページ：5ページ ー

〈特集〉熱中症対策	2～3	Information	22
まちのできごと	4～5	7月のカレンダー	23
Town News	6～20	シックスドアーズ	
消防署だより/警察署だより	21	グラウンド・ゴルフ ...	24

夏本番!

熱中症は防げます



6月18日より開始!

クーリングシェルターを開設!

熱中症を予防するため、冷房を備えた施設内などで熱さをしのぐ「指定暑熱避難施設」(クーリングシェルター)について、六戸町では六戸郵便局をクーリングシェルターとして指定しました。

危険な暑さから身を守り、休憩をとっていただけるよう一般開放していますので、是非ご利用ください。



六戸郵便局 吉田承彦局長と
佐藤陽大町長が協定書へ署名
をしました



この張り紙が目印です



待合スペースの様子

六戸郵便局

六戸町大字犬落瀬字干刈田2番地15

○開設日時 6月18日～10月31日

月曜日から金曜日まで(祝日は除く)

午前9時から午後5時まで

○定員 10人

※利用にあたっては施設の注意事項に従って
ご利用ください

☎ 町民課 0176-55-4612(直通)

今から始めよう! 食事で熱中症予防!

ビタミンB₁

炭水化物をエネルギーに変えてくれる働きに加え、疲労回復の効果に期待があります。豚肉やうなぎ、玄米などに多く含まれます。ネギ類やニラ、にんにくに含まれるアリシンと呼ばれる香り成分と一緒に食べるとより効果が上がります。

ビタミンC

体の免疫機能を高めるだけでなく、疲労回復やストレスへの抵抗力を高める働きがあります。赤ピーマンなどカラフルな夏野菜に多く含まれます。

たんぱく質

気温が高くなると食べるものもさっぱりとした食事で済ませてしまい、たんぱく質が不足がちに。たんぱく質は骨や血液、筋肉など体を作るもとになるため、1食につき1品は取り入れましょう!

おすすめ!

豚肉ときゅうりのさっぱりサラダ

材料(4人分)

豚ロースしゃぶしゃぶ肉……200g
きゅうり……2本
塩……小さじ1/4

●ドレッシング

しょうが…1かけ
ねぎ……1/2本
しょうゆ…大さじ1と1/2
酢……大さじ1
砂糖……小さじ2
豆板醤……小さじ1/2
ごま油……大さじ1



作り方

- 1 きゅうりは両端を切り落とし、めん棒でたたいてから、食べやすい大きさに切る。塩をふってもみこむ。
- 2 しょうが、ねぎはみじん切りにする。
- 3 鍋に湯をわかし、中火にして豚肉を1枚ずつ広げながら入れて肉に火を通し、取り出して冷ます。
- 4 ボウルに、●の材料を入れて混ぜる。
- 5 きゅうり、豚肉を加えて和えて器に盛って完成。

☎ 福祉課食育担当 0176-55-4597(直通)

熱中症予防のために



暑さを避ける!

❄️ 扇風機やエアコンで
温度をこまめに調節



❄️ 遮光カーテン、すだれ、
打ち水を利用



❄️ 外出時には日傘や
帽子を着用



❄️ 天気のよい日は日陰の
利用、こまめな休憩



❄️ 吸湿性・速乾性のある
通気性のよい衣服を着用



❄️ 保冷剤、氷、冷たいタオル
などで、からだを冷やす



⚠️ 『熱中症警戒アラート』発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

こまめに水分を補給する!

❄️ 室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくても
こまめに水分・塩分などを補給



● 熱中症予防のための情報・資料サイト

熱中症予防のための情報・資料



スマホでも
見れます



https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

＊ 思いやる心、命の大切さ学ぶ ＊

5月22日、28日、31日の3日間、町内中学3年生がこども園おひさま(小村好子園長)とひのでこども園(長嶺寿子園長)で乳幼児とのふれあいについて体験に行ってきました。

初日に体験を行った七百中学校(松木信嘉校長)は、生徒と園児でペアを組み、一緒におもちゃで遊んだり、昼食やトイレのお世話をしたり、園児と目線を合わせて接する、できたら褒めるなど意識しながらふれあいを楽しんでいました。

山本大夢^{たいむ}さんは、「食事のお手伝いが難しかったけど、子どもとの接し方が分かった」と話していました。



＊ 農家の苦勞、バケツ稲で学ぶ ＊

5月30日、六戸小学校(中野睦子校長)の5年生30人は、おいらせ農業協同組合六戸支店職員と同青年部の指導のもと、バケツでの稲作に挑戦。児童はバケツに土と肥料、水を入れ、素手でよくかき混ぜて土台を作り、「まっしぐら」の苗をそっと植えていきました。

また、水やりや美味しくなるコツを指導員に積極的に質問し、米づくりに対する理解を深めていました。

甲地夏彩^{なな}さんは「土づくりで肥料を4種類も使うことに驚いた。収穫したらおにぎりで食べるのが楽しみ」と話していました。



＊ 建設中の「六戸学園」 全国から見学に ＊

令和7年4月の開校に向けて建築工事が進む町立義務教育学校六戸学園の構造躯体見学会が、6月11日に建設現場で開かれ、県内外から行政や建築業の関係者ら約360人が訪れました。

町文化ホールで、木材を供給しているファーストウッド(株)や設計を担う八洲建築設計事務所、SMB建材(株)の関係者が工事概要について説明したあと、建設現場で見学しました。全国でも数例ほどの木造3階建て校舎には、県産木材を80%以上使用しており、参加者は柱に触れてみたり、担当者に質問するなどしていました。



＊ 食の大切さ 楽しく学ぶ ＊

6月15日、六戸小学校PTA研修委員会は「おやこの食育教室」を開催し、17人の児童とその保護者が参加しました。

町職員の栄養士が食べることの大切さについて説明したあと、グループに分かれて「野菜だしのミネストローネ」や「おからといわしのフォンデュハンバーグ」など、色とりどりの料理4品に挑戦。慣れない手つきの子どもたちに町食生活改善推進員が指導しながら、協力し合って取り組む姿を見守りました。

母親と参加した柴山楓子さん(1年)は、「野菜やフルーツを切るのが楽しかった」と満足げに話していました。



＊ 役場の仕事に関心高める ＊

6月19日、開知小学校(内海浩幸校長)の3年生11人が社会科学習の一環として町役場の見学に訪れました。庁舎2階の応接室で佐藤町長が「役場がどんなところか勉強してってくださいね」と声をかけ一緒に記念撮影をしたあと、町担当職員が課ごとに説明をしながら庁舎内を案内。庁舎3階の議場では、議員席に座り「役場には1日に何人くるの?」「何歳まで働けるの?」などマイクを使って職員に質問を投げかけ、議場の雰囲気を経験しました。

伊藤明莉^{あかり}さんは「お仕事している人を実際に見て、一生懸命なのが伝わった。役場では色んなお仕事があることが分かった」と話していました。



6月12日に満100歳を迎えられた黒川賢三さん(上町)の百歳祝金授与式が同日、特別養護老人ホームメープルで行われ、町から顕彰状と祝金が、社会福祉協議会(田中孝雄会長)と施設から花束や記念品が贈られました。賢三さんのご家族ら7人も祝福に訪れ、記念撮影や懇談を楽しみ和やかな時間を過ごしました。

長男の黒川整吉さんは「郵便局長を務めるなど長年、局員として仕事に熱心な姿が印象的。歴史や旅行が好きで、90歳まで国内外各地を巡り、好きなことを楽しんでいた」とにこやかに話されていました。

百歳祝金授与式後にご逝去されました。
謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

＊ 黒川賢三さん100歳おめでとうございます ＊



\ 六戸町役場で働こう! /

六戸町職員採用試験

(令和7年4月1日採用)



募集内容

職 種	採用予定人数
社会福祉士	1 名程度
一般行政職 (短大卒業程度)	3 名程度
一般行政職 (高校卒業程度)	3 名程度
一般行政職 (障がい者枠)	1 名程度
一般行政職 (社会人経験)	3 名程度

受付期間

令和6年7月5日(金)から
令和6年7月26日(金)まで

試験日程

一次試験：9月22日(日)
二次試験：10月下旬予定

採用予定年月日

令和7年4月1日

六戸町ホームページ



詳細は六戸町ホームページをご覧ください。

六戸町 職員採用試験

検索 🔍

青森県の令和6年4月のツキノワグマの出没件数が過去5年間の平均値の1.5倍以上(1.76倍)となり、今後のクマの出没による人身被害等の発生が懸念されることから、県内全域に「ツキノワグマ出沒注意報」が発令されております。皆様は下記の点に注意をお願いします。

【クマに出会わないために】

1. あらかじめクマ出沒情報や標識に注意し、危ない場所には近づかないこと。
2. 必ず2人以上で行動し、単独で山には入らないこと。
3. 食べ残しや食べ物の容器等を野外に置かないこと。※クマをその場所に引き寄せる原因になります。
4. 夕暮れや明け方のクマが活発になる時間や霧の深い日は山に入らないこと。
5. クマの足跡や糞(フン)などを見つけた場合は、その先には進まず引き返すこと。
6. クマも夢中で山菜を食べていることがあるので、山菜取りの際には周囲に注意すること。
7. 会話をし、鈴や笛を身に付け、ラジオの音量を上げるなど、周りに音を出しながら行動すること。
※溪流の音が大きい場所や雨風の強い日はクマが人間に気づきにくい場合があります。
8. クマの生息域に近い地域では、家庭ゴミや農作物残渣の処理に注意すること。

【もし、クマに出会ってしまったら】

1. 遠くにクマを見つけたら、後ずさりしながら静かに立ち去ること。
2. クマがこちらに気づいたら、慌てず静かにしていること。
3. クマが近づいて来たら、クマの動きに注意しながら、ゆっくりと後退すること。
4. クマは逃げるものを追う習性があるため、背中を見せて走ったり、大声を上げたり、攻撃したりしないこと。
5. 子グマの近くには必ず親グマがいるので、子グマを見ても決して近寄らないこと。
6. 市街地でクマを見つけたら、安全な場所に移動し、最寄りの市町村役場や警察署へ連絡すること。



ツキノワグマ出沒注意報発令中！

クマの目撃、足跡の発見等の情報がありましたら、ご連絡をお願いします。

☎ 農政課 ☎0176-55-4495 (直通)

狩猟免許試験受験者募集について

☎ 農政課 ☎0176-55-4495 (直通)

- 事前講習会 第二回 7月13日㊥ 青森県総合社会教育センター 第一研修室
第三回 9月1日㊤ 同上

- 狩猟免許試験 第二回 7月28日㊤ 十和田市生涯学習センター(十和田市民文化センター内)
第三回 9月14日㊥ 青森県総合社会教育センター
※日程が変更となる場合があります。

■六戸町狩猟免許取得費補助金をご活用ください。

▼補助対象者 次の全てに該当する方

- ①町内に住所を有する者
- ②町税(4税)とその他納付金に滞納が無い者
- ③狩猟免許講習会を受講かつ狩猟免許試験を受験し、狩猟免許を取得した者
※事前講習会の受講は必須となります。
- ④狩猟免許取得後、青森県猟友会六戸支部に入会し、かつ町の求めに応じて自然保護、有害鳥獣捕獲等の活動ができる者。
- ⑤事前に六戸町農政課へ受験申請した者(申請書は町が取りまとめて県へ申請します。)
※狩猟免許試験の受験申請時に、医師の診断書の添付が必要となります。

- ▼補助金の額
- ・狩猟免許取得にかかる講習受講料(テキスト代を含む)
 - ・狩猟免許取得にかかる受験申請手数料

■募集期間 8月16日㊤まで

- 申込み先 六戸町役場 農政課 ※詳細は農政課までお問い合わせください。

定額減税補足給付金（調整給付）について

物価高騰に伴う国民負担を緩和するため、所得税および個人住民税の定額減税が実施されていますが、定額減税の対象者でありながら、税額が定額減税による減税可能額に満たない人に対し、差額を1万円単位で給付します。

給付対象者 ※対象となる方へは個別に文書で通知します。

定額減税対象者のうち、定額減税可能額が令和6年分推計所得税額（定額減税前）および令和6年度個人住民税所得割（定額減税前）を上回る方が対象となります。ただし、納税義務者本人の合計所得金額が1,805万円を超える方は対象外です。

調整給付額 定額減税しきれないと見込まれる金額を1万円単位で支給します。

（計算例） 世帯主（本人）・配偶者（控除対象配偶者）・子（年少扶養）1人の3人世帯
（所得税25,000円、住民税所得割額10,000円）の場合

（1）所得税	（2）個人住民税所得割額	（3）調整給付金支給額
定額減税可能額 3万円×3人＝9万円 所得税分控除不足額 9万円－2万5千円＝6万5千円	定額減税可能額 1万円×3人＝3万円 個人住民税所得割控除不足額 3万円－1万円＝2万円	給付金の支給額 (1)＋(2)＝8万5千円 (万単位切り上げ) 9万円

申請方法など 対象者へ「支給通知書」または「支給確認書」を送付いたします。

	対 象	町からの送付書類	主な手続き
(1)	町が口座情報を把握している方	支給通知書	口座情報に変更がない場合等は、その後の手続きは不要です。
(2)	町が口座情報を把握していない方	支給確認書	オンラインにて口座情報を登録していただくか、支給確認書に必要事項を記入して返送してください。

案内の発送時期（予定）

7月下旬以降準備が整い次第、納税通知書で設定されている送付先あてに順次発送します。

その他

調整給付は、対象者にいち早く給付を行う観点から、令和6年6月3日時点の令和6年度分個人住民税課税情報（令和5年1月から12月の所得情報）を基に推計した令和6年分推計所得税額を用いて給付額を算出します。

なお、令和6年分所得税額が確定した後、調整給付額を再計算し、不足があった場合は、その不足分を令和7年度に追加で給付する予定です。

調整給付に関する制度の詳細は、町ホームページをご覧ください。

詐欺・詐取にご注意

定額減税補足給付金の「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意ください。

- 市町村や国（の職員）などがATM（銀行・コンビニ等の現金自動支払機）の操作をお願いすることは、絶対にありません。
- ATMを自分で操作することで、お金が振り込まれることは絶対にありません。
- 市町村や国（の職員）などが、「定額減税補足給付金」を支給するために手数料などの振込を求めることは絶対にありません。

問 税務課 ☎0176-55-4494（直通）

税制改正に伴い、令和6年度以降の国民健康保険税が変更となります

課税限度額の引き上げについて

後期高齢者支援金分にかかる課税限度額を24万円(改正前:22万円)に引き上げます。医療分および介護保険分に変更はありません。

区 分	変 更 前	変 更 後
医 療 分	65万円	変更なし
後期高齢者支援金分	22万円	24万円
介 護 保 険 分	17万円	変更なし

軽減判定所得基準の引き上げについて

世帯主や世帯員の前年中の所得の合計(軽減判定所得)が軽減基準額以下の場合、保険税の均等割額・平等割額が軽減されますが、令和6年度より、5割軽減および2割軽減の軽減基準額を引き上げます。

軽減基準額	変更前	変更後
7割軽減基準額	43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)	変更なし
5割軽減基準額	43万円+29万円×(被保険者及び特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)	43万円+ 29.5万円 ×(被保険者及び特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)
2割軽減基準額	43万円+53.5万円×(被保険者及び特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)	43万円+ 54.5万円 ×(被保険者及び特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)

- ・軽減判定は自動的に行いますので申請は不要です。ただし、未申告等により所得が不明となっている方が世帯内にいる場合、軽減対象外となります。
- ・給与所得者等とは、一定の給与所得者(給与収入額が55万円超の方)および公的年金等所得者(65歳未満で公的年金等収入額が60万円超または65歳以上で公的年金等収入額が125万円超の方)をいいます。
- ・国保被保険者のうち給与所得者等が2人以上の場合、10万円×(給与所得者等の数-1)を加算します。

☎ 税務課 ☎0176-55-4494(直通)

不動産取得税について

不動産取得税とは、家屋を新築・増改築したとき、土地や家屋を売買・交換・贈与等で取得したときに一度だけ課税される県の税金です。

税額は、原則として不動産を取得した時点の固定資産課税台帳価格に「住宅及び土地の場合は3%」、「住宅以外の家屋の場合は4%」の税率をかけた額となります(※1)。

地域県民局県税部から送付される「不動産取得税納税通知書」により、納期限までに、銀行・郵便局またはコンビニ等で納付をお願いします。

また、スマートフォンアプリやインターネット上の専用サイト「地方税お支払サイト」から、電子マネーやクレジットカード等で納付することもできます。

なお、一定の要件を満たす住宅や住宅用地を取得した場合など、不動産取得税が軽減される制度があります。

詳しくは、地域県民局県税部までお問い合わせください。

※1 令和9年3月31日までに宅地評価土地を取得した場合は、固定資産課税台帳価格の1/2に税率をかけた額となります。

☎ 上北地域県民局県税部 課税課 ☎0176-22-8111(内線207・208)

国民健康保険 からのお知らせ

8月から国民健康保険の保険証が変わります！

古い保険証の有効期限 令和5年8月1日から 令和6年7月31日まで	新しい保険証の有効期限 令和6年8月1日から 令和7年7月31日まで
薄 橙 色	水 色



※新しい保険証は7月下旬に世帯主あてに被保険者全員分を郵送します。

8月になっても保険証が届かない場合は、役場町民課までご連絡ください。

なお、本年12月2日の保険証廃止に伴い、保険証の一斉更新は今回が最後となります。

保険証は6年12月2日で廃止されます！

保険証とマイナンバーカードの一体化に伴い、現行の保険証は12月2日で廃止されます。(12月2日以降は、保険証の発行ができなくなります。)なお、廃止の時点でお手元にある保険証は、保険証に記載されている有効期限までは使用することができます。ただし保険証の記載事項に変更が生じた場合は、有効期限を待たずに使用できなくなりますのでご注意ください。

「限度額適用認定証」・「限度額適用・標準負担額減額認定証」の申請について

入院や高額な通院などの医療費の窓口負担を一定額に抑えるための認定証になります。有効期限は申請した月の初日から令和7年7月31日までとなります。月が替わるとさかのぼっての交付はできませんので、必要な方は忘れずに役場町民課で手続きを行ってください。

●申請に必要なもの

- ・申請対象者の保険証
- ・世帯主及び申請対象者のマイナンバーカード、または通知カード
- ・手続きにきた方の身分証明書(運転免許証、マイナンバーカード等)
- ・過去1年間に90日を超えて入院された方は、医療機関に支払った領収書等の証明書(住民税非課税の場合等、申請することで食事代が減額されます。)

(注)本人または同一世帯員以外の方が手続きする場合は、委任状が必要です。

委任状は町ホームページからダウンロードすることができます。

就職や離職による保険証の変更には届出が必要です！！

日本ではすべての方が公的医療保険制度の対象となる「国民皆保険制度」となっています。国民健康保険(国保)は、職場を通じて加入する社会保険や共済組合など他の健康保険の対象とならない方が加入する保険です。

➤ 就職や離職をして職場の健康保険へ加入もしくは脱退したときなど、職場の健康保険と国保の間で保険証が変更となった時は、必ず役場への届出が必要です。自動的に変更はされませんのでご注意ください。

マイナンバーカードと保険証の紐づけを行った方も、この手続きは省略できません。

なお、保険証の廃止後も保険者の変更に伴う、加入・脱退手続きはこれまでどおり必要となります。

●国保の加入・脱退届出に必要なもの

国保に加入するとき	①世帯主及び届出の対象者のマイナンバーカード、または通知カード ②手続きにきた方の本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカード等) ③委任状(本人または同一世帯員以外の方が手続きする場合) ④健康保険喪失証明書 (職場等が発行します。扶養家族の人がいる場合、扶養家族の人も記載された証明書が必要です。)
国保を脱退するとき	上記の①～③は共通 ④職場の新しい保険証または健康保険取得証明書 (職場等が発行します。扶養家族の人がいる場合、扶養家族の人も記載された証明書が必要です。) ⑤届出の対象になる方の国保の保険証

手続きが遅れると・・・

国保から医療費の給付を受けることができなかつたり、町へ支払う国保税と会社を通じて負担する保険料を二重に支払うことになります。また、対象外の受給者証で医療機関を受診した場合、例えば、本来は社会保険であるのに国保で医療機関を受診した場合は、保険者負担分(町が負担している7割または8割分)を町へ返納していただくことがあります。

また、さかのぼって保険者証が変更になった際は、変更になった旨を医療機関窓口へお伝えください。

交通事故にあったときは届出を！

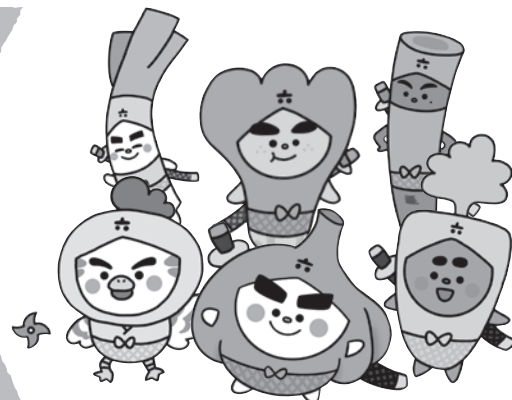
保険証を使い交通事故などの治療を受けるときは、必ず役場へ届出が必要です。医療費は原則加害者が負担するものですが、国民健康保険が一時的に立て替え、後で加害者に請求します。加害者から直接医療費を受け取ったり、示談をすませたりすると保険証が使えなくなりますのでご注意ください。

また、事故が発生したら必ず警察に届出をしましょう。届出しないと事故証明書が交付されません。

図 町民課 内線123 ☎0176-55-4612(直通)

必ず受けましょう！ 婦人科検診

下記日程の定員枠に若干の空きがございます。
お申込みお待ちしております。



まだお申し込みされていない方で受診を希望される方は、福祉課へご連絡ください。

【対象者】 今年度末（令和7年3月31日）年齢が偶数歳の六戸町民

※乳がん検診：40歳以上 子宮がん検診：20歳以上

【日程】 令和6年9月2日⑤、9月3日⑥

【場所】 六戸町文化ホール

【医療機関】 青森県総合健診センター

【申込先】 福祉課：0176-55-4597

【費用】 子宮がん検診：500円 乳がん検診：500円

乳がん

乳がんは乳腺の組織にできるがんです。30歳代から増え始め、40～60歳代が罹患のピークとなり、比較的若い世代で多いのが特徴です。日本では毎年9万人以上が新たに乳がんにかかっており、日本人女性がかかるがんの中でもトップとなります。さらに年々増加傾向にあり、9人に1人が乳がんにかかるといわれています。

子宮がん

子宮がんの主な原因は、ヒトパピローマウィルス（HPV）です。HPVは性交渉により感染し、多くの女性が感染するありふれたウィルスです。たいていは自然に消失しますが、感染が持続するとがんを引き起こすことがあります。子宮がんには子宮体がんと子宮頸がんがあり、子宮頸がんは20代や30代の若い世代の女性でもかかるがんです。



どちらも早期発見・早期治療で完治する可能性の高いがんとなっていますが、初期の自覚症状がほとんどないといわれています。早期発見のためにも定期検診を受けることが大切です。この機会にぜひ、受診をお願いします。

まごにはやさしいわ

ま

るい
まめ類・とうふ

(なっとう・とうふ・えだまめなど)



ご

しゅし るい
ごま・ナッツ・種子類

(ごま・ミックスナッツ・ごまペーストなど)



に

にく

(牛・ブタ・ニワトリなど)



は

はっこう しよくひん
発酵食品

(みそ・漬物・塩こうじなど)



や

やさい

(緑黄色野菜・単色野菜など)



さ

さかな

(魚介類・イカ・たこ・えび・アサリなど)



し

しいたけ・きのこ類

(しいたけ・えのきだけ・なめこなど)



い

いも・穀物類

(米・雑穀・とうもろこしなど)



わ

わかめ・海藻

(もずく・めかぶ・ひじきなど)



「まごにはやさしいわ」とは？

けんこう しよくせいかつ おく しよくざい かしらもじ ご ろ
健康な食生活を送るための食材の頭文字の語呂あわせです。

あたま はついく せいちよう たいせつ しよくもつせんい
頭の発育と成長に大切なミネラルと食物繊維がたっぷりな

これらの食材をバランスよく組み合わせて健康的な食事を

目指しましょう！

超低温冷凍庫を無償譲渡いたします

問 福祉課 ☎0176-55-4492 (直通)

町は経費削減を目的として、超低温冷凍庫を無償譲渡いたします。希望される方は、申し込み期間内に申込書等の必要書類を福祉課まで提出願います。申し込み用紙は、福祉課の備え付け用紙か町ホームページからダウンロードしてお使いください。

詳しくは町ホームページをご覧ください。

■申し込み期間 令和6年7月1日(月)から令和6年7月26日(金)まで

■譲渡物品①

物 品 名	日本フリーザー マイバイオ CVF-78HC
内 容 積	約70 L
外寸法 (mm)	W557×D(557+88)×H887
内寸法 (mm)	W387×D387×H470(有効H425)



冷凍庫①

■譲渡物品②

物 品 名	PHC株式会社 超低温フリーザー MDF-C 8 VI-PJ
内 容 積	約84 L
外寸法 (mm)	W550×D(685+83)×H945
内寸法 (mm)	W405×D490×H425



冷凍庫②

■譲渡物品③

物 品 名	日本フリーザー マイバイオ CVF-78HC
内 容 積	約70 L
外寸法 (mm)	W557×D(557+88)×H887
内寸法 (mm)	W387×D387×H470(有効H425)



冷凍庫③

※運搬費などは自己負担となりますのでご了承ください。

入札結果公表

令和6年5月28日執行 指名競争入札

単位: 円

No.	番 号	件 名	落札業者	落札金額(税抜き)
1	六診物第1号	手動式除細動器購入	(有)サクラメディック	1,720,000
2	物第4号(六診物第2号)	自動小型分包機購入	(株)メディセオ 八戸支店	2,720,000
3	企委第12号	統一的な基準に基づく財務書類作成支援業務	辻・本郷税理士法人	720,000
4	総物第2号	消防団用防火帽購入	(有)丸栄消機	950,000
5	総物第3号	卓上紙折機購入	(有)システム・ディー	530,000
6	農政委第4号	森林整備計画書作成業務	(株)興和	1,100,000
7	農政委第5号	森林経営管理制度意向調査業務	(株)興和	1,500,000
8	物第3号(福物第1号)	予防事業活動車輛購入	ネットトヨタ青森(株) 十和田店	2,845,273
9	委第16号(福委第62号)	六戸町第2期地域福祉計画策定業務	富士商事(株) 青森営業所	3,600,000
10	委第17号(福委第63号)	六戸町第3次健康増進計画・六戸町第2次自殺対策計画策定業務	富士商事(株) 青森営業所	4,200,000
11	下水第2号	マンホールポンプ通報装置交換工事	(株)みちのくクボタ	1,150,000
12	工第4号(建設第3号)	金矢地区道路改良舗装工事	(有)佐々木興業	9,700,000
13	工第5号(建設第4号)	川原新田地区道路改良舗装工事	(有)伸栄建設	4,760,000
14	建設委第22号	街路樹防除業務	(有)吉田造園企画	820,000



ごみの不法投棄は犯罪です！

町では、不法投棄防止対策として定期的なパトロールや青森県から委嘱されている不法投棄監視員・十和田警察署・県環境管理事務所との連携体制や町民からの通報により不法投棄防止の監視強化につとめておりますが、一部の心無い人による不法投棄が後を絶ちません。



○土地所有者へのお願い

廃棄物の処理及び清掃に関する法律第5条で、土地所有者には土地の適正管理が義務付けられています。万が一不法投棄物を発見し、投棄者が不明な場合は、土地所有者が自己責任で撤去しなければなりません。

問 町民課 ☎0176-55-4612 (直通)



生ごみの水切りにご協力ください

生ごみは家庭から排出される可燃ごみの約40パーセントを占めており、その生ごみの約80パーセントが水分といわれています。町民の皆さま一人ひとりが水切りをすることにより、ごみの重量を減らすだけでなく、生ごみの嫌な臭いを抑え、出したごみ袋がカラスや猫などの動物に荒らされる可能性も低くなります。

生ごみを軽くするためのポイント

濡らさない

野菜の皮や食材の使わないところは、洗う前に切り落とし直接ごみ袋に入れる

乾燥させる

お茶がらやティーバックは乾燥させてから捨てる

しぼる

排水口や三角コーナーには水切りネット等を使い、ごみ袋に入れる前にひとしぼりする



問 町民課 ☎0176-55-4612 (直通)

国民年金からのお知らせ

【もしもの時の障害年金】

障害基礎年金は、国民年金加入中に病気やけがによって生活や仕事などが制限されるようになった場合に、請求手続きをしていただき、審査を通りますと、現役世代の方も含めて受け取ることができる年金です。

■受給要件

◎ 障害基礎年金は、次の条件の全てに該当する方が受給できます。

- (1) 障害の原因となった病気やけがの初診日が次のいずれかの間にあること。
 - ・国民年金加入期間
 - ・20歳前または日本国内に住んでいる60歳以上65歳未満の方で年金制度に加入していない期間※老齢基礎年金を繰り上げて受給している方を除きます。
- (2) 障害の状態が、障害認定日(初診日から1年6か月をすぎた日、または1年6か月以内に症状が固定した日)に政令で定める1級または2級に該当していること。
- (3) 初診日の前日に、初診日がある月の2か月前までの被保険者期間で、保険料を納めた期間(厚生年金保険の被保険者期間、共済組合の組合員期間を含む)と保険料免除期間(免除期間・若年者納付猶予期間・学生納付特例期間)をあわせた期間が3分の2以上あること。

※(3)の条件を満たしていないときは、次のすべての条件に該当する場合、納付要件を満たします。

- ・初診日において65歳未満であること。
- ・初診日の前日において、初診日がある2か月前までの直近1年間に保険料の未納期間がないこと。

「初診日」とは、障害の原因となった病気やけがについて、初めて医師等の診療を受けた日のことです。

■請求時期

◎ 障害認定日による請求

障害認定日に法令に定める障害の状態にあるときは、障害認定日の翌月分から年金を受け取ることができます。

◎ 事後重症による請求

障害認定日に法令に定める障害の状態に該当しなかった方でも、その後病状が悪化し、法令に定める障害の状態になったときには請求日の翌月から障害基礎年金を受け取ることができます。

■相談・手続き先

- ・国民年金第1号期間中に初診日がある方は、六戸町役場町民課です。
 - ・国民年金第3号期間中に初診日がある方は、八戸年金事務所です。
 - ・厚生年金加入中に初診日がある方は、八戸年金事務所です。(障害厚生年金)
 - ・共済組合加入中に初診日がある場合は、各共済組合です。(障害共済年金)
- ◎ 障害基礎年金受給者は、国民年金保険料が免除対象となります。(法定免除)

☎ 町民課 年金係 ☎0176-55-3431(直通) / 八戸年金事務所 ☎0178-44-1742

詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。 <https://www.nenkin.go.jp/>

令和6年7月分の国民年金保険料の納付期限は令和6年9月2日[㊞]です。

後期高齢者医療被保険者の皆さまへ

1 「限度額適用・標準負担額減額認定証」および「限度額適用認定証」の更新

被保険者で住民税非課税世帯の方は、医療機関の窓口で「限度額適用・標準負担額減額認定証」を提示すると、一つの医療機関への医療費の支払いが、高額療養費の自己負担限度額までとなり、入院時には食事代が減額されます。

また、被保険者で同じ世帯に住民税課税所得金額が145万円以上690万円未満の被保険者がいる方は、医療機関の窓口で「限度額適用認定証」を提示すると、一つの医療機関への医療費の支払いが、高額療養費の自己負担限度額までとなります。

現在これらの認定証を交付されている方で、所得状況等によって引き続き認定される方には、8月から使用する新しい認定証を7月下旬に郵送します。更新手続きの必要はありません。
新たにこれら認定証の交付を希望する方は、役場町民課へお問い合わせください。

☎ 町民課 ☎0176-55-4612 (直通)

2 令和6年度の保険料

(1) 令和6年度保険料について

均等割額 (被保険者全員が納める額) 46,800円	+	所得割額 (所得に応じて納める額) 基礎控除後の所得(※1)×9.90%(所得割率)※2	=	保険料額 (限度額80万円) ※3
----------------------------------	---	--	---	-------------------------

◎令和6年度の保険料は、7月中旬に郵送される保険料額決定通知書でご確認ください。

※1 基礎控除後の所得とは、前年の総所得金額等から基礎控除額(43万円)を差し引いた額です。

※2 基礎控除後の所得が58万円以下の方は所得割率9.20%

※3 昭和24年3月31日以前に生まれた方、または障害認定により資格取得した方は73万円

(2) 令和6年度保険料の軽減措置について

◆所得が低い方の軽減

- ・同一世帯内の被保険者および世帯主の所得額の合計に応じて、均等割額の軽減が受けられます。
令和6年度は次のとおりとなります。

世帯の所得額の合計	軽減割合
43万円+10万円×(給与所得者等(※4)の数-1)以下	7割
43万円+(29.5万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等(※4)の数-1)以下	5割
43万円+(54.5万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等(※4)の数-1)以下	2割

※4 給与所得者等(給与所得を有する者または、公的年金等に係る所得を有する者が2人以上いる世帯に適用)

◆被用者保険の被扶養者であった方の軽減 ※5

- ・後期高齢者医療に加入してから2年間は、均等割額が5割軽減されます。
- ・世帯の所得が低い方は、より高い均等割額の軽減(7割軽減)が受けられます。
- ・所得割額の負担はありません。

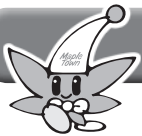
※5 被用者保険とは、全国健康保険協会管掌健康保険、船員保険、健康保険組合、共済組合などです。

☎ 青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821

3 保険料の減免等について

災害、倒産、失業など特別な事情によって納付が困難な場合は、申請によって保険料の減免等が認められることがありますので、ご相談ください。

☎ 青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821



令和6年度 まちカフェ「メイプル」を開催します

このカフェは、安心してすごせる地域づくりをめざし、認知症の方やその家族・友人など、どなたでも気軽に集うことができる場所です。皆さんでお茶を飲みながらおしゃべりしてみませんか。参加希望される方は電話にて申し込みをお願い致します。



日にち	内 容	時 間	場 所
第4回 7月9日(火)	もの忘れ・健康相談	10時から11時30分まで	大曲公民館
第5回 7月30日(火)	もの忘れ・健康相談	10時から11時30分まで	市日会場内(スノヤ薬局前)

●申し込み先：六戸町地域包括支援センター ☎0176-27-6688

排水設備工事責任技術者試験について

- 試験日時 令和6年10月16日(火) 14:00から16:00まで
- 試験会場 青森市、弘前市、八戸市、五所川原市の4会場より選択
- 受験手数料 8,000円(振込手数料除く)※受験手数料は非課税
- 申込受付 令和6年7月1日(金)～7月31日(水)(土日・祝日を除く)
- 申込場所 県内各市町村の排水設備工事担当課
- ◆受験資格等、詳しくは、「青森県下水道協会ホームページ」(<http://www.aomori-pswa.jp/>)をご覧ください

問 建設下水道課 ☎0176-55-2755 (直通)

マイナンバーカード交付窓口のお知らせ

マイナンバーカードの受取りは原則ご本人です。未成年の方でもご本人の来庁が必要です。そのため、平日の開庁時間内の受取りが難しい方へ下記の日程で、交付窓口を開設します。マイナンバーカードを以前から申請していて、まだ受け取りをされていない方もこの機会をご活用ください。ご予約が多数となった場合は、受付を締め切らせていただく場合もございますので、ご了承ください。

◆休日開設日 9:00から13:00まで
7月20日(土)、28日(日)

◆平日夜間 開設日 17:00から19:00まで
7月17日(水)、24日(水)

(※要電話予約 電話受付時間 8:15から17:00まで)



- ※ ご本人が病気・入院・施設入所などのやむを得ない理由によって、来庁が困難な場合に限り、代理人に委任することが出来ます。その際には、別途必要書類がありますので、事前に町民課までお問合せください。
- ※ 休日開設日にカードの受取りを希望される方は、平日にお電話にてご予約をお願いいたします。

問・交付予約 町民課 ☎0176-55-3111 (内線121)



ぐるっとNAVI

上十三・十和田湖広域定住自立圏情報

十和田市 とわだまるっとフェス

十和田市にゆかりのある渋沢栄一や北里柴三郎が肖像となる新紙幣が発行されることを祝うイベントです。

▶内容 とわだ自慢市、ステージ・展示イベント、フリーマーケットなど

■日時 7月6日④・7日⑤

■場所 十和田市官庁街通り
十和田市地域交流センター「とわふる」ほか

☎ 十和田商工会議所 ☎0176-24-1111

十和田市

映画「弁当の日『めんどくさい』は 幸せへの近道」無料上演会

「弁当の日」は、子ども自身が弁当を作る取り組みのことです。子どもが台所に立つことで何かが変わる、その可能性をご覧ください。

▶定員 200人(先着順)

▶申し込み方法 氏名、電話番号、鑑賞希望人数を記入の上、市ホームページの応募フォーム、FAXまたは電話でお申し込みください。

■日時 7月20日④ 午後2時開演
(午後1時30分開場)

■場所 十和田市民文化センター

☎ 十和田市とわだ産品販売戦略課
☎0176-51-6743・FAX0176-22-9399



野辺地市 日本遺産3港めぐりスタンプラリー

「日本遺産・北前船寄港地一鰯ヶ沢町・深浦町・野辺地町 港めぐり」の開催期間に併せ、スタンプラリーを実施。期間内に3町すべてめぐった方には、最終立寄地のオリジナルミニ船絵馬をプレゼントします。

■日時 7月17日④から12月1日⑤まで 9時～16時

■場所 野辺地町中央公民館・鰯ヶ沢町中央公民館
深浦町歴史民俗資料館

☎ 野辺地町教育委員会(歴史民俗資料館)
☎・FAX0175-64-9494

十和田市 とわだ市民カレッジ第3講座 「お札で学ぶ日本の歴史」

十和田市にゆかりのある渋沢栄一や北里柴三郎が肖像となる新紙幣が発行されることを記念して講演を行います。

▶講師 河合 敦さん(歴史作家、歴史研究家)

▶受講料 無料

▶申込期限 7月5日④

▶申し込み方法 QRコード、FAXまたは電話でお申し込みください。

■日時 7月13日④ 午後2時から3時30分まで
(午後1時30分開場)

■場所 十和田市民文化センター

☎ 十和田市スポーツ・生涯学習課
☎0176-58-0186・FAX0176-24-3954



十和田市 謎解きイベント

「おさとうりー《お札・T(h)ree》」

謎解きをしながら市内を探索し、新紙幣モザイクアートを完成させるイベントです。イベントに参加し、アンケートに回答した人に抽選で十和田産品などをプレゼントします。

▶モザイクアート定員 600人(先着順)

※謎解きは定員なし

■日時 7月27日④から9月30日⑤まで

■場所 十和田市内
アートステーショントワダ(AST)ほか

☎ 十和田市まちづくり支援課 ☎0176-51-6725

小坂町 「観得泊得(みとくとまっとく)」

十和田湖周辺(秋田県側・青森県側)の提供宿泊施設に宿泊すると小坂町の明治百年通りにある観光施設が半額で利用できるキャンペーンです。

【半額適用施設】 康楽館(芝居観劇・施設見学)／小坂鉱山事務所(入場料)／小坂鉄道レールパーク(入場料)

■日時 通年

■場所 十和田湖周辺の提供宿泊施設と小坂町明治百年通りの観光施設

☎ 各宿泊施設または「明治の芝居小屋 康楽館」
☎0186-29-3732

有料広告

IHミートパッカー株式会社 従業員募集につき会社説明会のお知らせ



IHミートパッカー株式会社 十和田市大字三本木字野崎1番地

～会社説明会のご案内～

日時：令和6年7月19日(金)

①18:00～ ②19:00～

場所：六戸町文化ホール 視聴覚室

お問い合わせ先 TEL 0176-23-7321 採用担当 氏家

是非一緒に
働きませんか!!

図書館だより

本のリクエスト＆お問い合わせ⇒六戸町立図書館 ☎0176-55-4561

開館時間：午前9時30分から午後6時

休館期間：令和6年8月1日～令和7年3月31日まで

六戸町立図書館新築移転に伴う準備作業のため、令和6年8月1日㊥～令和7年3月31日㊥までの間、休館します。図書の貸出しをはじめ、カウンターサービスをすべて停止します。

町民のみなさまには、ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

なお、休館中も教育委員会へ御用のある方は図書館玄関からお入りください。

◇メイプル童話会情報◇

7月のメイプル童話会は、7月14日㊥10：30からです。図書館で行う最後のメイプル童話会です。皆さんぜひお越しください。

どんなお話がでてくるかな？お楽しみに！

◆7月の休館日◆

1日㊥・8日㊥・15日㊥
21日㊥・22日㊥・29日㊥

◇新着図書紹介◇

毎月の新着図書の一覧は町HPでも紹介しています。図書館資料案内→



六十路通過道中
群 ようこ



老いの上機嫌
樋口 恵子



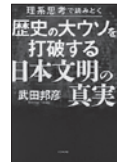
これならできる！
ハツ江おばあちゃん
の人気のお弁当
高木 ハツエ



読むだけでメンタル
が強くなっちゃう
漢方養生の本
ロンモメガネ



娘が巣立つ朝
伊吹 有喜



歴史の大ウソを打破
する日本文明の真実
武田 邦彦

一般図書

◆魂婚心中 ◆なんで死体がスタジオに!? ◆日本初の女性裁判所長 ◆1週間2000円ひとり暮らしごはん ◆心に効く美容 ◆ウソみたいな人体の話を大学の先生に解説してもらった ◆ウソみたいな宇宙の話を大学の先生に解説してもらった ◆ロジカルダイエツト3カ月で「勝手に痩せる体」になる ◆「この人なら！」と秒で信頼される声と話し方 ◆鬼の哭く里 ◆魔女の後悔 ◆黄昏のために ◆谷から来た女 ◆ルーマーズ俗 ◆霊怪真話 ◆何かをやりとげたいと思った、70歳の日本一周の旅 ◆皮膚ガスのはなし ◆ぼけ日和 ◆一枚裁ちでやさしく作る手ぬいの服 ◆うれしい朝ごはん ◆手編みのハンカチ ニッタオル101 ◆まいまいつぶろ ほか



かなたのif
村上 雅都



ちょっぴりながもち
するそうです
ヨシタケ シンスケ



名探偵コナン
キャラクターずかん
＝アニメ超ひやか
小学館集英社
プロダクション



ピカチュウでちゅ
かっしーのポケモン
えほん
かしわら あさお



パンダのソフト
クリームやさん
小川 かなこ



ゆめめられた世界
レット イット
ゴー (上)
ジェン・カロニータ

児童図書

◆ころころたまご ◆ゆめめられた世界レットイットゴー(下) ◆ふるかなふるかな？ ◆ムー認定！最恐！学校の怪談ビジュアル大事典 ◆ぱびゅぽポケモンかっしーのポケモンえほん ◆地球に暮らすぼくたちへ ◆夜明けをまつどうぶつたち ◆もりのはなやさん ◆NHKカガクノミカタ自分だけの「フシギ」を見つけよう ◆放課後ミステリクラブ4密室のウサギ小屋事件

有料広告

× 明るいセンスと技術 ×

六戸中央印刷

六戸町犬落瀬字明土67-1

TEL. 0176-55-3982

FAX. 0176-55-5358

E-mail rokuchuuou1032@bz01.plala.or.jp

六戸消防署
だより六戸消防署
☎55-2016

～火事と救急は119番～

火事の通報や救急車を要請するために消防署(55-2016)へ電話をかけてくる方がいるのですが、119番にかけたほうが圧倒的にスピーディーかつ正確です。
「火事と救急は119番」です。

また、軽い症状でも救急車を利用する人が増え社会問題になっています。救急要請が重なることにより、到着が遅くなるケースも増えると考えられ、心筋梗塞・脳卒中・大けがなど緊急を要する場合に救える命が救えなくなります。救急車は台数に限りがあり、本当に救急車が必要としている人のもとへ迅速に駆けつけられないということがないよう、119番通報する前に自家用車や、タクシーでは行けないのか、本当に救急車が必要なのかを考えてみましょう。

「救急車適正利用」について、救急車を必要とする人のためにご理解とご協力をお願いします。

不適利用の例

- ・日曜日だから、夜だから…大きな病院には休日夜間診療があります。休日は当番医もあります。
- ・早くみてほしいから…当然ですが、病院では重症の人を優先します。救急車優先ではありません。
- ・入院したいから…救急車で行ったからといっても入院できるわけではありません。軽症の人は処置後に帰宅しています。
- ・お酒が入ったから、車がないから…救急車はタクシーではありません。

熱中症に気をつけましょう『熱中症警戒アラート』発表時は、特に注意しましょう。



消防署では、応急手当の講習会(救急法)の依頼を随時受け付けております。お気軽にご相談ください。

問い合わせ先 六戸消防署 救急係 ☎0176-55-2016

警察署
だより十和田警察署
☎23-3195

君の正義が誰かの笑顔に

(警察官募集～大卒以外の方～)

十和田警察署 ☎0176-23-3195・六戸駐在所 ☎0176-55-2110

大学卒業(見込み)者以外の方を対象に警察官の採用試験を行います。試験日程、受験資格等は次のとおりです。

- 1 公 告 日 7月8日㊦
(試験案内等配布予定日)
- 2 受 付 期 間 7月16日㊦から 8月30日㊦まで
- 3 第 一 次 試 験 9月29日㊦[青森市、八戸市、弘前市]
- 4 第一次試験合格発表 10月4日㊦(予定)
- 5 第 二 次 試 験 11月中旬[青森市]
- 6 最 終 合 格 発 表 12月上旬
- 7 受 験 資 格

1992年(平成4年)4月2日から2007年(平成19年)4月1日までに生まれた方(大学を卒業した方または2025年(令和7年)3月31日までに大学卒業見込みの方を除く。)

※ 詳細については、試験案内等配布予定日以降に試験案内(申込書)を入手してご確認ください。

令和6年7月 十和田警察署 運転免許更新時 講習案内	優良運転者講習	1日㊦・2日㊦・5日㊦・8日㊦・9日㊦・12日㊦・16日㊦・19日㊦ 22日㊦・23日㊦・26日㊦・29日㊦・30日㊦
	一般運転者講習	5日㊦・8日㊦・12日㊦・19日㊦・22日㊦・26日㊦
	初回運転者講習	8日㊦・22日㊦
	違反運転者講習	5日㊦・12日㊦・19日㊦・26日㊦



相談会情報

ご参加いただく際は、各問合せ先にご連絡をお願いします。

働くことに悩んでいる若者の支援

自分に合う仕事が見つからない」「働きたいけど自信がない」など、さまざまな悩みを抱えている方やそのご家族の方を対象に、就労や自立について相談（登録・無料）を受け付けております。継続的な各種支援（セミナー・就労体験）等も行っています。

※定期出張相談に限らず、随時出張相談も実施しておりますので、お気軽にお問合せください。

対 象	15～49歳までの働くことに悩んでいる方およびそのご家族
定期出張相談	7月23日・9月24日・11月26日（火曜日）
開催場所	六戸町就業改善センター
支援の流れ	①相談受付 → ②個別相談（キャリア相談含む） → ③各種支援 → ④就職決定
問合せ先	はちのへ若者サポートステーション 八戸市十三日町4-1-1F ☎0178-51-8582 FAX0178-51-8583

令和6年
7/16
火

13:30
～15:30

不動産無料相談会

宅建協会三十むつ支部主催の不動産相談会を開催します。不動産の宅地建物取引（売買、賃貸借）等に関する相談、苦情等について、専門家が対応いたします。

（要予約【相談日の7日前まで】）

場 所	六戸町就業改善センター 1階相談室
次回開催日	令和6年9月17日（土）
予 約・ 問合せ先	六戸町まちづくり推進課 ☎0176-55-2411

令和6年
7/18
木

13:30
～15:30

弁護士無料法律相談会

弁護士無料法律相談は、インターネットトラブルや債務問題、悪質商法被害など、あなたのお悩みに弁護士が対応します。

（要予約【相談日の前日まで】）

場 所	六戸町就業改善センター 1階相談室
次回開催日	令和6年8月22日（土）
予 約・ 問合せ先	六戸町まちづくり推進課 ☎0176-55-2411

一人では悩んでいませんか？/ 自立に向けた相談窓口のご案内

仕事がなかなか
決まらない

仕事が
長続きしない

高齢だけど働いて
収入を得たい

社会参加して
なにかの役に立ちたい



あなたの生活の
困りごと

や
心配



家計が毎月赤字
どうしよう…。
（家計が心配）

うちの息子がずっと
働かないで家にいる。
将来どうしよう…。



その他
にも

借金が多すぎる（債務が心配）
医療費や税金、家賃や
公共料金が払えない（滞納が心配）
病気で生活に困っている（健康が心配）

「なにをどうすれば
いいかわからない」
と立ち止まらずに
一緒に進んでみませんか？

どなたでも
ご相談ください。

上北地域自立相談窓口

上北郡七戸町字七戸198-2
FAX 0176-27-5631

（対象地域：野辺地町・七戸町・六戸町・横浜町・東北町・六ヶ所村）

☎0176-27-5630

フリーダイヤル
（青森県社会福祉協議会）

スマホからでも
相談無料・通話料無料

0800-800-7114

7月の行事・健康カレンダー

主な施設の休館日	
文化ホール	図書館
22日㊥	1日㊥・8日㊥・15日㊥・21日㊥ 22日㊥・29日㊥

小松ヶ丘出張所 開所日(毎週㊥)
2日・9日・16日・ 23日・30日

1	月
2	火 HIVに関する相談、B型及びC型肝炎検査(上十三保健所)※要予約 ルーシーダットン教室(総合体育館) 心配ごと相談所(六戸町老人福祉センター)
3	水
4	木
5	金
6	土
7	日
8	月
9	火
10	水 合同進路講演会(六戸中・七百中)
11	木
12	金
13	土 中体連県大会(～15日)
14	日
15	月 ●海の日
16	火 HIVに関する相談、B型及びC型肝炎検査(上十三保健所)※要予約 心配ごと相談所・行政合同相談(六戸町老人福祉センター)
17	水 精神保健福祉相談(上十三保健所)※要予約
18	木
19	金 4・12か月児健診(就業改善センター) 1学期終業式(六戸小・大曲小・六戸中・七百中)
20	土
21	日
22	月
23	火 ルーシーダットン教室(総合体育館) 1学期終業式(開知小)
24	水 療育相談(上十三保健所)※要予約
25	木
26	金 3歳児健診(就業改善センター)
27	土
28	日
29	月
30	火
31	水

ろくのへサマー
フェスティバル
19日・20日
(町総合体育館駐車場)

●編集後記●

▶青森県内で「ツキノワグマ出没注意報」が発令され、町内でもクマの目撃情報が増えています。町では防災行政無線の他に情報発信アプリ「ろくのへ防災・行政ナビ」でもクマの目撃情報を発信していますので、身を守るためにも是非ご利用ください。

アプリは
こちらから



Android用



iPhone用

カレンダーに掲載の行事等は、内容等が変更する場合がありますのでご了承ください。

町税・保険料 納期限

固定資産税(2期)
国民健康保険税(1期)
介護保険料(1期)
後期高齢者医療保険料(1期)

の納付月です。

納期限は **7月31日**㊥

戸籍の窓口

＊お誕生＊

✳️	畠山 大瑚 ^{だいこ}	高 館
	(父 拓弥 母 明里)	
✳️	杉山 茅 ^{かや}	館 野
	(父 真一 母 琴音)	
✳️	佐藤 想太 ^{そうた}	館 野
	(父 元 母 光)	
✳️	畠山 心柳 ^{こな}	高 館
	(父 尚弥 母 美咲)	
✳️	守田 華柳 ^{はな}	小松ヶ丘
	(父 航 母 美穂)	

♡ご結婚♡

♡	(河野 新大	たての台団地
	下田 彩未	ひばりヶ丘住宅

❖おくやみ❖

❖	佐藤 ユリ(91歳)	上 町
❖	北田 七郎(77歳)	七 百
❖	山本 喜一郎(94歳)	通 目 木
❖	沖沢 武雄(94歳)	沖 山 平
❖	金沢 とみ子(68歳)	金 矢
❖	沢目 孝一(94歳)	上 町
❖	吉田 栄子(84歳)	米 沢
❖	下田 雅雄(76歳)	七 百
❖	圓子 豊(68歳)	入 口
❖	円子 チナ(87歳)	下吉田(二)
❖	高森 好助(93歳)	折 茂
❖	小野 澄江(95歳)	折 茂
❖	田中 民夫(74歳)	南 町(二)
❖	山内 ソノ(97歳)	上 吉 田
❖	杉山 盛夫(71歳)	中 町

戸籍の窓口掲載欄は、届出時に確認し、希望者のみ掲載しています。他市町村で届け出した場合でも掲載することができます。

まちなうごき(令和6年5月末現在)

区分	人 口	前月比	前年同月比
男	5,251	-9	-41
女	5,374	+1	-84
合計	10,625	-8	-125
世帯	4,712	-3	+46
転入	27		
転出	24	-	-
出生	10	-	-
死亡	21	-	-



6時66分 6door's (シックス・ドアーズ)

町の有志団体「6door's」(シックス・ドアーズ、藤村真代表)のメンバーは6月6日にちなみ、6時66分(午前7時6分)から町内3小学校前でハイタッチあいさつ運動を行い、登校する児童たちを迎えました。

六戸小学校(中野睦子校長)では、11人のメンバーと佐藤町長が参加。メンバーはメイプルくんの被りものを身に付け、児童との元気なあいさつとハイタッチを交わしていました。

藤村代表は「あいさつで子どもから元気をもらえるし、お互いに良い気持ちになれる。6が並ぶ日に、この学校での活動が最後ということが感慨深い。できる限り活動を続けていけたら」と話していました。



六戸小学校



大曲小学校



開知小学校

六戸町長杯グラウンド・ゴルフ交歓大会

町グラウンド・ゴルフ協会(佐賀均会長)主催の第14回六戸町長杯グラウンド・ゴルフ交歓大会が町総合運動公園で開催されました。県内各地から400人を超える愛好家らが参加し、園内に設けられた2コース各32ホールをグループごとに回り、個人の最小合計打数で順位を競い合いました。

数字の「6」が並ぶ日を記念して、6位入賞者にも景品を用意。さらに、六戸町観光協会(渡辺俊一会長)が参加者分の青森シャモロック ザ・プレミアム #6(ナンバーシックス)を使用したプレシャモ汁を無料で提供しました。プレーで汗を流した参加者からは、「良い味!」「無料で食べられるのはありがたい」などの声があり、大盛況でした。



ナイスショットを見せるプレイヤー



県内各地から訪れた多くの参加者



プレシャモ汁、美味しい〜

○六戸町からは以下の方が入賞されました

Aグループ 女子 10位 松村加代子さん(80打)

Bグループ 女子 10位 瀬川 妙子さん(81打)