

【特集】

食欲の秋、

読書の秋、

スポーツの秋、

平川の秋。

目次 — CONTENTS —

- 6 ・ 今月のピックアップアップ他
- 10 ・ 市内の話題「拡大版」
- 12 ・ 10月の協会だより
- ◆ 食育通信
- 13 ・ 情報ひろば
- 16 ・ 健康ひろば
- 18 ・ 戸籍だより
- 19 ・ 我が家のアイドル
- 20 ・ 資源ごみの分別ってどうすればいいの？

読書の秋、食欲の秋、
スポーツの秋、
平川の秋。

広報広聴係が選ぶ、平川秋の楽しみ方3選！食欲の秋！読書の秋！スポーツの秋！市内スポットを紹介しながら、オススメの秋の過ごし方をご紹介します！是非ご参考ください。

【特集】

食欲の秋、

＼贅沢食いが醍醐味！



【すじこ】

白いごはんに合うのはすじこ！と、いちばんに名前を挙げる方も多いのではないのでしょうか。子どものころ、食べすぎて怒られた記憶がありますが、ちょっと大きめに切って贅沢に食べたいです。

【01. 食欲の秋】

新米の季節！
ごはんのお供

＼東北の味！



【ニシンの切り込み】

東北発祥とも言われる切り込み。ニシンの旨みに麴の柔らかな甘さがよく合います。ごはんのお供だけでなく、酒の肴にもなる一品。

＼イカしたお供！



【イカの塩辛】

新鮮なイカの甘みと、脂の乗ったワタのコク深い味わいが楽しめます。じゃがいもに合わせても美味しいですね。自宅で作っている方も多いのではないのでしょうか。

＼刺激強め／



いっしょうづけ

【一升漬】

青とうがらしの爽やかな辛さが楽しめる一升漬は、ごはんの甘みと旨みを際立たせてくれます。直売所などでも販売されていますが、自家製も多い一品。

＼癒し系キャラ／



オススメ！

【卵かけ】

全国的に人気が発達した「TKG」。定番の食べ方も良いですが、ちょっと高級な卵とお醤油に今年の新米で、贅沢卵かけごはんはいかがですか？

腐れ縁

この組み合わせも◎

津軽人にはたまらない組み合わせ♡

＼国民的朝ごはん／



【納豆】

日本で古くから親しまれる、代表的なごはんのお供のひとつ。かき混ぜればかき混ぜるほど、旨みや甘みの成分が増えます。発酵食品であり、たんぱく質や食物繊維などが含まれていることから、栄養の面でも優秀な食品。

＼おばあちゃんの味／



うのはな

【卵の花】

大豆の本来の甘さの中に、出汁の旨みをたっぷり含ませ、しっとりとした食感に仕上げたおからの炒り煮。ごはんの風味を邪魔することなく、そっと引き立ててくれます。肉、魚、野菜など、合わせる食材のバリエーションも豊富。

美

美味しい新米とそれを引き立てるお供の組み合わせは、食べ始めたらやめられない美味しいものばかり。くれぐれも食べすぎと塩分の摂りすぎには注意して、美味しい秋のごはんライフを楽しみましょう。

みなさんの今年初めての新米のお供は決まりましたか？

続いては、読書の秋・スポーツの秋特集です →

【02. 読書の秋】 そんなサービスが?! 最近の図書館事情



**10月27日～11月9日は
読書週間です**

**今年こそ読書の秋、
楽しみませんか?**

DATE _____
 ■蔵書数/
 平賀…計96,468冊 (内、絵本11,159冊)
 尾上…計44,732冊 (内、絵本2,963冊)

平賀・尾上図書館相互貸出・返却サービス
 両館の本をどちらからでも貸し出し、返却
 ができます。

青森県立図書館・オンライン貸出サービス
 県立図書館のホームページで検索した本を
 予約して、平川市内の図書館で受け取り、返
 却ができます。【事前の利用者登録が必要】

相互貸借制度…図書館同士の貸し借りによ
 り県内外から本を取り寄せ、平川市内の図
 書館でも受け取り・返却ができます。



久しぶりに本を読みたいけど、
何から読んでいいか分からないという方へ



大人だからって大人向けの本を読む必要はない!
『絵本』や『詩集』からでも。

まずは子どもと一緒にイベントへ来て!

児童書は短い文
でより分かりやす
くメッセージが書
かれているものが
多く、時間に追わ
れることの多い大
人も短時間で読む
ことができます。



また、詩集など
はきれいな言葉に触れることもできるので、オススメです。

図書館では、親
子で参加できるお
はなし会などのイ
ベントを毎月開催
しています。



また、館内には特
集コーナーを時期
ごとに設置してい
ますので、今は何
をやっているか、
気軽な気持ちで遊
びに来てください!

オススメ図書

『真夜中のパン屋さん』

大沼紀子：著



【真夜中閲覧注意!!】

深夜に読むのはお勧めしません。
もれなくパンが食べたくなります。

『クリスマスを探偵と』

伊坂幸太郎：文

マヌエーレ・フィオール：絵



大人にこそ読んでほしい絵本。
クリスマスまでにぜひご一読を。

図書館に関してのお問合せはコチラ→

平賀図書館 ☎44-7665



尾上図書館 ☎57-5980

【03. スポーツの秋】

ひらかドーム周辺には、気軽に運動を楽しむことができる施設が充実しています。日頃の運動不足の解消と健康づくりのため、この機会にスポーツを始めてみませんか？

個人で利用できます！

今年新たに、
4種類の最新器具を導入！



■トレーニングルーム／

利用時間：9時～21時 休館日：毎週月曜日、年末年始
(12～3月は月曜休館日はなし。)

ひらかドーム内にあり、有酸素運動、筋力トレーニングができるマシンや女性や高齢者でも簡単に利用できるマシンが揃っています。

水着とスイミングキャップ持参で
いつでも利用可能！



■平賀屋内温水プール／

利用時間：10、13、16、19時の計4回。

1回につき1時間45分の利用となります。(毎週月曜は休館日)
全7コースの25mプールと小さいお子様でも安心の幼児プールがあります。また、子どもや大人を対象とした水泳教室も行われています。

是非ご参加ください♪

市では、市内在住のトレーニングルームを利用したことがない女性を対象とした「女性対象のトレーニングルーム体験教室」や派遣依頼に応じてさまざまなスポーツの指導を行う「軽スポーツ巡回教室」を実施していますので、お気軽にご相談ください。



軽スポーツ巡回教室の様子

運動しやすい季節になりましたね！

団体利用できる施設も充実！

克雪ドームなので、
冬もスポーツを楽しめる！



■平賀屋内運動場(ひらかドーム)／野球、ソフト、サッカー、グラウンドゴルフ、ランニングなど一年を通して利用可能です。

■平賀テニスコート／全天候型コートが6面あります。

■陸上競技場／陸上競技はもちろんのこと、サッカーの練習にも使用されています。ランニングに使用することも可能です。



■平賀多目的広場／グラウンドゴルフや野球・ソフト、サッカーなど様々なスポーツに利用できます。

ひらかドーム職員のお話 保健体育課 田中翼さん

トレーニングルームは、夕方の時間帯に20～30人の利用者がいることもあり、週末には100人を超える方が訪れます。器具が充実しているとの声も多く、新機器導入後は新規の利用者も増えています。特に「Sonix」



は県内では珍しいためおすすめです。身体の中に振動を与えることによって、筋力強化のほか骨密度の増加、リンパと血流の流れを良くするなどの効果があるため女性の利用者が多いです。興味のある方はぜひご利用ください。



←「Sonix」
激しい運動が出来ない方にもオススメです。

施設に関してのお問合せはコチラ→

施設予約、料金など詳しくは平川市運動施設(☎43-0660)までお問い合わせください。
※平賀屋内温水プールに関しては、NPO法人平川市スポーツ協会まで(☎44-5010)

9月から開始!

保育料算定に係る寡婦(夫)控除のみなし適用について

未婚のひとり親で下記要件を満たしている場合は、保育料の算定で地方税法上の寡婦(夫)控除がみなし適用され、保育料が軽減される場合があります。

この適用を受けるには、申請が必要となりますので、まずは担当課へご連絡ください。



要件

保育所などを利用し、市町村民税の賦課期日が属する年の前年の12月31日現在と申請日現在において、次の(1)~(3)のいずれかに該当する方

- (1) 婚姻によらないで母となり、現在婚姻(事実婚を含む)をしていない方のうち、扶養親族または生計を一にする子を有する方【寡婦控除】
- (2) 上記①に該当し、合計所得金額が500万円以下である方【特別寡婦控除】
- (3) 婚姻によらないで父となり、現在婚姻(事実婚を含む)をしていない方のうち、生計を一にする子がおり、合計所得金額が500万円以下である方【寡夫控除】
※子とは、総所得金額などが38万円以下であり、他の人の控除対象配偶者や扶養親族となっていない方です。

申請に必要な書類

- ① 申請書
- ② 申請者・子の戸籍全部事項証明書(原本)
※必要に応じて、その他の書類(各種証明、申立書など)の提出を求められることがあります。

注意事項

- 寡婦(夫)控除のみなし適用を受けても、市町村民税の税額は変更ありません。また、保育料が変わらない場合があります。
- 次の場合は対象外です。
 - ・ 子が市町村民税の賦課期日が属する年の前年の12月31日以後に生まれた場合
 - ・ 税法上の寡婦(夫)控除を受けている場合
 - ・ 生活保護受給者、非課税の方

[問合せ] 子育て健康課 子ども支援係
☎44-1111 (内線1151・1152)

地域の健康づくり活動を支援します

市では、それぞれの特性を生かした健康づくり活動を行う町会と市内事業所に補助金を助成しています。

補助対象 各町会と市内の事業所が行う健康づくりに関する次の活動で、参加人数10人以上のもの。

- ▷ 健康診断などの受診率の向上を目的とする活動
- ▷ 食生活に関する意識の向上を目的とする活動
- ▷ 運動習慣の定着を目的とする活動

補助金額

対象経費の支出合計額(1団体につき上限10万円)

募集期間 10月31日(水)

※新規・継続を問わず先着順となります。

[申込み・問合せ] 子育て健康課 健康推進係
☎44-1111 (内線1146)

平成30年度

防災気象講演会を開催します

防災知識の普及と、気象台が発表する防災気象情報への理解・活用を進めていただくことを目的として、市民の皆さまと防災関係者を対象に、防災気象講演会を開催します。

近年、豪雨や台風、地震、火山噴火などの自然災害が多発しています。災害から命と地域を守るために、防災気象情報をもっと活用するにはどうしたらよいか。地震や火山噴火のリスクに対して、どのように備えたらよいか。本講演会では、自然災害による被害の防止・軽減を図れるよう解説します。お気軽にお越しください。

日時 11月2日(金) 13時30分~16時(開場13時~)
※入場無料、予約不要

場所 生涯学習センター(尾上総合支所) 2階・多目的ホール

演題・講師

「今年の気象災害から学ぶ最新の気象情報活用について」
青森県気象予報士会 副会長 藤田淳氏
「津軽における地震・火山災害と防災」
弘前大学大学院 理工学研究所 教授 小菅正裕氏

[問合せ] 総務課 消防防災係 ☎44-1111 (内線1354)、
青森地方気象台 ☎017-741-7413
気象台 URL <https://www.jma-net.go.jp/aomori/>



シルバー人材センター新入会員大募集!

シルバー人材センターは、地域の日常生活に密着した就業機会を提供することにより、高齢者の「居場所」と「出番」をつくり、「生涯現役社会」を実現するため、その受け皿としての役割を担っており、高齢者の生きがいの充実や社会参加の促進、地域社会の活性化に寄与することを目的として活動しています。

平川市シルバー人材センターでは、市内に在住の健康で働く意欲と能力のある60歳以上の方を対象に会員を随時

募集しております。毎月説明会を開催しておりますので、興味のある方はぜひセンターを訪ねてください。

- 日時 毎月第3水曜日10時から
- 場所 平賀農村環境改善センター
- 入会に必要なもの
ゆうちょ銀行口座、認印、
年会費(3,000円)、
互助会費(500円)



[問合せ] 公益社団法人 平川市シルバー人材センター ☎44-7318

秋の火災予防運動

平成30年度統一標語

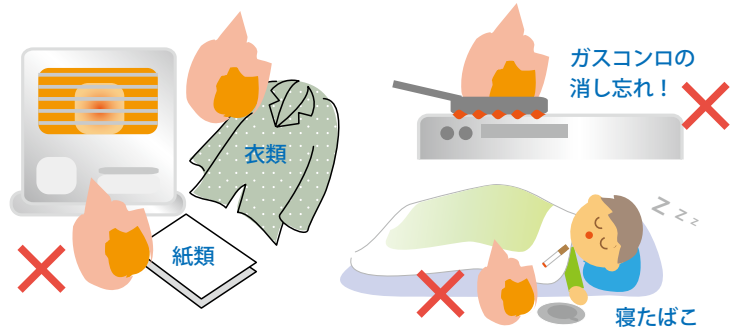
『忘れてない？サイフにスマホに火の確認』

10月15日(月)から21日(日)までの1週間、県下一斉に「秋の火災予防運動」が実施されます。この季節は日増しに寒くなり、火を取り扱う機会が多くなります。暖房器具の点検はお済みですか？ちょっとした油断や火の取り扱いの不注意が火災の原因になることがあります。

住宅用火災警報器はもう取り付けましたか？ 尊い命や貴重な財産を失うことのないよう、もしもの時に備え、まだ取り付けしていない人は早めの設置をお願いします。また、家族みんなで避難方法や消火器の位置などをもう一度確認し、次の「住宅防火いのちを守る 7つのポイント」を実行し、自分の家は自分で守るよう心掛けてください。

3つの習慣

- ① 寝たばこは絶対やめる
- ② ストープは燃えやすいものから離れた位置で使用する
- ③ ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す



4つの対策

- ① 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する
- ② 寝具や衣類、カーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する
- ③ 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する
- ④ お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる

[問合せ] 弘前消防本部予防課 ☎32-5104
または、最寄りの消防署、分署へ



平川市消防団が青森県消防操法大会に出場しました



長期間にわたる練習から、当日の大会まで、おつかれさまでした！

第30回青森県消防操法大会が8月25日に青森県消防学校で行われ、平川市消防団からは尾上地域東地区を管轄する第4方面隊(第11分団、第13分団、第16分団)の選抜隊が出場しました。

本大会では、県内8地区からそれぞれの代表消防団が出場して練習の成果を披露し、平川市消防団は8消防団のうち、第4位となりました。

[問合せ] 総務課 消防防災係
☎44-1111 (内線1352・1354)

高速道路で二輪車の死傷事故多発！！

東北管内の高速道路において、二輪車の死傷事故が多発しています。県内においても8月18日11時頃、大型バイクが中央分離帯に衝突して1人の方が亡くなりました。ライダーの皆さまは、プロテクターなどを着用し、安全速度を守って楽しいツーリングにしましょう！

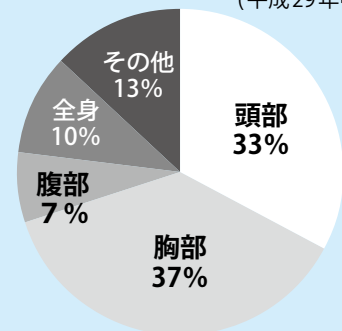
check!



頭部への損傷が多いことからヘルメットをかぶるのももちろんですが、胸部や腹部の損傷が多いことも二輪車事故の特徴です。プロテクターを着用していれば、命が助かった可能性もあります。自分の身を守るため、プロテクターやエアバックジャケットを着用しましょう！

二輪車死者の負傷主部位

(平成29年中)



[問合せ] 東日本高速道路(株)青森管理事務所
☎017-782-1431

平成30年度

全国学力・学習 状況調査の結果

今年度も、本市全13校において、小学校6年生と中学校3年生を対象に、調査が行われましたので、結果をお知らせします。

<実施日>

平成30年4月17日(火)

DATE ! /

<実施学年・人数>

小学校6年生 市内9校 267人
中学校3年生 市内4校 256人



<調査の内容>

I. 教科に関する調査

- ①国語A、算数・数学A(主として「知識」に関する問題)
- ②国語B、算数・数学B(主として「活用」に関する問題)
- ③理科

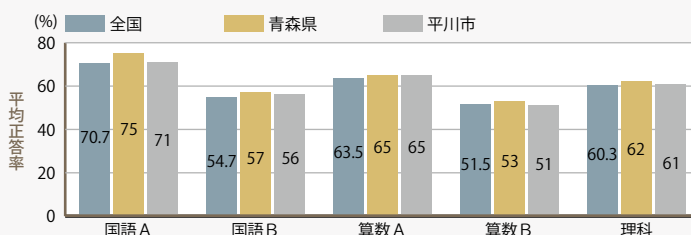
II. 生活習慣や学習環境等に関する質問紙調査

調査結果 I

▶教科に関する調査結果

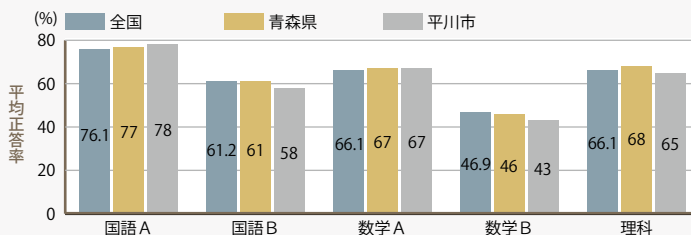
小学校6年生

算数B以外は全国平均を上回る結果となりました。算数Aは全国平均より1ポイント以上良く、基礎的な学力の定着が見られましたが、活用する力をつける必要があります。



中学3年生

国語Aと数学Aが県と同等か上回る正答率となり、全国平均も上回りました。基礎的な学力の定着が見られましたが、小学校同様に活用する力をつける必要があります。



調査結果 II

▶「生活習慣」や「学習環境」に関する質問紙調査結果

質問紙による結果を、前回掲載した平成29年の傾向【()で示しています】と比較しながら見ていきます。

■夢を持っているとする小学生は81%(91%)と、全国の85%より低く、中学生は77%(76%)と全国の72%より高い値になりました。

■30分以上読書していると回答した小学生は39%(38%)で全国平均の41%よりも低くなっています。また、中学生は36%(36%)で、全国平均31%よりも高くなっています。



■家庭学習が2時間未満とする小学生は84%(84%)と全国平均71%と比べ、学習時間は少ない傾向になっています。また、中学生は88%(85%)で、全国平均64%と比べ、学習時間はかなり少なく、家庭学習の充実が急務です。



青森県の状況

小学校

県の全国順位は、国語Aが4位、算数Aが10位、国語Bが9位、算数Bが8位、理科が8位と、前回より低迷しました。

中学校

県の全国順位は、国語Aが6位、算数Aが13位、国語Bが16位、数学Bが23位、理科が9位と、前回より低迷しました。

[問合せ] 教育委員会 指導課 ☎44-1111 (内線2292・2293)

尾上図書館 休館日の お知らせ

尾上図書館では「特別蔵書点検」を行うため、次の期間は休館となります。市民の皆さまにはご不便をおかけしますがご理解とご協力をおねがいします。

▶期間 11月13日(火)～11月18日(日)

※「特別蔵書点検」とは、不明資料の確認、配架位置の是正、破損資料の抽出・修繕などを行うものです。

[問合せ] 尾上図書館 ☎57-5980



「津軽」の話題満載！

連合だより

※津軽広域連合は、弘前市・黒石市・平川市・藤崎町・板柳町・大鰐町・田舎館村・西目屋村の8市町村により、要介護認定審査・障害支援区分判定審査の他、各種ソフト事業などのさまざまな事務事業を共同で実施する特別地方公共団体です。

大鰐温泉もやしフェスタ

大鰐町



江戸時代から約400年の歴史ある幻の伝承野菜「大鰐温泉もやし」。その希少価値の高い「もやし」にスポットをあてた「大鰐温泉もやしフェスタ」を今年も開催いたします。

イベント期間中は「大鰐温泉もやし」を先着200名様への限定販売をするほか、みそ味の「もやし汁」と塩味の「もやしスープ」の販売。町内各所に用意されたクイズに挑戦する「まち歩きクイズラリー」、正解すると先着100名様に町内の食堂で使える「大鰐温泉もやしラーメン無料券」をプレゼント！「ワニジンを作ってみよう！」（ワニのかぶりもの作り）など盛りだくさん！ご家族みんなで大鰐町を楽しみましょう！！

- 日時／11月24日(土)、25日(日) 10時～16時 (予定)
- 場所／鰐 come 中庭 (主会場) ほか
- [問合せ]大鰐温泉もやし増産推進委員会事務局 ☎88-6690

町民力の結集！第6回ふじさき秋まつり

藤崎町



藤崎町の二大特産品である「りんご」と「米」の収穫感謝祭、「ふじさき秋まつり」を開催します！

りんご「ふじ」発祥の地である藤崎町産の「ふじ」を使った直径2mの「ジャンボアップルパイ」と、青森県初の特A米「青天の霹靂」を使った高さ2mの「ジャンボおにぎり」を無料で振る舞います。特産のりんごとにんにくのPRや販売をはじめ、地元農産物の直売や軽食などのお店も多数出店。文化芸能発表のほか、特別ゲストを迎えて「健康づくりフォーラム」も開催します。

楽しいイベントが満載ですので、ご家族そろってのご来場をお待ちしています！

- 日時／11月17日(土)、18日(日) 9時30分～15時 (予定)
- 場所／スポーツプラザ藤崎ほか
- [問合せ]ふじさき秋まつり実行委員会事務局 (藤崎町企画財政課) ☎88-8258

市町村イベントカレンダー - IVENT CALENDAR -

いろいろなイベントに出掛けよう！

とき	イベント名	内容 / 問合せ
10月	11月中旬まで	大鰐観光りんご園 大鰐町内のりんご園で、「もぎたてのりんご」にかぶりついてみませんか？ ●山田薫園 080-5572-8244 ●山田梅雄園090-2028-5947 } 各りんご園に直接お問合せください。 ●原子一行園090-8922-6203 ●山田敏彦園090-2026-0666 } 東北の小嵐山と称される中野もみじ山。桟敷席にて弁当(有料、事前予約)も楽しめます。9:00～16:00 臨時観光案内所開設 ●黒石市観光課 ☎52-2111 (内線647) 期間中は灯ろう等でのライトアップや11月3日にはキャンドルナイトも開催。 ●黒石市観光課 ☎52-2111 (内線647)
	10/13～11/4	中野もみじ山(紅葉)
	10/13～11/4	中野もみじ山(ライトアップ)
	10/19～11/4	金平成園一般公開
	10/19～11/11	弘前城菊と紅葉まつり
	10/20～10/21	全国伝統こけし工人フェスティバル
	10/20～10/21	白神山地ビジターセンターふれあいデー
	10/26～10/28	津軽の食と産業まつり(弘前市)
11月	11/17～11/18	黒石りんごまつり りんごの即売会やふるさと物産展のほか、田中けいと歌謡ショーなど多数のイベントが開催されます。●同実行委員会事務局(黒石市観光課) ☎52-2111 (内線647)
	11/17～11/18	収穫感謝祭&シクラメン市 シクラメンなど約5,000鉢の花々を展示販売！その他たくさんのイベントが目白押しです。●田舎館村企画観光課 ☎58-2111
	11/18	第48回西目屋村村民文化祭 村民による芸能発表や作品展、各種体験コーナーも開催されます。●西目屋村教育委員会 ☎85-2858
	11/23	食&農フェスタ2018 板柳町産のりんごやお米など、良質な農産物を堪能できる催しが盛りだくさん！●板柳町産業振興課 ☎73-2111
	11/23	アップルフェア in 鰐 come 大鰐農家による農産物の販売、その他アトラクションを用意してお待ちしております。●同実行委員会事務局(JAつがる弘前大鰐購買センター) ☎48-3164
	11月下旬～2月上旬	平川市イルミネーションプロムナード 平賀駅前をイルミネーションでライトアップ。駅前広場には台湾の提灯も設置します。●平川市商工観光課 ☎44-1111
	12/1～12/2	第45回町民祭 町民の活動や成果を披露。農産物などの即売会や各種体験コーナーもあります。●板柳町総務課 ☎73-2111
12/1～1/6	りんごの里イルミネーション2018 巨大イルミネーションアーチやモニュメントが夜空を照らす幻想的な世界を演出します。●板柳町企画財政課 ☎73-2111	

1 津軽ひらかわ にぐFESTIVAL 2018

9月15日に「津軽おのえ温泉 福家」を会場として、音楽と焼き肉を楽しむイベント「津軽ひらかわにぐFESTIVAL2018」が開催されました。小さな子ども連れの家族や、ご年配の夫婦、気の合う仲間同士など、200人を超える参加者が笑顔でコンロを囲み、思い思いに音楽を楽しみながら、美味しい焼き肉を味わって、大いに盛り上がっていました。



2 ひらかわフェスタ 2018

9月8・9日、ひらかドームで「ひらかわフェスタ2018」が開催され、市内の企業・団体、友好親善交流盟約を結ぶ鹿児島県南九州市など約40のブースが出店し、新鮮な野菜、加工品などを買い求める大勢の客で賑わいました。津軽の桃の販売には長蛇の列ができたほか、地産地消カレーの販売やラーメンの食べ比べができる「麺道」なども人気を集めました。また、戦隊ショー、アイドルユニット「りんご娘」によるステージイベントが行われ、会場は大いに盛り上がりました。

3 ひらかわ ミュージックフェスティバル

9月23日、平川市中央公園で初の開催となる「ひらかわミュージックフェスティバル」が同実行委員会主催により行われました。

当日は市内外のバンド11組が熱演を繰り広げた他、同時開催の「ぷらすマルシェ」では、多数の飲食店ブースやクラフト出店があり、会場はにぎわいをみせました。





4

猿賀神社奉納 県下獅子踊大会

9月23日、「十五夜大祭」の初日を飾る行事として、猿賀神社境内で「第75回猿賀神社奉納県下獅子踊大会」が開催されました。

大会には平川市の他、青森市、五所川原市など津軽地域から29組が参加。多くの観客が見守る中、笛や太鼓のお囃子に合わせて猿の面を被った可笑児（オカシコ）や、獅子頭を被った踊り手が勇壮な獅子踊を披露しました。



5

あおもり10市大祭典 in AOMORI

「あおもり10市大祭典inAOMORI」が9月22日・23日に青森市で開催されました。今年は、ひらかわねぶた連絡協議会の皆様にもパレードに参加いただき、23日のステージイベントには平川女子囃子組が出演しました。



市内の話題Plus ぶらす

『花壇コンクール』 審査結果！

平成30年度の花壇コンクールは22団体の参加があり、8月21日に審査をした結果、次のようになりました。

◎ 最優秀賞：新屋町環境保全会（右写真）

- 優秀賞：石郷町会、向陽自治公民館、原田町会
- 奨励賞：平田森自治公民館、館田婦人会、平賀東中学校、日沼地域共同活動組織、新館女性部、すみれ会、町居自治公民館、光城町会婦人部、日沼高砂クラブ、ライフネットだいこうじ、荒田自治公民館、みなみの町会、杉館福祉会、館田白寿会、沖館自治公民館、三町会子ども会、大坊自治公民館、館山・松崎町会

※表彰式は、2月に開催のコミュニティ講座で行う予定です。

[問合せ] 平賀公民館（文化センター内） ☎44-1221



平川市インディアカ協会

毎週水曜日と金曜日、19時30分から21時まで柏木小学校体育館で練習しています。会員は30代から60代と幅広く、技術レベルも初心者から中級、上級者まで様々です。年齢やレベルに応じ楽しく、激しく、厳しく練習し、各種大会での上位入賞を目指しています。

インディアカを体験してみたい方をお待ちしております。

[問合せ] 会長 三浦 稔 080-2819-5668
 事務局長 後藤 巧 090-7528-3750
 柏木クラブ代表 仙台 季子 090-6227-7216



碓ヶ関フォークダンス協会

碓ヶ関フォークダンス教室は初代会長の山口絹子さん他、現在は先生を含め9人の会員で活動しており、講師の石戸谷先生、大塚先生（共に弘前市在住）にご指導いただいております。

今年も6月2日にホテルニューキャッスルで開催された、「サマーフォークダンスパーティー」に参加し、フォークダンス仲間と交流を深め、日頃の練習の成果を発表しました。フォークダンスの複雑なステップは脳トレーニングにもなります。ぜひ、興味のある方は覗いてみませんか。お待ちしております。

- ▶練習場所 碓ヶ関総合支所 2階
- ▶練習時間 14時～16時
- ▶練習日 月3回（日程はご確認ください）



[問合せ] 会長 佐藤 栄子 ☎45-2952

平川市観光協会のロゴマーク大募集中!

現在、市観光協会ではロゴマークを募集しています。平川市の観光PRに繋がるような、市観光協会のシンボルとなるような、地域の方々に親しみを持ってもらえるような、そんなマークを募集しています。

プロ・アマ・居住地・年齢問わず、誰でも応募可能です！市観光協会HPに掲示の注意事項をよく読み、同意の上ご応募ください。たくさんの応募お待ちしております！

- ▶募集締切 10月31日(水) ※当日消印有効
- ▶募集要項 ①注意事項などは市観光協会ホームページに掲載しています。
 ②応募用紙はホームページからダウンロードできます。

▶採用点数 1作品 ▶賞金 5万円
 [問合せ] (一社)平川市観光協会 ☎40-2231 FAX 40-2232
 Mail hikankou@jomon.ne.jp URL <https://www.hirakawa-kankou.com/index.html>

(一社)平川市観光協会
 オリジナルグッズ
ロゴ・マーク
大募集 詳しくは 平川市観光協会

採用作品 賞金5万円

募集期間 平成30年9月10日(月)～平成30年10月31日(水)締切

応募資格 ・平川市の魅力をアピールできるロゴ・マークをデザインしていただく。
 ・プロ、アマ問わず個人やグループ、法人どなたでも応募できます。(平川市民でなくてもOK)
 ・1人(団体)から複数のデザインの応募も可能です。

応募方法 平川市観光協会ホームページをご覧ください。
 本人に直接通知するとともに、報道機関、平川市観光協会ホームページ、SNS等で公表します。

主催 一般社団法人平川市観光協会
 問合せ先 TEL:0178-40-2231 (平日9時～17時)
 hikankou@jomon.ne.jp

食育通信

減塩ライフのすすめ!

塩 分のとりすぎは血圧を上げ、脳卒中や心臓病など重大な病気の引き金になります。



日本人の1日の塩分摂取目標量は、男性8g未満、女性7g未満、高血圧の予防・治療には6g未満が望ましいとされています。一方で、県民の平均塩分摂取量は、男性11.3g、女性9.7gと高い数値となっています(平成28年度 県民健康栄養調査より)。

長 く健康を維持するためには、病気でなくても、毎日の食生活を見直すことが大切です。市では、今年度から減塩普及事業に取り組んでおり、汁物の塩分濃度を測定できる『塩分計』の貸出を行っていますので、一度、ご家庭の味を測定してみませんか？

【塩分計の貸出場所】

- 健康センター
- 尾上総合支所
- 碓ヶ関総合支所
- 葛川支所

塩分を細かくチェック!

[問合せ] 子育て健康課 健康推進係 ☎44-1111 (内線1146)

相談

●特設行政相談所を開設します

10月15日から21日は『行政相談週間』です。

市では、26日に『特設行政相談所』を開設いたします。

市民の皆さまが、毎日の暮らしの中で、行政の仕事(道路・河川、年金、医療保険、老人福祉、登記、労働基準、雇用保険、自動車検査・登録、窓口サービスなど)について、苦情や意見・要望などがあるときには、お気軽にご相談ください。

なお、相談は無料で、秘密は厳守します。

▶日時 10月26日(金)

▶場所 平賀地域 健康センター相談室

尾上地域 尾上総合支所会議室

碓ヶ関地域 碓ヶ関地域福祉センター談話室

▶相談担当 行政相談員 古川鉄美(平賀地域)

〃 葛西光雄(尾上地域)

〃 葛原信一(碓ヶ関地域)

▶問合せ 市民課 市民係

青森行政監視行政相談センター ☎0570-090110

●定例労働相談会を開催します

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、青森県労働委員会が相談に応じます。

▶場所 青森県労働委員会

(青森市長島二丁目1-5 みどりやビル7階)

▶日時

▷10月28日(日)、11月18日(日)、12月16日(日)

10時30分～12時30分

▷11月13日(火)、12月4日(火)

13時30分～15時30分

▶対象 県内の労働者、事業主

▶相談料 無料

▶問合せ 青森県労働委員会事務局 ☎017-734-9832

また、労働問題については下記でも電話で相談可能です。

▶相談窓口 あおもり労働相談ダイヤル ☎0120-610-782

▶受付時間 8時30分～17時15分(土日祝、年末年始を除く)

●女性のための困りごと相談をご利用ください

弘前人権擁護委員協議会では、女性の人権ホットライン強調週間(11月12日～18日)を充実発展させるために、特設相談所を開設します。

相談は無料なので、お気軽にお越しください。

▶日時 11月12日(月)9時～15時

▶場所 青森地方務局弘前支局2階(弘前市早稲田3丁目)

▶問合せ 青森地方務局弘前支局 ☎26-1150



募集

●市営住宅の入居者を募集します

▶団地名 西の平団地 ▶所在地 平川市苗生松下東田41番地2

▶募集戸数 2戸(3階:1戸、4階:1戸) 間取り3DK

※エレベーターはありません。

▶申込資格

○現に住宅に困窮していることが明らかな方(持ち家がないこと)

○現に同居し、または同居しようとする親族がいる方

○単身入居は60才以上の方

○世帯の合計所得が月額158,000円以下の方

※高齢者、障がい者、子育て世帯(未就学児童がいる世帯)は214,000円以下

○入居者または同居しようとする親族が暴力団員でない方

○住民税を滞納されていない方

※ペットを飼う事はできません。

▶使用料(家賃)

世帯の合計所得の月額に応じて決定されます(15,600円～32,600円程度)。

※使用料とは別に共益費などが必要です。

▶提出書類

○市営住宅入居申込書

○住民票(入居予定者全員分、本籍が記載されているもの)

○所得課税証明書

(平成30年度分、高校生以下を除く全員分)

○納税証明書(平成29～30年度分、課税されている方全員分)

○住宅の困窮事情報告書

○誓約書

○連帯保証人誓約書

○障がい者の場合は、障害者手帳の写し

○アパートに住んでいる場合はアパートの契約書の写し

○その他申込者の状況により、必要と思われる書類

※市営住宅入居申込書にマイナンバーを記載することで、住民票と所得課税証明書の提出が不要となります。その際は、入居予定者全員分のマイナンバーが確認できるものと窓口に来た方の本人確認書類(運転免許証など)を併せてご提出ください。

▶申込期間 10月15日(月)～11月16日(金)

※土・日曜日、祝日を除きます。

▶受付時間 8時15分～17時まで

▶入居の決定 「平川市営住宅入居者選考委員会」の意見を聞き、市長が決定します。

▶入居予定時期 平成30年12月下旬

※状況により変更することがあります。

▶入居決定後の手続き

▷敷金・・・使用料の3ヶ月分を入居前に納入していただきます。

▷連帯保証人・・・市内に居住し、独立の生計を営み、かつ、入居申込者と同程度以上の収入を有する方2人が必要になります。

※申し込みは窓口でのみ受け付けします。

※申込書類は市のホームページまたは施設建築課窓口で入手できます。

※詳しくは、ホームページをご覧になるか、施設建築課までお問い合わせください。

▶申込み・問合せ 施設建築課 施設建築第1係(尾上総合支所2階)

●「生活習慣病予防のための料理教室」参加者を募集します

▶日時 11月26日(月) 9時30分～13時

▶場所 健康センター

▶対象 健康づくりに関心のある方

▶内容 市管理栄養士による講話・食生活改善推進員による料理教室

▶定員 30人(先着順) ※受講は無料

▶持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具

▶申込期限 11月16日(金)

▶申込み・問合せ 子育て健康課 健康推進係



●「スッキリなからだをめざす講座」参加者を募集します

専門スタッフによる運動講座です。体育館とプールのコースがあり、3か月間（週1回で合計12回）のプログラムとなっています。

▶**対象者** おおむね35歳～65歳くらいまでの市民。治療中の方は主治医の許可が必要です。

▶**各コース開催日時**

<体育館コース（平賀体育館）>

12月3日～2月25日の月曜日に開催

▷日中コース 10時～11時

▷夜間コース 18時30分～19時30分

<プールコース（平賀屋内温水プール）>

▷日中コース

12月6日～2月28日の木曜日に開催、12時～13時

▷夜間コース

12月1日～2月23日の土曜日に開催、19時30分～20時30分

▶**各コース共通の事前説明会** 11月19日（月）18時30分～

▶**定員** 各コース10名程度（先着順。参加経験者でも構いません。）

▶**申込期限** 11月13日（火）

▶**費用** 無料（施設利用料として1回あたり体育館100円、プール310円自己負担あり。）

▶**申込み・問合せ** 平賀屋内温水プール ☎43-0665



●平川市スポーツ推進委員 軽スポーツ体験教室

▶**日時、種目**

11月25日（日） フライングディスク、ピンボール

1月13日（日） ユニカール、バウンドテニス

2月17日（日） ラージボール卓球、バタンク

3月10日（日） ターゲットボードゴルフ、カローリング

▶**受付時間** 9時30分～10時

▶**体験実施時間** 10時～12時

▶**場所** 平賀体育館

▶**参加資格** 平川市在住の方

▶**定員** 各回30名（先着順）

▶**申込方法**

ひらかドームに備えてある申込書または市ホームページよりダウンロードし、記入の上、ひらかドームまでお申し込みください。

▶**申込期限** 11月15日（木）

▶**申込み・問合せ** ひらかドーム ☎43-0660



催し

●陸上自衛隊第9音楽隊 ふれあいコンサートを開催します

北東北3県を活動地域として演奏を実施する陸上自衛隊第9音楽隊が「ふれあいコンサート」を開催します。

▶**日時** 11月23日（金）開場17時 開演18時

▶**場所** 文化センター

▶**入場料** 無料 ※整理券が必要です。

▶**整理券** 11月13日（火）から次の場所で配付します。

▷文化センター（8時15分～17時 ※月曜日を除く）

▷市民課（平日8時15分～17時）

▷尾上・碓ヶ関総合支所市民生活課（平日8時15分～17時）

※お一人様3枚までとします。

※無くなり次第終了となります。

※幼児の入場はご遠慮ください。

▶**問合せ** 市民課 市民係



お知らせ

●住生活総合調査にご協力ください

12月1日、全国で住生活総合調査が行われます。

住生活の安定・向上に係る総合的な施策を推進する上で必要となる調査ですので、ご協力をお願いいたします。



▶**調査対象** 10月1日に実施された住宅・土地統計調査に回答いただいた世帯の中から抽出された世帯

▶**調査方法** 調査の対象となる世帯には、11月下旬からポストインクにより調査票を配布し、郵送・オンラインにより回収します。

▶**問合せ** 施設建築課 施設建築第1係

●ダムの伐木差し上げます

浅瀬石川ダムは、伐木を希望者に差し上げます。積み込み作業はダム管理支所で行います。詳しくはホームページをご覧ください。

▶**申込期間** 10月16日（火）～19日（金）9時～16時

▶**受取日** 10月26日（金）予定

▶**問合せ** 浅瀬石川ダム管理支所 ☎54-8782

●農業用軽油引取税免税証の交付申請をお願いします

平成31年に使用する農業用軽油引取税免税証の交付申請を次のとおり受け付けします。

申請書などの用紙は、中南地域県民局県税部と農協各支店に用意してあります。申請が遅れると免税証の交付も遅れることとなりますので、受付期間を必ず守り、必要書類を添えて申請してください。なお、必要書類についてはお問い合わせください。

▶**受付期間** 11月5日（月）～30日（金）

▶**問合せ・受付場所**

中南地域県民局 県税部

弘前合同庁舎 本館2階（弘前市蔵主町4）

☎32-1131（内線228・378）

●不正軽油は犯罪です！

不正軽油とは、脱税を目的として、軽油に重油や灯油を混ぜ、軽油と偽って販売されているものです。

不正軽油の製造、販売はもちろん、使用した人も10年以下の懲役、1,000万円以下の罰金が課されるなど、重い罰則が適用されます。

不正軽油の撲滅にご協力をお願いします。

▶**問合せ**

中南地域県民局 県税部 ☎32-1131（内線228・378）



●11月9日は「119番の日」

総務省消防庁では、毎年11月9日を「119番の日」と定め、119番通報についての正しい知識と理解を深めてもらうとともに、防災意識の高揚を図っています。

火災や急病、けがや交通事故など目の前で災害が突然発生した場合は、誰でも気が動転し、興奮した状態になりがちです。一刻を争うときでも、「慌



国民年金通信

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が発行されます

～年末調整・確定申告までに大切に保管を～

納めた国民年金保険料は所得税と住民税の申告で全額が社会保険料控除の対象となります。

控除の対象となるのは、平成30年1月から12月までに納められた保険料で、配偶者や子の国民年金保険料を支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに、領収書など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。日本年金機構から11月上旬に「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が送付されますので、申告などの際ご利用ください。なお、平成30年10月2日以降に今年はじめて国民年金保険料を納付された方へは、平成31年2月上旬に送付される予定です。



年金相談は、事前予約が便利です

弘前年金事務所での年金相談やお手続きの際、事前にご予約いただくと、相談内容にあったスタッフが事前に準備しているなど、スムーズに相談ができてとても便利です。

予約相談の申込みは、月曜日から金曜日の8時30分から17時15分までの時間内に、予約受付専用電話0570-05-4890へお電話ください。予約は相談希望日の1か月前から前日まで受け付けております。

<予約相談の実施時間帯>

月曜日	8時30分～18時
火～金曜日	8時30分～16時
毎月第2土曜日	9時30分～15時

事前予約を利用して
みてね!



◎詳しくは弘前年金事務所または国保年金課年金係にお問い合わせください。

[問合せ] 弘前年金事務所 ☎27-1339、 国保年金課 年金係 ☎44-1111 (内線1255・1256)

です・落ち着いた・正確に」119番通報できるように、防災訓練の際には、通報訓練を積極的に行い、通報の仕方を身につけましょう。

「119番は緊急通報専用」の電話です。災害などの問い合わせや、夜間・休日の救急病院の問い合わせなどについては、下記へお問い合わせください。

○火災など災害のお問い合わせ（災害情報テレホンガイド）

☎0180-991-995

※一部の携帯電話、PHSなど利用できない電話があります。

○夜間、休日の救急医療情報（医療機関紹介） ☎32-3999

▶問合せ 弘前消防本部 通信指令課 ☎32-5101

●45歳以上の就活をサポートする「再就職支援セミナー」を開催します

▶セミナー内容

「採用されるための就職活動のポイント」～応募書類・面接～

▶参加料 無料 ※先着10人

▶時間 13時30分～15時30分

※セミナー終了後、16時～17時まで希望者個別相談を実施します。

▶会場・開催日

▷青森市 11月15日(木) アピオあおもり1階 保健指導室

▷八戸市 11月16日(金) ユートリー4階 デザイン室

▷弘前市 11月12日(月) 弘前文化センター2階 第一会議室

▶申込み・問合せ

ネクストキャリアセンターあおもり～あおもり中高年就職支援センター～（青森市長島2丁目10-4 ヤマウビル8階）

☎017-723-6350

e-mail chuukounen@ims-hirosaki.com



●東京津軽平川会は会員を募集しています

「1年に1回くらいは津軽弁で酒が飲みたいものだ！」を合言葉に、食事会などの行事を年に数回実施するなど、関東地方在住の70人ほどの会員が親睦を深めています。随時会員を募集していますので、ぜひ、わたしたちの故郷「平川市」について一緒に語り合しましょう。

▶問合せ 事務局 相馬憲章 ☎090-9803-1920



内科・消化器内科

花田医院

平川市尾上栄松286 TEL:0172-57-3528

日本内科学会 総合内科専門医
日本消化器内視鏡学会 消化器内視鏡専門医 院長 花田 直之

当院では、日本人に多い胃腸のがんの早期発見のため、胃・大腸内視鏡検査を行っています。

有料広告



検診のおしらせ

[問合せ] 子育て健康課 健康推進係

婦人科検診

<検診項目>

- ・子宮頸がん検診 (20歳以上の女性)
- ・乳がん検診 (40歳以上の女性)

※平成31年3月31日までに20歳、40歳になる方も対象です。

個別

- ・子宮頸がん検診 内容: 内診など
- ・乳がん検診 内容: マンモグラフィ(乳房X線写真)

指定医療機関で受診できます。
受診するには「平川市がん検診対象者証明書」またはクーポン券が必要です。

※市の子宮頸がん・乳がん検診は2年に1回無料で受診できます。
※がん検診対象者証明書の入手方法についてはお問い合わせください。



母子のおしらせ

[問合せ] 子育て世代包括支援センター (子育て健康課内)
▷母子保健係、子育て世代包括支援係

子育て世代包括支援センター

妊娠期から子育て期まで、子育て世代の身近な相談窓口として、子どもを産み育てることを楽しいと実感できるようお手伝いします。

すくすく広場

対象/妊娠中、子育て中の方など
場所/健康センター
日時/11月15日(木) <要予約> ※前日締切。

- ①10:00 ~ 11:30 体重測定、育児相談など
- ②10:30 ~ 11:00 親子遊び
- ③11:00 ~ 11:30 離乳食のお話と試食
※お好きな時間においでください。

持ち物/□母子健康手帳 □筆記用具 □バスタオル
□小皿、スプーン (離乳食を試食する方)



母乳ケア

対象/妊産婦の方
日時/11月6日(火)・11月20日(火)
①10:00 ②11:00 ③13:00 ④14:00
<要予約> ※各日・前日締切。

場所/健康センター

1回
500円

持ち物/□母子健康手帳 □フェイスタオル3枚
(使用済のタオルを入れる袋もご用意ください)

乳幼児健康診査

種別	対象	実施日	受付時間
4か月児健診	平成30年7月生まれ	11月27日(火)	12:20 ~ 12:40
1歳児健診	平成29年11月生まれ	11月14日(水)	12:10 ~ 12:30
1歳6か月児健診	平成29年4月生まれ	11月28日(水)	12:20 ~ 12:40
3歳児健診	平成27年4月生まれ	11月9日(金)	11:50 ~ 12:20

場所/健康センター
持ち物/□母子健康手帳
□バスタオル
□健康診査問診票
□尿(3歳児のみ)

※伝染性疾患または熱のある方は日程を変更いたしますのでご連絡ください。
※3歳児健診は3歳6か月~7か月児が対象となります。 ※各健診対象者には個別に通知します。健診は無料です。



妊婦窓口相談
母子健康手帳の交付

母子健康手帳交付時に、保健師より妊娠中の過ごし方、妊婦健診などの説明や相談、助産師による面談を行っています。

場所/時間/持ち物	健康センター/8:15 ~ 17:00
□妊娠届出書(医療機関から発行)	
□妊婦連絡票(県内の医療機関を受診した方のみ)	
□保険証(国保の場合のみ)	
□個人番号カードまたは通知カードと本人確認書類(運転免許証など)	

※母子健康手帳は尾上・碓ヶ関総合支所でも交付していますが、妊婦窓口相談は健康センターのみとなりますので、可能な限り健康センターへお越しください。
※妊婦以外の方が来所される場合は、委任状が必要となりますので、ご連絡ください。



がん検診受診率 50%達成強化月間

毎年10月は、がん検診受診率達成に向けた全国集中強化月間です。

がん検診は、早期発見・早期治療を目的に毎年、無料で実施しております。
受診希望の方は、お問い合わせください。

[申込み・問合せ] 子育て健康課 健康推進係



介護予防教室 | 転倒予防を目的とした足腰の筋力アップのための体操教室に参加してみませんか。

場 所	実 施 日	時 間	申 込 先
特別養護老人ホーム緑青園	11月8日(木) 11月22日(木)	14:00～15:30	平賀在宅介護支援センター ☎44-6116
館田地区農業推進拠点施設	11月7日(水) 11月14日(水) 11月21日(水) 11月28日(水)	10:00～11:30	三笠在宅介護支援センター ☎44-8877
特別養護老人ホームさわやか園	11月3日(土) 11月17日(土)	13:00～15:00	在宅介護支援センターさわやか園 ☎43-5432
尾上地域福祉センター	11月13日(火) 11月27日(火)	10:30～12:00	尾上在宅介護支援センター ☎57-5351
碓ヶ関地域福祉センター	11月6日(火) 11月20日(火)	13:30～15:00	碓ヶ関在宅介護支援センター ☎45-2182

体カアップ運動教室 | 「体力・足腰の筋力アップ」「認知症予防」を目的とした初心者向けの楽しいプログラムです。各教室の定員はありませんので、参加してみませんか。

場 所	実 施 日	時 間	申 込 先
平賀体育館	11月13日(火) 11月20日(火) 11月27日(火)	14:00～15:00	平賀体育館 ☎ 44-5010
B&G尾上体育館	11月14日(水) 11月21日(水) 11月28日(水)	14:00～15:00	



相談・サロン・その他

●こころとからだの相談

「これって、うつ?」「眠れない」「お酒がやめられない」「ひどく落ち込む…」などの生活上の困りごとや福祉サービスの利用などについて、精神保健福祉士が相談に応じます。

日時 11月7日(水)、11月21日(水)
13時30分～15時30分

場所 健康センター相談室③
※当日のご相談も受け付けております。
(事前申し込み優先)

申込み・問合せ 福祉課 障がい支援係

●傾聴サロン

誰かとゆっくり話したい、悩みを聴いてほしい、自分のことを分かってほしいなど、あなたは誰かに聴いてほしいことはありませんか?

養成講座で研修を積んだ傾聴ボランティアが、あなたのお話をお聴きします。秘密は厳守します。どなたでもお越しください。

日時 11月7日(水)
13時～15時 ※時間内に随時

場所 健康センターふれあい交流室
問合せ 子育て健康課 健康推進係

●困りごと相談

最近食欲の低下やよく眠れない方、消費者金融からの借金にお悩みの方、親子関係でお悩みの方、振り込め詐欺や架空請求の被害でお困りの方など、司法書士、精神保健福祉士があらゆる相談に応じます。

日時 11月14日(水)、12月12日(水)
18時～19時20分

※1週間前までに要予約

場所 健康センター相談室③

申込み・問合せ 子育て健康課 健康推進係

●とんぼの会

精神疾患を抱える方のご家族が自由に話し合い、学習しながら交流を深められるよう、家族会を開催しておりますが、11月は都合によりお休みとなります。

12月は11日(火)10～12時に開催予定です。

問合せ 福祉課 障がい支援係



●弘前保健所からのお知らせ

弘前保健所では各種相談・検査を実施します。

▷ウイルス性肝炎検査

11月13日(火) 10:30～11:30

▷エイズ相談(即日検査・予約制)

※エイズ相談専用電話 ☎38-2389

11月7日(水) 13:00～14:00

11月21日(水) 17:30～18:30

▷女性健康相談

10月24日(水) 13:00～13:30

▷精神保健福祉相談(予約制)

11月8日(木)

13:00～14:00

相談・検査をお考えの方や詳細については弘前保健所までお問い合わせ、お申し込みください。

[申込み・問合せ]

弘前保健所 ☎33-8521

こんにちは赤ちゃん

柏木町	翔真くん	佐藤 慎二
高畑	依燈ちゃん	成田 義国
高畑	陽和ちゃん	赤平 佑介
原田	優里ちゃん	澤谷 甲太
本町	龍治くん	酒井 卓治
本町	和臣くん	對馬 皇太郎
本町	蒼斗くん	山下 大史
新館	汐那ちゃん	齋藤 奏恵
光城	湊くん	三浦 謙
尾上	條太郎くん	佐藤 隆二
尾上	しえるちゃん	成田 圭一
新山	百花ちゃん	笹尾 美幸

猿賀 兼平 亮
尾上 福士 真保奈

お悔やみ申し上げます

石郷	三浦 夕貴	24
柏木町	今井 康憲	70
柏木町	千葉 進	66
小和森	工藤 妙子	77
杉館	工藤 夕ケ	103
杉館	相馬 春市	84
館山	對馬 枉一	89
館山	對馬 正喜	78
松館	今井 孫一	86
本町	葛西 金造	92
本町	菊池 せつ	84
本町	北山 哲江	77
本町	櫛引 タマ	88
沖館	櫻庭 鉄男	77

沖館	山谷 秀紘	73
葛川	小林 カナ	96
広船	工藤 キンコ	91
広船	外川 俊雄	76
尾崎	長内 とみ	90
尾崎	中嶋 敬二	79
平田森	古川 サツキ	84
町居	白戸 勝美	85
町居	最上 ナヲ	92
金屋	佐藤 侑弥	9
尾上	清藤 ミチエ	84
猿賀	木村 サツ	86
中佐渡	小田桐 政光	88
中佐渡	菊池 夕ケ	90
新山	須郷 健市	84
碓ヶ関	工藤 春貞	84
古懸	佐々木 節子	95

結婚おめでとう

岩手県花巻市	菅原 智明
葛川	大谷 久留美
大坊	大湯 裕人
十和田市	田島 実久
金屋	佐藤 孔明
北海道釧路市	向山 沙織
弘前市	石田 恵大
李平	森山 美奈子

9月末現在の人口と世帯数 ※() は前月比。

■人口…31,487人(+7) ■男性…14,710人 ■女性…16,777人
■世帯数…11,935世帯(+13) ■転入…65人 ■転出…33人

9月の交通事故件数 ■交通事故…7件(負傷者9人、死者0人)

9月の出動件数 ■火災出動…0件 ■救急出動…56件
■救助出動…0件 ■その他…13件

寄附をいただきました

さるか荘大ホールにて「愛唱会ミロ20周年記念大会」が開催され、「社会福祉事業に役立てていただきたい」と、大会の収益の一部5万円が大会長から寄附されました。

9月9日 寄附贈呈式 愛唱会ミロ(外川鉄弥大会長)



税務課 収納係 本庁舎2階



◇10月の納期 納期限：10月31日(水)
◇夜間窓口 10月26日(金) 17時～19時
◇休日窓口 10月28日(日) 8時30分～17時

・市県民税/第3期
・国民健康保険税/第4期
・介護保険料/第4期
・後期高齢者医療保険料/第4期

10・11月のまちづくり懇談会の日程

皆さまがお住まいの地域に市長が出向き、意見を伺います。ぜひ、ご近所お誘いあわせの上ご来場ください。

- ◇蒲田・新山/10月19日(金) 新山地区担い手センター
- ◇小国/10月25日(木) 小国コミュニティセンター
- ◇切明・葛川・平六・温川・井戸沢・大木平・一本木 /11月1日(木) 克雪管理センター
- ◇石郷/11月15日(木) 石郷多目的研修集会施設
- ◇原田/11月22日(木) 原田農業研修センター

※開催時間は18時30分から20時までの予定です。
※都合により開催場所、開催日などが変更となる場合があります。

◆これまでのまちづくり懇談会の内容については、市役所本庁舎および尾上・碓ヶ関総合支所、葛川支所でご覧になることができるほか、市ホームページで公開しています。

[問合せ] 総務課 広報広聴係 ☎ 44-1111 (内線1353)

地球にやさしい 情報化社会 をめざして

since 1965

TEL 017-761-5303
FAX 017-761-5311

ACS 株式会社 青森電子計算センター
〒038-0031 青森市大字三内字丸山393番地270

有料広告

公益財団法人テクノエール協会

【認定補聴器専門店】

てんしょうどう 天賞堂

てんちゃん 補聴器センター

※聞こえのご相談、出張サービスも行っております。

弘前市代官町通り (紀伊屋敷前店さん横) TEL.0172-33-5016

有料広告

so CUTE!
HAPPY BIRTHDAY!
10月で1歳になる
我が家のアイドル

「我が家のアイドル」募集しています♪

1歳になる我が家のアイドルは、お子さんが満1歳になる保護者の皆様に案内をお出しし、その中で希望する方のお子さんのみ掲載しています。掲載をご希望される保護者の方は、案内に記載されている応募締切までにご応募していただくようにお願いします。



いちのへ ゆずき
 一戸 謙貴 くん
 H29年10月3日(新館)
 車と絵本が大好きです!



あおた ゆうすけ
 太田 悠介 くん
 H29年10月11日(沖館)
 1歳おめでとう!笑顔で元気に育ってね。



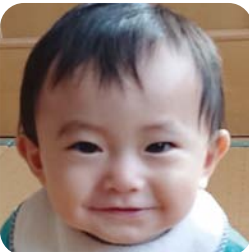
こばやし あうり
 小林 央湊 くん
 H29年10月16日(沖館)
 大好きな央湊♡思い出いっぱい作ろうね☆



なら しんのすけ
 奈良 信之介 くん
 H29年10月17日(町居)
 君の笑顔は日本一!



さいとう こうき
 齊藤 煌己 くん
 H29年10月18日(松崎)
 これからも愛嬌がある人気者でいてね



こがわ ゆいと
 古川 結翔 くん
 H29年10月27日(沖館)
 すくすく大きくなってね



きむら れんと
 木村 連杜 くん
 H29年10月27日(李平)
 我が家の元気印。みんなに笑顔をありがとう



きむら れい
 木村 麗 ちゃん
 H29年10月7日(日沼)
 1歳おめでとう!
 愛してるよ麗ちゃん♡



なかた ひうな
 中田 楓菜 ちゃん
 H29年10月9日(新館)
 笑顔が可愛い楓菜♡元気に育ってね。



くわた
 桑田 ひより ちゃん
 H29年10月27日(唐竹)
 食べてにっこり♡ぽっかぽかのこはるひより



はらた ゆうか
 原田 悠加 ちゃん
 H29年10月27日(唐竹)
 祝1歳♪いつも笑顔で健やかに育ってね♡

●市公式SNSを運営しています

市の魅力・地域資源をSNSで発信しています。皆さんのフォローや「いいね!」をお待ちしています!

Instagram・Facebook

アカウント名 nostalgic.city.hirakawa

Twitter

アカウント名 Promo_Hirakawa



●スマートフォンで「広報ひらかわ」!

より多くの皆さんに「広報ひらかわ」の情報を届けるために、スマートフォン用アプリ「マチイロ」を導入しています。

このアプリを使うと「広報ひらかわ」をいつでもどこでも読むことができます。ぜひご利用ください。



QRコードを読み取ることでダウンロードできます。

[問合せ] 総務課 広報広聴係 ☎44-1111(内線 1353)

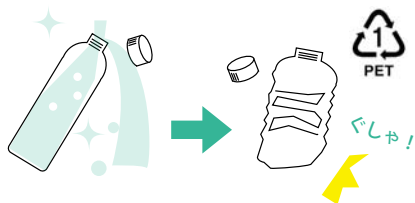
資源ごみの分別って どうすればいいの？



紙などのリサイクルできる資源物を燃やせるごみや燃やせないごみで多く捨てられていることが課題となっています。正しく分別し、リサイクルをすれば、燃やせるごみなどの排出量を減らすことが出来るだけでなく、資源の再利用にもつながります。下記を参考に分別し、ごみの減量や資源の再利用にご協力をお願いします。

資源ごみの分別方法のポイントを分かりやすくまとめてみました！

ペットボトル



- 1 キャップを外してすぐ。
- 2 キャップは→プラスチック製容器包装へ
ボトルはつぶして→資源ごみへ

プラスチック製容器包装



- 1 汚れているもの→洗うか拭き取る→資源ごみへ
- 2 汚れが落ちていないもの→平賀・碓ヶ間地域の方→燃やせるごみへ
/尾上地域の方→燃やせないごみへ出してください。

代表的なもの
・たまごパック
・洗剤などのボトル
・弁当の容器
・カップ容器(プラ製)
・レジ袋
・発泡スチロール
など

かん



- 1 きれいにすすぐ。
- 2 資源ごみへ

スプレー缶／ガスボンベ缶など



- ・使い切ってから穴を開けてガスを抜く
- ・上部などに付いている、プラスチック製の部分ははずして、燃やせないゴミへ

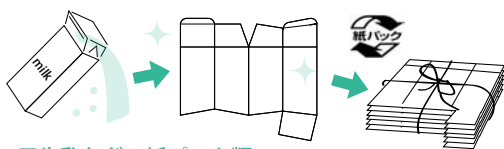
※尾上地域の方は危険物回収用ネットに入れてください。

びん



- 1 キャップを取ってすすぐ。
- 2 キャップの分別
・金属製→燃やせないごみ
・プラスチック製→プラスチック製容器包装
- 3 びんは無色透明・茶色・その他の色の3種類に分けて出す。

紙類



牛乳などの紙パック類

- 1 中を水ですすぎ、切り開いて乾かす
- 2 紙ひもで縛る

※キャップがついているもの(豆乳など)はキャップをはずす。キャップはプラスチック製容器包装へ



ダンボール・新聞

- 1 持ち運びできる大きさに折りたたむ
- 2 紙ひもで縛る

防水紙容器

※防水紙容器とは、ワックスなどで防水加工された紙のことです。



※尾上地域では、『燃やせるごみ』で出してください。

雑誌・雑がみ

- ・カタログ
- ・パンフレット
- ・封筒
- ・カレンダー
- ・紙袋
- ・包装紙
- ・菓子箱
- ・ティッシュ箱
- ・ラップ、トイレトペーパーの芯 など

きれいにまとめて出しましょう

※レシート、伝票、においのついた紙等はリサイクルに適さないで、燃やせるごみへ出してください。

おたすけアプリ

分別が難しいときは『ごみ収集アプリ』を利用してみましょう！

お住まいの地区のごみ収集日のお知らせ、ごみの名前で検索するだけで分別方法が調べられるスマートフォンアプリです。



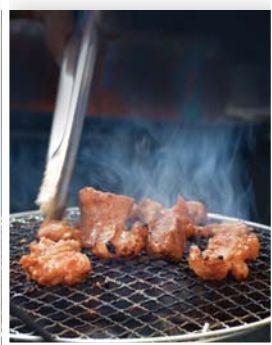
■Android版

■iOS版



ぜひ
ご利用
ください

[問合せ] 市民課 環境衛生係 44-1111 (内線1225・1226)



今月の表紙 Cover of this month

9月15日に開催された「津軽ひらかわにぐFESTIVAL」。みそ仕立てのタレがしっかりと絡んだ新鮮なホルモンは、焼き上がるとプリプリと弾力のある食感で、噛めば噛むほど溢れ出す旨みが口いっぱいに広がります。会場は香ばしく焼きあがった「にぐ(肉)」と、食欲をそそるタレの匂いに包まれていました。

広報ひらかわ No.154 2018年10月15日発行

発行 平川市
編集 総務部総務課広報広聴係

〒036-0104
青森県平川市柏木町藤山25番地6
TEL 0172-44-1111 (代表)
FAX 0172-44-8619
HP <https://www.city.hirakawa.lg.jp/>
作成部数 11,200部
印刷経費 1部あたり25円



QRコード