

広
報

ろっかしよ 12

Pick up Topics!

P 2・・・ みんなでわくわくオータムイベント

P 3・・・ 泊中学校閉舎式

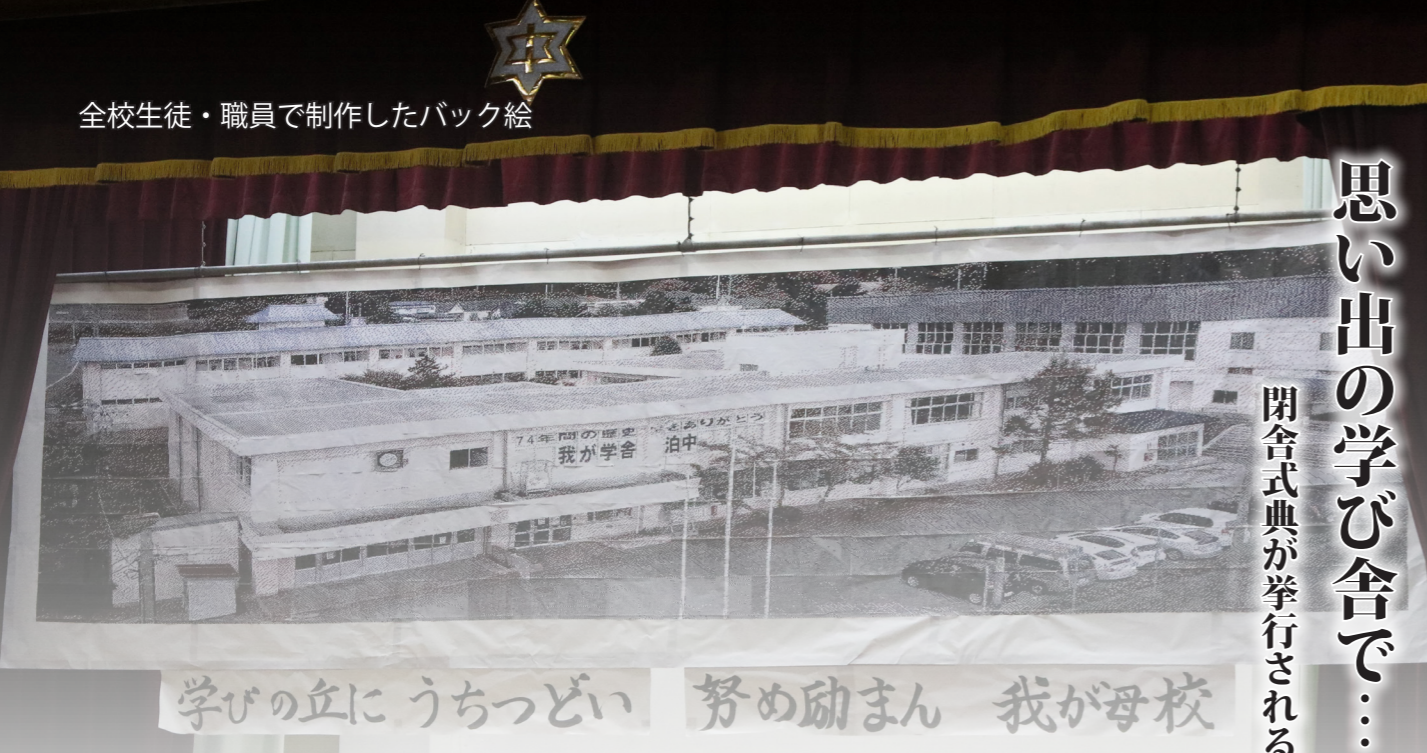
Information

P 8-9・・・ 六ヶ所村会計年度任用職員採用希望者
登録制度のご案内（会計年度任用職員人材バンク）

P 14・・・ 除雪作業にご協力ください

【表紙】 みんなでわくわくオータムイベント（国際教育研修センター）





思い出の学び舎で…

閉舎式典が挙行される

学びの丘に うちっどい 努め励まん 我が母校

◇泊中学校の主な出来事◇

昭和 22 年	六ヶ所村立泊中学校と称し、泊小学校に併設・開校（生徒数 66 人）
昭和 24 年	独立校として認可（校舎は従来通り泊小学校の一部を使用）
昭和 31 年	校歌、校章、旧校訓制定
昭和 32 年	独立校舎竣工 泊中 PTA 設立 校舎落成式
昭和 49 年	新築のため旧校舎を解体
昭和 50 年	新校舎竣工
昭和 52 年	学校単独給食開始
平成 2 年	防風ネット設置
平成 6 年	泊地区海岸清掃美化奉仕活動で運輸省第二港湾建設局長より受賞
平成 9 年	創立 50 周年記念式典 物置小屋竣工
平成 19 年	グラウンド改修工事
平成 21 年	本校舎耐震補強工事竣工
平成 22 年	陸上部物置小屋新築工事竣工
平成 24 年	災害用非常電源装置設置
平成 25 年	体育館にピアノ移設
平成 27 年	グラウンド防雪柵設置 体育館天井落下防止工事竣工
令和 2 年	新型コロナウイルス感染拡大防止のため臨時休校

来年度から泊小学校に移転し、小中併置校となる泊中学校（石川義也校長、生徒 73 人）で 10 月 24 日、閉舎式典が挙行されました。

式典では、閉舎式実行委員会の佐藤栄作委員長が「学び舎がなくなくなることは寂しいですが、この閉舎式を成功させ、思い出深い学び舎として記憶に残るきっかけになってほしいと切に願っています」と校舎に対する思いを語りました。また、石川校長は「この校舎の締めくくりを託された教職員・生徒は、最後の日まで誠実に 1 日 1 日を積み重ねていくことを約束します」とあいさつを述べました。

式典後に生徒会が主催したセレモニーでは、泊中学校の歴史をまとめたスライドショーと校舎の航空写真を基にして A 4 サイズの紙、約 300 枚をつなぎ合わせて描いた記念のバック絵を披露。最後は、生徒会長の酒谷奏汰さん（3 年生）が「これまで大切に生きてきた『地域から愛される学校』『地域に貢献する学校』を目指す思いは、これからも伝統として継承していきます」と力強く話しました。



校舎との思い出



三浦 悠杜さん (2年生)

1 番の思い出は、最後の運動会。時間短縮になったが、その分、白熱した闘いで盛り上がった。来年 4 月からは、この校舎の伝統も引き継いで小学校に持って行きたい。



種市 佳桜さん (3年生)

この校舎は私にとって「自分を成長させてくれる場所」。毎日みんなと一緒に部活動に励んだ体育館が 1 番思い出深い。校舎には「3 年間ありがとう」と声を掛けたい。



異文化に触れる みんなでわくわくオータムイベント開催！

異文化交流フェアの代替イベントとしてみんなでわくわくオータムイベントが 10 月 24 日、国際教育研修センターで開催されました。かぼちゃブース、韓国ブース、ドイツブースの 3 つのブースに分かれて行われたイベントには、事前に申し込みのあった 18 組の親子が参加しました。



かぼちゃブース

親子で協力して「ジャック・オー・ランタン」作りに挑戦！



韓国ブース

カラフルな色のクリームでデコレーションしたケーキをお弁当箱に入れる「韓国お弁当ケーキ」作りに挑戦！



ドイツブース

ワッフルを焼いて、生クリームやチョコレートで自由にデコレーション！



念願のジャック・オー・ランタン作り



佐藤 郁子さん(女)、雅哉くん(男) (小学 1 年生)



怖いジャック・オー・ランタンにしたかったので釣り目にしました。口の形がギザギザしていて切り抜くのが難しかったです。家に持ち帰って玄関に飾りたいです！

韓国ケーキを楽しみにしていました



橋本 心さん(女)、舩谷 凜さん(女) (中学 3 年生)



ケーキは韓国のキャラクターをイメージして作りました。顔のパーツを書くのが難しかったです。初めての韓国ケーキを食べるが楽しみです！

将来の職業選択のために

第二中学校職場体験学習



六句館でレジ業務を体験する浜飯さん

第二中学校3年生の職場体験が11月4日から6日までの3日間、行われました。役場の職場体験に訪れた浜飯^{はいいし}さんは、総務課情報システムグループや建設課などで仕事を体験しました。

1日目は、総務課情報システムグループで防災無線や広報ろっかしょ、ロックTVについて学んだ後、実際に取材に行き記事を書きました。2日目の午前は、建設課で道路パトロールを体験。道路の穴埋め作業を行いました。午後からは、ごぼう貯蔵施設でごぼうの選別作業を体験。3日目は六句館で値段シール貼りやレジ業務を体験しました。

*浜飯さんが取材・作成した記事は、下段に掲載しています。ぜひ、ご覧ください

1日目



総務課
情報システム
グループ

2日目



建設課
農林水産課
(ごぼう貯蔵選別施設)

3日目



政策推進課
(六句館)

さまざまな仕事を学び、体験

職場体験を終えて・・・

役場にはたくさんの課があり、それぞれが村民のために仕事をしていることが分かりました。特に気になっていた、情報システムグループでは防災無線や広報ろっかしょの発行、ロックTVの番組制作などを行っていることを知りました。

村の発展に感謝を

令和2年度六ヶ所村表彰式



個人4人、2団体が表彰された

令和2年度六ヶ所村表彰式が11月4日、スワニーで行われ、各分野で村民の模範となり活躍された皆さんへ、戸田衛村長から表彰状と記念品が贈られました。

式では受賞者を代表して橋本きよさんが「私たちは日頃より地域の皆さんのお役に立てればとの思いで、村民の健康の保持増進と保健衛生の充実を図るために、日々まい進して参りました。この表彰は、地域の皆さまの温かいご支援のためものと思い深く感謝申し上げます」と謝辞を述べました。

◇受賞者は次の通り◇(敬称略)

【功労表彰】中村光弘、種市一枝、橋本きよ

【善行表彰】堀川悟、(株)ユーラス六ヶ所太陽光 代表取締役 山本勝公、六ヶ所村商工会青年部 部長 小泉尚人

(取材・記事作成：第二中学校3年 浜飯普司さん)

高校生が「六ヶ所村のコレカラ」を考える

六高で防災啓発講演会



講演では当時の津波の様子を視聴

環境科学技術研究所主催の出前授業「防災啓発講演会」が10月9日、六ヶ所高校(川代由美子校長)で2学年(47人)を対象に行われました。

この日は「災間を生きる君たちへ～命と向き合い・命をつなぐ～」と題し、宮城県立石巻西高校の元校長、齋藤幸男さん(東北大学非常勤講師)が講演。齋藤さんは東日本大震災発生時、正式な指定避難場所ではなかった同校で教頭として44日間の避難所運営を行いました。

齋藤さんは「大人も経験したことがない震災が多発している近年、大人の経験値と判断がすべて正しいとは限らない。若い人たちが大人と一緒に考えることが大切。若い君たち高校生に力をつけてもらいたい」と生徒たちに呼び掛けました。

予期せぬ災害に備え

石油コンビナート図上訓練実施



訓練に取り組む職員

特別防災区域での火災を想定した石油コンビナート図上訓練が10月23日、尾駮コミュニティセンターで実施されました。この訓練は地震発生に伴った特別防災区域での火災発生時に、各機関の初動措置の確認を行うことで関係機関の相互連携の向上を図る目的で行われました。

初の取り組みである図上訓練に参加した村や県、県警察などの7機関は、関係機関と連携しながら情報収集を行い、状況判断をし、消火活動や交通規制の対応、地域住民への避難指示や広報の指示など真剣に取り組んでいました。

戸田衛村長は「迅速な情報収集と指示伝達ができ、実践的な訓練が展開されたものと大変心強く感じた。石油コンビナート災害に備えた効果のある訓練であった」と講評を述べました。

「大きくなあれ！」

村緑化推進委員会植樹祭



植樹祭に参加した皆さん

六ヶ所村緑化推進委員会主催の植樹祭が10月31日、出戸地区森林空間公園にて行われ、委員や尾駮小学校みどりの少年団(4年生児童)など約50人が参加しました。

開会式では、橋本晋委員長が「緑豊かなふるさとを次の世代に引き継いでいけるよう、1本ずつに願いを込めて植えましょう」とあいさつ。次に、みどりの少年団員たちが「郷土の緑を大切に育てます」と誓いの言葉を唱和しました。

植樹セレモニーでは、橋本委員長と少年団長など代表者5人が1本のオオヤマザクラに土をかけました。参加者たちは苗木に「大きくなあれ！」と声を掛け、緑と触れ合いながら植樹していました。この日は、オオヤマザクラ、ヤマモミジ、イチヨウ、アケビ、ウメの苗木計21本が植樹されました。

年末年始・冬休み中における 少年の非行や犯罪被害を防止しよう！



◎少年問題に関する相談先
▽ヤングテレホン警察本部
☎ 0120 (58) 7867
▽ヤングテレホン青森
☎ 017 (776) 7676
▽ヤングテレホン八戸
☎ 0178 (22) 7676
▽ヤングテレホン弘前
☎ 0172 (35) 7676
▽警察安全相談
☎ 017 (735) 9110
☎ #9110
▽ヤングメール(回答は土日・祝日を除く2〜3日後)
mail: youngmail-587867@extraocn.jp

◎子どもたちに愛の一声を
子どもたちを非行や犯罪から
守るため次のことを心掛け
ましょう。
①親子の対話を大切にす
②子どもの行動に関心をも
「兆し」を見落としさない
③地域の子どもは地域で守る



暴力団に関する相談はこちら

暴力団に関する相談窓口

暴力団が恐れるもの、それはあなたの「勇気」です。暴力団からの不当な要求や嫌がらせでお困りの人は、近くの交番や警察署、暴力団追放県民センターへご相談ください。

◎警察

☎ 017 (735) 9110 または # 9110

◎(公財)青森県暴力団追放県民センター

☎ 017 (723) 8930

匿名通報ダイヤルを知っていますか？

暴力団が関与する犯罪などの通報を匿名で受け付けています。なお、有効な通報を行った人には情報料(10万円)が支払われます。

☎ 0120 (924) 839

<http://www.tokumei24.jp>



野辺地警察署から大事なお知らせ ～交番・駐在所の統廃合について～

令和3年3月31日をもって「平沼駐在所」「千歳平駐在所」が廃止となり、尾駁交番に統合されます。

統合により村から警察官が減る訳ではなく、廃止された駐在所の警察官は尾駁交番に配置され、交番所長以下7人で活動することになります。

《交番・駐在所統廃合後は…》

◎尾駁交番の完全三交代の体制を確立し、機動力を生かした警察活動の実施!

◎常時2人の警察官を配置し、夜間の犯罪に即応できる体制を確立!

尾駁交番の警察官が管内の安全安心を守っていきますので、ご理解とご協力をお願いします。

*令和3年4月1日以降、運転免許証の記載事項変更などの窓口業務は、尾駁交番で行います

村の人身事故発生状況 (令和2年10月末)

令和2年			令和元年			前年比
10月中	累計		10月中	累計		
発生	死者	傷者	発生	死者	傷者	発生
3	0	3	8	0	9	11
						0
						13
						-3
						+0
						-4

村の物件事故発生状況 (令和2年10月末)

令和2年		令和元年		前年比
10月中	累計	10月中	累計	
6	123		165	-42

毎月6日は
六ヶ所村民
交通安全の日



村内で行われた催しやできごとを
取材して皆さんにお届けします

文化と芸術の祭典

第45回村民文化祭開催



展示された作品を鑑賞する来場者

第45回村民文化祭が11月1日、中央公民館で開催されました。

新型コロナウイルス感染症の影響により、縮小して開催された今年の文化祭は、作品展示と創作体験ワークショップのみの開催となりました。

会場では村内のこども園や保育所、サークルなどの作品が展示された他、さまざまなワークショップブースが設置されました。来場者は作品を鑑賞したり、気になるワークショップを体験し、文化祭を楽しんでいました。



作品展示



創作体験
ワークショップ

新型コロナウイルス感染症を学ぶ

地域連合婦人会が研修会を開催



講演する松岡先生④

六ヶ所村地域連合婦人会(三戸秀子会長)の研修会が11月8日、中央公民館で開催され、会員約40人が参加しました。

この日は、六ヶ所村地域家庭医療センター所長の松岡史彦先生が新型コロナウイルス感染症について講演。松岡先生は「無症状の人が感染を広げてしまうことがある。日常生活では三密を避けることが重要。飛沫を防ぐためにマスクを着用し、手洗いや手指消毒を行い接触感染も予防しましょう」と新型コロナウイルス感染症の基礎知識と日常生活でできる予防対策を説明しました。

参加者は「改めて、マスクをすることが大切だと分かった。また、医療センターで実施されているPCR検査についても詳しく知ることができて良かった」と話していました。



六ヶ所村会計年度任用職員採用希望者登録制度のご案内

<会計年度任用職員人材バンク>

※会計年度任用職員とは、1会計年度（4月1日～翌年3月31日）の範囲内を任期として任用される非常勤の公務員です。

六ヶ所村では、会計年度任用職員として役場、出先機関又は村立小中学校等において勤務していただける方を年間を通じて募集します。この登録制度は、あらかじめ希望する職種や勤務場所などを事前に登録していただき、必要に応じて条件に合う方を登録者の中から選考し、会計年度任用職員として任用するものです。

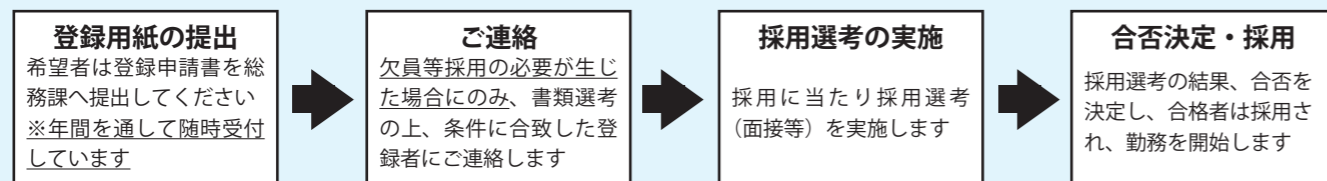
4月1日から勤務を希望する場合は、原則として**1月31日までに**登録の申請をお願いします。その後も随時登録することはできますが、必要人員が充足された時点で4月1日採用分の採用選考は終えることとなります。（ただし、充足していない場合は登録者の中から採用選考を引き続き行います。）4月1日から採用されなかった場合は、年度途中で欠員があった場合等に随時採用選考を行い採用されることとなります。

1. 募集人数等（令和2年12月1日時点における令和3年度の必要人員となります）

職種	人数	業務内容	必要な免許・経験等	勤務場所
1 事務補助員	30人程度	事務や窓口対応の補助的業務	特になし	役場本庁又は出先機関
2 保育補助員	3人程度	保育士等の補助的業務	特になし	おぶちこども園
3 放課後児童支援員（補助員含む）	20人程度	放課後教室において児童へ遊びの提供や生活指導等	特になし	わいわい塾（泊）、なかよし塾（尾駁）、にこにこ塾（倉内）又はわくわく塾（千歳平）
4 用務員（こども園）	4人程度	清掃等のこども園の運営上必要な業務	特になし	おぶちこども園
5 用務員（学校）	7人程度	校舎内外の環境整備等学校の運営上必要な業務	特になし	各小中学校
6 学校教育支援員	11人程度	教育上特別の支援が必要な児童生徒に対する授業や学校生活における支援業務	特になし	各小中学校
7 教育相談員	4人程度	不登校、進学、子育て、特別支援教室等における相談業務	教員免許	中央公民館（教育相談室）
8 保健衛生助手	1人程度	母子保健・成人保健、健康診断等の補助的業務	看護師	保健相談センター等
9 建設技術補助員	1人程度	建設工事関係事務等の補助的業務	土木施工管理技士又は建築士	役場本庁

※募集する職種は、令和2年12月1日時点におけるものであり、欠員状況や登録者の経歴や資格・免許等に応じて別の職種で勤務をお願いすることがあります。

2. 登録から勤務開始までの流れ



※登録の有効期限は、登録した日から1年を経過した日の属する年度の末日（3月31日）までです。

（例）令和3年1月1日に登録した場合：令和4年3月31日が登録の有効期限となります。

<注1> 地方公務員法第16条に規定する次の欠格条項に該当する者は登録することができません。

- ア 禁錮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
- イ 六ヶ所村の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

- ウ 人事委員会又は公平委員会の委員の職にあって、地方公務員法第60条から第63条までに規定する罪を犯し、刑に処せられた者
- エ 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、又はこれに加入した者

<注2> 登録者が次のいずれかに該当するときは、登録は取り消されます。

- ア 登録の有効期間が満了したとき。
- イ 本人から取消しの申出があったとき。
- ウ 登録の内容に偽りがあったとき。
- エ 採用されたとき。
- オ 採用されることを辞退したとき。

3. 勤務条件等

勤務条件等	内 容
任用根拠	地方公務員法第22条の2第1項
任期	4月1日から翌年3月31日までの間で設定します。
勤務時間	パートタイム：週29時間（代表的な例：1日5～6時間×5日）で勤務時間を割り振りします。 ※1 フルタイムの職は現在募集していません。 ※2 勤務場所によっては、交代で早出遅出勤務を命ずることがあります。
基本報酬（基本給）	パートタイム（週29時間勤務）の場合 事務補助員 月額142,000～147,000円程度 保育補助員、放課後児童支援員、学校教育支援員 月額146,000～150,000円程度 用務員 月額140,000～145,000円程度 教育相談員 月額175,000～180,000円程度 保健衛生助手 月額166,000～170,000円程度 建設技術補助員 月額178,000～180,000円程度 ※1 金額は、経験等によって決定されます。また、人事院勧告や青森県人事委員会勧告を踏まえた給与改定及び制度改正等によって、任期中に金額が変わることがあります。 ※2 上記の職種以外の職種に採用されることとなった場合は、別途金額をお知らせします。
手当等	基本報酬（基本給）のほかに、時間外勤務報酬（時間外勤務手当）、期末手当（ボーナス）及び通勤に係る費用等がそれぞれの規定に基づき支給されます。
勤務を要しない日（休み）	原則として、土曜日、日曜日、祝日及び年末年始 ※交代で休みの日に勤務を命ずることがあります。
休暇等	年次有給休暇、特別休暇（有給のものと無給のものがあります。）、育児休業等
福利厚生	全国健康保険協会管掌健康保険、厚生年金保険、雇用保険、地方公務員災害補償等
その他	○1か月間の条件付採用期間があり、この期間を良好に勤務した場合に正式に会計年度任用職員として採用されます。 ○地方公務員法に規定する服務（職務専念義務、守秘義務等）及び懲戒等に関する規定の対象となります。

4. 提出書類

- (1) 六ヶ所村会計年度任用職員採用希望者登録申請書（申請書は役場総務課、泊出張所、平沼出張所又は千歳平出張所で直接受け取るか、六ヶ所村公式ウェブサイト（<http://www.rokkasho.jp/>）からダウンロードできます。郵送での請求は、120円切手及び送付先の住所、氏名を記入した封筒（角形2号）を送付してください。）
- (2) 資格証又は免許等の写し（取得見込みの場合は、取得見込証明書）

5. お問い合わせ先及び申込書提出先

六ヶ所村総務課 人事・政策法務グループ
〒039-3212 青森県上北郡六ヶ所村大字尾駁字野附475番地 六ヶ所村役場2F
電話 0175(72)2111・FAX 0175(72)2603
<お問い合わせ時間>
午前8時15分～午後5時 ※土曜日、日曜日、祝日及び年末年始を除きます。



このページに関する
問い合わせ・申し込みはこちら

問 国際教育研修センター ☎ 73 - 8575

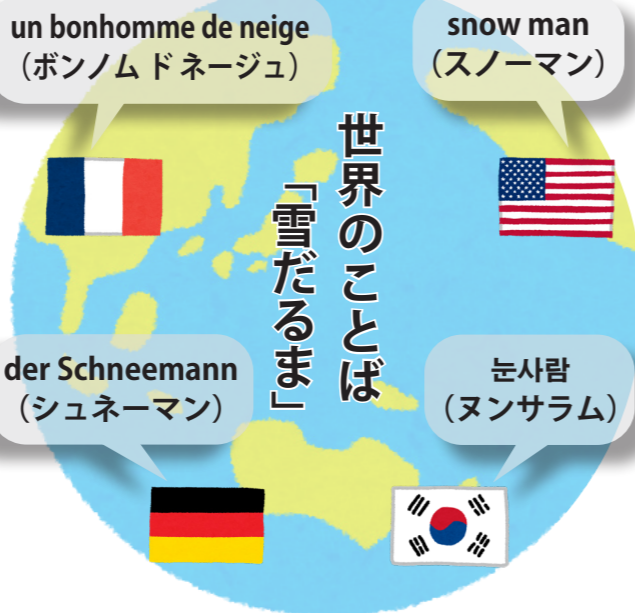
まさがつ Masaga!!! ~コロナ禍のクリスマス~

ドイツ国際交流員 ヴェアナー・マーク

2020年もうまく終わりますね。今回は、クリスマスと年末についてお話しします。

キリスト教徒にとって、クリスマスはとても大切なイベントで、日本人のお正月と同じように家族と一緒に過ごします。ドイツでは、クリスマス前の4週間を「アドベントタイム」と呼びます。会社の同僚と一緒に忘年会のような年末クリスマスパーティーをしたり、家族や友人と一緒にクリスマスマーケットでホットワインを飲んだりして、アドベントタイムを楽しみます。

しかし、今年は全く違います。新型コロナウイルスの影響により、大きなイベントやクリスマスマーケットは全て中止となり、クリスマスの雰囲気は全くありません。例年のクリスマス・イブは、家族と一緒に教会へ行き家で晩ご飯を食べ、プレゼント交換をしていますが、今年は自粛することになりそうです。特にお年寄りにとって、教会へ行くことや家族と会うことは命取りとなる可能性があります。非常に残念ですが今年は大勢のドイツ人にとって、とても寂しいクリスマスになりそうです。



世界のことは「雪だるま」

センターの仲間



■ キャサリンカーガラナン
フィリピン出身で、2019年1月からALTとして六ヶ所村で働いています。村の静かなところと景色が好きで、村民の皆さんはとても親切にしてくれます。来日したときは、青森の冬がとても怖かったけど、青森県に住んで2年が経ち、冬が好きになりました。今年の冬も楽しみです！

イベントのお知らせ

異文化わくわく・ワールドキッチン合同イベント

ドイツ伝統のクリスマスクッキー作り

今月は異文化わくわくイベントと、ワールドキッチンの合同イベントになります。

- 日時 12月11日(金) 9:30~13:00
- 場所 スワニー 調理室
- 募集人数 12人(村民限定)
- 申込受付期間 12月7日(月)まで

- 参加費 1,000円
- 持ち物 飲み物、エプロン、タッパー(完成した料理は持ち帰りとなります)



*新型コロナウイルスの感染状況により、中止・延期する場合があります。また、イベント参加者は当日、自宅で検温を行い、マスクを着用して参加してください



このページに関する
問い合わせ・申し込みはこちら

問 福祉課地域包括支援センター室 ☎ 72 - 4457

バランスの良い食事を「すこやかランチ」

すこやかランチとは、昨年7月から実施している、バランスの良い食事の提供と見守りを目的とした、配食サービスです。有償ボランティアの皆さんが、利用者の元へ、おいしいお弁当を届けます！



- 対象者 ①おおよそ65歳以上の単身世帯・高齢者のみの世帯の人 ②65歳未満の障がい者で単身世帯の人 ③高齢による体の衰えや心身障がい、疾病などで食事作りが困難な人 ④介護保険制度の要介護認定を受けている人
- 料金 1食 200円

高齢者への虐待を防止しよう

■配達地域 新納屋、平沼、倉内、内沼、中志、新城平、六原、端、庄内、千歳、千歳平、笹崎、豊原、睦栄
*今年度中に、尾駁や泊など対象地域を拡大予定です
■申込先 社会福祉協議会 ☎ 75-13000

住み慣れた地域で、安心して暮らせる社会を、誰もが望んでいます。しかし、現実には家族などによる高齢者虐待が問題となっています。特に高齢者を介護する家族の負担は、想像以上に大きく、介護疲れによるストレスなどから虐待が始まってしまうケースも少なくありません。平成18年4月に「高齢者虐待防止法」が施行されてから、高齢者虐待を発見した場合は、村への通報が義務付けられています。虐待は決して人ごとではありません。無関

心ならず、高齢者や介護する家族を孤立させないことが大切です。見守り、気付き、助け合うなどできることから始めてみましょう。虐待を発見、気になるサインを見かけたら、地域包括支援センター室までご相談ください。



- 【心理的虐待】 叱りつける、無視するなど、心理的外傷を与える言動を行うこと。
- 【経済的虐待】 高齢者の年金を勝手に使ってしまふなど財産を不当に扱うこと。
- 【性的虐待】 高齢者にわいせつな行為をすること。
- 【介護・世話の放棄・放任】 劣悪な環境のまま放置する、高齢者を衰弱させるような減食など養護を著しく怠ること。

10月の おれんじカフェ

10月20日、尾駁コミュニティセンターで開催しました。

今回は、講師に寺下ナツ子さんを招き、椅子に座ってもできる茶道を体験しました。普段とは違う慣れない作法に戸惑いながらも、おいしいお茶とお菓子に、皆さん癒されていました。



【次回のおれんじカフェ】

クリスマスにちなんだ内容を企画しています。皆さんの参加を、お待ちしております。

- 日時 12月15日(火)
- 場所 尾駁コミュニティセンター



上十三保健所事業のお知らせ（12月）				
種類	対象	実施日	受付時間	問い合わせ・予約先
HIV（エイズ）相談	希望者	1日・15日	13:30～14:30	☎ 0176 (23) 8450
B型・C型肝炎検査	県内市町村に住所を有し、過去に検査を受けたことがない希望者		13:00～13:30	
療育相談	発達が心配な乳幼児	16日	初回 10:30～11:00 継続 9:30～10:30	☎ 0176 (23) 4261
精神保健福祉相談	精神・神経・飲酒などの相談		13:00～14:00	
女性健康相談	思春期から更年期に至る女性	随時	随時	

*相談・検査は予約が必要です（受付時間 平日8:30～17:15）
*新型コロナウイルス感染症の状況により、開催できない場合があります。詳しくは保健所に直接お問い合わせください

◆12月1日は「世界エイズデー」◆
今年の世界エイズデーのキャンペーンテーマは「知ってる?! HIVとエイズの違い」です。
エイズとは、HIV（ヒト免疫不全ウイルス）に感染することによって起こる病気です。エイズの治療は飛躍的に進歩し、感染の早期把握、治療の早期開始・継続で発症を防ぐことができます。正しい知識を得て、予防・検査・治療・支援・理解に努めましょう。また、感染が心配な人は早めに検査を受けましょう！
◎保健所ではエイズの相談・検査ができます
保健所では相談や検査を匿名、無料で行うことができます（要電話予約）。希望により、性器クラミジア感染症、梅毒の検査も同時に受けられます。
詳しくは県庁ホームページ「相談・検査（青森県S TOP AIDS）」をご覧ください。左記までご連絡ください。
☎ 上十三保健所エイズ相談専用電話 0176 (23) 8450

◆健康教育に参加しませんか？◆
◎栄養教室・歯周疾患予防教室
12月9日（水）10時～14時
■場所 保健相談センター
■申込締切 12月3日（木）
◎栄養教室・お薬教室
12月18日（金）10時～14時
■場所 老人福祉センター
■申込締切 12月10日（木）
*栄養教室参加者は①エプロン②三角巾③手拭きタオルをお持ちください
*栄養教室のテーマは「高血圧予防」です
◆栄養教室参加者募集◆
今年度の栄養教室は「高血圧予防」をテーマに、講話・調理実習を開催しています。
教室では、旬の食材や村の食材を使用したレシピ、簡単に作れるアレンジの効く調理方法などを紹介しています。
今年度の開催は、残り5回です。皆さんの参加をお待ちしています。

◆12月の健康づくりポイント事業◆
保健相談センター主催の事業は次の通りです。日時や場所は25ページの「12月のスケジュール」をご覧ください。
■日時 令和3年1月15日（金）10時～12時
■場所 保健相談センター
■持ち物 エプロン、三角巾、米1合、手拭きタオル
■申込締切 令和3年1月6日（水）

◆母子健康手帳の交付◆
妊娠が分かたら、11週までに「母子健康手帳」の交付を受けましょう。なお、交付を受けるには、事前に予約が必要です。
■交付日時（要予約）
月曜日・金曜日 8時15分～17時（時間について都合が悪い場合はご相談ください。）
◎栄養教室
◎お薬教室
◎歯周疾患予防教室
◎5歳若返り!!筋力UP教室
◆母子健康手帳の交付◆
妊娠が分かたら、11週までに「母子健康手帳」の交付を受けましょう。なお、交付を受けるには、事前に予約が必要です。

よい歯ではっぴい

9月の3歳児健診で、むし歯ゼロの子をご紹介します



横濱 凜桜 ちゃん
田端陽菜乃 ちゃん



保健相談センターだより

このページに関する
問い合わせ・申し込みはこちら
問 保健相談センター ☎ 72 - 2794

インフルエンザの感染を防ぐポイント 「手洗い」「マスク着用」「咳エチケット」

毎年、秋から冬にかけては、インフルエンザの流行シーズンです。
インフルエンザは高熱や関節の痛みなどを伴い、人によっては重症化するおそれもあります。流行を防ぐためには、原因となるウイルスを体内に侵入させないことや周囲にうつさないようにすることが重要です。
インフルエンザの感染を広げないために、一人一人が「かからない」「うつさない」対策を実施しましょう。

正しい手洗い

私たちは毎日、さまざまなものに触れていますが、それらに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。ウイルスの体内侵入を防ぐために次の事を心がけましょう。

- ①外出先から帰宅後や調理の前後、食事前などにはこまめに手を洗う
- ②せっけんで手を洗う



健康管理

インフルエンザは免疫力が弱っていると感染しやすくなり、感染したときに症状が重くなってしまうおそれがあります。普段から十分な睡眠とバランスの良い食事を心掛け、免疫力を高めておきましょう。

予防接種を受ける

インフルエンザワクチンを打つことで、発症の可能性を減らすことができます。
【接種費用の助成】
◎妊婦と満1歳から18歳の人は全額助成
◎19歳から64歳の人は、1,000円助成

適度な湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。加湿器などを使用し、適度な湿度（50%～60%）を保つことも効果的です。

人混みや繁華街への外出を控える

インフルエンザが流行してきたら、不要不急の外出は控えましょう。

もしかして控えていませんか？「健診受診」

皆さん、新型コロナウイルス感染症の影響で健診の受診を控えていませんか？
村では、感染予防対策を徹底し、村民の皆さんが安心して健診を受診できる体制を整えています。



- ①会場内の換気
- ②手指消毒の実施
- ③マスクの着用
- ④十分な距離の確保
- ⑤入場者数の制限

◎追加の健診日

- 対象 20歳以上の村民
- 料金 無料

	会場	健診日（受付時間）
婦人健診	千歳平地区公民館 *千歳平地区体育館から変更	1月13日（木） （11:30～12:45）
複合健診	泊地区ふれあいセンター	1月15日（金） （7:00～10:00）
	保健相談センター	1月22日（金） （7:00～10:00）

健診の申し込みは、保健相談センターまで！！
■申込締切 12月18日（金）

六ヶ所村 骨髄移植ドナー支援助成金制度のお知らせ



村では（公財）日本骨髄バンクが行う、骨髄移植の推進および骨髄・末梢血幹細胞の提供を希望する人の増加を図るため、提供者（ドナー）と提供者を雇用する事業所に対して助成金を交付します。

対象

- ◎次の①から④までの全てに該当するドナー
 - ①骨髄などの提供が完了し、助成金を申請する時点で村に住所を有する人
 - ②骨髄などの提供が完了したことを証明する書類の交付を受けた人
 - ③他の自治体からこの助成金と同様の趣旨の他の助成金などの交付を受けていない人
 - ④村税などの滞納がない人
- ◎次の①から④までの全てに該当するドナーが勤務する事業所
 - ①青森県内に所在する事業所
 - ②国、独立行政法人、地方公共団体および地方独立行政法人でない事業所
 - ③他の自治体からこの助成金と同様の趣旨の他の助成金などの交付を受けていない事業所
 - ④村税などの滞納がない事業所

助成内容および助成額

助成金の額は、次に掲げる骨髄などの提供にかかる通院、入院または医師などとの面談の日数に、ドナーの場合は1日2万円を、事業所の場合は1日1万円を乗じた額とします。

- ①提供前および提供後の健康診断にかかる通院など
 - ②採取の準備にかかる通院など
 - ③採取にかかる通院など
 - ④提供に関し、骨髄バンクが必要と認める通院など
- *通院などの日数は、1回の提供につき通算7日を限度とします（関連した医療処置によって生じた健康被害に関する通院などの日数は除きます）

申請期限

ドナーが骨髄などの提供を完了した日から30日以内
 *申請書は福祉課の窓口で配布しています

☑申込先 福祉課 福祉・環境グループ
 ☎72 - 8140

お知らせ
水道管凍結にご注意
 毎年、水の元栓を締めたりもかわらず、水道が凍ったとの相談が寄せられています。
 元栓とは不凍水抜栓と呼ばれるもので、水が水道管の中で凍結しないよう、地中へ水抜きをする機能を持つものです。冬期間は凍結防止対策として元栓を締めましょう。
 また、元栓は半開きの状態では水が地中へ流れ続ける場合があり、水道料金が普段より高額となる場合があります。
 水道の水を出すときも止めるときも、元栓はしっかり最後まで開閉して、利用するようお願いいたします。

☎ 上下水道課
 ☎ 7212700



今年も雪の季節がやってきます 除雪作業にご協力ください



- ❶路上駐車をしない
 除雪作業の妨げとなりますので、路上駐車は絶対にしないでください。
- ❷作業中の除雪車には近づかない
 雪の中に入っている碎石、木材、ガラスなどが飛散する場合がありますので、除雪車には絶対に近づかないでください。
- ❸除雪車は「右側走行除雪」も行います
 風向、道路条件などで右側を走行しながら除雪を行う場合もありますので、除雪車が近づいたら徐行してください。
- ❹路上で自動車が故障したら、赤旗などの目印を立ててください
 乗り捨てをすると地吹雪、降雪などで自動車が埋まり、除雪車が発見できずに衝突する危険があります。
- ❺道路に雪を捨てない
 道路に雪を出すと、わだちの原因となり、運転手がハンドルをとられる危険があります。
- ❻排雪作業中は誘導員の指示に従ってください
 誘導員の指示に従わないと排雪車との接触事故や排雪作業の妨げにもなります。

《除雪に関するお問い合わせ》

- ▶村内の国道・県道について
 ☑上北地域県民局 地域整備部
 ☎0176 (22) 8111
- ▶村道について
 ☑建設課 ☎72 - 8131

令和2年度 除雪（排雪）委託業者一覧表

除雪（排雪）業者			
工区	地区	業者	連絡先
1	泊・北	(有)瀬川建設	77 - 2643
2	泊・中	(有)田中工業	77 - 3136
3	泊・南、出戸、石川	(有)晴和工業	77 - 3153
5	出戸、老部川、尾駸、尾駸浜	平成産業(株)	72 - 3749
6	野附、レイクタウン北	六ヶ所工業(有)	72 - 2606
7	レイクタウン北	(有)浜飯組	77 - 2673
8	弥栄平	附田建設(株)	72 - 4111
9	二又、雲雀平、富ノ沢	東和建設(株)	63 - 3656
10	戸鎖、室ノ久保、千樽、内子内	(株)高田工業	74 - 3711
11	平沼（久保、高田）	大泉建設(株)	74 - 2468
12	平沼（追館、二階坂）	(有)大藤工業	74 - 3717
13	倉内	(株)鳥谷建設工業	74 - 2329
14	六原、笹崎、新城平、端	(株)岡山建設	74 - 2325
15	千歳、豊原、睦栄	大羽建設(株)	74 - 2766
16	千歳平・北	(株)鳥山土木工業	74 - 2851
17	千歳平・南	小泉建設(株)	74 - 3100
18	千歳平・東	大泉建設(株)	74 - 2468
19	庄内	(株)東部環境建設	75 - 2710
20	中志、内沼	(株)浅工務店	74 - 2111
21	尾駸	(有)滝口商事	77 - 2103
凍結防止剤散布業者			
工区	地区	業者	連絡先
1	泊、尾駸	(有)地紙屋	72 - 2596
2	鷹架、平沼、倉内、千歳平	(有)丸兆組	77 - 3413

除雪機による事故を防ごう！

- 使用者の責任において、正しく安全に作業しましょう。
- ◎作業中は絶対にまわりに人を近づけない！
- ◎作業の時以外は、必ずエンジンを停止する。
- ◎雪詰まりを取り除く時はエンジンを止めて、必ず雪かき棒を使う。
- ◎後進する時は、足もとや後方の障害物に気をつける。



令和2年度冬季閉鎖路線（予定期間 11月1日～翌年3月31日）

路線名	地区名	延長	路線名	地区名	延長
泊山線	泊	580.7m	端2号線	端	2,207.2m
石川北線	石川	654.6m	端・内沼線	内沼	1,243.5m
尾駸大川目線	新町	705.0m	中志5号線	中志	867.2m
睦栄1号線	睦栄	1,867.1m	沖付線	鷹架	1,098.6m
八森・六原線	八森	1,950.3m	市柳総合公園線	鷹架	551.9m
平沼八森1号線（東北横浜線～酪農振興センター）	八森	4,781.5m	平沼高田線	平沼	2,724.9m
				計12路線	19,232.5m



お知らせ
相続人代表者指定・変更届について

■手続きの概要
固定資産（土地・家屋）税の納税義務者が死亡したとき、相続登記が完了するまでの間、固定資産税の賦課、徴収および還付に関する書類を代表として受領する相続人代表者を法定相続人の中から指定するものです。

■留意事項
・この届け出は、書類を受領する代表者を相続人の中から選出するものです。
・この届け出後に土地および家屋の所有権の新たな登記が完了した場合は、この届け出の効力は無くなり、翌年度から登記上の新たな所有者に納税通知書を送付します。（未登記家屋の所有者変更が完了した場合も同様です。）

・この届け出により相続が確定するものではありません。また、土地・家屋の登記情報を変更するものではありません。

・法定相続人とは、被相続人の配偶者、子、直系尊属（父母、祖父母）、兄弟姉妹などで、被相続人に子がいる場合は、直系尊属や兄弟姉妹は法定相続人の範囲に含まれません。

・この届け出は、納税通知書などを死亡された人に代わって、その相続人に確実に送付するためのものです、相続の登記（法務局）や相続税（税務署）などとは一切関係ありません。

・様式は税務課窓口で配布しています。

☎ 7218019

お知らせ
後期高齢者医療被保険者の皆さんへ

◎高額療養費（外来年間合算）について
■支給対象者
基準日（令和2年7月31日）時点で後期高齢者医療被保険者証の窓口負担割合が1割の人

■対象期間
令和元年8月1日から令和2年7月31日までの1年間

■支給額
対象期間中の外来診療の自己負担額の合計から高額療養費で支給された分を差し引いた額が14万4千円を超える場合、超えた分を支給します。


■支給申請
・これまでに高額療養費を支給されたことのある人（高額療養費の支給口座を登録している人）は、その口座に支給します。

で申請は不要です。

・これまでに高額療養費を支給されたことのない人（高額療養費の支給口座を登録していない人）には、12月中旬に広域連合より申請のお知らせを送付予定ですので、お知らせが届いた人は健康課に申請してください。

なお、対象期間中に後期高齢者医療制度に加入した人や転入した人の場合、支給対象であっても申請のお知らせが送付されない場合がありますので、対象期間内の外来に係る自己負担額の合計が14万4千円を超えた人はお問い合わせください。

- 必要なもの
- ① 支給申請書
 - ② 「高額療養費（外来年間合算）の支給申請について」のお知らせ
 - ③ 保険証（被保険者証）
 - ④ 個人番号（マイナンバー）が分かるもの
 - ⑤ 本人確認書類（顔写真付き身分証明書など）

ご活用ください！  **自動車急発進防止装置（後付ブレーキ）整備費補助金制度** 

村では後付けで急発進防止装置を設置した人を対象に、費用の一部を助成します。

■補助内容
装置の購入費用+設置費用の9割(最大9万円)を補助します
(例) 装置購入・取り付け費用が6万円の場合
60,000円×9割= **54,000円が村から補助!**
*国からのサポカー補助金を受ける場合はその金額分を除きます
(例) 装置購入・取り付け費用が6万円、国からのサポカー補助金が4万円の場合
(60,000円-40,000円)×9割= **18,000円が村から補助!**

■対象車両
・自動車車検証に「自家用」と記載されたもの
・自動車車検証の「使用者の氏名又は名称」の欄に申請者と同一の氏名が記載されたもの

■注意事項
・1人につき1台まで助成可能です。
・後付けブレーキの**購入および取り付けに要した費用のみ**が対象です。(自動車の故障箇所の修理や補修・改良・改造に要する経費は除きます。)
・後付けブレーキを取り付けする際は、**必ず事前に福祉課窓口にご相談**ください。
・村から**交付決定通知が発行される前**に取り付けた装置は**補助の対象とはなりません**のでご注意ください。

■対象者
・村に住所を有する65歳以上の人
・有効な運転免許証を有している人
・村民税（住民税、軽自動車税、固定資産税、国民健康保険税）を滞納していない人
・認知症の診断を受けていない人

☎福祉課 福祉・環境グループ
☎ 72-8140

付き身分証明書など)

⑥ 印鑑（認印）
⑦ 通帳（コピー可）など
口座情報の分かるもの

*被保険者が亡くなっている場合は受領申立書代理人が受領する場合は委任状が必要です
*対象期間中、青森県後期高齢者医療制度以外の医療保険への加入歴と自己負担額がある場合は、その医療保険の自己負担額証明書が必要です

◎医療費通知について

国の税制改正により、平成30年1月1日から医療費通知を確定申告に活用できるようになりました。広域連合から送付される医療費通知には自己負担相当分を記載していただきますので、確定申告時の医療費控除にもご活用いただけます。

なお、対象となる期間が令和2年1月診療分から令和2年12月診療分と

なるため、通知書が届くのは令和3年2月末頃となりますので、ご理解をお願いします。

◎健康診査を受けましょう
今年度の健康診査はお済みですか？ これから受診する人は忘れずに受診しましょう。

まだ申し込みをしていない人や、受診予定日に受けることができなかった人は左記の日程で受診できますので、お気軽にお問い合わせください。

▽集団健診
■日にち・会場
① 令和3年1月22日(金)
保健相談センター
② 令和3年1月15日(金)
泊ふれあいセンター

■申込先
保健相談センター
☎ 7212794
■申込締切
12月18日(金)

*申込後、受診日程に合わせ問診票などが自宅に届きます

届きます

▽個別健診
■実施医療機関
六ヶ所村地域家庭医療センター、泊診療所、千歳平診療所、ちびき病院、戸館内科整形外科

■実施期間
令和3年2月26日(金)まで
■申込先 健康課
*申し込み後「受診決定通知書」が自宅に届きますので、その後医療機関に直接受診予約をし受診となります。問診票などは、受診日に合わせ医療機関から自宅に郵送されます

■健康課
☎ 7218143
■青森県後期高齢者医療広域連合
☎ 017(721)3821

お知らせ
家屋に変更があったとき、固定資産税に
関する届け出・申告
を忘れずに！

令和2年(2020年)中に次の内容について変更などがあった場合は届け出・申告をお願いします。
なお、届け出・申告に必要な書類の様式は、税務課または各出張所の窓口にて備えてある他、ホームページにも掲載しています。

◎家屋の新築、増築、用途変更があった場合
登記の有無に関わらず、村内に家屋を新築増築、用途変更された場合には、固定資産税の算定に係る家屋調査または現地確認調査を実施しますので、税務課までご連絡ください。

◎住宅用の土地について
住宅用の土地は、税負担を軽減するための課税標準の特例措置が設けられています。

次に該当する土地を所有する場合は、土地の利用状況を申告する必要がありますので「住宅用地申告書」の提出をお願いします。
▽提出が必要な場合
①所有する土地に住宅用家屋を新築・増築、または滅失したとき
②家屋の全部または一部の用途を変更したとき
(例) 店舗から住居、または住居から店舗
*原則、固定資産税の納税義務者は、毎年1月1日(賦課期日)現在において、村内に土地・家屋・償却資産を所有している人です

◎登記済家屋について
登記済家屋を取り壊し(滅失)した場合の滅失届出書

失登記や所有者を変更するための所有権移転登記は、青森県地方務局十和田支局での手続きになります。

◎未登記家屋について
提出書類など

	全部または一部を取り壊し(滅失)した場合	所有者を変更したい場合
提出書類	未登記家屋の滅失届出書	未登記家屋の所有者変更届出書
添付書類	建物滅失証明書や取壊し前と取壊し後の写真など	事由(売買や相続、贈与など)によって異なるため、税務課までお問い合わせください。

■提出先
税務課または各出張所

お知らせ
法務局で遺言書を
保管できます

大切な遺言書を法務局が保管することができるようになりました。自筆証書遺言書について、これまで自宅などで保管することができませんでしたが、法務局でも保管できるようになりました。
詳しくは、法務省ホームページをご覧ください

村では、固定資産税の適正かつ公平な課税を目的として、平成27年度より現地調査を実施してきましたが、今年度(令和2年度)で終了します。ご協力いただきありがとうございました。

◎税務課
☎ 72-8019
◎青森県地方務局 十和田支局
☎ 0176(23) 2424

お知らせ
相続登記・遺言相談
センター開設

青森県司法書士会では、11月より相続登記・遺言センターを開設しました。専門家として、相続登記や遺言に特化した相談に対応します。

■受付
平日10時～16時
■場所
相談センターに登録している司法書士の事務所
■相談料
無料(原則50分前後)
*手続きが必要な場合は別途費用が掛かります
■予約先
☎ 0120(760) 230
◎青森県司法書士会
☎ 017(776) 8398

お知らせ

国民年金保険料の納付は口座振替・クレジットカードが便利でお得

国民年金保険料を納付書で収めている皆さん、便利でお得な口座振替・クレジットカードでの納付に変更しませんか?
■3つのおすすめ点
①金融機関などへ行く手間が省けます。
②保険料の納め忘れがありません。
③口座振替は前納割引で、さらにお得です。
*クレジットカード納付でも納付書と同額の割引引きとなります

■手続き方法

【口座振替】
「国民年金保険料口座振替納付申請書」を提出してください。



【クレジットカード】

「国民年金保険料クレジットカード納付申請書」を提出してください。
なお、クレジットカードの名義が本人、配偶者以外の場合は電話または同意書による、カード名義人の同意が必要です。同意書は日本年金機構ホームページ「申請・届出様式」からダウンロードできます。



■申込期限
【まとめて前払い(前納)の場合】

①6カ月(4月から9月分)、1年、2年の前納を希望する場合は、2月末日までにお申し込みください。
②6カ月(10月から翌年3月分)の前納を希望する場合は8月末日までにお申し込みください。

お知らせ
納めた国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です!

国民年金保険料は所得税および地方税法上、健康保険や厚生年金などの社会保険料を納めた場合と同様に、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。
控除の対象は、令和2年1月から12月までに納

国民年金保険料は所得税および地方税法上、健康保険や厚生年金などの社会保険料を納めた場合と同様に、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。
控除の対象は、令和2年1月から12月までに納

められた保険料の全額で、過去の年度分や追納された保険料も含まれます。
また、自身の保険料だけでなく、家族(配偶者やお子様など)の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

なお、令和2年中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに、領収証書など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。

このため、令和2年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付した人へは、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されますので、申告書の提出の際には必ずこ

■国民年金事務所
☎ 0175(22) 4947



お知らせ
青森県を応援！
「ふるさと寄附金」

県では、ふるさと納税制度による寄附金を受け付けています。

この制度は、関わりが深い地域を応援したい皆さんの想いに応えるもので、総務大臣の指定を受けた地方団体（都道府県・市区町村）に対して寄附をした場合に、現在住んでいる自治体の住民税（県民税・市町村民税）から、寄付金額に応じて一定額を控除するものです。

また、県に1万円以上の寄附をした県外在住の人には、県産品をお送りします。県内外問わず「青森県を応援したい！」と考えの親族・友人の皆さんにも、ぜひご紹介ください。

県への寄附の申し出は、インターネットま

たは寄附申出書の提出（メール・FAX・郵送可）からお願います。寄附申出書は、県ホームページからダウンロードできる他、各地域県民局県税にも備え付けています。

詳細は、県庁ホームページから「ふるさと寄附金」で検索ください。皆さんからの厚いご支援をよろしくお願います。



青森県総務部税務課
☎ 017 (734) 9064

お知らせ
家族介護者教室の
お知らせ

村では、在宅で高齢者を介護している家族を対象に介護方法や介護者の健康教育を行い、介護負担の軽減や在宅での介護を継続することを目的に介護者教室を開催します。



- 内容 高齢者の食事について
- 日にち 12月16日(水)
- 場所 泊地区イベント広場
- 対象 在宅で介護をしている村内に住所のあるご家族
- 定員 10人程度
- 参加費 無料
- 在宅介護支援センター 尚祐の里
☎ 7712040

お知らせ

交通事故の損害賠償
問題でお困りの皆さんへ

自動車事故に遭い、損害賠償でお困りの人へ、弁護士が中立公正な立場から、当事者間の紛争解決のお手伝いをします。弁護士費用は一切掛かりません。まずは電話でお問い合わせください。

■受付 平日9時～17時
(祝日・年末年始を除く)

☎ 022 (263) 7231

お知らせ

身体障害者相談員・
知的障害者相談員
のお知らせ

村では、身体障害者相談員・知的障害者相談員を配置しています。

身体障害者相談員・知的障害者相談員は、体や知的に障がいのある人や、その家族の悩み・困り事などの相談を受けたり、関係機関へのつなぎ役となります。お気軽にご相談ください。

身体障害者相談員

- 坂上 健一
- 小林 昭男
- 知的障害者相談員 蛭澤 雪江



なお、近くの相談員について知りたい場合は、左記までお問い合わせください。

- 福祉課 介護・障がいグループ
☎ 7218141

募集

高齢者福祉計画など
について、ご意見を
お聞かせください

村では、令和3年度から5年度の左記計画に係る策定作業を進めています。策定に当たり村民の皆さんのご意見を伺います。



- 対象計画
① 六ヶ所村高齢者福祉計画・第8期介護保険事業計画
② 六ヶ所村障がい福祉計画

募集方法

村ホームページに計画（素案）を掲載しますので、ホームページ記載の方法によりご意見を提出してください。なお、紙媒体での資料を希望する場合は、左記までご連絡ください。

- ホームページ掲載予定日 12月7日(月)
- 募集予定期間 12月7日(月)～18日(金)
- 福祉課 介護・障がいグループ
☎ 7218141

農業委員会だより

第11回農業委員会総会が10月13日(火)に開催され、下記案件が議決・承認されました。

■ 報告第20号 農地の転用事実に関する報告について

2件 7,857㎡

■ 報告第21号 農地法第3条の3第1項の規定による届出について

6件 76,739㎡

□ 議案第28号 農地法第3条の規定による許可申請について

3件 9,064㎡

□ 議案第29号 農地法第5条第1項の規定による許可申請について

1件 1,016.09㎡

□ 議案第30号 農業経営基盤強化促進法に基づく農用地利用集積計画の承認について

31件 926,478㎡



農業委員会事務局
☎ 72 - 2111 (内線 337・338)

第12回農業委員会総会は11月10日(火)に開催されました。今月の総会は12月15日(火)に開催予定です。また、各申請書の締め切りは毎月20日までです。

県外にお住まいの家族・友人にお伝えください！
ふるさとへのUターンを応援！青森県合同移住フェア

青森県・県内市町村・民間事業者など50を超える団体が参加する県最大の移住イベント「青森県合同移住フェア」が開催されます。このフェアでは、参加市町村による個別相談の他「転職」「住まい探し」「移住後のライフプラン」をテーマとした専門家による相談会や先輩移住者によるトークイベントなど、ふるさとへのUターンにまつわるさまざまな疑問にお応えします。首都圏在住の青森県出身の皆さんの参加をお待ちしています。

詳しくは、青森県移住・交流ポータルサイト「あおもり暮らし」をご覧ください。



- 日時 令和3年1月9日(土) 10時～17時
- 会場 CIRQ 新宿イベントホール
(東京都新宿区新宿3-33-1
IDC OTSUKA ショールーム8階)

- 申込先 青森県地域活力振興課 移住・交流推進グループ
☎ 017 (734) 9174
mail: ijkoryu@pref.aomori.lg.jp

戸籍の窓

お誕生 おめでとう

かなざわ よしか 泊 金澤 由佳 (雄大)
シモンディ メリアーニ ルナ アリコ (シモンディ ファビオ) 職レイクワン
の と ゆきじ 能登 千慈 (亮浩) 泊
かどや けんしん 角谷 謙心 (孝裕) 職レイクワン

ご結婚 おめでとう

桜井 稀 (千歳平)
館山 綾乃 (青森市)
佐藤 剣 (尾駮)
相内 香映 (三沢市)

おくやみ

高村 敏男 78歳 (倉内)
上野 好枝 91歳 (泊)
鈴木 誠一 73歳 (石川)
小泉 たよ 94歳 (新城平)
相内 せき 90歳 (泊)
小山利江子 88歳 (芋ヶ崎)
橋本 英子 60歳 (尾駮)
橋本 民雄 88歳 (平沼)
水戸 キヨ 84歳 (泊)
三上 賢三 93歳 (睦栄)

10月届け出分。村に届け出をした人で本誌への掲載を希望した人のみ載せています。

住民課 ☎ 72 - 8161

ろっかしょの人口

(11月1日現在)

人口 (前月比)	
男性	5,491 (-9)
女性	4,676 (-5)
計	10,167 (-14)
世帯数	4,923 (-3)

お知らせ
福祉のお仕事へようこそ！
県福祉人材センター・バンクでは、福祉の仕事の職業紹介を無料でを行っています。電話などでの就職相談や、インターネットで簡単に求職登録ができます。詳しくは、お問い合わせください。
☎ 青森県福祉人材センター 017 (777) 0012
☎ 弘前福祉人材バンク 0172 (36) 1830
☎ 八戸福祉人材バンク 0178 (47) 2940

募集
令和3年度三沢基地モニター募集
航空自衛隊三沢基地は、基地周辺住民の皆さんで自衛隊および防衛問題に関心がある人を対象に各種行事や基地見学などを通じ、ご意見・ご要望を伺うために三沢基地モニターを募集します。
募集対象者 三沢基地周辺市町村在住者
募集定員 10人
委嘱期間 令和3年4月～令和4年3月

主な活動内容
①基地内および職場見学 (平日1～2力月に1回程度)
②航空機体験搭乗
③アンケート調査およびモニター会議
④基地主催各種行事へのご招待
■注意事項
国会議員・地方公共団体の議会の議員・常勤の国家公務員・地方公務員は三沢基地モニターになることはできません。
■応募方法
郵送またはメールに、住所・氏名・生年月日・

職業・電話番号を明記の上、顔写真(4cm×3cm)を添付し、左記まで応募ください。
■応募締切(必着) 令和3年1月18日(月)
詳しくは、左記までお問い合わせ下さい。
■申込先 航空自衛隊三沢基地渉外室広報班
☎ 0176 (53) 4121
内線 3313
(〒03318604 三沢市後久保12517 第3航空団司令部渉外室 基地モニター係)
mail: 3wg-adm010@inet.asdf.mod.jp

お知らせ
借金に関してご相談ください
相談員が借金の状況などを伺い、必要に応じて、弁護士などに引継ぎを行います。一人で悩まず、ご相談ください。
■受付
平日8時半～12時
12時～16時半
■相談料 無料
■相談専用連絡先
☎ 017 (774) 6488
☎ 東北財務局青森財務事務所 理財課
☎ 017 (722) 1463

募集
令和3年度保育所・認定こども園入所(園)児募集
村では、令和3年度から保育所・認定こども園に入所(園)を希望する児童の申し込みを受け付けます。
■受付期間
12月9日(水)～25日(金)
■受付場所
入所(園)を希望する保育所・こども園、または子ども支援課(役場分庁舎2階)
*村外の保育所・こども園を希望する場合は、子ども支援課
■必要なもの
①【新規で入所(園)する場合】希望する保育所・こども園、または子ども支援課にて配布する「教育・保育給付認定申請書および保育所等入所申込書」(マイナンバーの記載をお願いします)

【継続して入所(園)する場合】現在利用している保育所・こども園から配布する「現況届」(村外の保育所・こども園を利用している場合は郵送します)
②家庭状況調査書
③父親・母親の就労証明書(病気や出産の場合はそれを証明できるもの)
*1号認定を希望する場合は不要です
*自営業や農業・漁業に従事している人は、民生委員や農業委員からの証明が必要
④所得課税証明書
*令和2年1月1日現在、村に住民登録がない保護者のみ必要
■保育料(利用者負担額) 無料
*預かり保育料は除く
■面接
今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため新規に入所(園)を希望する保護者のみを

対象とし、令和3年1月に電話で日程調整の上、実施します。ただし、継続して入所(園)する場合でも内容確認のため電話をする場合があります。
*4月以降の入所を希望する場合は、随時受け付けていますので入所(園)を希望する保育所・こども園、または子ども支援課までお問い合わせください
*定員を超えた場合、入所(園)できないことがありますのでご了承ください
☎ 72-8145
子ども支援課



支援の種類	生活援助	子育て支援
内容	家事、介護その他の日常生活に対するサービス	保育サービスおよびこれに付帯するサービス
要件	旧訪問介護員(ホームヘルパー)3級以上の資格を有する者、介護福祉士、社会福祉士または介護職員初任者研修、介護福祉士実務者研修を終了した者など	保育士、幼稚園教諭、小学校教諭、養護教諭、看護師、准看護師、ファミリーサポートセンター事業の登録者、または厚生労働省が定める「子育て支援員研修事業実施要綱」第5(3)アの基本研修および同要綱第5(3)イの専門研修「地域保育コース」を修了した者など
手当	■派遣手当 1時間 1,860円 ■交通費 上限 1,100円	■派遣手当 1時間 900円(子どもの人数により加算)

ひとり親家庭および寡婦が就業活動や公的行事への参加や疾病など、あるいは生活環境等が激変し日常生活を営むのに大きな支障が生じている家庭などで生活援助や保育などの支援を行う家庭生活支援員を募集します。
☎ (公財) 青森県母子寡婦福祉連合会
☎ 017 (735) 4152

12月のスケジュール

村の保健行事や講座、イベント情報を掲載しています

*新型コロナウイルス感染症の影響により、スケジュールが変更になる場合があります

日	曜	行事名
1	火	企画展「六ヶ所村にもあった森林鉄道」〈郷土館〉 9:00～16:00 (令和3年1月24日まで開催)
2	水	
3	木	※ワッ歯ッ歯!むし歯0教室 (受付) 10:40～10:50
		※3歳児健診 (受付) 12:30～12:45 ※5歳若返り!!筋力UP教室 18:00～19:30
4	金	※栄養教室 10:00～12:00
		※5歳若返り!!筋力UP教室 13:00～14:30
5	土	リースづくり〈郷土館〉 10:00～12:00
6	日	リースづくり〈郷土館〉 10:00～12:00
7	月	スワニー・図書館・郷土館・ろっぶ 休館日
8	火	
9	水	※栄養教室・歯周疾患予防教室 10:00～14:00
10	木	※1歳児健診 (受付) 9:45～10:00
		※1歳6カ月児健診 (受付) 12:45～13:00
		※5歳若返り!!筋力UP教室 18:00～19:30
11	金	異文化わくわく・ワールドキッチン合同イベント〈スワニー〉 9:30～13:30
		※リトミック教室 10:00～11:00
12	土	
13	日	
14	月	スワニー・図書館・郷土館・ろっぶ 休館日
		※のび²わく²きっずくらぶ (受付) 10:00～10:10
15	火	※ベビーマッサージ教室 9:30～10:00
		※アフターピクス教室 10:00～11:00
		※親子ピクス教室 11:00～11:30

日	曜	行事名
16	水	
17	木	※7カ月児健診 (受付) 9:45～10:00
		※4カ月児健診 (受付) 13:00～13:15
		森のくまさんおはなし会 (3歳から6歳向け)〈図書館〉 14:30～ ※5歳若返り!!筋力UP教室 18:00～19:30
18	金	森のくまさんおはなし会 (0歳から3歳向け)〈図書館〉 10:30～ 栄養教室・お薬教室〈老人福祉センター〉 10:00～14:00
19	土	門松づくり〈郷土館〉 9:00～12:00 ミニ門松づくり〈郷土館〉 13:30～
20	日	
21	月	スワニー・図書館・郷土館・ろっぶ 休館日
		※5歳児発達相談 (受付) 13:15～13:30
22	火	
23	水	
24	木	※5歳若返り!!筋力UP教室 (受付) 17:00～健康測定を行います。体脂肪率・内臓脂肪レベル・筋力量などを測定して自分の体をより詳しく知りましょう!
25	金	
26	土	
27	日	図書館・郷土館 休館日 (令和3年1月4日まで)
28	月	スワニー・ろっぶ 休館日 (令和3年1月4日まで)
29	火	
30	水	
31	木	

〈 〉 内は開催場所
※マークは保健相談センター内で行われる事業です



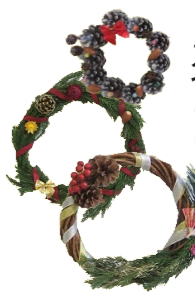
お知らせ 郷土館 イベントのお知らせ

◎企画展「六ヶ所村にもあった森林鉄道」
老部川沿いを森林鉄道が走っていました。御料地だった歴史や二又地区の炭焼きの様子、木育の取り組みなどを紹介します。ボードゲームや木のおもちやで遊べるキッズコーナーもあります。
期間 令和3年1月24日(日)まで
時間 9時～16時



◎六ヶ所の自然素材で リースづくり

郷土館周辺で採集したツルや松ぼっくりなどを使って、リースを作ります。クリスマスやお正月にリースを飾ってみませんか?
日時 12月5日(土)・6日(日) 10時～12時
参加費 無料
定員 各日10人



◎門松づくり

本物の竹やスギの葉を使って本格的な門松を作ります。手作りの門松で新年を迎えましょう!
日時 12月19日(土) 9時～12時
参加費 1組2千円
定員 15組
講師 木村豊春さん



☎ 72-2306
問 申込先 郷土館

お知らせ トントウの ドキドキ恐竜ランド

開催日時 12月5日(土)～20日(日) 9時半～16時半
場所 トントウビレッジ
内容
▽ドキドキ恐竜ランド
①実物大フィギュア展示
②巨大ダンボール恐竜展示
③恐竜タマゴのフォトスポット
④触れる化石標本
⑤化石レプリカ展示
⑥恐竜段ボール工作キットプレゼント(小学生以下対象、土日のみ各日80個限定)
■入場料 無料
新型コロナウイルス感染症防止のため、マスクの着用とお客様同士の間隔を保つてのご見学をお願いします。また、混雑時には入場制限を行う場合があります

お知らせ シニア向け 合同企業説明会

シニアの雇用に積極的な企業約15社の担当者が会社概要や仕事内容について説明します。
■対象者 45歳以上で就職活動中の
日時 令和3年1月26日(火) 13時～16時
受付時間 12時半～15時半
■場所 (八戸会場) ユートリー 1階 多目的大ホールB
■ネクストキャリアセンターあおもり
☎ 017(723)6350

ロクナビ

ロックTVスタッフが取材・編集した村の話題などをお届けします。(金曜夕方更新)

Pick Up! 泊地区タタミ岩清掃奉仕活動



今回で4回目となる海岸清掃活動には、六ヶ所村産業協議会の会員企業 37 社の 100 人が参加。泊地区の海岸風景を楽しみながら、約 2 時間の清掃を終えました。(9月24日収録)

- ◎防災啓発講演会 (10月9日収録)
- ◎BLUE GREEN CAMP FESTIVAL(10月10日収録)

ロクジロー・メジロちゃんのふれあいしんぜん大使～千歳平こども園篇～



村のマスコットキャラクターであるロクジローとメジロちゃんが千歳平こども園を訪問！ ハロウィン誕生会に参加しました。突然現れたロクジローとメジロちゃんに、園児たちはどのような反応を見せるのでしょうか！?

(令和2年度制作)

六ヶ所村次世代エネルギーパーク～今、そして未来のエネルギーを探りにいこう～



風力発電施設や原子燃料サイクル関連施設などエネルギーに関する多くの施設が集まる六ヶ所村。リポーターの橋本麗奈さんと次世代エネルギーに興味のある小中学生7人が青森県量子科学センターと六ヶ所エネルギープラザを見学します。

(令和2年度制作)

▶広報ろっかしよ



広報ろっかしよ最新号の掲載内容などを放送します。

▶写真で巡るろっかしよ～取材アルバム～



広報誌の取材で撮影した写真を基に、アルバム風に編集して放送します。広報誌には掲載できなかった写真を見ることができます。

▶役立つ情報が満載！教えて六ヶ所村！！(新規事業)



各課の新規事業を紹介！
①原子力対策課、農林水産課、建設課
②上下水道課、福祉課、保健相談センター

▶低栄養を予防して、元気な毎日を！



保健相談センターの栄養士が低栄養の予防について分かりやすく解説します。

■テレビが映らない・受信状況が悪い時の連絡先
六ヶ所村故障受付 (毎日 8時～19時)
☎ 0120 (357) 252

■受信設備の新設・移設・各種問い合わせなどの連絡先
六ヶ所村サポートセンター (平日 9時～17時)
☎ 0120 (357) 727

◎BSデジタル放送(有料)を視聴するには、各放送局との契約が必要です。連絡先は新聞などのBS番組表をご覧ください。

■12月1日(午前6時)～1月1日(午前6時)

時	番組名	時	番組名
6:00	ロクナビ	15:00	ロクナビ
6:10	ろっぶスタッフと学ぶ～ストレッチポール運動～	15:10	転倒・骨折予防体操～自宅バージョン～
6:20	NEW ロクジロー・メジロちゃんのふれあいしんぜん大使～千歳平こども園篇～	15:35	応急手当の基礎知識～ノドにものが詰まった時の手当～
6:50	健康体操	15:50	広報、伝えたい六ヶ所の風景
6:55	地震・津波情報のあれこれ！	16:00	ロクナビ
7:00	ロクナビ	16:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(集団感染を防ぐには)
7:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(集団感染を防ぐには)	16:15	応急手当の基礎知識～心肺蘇生法(成人)とAEDの使い方～
7:15	六ヶ所村次世代エネルギーパーク～今、そして未来のエネルギーを探りにいこう～	16:30	役立つ情報が満載！教えて六ヶ所村！！(新規事業②)
7:45	認知症シリーズ① 認知症について知ろう！	16:50	広報、写真で巡るろっかしよ
7:50	広報、気象情報のあれこれ！	17:00	ロクナビ
8:00	ロクナビ	17:10	NEW ロクジロー・メジロちゃんのふれあいしんぜん大使～千歳平こども園篇～
8:10	「六ヶ所第二中、千歳中統合・結ぶ新たな絆」～一瞬入魂 今日という日に感謝を込めて～	17:40	認知症シリーズ③ 認知症について知ろう！
8:40	応急手当の基礎知識～応急手当と119番通報～	17:50	おはなしの森～雨の日のメドチ～
8:55	低栄養を予防して、元気な毎日を！	18:00	ロクナビ
9:00	ロクナビ	18:10	「六ヶ所第二中、千歳中統合・結ぶ新たな絆」～一瞬入魂 今日という日に感謝を込めて～
9:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(中小企業支援)	18:40	「まずは、健診さいってみべよ～！」
9:15	転倒・骨折予防体操～自宅バージョン～	18:45	ろっぶスタッフと学ぶ～ストレッチポール運動～
9:40	役立つ情報が満載！教えて六ヶ所村！！(新規事業①)	18:55	伝えたい六ヶ所の風景
9:55	広報	19:00	ロクナビ
10:00	ロクナビ	19:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(中小企業支援)
10:10	気になる施設で大発見！！教えて環境研	19:15	産後のためのアフターケア～10カウントレッスン～
10:40	応急手当の基礎知識～けがをした時の手当～	19:45	おはなしの森～新納屋のコスケと化けギツネ～
10:55	伝えたい六ヶ所の風景	19:50	広報、写真で巡るろっかしよ
11:00	ロクナビ	20:00	ロクナビ
11:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(集団感染を防ぐには)	20:10	NEW ロクジロー・メジロちゃんのふれあいしんぜん大使～千歳平こども園篇～
11:15	産後のためのアフターケア～10カウントレッスン～	20:40	国民年金基礎知識
11:45	応急手当の基礎知識～乳児小児の心肺蘇生法～	20:55	広報
12:00	ロクナビ	21:00	ロクナビ
12:10	NEW ロクジロー・メジロちゃんのふれあいしんぜん大使～千歳平こども園篇～	21:10	気になる施設で大発見！！六ヶ所核融合研究所
12:40	「まずは、健診さいってみべよ～！」	21:40	肩こり解消！タオルde簡単ストレッチ
12:45	広報、写真で巡るろっかしよ、伝えたい六ヶ所の風景	21:50	おはなしの森～たもぎぬまのうつくしい女～
13:00	ロクナビ	22:00	ロクナビ
13:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(中小企業支援)	22:10	新型コロナウイルスに関するお知らせ(集団感染を防ぐには)
13:15	六ヶ所村次世代エネルギーパーク～今、そして未来のエネルギーを探りにいこう～	22:15	新型コロナウイルスに関するお知らせ(中小企業支援)
13:45	認知症シリーズ② 認知症について知ろう！	22:20	ロクナビ(総編集 11月)
13:50	広報、写真で巡るろっかしよ	22:40	いただキッチン
14:00	もらってうれしい六ヶ所のお土産2(平成25年度制作)	22:55	広報
14:30	豊かな心を育む芸術～春日井バレエダンスギャラリー～(平成25年度制作)	23:00	もらってうれしい六ヶ所のお土産2(平成25年度制作)
		23:30	豊かな心を育む芸術～春日井バレエダンスギャラリー～(平成25年度制作)
		0:00	ロックTVからのお知らせ 青森環境放射線モニタリング

☎総務課 情報システムグループ
☎ 72 - 8015

*番組では、一部内容を変更して放送する場合があります
*機器調整のため番組を休止することがあります

上十三・十和田湖広域定住自立圏情報



「ぐるっとNAVI 上十三・十和田湖広域定住自立圏情報」は、中心市である十和田市と三沢市をぐるっと囲む圏域町村を、ぐるっと見て歩いてほしいという思いで名付けられています。圏域住民の交流促進や圏域の活性を図ることもできます。

【移10生活】

<http://towada-iju.com/kamitousan/>

検索

上十三・十和田湖広域定住自立圏の10市町村の移住・定住情報を発信するウェブサイト『移10生活』をご存知ですか？このサイトでは、それぞれのまちの特徴や移住・定住を支援する取り組みを紹介しています。ふるさとを離れ遠くで暮らしている友人・親族の皆さんに、ぜひご紹介してください！

三沢市 MISAWA CITY

●ミサワパスタシア

高さ16mのビッグツリーをシンボルに、なかよし公園がきらびやかで幻想的なイルミネーションで彩られます。また、スタンプラリーも開催中です！

- 期間 令和3年1月29日📍まで
*スタンプラリーは12月31日📍まで
- 場所 三沢市中央町 なかよし公園
- 三沢市商工会
- ☎0176 (53) 2175

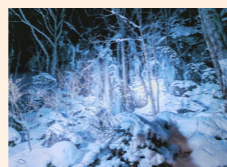
十和田市 TOWADA CITY

●冬の奥入瀬氷瀑ナイトツアー

専用のライトカーでライトアップされた奥入瀬渓流の氷瀑や氷柱などを、セットで運行するバスに乗りして鑑賞するツアーです。

- 期間 12月19日📍～令和3年2月28日📍(要予約)
- 時間 18:30～21:50
- 参加費 大人3,000円/子ども1,500円
(小学生以下無料)

▽申し込みはこちら



問 (一社) 十和田奥入瀬観光機構
☎0176 (24) 3006



上十三・十和田湖広域定住自立圏観光推進協議会では、圏域内を楽しくめぐってもらえるよう広域観光ガイドブックを作成しました。ガイドブックは、役場3階政策推進課および村内観光施設などに設置しておりますのでご覧ください。

上十三・十和田湖広域定住自立圏 婚活支援のコースターを作成しました

上十三・十和田湖広域定住自立圏では、結婚を希望する独身男女の出会いと結婚を支援するため、婚活広報物「コースター」を作成しました。コースターは圏域内の飲食店など約230カ所に配布しています。



問上十三・十和田湖広域定住自立圏移住・結婚支援ワーキンググループ・事務局 (十和田市 政策財政課内)
☎0176 (51) 6712

(編集後記)
○泊中学校閉舎式展、非常に感動しました。生徒や先生方、保護者の皆さんの準備があったからだと思えます。生徒会セレモニーでは、泊中学校に2回程しか足を踏み入れたことが無い私ですが、思わずうろっとしてしまいました。さて、12月に入り、今年も残すところあと1カ月となりました。今年できなかったことが、来年はできますように…。皆さん、良いお年をお迎えください。(沼尾)

○2020年も最後の月になりました。今年も新型コロナウイルスの影響で、多数のイベントが中止になり、楽しいイベントの様子を広報紙面でお届けできなかったことが心残りです。来年こそはと思うものの、再び感染が広まっているようですね。この状況下で、どのように広報紙の内容を充実させていくかが新年の課題になりそうです。それでは皆さん、良い年末をお過ごしください。(佐藤)

図書館のススメ

テレビ電話でも新刊情報をお知らせしています

○六ヶ所市民図書館 ☎72-3405
【開館時間】(火～金) 9:30～19:00
(土日・祝日) 9:30～17:00

一般 もしかして ひょっとして

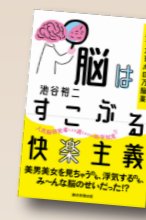
大崎 梢/著 (光文社)



損得を考えずに動いて、余計なトラブルやたくらみに巻き込まれて、お人好しが右往左往。誤解も悪意のみ込んで、奇妙な謎を解き明かせ！6つの短編ミステリを収録。「小説宝石」他、掲載に書き下ろしを加えて書籍化。

一般 脳はすこぶる快樂主義

池谷 裕二/著 (朝日新聞出版)



美男美女を見ちゃうのも、浮気するのも、み～んな脳のせいだった!? 脳研究者・池谷裕二が、最新の科学的発見を、分かりやすく、ユーモアを交えて紹介する。「週刊朝日」掲載を加筆・再編集し単行本化。

児童 ぼうしくんのクリスマスプレゼント

新井 洋行/作・絵 (KADOKAWA)



クリスマスの夜。ぽつんと置かれた、ぼうしくんのところへ、動物たちがやってきました。ぼうしくんは、動物たちにクリスマスプレゼントをあげることにしたのですが…。優しい心を育むクリスマスの絵本。

YA 科学者になりたい君へ

佐藤 勝彦/著 (河出書房新社)



どうすれば科学者になれるのか? 「インフレーション理論」を提唱した宇宙物理学者・佐藤勝彦が、自身の科学者人生を紹介しつつ「科学とはどういうものか」「優れた科学者になるためには何をしたらよいか」などを語る。

*YA (ヤングアダルト・ティーンズ) とは? 『若い大人』の10代の皆さんにおすすめしたい本です

保健相談センターから来庁する皆さんへお願い

新型コロナウイルスやインフルエンザなどのまん延予防対策として、次の各種申請や相談などで保健相談センターを訪れるときには、事前に電話予約をお願いします。

- ◎妊娠の届け出 (母子健康手帳の交付)
- ◎乳幼児の予防接種の相談
- ◎各種償還払いの申請
- ◎その他、健康に関する相談 など

問予約先 保健相談センター ☎72-2794



ろっか食堂



調理時間
30分

ホクホク食感でうま味アップ♪ 長いも入り焼き餃子

長いもは他の芋類に比べ、エネルギーや糖質が低く、油を使用する料理にもおすすめです。さらに、長いもに含まれる酵素は、食後の消化作用を促し体内の新陳代謝や血行促進を活発にするともいわれています。また、ニラに含まれるβカロテン・ビタミンCと長いもに含まれるビオチンの組み合わせは、相乗効果があり、肌や皮膚を美しく健やかに保つ働きがあります♪

《一人分の栄養価》

エネルギー 243kcal、たんぱく質 11.8g
脂質 7.6g、食物繊維 2.2g、塩分 0.5g

■材料【4人分】 ☆=六ヶ所産

餃子の皮	…24枚
鶏ひき肉	…150g
長いも	…100g ☆
キャベツ	…80g ☆
ニラ	…60g ☆
水	…1カップ(200ml)
A	
しょうゆ	…小さじ2
片栗粉	…大さじ1/2
ごま油	…大さじ1/2
おろししょうが	…大さじ1/2
砂糖	…小さじ1/2
こしょう	…少々
サラダ油	…適量
B	
酢	…適量
こしょう	…適量

■作り方

- 1 長いもは皮をむき粗みじん切りに、キャベツは粗みじん切りに、ニラはみじん切りにする。
- 2 ボウルに豚ひき肉とキャベツ、ニラ、Aを入れて混ぜ合わせる。その後、長いもを入れてさっくり混ぜる。
- 3 2を餃子の皮に包む。
- 4 フライパンに油をひき、餃子を半量入れ火を点ける。底の焼き色が付いたら水を半量入れ、蓋をして水気が無くなるまで中火で焼く。残りの餃子も同様に焼く。
- 5 Bを混ぜ合わせ、たれを作る。

👉ここがポイント👈

食材を粗みじん切りにすることで食感の良い餃子になります。さらに、酢とこしょうで作るたれで減塩しながらさっぱり食べることが出来ます！

食のコラム

▶▶▶ 食生活改善推進員とは？

食生活改善推進員とは、食生活の改善を推進していく団体です。略して「食改」と呼ばれたり「ヘルスマイト」とも呼ばれています。今年度は、乳幼児健診でのおやつ作り、健診結果説明会でのだし活事業、マタニティ教室などでの健康食普及活動を行いました。会員は全国に13万人、六ヶ所村には41人いて「食を通じて村民の皆さんが健康になってほしい！」との思いで日々活動しています。村内でのイベントや健診結果説明会などでピンクのTシャツを着た会員を見かけた際は、ぜひ声を掛けてください♪

今月号の 担当者



食生活改善推進員
会長 村木 幸子さん

今回は粗みじん切りの長いもを使用しましたが、すりおろして食材と混ぜることでもちもち、しっとりとした食感の餃子になります。水餃子のスープとして食べるのもおすすめです♪

*ろっか食堂では、学校給食センターと食生活改善推進員が村の食材を使用した学校給食や健康食を紹介します