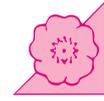


2018  
**5** 月号  
第507号

# 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



## 待ちに待った1年生～平成30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 ニューフェイスの紹介
- 6 村税等納期限カレンダー
- 7 大間病院職員採用試験実施 他
- 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。

また、風間浦中学校では少し大きめの真新しい制服に身を包み、16名の新入生が入学しました。式では、新入生を代表し、傳法美姫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たくさんのごことを学び、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。

4月6日(金)、風間浦小学校及び風間浦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、保育所を修了し、この日を楽しみにしていた10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、先生の後ろを元氣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。

### 風間浦小・中学校入学式



#### 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傳法美姫さん



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(金) 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。

今年も風間浦村を飛び出し、八甲田ウォーク(酸ヶ湯〜谷地間8km)に村民32名が参加し完歩しました。

「八甲田ウォーク」とは、冬期間は雪のため通行止めとなる八甲田・十和田ゴールドラインを、4月1日の一般開通前に2日間だけ歩くことができるイベントです。

開始前に、西村健康運動指導士より軽い準備体操の指導を受け、最高9mにもおよぶ純白の雪の大回廊と、八甲田の雄大な大自然を歩きながら体感することができました。雪が崩れないよう垂直に除雪されているため、道路の両側に雪の壁がそそり立っている様は圧巻であり、自分の背丈よりもはるかに高い雪壁の前では、皆さんが記念撮影を楽しんでいました。

雪の大回廊を歩いた後は、青森を代表する名湯谷地温泉に入浴し、体の芯から温まりました。

村民生活課では引き続き、ウォーキングポールの貸出をしております。お気軽にお問合せ下さい。

お問合せ先 ☎35-3111



みんなで記念撮影〜パシャ☆



こんなに高い雪の壁見たことない！

**春の交通安全運動&  
風小交通安全教室**

4月6日(金)から15日(日)までの10日間、春の全国交通安全運動が展開されました。春は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、風間浦村内では関係団体が様々な運動を展開しました。

運動期間を前にした5日(木)には、村内で交通安全車両パレードを実施したほか、小中学生の登校時には街頭指導を実施し、交通安全の啓蒙活動を行いました。

また、4月11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の濱中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なども行い、バランス感覚の難しさに苦戦しながらも、みんな真剣に取り組んでいました。

青森県内においては、子どもだけでなく、高齢者による事故の割合も高いため、村民一人一人が交通ルールを理解し、交通マナーを習慣付けましょう。



濱中巡査部長より指導を受ける風小1・2年生



春の交通安全車両パレード出発式(役場前)

# ミューフェイスの紹介

この4月から小・中学校で勤務する方々を紹介します。

- ①役職・担任
- ②前任校
- ③出身地
- ④ひとこと

## 風間浦小学校



唐 雅子さん

①教諭 3年生担任  
 ②むつ市立二枚橋小学校  
 ③むつ市  
 ④海と山の大自然に囲まれたびかぴかの学校。十年ぶりの転勤ということですが、素直で明るい子どもたちとの出会いで不安も一気に飛び出てしまいました。これから様々な活動を通して子どもたちと一緒に成長していければいいと思います。どうぞよろしくお願ひします。



橋本 徳子さん

①養護教諭  
 ②東通村立東通小学校  
 ③五所川原市  
 ④毎朝、元気にあいさつをしてくれる子どもたち。これからが楽しみです。子どもたちが健康で、元気に過ごせるようお手伝いできればと思っています。よろしくお願ひします。



渡部 隼さん

①教諭・5学年担任  
 ②むつ市立第一田名部小学校  
 ③福島県喜多方市  
 ④今年度から風間浦小学校に来ました渡部隼です。初めて風間浦小学校に来ましたが、校舎がとてもきれいで、たくさんの子ども達の笑顔に包まれた素敵な学校だと思いました。これから精一杯頑張りますので、どうぞよろしくお願ひします。

## 風間浦中学校



長内 人志さん

①教頭  
 ②下北教育事務所  
 ③むつ市川内町  
 ④このたび、下北教育事務所から風間浦中学校に赴任いたしました長内と申します。  
 風間浦中学校の勤務は初めてとなりますが、生徒の笑顔に毎日、癒されています。海、山、川といった自然が大好きな私ですので、そのうち、いろんな場所に出没すると思います。「熊に注意します(=)」風間浦村の生徒や自然を愛し、日々の仕事を前向きに頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願ひいたします。



武田 玲子さん

①講師 1学年副担任  
 ②むつ市立近川中学校  
 ③北海道  
 ④風間浦中学校の勤務は初めてとなります。海と山に囲まれた素敵な環境の中で可愛い生徒達と過ごせることが、とてもうれしいです。どうぞ、よろしくお願ひいたします。



今泉 洋子さん

①臨時事務職員  
 ②むつ市立田名部中学校  
 ③秋田県  
 ④風光明媚な景色と素直な生徒に癒されています。  
 早く生徒全員を覚え、趣味のライブやスノーボードなど、いろんな話をしてみたいと思っています。

この4月から風間浦村役場で、勤務することとなった職員を紹介します。

**風間浦村役場**

①出身地  
②担当課職名  
③ひとこと



池田 啓彰さん

①風間浦村易国間  
②産業建設課産業振興グループ主事  
③4月より風間浦村役場で勤務させていただきます。生まれ育った風間浦村で働くことができ、とても嬉しく思っています。少しでも早く業務や村の現状を理解し、村のために貢献できるよう一生懸命頑張りますので、皆様よろしくお願い致します。



八谷 綾乃さん

①風間浦村易国間  
②教育委員会事務局 教育課 主事

③4月から教育委員会で勤務となりました、八谷と申します。神奈川県で3年間、下北で4年間、教員として働いていました。経験をいかし、一日でも早く村民の皆さんや風間浦村のお役に立てるよう、頑張りたいと思います。よろしくお願致します。

この4月から勤務することとなった方を紹介します。

**風間浦消防分署**

①前勤務地等  
②出身地  
③担当業務と  
④ひとこと



野澤 陽太郎さん

①下北消防本部通信指令課  
②むつ市  
③警防係長  
④今年度、風間浦消防分署に異動となりました野澤と申します。今までの経験を活かし、微力ながら風間浦村のため尽力したいと思えます。宜しくお願致します。



松本 浩さん

①大間消防署  
②大間町  
③救助係長  
④4月より風間浦消防分署勤務になりました、松本です。一人でも多く風間浦の皆様の顔を覚え、地理や水利の場所を頭に詰め込み、災害等が起きた時はいち早く皆様のもとへ駆けつけてお役に立てるよう日々訓練して参りますので、どうぞよろしくお願致します。



伊藤 将臣さん

①大間消防署  
②大間町  
③予防係  
④大間消防署から異動してきました、伊藤将臣です。万が一の災害に備え訓練に励み、有事の際には一刻も早く現場に駆け付け、風間浦の皆さんが安心安全に暮らせるよう日々努力していきます。どうぞよろしくお願致します。



早坂 侑真さん

①新採用  
②むつ市  
③警防・救急係  
④新採用でわからないことだらけですが、早く仕事を覚えて風間浦村の皆さんの力になれるように努力していきます。初任教育で学んだことや大学4年間で学んだことを活かして頑張っていくので、これからよろしくお願致します。



# 村税等納期限カレンダー

**30**  
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(木)	全期 5月31日(木)			
6月 納期限	第1期 7月2日(月)					第1期 7月2日(月)
7月 納期限		第2期 7月31日(火)		第1期 7月31日(火)	第1期 7月31日(火)	
8月 納期限	第2期 8月31日(金)			第2期 8月31日(金)	第2期 8月31日(金)	第2期 8月31日(金)
9月 納期限				第3期 10月1日(月)	第3期 10月1日(月)	
10月 納期限	第3期 10月31日(水)			第4期 10月31日(水)	第4期 10月31日(水)	第3期 10月31日(水)
11月 納期限				第5期 11月30日(金)	第5期 11月30日(金)	
12月 納期限		第3期 12月25日(火)		第6期 12月31日(月)	第6期 12月28日(金)	第4期 12月28日(金)
1月 納期限	第4期 1月31日(木)			第7期 1月31日(木)	第7期 1月31日(木)	
2月 納期限		第4期 2月28日(木)		第8期 2月28日(木)	第8期 2月28日(木)	第5期 2月28日(木)
3月 納期限					第9期 4月1日(月)	

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になります。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  
風間浦村 村民生活課  
☎0175-35-3111 〕

## 平成30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、平成31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ので、お知らせいたします。

### 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
短大卒業程度(中級)	一般事務	若干名	平成31年4月1日

### 2 受験資格

試験種別	受験資格
短大卒業程度（中級）	医療事務系の短大または専門学校を卒業の方または平成31年3月31日までに卒業見込みの方で、申込時点で満29歳以内の方

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	試験種類
第1次試験	教養試験・事務適正検査・職場適応検査
第2次試験	作文試験・面接試験

### 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16日(日)	青森市内 (場所未定、決定後受験者に通知します。)	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

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（角2封筒に120円切手を貼り宛名を明記）を同封してください。

### 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

平成30年5月1日(火)から5月31日(木)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り受け付けます。

### 8 お問合せ・お申込み先

この試験についての「お問合せ」「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

## 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）  
 風間浦村役場 税務国保課 ☎0175-35-2111

# お知らせ *~ information ~*

## 青森県警察官採用募集情報

この街に あなたの強さ・優しさを

～ 平成30年度の募集概要 ～

種類	受験資格等
警察官 A	受付期間 5月7日(月)～6月15日(金) 第一次試験 7月8日(日) [青森市、八戸市、弘前市] 第一次試験合格発表 7月13日(金) 予定 第二次試験 8月中旬 [青森市] 最終合格発表 8月下旬 昭和61年4月2日以降に生まれた者で、大学を卒業した者 又は平成31年3月31日までに大学卒業見込みの者
警察官 B	受付期間 7月13日(金)～8月31日(金) 第一次試験 9月23日(日) [青森市、八戸市、弘前市] 第一次試験合格発表 9月28日(金) 予定 第二次試験 11月上旬 [青森市] 最終合格発表 11月下旬 昭和61年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた者 (大学を卒業した者及び平成31年3月31日までに大学を卒業する見込みの者を除く)



【お問合せ先】 大間警察署 警務課 (☎0175-37-2211)  
 風間浦駐在所 (☎0175-36-2110)

## 平成30年度甲種防火管理者新規講習会受講者募集

消防法により収容人員が10人以上となる特別養護老人ホーム、認知症グループホーム等や30人以上となる集会所、飲食店、店舗、旅館、ホテル等、または50人以上となる共同住宅、学校、工場、事務所等では「防火管理者」を必ず選任しなければなりません。

下北広域消防本部では「防火管理者」の資格取得講習会(甲種)を次のとおり開催します。

- 開催日時 平成30年7月25日(水)、26日(木)  
午前9時20分から午後4時20分まで(予定)
- 場所 下北文化会館 視聴覚教室 (むつ市金谷一丁目10番1号)
- 受講資格 特別養護老人ホーム、認知症グループホーム、集会所、飲食店、店舗、旅館、ホテル、病院、診療所、学校、工場、事務所等の防火対象物の関係者で管理的又は監督的な地位にあって、現在防火管理者の資格を有していない方、またはこれに準じて消防機関が必要と認めた方とします。
- 受講料 受講料は無料ですが、参考図書代として4,500円が必要です。
- 申込先 受講申込書は最寄りの消防署・消防分署にありますので、6月8日(金)から6月29日(金)までに申し込みください。  
なお、定員に達した場合は、申込み期間中でも締め切らせていただきます。
- お問合せ先 大畑消防署風間浦消防分署 予防係 ☎0175-35-2101



## 平成30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活用されます。

調査時点は30年6月1日です。

調査票へのご回答をお願いいたします。

## 青森県小児救急電話相談

平成30年4月1日(日)から相談時間が一部拡充されます！

携帯電話・プッシュ回線からは、局番なしの **#8000**

～ダイヤル回線・公衆電話からは 017-722-1152～

相談時間	平日	午後7時から翌朝8時
	土曜日	午後1時から翌朝8時
	日曜祝日	午前8時から翌朝8時



受診した方が良いのか、様子をみても大丈夫なのか、看護師や小児科医が電話でアドバイスします。

※お盆の8月13日と行政機関において年末年始の休日となる12月29日～1月3日までの期間は、日曜日と同じ対応とします。

### 小児救急電話相談とは

青森県では、小さなお子さんをお持ちの方が、夜間の急な子どもの病気等で対応に困った時に電話で相談に応じる「こども救急電話相談」を行っています。「こども救急電話相談」では、すぐに受診したらよいのか、それとも家で様子をみても大丈夫なのか不安な時、緊急受診の日安や家庭での看護の仕方などについて、医師の支援を受けながら看護師がアドバイスします。

### 利用上の注意

- ・対象：15歳未満の子どもの保護者
- ・「こども救急電話相談」は、子どもの急なけが等への応急的な対処方法等に関する助言と情報提供を行うもので、治療や処理を指示するものではありません。
- ・電話が混み合っつながりにくい場合は、恐れ入りますが少し時間をおいておかけ直してください。
- ・子どもの健やかな成長を助けるためには、日頃から子どもの体質や病歴を把握している「かかりつけ医」を持ち、具合が悪そうな時などは診療時間内に早めにかかりつけ医を受診するよう努めましょう。



看護師または小児科医がアドバイス！

## 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45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：平成30年5月17日(木) 14:30～16:30

場所：風間浦村中央公民館



複数回献血クラブ 新規会員キャンペーン中！

血液センターでは複数回献血クラブ会員（メール会員）を募集中です。

H30年10月31日までに会員登録していただき、受付スタッフに「仮登録完了画面」をご提示いただいた方へ記念品をプレゼント！

### 《登録方法》

※献血経験がない方はご登録いただけませんので、まずは一度献血にご協力ください。

1. 右のQRコードを読み取って空メール送信、又は「abo@kenketsu.jp」へ空メール送信
2. 返信メールにしたがって情報入力



### 《お願い》

- ①当日は朝食や昼食を摂ってください。
- 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】風間浦村 村民生活課

☎0175-35-3111

青森県赤十字血液センター ☎017-741-1512

## 平成30年度 総合健診(集団)のお知らせ

今年度の1回目の総合健診は、5月12日(土)となります。仕事で遠方へ行かれる方、土曜日しか仕事が出来ない方などこの機会に是非、受診されてみてはいかがでしょうか？  
平成30年度の総合健診は、5月12日、6月4・5・22日、10月22日の5日間となります。

健診は自分の身体の状態を知る良い機会です。昨年受診して異常がなかったとしても、今年には大きく変化している可能性もあるため、継続して受診し、チェックすることが大切です。今まで受診したことのない方は、この機会に受診してみてもどうでしょうか？



### 【総合健診】

総合健診日		申込締切日
平成30年5月12日(土)		平成30年4月26日(木)
平成30年6月4日(月)・6月5日(火)		平成30年5月17日(木)
健診項目	特定健診、肺がん検診、胃がん検診、大腸がん検診 前立腺がん検診、骨密度検診、肝炎ウイルス検査	
受付時間	午前6:30～午前9:00 (開場は午前5:30ごろの予定です)	健診会場
		村総合福祉センター げんきかん

※当日申込みは受診票等の準備に時間がかかります。確実に受診できるかわからなくても受診希望のある方は必ず事前申込みをしてくださるようお願いいたします。

### 【お申込み方法】 下記の1・2どちらかの方法でお申込みください

1. 各地区の保健協力員が各世帯を訪問いたしますので、その際に受診希望を伝え、申込書を提出してください。
2. 役場村民生活課まで直接または電話でお申込みください(☎35-3111)。  
その際は氏名・生年月日・年度末年齢・送迎の受診希望・受診日と受診項目をお伝えください。

### 【注意事項】

- ・今年度、村で実施するすべての健診が無料です。
- ・がん検診は村に住所のある方であれば受診することができます。
- ・検査内容や注意事項等詳細は毎戸配布の健診のお知らせチラシをご覧ください。

風間浦村では、腎機能の低下・糖尿病・痛風・高血圧で病院にかかる方が多いことを踏まえ、特定健診の村独自検査項目として、クレアチニン(腎機能)・HbA1c(糖尿病)・尿酸(痛風)・尿中塩分を実施しております。

## 目の見え方等に関する相談教室

### ～目の見え方で気になることはありませんか？～

目の見え方で困っている人のために相談をお受けします。ご本人はもちろん、保護者、学校等における担任の先生など、お気軽にご利用ください。

- ▽と き 5/31、7/5、9/6、10/4、11/1 (10時～12時、13時～15時)
- ▽と ころ むつ市教育研修センター (むつ市小川町2丁目19-1)
- ▽対 象 乳幼児から成人の方まで
- ▽支援について 見えにくさへの対処、見え方に配慮した遊ばせ方や育て方、学級における指導方法、生活に活用できる便利グッズの紹介等
- ▽相談するには
  - ・事前に電話で「見え方の相談」と言ってご予約ください。
  - ・相談に費用はかかりません。個人情報は一切洩らしません。
  - ・受付 9時～16時(土日祝を除く)

【お問合せ先】 ロービジョン相談支援センター (青森県立盲学校) ☎017-726-2239

## 大間病院だより

### 「日中の眠気にご用心 ～春の陽気は病気のサイン?～」

大間病院 院長 松岡 保史

春の暖かい日差しの中、日中に「うとうと」してしまふことはありませんか。過ごしやすい温度で、多少の疲れや睡眠不足により眠くなることもあるでしょう。しかし、そのような条件がなくとも、日中に急激な眠気に襲われる人がいます。それは「睡眠時無呼吸症候群」かもしれません。

「睡眠時無呼吸症候群」は読んで字のごとく、寝ているときに無呼吸状態になる病気です。この病気になると、次のような症状が現れます。

①日中に強い眠気がある、集中できない、②いびき、③夜に何度も起きる、何度もトイレに行く、④起床時に口が渇く、寝汗をかいている

症状のため日常生活の質が下がります。さらに、健康にも大きなリスクを伴うことが知られており、次のような病気になりやすいといわれています。

①狭心症・心筋梗塞などの心血管疾患、②高血圧症、③心不全、④心臓突然死、⑤心房細動を含む不整脈などです。これらの病気は死に直結するものも多く、可能な限り「睡眠時無呼吸症候群」を予防・治療をするべきと考えます。

肥満がこの病気の原因の一つであり、予防方法はダイエットです。しかし、すぐに効果が出るわけではないため、治療も行います。治療としては、睡眠時に呼吸補助器具（軽症例：マウスピース、重症例：自宅用の小さな呼吸器）を使うことです。また、原因によっては外科的に手術を行う人もいます。

日中の眠気が大きな病気のサインかもしれません。下記に質問票を記載します。11点以上の人は異常といわれています。この病院だよりを読んでいる方で、「睡眠時無呼吸症候群ではないか」と思われる方がいましたら、いつでも大間病院へご相談ください。

0：うとうとする可能性はほとんどない 1：うとうとする可能性は少しある  
2：うとうとする可能性は半々くらい 3：うとうとする可能性が高い

状況	点数
1. すわって何かを読んでいるとき（新聞、雑誌、本、書類など）	0、1、2、3
2. すわってテレビを見ているとき	0、1、2、3
3. 会議、映画館、劇場などで静かにすわっているとき	0、1、2、3
4. 乗客として1時間続けて自動車に乗っているとき	0、1、2、3
5. 午後に横になって、休息をとっているとき	0、1、2、3
6. すわって人と話をしているとき	0、1、2、3
7. 昼食をとった後（飲酒なし）、静かにすわっているとき	0、1、2、3
8. すわって手紙や書類をかいているとき	0、1、2、3

## 年金だより

### 国民年金保険料免除等の申請について

保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度（50歳未満）」がありますので、住民登録をしている市（区）役所・町村役場の国民年金窓口で手続きをしてください。申請書は窓口に備え付けてあります。

平成30年度分（平成30年7月分から平成31年6月分まで）の免除等の受付は、平成30年7月1日から開始されます。

また、申請時点の2年1か月前の月分までさかのぼって申請することができます。

失業等により保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていた期間がある方は、市（区）役所・町村役場の国民年金窓口または年金事務所へご相談ください。

【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

## 考えよう！たばこの害 5月31日は世界禁煙デーです

世界禁煙デーはWHO（世界保健機関）が制定した禁煙を推進するための記念日です。1987年の決議により、1988年4月7日を「第1回世界禁煙デー」としました。同年に毎年5月31日とすることが定められ、1989年以降毎年5月31日が世界禁煙デーとなりました。

日本では1992年（平成4年）より、5月31日から6月6日までの1週間を禁煙週間と定めています。

### たばこの煙の成分を知っていますか？

たばこの煙には、4,000種類以上の化学物質が含まれており、そのうち200種類以上は有害物質です。また、発がん性物質はなんと60種類も含まれていることから、たばこは「毒物の缶詰」と言われるほどです。

たばこの有害物質と言われるものには、ゴキブリの殺虫剤の成分となっているニコチンや、イタイイタイ病の原因となったカドミウム、死体の防腐剤として使用されるホルマリンなど普段耳にしないような物質がたくさん含まれています。



### もっと知ってほしい！たばこのこと！

Q、軽いたばこなら大丈夫？

マイルドやライトといったたばこでも、たばこ1本の有害物質の含有量と体への害は同じです。実際はフィルターの数が多いだけで、ニコチン依存の程度に応じて必要なニコチン量を吸収しようとするため、かえって根元まで深く吸ってしまったり、本数が増えることにつながります。



Q、換気扇の下など目の前で吸わなければ問題ない？

換気扇を回しながら料理をしても、カレーの匂いが部屋中に充満したことはありませんか。換気扇下でたばこを吸っても煙や匂いの一部は取りきれいていません。実際、非喫煙者の家庭の子どもと比べて喫煙者の子どもの尿からは3倍以上のコチニン（ニコチンの代謝物質）が検出されています。

Q、生活習慣病にかかりやすいつって本当？

**たばこは生活習慣病の最大の危険因子**です。たばこに含まれる有害物質が動脈硬化と糖・代謝異常を加速させるため、メタボリックシンドロームを発症するリスクが高くなります。そのため、喫煙していると痩せにくいのも事実です。メタボから抜け出すためには、まずは禁煙から始めることが近道です。

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.297

## 平成30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、シルバール人材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

・主任(福祉活動専門員)

川 島 ゆかり

・(出納員) ※常勤パート

飯 田 さつき

・(移送運転手) ※介護員兼務

松 原 久 恵

### 【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せん。

・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

杉 山 美保子

・(調理員) ※準職員

松 原 久 恵

・(非常勤看護員)

木 村 隆 一

山 本 敦 子

### ◎介護事業所からお知らせ

サービス利用にあたって必要な要介護認定の結果、要介護となった方の介護計画作成は、社協が担当できますが、要介護以外の方については、村直営の「包括支援センター」が担当することになります。

## 平成30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	30年度	29年度	増 減
人 件 費	33,928	34,152	-224
事 業 費	5,988	6,510	-522
事 務 費	2,840	2,821	19
貸付事業等支出	416	420	-4
助 成 金	270	270	0
分担金・負担金等支出	50	50	0
<b>【B】 経常支出計</b>	<b>43,492</b>	<b>44,223</b>	<b>-731</b>
A-B(経常活動資金収支差額)	-1,793	-3,003	1,210
車両運搬具取得支出	0	0	0
積立資産支出	34	35	-1
当期資金収支差額	-1,827	-3,038	1,211

### 【経常収入】

(単位：千円)

科 目	30年度	29年度	増 減
会 費 収 入	828	841	-13
寄 附 金	30	30	0
風間浦村補助金	12,595	12,595	0
風間浦村受託金	147	147	0
その他補助・受託金等	143	155	-12
事業収入(非介護保険)	1,138	1,176	-38
貸付事業等収入	444	419	25
共同募金配分金	366	360	6
負担金収入	0	0	0
介護保険収入	25,941	24,622	1,319
雑収入・その他の収入	53	60	-7
受取利息配当金	14	15	-1
基金・積立等取崩収入	0	800	-800
<b>【A】 経常収入計</b>	<b>41,699</b>	<b>41,220</b>	<b>479</b>

※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

4月2日(月)、風間浦保育所において入所式が行われ、29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お返事をしました。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。



元気いっぱいのお返事上手でした♪

平成29年度、村で実施いたしました3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<sup>★</sup>ダイヤモンド<sup>★</sup>賞



蛇浦 伊藤 <sup>れん</sup>蓮 ちゃん  
( 保護者：謙 )

かわいい笑顔で歯みがきが好きなことを教えてくれた蓮ちゃん。これからもむし歯ゼロ続けてね。

☆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



### 戸籍の窓

(3月届出分)

#### ●お悔み申し上げます

坪田 勲さん(76歳) 桑 畑

### 私たちの村の人口

(3月末現在)

男	962人	(先月比-5人)
女	999人	( 〳 -5人 )
計	1,961人	( 〳 -10人 )
世帯数	938世帯	( 〳 -3世帯 )