

No.180

2020

3

March

SOTOGAHAMA town's public relations magazine

広報そとがはま

小正月の伝統行事

まゆ玉づくり

―上小国いきいき地域づくり検討会―

使わなくなった乾電池等回収します！

外ヶ浜町避難行動要支援者登録制度のお知らせ

蟹田大平線の一部で片側交互通行になります。

JR津軽線ワンマン列車の運行を開始します。

主な記事

青森県外ヶ浜町



上小国地区の自治会や上小国ファームの役員が中心となって組織した「上小国いきいき地域づくり検討会（小林忠幸会長）」では、地域の食材などを持ち寄り、料理を通じて地域内の交流を深める「おすそわけ交流サロン」を

「食」を通して地域交流

1月25日(土)に開催しました。

この日は、小正月の伝統行事である「まゆ玉づくり」も行われ、子供から大人まで地域住民が一緒に作り、赤・緑・黄色などの色がついた餅を木にくくりつけました。なかなかくくりつけられない餅に苦戦しながらも、2本の大きな木に餅などの飾り付けをし、完成させていました。

まゆ玉づくり終了後には、上小国のお母さん方による町特産のガニ汁やけの汁、ひじきとおからの和え物などが振る舞われ、食材の栽培方法や調理方法などの会話を楽しみながら食事をとり、終始和やかな雰囲気でした。



▲平館地区での様子

1月の介護予防教室は、17日(金)によしつねの湯、28日(火)に湯の沢温泉ちやぼらつと、30日(木)に町総合福祉センターなどでの3会場で開催しました。

教室では、福祉課保健師の指導で、手拍子や歌に合わせてネット状のあみを踏まないように様々なステップを行うことで、体と脳を同時に鍛えました。

「ふまねつと運動」で体と頭の体操を行いました

3月の介護予防教室
テーマは「認知症について」

【内容】
「認知症のお話」

講師：町内キャラバンメイト

【日時・場所・講師】

	日時	場所	講師(町内キャラバンメイト)
三厩地区	3月13日(金) 10時～11時30分	よしつねの湯	三厩高齢者生活福祉センター寿楽園
平館地区	3月17日(火) 10時30分～12時	平館支所	地域包括支援センター
蟹田地区	3月19日(木) 10時～11時30分	などわ～る	居宅介護支援事業所はまゆう



キャラバンメイトとは、町と協働して「認知症になっても安心して暮らせる町づくり」に向けて、認知症サポーター養成や関係機関や組織等への働きかけ、協力・連携づくり、ネットワーク化を推進するなど地域のリーダー役をボランティアとして担う活動を行います。

【申し込み】
開催日の前日まで

【送迎】

開催地区内のみ送迎バスを運行します。希望する方は、申し込み時にお知らせください。

【申し込み・お問い合わせ】

役場福祉課地域包括支援センター
0174-22-3380

芸達者集う、ふれあい芸能発表会'20！ ―活性化能力全開―

2月16日(日)、外ヶ浜町中央公民館で「ふれあい芸能発表会」(主催：ドリム21の会・長内忍会長／後援：外ヶ浜町教育委員会)が開催され、町内外から約210人のお客さんが訪れました。この日は、風のまちこども園の園児をはじめとした全13組の

出演者が、遊戯、舞踊、コント、演奏などバラエティに富んだ31演目を披露されました。出演者の皆さんは、日頃のサークル活動の成果を発表し、終わると会場内からはアンコールの声や大きな拍手が送られました。



風のまちこども園の園児による「You Tubeのテーマソング」ノリノリの振り付けで披露。



素敵な華の音色で「見上げてごらん夜の星を」など披露。(奏者：会津公乃さん)



「ギターを弾いてみませんか?の会」による演奏。

パート・アルバイト大募集! 勤務地 龍飛崎温泉ホテル竜飛・龍飛崎観光売店あっちゃの店
未経験の方、やる気があり元気な方の応募お待ちしております。

- 内容／①調理スタッフ(調理補助、食器洗浄など)
②接客スタッフ(予約手配、フロント、料飲売店対応など)
③掃除スタッフ(館内外掃除、大浴場掃除、客室掃除など)
- 時給／800円～ ●時間／6:00～22:00内の実働6時間(応相談) ●休日／シフト制(週30時間未満)
- 待遇／制服貸与・昇給有・賄い有、マイカー通勤可(交通費支給)、通勤バス以外の交通費支給、焼肉会有、研修旅行有、その他規定による。
- 応募／履歴書(写真貼付)をご郵送ください。

三厩観光開発(株) 〒030-1711 東津軽郡外ヶ浜町字三厩龍浜54-274

JR津軽線と接続する通勤バスを運行します!



蟹田駅発7:05⇒平館・今別・三厩経由
⇒ホテル竜飛着8:35
(9:00出勤～15:30退社)
⇒ホテル竜飛発15:50
⇒三厩・今別・平館経由⇒蟹田駅着17:20

正社員希望の方はお問い合わせ下さい。

お問い合わせ TEL 0174-38-2011

担当／杣谷 雅美 (板柳町出身)

地区のリーダーが

山崎町長と意見交換

外ヶ浜町自治会連絡協議会（野藤勝雄会長）は2月18日（火）、町長と語る会を開催しました。語る会には、同協議会の会員である外ヶ浜町内の自治会長、地区会長らが出席し山崎町長と意見交換しました。

町長の講話では「令和あたらしい時代の外ヶ浜」と題し、これまでの町の取り組みや、令和2年度の新規事業についての情報提供のほか、一次産業の振興や子育て・教育施策の重要性について語られました。



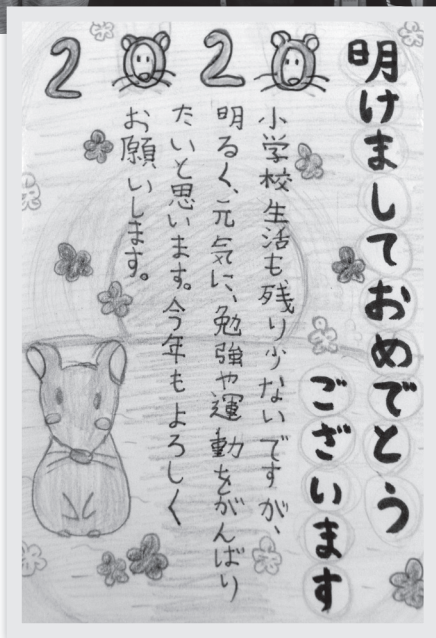
年賀はがきを送ろう！

外ヶ浜町内の郵便局では、蟹田小学校と三厩小学校の児童が描いた年賀はがき143点が2月7日まで展示され、来客者を楽しませていました。

この企画は、町教育委員会協賛のもと、町内の郵便局が手紙文化振興の一環で年賀状などを通して子どもたちに親しみを感じてもらおうと始め、今回で6

回目の開催となります。郵便局では、応募のあった年賀はがきから金・銀・銅賞などを決め、表彰式を行いました。今年の受賞者は、左記のとおりです。このたびの受賞、おめでとうございます。

◀金賞を受賞した三厩小学校6年柏谷咲花さんの作品



【三厩小学校】

金賞 柏谷 咲花（6年）
銀賞 工藤 煌大（5年）
銅賞 東 璃咲（6年）

【蟹田小学校】

金賞 對馬 煌（6年）
銀賞 伊藤 陽生（3年）
銅賞 越田 英寿（4年）
町長賞 野口 泰希（4年）
教育賞 笹木 彪冴（4年）
特別賞 吉澤 知弥（4年）
小田 桐伶生（5年）

蟹田小学校の受賞者のみなさん。賞状と賞品が授与されました。



功績を讃え教育奨励賞を授与

第15回外ヶ浜町生涯学習推進大会



教育奨励賞を授与された浜谷梨緒さん（三厩中1年）



黒石らしい街づくりについて講演していた村上陽心さん

2月23日（月）、第15回外ヶ浜町生涯学習推進大会が外ヶ浜町中央公民館において開催され、スポーツ活動で優秀な成績を収めた児童生徒3名の受賞者に、五十嵐義人教育長から教育奨励賞が授与されました。

また、令和元年度中に1歳の誕生日を迎えた18名の幼児に、木々クラブ（記田慶市会長）から「健康木馬」が贈呈されたほか、みのり講座の受講者18名に精励賞が贈られました。

大会の後半には、「地域に眠っている宝物を活かした黒石らしいまちづくり」と題し、NPO法人横町十文字まちそだて会理事長の村上陽心さんが、街歩きで行うまちづくりについての講演を行い、参加した町民の皆さんから次々と質問があがり、充実した大会となった様子でした。

【健康木馬 贈呈】

小山来琉愛・小川愛桜・館石峻・小川晴琉真・石岡愛渚・牧野暖・横山玄喜・田中翔惺・大淵颯聖・泉タリサ
小川大和・横山永奈・松尾風叶・鈴木瑠花（蟹田地区14名）
桐島陽栄・工藤堯熙・木村心翔（平館地区3名） 田上承太郎（三厩地区1名）

【令和元年度 教育奨励賞 個人の部 受賞者一覧】

氏 名	学校名	学年	功績内容
浜谷 梨緒	三厩中学校	1	青森県中学校新人陸上選手権大会 女子1年砲丸投 第2位
高畑 花那	青森北高等学校	2	第44回青森県高等学校新人陸上競技対校選手権大会 女子七種競技 第1位
田中 杏実	青森北高等学校	1	第44回青森県高等学校新人陸上競技対校選手権大会 女子砲丸投 第1位

【みのり講座 精励賞受賞者】

野藤網江・横道君代・大谷千夜子・松尾チヨ・大谷淳一・猪股文子・伊藤文榮・泉澤操・福浦きみよ・横山敦子・五十嵐美枝・木村キミエ・鹿内はつゑ・小川はるゑ・金澤レエ・木村榮子・沼田ハツエ・福井康美（受賞回数順）

【お問い合わせ】
青森県後期高齢者医療広域連合
☎ 017-1721-3821
外ヶ浜町役場住民課
☎ 0174-311-2222

パンフレットを活用しましょう
青森県後期高齢者医療広域連合では、被保険者のみなさんの日頃の健康管理にご活用いただくため、パンフレット「いきいき健康づくりのために」を作成し、被保険者証の交付時に同封していますので、お役立てください。

振込口座の変更届について
高額療養費等の給付申請の際に届出した振込口座を変更（解約・金融機関の店舗統廃合等）した場合は、外ヶ浜町住民課又は各支所へ届出してください。
※届出がないと振込みができなくなりしますので、お早めに届出をお願いします。

住民課・お知らせ
後期高齢者医療
被保険者の皆様へ

新型コロナウイルス感染症対策



マスクについてのお願い

現在、予防用にマスクを買われている方が多いですが、感染症の拡大の効果的な予防には、

風邪や感染症の疑いがある人たちに
使ってもらうことが何より重要です。

#マスクの使い方考えよう

#新型コロナウイルス対策

1

マスクは買い占めなくても大丈夫

風邪や感染症の疑いのある人にマスクを届けるために、必要な分だけ買うようにしましょう。



2

使い捨てマスクがないときは
代用品を使おう

ガーゼマスクや、タオルなど口を塞げるものでも飛沫（くしゃみなどの飛び散り）を防ぐ効果があります。



3

こまめな手洗い
などの基本も大事

帰宅時や、料理・食事の前など、口や鼻に触れる前に、こまめに手洗いなどをしましょう。



マスク不足を解消するために官民連携して

毎週**1億枚**以上のマスクを消費者のみなさまにお届けします。

【お問い合わせ】
東青地域県民局県税部課税第三課
☎ 017-1734-9974

すぐに変更登録ができない場合は、町役場の窓口へ、専用チラシ等により地域県民局県税部に連絡をいただければ、納税通知書を新しい住所にお送りすることができます。
また、県税・市町村税インフォメーション (<http://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/top.html>) の中の「自動車税（種別割）住所変更届」からも、自動車税の種別割の住所変更の届出をすることができま。

【お問い合わせ】
外ヶ浜町役場住民課
☎ 0174-311-2222

税・お知らせ
引っ越しをされる皆さんへ
自動車の引っ越しも忘れずに

自動車税の種別割の納税通知書は、原則として自動車検査証に記載されている住所にお送りすることとなっております。引越等住所が変わったときには、運輸支局等において住所の変更登録の手続きが必要となります。



外科・内科・整形外科

かにたクリニック

往診・訪問診療も
行っております。
ご相談下さい。



院長 石戸谷 孝博

〒030-1303 東津軽郡外ヶ浜町字蟹田5-2

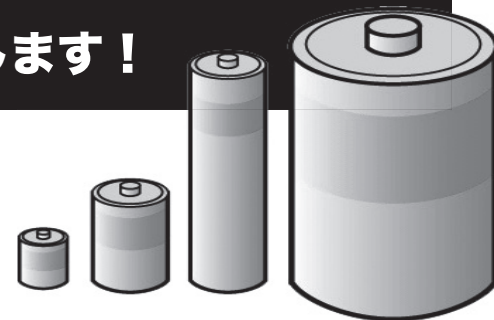
☎ 0174-22-2333

FAX 0174-22-2266

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	○	○	○	○	○	○
PM1:30~ 5:00	○	○	1:30 3:00	○	○	△
休診日	日曜・祝日					

使わなくなった乾電池、LED 以外の蛍光灯
電子体温計以外の体温計等を収集します！



外ヶ浜町では次の日程で使わなくなった乾電池、水銀使用製品 (LED 以外の蛍光灯、電子体温計以外の体温計等) を収集しますので、当日の朝に各地区のごみステーションに出すようにして下さい。

回収日	対象地域
令和 2 年 4 月 8 日 (水)	蟹田地区 (中師、石浜、塩越)、平館全域
令和 2 年 4 月 9 日 (木)	蟹田地区 (蟹田 (1~8 区)、小国、外黒山、南沢、山本、大平)、三厩全域

乾電池、水銀使用製品 (LED 以外の蛍光灯、電子体温計以外の体温計等) はそれぞれの種目別に分け、尚且つ破損している物と破損していない物に分けて袋に入れて『乾電池・蛍光灯の回収日』にごみステーションに出してください。

注意事項

※乾電池、水銀使用製品を入れた袋に**乾電池、水銀使用製品以外のものは絶対に入れないで下さい。**

広報 1 月号でお知らせしましたが、最近の回収で乾電池、水銀使用製品以外のごみの混入が目立っています。危険ですので絶対におやめ下さい。

※水銀が含まれていない物 (LED 蛍光灯、電子体温計等) は不燃ごみですので、不燃ごみの日に出してください。

※以下のマークがついた乾電池は、電器店等で無料回収していますので、そちらへお持ちください。

①ニカド電池 Ni-Cd	②ニッケル電池 Ni-MH	③リチウムイオン電池 Li-ion	④小型シール鉛蓄電池 Pb
---------------------	----------------------	--------------------------	----------------------

【お問い合わせ先】外ヶ浜町役場 住民課 ☎ 0174-31-1222

サーモン養殖スタッフ大募集!!



正社員 1 名月給 20~25 万円
その他、契約社員からの正社員へも可能

- ◆勤務地：今別町大字今別字今別 1-1
- ◆休日：年間休日数 87 日 (シフト制)
- ◆勤務時間：8:00 ~ 16:30 (休憩 60 分)
- ◆勤務時間は現場の実情に合わせ随時変更いたします
- ◆資格：35 歳まで、普通自動車免許 (A 1 限定不可)
※体力に自信のある方で、今別町、外ヶ浜町出身の方や、工業高校や技術系学校卒の方、プログラマーなど PC に強い方、優遇します。
- ◆応募：事前連絡の上、右記住所に履歴書をご郵送ください。
書類選考後面接日時を連絡いたします。
- ◆社会保険完備・正社員給与：月給 20-25 万円・年棒制
- ◆勤務開始：随時受付 (現職のご都合などご相談頂ければ対応可能です)
- ◆仕事内容：海上での給餌や養殖施設整備、他データ管理解析など養殖に関する実務未経験者歓迎です！



日本サーモンファーム(株)

〒030-1502

東津軽郡今別町大字今別字今別 71-1

担当：鈴木 携帯：090-6258-2206

HP: <http://japan-salmonfarm.com/>

外ヶ浜町避難行動要支援者登録制度のお知らせ

(外ヶ浜町災害時等要援護者登録制度の名称が変わりました！！)

台風や大雨、地震等の大きな災害が起こったときに、家族等の援助が困難で、何らかの助けを必要とする人と、近所で支援する人を事前に名簿に登録して、いざというときの支援活動に役立てるため、外ヶ浜町では平成25年度から「災害時等要援護者登録制度」を実施してきましたが、法改正にともなって名称を『避難行動要支援者登録制度』と改めました。

今年度、令和2年3月31日までに新たに75歳を迎えられるひとり暮らしの方や75歳以上のみの世帯の方、介護認定を受けている方がいる世帯へ、地区担当民生児童委員や担当ケアマネジャーが登録事業についてお声をかけいたします。



1. 避難行動要支援者の対象

次のいずれかに該当する方のうち災害時等において地域での支援を希望する方で、支援を受けるために必要な個人情報を協力関係者に提供することに同意した方です。

- ① 75歳以上のひとり暮らしまたは75歳以上のみの世帯
- ② 介護認定を受けている方
- ③ 身体障害者手帳(視覚・聴覚・肢体で1・2級)、愛護手帳(A)、精神障害者保健福祉手帳(1級)を持っている方
- ④ その他、援助を希望する方で町長が必要と認めた方

※施設等に長期に入所している方は対象外となります。

★ 注意 ★

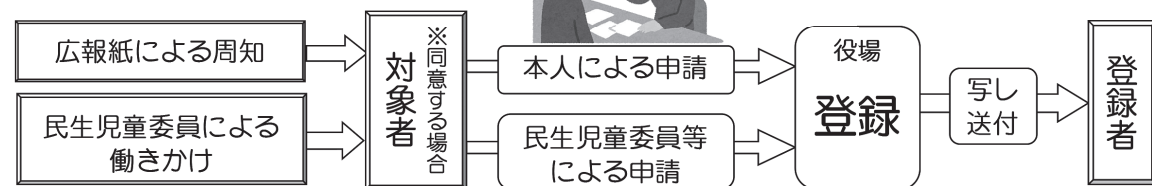
この制度に登録したからといって、災害時に特別な支援を受けられるということではありません。

災害に備えて自分で行うことは自分で行うよう心がけましょう。

2. 地域支援者とは

- * 登録を希望する避難行動要支援者に対して、普段から見守りや声かけを行い、災害時に情報を伝える・一緒に避難するなどの支援を心がけていただく方です。(例:隣近所にお住まいの方)
- * あくまでも善意と地域の助け合いにより支援を行うものであり、災害時に支援実施ができない場合や、事故等が発生しても責任が伴うものではありません。

3. 避難行動要支援者登録の流れ



4. 登録を希望する方へ

申出書(兼登録台帳)に必要な事項をご記入のうえ、右記の提出先または地域の民生児童委員、担当ケアマネジャーまで提出してください。

申出書(兼登録台帳)は、役場福祉課、平館支所、三厩支所に置いてあります。

また、地域の民生児童委員、ケアマネジャーも持っていますので、お声をかけてください。

提出先(お問い合わせ先)

外ヶ浜町役場福祉課《などわる内》
地域包括支援センター
0174-22-3380(直通)
平館支所
0174-25-2111
三厩支所
0174-37-2001



災害時における町の初動体制についての説明の様子。



青森ヨコミュニティビジネス株式会社の渡辺事業推進監による講話

防災対策は普段から意識しよう！

2月19日(水)、外ヶ浜町役場3階会議室で「外ヶ浜町の防災に関する勉強会」が開催され、各地区区長・日赤・民生委員、介護支援専門員等地域で活動している方など70名以上の方が集まりました。

本研修は、「避難所」をキーワードに「町の初動体制の概要」について役場総務課・防災担当の福岡班長から、「男女共同参画の視点に立った安心避難所づくり」について青森県男女共同参画センター指定管理者青森コ

ミュニティビジネス株式会社の渡辺郁子事業推進監から講演をいただきました。災害発生時、避難所への避難について渡辺事業推進監からは、「プライバシーや防犯面衛生面など十分に行き渡らな

い、「女性視点での配慮が少なく、トイレや着替え、女性用品の受け取りも行きづらい現状」、「防災の意思決定は男性が中心となりがちになり、女性の声が届きにくい」ことがあげられました。これからの防災対策は、地域の自主防災活動(組織)に女性・障がい者も参加するなど多様な性もつこと、また、男女共同参画の視点を行政も持つことが重要です。東日本大震災以来、「平時にできないことは非常時には、なおさらできない」と言われています。皆さんの地区には自主防災組織はありますか？男性・女性にとらわれず、それぞれがもっている生活知識や体験を生かし、災害発生時は「共助」の気持ちでお互いに「減災」に務めることが必要です。災害はいつくるかわかりません。普段から地域で「協議」「共働」を心がけ、みなさんと話し合ってみましょう。

お気軽にご相談下さい！

利用|申|込|随|時|受|付|中

《介護の困りごと・不安・疑問等のご相談、ご見学、パンフレット請求は下記まで》

送迎無料
デイサービス
実施中

【ご利用料金例】
■グループホーム
要支援2(30日例)
月 70,355円～
■デイサービス
要支援1(8日例)
月 8,632円～



電話でのお問合せは ☎ 0174-31-2755 〒030-1411 青森県東津軽郡外ヶ浜町字平館根岸小川258-2

農業・お知らせ

青森市農業振興センター研修生募集

青森市農業振興センターでは、「青森圏域連携中枢都市圏」事業として、新規就農者の育成・確保対策に連携して取り組んでいます。

令和2年度も、農業振興センターの施設を利用し、実際に作物を栽培しながら農業の基礎知識を習得する青森市農業振興センターの研修生を募集します。

【日時】

4月16日(木)～8月4日(火)の火・木曜日(週2回)
午前9時～午後3時

【場所】

青森市農業振興センター

【内容】

トマト・ピーマン・ネギ・トルコギキョウなどの基礎的栽培技術研修

【対象者】

65歳未満の方で、就農を考えている方、農業参入希望の法人職員、農業の基礎を学びたい方など
※ただし通所できる方に限る

【募集人数】

15人

(応募者多数の場合は選考あり)

【料金】

教材費として7千円

【受講説明会日程】

4月2日(木)
午後1時30分より受講説明会を実施します。
※都合のつかない方は事前にご連絡ください。

【申し込み】

4月8日(木)までに、青森市農業振興センターへ(土、日は除く)

【お問い合わせ】

青森市農業振興センター
☎017-1754-13596



農業・お知らせ

青森市農業振興センター栽培講座参加者募集

青森市農業振興センターでは、「青森圏域連携中枢都市圏」事業として、野菜や花の栽培について職員が解説する栽培講座の参加者を募集します。

【募集人数】

15人

【料金】

無料

【申し込み・お問い合わせ】

4月6日(月)～7日(火)の9時～17時までに、電話で青森市農業振興センターへ(☎017-1754-13596)へ。

開催日	時間	内容
4月16日(木)	13時～15時	野菜の基本、土づくりなど
4月21日(火)		トマト、パレিশヨ、カボチャなど
4月23日(木)		ナス、ピーマン、ネギなど
4月28日(火)		スイートコーン、キクなど
4月30日(木)		鉢花等、ハウレンソウ、イチゴなど
5月12日(火)		病虫害、農薬の扱い方など
6月25日(木)		ハーブ園等の園地見学

産業観光課・お知らせ

動物駆逐用煙火消費保安講習会を開催します

外ヶ浜町鳥獣被害防止対策協議会では今別地区猟友会と連携し、農業被害防止のために有害鳥獣の追払・駆除等を行っていきます。数は減少している反面、行動範囲が拡大しております。そこで、動物駆逐用煙火消費保安講習会(駆逐用追払用火火)の免許取得の紹介をします。

【日時】 令和2年4月22日(水)10時～

【場所】 青森県社会教育センター
【受講料】
新規：3千700円／更新：1千円
※新規の方は2.5cm×3cmの写真
【申込期限】
令和2年3月31日まで
【詳細・お問い合わせ】
有限会社丸山銃砲火薬店
☎017-1737-10080
外ヶ浜町役場産業観光課
☎017-174-311228

林業・お知らせ

松くい虫被害及びナラ枯れ被害を防ぎましょう

松くい虫被害とは？

松くい虫被害は、マツノマダラカミキリという昆虫によって運ばれるマツノザイセンチュウという小さな線虫がマツの木に侵入することによってマツが枯れる伝染病です。県内では深浦町と南部町で被害が発生しています。

ナラ枯れ被害とは？

ナラ枯れ被害は、カシノナガキクイムシという昆虫が運ぶナラ菌によってミズナラやカシワなどのナラ類が枯れる伝染病

で、県内では深浦町で被害が発生しています。
これらの被害が、県内各地で発生するようになると、農林水産業をはじめとする産業・経済のほか、本県が誇る自然景観や観光資源などに大きな影響を与えます。

このため、次のことについて住民の皆様のご協力をお願いいたします。

- ①マツノマダラカミキリとカシノナガキクイムシは、それぞれマツとナラ類を伐採した際に発生する臭い集まる習性があるため、これらの昆虫の活動期(6月～9月)

には、マツとナラ類を伐採しないようにしましょう。

- ②マツ丸太やマツ苗木、ナラ丸太を他県から持ち込むと、県内に松くい虫被害やナラ枯れ被害を呼び込む可能性があるため、県内産のものを利用しましょう。
- ③松くい虫被害やナラ枯れ被害を防ぐためには、葉が黄色に変色したり、枯れたマツやナラ類を早い段階で取り除くことが大切です。

自宅の庭木や街路樹、山林など、身の回りで枯れている、または枯れかかっているマツやナラ類を見つけたら、左記までご連絡ください。大切な森林資源を次の世代へ引き継ぐため、御協力をお願いします。

【連絡先・お問い合わせ】

外ヶ浜町役場産業観光課
☎0174-311228
東青地域農林局林業振興課
☎017-734-9962
森林組合あおもり
☎017-739-1310

労働・お知らせ

仕事と育児・介護の両立支援制度のお知らせ

労働者が仕事と育児・介護を両立することができるよう、育児・介護休業法では、育児休業・介護休業、子の看護休暇、介護休暇、所定外労働・時間外労働・深夜業の制限、短時間勤務等の制度を定めており、労働者はこれらの制度を利用できます。

できるようになり、より制度を利用しやすくなります。
詳しくは青森労働局雇用環境・均等室(☎017-734-4211)までお問い合わせください。



労働・お知らせ

定例労働相談会

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

◆4月19日(日)

午前10時30分～午後12時30分
場所：青森県労働委員会

【対象者】

県内の労働者、事業主

【費用】

無料

【利用方法】

随時受付

【お問い合わせ】

青森県労働委員会事務局
☎017-734-9832

松くい虫被害



くい止める

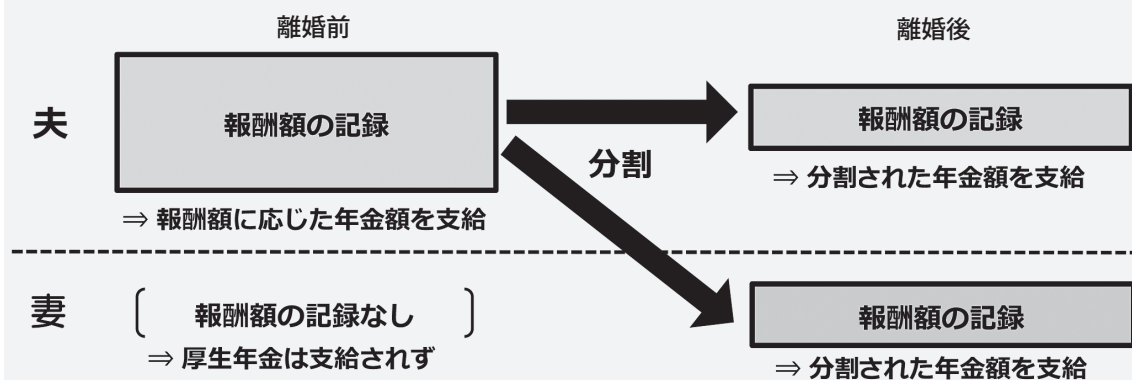
離婚した場合、お二人の婚姻期間中の厚生年金を分割して、それぞれ自分の年金とすることが出来ます。離婚後2年以内に手続きを行っていただく必要がありますので、お早めにお近くの年金事務所または年金相談センターまでご相談ください。

◆サラリーマン等が加入する厚生年金は、給与等の報酬の額に応じて保険料を納付し、報酬額の記録に応じて厚生年金が支払われます。

◆離婚時の年金分割が行われると、婚姻期間中について、厚生年金の支給額の計算の基となる報酬額の記録が分割されることになり、年金額をお二人で分割できます。

※下記【例】参照。

【例】サラリーマンの妻である専業主婦であった方の場合（厚生年金）



年金分割の方法（2種類）

【合意分割】
◎お二人からの請求により、年金を分割できます。

◎年金分割の割合は、お二人の合意、または裁判手続きによって決定されます。

【3号分割】
◎国民年金第3号被保険者であった方からの請求により分割できます。

◎年金分割の割合は、2分の1ずつです。

※国民年金第3号被保険者は、厚生年金保険の被保険者または共済組合の組合員の被扶養配偶者で、20歳以上60歳未満の方です。

【お問い合わせ】
青森年金事務所
☎ 017-734-7495
外ヶ浜町役場住民課
☎ 0174-31-1222

離婚時の年金分割制度のお知らせ

住民課・年金・お知らせ

蟹田大平線の一部で片側交互通行になります。



建設課では、町道の陥没防止のため、町道蟹田大平線樋渡地区の横断管渠を入れ替える工事を行います。

通行する車両は、次の区間で迂回路による片側交互通行となりますので、工事期間中はご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。



通行制限期間を令和2年3月20日から4月30日まで設けていますが、変更となる場合もございます。工事の詳細については、外ヶ浜町役場建設課までお問い合わせください。

【お問い合わせ】外ヶ浜町役場建設課 ☎ 0174-31-1226

新型コロナウイルスに関連した感染症が、中国だけでなく日本を含め世界各地で確認されています。

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、

「手洗い・アルコールによる消毒」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。



◎風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている

◎強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある

※高齢者や基礎疾患等のある方は、上記症状が2日以上続く場合があります。

上記症状がある方は、「帰国者・接触者相談センター ☎ 017-739-5421」へご相談ください。

感染症対策へのご協力をお願いします。

東北整認1-6935

RS ハリヤマ

車検・修理・钣金・塗装・新車
中古車・各種自動車用品販売

〒030-1502 東津軽郡今別町大字今別字中沢 290-5

武蔵屋さん
至蟹田

小鹿産業さん
至平館

至三厩
駐在所（株）熊谷さん

至今別町内
ファミリーマートさん

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！

代表 張山正人 Tel 0174-35-4055



2020年度 国家公務員採用試験のお知らせ

募集・お知らせ

人事院では、国家公務員採用総合職試験（院卒者・大卒程度）および一般職試験（大卒程度・高卒者）を実施します。

申込みはインターネットにより行ってください。

◎総合職試験（院卒者・大卒程度）
【インターネット申込受付期間】
3月27日（金）9時～
4月6日（月）【受信有効】

◎一般職試験（大卒程度）
【インターネット申込受付期間】
4月3日（金）9時～
4月15日（水）【受信有効】

◎一般職試験（高卒者）
【インターネット申込受付期間】
6月22日（月）9時～
7月1日（水）【受信有効】

◎第1次試験日
9月6日（日）

なお、申込方法や受験資格等の詳しい内容については、人事院ホームページ（<https://www.jin.go.jp/saiyo/saiyo.html>）または左記にお問い合わせください。

【お問い合わせ】
人事院東北事務局第二課試験係
☎022-1221-2022

自衛官募集

募集・お知らせ

【種目】
◎海・空技術幹部
◎技術海・空曹
◎一般曹候補生

【概要】
◎海・空技術幹部…研究開発、通信、気象、看護、心理等に従事する幹部自衛官
◎技術海・空曹…航空管制、情報技術、通信、電機等に従事する基幹要員の曹
◎一般曹候補生…基幹要員である曹を養成

※2021年4月1日現在の年齢

◎海・空技術幹部…大卒経過者で理工系学部又は看護学部、心理学を専攻した者
◎技術海・空曹…20歳以上で国家資格免許を保有する者
◎一般曹候補生…18歳以上33歳未満

【受付期間】
◎海・空技術幹部
4月17日（金）～5月22日（金）
◎技術海・空曹
4月17日（金）～5月22日（金）

シリーズ外ヶ浜町景観計画 最終回 みんなで守ろう「絶景そとがはま」

外ヶ浜町景観計画の概要

令和2年3月議会でも、外ヶ浜町景観条例が可決されると、外ヶ浜町は5月1日に景観行政団体に移行する予定です。

移行後に、「外ヶ浜町景観計画」を策定すること

で、町独自の景観保全の取り組みなどが可能になります。景観計画には、景観とはなにか？という基本的な事項から、町の景観の魅力や特性の分析、世界文化遺産登録を目指す、大平山元遺跡周辺の景観保全などの項目がまとめられるほか、届出が必要な開発行為など、具体的な手続等も記載されます。

外ヶ浜町景観計画は、景観審議会や、住民の皆様意見を伺うパブリックコメントなどを経て、本年秋に予定されている大平山元遺跡のユネスコの諮問機関の調査に間に合うよう、7月までに策定する予定です。

外ヶ浜町景観計画の構成（案）

序章 景観計画の策定にあたって

第1章 「景観」「景観法」「景観計画」に関する基本的な事項や、外ヶ浜町景観計画の役割や位置づけ等を示します。

第2章 外ヶ浜町の景観特性や景観構造、景観の現況と課題、ならびに町の景観を理解する上で重要な

第3章 景観法に基づく事項等

第2章 外ヶ浜町における景観形成の目標と基本的な方向性

第1章で示した景観特性や課題を踏まえた、外ヶ浜町における景観形成の目標と基本的な方向性を示します。

第3章 景観法に基づく事項等

第2章で示した景観形成の目標と基本的な方向性を踏まえた、景観法に基づく届出対象行為や景観形成基準等の事項を示します。

①景観計画の区域
②区域区分
③重点地域
④一般地域ほか

第4章 計画の運用に関する事項

外ヶ浜町景観計画の運用に係わる各主体の役割や、届出等の流れ、推進体制等を示します。

スケジュール

7月	6月中旬	5月上旬	5月1日	3月中旬
外ヶ浜町景観計画策定・外ヶ浜町景観条例施行規則施行	外ヶ浜町景観審議会に諮問	外ヶ浜町景観計画（案）に関するパブリックコメント実施（町WEBサイトで募集）	景観条例施行・景観行政団体移行	町議会に景観条例を提案

※景観計画の運用開始時に改めて内容や届出方法などをお知らせいたします。

【お問い合わせ】
外ヶ浜町役場総務課
☎0174-311111

一般汲取・水洗トイレ清掃・浄化槽維持管理

小鹿衛生社

小鹿 勉

今別町字宮本（一本木）
（今別中学校前） ☎・FAX 35-3817

電動車いす マイピ

モデルチェンジで 新発売!!

カラーバリエーション BT41R

さあ、出かけましょう!!

◆腰をかかめず楽々充電
◆緊急時コールボタン付き
◆カラフルでおしゃれなデザイン

◆見やすく
操作しやすい表示灯
◆31kmの連続走行が可能
◆大型バスケットで便利!

¥388,000 (非課税)

BT41B

SUZUKI ET40

（有）本郷農機

■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

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いただきます。

〒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～PM7:00	○	○	○	○	○	△

《休診日》 日曜・祝日・土曜午後・第3木曜午後

2020年3月14日より JR津軽線ワンマン列車の運行を開始します。

JR東日本盛岡支社では、JR津軽線**青森駅～蟹田駅間**の一部の列車において、ワンマン列車の運行を開始します。運行開始に伴い、ご利用方法が変更となります。

なお、ワンマン列車は青森駅～蟹田駅間（蟹田始終着）で運転する一部の列車となります。

蟹田駅～三厩駅間の列車については、車掌が乗務するため、従来どおり車内で切符の購入ができます。

ドアの開き方

2両編成

進行方向

2両目のドアは開きません。

1両目の前部ドア（運転士後ろ）が降出口、後部ドアが乗入口になります。その他の車両のドアは開きませんので、ご注意ください。

乗入・降りはドアボタンを押してください。

ドアボタンを押す際には周りのお客さまに十分注意してください。

※ドアの開く場所や乗入口・降出口については十分にご確認のうえご乗車ください。

駅係員がいない駅・時間帯の乗り方

乗入口のドアボタンを押して、ドアを開けてください。

お持ちのきっぷ以外の区間から乗車される場合、及びきっぷをお持ちでないお客さまは、乗車の際に整理券（乗車駅証明書）をお取りください。

駅係員がいない駅・時間帯の降り方

1両目最前部の運賃表と整理券（乗車駅証明書）番号で金額をお確かめください。

運賃箱に整理券（乗車駅証明書）と運賃、または乗車券を入れてください。定期券は運転士にお見せください。

降りるお客さまは、車内のドアボタンを押して、ドアを開けてください。

お降りの際、自動改札機を設置している駅では、乗車券をお持ちでないお客さまは有人改札をお通りください。

詳しくは JR 東日本盛岡支社ホームページをご覧ください。
<https://www.jr-morioka.com/info/onemancar.html>



交通・お知らせ

3月29日よりFDA青森・神戸線就航決定！

令和2年3月29日(日)から、フジドリームエアラインズ（FDA）による、青森空港と神戸空港を結ぶ路線が、1日1往復で運航されます。

神戸空港は、ポートアイランドや北野異人館街、南京町（中華街）などの観光スポットのほか、姫路や岡山へのアクセスにも便利です。

また、片道5千500円の就航記

念価格（搭乗45日前までに予約、座席数限定）など、お得な運賃も設定されていますので、ゴールデンウィークや夏休みなど、神戸方面へのご旅行に、FDA青森・神戸線をぜひご利用ください！

搭乗券の購入方法や運賃の詳細などについては、FDAホームページ（<https://www.fujidream.co.jp/>）をご覧ください。

【ダイヤ】 令和2年3月29日～同年10月24日

便名	神戸発	青森着
FDA833	11:45	13:25
便名	青森発	神戸着
FDA834	14:10	16:00

相談・お知らせ

高齢者よるず電話相談会開催

超高齢化社会の到来により、高齢者にかかわる社会問題は増加の一途をたどっています。そこで当会では、高齢者の権利擁護を目的とした電話相談会を左記のとおり開催する運びとなりました。

【共催】

日本司法書士会連合会、青森県司法書士会

【相談内容】

高齢者に関する貧困問題、財産管理、空き家問題、消費者被害、相続や遺言、成年後見など

【日時】

3月14日(土) 10時～16時

【電話番号】

☎017-1752-0440

【お問い合わせ】

なお、相談は無料ですが具体的な手続きが必要になる場合には、別途費用がかかりますので相談員にご確認ください。

【お問い合わせ】

青森県司法書士会
 ☎017-1776-8398

助成・お知らせ

2020年度「教育・福祉・環境」助成金募集のお知らせ

公益財団法人みちのく・ふるさと貢献基金では県内の地域貢献を目的に、個人、団体、NPO法人、企業等に助成金の交付を行っています。

【助成金額】

必要費用以内で、100万円を限度

【対象者・対象団体】

原則として1年以上の継続的、組織的活動実績のある個人、団体、NPO法人、企業等

【応募資格等】

①青森県の自然、地域、生活文化、歴史、風土などの地域資源を活用・創造する活動や、健康増進、医療、福祉、環境に関連する活動を行うこと

②2020年10月1日から2021年9月30日までに実施する活動であること

③助成金給付後、活動・研究報告書を提出すること

※次の団体等は対象外とします。

【お問い合わせ】

公益財団法人みちのく・ふるさと貢献基金事務局
 ☎017-1774-11179

一人ひとりの農業者を応援する 農業者年金

農業者年金の特徴

60歳未満の国民年金第1号被保険者で農業に従事している方は誰でも加入できます。支払った保険料は全額が社会保険料控除の対象となり、所得税・住民税が節税になります。認定農業者など一定の要件を満たす方には、保険料の国庫補助があります。

●あなたの老後への備えは十分ですか？
 ●年金は家族一人ひとりについて準備することが大切です。
 ●老後の備えは「国民年金」+「農業者年金」が安心です。
 農業者年金の内容やご相談については、役場農業委員会までお気軽にお問合せください。 ☎0174-31-1228

日頃の悩みや不安などの思いを語りながらリフレッシュしましょう。

【日時・場所】
《蟹田・平館地区》
3月12日(木) 10:00～11:30
総合福祉センターなどわーる

《三厩地区》
3月13日(金) 13:00～14:30
よしつねの湯

【内容】
「認知症」ミニ勉強会、情報交換、介護相談など。お茶を飲みながらゆっくりお話ししましょう。

【申込】
開催日の前日まで

【送迎】
送迎を希望する方は、申込時にお知らせください。

【申込・お問い合わせ】
役場福祉課 地域包括支援センター
☎ 0174-22-3380

いきいき！

- Let's try !! -

百歳体操

実際に町内の地区でやっている方と一緒にやってみましょう。
今回でこのシリーズも終了になります。最後は、整理体操③首の運動です。
今回のモデルは、三厩中浜地区の丸山順三さんです♪

<整理運動> ③ 首の運動



① ゆっくりと首を右に2回まわします。



② 左側も同じように2回まわします。

- 運動のポイント -

なるべく目は開けて、ゆっくり1.2.3.4と8まで数えて、1周するようにしましょう。

楽しみながら頭の体操

vol.68

Let's 脳トレ

◎今月のテーマ：「物の数え方クイズ」
次の物はどう数えますか？

①馬



③いか



⑤ざるそば



②うさぎ



④うどん



【脳トレの答え】

①馬：頭
②うさぎ：羽

③いか：杯

④うどん：玉
⑤ざるそば：皿

←答えはこちら

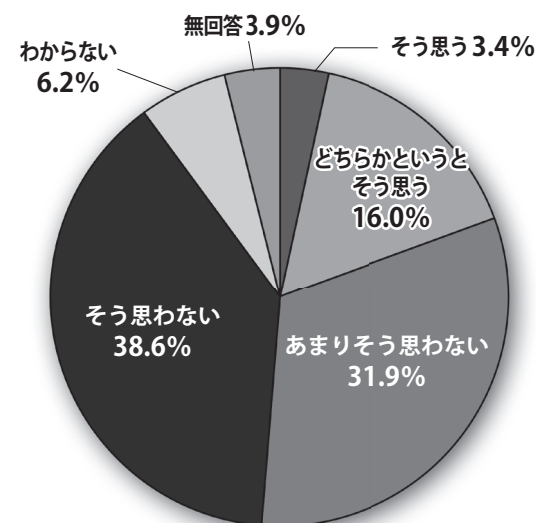
～心も身体もいきいき健康～

健康アドバイス

こころの健康

3月は自殺対策強化月間です。

Q あなたは、不満、悩み、苦勞、ストレスなどを
感じた時に助けを求めることが恥ずかしい
と思いますか？



この問いに「そう思わない」「あまりそう思わない」を合わせると、70.5%になります。

誰かに助けを求められることが周りで容認されれば、相談しやすくなります。

Q あなたに、不満、悩み、苦勞、ストレスなどが
あったときには、どのようにしていますか？

人に話して発散する	16.2%
テレビをみたり、ラジオを聴いたりする	11.3%
のんびりする	9.0%
特に何もしない	8.1%
趣味・スポーツに打ち込む	8.0%
買い物をする	5.6%
寝てしまう	5.5%

ストレス解消法としては、「人に話して発散する」「テレビを見たり、ラジオを聞いたりする」という意見が多く見られました。皆さんのストレス発散方法は何でしょうか？

【今月のテーマ】

自殺対策

検索



町では、平成30年末に皆さんに心の健康アンケートを実施し、「外ヶ浜町のちを支える自殺対策行動計画」を策定いたしました。

ご協力いただいた皆様ありがとうございました。
今月は、皆さまからいただいたアンケート結果と町での取り組みについてご紹介いたします。

今

年度の取り組み紹介

《普及啓発活動①》

町での各種イベントの際に心の健康ティッシュを配りました。
(写真：龍飛・義経マラソン)



《普及啓発活動②》

「心の健康講座」を実施し、お話の聴き方をみんなで勉強中です。

ご要望があれば、出前けんこう講座等で傾聴の練習を行うことができます。みなさん、一緒に勉強してみませんか？



【お問い合わせ】

外ヶ浜町役場福祉課 ☎ 0174-22-2941



本と出会う

公民館おすすめ図書

『ことども六法』

著 山崎 聡一郎
絵 伊藤 ハムスター

最近話題となった、子供向けの法律書「ことども六法」を新刊図書で中央公民館に置きましたので、紹介します。

＊

「いじめは犯罪です。」

例えば、気軽に誰かに「死ね」と言って、死ねと言われた人が死んでしまった場合、死ねと言った人は自殺関与・同意殺人罪で刑法第 202 条により、6 ヶ月以上 7 年以下の懲役か禁固の罰を受けなければなりません。

このほかにも「キモい」「バカ」「ウザい」等、人によっては言ってしまうがちな悪口も「侮辱罪」という立派な犯罪で、拘留か料料とされる等、様々な身近ないじめを例に「いじめは犯罪である」ということを親しみやすい絵と大変わかりやすい言葉で書かれており、老若男女誰でも読めるものとなっております。

学校で起こりうるいじめの他にも家庭で起こる育児放棄や虐待も犯罪であることが書かれております。

誰かをいじめてしまっている人や誰かにいじめられている人は勿論のこと、身近にいじめが起きている人等、すべての人に読んでほしい一冊です。

「いじめは犯罪。」

「イジメ、ダメ。ゼッタイ。」

皆さんも是非、ことども六法を読んで、少しでもいじめを無くしていきましょう！

＊

中央公民館では、この他にも、新刊図書がありますので、是非ご利用ください。

外ヶ浜町中央公民館 ☎ 0174-22-3175

正しい英語はどれ？

Wacky Words!



今月の単語

ツナ サンド

英語だと思って使っている単語、実は意味が通じていない？！写真を意味する真の英語はどれだ？！

- ① Tuna Sandal
- ② Tuna Sand
- ③ Tuna Sandwich

公民館ふれあい講座

サユミ＆ジャックリンと一緒に楽しく英会話

英会話教室

【3月のテーマ】

会話中心 Telling Stories

3 月 16 日（月）蟹田公民館 18:30 ～ 20:30

テキスト中心 The Seven Old Samurai

3 月 9 日（月）蟹田公民館 18:30 ～ 20:30

3 月 23 日（月）蟹田公民館 18:30 ～ 20:30

お申込み・お問い合わせは、外ヶ浜町中央公民館へ ☎ 22-3175

Wacky Words!! Answer

サンド = ③ Sandwich

- ① Sandal=「ビーチサンダル」を意味します。
- ② Sand=「砂」を意味します。

ココロポポロ

—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
医療連携相談室
(☎ 0174-22-3450)



「もの忘れが多い」「もしかしたら認知症かな？」と思っても、体裁が悪いと病院に行かなかったり、家族も「歳のせいかもしれない」「しばらく様子をみよう」と本人を気遣い、病院に行くことを先延ばししたりすることがあります。このような“ためらい”は、結果として認知症の症状を進行させてしまいます。

以下のような症状や変化に気づいた場合は、迷わず相談しましょう。

家族が気付く 4 つの初期症状

- ☑ 同じことを言ったり聞いたりするようになった
- ☑ 置き忘れやしまい忘れが目立つようになった
- ☑ 物の名前が出てこなくなった
- ☑ 興味や関心を示さなくなった

注意が必要な 10 の変化

- ① 何回も同じことを尋ねたり、言ったりする
- ② よく知っている人の名前を覚えていない
- ③ 住所や電話番号を覚えていない
- ④ 周りの状況、物事の善悪などの理解や判断ができない
- ⑤ 計算やお金の勘定ができない
- ⑥ 日付「今日は何月何日か」がわからない
- ⑦ 場所の見当がつかない。道に迷ったりする
- ⑧ 簡単な事柄や質問の意味がわからない
- ⑨ 普通に会話ができない
- ⑩ 好きだったことをやらなくなった

『認知症』は、早期対応がカギです！

相談・受診時には家族や介護者などからの情報がとても重要です

◎本人の経過

→いつ頃から、どんな症状や出来事があったのか症状などをメモをして持参することをお勧めします。

○本人や家族が困っていること、求めていること
○要介護認定の介護度

○これまでに本人がかかった病気、現在治療している病名

○本人が飲んでいる薬

→お薬手帳を持参しましょう。

早めに受診することのメリット

① 進行を遅らせることができる

アルツハイマー型認知症は、お薬で進行を遅らせることができます。早い段階から使い始めることで効果があります。

② 行動・心理症状を抑えることができる

妄想・不眠・攻撃的な言動、うつ状態などの行動・心理症状を抑える薬もあります。また、接し方について助言を得ることができます。

③ 見通しを持って準備ができる

早期に診断を受けることで、本人と家族が心の準備ができ、今後必要となる医療や介護などに対し、見通しを持って準備ができます。

④ 早期発見で改善できる病気がある

認知症と似た症状を引き起こす病気（正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫など）があり、これらは、早期診断し、早い段階で治療することで症状の改善が可能です

認知症は、私たちにとって身近な病気です。

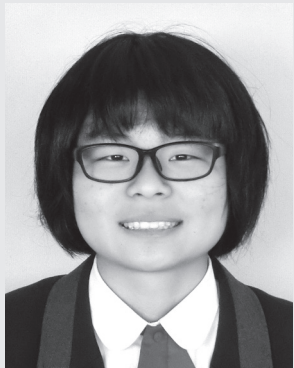
「認知症かもしれない」と心配になったとき、迷わずに相談し、ためらわずに受診することが大切です。

【認知症に関する相談窓口】 外ヶ浜町地域包括支援センター ☎ 0174-22-3380

【受診相談】 外ヶ浜中央病院 認知症相談 医療連携相談室 ☎ 0174-22-3450（予約制）



今月の特命記者



三厩中学校 3年
みやもと その
宮本 蒼

われら！学校特命記者

SCHOOL REPORT No.147

「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。

励まされる側とつて

三厩中学校では、毎年1月に「3年生を励ます会」が開かれます。今までは、後輩の立場で3年生を励ます側でしたが、今年は励まされる側だったので緊張もせず、温かい気持ちに包まれながら見る事ができました。後輩のみんなのかわいくて上手なダンスなども見る事ができ、嬉しかったです。その中には、サプライズもありました。昨年度離任された先生方からのビデオメッセージです。離任された先生方からも励ましを受け、とても元気が出ました。

また、三厩中学校の先生方からも出し物があり、ハンドベルと歌、そしてダンスで「サクラ咲ケ」を披露してくれました。普段あまり見たことのない姿も見ることができ、3年生は驚きと嬉しさでいっぱい気持ちになりました。最後は3年生16人と、3年生の先生方で「三厩天神」に願い事を書いた絵馬を掛けました。春に16人全員の花が咲くよう思いを込めました。その願いが成就するよう、みんなで一丸となって頑張っていきたいです。

広報そとがはま

じゅにあ柳壇

題「歩く」

天位

はや歩きいそがないとねおくれちゃう

蟹田小2年 小林 春陽



【地位】

歩くとなねちがう世界が見えてくる

蟹田小5年 渋谷 珠羅



【人位】

赤ちゃんが立って歩いた記念日だ

三厩小5年 工藤 煌大



【五客】

歩きたい水面の上の光る道
三厩小6年 東 璃咲
友達と手と手をつなぎ歩こうよ
蟹田小6年 對馬 煌
秋の葉は歩くとしゃきしゃき音がする
三厩小3年 伊藤 心月
目標は世界一周歩くんだ
蟹田小6年 仲野 美希
卒業式まん中歩く卒業生
三厩小6年 佐藤 飛龍

【佳作】

桜道ピンクのシートを歩くんだ
水たまりパチャパチャふんで帰りたい
しょうらいのゆめにむかつてあるいてく
歩こうよわたしとかげといっしょにね
歩いたらいろんな場所にいっしょくせん
春にはね野原をのんびり歩きたい
歩く旅どんどん続くどこまでも
虹の上みんなであっしょに歩きたい
一歩ずつ進んでいこう次の道
卒業生大人に向かう第一歩
買い物へ車の母と歩く父
かぞくとねたのしく歩くさんぽみち
おにごっこ歩いていけばおいつかない
えんそくで歩きつかれてへとへとだ
ベットとねいっしょにおさんぽ楽しいな
三厩小5年 関 悠奈
三厩小5年 阿部 静成
三厩小1年 柏谷みのり
蟹田小3年 記田望々夏
蟹田小5年 中道ひなた
三厩小3年 菅原あかり
三厩小4年 伊藤叶羽
蟹田小5年 最上さくら
三厩小6年 伊藤紗雪
三厩小6年 伊藤思里
蟹田小4年 吉澤知弥
三厩小1年 笹村美晴
蟹田小2年 最上このは
三厩小1年 唐牛海輝
三厩小2年 山田純輝

【軸吟】

※軸吟：選者が同じ題で詠んだ句
歩く歩く野の花 風を友として

たかお

選評



おかげようき川柳社 柳谷たかお

◆五客の璃咲さんの句。「水面の上の光る道」ととても素敵なフレーズです。春が近づいてきた今の季節にぴったりです。◆人位の句。妹か弟なのかな？。たくさんある句の中で赤ちゃんのことを書いたのは、煌大さんだけでした。よくぞ、赤ちゃんを発見してくれました。◆地位の句。煌大さんの句の続きのように赤ちゃんが歩き始めたようにも受け取れるし、普段歩かないで自動車や自転車などを運転している人のことを句にしているようにも・「ちがう世界」がよかったです。◆天位の句。春陽さんは早歩きでどこに行くんだろう。スクールバスが来る時間なのかな。「おくれちゃう」という下五で、いろいろな物語が想像できて、とても楽しく、そして、遅れないで間に合っている人、みんなに伝わる句となりました。

【選外佳作2句】

さんぽしてとても楽しそうに歩く人
三厩小3年 関 奏奈
学校へみんなであっしょに登校だ
三厩小4年 宇恵野翔海

3月外ヶ浜町行事カレンダー

※行事名、会場、時間の順で掲載しています。

3/1	友引 日	
2	先負 月	
3	仏滅 火	
4	大安 水	
5	赤口 木	
6	先勝 金	
7	友引 土	
8	先負 日	
9	仏滅 月	AFC ふれあい講座 英会話教室 (蟹田公民館 18:30 ~ 20:30)
10	大安 火	
11	赤口 水	
12	先勝 木	
13	友引 金	蟹田中学校・三厩中学校卒業式 介護予防教室「認知症について」(よしつねの湯 10:00 ~ 11:30)
14	先負 土	
15	仏滅 日	
16	大安 月	AFC ふれあい講座 英会話教室 (蟹田公民館 18:30 ~ 20:30)

17	赤口 火	介護予防教室「認知症について」(平館支所 10:30 ~ 12:00)
18	先勝 水	
19	友引 木	蟹田小学校・三厩小学校卒業式 介護予防教室「認知症について」(などわ〜る 10:00 ~ 11:30)
20	先負 金	春分の日
21	仏滅 土	
22	大安 日	
23	赤口 月	AFC ふれあい講座 英会話教室 (蟹田公民館 18:30 ~ 20:30)
24	先負 火	
25	仏滅 水	
26	大安 木	
27	赤口 金	
28	先勝 土	
29	友引 日	
30	先負 月	
31	仏滅 火	
4/1	大安 水	

はじめまして!

3歳になりました

2017年3月生まれ

戸籍の窓口

【1月受付分】(敬称略)

※お誕生おめでとうございます
五十嵐 律 (翔♥日和) 蟹田塩越

■謹んでお悔やみ申し上げます

鶴谷 宗一 (三厩増川)	88 歳
蠣崎 節人 (三厩本町)	79 歳
佐藤 英弘 (三厩桃ヶ丘)	91 歳
吉田 進 (上蟹田)	88 歳
藤田 正信 (蟹田中節)	91 歳
木浪 園枝 (平館磯山)	92 歳

外ヶ浜町の人口

人口	5889	↓12
男	2819	↓6
女	3070	↓6
世帯数	2864	↓1

令和2年2月1日現在 ※増減は先月比



えびな ひな ちゃん
蝦名 雛菜 ちゃん
2017.3.5 生・上蟹田



かなざわ ゆうせい くん
金澤 有誠 くん
2017.3.19 生・蟹田内黒山



いしおか さく くん
石岡 颯玖 くん
2017.3.26 生・平館根岸



くどう うみ ちゃん
工藤 羽美 ちゃん
2017.3.30 生・上蟹田