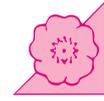


2015
12月号
第478号

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.kazamura.jp/>
印刷所 協同印刷工業株式会社



風間浦中学校同志社交流

▶今月の内容◀

- 2～3 風間浦中学校同志社交流
- 4～5 風間浦小学校の校章・校歌について
- 6～7 人権教室/村のわだい
- 8～13 お知らせ/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 はじめまして/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 第24回風間浦中学校同志社交流



今回で24回目となる「風間浦中学校と同志社中学校との交流会」が9月29日（火）から10月2日（金）の日程で行われました。

両校の交流は、平成5年3月2日、風中が同中を訪問してから始まりました。

今年度の交流会へは、風中2年生13人と、引率の先生4人、教育委員会事務局2人の計19人で訪問しました。

今年度の交流は、10月1日の朝の全校礼拝時に、グレイスチャペルにおいて記念品の交換と風中ソールンを披露しました。風中生13人は、同中生と教職員900人の前で、堂々と演舞し、たくさんの拍手を頂きました。

今年度も、京田辺キャンパス・今出川キャンパスの見学の他、新島襄・八重夫妻を始め同志社の礎を築いた多くの同志社関係者が眠る若王子山同志社墓地を訪問し、白いカーネーションを新島襄・八重夫妻のお墓に献花しました。

また、昨年引き続き株式会社秀和（社長は同志社大学OBの奥敏郎氏）さんのご厚意により、がま口の制作体験を実施することができました。

た。職人さんの指導を頂きながら、歴史と伝統を誇る京都ならではの体験をすることができました。

同志社中のみなさん、キャンパス案内をしてくれた学生のみなさん、同志社大学OBのみなさんを始め多くの同志社関係者のお世話になり有意義な交流と体験ができました。ありがとうございました。



株式会社秀和でのがま口製作体験

同志社交流学习を終えて

阿部 大輔

僕は、この3泊4日がすごく楽しかったです。2日目は同志社大学京田辺キャンパスへ行つてとても広くて、グラウンドがいくつもありません。3日目、僕は風中ソールンを披露しました。ピラミッドが成功してホッとしました。

佐賀 廉

2日目は同志社大学今出川キャンパス、京田辺キャンパスを訪問し、3泊4日の中で一番楽しかったです。3日目の同志社中学校との交流会で「なんでもバスケット」というゲームをやつて転びました。それも良い思い出です。

乳井 大空

同志社中学校では、ソールンの披露や記念品の交換をしました。午後からは同志社中学校の生徒と交流をして楽しかったです。この4日間色々な考え方や集団行動の大切さを学びました。

坪田 龍斗

2日目に同志社大学を見学しました。広い設備がすごくて驚きました。ホテルの食事の時、ソフトラクリームを3回おかわりしてとても美味し

かったです。同志社中学校の生徒と楽しく交流できて、思い出に残りました。

傳法 凌毅

1日目は移動と秀和株式会社（がま口作り体験）がありました。京都に着き、バスに乗って移動していると比叡山が見えて、バスガイドさんの説明が面白かったです。とても充実した4日間でした。

平井 拓也

2日目は同志社大学と平等院に行きました。同志社大学は広くてびっくりしました。平等院は昔のことを学べる良い場所でした。この4日間で交流を深めることの大切さを学びました。

南 響

3日目は同志社中学校に行きました。同志社中学校の生徒とふれ合い、京都の人は話しやすいと感じました。この3泊4日で2年生全員が成長できたと思います。

五十洲 ひかり

同志社大学のキャンパスを訪問し、国際交流について知ることができました。場所がとても面白かったです。3泊4日の同志社交流学习で「集団」としての行動の大切さを学び、2年生の「絆」を深めることができました。

岩崎 七海

3日目はメインであるソーラン披露と同志社交流がありました。ソーラン披露では、皆声を出し、ピラミッドも成功させることができました。同志社中学生との交流ではゲームなどをして仲を深めることができて良かったです。

大西 美海

同志社中学校との交流では、たくさんゲームを考えてくださり、おもてなしをたくさんしていただき嬉しかったです。これからも同志社との交流を続けていきたいです。そして、学んだことをこれからの生活に生かしていきたいです。

亀谷 聖夏

1日目は移動でしたが、マナーなどを守ることができました。がま口作り体験では、難しかったけど、上手く作ることができて良かったです。今回の同志社交流会では、集団行動の大切さ5分前行動の大切さを学ぶことができました。

木下 沙那

初めてがま口作りに挑戦しましたが、難しく、また作るのも遅く、自分不器用だとわかりました。いろいろと苦労しましたが、なんとか完成したので良かったです。

宮下 楓

私が一番楽しかったのは3日です。同志社中学校との交流では、「なんでもバスケット」「人間知恵の輪」などをして、最後にダンスを踊りました。これからも同志社との交流が続いてほしいと思いました。

2学年担任 山崎 健也

このたび、縁があり同志社交流学習の引率者として京都に行かせていただいた。

本校に勤務して1年目だが、とても貴重な体験ができた。また、生徒にとっても有意義な同志社交流になった。

1日目。風間浦中学校を出発し、三沢空港へ。三沢空港から羽田空港、そして伊丹空港へ。京都に到着し、秀和株式会社でがま口作り体験をし



京田辺キャンパスにて

た。秀和株式会社の社長は同志社大学のOBであり、その繋がりでのような体験ができた。生徒もがま口作りに集中して取り組んでいた。減多にできない貴重な体験をさせていただいた。

2日目。同志社大学京田辺キャンパス、今出川キャンパスを見学した。今出川キャンパスでは、重要文化財にもなっているたくさんさんの歴史ある建造物を見学し、同志社大学の歴史を肌で感じる事ができた。

3日目。この日は同志社中学校との交流が行われた。我々2年生は、同志社中全校生徒900名の前で記念品の交換、風中ソーランを披露した。風中ソーランでは、1ヶ月程前から踊りの練習やピラミッドの練習を行なってきた。2年生は13名と少人数ではあるが、堂々とした演技で会場を沸かせ、多くの人に感動を与えた。

その後、若王子山同志社墓地を訪れた。山登りは予想していた通り険しく、20分程かかったが、新島襄先生、新島八重さんのお墓にお花を供えることができた。また、2年生13名による風間浦中学校校歌が静かな山全体に響き渡り、感動的であった。

再び、同志社中学校を訪れ、同志社中学校生徒会による交流会が始まった。交流会では、生徒会の皆さんが企画・運営をしたゲームやダン



グレイスチャペルでの交流会

スなどを一緒に行なった。帰りはバスが出発するまで見送りをしていた。だき、同志社中学校の温かさを感じた。

今回の同志社交流では、2年生の成長はもちろん、人との繋がり大切さを学んだ気がする。青森県風間浦村と京都府の位置は遠い距離にあるが、風間浦中学校と同志社との絆は近距離にある。これからも、この同志社交流が末永く続くことを心から願っている。

風間浦小学校の校章及び校歌が決定しました！

◆校章について

校章のデザイン公募には、県内外から27点の応募がありました。その中から統合される3小学校、風間浦中学校の先生方の協力を得ながら選考にあたり、青森市の相馬粕太郎氏と和歌山県の北野公一氏の校章デザインを基本デザインとして採用することに決定しました。

校章デザインの補作等には、青森市の(株)エーアイサインのご協力を頂き、正式に校章として決定しました。

【デザインの趣旨】

下風呂・易国間・蛇浦の3小学校統合と村の木「ヒバ」を緑色の三重の半円で表し、中には、村の花「ハマナス」・村の鳥「カモメ」を図案化して配置し、豊かな自然に育まれながら、伸びやかに成長していく風間浦村の子ども達の姿をイメージしています。



風間浦小学校の校章



風間浦小学校校舎正面イメージ

◆校歌について

校歌の作詞は、歌人の梅内美華子氏（八戸市出身・同志社大学文学部卒業）に依頼、作曲は県内の多くの学校の校歌作曲を手掛けている小倉尚継先生（明の星短期大学音楽科教授）にお願いしました。

風間浦村の豊かな自然に育まれながら、未来へとつづく子ども達の情景が歌われ、3小学校が統合して誕生する「風間浦小学校」にふさわしい校歌ができあがりました。

風間浦村立
平成28年度統合
風間浦小学校校歌

作詞 梅内美華子
作曲 小倉 尚継

♩=98 壮大到美しく

1. そ ら あ お い そ ら さ わ や か に
2. う み あ お い う み は る か な る
3. や ま し ろ い や ま た の も し く

この小節は
歌い分け注意

1. ゆ め と こ - こ ろ を う つ し だ す
3. め ぶ き や - さ し く は く く ん で

2. み ち の せ - か い へ こ ぎ だ そ う

1. か も め の - つ ば - さ か ぜ に の - り ひ
2. は ま な す - の - は な く れ な い - に ど
3. ひ ば の - - た い じ っ は み ど り な - し け

ろ - い - ち き ゅ う に い ざ - な う - よ
- ん な - か ぜ に も ほ げ - ま す - よ
だ か く - そ び - え み ち - び く - よ

み ら - い み ら い み ら い を つ く る ま な び や は か ざ
み ら い を つ く る
み ら い へ つ づ く

(V)
ま う ら か ざ ま う ら し ょ う - が - っ 校

一. そら、青い空 さわやかに

夢と心を 映し出す

かもめの翼 風に乗り

広い地球に いざなうよ

未来をつくる 学び舎は

風間浦小学校

二. うみ、青い海 はるかなる

未知の世界へ こぎ出そう

はまなすの花 ぐれないに

どんな風にも はげますよ

未来をつくる 学び舎は

風間浦小学校

三. やま、白い山 たのもしく

芽吹きやさしくはぐくんで

ひばの大樹は 緑なし

気高くそびえ みちびくよ

未来へつづく 学び舎は

風間浦小学校

易国間小学校人権教室

「人権教室」とは、いじめ等の人権問題について考える機会を作ることによって、相手への思いやりの心や生命の尊さを体得すること等を目的とした啓発活動であり、全国の人権擁護委員が中心となって実施している活動です。

当村では、10月22日(木)易国間小学校の4年生を対象に開催し、理解しやすい内容となるよう、いじめがテーマとなったDVD教材を活用して行われました。児童のみなさんは真剣な表情で視聴しながら、いじめられている子・いじめている子・いじめを見ている子の気持ちを考え、積極的に手を挙げ、感じたことを発表していました。

最後に、むつ人権擁護委員会畑中会長より、「人権とは、幸せに生きるための権利です。赤ちゃんから大人まで、みんな平等に持っています。今回のテーマであるいじめは、人権を奪うことです。一人一人の人権を尊重し、大切にしていかなければなりません。そして、何か困ったときは身近な人に相談してください。その人たちに相談できなければ、我々人権擁護委員がいますので、絶対に一人で抱え込まないでください。」とお話がありました。

今回の教室で、小学生のみなさん

～感想文～

私は、この勉強をして、いじめている人はつらくないけど、いじめられている人はつらいことがわかりました。だから、私はいじめをしたくないし、されるのもいやなので、いじめられている人を見たら、畑中先生が言ったみたいに、大人数で「やめなさい」と言いたいと思いました。これからも、いじめをしないで友達と仲良くしていきたいと思いました。 池田 紀華

私は、今日の「人権教室」を通して、いじめは絶対にしてはいけないということがわかりました。理由は、あやかちゃんがいじめられているのを見て、自分もそういうことをされたらいやだと感じたからです。いじめの合言葉「いじめをいじめで返したら、いじめが返ってくる」を忘れないで過ごしていきたいです。

次に、畑中先生が言っていたこと「協力、いじめをしない」を守ってこれから幸せな日々を送っていききたいと思います。また、友達とは仲良くしていきたいです。今回はお忙しい中、本当にありがとうございました。 松原 絵菜

今日、「人権教室」で、いじめをしてはいけないということが改めてわかりました。もし、気づかぬうちにいじめをしてしまっていたら、謝ることをします。いじめを見たり、聞いたりしたら、大人の人に言います。みんなが幸せに1日1日を過ごせる毎日を自分で作っていききたいです。今日は本当にたくさんのお話を学びました。畑中先生、人生に関わることを教えていただきありがとうございます。 村上 茉奈



人権イメージキャラクター
人KENあゆみちゃん

も人権について考える良い機会になったことと思います。村民の皆さまもぜひ、「人権とは何か・・・」を改めて考えてみていただきたいと思えます。そして、何かお困りごとがあった際は、人権擁護委員までお気軽にご相談ください。



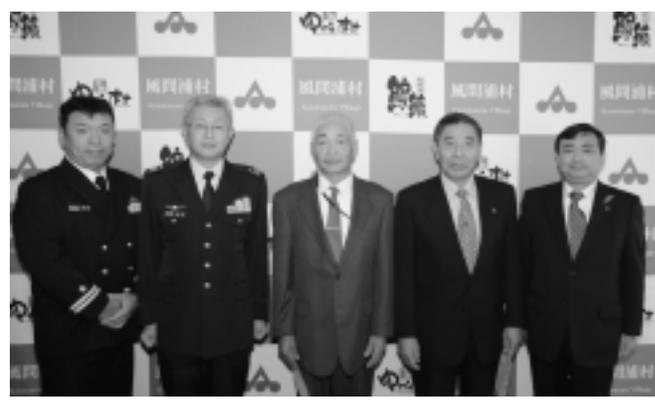
畑中会長のお話

自衛隊募集相談員 委嘱状交付式

10月29日、風間浦村役場村長室において、自衛官募集相談員の委嘱状交付式が行われました。

自衛官募集相談員は、自衛官志願者に関する情報の提供や自衛隊地方協力本部が行う募集のための、いろいろな広報に対する援助を実施して頂いています。

委嘱辞令の交付は、自衛隊青森地方協力本部島津貴治本部長、むつ地域事務所手塚威夫所長の立ち会いの下、木村喜志雄さんと阿部利行さんの二名に委嘱状が交付されました。



手塚所長、島津本部長、木村委員、阿部委員、飯田村長(左から)

LED街頭寄贈

11月9日、東北電力株式会社むつ営業所（相沢利之所長）と株式会社ユアテックむつ営業所（今彰夫所長）から、明るい街づくりの一環として、LED街路灯5基が寄贈されました。

これは、東北電力の社会貢献活動の一環として行われているもので、東北電力株式会社むつ営業所から寄贈されたLED街路灯は、株式会社ユアテックむつ営業所が無償で取付工事を実施し、村内に取り付けされます。



相沢所長、飯田村長、今所長（左から）

木村正氏 平成27年度 全国社会教育委員 連合会長表彰受賞

風間浦村社会教育委員議長である木村正氏が、平成27年度全国社会教育委員連合会長表彰に選出され、10月8日、全国社会教育研究大会において表彰状が伝達されました。

木村氏は、昭和62年から平成7年3月31日及び平成17年10月1日から現在に至るまで、社会教育委員として当村の社会教育振興のため尽力し、また下北地区社会教育委員連絡協議会副会長として、下北地区社会教育委員の振興と発展に先導的役割を果たし、その功績が認められたものです。

この表彰は、社会教育行政において、その功労が特に顕著な社会教育委員に対し、全国社会教育委員連合会長より贈られるもので、今年度青森県内では、木村氏のみを受賞となりました。



88歳到達ご夫婦 おめでとーございます

今年度、ご夫婦ともに88歳以上になられた方々に、青森県知事から顕彰状が贈られ、飯田村長より伝達されました。

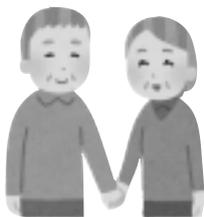
顕彰状は、川崎敏藏さん、ツルさんご夫婦、則田忠雄さん、あきさんご夫婦の2組に送られました。顕彰状を受け取られた方々は、とても喜ばれているようでした。これからも健やかに長生きされますようお祈り申し上げます。



川崎さんご夫婦



則田さんご夫婦



お知らせ *~ information ~*

年末年始函館～大間航路運休のお知らせ

津軽海峡フェリーでは、年末年始の期間中(平成27年12月30日～平成28年1月4日まで)、一部の便を運休いたします。

また期間中は、函館～青森航路では就航船舶の変更、函館～大間航路では一部運航ダイヤの変更をいたしますので、下記運航スケジュールをご確認いただきますようお願い致します。

函館～大間航路

	日 付		12/29	12/30	12/31	1/1	1/2	1/3	1/4	1/5
	便	ダイヤ	火	水	木	金	土	日	月	火
函館発	6	9:10	大函丸	大函丸	運休	運休	運休	運休	大函丸	大函丸
	10	16:30	大函丸	大函丸	大函丸	大函丸	大函丸	大函丸	大函丸	大函丸
大間発	5	7:00	大函丸	大函丸					大函丸	大函丸
	5	8:10			大函丸	大函丸	大函丸	大函丸		
	9	14:10	大函丸	大函丸	運休	運休	運休	運休	大函丸	大函丸

※ 12/31～1/3の間は、5便のダイヤが変更となります。



各医療機関における年末年始の休診日のお知らせ

医療機関 \ 月日	12/26 (土)	12/27 (日)	12/28 (月)	12/29 (火)	12/30 (水)	12/31 (木)	1/1 (金)	1/2 (土)	1/3 (日)	1/4 (月)
風間浦診療所 ☎35-2001	休業	休業	診療日	診療日	休業	休業	休業	休業	休業	診療日
むつ総合病院 ☎22-2111	休業	休業	診療日	休業	休業	休業	休業	休業	休業	診療日
大間病院 ☎37-2105	休業	休業	診療日	休業	休業	休業	休業	休業	休業	診療日

※むつ総合病院・大間病院では、救急患者については、24時間受け付けしております。

自衛採用試験のお知らせ

種 目	受 付 期 間	試 験 日
陸・海・空 自衛官候補生(男子)	平成28年1月22日(金)まで	平成28年1月31日(日)



※自衛官候補生は、3か月の教育訓練を修了後、それぞれ2等陸・海・空士に任用されます。
受験資格：採用予定月の1日現在、18歳以上27歳未満

【お問合せ・申込先】 自衛隊青森地方協力本部むつ地域事務所 (電話 0 1 7 5 - 2 2 - 7 4 8 4)

平成28年度保育所入所児童募集のお知らせ

平成28年度の風間浦保育所への入所児童を次のとおり募集しますので、入所を希望される方は、次の事項にご留意の上「支給認定(現況)兼入所申請書」に必要事項を記入のうえ、期限までに提出して下さい。

1. 申込み受付期間

平成27年12月1日(火)から平成27年12月25日(金)まで

2. 入所対象児童

風間浦村に住所を有し、保護者が就労、疾病、介護等のため保育を必要とする児童で、平成28年4月1日時点で生後満6ヶ月以上の児童。

3. 申込み書類について

①支給認定(現況)兼入所申請書

- ②就労証明書 ・保護者及び、同居している60歳未満の祖父母の分も提出をお願いします。
 ・求職中の場合は、求職活動を証明できるものの提出をお願いします。
 ・勤務先が変わったときは、再度提出をお願いします。

新規入所、継続入所どちらの方も上記二つを提出していただきます。

※申込に係わる書類は、村民生活課(総合福祉センター「げんきかん」内)に用意してあります。
 ※申込みに関する詳細については、下記までお問い合わせ下さい。

□村民生活課 TEL35-3111

—放送大学4月入学生募集—

放送大学はテレビ等の放送やインターネットで授業を行う通信制の大学です。働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で、幅広い世代の方が学んでいます。

ただいま平成28年4月入学生を募集しています。詳しい資料を無料で送付致しますので、お気軽にお問合せください。

- 募集学生の種類
- 教養学部— 科目履修生(6ヶ月在学し、希望する科目を履修)
 選科履修生(1年間在学し、希望する科目を履修)
 全科履修生(4年以上在学し、卒業を目指す)
 - 大学院— 修士科目生(6ヶ月在学し、希望する科目を履修)
 修士選科生(1年間在学し、希望する科目を履修)

- 出願期間 平成27年12月1日～平成28年3月20日
 (インターネットでの出願も受け付けております)

【お問合せ先】資料請求(無料)

〒036-8561 放送大学青森学習センター TEL0172-38-0500

〒039-1102 放送大学八戸サテライトスペース TEL0178-70-1663

放送大学ホームページ <http://www.ouj.ac.jp>

村税等は納期内に納めましょう!

- 12月25日は、固定資産税の第3期納期期限です。
 - 12月28日は、国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の第6期納期期限です。
 - 12月28日は、介護保険料の第4期納期減です。
- 納期内に忘れずに納めましょう!

【お問合せ先】風間浦村役場 税務国保課 (☎35-2111)
 村民生活課 (☎35-3111)

地方税の申告はeLTAX(エルタックス)で！

eLTAXは、地方税における手続きを、インターネットを利用して電子的に行うシステムです。

手続は自宅やオフィスから

複数の地方公共団体へ
まとめて一度に送信

eLTAXのサービスは無料

◆法人市町村民税

平成27年4月1日から全ての地方公共団体で電子申告の受付が可能となりました。

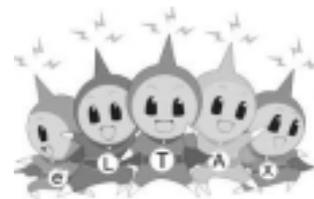
◆固定資産税（償却資産）

平成27年12月21日から全ての地方公共団体で電子申告の受付が可能となる予定です。

eLTAXに関する、詳しい情報は <http://www.eltax.jp>
ホームページをご覧ください。

ヘルプデスクへのお問い合わせ 0570-081459

eLTAXをご利用できる時間 8：30～24：00
(土日祝、年末年始は除く)



イメージキャラクター：エルレンジャー

一般財団法人 地方税電子協議会

ごみの減量・リサイクルにご協力を！

平成28年1月4日から 指定ごみ袋での持ち込みに手数料がかかります

平成28年1月4日から指定ごみ袋での持ち込みに対しても一般廃棄物処理手数料（アックス・グリーンへ持ち込んだ際に支払う手数料）がかかります。

これはごみ袋の種類によって処理手数料の支払いが必要・不要といった状況をなくし、処理手数料の統一化をはかるために変更させていただきます。

ごみの減量・リサイクルに積極的に取り組んでいただきますようみなさまのご理解ご協力をお願いします。

なお、アックス・グリーンへのごみの持ち込みについては、指定ごみ袋でなくても構いませんが、黒いごみ袋やダンボール、フレコンバックなど中身の見えない袋ではなく、安全確保のため透明または半透明の袋を利用してくださいますようお願いいたします。

【お問合せ先】 下北地域広域行政事務組合 廃棄物施設課 電話：33-8851
風間浦村 村民生活課 電話：35-3111

林業退職金共済制度（林退共）からのお知らせ

林業の仕事をしていなかったことがありますか？

林退共済制度に加入していたが、退職金をまだ受け取っていない方を探しています。

以前、林業の仕事をしていましたが、ご自身が林退共へ加入していたか分からない方についてもお調べいたします。

また、罹災された共済契約者及び被共済者の皆様に対し、各種手続き（共済手帳の紛失、退職金の請求等）の必要が生じた場合は出来る限りの範囲において速やかに対応したいと考えておりますので、最寄りの支部又は本部へお問い合わせ、ご相談下さいますようお願いいたします。

【お問合せ先】 独立行政法人勤労者退職共済機構 林業退職金共済事業本部
〒170-8055 東京都豊島区東池袋1-24-1 ニッセイ池袋ビル
TEL：03-6731-2887 FAX：03-6731-2890
※詳しくはホームページでもご案内しております。
<http://www.rintaikyo.taisyokukin.go.jp/>

県税の納税証明書の交付申請について

官公庁の入札参加資格審査申請、建設業許可申請、所得税確定申告、金融機関の融資申込み等のため、県税（法人県民税・事業税・地方法人特別税、個人事業税等）の納税額又は未納額がないことの証明書が必要な方は、次の書類等をご準備の上、県税部窓口にて交付申請してください。

1 本人申請の場合

- (1) 申請書（県税部窓口にて備付。県のホームページからもダウンロードできます。）
- (2) 納税義務者の印鑑（法人の場合は代表者印）
- (3) 本人確認ができる書類（運転免許証等顔写真付のものは1枚、顔写真のないものは2枚）
- (4) 手数料 一通につき四百円分の県証紙

2 代理人申請の場合

前記1(1)・(4)のほか、

- (5) 納税義務者の自署押印（実印）による委任状
- (6) 代理人の印鑑
- (7) 代理人の本人確認ができる書類
（運転免許証等顔写真付のものは1枚、顔写真のないものは2枚）

納税証明書は、納税者の皆様の大切な情報を証明するものですので、窓口での確認を厳格に行っております。ご理解をお願いします。

※郵送による交付申請もできますので、詳しくは県税部までお問い合わせください。

【お問合せ先】 下北地域県民局県税部納税管理課 電話 0175-22-8581 内線203

大間病院だより

その「めまい」放って置いて大丈夫？

大間病院 内科医長 松岡 保史

早いもので、今年も「師走」となりました。「師走」の語源は、「師匠も忙しく走り回る時期」という説があります。皆様も年末・年始の準備に「目が回る」忙しさなのではないでしょうか。「目が回る」は忙しい様を表す言葉ですが、本当に周りのものがグルグル回るような感覚に陥る事があり、「回転性めまい」と医学的に言います。「めまい」を単なる疲れだと思ってはいませんか？その中には、人生を大きく変えてしまう怖い病気が隠れている事もあるのです。今回は「めまい」の中でも、重大疾患が原因となっているものについて簡単に解説します。

天井が回る、ふらふらする、倒れそうになる、真っ直ぐ歩けない、後へ引き込まれそうになる、目の前が真っ暗になるなど、人によって全く違う症状が「めまい」という言葉で表現されます。そのため原因を特定する事が難しい病気の一つです。原因として多いのは、身体のバランスを取る「三半規管」という耳にある臓器の異常で、回転性めまいが特徴とされています。「めまい」の原因となる重大疾患は、①脳卒中②心疾患（不整脈など）③循環不全（重症貧血、脱水など）などがあります。それぞれに特徴があり、その有無を確認することで医師は診断の助けとしています。以下に特徴を記載しますので参考にしてください。

※全ての人に当てはまるわけではありませんので、あくまで参考程度に考えてください。

- ①脳卒中…ふわふわ浮いた様なめまい、突然発症する、症状が治まることはない、身体に麻痺がある、意識がおかしい、言葉が出ない、頭痛がある など
- ②心疾患…動悸がある、胸苦・胸痛がある、息切れがある、むくみがある など
- ③循環不全…眼前暗黒感（目の前が暗くなる）、出血が疑われる（黒色便、血便、吐血、外傷）など

「めまい」の多くが危険ではないもので、放っておいても大丈夫である事が多いのも事実です。しかし、中には人生を大きく狂わせてしまう怖い病気も隠れているのです。この文章を読んでいるあなたが、年越しの準備をしているときに「めまい」を感じたら、危険な「めまい」ではないか考えてください。もし危険な「めまい」に当てはまる時は、放って置かずに医療機関へ相談してくださいね。



マイナンバー制度に便乗した詐欺にご注意を！

見守り 新鮮情報

事例1 「マイナンバー制度の導入に伴い、個人情報調査中である」と言って、女性が来訪し、資産や保険の契約状況などを聞かれた。本当に行政機関がそのような調査をしているのか。
(60歳代 女性)

事例2 若い男性から「マイナンバーが順次届いており、みんな手続きをしているが、あなたは手続きしたか」との電話があった。「まだしていない」と答えると、「早く手続きをしないと刑事問題になるかもしれない」と言われ、不審に思った。
(70歳代 男性)



マイナンバー制度に 便乗した詐欺に注意

ひとこと 助言



上のよう
なことは
ありません

信じちゃダメ

見守るくん

- マイナンバーの通知や利用手続き等で、国や自治体の職員が家族構成、資産や年金・保険の状況等を聞くことはありません。
 - 不審な電話はすぐに切り、来訪の申し出があっても断ってください。不審なメールは無視しましょう。
 - 万が一金銭を要求されても決して支払わないようにしましょう。
 - 少しでも不安を感じたら、すぐにお住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン 188番)。
- *なお、「通知カード」「個人番号カード」に関することや、その他マイナンバー制度の問い合わせは、マイナンバー総合フリーダイヤル 0120-95-0178 (無料)で受け付けています。

本文イラスト：黒崎 玄

見守り新鮮情報 第235号改訂特別号 (2015年11月18日) 発行：独立行政法人国民生活センター

※こうした注意喚起は「見守り新鮮情報」として、メールアドレスを登録された方に、国民生活センターより月2～3回配信しています。メールマガジンの登録は「国民生活センター 見守り情報」で検索して下さい。

【問合せ先】 風間浦村 総務課 企画・財政グループ 電話：0175-35-2111

海上保安庁からのお知らせ

1月18日は「118番の日」

- 海上における事件事故の緊急通報用電話番号は局番なしの「118番」
- キャッチコピー「海のもしものは118番」

次のような場合には「118番」通報してください。

- ・海難人身事故に遭遇した、または目撃した。
- ・見慣れない船、不審な船を発見した。
- ・密輸・密航事犯等の情報を得た。
- ・油の排出等を発見した。

○いたずら電話などは本来の緊急通報対応の妨げとなりますので、おやめください。

【お問合せ先】青森海上保安部管理課

〒030-0811 青森市青柳1-1-2 TEL 017-734-2423 FAX 017-734-2430



年金だより

～新成人の皆さんへ～

20歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったときやいざというときの生活を、現役世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

具体的には、若いときに公的年金に加入し保険料を納め続けることで、年をとったときや、病気やケガで障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、年金を受け取ることができる制度です。

国民年金のポイント

◎将来の大きな支えになります

国民年金は20歳から60歳までの人が加入し、保険料を納める制度です。

国が責任をもって運営するため、安定していますし、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

◎老後のためだけのものではありません

国民年金には、年をとったときの老齢年金のほか障害年金や遺族年金もあります。障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。また遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族（「子のある配偶者」や「子」）が受け取れます。

「学生納付特例制度」と「若年者納付猶予制度」

★「学生納付特例制度」

学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

対象となる学生は、学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校（修業年限1年以上である課程）、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。

★「若年者納付猶予制度」

学生でない30歳未満の方で、ご本人及び配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

国民年金のご相談・手続き等については市（区）町村または年金事務所までお問い合わせください。

【お問合せ先】むつ年金事務所（☎22-2278）

風間浦村役場国保課 国保グループ（☎35-2111）

健康だより

お口のケアは健康の第一歩！

インフルエンザの流行する季節になってきました。インフルエンザ予防のために、うがい・手洗い、マスク着用が大切な事は勿論ですが「口腔ケア」も重要です。口腔内の細菌が粘膜を破壊し、インフルエンザが侵入しやすくなってしまいます。

ある介護保険施設では週に1度歯科衛生士による口腔ケアを実施したところ、インフルエンザ発症率が10分の1に激減しました。高齢者では、口腔内の細菌が肺に誤って入ることで、誤嚥性肺炎を引き起こすとされており、口腔ケアは重要なのです。

お口の健康を守ることは、全身の健康を守るということです。皆さんも歯磨きで心と体の健康を保ちましょう。

口腔ケアの効果

- ①肺炎の予防
- ②認知症進行の予防
- ③転倒の予防
- ④口臭・虫歯の予防
- ⑤糖尿病・ガン等の予防

肺炎の危険性

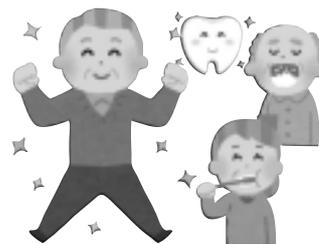
何もしない | 歯磨きした

2倍



最近の研究では、歯周病と全身の病気との関係性が明らかになっています。

さらに歯が多く残っている人や、歯が少なくても義歯等を入れている人では、歯が少ない人また義歯を入れていない人と比較して、認知症になる可能性や転倒する危険性が低いという研究結果も出ています。



日々の歯磨き・口腔ケア、定期的な受診で、お口と身体を病気から守りましょう！！

村では、10月からインフルエンザワクチンの助成・11月から高齢者肺炎球菌ワクチンの助成を実施しています。希望される方は期間内に接種して下さるようお願いいたします。なお、詳細については毎戸配布チラシ及び10月号村広報をご覧ください。

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.268

シルバー人材センターが 奉仕活動

社協が運営するシルバー人材センターは10月21日（水）、げんきかん前の遊歩道で美化ボランティアを行いました。

この日は会員ら17人が日ごろの業務などで培った技術や経験を活かし、草刈りや木のせん定などに汗を流しました。

参加者は午前8時半から昼にかけて、せん定ばさみや草刈り機などを手に美化作業に励みました。

◎会員の皆さん、寒い中を早朝から作業して下さい、ありがとうございます。（シルバー担当・佐藤）



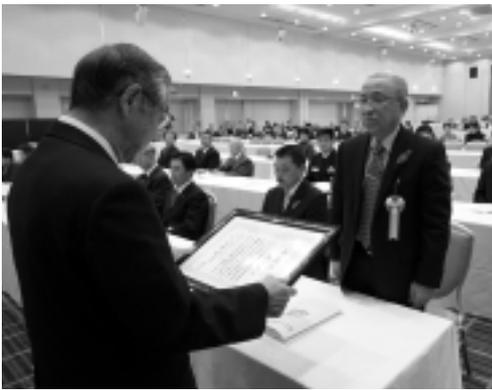
作業風景

むつ下北地域 社会福祉大会開催

11月6日（金）「むつグランドホテル」において、むつ下北地域の福祉関係者ら出席のもと「第10回むつ下北地域社会福祉大会（むつ市社会福祉大会共催）」が開催され、当社社協役員、民生児童委員ら17名が参加しました。

八戸市社協会長で臨済宗妙心寺派、南宗寺住職の田口豊實（とよみ）氏が「価値観の響育・好老社会を創ろう」と題して講演。

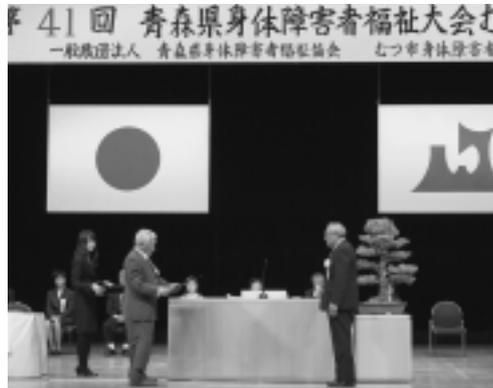
大会式典では、当社協の土井昭三理事が福祉事業推進に尽力した功績により、福祉功労者表彰を受賞しました。



表彰を受ける土井理事

村身体障害者福祉会ニユース

当福祉会では、フレッシュな新会員を絶賛募集中です！！
入会して皆で楽しみませんか？
社協内事務局 担当：木下喜友
電話番号：三五―二二四三



浜辺会長に更生援護功労表彰



下北郡レク交流会のもよう

皆さまの善意に 心から感謝申し上げます

このほど、次の方々から寄附を頂きました。有難うございました。

◎寄附金

易国間長寿会サークル

えがおの会 様

◎レク・リハビリ用具 二点

青森県東部地区郵便局長会

夫人会 下北北部会 様



えがおの会代表皆野妙子さん



郵便局長会の皆さん

い とう れん
伊 藤 蓮 ちゃん

H26.8.3生 蛇浦(保護者:謙)

わが家のお転婆なお姫さま。よくしゃべり、よく笑い、家族を笑顔にしてくれます。これからもどんどん素敵な女の子になってね♥ お父さん・お母さんより



満1歳になりました。
これからもヨロシク!!

は
じ
め
ま
し
て

平成28・29年度 指名競争入札参加資格審査申請の受付について

一部事務組合下北医療センター(指定管理施設を除く。)が発注する工事の請負、測量・コンサルタント業務、物品の製造・販売、役務の提供等の指名競争入札に参加を希望する方は、申請してください。

【受付期間】平成28年1月12日(火)～29日(金) ※土・日曜及び祝日を除く

【提出関係書類】むつ総合病院ホームページから申請要項及び様式をダウンロードし、申請要項に基づき、それぞれの業種に応じて必要な書類を取り揃えて提出してください。

※ダウンロードサイトのアドレスは次のとおりとなります。

<http://www.hospital-mutsu.or.jp/shimei.html>

【資格の有効期限】平成28年度及び平成29年度の2年間
(平成28年4月1日から平成30年3月31日まで)

【提出方法】持参、郵送のいずれでもかまいません。

【お問合せ先】〒035-8601 青森県むつ市小川町一丁目2番8号
一部事務組合下北医療センター むつ総合病院 管財課契約審査係
電話番号(0175)22-2111 内線3273

戸籍の窓

(10月届出分)

●お悔み申し上げます

若 佐 光 人 さん (66歳) 蛇 浦
吉 田 き ね さん (91歳) 蛇 浦
橋 本 勝 弘 さん (71歳) 下風呂

私たちの村の人口

(10月末現在)

男	1,049人	(先月比-4人)
女	1,068人	(〳 +2人)
計	2,117人	(〳 -2人)
世帯数	969世帯	(〳 ±0世帯)