

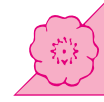
2016

9 月号

第487号

広報
かざまうら
KAZAMAURA

村の花鳥木



はまなす



かもめ



ひば

発行 風間浦村役場
編集 総務課
HPアドレス <http://www.kazamaura.jp/>
印刷所 協同印刷工業株式会社



ゆかい村どんぶりまつり～活イカすくい大会～

▶今月の内容◀

- 2～3 平成28年度風間浦村成人式
- 4 ゆかい村どんぶりまつり
- 5～6 村のわだい
- 7 防災特集
- 8～10 お知らせ
- 11 大間病院だより/年金だより
- 12 健康だより
- 13 社協だより
- 14 ぴかぴかダイヤモンド賞/下北ジオパーク/戸籍の窓

▶村民憲章◀

- 1、わたくしたちは、きまりを守り、親切で明るい村をつくります。
- 1、わたくしたちは、仕事に喜びをもち、豊かな村をつくります。
- 1、わたくしたちは、青少年に希望を老人に生きがいを、そして心のあたたかい村をつくります。
- 1、わたくしたちは、自然を愛し、花と緑の美しい村をつくります。
- 1、わたくしたちは、常に知識を求め、スポーツに親しみ、楽しい村をつくります。

平成28年度風間浦村成人式

新成人19名が出席し盛大に開催

風間浦村成人式が、8月14日、風間浦小学校において開催されました。

新成人対象者23人中19人が出席しました。

式典は、はじめに飯田浩一村長の式辞があり、続いて横浜力県議会議員、金森一規村議会議長から祝辞がありました。

次に、蛸嶋亮介さん、宮野真貴さんが「大人になったという自覚を持ち、責任のある行動と社会のために貢献し、お世話になった人達に恥じ



ないような日々の生活を送っていきたいと思います。」と二十歳の誓いを述べました。

次に、杉山理恵さんに村からの記念品が贈られました。

最後に、鈴木誠さんが「人の心が温かく、皆に誇れる村に生まれ、家族や周りの方々に支えられながら、本日、無事に成人式を迎えることができました。

人として正しい道をしっかりと歩みながら、社会に少しでも貢献していきたいと思います。」と謝辞を述べました。

新成人アンケート

- ①二十歳になった(なる)感想は？
- ②これからの風間浦村に望むことは？
- ③あなたの将来の夢は？

下風呂地区



新田 駿

- ①責任を感じる
- ②子供達のスポーツ強化
- ③地域の安全を守りながら筋肉マンになる



木村 大樹

- ①実感がない
- ②観光の活発化
- ③未定



小山 慶太

- ①実感がない
- ②雇用の増加
- ③幹部自衛官



佐賀 耕成

- ①責任を感じる
- ②雇用の増加
- ③幸せな家庭をもつこと



佐々木将輝

易国間地区

- ①実感がない
- ②元気で明るい村
- ③およめさん

桑畑地区

- ①実感がない
- ②ないです
- ③金持ちになることです



木下 真希



山崎 悠人

- ①実感がない
- ②地域活性化
- ③幸せになる！



川嶋 風香

- ①実感がない
- ②人口が増えもつと地域が活性化
- ③素敵な女性になること



小幡 菜由

- ①実感がない
- ②人口の増加
- ③人の役に立つ仕事



杉山 泰斗

- ①実感がない
- ②もっと良さがたくさんの人に伝わって発展してほしいです
- ③社会に貢献できる人



山田 藍香

- ①実感がない
- ②伝統とか特産物を大事に広げていったらいいです
- ③あたたかい家庭を築くこと



中島 和希

- ①責任を感じる
- ②元気で楽しく暮らせる村であってほしい
- ③かわいいお嫁さん♡



杉山 理恵

- ①実感がない
- ②雇用の増加
- ③人の役に立つ仕事



蛸嶋 亮介

- ①責任を感じる
- ②雇用の増加
- ③幸せな家庭を築く



鈴木 誠

- ①責任を感じる
- ②人口増加
- ③風間浦村に大きく貢献できる男になる



大野 博明

蛇浦地区

- ①実感がない
- ②自然を保ってほしいです
- ③明るく生活していきたい



渡谷 夏帆

- ①実感がない
- ③言語聴覚士



宮野 真貴

- ①実感がない
- ②コンビニを作って欲しい
- ③安定した生活



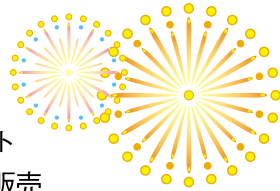
山本 智仁

ゆかい村 海鮮どんぶりまつり

夏の風間浦を代表するイベント、ゆかい村『海鮮どんぶりまつり』が8月1日（土）に下風呂漁港で開催され、約2千人が来場しました。当日は晴天に恵まれ、オープニングセレモニーでは、駒嶺剛一実行委員長のあいさつと、来賓各位からの祝辞があり、関係者が風間浦村特産のイカで作った『するめカット』を行い開幕しました。

開場では、風間浦村産のするめイカで作った活イカ丼やあわび丼・うに丼などの海鮮どんぶりを求めるために長蛇の列ができ、地元業者や県内の商工団体が出展した物販ブースでは特産品を買い求める人たちが賑わいを見せていました。

この日は烏賊様レースや活イカ・活うにすくい大会、風間浦保育所の子どもたちによるお遊戯や風間浦小・中学生による各種ステージイベントも行われたほか、下風呂出身のシンガーソングライター サガユウキさんのライブがあり、祭りの最後は千発の花火大会で締めくくりました。



- ① オープニング～スルメカット
- ② 即時完売したミニどんぶり販売
- ③ サガユウキライブ
- ④ よさこいソーラン（風間浦中学校）
- ⑤ 風間浦保育所のお遊戯
- ⑥ 祭りばやし（下風呂湯のまち子ども会）
- ⑦ もちつき踊り（下風呂湯のまち子ども会）
- ⑧ 活ウにすくい大会



第25回風間浦・楸法華子ども交流会

8月8日～9日、当村において第25回風間浦・楸法華子ども交流会が開催されました。

この交流会は友好村であった風間浦村と旧楸法華村（現在の函館市楸法華地区）の子どもたちが交流をとおして友情を深め、お互いの地域について知ることを目的として毎年開催されています。

今年度は、当村から13人、楸法華地区から19人の子どもの参加がありました。

初めに開会式が行われ、風間浦小学校5年の工藤翔馬くんが「楸法華と風間浦のみんなが一つの仲間となつて楽しい交流会にしたいです。」と出会うのことが述べられました。交流活動では、斗南どんどこ健康村で、下北の歴史について学び南部



裂き織り体験しました。夜は花火を楽しみながら交流を深めました。

2日目は、下風呂温泉、メモリアルロードを二戸正夫さん案内のもと散策しました。

子供たちは、来年、楸法華で行われる交流会での再会を約束しました。



下風呂温泉に賑わいをシモフロカフエオープン

平成28年7月30日（土）午前10時より下風呂温泉街にあるシモフロカフエ（旧おおぶち土産店）でプレオープンセレモニーが行われ、オーナーである古川美香さんに対して飯田村長と宮下むつ市長よりプロジェクト達成のお祝いの言葉と記念品が贈られました。

シモフロカフエは本年4月から下北5市町村が連携して実施するクラウドファンディング「FAAVOもきた」の第1弾プロジェクトとして、本村在住の古川さんがチャレンジし、見事実現に至ったものです。

古川さんは、『古川たらこ』として大間町の「マグロ一筋」Tシャツのデザインをはじめ、様々なデザイン



畠山商店より提供されたヒバの木箱

ンを世に送り出した地元に着着したローカルデザイナーとして活動されており、易国間地区で古川デザイン室を構える傍ら、たらこカフェを経営していましたが、風間浦村を盛り上げるためには下風呂温泉に賑わいが必要だと考え、「FAAVOもきた」を活用してカフェの開店に向けた資金調達に取組んだところで

シモフロカフエの店内は、地元の企業から提供されたヒバの木箱が本棚になったり、漁業に使う道具が家具になったりと、古川さんがご家族や友人達と協力しながら「下風呂ならではの居心地の良い空間」をイメージして創りあげたもので、セレモニー後に訪れた観光客にも好評でした。

シモフロカフエの本格オープンは9月9日の予定です。



飯田村長・むつ市長から記念品贈呈

いきいき健康かごまうら21推進事業 フッ化物洗口事業の様子を紹介します

平成27年度の青森県における12歳の平均むし歯本数は1.4本で、全国平均0.9本を上回り全国でワースト5位となっています。風間浦村の子どもたちの口の中の状況をより良くするため、フッ化物洗口を推進しています。

村では小児期からの歯の健康を守る取り組みとして6月から希望する児童生徒を対象にブクブクうがいによるフッ化物洗口を始めています。この事業は、下北歯科医師会の支援と指導のもと小学校・中学校と協力し1週間に1回行います。

2014年3月現在の調査によると、全国10,287の学校等でフッ化物洗口が実施されており、100万人を超える子どもたちが行っています。ちなみに青森県では33の学校等で実施され、4,482人が行っています。

(風間浦小学校での様子)

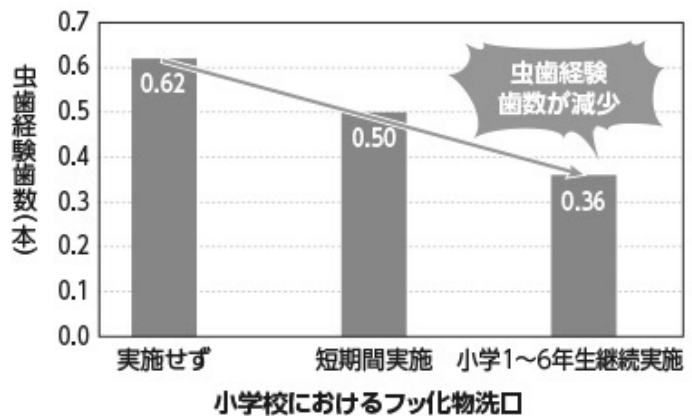


(フッ化物洗口の実践効果)

新潟県では、昭和45年に初めて一部の小学校でフッ化物洗口を開始しました。子どもたちのむし歯が減少したことから、昭和56年より保育所から中学校まででフッ化物洗口を実施しました。その結果12歳の1人平均むし歯本数が平成12年から平成27年まで16年連続して日本一を達成しています。

右の図は、新潟県の小学6年生を対象としたフッ化物洗口のむし歯予防効果について表しています。フッ化物洗口は、長期間継続して実施することが効果を発揮します。

グラフ/小学校におけるフッ化物洗口の虫歯予防効果(2007年~09年の新潟県の小学6年生)



出典:八木稔 小学校におけるフッ化物洗口プログラムの予防効果

正しいブラッシングと効果的なフッ化物の使用がむし歯予防に効果を発揮します。

担当: 役場村民生活課

防災特集

日ごろから防災意識を高めましょう
～災害は忘れたころにやってくる～

大正12年に関東大震災が発生した日をおぼろげに忘れることなく、災害への備えを怠らないようにするために、毎年9月1日を防災の日に定められています。

また、9月から11月は台風が多く発生し、大雨災害や土砂災害が発生する季節であるため、皆さんもいつ災害が発生しても慌てないように日頃から防災への意識と、自らの命は自らを守る意識を高めましょう。

日頃から備えておくこと

◆避難場所の確認
自分がこの避難所に避難すればよいのかと避難所までの避難経路を確認しておきましょう。

◆非常用持出品の準備

避難する際に慌てないよう、日頃から非常時に持出しする物品のチェックリストを作っておきましょう。

◆家族・地域ぐるみで防災対策

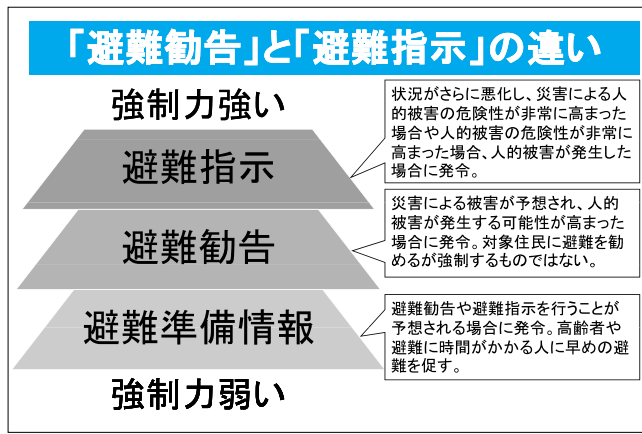
災害が発生した場合に家族が連絡を取る手段について話し合いをしておきましょう。いざというときに頼りになるのが隣近所の皆さんです。

日頃から地域のコミュニケーションを大切に、避難する際にはお互いに声を掛けあいましょう。

「避難勧告」「避難指示」の違い

台風などの災害時にニュースなどで「避難勧告」や「避難指示」という言葉を耳にしますが、これらはどういうときに発令され、どれが一番の緊急性が高いものか皆さんはご存じでしょうか？

いずれも災害対策基本法に定められた措置で、災害時や災害発生のおそれがある場合、住民の生命財産の保護を目的に市町村長が発令します。



これらの情報が発令された場合に皆さまにとっていただきたい行動

◆避難準備情報

避難勧告や避難指示を行うことが予想される場合に、それに先立ち発

令されます。高齢者など避難行動に時間を要する方々が避難行動を開始し、それ以外の方々も非常用持出品等を用意し、避難に対する備えを開始して下さい。

◆避難勧告

災害による被害が予想され、人的被害が発生する可能性が高まった場合に発令されます。通常の避難行動が出来ない方は、指定された避難所等への避難行動を開始して下さい。

◆避難指示

状況がさらに悪化し、災害によって人的被害が出る危険性が非常に高まった場合や人的被害が発生した場合に発令されます。発令された対象地域でまだ避難していない方は、ただちに避難行動に移るとともに、その行動に移る時間的余裕が無い場合は生命を守る最低限の行動をお願いします。

一人ひとりが

防災意識を高めるために

大地震や風水害など、大規模な災害から自分たちの身を守るためには、一人ひとりが災害に備える「自助」と隣近所の地域で協力して災害に備える「共助」、国や地方公共団体が取り組む「公助」が重要です。その中でも基本となるのは「自助」で一人ひとりが自分の身を守ることです。特に災害が発生したときは、自分が無事であることが最も重要で

す。防災対策には万全とか絶対大丈夫というものがありません。一人ひとりが自分の周りにどのような災害の危機が及ぶのかを考え、被害を少なくするための対策を講じることが必要です。

風間浦村内主要避難所	
下風呂地区	旧下風呂小学校
桑畑地区	桑畑温泉「湯ん湯ん♪」
易国間地区	風間浦中学校
蛇浦地区	旧蛇浦小学校

※避難所や避難経路が記載されている津波ハザードマップや土砂災害ハザードマップは、風間浦村ホームページに掲載されているほか、風間浦村役場で配布しています。

【防災に関するお問い合わせ先】

風間浦村 総務課 総務グループ
☎ 0175-1351211

平成28年度 風間浦村防災訓練

期日：平成28年10月2日(日)
場所：風間浦中学校外
対象：易国間地区
内容：避難訓練・ドクターヘリ展示他
※ドクターヘリは天候等により展示できません。

お知らせ *~ information ~*

国民健康保険被保険者証（保険証）更新のお知らせ

平成28年10月1日「国民健康保険被保険者証」が、更新になります。
下記日程により交付しますので、各交付場所においでください。

記

地区名	交付日	交付場所	交付時間
下風呂地区	9月27日(火)	下風呂公民館	午前9時～午後3時まで
桑畑地区	9月28日(水)	桑畑公民館	午前9時～午前11時まで
蛇浦地区	9月28日(水)	蛇浦公民館	午後1時～午後4時まで
易国間地区	9月29日(木)	中央公民館	午前9時～午後3時まで

※ 当日都合の悪い方は、9月30日より役場窓口にて交付します。

【更新の際に持参するもの】

- ・印鑑
- ・保険証（有効期限が平成28年9月30日までのもの）

※国保税は、加入者の所得及び加入者数等に応じて課税し、被保険者の医療費を支払う大事な財源です。理由もなく保険税を滞納すると、次のような措置がとられます。

- ①督促状及び催告状ならびに差押え予告書が送付されます。
- ②被保険者証の有効期限が短い「短期被保険者証」が交付されます。
- ③被保険者証の返還が求められ、「被保険者資格証明証」が交付されます。（医療費が全額本人負担となります。）

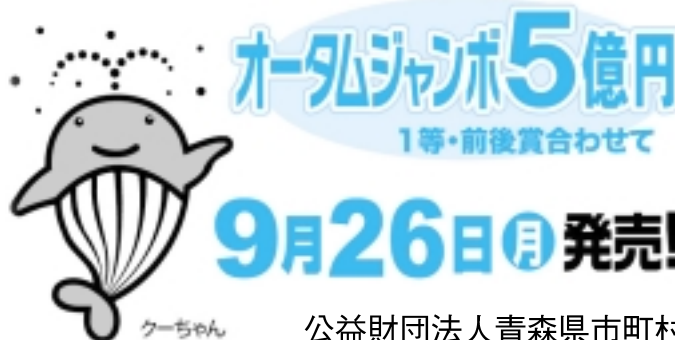
*このような滞納措置を行っても改善されない世帯は、国保の給付金（医療費、高額療養費等）を受ける場合、その費用の全額または一部を滞納保険税に充当されます。

**※75歳以上の後期高齢者医療被保険者証の更新ではありませんので、
お間違いのないようお願いいたします。**

村 民 各 位

風間浦村役場税務国保課 国保グループ

☎ 35-2111



この宝くじの収益金は市町村の
明るく住みよいまちづくりに
使われます。

発売期間 9/26日～10/14日
抽せん日 10/21日
支払開始日 10/26日
1枚 300円

公益財団法人青森県市町村振興協会

自衛隊進路相談

窓口のご案内

自衛隊には、自衛官候補生、航空学生、防衛大学校等、様々な進路があり、入隊後の職種選択も実に様々な道があります。また、「自衛隊についてもっと知りたい。」とお思いの方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

お子様の進路にお悩みのご家族や転職をお考えの方、また将来自衛隊への入隊を希望されている方は、自衛隊むつ地域事務所にお気軽にご相談ください。

自衛隊進路アドバイザーがご相談にお答えいたします。

ご相談予約受付時間 平日朝9時から夕方5時

ご相談時間 平日朝9時から夜8時まで
当事務所にてお答えします。

※ご自宅への訪問も可能です。

【お問合せ先】
自衛隊青森地方協力本部
むつ地域事務所

☎ 0175-22-7484

地方法人課税の改正についてのお知らせ

平成28年度税制改正において、次のとおり改正が行われました。

1 法人事業税の税率の改正
(資本金又は出資金の額が一億円

超の普通法人が対象)

税率の引上げ (現行)(H28)

付加価値割 0.72% ↓ 1.2%

資本割 0.3% ↓ 0.5%

税率の引下げ

所得割 6.0% ↓ 3.6%

※平成28年4月1日以後に開始する事業年度から適用

2 法人事業税の税率の改正に伴う負担変動の軽減措置

平成28年4月1日から平成31年3月31日までの間に開始する事業年度分について、以下ア及びイの要件を満たす場合には、外形標準課税の拡大に伴う負担変動に対する軽減措置として、法人事業税額から一定額が控除されます。

ア 調整後付加価値額(※1) < 40億円
平成28年3月31日現在の税率を適用した事業税額(※2) < 基準

法人税額(※3)

※1 調整後付加価値額 ÷ 付加価値額 × 12 ÷ 事業年度の月数

※2 平成29年4月1日から平成31年3月31日までの間に開始する事業年度分については、地方

人特別税相当額を含む。

※3 基準法人事業税額 ÷ 当該事業年度の付加価値割額、資本割額、所得割額の合計額

【お問合せ先】
下北地域県民局県税部 課税課

☎ 22-8581 内線207

法の日司法書士

無料法律相談会

10月1日は法の日です。日常生活での困りごとや法律上の悩みについて司法書士が無料で相談に応じます。次のとおり県内各地にて面談での相談に応じますので、お気軽にお尋ね下さい。

なお、相談は無料ですが具体的な手続が必要になる場合には、別途費用がかかりますので相談員にご確認下さい。また、無料相談日以外でも青森司法書士会総合相談センター(☎0120-940-230)へ

ご連絡いただけると相談のご案内やご相談内容に応じたお近くの司法書士の紹介を行っており、野辺地司法書士センター(☎0175-73-7130)では、毎週水曜日(午後2時~午後5時)と土曜日(午前9時~午後0時)に無料で相談をお受けしております。

◆五所川原会場
日時：10月1日(土)
時間：午前10時~午後3時
場所：エルム文化センター

◆十和田会場
日時：10月1日(土)
時間：午前10時~午後3時
場所：十和田市東公民館

◆むつ会場
日時：10月2日(日)
時間：午前10時~午後3時

場所：むつ来さまい館

【お問合せ先】

青森県司法書士会

☎ 017-776-8398

第31回はまなす

駅伝のお知らせ

大間町では、9月25日(日)『第31回はまなす駅伝大会』が開催されます。午前10時00分に材木農村婦人の家前スタート、奥戸、根田内、大間崎、大間高校前を経由し、大間稲荷神社前のゴールに向かって選手がタスキをつなぎます。

開会式・閉会式会場は、大間稲荷神社前となり、安全のため、車輛の通行止めや駐車禁止等の交通規制をさせていただきますこととなっております。また、以下の時間帯に大間町内を通過する際には、安全運転のご協力をお願いいたします。

○大間稲荷神社前

時間帯：午前7時~午後1時まで
規制：駐車禁止(役場駐車場等をご利用ください)

※役場駐車場をご利用の場合は、選手との接触事故を未然に防ぎたいことから午前10時~午後1時まで出入り禁止とします。

○その他コース

時間帯：午前10時~午後1時まで
規制：コース上の駐車禁止

第60回船員労働 安全衛生月間

～持ち越さず その都度改善 危険箇所～

9月は船員労働安全衛生月間です。

この月間は、海上における船員労働安全衛生思想の普及、船舶所有者及び船員による自主的な安全衛生生活の促進等により、船員災害の防止を図ることを目的として、毎年実施されています。

重点事項

- ① 作業時を中心とした死傷災害防止対策
 - ② 海中転落・海難による死亡災害防止対策
 - ③ 漁船における死傷災害防止対策
 - ④ 高年齢船員の死傷災害及び疾病防止対策
 - ⑤ 生活習慣病等の疾病防止対策
 - ⑥ その他の安全衛生対策
- 青森運輸支局では、期間中、青森地区船員労働安全衛生協議会、船員災害防止協会青森地区支部とともに、「海中転落」による死亡災害防止に向けた作業用救命胴衣の着用徹底や、多発する「転倒」「挟まれ」の防止を重点課題とした、沖合底引漁船への出漁前訪問指導、作業船への訪船による安全・衛生指導を行います。
- 船舶所有者、船員の皆さんも各船で「安全衛生デー」をもうけ、船舶内の安全衛生設備の点検を行うとともに

に、乗組員全員で安全衛生について話し合うなど災害の撲滅に積極的に取り組ましましょう。

10月1日から7日までは 「公正週間」です

公正人は、国の一機関として、地域住民の皆様方の財産などの権利や生活を守り、中立・公正な立場で、トラブルを未然に防ぐために活躍しています！

法律の専門家である公正人が作成する公正証書は、公文書であり、これによって大切な権利を守り、また、私的紛争の予防を図っています。公正人の主な業務は、次のとおりです。

- 公正証書で契約書を作って、大切な財産を守ります。
- 公正証書で遺言書を作って、大切な人に財産を譲ります。
- 公正証書で養育費の給付契約書を作って、子供の将来を守ります。
- 任意後見人契約書を作って、老後の安心を確保します。
- 定款認証で適法な会社を設立します。

手数料は法定されていますので、安心してご利用いただけます。公正事務に関する相談は無料です。いつでもお気軽にご相談ください。

【青森県内の公正人役場】

- ◆青森公正人合同役場
- 公正人 本 多 裕一郎

0177-7761-8273

◆弘前公正人役場

公正人 藤 部 富美男

0172-1341-3084

◆八戸公正人役場

公正人 高 村 一 之

0178-431-1213

**青森県民カレッジ下北地区
地域キャンパス講座
「アロマテラピー教室」
開催のお知らせ**

【いつ】

平成28年10月18日(火)
午後1時～午後3時

【どこで】

北の防人大湊 安渡館交流スペース
住所：むつ市桜木町3番1号

【どんな】

アロマテラピー活用法、アロマクラフト、香りのブレンドイング(ルームスプレー、リップクリーム、オイルインワンジェル)対象・定員 大人・女性 30名
材料費1,200円(軽食費を含みます)
スイーツとお飲み物をお召し上がりいただけます。

【お問合せ・申込先】

講師：(公社)日本アロマ環境協会認定
アロマテラピーアドバイザー
村中 真澄
肌・心・体のホリスティックセラピー
090-18259-4579(村中)

むつ下北・上北地区障がい者 就職相談会のご案内

むつ公共職業安定所では、障害をお持ちの方を対象とした就職相談会を開催します。相談会への参加を希望される方は、むつ公共職業安定所までお問い合わせ下さい。

【いつ】

平成28年9月29日(木)
13時～15時30分

【どこで】

下北文化会館

【お問合せ先】

むつ公共職業安定所 障害者担当
0175-221-1331

多重債務相談窓口のご案内

東北財務局青森財務事務所では、多重債務相談窓口を設置しております。相談員が借金の状況等をお伺いし、必要に応じて、弁護士等の専門機関に引継を行います。相談は秘密厳守・無料です。お気軽にご相談ください。

【受付】

月～金(祝日・年末年始を除く)
8時30分～12時 13時～16時30分

【お問合せ先】

青森財務事務所
青森市新町2-4-25
青森合同庁舎3階
0177-7741-6488

大間病院だより

「脳卒中は時間が勝負！」

大間病院 院長 岩村 暢寿

脳卒中（くも膜下出血、脳出血、脳梗塞）は、軽症ですむこともありますが、寝たきりになること、発症してそのまま死亡することもある非常に怖い病気です。これらは高血圧、糖尿病、脂質異常症など生活習慣病が深く関わっています。生活習慣病は基本的に無症状で重症になってからでないと症状は出現しません。生活習慣病を指摘された方、治療を自己中断されている方は、病院を受診してください。

さて、脳卒中は日本人の介護が必要になる原因の第1位です。家族に迷惑をかけたくないと思っている方こそなりたくない病気かもしれません。しかしながら脳卒中は高齢になるにつれて発症する病気でもあり、高齢者の死亡原因の第3位にもなっています。発症すると麻痺のために動けなくなったり、ご飯が食べられなくなったり、寝たきりになってしまうこともあります。脳卒中になってから騒ぐより、ならないように予防することが大切です。高血圧症、糖尿病、脂質異常症、心房細動の治療や禁煙することなどが大切です。

そうはいつても、どんなに予防をがんばったとしても残念ながら脳卒中になってしまう方はいます。現在、脳卒中に対しては血栓を溶かす新たな治療薬や血栓回収や再出血予防のための脳血管内治療があります。これらの治療は発症してから治療までの時間は短ければ短いほど治療結果がよくなっています。また発症してから時間がたちすぎているとこの治療は受けられません。

脳卒中と思ったら時間が大切です。家族の人が家に戻るまで様子を見てはいけません。以下の点が当てはまったら急いで病院が救急車に連絡しましょう。

- 片方の手足・顔半分の麻痺・しびれが起こる
- ロレツが回らない・言葉が出ない・他人の言う事が理解できない
- 力があるのに、立てない、歩けない
- 経験したことのない激しい頭痛

脳卒中になる人が少しでも減り、脳卒中の後遺症が少しでも軽くすむように願っています。最期にもう一度『脳卒中は時間が勝負！』です。

年金だより

国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法定免除）、納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ、老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除等これらの期間の保険料については、10年以内であれば遡って納める（追納）ことができます。

ただし、免除等の承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

追納は、古い月のものから納付することとなりますが、次の点にご注意ください。

- 一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていなければ追納はできません。
- 「法定免除・申請免除期間」が「納付猶予・学生納付特例期間」より先に経過した月分である場合は、どちらを優先して納めるか本人が選択できます。

追納のお申込みを希望される方、またはご相談については、お近くの年金事務所へお願いします。

【お問合せ先】 むつ年金事務所（22-2278）
又は風間浦村役場 税務国保課 国保グループ（35-2111）

健康だより

心の健康を意識しよう

毎年9月10日～9月16日は「自殺予防週間」です。生涯を通じて5人に1人が心の病気になるとされており、誰にでもかかる可能性があります。身体の健康だけでなく、心の健康についても意識することが大切です。ストレスを溜め込みすぎではありませんか？

ストレスとは～外部から刺激を受けた時に生じる緊張状態のこと。
日常の中で起こる様々な変化＝刺激がストレスの原因となります。

環境的要因：天候、騒音など

身体的要因：病気や睡眠不足など

心理的要因：不安や悩みなど

社会的要因：人間関係、多忙



ストレスのサインに気づく

体のサイン

- 睡眠の異常・食欲の異常
- 疲れやすい・風邪を引きやすい
- 頭痛・腰痛 など

心のサイン

- 集中力低下・自分や将来への不安
- わけもなくイライラする・会社に行きたくない
- 1つの考えにしばられて気分が落ち込む など

行動のサイン

- ケアレスミスが増える・遅刻が増える
- 慣れているはずの仕事に時間がかかる
- お酒やタバコの量が増える
- 人と話をしなくなる など

「いつもと違う」自分に注意!

多くのストレスが溜まると心身にこうしたサインが出てきます。更にストレスを受け続けていると心も体も悲鳴をあげて心の病気につながることもあります。



ストレスを溜め込まない暮らし方

- ・ **生活習慣を整える**：バランスの取れた食事、良質な睡眠、リラックスできる時間を持つ。
- ・ **柔軟に考える**：うまくいっていること、できていることに目を向ける。
「～すべき」と固定的に考えると、叶わなかった時に強いストレスと感じてしまう。
- ・ **誰かに話す**：悩みは話を聞いてもらうだけで楽になったり、自分の中で解決策が見つかる時がある。

何か気になること、相談したいことがあれば、遠慮なく村民生活課までご連絡ください！
村民生活課 保健衛生グループ 電話 35-3111

社協だより

Vol.277

ご協力ありがとうございます
～赤い羽根共同募金運動～

毎年10月から年末にかけて実施される「赤い羽根共同募金運動」につきましては、皆様のご理解ご協力をいただき誠にありがとうございます。

県内の共同募金運動は、「社会福祉法人青森県共同募金会（県共募）」が実施しており、各市町村社協が「共同募金委員会」を設置して募金活動に協力しています。

寄せられた募金は、翌年度に県内の社協やNPO法人、福祉施設、福祉団体などの事業費として助成されるほか、大災害に備えた積立金、県共募運営費に使われます。

当社協には27年度の村内募金実績による35万円と県内での大口寄附分の25万円が28年度に助成され、全額が高齢者や障がい者のための「移送サービス」に使われています。

皆様には、地域福祉事業の趣旨をご理解下さり、社協で依頼した「募金ボランティア」の方々が訪問した際には、温かい善意を寄せて下さいますようお願い申し上げます。

◎27年度募金実績額

五二二、五六四円

◎28年度募金目標額

四九〇、〇〇〇円

○移送サービス事業について

当サービスは、皆様のご協力による「社協賛助会費」や、「赤い羽根共同募金」の地域還元元である共同募金助成金を財源とし、平成28年7月からは、利用料をいただいております。

なお、総事業費の不足分は風間浦村からの補助金で賄われ、高齢者等の在宅生活を支える大切な事業になっています。

【利用対象者】

次の状態にあり、家族による送迎や公共交通機関での移動が困難な方。

- ・寝たきりの方
 - ・車椅子が使われている方
 - ・歩行が困難な方
 - ・その他、心身に障がいのある方
- 【利用目的】
- ・通院や入院、施設への移動



リフト付、移送車輛

赤い羽根共同募金実績表(過去5年)

(単位：円)

		27年度	26年度	25年度	24年度	23年度
目 標 額		500,000	520,000	530,000	520,000	520,000
実 績 額		512,564	510,790	521,432	528,671	510,301
達成率 (%)		102.5	98.2	98.4	101.7	98.1
内 訳	戸 別 募 金	422,751	432,682	441,700	434,170	442,530
	職 域・そ の 他	69,386	55,328	54,040	73,400	43,635
	学 校 募 金	20,427	22,780	25,692	21,101	24,136

移送サービス（福祉有償運送）料金表

(単位：円)

	村 内	佐井村	大間町	む つ 市					東通村	横浜町
				延寿園	大 畑	中心部	大 湊	奥 内		
蛇 浦	500	1,200	500	1,100	1,800	3,000	3,500	3,700	3,700	4,600
易国間	500	1,500	700	900	1,600	2,700	3,300	3,500	3,500	4,500
桑 畑	500	1,700	900	600	1,300	2,500	3,000	3,200	3,200	4,100
下風呂	600	2,100	1,200	500	1,000	2,100	2,600	2,800	2,800	3,800

※上記金額は、往復の料金です。

平成28年度、村で実施いたしました5歳児健康診査(歯科検診)において
むし歯が0本だったお子さんをご紹介します。

ピカピカ ダイヤモンド賞



易国間 奥野 ^{かのん}華望ちゃん
(保護者：幸男)

華望ちゃんは、3歳児健診の歯科検診でピカピカダイヤモンド賞を受賞した後もむし歯0本を継続しています。これからも、むし歯ゼロ続けて欲しいです。

(華望ちゃんからのコメント)
ママがしてくれる仕上げみがきが大好きです。

☆だらだら食べたり飲んだりしていると、お口の中がむし歯になりやすい状態になるそうです。食事やおやつは決まった時間に摂るようにしましょう。小さい頃から歯みがきの習慣をつけましょう。

また、寝る前には必ず家族の方に仕上げみがきをしてもらい、お口の中の様子とみがき残しがないかチェックしてもらいましょう！

風間浦村役場 村民生活課 保健衛生グループ



布海苔採り体験ツアーの様子

自分たちの暮らす地域の歴史や文化を学び、守り、後世に伝えていくこともジオパーク活動の一つです。

一八〇〇年代の半ばに下風呂の網元、佐賀平之丞が漁港工事の捨て石に布海苔が着生するのを発見し、私財を投じて投石を行い、育成した布海苔が村人の貴重な収入源となったと「日本漁民伝」に記されており、日本の布海苔養殖事業のさきがけと考えられています。

味噌汁の具として食される布海苔は、海岸沿いの浅瀬によく生育する性質があります。このような布海苔の生育を研究し、布海苔養殖事業が風間浦から全国に広まった事を皆さんはご存じですが？

下北ジオパークジオサイト探訪

戸籍の窓

(7月届出分)

●お悔み申し上げます

- 前田 ミキエ さん (96歳) 蛇浦
- 能渡 喜美代 さん (90歳) 易国間
- 橘 和彰 さん (75歳) 下風呂

私たちの村の人口

(7月末現在)

男	1,018人	(先月比-1人)
女	1,049人	(〳 -3人)
計	2,067人	(〳 -4人)
世帯数	953世帯	(〳 ±0世帯)