



# みさわ



## 特集 地域のチカラ

.....2～7 P

■市政の動き..... 8～11 P

■青森県知事選・市長選・市議会議員補欠選挙.....12～13 P

■マックチャンネルガイド.....14～15 P

■出来事通信.....16～17 P

■みさわ情報ネット.....18～21 P

□協働のまちづくり市民提案事業募集 ほか..... 22 P

### 市内小学校入学式

4月7日 おおぞら小学校

ぴっかぴかの新1年生になった乙部美紀さん。  
23人のお友だちと初めての学校生活。担任の中田先生の明るさに、緊張していた表情が思わず緩み、ほほ笑んだ一瞬。

特集

# 地域のチカラ

近所付き合いは面倒くさい。町内会なんて入らなくても大丈夫——。  
 そう思っていないませんか？  
 春の3つの出来事から地域社会が持つ「チカラ」を見つめ直してみよう。



## まちの清掃

4月17日、市内全域を対象に、第51回クリーン大作戦が行われた。

朝早くから老若男女を問わず、防寒を兼ねた作業着にゴミ袋や鎌、スコップなどの道具を携え各町内で、ごみ拾いや草取り、道路に溜まった土砂の除去などの清掃活動を行い、約9トンものごみや資源物を拾集した。

子どもたちが毎日通う通学路、老夫婦が手をつなぎ歩く散歩道、親子で遊ぶ公園。これまで、そしてこれからも暮らす場所では誰もが気持ちよく過ごしたいと思うはず。「自分たちのまちは自分たちの手できれいに」。心地よい汗を流したその表情は輝いていた。

子どもたちが毎日通う通学路、老夫婦が手をつなぎ歩く散歩道、親子で遊ぶ公園。これまで、そしてこれからも暮らす場所では誰もが気持ちよく過ごしたいと思うはず。「自分たちのまちは自分たちの手できれいに」。心地よい汗を流したその表情は輝いていた。

## 合わせるチカラ

小さな子どもはお母さんと一緒にごみ拾いや草むしり。お父さんたちは集まって力仕事を。年配の方は、長年培った知恵と技を若い世代に教えていく。力を合わせ、分担し、それぞれが自分の役割を果たすことで、一人ではあきらめていた作業も可能になる。家族を超えたコミュニティの大きな「チカラ」がそこにはあった。

た知恵と技を若い世代に教えていく。力を合わせ、分担し、それぞれが自分の役割を果たすことで、一人ではあきらめていた作業も可能になる。家族を超えたコミュニティの大きな「チカラ」がそこにはあった。

## お隣と最近いつ話しました？

この日はまちをきれいにするだけではない。大切なコミュニケーションの機会でもある。普段はあいさつ程度であまり話をすることも少なくなってきた近所同士、少し手を休め、腰を伸ばして世間話でもこれが大切。

日本には古くから、「向こう三軒両隣」というように、信頼のもと、当然のように何かとお互いに助け合ってきた文化がある。

お隣さんに笑顔であいさつして「いい天気ですね」。簡単なことだけど、あなたは普段できているだろうか。

# + 合わせるチカラ

## 第51回 クリーン大作戦

▶ 会話も弾み、仲良く雑草を取るひばりヶ丘団地町内会の皆さん

■ 小さくたって地域の一員！お母さんのお手伝い ■ 力仕事、細かい仕事、役割分担して道路を清掃 ■ 細かな作業も力を合わせればあつという間



## 町内会の役割

### 町内会の役割

町内会とは、その地域に住む人たちが安心・安全で住みやすい環境をつくるために自主的に組織された任意団体である。それぞれに一定のルールを定め、代表者を決め、話し合いの場を設け、少しずつ負担した予算をもとに、その地域に住む人たちのために様々な活動を行う。

- ① 地域住民への情報提供  
広報の配布や回覧板など住民相互の連絡・連帯
- ② 防犯・防災による安心で安全なまちづくり  
自主防災活動、防犯灯の維持管理
- ③ 生活環境の維持  
ごみ収集場所の確保、環境美化活動
- ④ 親睦活動の場と機会の提供  
各種イベント等を企画・運営して住民相互がコミュニケーション

主防災組織として活動を行うこともある。

- ⑤ ケーシオンをとる場を提供  
行政と連携した住民サービスの提供

市には現在、110の町内会が組織され、約60%の世帯が加入している。広報配布や回覧板、清掃活動のほか、街路灯やごみ集積場所、集会施設といった町内会にある設備の維持補修も行う。また、道路の舗装や側溝の整備等、住民の意見を取りまとめ市に要望するなど、住民と行政とのパイプラインも務める。教室や勉強会といった独自の活動をしている町内会も多い。

地域にしか救えない命

平成7年に発生した阪神・淡路大震災では、生き埋めになった約15万人の自力脱出困難者のうち約77%を救助したのは近隣住民であり、防災関係者が救助した数の3倍以上にあたる。これは、いかに早く救助することによって救われる命が多いかを示しており、お互いに声を掛け合い、逃げ遅れた人を把握し、救助を行った結果だ。そこには、もしかしたら、地域に住む人しか救えない命がある。

自主防災組織の役割と活動

自主防災組織とは、「自らの命は自ら守る」「自らの地域は自ら守る」の考えで、自発的に自分たちのまちや隣人を守り、うために地域住民が結成した組織である。

一般的には、町内会や婦人会など、地域で活動する組織を活かして結成されており、三沢市では現在、13の自主防災組織と4の婦人防火クラブが設立。平時には年に数回、資器材の点検も兼ねた避難訓練や消火器の使い方などの講習、災害の未然防止のために地域巡回などの活動を行っている。

3月11日に起こった東北地方太平洋沖地震では、避難所での人員確認や発電機など資器材の提供、炊き出しなどを行い、その重要さが再認識された。

防災教室

4月17日、春の火災予防運動の一環として、これから自主防災組織の設立を目指す栄町町内会による防災教室が、ビードルドームにおいて行われた。

中央分署の消防士が、▼水消火器を使った初期消火訓練▼119番通報訓練▼止血と骨折の固定をする方法▼動けない人の運び方と簡易担架の作り方について、実習を交えてレクチャーを行った。

熱心に耳を傾ける参加者たち。その脳裏では、地震や津波による被害の様子や体験を思い出していたのだろう。最後の工藤分署長による講話後にも、災害対応への質問が相次いだ。

三沢市の自主防災組織

自主防災組織数 13団体  
婦人防火クラブ 4団体  
計 隊員数 2,680人

総世帯数に対して自主防災組織がカバーする世帯数(自主防災組織率) = 18.0%

(平成23年4月現在)

+ 守るチカラ

自主防災組織

「地域」を守るために

東北地方太平洋沖地震という大きな災害を経験した今、防災に対する意識は大きく変わってきているのではないだろうか。

今回の災害では、直後から長時間に及んだ停電や、避難所生活、ガソリンをはじめとする各種小売店での品薄状態など、想定外の状況が続いた。そのような不安で個人ではどうしようもない状況の中、各々が自分のできることを役割分担して組織的な活動を行った、町内会や自主防災組織の活動に頼もしさを感じた人も多かったはず。

消防やレスキューの助けを待つ間、自らの命を、地域の人たちを守るために何をすべきか。待つだけではなく積極的に行動できる地域防災組織が必要とされている。

自主防災組織を作るには

自主防災組織は、地域の住民が組織結成に合意し、規約、組織、活動内容を定めることで成立します。

①町内会などで話し合いを進めましょう  
・どの範囲(地域)を対象にするか  
・どのような活動をするのか  
・どのような組織にするのかなど

②地域の住民が自主防災組織の結成に合意したら、簡単な規約を定めましょう

③自主防災組織が結成

④消防本部に設立の届け出

防災活動を行うためには、市や消防との連携が不可欠です。消防に組織の結成をお知らせください。

問合せ 消防本部予防課 (☎54-4279)

春の火災予防運動

栄町町内会 防災教室



①消火器の特徴や使い方、注意する点について詳しく説明する消防士 ②熱心に耳を傾ける参加者たち ③④非常時にも慌てず的確に情報を119番通報するためのイラストを使った通報訓練 ⑤「火事だ」と大声で叫びながら水消火器で訓練する参加者 ⑥医療品が無い場合を想定して身の回りの物を使った止血法と骨折の固定法をレクチャー ⑦毛布と鉄パイプを使った簡易担架の作り方は初めて目にする参加者も多かった



組織として活動することで200%の力を

消防本部予防課 斗米義一課長補佐

阪神・淡路大震災以降、国や地方自治体でも自主防災組織の必要性が叫ばれ、当市においても各地域で関心が高まってきています。地震や津波といった大災害の場合、市の職員や消防本部だけではすぐに手が回らない部分があるので、隣近所同士、「お互いに助け合う」という隣保共同の精神のもとに組織された自主防災組織は、対応の迅速さと適切さにおいて非常に重要な役割を果たしていると思います。実際に、今回の東北地方太平洋沖地震においても、既に自主防災組織を結成して訓練を重ねた地域では、他の地域に比べて迅速かつ的確な対応ができていました。

まずは、地域の方々の安否確認や避難人数の把握など、迅速な情報収集および伝達ができていたこと。状況の把握は、その後の対応を考えるための、非常に重要なポイントのひとつです。また、避難先での資器材を活用した炊き出しや電力供給などの被災者へのケアも重要です。これらは、個人が行うよりも組織として明確な役割分担のもとに行うことによって、個人それぞれが行う100%以上の力が発揮されます。今回の災害では、地域の皆さんの力が無ければ、避難所において発病などの様々な障害が多発するところでした。大規模な災害では、地域の組織で避難した後のケアをすることが非常に大事です。今回のように実際に災害が起こった場合、組織として活動できるか、そして訓練しているかが明確に現れます。消防本部では、自主防災組織のつくり方、活動についてのアドバイスや訓練の指導、その他のご相談に応じています。どうか、各地域において自主防災組織の結成を検討していただきたいと思います。



### 自らの手でやるという意識

3月20日、三川目の川や防風林から海岸までのがれきや災害ごみの撤去作業をするために、会員に呼びかけたところ、100人以上の人が集まってくれた。もともと「自分たちの地域に何かあったら自分たちの手でやるんだ」という昔からの考え方が根付いている土地だが、今回はいつももの清掃活動と違って手作業が多かった。それを知ってか、親子連れや若い人たちもたくさん集まって作業してくれた。

最近では、若い人たちの組織や団体に対する意識が薄れてきているのではないだろうか。それは、私たちの世代にはあった大切なもの。また、町内会に加入することを得られる利点も知られていないのではないかと



三川目町内会長 畑山十州明 さん

思う。今一度、地域にある組織について考えてみて欲しい。これからは、技術や経験を持った人たちが、若い世代と連携し、伝えていく、災害などに対応できる組織づくりを考えていかなければならないと思う。

### 次の世代に繋げたい

六川目は、もともと皆が浜で育ってきた地域。昔からこの土地に住み、培ってきた絆はすごく強い。清掃活動をはじめ、行事への参加率は高く、今回の災害後の片づけ作業にもほとんどの町内会員がボランティアとして参加してくれた。何かあったときには、皆で力を貸す。でなければ町内会の意味がない。地域の繋がりは大切なもの。今回の災害も、繋がりが無ければ不安で仕方がなかったはず。また、住んでいる地域の住民の結束が無ければ、本当の意味での復興は難しいと思う。自分たちの地域のこと自分たちでやらなければならぬ。

おおぞら小学校の影響で若い人も移り住むようになり、昨年、16年ぶりに町内の盆踊りを再開したところ、大勢が参加して大いに盛り上がった。若い人が町内会の中心に関わってくれば、参加者も増えてくる。昔からある固い絆を今に受け継ぎ、さらに次の世代に繋げていきたい。



六川目町内会長 一戸実 さん

**町内会が抱える課題**  
情報化社会による弊害に対応するため、個人情報やプライバシーの保護が確立されるようになった一方で、近所付き合いが少なくなり、町内会では加入世帯や参加率の減少、高齢化、資金不足など様々な課題を抱えている。  
今、一人一人が地域の力について改めて見つめ直し、自分が何をしてもらっているのか、自分に何ができるのかを考えてみる必要があるのではないだろうか。  
**そこに住む人の明日のために**  
地域では古くから、親がないところでは、近所の人や子どもが面倒を見てくれたもの。困っている家があったら、駆け付けろ。「何かあったら助け合う」の精神のもと、古くから根付いてきた文化があったはずである。  
あなたもどこかで誰かに助けられているはず。自分の住んでいる地域について、地域の人のために活動する町内会について、今よりも少しだけ興味を持ってみてください。そして、明日の朝、お隣に笑顔であいさつしてみてください。



1 2 三川目地区では住宅地と海岸の間にある松林にがれきが引っかかり、重機が入ることができないため手作業で片づけた。3 汗を流す参加者のために昼食のおにぎりを握る六川目町内会婦人部の皆さん。4 津波の威力を物語るかのようになぎ倒された多数の倒木を、力を合わせ運ぶ三川目町内会の皆さん

## × 支え合うチカラ 東北地方太平洋沖地震



**津波の爪痕**  
東北地方太平洋沖地震によって引き起こされた津波は、漁港をはじめ、太平洋沿岸の地域に大きな被害をもたらした。国道338号線を超えるほどの勢いで押し寄せた津波は、特に三川目地区や六川目地区に大きな爪痕を残した。

しかし、地域には、被害にも負けず、互いに支え合いながら復興に向かって歩き出す大きなチカラがあった。

**生まれ育った地域のために**  
3月20日、避難所生活や停電など、災害による不慣れた暮らしでまだ疲れが残る中、三川目町内会と六川目町内会はそのそれぞれの町内でがれきの撤去作業を行った。住宅や小屋など、自らが被害を受けた人たちも、自分の片づけを置

き、子どもから大人まで皆がボランティアとして参加した。  
小さな頃から生まれ育ってきた場所を、元の姿に戻すため、皆が時間も疲れも忘れて力を尽くしていた。

**支え合うチカラ**  
大量のがれきの山を前に、一人では立ち向かうことはできなかつたかもしれない。だが、皆で支え合うことで強固なチカラになる。

さらに、鹿中地区など他の町内会でもボランティアによる清掃活動が行われた。細谷町内会では声をかけずとも自ら六川目地区の被災者の片づけを手伝ったことだった。  
地域を超えて支え合うチカラによって、被災地は災害直後からは見違えるように元の姿を取り戻しつつある。

## 平成23年度 福祉バス（市民の森）の運行日程表

介護福祉課（内線382）

65歳以上の高齢者に対し、福祉バスで市民の森老人福祉センターへの送迎を行っています。震災の影響で運休していましたが、下記の日程表で運行していますので、お気軽にご利用ください。

老人クラブ	利用町内名	乗降場所	利用月日										
			5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
松友会	古間木1～3丁目、本町1～2丁目、春日台1～3丁目	春日台古田商店前、苔米地理容前、根久商店前		7		2		4		6		2	6
梅友会	本町4丁目、新町1～4丁目	新町屯所前											
大町	大町1～3丁目、栄町、南町1～4丁目	マックスバリュー裏											
滝の沢	大町1丁目、新町3～4丁目	沼山商店前											
花駒会	花園町1～3丁目、駒沢、平畑	沼山商店前、旧三沢印刷前	8		3		5		7		7	7	
凜凜クラブ	上久保1～5丁目	沼山商店前											
西花園	花園町4～5丁目	沼山商店前											
栄町うぐいす	栄町1～3丁目	三沢ショッピングセンター前											
竹友会	本町、薬師1～2丁目、千代田町	前田塗装前、上野ガソリンスタンド前	9		4		6		8	11	8		
千寿の会													
銀座寿	中央町3～4丁目	中央地区コミュニティ集会所（銀座会館）前											
常盤会	中央町1～4丁目	公会堂前、竹島タイヤ前、トヨタカローラ前											
松園町	松園町2～3丁目	美野原公園、松園町2丁目地区コミュニティ集会所前、上下水道庁舎裏口前	14		9		12	2	13		9		
平畑寿	平畑1～2丁目	幸町1丁目											
白菊会	幸町1～3丁目、岡三沢2～3丁目、緑町1～3丁目	市役所前、幸町1丁目バス停留所前、野々宮釣具店前、三裕タイヤ前、山伊酒店前	15		24	6	13		14		14		
浜三沢	浜三沢	西浜三沢、澤口整骨院前											
幸町一丁目	幸町1丁目	大洋舎商事前											
岡三沢	上屋敷、後久保、その他	東北ファーム前、山本宅前	21	5	25		19		15		15		
桜	桜町1～3丁目、美野原1～3丁目	市役所前、大沼商店前、大澤商店											
東岡三沢	下久保、上屋敷、後久保	トヨタカローラ前	10	23	30		20		20		16		
南町	南町1～4丁目	大吉食堂、南町地区コミュニティ集会所前、松原児童センター前											
美野原あすなろ会	美野原1～3丁目	第一幼稚園前	11		6		7		8		12	8	
日の出	日の出1～4丁目	松園公園管理棟、日の出地区コミュニティ集会所前、雇用促進住宅前											
南山	南山1～4丁目、南山	三沢総合保険前	12	28	7		8		9		17	13	
深谷	深谷、南山	太郎温泉前											
大津	大津、四丁目	是川商店前											
三川目	三川目	畑山商店前、五日市自転車店前	17		12		13	26	10		18	14	
鹿中	鹿中	松森スタンド前、種市店前											
五川目	五川目	スーパードラッグアサヒ前、梅津商店（前平）前、川長商店前	18		13		14		15	21	19	15	
淋代	淋代	淋代停留所付近、淋代郵便局前、種元酒店前											
楽生会	織笠	田中商店前・葛巻商店前											
百働会	六川目	小泉商店前・中村商店前	24		20		27		16		24	22	
長寿会	深谷	細谷停留所付近											
はまなす	天ヶ森、新森	新森地区コミュニティ集会所前	25	29	26		28		22		25	22	
塩釜友寿会	塩釜	川村商店前・遠藤商店前											
谷地	頭越下、富崎、谷地頭	各バス停留所付近、山中入口、旧谷地頭小学校前	26		27		29	27	24		26	28	
根井	高野沢、朝日、根井	各バス停留所付近、根井神社前											

広告

広告

## 子ども手当は引き続き支給されます

市民課（内線237）

子ども手当は平成23年4月から9月までの6カ月間、これまでと同じ月額13,000円で支給されることとなりました。

支給金額 子ども1人につき月額13,000円

支給対象 0歳から中学校卒業まで

支給月 6月（2月～5月分）  
10月（6月～9月分）

手続きが必要な方

- ・出生等で新たに養育する子どもが増えた方
- ・既に受給していて他市町村から三沢市へ転入された方
- ・既に受給していて婚姻・離婚等で養育する子どもの数に変更があった方

※公務員の方は職場での手続きとなります。

更新手続きの現況届

毎年6月に現況届を提出いただいておりましたが、平成23年6月の現況届の提出は不要です。ただし、10月以降の制度内容によって届出・申請が必要となる場合がありますので、その際は対象者へお知らせします。

## 各種手当の支給額が変更になります

家庭福祉課（内線381）

平成22年全国消費者物価指数実績値の対前年比0.7%下落に伴い、4月1日から各種手当が以下のとおり変更になります。

変更になる手当	平成23年3月まで	平成23年4月から
児童扶養手当（全部支給）	41,720円	41,550円
〃（一部支給）	41,710円～9,850円	41,540円～9,810円
特別児童扶養手当（1級）	50,750円	50,550円
〃（2級）	33,800円	33,670円
特別障害者手当	26,440円	26,340円
障害児福祉手当	14,380円	14,330円
福祉手当（経過措置分）	14,380円	14,330円

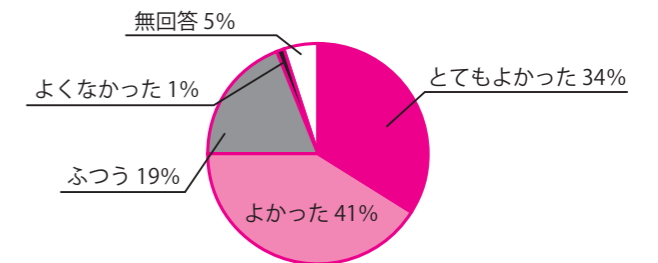
広告

## 指定管理者制度導入施設利用者アンケート結果

行政経営課（内線281）

指定管理者制度を導入している施設のうち19カ所で利用者アンケートを実施し、約1200人の方に回答をいただきました。

この施設を利用して見た感想は？



そのほか、以下のような設問に回答をいただきました。

- 指定管理者制度を知っていますか？
- この施設に指定管理者制度が導入されていることを知っていますか？ など

アンケートの結果は、市役所1階の情報公開コーナーおよび三沢市のホームページで公表しています。

## 行政相談をご利用ください

広報広聴課（内線215）

市民の皆さんが毎日の暮らしの中で、行政についての苦情や意見、要望などがあったとき、最も身近な相談相手になるのが行政相談員です。

当市の行政相談員として渋谷昭三氏、馬場弘子氏が4月1日付け、2年の任期で委嘱されました。※定例相談日は毎月第2月曜日です。相談は広報広聴課内市民相談室において行います。相談内容については秘密を厳守しますので、安心してお越しください。



渋谷昭三氏



馬場弘子氏

広告

### 総合計画審議会委員を募集します

政策調整課 (内線531)

三沢市のまちづくりの総合的な計画である三沢市総合振興計画の運営や、そのあり方などについて、年数回の会議で広く審議する委員を募集します。

- 任期 2年
- 対象者 市内に在住もしくは勤務され、市政に関心のある20歳以上の方  
※地方自治体の議員及び公務員、市が設置する他の審議会等委員に委嘱されている方を除く。
- 募集人数 3人程度
- 応募方法 市HPに掲載または政策調整課に備え付けの様式に必要事項を明記し、市政に対するご意見を1000字程度にまとめ郵送または持参
- 応募締切 6月3日(金)
- 申込先 〒033-8666 三沢市桜町1-1-38 政策調整課  
※選考結果は応募者全員にお知らせします。

### 地域福祉計画策定委員を募集します

介護福祉課 (内線382)

誰もが住み慣れた地域の中で安心して暮らせるまちづくりを目指した三沢市地域福祉計画を考え、決定する地域福祉計画策定委員を募集します。

- 任期 平成24年2月まで(予定)
- 対象者 市内在住で福祉に関心があり、5回程度開催予定の会議に出席できる20歳以上の方
- 募集人数 5人程度
- 応募方法 市HPに掲載または介護福祉課に備え付けの募集要項を参考に、応募用紙に必要事項を明記して郵送または持参
- 応募締切 5月25日(水)
- 申込先 〒033-0011 三沢市幸町3-11-5 介護福祉課

※選考結果は応募者全員にお知らせします。

### 犬の登録・狂犬病予防注射のお知らせ

環境衛生課 環境保全係 (内線279)



- 対象となる犬 生後91日以上すべての犬
- 料 金 登録済みの犬(予防注射のみ) 1頭あたり3,000円  
未登録の犬(登録と予防注射) 1頭あたり6,000円

日 程	月日	実施場所	時 間	月日	実施場所	時 間	
5月10日(火)		三川目消防屯所前	9:00~9:15	5月13日(金)	東岡三沢社会福祉センター裏	9:00~9:10	
		鹿中地域集会所前	9:25~9:40			本岡三沢社会福祉センター(岡三沢町内会館)前	9:25~9:35
		青森生コンクリート向い(五川目)	9:55~10:05			平畑地区コミュニティ集会施設前	9:45~9:55
		淋代地区コミュニティ集会施設前	10:15~10:25			幸町地区コミュニティ集会施設前	10:05~10:15
		淋代消防屯所前	10:35~10:45			美野原地区コミュニティ集会施設前	10:30~10:45
		細谷地域集会所前	11:00~11:10			松園公園管理棟前	11:00~11:10
		六川目社会福祉センター前	11:20~11:30			松園町南公園前(北側)	11:20~11:30
		六川目北分署前	11:40~11:50			大町社会福祉センター前	11:40~11:50
		新森中央公園前	13:00~13:15			滝ノ沢公園プール横	13:00~13:20
		織笠地域集会所前	13:25~13:35			上久保地区コミュニティ集会施設前	13:30~13:45
5月11日(水)		塩釜消防屯所前	13:45~13:55		駒沢側青葉温泉看板前	13:55~14:05	
		塩釜農研研修所前	14:05~14:15		駒沢地区コミュニティ集会施設前	14:15~14:25	
		砂森地域集会所前	14:25~14:35		水源地入口(花園町)	14:40~14:50	
		八幡バス停前	9:10~9:20	5月14日(土)	保健相談センター前	9:00~9:10	
		越下地区コミュニティ集会施設前	9:30~9:40			上下水道庁舎駐車場	9:20~9:30
		谷地頭農研研修所前	9:50~10:00			前田塗装向い(栄町)	9:50~10:00
		高野沢地区コミュニティ集会施設前	10:10~10:20			千代田町地区コミュニティ集会施設前	10:10~10:25
		根井地区コミュニティ集会施設前	10:30~10:40			薬師町消防屯所前	10:35~10:45
		浜三沢消防屯所前	10:55~11:10			新町消防屯所前	10:55~11:05
		北園堀口地区コミュニティ集会施設前	11:20~11:35			JR社宅前(春日台)	11:15~11:25
	木崎野地区コミュニティ集会施設前	11:45~11:55			西古間木町内会館横空地	11:35~11:45	
	まきば公園前(西側)	13:00~13:15			古間木小学校前	13:00~13:15	
	岡三沢公園前(南側)	13:25~13:40			古間木高齢者能力活用センター前	13:25~13:40	
5月12日(木)		緑町公園前(北側)	13:50~14:00		消防署古間木出張所前	13:55~14:15	
		東町地区コミュニティ集会施設前	14:10~14:20		岡三沢消防屯所前	9:00~9:20	
		大津西公園前(南側)	9:00~9:20		桂温泉入口前	9:30~9:50	
		大津社会福祉センター前	9:30~9:50		平畑公園前	10:00~10:10	
		前平中央公園前	10:00~10:20	5月15日(日)	こがね公園前(南側)	10:25~10:45	
		さつきヶ丘公園前(北側)	10:30~10:40			美野原公園東側	10:55~11:10
		深谷地区コミュニティ集会施設前	10:50~11:00			日の出地区コミュニティ集会施設前	11:20~11:35
		ヨシダダンススタジオ横(南山)	11:10~11:20			上久保小学校北側	13:00~13:10
		松ヶ丘・自由ヶ丘地区コミュニティ集会施設前	11:30~11:40			ミス・ビードルドーム駐車場	13:20~13:40
		泉町地区コミュニティ集会施設前	13:00~13:15			松園町2丁目地区コミュニティ集会施設前	13:50~14:00
	南町駅前公園前	13:25~13:35			市役所裏車庫前	14:10~14:30	
	南町地区コミュニティ集会施設前	13:45~14:00					
	松園町栄公園前(北側)	14:10~14:20					
	中央地区コミュニティ集会施設前	14:30~14:40					

- 注意事項**
- ①集合注射のお知らせのはがきが届いた方は、実施場所に必ずお持ちください。
  - ②首輪・鎖等は確実に安全なものを装着してからお連れください。
  - ③注射場所での犬のフンは、持ち帰るようお願いします。

## 市長室から いんいちには



「がんばろう三沢!がんばろう東北!」

まちは落ち着きを取り戻し、あの震災からもうすぐで2カ月が経とうとしております。多くのボランティアの皆さんや義援金、物資の支援など、わがまち三沢市への想いに心から感謝申し上げます。その皆さんの想いには、本当に頭が下がります。私も皆さんの想いに応えていけるよう、今後とも漁港施設などの一日も早い復興に努めてまいります。

先月は仙台出張があり、近隣の被災地を視察いたしました。道路や住宅の周辺は、気が遠くなるほどのがれきの山が並び、この様な厳しい状況が東北地方一帯に広がっていることや原動力発電の問題を考えると、日本の国全体が早急に復興に取り組んでいかなくてはならないものであることを痛感させられました。

また、観光施設や飲食店等におきましても「自粛災害」と言われるような経済活動の停滞が広まっております。地域の雇用や経済へも影響が出るのが懸念されています。私といたしましては、被災地を気遣い自粛される心は尊いものであると理解しておりますが、いつも通り市内でお花見など各種行事に参加されましても、被災地となった地域の産品などを購入されまことも私たちにできることの一つであると考えております。

長い道のりではありますが、がんばろう三沢!がんばろう東北!

三沢市長 種市一正

広告

広告

広告

広告

# 投票区 投票所 一覧

投票区	投票所施設の名称	住 所	投 票 区 域
1	春日台社会福祉センター (西古間木町内会館)	三沢市本町一丁目67番地1号	本町1・2丁目、春日台1丁目、古間木1丁目、古間木山
2	薬師地区コミュニティ集会施設	// 字古間木山115番地5号	薬師1・2丁目(古間木山)
3	新町地区コミュニティ集会施設	// 新町二丁目121番地94号	本町3・4丁目、新町1~4丁目(古間木山、猫又)
4	愛子保育園	// 大町一丁目8番36号	大町1~3丁目
5	三沢カトリック幼稚園	// 中央町四丁目3番12号	中央町3・4丁目
6	花園町地区コミュニティ集会施設	// 花園町二丁目31番地2448号	花園町1~3丁目
7	松園町二丁目地区コミュニティ集会施設	// 松園町二丁目19番8号	松園町2・3丁目
8	南町地区コミュニティ集会施設	// 南町三丁目31番地3104号	南町1~4丁目、松原町1・2丁目
9	松園公園管理事務所	// 松園町一丁目11番3号	松園町1丁目
10	桜町地区コミュニティ集会施設	// 桜町二丁目2番5号	桜町2・3丁目
11	美野原地区コミュニティ集会施設	// 美野原二丁目9番地4号	美野原1~3丁目
12	三沢市役所1階ロビー	// 桜町一丁目1番38号	桜町1丁目、基地内、宿舍、自衛隊営内、平畑、後久保
13	保健相談センター	// 中央町一丁目3番10号	中央町1・2丁目
14	勤労青少年ホーム	// 幸町一丁目7番5号	幸町1~3丁目
15	平畑地区コミュニティ集会施設	// 平畑一丁目5番6号	平畑1・2丁目
16	岡三沢保育園	// 岡三沢二丁目7番地7号	緑町1~3丁目、岡三沢1~3丁目
17	本岡三沢社会福祉センター (岡三沢町内会館)	// 岡三沢七丁目16番地1号	岡三沢の一部(後久保)、岡三沢4~8丁目
18	駒沢地区コミュニティ集会施設	// 大字三沢字猫又22番地52号	駒沢、平畑、猫又
19	浜三沢社会福祉センター	// 大字三沢字横沢55番地2号	堀口の一部(堀口・南山)、浜三沢、山ノ神、下沢、上屋敷、向平、横沢、水筒、下堀、中平、深南の一部(園沢)
20	深谷地区コミュニティ集会施設	// 深谷二丁目44番地	堀口の一部(堀口・南山)、深南(堀口・園沢)、さつきヶ丘1丁目、南山1~4丁目、深谷1~3丁目、前平
21	三川目地区コミュニティ集会施設	// 三川目三丁目145番地105号	三川目1~4丁目、三川目、流平
22	鹿中地域集会所	// 鹿中二丁目145番地700号	大津四丁目の一部(水筒)、鹿中1~4丁目、鹿中
23	大津社会福祉センター	// 大津二丁目12番地234号	浜三沢の一部(水筒)、大津1~4丁目、大津四丁目、大津、鹿中の一部(大津・水筒)、四川目2丁目、四川目
24	前平社会福祉センター	// 前平一丁目10番地6号	前平1~3丁目、五川目1~4丁目、五川目、前平の一部、園沢の一部(老人ホーム付近)、特別養護老人ホーム
25	淋代地区コミュニティ集会施設	// 淋代三丁目358番地1号	淋代1~6丁目、淋代、淋代平
26	細谷地域集会所	// 細谷一丁目687番地34号	細谷1~4丁目、細谷
27	六川目社会福祉センター	// 六川目三丁目800番地1号	六川目1~8丁目、六川目、戸崎、庭構、浜通
28	織笠地域集会所	// 織笠四丁目2651番地1号	織笠1~4丁目、織笠、庭構
29	塩釜農民研修所	// 塩釜四丁目3604番地1号	塩釜1~4丁目、塩釜
30	新森地区コミュニティ集会施設	// 新森二丁目3番地3号	新森1・2丁目、砂森1・2丁目、天ヶ森
31	根井地区コミュニティ集会施設	// 根井二丁目105番地17号	根井1・2丁目、根井、朝日1・2丁目、朝日、庭構
32	谷地頭農民研修所	// 谷地頭二丁目681番地1号	高野沢1・2丁目、高野沢、谷地頭1~4丁目、谷地頭、早稲田、庭構
33	越下地区コミュニティ集会施設	// 越下一丁目991番地	谷地頭(新堂)、富崎1・2丁目、富崎、庭構、早稲田、越下1丁目、越下、八幡1・2丁目、八幡
34	東岡三沢社会福祉センター	// 東岡三沢一丁目30番地4号	東岡三沢1丁目、岡三沢の一部(下久保、下沢、上屋敷)
35	古間木地区高齢者能力活用センター (古間木交流センター)	// 大字犬落瀬字古間木222番地2号	春日台2・3丁目、春日台、古間木、古間木2~4丁目、犬落瀬
36	日の出地区コミュニティ集会施設	// 日の出四丁目94番地1341号	日の出1~4丁目、泉町1・2丁目
37	こがね公園管理棟	// 堀口二丁目4番地	自由ヶ丘、松ヶ丘、堀口1~3丁目、下久保、堀口、南山
38	西花園地区コミュニティ集会施設	// 花園町五丁目31番地3647号	花園町4・5丁目、花園町、上久保、上久保1~4丁目
39	千代田町地区コミュニティ集会施設	// 千代田町四丁目140番地512号	千代田町1~5丁目
40	栄町地区コミュニティ集会施設	// 栄町一丁目31番地3779号	栄町1~3丁目、栄町、古間木山
41	木崎野小学校体育館	// 東町四丁目2番地	東町1~4丁目
42	下久保地区コミュニティ集会施設	// 下久保一丁目9番地6号	下久保1~3丁目
43	木崎野地区コミュニティ集会施設	// 東岡三沢二丁目53番地1号	東岡三沢2・3丁目、木崎野の一部(下久保)、堀口の一部(下久保)
44	北園堀口地区コミュニティ集会施設	// 大字三沢字堀口17番地339号	堀口の一部(堀口・南山)、浜三沢の一部(上屋敷・堀口)

※右の投票所は前回と異なりますので、ご注意ください。  
 第4投票所 (旧)上久保小学校 → (新)愛子保育園  
 第18投票所 (旧)岡三沢小学校体育館 → (新)岡三沢保育園

## 6月5日(日)は青森県知事選挙及び三沢市長選挙・三沢市議会議員補欠選挙の投票日です

有権者の皆さんは棄権しないで投票しましょう。

### 投票できる要件

①青森県知事選挙の住所要件  
 平成23年2月18日以前から引き続き三沢市に住所を有する方。

ただし、三沢市から青森県内の他の市町村に転出した方で、住所地の選挙人名簿に登録されず、三沢市の選挙人名簿に登録されている有権者は、1回の住所変更の場合に限り、三沢市で投票できます。

この場合、新住所地の市町村で発行する「引き続き住所を有する証明書」が必要です。

②三沢市長選挙・三沢市議会議員補欠選挙の住所要件

平成23年2月28日以前から引き続き三沢市に住所を有する方

③年齢要件

平成3年6月6日以前に出生した方

### 投票所

左表の投票所一覧をご覧ください。なお、「投票所入場券」に各投票所名が記載されておりますのでご確認ください。

平成23年5月7日以後に市内転居した方は前の住所の投票所となります。

投票時間は、7時から20時までです。

投票所入場券は、各選挙の告示日以降に有権者の皆さんに郵送されます。投票する場合は自分の入場券を持参してください。

### 期日前投票

投票日当日に、用事または旅行、業務、出張等により不在になる方は、事前に期日前投票をすることができます。

(投票期間にご注意ください。)

①期間 青森県知事選挙  
 5月20日(金)~  
 6月4日(土)  
 市長・市議補欠選挙  
 5月30日(月)~  
 6月4日(土)

②時間 8時30分~20時  
 (土曜・日曜も同じ)

③場所 市役所別館2階  
 図書室(選挙管理委員会事務局となり)

### 不在者投票

投票日当日及び期日前投票期間中に、用事または旅行・業務・出張等により不在にな

る方は、滞在地で郵送により不在者投票用紙等を受領して、最寄りの選挙管理委員会に持参のうえ、投票することができます。

なお、不在者投票をすることができる指定病院に入院(院)中の場合は、その施設内で不在者投票をすることができます。

また、投票日当日までに20歳を迎え、投票日前に投票しようとする方(まだ19歳の方は、不在者投票ができます)は、不在者投票ができます。

### 郵便(在宅)投票

身体に重度の障害がある有権者で、次の要件に該当する方は、郵便により現在滞在中の場所での不在者投票をすることができます。

①郵便投票に該当する方  
 「身体障害者手帳」や「戦傷病者手帳」、「介護保険の被保険者証」を所持している方で障害の程度及び介護保険法上の要介護状態区分の記載要件が次のア、イ、ウに該当する方が対象となります。

ア「身体障害者手帳」に両下肢、体幹、移動機能障害の程度が1級もしくは2級、

心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸の障害の程度が1級もしくは3級、  
 免疫、肝臓の障害の程度が1級から3級までである者として記載されている方

イ「戦傷病者手帳」に両下肢、体幹の障害の程度が、特別項症から第2項症まで、心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓の障害の程度が特別項症から第3項症までである者として記載されている方

ウ「介護保険の被保険者証」の要介護状態区分に要介護5である者として記載されている方

②代理記載制度  
 郵便等による不在者投票をすることができず選挙人で、自ら投票の記載をすることができないとして定められた次のア、イに該当する方はあらかじめ選挙管理委員会の委員長に届け出た方(選挙権を有する者に限る)に投票に関する記載をさせることができます。

ア「身体障害者手帳」に上肢または視覚の障害の程度が

1級である者として記載されている方  
 イ「戦傷病者手帳」に上肢または視覚の障害の程度が特別項症から第2項症までである者として記載されている方

③郵便投票の請求期限  
 郵便投票の請求は6月1日までに郵便投票証明書を提示して請求手続をしてください。請求手続は選挙期日の告示日前でもできます。

※郵便投票証明書  
 郵便による不在者投票を行うためには、選挙管理委員会が発行する「郵便投票証明書」が必要です。要件に該当する方は、事前に「身体障害者手帳」等を提示して、郵便投票証明書の交付申請をしてください。

また、すでに郵便投票証明書を所持の方は「有効期限」切れにご注意ください。

なお、交付申請の手続きは代理人でも行うことができます。

お問い合わせ  
 選挙管理委員会事務局  
 (内線308・309)

あなたの大切な一票が政治を変えます

2011年5月番組表 (5月8日~6月7日)

	月	火	水	木	金		土	日
	5/9・16・23・30	5/10・17・24・31	5/11・18・25	5/12・19・26	5/13・20・27		5/14・21・28	5/8・15・22・29
	6/6	6/7	6/1	6/2	6/3		6/4	6/5
6	モールオブTV					6	モールオブTV	
7	週刊マック	マックワイド [再] 月曜日放送分	マックワイド [再] 火曜日放送分	マックワイド [再] 水曜日放送分	マックワイド [再] 木曜日放送分	7	週刊マック	
8	マックワイド [再] 月曜日放送分	マックワイド [再] 火曜日放送分	マックワイド [再] 水曜日放送分	マックワイド [再] 木曜日放送分	マックワイド [再] 金曜日放送分	8 <sup>30</sup>	マックワイド [再] 金曜日放送分	週刊マック 手話ニュース
9	手話ニュース	情報宅配便(文字放送)・求人情報・MISAWA Shop インフォ				9 <sup>30</sup>	文字・求人・Shop	モールオブTV
10	モールオブTV					10	モールオブTV	
11	サイエンス・チャンネル					11	サイエンス・チャンネル	
12	週刊マック	マックワイド [再] 月曜日放送分	マックワイド [再] 火曜日放送分	マックワイド [再] 水曜日放送分	マックワイド [再] 木曜日放送分	12	マックワイド [再] 金曜日放送分	週刊マック
1	手話ニュース	情報宅配便(文字放送)・求人情報・MISAWA Shop インフォ				1 <sup>30</sup>	文字・求人・Shop	手話ニュース
2	モールオブTV					2	モールオブTV	
3	モールオブTV					3	モールオブTV	
4	週刊マック	マックワイド [再] 月曜日放送分	マックワイド [再] 火曜日放送分	マックワイド [再] 水曜日放送分	マックワイド [再] 木曜日放送分	4	マックワイド [再] 金曜日放送分	週刊マック
5	手話ニュース	情報宅配便(文字放送)・求人情報・MISAWA Shop インフォ				5 <sup>30</sup>	文字・求人・Shop	手話ニュース
6	サイエンス・チャンネル					6	サイエンス・チャンネル	
7	<b>マックワイド</b> ▼市内の出来事▼マックコーナー(施設・イベント紹介、メタボ予防0円ジムなど) ▼インフォみさわ▼ごみ収集日程▼心の詩 ▼やさしい週間情報▼市内の天気&空席情報					7	<b>週刊マック</b> 月~金曜日放送分の 市内の出来事を一挙放送	
8	釣りビジョン	サイエンスチャンネル	釣りビジョン	サイエンスチャンネル	釣りビジョン	8	サイエンス・チャンネル	
9	マックワイド [再] 午後7時放送分	マックワイド [再] 午後7時放送分	マックワイド [再] 午後7時放送分	マックワイド [再] 午後7時放送分	マックワイド [再] 午後7時放送分	9	週刊マック	
10	情報宅配便(文字放送)・求人情報・MISAWA Shop インフォ					10 <sup>30</sup>	手話ニュース	

※マックワイドの切り替えは午後7時です。※予告なく番組が変更されることがあります。

デジタル1ch マックワイド チャンネルガイド 2011.MAY 5

5月のマックワイド  
マックコーナーのご紹介!!

テレビでメタボ予防0円ジム!

無理なく続けられて効果的な運動をご紹介します!  
テレビを見ながら体を動かし、0円でメタボ予防!  
マックワイドの中の「マックコーナー」にて、月1回の更新でご紹介します。ぜひご覧ください!

今回は『腹筋のトレーニング』です。

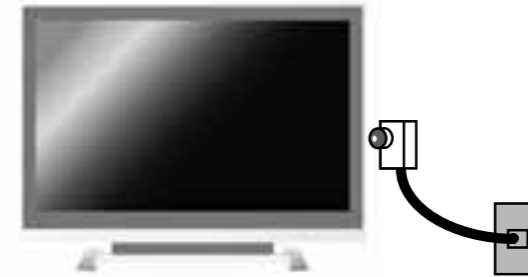
◆講師：健康運動指導士 天間 琴美 さん◆



2011年7月のアナログ放送終了前に再チェック!

Q.デジタルチューナー内蔵テレビで地デジは見れるの?

A.はい。三沢市の共同アンテナでご視聴中であれば、今まで通りケーブルを接続するだけでOKです!



※CATVバススルー方式対応のテレビをご購入下さい。

Q.今までのアナログテレビでは、地デジが見れなくなるんですね?

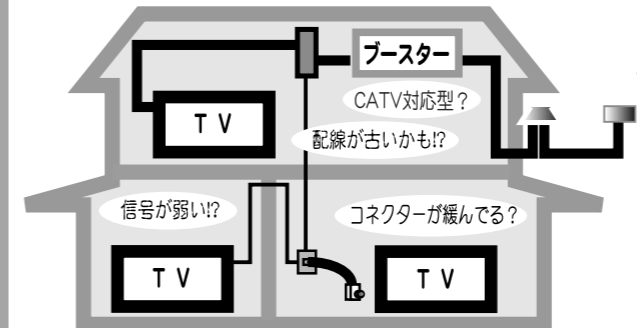
A.地上デジタルチューナーをご用意していただき、テレビの外部入力端子にビデオケーブルを接続すればOKです!



※CATVバススルー方式対応のチューナーをご購入下さい。

Q.映りが悪いチャンネルや、見れないチャンネルがあるんですけど?

A.ご自宅のテレビ周りの設備が古くなってデジタル化に対応できない場合や、CATV対応のものではない可能性がございます。



地上デジタル放送チャンネル一覧

1ch	青森放送
2ch	NHK教育テレビ
3ch	NHK総合テレビ
5ch	青森朝日放送
6ch	青森テレビ
8ch	めんこいテレビ
11ch	マックテレビ(自主放送)

地デジに関するお問合せはデジサボ青森まで!  
☎017-771-1010

共同アンテナでご視聴できる地デジのチャンネルはこちらです!



お問い合わせ先：三沢市ケーブルテレビジョン ☎51-1255(国際交流教育センター内) HPアドレス <http://www.mctvnet.ne.jp>



## 戸締り用心、火の用心♪

浜三沢保育所による 防火広報運動 4月12日

浜三沢保育所の園児29名が、春の火災予防運動の一環として、保育所から三沢消防署まで徒歩で防火広報運動を行いました。

園児たちはお揃いのほっぴを着て、まといをかかけ、雪も強風もなんのその。「火の元には十分気を付けましょう！火の用心！（カチカチ）」と、拍子木を鳴らしながら元気な声で周囲の住民に呼びかけました。

消防署では、火災予防の宣誓をし、見事なまといさばきの舞を披露した後で、はしご車や水そう車などの消防車両を見学した園児たち。消防士さんに負けず地域の防火運動に貢献しました。



◀寒い中でも、にっこり笑顔のほっぴも決まっています。お揃い

## 自分たちに出来ることを

鹿中地区海岸清掃活動 4月3日

鹿中地区の海岸沿いで、鹿中町内会とボランティアが協力して清掃活動を行いました。

これは、鹿中町内会が計画していた活動に、災害ボランティアとして登録していた38名の三沢商業高校バスケット部とサーファーの団体44名が参加したものです。

サーファーの団体の代表の三浦さんは、東北地方太平洋沖地震によって、被災した地域の現状を見て、「自分たちに少しでも出来ることがあれば」と思い参加を希望したとのことでした。

この日は朝から雪がちらつくあいにくの天気でしたが、皆さん熱心に清掃活動を行っていました。



◀海岸沿いのたくさんのごみを根気よく拾い集める三沢商業高校の生徒たち

## 優勝めざしてフルスイング!

少年野球大会 4月16日、17日

市民の森野球場において、三沢高校甲子園準優勝記念第43回三沢市少年野球大会(中学生の部)が開催されました。

この大会は、中学生にとって今年最初の野球大会となるもので、市内5校のチームが2日間にわたって激戦を繰り広げました。

昨年の大会で見事優勝を果たした堀口中学校は、今年も全試合で無失点という守備力の高さを見せつけ、2連覇を達成しました。

最優秀選手賞には、息詰まる投手戦となった決勝戦でも見事完封を成し遂げた堀口中学校3年の山本康輝選手が選ばれました。



◀観客の声援を浴び、全力でプレーした選手たち

## 地域のために、明るく元気に

春のボランティア美化運動 4月12日

三沢市連合婦人会のボランティアによる春の美化運動が行われました。

連合婦人会では、平畑開墾から市民の森温泉までの小川原湖周辺約5.5kmの区間を毎年、会員の手でゴミ拾いしているもので、始めてからもう30年にもなるとのことでした。

この日も約40名の会員が参加し、道路脇や茂みにたくさん落ちていた空き缶などを一生懸命拾っていました。「お疲れ様です」と声をかけると、明るく元気なあいさつと共に笑顔を見せてくれました。

まだまだ寒さが残る中、美しい地域づくりのためにありがとうございました。



◀連合婦人会の皆さん、毎年、本当にありがとうございます

# 出来事通信

できごと  
つうしん

## 愛情込めて、野菜づくり

市民いきいき農園開園式 4月10日

南山地内の市民いきいき農園において、平成23年度の開園式が行われました。

市民いきいき農園は今年で24回目。市によって準備された1人当たり9坪の畑、85区画に72件の申込者がありました。

この日の参加者のために、おいらせ農業協同組合からキャベツ、白菜、ブロッコリーの苗が約650株用意され、駆け付けたJAおいらせ指導課の職員から配られました。

利用するのは今年が初めてという山下和子さん・歩莉ちゃん親子(下久保在住)は、参加者を代表し、雲一つない晴天のもと、手を取り合ってくわを大きく振りかぶり、「よいしょ」と力強く最初のくわ入れを行いました。

山下さんは、実家で家庭菜園を手伝っていたことがあり、自分で食べ物を作る楽しさを歩莉ちゃんにも伝えたくて申し込んだとのこと。

愛情をいっぱい込めて育てられる野菜たち。秋の収穫が楽しみです。ね。



## 子どもたちの笑顔のために

三川目保育所でボランティア 4月2日

三川目保育所において、ボランティアによるバルーンアートが催されました。

これは、東北地方太平洋沖地震の災害ボランティアとして登録された山本親男さんと佐藤久子さんが持つバルーンアートの特技を活かして、市内沿岸で津波の被害にあった区域の子どもたちに元気を取り戻してもらおうと社会福祉協議会が実施したもので、三川目地区のほかにも淋代、鹿中、六川目地区でも催されました。

子どもたちの明日のためにも、皆が元の生活に戻れるよう一日も早い復興が望まれます。



◀次々と魔法のように形が変わっていく風船に子どもたちは大喜び!

## 村田弁護士へバトンタッチ!

三沢ひまわり基金法律事務所 3月31日

三沢ひまわり基金法律事務所において、現職の寺島三紀子弁護士が任期満了を迎え、後任の村田典子弁護士へと引き継ぎが行われました。

三沢ひまわり基金法律事務所は、市内では初めての法律事務所として平成20年2月に開設され、これまでの3年2カ月で、約900件もの業務を行ってきました。

寺島弁護士さん、弁護士事務所のない三沢地域での3年間のご活躍、本当にありがとうございました。

そして、村田弁護士さん、これから3年間、三沢市民の皆さんがお世話になります。



◀村田弁護士(左)と寺島弁護士(右)が、がっちり握手



## お知らせ

### 民生委員・児童委員 あなたの相談相手に

民生委員、児童委員は法律によって全国に設置された地域住民を支援するボランティアで、三沢市では90の方が活動しています。

生活、介護、子育て、福祉活動支援など幅広い分野の相談に応じ、法律で秘密を守る義務がありますので、安心してご相談ください。

▼問合せ 生活福祉課管理係  
(☎51-8770)

### 図書館からのお知らせ

春のリサイクルブックフェア  
市民の皆さんから提供していただいた本をお譲りします。

- とき 5月7日(土)・8日(日) 10時～15時
- ところ 玄関前アプローチ ※5月7日まで、不要になった本を募集します。
- テーマ 子どもたちへ！ 絵本の贈り物
- とき 5月21日(土)13時30分～
- ところ 玄関前アプローチ
- 製本講座 本の修理や製本を学びます。
- とき 5月21日(土)15時～
- ところ 3階第1会議室
- ▼申込み・問合せ 図書館 (☎53-6040)

### 航空科学館イベント情報 ドッカン☆爆焼大実験

- 爆発の仕組みが簡単にわかったら楽しい実験です☆
- とき 5月1日(日)～31日(火)
  - ①11時～
  - ②12時30分～
  - ③15時30分～
  - (土日祝日は②③のみ)
  - ところ 科学実験工房
  - 参加料 無料(入館料別途)
  - ▼申込み・問合せ 県立三沢航空科学館 (☎50-7777)

### 法務局なんでも相談所 開設のお知らせ

登記、土地の境界、相続遺言、近所とのトラブル、セクハラ、子どものいじめや虐待、その他困っている問題があれば、お気軽にご相談ください。

相談は無料で、秘密は厳守します。

- 日時 6月4日(土)10時～16時
- 場所 青森地方法務局十和田支局(十和田奥入瀬合同庁舎1階共用会議室)
- ▼問合せ 青森地方法務局十和田支局総務課 (☎23-2424)

## 講座・教室

### 食生活改善推進員養成講座 地域の健康な食生活のために

- 食を通じた地域の健康づくりを目指して、食生活改善の普及活動をしていただく推進員を養成します。
- 期間 5月～9月
  - ところ 保健相談センター
  - 内容 調理実習や講話など10単位(20時間)
  - 市内在住で、講座終了後、地域で積極的に行うボランティア活動ができる方
  - 定員 約10名(先着順)
  - 参加費 1543円
  - ▼申込み・問合せ 健康推進課 (☎57-0707)

### 普通救命講習会 ついでにこぎのために

- とき 5月29日(日)9時～12時
- ところ 消防本部2階講堂
- 定員 30名(先着順)
- 内容 8名以下の場合中止  
成人の心肺蘇生法やAEDの使用法、異物除去法など
- 受講料 200円
- ▼申込み・問合せ 消防署救急係 (☎54-4212内線218)

### 中央公園多目的ハウス お気軽にご利用ください

昨年中央公園に「多目的ハウス」を設置しています。団体でのバーベキューやレクリエーションなど、お気軽にご利用ください。

利用する場合は、各自でシートを準備していただき、屋根にかぶせて備え付けの留め具で挟んでお使いください。

なお、ロープを使用している場所取りは、ケガ等の原因となりますのでお止めください。

- ▼問合せ 財公園緑化公社 (☎51-2820)

### ピラティス講座 体を鍛えてシエイプアップ

- とき 6月2日、9日、16日、23日の木曜日 10時～11時30分
- ところ 総合体育館武道場
- 参加料 1000円
- 定員 25名(先着順)
- 対象 高校生以上の女性
- 持ち物 運動のできる服装、ヨガマット(バスタオル)
- ▼申込み・問合せ 総合体育館 (☎53-1218)

## 募集

### 市民大学一般教養講座 受講生を募集します

- とき 5月14日、6月4日、7月2日、8月27日、9月10日、10月8日、11月14日
- ところ 公会堂3階
- 受付 5月14日(土)13時～
- 開講式及び記念講演 5月14日(土)14時～
- ところ 公会堂3階
- 演題 「ありがとうの心で 楽しもう」
- 講師 ケーキハウス「白森」代表取締役社長 野坂篤司氏
- ▼申込み・問合せ 公会堂 (☎53-8711)

## 催し

### 先人記念館企画展 まるわかり！収蔵資料展！

先人記念館にはどのような資料があるの？  
収蔵資料を分類し、セレクトした資料で分かりやすくご紹介します！

- 期間 6月26日(日)まで
- 入館料 小・中学生 50円 (毎週土曜日は無料)
- 高校生以上100円
- ▼問合せ 先人記念館 (☎59-3009)

### 農業機械利用技能者育成研修 研修生を募集します

- 大型特殊免許・けん引免許(農耕限定)取得のために。
- とき 8月1日(月)～
  - ところ 県営農大(七戸町)
  - 対象 18歳以上で普通免許(けん引の場合は大型特殊免許)を取得している農業者
  - 応募締切 6月10日(金)
  - ▼申込み・問合せ 農政水産課(内線269)

### ひだまりサロンの開催 協力者を募集します

- ひだまりサロンで作品や歌声を披露してみませんか？
- ところ 公会堂
  - 申込締切 5月31日(火)
  - ▼申込み・問合せ 公会堂 (☎53-8711)

### 白神山地自然保護観察会 日帰りバスツアー参加者募集

- 6月の環境月間に合わせ、世界遺産の白神山地で自然保護の大切さを学びます。
- とき 6月26日(日)8時～17時
  - 場所 白神山地
  - 定員 30名程度(先着順)
  - 参加料 200円
  - 申込締切 6月20日(日)
  - ▼申込み・問合せ 環境衛生課 (☎内線279)

### 広告

- 消費者生活相談 毎月～金 9時～17時  
県消費生活センター八戸相談室 (☎0178-27-3381)
- 警察安全相談 随時 電話相談可  
三沢警察署総務課 (☎53-3145 内217)
- 犯罪被害者支援相談 毎月～金 9時～16時30分  
青森県地方検察庁被害者ホットライン (☎017-722-1234)
- がん・緩和ケア・医療相談 毎月～金 9時～16時  
三沢市立三沢病院地域医療連携室内 (☎51-1375)
- 介護・福祉相談 毎週火 10時～15時  
三沢市立三沢病院地域医療連携室内 (☎51-1375)

### 広告

### 手弁当まなび講座 講師を募集します

- 報酬が無くとも、ご自分の知識や経験を活かして講座を開きたい方は、ぜひご連絡ください。
- とき 7～12月頃
  - ところ 公会堂
  - 申込締切 5月31日(火)
  - ▼申込み・問合せ 公会堂 (☎53-8711)

### パークゴルフ愛好会「朋友」 会員を募集します

- 皆でレッツプレーパークゴルフ！生涯現役を目指し、心身の健康や人・家族の絆、コミュニケーションを築こう！
- 年会費 1000円
  - ※会員には特製バッジとルールブックを差し上げます。
  - ▼申込み・問合せ 藤田パークゴルフ愛好会 (☎57-0330)

### エアロビクス同好会 無料体験に参加しませんか？

- ボクササイズとソフトヨガを取り入れ、ストレス解消やシェイプアップに効果大！
- とき 毎週(火)10時～11時
  - ところ 働く婦人の家
  - 持ち物 運動靴・水・バスタオル・ハンドタオル
  - ▼申込み・問合せ 山本 (☎090-6786-3272)

## ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチン 接種事業を開始します

### ヒブワクチン、小児用肺炎球菌（7価） ワクチンの予防接種費用を全額助成します

期間 5月2日～平成24年3月31日  
対象者 生後2カ月～5歳未満のお子さん  
(5月2日時点)

※対象者には個別にお知らせと予診票を郵送しております。

予防接種法に基づかない任意の予防接種ですので、ワクチン接種を希望する方は、同封の説明書をよくお読みになり、有効性や副反応等について理解されたうえで、接種するかしないかを判断し、保護者の同意のもと、指定医療機関へ予約して接種を受けてください。

予防接種当日は、予診票にお子さんの状態を記入し、母子健康手帳を持参して、接種を受けてください。

転入された方は、健康推進課窓口で、予診票の交付を受けてください。

### 子宮頸がん予防ワクチンの接種延期について

子宮頸がん予防ワクチンについては、全国的な公的接種費用助成の開始に伴い、現在もワクチンの品薄状態が続いており、国から、当分の間、新規の接種を見合わせるように連絡がありました。

今後、供給体制が整い、接種可能な状態になりましたら、広報やホームページでお知らせするほか、対象者の皆様には個別にご連絡いたしますので、お待ちくださるようお願いいたします。

## ポリオ予防接種を忘れずに受けましょう

日時	対象者	場所
5月10日(火)～ 5月13日(金)	生後3カ月から	保健相談センター
9月6日(火)～ 9月9日(金)	90カ月未満のお子さん	

※対象者には4月中旬に個別に通知をしますが、転入等で通知が届いていない場合はご連絡ください。

問合せ…保健相談センター ☎57-0707

# 5月の保健だより

## 休日救急診療

5月1日	さんあい眼科クリニック	53-8721
5月3日	こおり耳鼻科クリニック	53-3387
5月4日	平山泰照皮膚科医院	53-1255
5月5日	中山内科医院	52-7755
5月8日	米田内科小児科医院	53-8233
5月15日	柿崎外科医院	57-1151
5月22日	さいとう耳鼻咽喉科クリニック	50-1406
5月29日	鳴海外科医院	53-3056
6月5日	得居泌尿器科医院	50-1333

※17時以降の夜間救急診療は当番制ではありません。

## 健康診査・保健相談

内容・対象	月日	時間	場所
妊婦歯科検診 *母子手帳を持参してください。	5月17日(火)	受付 13:15～13:30	保健相談センター
両親学級1課(妊娠・栄養講話)	5月17日(火)	受付 13:15～13:30	
両親学級2課(沐浴実習等) *母子手帳を持参してください。	5月27日(金)	受付 13:15～13:30	
4カ月児健康診査 *希望の保護者は歯科検診を受けることができます。 *ブックスタート(絵本の読み聞かせとプレゼント)があります。	5月17日(火)	受付 9:30～13:15	
6～7カ月児健康相談	5月17日(火)	受付 9:30～10:00	
9～10カ月児健康相談	5月25日(水)	受付 9:30～10:00	
1歳6カ月児健康診査 (平成21年9月生まれの幼児)	5月26日(木)	受付 12:45～13:15	
2歳児健康診査 (平成20年12月生まれの幼児)	5月25日(水)	受付 12:45～13:15	
3歳児健康診査 (平成19年10月生まれの幼児)	5月18日(水)	受付 12:30～13:00	
▼乳幼児健診では、母子健康手帳・バスタオル等を持参してください。 1歳6カ月児・2歳児・3歳児健康診査では診査票等を忘れずに。 体調不良や感染症等の時は受診をご遠慮ください。			
栄養相談 一般健康相談		随時受付(予約制) 毎週月・木曜日 9:00～16:00	上十三保健所 (十和田市)
女性健康相談	5月17日(火)	受付 10:00～10:30	
精神保健福祉相談	5月25日(水)	受付 13:00～14:00	
*問合せ：上十三保健所 ☎23-4261			

## 献血のお知らせ

病气やケガなどで輸血を必要としている方の生命を救うため、献血のお願いをしています。 問合せ…保健相談センター ☎57-0707

日	時	場所
5月8日(日)	10:00～12:00	M G プラザ (三沢基地ゲート前)
	13:00～16:00	
5月25日(水)	10:00～15:30	航空自衛隊三沢基地
5月28日(土)	10:00～11:45	ビードルプラザ (北側駐車場)
	13:00～16:00	

## 語学講座のご案内

申込受付期間 5月6日(金)～5月16日(月)(受付時間8時15分～17時、土日祝日を除く)  
申込方法 電話または直接、国際交流教育センターへお申し込みください。(申込先につき、1人1講座まで)

講座名・講師	開設日・時間	講師から一言	備考
英語初級講座 田中 多恵子講師	毎週火曜日 18:00～20:00 計9回 5/24, 31, 6/7, 14, 21, 28, 7/5, 12, 19	バラエティに富んだ内容で優しく英語を学んでいきます。(中学3年程度)	資料代1,800円 定員20人
英会話講座 マイケル・ジョンソン講師	毎週火曜日 18:00～20:00 計6回 5/24, 31, 6/7, 14, 21, 28	英語でもう一步進んでコミュニケーションを望む方を対象とします。	資料代1,200円 定員20人
ステップ・アップ英語講座 シレッサ・ジョンソン講師	毎週火曜日 18:00～20:00 計6回 5/24, 31, 6/7, 14, 21, 28	ゲームなどを交えながら楽しく英語を学び、英語での会話ができることを目指します。	資料代1,200円 定員20人

★上記講座の申込み・問合せ 三沢市国際交流協会(国際交流教育センター内) ☎51-1349

講座名・講師	開設日・時間	講師から一言	備考
ハングル講座 金昇大(ジョン・スンデ)講師	毎週火曜日 10:00～12:00 計10回 5/24, 31, 6/7, 14, 21, 28, 7/5, 12, 19, 7/26	韓国の文化・料理などを紹介しながら、基本表現・読み書きの練習を行います。	資料代2,000円 定員20人
初めての中国語講座 原 麗沙 講師	毎週木曜日 18:00～20:00 計10回 5/26, 6/2, 9, 16, 23, 30, 7/7, 14, 7/21, 28	わかりやすく楽しく中国語を学びます。授業は日本語で行われます。	資料代2,000円 定員20人
日本語講座 アトキンソンみゆき講師	毎週火曜日 18:00～20:00 計9回 5/24, 31, 6/7, 14, 21, 28, 7/5, 12, 19	市内在住の外国人が対象の講座です。日常基礎会話を中心に勉強します。	資料代1,800円 定員20人 外国人対象

★上記講座の申込み・問合せ 国際交流課(国際交流教育センター内) (代表 ☎51-1255)

## ワンポイント消防

### 備えておこう非常用品

**食糧** 米(レトルトのごはん)、缶詰やレトルトのおかず、菓子類、調味料  
**水** 飲料水は一人一日3リットルが目安、ポリタンクなどにストックしておく  
生活用水(炊事、洗濯、トイレなど)は浴槽や洗濯機に貯水しておく

**燃料** 卓上コンロ(ガスボンベのストックも)、固形燃料、マッチなど  
**非常持ち出し品**

**貴重品** 現金、預金通帳、免許証、健康保険証など  
**衣類** 下着、上着、タオル、紙オムツなど  
**救急医療品** ばん創こう、傷薬、包帯、病人やお年寄りの常備薬を忘れずに  
**ラジオ・懐中電灯** 予備電池は多めにストックしておく

この度の震災で被災されました方々には心からお見舞い申し上げます。  
住宅用火災警報器の設置(寝室、階段等)がまだのご家庭は早急に設置しましょう。

## ハートフルコンサート

☆市民の皆様のご来場も大歓迎です☆入場無料!

**日時** 5月15日(日) 16:00から  
**場所** 三沢市立三沢病院 1Fロビー  
**内容** 「ピアノ&トロンボーン」  
～成田俊太郎ミュージックサロン～  
**曲目** 「星に願いを」「リンゴ追分」他  
**★問合せ** ハートフルコンサート実行委員会  
成田 ☎52-6097

## クレールウインドオーケストラ

第14回定期演奏会  
東日本大震災復興支援チャリティコンサート  
**日時** 5月21日(土) 18:00開場  
**場所** 公会堂 大ホール  
**入場料** 無料  
**曲目** 「ALWAYS 三丁目の夕日」ハイライト 他  
**★問合せ** クレールウインドオーケストラ  
代表 山下  
(☎090-7329-4964)

**連載** 答えします!  
**Q** 国民年金 question and answer  
**A** 学生納付特例について教えてください。  
学生納付特例制度は、ご本人の申請により保険料の納付が猶予される制度です。(ご本人の所得に関する審査により承認されない場合があります) 学生納付特例制度の承認期間は、原則、申請された年度(4月から3月まで)に限り、ますので毎年申請が必要となります。手続きは忘れなく、老齢基礎年金を受け取るためには、原則として25年以上の「保険料納付済期間等」が必要ですが(障害基礎年金についても一定の期間が必要)、学生納付特例制度の承認を受けた期間は、これに含まれます。ただし、年金の対象となる期間には含まれません。10年以内であれば、さかのぼって納付することが可能なので、将来の年金額を考慮すると、就職された後などに、猶予された期間の保険料を納付(追納)することをお勧めします。  
▼詳しくは、八戸年金事務所 ☎0178-437368へ。  
▼日本年金機構のホームページ http://www.nenkin.go.jp/ もご覧下さい。

## 協働のまちづくり市民提案事業募集

市民と行政による協働のまちづくりを推進し、住みよい地域社会の実現を図るため、市民活動団体が自主的・自発的に取り組み、協働で行える「協働のまちづくり市民提案事業」を募集します。提案された事業は、内容を審査し、採択された事業に対し必要な経費を補助金として交付します。

### 募集期間

5月2日(月)～6月6日(月)

### 対象となる団体

- ①市内に活動場所を有する市民公益活動団体(NPO法人、ボランティア団体、各種団体)
- ②まちづくり活動を自主的・主体的に行うことについて、会則、規約等に定めている団体
- ③構成員が5名以上

### 活動期間

決定をした日から平成24年2月末日まで

### 対象となる事業

自主的・主体的に市内で企画・実施する協働のまちづくり事業(テーマ自由) / 市民公益活動団体が企画・提案し、地域づくり、福祉活動、防災・防犯などに関する事業

### 補助金の区分

- ①活動スタート事業(全額補助、上限額10万円)  
地域を元気にするために、市民活動に取り組む事業に対して初期段階(活動開始からおおむね3年未満)で補助するもの
- ②市民提案型事業(8割補助、上限額25万円)  
地域を元気にするための活動を既に3年以上行っている団体が実施する、地域課題の解決や市の活性化に資する事業に対して補助するもの  
※補助金の交付は、1団体1事業とします。  
※対象となる経費は、活動実施に必要な経費のみとします。(講師料、消耗品費、印刷製本費など)

### 審査方法

書類審査及びプレゼンテーションにより審査します。

## 「つなげよう みさわの輪プロジェクト」メンバー募集

4月に策定した「協働のまちづくり推進指針」に沿って市民協働を進めるための具体的な方法や、今後、設置予定の市民活動サポートセンターの運営などについて話し合う、市民による協働のまちづくり推進懇話会「つなげよう みさわの輪プロジェクト」のメンバーを募集します。

まちづくりに一役買いたい方、「こんなまちづくりができれば」と思っている方、ぜひご参加ください。

**応募資格** 市内に在住または勤務している方であればどなたでもOK

**応募方法** 広報広聴課に備え付けの応募用紙に記入のうえ、持参または郵送でお申し込みください。  
※市ホームページでダウンロードできる応募様式からメールでも申し込みできます。

**応募締切** 5月27日(金)

### ★申込み・問合せ

広報広聴課 市民協働推進係(内線215) 〒033-8666 三沢市桜町1丁目1-38  
E-mail misawa03@net.pref.aomori.jp

広報みさわに対するご意見やご感想、取り上げて欲しい行事や話題など、皆様からの情報をお待ちしています。ご連絡は広報広聴課まで。

## 己を磨き 就職へ繋げよう!

### 就職活動の 第1歩!!

日時	研修名	研修内容
5月23日(月) 9:00～16:00	一般社員研修	積極的に仕事を進める 心構えと仕事の基本
5月24日(火) 9:00～16:00	ビジネスマナー研修	好感を持たれるための マナーの基本と実践
5月25日(水) 9:00～16:00	ソーシャルスキル研修	職場での コミュニケーション
5月26日(木) 13:30～16:30	地元経営者講話	経営者の貴重な 経験談を聞く
5月27日(金) 13:30～16:00	グループ ディスカッション	4日間の研修を踏まえて 意見を述べ合う

## 若年者就業支援研修

社会人として、経済状況と企業の厳しさを認識し、規律正しいルールを重んじる企業人となるために必要な基本事項を研修します。企業に求められる人材・活躍できる人材になるための「スキルアップ研修」に参加してみませんか?

場 所 MGプラザ3階  
対 象 者 市内在住の未就職者  
募集人数 30人(先着順)  
参 加 料 無料  
申込締切 5月16日(月)

### ★申込み・問合せ

三沢市商工会(☎53-2175)

人口と世帯数 — 3月末現在 — ※( )内は前月との増減比較

■人口 42,206人(-222人)・男 20,810人(-116人)・女 21,396人(-106人) ■世帯数 18,564世帯(-7)