

広報

ろくのへ



さわやかな秋空の下で...!

ホームページアドレス▶<http://www.town.rokunohe.aomori.jp>
 携帯電話用▶<http://www.town.rokunohe.aomori.jp/k.htm>
 Lモード用▶<http://www.town.rokunohe.aomori.jp/lmode.htm>

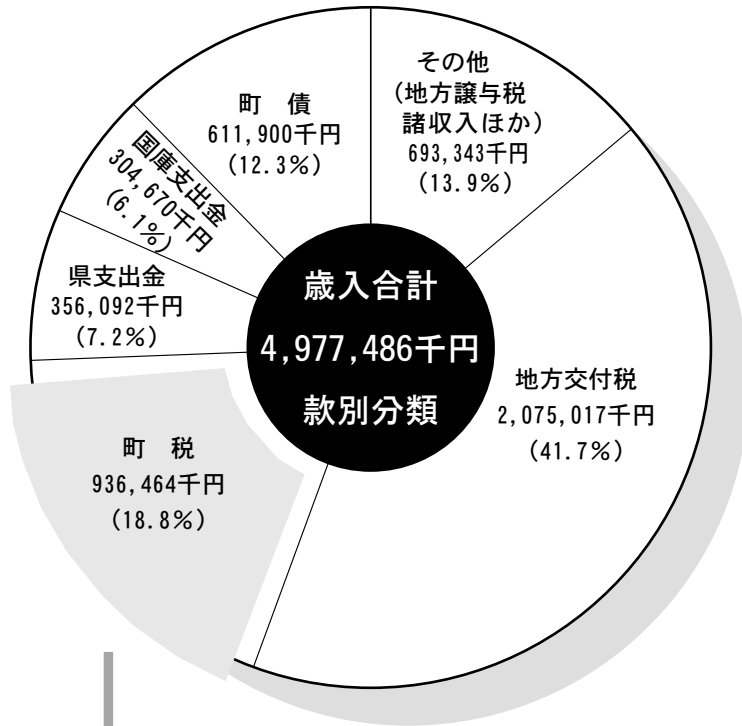
CONTENTS ● 目次 ●

平成16年度一般会計決算のあらまし	2~3
かえでのまちのできごと・東京六戸会たより④	4~5
職場体験	6
平成17年度排水設備工事に係る配管工認定講習及び責任技術者更新講習、配管工更新講習	7
鄧さんがんばる！	8
メイプルタウンフェスタ2005イベントのご案内	9
保健師しおりの健康講座	10~11
インフルエンザ予防接種実施のお知らせ	12
麻しん(はしか)と風しんの2回接種制度が導入されます	13
図書館ホットニュース	14
六戸消防署からのお知らせ	15
インフォメーション・お知らせ	16~17
火災報知器のお知らせ	18
11・12月カレンダー	19

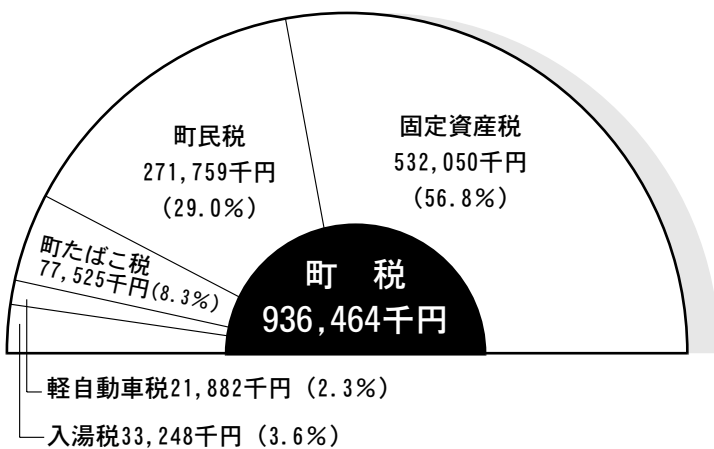
2005
NOV 11
NO.484

決算のあらまし

歳入の内訳



町税の内訳



平成十六年度一般会計と六つの特別会計の決算が、平成十七年、第六回町議会定例会(平成十七年九月)で認定されました。

みなさんが納めた税金や、国・県からの補助金・地方交付税などがどれくらい入り、どのように使われたかを図表でお知らせいたします。

平成十六年度の一般会計の決算額は歳入で四十九億七千七百四十八万六千円、歳出が四十七億七千九百三十九万六千円、翌年度への繰越事業一千四百八十六万円、差し引き一億八千三百二十三万円となり、うち基金繰入額一億円、平成十七年度へ八千三百二十三万円の繰越となりました。

歳入決算額のうち、自主財源は十三億三千七百二十八千円で二十六・九%、依存財源は三十六億四千四十五万八千円で七三・一%となりました。

特別会計

歳入	会計	歳出
1,163,610千円	国保事業計	1,133,582千円
904,190千円	老人保健計	904,188千円
476,633千円	病院事業計	469,353千円
395,109千円	下水道事業計	394,609千円
122,875千円	農業集落排水計	122,875千円
941,997千円	介護保険事業計	917,085千円

議会費

99,340千円(2.1%)

総務費

719,841千円(15.1%)

衛生費

444,260千円(9.3%)

労働費

3,391千円(0.1%)

商工費

146,872千円(3.1%)

消防費

267,214千円(5.6%)

公債費

670,546千円(14.0%)

農林水産業費

426,781千円(8.9%)

土木費

564,978千円(11.8%)

災害復旧費

7,691千円(0.2%)

民生費

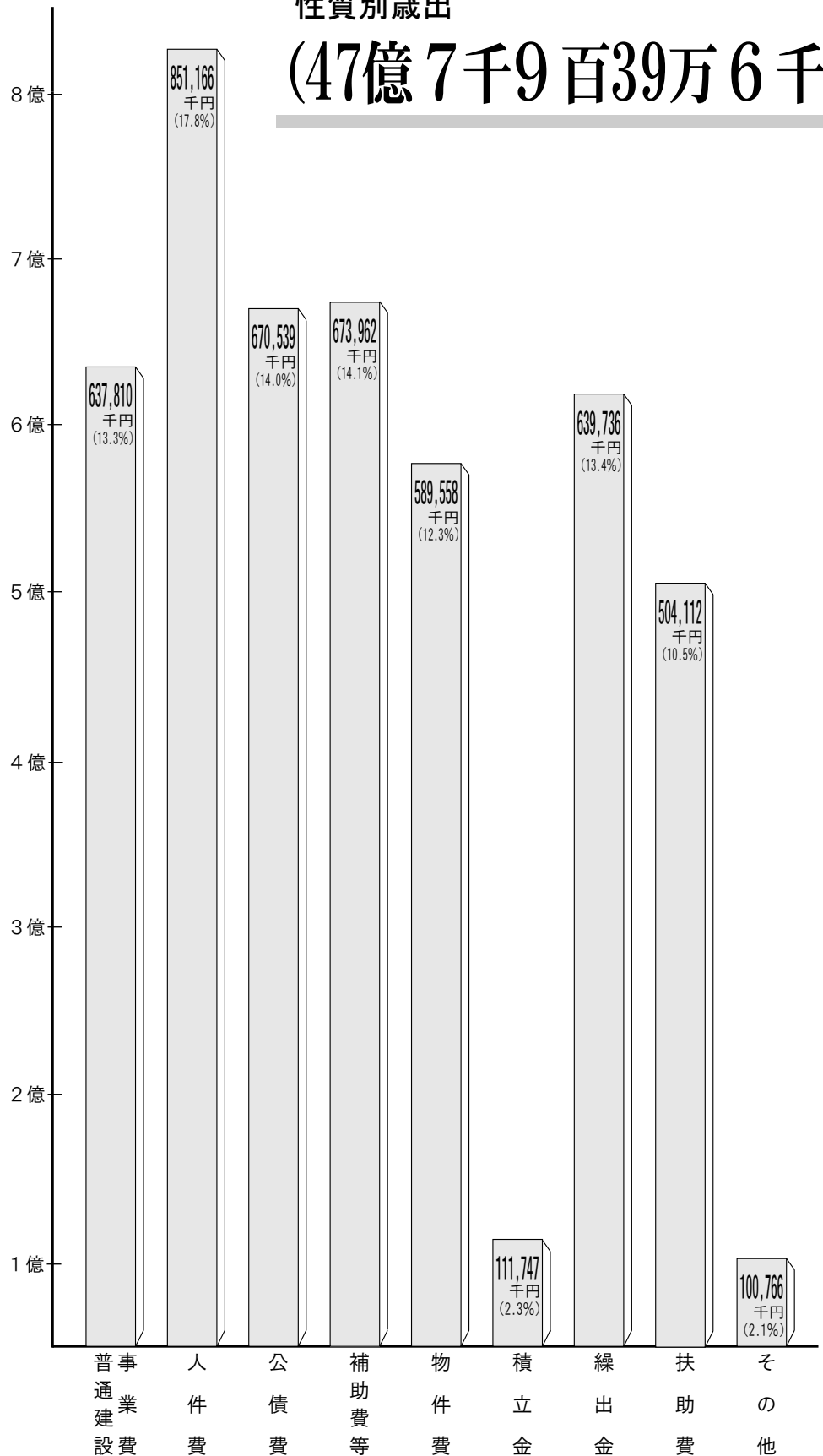
941,411千円(19.7%)

教育費

487,071千円(10.2%)

性質別歳出

(47億7千9百39万6千円)



真っ赤なアップルに大はしゃぎ!

10月12日、米軍三沢基地内のソーラス幼稚園の園児とその父兄約50名が観光の

んご園「六戸わい化りんご村」を訪れ、りんごの収穫を体験しました。

秋空の下、トラクター列車に乗った園児たちは、りんご畑に到着するなり大興奮、真っ赤に実ったりんごを手に「アップル、アップル!」などと大歓声を上げていました。

同りんご園には毎年三沢基地の子どもたちが多数収穫に訪れています。皆さんもぜひ収穫体験に訪れてみてはいかがでしょうか。
(11月20日まで営業予定) 問い合わせは、「六戸わい化りんご村」
☎05103



▲ベリーナイス!!

「あなたです 火のあるくらしの見はり役」 ～六戸町消防団消防訓練～

▶消防訓練をする団員ら



10月16日、むつみ河川敷公園にて六戸町消防団消防訓練が行われました。
これは、17日から23日までの秋の火災予防運動を前に、消火活動の一連の動作(揚水、放水)訓練を目的としたものです。訓練とはいえ、消防団の表情は真剣そのもの。実演後、消防署員より指導・助言を受けました。
訓練終了後には、各分団対抗の玉落とし競技が行われ、放水の腕を競い合いました。

武田梨江さん(七百中)が 県弁論大会で優勝!

中学生がスピーチ力を競う県英語弁論大会が9月27日、三沢市で行われ、暗唱の部で七百中学校3年生の武田梨江さんが優勝し、10月28日に秋田市で行われる東北大会への出場を決めました。

10月24日、役場を訪れた武田さんと小向教諭は、吉田町長と田中教育長に優勝を報告。

東北大会という大舞台を前に、武田さんは「自分のベストでいつものおりのスピーチをしたいです」と語ってくれました。

さらに武田さんは、11月11日、三



▲吉田町長(右)に優勝報告する武田さん(中)と小向教諭(左)

沢市公会堂で行われる第4回青森県中学校総合文化祭舞台発表の部でスピーチを披露する予定です。

深紅の優勝旗を手に

六戸中学校ソフトボール部が表敬訪問

このほど、六戸中学校ソフトボール部が役場を訪問し、これまでの成績結果と東北大会へ向けての抱負を語りました。

同部は、10月15日・16日に平賀町で行われた平成17年度青森県中学校男女ソフトボール選手権大会(中学新人戦県大会)において、圧倒的な強さ

で優勝し、平成18年5月に開催される東北大会への切符を見事手に入れました。

最後に部員たちは、吉田町長と田中教育長の前で、六戸ソフト部の気合いの入った掛け声を披露し、東北大会での活躍を誓いました。



▲うれしさいっぱいの六中ソフトボール部員

IT'S 笑 TIME! ～東京バラエティー寄席～

町文化ホールにて9月27日、宝くじ文化公演「東京バラエティー寄席」が開催されました。

当日は落語家の三遊亭楽太郎さん、なーんでか?のフリースで有名な堺すずむさんも出演するおあって会場は満員御礼。普段テレビで見ると出演者の漫才や漫談、落語に客席からは大きな拍手と歓声が沸きあがりました。



▲TVでおなじみの三遊亭楽太郎(左)と堺すずむ(右)

元気に清掃 ボランティア!

10月19日は「シルバーの日」。皆さんご存知でしたか?

この日、おいらせ広域シルバー人材センターでは会員約100名が、六戸町、下田町、百石町に分かれ、清掃ボランティアを行いました。



六戸町では約30名が、館野公園隣接のやすらぎ駐車帯周辺を清掃。参加した会員の方々は、シルバーでの活躍に生きがいを求め汗を流していました。

まちの人事

9月1日付で、国民健康保険病院に次の2名が新採用となりましたのでお知らせします。



医員 中村 忠弘



栄養士 成家 紘子



東京「六戸会」たより — 義経伝説随想 — 64

今年の大河ドラマ「義経」もいよいよ最終盤を迎え、兄頼朝との確執ますます深まり、平泉への東下り、そして悲劇の結末へと向かうようです。

義経が父とも頼朝奥州の雄・藤原秀衡は義経一行が平泉にたどり着いて間もなく死去。秀衡が一族へ残した遺言には「義経を大将軍として事にあたれ」とあったが、後を継いだ泰衡は義経追討を執拗に迫る頼朝の圧力に抗しきれず、ついに衣川館を襲撃。一代の英雄・義経は妻と娘を手につけて、三十一歳の生涯を終える。その首は鎌倉へ送られ、宿敵・梶原景時らにより検分された...

この「伝説」の論拠は次のようなものです。いわく、平泉から送られた義経の首は、四十日以上も要して鎌倉に着いた。時は夏、着いた時にはすっかり腐乱していて、検分もままならず、義経のものではなかったかもしれない。

義経は平泉を逃れ蝦夷島へ渡ったらしいという「俗伝」が徳川時代の歴史書「本朝通鑑」「大日本史」に載っている。義経主従の「北行伝承」は、前記、三蔵にいたる道筋に正確に限られており、「こ」をはずれた地には存在しない。これは単なる「判官ひいき」による伝説ではなく、「真実の伝承」といえるのではないかと...

千年近くわたって語り継がれる義経伝説。「こ」はどのように義経は日本史上まれに見るスーパー・スターなわけですが、私はこの「義経北行伝説」が、当時中央政府の影響力が及ばない

「夷狄(いてき)の地」(未開・異民族の地)となっていたのが故郷方面に多く残されているようにも興味を覚えます。

そもそも奥州藤原氏は、頼朝・義経の先祖、源頼義・義家親子に滅ぼされた夷狄の部族、安倍氏・清原氏に繋つながっています。頼朝は武家中心の統一国家を作るために奥州藤原氏を何とかして征服する必要があったので、その壮大なプロジェクトの中で、義経の悲劇は起ころ、伝説が生まれました。私にはこの「義経北行伝説」には、「判官ひいき」の心情もともな、頼朝たち「中央勢力」に対する「みちのく・夷狄の地」からの「切ない反抗の心情も含まれているように思えるのですがどうでしょう...

南部の祖とされる南部三郎光行が頼朝からの恩賞として青森県地方(糠部)を賜り、八戸に来るのは平泉の藤原氏が滅んで二年後のことだといわれています。以来、わが「夷狄の地」は徐々に中央の勢力下に置かれていったようです。

記・大澤 由喜(六戸中39年度卒)

※お知り合い・親戚の方で東京六戸会入会ご希望の方をお知らせください。年会費は千円です。

◎東京六戸会事務局

〒120-0011
東京都足立区中央本町1-18-18
田中ワカ子(六戸中36年度卒)
TEL FAX 03-3840-7147



義経が最後をとげたとされている場所に建つ「義経堂」(平泉町・高館)

六戸中学校「職場体験記」

9月29日、30日の両日、六戸中学校3年生の67人が、町内と十和田市の事業所など17ヶ所に分かれ、職場体験学習を行いました。

六戸町役場では5名の生徒が職場体験を行いました。総務課では、鈴木悟さんと木村竜駆さんが記事作り・写真撮影などの広報体験。産業課では、田中緒人さんと佐藤裕美子さんが転作の現地確認・メイプルふれあいセンターの業務など、建設下水道課では奥村悠太さんが土木に関する測視や維持管理業務を体験しました。

実社会の中で、職業とは何か、働くこととは何かを学ぶための今回の研修で得たものは大きかったのではないのでしょうか。ここで、実際に広報の仕事を経験した2名の生徒がつくった広報を紹介します。

「秋を見つけました」 ～館野公園～

六戸中学校 3年

鈴木 悟

すっかり寒くなつて、みなさんどうお過ごしでしょうか？

木々も色づき、暗くなるのが早くなりました。今回、僕は「秋」をテーマに記事を書いてみたいと思います。

まず六戸には素晴らしい所がたくさんあることをみなさん知っていますか？ その中でも六戸町のシンボリックな存在となっている「館野公園」を探索してみました。
春には山桜が咲き乱れ



館野公園の憩いの場



“秋の気配”

館野公園も、秋はまだ他の季節とは違った顔を見せてくれます。一面ピンクだった木々は、夏を過ぎ、赤や黄色に姿を変え色とりどりの紅葉に。初々しかった公園も全体に味が出てきました。赤とんぼ、松ぼっくり、枯れ葉など、どれも「秋」と思えるものばかりです。

家族で楽しく散策したり、一人ペンで読書というのとも良いかもしれません。

「秋」にしか見れない館野公園に、一度足を運んでみてはどうでしょうか!!

「広報の仕事、大変でした」

六戸中学校 3年

木村 竜駆

今回、役場の仕事を体験させて頂けるといって、実際に広報を担当しました。皆さん、広報という文章が書いてあって、写真が載っているだけとは思っていませんか？ 私も実は初めそう思っていて、この広報を何気ない気持ちで読んでいました。しかしそれは私の思い違いであって、この仕事はもっと大変なものだったのです。

まず文章ですが、私がこの記事にだどり着くまで何度もやり直しをしました。記事を書くのはなかなか容易なことではありません。実際に広報の



総務課の職場風景



仕事風景

担当の方もそうおっしゃってました。あと、表紙に載る写真一枚とっても、大きさは色味、バランスなど多くの事を考えなければいけません。記事に載せる写真にしても距離、角度、光の加減などいろいろあります。そしてこれらすべてを一人で編集したり、校正したりして、最終的には町民の皆さんに読んでもらうのです。私も実際、この記事を書いてみてこれがひとつ出来るまでの苦労がよく分かりました。

普段、何気なく読んでいた広報でも、こういった様々な努力があってようやく皆さんに読んでもらえるのです。そう考えるとこの仕事を体験させて頂いて本当に良かったなあと感じます。今後この経験をいろいろな事に役立てていきたいと思っています。

編集後記

木村 竜駆

最初は難しいイメージがあった役場ですが、実際に仕事をしてみるとすごく面白かったです。こつこつと広報の記事を載せて頂いたことも本当に良かったです。最後にこの場を借りて、協力してくれた六戸町役場の皆さんにお礼を申し上げます。ありがとうございます。

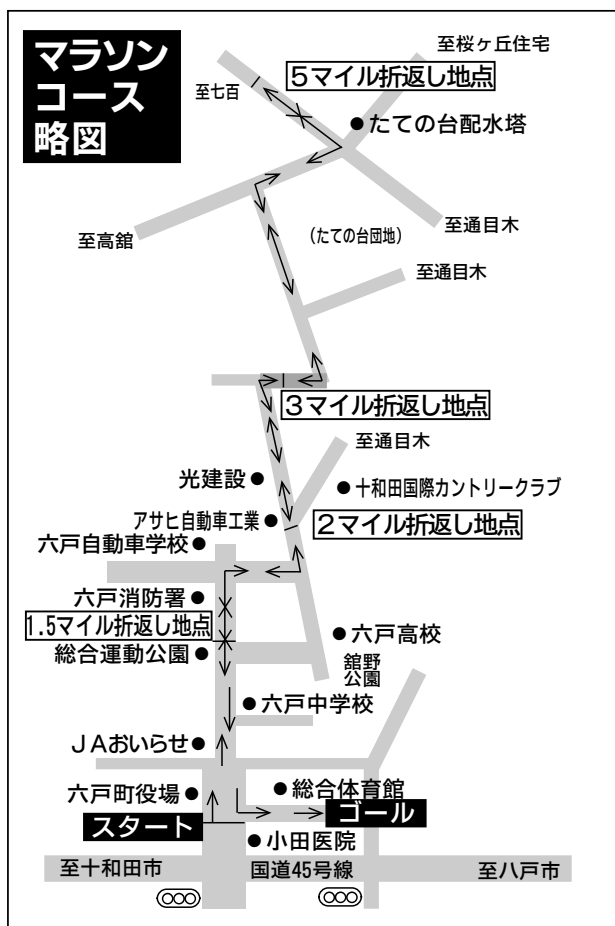
編集後記

鈴木 悟

役場に来る前、僕は堅いイメージがありました。最初、だいたいの説明を受け、「ああ、やっぱり役場は堅苦しいな」と思い始めていました。しかし、仕事を始めると、自分の考えが180度変わりました。温かい仕事場、親切な人や面白い人など、本当に素晴らしい所です。
この記事を読んで、広報のくへを「見る」ものから「楽しむ」ものにしてもらったら嬉しい限りです。

平成17年度排水設備工事に係る配管工認定講習及び 責任技術者更新講習、配管工更新講習

	配管工認定講習	責任技術者更新講習	配管工更新講習
実施日等	八戸会場（八戸市） ユートリー 平成18年1月31日(火) 14時～	八戸会場（八戸市） 八戸プラザホテル 平成18年1月30日(月) 14時～	八戸会場（八戸市） ユートリー 平成18年2月1日(水) 14時～
	*他に青森会場、弘前会場、五所川原会場がありますが実施日が異なります。（詳しくは建設下水道課まで）		
受付等	●申込受付 平成17年11月28日(月)から12月15日(木)まで建設下水道課で受付 (申込書は平成17年11月22日(火)から建設下水道課で配布します。)		
	配管工認定講習	責任技術者更新講習	配管工更新講習
受験資格	①排水設備工事又は給水装置工事の施工に関し、指定工事店等で講習の実施日において1年以上の実務経験を有する者 ②合併処理浄化槽等の工事の施工に関し、講習の実施日において1年以上の実務経験を有する者 ③その他②準ずる者として支部長が認める者	*平成18年3月31日に有効期限満了となる者 *今回の更新講習を受講しなければ、取得した資格を失うこととなります。 *追加講習等は実施しません。	*平成18年3月31日に有効期限満了となる者 *今回の更新講習を受講しなければ、取得した資格を失うこととなります。 *追加講習等は実施しません。
受講料	4,000円（申込と同時に納付）	4,000円（申込と同時に納付）	3,000円（申込と同時に納付）



メイプルタウンフェスタ2005 マラソン大会

平成17年11月12日(土)

〔10時スタート→11時40分終了予定〕
皆さまのご協力をお願いいたします。

- コースを通行する方へお願い
 - ・コースとなっている道路では、選手が通過する時間帯に交通指導隊及び大会スタッフにより交通整理をおこないますので指示にしたがってください。
 - ・選手のよこを通過するときは、接触事故等には十分に注意してください。
- 沿道の皆さまへお願い
 - ・選手が通過する時間帯には、お近くの方は沿道でご声援をお願いします。
 - ・愛犬などは、レース中はつなぐか、手から離さないようにしてください。
 - ・自転車等に乗り選手に伴走することは、危険ですからしないでください。
- 主催/六戸町
- 主管/メイプルタウンフェスタ2005マラソン大会実行委員会

鄧とんさんががんばる！

異国探検記パート2



「三沢にて」

刀削麺大人気」

皆様、こんにちは。鄧仁有です。

10月1日は中国では国慶節で、日本のゴールデンウィークのような連休になります。

この日は三沢国際交流教育センターで「ミニ・インターナショナルフレンドシップフェアが開催される日でした。私はこの日の朝9時頃に会場に入りました。会場にある六戸町の展示コーナーがひときわ目立っていました。このコーナーには私が持っている切符の絵や記念切手、有名人の書などを展示しました。その中には最近中国から持ってきた天津楊柳青木版年画も飾ってみました。

このフェアでは他にアメリカ、韓国など外国の展示が多くありました。私はこれらの展示品をゆっくりに見る時間がありました。

会場奥の各国試食コーナーには私の中国料理「刀削麺」コーナーがありました。着いてから、早速準備に入りました。先ず、トマト類とお肉類のタレを作りました。その後、鍋の水を沸騰させてから、練った生地を持ち、包丁で削りました。まもなくコーナーの前には長い列が出来ました。試食者は絶えなかったです。

会場に向かう途中ずっと雨が降っていたので、私は「これでは今日はたぶん入館者が少ないでしょう。」と他のスタッフに話をしましたが、意外に来館者が多くて、コーナーの前では試食者がずっと列を作っていました。

今回は試食材料を大目に用意しました。100人分くらい用意しましたが、結局100人を超えました。最後には用意したごんがり（ごんがり）が足りなくなりセンターのお椀を借りました。フェア終了のぎりまで試食する方もいました。このように料理を作り、猫の手も借りたにほど忙しかったのです。他のところを回る余裕がなかったですが、こんなに人気があるとは思いませんでした。

交通事故ゼロを目指して…

～六戸町交通安全協会からのお願い～

町交通安全協会は、次の12支部で構成され、町からの補助金と十和田地区交通安全協会からの交付金（自動車運転免許証更新時の地区安全協会会費の一部）で活動しております。

各支部では、交通安全母の会会員の方々と連携しながら地域住民（最近、特に幼児や高齢者）が交通事故の犠牲に遭わないよう、のぼり旗等を設置して交通安全の啓発活動や小学校通学路を中心とした早朝街頭指導、危険箇所の点検等を行っております。しかし、依然として交通事故は頻繁に発生しております。ひとり、ふたりが気をつけても交通事故は減少しません。地域をはじめ国民全員が交通安全意識を持ち、交通ルールとマナーを守らなければなりません。

地域社会から交通事故犠牲者を出さないためにも皆様のご理解と町交通安全協会・各支部の活動に対しましてもあわせてご理解ご協力くださるようお願いいたします。

- ①柳町支部
- ②上吉田支部
- ③長谷支部
- ④折茂支部
- ⑤六戸第1支部
- ⑥六戸第2支部
- ⑦六戸第3支部
- ⑧七百支部
- ⑨大曲第1支部
- ⑩大曲第2支部
- ⑪大曲第3支部
- ⑫昭陽支部

◆問い合わせ：六戸町交通安全協会事務局 六戸町町民課内

担当 田中 洋 ☎55-3111 内線125



（平成17年度秋の交通安全運動街頭PR実施の様相）

いきいきシルバー交通安全強調月間

平成17年11月1日(火)～11月30日(木)

この時季は、日没が早く夕暮れから夜間における高齢者の交通事故が多発する傾向にあります。県民一人ひとりが交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣づけ、高齢者の交通事故を防止しましょう。

暗闇の 命が光る 反射材
～青森県交通対策協議会～

イベントのご案内

11/
12 土

総合体育館

- オープニングセレモニー〈午前9時30分〜〉(鏡開き)
- 幼稚園・保育園・高校合同発表会〈午前10時〜11時〉
- 全日本とろろ早食い選手権大会〈午前11時30分〜午後1時〉
- 下田清美・山本克彦2人のピックショー〈午後1時40分〜2時30分〉
- メイプルなわとび選手権〈午後3時〜4時30分〉

体育館外

- メイプルマラソン大会〈午前10時スタート〉
- 白バイ展示コーナー・安全運転体験コーナー〈午前10時〜午後3時〉

文化ホール

- アマチュアバンド音楽祭 Super Live Rock'n! Night2005
〈午後1時〜8時〉

メイプルタウンフェスタ2005

総合体育館

- 農業展表彰式〈午前9時〜10時30分〉
- マジレンジャーショー (1回目)〈午前11時30分〜〉
- ゲッツ!大玉にんにく〈午後1時10分〜2時30分〉
- 町郷土芸能「上吉田大黒舞」〈午前10時50分〜〉
- 「上吉田南部駒舞」〈午前11時05分〜〉
- 「鶴喰鶏舞」〈午後12時30分〜〉
- 「折茂今熊神楽」〈午後2時30分〜〉
- マジレンジャーショー (2回目)〈午後3時〜〉

11/
13 日

体育館外

- 献血コーナー〈午前10時〜午後3時30分〉
- 自作山車展示〈午前10時〜3時〉 ● 三輪車レース〈午後1時〜3時〉

文化ホール

- 文化協会舞台部門合同発表会〈午後2時30分〜5時30分〉
- 手作り王国〈午前10時〜午後1時30分〉
 - ・ プラ板工作コーナー ・ 南部さきおりコーナー ・ かた染コーナー ・ 絵馬絵付コーナー
 - ・ 津軽風絵コーナー ・ メイプルカイトコーナー

2日間の共通イベント

総合体育館

- 「戸」のじまん市・お楽しみ抽選会
- 「戸」の市町村観光物産紹介 ● 農業展 ● 健康コーナー ● 商工バザー
- 商工会建設工業部会チャリティーコーナー ● 企業展 ● 消防展

体育館外

- シャモロック1000人鍋〈午前11時〜午後1時頃〉
- 農産物即売 ● 六戸産牛肉即売 (バーベキューあり)
- 食堂コーナー ● 各種模擬店 ● ちびっこパーク (フワフワ、バルーンドーム)
- メイプル煎餅焼きコーナー

お客様感謝デー

就業改善センター

- 町民文化祭〈午前10時〜午後5時〉※但し13日は午後4時まで

図書館

- 小・中学校作品展〈午前10時〜午後5時〉※但し13日は午後4時まで

両日、先着150名様につつじ苗木をプレゼント (第二体育室)

メイプルふれあいセンター

なべこだんご 1杯100円
ふれあいフリーマーケット

※町民バスは平常ダイヤで運行します。どうぞご利用ください。 ※但し5便は運休します。

■主

催:メイプルタウンフェスタ実行委員会

■問い合わせ先:六戸町役場産業課

TEL 55-3111 FAX 55-4619

保健師 しおりの 健康講座



“今月は
「食欲の秋」
です”

「何を食べてもおいしい！」…それは健康である証拠で、こんなに幸せなことはありません。今の時期、食欲の秋と言われているだけあって、おいしい食べ物がたくさん周りにあふれており、何故かいくらでも食べられるような気がします。でも、その食欲につられてパクパク食べ、ふと我に返り後悔することはありませんか？

今年の健診も終わり、そろそろ結果がみなさんの手元に届いている事だと思います。血糖値・コレステロール値などが高めだったり、体重が増えてきたり…どうしよう！と思っている方もいるのではないのでしょうか。車社会になり、また、仕事が忙しいという理由もあって慢性的な運動不足になっているにもかかわらず、必要以上においしいものをたくさん食べ過ぎている傾向にある人が増えてきています。大体、300kcal程余計に摂っているようです。

たった300kcalが日々貯金されていくわけで、その結果、様々な生活習慣病を引き起こす原因になるのです。特に糖質(主食類、果物類、お菓子類)は、知らないうちに意外と食べ過ぎることが多いかも。

そこで、運動によりエネルギー消費量を増やさなければならないのと同時に、自分の摂るべき適正エネルギー量を知ること、また、普段何気なく食べているいろんな食べ物がどのくらいのエネルギー量なのかを理解して、摂りすぎているか知ることが大切です。

300 kcal消費するのに
約1万歩も歩かなければ
ならない！

1日に摂るエネルギー量(あなたの適正エネルギー量)は、

$$\square \text{ kcal} = \text{標準体重} \square \text{ kg} \times \text{身体活動量} \square \text{ kcal}$$

自分で計算して
みましょう！

標準体重の計算式

$$\text{身長} (\quad) \text{ m} \times \text{身長} (\quad) \text{ m} \times 22$$

BMIの計算式

$$\text{体重} (\quad) \text{ kg} \div \text{身長} (\quad) \text{ m} \div \text{身長} (\quad) \text{ m}$$

★BMIが22のとき、もっとも病気になる確率が低いといわれています。

例) 身長170cm、体重70kgの人なら…

$$\text{BMI} \rightarrow 70 \div 1.7 \div 1.7 = 24.2$$

$$\text{標準体重} \rightarrow 1.7 \times 1.7 \times 22 = 63.6$$

～BMI判定～

18.5未満	やせ
18.5～25.0	正常
25.0以上	肥満

身体活動量とは…

★からだを動かす程度によって決まる量

- 軽労働(デスクワーク中心の人、主婦) → 25～30kcal
- 普通の労働(立ち仕事、外回りの多い人) → 30～35kcal
- 重労働(力仕事が多い人) → 35kcal以上

★3食なるべく均等に食べましょう！

1日の適正摂取エネルギー量は分かったと思います。でも、それが範囲内におさまっても、時間がないので朝食は抜き、その代わり夕食はボリュームたっぷりのもの、さらに寝る前に一口二口・・・こんな食べ方では肥満を招き、血糖値を上げてしまうことになります。また、範囲内でも野菜は食べない等偏った食べ方でももちろんいけません。バランスの取れた食事を1日3回、なるべく決まった時間に食べるようにしましょう。朝昼晩の食事比率はなるべく均等に、そうでなければ、これから活動する朝や昼にしっかり摂る方が好ましいようですよ。

ごはん1杯分(110g・160kcal) = 他の食べ物(主に糖分を含む物)ではどのくらいの量に相当するのでしょうか？
知らずに摂りすぎていませんか？

お正月、おもちを何個食べているでしょうか？

晩酌しているお父さん、実はご飯とアルコール類は同じ糖分からできています。摂りすぎると血糖値や中性脂肪の上がる原因になるかも…



めん類を食べる時、ご飯もなきやダメだ！と食べていませんか？

- | | | | |
|---------------------------|--------|----------|-------------------------|
| ★切り餅 | 1と1/3切 | ★ビール | 大ビン 2/3本 |
| ★中華そば | 1/2玉 | ★日本酒 | 1合 |
| ★うどん | 2/3玉 | ★ウイスキー | ダブル1杯 |
| ★食パン6枚切 | 1枚 | ★焼酎(25度) | 2/3合 |
| ★あんぱん
(1コ当り60gのもの) | 1個 | ★ワイン | グラス2杯
(1杯当り100mlのもの) |
| ★ショートケーキ
(1コ当り100gのもの) | 1/2個 | ★柿 | 中2個
(1コ当り150gのもの) |
| ★シュークリーム
(1コ当り70gのもの) | 1個 | ★りんご | 大1個
(1コ当り300gのもの) |
| ★大福
(1コ当り70gのもの) | 1個 | ★みかん | 3個
(1コ当り120gのもの) |

しかも！
お酒を飲む時にはつまみも食べるので要注意。

さらに、アルコールは栄養が少ない割にカロリーが高いようです…

※グラム数はあくまでも目安の量です

ケーキなど甘い物は別腹と言うけれど？
いえいえ、ちゃんと糖分もカロリーも高い…。

果物は体によいとは言っても、食後ついついたくさん食べていませんか？



健康教室・健康相談の日程

月日	時間	内容	場所	担当保健師
11月 9日	9:30~11:00	健康教室(脳を若く健康に保つ方法)	入口公民館	辻浦
11月14日	9:30~11:00	健康教室(骨粗鬆症予防の体操)	赤石公民館	辻浦
11月14日	9:30~11:30	健康教室(痴呆予防の手作業)	晴ヶ丘集会所	三浦
11月15日	13:30~15:00	健康教室(腰痛・肩こり予防体操)	沖山公民館	辻浦
11月17日	10:00~12:00	健康相談(ふれあいサロン)	鶴喰公民館	佐々木
11月30日	13:00~14:00	健康教室(脳健康)	小平・柳町公民館	佐々木
12月 5日	9:30~11:30	健康教室(痴呆予防の手作業)	赤石公民館	辻浦
12月 5日	13:30~15:00	ビデオフォーラム	押込公民館	佐々木
12月 7日	13:30~15:00	健康教室(痴呆予防の手作業)	南町(二)公民館	佐々木
12月 8日	9:30~11:00	ビデオフォーラム	川原新田公民館	佐々木
12月 8日	13:30~15:00	健康教室(痴呆予防)	高屋敷公民館	佐々木
12月15日	13:30~15:30	健康教室(痴呆予防の手作業)	沖山ふれあい館	三浦

11月・12月の一般健康相談日

●一般健康相談

日時：11月1日(火)・15日(火)

12月6日(火)

9:30~11:00

場所：老人福祉センター

※忘れずに健康手帳をもってきましょう

インフルエンザ予防接種実施のお知らせ

町では、年に1回、下記の実施日において満65歳以上の方、及び満60歳以上満65歳未満の方で、心臓、じん臓、呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害を持つ方(それぞれ身体障害者手帳1級所持者)を対象として、インフルエンザの予防接種を実施します。

この予防接種は義務ではなく、本人が接種を希望する場合に限り接種を行います。希望する医療機関に必ず予約してください。予約しないと接種できない場合がありますのでご注意ください。また、下記事項を、よくお読みになり接種してください。

1. 実施月日 平成17年11月1日から平成17年12月22日まで
2. 実施場所 町内指定医療機関
3. 接種料金 1,000円(接種日に医療機関へお支払いください。)ただし、生活保護世帯者は無料です。
4. 持参する物 ①予診票(三枚複写になっていますが、そのまま記入してお持ちください。)予診票は、地区の保健協力員が配布します。
②60~65歳未満の方については、身体障害者手帳もお持ちください。

※予診票は、満年齢、質問事項等必ず書いて、予約した医療機関の医師に提出してください。

5. 町外で接種した方

六戸町役場保健福祉課で申請していただくと上限2,000円の扶助費を支給します。接種後、領収書(いつ、どこで、だれが、なんの予防接種をしたか分かるもの)、はんこ、口座振替する通帳(郵便局を除く)を平成17年12月27日までにお持ちください。

指定医療機関一覧表 (50音順)

医療機関名・医師名	予約・連絡先	接種予定時間
小田医院 小田 正博	犬落瀬字前谷地19 ☎ 55-3979	平日 午前 8:30 ~ 11:00 午後 2:00 ~ 4:30 土曜 午前 8:30 ~ 11:00
沼田医院 沼田 知明	犬落瀬字後田17-1 ☎ 55-3069	平日 午前 8:30 ~ 12:00 午後 2:00 ~ 5:30 土曜 午前 8:30 ~ 12:00 (ただし第2土曜日休診)
福田眼科医院 福田 敦	犬落瀬字掘切沢59-107 ☎ 53-4158 (必ず2人で予約してください)	平日 午前 8:30 ~ 12:00 午後 2:30 ~ 6:00 土曜 午前 8:30 ~ 12:00 (ただし水曜日は除く)
六戸町立病院 松山 淳	犬落瀬後田42-1 ☎ 55-3121	平日 午後 1:00 ~ 1:30 (ただし水曜日は除く)

※予防接種を希望する方は、前日までに予約をしなければ接種できませんので、希望する医療機関に必ず予約してください。

■問い合わせ先 ☎55-3111(内線136)

麻疹(はしか)と風しんの2回接種制度が導入されます

麻疹(はしか)と風しんの早期接種のお勧め

平成18年4月1日より麻疹(はしか)と風しん対策をより一層強化するため、麻疹(はしか)と風しんの予防接種の2回接種制度が導入されます。

- 麻疹や風しんは幼児期早期にかかってしまうことが多いため、麻疹と風しんの予防接種は、お母さんからの免疫がなくなる生後12カ月以降なるべく早期に接種することが、お子様自身の予防だけでなく、社会全体の感染症の予防(まん延防止)のため大変重要です。
- 現在は、生後12カ月から90カ月の間に、麻疹ワクチンと風しんワクチンを一度ずつ接種するという制度ですが、来年4月からは乾燥弱毒生麻疹風しん混合ワクチン(MR混合ワクチンと呼ばれています)を使用することで、麻疹と風しんの予防接種は一度で済むようになります。
- さらに、より高い予防の効果を得るためには、2回接種を新たな制度として導入し、お子様がより大きな集団生活(小学校)を始める前に接種することが望ましいため、小学校就学前の1年間に2回目の接種を行うことになります。
- 以上のように、法に基づく麻疹と風しんの定期的予防接種の対象者が、下記のとおり改められ、MR混合ワクチンによる2回接種が導入されます。
- 来年の4月1日以降、定期的予防接種としては、MR混合ワクチンのみとなり、現在使用されている麻疹ワクチン及び風しんワクチンに関しては、定期的予防接種(予防接種法に位置付けられている接種)では使用されないようになりますが、保護者の希望により、接種を受けることは可能です。
- 現在、麻疹と風しんの予防接種の対象者(生後12カ月から生後90カ月に至るまでの間にある者)であってまだ、麻疹と風しんの予防接種を受けていないお子さんがいらっしゃる保護者の方は、ぜひとも早期に接種を受けることをお勧めします。

【改正前】

(対象者) 生後12カ月から生後90カ月に至るまでの間にある者

(接種方法)

麻疹及び風しんの予防接種は麻疹ワクチン及び風しんワクチンを1回ずつ接種

ワクチン	出生時	6カ月	12カ月	18カ月	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳
麻疹ワクチン				1回									
風疹ワクチン				1回									

【改正後】

(対象者)

第1期 生後12カ月から生後24カ月に至るまでの間にある者

第2期 5歳以上7歳未満の者であって、小学校就学の始期に達するまでの日の1年前の日から当該始期に達する日の前日までの間にあるもの(いわゆる幼稚園の年長児)

(接種方法)

麻疹及び風しんの予防接種はMR混合ワクチンを第1期、第2期で1回ずつ

ワクチン	出生時	6カ月	12カ月	18カ月	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳
麻疹と風疹の混合ワクチン			第1期	1回			第2期	1回					

■問い合わせ先 ☎55-3111 (内線136)

図書館

ニュース

ホット

〈一般図書〉

*青春とは
*魂萌え
*あなたへ
*半島を出よ
*假屋崎吾吾の百科繚乱

*警察内部告発者
*いつかパラルルの下で

*ひとひらめく
*南極観測船ものがたり

*震度0
*南極
*竹下夢二のおしゃれ

*読本
*平成着物物語
*チンチン電車と女学生

*なぜ話が通じないのか
*覚悟
*さよならの空

*みんな土方で生きてきました

〈お神酒徳利〉

*第二列の男
*はなつた日和
*ブレイキ

*アウシユウィッツ博物館案内
*置き去り
*15歳のお遍路

*ひきこもり青年の出生

*日本道路公団
*ニートな子を持つ親へ贈る本

*おしりのトラブル
*小野田寛郎の終わらない戦い

*ハッピーバースデー
*野フタをフロデューズ

*大旗は海峡を越えた
*わら細工をつくらう
*101歳の少年

*おりおりに和暦のあ
*るくらし
*子犬の図鑑

*海の本
*発掘された日本列島

*シーニアスファクトリー
*死体洗いのアルバイ

*時のしずく
*私の家は山の向こう

*全国水族館ガイド

〈児童図書〉

*にぎやか色のちび
*赤いロケットと緑のキ

*なつのいちにち
*もったいないばあさん

*アレクセイと泉のはなし

*学校に行けない働く子どもたち4巻
*いま地球の子どもたちは

*犬ぞりの少年
*スヌメの大研究

*歩きだす夏
*空のつべん銀色の風

*ぼくらはみんな生きている
*魔の海に炎たつ

*盲導犬美音がくれたもの
*ぼくの犬
*つる

*9月のバラ
*心の国境

*天国の五人
*甦れ、フッポウソウ

*アフガニスタンに住む彼女からあなたへ
*おさるのジョージ

シリーズ
16冊

*幼児絵本
13冊



特別展 絵本がたくさん入荷しました

六戸高校「公開授業」のご案内

六戸高校では地域に開かれた学校づくりの一環として、保護者や地域住民に授業を公開し、広くご意見をいただきたく考えております。

下記のとおり実施いたしますので、是非ご参観くださるようお願い申し上げます。

日時 平成17年11月14日(月)～11月18日(金)

場所 青森県立六戸高等学校

実施内容 ①授業参観 ②校長等教職員との面談

問合せ先 教務部 中村・久慈 ☎55-3451 詳しくは、六戸高校ホームページをご覧ください。

「あなたにフィット! スポレク教室」を開催します

県教育委員会では、運動習慣を身につけるきっかけとしていただく「あなたにフィット! スポレク教室」を開催します。誰もが親しめるいろいろなスポーツ・レクリエーション種目を開催しますので、この機会にぜひ参加してみてください。

日程等は下記のとおりです。

開催年月日	時間	場所	種目
H17.11.21(月)	19:00～21:00	十和田市総合体育センター	インディアカ 3B体操
H17.11.26(土)	14:00～16:00	十和田市総合体育センター	ターゲット・バードゴルフ
H17.11.30(水)	19:00～21:00	六戸町総合体育館	ユニホック
H17.12.1(木)	19:00～21:00	十和田市総合体育センター	インディアカ 3B体操
H17.12.3(土)	19:00～21:00	百石町民体育館	スポーツチャンバラ
H17.12.7(水)	19:00～21:00	六戸町総合体育館	3B体操
H17.12.8(木)	19:00～21:00	十和田市総合体育センター	バウンドテニス
H17.12.10(土)	19:00～21:00	百石町民体育館	スポーツチャンバラ
H17.12.14(水)	19:00～21:00	六戸町総合体育館	3B体操
H17.12.15(木)	19:00～21:00	六戸町総合体育館	ユニホック
H17.12.16(金)	19:00～21:00	十和田市総合体育センター	バウンドテニス ウォーキング
H17.12.17(土)	19:00～21:00	百石町民体育館	スポーツチャンバラ
H17.12.20(火)	19:00～21:00	十和田市総合体育センター	バウンドテニス 3B体操

参加料は、資料代とスポーツ安全保険料等実費(100円程度)

問合せは、県教育庁スポーツ健康課 ☎017-734-9211まで

下水道の正しい使い方をお願い

下水道はみんなのものです。正しい使い方を心がけましょう。

「ごみや油を流してはいけません!!」

- ①ゴミを流すと、下水管や宅内の配水管が詰まって流れなくなる原因となります。
- ②食用油などを直接流すと配水管にくっつき、しだいに固まって大きくなり管内を詰まらせる原因となります。
- ③危険物(ガソリンや灯油、シンナーなど)を流すと爆発するおそれがあります。
- ④トイレトーパー以外の水に溶けない紙や紙おむつは詰まりますので流さないでください。
- ⑤最近、特に生理用品を流している方がいますのでやめてください。

問い合わせ先

建設下水道課 ☎55-3111(内線286)



火事と救急は1・1・9番

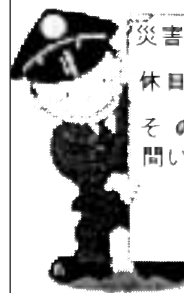
あわてず通報するため、住所、世帯主の名前、近くの目標物などを書いて電話の近くに貼っておきましょう。

携帯電話からの通報について

現在町内で携帯電話から119番すると、八戸消防本部へつながります。通報の際は、次の点に注意しましょう。

- 1 携帯電話からの通報であることを伝えてください。
- 2 災害場所の地名がわからない場合は、近くの目標物を確認したり、付近の住民から聞いて通報するか、近くの公衆電話や一般電話を利用して通報してください。
- 3 通報後、消防機関が詳しい状況を確認する場合があるので、通話可能な状態にしておきましょう。

問い合わせはこちらへ



災害発生状況	22-9922
休日当番医	22-0059
その他の問い合わせ	25-4111 (消防本部)
	55-2016 (六戸消防署)

= 11月9日は「119番の日」です =

国民年金からのお知らせ

● 戸別訪問や電話による納付のご案内をしています

国民年金保険料の納め忘れがあると、老齢基礎年金が受けられなくなったり、年金額が減額となる場合があります。また、障害基礎年金や遺族基礎年金についても受けられない場合があります。

社会保険事務所では皆様の大切な年金権を確保するために、納付期限を過ぎても保険料が納められていない方へ、電話や戸別訪問によって納付のご案内をしています(土曜、日曜日や夜間も実施しています)。戸別訪問では、社会保険事務所職員、国民年金推進員、収納指導員が身分証明書を携帯して、保険料の収納、年金制度の周知の目的で伺っています。

なお、電話や訪問による納付のご案内では、個人情報を出さずというところとあるかもしれませんが、最近、社会保険事務所職員を装い、個人情報を聞き出すとされる不審な電話が発生していますが、「あやしう」と思ったらすぐに回答せずに、お近くの社会保険事務所へお

問い合わせください。

● 年末調整や確定申告で「社会保険料控除証明書」などの添付が必要になります

納付した国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象になり、税金が軽減されます。

平成17年分の所得の申告から年末調整や確定申告で国民年金保険料を社会保険料控除として申告する場合には、保険料の支払いを証明する書類の添付が義務付けられました。そのため、11月初旬に社会保険庁より「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が発行されることになりましたのでお知らせします。年末調整または確定申告の手続きの際は必ずこの証明書や領収証書が必要になりますので、申告を行うまで大切に保管してください。詳しくはお近くの社会保険事務所までお問い合わせください。

国民年金保険料10月分の納付期限は11月30日です。



Information お知らせ

町長執務室行政ホットラインファックス **55-5555**
メールアドレス **mayor@town.rokunohe.aomori.jp**

募集

狩猟解禁のお知らせ

今年も11月1日から来年の2月15日まで狩猟期間となります。

ハンターは安全確認を徹底し、事故・違反の無いよう十分に注意してください。

11月1日～1月31日 カモ類狩猟期間
11月15日～2月15日 一般鳥獣狩猟期間

お問い合わせ先／最寄りの青森県猟友会各支部もしくは上北地方農林水産事務所林業県産材振興課
上北地方農林水産事務所林業県産材振興課 ☎②⑧①①①(内線②⑧①)

最低賃金が

改正されました

青森県最低賃金は、10月1日から時間額で六〇八円に改正されました。

最低賃金制度は、「最低賃金法」に基づき国が賃金の最低限度を定め、使用者は最低賃金より低い賃金で労働者を動かしてはならないと定めたものです。

このため青森県最低賃金は、産業別最低賃金(四業種)が適用される労働者を除き、県内で働くすべての労働者(常用、臨時、パート、アルバイトを問わない)がこの使用者に適用されることとなります。

使用者は最低賃金について常時見やすい場所に掲示をするか、その他の方法で労働者に周知しなければなりません。

お問い合わせ先／青森労働局賃金室 ☎017-734-4114又は最寄りの労働基準監督署まで照会してください。

事業主の皆さん

一般事業主行動計画の策定・届出をお願いします

□一般事業主行動計画とは

労働者の仕事と子育ての両立を支援するための取組や働き方の見直し、地域の子育て支援活動を応援するための取組等次世代育成支援対策について、①計画期間(概ね2年から5年)、②目標(1つ以上)、③その達成のための対策と実施時期を定めるものです。

□子育てしやすい環境整備のために

企業全体での常用労働者数300人以下の企業にも、行動計画の策定・届出を行うよう努力することが法律で義務付けられています(301人以上の企業は策定・届出が義務)。

計画期間内に一定の要件を満たすと、子育てを応援する企業であることを示す認定マークの申請ができます。認定を目指して取り組んでください。

お問い合わせ先／青森労働局雇用均等室 ☎017-734-4211

サラリーマンの

年末調整

年末調整は、毎月の給料やボーナスから源泉徴収された所得税と、1年間の給与と総額に対する税額(年税額)との差額を精算するもので、サラリーマンにとっては確定申告に代わる大切な手続きです。

①扶養親族の数に異動のあった人

②各種保険料の控除を受けようとする人

③配偶者特別控除を受けようとする人

④2年目以降の住宅借入金等特別控除を受けようとする人

などは、忘れずに勤務先に各種控除申告書を提出してください。

◎年末調整等説明会のお知らせ

今年も年末調整の時期を迎え、次の日程により説明会を開催します。

関係書類・用紙は給与等の支払者に直接郵送しますので、郵送された書類をお持ちになり、最寄りの会場においでください。

□日時・会場

・11月11日(金) 午後2時 野辺地町中央公民館

・11月15日(火) 午前10時 十和田市民文化センター

・11月16日(水) 午後2時 東北町コミュニティセンター

・11月17日(木) 午後2時 六ヶ所村文化交流プラザ

・11月18日(金) 午後2時 三沢市公会堂

□お問い合わせ先／十和田税務署 ☎③③⑥⑦

「法務局なんでも相談所」開設のお知らせ

12月4日から10日までの「人権週間」にちなみ、「法務局なんでも相談所」を開設しますのでご利用ください。

相談は、登記、土地の境界、相続、遺言、近所とのトラブル、セクハラ、子どもがいじめや虐待、その他困っている問題があればお気軽にご相談ください。

相談は無料で、秘密は厳守します。

□日時／平成17年12月4日(日)

午前の時から午後3時まで

□場所／青森地方法務局十和田支局(十和田奥入瀬合同庁舎1階共用会議室)

□相談担当者／法務局職員、人権擁護委員、司法書士、土地家屋調査士

□お問い合わせ先／青森地方法務局十和田支局 総務課 ☎③2424

■訂正とお詫

広報2への10月14ページ中、「80003女子の年」で氏名の誤りがありましたので左記のとおり訂正してお詫いたします。

③松 浦 ゆりか(大曲)

戸籍の窓口

(9月届出分)

■ご結婚

おめでとうございます

■ご逝去

おくやみ申し上げます

沼田洋平
後藤めぐみ
仙上台町

高坂孝也
神代真紀子
三堀沢市切

松橋直正
蛭名美土
南青森二市

蛭名正太郎
伊保裕美
八戸市野

四木優華(3歳)岡
四木忠志(57歳)岡
沼

名久井豊次郎(82歳)米
沖澤金次郎(96歳)沖
沼

佐藤ソノメ(95歳)根
田川弘道(94歳)館
野

野

■お誕生

おめでとうございます

小平璃乃(貴大)二女(館)野

杉山和也(将之)二男(南町)野

円子玲矢(博信)二男(下吉田)野

鳥谷部聡功(伸孝)長男(大)野

木立羽海(一紀)長女(館)野

竹内愛華(一敏)長女(折)野

おめでとう

人口 10,907人

(2人減)

男 5,304人(5人減)

女 5,603人(3人増)

世帯数 3,647世帯(10世帯増)

転入 28人 出生 5人

転出 28人 死亡 7人

平成17年9月末現在

お知らせ

「広報ろくのへ」の戸籍の窓口掲載欄は六戸町に住民登録のある方の出生・婚姻・死亡届出の際、掲載して良いか確認のうえ、掲載しております。

また、六戸町に住民登録がなく、当町に本籍があり、他市町村で届出された場合でも掲載してほしい方は、届出の翌月5日まで下記にご連絡ください。

なお、家族の方から申し出する場合は、ご本人からご確認のうえお願いいたします。

町民課 ☎55-3111 (内線121~123)

今月は

●固定資産税 (第4期)

●国民健康保険税 (第5期)

●下水道料金 (8・9月分)

の納付月です。

平成18年度母子及び寡婦福祉資金予約貸付のお知らせ

・実施目的

児童が高等学校等に修学することを希望する母子家庭等にあらかじめ修学資金等の予約貸付の適否を決定することにより、児童の進学を容易にするとともに、生活の安定と向上を図ることを目的とする。

・予約貸付の対象

母子及び寡婦家庭の児童が平成18年度において小・中学校に入学する場合及び高等学校・高等専門学校・短期大学・大学・各種学校等に入学(入所)を希望する場合とする。

・資金の種類

- ①修学資金(各学校で就学するための授業料・書籍代・通学等に要する資金)
- ②修業資金(就職するために必要な知識技能の習得に要する資金)
- ③就学支度資金(就学、修業する際の被服等の購入に要する資金) 1回のみ

※小・中学校の入学者に対する貸付は、就学支度金のみです。

※日本学生支援機構奨学金との重複貸付を受けることはできません。

就学支度金のうち修業施設に入所する場合の貸付は、厚生労働大臣が定める施設に入所する場合に限りです。

・貸付利子 貸付利子は、無利子です。

・受付期間

平成17年11月30日(水)までに役場保健福祉課に申し込みしてください。

・貸付限度額等、詳しくは

保健福祉課☎55-3111 (内線133)までお問い合わせください。

住宅に

「住宅用火災警報器」

の設置が義務付けられました!

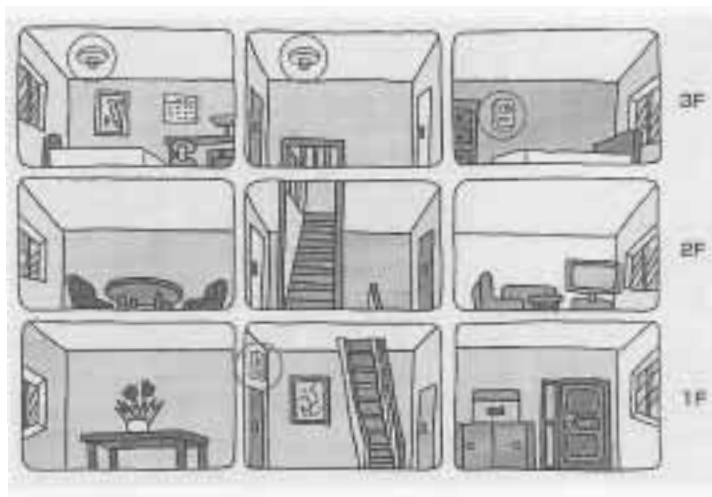
★施行月日

新築の住宅は、平成18年6月1日から設置が必要です。

既存の住宅は、平成20年6月1日までに設置が必要です。

★設置場所

- 煙で感知する火災警報器を設置する場合は寝室に設置します。
- 2階に寝室がある場合は、2階階段の天井部分にも設置しなければなりません。



注意してください!!



- 悪質な販売店、点検業者には気を付けましょう。
 - ◆ 消防署や、消防団では販売はしません。
 - ◆ 住宅用火災警報器は業者による点検義務はありません。
 - ◆ 法律等の改正に便乗して不適正な訪問販売が横行しますので、気を付けましょう。
- 購入について
 - ◆ 日本消防協会の検査に合格した製品（鑑定）マークが付いているものを選びましょう。
 - ◆ 防災機器を扱っている信頼のおける業者等から購入しましょう。



お問い合わせ

十和田地域広域事務組合 六戸消防署
☎0176-55-2016



日	曜日	内 容	日	曜日	内 容
11月 			24	木	老人精神保健相談（上十三保健所）
1	火	一般健康相談（老人福祉センター）	25	金	1歳6か月児健診（就業改善センター）
2	水	中国講座（山西料理：刀削麺等）	26	土	
3	木		27	日	
4	金		28	月	文化ホール・就業改善センター休館日
5	土	おはなしでてこい（昔話）旧苔米地家住宅	29	火	三種混合予防接種（沼田医院）
6	日	子ども会ハーブ枕づくり教室	30	水	エイズに関する相談（上十三保健所）
7	月		12月 		
8	火	模擬議会（折茂小） 三種混合予防接種（沼田医院）	1	木	
9	水	エイズに関する相談（上十三保健所）	2	金	
10	木		3	土	
11	金		4	日	パパ・ママスクール（就業改善センター）
12	土	メイプルタウンフェスタ2005 メイプルタウンフェスタマラソン大会 メイプル童話会	5	月	
13	日	メイプルタウンフェスタ2005	6	火	IT講習会 一般健康相談（老人福祉センター）
14	月	メイプルタウンフェスタ2005歌謡ショー（長山洋子）	7	水	中国語講座
15	火	一般健康相談（老人福祉センター） 精神保健相談・女性健康相談（上十三保健所） IT講習会	8	木	IT講習会
16	水	IT講習会	9	金	
17	木	IT講習会	10	土	メイプル童話会
18	金	夢生学習塾（テーブルマナー） 4・12か月児健診（就業改善センター）	11	日	
19	土		12	月	
20	日		13	火	
21	月		14	水	エイズに関する相談（上十三保健所） 中国語講座
22	火	中国語講座	15	木	
23	水	勤労感謝の日	16	金	4・12か月児健診（就業改善センター）

- ・ 体育施設休業日 毎週月曜日
- ・ 体育館一般開放日 土 曜 日（～16時45分）
- ・ 図書館 休 館 日 毎週月曜日及び第3日曜日

- ・ 郷土資料館開館日 毎週日曜日及び第2・4土曜日（9時～16時30分）
- ・ ふれあい昭陽館開館日 毎週月、水、金曜日（8時～17時）
- ・ 旧苔米地家住宅開館日 毎週月曜日を除く毎日（9時～16時）
- ・ 文化ホール休館日 毎月第4月曜日

メイプルジュニアクラブ教室開催中！

～僕たち、未来のプロゴルファー!!～

地域子ども教室推進事業



毎週土曜日、十和田国際カントリークラブと地域のゴルフ愛好家、六戸高校ゴルフ部の方々の協力を得て、小・中学生がスイングやパターなどゴルフの練習をしています。これは、国から委託された「地域子ども教室推進事業」の一環で、子どもたちが安全にそして安心して過ごせる居場所をつくり、地域の教育力をさらに高めていこうという事業です。こうした活動をとおり、団体やプロを目指す選手が出てくるかも！と期待も高まっています。

- 主催：六戸町家庭教育推進協議会
- 後援：六戸町教育委員会
- 協力：十和田国際カントリークラブ・六戸高等学校
六戸町おはなし会「おはなしでこい」

あなたも参加 わたしもやります “交通安全”

交通事故概況 (9月)

(平成17年)

青森県交通対策協議会

	県内	六戸町	累計	死者のうち	飲酒運転による死者
発生	601 [#] (-81)	4 [#] (-5)	6,011 [#] (-275)	シートベルト	7 (-8)
死者	10 [^] (-2)	0 [^] (±0)	65 [^] (-14)	高齢者の死者 (65歳以上の人)	32 (±0)
傷者	736 [^] (-116)	4 [^] (-8)	7,583 [^] (-384)	自動車乗車中の死者 (着けていなかった人)	35 (-6)
				非着用死者 (着けていなかった人)	17 (-7)
				着けていれば助かった と思われる人	7 (-12)

()内は対前年比

「我が家のだから」
に掲載する
写真大募集!!

広報「ろくのへ」では我が家のたからコーナーに掲載するかわいい子供の写真を募集しています。掲載を希望される方は下記までご連絡ください。町内在住の6歳以下の子供であればごなたでもよろしいです。多数のご応募お待ちしております。

広報に関するご意見・ご要望は
総務課広報係 ☎0176-55-3111 内線214
E-mail k.yamauchi@town.rokunohe.aomori.jp

我が家の



— 柴 山 —

長 畑 愛 美 ちゃん (6歳)
魁 辰 くん (5歳)

長畑清美さん家のお孫さん

「素直に元気に育ってね!」(祖父より)

