

かざまうら

KAZAMAUURA

村の花鳥木魚



はまなす



かもめ



ひば



あんこう

村民憲章

- 1、わたくしたちは、さまりを守り、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。

風間浦村消防団出初式 「まとい振り演技」



令和8年風間浦村消防団出初式

新春を飾る風間浦村消防団出初式が1月4日（日）、風間浦中学校体育館で举行されました。

出初式では、駒嶺敏昭村消防団長の挨拶、富岡宏村長の訓示に続き、木下清本部分団長の指揮の下、各分団の勇壮なまとい振り演技が披露されました。

来賓祝辞では、能登勝彦村議会議員、斉藤孝昭県議会議員、吉田ゆかり県議会議員、井本貴之県議会議員、沼上孝一大間警察署長よりそれぞれ祝辞が述べられ、最後に蛸島巨村議会副議長の万歳三唱で今年一年の防火意識の高揚と無火災を祈りました。

また、式典では4名の団員が優良団員章を受章しました。

《 受 章 者 》

▽風間浦村消防団長表彰

・優良団員章

本部分団団員	大野 博明
第一分団団員	岩間 太志
第二分団団員	坪 康德
第三分団団員	五十洲恭平



駒嶺村消防団長の挨拶



富岡村長の訓示



代表で受章された本部分団大野団員



まとい振り演技



出初式に出動した消防団員

風間浦保育所クリスマス会

12月25日（木）、風間浦保育所において、クリスマス会が行われました。

紙芝居の時間が終わると、どこからか鈴の音が聞こえてきて、サンタクロースが登場しました。子どもたちは突然現れたサンタクロースに大喜びで、「サンタさんは、ことしでなんさいになりましたか？」という質問に対して、「今年で208歳になりました」という回答を聞いた子どもたちは、びっくりして大きな声を上げていました。

そして、みんなでダンスを踊り、サンタクロースからはプレゼントが配られました。

今年も笑顔いっぱいのクリスマス会になりました。



みんなで作った飾り



歌に合わせてダンス



プレゼントを持って記念写真



サンタクロースに質問



令和7年度同志社大学留学生交流会

11月26日（水）から11月28日（金）までの日程で、同志社大学の留学生が風間浦村を訪れ、村内小中学校児童生徒と交流を行いました。

今回参加した留学生は、マットさん（ロシア）、ナージャさん（ロシア）、サナーさん（イラン）の3名でした。

風間浦中学校では、留学生による自国の歴史、文化についてのプレゼンテーションや、音楽の授業と家庭科の授業を体験し、生徒とレクリエーションを行いました。風間浦小学校では、歓迎の言葉で留学生を迎え、一緒にゲームをして交流を深めました。各学校で留学生が日本語で自己紹介をしている時、児童生徒達は真剣に耳を傾けていました。

村内の子どもたちと留学生が直接触れ合うことで、国際交流を体感できる素晴らしい機会となりました。

風間浦村と同志社大学留学生との交流は平成3年に始まり、今年度で風間浦村を訪れた留学生は31カ国で122名となりました。



同志社大学留学生のみなさん
（左からマットさん、ナージャさん、サナーさん）



交流会の様子



小学生と記念写真



中学生と記念写真

同志社大学留学生の感想

マットさん

風間浦への旅は魅力的でした。出迎えしてくださった地元の人は温かく歓迎してありがたいです。長いドライブの間、青森の雄大な自然と絶景を窓から眺めながら、母国のロシアに似ていると思って感動しました。

旅館のスタッフは優しく、毎日食卓があふれんばかりのご馳走を作ってくれてました。マグロ、ホタテといった地元ならではの食べ物は舌鼓を打つほど美味しかったです。

風間浦小学校と中学校で出会った生徒の積極的な態度、ロシアへの興味に感激しました。お互いに食べ物などの楽しみを紹介し合って優れた文化交流になりました。両国の文化交流に貢献できたらうれしいです。

皆さまの笑顔は胸に刻む大切な思い出に。まさに一生一度の体験に恵まれて、「ありがとうございます」と交流に力を入れた皆さまへ何度も繰り返したいです。

ナージャさん

本州最北端を訪れたり、中学校の授業に参加したり、美味しい料理をいただいたり、とても充実した時間を過ごしました。

一番印象に残ったのは、音楽の授業で体験したお琴の弾き方です。

そして、皆さんが本当に優しく、忘れられない三日間になりました。もしまた機会があれば、ぜひもう一度風間浦村を訪れたいと思っています。

サナーさん

このような活動と旅行に参加する機会をいただき、本当にありがとうございました。間違いなく、人生で最も面白く、楽しい経験の一つになりました。担当の方々や先生方は皆さんとても親切で、子どもたちも交流会のためにしっかり準備してくれていました。

また、イランで育った私にとって、日本の村の学校にこのように良い設備やシステムが整っていることにとても驚きました。音楽の授業や料理の授業は、イランのトップ校でもなかなか見られません。

さらに、友達と一緒に旅館に泊まったり、温泉に入ったり、素晴らしい料理を味わったりした思い出は、一生大切にしたいと思います。

お知らせ

学校だより・教育長だより

※紙での配布を希望される方は下記までご連絡ください。

問 風間浦村 教育委員会

☎ 0175-35-2210



小学校だより
『自立のために』



中学校だより
『躍進』



教育長だより
『雨ニモマケズ』

令和7年度風間浦村教育委員会表彰規則による被表彰者の推薦

風間浦村教育委員会では、風間浦村教育委員会表彰規則に基づき、令和7年度において本村の教育の振興・発展に貢献された方および文化・スポーツに功績を残された方を表彰いたします。下記の表彰基準等に該当する場合は、風間浦村教育委員会まで、書類の提出をお願いいたします。

■提出期限 令和8年2月20日（金）

■対象期間 令和7年4月1日～令和8年3月31日

■提出書類 上申書 ※教育委員会へお問い合わせください。

■表彰式等 受賞決定は2月下旬、表彰式は3月上旬を予定

▼表彰の基準と資格

風間浦村教育委員会の表彰に関する要綱（昭和59年4月1日）より抜粋
（表彰の基準） 第2 規則第2条第1項各号の選考基準は、次のとおりとする。

（1）第1号関係

- ア 人命救助又はそれに準ずる行為のあった者
- イ 長期にわたる継続的な社会奉仕活動等の行為のあった者
- ウ その他善行と認められる行為のあった者

（2）第2号関係

- ア 職務の遂行が原因となり、死亡し、又は退職した教職員
- イ 村内の学校に合算して7年以上勤務した教職員又は経験年数20年以上で村内の学校で退職する教職員
- ウ 村内の学校の施設、設備等の充実に関して著しく貢献した者
- エ その他特に表彰に値すると認められた者

（3）第3号関係

- ア 永年にわたり社会教育団体の役職にあって活動した者
- イ その他社会教育団体の活動に著しく貢献した者

（4）第4号関係

- ア 学術に関する研究、発明、改良及び考案等によって社会に貢献し、村民の名誉を高揚した者
- イ 芸術、文化の領域で活躍し、村民に対する啓蒙又は外部からの賞賛によって、村民の名誉を高揚した者
- ウ スポーツの領域で活躍し、郡大会規模以上の大会において優勝若しくは優良成績をおさめた者又は北通地区大会規模の大会において新記録を樹立した者
- エ 永年にわたってスポーツ等の指導に当たり、村民体育の向上に著しく貢献した者
- オ その他特に表彰に値すると認められた者

（被表彰者の資格） 第3 表彰を受ける者は、現に風間浦村民である者及び過去に風間浦村民であった者又は風間浦村に縁故の深い者であること。

問 風間浦村 教育委員会 ☎0175-35-2210 FAX0175-35-2123



令和8・9年度入札参加資格審査申請の受付

村が発注する建設工事、建設関連業務（測量・建設コンサルタント等業務）、物品の製造・買入れ、役務の提供等の競争入札への参加を希望する方は申請してください。

■受付期間

令和8年2月2日（月）から2月27日（金）まで

■入札参加資格の有効期間

令和8年4月1日から令和10年3月31日まで（2年間）

■提出書類

風間浦村ホームページを確認のうえ、必要な書類を取り揃えて提出してください。

問 風間浦村 総務課 ☎0175-35-2111

■提出方法

郵送または持参のどちらでも可。

■提出先

風間浦村 総務課

赤十字活動へのご支援をお願いします

「あなたの支援は、大切な誰かを救う力になる。」

日本赤十字社は、災害や事故、病気など、思いがけない困難に直面した人びとに寄り添い、いのちと健康を支える活動を続けています。

災害時の救援、防災・減災や救急法の講習、ボランティア活動、青少年の育成そのすべては、皆さまの思いやりによって成り立っています。

こうした活動は、皆さまからの会費や寄付金によって支えられています。毎年2月から赤十字奉仕団員が個別訪問させていただいておりますので、本年も引き続き、村民の皆様にあたためたご支援を心よりお願い申し上げます。

あなたの支援が、見えない誰かの「ありがとう」につながり、その一歩が、大切ないのちを守る確かな力になります。

☎ 〒030-0861 青森市長島1丁目3番1号

日本赤十字社青森県支部 総課課 会員係 ☎ 017-722-2011

日本赤十字社青森県支部 風間浦村分区 担当課 村民生活課 ☎ 0175-35-3111

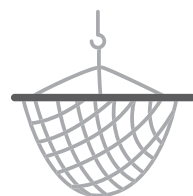


漁業系廃棄物の捨て方

漁業系廃棄物は事業系ごみに分類されますので、ゴミステーションに出すことはできません。廃棄する場合は、「クリーンセンターしもきた（愛称：まさかーる）」へ直接搬入となります。その際、ごみ搬入確認証が必要になりますので、事前に村民生活課までご連絡ください。

直接搬入の際には、自分で仮置きヤードへ降ろすことになりますので、降ろすに当たり、無理のない範囲に漁業系廃棄物をまとめていただきますようお願いいたします。また、鉛は有害ごみとなりますので鉛を分離してから漁業系廃棄物と一緒に搬入してください。なお、鉛が取り外せない場合は搬入できませんので、産業廃棄物処理業者へ処分を依頼してください。

☎ 風間浦村 村民生活課 保健・衛生グループ ☎ 0175-35-3111



（仮称）佐藤ヶ平風力発電事業 ～環境影響評価方法書の公開・住民意見募集～

株式会社ユーラスエナジーホールディングスがむつ市に計画している風力発電事業に関して、「環境影響評価方法書」を以下の通り縦覧し説明会を実施いたします。

■縦覧書類 （仮称）佐藤ヶ平風力発電事業 環境影響評価方法書

■対象事業実施区域の位置 青森県むつ市（大畑地区）

▼縦覧場所

・風間浦村役場入口カウンター来場者用下駄箱付近（下記のURLで電子縦覧も行います。）
（<https://www.eurus-energy.com/assessment/151673>） QRコードはこちら ▶▶▶▶



■縦覧期間 2026年1月23日（金）～3月10日（火）

■意見書受付終了日 2026年3月10日（火）

※環境影響評価方法書について、環境の保全の見地からのご意見をお持ちの方は、書面に住所・氏名・意見（意見の理由を含む）をご記入のうえ、意見書受付終了日までに、縦覧場所に備え付けの意見書箱にご投函頂くか、下記の問合せ先へご郵送ください（当日消印有効）。

■縦覧・意見書受付時間 役場の開庁時

■住民説明会 2026年2月21日（土）17:00～18:00
中央公民館研修室（易国間字大川目28番地5）

☎ 株式会社ユーラスエナジーホールディングス

〒100-0004 東京都千代田区大手町一丁目5番1号

大手町ファーストスクエア ウェストタワー

☎ 03-5404-5337 （国内電源開発企画部 環境アセスメント担当）



村税等の口座振替開始のお知らせ

▼令和8年度から(株)ゆうちょ銀行で口座振替を開始します。口座振替ができる村税等は以下のとおりです。

- ① 村県民税 ② 固定資産税 ③ 軽自動車税
④ 国民健康保険税 ⑤ 後期高齢者医療保険料 ⑥ 介護保険料

問 (①～⑤) 風間浦村 税務国保課 ☎0175-35-2111
(⑥) 風間浦村 村民生活課 ☎0175-35-3111



県税の納税は便利で安全・確実な口座振替にしませんか？

青森県では県税の口座振替の申込みを受け付けています。

県税の納税は、便利で、安全・確実な口座振替をご利用ください。なお、法人県民税・事業税、軽油引取税の新規受付は終了しており、令和8年8月振替分(令和8年7月申告期限分)をもって取扱いを廃止します。現在、口座振替を行っている皆さまは、令和8年9月以降、口座振替されませんのでご注意ください。

▼今後も口座振替を利用できる県税・申込期限

■自動車税種別割 6月納期分(定期賦課分) 4月30日(木)

■個人事業税 8月・11月納期分(定期賦課分) 8月中旬

▼申込方法

本人名義の通帳と預金届出印を持参のうえ、最寄りの取扱金融機関または県税事務所にお申し込みください。申込用紙は各窓口に備え付けてあります。

▼取扱金融機関

青森みちのく銀行、青い森信用金庫、青森県信用組合、東北労働金庫、県内農業協同組合、ゆうちょ銀行など

▼ご注意ください

振替日から数日間は県税事務所の窓口では振替の確認が出来ません。その期間に納税証明書が必要な場合は、口座振替分の記帳がされた預金通帳をご持参ください。

問 青森県下北県税事務所 納税管理課 ☎0175-22-8581 (内線203)

むつ税務署からのお知らせ

■令和7年分の確定申告等期限と納期限

・申告所得税及び復興特別所得税・贈与税 令和8年3月16日(月)

・個人事業者の消費税及び地方消費税 令和8年3月31日(火)

▼振替納税利用者の口座振替日

・申告所得税及び復興特別所得税 令和8年4月23日(木)

・個人事業者の消費税及び地方消費税 令和8年4月30日(木)

振替納税は、金融機関の預貯金口座から自動的に納税ができる大変便利な制度ですので、是非ご利用ください。既に振替納税をご利用の方は、確実に振替納付ができるよう、事前に預貯金残高をご確認ください。

■申告書作成会場を開設します

・開設場所 むつ市金谷2丁目6番15号 下北合同庁舎3階

・開設期間 令和8年2月16日(月)～3月16日(月) (土・日・祝日を除く)

・開設時間 午前9時から午後5時まで

※1 スマホ(又はパソコン)とマイナンバーカードを利用して、自宅からe-Taxで24時間申告することができますので、是非ご利用ください。

※2 申告書作成会場での相談を希望される方は、LINEによるオンライン事前予約をお願いします。

当日の相談受付は、相談枠に限りがありますので、オンライン事前予約を是非ご利用ください。

なお、LINEによるオンライン事前予約は、LINEアプリで国税庁LINE公式アカウントのお友だち追加が必要です。

※3 申告書作成会場では、スマホとマイナンバーカードを使用し、ご自身で申告書を作成、e-Taxにより送信(提出)していただきますので、スマホとマイナンバーカードをお持ちの方は必ずご持参ください。マイナンバーカードに設定した2種類のパスワード(注)のほか、マイナンバーカードの電子証明書が無効化されていないかを来場前に必ずご確認くださいませようお願いします。

(注) 利用者証明用電子証明書のパスワード(数字4桁)、署名用電子証明書のパスワード(英数字6～16文字)



LINEのお友だち追加はこちら ▶▶▶▶

問 むつ税務署 ☎0175-22-3294 (内線209) 調査部門(個人担当)



2026年度国家公務員「国税専門官採用試験」大学卒業程度

仙台国税局では、税務のスペシャリストとして活躍するバイタリティーあふれる国税専門官を募集しています。国の財政を支える国税専門官に、あなたもチャレンジしてみませんか？

■受験資格

- ①平成8年4月2日から平成17年4月1日生まれの人
- ②平成17年4月2日以降生まれの者で次に掲げるもの
 - (1) 大学(短大を除く。)を卒業した者及び令和9年3月までに大学を卒業する見込みの者
 - (2) 人事院が(1)に掲げる者と同等の資格があると認める者

■受験申込受付期間

令和8年2月19日(木)から3月23日(月)まで

■受験申込方法

- ・受験申し込みはインターネット申し込みとする。
- ・国家公務員試験採用情報NAVI

URL: (<https://www.jinji.go.jp/saiyo.html>) またはQRコードはこちら ▶▶▶▶



■第1次試験日

令和8年5月24日(日)

問 仙台国税局人事第二課試験研修係 ☎022-263-1111 (内線3236)
人事院東北事務局 ☎022-221-2022

ご存じですか？知財調停

知財調停とは、ビジネスの過程で生じた知的財産権に関する紛争(特許権、著作権、商標権、不正競争防止法に定める不正競争)について、当事者双方の話し合いにより解決を図る手続です。

裁判官、知的財産権事件の経験が豊富な弁護士・弁理士などから構成される調停委員会とともに紛争解決を目指します。

東京地方裁判所、大阪地方裁判所で運用しておりますが、ウェブ会議を利用して手続に参加できますので、ぜひ気軽にご相談ください。

問 青森地方裁判所総務課庶務係 ☎017-722-5421

離婚と子どもをめぐるルールが新しくなります！

令和8年4月1日より、改正民法が施行され、離婚後に父母双方を親権者として定める共同親権を選択することができるようになります。また、離婚時に養育費の取決めをしていなくても、一定額の法定養育費を請求することができるようになります。

話し合いでまとまらない場合は、家庭裁判所の手続を利用して解決を図ることも考えられます。手続案内や申立書については、裁判所ウェブサイトでご案内しております。また、今回の法改正による内容を詳しく知りたい方は、特設ページ「離婚と子どもをめぐる新しいルールについて」をご覧ください。

問 青森地方裁判所総務課庶務係 ☎017-722-5421

「みちのく・ふるさと貢献基金」助成事業募集

公益財団法人みちのく・ふるさと貢献基金では、県内の個人、団体、NPO法人、企業などが地域の発展や地域貢献のために、地域資源を活用・創造する活動や、健康増進、医療、福祉、環境に関連する活動に対し、必要な費用を助成しています。

■応募受付 2026年4月1日(水)から5月31日(日)までにホームページの申請受付フォーム、または申請受付表をメールまたは郵送してください。

■申請方法 申請書類は6月30日(火)までに必要事項を記入してメールまたは郵送してください。

■助成金 必要費用以内で、100万円を限度とします。

問 公益財団法人みちのく・ふるさと貢献基金 事務局

☎017-774-1179 担当: 小山内・川村

URL: (<https://www.michinoku-furusato.or.jp>) またはQRコードはこちら▶▶▶▶



大間病院だより



「うんこハンバーグ」で考える冬の食事術

副院長 工藤 稜頭

こんにちは。大間病院の工藤です。

年末年始、体重計に乗って「あいやー」とこぼした方いませんか。実は私もその一人です。冬はどうしても家の中にこもりがちで、気づけば食べる量は変わらないのに動く量は減っている。そんな季節ですよね。今日は、少し下品ではありますが「うんこハンバーグ」という考え方をお伝えします。

私たちが食べたものは、体の中で消化され、最後には便として体の外に出ていきます。つまり、「今日食べたものが、明日の便を作る」ということです。

例えば、朝は食パンだけ、昼はマック、夜はカップ麺。すると、体の中では「パンとマックとカップ麺でできた便」が作られます。なんだか、体にはよくなさそうですね。また、夜に焼肉が控えてるから朝昼をほとんど食べないという方（以前の私です）もいますが、この場合は「和牛100%うんこ」が完成します。これもまた、バランスが偏ってますよね。

では、どうすればいいのでしょうか。

それは、野菜や果物、たんぱく質、良質な油、そして適度な炭水化物。これらがほどよく混ざり合った、いわばハンバーグのようにバランスの取れた便を作ることです。私はこれを「うんこハンバーグ」と呼んでいます。「今日の便は、どんなハンバーグになりそうかな？」そう考えるだけで、自然とバランスを意識できるようになるはずですよ。毎食、完璧を目指す必要はありません。大切なのは、1日全体で帳尻を合わせてバランスを取るという考え方です。

夜に飲み会がある日は、朝と昼に野菜を多めに。昼に唐揚げを食べちゃったら、夜は焼き魚やサラダを中心に。こんなふうに、1日の中で調整していけばいいんです。

具体的な目安は、食事のお皿を思い浮かべてください。

お皿の半分：野菜や果物

残りの4分の1：肉・魚・卵・豆腐などのたんぱく質

もう4分の1：ご飯・パン・麺類などの炭水化物

この割合を、ざっくりと意識するだけで十分です。この「うんこハンバーグ」を意識した食事を続けていくと、体重が少しずつ減ってきたり、血圧や血糖値、コレステロールの数値が改善したりします。何も厳しい食事制限は必要ありません。

「今日1日の便は、どんなハンバーグになりそうかな？」

ぜひ、今日の夕食を選ぶときから、そんなふうに考えてみてください。無理なく、楽しく続けられることが何より大切です。元気に春を迎えるために、一緒に始めてみませんか。

お 知 ら せ

むつ科学技術館だより

シアター上映のご案内

○10:00～ ○15:00～

トムとジェリーアニメコレクション

「ごちそうは誰に？（他3話）」

○12:00～

access「アリから学ぶ／情報の伝え方」

■場 所 コミュニケーションシアター

つくってたいけん工作教室のご案内

■開催日 土・日・祝日開催

■時 間 10:00～ 15:00～

「アニマルライトをつくろう！」

※無料・予約不要

■場 所 つくってたいけん工作コーナー

問 むつ科学技術館

☎0175-25-2091

FAX 0175-25-2092

ホームページはこちら ▶▶



風間浦駐在所広報



運転に注意

令和8年
2月号

風間浦駐在所広報

雪が本格的に降るようになり、路面状況が良くないことが多い期間となっています。

降雪により、道路のセンターラインが見えづらくなったり、道路幅が狭くなることが増えると思われます。

●運転手の皆さんは

- ・ 天気・路面状況を考慮した早めの出発
- ・ 早め点灯
- ・ 法定速度・規制速度の遵守
- ・ いつもの2倍以上の車間距離の確保
- ・ シートベルトの確実な着用等の交通ルールの遵守

●歩行者の皆さんは

- ・ 目立つ色の服の着用
- ・ 道路横断時には車両の確認

を心がけていきましょう。

風間浦村の道路はカーブが多く、歩道がない箇所も多いです。

運転手、歩行者の皆さんが互いに協力して冬を乗り切りましょう！



サイバーセキュリティ月間

2月1日から3月18日は、政府の定める「サイバーセキュリティ月間」です。

インターネットは便利な一方、お金をだまし取られたり、個人情報やクレジットカード情報が狙われたりするなど、様々な危険が潜んでいます。

私たち一人ひとりが「サイバーセキュリティ（情報や通信の安全）」について関心を高め、被害に遭わないようにしましょう。

★ セキュリティ対策 ★

① 画面ロック

～ スマートフォンやタブレット等を紛失した時のために、画面ロック機能を必ず有効にしましょう。

② アップデート

～ パソコンやスマートフォン、アプリ等を最新のバージョンに更新するとセキュリティが向上しますのでアップデートをしましょう。

③ パスワードは使い回さない

～ パスワードは推測されにくい文字列を設定し、万が一流出しても被害拡大を防ぐために、使い回さないようにしましょう。

④ メールのURLをすぐにクリックしない

～ ウィルス感染等防止のため、メール内のURLを安易にクリックしないようにしましょう。

⑤ 詐欺にも注意！

～ SNSでの異性、外国人、著名人からの連絡は要注意です。「簡単に稼げる」「投資に興味ありますか？」という誘いは詐欺だと思って下さい。

あなたの心に寄り添う相談電話「性犯罪被害110番」があります

性犯罪の被害に遭われた方は、「恥ずかしい。」「自分にも落ち度があった。」等と思い込み、誰にも言えずに、一人で苦しんでしまう傾向があります。

被害に遭われた方は決して悪くありません。悪いのは卑劣な犯人です！

青森県警察本部では、性犯罪の被害に遭われた方やそのご家族・ご友人の方等を対象とした性犯罪被害専用の相談電話「**性犯罪被害110番**」を設置しています。

「性犯罪被害110番」 **0120-89-7834**

「全国共通相談電話」 **#8103（ハートさん）**



風間浦駐在所管内

12月中

事件～0件

事故～3件

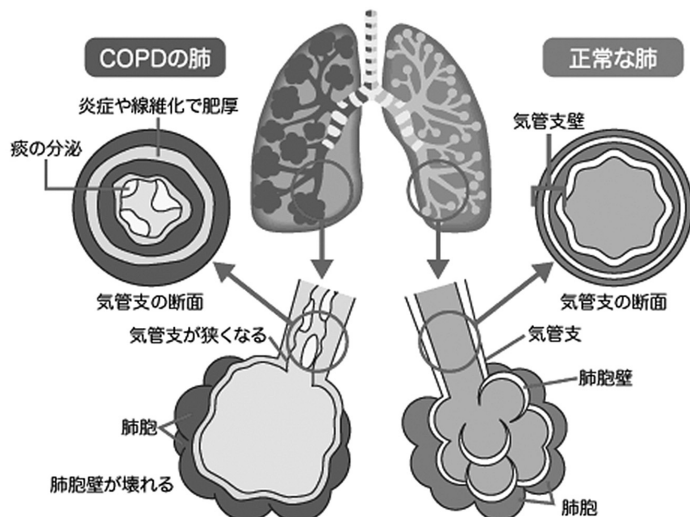
健康 だより

COPD（慢性閉塞性肺疾患）

～受診に至らず、

治療を受けていない方が多数!!～

COPDは、長期間の喫煙習慣によって引き起こされる肺の生活習慣病です。一般に『たばこ病』と呼ばれています。チェックリストで、あてはまる症状はありますか。自己判断で「年齢」や「風邪の治りが悪いだけ」と思い込んでいませんか。



COPDチェックリスト

- ☐ 1日に何度もせきが出る
- ☐ 息切れしやすい
- ☐ 呼吸をするとゼイゼイ・ヒューヒューと音がする
- ☐ 長期間喫煙している・していた
- ☐ 黄色・粘り気のあるたんが出る
- ☐ 40歳以上である

出典：東京都福祉保健局「COPD慢性閉塞性肺疾患」

●治療を受けているのは氷山の一角

～受診に至らず治療を受けていない方が多数～

日本での推計患者数は530万人を超えるといわれています。しかし、治療を受けているのは約38.2万人で、92%以上の方は適切な治療を受けていません。年齢が上がるほどCOPDの患者は増え、60代以上が全体の約9割を占めています。

●毎年1万人以上が死亡

日本では、毎年1万人を超える方がCOPDで死亡しており、特に男性に多い傾向があります。世界でも1990年には死因の第6位だったCOPDが2021年には第4位になっています。

治療を受けている患者数

約38.2万人

（厚生労働省 2023年患者調査）

推定患者数

約530万人

（NICEスタディ2001年）



COPDかも…あてはまる症状がある方へ

①診察

かかりつけ医の診察を受ける
※必要時、呼吸器内科専門医の紹介

②診断

診断されたら、禁煙！
低下した肺機能は、完全に**健康な状態に戻すことが難しい**

③治療

薬物療法
酸素療法
禁煙継続

④重症化予防

栄養管理
感染症予防
運動習慣（歩く）
呼吸トレーニング

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！

問 風間浦村 村民生活課 保健衛生グループ ☎0175-35-3111

配食・見守りサービスについて

社会福祉協議会では、村からの委託により、「配食・見守りサービス」を次のとおり実施しておりますので、ぜひご利用ください。

■サービスの内容

定期的に居宅を訪問して栄養バランスのとれた食事（普通食・きざみ食）を提供し、利用者の健康状態の把握や安否確認を行います。

■対 象 者

村内に住所を有し、日常的に食事の確保が困難な状態にある次のいずれかに該当する方

①65歳以上の一人暮らし高齢者 ②65歳以上の高齢者のみの世帯に属する者

■利 用 回 数 等

夕食として、週3回を限度とします。（月、水、木、金曜日の午後3時～4時頃配達致します。）

12月29日～1月3日は、サービス休止日となります。

（令和7年度から祝日も実施しています。）

■利 用 料 金 等

1食400円とし、月末締めで、翌月10日頃までに請求致します。

（配達時に請求書をお届けします。）

請求書を受け取った日から月末までの弁当配達時にお支払いをお願いします。

問 風間浦村総合福祉センター「げんきかん」内 風間浦村社会福祉協議会

☎0175-35-2243（担当：佐藤・木下）

風間浦村シルバー人材センターにあなたの力を貸してください

社会福祉協議会が運営する「シルバー人材センター」では、随時、会員を募集しています。知識や経験を活かして、一緒に働いてみませんか。（刈払い・片付け作業員が特に不足しています。）

■入 会 要 件

①風間浦村にお住まいの方 ②入会年度中に60歳以上になる方 ③健康で働く意欲のある方

※会員の年会費は2,000円です。

■受 付 時 間

平日、午前8時30分～午後4時まで（土・日、休）※事前にお電話でご予約下さい。

■持 参 物

各種免許・資格証明書

※入会される場合は、縦3cm×横2.5cmの顔写真、印鑑をご用意下さい。

■作 業 内 容

①当月の作業に応じて、翌月20日に報酬（会員配分金）を支給致します。

②雑草等の刈払い作業で使用する刈払機は、各自持ち込みとなりますので、ご了承下さい。

※刈払機を持ち込みの場合、借上料として半日で1,000円程度支給致します。

③刈払機での草刈り、片付け、草取り、掃除等軽易な作業、除雪作業を主として行っています。

問 風間浦村総合福祉センター「げんきかん」内 風間浦村社会福祉協議会

☎0175-35-2243（担当：佐藤）

ピカピカ ✨ ダイヤモンド賞

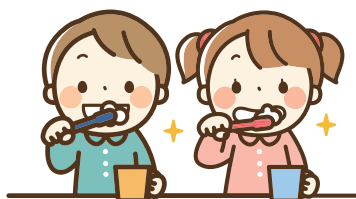


村で実施いたしました5歳児健康診査（歯科検診）においてむし歯が0本だったお子さんをご紹介します。



易国間 池田 あおい くん
(保護者：啓彰)

歯みがき、好きです。
歯をみがく時は、
ていねいにみがきます。
夜の仕上げみがきも毎日、
してもらいます。



☆食べたり飲んだりした後はハミガキをしましょう。また、寝る前に必ず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



民生委員・児童委員及び主任児童委員の一斉改選

民生委員・児童委員及び主任児童委員の一斉改選に伴い、令和7年12月1日付けで次の方々が厚生労働大臣並びに青森県知事からの委嘱を受けました。民生委員・児童委員等は「民生委員法」「児童福祉法」によって設置された住民の福祉の増進を図るために活動するボランティアです。また、子どもに関わることを担当する児童委員も兼ねています。主任児童委員は子どもに関することを専門に担当します。

生活の困りごとや子育てに関することなど幅広い分野の相談に応じていますので、どうぞお気軽にご相談ください。相談内容や相談者のプライバシーに関して知り得た情報については、秘密を厳守します。

▼民生委員・児童

■下風呂地区

佐賀 克明（再任）、佐藤 潤子（再任）、岩塚真由美（再任）

■桑畑地区

浜辺 久（再任）

■易国間地区

平嶋 栄子（再任）、米谷枝里子（再任）、宮下新太郎（新任）

■蛇浦地区

蛸嶋 正男（再任）、木下 清（新任）

▼主任児童委員

■村内全域

熊谷 幸子（再任）、佐々木由利子（新任）



宮下知事から辞令を受ける蛸嶋正男さん

私たちの村の人口

(12月末現在)

男	717人	(先月比－3人)
女	774人	(// －4人)
計	1,491人	(// －7人)
世帯数	825世帯	(// －4世帯)



(12月届出分)

●お誕生おめでとうございます

今月はありません

●お悔み申し上げます

熊谷 誠四郎 さん (74歳) 蛇浦
富岡 元枝 さん (92歳) 蛇浦