

# らくのへ

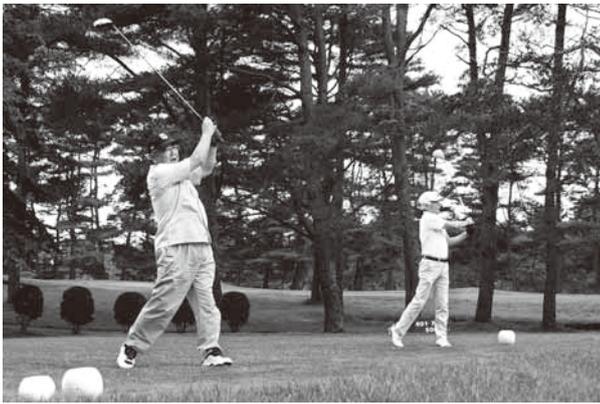


## 社会人としての責任や義務を果たす

成人式に出席した64人(男性33人、女性31人)の新成人を代表し、  
社会人としての決意を述べた佐藤里穂さん(館野)

(8月15日：六戸町文化ホール) 関連記事は3ページ

Maple Town Topics .....	2 ~ 3
Town News .....	4 ~ 12,14
Ben's Channel .....	13
東京六戸会たより .....	14
消防署だより / 警察署だより .....	15
Information .....	16 ~ 18
9月のカレンダー .....	19
町民運動会 .....	20



始球式を行う吉田豊町長(左)と五十嵐会長(右)

## 六 六戸町オープン・チャリティーゴルフ大会～ 戸高校ゴルフ部と町社協にチャリティー募金を

7月26日、六戸町民ゴルフ大会実行委員会(五十嵐健二会長)が十和田国際カントリークラブで、六戸町オープン・チャリティーゴルフ大会を開催。町内外から108人が参加し、チャリティー募金81,350円が寄せられました。

今回のチャリティー募金は、六戸高等学校(鈴木雅博校長)のゴルフ部と町社会福祉協議会(田中孝雄会長)へ支援金として贈られました。

## 将 弘前大学見学～ 来の進路選択に役立てる

8月7日、六戸中学校(小山田晋弘校長)と七百中学校(藤川雅之校長)の2年生計64人が将来の進路選択に役立てようと、弘前大学を見学しました。

生徒たちは数人のグループに分かれ、文京キャンパス敷地内の研究室や附属図書館、資料館などの様子を見て歩いた後、講義室で弘前大学の担当者から、各学部の特徴や留学事業、サークル活動などの説明を受けました。



弘前大学の担当者(左)の説明を聞く生徒たち



長蛇の列ができたシャモロックの丸焼き試食コーナー

## 町 道の駅 夏まつり～ の特産品を味わう

8月9日、「道の駅ろくのへ」で初の夏まつりが開催され、多くの家族連れが訪れました。

会場には、六戸町の特産品などを味わえるさまざまな出店が並び、シャモロックを1羽丸ごと焼き上げた試食コーナーには長蛇の列ができました。

多彩なステージイベントも行われ、六戸中学校吹奏楽部や、お囃子演奏集団「囃子やー」が演奏を披露。ダンスや町の伝統芸能、ゆるキャラの紹介なども行われました。

## 昨 ちまな盆踊り～ 年復活 夏の夜を楽しむ

8月15日夜、光昌寺境内で「ちまな盆踊り」が行われました。このイベントは昨年、寺周辺の6町内会有志らによる実行委員会が企画し、三十数年ぶりに復活しました。

会場には盆踊り用の小型やぐらが設置され、輪投げや金魚すくい、焼きそばなどの露店が並び、子どもからお年寄りまで約800人が来場。六戸音頭や炭坑節、フォークダンスのマイムマイムなどを輪になって踊り、夏の夜を楽しみました。



輪投げを楽しむ子どもたち

# 社 会人としての責任や義務を果たす

～平成27年度 六戸町成人式～



1



2



3

2 町民憲章を読み上げる大川さん  
3 新成人を代表し決意を述べた後、吉田町長（左）と握手を交わす佐藤さん（右）

1 記念撮影に臨む新成人たち



4



5

8月15日、町文化ホールで平成27年度成人式が行われ、スーツやサマードレスに身を包んだ64人（男性33人、女性31人）の新成人が式典に臨み、大人への決意を新たにしました。

式典では、新成人の大川裕さん（古里団地）を代表に、全員で町民憲章を唱和。吉田豊町長が「自分自身の可能性を信じ、自律性と責任を持ち、何事にもチャレンジする精神で夢や目標に向かって進んでもらいたい」と新成人を激励しました。続いて、長根富栄教育委員会委員長、円子徳通議会議長も祝福の言葉を述べました。

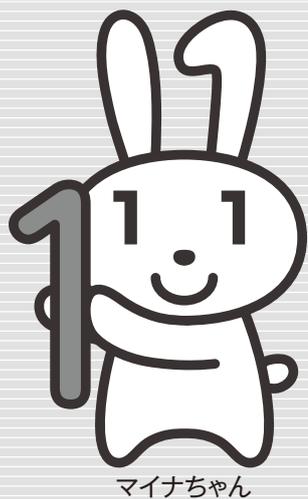
新成人を代表して佐藤里穂さん（館野）は「これからは新成人として、社会人の一員として責任や義務をしっかりと果たしていけるように心掛けます」と決意を述べました。

式典後には、町就業改善センターで懇談会が開かれ、恩師や友人との再会を喜び、自分の近況や将来の夢について語り合っていました。



6

4 東京六戸会の佐藤明（左・田中章雄（中央） 両副会長らがお祝いに訪れ、新成人に会への加入を呼び掛けた  
5 タイムカプセルを開け、当時の思い出の品々を手にする元六戸小のクラスメイトたち  
6 再会を喜ぶ七中時代の恩師と新成人たち



マイナちゃん

# 平成27年10月5日 マイナンバー制度スタート

今年10月以降順次、住民票の住所地にあなたの「マイナンバー」をお知らせします。

※住民票の住所地にご自身のマイナンバーが記載された「通知カード」が送付されます。

※通知を確実に受け取りいただくため、現在のお住まいと住民票の住所が異なる方は異動をお願いします。

## マイナンバーの通知について

- 住民票の住所に通知カードが世帯ごとに簡易書留で送付されます。
- 通知カードを受け取られた方は、同封された申請書を郵送することなどにより、町役場の窓口で「個人番号カード」の交付を受けることができます。

表面

通知カード  
個人番号 1234 5678 9012  
氏名 番号花子

住所 ○○県■■市△△町◇丁目○番地▽▽号  
平成 5年 3月 31日 生 性別 女 □□市長  
発行 平成27年10月5日 1234567890

個人番号カード交付申請書  
電子証明書発行申請書  
申請番号 1234 5678 9012 3456 7890 123  
NNNNNN市長 様  
個人番号 1234 5678 9012  
番号 花子  
住所 ○○県■■市△△町◇丁目○番地▽▽号  
生年月日 平成 5年 3月 31日 性別 女  
電話番号  
在留期間等満了の有無 N 在留期間等満了日  
右欄の点字表記を希望する □  
※最大11文字まで(漢点等は1文字)  
10000019 01/01  
3190110000019#

裏面

●この通知カードは、身分証明書として使用することはできません。  
●法律で定められた場所以外の身分証明書の写しをコピーすることは、法律で禁止されています。また記載事項を偽造した場合は、法律により罰せられます。  
●このカードを他人に譲渡または譲渡することはできません。  
●このカードを知りたれた方は、下記連絡先までご連絡ください。  
【連絡先】個人番号カードコールセンター ☎ 03-6000-0000

顔写真貼付欄  
サイズ (縦4.5cm×横3.5cm)  
・最近6ヶ月以内に撮影  
・無眩、正面、無背景のもの  
・裏面に、氏名、生年月日を記入してください。

●申請の際は、必ず同封の『ご案内』をご覧ください。  
ご記入ください。

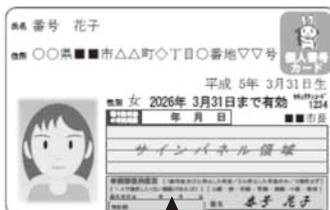
通知カードはこの部分

← 切り取れます

この部分は個人番号カードの申請書

## 個人カードについて【希望者に送付】

平成28年1月から、マイナンバーを通知する通知カードとは別に、希望者には「個人番号カード」を無料で交付します。「個人番号カード」は身分証明書としても利用できます。



表面

個人番号カードのイメージ



裏面

登録は  
お早めに

通知カードをやむを得ない理由により住民票の住所地で  
受け取ることが出来ない方※は居所情報登録申請書を

**9月25日まで(持参または必着)**

に住民票のある住所地の市区町村に持参又は郵送してください。

Point

## ※申請が必要な方

東日本大震災による被災者で

住所地以外の居所に避難されている方

DV、ストーカー行為等、児童虐待等の被害者で

住所地以外の居所に移動されている方

一人暮らしで、長期間、医療機関・施設に

入院・入所されている方



申請が認められた方は、登録された居所にあなたの「マイナンバー」をお知らせします。

申請書はお近くの市区町村、総務省ホームページ

([http://www.soumu.go.jp/kojinbango\\_card/](http://www.soumu.go.jp/kojinbango_card/))

などで入手又はダウンロード頂けます。

マイナンバーのお問合せは、

コールセンター[全国共通ナビダイヤル]

0570-20-0178

もしくは、住民票の住所地の市区町村にお問合せください

マイナンバー

9:30~17:30

(土日祝日  
年末年始を除く)



総務省

Ministry of Internal Affairs and Communications

### ◆内閣官房のマイナンバー(社会保障・税番号)制度のホームページ

特定個人情報保護委員会、総務省、国税庁、厚生労働省等の特設サイトへもリンクしています。

<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>

## 住民基本台帳カードおよび電子証明書の交付終了について

マイナンバー(社会保障・税番号)制度の開始に伴い、住民基本台帳カードの交付および住民基本台帳カードに格納する電子証明書(公的個人認証)の交付は下記の日程で終了します。

住民基本台帳カードの 新規・更新手続き	申請期限	平成27年11月30日(月)	午後5時まで
	交付期限	平成27年12月28日(月)	午後5時まで
住民基本台帳カード向け 電子証明書の新規・更新手続き	申請期限	平成27年12月18日(金)	午後3時まで
	交付期限	平成27年12月22日(火)	午後5時まで

上記の手続きは、町民課で行えます。詳しくは町ホームページをご覧ください。

### 注意事項

- ・現在お持ちの住民基本台帳カードおよび電子証明書は平成28年1月以降も有効期限の日までご利用いただけます。
- ・上記の期限を過ぎますと新規発行や有効期限の更新等はできませんので、電子申告などで電子証明書をお使いの方は、有効期限を今一度お確かめください。
- ・住民基本台帳カードおよび電子証明書の更新手続きは有効期限の3カ月前から申請いただけます。
- ・マイナンバー(社会保障・税番号)制度開始後に、個人番号カードを取得する場合は住民基本台帳カードを返納する必要があります。

閻町民課 ☎55-3111 (内線122)

国勢調査  
2015

## 平成27年度国勢調査を実施します



インターネットでの回答をおすすめします！

- 国勢調査は、平成27年10月1日現在、日本に住んでいるすべての人及び世帯が対象です。
- 今回の調査では、先にインターネットでの回答期間を設け、期間内にインターネットで回答のなかった世帯には、紙の調査票を後日配布して調査を行います。9月10日頃から、調査員が各家庭を回り、「インターネット回答の利用案内」を配布しますので、9月20日までにインターネットでご回答ください。
- 平成27年国勢調査は、少子高齢化社会における日本の未来を描く上で欠くことのできないデータを得るために実施するものです。調査結果は、さまざまな法令にその利用が定められているほか、社会福祉、雇用政策、生活環境の整備、防災対策など、私たちの暮らしのために役立てられます。

※なお、インターネットで回答いただいた世帯には紙の調査票に記入する必要はありませんので、調査員の訪問はございません。

〈国勢調査コールセンター〉

※IP電話の場合

03-4330-2015



0570-07-2015

■設置期間／平成27年8月24日から10月31日まで

■受付時間／午前8時～午後9時（土・日・祝日にもご利用になれます）

※おかけ間違いのないようご注意ください。※ナビダイヤルの通話料金は、一般の固定電話の場合、全国一律で市内通話料金でご利用いただけます。携帯電話・PHSの場合は、それぞれ所定の通話料金となります。※IP電話用電話番号の通話料金は、所定の通話料金となります。

## インターネットでの回答期間は、9月10日から20日までです！

\*質問事項 【世帯員について】 ①世帯員の数(男女別) ②世帯の種類 ③世帯員の氏名と性別 ④世帯主との続柄 ⑤出生の年月 ⑥国籍 ⑦現在の場所に住んでいる期間 ⑧5年前(H22.10.1)の居住地 ⑨9月24日から10月1日までの仕事 ⑩働いていたり、通学している所 ⑪勤務形態(正規雇用・パート・自営業など) ⑫勤め先・業主などの名称及び事業の内容、本人の仕事の内容 【住居について】 ①住居の種類(持家、賃貸、社宅等) ②住居の建て方(一戸建て、長屋建て等)

問企画財政課 ☎55-4583

## 不動産相談会

宅建協会十和田支部主催の不動産相談会を開催します。ぜひご利用ください。

■内容 不動産の宅地建物取引(売買、賃貸借)に関する相談や苦情などについて専門家が対応します。相談は無料ですが、事前予約が必要です。

■日時 9月15日(火) 午後1時30分～

■場所 就業改善センター

■予約受付 9月11日(金)まで

問・予約 産業課 ☎55-4495

【今後の開催日程】

▼平成27年

10月20日(火)

▼平成28年

1月19日(火)、2月16日(火)、3月15日(火)

※予約は、開催日前の週の(金)まで。開催時間は、全て午後1時30分から。

## 暮らしの相談会(弁護士法律相談)

■内容 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。(相談無料・要予約)

■日時 9月17日(火) 午後1時30分～

■今後の予定

▶平成27年 10月15日(火)、12月17日(火)

▶平成28年 1月21日(火)、2月18日(火)

■場所 就業改善センター

■予約 弁護士法人 青空と大地

☎0176-21-5162

問 産業課 ☎55-4495

## 役場庁舎の消防訓練を行います

■日時 9月30日(火) 午前9時30分から30分程度  
※訓練時間中は庁舎内に警報音が鳴りますが、通常通り窓口をご利用できます。

問総務課 ☎55-4582

# 農地の借受希望者の募集と、農地の貸付希望者の受付開始

## ～農地中間管理事業で有利に規模拡大を！～

公益社団法人あおもり農林業支援センターでは、昨年、県から農地中間管理機構の指定を受け、農地中間管理事業を実施しています。この事業は、経営規模を縮小する出し手農家から機構（支援センター）が農地を借り入れ、公募に応募し公表された規模拡大する受け手農家に、まとまった農地を貸し付けるものです。

受け手の公募は、機構（支援センター）のホームページに掲載するほか、六戸町産業課の窓口に応募用紙を用意してありますので、是非応募してください。応募は、5月末、10月末に取りまとめて翌月に公表することとしています。また、農地を機構に貸したい希望者（出し手）についても受け付けていますので、六戸町産業課に問い合わせください。

### ■農地中間管理事業のメリット

- 【農地を貸す方】
- ①契約期間が終われば農地は確実に戻ります。
  - ②機構が賃借料を支払いますので、安心・確実で、手間がかかりません。
  - ③「特例付加年金」を受給できます。
  - ④以下の要件を満たせば、「機構集積協力金」が受けられます。

今年度から、農作業受委託を利用権設定に切り替える場合は、受託していた受け手を優先することとして、貸付ルール(事業規程)を変更しました。

### ①地域集積協力金

交付対象者	要件	単価																
市町村内の「地域」 ※「地域」とは、集落、大字、学区など外縁が明確な同一市町村の区域	「地域」内の農地の一定割合以上が、各年の6月末又は12月末時点で機構に貸し付けられており、かつ、機構に貸し付けられた農地のうち、新たな農地の集積に寄与する農地(特定農作業受委託から利用権設定への変更を含む。)が概ね過半であること。	単価は、機構への貸付割合による(万円/10a) <table border="1"> <thead> <tr> <th>貸付割合</th> <th>H26～H27</th> <th>H28～H29</th> <th>H30</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>2～5割以下</td> <td>2.0</td> <td>1.5</td> <td>1.0</td> </tr> <tr> <td>5～8割以下</td> <td>2.8</td> <td>2.1</td> <td>1.4</td> </tr> <tr> <td>8割超</td> <td>3.6</td> <td>2.7</td> <td>1.8</td> </tr> </tbody> </table> <small>※単価は年度により異なる (注)予算が不足すると見込まれる場合は、担い手への新たな集積・集約の割合が高い順に配分する</small>	貸付割合	H26～H27	H28～H29	H30	2～5割以下	2.0	1.5	1.0	5～8割以下	2.8	2.1	1.4	8割超	3.6	2.7	1.8
貸付割合	H26～H27	H28～H29	H30															
2～5割以下	2.0	1.5	1.0															
5～8割以下	2.8	2.1	1.4															
8割超	3.6	2.7	1.8															

### ②経営転換協力金

交付対象者	要件	単価								
・経営転換する農業者 ・リタイアする農業者 ・農地の相続人	経営している全農地(農業振興地域内の10a未満の自作地や、機構が借り受けなかった自作地は除く)を機構に10年以上貸し付け、かつ、機構から受け手に貸し付けられること	単価は、機構への貸付面積による(万円/戸) <table border="1"> <thead> <tr> <th>貸付面積(ha)</th> <th>単価</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>0.5ha以下</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>0.5～2.0ha以下</td> <td>50</td> </tr> <tr> <td>2.0ha超</td> <td>70</td> </tr> </tbody> </table>	貸付面積(ha)	単価	0.5ha以下	30	0.5～2.0ha以下	50	2.0ha超	70
貸付面積(ha)	単価									
0.5ha以下	30									
0.5～2.0ha以下	50									
2.0ha超	70									

### ③耕作者集積協力金

対象となる農地	交付対象者	要件	単価						
・機構が借り受けている農地に隣接する農地 ・公表された借受希望者の経営農地に隣接する農地 ・一連の農作業の継続に支障が生じない2筆以上の隣接農地	・自ら耕作する所有者 ・当該農地を借入耕作していた者	対象となる農地を機構に10年以上貸し付け、かつ、機構から受け手に貸し付けられること	単価は、次のとおり(万円/10a) <table border="1"> <thead> <tr> <th>H26～H27</th> <th>H28～H29</th> <th>H30</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>2.0</td> <td>1.0</td> <td>0.5</td> </tr> </tbody> </table> <small>※単価は年度により異なる</small>	H26～H27	H28～H29	H30	2.0	1.0	0.5
H26～H27	H28～H29	H30							
2.0	1.0	0.5							

※詳細な要件は産業課までお問い合わせください。

- 【農地を借りる方】
- ①毎年の賃借料の払い込みは、機構に申し込めば、口座から自動振替が可能になり、手間がかかりません。
  - ②地主が複数いても、機構と契約するだけで済みます。
  - ③機構からまとまった農地（受け手の要望に応じて簡易な基盤整備をする場合もある）を借り受けることで、農作業の効率化が可能です。

農地中間管理事業の要件など詳細については、六戸町産業課、機構または機構地域担当へご相談ください。

お問い合わせ先

○公益社団法人あおもり農林業支援センター	☎017-773-3131
○六戸町産業課	☎0176-55-4495
○公益社団法人あおもり農林業支援センター地域相談員	前山(上北地域担当) ☎090-1491-4695

## 《六戸町国民健康保険からのお知らせ》

閻町民課 国保係(内線123)

## 10月から国民健康保険の保険証が変わります！

	古い保険証		新しい保険証
有効期間	平成26年10月1日から 平成27年9月30日まで	⇒	平成27年10月1日から 平成28年9月30日まで
色	うす だいたい いろ <b>薄 橙 色</b>		<b>青 色</b>



\*新しい保険証は9月下旬に世帯主あてに郵送します。10月1日を過ぎても届かない場合はお手数でもご連絡ください。

## 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、職場を通し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。

就職や離職するなどして、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かわったときは、必ずご自身による役場への届出が必要です。自動的に変更されません。

国保に加入するとき	◎職場の健康保険をやめ、無保険状態になるとき	◎職場の健康保険の被扶養者でなくなったとき
国保から脱退するとき	◎職場の健康保険に加入したとき	◎職場の健康保険の被扶養者になったとき

## 手続きが遅れると・・・

国保から医療費の給付が受けられなかったり、町へ支払う国保税と職場を通じて負担する保険料を二重に支払うこととなります。

## 後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

閻町民課 ☎55-3111(内線121)

## ○ ジェネリック医薬品のご紹介

先発医薬品(これまで使われてきた新薬)の特許が切れた後に医薬品メーカーが製造・販売する「ジェネリック医薬品(後発医薬品)」は、厚生労働省から「先発医薬品と同じ有効成分を同量含んでおり、(先発医薬品と)同等の効能や効果が得られる」と認められた医薬品です。先発医薬品に比べて薬の値段が3割～5割程度安くなる可能性があります。ぜひジェネリック医薬品をご活用ください。なお、ジェネリック医薬品を希望する場合は、医師や薬剤師にご相談ください。

※ジェネリック医薬品を希望する方は、お薬手帳の表紙に貼付箇所がありますので、六戸町町民課より配布された「ジェネリック医薬品希望シール」をご活用ください。詳しくは、青森県後期高齢者医療広域連合(☎017-721-3821)または町民課後期高齢者医療係までお問い合わせください。

## ○ 保険料を納期限内に納めましょう

- ・保険料を滞納すると、通常より有効期限が短い保険証(短期被保険者証)が交付されることがあります。
- ・天災その他特別な事情で保険料を納めることが著しく困難になった場合は、申請により減免等を受けられることがありますので、お早めにご相談ください。
- ・納付書でお支払いの方は便利で確実な口座振替をご利用ください。口座振替への変更は最寄りの金融機関または町民課後期高齢者医療係で随時受付しております。

## ○ 健康診査を受けましょう

後期高齢者医療制度に加入している方を対象に、1年に1回無料で受けられる健康診査を実施しています。

■今年度の複合健診は 11月11日(水)～13日(金)・16日(月)～18日(水)・24日(火)～27日(金)・12月13日(日)～15日(火)の日程で13日間実施します。

■場 所 就業改善センター

■受付時間 7時15分～9時30分(複合健診の詳細内容は広報10月号に掲載します)

◎集団健診の日程が合わないという方は個別健診を、ぜひご利用ください。受診希望者は、福祉課(☎55-3111内線131)にお申し込みください。

# 犬の登録と狂犬病予防接種についてお知らせ

## 犬の登録について

犬を飼うためには飼い犬1頭につき生涯1回の登録が必要となります。まだ登録が済んでいない場合は、下記の集団予防注射または後日町民課にて登録をしてください。

## 飼い犬が死亡した時、異動した時

飼い犬が死亡した時は、登録鑑札と今までの注射済票を持って町民課に「死亡届」を提出してください。

また、登録事項に変更があった場合（転入・転出、飼い犬の譲渡など）町民課までお越しください。

## マナーを守ろう

### ○放し飼いは絶対にしない

放し飼いにより飼い犬が人に危害を加えた場合は、国の法律により罰則が科せられる可能性があります。

### ○排便などの処理は飼い主が責任をもって行う

犬の散歩に出かけるときは袋とシャベルを携帯し、ふんの後始末を必ずしましょう。

犬の登録や予防接種を受けることは  
飼い主として最低限のマナーです。  
必ず受けるようにしましょう。

## 平成27年度 狂犬病予防注射日程表 <<実施日時および会場>>

### 10月3日(土)

9:00~9:05	川原新田地区構造改善センター
9:10~9:15	折茂新田地区構造改善センター
9:20~9:25	折茂公民館
9:30~9:35	小平・柳町公民館
9:45~9:50	鶴喰地区コミュニティセンター
10:00~10:05	入口公民館
10:15~10:20	赤田公民館
10:25~10:30	米沢新屯所前
10:35~10:40	長谷公民館
10:45~10:55	旧上吉田地区公民館跡地
11:00~11:10	六戸児童館
11:15~11:25	六戸温泉前
11:30~11:40	高館 佐々木商店前

### 10月4日(日)

9:00~9:05	高見公民館
9:10~9:30	館野公園入口
9:35~9:55	たての台団地集会所
10:05~10:30	小松ヶ丘地域交流館
10:40~10:45	金矢公民館
10:50~10:55	岡沼地区構造改善センター
11:05~11:10	沖山平公民館
11:20~11:25	古里公民館
11:30~11:40	七百地区公民館

狂犬病予防注射料：3,100円

新規登録料：3,000円

今回の日程で受けられない場合は、  
動物病院でお受けください。

※今年度、既に狂犬病予防接種を受けた場合、接種の必要はありません。

問町民課 ☎55-3111 (内線124)

## 健康相談・健康教室の日程

問福祉課 ☎55-3111 (内線132)

みなさんいかがお過ごしでしょうか。

みんなで集まって笑ったりおしゃべりしながら、一緒に健康づくりを楽しみましょう。

月日	曜日	時間	場所	内容
9月8日	火	9:30~11:00	長谷公民館	健康相談・健康教室 「楽しく身体のリフレッシュ(軽体操)」
9月17日	木	9:30~11:00	小松ヶ丘地域交流館	健康相談・健康教室 「楽しく身体ストレッチ(軽体操)」
9月26日	土	10:00~11:00	たての台集会所	健康相談
10月6日	火	9:30~11:00	上町公民館	健康相談・健康教室「タオルを使った体操」



こんにちは！福祉課です。短命県返上！9月のテーマは、『1人1人の大切ないのちを守ろう』です。みなさんの“こころ”はお元気ですか？

できることからはじめよう

## 『気づきの輪、もっと広げよう』

\* 9/10～9/16は自殺予防週間です \*

毎年、全国では約3万人、六戸町でも10年間に約50の方が自ら命を絶っています。多くの場合は、悩みを1人で抱え込み、うつ病などで正しい判断ができなくなって「もう死ぬしかない」と追い込まれた末の結果です。

そうなる前に、悩みを専門家に相談し問題解決すること、心の病気をきちんと治療することが大切です。ただ、本人はなかなか他人に相談できないため、周りがその人の変化に気づく必要があります。もし、次のようなサインがあったら、まずは「大丈夫？」「眠れてる？」と、一言声をかけてみましょう。

今はストレスの多い時代で、誰もが様々な悩みを抱え、心の健康を損なう可能性があります。

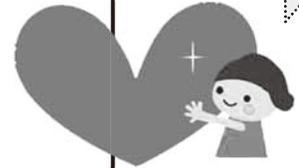
町民1人1人の大切な“いのち”を守るため、まずは、お互いできることから始めませんか。

### ● 町民の皆さまに取り組んでいただきたいこと ●

・・・自分または身近な人のサインに、気づきましょう・・・

- \* 突然泣き出す、イライラを爆発させる等、  
気持ちが不安定になった
- \* これまで関心のあったことに対して、  
興味をなくしたように見える
- \* 職場を無断欠勤したり、行方が分からなくなったりする
- \* 極端に食欲がなくなり、体重が減ったように見える
- \* 身なりに構わなくなった
- \* 性格が急に変わったように見える
- \* よく眠れていないようだ
- \* 様々な体調不良を訴えている
- \* 人との交流が減り、引きこもりがちになった

もしこんなサインがあったら、心が疲れているかも。早めにご相談ください。



### 主な“こころ”の相談窓口

- 六戸町福祉課 ☎(55) 4597
- 上十三保健所 ☎(23) 4261
- 青森県立精神保健福祉センター 【こころの電話】 ☎017(787) 3957・3958

## 浄化槽を正しく使いましょう

浄化槽は、微生物の働きを利用して汚水を浄化するため、適正な管理が必要です。そのため、法律（浄化槽法）により次のことが義務付けられています。

- ①定期的な保守点検    ②年1回の清掃    ③法定検査の受検※(使用開始後3～5ヶ月後、以降毎年1回)

※法定検査は、浄化槽が適正に維持管理され、本来の浄化槽としての機能が十分発揮されているかを判定するもので、一般社団法人青森県浄化槽検査センター（☎017-726-9500）が行います。

○また、浄化槽の設置・使用開始・廃止や所有者等の変更をするときなどには、八戸環境管理事務所（☎0178-27-5111（県合同庁舎代表））へ届出が必要となります。詳しくは浄化槽の設置・維持管理業者または八戸環境管理事務所までご相談ください。

なお、町の浄化槽設置整備費補助金を利用して浄化槽を設置した方は、毎年法定検査の結果を建設下水道課（☎0176-55-4610）まで報告していただく必要がありますので、忘れずに報告してください（六戸町浄化槽設置整備費補助金交付要綱第10条）。

一般社団法人青森県浄化槽検査センターHP <http://jokaso.jp/index.html>

県HP「浄化槽をお使いの方へ」 [http://www.pref.aomori.lg.jp/nature/kankyo/joukasou\\_user.html](http://www.pref.aomori.lg.jp/nature/kankyo/joukasou_user.html)

## 町立病院からのお知らせ

関六戸町国民健康保険病院 ☎55-3121

夕暮れ診療・時間外診療および救急外来を休診としております。

利用者の方々にはご迷惑をおかけしておりますが、ご理解とご協力をお願いします。

六戸町青年講座 “できる男”になろう!

～男の料理教室～

20～40代の  
男性対象です!

魚釣りをする男性はたくさんいると思いますが、釣った魚をうまく調理したり、保存できていますか?



今回は、旬味処 松の葉の五日市昌樹氏を講師にお招きして、魚のさばき方や和食料理の作り方、ストックの仕方を習います。いつもと違う魚料理を食卓に並べて、家族をあとと驚かせてみませんか?

- 日時 9月27日(日) 10～13時
- 場所 六戸町就業改善センター 調理室
- 持ち物 エプロン  
出刃包丁(ある方)
- 材料費 1,000円
- 定員 12名
- 申込締切: 9月17日(金)



※魚の持ち込みもOKですが、お持ちになる方は事前にご連絡ください。

また、魚釣りをしたことのない男性も、ぜひ料理の腕を磨くためにもご参加ください!

六戸町青年講座 女子力アップ講座

パーソナルカラーを体験!

20～40代の  
女性対象です!

あなたを輝かせる色をご存じですか?好きな色と似合う色は違います。今回は、色の布を顔の近くにあてて似合うカラーのグループを見つけます。それを基にアイカラーや口紅等の選び方を学んでみましょう♪

- 日時 10月17日(土) 10～12時
- 場所 小松ヶ丘地域交流館
- 講師 カラーコーディネーター 岡本 浩子氏
- 材料費 500円
- 持ち物 手鏡・アイカラー・リップ等お持ちの化粧品
- 定員 20名
- 申込み締切 10月1日(金)



閻町文化ホール ☎55-5511

体力測定会のお知らせ

「今どれぐらいの体力になっているのかな?」ご自分の体力や運動能力を測定して、健康体力づくりに役立ててみませんか?

- 日時 9月26日(土)
- 【第一部】午後1時30分スタート(午後1時から受付)
- 【第二部】午後6時30分スタート(午後6時から受付)
- 会場 総合体育館
- 対象 40歳～79歳の健康な男女
- 参加費 無料
- 持ち物 上履き、タオル、動きやすい服装
- 測定種目 年齢区分により6種目を実施

年齢区分	40歳～64歳	65歳以上
①	握力 *筋力	
②	上体起こし *筋持久力	
③	長座体前屈 *柔軟性	
④	反復横跳び *俊敏性	開眼片足立ち *運動機能
⑤	立ち幅跳び *瞬発力	10m障害物歩行 *転倒予防
⑥	急歩 *心肺持久力	6分間歩行 *心肺持久力

- 申込期限 9月24日(金)
- 閻六戸町スポーツ推進委員協議会事務局  
☎55-3988 (総合体育館内)

焼き物教室

参加費  
2,000円



- 開催日 9月29日 10月6日・13日・20日  
(計4回) ※毎週火曜日
- 時間 午後7時～9時
- 場所 焼き物小屋(役場北側駐車場内)
- 募集期間 9月11日(金)まで
- 定員 8人
- 内容

初心者でも大丈夫!茶わん、皿、コップなどが作れます。自分だけのオリジナル作品にチャレンジ!!

閻町教育委員会 教育課 ☎55-5511  
(町文化ホール内)

## 「メイプルマラソン大会2015」参加者募集

■日 時 平成27年10月31日(土) 雨天決行 ○受 付 午前8時30分～9時  
○開 会 式 午前9時15分

■会 場 六戸町総合体育館前

■種 目 等	No.	種 目	距離	スタート時刻	参加料	
					高校	一般
	1	ファミリー	2km	午前10時	2,000円	
	2	小学生男子	2km	午前10時10分	500円	
	3	小学生女子	2km	午前10時10分	500円	
	4	中学生男子	3km	午前10時20分	1,000円	
	5	中学生女子	3km	午前10時20分	1,000円	
	6	高校・一般女子	3km	午前10時20分	高校1,000円	一般2,000円
	7	高校・一般男子	3km	午前10時20分	高校1,000円	一般2,000円
	8	高校・一般男子(39歳以下)	5km	午前10時30分	高校1,000円	一般2,000円
	9	一般男子(40歳以上)	5km	午前10時30分	2,000円	

- 参加資格 ▶健康に自信があり、決められた距離を完走できる者(町内外を問わない)。  
▶ファミリーの部に参加する子どもは、小学3年生までとし、家族が並走すること。  
[子どもを抱きかかえたり、背負ったり、ベビーカーを使用しての走行は不可]  
▶高校生以下は、保護者の承諾を得ること。 ▶年齢は、大会当日の満年齢とする。
- 申込方法 申込用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えてお申し込みください。後日、受付票を郵送します。
- 申込締切 平成27年9月30日(土)【期限厳守】

問メイプルマラソン大会実行委員会 ☎0176-55-3988 FAX0176-55-3587  
〒039-2371 青森県上北郡六戸町大字犬落瀬字前谷地12(六戸町総合体育館内)  
e-mail h\_tanaka@town.rokunohe.aomori.jp

## 図書館 News

本のリクエスト & お問い合わせ⇒六戸町立図書館 ☎55-4561

開館時間 午前9:30～午後6:00

### ◆寄贈図書のお知らせ

7月7日、六戸町ダンス愛好会様(馬場準一会長)より図書購入費を寄付していただき、今年度は子ども用図鑑の「DVD付 小学館NEOシリーズ」と「プレNEOシリーズ」を購入しました。

蔵書になかった種類の図鑑を購入することができ、子どもたちにも大変好評です。  
ありがとうございました。

### ◆9月の展示◆ 特設展示「ミステリー小説展」

まだまだ残暑が続くこの時期、秋の夜長をミステリー小説と過ごしてみても?

一般閲覧室展示コーナーにおいて、推理小説やホラ小説を特集しています。

◆期 間 : 9月1日(土)～9月30日(土)まで

◆場 所 : 図書館内 一般閲覧室

図書館カレンダー 図書館休館日 2015年9月

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

休館日 ※9月の20日(土)～23日(火)は、図書館は休館日となります。

### ◆新着図書紹介◆

◆(一般図書)

- ◆あの人に暮らす 四人の女 三浦しをん 著
- ◆流 東山彰良 著
- ◆朝が来る 辻村深月 著
- ◆君の隣を食べたい 住野よる 著
- ◆帝国の女 宮木あや子 著
- ◆院内カフエ 中島たい子 著

◆雲は湧き光あふれて ◆ベトナムの桜 ◆真夜中の北京  
◆ヒトリコ ◆国を救った数学少女 ◆オールド・テロリスト  
◆わたしに会うまでの1600キロ ◆教団X  
◆季節はうつる、メリーゴーランドのように ほか

◆(児童図書)

- ◆たべもんどろ ◆たべもんどろ
- ◆かもめ たくはいびん ◆かもめ たくはいびん
- ◆ジェーンと キツネとわたし
- ◆ちっちゃなサリーはみていたよ
- ◆ばけねこ そろそろ

◆赤い本 ◆白い本 ◆黒い本 ◆青い本 ◆緑の本

紙面で紹介した以外の新着図書もありませんので、どうぞ図書館へおいでください。

Introduce 1



ベンジャミン・ジェームズ・ウィルソン  
(Benjamin James Wilson)

1990年10月生まれ、24歳。  
オーストラリア、シドニー出身。  
シドニー工科大学卒。  
趣味は筋トレ、ハイキング、ゲーム、映画鑑賞、読書。  
好きな食べ物、タンパク質がたっぷり入っているものなら、何でも喜んで食べます！現在は町内に1人暮らし。

リアのシドニー出身で、これから六戸町でCIR（国際交流員）として勤務するベンジャミン・ウィルソンです。  
ベンジャミンという名前は、オーストラリアの東海岸と同じぐらい長い名前なので、皆さんに「ベン」と呼んでいただければと思います。  
私は7月26日に来日してすぐに、新宿の京王プラザホテルで開かれた外国語青年招致事業、いわゆるJETプログラムのオ

リエンターションに参加しました。その時におおよそ1,000人以上の海外の各国からの同僚と共に今後の仕事に関する講座をいくつか受けながら、「なぜ日本に来たのか」、そして、「私が来たから日本がどう変わるのか?」という質問を深く考えさせられました。日本に来た理由を道ばたで聞かれたら「忍者になるためです」と笑いながら答えるでしょうが、真剣に考えてみると私の心の中に、気付かれないようにお相撲さんの食事会に忍び込んでケーキを盗む技術を身につけることより大事な任務があります。  
それは、「国際交流員」という名称のとおり、日本人と外国人との交流を全力を尽くして実施することなのです。つまり、日本の国民と海外の国々の間の架け橋になることを目指します。

「海外へ旅行をしたいけど言葉が通じないから怖い」や「外国の人がこの前店に来たのにどう接したら良いか分からなくて上手くいかなかった」といった不安を持っている日本人が少なくないと思います。その半面、日本人と日本のことをもっと知りたいから積極的に関わったらいいのに！と両手を広げて生き生きと呼びかけている外国人も少なくはないのです。  
実は日本人と世界の人々を分離する壁は、皆さんが思っているより低いものです。これは私が学生の時代、大昔の日本の都として現代の日本の文化的な宝物となる京都に住んで初めて分かったことの一つです。言葉の壁、文化の壁などいろいろな壁があるのですが、それらを全てなくすために気付かないといけないことがただ一つあると思います。それは、人間にしか壁が作れないという事実です。つまり、言葉が完璧に通じなくても皆さんは同じ人間だという気持ちで、心によって伝えられると私は信じています。  
これからいくつかのプロジェクトを通して皆さんの海外に関する知識と英語力を増やしていくのと同時に、この青森県の六戸町という素晴らしいレンズ

で、外国の人たちに日本のことをより深く知っていただきたいと思っておりますので、皆さんのご協力をお願いします。身長が高いため少し目立つと思うのですが、どこかで見かけられたらいつでも声をおかけください。よろしくお願ひします！  
では、こうご期待！  
.....  
続いて、同じ時期に赴任したALTを紹介します。  
.....  
六戸町の皆さん、はじめまして。私はソフィア・カーティと言います。これから1年間、六戸町の小学校と中学校でALT（外国語指導助手）として働きます。  
私はアメリカのメイン州から来ました。メイン州は田舎で、静かな所です。アメリカの北

方にあるので、冬が厳しく、とても寒いです。  
今年の5月にメイン大学を卒業しました。大学で日本語を2年間ぐらい勉強しました。まだ日本語を上手に話せませんが、六戸町の皆さんと話をしたいと思っています。  
私が中学生のころ、上北郡から生徒が私の家に来て、ホームステイをしました。高校生のころ、私も青森県で2週間ぐらいのホームステイをしたことがあります。その時から、日本の文化に興味がありました。例えば、日本のお祭りを見に行ってみたくて、六戸町に来ることができて、とてもうれしく思っています。皆さん、どうぞよろしくお願ひします。

Ben's Channel

ベンの交流チャンネル

大都会生まれ育ちの外国人から見たら、高層ビルがないことよりもそれらの高さと同様の肩を並べるくらい華麗な木々が目につく。その日本の大自然におびえる私はオーストラ

リアのシドニー出身で、これから六戸町でCIR（国際交流員）として勤務するベンジャミン・ウィルソンです。  
ベンジャミンという名前は、オーストラリアの東海岸と同じぐらい長い名前なので、皆さんに「ベン」と呼んでいただければと思います。  
私は7月26日に来日してすぐに、新宿の京王プラザホテルで開かれた外国語青年招致事業、いわゆるJETプログラムのオ

Introduce 2



ソフィア・アン・カーティ  
(Sofia Anne Curti)

1993年7月生まれ、22歳。  
アメリカ合衆国メイン州キタリー町出身。  
メイン大学ファーマントン校卒。  
趣味は読書、ランニング、散歩。  
好きな食べ物ほとんかつ、ツナマヨおにぎり。



## 「東京六戸会」たより ～秋の親睦行事のお知らせ～

133

“帝国ホテル（ランチ）と東京スカイツリー  
はとバスツアー”のご案内

今年の東京六戸会秋の親睦行事は“帝国ホテル（ランチ）と東京スカイツリーはとバスツアー”に決まりました。昨年は予約に失敗しましたが今年は3か月前に予約を入れ、30名を確保しました。バスツアーは”築地場外市場（自由散策・ショッピング）～帝国ホテルで昼食～銀座ドライブ～東京スカイツリー展望デッキ”となっています。

行楽シーズンの一日、ご家族、お友達をお誘いの上、ぜひご参加くださいますようご案内申し上げます。

- 日 時 10月18日① 出発：9：30  
終了：15：40
- 集合場所 東京駅丸の内南口はとバス前

解散場所も同じ

- 行 程 築地場外市場（60分）～帝国ホテル（60分）～東京スカイツリー（80分）
- 参加費 大人 9,000円（18才以上）  
中人 8,500円（12～17才）  
小人 4,500円 {4～11才}  
参加費は当日集めます。
- 人 数 30名（先着順）
- 申込方法 同封のはがきで申込んでください。
- 締 切 9月20日（必着）  
30名になり次第締め切ります。

### 一問い合わせ先一

東京六戸会事務局 高坂 忠（七百中33年度卒）  
 ①349-0144 埼玉県蓮田市椿山3-18-4  
 ☎048-768-0940（FAX共用）  
 携帯：090-2205-2603  
 E-mail：t-kosaka@kyj.biglobe.ne.jp

## 国民年金からのお知らせ

国民年金保険料9月分の納付期限は平成27年11月2日です。

### ○ご存知ですか？国民年金の任意加入制度

老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）は、20歳から60歳になるまでの40年間保険料を納めなければ、満額の年金を受け取ることができません。

国民年金保険料の納め忘れなどにより、保険料の納付済期間が40年間に満たない場合は、60歳から65歳になるまでの間に国民年金に任意加入して保険料を納めることにより、満額に近づけることができます。

なお、老齢基礎年金を受けるためには保険料の納付済期間や保険料の免除期間等が原則として25年以上必要となりますが、この要件を満たしていない場合には、70歳になるまで任意加入することができます。（ただし、昭和40年4月1日以前に生まれた方に限られます。）

また、海外に在住する日本国籍を持つ方も、国民年金に任意加入することができます。

### ○国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の追納をお勧めします！

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法定免除）、若年者納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納め

た方と比べ、老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受け取り額が少なくなります。

そこで、これらの期間の保険料は、将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、10年以内であれば遡って古い月分から納める（追納）ことができます。

ただし、免除等の承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乘せされます。

- ・一部免除を受けた期間は、残りの納付すべき保険料が納付されていなければ追納はできません。
- ・「若年者納付猶予・学生納付特例期間」が「法定免除・申請免除期間」より古い（先に経過した）月分である場合は、「若年者納付猶予・学生納付特例期間」が優先します。
- ・「法定免除・申請免除期間」が「若年者納付猶予・学生納付特例期間」より先に経過した月分である場合は、どちらを優先して納めるか本人が選択できます。
- ・「若年者納付猶予・学生納付特例期間」の中では、先に経過した月分から納めることになります。
- ・「法定免除・申請免除期間」の中では、先に経過した月分から納めることになります。

詳しくは、八戸年金事務所または、六戸町役場年金係までお問い合わせください。

国民年金保険料専用ダイヤル ☎0570-011-050  
 八戸年金事務所 お客様相談室 ☎0178-43-7368

六戸消防署  
だより

六戸消防署  
☎55-2016

# 9月9日は救急の日



## 救急車の適正利用にご理解をお願いします!

救急車は『大切な命』を救うためのものですが、台数に限りがあります。本当に救急車を必要としている人のもとへ、すぐに駆け付けられるよう、救急車の適正利用をお願いします。

### 《救急車を呼ぶときは「119番」!》

救急車が来るまでに、用意しておく便利なもの。

- ・保険証や診察券
- ・普段飲んでいる薬(お薬手帳)
- ※乳幼児の場合は、母子健康手帳

救急車が来たら、こんなことを伝えてください。

- ・事故の状況や体調が悪くなってから救急車が到着するまでの様子やその変化
- ・おこなった応急手当の内容
- ・具合の悪い方の情報

持病、かかりつけの病院やクリニック、  
普段飲んでいる薬、医師の指示など

※日頃からメモにまとめておくとう便利です。

### 《こんな時は一度考えてください》

- ・緊急性がない軽いけがや病気  
(手足の切傷、風邪、歯痛、酒酔いなど)
- ・どこの病院に行けばよいのかわからない
- ・交通手段がない、便利だから
- ・早く診てもらいたい



消防署では応急手当の講習会(救急法)を随時おこなっています。  
お気軽にご相談ください。

☎六戸消防署 救急係  
☎55-2016



警察署  
だより

十和田警察署  
☎23-3195

# 警察の相談ダイヤル #9110

## ◎ 9月11日は「警察相談の日」です。

警察本部と各警察署では、DVなどの暴力、ストーカー、高金利、サイバー犯罪、薬物乱用、振り込め詐欺などの事件・事故による被害の未然防止に関する相談に応じています。

○警察本部の相談室には、相談専用電話として「#9110」を設置し、専門の相談担当者が対応します。  
携帯電話・PHSから利用可能ですが、ダイヤル回線電話や一部IP電話からは利用できないので、その時には「017-735-9110」を利用してください。

○警察での相談は、24時間対応していますが、夜間や土日・祝祭日・年末年始は当直の警察官が対応します。

○相談に当たっては、プライバシーへの配慮を十分いたしますので気軽にご相談ください。

※「110番」を通じた相談が寄せられることがありますが、「110番」は事件・事故などの緊急通報の電話です。

### 平成27年 県内の交通事故概況

青森県交通対策協議会(平成27年7月31日現在)

	7月中	六戸町	7月末 累計	年齢別	高齢者の死者 (65歳以上の人)	10人 (-6)
発生	327件 (+5)	18件 (+5)	2,111件 (-218)	夜	夜間の死者	11人 (-1)
				死者の状態別	歩行者の死者	8人 (-4)
死者	3人 (-1)	0件 (±0)	22人 (-4)	飲酒	飲酒運転による死者	2人 (±0)
傷者	403 (+3)	6件 (-5)	2,629人 (-227)	シートベルト	自動車乗車中の死者	9人 (+1)
					非着用死者	5人 (±0)

( )内は対前年比です。また、速報値のため後日変更することがあります。

## 募集

### 自衛官募集

#### 【防衛医科大学 看護学科学学生(自衛官コース)】

- 応募資格 高卒(見込み含む)
- 21歳未満の者
- 受付期間 9月5日(土)～30日(水)
- 試験日 10月17日(土)
- 試験場所(予定) 白山台公民館(八戸市)

#### 【防衛医科大学 医学科学学生】

- 応募資格 高卒(見込み含む)
- 21歳未満の者
- 受付期間 9月5日(土)～30日(水)
- 試験日 10月31日(土)・11月1日(日)
- 試験場所(予定) 青森第二合同庁舎(青森市)

#### 【防衛大学校 学生(総合選抜)】

- 応募資格 高卒(見込み含む)
- 21歳未満の者
- ※詳細は募集要項をご確認ください。

#### ■ 受付期間

9月5日(土)～9月9日(水)

#### ■ 試験日

9月26日(土)・27日(日)

#### ■ 試験場所(予定)

防衛大学校

#### 【防衛大学校 学生(総合選抜)】

- 応募資格 高卒(見込み含む)
- 21歳未満の者
- ※詳細は募集要項をご確認ください。

#### ■ 受付期間

9月5日(土)～9月9日(水)

#### ■ 試験日

9月26日(土)

#### ■ 試験場所(予定)

防衛大学校

#### 【防衛大学校 学生(一般前期)】

- 応募資格 高卒(見込み含む)
- 21歳未満の者
- ※詳細は募集要項をご確認ください。

#### ■ 受付期間

9月5日(土)～9月30日(水)

#### ■ 試験日

9月26日(土)・27日(日)

#### ■ 試験場所(予定)

小中野公民館(八戸市)

#### ■ 詳細はお問い合わせください。

〒015-0846 八戸市三沢 三沢募集案内所  
平日 午前8時45分～午後5時30分

☎・FAX 53-1346  
✉ aomori.pco.misawa@rct.gsd.t.mod.go.jp

## 入札結果公表

問企画財政課 ☎55-4583

平成27年7月16日執行

No.	工事(委託)番号	件名	落札業者	落札金額(千円)
1	-	小規模治山事業測量設計業務委託	(株)アイテック	1,800
2	委第13号(建設委第8号)	金矢工業団地線舗装補修測量調査設計業務委託	東陽測量設計(株)	7,000
3	建設第10号	旧十鉄鉄道敷地町道交差部改良舗装1工区工事	落札に至らず	
4	工第13号(建設第11号)	旧十鉄鉄道敷地町道交差部改良舗装5工区工事	(有)伸栄建設	3,100
5	工第14号(建設第12号)	第14岡沼線道路改良舗装工事	落札に至らず	

平成27年8月10日執行

No.	工事(委託)番号	件名	落札業者	落札金額(千円)
1	委第17号(小松ヶ丘第27-3号)	小松ヶ丘地区汚水・雨水台帳作成業務	エイト技術(株)	42,000
2	工第15号(建設第14号)	第14岡沼線ほか1路線道路改良舗装工事	(株)ユタカ工業	8,700
3	工第16号(建設第15号)	船場川原・上町線道路改良舗装工事	落札に至らず	
4	工第17号(建設第16号)	米沢・赤石線道路改良舗装工事	(株)吉田建設工業	5,900
5	建設第13号	町道維持補修その4工事	(有)佐々木興業	1,950

平成27年8月21日執行

No.	工事(委託)番号	件名	落札業者	落札金額(千円)
1	-	血圧脈波検査装置	(有)サクラメディック	1,400
2	委第19号	六戸町社会教育施設法定点検報告書作成業務	(株)八洲建築設計事務所	930
3	建設第17号	館野団地雨樋、雪止め設置工事	(有)誠建ホーム	2,100

× 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

# お知らせ

「高齢者・障害者の人権 あんしん相談」強化週間

青森県地方務局および青森県人権擁護委員連合会では、左記の強化期間中、平日の相談時間を延長し、土・日曜日にも電話相談を行います。

相談は無料で、秘密は守ります。ひとりで悩まず、相談してください。

## ■期間

9月7日(土)～11日(金)  
午前8時30分～午後7時  
9月12日(土)～13日(日)  
午前10時～午後5時

## ■電話番号

☎05701003110

(通常の相談時間は、平日  
午前8時30分～午後5時15分)

青森県地方務局人権擁護課

☎017177619024

## 在宅介護者の集い

■日時 10月14日(土)

■場所 奥入瀬 森のホテル (十和田市)

■日時 午前9時30分～午後3時30分

※六戸町役場から、送迎バスが出ます。

■内容 奥入瀬渓流を散策し、おいしい食事と温泉でリラックスマししょう。

■対象者 六戸町在住で要支援1～2・要介護1～5の方を介護している方

■定員 20人

■参加費 1,000円

■持ち物 入浴タオル ※シャンプー・ボディソープは備え付けの物があります。

■申し込み 10月7日(土)までに左記へお申し込みください。

■場所 六戸町社会福祉協議会

☎5512943

## 介護講座の開催

■日時 9月16日(土)

■場所 午前10時30分～12時

■内容 六戸町老人福祉センター

■内容 「介護を必要とする方向けの食事介助」

▼食べさせ方▼姿勢▼ポイント

▼飲み込みにくい方向への食事内容など

■対象者 ▼六戸町在住の方

■参加費 無料

■定員 30人

■場所 六戸町社会福祉協議会

☎5512943

## ●便利・確実・安心●

### 町税等のお支払は、口座振替がおススメ!

一度手続きすれば、自動的に納税され、払い忘れ防止などに便利な制度です。詳しくは、お近くの金融機関または町税務課にご相談ください。

※町・県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税

■町税務課 ☎55-3111(内線143)

## 戸籍の窓口

7月届出分

### ♡ ご結婚 ♡

川村 徹朗	中 町	町
岸本 理沙	中 鶴	喰
津島 卓也	青 森	市
佐藤 菜希沙	小 松	ヶ 丘
米田 勲明	小 松	ヶ 丘
沼山 聡子	高 七	戸 見
川原 康信	中 村	理 会
谷川 大翔	佐 藤	礼 子
佐藤 礼子	八 押	戸 市

### ✽ お誕生 ✽

苦米地 那央	折 茂
(父親 文吾・母親 梓 長男)	
小笠原 陸斗	古里 団地
(父親 義則・母親 代子 二男)	
宮澤 結葵	小松 ヶ丘
(父親 知之・母親 美佳 長女)	
田中 奏多	小松 ヶ丘
(父親 大輔・母親 春花 二男)	
デヴィニー 光	小松 ヶ丘
(父親 ジェームス・母親 恵頼 長女)	

### ❖ おくやみ ❖

畠 山 光 男 (72歳)	高 館
三 村 マツエ (88歳)	川 原 新 田
前 村 ハ ナ (96歳)	上 町
松 村 貞 雄 (88歳)	下 町
宮 澤 セ イ (94歳)	七 百
長谷川 政 美 (90歳)	南 町 一

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。掲載を希望する場合は、町民課戸籍担当まで届け出ください。なお、家族が届け出する場合は、本人の了承が必要となります。

## 町税・保険料 納期限

- 固定資産税(3期)
  - 国民健康保険税(3期)
  - 介護保険料(3期)
  - 後期高齢者医療保険(3期)
- の納付月です

納期限は  
9月30日(水)



## 法律事務所 奥入瀬

LAW OFFICE OIRASE

青森県弁護士会 保土澤 史教

# ☎(0176)58-5115

十和田市西十二番町11-15(十和田市立中央病院裏)  
〔取り扱い業務〕 離婚/相続/交通事故/借金/刑事  
その他法律問題全般

〔受付時間〕 平日 9:00~18:00  
〔相談料〕 初回 60分 2000円(税別)

地元、六戸出身の弁護士です。まずはお気軽にお問合せください。

▼7月22日

原子力に関する知識を深める



町就業改善センターで「原子力に関する意見交換会」(青森県主催)が開かれました。参加した町民ら約30人は、有識者から放射線の基礎などの説明を受け、原子力についての知識を深めるため、意見を交換しました。

▼7月27日

地域の方々のために



青森県東部郵便局長会様より、真新しいタオル400枚を寄贈いただきました。このタオルは乳幼児健診や高齢者のための事業などで使われます。(写真右から2人目は萩野貴之三沢大町郵便局長、右から3人目は吉田承彦六戸郵便局長)

▼7月28日

明るいまちづくりに役立てて



三沢電気工事業協同組合(南秋悦理事長、写真中央)様よりLED防犯灯2基を寄贈いただきました。この防犯灯は町内の要箇所所に設置されます。(写真左は同組合員の河野豊氏)

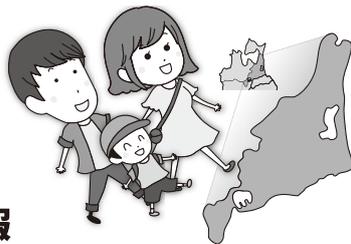
▼7月30日

グラウンド・ゴルフ大会優勝



六戸町老人クラブ連合会(熊谷隆会長、写真右から2人目)による町グラウンド・ゴルフチームが、7月24日に七戸町で行われた上北郡老人大会で19年ぶりに優勝し、吉田豊町長に喜びを報告しました。(写真右から3人目は坂本定市副会長、4人目は山内サヨ副会長)

ぐるっとNAVI 上十三・十和田湖 広域定住自立圏情報



おいらせ町 おいらせ軽トラ市

～12月の各第1日曜 8時～12時  
※9月の開催日…6日◎  
百石本町商店街 中央町  
(おいらせ町役場分庁舎周辺)  
☎おいらせ軽トラ市実行委員 事務局  
(おいらせ町商工会内) ☎0178-56-2511 FAX0178-56-4877



十和田市 十和田市秋まつり

9月11日(金)～13日(日)  
旧国道4号、官庁街通り等



☎(一社)十和田市観光協会 ☎0176-24-3006

東北町 日の本中央まつり

9月11日(金)～13日(日) 乙供駅周辺  
☎東北町役場 商工観光課 ☎0176-56-4148

野辺地町 第10回 のへじ停車場まつり

9月12日(土) 10時～21時  
観光物産PRセンター(野辺地駅隣)とその周辺広場  
☎中谷米穀店 ☎64-3316

七戸町 ニッ森貝塚縄文まつり

9月12日(土) 午前11時～午後3時 ニッ森貝塚  
☎世界遺産対策室 ☎0176-62-2205

六ヶ所村 ふるさと新鮮朝市

9月12日(土) 午前7時～〈泊地区〉  
泊町内会事務所駐車場  
26日(土) 午前8時～〈尾駮地区〉  
スワニーイベント広場  
☎六ヶ所村商工会 ☎0175-72-2331



三沢市 三沢基地航空祭

平成27年9月13日(日) 9:00～15:00  
三沢基地内

※入場の際に手荷物検査を行います。ドローン等の会場内での飛行は禁止されています。  
※一般車両は基地内へ乗り入れてできません。  
駐車場情報は航空自衛隊三沢基地ホームページから  
<http://www.mod.go.jp/asdf/misawa/>  
☎航空自衛隊三沢基地 ☎0176-53-4121  
(内線4256・4257) [平日8:15～17:00]



七戸町 第32回 東北馬力七戸大会

9月13日(日) 午前8時～  
青森県家畜市場構内

☎七戸町愛馬会  
(青森県七戸畜産農業協同組合)  
☎0176-62-2125



十和田市 現代美術館企画展

『メッセージズ～高橋コレクション～』  
9月19日(土)～1月11日(日)◎ 十和田市現代美術館  
☎十和田市現代美術館 ☎0176-20-1127

野辺地町 のへじ ずっぱど・わっかど・産業祭り

9月26日(土) 10時～17時 27日(日) 10時～16時  
中央公民館・駐車場  
☎野辺地町商工会 ☎64-2164

東北町 おがわら湖美味満載祭り

9月27日(日) 小川原湖交流センター「宝湖館」  
☎東北町役場 商工観光課 ☎0176-56-4148

十和田市

第10回 ご当地グルメでまちおこしの祭典!

B-1 グランプリin十和田

10月3日(土)・4日(日)  
中央公園会場・商店街会場

☎B-1 グランプリin十和田実行委員会事務局  
☎0176-51-6799



# 9月の行事・健康カレンダー&まちの笑顔

日	月	火	水	木	金	土
30	31 	1 ▶エイズに関する相談、B型・C型肝炎検査[上十三保健所]	2 ▶心配ごと相談所[老人福祉センター]	3 ▶秋まつり・前夜祭[包括支援センター前]	4 ▶秋まつり[犬落瀬商店街、~6日] ▶全国高校ラグビー青森県大会予選[総合運動公園、~5日]	5 ▶秋季青森県高校野球選手権大会十和田地区予選会[メイプルスタジアム、~6・12・13日]
6 	7	8 ▶夢生学習塾[おいらせ町ほか]	9 ▶町内小学校陸上競技会[総合運動公園] ▶心配ごと相談所[老人福祉センター]	10 	11 ▶敬老会[総合体育館]	12 ▶メイプルジュニアクラブ[十和田国際CC]
13 ▶青年講座「ハーブ教室」[大西ハーブ農園] ▶町長杯ハンドボール大会[総合体育館]	14 ▶夢生学習塾[おいらせ町ほか]	15 ▶エイズに関する相談、B型・C型肝炎検査[上十三保健所]	16 ▶心配ごと相談所[老人福祉センター] ▶精神保健福祉相談[上十三保健所]	17	18 ▶4・12カ月健診[就業改善センター] ▶上北地方中学校体育大会新人大会(野球)[メイプルスタジアム、~21日]	19 ▶上北地方中学校体育大会新人大会(バレーボール)[総合体育館、~20日] ▶県朝野球選手権大会[町宮野球場、~20日]
20 	21 ◆敬老の日	22 ◆国民の休日 ▶南部祭囃子大競演会[犬落瀬商店街]	23 ◆秋分の日	24 	25	26 ▶メイプルジュニアクラブ[十和田国際CC] ▶体力測定会[総合体育館]
27 ▶青年講座「男の料理教室」[就業改善センター]	28 	29 ▶焼き物教室[焼き物創作室]	30 ▶心配ごと相談所[老人福祉センター] ▶療育相談[上十三保健所]	10/1 ▶夢生学習塾[文化ホール]	2 	3

[今月の写真：平成27年度 新成人の集い]

## 主な町施設の休館日(9月)

- 文化ホール 28日(月)
- 体育館 7日(月) 14日(月) 24日(木) 28日(月)
- 図書館 7日(月) 14日(月) 20日(日)~23日(水) 28日(月)

## 小松ヶ丘出張所開所日(9月)

- 毎週火・木
- 1日(火) 3日(木) 8日(火) 10日(木)
  - 15日(火) 17日(木) 24日(木) 29日(火)

非常に楽しかったです。今後はさらに増しました。今後が楽しみです。



●編集後記●

▼三度の飯よりプロテイン、久田です。もちろん飯も大事です(汗)▼8月から新たにCIRのベンさんとALITのソフィアさんが赴任されました。すでに町のどこかで見かけたり、お話をされた方もいるかもしれませんが、これからさまざまな場面で交流する機会があると思いますので、皆さまよろしく願います▼ベンさんとは、筋トレや食事管理の方法などの話題ですぐに意気投合し、体を鍛えたいという欲求が以前よりさらに増しました。今後はさらに増しました。今後はさらに増しました。今後はさらに増しました。

# チーム一丸！ 犬落瀬南チームが総合優勝

六戸町民運動会

8月2日、六戸町民運動会が町総合運動公園陸上競技場で開催され、6チーム（犬落瀬東、長谷、柳町、七百、犬落瀬南、昭陽）の選手たち約600人が18の競技でさわやかな汗を流しました。

今年も「六戸町じゃんけん選手権」で幕を開けた大会は、綱引きや玉入れ、各障害物レース、防災に関する競技などで争われ、犬落瀬南チームが総合優勝を果たしました。また、綱引き競技では昭陽チームが他を圧倒し、11年連続優勝を成し遂げました。

また、同日は「六戸町健康づくり宣言2015」も併せて行われ、吉田豊町長と参加者全員で新たな宣言文を読み上げ、努力を誓いました。

総合成績	
総合優勝	犬落瀬南チーム
準優勝	犬落瀬東チーム
第3位	昭陽チーム

綱引き成績		
優勝	昭陽チーム	
準優勝	七百チーム	
第3位	柳町、長谷チーム	



1



2



3

- 1「綱引き」11連覇を達成した昭陽チーム
- 2「六戸町じゃんけん選手権」で優勝し、吉田町長からトロフィーを手渡される豊川美由紀さん(長谷チーム)
- 3障害物レース「転がしてボン」。1バウンドさせたボールを、背中のかごに入れるのが至難の業
- 4参加者全員で「正しいラジオ体操」を学ぶ
- 5「縄なり競争」では、熟練の技を披露



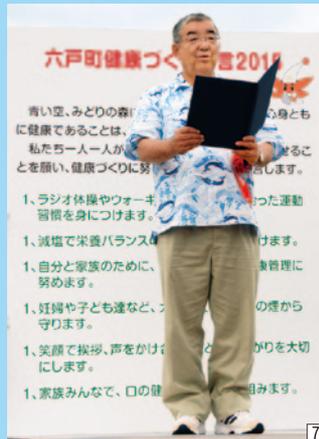
4



5



6



7

## 六戸町健康づくり宣言2015



青い空、みどりの森にいだかれた自然の中で、心身ともに健康であることは、私たち町民の願いです。

私たち一人一人が健康で楽しく、いきいきと暮らせることを願い、健康づくりに努めることをここに宣言します。

1、ラジオ体操やウォーキングなど、自分に合った運動習慣を身につけます。

1、減塩で栄養バランスのとれた食生活を続けます。

1、自分と家族のために、健康診査を受け健康管理に努めます。

1、妊婦や子ども達など、大切な人をたばこの煙から守ります。

1、笑顔で挨拶、声をかけ合い、人とのつながりを大切にします。

1、家族みんなで、口の健康づくりに取り組みます。

平成19年9月30日制定  
平成27年8月1日改正

6各年代がバトンをつなぐ「年代別リレー」。ゴール直前のデッドヒートに歓声が沸き起こる

7新たな健康づくり宣言を読み上げる吉田町長