

## 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

### ●身体障害者巡回診査・更生相談

身体障害者手帳（肢体不自由の方のみ）の交付や再認定が必要な方は、お申し込みの上ご利用ください。

日にち 7月6日(木)

受付時間 9時～11時

診査時間 9時30分～12時

場所 健康センター

料金 無料

持ち物

身体障害者手帳・印鑑・個人番号のわかるもの（個人番号カードまたは通知カード）

※身体障害者手帳新規交付のため診査を希望する場合、かかりつけの医療機関がある場合はレントゲン写真や紹介状、病名・治療の状況、身体状況がわかる書類をご持参ください。

申込締切 6月14日(水)

対象

- ・身体障害者手帳の交付を受けるため診査を必要とする方

- ・身体障害者手帳の再認定の必要がある方
- ・身体障害者手帳の障害程度および等級に変化があり、変更を必要とする方
- ・補装具の処方が必要とする方
- ・生活・医療・施設入所などの相談を希望する方

ご注意ください

※当日の診査で得られる情報のみでは判定が困難な場合、指定医師のいる医療機関を利用させていただきます。

※脳卒中などによる診査については、発症から3か月以上を経過していることとします。

※補装具の車椅子、歩行器、歩行補助つえは介護保険が優先となりますので、介護保険の要介護認定を受けている方は対象外です。

※電動車椅子、座位保持装置および特例補装具、骨格構造義肢など複雑な処方を要する義肢・装具およびオーダーメイドまたはモジュラー方式による車椅子は対象外です。

申込み・問合せ 福祉課障がい支援係

### ●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います。

日時 6月13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

### ●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
6/7(水)・6/14(水) 6/21(水)・6/28(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)
6/8(木)・6/22(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)
6/6(火)・6/20(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)
6/13(火)・6/27(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)
6/3(土)・6/17(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 高齢介護課高齢福祉係

### ●「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
6/13(火)・6/20(火) 6/27(火)	14:00～15:00	平賀体育館	高齢介護課高齢福祉係 (☎ 44-1111 内線1170)
6/14(水)・6/21(水) 6/28(水)	14:00～15:00	B & G尾上体育館	

対象 65歳以上の方 問合せ 高齢介護課高齢福祉係

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

**日にち** 6月14日(水)、7月19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

**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。

秘密は厳守します。どなたでもお越しください。

**日時** 6月27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

**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**

6月7日(水)

健康センター 相談室③

6月21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

## ●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	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。	5/20(土)	6:45～8:00 医師診察開始時間 7:00～	健康センター	◆健康保険証 ◆受診票
特定健診		5/22(月)		小和森多目的研修集会施設	
後期高齢者健康診査		5/23(火)		尾崎多目的研修集会施設	
生活保護受給者健康診査		5/29(月)		杉館ふれあいセンター	
各種がん検診		6/17(土)		尾上地域福祉センター	
肝炎ウイルス検査		6/19(月)			
婦人科集団検診	子宮頸がん 20歳以上の方	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
子宮頸がん検診	乳がん 40歳以上の方	6/20(火)		健康センター	

※集団検診のがん検診は全て無料です。

※乳がん・子宮頸がん共に無料です。婦人科検診は指定の医療機関でも受診可能です。

集団検診の受診を希望する方は、検診日の10日前までお申し込みください。

詳しくはお問い合わせください。

**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	6月13日(火)	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	6月7日(水)	13:00～14:00
	6月21日(水)	17:30～18:30
女性健康相談	5月24日(水)	13:00～13:30
精神保健福祉相談(予約制)	6月8日(木)	13:00～14:00
	6月20日(火)	

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

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。

**場所** 税務課収納係(本庁舎2階)

### ■夜間窓口

**日時** 5月24日(水)～26日(金)

17時～19時

### ■休日窓口

**日時** 5月28日(日) 8時30分～17時

**問合せ** 税務課収納係

## ●行政・人権相談所を開設します

人権擁護委員の日(6月1日)にちなみ、相談所を開設します。

行政に関する苦情や意見などがある方、日常生活の中で困っていることや人権に関することでお悩みの方は、この機会をご利用ください。

**日時** 6月1日(木) 10時～15時

**場所**

▷平賀地域 健康センター相談室

▷尾上地域 尾上総合支所会議室

▷碓ヶ関地域 碓ヶ関公民館談話室

**問合せ** 市民課市民係

## ●法務局人権なんでも相談所を開設します

人権擁護委員、法務局職員が近隣・家庭・学校・職場の問題・子どもに関する悩みごとや、どこに相談していいのかわからないことなど無料で相談に応じますので、お気軽にお越しください。

※相談をご利用の際には、事前に予約をお願いします。

**日時** 6月3日(土) 10時～15時

**場所** 青森地方法務局弘前支局

**問合せ** 青森地方法務局弘前支局総務課

☎ 26-1150

**募集**

**●花壇コンクールに参加しよう！**

花は人の心にやすらぎを与え、まちを明るくいろどります。地域や学校での環境美化への取り組みを推進するため、花壇コンクールを実施します。

**対象者** 団体(町会、自治公民館、婦人会、老人クラブ、子ども会など)  
市内小・中学校

**審査時期** 9月上旬予定

**申込方法**

平賀公民館備え付けの申込用紙に必要事項を記入の上、6月16日(金)までにお申し込みください。

**平成28年度審査結果**

- ・最優秀賞 平田森公民館
- ・優秀賞 町居公民館  
日沼地域共同活動組織  
新館女性部
- ・奨励賞 金屋高砂クラブ他14団体

**申込み・問合せ**

平賀公民館(尾上総合支所内)  
☎ 44-1221

**●地域の健康づくり活動  
支援事業・参加募集**

市では、それぞれの特性を生かした健康づくり活動を行う各町会および市内事業所を募集します。

**事業内容**

各町会および市内の事業所が行う健康づくりに関する次の活動で、参加人数10人以上のものです。

1. 健康診断などの受診率の向上を目的とする活動
2. 食生活に関する意識の向上を目的とする活動
3. 運動習慣の定着を目的とする活動

**補助金額**

1 団体につき10万円を上限とし対象経費の支出合計額

**募集締切** 10月31日(火)

※新規・継続を問わず先着順となります。

**申込み・問合せ** 健康推進課健康増進係

**●雑誌スポンサー制度**

平川市図書館では、図書館で利用する雑誌を地元事業者などに購入し

ていただき、それにかかるカバーを広告媒体として活用することで、その事業活動を促進し、図書資料の充実を図る「雑誌スポンサー制度」を実施しています。

**「雑誌スポンサー制度」とは？**

対象雑誌の年間購入代金をご負担いただけるスポンサーを地元事業者などから公募する制度で、雑誌スポンサーは、雑誌の最新号カバーにスポンサー名、裏面に広告を掲載することができます。

**申込期間**

随時受付中です。制度の詳細な内容は市ホームページをご覧ください。

**申込み・問合せ** 平賀図書館  
☎ 44-7665

**●第25回青森県民駅伝  
競走大会選考記録会**

9月3日(日)に開催される「第25回青森県民駅伝競走大会」の選手選考記録会を開催します。多数のご参加をお待ちしております。

**日時** 5月27日(土)、6月3日(土)  
16時30分～受付 17時～開始

**場所** 平川市陸上競技場

**対象**

- ・市内在住の中学生以上の方
- ・県内在住の市内中学校出身の高校生・大学生の方
- ・市内に勤務している一般の方

**距離**

- ◇一般男子・高校生男子 5 km
- ◇一般女子・高校生女子・中学生 3 km

**問合せ** ひらかドーム  
☎ 43-0660

**●ひらかわフェスタ2017  
出店者募集**

ひらかドームを会場に「ひらかわフェスタ2017」を開催します。出店を希望される方は、農林課窓口にある出店申込書をご提出ください。※出店申込書は市のホームページからも入手できます。

**日時** 9月2日(土) 9時～16時  
9月3日(日) 9時～15時

**場所** ひらかドーム

**●献血**

項目	実施日	受付時間	場所
全血献血	5/23(火)	10:00～11:00	尾上総合支所
		12:30～16:00	特別養護老人ホーム緑青園

**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

**●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	6月15日(木)	10:00～11:30
パパママ教室	妊娠中、子育て中の方など	6月15日(木)	18:00～20:00
4か月児健診	平成29年2月生まれ	6月13日(火)	12:20～12:40
1歳児健診	平成28年6月生まれ	6月7日(水)	12:10～12:30
1歳6か月児健診	平成27年11月生まれ	6月21日(水)	12:20～12:40
3歳児健診	平成25年11月生まれ	6月9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。

※パパママ教室は予約が必要です。6月8日(木)までに予約をお願いします。

**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

## 出店料

無料（ただし、抽選会用の景品の提供をお願いします）

## 販売可能品

販売品は、平川市産の物産および物産を利用した加工品・製品などとし、いずれも関係諸法規に違反しないもの。

上記以外の販売品については実行委員会が審査し判断します。

## 条件

①平川市に関連すると実行委員会が認める団体および事業者であること

②抽選会用の景品 10 品以上を提供できること

### 1 日間出店

10品以上 総額 5 千円相当分

### 2 日間出店

15品以上 総額 7 千円相当分

※引換券でのご提供はできません。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

なるか、下記までお問い合わせください。

申込期限 7月14日(金)

## 申込み・問合せ

農林課食産業振興係

## ●知覧ねぶた祭サポーター募集

鹿児島県南九州市で開催される「知覧ねぶた祭」のサポーターを募集します。

## 応募条件

・平川市民または市内企業に勤めている方

・満20歳以上の健康な市民の方

## 参加期間

7月14日(金)～16日(日) 2泊3日

参加費用 1人 約42,000円

(お土産・保険料を含む)

募集人数 7名

## 応募方法

商工観光課まで電話でお申し込みください。

応募締切 6月9日(金)

## 注意事項

・定員を超えた場合は、囃子経験者および参加経験がない方を優先します。

・参加決定後の交代はできませんの

## ●国民年金の付加年金制度

付加年金制度は、国民年金の一般保険料に加えて付加保険料を納めることで、老齢基礎年金に付加年金が上乘せられて受給できる制度です。

付加保険料は月額400円です。付加年金の年金額は「200円×付加保険料を納めた月数」となり、その額が老齢基礎年金の年額に上乘せされます。

付加年金を申し込める方は

1. 自営業者など、国民年金の第1号被保険者
2. 保険料を免除されていない方（一部免除も含みます）
3. 60歳以上65歳未満の方など、国民年金の任意加入者
4. 国民年金基金および農業者年金に未加入の方

付加保険料は申し込んだ月分からお支払いしていただきます。

## ●年金手帳・証書を紛失した時の手続き

年金手帳・証書を紛失した時は、国保年金課年金係または弘前年金事務所まで再交付手続きを行って下さい。

申請により日本年金機構から再交付されますが、お急ぎの方は直接弘前年金事務所まで手続きされますようお願いいたします。また、代理人が手続きされる場合、委任状が必要です。なお代理人が手続きされる場合は後日、本人住所地へ郵送されます。

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。

でご了承ください。

・参加者は囃子練習会などに出席していただきます。

申込み・問合せ 商工観光課観光係

## ●自衛官募集

### 男子自衛官候補生

資格 18歳～27歳未満

受付期間 5月16日(火)～6月9日(金)

試験日 6月17日(土)

受験資格など詳細については、自衛隊弘前地域事務所へお問い合わせください。

問合せ 自衛隊弘前地域事務所

☎ 27-3871

## ●農作業従事者募集

つがる弘前農協では、組合員や作業従事者（ヘルパー）の高齢化などにより、農作業従事者が不足しています。そこで、「農作業従事者無料職業紹介所」を開設し、農業に携われる元気な方を募集します。

従事期間 5月～11月収穫終了まで

作業時間 原則1日8時間

※休憩を含み、時間外勤務はありません。また、1週間に1日は休日とします。

## 従事内容

りんご摘花・摘果・袋掛け・葉とり・収穫など

※主にりんご作業となります。

## 条件

ハシゴを使用できる方で、自分で通勤可能な方（別途通勤手当は考慮します）。

賃金 日給5,800円以上

## 申込み・問合せ

つがる弘前農協農作業従事者無料職業紹介所 ☎ 82-1052

## おしらせ

## ●青森県民スポレク祭

広く県民にスポーツ・レクリエーション活動を通して、健康で活力ある生活に資することを目的に「第10回青森県民スポーツ・レクリエーション祭」が開催されます。

開催日 7月1日(土)、2日(日)

(武術太極拳、グラウンド・ゴルフは6月25日(日))

**実施種目 (全35種目)**

グラウンド・ゴルフ、サッカー、ソフトバレーボール、ドッジボール、ゲートボール、インディアカ、マスターズ陸上競技など

※種目ごとに会場や開始時間などが異なります。また、当日参加可能な種目もあります。詳しくはお問い合わせください。青森県庁ホームページにも各種目の実施要綱および参加申込書などが掲載されています。

**申込方法**

ひらかドーム、平賀体育館、B&G尾上体育館、碓ヶ関ゆうえい館に備えつけの参加申込書または各自で用意した参加申込書に必要事項を記入の上、各種団体へ直接お申し込みください。

**申込締切** 6月7日(水)

※マスターズ陸上競技、ラージボール卓球の締め切りは6月2日(金)です。

**問合せ** ひらかドーム ☎ 43-0660

**●ひろさき広域出愛サポートセンター出張登録会**

「ひろさき出愛サポートセンター」が平成29年度から、登録範囲が広域になって弘前圏域(弘前市、黒石市、平川市、藤崎町、板柳町、大鱈町、田舎館村、西目屋村)の方も利用可能となり、名称に「広域」が加わりました。

「ひろさき広域出愛サポートセンター」では結婚を希望する独身男女が会員に登録し、写真やプロフィール(匿名)を見て選んだ人と1対1でお見合いをする支援をしています。

通常、登録はヒロロ3階(弘前市)で行っておりますが、平川市では次の日程で出張登録会を行います。

**日時** 5月28日(日) 10時~17時

**場所** 生涯学習センター3階  
アレンジメント室

**問合せ** 企画財政課企画調整係

**●工業統計調査への  
ご協力をお願いします**

従業者4人以上の全ての製造事業

所を対象に、平成29年6月1日時点で、平成29年工業統計調査を実施します。

工業統計調査は、我が国における工業の実態を明らかにするための重要な調査で、統計法に基づく報告義務のある基幹統計調査です。

調査の結果は、中小企業施策や地域振興など、国および地域行政施策のための基礎資料として利活用されます。

調査票に記入した内容は、統計作成の目的以外(税の資料など)に使用することは絶対にありません。

5月下旬から6月にかけて調査員が事業所へ伺いますので、調査の趣旨・必要性をご理解いただき、調査票への正確なご記入をお願いします。

**問合せ** 企画財政課企画調整係

**●現況届(農業者年金)の  
提出を忘れずに**

現況届は、現在農業者年金を受給している方へ5月末日までに送付されます。

必要事項を記入の上、期限までに忘れずに提出してください。

期限内に提出されない場合は、年金が差し止められますのでご注意ください。

※平成28年7月1日以降の裁定請求者の方は提出不要です。

**提出期限** 6月30日(金)

**提出場所**

- ▷本庁舎 2階案内窓口
- ▷尾上総合支所 農業委員会事務局
- ▷碓ヶ関総合支所 市民生活課
- ▷葛川支所

**受付時間** 平日8時15分~17時

**問合せ** 農業委員会事務局

**●民生委員・児童委員が  
委嘱されました**

3月9日付で民生委員・児童委員が委嘱となりました。

**三町会**

山谷 以佐美 ☎ 44-7917

主任児童委員(平賀東・竹館・広船)

齋藤 歌澄 ☎ 44-2326

民生委員・児童委員はみなさんにとって身近な相談員です。悩みごとや困りごとがありましたら、お気軽

にご相談ください。

**問合せ** 福祉課福祉総務係

**●青森県立美術館演劇事業の  
おしらせ**

**青森県立美術館「演劇部」メンバーを募集しています**

中学生以上の方なら年齢・性別・経験問わず誰でも応募可能です。

月数回の稽古を行い、太宰治作品を原作とした演劇へ出演しませんか。

**応募締切** 6月2日(金)

**青森県立美術館ドラマリーディング  
クラブ公演を開催します**

**日時** 5月27日(土) 18時~

**場所** 県立美術館シアター

**演目** 西行の短歌と鴨長明「方丈記」  
(現代語訳:長谷川孝治)

**料金** 一般1,000円、大学生・6歳以上500円(当日200円増)

※高校生以下無料招待あり。

詳細は県立美術館ホームページまたは県立美術館へ。

**問合せ** 県立美術館

☎ 017-783-5243

**●自動車税のグリーン化  
特例の改正について**

県では、毎年6月に自動車税の納税通知書をお送りしていますが、自動車税は、自動車環境対策の観点から、排出ガスおよび燃費性能の優れた環境負荷の小さい自動車については、その排出ガスおよび燃費性能に応じて税率を軽減(軽課)し、新車新規登録から一定の年数を経過した環境負荷の大きい自動車については税率を重く(重課)する制度が実施されています。特に、平成27年度の自動車税からバス・トラックを除き、重課の割合が15%(改正前:10%)に引き上げられました。詳しくは、青森県庁ホームページ([http://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/013\\_01green.html](http://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/013_01green.html))をご覧ください。

**問合せ**

中南地域県民局県税部納税管理課

☎ 32-1131(内線233)