

広報  
No.145

ひらかわ  
HIRAKAWA

2018  
1



今月号の特集

新年のごあいさつ

平成  
30年

# 新年の ごあいさつ



平川市長 長尾 忠行

明けましておめでとうございます。

皆様には、健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、日頃より市政にお寄せいただいておりますご支援とご協力に対しまして、厚く御礼を申し上げます。

昨年を振り返りますと、本市の基幹産業である農業におきましては、雪の影響によるりんご樹の枝折れや黒星病の発生、さらには、秋の長雨により農作物への影響が懸念されましたが、稲作、畑作、果樹ともに大きな被害もなく、全般的に平年並みの収量を確保できましたことは誠に喜ばしいところであります。

市政におきましては、本市の今後10年間のまちづくりの指針となる第2次平川市長期総合プランを策定し、昨年4月よりスタートさせております。計画では「あふれる笑顔 暮らし輝く 平川市」の将来像のもと、目指す平川市のまちづくりの個性を「平川らしさ」として位置づけ、「海外に目を向けた観光・交流のまち」や「スポーツで元気なまち」など7つの項目を掲げ、平川らしいまちづくりを進めているところであり、昨年5月には平川市陸上競技場が竣工しました。陸上トップアス





リートを招いてのジュニア陸上教室、NHKラジオ体操・みんなの体操会などを開催し、多くの市民の皆様に参加いただき感謝を申し上げます。

観光分野では、本市の観光コンテンツの一つである「世界一の扇ねぷた」を新たに製作しており、これまでを超える高さ12メートルのねぷたの完成を目指しております。8月の平川ねぷたまつりでは、その勇姿をお披露目したいと考えております。

そのような中、今年は新本庁舎建設事業、また防災拠点施設を備えた新体育館建設事業など大型建設事業に着手することとしており、まちの賑わいの創出、安全・安心なまちづくりに全力で取り組んでまいります。また、友好交流協定を締結している台湾台中市へは可搬式ねぷたを新たに製作・輸送し、インパクトのあるPR活動により、交流人口の拡大を図ってまいります。

これらの取り組みが実りあるものとなり、市民

一人ひとりに笑顔があふれ、市民一人ひとりの暮らしが輝くまちとなるためには、市民の皆様のお力添えが必要であります。引き続き、全力で市政運営に取り組んでまいりますので、市民の皆様には、なお一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本年が皆様にとって穏やかで希望に満ちた年となりますよう心からお祈り申し上げ、新年のご挨拶といたします。



CONTENTS

- 2 新年のごあいさつ
- 4 市内の話題
- 6 職員給与・職員数などの公表
- 8 平成30年度放課後児童クラブ入会の  
申し込みについて
- 9 農家の皆さまへ  
市・県民税申告相談の前に  
家畜(鶏含む)飼養者の皆さまへ
- 10 平成30年4月から国民健康保険制度  
が変わります  
平川市観光キャラクター「ヤーヤくん」  
LINE スタンプ好評発売中!
- 11 体育協会だより  
文化協会だより  
食育通信  
脳ドック検診追加募集
- 12 今月のおしらせ
- 16 健康のおしらせ
- 18 戸籍だより
- 19 1月で1歳になる我が家のアイドル
- 20 1月28日(日)は平川市長選挙の投票日  
です



国際交流事業派遣団市長表敬訪問

12月25日、市役所本庁舎で国際交流事業に参加する中学生10人が長尾市長を表敬訪問しました。

国際交流事業は市内在住の中学生を対象に、外国でのホームステイ体験の中で異なる言語、文化と触れ合うことを目的に行われており、アメリカメイン州カムデンにあるロックポートミドルスクールとの間で派遣と受入れが毎年行われています。

長尾市長は「皆さんは市の未来を担う人材。異なる土地や文化に触れることを通じて、成長して帰ってくることを期待しています」と派遣団の中学生を激励しました。



ひらかわキャンドルナイト

12月17日、中央公園内で「ひらかわキャンドルナイト2017」が開催されました。昨年に引き続き2回目の開催で、市民ら約1,500人が訪れました。

辺りが暗くなり、会場が手作りのキャンドルの灯りや切り絵で幻想的に彩られると、来場者は街を温かく照らすキャンドルを写真に収めていました。

また、会場に設けられたステージではバンドライブや弘前大学の学生によるねぶた囃子など、氷点下の寒さを吹き飛ばすようなパフォーマンスが披露され、冬の夜を盛り上げました。



### B & G尾上体育館リニューアル

12月24日、B & G尾上体育館がリニューアルしたことを受け、記念式典が行われました。

今回のリニューアルはアリーナの照明改善や暖房設備の更新、屋根・外壁の全面改修などが行われました。また、リニューアルに際しては、B & G財団から2,510万円の助成を受けています。

記念式典では尾上ジュニアバレーボールクラブ女子主将の工藤碧華さんが「リニューアルした体育館を大切に使い、ここから全国大会に出場できるように練習したい」と感謝の言葉を述べ、テープカットをしてリニューアルを祝いました。

# 職員給与・職員数などの公表

市職員の給与や職員数などについて、市民の皆さんに知っていただくため、次のとおり公表します。  
詳しくは、総務課人事係までお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

## 総 括

### 1. 人件費の状況 (普通会計決算)

区 分	住民基本台帳人口 (平成29年1月1日現在)	歳出額A	人件費B	人件費率B/A	(参考) 平成27年度の人件費率
平成28年度	32,013人	18,745,531千円	2,356,234千円	12.6%	13.4%

### 2. 職員給与費の状況 (普通会計決算)

区 分	職員数A (平成28年4月1日現在)	給与費				1人当たりの給与費 B/A
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計B	
平成28年度	278人	980,371千円	127,689千円	357,673千円	1,465,733千円	5,272千円

※職員手当には退職手当は含みません。

## 一般行政職の級別職員数等の状況

(平成29年4月1日現在)

区 分	7級	6級	5級	4級	3級	2級	1級
標準的な職務内容	部長	総括課長	課長・参事	課長補佐・主幹	係長・主査	主事・技師	主事・技師
職員数	10人	2人	20人	50人	78人	13人	64人
構成比	4.2%	0.8%	8.4%	21.1%	32.9%	5.5%	27.1%

※平川市の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数です。

※標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職務です。

## 職員の平均給与月額、初任給等の状況

### 1. 職員の平均年齢、平均給料月額および平均給与月額の状況

#### ①一般行政職 (平成29年4月1日現在)

区 分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
平川市	41.3歳	293,900円	323,237円
国	43.6歳	330,531円	410,719円

#### ②技能労務職 (平成29年4月1日現在)

区 分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
平川市	54.8歳	286,000円	305,317円
国	50.6歳	286,833円	328,360円

※平均給料月額とは、各職種ごとの職員の基本給の平均です。  
平均給与月額とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、住居手当、寒冷地手当などの諸手当の額を合計したものです。

### 2. 職員の初任給の状況 (平成29年4月1日現在)

区 分		平川市		国	
一般行政職	大学卒	178,200円	178,200円	—	—
	高校卒	146,100円	146,100円	—	—
技能労務職 (技能職・労務職平均)	高校卒	141,450円	—	—	—
	中学卒	131,700円	—	—	—

## 職員手当の状況

### 1. 期末手当・勤勉手当

(平成30年1月1日現在)

区 分	平川市	国
1人当たり平均支給額 (平成29年度)	1,332千円	—
平成29年度 支払割合	期末手当 2.50月分 勤勉手当 1.70月分	2.60月分 1.80月分
加算措置の状況	職制上の段階、職務の級等による加算措置 ・役職加算5～15%	職制上の段階、職務の級等による加算措置 ・役職加算5～20% ・管理職加算10～25%

### 2. 退職手当

(平成29年4月1日現在)

区 分	平川市	国
計算式	基本額 + 調整額	
基本額	退職日の基本給月額×退職理由別・勤続年数別支給率 (支給率) 自己都合 定年	
	勤続20年	20.445月分 25.55625月分
	勤続25年	29.145月分 34.5825月分
	勤続30年	36.105月分 42.4125月分
	最高限度額	49.59月分 49.59月分
調整額	その他の加算措置 定年前早期退職特例措置(2%～45%加算) 退職時特別昇給 なし	
	在職中の職責等による貢献度に基づく加算(0～54,150円)×60カ月	在職中の職責等による貢献度に基づく加算(0～95,400円)×60カ月
1人当たり 平均支給額	17,775千円	—

※退職手当の1人当たり平均支給額は、平成28年度に退職した全職種に係る職員に支給された平均額です。

### 3. その他の手当 (平成29年4月1日現在)

手当名	内容および支給額	国の制度との異同
扶養手当	扶養親族のある職員に支給 配偶者 10,000円 配偶者あり 子 8,000円 父母等 6,500円 配偶者なし 子 10,000円 父母等 9,000円 2人目 子 8,000円 父母等 6,500円	同
	15歳に達する日以降の最初の4月1日から22歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にある子は5,000円加算	
住居手当	自ら居住するための住宅を借り受け、月額12,000円を超える家賃を支払っている職員 借家・借間 27,000円限度	同
通勤手当	通勤のため自動車や電車など利用する場合で、通勤距離が2km以上の場合に支給 交通機関利用者 55,000円限度 自動車等使用者 2,000円～31,600円	同
管理職手当	部長級および課長級の職員に支給 部長級 25,000円 課長級 15,000円	同
寒冷地手当	毎年11月から3月までの各月の初日において、市内その他寒冷の地域に在勤する職員に支給 世帯主 扶養親族あり 17,800円 扶養親族なし 10,200円 その他 7,360円	同
宿日直手当	日直勤務を命ぜられた職員に支給 日直1回につき4,200円	同

### 特別職の報酬等の状況

(平成30年1月1日現在)

区分 / 給料月額		区分 / 支給割合	
給料	市長 758,000円	期末手当	市長
	副市長 608,000円		副市長
報酬	議長 328,000円		議長
	副議長 293,000円		副議長
	議員 281,000円		議員
3.15月分 (平成29年度)			

区分	算定方式・支給時期等		
	算定方式	1期の手当額	支給時期
退職手当	市長 758千円 × 在職月数 × 45.5 / 100	16,554,720円	任期ごと
	副市長 608千円 × 在職月数 × 26.5 / 100	7,733,760円	任期ごと

※退職手当の1期の手当額は、4月1日現在の給料月額および支給率に基づき、1期(4年=48カ月)勤めた場合における退職手当の見込額です。

### 職員数の状況

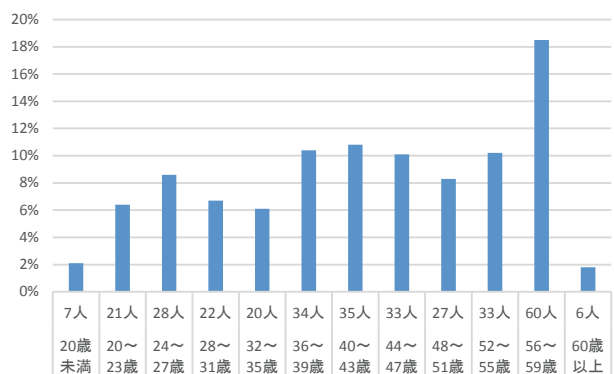
#### 1. 部門別職員数の状況 (平成29年4月1日現在)

部門	区分	職員数		対前年増減数	
		平成29年	平成28年		
普通会計部門	一般会計部門	議会	5	5	0
		総務	86	84	2
		税務	23	24	△1
		労働	0	0	0
		農林水産	24	24	0
		商工	8	8	0
		土木	23	23	0
		民生	33	34	△1
		衛生	20	19	1
		小計	222	221	1
教育部門		54	57	△3	
消防部門		0	0	0	
小計		276	278	△2	
公営企業等会計部門	診療所	16	16	0	
	水道	7	7	0	
	下水道	6	6	0	
	その他	21	20	1	
	小計	50	49	1	
合計		326 (439)	327 (439)	△1	

※職員数は一般職に属する職員数です。  
( )は、条例定数の合計です。

#### 2. 年齢別職員構成の状況 (平成29年4月1日現在)

区分	職員数	割合	区分	職員数	割合
20歳未満	7人	2.1%	44～47歳	33人	10.1%
20～23歳	21人	6.4%	48～51歳	27人	8.3%
24～27歳	28人	8.6%	52～55歳	33人	10.2%
28～31歳	22人	6.7%	56～59歳	60人	18.5%
32～35歳	20人	6.1%	60歳以上	6人	1.8%
36～39歳	34人	10.4%	合計	326人	100.0%
40～43歳	35人	10.8%			



問合せ：総務課 人事係 ☎44-1111 (内線1355・1356)

# 平成30年度 放課後児童クラブ入会の申し込みについて

平成30年度の放課後児童クラブへの入会の申し込みを次のとおり受付します。

## ■放課後児童クラブとは？

保護者が就労などで昼間家庭にいない小学校6年生までの児童を対象に、放課後児童クラブを設置し、保護者に代わって適切な遊びや生活の場を提供します。

家庭的な雰囲気の中で基本的な生活習慣を身につけるとともに、異なる年齢集団の中で、個性を大切に、健やかな成長を支援することを目的としています。

## ■対象児童

保護者が就労などで昼間家庭にいない小学校6年生までの児童(ただし、祖父母などが監護できる場合を除く)

※対象となる新1年生には個別に、新2～6年生には各小学校を通して別途通知します。

## ■開設時間

月曜日～金曜日 授業終了後～18時  
土曜日・長期休業期間・学校休業日 9時～18時  
※各クラブで開設時間が異なります。

## ■休会日

日曜日、祝日、年末年始、学校行事など  
※悪天候などによる臨時休校、風邪などによる学級・学校閉鎖の場合は基本的に休会となります。

## ■費用

各クラブで教材費・おやつ代など実費を徴収します。

## ■諸経費

年額2,000円(保険料など)



## 申込み

- 申込期間** 2月1日(木)～2月16日(金) 8時15分～17時(土日・祝日を除く)
- 申込場所**▷子育て支援課子育て支援係(健康センター内)  
▷尾上・碓ヶ関総合支所市民生活課市民係  
▷各クラブ
- 提出書類** 放課後児童クラブ入会申込書(表面)および家族の状況確認調書(裏面)  
※書類は申込場所に用意しています。
- 注意事項** 審査による入会基準に該当しない場合や、申込状況によっては低学年を優先する場合があります。あらかじめご了承ください。  
各種費用を滞納された場合、利用承諾を取り消すことがありますのでご注意ください。

## ■開設場所

学区	名称	開設場所	定員	連絡先
柏木小学校区	かしわっこクラブ	柏木小学校内	30名	平川中央こども園 44-2624
	高城クラブ	高城こども園内	19名	高城こども園 44-3121
小和森小学校区	なかよし BANBAN クラブ (低学年)	平賀保育園内	40名	平賀保育園 44-3078
	ちゃれんじ BANBAN クラブ (中・高学年)		40名	
松崎小学校区	第1あおぞらクラブ(1年生)	松崎保育園内	20名	松崎保育園 44-3168
	第2あおぞらクラブ(2年生～)	平賀農村婦人の家内	40名	
大坊小学校区	だいぼうっこクラブ	大坊こども園内	19名	大坊こども園 44-3120
竹館小学校区	たけっこクラブ	からたけこども園内	30名	からたけこども園 44-8222
平賀東小学校区	あすかクラブ	町居飛鳥会館内	35名	町居保育園 44-3174
	わくわくクラブ1(低学年)	こども園あらや内	40名	こども園あらや 44-3170
	わくわくクラブ2(中・高学年)		20名	
	さわやかクラブ	広船地区構造改善センター内	19名	平賀あすなる保育園 44-8181
猿賀小学校区	さるか児童クラブ	猿賀小学校内	35名	はすね子ども園 57-3430
金田小学校区	リトルクラブ(1年生)	日の出こども園敷地内	40名	日の出こども園 57-3431 4303
	スマイルクラブ(2年生)		40名	
	ハッピークラブ(3年生～)		20名	
碓ヶ関小学校区	関っこクラブ	碓ヶ関コミュニティ児童館内	25名	碓ヶ関中央こども園 45-2001

問合せ：子育て支援課 子育て支援係 ☎44-1111 (内線 1152)



# 農家の皆さまへ

平成30年の農作業標準賃金・料金および農地の賃借料情報は次のとおりです。  
営農計画の参考としてお役立てください。

## 1. 農作業標準賃金・料金

### (1) 臨時雇用労賃 ※1日(8時間)当たり

作業区分	賃金	備考
水稲 全般(男女共)	6,000円	賄い抜き
果樹 一般作業(男女共)	6,000円	〃
せん定	8,000~10,000円	〃
その他一般作業(男女共)	6,000円	〃
オペレーター (トラクター・田植機・コンバイン・SS)	1,000円	1時間当たり

### (2) 請負料金(オペレーター付き)

作業区分	単位	料金	備考
耕起	水田 10a当たり	5,000円	
	畑 〃	4,600円	
代かき	荒かきのみ 〃	3,000円	
	代かきのみ 〃	4,000円	
	荒代かき 〃	6,000円	
田植え	田植機 〃	6,000円	隅：田主植え苗：田主持ち
稲刈り	バインダー(糸付き) 〃	6,600円	隅：田主刈り
	コンバイン(運搬なし) 〃	16,000円	隅：田主刈り 結束料金は別
脱穀	ハーベスター 〃	6,600円	
稲わら収集	ロールベアラー(糸付き) 〃	4,600円	
畦塗り	畦塗機 1m当たり	36~39円	
りんご畑	スプレーヤー 1,000ℓ当たり	5,000円	薬剤費別

## 2. 農地賃借料(10a当たり)

### (1) 水田の部 ※米価の変動などに対応でき、現状に即した賃借料情報の提供をするため『物納』を基準として設定しました。

地域名	参考対価	現金換算額	改良区費の関係
平賀地域 尾上地域 圃場整備済	玄米1俵	11,700円	平均的な賃借人の負担 ↳ 賃借料+水利費
碓ヶ関地域の田、 平賀地域の山間地の田	玄米0.8俵	9,400円	賃借料のみ ※改良区費なし

※現金換算額は平成29年産米(つがるロマン)における概算金『JA1等米(11,700円)』に設定しました。

### (2) 畑の部(市内全域)

※平成28年~29年の2年間における賃借料の平均額です。

区分	平均額
普通畑	10,400円
りんご	10,000円

賃借料の物納について、次のとおり換算しました。  
○米60kg当たり  
28年産 玄米：10,700円 白米：13,700円  
29年産 玄米：11,700円 白米：14,700円  
○りんご20kg当たり  
26年~28年産の平均 3,700円

問合せ：農業委員会事務局 ☎44-1111 (内線 2152・2153)

## 市・県民税申告相談の前に

平成30年度の市・県民税の申告相談を2月1日(木)から3月15日(木)まで実施しますが、各会場での混雑が予想されます。次に該当する方は、それぞれ必要な金額がわかるように領収書などを整理・計算してからご来場くださるようご協力をお願いします。

また、確定申告には源泉徴収票の原本が必要になりますので忘れずにご持参ください。

### 1. 医療費控除の申告をされる方

**1年間に支払った医療費の総額と、支払った医療費に対して生命保険や高額療養費などで補てんされた金額**

※平成29年分の申告より新設された「セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)」の適用を受ける方は、スイッチOTC医薬品の購入金額。適用要件がありますので、詳しくは1月中旬に各世帯に配布される申告関係書類の中の「個人住民税(市・県民税)のあらまし」をご覧ください。

### 2. 農業・営業などの事業所得や不動産所得のある方

**科目ごとに仕分けした経費の金額、収入・支出の合計金額**

※必要な書類(所得税の還付先口座情報を含む)が不足していると、再度来庁して申告のやり直しになるため、十分ご確認の上おいでください。

※3月16日(金)以降の確定申告書は、本人が税務署へ郵送もしくは直接持参することになりますので、ご了承ください。

問合せ：税務課 住民税係 ☎44-1111  
(内線 1241・1242・1243)

## 家畜(鶏含む)飼養者の皆さまへ 平成30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おります。

次の家畜飼養者は忘れずに報告してくださるようお願いいたします。

報告対象	鶏(青森シャモロック、比内地鶏、烏骨鶏、軍鶏、チャボ、声良鶏、金八などを含む)、あひる、うずら、きじ、ほろほろ鳥、七面鳥、だちょう <鳥類以外> 牛、馬、豚、山羊、めん羊、いのしし、鹿
報告内容	平成30年2月1日時点の頭羽数
報告様式	「定期報告書」様式は農林課窓口で配布しています。
提出方法	農林課まで郵送または持参
報告期日	3月5日(月)まで

### 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 ☎44-1111(内線2172)

平成 30 年 4 月から

# 国民健康保険制度が 変わります

国民皆保険を将来にわたって守り続けるため、平成30年4月から、これまでの市町村に加え、都道府県も国民健康保険制度を担うことになりました。

## ■見直しの柱

- 国の責任として約3,400億円の追加的な財政支援(公費拡充)を行います。
- 都道府県と市町村がともに国民健康保険の保険者となり、それぞれの役割を担います。

## ■見直しによる主な変更点

- 平成30年度から、都道府県も国民健康保険の保険者となります(資格や保険税の賦課・徴収などの身近な窓口は、引き続きお住まいの市町村です)。
- 平成30年度以降の一斉更新から、新しい被保険者証などには、居住地の都道府県名が表記されるようになります。

### 青森県の主な役割

- ・財政運営の責任主体
- ・国民健康保険運営方針に基づき、事務の効率化、標準化、広域化を推進
- ・市町村ごとの標準保険税率を算定・公表
- ・保険給付費等交付金の市町村への支払い

### 平川市の主な役割

- ・国民健康保険事業費納付金を青森県に納付
- ・資格を管理(被保険者証などの発行)
- ・標準保険税率などを参考に保険税率を決定
- ・保険税の賦課・徴収
- ・保険給付の決定、支給

国民健康保険の窓口は、平成30年4月以降も引き続き平川市です。

国民健康保険税の計算	税務課	住民税係
国民健康保険税の納付・納付相談	税務課	収納係
加入・脱退・保険証再交付	国保年金課	国保係
高額療養費・限度額適用認定証など	国保年金課	国保係
保健事業・特定健康診査	健康推進課	健康増進係



問合せ：国保年金課 国保係 ☎44-1111 (内線 1251・1252・1257)

## <見直しの背景>

国民健康保険制度は、日本の国民皆保険の基盤となる仕組みですが、「年齢構成が高く医療費水準が高い」「所得水準が低く保険税の負担が重い」「財政運営が不安定になるリスクの高い小規模保険者が多く、財政赤字の保険者も多く存在する」という構造的な課題を抱えていました。

### 青森県

青森県が市町村ごとに決定した国民健康保険事業費納付金を市町村が納付



## 平川市観光キャラクター「ヤーヤくん」LINEスタンプ好評発売中!

価格  
120円



ヤーヤくんLINEスタンプは40種類のスタンプがあります。ご家族、ご友人との会話でぜひご活用ください。

### 検索方法

LINE スタンプショップで「平川市」または「ヤーヤ」で検索後、「クリエイターズ」からご購入できます。  
※LINE アカウントをお持ちでない場合は購入できませんのでご了承ください。

問合せ：商工観光課 観光係 ☎44-1111 (内線 2184)

## 体育協会だより

### 平川市ボウリング協会

平川市ボウリング協会では、アマチュアボウリングを振興し、体力の向上とスポーツ精神の高揚、協会会員の親睦を図ることを目的に活動しています。

現在、県スポーツ優良団体として、会員20名で活動しています。県民体育大会2年連続優勝をはじめ、国民体育大会などの全国大会で優勝・入賞を果たすなど、日々頑張っています。

会員はいつでも募集していますので、気軽に声をかけてください。

また、今年度も平川市民ボウリング大会を開催しますので、たくさんのご参加をお待ちしています。

日時 2月4日(日) 10時受付

場所 弘前ファミリーボウル(さくら野百貨店弘前店内)

参加資格 市内に在住、勤務、在学、在籍などしている方

参加料 1人1,500円(各種賞・参加賞あり)

競技内容 ハンディーキャップあり(2ゲーム)

申込締切 1月28日(日)

申込み・問合せ

平川市ボウリング協会事務局 工藤 ☎57-2771



第11回平川市民ボウリング大会  
平成29年2月12日(日)

## 文化協会だより

### 文化協会特別事業

### 伊奈かっぺい トークライブ in ひらかわ 「笑いが空から降ってくる」

文化センターリニューアルオープン記念として、伊奈かっぺい氏による講演会を開催します。

日時 2月4日(日) 13時30分～15時

場所 文化センター文化ホール

入場料 無料(入場整理券が必要です)

#### <入場整理券>

1月23日(火)、24日(水)の2日間、9時から12時まで文化センターホールロビーにて配布します。1人3枚までで、無くなり次第終了となります。

平川市民文化祭2017のチラシ裏面でも紹介しておりますのでご覧ください。



#### 問合せ・申込み

NPO法人平川市文化協会事務局 葛西

☎080-1823-5710

## 食育通信

### 野菜とれていますか？

平成29年12月4日に、2016年度の「県民健康・栄養調査」の結果が発表されました。

前回調査時より改善がみられたのが、平均歩行数と1日当たりの野菜摂取量です。

今回発表された1日当たりの野菜摂取量は、男性305g(前回調査時より40g増)・女性296g(同じく30g増)でした。

健康日本21による野菜の目標摂取量は350gです。みなさんは野菜をたっぷり摂れていますか？

350gというと、サラダや、野菜が主材料の小鉢が5皿程度です。かさが多く食べにくい場合は、加熱するとかさが小さくなり食べやすくなります。

野菜にはビタミンや食物繊維が豊富に含まれています。特に、淡色野菜にはビタミンCや食物繊維が多く、緑黄色野菜にはがんを予防する働きのあるβ-カロテンが豊富です。

冬場は大根や白菜などの淡色野菜が美味しく、食卓にも多く出るとおもいますが、緑黄色野菜も組み合わせ、いろいろな野菜をたっぷりと摂り、寒い冬を乗り切りましょう！

問合せ：健康推進課 健康増進係 ☎44-1111  
(内線1141・1145・1146)

## 脳ドック

### 脳ドック検診追加募集

平川市国民健康保険では、脳および脳血管疾患の早期発見・予防を目的に、脳ドック検診を実施しています。受診者の定員まで若干の余裕があるため、次のとおり追加募集します。

対象者	30歳～67歳(昭25.1.1生～昭62.12.31生)までの平川市国保被保険者で、脳ドック申込時および検査実施日において、国保の資格がある方 ※昨年度平川市国保の脳ドックを受診された方は受診できません。 ※検査実施日に国保の資格がないことがわかった場合は、当市で負担した検査費用を返還していただきます。
申込開始日時	1月22日(月)～ 受付8時15分～17時 ※定員になり次第受付を終了しますので、お早めにお申し込みください。
検査実施日	3月の月・火・金曜日のうち、空きがあり受診できる日
検査場所	黒石市国民健康保険 黒石病院
検査内容	MRI検査・CT検査・血液検査・血圧測定・脈波図検査・検尿
個人負担	7,000円(検査当日、病院にお支払いください)
その他	検査結果は、検査から約1か月後の送付となり、当市の保健師より電話や手紙または訪問で説明があります。

申込み・問合せ：国保年金課 国保係 ☎44-1111  
(内線1251・1252・1257)

## NEWS

# 今月の おしらせ



## 相談

### 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け、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。

#### 場所

税務課収納係(本庁舎2階)

#### 夜間窓口

1月26日(金) 17時～19時

#### 休日窓口

1月28日(日) 8時30分～17時

問合せ 税務課収納係



## 催し

### 第23回古典入門講座

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17日(土)

後期: 2月24日(土)

13時30分～15時30分

場所 文化センター2階 中研修室

テーマ 「中国唐代の伝奇小説～不思議なStory～」

講師 浅瀬石久仁子氏

参加料 無料

#### 募集定員

30名(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10日(土)

申込み・問合せ

▷平賀図書館 ☎44-7665

▷尾上図書館 ☎57-5980

### 青少年健全育成市民大会

青少年育成平川市民会議では、子どもたちの成長を願い、また、子どもたちを健全に育成できる地域づくりをめざして、青少年健全育成市民大会を開催します。

どなたでも参加できますので、皆さまのご来場をお待ちしております。

日時 2月18日(日) 8時50分～12時

場所 生涯学習センター多目的ホール

#### 内容

①市内中高校生8名による青少年の主張

②コミュニティ活動などの事例発表

③講演「地域づくりは自分おこしから」  
津軽地吹雪会代表 角田周氏

問合せ 青少年育成平川市民会議事務局  
(生涯学習課内) ☎44-1221

### 小学生アルペンスキー教室

対象者 市内在住の小学生

日時 2月10日(土) 開講式9時30分

場所 大鱈温泉スキー場

#### 出発・到着時間

##### 1号車

8時10分 B&G尾上体育館出発

9時10分 大鱈スキー場到着

15時00分 大鱈スキー場出発(帰り)

15時50分 B&G尾上体育館到着

##### 2号車

8時30分 平賀プール出発

9時10分 大鱈スキー場到着

15時00分 大鱈スキー場出発(帰り)

15時40分 平賀プール到着

※現地集合(直接スキー場へ集合)の場合は9時までに2階食堂へお越しください。

#### 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になります。

募集人員 50名

※申込人数が20人以下の場合は中止といたします。

#### 申込方法

必ず電話予約をしてから、平賀屋内温水プールで申し込みをしてください(FAX・郵送での申し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16日(火)～1月27日(土)  
10時～21時

※月曜日は休館です。

#### 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欠席の場合は前日までに平賀屋内温水プールまでご連絡ください。

#### その他

バスでの移動となります。出発場所は、B&G尾上体育館・平賀屋内温水プールのいずれかを申込時に選べます。

※現地集合(直接スキー場へ集合)も可能です。

申込み・問合せ 平賀屋内温水プール

☎43-0665

### 平川市ダンス演技発表会

ダンスパフォーマンスでつなぐ交流の絆をコンセプトに、年代、ジャンルの異なるチームが一同に集い、ダンス演技発表会を開催します。ふるってご参加ください。

参加資格 1チーム2名以上(演技時間6分以内、年齢不問)

#### ジャンル

ヒップホップ、ブレイクダンス、ジャズダンス、フリースタイル 他

日時 2月25日(日) 開場12時

開演13時～16時30分(予定)

場所 文化センター

参加 無料

※保険は各自加入してください。

観覧 無料

申込方法 NPO法人平川市体育協会HPより申込書をダウンロードし、FAXまたはメールにてお申し込みください。

申込締切 1月27日(土)

申込み・問合せ 平賀体育館 ☎44-5010

### 冬季スポーツ交流会 ソフトバレーボール大会

日時 2月12日(月)

受付 8時30分

開会式 9時00分

場所 平賀体育館

参加料 無料

参加資格 スポーツ愛好者の方

#### チーム構成

1チーム8名以内(監督は選手を兼ねる事ができる)

登録できるのは小学生以上です。

※小学生だけの登録は不可です。

募集数 先着18チーム

**申込方法** 平賀体育館窓口受付にて備え付けの申込用紙に記入のうえ直接申し込みください。電話・FAX・メール・郵送では受け付けできません。

**申込期間** 1月16日(火)～2月9日(金)  
9時～21時

※月曜日は休館日となります。

**問合せ** 平賀体育館 ☎44-5010

## 柏農「鉢花展及び加工品販売会」

生徒たちが栽培した鉢花(ラン他)および加工品や米を販売します。

**日時** 2月8日(木) 9時～15時

**場所** 柏農草花温室

**問合せ** 柏木農業高校 ☎44-3015



## お知らせ

### ひらかわ健康ポイント対象事業 健康講座「高血糖改善塾」

今回は「食事」と「糖尿病のお薬」についてのお話です。

糖尿病のお薬には様々な特徴をもつものが数多くあります。

高血糖を改善するために重要な「食事」と「糖尿病のお薬」について一緒に学んでみませんか？

**日程・内容**

〈1回目〉

**日時** 2月6日(火) 13時30分～15時

**内容**

自分に合った主食(ご飯・パン・麺類など)の量を知ろう！

※電卓をご持参ください。

いつも食べている一食分の主食をお持ちいただければ測定します。

〈2回目〉

**日時** 2月14日(水) 13時30分～15時

**内容**

血糖値をあげにくい食べ方と間食など

**講師** 1・2回目ともに市管理栄養士

〈3回目〉

**日時** 2月22日(木)

13時30分～14時30分

**内容** 糖尿病のお薬の話

**講師** 今村クリニック 今村憲市 院長

※糖尿病の治療をされている方はお薬手帳などをお持ちになって、自分の薬の特徴を知りましょう。

**場所** 健康センター 会議室

**参加料** 無料

**申込締切** 2月2日(金)

※土・日曜日、祝日を除きます。

**申込み・問合せ** 健康推進課健康増進係

## topic 国民年金

### 国民年金保険料の割引について

国民年金保険料のお支払いには、一定期間まとめて納付(前納)することによる割引があります。納付方法には、納付書(現金)納付のほか、口座振替があります。

○「早割」による割引(口座振替のみの取り扱いです)

当月保険料の口座振替日は通常翌月末日ですが、当月末日に振替すると月額50円の割引となります。

○「前納」による割引

6カ月分・1年分・2年分をまとめて納付「前納」することにより、保険料が割引されます。

#### ●口座振替の保険料比較(平成29年度の保険料額)

振替方法	1年分の保険料	1年分の割引額	口座振替日
毎月払い (納付書払い、口座振替ともに)	197,880円 (16,490円×12回)	割引なし	翌月末日
毎月「早割」	197,280円 (16,440円×12回)	600円割引	当月末日
6カ月前納	195,640円 (97,820円×2回)	2,240円割引 (1,120円×2回)	4月・10月末日
1年前納	193,730円	4,150円割引	4月末日
2年前納	378,320円	15,640円割引 (2年分の割引額)	4月末日

※月末が休日の場合は、翌営業日に口座振替されます。

※上記の保険料額は、平成29年度の額となります。平成30年度分の前納保険料額は、平成30年2月に決定される予定です。

〈申込方法〉

年金手帳、預金通帳、金融機関届出印をご用意の上、各金融機関または国保年金課までお申し込みください。「6カ月前納、1年前納および2年前納」をご希望の場合は、2月末日までにお申し込みください。

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。

問合せ：国保年金課 年金係 ☎44-1111 (内線 1255・1256)

## 水道水に濁りがあつたときは

平川市水道部では、市民の皆様へ安心・安全な水を提供するため務めています。近年、水道管の経年劣化の影響から、水道管工事や火災時の消火活動(消火栓の使用)により水道水が濁る場合があります。

「赤い水が出た場合」

水道管内の流れが変わり、錆がとれることで発生する場合があります。赤い水が発生した場合は飲用を控えてください。

「白い水が出た場合」

水道管内に空気が入り込むことにより発生する場合があります。

「対策」

蛇口からしばらく放流してください。それでもきれいにならない場合は、上下

水道課に連絡してください。

問合せ 上下水道課工務係

## 空家等を所有・管理する皆様へ 落雪などにご注意ください

空家等は個人等の財産であるため、その所有者等は、適切な管理を行う責任があります。

積雪により空家等が倒壊したり、空家等からの落雪により、近隣の家屋や歩行者等に被害を及ぼした場合、損害賠償などの管理責任を問われることがあります。

空家等の所有者等の方は、定期的に点検や雪下ろしを行うなどして、積雪による倒壊を未然に防止するとともに、落雪による周辺への被害を発生させないよう適切な対応をしましょう。

問合せ 都市計画課建築係

### 障がい(児)福祉計画(案)の パブリックコメントを実施します

市では、障がい者(児)の地域生活を支援するため、第5期平川市障がい福祉計画および第1期平川市障がい児福祉計画の策定を進めています。

策定にあたって、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

1月29日(月)～2月28日(水)

#### 閲覧方法

- ①市ホームページ
- ②本庁舎総務課
- ③健康センター福祉課
- ④尾上総合支所市民生活課
- ⑤碓ヶ関総合支所市民生活課
- ⑥葛川支所

※②～⑥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提出してください。

#### ①郵便

〒036-0104 平川市柏木町藤山16番地1  
健康福祉部福祉課障がい支援係 宛て  
(2月28日(水)必着)

#### ②電子メール

fukushi@city.hirakawa.lg.jp

#### ③ファクシミリ 44-0068

#### ④健康センター福祉課窓口へ持参 意見提出の際のご注意

- ①電話などでの口頭のご意見はお受けできません。
- ②記入漏れがある場合は受け付けできません。
- ③お寄せいただいたご意見について個別回答はできません。

#### 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 福祉課障がい支援係

### 赤十字の活動資金にご協力を

日本赤十字社青森県支部では、2月1日より、県下一斉に「赤十字を支えるあなたのちから」をスローガンに赤十字会員(社員)増強・活動資金増収運動を実施します。

今回の募集運動より、ご支援いただいております方々の名称が変更になります。これまで2千円以上のご支援いただいております「特別社員」が、「会員」となり、2千円未満のご支援者の「普通社員」が、「協会員」と変更になります。

また、これまで「社費」と呼ばれていた赤十字活動資金の名称が「会費」に改められます。

同社では、災害救護活動のほか、地域などで福祉活動を推進する赤十字奉仕団の育成、子どもたちの心を育む青少年赤十字の育成など、多岐にわたる活動を行っています。

赤十字の様々な活動は、皆さまから寄せられる善意によって支えられておりますので、「赤十字活動資金(会費・寄付金)」へのご協力をお願いいたします。

#### 問合せ

▷福祉課福祉総務係

▷日本赤十字社青森県支部組織振興課

☎017-722-2011

### 保育園等入所申込について

4月から新たに入所を希望される方の申込期限(1回目)が1月31日(水)までとなっています。

定員に余剰のある保育園などについては2月以降も受付しますが、1回目の受付で希望施設が定員に達する場合がありますので、早めにお申し込みください。

#### 受付期限

1回目 1月31日(水)

2回目 2月28日(水)

※いずれも土・日曜日、祝日を除きます。

問合せ 子育て支援課子育て支援係

### 婦人科検診無料クーポン券 有効期限のおしらせ

市では女性特有のがん検診推進事業として、一定の年齢に達した女性に対し『子宮頸がん及び乳がん検診無料クーポン券』を昨年8月に郵送しました。有効期限が近づいていますので、早めに指定の医療機関で検診を受けましょう(無料クーポン券で受診の場合、「証明書」は不要です)。

#### 有効期限 2月28日(水)

無料クーポン券を紛失された場合は再発行いたしますのでお問い合わせください。

また、検診の内容については16ページをご覧ください。

申込み・問合せ 健康推進課健康増進係

### 青森県特定(産業別)最低賃金 改正のおしらせ

青森県特定(産業別)最低賃金が改正されました。金額は次のとおりです。

- ①鉄鋼業 時間額 855円
- ②電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業 時間額 785円
- ③各種商品小売業 時間額 777円
- ④自動車小売業 時間額 817円

有料広告

【貴金属&時計】  
オール  
**20~50%OFF**  
厄払いに、卒業式や入学式  
二十歳の記念に  
天賞堂のボールは売れるから  
良いものが本当に安い!!

最高品質本真珠2点セット  
(N・Eg:7.0~7.5mm)  
¥79,800~(税別)

弘前市代官町通り  
TEL. 0172-33-5016

有料広告

地球にやさしい  
情報化社会  
をめざして

since 1965

TEL 017-761-5303  
FAX 017-761-5311

株式会社 青森電子計算センター  
〒038-0031 青森市大字三内丸山393番地270

詳細は、青森県労働局ホームページからもご覧になれます。

問合せ 青森県労働局労働基準部賃金室  
☎017-734-4114

### 平成29年分確定申告書作成会場をご利用される方へ

黒石税務署の申告書作成会場は、黒石税務署1階会議室です。

開設期間 2月16日(金)～3月15日(木)  
※土、日曜日を除きます。

会場開設前は、申告書作成会場を設置していません。少ない職員での対応となり、長時間お待ちいただく場合がございますので、会場開設期間中にお越しくください。

開設時間 9時～17時

※申告書の作成に1時間以上要する場合がありますので、16時前のご来場にご協力願います。

問合せ 黒石税務署 ☎52-4111

※1月17日から3月15日の期間は、自動音声案内で「0」番を、それ以外の期間は「1」番を選択してください。「電話相談センター」につながります。

### 甲種防火管理新規講習 該当する施設は受講を！

日時 2月22日(木)・23日(金)  
10時～16時(2日間の受講必要)

場所 弘前市賀田一丁目18番地4  
岩木文化センター「あそべる」

申込期間 2月5日(月)～2月11日(日)

弘前消防本部予防課が最寄りの消防署・分署で受付します。なお、申し込み受付期間内であっても定員(150人)になり次第、受付を終了します。

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

### 農業経営収入保険がはじまります！

収入保険が、平成31年からスタートします。これまでの農業共済は、品目が限定され、価格低下による収入減は対象外でしたが、新しく導入される収入保険では、保険料の農家負担掛金率は1%程度で、加入方法によっては、農家ごとの平均収入の8割以上の収入を確保することができます。

※掛金率は現時点の試算であり、今後、危険段階ごとに定めます。

米、野菜、果樹、たばこ、茶、しいたけ、はちみつなど、農産物ならどんな品目でも対象になります！

※マルキンなどの対象である肉用牛、肉用子牛、肉豚および鶏卵は対象外です。

加入対象者は、青色申告を行っている農業者で、加入申請時に1年分の実績があれば加入することができます(簡易な方式でも可)。

加入条件や補償内容など詳しいことは、ひろさき広域農業共済組合にお問い合わせください。

問合せ

ひろさき広域農業共済組合 ☎28-5700  
Eメール nosaihr-somu@eco.ocn.ne.jp

### エコスイーツクッキング教室

残りがちなシリアル食品と牛乳パックの型紙を使って、スイーツを作ってみませんか？

日時 2月10日(土) 9時30分～12時  
場所 弘前地区環境整備センタープラザ棟

講師 プラザ棟職員

募集定員 15人(小学生以下の参加は保護者の同伴が必要)

参加料 無料

持参する物

エプロン、ティースプーン、板チョコレート1枚、空の牛乳パック1個

申込開始 1月28日(日) 9時～

※月曜日は休館日です。月曜日が祝日の場合は翌日が休館日となります。

※お申し込みの際は電話でお申し込みください(受付時間9時～16時)。

申込み・問合せ

弘前地区環境整備センタープラザ棟  
☎36-3388

### ひらかわ検定に チャレンジしてみませんか？

市観光協会では、平川市に関する歴史、文化、観光などの知識を問う「ひらかわ検定」を実施します。

また、ひらかわ検定初級編の受験者を対象に「ひらかわ検定初級編集中講座」も実施します。無料でどなたでも受講できますので、お気軽にお申し込みください。

ひらかわ検定(初級・中級)

日時 3月4日(日)

時間 9時30分～11時

場所 生涯学習センター

ひらかわ検定初級編集中講座

日時 2月18日(日)

時間 10時～11時30分

場所 生涯学習センター

共通事項

申込締切 2月16日(金)

申込方法

チラシ裏面の申込用紙に必要事項を記入して持参またはFAXかメールにてお申し込みください。

※中級を受験できるのは初級合格者のみです。検定の詳細は市観光協会ホームページをご覧ください。

申込み・問合せ (一社)平川市観光協会  
☎40-2231 FAX40-2232

Eメール hikankou@jomon.ne.jp

有料広告

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。



### 広報ひらかわに広告を掲載しませんか？

発行日 毎月15日(発行日が休日の場合は前後の平日)

発行部数 11,200部/月

掲載料 縦44mm×横84mm カラー 20,000円

白黒 15,000円

縦44mm×横179mm カラー 40,000円

白黒 30,000円

※詳細につきましては市ホームページをご覧ください。

問合せ 総務課広報広聴係 ☎44-1111 (内線1353)



検診のおしらせ

■問合せ 健康推進課健康増進係

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)

※今年度20歳、40歳になる方も対象。

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」が必要です。	

- 市の子宮頸がん・乳がん検診は2年に1回の受診となっていますので、平成28年度受診された方は今年度の受診をお断りさせていただいております。
- 無料クーポン券の有効期限が近づいています。詳しくは14ページをご覧ください。



母子・献血のおしらせ

■問合せ 健康推進課母子保健係

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。

時間	持ち物
8時15分 ～17時	<ul style="list-style-type: none"> <li>・妊娠届出書 (医療機関から発行)</li> <li>・妊娠連絡票 (県内の医療機関を受診した方のみ)</li> <li>・保険証 (国保の場合のみ)</li> <li>・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)</li> </ul>

※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。



献血のおしらせ

1月の献血バスの巡回は1月23日(火)です。詳しくは広報ひらかわ12月号をご覧ください。また、2月は献血バスの巡回はありません。

弘前献血ルームCoCoSAでは、毎日献血を実施しています。

問合せ 弘前献血ルームCoCoSA  
☎0120-768-489

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。

乳幼児健康診査・子育て広場

■場所 健康センター

種別	対象	実施日	受付時間	持ち物
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	2月15日(木)	10:00～11:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>・母子健康手帳</li> <li>・バスタオル</li> <li>・小皿、スプーン (離乳食を試食する方)</li> <li>・筆記用具</li> </ul>
パパママ教室	妊娠中、子育て中の方など	2月15日(木)	18:00～18:30	
4か月児健診	平成29年10月生まれ	2月20日(火)	12:20～12:40	<ul style="list-style-type: none"> <li>・母子健康手帳</li> <li>・バスタオル</li> <li>・健康診査問診票</li> <li>・尿 (3歳児のみ)</li> </ul>
1歳児健診	平成29年2月生まれ	2月7日(水)	12:10～12:30	
1歳6か月児健診	平成28年7月生まれ	2月21日(水)	12:20～12:40	
3歳児健診	平成26年7月生まれ	2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。

■ひらかわ健康ポイント参加賞引き換え実施中！！

今年度、30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き換えができ、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き換えが未済の方は最寄りの窓口へポイントカードを提出し参加賞と引き換えをしましょう (1人1回限り)。

<対象の健康づくり項目>

- A がん検診を受診する 1ポイント (各種それぞれ1ポイント)※
- B 健康診査を受診する 2ポイント (上限2ポイント)※
- C 健康づくり関連事業に参加 1ポイント (1事業それぞれ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)

※AとBはどちらかが必須です。

<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提出してください。

申込締切 2月20日(火)

申込場所 健康センター、尾上・碓ヶ関総合支所、葛川支所

詳細は窓口へ備え付けのチラシをご覧ください。



健康づくりに  
ぜひご参加ください！

問合せ：健康推進課 健康増進係





## 介護予防教室 ■対象 65歳以上の方

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
2月7日(水)、2月14日(水) 2月21日(水)、2月28日(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
2月8日(木)、2月22日(木)	10:00～11:30	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
2月6日(火)、2月20日(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
2月13日(火)、2月27日(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
2月3日(土)、2月17日(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

## 介護予防教室「元気いっぱいてんとうむし体操教室」 ■対象 東部地区にお住いの高齢者の方

東部地区を対象に体操教室が開催されます。冬期間限定3か月の教室です。

実施日	時間	場所	申込先
2月12日(月)、2月26日(月)	14:00～15:30	旧葛川保育所	平賀在宅介護支援センター ☎44-6116 デイサービスセンター寿逢 ☎59-7020

## 体力アップ運動教室 ■対象 65歳以上の方で、介護認定のない方、運動制限のない方

「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
2月6日(火)、2月20日(火)	14:00～15:00	平賀体育館	平賀体育館
2月7日(水)、2月21日(水)	14:00～15:00	B & G尾上体育館	☎44-5010

## 相談・サロン・その他

### ✧ と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。

日時・場所

2月7日(水) 健康センター相談室②

2月21日(水) 尾上地域福祉センター

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になります。

申込み・問合せ 福祉課障がい支援係

### ✧ 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。

対象 市内にお住いの方

日時 2月14日(水)、3月14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

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 1月23日(火)、2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

問合せ 健康推進課健康増進係

### ✧ とんぼの会

精神疾患治療中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 2月13日(火) 10時～12時

※毎月第2火曜日予定

内容 学習会

講師 障がい者生活支援センターすみれ

川村所長

場所 健康センターふれあい交流室

※日程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

### ■ 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
ウイルス型肝炎検査	2月7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7日(水)	13:00～14:00
	2月21日(水)	17:30～18:30
女性健康相談	1月24日(水)	13:00～13:30
精神保健福祉相談(予約制)	2月8日(木)	13:00～14:00
	2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

# 戸籍 だより

## 12月中届出分

※順不同、敬称略。平川市に届け出し、希望者のみ掲載しています。

12月末現在の人口と世帯数 ※()は前月比。

■人口 31,708人(-21) ■男性 14,780人 ■女性 16,928人  
■世帯数 11,860世帯(-3) ■転入 46人 ■転出 50人

### こんにちは赤ちゃん

柏木町 理愛ちゃん 鶴賀隼人  
荒田 亜樹くん 古川浩之  
大光寺 明冴ちゃん 檜山真弓  
松館 楓花ちゃん 盛裕樹  
本町 結叶くん 岩渕昭人  
沖館 心菜ちゃん 田中悠太  
唐竹 彩千華ちゃん 武田博克  
町居 鳳心くん 葛西正憲  
光城 椿くん 石山明祐  
南田中 柚ちゃん 工藤隆将  
猿賀 蓮くん 清藤典之  
中佐渡 茉莉ちゃん 谷澤一樹  
碓ヶ関 松蔭くん 櫻庭拓也

光城 兼平晃義 広船 石山 富雄 81  
青森市 對馬勝美 広船 外川 陽子 75  
弘前市 石井健太 尾崎 小田桐 金右衛門 88  
猿賀 葛西麻梨子 平田森 古川 善一郎 85  
碓ヶ関 工藤浩正 金屋 松田 裕 79  
台湾 葉怡紋 南田中 葛西 満義 63  
古懸 佐々木 亮 高木 船越 順子 84  
弘前市 貴田陽子 新屋町 山口 徹哉 60

### お悔やみ申し上げます

大坊 齋藤 徳進 88 碓ヶ関 横山 実 60  
原田 岩渕 きぬゑ 93 碓ヶ関 柴田 弘子 79  
小和森 葛西 きさ 87 碓ヶ関 小中 達雄 81  
館田 奈良 ミサヨ 82 碓ヶ関 柴田 義男 86  
館山 對馬 ヤエ 87 碓ヶ関 吉岡 すゑ 92  
館山 對馬 たみ 98 古懸 工藤 政明 81  
苗生松 小林 慶憲 65  
唐竹 相馬 武光 81  
唐竹 原田 恵美 85

### 結婚おめでとう

苗生松 鈴木 賢太  
高木 西谷 明日香  
本町 松井 隆敏  
上北郡六ヶ所村 高村 香瑚  
尾崎 中嶋 仁耶  
弘前市 小嶋 麻子  
黒石市 村岡 宗徳  
尾崎 長内 奈々

### お詫びと訂正

広報ひらかわ 12月号の戸籍だより「こんにちは赤ちゃん」の掲載内容に一部誤りがありましたので訂正します。

関係者の皆さまにご迷惑をおかけいたしましたことを、深くお詫び申し上げます。

【誤】新屋 奏端くん 丹代 端樹  
【正】新屋 奏瑞くん 丹代 瑞樹

### 12月の交通事故件数

■交通事故 9件 (負傷者11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 3件 ■その他 16件

### 1月の納期

納期限：1月31日(水)

- ・国民健康保険税 第7期
- ・介護保険料 第7期
- ・後期高齢者医療保険料 第7期

### 寄附を頂きました

1月5日 外川三千雄さん (小和森)  
現金50万円 (図書購入費のため)

外川三千雄さん (写真右) から「子どもたちのために  
役立ててほしい」と長尾市長に目録が手渡されました。



so CUTE!

# HAPPY BIRTHDAY!

## 1月で1歳になる 我が家のアイドル



ひらい そう  
**平井 奏くん**  
H29年1月19日(柏木町)  
3人の姉に囲まれる甘  
えん坊の長男です。



のざわ たいが  
**野澤 大翔くん**  
H29年1月27日(南田)  
元気にすくすく育っ  
てね!!!



すぎた いおり  
**杉田 偉皇俐くん**  
H29年1月30日(大光寺)  
いつも明るく元気な子!  
笑顔に癒される♡



くわた うた  
**桑田 詩ちゃん**  
H29年1月14日(唐竹)  
はじめてのお誕生日お  
めでとう☆



### 「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さまに案内をお出しし、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。

### スマートフォンで「広報ひらかわ」をチェックしよう!

市では、より多くの皆さんに「広報ひらかわ」の情報を届けるために、スマートフォン用アプリ「マチイロ」を導入しています。このアプリを使うと「広報ひらかわ」をいつでもどこでも読むことができます。ぜひご利用ください。

#### 「マチイロ」の主な特徴

- ・最新号が発行されると、アプリにお知らせが届きます。
- ・ページめくりや拡大縮小なども簡単にできるほか、範囲を指定して画像を保存したり、メールへの添付、SNS サービスへの投稿が可能です。

#### 「マチイロ」の導入方法

アプリストアで「マチイロ」を検索するか、右の QR コードを読み取ることでダウンロードできます。

問合せ：総務課 広報広聴係 ☎44-1111 (内線 1353)



とっても  
便利♪



1月28日

は  
平川市長選挙の投票日です

選挙の当日は、指定投票所または共通投票所で投票することができます。

私たちの声を市政に反映させるための大切な選挙です。  
忘れずに投票しましょう。

指定投票所

指定投票所は、選挙の当日、投票区ごとにあらかじめ指定された投票所です。皆さまが投票できる指定投票所は下記のとおりですが、投票所入場券封筒の表面および投票所入場券にも記載していますので、ご確認のうえ投票所へお越しください。

投票区	投票所の名称	投票時間
第1投票区	平川市食産業振興センター（文化センターとなり）	7時～20時
第2投票区	大光寺コミュニティセンター	
第3投票区	平賀農村婦人の家	
第4投票区	館田地区農業推進拠点施設	
第5投票区	大坊コミュニティセンター	
第6投票区	平川市立柏木小学校（体育館）	
第7投票区	沖館地区産地機能増進人材養成施設（鳥海会館）	
第8投票区	唐竹多目的集会所	
第9投票区	広船地区構造改善センター	
第10投票区	平賀地区農村交流活性化施設（飛鳥会館）	
第11投票区	尾崎多目的研修集会所	7時～19時
第12投票区	新屋多目的集会所	
第13投票区	小国コミュニティセンター	
第14投票区	平川市葛川支所	7時～20時
第15投票区	金屋地区多目的研修施設	
第16投票区	南田中ふれあいセンター	
第17投票区	平川市商工会尾上支所	
第18投票区	さるか交流館	
第19投票区	八幡崎地区農業研修センター	
第20投票区	日沼地区コミュニティ施設	
第21投票区	平川市碓ヶ関総合支所	
第22投票区	平川市古懸地区公民館	7時～19時
第23投票区	平川市久吉地区公民館	

共通投票所

共通投票所は、選挙の当日、指定投票所とは別に、平川市の有権者であれば誰でも投票できる投票所です。有権者の皆さまのご都合に合わせて、指定投票所または共通投票所いずれか1か所で投票することができます。

設置場所	設置日	投票時間
イオンタウン平賀	1月28日(日)	9時～20時

期日前投票

投票日当日、仕事や冠婚葬祭、買い物や旅行などで投票所へ来ることができない場合は、次の場所で期日前投票することができます。

投票場所	設置日	投票時間
市役所本庁舎 1階会議室	1月22日(月) ～	8時30分～20時
尾上総合支所 1階会議室		8時30分～18時
碓ヶ関総合支所 1階ロビー	1月27日(土)	10時～19時
イオンタウン平賀	1月23日(火)・24日(水)	9時～16時
葛川支所		9時～16時
温川地区多目的集会所 (温川地区、大木平地区の方)	1月27日(土)	8時30分～15時

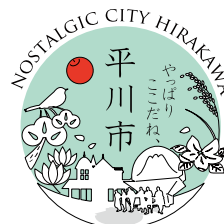
今月の表紙  
Cover of this month

1月1日、新山地区で五穀豊穡や家内安全などを願い、恒例の裸参りが行われました。  
突き刺すような寒さの中、細繩の冠と締め込み姿の男衆7人が新山地区担い手センターから天満宮までの道のりを「ヤーヤドー」と威勢の良い掛け声を響かせながら練り歩き、約40kgの年縄を奉納しました。

広報ひらかわ No.145  
2018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 <http://www.city.hirakawa.lg.jp/>

広報ひらかわは、11,200部作成し、印刷経費は1部あたり24円です。



QRコード

