No.181
2020
4
April

SOTOGAHAMA town's public relations magazine

広報そとがはま

令和2年度 外ヶ浜町職員 組織体制

66名が学び舎を巣立つ

ー各小・中学校卒業証書授与式ー

主な記事

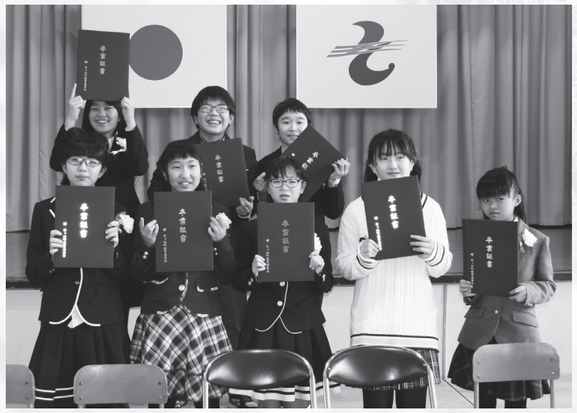
令和２年度 外ヶ浜町当初予算

令和２・３年度の保険料が変更となりました。

子育てママ・パパ応援します！

高校生の通学定期券代を助成します。

青森県外ヶ浜町



新しい世界への一歩。

令和元年度 卒業証書授与式

春の訪れを告げる３月。
町内の各小・中学校で卒業証書授与式が行われました。
今年度、66名（蟹田小23名、三厩小８名、蟹田中19名、三厩中16名）の児童生徒が卒業式を迎えました。
今年は、コロナウイルスの影響からマスクの装着や規模を縮小しての開催となりましたが、卒業証書を手にした児童生徒らは、これから始まる新たな生活への夢と希望に胸ふくらませ、共に過ごした仲間や先生、支えてくれた家族の祝福を受け学び舎を巣立ちました。
卒業生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。

日本ベトナム合作映画「海辺の彼女たち（仮）」撮影クランクアップ！

2月初旬から約一ヶ月にわたり外ヶ浜町内の各地で撮影を行っていた、日本ベトナム合作映画『海辺の彼女たち（仮）』（藤元明緒監督・脚本）の撮影チームが、2月28日にクランクアップを迎えました。

エキストラ出演の地元住民や撮影場所として船小屋を提供した木浪さん（平舘）ら総勢約40名が、おだいばオートビレッジに集まり、主役を務めたファン・フォンさんや女優のみなさん方のクランクアップをお祝いしました。

この日は、山﨑町長もお祝いに駆けつけ、「寒い中での撮影、大変お疲れさまでした。」と出演者へ労いの言葉を贈りました。

その後、出演者やスタッフは食事を楽しみながら、撮影中の話題や町での滞在話などで交流を深めていました。

撮影では、地域住民のエキストラ出演もあり、田沢内科やハッピードラッグなど町内の様々な場所のほか、弘前市でも撮影が行われました。

日本ベトナム合作映画「海辺の彼女たち」

移民、外国人労働者への日本社会における注目度の裏にある「失踪した技能実習生」や「不法滞在者」を題材に描かれた、今作「海辺の彼女たち（仮）」。

この映画は、借金を返済するために来日したベトナム人女性が、日本の職場から脱走し、不法滞在者となった矢先、妊娠が発覚。子を産むかどうか葛藤する女性の姿を描いています。

監督・脚本

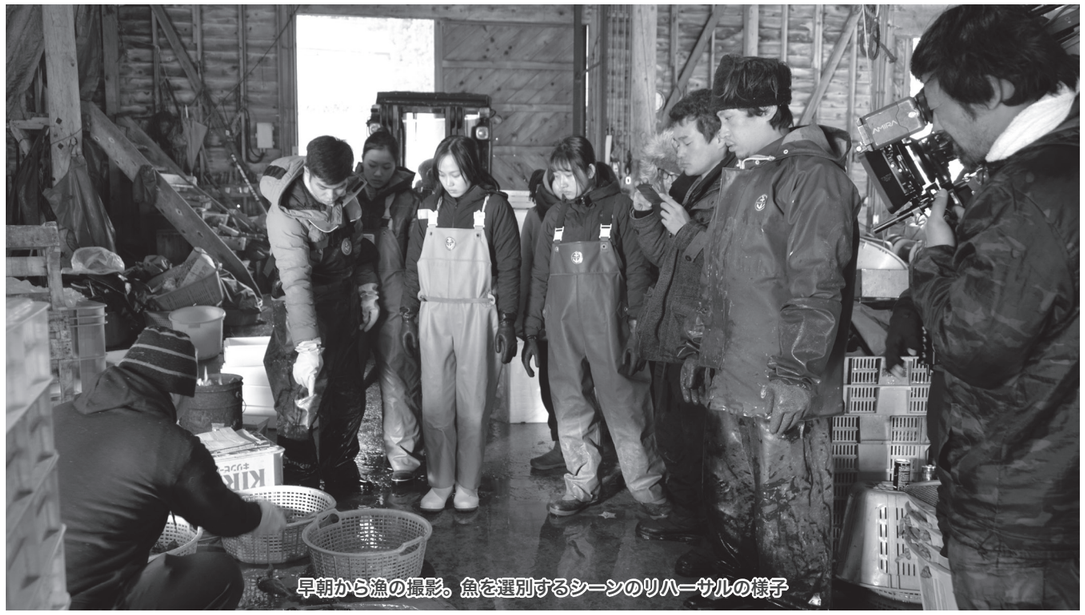
藤元 明緒 氏

偶然たどり着いた撮影地「外ヶ浜町」

この映画の制作に必要だったものが「海」と「雪」。撮影チームは、東京から陸路で行くことができる場所を探し、最初は青森県深浦町にたどり着きました。

しかし、立っているのが困難なほどの強風と、雪がないことで断念し、北上を続けたどり着いたところが外ヶ浜町磯山地区の木浪さんの船小屋でした。藤元監督は、海と雪の他にも、彼女たちが暮らす場所にも着目し、スタッフから送られてきた船小屋の写真を見て、藤元監督は「すごく素晴らしい、ここで撮影がしたい。」と感動。監督の希望を伝え、偶然たどり着いた外ヶ浜町が撮影地に決まりました。

初めて船小屋を訪れた時のことを藤元監督は、「ずっと歴史があるような匂いと、代々ここで（漁業を）やってこられた感じなど、歴史的に人が生きているという空間に出会えたことが映画の力になるなとすごく感じました。」と語っています。



早朝から漁の撮影。魚を選別するシーンのリハーサルの様子

どのようにみんなに伝えるか

今作への参加が決まり、「本当にびっくりしました。映画の中だけでなく普段の生活の中で起こっていることをどうやってみんなに伝えるか、悩みました。」と話したのは、主役を演じたファン・フォンさん。彼女は、ベトナムでのオーディションで主役に抜擢され、今回の撮影に臨みました。

また、同じく出演したトゥエ・アンさんは、「日本人だけでなくベトナム人にも伝えたい。」と話し、観る人に伝わる演技を心がけましたと話しました。

「寒い」と「温かい」

ベトナムの出演者たちは、雪を見たことがない人もおり、しっかり防寒対策をして撮影に臨んでいました。

寒さの中で撮影をする一方、アンさんは「私たちの撮影が朝早くから夜遅くまで続く中で、温かいご飯を作ってもらえたことにすごく暖かい気持ちを感じました。」と地域住民の温かさを体感したようです。

撮影は終了しましたが、編集作業等を行っており、映画の公開は、２０２１年を予定しています。

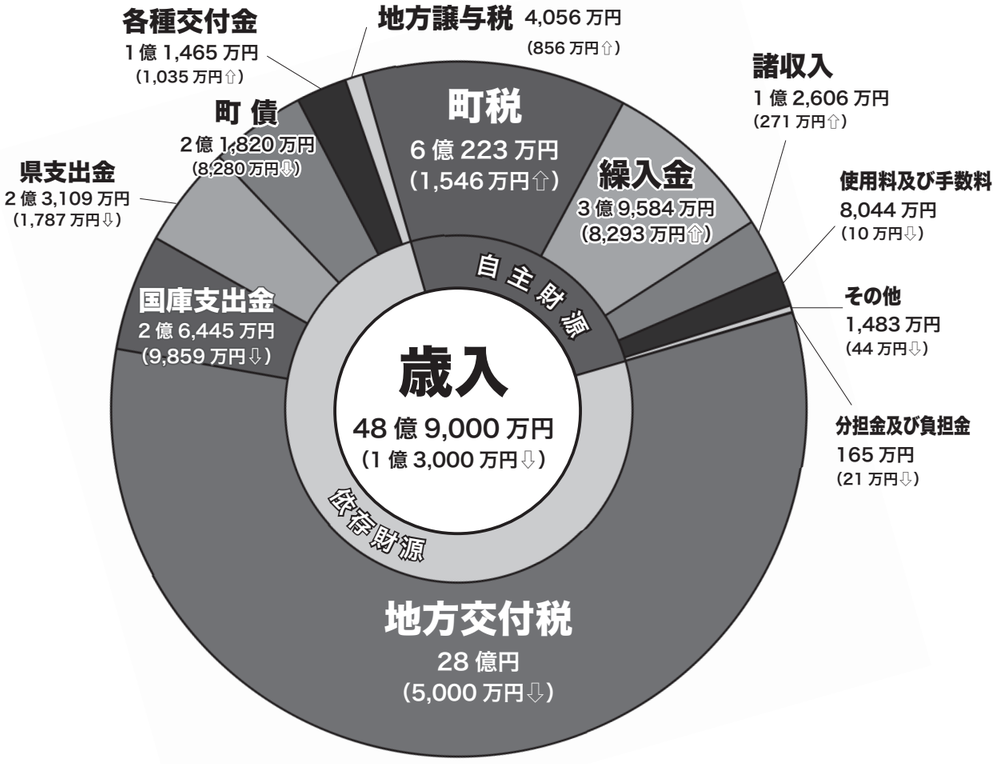
ベトナム人俳優の皆さん（左から、ニューさん、アンさん、フォンさん）

演技指導を受ける地元エキストラの方々

令和２年度　外ヶ浜町当初予算

町の施策と予算

令和２年度一般会計予算は、主要財源である地方交付税の減収等により財源確保に苦慮している厳しい財政環境の中でも、新たに高校生までのインフルエンザ予防接種助成、こども園の副食費助成など子育て世代の支援拡充をはじめ、首都圏や海外での地元産品、観光ＰＲなど産業振興対策の取り組みを実施するなど、「人口減少克服・地域活力向上」をめざし、可能な限り最大限対応することとしております。



令和2年度外ヶ浜町各会計予算案が3月定例町議会（3月6日～12日）において審議・可決されました。

一般会計予算額は歳入・歳出ともに、48億9千万円と、前年度当初予算額より1億3千万円減の予算編成になりました。

特別会計予算額は、総額で約42億7千万円となり、前年度より約4千万円の増となりました。

主要財源「地方交付税」の減収は避けられず

歳入の主なもののうち**町税**では、ホタテ養殖の漁業所得が、漁獲量及び単価ともに例年並みの見込みとなっており、その他の所得税収等も加味し、総合的に勘案した結果、若干の増収となる見込みとなっています。

固定資産税は新幹線関連の償却資産増収とたばこ税の減収など全体で1千546万円増（2.6％⇧）となっています。

また、歳入予算の約57％を占める**地方交付税**は、国の合併市町村に対する支援措置終了等に伴い、前年度より5千万円減（1.8％⇩）で計上しています。

国庫支出金は、大平山元遺跡整備事業（町有地化）の一部事業終了に伴うものなどで9千859万円減（27.2％⇩）となっています。

そのほか、**繰入金**は財政調整基金からの繰入金を可能な限り圧縮に努めましたが、3千万円増となり、ふるさと納税を原資としたふるさと応援基金からの繰入金は、学校教育充実のための事業への活用により5千248万円の増で、その他もあわせて8千293万円増（26.5％⇧）となっています。

町債は、合併振興基金造成事業が終了したこと等により8千280万円減（27.5％⇩）となっています。

人口減少へ歯止めをかける事業への投資

歳出の主なもののうち、**人件費**は、町長等の特別職や一般職の給与、町議会議員や各種委員の報酬に関する経費で、全体で7億7千689万円、対前年度比6千949万円（8.2％⇩）となっています。

町の借入金返済の経費である**公債費**は9億137万円、対前年度比2千862万円増となっています。

これは28年度及び29年度借入の元金償還開始に伴い3千998万円増、一方利子償還では現在の低金利状態が借入時に影響し約1千87万円減という内容となっています。これは主に一般職の職員数が減少したことによるものです。

町の借入金返済の経費である**公債費**は9億137万円、対前年度比2千862万円増となっています。

これは28年度及び29年度借入の元金償還開始に伴い3千998万円増、一方利子償還では現在の低金利状態が借入時に影響し約1千87万円減という内容となっています。

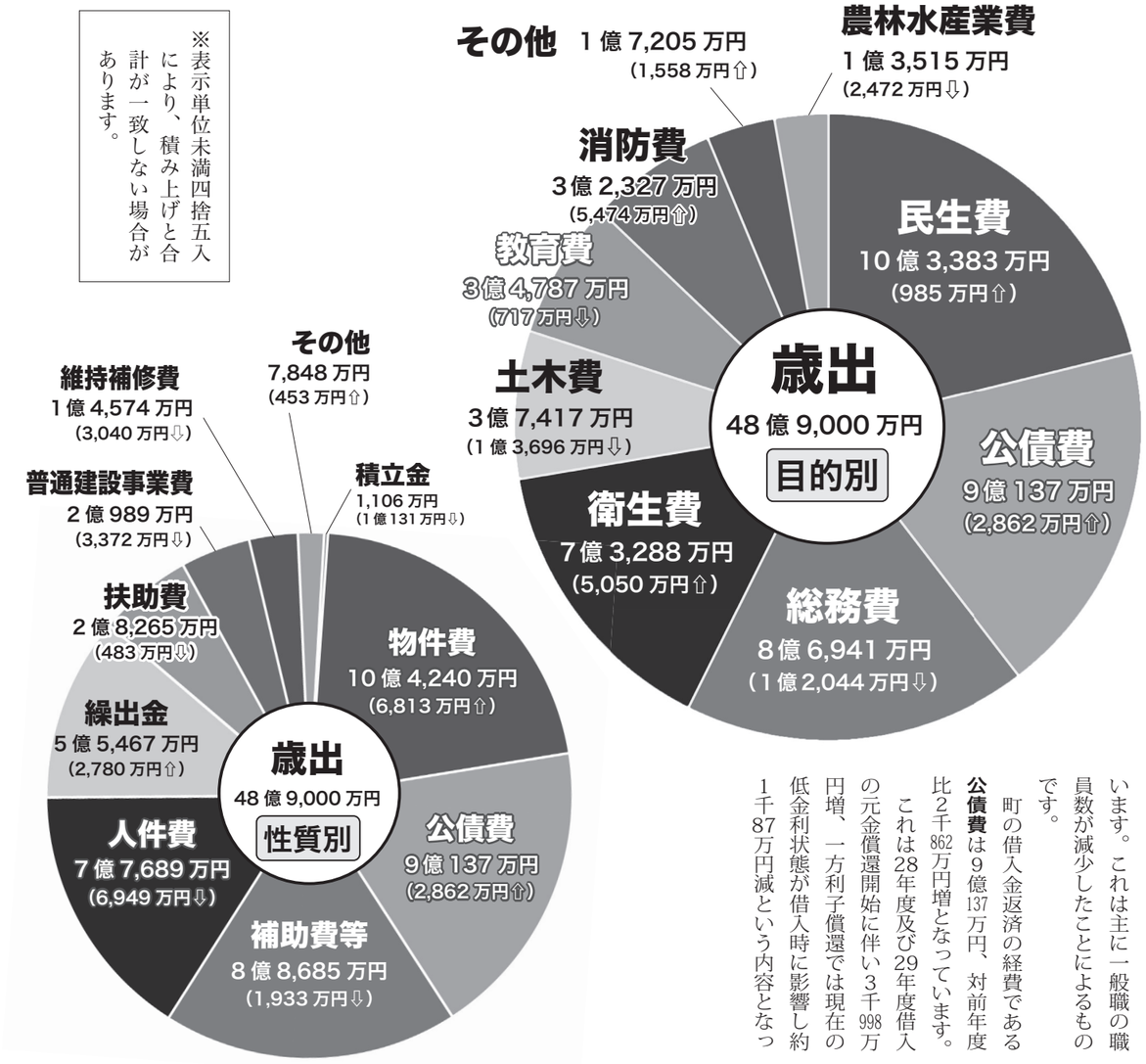
扶助費は、乳幼児や児童数の減少により児童手当や乳幼児・児童医療などの経費が減少していることから、2億8千265万円、対前年度比483万円（1.7％⇩）となっています。

また、その他の経費として、公共施設、道路等の修繕や除排雪等に係る経費である**維持補修費**で1億4千574千円、対前年度比3千40万円（17.3％⇩）となっています。

道路整備や箱物建設、漁港整備等に要する経費である**普通建設事業費**は、大平山元遺跡整備事業（町有地化）の一部事業終了や除排雪機械購入事業などの終了に伴い、対前年度比3千372万円（13.8％⇩）の2億989万円となっています。

このほか各特別会計に対する**繰出金**は、介護保険特別会計と後期高齢者医療特別会計などで増加しており、全体で5億5千467万円、対前年度比2千780万円（5.3％⇧）となっています。

※表示単位未満四捨五入により、積み上げと合計が一致しない場合があります。



令和２年度 一般会計当初予算に計上した主な事業

（単位：万円）

◆産業が躍動するまちづくり

事　業　名　※ 新…新規事業	事業費
県営漁港整備事業	1,899
新 首都圏物産観光プロモーション事業（浅草「まるごとにっぽん」出展）	**229**
Umai!! Aomori Food Fair 事業	193
県営ほ場整備事業	158

◆誇りと愛着のあふれるまちづくり

事　業　名　※ 新…新規事業	事業費
給食業務等事業（個人給食費５割軽減）	3,809
大平山元遺跡整備事業	2,580
新 蟹田小学校屋根改修事業	2,425
新 小学生県外研修事業・中学生海外研修事業	**1,276**
新 学校洋式トイレ設置事業	**1,200**
奨学資金貸付事業	516
児童生徒就学支援事業	475
新 大山ふるさと資料館改修事業	**323**
新 小中学校エアコン等設置事業	**270**
高校生通学費補助事業	180

◆住み続けていたいまちづくり

事　業　名　※ 新…新規事業	事業費
新 消防自動車購入事業	**1,516**
住宅リフォーム支援事業補助金（上限 200 千円）	200

◆健やかに暮らせるまちづくり

事　業　名　※ 新…新規事業	事業費
各種健康診査事業（26 年度より個人負担無料継続及び 29 年度個別受診対応拡充）	1,200
乳幼児・児童医療給付事業（高校卒業期まで無料化）	900
各種高齢者用予防接種事業（ｲﾝﾌﾙｴﾝｻﾞ・肺炎球菌ﾜｸﾁﾝ等）	568
小児等予防接種事業	345
エンゼル育成金	130
新 乳幼児等インフルエンザ予防接種事業	**71**
出産祝金、出産祝品	57
精密検査助成金（27 年度より検診後、精密検査受診する方への助成継続）	55
新 ピロリ菌検査除菌事業	**33**

◆町民の協働によるまちづくり

事　業　名　※ 新…新規事業	事業費
コミュニティ活性化事業（自治会等補助）	100

◆自然環境と共存するまちづくり（郷土の保全）

事　業　名　※ 新…新規事業	事業費
三厩本町地区融雪溝整備事業	4,620
新 防災行政無線更新事業	**4,260**
新 平舘ポンプ施設更新事業	**781**
橋梁維持補修事業	510
新 地域おこし協力隊事業	**400**
地域づくり事業（婚活・友好町交流）	260

令和２年度 特別会計 当初予算額

（単位：万円）

区　　分	令和２年度	令和元年度	増減額
国民健康保険特別会計	106,000	111,800	▼5,800
介護保険特別会計	124,500	124,700	▼200
大字費特別会計	190	90	100
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	24,200	20,600	3,600
後期高齢者医療特別会計	10,900	9,100	1,800
病院事業会計	121,540	119,888	1,652
簡易水道事業会計	40,062	36,876	3,186
特別会計合計	**427,692**	**423,354**	**4,338**

佐藤しんさん、幸林りささん100歳おめでとうございます。

100歳を迎えられた佐藤しんさん（三厩）、幸林りささん（蟹田）の2名に、3月19日㈭、山﨑町長から顕彰状が手渡されました。

佐藤しんさんは、大正9年生まれで、昭和16年にご結婚後、旧三厩村にあった建設業で30年勤めました。その後は93歳までの30年間、農業に従事されました。

現在は、魚が大好きで好き嫌いもなく、週に2回介護センターへ通所しています。

幸林りささんは、大正9年に旧蟹田町石浜で生まれ、昭和16年にご結婚されました。旅行が趣味で、若い頃からいろんな場所を訪れていました。

現在も元気に生活を送っており、娘さんたちが開催する女子会に参加し、交流をすることが若さの秘訣だそうです。

このたび100歳を迎えられた皆さま、おめでとうございます。

100歳を迎えた 佐藤しんさん（三厩地区）

100歳を迎えた 幸林りささん（蟹田地区）

募集・お知らせ

自衛官募集

【種目】
◎一般曹候補生
◎自衛官候補生

【概要】
◎一般曹候補生…基幹要員である曹を養成
◎自衛官候補生…2年又は3年の任期制隊員

【応募資格】
※2021年4月1日現在の年齢
◎18歳以上33歳未満の者

【受付期間】
◎一般曹候補生…5月上旬まで
◎自衛官候補生…5月中旬から6月上旬

【試験日及び試験会場】
◎一般曹候補生…5月中旬（予定）
第2合同庁舎
◎自衛官候補生…6月中旬（予定）
青森駐屯地

【お問い合わせ】
自衛隊青森地方協力本部
青森募集案内所
☎017-783-2995
担当者携帯
☎080-4361-5726

外科・内科・整形外科
かにたクリニック
Kanita Clinic
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	○	○	○	○	○	○
PM1:30～ 5:00	○	○	1:30～3:00	○	○	／

休診日　日曜・祝日

令和2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・総務課長事務取扱　外﨑 文雄

主幹　蝦名　高
主幹　福士　伸也
主任　菊地　康文
（青森県後期高齢者医療連合会へ派遣）
主任　正木　秀朋
主任　高森　俊輔
主査　奥本　直輝
（青森県市町村課へ実務研修）
主査　広海　亘
主事　小野　稚奈
(昇)主任運転手　蝦名　明
運転手（再任用）　野藤　広光
嘱託（再任用）　山田　充了

課長補佐　細田　幸樹
総括班長　笹谷　一人
総括班長　越田　明
総括班長　五十嵐卓子
(昇)総括班長　清水　浩一
班長　小嶋　勝
班長　福岡　剛

税務課

(昇)課長　木村　学

(昇)課長補佐　**對馬　州剛**
総括班長　石田　孝好
班長　金沢　秀幸
主幹　福岡　功輔
主査（再任用）　木村　衛
主事　工藤　敦

福祉課

課長　平井恵治

(昇)課長補佐　北田　信道
班長　工藤　良子
主幹　長尾　俊之
主査（再任用）　川村　久
主事　渋谷　覇月
瀧本　深雪
掛村香寿美
野口三菜子
伊藤加乙里
(新)保健師　**吉川　直希**
◆地域包括支援センター
主任保健師　對馬　真里
主任保健師　安藤　悦子
保健師　若山　純子
社会福祉士　木浪　幸恵
課長補佐　高森　殖
総括班長　大科　浅美
班長　清野　香織
主査（再任用）　**嬬﨑　真**
主任保健師　瀧本　深雪
主任保健師　掛村香寿美
主任保健師　野口三菜子
保健師　伊藤加乙里

産業観光課

課長（おぐにふるさと体験館長兼務）　横山 肇

(昇)課長補佐　坂井　克仁
総括班長　木村　道観
班長　清水　勝徳
主任　小笠原大倫
主査（再任用）　藤村　翼
主事　仙谷　貢
相内志緒梨
◆農業委員会
班長　石田　雅一

住民課

課長　三上 豊

課長補佐　澤谷和香子
総括班長　金澤　博之
主幹　浜谷　峰安
主査　葛西紗央里
主査　山中　桃子
主事　牧野かすみ
(新)**主事　小松　将哉**

建設課

(昇)課長　中嶋 純

(昇)課長補佐　**三浦　芳恭**
総括班長　木村勝二郎
総括班長　若山　大輔
(昇)総括班長（再任用）　石田　瞭
主事　沼田　修身
主事　林　佑紀
主事　福井　崇弘

出納室

出納室長・会計管理者　木村 邦治

班長　小倉　貴仁

学務課

(昇)課長（給食センター所長兼務）　登坂 光春

課長補佐　**小川勇一郎**
総括班長　佐々木　慎
班長　清水由紀子
主査　工藤　友美
用務員　内村　松子
用務員（再任用）　小笠原孝子
◆給食センター
班長　**木野田晴也**
主任　**三浦　政宗**
◆三厩中学校
主査　田中　友子

社会教育課

課長（大山ふるさと資料館長・中央公民館長兼務）　高畑 要

課長補佐　**津嶋　暢**
総括班長・学芸員　駒田　透
班長　野口　康志
(新)**主事　小笠原沙樹**
◆中央公民館
館長補佐　小山内卓子
主査　藤澤　雄大
主査（再任用）　柳谷　隆男

議会事務局

事務局長　最上 祐司

主幹　石岡　大

三厩支所

支所長・地域生活課長　伊藤 広文

課長補佐　伊藤　勝幸
班長　東　雅之
主査（再任用）　秋田　一人
主査（再任用）　阿部　清幸

平舘支所

支所長・地域生活課長　越田 祐悦

課長補佐　高坂　由一
班長　中嶋　淳
班長　木村　祥
主査（再任用）　高宮　洋

― 平舘支所・三厩支所のご案内 ―

◎戸籍・住民異動・印鑑登録に関する届出や証明書の発行
◎税の証明書の発行
◎税・使用料の納入受付
◎保険証等の再発行や各種申請の受付
などの地域に密着した各種業務を行っています。

外ヶ浜中央病院

院長　秋山　昌希

副院長　上打田内雅敏
医長　藤田　均
医長　佐藤　光亮
新 医員　若松亜里沙
新 医員　守田　和正
薬剤師　四戸　貴大
診療放射線技師長　松岡　達郎
診療放射線技師　木村　猛
臨床検査技師長　白戸　昌俊
昇 主任臨床検査技師　吉澤　哲弥
栄養士長　三浦　光昭
主任理学療法士　安田真恵智
理学療法士　吉田司秀子
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
総看護師長　小川　順子
看護師長　倉谷由紀子
昇 看護師長代理　工藤　歩美

昇 看護師長代理　黒田　綾子
昇 看護師長代理　本堂　美幸
主任看護師　越田　里香
主任看護師　松岡　千陽
主任看護師　阿保　則子
主任看護師　森内美代子
主任看護師　吉田　春江
主任看護師　工藤由紀子
看護師　今　幸子
看護師　髙橋　治美
看護師　石田　早苗
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　若山　尚子
看護師　馬場　郁子
看護師　畠山恵里那
看護師　吉田　和也
看護師　越田　結衣
新 看護師　小倉　純子
新 看護師　宇恵野　梓
新 看護師　吉川　小幸
准看護師　五十嵐あけみ
准看護師　加藤　美和

昇 事務長　工藤　学

事務次長　小鹿　将人
班長　川村　貴文
主任　石田　有可

介護老人保健施設（たんぽぽ）

主任看護師　木村　美香
主任介護福祉士　舘田美由紀
介護福祉士　長内美恵子
介護福祉士　高坂　瑞穂
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　越田　優希
介護福祉士　佐々木優果
介護福祉士　田中　莉子
理学療法士　葛西　弘司
介護支援専門員　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
班長　長内　忍

新採用職員

住民課 主事　小松　将哉

中央公民館 主事　小笠原　沙樹

福祉課 保健師　吉川　直希

総務課付き　青森地域広域事務組合へ派遣　小鹿　将平

退職者

〈定年退職〉
青松　久（議会事務局長）
高宮　洋（出納室会計管理者）
木村　衛（税務課長）
蟠﨑　真（建設課長）
山田　充了（総務課主任運転手）
小笠原孝子（蟹田中学校用務員）

〈早期退職〉
三浦　和文（学務課長）

〈普通退職〉
渡部　裕介（外ヶ浜中央病院医員）
木村　凌矢（外ヶ浜中央病院医員）
幸坂　英明（外ヶ浜中央病院薬局長）

☆長い間、お疲れ様でした。

「もしも」に備え、救命講習会開催

２月25日㈫、町のバス運転手を対象に、役場本庁で救命講習を行いました。

当日は、青森地域広域事務組合中央消防署外ヶ浜分署職員の指導のもと、心肺蘇生法や自動体外式除細動器（ＡＥＤ）を使った応急手当について学びました。参加者らは、業務中の「もしも」に備えるため、実演しながら手順や正しい蘇生方法を確認していました。

青森地域広域事務組合では、要望に応じて救命講習等を実施しており、申請等は、中央消防署外ヶ浜分署（☎０１７４－２２－２１８４）で受け付けています。

マイナンバーカードでマイナポイント25%もらえる!

マイナンバーカードを取得し、○○ペイなどの民間キャッシュレス決済サービスを選択して、
マイナポイントを申込むと、一定額を前払い等した方に対して国が「マイナポイント」を付与します。
※キャッシュレスで2万円のチャージ、又は買い物すると1人あたり上限5,000円分のマイナポイントがもらえます。
※予算案が今後の国会で成立することが前提です

2020年9月～実施予定!

マイナポイントの利用イメージ

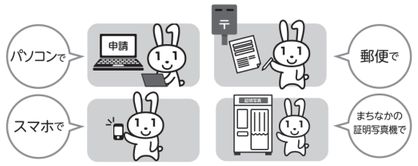
(※1)お買い物時にはマイナンバーカードを使用しません (※2)国が買い物履歴を収集・保有することはできません

「マイナポイント」を取得するためには

1 マイナンバーカードの申請・取得が必要です。

マイナンバーカードは、パソコン・スマートフォン・郵便・まちなかの証明写真機から申請することが出来ます。

交付手数料無料!



2 マイナポイントの予約方法

スマホで簡単3つの手順 ※公的個人認証サービス対応のスマートフォン ※カードリーダーがあればパソコンでも設定できます

手順1 マイナポイントアプリをダウンロード
※Android端末は「JPKI利用者ソフト」もダウンロードが必要(今後、マイナポイントアプリと一体化予定)

手順2 アプリの指示に従ってマイナンバーカードを読み取り

手順3 マイナンバーカード申請時or取得時に設定した数字4桁の暗証番号を入力

これでマイナポイント予約完了!

App StoreもしくはGoogle Playで「マイナポイント」を検索!

※マイナポイントの予約によりマイキーIDが設定されます。(既にマイキーIDを設定されている方は、マイナポイントの予約済みとなります)

※マイナポイントの予約者数が予算の上限に達した場合は、マイナポイントの予約を締め切る可能性があります。

ポイントの利用時期が近づくと、マイナンバーカードの交付申請が混み合い、申請から交付まで通常(約1ヶ月)よりも時間を要することが見込まれます。早めの申請をお願いします。

総務省 MIC Ministry of Internal Affairs and Communications

詳しくはこちらへ https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/

問い合わせ先:マイナンバー総合フリーダイヤル 0120-95-0178 (マイナンバー) 音声ガイダンスに従って「5番」を選択してください。 平日:9時30分～20時00分／土日祝:9時30分～17時30分

マイナポイント 検索

令和２・３年度の保険料について

（1）所得が低い方の軽減

同一世帯内の被保険者及び世帯主の所得額の合計に応じて、均等割額の軽減が受けられますが、次のとおり変わりました。

令和元年度の均等額の軽減	
世帯の所得額の合計	軽減割合
33 万円以下	8.5 割
33 万円以下かつ被保険者全員の年金収入が年額 80 万円以下（その他の各種所得がない）	8 割
33 万円＋（28 万円 × 被保険者の数）以下	5 割
33 万円＋（51 万円 × 被保険者の数）以下	2 割

▽

令和２年度の均等額の軽減	
世帯の所得額の合計	軽減割合
33 万円以下	**7.75** 割
33 万円以下かつ被保険者全員の年金収入が年額 80 万円以下（その他の各種所得がない）	**7** 割
33 万円＋（**28.5** 万円 × 被保険者の数）以下	5 割
33 万円＋（**52** 万円 × 被保険者の数）以下	2 割

（2）被用者保険の被扶養者であった方の軽減

◎後期高齢者医療に加入してから２年間は、均等割額が５割軽減されます。

◎所得割額の負担はありません。

※ 被用者保険とは、全国健康保険協会管掌健康保険、船員保険、健康保険組合、共済組合などです。

※ 元被扶養者であっても、世帯の所得が低い方は、より高い均等割の軽減（7.75 割軽減、７割軽減）が受けられます。

【お問い合わせ】青森県後期高齢者医療広域連合　☎ 017-721-3821 ／外ヶ浜町役場住民課　☎ 0174-31-1222

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　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！
〒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

令和２・３年度の保険料について

後期高齢者医療被保険者のみなさま
令和2・3年度の保険料が変更となりました。

令和２・３年度の保険料算定のもととなる新しい保険料率が決まりました。保険料率は２年ごとに見直しをしていますが、医療費の増加や現役世代人口の減少が見込まれることに伴い、引き上げられることとなりました。

被保険者の皆様にはご負担をおかけしますが、ご理解をお願いします。

【令和２・３年度 保険料率】

	平成 30・令和元年度	令和 2・3 年度
均等割額「被保険者全員が納める額」	40,514 円	**44,400 円**
所得割額「所得に応じて納める額」	7.41％	**8.30%**
賦課限度額	62 万円	**64 万円**

【年間保険料の計算式】

年間保険料は、次の方法で計算されます。

均等割額［被保険者全員が納める額］**44,400 円** ＋ **所得割額**［所得に応じて納める額］**基礎控除後の所得※×8.30%** ＝ **年間保険料**（100 円未満は切り捨て）

※基礎控除後の所得とは、前年の総所得金額から基礎控除額（33 万円）を差し引いた額

事故にあったとき（第三者行為による傷病届等について）

交通事故や、第三者 (自分以外) の行為によるケガ・食中毒の場合など、被保険者証を使って治療を受けたときは、お住まいの市町村へ届出してください。

また、自損事故や業務中の事故で労災が適用されない場合も届出が必要です。

外ヶ浜町・今別町ご在住の方限定!!
送迎付 日帰りプラン
6名以上の少グループ様からご利用できます!
たっぴ 海鮮コース 3,300円
漁火 海鮮コース 4,400円
海峡 海鮮コース 5,500円
車両の台数に限りがございますので、お早めにお申し込みください。
※ご予算に応じますので、お気軽にご相談ください。
●館内利用時間：午前11時～午後3時または、午後4時～午後8時
●お料理代、施設利用料が含まれています。 ●入館料込、消費税込
●ボディソープ・シャンプー・リンスは大浴場に備え付けてございます。
●タオル・バスタオルを無料でお貸し致します。
●お飲み物・カラオケは別途料金となります。
●持込飲料等はご相談ください。
2020年の大特典 カラオケ通常5,400円(税込)を無料!!
龍飛崎温泉 ホテル 竜飛（たっぴ）
〒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)

税・お知らせ

自動車税の減免制度について（種別割・環境性能別）

身体障害者手帳、戦傷病者手帳、療育（愛護）手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方またはその方と生計を一にする方もしくは常時介護者が、これらの手帳の交付を受けている方の生業、通院、通学などのために自動車を利用している場合で、その障害の程度や自動車の使用状況などが一定の条件に該当するときには、申請により自動車税（種別割・環境性能割）の減免を受けることができます。

詳しくは、東青地域県民局県税部課税第三課までお問い合わせいただくか、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）をご覧ください。

【お問い合わせ】
東青地域県民局県税部課税第三課
☎017-734-9974

税・お知らせ

大法人の電子申告義務化について

平成30年度税制改正により、「電子情報処理組織による申告の特例」が創設され、一定の法人が行う申告は、e-Tax（国税電子申告・納税システム）により提出しなければならないこととされました。

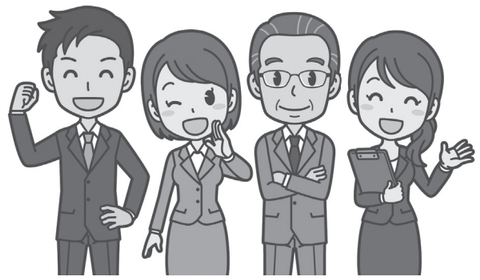
【対象税目】
法人税及び地方法人税並びに消費税及び地方消費税

【対象法人の範囲】
①内国法人のうち、事業年度開始の時において資本金の額等が1億円を超える法人
②相互会社、投資法人及び特定目的会社

手続について詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。https://www.nta.go.jp

税・募集・お知らせ

2020年度 国家公務員「国税専門官採用試験」（大学卒業程度）のお知らせ



仙台国税局では、バイタリティーあふれる国税専門官を募集しています。

国税専門官は、国の財政を支える重要な仕事を担い、税務署等において、調査・徴収・検査や指導などを行う税務のスペシャリストです。

【受験資格】
◎平成2年4月2日から平成11年4月1日生まれの者
◎平成11年4月2日以降生まれの者で次に掲げるもの
(1)大学を卒業した者及び令和3年3月までに大学を卒業する見込みの者
(2)人事院が(1)に掲げる者と同等の資格があると認める者

【受験申込受付期間】
令和2年3月27日～4月8日

【受験申込方法】
受験申込みは、国家公務員試験採用情報NAVI（https://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.html）からのインターネット申込みとする。

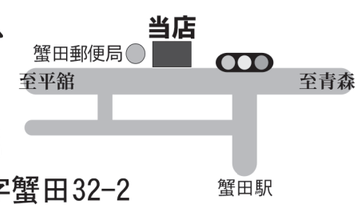
【第1次試験日】
令和2年6月7日(日)

【試験に関するお問い合わせ】
仙台国税局人事第二課試験研修係
☎022-263-1111
人事院東北事務局
☎022-221-2022

白御影石
480,000円～

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



所得税確定申告、消費税・地方消費税の口座振替日が変更となります。

令和元年分の申告所得税、贈与税、個人事業者の消費税については、新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、申告・納付期限が４月16日㈭まで延長されました。

これに伴い、申告所得税および個人事業者の消費税の振替納税をご利用されている方は、口座の振替日が次のとおり変更となります。

ご不明な点は、外ヶ浜町役場税務課（☎0174-31-1224）までお願いします。

	当初	変更後
所得税	４月21日（火）	**５月15日（金）**
消費税・地方消費税	４月23日（木）	**５月19日（火）**

税・お知らせ

確定申告が間違っていたとき

《申告した税額が多かったとき》
「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。（法定申告期限から5年以内）

《申告した税額が少なかったとき》
「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、修正申告をする場合には、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》
確定申告の必要があるのに、確定申告を忘れていたときは、できるだけ早く申告してください。

なお、申告が遅れた場合には、加算税が賦課される場合があるほか、併せて延滞税の納付が必要な場合もありますので、ご注意ください。

手続について詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。https://www.nta.go.jp

税・お知らせ

20歳未満の者の飲酒防止の推進

4月は「20歳未満飲酒防止強調月間」です。

成長過程にある20歳未満の者の飲酒は、本人にとって身体的・精神的に大きなリスクがあるだけではなく、社会的にも大きな影響を与えます。

このことを20歳未満の者が理解できるよう、社会全体で取り組む必要があります。

国税庁では、酒類業者に対して、20歳未満の者に酒類を販売しないよう指導するとともに、各業界団体に対し、20歳未満と思われる者に対する年齢確認の徹底などを要請しています。

詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。https://www.nta.go.jp

操作が簡単で、毎日の足として大活躍まちがいなし！運転免許は不要です！

電動車いす マイピーSMART
◆腰をかがめず楽々充電
◆23㎞の連続走行が可能
◆カラフルでおしゃれなデザイン
￥365,000（非課税）

SUZUKI ET4E
◆見やすく操作しやすい表示灯
◆19㎞の連続走行が可能
￥308,000（非課税）

（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

子育てママ・パパ応援します！

詳細やご不明な点は、お問い合わせください。

【お問い合わせ】
外ヶ浜町役場福祉課
☎0174－22－2941

❶ エンゼル育成金

町では、少子化対策の一環として、第3子以降のお子さんの誕生をお祝いして、平成17年度からエンゼル育成金をお贈りしています。

【受給対象】
※次の①・②の要件を全て満たす方が対象です。
①子供の父または母が外ヶ浜町に3年以上お住まいの方。
②第3子以降のお子さんを出産した場合。

【支給について】
受給資格が認定された保護者へ、出生時、小学校入学時、中学校入学時にそれぞれ10万円を贈呈。

【申請方法】
対象の方には、出生届出時に確認後、申請。

❷ 出産祝金

町では、少子化対策の一環として、子供の誕生をお祝いするとともに、健やかな児童の成長を願い、出産祝金を贈呈します。

【受給対象】
※次の①・②の要件を全て満たす方が対象です。
①子供の父または母が外ヶ浜町に1年以上お住まいの方。
②第1・2子のお子さんを出産した場合。
③エンゼル育成金の受給対象でない第3子以降のお子さん。

【支給について】
受給資格が認定された保護者へ、出生時に5万円を贈呈。

【申請方法】
対象の方には、出生届出時に確認後、申請。

❸ 出産祝品

外ヶ浜町民の出産をお祝いするとともに、女性が子育て中も自分らしく輝き続けるライフスタイルを送ることができるよう出産祝品をお贈りします。

【受給対象】
出生届時に外ヶ浜町に住民登録をしている出生児の母で、出生児とともに引き続き町に居住する方。

【支給について】
授乳服セット（授乳用ブラジャー、授乳服）

【申請方法】
出生届出後、福祉課で母子健康手帳の写しを添えて申請書により申請する。

【祝品受取方法】
①対象者に、ギフトカタログを贈呈。
②対象者は、商品を選定し、注文はがきにて商品を注文。
③宅配便で祝品を受け取る。

▲Mo-House Giftのカタログに付属のハガキで申請していただきます。

❹ 乳幼児・児童医療費給付制度

町では、0歳から18歳までのお子さんを対象とした「乳幼児・児童医療費給付」を実施しています。
医療費助成を受けるためには、申請が必要となりますので、お早めに申請してください。

【助成対象】
外ヶ浜町に住民登録のある0歳から18歳までの方
（国民健康保険・社会保険等適用者）
※生活保護・他の医療費助成（ひとり親家庭等、重度心身障害者）を受給している方を除きます。

【医療費助成】
医療機関（病院・医院・診療所・歯科・薬局等）での診療分についての医療費

【医療機関へ提示】
医療機関の受診を受けるときは、保険証と受給資格証を一緒に提示すれば、医療費の支払いはありません。

【受給資格証の交付・変更・更新手続き】
次の場合は、手続きが必要となります。
○出生・転入等
○保険者証が変わった
○有効期限が切れた
受給資格証と国民健康保険者証・社会保険者証等と印鑑を持参し、福祉課・各支所へ申請の手続きをお願いします。

本人確認書類を忘れずに！

ー 証明書を請求する時は、本人確認書類が必要です。ー

今月号から、わたし「そと美」が婚姻届を提出するまで役場窓口でのやりとり・注意点などをご紹介していきます。
今回は、添付書類に使う戸籍をとりに行くよ！

戸籍の請求①

住 民票・戸籍謄本等を請求する際に本人確認書類が必要です。

必要になる本人確認書類
① 運転免許証または国もしくは地方公共団体の機関が発行した写真付き証明書１点
② 上記のものがない場合には、健康保険証、後期高齢者医療被保険者証、介護保険証、年金手帳、年金証書などから２点

※どうしても本人確認書類がない場合は、住民課または各支所の証明書発行窓口にご相談ください。

マイナンバーカード（個人番号カード）の取得を検討してみませんか。

今まで、顔写真付きの身分証明書は、運転免許証やパスポートに限られたものでしたが、マイナンバーカードはそのような悩みを解決してくれます。

マイナンバーカードの申請方法	
郵便申請	すでに皆様に送付されている通知カードの下部分が申請用紙になっており、写真を貼付して郵送します。
スマートフォン パソコン	通知カードの下部分にある申請用紙のQRコードを読み取り、ウェブサイトにアクセスして、必要事項を記入し、顔写真を登録します。

※申請用紙をお持ちでない方、転入や転居、婚姻等により住所・氏名に変更がある方は、住民課または各支所の窓口で新しい申請用紙をお渡しします。お越しの際は、本人確認書類を忘れずにご持参ください。

申請からおよそ１ヶ月ほどで、役場または各支所から通知が行きますので、**申請者ご本人に取りに来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

高校生の通学定期券代を助成します。

～外ヶ浜町高校生通学定期券購入費助成事業～

令和２年度、子育て支援施策として、ＪＲ津軽線・ＪＲ奥羽本線・青い森鉄道線を通学のために利用する高校生を対象に、通学定期券購入費助成事業を実施します。
助成金の対象等をご確認のうえ申請をくださるようお願いします。

１．助成金の対象者について（※すべての要件を満たしている必要があります。）

◇ 高校生で、外ヶ浜町に住所を有し、かつ現に町内に居住している方
◇ 有効期間が１ヶ月以上で、有効期間の開始日が令和２年４月１日から令和３年３月31日までの定期券を購入し、使用した方

※下記に該当する方は助成金の対象外となります。
・町税等を滞納している方（水道料、町営住宅使用料なども含む）
・生活保護を受けている方（生活保護費から通学費が支給されます）

２．助成金額について

定期券購入金額の **３割**を助成します。
（例）定期券購入額 7,000円×100分の30＝2,100円（助成額）

３．助成金申請に必要なもの

① 助成金交付申請書　※役場本庁学務課、平舘・三厩両支所にあります。
② 有効期間満了後の通学定期券の写し
③ 申請期間：令和２年５月１日から令和３年４月30日まで（数ヶ月分まとめての申請も可）。
窓口申請は土・日・祝日及び役場休業日を除く８時30分～16時30分。
※定期券の写しがないと申請できませんのでご注意ください。

４．助成金申請の流れ

① 通学定期券購入
② 有効期間満了後の通学定期券の写しを申請書に添付し、本庁学務課または平舘・三厩支所窓口に提出（郵送の場合は、本庁学務課あてに送付）
③ 内容を審査のうえ、役場より交付決定または不交付決定通知書を発送
④ 交付決定の場合、通知書発送後指定口座へ助成金を振り込み

【申請場所】
外ヶ浜町役場本庁学務課、平舘支所、三厩支所
※郵送の場合：〒030-1393　外ヶ浜町字蟹田高銅屋44-2
外ヶ浜町教育委員会学務課あて

【お問い合わせ】外ヶ浜町教育委員会学務課　☎0174-31-1235（直通）

ごみ・お知らせ

ごみ処理施設への直接搬入処理手数料を値上げします。

令和元年10月の消費税増税に伴い、外ヶ浜町ごみ処理施設（グリーンハート外ヶ浜）の運営に係る経費が増加している状況となっております。

つきましては、現在、住民のみなさまから10kgあたり150円をいただいている燃えるごみ（燃える粗大ごみを含む）の外ヶ浜町ごみ処理施設への直接搬入時の処理手数料について、**令和２年４月１日搬入分から、10kgあたり170円に増額**させていただくこととなりました。

事業者のみなさまからいただいている事業系の燃えるごみについても同様に値上がりすることになります。

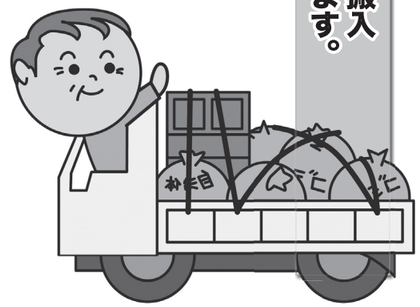
ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

※ごみ袋の料金は変更ございません。

【お問い合わせ】
外ヶ浜町役場住民課
☎0174-31-1222

【燃えるごみ処理手数料　新旧比較表】

	令和２年３月31日まで	令和２年４月１日から
家庭系燃えるごみ（粗大ごみを含む）	10kg あたり 150円	10kg あたり 170円
事業系燃えるごみ（粗大ごみを含む）		



令和２年 県内の交通事故概況

（青森県交通対策協議会 令和２年２月29日現在）
※（ ）内は対前年比です。

	２月中	年間累計
発生	241件（↑15件）	459件（↓32件）
死者	１人（±0人）	１人（↓４人）
傷者	311人（↑23人）	575人（↓40人）

死者の状態（１人中）

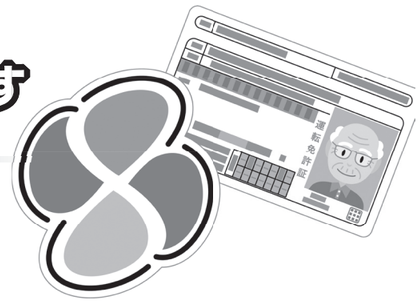
高齢者の死者（65歳以上の人）	１人（↓３人）
夜間の死者	０人（↓２人）
歩行者の死者	０人（↓１人）
自動車乗車中の死者	１人（↓２人）
シートベルト非着用者	０人（↓２人）

春の火災予防運動週間です。

4月6日(月)～15日(水)

【全国重点】
◎子供を始めとする歩行者の安全の確保
◎高齢運転者等の安全運転の励行
◎自転車の安全利用の推進

高齢者講習受講者 免許自主返納者 へ補助金を交付します



運転免許更新時高齢者講習を受講した方、運転免許証の自主返納の際、「運転経歴証明書」の交付を受けた方へその交付手数料に対し補助金を交付いたします。

高齢者講習受講補助金

【補助金対象について】
※各補助金ともすべての要件を満たしている必要があります。
①自動車運転免許証を有している
②年齢が満７０歳～７７歳である
③町民税が非課税である
④町税等滞納がない

【補助金額について】
① 70歳～74歳の者　4,650円
（小型特殊免許所持者　2,000円）
② 75歳以上で認知機能検査結果第３分類となった者　5,300円
（小型特殊免許所持者 2,000円）
③ 75歳以上で認知機能検査結果第1･2分類となった者　8,200円
（小型特殊免許所持者 4,300円）

【補助金申請に必要な書類】
①運転免許高齢者講習受講補助金申請書
②運転免許証の写し
③高齢者講習終了証明書の写し
④高齢者講習受講料等の領収書の写し
⑤補助金振込先通帳写し
（表紙と１枚開いたページ）
⑥印鑑（認め印可）

自主返納補助金

【補助金対象について】
※各補助金ともすべての要件を満たしている必要があります。
①自動車運転免許証を返納したもの
②満７０歳以上である
③町税等滞納がない

【補助金額について】
運転経歴証明書の交付を受けた者 1,000円

【補助金申請に必要な書類】
①自主返納交付申請書
②運転経歴証明書の写し
③運転経歴証明書交付手数料の領収書の写し
④補助金振込先通帳写し
（表紙と１枚開いたページ）
⑤印鑑（認め印可）

【補助金申請場所】
外ヶ浜町役場総務課・平舘支所・三厩支所

【お問い合わせ】
外ヶ浜町役場総務課　交通安全担当
☎0174-31-1111

送迎無料 デイサービス 実施中
お気軽にご相談下さい!
《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》
利用申込随時受付中
認知症対応型共同生活介護
グループホーム よつば
【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～
外ヶ浜役場 平舘支所 / 至今別 / 湯の沢温泉 / 不老不死温泉 / 海が見える丘団地 / 平舘中学校 / 陸奥平舘局 / グループホーム よつば / 280 / 至青森 / 陸奥湾
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舘根岸小川258-2

家の耐震診断 助成します。

令和２年４月１日から木造住宅耐震診断推進事業が始まります。

この事業は、地震発生時、建築物の倒壊による人的被害を軽減することを目的に、個人の所有する住宅の耐震診断に対し、専門の耐震診断員を派遣するものです。

診断員の派遣を希望される方は役場建設課にて受付します。

対象者及び要件

☑ 外ヶ浜町民で、住宅の所有者かつ居住者であること。
☑ 同一世帯全員に町税等の滞納がないこと。
☑ 同一箇所に同事業や他制度の補助を重複して受けていないこと。

対象となる木造住宅

◆町内にある昭和 56 年 5 月 31 日以前に建築された築 39 年以上の木造の戸建て住宅で、かつ、同年 6 月以降に増改築されていない住宅。
◆居住用一戸建て専用住宅であること。併用住宅は居住用が延べ面積の２分の１以上で、それ以外の面積が 50㎡以下である住宅であること。
◆地上階数が２以下であるもの。
◆建築基準法に違反していないこと。

診断員の派遣に必要な費用と個人負担額

診断費用 14 万 7 千円（延べ床面積 200㎡以下）の場合、町負担額 13 万 6 千円 (上限)、個人負担額 1 万 1 千円となります。

※ただし、延べ床面積が 200㎡を超えた場合の加算額は、個人の負担となります。

手続きの流れ

申請者：木造住宅耐震診断員派遣申込書を町に提出します。
↓
町：申込み後、審査をし、木造住宅耐震診断員派遣決定通知書を送付します。
↓
申請者：耐震診断員の受け入れ
↓
町：診断報告の受領および耐震診断結果通知書を送付します。
↓
申請者：耐震診断結果通知書の受領、個人負担額を耐震診断員へ支払い
↓
町：耐震診断員への町負担分の費用支払い

※予算の上限に達し次第、受付を終了いたします。
※派遣決定後に診断を取り止める場合は、辞退届が必要になります。
※ご不明な点やご質問等ありましたら、役場建設課までお問い合わせください。

ご不明な点やご質問等ありましたら役場建設課（☎ 0174-31-1226）までお問い合わせください。

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 ～ PM7:00	○	○	○	○	○	／

《休診日》 日曜・祝日・土曜午後・第3木曜午後

お家のリフォームを支援します！

～住宅リフォーム支援事業～

お住まいの住宅のリフォームをお考えの方、中古住宅を購入後にリフォームしようとお考えの方には、令和２年度中に施工されるリフォームに最大で 20 万円の補助金を交付します。

【申請者の要件】
①外ヶ浜町民であり、住宅の所有者（同居の親族名義を含む）で、現に居住していること。
②同一世帯全員に町税等の滞納がないこと。
③過去に当補助金を受けておらず、かつ他制度の補助や給付金等を受けていないこと。

【対象となる工事】
①外ヶ浜町内の建設業者が施工する工事であること。
②工事費用が 50 万円（税込）以上であること。
③築２年以上経過した住宅であること。

【対象とならない工事】
①外構工事等の住宅本体に関わらないもの。
②自ら設置可能なものや建築工事を伴わないもの（エアコン、家具、照明など）。

【補助金額】
工事費用の 20%（上限 20 万円）

【申し込み・お問い合わせ】
申し込み申請書は、外ヶ浜町役場建設課窓口に設置しています。
外ヶ浜町役場建設課　☎ 0174-31-1226

【注意事項】
◎予算の上限に達し次第、受付を終了します。
◎申請後に工事内容に変更があった場合は、事前に変更申請が必要となります。
◎交付決定後に要件を満たさなくなった場合や不正が発覚した場合は、交付決定の取消と補助金の返還が発生します。

【お問い合わせ】外ヶ浜町役場建設課　☎ 0174-31-1226

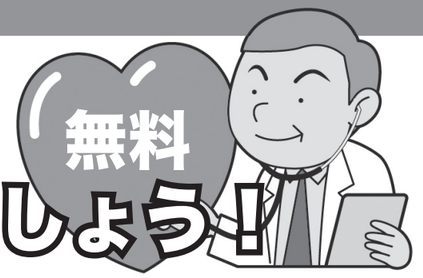
知ってますか!?
ちいきほうかつしえんせんたー
地域包括支援センター
※福祉課内にあります。

高齢者の皆さんが、安心して町に住み続けられるように、専門職の職員がいろいろな相談に対応します。

どんな相談でも聞きます。相談内容が他に漏れることは絶対にありません。

☎ **22−3380(直)　平日8:15～17:00**

令和２年度 女性がん検診を受けましょう！



検診日	実施場所		検診項目	受付時間
４月 23 日（木）	野田玉川消防コミセン	平舘	◎乳がん検診 ◎子宮がん検診 ◎卵巣がん検診 ◎骨密度検診	12 時 〜 13 時 30 分
４月 24 日 (金)	三厩体育館	三厩		
５月 ８ 日 (金)	総合福祉センター（などわーる）	蟹田		
７月 18 日 (土)	総合福祉センター（などわーる）	蟹田	◎乳がん検診 ◎子宮がん検診	
11 月 29 日 (日)	総合福祉センター（などわーる）	蟹田		

毎月4月2日は「世界自閉症啓発デー」です。

自閉症の人たちが生活しやすい社会は、みんなが幸せに生活できる社会につながります。そのため日本では、4月2日から8日の1週間を自閉症をはじめとする発達障害をみんなが知るための発達障害啓発週間としています。

外ヶ浜町保健協力員会長
若佐　サチ子さん（平舘）

がん検診受診率 50％を目標に、保健協力員各自が地域住民の働きかけに頑張っていきたいと思っています。皆さんもどうぞこの目標を基に、がん検診を受診しましょう。検診の結果、要精密検査の指示を受けた方は必ず医療機関を受診するようにしましょう。

對馬　明日香さん（蟹田）

私ががん検診を受けるようになったのは、子宮頸がんが 20 〜 30 歳代の若い人に増加していること、検診さえ定期的に受けていれば予防できるということを知ったからです。
町の検診は無料ですし、１年で何度もあり、日曜日もやっているので自分の都合のいい時に受診でき、秋期はそんなに時間もかからないので気軽に行けます。異常がなければそれでいいのですから、安心のためにもこれからも受診していこうと思います。

～心も身体もいきいき健康～

健康アドバイス

【今月のテーマ】
女性がん検診　検索

令和２年度 女性がん検診が始まります！

４月から各地区で女性がん検診が始まり、乳がん検診、子宮 (頚) がん検診、卵巣がん検診※1、骨密度検診※1を受けることができます。
２年に一度がん検診を受けましょう。
※１：卵巣がん検診、骨密度検診は、４月・５月のみです。

２０代・３０代の女性の皆さん、「がん検診」必要ないと思っていませんか？

子宮 (頸) がんは 20 歳から対象となっていますが、どうしてですか？

子宮がんは若い世代の方でもかかりやすいがんです。
そのため 20 歳からの検診が推奨されています。

２年に１回の受診間隔でいいの？

子宮 (頸) がんは一般的に非常にゆっくり進行するため、前がん状態と言われる段階から進行がんになるには２～３年かかると言われます。
２年に１回の受診頻度でも有効というデータが多くあります。

どう検査をするの？

乳がん検診	乳房を板状のもので挟みながら圧迫し、Ｘ線撮影 (マンモグラフィ) し、検査をします。小さなしこりも発見できます。
子宮 (頸) がん検診	子宮頚部の細胞をブラシで採取し、検査します。短時間でできる検査で、痛みはほとんどありません。

※詳しくは毎戸配布されたパンフレットをご覧ください。

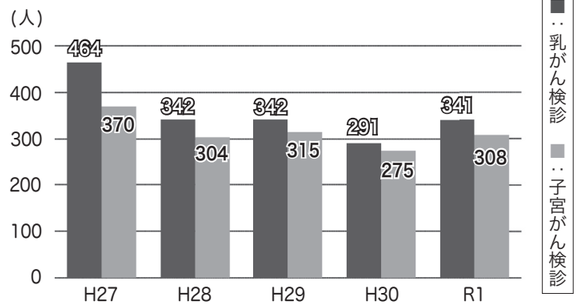
女性がん検診の対象者

町指定医療機関で個別検診 (クーポン使用) を受けることができます。
集団検診日に受けられない方はご相談ください。

検診項目	対象者	検診内容
子宮がん検診 卵巣がん検診	20 歳以上※2	《子宮がん検診》 ・内診及び細胞採取 《卵巣がん検診》 ・超音波検査
乳がん検診	40 歳以上※2	・マンモグラフィ検査
骨密度検診	今年度 40・45・50・55・60・65・70 歳に到達する方	・かかとの超音波検査

※２：昨年度集団検診・個別（クーポン使用）検診を受けていない方。

外ヶ浜町での女性がん検診受診者数の推移



外ヶ浜町の女性がん検診受診者は５年前に比べ減っています。受診率は 30％前後でまだまだ国の目標 (50％) に届いていません。受診率１位の市町村は 50％を超えています。
まずは検診を受けることで、がんを早期に発見でき、早期に治療することができます。
今年度対象者の皆さん、ぜひ検診を受けましょう。

【お問い合わせ】
外ヶ浜町役場福祉課　☎ 0174-22-2941

福祉・お知らせ

「戦没者等の遺族に対する特別弔慰金」のご案内

今日の我が国の平和と繁栄の礎となった戦没者等の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔意の意を表すため、戦没者等のご遺族に第十一回特別弔慰金を支給いたします。

【支給対象者】

令和2年4月1日（基準日）において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受ける方（戦没者等の妻や父母等）がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給。

次の(1)～(4)の戦没者等の死亡当時の遺族で、先順位の方お一人が支給対象者

(1)令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方

(2)戦没者等の子

(3)戦没者等の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹

※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していること等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。

(4)(1)から(3)以外の戦没者等の三親等内の親族（甥・姪等）

※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

【支給内容】

額面25万円、5年償還の記名国債

【請求期間】

令和2年4月1日から令和5年3月31日まで

（請求期間が過ぎると請求ができなくなりますので、ご注意ください。）

【請求及び相談窓口】

外ヶ浜町役場福祉課
☎0174－22－2941
平舘支所地域生活課
☎0174－25－2111
三厩支所地域生活課
☎0174－37－2001

福祉・お知らせ

点字・手話教室、手話通訳者養成講座を開催

①点字教室

【日時】
5月22日～11月までの金曜日
午後1時～3時（全12回）

【場所】 青森市総合福祉センター

【人数】 30人（抽選）

【料金】 640円（テキスト代）

【申込締切】 4月27日必着

②手話教室

【日時】
5月19日～3月までの火曜日
午前10時～午後12時、入門編（全18回）基礎編（全23回）

【場所】 青森市総合福祉センター

【人数】 30人（抽選）

【料金】 3千円（税別）（テキスト代）

【申込締切】 4月14日必着

【申込】
①、②の申し込みは、往復はがきに住所、氏名、生年月日、電話番号、教室名、テキストの有無を記入の上、青森市総合福祉センター（〒030－0822青森市中央三丁目16－1）へお申し込みください。

③手話通訳者養成講座

【日時】
5月12日～9月までの火曜日
午前10時～午後2時、1日2講座、内容によって時間変更あり

【場所】 青森市総合福祉センター

【人数】 16人（抽選）

【料金】
実技テキスト2千800円（DVD付）、講義テキスト1千700円

【対象者】
手話教室を基礎課程まで修了した方、または同程度の知識と技術を有する方

【申込】
4月14日必着で、青森市総合福祉センター・外ヶ浜町役場福祉課にある「受講申込書」に必要事項を記入の上、青森市総合福祉センター（〒030－0822青森市中央三丁目16－1）へお申し込みください。

【お問い合わせ】
外ヶ浜町役場福祉課
☎0174－22－2941

ペンキのお化粧屋
Makeup-Paint
地域密着塗装店
藤一 美装
fujiichi bisou
（代表）藤田 一哉
登録建設塗装基幹技能者
GP
「心・技・色」
五所川原塗装工業会会員
一級建築塗装技能士
一級鋼橋塗装技能士
単一等級塗料調色技能士
職業訓練指導員
1・2カ月先の予約・来年の塗装予約もOK！
まずはお見積もり！お気軽にご連絡下さい。
つがる市森田町森田月見野300－3つきみの団地37
電話0173－26－4341 携帯080－6001－1760

正しい英語はどれ？

Wacky Words!

今月の単語 **ベビーカー**

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 Baby car
② Baby call
③ Stroller

公民館ふれあい講座
サユミ＆ジャックリーンと一緒に楽しく英会話
英会話教室

【4月のテーマ】

会話中心 Telling Stories
4月13日（月）蟹田公民館 18:30～20:30
4月27日（月）蟹田公民館 18:30～20:30

テキスト中心 The Seven Old Samurai
4月20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

ベビーカー＝③ Stroller

① Baby car=「赤ちゃんの車」を意味します。
② Baby call=「赤ちゃんの電話」を意味します。

本と出会う
公民館おすすめ図書

新刊図書 ～お知らせ～

今年は以下の新刊図書を購入しましたので、ご紹介します。

＊

『渦　妹背山婦女庭訓　魂結び』
著：大島　真寿美

『むらさきのスカートの女』
著：今村　夏子

『熱源』
著：川越　宗一

『背高泡立草』
著：古川　真人

『こども六法』
著：山崎　聡一郎

『メシが食える大人になる！　よのなかルールブック』
監修：高濱　正伸

『悪徳の輪舞曲』
著：中山　七里

『７０歳のたしなみ』
著：坂東　眞理子

＊

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

にっぽん縦断「こころ」旅 2020「春の旅」

皆さまのこころの風景とエピソードを大募集します！

今年、10シーズン目を迎える「にっぽん縦断こころ旅」2020春の旅は、三重県をスタート！

愛知県・静岡県・神奈川県・千葉県・茨城県を通り福島県へ、太平洋側の宮城県・岩手県そして青森県から北海道へとわたる13週間の旅をします。

旅の手がかりは、視聴者から寄せられる一通の手紙。

寄せられるお便りをもとに、旅人・火野正平さんが地元の人々とふれあいながら、峠をのぼり、谷を下り、時には自転車をバックに入れて電車やバス、フェリーにも乗り、旅を続けていきます。

こころの風景とエピソードがございましたら、ご応募よろしくお願いします。

募集内容

①住所②お名前③電話番号④性別⑤年齢⑥思い出の場所・風景（忘れられない景色、大切な人との出会いの場所、音や香りの記憶がよみがえる情景、いま癒やされているスポット）**⑦その場所にまつわるエピソード**

青森県放送予定日時

令和2年6月29日～7月3日

応募方法

町ウェブサイトから応募用紙をダウンロードまたは町役場等にある応募用紙に必要事項を記入し、番組ホームページ、FAX、はがき・封書いずれかでお送りください。

申し込み先

【番組ホームページ】
http://nhk.jp/kokorotabi

【FAX】
03-3465-1327

【はがき・封書】
〒150-8100
「こころ旅」係へ送付（住所不要）

番組・応募に関するお問い合わせ

【電話】
☎0570-066-066
（ナビダイヤル）
☎050-3786-5000
（ナビダイヤルが使用できない場合）

【番組ホームページ】
http://nhk.jp/kokorotabi

外ヶ浜町役場担当

外ヶ浜町役場産業観光課
☎0174-31-1228

※エピソードの申し込みは、直接「こころ旅」へ行ってください。

一人ひとりの農業者を応援する
農業者年金

◯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

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。

ごゆにあ柳壇

天位 題「穴」

ありのあな小さくなってぼうけんだ

三厩小1年　唐牛　海輝

【地位】

友達が居ないと心に穴があく

三厩小6年　柏谷　咲花

【人位】

人生はたくさんあるよおとしあな

三厩小2年　山田　純輝

【五客】

穴あけて自分の思いつめこもう　蟹田小6年　對馬　煌
おとしあな自分がはまるいたいよね　蟹田小2年　最上このは
勉強で問題の穴うめていく　三厩小4年　柏谷　澄弥
みつめてる穴の中から見つめてる　蟹田小5年　中道ひなた
トンネルの中を一人であるいてく　蟹田小2年　沼田　葵

【佳作】

穴の中明るく君がしてくれた　蟹田小6年　仲野　美希
おとしあなあなたからぼこを見つけたよ　三厩小1年　木戸　凜
お宝を穴に埋めてみつからない　三厩小3年　田中　駿
穴があると入ってみると広い土地　三厩小4年　伊藤　叶羽
のぞくとね楽しいことがうまってる　三厩小6年　伊藤　海優
丸つけ中問題まちがえおっこちた　三厩小6年　赤平　柚杏
くぼみはね自分をおとすきけんなばしょ　蟹田小2年　石岡　愛彩
はちの巣ははちみつためれる穴の家　三厩小5年　工藤　煌大
穴ほると化石や土器がたくさんだ　三厩小6年　東　璃咲
穴の中のぞくとみんなのパーティーだ　三厩小3年　伊藤　心月
やねの穴鳥がすつくりびっくりだ　蟹田小4年　吉澤　知弥
あなからねしっぽが見えるだれのかな　蟹田小2年　田中　愛恵
もぐらさんあなはどこまでつづくのか　三厩小1年　柏谷みのり
おとしあなありがおちたよたすけよう　蟹田小2年　田中　莉亜
はりの穴糸を通すのむずかしい　三厩小6年　三浦　璃空

【軸吟】※軸吟…選者が同じ題で詠んだ句。

落ちてみる　あなたの穴と知りながら　Ｓｉｎ

選評

おかじょうき川柳社　Ｓｉｎ

◆人位の句。あつきくんは小学2年生ながら、人生を達観してるようですね（笑）ただ、人生の落とし穴は、誰かが作った穴より、自分がいつのまにか掘っている穴がほとんどです。楽をせず、欲をかかず、調子に乗らなければ、回避できると思うんだけど、出来ない自分もいる…（笑）◆地位の句。人の心は誰でも穴ぼこだらけで、そこに何を埋めていくのかというゲームのような気がします。咲花さんは、友達が居なくなって、その穴に気づいたんだろうね。また、その穴をふさぐ友達は必ず現れますよ◆天位の句。いいですねー。ドラクエ世代と真ん中の私には、冒険のはじまり感がとても大好きです。かいとくんはまだ1年生だし、呪文もまだたくさん使えないだろうから、序盤は苦労すると思うけど、レベルを上げて、ラスボスの巨大アリを倒せるようになるといいですね◆

広報そとがはま No.181
令和2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銅屋44番地2
☎0174-31-1111／FAX0174-31-1215
■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	大安 水	
2	赤口 木	
3	先勝 金	
4	友引 土	
5	先負 日	
6	仏滅 月	
7	大安 火	三厩小学校入学式（10:00～）・中学校（13:30～） 蟹田小学校入学式（10:00～）・中学校（13:00～）
8	赤口 水	乾電池回収日（蟹田地区［中師・石浜・塩越］・平舘全域）
9	先勝 木	乾電池回収日（蟹田地区［蟹田1～8区・小国・外黒山・南沢・山本・大平］・三ヶ全域）
10	友引 金	
11	先負 土	
12	仏滅 日	
13	大安 月	
14	赤口 火	
15	先勝 水	
16	友引 木	
17	先負 金	
18	仏滅 土	
19	大安 日	
20	赤口 月	
21	先勝 火	
22	友引 水	
23	仏滅 木	女性がん検診・骨密度検査（野田玉川消防コミセン 12:00～）
24	大安 金	女性がん検診・骨密度検査（三厩体育館 12:00～）
25	赤口 土	
26	先勝 日	
27	友引 月	
28	先負 火	
29	仏滅 水	昭和の日
30	大安 木	
5/1	赤口 金	
2	先勝 土	

春の火災予防運動週間

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

五十嵐ちよ子	（三厩桃ヶ丘）	87歳
福井　キヱ	（平舘今津）	92歳
木村　長則	（平舘根岸）	84歳
平田　良子	（上蟹田）	89歳
蝦名　ちさ	（蟹田）	91歳
若山　正則	（蟹田）	92歳
川村　悌範	（三厩増川）	55歳
越田英之進	（平舘舟岡）	87歳
野藤　悟	（下蟹田）	65歳
伊藤　春光	（三厩桧郷）	65歳

【編集後記】

◆卒業生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。テレビでコロナウイルスのニュースが連日流れていますが、コロナに負けず新たな環境へ一歩を踏み出してほしいです。◆今年度も広報そとがはまをよろしくお願いいたします。◆（友美）

外ヶ浜町の人口

人口	5871	↓18
男	2810	↓9
女	3061	↓9
世帯数	2860	↓4

令和2年3月1日現在 ※増減は先月比

「新型コロナウイルス感染症に備えて」（首相官邸ＨＰ）（https://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/coronavirus.html）を加工して作成