

健康

●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を行っています。

場所 健康センター

持ち物

- 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)

時間 8時15分～17時

※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。

問合せ 健康推進課母子保健係

●婦人科検診

今年度も「子宮頸がん」「乳がん」検診を無料で実施します。これまで受診したことのない方、平成28年度受診されていない方は、ぜひ一度

受診してみたいかでしょうか。

婦人科集団検診と個別検診のお申し込みは、4月11日(火)より受け付けいたします。

なお、集団検診は、定員になり次第締め切りますのでお早めにお申し込みください。

問合せ 健康推進課健康増進係

●こころの健康診査

市では、自殺予防対策としてうつ病対策に力を入れています。平成30年3月31日現在、30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳の方を対象に、4月から6月中旬にかけて、無料でこころの健診(自宅でこころの健康度自己評価票を記入するのみ)を実施します。対象者宅への用紙の配布と回収は、市保健協力員が行いますので、対象地区の方はご協力をお願いいたします。

問合せ 健康推進課健康増進係

●精神障害者家族会

精神疾患治療中の方の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 5月9日(火) 10時～12時

※毎月第2火曜日予定。

場所 健康センター 相談室③

※日程・場所など変更の場合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

各種相談

●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。

対象 市内にお住まいの方

●献血

項目	実施日	受付時間	場所
全血献血	4/21(金)	9:30～11:00	(株)木村食品工業
		12:30～13:30	(株)青森ワリート
		14:00～15:00	介護老人保健施設のぞみ
		15:30～16:30	(株)日本マイクロニクス松崎工場

持ち物 献血カード(献血手帳)、本人確認書類(運転免許証など)

※本人確認書類は、前回までに提示していれば不要です。

問合せ 健康推進課母子保健係

●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。

実施日	時間	場所	申込先
5/10(水)・5/17(水) 5/24(水)・5/31(水)	10:00～11:30	館田地区農業推進拠点施設	三笠在宅介護支援センター (☎ 44-8877)
5/11(木)・5/25(木)	14:00～15:30	特別養護老人ホーム 緑青園	平賀在宅介護支援センター (☎ 44-6116)
5/ 2(火)・5/16(火)	13:30～15:00	碓ヶ関地域福祉センター	碓ヶ関在宅介護支援センター (☎ 45-2182)
5/ 9(火)・5/23(火)	10:30～12:00	尾上地域福祉センター	尾上在宅介護支援センター (☎ 57-5351)
5/ 6(土)・5/20(土)	13:00～15:00	特別養護老人ホーム さわやか園	在宅介護支援センターさわやか園 (☎ 43-5432)

対象 65歳以上の方 問合せ 高齢介護課地域包括支援係

●「体力アップ運動教室」

「体力・足腰の筋力アップ」「認知症予防」を目的とした運動教室を開催します。

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。

実施日	時間	場所	申込先
5/ 9(火)・5/16(火) 5/30(火)	14:00～15:00	平賀体育館	高齢介護課地域包括支援係 (☎ 44-1111 内線1147・1157・1158)
5/10(水)・5/17(水) 5/31(水)	14:00～15:00	B & G尾上体育館	

対象 65歳以上の方 問合せ 高齢介護課地域包括支援係

日にち 5月17日(水)、6月14日(水)
 時間 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
 健康推進課健康増進係

●傾聴サロン

誰かとゆっくり話がしたい、悩みを聴いてほしい、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。

日時 5月30日(火) 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
 申込み 不要
 その他

秘密は厳守します。どなたでもお越しください。

問合せ 健康推進課健康増進係

●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等について、精神保健福祉士が相談に応じます。

日時 5月10日(水)、5月24日(水)
 13時30分～15時30分

場所 健康センター 相談室③

※当日の相談でもかまいませんが、事前に申し込まれた方が優先となります。

問合せ 福祉課障がい支援係

●休日・夜間納税窓口

毎週月曜日から金曜日(祝日、年末年始を除く)の8時30分から17時まで市税の納税相談を行っているほか、毎月夜間および休日における窓口を開設し、市税の納付および納税相談を受け付けておりますのでご利用ください。

来庁する際は、納税通知書および印鑑を持参ください。なお、納税通知書がなくても再発行、納付ができます。

●集団検診

項目	対象者	実施日	受付時間	場所	持ち物
集団検診 (特定健診 後期高齢者健康診査 生活保護受給者健康診査 各種がん検診 肝炎ウイルス検査)	検診の内容により対象者が異なりますので、詳しくはお問い合わせください。	4/23(日)	6:45～8:00 医師診察開始時間 7:00～	葛川支所	◆健康保険証 ◆受診票
		5/8(月)		久吉地区公民館	
		5/9(火)		古懸地区公民館	
		5/10(水)		碓ヶ関地域福祉センター (ハッピーハウス)	
		5/11(木)			
		5/12(金)			
		5/14(日)			
		5/17(水)		健康センター	
5/20(土)					
婦人科集団検診 子宮頸がん検診 乳がん検診	子宮頸がん 20歳以上で前年度受診していない方 乳がん 40歳以上で前年度受診していない方	5/30(火)	12:30～13:30	碓ヶ関地域福祉センター (ハッピーハウス)	◆バスタオル ◆受診票

※詳しくは、3月初旬に市保健協力員が各世帯に配布した「検診のお知らせ」または4月初旬に配布した「平川市健康カレンダー」をご覧ください。万一届いていない場合は、健康推進課健康増進係までおしらせください。

問合せ 健康推進課健康増進係

●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。

種別	実施日	受付時間
ウイルス性肝炎検査	5月17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	4月19日(水) 5月17日(水)	17:30～18:30
女性健康相談	4月26日(水)	13:00～13:30
精神保健福祉相談(予約制)	4月18日(火) 5月11日(木)	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

場所 税務課収納係(本庁舎2階)

■夜間窓口

日時 4月28日(金) 17時～19時

■休日窓口

日時 4月30日(日) 8時30分～17時

問合せ 税務課収納係

●お気軽にご相談ください ～行政・人権相談～

行政が行う仕事や手続き、サービスなどについて「こうしてほしい」「困っている」「分からない」ことはありませんか。また、学校や職場、家庭内での問題など日常生活で困っていることはありませんか。そのような時、解決の手助けをするのが行政相談委員と人権擁護委員です。

相談は、行政相談委員および人権擁護委員ともに、2か月に1回開設される「行政・人権合同相談所」で相談に応じています。

また、人権問題などに関する相談は、青森地方法務局弘前支局でも相談所を開設しています。

行政・人権合同相談所

開設日 4月21日(金)、6月1日(木)
 8月25日(金)、10月27日(金)
 12月1日(金)、2月23日(金)

時間 10時～15時

場所 ▷平賀地域 健康センター
 ▷尾上地域 尾上総合支所
 ▷碓ヶ関地域 碓ヶ関公民館

法務局人権相談所

開設日 月曜日～金曜日

※祝日や年末年始を除く。

時間 8時30分～17時15分

場所 青森地方方法務局弘前支局

※相談は無料です。相談内容についての秘密は厳守します。

行政相談委員

古川 鉄美 (町居) ☎ 44-7559

葛西 光雄 (李平) ☎ 57-5335

葛原 信一 (三笠) ☎ 45-2879

人権擁護委員

今井 巖 (館山・松崎) ☎ 44-3319

齋藤千恵子 (尾崎) ☎ 44-2326

小笠原昭治 (広船) ☎ 44-3378

下山 幸子 (光城) ☎ 44-2438

福士 幸雄 (新山) ☎ 57-3996

下山美津子 (高木) ☎ 57-3233

山田 君子 (いざよい) ☎ 46-2411

相馬 正栄 (いざよい) ☎ 45-2431

問合せ ▷市民課市民係

▷青森地方方法務局弘前支局

☎ 0570-003110

●労働相談会

個々の労働者と事業主との間に生じた労働問題 (解雇・賃金引き下げ・長時間労働・パワハラなど) について、青森県労働委員会委員が無料で相談に応じます。

対象者 県内の労働者、事業主

日時 5月9日(火)

13時30分～15時30分

場所 青森県労働委員会 (国道県庁向い みどりやビル7階)

相談員 青森県労働委員会委員 (弁護士、労働組合役員、会社経営者等)

利用方法 随時受付 (事前予約も可)

問合せ 青森県労働委員会事務局

☎ 017-734-9832

募集

●青少年国内派遣参加者募集

市では、鹿児島県南九州市でホームステイをしてみたい中・高校生を募集します。

派遣期間 7月22日(土)～25日(火)

(3泊4日のうちホームステイは2泊)

対象者 市内在住の中学生・高校生

内容 ホームステイ、特攻平和会館見学、マリンスポーツなど (予定)

募集人員 7人

参加費用 35,000円

申込期限 5月26日(金)

※必要書類は平賀・碓ヶ関公民館と市ホームページにあります。なお、文化センター工事中のため、窓口は尾上総合支所1階となります。

申込み・問合せ 平賀公民館 ☎ 44-1221

**●平川市空家等対策計画(案)の
パブリックコメントを実施します**

市では、空家等対策を総合的かつ計画的に推進するため、平川市空家等対策計画の策定を進めています。

このたび、平川市空家等対策協議会の意見を踏まえ作成した平川市空家等対策計画(案)がまとまりましたので、市民の皆さまのご意見・ご提案を募集するため、パブリックコメント(意見募集)を実施します。

募集期間 4月14日(金)～5月12日(金)

閲覧方法

(1)市ホームページ

(2)本庁舎総務課

(3)尾上総合支所市民生活課、都市計画課

(4)碓ヶ関総合支所市民生活課

(5)葛川支所

※(2)～(5)については土・日曜日、祝日を除きます。

意見を提出できる方

(1)市内に住所を有する方

(2)市内に事務所または事業所を有する個人および法人その他の団体

(3)市内の事務所または事業所に勤務する方

(4)市内の学校に在学する方

(5)市に対して納税義務を有する方

(6)パブリックコメント手続きに係る事案に利害関係を有する個人および法人の団体

意見の提出方法

市パブリックコメント意見提出様式に、案件名のほか、氏名および住所(法人などの場合は名称および代表者名、所在地)などを漏れなく記入し、次のいずれかの方法でご提出ください(5月12日(金)必着)。

(1)郵便

〒036-0242 平川市猿賀南田15番地1 建設部都市計画課 宛て

(2)電子メール

toshikeikaku@city.hirakawa.lg.jp

(3)ファクシミリ 43-5005

(4)都市計画課窓口へ直接持参

意見提出の際のご注意

- ・電話などでの口頭のご意見はお受けできません。
- ・記入漏れがある場合は受け付けられません。
- ・お寄せいただいたご意見について個別回答はいたしかねます。

結果の公表

氏名・住所を除き、結果を集約したものを市ホームページに掲載します。

問合せ 都市計画課建築係

おしらせ

●春のわくわくおはなし会

4月23日から5月12日までの「こどもの読書週間」にちなみ、『春の

●乳幼児健康診査・子育て広場

種別	対象	実施日	受付時間
子育て広場※要予約 (体重測定、育児相談、離乳食の講話・試食、親子遊びなど)	妊娠中、子育て中の方など	5月18日(木)	10:00～11:30
4か月児健診	平成29年1月生まれ	5月23日(火)	12:20～12:40
1歳児健診	平成28年5月生まれ	5月10日(水)	12:10～12:30
1歳6か月児健診	平成27年10月生まれ	5月24日(水)	12:20～12:40
3歳児健診	平成25年10月生まれ	5月12日(金)	11:50～12:20

※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、係までご連絡ください。
※3歳児健診は3歳6か月～7か月児が対象で、個別通知は3歳児健診のみとなります。
※健診の予約は不要で、健診は無料となります。

持ち物

▽子育て広場…母子健康手帳、バスタオル、離乳食の試食をされる方は小皿とスプーン、筆記用具

▽乳幼児健診…母子健康手帳、バスタオル、健康診査問診票、尿(3歳児のみ)

場所 健康センター **申込み・問合せ** 健康推進課母子保健係

国民年金

わくわくおはなし会』を開催します。

日時 4月22日(土) 14時から

場所 平賀農村環境改善センター
1階 多目的ホール

内容

絵本の読み聞かせ、紙芝居など

参加費 無料

申込締切 4月21日(金)

申込み・問合せ 平賀図書館

☎ 44-7665

●障害児福祉手当・特別障害者手当の 手当額が改定されます

平成29年4月からの手当額は、次のとおりになります。

- ・障害児福祉手当 (14,580円)
- ・特別障害者手当 (26,810円)

※この手当は、身体・知的・精神に著しく重度で永続する障がいがあり、日常生活上、常時特別の介護を必要とする在宅の方に申請により支給する制度です。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ので、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

●人・農地プランが 閲覧できます

人と農地問題解決のための未来の設計図といわれる「人・農地プラン」が更新されました。

その内容について閲覧ができます。

期間 4月20日(木)～28日(金)

※土、日曜日を除きます。

時間 9時～16時

場所 農林課

問合せ 農林課農業振興係

●ゴルフで健康づくりを してみませんか

市では、びわの平ゴルフ倶楽部(小国)の利用券を配布しています。通常よりも安く利用できますので、ご希望の方はお早めにお申し込みください。

※先着順となります。

利用可能人数 1日4人まで

申込み・問合せ 企画財政課企画調整係

●年金を受け取るために必要な資格期間が10年以上になります

年金を受け取るためには、国民年金や厚生年金などの保険料納付済期間や免除期間を合算した資格期間が25年以上必要でしたが、8月1日からは、必要な資格期間が10年に短縮されます。

「資格期間」とは

- ①国民年金の保険料を納めた期間や免除された期間
- ②船員保険を含む厚生年金保険や共済組合などの加入期間
- ③年金制度に加入していなくても資格期間に加えることができる期間(カラ期間)

これらの期間を合計したものが「資格期間」です。資格期間が10年(120月)以上あれば、納付した期間に応じた年金を受け取ることができます。

年金を受け取るには手続きが必要です

新たに年金を受け取れるようになる、資格期間が10年以上25年未満の方には、日本年金機構より「期間短縮年金請求書」が郵送されますので、手続きをしてください。

請求書が送付される時期と対象者は以下のとおりです。

	期間短縮年金請求書が送付される方	送付時期
①	大正15年4月2日～昭和17年4月1日生まれ	2月下旬～3月下旬
②	昭和17年4月2日～昭和23年4月1日生まれ	3月下旬～4月下旬
③	昭和23年4月2日～昭和26年7月1日生まれ	4月下旬～5月下旬
④	昭和26年7月2日～昭和30年8月1日生まれ【男性】 昭和26年7月2日～昭和30年10月1日生まれ【女性】	5月下旬～6月下旬
⑤	昭和30年10月2日～昭和32年8月1日生まれ【女性】 大正15年4月1日以前生まれ	6月下旬～7月上旬

●国民年金保険料の「後納制度」を実施しています

過去5年以内に納め忘れた国民年金保険料を納付することができる「後納制度」が平成27年10月から平成30年9月まで実施されています。

過去の保険料を納付することで、年金を受け取るために必要な資格を得られたり、将来受け取る年金額が増える場合があります。

なお、60歳以上で老齢基礎年金を受けている方は後納制度は利用できません。

後納制度を利用される場合は申し込みが必要となります。

詳しくは国保年金課年金係または弘前年金事務所(☎ 27-1339)にお問い合わせください。

●平川消防署からのお知らせ

4月25日(火)、28日(金)の両日、9時30分～12時に岩館地内の平川河川公園広場において、青森県防災航空隊との連携訓練が行われます。訓練の実施にあたり、ヘリコプターが飛来し、騒音などのご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

なお、一般の方の見学はご遠慮ください。

問合せ 平川消防署 ☎ 44-3122

●県税のコンビニ納税・ 口座振替制度

自動車税・不動産取得税・個人事業税はコンビニエンスストアでも納付できます。ぜひご利用ください。

また、便利で安全・確実な口座振替もご利用できます。

口座振替を利用できるのは

個人事業税…定期賦課分

法人県民税・事業税(地方法人特別税を含む)…中間申告・確定申告分

自動車税…6月納期分

※平成29年度は、4月28日(金)までに申し込みが必要です。

軽油引取税

申込用紙は、各取扱金融機関・中南地域県民局県税部の窓口へ備え付けてありますので、お気軽にお問い合わせください。

問合せ

中南地域県民局県税部納税管理課
☎ 32-4341

●危険物取扱者試験、事前講習会、甲種防火管理新規講習

危険物取扱者試験

日にち・場所

6月10日(土)、17日(土) 弘前東高校
9月2日(土) 弘前工業高校

種類

甲種、乙種(第1類～6類)、丙種
※甲種は受験資格が必要です。

受験料

甲種5,000円、乙種3,400円、丙種2,700円

受付期間 6月10日、17日実施分
4月26日(水)～5月12日(金)

(電子申請 4月23日(日)～5月9日(火))
9月2日実施分

7月26日(水)～8月4日(金)
(電子申請 7月23日(日)～8月1日(火))

願書配付先

弘前消防本部予防課、消防署および分署

※インターネットによる電子申請は、(一財)消防試験研究センターホームページで受け付けします。

事前講習会

日時 5月18日(木)・19日(金)
9時30分～16時30分(2日間)

場所 弘前消防本部3階 大会議室
※車でのご来庁はできませんので最寄りの駐車場をご利用ください。

対象者

乙種第4類の受験者のうち受講を希望する方

受講料

4,500円(弘前地区消防防災協会加入事業所は2,000円)

テキスト代

1,600円(テキストのみの購入は不可)

※受講料などは講習初日に会場で徴収します。

受付期間 4月14日(金)～5月9日(火)
申込先

弘前消防本部予防課、消防署および分署

甲種防火管理新規講習

日時 5月11日(木)・12日(金) 10時～16時
(2日間の受講が必要です)

場所

岩木文化センター「あそべる」
(弘前市賀田一丁目18番地4)

申込期間 4月17日(月)～4月28日(金)

弘前消防本部予防課が最寄りの消防署・分署で受け付けします。なお、申し込み受付期間内であっても定員(180人)になり次第、受け付けを終了します。

受講料 講習料は無料ですが、事前に書店などでテキストを購入していただきます。

※講習についての詳細は弘前地区消防事務組合のホームページをご覧ください。

問合せ

▷弘前消防本部予防課 ☎ 32-5104
▷平川消防署 ☎ 44-3122
▷碓ヶ関分署 ☎ 45-2240

●『津軽の名人・達人バンク』で、楽しく学んでみませんか

皆さんは、文化センターや公民館、集会所、福利厚生施設を利用していますか。「津軽の名人・達人バンク」は、地域の皆さまが自発的に、学校・幼稚園・福祉施設・町会などで楽しく交流しながら学べるように、地元から人材を広く募って登録しています。

こぎん刺し、津軽塗、金魚ねぶたなどの伝統工芸や、フラワーアート、クラフト製作、さまざまな趣味や健康づくりの指導、郷土史など専門分野の講師が必要な時は、登録者名簿の連絡先までお気軽にお問い合わせください。

なお、「講師活用事業」による助成を行っていますので、ぜひご利用ください。

また、自分の特技を人に指導できる「名人・達人」を募集しています。

名簿は津軽広域連合ホームページ、または、ヒロロ3階の事務室入口でご覧になれます。ぜひ一度ご覧ください。

申込み・問合せ 津軽広域連合
☎ 31-1201

●「ひらかわ案内人養成講座」参加者募集

市観光協会では、平川市の魅力をPRする観光ガイドを育成する講座を開催します。

開催日程(予定)

5月24日(水) 開講式・講義
6月14日(水) 生け垣と庭園コース演習
6月28日(水) 講義
7月12日(水) 商家と津軽グルメコース演習
7月26日(水) 講義
8月9日(水) ねぶたと平賀大光寺城址コース演習
8月23日(水) 講義
9月13日(水) 碓ヶ関歴史旧跡コース演習
9月27日(水) 講義
10月11日(水) 羽州街道矢立コース

時間 10時～12時

※開催日時および内容は変更になる場合があります。

場所 生涯学習センター

対象

平川市に興味のある20歳以上の健康な方(年齢の上限はありません)

講師 ひらかわ案内人

受講料 無料(ただし演習時の昼食などで実費負担の場合あり)

申込期限 5月17日(水)

申込み・問合せ 平川市観光協会
☎ 40-2231

**スマートフォンで
広報ひらかわ**

アプリのダウンロードはこちらから
※詳しくは市HPをご覧ください。

