

広報
No.178

ひらかわ
HIRAKAWA

2020
10

中秋の名月 の舞う。

今月のPICK UP

- 9 次世代に伝えたい！我が家のおばあちゃんの味 おばあちゃんのレシピ
- 20 図書館司書 佐藤さんが選ぶ！
今だからこそ、読んでほしい本



今年も「にぐ」を楽しみました！

津軽ひらかわにぐ FESTIVAL2020

9月20日、猿賀公園のさるか荘前広場で「津軽ひらかわにぐ FESTIVAL2020」が開催されました。市内の精肉店のサガリやホルモンを使ったBBQのほか、八幡崎ねぶた同志会によるねぶたの特別展示や囃子方傾聴会の囃子演奏、地元アーティストによるライブなど、様々なイベントが行われ、参加した方々は笑顔でコンロを囲みながら、にぐを味わっていました。

公共ホール音楽活性化事業「おんかつ」

市内小中学校で演奏交流会を開催

今年度は浜まゆみさん（マリンバ）と新居由佳梨さん（ピアノ）をお招きし、9月23～25日にかけて市内小中学校で演奏交流会が開催され、楽曲演奏や楽器の解説、音楽に合わせて身体を動かすボディパーカッションなどが行われました。生徒たちは身を乗り出して演奏に見入ったり、音楽に合わせて体を動かしたりして音楽の楽しさに触れていました。また、26日には文化センターで「マリンバ・ピアノデュオコンサート」も開催され、多くの観客を魅了しました。



みんなで音楽を楽しみました♪

ひらかわミュージックフェスティバル



9月20日、今年で3回目となる「ひらかわミュージックフェスティバル」が開催されました。会場となった中央公園のステージでは11組が演奏などを披露し、園内にはクラフトや飲食の出店が並んでいました。会場を訪れた方は秋晴れに恵まれた天気の中、音楽に聴き入ったり、出店に立ち寄りたりと、思い思いの様子で楽しんでいました。

新しい交通手段としてご活用ください！

バスの実証運行を開始

市内の東部地区と市中心部とを結ぶ交通手段として、市で実施するバスの実証運行が始まりました。初めての運行となった10月2日には、早速市中心部の店舗での買い物に利用する方の姿が見られました。月曜日と水曜日、金曜日の週3日運行するもので、一部の停留所からの利用の際には事前予約が必要となります。このバスは令和3年9月30日まで運行されます。



新本庁舎建設工事が 始まりました！



工 期…令和2年9月19日～令和4年7月31日
 工事時間…8:00～17:00（原則）
 ※工事準備、後片付けの時間は含んでいません。
 施工業者…清水建設株式会社 東北支店

■建築概要

《本庁舎棟》

建築面積：2,687.08㎡
 延べ面積：8,104.35㎡
 構造・規模：鉄骨造・地上4階建
 基礎形式：直接基礎（免震構造）
 建物の高さ：22.3m
 耐火性能：耐火建築物
 駐車台数：287台
 駐輪台数：50台

《公用車車庫棟》

建築面積：882.35㎡
 延べ面積：1,759.56㎡
 構造・規模：鉄骨造・地上2階建
 基礎形式：直接基礎（耐震構造）
 建物の高さ：7.6m
 耐火性能：準耐火建築物
 駐車台数：34台

■今後のスケジュール

	令和 2年度	令和 3年度	令和 4年度	令和 5年度
新本庁舎 建設工事	▶			
新本庁舎へ 引っ越し			■	
現庁舎 解体工事			▶	
外構工事				▶



来庁者用の駐車場が 変更になりました！

新本庁舎建設工事に伴い左記位置図のとおりとなりますのでご協力をお願いします。
 また、工事現場には工事車両が入り出します。現場入口付近に警備員を配置していますので誘導に従い安全に通行してくださいようお願いいたします。

※資源物回収ステーションは健康センター敷地内へ移動しました。

工事期間中は市民の皆さまにはご不便をおかけしますが、安全に十分配慮し工事を進めますのでご理解とご協力をお願いします。

[問合せ] 施設建築課 施設建築第2係 ☎44-1111（内線 2236）

TOPICS 01

都市計画変更に関する説明会・公聴会を開催します

県と平川市では、弘前広域都市計画の区域マスタープランの変更に関する説明会・公聴会を次のとおり開催します。どなたでも参加できますので、直接会場へお越しください。

●説明会

日時：10月21日(水) 13:30～
場所：平川市文化センター 中研修室

●公聴会

日時：11月11日(水) 14:00～
場所：平川市文化センター 小研修室3・4

弘前広域都市計画の
区域マスタープランとは？

中南圏域の5市町村（弘前市、平川市、藤崎町、大鰐町、田舎館村）の行政区域の一部を対象とし、圏域の中心都市である弘前市を中心とした都市計画区域の整備や開発、保全の方針となるものです。



▶公述方法

公述（公聴会で意見を述べる）を希望する場合は、11月2日(月)までに青森県県土整備部都市計画課または平川市建設課まで申し出が必要です。公述の申し出がない場合は、公聴会の開催を中止します。公述申出書の様式は青森県ホームページまたは前述の申出先で配布しております。

▶変更案縦覧期間・場所

この変更案は、10月19日(月)から11月2日(月)まで青森県県土整備部都市計画課または平川市建設課でご覧いただけます（土日祝日を除く）。

[問合せ] ・青森県県土整備部 都市計画課 都市計画・景観グループ ☎017-734-9681（直通）
・平川市建設課都市計画係 ☎44-1111（内線2224）

TOPICS 02

事業者向けJPQR説明会・登録申込会

キャッシュレス決済サービスの導入をサポートします！

JPQRとは、キャッシュレス決済サービス各社が個別に発行しているQRコード（※1）を、1つのコードで対応可能にするための規格です。JPQRの導入により、事業者は複数の国内QR決済サービス各社と一度に契約ができ、QR決済利用者を取り込めるほか、マイナポイント事業（※2）への対応が可能になります。また、JPQRひとつで複数の決済サービスの利用ができるため、QR決済利用者にとっても利便性が高まります。

※1QRコードは㈱デンソーウェーブの登録商標です。

※2マイナポイント事業とは、消費の活性化やマイナンバーカードの普及促進を目的として、マイナンバーカードを取得して9月から令和3年3月の間にキャッシュレス決済で買い物などをすると、国が25%（最大5,000円分）のポイントを付与する事業です。

- 日時 11月17日(火) 14:00～15:30
- 場所 生涯学習センター2階 多目的ホール
(平川市猿賀南田15-1)
- 対象 平川市内の事業者
- 内容 コード決済の統一規格JPQRと申込方法の説明
- 定員 100人
- 申込方法 案内チラシに必要事項を記入し、11月10日(火)までにFAXまたはEメールで商工観光課へお申し込みください。電話での申し込みも可能です。
(案内チラシは市ホームページでダウンロードできます。詳細については市ホームページをご覧ください。)

●JPQRで利用可能な決済サービス

- ・atone
- ・WeChat Pay
- ・auPAY
- ・OKI Pay
- ・UnionPay
- ・commonney
- ・Jcoin
- ・d払い
- ・はま Pay
- ・FamiPay
- ・PayPay
- ・m Pay
- ・ほくほく Pay
- ・Money Tap
- ・ゆうちょ Pay
- ・YOKA! Pay
- ・LINE Pay
- ・楽天 Pay

※2020年9月時点

※注意事項

新型コロナウイルス感染症の感染防止の観点から、今後の感染状況に応じて、入場者数を制限したり開催を中止するなどの対応をとる場合があります。



[問合せ] 商工観光課 商工観光係
☎44-1111（内線2182）FAX 43-5005 【E-Mail】 shoukoukankou@city.hirakawa.lg.jp

TOPICS 03

「日本女性会議 2020 あいち刈谷」参加者募集

「日本女性会議」は、男女共同参画社会の実現をめざし、著名人による記念講演や「子育て」「グローバル」「女性の参画」など様々なテーマに沿った分科会が開催される会議です。市では、「日本女性会議」へ参加される市民の方を募集し、参加費を助成しますので、興味のある方、参加してみたいと思う方は下記までご連絡ください。

- 日時 11月13日(金)～15日(日)
- 参加方法 パソコン、タブレット、スマートフォンなどでオンライン視聴
- 募集人員 10人程度
(書類審査などによる選考を行います。)
- 申込期限 10月24日(土)



※今年度は新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響でオンラインでの開催となります。詳しくはホームページをご覧ください。(https://jwc2020aichikariya.jp/)

●主なプログラム

13日	10:30～	基調講演 コロナ禍とジェンダー
	13:00～	分科会セッション1 「高齢社会」「多文化共生」「DV」
	15:00～	分科会セッション2 「防災」「男性にとっての男女共同参画」
14日	10:00～	分科会セッション3 「ライフ・ワーク・バランス」「性の多様性」「女性が輝けば地域も輝く」「子ども・子育て」
	13:00～	記念講演 女性が社会を動かすとき～日本骨髄バンクのケースから～
	14:15～	記念シンポジウム スポーツから変える世界と未来
15日	10:00～	エキシビジョン (ミライク若者会議) U-40と考える “かけがえない”わたし”を生きる

[申込み・問合せ] 生涯学習課 社会教育係 ☎44-1221

TOPICS 04

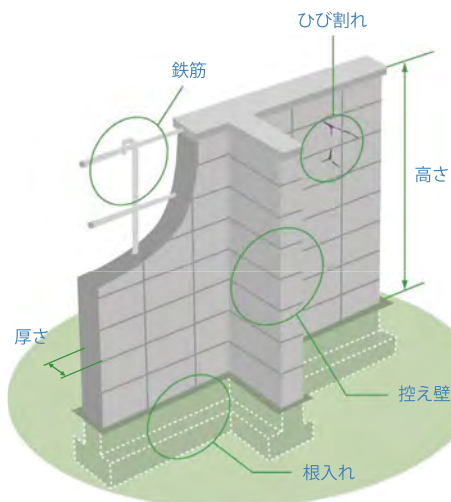
そのブロック塀、安全ですか？

平成30年6月18日の大阪府北部を震源とする地震により、ブロック塀が倒壊し、通行人への被害が発生しました。このような被害を防ぐためには、日ごろからの安全点検が重要になります。「ブロック塀の点検のチェックポイント」を参考に、ご自身が管理しているブロック塀の点検をお願いします。

点検の結果、危険性が確認された場合には、通行人への注意表示をし、すみやかな補修や撤去をお願いします。

ブロック塀の点検チェックポイント

国土交通省 HP より



出典：パンフレット「地震からわが家を守ろう」（一財）日本建築防災協会 2013.1より一部改

ブロック塀について、以下の項目を点検し、ひとつでも不適合があれば危険なので改善しましょう。

まず、外観で1～5をチェックし、ひとつでも不適合や分からないことがあれば、建築士などの専門家に相談しましょう。

- 1. 塀は高すぎないか
 - ・塀の高さは地盤から2.2m以下か。
- 2. 塀の厚さは十分か
 - ・塀の厚さは10cm以上か。
 - (塀の高さが2m超2.2m以下の場合は15cm以上)
- 3. 控え壁はあるか
(塀の高さが1.2m超の場合)
 - ・塀の長さが3.4m以下ごとに、塀の高さの1/5以上突出した控え壁があるか。
- 4. 基礎があるか
 - ・コンクリートの基礎があるか。
- 5. 塀は健全か
 - ・塀に傾き、ひび割れはないか。

<専門家に相談しましょう>

- 6. 塀に鉄筋が入っているか
 - ・塀の中に直径9mm以上の鉄筋が、縦横とも80cm間隔以下で配筋されており、縦筋は壁頂部・基礎の横筋に、横筋は縦筋にそれぞれかぎ掛けされているか。
 - ・基礎の根入れ深さは30cm以上か。(塀の高さが1.2m超の場合)

組構造(れんが造、石造、鉄筋のないブロック造)の塀の場合

- 1. 塀の高さは地盤から1.2m以下か。
 - 2. 塀の厚さは十分か。
 - 3. 塀の長さ4m以下ごとに、塀の厚さの1.5倍以上突出した控え壁があるか。
 - 4. 基礎があるか。
 - 5. 塀に傾き、ひび割れはないか。
- <専門家に相談しましょう>
- 6. 基礎の根入れ深さは20cm以上か。

[問合せ] 施設建築課 施設建築第1係 ☎44-1111 (内線2234)

TOPICS 05

脳ドックのおしらせ

平川市国民健康保険では、脳や脳血管疾患の早期発見と予防を目的として、脳ドック助成事業を実施しています。まだ定員に余裕がありますので、この機会にぜひ受診してみませんか？



対象者	30歳～67歳（昭和28年1月1日生～平成2年12月31日生）の平川市国保被保険者で、脳ドック申込み時と検査実施日に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。	
検査内容	頭部MRI、頸部血管超音波検査または頸部MRA検査、血圧測定、腹囲測定、血液学的検査、生化学的検査、尿検査	
自己負担	7,000円（検査実施日当日、医療機関にお支払いください。）	
実施医療機関	黒石市国民健康保険 黒石病院	弘前脳卒中・リハビリテーションセンター
実施期間	令和3年2月22日(月)まで	令和3年3月31日(水)まで
	※水曜日以外で定員に空きがある日（土日祝を除く）	
申込み方法	国保年金課 国保係へ 電話または窓口で受診予約をしてください。 ☎44-1111（内線1251）	弘前脳卒中・リハビリテーションセンター へ直接受診予約をしてください。 ☎28-8220
	※どちらの医療機関も、検査実施日の約1か月前までに申し込みが必要です。 ※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。	
その他	<ul style="list-style-type: none"> 検査実施日に国保の資格がないことが分かった場合は、当市で負担した検査費用を返還していただきます。 検査結果やその後の受診状況によっては、当市の保健師から連絡する場合があります。 新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、実施を中止または延期する場合がありますのでご了承ください。 	

【申込み・問合せ】 国保年金課 国保係 ☎44-1111（内線1251）

10月・11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、意見を伺う「まちづくり懇談会」を次の日程で開催します。ぜひ、ご近所お誘いあわせのうえご来場ください。

お願い

新型コロナウイルス感染症対策のため、参加される方はマスクの着用、発熱といった症状の有無などの体調の確認をお願いします。

皆さまのご参加お待ちしております！



地区名	開催場所	開催日
小国	小国コミュニティセンター	10月22日(木)
切明・葛川・平六 温川・井戸沢 大木平・一本木	克雪管理センター	10月29日(木)
古懸	古懸地区公民館	11月12日(木)
駅前・下町・仲町 おかりや・上町 高田・山の上・三笠 川向・いざよい	碓ヶ関公民館	11月26日(木)

※9月24日（蒲田・新山）、10月1日（尾上）の懇談会は延期となりました。開催日が決定し次第、改めてお知らせいたします。

◆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、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。

【問合せ】 総務課 広報広聴係 ☎44-1111（内線1353）

運転経歴証明書の交付手数料を 全額助成します

市では、高齢者のドライバーによる交通事故防止の一環で、運転免許を自主返納した際に交付を受けることができる「運転経歴証明書」の交付手数料（1,100円）を全額助成します。

運転を継続する意思がなく、少しでも運転に不安を感じている方は、この機会に運転免許の自主返納を考えてみませんか？



運転経歴証明書とは

運転経歴証明書とは、運転免許を自主返納した方が、過去に運転免許を保有していたという事実や受けていた免許の内容を証明するもので、顔写真付きで身分証明書として使用することができます。



また、支援協賛店に提示することで様々な支援を受けることができます。

助成対象となる方

運転免許を返納した時点で満65歳以上の平川市民

その他要件

- ・申請は運転経歴証明書を取得してから1年以内に限ります。
- ・助成は1人1回限りです。
- ・免許の期限切れによる失効は対象となりません。
- ・申請日時点で市税に滞納のある方は助成を受けられません。（申請時に、市税の納付確認に関する同意書をご提出いただきます。）

●申請場所

- ・市役所本庁舎3階 総務課消防防災係
- ・尾上総合支所 市民生活課総務係
- ・碓ヶ関総合支所 市民生活課総務係
- ・葛川支所

●申請に必要なもの

- ①助成金請求書
- ②運転経歴証明書の写し
- ③振込口座の分かるもの（助成対象者のもの）
- ④印鑑



※代理申請も可能です。

※請求書様式は、上記の申請場所に備え付けています。また、市ホームページからもダウンロードできますのでご利用ください。

[問合せ] 総務課 消防防災係 ☎44-1111（内線 1352）

Jアラートでの情報伝達訓練のお知らせ

放送日時 11月5日(木) 10:00頃

消防庁・気象庁では、全国瞬時警報システム（Jアラート）を利用した緊急地震速報の配信訓練を全国一斉に実施します。

この訓練に併せて、市内全域の防災無線スピーカーや公共施設などに設置される戸別受信機より、訓練用の緊急地震速報が自動的に放送されますが、訓練放送ですのでご注意ください。



●放送内容（予定）

（上り4音チャイム）

『こちらは、ほうさいひらかわです。ただいまから訓練放送を行います。』

（緊急地震速報チャイム音）

『緊急地震速報。大地震（おおじしん）です。大地震です。これは訓練放送です。』×3回

『こちらは、ほうさいひらかわです。これで訓練放送を終わります。』

（下り4音チャイム）

[問合せ] 総務課 消防防災係 ☎44-1111（内線 1352）

秋の火災予防運動

「その火事を 防ぐあなたに 金メダル」(令和2年度統一標語)

10月19日から25日までの1週間、県下一斉に「秋の火災予防運動」が実施されます。この季節は日増しに寒くなり、火を取り扱う機会が多くなります。ご自宅の住宅用火災警報器は正常に作動していますか? 尊い命や貴重な財産を守るため、いざという時に機能するか確認してみましょう。まだ取り付けていない人は早めの設置をお願いします。

また、次の「住宅防火 いのちを守る7つのポイント」を実行し、自分の家は自分で守るよう心掛けてください。

住宅防火 いのちを守る7つのポイント

◆3つの習慣

- ①寝たばこは絶対やめる。
- ②ストーブは燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ③ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。



◆4つの対策

- ①逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ②寝具や衣類、カーテンからの火災を防ぐため、防災品を使用する。
- ③火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する。
- ④お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

[問合せ] 弘前消防本部予防課 ☎32-5104 または、最寄りの消防署、分署へ

甲種防火管理再講習

～該当する施設は受講を!～

- ▶日時 11月25日(水)
10:00～12:00
- ▶場所 黒石消防署 2階大会議室
(黒石市追子野木1丁目576)
- ▶受講料 無料ですが事前に書店などでテキストの購入が必要です。
- ▶申込期間
10月26日(月)～11月6日(金)
※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、申込み受付期間内であっても定員(60人)になり次第、受付を終了します。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でも見ることができますのでご覧ください。

(<http://www.hirosakifd.jp/>)

[問合せ] 弘前消防本部予防課
☎32-5104

11月9日は「119番の日」です

火災や急病、けがや交通事故など目の前で災害が突然発生した場合は、誰でも気が動転し、興奮した状態になりがちです。一刻を争うときでも、「慌てず・落ち着いて・正確に」119番通報できるように、町会または勤務先などで実施する防災訓練の際に、通報訓練を積極的に行い、通報の仕方を身につけましょう。



■火災など災害の問合せ (災害情報テレホンガイド)

☎ 0180-991-995

※一部の携帯電話、PHSなど利用できない電話があります。

■夜間、休日の救急医療情報 (医療機関紹介)

☎ 32-3999

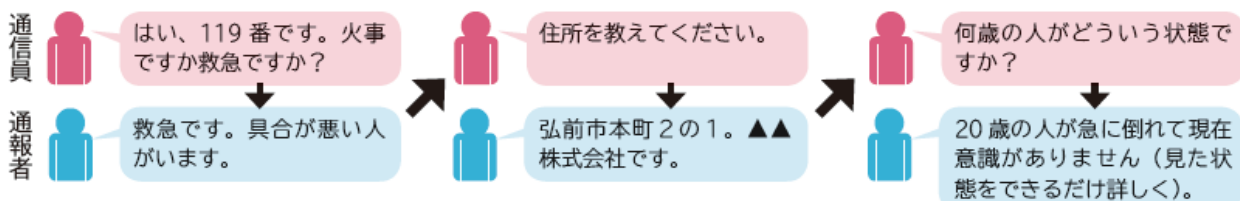
●119番通報のシステム

弘前地区消防事務組合管内から加入電話(一般・IP)や携帯・公衆電話などで通報すると消防本部通信指令課消防指令センター(弘前市大字本町)につながり、そこから災害現場に最も近い消防署に出動指令が出されます。

●119番は緊急電話です

119番は緊急通報専用の電話です。災害などの問い合わせや、夜間・休日の救急病院の問い合わせなどは、上記の情報ダイヤルへ電話してください。

119番通報の仕方 ～救急時の例～



救急だけでなく火災や救助も同じように、住所を正確に、また聞かれたことに対し内容を詳しく話してください。そうすることで、出動までがスムーズになり、現場へ到着するまでの時間を短縮できます。

※消防車または救急車は、住所が分かった時点で出動します。その後でさらに詳しい情報を聴取していますので「早く出せ!」などと興奮して怒鳴ったりせず、情報の収集にご協力ください。

[問合せ] 弘前消防本部通信指令課 ☎32-5101

次世代に伝えたい！我が家のおばあちゃんの味

おばあちゃん のレシピ vol. 1

市では、昔ながらの地元料理や家庭料理を传承することを目的に、みなさんの「残したい！広めたい！レシピ化したい！」おばあちゃんの味を募集しました。ご家庭でも作られるよう、応募のあった料理レシピを今後数回に渡って紹介しますので、ぜひご活用ください。家庭に合った味付けにしたり、アレンジしてみてくださいも良いかもしれません！

えんどう豆のねりこみ風

(調理時間：25分程度)



材料（4人分）：

えんどう豆（グリーンピースでも可）100g、じゃがいも中1個、にんじん1本、油揚げ1枚、こんにやく1/2枚、だし汁200cc強、砂糖（ザラメ）100g、塩少々、しょうゆ少々、片栗粉適量

★応募者からのコメント★

郷土料理のねりこみにえんどう豆を加えたものです。嫁に来た時、義母がえんどう豆とじゃがいもを甘く煮て、農作業の合間に振る舞っていたものがヒントになっています。大人も子どもも食べやすい一品だと思います。

1 ジャがいも、にんじんの皮をむき1センチ角に切る。油揚げ、こんにやくも同じく切る。

※こんにやくは、下ゆでをしてあげばよく味が染み込む。



2 ジャがいも、にんじんを鍋に入れて、ひたひたのだし汁を加え、7～8分程度強火にかける。

※あくが出てきたら取り除く。



3 えんどう豆、こんにやく、油揚げ、砂糖を加えて、野菜がやわらかくなるまで弱火で7～8分程度煮る。

※味見して、薄い場合は塩少々を加える。



4 しょうゆ、水溶き片栗粉を入れかき混ぜて完成。



ふきの佃煮

(調理時間：25分程度)



材料（4人分）：

ふき200g、大豆水煮10g、干しいたけ2枚、しょうが少々、クコの実少々、しいたけの戻し汁50cc、サラダ油少々、酒少々、みりん少々、白砂糖大さじ1/2、砂糖（ザラメ）大さじ2、しょうゆ大さじ2、塩こんぶ少々

★応募者からのコメント★

水煮などの保存食として年中食べることができふきに、たんぱく質、ミネラル、ビタミンが豊富な大豆やしいたけを加えてみました。

1 ふきを5ミリくらいの幅で縦に裂き、3センチほどの長さに切る。



2 戻しておいたしいたけ、しょうがを千切りにする。



3 鍋にサラダ油を入れて熱し、しょうが、ふき、しいたけの順番に炒め、酒、みりん、白砂糖、しいたけの戻し汁を入れて中火で5分程度煮る。



4 ふきが少しやわらかくなったら、砂糖（ザラメ）を入れ絡ませ、しょうゆを入れて汁がなくなるまで5分程度炒め煮をする。



5 火を止めて、塩こんぶ、大豆を混ぜ合わせ、器に盛り、クコの実をちらして完成。





まるごと大鰐 秋の感謝祭

大鰐町



◀ 昨年の「まるごと大鰐秋の感謝祭」の様子

大鰐でしか「買えない」「味わえない」といった希少性をコンセプトに、「大鰐ならではの」ものを集めたイベントで、今年が2回目の開催となります。

大鰐高原りんごや大鰐温泉もやしの販売では、長蛇の列ができるほど、大盛況のイベントです。記念すべき1回目で誕生した、新たな地元グルメ「大鰐焼き」のふるまいを今年も行います。

- 日時 / 11月21日(土)、22日(日) 10:00 ~ 15:00
- 場所 / 大鰐町地域交流センター 鰐 come (大鰐町大字大鰐字川辺11-11)
- 問合せ / 大鰐町企画観光課観光商工係 ☎55-6561 (直通)

ひらかわイルミネーションプロムナード 平川市



◀ 平賀駅前通りを彩るイルミネーション

平賀駅前通りを中心に、約9万球のイルミネーションでライトアップします。さらに、今冬も7色の台湾提灯を駅前広場などに飾り、より幻想的な雰囲気を演出します。

期間中はイベントの開催も予定しています。ぜひ、この機会に温かい光の世界を堪能してみたいはいかがでしょうか。

- 期間 / 11月下旬 ~ 令和3年2月上旬
- 点灯時間 / 17:00 ~ 23:00(予定) ■場所 / 平賀駅前通り
- 問合せ / 平川市商工観光課 ☎44-1111 (内線2184)

市町村イベント
カレンダー

※新型コロナウイルス感染症の影響で、イベント内容が変更される場合があります。開催状況については、各問合せ先にご確認ください。
※イベントへお出かけの際は、新型コロナウイルス感染症防止対策にご協力ください。

とき	イベント名	内容 / 問合せ先	とき	イベント名	内容 / 問合せ先
10/16 ~ 10/18	津軽の食と産業まつり (弘前市)	津軽の食・産業をテーマに地元生産などを紹介。今年は弘前市運動公園内の屋外で開催します。 ●同運営協議会事務局 ☎33-4111	11/15 ~ 11/29	平川市民文化祭	平川市文化センターにて、市民の作品展示、舞台発表などを行います。体験コーナーもあります。 ●同実行委員会会長 ☎090-4635-4102
10/17 ~ 10/18	全国伝統こけし工人フェスティバル (黒石市)	全国の伝統こけし工人が一堂に集結。特徴ある全国各地のこけしの展示即売会を行います。 ●津軽こけし館 ☎54-8181	11/21 ~ 11/22	黒石りんごまつり	りんごの即売会や黒石ならではのふるさと物産展などが開催されます。 ●同実行委員会事務局 (黒石市観光課) ☎52-2111
10/17 ~ 10/18	白神山地ビジターセンターふれあいデー (西目屋村)	体験コーナー(クラフトや木登りなど)やグルメなど、様々な催しが行われます。 ●白神山地ビジターセンター ☎85-2810	11月	第8回ふじさき秋まつり	藤崎町の二大特産品である「りんご」と「米」の収穫感謝祭です。楽しいイベントが満載です。 ●同実行委員会事務局 (藤崎町経営戦略課) ☎88-8258
10/17 ~ 11/8	中野もみじ山(紅葉)	紅葉の景勝地として知られる中野もみじ山。夕方から21時までライトアップも楽しめます。 ●黒石市観光課 ☎52-2111	11/22	ひらかわ元氣祭り	「地産地消」をメインテーマとし、地元農産物や加工品などを販売します! ●平川市農林課 ☎44-1111
10月	10/23 ~ 11/8	弘前城菊と紅葉まつり	11月下旬	弘前市りんご公園「りんごトラック市」	弘前市近郊の農家がトラックに旬のりんごなどを積んで集結し、ふじ・王林の他、加工品や農産物なども販売。 ●弘前市りんご公園 ☎36-7439
	10/25	第13回ひらかわスポーツフェスティバル (平賀屋内温水プール)	12/1 ~ 1/5(予定)	りんごの里イルミネーション2020	約4万球のイルミネーションが夜空を照らし、幻想的な世界を演出します。 ●板柳町ふるさとセンター ☎72-1500
	10/30 まで	鳴海要生誕100年記念「鳴海要陶芸展」	12月	第13回ひらかわスポーツフェスティバル (平賀体育館)	平賀体育館でスポーツ体験教室を開催します。参加料: 1日100円 ●NPO法人平川市スポーツ協会 ☎44-5010
	10/31 まで	田んぼアートオンライン観覧ツアー	12/20	第13回ひらかわスポーツフェスティバル (ゆうえい館)	ゆうえい館でスポーツ体験教室を開催します。参加料: 1日100円 ●NPO法人平川市スポーツ協会 ☎49-5181
11月	11/8 まで	特別企画展2「パリの見た夢 服部コレクション20世紀フランス絵画展」	2/28 まで	弘前産農産物プレゼント	5,000円相当(送料込み)のお土産(農産物、加工品)を、弘前市で農泊した人にプレゼントします。 ●弘前市農政課 ☎40-0656
	11/14 ~ 11/15	収穫感謝祭&シクラメン市			

スポーツ協会 だより **マッスルアカデミー教室**

トレーニングルームを貸切で実施している教室です。マシンや器具を使用し、全身を鍛えるトレーニングメニューを提供しております。初心者や運動に自信のない方でも丁寧に指導致しますので、安心してトレーニングを行うことができます。

- 日時/毎週水曜日 19:30～20:30 (通年) ●対象/16歳以上の方
- 定員/10人 ●場所/ひらかドームトレーニングルーム
- 料金/月3回2,500円、1回1,200円
- その他/①受付は教室開始15分前からとなります。
②内履き、飲料水、汗拭きタオルなどは各自でご準備下さい。
③動きやすい服装でお越しください。
④開催日は開催月の前月に決定するので、お問い合わせください。



ご参加、お待ちしています!



[問合せ]
平賀体育館 ☎44-5010

文化協会 だより **第13回文化講演会
「ニコ♡ニコライブinひらかわ」**

二胡奏者のイシコとアコースティックギターを掻き鳴らして歌うヒロシのデュオグループです。演奏曲は中国の民謡・洋楽・クラシック・映画音楽・フォーク・J-POPなど幅広い他、今年から新たにオリジナル曲も演奏します。テーマは「ライブでみんなニコニコに♡」。皆さまのご来場をお待ちしています。



- 日時/11月22日(日) ①11:00～12:30 (予定)、②13:30～15:00 (予定)
- 場所/平川市文化センター ホール
- 参加費/無料 (入場整理券が必要です)
- 入場整理券配布日時/10月30日(金)、10月31日(土) 10:00～16:00 ※1人2枚まで (先着順)。
- 配布場所/平川市文化センター

[問合せ] 葛西 ☎080-1823-5710

観光協会 だより **ガイド見学会
猿賀神社・公園コース**

ひらかわ案内人によるガイド見学会「猿賀神社・公園コース」です。793年に坂上田村麻呂が建立したと言われ、本殿は県重宝に指定されています。



境内にはたくさんの名所旧跡があり見応え充分、奥が深い猿賀神社・公園です。案内人と一緒に歩き猿賀神社通になりませんか?

- 日時/11月8日(日) 10:00～11:00 (集合9:50)
- 集合場所/猿賀神社社務所前
- 対象/観光、ガイド、歴史に興味のある方、その他どなたでも参加OK! ●料金/1,000円(税込)

[問合せ] (一社)平川市観光協会
☎40-2231 FAX 40-2232



**味がわからない?
それって亜鉛不足かも!**

昨今、新型コロナウイルス感染症で、「味が分らない」という症状が出るとよく耳にします。確かに、食べ物の味を感じなくなる味覚障害は、病気や薬の副作用で起こることもありますが、**バランスの悪い食習慣による亜鉛不足**でも起こることがあります。

ハムやウインナーなどの加工食品には、亜鉛を吸収しにくくするリン酸塩などの食品添加物が使われているので、加工食品に頼り過ぎていると、亜鉛不

足になるかもしれません。また、極端なダイエットや、肉や魚を食べない食事でも亜鉛不足の原因になります。

加工食品は適度に利用し、肉や魚を食べてバランスの良い食事食欲の秋を楽しみましょう♪



[問合せ] 子育て健康課 健康推進係 ☎44-1111 (内線1146)



■広報ひらかわ10月号掲載の各種イベント・教室などについて

広報ひらかわ10月号に掲載した各種イベント・教室などは、新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、中止や延期、変更になる場合があります。予めご了承ください。

■今後のイベントについて

今後のイベント中止・延期の情報につきましては、市ホームページで随時更新してまいりますので、そちらをご覧ください。



←コチラの
QRコードか
らご覧いた
だけます

青森県下水道協会 講習開催のお知らせ

お知らせ

県下水道協会による「配管工認定講習、責任技術者・配管工更新講習」がそれぞれ実施されます。

▶実施期間 1月12日(火)～22日(金)

※詳しい日程は上下水道課にお問い合わせください。

▶試験料・講習場所

【配管工認定講習】

青森市、弘前市、八戸市

【責任技術者更新講習】

青森市、弘前市、八戸市、十和田市、五所川原市、むつ市

【配管工更新講習】

青森市、弘前市、八戸市、五所川原市、むつ市

▶試験料

【配管工認定講習】7,000円

【責任技術者更新講習】7,000円

【配管工更新講習】5,000円

※別途振込手数料が必要。

▶受付期間 11月12日(木)～30日(月)

※土日祝日を除く。

▶申込方法 上下水道課で申込書を配布・受付します。

※受験資格などについてはお問い合わせください。

▶申込み・☎ 上下水道課 工務係



尾上図書館休館日のお知らせ

お知らせ

尾上図書館では「蔵書点検」を行うため、次の期間は休館となります。

市民のみなさまにはご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

「蔵書点検」とは、図書館の蔵書がきちんと館内にあるか、正しい配列が成されているかを確認し、破損している図書の修繕などを行うものです。

▶期間 11月9日(月)～16日(月)

☎ 尾上図書館 ☎57-5980

住まいと空き家の相談会

相談

宅地建物取引士、住まいアドバイザー（建築士）、司法書士の相談員が中立的な立場で相談に応じます。相談は無料です。

※事前予約ができます（予約優先）。

【弘前会場】

11月21日(土) 10:30～14:00

※12:00～12:30を除く。

場所：弘前市総合学習センター

【黒石会場】

11月23日(月)10:30～14:00

※12:00～12:30を除く。

場所：スポカルイン黒石

▶内容 空き家・空き地に関する相談。適正管理や有効活用、住宅に関する相談など。

▶申込み・☎ 青森県宅地建物取引業協会

☎017-722-4086

行政・人権相談所を 開設します

相談

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 10月23日(金) 10:00～15:00

▶場所

平賀地域／健康センター相談室③

尾上地域／尾上総合支所会議室

碓ヶ関地域／碓ヶ関公民館

☎ 市民課 市民係

大切な会社やお店の後継者は 決まっていますか？

相談

親族内承継・従業員への承継・第三者への承継などのさまざまな事業承継を県と関係機関が全力でサポートします！

【事業承継全般の相談】

- ・親族内承継などに関する様々な相談
- ・長年築いた技術を次世代に残したい方
- ・具体的にどのように承継すればよいかわからない方
- ・事業の承継に際し、借入金の経営者保証が負担となっている方 など

☎ 青森県事業承継ネットワーク事務局
((公財) 21あおり産業総合支援センター内)

☎017-732-3530 FAX 017-735-5777

【会社・お店の譲渡、引き受けの相談】

- ・事業引き継ぎに関する様々な相談
- ・親族に後継者がおらず、廃業または会社やお店の譲渡を考えている方
- ・後継者のいない会社やお店の引き受けを希望する方 など

☎ 青森県事業引継ぎ支援センター
(同センター内)

☎017-723-1040 FAX 017-735-5777

～未来への承継～

経営者の皆様、大切な会社やお店の後継者は決まっていますか？

2025年以降の事業承継を
県と関係機関が全力で
サポートします！

親族内承継 従業員への承継 第三者への承継

後継者の確保が難しい、県内中小企業が多くは後継者が決まっています。一方で、事業の承継には必要な10年間の準備期間が必要で、後継者がいない状態を長く続けるケースも増えています。あなたの会社やお店は有資格者や後継者を確保できる準備期間を満了して、承継の準備を進め、早く承継の準備期間を完了させましょう。

詳しくはお気軽にご相談ください。

～事業承継全般の相談～
青森県事業承継ネットワーク事務局
((公財) 21あおり産業総合支援センター内)
☎ 017-732-3530 FAX 017-735-5777

～会社・お店の譲渡、引き受けの相談～
青森県事業引継ぎ支援センター
((同センター内))
☎ 017-723-1040 FAX 017-735-5777



不正軽油は脱税です！

おしらせ

軽油引取税は、自動車などの燃料となる軽油の引取りに対し、1リットル当たり32円10銭の税率で課税される県の税金です。

事前に地域県民局長の承認を得ないで、灯油や重油などを混ぜて製造した不正軽油を自動車の燃料として販売し、消費した場合などは、脱税行為として軽油引取税が課されます。

また、不正軽油は脱税行為にとどまらず、環境汚染の原因にもなっています。

県では、不正軽油を防止するため、道路での燃料採取調査や各事業所への訪問調査を実施していますので、調査にご協力をお願いします。

また、不正軽油の製造や販売、使用に関する情報がありましたら、以下の連絡先までお知らせください。

☎ 県税務課「不正軽油110番」

☎017-734-9066（直通）

中南地域県民局県税部

☎32-4341（直通）

求職者支援訓練のご案内

おしらせ

求職者支援訓練とは、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。

【パソコン基礎科】

▶ 期間

11月25日(水)～令和3年2月24日(水)

▶ 会場 JMTC弘前教室(弘前市御幸町)

▶ 申込期限 10月28日(水)

▶ 受講料 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してから、申込期限までにJMTC弘前教室へ受講申込書を提出してください。

☎ 弘前公共職業安定所 ☎38-8609

(音声案内42#)

定例労働相談会

相談

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相談に応じます。

▶ 日時

①10月25日(日)、11月15日(日)、
12月20日(日) 10:30～12:30

②11月10日(火)、12月1日(火)
13:30～15:30

▶ 場所 青森県労働委員会

(青森市新町2-2-11 東奥日報新町ビル4階)

※新型コロナウイルス感染症の状況によっては、電話相談で実施する場合があります。あらかじめご了承ください。

▶ 対象 県内の労働者、事業主

▶ 相談料 無料

▶ 利用方法 随時受付(事前予約優先)

☎ 青森県労働委員会事務局

☎017-734-9832

また、定例労働相談以外にも、電話での労働相談に応じています。

▶ 相談窓口

あおもり労働相談ダイヤル

☎0120-610-782

▶ 受付時間

8:30～17:15

※土日祝日、年末年始を除く。



借金に関する相談窓口

相談

相談員が借金の状況などをお伺いし、必要に応じて、弁護士などに引き継ぎを行います。一人で悩まず、ご相談ください。秘密は厳守・無料です。

▶ 日時

月～金曜日(祝日、年末年始を除く)

8:30～12:00、13:00～16:30

▶ 相談専用電話 ☎017-774-6488

☎ 東北財務局青森財務事務所理財課

「ふるさと探訪バスツアー」参加者大募集！！

募集

魅力発見津軽応援フェア黒石会場と津軽地域にある美しい文化・歴史などの名所や施設をめぐるバスツアーを実施します。みなさんのご応募お待ちしております！

※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策にご協力をお願いします。

▶ 日時 11月21日(土)

9:00～15:00(雨天決行)

▶ 集合場所/時間

①弘前駅城東口バスプール/9:00

②弘前市運動公園第一駐車場/9:20

▶ 行程

魅力発見！津軽応援フェア黒石会場(黒石市)→名勝金平成園(澤成園)・中町こみせ通り(黒石市)→レストラン御幸/昼食(黒石市)→道の駅いなかだて弥生の里(田舎館村)→旧弘前偕行社(弘前市)

▶ 募集対象

弘前市、黒石市、平川市、藤崎町、板柳町、大鱈町、田舎館村、西目屋村に在住の方

▶ 募集人数

20人 ※大型バス1台を利用

▶ 参加費 1人2,000円

(昼食代、施設利用料、ガイド料込み)

▶ 応募方法

「ハガキ」または「電子メール」に、①～⑤を記入して申し込みください。1通の応募で2人まで申し込みできます(2人目の情報記入必須)。

①郵便番号・住所 ②氏名(ふりがな)

③年齢 ④電話番号 ⑤集合場所

▶ 申込期限 11月5日(木)

※当日消印有効

▶ 申込み・☎

フラワー観光(株)「ふるさと探訪バスツアー」係

〒036-8053 弘前市大字和泉2-1-1 ☎26-2113

【E-mail】hirosaki@flower-travel.com

営業時間 10:00～17:30

※日曜・祝日を除く。

※詳細は津軽広域連合ホームページをご覧ください。

<http://tsugarukoiki.jp/>



お知らせ

花壇コンクール審査結果のお知らせ

令和2年度の花壇コンクールは17団体の参加があり、8月19日(水)に審査をした結果、次のように決定されました。

- ◎最優秀賞：新屋町町会、石郷町会
- 優秀賞：荒田自治公民館、新屋グリーンクラブ
- 奨励賞：ライフネットだいこうじ、金屋高砂クラブ、原田町会、新館女性部、平川市立大坊小学校、すみれ会、三町会子ども会、杉館福祉会、沖館自治公民館、町居公民館、日沼地域共同活動組織、みなみの町会、大坊自治公民館

表彰式は、2月に開催予定のコミュニティ講座で行う予定です。

☎ 平賀公民館 (文化センター内) ☎44-1221



青森県の最低賃金が改定になりました

お知らせ

▶時間額

793円 (令和2年10月3日から)

○青森県最低賃金について

- ・青森県内で働く全ての労働者に適用されます。
- ・製造業と小売業の一部には、特定(産業別)最低賃金が定められています。
- ・業務改善助成金などの活用や賃金引上げについては、青森働き方改革推進支援センター(☎0800-800-1830)にご相談ください。

詳しくは、青森労働局ホームページからもご覧になれます。

<https://jsite.mhlw.go.jp/aomori-roudoukyoku/home.html>

☎ 青森労働局労働基準部賃金室
☎017-734-4114

募集

魅力アップセミナーを開催します

市では出会いのチャンスを活かしたい方を応援するため、魅力アップセミナー「自分が変わるHappy Day! ~素敵な婚活への第一歩~」を開催します。セミナーに参加し、婚活への一歩を踏み出してみませんか。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▶日時 10月31日(土)

【女性編】10:00~11:30 【男性編】13:30~15:00

▶場所 生涯学習センター 3階アレンジメント室(尾上総合支所内)

▶内容 恋愛・マナー講習会

▶講師 【女性編】(株)I・M・S 中谷紗矢佳

【男性編】(株)I・M・S 中村拓哉

▶参加費 無料

▶募集対象 概ね20~40歳代までの独身者で、平川市在住・在勤または平川市に興味のある方

▶募集人数 男女各15人 ▶申込締切 10月28日(水)

申し込みはこちらから
ご覧ください↓

▶申込み・☎

(株)LinkS(委託先) ☎036-8087 弘前市早稲田2-5-2

☎88-7014 FAX 88-7016



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。

地球にやさしい 情報化社会 をめざして

since 1965

TEL 017-761-5303
FAX 017-761-5313

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

有料広告



●市公式SNSで旬な話題をリアルタイムで!

広報で掲載しきれない写真やシティブロモーション活動など、日々発信しております。ぜひご覧ください♪

＼いいね!フォローよろしくお願いします!／

facebook

twitter

instagram



お知らせ

日本年金機構からのお知らせ

年金生活者支援給付金制度について

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入や所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）で実施します。

▶対象

【高齢基礎年金を受給している方】

※以下の要件をすべて満たしている必要があります

- ☑65歳以上である
- ☑世帯員全員が市町村民税が非課税となっている
- ☑年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下である

【障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方】

※以下の要件を満たしている必要があります

- ☑前年の所得額が約462万円以下である

▶請求手続き

①新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただける方

対象となる方には、日本年金機構から請求手続きのご案内を10月中旬から順次お送りします。同封のがき（年金生活者支援給付金請求書）を記入し日本年金機構に提出してください。

※令和3年2月1日までに請求手続きが完了しますと、令和2年8月からさかのぼって受け取ることができます。

②年金を受給しはじめる方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または市区町村で請求手続きをしてください。

☎ ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165 (ナビダイヤル)

国民年金通信



「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が発行されます

～年末調整・確定申告までに大切に保管を～



納めた国民年金保険料は所得税と住民税の申告で全額が社会保険料控除の対象となります。

控除の対象となるのは、令和2年1月から12月までに納められた保険料で、配偶者や子の国民年金保険料を支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに、領収書など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。日本年金機構から11月上旬に「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が送付されますので、申告などの際にご利用ください。なお、令和2年10月1日以降に今年をはじめ国民年金保険料を納付された方へは、令和3年2月上旬に送付される予定です。

年金相談は、事前予約が便利です



弘前年金事務所での年金相談やお手続きの際、事前にご予約いただくと、相談内容にあったスタッフが事前に準備しているなど、スムーズに相談ができてとても便利です。

予約相談の申込みは、月曜日から金曜日の8時30分から17時15分までの時間内に、予約受付専用電話0570-05-4890へお電話ください。予約は相談希望日の1か月前から前日まで受け付けています。

予約相談の実施時間帯

月曜日	8:30～18:00
火～金曜日	8:30～16:00
毎月第2土曜日	9:30～15:00

☎ 国保年金課 年金係

＼市公式 SNS はもうご覧になっていますか?／

市では、市の知名度向上・魅力発信の為、日々プロモーション活動を行っています。SNSでは、より旬な情報や楽しい話題を随時発信していますので、SNSをご利用の方は、ぜひご覧ください。

担当の励みにもなりますので、フォロー、いいね!、シェアをよろしくお願いたします。



[問合せ] 総務課 広報広聴係 ☎44-1111 (内線 1353)



Twitter ツイッター

アカウント名 @promo_Hirakawa



Instagram インスタグラム

アカウント名 @nostalgic.city.hirakawa



Facebook フェイスブック

アカウント名 @nostalgic.city.hirakawa



検診のお知らせ 申・問 子育て健康課 健康推進係

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

※お申し込みは各検診の10日前までにお願ひします。

※集団検診の受診を希望される方は、以下の日程にお申し込みください。

場 所	実施日
12月9日(水)	尾上地域福祉センター
12月13日(日)	健康センター
12月14日(月)	碓ヶ関地域福祉センター (ハッピーハウス)

時 7:30～9:00

- 持 健康保険証 総合受診票
特定または後期高齢者健診受診券

婦人科検診

- ・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)

※令和3年3月31日までに20歳、40歳になる方も対象です。

※今年度の集団検診は終了しています。



個別健診 【指定医療機関で受けられます。】

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

■個別検診の受診の流れ

1. 子育て健康課に連絡し、「平川市がん検診対象者証明書」を発行する。
※令和元年度に受診した方は、同じ項目は受診できません。
※証明書の期限は、発行した月から3か月です。
2. 受診したい医療機関に電話し、予約をする。
※証明書に同封する医療機関一覧をご確認ください。
3. 予約した日に受診する。

- 持 身分のわかるもの (健康保険証など)
平川市がん検診対象者証明書

健康推進係からのお知らせ

新型コロナウイルス感染症が気になって 受診を控えている皆さまへ

健康診断の会場では、換気や消毒を行うなど、新型コロナウイルス感染症の感染防止対策に努めています。自覚症状が現れにくい、そんな病気は少なくありません。だからこそ、定期的な健診と検診で健康状態をしっかりとチェックしましょう。自分の体を知るのが、健康維持の第一歩です。



★受診の前には、体温を測定するなど、体調に問題がないことを確認してください。

★マスクを着用する、受診前後には手洗いをする、など感染対策をしっかりしましょう。

がん検診受診率 50%達成強化月間

毎年10月は、がん検診受診率達成に向けた全国集中強化月間です。がん検診は、早期発見・早期治療を目的に毎年実施しております。受診希望の方は、お問い合わせください。

申・問

子育て健康課
健康推進係



弘前保健所からのお知らせ ～各種相談・検査日程～ 申・問 弘前保健所 ☎33-8521

●ウイルス性肝炎検査 / 11月10日(火) 10:30～11:30 ●エイズ相談 (即日検査・予約制) / 11月4日(水) 13:00～14:00、11月18日(水) 17:00～18:30 ※エイズ相談専用電話 ☎38-2389 ●精神保健福祉相談 (予約制) / 11月20日(金)13:00～14:00 [相談・検査をお考えの方、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。]

母子のおしらせ

問 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。

乳幼児健康診査 [種別/対象/実施日/受付時間]

- 4か月児健診/令和2年7月生まれ/11月24日(火)/12:20～12:40
- 1歳児健診/令和元年11月生まれ/11月11日(水)/12:10～12:30
- 1歳6か月児健診/平成31年4月生まれ/11月25日(水)/12:20～12:40
- 3歳児健診/平成29年4月生まれ/11月6日(金)/11:50～12:20

場 健康センター 持 母子健康手帳 バスタオル 健康診査問診票 尿(3歳児のみ)

すくすく広場 対 妊婦さん、子育て中の方など 場 健康センター 日 11月12日(木) **要予約** ※前日締切

時 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 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 対 妊産婦の方で母乳育児を希望する方 場 健康センター 日 11月2日(月)・11月17日(火)・12月1日(火)

料 1回500円 時 ①10:00 ②11:00 ③13:00 ④14:00 **要予約** ※各日・前日締切 ※1日4人限定。

持 母子健康手帳 フェイスタオル2枚

ふれmamaのお産教室 対 妊婦さん 場 健康センター 日 11月5日(木) 時 10:00～11:30

要予約 ※前日締切 持 バスタオル2枚 フェイスタオル1枚 母子健康手帳

産後mamaの子育て教室 対 生後3ヶ月までの赤ちゃんがいる産婦さん 場 健康センター 日 11月26日(木)

時 13:30～15:30 **要予約** ※前日締切 持 バスタオル2枚 フェイスタオル1枚 母子健康手帳

母子健康手帳の交付

母子健康手帳交付時に、助産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おります。

場 健康センター 時 8:15～17:00

持 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)

※本人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。



相談・サロン・その他

傾聴サロン ところが軽くなるおしゃべりサロンです。誰かとゆっくり話したい、悩みを聴いてほしいなど、あなたは誰かに聴いてほしいことはありませんか? 秘密は厳守します。どなたでも気軽にお越しください。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 11月4日(水) 13:00～15:00 ※時間内に随時。

場 健康センターふれあい交流室 申・問 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家族が自由に話し合い、学習しながら交流を深められる家族会を開催しています。

日時 11月10日(火) 9:00～12:00 ※移動手段の都合上、事前にお問い合わせください。 ※定例会は毎月第2火曜日に開催予定です。内容 施設見学 場 ワークキャンパス大鰐、ワークショップ大鰐 問 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。

日時 12月9日(水) 18:00～19:20 **要予約** ※1週間前締切 場 健康センター相談室③ 申・問 子育て健康課 健康推進係

こころの相談日 気持ちが落ちこみ回復しない、悩みごとのせいで食欲がない、眠れないなど、こころの問題について精神保健福祉士がお話をうかがいます。こころの病気で治療していない方、初回相談者を優先します。相談は無料です。

日時 11月18日(水) 13:30～15:30 (1回2件まで) **要予約** ※1週間前締切 場 健康センター相談室③

申・問 子育て健康課 健康推進係

こんにちは赤ちゃん

小和森	葵	くん	須々田	雄斗
館山	理斗	くん	二宮	烈
館山	遼明	くん	三浦	崇
苗生松	莉緒	ちゃん	山田	優弥
本町	礼士	くん	田中	智博
本町	透叶	ちゃん	藤田	萌々嘉
唐竹	綾葉	ちゃん	中田	裕耶
南田中	恭哉	くん	福島	正幸
新山	陽菜	ちゃん	村上	賢二
碓ヶ関	美虹	ちゃん	工藤	大樹

お悔やみ申し上げます

石郷	田中	豊明	65	尾崎	武田	利男	78
石郷	三浦	トキエ	87	平田森	齋藤	夕ケ	96
柏木町	後藤	ミヤ	87	町居	葛西	清勝	92
柏木町	山田	トミ	85	町居	葛西	スメ	96
原田	岩淵	アキエ	88	光城	中畑	昭子	75
原田	相馬	正	71	金屋	佐藤	昭二	88
館田	齋藤	秀道	89	金屋	佐藤	聖徳	82
館田	奈良	範雄	71	尾上	福士	三智弘	87
松崎	今井	勝吉	95	新屋町	山口	兼四郎	74
本町	成田	正利	68	八幡崎	竹内	康司	64
沖館	吹田	正憲	68	新山	福士	昭三郎	92
唐竹	内山	禎健	91	碓ヶ関	工藤	慶治	98
唐竹	花田	アキ	83	碓ヶ関	鈴木	喜一	80
新屋	工藤	みち彥	96	碓ヶ関	原田	徳明	73

結婚おめでとう

♡ 柏木町)	遠藤	大智
♡ 弘前市)	阿保	有貴
♡ 新屋)	八木橋	晃也
♡ 黒石市)	中谷	紗季
♡ 高木)	原田	健児
♡ 黒石市)	松野	光恵

人のうごき／事故件数

9月末現在の人口と世帯数

※() は前月比。
 人口…30,799人 (-34)
 世帯数…12,115世帯 (+4)
 女性…16,345人 男性…14,454人
 転入…41人 転出…51人

9月の交通事故件数

交通事故…6件(負傷者6人、死者0人)

9月の出動件数

火災出動…0件 救急出動…69件
 救助出動…1件 その他…9件

夜間・休日市民課窓口

【夜間】毎週月・木曜日 17:00～19:00

※祝祭日・年末年始を除きます。

【休日】第2土曜日 8:15～12:00

※パスポート関連、住民異動届(各種届出、転入・転出など)の業務は取扱いいたしませんので、ご注意ください。

●場所/市民課 市民係、尾上・碓ヶ関総合支所 市民生活課市民係



夜間・休日納税窓口

■10月の開設日■

【夜間】

10月30日(金) 17:00～19:00

【休日】

10月25日(日) 8:30～17:00

●場所/税務課 収納係
(本庁舎2階)

■ 今月の納期 ■

納期限 11月2日(月)

- ・市県民税/第3期
- ・国民健康保険税/第4期
- ・介護保険料/第4期
- ・後期高齢者医療保険料/第4期

スマートフォンアプリやパソコンで手軽に広報紙が読める!



マチイロ

配信日にプッシュ通知が届くため見逃すこともありません。また、「子育て」「イベント」など興味のある分野ごとにホームページの最新情報をチェックすることができます。



わが街事典

行政情報など生活に役立つ情報を盛り込んだ「平川市暮らしの便利帳」、子育ての基礎知識など父親がイクメンになるためのガイド「平川市父子手帳」も閲覧することができます。



マイ広報紙

アプリのダウンロードが不要なため、パソコンでも利用できます!

こちらのQRコードから、平川市だけの記事をまとめたページをご覧ください。



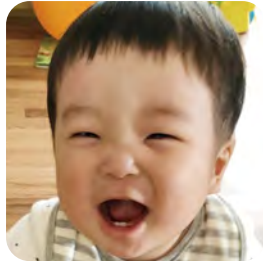
so CUTE! HAPPY BIRTHDAY!

10月で1歳になる 我が家のアイドル

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を掲載しています。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。



さいとう きいち
齊藤 綺一 くん
R1年10月1日(柏木町)
元気で優しい子に
育ってね♡



つしま そうた
對馬 蒼汰 くん
R1年10月2日(新屋町)
我が家の次男坊☆☆
1歳おめでとう!



おおにし ゆな
大西 結愛 ちゃん
R1年10月16日(大光寺)
お姉ちゃんと仲良く元
気に育ってね♡



かさい あらた
葛西 新 くん
R1年10月16日(新屋)
笑顔いっぱい!元気
いっぱい!!



かさい とうが
葛西 冬華 くん
R1年10月17日(新館)
皆のアイドルとうが、
元気に大きくなあれ



はが じょう
芳賀 丞 くん
R1年10月17日(原)
お兄ちゃん大好き次男
坊♡1歳おめでとう♡



さの ひろ
佐野 陽亮 くん
R1年10月26日(町居)
♡1歳おめでとう♡君
だけのためのHERO



今月の表紙 Cover of this month

と、もう1まい

9月30日から10月2日までの3日間、猿賀神社で十五夜大祭が行われました。今年は新型コロナウイルス感染症の影響により、例年開催されていた県下獅子踊大会は中止となりましたが、初日の9月30日には、新型コロナウイルスの収束を祈願して、獅子踊が奉納されました。また、この日は宵宮祭りも行われ、訪れた方は出店が並ぶ様子を楽しんでいました。

広報ひらかわ No.178 2020年10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 11,300部
印刷経費 1部あたり28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。



図書館司書 佐藤さんが選ぶ！

今だからこそ、読んでほしい本

暑かった夏もようやく終わり、秋らしい日が増えてきました。いつもなら、あちこちへ出かけたい季節ですが、今年は新型コロナウイルス感染症の影響で、自粛をして家や近場で過ごしている方も多いのではないのでしょうか。「家の中で気軽にできる趣味として、読書を始めたい」という方はもちろん、「自由に出歩けるようになったらどこに行こう」と考えている方や、「外出を自粛していて太ってしまった」という方にも実は本が応えてくれます！平賀図書館司書の佐藤さんが「今だからこそ、読んでほしい本」をご紹介します。

旅行気分を味わえる本

「いちばん美しい季節に行きたい
日本の絶景 365日」

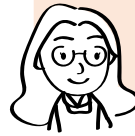
TABIZINE、PIE International 著

長野・諏訪湖祭湖上花火大会、福岡・河内藤園、
沖縄・竹富島の水牛車、京都・清水寺の紅葉…。
一度は訪れたい、四季折々の絶景を47都道府
県から厳選。1年365日に分け、美しい写真で紹介します。



何年か前の夏に、上越～信州～群馬方面に旅行をしました。その時偶然開催されていた祭りや旅先の風景をこの本で見つけ、嬉しくて懐かしい気持ちになりました。

国内とはいえ、まだ行ったことがないところの方が多いですが、日本各地を見ることができ、小さい国でありながらも四季のある日本の素晴らしさを、再発見できる本でした。



運動嫌いでも何かを始めたいあなたへ

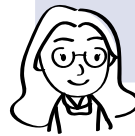
「絶対変わる！
ウォーキング & ランニング」

金 哲彦著 / 矢寿 ひろお絵

頭の中が整理されて悩みが解決する、心と体のバランスを取り戻せるなど、ウォーキング & ランニングにはいいことがいっぱい。走ることのメリット、悩み別のトレーニング方法、基本メソッドなどを豊富なイラストで紹介します。



なんとなく趣味ではじめた「マラソン」。未だに速く長く走れませんが、この本を見つけた時に、ゆっくりウォーキング的ランニングで怪我無く楽しく続けられると思いました。著者はマラソン界では有名な方、動きなどをかわいいイラストで表現しているので、気軽に何度でも読めると思います。



じっくり絵本の世界に浸れる

「はじめての世界名作えほん
ももたろう」他

中脇 初枝文 / 山田 みちしろ作画

あるところにおじいさんとおばあさんがいました。ある日、おじいさんは山へ芝かりに、おばあさんは川へ洗濯に行きました。おばあさんは流れてきた桃を持ち帰り…。美しいことば、親しみやすいイラストで、名作を楽しめる絵本。



平賀図書館では現在このシリーズを徐々にそろえています。絵本は文字通り絵の本。私たち大人が小さいときに出会っている名作ばかりですが、大人になって読むと同じ作品でも子どもの頃に見た、読んだ時の感じ方とは違っていると思います。

大人だからといって難しい本でなくていいと思います。このような名作の絵本は子どもだけではなく、私たち大人にも短い文や簡単な言葉で、生き方だったり、他人とのかかわりだったり、様々なことを教え、伝えてくれていると思います。



新型コロナウイルス感染症への対策について

平賀・尾上図書館では、新型コロナウイルス感染症への対策として、皆さんが安心して本を借りられるように、図書の消毒機を導入しました。また、これまで図書の貸し出しは、平賀・尾上図書館それぞれ5冊まででしたが、どちらかだけで10冊まで図書を借りられるようになりました。ぜひ安心して本を借りにお越しください。