

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

2021
12
No.724



仲間とのつながりが
地域の **チカラ** になる

特集 (2～3 ページ)

蛇沼地区の 2 つの力

「蛇沼集落協定」「蛇沼地区環境資源保全隊」

2つの力

蛇沼集落協定



蛇沼集落協定のメンバー（ニジマスの養魚池前）

みその製造

蛇沼集落協定（岩間雅晴代表）は、地域の農家で作られた15人の団体です。
国の制度「中山間直接支払制度」を活用して活動しています。

メンバーは、蛇沼地区で栽培された自慢の米や大豆を三戸町農産物加工センターで加工し、みそ用糀を製造しました。その後、糀を使った無添加みそを製造。協定のメンバーが自家消費するほか、地域住民に販売しました。



無添加みその製造

魚類の保護活動

ニジマスの養殖にも取り組んでいます。ニジマスは、養殖して約3年経つと、約50〜60センチメートル程に大きく成長します。

今年度は、養魚池の改修工事や、鳥よけ用のネット張り、池周りの草刈りを実施しました。加えて、養魚部の佐々木謙蔵部長が、ニジマスの調子や水質を確認するため、毎朝池の見回りを行いました。

佐々木部長は「昨年度の少ない積雪量が影響して、養魚池に使っている湧き水が溜まらず大変でした。しかし、地域の皆さんの協力もあり、



ニジマスの稚魚を放流

中山間直接支払制度を

活用している組織は？

三戸町では、貝守集落、中村集落など28の集落で活用しています。ドローンやラジコンヘリを使用する薬剤散布や花壇の整備事業に活用しています。



ニジマスの養魚池を整備

池の水は復活し、元気なニジマスを育てることができました。地域住民同士のつながりの大切さを改めて感じました」と、今年度の取り組みについて振り返りました。



刈り払い機の講習を受ける蛇沼環境資源保全隊のメンバー

景観形成活動

蛇沼地区環境資源保全隊（岩間雅晴代表）は、農家を中心とする20人の団体です。

国の制度「多面的機能支払交付金制度」を活用して活動しています。

農用地・水路・農道の景観形成活動や、水質保全活動などの共同活動を積極的に行っています。

植栽しているカキツバタの刈り取りや、ルピナスの刈り取り作業などを実施しています。

今年度は、共同作業における事故が全国で多発していたため、蛇沼小学校跡地でチェーンソー取り扱いの講習を受けました。



蛇沼地区のカキツバタロード

ホタルの保護活動

ホタルの保護・保全のため、ホタルの里やビオトープ、排水路の草刈りなどを行っています。

岩間代表は「これまでの活動が実を結び、里のホタルが年々増えてきました。それだけでなく、最近ホタルが見られなかった住宅街でも見られるようになり、大変嬉しく思っています。これから活動を続け、今まで以上にホタルでにぎわう集落にしていきたい」と、今後の活動に対して意欲を見せました。



里のホタル



ビオトープの環境保全

水質保全活動

農業用雑用水、井戸タンクの清掃活動を行っています。

井戸タンクの水は、集落自慢の宝だといいます。



井戸タンクの清掃活動

多面的機能支払交付金制度を活用している組織は？

三戸町では、泉山りんごの会、上目時環境保全会、杉沢地区資源保全会、泉地区資源保全会、葛子平資源保全会、下田地区資源保全会、清座久保資源保全会、蛇沼地区環境資源保全会の8つの活動組織で多面的機能支払交付金制度を活用しています。

『認知症は **早期発見** と **早期治療** が大事』

三戸中央病院メンタルヘルス科 非常勤医師
医療法人青仁会青南病院 病院長
はちのへ認知症疾患医療センター センター長



ふかさわ たかし
深澤 隆 先生

2025年には、65歳以上高齢者の約5人に1人が認知症になり、認知症予備軍の数も合わせると、65歳以上高齢者の約4人に1人が認知症またはその予備軍になると言われています。認知症は、誰にでも、どこに家族にも起こりうる身近な病気です。人生100年時代を元気で健康に過ごすために、認知症への理解を深めましょう。

認知症とは

人間の活動を制御している脳が、さまざまな病気によって働きが障害されることで記憶力や判断力が低下し、日常生活に支障が出る状態です。75歳～79歳では8人に1人が認知症を発症しますが、年代が上がると患者の割合は増え、90歳以上では2人に1人が発症します。

認知症の症状

症状は、原因によって経過や現れ方、その治療法や対応も異なりますが、大きく3つに分けられます。また、認知症の進行や生活環境、体の病気や体調によって変化します。

◆中核症状

脳の細胞が病気で働かなくなることで、直接的に起こる症状を言います。記憶障害（覚えられない、すぐに忘れる）、見当識障害（時間の感覚が薄れる、道に迷う、周囲の人との関係がわからない）、理解・判断力の低下（筋道を立てて物事が考えられなくなる）、実行機能の低下（これまで出来ていた行動ができなくなる）などが代表的な症状です。

◆行動心理症状

中核症状によって引き起こされる症状で、幻覚、妄想、うつ、不安などの心理症状と徘徊、暴言・暴力、社会的に不適切な行動、興奮、拒絶などの行動症状があります。その人の性格や環境、心理状態、人間関係などが絡み合っているため、症状は人それぞれ異なり、接し方や日時によっても大きな差があります。

◆その他の身体症状

原因となる病気によって違いはありますが、さまざまな症状が体にも現れます。動作や歩行が遅くなる、便秘が悪化する、臭いに鈍感になるなどの症状が初期から現れることがあります。

診断と治療

現在は、以前に比べると症状の軽い段階でも認知症と診断され、治療を始められるようになってきました。より早期から適切な対応や治療を始めて進行を抑制することで、良好な状態を保つことができます。原因によって、治療や手術などで症状が改善する認知症もあるため、いつもと異なる症状や日常生活での変化が見られたら、早めに医療機関を受診しましょう。

介護サービスの活用

早期から適切な介護サービスを利用することで、認知症の進行を予防し、症状を和らげられる可能性があります。また、本人の苦痛や家族の介護負担の軽減、専門家から具体的なアドバイスやさまざまな援助を受けることができます。

日常生活で困っていることや悩みなどを、介護スタッフへ気軽に相談してみましょう。

早期発見のメリット

早期に診断を受けて治療を始めることで、本人が変化に戸惑う期間を短くでき、その後の暮らしに備えるために、自分で判断したり家族と相談したりできます。また、家族が適切な介護方法や支援サービスに関する情報を早期から手に入れ、早い段階から認知症との向き合い方を学ぶことで、日常生活への対応や将来への不安に備えることもできます。

早期発見のポイント

「年をとったから仕方ない」「元々の性格だろう」と考えていると、対応が遅れて症状が進行してしまいます。ここで、認知症の可能性を考える手がかりを紹介します。これらの項目に該当するからといって必ず認知症であるとは限りませんが、該当する項目が複数ある場合は要注意です。自分でこれらの初期症状を確認し、家族にも確認してもらいましょう。

認知症早期発見チェックリスト

もの忘れがひどい		人柄が変わる	
	電話を今切ったばかりなのに、相手の名前を忘れる		少しのことで怒りっぽくなった
	同じことを何度も言う・聞く・する		周りへの気づかいが無くなり、頑固になった
	しまい忘れや置き忘れが増え、いつも探し物をしている		自分の失敗を人のせいにする
	財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う		「最近、ようすがおかしい」と周囲から言われた
判断力・推理力が衰える		不安感が強い	
	料理・片付け・計算・運転などの失敗が多くなった		ひとりになると、怖がったり寂しがったりする
	新しいことが覚えられない		外出時、持ち物を何度も確かめる
	話のつじつまが合わない		「頭が変になった」と本人が訴える
	テレビ番組の内容が理解できなくなった	意欲がなくなる	
時間・場所がわからない			下着を替えず、身だしなみを気にしなくなった
	約束の日時や場所を間違えるようになった		趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
	慣れた道でも迷うことがある		ふさぎ込んでなにをするのも面倒がり、拒む

『「公益社団法人認知症の人と家族の会」のホームページより一部改変・引用』

どこに相談したらいいの？

認知症の診療を専門とする診療科を受診すると良いですが、まずは、かかりつけの医師やスタッフに相談しましょう。その後、必要に応じて専門の医療機関を紹介してもらいましょう。かかりつけの医療機関がない場合やどこを受診すれば良いかわからない場合、認知症が疑われるご本人が受診を拒む場合は、地域包括支援センターや認知症の人と家族の会、認知症疾患医療センターなどに相談しましょう。

深澤先生からの アドバイス

今回は、認知症の特徴や早期発見のポイントについて紹介しました。約6年間、メンタルヘルス科で多くの認知症の患者さんを診察してきましたが、認知症の症状がだいが進行してから初めて受診する方も未だに数多くいらっしゃいます。数年前から本人や家族が症状や変化に気付いていても、本人が病院に行きたがらなかったり、家族がまだ大丈夫だろうと思ったりして受診が遅くなるようです。最近では、コロナ禍で人との交流が減り、症状への気づきや受診がさらに遅れています。また「認知症の検査に行きましょう」と言われると、受診に抵抗を感じる人が多いようです。かかりつけ医に相談し、いつもの診察の際に簡単な検査をお願いし、その後にメンタルヘルス科を紹介してもらおうと良いでしょう。「ちょっと相談してみよう」「脳の健康診断を受けてみよう」と考え、お気軽に相談してくださいね。

1月号は『認知症の発症と進行の予防』についてご紹介します。

Zoomで

オンライン ONLINE防災チャレンジ

参加無料

- ◆日 時 12月25日(土) ※受付8時30分～
- ◆場 所 三戸町スポーツ文化福祉施設 アップルドーム
- ◆対 象 三戸町内在住者 ※小学生以下は保護者同伴
- ◆定 員 20人
- ◆受付期間 令和3年12月1日(水)～17日(金)
- ◆申込方法 右記QRコードもしくは役場総務課防災危機管理班までお問い合わせください。



▲お申込みはこちらから

◆内 容

- ① 9:00～ 段ボール間仕切り組み立て・ドローン操縦体験
- ② 10:00～ オンライン防災体験

参加ルールの説明

約5分

防災クイズ～災害が起こったらどうする？～

約15分

家にいるとき、外にいるとき、どのように行動すれば良いのか、3択クイズ！

119番シミュレーション

約10分

「火事ですか？」「消防ですか？」画面を見ながら、119番通報を体験！

東日本大震災の経験を忘れない

約20分

2011年3月11日14時46分頃。東日本大震災時の揺れを疑似体験。
家の中に「非常持ち出し袋」はありますか？

消火器の使い方を知る

約5分

消火器使用のようすを配信。いざという時、この体験が役立つ！

煙のこわさを知る

約5分

テントの中は煙でまっ白。脱出できるのか？

防災教育センターの案内

約5分

鬼教官がセンターを案内？「あどばるーん」の2人によるPR動画を配信！

消防の仕事って何？

約10分

消防学校での訓練のようすなどもご紹介。

イベントの感想

約10分

チャットでイベントの感想を書き込もう。

感想を書き込んでくれた人には
もれなく
「消防車ティッシュケース」を
プレゼント！



- ③ 11:30～ 備蓄食を活用したクリスマスケーキづくり

参加者の安心と安全のために



マスクの着用



手指の消毒



入室時の検温
(37.5度以上利用不可)



定期的な換気



受講者同士の
距離の確保

※今回のONLINE防災チャレンジは、青森県防災教育センターが実施するイベントに参加するものです。また、新型コロナウイルス感染症などの影響により中止になる場合は、電話にてご連絡します。

【問合せ先】 三戸町役場 総務課 防災危機管理班 ☎ 20-1111

三戸町財政状況

令和 3 年 4 月から令和 3 年 9 月までの町の財成状況をお知らせします。

一般会計予算額と執行割合

(一般会計：行政運営の基本的な経費を網羅して計上した会計)

歳入

収入割合
54.0%

予算額

64 億 8,134 万円

収入済額

35 億 184 万円

歳出

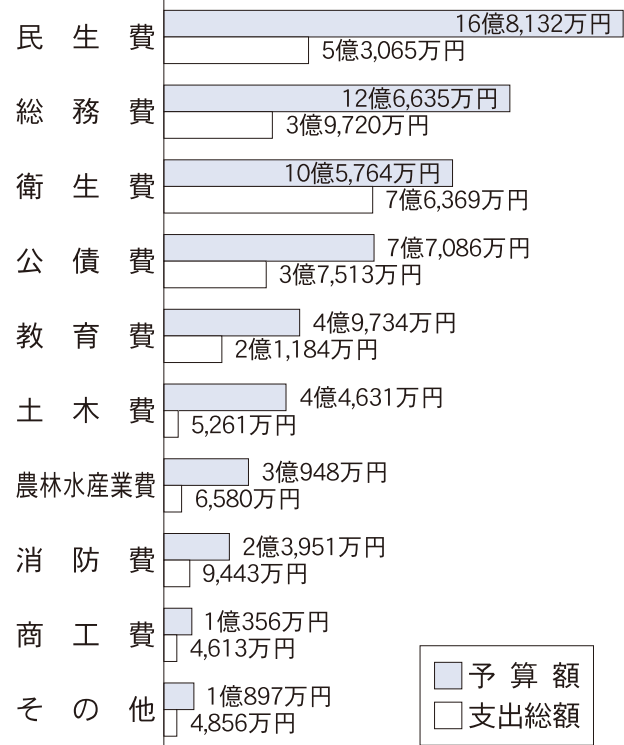
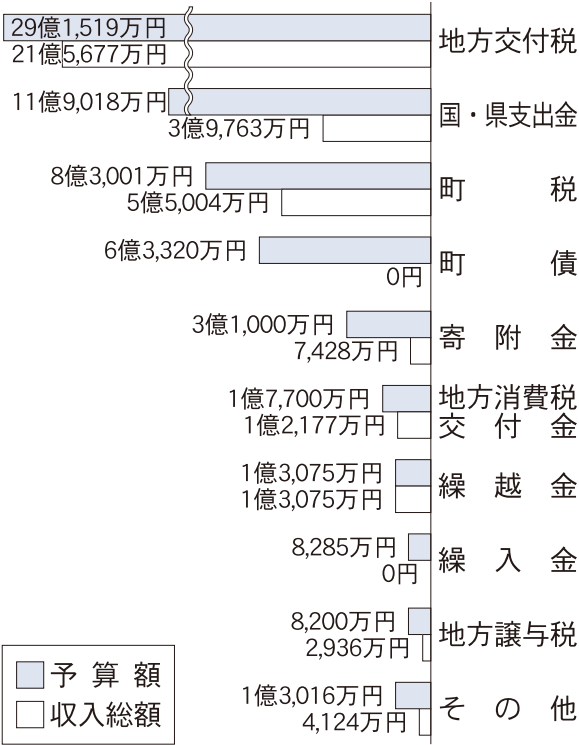
支出割合
39.9%

予算額

64 億 8,134 万円

支出済額

25 億 8,604 万円



特別会計予算額と執行割合

(特別会計：特定の事業を行う場合に、一般会計と区分する必要がある会計)

会 計 名	予 算 額	収入済額	支出済額
介護保険	17 億 9,065 万円	7 億 5,014 万円 (41.9%)	7 億 1,832 万円 (40.1%)
国 保	12 億 1,798 万円	5 億 1,849 万円 (42.6%)	5 億 1,479 万円 (42.3%)
下 水 道	2 億 2,211 万円	1,731 万円 (7.8%)	9,499 万円 (42.8%)
後期高齢者	1 億 4,002 万円	4,779 万円 (34.1%)	2,746 万円 (19.6%)
簡易水道	5,323 万円	582 万円 (10.9%)	1,792 万円 (33.7%)
学校給食	3,643 万円	1,280 万円 (35.1%)	1,324 万円 (36.3%)

会 計 名	予 算 額	収入済額	支出済額
三戸中央病院	(収入) 15 億 5,502 万円 (支出) 19 億 1,431 万円	9 億 1,528 万円 (58.9%)	7 億 9,924 万円 (41.8%)

町債残高

(町債：特に大きな事業を行うために必要な借入金)

会 計 名	金 額
一 般 会 計	58 億 7,319 万円
下 水 道	20 億 8,718 万円
三戸中央病院	19 億 9,704 万円
簡 易 水 道	1 億 5,333 万円

一時借入金残高

会 計 名	金 額
三戸中央病院	5 億円

基金残高

(基金：特定の目的のために積み立てた資産)

基 金 名	金 額
減 債 基 金	7 億 4,293 万円
財政調整基金	5 億 4,531 万円
特定 目的 基金	
地域医療特別対策基金	2 億 1,124 万円
ふるさと三戸応援基金	2 億 4,501 万円
地 域 福 祉 基 金	2 億 879 万円
教 育 振 興 基 金	4,358 万円
総合行政情報システム 円 滑 導 入 基 金	3,996 万円
過疎地域自立促進 特 別 事 業 基 金	3,514 万円
三戸町森林環境譲与税基金	1,346 万円

作文部門 最優秀作品

差別と向き合う

小中一貫三戸学園三戸中学校 八年

高室 智帆

「差別」。そう聞いても、あまり自分のことのように思うことができない人も多いのではないだろうか。実際、私もそうだった。しかし、とある出来事を経験し、差別は自分達の身近な所に潜んでいるのだと知ることができた。これを読んで、差別との向き合い方について、考えてほしい。

私には姉がいる。八才ほど離れているが、姉とはよく話すほうではあった。姉はとても頭が良い。宿題を教えてもらっていただけではなく、私が疑問に思ったことを聞いたら、私が理解するまで分かりやすく、丁寧に教えてくれたりもした。県内でもトップレベルの高校に入学し、卒業した後も、東京の大学に入学し、勉学に勤しむ姉を、私は

密かに誇りに思っていた。

姉が東京の新生活に慣れはじめた頃、突然生活は一変した。新型コロナウイルスが全世界に広がってしまったのだ。マスクの着用が義務づけられ、学校にも行けない日々が続いた。先の見えない不安のなか、私が一番不安に思っていたのは、東京に住んでいる姉のことだった。まじめな姉のことだから、不要不急の外出はしていないはず。でも、いつ、どこで感染してしまうか分からない。もし、姉が感染していたら、どうなってしまうのだろう。そんな不安がぬぐえぬまま、季節は変わり、帰省シーズンとなった。テレビのニュースを見ると、帰省を断念する人が多く、今年は姉にも、親せきにも会えずじまいかと思っていたら、「お姉ちゃん、帰ってくるって。」そう母から告げられた。うれしかった。久しぶりに姉に会える。話したいことがたくさん頭に浮かんできた。だが、母は続けていった。「お姉ちゃんが帰ってくることで、

あんまり人に言っちゃだめだよ。」「東京から来たことが広まったら、どうなるかわからないから。」と。

事件はそれだけでは終わらなかった。テレビのニュースで、東京から帰省した人が、近隣住民から嫌がらせを受けている、といった内容のものがあつたからだ。姉が帰ってくる、そう聞いて、感じていたうれしさは、一気に不安へと変わってしまった。こわかった。自分達があんな目にあってしまったら、感染してしまったら、そう考えると、姉の帰省を素直に歓迎する気にはとてもなれなかった。

姉は、帰省してすぐ、空き部屋で隔離生活を送ることになった。食事は母が部屋まで持っていく、姉はもとにも私達と顔を合わせる事ができなかった。姉の部屋から聞こえてくる物音でしか、姉の存在を確認することができない。そんな二週間だった。やがて隔離生活が終わり、少し腰を落ち着かせて、姉と会話することができ

るようになった。姉は普段と同じく、元気な様子で私に接してくれて、ホッとした。だが、私の両親は、隔離生活が終わっても、姉をあまり外には出したがらなかった。「お姉ちゃんがちゃんと家に戻ったのは分かってるんだけど……」そう話す母は、どこか悲しげな目をしていった。世の中が変わると、人もこんなに変わってしまうのかとショックを受けた。他の人からみたら「東京から来た」というレッテルが貼られ、冷たい目で見られるかもしれない。だけど、私にとつて、姉は、普段となんら変わりはない、優しい姉のままなのだ。いくら感染対策をきちんとしても、それでもなお周囲の目は冷たいままで、私は悲しくなった。

私はここで言いたいのは、こんな時期だからこそ、みんなで協力し合おうということだ。ウイルスが怖い、その気持ちはみんなが持っているものだと思う。でも、だからと言って、都市から来た人を差別して良い理由にはならない

のだ。自分達はもちろんだが、都市から来た人も、同じくらい不安を抱えている。まずは歩みよってほしい。理解してほしい。誰もがみな、危険なだけではないのだと。普段と同じように接してくれるのが、どれほど安心するか、私は身をもって実感した。それは、きつと姉も同じだったと思う。いつか、みんながマスクをとって、笑い合えるような出身地に関係なく、手を取り合えるような、そんな世の中になってほしいと、私は強く願っている。

標語部門 最優秀作品

小学生の部

小中一貫三戸学園三戸小学校 六年

北村 悠惺

友達を

助ける君の

思いやり

中学生の部

小中一貫三戸学園三戸中学校 九年

山口 桜佳

奪わないで

尊い命

笑い声

審査会のようす

10月15日、人権作文・標語コンクルの審査会が行われました。作品を審査した三戸町人権擁護委員の藤沢さんは「作品から、子どもたちが人権に対して興味をもってくれていることがよくわかり、人権擁護委員一同、大変うれしく思います。私たちも、もっと人権について勉強をし、理解を深めていきたいと改めて感じました。今後もコンクールを継続していきたい」と話しました。



審査を行う委員の皆さん

人権について一緒に考えてみましょう



マイナンバーカードが健康保険証として利用できます！

厚生労働省ホームページ

「マイナンバーカードの健康保険証利用について」

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_08277.html



○利用には何が必要なの？

事前に登録が必要です。

登録はマイナポータルでできます。

マイナポータルのトップページはこちら

▶ <https://myna.go.jp>

※ ご自身やご家族のスマートフォンまたは、パソコンが必要（要カードリーダー）。

※ 4桁の暗証番号が必要（忘れた場合は、住民福祉課窓口で再設定が必要）。

※ スマートフォンやパソコンの利用ができない人は、住民福祉課で登録のサポートをいたします。

○保険証が変わった場合、手続きは必要ですか？

マイナンバーカードの健康保険証利用登録をしても、これまでどおり異動届などの手続きは必要です。

○どうやって使うの？

医療機関や薬局の受付で、マイナンバーカードをカードリーダーにかざします。カードの顔写真を機器、または職員が目視で確認。その後、オンラインであなたの医療保険資格を確認します。

○どこどの病院や薬局で使えるの？

全国の医療機関や薬局で利用できます。

マイナンバーカードで受診できるのは、カードリーダーが設置されている医療機関や薬局に限られます。カードリーダーが設置されていない医療機関や薬局では、これまでどおり健康保険証の提示が必要です。

○マイナンバーカードの健康保険証利用登録をすれば、今までの健康保険証は必要なくなりますか？

マイナンバーカードの健康保険証利用登録をしても、これまでの健康保険証はなくなりません。現在お持ちの健康保険証でも医療機関を受診することができます。

さらに便利♪



その他、不明な点があれば、三戸町役場住民福祉課までお問合せください ☎ 20-1151

大切な **税** のお知らせ

問 三戸町役場 税務課
☎ 20-1118



給与支払報告書の提出をお願いします

令和3年中に給与・賃金などを支払った人は、受給者の住民登録地の市町村に給与支払報告書を提出することになっています。期限内の提出をお願いします。

なお、給与支払報告書には**法人番号および個人番号(マイナンバー)**の記入が必要です。記入漏れのないようお願いいたします。

◆提出期限 令和4年1月31日(月)

◆提出先 令和4年1月1日現在の住民登録地が

- ①町内の人… 三戸町役場税務課
- ②町外の人… それぞれの市区町村

△注意点

- ・個人、法人は問いません。個人が家族に支払った給与についても同様です。
- ・金額の多少、年末調整の有無にかかわらず、全ての給与などについて報告が必要です。
- ・個人事業主は、報告書を提出する際に、事業主のマイナンバー確認書類と本人確認書類の提示(郵送の場合は写しの添付)が必要です。
- ・扶養親族および控除対象配偶者についても、マイナンバーの記入が必要です。
- ・中途就職・退職者についても、就職・退職年月日を記入の上、提出してください。
- ・所得税の源泉徴収義務がある事業主は、対象従業員の給与支払報告書を「特別徴収」として提出してください。
- ・給与支払報告書の用紙は、役場税務課窓口にて用意してあります。

給与支払報告書の提出はeLTAXで!

国と市区町村にそれぞれ提出義務のある源泉徴収票・給与支払報告書を一括して、eLTAXで一元的に送信することができます。

対応ソフトウェアで源泉徴収票と給与支払報告書の統一様式に1回入力するだけで、それぞれのデータが作成され、給与支払報告書のデータが市区町村に、源泉徴収票のデータが国税庁に提出できます。

※ 前々年に税務署に提出した源泉徴収票の提出枚数が100枚以上の場合は、給与支払報告書をeLTAXや光ディスクなどにより提出することが義務付けられています。

例えば、令和2年1月に税務署に提出した源泉徴収票の提出枚数が100枚以上の場合、令和4年1月に市区町村に提出する給与支払報告書は、eLTAXか光ディスクなどにより提出しなければなりません。



便利な振替納税をしましょう

町税は口座振替(通帳自動引落し)ができます。ご希望の人は役場税務課、または各金融機関窓口へお問い合わせください。(通帳とお届けの印鑑が必要です)

納税相談・収納業務の時間延長

◆日時 12月27日(月)・12月28日(火)

午後5時～午後7時

◆場所 三戸町役場1階 税務課

12月27日(月)は町県民税4期、国民健康保険税6期の納期限です。期限内の納付にご協力ください。

※ 新型コロナウイルス感染症の影響などにより納税が困難な時は、お早めにご相談ください。

県税部からのお知らせ

県税の納税証明書交付申請時の本人確認にご協力ください

県税の納税証明書の交付申請をするときは、次のとおり、本人確認しています。

- ① 納税義務者本人(法人の場合は代表者)が交付申請の手続を行う場合は、運転免許証、住基カード、パスポート、個人番号カードなど、本人であることを証明する顔写真付きの書類の提示をお願いしています。
- ② 納税義務者本人以外が交付申請の手続を行う場合は、納税義務者本人からの委任状のほか、交付申請の手続を行う人について、本人であることを証明する書類の提示をお願いしています。

※ 顔写真付き以外の書類は、国民健康保険証、年金手帳、共済組合員証など2枚以上の提示、委任状には、納税義務者本人の自署、代理人の自署をお願いします。

問 三八地域県民局県税部
☎ 0178-27-5111
(内線) 357、327、211

【後期高齢者医療】被保険者の皆さまへ

◆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3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2年8月1日から令和3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144,000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)

その口座に支給しますので申請は不要

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)

12月中旬（予定）に広域連合より申請のお知らせを送付します。お知らせが届いた人は、三戸町役場健康推進課の窓口申請してください。

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144,000円を超えた人はお問い合わせください。

申請に必要なもの

- 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
- ③ 保険証（被保険者証）
- ④ 個人番号（マイナンバー）がわかるもの（通知カードまたはマイナンバーカード）
- ⑤ 本人確認書類（官公庁発行、発給の顔写真付き身分証明書など）
- ⑥ 通帳（または通帳のコピー）など口座情報のわかるもの

※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

※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

◆医療費通知について

広域連合では、被保険者の医療費に対する認識と理解を深めていただくことを目的に、年1回、1年分の医療費を記載した「医療費通知書」を送付しています。

対象となる期間は令和3年1月受診分から12月受診分ですが、受診した医療機関からの診療情報は、審査支払機関にて審査終了後に当広域連合へ情報提供されることから、「医療費通知書」がお手元に届くのは令和4年2月末頃になります。

なお、「医療費通知書」は、確定申告の際の医療費控除にも使用できますが、上記理由により確定申告の開始時期までにお届けできないため、お急ぎの方は領収書でご対応いただきますようお願いします。

◆健康診査を受けましょう

後期高齢者医療制度に加入している人を対象に、1年に1回無料で受けられる健康診査を実施しています。

実施機関	実施日
三戸中央病院	月～金曜日
八戸西健診プラザ	

詳細については、三戸町役場健康推進課まで問合せください。



高額療養費・医療費通知に関すること ▶ 青森県後期高齢者医療広域連合 ☎ 017-721-3821

健康診査に関すること ▶ 三戸町役場健康推進課 ☎ 20-1153

10/18 三戸中吹奏楽部が全国大会に出場

自分たちの力を出し切りたい

小中一貫三戸学園三戸中学校吹奏楽部は、2021（第27回）日本管楽合奏コンテスト予選審査会で最優秀賞を受賞し、全国大会に出場することが決定しました。

吹奏楽部員15人は、全国大会出場を松尾和彦町長に報告するため、役場を訪れました。部長の長澤由依さんは「予選は、一人ひとりが感情を込めて練習したことが実を結んだと思います。全国大会では、予選より良い演奏ができるよう、自分たちの力を出し切りたい」と意気込みを語りました。松尾町長は「これまで皆さんが練習してきた成果を発揮できるよう応援しています」と激励の言葉を述べました。



全国大会に出場する部員の皆さん



オカリナ演奏に耳を傾ける生徒たち

10/18 三戸土曜塾の立志科でオカリナを学ぶ

美しい音色に聞き入る

ライリッシュオカリナ連盟認定講師の田村裕香さんと三戸教室「APPLE CATS（アップルキャッツ）」のメンバーは、三戸土曜塾の立志科でオカリナについての授業を行いました。

田村さんは、生徒たちにオカリナの種類や吹き方についての講話を行いました。その後「APPLE CATS」はオカリナ演奏を披露し、生徒たちは美しい音色に耳を傾けました。

小中一貫三戸学園三戸中9年生の林美里さんは「オカリナは、優しくきれいな音色でした。機会があれば演奏してみたいです」と感想を述べました。田村さんは「子どもたちが講話や演奏を真剣に聞いてくれてうれしい。これからも、多くの人たちに演奏を聞いてほしい」と話しました。

芸術の秋を楽しむ

11/1～3 三戸菊花展

三戸菊クラブ（稲村國男会長）主催の第49回三戸菊花展がアップルドームで行われました。会場には、町内の菊愛好家や三戸町立杉沢小中学校の児童たちが育てた自慢のさまざまな品種の菊が483点展示され、会場を彩りました。稲村会長は「今後の菊花展でも、子どもたちの作品を展示できたらうれしい」と話しました。



美しい菊に見とれる



作品を鑑賞する家族

11/5～7 三戸町総合文化祭

町民体育館で三戸町文化協会（上野悦嗣会長）主催の第52回三戸町総合文化祭が開催されました。会場では、絵画や写真、俳句、生け花など約900点の展示作品のほか、7日には舞踊や詩吟などの芸能発表会が行われました。

10/30 城山公園「秋の美化運動」を実施

城山公園をきれいに清掃

三戸町商工会青年部・女性部と一般参加者合わせて約 100 人が城山公園に集まり、合同清掃奉仕活動として「秋の美化運動」を実施しました。参加者は、城山公園の広場や駐車場、通路に落ちているゴミや落ち葉拾い、桜の木に肥料を撒くなどの作業を行いました。

活動に参加した羽柴笑光ちゃん（5 歳）は「袋にたくさん落ち葉を入れることができて楽しかった」と笑顔で話しました。



宇藤副支部長（左）、慶長教育長（右）

11/2 法人会が町に手指消毒剤を寄贈

子どもたちの感染予防に活用してほしい

八戸法人会三戸支部（石亀和郎支部長）が、町内の小中学校に手指消毒剤 28 本を寄贈しました。消毒剤の寄贈はことしで 10 年目となります。訪問した宇藤毅平副支部長は「新型コロナウイルス感染症やインフルエンザ予防のため、有効に活用していただきたい」

と話し、慶長隆光教育長に消毒剤を手渡しました。慶長教育長は「子どもたちの健康管理に活用させていただきます」と話し、消毒剤を受け取りました。

11/5 三戸ロータリークラブが三戸学園に植樹

苗木に「大きくなあれ!」と願いを込める

三戸ロータリークラブ（工藤高明会長）は、小中一貫三戸学園三戸小中学校の野球場外野のり面にオオヤマザクラの苗木 14 本を植樹しました。植樹には、会員約 10 人と三戸小 1 年生 45 人が参加。子どもたちは「大きくなあれ!」と声をかけながら、スコップで木の根元に土を被せました。工藤会長は「今回植えた桜が、子どもたちの思い出に残ってくれるとうれしいです。大人になったら、一緒に成長した桜を見に来てほしい」と願いを込めました。



植樹する工藤会長と子どもたち



松尾町長（左）と山下さん（右）

11/9 山下加津代さんが統計調査員として表彰

調査に協力してくれた皆さんに感謝

山下加津代さん（56 歳）が、工業統計調査、経済センサスなど経済産業省所管の構造統計調査に 15 回以上従事した功績が評価され、経済産業大臣表彰を受けました。

十和田市民文化センターで行われた第 60 回青森県統計大会で表

彰を受けた山下さんは「ここまで長く調査員を続けられたのは、町の皆さんが調査に協力してくれたおかげです。大変感謝しています」と喜びました。その後、受賞を報告するため役場を訪問。報告を受けた松尾和彦町長は「長年の経験を生かし、これからも町のため協力していただきたい」と話しました。



表彰を受ける山下さん（中央）

1

月

行事予定表



日	月	火	水	木	金	土
26	27 ・町県民税 4 期、 国民健康保険税 6 期 納期限 ・認知症専門相談 (保健センター 受付10時～15時)		10 月 18 日(月)～ 22 日(金)に行わ れた「第 33 回総合優勝制町内対 抗スポーツ大会」の種目「ラダー ゲッター」優勝の同心町町内会		1/1 ・元日 ・元旦マラソン	
2	3	4	5 ・三戸町新年会	6	7	8
9 ・三戸町成人式	10 ・成人の日	11 ・3 学期始業式 (三戸高) ・SAN ぽぼ相談日 (13 時～ 15 時 ・要予約)	12 ・2 歳児歯科検診 (保健センター 受付 10 時 15 分～ 10 時 30 分)	13 ・1 歳 6 カ月児健診 (保健センター 受付 12 時 30 分～ 12 時 45 分)	14 ・3 学期始業式 (三戸小中・斗川小) ・子育て巡回相談 (中央児 16 時～ 17 時)	15 ・さんのへ農業小 学校卒業式
16 ・三戸町消防団 出初式	17 ・3 学期始業式 (杉沢小)	18 ・食生活改善推進員 養成講座 (保健センター 9 時～ 11 時 30 分) ・SAN ぽぼ相談日 (13 時～ 15 時 ・要予約)	19 ・行政相談 (ふくじゅそう 13 時～ 15 時)	20 ・3 学期始業式 (いずみ幼)	21 ・子育て巡回相談 (斗川児 16 時～ 17 時)	22
23	24 ・認知症専門相談 (保健センター 受付10時～15時)	25 ・食生活改善推進員 養成講座 (保健センター 9 時～ 11 時 30 分) ・SAN ぽぼ相談日 (13 時～ 15 時 ・要予約)	26 ・心配ごと相談 (ふくじゅそう 13 時～ 15 時)	27 ・食生活改善推進員 養成講座 (保健センター 9 時～ 11 時 30 分)	28 ・子育て巡回相談 (ふくじゅそう 16 時～ 17 時)	29
30	31 ・国民健康保険税 7 期 納期限	2/1			11 月 3 日(水・ 祝)に開催さ れた「道の駅 さんのへ開駅 25 周年祭」	

令和 2 年度三戸町学校保健会 入選標語 ※学年は昨年度のものです。

ワンチーム みんなでやろう かんせんよぼう

(三戸小 2 年 佐藤 希羽^{のの})

リサイクル 未来を守る 第一歩

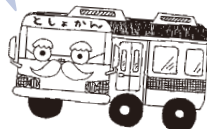
(三戸小 6 年 立本 稜真^{りょうま})

図書館 だより

開館時間 10:00~18:00
☎22-1731 FAX 22-1606

移動図書館車「本じい」の
今月のつぶやき

寒いが、風邪をひかぬようにな。



今月の新刊

小説・エッセイ	作者・監修	出版社
象の旅	ジョゼ・サラマーゴ	書肆侃侃房
やさしい猫	中島 京子	中央公論新社
ペッパーズ・ゴースト	伊坂幸太郎	朝日新聞出版
ノンフィクションほか		
本当においしいヴィーガンお菓子 卵・乳製品・白砂糖を使わずにつくる	山口 道子	柴田書店
数学で考える！ 世界をつくる方程式 50	リッチ・コ克蘭	ニュートンプレス
マチズモを削り取れ	武田 砂鉄	集英社
児童書		
ねこのふくびき	木内 南緒	岩崎書店
カラスのいいぶん	嶋田 泰子	童心社

12月のスケジュール

25 日(土)おはなしのへや

■休館日：毎週月曜日

■図書整理休館日：23 日(木)

お知らせ

図書館からのお知らせ

新型コロナウイルス感染症対策
実施中につき、以下の対応を行っ
ています。ご了承ください。

- 入館時に検温を行っています。
- 窓を少し開けて換気をしています。
- 座席の間隔を開けているので、座
席数が少なくなっています。

一般 書

寝てもサメでも深層サメ学

佐藤 圭一（産業編集センター）

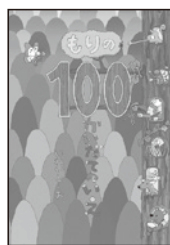


定説崩壊サメ読本、登場！
うっかりサメに人生を捧げて
しまった科学者 2 人が語る最
前線サメ話。サメは世界中に
何種類いるのか？サメの寿命
はどれほどか？など、もりだ
くさんな内容です。

お
す
す
め
本

もりの 100 かいだてのいえ

いわい としお（偕成社）



音楽が大好きなオトちゃ
んは不思議な音にみちびか
れて一本の大きな木にたど
り着きました。

中にはだれかが住んでい
て、ドキドキしながら入っ
てみると…。

児童 書

のぼたん広場

子育てを
応援！



東 眞平くん
(1歳4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

12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]:2カ月児から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]:ひよこコース以上のお子さんを持つ親子

<フリー day>

毎週月・水・金曜 10時30分～12時

[対象]:就園前のお子さんを持つ親子

<木のおもちゃ体験広場>

19日(日) 10時～13時

[対象]:0歳児から小学校低学年までの親子

※各コースの設定時間外での利用も可能です。

※12月29日(木)から1月3日(月)まで、全館閉館します。

※今後の状況によって変更になる場合があります。

<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

のぼたん文庫 おすすめ本

「くろうまブランキー」

仔馬ブランキーの主人はとても意地悪。
年をとり荷物を運べなくなったある日、
力いっぱい叩かれ道に倒れました。その
晩はクリスマス。天からサンタクロース
が降りてきて…。



○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

クリスマスお楽しみ会

新型コロナウイルス感染症対策として、密にならない
ようにコースごとに行います。詳しくは、チラシ・
ブログをご確認ください。(※要申込み・定員あり)

■日 時

12月9日(木) 10時30分～12時(ひよこコース対象)

12月14日(火) 10時30分～12時(パンダコース対象)

■場 所

ふくじゅそう1階「のぼたん広場」

新型コロナウイルス感染症除菌液【次亜塩素酸水】を配布しています

新型コロナウイルス感染症の次なる波に備えながら、新しい生活様式を取り入れ、より安全安心な社会経済活動を再開していくために、除菌効果が期待できる次亜塩素酸水を無償配布しています。

☆次亜塩素酸水とは

微酸性の除菌液でテーブル、手すり、ドアノブなどの手に
触れる場所へ散布し、拭き取ることで消毒の効果がります。

◆配布する次亜塩素酸水

○有効塩素濃度: 40ppm ○電解水 PH: 約 5.0 ～ 6.5

◆配布場所

三戸町役場1階、エレベーターわきのコーナー

◆利用条件

空の容器をご持参ください (ペットボトルなどで、1回
あたり1リットル程度まで)

【使用方法】

- ①あらかじめ除菌箇所の汚れ、油分などをふき取る。
- ②十分な量の次亜塩素酸水で表面を濡らす (アルコールの
ように少量をかけるだけでは効きません)。
- ③少し時間をおき (20秒以上)、きれいな布、ペーパー
タオルなどで液をふき取る (吹き付けたままにすると
色落ちや金属部分が錆びやすくなる恐れがあります)。

※注意事項

- 除菌効果の持続時間は約1週間程度です。冷暗所での
保管をおすすめします (紫外線により除菌効果がなくな
る場合があります)。
- 飲料ではありませんので、必ずラベルなどで容器
に明記してください。万が一目に入った場合は、水道
水でよく洗ってください。
- 手指に付着しても影響が少ないように弱酸性に調整
してありますが、手指に対する除菌効果は未確認な
ので、**手指の消毒目的での使用はお控えください。**
- 衣類、布製品などふき取ることが困難な場所への使用
はお控えください。
- 他の液体と混ぜないでください。
- 金属製の容器には入れないでください。

【問合せ先】

三戸町役場 総務課 管財班 ☎ 20-1111



12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 ※ 21、30 日除く (10 時～ 12 時)	ジョイワーク三戸
Enjoy! ピンポン!	毎週月・水曜 ※ 29 日除く (18 時 30 分～ 20 時 30 分)	
ネオホッケー	毎週土曜 (18 時 30 分～ 20 時 30 分)	三戸町民体育館

教室スケジュール

種 目	日 時	場 所
かんたん筋トレ!	月曜 ▶ 6、13、20、27 日 水曜 ▶ 1、15 日 ※ 8、22、29 日除く 金曜 ▶ 3、10、24 日 ※ 17、31 日除く (10 時～ 11 時 30 分)	ジョイワーク三戸
ラージボール卓球	13 日(月)、 (14 時～ 15 時 30 分)	

※「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。

●パソコン自主学習支援 (会員限定)

毎週木曜 ※ 30 日除く

(19 時～ 20 時 30 分)

※会員以外対応個別指導

(19 時～ 20 時)

対 象: 小学生以上

会 場: ジョイワーク三戸

料 金: 無料

(会員以外は 1 時間 1,600 円)

準備物: ノートパソコン

お知らせ Enjoy ネオホッケー体験教室

ネオホッケーとは、危険な行為を規制され、どなたでも安全にできる室内版アイスホッケーです。ぜひ、この機会に体験してみませんか?

■開催日時 12 月 18 日(土) 17 時 30 分～ 19 時
(受付: 17 時 15 分～)

■会 場 三戸町民体育館

■募集対象 年長～小学 4 年生までの幼児・児童と保護者

■参 加 料 ①幼児児童 1 人につき 300 円 (保険料含)

②その保護者 1 人につき 200 円 (保険料含)

※どちらも当日お支払いください。

■準 備 物 運動のできる服装、室内用シューズ、タオル、
飲料水、マスク

■申込締切 12 月 15 日(水)まで

■申込方法

クラブホームページ上にある開催申込チラシの開催
申込書に必要事項を記入し、FAX またはクラブハウス
にお持ちください。

■その他

①マスクは必ず着用し、手指消毒にもご協力ください。

②当日、体温が 37.5 度以上ある場合は、参加をご遠慮
ください。

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



圏域プチグルメが
味わえる

Zoom で参加 オンライン 婚活 クリスマス直前パーティー

オンライン (Zoom) でどこからでも参加できる婚活パーティーを開催します。スマートフォンを片手に、新しい出会いに一步踏み出してみませんか? (参加者には、事前に圏域プチグルメ詰め合わせを送ります)

■開催日時 12 月 18 日(土)

① 20～30 代対象: 13 時～ 15 時 ② 30～40 代対象: 17 時 30 分～ 19 時 30 分

■主 催 八戸圏域連携中枢都市圏縁結び支援事業協議会

■進 行 結婚相談所ラシック 代表 関根 万美子 さん

■参加対象 ※以下の要件すべてを満たす人

①八戸圏域 8 市町村 (三戸町、五戸町、田子町、南部町、階上町、新郷村、おいらせ町、八戸市) に在住、
または通勤・通学する独身の人

②イベント開催日時時点で 20～49 歳までの人

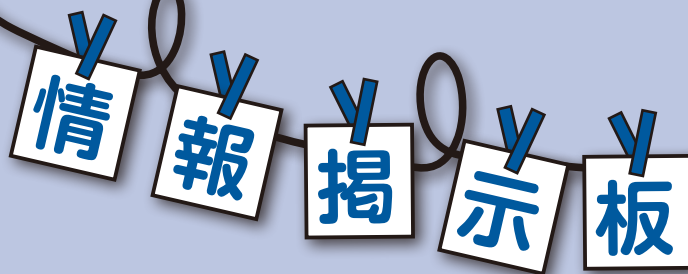
③ Zoom アプリ用端末 (スマートフォン・パソコン・タブレットなど) を持っている、または準備できる人

■定 員 男女各 5 人 (各 2 人に達しない場合は中止) ※先着順

■申込締切 12 月 10 日(金)まで

■参 加 費 1,000 円 (税込)

■申込方法 NPO 法人プラットフォームあおりに電話 (017-763-5522)、FAX (017-763-5523)、
ホームページ (<https://platform-aomori.org/online1218/>) より申込みください。不明な点は、
お問い合わせください。



支援

子育てをサポートします

問 三戸町役場 住民福祉課 ☎ 20-1151

三戸町子育てサポート祝金の申請受付が始まっています。

■対象者

- ・3人目以降の子どもを養育している父か母など
- ・町税や国保税などを滞納していない人
- ・6カ月以上町内に住所がある人

■支給内容

	子育てサポート祝金の種類	支給金額	対象児童(第3子以降)の生年月日
小学校	入学祝金	30,000	H27.4.2 ~ H28.4.1
	給食費・教材費支援金	35,000	H21.4.2 ~ H27.4.1
中学校	入学祝金	40,000	H21.4.2 ~ H22.4.1
	給食費・教材費支援金	45,000	H18.4.2 ~ H21.4.1
高等学校など	入学祝金(中学校卒業祝金)	50,000	H18.4.2 ~ H19.4.1
	教材費支援金	30,000	H15.4.2 ~ H18.4.1

■申請期限

令和3年12月28日(火)まで

■申請方法など

郵送または窓口申請

- ・申請書に添付書類を添えて、同封の封筒に入れて投函してください。
- ・窓口申請は住民福祉課にて
8時15分～17時まで(土日祝日を除く)

■添付書類

- ・戸籍謄本(本籍が三戸町の人は不要)
- ・通帳やキャッシュカードの写し
- ・高等学校等教材支援金を申請する場合は、学生証のコピーなど

※今年度の案内は、前年度および前年度以前の申請者・来年度小学校入学予定のお子さんがある世帯に発送しています。申請書を無くした、またはお知らせが届いていない人などは、三戸町役場住民福祉課までお問い合わせください。

※準要保護児童生徒就学援助費を受給している人は、「中学校卒業祝金」以外は対象外です。

※転出予定のある人は対象外になる可能性がありますので、役場住民福祉課までお問い合わせください。

お知らせ

マイナンバーカードの交付状況

問 三戸町役場 住民福祉課 ☎ 20-1151

	三戸町	青森県	全国
交付件数(件)	2,885	424,931	49,520,144
人口(人)	9,494	1,260,067	126,654,244
交付率(%)	30.39	33.72	39.10

※交付件数は、令和3年10月末現在

※人口は、三戸町：令和3年10月末現在
青森県・全国：令和3年1月1日現在

募集

「第11期青森県地球温暖化防止活動推進員」募集

問 青森県環境生活部環境政策課 ☎ 017-734-9243

青森県では、地域の人たちに対して地球温暖化の知識の普及やエコ活動の紹介・助言をする青森県地球温暖化防止活動推進員(あおもりアースレンジャー)を募集しています。

地域に密着した活動に取り組みたい人、エコ・省エネに興味のある人からの応募をお待ちしています。

■任期

令和4年4月1日から令和6年3月31日まで

■募集期間

令和3年12月1日(水)から令和4年1月31日(月)まで ※当日消印有効

■要件

- 地球温暖化の現状・対策に関する知識の普及と地球温暖化対策の推進を図るための活動に熱意と識見を有し、積極的に取り組むことができる人
- 令和4年4月1日現在で満18歳以上の人
- 県内に在住、在勤または在学している人

■応募方法

申込書に必要事項を記入し、郵送、FAX・E-mailなどにより提出してください。

申込書の電子ファイルは、青森県ホームページ(<https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kankyo/kankyo/earthranger.html>)からダウンロードできます。

■選考方法

申込書の記載内容をもとに、審査・選考します。選考結果は、令和4年2月下旬ごろ応募者全員に通知します。

■提出・問合せ先

青森県環境生活部環境政策課

TEL: 017-734-9243 FAX: 017-734-8065

E-mail: kankyo@pref.aomori.lg.jp

募集

令和4・5年度国有林モニター募集

問 東北森林管理局 企画調整課 林政推進係 ☎ 018-836-2228

東北森林管理局は、国有林野の管理経営に皆さまの声を役立てていくため、モニターを募集します。

■募集人数 48人程度

■募集期間 令和3年12月1日(水)～令和4年1月31日(月) ※当日必着

■任期 令和4年4月1日から2年間

■内容 アンケートへの回答、現地見学会国有林モニター会議への出席など

応募資格、応募方法など、詳しくは東北森林管理局ホームページをご覧ください。

募集

食生活改善推進員養成講座

問 三戸町役場 健康推進課 ☎ 20-1152

健康や食について一緒に楽しく学ぶ「健康づくりボランティア」への参加者を募集しています。

■対象

- 食と健康に関心があり、講座の8割以上に参加できる人
- 養成講座受講後に、健康づくりボランティアとして活動に参加できる人

○年齢・性別は問いません

■場 所 役場健康推進課

■日 時

	日にち	時間
第1回	令和3年12月14日(火)	9時～12時30分
第2回	令和3年12月24日(金)	9時～11時30分
第3回	令和4年1月18日(火)	9時～12時30分
第4回	令和4年1月25日(火)	9時～11時30分
第5回	令和4年1月27日(木)	9時～12時30分
第6回	令和4年2月8日(火)	9時～12時30分
第7回	令和4年2月10日(木)	9時～12時30分
第8回	令和4年2月24日(木)	9時～12時30分

※20時間以上受講した人に、修了証を交付します。

■受講料 無料(第3,5,7回は、調理実習材料費として100円負担いただきます)

■募集人数 先着15人

■募集期間 令和3年12月9日(木)まで

■申込方法

役場健康推進課窓口または電話にて

※お申込みいただいた人には、後日、詳しいご案内を送付します。

お知らせ

「11ぴきのねこ」サンタ
小型通信日付印が登場!

問 三戸郵便局 ☎ 22-2363

■小型通信日付印とは

市町村イベントや展覧会などの際に使用される消印で、局名・支店名と年月日欄とイラストが描かれています。風景印と異なり、使用期限があります。

■小型通信日付印の入手方法

- ①63円以上の切手を貼った台紙・封筒または切手額面63円の郵便ハガキを用意して、郵便窓口へ直接押印の依頼をする方法
- ②郵便によって押印依頼をする方法(郵頼)

■押印の種類

- ①小型通信日付印の収集を目的とし、郵便物を差し出さないで押印してもらう「記念押印」
- ②郵便物を差し出す際に押印してもらう「引受押印」

■使用期間

- 三戸郵便局窓口にて、
- 令和3年12月1日(水)～24日(金)【土日除く】
 - 午前9時から午後5時まで



▲「11ぴきのねこ」
サンタ小型通信日付印

お願い

ミツバチの「飼育届」を提出してください

問 三八地域県民局 畜産課 ☎ 0178-27-5111

ミツバチを飼育している人は、1月1日現在の状況について、飼育届を提出してください。趣味で飼育する人も提出が必要です。花粉交配用にのみ、一時的に飼育する場合は届出は必要ありませんが、長期間にわたり飼育する場合は届出が必要です。

詳しくは青森県ホームページ「蜜蜂飼育届出の義務について」をご覧ください。

■提出締切 令和4年1月末

■提出先 三八地域県民局

■届出用紙の取得方法

- ①青森県ホームページでダウンロード
 - ②県民局で受け取る
- ※昨年度提出者には、県民局から用紙を郵送



お知らせ

給食用物資納入業者の申請受付

問 三戸町学校給食共同調理場 ☎ 23-3734

令和4年度に給食用物資納入を希望する業者は、申請をお願いします。現在、納入している業者も申請が必要です。

■申請期間 12月1日(水)～12月24日(金)

■申請方法 申請書類一式に必要事項を記入し、提出

■申請場所 三戸町学校給食共同調理場
(〒039-0112 三戸町大字梅内字松原6)

■申請書類 以下、2種類の方法で配布します
①三戸町学校給食共同調理場での配布
②電子データ(san-eiyu@town.sannohe.lg.jp)にご連絡ください。

相談

借金に関する相談窓口

問 東北財務局青森財務事務所 理財課 ☎ 017-722-1463

相談員が借金の状況などをお伺いし、必要に応じて、弁護士などに引き継ぎを行います。一人で悩まず、ご相談ください。秘密厳守・無料です。

■受付時間 平日(祝日・年末年始除く)

8時30分～12時、13時～16時30分

■相談専用電話 017-774-6488

お知らせ

三戸町企業説明会・就職相談会

問 八戸公共職業安定所 ☎ 0178-22-8609

就職のきっかけづくりのイベントです。参加対象は求職中の人となりますが、どなたでも参加できます。事前に参加の申込みをしてください。

■日 時 12月7日(火) 13時～15時

■場 所 三戸町スポーツ文化福祉複合施設
アップルドーム 1F

■申込み先

○三戸町地域職業相談室(アップルドーム 2F)

☎ 20-0255

○八戸公共職業安定所: 紹介第一部門

☎ 0178-22-8609 41#

相談

12月1日は世界エイズデーです

☎ 三戸地方保健所 ☎ 0178-27-5700

エイズはHIV（ヒト免疫不全ウイルス）に感染することでおこる病気です。エイズの治療は飛躍的に進歩し、治療の早期開始・継続によりHIVに感染していない人と同等の生活を送ることが期待できるようになりました。

そのためには、検査を受け、感染を早期に発見することが重要です。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、匿名・無料で検査を受けることができます（要電話・インターネット予約）。ご希望により、性器クラミジア感染症、梅毒の検査も同時に受けることができます。

詳しくは、電話でお問い合わせいただくか、青森県庁ホームページ「相談・検査（青森県STOP AIDS）」をご覧ください。

消防

暖房機器の取り扱いに注意！

☎ 三戸消防署 ☎ 22-1140

寒さが厳しくなると、ストーブを原因とした火災・事故が多く発生します。次のことに注意して、寒い冬を暖かく、安全に過ごしましょう。

■薪ストーブを使う時の注意点・確認事項

- ・本体・ガラス窓・煙突・炉壁・灯台の破損、ヒビ割れはないか
- ・清掃・点検を実施しているか（最低年1回）
- ・温度計は取り付けられているか
- ・温度計を適温で使用しているか（目安200～300度）
※機種により異なるので、説明書を確認してください。
- ・灰が溜まりすぎていないか
- ・灰は専用の容器に入れて捨てているか
- ・周囲の壁・物は焦げていないか
- ・煙突貫通部のめがね石はあるか



お願い

年末のくみ取り、お早めに！

☎ 三戸地区衛生センター ☎ 0178-75-1449

12月はじめから年末にかけて、し尿、浄化槽汚泥の搬入量が非常に多くなります。

施設の安定した処理を維持するため、処理能力の範囲内で受け入れますので、この期間にくみ取りを予定している人は、お早めに業者にご相談ください。

お願い

三戸地区葬祭場から
副葬品に関するお願い

☎ 三戸地区環境整備事務組合 ☎ 23-0567

個人の愛用品や思い出の品であっても、以下の品については、遺骨や火葬炉の損傷防止および公害防止のため、棺の中に入れていただようお願いいたします。

また、ドライアイス（保冷剤）については燃焼を妨げるので、出棺の際は棺から取り出してください。

品 名	理 由
ライター、スプレー缶、乾電池、缶飲料、携帯電話、携帯音楽プレーヤー	破裂し、火葬炉内部が損傷する恐れがあるため
ビン類、眼鏡、人形・おもちゃ類・硬貨・貴金属類・陶磁器類	融解し、拾骨に支障をきたす恐れがあるため
かばん類、財布、合皮製品、つえ、履物、化粧品などの容器	融解し、拾骨に支障をきたす恐れ、周辺環境へ影響を及ぼす恐れがあるため
果物類、飲料類	異臭が発生する恐れがあるため
書籍（聖書・経典・アルバムなど）、布団、毛布類、ぬいぐるみ、衣類	大量の灰が発生する恐れがあるため
保冷剤、ドライアイス、ゴルフクラブ、ラケット、釣り具	燃焼の妨げとなり、火葬炉故障の恐れがあるため

■お願い

ペースメーカーおよびそれに類似するものを使用している場合は、火葬中に機器に引火し爆発する恐れがあるため、事前に葬祭場へご連絡ください。

募集

放送大学 4月入学生募集

☎ 八戸サテライトスペース ☎ 0178-70-1663

☎ 放送大学青森学習センター ☎ 0172-38-0500

放送大学は、テレビやインターネットを利用して授業を行う通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、幅広い分野を学べます。資料を無料で差し上げていますので、ご連絡ください。

■出願締切 令和4年3月15日(火)

注意

松くい虫被害・ナラ枯れ被害の予防

☎ 三八地域県民局 林業振興課 ☎ 0178-27-5111
☎ 三戸町役場 農林課 ☎ 20-1155

「松くい虫」と「ナラ枯れ」被害は、産業や経済、自然や観光資源に悪影響を与えるため、枯れた松やナラ類は早く取り除く必要があります。

被害によって枯れた木を県が調査しますので、山林所有者の皆さまへ、次のことに関してご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

- 調査のための入山
- 枯れた木からの材片の採取
- 枯れている木の伐倒・くん蒸作業
※作業などに関しては、県が費用を負担します。

消費生活情報 No.15

新型コロナウイルスを口実にする還付金詐欺！

- ▶「3万円の還付金がある」と市役所を名乗る電話があり、その後「新型コロナウイルスの影響で65歳以上は銀行に入れないのでATMに行くように」と銀行を名乗る電話があった。
- ▶「介護保険の返金期限が新型コロナウイルスの影響で早まったので、本日までにATMに行くように」と役場を名乗る電話があった。

<ひとこと助言>

- ☆役所や金融機関が還付金手続きのためにATMの操作をお願いすることは絶対にありません。
- ☆「お金が返ってくるのでATMに行くように」という電話は還付金詐欺です。
- ☆不審な電話があったら、警察署や役場にご相談ください。

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

- ◆ 毎年、三戸リングをおいしくいただいています。ことしも楽しみにしています。生産者の方へ感謝です。(岡山県)
- ◆ 練馬区美術館で今夏開催された馬場のぼる展に行き、そこで初めて三戸町が馬場先生の出身地だということを知りました。コロナが落ち着いたなら是非行きたい場所のひとつになりました。11ぴきのねこの像たちに会いに行きたいです！(東京都)

「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

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

ことしも残すところあと1か月となりました。年末は忙しいが続くと思うので、今のうちにやり残したことがないか確認しておきましょう。

今月号では、約半年間取材した蛇沼地区の取り組みについて特集しました。田んぼを改良して作った養魚池やホテルが飛ぶビオトープの整備。その他、さまざまな活動を協力して行う蛇沼の人たちを見て、仲間とのつながりの大切さを感じました。(いただいたエッセイ)

募集

農業経営収入保険について

問 三戸町役場 農林課 ☎20-1155

農業経営収入保険は、自然災害に加え、農作物の価格低下、新型コロナウイルス感染症による収入減少など、さまざまなリスクによる収入減少を補償するための制度です。

■加入開始時期

農業経営収入保険の加入申請は、随時、青森県農業共済組合で受付しています。

加入には、青色申告を実施していることが条件とされており、1年以上の実績があれば加入できます。農業経営収入保険への加入に向けて、青色申告を始めましょう。

■相談窓口について

それぞれに相談窓口を設置していますので、以下を参考にお問合せください。

内 容	窓 口	連絡先
農業経営収入保険について(制度)	青森県農林水産部 団体経営改善課	017-734-9459
青色申告について	八戸税務署	0178-43-0141 (自動音声での案内)
農業収入保険と農業共済の比較など個別のご相談	青森県農業共済組合 南部支所(十和田市)	0176-22-8101

■収入保険の積算について(参考モデル)

- 作 付 作 物：米のみ
- 品 種：つがるロマン
- 等 級：1等米(全量)
- 単 収：8俵(60kg/俵)/10a
- 作 付 面 積：2ha(2町歩)
- 令和2年度単価：11,600円/60kg
- 令和3年度単価：8,200円/60kg
- 基 準 収 入 額：1,862,400円
※過去5年間の平均収入
- 令和3年度収入：131,200円
- 保 険 限 度：9割
(保険方式80%+積立方式10%)

- ①保 険 料 16,493円(掛け捨て)
- ②積 立 金 41,904円(掛け捨てではない)
- ③付加保険金 7,818円
- 合計(①+②+③) 66,215円

※積立金については、初年度のみの支払額で、2年目以降、前年に保険金の受取がない場合および同一収入の場合は0円となります。

※上記保険金額等については目安であり、実際の金額については、青森県農業共済組合でご相談ください。

■収入保険シュミレーション

全国農業共済組合連合会のホームページにおいて、収入保険加入1年目、2年目の保険料や、補償金額が無料でシュミレーションできます。



◀シュミレーションは、こちらから



◀詳しくは、三戸町HPから

写真：2015年に撮影した三戸町のホップ



まさき
米澤 雅貴 隊員 (36歳)

弘前市出身。協力隊員として、町内で途絶えたホップ栽培の復活や、町の情報発信・魅力発信などの活動を行います。

地域おこし協力隊 ～ホップ生産復活ミッション～

地域おこし協力隊とは？

都市住民など地域外の人材を地域社会の新たな担い手として受け入れ、地域力の維持・強化を目的として活動します。

11月1日、松尾和彦町長から米澤さんに辞令が交付されました。松尾町長は「ホップ復活のため、縦横無尽に活躍してほしい」と激励の言葉を送りました。

青森県が東京都で開催した移住イベントで、三戸町の魅力やホップ生産の現状を聞き、協力隊員になることを決めた米澤さん。

米澤さんは「農家からホップ栽培の技術を学び、地域産業の発展に貢献していきたいです。ホップ以外にも、町の特産品を使った魅力的な加工品がたくさんあるので、あわせて情報発信していきたい」と、今後の活動に対し意気込みを語りました。

ふるさと納税特製お礼品・第16弾【500セット限定】

『11ぴきのねことへんなねこ』 つみき登場！



ふるさと納税寄附者へのお礼品（完全非売品）として、三戸町出身の漫画家 故・馬場のぼる先生の絵本「11ぴきのねことへんなねこ」をモチーフとしたつみきを絵本出版社のこぐま社と雑貨製造のライブエンタープライズの全面協力のもとに製作しました。特製品第16弾となるこのお礼品は、ふるさと納税ポータルサイト「ふるさとチョイス」のほか、郵送、まちづくり推進課の窓口で18,000円以上寄附した人に贈呈されます。

（注）町内の人からの寄附には、お礼品の贈呈が許されておりませんので、ご承知おきください。

SNS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。
Twitter、Facebook、LINE、Instagram



Twitter



Facebook



LINE



Instagram