

いまべつ

466



～健診でイヤイヤする赤ちゃん～

何センチかな？

* 新入学おめでとう *

平成15年度の今別小学校と大川平小学校の入学式が4月7日行われました。入学式では、名前を呼ばれると皆さん元気な声で返事をしていました。

それでは、新入学児童を紹介します。()内はみんなの夢



小鹿 優佳さん
(パーマやさん)



宮本 翔くん
(りょうし)



木村 里菜さん
(ほいくえんのせんせい)



木村 千鶴さん
(パーマやさん)

今別小学校
全1年生
133名



相内 優里さん
(あめやさん)



相内 穂月さん
(かんごふさん)



加賀谷 光輝くん
(けいさつかん)



五十嵐 宏樹くん
(だいくさん)



嶋中 寧々さん
(パーマやさん)



中島 佑真くん
(でんしゃのうてんしゅ)



小鹿 咲心さん
(ほいくえんのせんせい)



嶋中 瑠奈さん
(おかあさん)



中島 郁人くん
(りょうし)



蝦名 耀一郎くん
(しょうぼうし)



平山 雄飛くん
(けいさつかん)



東 慶将くん
(けいさつかん)



相内 彩希さん
(ケーキヤさん)



藤巻 俊介くん
(がっこうのせんせい)



田中 聖美さん
(おみせやさん)



唐川 典恭くん
(ガソリンスタンドマン)



嶋中 亜里紗さん
(がっこうのせんせい)



平山 友也くん
(けいさつかん)



菅原明日香さん
(おはなやさん)

55歳 兵庫県 東田沢小学校 指笛演奏・トラベッツト演奏 海あり山ありの豊かな自然が印象的です。特に海が好きなので、夏になったらキャンプをしてみたいと思っています。一人ひとりの子どもたちに豊かな人間性を育むと共に、基礎学力を確実に定着させることのできるような学校づくりに励みたいと思っています。



宏 彰
塩谷 校長

今別小学校

今年度赴任された教職員・蟹田警察署今別交番所員の皆さんを紹介します。町民の皆さんよろしくお願ひします。

ようこそ！今別にちは

Ⅱ 凡

例Ⅱ

- | | |
|---------|-------|
| ① 年齢 | ② 出身地 |
| ③ 前任地 | ④ 趣味 |
| ⑤ 今別の印象 | ⑥ 抱負 |

また、地域の人材を活用したり、地域の人たちとの交流を図ったりしながら、より活気に満ちあふれた「開かれた学校」づくりに取り組んで行きたいと思っていますので、どうぞよろしくお願ひいたします。



幸子 諭
北山 教

31歳 青森市 学校組合立田代小学校(南郷村) テニスをすること 急カーブ急勾配の道路。潮の香。青い空とおだやかな海。海好きな私としては、冬どんな海に変わるのか今からと



陽子 諭
佐々木 教

でも楽しみです。子どもたちと一緒に明るく楽しく元気によく勉強したり、遊んだりしたいと思っています。そして、子どもたちに負けないくらい成長できたらいいなあと思います。どうぞよろしくお願ひします。

31歳 青森市 二股小学校 旅行・スノーボード 今別人となり二股小で過ごすこと2年。子どもたちと話していると語尾が「二股化」していると気付いたのは1年前。今では、今別にいる方が「あづましい」と「思っている今日この頃です。ほんわかした雰囲気。二股小から、今小へ転勤した始業式、児童玄関に立っていたら、子どもたちは「だれだべ？」という顔で挨拶してくれた。新任式で「挨拶が元気な子大好き」

と言ったら、翌朝の挨拶は目がまわりそうなくらい。打てば響く今小の子どもたち。これからとても楽しみだ。



田中 千春
臨時講師

27歳 今別町 大川平小学校 映画鑑賞、釣り。いつまでも変わらない私のふるさです。今別小学校に転任してから2ヶ月以上が経ちましたが、まだ子どもたちの顔と名前が一致していないので、早く名前を覚えて、たくさんの子どもたちと触れ合い、一緒に楽しい学校生活を送りたいと思います。



中道 繁子
教諭

大川平小学校

46歳 今別町 二股小学校 読書 “ふるさととはありがたかな”です。母校である大川平小学校に勤務することになり大変うれしく、そして大変緊張もしています。一層頑張らないと！という気持ちです。教職員の皆さん、地域の皆さんと力を合わせ、子どもたちのよき、力を伸ばして行きたいと思っています。どうぞよろしく願っています。



長谷川 博之
教諭

29歳 青森市 二股小学校 サッカー、読書 今別町に来て4年目になります。豊かな自然に囲まれたこの町の風景も今では生活の一部として溶け込んでいるような感じがします。これからの新しい出会いにひそかに心を躍らせています。“春は出会いの季節であり、別れの季節である”と

よく言います。二股小学校閉校、子どもたちとの別れは本当につらいものがありました。しかし、縁あってか二股小学校の本校でもある大川平小学校に転勤になり、二股小学校だけでなく大川平小学校の歴史にもふれられる自分は幸せだと思っています。何よりも子どもたちとの出会いが一番楽しみです。一年目なので戸惑うことが何かと多いと思いますが、とにかく子どもたちと一緒に、楽しく学校生活を送りたいと思っていますので、どうぞよろしく願っています。



小嶋 俊洋
臨時事務職

52歳 蟹田町 二股小学校 水彩画、交通機関のチケット集めなど 開智小・今別小・二股小そして大川平小と今別を一周しました。海も山も人情も素晴らしいところです。将来の今別・

青森県を日本を背負ってたつ、子どもたちのために縁の下でガンバリます。

今別中学校



田村 義文
教頭

45歳 平内町 青森県総合学校教育センター 釣り 私は海が好きなので、毎日海を見ながら生徒たちと勉強できるのが楽しみです。釣り名人の方、ぜひ案内してください。難しいことは申し上げません。微力ながら子どもたちのため、地域のために全力を尽くしますのでもよろしく願っています。



相馬 徹
教諭

41歳 青森市 (財)青森

県スポーツ振興事業団 スポーツ 豊かな自然 今別の自然を思う存分満喫しながら、2年ぶりの学校生活を生徒たちと一緒に楽しんでいます。行きたいと思っています。



松浦 巨樹
教諭

33歳 青森市 沖館中学校 サッカーをすること、観ること 校舎の目の前に広がる海がとてもきれいで印象的でした。また、景色や空気も良くスポーツを楽しむにはとても素晴らしい環境だと思いました。一日も早く生徒の皆さんの名前を覚えて、楽しく授業をして行きたいと思っています。豊かな自然環境の中で、充実した学校生活を送って行きたいと思っていますので、どうぞよろしく願っています。



幸諭 葛西
教 諭

32歳 柏村 小湊中学校
本屋に行くこと 山あり
海あり春夏秋冬、楽しめる
町。校舎から見える海の景
色がとてもステキだと思い
ました。 今中生、一人ひ
とりのいい所をみつけて行
きたいと思います。どうぞ
よろしくお願いします。



修平 荒谷
臨時講師

28才 青森市 甲田中学
校 体を動かすこと休める
こと。 山あり海あり自然
豊かななあとというのが第一
印象です。コンビニがない
どうしようという印象も受
けました。 豊かな自然環
境の中で、子どもたちと一
緒に体を動かしながらのび
のびと学校生活を送りたい

と思います。明るく楽しい
学校を目指してがんばりま
すのでよろしくお願いします。

県立今別高校



康仁 福井
教 諭

49歳 平館村 浪岡高校
囲碁・マラソン 山と海
に囲まれた自然美豊かな田
舎町 先生が多いので、リ
フレッシュな気持ちで頑張
れそうです。



生弥 秋田
教 諭

24歳 青森市 青森東高
校 読書 自然の豊かさには
驚きました。また、初め
て今別を訪れた時から町民
のかたがたにとても親切に
していただいています。素

敵な町です。



史生 葛西
教 諭

23歳 青森市 なし ポ
ウリング 海に囲まれた自
然豊かな町だと思います。
今別高校の教員として精
一杯頑張っていけます。よ
ろしくお願いいたします。



雅紀 石岡
事務長

52歳 黒石高校 弘前高
校 スポーツ観戦 海、山
と自然がいっぱいで、散策
したくなるような町。 な
るべく早く、学校のシステ
ムになれ、環境整備等に微
力ながら頑張るつもりです
のでよろしくお願いします。

今別交番



誕生 加藤
所 長

57歳 五所川原出身です
が、現在は青森市に住んで
います。 弘前警察署 海
釣りや山菜採り この地は
初めてなので、地図を見た
とき津軽海峡に面した町で
あり潮風の舞う大変なこ
ろかな？と覚悟を決めてき
ました。ところが、来てみ
てびっくり、全く反対で大
変穏やかな気候であり、青
森県内でもこんなに恵まれ
た気候の場所は他にないの
ではと喜んでいきます。 今
別町では本年1月8日に交
通死亡事故ゼロ2,000
日記録を達成し、現在記録
を更新中です。是非とも、
500日の記録を達成した
いと思っています。この
ため町民の皆さんと協力し、
各種交通安全活動を進めた
いと思っていますのでよ

ろしくお願いいたします。
町内の皆さん、お気軽に
交番へ遊びに来てくださる
ようお待ちしております。



幸弘 佐藤
巡査部長

50歳 弘前市 五所川原
警察署三好駐在所 山歩き
とピンポン 山と海に囲ま
れて自然豊かなところであ
り、コバルトブルーの海が
とっても綺麗でした。 仕
事に関しては、警察の基本
姿勢である「安全・安心ま
ちづくり」のために、微力
ですが地域住民のために役
立てればと考えています。
私的には、趣味の山歩き
しながら、今別の名産であ
る太い竹の子を採ってみた
い。これまで、鉛筆のよう
な竹の子しか採ったことな
いものですから。

豆腐づくりに挑戦!



このほど「大川平加工グループ」「加工グループ・ザ・あっぱるズ」など婦人グループは、自家用の大豆を使った豆腐づくりに挑戦しました。

ち寄った13人のメンバーが荒馬の里活性化センターに集いました。

講師には、青森地域農業改良普及センターの梅村総括主査を招き、豆腐づくりの工程を学びました。

作業中皆さんは「これだつたら家でも作れそう」などと会話ははずみ、初めての挑戦にしては上出来との感想でした。

早速、出来上がった豆腐を試食し大豆100%の味に「おいしい」「大豆の風味が最高」と評価をし合い、完成を喜んでいました。

春の交通安全運動

期間：5月11日(日)～20日(火)



*運動の重点

1. 子どもと高齢者の歩行中、自転車乗車中の交通事故防止
2. シートベルトとチャイルドシートの着用の徹底
3. 飲酒運転の根絶

- 運転者は子どもや高齢者に配慮した運転を心がけ、また家庭では子どもや高齢者が外出する際には一声かけるようにするなど、家族ぐるみで交通安全に気を配る。
- 保護者や地域住民が主体とした交通安全総点検、ヒヤリ地図の作成などを実施、交通上の危険箇所を積極的にくみ上げその解消に努める。
- シートベルト・チャイルドシートは「正しく・确实」着用し、また家庭では着用するよう声をかける。
- 飲酒の量にかかわらず、飲酒したら絶対にハンドルは握らない。

自転車も
飛ばせば怖い
暴走車

今別町・今別町交通安全対策協議会・今別町交通安全協会

環境福祉課からのお知らせ

平成15年度の健康カレンダーでお知らせしている予防接種の実施月日が変わりましたのでお知らせいたします。なお対象者には、随時個別に通知いたします。

実施月日	曜日	予防接種名	対 象 者	実施時間	実施場所
4月	2日	水	ポ リ オ 第 1 回 (急 性 灰 白 髄 炎)	1 回目投与14. 8. 1～14.12.31 2 回目投与14. 2. 1～14. 7.31	13：30～ 開発センター
	9日	水	二 種 混 合 (ジフテリア・破傷風)	6 年生全員	13：30～ 今別小学校
	16日	水	二 種 混 合 (ジフテリア・破傷風)	6 年生全員	13：00～ 大川平小学校
5月	7日	水	麻 疹 (は し か)	13.12. 1～14. 4.30	14：00～ 今別診療所
	21日	水	ポ リ オ 第 2 回 (急 性 灰 白 髄 炎)	1 回目投与15. 1. 1～15. 1.31 2 回目投与14. 8. 1～14.12.31	13：30～ 開発センター
	28日	水	日 本 脳 炎 期	11. 4. 1～12. 3.31 (1 回目)	13：30～ 開発センター
6月	11日	水	ツ ベ ル ク リ ン	14. 3.12～15. 3.12	13：30～ 開発センター
	13日	金	B C G	14. 3.12～15. 3.12 (陰性)	8：30～ 今別診療所
7月	2日	水	風 し ん (三 日 ば し か)	2 年全員	13：30～ 今別中学校
	17日	木	日 本 脳 炎 期 風 し ん (三 日 ば し か)	10. 4. 1～11. 3.31 (追加) 12.12. 1～13.11.30	13：30～ 開発センター 13：30～ 開発センター
9月	10日	水	三 種 混 合 第 期 (ジフテリア・百日咳・破傷風)	14. 6. 1～15. 5.31 (1 回目)	13：30～ 開発センター
	17日	水	三 種 混 合 第 期	13. 6. 1～14. 5.31 (追加)	13：30～ 開発センター
10月	1日	水	三 種 混 合 第 期	14. 6. 1～15. 5.31 (2 回目)	13：30～ 開発センター
	15日	水	三 種 混 合 第 期	14. 6. 1～15. 5.31 (3 回目)	13：30～ 開発センター
11月	5日	水	ポ リ オ 第 3 回 (急 性 灰 白 髄 炎)	1 回目投与15. 2. 1～15. 7.31 2 回目投与15. 1. 1～15. 1.31	13：30～ 開発センター
	19日	水	麻 疹 (は し か)	14. 5. 1～14.10.31	13：30～ 開発センター
12月	10日	水	ツ ベ ル ク リ ン	15. 3.13～15. 9.11	13：30～ 今別診療所
	12日	金	B C G	15. 3.13～15. 9.11 (陰性)	8：30～ 今別診療所

《青い森未来を創る青年塾事業》に応募してみませんか

- 県では、21世紀を担う青年を育成するため、青い森未来を創る青年塾事業を実施しています。
- 平成15年度は、自主性・協調性・国際性等を養うことを目的として青年グループが自ら企画する研修及び、青年の社会参加を促進するための活動への助成と、県内の青年が一同に会する研修を実施します。
- 青年の皆さんが、この事業に積極的に参加し、その経験を地域や社会活動に生かしていくことを期待しています。
- 事業の詳細・応募のお問い合わせ：青森県青少年・男女共同参画課 (☎ 0 1 7 - 7 3 4 - 9 2 2 4)

～『あなたの相談相手－民生委員・児童委員はいつもそばに居ます』～
 民生委員児童委員の日 5月12日(月)・活動強化週間 5月12日～18日
 民生委員・児童委員は安心して相談できるボランティアです。

こんにちは。保健師です。

～ できることから はじめよう 健康づくり ～



今月のテーマは「**健診を受けよう!**」です。

年に1度は健康チェック!!

今年も健診の時期がやってきました。昨年は689名の方が基本健診を受診されました。皆さんの身体は、日々頑張って活動しています。時には少々無理をしたり、疲れがたまったり。そんな身体の状態を、年に1度総チェックするのが健診の役割。自分で気がつきにくい“不調のサイン”を健診で読み取ることが、病気の早期発見には大事なことです。いつまでも健康でいるために、健診は年に1度、必ず受けましょう。



今別町で健診を受けるとこんな特典が!!

特典1 昨年に引き続き、基本健診の中で、「**尿中塩分**」と「**尿酸値**」測定検査、「**B型肝炎・C型肝炎**」検査を行います!

(B型・C型肝炎検査は、節目検診として、40・45・50・55・60・65・70歳の方が対象です)

※尿中塩分とは……

尿中の塩分の割合を測定するもので、普段塩分を摂り過ぎていないかどうかの目安になります。

※尿酸値とは……

アルコールの摂り過ぎや、脂肪の多い食品の摂り過ぎによって高値を示し、放っておくと痛風になる危険性があります。



特典2 昨年に引き続き、乳がん検診において「**マンモグラフィ**」を行います!
(50歳以上の偶数年生まれの方が対象となります)

※マンモグラフィとは……

胸部のレントゲンのようなもので、触診のみよりも異常を見つけやすくなりました。



特典3

今年度は、**日曜日に健診を行います!** (7/13(日) 町立体育館)
普段は、仕事等で健診を受けられなかった方も、ぜひこの機会においで下さい!



〈5月の環境福祉課の行事予定〉

事業名	日時	受付時間	会場
予防接種(麻疹)	5月7日(水)	13:00~13:30	今別診療所
1歳6か月児・ 3歳児健診	5月14日(水)	13:00~13:30	開発センター
股脱検診・ 育児はつらつ(歯)	5月16日(金)	9:30~10:00	開発センター
予防接種(ポリオ第2回) (日本脳炎I期1回目)	5月21日(水)	13:00~13:30	開発センター
予防接種 (日本脳炎I期2回目)	5月28日(水)	13:00~13:30	開発センター



夢物語

今別町教育委員会
0174-35-2157
今別町立中央公民館
0174-35-3757

裂織りを見学してみませんか



作業する皆さん



みごとな布のできあがり

裂織りサークル（代表堀谷ミツ会員5名）は、昨年の4月から活動をはじめて1年になります。毎週火曜日、午前9時から午後4時まで、2台のはた織り機でオリジナルの見事な布を織ります。

会員の皆さんは、「1年間でようやく布を仕上げ、それをバックやコースターなどの製品にすることができるようになりました。完成するととてもうれしい」と話していました。

興味のある方は、一度見学にきてください。

パソコンに挑戦してみては！

4月から公民館では、ロビーにパソコンを設置しました。

今では、毎日のように子ども達が10人くらい集り、パソコンの操作など互いに情報交換をしレベルを高めています。

町民の方もぜひ、パソコンに挑戦してみたいかがですか。

なお、パソコンの練習時間は、午前9時から午後4時までとなっています。お気軽にお出てください。



パソコンに夢中の子ども達

子ども放送局 5月番組表

（子ども放送局は、公民館で視聴できますので番組表を参考にぜひご利用ください）

	3日(土)	10日(土)	17日(土)	24日(土)
10:30	子どもとしゃかん 「かぞく」の本	ゆめスタジオ1030 職業	わくわくどくしょランド 本はともだち	チャレンジ教室 科学
10:45	THE MAKING とび箱ができるまで	木のぬくもりに感謝・ 日本の家づくり ～宮大工棟梁・ 田子と則一～	THE MAKING チョコレート菓子ができるまで	それって、科学？ ～タネモシカケも ある科学マジック～
11:00	サイエンス・レンジャー・ファイル もり 幸一 ～甲冑流 ブーメランの謎～	田子さんは18歳から 宮大工の修行を始め ました 日本の「木の文化」 が大好きだという田 子さんに、宮大工の 仕事のことを聞いて みよう	体験なるほど 大発見！ 身近な バリアフリーを さがそう！	スプーン曲げマジック ク？ 「マジック」の裏側 にかくされた科学を 解き明かそう！！ 「どうして点いたの 蛍光灯」 「知恵の棒 抜ける かな？」 「缶の下のティッシュ ペーパー抜き」にチャ レンジ！
11:30	なんでもやってみよう はじめての犬ぞり体験 ～ひがし大雪 自然体験学校～	生放送	おもしろ体験ニュース 今日はどんな遊びが 登場するのかな？ お楽しみに！	生放送
12:00				



平成15年度今別町体育協会の会長に、金子光雄さん（浜名地区）が選任されましたのでお知らせします。

今別診療所へ石澤医師



石澤先生は、4月1日から田中先生の後任に青森県立中央病院から赴任しました。

先生は黒石市出身で、年齢は35歳で、趣味はスキーと旅行とのこと。

また「今別に来て最初、面積の広い町なので、巡回診療が大変だと思いましたが、町民から好かれる診療所になれたら」と話していました。

新任職員紹介

4月よりなかやま荘に配属になりました。一生懸命頑張りますのでよろしくお願いします。



宮越八千子
主 査

今別町職員人事異動（4月1日付）

新		氏 名	旧	
課（所属）名	職 名		課（所属）名	職 名
総務課	課長補佐	宮 本 正 道	商工振興課	課長補佐兼町営スキー場副場長
総務課	総括主幹	工 藤 義 男	デイサービスセンターひより	総括主幹
総務課	総括主幹	田 中 とし子	住民保険課	総括主幹
総務課	主幹	平 山 茂 樹	農林水産課	主幹
企画振興課	課長兼町営スキー場場長	阿 部 義 治	企画政策課	課長
企画振興課	課長補佐兼町営スキー場副場長	太 田 平 次	企画政策課	課長補佐
企画振興課	総括主幹	戸 嶋 いね子	企画政策課	総括主幹
企画振興課	主幹	田 中 祥 一	企画政策課	主幹
企画振興課	主幹	綿 谷 敏 明	企画政策課	主幹
企画振興課	主幹	小 鹿 輝 美	商工振興課	主幹
企画振興課	主幹	小 鹿 隆 史	商工振興課	主幹
住民保険課	課長	佐々木 哲 郎	商工振興課	課長兼町営スキー場場長
住民保険課	課長補佐	太 田 英 一	税務課	課長補佐
今別診療所	所長	石 澤 幸 男	県より派遣	
今別診療所	主任准看護師	宮 本 さ江子	なかやま荘	主任准看護師
税務課	課長補佐	木 津 一 男	建設課	建設課兼水道課課長補佐
環境福祉課	課長	米 田 孝 則	なかやま荘	園長
環境福祉課	総括主幹	斎 藤 始	農業委員会	総括主幹
なかやま荘	園長	田 子 博 文	社会教育課	課長兼体育館館長
なかやま荘	主査	宮 越 八千子	新採用	
なかやま荘	副主任寮母（昇格）	嶋 中 由加子	なかやま荘	寮母
なかやま荘	調理員（昇格）	高 橋 峰 子	なかやま荘	調理員
デイサービスセンターひより	総括主幹	嶋 中 由 勝	総務課	総括主幹
農林水産課	課長兼開発センター所長・活性化センター所長兼務	秋 元 豊	環境福祉課	課長
農林水産課	総括主幹	田 中 滝 雄	水道課	総括主幹
農林水産課	主幹	嶋 中 大	社会福祉協議会	主幹
農林水産課	主幹	明 田 一 夫	商工振興課	主幹
農林水産課	主幹	高 木 専九郎	建設課兼水道課	主幹
農林水産課	主幹	佐 渡 慶 剛	水道課	主幹
建設課	課長補佐（昇格）水道課課長補佐兼務	綿 谷 広 巳	建設課	総括主幹
建設課	総括主幹（昇格）	中 道 時 男	農林水産課	主幹
建設課	主幹	伊 東 実	中央公民館	主幹
水道課	主幹	小 鹿 康 弘	建設課兼水道課	主幹
水道課	主査	平 山 寛 哉	建設課兼水道課	主査

議会事務局

新		氏 名	旧	
課（所属）名	職 名		課（所属）名	職 名
議会事務局	事務局長	中 嶋 利 治	農林水産課	課長兼開発センター所長・活性化センター所長兼務
議会事務局	総括主幹	木 津 歌 子	学務課	総括主幹

農業委員会

新		氏 名	旧	
課（所属）名	職 名		課（所属）名	職 名
農業委員会	総括主幹	菊 山 憲 雄	環境福祉課	総括主幹

教育委員会

新		氏 名	旧	
課（所属）名	職 名		課（所属）名	職 名
教育課	課長	嶋 中 元	学務課	課長兼給食センター所長
教育課	課長補佐	戸 嶋 志 郎	社会教育課	課長補佐
教育課	課長補佐（昇格）	阿 部 純 夫	学務課	総括主幹
教育課	総括主幹	田 中 清 隆	商工振興課	総括主幹
教育課	総括主幹	綿 谷 優 子	総務課	総括主幹
教育課	主幹	嶋 中 拓 実	社会教育課	主幹
教育課	英語指導助手	カレン・ダニエル	学務課	英語指導助手
中央公民館	総括主幹	工 藤 明 美	議会事務局	総括主幹

退職発令（平成15年3月31日付）

課（所属）名	職 名	氏 名
議会事務局	参事・議会事務局長	澤 田 嘉 男
住民保険課	課長	小 鹿 世 紀
今別診療所	所長	田 中 裕 之

住民保険課からのお知らせ

～国民健康保険一部負担割合が変わりました。～

☆一般の被保険者の一部負担金割合（平成14年10月1日改正）

- ・3歳未満の被保険者 …………… 2割
 - ・3歳以上70歳未満の被保険者 …………… 3割
 - ・70歳以上の被保険者 …………… 1割
- （一定以上所得者2割）

☆退職被保険者とその被扶養者の一部負担金割合（平成15年4月1日改正）

- ・70歳未満の被保険者 …………… 3割
 - ・70歳以上の被保険者 …………… 1割
- （一定以上所得者は2割）
- ・3歳未満の被扶養者 …………… 2割
 - ・3歳以上70歳未満の被扶養者 …………… 3割
 - ・70歳以上の被扶養者 …………… 1割
- （一定以上所得者は2割）

※詳しくは国民健康保険係へ

（☎35-2001）

◆行政相談所開設のお知らせ◆ 相談は無料で秘密は守ります

*** 行政相談内容 ***

- ・困っていることがある。 ・このようにしてほしい。 ・制度や仕組みがわからない。
- ・どこへ相談したらよいかわからない。などは、下記の相談所をご利用ください。

・と き 平成15年 5月24日 (土) 午前10時～午後3時 ・ところ 中央公民館

行政相談委員 **成 田 りせ子**

当日、用事などで来所できない方は自宅でも相談を受けていますので、お気軽にご利用ください。

6月1日から **ボート免許** が変わります (小型船舶操縦士)

1. 小型船舶操縦士の免許区分が変わります。

現 行	改 正
1 級	1 級
2 級	2 級 (海岸から5海里まで)
5 級	特殊 (水上オートバイ)

◆現在お持ちの小型船舶操縦士の免許は、次のとおり新免許にみなされます。

現 行 免 許	新 免 許
1 級	1 級 (限定無 / 5 トン限定) + 特殊
2 級	1 級 (限定無 / 5 トン限定) + 特殊
3 級	2 級 + 特殊
4 級	2 級 (5 トン限定) + 特殊
5 級	2 級 (5 トン・1 海里限定) + 特殊
4・5 級湖川小馬力限定	2 級 (5 トン・湖川小出力限定)

◆現在お持ちの小型船舶操縦士の免状は、有効期間満了日まで引き続き有効で更新時 (= 本籍地記載の住民票必要) に新免許証へ変わります。

2. 船長の遵守事項が定められました。

- ◆飲酒等により正常な判断ができない状態での操縦は禁止。
- ◆水上オートバイは全ての水域、ボート等は港内・航路内で、免許所有者以外の操縦が原則禁止。
- ◆遊泳者等の付近で航走する等の危険な操縦は禁止。
- ◆子供、水上オートバイの乗船者や小型漁船で一人で操業する方はライフジャケット等の着用が必要。

◎遵守事項に違反し一定基準に達すると、免許停止等の行政処分を受けます。

問い合わせ先

東北運輸局青森運輸支局 (電話: 017-776-3070) へ。

※県漁連会員漁協の漁業者の方は漁協にパンフレットがあります。

今別町商工会からのお知らせ 合格おめでとう

第128回全国商工会珠算検定合格者

- 2 級 猪ノ口 めいこ (今別小)
- 3 級 阿 部 周 平 (今別小)
- 三 上 朝 子 (今別小)
- 太 田 友 香 (今別小)
- 4 級 荒 内 俊 樹 (今別小)
- 相 内 鮎 佳 (今別小)
- 牧 野 峻 希 (三厩小)

納期前納付報奨金制度の廃止 にご理解を!

平成15年度から町民税・固定資産税の納期前納付報奨金制度が廃止になりました。

昨今の町の厳しい財政事情により歳出予算の見直しを図り、より一層効率な財政運営を進めるためです。どうかご理解とご協力をお願いします。

お問合せ: 税務課 (☎ 3 5 - 2 0 0 1)

まちの行事予報 5 / 1 ~ 6 / 10

イ マ ダ ス

日 曜	行 事 予 定 場 所
3 土	憲法記念日
5 月	こどもの日
7 水	管内小学校修学旅行 (~ 9 日)
11 日	海峡いまべつ春まつり 海峡あすなる公園 津軽海峡春もみじまつり 小泊マリンパーク
18 日	今別中学校体育祭
31 土	固定資産税第一期納期限
6 月	
1 日	管内小学校運動会
8 日	消防定期観閲式

唐島梅川
喜藏 湊き
(83)(70)(89)

大山今
平崎別

お悔み申し上げます

工藤 今 佐 天 嶋
藤 木 藤 内 中
淳 一 ま 慶 裕 智
子 磨 み 治 美 幸

蟹 大 青 今 大
田 川 森 別 川
平 市 市 平

結婚おめでとうございませう

山内 羅斐 (靖仁) 大川平

お誕生おめでとうございませう

戸

籍

の

窓

口

今別の姿 (平成15年 3月31日)

面 積 125.26km²

人 口 4,298人 (-58)

男 2,037人 (-27)

女 2,261人 (-31)

世帯数 1,666世帯 (-15)

() 内は前月比

掲 載 を 希 望 さ れ な い 方 は、 届 出 の 時 に 住 民 保 険 課 へ 申 し 出 て 下 さ い。
ま た、 東 奥 日 報 ・ 東 奥 ウ ェ ブ に つ い て も 同 様 に 申 し 出 て 下 さ い。

嶋中 いく (80) 大川平

(3月1日から31日の届出分)



春風に 艶やかなれる 若生を

ひろげる手もと 香り漂よふ

嶋中賢一

撮影：今別漁港内にて

＜ダイエットの裏ワザ～蒸す～＞

【蒸す】という調理方法は、外側からゆっくりと熱が通るために素材の持ち味が生かされ、栄養分をのがしません。しかも、余分な脂肪分は落ちてエネルギーダウンします。皮を舂キャベツにしてヘルシーに作ったシューマイを試してみたいはいかがですか。

舂キャベツシューマイ

●材料（2人分）

豚赤身ひき肉……………200 g
 玉ねぎ……………40 g
 かたくり粉 ……小さじ2 ¼
 生しいたけ……………1 枚
 しょうが汁・
 A しょうゆ各小さじ½
 酒小さじ1 塩小さじ½
 こしょう少量
 キャベツ……………大2 枚（140 g）
 かたくり粉 ……小さじ¼
 粒コーン（冷凍、もどす）…20粒
 B しょうゆ小さじ1
 酢小さじ½
 練りがらし……………少量

- 作り方
- 1 玉ねぎは皮をむいてみじん切りにし、かたくり粉小さじ2を混ぜる。生しいたけは石づきをこってみじん切りにする。
 - 2 ボウルに豚ひき肉とAの材料を入れ、粘りけが出るまで混ぜ合わせて玉ねぎこいたけを加え、10等分する。
 - 3 キャベツはたつぶりの湯でゆでて水けをきり、1枚を5等分する。葉の内側の水けをふき、うすくかたくり粉をふる。2の具をのせて包み、残りのかたくり粉をまぶした粒コーンをのせる。
 - 4 蒸気の上がつた蒸し器に3を入れ、強火で15分蒸す。
 - 5 シューマイを器に盛り、Bの調味料と練りがらしを添える。
（岩崎）

健康料理コーナー

今別診療所からのお知らせ

4月1日から毎週金曜日の午後、石澤先生が研修のため、休診となりますのでお知らせいたします。
 お問い合わせ：今別診療所（☎35-2680）