No.121
2015
4
April

SOTOGAHAMA town's public relations magazine

広報そとがはま

外ケ浜町合併10周年記念号

青森県 外ケ浜町

外ヶ浜町合併10周年記念特集

外ヶ浜町満10歳を 町民と共に祝う

外ヶ浜町長 森内勇

平成17年3月28日、「蟹田町」「平舘村」「三厩村」は3地区の町民が心を一つにして環境づくりに努め、町民の意思に基づき大きな決断で実現した、新生「外ヶ浜町」は、町民皆様と安定的な町づくりのため、長くて短かったこの歴史を着実に刻んで参り、今、満10歳を迎えることが出来ました。

そして今、外ヶ浜町には次なる10年、30年、50年が待っています。

町民の皆さんをはじめ、これまで町政運営にご尽力されました関係者の皆さんのご理解とご協力に深く感謝申し上げ、外ヶ浜町合併10周年にあたり、心からお祝いを申し上げます。

町は、これまで、地域間格差の是正、社会基盤の整備、住民サービスの向上、行政改革の推進はもちろんのこと、緊急かつ重要課題にも積極的に取り組み、3地区の調和のとれた活力と、温もりのある町づくりのため、町民憲章を胸に、「協働」の町づくりの推進に努めながら、忘れてはならない東日本大震災を教訓に、町民皆様に満足な行政サービスを受けていただけるよう取り組んできたところであり、合併時に策定いたしました「総合計画」に添って進めてまいりましたまちづくりも軌道に乗ってきていると思っております。

しかし、この間の社会情勢は大きく変わり、町民の安全・安心・平和な町づくりについての見直しも必要となっております。

これからの10年について、「総合計画」の改定にあたり、町民の皆様の声に耳を傾け、その中で合併後10年を振り返り、町内各地域はどうあるべきか、進むべき道を検討して、次の10年への一歩を踏み出してまいりたいと考えております。

私も、外ヶ浜の更なる発展を願う全ての町民から課せられた責任の重大さを痛感しつつも、7千町民の期待に応え、「他に負けない外ヶ浜」の実現に向け、相互の信頼と互譲の精神で成し得た今を感じていただけるよう、地域の活性化を図り、生涯にわたり、生き生きとした人生を送っていただくため、粉骨砕身努力する所存であります。

特に今年は、「地方創生」の元年の年でありますことから抱えていた問題であります、人口減少、少子高齢化対策に最重点施策として取り組むこととなりますが、社会全体が少子高齢化する中で、人口減少に歯止めをかけることは非常に困難であると感じており、この課題に全力を挙げて挑戦し、危機感をもって人口減少の抑制を図り、この地で育った若者がこの地で暮らしてくれる、戻ってきてくれる環境をつくるために、町民主体の町政を推進し、皆様と共に幸せに暮らせる町づくりに向け、引き続き、課題解決のため、保健、医療、福祉、教育、産業振興などに取り組みながら、定住促進対策など、新たな視点に立った人口減少対策のほか、基幹産業の育成に努め、外ヶ浜町を県内外に情報発信する各種イベントにつきましても積極的に実施して行くことと致します。

今後も、町民の皆様と共に、このすばらしい外ヶ浜の「心」を後世に引き継いで行かなければなりませんし、町全体を活性化するためには、地域コミュニティが不可欠であると考えておりますので、それぞれの地域の個性を活かしながら、「協働する生涯学習のまちづくり」のため、地域・町民皆様の積極的な活動も併せてお願いする次第であります。

また、地域の発展に欠かせない道路網の整備では、国道280号バイパス工事が着実に進んでおり、上磯の核となる地域としての産業や観光振興のためにも、県と連携しながら一日も早い開通を願い、今後は、バイパス周辺の開発も検討してまいります。

平成27年3月28日の節目である合併10周年を契機に、さらに絆を深め、これまでの歴史を重んじながら新たな時代へ、そしてさらなる発展へと力強く歩む外ヶ浜町にするため、新たな決意をもって誠心誠意努力を傾けて、職員一同「愛町普遍」の精神で、町議会と両輪で取り組んでいく決意でありますので、今後とも町民皆様のご支援とご協力を賜りながら、さらに10年先、20年先の明るい外ヶ浜町の未来を一緒に築いていくことをお誓い申し上げ、合併10周年のあいさつと致します。

外ヶ浜町が合併した年に生まれた子供たちが　未来の自分と町にメッセージを送ります。

未来への伝言

Message to the future

✲ミライノボクへ✲—To me ten years later—

20才のぼくは、何をしていますか？スポーツをしていますか？それとも、勉強をしていますか？何をしていてもいいので、元気に過ごしていればうれしいです。未来のぼく、がんばれ！

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

10年後には、もっと人が住んでいて、たくさんの店がある町になってほしいです。

三ヵ小学校4年　**伊藤 真之**

✲ミライノボクへ✲—To me ten years later—

20才のぼくは、何をしていますか？ぼくは20才になったら、漁師になりたいです。兄は何をしていますか？野球選手になっていますか？未来のぼく、がんばってください。

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

10年後は、人が多くなって車もたくさん通る有名な町になってほしいです。

三ヵ小学校4年　**伊藤 光星**

✲ミライノボクへ✲—To me ten years later—

未来のぼくは、漁師になっていますか？それとも、レストランで働いていますか？ぼくは早く10年たって、大人になりたいです。車に乗って働けることを楽しみにしています。

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

10年後は、平和でみんなが仲良く協力して暮らせる町になってほしいです。

三ヵ小学校4年　**木村 李龍**

✲ミライノボクへ✲—To me ten years later—

まだ、野球をしていますか？楽天に入って野球選手になっているのなら、未来のぼく、がんばれ。今はまだ野球が下手だけど、未来のぼくは上手になっているのか楽しみです。

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

10年後は、今のまま自然に包まれた美しい町であればうれしいと思っています。

三ヵ小学校4年　**田中 靖人**

✲ミライノボクへ✲—To me ten years later—

20才のぼくは、船に乗ってスルメイカやヤリイカ、マグロをとっていると思います。または、東京の会社につとめて、元気に働いているとうれしいです。がんばれ、20さいのぼく。

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

今よりももっときれいになって、来てくれる人によろこんでもらえる町になっていればうれしいです。

三ヵ小学校4年　**三浦 朋友哉**

✲ミライノボクへ✲—To me ten years later—

プロ野球せん手になっているかな？プロ野球せん手は、球も速くたくさんとれる。おもしろいことがいっぱいある。プロ野球せん手になっていたらがんばってね。

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

みんながえがおで明るい町になってほしい。

平舘小学校4年　**木村 優仁**

✲ミライノボクへ✲—To me ten years later—

10年後の自分も野球がすきですか？野球選手になっていたら、たくさん打って、守って、ボールを多く取ってね。ぼくは巨人に入っているかな？入っていたら、がんばってね。

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

明るく人が多くてにぎやかな外ヶ浜町になってほしい。

平舘小学校4年　**掛村 瑠風**

✲ミライノワタシへ✲—To me ten years later—

わたしはパティシエになってケーキを作っていますか？おいしいケーキを作れていますか？お母さんやおじいさん、おばあちゃん、お兄さんにおいしいと言われてますか？

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

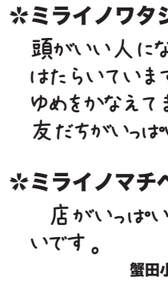
ケーキがおいしくて家族が「素敵な町ね」と言ってくれる町。

平舘小学校4年　**田中 奈々歩**

小学４年生のみなさん、素敵なメッセージありがとうございました。

10年後の成人式で、この広報をみなさんにお渡し出来ればと思っています。過去の自分からの「伝言」に答えてあげてくださいね☆

また、みんなが望んでるような町になれるように、これから10年、町も頑張ります！



✲ミライノワタシへ✲—To me ten years later—

頭がいい人になってください。
はたらいていますか？
ゆめをかなえてますか？
友だちがいっぱいふえていますか？

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

店がいっぱいある町になってほしいです。

蟹田小学校4年　**坂本 心晴**

✲ミライノワタシへ✲—To me ten years later—

今は、山、海、川があってしぜんの町です。10年後のわたしの町、外ヶ浜町はしぜんがいっぱいのきれいな町ですか？かに田小学校はまだありますか？今はすてきな小学校です。

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

わたしは、事けんや事こがない安全な外ヶ浜町になってほしいです。

蟹田小学校4年　**木村 りょう**

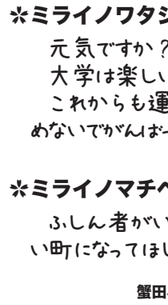
✲ミライノワタシへ✲—To me ten years later—

はたちになっても、元気ですごしていますか？
友だちはいっぱいいますか？

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

けががないように安全な町になってほしい。

蟹田小学校4年　**野口 きらな**



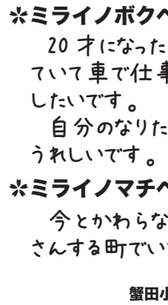
✲ミライノワタシへ✲—To me ten years later—

元気ですか？
大学は楽しいですか？
これからも運動や勉強をあきらめないでがんばってください。

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

ふしん者がいない、安全で楽しい町になってほしいです。

蟹田小学校4年　**對馬　暖**



✲ミライノボクへ✲—To me ten years later—

20才になったら車のめんきょをとっていて車で仕事場に行って仕事をしたいです。
自分のなりたい仕事をしていたらうれしいです。

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

今とかわらない、あいさつをたくさんする町でいてほしい。

蟹田小学校4年　**角田 大翔**

✲ミライノボクへ✲—To me ten years later—

10年後は何をしていますか？ぼくはいま、小学4年生です。友だちは、何人いますか？たくさんだと楽しそうですね。病気にならずに元気にすごしていてください。

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

外ヶ浜町の海がきれいな青い海のままでゴミをすてる人がいない町。

蟹田小学校4年　**田中　創**

✲ミライノボクへ✲—To me ten years later—

大学は行っていますか？
仕事はがんばっていますか？
仕事をがんばってください。

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

あいさつがたくさんできる平和な町になってほしい。

蟹田小学校4年　**舘岡　隆世**

✲ミライノボクへ✲—To me ten years later—

どこの高校に入りましたか？何部に入っていましたか？こうしえんでゆうしょうしましたか？今は何をしていますか？プロ野球に入っていますか？

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

海の水がきれいな町。大きな声であいさつを毎日する町。ゴミがない町。

蟹田小学校4年　**清水 魁晟**

✲ミライノワタシへ✲—To me ten years later—

元気ですか？あと少しではたちになりますね。
仕事はどこかの店の店員さんをしていますか？楽しいですか？

✲ミライノマチへ✲—To town ten years later—

毎日自分からさきに大きい声であいさつをするあいさつのいい町。

蟹田小学校4年　**内村 愛華**

外ヶ浜町合併10周年記念特集

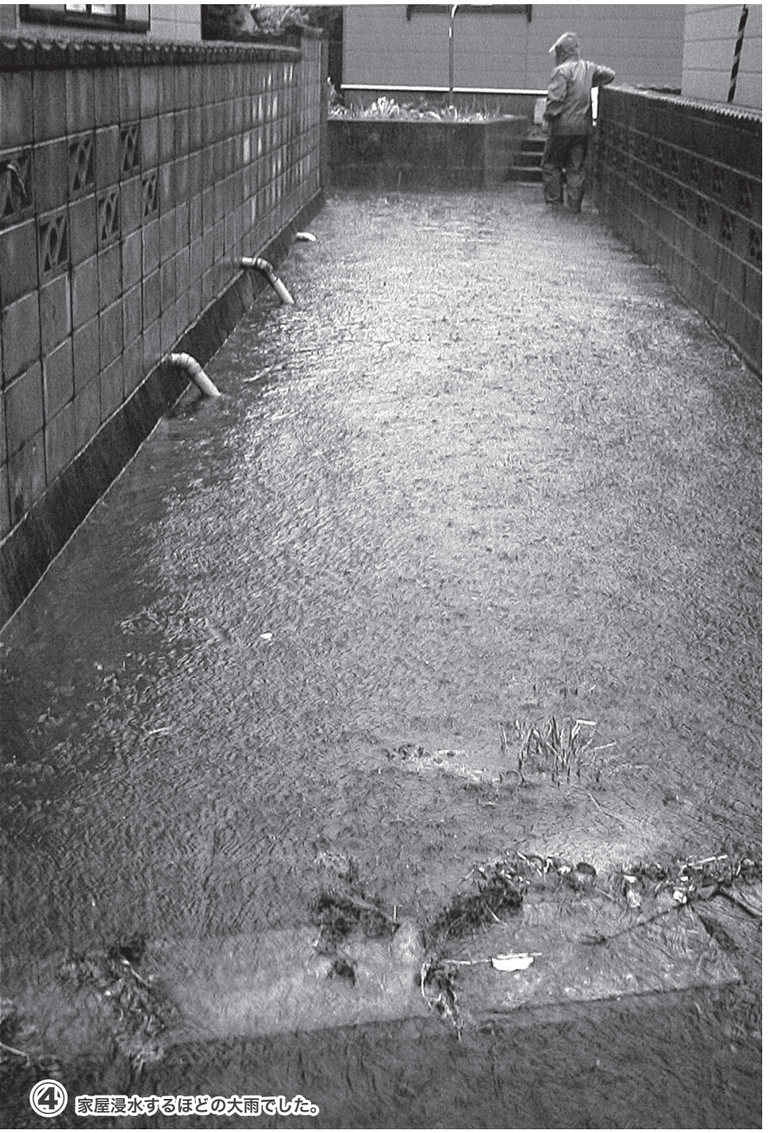
外ヶ浜町 10年の記憶

平成17年3月28日、蟹田町・平舘村・三厩村の三町村が合併し、外ヶ浜町が誕生してから10年が経ちました。
今号では、その10年を振り返ります。

① 職員のお出迎えで初登庁する森内勇町長。

②

③ 三村申吾青森県知事と合流してマグロの売り込み


④ 家屋浸水するほどの大雨でした。

⑤

⑥

平成17年（2005年）	
3月28日	外ヶ浜町スタート。本庁支所で開庁セレモニー開かれる。
4月4日	新町発足後の初議会。議員数は、31名に。
4月24日	初代外ヶ浜町長選挙。（森内勇氏当選）
4月25日	**森内町長初登庁※①**
	ホタテ漁が1キロ150円と好調。
7月1日	**「外ヶ浜町誕生記念式典」に210名が参加。盛大に挙行される※②**
8月21日	川柳家・杉野草兵さん（蟹田上町）が第57回東奥賞記念で、観瀾山に歌碑建立。
9月10日	青函トンネル記念館、開館18年で来場者百万人突破。
9月17日	**津軽海峡産本マグロのブランド化へ。首都圏で売り込み※③**
9月18日	**蟹田地区で大雨被害。降水量157ミリを記録し、50軒の浸水家屋、蟹田川南沢地点では危険水位を超える3・5mまで到達した。平成14年以来の被害※④**
10月1日	三厩小学校創立130周年記念式典が挙行。
11月1日	**平舘小、中学校で完全給食実施。これで外ヶ浜町内小中学校が全て完全給食になる※⑤**
11月24日	**主要地方道鰺ヶ沢蟹田線大平バイパス開通⑥**
11月25日	外ヶ浜町自治会連絡協議会が設立。
12月1日	蟹田・平舘・三厩の社会福祉協議会が合併。

平成18年（2006年）	
2月6日	外ヶ浜町豪雪対策本部設置（蟹田112センチ、三厩117センチの積雪を記録）
3月31日	龍飛埼灯台が無人化。
3月	外ヶ浜町総合計画を策定。

⑤ 今でも多くの来場者がある「港まつり」の記念すべき第1回目。

⑥

②

③ 森内町長のバンザイが印象的でした。

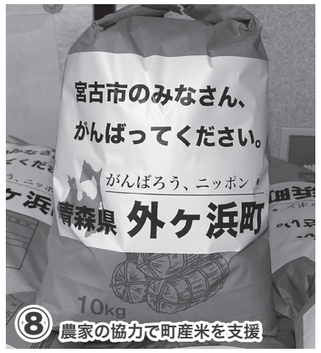
④ 来館者100万人目は修学旅行の生徒

⑪ 開通まで1年となった北海道新幹線の工事はこの年から。

平成18年（2006年）	4月1日	各商工会が合併し、外ヶ浜町商工会になる。
	4月12日	**北海道新幹線の新青森駅～新函館北斗駅間の建設工事中心線の杭打式が行われる※①**
	10月1日	**3地区消防団が統合し、新生「外ヶ浜町消防団」がスタート※②**
	10月14日	平舘中学校創立10周年記念式典が挙行。
平成19年（2007年）	2月25日	町議会議員選挙が、3選挙区に分かれて実施。（定数蟹田6人、平舘4人、三厩4人の14人）
	4月1日	外ヶ浜中央病院にリハビリ棟が完成し、リハビリ外来始まる。
	5月15日	**国道339号浜郷バイパス竣工式※③**
平成20年（2008年）	3月13日	青函トンネル開業20周年記念
	4月1日	町内2保育所の民営化。（蟹田保育所、はまなす保育所が民営化）
	5月4日	津軽海峡三厩美術館が閉館
	5月13日	**青函トンネル記念館の来場者が100万人を突破※④**
	6月	蟹田小、三厩小、蟹田中学校の施設の耐震性不足が判明。
	7月	平舘健康院構想の温泉掘削が平舘根岸湯の沢地区で始まる。
	7月21日	**「港まつり」が蟹田漁港で初めて開催※⑤**
	8月2日	外ヶ浜町縦断ウォーク2008開催（龍飛崎～トップマスト）
	9月30日	青函トンネル天然水を使った純米酒「龍飛」が完成（六花酒造）
	10月24日	蟹田自治協議会設立60周年記念式典
	11月24日	**JR蟹田駅前に安全祈願塔が建立（外ヶ浜地域活性化有志会による）※⑥**
	12月1日	東青4農協が合併し「あおもり農協」へ。
	12月22日	蟹田中学校に地域連携室機能をもった「立志館」が完成。

⑩ マグロ漁の最高重量記録を更新

⑥ 東日本大震災時、日本海側の大津波警報で全町へ避難指示。ピーク時約700人が避難。



⑧ 農家の協力で町産米を支援

⑦ 東北各地から災害派遣者が被災地へ集まった

⑨ 合併7周年記念に来ていただいた吉幾三さん。軽妙なトークで会場は笑いが絶えませんでした。

② 旧三厩スキー場のヒュッテを再利用したウェル蟹

③

⑤ 11月11日11時11分にテープカット

① 津島雄二衆議院議員（当時）も駆けつけて来てくれました。

④ 三厩龍浜地区（全52世帯、全119人）へ避難指示が出た土砂災害

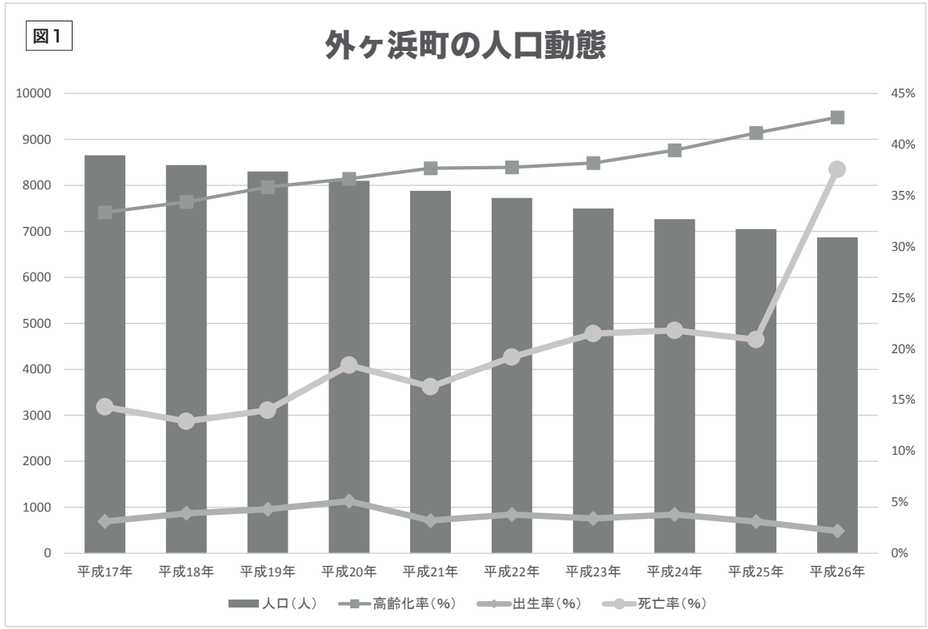
平成21年（2009年）	
2月20日	強い冬型の気圧配置で、蟹田の観測地点で最高の瞬間最大風速40・8メートルを記録。
3月28日	**「龍飛岬観光案内所」のオープニングセレモニー開催※①**
4月1日	うてつ保育園が民営化。これで町内の保育園はすべて民営化される。
9月19日	**「ウエル蟹」がオープン※②**
10月26日	三厩支所が三厩商工会館へ移転、業務開始。
12月28日	平舘支所が移転、業務開始。
平成22年（2010年）	
4月1日	**湯の沢温泉「ちゃぽらっと」がオープン※③**
9月1日	**三厩地区で大規模な土砂災害が発生※④**
11月1日	「グリーンハート外ヶ浜（ごみ焼却施設）」が稼働。
11月11日	**国道280号バイパス（蟹田地区）開通式※⑤**
（2011年）	
3月11日	**午後2時46分頃、東日本大震災（震度7強、M9・0）が発生※⑥**
平成23年	
4月13日	**町職員3名が被災地である宮古市へ災害派遣※⑦**
4月14日	**町長、議員等が救援物資を宮古市へ※⑧**
5月16日	「蟹田地区水産物荷捌き施設」完成。
平成24年（2012年）	
1月13日	「豪雪対策本部設置」（積雪103センチ）
5月26日	**外ヶ浜町合併7周年記念式典※⑨**
6月21日	大平山元遺跡（外ヶ浜）国史跡に。
平成25年（2013年）	
2月19日	「豪雪対策本部設置」（蟹田地区積雪94センチ）
平成26年（2014年）	
11月8日	統合蟹田中学校創立50周年記念式典を挙行。
11月15日	平舘小学校合併20周年記念式典を挙行。
11月25日	**三厩で403キロのマグロが水揚げ。過去最高重量を更新※⑩**

数字で見る町の10年

人口動態

平成19年に超高齢化社会となった日本。外ヶ浜町も例に漏れず、少子高齢化が顕著に。

図1 外ヶ浜町の人口動態



合併当初、約8千7百人あった人口も、10年間で千8百人ほど減り、現在は約6千9百人となっています。（図1参照）

出生率も年によってバラつきがあるものの、平成26年は2%台にまで下がり、死亡率は37%を超え、約3割の方がガンで亡くなっています。

さらに、高齢化率においては、青森県内でも、今別町に次ぐ第2位となっており、平成17年の33%から平成26年には約43%まで上昇しています。

当町だけに限らず、地方にとって、人口減少や、それに伴う超高齢化の流れを食い止める策が見えないのが現状であり、今後の大きな課題と言えるでしょう。

	人口（人）	高齢化率	出生率	死亡率
平成17年	8,653	33.4%	3.1%	14.3%
平成18年	8,442	34.4%	3.9%	12.9%
平成19年	8,304	35.8%	4.3%	14.0%
平成20年	8,101	36.7%	5.1%	18.4%
平成21年	7,881	37.7%	3.2%	16.3%
平成22年	7,726	37.8%	3.8%	19.2%
平成23年	7,499	38.2%	3.4%	21.5%
平成24年	7,264	39.4%	3.8%	21.8%
平成25年	7,048	41.1%	3.1%	20.9%
平成26年	6,871	42.7%	2.2%	37.5%

（青森県統計年鑑より）

農業・漁業

農業は、ほ場整備や営農の組織化で生産性がアップ。漁業においては、マグロ漁の技術向上が市場価格に反映。

続いて、外ヶ浜町の産業から、統計データが出ている農業と漁業のデータをご紹介します。

まずは、農業から。この10年間で国の農業政策はめまぐるしく変化し、農家はもちろん、町や農協などもその対応に追われた10年とも言えるでしょう。

米の生産調整や転作の奨励金などにより、水稲作付面積は平成20年を境に減り続け、平成23年には、合併当初の約6割ほどとなりましたが、新たに飼料米や備蓄米などの交付金制度もあり、平成25年の作付面積は、270ヘクタールまで回復しています。（図2参照）

また、蟹田地区においての大規模なほ場整備が順々に終わり、作業効率の向上などもあって、10aあたりの収穫量が増えてきているのが、明るい材料と言えます。

次に漁業ですが、この10年間の漁獲量および漁獲金額のグラフを見ると、やはり平成23年のホタテ貝の大量へい死による落ち込みが目につきます。（図3参照）

現在、ホタテ貝の出荷額は、町全体の漁獲出荷額の65%を占めている主要品目ですが、高水温による貝のへい死や残さの問題など、喫緊の課題も残されています。

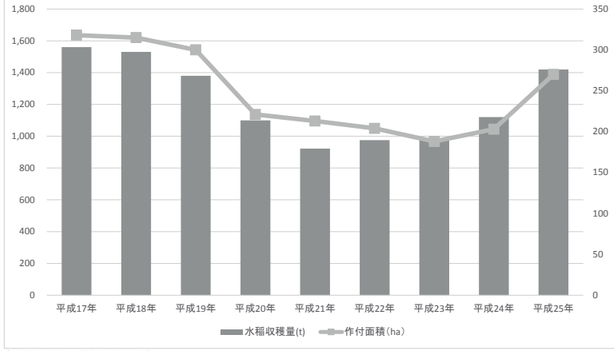
次に、全体の15%を占めているマグロ漁についてです。

漁獲量では、平成20年の154トンを最高に、かなり波があり、出荷額もそれに合わせて変動が大きく、予想以上に不安定な統計データとなりました。（図4参照）

ただ、それでも、平成17年と平成25年を比べると、同じ漁獲量に対し、平均単価は約千円ほどアップ。マグロ漁の課題であった漁獲技術・処理技術の向上が、市場でも評価されてきたのがデータとして表れており、マグロ漁のリスク軽減になっていると思われます。

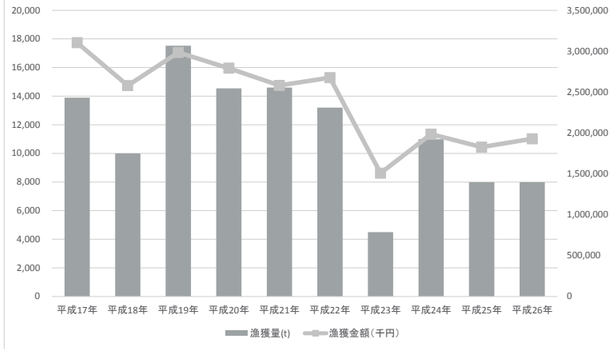
町産業観光課水産担当の伊藤総括班長によると、「漁師全体の底上げが図れれば、まだまだ単価も上がる余地は残されている。」と話しています。

図2 外ヶ浜町の水稲収穫量および作付面積



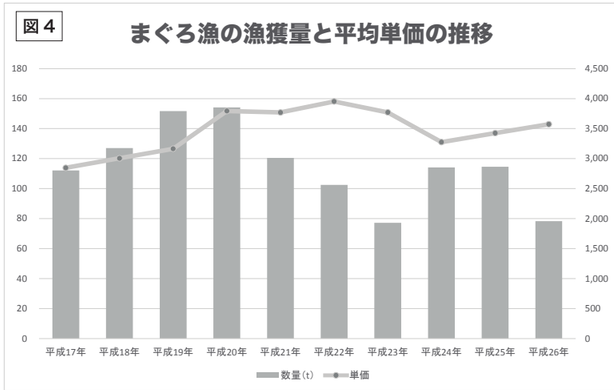
（農林水産省　作物調査より）

図3 外ヶ浜町の漁獲量及び漁獲金額の推移



（青森県海面漁業に関する調査結果書より）

図4 まぐろ漁の漁獲量と平均単価の推移



（青森県海面漁業に関する調査結果書より）

財政

合併したことによる地方交付税の支援措置が終了し、更なる財政健全化が今後の課題。

地方交付税の支援措置が終了

最後に町財政の平成25年度までの9年間をデータで振り返ります。

歳入については、平成21年度のゴミ処理場建設事業による増を除き、10年前とほぼ変わらない財政規模となっています。（図5棒グラフ参照）

ただ依然として、依存財源が8割を占めているなか、合併から10年が経過し、地方交付税の算定基準が通常に戻ることから、今後、段階的に減少が見込まれ、さらに厳しい財政運営が予想されます。

人口減も税収額は維持

皆さんからの税収（地方税）に目を移すと（図5折れ線グラフ参照）、平成19年度の国や県からによる税源移譲での税収増をピークに、人口流出等による税収減が続き、ここ数年は合併当時並みの約5億5千万円ラインで推移しています。ただ、9年前と比べて人口が2千人減っているのにもかかわらず、税収額が維持されているということは、労働世代が根強く税収を支えているものと予想されます。

将来を見据えた財政運営

続いて、歳出を見ていきましょう。

図6は、ここ9年間の主な科目ごとの歳出額の推移です。

図5 外ヶ浜町　歳入決算額（財源別）と地方税の推移

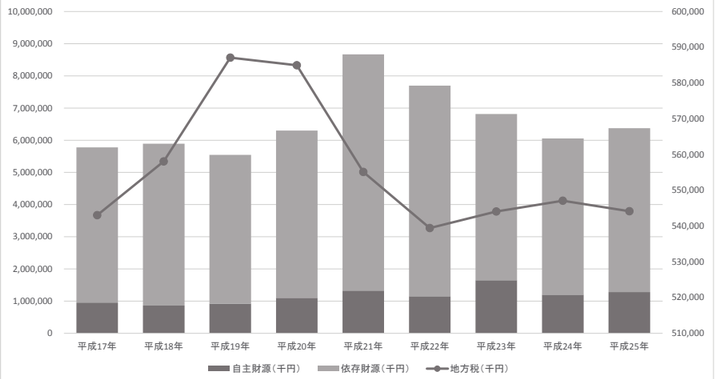
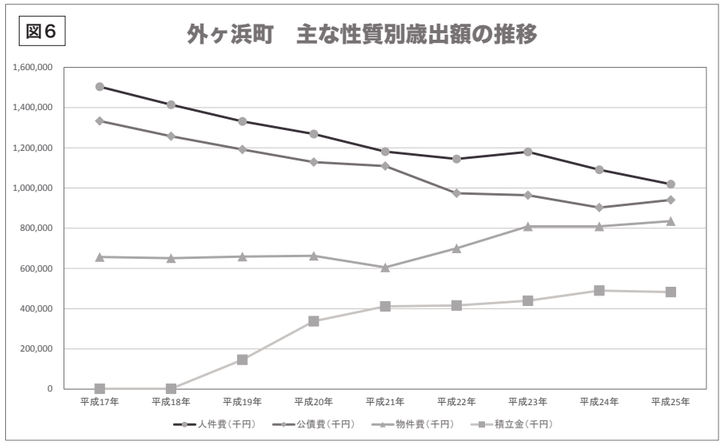


図6 外ヶ浜町　主な性質別歳出額の推移



外科・内科・整形外科
かにたクリニック
院長　石戸谷　孝博
〒030-1303　東津軽郡外ヶ浜町字蟹田5-2
0174-22-2333
FAX 0174-22-2266
往診・訪問診療も行っております。ご相談下さい。
通院の方は送迎バスをご利用頂けます。詳しくはお問合せください

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM8:30～12:00	○	○	○	○	○	8:30↓12:30
PM1:30～ 5:00	○	○	1:30 3:00	○	○	／

休診日　日曜・祝日

図7 外ヶ浜町の起債残高額（借金残高）と積立金残高

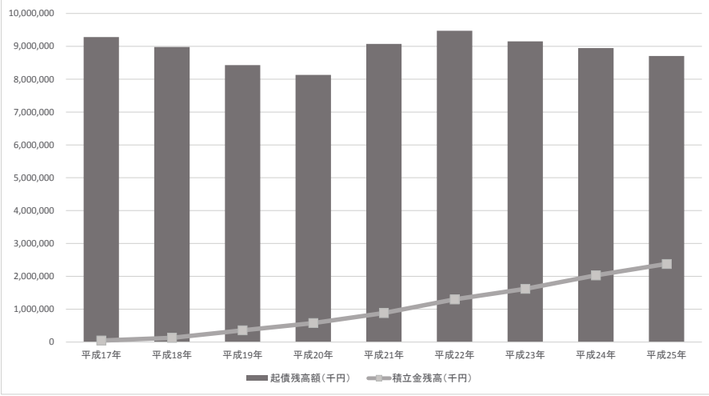


表1

（単位：千円）

	起債残高額（借金額）	積立金残高
平成17年	9,282,731	46,954
平成18年	8,982,173	129,006
平成19年	8,430,081	357,344
平成20年	8,132,588	577,024
平成21年	9,074,593	881,152
平成22年	9,473,160	1,297,916
平成23年	9,152,885	1,618,075
平成24年	8,948,958	2,028,991
平成25年	8,705,252	2,375,726

人件費は、職員の退職等による自然減で約5億円ほど減っています。町職員の定員管理目標にまだ到達していないことから、今後も減少していくものと思われます。

公債費（借金返済額）は、合併当初の約13億3千万円から、9億4千万円にまで下がってきており、積立金（貯金額）は、当初の140万円ほどから、この5年は4億円以上を積み立てることが出来ています。将来を見据えた財政管理が図られてきた効果が出てきていると思われます。

逆に、増加傾向にあるのが物件費です。これは、ガソリンなど、燃料費等の高騰が一番の要因であると考えられます。

更なる財政構造の改善を

次に、町の起債残高額（借金残高額）と積立金残高（貯金額）の推移についてです。（図7・表1参照）

積立金残高額は、合併当初の約4千7百万円から9年間で約23億8千万円まで増えましたが、起債残高額は、ここ数年は減少傾向にあるものの、まだ87億円もの残高が残っていることや、前述のとおり普通交付税の減少見込みを考慮すると安心出来る積立金残高額ではないと言えるでしょう。

今後の課題としては、これまで以上に、積立金の確保や借金を抑えることに努めながらも、財政自体の構造を改善していくことが求められます。

「数字で見る町の10年」、いかがでしたでしょうか？

ひとつひとつの数字はさほど意味を持たなくても、10年間の推移として眺めると非常に興味深いものになりますね。

データ的には、少し寂しくなるようなものも多かったですが、これからまた10年、良い数字が表れてくるような町づくりを、町民の皆さんと一緒にしていけるように頑張りたいです。

Nogiwa Dental Clinic
のぎわデンタルクリニック
院長　神山陽介
☎017-788-4182　※当日の電話予約も、可能な限り対応させて頂きます。
〒038-0058　青森市大字羽白字沢田300-4（県民生協はまなす館向い）

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM9:00～PM12:00	○	○	○	○	○	○
PM1:30～PM8:00	○	○	○	○	○	○

《休診日》日曜・祝日・第2、4土曜・第3木曜午後

町の施策と予算

平成27年度　外ヶ浜町当初予算が可決

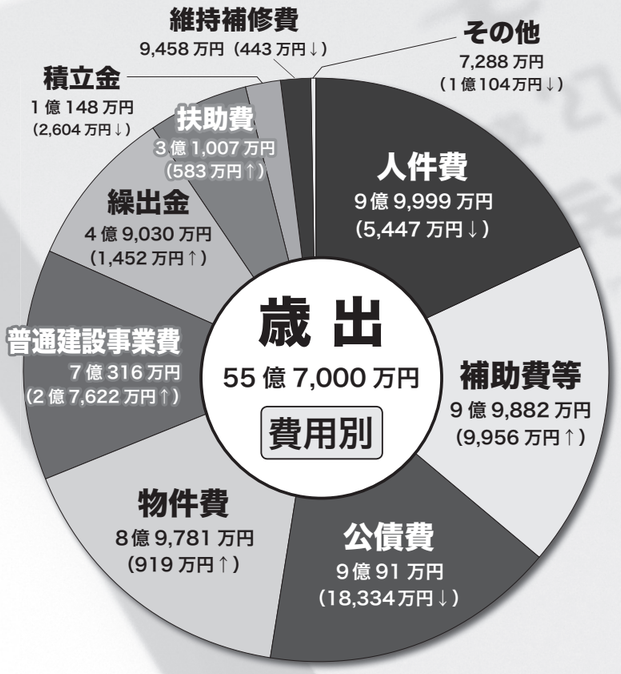
自主財源に乏しく地方交付税に依存した脆弱な財政構造に変わりはないものの「他に負けない町づくり」を基本理念に、合併により生じた地域間格差の是正、行政サービスの向上、町民生活の安心安全の確保等、町が抱える重要且つ緊急課題へ積極的に取り組みます。

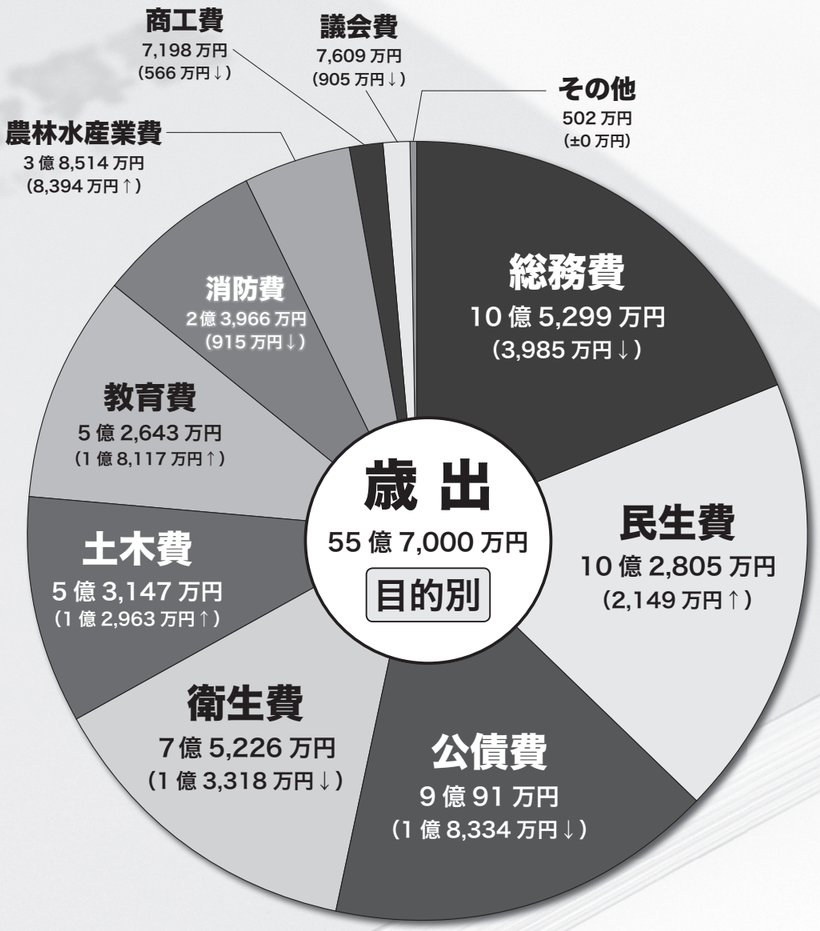
歳入 55億7,000万円（3,600万円↑）

町税	繰入金	県支出金	国庫支出金	町債	地方交付税
4億8,064万円（1,760万円↓）	2億1,900万円（4,445万円↓）	3億4,464万円（2,116万円↑）	4億4,068万円（1億4,935万円↑）	5億8,370万円（3,794万円↓）	31億5,000万円（±0円）
自主財源 16.9%					依存財源　83.1%

- **諸収入**　1億2,742万円（131万円↑）
- **その他自主財源**（分担金・負担金・使用料・手数料）　1億1,222万円（2,994万円↓）
- **その他依存財源**（各種交付金・地方譲与税）　1億1,170万円（589万円↓）

※歳入・歳出ともに四捨五入により、積み上げと合計が一致しない場合があります。





平成27年度外ヶ浜町各会計予算案が3月定例町議会において審議・可決され、**一般会計予算額は歳入・歳出ともに、55億7千万円**と、**前年度当初予算額より3千6百万円の増**という予算編成になりました。

特別会計予算額においては、総額で49億4千11万円となり、前年度より約1億2千万円の増となりました。

地方交付税は前年度同額を計上

歳入予算の約57％を占める**【地方交付税】**は、今年度で合併後10年が経過したということで、国の合併市町村に対する支援措置が終了を迎え、段階的に減少すると見込まれますが、一方で、国が新たに進める「まち・ひと・しごと創生推進」に対応するものや、市町村合併による行政区域の広域化を反映するなど増額要因も考えられることから、前年度と同額で計上することになりました。

【国庫支出金】は、国の農業施策や小中学校施設耐震化に対するものなど**約1億5千万円の大幅増**となりました。

そのほか、**【繰入金】**は可能な限り基金等からの取り崩しをしないように努めた結果、**約4千5百万円減**、町の借金である**【町債】**も**約3千8百万円減**となっています。

また、歳入のうち自主財源である**【町税】**は米価下落の影響により農家所得が大幅に減少すると予想され、町民税等において**1千7百60万円の減**を見込んだ額となっています。

建設事業費が約2・8億円増

次に歳出についてです。まず、**【人件費】**においては、一般職の職員数が退職等により減少したことで**5千447万円減**となりました。

町の借入金返済の経費である**【公債費】**は、対前年度比**1億8千334万円の減**。これは昨年度、一部過年度に借入した町債の借換債を実施したことにより、大幅に減少したことや、蟹田地区カントリーエレベーター建設時の借金が27年度末をもって返済終了となり、返済額も昨年度と比較し約3千5百万円の減少となり、公債費全体の減少に大きい影響となっております。

また、**【扶助費】**は就学援助等の増加により、約3億1千万円で対前年度比**583万円増**となっております。

消防やゴミ・し尿処理等の広域・共同事務に係る広域事務組合への負担金、各種団体及び協議会等に対する負担金や補助金に要する経費である**【補助費等】**は、農地中間管理機構に農地貸付した団体等への協力金が大きく増加し、全体で約10億円、対前年度比**約1億円の増**となりました。

道路整備や箱物建設、漁港整備、治山事業等に要する経費である**【普通建設事業費】**は、ほ場整備、ため池整備事業や学校施設耐震化、高齢者福祉センター改修などで、**対前年度比2億7千622万円増**の7億316万円となりました。

この他、各特別会計に対する**【繰出金】**は、国保に対し増加しており全体で約4億9千万円、**対前年度比1千452万円の増**となりました。

平成 27 年度一般会計当初予算に計上した主な事業

＜普通建設事業＞

（単位：万円）

事　業　名	事業費
高齢者生活福祉センター改修事業	**1,860**
宇鉄漁港漁村再生事業	3,600
県営ほ場整備事業	6,125
県営ため池整備事業	1,824
県営漁港整備事業	3,300
三厩本町地区融雪溝整備事業	5,060
やすらぎ公園改修事業	**1,000**
町道観瀾山公園連絡道路整備事業	5,160
町営住宅建設事業	9,040
各小中学校施設天井等耐震化事業	**10,586**
公民館改修事業	153

＜普通建設事業以外の事業＞

（単位：万円）

事　業　名	事業費
合併 10 周年事業	**608**
合併振興基金積立事業	9,975
エンゼル育成金支給事業	150
小児等予防接種事業	704
各種高齢者用予防接種事業	371
乳幼児医療給付事業（中学校卒業期まで無料化）	1,200
各種健康診査事業（個人負担無料化）	1,100
精密検査助成金（検診後、精密検査受診する方への助成）	**341**
水稲作付農家支援事業	800
多面的機能支払交付金事業（農道・水路等管理する組織への交付金）	**1,306**
ホタテ貝特定養殖共済掛金助成事業	300
奨学資金貸付事業	730
児童生徒就学支援事業	558

※太字は新事業

平成 27 年度 特別会計 当初予算額

（単位：万円）

区　　分	平成 27 年度	平成 26 年度	増減額
国民健康保険特別会計	130,000	118,250	11,750
介護保険特別会計	128,330	126,345	1,985
大字費特別会計	89	89	0
平舘財産区特別会計	100	100	0
根岸財産区特別会計	100	100	0
野田財産区特別会計	100	100	0
下水道特別会計	25,778	34,743	△ 8,965
後期高齢者医療特別会計	8,734	8,869	△ 135
病院事業会計	136,941	144,482	△ 7,541
簡易水道事業会計	63,839	48,492	15,347
特別会計合計	**494,011**	**481,570**	**12,441**

北海道新幹線 新青森～新函館北斗駅 テスト走行へ

平成27年度末に開業予定の北海道新幹線が、土木構造物・軌道・電車線・信号設備の機能確認を目的とした走行試験を開始します。いよいよ開通までカウントダウンですね。

【試験期間】
平成27年4月1日～7月30日
（列車走行試験は45日程度）

【試験区間】
新青森駅～新函館北斗駅
（新青森～奥津軽いまべつ間が主な対象）

【走行速度】
45キロ～260キロ
（低速度から開始し、段階的に速度を上げて設備を確認）

【走行本数】
1往復／日程度

【走行車両】
北海道新幹線用車両（H5系）および新幹線電気・軌道総合検測車（イースト・アイ）

【問い合わせ先】
新青森駅～青函トンネル本州方入口　間
鉄道建設本部
　青森新幹線建設局
☎017―752―8120
青函トンネル本州方入口～新函館北斗駅　間
鉄道建設本部
　北海道新幹線建設局　総務課
☎011―231―3456

より安全・安心な地区を目指して

外ヶ浜町消防団蟹田第8分団に新しい消防車（小型動力ポンプ付積載車）が配備され、3月1日（土）、蟹田第8分団屯所において入魂式が行われました。

また、午後からは、ダイヤモンドホールKIDOで祝賀会が行われ、「この積載車を十二分に活用し、火災の予防・啓発に一層の努力をされ、町民の期待に応えて下さい。」と森内勇町長の来賓祝辞のあと、沼田司区長が「平成元年から26年間活躍した車輌から、最新型で、より安全で使い勝手の良い車輌に更新をしていただきありがとうございました。この消防車両に皆様から魂を入れていただくことで、末永く、外黒山地区の防火・防災に活躍してくれることだろうと期待しています。」とお礼の挨拶が述べられました。

平成27年度　外ヶ浜町職員 組織体制

今年度はこの体制で頑張ります

※太字…異動した職員　(昇)…昇任　(新)…新採用

総務課

参事・課長　宮本 一男

課長補佐　秋田　幸則
(昇)**課長補佐**　**高畑　要**
(昇)**課長補佐**　**北田　信道**
班長　越田　明
班長　細田　幸樹
(昇)班長　佐々木　慎
班長　坂井　克仁
(昇)班長　工藤　良子
(昇)**主幹**　**清水　勝徳**
主幹　長内　忍
主幹　小笠原大倫
主任　蝦名　高
主査　菊地　康文
主事　田中　友子
運転手　蝦名　明
運転手　野藤　広光

税務課

課長　牧野 万作

(昇)課長補佐　木村　衛
(昇)**課長補佐**　**伊藤　広文**
総括班長　木村　学
班長　高森　殖
班長　石田　瞭
主幹　金澤　博之
主事　**藤村　翼**

出納室

(昇)**出納室長・会計管理者**　**秋田 一人**

総括班長　小山内卓子
総括班長　登坂　光春

福祉課

(昇)**課長**　**宮本 祐逸**

課長補佐　小山内里千子
(昇)**課長補佐**　**三浦　和文**
課長補佐　澤谷和香子
総括班長　横山　肇
班長　津嶋　暢
班長　木村勝二郎
主任　三浦　政宗
(新)**主事**　**広海　亘**
主任看護師　三浦久美江
主任保健師　瀧本　深雪
主任保健師　工藤智恵子
主任保健師　掛村香寿美
保健師　對馬　真里
保健師　野口三菜子
保健師　安藤　悦子
保健師　若山　純子
保健師　伊藤加乙里
社会福祉士　木浪　幸恵

学務課

課長　小川 一彦

(昇)**課長補佐**　**平井　恵治**
総括班長　吉田　明美
班長　五十嵐卓子
(昇)班長　清水　浩一
主幹　浜谷　峰安
用務員　小笠原孝子
用務員　武田　朋子
用務員　内村　松子

給食センター

所長　久慈 峰悦

主幹　石田　雅一

産業観光課

(昇)**課長**　**阿部 清幸**

(昇)課長補佐　木村　邦治
(昇)課長補佐　中嶋　純
(昇)**総括班長**　**越田　祐悦**
(昇)班長　石田　孝好
(昇)**主幹**　**高森　洋幸**
(昇)**主任**　**福岡　功輔**
主事　工藤　友美
農業委員会
主幹　木野田晴也

議会事務局

事務局長　**野藤　聡**

班長　笹谷　一人

建設課

課長　三浦 清秀

課長補佐　**蠣崎　真**
(昇)班長　川村　貴文
主幹　金沢　秀幸
主査　高森　俊輔

上下水道管理室

室長　**川村　久**

総括班長　小鹿　将人
主任　東　雅之
主任　長尾　俊之

住民課

課長　福井 順一

課長補佐　最上　祐司
(昇)課長補佐　金沢　富子
総括班長　外崎　文雄
班長　對馬　州剛
主幹　中嶋　淳
主幹　小倉　貴仁
主事　藤澤　雄大
(新)**主事**　**奥本　直輝**

地域支援対策室

(昇)**室長**　**黒田 泰彦**

総括班長　高坂　由一

社会教育課

課長　沼田 修身

課長補佐　三上　豊
総括班長　小川勇一郎
班長・学芸員　駒田　透
主幹　福岡　剛
主査　**正木　秀朋**

中央公民館

(昇)**館長**　**柳谷 隆男**

総括班長　**小笠原智香子**
主任　石岡　大
主任　福士　伸也
主査(再任用)　記田　桂子

平舘支所

地域生活課
(昇)**支所長・地域生活課長**　**山本 浩蔵**

課長補佐　青松　久
(昇)**課長補佐**　**奈良　廉**
班長　三浦　芳恭
主幹　**木村　祥**

平舘教育事務所
総括班長　山本田鶴子

三厩支所

地域生活課
支所長・地域生活課長　小川 幸明

課長補佐　**高宮　洋**
総括班長　伊藤　勝幸
班長　木村　道観
主幹　**若山　大輔**
主任運転手　山田　充了

三厩教育事務所
課長補佐　杣谷　貢

派遣

(社)平舘福祉会派遣
施設長　米谷 重之

外ヶ浜中央病院

院長　秋山 昌希

副医院長　上打田内 雅敏
副医院長　中野 朝子
医員　一戸 雅之
新 医員　北村 知穂
主任薬剤師　幸坂 英明
薬剤師　四戸 貴大
主任放射線技師　小林 明人
放射線技師　松岡 達郎
主任検査技師　白戸 昌俊
偏差技師　吉澤 哲弥
管理栄養士　三浦 光昭
主任理学療法士　安田真恵智
理学療法士　木村 文佳
社会福祉士　尾崎 元美
保健師　大澤 真澄
介護福祉士　笹木美津子
歯科衛生士　石田 有可

総看護師長　工藤 祐子
看護師長　小川 順子
主任看護師　佐々木美智子
看護師　倉谷由紀子
看護師　松岡 千陽
看護師　阿保 則子
看護師　森内美代子
看護師　吉田 春江
看護師　工藤由紀子
看護師　高橋 治美
看護師　石田 早苗
看護師　工藤 歩美
看護師　久慈 良子
看護師　對馬 英子
看護師　小野 潤子
看護師　山下えり子
看護師　黒田 綾子
看護師　小山 由紀
看護師　若山 尚子
看護師　本堂 美幸
看護師　馬場 郁子
看護師　今 幸子
看護師　前田 知江
看護師　越田 里香
看護師　五十嵐あけみ
看護師　加藤 美和

事務長　泉 文人

班　班長　工藤 学
昇 班　主幹　清水由紀子
主幹　小嶋 勝

介護老人保健施設（たんぽぽ）

主任看護師　野口 康志
主幹　木村 美香
主任介護福祉士　長内美恵子
介護福祉士　舘田美由紀
介護福祉士　大科 浅美
介護福祉士　清野 香織
介護福祉士　本谷 文明
介護福祉士　磯野八重子
介護福祉士　高畑菜津希
介護福祉士　高坂 瑞穂
介護福祉士　張山明日香
介護福祉士　越田 優希
理学療法士　葛西 弘司
理学療法士　小鹿 佑斗
介護支援専門員　目時 幸子
介護支援専門員　長谷川 誠

退職者

定年退職　五十嵐和則
定年退職　秋山 政幸
定年退職　福井美保子
定年退職　福井喜美恵
定年退職　森 あつ子
早期退職　福井 洋一
早期退職　木村 悟
早期退職　木村 敦
普通退職　鈴木 聡子
普通退職　豊岡 広康
普通退職　宮本 雅子
再任用満了　五十嵐智子
再任用満了　丸山 光男

☆長い間、お疲れ様でした。

新採用職員

住民課 主事　奥本 直輝

福祉課 主事　広海 亘

東北整認1－6935
RS ハリヤマ
車検・修理・鈑金・塗装・新車
中古車・各種自動車用品販売
武蔵屋さん　至三厩
駐在所　(株)熊谷さん
至蟹田　至今別町内
小鹿産業さん　至平舘
サークルKさん
当店
●月曜日～土曜日 AM8:00 ～ PM6:00
●自宅への引取・納車も対応します。クレジットも取り扱いしています。どうぞお気軽にお電話下さい！
〒030-1502 東津軽郡今別町大字今別字中沢 290-5　代表 張山正人 TEL 0174-35-4055

平館地区は生き心地がいい?!

3月20日（金）、外ヶ浜町総合福祉センター「などわ～る」において、「平成26年度いのちを大切にする健康教室」が行われました。

講師に、和歌山県立医科大学保健看護学部の岡壇（おかまゆみ）氏をお呼びし、「生き心地の良い町～日本で最も自殺の少ない町を調査して～」と題した講演が行われました。

自殺率の高い青森県において、旧平館村は自殺率の低さが周辺町村と比べて突出しており、日本で最も自殺の少ない徳島県旧海部町との共通点、相違点を探り出し、自殺予防対策に役立てようという研究を発表。

研究によると、旧平館村民の特徴として、助けを求めることへの抵抗感が少ないことや、諦めの気持ちを持つことが少ないことが挙げられました。

また、うつ受診率が他の地区よりも高く、うつや精神疾患への偏見が小さいことも、旧海部町と相似していると指摘。

自殺予防対策には、短期的なものより、こころの弾力性や柔軟性を子供の頃から啓発していくことが大事であると講演を終えました。

参加した男性は「とても興味深い内容で勉強になりました。」と語っていました。

10周年記念事業に役立ててください

3月20日（金）、外ヶ浜地域活性化有志会（会長・田中文治）が、役場町長室を訪れ、町合併10周年記念事業に役立ててほしいと、田中文治会長から金百万円の目録が森内町長に手渡されました。

森内町長は「ありがとうございます。10周年記念事業に有効に活用させていただきます。」とお礼を述べ、固い握手を交わしました。

太陽光発電、稼働します。

3月20日（金）、外ヶ浜中央病院に設置された太陽光発電の起動式が行われ、森内町長が発電起動のスイッチを押し、太陽光発電が正式に稼働されました。

以前にもお伝えしたとおり、この太陽光発電により、災害などの停電時にもある程度の電力を確保することが可能になりました。

また、病院待合室には、太陽光発電モニターが設置され、発電量などがわかりやすく表示されています。病院を訪れた時にチェックしてみてはいかがでしょうか。

ホンダ除雪機 HSS766n(JX)
コンパクトなサイズはそのまま、優れた除雪力を発揮。
硬い雪の除雪も軽快にこなす
世界初クロスオーガー搭載。
最大除雪量 42 t/h
除雪幅 60.5 cm
最大投雪距離 15 m

4月末までの予約特価！
メーカー希望小売価格 43万2,000円(税込)
38万円(税込)
（有）本郷農機
■営業時間 8:30 ～ 18:00（年中無休）
■ご相談・修理・販売／各種クレジットも取り扱っております。
〒030-1505 東津軽郡今別町大川平字村元 245-2
☎ 0174-35-2123

サヨナラという「再会の約束」を胸に 僕たち 私たち 巣立ちます！

―平成26年度卒業証書授与式―

平舘中学校７名

3月、町内の各小・中学校で卒業証書授与式が執り行われました。

今年度、卒業式を迎えたのは、小学校34名・中学校39名。

卒業生は、共に過ごした在校生や先生、父母の祝福を受けながら、これから始まる未来への希望と不安を胸に、慣れ親しんだ校舎を背にしていました。

卒業生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。次のステージでも輝けることを期待しています。

蟹田中学校 19 名

蟹田小学校　16名

平舘小学校　11名

三厩小学校　7名

三厩中学校　13名

この美味しさを次の世代へ

3月2日三厩公民館において三厩地区食生活改善推進員会（会長：佐々木千恵子）が会の活動の振興を図り栄養及び食生活改善の効果を発揮するために自主研修会を開きました。

研修会は「次世代に残したい故郷の料理」をテーマに地元三厩産の農水産物をふんだんに使って会の皆さんが調理をしていくと、大変豪華な料理ができあがりました。

この研修会で作った料理を次世代に残していけたらいいですね。

糖尿病予防を実践！「地区けんこう教室」

2月、町内3カ所（などわー る、平舘支所、三厩公民館）において『糖尿病を防ごう！「地区けんこう教室」』（福祉課主催）が開催されました。

教室では、外ヶ浜中央病院三浦管理栄養士を講師に、糖尿病予防のための講話や調理実習、町保健師からは運動実技（ストレッチ・筋トレ・ウォーキング）など、糖尿病予防、改善のための生活習慣改善方法を具体的に学びました。

三浦管理栄養士の話を熱心に聞く参加者（三厩地区）

保健師の運動指導（蟹田地区）

調理実習の様子（平舘地区）

大好評!!
日帰り入浴無料の日を開催いたします!!
平成27年4/19(日) 11:00～20:00（19:00受付終了）
◎青龍の間を休み処として開放します。〈開放時間〉11:00～17:00
お食事処 海峡もぜひご利用ください。
〈営業時間〉11:30～15:00(14:30オーダーストップ)
龍飛崎温泉 たっぴ ホテル竜飛
〒030-1711 青森県東津軽郡外ヶ浜町字三厩龍浜54の274
☎0174-38-2011(代)

惜しかった！外ヶ浜ジャッキーズ☆F

2月21日（土）、「第1回五所川原市体育協会長杯争奪Tボール大会」がつがる克雪ドーム（五所川原市）で開催されました。

Tボールとは、簡単に言うと投手がいない野球のことで、バッティングティーと呼ばれる細長い台の上に置いたボールを打つ低学年用のスポーツです。

今大会も、小学校3年以下の男子と小学校4年以下の女子で編成された12チームが出場し、外ヶ浜町から出場した「外ヶ浜ジャッキーズ☆F」が、決勝では惜しくも一点差で優勝を逃したものの、堂々の準優勝に輝きました。

「外ヶ浜ジャッキーズ☆F」では、メンバーを募集しています。☎22−2111（石田繁義宅）までご連絡ください。

★決勝スコア

チーム名	1	2	3	4	5	計
青森ジャイアンツ	1	4	1	0	0	6
外ヶ浜ジャッキーズ☆F	0	1	3	0	1	5

子供たちの安全を願って

3月18日（水）、牧野勉さん（三厩）が役場教育長室を訪れ、子供たちの交通安全を願って作られた、ミニひょうたんお守りストラップ340個を村田教育長に手渡しました。

十数色とカラフルに仕上げられたこのひょうたんお守りは、ひょうたんの栽培から塗装、仕上げまですべて自作されたそうで、「丸い面に文字を書くのはとても難しい。」と製作の苦労を語っていました。

リフォーム（お墓の建て替え等）、戒名彫刻も致します。
野沢石材
TEL・FAX 0174-22-3123
〒030−1303 東津軽郡外ヶ浜町字蟹田32−2
当店
蟹田郵便局
至平舘
至青森
蟹田駅
白御影石
480,000円～

4月26日(日)は 外ヶ浜町議会議員一般選挙の投・開票日です。

今度の選挙はどういう選挙？

今度の選挙は、**外ヶ浜町議会議員の一般選挙で、4月21日（火）告示、4月26日（日）投票**となります。

今回の選挙において、選挙すべき**議員の定数は11人**です。

私は投票出来るのかしら？

選挙権を有する者（投票できる方）は、次のとおりです。

- **満20歳以上の日本国民であること**
  ※新成人の場合は、平成7年4月27日以前に出生した方
- **引き続き3ヶ月以上外ヶ浜町の区域内に住所を有する者**
  ※転入者であれば、平成27年1月20日以前に転入届をした者

（注）選挙人名簿登録の関係上、4月7日以降に町内で住所を移した場合は、旧住所地での投票となりますのでご了承ください。

また、被選挙権を有する者（立候補できる方）は、「選挙期日現在で満25歳以上の者で、選挙権を有する者」です。

私の住んでる住所だとどの投票所に行けばいいの？

外ヶ浜町議会議員の一般選挙は、**10箇所の投票所（別表）**で投票が行われます。投票時間は全ての投票所で**午前7時から午後8時まで**です。

★各投票区の投票所と対象地区

投票区	投票所	対象地区
第1	蟹田公民館（中町）	本町・中師・外黒山
第2	塩越会館	石浜・塩越
第3	おぐにふるさと体験館	小国・南沢
第4	大平会館	山本・大平
第5	保健センター	平舘・根岸・野田
第6	舟岡コミュニティセンター	今津・舟岡・磯山
第7	弥蔵釜コミュニティセンター	元宇田・弥蔵釜・石崎沢
第8	総合交流促進センター かぶと	東町・増川・桃ヶ丘・新町 本町・中浜・算用師・六條間
第9	ふるさとセンター	藤嶋・四枚橋・釜野澤・元宇鉄 上宇鉄・鐘泊・川梨
第10	椛コミュニティセンター	椛・龍浜・自衛隊

送られてきた入場券を紛失してしまった（汗）もう投票出来ないのかしら？

いえ、入場券が無くても、その場で再発行を受けることにより投票できます。

入場券は、告示日以後、投票日の前日までに有権者に対し郵送により交付されます。投票する際にご持参くださるのが望ましいですが、忘れた場合や、紛失した場合など、入場券が無くても投票はできますので、一人でも多くの投票をお願いいたします。

投票日当日は家族で出掛けたいんだけど…。

投票日当日、仕事やレジャーなどで投票できないと思われる方は、**期日前投票**をご利用ください。

期日前投票の開設日時・場所は次のとおりです。

【開設期間】4月22日（水）から4月25日（土）まで
【開設時間】午前8時30分から午後8時まで
【場　所】蟹田地区の方→外ヶ浜町役場　3階　大会議室
平舘地区の方→保健センター
三厩地区の方→三厩支所　大会議室

投票日当日も期日前投票期間も入院予定なのですが？

入院や出稼等で直接投票が出来ない方には、「不在者投票」により投票することが出来ます。

入院・入所されている場合は、**指定施設であれば、その病院等で不在者投票が出来ます。**不在者投票のできる指定施設かどうか、その施設の担当者にまずお尋ねください。

出稼ぎ等で他の市区町村で投票を希望される方は、「不在者投票宣誓書兼請求書」を外ヶ浜町役場に請求することにより、投票用紙等が送られ、その滞在先で投票することが出来ます。その請求は、本人もしくは代理人（家族・友人・知人でも可）でも請求することが出来ます。

なお、郵送等のやりとりに時間がかかります。お早めに手続きされるようお願いします。

身体に障害があって自宅から動けないのですが？

身体に重度の障害がある方は、条件に該当すれば、自宅等で郵便等による投票ができます。申請の手続きなど、詳しくは選挙管理委員会（☎0174―31―1111）にお早めにお問い合わせください。

★郵便等による不在者投票の対象者

身体障害者手帳	障害名	障害の程度 1級	2級	3級
	両下肢、体幹、移動機能の障害	○	○	
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸の障害	○	—	○
	免疫、肝臓の障害	○	○	○

戦傷病者手帳	障害名	障害の程度 特別項症	第1項症	第2項症	第3項症
	両下肢、体幹の障害	○	○	○	
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸の障害	○	○	○	○

介護保険の被保健者証	要介護状態区分
	「要介護5」

開票は私も観覧出来るの？

はい。有権者であれば、どなたでも開票作業を観覧することが出来ます。

選挙会（開票）は、4月26日（日）午後9時30分から、外ヶ浜町役場3階大会議室で行います。

なお、会場の都合上、参観は先着順とし、参観人席が満員になり次第、入場を制限することがありますので、ご承知ください。

住み良い町づくりのために
皆さんの一票を。

平成19年選挙時のデータ

地区名	有権者数（人）	投票率（%）
蟹田地区	3,286	84.57
平舘地区	1,866	85.26
三厩地区	2,124	87.38

自分の身体、
自分で守ろう！

検診料は無料です。
対象者は受診しましょう。

女性のみなさん、忙しい毎日を過ごしている事と思いますが、身体の健康度をおろそかにしていませんか？

今年度も女性がん検診がスタートします。

自分の健康に自信のある方、なんとなく面倒くさいと検診を敬遠している方、忙しいからと後回しにしがちな方、今一度考えてみてください。

１日で終わる検診を忙しいから・・・と受けないで、病気になったとき、あなたの貴重な時間とお金が治療に費やされる事になってしまいます。

子宮がん健診

20歳以上の町内に住む女性で、去年町の検診を受けていない方が受けられます。

子宮頸がんは、最近、20歳代の発症が増えています。子宮体がんは、40歳代の出産経験がない女性に多くみられます。

いずれのがんも、初期はほとんど症状がみられないので、定期的に検診を受ける必要があります。

※町で実施する検診では、卵巣がん検診も併せて行っています。ドックなどでもなかなか実施していない検査ですので、是非、受診してください。
※卵巣がん検診は、子宮を摘出した方でも受診できますので、受診してください。

【平成２７年度の女性がん検診の日程】

４月17日（金）	野田玉川消防コミセン（平舘）
４月24日（金）	三厩公民館（三厩）
５月　１日（金）	総合福祉センター　などわーる（蟹田）
５月10日（日）	
10月25日（日）	

※事前のお申込が必要です。

乳がん健診

30歳以上の町内に住む女性が受診できます。

30歳～39歳の方は、毎年視触診
40歳以上60歳未満の方は、視触診とマンモグラフィを２年に１度
60歳以上の方は、マンモグラフィのみを２年に１度

＊

！ただし、次の方は受診できません！

- ☑ 妊娠しているまたは可能性のある方
- ☑ 授乳中もしくは断乳後１年未満の方
- ☑ 豊胸手術を受けた方
- ☑ 体の中に、ペースメーカーや医療器具等挿入している方
- ☑ 胸や背中などにわたる外科的手術を受けて間もない方　など

★心配な方は、福祉課までお問い合わせください

【お申し込み先】
外ヶ浜町役場 福祉課（などわ～る内）
☎0174―22―2941（ふくしいちばん）

こども・お知らせ

乳幼児・児童医療費給付受給資格者証の申請・更新について

福祉課では、受給者証の申請・更新手続きを受け付けております。

医療費受給者資格証の有効期限をお確かめの上、外ヶ浜町総合福祉センター福祉課または、各支所窓口で手続きを行ってください。

なお、有効期限の切れる月（誕生月）に、更新申請ができます。また、有効期限の切れている方は、早めの手続きをお願いいたします。※印鑑とご本人の保険証をお持ちになっておいで下さい。

【お問い合わせ】
外ヶ浜町役場　福祉課
（外ヶ浜町総合福祉センター「などわ～る」内）
☎0174―22―2941

【町ホームページからも申請書がダウンロード出来ます。】
トップページの「申請書ダウンロード」→「児童福祉に関するもの」→「乳幼児・児童医療費受給資格証交付（更新）申請書」でダウンロードできます。

予防接種・お知らせ

風しんが流行する時期です！風しん予防接種が無料で受けられます

近年、大人で風しんにかかる方の割合が増えています。

妊娠初期の女性が風しんにかかると、生まれてくる赤ちゃんの耳が聞こえにくい、目が見えにくい、心臓に病気がある等の生まれつきの病気「先天性風しん症候群」という病気にかかってしまうことがあります。

外ヶ浜町では、平成25年から対象となる方に、**風しん予防接種費用の全額助成事業**を行っています。

生まれてくる赤ちゃんのために風しんワクチンの予防接種をご検討下さい。

【対象者】
①妊娠している女性の配偶者及び同居家族
②妊娠を予定または希望している女性（概ね20～40歳程度）
③妊娠を予定または希望している女性の配偶者等
※対象とならない方※
・妊娠している女性（妊娠の可能性のある女性）
・過去に風しんにかかったことがある方
・過去に麻しん風しんの予防接種を２回接種したことがある方

【予防接種の方法】
①役場福祉課・平舘支所・三厩支所の窓口で申し込み下さい。（申請書を準備しています）
②対象となる方には予診票及び町の指定医療機関表をお渡しします。
③希望する町の指定医療機関にご自身で、事前に接種日を予約してから接種して下さい。

【接種費用】
無料（病院窓口での支払いはありません）

【実施期間】
平成27年４月１日～
平成28年３月31日

【お問い合わせ先】
外ヶ浜町役場　福祉課
予防接種担当
☎0174―22―2941

予防接種・お知らせ

成人用肺炎球菌予防接種　助成します

町では、次の方を対象に予防接種費用の一部、４千円を助成します。

この機会に、対象となる方は接種してください。

【接種対象者】
外ヶ浜町に住民登録があり、次のいずれかに該当する方。
①昭和25年４月２日～昭和26年４月１日生の方
②昭和20年４月２日～昭和21年４月１日生の方
③昭和15年４月２日～昭和16年４月１日生の方
④昭和10年４月２日～昭和11年４月１日生の方
⑤昭和５年４月２日～昭和６年４月１日生の方
⑥大正14年４月２日～大正15年４月１日生の方
⑦大正９年４月２日～大正10年４月１日生の方
⑧大正４年４月２日～大正５年４月１日生の方
⑨接種日時点で60歳以上65歳未満の者であって、心臓、じん臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に身体障害１級相当の障害のある方
※いずれも、過去に成人用肺炎球菌ワクチン（ポリサッカライド）の接種を受けたことのある方は対象となりませんのでご注意下さい。
※なお、対象者には郵便で通知いたします。

【接種期間】
平成27年４月１日～
平成28年３月31日

詳しくは、外ヶ浜町役場 福祉課まで
☎0174―22―2941

後期高齢者・お知らせ

4月から平成27年度の後期高齢者医療保険料を年金天引き（特別徴収）する方の「仮徴収」が始まります。

保険料を年金から天引きする特別徴収は、年金支払月である偶数月ごとに年6回で納めていただきますが、保険料は前年の所得をもとに算定されるため、前年の所得が確定する6月以降にならないと年間保険料が決定しません。そのため、引き続き特別徴収（年金天引き）となる方については、原則、**今年2月の年金天引き額と同じ額を、4月、6月、8月の支給年金から仮の保険料を納めていただくことになります。**（特別徴収の額ができるだけ均等になるよう調整する平準化により変わる場合があります。）これを仮徴収といいます。

また、新たに被保険者になった方（75歳到達や転入など）の仮徴収の開始時期は資格取得時期によって異なりますが、事前に特別徴収（仮徴収）開始のお知らせ「仮徴収額決定通知書及び保険料納入通知書兼特別徴収開始通知書」をお送りします。なお、仮徴収額は前年度の保険料のもとに算定されます。

（注1）これまで特別徴収であった方でも、前年度保険料額の極端な変動等で、今年2月に保険料の年金天引きがされなかった方は、一時的に普通徴収となる場合があります。その間は7月に送付する納付書で納めていただくことになります。

（注2）新たに被保険者になった方でも、資格取得時期によっては普通徴収となります。その間は7月に送付する納付書で納めていただくことになります。

【お問い合わせ】
外ヶ浜町役場　住民課
☎0174―31―1222

【特別徴収期別】

仮徴収			本徴収		
（1期）	（2期）	（3期）	（4期）	（5期）	（6期）
4月	6月	8月	10月	12月	2月

※本徴収における各期の保険料徴収額は、原則として7月に確定する保険料年額から、仮徴収された額を差し引き、3回に分けた額となります。

国民健康保険に加入している20歳以上の皆様へ！

―ずーと元気でいたいから、特定健康診査で年に一度の健康チェック―

今年度から**特定健康診査の対象者を20歳以上の方に拡大**しました。無料で受診できますので、ご家族と一緒にぜひ受診してください。

生活習慣病は早期発見が予防の決め手

若いうちから生活習慣病のチェックを！

※平成27年度の特定健康診査の日程等は、毎戸配布される「健康づくりカレンダー」及び4月下旬に保健協力員が配布する「特定健診・がん検診のお知らせ・申込書」等でご確認ください。

補助金・お知らせ

児童福祉の向上を図る活動団体を支援します

子どもたちの健全な育成を図るため、地域住民の積極的な参加による地域組織団体の活動を支援します。

【地域組織団体とは】
・児童をもつ保護者等が主体となって活動する自主的な団体等（地区子ども会等）
・1つの組織の会員は、概ね30人以上。
・地域組織には、会員の互選により、会長、副会長、委員等の役員を置き、その運営は会員の協議により行う。
・地域組織の活動は、児童厚生施設やその他の公共施設と連携をもつ。
・地域組織は、政治上または宗教上の組織に属さない。
・地域組織は、その収入及び支出の状況を常に明確にしておく。

【補助金額】一団体**6万円**。

【活動内容】
児童の健全な育成を図るための次の活動です。

①親子及び世代間の交流、文化活動
「家庭の日」を設けたり「こどもの日」や「敬老の日」などを利用し、親子やお年寄りとの交流を図る。野外での交流活動、読書会、映画会等の文化活動

②児童養育に関する研修活動
児童の発達上の特徴や留意点、家庭でのしつけ、安全養育、地域での児童健全育成の向上に関する研修会など開催又は参加

③児童の事故防止等活動
遊び場の遊具の点検や巡回、交通安全や非行防止活動、犯罪の被害から守るための奉仕活動等）

④その他児童福祉の向上に寄与する活動

【申請について】
組織（会長等の役員名や会員名）、事業計画書（活動内容、収支予算書）等の申請書等の参考となる様式もありますので、お問い合わせください。

【申請期限】平成27年4月30日

【申込場所】
外ヶ浜町役場福祉課（なびわーる内）
又は各支所地域生活課

【問い合わせ先】
外ヶ浜町役場　福祉課
☎0174―22―2941

税・お知らせ

確定申告が間違っていたとき

◉税額を多く申告していたとき
法定申告期限から5年以内（平成23年分以降）に「更正の請求」をして正しい税額への訂正を求めることができます。

◉税額を少なく申告していたとき
「修正申告」をして正しい税額に修正するとともに、新たに納める税額は、修正申告書を提出する日までに、延滞税と併せて納めてください。
なお、新たに加算税が賦課される場合があります。

◉確定申告を忘れていたとき
申告の必要があるにもかかわらず、確定申告をしなかった場合には、できるだけ早く申告してください。
なお、新たに加算税が賦課されるほか、延滞税を併せて納付しなければならない場合がありますので、ご注意ください。
詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。
http://www.nta.go.jp

税・お知らせ

相続税法等の改正のお知らせ

平成27年1月1日以後に相続又は遺贈により取得する財産に係る相続税について、次のとおり改正が行われました。

①遺産に係る基礎控除額が引き下げられました。
②相続税の最高税率を50％から55％に引き上げる等、税率構造の見直しが行われました。
③未成年者控除や障害者控除の税額控除額が引き上げられました。
④小規模宅地等の特例の適用対象となる宅地等の面積等が変わりました。

詳しい内容は、国税庁ホームページの「相続税及び贈与税の税制改正のあらまし」をご覧ください。
【http://www.nta.go.jp/shiraberu/ippanjoho/pamph/sozoku/aramashi/index.htm】

税・お知らせ

国税の振替納付日と期限内に納付できなかった場合

平成26年分確定申告の所得税及び復興特別所得税の振替納付日は、平成27年4月20日（月）で、消費税及び地方消費税の振替納付日は、平成27年4月23日（木）です。

所得税や消費税などを期限内に納付できなかった場合や、振替口座の残高不足等で振替できなかった場合には、法定納期限の翌日から納付の日まで延滞税がかかります。

延滞税の計算方法など詳しい内容は、国税庁ホームページをご覧ください。
http://www.nta.go.jp

第6期介護保険事業計画・高齢者福祉計画を策定しました。

要介護者等を社会全体で支援する仕組みとして、介護保険制度が平成12年4月から始まりました。

介護保険制度の施行後サービスの基盤は急速に整備され、サービス利用者は確実に増加するなど、介護保険は高齢者を支える制度として定着するとともに発展してきました。

本町では、より適正な介護サービス水準や保険料算定などをめざして、平成27年度から平成29年度までの「第6期介護保険事業計画・高齢者福祉計画」を策定し、高齢者施策の総合的な推進をめざします。

計画の基本理念

健やかに安心して暮らせるふれあいのまちづくり5つの基本方針

①個人の尊厳
②介護予防
③サービス総合性と公平性
④居宅サービスの重視
⑤高齢者の自立支援に向けた地域ケア体制の構築

高齢者の現状と将来推計

本町の人口の推移をみると、年々減少し続けている一方で高齢者の人口は増加しています。

平成27年の高齢化率は42・2%となっており県平均の27・9%を大きく上回っております。

また、平成29年度には高齢化率は45・5%になると推計されます。

介護給付費の状況と推計

要介護認定者は、平成24年の615人から平成29年には647人とほぼ横ばいに推移するものと推計されますが、介護給付費全体を見てみると、平成24年度の約10億8千万円から平成29年度には12億4千万になるものと推計されます。

6期計画期間中（3年間）の推計では約36億4千万円の給付費が必要となります。

【表1】　現行基準額　5,890円

所得段階	調整率	対象者	年額保険料
第１段階	基準額の50%	生活保護受給者老齢福祉年金を受給している方で住民税非課税世帯	35,340
第２段階	基準額の50%	住民税非課税世帯かつ、高齢者本人の年金収入が80万円以下であって、年金以外に収入のない人	35,340
第３段階	基準額の75%	住民税非課税世帯 第２段階に該当しないもの	53,010
第４段階	基準額	住民税世帯 課税で本人住民税非課税者	70,680
第５段階	基準額の125%	本人住民税課税者 前年の所得金額が190万円未満の人	88,350
第６段階	基準額の150%	本人住民税課税者 前年の所得金額が190万円以上の人	106,020

【表2】　新基準額　6,470円

所得段階	調整率	対象者	年額保険料
新第１段階	基準額の50%	生活保護受給者 または住民税非課税世帯（課税年金収入等が80万円以下）	38,820
新第２段階	基準額の75%	住民税非課税世帯（課税年金収入等が80万円超～120万円以下）	58,230
新第３段階	基準額の75%	住民税非課税世帯（課税年金収入等が120万円超）	58,230
新第４段階	基準額の90%	住民税世帯課税で本人住民税非課税者（課税年金収入等が80万円以下）	69,876
新第５段階	基準額	住民税世帯課税で本人住民税非課税者（課税年金収入等が80万円超）	77,640
新第６段階	基準額の120%	本人住民税課税者（本人所得が120万円未満）	93,168
新第７段階	基準額の130%	本人住民税課税者（本人所得が120万円以上）	100,932
新第８段階	基準額の150%	本人住民税課税者（本人所得が280万円未満）	116,460
新第９段階	基準額の170%	本人住民税課税者（本人所得が280万円以上）	131,988

保険料算定に影響を与える要因

◉第1号被保険者負担率の改正【21%→22%】
◉介護報酬の改定（2・27%の引き下げ）
◉一定以上所得者の利用者負担の見直し（2割負担へ）
◉介護保険料設定の6段階から9段階への見直し
◉介護給付費準備基金の取り崩し

第6期介護保険料

第6期計画期間中の約36億4千万円の22%（約8億円）を第1号被保険者のみなさんが所得に応じて介護保険料として負担することになります。推計される所得段階で基準額を試算した結果基準額は**6470円**となりました。（表2参照）

4月からは低所得者の負担軽減のために国・県・町が負担して調整率の低減を行うこととなっております。

また、平成29年度には消費税を財源とした負担軽減も予定されております。（表3参照）

詳しくは外ヶ浜町役場福祉課介護保険担当（☎0174－22－2941）までお問い合わせください。

表3【低所得者の負担軽減】

年　月	所得段階	調整率	軽減額
平成27年4月	新第1段階	基準額の0.45%	34,938
平成29年4月予定	新第1段階	基準額の0.3%	23,292
	新第2段階	基準額の0.5%	38,820
	新第3段階	基準額の0.7%	54,348

はじめまして3歳になりました

2012年4月生まれ

青松　明毅（めいき）くん
2012.4.19生・蟹田中師

小川　菫（すみれ）ちゃん
2012.4.24生・蟹田中師

※名前横のQRコードをスマートフォンや携帯電話などの専用リーダーで読み込むと、その写真の**カラー版がダウンロード**できます。

HEALTH INFOMATION 健康情報

～心も身体も いきいき健康～

健康アドバイス

【今月のテーマ】

発達障がい　検索

発達障がいについて…地域みんなで できること

毎年４月２日は「世界自閉症啓発デー」また、４月２日から４月８日は、「発達障がい啓発週間」であることをご存じですか？

今回は「発達障がい」について取り上げます。

♣ 発達障がいとは何か ♣

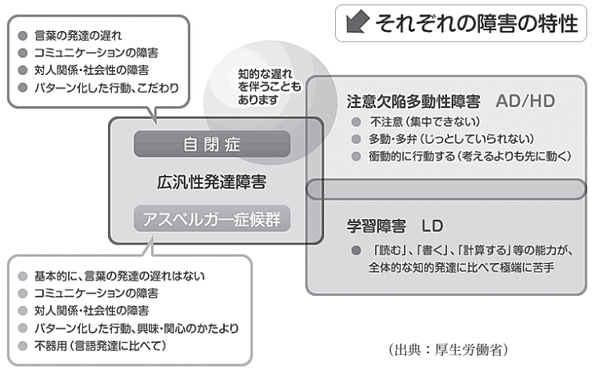
発達障がいは、脳機能の発達が関係する生まれつきの障がいで親のしつけや育て方・環境等によって起こるものではありません。

コミュニケーションや対人関係をつくるのが苦手で、周囲からは「変わった人」「困った人」と誤解され、敬遠されることも少なくありません。日本の自閉症発症率は 100 人に１人と言われ、ごく普通に社会で生活しています。

このようなコミュニケーション・社会性に関する発達障がいの総称を「広汎性発達障がい」と言い、主な障がいの特性（図１を参照）により、「自閉症」や「アスペルガー症候群」等があります。

症状は複数の障がいが重なって現れることもあれば、障がいの程度や年齢（子どもか大人か）、生活環境なども影響し多様です。

図１



（出典：厚生労働省）

♣ 私たちができること ♣

ひとりひとりの特徴に応じて配慮・支援することが大切です。ここでは、発達障がいの人に接するときのポイントをご紹介します。

☑目でみてわかる視覚的な情報を提示して説明する
☑説明や指示は短い文で。一度にたくさんのことは言わず、順を追って具体的に話す。
☑空気を読むことや暗黙の了解が理解できないため、善悪やルールは、はっきりと具体的に教える
☑できたことをほめ、あたたかく見守る

広汎性発達障がいの人達の立場にたって、その行動や態度や意味を理解し、お互いに「共生」を目指す社会、みんなにとって暮らしやすい社会を目指してゆきたいものです。

♣ 家族が心身ともに病むこともある ♣

発達障がいの方々にとって、家族はよき理解者であり支援者です。

医学用語ではありませんが「カサンドラ愛情剥奪障害」があります。アスペルガー症候群の家族やパートナーが当事者とのコミュニケーションがはかりにくいため、わかってもらえないことから自信を失う・他者に相談しても理解されにくいため心身ともに苦痛が生じることを言います。

家族が全て抱え込みすぎないよう、家族が元気でいることが重要な支援になります。

♣ 悩んだら、まずは相談してみましょう ♣

発達障がいは本人を責めても解決にはなりません。接し方について、悩み・苦しんでいる保護者やパートナーもいるかもしれません。「おかしいな」「もしかして？」と感じたら、相談してみませんか？

幼児期などの早い時期から、社会で生きにくさを軽減するようなサポート・療育支援が現在全国的に活発になってきています。

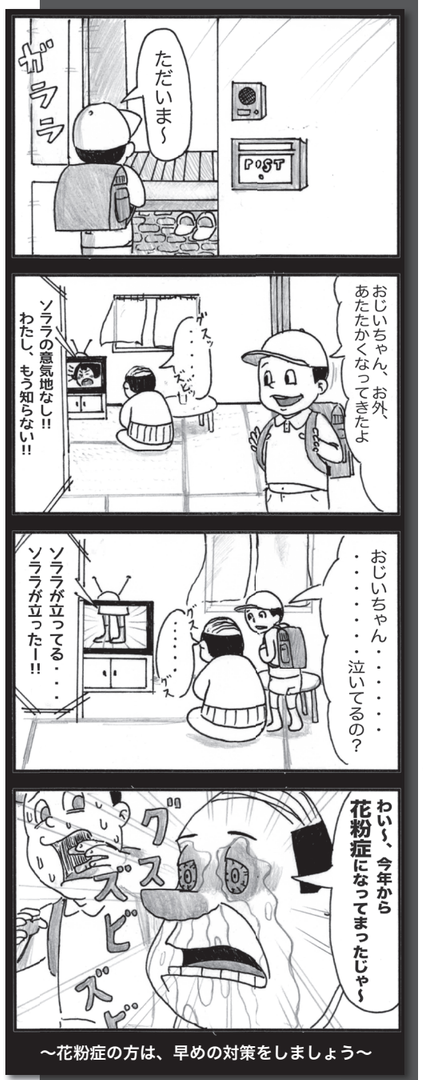
電話相談先：役場福祉課 保健師（などわ～る内）　☎ 0174―22―2941（ふくしいちばん）**（午前８時 15 分～午後５時・土日祝日を除く）**

健康四コマ漫画　その61

モッケな はま夫さん

作：アンドゥー／絵：藤澤厩舎

春風とともに・・・



～花粉症の方は、早めの対策をしましょう～

※このまんがはフィクションです。実在の人物、団体等には一切関係ありません。
※タイトルの「もつけ」は、標準語で「愛すべき馬鹿」と伊奈かっぺいさんが訳しています（笑）

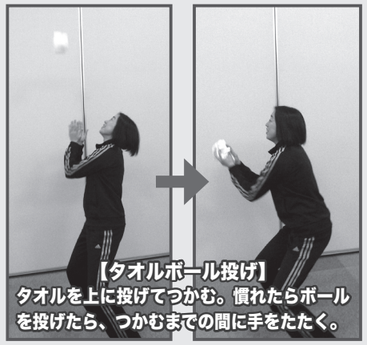
家庭でできる筋力トレーニング

運動しよう！ Let's Exercises 57

～身近な道具で楽しく運動～

★タオル体操⑩　～タオルお手玉・ボール投げ～

【タオルお手玉】
タオルを落とさないように手のひらや手の甲で弾ませる。



【タオルボール投げ】
タオルを上に投げてつかむ。慣れたらボールを投げたら、つかむまでの間に手をたたく。

【頻 度】
いつでも、どこでも、タオルを見かけたら？

【効 果】
バランス力、瞬発力、反射神経・全身運動

【ポイント】
転倒しないようにバランスをとる。

【注　意】
❗動かす部分等に痛みのある場合は、痛みが出ない程度に行いましょう。
❗主治医をお持ちの方は相談の上、
体調に合わせて、無理のないように行いましょう。

楽しみながら頭の体操 vol.12

Let's 脳トレ

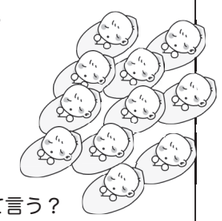
◎今月のテーマ：なぞなぞで脳が若返る！？かも

①背の高い医療器具って何？
＜ヒント＞背が高い・・・つまり

②人の体の中にあるもので、正常なのに悪いような名前のものって何？
＜ヒント＞不具合があることをなんていう？

③「まみむねも」これって何？
＜ヒント＞入れ替わっている文字は？

④赤ちゃんがたくさんいる国ってどこだ？
＜ヒント＞１歳前の子どものことは、なんて言う？



←答えはこちら

★脳トレの答え★
①聴診（長身）器　　②血管（欠陥）
③めがね（メが無い）
④ニュージー（乳児）ランド

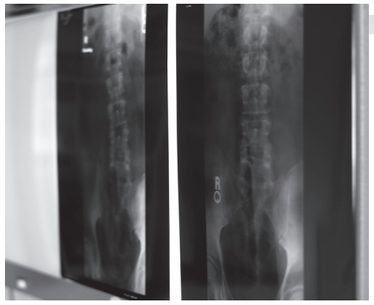
ラウンドドクターS

－あなたの健康 サポートします－

外ヶ浜中央病院から、病院の最新情報や健康のアドバイスなどを紹介するコーナーです。

文責：外ヶ浜中央病院
放射線科
（☎0174-22-3450）

外ヶ浜中央病院 放射線部門では、どのような検査が出来るのでしょうか？



一般撮影検査

エックス線を診たい部位にあてて、身体を通過した情報から疾患や骨折の有無を調べる検査です。

胸や腹、骨などの撮影を総称して『一般撮影』といいます。健康診断の胸部撮影や、骨の撮影などでおなじみの、いわゆるレントゲン検査です。

Ｘ線を用いて痛みを感じることなく、体の中の様子を調べることができ、全身の様々な部位の撮影を行うことができます。病変や骨折などを診断しやすくするため、いろいろな方向から撮影し診断します。

ＣＴ検査

『ＣＴ』とは、Computed Tomography（コンピュータ断層撮影）の略です。

Ｘ線を身体の 360° 方向から当て、透過してきたＸ線を収集します。それをコンピュータで処理し、身体を輪切り（横断像）にした画像を得る事ができます。

断層像により病変の位置、形状、大きさ、周辺臓器との関係を把握することが容易になり、これにより身体の中の様子をより詳しく検査することができます。通常の胸部や腹部の一般撮影では見つけにくい小さい病気や、微細な変化を見つけることが可能です。

Ｘ線 TV 透視検査

Ｘ線を用いて体内を透視し、その様子を TV モニターで観察しながら撮影する検査です。 造影剤などを使用して、食道・胃・大腸といった消化管などの透視検査や、各チューブの挿入・交換や神経根ブロック、関節の整復などを行います。

骨密度測定

骨密度測定では、骨の丈夫さ、硬さを知ることができます。測定時間は１分程度、椅子に腰掛けて、利き腕とは反対の腕を装置に置いていただくだけの簡単で手軽な検査です。痛みなどはありません。得られた測定値は、性別・年齢の標準値と比較します。

骨粗鬆症の予防と早期発見のために、骨密度測定を受けられることをお勧めします。

眼底検査

眼底は体の中で唯一外から血管の見える部位です。

血管の走行を見ることで、高血圧、高脂血症、糖尿病の血管への影響、動脈硬化の程度などを知ることができます。

本と出会う

公民館おすすめ図書

『 昆虫の生態図鑑 』

岡島 秀治　増補改訂版監修

今回紹介する本は、学研の「大自然のふしぎ」シリーズより、『昆虫の生態図鑑』です。

＊

積もっていた雪も消え、すっかり春の足音が聞こえるようになりました。これから暖かくなるにつれ、冬眠から目覚めた生物が次々と活動を開始します。

昆虫もその一つ。チョウやバッタなど、これから目にすることも多くなるでしょう。

でも、昆虫はその見た目から気持ち悪がられることの多い生物。特に近年はその傾向が強いようで、あの「ジャポニカ学習帳」の表紙に使われなくなってしまったほど。見た目だけでここまで嫌われてしまうなんて…とても優れた生態と、ユニークな特技を持っていて、面白い生物だというのに…。

そう、昆虫はとても面白い生物なんです！それをたくさん紹介しているのが、この『昆虫の生態図鑑』。昆虫のからだについての解説から始まり、「ミツバチの結婚飛行」や「アメンボの水を使った交信」、「ホタルの光る理由」など、様々な昆虫の行動や生態についての謎と、その科学的でユニークな理由が明らかにされています。

そうした昆虫の生態は医療や工業の分野で研究・応用され、実は人類にかなり貢献しています。見た目こそ特異なため敬遠されがちですが、進化においては人類の大先輩である昆虫。その生態を、じっくりと見つめてみませんか？

＊

中央公民館では、このほかにも様々な図書がたくさんありますので、是非ご利用ください。

外ヶ浜町中央公民館　☎２２－３１７５

外ヶ浜町 ALT（英語指導助手）フランクの

英会話教室はじまるよ！

ふれあい講座の「英会話教室」が、４月から蟹田公民館で開催されます。

講師には、外ヶ浜町ＡＬＴのフランシスコ・エミリオ・サンタアナ先生（フランク先生）を迎え、月２回楽しいレッスンを受けられます。

内容は英会話だけではなく、アメリカの文化や伝統を学んだり、アメリカの玩具で遊んだり、フランク先生の生まれ育ったフロリダ州についていろいろ教えてもらったり、料理を作ったり…と、幅広くたくさんのことを学べるように、様々なテーマを用意しております。

参加者の年代層も幅広く、小さなお子さんも大人に混じって、楽しそうにレッスンを受けていますよ☆

「英会話教室」は、アットホームな雰囲気で異文化交流と世代間交流のできる良い場所ですので、ぜひお越し下さい。

４月の日程とテーマは、こちら↓

公民館ふれあい講座
フランクーと一緒に楽しく英会話
英会話教室

【４月のテーマ】

「おれ（フランク）の歴史」
４月 13 日（月）蟹田公民館 18:30 ～ 20:30

「めざせ！英語を話せる日本人!!(超入門編)」
４月 27 日（月）蟹田公民館 18:30 ～ 20:30

（※内容によっては、会場が中央公民館になることもあります。）

なお、５月以降の日程とテーマは、今後も『広報そとがはま』の方で予告掲載します。

お申込み・お問い合わせは、外ヶ浜町中央公民館へ☎ 22-3175

縁日だよ！全員集合

われら！学校特命記者

二月二十三日に、「縁日だよ！全員集合」がありました。これは、六年生が卒業プロジェクトの一つとして考えたイベントです。「スーパーボールすくい」や「つり」、「バルーン作り」など、縁日でおなじみのお店を学校の中で再現しました。

五・六年生が、二人で一つのお店を担当しました。私たちのクラスは複式の学級なので、準備は五年生もたくさん手伝ってくれました。

スーパーボールすくいでは、たらいに水を入れ、金魚すくいの時に使う道具を使って、スーパーボールをすくいました。低学年の子どもたちがとても上手にすくっているので、びっくりしました。

輪投げは、九つのコーンに輪を入れていくゲームで、縦、横、ななめでビンゴができたら、抽選券を一枚もらえます。この抽選券がもらえたら、ガラポンを回すことができるので、とても人気のゲームでした。お店を出していると、

「楽しかった。またやりたいなあ。」

と言ってくれた人がたくさんいました。この言葉が一番うれしかったです。全校で遊ぶことができた「縁日だよ！全員集合」は私たち六年生にとっても心に残る卒業プロジェクトでした。

今月の特命記者

三厩小学校　6年（3月時）

赤平（あかひら）　麗紋（れもん）

われら！学校特命記者

SCHOOL REPORT No.88

「われら！学校特命記者！」は、町内の小・中学校から特命を受けた記者の皆さんが、学校生活の様子などを紹介するコーナーです。

広報そとがはま

ごゆにあ柳壇

題「朝」

天位

朝おきるわたしの頭はからっぽだ

三厩小4年　小林 芽衣

【地位】

冬の朝夢の中ではおきている　蟹田小5年　木村 涼香

【人位】

朝ぎりに一人ぽつんと立っている　蟹田小5年　清水 琉聖

【五客】

カーテンを開けると朝の始まりだ　蟹田小5年　坂本 真椰
朝日には皆の知らない顔がある　蟹田小6年　清水 悠斗
太陽がおはようさんとおこしたよ　三厩小5年　田中 杏実
あさのとりちゅんちゅんあさをおしえるよ　三厩小1年　伊藤ことり
ねぼけながらきがえをしたらプリンセス　三厩小2年　浜谷 梨緒

【佳作】

朝おきる目ざましどけいがおこってる　三厩小5年　赤平 怜
休日の朝はいつも早起きだ　蟹田小5年　高畑 樹希
鳴いてるよ小鳥が朝をむかえてる　蟹田小3年　木村りょう
あさのうみきらきらわらってきれいだね　三厩小1年　伊藤みゆう
朝にねあさがおさけばうれしいね　蟹田小5年　中村 胡美
ありがとう朝日はみんなをてらしてる　平舘小2年　小笠原けいな
目玉やき朝の太陽おいしいな　蟹田小5年　尾野 彩空
朝おきて新しい世界まっている　三厩小3年　伊藤 光星
朝日はねぼくに元気をくれるんだ　蟹田小3年　角田 大翔
わたしの朝教室はいってたいくかん　三厩小2年　伊藤 楓徠
ねむくてもごはんをたべると目をさます　平舘小2年　田中 僚
朝6時ごはんのにおいでめざめるよ　三厩小4年　東 心羽
キラキラと光る朝つゆまぶしいな　三厩小2年　柳谷 颯良
朝ドラが終わるころには卒業だ　蟹田小6年　佐々木秀弥
はやおきでごはんもりもりいい気分　平舘小2年　中村 洸太

【軸吟】

※軸吟…選者が同じ題で詠んだ句。

とんがった声にも朝はやって来る　熊谷 冬鼓

選評

おかじょうき川柳社　熊谷 冬鼓

◆朝はみんな忙しい。集まった句からそんな様子が感じられました。早起きな子、起こされてもまた寝てしまう子。歯みがきしてご飯食べて、元気に学校に向かう様子が目に浮かびました◆人位の句。何かあったのだろうかと想像させる句です。晴れた朝だと気持ち良さそうですが、霧の朝なのでふだんと違うと感じたのでしょう。いつもと違う事をみつけて句にしたのはお手柄です。「朝ぎり」がこの句のポイントですね◆地位の句。寒いとなかなかフトンから出られない。眠くて起きられない。そんな句が何句かありましたが、この句は寒いとか眠いとか言わないで、起きないといけないのにできない気持ちをうまく表現してくれました◆天位の句。今回「朝おきる」「朝がきて」で始まる句が半数くらいありました。その後には歯みがきする、顔あらう、ごはん食べる、おはようと言う、とつづく句が大部分でした。そんな中で芽衣さんの句は目が覚めたときのすっきり感を「からっぽ」という言葉で表現してくれました。今日という新しい一日が始まるよという気持ちがすとんと伝わってきました。あれ？と感じたことや何だろうと思ったことを句にできるように、いつものことから一歩すすんで考えてみましょう◆

広報そとがはま No.121
平成27年4月2日発行 ■発行 青森県東津軽郡外ヶ浜町
〒030-1393 青森県東津軽郡外ヶ浜町字蟹田高舘屋44番地2
☎0174-31-1111 / FAX 0174-31-1215
■町公式ホームページ http://www.town.sotogahama.lg.jp
■電子メール kouhou@town.sotogahama.lg.jp

4月 外ヶ浜町行事カレンダー

Event Calendar

※行事名、会場、時間の順で掲載しています。

4/1	友引 水	
2	先負 木	
3	仏滅 金	
4	大安 土	
5	赤口 日	
6	先勝 月	
7	友引 火	町立小中学校 入学式 （各小学校 10:00～／蟹田・平舘中学校 13:00～／三厩中学校 13:30～）
8	先負 水	
9	仏滅 木	
10	大安 金	
11	赤口 土	
12	先勝 日	春の火災予防パレード（8:00～） 青森県議会議員一般選挙 投票日
13	友引 月	ふれあい講座 英会話教室 （蟹田公民館 18:30～）
14	先負 火	
15	仏滅 水	
16	大安 木	
17	先勝 金	女性がん検診 （平舘・野田玉川消防コミセン 12:30～）
18	友引 土	
19	先負 日	蟹田川河川清掃（蟹田川河川敷 9:00～）
20	仏滅 月	
21	大安 火	外ヶ浜町議会議員一般選挙 告示日
22	赤口 水	
23	先勝 木	
24	友引 金	女性がん検診（三厩・三厩公民館 12:30～）
25	先負 土	
26	仏滅 日	外ヶ浜町議会議員一般選挙 投票日
27	大安 月	ふれあい講座 英会話教室（蟹田公民館 18:30～）
28	赤口 火	
29	先勝 水	昭和の日
30	友引 木	
5/1	先負 金	
2	仏滅 土	

春の火災予防運動週間（4/12～4/18）

期日前投票期間（4/17～4/25） 27P参照

戸籍の窓口

【2月受付分】（敬称略）

■謹んでお悔やみ申し上げます

赤平與志美	蟹田中師	88歳
小川テチェ	蟹田塩越	83歳
工藤 ハギ	蟹田小国	93歳
千田 シゲ	蟹田丑ヶ沢	84歳
黒田 伊悦	蟹田小国	87歳
會津 富次	蟹田鰐ヶ淵	89歳
藤田 リツ	蟹田小国	88歳
高坂 みつ	蟹田川原添	89歳
鈴木 フヂ	蟹田	95歳
木浪 さだ	下蟹田	94歳
戎 ゑし子	下蟹田	89歳
前田 章治	平舘根岸	67歳
今 石見	平舘根岸	88歳
神 よし	三厩龍浜	96歳
伊藤 榮藏	三厩鳴神	88歳
水嶋 きゑ	三厩鎧島	97歳

外ヶ浜町の人口

人口	6820	↓27
男	3250	↓17
女	3570	↓10
世帯数	3055	↓6

平成27年2月1日現在 ※増減は先月比

【編集後記】◆合併10周年、新年度予算、町職員人事、選挙に卒業式と盛り沢山の号になりました。4月から新しくスタートを切る皆さんにエールを◆（慎）