

広
報

ろっかしよ 3



Pick up Topics!

P 2-3... 令和2年度六ヶ所村教育奨励賞・
スポーツ賞授与式

Information

P 14... 村税の納付には口座振替が便利！
P 15... 人権擁護委員および行政相談委員による
相談所開設のご案内

【表紙】 幼児ミニサッカー大会（総合体育館）

33人・2団体が受賞 令和2年度

六ヶ所村教育奨励賞・スポーツ賞授与式

令和2年度六ヶ所村教育奨励賞・スポーツ賞授与式が2月12日、文化交流プラザスワン二で開催されました。

本年度は教育奨励賞10人、スポーツ賞23人・2団体が受賞し、授与式では橋本博子教育長から表彰状と記念品が手渡されました。

橋本教育長は「いずれの功績も、日頃のたゆまぬ努力の賜物であり、真面目で粘り強い姿勢と継続力が実を結んだものです。受賞の喜びを胸に、今後も学術・芸術活動や勉強、スポーツに取り組んでください」とあいさつ。



橋本教育長

また、受賞者を代表して辻浦英朗さんが「このたびの栄誉につきましては、水泳を通し、夢と希望をともにして出会った仲間たちのお力添えの贈り物と受け止め、深甚なる謝意を表します」と謝辞を述べました。



謝辞を述べる辻浦さん



【教育奨励賞】

- ◎教育奨励賞（個人）
- 長内こころ（泊小）
- 長内くらら（同）
- 最上葵司（同）
- 木村未来（南小）
- 柳田祐月（千歳平小）
- 佐藤歩希（同）
- 館藍生（六ヶ所高）
- 角田留奈（三沢商業高）
- 前田珠来（同）
- 古泊可衣（同）
- *順不同・敬称略（所属は受賞時）



【スポーツ賞】

- ◎体育功労賞（個人）
- 辻浦英朗（水泳協会）
- ◎スポーツ賞（個人）
- 高橋葵羽（五所川原商業高）
- 橋本京花（柴田学園高）
- ◎優秀選手賞（個人）
- 熊本樹（大湊高）
- 山田大翔（同）
- 瀬川吏玖（東奥学園高）
- 滝口大仁（同）
- ◎スポーツ奨励賞（個人）
- 野々村優人（泊小）
- 上野尊（同）
- 能登葵（泊中）
- 三浦悠杜（同）
- 古泊悠季（同）
- 田中耀星（同）
- 古川奏太（同）
- 小泉芽依（第二中）
- 中軸祥（三沢高）
- 中村紗彩（同）
- 十文字莉子（三沢商業高）
- 滝口照英（東奥学園高）
- 橋本尚歩（三本木農業高校）
- 阿部光希（同）
- 石久保郁弥（同）
- ◎スポーツ奨励賞（団体）
- 泊中学校陸上競技部
- 六ヶ所FC
- ◎指導者賞
- 山崎輝樹（六ヶ所FC）
- *順不同・敬称略（所属は受賞時）



スポーツ賞



教育奨励賞

『安らぎと幸せを実感できるまち』実現に向け

六ヶ所村総合開発審議会が村へ答申



戸田村長と高田会長

六ヶ所村総合開発審議会会長の高田孝徳氏が2月1日、第4次六ヶ所村総合振興計画（案）について戸田衛村長に答申しました。

同審議会は、令和2年7月30日に村からの諮問を受け、基本構想の一部見直しと後期基本計画の策定に向けて、慎重に審議を重ねてきました。

高田会長は「基本構想に掲げる将来像の実現に向けて、村政運営の最善の努力をされますよう要望します」と述べ、答申書を手渡しました。

答申を受けた戸田村長は「『安らぎと幸せを実感できるまち』の実現に向けて、各施策を着実に推進して参ります。引き続き、ご指導ご支援を賜りますようお願い申し上げます」と意気込みを伝えました。

村のスポーツ振興に貢献

橋本隆春氏と池田覚氏が受賞を報告



橋本氏、戸田村長、池田氏

青森県スポーツ協会創立100周年記念事業功労者表彰を受賞した橋本隆春氏と、30年勤続スポーツ推進委員表彰を受賞した池田覚氏が2月2日、戸田衛村長に受賞を報告しました。

橋本氏は、平成15年4月より14年間、六ヶ所村体育協会の会長として、同協会の法人化に向けた体制づくりや加盟団体の競技力向上などに尽力しました。

池田氏は、平成3年4月より、スポーツ推進委員として、村のスポーツ事業の実施に係る協力や実技の指導、助言を行ってきました。

戸田村長は「おめでとうございます。これまでスポーツ振興にご尽力いただきましてありがとうございます。これからもご指導賜りますようお願いいたします」と2人を祝福しました。

村内学校の蔵書の充実のために

村へ図書カード15万円分を寄贈



蘓武支部長、戸田村長、鳥山日出昭副支部長

公益社団法人上十三法人会六ヶ所村支部（蘓武昭男支部長）が2月2日、村へ図書カード15万円分を寄贈しました。

村長室で行われた贈呈式では、蘓武支部長から戸田衛村長に図書カードが贈られました。戸田村長は「心からお礼を申し上げます。村内中学校の蔵書の充実役にさせていただきます」と感謝を述べました。

同法人からの寄附、寄贈は今回を含め、4度目となります。

健康増進や体力づくりのために

地域連合婦人会が健康体力づくりを開催



シャッフルボードに挑戦する参加者

六ヶ所村地域連合婦人会（三戸秀子会長）による健康体力づくりが1月24日、中央公民館で開催されました。

健康増進や体力づくりのため参加した会員約40人は、いきいき体操の後、シャッフルボードに挑戦しました。シャッフルボードとは、細長い杖で円盤をコート上に押し出し、コート内に描かれた得点区域にディスクを多く留めることで得点を争うスポーツです。参加者は円盤を押し出す力加減に苦戦しながらも、競技を楽しんでいました。

その後、座ったままでできる運動をし、最後には全員で輪になり六ヶ所音頭を踊りました。

参加者は「家庭で気軽にできるものもあったので、テレビを見ながらでも取り組みたい」と話していました。

思いっきりシュートだ！

園児たちによるミニサッカー大会開催



決勝戦、ボールを奪い合う園児たち

村内の保育所・こども園による第4回ミニサッカー大会が、1月29日に総合体育館で行われ、5歳児63人が参加しました。

体育館に集まった園児たちは、ランニングやジャンプ、ステップ、ドリブルのトレーニングをして体を温めました。そして、試合が始まると懸命にボールを追いかけ、コート走りまわって「こっちだよ」とボールを呼び、ゴールが決まると「やったあ」と歓声を上げて喜んでいました。

【大会の結果】

- 第1位 おぶちこども園
- 第2位 千歳平こども園
- 第3位 南こども園
- かんと賞 泊保育所



第1位のおぶちこども園の園児たち。賞状とトロフィーを手に「楽しかった」と笑顔を見せていました。

自作のロボットで優勝目指す

ロボットコンテスト六ヶ所大会開催



初級「ロボカップ相撲」の様子

六ヶ所村少年少女発明クラブの子どもを対象としたロボットコンテスト六ヶ所大会が2月14日、中央公民館で開催されました。

大会は、上級「ビンゴマスター（制限時間内にボールやペットボトルを3×3のマス目ボックスに運び、合計得点を競う）」、中級「フラップ10（ボールを使ってセンターラインにあるフラップを反転させ、自チームの色の多さを競う）」、初級「ロボカップ相撲（紙コップにモーターをつけた『力士』を使い土俵上で1対1の対戦を行う）」の3種の競技に分かれて行われました。合計22人の参加者は、自作のロボットで白熱した試合を繰り広げました。

《大会結果》

上級「ビンゴマスター」



1位 松橋 玲葵くん (尾駁小5年)

去年の大会では1度しか勝てなかったけど、今回はビンゴも達成して優勝できてうれしい。次回の大会でも優勝目指して頑張りたい。

2位 鳥谷部 柚希くん(尾駁小5年)
3位 水戸 康城くん(尾駁小3年)

中級「フラップ10」



1位 菅原 幸希さん (第一中2年)

モーター4つというルールの中で、前進するとボールを押し出す仕組みを作った。厳しい試合のときは焦ったけど、優勝できてうれしい。

2位 寺嶋 優澄さん(尾駁小5年)
3位 豊巻 日向くん(尾駁小6年)

初級「ロボカップ相撲」



1位 山谷 遙真くん(尾駁小4年)

ロボットの足になるモーター部分を斜めにし、進みやすくなるよう工夫をした。今回初級で優勝できたので、次回は中級に出場したい。

2位 藤谷 しずくさん(千歳平小5年)
3位 豊巻 太陽くん(尾駁小6年)

児童が「かたまる」現象を体験

環境研が理科教室を開催



固まった型取り材から手を抜こうとする児童



赤石 凪くん

レプリカハンド作りで、型を取るために動けないのが大変でした。指が折れたりしないで作ることができて良かったです。人工いくら作りは、きれいな形を作るために慎重に作業しました。今日の教室で、科学がもっと好きになりました。



保坂 莉子さん

レプリカハンド作りが楽しかったです。型取り材に手を入れた瞬間は、冷たかったけどだんだん慣れてきて、手を抜いたときは開放感がありました。人工いからは、きれいな丸にするのが難しく、作るのが大変でした。

村内の小学5・6年生を対象に公益財団法人環境科学技術研究所が冬期理科教室を開催しました。2月8日には、泊小学校の6年生16人が同施設を訪れ「かたまる」という現象をキーワードに、レプリカハンドと人工いくら作りを体験しました。

レプリカハンドは、アルギン酸を主成分とする型取り材を水と混ぜ、手を入れて型を取り、その固まった型に石膏を流し込んで作ります。型を取る工程では、10分以上動くことができず、児童たちは「きついなあ」など声を漏らしながら耐え忍んでいました。また、石膏を流す工程では指が欠けないように、型を傾けながら丁寧に石膏を流し込んでいました。

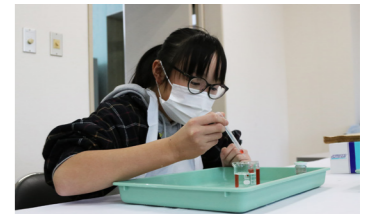
石膏が固まるのを待っている間には、人工いくら作りを行いました。アルギン酸ナトリウム水溶液を、スポイトを使って塩化カルシウム溶液に1滴ずつ落としていくと、アルギン酸ボールいわゆる人工いくらを作る事ができます。児童たちは赤や青、黄色などの着色料を液に混ぜ、さまざまな色の人工いくらを作っていました。

その後、固まった石膏を取り出す作業を行いました。児童たちは石膏に傷が付いたり、欠けたりしないよう慎重に型から取り外し、きれいなレプリカハンドを完成させていました。

2月中に開催されたこの教室には、尾駁小5・6年生、千歳平小5年生、南小5・6年生の児童も参加。体験を通じて科学に対する興味を深めていました。



石膏を型から慎重に取り外す児童



人工いくらを作る児童

広報ろっかしょ 2月号に誤りがありました

下記のとおり訂正し、お詫び申し上げます。

■ P 2. Topics & News について

築田信義氏を教育委員として任命
辞令が交付される



戸田村長と築田氏

(訂正前)
戸田村長[㊟]と築田氏
(訂正後)
戸田村長[㊟]と築田氏[㊟]

■ P 3. Topics & News について

地域農業の発展に貢献
久保政廣氏に青森県農業会議会長賞



同部成子会長(補佐)代理、久保氏等、石久保農業委員会会長

(訂正前)
石久保農業委員会会長[㊟]
(訂正後)
石久保農業委員会会長[㊟]

冬期成人講座開講！

プリフラアレンジ講座が開催される



講師[㊟]に教わりながら制作する参加者[㊟]

冬期成人講座「プリフラアレンジ講座」が2月9日、中央公民館で開催されました。Atelier muguet (青森市)の神幸代さんを講師に迎え行われた講座には、6人が参加しました。

講座では、ひな祭りの壁掛け飾りを制作。壁掛けの土台となる台紙に、アーティフィシャルフラワー(造花)を貼り付け、その上に組み紐や水引、ちりめんボールなどを装飾。

参加者は、装飾の配置に悩みながらも思い思いに作品を仕上げました。プリフラアレンジ講座に何度も参加しているという参加者は「今回もかわいくできたので家に飾りたい」とうれしそうに話していました。



ネットトラブルに遭わないために 地域ぐるみで、子どもたちを守ろう！



少年問題に関するご相談は
《ヤングテレホン》(土日・祝日・年末年始を除く)
月～金曜日 8:30～17:15
◎警察本部 ☎ 0120 (58) 7867
◎青森 ☎ 017 (776) 7676
◎八戸 ☎ 0178 (22) 7676
◎弘前 ☎ 0172 (35) 7676

《警察安全相談室》(土日・祝日・年末年始を除く)
月～金曜日 8:30～17:00
☎ 017 (735) 9110 または ☎ # 9110

《ヤングメール》(土日・祝日・年末年始を除く)
24時間受信、回答は2～3日後
youngmail-587867@extra.ocn.ne.jp

*夜間・休日でお急ぎの人は、最寄りの警察署へご相談ください。各警察署では24時間年中対応しています

学年末から新学期にかけての時期は、進学・進級などで子どもたちの生活環境が大きく変化します。家庭・学校・地域が協力して、子どもたちが安全に安心して暮らせる環境をつくりましょう！

◎ ネットトラブルの防止
▽ SNSに潜む危険
・ 個人情報の書き込みは、自分だけでなく、家族や友達も危険にさらすことになるので絶対にやめましょう。

▽ ストップ！ネットいじめ
・ 軽い気持ちで悪口を書き込んだり、SNSのグループから外したりすることはネットいじめにつながります。
・ 現実の世界でダメなことは、ネットの世界でもダメ！

▽ フィルタリングを利用しよう
・ スマホなどのインターネット接続機器には、フィルタリング設定をして有害情報をシャットアウトしましょう！

◎ STOP! 子どもの性被害
▽ 「自撮り被害」に注意
・ インターネット上のやりとりの中で、だまされたり脅かされたりして、子どもが自分の裸の写真を撮影させられて、メールやSNSなどで送信させられる「自撮り被害」が増えています。

▽ 「自撮り被害」防止のため
・ 撮らない！ 撮らせない！ 送らない！



毎月6日は
六ヶ所村民
交通安全の日



村の人身事故発生状況 (令和3年1月末)

令和3年			令和2年			前年比
1月中	累計		1月中	累計		
発生	死者	傷者	発生	死者	傷者	発生
3	0	4	3	0	4	0
						0
						+3
						+0
						+4

村の物件事故発生状況 (令和3年1月末)

令和3年			令和2年			前年比
1月中	累計		1月中	累計		
35	35		17	17		+18

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、尾駮交番に統合されます。

統合により、廃止された駐在所の警察官は尾駮交番に配置され、交番所長以下7人で活動することになります。

交番・駐在所統廃合後も、尾駮交番の警察官が中心となり、六ヶ所村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、尾駮交番で行います

確定申告受付日程表

3月の日程表			
日	対象地区	受付時間	受付会場
1日(月)	倉内8班～10班	9:30～14:00	平沼出張所
2日(火)	石川・出戸・二又・第三二又・ひばり平・富ノ沢	9:00～16:00	中央公民館
3日(水)	尾駮・尾駮浜		
4日(木)	野附・老部川・室ノ久保・戸鎖・千樽		
5日(金)	尾駮レイクタウン		
8日(月)			
9日(火)	予備日	9:00～12:00	
10日(水)			
11日(木)			
12日(金)			
15日(月)			

新型コロナウイルス対策について

！ 来場者へのお願い

マスクの着用・手洗い・手指消毒



マスクを着用していない場合は、受け付けはできません。マスクはご自身で用意してください。

通話・私語厳禁



感染拡大防止のため、携帯電話での通話や私語は、お控えください。

検温



感染防止に協力いただけない場合(検温の拒否など)は、入場をお断りします。体調がすぐれない人は後日お越しください。

会場にはおひとり



申告する本人、1人でお越しください。介助などの場合も、必要最小限の人数でお越しください。

ご注意ください

- ・ 毎年、期間の後半や予備日は大変混み合います。自分の対象日に申告を済ませるようご協力をお願いします。対象日にご都合の悪い人は、期間中いずれかの日で申告を済ませてください。
- ・ 税務課の窓口で受け付けは行いません。
- ・ 受付期間を過ぎると、村で所得税の確定申告はできなくなります。
- ・ 消費税、青色申告、相続税・贈与税の申告、相談内容が複雑な人は、十和田税務署での申告をお願いします。各税には期限がありますのでご確認ください。
- ・ 領収書はまとめて、計算した上でお持ちください。滞在時間短縮につながります。
- ・ マイナンバーカードもしくは通知カードを忘れずにお持ちください。



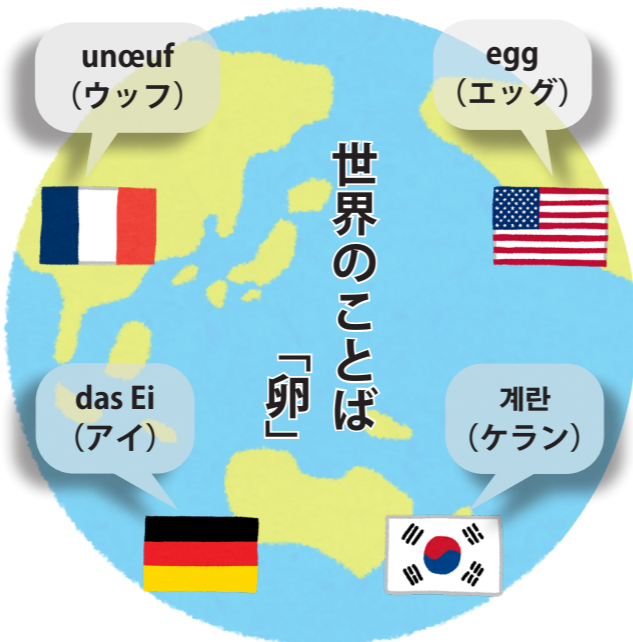
このページに関する
問い合わせ・申し込みはこちら
問 国際教育研修センター ☎ 73 - 8575

まさがつ Masaga!!! ~東日本大震災から10年~
ドイツ国際交流員 ヴェアナー・マーク

今月は日本人にとって、とても悲しい日を思い出しますね。10年前に起こった東日本大震災で大勢の人が亡くなり、日本中が不安でいっぱいだったと思います。

私自身もその日のことをよく思い出します。2011年3月11日、当時高校生だった私は、ドイツにいました。ちょうど学校へ行く前にテレビでこの大変なニュースを見ました。最初は地震だけのニュースでしたが、徐々に福島第一原発事故についてのニュースが流れました。私たちドイツ人は、1986年に起きたチェルノブイリ原発事故(旧ソ連)を思い出しました。事故がドイツに及ぼした影響など、当時の話を両親や祖父母から聞いていたので、日本の将来について心配しました。ドイツでは「PrayForJapan(日本のために祈れ)」というスローガンを掲げ、芸術家の募金イベントや献金が行われました。

皆さんは、福島第一原発事故がドイツにも強い影響を与えたことを知っていましたか? この原発事故で、ドイツ人の原子力に対する考え方は変わり、ドイツ国内の原子力発電所は2030年までに廃止する予定です。



センターの仲間
イヴァン・モヤ・マルディネズ
4年前から六ヶ所村に住み、エネルギー施設で働いています。休日には、ろっぷやろっかぼっかへよく行きます。日本の食べ物が好きで、その中でも焼きそばや焼肉、唐揚げが大好きです。最近、センターで日本語の勉強を始めました。日本の皆さんと会話できるように頑張ります!

お知らせ
語学教室について
5月より、新年度の語学教室が始まります。受講希望者は、申込受付期間内に申し込みをお願いします。
■申込受付期間
4月1日(木)~30日(金)
*詳細は、広報4月号でお知らせします

イベントのお知らせ

異文化わくわくイベント
イースター
■日時 3月13日(土) 10:00~12:00
■場所 国際教育研修センター
■募集人数 親子6組
■申込受付期間 3月5日(金)まで
■参加費 200円
■持ち物 飲み物、タッパー

*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。申込受付期間以降のキャンセルは参加費をいただきます



このページに関する
問い合わせ・申し込みはこちら
問 福祉課地域包括支援センター室
☎ 72 - 4457

笑顔 目標 好奇心
笑顔は笑顔を招きま... 何か目標を持ってコツコツ取り組みましょう... 新しいことにチャレンジしてみよう...

感性
1月の おれんじカフェ
1月20日、尾駮コミュニティセンターで開催されたおれんじカフェでは、小正月の飾りの「餅花作り」を行いました...

成年後見制度
法定後見制度 任意後見制度
判断能力が全くない人 判断能力が著しく不十分な人 判断能力が不十分な人
後見 保佐 補助
成年後見制度とは、認知症や知的障害、精神障害などの理由で判断能力の不十分な人について、本人の権利を守る援助者を選ぶことで、本人を

上十三保健所事業のお知らせ（3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	2日・16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	中止	—	☎ 0176（23）4261
精神保健福祉相談	精神・神経・飲酒などの相談	17日	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

毎年3月1日から8日は女性の健康週間です

女性の体はそれぞれの年代で大きく変化し、女性特有の病気や、男性よりも女性の方が発症しやすい病気があることをご存知ですか？ 今回はその病気の1つ『貧血』について紹介します。

【貧血とは】

血液の赤血球に含まれるヘモグロビンが減って体内が酸欠になる状態のことをいいます。

【貧血の症状】

めまい、立ちくらみ、動機、息切れ、顔が青白くなる、倦怠感、疲れやすい、頭痛、眠気、集中力の低下、耳鳴り、口内炎、味覚の異常などです。

【貧血の原因】

女性には月経という定期的な出血があり、そのため貧血になりやすいといわれています。また、歳を取るとともに原因は変わってきます。

他にも、偏食・ダイエットによる鉄分の摂取不足、成長期や妊娠・授乳期など鉄分の需要増大、月経・痔・子宮筋腫などが原因の出血過多、造血機能の衰えやがんなどによる貧血などがあります。

【貧血の予防】

まずは食事を見直し、日頃から赤血球・ヘモグロビンを作るための鉄・亜鉛・葉酸・ビタミンB₁₂などの栄養素をバランスよく食事から摂るように心掛けましょう。

栄養素	多く含む食品の例
鉄	レバー（豚・鶏）、卵黄、煮干し、あさり、しじみ、小松菜、ほうれん草、きな粉、湯葉、切干大根、ひじき、のり、ココアなど
亜鉛	牡蠣、するめ、牛肉、豚レバー、ナチュラルチーズ、かつお節など
葉酸	のり、海藻類、レバー（豚・鶏・牛）、大豆類、ドライマンゴーなど
ビタミンB ₁₂	白鮭、しじみ、煮干し、あさり、レバー（鶏・牛）など

よい歯ではっぴい

1月の3歳児健診で、むし歯ゼロの子をご紹介します



下舌 斗偉くん



上久保 凌誠くん



成田 朱里ちゃん



白石 羽くん



米田 衣慶ちゃん



木村 陽依ちゃん



高梨 莉乃ちゃん



保健相談センターだより

このページに関する
お問い合わせ・申し込みはこちら

問 保健相談センター ☎ 72 - 2794

目指そう健診受診率 青森県一！ 令和3年度各種健康診査のお知らせ

今年度の健診は受診しましたか？ 今年度は新型コロナウイルスの流行により、健診を受けられなかった人もいないのでしょうか？

自覚症状が現れにくい病気は少なくありません。だからこそ、定期的な健診で自分の健康状態を知ることが、生活習慣病予防・健康維持への第一歩です。これからも健康な毎日を過ごすためにも、年に1度は健診を受診しましょう！

！ 令和3年度の健診は5月から実施します

各種健康診査の案内は3月上旬から送付します。健診の日程や会場などの詳細が記載されていますので必ず確認しましょう。

！ 「未受診理由調査」へご協力をお願いします

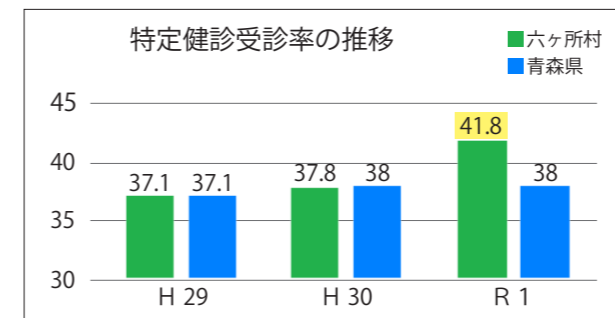
健診の受診を希望しない人には「未受診理由調査」へのご協力をお願いしています。詳細は各種健康診査の案内に記載されていますのでご確認ください。

！ 健診の申し込みはお早めに！

各種健康診査の案内に同封している各種健康診査申込みはがきでお申し込みください。

■申込締切 3月26日📅

*例年より申込締切が早くなっています。申し込み忘れのないようお願いします



村の健診受診率は令和元年度に41.8%と、県の受診率を大きく上回ることができました。これからも皆さんの健康意識向上を図るために、健診を受けやすい体制づくりに取り組んでいきます。

支援を求めやすい環境作りを 3月は自殺対策強化月間です

3月は、就職や転勤、転居など、生活環境が大きく変動する時期で、自殺者数が増加する傾向にあるため「自殺対策強化月間」と定められています。

自殺する人は、さまざまな心配事が重なって、自殺に追い込まれるといわれています。一つ一つの心配事を取り除く、もしくは軽くしてあげることが必要となります。

あなた自身、こころの悩みを抱えていたり、1人で悩んでいませんか？ また、あなたのご家族・友人・同僚など周りの人に、悩んでいる人はいませんか？ 相談することは、恥ずかしいことではありません。あなたの声を聞かせてください。

死にたいと打ち明けられたら・・・

「死にたい」と話す人は、そこから「抜け出したい」「生きたい」という気持ちと戦っています。打ち明けられたら、相手をねぎらい、相手の気持ちに共感しながら、じっくりと話を聴くようにしましょう。

①ねぎらう

打ち明けてくれたことに謝意を示し、抱えてきた苦勞をねぎらいます。

②じっくり聴く

相手の話を傾聴し、共感します。助言や結論を急いではいけません。

③つなげる

適切な支援者や相談者につなぎつつ、引き続き支援します。

【相談先】

- ①保健相談センター（平日8：15～17：00）
☎ 72 - 2794
- ②あおもりのちの電話（毎日12：00～21：00）
☎ 0172（33）7830
- ③よりそいホットライン（24時間）
☎ 0120（279）338
- ④24時間子供SOSダイヤル（24時間）
☎ 0120（0）78310

お知らせ
村税の納付には
口座振替が便利!

村では、便利で安全な村税の口座振替を実施しています。

口座振替（自動払込）は、仕事が忙しい、不在などの理由で納付ができない人に代わり、指定の預貯金口座から納期ごとに自動に納付する制度です。

納付のたびに金融機関や役場へ出掛ける手間が省けて大変便利です。ぜひ、ご利用ください。

■申込方法

口座振替の申込用紙に必要事項を記入・押印し、村内金融機関または郵便局の窓口にてお申し込みください。

申込用紙は、村内各金融機関・郵便局、税務課、各出張所（泊・平沼・千歳平）の窓口にて備え付けてあります。

【村内金融機関・郵便局】
・みちのく銀行六ヶ所支店
・青森銀行六ヶ所支店
・青森県信用組合六ヶ所支所
・ゆづき青森農業協同組合六ヶ所支所
・郵便局（泊・尾駈・平沼・倉内簡易）

■必要なもの

①本人名義の通帳
②通帳に使用している印鑑
③納税通知書（令和2年度）

■対象となる税金

①村・県民税（普通徴収のみ）
②固定資産税（共有分もある人は、忘れずに）
③軽自動車税（複数の車を所有している人は、全て口座振替になります）
④国民健康保険税（世帯主義）

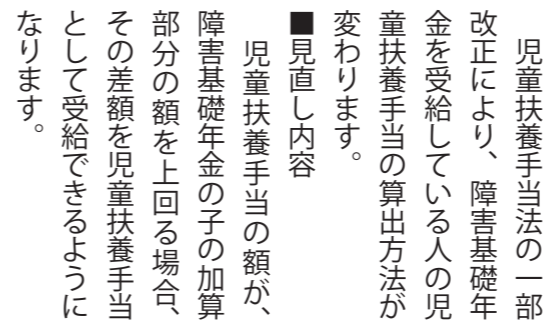
■注意事項

・納税貯蓄組合に加入している人は、**口座振替をしていない人は、口座振替を利用できません。**
・年度途中での申し込みは、翌年度からの口座振替となります。
・令和3年度分から口座振替を希望する場合は、**3月31日（水）までに申し込み**ください。
☎ 7218019
税務課

お知らせ
障害基礎年金を受給しているひとり親家庭が児童扶養手当を受給できるよう見直されます

お知らせ

児童扶養手当法の一部改正により、障害基礎年金を受給している人の児童扶養手当の算出方法が変わります。
■見直し内容
児童扶養手当の額が、障害基礎年金の子の加算部分の額を上回る場合、その差額を児童扶養手当として受給できるようになります。



■支給開始月
令和3年3月分（令和3年5月支払い）から

☎ 7218145
■申請先 子ども支援課

*障害基礎年金以外の公的年金（遺族年金・老齢年金・労災年金・遺族補償）などを受給している人は、今回の改正による変更はありません

お知らせ

人権擁護委員および行政相談委員による相談所開設のご案内

村では人権擁護委員および行政相談委員による相談所を開設します。日常生活や身の回りの人権問題で悩み事などがありましたら、気軽にご利用ください。

■日時

3月12日（金）
10時～12時

■場所

千歳平地区公民館

お知らせ

行政に対する悩み事や困り事は行政相談委員にご相談ください。

また、毎日の生活の中で困りるときは、左記または近くの人権擁護委員にご相談ください。いずれも、相談料は無料で、秘密は厳守します。

■全国共通人権相談ダイヤル

☎ 0570 (003) 110
青森県方法務局十和田支局
☎ 0176 (23) 2571

お知らせ

愛車の住所変更も忘れなく!

自動車税種別割の納税通知書は、原則としてその年の4月1日現在の車検証に記載されている住所に送付しています。引越など住所が変わった場合は、運輸支局で「車検証の住所の変更登録」を忘れずに行ってください。住民票の異動手続きだけでは、車検証の住所は変更されません。

やむを得ず、3月末日までに車検証の住所変更登録ができない場合、令和3年度の自動車税種別割の納税通知書の送付先を変更したい場合は、電話またはFAXで上北地域県民局県税部までご連絡ください。
*FAXで届け出る場合は、青森県庁ホームページの総務部税務課のページ（県税・市町村税インフォメーション）から必要な様式をダウンロードできます
*青森県庁ホームページ

やむを得ず、3月末日までに車検証の住所変更登録ができない場合、令和3年度の自動車税種別割の納税通知書の送付先を変更したい場合は、電話またはFAXで上北地域県民局県税部までご連絡ください。
*FAXで届け出る場合は、青森県庁ホームページの総務部税務課のページ（県税・市町村税インフォメーション）から必要な様式をダウンロードできます
*青森県庁ホームページ

にある「青森県電子申請・届出システム」内の「自動車税種別割住所変更届」からも新しい住所の届け出ができます
《自動車税種別割について》
☎ 上北地域県民局県税部 納税管理課
☎ 0176 (22) 8111 (内線 2115214)
FAX 0176 (22) 8135
《自動車の登録手続きについて》
☎ 東北運輸局青森運輸支局 八戸自動車検査登録事務所
☎ 050 (5540) 2009

農業委員会だより

第1回農業委員会総会が1月13日（水）に開催され、下記案件が議決・承認されました。

■報告第1号 農地の転用事実に関する報告について

1件 2,953㎡

■報告第2号 農地法第3条の3第1項の規定による届出について

2件 14,181㎡

■報告第3号 競売公売買受適格者に係る農地法第3条許可書の交付について

1件 21,427㎡

□議案第1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

1件 55,962㎡



☎ 72-2111 (内線 337・338)
■農業委員会事務局

第2回農業委員会総会は2月10日（水）に開催されました。今月の総会は3月11日（水）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。

戸籍の窓

ご結婚 おめでとう

古川 一洋 (泊)
小林 真弓 (青森市)

おくやみ

- 石久保ナヨ 95歳 (倉内)
- 堀野美恵子 85歳 (泊)
- 古川 えつ 74歳 (泊)
- 久保 一徳 82歳 (戸鎖)
- 和田 禮子 88歳 (庄内)
- 小笠原 聡 56歳 (泊)
- 橋本 つや 104歳 (平沼)
- 樋口 繁人 80歳 (泊)
- 橋本 保裕 76歳 (平沼)
- 石久保タミ 78歳 (尾駱)
- 吉田 與吉 83歳 (笹崎)
- 古川キクエ 93歳 (尾駱)
- 秋戸 實 71歳 (二又)

1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

(2月1日現在)

人口 (前月比)	
男性	5,466 (-13)
女性	4,644 (-8)
計	10,110 (-21)
世帯数	4,908 (-5)



☎ 022 (221) 2022
☎ 022 (263) 1111
(内線3236)
☎ 022 (221) 2022
◎ 仙台国税局人事第二課
試験研修係

お知らせ
障がい者の就労や雇用について
障がい者の就労や雇用について、各機関で相談や支援を行っています。「一般企業で働きたい」「働いているけど不安がある」「一般企業で働くことが難しいので支援を受けながら働きたい」など相談希望の人は、左記までご連絡ください。
*職業のあっせんや紹介は行っていません
☎ 福祉課
☎ 72-8141

お知らせ
障がい者の就労や雇用について
障がい者の就労や雇用について、各機関で相談や支援を行っています。「一般企業で働きたい」「働いているけど不安がある」「一般企業で働くことが難しいので支援を受けながら働きたい」など相談希望の人は、左記までご連絡ください。
*職業のあっせんや紹介は行っていません
☎ 福祉課
☎ 72-8141

募集
北部上北三町村 国土強靱化地域計画について
村では野辺地町、横浜町と共同で、北部上北三町村国土強靱化地域計画の策定作業を進めています。計画策定に当たり、皆さんのご意見をお聞かせください。
■意見の提出方法
村ホームページに計画

募集
国家公務員 「国税専門官採用試験」のお知らせ
仙台国税局では、バイタリティー溢れる国税専門官を募集しています。国税専門官は、国の財政を支える重要な仕事を担い、税務署などにおいて、調査・徴収・検査や指導などを行う税務のスペシャリストです。
■受験資格
①平成3年4月2日から平成12年4月1日生まれの人

②平成12年4月2日以降生まれの人で次に掲げるもの
(1)大学を卒業した人および令和4年3月までに大学を卒業する見込みの人
(2)人事院が(1)に掲げる者と同等の資格があると認める人
■申込受付期間
3月26日(金)～4月7日(水)
■申込方法
国家公務員試験採用情報 NAVI (https://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.html) から申し込みください。
■第1次試験日
6月6日(日)
◎ 仙台国税局人事第二課
試験研修係
☎ 022 (263) 1111
(内線3236)
☎ 022 (221) 2022

お知らせ
後期高齢者医療 被保険者の皆さんへ
◎保険料は納期限内に納めましょう
保険料を滞納すると、通常より有効期限が短い保険証が交付される場合があります。
災害により住宅などに著しく損害を受けたり、世帯主の収入が著しく減少した場合など、保険料の減免が認められることがありますので、お早めにご相談ください。
◎新たに後期高齢者医療制度に加入する人の保険料の納め方について
保険料は、年金からの天引き(特別徴収)が原則ですが、新たに後期高齢者医療制度に加入する人は、年金からの天引きが開始されるまで時間が掛かるため、加入当初は納付書で納めていただきます。

なお、口座振替を希望する場合は手続きが必要です。これまで国民健康保険税(料)を口座振替で納めていた人も、改めて手続きが必要です。
◎マイナンバーカードの取得促進について
3月(予定)から、マイナンバーカードを被保険者証として利用できる「オンライン資格確認」の仕組みが、準備の整った医療機関などから順次始まります。
マイナンバーカードの取得は任意ですが、お持ちでない人はこの機会に取得をご検討ください。
*現在利用している被保険者証がなくなるものではありません。引き続き使用できます。
*マイナンバーカードの交付申請手続きについては、マイナンバー総合サイト (https://www.kojinbango-card.go.jp/) をご覧になるか、左記までお問い合わせください
◎マイナンバー総合フリーダイヤル
☎ 0120 (95) 0178
◎健康課
☎ 72-8143
◎青森県後期高齢者医療広域連合
☎ 017 (721) 3821

お知らせ
借金に関する相談窓口
相談料は無料で、秘密は厳守します。
■受付(祝日・年末年始除く) 月～金曜日
8時半～12時
13時～16時半
■相談専用電話
☎ 017 (774) 6488
◎東北財務局青森財務事務所理財課
☎ 017 (722) 1463

令和2年度自衛官募集のご案内				
募集種目	資格	受付期間	試験期日	試験場所
一般幹部候補生 (一般・飛行) (歯科・薬剤)	令和3年4月1日現在、22歳以上26歳未満 (修士課程修了者は28歳未満)	4月28日(木)まで	【1次試験】 5月8日(土)：筆記試験 5月9日(日)：筆記式操縦適性検査 (飛行要員のみ) *2次試験は、後日通知します	別途各人に連絡します
一般曹候補生	18歳以上33歳未満	5月11日(火)まで	5月21日(金)～30日(日) *いずれか1日を指定されます	
技術海曹 技術空曹	20歳以上で国家免許資格を有する人	5月21日(金)まで	6月18日(金)	
予備自衛官補 (一般公募)	18歳以上34歳未満	4月9日(金)まで	4月17日(土)～21日(水) *いずれか1日を指定されます	
予備自衛官補 (技能公募)	18歳以上で各種国家免許資格などを有する人			

◎細部は下記までお問い合わせください。
◎自衛隊青森地方協力本部 三沢募集案内所 (〒033-0037 三沢市松園町三丁目6-16 中野プラザビル2F)
☎ 0176 (53) 1346 (FAX 同) (平日9:00～17:45) e-mail (aomori.pco.misawa@rct.gsdf.mod.go.jp)

3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

1	月	スワニー・図書館・郷土館・ろっぶ 休館日
2	火	企画展「くらしのうつりかわりと道具」〈郷土館〉 (~3月28日) *土日は「昔遊び教室」を開催
3	水	
4	木	※ワッ歯ッ歯!むし歯0教室 (受付) 10:40~10:50
5	金	ワールドキッチン〈スワニー〉 9:30~13:00 ※栄養教室 10:00~12:00 ※5歳若返り!!筋力UP教室 13:00~14:30
6	土	
7	日	
8	月	スワニー・図書館・郷土館・ろっぶ 休館日
9	火	
10	水	※マタニティ教室 10:00~12:00
11	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
12	金	※リトミック教室 10:00~11:00
13	土	異文化わくわくイベント 〈国際教育研修センター〉 10:00~12:00
14	日	
15	月	スワニー・図書館・郷土館・ろっぶ 休館日 ※こころの健康づくり講座 (受付) 13:30~

日	曜	行事名
16	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
17	水	
18	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~
19	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~
20	土	【春分の日】
21	日	
22	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
23	火	※乳幼児相談 (受付) 9:45~10:00 ※2歳児歯科健診 (受付) 12:30~12:45
24	水	
25	木	
26	金	
27	土	
28	日	
29	月	スワニー・図書館・郷土館・ろっぶ 休館日
30	火	
31	水	

〈 〉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

ご予約のお願い 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、交付には30分程度の時間を要します。

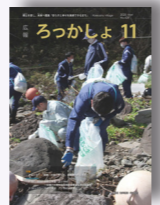
- 交付場所
保健相談センター
- 交付日時 (要予約)
月曜日~金曜日 8:15~17:00
*時間について都合が悪い場合はご相談ください。また、交付は予約制です。必ず予約をお願いします
- ☎予約先 保健相談センター ☎ 72-2794

「広報ろっかしよ 11月号」が 県広報コンクールで奨励賞

令和3年青森県広報コンクール審査会が、1月25日に行われ「広報紙部門(町村部)」にて奨励賞をいただきました。

取材にご協力してくださった皆さんや、手に取って読んでくださった皆さんのおかげと心から感謝いたします。

これからも『村民に親しまれる広報』を目指し、村からのお知らせや話題を皆さんのお手元にお届けしますので、よろしくお願ひします。



▽広報ろっかしよ (令和2年11月号)

お知らせ 郷土館 イベントのお知らせ

◎企画展「くらしのうつりかわりと道具」
泊湊や開拓・開発の歴史、伝統芸能を写真やパネルで紹介する他、農具や漁具、昔のお金、戦争の資料も多数展示します。ままごとセットや積み木で遊べる昔遊びコーナーもあります。

■期間
3月28日(日)まで

■時間 9時~16時

◎昔遊び教室
■日にち
3月6日(土)・7日(日)・13日(土)・14日(日)・20日(土)・21日(日)・27日(土)・28日(日)

■時間 9時~16時

■場所 郷土館

■参加費 無料

■内容
①ひな人形づくり(紙コップ、毛糸玉、紙粘土、

陶土の4種類から選択)



◎毛糸で節句の飾りを作ろう
毛糸で、桃の節句や端午の節句の飾りを作ります

②凧づくり(室内で遊べるミニ凧、凧絵教室)

③けん玉色付け(先着7人)

④紙ひこうきづくり(紙型やはがきを切り抜いて簡単に作れます)

⑤竹とんぼづくり(本格的な竹製と、簡単な紙製があります)

▼紙ひこうき ▼ミニ凧
▼竹とんぼ ▼けん玉

す。約30分で完成します。

■日時
3月の平日9時~12時

■参加費 無料

◎竹のおもちゃを作ろう
本物の竹で、おもちゃを作ります。竹にキリで穴をあけ、やすりがけをして約30分で簡単に作ることが出来ます。

■日時
3月の平日9時~12時

■参加費 無料



◎泊海岸トレッキングツアー
リアス式海岸をトレッキングしながら『ほっとあげ』などを見学します。

■日時
4月10日(土)
9時~12時半

*詳細はチラシやホームページでお知らせします

◎山城・お台場ツアー
泊地区にある中世の山城・目代館や、江戸時代の盛岡藩の砲台跡を見学します。

■日時
4月17日(土)
9時半~12時

*詳細はチラシやホームページでお知らせします

☎申込先 郷土館
☎72-2306

お知らせ
令和3年度
公立ぎんなん寮直売所
ハンズの営業日変更のお知らせ

■営業日
▽4月~9月
金~月曜日の4日間
▽10月~3月
土・日曜日の2日間

■営業時間
10時~15時

*直売所ハンズを利用する場合は、マスクの着用をお願いします

☎上北地方教育・福祉事務組合 公立ぎんなん寮
☎0176(56)5121

お知らせ
対地射撃場
周辺移転償還地の有償使用許可について

東北防衛局では、三沢対地射撃場の周辺財産(移転補償地)を、個人・企業などへも有償により使用許可できるようにしました。使用を希望する人は、応募ください。対象の土地や利用手続きなどの詳細は、東北防衛局ウェブサイトまたは左記までお問い合わせください。

▽東北防衛局ウェブサイトはこちら



☎022(297)8213
東北防衛局施設管理課

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! 幼児ミニサッカー大会



村内の保育所・こども園の園児が集まり開催された幼児ミニサッカー大会。ボールを使ったトレーニングの後、試合を行いました。一生懸命な姿をご覧ください。(1月29日収録)

- ◎冬期理科教室(2月4日収録)
- ◎教育奨励賞・スポーツ賞授与式(2月12日収録)

平沼神楽～伝統ある神楽を後世へ～



平沼地区に古くから伝わる、平沼神楽。伝統ある平沼神楽に焦点を当て、取材を行いました。次

世代につなげていくための活動や神明舞・下舞・権現舞をぜひご覧ください。

(令和2年度制作)

ロックTV版 六ヶ所村民俗芸能発表会



六ヶ所村民俗芸能発表会が開催できなかったため、ロックTVでの放送用として各団体に舞や神楽

を披露していただきました。

《出演団体》泊音頭流し踊り保存会・泊神楽・六ヶ所音頭保存会・平沼神楽

(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～



広報紙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。広報紙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

▶健診チャンネル 行ってみました！健診編



保健相談センターの保健師が、健診の受け方について分かりやすく説明します。

■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。

■3月1日(午前6時)～4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
6:15	ろっぷスタッフと学ぶ～ストレッチボール運動～	15:15	転倒・骨折予防体操～自宅バージョン～
6:25	NEW 平沼神楽～伝統ある神楽を後世へ～	15:40	応急手当の基礎知識～ノドにものが詰まった時の手当～
6:55	地震・津波情報のあれこれ！	15:55	伝えたい六ヶ所の風景
7:00	ロクナビ	16:00	ロクナビ
7:15	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	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)
7:20	泊保育所～さいごのおゆうぎかい～	16:20	応急手当の基礎知識～心肺蘇生法(成人)とAEDの使い方～
7:50	認知症シリーズ① 認知症について知ろう！	16:35	役立つ情報が満載！教えて六ヶ所村！！(新規事業②)
7:55	気象情報のあれこれ！	16:55	写真で巡るろっかしよ
8:00	ロクナビ	17:00	ロクナビ
8:15	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～	17:15	NEW 平沼神楽～伝統ある神楽を後世へ～
8:45	応急手当の基礎知識～応急手当と119番通報～	17:45	NEW 健診チャンネル 行ってみました！健診編
9:00	ロクナビ	17:55	広報
9:15	新型コロナウイルスに関するお知らせ(中小企業支援)	18:00	ロクナビ
9:20	転倒・骨折予防体操～自宅バージョン～	18:15	六ヶ所村でエンジョイ！アウトドアライフ
9:45	健康体操	18:45	認知症シリーズ③ 認知症について知ろう！
9:50	広報、伝えたい六ヶ所の風景	18:55	伝えたい六ヶ所の風景
10:00	ロクナビ	19:00	ロクナビ
10:15	応急手当の基礎知識～けがをした時の手当～	19:15	新型コロナウイルスに関するお知らせ(中小企業支援)
10:30	役立つ情報が満載！教えて六ヶ所村！！(新規事業①)	19:20	泊保育所～さいごのおゆうぎかい～
10:45	低栄養を予防して、元気な毎日を！	19:50	「まんずは、健診さいってみべよ～！」
10:50	広報、写真で巡るろっかしよ	19:55	広報
11:00	ロクナビ	20:00	ロクナビ
11:15	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行こう～	20:15	NEW 平沼神楽～伝統ある神楽を後世へ～
11:45	応急手当の基礎知識～乳児小児の心肺蘇生法～	20:45	国民年金基礎知識
12:00	ロクナビ	21:00	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～
12:15	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)	21:30	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行こう～
12:20	NEW 平沼神楽～伝統ある神楽を後世へ～	22:00	ロクナビ
12:50	広報、伝えたい六ヶ所の風景	22:15	ロクナビ(総集編2月)
13:00	ロクナビ	22:45	NEW 健診チャンネル 行ってみました！健診編
13:15	新型コロナウイルスに関するお知らせ(中小企業支援)	22:55	広報
13:20	「六ヶ所第二中、千歳中統合・結ぶ新たな絆」～一瞬魂 今日という日に感謝を込めて～	23:00	ワールドバラエティ 韓国&ドイツの巻(平成25年度制作)
13:50	認知症シリーズ② 認知症について知ろう！	23:30	六人～フリーアナウンサー 遠田恵子～(平成25年度制作)
13:55	広報	0:00	NEW ロックTV版 六ヶ所村民俗芸能発表会
14:00	ワールドバラエティ 韓国&ドイツの巻(平成25年度制作)	1:00	ロックTVからのお知らせ 青森環境放射線モニタリング
14:30	六人～フリーアナウンサー 遠田恵子～(平成25年度制作)	2:00	
		2:55	
		3:00	
		3:06	

☎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！

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。

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



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。

運転免許更新の受付・安全協会窓口業務時間が変わります！

◎運転免許更新受付の変更

免許更新の受付事務体制が変わります。4月1日から野辺地地区交通安全協会では、優良運転者講習の受付がなくなり、**高齢者講習を受けた人だけの更新受付**となります。

■免許更新受付時間
8：30～17：15



◎安全協会窓口業務時間の変更

安全協会窓口業務および証紙販売業務時間が次の通り変更となります。

■変更後
8：30～16：00
■変更前
8：30～17：15

野辺地地区交通安全協会

☎ 0175 (64) 6121

（編集後記）

○冬期理科教室では、普段体験できない内容に、児童はマスクから笑顔を覗かせていました。科学に対する興味や関心、楽しいと感じた経験をいつまでも大切にしたいですね。そして、19ページにも掲載しましたが、県広報コンクールにて奨励賞をいただくことができました。広報担当になり、もうすぐ1年。まだまだ力不足な部分もありますが、これからも精進して参ります。（沼尾）

○3月は卒業式シーズンですね。去年の卒業式の取材では、校歌などは歌わない。保護者の出席人数制限や在校生も不在など少し物足りない式でした。あれから1年が経ちました。今年も新型コロナウイルス感染症の影響がありそうですね。それでも卒業生にとって思い出深い式になりますように祈っています。もちろん、今年も感染症対策を行い、取材に伺いますので、ご協力をお願いします。（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

○六ヶ所村民図書館 ☎ 72-3405

【開館時間】（火～金） 9：30～19：00

（土日・祝日） 9：30～17：00

一般 花は散っても

坂井 希久子／著（中央公論新社）



母親離れができない優柔不断な夫に見切りを付け、家を出た美佐は、東京の下町・谷中で着物のネットショップを切り盛りしている。ある日、実家の蔵で、たんすにしまわれた銘仙、謎の写真、3冊のノートを見つけ…。

一般 職場六法

岩出 誠／著（講談社）



不当な解雇や待遇、賃金格差、ハラスメントなど、職場でトラブルを抱えたときに、どの法律が働く人を助けてくれるかを、イラストとともに分かりやすい文章で解説する。相談窓口・相談方法・解決手段についても紹介する。

児童 4ひきのちいさいおおかみ

スベンヤ・ヘルマン／文 ヨゼフ・ヴァイルコン／絵
石川 素子／訳（徳間書店）



夜、お母さんオオカミが食べ物を探しに出掛けているうちに、巣穴の外に出た、4ひきの子どもたち。背の高いもみの木、輝く湖、小さい生き物…。初めて森の中を冒険するオオカミの子どもたちの様子を描く、楽しい絵本。

YA 詩人になりたいわたしX

エリザベス・アセヴェド／作
田中 亜希子／訳（小学館）



ハーレムで暮らす15歳の少女・シオマラは、厳しい母親に猛反発していたが、高校のポエトリー・スラム部で詩のパフォーマンスを知り、自己表現の世界にのめり込んでいく。全編を詩で描く、家族と恋と友情の物語。

*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

六ヶ所原燃警備(株)が図書36冊を寄贈

六ヶ所原燃警備株式会社（大澤隆夫社長）が1月29日、村へ図書36冊を寄贈しました。寄贈いただいた図書は、村民図書館の蔵書として使用させていただきます。

同社からの図書の寄贈は、平成30年度から行われ、今回の36冊を合わせて計159冊となりました。

《これまでの図書の寄贈実績》令和3年1月末時点

平成30年度	45冊
平成31年度	42冊
令和2年度	72冊（8月に36冊、今回36冊寄贈）



▼今回寄贈いただいた図書の一部

ろっか食堂



調理時間
20分

つぶさないからラクチン！ ツナポテトサラダ

じゃがいもには**ビタミンC**が含まれているため、**風邪やインフルエンザなどの感染症予防が期待できます。**また、**カリウムも比較的多く含まれているため、余分な塩分を排出してくれます。**さらに、**角切りにすることで噛みごたえが増し、食べすぎ防止にもなりますよ。**味付けの**マヨネーズのコクで、減塩も狙うことができます！**

《一人分の栄養価》

エネルギー 94kcal、タンパク質 2.8g
脂質 5.5g、塩分 0.35g、食物繊維 1g

■材料【4人分】 ★=六ヶ所産

- じゃがいも …150g ★
- 人参 …40g ★
- きゅうり …60g ★
- ツナ（水煮） …50g
- マヨネーズ …30g
- 塩 …ひとつまみ
- こしょう …少々

■作り方

- 1 じゃがいもは角切り、人参は千切りにし、ゆでて冷やしておく。
- 2 きゅうりは薄めの輪切りにして塩もみをし、しんなりさせる。（塩は分量外）
- 3 ツナは水気をきっておく。
- 4 材料を和えて完成。

👉ここがポイント👈

一般的なポテトサラダは、じゃがいもをゆでてからつぶして…と手間が掛かりますが、今回はつぶさずに和えてください！

食のコラム

▶▶▶ 給食センターで使っている機械～ごはん編～

給食では週に4回、主食にごはんが出ます。そのごはんも給食センターで炊いています！炊飯機はどの家庭にもあると思いますが、給食センターの炊飯機はとにかく大きい！ その炊飯機を使って1釜あたり7kgの白米を10釜分炊飯しています。（ちなみに一升で1.5kg）給食センターでは、六ヶ所村産のまっしぐらを毎回使用し、おいしいごはんを子どもたちに届けています。



▼給食センターの炊飯器
1つの釜で7kgの白米を炊きます

今月号の 担当者



学校給食センター
栄養教諭 中田寛子さん

六ヶ所村に来て4年が過ぎようとしていますが、今年程、六ヶ所村の洗礼を受けた年はありません…。「ホワイトアウトのときはハザードをつけて運転する」ということは六ヶ所村に来てから学びました。