

北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」来年3月26日開業！

奥津軽いまべつ駅
開業まで

平成27年 11月号 **616**

広報 いまべつ

146
日

(11月1日現在)

- ・東京オリンピック・パラリンピック事前合宿誘致に向けて… 1 p
- ・荒馬の里田園マラソン… 2 p
- ・秋まつり… 3 p
- ・いきいき健康まつり、町の話… 4 p、5 p
- ・平成26年度決算報告… 6 p、7 p
- ・今別診療所からの健康だより… 8 p
- ・合同地区座談会… 9 p
- ・東京オリンピック事前合宿誘致までの取り組み… 10 p

発行/青森県今別町 編集/企画課 ☎0174(35)3012 FAX0174(35)2298 今別町ホームページアドレス <http://www.town.imabetsu.lg.jp/>

モンゴルフェンシングチーム 事前合宿を今別町で！！



お互い調印を終え、モンゴルフェンシング協会ガンブレブ副会長(左)と握手をする阿部町長

10月19日、奥津軽いまべつ駅において「今別町・モンゴルフェンシング協会2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会に関する基本合意書調印式」が行われました。町民ら約70人が出迎え、モンゴル語で「ようこそ今別へ！」と書かれた横断幕やモンゴル共和国の小旗を振って歓迎しました。式に先立ち、奥津軽いまべつ開業準備駅の石沢透駅長が駅舎やホームを案内し、説明を行いました。式では、阿部町長とモンゴルフェンシング協会ガンブレブ副会長が基本合意書に署名した後、固い握手を交わしました。阿部町長は「今別町にとって大きな取り組み。お互いの地域発展につながるよう目指していきたい」と話しました。モンゴルフェンシング協会ガンブレブ副会長も「2020年の東京オリンピックはモンゴルにとっても重要なこと。来年3月26日に駅が開業する今別町と調印できたことを誇りに思う」と話してくれました。



県市内での記者会見で阿部町長(右)が事前合宿誘致の想いを話しました



石沢駅長(右)から駅の説明を受けるモンゴルフェンシング協会役員の方皆さん

調印式の後、今別町とモンゴルフェンシング協会と調印したことを三村申吾青森県知事へ報告し、その後の今別町・モンゴルフェンシング協会共同記者会見で阿部町長は「フェンシングの町なので、何かできないかと考えていた」と話し、モンゴル協会ガンブレブ副会長は「気候がモンゴルと同じなので練習時の負担が軽い。エペで代表選手2人を出場させたい。目標達成には今別町との協力が一番効果がある」と述べました。

ランナーが自然豊かな町を駆ける!



石沢駅長(右)の合図でスタートする参加者の皆さん

来年3月26日に開業する北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」の開業と町制施行60周年を記念し、奥津軽いまべつ駅をスタート・ゴールとした「荒馬の里」田園マラソンが10月11日に行われました。

コースは奥津軽コース(2km)、はやてコース(3km)、はやぶさコース(7km)の3コースが設定され、参加者ら約300人が会場を訪れました。オープニングでは今別荒馬保存会・大川平荒馬保存会が伝統芸能「荒馬」の迫力ある演舞でランナーを出迎えました。開会式で選手宣誓をした相内大地さん(今中3年)は「最後まで諦めず楽しく走りぬくことを誓います」と力強く宣誓し、奥津軽いまべつ開業準備駅の石沢透駅長がスターターを務め、ランナーは勢いよくスタートし、今別町の自然豊かなコースを走りました。走り終えたランナーには、郷土料理の「あづべ汁」が振る舞われました。

今別町からも多くのランナーが参加し、館田七海さん(今小4年)は「みんなに応援されて嬉しかったし、楽しかった」と笑顔で話してくれました。柳谷伸之助さんは「疲れたけど、緑豊かな自然を走って気持ち良かった」と笑顔で語り、県民駅伝大会で第1区の走者を務めた下山祐生さんは「今後もマラソン大会を続けてほしい」と話してくれました。板柳町から参加した70代の男性の方は、「走りやすかったし自然豊かでとても楽しかった。このマラソン大会をぜひ続けてほしい」と話してくれ、青森市から参加した30代の女性の方は「とても走りやすいコースでした。来年は駅が開業するので新幹線に乗って今別町に遊びに来たい」と話してくれました。



笑顔でゴール!



自然豊かな田園を走るランナー



新井田くん(中央)と被り物、模型でPR

全競技終了後には、開業日までの日数(167日)を距離としたオープン競技が行われ、167mの距離を参加者ランナーと手作りの北海道新幹線H5系車両の模型を着用した町職員が走りました。新井田大輝くん(今小6年)は新幹線の被り物でPRに協力してくれ、「恥ずかしかったけど、PRできておもしろかった。駅開業はとても楽しみ。今別町がもっと盛り上がる町になってほしい」と駅開業を待ち遠しそうにしている様子でした。

北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」開業へ向けて (No.19)

連携協定覚書交換式

今別町と青森大学では、来年3月26日に開業する北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」に併設されている道の駅いまべつと連携し、学生の視点を生かした道の駅活動支援事業を始めました。10月6日には連携を仲介した国土交通省青森河川国道事務所を交えての連携協定の覚書交換式が行われ、今後は調査・研究を進め、活性化策や広域的な拠点として活動をする予定です。



道の駅いまべつ前で連携協定覚書交換式が行われました

奥津軽まるっと市場でPR

10月17日、18日青森駅前公園において、「奥津軽まるっと市場」が開催されました。来年3月26日に北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」開業を控え、周辺地域の食や物産の魅力をPRするこのイベントに多くの方が訪れました。

町の郷土料理「あづべ汁」の振る舞いや、町商工会からもずくうどんなどの商品が並び、今別町の食を求めて長い行列ができました。また、新幹線開業をPRするパネルや駅開業日を当てるクイズコーナーのブースを設け、訪れた多くの方々にPRをしました。



駅開業をPRするブースには多くの方が訪れました

いまべつ秋まつり開催!



いまべつ牛を求めて長い行列ができました

10月4日、海峡あすなろ公園（八幡町河川公園）において「いまべつ秋まつり」が開催され、町の特産品等が多く並び、にぎわいをみせました。

オープニングでは今別中学生の皆さんが「荒馬」を披露し、元気に声をかけながら跳ね、観客を魅了していました。さらに、今別荒馬保存会・大川平荒馬保存会の皆さんが、華麗で迫力ある演舞を披露し、会場を盛り上げると、大きな拍手が送られました。

町の特産品である「いまべつ牛」の販売では、約300人の長い行列ができ、肩ロースやステーキなど大好評で即売しました。牛鍋の無料振る舞い、津軽海峡産本マグロ解体販売も行われ、購入者からは「本マグロは新鮮で絶品」という感想をいただきました。牛鍋を堪能した町外の方々は「初めて食べたがとてもおいしい」、「牛肉の味が出ていておいしい。もう一杯食べたい」とこちららも絶賛の声を聞くことができました。

会場には来年3月26日に開業する北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」のPRブースが設けられ、青森公立大学の学生、町役場新幹線対策室職員がパネルやPRグッズを設置し、「奥津軽いまべつ駅」に関するクイズも出題されるなど、会場に訪れた多くの方々にPRしました。



新鮮なマグロの解体ショー



迫力ある演舞で荒馬を披露する左から今別荒馬保存会、大川平荒馬保存会、今別中学校



駅開業日クイズに参加した子どもたち

にぎやかな村元まつり開催!

9月12日、村元会館において「村元まつり」が開催されました。会場には多くの方々が集まり、焼き鳥や焼きそば、おでんなどおいしい料理が並び、訪れた多くの方々ににぎわいました。さらにカラオケも開催され、最後まで楽しいまつりとなりました。



多くの方々ににぎわう村元まつり

荒馬・駅も話題に!

9月12日、二股神社で宵宮が開催され、焼きそばやおでんなどが出店され、多くの方々ににぎわいました。その後、二股神社で五穀豊穡と豊年満作を祈願しました。

祈願後には親睦会が開かれ、参加した方々は、8月14日に12年ぶりに復活した「二股荒馬」や北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」などの話題で歓談しました。



二股地区の皆さんで祈願

健康な町づくりを目指して

10月16日、今別町開発センターにおいて「平成27年度今別町いきいき健康まつり」が開催されました。

会場には、健康チェック・体験コーナーが設けられ、会場に訪れた方々は血流観察や血管年齢、体組成測定などで現在の体調などを確認し、改善点などを保健師に相談していました。また、塩分を控えた健康食コーナーも設けられ、試食した方々は「さっぱりしていておいしい」、「塩分が少ないけど味がしっかり出ている」などの感想が聞かれ、大好評でした。会場では、NPO法人青森県健康・体力づくり協会の齊藤美雪事務局長が「今日から始める健康体操～1日でも長く自分の足で歩きつづけるために～」をテーマに講演が行われました。講演では筋肉の衰えで足などを痛めると話され、日常でも簡単にできる胸や足などを鍛える簡単な軽体操を紹介し、参加者と一緒に行いました。齊藤氏は「難しい動きではなく、誰でも簡単にできる軽体操なので、生活に取り入れてみては」と話しました。午後には今別町健康長寿推進アドバイザーである弘前大学大学院医学研究科長の中路重之医学部長の講演が行われ、「今別町民の健康のために私たちができること」をテーマに話され、中路氏は「町の人に健康についてもっと知りたい。これからも今別町を応援します」と話されました。



健康のためにできることを伝える中路氏



齊藤氏(右)と軽体操を行う参加者の皆さん



健康相談コーナーには多くの方が来場

にぎやかに今中祭開催

10月18日、今別中学校において「今中祭」が開催されました。

町の伝統芸能「荒馬」を迫力ある演舞で披露し、賑やかにスタートした今中祭では、「第63回外ヶ浜地区防犯弁論大会」に出場した高桑杏奈さん(今中3年生)、三浦瑞希さん(今中3年生)が防犯弁論を、「第54回東津軽郡英語弁論大会」に出場した藤田未来さん(今中3年)、相内佳衣さん(今中3年)が英語弁論で気持ちのこもった弁論を発表し、会場から大きな拍手が送られました。英語授業発表では、上山蓮さん(今中2年)が英語の歌を2曲歌い、さらに、各学年代表生徒によるねぶたよさこいソーランが盛大に披露されるなど大盛り上がりでした。総合的な学習の時間として、様々な活動に取り組んでいる各学年は、職場体験学習など体験して感じたこと、調べて分かったことなどを発表しました。会場には今別中学生の学校生活や学んでいることなどを一目見ようと多くの方でにぎわっていました。



息の合ったねぶたよさこいソーランで会場は大盛り上がり!

きれいな歌声を披露

10月2日、青森明の星高等学校で平成27年度第41回東郡中学校合同音楽会が開催され、今別中学校全校生徒が参加しました。当日に向けて練習を重ねた生徒は、本番でもきれいで息の合った歌声で、「旅立ちの時～Asian Dream Song～」と「河童と蛙」を披露し、会場から大きな拍手が送られました。



きれいな歌声を披露

町の活性化について学習!

10月7日、今別中学校3年生18名が今別町役場、道の駅いまべつ、青森農業協同組合今別支店を訪れ、「町の活性化」をテーマに課題解決に向けて情報収集をしました。

生徒たちは高齢化についてどのような対策をしているのか、荒馬まつりの宣伝はどのように行っているのかなど事前に調べて疑問に思ったことなどを質問し、メモを取りながら真剣に聞いていました。



課題解決に向けて真剣に話しを聞く今中3年生の皆さん

マイナンバーは、社会保障、税、災害対策の
手続のために行政機関等に提供する場合を除き、
むやみに他人に提供することはできません。



- マイナンバーは、社会保障、税、災害対策の手続きのために、国や地方公共団体、勤務先、金融機関、年金・医療保険者などに提供します。
- 他人のマイナンバーを不正に入手することや、他人のマイナンバーを取り扱う者がマイナンバーや個人の秘密が記録された個人情報ファイルを不当に提供することは処罰の対象となります。

マイナンバー制度をかたった不審な電話、メール、手紙、訪問等には十分注意してください。

<このような電話などに注意してください。>

- マイナンバー（個人番号）の通知や利用、個人番号の交付などの手続きで
 - ・国の関係省庁や地方自治体などが、口座番号や口座の暗証番号、所得や資産の情報家族構成や年金・保険の情報などを聞いたり、お金やキャッシュカードを要求したりすることは一切ありません。こうした内容の電話や手紙、訪問には応じないでください。
- 電話、メール、訪問などにより、マイナンバーの安全管理対応の困難さを理由としたおおげさな商品販売や不正な勧誘などには十分注意してください。
- マイナンバーの関連であることをかたったメールが送られてきた場合、自分の勤務先など送付者が明らかなものを除き、安易に開封しないよう、注意してください。
- 「なりすまし」の郵便物にご注意ください！
 - ・マイナンバーは、「通知カード、個人番号カード交付申請書(在中)」、「転送不用」と赤字で書かれた封筒に入って、簡易書留で各世帯に郵送されます。普通郵便でポストに入っていることはありません。また、配達員が代金を請求したり、口座番号などの情報を聞いたりすることもありません。
 - ・個人番号カードの交付申請の返信用封筒には、顔写真や個人情報を含んだ申請書を入れて、返信いただくことにしています。返信用封筒の宛先が「地方公共団体情報システム機構」であるか、ご確認ください。個人番号カードの交付申請書に口座番号などを記載することはありません。
- 「あなたの名前やマイナンバーを貸してほしい」といった依頼は詐欺の手口です。こうした手口で、人をあざむくなどして、他人のマイナンバーを取得することは法律により罰せられます。

【ご相談は各窓口まで】

《不審な電話などを受けたら》

●消費者ホットライン 188 (いやや！)

《詐欺など被害に遭ったら》

●最寄りの警察署まで

《役場の問合せ》

今別町役場総務課マイナンバー担当・消費者行政担当
電話：0174-35-2001

架空請求のハガキにご注意ください！



《事例》

中央省庁のような差出人から、「民事訴訟最終通告書」と赤字で書かれたハガキが届いた。「財産の差押え」という言葉がいくつも書かれていて、最後に「異議のある場合はご連絡をお願いします」と書かれている。ハガキが届いた日から5日以内が連絡期限になっているが、何のことかよく分からない。連絡した方がよいだろうか。

(契約当事者 70代 女性)

《アドバイス》

消費者を信用させるために公的機関を装っているほか、「過去の商品購入の代金が未払いのままになっているため、このままだと訴訟になり財産が差し押さえられる」など、根拠のないことが書かれています。

このようなハガキなどに記載された連絡先に電話してしまうと、相手は様々な手口で金銭をだまし取ろうとします。

書かれている内容に覚えがない場合は、決して連絡をしないようにしましょう。少しでもおかしいと思ったら消費者ホットライン（電話 188）に相談してください。

防災行政無線などを用いた情報伝達訓練の実施

地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、次のとおり情報伝達訓練を行います。この訓練は、全国瞬時警報システム（Jアラート）※を用いた訓練で、今別町以外の地域でも様々な手段を用いて情報伝達訓練が行われます。

1. 訓練実施日時 平成27年11月25日(水)11時00分ごろ
2. 訓練で行う放送試験

情報伝達手段	放送内容
防災行政無線	町内54ヵ所に設置してある防災行政無線から、一斉に、次のように放送されます。 (放送内容) ・上りチャイム音 ・「これは、テストです」×3 ・「こちらは、ぼうさい今別広報です」 ・下りチャイム音

※Jアラートとは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、国から人工衛星などを通じて瞬時にお伝えするシステムです。

【問合せ先】

今別町役場 総務課 電話：0174-35-2001

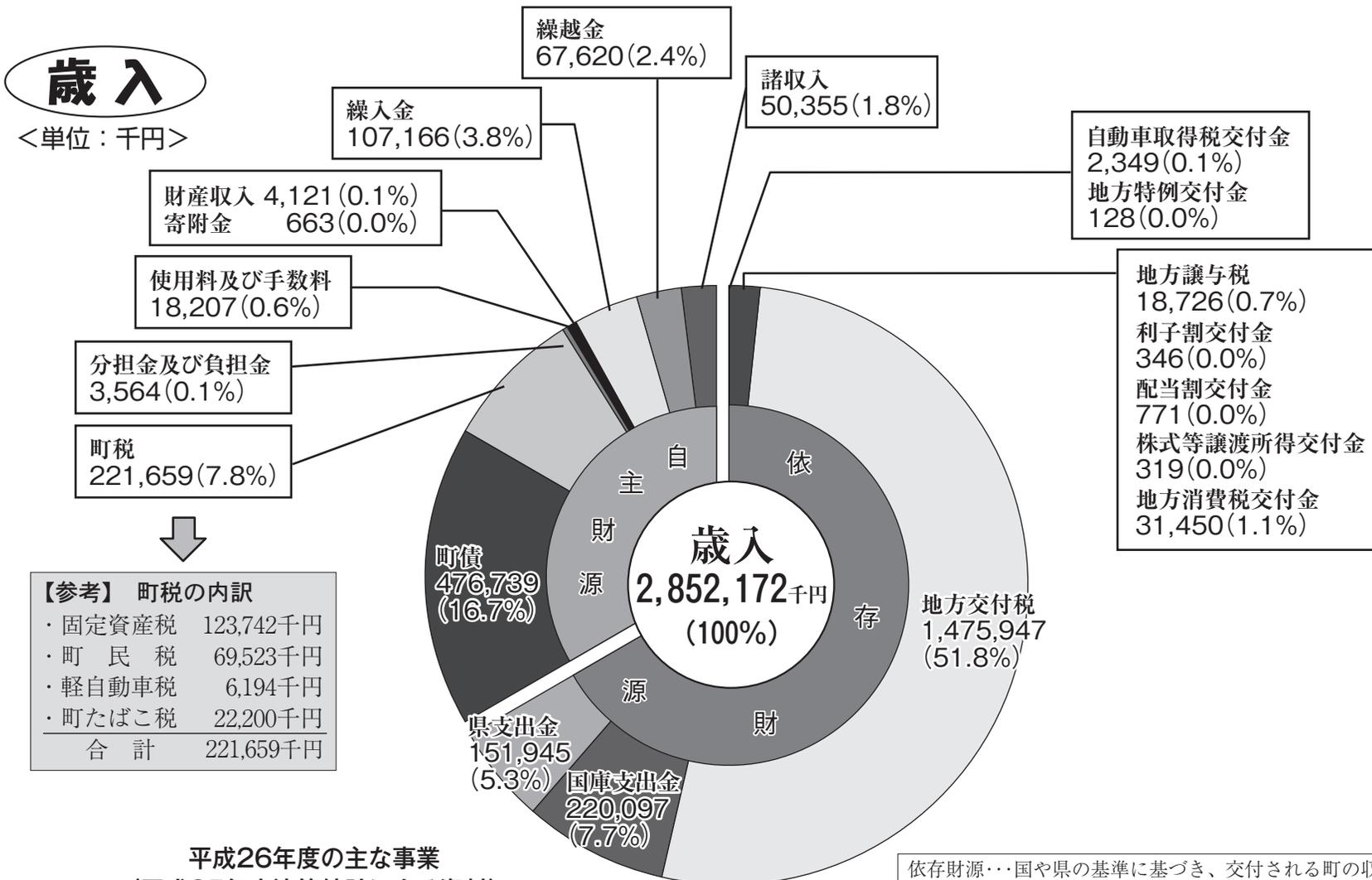


決算報告

「財政健全化計画」実施の中で、平成26年度（平成26年4月1日～平成27年3月31日）に町にはどのようなお金が入り私たちの暮らしや町づくりにどのように使われたのかをお知らせします。

(一般会計歳入決算額) (歳出決算額) (歳入歳出差引額)
28億5,217万2千円 - 27億4,784万3千円 = 1億432万9千円

(歳入歳出差引額) (翌年度への繰越) 実質収支額
1億432万9千円 - 1,137万6千円 = **9,295万3千円**



今年4月にリニューアルオープンし、多くの観光客が訪れている道の駅いまべつ

特別会計収入歳出決算額

単位：千円

会計名	歳入	歳出	差引残額
一般会計	2,852,172	2,747,843	104,329
特別会計	国保事業	487,483	33,317
	国保診療	156,830	3,232
	後期高齢者医療	57,496	1,093
	介護事業	491,075	15,524
	介護サービス	24,734	6,651
	水道事業	132,459	4,591
小計	1,383,394	1,318,986	64,408
合計	4,235,566	4,066,829	168,737

【歳入】

一般会計の歳入総額28億5千217万2千円で前年度より、2億7千6百80万7千円（8.8%減）の減額決算となりました。国庫支出金や地方交付税等の依存財源が大きく減少しました。繰入金、財産収入の自主財源が減少したが、自主財源の全体を占める割合が33.3%と前年度より2.9%の増となりました。これは町債が大きく増加したことが要因です。

一般会計を町民1人あたりにすると…
(平成27年3月末人口2,965人より算出)

町民が納めた町税

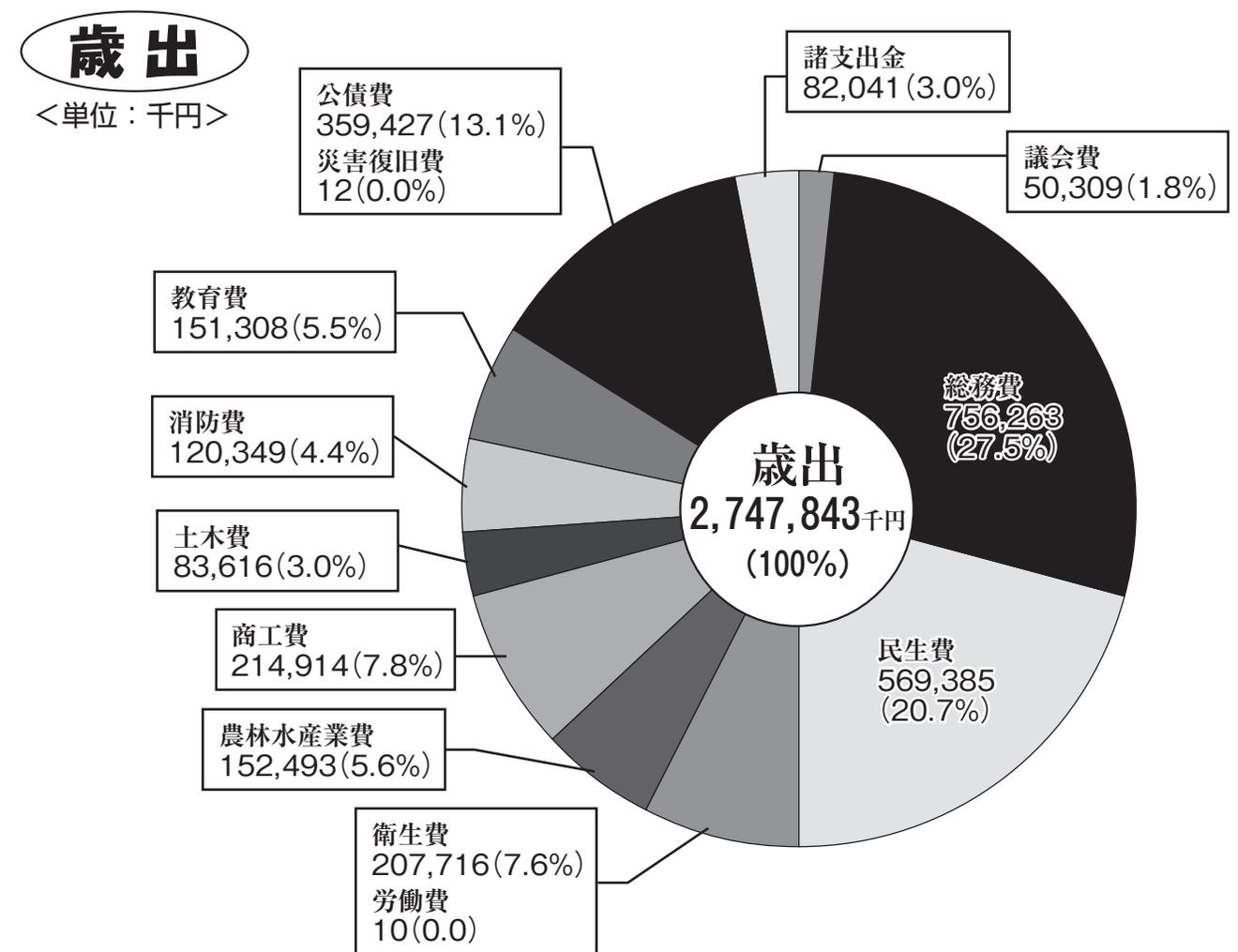
固定資産税	41,734円
町民税	23,448円
軽自動車税	2,089円
町たばこ税	7,487円

町民に使われたお金

総務費	255,063円
民生費	192,035円
公債費	121,223円
衛生費 〔うち広域事務組合分 (ゴミ、し尿、斎場)〕	70,056円 (27,533円)
教育費	51,031円
土木費	28,201円
消防費	40,590円
農林水産業費	51,431円
諸支出金	27,670円
商工費	72,484円
議会費	16,968円
災害復旧費	4円
労働費	3円

平成26年度

【歳出】
 一般会計の歳出総額は前年度より、2億5千2百51万6千円減(8.4%減)の27億4千7百84万3千円となりました。減少の要因としては奥津軽駅前整備事業による総務費の減、村元大川平線外舗装補修終了外による土木費の減、財政調整基金積立金、減債基金積立金による諸支出の減、公債費の減が主な要因です。



「健全化判断比率及び資金不足比率の状況」

1. 健全化判断比率 (実質赤字比率の「-」表示は、黒字を表します)

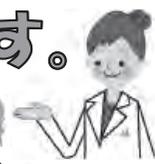
区分	平成26年度 決算比率	平成25年度 決算比率	早期健全化基準 (黄色信号)	財政再生基準 (赤信号)
①実質赤字比率	-	-	15.00%	20.00%
②連結実質赤字比率	-	-	20.00%	30.00%
③実質公債費比率	16.90%	19.60%	25.00%	35.00%
④将来負担比率	76.10%	72.70%	350.00%	

2. 資金不足比率

特別会計名	決算比率 (26年度)	決算比率 (25年度)	経営健全化基準
今別地区簡易水道事業会計	-	-	20.0%

- ①実質赤字比率
一般会計の赤字の程度を指標化し、財政運営の深刻化を示すものです
- ②連結実質赤字比率
全ての会計の黒字や赤字を合計して、赤字の程度を指標化し、財政運営の深刻化を示すものです。
- ③実質公債費比率
借入金の返済額や借入金に準ずる経費の大きさを指標化し、資金繰りの危険度を示すものです。
- ④将来負担比率
一般会計、特別会計などの借入金や将来、一般会計が支払う可能性のある負担などを指標化し、将来財政を圧迫する可能性が高いかを示すものです。
- ⑤資金不足比率
公営企業の資金不足を指標化し、経営状況の深刻化を示すものです。

こんにちは。保健師です。



～めざせ 健康長寿のまち いまべつ～

子どもインフルエンザ予防接種費用助成のお知らせ

- 全国的に、毎年12月から3月にかけて、インフルエンザが流行します。
- 高熱や関節の痛みなどを伴い、人によっては重症化するおそれもあります。
- インフルエンザの予防には、「かからない」「うつさない」ことが大切です。
- 一人ひとりが手洗いや咳エチケット等を行い、予防を心がけましょう。

今別町では、個人の感染予防や重症化防止を目的として、インフルエンザ予防接種費用の一部を助成いたします。



助成対象者	今別町に住所を有する、1歳から18歳（高校3年生）までの方 【助成対象者には個別通知をしました】
助成回数	接種当日1歳から12歳までの方：2回 接種当日13歳から18歳までの方：1回
助成額	1回の接種につき1,000円（生活保護世帯は全額）

【問合せ先】 町役場 町民福祉課 保健師 電話：0174-35-3004

国民年金に関するお知らせ

納めた国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です

国民年金保険料は所得税法及び地方税法上、健康保険や厚生年金などの社会保険料を納めた場合と同様に、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

控除の対象となるのは、平成27年1月から12月までに納められた保険料の全額です。過去の年度分や追納された保険料も含まれます。

また、ご自身の保険料だけでなく、配偶者やご家族（お子様等）の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合、その保険料も併せて控除が受けられます。

なお、平成27年中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに、領収証書など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。

このため、平成27年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方には、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が送られますので、申告書の提出の際には必ずこの証明書または領収証書を添付して下さい。（平成27年10月1日から12月31日までの間に、今年始めて国民年金保険料を納められた方へは、翌年の2月上旬に送られます）

◆税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万一の時にも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れのないようきちんと納めましょう。

【問合せ先】

今別町役場 町民福祉課 国民年金係
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

子どもの健康は大人(親)が守る!!

Part 2：小児肥満について

今月は、小児肥満についてのお話です。文部科学省の調査によると、ここ30年の間、肥満傾向のこどもは2～3倍に増えており、9～17歳の男子の10人に1人は肥満であるとの数字が出ています。

青森県内の小中学生の肥満率は全国トップクラスで、小学生男子は全国5位、女子は2位、中学生では男女とも全国1位です。（平成21年、文部科学省「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」より）小児肥満の約70%以上が成人肥満に移行し、高血圧、糖尿病などの生活習慣病を合併する割合も高くなります。さらに、小児肥満者は子どものうちからすでに高血圧などで動脈硬化が始まっているとされています。

しかし、未来の宝物でもある子どもたちの健康は絶対に守らなければなりません。このためには、まずは大人、とりわけ子どものすぐそばにいる保護者のライフスタイル（運動不足、夜型生活、朝食の欠食、野菜不足の食生活など）を見直し、一緒に実践することが、小児肥満の予防・改善には、最も重要なことかと思えます。（大人の生活は、子どもの生活の鏡ともいわれます）

子どもは親に出された食事を、その家庭に応じたルールの中で食べるしかありません。例えば、親が野菜嫌いで野菜を食卓に出さなければ“野菜嫌い”になり、揚げ物が多ければ“揚げ物大好き”になり、親が夜中にテレビを観ながら甘い物を食べていれば、こどもも欲しがらるでしょう。また、“朝が弱い”お母さんが朝食を作らなければこどもは朝食欠食。午前中の授業は思うように頭がまわらず、成績にも影響するという統計もあります。また、こどもの肥満は、心理状況ともつながっていますので、ストレスなど心の状態も無視できません。

青森県庁スポーツ健康課も推進している肥満解消の心構えを列記してみました。このような生活ができていくかどうか、親子で少し考えてみてはどうでしょうか？

1. 1日1回の体重と3度の食事の記録をつけましょう。
2. 朝、昼、晩と1日3回、必ず食事をとりましょう。
3. 1日に最低でも1回は家族で食事を取りましょう。（孤食は肥満につながります）
4. 夜9時以降は物を食べないようにしましょう。
5. 調味料やマーガリン、マヨネーズなどのつけ過ぎ、かけ過ぎはやめましょう。
6. 決められた食事の量を守りましょう。
7. 夜更かしは止め、朝は6時台に起きましょう。（夜更かしは肥満に直結します）
8. 身体を動かす環境を整えましょう。（家の手伝いをする、テレビやゲームの時間は1日1時間以内にするなど）
9. 歩き、階段の利用を心がけましょう。（休日は必ず運動をしましょう）



そして、いちばん注意しなければならないのは、「子どもの肥満は発育期・成長期の肥満」であり、したがって、成人の肥満治療で行われるような極端なダイエットを、成長を妨げるような子どもの肥満に適用することは絶対に避けなければならないということです。

親の食生活、ライフスタイルの是正はもちろん、“食育”などの健康教育を、学校の教師の方々、保護者が一体となって推し進めていき、未来ある子どもたちの健康増進に向けてたゆまぬ努力を続けなければならないと思います。

【問合せ先】 今別診療所 電話：0174-35-2680

様々な作品が集合

9月19日、町中央公民館において「第6回公民館まつり」が開催されました。会場には水墨画、ぬり絵などの多くの講座・サークル生の作品が展示され、精度の高い作品に訪れた方々は見とれていました。きれいな歌声のコーラスや茶道体験教室、今別小学校児童によるストリートダンスの披露が行われ、さらに、今別保育園の園児たちが町の伝統芸能「荒馬」を元気いっぱいに演舞するなど、にぎやかで楽しいまつりとなりました。



今別保育園児による荒馬演舞

合同地区座談会が開催される！

9月16日、今別町開発センターにおいて「平成27年度各地区合同座談会」が開催され、各地区総代・町内会長らが出席しました。阿部町長、町役場の各課長らから平成27年度の主な事業の紹介や海峡の家風呂改修後の営業や東京オリンピック事前キャンプ誘致事業等の説明がありました。その後、出席者から各地区からの意見や要望があり、話し合いが行われました。



事業の説明をする阿部町長

にぎやかに八幡町秋まつり開催

10月10日、八幡町会館で「八幡町秋まつり」が開催されました。八幡町地区の皆さんがメーカーイン（バナナイモ）を使用したフライドポテトやイモ汁など地元で採れた食材をで料理を作り、会館前に並べられると多くの方が訪れにぎわっていました。また、くじ引きも行われるなど大いに盛り上がりました。



おいしい料理が多く並びました

いきいき過ごそう

10月19日、弘前医療福祉大学看護学科の学生3人が八幡町会館を訪れ、日頃の健康についての相談や血圧測定を行いました。

学生らは健康について手作りのボードで説明したりロコモシンドローム（運動器症候群）を改善する運動を紹介し、かかと上げやスクワットなど参加者と一緒に運動をしました。参加者は「簡単な運動なので続けていきたい」や「こういう風にみんなで集まっての運動は楽しい」という感想が聞かれました。学生らは「簡単な運動だが、無理せずに続けてほしい」と呼びかけていました。



ロコモ対策運動をする参加者の皆さん

今小ミニバス部大健闘

9月12日、平成27年度ニイヤマカップミニバスケットボール大会が行われ、今別小学校ミニバスケットボール部が出場しました。日頃の練習の成果を一回戦から十分に発揮した今小ミニバス部は、積極的なプレーで粘り強く戦いました。準決勝まで順調に勝ち進めていきましたが、あと一歩のところまで惜しくも敗れてしまいました。試合後には、健闘した今小ミニバス部に大きな拍手が送られました。



果敢にゴールを攻める今小ミニバス部

今別町ふれあい福祉センター 11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	11月11日(水) 25日(水)	10:00～11:30	生活一般相談員
電話相談	毎週月曜日～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	11月10日(火)	13:30～16:30	弁護士
年金相談	各種年金、社会保険等についての相談	11月16日(月)	10:00～12:00	社会保険労務士

※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、12月の専門相談は法律相談（司法書士）だけです。※会場は開発センターで行います。

【問合せ先】 社会福祉法人 今別町社会福祉協議会 電話：0174-35-3081

イ マ ダ ス

町の行事予定 (11/1～12/10)
※行事予定名・開催場所・担当を掲載しています。

11月	
2日(月)	固定資産税第3期納期限【税務】 国民健康保険税第3期納期限【税務】 介護保険料第3期納期限【福祉】
11日(水)	今別小学校就学時健診【教育委員会】
18日(水)	乳幼児健診【福祉】
30日(月)	国民健康保険税第4期納期限【税務】 介護保険料第4期納期限【福祉】
12月	
4日(金)	人権・行政相談【総務】
6日(日)	今別中学校日曜参観日【今別中学校】 第32回今別町総合福祉展【社会福祉協議会】

モンゴルフェンシング協会が海峡の家を視察

10月18日、モンゴルフェンシング協会の皆さんが今別町を訪れ、交流事業の宿泊場所に予定されている海峡の家ほろづきを見学しました。モンゴルフェンシング協会の皆さんを褒月地区の方々が、モンゴル共和国の旗を振り温かく出迎え、阿部町長が炭酸カルシウム人工温泉に改修したお風呂や各部屋の説明をしました。



海峡の家ほろづきで褒月地区の皆さんが温かいお出迎え



モンゴルフェンシング協会の皆さんと談笑する阿部町長と澤田教育長

今別町が2020年東京オリンピック・パラリンピックに向けた事前合宿地に決定するまで	
平成26年11月10日	県主催の東京オリンピック事前キャンプ誘致に係る県市町村連絡会議開催（今別町は検討市町村として出席）。
平成26年11月28日	町議会全員協議会にて事前キャンプ地誘致説明。
平成27年7月24日	オリンピック事前キャンプ誘致に向けた検討委員会議開催。
平成27年7月30日	2020年の東京オリンピック・パラリンピックに参加する海外チームの事前合宿誘致に関心を寄せる県内市町村を対象にしたセミナーが開かれる。
平成27年8月以降	モンゴルフェンシング協会が事前合宿地を探しているという情報を得て、阿部町長を中心に関係者と交渉を重ねる。
平成27年10月18日	モンゴルフェンシング協会が宿泊予定となる「海峡の家ほろづき」を訪れ、炭酸カルシウム人工温泉や部屋等を見学する。その後、練習会場予定となる青森北高校今別校舎体育館を見学し、ホテル竜飛で歓迎レセプションが行われる。
平成27年10月19日	北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」に到着したモンゴルフェンシング協会の皆さんを町民らがお出迎えし、奥津軽いまべつ開業準備駅の石沢透駅長が駅舎内を案内。その後、「青森県今別町 モンゴルフェンシング協会2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会に関する基本合意書調印式」が行われ、阿部町長とモンゴルフェンシング協会ガンプレブ副会長が握手を交わす。

9月4日に、全校遠足で菅野公園に行きました。たてわり班ごとに活動しました。オリエンテーリングでは、「タイムショック」が一番楽しかったです。活動中は、自分から進んで班のみんなに声かけをすることができたのでよかったです。班で決めためあてを守って、無事にゴールすることができてよかったです。これからも、ゲーム集いやたてわり班清掃などがあります。その時も楽しく協力してできるように声かけしたり、自分から進んで活動したりしていきたいと思います。



① 山口 生織
② 後町
③ バスの運転手

全校遠足のオリエンテーリングで、ぼく達のチームは最初、輪投げて58点取ることができました。その他にもいろいろなクイズがあつて、それもクリア目指して班でがんばることができたのでよかったです。オリエンテーリング中に迷ってしまった時もありましたが、班のみんなと協力してクリアできたのでよかったです。お弁当を食べ終わってから、クワスのみんなで鬼ごっこをして、けつこう汗をかいて楽しむことができました。最後の順位発表で、ぼく達のチームが3位に入っていて、とてもうれしかったです。これからも班で協力をしたいです。



① 小山ゆう太
② 鍋田
③ 医者

町の元気な子ども達
①氏名 ②地区名 ③将来の夢

「今別小学校6年生」
テーマ「全校遠足を終えて」

「お詫びと訂正」
先月号で青森北高校今別校舎の文化祭開催日に誤りがありました。正しくは、10月31日、11月1日です。
戸籍の窓口で嶋中きんさんの年齢に誤りがありました。正しくは91歳です。
訂正して、お詫び申し上げます。

編集後記
みなさん、こんにちは。モンゴルフェンシング協会の皆さんが今別町を訪れ、宿泊先になる予定の海峡の家ほろづきなどを視察しました。モンゴル協会の皆さんは今別町の自然を大変気に入った様子で視察をし、10月19日には、奥津軽いまべつ駅で調印式が行われました。両国の地域発展につながっていくことを期待しています。
(広報担当 古村)

戸籍の窓口 (9月1日から10月30日までの届出分)
※ご家族から了承を得た方になります。

お悔やみ申し上げます
松本 ゆきさん (95) 今別

今別の姿 (平成27年9月30日現在)
面積 125.27km²
人口 2,935人(-2)
男 1,383人(+1)
女 1,552人(-3)
世帯数 1,497(-4)
()内は前月比

