

2015年度北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」開業！

奥津軽いまべつ駅
開業まで

平成26年 10月号 603

広報 いまべつ

発行/青森県今別町 編集/企画課 ☎ 0174(35)3012 FAX 0174(35)2298 今別町ホームページアドレス <http://www.town.imabetsu.lg.jp/>

547日
(10月1日現在)
開業予定日を仮基準日
(2016.3.31)で算定して
います

- ・第22回青森県民駅伝競走大会…… 1 p
- ・奥津軽いまべつ駅開業へ向けて…… 2 p
- ・今別診療所からの健康だより…… 3 p
- ・イマダス、おしらせほか…… 4 p

多くの感動を、ありがとう！



1区(4.6 km)

綿谷貴志選手
(青森県スポーツ科学センター)



2区(3.8 km)

千葉麗樹選手
(今別中学校3年生)



3区(4.6 km)

川村紘平選手
(青森東高等学校1年)



4区(6.1 km)

下山祐生選手
(八戸工業高等専門学校4年)



5区(2.5 km)

畑田真友香選手
(今別中学校1年)



6区(5.2 km)

小鹿竜也選手
(株)メディカルワン)



7区(3.2 km)

小鹿夏海選手
(今別中学校2年)



8区(3.8 km)

川口純平選手
(今別中学校3年)

9月7日、第22回青森県民駅伝競走大会が『健脚でつながり郷土の和と心』を大会スローガンに、青森市で開催されました。40市町村を代表するランナーが8区間(全長33.8キロ)を競い、アスパム前からゴールの県総合運動公園陸上競技場を目指しました。

1区の綿谷選手から順調にたすきがつながれていきました。

今別中学校3年生の千葉麗樹選手と1年生の畑田真友香選手は今回初めて出場し、千葉選手は「緊張しないで走れた。沿道の方の声援で楽になった」と感謝の言葉を述べてくれました。畑田選手は「走る前は緊張したが、走り出したら緊張がなくなった。来年も走りたい」と初出場とは思えない走りです。

軽快な走りですすきをつないだ川村選手や最長区間を懸命に走った下山選手、力強い走りを見せてくれた小鹿竜也選手は多くの方を感動させてくれました。

「緊張したけど楽しかった」と笑顔で話してくれた小鹿夏海選手からたすきを受け取った川口選手は「最後まで走ってよかった。夢中で走りました」と話してくれ、今別町チームの想いを背負い見事ゴールしました。

2時間4分53秒の記録ですすきをつないだ今別町チームの走りは多くの方に感動を与えてくれました。



今別町チームの皆さん！感動をありがとう！



青森県民駅伝競走大会
チームの想いを背負い、ゴールテープを切る川口選手

今別町消防団出動！

8月28日、青森県消防学校で「第28回青森県消防操法大会」が開催され、今別町消防団本部分団が代表で出場しました。

この大会に向けて約3ヶ月間訓練を積み、当日は太陽が照りつける中、日頃の訓練の成果を十分に発揮しました。

機敏な動きで操法を行った今別町代表の選手たちに、応援に駆けつけた今別町消防団の皆様や他の市町村消防団から大きな拍手が送られました。



機敏な行動で操法を行う今別町消防団！

事故や詐欺には気をつけよう！

9月2日、今別中学校体育館において、「平成26年度外ヶ浜地区交通・地域安全総決起大会」が開催されました。

今別小学校6年の嶋中ゆんさん、今別中学校3年嶋中あすかさんによる少年防犯弁論の発表や外ヶ浜警察署職員による「振り込め詐欺防止寸劇」、ドライブシミュレーションやパトカー乗車などの体験コーナー、交通事故パネルの展示場も設けられ、訪れた多くの参加者は被害に遭わないようにアドバイスに耳をかたむけていました。

また、青森県警察音楽隊による演奏やカラーガード隊による演技、今別保育園園児たちによる伝統芸能「荒馬」が披露され、かわいらしい踊りで会場を和ませられました。



今別保育園園児たちによる荒馬の披露！



気持ちの入った弁論を発表する嶋中あすかさん(左)と嶋中ゆんさん

北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」開業へ向けて（6）

阿部町長が三村知事とJR北海道へ要望

9月8日に阿部町長が、三村知事などと一緒にJR北海道島田社長に対して、「奥津軽いまべつ駅への停車本数」等の要望を行いました。

阿部町長、三村知事ともに「奥津軽いまべつ駅へ1本でも多く停車する」よう強く要望しました。



1本でも多い停車の実現へ向けて要望！

町民のみなさんが七戸十和田駅で開業PR

9月9日、平成28年3月の北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」開業をPRするため、東北新幹線七戸十和田駅で、町民の方々が開業PR活動を行いました。



多くの方に開業PR！

「ママチャリ6時間耐久レース」で開業PR

8月24日、青森県新総合運動公園（青森市）で開催された「ママチャリ6時間耐久レース」に参加し、県職員の皆さんと一緒に、「奥津軽いまべつ駅」開業をPRしました。



新幹線の被り物は遠くからも目立ちました！

高校生が青森駅で開業PR

9月3日、役場にインターンシップで来ていた青森北高校今別校舎2年の相内士津也さんと澤田晃希さんが新幹線対策室の職員と一緒に、JR青森駅前開業PR活動を行いました。多数のマスコミも取材に訪れ、非常に注目されていました。



新幹線の被り物とティッシュでPR！

大活躍の對馬伸真さん！ 水泳競技で入賞

8月17日第69回市町村対抗青森県民体育大会が開催され、水泳競技に出場した對馬伸真さん（今別小学校教員）が、100m背泳ぎ第1位、50m背泳ぎ第2位に入賞しました。

對馬さんは、学校の水泳教室でも児童の指導に積極的に取り組んでいます。

今後の活躍にも期待したいです。

【競技タイム・結果】

100m背泳ぎ 1'05"56 第1位
50m背泳ぎ 30"14 第2位



入賞し笑顔の對馬さん

今別町の元気な園児たち！

9月13日、今別中学校体育館において今別保育園園児たちが運動会を行いました。

タイミングを合わせてジャンプした大縄跳びやバトンをうまく渡した紅白対抗リレーなどさまざまな競技を行い、組体操では華麗に技を決める園児たちに会場から大きな拍手が送られました。

最後に園児全員による「荒馬」が披露され楽しい運動会となりました。



誰が一番になるのかな？



タイミングを合わせて…はい、ポーズ！

一球入魂かぼちゃ祭り

9月13日、地場産品販売所「なもわーも」において「一球入魂かぼちゃ祭」が開催されました。

今別町特産の甘くておいしい「一球入魂かぼちゃ」を求め、行列ができました。かぼちゃを使った餅やアイスなども販売され、訪れた多くの方に好評でした。



大好評の「一球入魂かぼちゃ祭り」

おいしい料理はいかが？ 村元秋まつり開催

9月6日、村元会館において「村元秋まつり」が開催されました。村元地区の方々が多く集まり、焼き鳥や焼きそば、おでんなど美味しい料理が軒を連ね、さらにカラオケ大会、トランプ大会も行われ、訪れた多くの方にぎわっていました。

楽しい秋まつりとなっていますので、ぜひ来年訪れてみてはいかがでしょうか。



暑い夏にはやっぱりかき氷！



美味しい焼きそばは大人気でした！

みんなで踊りましょう！ ふれあいの里夏祭り



リズムに合わせて会場全員で音頭！

8月17日、「ふれあいの里」において、夏祭りが開催されました。

ふれあいの里職員による音頭でにぎやかにスタートした夏祭りは、踊りや楽器演奏、抽選会などが行われました。

また、青森北高校今別校舎ボランティア部の皆さんによるトランプを使った手品が披露され、歓声があがり、夏祭りを盛り上げてくれました。

大漁に願いを込めて…



大漁旗をなびかせ、海上を運行！

9月2日、今別漁協において、「大漁祈願祭」が行われました。

約30人が参加し、風が強く吹き波が高くなっていた海上を、太鼓を景気よく叩く神主を乗せた船を先頭に、10隻の船が約30分間海上を運行し、大漁を祈願しました。

こんにちは。保健師です。

～すすめよう 健康いまべつ21～

10月10日は目の愛護デーです。



目をいたわる生活を

近年、パソコンやスマートフォンなどの画面を長時間見続けて、目の疲れを感じる人が多くなってきています。また、加齢とともに白内障や緑内障、加齢黄斑変性などの目の病気にかかる人も増えています。

10月10日は「目の愛護デー」です。この機会に、目をいたわり、目の病気の原因となる疲労をためないような生活を心がけましょう。

目の病気は50歳以上に急速に増える？

白内障も緑内障も年を取ると発症のリスクが上がります。特に50歳を過ぎると発症する方が多くなってきます。白内障は手術をすれば進行を食い止めることができますし、緑内障は早期に発見すれば、進行を食い止めることができます。

また、糖尿病は進行すると網膜剥離を引き起こす可能性があります。糖尿病の方は内科だけではなく眼科も受診して目の状態をチェックしましょう。

こんな症状に注意しましょう

疲れ目は、主に「目の使いすぎ」がきっかけになって起こります。次のような症状は、目からの注意信号です。

- ・目が疲れていると感じる
- ・目が乾いていると感じる
- ・目やにが出る
- ・目がかすむ
- ・視力が低下してきた
- ・ものが見えにくくなってきた
- ・肩がこりやすい

目の健康維持のために

目の健康は生涯にわたって守り続けたいものです。次のポイントを参考に、日常生活で目の疲れを防ぐよう努めましょう。

★目を休ませる

モニターを見ながらの作業や読書などを1時間続けたら10分間休憩するなど、こまめに目を休ませる時間を持ちましょう。少しの時間でもまぶたを閉じて光を遮ったり、まばたきをゆっくりと繰り返して目のストレッチを行ったりするのもよいでしょう。また、遠くを見る、温かいタオルで温めるなども血行を良くし、疲労を回復させます。また、睡眠は目の疲労回復に重要です。1日6～7時間は、しっかりと睡眠をとって目の疲れをとりましょう。

★目にやさしい食事をとる

バランスのよい食生活を心がけることはもちろん、目の健康維持に必要な栄養素を含む食材をしっかりとりましょう。そのような食材には、ブルーベリーなどのベリー類、ほうれん草などの緑黄色野菜、青魚やまぐろ、かつおなどがあります。

★定期検診を受ける

定期的に検診などで目の状態をチェックしましょう。

10月はがん検診50%達成に向けた集中キャンペーン月間です

戸籍の電算化が始まります

町では、11月17日から戸籍証明書の発行などの戸籍事務をコンピュータで処理する戸籍電算化を開始します。

現在の戸籍は、明治5年の戸籍法の施行依頼、和紙にタイプライターや手書きで記載し管理してきました。戸籍とは、個人の氏名、生年月日、父母との続柄や出生、婚姻等を登録、公証する公簿です。

これまでの戸籍には、手書きによる書き癖等で辞典に載っていない文字で記載されている場合があります。これらの文字は電算化される際、常用漢字や人名用漢字等に置き換えて記載することになります。該当する人には、10月下旬に郵便でお知らせしますので必ず確認をお願いします。

なお、電算化後は「戸籍謄本」は「戸籍の全部事項証明書」に、「戸籍抄本」は「戸籍の個人事項証明書」に名称が変更になります。

【問い合わせ先】今別町役場 町民福祉課戸籍係 電話：0174-35-3003

町民福祉課より国民年金に関するお知らせ

★国民年金保険料は納付期限までに納めましょう★

平成26年4月分から平成27年3月分までの国民年金保険料は、月額15,250円です。日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができます。

また、クレジットカードによる納付やインターネット等を利用しての納付、そして便利でお得な口座振替もあります。

所得が少ないなど保険料の納付が困難な場合は、免除される制度や猶予される制度がありますので、ご相談は下記までお問い合わせください。

【問い合わせ先】今別町役場 町民福祉課 電話：0174-35-3003

日本年金機構 青森年金事務所 お客様相談室

電話：017-734-7498

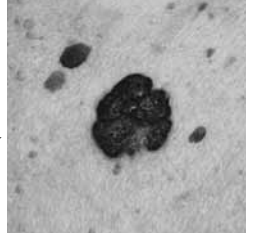


今別診療所 松田先生からの健康だより

今月は、比較的よくみかける皮膚疾患についてのお話です。

1. 脂漏性角化症 (しろうせいかくかしょう)

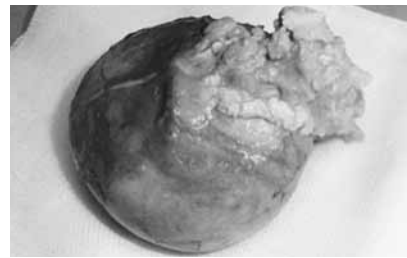
別名、老人性疣贅 (ろうじんせいゆうぜい)、いわゆる「年寄りイボ」です。顔面など日光の当たるところに多発します。ほくろと見分けがつきにくいですが、指で削るとポロポロとかさぶたのようにとれる場合は脂漏性角化症のことがほとんどです。



悪性化することはほとんどありませんので放置しても問題ありません。ただ、美容的に気になる方、髭剃りの邪魔になるなどの理由で希望される場合、また、悪性黒色腫という皮膚のがんと見分けがつきにくい場合などは、局所の麻酔で切除を行います。

2. 粉瘤 (ふんりゅう)

最も多く見られる皮膚の良性腫瘍です。本当は腫瘍ではなく、垢が皮膚の中に埋まり込んで袋を作る疾患です。たまった垢が粉のように見えるため、「粉のこぶ」と書いて「粉瘤」と呼びます。しばしばくさい臭いを伴いますし、化膿することが多く、治癒するまで時間がかかるので、根本的に手術で袋ごと取り出すことをお勧めします。



3. 線維腫 (せんいしゅ)

膠原線維 (こうげんせんい) などで構成されている腫瘍です。有茎状のものや皮膚の浅い部分に色素沈着を伴い存在することもあります。有茎状のものは小さい切開で簡単に摘出できます。



4. 帯状疱疹 (たいじょうほうしん)

水ぼうそうを起こす原因ウイルスと同じ水痘 (すいとう)・帯状疱疹ウイルスによって起こる病気です。(ちなみに、東北地方では、「つづらご」、関西地方では「胴まき」「たすき」「おび」、中国四国地方では「けさがけ」、九州地方では「胴巻き」等というそうです。)

水ぼうそうは多くの子供の頃にかかり、発症後1週間程度で治ります。しかし、治ったといってもウイルスが消滅したわけではありません。実は、体の神経節 (神経の細胞が集まった部分) に隠れて、復活の機会を狙い潜伏し続けます。そして免疫力が低下したときにウイルスが復活します。免疫力が低下する原因には、過労やケガ、大きなストレス、病気、手術、免疫抑制薬の使用、高齢化などがあります。

免疫力の低下によって復活したウイルスは、神経節から出て活動を再開し、皮膚に帯状の水ぶくれをつくります。この帯状の症状から「帯状疱疹」といわれます。

症状は、皮膚にチクチクするような痛みが起こることから始まります。(皮疹が出現する前から) 次に、痛みを感じた場所にブツブツとした赤い発疹ができ、小さな水ぶくれとなって帯状に広がります。この症状は、特に胸から背中、腹部などによくみられます。他には顔や手、足にも現れます。

特徴的なことは、症状が現れるのは身体の左右どちらか片側だけであり、一度に2ヵ所以上の場所に現れることはほとんどありません。

痛みが起り始めてからかさぶたが治るまで、約3-4週間かかります。

治療は、抗ウイルス薬を服用し、ウイルスが増えるのを抑えます。帯状疱疹の対応のポイントは、ウイルスが皮膚や神経に与えるダメージが少ないうちに、つまり症状が出たらなるべく早く治療を始めることです。

治療開始が遅れると、ウイルスの神経や皮膚へのダメージが大きくなり、神経に傷が残る、長期間にわたって痛みが消えないこともあります。(帯状疱疹後神経痛) ですから帯状疱疹では、痛みを我慢せず、できるだけ早く医療機関を受診して、適切な治療を受けましょう。



【問合せ先】今別診療所 電話：0174-35-2680

イマダス

町の行事予定 (10/1~11/1)
※行事予定名・開催場所・担当を掲載しています

10月	
5日(日)	第7回いまべつ秋まつり【産業】
12日(日)	秋の火災予防パレード【総務】
16日(木)	第4回キクの会【社会福祉協議会】
19日(日)	今中祭(今別中学校)【教育委員会】
22日(水)	人権・行政相談(中央公民館)【総務】
25日(土)	青森北高校今別校舎文化祭(ねぶた運行)
26日(日)	青森北高校今別校舎文化祭(一般公開)
31日(金)	固定資産税第3期納期限【税務】
31日(金)	国民健康保険税第3期納期限【税務】
31日(金)	介護保険料第3期納期限【福祉】

広報いまべつ600号記念当選者

広報いまべつは7月号で600号を迎え、記念号としてプレゼント企画を実施しました。多くの方から応募があり、広報いまべつに対する感想や意見などもいただきました。

当選された方は、

- ・木村 熱海 さん ・五十嵐 俊一 さん
- ・小鹿 信行 さん ・平山 光子 さん
- ・相内 あき子 さん ・中島 俊一 さん

応募された方全員にプレゼントしたいですが、広報いまべつ7月号に掲載したとおり6名の方に限らせていただきます。

これからより町民の方に愛される広報紙を目指していきますので、よろしくお願いいたします。

自衛官等募集について

○種 目

・陸上自衛隊高等工科学校生徒 (推薦・一般)

○概 要

・専門技術者を養成 (高等学校の卒業資格取得可)

○応募資格

※平成27年4月1日現在の年齢

・中卒 (見込み含む) 17歳未満の男子

○受付期間

・推薦: 平成26年11月1日(土)~12月5日(金)

・一般: 平成26年11月1日(土)~平成27年1月9日(金)

○試験日及び試験会場

・推薦: 平成27年1月10日(土)~12日(月)

高等工科学校 (横須賀市)

・一般: 平成27年1月24日(土) 青森駐屯地 (1次)

○問い合わせ先

・自衛隊青森地方協力本部青森募集案内所

電話: 017-783-2995



一日目の夜、とても暗くて、きれいな夜景を見ることができませんでした。写真では何度か見たことがあったけれど、自分の目で見るのは初めてだったので、こんなきれいなんだなあと思いました。

まず、行きのロープウェイでは外国人の方が多い場所をゆづつてもらって、外の景色を見せともきれいでした。友達に手伝って貰ったから、外国人の方にお礼を言うこともできました。

次に、展望台に着きました。展望台では百円を入れると見られる双眼鏡のような道具があり、「いいなあ、これを見てみたいなあ」と思いました。今回は函館山の夜景にある「ハート」の文字が見つけられなかつたので、今度は双眼鏡を使って探してみたいと思います。

帰りのロープウェイから見た夜景もとてもきれいでした。でも、やっぱり展望台から見た夜景が一番きれいでした。もう一回、展望台で見てみたいと思います。



① 最上 衣織
② 奥平部
③ ジェミニン選手

修学旅行では、一日目から三日目まで楽しい思い出ばかりでしたが、その中でも私は二日目が一番楽しかったと思います。二日目は五稜郭タワー見学や自主見学、よさこいソーランなど楽しい思い出ばかりです。

まず、五稜郭タワー見学では、五稜郭タワーから見た五稜郭公園は星形の緑が、予想していたよりとてもきれいでした。そして、修学旅行でも楽しかったこと、楽しんだことが、自主見学です。なぜかという、自分たちで決めた計画で町を見学することができたからです。青森ではない、北海道だけにあるような場所をたくさん見学しました。私たちは、旧イギリス領事館やハリストス正教会、聖コナネ教会などを見学しました。

その夜にはよさこいソーランの体験があり、とても楽しい思い出ができました。これでまた北海道のことがくわしく分かりました。家族や友達にくわしく教えてあげたいなと思いました。



① 藤田 あけつ
② 新町
③ パティシエ選手

町の元気な子ども達

「今別小学校6年生」
テーマ「修学旅行を終えて」

① 氏名 ② 地区名
③ 将来の夢

今別町ふれあい福祉センター 10月の相談日のご案内

一般相談、日常のあらゆる心配ごとと悩みごと・・・など

相談種別	相談日	相談時間	相談員
生活一般相談 (毎週隔週の水曜日)	10月8日(水) 22日(水)	10:00~11:30	生活一般相談員
電話相談	毎週月曜日から金曜日	10:00~17:00	社協職員

※土、日及び祝祭日は対応できませんのでよろしくお願いいたします。

専門相談 専門相談員による相談

相談種別	相談内容	相談日	相談時間	相談員
法律相談	借金、離婚、財産相続、土地登記に関する相談	10月14日(火)	13:30~15:30	司法書士

※相談を予定している方は、事前に予約をお願いします。当日の来所は電話でお知らせ願います。また、今月の専門相談は法律相談だけです。

※相談会場は、開発センターです。

社会福祉法人 今別町社会福祉協議会 電話: 0174-35-3081

編集後記

みなさん、こんにちは。今別にもだんだん秋が近づいてきました。皆さんはどのように秋を過ごしますか。私は、サンマや栗など秋の味覚を存分に味わい、運動不足解消のため少し運動をして過ごしたいと思っています。

9月7日に駅伝競走大会が開催され、今別町チームの皆さんが力強い走りを見せてくれました。初出場緊張していた選手もたすきをもらった瞬間、ランナーの顔が変わったことが印象に残っています。次の選手にたすきを渡す姿や必死に走る姿に感動しました。選手、役員の方々が、暑い中本当にお疲れ様でした。

今回は町民の頑張っている姿や輝いている姿を多く取材することが出来ました。写真撮影する時は、私も力が入ります。これからも町民の頑張っている姿を掲載できるように、私も足を運び頑張っていきたいと思います。

(広報担当 古村)

戸籍の窓口

(8月1日から31日までの届出分)



ご結婚おめでとうございます

(小田桐 大樹さん(大川平) (雪 田 貴 紀さん(青森市)
(大澤 優 穂さん(鍋 田) (神 香 織さん(奥平部))

お悔やみ申し上げます

佐藤 義美さん(83) 今別
中嶋 誠四郎さん(84) 今別
中嶋 英明さん(72) 村元
相内 光穂さん(85) 大川平
田中 徹さん(70) 奥平部

今別の姿

(平成26年8月30日現在)

面積 125.28km²
人口 3,034人(-3)
男 1,425人(-4)
女 1,609人(+1)
世帯数 1,527(+1)
()内は前月比