

2019

5月号

第519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



～平成31年度風間浦小学校入学式～

▶今月の内容◀

- 2～3 村のわだい
- 4～5 ニューフェイス紹介
- 6 納税カレンダー
- 7 大間病院職員採用試験実施のお知らせ
- 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 風間浦保育所入所式 他

▶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。



風間浦小・中学校入学式

4月6日(土)、風間浦小・中学校において入学式が執り行われました。

風間浦小学校では、保育所を卒園し、この日を楽しみにしていた7名の新1年生が入学しました。児童たちは緊張しながらも、先生の後ろを元気よく歩いて入場する姿がとても印象的でした。「新入生紹介」では、名前を呼ばれると大きな声で「はいっ!」と返事をしていました。

また、中学校では少し大きめの真新しい制服に身を包み、15名の新入生が入学しました。式では、新入生を代表し、高橋心優さんが力強く誓いのことばを述べました。在校生による歓迎の歌もあり、とても和やかな入学式となりました。

これからの学校生活で沢山のことを学び、みなさんが充実した学校生活を送れるよう願っています。



風間浦小学校



村から入学祝い品が贈呈されました



校長先生のお話をきちんと聞いています



みんな緊張気味です

風間浦中学校



誓いのことばを述べる高橋心優さん



新入生入場



記念撮影の様子



第3回ノルディックウォーキング 健康づくり教室

3月30日(土)、一般通行解禁前の八甲田・十和田ゴールドラインにウォーキングコースを移し、第3回ノルディックウォーキング健康づくり教室を開催しました。

今年33名が参加。出発前には、西村司健康運動指導士から準備体操の指導を受け、酸ヶ湯から谷地間の8kmにおいて完歩目指して出発しました。最大積雪高7・4mの雪の大回廊と雄大な自然の中を、参加者それぞれが自分のペースで歩き通し、全員が完歩しました。

本年度も村では青森県の補助事業を活用し、様々な健康づくり事業を実施していく予定です。すでにノルディックウォーキングを実践している方、今一度、講師の指導を受けてみませんか。また、これから始めたいと思っている方、運動指導士のアドバイスを受けてみませんか。ぜひ村民皆さんの参加をお待ちしています。

問い合わせ先

役場村民生活課 ☎35-3111
ウォーキングボールの貸し出しも
行っておりますので、お気軽にお問
い合わせください。



こんなに高い雪の壁見たことない！



いってきま〜す！

春の交通安全運動& 風小交通安全教室

4月7日(日)から13日(土)までの7日間、春の全国交通安全運動が展開されました。自動車やバイクの運転免許を取得したばかりのドライバーが増加し、事故のリスクが高まる時期です。また、入学シーズンを迎え、子どもの交通事故が多発するのを懸念し、関係団体が様々な運動を展開しました。

村内では、小中学生の登校時に街頭指導を実施し、交通安全の啓蒙活動を行いました。

また、4月10日(水)には、風間浦小学校において交通安全教室が行われ、大間警察署風間浦駐在所より貝森巡査部長を講師に招き、児童達が自らの命を守るために、道路の歩行・横断についての正しい方法とルールを学びました。3年生以上の学年は、自転車教室で正しい乗り方だけでなく、駐車車両の側方通過やジグザグ走行も行い、バランス感覚の難しさに苦戦していましたが、みんな真剣に取り組んでいました。

子どもだけでなく、高齢者が関係する事故の割合も依然として高いため、村民一人一人が交通ルールを理解し、交通安全マナーを習慣付けましょう。



自転車の指導を受けています

保育所バスが 新しくなりました！

子どもたちが楽しく安心して通園できる環境を整えるため、ふるさと納税寄付金を活用し、保育所バスを新しく購入しました。

バスにはあんきもののイラストがプリントされており、可愛らしいデザインです。

毎日子どもたちのために活躍しています。



ニューフェイスの紹介



この4月から勤と紹
小・中学校とを
務めた方々を
なす方々を
介します。

- ①役職・担任
- ②前任校
- ③出身地
- ④ひとこと

風間浦小学校



小松 章彦さん

- ①校長
- ②むつ市立川内小学校
- ③三戸郡階上町
- ④美しく豊かな自然に恵まれ、新たな

る伝統を築く風間浦小学校に対する熱い思いを受け止め、微力ながら精一杯務めさせていただきます。今年1年間、子どもたちとのふれあいを大切に過ごしたいと思えます。宜しくお願ひします。



伊藤 慎さん

- ①教頭
- ②下北教育事務所
- ③むつ市
- ④17年ぶりに風間浦村に戻ってまい

りました。内示があつてももなく、風間浦村内を車で走り、懐かしい風景に胸が熱くなりました。(特に蛇浦小学校の校舎が昔と変わらぬ姿であつたことに感動しました。)初めての教頭で至らない点も多々あるかと思いますが、精一杯頑張ります。よろしくお願ひします。

風間浦中学校



祐川 明生さん

- ①教諭・教務主任
- ②むつ市立関根中学校
- ③むつ市
- ④初めて風間浦村に勤務することに

なりました。佐井村2年、大間町11年の後、北通り最後の町村になりました。これで下北全町村を制覇しました。校門から眺める津軽海峡の景色に改めて「いい場所だなあ。」と感じています。



古里 ふく子さん

- ①教諭・2学年主担当
- ②むつ市立大畑中学校
- ③むつ市
- ④初めて風間浦中学校での勤務とな

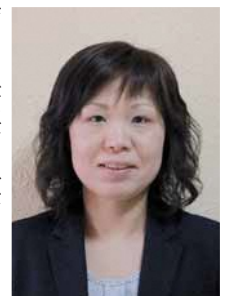
ります。峠を越え、海沿いを通りながらの通勤は、下北に住んでいながら、今までは全く違う景色に見られてしまいます。温泉も大好きです。学校に早く慣れて、生徒と楽しく過ごしたいと思ひます。よろしくお願ひ致します。



若山 奈緒子さん

- ①養護教諭・1学年主担当
- ②佐井中学校
- ③下風呂甲
- ④27年ぶりに風中へ通うことにな

りました。入学式の入場の歌や大地讃頌など校内に響き渡る合唱。当時のままの校舎。現在まで大切に受け継がれてきたことに感動しています。生徒とともに元気に頑張っていきたいと思ひます。どうぞ、よろしくお願ひいたします。



葛西 郁美さん

- ①講師・2学年副担任
- ②むつ市立田名部中学校
- ③むつ市
- ④自然に囲まれたこの風間浦で、子ど

もたちと明るく楽しく元気よく、毎日を過ごしたいと思ひます。また、日々の活動を通してたくさんの方のことを学び、共に成長していければと思ひます。どうぞよろしくお願ひします。



加藤 雄大さん

- ①教諭・1学年担任
- ②むつ市立大畑中学校
- ③県内各地を転々と…(転勤族だったので)
- ④初めての風間浦中学校勤務となり

ます。わからないことがたくさんありますが、新たな出会いに感謝しながら、生徒とともに成長していけるよう精一杯頑張っていきたいと思ひます。よろしくお願ひします。

風間浦村役場

この4月からと紹
風間浦村役場とを紹
勤務する職員を紹
なした職員を紹
介します。

①出身地
②担当課職名
③ひとつと



大野 祐太郎さん

- ①風間浦村 蛇浦
- ②産業建設課
- ③産業振興グループ 主事
- ④4月より風間浦村役場で勤務させて
いただきます。大野と申します。
生まれ育った風間浦村で働くこと
がで光栄に思います。これまで
の社会人経験を活かし「誠実な対応
と新たな視点」を常に持ち、恩返し
と村のために貢献できるように日々
勤めさせていただきます。みなさ
ま宜しくお願いします。



両角 まどかさん

- ①むつ市
- ②税務国保課 国保グループ 主事

- ③4月から風間浦村役場、税務国保課
国保グループに配属され、後期高齢
者医療保険と国民健康保険を担当
することになりました。両角まどか
と申します。以前、易間浦小学校で
H22年4月から5年間、学校事務と
して働いていました。これまで
培ってきた事務経験を活かしなが
ら、夫の生まれ育った風間浦村に少
しでも貢献できるような精一杯頑張
りたいと思います。よろしくお願
いします。



佐々木 麻衣さん

- ①大間町
- ②企画政策課
- ③企画調整グループ 主事
- ④4月より風間浦村役場に勤務させ
ていただくことになりました佐々
木麻衣と申します。これまでの社
会人経験を活かし、日々学ぶ姿勢を
大切に業務に取り組みます。村に
ついての理解を深め村民皆様のお
役に立てますよう頑張ります。よ
ろしくお願いたします。

風間浦消防分署

この4月から
村内で勤務する職
員とを紹
介し
ます。

①前勤務地等
②出身地
③担当業務
④ひとつと



山本 貴稔さん

- ①下北地域広域行政事務組合
むつ消防署
- ②実家・横浜町
- ③現在…むつ市大畑町
- ④この度の人事異動で、4月から風間
浦消防分署で勤務させて頂いてお
ります山本と申します。大畑消防
署で10年、むつ消防署で4年勤務
し、救急救命士資格を取得してから
3年経過しました。まだまだ経験
不足ではありますが、訓練に励み地
理水利をいち早く把握し、風間浦村
のために一生懸命頑張っていきた
いと思いますので、皆様どうぞよろ
しくお願いたします。

大間警察署地域課 風間浦駐在所

この4月から
村内で勤務する職
員とを紹
介し
ます。

①前勤務地等
②出身地
③担当業務
④ひとつと



笹谷 貴志さん

- ①下北地域広域行政事務組合
大間消防署
- ②実家・大間町奥戸村
- ③現在…大間町奥戸村
- ④平成8年4月大間消防署勤務から
初めての異動となりました笹谷で
す。早く勤務に慣れ、風間浦村、風
間浦消防分署のいいところを取り
入れながら日々訓練に励み、チーム
ワークを第一に頑張ります。どう
ぞよろしくお願い致します。



貝森 慶樹さん

- ①むつ警察署
- ②青森市
- ③警察業務（風間浦駐在所勤務）
- ④このたび、大間警察署風間浦駐在所
配属となりました貝森です。風間
浦は、豊かな自然に囲まれた素敵な
村だと思っています。温泉と魚介類が
好きな私としては、風間浦で勤務で
きる事が幸いです。微力ながら
風間浦村のために尽力したいと思
いますので宜しくお願い致します。



納税カレンダー

31
年度

納期内納付にご協力を

【保存版】見やすい所に貼り付けてご利用ください。

(普通徴収分)

	村・県民税	固定資産税	軽自動車税	国民健康保険税	後期高齢者 医療保険料	介護保険料
5月 納期限		第1期 5月31日(金)	全期 5月31日(金)			
6月 納期限	第1期 7月1日(月)					第1期 7月1日(月)
7月 納期限		第2期 7月31日(水)		第1期 7月31日(水)	第1期 7月31日(水)	
8月 納期限	第2期 9月2日(月)			第2期 9月2日(月)	第2期 9月2日(月)	第2期 9月2日(月)
9月 納期限				第3期 9月30日(月)	第3期 9月30日(月)	
10月 納期限	第3期 10月31日(木)			第4期 10月31日(木)	第4期 10月31日(木)	第3期 10月31日(木)
11月 納期限				第5期 12月2日(月)	第5期 12月2日(月)	
12月 納期限		第3期 12月25日(水)		第6期 12月31日(火)	第6期 12月27日(金)	第4期 12月27日(金)
1月 納期限	第4期 1月31日(金)			第7期 1月31日(金)	第7期 1月31日(金)	
2月 納期限		第4期 3月2日(月)		第8期 3月2日(月)	第8期 3月2日(月)	第5期 2月28日(金)
3月 納期限					第9期 3月31日(火)	

納め忘れは
ありませんか？ **納められない場合は早めにご相談ください**

村税等は、定められた納期限までに自主的に納めていただくものです。まだ納付がお済みでない方は、納期内に納めた方との公平性を失うこととなりますので、至急納付してください。

滞納した場合は、本来納めるべき金額のほか督促手数料(1件100円)と延滞金が増加されるなど不利益を受けることとなります。督促状や催告書などで再三にわたり納付をお願いしても納めない方や納税相談の要請に応じない方に対しては、財産差し押え等の滞納処分を行い、税負担の公平・公正を図っていきます。

【お問合せ先】

風間浦村 税務国保課

☎0175-35-2111

〔 介護保険料については
村民生活課
☎0175-35-3111 〕

2019年度 大間病院職員採用試験実施のお知らせ

大間病院では、2020年4月1日採用予定の職員（短大卒業程度（中級：一般））について、次のとおり採用試験を実施します。

1 試験種別、職種、採用予定人員及び採用予定年月日

試験種別	職種	採用予定人員	採用予定年月日
社会人枠	行政職	1名	2020年4月1日

2 受験資格

試験種別	受 験 資 格
社会人枠	昭和57年4月2日から平成元年4月1日までに生まれた方で、高等学校以上を卒業し、平成31年4月1日時点において民間企業等における職務経験を5年以上有する方。
	1)「民間企業等における職務経験」には、民間企業のほか、国、地方公共団体、各種法人（財団法人、社団法人等）、各種団体等の職務経験が該当する。 2)「5年以上」とは、それぞれの企業・団体等で週30時間以上の勤務を1年以上継続し、これらの経験が通算5年以上であることを要する。（同時期に複数の企業・団体等に勤務していた場合は、いずれか一方の勤務時間のみ職務経験とする。

ただし、いずれの職種も日本国籍を有しない者、自力により通勤ができない者、介護者なしに職務の遂行が困難な者及び地方公務員法第16条に規定する次に掲げる者は、受験できません。

- ①成年被後見人又は被補佐人
- ②禁錮刑以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで又はその執行を受けることがなくなるまでの者
- ③一部事務組合下北医療センター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、日本国憲法又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、又はこれに参加した者

3 試験の方法及び内容

試験区分	区 分	内 容
第1次試験	社会人基礎試験・各種検査	職務基礎力試験・職務適応性検査・性格特性・クレペリン
第2次試験	作文試験・面接試験	文章表現力等の評価・個人面接

4 試験日等

試験区別	試験日	試験実施場所	合否発表の時期と方法
第1次試験	9月22日(日)	青森市内 (場所は後日通知)	10月中旬までに受験者全員に合否を郵送で通知
第2次試験	11月中旬	大間病院	11月下旬までに受験者全員に合否を郵送で通知

5 受験申込方法

- ①受験申込書：受験申込書類は自筆で記入し、総務係まで提出してください。
なお、郵送により申込みをする場合は、封筒の表に「受験申込み」と朱書きしてください。
※受験申込書類は、総務係で受取るほか、大間病院ホームページからダウンロードすることができます。なお、郵送で請求する場合は、封筒の表に『受験申込書請求』と朱書きし、受験種類がわかるようにし、返信用封筒（長4大封筒に返信先の住所・氏名を明記し、82円切手を貼り宛名を明記）を同封してください。
- ②顔写真：受験申込書添付のほか2枚（縦4cm×横3cm）。

6 受験票の交付

受験票は各試験の申込受付期間終了後に郵送にて交付します。
なお、8月末日までに受験票が届かない場合は、総務係まで連絡してください。

7 申込み受付期間

2019年5月1日(水)から5月31日(金)まで（ただし、土曜日、日曜日及び休日を除く）
※上記の受付時間は、午前8時15分から午後5時までです。

郵送による場合は、受付期間終了日までの消印のあるものに限って受け付けます。

8 給 与

基本給は、一部事務組合下北医療センター職員の給与に関する条例に基づき決定し、昇給は原則として年1回行います。
また、6月、12月に期末・勤勉手当、11月から3月まで寒冷地手当が支給されるほか、支給条件に応じて、扶養手当、通勤手当、住居手当等の各種手当が支給されます。

9 勤務時間、休日及び休暇

勤務時間は、午前8時15分から午後5時までで、毎週土・日曜日、祝日及び年末年始が休日となっています。
年次有給休暇は、年間20日（4月採用の場合は、初年15日）で、残日数は20日を限度に繰越できます。
その他の休暇として、結婚休暇、ボランティア休暇、夏季休暇などの特別休暇や介護休暇制度、育児休業制度などがあります。

10 その他

この試験についての「お問い合わせ」「受験申込み先」は下記のとおりです。

〒039-4601 青森県下北郡大間町大字大間字大間平20-78
国保大間病院 総務係 ☎0175-37-2105

お知らせ *~information~*

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

1 保険料の軽減措置について

■所得が低い方の軽減

- 同一世帯内の被保険者及びその世帯の世帯主の所得を合わせた合計所得に応じて、次のとおり均等割額を軽減します。

世帯の所得額の合計	軽減割合
33万円以下かつ被保険者全員が所得0円の場合 (ただし公的年金控除額は80万円として計算)	8割 ※1
33万円以下	8.5割
33万円 + (28万円 × 被保険者の数) 以下 ※2	5割
33万円 + (51万円 × 被保険者の数) 以下 ※3	2割

- ※1 平成30年度の軽減割合は、9割
- ※2 平成30年度は、33万円 + (27万円5千円 × 被保険者の数) 以下
- ※3 平成30年度は、33万円 + (50万円 × 被保険者の数) 以下

- 被保険者の基礎控除後の所得が58万円以下の方の所得割額の軽減は、平成30年度以降廃止となっています。

■被用者保険の被扶養者であった方の軽減

- 後期高齢者医療に加入してから2年間は、均等割額が5割軽減されます。
- 所得割額の負担はありません。

※被用者保険とは、全国健康保険協会管掌健康保険、船員保険、健康保険組合、共済組合などです。
※元被扶養者であっても、世帯の所得が低い方は、均等割の軽減（8割、8.5割軽減）が受けられます。

その他ご不明な点は、青森県後期高齢者医療広域連合（電話017-721-3821）までお問い合わせください。

2 事故にあったとき（第三者行為による傷病届について）

交通事故及びけんか等、第三者の行為による負傷で、健康保険で治療を受けたときには「第三者行為による傷病届」をお住まいの市町村役場へご提出くださいますようお願いいたします。

なお、詳細につきましては、風間浦村役場（電話0175-35-2111）または青森県後期高齢者医療広域連合（電話017-721-3821）までお問い合わせください。

下北地域県民局より事業主（給与支払者）の皆様へ重要なお知らせです！

平成26年度より、下北管内5市町村（むつ市、大間町、東通村、風間浦村、佐井村）と下北地域県民局県税部が連携し、法定要件に該当する全ての事業主に、個人住民税の特別徴収義務者の指定を行っています。

5月に各事業主（特別徴収義務者）宛に特別徴収税額決定通知書を送付いたしますので、6月支給分の給与から天引きを開始してください。

その後、各市町村から送付される納入書により、天引きした月の翌月10日までに金融機関で納付してください。特別徴収の適正な実施のために、ご理解とご協力をお願いいたします。

【お問合せ先】 下北地域県民局県税部 ☎ 0175(22)8581 内線210、211
風間浦村 税務国保課 ☎ 0175(35)2111



2019年工業統計調査を実施します



工業統計調査は我が国の工業の実態を明らかにすることを目的とした統計法に基づく報告義務がある重要な統計です。

調査結果は中小企業施策や地域振興などの基礎資料として利活用されます。
調査時点は2019年6月1日です。調査票へのご回答をお願いいたします。

行政相談をご利用ください

総務省は、風間浦村の行政相談委員に、工藤憲一氏を平成31年4月1日付で委嘱しました。

住民の皆さんが毎日の暮らしの中で、行政が行う仕事についての苦情や意見・要望などがあつたとき、もっとも身近な相談相手になるのが行政相談委員です。

- 苦情を直接申し出にくい
- どこへ申し出たらよいかわからない
- 苦情を申し出たがその措置に納得できないなど

相談は無料で秘密は厳守しますので安心です。お気軽にご利用ください。



400mL献血にご協力ください

医療需要に応えるため、バス1台当たり43人を目標としています！

※事前検査等で献血できない方が1～2割いらっしゃいます。

日時：5月16日(木) 14:30～16:30

場所：風間浦村中央公民館

〈お願い〉

- ①当日は朝食や昼食を摂ってきてください。
- ②服薬中の方はお薬の名前がわかるものをご持参ください。
- ③医療現場では400mL献血由来の血液を必要としています。
400mL献血にご協力をお願いします。※体重50kg以上が必要となります。

献血にご協力いただいた方には、サービスとして血液検査の結果をお届けします。
健康管理にお役立てください。

【お問合せ先】 青森県赤十字血液センター ☎017-741-1512



消費税軽減税率制度説明会を開催します

軽減税率制度は全ての事業者の方に関係があり、円滑な導入のため早期に対応準備が必要です。軽減税率制度等に関する説明会を開催しますので、是非ご参加ください。

※席に限りがあることをご了承ください。

●説明会の内容

- 消費税軽減税率制度の概要
- 軽減税率対策補助金（レジ導入等）
- 区分経理（帳簿、請求書等の記載）
- インボイス制度

●開催日時

令和元年6月7日(金)

①10:30～12:00

②14:00～15:30

(※①②とも同じ内容です)

●開催場所

大間町総合開発センター

(住所：下北郡大間町大字大間字奥戸下道20-1)

【お問合せ先】 むつ税務署 調査部門 ☎0175-22-3294

定例労働相談会について

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、青森県労働委員会委員が相談に応じます。

開催日時及び場所

開催日	時 間	場 所
5月19日(日)	10時30分～12時30分	青森県労働委員会 (県庁国道側向かい みどりやビル7階)
6月4日(火)	13時30分～15時30分	
6月16日(日)	10時30分～12時30分	
7月2日(火)	13時30分～15時30分	
7月21日(日)	10時30分～12時30分	

対 象 者：県内の労働者、事業主

相 談 員：青森県労働委員会委員

（ 青森県労働委員会とは…
青森県の行政機関の一つ。労働問題について専門的知識を持つ、公益委員（弁護士等）、労働者委員（労働組合役員等）、使用者委員（会社経営者等）で構成されており、中立・公正な立場で労働問題を解決する。 ）

費 用：無料

利用方法：随時受付（事前予約優先）

【お問合せ先】 青森県労働委員会事務局 ☎ 017-734-9832

FAX 017-734-8311

労働相談ダイヤル ☎ 0120-610-782

URL <http://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/job/roi-sodankai.html>

離職者等再就職訓練の受講生募集について

医療人に必要な医療保険事務（医科・歯科）に関する知識を習得する職業訓練の受講生を募集します。

訓練内容：医療人に必要な医療保険事務（医科・歯科）に関する知識の習得

募集人員：15名

募集期間：令和元年5月31日(金)まで

訓練期間：令和元年6月19日(水)～令和元年9月18日(水)

受講資格：公共職業安定所に求職申込を行っている方。

離職者等で職業に必要な技能及び知識を習得しようとする方。

応募手続：受講申込書に必要事項を記入し、最寄りの公共職業安定所に提出してください。

訓練場所：ニチイ学館 八戸支店 むつ教室

受 講 料：無料（ただし、テキスト代等は自己負担）

（テキスト代・災害保険加入費・資格試験検定料 合計58,000円程度）

※当該訓練は、訓練希望者の応募状況等により実施されないこともありますので、あらかじめご了承ください。

【お問合せ先】 青森県立むつ高等技術専門校 ☎ 0175-24-1234（担当：今・浜田）

大間病院だより

「ステロイド外用剤の使い方について」

大間病院 内科医長 村井 正隆

みなさんこんにちは。大間病院内科医師の村井正隆です。今年度もよろしくお願ひします。外来診療をしていると「家族がもらってる軟膏を借りて痒いところにつけてる」とか、「以前、足に塗るようにもらった軟膏を顔につけてる」という方とお会いする機会が多いため、今回は軟膏、特にステロイド外用剤の適正使用、副作用に関して書きたいと思います。

肌が腫れたり、かゆくなった部分では免疫が過剰に働いています。ステロイド外用剤は、この過剰反応を抑える作用があります。主に、湿疹やかぶれ、火傷、虫刺され、アトピー性皮膚炎に使われます。有名なものにリンデロン、ロコイド、アンテベートといった軟膏があります。みなさんの中にも使ったことがある方がいらっしゃると思います。

それぞれ薬としての効果の強さが違い、強ければ強いほど副作用も出現しやすくなります。副作用としては、おでき（毛包炎）の出現や水虫（白癬）の増悪などの皮膚の細菌感染症が代表的なものとして挙げられます。細菌感染症の場合、ステロイド外用薬の継続で病状の悪化を招くことがありますので注意が必要です。その他副作用としては、皮膚萎縮・菲薄化、多毛、にきび、毛細血管拡張といったものも挙げられます。

一般に3～4週間以内が連続使用の安全期間とされており、8週間以上は副作用の出現率が高くなると言われています。もちろんこれはステロイド外用薬の強さによっても異なりますので、一概には言うことができません。2～3週間使用して改善がなければ、ステロイド外用剤の強さの変更やステロイド外用剤以外の薬の使用を検討する等の治療変更も考慮されますので、漫然と塗り続けることはせずに、外来でご相談いただければ幸いです。

1回の適正使用量ですが、チューブ状の外用薬で、大人の人差し指の先から第一関節までの長さの量（約0.5グラム）を、両手分の広さの患部に用いると言われています。それ以上の塗布は不必要となりますので、適切な量で必要最低限に留めましょう。

以上がステロイド外用剤の使い方です。使い方を守って適切な治療に繋がしましょう。最後まで読んでいただきありがとうございます。

年金だより

国民年金保険料学生納付特例の申請について

学生納付特例制度により、平成30年度に保険料納付を猶予されている方で、今年度も引き続き在学予定の方へ、3月末に基礎年金番号等が印字されたハガキ形式の学生納付特例申請書を送付しています。

同一の学校に在学されている方は、このハガキに必要事項を記入して返送いただくことにより、今年度の申請ができます。（この場合、在学証明書または学生証の写しの添付は不要です。）

なお、平成31年度は学生納付特例制度を利用せず、保険料の納付をご希望の場合は、納付書を作成して送付します。お手数をおかけしますが、お近くの年金事務所までお問合せください。

【お問合せ先】 むつ年金事務所 ☎0175-22-2278
風間浦村 税務国保課 ☎0175-35-2111

健康だより

タバコをやめるとどうなるの？ ～禁煙後の体の変化～

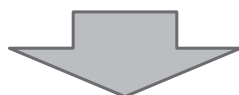
毎年、5月31日は「世界禁煙デー」です。日本では、5月31日からの1週間を禁煙週間とし、タバコと健康について見直す期間です。下北地域の成人の喫煙率は、平成22年度では男性27.9%、女性8.9%で、平成28年度では男性24.8%、女性8.6%と、男女ともに減少しています（I LOVE下北健康21健康あおり21下北圏域計画（第2次）中間評価より）。

「長年タバコを吸っているから、今さら禁煙しても変わらない」と思っていませんか？個人差はありますが、禁煙後から以下のような変化が体に現れます。禁煙を続けることができれば、タバコでダメージを受けた体も「健康」に近づいていきます。喫煙生活を見直してみませんか？

禁煙後、最初の20分～数時間後

・ 血圧と脈拍が下がる

※約半数の人にうつ、集中力の低下、約4分の1の人に夜間覚醒（ニコチン離脱症状）が現れる。



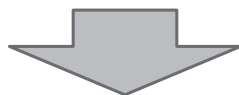
数ヶ月後～

・ 血液中の一酸化炭素濃度が正常になる

※一酸化炭素濃度が高くなると、酸素が作られるのを邪魔して体が酸素不足となります。一酸化炭素はたばこの煙にも含まれていて、頻繁に喫煙する人は常に酸欠状態となっています。

・ 心機能や肺機能が改善する

・ 咳、息切れが改善する



数年後～

・ 脳卒中のリスクが低下（5年後）

・ 肺がん死亡リスクが喫煙者の半分に（10年後）

・ 心筋梗塞等のリスクが非喫煙者と同じに（15年後）



禁煙はいつ始めても、遅くはありません！禁煙で健康な体づくりを始めましょう！

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！

【お問合せ先】 村民生活課 保健衛生グループ ☎0175-35-3111

社協だより

Vol.309

平成31年度 社会福祉協議会職員体制

【法人事務局】

役員会等の開催、労務・財務管理、移送サービス等地域福祉事業、老人クラブ連合会等福祉団体、シルバークラブセンター事務局業務を行います。

・事務局長

(通所介護事業所長兼務)

佐藤 恵一

・総括主任(会計員)

木下 喜友

・(福祉活動専門員)

欠員

・(出納員) ※常勤パート

根本 智永

・(移送運転手) ※非常勤パート

山本 千秋

【居宅介護支援事業所】

要介護(1～5)の方の介護計画(ケアプラン)作成やサービスの利用支援や施設、病院等関係機関との連絡調整を行います。

・(介護支援専門員) ※準職員

坂本 由美子

【通所介護事業所】

要介護(支援)の方々に入浴、給食等の日帰りサービスを行うほか、元気な方もレクリエーションや工作等を通じた生きがいづくりができます。

・主任(生活相談員)

川島 政春

・(看護員) ※準職員

村上 美香子

・(介護員) ※準職員

笹谷 智美

・(介護員) ※常勤パート

欠員・募集中

・(調理員) ※準職員

山本 とみ子

・(非常勤看護員)

欠員・募集中

◎お知らせ

4月23日現在、通所介護事業所では、介護職の準職員およびパート職員を募集しています。準職員が補充され次第、欠員の福祉活動専門員に現生活相談員が異動する予定です。採用に関しては、社協事務局までお問い合わせ下さい。

平成31年度 社会福祉協議会当初予算(補助・受託事業および介護保険事業総括)

【経常支出】

(単位：千円)

科 目	31年度	30年度	増 減
人件費	33,880	33,928	-48
事業費	5,974	5,988	-14
事務費	2,631	2,840	-209
貸付事業等支出	330	416	-86
助成金	270	270	0
分担金・負担金等支出	50	50	0
【B】経常支出計	43,135	43,492	-357
A-B(経常活動資金収支差額)	-952	-1,793	841
固定資産取得支出	0	0	0
積立資産支出	34	34	0
当期資金収支差額	-986	-1,827	841

【経常収入】

(単位：千円)

科 目	31年度	30年度	増 減
会費収入	842	828	14
寄附金	30	30	0
風間浦村補助金	13,295	12,595	700
風間浦村受託金	147	147	0
その他補助・受託金等	164	143	21
事業収入(非介護保険)	1,253	1,138	115
貸付事業等収入	261	444	-183
共同募金配分金	440	366	74
負担金収入	0	0	0
介護保険収入	25,686	25,941	-255
雑収入・その他の収入	53	53	0
受取利息配当金	12	14	-2
基金・積立等取崩収入	0	0	0
【A】経常収入計	42,183	41,699	484

※1：経理区分間繰入金収入・支出(内部取引)は含まず。 ※2：千円未満切り捨て

風間浦保育所入所式



元気よく歌をうたいました♪

4月1日(月)、風間浦保育所において入所式が行われ、36名の子ども達が楽しい保育所生活をスタートさせました。

多くの方から祝福を受けながら担任の先生に名前を呼ばれると、一人ひとり元気いっぱいの返事をしていました。とても明るい雰囲気が進められ、最後はみんなで「こどものせかい」を声高らかに歌いました。

みんなの元気パワーで、風間浦保育所をますます明るく賑やかにしてほしいと思います。

平成 30 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します。

ピカピカ[★]ダイヤモンド[★]賞



蛇浦 伊藤^{れん} 蓮 ちゃん
(保護者：謙)

はみがきが大好きで、仕上げみがきは、パパもママもしてくれると教えてくれた蓮ちゃん。これからも大切な自分の歯を守ろうね。

☆食べたり飲んだりした後はハミガキをしましょう。
また、寝る前に必ず仕上げみがきをもらい、お口の中の様子とも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 村民生活課
保健・衛生グループ



戸籍の窓

(3月届出分)

●お悔み申し上げます

- 蛸 島 利 孝 さん (78歳) 蛇 浦
- 小 島 眞 一 さん (92歳) 桑 畑
- 中 村 求 さん (88歳) 下風呂

私たちの村の人口

(3月末現在)

男	928人	(先月比-8人)
女	971人	(〳 -7人)
計	1,899人	(〳 -15人)
世帯数	926世帯	(〳 -2世帯)