

スポーツ協会だより / 平川市ボウリング協会

アマチュアボウリングを振興して、体力の向上とスポーツ精神の高揚をはかるとともに、会員の親睦を図ることを目的として会員20人で活動しています。県スポーツ優良団体として、これまでに県民体育大会2年連続優勝をはじめ、県大会、東北大会、国民体育大会などの全国大会で優勝・入賞を果たしました。常日頃から応援、声援、支援してくださっている市民の皆さまに感謝申し上げます。

いつでも会員を募集しています。平川市民ボウリング大会を下記日程で開催しますので、沢山のご参加お待ちしております。



<第13回平川市民ボウリング大会> ◇日時 2月3日(日) 10時受付 ◇場所 弘前ファミリーボウル(さくら野百貨店内)
 ◇参加資格 平川市民、平川市内勤務、在学、在籍など ◇参加料 1人1,500円(各種賞・参加賞あり) ※2ゲーム ハンディーキャップあり
 ◇申込締切 1月27日(日) ◇申込み 弘前ファミリーボウル ☎27-4145、平川市ボウリング協会事務局 工藤博昭 ☎57-2771

文化協会だより / 尾上栄松音楽倶楽部

平成28年の市制施行十周年を迎える記念に、市民文化祭に出場するため、尾上栄松在住の音楽を愛好する夫婦を中心に結成された音楽倶楽部です。日頃からクラリネットとサクソフォーン、ピアノを中心にしたソロの演奏活動やそれぞれのアンサンブル活動、吹奏楽やオーケストラでの演奏活動、中学校や高等学校での楽器講習や合奏指導なども行っています。

クラリネットでは、様々なコンテストに積極的に出場しており、県管楽器ソロコンテストでは数度の金賞受賞、29年度の日本クラシック音楽コンテスト全国大会では5位入賞を果たしました。

何か演奏の機会がありましたらいつでもお声がけください。



◇問合せ/事務局 西谷四季子 ☎080-6035-5017

観光協会だより / 一夜限りの幻想的な農家蔵ライトアップ

1月26日(土)、一夜限りの農家蔵ライトアップを行います！
 金屋地区の「蔵並み通り」は、78棟の蔵が立ち並び、そのうち40棟は有形文化財に指定されています。

150基あまりの燈籠やろうそくが灯り、蔵がライトアップされ、雪景色の中の蔵の白壁は一層鮮やかで、幻想的な世界を作り出します。

この時期ならではの蔵の姿を見ることができますよ！カメラ片手に冬の夜の蔵並通りを歩いてみませんか？



◇日時 1月26日(土) 16時～20時ライトアップ ◇場所 金屋地区 国登録有形文化財蔵並み通り
 ◇駐車場 「農家蔵の館」、「金屋地区多目的研修センター」の駐車場をご利用ください。※収容台数に限りがありますのでご了承ください。
 ◇問合せ NPO法人 尾上蔵保存会利活用促進会 ☎57-5190

食育通信
 疲れた胃腸をいたわろう



年 末年始…いつもより豪華な食事をしたり、お酒を飲む機会も多かったのではないのでしょうか？生活が不規則になったり、食べすぎ・飲みすぎが続く、みなさんの胃腸はお疲れではありませんか？

胃腸が疲れると、働きが鈍くなり、胃もたれの原因にもなります。長く続くと胃潰瘍に発展する恐れもあるので、胃腸の働きを助ける食事で、胃腸の不調を解消しましょう。

- 胃にやさしい食材をとる
 - ①「主食」水分が多く消化のよいもの
…おかゆ・雑炊・あたたかいうどんなど
 - ②「主菜」たんぱく質が豊富で低脂肪のもの
…豆腐・卵・鶏ささみ・白身魚など
 - ③「副菜」繊維が少なく、消化酵素が豊富なもの
…大根、やまいも、かぶ、キャベツなど
- 胃腸の負担となる食品を控える
 - 脂質の多い食品・料理や、香辛料・カフェインが含まれる刺激性の食品は、胃に負担がかかります。
- 1日3食を規則正しくとる
 - 空腹の時間が長くなると、消化液が胃の粘膜を刺激してしまいます。
- よく噛んで食べる
 - 細かく消化しやすい状態になるうえ、消化液の分泌もよくなります。
- 腹八分目を目安にする
 - 満腹になるまで食べると消化に時間がかかってしまいます。

◇問合せ 子育て健康課 健康推進係 ☎44-1111 (内線1146)

相談

●みんなの人権110番

～人権についての相談をお受けします～

みんなの人権110番は、差別や虐待、パワーハラスメントなど、様々な人権問題についての相談を受け付ける相談電話です。

電話は、最寄りの法務局につながり、相談は、法務局職員または人権擁護委員がお受けします。秘密は厳守します。

また、青森地方法務局およびその支局では、窓口において、面接による相談も受け付けています。

▶みんなの人権110番 ☎0570-003-110 (全国共通)

受付時間 平日8:30～17:15

▶問合せ 青森地方法務局人権擁護課 ☎017-776-6231

募集

●小学生アルペンスキー教室

市内在住の小学生を対象にスキー教室を開催します。

▶日時 2月23日(土)

<往路> 8:30 平賀屋内温水プール 出発

9:10 大鱈スキー場 到着

<復路> 15:00 大鱈スキー場 出発

15:40 平賀屋内温水プール 到着



▶場所 大鱈温泉スキー場

※バスで移動します。

※出発場所は平賀屋内温水プールです。

現地集合の場合は9:00までに2階食堂へお越し下さい。

▶内容 アルペンスキーの基礎技術の実技指導(受講者のレベルに応じた指導)

▶受講料 1,100円【昼食代・保険代】※昼食はカレーライスです。

▶募集人員 50人 ※申込人数が20人以下の場合は中止します。

▶申込方法 電話予約をしてから、平賀屋内温水プールにてお申し込みください(FAX・郵送での申込みは受け付けできませんのでご了承ください)。

▶申込期間 1月22日(火)～2月2日(土) 10:00～21:00

※月曜日は休館日です(月曜日が祝日の場合は火曜日が休館日になります)。

▶注意事項

①各自でスキー用具を用意してください。

②15分前には集合してください。出発・解散場所からの送迎は保護者が行ってください。

③欠席の場合は前日(当日の場合も)までに平賀屋内温水プールまでご連絡ください。

▶申込み・問合せ 平賀屋内温水プール ☎43-0665

●求職者支援訓練のご案内

雇用保険を受給できない求職者の早期再就職を目指し、民間の訓練機関が国の認定を受けて実施する職業訓練です。一定の要件を満たした方には訓練期間中に職業訓練受講給付金が支給されます。

▶訓練一覧

①医事ビジネス科

▷期間 3月1日(金)～8月30日(金)

▷場所 キャリアスクール・ソフトキャンパス弘前校

▷申込期限 2月4日(月)

②地域観光ビジネス科

▷期間 3月22日(金)～7月19日(金)

▷場所 JMTC弘前教室

▷申込期限 2月25日(月)

③県産品を売ろう!企画・営業・販売科(託児)

▷期間 3月29日(金)～8月28日(水)

▷場所 キャリアスクール・M・S弘前教室

▷申込期限 3月4日(月)

※①～③共に、受講料は無料(テキスト代などは自己負担)

▶申込方法 事前に弘前公共職業安定所で受講手続きを済ませ、申込期限までに各訓練施設へ受講申込書を提出してください。

▶問合せ 弘前公共職業安定所 ☎38-8609、音声案内42#

●市営住宅入居者募集のお知らせ

市営住宅の入居者を募集します。

▶団地名 西の平団地(平川市苗生松下東田41番地2)

▶募集戸数 3戸(3階:1戸、4階:2戸)

▶間取り 3DK エレベーターなし

※ペットを飼うことはできません。

▶申込資格

○現に住宅に困窮していることが明らかな方(持ち家がないこと)

○現に同居し、または同居しようとする親族がいる方

○単身入居は60才以上の方

○世帯の合計所得が月額158,000円以下の方

※高齢者、障がい者、子育て世帯(未就学児童がいる世帯)は214,000円以下。

○入居者または同居しようとする親族が暴力団員でない方

○住民税を滞納されていない方

▶使用料(家賃)

世帯の合計所得の月額に応じて決定されます。(15,600円～32,600円程度)

※使用料とは別に共益費が必要になります。

▶申込方法

次の書類を施設建築課(尾上分庁舎2階)へ提出してください。(郵送、電子メール、FAXでのお申込みはできません。)

①市営住宅入居申込書

②住民票(入居予定者全員分、本籍が記載されているもの)

③源泉徴収票または確定申告書の写し(平成30年分、高校生以下の方を除く全員分)

④所得課税証明書(平成30年度分、高校生以下の方を除く全員分)

⑤納税証明書(平成29～30年度分、課税されている方全員分)

⑥住宅の困窮事情報告書

⑦誓約書

⑧連帯保証人確約書

⑨障がい者の場合は、障害者手帳の写し

⑩アパートに住んでいる場合はアパートの契約書の写し

⑪その他申込者の状況により、必要と思われる書類

※市営住宅入居申込書にマイナンバーを記載し、入居予定者全員分のマイナンバーが確認できるものと窓口に来た方の本人確認書類(運転免許証など)を併せてご提出いただくと、住民票と所得課税証明書の提出が不要となります。

※申込書類は市のホームページまたは施設建築課窓口で入手できます。

▶申込期間 1月15日(火)～2月15日(金) ※土・日、祝日を除く。

▶受付時間 8:15～17:00

▶入居の決定 「平川市営住宅入居者選考委員会」の意見を聞き、市長が決定します。

▶入居時期 平成31年3月下旬を予定しています。

▶入居決定後の手続き

▷敷金 使用料の3ヶ月分を入居前に納入していただきます。

▷連帯保証人 市内に居住し、独立の生計を営み、かつ、入居申込者と同程度以上の収入を有する方2人が必要になります。

▶申込み・問合せ

施設建築課 施設建築第1係(尾上分庁舎2階)

●平成31年度訓練生の募集について

青森県立障害者職業訓練校では、平成31年度訓練生を募集します。

▶募集訓練科名

- ▷デジタルデザイン科 定員15人
- ▷OA事務科 定員15人
- ▷作業実務科 定員10人

▶募集期間 1月7日(月)～2月7日(木)

▶入校試験日 2月14日(木)

▶試験方法・対象者

- ▷デジタルデザイン科、OA事務科
試験方法：職業適性検査、面接
対象者：知的障害のない方

▷作業実務科

- 試験方法：適性検査、面接（保護者同伴）
対象者：知的障害のある方

▶訓練期間 1年間（4月～3月）

▶試験会場 青森県立障害者職業訓練校（弘前市緑ヶ丘1-9-1）

▶合格発表 2月21日(木) 9：00

▶問合せ 青森県立障害者職業訓練校 ☎36-6882



催し

●第24回古典入門講座を開催します

古典文学の文章読解について、音読しながら初心者の方でもわかりやすく解説します。お気軽にご参加ください。

▶日時 前期：2月16日(土)

後期：2月23日(土)

両日共に13：30～15：30

▶場所 文化センター2階 小研修室

▶テーマ 『『古事記入門』～稗田阿礼かく語りき～』

▶講師 浅瀬石 久仁子 氏

▶参加料 無料

▶募集定員 30人（定員になり次第、募集を終了させていただきます。）

▶申込期限 2月9日(土)

▶申込み 平賀図書館 ☎44-7665 尾上図書館 ☎57-5980

●柏農「鉢花展及び加工品販売会」を開催します

生徒たちが栽培した鉢花（ラン他）、加工品および米などを販売いたします。

▶日時 2月7日(木) 9：00～15：00

▶場所 柏木農業高校

草花温室および温室実習室

▶問合せ 柏木農業高校 農業部・田中

☎44-3015



●弘前圏域合同移住セミナーに参加しませんか？

移住に興味のある方のためのセミナーが東京都内で開催されます。移住者によるゲストトークや、市町村担当者による個別相談、移住者を交えての交流会など、現地での実際の暮らしや仕事について、直接聞くことができる貴重な機会です。首都圏在住のご家族やご友人などで、移住に興味の方にお知らせください。

詳しくは市ホームページに掲載しておりますのでご覧ください。

▶日時 1月18日(金) 18：30～20：30

▶場所 移住・交流情報ガーデン

（東京都中央区京橋1丁目1-6 越前屋ビル1階）

▶問合せ 企画財政課 企画調整係

●公務員合同説明会を開催します

▶日時 1月26日(土) 12：20～16：30

受付 12：00～ ※途中参加可

▶場所 弘前市総合学習センター 2階 多目的ホール

▶対象者 性別、年齢を問わず参加は自由です

▶参加機関 弘前警察署、弘前地区消防事務組合、青森海上保安部、自衛隊青森地方協力本部

▶その他 送迎バス有（12：00、13：00にJR弘前駅東口発）

▶問合せ 自衛隊弘前地域事務所 ☎27-3871

おしらせ

●障害児福祉手当・特別障害者手当について

障がいのある方で下記の支給要件を満たす場合、申請により手当てが支給されます。

▶種別

▷障害児福祉手当（月額14,650円）

…在宅の重度心身障害児で常時介護を必要とする20歳未満の方
※施設入所している方、扶養義務者の方の所得が一定額以上の方は該当しません。

▷特別障害者手当（月額26,940円）

…在宅の最重度心身障害者で常時特別の介護を必要とする20歳以上の方
※施設入所している方、病院や介護老人保健施設に3ヶ月を超えて入院している方、本人・配偶者または扶養義務者の方の所得が一定額以上の方は該当しません。

▶留意事項

指定の診断書内容や所得制限により認定されない場合があります。詳しくは事前にお問い合わせください。

▶問合せ 福祉課 障がい支援係

●石綿による疾病に関する労災保証制度があります

石綿（アスベスト）による疾病（中皮腫など）と認定された方については、労災保険および石綿健康被害救済制度によって、各給付金を受け取ることが可能です。

また、石綿による疾病で亡くなられた方についての特別遺族給付金の請求期限が、法律の改正によって、平成34年3月27日まで延長されています。

心あたりのある方や、制度の詳細について確認したい方は、青森労働局または最寄の労働基準監督署までお問い合わせください。

▶問合せ 青森労働局労災補償課 ☎017-734-4115

●保育所等入所申込について

4月から新たに入所を希望する子どもの支給認定・利用申込みの受付は、1月31日(木)までです。

受付期間終了後は、定員に空きのある施設のみの受け付けとなりますので、早めにお申し込みください。

▶申込期限 1月31日(木) ※いずれも土・日、祝日を除く。

▶受付時間 8：15～17：00

▶問合せ 子育て健康課 子ども支援係



国民年金通信

4月から国民年金保険料の産前産後期間の免除制度が始まります

次世代育成支援の観点から、国民年金第1号被保険者が出産を行った際には、出産前後の一定期間の国民年金保険料が免除される制度が始まります。

●対象となる方

「国民年金第1号被保険者」で
産日が平成31年2月1日以降の方

●届出時期

出産予定日の6か月前から届出可能です。
ただし、届出ができるのは4月からとなります。

●免除の対象となる期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間（多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から6か月間）。

ただし、平成31年4月以降の期間に限ります。

例) 5月が出産予定日



<出産予定日が5月以降の場合、4か月間が対象となります>

例) 平成31年2月が出産予定日の場合



<出産予定日が平成31年2月~4月の方は、一部の期間が対象となります>

■本制度が適用になる「出産」とは？

妊娠85日（4か月）以上の出産をいいます（死産、流産、早産された方を含みます）。

■「国民年金第1号被保険者」とは？

国民年金加入者の内、20歳以上60歳未満の自営業者、農業者とその家族、学生、無職の人などのことをいいます。

詳しくは弘前年金事務所または国保年金課年金係にお問い合わせください。

[問合せ] 弘前年金事務所 ☎27-1339、国保年金課 年金係 ☎44-1111 (内線 1255・1256)

●高血糖改善塾のお知らせ

医師と管理栄養士による糖尿病の勉強会を2回シリーズで開催します。一緒に学んで、血糖値のコントロールにつなげましょう。

<第1回> 血糖値を上手に管理するための食事のコツ

▶日時 2月15日(金) 13:30 ~ 15:30

▶内容 自分に合った炭水化物の量
血糖値をあげにくい食べ方

▶講師 市管理栄養士

▶持ち物 電卓、1食分のご飯などの主食

<第2回> 糖尿病治療と糖尿病のお薬の特徴について

▶日時 2月21日(木) 13:30 ~ 14:30

▶講師 今村クリニック 院長 今村憲市先生

※糖尿病の治療中の方はお薬手帳をお持ちになって、自分の薬の特徴を知りましょう。

▶場所 いずれも健康センター 会議室

▶参加費 無料

▶申込期限 2月12日(火)

▶申込み・問合せ 子育て健康課 健康推進係

●差押財産の公売について

県では、不動産や動産などの差押財産について、インターネットオークションを利用して売却するインターネット公売を実施しています。

公売情報や入札方法は、随時青森県のホームページにて公開していますので、ご確認のうえ、ぜひご参加ください。

(http://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/008_koubaiindex.html)

▶問合せ

中南地域県民局県税課 納税管理課 ☎32-4341 (直通)

●家畜（鶏含む）飼養者のみなさまへ

～平成31年定期報告の時期になりました～



家畜伝染予防法により、家畜（鶏含む）飼養者は毎年定期報告することが義務付けられています。

次の家畜の飼養者は忘れずに報告してください。お願いします。

▶報告対象

- ①鶏（青森シャモロック、比内地鶏、烏骨鶏、軍鶏、チャボ、声良鶏、金八など含む）あひる、うずら、きじ、ほろほろ鳥、七面鳥、だちょう
- ②鳥類以外…牛、馬、豚、山羊、めん羊、いのしし、鹿

▶報告内容 2月1日(金)時点の頭羽数

▶報告様式 「定期報告書」様式は農林課窓口で配布しているほか、つがる家畜保健衛生所ホームページにも掲載しています。
(https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kenmin/tsu-kaho/tsu-kaho_HP.html)

▶提出方法 農林課まで郵送または持参

▶報告期限 3月4日(月)

▶問合せ

▽西北地域県民局地域農林水産部 つがる家畜保健衛生所

☎0173-42-2276

▽農林課 農業振興係

内科・消化器内科

花田医院

平川市尾上栄松286 TEL:0172-57-3528

日本内科学会 総合内科専門医
日本消化器内視鏡学会 消化器内視鏡専門医 院長 花田 直之

当院では、日本人に多い胃腸のがんの早期発見のため、胃・大腸内視鏡検査を行っております。



有料広告



検診のおしらせ

[問合せ] 子育て健康課 健康推進係

婦人科検診

<検診項目>

- ・子宮頸がん検診 (20歳以上の女性)
- ・乳がん検診 (40歳以上の女性)

※平成31年3月31日までに20歳、40歳になる方も対象です。

個
別

- ・子宮頸がん検診 内容: 内診など
- ・乳がん検診 内容: マンモグラフィ(乳房X線写真)

指定医療機関で受診できます。
受診するには「平川市がん検診対象者証明書」またはクーポン券が必要です。

※市の子宮頸がん・乳がん検診は2年に1回無料で受診できます。
※がん検診対象者証明書の入手方法についてはお問い合わせください。

健康推進係からのおしらせ

〇ひらかわ健康ポイントの参加賞引換実施中!!

引換期限 2月20日(木)

2ポイントで
参加賞と引き換え
ができるよ!



20歳以上の市民で、次の健康づくりに取り組まれた方は健康ポイントの対象です。
2ポイント以上で参加賞と引換ができます。3ポイント以上で豪華賞品の抽選に応募ができます。抽選への応募や参加賞との引換がお済みでない方は最寄の窓口へポイントカードを提出し参加賞と引換しましょう(1人につき1回限りです)。

■対象の健康づくり項目 ※AとBはどちらかが必須です。

- A がん検診を受診する 1ポイント (各種1ポイント) B 健康診査を受診する(職場の健診も含む) 2ポイント (上限2ポイント)
- C 健康づくりに関する事業に参加 1ポイント (1事業1ポイント) D 個人の取り組み 1ポイント (上限1ポイント)

■引換方法 健康ポイントカード(窓口などに設置してあるチラシの裏側)に必要事項を記入のうえ最寄の窓口へ提出してください。

■窓口 健康センター 子育て健康課、尾上・碓ヶ関総合支所 市民生活課、葛川支所

※詳細は窓口へ設置してありますチラシをご覧ください。



母子のおしらせ

[問合せ] 子育て世代包括支援センター (子育て健康課内)
▷母子保健係、子育て世代包括支援係

子育て世代包括支援センター

妊娠期から子育て期まで、子育て世代の身近な相談窓口として、子どもを産み育てることを楽しいと実感できるようお手伝いします。

すくすく広場

対象/妊娠中、子育て中の方など
場所/健康センター
日時/2月14日(木) <要予約> ※前日締切。

- ①10:00 ~ 11:30 体重測定、育児相談など
- ②10:30 ~ 11:00 親子遊び
- ③11:00 ~ 11:30 離乳食のお話と試食
※お好きな時間においでください。

持ち物/□母子健康手帳 □筆記用具 □バスタオル
□小皿、スプーン(離乳食を試食する方)



母乳ケア

1回
500円

対象/妊娠婦の方
日時/2月5日(火)・2月19日(火)
①10:00 ②11:00 ③13:00 ④14:00
<要予約> ※各日・前日締切。

場所/健康センター
持ち物/□母子健康手帳 □フェイスタオル3枚
(使用済のタオルを入れる袋もご用意ください)

乳幼児
健康診査

| 種別 | 対象 | 実施日 | 受付時間 | 場所/健康センター |
|----------|-------------|----------|---------------|-------------|
| 4か月児健診 | 平成30年10月生まれ | 2月19日(火) | 12:20 ~ 12:40 | 持ち物/□母子健康手帳 |
| 1歳児健診 | 平成30年2月生まれ | 2月13日(水) | 12:10 ~ 12:30 | □バスタオル |
| 1歳6か月児健診 | 平成29年7月生まれ | 2月27日(水) | 12:20 ~ 12:40 | □健康診査問診票 |
| 3歳児健診 | 平成27年7月生まれ | 2月8日(金) | 11:50 ~ 12:20 | □尿(3歳児のみ) |

※伝染性疾患または熱のある方は日程を変更いたしますのでご連絡ください。 ※3歳児健診は3歳6か月~7か月児が対象となります。
※各健診対象者には個別に通知します。健診は無料です。

母子健康手帳の
交付
妊婦窓口相談

母子健康手帳交付時に、保健師より妊娠中の過ごし方、妊婦健診などの説明や相談、助産師による面談を行っています。

| | |
|-----------|----------------------------------|
| 場所/時間/持ち物 | 健康センター/8:15 ~ 17:00 |
| | □妊娠届出書(医療機関から発行) |
| | □妊婦連絡票(県内の医療機関を受診した方のみ) |
| | □保険証(国保の場合のみ) |
| | □個人番号カードまたは通知カードと本人確認書類(運転免許証など) |

※母子健康手帳は尾上・碓ヶ関総合支所でも交付していますが、妊婦窓口相談は健康センターのみとなりますので、可能な限り健康センターへお越しください。
※妊婦以外の方が来所される場合は、委任状が必要になりますので、ご連絡ください。

パパママ教室

妊娠中の相談、育児体験、妊婦さん同士の交流など

対象/妊娠中、子育て中のパパママなど
日時/2月28日(木) 18:30 ~ 20:00
受付18:00 ~
<要予約> ※2月22日(金) 締切

場所/健康センター
持ち物/□母子健康手帳
(ある方は父子手帳)



介護予防教室 | 転倒予防を目的とした足腰の筋力アップのための体操教室に参加してみませんか。

| 場 所 | 実 施 日 | 時 間 | 申 込 先 |
|----------------|---------------------------------------|-------------|-----------------------------|
| 特別養護老人ホーム緑青園 | 2月7日(木) 2月21日(木) | 10:00～11:30 | 平賀在宅介護支援センター ☎44-6116 |
| 館田地区農業推進拠点施設 | 2月6日(水) 2月13日(水) 2月20日(水) 2月27日(水) | 10:00～11:30 | 三笠在宅介護支援センター ☎44-8877 |
| 特別養護老人ホームさわやか園 | 2月2日(土) 2月16日(土) | 13:00～15:00 | 在宅介護支援センターさわやか園 ☎43-5432 |
| 尾上地域福祉センター | 2月12日(火) 2月26日(火) | 10:30～12:00 | 尾上在宅介護支援センター ☎57-5351 |
| 碓ヶ関地域福祉センター | 2月12日(火) 2月26日(火) | 13:30～15:00 | 碓ヶ関在宅介護支援センター ☎45-2182 |

体力アップ運動教室

「体力・足腰の筋力アップ」「認知症予防」を目的とした初心者向けの楽しいプログラムです。各教室の定員はありませんので、参加してみませんか。

| 場 所 | 実 施 日 | 時 間 | 申 込 先 |
|----------|------------------|-------------|-------------------|
| 平賀体育館 | 2月5日(火) 2月19日(火) | 14:00～15:00 | 平賀体育館 ☎44-5010 |
| B&G尾上体育館 | 2月6日(水) 2月20日(水) | 14:00～15:00 | |



相談・サロン・その他

●こころとからだの相談

「これって、うつ?」「眠れない」「お酒がやめられない」「ひどく落ち込む…」などの生活上の困りごとや福祉サービスの利用などについて、精神保健福祉士が相談に応じます。

日にち・場所

2月6日(水) 健康センター相談室③
2月20日(水) 尾上地域福祉センター
相談室

時間 13時30分～15時30分

※当日のご相談も受け付けております。
(事前申し込み優先)

申込み・問合せ 福祉課 障がい支援係

●傾聴サロン

誰かとゆっくり話したい、悩みを聞いてほしい、自分のことを分かってほしいなど、あなたは誰かに聴いてほしいことはありませんか?

養成講座で研修を積んだ傾聴ボランティアが、あなたのお話をお聴きします。秘密は厳守します。どなたでもお越しください。

日時 2月6日(水)、3月6日(水)

13時～15時 ※時間内に随時

場所 健康センターふれあい交流室

問合せ 子育て健康課 健康推進係

●困りごと相談

最近食欲の低下やよく眠れない方、消費者金融からの借金にお悩みの方、親子関係でお悩みの方、振り込め詐欺や架空請求の被害でお困りの方など、司法書士、精神保健福祉士があらゆる相談に応じます。

日時 2月13日(水)、3月13日(水)

18時～19時20分

※1週間前までに要予約

場所 健康センター相談室③

申込み・問合せ 子育て健康課 健康推進係

●とんぼの会

精神疾患を抱える方のご家族が自由に話し合い、学習しながら交流を深められるよう、家族会を開催しております。

日時 2月12日(火) 10時～12時

内容 学習会「発達障害について」

講師 教育心理支援教室 代表 松本敏治氏

場所 健康センター会議室

※定例会は毎月第2火曜日に開催予定です。

※日程・場所など変更の可能性もありますので事前にお問い合わせください。

問合せ 福祉課 障がい支援係

●弘前保健所からのお知らせ

弘前保健所では各種相談・検査を実施します。

▷ウイルス性肝炎検査

2月6日(水) 10:30～11:30

▷エイズ相談(即日検査・予約制)

※エイズ相談専用電話 ☎38-2389

2月6日(水) 13:00～14:00

2月20日(水) 17:30～18:30

▷女性健康相談

1月23日(水) 13:00～13:30

▷精神保健福祉相談(予約制)

2月14日(木)、2月19日(火)

13:00～14:00

相談・検査をお考えの方や詳細については弘前保健所までお問い合わせ、お申し込みください。

[申込み・問合せ]

弘前保健所 ☎33-8521

こんにちは赤ちゃん

大光寺 礼央くん 佐藤 泰樹
 唐竹 琉永くん 原田 大地
 新館 良火ちゃん 葛西 望
 新屋 壮牙くん 対馬 義将
 町居 楓ちゃん 今井 竜之
 光城 登輝くん 岩 湊 真
 光城 凜ちゃん 菊池 佳和
 高木 一騎くん 西谷 健太郎
 新屋町 彩陽くん 齋藤 祐介
 新山 桃子ちゃん 福士 洋平
 碓ヶ関 舞莉ちゃん 大湯 顕

♡ 李平) 古川 樹生 町居 大澤 清志 85
 李平) 工藤 菜摘 町居 櫛引 徳志 86
 ♡ 高木) 西谷 浩希 町居 葛西 信子 85
 つがる市) 尾野 優希 町居 武田 せつ 86
 町居 丹代 稔 74
 町居 南田中 天内 忠一 88
 南田中 南田中 大里 正保 84
 高木 櫻田 昭司 75
 尾上 工藤 誠一 83
 尾上 三上 雄一 88
 尾上 山口 多平 87
 猿賀 工藤 逸郎 79
 猿賀 齋藤 ヨコ 85
 猿賀 白戸 さち 90
 中佐渡 小田桐 一美 68
 長田 三浦 満子 59
 碓ヶ関 田中 幸一 74

お悔やみ申し上げます

小杉 乗田 榮 75
 大坊 大湯 タミエ 94
 荒田 古川 優 50
 小和森 船水 てつ 93
 本町 今井 善蔵 90
 本町 寺田 せつ 89
 沖館 田中 祐助 95
 唐竹 工藤 ゆき 82
 大光寺 小山内 鐵秀 76
 新屋 齋藤 杉春 78
 新屋 齋藤 文雄 81
 新屋 齋藤 洋子 73
 新屋 丹代 由四郎 87
 尾崎 小山内 七五三二 84
 尾崎 小田桐 ちや 89

結婚おめでとう

♡ 大坊 櫻庭 健
 黒石市) 寺山 志乃
 ♡ 沖館 吹田 昌幸
 弘前市) 花田 美穂
 ♡ 新館 清田 大輝
 青森市) 井上 真緒

◇1月の納期 納期限：1月31日(木)
 ◇夜間窓口 1月25日(金) 17時～19時
 ・国民健康保険税/第7期
 ・後期高齢者医療保険料/第7期
 ◇休日窓口 1月27日(日) 8時30分～17時
 税務課 収納係 本庁舎2階

12月末現在の人口と世帯数※0 は前月比。

- 人口…31,458人 (-8)
- 男性…14,708人
- 女性…16,750人
- 世帯数…11,974世帯 (+28)
- 転入…59人 ■転出…43人

12月の交通事故件数

- 交通事故…6件 (負傷者 7人、死者 0人)

12月の出動件数

- 火災出動…1件
- 救急出動…65件
- 救助出動…2件
- その他…17件



寄附をいただきました

12月13日

平川市を活性化する会 (工藤重幸会長)

12月8日にさるか荘であった、ザ・サンダースのチャリティコンサートの収益金62,162円が寄附されました。いただいた寄附金は青少年の健全育成に活用されます。

12月13日

(一社) 日本道路建設業協会東北支部 (田祐久支部長)

道の駅いかりがせきに発動発電機と携行缶が寄贈されました。同協会は平成20年から防災拠点となる道の駅にAEDや発電機を寄贈しており、今年は35か所に寄附します。

12月27日

(株)日本マイクロニクス(長谷川正義代表取締役社長)

平川市が企業版ふるさと納税を活用する事業としている「ひらかわ住みたい・産みたい・育てたいまちプロジェクト」への寄付金100万円が贈呈されました。

1月4日

外川三千雄さん (小和森)

「より多くの方に図書館を利用してもらうため、蔵書の充実に役立ててほしい」と現金50万円の寄附をいただきました。いただいた寄附金は図書購入費に役立てられます。

so CUTE! HAPPY BIRTHDAY!
1月で1歳になる
我が家のアイドル

「我が家のアイドル」募集しています♪

1歳になる我が家のアイドルは、お子さんが満1歳になる保護者の皆様に案内をお出しし、その中で希望する方のお子さんのみ掲載しています。掲載をご希望される保護者の方は、案内に記載されている応募締切までにご応募していただくようお願いいたします。



くどう りんたろう
工藤 麟太郎 くん
H30年1月2日(猿賀)
たくさん食べてたくさん
遊んで☆だいすき!



いわぶち こほ
岩淵 煌央 くん
H30年1月2日(松崎)
にこにこココオちゃん☆
元気に育ってね♪



しもやま りはく
下山 稟博 くん
H30年1月18日(本町)
甘いものが大好きなフ
ルーツ男子☆



かさい ゆずな
葛西 柚南 くん
H30年1月18日(町居)
我が家の食いしん坊♪大
きくなってね!



はらた かい
原田 海 くん
H30年1月24日(唐竹)
産まれて来てくれて本当
ありがとう!



はせがわ こうのすけ
長谷川 滉之助 くん
H30年1月26日(石郷)
お兄ちゃんたちに負けず
大きくなれ!



こがわ とうま
古川 冬真 くん
H30年1月28日(館田)
我が家のめごこ♡1歳お
めでとう☆



さいとう ゆうし
齋藤 勇士 くん
H30年1月29日(高木)
ゆっちゃん元気に大き
くなってね♡



さいとう とあ
齋藤 柁愛 ちゃん
H30年1月4日(日沼)
柁愛の笑顔が大好きだよ
♡1歳おめでとう♪



いまい みお
今井 美緒 ちゃん
H30年1月25日(小和森)
1歳おめでとう!!我が家
の癒しです♡



ながお のえる
長尾 埜笑琉 ちゃん
H30年1月26日(柏木町)
人に優しく育ってほし
い♡



きむら るか
木村 瑠伽 ちゃん
H30年1月26日(高畑)
笑顔いっぱい!我が家
のアイドルちゃん!



いがらし
五十嵐 しずく ちゃん
H30年1月27日(柏木町)
家族のアイドル!!元気
にすくすく育ってね。



1・2月のまちづくり懇談会の日程

皆さまがお住まいの地域に市長が出向き、意見を伺います。ぜひ、ご近所お誘いあわせの上で来場ください。

◇藤野・南田町/1月24日(木) 平賀農村環境改善センター

◇三町会/1月31日(木) 三町会農業研修センター

◇小和森/2月14日(木) 小和森多目的研修集会施設

◆これまでのまちづくり懇談会の内容については、市役所本庁舎および尾上・碓ヶ関総合支所、葛川支所でご覧になることができるほか、市ホームページで公開しています。

※開催時間は18時30分から20時までの予定です。

※都合により開催場所、開催日などが変更となる場合があります。



市長と一緒に 平川市をPRしてきました

トップセールス in 東京



移住PR



移住するなら、
やっぱり、ここだね！平川市

首都圏に住む方がU・Iターンを考える情報提供の場として開催。「リンゴで就農」をテーマに、秋田県から平川市に移住した山猫りんご園園主 高橋信さんをゲストに招き、平川市での暮らしについて語っていただきました。



会場：東京都港区 ポワヴェール (BOIS VERT)



観光・物産PR

津軽の郷土料理
大盤振る舞いの会！

めんど
in
ひらかわ

平川市の食材や津軽の料理を味わってもらい平川市に親しんでもらうとともに、平川市の魅力をアピールしました。参加者はけの汁など津軽の味を存分に楽しんだほか、リンゴの食べ比べなどを行い、平川市の味を満喫していました。



会場：東京都中央区 全国うまいもの交流サロン なみへい

今後の予定

「リンゴのトップセールス」
へ行きます！

1/26 東京

- ・東京青果で仲卸に対しリンゴのPR
- ・東京交通会館でリンゴの試食宣伝販売

2/17 静岡

- ・浜松シティマラソンの参加者にリンゴを配布
- ・遠鉄ストアでリンゴの試食宣伝販売



今月の表紙

Cover of this month

と、もう1まい

今月号の表紙のモデルは、温川山荘の看板娘。秋田犬の「温(ぬる)」ちゃんです。地域おこし協力隊のメンバーと一緒に暮らしながら、ブログに登場するなどのお手伝いをしています。碓ヶ関地区にいても多いので、見かけたら声をかけてあげてください。

地域おこし協力隊によるブログ「碓ヶ関チャンネル」(<https://seki-chan.com>)では、ぬるちゃんが登場する「ぬるさんぽ」が掲載されています。

広報ひらかわ No.157

2019年1月15日発行

発行 平川市

編集 総務部総務課広報広聴係

〒036-0104

青森県平川市柏木町藤山25番地6

TEL 0172-44-1111 (代表)

FAX 0172-44-8619

HP <https://www.city.hirakawa.lg.jp/>

作成部数 11,200部

印刷経費 1部あたり25円



QRコード

※広報ひらかわは、市の公共施設や市内コンビニエンスストア、スーパーマーケット、温泉施設、郵便局、銀行にも設置しています。