

広報

そとがはま

令和5年
統一地方選挙
が始まります

令和4年度
卒業証書授与式

大盛況・大満足だった「龍飛岬冬まつり」！
令和5年度外ヶ浜町の当初予算はこちら！
令和5年度女性がん検診のお知らせ
農業委員及び農地利用最適化推進委員募集開始

主な記事



蟹田中



三厩中



令和4年度 卒業証書授与式

三厩中



蟹田中

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、蟹田

小学校16名、三厩小学校4名、蟹田

中学校22名、三厩中学校8名の総勢

50名です。

卒業生は、共に過ごした在校生

や先生、保護者の祝福を受けなが

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

校舎から旅立ちました。

卒業生の皆さん、ご卒業お

めでとございます。次の場

所でも輝き続けることを期

待っています。



蟹田中



蟹田中



蟹田中



蟹田中



三厩中



三厩中



三厩中

外ヶ浜町教育奨励賞授与式



五十嵐教育長の隣から順に、黒田瑞希さん、柳谷颯良さん、野口泰希さん、鈴木乙矢さん。後列中央が安藤祐介さん

功績をたたえ教育奨励賞を授与

―令和4年度外ヶ浜町教育奨励賞授与式―



精励賞を受賞した田澤みえさん

このたび受賞された皆さま、おめでとうございます！

五十嵐教育長の隣から順に、黒田瑞希さん、柳谷颯良さん、野口泰希さん、鈴木乙矢さん。後列中央が安藤祐介さん

2月25日(土)、令和4年度教育奨励賞授与式が町役場3階大会議室において開催され、文化活動・スポーツ活動で優秀な成績を収めた6個人、1団体の受賞者に、五十嵐教育長から賞状と記念盾が授与されました。

式では、各受賞者の活躍を短くまとめた動画の上映や全国最優秀賞を受賞した生徒による簡単なプレゼンの披露などが行われ、お互いの活躍を受賞者同士、拍手でたたえ合いました。

また2月28日(火)、公民館みのり講座に積極的に参加された高齢者の方に令和4年度「精励賞」が授与されました。受賞されたのは平館磯山の田澤みえさん。「これからもいっぱい参加していくよ」と元気に話してくれました。

【個人の部 受賞者一覧】

No.	氏名	学校名	学年	功績内容
1	鈴木 乙矢	蟹田小学校	6	第18回東北選抜学童軟式野球大会 優秀選手賞
2	野口 泰希	蟹田中学校	1	県中体連夏季大会1年男子1500m 第1位
3	柳谷 颯良	青森中央高等学校	1	第68回全国高等学校演劇大会 優秀賞
4	津嶋 福祉	日本大学第三高等学校	1	第104回全国高等学校野球選手権西東京大会 優勝（甲子園出場）
5	浜谷 梨緒	青森北高等学校	1	第47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3位
6	黒田 瑞希	青森南高等学校	3	「世界遺産×SDGs チャレンジ！プレゼンテーション部門」 全国最優秀賞

【団体の部 受賞者一覧】

No.	団体名	代表者名	功績内容
1	外ヶ浜ジャッキーズ	安藤祐介	第18回東北選抜学童軟式野球大会 準優勝

【みのり講座 受賞者】

◎田澤みえ （平館磯山） 精励賞

卒業証書授与式



三厩小学校 4名



蟹田小



三厩小

令和4年度 外ヶ浜町立蟹田小学校 卒業証書授与式



蟹田小学校 16名

■柿崎真人さん（平館）が神社検定壹級に合格！

平館八幡宮（藤田邦男代表）で氏子総代を務める柿崎真人さんが、公益財団法人日本文化興隆財団が主催する第10回神社検定で一級に挑戦し、一発合格を果たしました。

「まさかと驚いた。正直、自信がなかったので嬉しい」と安堵の様子を見せた柿崎さんは、4年前、氏子総代に任命されたことがきっかけで神社の歴史を

学び始めました。その際に神社検定の存在を知り、これまで学んできた知識の力試しをしようと三級と二級に挑戦したところ合格。ついには昨年6月に開催された第10回神社検定で一級合格を掴み取りました。

神社検定は、神社に関する知識を正しく学ぶことや日本文化を詳しく知ってほしいと平成24年に開始され、神社の歴史や参



第10回神社検定で壹級に合格した柿崎真人さん（平館地区）

拝作法に関する問題が多岐にわたって出題されます。柿崎さんは出題範囲が大幅に広がる一級への対策として、1冊の検定公式テキストを10回以上にわたり問題を解いたり、各地の神社関連ニュースをチェックするなどして、確実に実力を高めていきました。学びを深める中で、神社によって作法や礼儀が異なることや、「神社」が人々にとって意外と身近な存在であることなどを知り、その知識は氏子総代の仕事を務めるうえで役に立つことが多く、学んで良かったと実感するそうです。自身の周りで同検定を受験した人が少なかったという柿崎さんは「興味があれば、居住地域にある神社を訪れて、その歴史から学ぼうと取り組みやすいと思う。（検定を）気軽に受験してほしい」と呼びかけました。

合格にあたり柿崎さんを知る人は、「平館八幡宮の氏神様のおかげ？」と笑いを誘いながら、「本人の努力と勤勉さが合格に

つながった。一級合格はすごいことだ」とたたえました。

最後に今後の抱負をたずねると「神社検定で培った知識を活かして、日々の神事に精進し、これからも平館神社を続けられるように努力したい」と語った柿崎真人さん。このたびは一級合格、おめでとうございます！

▼神社検定ホームページではプチ検定に挑戦できます。ぜひお試しください！



▲神社検定 HP にリンクします。

【用語】

◎氏子総代（うじこそうだい）

神社の宮司に協力し、祭祀や保持振興に努める役割を担う人物

◎氏神（うじがみ）

同じ集落に住む人々が共同で祀る神道の神のこと

※級の表記については：神社検定公式では大字（壹、貳、参）が用いられていますが、今回に限り、本文では漢数字を使用しています。

■大盛況・大満足だった「龍飛岬冬まつり」！

龍飛岬では珍しい穏やかな風が吹き、晴天が続いた3月21日（火・祝）。「龍飛をもっと好きになる」をテーマにそとがはま物産観光振興会（事務局・産業観光課）による「龍飛岬冬まつり2023」が開催されました。

市」で地元グルメを堪能。そとぐるめブース（町特産品販売ブース）では売り切れが続出する好評ぶりを見せました。

また、数量限定で販売を行ったRIDE井には、整理券配布時間前から長蛇の列ができ、あつ

という間に完売となりました。RIDE井とはご飯の上にお客さん自身が具材（今回は海鮮）を乗せて（RIDE ON）食べる井でこのイベントがデビューとなりました。

お昼頃には、(株)Idakiとのコラボ企画、龍飛岬マツカワや地元の山菜の天ぷらなど外ヶ浜町の食材をふんだんに使ったデカ盛りチャレンジがシークレットイベントとして開催され、大

勢のギャラリイが見つめる中、山崎町長ほか2名のチャレンジャーがデカ盛りに挑戦し、三厩小学校の小笠原先生が見事優勝しました。

この日最後の催し物となった、豪華景品が手に入るじゃんけん大会では、子どもから大人までたくさんの方が参加し、一喜一憂する姿が見られました。勝利した方にはPlayStations、ホテル竜飛の入浴券付きペアお食事券などがプレゼントされました。

「たつぴの朝市」「うまいもの市」とともにたくさんの方の来場者が訪れた「龍飛岬冬まつり2023」は大盛況のうちに終了となりました。

■春のはじめにかるた大会！

3月4日(出)、町内で活動しているかるたサークル「どいだっけ」主催（学童教室サポートの会共催）のかるた大会・『WKC（ワールドかるたクラシック）16』が、外ヶ浜町中央公民館において開催されました。

例年は初夏と冬に開催しているこの大会ですが、今回は初めてとなる春の開催です。

6名が参加した低学年の部は2組に分かれてのリーグ戦を戦い、前回優勝の石岡陸大くん（蟹小3年）と、前回準優勝の小倉大侍くん（蟹小1年）が2大会連続で決勝戦に駒を進め、おぼけ屋敷をテーマに世界中のおぼけや妖怪を集めたかるたで対戦し、陸大くんが2連覇を達成しました！

5名が参加した「高学年の部」はトーナメントを行い、決勝戦には2連覇中の石岡穂柊さん（蟹小6年）と、「低学年の部」で優勝経験のある田中莉央菜さん（蟹小4年）が勝ち進み、魚のイラストが

次回の『WKC17』は、6月の開催を予定しています。



大型ドライバー募集

- ・ロールパレットやフォークリフトによる積み降ろしなので簡単に作業できます
- ・未経験者や道に不慣れな方でも大歓迎です



鈴木輸送

待遇：293,200 円～
各種保険あり
資格：大型免許所持者

TEL0174-22-2224 外ヶ浜町字蟹田中師火箱沢 33-2

4月9日(日)は 青森県議会議員一般選挙 4月23日(日)は 外ヶ浜町議会議員一般選挙

の投・開票日です。

令和5年
統一地方選挙

《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・石浜・塩越
第2	おぐにふるさと体験館	小国・南沢
第3	大平会館	山本・大平
第4	舟岡コミセン	今津・舟岡・磯山
第5	保健センター（平館支所）	平館・根岸・野田・元宇田・弥蔵釜・石崎沢
第6	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7	ふるさとセンター	藤嶋・四枚橋・釜野澤・元宇鉄・上宇鉄・鐺泊・川梨・柅榔・龍浜・自衛隊

青森県議会議員一般選挙、外ヶ浜町議会議員一般選挙は、7ヶ所の投票所で投票が行われます。投票時間はそれぞれの選挙で異なりますので、前頁の表の投票時間をご確認ください。

お住まいの住所の
投票所を確認しましょう！

	①青森県議会議員一般選挙	②外ヶ浜町議会議員一般選挙
開設場所・日時	◎外ヶ浜町役場3階大会議室 4月1日（土）～4月8日（土） 午前8時30分～午後8時	◎外ヶ浜町役場3階大会議室 ◎保健センター（平館支所） ◎三厩支所大会議室 4月19日（水）～4月22日（土） 午前8時30分～午後8時
	◎保健センター（平館支所） ◎三厩支所大会議室 4月1日（土）～4月8日（土） 午前8時30分～午後7時	
	◎などわーる（蟹田） 4月3日（月）～4月8日（土） 午前9時～午後6時	◎などわーる（蟹田） 4月19日（水）～4月22日（土） 午前9時～午後6時
地区	地区を問わず、どこの期日前投票所でも投票できます。	

投票当日、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。各選挙の期日前投票の開設場所・日時は次のとおりです。

投票日当日、用事があって行けない時は、
「期日前投票」を利用しましょう！

	① 青森県議会議員一般選挙	② 外ヶ浜町議会議員一般選挙
定数	東津軽郡選挙区 定数 1	定数 11
選挙期日	【告示日】 令和5年3月31日（金） 【投開票日】 令和5年4月9日（日）	【告示日】 令和5年4月18日（火） 【投開票日】 令和5年4月23日（日）
選挙権を有する方	◆満18歳以上の日本国民であること ※平成17年4月10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方 ※転入者であれば、令和4年12月30日以前に転入届をした者 （注）選挙人名簿登録の関係上、3月16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。	◆満18歳以上の日本国民であること ※平成17年4月24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方 ※転入者であれば、令和5年1月17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3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。
投票時間	【第1～3投票所】 午前7時～午後8時まで 【第4～7投票所】 午前7時～午後7時まで	【全投票所】 午前7時～午後8時まで
開票・選挙会	【開票日】 令和5年4月9日（日） 【時 間】 午後8時45分（予定） 【場 所】 外ヶ浜町役場3階大会議室	【開票日】 令和5年4月23日（日） 【時 間】 午後9時30分（予定） 【場 所】 外ヶ浜町役場3階大会議室

※無料バス運行等の詳細につきましては、外ヶ浜町選挙管理委員会・外ヶ浜町明るい選挙推進協議会が発行する選挙チラシでお知らせいたします。



いえ、入場券が無くても、投票所で再発行を受けることにより投票できます。
入場券（ハガキ）は、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でも、入場券が無くても投票は出来ますので、一人でも多くの投票をお願いします。
※投票所にいる職員へお申し付けください。

送られてきた入場券を失くしてしまった（汗）もう投票できないのかしら？

【お問い合わせ先】 外ヶ浜町選挙管理委員会 ☎ 0174-31-1111



歳入 「町税」では、個人町民税において、ホタテ養殖の単価の増等により、増収となる見込みとなっております。固定資産税においても、鉄道関係償却資産の増等により、増加見込みとなっております。町税全体では、1,706 万円増、2.8% 増となっております。

「国庫支出金」は、大平山元遺跡展示施設建設事業の財源となる史跡整備費補助金が増えたことなどに伴い、1 億 1,620 万円増、36.9% 増となっております。

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た結果、4,000 万円減となり、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、自治会・地区会振興のための事業への活用等により 709 万円の増で、その他もあわせて 1,660 万円増、4.0% 増となっております。また「町債」は過疎対策事業債の発行見込額が増加したこと等により 2 億 1,240 万円増、64.2% 増となっております。

歳出 町の借入金返済の経費である「公債費」は 8 億 1,500 万円、対前年度比 8,781 万円減となっております。これは 22 年度借入の元金償還終了等に伴い 8,364 万円減、利子償還では現在の低金利状態が借入時に影響し約 416 万円減という内容となっております。

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 6,676 万円、対前年度比 385 万円、1.4% 減となっております。

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 4,047 万円、対前年度比 1,227 万円、9.6% 増となっております。

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、大平山元遺跡展示施設建設事業や旧平館小学校改修事業の開始に伴い、対前年度比 3 億 7,606 万円、178.0% 増の 5 億 8,734 万円となっております。

このほか各特別会計に対する「繰出金」は、下水道特別会計が地方公営企業法適用の下水道事業会計へ移行することなどで減少しており、全体で 4 億 9,343 万円、対前年度比 4,652 万円、8.6% 減となっております。

一般会計当初予算に計上された主な事業

- 階段国道周辺整備事業…………… 960 万円
- 廃棄物処理施設基幹の設備改良事業…………… 3,056 万円
- 町道改良事業…………… 2,000 万円
- 橋梁維持補修事業…………… 3,920 万円
- 旧平館小学校改修事業……………1 億 474 万円
- 三厩本町地区法面保護事業……………500 万円
- 河川改修事業…………… 4,040 万円
- 蟹田中学校体育館トイレ改修事業…………… 1,650 万円
- 大平山元遺跡展示施設建設事業…………… 2 億 8,176 万円
- 地域共生社会推進事業……………163 万円
- 地域づくり事業（地域づくりソフト事業・婚活）……………160 万円
- コミュニティ活性化事業（自治会等補助）……………262 万円
- 物産観光振興事業……………500 万円
- 住宅リフォーム支援事業補助金（上限 200 千円）……………200 万円
- 各種健康診査事業…………… 1,000 万円

～子育てに優しい町づくりを推進～

- エンゼル育成金…………… 90 万円
- 出産祝金、出産祝品…………… 18 万円
- 小児等予防接種事業……………299 万円
- こども園副食費助成事業…………… 53 万円
- 各種高齢者予防接種事業……………547 万円
- 乳幼児等インフルエンザ予防接種事業…………… 50 万円
- 妊産婦及び新生児助成事業…………… 20 万円
- 不妊治療支援助成事業…………… 15 万円
- 乳幼児・児童医療給付事業（高校卒業期まで無料化）……………432 万円
- 高校生通学費補助事業……………185 万円
- 児童生徒就学支援事業……………262 万円
- 卒業祝金（中学校卒業時 3 万円）…………… 78 万円
- 小学生県外研修事業・中学生海外研修事業……………685 万円

★学校給食無償化スタート！

- 給食業務等事業…………… 4,319 万円

※太字は前年度との比較に対する新規事業

特別・企業会計 当初予算額

- 国民健康保険特別会計…………… 10 億 1,400 万円
- 介護保険特別会計…………… 12 億 2,800 万円
- 大字費特別会計…………… 129 万円
- 平館財産区特別会計…………… 0 万円
- 根岸財産区特別会計…………… 0 万円
- 野田財産区特別会計…………… 0 万円
- 後期高齢者医療特別会計…………… 1 億 600 万円
- 病院事業会計…………… 12 億 284 万円
- 簡易水道事業会計…………… 4 億 7,142 万円
- 下水道事業会計…………… 4 億 3,995 万円

※平館、根岸、野田財産区特別会計の当初予算額は、それぞれ 2 千円

令和 5 年度

外ヶ浜町の当初予算はこちら！

一般会計当初予算

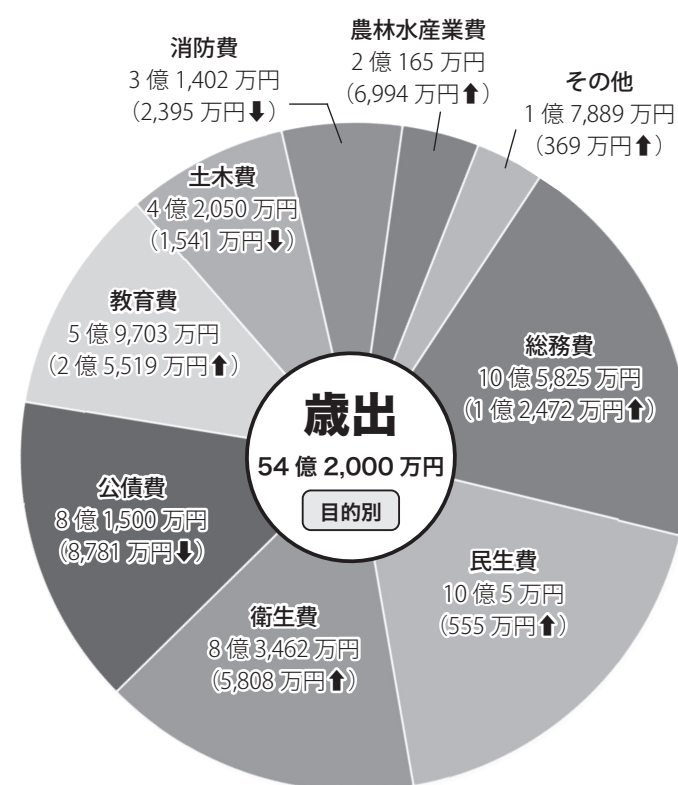
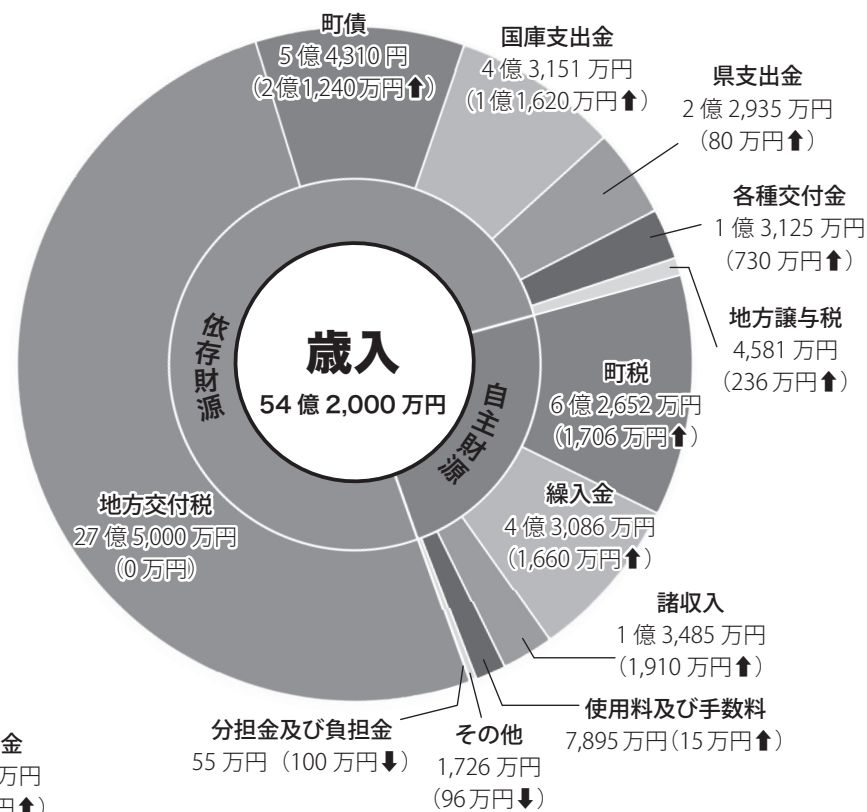
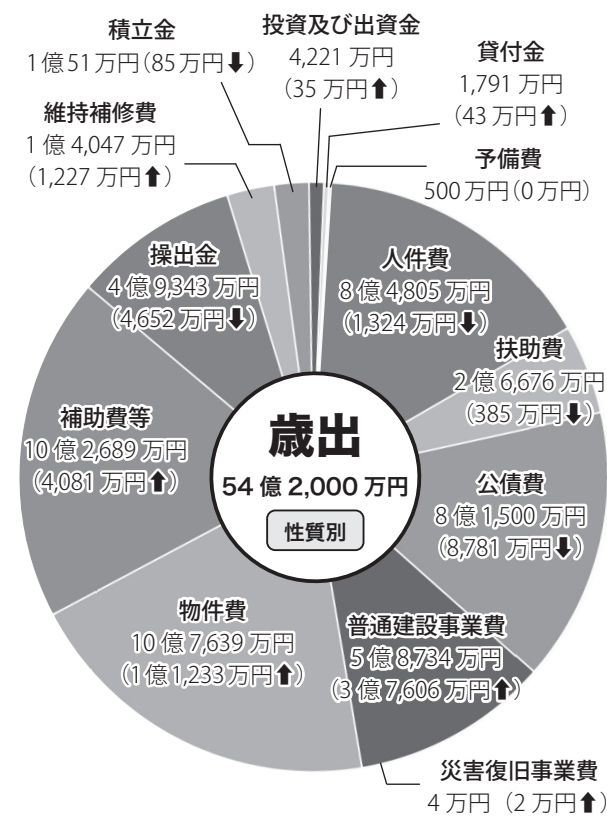
54 億 2,000 万円

前年度比 7.8%（3 億 9,000 万円）増

当初予算の概要

令和 5 年度一般会計予算は、主要財源である地方交付税において引き続き厳しい見通しで、特に普通交付税で基準財政需要額への算入公債費の減などが影響し、財源確保に苦慮している財政環境にあります。

そうした中、更なる財政健全化の実現に向けた行財政改革努力が必要不可欠となり、「財源不足額（基金取崩額）の圧縮」及び「町債発行総額の抑制と町債残高の圧縮」に留意しながら、中長期的に持続可能な財政構造の確立を目指してきたところであります。



※端数処理のため、合計が合わないことがあります。

募集・お知らせ

令和5年度 外ヶ浜町職員組織体制

※太字…異動した職員 新…新採用 (再)…再任用

4月は人事異動の季節です。当町においても次のとおりの新体制となりましたので、お知らせいたします。

今年度からは新たに企画政策課が新設され、地域づくり・地域戦略やコミュニティ活動の振興、広報活動に関する業務などを担当します。

町民の皆様、令和5年度もよろしく願います！

■総務課	
参事	登坂光春
課長補佐	佐々木慎
課長補佐	清水浩一
総括班長	越田 明
総括班長	石田雅一
班 長	石岡 大
主 幹	高森俊輔
主 幹	正木秀朋
▶青森市へ派遣	
主 査	奥本直輝
主 査	林 佑紀
主 事	五十嵐侑真

■企画政策課	
課 長	坂井克仁
主 任	藤村 翼
主 査	成田潤一郎
▶青森市より派遣	
主 査	広海 亘
主 事	青松啓隆

■地域支援班	
主査(再)	最上祐司

■税務課	
課 長	伊藤広文
課長補佐	木村勝二郎
班 長	金沢秀幸
班 長	高森洋幸
主査(再)	沼田修身
主 事	相内志緒梨

■産業観光課	
課 長	中嶋純
▶おぐにふるさと体験館長・農業委員会事務局長兼務	
課長補佐	石田 瞭
班 長	清水勝徳
班 長	小笠原大倫
主査(再)	杉谷 貢
主 事	木村嶺央
主 事	泉谷みなみ



白御影石
480,000円～

お墓の建て替え等、戒名・法名彫刻も致します。

野沢石材

TEL・FAX 0174-22-3123

〒030-1302 東津軽郡外ヶ浜町字蟹田中師宮本 103-2

外ヶ浜警察署 JA 整備センター

ヤマト運輸 当店

移転しました！

■建設課	
課 長	木村 学
課長補佐	川村貴文
総括班長	若山 大輔
総括班長	福岡 功輔
班 長	蝦名 高
主査(再)	木村 衛
主 事	福井崇弘

■学務課	
課 長	小川勇一郎
▶給食センター所長兼務	
課長補佐	細田幸樹
総括班長	清水由紀子
主 査	新谷友美
主 事	小笠原沙樹

【学校関係職員】	
用務員(再)	小笠原孝子
用務員	内村 松子
主 任	田中友子

■社会教育課	
課 長	津嶋 暢
▶中央公民館長・世界遺産対策室長・大山ふるさと資料館長兼務	
課長補佐	中嶋 淳
班 長	福士伸也
▶世界遺産対策室兼務	

【世界遺産対策室】	
室補佐・室長	駒田 透

【給食センター】	
班 長	木野田晴也
主 事	渋谷覇月

【中央公民館】	
館長補佐	對馬州剛
総括班長	大科 浅美
主 査	山中桃子

■平館支所地域生活課	
支所長	北田信道
課長補佐	五十嵐卓子
班 長	木村 祥
主査(再)	高宮 洋
主査(再)	木村邦治
運転手	野藤広光

■三厓支所地域生活課	
支所長	平井恵治
課長補佐	三浦芳恭
班 長	東 雅之
主査(再)	阿部清幸
主 事	小松将哉

■外ヶ浜中央病院(事務局)	
事務長	三上 豊
事務次長	小鹿将人
総括班長	小嶋 勝
班 長	清野香織

■介護老人保健施設(たんぽぽ)	
班 長	福岡 剛

◆退職者(かつこ内は最終所属先)	
《定年退職》	
外崎文雄	
(総務課参事・総務課長)	
最上祐司	
(議会事務局・議会事務局長)	
高坂由一	
(住民課 地域支援班・課長補佐)	
上打田内雅俊	
(外ヶ浜中央病院・副院長、介護老人保健施設・施設長兼務)	
伊藤勝幸	
伊藤勝幸	
(三厓支所地域生活課・課長補佐)	
秋田 一人	
(三厓支所地域生活課・主査)	

2023あおもり桜マラソン ー交通規制のお知らせー

4月16日(日)、青森市で「2023 あおもり桜マラソン」(スタート:野木和公園、ゴール:青い海公園)が開催されます。当日は全国各地から訪れるランナーの安全確保のために交通規制が行われますので、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

交通規制区間などの詳しい内容は、大会HP [https://aomori-sakuramarathon.com] をご確認ください(下記QRコードからアクセスできます)。

【お問い合わせ先】

青森市役所経済部地域スポーツ課
☎ 017-718-1431



税・お知らせ

令和4年分確定申告 の振替日のお知らせ

振替納税の方の振替日は、
◎所得税及び復興特別所得税
4月24日(月)

◎個人事業者の消費税
4月27日(木)

事前に預貯金残高をご確認ください。

【お問い合わせ先】

青森税務署管理運営部門
☎ 017-177614244

テレビを見ながら町の最新情報をゲット！

dボタン広報を活用して、外ヶ浜町に関するイベント情報や防災情報などを随時発信しています。ぜひ一度、dボタン広報をご利用ください。

【使い方】チャンネルを5chに合わせたらリモコンにあるdボタンをクリックし、「外ヶ浜町のdボタン広報」を選択

外ヶ浜町国民健康保険

外ヶ浜中央病院からのお知らせ

当院では 2023 年 4 月より医療保険下での訪問リハビリを開始することにしました！

【対象者】

〈原則〉

要介護認定を受けていない方で、通院が難しい方が利用できます。

- ◎病院退院後から利用
- ◎地域在住の高齢障がい者
- ◎地域在住の小児・若年障がい者 等

〈期間限定〉

要介護認定を受けている方であっても、一時的な増悪時に条件を満たせば利用できます。

【対象地域】

外ヶ浜町、今別町、蓬田村

【開始時期】

4 月 3 日（月）から利用可能

日	月	火	水	木	金	土
	○	平日 13 時～17 時				

詳しい利用方法を聞きたい方はお問い合わせください。
リハビリテーション科 理学療法士 吉田 または
地域医療連携室 社会福祉士 尾崎 のいずれかが対応します。

【お問い合わせ先】 外ヶ浜中央病院 ☎ 0174－22－3450



▲県庁 HP に
リンクします。

詳しくは、東青地域県民局
税部課税第三課（☎ 0171-73419974）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（https://www.pref.aomori-
lg.jp/soshiki/soumu/zeimu/
top.html）をご覧ください。

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。

自動車税（種別割・
環境性能割）の減
免制度について

税・お知らせ

令和5年度 女性がん検診のお知らせ

集団検診

※申し込んだ方には受診日の 2 ～ 3 週間前に問診票等を送付します。

検診日	健診場所	
4 月 16 日（日）	総合福祉センター（などわーる）	蟹田
4 月 25 日（火）	野田玉川消防コミセン	平館
4 月 28 日（金）	三厩体育館	三厩
11 月 19 日（日）	総合福祉センター（などわーる）	蟹田



種 類	検査内容	対象
乳がん検診	乳房エックス線撮影（マンモグラフィ）	40 歳以上の町民 （2 年に 1 回）
子宮がん検診	子宮頸部の細胞を採取して検査 （卵巣がん検診：経膈超音波検査）→ 4 月集団検診のみ実施	20 歳以上の町民 （2 年に 1 回）
骨密度検診	超音波検査（足のかかと）→ 4 月集団検診のみ実施	40・45・50・55 60・65・70 歳の町民

個別検診

乳がん検診、子宮がん検診は、町の指定医療機関で個別に健（検）診を受けることができます。受診を希望する方は、福祉課にお申し込みください。

※申し込み者には、5 月下旬頃に無料クーポン券と指定医療機関のお知らせを送付します。各自、医療機関に予約が必要です。

女性がん検診の申込み先（お問い合わせ先）

役場福祉課 ☎ 0174－22－2941

※特定健診・各種がん検診の日程等については、来月号にてお知らせいたします。

検診にかかる費用は

無料です！

定期的な受診が
早期発見・早期治療に
つながりますので
ぜひお越しください



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					

ご遺体の安置からお葬式・法要まで、
小規模の葬儀も営めるホールを新築いたしました。

従業員募集

年中無休
24 時間受付

〒030-1303 青森県東津軽郡外ヶ浜町蟹田 152-3

株式会社

サトー生花店

田佐藤造花仏壇店

サトーフラワーホール

葬祭の際はどうぞ
お気軽にご相談ください。 ▼お問い合わせ

TEL: 0174-22-2032

フリーダイヤル: 0120-318-878

FAX: 0174-22-3453

【対象とならない工事】
 ◎外構工事等の住宅本体に関わらないもの
 ◎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）

【申請者の要件】
 ◎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
 ◎同一世帯全員に町税等の滞納がないこと
 ◎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】
 ◎外ヶ浜町内の建設業者が施工する工事であること
 ◎工事費用が50万円（税込）以上であること
 ◎築2年以上経過した住宅であること

【補助金額】
 工事費用の20%（上限20万円）

【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。

【お問い合わせ先】
 町役場建設課
 ☎0174-31-1226

【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

【耐震診断員の派遣に要する費用及び個人負担額】
 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11千円となります。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。

住宅のリフォームを支援します。

建設・お知らせ

令和5年度中に施行されるリフォームに
 最大20万円の補助金を交付します

令和5年度外ヶ浜町木造住宅耐震診断推進事業

建設・お知らせ

4月1日から木造住宅耐震診断推進事業を開始します。
 この事業では、地震による建築物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て専門の耐震診断員を派遣します。

【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41年以上の木造の戸建て住宅で、かつ、昭和56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

農業委員及び農地利用最適化推進委員 募集開始

令和5年7月19日に任期満了となる、農業委員と農地利用最適化推進委員を募集します。現在、当町の女性農業委員は0人です。地域の農地を守り持続可能な農業・農村を創るには女性の力が必要です。あなたも農業委員会で活動しませんか？
 農業委員は農地利用最適化推進委員と兼ねることはできませんが、重複して応募することはできます。

	農業委員	農地利用最適化推進委員
募集人数	10人	6人（各地区2名）
対象者	男女問わず、農業に関する識見を有し、農業委員会の法令業務や現地活動を適切に行うことができる20歳以上の者	男女問わず、農地等の利用の最適化の推進に熱意と識見を有し、担当する区域内において推進活動ができる20歳以上の者
主な業務	≪農業委員会総会への出席（毎月）≫ ◎農地法に係る権利移動、農地の転用許可などの審議、違反転用への対応 ◎農地利用集積計画の承認および立案など ≪現場活動≫ ◎農地パトロールによる耕作放棄地の発生防止、解消業務など	≪担当地区内での現場活動≫ ◎農地パトロールによる耕作放棄地の発生防止、解消業務 ◎農地の利用集積、集約化の推進業務 ◎国および県、町が行う農業に関する各種調査への協力 ◎その他農業委員会が必要とする業務
報酬（月額）	19,000円	15,000円
委員の任期	令和5年7月20日から 令和8年7月19日まで（3年間）	令和5年7月下旬から 令和8年7月19日まで
資格要件	次のいずれかに該当する方は応募することはできません。 ①外ヶ浜町の職員 ②破産手続き開始の決定を受けて復権を得ない方 ③禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで又はその執行を受けることがなくなるまでの方	

【推薦方法】
 自薦または他薦（団体推薦または20歳以上の者3人以上の連名で推薦）。応募用紙または推薦用紙に必要事項を記入し、持参、または郵送をお願いします。
 ※応募・推薦用紙は産業観光課で配布、または町ホームページ（<http://www.town.sotogahama.lg.jp>）からダウンロードできます。

【選考方法】
 ≪農業委員≫
 農業委員選考委員会を開催し、議会の同意を得て町長が任命します。
 ≪最適化推進委員≫
 農業委員会総会において候補者を選考し、農業委員会が委嘱します。

【受付期間】
 令和5年4月3日（月）～4月28日（金）必着
 ※持参の場合は平日の午前8時15分から午後5時00分まで

【公表】
 受付期間中および期間終了後に住所および電話番号を除き、応募・推薦用紙に記載された事項を町ホームページで公表します。

【お問い合わせ先】
 農業委員会（産業観光課内）
 ☎0174-31-1228



◆送迎無料
 デイサービス
 実施中◆

我が家のように
 いっしょだから安心
 いっしょだから元気
 いっしょだから優しく

お気軽にご相談下さい!

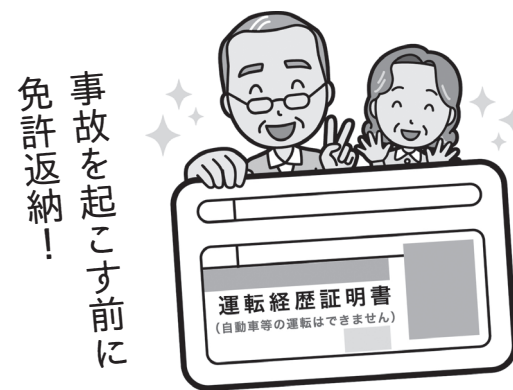
《介護の困りごと・不安・疑問等のご相談、ご見学、パンフレット請求は下記まで》

認知症対応型共同生活介護
グループホーム よつば

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1258-2

外ヶ浜役場 平館支所 湯の沢温泉 不老不死温泉 陸奥平館局 海が見える丘団地 平館中学校 280 至青森 陸奥湾

グループホーム よつば



【お問い合わせ先】
町役場総務課（交通安全担当）
☎ 0174-311111

- 【申請先】
- ◎ 町役場総務課
 - ◎ 平館支所
 - ◎ 三厩支所

① 運転免許高齢者講習を受講した方、② 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。

高齢者講習受講者・免許自主返納者へ補助金を交付します。

交通・お知らせ

	運転免許高齢者講習受講補助金	自主返納補助金
補助金額	高齢者講習を受講した方 6,000 円 (認知機能検査も受けた方 + 1,000 円)	運転経歴証明書の交付を受けた方 1,000 円
対象者	① 自動車運転免許証を有している ② 年齢が満 70 ～ 77 歳である ③ 町民税が非課税である ④ 町税等の滞納がない	① 自動車運転免許証を返納した方 ② 満 70 歳以上である ③ 町税等滞納がない
必要書類	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 高齢者講習受講料の領収書の写し ⑤ 補助金振込先通帳の写し (表紙と 1 枚開いたページ) ⑥ 印鑑 (認め印 OK) ⑦ 認知機能検査の領収書の写し (認知機能検査を受けられた方)	① 自主返納補助金交付申請書 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 補助金振込先通帳の写し (表紙と 1 枚開いたページ) ⑤ 印鑑 (認め印 OK)

【お問い合わせ先】
青森地方事務局登記部門
☎ 0171-77616231
(代表) (自動音声案内 番号2番)

相続等により取得した土地について、所有者からの申請により、所有権を国に移転することができますようになります。
申請先は、土地の所在地を管轄する法務局となります。
帰属させることができる土地については、建物がないことなど、法令で定める要件を満たす必要があります。
本制度の活用には、負担金の納付などの費用負担が必要です。詳しくは法務省ホームページをご覧ください。か、又は青森地方事務局登記部門へお問合せください。

令和5年4月27日から、相続土地国庫帰属制度が全国の法務局で始まります！

相続等により取得した土地所有権の国庫への帰属に関する制度

土地・お知らせ

外ヶ浜町では、現在、蟹田地区は蟹田・下蟹田・鰯ヶ淵・上蟹田・中師の一部区域、平館地区は石崎沢・田ノ沢・門の沢・後田・根岸・野田の一部区域、三厩地区は本町・新町・桃ヶ丘・増川・東町の一部区域が公共下水道に接続可能となっています。

この地域にお住まいの方は、ぜひ公共下水道に加入しましょう。

【公共下水道にかかる費用について】

① 工事費
各家庭の生活排水を「公共ます」に接続するための費用は、各目の負担になります。工事は、町が指定する業者に依頼しなければなりません。

接続にかかる費用は、くみ取り式のトイレの場合で60万円程度、浄化槽設置の場合で35万円程度を要します。(この金額は一般的な目安です。)

② 受益者負担金
下水道事業に要する費用に充

用途区分	一般用	公共用
基本使用料 (1ヶ月 10m ³ まで)	1,300 円	1,300 円
超過料金 (1 m ³ につき)	20m ³ まで	130 円
	50m ³ まで	140 円
	50m ³ 超	150 円

てするため、「公共ます」1基につき8万円の負担をしていただきます。受益者負担は一括納付か、4年間年4回での分割納付も可能です。(一括納付された場合は、1割免除になり7万2千円となります。)

③ 使用料
下水道使用料は、原則的に、使用する上水道の給水量に準拠します。

【加入促進奨励金】
くみ取り便所を水洗便所に改造した場合は、6万円または工事実施額の10分の1のいずれか少ない金額を交付します。また、浄化槽を廃止して下水道に切替した場合は、3万5千円または工事実施額の10分の1のいずれか少ない金額を交付します。

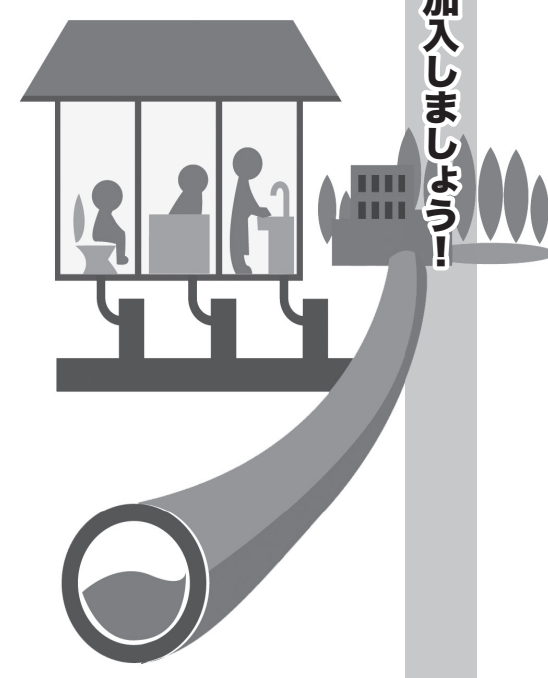
【水洗便所改造等資金融資あっ旋について】
公共下水道に接続するための工事費用を無利子で融資します。一定の条件を満たしている場合に対象となり、融資できる金額はくみ取り便所を水洗便所に改造しようとする場合は60万円、浄化槽等を廃止して公共下

【お問い合わせ先】
町役場建設課
☎ 0174-311247

【融資の条件】

- ◎ 供用区域内に建物を有していること
- ◎ 町税及び公共料金等を滞納していないこと
- ◎ 町内に住み、返済能力のある連帯保証人がいること
- ◎ 工事費を一時的に負担することが困難であり、かつ返済能力がある

水道に接続しようとする場合は35万円か、それぞれに要した実際の工事費の少ない金額となります。



快適な生活空間と水質保全のために、公共下水道に加入しましょう！

下水道・お知らせ

急募

龍飛崎温泉 たっぴ

大ニル 龍飛

☎ 030-1711 外ヶ浜町字三厩龍浜54-274

調理補助
(食器洗浄含む)

軽トラ運転手
(食材・ごみ運搬)

時 給

各 1,000 円

ほか職種あります。詳しくは、お気軽にお電話ください。

お問い合わせ TEL 0174-38-2011 担当/ 杉谷 雅美

有限会社 アールエックス企画

～ 令和の研鑽企業Xを目指します～

お気軽に
ご相談ください！

業務内容

- ・ 軌道工事における新人教育と人材育成
- ・ 土木工事の研修及び訓練
- ・ 企業・業務・人材のマッチング

軌道工募集

研修制度有

社会保険・社員寮完備

〒030-1413 平館今津才の神 12-2
(今津コミュニティセンター近く)
TEL 0174-25-2024 / FAX 0174-31-0855
携帯 090-4822-7917
担当 福井

農業機械・園芸機械 販売修理の専門店

メンテナンス・修理はお任せください！

大切な機械を長く愛用するために
”1日農機ドッグ”へ！

ホームセンターまたは他店で購入された機械の
メンテナンスや修理にお困りの方、
メーカーを問わず ぜひ一度ご相談ください。



有限会社 本郷農機

〒030-1505
青森県東津軽郡今別町大川平字村元 245-2
☎ 0174-35-2123

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 代表 張山正人 Tel 0174-35-4055

武蔵屋さん 駐在所 (株)熊谷さん

至蟹田 至今別町内

小鹿産業さん ファミリーマートさん **当店**

至三厩 至平館

●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。
どうぞお気軽ににお電話下さい！

Nogiwa Dental Clinic

のぎわデンタルクリニック

院長 神山陽介

☎017-788-4182

〒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

※当日の電話予約も、可能な限り対応させていただきます。


スタッフを募集します (急募)

未経験者・無資格者でも歓迎します！

募集職種：介護員・調理員・事務員
勤務地：特別養護老人ホームなかやま荘 (今別町)

社会福祉法人 **双樹苑** 青森県東津軽郡今別町大字今別字西田 248 番地 205
お問合せ先：☎ 0174-35-3961

お気軽に
お電話ください



一人ひとりの農業者を応援する

農業者年金

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

国民年金保険料がスマートフォンアプリで納付できます！

国民年金保険料について、令和5年2月20日から、現金、口座振替、クレジットカード、Pay-easy等による納付に加え、新たにスマートフォンアプリを使用した電子（キャッシュレス）決済での納付が利用できるようになりました。

【ご利用に必要なもの】

- ① 納付書
- ② スマートフォン
- ③ 決済アプリ

【対象決済アプリ（五十音順）】

auPay ◎トクジ ◎PayB ※ ◎PayPay

※金融機関等が提供するアプリを含みます。詳細はPayBのホームページ (https://payb.jp/finance/) をご覧ください。

※バーコードが印字されない納付書（30万円を超える金額の納付書等）については、ご利用いただけません。

※各決済アプリの使用方法等については、ご利用の決済事業者様にお問い合わせください。

【スマホ決済の流れ】



- ① 決済アプリをダウンロード
- ② 氏名・生年月日等を登録
- ③ 納付書に記載されているバーコードを読み取る
- ④ 決済内容を確認
- ⑤ パスワードを入力

納付完了！

青森年金事務所 ☎017-734-7495

年金委員制度のご案内

日本年金機構では、公的年金制度と国民の皆さまとの橋渡し役を担っていただく、年金委員を募集しております。

年金委員は、厚生労働大臣の委嘱により、会社や地域において公的年金制度の啓発・相談・助言などの活動を行う民間協力員です。

活動内容は、自治会や町内会での公的年金関連のパンフレットの配布や近隣の皆さまへの各種手続きの助言・相談です。報酬は支払われませんが、活動にかかる経費は日本年金機構が全額負担し、年金制度改正等の研修会に無料で参加することができます。

公的年金制度について広く国民の皆さまに知っていただく活動にご協力いただける方をお待ちしております

【お問い合わせ先】
青森年金事務所総務調整課
☎017-734-7495
(自動音声案内「5」)

陸・海・空自衛官募集

【募集種目】
自衛官候補生

【概要】
2年または3年の任期制隊員


【応募資格（男・女）】
18歳以上33歳未満
※採用予定月1日現在、32歳の方はお問い合わせください。

【受付期間】
3月上旬～5月下旬

【試験日】
5月下旬

【試験会場】
未定

【お問い合わせ先】
◎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





栄養ワンポイントアドバイス

～ きれいな肝臓を保つために ～

肝臓は少し切り取られても再生できるただ1つの臓器であり、元に戻る力が非常に強いという特徴があります。しかし、病気になっても症状が出にくいことから「沈黙の臓器」といわれています。そのため、何らかの症状を感じた時にはすでに病気が進行していることも少なくありません。

今回は生命を維持するために重要な肝臓についてのおはなしです。

肝臓のはたらき

【代 謝】	【貯 蔵】
食事から栄養素を体の中で利用できるものに変化させる。	食事でとった栄養素をブドウ糖にして肝臓内に蓄え、必要に応じて血液中に放出する。
【解 毒】	【胆汁の生成】
アルコールやアンモニアといった有毒な物質を分解して毒性を抜いて体の外に排出する。	胆汁は肝臓で生成される黄色い分泌液で、たんぱく質や脂肪を分解しやすくする。

脂肪肝とは

肝臓に脂肪が多くなった状態、いわゆるフォアグラの状態です。

肝臓の細胞のうち1/3以上に脂肪が蓄積していると言われています。そのまま放置すると肝臓が硬くなり、機能が失われる肝硬変に進行する可能性もあるため、注意が必要です。

お酒を飲まない人でも脂肪肝になる？

お酒の飲みすぎが肝臓の機能の低下につながることはみなさんご存じかと思いますが、お酒を飲まない方でも脂肪肝になる可能性はあります。

【アルコール性脂肪肝】

アルコールの飲みすぎによっておこる肝臓の病気のうち、まず最初に起こるもの。放っておくと肝硬変に進んでしまいます。

【非アルコール性脂肪肝】

お酒を飲まなくても脂肪肝になる恐れがあります。食べ過ぎや肥満などが原因で起こります。お酒を飲まないのに健康診断で肝機能の検査値が高いという方は脂肪肝かもしれません。

原因は？

脂肪肝の原因は脂質と思われがちですが、実は糖質も関係しています。糖質は大切なエネルギー源ですが、体内に増えすぎると肝臓は中性脂肪という形に変えてため込み、肝臓を太らせます。これは人間の特徴的なしくみで、食べるものがなくなって飢餓状態に陥っても、エネルギー不足にならないように、今は使わない分の糖質を脂肪に変えて肝臓に貯蔵しているのです。

しかし、あまりにも糖質の摂取が多くなると、脂肪肝を招きます。そのため、ごはんやパン、麺類などの主食、アルコール、間食など糖質を多く含む食品の食べ過ぎには注意が必要です。

健康な肝臓を守るためのポイント

- ①和食の基本である一汁三菜でバランスよく
- ②食物繊維をたっぷりとり
- ③アルコールは飲みすぎない、週2日以上以上の休肝日をつくる



～心も身体もいきいき健康～

健康アドバイス

【相談先・お問合せ先】 役場福祉課 ☎ 0174-22-2941



出産・子育て応援給付金事業

～地域で妊婦・産婦・子育てを支えよう～

国において、令和4年12月、全ての妊婦や子育て世帯が安心して出産・子育てできるよう、妊娠期から出産・子育てまで一貫して身近で相談に応じ必要な支援につなぐ「伴走型相談支援」を行うとともに、妊娠の届出を行った妊婦や出生の届出を行った子育て世帯に対し「**出産・子育て応援給付金**」を一体的に実施する事業が創設されました。

これを受け、外ヶ浜町でも令和5年3月9日から「**出産・子育て応援給付金事業**」を開始しました。

出産・子育て応援給付金事業の全体像

伴走型相談支援（保健師と面談）



出産・子育て応援給付金（経済的支援）

【面談実施時期と対象者】

- ①妊娠届出後の妊婦
- ②妊娠8ヶ月前後の妊婦
- ③出産届出後の産婦

【面談内容】

面談時期に応じたアンケート（必須）を実施し、保健師と一緒に回答内容を確認しながら出産・育児の見通しを共有します。
＊面談時期以外にも随時、窓口や電話相談、家庭訪問等の支援を行います。

【給付金の種類】

- ◎出産応援給付金：5万円
妊娠の届出後に、アンケート・面談を実施して申請する。
- ◎子育て応援給付金：5万円
出生の届出後に、アンケート・面談を実施して申請する。

※出産・子育て応援給付金は町に住所がある方が対象となり、妊娠届出時及び出生届出時に福祉課窓口でご案内します。転入等で、すでに他の自治体から給付を受けている場合は支給対象外となります。

令和4年度 乳幼児すくすく相談会

3月7日（火）、未就園の乳幼児を対象とした「すくすく相談会」を開催しました。3組の親子が参加し、身体計測、町保健師や管理栄養士との相談、助産師によるお話会とベビー体操、子育てサークルぷちくらぶ（石岡明沙実代表）紹介などがあり、楽しく過ごしました。

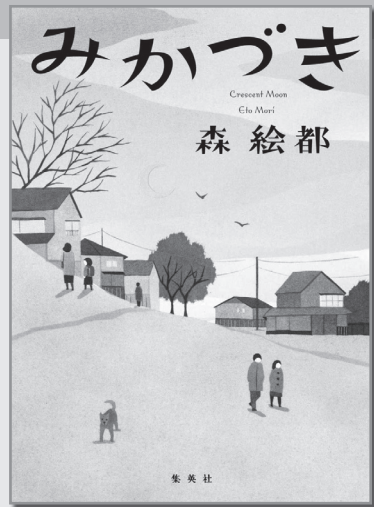


令和5年度 乳幼児健診日程

- ◎5月18日（木）乳幼児健診
- ◎6月14日（水）3歳児健診
- ◎9月7日（木）乳幼児健診
- ◎12月6日（水）乳幼児健診
3歳児健診

乳幼児の病気や発育状況等について確認をします。
病気の見逃しを防ぐためにも、検診を受診しましょう！





光と出会う

公民館おすすめ図書

『みかづき』

著 森 絵都

小学校の用務員をしている大島五郎は、子どもたちに勉強を教えていました。

ある日、教えていた学生の一人である赤坂落子の母親の千明が五郎のもとを尋ね、一緒に塾をやらないかと勧誘します。

この時代は昭和 30 年代なので、塾というものがまだあまり浸透してなく、その中での誘いだったので魅力的と感じながらも少し不安があったため保留にしました。

ですが、五郎がとある理由で小学校をクビになってしまったので、塾の講師となり、恋人となった千明とも結婚しました。

二人の間に子供も授かり、順調にいくのかと思いきや、千明と五郎が考えている教育の在り方について相違があり、ケンカが絶えず、五郎は千明たちのもとを去ってしまいます。

そして物語は千明視点となって進んでいきます。全部で3世代の長編となっており、ボリューム満点です。

家族の在り方や、教育について考えさせられる良い作品です。

*

図書室の本棚の中の一冊の本です。
皆様のご利用を心よりお待ちしております

外ヶ浜町中央公民館 ☎ 0174-22-3175

INAKA GIRLS

外ヶ浜町 A L T (英語指導助手) のジャックリールとギャビーが、外ヶ浜町に暮らして見つけた「好き!」をご紹介します!

今月の好き!

Sotogahama

Winter is over! It was a little difficult for me, but I enjoyed playing with the snow!

冬が終わりました! 私には少し厳しかったですが、雪遊びは楽しかったです!

But, I think that Japan is the most beautiful in the springtime because everything is pink! Pink is my favorite color!

でも、日本は春が一番綺麗だと思います! なぜなら全てがピンクだからです。ピンクは私の好きな色です! There are so many spring activities that I want to try, and this month I will travel around Japan to experience as much as I can!

やってみたい春のアクティビティがたくさんあるので、今月は日本中を旅してできるだけ多くのことを体験します!

I have news. Unfortunately, this will be my last post because I will return to Miami in May.

お知らせがあります。残念ながら、私は 5 月にマイアミに戻るので、これが私の最後の投稿になります。

I really enjoyed my time in Sotogahama and I will carry these memories with me forever.

外ヶ浜町で過ごした時間は本当に楽しかったです。これらの思い出は永遠に持ち続けます。

Thanks to everyone for your kindness and friendship!

皆さんの優しさと友情に感謝します!



今月号の担当は、ギャビーです!

公民館ふれあい講座

ジャックリール&ギャビーと楽しく学ぶ

英会話教室

【4月のテーマ】

Spring Cleaning

【日 付】 4月6・20日(木)

【時 間】 18時~20時

【場 所】 蟹田公民館

お申込み・お問い合わせは、外ヶ浜町中央公民館 ☎ 22-3175

知って得するプチ情報が満載!!

包括通信 No.11

今日のプチ情報

そとがはまふれあいネット

皆さんこんにちは。雪が融けてだんだん暖かくなってきましたね。

気軽に外出したり、人と会ったりするのが楽しい季節なので、今月の包括通信では『そとがはまふれあいネット』をご紹介します。

見守り訪問をしてもらいたい方、見守りのボランティアに参加したい方、どちらともいつでも募集していますので、役場福祉課 (☎ 22-2941)、または外ヶ浜町社会福祉協議会 (☎ 22-2250) にご連絡ください。

スマホで検索★



認知症ケアパス

そとがはまふれあいネットとは?

高齢者や障害のある方をそとで見守り、サポートしていくことを目的としたボランティアグループの活動です。

福祉課が主催してきたボランティアグループ『地域見守り協力員』の活動と、老人クラブ主催の『ふれあい訪問』の活動が一緒になり、『そとがはまふれあいネット』として一緒に活動していくことになりました。

活動の内容は、

- ①玄関先での声掛け
- ②電話で健康確認
- ③健康啓発や介護予防等のパンフレット配布などです。

お声がけを通じて、月2回程度のゆるやかな見守り活動を実施しています。



にこにこポイント
キャラクター
にこボン



ちなみに、見守りボランティアは、「地域活動ににこポイント」の対象活動だポン!
友達を誘ってみんなで参加するポン♡

外ヶ浜町地域包括支援センター
☎ 0174-22-3380 (直通)

困ったときや、将来のために勉強しておきたいことなど、いつでも気軽にお問い合わせください。



初めての委員長

二月に、委員会組織会がありました。三年生が、初めて参加しました。内容は、委員長や書記、担当する放送の曜日決めでした。まず、誰がどの曜日を担当するかを確かめました。今まで六年生がやっていた仕事もすることになり、前より少し仕事が増えたので、がんばろうと思いました。

しかし、活動が増えたので、給食の献立を紹介する栄養黒板に、材料の絵が描かれたマグネットを貼る仕事、私の担当ではなくなりました。その仕事が好きだったので、少し悲しかったです。でも、その分、新しい仕事をがんばろうと思いました。

次に、役割決めでした。私は、委員長になりました。委員長として決まった後、早速、話し合いの司会をし、これから初めて放送する三年生に、放送室の入り方、放送の仕方を教えました。いきなり委員長の仕事をしなければ、上手にできて良かったです。そして、今年からは、委員長と副委員長の新たな仕事が増えました。それは、委員会の前日に、委員会の時に何をするかを聞くことです。少し大変だけれど、がんばります。

六年生が卒業すると、私は、五年生だけれど、最高学年になります。だから、委員長として、最高学年としてみんなを引っ張っていききたいです。

今月の特命記者



三厩小学校4年
ささむら みはる
笹村 美晴

われら！学校特命記者

SCHOOL REPORT No.217

「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

じゅにあ柳壇

題「新しい」

特選

ピカピカのちよつと大きいわたしのくつ

三厩小3年 澤田 愛加



選評

おかしようき川柳社 Sin



【秀逸】	4月だね 季節が変わる 合図した	三厩小6年 伊藤 心月
	大そうじ 終わった後の 教室たち	三厩小4年 柏谷みのり
	楽しみも 不安もたくさん 新学期	三厩小4年 笹村 美晴
	新しいズックを履いてジャンプする	三厩小3年 牧野 鳳雅
	輝いて 見える学年 になりたいな	三厩小6年 伊藤 心月
【佳作】	新学期楽しみなことが山積みだ	三厩小4年 柏谷みのり
	新しいひにちがせまつてうきうきだ	三厩小3年 仙谷 美咲
	授業でね新しいはっけん学んだよ	蟹田小5年 田中 愛恵
	もう春か雪が枝によりかかる	三厩小4年 柏谷みのり
	さようなら笑顔で言うけど心泣く	三厩小6年 伊藤 心月
	桜降る終わりの季節もう来たな	三厩小6年 伊藤 心月
	ペットかう家族の新しい一員だ	三厩小4年 笹村 美晴
	ワクワクだ新しい勉強楽しみだ	三厩小6年 岡本 柑来
	ひっこすよ新居は一体どんな家	三厩小4年 笹村 美晴
	勇気出し新しいことに挑戦	三厩小6年 岡本 柑来
	もう春だ木も動物も人も目を覚ます	三厩小4年 笹村 美晴
	新品の物を見る時ワクワクだ	三厩小6年 岡本 柑来
	サクラの木芽がふくらむよ新しく	三厩小4年 笹村 美晴
	子生まれ新たな命また一つ	三厩小6年 岡本 柑来
	うれしいなびかびかのくつはいてみよう	三厩小4年 笹村 美晴
【軸吟】	※軸吟：選者が同じ題で詠んだ句	三厩小6年 伊藤 心月
	「勇気」というリセットボタンは持っている	三厩小4年 笹村 美晴
		三厩小6年 岡本 柑来
		三厩小3年 阿部 静大

◆秀逸「輝いて…」個人じゃなく、「学年になりたい」という表現が、同級生と一緒に輝きたいというところが、みんなを信頼し、鼓舞している感じが良かったです◆秀逸「新しいズックを…」新しいズックって、いつもより高く飛べそうな気がするよね◆秀逸「楽しみも…」美晴さんは新学期的「不安」も書いてくれました。新しい世界へ進む時は、誰でも不安があるものです。そしてそれは以外に進んでみると、大したことない場合がほとんどです。「不安」も一緒に楽しみましょう◆秀逸「大そうじ…」大掃除が終わった後の、まだ乾かない黒板や床だったり、その匂いだったり、キレイになった教室って、いつもの教室じゃなく見えたりして、気持ちいいのですよね◆秀逸「4月だね…」心月さんは、春の合図が聞こえるなんて、素敵ですね。私も春が一番好きな季節なので、春の合図が聞こえる能力が欲しいです◆特選の句。「ピカピカ」ということから、新しい靴なんだとわかります。そして、「ちよつと大きい」という、そのままでの表現だけで、誰が何を思っているかなんて書いていません。ただ、書いていなくても、「成長して欲しい」という親の願いだったり、本人のわくわく感や夢だったり、いろんな可能性が詰まった「隙間」なんだろうというのが、「ちよつと大きい」だけで読者に伝わってきます。その靴が履けなくなるような成長を願っています◆

4月 外ヶ浜町行事カレンダー

4/1	赤口土	
2	先勝日	
3	友引月	
4	先負火	
5	仏滅水	
6	大安木	ふれあい講座 英会話教室（蟹田公民館 18:00～）
7	赤口金	町内小・中学校 入学式・始業式
8	先勝土	
9	友引日	①廃品回収（海・町方面） 青森県議会議員一般選挙投票日
10	先負月	
11	仏滅火	
12	大安水	
13	赤口木	
14	先勝金	
15	友引土	
16	先負日	②廃品回収（山方面） 女性がん検診（蟹田などわーる：受付12時～13時30分）

17	仏滅月	
18	大安火	外ヶ浜町議会議員一般選挙投票日 告示日
19	赤口水	外ヶ浜町議会議員一般選挙投票日 期日前投票開始（～22日）
20	先負木	ふれあい講座 英会話教室（蟹田公民館 18:00～）
21	仏滅金	
22	大安土	
23	赤口日	外ヶ浜町議会議員一般選挙投票日
24	先勝月	
25	友引火	女性がん検診（平館野田コミセン：受付12時～13時30分）
26	先負水	
27	仏滅木	
28	大安金	女性がん検診（三厩体育館：受付12時～13時30分）
29	赤口土	昭和の日
30	先勝日	
5/1	友引月	
2	先負火	



外ヶ浜町の人口	
人口	5315 ↓14
男	2531 ↓7
女	2784 ↓7
世帯数	2709 ↑4
令和5年2月28日現在 ※増減は先月	

【編集後記】
◆卒業生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。式中の皆さんの表情から様々な感情が伝わってきて、思わず泣きそうになりました。これからも自分らしく輝き続けてください。応援しています◆4月から広報担当者が変わります。皆さま、長い間お世話になりました。初めの頃は制作作業に慣れず苦戦ばかりでしたが、皆さまのお陰でここまでやってこれました。本当にありがとうございます。令和5年度も「広報そとがはま」をよろしくお願いいたします◆

戸籍の窓口	
【2月受付分】（敬称略）	
三浦 逞一（三厩新町）	77歳
川村 逸三（三厩増川）	98歳
大宮 武弘（三厩下平）	78歳
柏谷 壽夫（三厩板柳）	89歳
秋谷 光男（蟹田小国）	88歳
塚本 みつゑ（三厩中浜）	100歳
鈴木 まつ（蟹田小国）	100歳
畑中 二三（蟹田小国）	92歳
畑中 やへ（蟹田小国）	87歳
黒田 てる子（蟹田小国）	87歳
南部 巨州（三厩増川）	64歳
藤田 かつ（平館野田）	94歳

■謹んでお悔やみ申し上げます