

# 広報 そとがはま

2026  
5  
May



## 主な記事

- むつ湾フェリー 新船「かけはし」就航！
  - 令和8年度 外ヶ浜町立小・中学校入学式
  - 令和8年度 外ヶ浜町職員採用試験（大学卒業程度）のお知らせ
- 【表紙の写真】新船「かけはし」見学会



△ 4/9 新船「かけはし」の竣工式。関係者がテープカットし完成を祝いました。

# 津軽半島と下北半島を結ぶ新船 むつ湾フェリー「かけはし」就航

総工費約22億円のむつ湾フェリー新船「かけはし」が、令和8年4月21日（火）に運航開始しました。運航に先立ち4月9日（木）に竣工式、4月10日（金）、4月12日（日）には船内の見学会が開催されました。

新船の設備は、車両甲板には乗用車20台または大型バス4台・中型乗用車3台・

軽乗用車4台の積載が可能となり、バリアフリー対応としてエレベーターが1基設置されています。

客室は2階に全195席を配置し、ゆとりあるシートのほか、新たにキッズスペースやベビールームを設置。3階には45席の客席に加え、イベント対応スペースが設けられました。また屋

外にはウッドデッキもあり、イルカウォッチングやむつ湾の展望を快適に楽しむことができます。

4月12日（日）に開催された船内見学会には町民約250名が来場し、「船内がともきれいで、ぜひ運航開始したら乗ってみたい」と新船「かけはし」に期待を寄せていました。



△ 4/9 「かけはし」を建造した前畑造船株式会社へ感謝状が贈呈されました。



△ 4/10 阪急交通社主催の見学会が開催されました。



△ 4/12 町民見学会が開催され多くの皆さんが船内を見学しました。

# 船内を紹介

新しいフェリーで  
快適な船旅を



窓側席

大きな窓からむつ湾を眺めながら旅ができます。



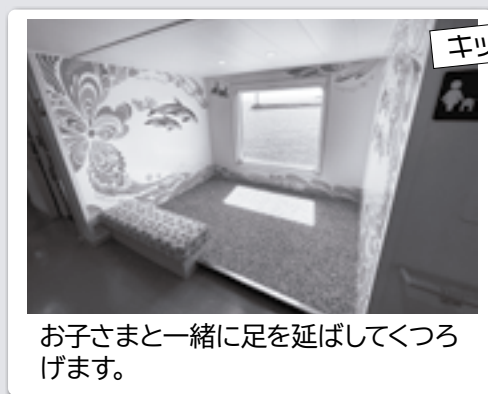
3階ウッドデッキ

潮風を感じながらむつ湾の眺望を楽しむことができます。



エレベーター

船内は全ての階へエレベーターで移動できます。



キッズスペース

お子さまと一緒に足を延ばしてくつろげます。



ペットルーム

ペットも一緒に安心して旅ができます。



ベビールーム

小さなお子様連れでも快適に移動できます。



2階客室

リラックスできるシートその他、車イス専用スペースもあります。



## 新船「かけはし」の概要

|       |                               |      |        |
|-------|-------------------------------|------|--------|
| 全長    | 49.90m                        | 幅    | 11.00m |
| 喫水    | 2.65m                         | 総トン数 | 396t   |
| 速力    | 約15.0ノット                      | 定員   | 旅客240名 |
| 車両    | 大型バス4台+中型乗用車3台+軽乗用車4台又は乗用車20台 |      |        |
| 建造費   | 約22億円(鉄道運輸機構の船舶共有建造制度活用)      |      |        |
| 建設事業者 | 前畑造船株式会社(佐世保)                 |      |        |

# 祝 町内の小中学校で入学式

希望を胸にはじめの一步



▲蟹田小学校 (新入生6名)



▲蟹田中学校 (新入生15名)



▲三厩中学校 (新入生4名)

4月7日、蟹田小学校・蟹田中学校・三厩中学校で入学式が行われました。

今年の各校の新入生は、蟹田小学校6名、蟹田中学校15名、三厩中学校4名の合わせて25名。

このうち蟹田小学校では、保護者に手を引かれた初々しい児童たちが初登

校。希望に胸膨らませ入学式に臨みました。

入学式では、山崎敏校長が「命を大切にすること、お話をきちんと聞く事、友達と仲良くすること、この3つの事を忘れないで元気に生活してください」とあいさつの会・高森キクエ会長より

交通事故にあわないようにと新入生に黄色い帽子がプレゼントされました。

蟹田中学校、三厩中学校では、真新しい制服に身を包んだ新入生たちが緊張した面持ちながらも勉強や部活動に対する新たな決意を胸に堂々とした表情で入学式に臨みました。

## ◎各学校の学級編成 (令和8年4月1日現在)

|       | 1学年 | 2学年 | 3学年        | 4学年 | 5学年 | 6学年 | 合計  |
|-------|-----|-----|------------|-----|-----|-----|-----|
| 蟹田小学校 | 6名  | 15名 | 7名<br>複式学級 | 9名  | 12名 | 14名 | 63名 |
| 三厩小学校 | 0名  | 0名  | 3名<br>複式学級 | 4名  | 0名  | 3名  | 10名 |
| 計     | 6名  | 15名 | 10名        | 13名 | 12名 | 17名 | 73名 |
| 蟹田中学校 | 15名 | 20名 | 22名        | —   | —   | —   | 57名 |
| 三厩中学校 | 4名  | 5名  | 0名         | —   | —   | —   | 9名  |
| 計     | 19名 | 25名 | 22名        | —   | —   | —   | 66名 |

3/18

## 大平山元遺跡の新たなグッズが誕生！

3月18日（水）、役場本庁において、大平山元遺跡もりあげ隊が、「大平山元遺跡」および「むーもん」を活かしたグッズの完成報告会を行いました。

今回開発されたグッズは、『ポストカード』、『石斧ビスケット』、『むーもん巾着袋』、『むーもんティッシュケース』、『むーもんアロマストーン』、『むーもんフィギュア』、『むーもんストラップ』の7種類。

このうち、「石斧ビスケット」と「むーもん巾着袋・ティッシュケース」は、町内でお菓子や雑貨などの製造・販売を手掛けるカンパーニュの金澤美加子さんと共同で開発が行われました。また、「むーもんフィギュア・ストラップ」は地域貢献活動を行っている青森大学の学生と共同で開発が行われました。グッズは「むーもん館」で順次、販売予定です。



▲完成したグッズ



▲完成したグッズを手にする「もりあげ隊」、  
「青森大学」の皆さん

3/21

3/26

## 「北海道新幹線」開業10周年おめでとう！

3月21日（土）・26日（木）、北海道新幹線の開業10周年を記念し、奥津軽いまべつ駅において乗客の皆さんを歓迎する「お手振りイベント」が開催されました。

当日は、今別子ども園の園児や関係者など約50人が参加。ホームに新幹線が姿を現すと、大きな歓声が上がり、参加者はお手振り旗を手に乗客を温かく出迎えました。また、駅構内では外ヶ浜町や中泊町、NPO法人いまべつ外ヶ浜交通など関係団体によるPR活動が行われたほか、大平山

元遺跡の公式キャラクター「むーもん」などのご当地キャラクターも登場し、来場者との記念撮影でにぎわいを見せました。



▲今別子ども園の園児やご当地キャラクターがお出迎え

3/25

## —人口減少などの課題解決に向けて— 商工会合併に関する基本協定締結

3月25日(水)、外ヶ浜町商工会・今別町商工会・蓬田村商工会は「商工会合併に関する基本協定」を締結しました。

本協定は、それぞれの商工会を解散し、令和10年4月1日発足の新商工会の設立を目指すこととしており、外ヶ浜町・今別町・蓬田村が立ち会いのもと、基本協定書への署名が行われました。

今回の締結にあたり外ヶ浜町商工会の社長は「会員が抱えている懸念材料の払拭を含め、合併後の組織について様々な角度から検討を重ねていく。合併を契機に、より頼りにされる商工会となるよう、そして合併して良かったと思われる

よう、努力を続けていきたい」と述べました。

今後は、行政を構成員に加えた合併協議会を設置し、合併の具体的な協議を進める予定です。



△各商工会会長、町村長による署名が行われました

4/6

## 石岡団長が退団 新団長に掛村氏

外ヶ浜町消防団は令和8年3月31日付けで石岡博英団長が退任、4月1日付けで掛村隆二氏が新しく団長に就任し、4月6日に山崎町長から両氏に辞令が交付されました。

石岡氏は昭和52年6月1日に蟹田町消防団へ入団、49年の永きにわたり消防活動に従事してきました。平成24年4月1日付けで外ヶ浜町消防団長に就任し、名実ともに消防団を支える中心人物として、火災、水害などさまざまな災害現場で指揮を執りました。

新団長の掛村氏は平成4年4月1日に平館村消防団へ入団、平成24年4月1日に

外ヶ浜町消防団副団長に就任し、地域に根ざした防災意識の向上や団員の育成に取り組んできました。辞令交付では「団員確保など課題は多いが、安全・安心なまちづくりのために尽力していきたい」と抱負を述べました。



△新たに団長に就任した掛村隆二さん(左) 退任された石岡博英さん(右)

4/8

## 『ふれあい講座英会話教室』開講

4月8日(水)蟹田公民館で今年度の『ふれあい講座英会話教室』がスタートし、9名の方が参加しました。毎月行われている英会話教室ですが、昨年は34回行われました。

この日は、英会話教室がお休みの期間にあった出来事を英語で発表するというもの。和訳も織り交ぜながらの発表なので、英語が苦手な方でも『no problem!』

そのほか、季節ごとのイベントやゲーム、食など様々なものをテーマに掲げ、今年度も月に2回～3回ほど英会話教室を行う予定です。

興味のある方は、広報のカレンダーで開催日をご確認のうえ、蟹田公民館へお越しください。皆さんの参加をお待ちしています。

【お問い合わせ】

外ヶ浜町中央公民館 ☎ 0174-22-3175



△楽しく英会話を学ぶ参加者の皆さん

4/12

## 『蟹田川河川清掃』が実施されました

4月12日(日)、毎年恒例となっている蟹田川河川清掃が行われました。

この事業は、毎年「蟹としろうお祭り」に合わせて実施しているもので、蟹田川漁業協同組合、外ヶ浜漁業協同組合、外ヶ浜町商工会、蟹田遊釣会等の関係団体のボランティアのほか、委託業者である(株)鈴木建設など約50名が参加しました。

当日は強風に加え、前日までの雨の影響で足場が悪い中、参加者の皆さんは空き缶

やペットボトル、プラスチックごみ、雑木などを「燃えるごみ」と「燃えないごみ」に分別し回収したほか、大型のごみは委託業者が車載クレーンを使ってトラックに積み込みました。

近年は回収されるごみの量も減少しており、これまでの取り組みの成果が着実に表れています。これからも『きれいな蟹田川』、そして『きれいな外ヶ浜町』を目指してみんなで頑張りましょう。



△今年回収されたごみは約20kgでした  
(大型ごみを除く)

# 外ヶ浜町職員採用試験のお知らせ

## 4 申込み手続きについて

### (1) 申込み方法

ア インターネットによる申込の場合  
令和8年度『外ヶ浜町職員採用試験申込フォーム』からお申込みください。

イ 郵送または持参による申込の場合

- ① 令和8年度 外ヶ浜町職員採用試験受験申込書
- ② 最終学校の卒業証明書又は卒業見込証明書
- ③ 写真（4 cm×3 cm）2枚（申込み前の3ヶ月以内に撮影したもの。うち1枚は申込書に貼付）

※①の「外ヶ浜町職員採用試験受験申込書」は、外ヶ浜町総務課および各支所地域生活課に備え付けてあります。直接か郵便による請求のほか、外ヶ浜町のホームページ『<https://www.town.sotogahama.lg.jp>』からもダウンロードできます。なお、郵便による請求の場合は、110円切手を貼付し住所・氏名を記載した返信用封筒を同封してください。

### (2) 受付期間および場所

ア 電子申請による場合  
令和8年5月27日（水）午後5時までに申込のデータの受信を完了したものに限り受け付けます。

イ 郵送または持参による申込の場合

- ① 受付期間：令和8年5月1日（金）から令和8年5月27日（水）までの土・日曜日および祝日を除く日（午前8時15分から午後5時まで）
- ② 受付場所：外ヶ浜町役場総務課（各支所では受け付けしません。）

※ 郵送の場合は、5月27日（水）までの消印のあるものに限り受け付けます。封筒表面に『採用試験申込書在中』と表示してください。

### (3) 第1次試験受験票の交付

受付期間終了後、個人ごとに受験票を郵送します。6月23日（火）までに届かない場合は、外ヶ浜町役場総務課までご連絡ください。

## 5 採用条件等

### (1) 給与

#### ① 基本初任給

一般行政職〔大卒〕237,600円

※この初任給は令和8年4月1日の基準による給料月額で、採用日までに変更されることがあります。

※採用者に就業歴等がある場合は、一定の基準によりこれに加算されます。

※勤務成績等により、年1回の昇給があります。

#### ② 諸手当

扶養手当、通勤手当、住居手当等毎月支給されるものの他に6月と12月に期末手当、勤勉手当（ボーナス）が支給されます。

### (2) 勤務条件

#### ① 勤務時間

午前8時15分から午後5時まで（土・日曜日、祝日、年末年始は休日）

#### ② 休暇：年次有給休暇

（年間20日、4月採用は12月まで15日）のほか、夏季休暇・産前産後休暇・結婚休暇等の特別休暇、介護休暇、育児休業などがあります。

#### ③ その他

事業の都合により、休日に勤務することもあります。代わりに休日が与えられます。

## 6 その他

7月募集の一般行政職（高校卒業程度）との併願も可能です。

## お問い合わせ・申込書郵送（提出）先

外ヶ浜町役場総務課（☎0174-31-1111）  
〒030-1393  
東津軽郡外ヶ浜町字蟹田高銅屋44-2  
ホームページ <https://www.town.sotogahama.lg.jp>  
E-mail [saiyou@town.sotogahama.lg.jp](mailto:saiyou@town.sotogahama.lg.jp)



スマートフォン、タブレットからでも申請できます



町ホームページの職員採用試験の詳細

# 令和8年度(令和9年4月1日採用)

## 1 試験の職種、採用予定人数および受験資格

| 職 種               | 採用予定人数 | 主たる勤務地           | 受験資格   |
|-------------------|--------|------------------|--|
| 一般行政職<br>(大学卒業程度) | 若干名    | 外ヶ浜町役場<br>本庁・支所等 | 平成9年4月2日以降に生まれ、大学卒業程度の学歴を有する者で、かつ、活字印刷文による出題および口述による面接試験に対応できる者<br>(令和9年3月までに卒業する見込者を含む) |

※次のいずれかに該当する人は受験できません。

- (1) 日本国籍を有しない者。
- (2) 禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで、または、その執行を受けることがなくなるまでの者。
- (3) 外ヶ浜町職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過しない者。
- (4) 日本国憲法施行の日以後において、日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、またはこれに加入した者。

## 2 試験の方法および内容

| 試験種別  | 種 目           | 試験の内容  |
|-------|---------------|--|
| 第1次試験 | 教 養 試 験       | 時事、社会・人文、自然に関する一般的知識を問う問題 (20題)<br>文章理解、判断・数的推理、資料解釈に関する能力を問う問題 (20題)<br>(合計40題・2時間) |
|       | 専 門 試 験       | 憲法、行政法、民法、経済学、財政学、社会政策、政治学、行政学、国際関係を問う問題<br>(40題・2時間)                                |
|       | 性 格 特 性 検 査   | 公務員に求められる六つの基礎的な性格特性を見ます。(150題・20分)  |
|       | 職 場 適 応 性 検 査 | 公務員としての職業生活への適応性について、職務への対応や対人関係面での性格特性を詳しく見ます。<br>(150題・20分)                        |
| 第2次試験 | 作 文 面 接       | 文章による表現力、思考力等の能力について評価します。<br>(1時間・テーマは当日通知)   |
|       | 面 接 試 験       | 個人面接により、職務に必要な態度、性格等について評価します。   |

## 3 試験日・会場等

| 試験種別  | 試験日      | 試験会場   | 可否の発表時期及び方法                                 |
|-------|----------|--------|---|
| 第1次試験 | 7月12日(日) | 外ヶ浜町役場 | 8月上旬までに第1次試験受験者全員に郵送にて通知<br>(合格者には第2次試験の案内) |
| 第2次試験 | 8月下旬(未定) | 外ヶ浜町役場 | 9月中旬までに第2次試験受験者全員に郵送にて通知                    |



## 外ヶ浜町への定住を支援します!!

定住の促進及び地域の活性化を図るため、町内に住宅を取得し定住する人を対象とする「外ヶ浜町住宅取得補助金」の申請を受け付けています。

| 主な要件    |  |
|---------|--|
| 対象者     | <ul style="list-style-type: none"> <li>町内外問わず、補助金申請者(対象者)が60歳未満。</li> <li>町内に住宅を取得し、住民登録をすること。</li> <li>法人は対象外。</li> </ul> |
| 補助金額等   | <ul style="list-style-type: none"> <li>住宅の新築及び中古住宅の取得費用の20%(上限100万円)。</li> <li>賃貸又は販売目的のほか、相続、贈与、交換等は対象外。</li> </ul>       |
| 補助金対象物件 | <ul style="list-style-type: none"> <li>令和8年4月1日以降の契約物件。</li> </ul>   |
| 補助金申請期限 | <ul style="list-style-type: none"> <li>住宅の取得後、特別な事情がない限り、1ヶ月以内又は令和9年2月28日のいずれか早い日。</li> </ul>                              |
| 定住の意向   | <ul style="list-style-type: none"> <li>住宅取得後、住民登録をし5年以上定住の意思があること。</li> </ul>  |
| その他     | <ul style="list-style-type: none"> <li>市町村税等の滞納がないこと。</li> <li>町内会に加入すること等。</li> </ul>                                     |

- 予算がなくなりしだい、受付は終了いたします。(予算総枠は1,000万円です)
- 申請書類や申請方法等の詳細は、外ヶ浜町公式ウェブサイトをご覧ください  
下記まで、お気軽にお問合せください

【お問合せ】 外ヶ浜町役場総務課 ☎ 0174-31-1111

メール [soumu@town.sotogahama.lg.jp](mailto:soumu@town.sotogahama.lg.jp)



▲住宅取得補助金  
(町ホームページ)

## 宝くじの助成金で整備しました

宝くじの売上の一部は、コミュニティ活動への助成金として活用されています。このたび、(一財)自治総合センターで実施している一般コミュニティ助成事業を活用し、自治会・地区会で使用する備品を整備しました。

- 助成団体 本町地区会
- 整備内容 除雪機、扇風機ほか

【助成金についてのお問い合わせ】

外ヶ浜町役場総務課

☎ 0174-31-1111



## 宮下知事と対話しよう! 「#あおばな」実施団体募集

宮下知事が出向いて県民の皆さまの声をお聴きする、県民対話集会「#あおばな」の実施団体を募集します。

- 対象：県内所在の10名程度の参加者が見込まれる団体等
- 募集期間：令和8年5月15日(金)～5月29日(金)
- 実施期間：令和8年7月13日(月)～9月30日(水)
- 応募方法：専用応募フォームから申込み

【お問合せ】 青森県総務部広報広聴課 ☎ 017-734-9138



▲青森県ホームページ

## 児童扶養手当・特別児童扶養手当の制度について

### 児童扶養手当

父母の離婚、父母のどちらかが死亡などによって、一方からしか養育を受けられないひとり親家庭や父または母が一定の障がいのある家庭で子どもを育てている方に支給されます。

ただし、手当の支給内容は所得に応じた額が支払われます。

また、公的年金を受給している場合は手当が停止となったり、事実婚等により受給できない場合もあります。

#### 【児童扶養手当額（令和8年4月～）】

＜児童1人の場合＞

- ・全部支給 月額 48,050 円
- ・一部支給 月額 11,340 円～ 48,040 円

＜児童が2人以上の場合＞ ➡ 第2子以降の加算額

- ・全部支給 月額 11,350 円
- ・一部支給 月額 5,680 円～ 11,340 円



### 特別児童扶養手当

日本国内に住所があり、精神又は身体に中度以上の障がいを有する児童を<sup>かんご</sup>監護している父または母もしくは父母に代わって児童を養育している人で、青森県が認定した人にこの手当が支給されます。

ただし、前年度の所得、生計を一つにしている扶養義務者の所得が一定額以上である場合には、所得制限により手当の額が全部停止されます。

また、児童が児童福祉施設などに入所している場合、児童が障がいを支給事由とする公的年金を受けられることができる場合には、この手当は支給されません。

#### 【特別児童扶養手当額（令和8年4月～）】

- ・障がいの程度が1級の場合 月額 58,450 円
- ・障がいの程度が2級の場合 月額 38,930 円

支給要件・必要な書類等、詳しくはお問い合わせください。

【申請・お問合せ】 外ヶ浜町役場福祉課 ☎ 0174-22-2941



▲児童扶養手当  
(町ホームページ)



▲特別児童扶養手当  
(町ホームページ)

## 5月は「空き缶等散乱防止月間」です

空き缶やペットボトル、たばこの吸い殻などのポイ捨ては、法律や県の条例で禁止されています。ごみのポイ捨ては、豊かな自然に恵まれた青森県の美しい景観を損ねるだけでなく、川や海にごみ流れ出てしまい、生き物たちが食べたり、漁業の妨げになったりするなど、さまざまな悪影響を及ぼします。

お出かけが増える時期となりますが、私たちのふるさと青森県の素晴らしさを伝え続けていくためにも、一人ひとりが「自分たちの環境は自分たちで守る」という意識を持ち、お出かけの際に出たごみは、ポイ捨てせずに、きちんと持ち帰るようお願いいたします。

【お問合せ】 外ヶ浜町役場住民課 ☎ 0174-31-1222



▲青森県ホームページ

## 「環境の日」・「環境月間」「海ごみゼロウィーク」について

環境省では、毎年、環境基本法に定められた6月5日の「環境の日」を中心とする6月の1ヶ月を「環境月間」、また、5月30日から6月8日の期間を「海ごみゼロウィーク」と定め、環境に関する様々な行事を実施、推進しています。

### ～環境月間ではどのようなことをすればいいの？～

- ・物を買う際は省エネなど、環境にいい商品を選びましょう。
- ・無駄な電気はこまめに消しましょう。
- ・車の運転時にはエコドライブを意識するようにしましょう。



△龍飛崎海岸※令和8年2月24日

### ～海ごみゼロウィークにはどのようなことをすればいいの？～

- ・世界では、毎分トラック1台分ものごみが海に流れ込んでおり、その多くがプラスチックです。プラスチックは安くて便利ですが、自然の中ではほとんど分解されず、長い間海を漂い続けます。そのため、海の環境に大きな影響を与える深刻な問題となっています。プラスチック製品の使い方やリサイクルについて、いま一度見直してみましょう。
- ・買い物の際はエコバッグを使うなど、プラスチックごみの削減にご協力をお願いします。

それ以外にも環境のためにできることがたくさんあります。

住みよい生活環境構築のため、町民の皆さんのご協力をお願いします。

【お問合せ】 外ヶ浜町役場住民課 ☎ 0174-31-1222

## 『太陽光発電設備・蓄電池』の共同購入 参加者募集中!

つくる、ためる、つかう。  
共同購入で賢く導入、家計を助けるエコライフ。

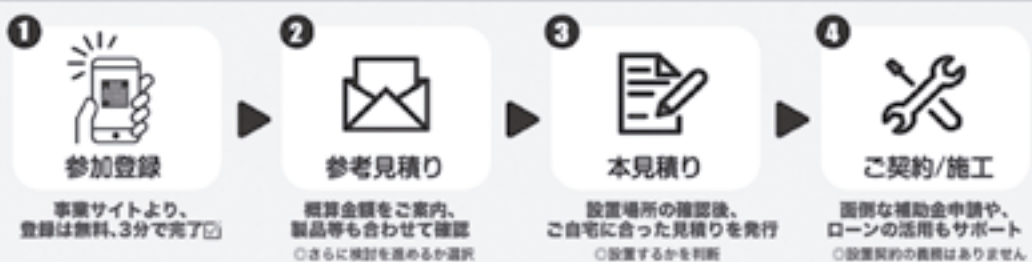
参加登録機関  
4月14日～12月3日



みんなの  
おうちに  
太陽光

太陽光発電設備や蓄電池の導入を希望する皆様へ  
スケールメリットを活かしたおトクな購入価格と、手間なく安心して検討できる機会を提供することを目的としています。本事業は青森県とアイチューザー（株）が協定を締結して実施しています。  
※参加登録後でも設置契約は義務ではありません。ぜひ、お気軽にご参加ください。

### 参加登録から設置までの流れ



みんなのおうちに太陽光

検索

<https://switchtogether.jp/solar-and-battery/aomori>  
安心してご購入の検討をしていただけるように、説明動画を配信しております。また、専用 WEB サイトや事務局への問合せも活用ください!

お問い合わせ  
みんなのおうちに太陽光事務局  
0120-723-100 (固定電話・携帯電話)  
受付時間: 10:00~18:00 (土・日・祝日を除く)

## インターネット公売の実施について

青森県では、動産や不動産、自動車などの差押財産について、K S I 官公庁オークションを利用して売却するインターネット公売を実施しています。

詳しくは、県ホームページ「県税・市町村税インフォメーション」内の「インターネット公売」のページをご覧ください。

【お問合せ】 青森県中央県税事務所 納税管理課 ☎ 017-734-9975



▲青森県ホームページ

有料広告



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。

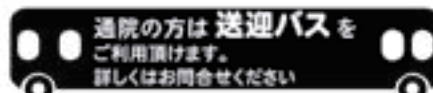


院長 石戸谷 孝博

〒030-1303 東津軽郡外ヶ浜町字蟹田5-2

☎ 0174-22-2333

FAX 0174-22-2266



| 診療時間         | 月     | 火 | 水            | 木 | 金 | 土 |
|--------------|-------|---|--------------|---|---|---|
| AM8:30~12:00 | ○     | ○ | ○            | ○ | ○ | ○ |
| PM1:30~5:00  | ○     | ○ | 1:30<br>3:00 | ○ | ○ | △ |
| 休診日          | 日曜・祝日 |   |              |   |   |   |

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

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に  
いっしょだから優しく



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路桜岸小川258-2

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

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

FAX: 0120-318-878

FAX: 0174-22-3453

〒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 国佐藤造花仏壇店 サトーフラワーホール

軽トラ運転手アルバイト

# 急募

●5月～10月 ●毎週火・木・金曜 ●5時～12時

時給

# 1,100円

詳しくは、お気軽にお電話ください。



龍飛崎温泉 たっぴ  
大トリ 龍飛

〒030-1711

外ヶ浜町字三厩龍浜54-274

お問い合わせ

TEL 0174-38-2011

そまや まさみ  
担当/ 杉谷 雅美

一緒に働くスタッフを募集しております。

無資格、未経験者の方でも研修もありますので安心してご応募ください。

勤務地 外ヶ浜中央病院  
雇用形態 正社員・パート(各若干名)  
業務内容 医療事務  
休日 土日祝

■ニチイ学館 青森支店  
青森市本町 1-2-15 ユニバース青森ビル 2 階  
お問合せ 017-735-5943  
【営業時間】 平日 9:00 ~ 17:00  
担当: 様方・菅原  
こちらからでも応募できます。→



介護の相談窓口 0174-37-2280  
(寿楽園居宅介護支援事業所)

利用者募集

デイサービス  
介護老人福祉施設(宿泊施設)  
生活支援ハウス(宿泊施設)

職員募集中

勤務場所: 特別養護老人ホームあじさい  
募集職種: 看護職員、介護職員、生活相談員  
その他職種もご相談ください!



特別養護老人ホームあじさい 外ヶ浜町高齢者生活福祉センター寿楽園  
TEL: 0174-31-7000 HP: <http://www.ajisai-kai.or.jp>

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 |   |   |   |   |   |   |

一人ひとりの農業者を応援する  
農業者年金

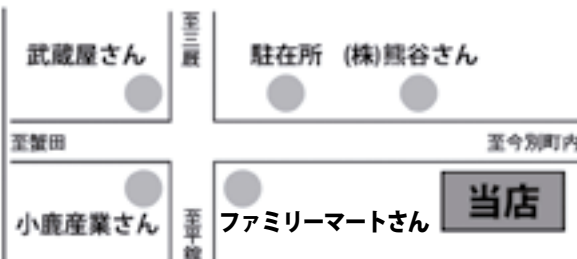
◎あなたの老後への備えは十分ですか?  
◎年金は家族一人ひとりについて準備することが大切です。  
◎老後の備えは「国民年金」+「農業者年金」が安心です。  
農業者年金の内容やご相談については、役場農業委員会まで  
お気軽にお問合せください。 ☎0174-31-1228

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。

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



●月曜日～土曜日  
AM8:00 ~ PM6:00  
●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

## 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：看護師・介護員

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



## 今別環境衛生



- ・一般し尿汲み取り
- ・浄化槽清掃
- ・浄化槽維持管理

代表：小鹿 隆世  
〒030-1502 今別町大字今別字宮本4-1  
連絡先：☎ 0174-31-0904

## PLow「草刈機」WGC530

価格も性能も妥協しない平地特化の最強コスバモデル



草&芝両方刈れる自走草刈機  
MEIKI ブランドエンジン  
●刈幅 530mm  
●排気量 189cc ●重量 38kg

**特別価格 69,800円 (税込)**

## (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**

## フェリー離着岸作業員 募集中!!

【作業内容】※令和8年5月より

蟹田～脇野沢間のフェリー離着岸時の網取り、網放し(1日4回)

▶蟹田発 9:20 蟹田着 11:50

▶蟹田発 14:00 蟹田着 16:30

【作業料】1作業につき500円(月およそ6万円)

【勤務場所】青森県東津軽郡外ヶ浜町字蟹田中師宮本 蟹田漁港フェリー発着場

 **むつ湾フェリー株式会社** ☎ 0174-22-3020  
〒030-1302 青森県東津軽郡外ヶ浜町字蟹田中師宮本 160

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**

## 有料広告掲載しませんか？(求人・イベント周知など...)

広報そとがはまでは、町民サービスの向上と企業や商店等による事業活動の活性化を支援するため、有料広告を募集しています。

詳しくは、下記のお問い合わせ先までご相談ください。

お問い合わせ先

外ヶ浜町役場 総務課 ☎ 0174-31-1111

## 正社員募集中!!

【雇用形態】正社員

【求人数】1人(高校卒業以上)

【必要な知識・技能等】普通自動車免許(必須)

【お問合せ】外ヶ浜漁業協同組合

東津軽郡外ヶ浜町平館今津尻高 15-3

☎ 0174-25-2322

～心も身体もいきいき健康～

## 健康アドバイス



## 5月31日は『世界禁煙デー』 世界保健機関（WHO）

厚生労働省では、世界禁煙デーの5月31日から6月6日までの一週間を『禁煙週間』と定めています。タバコ病と言われる「慢性閉塞性肺疾患（COPD）」は、肺への空気の流れが悪くなり、うまく息が吐き出せなくなる病気です。風邪でもないのに少し動くと息切れしやすく、辛い咳や痰などの症状が出ます。一度炎症で傷ついた肺は元に戻りませんし、自分が吸ったタバコから出る煙やにおい・ガス（電子タバコ含む）は身近な人にも被害を与えます。タバコを吸っている人は、禁煙してみませんか？

【お知らせ】 外ヶ浜町禁煙相談事業：禁煙にチャレンジしたい方を、約3ヶ月間町保健師が面接や電話などで禁煙支援します。詳しくは福祉課へ。

## 栄養ワンポイントアドバイス



## ～よくかんで元気に！かむ力を保つ食事～

かむことは、消化を助けるだけでなく脳の働きを活発にするなど、健康に大きく関わっています。また、しっかりかむことで食べ過ぎを防ぐ効果もあります。

やわらかいものばかりに偏ると、かむ力は低下しやすくなります。無理のない範囲で、かむことを意識した食事を心がけましょう。

## 【工夫のポイント】

- ・1口ごとに、いつもより多くかむことを意識する
- ・れんこん、ごぼう、きのこ類など、歯ごたえのある食材を取り入れる
- ・食材は大きさをそろえ、食べやすく調理する

まずは「一口あと5回多くかむ」ことから始めてみましょう。

## 知って得するプチ情報！

## 包括通信

## 5月は「孤独・孤立対策強化月間」です

孤独・孤立についての理解・意識や対策の機運を社会全体で高めるために、孤独・孤立対策に関する情報提供や啓発活動などに集中的に取り組むものとして、国では、5月を「孤独・孤立対策強化月間」と定めています。

孤独・孤立への不安や悩みがあるとき、誰かとつながり会話することで、気持ちが軽くなります。町では、高齢者サロンや地区通いの場など高齢者の「つながる場」がありますのでどんどん出かけてお話しませんか？詳細は町地域包括支援センターへご相談ください。

- 【高齢者サロン】 蟹田地区 などわーる 月1回開催（担当：外ヶ浜町社会福祉協議会）  
平館地区 平館支所 月3回開催（担当：いきいき若葉の会）  
三厩地区 よしつねの湯 月3回開催（担当：いきいき若葉の会）

【地区通いの場】 町内13地区で開催中

【お問合せ】 町役場福祉課 ☎0174-22-2941 / 町地域包括支援センター ☎0174-22-3380

# むーもん館だより 第12号

## ～縄文時代にも市場はあったの??～

5月から『むーもんマルシェ』がスタートしました。10月まで毎月第一日曜日に「むーもん館」で開催していますので、5月の『むーもんマルシェ』に行けなかった人もまだまだ機会があります。また当日は、「むーもん館」の観覧料が無料となります。

さて、「マルシェ」という言葉をいろんなイベントで聞きますが、マルシェはもともとフランス語で、日本語では「市場」という意味です。市場と聞くと急に生活感が出ますが、縄文時代にも市場はあったのでしょうか？

まず市場とは、「一定の場所で物資の交換や売買をすること、およびその場

所」を意味します。ここで重要となるのが「一定の場所」です。

縄文時代に一定の場所で物資のやり取りをしていたかは、まだよく分かっておらず、可能性は低いとされています。このことから縄文時代に市場はなかったと今のところは考えられます。

ただ、黒曜石やヒスイなど遠くの場所で採れるモノが見つかることから、物資の交換は行われていたでしょう。

『むーもんマルシェ』は、一定の場所でいろんなモノが買えますので、この機会に足を運んでみてはいかがでしょうか。



▲去年のむーもんマルシェの様子

外ヶ浜町教育委員会世界文化遺産室 ☎ 0174-31-1236



## 今年度の目標

ぼくが、五年生の一年間で協力できたことが、二つあります。

一つ目は、五年生といえはの行事、宿泊学習です。ぼくは、宿泊学習の活動班の班長、そして、宿泊室の室長でもありました。二日目まではあまり仲を深められなかったけれど、二日目の「アドベンチャービンゴ」で一番仲を深められたと思います。周りのサポートをしたり、みんなの前に立ってまとめたりする力がつきました。

二つ目は、学校の大きな行事、学習発表会です。昨年度は、2025年大阪・関西万博をテーマとし、「ミヤクミヤク」を登場させました。「蟹田EXPO ありがとう博覧会」という題名で、感謝を伝える内容にしました。当時のぼくは、発表会当日にできたときよりも、初め

### 今月の特命記者



蟹田小学校 6年

かくた 嶺 陽  
角田 嶺 陽

われら！学校特命記者

SCHOOL REPORT No.254

「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。

で、最初から終わりまで通すことができた練習のときの方が達成感がありました。そして最後まで通すことができた後、もっと高みを目指して、当日は全力以上の120パーセントを、出し切ることができました。今年度の学習発表会は劇です。去年の六年生を参考にして、もっと高みを指したいです。

昨年度の六年生は、全員が

協力できていて、仲がとても良かった印象があります。そして今度はぼくたちが六年生になりました。六年生での学級目標は、「何事も明るさ責任100パーセントで取り組む六年生」になりました。五年生での経験をいかして、ぼく達は、昨年度の六年生をこえ、下級生のためになるような存在になれるようがんばります。

# ごめいあ柳壇

題

## 「本」

特選

### 物語終わった後も終わらない

蟹田小6年 石岡 陸大

※令和7年度時点の学年で掲載しています。



【秀逸】

不思議だなこれはフィクションノンフィクション

蟹田小6年 宮本 樹人

心から休めるところは本だけだ

蟹田小5年 上野 蒼心

この作者 こつちの本も 書いていた

蟹田小5年 金澤 海里

本が好き色んなジャンル読み超える

蟹田小5年 角田嶺琉陽

本の世界 さまざまあるよ 無限大

蟹田小5年 山田 悠人

【佳作】

いつかわね 人生の本 出来上がり

読み終わり 感動すぎて なみだ出る

本の中 いろんな出来事 あるんだな

百冊あるよ 読めば読むほど 力つく

物語 登場人物 誰だろう

なぞとき本 わからず棚に しまい込む

新書みて 勉強効率 あげてみない？

おもしろい よくよく読むと おもしろい

好きなのは 読み終わり後の おまけ部分

楽しいな なぞなぞの本 たくさんだ

図鑑にも種類が沢山 何読もう

沢山の文字が並んで 難しい

読書する おもしろすぎて たまらない

図書館で 種類が沢山 迷っちゃう

マンガはね 一巻買うとやめられない

本読むと いろんな知識 学べれる

本を読む たくさん学ぶ たのしいな

チャイムだ 教科書だして 勉強だ

ぐりとぐらふわわかすてらおいしそう

たのしいなまちがいさがしわらいとまらない

【軸吟】 ※軸吟：選者が同じ題で詠んだ句。

愛読書曲が流れる虹が出る

柳谷 たかお

- |       |       |
|-------|-------|
| 三厩小5年 | 伊藤 楓斗 |
| 蟹田小5年 | 横山 柚葵 |
| 蟹田小6年 | 横山 紗奈 |
| 蟹田小5年 | 飯田 薫  |
| 蟹田小5年 | 田中もよこ |
| 蟹田小5年 | 沼田 大和 |
| 蟹田小6年 | 宮本 篤人 |
| 三厩小3年 | 山中 優空 |
| 蟹田小5年 | 田中 鈴  |
| 三厩小3年 | 工藤 那月 |
| 蟹田小5年 | 小川 望愛 |
| 三厩小5年 | 工藤 葵  |
| 蟹田小5年 | 南 渚咲  |
| 蟹田小6年 | 仲野 莉紗 |
| 三厩小6年 | 佐藤 統馬 |
| 蟹田小6年 | 小林 優莉 |
| 蟹田小3年 | 三濁 星音 |
| 蟹田小3年 | 小川 桜蘭 |
| 三厩小2年 | 工藤 沙羅 |
| 三厩小3年 | 瀧谷 樹璃 |

選評



おかじょうき川柳社

柳谷たかお

◆秀逸。悠人さん。無限大の発見がすてきです。◆嶺琉陽さん。名前もかっこいいですが、読み超えるという五音もかっこいい。◆海里さん。いっぱい、いっぱい本を読んでいるんですね。とても素晴らしいと思います。◆蒼心さん。本が大好きだということが優しく伝わるすてきな句です。◆樹人さん。どんな本なんだろう。僕も読みたくなりました。◆特選の陸大さん。物語が終わることなく、ずっと、ずっと続いていくという表現が抜群です。これから中学、高校と続いていく陸大さん自身の人生をも予感しているような句にとっても感動しました。くじけそうになることもあるかもしれませんが、自分の選んだ道を笑顔で切り抜いて行ってほしいと思います。

# 5月外ヶ浜町行事カレンダー

|     |   |                                       |
|-----|---|---------------------------------------|
| 5/1 | 金 |                                       |
| 2   | 土 |                                       |
| 3   | 日 | ☑ むーもんマルシェ (むーもん館 9:00 ~ 14:00) 憲法記念日 |
| 4   | 月 | みどりの日                                 |
| 5   | 火 | こどもの日                                 |
| 6   | 水 | 振替休日                                  |
| 7   | 木 |                                       |
| 8   | 金 |                                       |
| 9   | 土 |                                       |
| 10  | 日 |                                       |
| 11  | 月 |                                       |
| 12  | 火 |                                       |
| 13  | 水 | ☑ ふれあい講座 英会話教室 (蟹田公民館 18:00 ~)        |
| 14  | 木 |                                       |
| 15  | 金 |                                       |
| 16  | 土 | ☑ 蟹田小・中学校合同運動会                        |

|     |   |                                |
|-----|---|--------------------------------|
| 17  | 日 | ☑ 三厩小・中学校合同運動会                 |
| 18  | 月 |                                |
| 19  | 火 |                                |
| 20  | 水 | ☑ ふれあい講座 英会話教室 (蟹田公民館 18:00 ~) |
| 21  | 木 |                                |
| 22  | 金 |                                |
| 23  | 土 |                                |
| 24  | 日 |                                |
| 25  | 月 |                                |
| 26  | 火 |                                |
| 27  | 水 | ☑ ふれあい講座 英会話教室 (蟹田公民館 18:00 ~) |
| 28  | 木 |                                |
| 29  | 金 |                                |
| 30  | 土 |                                |
| 31  | 日 |                                |
| 6/1 | 月 |                                |

## 有料広告

### 相談登記の無料相談会のお知らせ

令和6年4月1日から「相続登記の義務化」制度が始まりました。  
※令和6年4月1日前の相続は、来年3月末までに相続登記をする必要があります。

- ◎日 時 5月26日(火) 11:00~14:00
- ◎場 所 外ヶ浜町中央公民館 相談室1
- ◎申込方法 電話予約制(017-723-5670) ※先着6名
- ◎持参物 ①令和8年度の固定資産税納税通知書 (または令和8年度評価証明書)  
②戸籍謄本・除籍謄本 (ご自分で集められている場合)  
③登記済証 (権利証・登記識別情報)  
④本人確認情報 (運転免許証・マイナンバーカード等)

【お問合せ】 司法書士相坂まさかず事務所 ☎017-723-5670

### 公営住宅空き状況(戸数)

令和8年4月1日現在

新上蟹田団地  
(上蟹田)  
平屋 1  
2階建 4

根岸小川団地  
(平館根岸小川)  
平屋 0  
2階建 4

新町団地 (三厩新町)  
1階部屋 0  
2階部屋 0  
3階部屋 3

公営住宅とは?  
低所得者世帯に対して賃貸する住宅です。入居の際には、所得要件等の審査があります。

外ヶ浜町役場建設課 ☎0174-31-1226

## 山火事にご注意ください!

この季節は空気が乾燥し、山林火災が発生しやすくなっております。入山の際、焚き火やタバコなど、火の取扱に十分ご注意ください。

町役場産業観光課

### 外ヶ浜町の人口

|     |      |     |
|-----|------|-----|
| 人口  | 4754 | ↓21 |
| 男   | 2260 | ↓12 |
| 女   | 2494 | ↓9  |
| 世帯数 | 2558 | ↓4  |

令和8年3月31日現在 ※増減は先月比

## 戸籍の窓口

【3月受付分】(敬称略)

■護印をお悔やみ申し上げます

|    |    |         |     |
|----|----|---------|-----|
| 坂本 | 節子 | (下蟹田)   | 86歳 |
| 木村 | のぶ | (平館野田)  | 94歳 |
| 高井 | よし | (平館野田)  | 89歳 |
| 鳴海 | 浩二 | (三厩藤嶋沢) | 68歳 |