

広報 さんのへ みんなでちからをあわせる11ひきのねこのまち

SANNOHE

2024

4

No.752

祝 いきいき百歳体操 10周年!!

～生涯現役! 体操で 心と体を元気に～



スポーツ賞表彰 (受賞者敬称略・順不同)



スポーツ賞受賞者の皆さん

●戸田 光来 (福岡高3年)

第75回岩手県高等学校総合体育大会 (2部:定通制) 陸上競技 男子2部 100m第2位、男子2部走幅跳 第1位、第58回全国高等学校定時制通信制陸上競技大会 男子100m走幅跳 出場

●川口 桜 (福岡高3年)

第75回岩手県高等学校総合体育大会 柔道競技 女子個人70kg級 第2位

●藤村 麻超 (八戸学院光星高3年)

第76回青森県高等学校総合体育大会 レスリング競技会 男子フリースタイル125kg級 第1位、第70回全国高等学校レスリング選手権大会 男子個人対抗戦125kg級 出場、特別国民体育大会 レスリング競技青森県予選会少年男子フリースタイル125kg級 第1位、少年男子グレコローマンスタイル125kg級 第1位、特別国民体育大会レスリング競技 少年男子グレコローマンスタイル125kg級 出場

●田中 壮一郎 (八戸工業高2年)

特別国民体育大会自転車競技 少年男子個人ロードレース 出場

～スポーツ奨励賞～

●三戸町相撲教室 (加藤 永愛、下村 士門、舘 隆真、前川 裕惺、佐藤 歩夢、下村 心)

第42回東北学童相撲大会 団体戦 優勝

●Baton Team Fluorites

(岩間 唯、松原 姫和、中堤 結月、武士澤 一楓)

第46回マーチングバンド・バトントワーリング青森県大会バトントワーリング一般部門U-12バトン編成の部 優秀賞、第52回マーチングバンド・バトントワーリング東北大会 バトントワーリング一般部門U-12バトン編成の部 銀賞

●熊林 瑛結 (三戸小6年)

第31回青森県民駅伝競走大会 第3区 (小学生

女子) 町の部 区間賞

●松原 姫和 (三戸小6年)

第5回全日本バトントワーリングジュニア選手権東北支部大会 ダンストワールU-12部門 第8位

●下村 士門 (三戸小5年)

第38回わんぱく相撲全国大会 個人戦 5年生の部 第3位

●中堤 結月、武士澤 一楓 (三戸小3年)

第5回全日本バトントワーリングジュニア選手権青森県大会ペアU-12部門 第3位、第5回全日本バトントワーリングジュニア選手権 東北支部大会ペアU-12部門 第8位

●和田 宗 (三戸小1年)

第23回全日本少年少女空手道選手権大会 青森県予選会 組手競技の部 小学1年男子 第2位、第23回全日本少年少女空手道選手権大会 組手競技の部 小学1年男子 出場

●佐藤 俊介 (三戸中9年)

第74回青森県中学校体育大会夏季大会 柔道競技 男子個人90kg級 第3位

●上田 千聖 (三戸中9年)

第74回青森県中学校体育大会 冬季スケート・アイスホッケー競技大会 スピードスケート競技女子500m第1位、女子1000m第1位、令和5年度東北中学校体育大会 第45回東北中学校スケート・アイスホッケー大会 スピードスケート競技 女子500m第1位、女子1000m第2位、第78回国民スポーツ大会冬季大会 スケート競技 少年女子2000mリレー第3位、第44回全国中学校スケート大会 女子500m、1000m出場

●田中 里歩 (三戸中7年)

JOCジュニアオリンピックカップ 2023年全日本卓球選手権大会 カデットの部青森県予選会 第2位、JOCジュニアオリンピックカップ 2023年全日本卓球選手権大会 カデットの部 出場

令和5年度 三戸町文化賞



文化賞受賞者の皆さん

今年度は、4 団体、個人 32 人の皆さんが三戸町文化賞・スポーツ賞を受賞しました。

～文化賞～

●青木 心咲、榊 涼菜（八戸北高3年）

第 65 回青森県吹奏楽コンクール高等学校の部 金賞、第 66 回東北吹奏楽コンクール高等学校の部 銅賞

●小野 雅登、佐々木 優衣、鹿川 りを（三戸高3年）

第 70 回全国高等学校ビジネス計算競技大会青森県予選会 電卓競技の部 団体競技 第 2 位

●赤垣 俐翔、梅田 昊典（名久井農業高2年）

第 74 回青森県学校農業クラブ連盟大会 プロジェクト発表会 分野Ⅱ類 最優秀賞、第 74 回日本学校農業クラブ東北連盟大会 プロジェクト発表会 分野Ⅱ類 優秀賞

●坂本 彩音（八戸聖ウルスラ学院高1年）

第 65 回青森県吹奏楽コンクール 高等学校小編成の部 金賞、第 66 回東北吹奏楽コンクール 高等学校小編成の部 銀賞

●高田 悠央（八戸工業高等専門学校1年）

青森県高校囲碁選手権大会兼第 47 回全国高校囲碁選手権大会県予選 個人男子 A クラス 第 2 位、第 47 回全国高校囲碁選手権大会 出場

～文化奨励賞～

●山田 悠平（三戸小5年）

令和 5 年度「心の輪を広げる体験作文」小学生の部 最優秀賞

●山田 和幸（三戸小4年）

令和 5 年度「障害者週間のポスター」小学生の部 最優秀賞

●山田 成一郎（三戸小1年）

令和 5 年度「心の輪を広げる体験作文」小学生の部 優秀賞

●三戸中学校吹奏楽部サクソフォン三重奏

（白坂 心菜、一ノ渡 玲、佐藤 彩葉）

第 48 回青森県アンサンブルコンテスト 中学生の部 金賞

●田中 花奈（三戸中7年）

第 19 回青森県管楽器ソロコンテスト 中学生の部 金賞

～スポーツ功労賞～

●尾下 正仁（三戸町朝野球協会）

平成 20 年に三戸町朝野球協会理事に就任、令和 5 年から協会副会長として当町の朝野球競技の普及・振興に貢献された。

～スポーツ賞～

●三戸町ボウリング協会

（大平 茂、越後 和光、鷹巣 正人、三浦 正次）

第 76 回市町村対抗青森県民体育大会ボウリング競技 町村の部団体戦 準優勝、町村総合の部 優勝

●大平 茂（三戸町ボウリング協会）

第 76 回市町村対抗青森県民体育大会 ボウリング競技 町村の部個人戦 第 1 位

●関根 美空（弘前大学2年）

三笠宮賜杯全日本学生選手権大会 ソフトテニス競技 女子ダブルス 出場

●齋藤 駿（八戸工業大学第一高3年）

第 70 回春季東北地区高等学校野球青森県大会 優勝

●溝口 真乃介（八戸工業大学第一高3年）

第 76 回青森県高等学校総合体育大会 バスケットボール競技 準優勝

●野里 海斗（福岡高3年）

第 75 回岩手県高等学校総合体育大会（2 部：定通制）陸上競技 男子 2 部 100 m 第 1 位、男子 2 部走幅跳 第 2 位

2/6 補助労働確保に向けた研修会を開催

町の農業のあり方について学ぶ

町は、補助労働力不足解消のため、町内の農家や関係機関を招き研修会「マネジメント部会」を開催しました。研修会では、八戸学院大学の堤静子教授や特定社会保険労務士の福田和生さんを迎え、アルバイトの雇用や地域共生社会について講義を行いました。参加者は「今回の講義で学んだことを、今後の地域課題の解決に生かしていきたいです」と話しました。



研修会を受ける皆さん

2/22 いきいき百歳体操 10 周年交流会を開催

健康づくりには継続が重要！

平成 26 年 10 月に元木平地区から始まった「いきいき百歳体操」が 10 周年を迎え、ジョイワーク三戸で交流会を行いました。いきいき百歳体操は生涯現役を目的に、住民が主体となって、町内 23 地区で週 1 回行われています。



(左から) 玉川さん、松尾町長、丹野さん

交流会では、「通いの場」10 年継続団体の元木平地区と 90 歳以上いきいき百歳体操実践者である玉川ノブさん、丹野恵子さんが表彰され、松尾和彦町長から表彰状が贈られました。また、青森県在宅保健師の会の新井山洋子会長による講演が行われ「健康長寿を目指し、体操を続け、5 年後にまたお会いしましょう」と話しました。参加者は、「これからも体操を継続して、健康に過ごしていきたいです」と意気込みを話しました。

2/24 三戸土曜塾閉塾式

苦手教科を克服！

学力向上を目指す生徒に元教員などが、ボランティアで学習指導を行う、三戸土曜塾の閉塾式が中央公民館で行われました。今年度は町内の小中学生が通い、学校で習う教科のほかにまちづくりや歴史・文化など「ふるさと三戸」について学びました。閉塾式で、感想を発表した水梨真優さんは「英語が苦手だったが、授業を受ける中で自信ができました。他の教科もできることが増えて良かったです」と 1 年を振り返りました。



感想を発表する生徒

2/27 田向イネさん、100 歳迎える

長年に渡って町の商店を経営

田向イネさんが、めでたく 100 歳を迎えました。ショートステイ桜で顕彰が行われ、イネさんは松尾和彦町長から顕彰状と祝い金、記念品を受け取りました。



顕彰を受けたイネさん（中央）

イネさんは大正 13 年 2 月 25 日に田子町で生まれました。夫の専吾さんと結婚し、夫婦で田向商店（同心町）を 80 歳まで営んでいました。イネさんの家族は「松尾町長が田向商店を覚えていてくれて、うれしいです」と話し、イネさんと一緒に喜びました。

三戸町職員の給与等の概要

町職員の給与について、概要を紹介します。

1 総括

(1)人件費の状況（普通会計決算）

区 分	住民基本台帳人口 (4年度末)	歳出額 (A)	実質収支	人件費 (B)	人件費率 (B/A)	(参考)3年度の 人件費率
4年度	9,114人	7,091,425千円	310,500千円	949,161千円	13.4%	12.7%

(2)職員給与費の状況（普通会計決算）

区 分	職員数 (A)	給 与 費				一人当たり 給与費 (B/A)
		給 料	職員手当	期末・勤勉手当	計 (B)	
4年度	102人	340,384千円	62,315千円	127,555千円	530,254千円	5,199千円

⑨ 1 職員手当には退職手当を含まない 2 職員数は、令和4年4月1日現在の人数

2 職員の平均給与月額等の状況

(1)職員の平均年齢、平均給料月額および平均給与月額の状況（令和5年4月1日現在）

一般行政職

区 分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均給与月額 (国ベース)
三戸町	41.8歳	299,697円	334,795円	320,857円
国	42.4歳	322,487円	—	404,015円

(注)

- 1 平均給料月額：令和5年4月1日現在における職員の基本給の平均
- 2 平均給与月額：給料月額と毎月支払われるすべての職員手当の額を合計したもの
- 3 平均給与月額（国ベース）：比較のため国家公務員と同じベースで再計算したもの

(2)職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況（令和5年4月1日現在）

区 分		経 験 年 数			
		10年～15年未満	15年～20年未満	20年～25年未満	25年～30年未満
一般行政職	大学卒	259,985円	302,300円	339,327円	366,350円
	高校卒	229,467円	—	276,200円	328,200円
技能労務職	短大卒	212,800円	222,850円	—	—
	高校卒	—	207,700円	223,150円	—

3 職員の手当の状況（令和5年4月1日現在）

	期末手当	勤勉手当	計	
期末手当	6 月期	1.20 月	0.95 月	2.15 月
勤勉手当	12 月期	1.25 月	1.00 月	2.25 月
	計	2.45 月分	1.95 月分	4.40 月分
退職手当 (支給率)	自己都合		定年	
	勤続 20 年	19.6695 月分	24.586875 月分	
	勤続 25 年	28.0395	33.27075	
	勤続 30 年	34.7355	40.80375	
	勤続 35 年	39.7575	47.709	
	最高限度額	47.709	47.709	
扶養手当	配 偶 者	6,500 円		
	子	10,000 円		
	※満 16 歳の年度初めから満 22 歳の年度末までの子 1 人につき 5,000 円加算			
	父 母 等	6,500 円		
住居手当	借 家 （借 間） 限 度 額	27,000 円		
通勤手当	交通機関等利用者限度額	55,000 円		
	交通用具使用者限度額	46,000 円		
管理職手当	参事	35,000 円		
	課長・事務局長	30,000 円		
	その他	25,000 円		

4 特別職の報酬等の状況（令和5年4月1日現在）

区 分		給 料 月 額 等	
給 料	町 長	768,000円	
	副町長	609,000円	
	教育長	561,000円	
報 酬	議 長	284,000円	
	副議長	241,000円	
	議 員	226,000円	
期 末 手 当	町 長 副町長 教育長	6月期	1.525月
		12月期	1.575月
		計	3.10月分
	議 長 副議長 議 員	6月期	1.55月
		12月期	1.60月
		計	3.15月分
退 職 手 当	町 長 副町長 教育長	給料月額×在職月数×0.455	
		給料月額×在職月数×0.265	
		給料月額×在職月数×0.225	
		(任期ごとに支給)	

春の狂犬病 予防注射

- 注射料 3,300 円
(内訳：注射 2,750 円、
注射済票交付手数料 550 円)
- 登録料 3,000 円

犬には、法律により年 1 回の狂犬病予防注射と、一生に 1 回の登録が義務づけられています。

月日	実施時間	実施場所	月日	実施時間	実施場所
4 月 13 日 (土)	9:10 ~ 9:15	比丘尼坂三差路	4 月 20 日 (土)	9:15 ~ 9:30	沢田集会所
	9:35 ~ 9:40	別当沢・櫛館中央		9:40 ~ 9:55	豊川ほうえい会館
	9:55 ~ 10:00	大谷地三差路		10:05 ~ 10:20	JA 八戸 三戸営農センター 作業員駐車場
	10:15 ~ 10:20	大羽沢中央部		10:30 ~ 10:40	旧三戸温泉前
	10:30 ~ 10:40	14 分団屯所 (大舌)		10:50 ~ 11:05	上目時集会所
	10:55 ~ 11:00	乗上と県道 132 号の T 字路		11:15 ~ 11:20	下目時集会所
	11:20 ~ 11:25	山端中央部		11:35 ~ 11:50	雷平住宅公園
	11:35 ~ 11:40	斗内沢中央部		13:30 ~ 13:35	沢田ノ沢中央部
	11:50 ~ 11:55	松山農政会館		13:40 ~ 13:50	泉山あすなる会館
	13:30 ~ 13:35	古屋敷集会所		14:00 ~ 14:05	9 分団屯所 (遠藤)
	13:50 ~ 14:00	武士沢集会所		14:15 ~ 14:25	梅内ふれあい会館
	14:10 ~ 14:15	野月新生会館		14:35 ~ 14:45	6 分団屯所 (細谷)
	14:30 ~ 14:35	高間館三差路		14:55 ~ 15:20	役場来客用駐車場
	14:45 ~ 14:55	中堤中央部	4 月 21 日 (日)	9:20 ~ 9:35	袴田生活改善センター
4 月 14 日 (日)	15:05 ~ 15:25	斗川支所		9:50 ~ 9:55	川代集会所
	9:30 ~ 9:35	5 分団屯所 (横沢)		10:05 ~ 10:30	松原集会所
	9:50 ~ 9:55	泉集会所		10:40 ~ 10:55	久川町内会館付近
	10:05 ~ 10:10	毒久保集会所		11:05 ~ 11:20	元木平町内会館
	10:20 ~ 10:30	老久保集会所		11:35 ~ 11:40	留ヶ崎中央部
	10:40 ~ 10:50	杉沢バス停前		13:15 ~ 13:20	箸木山住宅入口
	11:00 ~ 11:10	大平集会所		13:30 ~ 13:50	旧寺牛スタンド前
	12:55 ~ 13:05	中村バス停前		14:00 ~ 14:10	旧産馬組合前
	13:15 ~ 13:20	貝守・中沢商店前		14:20 ~ 14:35	図書館付近
	13:30 ~ 13:35	猿辺支所			
	13:50 ~ 13:55	清座久保集会所			
	14:15 ~ 14:20	荒田中央部			
	14:35 ~ 14:40	蛇沼やまびこ会館			

狂犬病は、人も動物も発病するとほぼ
100%死亡するという致死率の高い病気
です。愛犬に予防注射をお願いします！



期間中はどの会場でも

予防注射と登録ができます。

- 🐾 新しく犬を飼った人、生後 3 カ月以上の子犬を飼っている人は、登録、注射を行いましょう。
- 🐾 注射は、公共の場所で行うので、犬のふんは飼い主が責任を持って処理しましょう。
- 🐾 飼い犬の死亡や譲渡があった場合は、役場住民福祉課までお知らせください。

【問い合わせ先】 三戸町役場 住民福祉課
☎ 20-1151



5

月

行事予定表



日	月	火	水	木	金	土
4/28	29 ・昭和の日 ・さんのへ春祭り (～5日) ・三戸地区消防連 絡協議会観閲式	30	5/1	2	3 ・憲法記念日	4 ・みどりの日
5 ・こどもの日	6			 2月20日(火)に町は、スターゼンプロセッサー(株)から無償提供された豚肉「こだわりのポーク」を学校給食に使い、町内の小中学校と青森県立三戸高校に提供しました。 この取組は、今回で2回目となります。		11
		 2月20日(火)から22日(木)に開催された第35回町内対抗バグゴ大会で優勝した松原町内会。	15	16	17 ・行政相談 (ふくじゅそう 13時～15時)	18 ・体育祭(三戸小中)
19	20			 3月7日(木)に明治安田生命は「地元の元気を応援」を目的として、町内の小中学校にサッカーボールを寄贈しました。	24	25 ・運動会(斗川小)
26	27 ・脳の健康度チェック (保健センター 13時30分～14時30分) ・認知症専門相談 (保健センター 9時～12時)	28 ・修学旅行 (三戸中9年)	29	30	31 ・軽自動車税、固定資産税第1期納期限	6/1

令和5年度学校保健標語

※学年は昨年度のものです。

はやおきで きょうもげんきに いってきます！

(三戸小1年 大山 優音)

薬物で 少しの悦楽 暗い未来

(三戸中9年 立本 稜真)

図書館 だより

開館時間 10:00~18:00
☎22-1731 FAX 22-1606



今月は移動図書館はお休みです。
5月から始まります、どうぞよろしく
お願いします。

今月の新刊

小説・エッセイ	作者・監修	出版社
レーエンデ国物語	多崎 礼	講談社
二人キリ	村山 由佳	集英社
ともぐい	河崎 秋子	新潮社
ノンフィクションほか		
人生フルーツサンド 自分のきげ んのつくろいかた	大平 一枝	大和書房
認知症の人にラクに伝わる言いか えフレーズ 認知症心理学の専門 家が教える	佐藤 真一	ディスカ ヴァー・トゥエ ンティワン
血管若返りで美しく! 「血流」と 「代謝」をよくする暮らし NHK あさイチ	NHK「あさイチ」 制作班	主婦と生活社
児童書		
一年一組せんせいあのね こどもの つづやきセレクション	鹿島 和夫	理論社
戦争はなぜ起こる? どうすれば防げ るのか? 歴史と国際社会のしくみか ら考えよう	染谷 果子	P H P 研究所

4月のスケジュール

- 休館日：毎週月曜日
- ※ 29日(月・振替休日)は開館。
- ※ 30日(火)は休館です。
- 図書整理休館日：25日(木)

図書の汚損に気をつけましょう

コーヒーやお茶をこぼして汚して
しまうケースが見受けられます。図
書の近くに飲み物を置く際にはご注
意ください。

一般 書

シソンヌじろうの自分探し

じろう (東奥日報社)



お笑いコンビ「シソンヌ」のじろうさんによる東奥日報連載「シソンヌじろうの自分探し」が単行本化となりました。新たに書き下ろし「お笑い僻地からお笑いの道に」を加え、じろう少年の写真も多数掲載。人気芸人にして俳優や脚本家としても活躍する、じろうさんのルーツが詰まった1冊です。

お
す
す
め
本

児童 書

おにのパンや

塚本 やすし (ポプラ社)



じごくにあるいっけんのパンや。ある日、おにたちは、えんまさまにたのまれてにんげんの世界にパンをとどけることに。おにのパンやのおあじはいかが?

のぼたん広場

子育てを
応援！

のぼたんアイドル



松原 かいと
海翔くん
(11カ月)

のぼたん広場では、子育て中の親子の皆さんを対象に、次の支援を行っています。
①交流の場の提供 ②相談・援助 ③関連情報の提供 ④講習などの実施 の4つです。
お友達づくりをしながら、リフレッシュできる広場ですので、どうぞ気軽においでください。

○開設時間：月曜日～日曜日 8:15～16:45

平日の9:00～15:00は、ゆりかごのスタッフが対応します！

○場 所：ふくじゅそう1階 のぼたん広場

4月のスケジュール

<おやこ交流 ひよこコース>

毎週木曜 10時30分～12時

[対象]: 生後2カ月～よちよち歩きまでの
お子さんを持つ親子

<おやこ交流 パンダコース>

毎週火曜 10時30分～12時

[対象]: 歩行完了～就園前のお子さんを持つ親子

<フリー day>

毎週月・水・金曜 9時～15時

[対象]: 生後2カ月～就園前のお子さんを持つ親子

<おしゃべりサロン&マタニティのママ体験>

4月17日(水) 10時30分～12時

[対象]: 生後2カ月～就園前のお子さん
を持つ親子・妊婦さん

<小学生によるのぼたん広場の利用について>

お子さんの成長過程において、小学生になると
遊びが変わってきます。小学生以上のお子さんは
利用できませんので、ご了承ください。

※2日(火)パンダコース・4日(水)ひよこコースはお休みです。

※状況によって変更になる場合があります。

のぼたん文庫 おすすめ本

「さくら」

みんながよく知る桜。桜は日本人にとっ
て一番馴染みのある木かもしれませんが、
注目されるのは咲いたときだけのよう
な気がします。それ以外の季節はどの
ように過ごしているのでしょうか？



桜の春夏秋冬を丁寧に紹介しています。

○のぼたん文庫では、絵本の貸し出しをしています（一人
3冊・2週間まで）。どうぞご利用ください。

お知らせ

木のおもちゃ体験広場

良質なおもちゃを豊富にそろえています。

■日にち 4月20日(土) 10時～13時

■場 所 ふくじゅそう3階「大会議室」

■対 象 生後2カ月～小学校低学年を持つ親子
(きょうだいがいる場合に限り、高学年も利用可)

のぼたん広場からのお願い

感染症拡大を防ぐため、利用者の皆さまには、入
室前の検温、連絡先の記入、手洗いの徹底、アルコール
消毒をお願いします。また、風邪のような症状のある
人は、利用を控えてくださるようお願いいたします。

<問い合わせ先> NPO 法人子育て支援ネットゆりかご ☎ 20-0070 E-メール: yurikago3@gmail.com

【住民税非課税世帯子ども加算給付金】 【住民税均等割課税世帯等給付金】

申請期間延長のお知らせ

申請期限を延長しました。該当する場合、期限まで申請してください。

給付金名	住民税非課税世帯子ども加算給付金	住民税均等割課税世帯等給付金
基準日など	令和5年12月1日において住民基本台帳に記録されている者	
対象世帯	世帯全員の令和5年度住民税均等割が非課税の世帯に扶養される児童がいる世帯	世帯全員の令和5年度住民税所得割が非課税の世帯（対象となる児童がいる場合、加算）
申請により 対象となる児童	①世帯主と別世帯であって、扶養される単身世帯等の児童（学校の寮で生活等） ②基準日以降、令和6年8月31日までに生まれた児童	
申請期限	令和6年9月19日(水)	



▲子ども加算給付金



▲住民税均等割課税世帯等給付金

問合せ・申請先：三戸町役場 住民福祉課 ☎ 20-1151



4月の
予定

サークルスケジュール

種 目	日 時	場 所
ラージボール	毎週火・木曜 ※ 18 日除く 【前半】 9 時～ 10 時 30 分 【後半】 10 時 30 分～ 12 時	ジョイワーク三戸
Enjoy ♪ピンポン☆	毎週月・水曜 ※ 29 日除く (19 時～ 20 時 30 分)	ジョイワーク三戸
マルチスポーツ (ネオホッケー、 バトミントンなど)	6、13 日 (18 時 30 分～ 20 時 30 分) 27 日 (18 時 30 分～ 20 時 30 分)	アップルドーム 町民体育館

●みんなでパソコン (会員限定)

毎週木曜

(19 時～ 20 時 30 分)

※教室

対 象：小学生以上

会 場：ジョイワーク三戸

料 金：会員 1,100 円、会員以外 1,600 円

【30 分料金半額】

準備物：ノートパソコン

令和 6 年度クラブ 会員を募集します！

令和 6 年度のクラブ会員やスポーツ指導者 (有資格者)、運営スタッフ、賛助会員 (企業、団体、個人問わず) も募集します。

教室スケジュール

種 目	日 時	場 所
楽笑ストレッチ	毎週月曜 ※ 29 日除く (13 時 30 分～ 15 時)	ジョイワーク三戸
かんたん筋トレ	毎週水・金曜 (10 時～ 11 時 30 分)	ジョイワーク三戸

※「教室」は参加料が必要 (クラブ会員 550 円、会員以外 1,100 円)

※サークルおよび教室、スクールの体験は自由にできますが、1 回までとさせていただきます。

問い
合わせ先

(一社) さんのへスポーツクラブ Enjoy クラブハウス (ジョイワーク三戸内)

TEL・FAX 22-2503

HPアドレス <http://ssce.web.fc2.com/index.html>

E メール s.sports-club.enjoy@bell.ocn.ne.jp

会員募集中



おうちで作れる

第 24 弾

三戸の郷土料理

◆今月の献立は… タラの芽の天ぷら

☆作り方☆

- ①タラの芽の袴を手でむきとり、固い部分や茶色く変色した部分は包丁で切り取る。
- ②小麦粉と片栗粉に水を加え、粗く箸で混ぜ合わせる。
- ③②にタラの芽を 1 本ずつ入れて衣をつけた後、余分な衣を落とす。
- ④ 180℃の揚げ油で、約 1 分半ほど揚げる。

【天つゆ】

- ①鍋に酒とみりん、醤油、水を入れて煮立たせる。
 - ②かつお節を入れ 2～3 分おいて、火を消す。
 - ③布巾かキッチンペーパーなどでこす。
- ※天つゆに、お好みで、大根おろしやおろし生姜を入れると美味しくいただけます。



骨粗鬆症予防にはカルシウム+たんぱく質+ビタミン D そして運動！

①カルシウム：骨の材料になる

牛乳 (カルシウム量も吸収もナンバー 1)、乳製品、魚介類、豆・豆製品、野菜、海藻類

②たんぱく質：カルシウムの吸収を助け、骨の質を高めるコラーゲンの素になる

肉・魚・卵・大豆製品

③ビタミン D：カルシウムの吸収を助けてくれる

さけ、めかじき、うなぎ、ほんまぐろ、サンマ、さば、いわし、しらす干し、干しいたけ
また、日に当たると体の中で、ビタミン D が作られます。

お知らせ

三戸風力発電事業環境影響評価 方法書の縦覧および説明会開催

問 日本風力エネルギー株式会社
☎ 03-6452-9777

「(仮称) 三戸風力発電事業」について、環境影響評価の調査、予測および評価の手法をとりまとめた「環境影響評価方法書」を以下のとおり縦覧するとともに、説明会を開催します。

■対象事業実施区域

三戸町および新郷村

■縦覧場所

三戸町役場 まちづくり推進課、斗川支所、猿辺支所

■縦覧期間

3月29日(金)～4月30日(火)
(8時15分～17時。土・日・祝日を除く)

■意見書受付期間

3月29日(金)～5月14日(火)

※環境の保全の見地からのご意見をお持ちの人は、書面に住所・氏名・意見をご記入のうえ、意見書受付期間終了日までに、縦覧場所に備え付けの意見書箱にご投函ください。

■説明会(開催日時、会場)

4月11日(木)18時30分～、
杉沢ふるさと会館

インターネットによる公表▶



お知らせ

4月から相続登記の 申請が義務化されます

問 青森地方法務局登記部門 ☎ 017-776-6231
(音声案内2番)

4月1日から、土地・建物を相続した場合に法務局に相続登記(相続人へ名義変更の登記)を申請することが、法律で義務化されます。

4月以前に相続した土地・建物であっても、相続登記未了の場合は義務化の対象となり、正当な理由なく義務を怠った場合には10万円以下の過料の対象となることから、住民の皆さまにも広く影響のある新制度となります。

詳しくは、右記QRコードから、法務省のホームページをご覧ください。



お知らせ

青森県地域別・特定最低賃金改定

問 青森労働局労働基準部賃金室 ☎ 017-734-4114

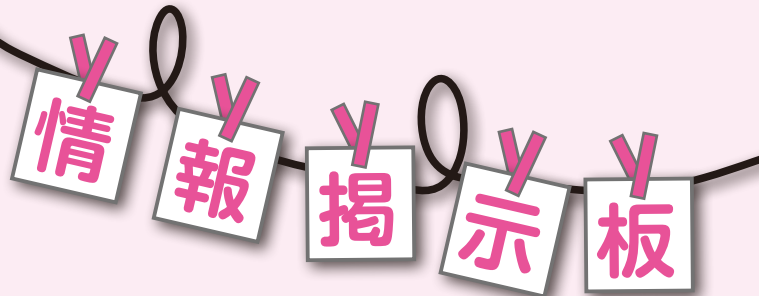
【効力発生日】令和5年12月21日

- (1)各種商品小売業 時間額 **921円** (改定前 882円)
- (2)自動車小売業 時間額 **923円** (改定前 919円)

【効力発生日】令和6年1月19日

- (1)鉄鋼業 時間額 **992円** (改定前 958円)
- (2)電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業 時間額 **927円** (改定前 888円)

なお、県内で働くすべての労働者および使用者に適用される「青森県最低賃金」は、令和5年10月7日から、時間額 **898円** に改定されています。



税金

納税相談・収納業務の時間延長

問 三戸町役場 税務課 ☎ 20-1118

■日時 4月26日(金)・30日(火) 午後5時～午後7時

■場所 三戸町役場1階 税務課

- ・納期限を過ぎると、法令に基づき督促手数料や延滞金が課せられる場合があります。まだ納付していない税金がありましたら、お早めに納付してください。
- ・税金を未納のままにしておくと、差し押さえなどの滞納処分を受けることがあります。納税が困難な時は、お早めにご相談ください。

便利な振替納税をしましょう

町税は口座振替(通帳自動引き落とし)ができます。希望する人は、三戸町役場税務課または各金融機関窓口へお問い合わせください。

■手続きに必要な物 通帳、お届けの印鑑

空き家の実態調査を実施

町では空き家の実態を把握するため、調査員(職員若しくは委託事業者)が町内全域を巡回調査します。

■対象 町内全域の空き家と思われる住宅や店舗など

■期間 令和6年4月から令和6年12月まで

■内容 外観調査や写真撮影、所有者調査

※調査員がみだりに敷地内に立ち入ることはありません。

※調査員は、調査員証を掲示しており、金銭の要求や物品の販売を行うことは一切ありません。

お知らせ

小説家・高森美由紀さんの トークイベントを開催します

問 八戸ブックセンター ☎ 0178-20-8368

三戸町在住の小説家・高森美由紀さんとともに、八戸ブックセンターでは、これまでさまざまなイベントを行ってきました。このたび、三戸町の小山田煎餅店を取材して書いた『小田くん家は南部煎餅店』(徳間書店)の刊行記念トークイベントを開催します。南部せんべいを描いた物語の制作秘話を、桜を見ながらお楽しみください。

■ゲスト

高森美由紀さん(小説家)

■日時

4月21日(日)13時～

■場所

国史跡三戸城跡城山公園内 祥鷹閣

※詳しくは、八戸ブックセンターにお問合せください

相談

認知症専門相談

問 三戸町役場 健康推進課 ☎ 20-1153

「もの忘れが気になる」「今までできていたことが上手くできない」など不安をお持ちの人は一度相談をしてみたいかがでしょうか？

■日時 4月22日(月) 午前9時から12時まで

■場所 保健センター集団指導室

※事前に電話での予約をお願いします。

お知らせ

後期高齢者医療被保険者の人へ

問 三戸町役場 健康推進課 ☎ 20-1153

■振込口座の変更届出について

高額療養費などの給付申請の際に届出した振込口座に変更（解約・金融機関の統廃合など）があったときは、必ず役場健康推進課へ届出してください。

届出がないとき振り込みができなくなりますので、お早めの届出をお願いします。

消防

火を消して 不安を消して つなぐ未来

問 三戸消防署 ☎ 22-1140

尊い生命や財産を守ることを目的として、4月8日(月)～14日(日)に「春の火災予防運動」が行われます。

春は特に火災の発生しやすい時期となるため、火の取扱いには次のことに注意しましょう。

■4つの習慣

- ①寝たばこは絶対にしない、させない。
- ②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
- ③こんろを使うときは火のそばを離れない。
- ④コンセント周りを清掃し、不必要なプラグは抜く。

■6つの対策

- ①火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろなどは安全装置の付いた機器を使用する。
- ②火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
- ③火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは、防災品を使用する。
- ④火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておく。
- ⑤お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
- ⑥防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。

お知らせ

能登半島地震災害義援金について

問 日本赤十字社青森県支部 三戸町分區 ☎ 20-1151

令和6年1月1日に能登地方で発生した地震により被害に遭われた人たちへの義援金を募集するため、町内3カ所に募金箱を設置します。皆さまからご協力いただいた義援金は、日本赤十字社からの災害義援金として被災者の支援金に役立てられます。

■設置場所

役場1階会計課窓口前、斗川支所、猿辺支所

■受付時間

8時15分から17時まで（土・日・祝日を除く）

■募集期間

令和6年12月27日(金)まで

※役場職員がご自宅に義援金のお願いに伺ったり、電話でお願いしたりすることはありません。詐欺などには十分ご注意ください。

お知らせ

マイナンバーカードの保有状況

三戸町役場 住民福祉課 ☎ 20-1151

	三戸町	青森県	全国
保有枚数	7,037	907,689	91,885,505
人口(人)	9,172	1,225,497	125,416,877
保有枚数率(%)	76.7	74.1	73.3

※保有枚数は、令和6年2月末現在

※人口は、令和6年1月2日現在

・・・以下は、有料広告です。

普通肥料（汚泥肥料）生第85798号（肥料取締法に基づく登録）

性状：粉 / 肥料成分：窒素1.6% リン：3.5% カリ：1.6%

安全でよく育つ肥料 使ってみませんか？

アースライフ

肥料価格（配達料込）※税込価格です

4t車 ￥4,400 10t車 ￥11,000

必要量は相談に応じます ☎ 0176-22-2061

（担当：畠山）

にんにく 1反-3t / 長芋 1反-2t / 葉もの 1反-1t / 田んぼ 1反-0.3t



県南環境保全センター(株) 十和田市大字三本木字野崎 40-370

※町では、財源確保などのため広告を掲載しています。なお、掲載する広告は、三戸町が推奨するものではなく、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。

※広告掲載の申込みなどについては、三戸町役場まちづくり推進課まで ☎ 20-1117

消費生活情報 No.42

クリーニングによるトラブルに注意!

- ▶ジャンパーを7カ月前にクリーニングに出し、すぐ引き取ったが、状態を確認せずクローゼットにしまった。
- ▶先月着ようとしたら、ジッパーの布地が引きつって着られる状態ではなかった。
- ▶店に伝えると「6カ月前の苦情を言われても、クリーニング時の問題か分からないから対応できない」と言われた。

<ひとこと助言>

☆クリーニングに出す際と受け取る際、店舗側と状態をよく確認しましょう。

消費者ホットライン ☎188 (局番なし)

お近くの消費生活センターにつながります。

三戸町相談窓口紹介ネットワーク
三戸町役場まちづくり推進課 ☎20-1117

ふるさと納税 寄附者からのメッセージ

- ◆ おいしいリンゴをいつもありがとうございます。
(徳島県)
- ◆ 馬場のぼる先生と11ぴきのねこの大ファンです。
まちづくりに役立ててください。
(大阪府)
- ◆ 三戸城の桜をいつか見に行ってみたいです。
(石川県)

「ふるさとチョイス三戸町ページ」で、寄附者の皆さんからのメッセージをたくさん紹介しております。

ふるさとチョイス 三戸町

Q 検索



全国の皆さま、応援ありがとうございます!

編集ノート

4月に入り、新学期や就職、人事異動など、環境が大きく変わる人もいると思います。疲れたときには一呼吸置き、無理せず過ごしましょう。

三戸町文化賞・スポーツ賞表彰受賞者の皆さん、本当におめでとございます。皆さんの中には、一流選手として活躍することを目指している人もいます。この先も夢に向かって頑張る皆さんの姿を応援していきたいと思っています。

(疲れたときは 温泉が一番!の境澤)

税金

あおりふるさと寄附金について

問 三八地域県民局県税部 課税第二課
☎0178-27-5111

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みなさまの思いにお応えするもので、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、現在お住まいの自治体の住民税(県民税・市町村民税)から、寄附金額に応じて一定額を控除するものです。

青森県では、1万3千円以上のご寄附をいただいた県外在住の方を対象に、青森県産品をお送りしています。県内外問わず、「青森県を応援したい!」とお考えのご親族・ご友人の方々にも、ぜひご紹介ください。青森県への寄附のお申し出など、詳しくはインターネットから「あおりふるさと寄附金」でご検索ください。

税金

給与支払者向け定額減税説明会開催

問 八戸税務署 ☎0178-43-0145

給与支払者向けの説明会を次の日程により開催します。

開催日	時間	開始場所
4月11日	11時~12時	八戸市公民館
	14時~15時	
4月16日	10時30分~11時30分	南部町立町民ホール 「楽々ホール」
	13時30分~14時30分	
5月14日	10時30分~11時30分	五戸町立公民館大ホール
	13時30分~14時30分	

事前申込制で開催しています。参加をご希望の場合は、右記QRコードから国税庁LINE公式アカウントから事前申込をお願いいたします。

※各開催で、定員に限りがあります。



自衛隊

八戸駐屯地創立68周年記念行事

陸上自衛隊八戸駐屯地司令業務室広報班
☎0178-28-3111 (内線2061)

陸上自衛隊八戸駐屯地創立68周年記念行事が行われます。

■日時 4月13日(土) 8時30分から15時まで

■場所 陸上自衛隊八戸駐屯地

■内容

記念式典、各種訓練展示、航空機の展示飛行、子供が楽しめるちびっ子広場、野売店、体験搭乗

■その他

○入場料無料・駐車場完備

○中止のお知らせは、ホームページおよび正門前看板にてお知らせします。

○詳しくは右記ホームページをご覧ください。





たっこ王子 ▶
(田子町)



三町食べ歩き スタンプラリー

抽選会 が開催されました！

なべまる ▶
(南部町)



◀ 11 ぴきのねこ
(三戸町)



三戸町、南部町、田子町の3町の飲食店59店舗が参加した「三町食べ歩きスタンプラリー」の賞品抽選会が、南部町いちょうホールで開催されました。抽選会では、延べ1,903人の中から、3町長がそれぞれ13人ずつ抽選を行い、参加者39人に農産物や加工品など地元の特産品詰め合わせが当選しました。

「三町食べ歩きスタンプラリー」は飲食店の経営持続化と地域経済活性化の一助となることを目的に令和5年7月14日～令和6年1月31日に実施しました。三町の参加店を利用し、各町2個ずつ計6個のスタンプをためると1,000円分の飲食クーポンとして使用することができ、さらに特産品詰め合わせの当選チャンスがあります。



三町の特産品詰め合わせを紹介。(左から) 工藤祐直南部町長、松尾和彦三戸町長、山本晴美田子町長 ▶

明るく住みよい町をつくるため 町内会 に加入しましょう！

町内会の主な活動

町内会は、地域の皆さんが交流や親睦を図りながら、安全で安心して暮らせるように、日頃からさまざまな活動をしています。自分たちが住む地域のことを考え、協力して、助け合い、明るく住みよい地域をつくるため、町内会に加入し、活動に参加しましょう。

【環境美化・保全活動】



花植えや清掃活動、ごみ集積所の管理など

【地域の交流】



お祭りや運動会、町内対抗などのスポーツ大会に参加

【防犯活動】



暗い夜道を照らす防犯灯の管理など

【情報提供】



町からのお知らせや広報誌などのお届け

【地域の支え合い】



子ども向けのレクリエーションや介護予防の「いきいき百歳体操」などの実施

問 三戸町町内会連合会事務局 (三戸町役場まちづくり推進課内) ☎ 20-1117

S N S で町からの情報をお届けします。
フォローや友だち追加、お願いします。



X (旧 Twitter)



LINE



Instagram