

広報 いまべつ

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/>

335日
(5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

- ・ 駅開業1年前イベント「荒馬ワールドカップ」… 1P
- ・ 入学式、新任先生の紹介… 2p、3p
- ・ 奥津軽いまべつ駅開業に向けて… 4p、5p
- ・ 町の話、今別町職員採用試験のお知らせ… 6p
- ・ 今別診療所からの健康だより… 7p
- ・ イマダス、お知らせほか… 8p

奥津軽いまべつ駅開業に向けて (No.13-1) 町の伝統芸能『荒馬』に大興奮！



観客を魅了する演舞を披露する大川平荒馬(左)と今別荒馬(右)。会場は大盛り上がりでした



元気いっぱいの演舞を見せる今別小学校児童の皆さん



華麗な演舞の今別中学校の生徒の皆さん

3月22日、町開発センターにおいて、「北海道新幹線奥津軽いまべつ駅開業1年前イベント荒馬ワールドカップ」が開催され、町内外から約300人の方々を訪れました。阿部町長から「本日は多くの方々にお集まりいただきました。今別町の伝統芸能である荒馬をぜひ、楽しんでください」とあいさつがあったあと、荒馬ワールドカップがスタートしました。

オープニングでは、元気いっぱいの荒馬を披露した今別小学校児童や秋まつりやPTA研究大会で高い評価をいただいた今別中学校生徒による荒馬演舞があり、会場は盛り上がりを見せました。

その後、今別荒馬の部・大川平荒馬の部で予選が行われ、外国語指導助手（ALT）のエレナさんの選手紹介で名前を呼ばれたあと、今別荒馬・大川平荒馬とも、息の合った演舞で注目を浴び、観客を魅了しました。

お昼にはあづべ汁の振る舞いや今別町の特産品等が会場に並び、多くの方々にブースがにぎわいました。また、町役場新幹線対策室の小野室長から開業まで約1年と迫った北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」の概要や今後取り組む事業などの説明も行われ、観客は開業を待ち遠しい様子で聞いていました。会場にはPRコーナーも設けられ、町内外の多くの方へ新幹線開業をPRしました。

本選が行われた午後後も盛り上がり、観客を魅了し続けた今別荒馬・大川平荒馬に会場から大きな拍手が送られました。

今別町の伝統芸能「荒馬」の魅力を改めて実感するとともに、「奥津軽いまべつ駅」開業に向けて大いに盛り上がりました。

参加者の方からコメントをいただきました



小鹿咲心さん、阿部聖さん

「祭りや雰囲気違う中での荒馬だったが楽しく踊れた。拍手が聞こえたときは気持ちよかった」



嶋中美由紀さん、嶋中大輔さん

「みなさんの声援のおかげで、楽しむことができた。今後も荒馬を通して、今別町を盛り上げていきたい」



吹田翔太さん

「人が多くて緊張したけど、楽しむことができたし、盛り上がったのでよかった」



松村雄哉さん

「祭りの時と雰囲気が違ってたが、楽しかった。ぜひ、次回も参加したい」



平山敏明さん、平山良子さん

「大川平の仲間と踊ることができてうれしかったし、とても楽しかった」

入学おめでとう！

4月7日、今別小学校で入学式が行われ、7名の児童が入学しました。新入生紹介で名前を呼ばれた児童は大きな声で元気よく笑顔で返事をしていました。町教育委員会の相内利男教育委員長から防犯ブザー、町交通安全協会の梅田久義会長、交通指導隊の相内泰博隊長から安全帽とランドセルカバー、奥津軽ドリム代表の小鹿智秋さんから名前入り鉛筆がそれぞれ贈呈され、児童たちは学校生活に期待を膨らませ、楽しみにしている様子でした。2年生から学校生活の紹介や楽器の演奏が披露され、にぎやかな入学式となりました。

新たに入学した7名の児童を将来の夢とともに紹介します。

今別小学校に入学した7人の子どもの将来の夢



あらや さえ
新谷 紗瑛さん
保育園の先生



こしか みお
小鹿 美桜さん
キャビンアテンダント



よねや りく
米谷 陸くん
サッカー選手



安全帽とランドセルカバーをいただきました



2年生の楽器演奏で入学をお祝い！



まえだ あゆと
前田 歩斗くん
新幹線の運転手



なりた やすひさ
成田 祥久くん
ゲームを作る人



のどや ちなつ
野土谷知夏さん
小学校の先生



つしま こう
対馬 昊くん
サッカー選手

文武両道頑張ります！



決意を述べる柳谷龍太郎くん

4月7日、今別中学校で入学式が行われました。

15名の生徒が入学し、勉学や部活動に精一杯取り組もうとする表情が輝いていました。

決意の言葉を述べた入学生代表の柳谷龍太郎くんは「学校生活1日1日を大切に、精一杯努力して、勉学や部活動に取り組んでいきたい」と力強く決意の言葉を述べていました。

将来の目標に向かい5名が入学！

4月8日、青森県立青森北高等学校今別校舎では5名の生徒が入学しました。

きびきびとした行進、大きな返事やきれいな姿勢など、爽やかな表情で入学式に臨んでいました。



将来の目標に向け5名の生徒が入学

入学生代表の平山未来生さんは「人数は5人と少ないですが、勉学、部活動、学校生活に一生懸命取り組み、協力して頑張っていきます」と述べていました。



田村 佳祐
主 事



秋元佐希子
栄養士



中嶋龍之介
教 諭



柴田 奈保
教 諭



越田 久子
教 諭

今別小学校

今年度、今別小学校に5名、今別中学校に8名、青森県立青森北高等学校今別校舎に8名が赴任しました。赴任した方々の①出身地②抱負をご紹介します。
これからどうぞよろしくお願ひします。

ようこそ今別へ

① 八戸市
② 全てが初めての体験で不安はありますが、できることを一つずつ増やしていきたい、今別に貢献していきたいです。よろしくお願ひします。

① 青森市
② 今別の子供たちが毎日元気に過ごせるように給食を提供していきたいと思ひますので、よろしくお願ひします。

① 今別町
② 子供たちが毎日楽しく学校生活を送れるよう、また、より一層成長し力を伸ばせるように一生懸命がんばります。

① 青森市
② 初心に返ってこころを頑張ります。どうぞよろしくお願ひします。

① 外ヶ浜町
② 今別小学校の子供たちが楽しく学習したり遊んだりできるようにサポートしていきます。よろしくお願ひします。

今別中学校



成田 聡子
講師



山口 友子
講師



余地 夏苗
養護教諭



後藤 修
事務主幹



杉木 沙織
教諭



葛西 俊昭
教諭



石川 慎哉
教頭



太田 暁
校長

①つがる市
②今中が夢や希望を持ち、その実現に向けて努力できるよう「全ては生徒のために」を合言葉に教職員心を一つにして頑張ります。

①青森市
②平成元年から4年間、隣の三厩村立三厩中学校におりました。よって、こちらの地区は自分の第二のふるさとだと(勝手に)思っており、大変嬉しく思っております。今別中学校の生徒のため、また教育に熱心な今別町のため、精一杯頑張りますので、お力をお貸しください。

①弘前市
②少しでも今別町の役に立つことができるように頑張りたいと思います。よろしくお祈りします。

①青森市
②この春はじめて今別町に来ました。赴任して以来、今別町の海的美しさと中学校の生徒たちの明るさに毎日わくわくしています。今別町の教育に少しでも役立てるように努めていきます。よろしくお祈りします。

①青森市
②平成11年度から15年度まで今別小学校でお世話になっておりました。また今別町に来ることができてうれしく思います。子どもたちのために精一杯頑張らせていただきますのでどうぞよろしくお願いいたします。

①蓬田村
②子ども達が心も体もたくましく成長していきえるよう、保健室からしっかりサポートしていきたいと思っております。どうぞよろしくお祈りします。

①青森市
②今別中学校講師として参りました。担当教科は英語です。教職は初めてで今別町のこと、仕事のこと、右も左も分かりませんが、精一杯頑張りますので、よろしくお祈りします。

①大鰐町
②臨時講師として今中でお世話になります。教師としては半人前で分からないことだらけですが、先輩方の温かいご指導の下、中学生の皆さんと一緒に勉強してまいります。生徒たちのパワーに負けぬよう頑張ります。

青森北高校今別校舎



太田 雅子
教諭



成田 邦彦
教諭



八戸 博子
教諭



佐藤 淳
教諭



野呂 千鶴
事務長



佐々木 裕
校長

①八戸市
②県内の少子化の影響は町村部で特に深刻になってきています。一人でも多くの中学生が今別校舎に進学してくれるよう、学校・地域・諸機関等との連携を強めて参りたいと考えています。

①五所川原市
②生徒の皆さんの進路、夢実現のため力を尽くしたいと思います。

①秋田市
②新幹線の開業を控えて、様々な機会や可能性が生まれる時期と思います。その様な環境の中、生徒の皆さんの学校生活を充実させ、希望進路を実現するため、精一杯取り組んでいきたいと思っております。

①青森市
②体育教師として5年目、初めて規模の小さい人数でも思いっきり体を動かして、楽しい授業を目指していきたいと思っております。また、部活動は専門種目とは違つたバドミントンの顧問になりました。体育人として基本的な身体能力の向上やメンタルトレーニングなど、生徒たちの競技力向上の手助けをしていきたいと思っております。よろしくお祈りします。

①青森市
②北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」開業のタイミングで赴任することとなり、記念すべき時に立ち会えることをとてもうれしく思っています。教科は地歴公民ですので、町役場の方々等と新幹線のイベントに関われたらいいなと思っています。青森市から通勤してまいりますので、一回くらいは新幹線通勤を試してみたいです。

①弘前市
②前任校とは違い少人数の学校であるため、一人一人と向き合える時間が十分に作れると感じました。来年には新幹線も通り、町も盛り上がりを見せると思うので、地域の方たちと連携して協力したいと思います。微力ではありますが、生徒の夢実現の手助けと、今別町の活性化の一助になれば幸いです。今別町でしかできない経験を楽しみにしています。よろしくお祈りします。



太田 卓也
産業建設課



相内 千穂
町民福祉課



澤田 稔章
町民福祉課



東 慶将
新幹線対策室



遠田 剛洋
企画課



八木澤泰暁
臨時事務



細川 祐二
講師

①八戸市
②町民の皆さんと上手くコミュニケーションがとれるようにしたいと思っております。

①五所川原市
②当たり前でできなければいけないことをしっかりとやり、明るく元気に笑顔で頑張ります。

今年新たに採用された役場職員を紹介しします



村上 健太
青森地域広域事務組合へ派遣



下川 英知
青森地域広域事務組合へ派遣



宮本 雅子
今別診療所



吉田 幸憲
産業建設課

今年度も研修の一環として5人の役場職員が水道のメーター検針を行います。一日も早く町の顔になり、町民の皆さまのお役にたてるように頑張ります。よろしくお祈りします。

北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」開業へ向けて (No.13-2)

アクションプラン事業

平成28年3月の北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」開業へ向けて、平成27年度に実施する「開業対策アクションプラン事業」の中から、主な取組をアクションプランの4本の柱に沿って、ご紹介します。

① 今別の魅力づくり

◆〈今別町魅力向上事業〉

まちなかを花で飾る「花いっぱい運動」や交流を通じた町の賑わい創出に取り組みます。

◆〈特産品等開発事業〉

平成24年度から実施している、町の原材料を使用した特産品や土産品の開発費用の助成で、グループ団体が申請を行い、開発に取り組んでいます。

◆〈津軽半島広域観光PR用DVD製作事業〉

津軽半島の魅力を紹介する観光PR用のDVDを製作します。

◆〈海峡の家施設整備事業〉

「海峡の家ほろづき」に人工温泉（炭酸カルシウム温泉）を整備するとともに、施設の一部改修を行います。

◆〈無料レンタサイクル事業〉

「奥津軽いまべつ駅」からの移動手段として、道の駅アスクルに電動アシスト自転車を配備し、無料で貸し出します。

◆〈海峡の家食事管理事業〉

宿泊施設のサービス向上のため、町直営施設「海峡の家ほろづき」の食事提供団体へ助成を行います。

◆〈駅前広場施設等整備事業〉

「奥津軽いまべつ駅」の駅前広場（ロータリー）の整備を行い、タクシー乗り場やバス停の整備を行います。

② 町民の意識醸成・人材育成

◆〈開業プロジェクト支援事業〉

町内の団体が行う「奥津軽いまべつ駅」開業に向けたおもてなし体制の充実等に関する取組への支援を行います。

◆〈荒馬マラソン事業〉

「奥津軽いまべつ駅」をスタート・ゴール地点としたマラソン大会を開催します。

◆〈観光応援隊推進事業〉

観光ガイドの育成・まち歩きマップの作成を行います。

③ 開業キャンペーン

◆〈奥津軽いまべつ駅開業PRキャラバン事業〉

青森県、県観光連盟等と連携し、首都圏、仙台、函館等において開業PRを行います。

◆〈観光サイン整備事業〉

まちなかに観光施設等への案内板を整備します。

◆〈情報発信強化事業〉

観光情報誌への掲載、新青森駅への広告看板の掲載、公用車へのラッピング等を行い、開業及び町の魅力の情報発信を図ります。

◆〈新幹線開業PRイベント事業〉

開業300日前イベント等開業PRイベントを町内外で開催します。

④ 開業記念事業

◆〈奥津軽いまべつ駅開業記念事業〉

開業前夜イベント、開業セレモニー、開業記念祝賀会等を開催します。

◆〈奥津軽いまべつ駅利用促進事業〉

町民が奥津軽いまべつ駅から新幹線を利用した場合、一人一回に限り利用料金の一部助成を行います。



奥津軽いまべつ駅 27. 4. 2 撮影

今年6月の駅舎完成に向け、ほぼ外観は完成しています。

北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」開業へ向けて (No.13-3)

<今後の新幹線関係スケジュール>

時 期	内 容	
平成27年	6月5日(金)	開業300日前イベント開催
	8月下旬	開業日公表(見込み)
		開業日決定記念セミナー開催
	9月中旬	開業半年前イベント開催
	12月上旬	開業100日前イベント開催
12月中旬	新幹線ダイヤ発表(見込み)	
平成28年	3月中旬	開業前夜イベント開催
		開業セミナー開催
		記念祝賀会開催

【問合せ先】 町役場新幹線対策室 電話：0174-31-0205

今後の新幹線関係スケジュール

北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」開業まで、いよいよ1年を切りました。

今年の8月下旬頃には、JR北海道から開業日が公表される見込みとなっており、町では「開業日決定記念セミナー」を開催する予定です。

また、12月中旬頃には、新幹線のダイヤが発表される予定であり、平成28年3月の開業日には、奥津軽いまべつ駅において開業セレモニーを開催するとともに、開業センターにおいて「開業記念祝賀会」を盛大に開催する予定です。

修学旅行で駅開業をPR!

4月12日、今別中学校3年生が修学旅行先の東京都の両国駅前まで開業まで1年を切った北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」や今別町の伝統芸能「荒馬」をPRするチラシやポケットティッシュを配りました。

修学旅行前に配布するチラシを作成した生徒たちは「今別町の魅力ある良いところを伝えたい」、「景色がきれいな高野崎、町の特産品のもずくをぜひ、食べに来てもらいたい」と楽しみにしている様子でした。

チラシを配布した4月12日にPR用のはんてんを着用し通る方々に元気に今別町をPRし、さらに、今別町について質問されると、明るく町の魅力を答えていました。



明るく今別町をPR!



「今別町の魅力を伝えたい」と楽しみにしながら準備しました

JR北海道島田社長へ要望

3月15日、阿部町長、島中議長ら議員5名がJR北海道を訪れ、島田修社長と会談しました。2016年3月開業する北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」について、新幹線の停車本数上下各10本以上を強く要望しました。



島田社長へ停車本数等を強く要望

りんご娘荒馬体験



笑顔で荒馬を踊るときさん



楽しく演舞する王林さん

3月19日、青森県のご当地アイドル「りんご娘」が町役場を訪れ、町の伝統芸能「荒馬」の体験をしました。

はじめに今別荒馬保存会の皆さんから扇子の動かし方や足の動きなどのアドバイスを受けながら練習し、初めて踊る荒馬に戸惑いながらも、徐々に上達していました。

その後、実際に囃子に合わせて華麗な踊りを披露したりんご娘のお2人は笑顔が輝き、町の伝統芸能「荒馬」を楽しんでいました。

成田達夫さん、藤田光雄さん 長年の功績がたたえられる

この度、成田達夫さん（今別）が瑞宝単光章を授与され、その報告のため、3月30日町長室を訪れました。成田さんは長年にわたり、公務等で優れた功績を挙げ、今回の受賞となりました。

人権擁護委員として活躍された藤田光雄さん（今別）が今年4月1日をもって任期満了となり、法務大臣から感謝状が贈呈され、4月13日阿部町長へ報告に訪れました。

藤田さんは人権擁護委員として貢献され、地域住民の人権の擁護と人権思想の普及に尽力され、多くの功績を挙げられました。



成田さん(左)と阿部町長



藤田さん(左)と阿部町長

町を花いっぱい!

町商工会では、北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅開業に向け、今別町の魅力向上を目指し、4月17日、町内を花で飾る「花いっぱい運動事業」が今別地域活動支援センターかもめ前において実施され、花をプランターへ植栽する作業が行われました。

商工会女性部や新町町内会の皆さん約30人が参加し、鮮やかな色のパンジーやビオラ、マーガレットなど5種類を60基のプランターに植栽しました。

植栽したプランターは専用のプランター入れへ収納し、道の駅いまべつや商店街等へ移動陳列し、町を花いっぱいにします。



プランター入れへ収納後、町内へ陳列

婁月地区で「食と健康を考える」開催

婁月地区では「食と健康」をテーマに、様々な取り組みをしています。

2月22日、食について『「芋もち汁」を作しましょう』をテーマに第1回目が開催され約20名が参加し、各家庭にある食材を持ち寄り、石澤フサさん（婁月）の手際の良い指導で「芋もち汁」を参加者全員で作りました。地元の昆布でだしをとるなど、食材の自然の味を楽しんでいました。

3月22日には第2回目が開催され、地元のふのりや昆布細粒をつなぎに使ったそば作りが行われました。そばに合う野菜のかき揚げてんぷらも調理され、参加者に好評でした。



参加者皆さんでおいしくいただきました

今別町職員採用試験のお知らせ

1. 区分、職種等

区分	職種	採用予定人員	採用予定日
上級	一般行政職	若干名	平成28年4月1日
中級	保健師	1名	平成28年4月1日

2. 受験資格

(1) 一般行政職

昭和62年4月2日以降の出生者で、大学卒業（平成28年3月までに卒業見込みの者を含む）以上の学歴を有する者

※大学卒業見込者が採用日において卒業していなかった場合は、採用内定を取り消します。

(2) 保健師

昭和62年4月2日以降の出生者で、保健師免許を有する者

※ただし、次に掲げる者は受験することができません。

- ① 日本国籍を有しない者
- ② 成年被後見人又は被保佐人（準禁治産者を含む）
- ③ 禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで又はその刑の執行を受けることがなくなるまでの者
- ④ 今別町において懲戒免職処分を受け、その処分の日から2年を経過しない者
- ⑤ 日本国憲法下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党等を結成又は加入した者

3. 試験日時・会場等

試験種別	試験日	試験会場
1次試験 (行政職)	7月26日(日)	青森市内(後日通知)
1次試験 (保健師)	9月20日(日)	青森市内(後日通知)
2次試験	9月下旬(行政職) 11月下旬(保健師)	今別町内

4. 受付期間等

① 行政職・受付期間

平成27年5月11日（月）から6月5日（金）までの土・日曜日を除く日

② 保健師・受付期間

平成27年7月1日（水）から7月31日（金）までの土・日曜日及び祝日を除く日

※受付時間はいずれも午前8時15分から午後5時まで

③ 申込書は、平成27年5月11日（月）から今別町総務課総務担当に備え付けてあります。今別町ホームページからも申込書のダウンロードができます。

【問合せ先】 町役場総務課総務担当 電話：0174-35-2001

こんにちは。保健師です。

～めざせ！健康長寿のまち いまべつ～



今別町健康長寿のまちづくり宣言②

「今別町健康長寿のまちづくり宣言」について、先月から5つの柱をテーマに5回シリーズで解説しています。2回目の今日は…2つ目の柱。

「健診について、みんなが関心を持ち、話し合い、知識を深め毎年健康診断を受け健康管理に努めます」

健康で長生きするためには、まず自分の健康に関心を持ち、目を向けることが大事です。自分ひとりだけでなく、家族や友達、地域みんなに関心を持ち合い、健康を話題にできることが大事であると考えました。そこで、健診を受けることがまず必要…となるわけですが、健診を受けた後の結果を皆さんはどうしていますか。受けるだけは受けたけれど、その結果は受け取ったまま…。せっかく受けたのになんてもったいない!!健診の結果にこそ、みなさんの健康のヒントが隠されています。

今年度の町の集団検診は下記のとおり実施します。各地区の保健協力員さんが申込み用紙を各世帯にお渡しし、回収に伺います。しばらく受けていなかった方や、初めて受けられる方も、気軽に受けてみてください。

平成27年度今別町集団健診日程

実施月日	実施会場	受付時間	検診項目
7月8日(水)	浜名公民館	7:00～9:00	基本健診、胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、前立腺がん検診
8月2日(日)	今別町中央公民館	7:00～9:00	基本健診、胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、前立腺がん検診
8月18日(火)	多目的集会所	7:00～9:00	基本健診、胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、前立腺がん検診
8月20日(木)	今別町開発センター	7:00～9:00 婦人科 (12:00～12:45)	基本健診、胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、前立腺がん検診、乳がん・子宮がん検診
8月26日(水)	大川平文化会館	7:00～9:00	基本健診、胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、前立腺がん検診
9月13日(日)	今別町開発センター	7:00～9:00 婦人科 (12:00～12:45)	基本健診、胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、前立腺がん検診、乳がん・子宮がん検診、骨密度
9月16日(水)	襲月会館	7:00～9:00	基本健診、胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、前立腺がん検診

【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

国民年金保険料の免除制度があります

所得が少ないときや失業等により保険料を納めることができない場合には、本人の申請によって、保険料の納付が免除される制度があります。

①免除（全額免除・一部免除）

申請本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定額以下の場合や失業等の事由がある場合に、保険料が全額免除または一部免除となります。

②若年者納付猶予申請

30歳未満の方で、配偶者それぞれの前年所得が一定額以下の場合に、納付が猶予されます。

③学生納付特例申請

学生の方で本人の前年所得が一定額以下の場合に納付が猶予されます。
※ 付加年金または国民年金基金に加入中の場合、免除等が承認されると脱退となります。

過去2年まで遡って免除申請ができます

一定の将来期間のほか、過去2年（申請月の2年1ヶ月前の月分）まで遡って免除申請ができます。ただし、申請が遅れると万一のときに障害年金が受け取れないなどの不利益が生じる場合がありますので、速やかに申請してください。

国民年金のご相談・手続き等については下記までお問い合わせください。

【問合せ先】

町役場 町民福祉課 国民年金係 日本年金機構 青森年金事務所
お客様相談室
電話：0174-35-3003 電話：017-734-7498



今別診療所 松田先生からの健康だより

3月の広報では血管年齢、4月は肺年齢について説明してきましたが、今回は骨年齢についてのお話です。

骨の老化とは、骨粗しょう症、つまり、鬆（す）が入ったように骨の中がスカスカの状態になり、骨がもろくなっていく病態です。詳しくは2014年8月の広報でお伝えしました。骨がスカスカになると、わずかな衝撃でも骨折をしやすくなります。骨粗しょう症による骨折は、椎体（せばね）骨折や、大腿骨近位部（太もものつけね）骨折が多く、痛みのため動けなくなり、寝たきり状態に陥ってしまいます。

したがって、骨粗しょう症に対しては、早期に治療介入し骨折を予防することが重要です。



それには、まず、自分自身の骨密度（骨の強さ）、つまり、どれだけ老化しているか（＝骨の年齢）ということを知る必要があります。

骨年齢とは骨の中のカルシウム量がどれだけかの密度であるか、つまり骨密度を測定する事により、実際の年齢に対して、骨密度が何歳ぐらいに相当するかを示したものです。骨密度の測定方法には

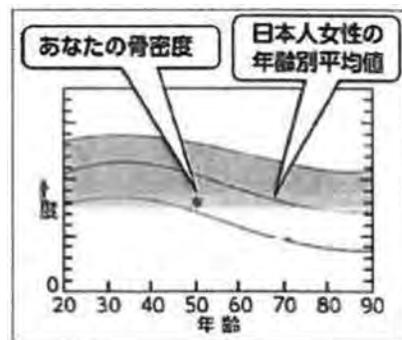
1. レントゲンを使う方法
2. 超音波検査を使う方法

がありますが、診療所でも超音波で測定することができるようになりました。



写真のように、かかとを機器にあてるだけで、簡単に測定できます。測定結果をグラフに当てはめるとこのようになります。

骨粗しょう症には、さまざまな薬が開発されていますが、測定結果により、骨の老化が軽度な患者様には、活性型ビタミンD 3製剤＋類似ホルモン剤（SERM）の内服を、かなり老化が進んでいる患者様には、1月に1回の静脈注射を、さらに進んで骨折してしまったような患者さんには、週1回の皮下注射をおすすめしています。



これらの治療により、骨密度の減少が抑制され、骨折を予防できることが期待されます。

いずれにしろ、自分自身の骨年齢を知ることがまず第一です。診療所で、いつでも測定できますので、お気軽にお申し付けください。

【問合せ先】 今別診療所 電話：0174-35-2680

イ マ ダ ス

町の行事予定 (5/1~6/10)
※行事予定名・開催場所・担当を掲載しています

5 月	
10日(日)	海峡いまべつ春まつり【観光協会】
11日(月)	春の交通安全運動~ 20日(水)
13日(水)	乳幼児健診【福祉】
17日(日)	今別中学校体育祭
24日(日)	今別小学校運動会
28日(木)	献血(開発センター・中央公民館)【福祉】
6 月	
1日(月)	人権・行政相談【総務】 固定資産税第1期納期限【税務】
5日(金)	北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」開業 300日前イベント【新幹線対策室】
7日(日)	青森県知事選挙投票日【総務】

海峡いまべつ春まつり

と き：平成27年5月10日(日)
と ころ：さざなみ公園

会場物販、荒馬演舞、婦人会、老人クラブ女性部催し、歌謡ショー他盛り沢山です！
※小雨決行
たくさんのご来場をお待ちしています！

主催：今別町観光協会
後援：今別町・今別町商工会・青森農協・竜飛今別漁協
【問合せ先】 今別町観光協会 電話：0174-35-2014



平成27年度労働保険年度更新の手続きについて

労働保険の年度更新(平成26年度確定保険料と平成27年度概算保険料の申告・納付手続きのことをいいます)を行っていただく時期となりました。

平成27年度の申告・納付期間は、6月1日から7月10日までとなっておりますので、お早めにお近くの金融機関・郵便局等で手続きをお願いします。

【問合せ先】
青森労働局総務部労働保険徴収室 電話：0174-734-4145

「お詫びと訂正」
先月配布した「平成27年度年間行事予定」の中で、8月27日(木)「集団健診(大川平)【福祉】」とあるのを8月26日(水)に訂正いたします。

先月の広報いまべつ4月号で産業建設課の電話番号に誤りがありました。正しくは0174-35-3006です。

編集後記

みなさん、こんにちは。今年度も広報を担当します古村です。今年度も町民皆様のおかげで広報を作成することができました。取材にご協力いただいた皆様、ありがとうございました。今年度は開業まで1年を切った「奥津軽いまべつ駅」開業の記事に力を入れて、皆さんに情報を発信し、町内が盛り上がりつつあることを、みなさんに伝えていきたいと思います。イベントや学校行事に写真撮影をお邪魔しますので、見かけたら声をかけてください。1年間よろしくお祈りします。

(広報担当 古村)

町の元気な子ども達

「今別小学校6年生」

①氏名 ②地区名 ③将来の夢

テーマ「6年生になって」



私が6年生としてがんばりたいことは、勉強とあいさつとまじうことです。あいさつはみんなより良いあいさつをして、みんなを明るくしたいです。勉強は、歴史の学習が始まるので、予習や復習をして覚えたいです。漢字や計算なども難しくなっていくので、練習をたくさんしたいです。そして、優しいまじうの2年生に分かりやすく、優しくまじうのことを教えてください。そして、班のみんなを引っ張っていききたいです。

① 相内 咲
② 今別
③ パティシエ



ほか6年生としてがんばりたいことは、時間を大切にすること、一つ一つの事に責任をもつことです。今までは、やるべきことを時間内で終わらせようと意識はしていましたが、できたことはほとんどありませんでした。それから、今までは仕事にもあまり責任感をもっていませんでした。ですから今年度は6年生として、時間を守って、責任をもつて仕事などをしていきたいです。この2つのことを意識して、もっと今を良くしていきたいです。

① 北山 悠太
② 団地
③ 大工

今別町ふれあい福祉センター

5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	5月13日(水) 27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	5月12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	5月11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、6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

戸籍の窓口

3月1日から3月31日までの届出分)

お悔やみ申し上げます

戸嶋徳一さん	(90)	今別
阿部さつさん	(73)	今別
小嶋照美さん	(73)	西田
太田保さん	(70)	山崎
嶋中貞夫さん	(80)	大川平
嶋中晃さん	(78)	大川平
上野初男さん	(81)	大泊
米スミエさん	(92)	奥平部

今別の姿
(平成27年3月31日現在)

面積	125.28km ²
人口	2,965人(-25)
男	1,389人(-13)
女	1,576人(-12)
世帯数	1,501(-8)

()内は前月比