2015
11月号
第477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

秋空のもと蛇浦小学校稲刈り体験学習

▶今月の内容◀

2　平成27年度風間浦村総合防災避難訓練
3　碑前祭・同志社大学福祉学科フィールドワーク
4　風間浦中学校体育祭・青森県小学生交流陸上記録会
5　個人番号カードについて
6～7　風間浦村一般会計決算報告
8～9　一部事務組合下北医療センターの決算及び資金不足比率について
10～12　お知らせ
13　大間病院だより・年金だより
14　健康だより
15　社協だより
16　ピカピカダイヤモンド賞・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27年度風間浦村総合防災避難訓練

避難所状況（易国間地区）

避難所状況（蛇浦地区）

9月26日（土）、平成27年度風間浦村総合防災避難訓練が行われました。

この訓練は、大規模地震発生による大津波警報発令を想定し、関係機関と住民参加のもと、災害の予防や応急対策等の防災活動が迅速、的確に実施できるよう訓練を実施するとともに、防災体制の強化と村民の防災意識の高揚を目的として実施しました。

今回、村内全地区を対象に実施した避難訓練では、小雨も降る中ではありましたが、313名の住民が避難所へ避難し訓練へ参加いただきました。

また、その後、風間浦中学校を主会場に防災訓練が行われ消防分署員からの応急手当体験訓練及びＡＥＤ活用訓練等が行われたほか、陸上自衛隊第9師団第5普通科連隊による自衛隊特殊車両の展示及び説明や300食分のカレーを作り日赤奉仕団員との炊出し訓練も行われ参加者に振る舞われました。

災害の被害を最小限に抑えるためにも、普段から避難場所や避難経路を確認し、家庭で防災に対する備えをしておくことが大切です。

皆さんも、今一度、身の回りを点検し災害に備えることを心掛けましょう。

陸上自衛隊の炊き出しカレー（300食）

風間浦消防分署のＡＥＤ活用訓練

飯田村長講評

陸上自衛隊車両での輸送訓練

新島襄寄港記念の地碑 碑前祭

9月29日（火）、下風呂の海峡いさりび公園内にある新島襄寄港記念碑前で第23回碑前祭を開催しました。

学校法人同志社から大谷實総長をはじめ、同志社校友会などから関係者十一名が参列され、飯田村長、大谷総長、佐藤光彦校友会青森県支部長のあいさつや賛美歌、風間浦村民歌、同志社カレッジソングを演奏し、同支社と風間浦村の交流がますます盛んになることを期待し、末永い交流を誓いました。

大谷総長による献花

賛美歌の讃頌

飯田村長あいさつ

フィールドワーク

9月29日から10月1日の日程で同志社大学社会学部社会福祉学科の野村ゼミ所属の学生5名が来村し、風間浦中学校、易国間小学校、風間浦村社会福祉協議会などで交流実習を行いました。

今回で5回目を迎えたこの実習は、福祉現場で実践的に取り組む専門職との意見交換を通じて、過疎化が進む地域の現状と課題を学ぶことを目的に実施されています。

本年度は新しい取組として、村口産業の木工館を拠点に「ケアカフェかざまうら」を開催し、「私たちの暮らし」をテーマに地域づくりや人口減少について地域住民と交流を行いました。

ケアカフェかざまうらのようす

学校法人同志社連携事業
同志社大学福祉学科　野村ゼミ

易国間小学校での交流活動

風間浦中学校体育祭

10月17日（土）に風間浦中学校体育祭が行われました。

本来は5月に体育祭が開催されますが、風間浦小学校と多目的グラウンドが建設伴い、10月の開催となりました。

多目的グラウンドのお披露目も兼ねた当日は好天に恵まれ、天然芝のフィールドで40名の全校生徒による、迫力ある競技が繰り広げられました。

紅白応援や風間浦中学校伝統の風中ソーランでは、揃いの半纏を身に纏い、気迫あふれる演技を披露してくれました。

風中ダービ

紅白応援合戦

白熱の持久走

青森県小学生交流陸上競技記録会

第34回青森県小学生交流陸上競技記録会が、9月19日(土)～20日(日)、青森県総合運動公園陸上競技場において開催されました。

本村からは、むつ下北地区予選を勝ち抜いた17名の小学生が出場しました。

男子ソフトボール投げ競技では、松原大和くん（易国間小6年）が65m62cmを投げ、第2位入賞となりました。

出場した皆さんの今後のご活躍が期待されます。

風間浦村選手の競技記録

【6年男子百メートル】
佐賀　陽（下風呂小6年）
記録14秒33

【共通男子80mH】
駒嶺　錬（蛇浦小6年）
記録　17秒63

【共通男子ソフトボール投げ】
松原　大和（易国間小6年）
記録　65m62cm
駒嶺　練磨（蛇浦小6年）
記録　42m90cm
亀谷　皇太（蛇浦小6年）
記録　41m05cm
柴垣　銀次（蛇浦小6年）
記録　37m89cm

【4年女子百メートル】
松原　絵菜（易国間小4年）
記録　16秒70
傳法　美姫（下風呂小4年）
記録　16秒90

【5年女子百メートル】
齊藤　一愛（下風呂小5年）
記録　15秒26
川島ひとみ（易国間小5年）
記録　15秒99

【共通女子二百メートル】
川島めぐみ（易国間小6年）
記録　31秒83
伊藤　莉那（蛇浦小6年）
記録　32秒02

【共通女子千五百メートル】
蛸島　咲（蛇浦小6年）
記録　5分32秒78

【共通女子走幅跳び】
宮古　夏那（易国間小6年）
記録　3m79cm
能渡　桃彩（易国間小6年）
記録　2m12cm

【共通女子ソフトボール投げ】
亀谷　孝海（蛇浦小6年）
記録　28m19cm
渡谷　凜夏（蛇浦小6年）
記録　25m55cm

男子ソフトボール投げで
第２位の松原君

個人番号カードについて

皆様のご家庭に12桁個人番号が記載された個人番号通知カードの配布が10月から始まりましたが、この個人番号通知カードは個人番号を証明する書類で、本人確認の身分証明書として利用することはできません。

＜個人番号カードを申請しましょう＞

個人番号カードは、初回のみ無料で取得できる顔写真付きのカードで、交付を受けるためには申請が必要です。申請した方は平成28年１月以降にご本人が役場の窓口で受け取ることができます。

＜身分証明書として利用可能＞

個人番号カードは、個人番号を証明する書類や本人確認のための公的身分証明書として利用できるほか､各種行政手続きのオンライン申請などで利用することができます。

※申請方法は通知カードに同封されているパンフレットをご確認下さい。

＜マイナンバーの取扱いにはご注意を＞

平成28年１月以降、職場や行政手続きなどでマイナンバーの記載をもとめられる場合がありますが、マイナンバーはみだりに他人に教えないようにしましょう。

※役場等の行政機関から電話でマイナンバーの提供を求めることはありません。

【個人番号カード表面】

【個人番号カード裏面】

【マイナンバー制度に関する問合せ先】

マイナンバー制度について

☎0570-20-0178（平日９：00～17：30）
※平成28年３月末までは20：00まで延長
　年末年始を除く土日祝日は17：30まで

個人番号カード・通知カードについて

☎0570-783-578（平日８：30～20：00）
※土日祝日９：30～17：30
（年末年始を除く）

マイナンバー

＜大切に保管しましょう＞

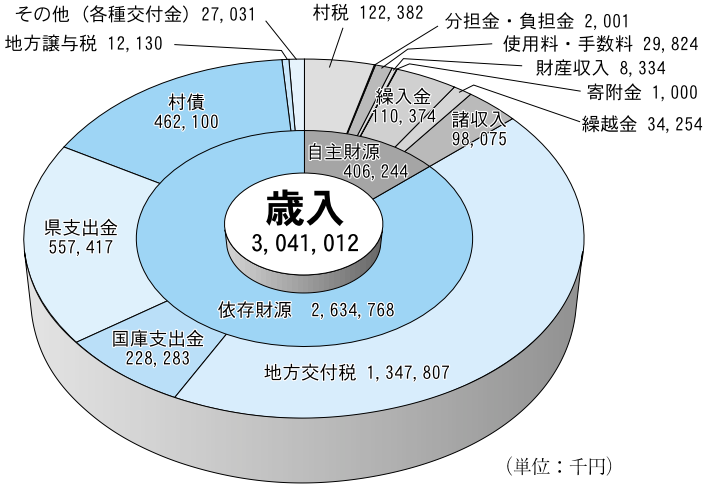
風間浦村一般会計決算報告

平成26年度 歳出決算額　2,982,708千円

平成26年度の一般会計・特別会計の各決算が９月定例会で認定されました。
一般会計決算額は、歳入総額が3,041,012千円（対前年度比9.2％増）、歳出総額は2,982,708千円（対前年度比9.8％増）となりました。

村の歳入の内訳は次のとおりです

歳入の内訳として最も多いのが、地方交付税13億4,780万７千円で全体の44.3％を占め、他は国庫支出金２億2,828万３千円（7.5％）、県支出金５億5,741万7千円（18.3％）、村債４億6,210万円（15.2％）などで、皆さんが納めた村税は、１億2,238万２千円（4.0％）でした。
また、村税・財産収入・繰入金などの自主財源は全体の13.4％で、これに対し地方交付税・国県支出金・村債などの依存財源は86.6％でした。



歳入の主な用語

使用料及び手数料……施設の使用や住民票の交付などでお支払いただいたお金
財産収入……財産の運用と売却で得たお金
繰入金……基金の取り崩しで得たお金
地方譲与税……自動車重量税などから村に配分されたお金
地方交付税……国から村の財政力に応じて交付されたお金
国庫・県支出金……補助金などで国や県が交付したお金
村債……事業を行うために村が借りたお金

[特別会計決算]

○国民健康保険特別会計	歳入	340,169千円	○介護保険特別会計	歳入	345,855千円
	歳出	315,663千円		歳出	312,481千円
○簡易水道特別会計	歳入	121,169千円	○後期高齢者医療特別会計	歳入	21,944千円
	歳出	119,301千円		歳出	21,944千円

[財産区一般会計決算]

○下風呂財産区	歳入	13,517千円	○易国間財産区	歳入	771千円
	歳出	11,795千円		歳出	163千円

・水産振興対策及び組合経営強化補助金……39,000千円
・漁港整備事業……115,500千円

商工費
・中小企業近代化資金等制度貸付金……12,000千円
・ゆかい村関係イベント補助金……4,915千円
・桑畑温泉施設昇温装置外改修事業……2,138千円

土木費
・寺ノ上地区公営住宅建設事業……60,215千円
・広域避難路村道古野大川目線調査設計事業（H26施工分）……7,754千円
・公営住宅等長寿命化計画作成事業……1,782千円
・村内除排雪委託事業……7,900千円

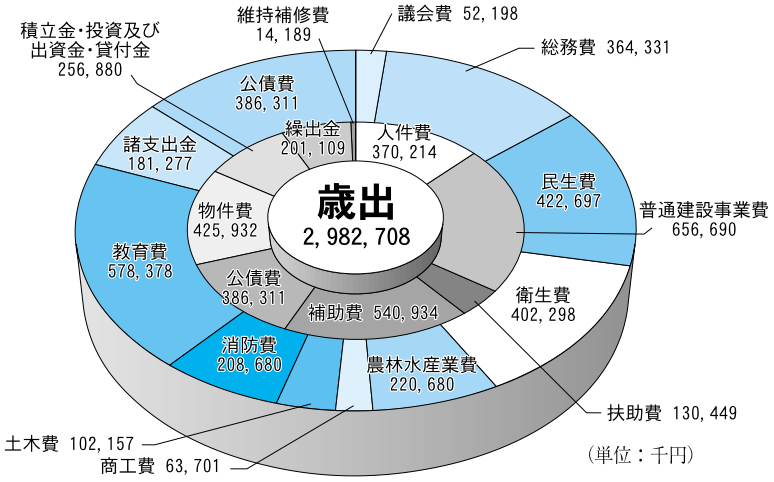
消防費
・下北地域広域行政事務組合負担金……192,139千円（消防本部費・分署費他）
・非常備消防事務委託事業……14,876千円

教育費
・風間浦小学校建設事業（H26年度施工分）……353,756千円
・小中学校スクールバス運行事業……22,929千円
・奨学資金貸付事業……15,840千円
・放課後子ども教室事業……3,215千円
・同志社中学校体験入学助成事業……2,432千円
・多目的グラウンド整備事業（H26年度施工分）……51,278千円

村の予算の使い道は次のとおりです

歳出は、風間浦小学校建設事業などで教育費が５億7,837万８千円(19.4%)と最も多くなりました。他には、民生費４億2,269万7千円（14.2%）、衛生費４億229万8千円（13.5%）、公債費３億8,631万１千円（13.0%）などとなりました。

また、性質別では、普通建設事業費６億5,669万円(22.0%)、補助費等５億4,093万４千円(18.1%)、物件費４億2,593万2千円(14.3%)、公債費３億8,631万１千円(13.0%)などとなります。



風間浦診療所不良債務残高

H26年度末残高
32,357千円

※風間浦診療所不良債務は、平成20年度末において621,475千円の残高がありましたが、平成21年度から不良債務の計画的な解消に取組んだ結果平成27年４月をもって全額解消となりました。

歳出（目的別）の主な用語

総務費……広報、税務、戸籍、統計調査など総括的なことに使われるお金
民生費……高齢者の福祉や各種手当、保育所の運営などに使われるお金
衛生費……ごみ処理や健康診断、医療センターへの負担金などに使われるお金
農林水産業費……農林水産業の振興などに使われるお金
商工費……商工業や観光業などに使われるお金
土木費……道路整備や公営住宅の建設・維持管理に使われるお金
消防費……下北地域広域行政事務組合負担金や消防活動などに使われるお金
教育費……小中学校の運営、公民館などの施設運営などに使われるお金
公債費……村債借入金返済にあてるお金

歳出（性質別）の主な用語

人件費……村長等特別職や職員の給料、議員の報酬などの費用
扶助費……老人施設措置費や児童手当などの福祉のための費用
公債費……村債借入金返済のための費用
補助費等……各種団体への負担金及び補助金、保険料、謝礼などの費用
物件費……委託料や使用料、光熱水費、消耗品費、臨時職員賃金などの費用
繰出金……特別会計への繰出の費用
普通建設事業費……学校、道路、漁港等の建設事業などの費用

村税（122,382千円）の内訳

村民税	51,685千円
固定資産税	51,003千円
軽自動車税	3,831千円
村たばこ税	13,343千円
入湯税	2,520千円

地方債及び積立基金の状況

（単位：千円・%）

区分	地方債現在高	積立金現在高	財政調整基金	減債基金	その他特定目的基金
H26年度	2,861,571	1,114,651	70,715	94	1,043,842
H25年度	2,748,339	1,013,240	30,215	94	982,931
対前年度増減率	4.1	10.0	134.0	0.0	6.2

歳出の主な事業等

総務費
・電算システム維持管理事業……56,576千円
・地域イントラネット運営費負担金事業……8,828千円
・防災避難経路整備事業……2,656千円
・屋外サイン看板設置事業……2,916千円
・テレビ共同受信施設維持管理事業……7,221千円

民生費
・介護、訓練費等給付費……67,098千円
・老人施設措置費……11,722千円
・障害者自立支援医療費……6,020千円
・臨時福祉給付金給付事業……10,965千円
・風間浦保育所指定管理委託料……50,030千円

衛生費
・はつらつ育成医療費給付事業……4,002千円
（中学生まで医療無料）
・患者送迎バス運行事業……5,933千円
・下北地域広域行政事務組合負担金……109,764千円
（塵芥処理・し尿）
・下北医療センター負担金……42,248千円
・風間浦診療所不良債務解消負担金……50,000千円
・風間浦診療所運営費貸付金……50,000千円
・再生可能エネルギー導入設計事業……8,640千円

農林水産業費
・ニホンザル食害対策事業……9,095千円
・小規模治山事業……9,967千円

一部事務組合下北医療センターの決算及び資金不足比率について

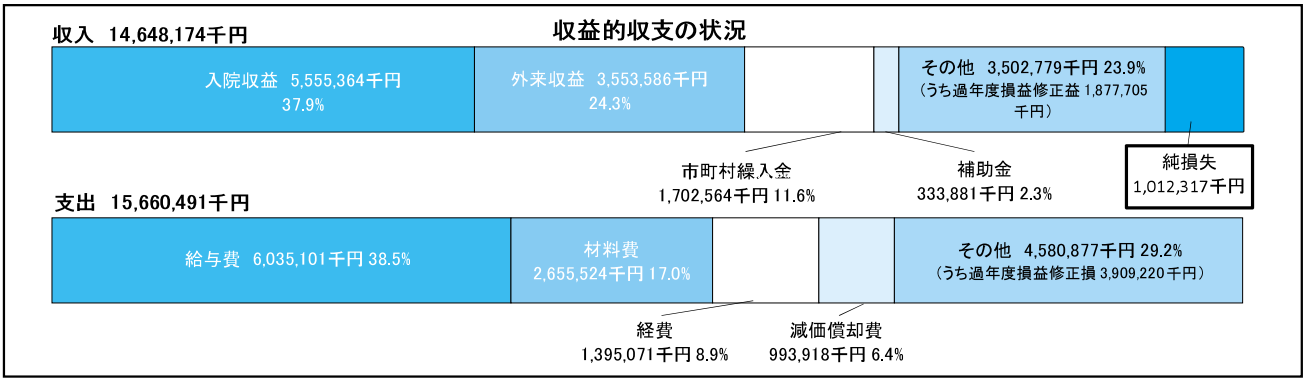
平成27年９月25日開催の一部事務組合下北医療センター議会第125回定例会において認定された平成26年度決算及び資金不足比率をお知らせします。

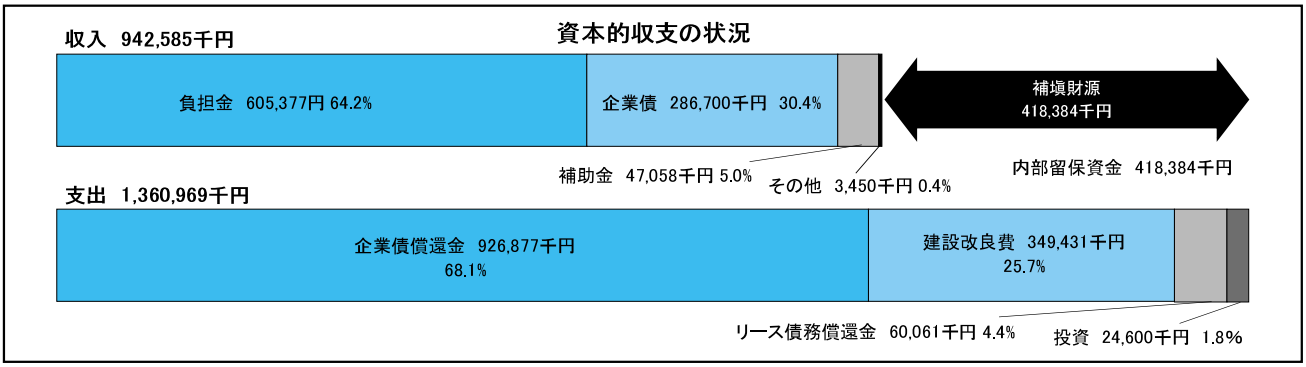
◆平成26年度決算

（単位：千円）

施設名	収益	費用	純損益	不良債務	不良債務比率
下北医療センター	14,648,174	15,660,491	△ 1,012,317	595,746	6.1%
むつ総合病院	11,966,133	13,229,601	△ 1,263,468	△ 270,038	-
むつリハビリテーション病院	203,807	114,960	88,847	△ 61,463	
川内診療所	409,412	544,710	△ 135,298	△ 24,981	-
大畑診療所	339,481	203,783	135,698	1,204,523	
脇野沢診療所	360,676	203,609	157,067	△ 33,765	-
大間病院	1,007,801	1,123,825	△ 116,024	△ 202,961	-
風間浦診療所	131,495	19,941	111,554	32,357	
佐井地区診療所	86,838	81,621	5,217	△ 19,876	-
東通地区診療所	69,000	69,000	0	△ 530	
事業本部事務局	73,531	69,441	4,090	△ 27,520	-

※不良債務とは、一般会計の実質赤字とほぼ同じ意味です。
※不良債務比率は、医業収益に占める不良債務の割合です。むつリハビリテーション病院、大畑診療所、風間浦診療所及び東通地区診療所は、利用料金制による指定管理者制度を導入しているため不良債務比率の算定の対象から除外しています。

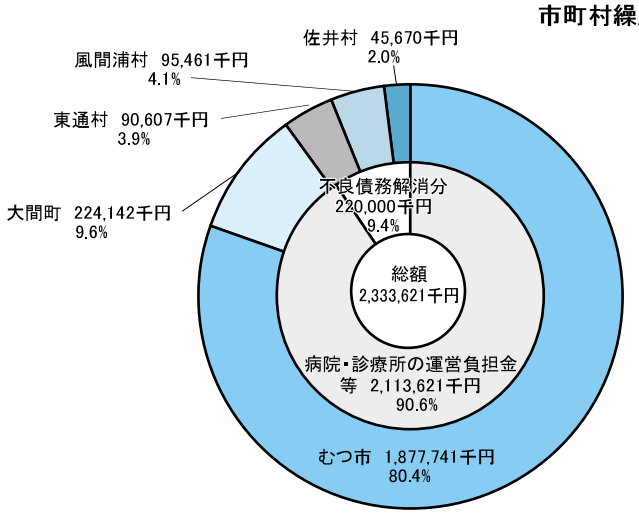




◎用語解説

企業債……施設の建設や改良、医療機器等購入のため国や銀行から借り入れるお金のことです。
負担金・補助金……市町村が国が定めた基準等に従って負担するお金や、国や県から補助されるお金のことです。
建設改良費……施設の建設や改良、医療機器等の購入経費のことです。
企業債償還金……企業債として借り入れたお金の返済（元金）のことです。家計に例えるとローン返済のことです。
リース債務償還金…リース契約におけるリース料を利息と元本に分けたうちの元本に相当するものです。
投資……出資金や基金の積み立てに要する経費のことです。下北医療センターにおいては看護師確保のために行なっている修学資金貸与に要する経費となっています。
補填財源……収支不足分を補う財源のことです。財源がなければ一時借入金（借金）をすることになります。

市町村繰入金の状況



市町村繰入金総額　2,333,621千円

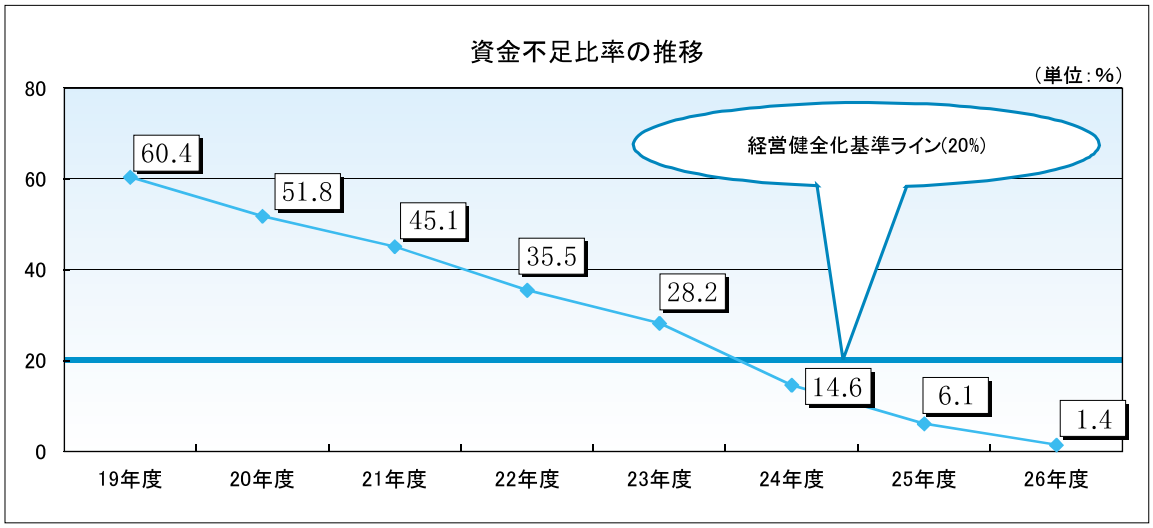
＜内訳＞
- 収益的収支の市町村繰入金　1,702,564千円
- 資本的収支の負担金　605,377千円
- 資本的収支の補助金のうち　25,680千円

◆資金不足比率（財政健全化法に基づく）

比　率　名	平成26年度（決算値）	平成26年度（計画値）	経営健全化基準
資金不足比率	1.4%	1.9%	20.0%

$$資金不足比率 = \frac{資金の不足額}{事業の規模}$$

下北医療センターでは平成25年度において、残った資金不足を解消すべく、資金不足等解消計画を策定しました。平成26年度決算においてはほぼ計画値どおりとなり、着実に解消へ向かっております。



○資金不足比率とは……公営企業の資金不足を、公営企業の事業規模である料金収入と比較して指標化し、経営状況の悪化度を示すものです。

○資金不足額とは……次の計算式により積算します。
資金不足額（法適用企業）＝（流動負債 ＋ 建設改良費等以外の経費の財源に充てるために起こした地方債の現在高 － 流動資産）－ 解消可能資金不足額

※流動負債：新会計基準の適用により翌年度償還企業債等の算定対象からの除外措置、引当金等の算入猶予の経過措置があります。

※流動資産：新会計基準の適用により貸倒引当金の算入猶予の経過措置があります。

※解消可能資金不足額：事業の性質上、事業開始後一定期間において、構造的に資金の不足額が生じる等の事情がある場合、資金の不足額から控除する一定の額

○事業の規模とは……次の計算式により積算します。
事業の規模（法適用企業）＝ 医業収益（入院・外来収益など）の額 － 受託工事収益の額

お知らせ　～information～

むつ市創業塾第２期生募集

むつ市では大間町・東通村・風間浦村・佐井村と連携し、創業・起業をお考えの方や、創業後概ね５年以内の方を対象とした「創業塾」を開校します。
「創業塾」は、所定の要件を満たすことで、創業時に係る登録免許税が軽減されることや、国が支援する補助金などでの優遇措置が受けられるなどの支援措置を受けることができます。

【い　つ】　11月７日・14日・21日・28日・12月５日（いずれも土曜日）　午後６時～８時
【どこで】　むつ来さまい館１階会議室
【講　師】　創業支援専門家　鎌田　直人氏　（インキュベーション・マネージャー）
【受講料】　無料
【申込先】　むつ市役所　商工観光課　☎22-1111（内線2643）　mt-shoukou@city.mutsu.lg.jp

受講者募集

青森県立むつ高等技術専門校では、在職者のスキルアップを目的とする職業訓練の受講者を募集します。

建築大工技能検定実技講習

▽受 講 日　平成28年１月４日から１月８日㈮までの５日間
▽受講時間　18時～21時まで（３時間×５日）
▽募集期間　11月10日～12月７日まで
▽受講場所　青森県立むつ高等技術専門校
▽問合せ先　青森県立むつ高等技術専門校　☎24-1234
▽応募資格　在職者で建築大工技能検定を受験予定の方
▽募集定員　10名
▽受 講 料　1,300円

青森県最低賃金改正のお知らせ

平成27年10月18日より青森県最低賃金が改正され、改正前の最低賃金から16円の引上げとなりました。
青森県最低賃金は、青森県内で働く全ての労働者と、労働者を一人でも使用している使用者に適用されますが、製造業と小売業の一部には、特定（産業別）最低賃金が定められています。
青森労働局長の許可なく青森県最低賃金額以上の賃金を支払わなかった場合は、最低賃金法違反となり、罰則規定（罰金額50万円以下）が適用されることがあります。
詳しくは青森労働局ホームページをご覧ください。

【問合せ先】　青森労働局労働基準部賃金室　☎017-734-4114

女性の人権ホットライン

青森地方法務局及び青森県人権擁護委員連合会では、下記の強化週間中、平日の電話相談時間を延長し、土・日曜日も電話相談を行います。
相談は無料で、秘密は守られます。ひとりで悩まず、相談してください。

【相談期間】　・11月16日（月）～20日（金）８時30分～19時
　　・11月21日（土）～22日（日）10時～17時
【電　　話】　０５７０－０７０－８１０
　　※通常は、土日を除く平日の８時30分から17時15分まで相談を受け付けています。

青森財務事務所講師派遣

青森財務事務所では、財政・経済・金融・国有財産などのテーマで、職場研修、業界団体、法人会、学校、町内会・婦人会等の地域グループの勉強会などに講師を派遣し、皆様のお役に立つ情報をお届けしております。
講師派遣のご希望がございましたらお気軽にご相談下さい（講演料・交通費等の費用は一切不要です。）

【講演テーマ例】　・考えてみよう日本の財政　・最近の県内経済情勢　等
【受　　付】　８時30分～17時まで（土・日・祝日を除く）
【問 合 せ 先】　青森財務事務所　総務課　☎017-722-1461

農業・漁業用免税軽油の免税証交付申請受付

平成28年３月から使用する農業用免税軽油及び同年４月から使用する漁業用免税軽油の免税証の交付を、次の日程により受付します。

【受付日時】　▽農業を営む方　12月10日（木）13：30～16：30
　　▽漁業を営む方　12月17日（木）13：30～16：30
【受付場所】　むつ合同庁舎新館１階（県税部の隣）
　　※郵送でも受け付けしますが、12月28（月）必着です。
【必要書類】　▽農業用免税証　①印鑑　②耕作証明書
　　③免税軽油使用者証（新規申請を除く）　④返信用切手402円分
　　⑤使用機械の譲渡証明書（新規申請・機械に変更がある方）
　　▽漁業用免税証　①印鑑　②免税軽油使用者証（新規申請を除く）　③返信用郵便切手
　　④使用機械の譲渡証明書・漁船の写真・登録証
　　※免税軽油使用者証の有効期限により青森県収入証紙が必要な場合もあります。
【問合せ先】　下北地域県民局県税部課税課　☎22-8581（内線207）

司法書士無料法律相談会

青森県司法書士会では、県民皆様の法的な悩みを解消する取組として、勤労感謝の日にあわせて司法書士による無料法律相談会を開催します。

成年後見をはじめ、相続、労働トラブル、借金問題等について司法書士が無料で相談に応じます。

視聴覚障がい者の方のご相談に対応できるよう、手話通訳者が常駐いたしますので、お気軽にお尋ね下さい。

【日　　時】　11月23日（月）勤労感謝の日　10時～16時
【場　　所】　アスパム　６階「八甲田」　（青森市安方１丁目１-40）
【問合せ先】　青森県司法書士会　☎017-776-8398

※相談は無料ですが具体的な手続きが必要になる場合には、別途費用がかかる場合もあります。

大間警察署新庁舎移転のお知らせ

このたび、大間警察署では、次のとおり庁舎を新築、移転することとなりましたので、お知らせします。

【新庁舎の運用開始日】　11月16日（月）　午前８時30分から
【新庁舎の所在地】　下北郡大間町大字大間字大間平20番地91（大間病院向かい側）
【新庁舎の電話番号】　☎37-2211（旧庁舎と同じ）

第67回人権週間

12月４日（金）から10日（火）までは「第67回人権週間」です。

国連では毎年12月10日を「人権デー」と定め、加盟国に対し人権擁護活動を推進するための各種行事を実施するように要請しています。

人権尊重思想の普及高揚のため、風間浦村でも次の日程で特設人権相談所を開設いたしますのでご利用下さい。

【日　　時】　12月１日（火）　10時～15時
【場　　所】　下風呂公民館　研修室
【相談担当者】　人権擁護員・法務局職員
【問合せ先】　風間浦村役場　総務課　☎35-2111

労働保険の手続きはお早目に！

11月は「労働保険適用促進強化月間」です。

労働者を一人でも雇っている事業主（農林水産業の一部を除く。）は労働保険（労災保険・雇用保険）に加入する義務があります。（手続きを行わない場合は、職権により強制適用されることがあります。）

労働保険　業務災害及び通勤災害により負傷等をした場合、必要な保険給付を行います。
雇用保険　労働者が失業した場合、生活安定及び再就職促進のため必要な失業給付を行います。
【問合せ先】ハローワークむつ　☎22-1331

イベント情報

下北文化会館３０周年記念事業

千葉公演
満席御礼

親子で楽しむ クラシック名曲コンサート

0才～
入場可
四重奏版

こどもオペラ
「ヘンゼルとグレーテル」

編曲／構成　福嶋 頌秀

仲良し兄妹のヘンゼルとグレーテルが森のなかで出会ったのは、
動物さんの音楽隊と、おいしそうなお菓子の家、そして……優しくてこわ～い魔女!?

2015,11/22 日　（10:00開場）10:30開演　公演時間 65分　11:45終演予定

下北文化会館 大ホール《全席指定》

大人：1,500円／中学生以下：500円

※各券当日300円増

0歳から入場可（母子室有）
※膝上無料。お席が必要な場合はチケットをお求め下さい。

オムツ交換・授乳室有　バギー置場有

オペラに登場する楽器を見たり、触ったりできるブースもあるよ♪

プレイガイド
下北文化会館　☎22-8411　9:00～17:30　月曜休館
anaimTOKYO-DO　☎28-3410　10:00～20:00　定休日無

四重奏で使われる楽器

出演者

こどもオペラは、0才から入場可能!! 親子で楽しむ、童謡や手遊び歌、クラシックの名曲まで盛りだくさんの参加型コンサートです♪

※グリム童話原作のヘンゼルとグレーテル、フンパーディンク作曲のオペラ「ヘンゼルとグレーテル」とは内容・構成が異なります。

主催・お問い合わせ
下北文化会館　☎0175-22-8411

ホームページもご覧下さい
http://www.moa.cotton.jp/
下北文化会館

こどもオペラ

大間病院だより

「気管支喘息について」

大間病院　内科医長　二部　悦也

朝と夜になると非常に寒さを感じるこの頃ですが、皆さん、お元気ですか？季節の変わりであればあるほど、急に寒暖差が激しくなり、よく「喘息発作」がおきやすくなります。喘息と聞くと「喘息ごとき」と思われる方もいるでしょう。しかし、全国統計としては気管支喘息発作で死亡する方は1995年の7,000人をピークに年々減少傾向なものの、2014年には1,500人程度まだ死亡者がいます（H26年人口動態調査）。

元々、喘息の方はもちろんですが、急に寒暖差が激しくなることで風邪を引いてしまい「少しゼーゼーする」というお子様をお持ちのあなた。それは気管支喘息発作の可能性があります。吸入薬をすることでほとんどの場合、呼吸苦や喘鳴は治ります。しかし、２～３度吸入を行っても改善が無い場合、点滴が必要かもしれません。

気管支喘息の方は普段の生活で支障無く暮らせている軽度の方がほとんどです。しかし、例えそうであっても、風邪を引いたときや原因不明で発作を引きおこす可能性はあります。そのため、一度発作を起こしてしまった方は、定期的な通院を勧めます。

また、「大人だし、喘息とかなったこと無い」と言う、何気なく１ヶ月ほど咳がずっと続いている方はいませんか？それももしかしたら「咳喘息」という気管支喘息の一種の病気かもしれません。熱は無いのに痰のない咳がずっと続いている場合は御用心。治療は気管支喘息と同様の治療であり、一日一回～二回の吸入薬でほぼ改善するでしょう。

いずれにせよ、気管支喘息は発作を予防することが重要です。近年、様々な吸入薬が発売されていますが、それ以上に患者さん自身の自己意識の変化によって死亡者数減少を達成していると考えられます。なので、一度気管支喘息の治療をし始めた人、または、気管支喘息の発作を起こしたことがある人は、予防のために定期受診をすることが重要です。他の用事で受診される際でもかまいませんので、そのときは御相談ください。

年金だより

11月は

ねんきん月間です

年金保険料、納めていますか？
この機会に年金加入状況の確認を！

日本年金機構は厚生労働省と協力して**11月**を「**ねんきん月間**」と位置づけ、公的年金制度の普及・啓発活動を積極的に行います。

いい みらい
11月30日は「年金の日」
「ねんきんネット」で未来の生活設計について考えてみませんか？

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

健康だより

あと１皿野菜料理を増やそう！

野菜は、ビタミンやミネラル・食物繊維を多く含んでいます。野菜を多く食べることは脳卒中や心臓病、ある種のがんにかかる確率を低下させるという研究結果が出ています。

・**ビタミン**：炭水化物が体内でエネルギーに変わる手助けをする。

・**ミネラル**：生体機能の維持・調整に不可欠。特にカリウムは、余分なナトリウム（食塩）の排出を助け高血圧の予防にもなる。
※腎臓病の方は主治医要相談

・**食物繊維**：腸の働きを整え、腸内のコレステロールなどを体外に排出、糖分の消化吸収や血糖値の上昇を抑える。また胃の中で膨らみ、**肥満予防**にもなる。

健康な生活を維持するための目標値の一つに「**野菜類を１日350ｇ以上食べましょう**」が掲げられています。１回の食事にサラダや野菜が主材料の小鉢を１皿以上、**１日で５－６皿分**を食べることを目指しましょう。

緑黄色野菜
1日の摂取目安　120g

淡色野菜
1日の摂取目安　230g

都道府県別の成人男女それぞれにおける１日当たりの平均野菜摂取量（2012、国民健康・栄養調査）は、男女とも長野県がトップで男性378.1ｇ、女性364.8ｇとなっています。青森県は、男性294.8ｇ、女性292.3ｇです。長野県では、県全体で「みそ汁は１日１杯具だくさん」「漬物は１日小皿１杯」に取り組んでいます。長野県は“野菜王国”と言われるほどの生産量を誇り、しかも野菜は塩分の排出効果があります。

都道府県別平均寿命も男女とも長野県が１位でした。野菜摂取を心がけることは、脱・短命県につながるかもしれません！！

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.267

青森県老人クラブ芸能発表大会開催

9月29日（火）、リンクステーションホール青森（文化会館）を会場に「青森県老人クラブ芸能発表大会」が開催され、県内各地の老人クラブより、舞踊や歌など39演目が発表されました。

今回、当村連合会の出演はありませんでしたが25名の会員が参加し、他市町村クラブが披露する演芸を楽しみました。

また、式典では永年にわたって老人クラブ発展に尽力された方々85名に青森県老人クラブ連合会長表彰が贈られ、当村では次の方々が表彰を受けました。

芸能発表会のもよう

【青森県老連会長表彰受賞者】

易国間長寿会　松尾　幸さん

蛇浦老友会　古川アヤさん

桑畑寿会　浜辺きえさん

皆さんこの度は、おめでとうございました。今後ますますお元気で、ご活躍下さい。

○各地区（単位）老人クラブでは、随時会員を募集しています。

入会されていない皆さん、ぜひ入会して来年ご一緒しましょう。

（老人クラブ事務局担当・佐藤）

表彰を受けた松尾幸さん

同志社大学社会福祉学科学生デイサービスセンター来訪

9月29日から三日間、同志社大学の学生五名が交流学習のために来村。

デイサービスには、ショウさんと浅野さんが訪れ、下北地方の方言を学びながら、利用者の皆さんと楽しく交流しました。

皆さん楽しそうです♪

浅野さん（左）とショウさん

則田さんご夫婦おめでとうございます

今年度、夫婦共に88歳に到達した方に県知事から贈られる顕彰状がデイサービスにおいて、則田忠雄さん、あきさんご夫婦に飯田村長より伝達されました。

誠におめでとうございました。

あきさん大感激中です

記念にみんなで１枚!!

ピカピカダイヤモンド賞

平成27年度、村で実施いたしました４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いたします。

易国間　能渡　柚佳（ゆずか）ちゃん
（４歳）（保護者：旭）

柚佳ちゃんのコメント

わたしは、歯みがき大好きです。夜の仕上げみがきは、お父さんもお母さんもしてくれます。

☆食べたり飲んだりした後はハミガキをしましょう。
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

蛇浦小学校稲刈り

蛇浦小学校では、根戸内地区に約４アールの田んぼを借り上げて稲作体験学習を行っています。

５月に植えられた稲の収穫を迎え10月１日に稲刈りが行われました。

田んぼを管理してくれている木下重利さんの指導で鎌の使い方を学び、全校生徒22名で蛇浦小学校として最後の稲刈りを楽しんでいました。

村税等は納期内に納めましょう！

○11月30日は、国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の第５期納期限です。
納期内に忘れずに納めましょう！

【お問い合せ先】風間浦村役場　税務国保課　（☎３５－２１１１）

戸籍の窓

（９月届出分）

●お誕生おめでとう

阿部心晴（こはる）ちゃん（剛士）易国間

●お悔み申し上げます

渡谷昭一さん（87歳）蛇浦
佐賀さきさん（91歳）易国間
佐藤敏子さん（77歳）易国間
小幡達幸さん（66歳）易国間
川本次郎さん（75歳）下風呂

私たちの村の人口

（９月末現在）

男	1,053人	（先月比－３人）
女	1,066人	（〃　－１人）
計	2,119人	（〃　－４人）
世帯数	969世帯	（〃　－３世帯）