



AJIGASAWA  
コロナに負けない!  
**笑顔**で  
がんぼうキャンペーン  
2021.1.31まで

# 広報 あじがさわ

2021

1月

No.596

## 《主な内容》

▽光信公ゆかりの地紀行8 黒石市

▽いきいき情報

発熱等の症状があるときの受診方法が変わりました

▽お知らせ 令和3年度分有料広告募集 ほか

《今月の表紙》 イルミネーション点灯式

詳細は裏表紙をご覧ください

## 叙勲受章おめでとうございます

令和2年10月1日付けの令和2年度高齢者叙勲で鶴田悦子さんが瑞宝双光章を受章されました。  
また、令和2年11月3日付け令和2年秋の叙勲で工藤幸弘さんが瑞宝双光章を受章されたほか、令和2年4月29日付けの令和2年春の叙勲で戸沼良一さんが瑞宝単光章を受章されました。  
受章されました3名の喜びのこトバを紹介します。

※新型コロナウイルスの影響から、春の叙勲で受章された戸沼さんも一緒に紹介します。

### 令和2年度高齢者叙勲 地方自治・教育功勞 瑞宝双光章 鶴田 悦子 さん (舞戸東町)

鶴田さんは、昭和29年から平成5年までの39年間にわたって教員を務められ、その後、平成11年に鱈ヶ沢町議会議員に当選以来、令和2年3月までの6期20年有余にわたり鱈ヶ沢町議会議員を務め町政に参画されました。

11月16日、町役場で伝達を受けた鶴田さんは、「これまで健康問題に取り組んできたことが認められてうれしく思う。人との巡りあわせに感謝するとともに、今後も健康問題に取り組んでいきたい」と受章の喜びを述べていました。



瑞宝双光章を受章した鶴田悦子さん



瑞宝双光章を受章した工藤幸弘さん

### 令和2年秋の叙勲 消防功勞 瑞宝双光章 工藤 幸弘 さん (目内崎)

工藤さんは、昭和46年に消防団員を拝命。約48年にわたり、地域の火災予防・防災活動に対して献身的に取り組まれました。

また、町消防団副団長を務めたのち、平成25年から令和元年9月までは団長として、町消防団の発展に尽力されました。11月30日、受章報告に町役場を訪れた工藤さんは、「48年間、歴代の団長達から学び、地域のために頑張ろうとやってきた結果だと思つと嬉しいです。支えてくれた皆さんに感謝します」と受章の喜びを述べました。

### 令和2年春の叙勲 消防功勞 瑞宝単光章 戸沼 良一 さん (大和田)

戸沼さんは、昭和58年に消防団員を拝命。約36年にわたり、地域の火災予防・防災活動に対して献身的に取り組まれました。また、平成25年から5年間、町消防団副団長として消防団の運営や後進の育成強化に尽力されました。

11月30日、受章報告に町役場を訪れた戸沼さんは、「受章は、家族や団の先輩、後輩の支えがあつてこそ。大変光栄に思つています」と受章の喜びを述べました。



瑞宝単光章を受章した戸沼良一さん



税金クイズを行う児童

## 税金の使い道を学ぶ 舞戸小学校租税教室

11月10日、舞戸小学校（藤田昭彦校長）の5年生43名が租税教室を行いました。

この租税教室は、次世代を担う児童たちに税金への関心を高め、税金の意味や役割を知ってもらおうと行っているものです。青森県租税教育推進協議会の一員として町の税務担当職員が講師を務め、どのような施設やサービスに税金が使われているか、クイズなどを交えて説明しました。工藤鈴杏さんは、「税金の種類やどんなことに使われているのかがわかった」と話し、齊藤雪乃さんは、「税金のおかげで世界が成り立っているのだから感謝しないといけない」と話していました。この租税教室は西海小学校でも1月に行われます。

## 光信公出立の地を学ぶ 歴史・文化講座特別編

11月15日、中央公民館で「光信公入部530年講座～歴史・文化講座特別編」の第1回講座が開催されました。

公開講座となった第1回の講師を務めたのは、久慈市郷土史家の弥藤邦義さんです。弥藤さんは、毎年10月に行われている光信公慰霊祭に久慈市関係者が参列するきっかけを作ってくれた方でもあります。「光信公出立の地〈下久慈〉から見えてくるもの」と題して、下久慈という新たな視点から、南部氏と北奥羽の動向を解説しました。

今年は光信公入部530年を迎え、光信公に関する特別編となった今回の歴史・文化講座には約20名の歴史好きが集まりました。



講師を務めた弥藤さん（中央）



西北五支部から贈呈を受けた平田会長（中央）

## 防犯ボランティアにマスク贈呈

11月19日、青森県遊技業防犯協会西北五支部の林成鎬支部長らが鱈ヶ沢警察署を訪れ、鱈ヶ沢地区防犯協会（平田衛会長）に布マスク390枚を寄贈しました。

これは、青森県遊技業防犯協会が社会貢献活動の一環として行っているもので、防犯ボランティアが地域防犯活動を行う際、新型コロナウイルス感染拡大防止のためにマスクの着用が不可欠となっていることから寄贈したものです。

平田会長は、「防犯活動で大切にに使わせていただきます」と感謝を述べ、山崎司鱈ヶ沢警察署長と平田会長の連名で同支部に感謝状が手渡されました。

## スイーツフェアを開催

11月22日、海の駅わんどで「あじがさわスイーツフェア」が開催され、多くの方が来場しました。

会場では、町内の和洋菓子店などが「深谷の栗」を使って制作したスイーツや茶わん蒸しが販売されました。深谷地区の住民が生産している栗は、昨年のスイーツフェスでも商品にされたほか、栗焼酎「滝吉」としても販売されています。

弘前市から訪れた女性は、「昨年のスイーツフェスではお目当てのスイーツが買えなかったけど今年は買うことができた。食べるのが楽しみです」と話していました。



目当てのスイーツに並ぶ来場者



裏表紙で同グループを紹介しています

## 認知度向上に貢献したグループに特別賞

11月20日、町は、はまなす公園内に巨大ワニやタコなど複数のサンドアートを制作したグループ「West Coast Project (ウエストコーストプロジェクト)」に、鱈ヶ沢町特別賞(あじがさわスペシャルアワード)を贈りました。突如現れたサンドアートと謎の制作者が話題を呼び、多くのメディアが取り上げたところ、町内外だけでなく県外からも大勢の人が見学に訪れ、町の認知度向上などに大きく貢献したことから贈られたものです。代表の田中健也さんは、「このような賞をいただき大変光栄です」と話し、平田町長は、「若者らしい発想でこれからも頑張ってください」と激励していました。

## はまなす学級第3回学習会・閉講式を開催

11月25日、山村開発センターではまなす学級第3回学習会と閉講式が行われ、約30名が参加しました。

今年は新型コロナウイルス感染症の影響から、全7回を予定していた学習会が3回となってしまいましたが、延べ120名が参加しました。今年最後の学習会では、町教育委員会の木村洋志ディレクターが、梵珠少年自然の家などに勤務していた経験を生かし、「自然の不思議」と題してタンポポやダンゴムシなど身近で生きている動植物について講話を行いました。参加者からは、「身近にいる花や虫、鳥の話が面白かった。来年は外で観察をやってほしい」といった感想が聞こえました。



講師を務めた木村さん(中央)



左から、石岡副組合長、富田組合長、平田町長

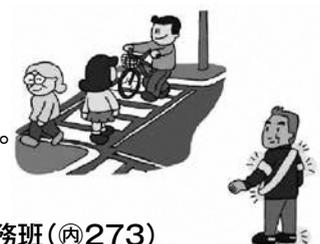
## 鱈ヶ沢町漁協が新設合併を報告

7月31日に合併仮調印を行った鱈ヶ沢漁業協同組合と赤水産漁業協同組合が、12月1日に新設合併して「鱈ヶ沢町漁業協同組合」が誕生しました。

12月2日、理事による組織会で選出された富田重基組合長と石岡清美副組合長が町役場を訪れ、平田町長に合併の報告を行いました。富田組合長は、「合併は持続的な漁業を行うためのもの。漁業者一丸となって頑張っていき、次世代に引き継いでいきたい」と挨拶しました。平田町長は、「漁獲量や魚価の低下など厳しい中で経営基盤が強化されるのは有意義なこと。これからも町として支援させていただきたい」と話しました。

## 加齢による身体機能の変化を自覚して、歩行中の交通事故を防ぎましょう！

- 1 信号機のある交差点や横断歩道など、安全な場所を横断しましょう！
  - ・青信号で渡るときも、右折、左折してくる車に注意しましょう。
- 2 歩くスピードが遅くなってきたことを認識し、危険な横断はやめましょう！
  - ・斜め横断は歩く距離が長くなってしまいます。最短距離を渡りましょう。
  - ・駐停車車両の直前、直後からの横断は、見通しが悪く危険なのでやめましょう。
- 3 反射材をつけて、ドライバーに自分の存在をアピールしましょう！
  - ・反射材は、前後左右に複数つけると効果的です。



閩総務課 総務班(☎273)



# 鯉高通信

## 【特集】

### 「生と性を考える教室」

本校では、2学年対象で「生と性を考える教室」を4回にわたって実施しています。鯉ヶ沢町役場ほけん福祉課の方々の御指導のもとで講義・演習を行い、生と性について考えます。今年度は12月までに2回実施されました。また、1学年では「性に関する講習会」が11月に実施されました。

### 第1回 6月24日(水)

「命の誕生と感動、そして責任」のテーマで講義を受けました。その後、沐浴・調乳・育児技術体験を行いました。講義と体験を通して、子どもへの愛情や親となることへの責任、育児の難しさを理解することができました。



### 第2回 10月7日(水)

「高齢者疑似体験」のテーマで高齢者の特徴についての講話をしていただきました。講話後には視聴覚障害、車イス等の体験学習を行いました。疑似体験することで、高齢者への理解を深めることができました。



### ○1学年「性に関する講演会」

11月11日(水)、講師におおもり女性ヘルスケア研究所の蓮尾豊所長をお招きして「大事にして欲しい自分の心と体」をテーマに講話をしていただきました。講話後にワークシートを記入して振り返り、性に関する理解、正しい知識を得る良い機会となりました。



### 【生徒会新役員の紹介】

11月13日(金)、生徒会役員改選選挙を実施しました。その結果、7名の役員が選出されました。新役員が中心となって、今後の鯉ヶ沢高校を盛り上げてくれることを期待しています。

#### ― 生徒会新役員の抱負 ―

会長 21HR 佐藤 優吏さん  
(鯉ヶ沢中出身)

生徒会長としての自覚を持ち、鯉ヶ沢高校をより良い学校にしていきたいです。

副会長 21HR 寺沢 拓海さん  
(鯉ヶ沢中出身)

私は生徒会副会長として昨年の経験を活かして1年間頑張っていきたいと思います。

副会長 21HR 外崎 大貴さん  
(鯉ヶ沢中出身)

私は生徒会副会長として、これから生徒のお手本となり、行事などは積極的に意見を出して、今までにないほど楽しい行事にします。

書記 21HR 柏木 健佑さん  
(鯉ヶ沢中出身)

私は生徒会役員としての自覚を持ち、今後の学校生活をより良くしていきたいと思っています。

書記 11HR 佐藤 優維さん  
(鯉ヶ沢中出身)

みんなの意見を正確に記録して、まとめていきたいと思うので、これから1年間よろしくお願ひします。

会計 21HR 舘山 綾飛さん  
(鯉ヶ沢中出身)

私は去年の経験を活かして去年出来なかった部分を確実にできるように頑張っていきたいと思っています。

会計 11HR 神 実弥さん  
(鯉ヶ沢中出身)

生徒会会計として生徒会予算を把握し、どのようにお金が使われたかなど少しでも学校を良くして行くため、責任を持って活動していきたいです。



生徒会役員改選に伴う立会演説会の様子

### ～鯉ヶ沢高校行事予定(1月)～

- 3学期始業式 1月14日(木)
- 後期生徒大会 1月22日(金)
- 学年末考査(3学年) 1月25日(月)～28日(木)
- スキー教室(1・2学年) 1月29日(金)

青森県立鯉ヶ沢高等学校 ☎72-2106

# 光信公ゆかりの地紀行8

## 青森県黒石市 くもう一つの城下町く



光信公  
津軽藩始祖  
入部530年

『小説上杉鷹山』で知られる作家の童門冬二は、旅行記『人生の歩き方はすべて旅から学んだ』のなかで、鱒ヶ沢町や弘前市の歴史を訪ね歩き、戦国の世を生き抜いた大浦光信と、後継者である津軽為信の先見力の高さを称賛しています。秋田県横手市、岩手県久慈市、そして鱒ヶ沢町へと流転してきた光信公とその一族の物語は、津軽藩の誕生によって、弘前の地でクライマックスを迎えたのです。

さて今回は、そこからさらに歴史の流れをたどって、津軽藩のもう一つの城下町である青森県黒石市を訪れてみることにしましょう。

軽為信の孫にあたります。明暦元年（1655）に兄の信義が急死し、跡を継いだ4代藩主信政がまだ幼かったことから、徳川幕府は叔父の信英に後見人（藩主の補佐役）を命じました。この時、信英は津軽藩領のうち黒石など5000石の領主として分家しました。以後、津軽家は弘前の本家と、津軽信英を初代とする黒石の分家に分かれることになりました。

黒石津軽家は、信英の後も代々弘前本家を支え続け、文化6年（1809）からは1万石の大名（黒石藩）になりました。

### ■黒石陣屋と城下町

信英は、領主屋敷として黒石陣屋を構え、黒石の町づくりを進めました。

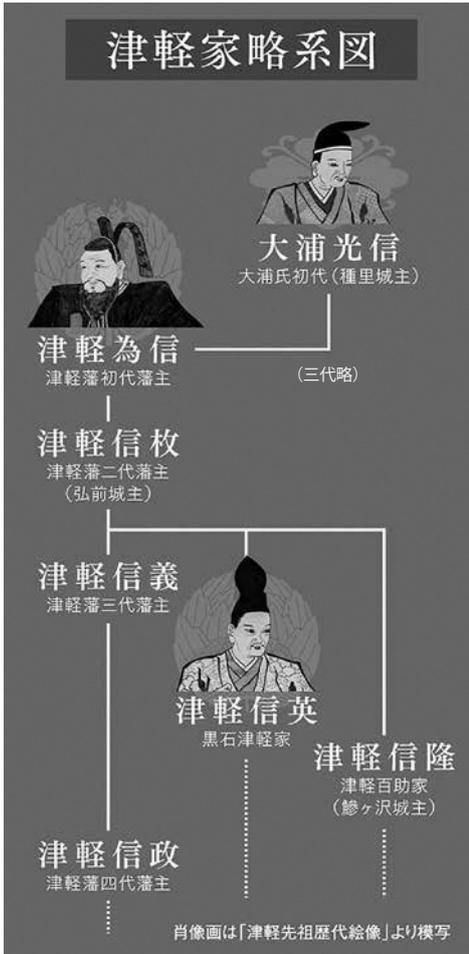
現在の黒石市御幸公園から黒石神社にかけての一带が、黒石陣屋の跡地です。御幸公園には、信英による黒石開町320年を記念して建立された「黒石城趾碑」（黒石津軽家14代承捷揮毫）が歴史を今に伝えていています。

「こみせ通り」で有名な黒石市中町も、津軽信英によって形成された町です。北は青森、南は弘前につながる交通の要所として栄えました。中町の通りには造酒屋、醬油屋、米屋などの商家が建ち並び、一部の商家については現在も営業が行われています。

### ■黒石神社

寛文2年（1662）、信英は43歳で死去し、遺言によって黒石陣屋の一角に埋葬されました。その翌年、信英の一周忌に合わせて御廟所が造営され、弘前津軽家をはじめ多くの人々が参拝に訪れました。明治12年（1879）には、地元の有志らによって、御廟所の場所に黒石神社が建立され今日

## 津軽家略系図



黒石神社（黒石市市ノ町）



中町こみせ通り（国重要伝統的建造物群保存地区）



黒石陣屋跡（黒石市御幸公園）

に至っています。現在は、黒石津軽家15代承公氏が宮司を務めています。黒石市発展の基礎を作った津軽信英公の魂は、今もこの地に眠り、鱒ヶ沢町の光信公と同じように、永く地元の人々に慕われ続けているのです。

（町学芸員 中田）

# 津軽の中の鱈ヶ沢

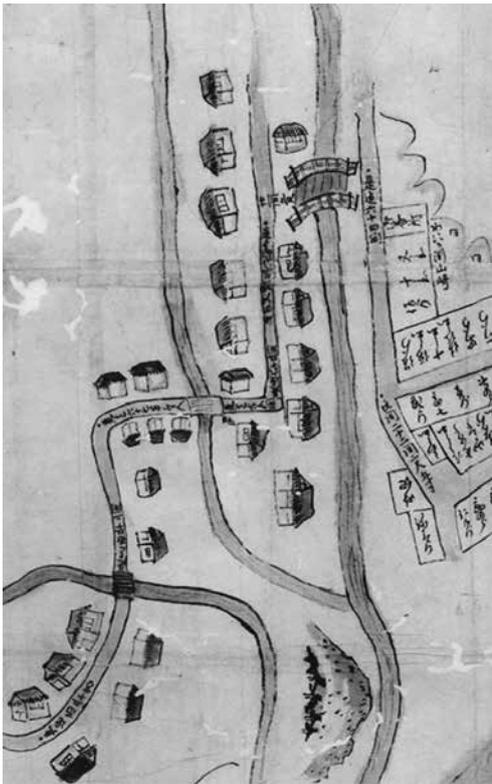
第13回

外から見た鱈ヶ沢⑫  
 松浦武四郎の「東奥沿海日誌」

その8

今回は舞戸村の記述になります。以下、現代語訳です。

：（舞戸橋を越えて）舞戸村。（橋の手前）右の方に在道（中村方面へ行く道）がある。この沢（中村沢）におよそ3万石程の田地が見える。舞戸村は一条（一本道）の町で、出米の仲買人や小商人が多い。また、村の中に中橋（古川橋）があり、渡つてすぐのところ（古川橋）があり、渡つてすぐのところ（古川橋）があり、渡つてすぐのところ（古川橋）がある。舞戸村の氏神である。また少し行くと橋（田浦川橋か）がある。越えて在町。2〜3丁（約200〜300m）行くと舞戸村の端に着く。村全体で300軒余りもある。海岸はみな漁師、後町



17世紀頃の鱈ヶ沢町絵図の舞戸村部分。絵の上部に見える橋が「舞戸橋」で、下に見える山があるところが、もと正八幡宮があった宮浜地区（光信公の館HPより）

は農家である。しばらく行くと坂本がある。ここから坂を上つていけば城下街道（弘前街道）である。浜辺通りを行けば海岸で小石浜である。

田中町から舞戸町へは、現在であれば明海橋が便が良いですが、江戸時代は架かっておらず、もう一つ山手にある舞戸橋を通っていました。また、舞戸橋を越えた先にもう一つ川が流れ、橋が架かっていました。昔の中村川の流れて古川といい、この二つの河川に挟まれた中州が新田町とよみました。現在古川は暗渠（コンクリートで覆われた川）となつていますが、昭和30〜40年代ころまでは橋があつて川岸で鮎釣りをしている人がいたといひます（櫻井冬樹「舞戸のあゆみ」〔舞戸ものがたり〕所収）。

（青森工業高校 葛谷大輔）

写真でふりかえる

## わが町・あの日・あの時 70

～長平のお山参詣～



昭和32年8月23日・工藤平三氏撮影

昭和30年代、当時にぎやかに行われていた長平登山口からのお山参詣の様子を写した貴重な写真です。

西北地方一円から色あざやかなのぼりを掲げた大勢の登拝者が集まり、ご来光を拝むために「サイギ、サイギ」の掛け声とともに岩木山頂を目指しました。そのにぎわいは、岩木山神社のある百沢口にもひけをとらないものだったそうです。（町学芸員 中田）



ムラサキシキブの実（町観光協会提供）

神の森 遊山道の植物図鑑(48)  
 ムラサキシキブ

北海道～九州までの低い山地や丘陵に生える落葉低木。幹は高さ2～3m位、葉は卵形で長さ6～12cm、幅2.5～4.5cm、縁に細かい鋸歯がある。花は6～7月頃に葉の付け根から集散花序を出し、多数の淡紫色の小さな花を群がりつける。萼は短い鐘形で浅く5裂する。花冠は先端4裂し、長さ3～5mm、外面に細かい毛と腺点がある。雄しべ4本、花冠より飛び出している。果実は球形の液果で径約3mm、秋には紫色に熟して美しい。

和名は優美な紫色の果実を平安時代の才媛「紫式部」の名を借りて美化したものである。

解説：千田寿衛（町文化財審議会会長）

毎月1日は「あじがさわ健康の日」

1月のテーマ「ココロの健康」

ストレスとの付き合い方

コロナ禍で日常生活が今までどおりの生活ができないことは、大きなストレスとなります。テレビやインターネットで情報を得ても、怒ったり、不安になったり。心をかき乱されることはありませんでしたか？

ストレスによる心の不調を防ぐためには、日ごろから、ストレスとの付き合い方を意識して過ごすことが大切です。



自分の「ストレスサイン」を知る

ストレスがかかった時、身体面、心理面、行動面に様々な反応を生じます。自分はどの側面に影響が出やすいかを知っておくと、ストレスがかかっていることを知る手掛かりになります。

テレビやスマホから離れ、「情報を遮断する時間」をつくる

新型コロナウイルス感染症に関する情報を繰り返し見ること、脳は興奮状態になります。情報に接し続けることは避け、脳を休息させることが大切です。

「夢中になれる時間」をつくる

辛いことがあっても、それを忘れる時間を持つことができると、ストレスが緩和されることが多いようです。運動や音楽鑑賞など、何かに「夢中になれる時間」を上手に作りましょう。

あなたのストレスサインは？

身体面…食欲不振、頭痛、腰痛、不眠  
心理面…不安、集中力低下、イライラ  
行動面…過食、飲酒、散財、出勤困難

もしも、うつ病になったら

うつ病になる前の自分を取り戻そうと、治療を焦るのではなく、じっくり回復を図ることが大切です。



【1月の乳幼児健診日程】 ※受付時間をご確認のうえ、ご来場ください。

| 健診     | 健診日 [受付時間]                | 場所            | 対象  | 持参するもの                         |
|--------|---------------------------|---------------|---|--------------------------------|
| 3歳児健診  | 1月21日(木)<br>[12:20~12:40] | 中央公民館<br>2階和室 | 平成29年6月・7月・8月生まれ                                    | 母子健康手帳<br>バスタオル<br>送付される問診票 ほか |
| 乳児健診   | 1月28日(木)<br>[13:00~13:20] |               | 3か月児：令和2年9月生まれ<br>6か月児：令和2年7月生まれ<br>10か月児：令和2年3月生まれ | 母子健康手帳<br>バスタオル                |
| すくすく健診 | 1月29日(金)<br>[12:45~13:00] |               | 平成30年6月・7月・8月生まれ                                    | 母子健康手帳<br>バスタオル<br>送付される問診票 ほか |

《令和元年7月17日の「すくすく健診」または5月21日の「1歳6か月児健診」を受診された方へ》  
1月29日の「すくすく健診」にて、フッ化物塗布を実施します。希望される方は、すくすく健診受付にお越しください。【受付時間 13:00~13:10】



五所川原保健所 こころの健康相談

1月14日(木) 13:00~14:00  
電話 0173-34-2108 (要予約)



1月1日~2月28日

「はたちの献血」キャンペーン

始めよう献血 君の勇気が命を救う



## 発熱等の症状があるときの受診方法

令和2年12月から、発熱・咳・だるさ等の症状がある場合、医療機関の受診方法が変わりました。

### 【かかりつけ医がいる方】

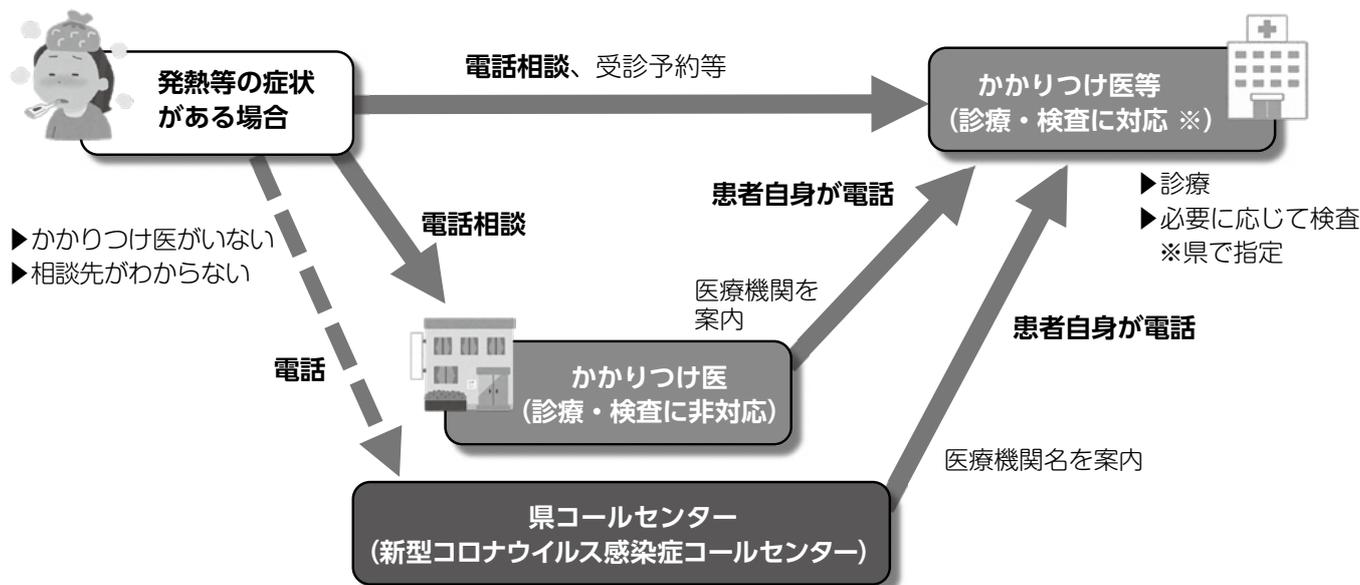
まずは、かかりつけ医に電話相談 → 診察や検査ができる場合：指定された時間に受診  
診察や検査ができない場合：ほかの医療機関を案内してもらう

### 【かかりつけ医がいない方】

県コールセンター（新型コロナウイルス感染症コールセンター）に電話  
☎0120-123-801（フリーダイヤル 土日を含む24時間受付）

### 【新型コロナウイルス感染症患者と接触したなど、心当たりがある方】

五所川原保健所（帰国者・接触者相談センター）に電話 ☎0173-34-2108



## R2年度個別健(検)診受付中

個別健(検)診の申込みは随時受け付けています。まだ受診していない方はぜひご利用ください。

### 特定健診・後期高齢者健診

- 【対象】 40歳以上の国民健康保険加入者  
および後期高齢者医療加入者
- 【料金】 無料
- 【指定医療機関】 鱈ヶ沢病院・越前医院・七ツ石内科
- 【申込先】 ほけん福祉課 国民健康保険班 (☎165)

### 胃がん検診 (胃内視鏡検査)

- 【対象】 50歳以上の昭和奇数生まれ
- 【料金】 2,000円 ※無料クーポンは利用できません
- 【指定医療機関】 鱈ヶ沢病院
- 【申込先】 ほけん福祉課 健康推進班 (☎179)

### 婦人検診

- 【対象】 子宮頸がん検診：20歳以上の昨年度未受診の女性  
乳がん検診：40歳以上の昨年度未受診の女性
- 【料金】 各500円 ※無料クーポンが利用できます
- 【指定医療機関】 申込みの際にお問い合わせください。
- 【申込先】 ほけん福祉課 健康推進班 (☎179)

## 予防接種は冬休み中に受けましょう！

### ●4月に小学校に入学するみなさん

麻しん風しん混合ワクチン (MRワクチン) 2期の接種期限は3月31日までです。

### ●小学校6年生のみなさん

二種混合ワクチンの接種期限は13歳の誕生日の前日です。中学校に入学すると勉強や部活で忙しく接種を逃しがちです。

※上記対象者以外の方も、お子さんの予防接種の受け忘れがないか、改めてチェックしてみてください。

# こんにちは！地域包括支援センターです！！

## ～高齢者虐待を防ぎましょう💡～



高齢者虐待は、誰にでも起こりうる問題です。年間16,000件以上の虐待通報がされており、実際には通報されずに見過ごされている虐待がその何倍にもなるのではないかと考えられています。

### ●高齢者虐待とは？

#### 身体的虐待

- ・叩く、つねる、殴る、蹴る、やけどを負わせるなど
- ・ベットに縛り付ける、意図的に薬を過剰に与えるなど

#### 心理的虐待

- ・排泄などの失敗に対して恥をかかせるなど
- ・子ども扱いする、怒鳴る、ののしる、悪口を言う、無視するなど

#### 経済的虐待

- ・本人のお金を使わせない、必要な金額を渡さない
- ・本人の不動産、年金、預貯金などを本人の意思・利益に反して使用するなど

#### 介護等放棄（ネグレクト）

- ・十分な食事や水分を与えないなど
- ・おむつなどを放置する、劣悪な状態や住環境の中に放置するなど

#### 性的虐待

- ・懲罰的に下半身を裸にして放置するなど
- ・わいせつな行為を強要するなど

▼セルフネグレクト(自らの生命、健康、生活を損なうまま放置している状態)の高齢者も多く、周囲の支援が望まれます。

▼介護施設や医療機関で起こる虐待も問題になっています。

### ●高齢者虐待を防ぐためには？

介護をする人の中には、思い通りにいかない、戸惑い、イライラ、疲労を感じ高齢者虐待へとつながる方もいます。他の家族の協力が得られず、孤独感を感じてしまうこともあります。介護をする人が上手にストレスを発散できるように、早めに予防策を取りましょう。

#### <予防策1>

##### ●認知症について正しく理解しましょう

認知症になると、物忘れ、理解力の低下や徘徊等で介護の負担が大きくなり、イライラして大声で高齢者を怒ったり、手をあげてしまったりなどの虐待になってしまうことも…。接し方を含め、正しく病気を理解することが大切です。認知症カフェも利用してみましょう。

#### <予防策2>

##### ●負担を軽減する方法を探しましょう

家族や近所の人に協力を求めたり、サービスを上手に利用しましょう。高齢者の対応で疑問があるときや、サービスの利用方法がわからない時は、ひとりで抱え込まず、介護事業所や地域包括支援センターなどに相談してみましょう。

#### 接し方で症状は大きく変わります

よくない接し方  
認知症の人を怒ったり、叱ったりする



より症状が悪化する

望まれる接し方  
できないことを責めない、できることをほめる



笑顔になれる

#### さまざまな介護サービス

介護や家事を支援する訪問介護(ヘルパー)、施設で食事や入浴のサービスを受ける通所介護(デイサービス)など、さまざまな介護サービスがあります。





## 母子支援センターだより



### あなたの育児、応援しています!!

「育児」と一言でいっても、お子さんの月齢、年齢、お子さんの人数、家庭環境等でそれぞれ全然違いますよね。

『魔の二歳児』とか『イヤイヤ期』や『第一次反抗期』に突入すると、育児は大変（涙）。ご飯イヤイヤ、お着替えイヤイヤ、お風呂イヤイヤ、眠るのイヤイヤとか。その時期が過ぎてから振り返ると、「もしかして、うちはこれだったのかも!」という〇〇イヤイヤ期がそれぞれにあるかもしれません。

育児で疲れたときは、すやすや眠るお子さんのかわいい♡寝顔をみて、「今日も一日、私は頑張った～」と自分をほめてあげましょうね。そして、「休めるときは休む」「眠れるときは眠る」、自分だけの自分時間を作ったり、疲れやストレスをためないことが大切です。

大変な時期こそ、家族で協力しあうことが大切です。お仕事と家事と育児、バランスをとりながら、家族で助け合っていきましょう。

**年末年始は、普段よりも、夫（パートナー）や家族の方に、家事と育児で活躍してほしいな～と思います。皆さん、よいお正月をお過ごしください♡**

### 母子支援センター利用者からのメッセージ《第48回》

#### ★山中 祐香さん(湯舟町)より★

里帰り出産でした。何回も訪問にきていただき心配事や相談にものってください、助産師の方には大変お世話になりました。

問ほけん福祉課 子ども家庭班 母子支援センター(☎300・301)  
メールアドレス: boshi-center@town.ajigasawa.lg.jp



### 【法テラス鯉ヶ沢法律事務所の概要】

- ◆所在地 〒038-2761  
鯉ヶ沢町大字舞戸町字後家屋敷9-4  
鯉ヶ沢町総合保健福祉センター内
  - ◆業務時間 月～金 9:00～17:00  
(土・日・祝日は休業)
  - ◆電話番号 050-3383-8369
  - ◆業 務
- ①法律相談(面談による相談。事前予約制。)
- ・有料での法律相談
  - ・無料法律相談(収入や預貯金が少ない方。ただし、刑事事件に関する相談は対象外。)
- ※65歳以上のご高齢の方、障がいや病気で外出ができない方など、法律事務所へ赴くことが困難な場合には、弁護士による出張法律相談ができる場合があります。お気軽に法テラス鯉ヶ沢法律事務所までお電話ください。
- ②事件の受任  
訴訟手続代理業務や債務整理代理業務など

#### ～鯉ヶ沢町にお住まいのみなさまへ～

弁護士に相談することなのか分からない場合でもお気軽にお電話ください!!  
お待ちしております(∩∩)ノ

## 法テラス鯉ヶ沢通信 Vol.62

### ☀️ お世話になりました

令和になって2回目の年越しが目前に迫りましたが、当事務所は12月29日～1月3日まで休業日となります。

私は鯉ヶ沢に赴任して2年が経ち、令和3年1月で法テラス鯉ヶ沢法律事務所から異動することとなりました。

鯉ヶ沢に赴任してから公私ともに時間の過ぎ方がとても早く感じられ、それだけ充実していたのだと感じています。

2年間という短い期間ではありましたが、多くの方に支えられながら、活動できたことに心から感謝いたします。

はしもと たかや  
弁護士 橋本 孝也



# 令和3年度分有料広告を募集します

## ◆町公用封筒への広告募集！

～役場の郵便用封筒に、広告を載せてみませんか？～

### 【町公用封筒】

|          |  |
|----------|--|
| 封筒のサイズ・色 | 長形3号（縦23.5cm×横12cm）、グレー                          |
| 広告の規格    | 縦5cm×横10cm                                       |
| 広告の掲載場所  | 封筒うら面  |
| 募集広告数    | 3枠（1企業につき1枠まで）                                   |
| 主な内容物    | 役場各課の発行物（会議案内、各種通知、一般通信文書等）                      |
| 発行予定枚数   | 15,000枚  |
| 封筒の使用期間  | 令和3年4月1日から、上記発行枚数を使い切るまで                         |
| 広告料      | 町内の広告主 53,400円 / 町外の広告主 64,100円（※発行枚数15,000枚の場合） |



### 【介護保険封筒】

|          |  |
|----------|--|
| 封筒のサイズ・色 | 洋形4号（縦10.5cm×横23.5cm）、茶色                         |
| 広告の規格    | 縦7cm×横8cm  |
| 広告の掲載場所  | 封筒うら面  |
| 募集広告数    | 2枠（1企業につき1枠まで）                                   |
| 主な内容物    | 納入通知書送付、還付・65歳到達通知書等                             |
| 発行予定枚数   | 10,000枚  |
| 封筒の使用期間  | 令和3年4月1日から、上記発行枚数を使い切るまで                         |
| 広告料      | 町内の広告主 39,900円 / 町外の広告主 47,800円（※発行枚数10,000枚の場合） |



## ◆町指定ごみ袋への広告募集！

町指定ごみ袋は、町内のほとんどの事業所や世帯で使用され、年間約50万枚が消費されている宣伝効果の高い広告です。ぜひ、町指定ごみ袋の有料広告をご利用ください。

### 1. 町指定ごみ袋の概要

| 種類 | サイズ         | 包数     | 色           | 印字色 |
|----|-------------|--------|-------------|-----|
| 大袋 | 縦80cm×横65cm | 1包20枚入 | 半透明<br>うす茶色 | 青   |
| 中袋 | 縦65cm×横55cm |        |             |     |
| 小袋 | 縦65cm×横40cm |        |             |     |



### 2. 広告の規格、広告料など

| 掲載場所     | 広告サイズ           | 作成予定枚数   | 募集枠数 | 募集者数      | 広告料(税込)                    |
|----------|-----------------|----------|------|-----------|----------------------------|
| 大袋（表面下部） | 縦16.8cm×横30.8cm | 260,000枚 | 1セット | 町内又は町外の1社 | 町内 305,560円<br>町外 366,670円 |
| 中袋（ // ） | 縦14.4cm×横26.4cm | 150,000枚 |      |           |                            |
| 小袋（ // ） | 縦12cm×横22cm     | 75,000枚  |      |           |                            |
| 合計       |                 | 485,000枚 |      |           |                            |

※広告料は大中小袋の各1枠（計3枠分）を1セットにした料金です。

※広告の印字は1色刷りで町が印字するものと同色とします。

### 3. 広告掲載期間 令和3年6月頃から約1年間

※ただし、各販売店の在庫数に応じて延長することがあります。

## ◆封筒・ごみ袋への広告申込受付期間：令和3年1月4日（月）から1月15日（金）まで

※予定枚数及び広告料が変わる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

■申込方法⇒『広告掲載申込書』『団体概要』及び『広告のデザイン（WordやPDF等データ）』を持参か郵送、または電子メール（[ajikoho@town.ajigasawa.lg.jp](mailto:ajikoho@town.ajigasawa.lg.jp)）のいずれかの方法により、下記担当までお申込みください。その他不明な点はお問合せください。

広告掲載申込書および団体概要は町ホームページからダウンロードできます。 申・圃総務課 総務班(☎213)

## 令和3年度認定こども園・保育所新規入所児童募集！ 継続在園児は現況届の提出が必要です！

令和3年4月に認定こども園・保育所への入所を希望するお子さんを募集します。また、現在入所中で、継続利用する場合には、現況届の提出が必要です。

入所に関する詳細は、ほけん福祉課及び町内各認定こども園・保育所で配布している案内チラシをご覧ください。

◆申請書類配布場所：ほけん福祉課 子ども家庭班  
町内各認定こども園・保育所

### 【町内認定こども園・保育所一覧】

| 施設名      | 施設の種別       | バス送迎 | 通常保育以外の事業               | 電話番号    | 所在地  |
|----------|-------------|------|-------------------------|---------|------|
| ☐鱒ヶ沢こども園 | 幼保連携型認定こども園 | なし   | 一時預かり・病後児保育・地域子育て支援センター | 72-2067 | 本町   |
| 私舞戸保育所   | 幼保連携型認定こども園 | あり   | 一時預かり・延長保育(19時まで)・子育て支援 | 72-2277 | 舞戸町  |
| 私たていし愛児園 | 保育所型認定こども園  | あり   | 一時預かり・子育て支援             | 72-1246 | 建石町  |
| 私つくしの森   | 保育所型認定こども園  | あり   | 一時預かり・祝日保育・子育て支援        | 72-2704 | 北浮田町 |
| 私みなみ保育園  | 保育所         | あり   | 一時預かり・祝日保育・子育て支援        | 79-2530 | 館前町  |

※☐鱒ヶ沢こども園は、令和3年度(令和4年3月31日)をもって閉園予定です。入所希望の方は、ほけん福祉課 子ども家庭班までご相談ください。 ☐ほけん福祉課 子ども家庭班(☎149)または各認定こども園・保育所

◆対象児童：鱒ヶ沢町に住民登録があるお子さん

◆受付期間：1月6日(水)～29日(金)

◆受付場所：新入児 ⇒ ほけん福祉課

継続児 ⇒ 利用中の各施設

町外施設利用児 ⇒ ほけん福祉課



※マイナンバー制度により、新入児の申込みの際は、本人確認(番号確認と身元確認)が義務付けられています。ご理解・ご協力をお願いします。

※上記期間終了後も、募集は随時行っています。

## 要介護認定者に対する所得税、町・県民税の障害者控除について(税申告用)

障害者手帳等の交付を受けていない65歳以上の方で、要介護・要支援の判定を受けている要件にあてはまる場合は、所得税や町・県民税の申告の際に障害者控除対象者認定書を添付することで障害者控除が受けられます。

控除対象者は、被保険者本人または被保険者を扶養控除対象者としている親族です。

詳しくは、下記までお問合せください。



☐・☐ほけん福祉課 介護保険班  
(☎164・169)

| 障害者控除の対象となる要件                               | 障害者の区分       | 所得控除額          |                |
|---|--------------|----------------|----------------|
|   |              | 所得税            | 町・県民税          |
| ◆要介護概ね1～3の高齢者<br>◆要介護認定されており、日常生活自立度Ⅱa～Ⅲbの方 | 障害者          | 27万円           | 26万円           |
| ◆要介護概ね4～5の高齢者<br>◆要介護認定されており、日常生活自立度Ⅳ～Ⅴの方   | 特別障害者(同居の場合) | 40万円<br>(75万円) | 30万円<br>(53万円) |

●対象となる基準は令和2年12月31日現在の状況で判定します。判定の結果、非該当となる場合もあります。  
●障害者手帳を交付されていて障害者控除の対象となる方でも、介護度が4～5など要件を満たしていれば特別障害者控除の申請が可能です。  
●認定書の交付は、被保険者一人につき1通のみの交付となります。  
●申請手続き前に介護保険被保険者証(オレンジ色)により介護度を確認してください。認め印をご持参のうえ、町役場ほけん福祉課介護保険班へお越しください。  
●被保険者の状態を確認する必要があることから認定書は後日郵送されます。

## 冬のインフルエンザ流行期に備えた医療機関の受診方法

毎年、冬のインフルエンザ流行期には、多くの発熱患者さんが医療機関を受診しますが、加えて、本年は、新型コロナウイルス感染症の更なる感染拡大が懸念されるところです。

新聞報道等でご承知のとおり、この同時流行に備えて、12月1日からは、発熱等の症状がある人はかかりつけ医に電話相談することになりましたので、鱒ヶ沢病院をかかりつけ医としている方は鱒ヶ沢病院に電話相談していただき、かかりつけ医のいない方は県の新型コロナウイルス感染症コールセンターに電話して案内を受けることになりますのでよろしくお祈りいたします。

なお、年末年始の休みの際、鱒ヶ沢病院救急センターを発熱症状で受診される場合にあっては、事前に電話で相談してから来院されるようお願いいたします。

※新型コロナウイルス感染症コールセンター連絡先：0120-123-801(フリーダイヤル)

☐鱒ヶ沢病院[☎72-3111]

## 農業機械等導入を検討されている皆さまへ 国の補助事業が活用できます

令和3年度に金融機関からの融資で農業用機械の導入を検討されていて、下記に該当する方は国の補助事業を活用することができます。ご希望の方は提出書類を準備のうえ、農林水産課農業経営班にお申込みください。

- ◆事業名：強い農業・担い手づくり総合支援交付金（地域担い手育成支援タイプ）
- ◆助成対象者および配分基準ポイント  
人・農地プランに位置付けられた中心経営体等（認定農業者・新規就農者等）で経営規模の拡大や農業の6次産業化等に取り組んでいる方。
- ◆補助率：事業費の3/10以内（上限300万円）
- ◆対象：事業費が整備内容ごとに50万円以上で、耐用年数がおおむね5年以上20年以下であること
- ◆提出書類：見積書、カタログ
- ◆申込期限：令和3年1月22日（金）

## 果樹農家の皆さまへ りんごの改植・園地整備のご案内 ～果樹経営支援対策事業・果樹未収益期間支援事業～

令和3年度にりんご改植・特認事業（防風網等）を実施したい方は、下記のとおり事業要望の受付を開始していますのでお申込みください。

- ◆事業対象者：認定農業者／果樹経営面積が1.0ha以上の農家／果樹経営面積が0.8ha以上のエコファーマー資格所有者／認定新規就農者
- ◆補助率：定額又は定率1/2以内
- ◆提出書類：申込用紙に事業内容及び面積等を記入し提出してください（特認事業の場合は見積書含む）
- ◆申込期限：令和3年3月1日（月）
- ◆受付場所  
つがるにしきた農協 つがる白神統括支店[☎72-2783]  
町役場 農林水産課 農業経営班(☎261)
- ※特認事業を実施する園地は果樹共済等に加入している必要があります。

◇留意事項：上記2つはいずれも事業内容等に変更が生じることがあります。また、申込みされても採択されない場合もありますので、あらかじめご了承ください。  
申・圃農林水産課 農業経営班(☎261)

## 2月1日（月）は

【第7期】国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料 の納期限となっています。

～納め忘れのないようお願いします～

□座振替で納付いただいている方は、納期限までに□座残高の確認をお願いします。

《お詫びと訂正》広報あじがさわ12月号に以下の誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。

◆訂正箇所：11ページ

「令和2年度納税作品」入賞作品紹介  
名前の敬称誤り 【正】今 琥珀さん 【誤】今 琥珀君

## ★今月のおすすめ本★

《一般書》「一等星の恋」

著：中澤日菜子／出版社：小学館

天体観測が趣味の玲史が心を震わせる憧れの彼女。

いつも会うのは暗闇の中。顔はわからない。

玲史は、二人で交わしたある約束を心待ちにするが…切なさの中に、ひとさじ恋愛ミステリー要素を加えて。

最終話、『星を拾う』は文庫化にあたっての特別書き下ろし作品。



《児童書》「モテる大人になるための50の秘密指令」

絵：P・バッカラリオ、E・ハウレギ

出版社：太郎次郎社エディタス

『13歳までにやっておくべき50の冒険』に続く、イタリア発の人気冒険ガイドシリーズの第2弾。親を観察、炊事に洗濯、家系図作成、デートの誘い、忍者…。

冒険好きの君に、伝説のスパイから指令が届いた。どんなミッションも華麗に、かつスマートに。秘密調査員になって、□うるさい親たちにバレないように挑戦し、モテる大人の秘密を入手せよ！



おすすめ本は、日本海拠点館図書コーナーで貸出をしていますので、ぜひご利用ください。

新刊図書は好評につき、貸出中の場合があります。1人2冊までの貸出制限にご理解とご協力をお願いいたします。（予約可）

◇開館時間 9:00～18:00

◇休館日 月、火曜日

（図書コーナーのみ第4木曜日もお休みです。）

圃日本海拠点館 図書コーナー[☎72-5555]

## 短期水泳教室（冬季）受講生募集

鱈ヶ沢スイミングクラブでは、「短期水泳教室」を下記のとおり実施します。

近年の習い事ランキングで常に上位の水泳は、運動神経の発達・心肺機能を高めるだけでなく、成長期の心身の発達・発育に大きな効果が期待できます。ぜひ、この冬休みを利用して楽しく泳ぎを覚えてみませんか？

◆日時：令和3年1月6日（水）～1月10日（日）の5日間

・1月6日～8日（練習）

幼児：15:30～16:30

学童：16:30～17:30

・1月9日（練習）

幼児：15:00～16:00

学童：16:00～17:00

・1月10日（練習・テスト）

幼児・学童：15:00～16:00

◆場所：室内温水プール

◆対象：幼児（5歳児以上）、学童（小学生）

◆募集人数：30名 ◆受講料：5,000円

◆申込先：所定の用紙に記入のうえ、プール窓口またはFAXにてお申込みください。

◆申込締切：令和2年12月27日（日）

圃・圃室内温水プール[☎72-5700/FAX72-5701]

## 新型コロナウイルス感染症で影響を受けた中小企業者の固定資産税を軽減します

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、厳しい経営環境に直面している中小企業者の税負担を軽減するため、令和3年度課税の1年分に限り、償却資産及び事業用家屋に係る固定資産税の課税標準が2分の1またはゼロとする特例措置が設けられました。

◆対象となる方：中小事業者（個人・法人）

- ・資本金の額または、出資金が1億円以下の法人
- ・資本または出資を有しない法人の場合は常時使用する従業員の数が1,000人以下の法人または常時使用する従業員の数が1,000人以下の個人など。

※個人の所有する居住用の家屋は対象外です。事業用家屋と居住用家屋が一体となっている家屋については、家屋の事業専用割合に応じた部分が特例の対象となります。

◆軽減率：令和2年2月から10月までの連続する任意の3か月間の事業収入が、前年の同期間と比較して30%以上減少した場合、減少割合に応じて軽減率が変わります。

| 連続する3か月間の事業収入の減少割合 | 軽減率  |
|--------------------|------|
| 50%以上              | 全額   |
| 30%以上50%未満         | 2分の1 |

◆申請期間：令和3年1月4日（月）～2月1日（月）

◆申請場所：総合窓口課 課税班

◆申請方法：認定経営革新等支援機関等（商工会、税理士、公認会計士など）で要件を満たしていることの確認を受けて、下記の書類を持参のうえ、申請ください。

- ①固定資産税の課税標準の特例措置に関する申告書（町ホームページに記載）
- ②新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少したことの分かる書類（会計帳簿や青色申告決算書の写し）
- ③事業用家屋がある場合は、事業専用割合の分かる書類（青色申告決算書や収支内訳書の写し）
- ④認定経営革新等支援機関等に提出した書類
- ⑤印鑑

☎総合窓口課 課税班(☎132、131)

## 町内医療機関の年末年始の診療日

町内医療機関の年末年始（12月29日～1月3日）の診療日は以下のとおりです。

なお、受診される際は、必ず記載されている電話番号に受診可能か確認してください。

| 医療機関名          | 年末年始の診療日                   |                            |                            |       |                            |       | 電話番号    |
|----------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|-------|----------------------------|-------|---------|
|                | 29日(火)                     | 30日(水)                     | 31日(木)                     | 1日(金) | 2日(土)                      | 3日(日) |         |
| 鱈ヶ沢病院          | —                          | —                          | —                          | —     | —                          | —     | 72-3111 |
| 越前医院           | 午前<br>7:00~11:30           | 午前<br>7:00~11:30           | —                          | —     | —                          | —     | 72-2277 |
| あじがさわ<br>クリニック | 午前<br>9:00~12:00<br>救急診療のみ | 午前<br>9:00~12:00<br>救急診療のみ | 午前<br>9:00~12:00<br>救急診療のみ | —     | 午前<br>9:00~12:00<br>救急診療のみ | —     | 72-5200 |
| 七ツ石内科          | 通常診療                       | 通常診療                       | —                          | —     | —                          | —     | 72-2879 |

※鱈ヶ沢病院は救急診療のみ受け付けます。

医療機関にかかる時のお願い

- ・複数の医療機関を受診することにより感染を拡大した例がありますので、複数受診することはお控えください。
- ・医療機関を受診する際にはマスクを着用するほか、手洗いや咳エチケット（咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖やひじの内側を使って、口や鼻を押さえる）の徹底をお願いします。

☎ほけん福祉課 健康推進班(☎175~179)

**国税納税証明書のオンライン請求**

入札参加資格審査申請に伴い、国税の納税証明書が必要な方へのご案内です。

現在、税務署では、スマートフォンやタブレット端末等で納税証明書を請求するオンライン請求を勧めております。

主な利点として、手数料が400円のところ370円と安価での請求が可能となること、また、窓口での待ち時間が短縮できます。

なお、電子証明書やICカードリーダーライターが無くてもオンライン請求が可能となっておりますので、ぜひ、この機会にオンライン請求をご利用ください。

詳しくは、国税庁ホームページ (<https://www.nta.go.jp>) をご確認ください。

**五所川原税務署 管理運営・徴収部門**  
【☎0173-34-3136】

**45歳以上対象「シニア向け合同企業説明会」**  
~参加費無料、申込不要、入退場自由、履歴書不要~

※シニアの雇用に積極的な企業の担当者が会社概要、お仕事の内容をご説明します。

※ハローワーク・シルバー人材センター・産業雇用安定センター・カウンセリングのブースもあり、様々なご相談ができます。

※「採用につながる応募書類のポイント」のミニセミナーも開催します。

※当説明会は雇用保険受給資格者の求職活動として認められます。

◆参加対象者：45歳以上の就職活動中の方

◆参加企業：各会場15社程度

◆会場・日時

八戸会場 令和3年1月26日(火)

ユートリー 1階 多目的大ホールB

弘前会場 令和3年1月28日(木)

ヒロロ 4階 弘前市民文化交流館ホール

※時間はいずれも13:00~16:00

(受付12:30~15:30)

※希望者個別相談 16:00~17:00

※このセミナーは雇用保険受給資格者の求職活動として認められています。

**甲・圏ネクストキャリアセンターあおもり**  
【☎017-723-6350】

メール: chuukounen@ims-hirosaki.com

**農業用免税軽油使用者証・免税証の交付申請仮受付**

令和3年4月から使用する農業用免税軽油使用者証・免税証の交付申請を次のとおり仮受付します。希望される方は必要書類を揃え、申請してください。

なお、令和3年度税制改正により免税軽油制度が継続されない場合は、免税証は交付できません。制度が継続された場合に、仮受付を行った方に免税証を4月上旬に交付する予定ですので、あらかじめご了承ください。

また、新型コロナウイルス感染症予防のため、マスク着用等のご協力をお願いします。

◆日時：令和3年1月4日(月)

~1月29日(金)

9:00~15:00

◆場所：青森県五所川原合同庁舎 県税部内  
五所川原市栄町10(警察署隣)

◆必要書類等

①印鑑(認め印)

②耕作証明書(町農業委員会で発行したもの)

③免税軽油使用者証(初めて申請する方を除く)

④返信用郵便切手414円分

⑤使用機械の譲渡証明書

(初めて申請する方及び使用者登録機械に追加のある方のみ)

⑥県証紙400円分

(初めて申請する方、使用者証の有効期限が切れる方、使用者証登録機械に変更のある方、使用者証を紛失した方)

※その他、必要書類等に関するお問合せは、下記にお電話ください。

**甲 西北地域県民局 県税部課税課**

【☎0173-34-2111】



**鱒ヶ沢町地域職業相談室のご案内**

鱒ヶ沢町地域職業相談室は、ハローワークと鱒ヶ沢町の共同運営施設です。お仕事の内容や応募条件の確認、面接対策やお応募書類の書き方など、皆さまのお仕事探しのお手伝いを行っております。また、全国のハローワークで受付した求人票を見ることができ、求人は毎日更新されております。ぜひ、お気軽にご利用ください。

◆利用日：月曜日~金曜日

(土日祝・年末年始除く)

◆時間：9:30~17:00

◆場所：鱒ヶ沢町中央公民館1階

**甲 鱒ヶ沢町地域職業相談室**【☎72-3124】

**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青森県最大の移住イベント「青森県合同移住フェア」に鱒ヶ沢町も参加します。

このフェアでは、参加市町村による個別相談のほか、「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ターンにまつわる様々な疑問にお答えします。

首都圏在住の青森県出身者の皆さまのご参加をお待ちしております。

◆日時：1月9日(土)10:00~17:00

◆場所：CIRQ新宿イベントホール

東京都新宿区3-33-1

IDC OTSUKA

新宿ショールーム8階

※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。

新型コロナウイルス感染症の影響により中止となる場合があります。

**甲・圏青森県地域活力振興課**

移住・交流推進グループ

【☎017-734-9174】

メール: ijukoryu@pref.aomori.lg.jp

--- 社会福祉法人 音羽会 ---

〒038-2712 鱒ヶ沢町大字長平町字甲音羽山 65-412

**介護老人保健施設 ながだい荘(入所・通所)**

☎0173-72-1122

**グループホーム うぐいすの里**

☎0173-72-1314

〒036-8066 弘前市向瀬瀬字豊田 319-1

住宅型有料老人ホーム・サービス付き高齢者向け住宅

**シニアシティ弘前**

☎0172-55-5858

天然温泉、全個室：エアコン・トイレ・洗面台・ミニキッチン

(IHヒータ)付

ホームページ <http://otowakai.or.jp/>

カイロプラクティックとは・・・  
全身骨格調整の他に食事・運動・睡眠の生活習慣の改善を含んだ治療法です。

生活習慣を見直して **免疫力UP!**

カイロプラクティック 通常料5,000円のところ **3,000円**  
\*2回目以降4,000円

★寝返りはできていますか? **睡眠(休息) 物理療法 50%**

★枕は自分の首に合っていますか?

★朝起きた時、体痛くないですか?

★骨格調整で筋肉のバランスを整え血流改善

★体の中から変えていく事も大切

★食事(栄養) **20%**

★運動(活動) **20%**

★自宅で骨盤・背骨の歪みをとる運動

完全予約制 ~カイロでウイルスに負けない体に!~

090-7328-0403 ミラクル鱒ヶ沢店 神楽

広報あじがさわ有料広告

**青森県司法書士会が相続登記・遺言相談センターを開設しました**

青森県司法書士会では、11月から相続登記・遺言相談センターを開設しました。相続登記の専門家として、相続登記や遺言に特化し、皆さまの相談に応じてまいります。

相談は予約制です。

- ◆開催日：常時（平日のみ）
  - ◆時間：10：00～16：00
  - ◆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）
  - ◆相談予約電話：0120-760-230
- ※相談は無料ですが具体的な手続きが必要になる場合には、別途費用がかかりますので相談員にご確認ください。

青森県司法書士会  
☎017-776-8398

**ハラスメント対策の総合サイトはこちら！**

令和2年6月1日（中小事業主は令和4年4月1日）よりパワーハラスメント防止措置が事業主の義務になるなど、職場におけるハラスメント対策が強化されているところです。以下のサイトを参考に、ハラスメント対策に乗り出しましょう。

あかるい職場応援団

<https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/>

- ハラスメント対策の総合情報サイト！  
「悩んでいる方」「管理職の方」「人事担当の方」の立場に応じた情報がまとめられています。
  - 「ハラスメントって何？」の基本から、「実際の対応はどうするか？裁判例は？ほかの企業は？」の実践まで解説が充実しています。動画でも学べます！
  - そのほか、Q&Aや、関係パンフレットも充実していますので、ぜひご覧ください。
- 青森県労働基準監督署 監督・安衛課  
☎0173-35-2309

**肺がん、中皮腫など石綿関連疾病に罹った方への補償・救済のお知らせ**

石綿を吸い込むことにより発症する疾病には、肺がん、中皮腫、石綿肺、びまん性胸膜肥厚、良性石綿胸水など呼吸器系疾病が多く、その潜伏期間は石綿を吸ってから30年以上と非常に長いことが特徴です。

これらの呼吸器系疾病が石綿を吸ったことが原因であると認定された方には、国が運営する労災保険制度もしくは石綿健康被害救済制度から各種給付を受けることができます。

もし、皆さんのご家族のなかで、仕事で石綿を取扱い、または吸ったことがあり、肺がん、中皮腫等の呼吸器系疾病に罹った方、もしくは亡くなられた方がおられましたら、下記へご相談ください。

青森労働局 労災補償課  
☎017-734-4115

**全国一斉B型肝炎訴訟無料電話相談会**

B型肝炎被害対策東北弁護団の弁護士が、無料電話相談をお受けします。

- ◆日時：令和3年1月23日（土）  
10：00～18：00
- ◆対象：B型肝炎患者またはそのご家族、患者が亡くなっている場合、その相続人
- ◆相談電話：022-721-3072、022-722-3073  
※通話料はかかりません。

青森県B型肝炎被害対策東北弁護団事務所  
（小野寺友宏法律事務所内）  
☎0120-76-0152

**福祉のお仕事へようこそ！**

青森県福祉人材センター・バンクでは、福祉のお仕事の職業紹介を無料で行っています。

電話やWEBによる職業相談、ネットで簡単に求職登録ができます。福祉の仕事をお探しの方は下記まで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

**45歳以上の方の再就職支援セミナー**

ネクストキャリアセンターあおもりでは、採用されるための就職活動のポイントについて、中高年齢者に特化した内容のセミナーを開催します。参加は無料です。

- ◆会場・日時  
弘前会場 令和3年1月19日（火）  
弘前市総合学習センター 4階 第4研修室  
青森会場 令和3年1月22日（金）  
県民福祉プラザ 4階 多目的室4B  
八戸会場 令和3年1月29日（金）  
友の会福祉会館 2階第1会議室  
時間：13：30～15：30  
※希望者個別相談 16：00～17：00  
※このセミナーは雇用保険受給資格者の就職活動として認められています。

青森県ネクストキャリアセンターあおもり  
☎017-723-6350  
メール：[chuukounen@ims-hirosaki.com](mailto:chuukounen@ims-hirosaki.com)

**青森県立弘前高等技術専門校入校生募集**

青森県立弘前高等技術専門校では、令和3年度入校生を募集します。詳しくは下記までお問合せください。

- ◆定員：造園科15名、配管科20名
- ◆訓練期間：1年間
- ◆対象者：離職者、求職者
- ◆募集期間：1月6日（水）～2月7日（日）
- ◆申込先：最寄りのハローワーク
- ◆試験日：2月14日（日）
- ◆試験科目：作文、面接

青森県立弘前高等技術専門校  
☎0172-32-6805

**青森県立障害者職業訓練校入校生募集**

青森県立障害者職業訓練校では、令和3年度入校生を募集します。詳しくは下記までお問合せください。

- ◆定員：デジタルデザイン科15名、OA事務科15名、作業実務科10名
- ◆訓練期間：1年間
- ◆対象者：デジタルデザイン科・OA事務科は知的障害のない方  
作業実務科は知的障害のある方
- ◆募集期間：1月4日（月）～2月4日（木）
- ◆申込先：最寄りのハローワーク
- ◆試験日：2月12日（金）
- ◆試験科目：適性検査、面接

青森県立弘前高等技術専門校  
☎0172-32-6805

広報あじがさわ有料広告

医療法人 敬生会

**越前**

循環器内科  
呼吸器内科  
内科

**医院**

院長 越前 崇

舞戸町字上富田220-1 ☎72-5151(代)



介護老人保健施設

**いらがみのさと**

深浦町大字関字小島崎53-1  
☎84-3111(代)

健康  
万歩計

健康万歩計は、西北五医師会が、皆さんが健康で元気に過ごすための必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。  
(広報あじがさわでは不定期で掲載しています。)

《今月のドクター》

岩村有泰先生

市浦医科診療所 所長



## 新型コロナとインフルエンザ

2019年12月に中国で発生した新型コロナウイルス感染症(COVID-19)は、急速に世界中に広がり、2020年10月中旬の段階で、全世界で累計感染者数約3,840万人、死亡者数約109万人と報告されています。国内においても、2020年1月15日に最初の患者が報告されて以降、患者数は増加し続け、10月15日時点で累計感染者数91,520人、死亡者数1,649人となっています。患者数は5月上旬をピークに一旦減少し、全国で緊急事態宣言が解除されましたが、その後も再増加がみられ、第2波が続いています。

ところで、季節性のインフルエンザの流行が、世界中で全くと言っていいほど起きていません。一般的にインフルエンザが流行しやすい冬を過ぎた南半球はもちろん、これから流行期を迎えるはずの日本でも今のところ患者数が例年より極めて少ないようです。

その理由は3つ程考えられます。1つは手洗いの徹底やマスクの着用といった新型コロナ対策がインフルエンザ予防にも役立っていること。2つ目は「ウイルス干渉」が起こっているのではないかとのこと。ウイルス干渉とは、あるウイルスの流行が、他の種類のウイルスの流行を妨げる現象のことです。3つ目は、国際的な人の移動が制限され、インフルエンザウイルスの流入を防いでいることが挙げられます。



しかし、この冬はどうなるか分かりません。新型コロナに対するワクチンや、特効薬がまだない今、新型コロナとインフルエンザの同時流行に備えて対策することが大切です。

その対策の1つがインフルエンザワクチン(予防接種)です。インフルエンザの感染予防と重症化予防の効果があります。またインフルエンザワクチンは、もしかしたら新型コロナにも良い影響があるかもしれないという研究(インフルエンザの予防接種を受けていた人は、そうでない人よりもインフルエンザだけでなく、新型コロナによる重症化リスク・死亡リスクが減った)も出てきています。

まだインフルエンザワクチンを接種していない方は、接種をお勧めします。

その他にも、盛んに言われている新型コロナ感染予防対策を徹底し、適切な生活習慣(一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙、十分な睡眠など)を心がけること、ストレスをためないことも大切です。

最後に皆様にお願ひがあります。かぜ症状で医療機関を受診される場合、来院前にお電話をして下さい。かぜだと思っていたらコロナだったということがあるからです。もし連絡がないまま受診された場合、受付や診察室で他の患者さんや職員にコロナを広げてしまう危険性が増します。おそらくその医療機関は2週間以上休診になってしまうでしょう。受診前に電話連絡頂けるとコロナ院内感染のための防止措置ができます。御協力をお願いいたします。



**セツ石内科**

鯨ヶ沢町大字セツ石町27-1

TEL 0173-72-2879



厚生労働大臣認定

今労働衛生コンサルタント・産業医事務所

院長 今 昭人

■受付時間/午前 8:30~13:00

午後 14:30~18:00

■休診日/木曜日・日曜日・祝日

広報あじがさわ有料広告

# 年末年始期間は公共施設等をお休みします

年末年始（令和2年12月29日から令和3年1月3日）期間の公共施設等は、下記のとおり休業となります。町民の皆さまにはご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

## ★公共施設（指定管理施設含む）

|                                    |   |
|------------------------------------|---|
| 町役場<br>[☎72-2111]                  | 12月29日(火)～1月3日(日)                                     |
| 鱒ヶ沢病院<br>[☎72-3111]                |   |
| 室内温水プール<br>[☎72-5700]              | 12月28日(月)～1月5日(火)<br>※1月4日～5日は通常の休館日                  |
| 中央公民館<br>地区公民館                     | 12月29日(火)～1月3日(日)                                     |
| 日本海拠点館<br>(図書コーナー含む)<br>[☎72-5555] | 12月28日(月)～1月5日(火)<br>※12月28日、1月4日～5日は<br>通常の休館日       |
| 斎場                                 | 12月31日(木)～1月2日(土)<br>※ペットの火葬は<br>12/29(火)～1/5(火)の期間不可 |
| 海の駅わんど<br>[☎72-6661]               | 1月1日(金)～3日(日)<br>※12/31(木)は午後3時まで、<br>1/4(月)から平常どおり営業 |

## ★ごみ収集

【収集業務】12月31日(木)～1月3日(日)

各町内のごみ集積所は、きれいに利用しましょう。ごみ袋はきちんと縛り、風に飛ばされたり、カラス等に荒らされたりしないよう工夫し、近所迷惑にならないようにしましょう。

1月4日(月)から通常どおりごみ収集業務が行われますが、開始後の1週間はごみが大量に出ます。ごみ集積所の大さなどを考慮し、小分けに出すようご協力をお願いします。

★新年も3つの「きる」で生ごみを減らそう！

- ・食材は使い「きる」
- ・料理は食べ「きる」
- ・生ごみは水気を「きる」

■エコクリーンアファイ（晴山）への自己搬入についても、上記期間は受付できませんのでご注意ください。1月4日(月)からは通常どおり自己搬入の受付を行います。

エコクリーンアファイ [☎76-3700]

\*ごみ収集に関するお問合せは下記まで

問総合窓口課 生活衛生班(☎129・130)

## 今月の戸籍の窓

※下記は、関係者に確認のうえ、了承を得た方のみ掲載しています。

～お悔やみ申し上げます～  
(11月16日～12月15日届出分)

|             |      |
|-------------|------|
| 石澤賢一 (89歳)  | 中村町  |
| 神京子 (87歳)   | 坂本二  |
| 對馬久雄 (82歳)  | 鬼袋   |
| 小山内榮一 (84歳) | 館    |
| 斉藤富雄 (86歳)  | 南浮田町 |
| 原田鈴子 (78歳)  | 小夜   |
| 長谷川穠雄 (81歳) | 北浮田町 |
| 内山リサ (93歳)  | 牛島   |
| 崎野京子 (83歳)  | 舞戸本町 |
| 工藤フミエ (90歳) | 細ヶ平  |
| 清野眞志隆 (82歳) | 館前   |
| 木村千代光 (77歳) | 山田野  |

～こんにちは！赤ちゃん～  
(11月16日～12月15日届出分)

|       |     |     |      |     |      |   |     |     |
|-------|-----|-----|------|-----|------|---|-----|-----|
| 齋藤葛西木 | 葵有魁 | 衣叶壺 | (裕介) | (健) | (輝昭) | 館 | 三ツ沢 | 建石町 |
|-------|-----|-----|------|-----|------|---|-----|-----|

鱒ヶ沢町の人口  
(令和2年11月末現在)

|      |        |              |
|------|--------|--------------|
| ▼男   | 4,449人 | (4,455 - 6)  |
| ▼女   | 5,044人 | (5,051 - 7)  |
| ▼計   | 9,493人 | (9,506 - 13) |
| ▼世帯数 | 4,530  | (4,534 - 4)  |

※カッコ内は先月との比較

鱒ヶ沢町の交通事故発生状況  
(令和2年11月末現在)

|       |    |       |
|-------|----|-------|
| ▼発生件数 | 9件 | (± 0) |
| ▼死者数  | 1人 | (+ 1) |
| ▼傷者数  | 9人 | (± 0) |

<※カッコ内は前年との比較>  
《お問合せ》鱒ヶ沢警察署交通課  
(☎72-2151)



## 町を彩るイルミネーションが点灯

12月1日、JR鯉ヶ沢駅前広場でイルミネーション点灯式が行われました。

点灯式には、舞戸保育所（吉田諭大園長）の園児が参加。斉藤銀河君と澤田華那さんが点灯ボタンを押すと一斉に光り輝きました。点灯後、園児24名がハンドベルで「きらきらぼし」を演奏したり、「サンタクロースがやってくる」の歌を披露してくれました。

このイルミネーションは、JR鯉ヶ沢駅前の街路樹やモニュメント、パルや舞戸橋など計30,512球に及びます。点灯期間は1月31日まで、午後4時30分から9時まで点灯されます。



イルミネーションで装飾された駅前モニュメント（左）と舞戸橋周辺（右）

※舞戸橋周辺とパルのイルミネーションは、地元企業【株丸重組、株雁金建設、パル株】にもご賛同していただき装飾されました。

## このグループに取材しました

### West Coast Project (ウエストコーストプロジェクト)

田中健也さん（中央前）、山本椋太さん（左）  
佐藤 旭さん（中央後）、工藤 豪さん（右）



サンドアートで町の知名度向上に貢献した鯉ヶ沢町を拠点に活動するグループ「ウエストコーストプロジェクト」の代表・田中健也さんにサンドアートを始めたきっかけなどのお話を伺いました。

#### ーサンドアートを始めたきっかけは？

町を活性化したいという想いがあったのと、グループでユーチューブをやっている、その企画の予行練習でサンドアートをやってみようと思ったのが始まりです。

#### ー見た人がクオリティの高さに驚いていたが

メンバーの山本は造形が得意でサンドアートで要となってくれました。ここまで反響があるとは思っていなかったのが嬉しいですし、町が注目されたので良かったです。

#### ー正体不明にしたのはわざとですか？

そういうわけではなかったのですが、メディアで鯉ヶ沢のバンクシーじゃないかとか注目されたりしたので、じゃあそのままにしようか（笑）となりました。

#### ー制作した中で思い入れのある作品は？

やっぱり最初に作った巨大ワニですね。ヤフトピックスのトップにも挙がったので、一番印象に残っています。

#### ーどんなところが苦勞した？

砂を積み上げていくところが重労働で一番体力を使います。形を長く保つためにとにかく海水をかけて踏み固めました。1つ目は約8時間かかりました。

#### ー今後の活動は

自分たちはユーチューブでも活動しているので、サンドアートも含めて様々な企画を通して鯉ヶ沢を盛り上げていきたいと思います。「あいああTV」というチャンネル名ですので見てください。

#### ー町への想いを

個人としての想いですが、町から人が少なくなっていく中、いまコロナ禍で地方移住が注目されているので、人を呼び込み、若者が暮らしやすい町になってほしいです。

僕たちはPRがメインなので、その政策は平田町長が頑張ってくれると思います（笑）。

