



広報

ひがし

じおり

2024.11.1

11

第712号



今月の題字

今月号の題字は“東通中学校 2年生 ^{たけい}武井 ^{かな}葉菜さん”の作品です。

ひがしじおり

新そば街道まつり



3人が思う東通村の魅力とは？

松浦: 村に住んでいた頃は、海に全然行ったことがなかったけど、インターン期間中に北部海岸でサップやカヤックにも挑戦して、海が好きになりました！

佐藤: インターン中は、東通村トレーラーハウスに滞在しましたが、夜はすごく静かでした。東京みたいに、高い建物に雷は落ちないし、蒸し暑くないし、過ごしやすかったです！

小向: 村の人は温かいな～と感じました。沢山、食べ物をいただきました！（笑）



将来の夢はありますか？

佐藤: 将来は不動産や建設関係の仕事に就きたいです。古民家の改修といった今回のインターンは、将来にぴったりでした。

松浦: まだ、将来については悩み中で、何ができるか分かりませんが、いつか東通村に恩返しがしたいです。

小向: 公務員を志望しています。インターンに参加して、東通村役場に就職するのいいかな～と思うようになりました。



桑原さんにも質問！インターンの受け入れはどうでしたか？

桑原: 今年「合同会社はれのち」という会社を立ち上げました。「はれのち」の改装作業の他にも、合同会社の事務作業等もあり、改装のお手伝いをしてもらったり、イベントの企画をしてもらい、心強かったです！

インターンシップを終えて インターンシップ成果報告会を開催



発表するインターン生たち



報告会へ参加した皆さん

9月20日、入口地区「入口かしわの館」において、インターン生3人が活動の成果を畑中村長や入口地区の住民の皆さん等、インターンシップ関係者に報告しました。

この日は、インターン生の松浦さんが学業のため、オンラインでの参加となりましたが、インターン生3人で力を合わせて成果発表をしました。成果報告会では、地域の方々や関係者から活動内容や今後の活動について関心を集め、多くの質問や意見が交わされました。

インターン生らは、約1ヵ月間のインターンシップを通じて、イベントの企画・実施についてのスキルや運営する難しさなどを学び、周りとの協力して困難を乗り越える力を習得できたと自分たちの活動を振り返りました。

なお、インターン生の活動拠点となった「古民家ゲストハウス はれのち」は、11月中にオープン予定とのことで、今後の本格的な稼働に向けて、協力隊の桑原さんを中心に準備が進められています。

このインターンシップで得た経験や学びを今後の活動に活かし、更なる活躍を期待しています！



小向 瑠菜さん(21歳)
青森県むつ市 出身
青森大学3年生

松浦 凜さん(20歳)
東通村砂子又 出身
日本大学2年生

佐藤 美愛さん(22歳)
埼玉県越谷市 出身
東洋大学4年生

インターンシップ受入れ事業

東通村では、都市部から大学生等の若者を呼び、村の活性化に取り組んでもらう制度『地域おこし協力隊インターン』の募集と受け入れを行っています。今年8月19日から9月20日までの約1ヵ月間、大学生3名をインターン生として受け入れました。

インターン生は、地域おこし協力隊の桑原杏奈さんが、入口地区の空き家をゲストハウスとして手掛ける「古民家ゲストハウス はれのち」にて、壁の漆喰塗り等の改装作業に挑戦したり、地域住民との交流イベントを開催しました。



畑中 稔朗 村長から委嘱状を交付
協力隊 桑原さんを囲んで



インターンシップに参加した理由を教えてください！

佐藤: 大学で地域活性化を勉強していて、地域づくりや地域おこしに興味があったので参加しました。

松浦: 「地元で何かできることはないかな？」と考えていたところ、このインターンを見つけて参加しました。

小向: ものづくりが好きなので、改装が楽しそうだな～と思い参加しました。

3人が企画したイベントについて教えてください！

小向: 入口の浜で拾った貝殻を使ってキャンドルを作るワークショップを開催しました。また、イベントでは「はれのち」の畑で採れた野菜でカレーやサラダを作って、参加した方に振舞いました。

松浦: 「みんなが楽しめるイベントってなんだろう？」と考えながら企画しました。自分たちも楽しいと思えたと、年齢問わないイベントになったと思います。

佐藤: 企画をした経験がなかったので、イベントを企画するのが大変でした。必要なものはなにか、人集めはどうすれば良いか考えるのが大変でした。



【はれのち インスタグラム】
協力隊の桑原さんが、
空き家改修の過程や
インターンシップの
活動の様子を更新しています。

こども園ひがしどおり 音楽発表会



4歳児あいさつ



5歳児あいさつ



4歳児



5歳児



東通中学校 文化祭



合唱コンクール



弁論発表



吹奏楽部演奏



英語スピーチコンテスト



東通小学校 学芸会



1年生



2年生



3年生



4年生



5年生



6年生



10月4日、こども園ひがしどおり音楽発表会が開催されました。発表会では、4歳児と5歳児が、往年の甲子園応援ソングを楽器演奏や合唱で披露しました。

園児たちの元気いっぱいの発表に、会場は甲子園球場さながらの大盛り上がりでした。

10月12日、東通中学校文化祭が開催されました。1～3年生の生徒たちは、合唱コンクール、弁論発表、英語スピーチコンテスト、吹奏楽部演奏と中学校伝統の鳴子踊りを披露しました。生徒たちは、これまでの練習の成果を発揮し、仲間と感動を分かち合いました。

10月19日、東通小学校学芸会が開催され、1～6年生の児童たちは、合唱、楽器演奏、ダンスや演劇を披露しました。

ステージに立つと、やや緊張した様子の児童たちでしたが、観客から大きな拍手と声援が送られると、元気いっぱいに表現していました。

東通小学校5年生 稲刈りを体験



稲刈りに挑戦する5年生の皆さん

9月19日、東通小学校では、総合的な学習「東通科」の一環として、毎年5年生の児童が、地元農家の協力のもと、目名地区の田んぼで米作りを学んでいます。

5年生が春に植えた稲が収穫の時期を迎え、稲刈り体験をしました。鋸鎌のこかまを使った昔ながらの手作業で挑み、不慣れな作業に、悪戦苦闘しながらも、全て刈り終えることができました。「自分たちが植えた稲が大きくなってのを見て感動した」「初めて鎌を使ったけど上手にできた」「早く美味しいお米が食べたい」など児童からは、沢山の充実した感想があがりました。

白糠勇清倶楽会 JTB観光ツアーで能舞を披露

9月19日、旅行会社「JTB」主催の観光ツアーにて、白糠勇清倶楽会が能舞「巴御前」を披露しました。

この演目は、平安時代の女武者「巴御前」が、戦いで討死した夫の弔い合戦において奮闘する様が描かれています。

ツアーに参加された方々は「生の演奏と生の踊りに大感激でした」「演目の説明もありわかりやすく、ぜひまた参加したい」「普段は決まった日しか披露されないということで、貴重な時間をありがとうございました」と嬉しいご感想を沢山いただきました。



「巴御前」

東通中学校防災安全教室 開催 ～防災について、私たちが今できること～

9月24日、東通中学校1年生を対象に防災安全教室が開催されました。

講師を務めるのは、東北福祉大学4年生で村の防災について研究をしている、田村香衣さん（蒲野沢出身）と佐藤舞依さんです。講師の2人が作った「東通村防災すごろく」で、村の地形や施設を教え、佐藤さんが東日本大震災で、福島県南相馬市で被災した体験を生徒に伝えました。

生徒たちは、2人の講義に真摯に耳を傾けていました。



講義の様子

東通村漁業連合研究会「サケ漁況の見通しに係る研修会」開催

9月25日、村漁業連合研究会（会長：渡部 忍）が「サケ漁況の見通しに係る研修会」を開催し、地方独立行政法人青森県産業技術センター内水面研究所の田澤 亮 調査研究部長が講演をされました。

今年の来遊の見通しは、太平洋沿岸での河川捕獲尾数は約2千尾、沿岸漁獲尾数は2万4千尾の見込みであり、昨年をさらに下回ると予測されるとのことでした。昨年の村のサケ水揚量は、過去30年で最少の約55トンであり、近年不漁続きだったことから、会員は講師の説明に熱心に耳を傾けていました。



講師の田澤部長

研修会の様子

東 方				東 通 村 長 寿 者 番 付 (令和六年十月二十一日現在)	西 方			
横綱	稲 葉 よ し	103歳	白 糠		横綱	川 上 フ ヨ	101歳	襦 部
大関	川 口 春 乃	100歳	小田野沢		大関	濱 端 フ ミ	100歳	尻 屋
関脇	岡 田 タ カ	100歳	入 口		関脇	下 川 キョウ	100歳	野 牛
小結	二本柳 留三郎	100歳	尻 労		小結	畑 中 はつよ	99歳	石 持
前頭	面 山 嘉一郎	99歳	白 糠		前頭	手間本 ち 彥	99歳	石 持
2	吉 野 さ つ	99歳	尻 労		2	川原田 幸 一	99歳	砂 子 又
3	伊 東 千代世	99歳	襦 部		3	住 吉 幸	99歳	尻 屋
4	川 端 き み	98歳	小田野沢		4	吉 光 石 松	98歳	白 糠
5	小笠原 サンコ	98歳	石 蔵 平		5	竹 林 ナ カ	98歳	大 利
6	上 路 サ キ	98歳	大 利		6	蛇 穴 進 一	97歳	尻 労
7	坂 本 亮 一	97歳	老 部		7	川 上 エ チ	97歳	下 田 屋
8	川 端 よ う	97歳	小田野沢		8	川 口 ち さ	96歳	小田野沢
9	大 福 宮 子	96歳	石 持		9	大 館 つ る	96歳	入 口
10	伊勢田 アエ子	96歳	白 糠		10	澤 頭 金 枝	96歳	白 糠
11	井戸端 は ぎ	96歳	鹿 橋		11	中 野 ミ ヨ	96歳	早 掛 平
12	林 初太郎	96歳	上 田 屋		12	東 田 ユキエ	96歳	白 糠
13	東 田 し ん	96歳	白 糠		13	奥 島 い す	96歳	尻 労
14	小 坂 達 美	96歳	尻 労		14	笹 竹 きよ彥	96歳	石 持
15	橋 本 まつ子	95歳	目 名		15	小 川 サ ナ	95歳	蒲 野 沢
16	菊 池 芳 美	95歳	目 名		16	濱 道 愛 子	95歳	尻 屋
17	田 中 と よ	95歳	砂 子 又		17	相 内 頼 行	95歳	老 部
18	角 はつよ	95歳	小田野沢		18	二本柳 さ き	95歳	尻 労
19	澤 田 きよ子	95歳	蒲 野 沢		19	相 内 ノ ブ	95歳	老 部
20	寺 道 ミ ヲ	95歳	蒲 野 沢		20	杉 山 チヨエ	95歳	白 糠
21	二本柳 教 子	95歳	小田野沢	21	相 内 と し	95歳	老 部	
22	東 田 す 彥	95歳	白 糠	22	宮 本 孫 一	94歳	猿 ヶ 森	
23	東 田 慶 子	94歳	白 糠	23	奥 島 マ エ	94歳	目 名	
24	高 田 榮 子	94歳	野 牛	24	畑 中 せ ん	94歳	小田野沢	
25	畑 中 力 雄	94歳	小田野沢	25	賀 佐 春 吉	94歳	蒲 野 沢	

令和6年度東通村交通安全地区大会



むつ地区交通安全協会高野会長から交通安全メッセージの伝達 交通安全宣言(東通村交通安全協会副会長 二本柳 玲子)

9月25日、東北電力あがさいホールで、令和6年度東通村交通安全地区大会が開催されました。この大会は、東通村交通安全対策協議会(会長:畑中 稔朗)が、秋の全国交通安全運動実施期間(9月21日～9月30日)に併せて交通死亡事故防止と地域住民の交通安全思想の普及及び意識の高揚を図ることを目的に、実施しているものです。

大会では、むつ地区交通安全協会の高野 敏昭 会長から「秋の全国交通安全運動」を強力に推進するため、青森県知事・青森県警察本部長・青森県交通安全協会会長から託されたメッセージの伝達、交通安全宣言が行われた他、東通小・中学校の児童生徒から応募のあった交通安全標語、ポスターの最優秀賞者への表彰が行われました。村民一人ひとりが交通ルールを守り、交通安全、交通死亡事故防止につとめましょう。

～標語の部入賞作品～

○小学校 低学年の部(1～3年)

- 最優秀賞 東通小 3年 滝谷 捷斗
作品「ママですぎ メーターを見て ぼく注意」
- 優秀賞 東通小 3年 四ッ谷 桃 舞
作品「ひょうしきを まもってうんてん だいじだよ」
- 優秀賞 東通小 2年 坂本 春 陽
作品「スマホ見ない しっかり見てよ しんごうを」
- 入賞 東通小 3年 菊池 杏 澄
作品「かくにんで 守れる命 ふやそうよ」
- 入賞 東通小 3年 佐藤 千 優
作品「くるまでは シートベルトを しないとね」
- 入賞 東通小 1年 北田 橙 利
作品「とばしすぎ ここはおうだんほどう ていしゃして」

○小学校 高学年の部(4～6年)

- 最優秀賞 東通小 4年 坂本 祥
作品「広い場所でも遊ばない きけんがいっぱい 駐車場」
- 優秀賞 東通小 5年 塚下 柚 那
作品「じてんしゃで よそみをしたら あぶないよ」
- 優秀賞 東通小 6年 澤田 快 翔
作品「停止線 きちんと止まって 安全確認」
- 入賞 東通小 5年 三國 暖 芽
作品「ほんとうに ながらうんてん ダメぜったい」
- 入賞 東通小 6年 大森 蓮 太
作品「そのいっぱい のちのち人生 くるわせる」
- 入賞 東通小 6年 川原田 琉 菜
作品「きをつけて どうろでおふざけ あぶないよ」



標語の部最優秀賞
小学校3年 滝谷捷斗さん(左)
小学校5年 坂本 祥さん(右)



～ポスターの部入賞作品～

令和6年度東通村社会福祉大会 開催



畑中村長によるお祝いのことば



齋藤部長から内閣総理大臣表彰伝達



畑中村長から東通村長表彰の贈呈



柴田会長によるお祝いのことば



畑中村長から表彰者へ記念品贈呈



柴田会長から表彰状の贈呈

9月24日、プラザホテルむつにおいて、令和6年度東通村社会福祉大会が行われ、顕彰者51名、23組及び表彰者9名のうち、百寿(100歳を迎えられた長寿者)2名、卒寿(90歳を迎えられた長寿者)6名、米寿夫婦(88歳を迎えられた夫婦)2組、傘寿夫婦(80歳を迎えられた夫婦)2組、社会福祉の発展に寄与した功績者8名の方々が出席しました。

はじめに、畑中村長と柴田 妙子 社会福祉協議会会長が出席者の方々に対して、健康と長寿を祝う挨拶を述べた後、米寿夫婦に下北地域県民局地域健康福祉部の齋藤 康道 部長から内閣総理大臣表彰及び青森県知事表彰が伝達され、卒寿と傘寿夫婦に、畑中村長から東通村長表彰が贈られ、柴田会長から民生委員児童委員等の社会福祉の発展に寄与した8名に社会福祉協議会表彰が贈られました。

小学生の声を村政に 「小学生円卓会議」を開催



村長の回答に耳を傾ける5年生の皆さん



集合写真

9月25日、東通小学校5年生を対象に、小学生の声を村政に反映させるべく「小学生円卓会議」を開催しました。

円卓会議では、児童から「地域が暗くて怖いので、街路灯を付けてほしいです」「小さな子が屋内で遊べる場所を作ってほしいです」「観光バスツアーをしたり、泊まる場所を作ってはどうですか」等、小学生の目線で考える意見・要望が寄せられ、畑中村長が1つずつ回答をしました。児童たちは、一生懸命メモを取りながら、畑中村長の回答に耳を傾けました。

また、畑中村長から児童に対して「5年生の今のブームはなんですか」「皆さんが20歳になった頃、村はどうなっていると思う？」等、児童に質問をして小学生の声を伺っていました。

村特産品を全国へ！特産品のPRイベントへ参加



館鼻岸壁朝市



北区民まつり



青森まるっとよいどころ祭り

9～10月に開催されたイベントに参加し、村特産品をPRしました。

館鼻岸壁朝市（9月29日）東奥日報社が主催する「うまい森青い森フェア」の一環で、東通村産業振興公社が八戸市で開催された館鼻岸壁朝市に出店しました。朝市は夜明け前から食材を求める人で賑わい、東通牛串や精肉の販売も行われました。

東京都北区民まつり（10月5～6日）都市部との交流事業の一環として出店し、特産品販売の他、東通牛串やタコ串等の実演販売も行い、美味しそうなニオイに行列ができました。

青森まるっとよいどころ祭り（10月12～13日）東通村からは初参加となり、2日間、東通牛串等を販売しました。当日は、以前、東通村主催のインターンシップに参加した青森公立大学の学生たちが物販に協力してくれました。

今まで食べたことがなかったという若い世代にも知ってもらえるいい機会となりました。

次世代を担う子どもたちへ図書寄贈

10月15日、東北電力㈱東通原子力発電所（小笠原 和徳 所長）から、東通小・中学校を対象に図書が寄贈されました。

同社はこれまで、3月25日の「電気記念日」や、10月26日の「原子力の日」にちなみ、図書や実験器具などの多くの副教材を寄贈しています。52回目となった今回は、図書計181点を寄贈いただきました。

今回の図書を含め、これまで寄贈いただきました図書・教育副教材は、当村の次世代を担う子どもたちが幅広い分野への興味・関心を高め、健全な心身を育むために活用させていただきます。



安定ヨウ素剤事前配布説明会を開催しました！

東通原子力発電所で大規模な事故が発生し、避難の指示があった場合には、放射性ヨウ素による放射線被ばくを低減するため、安定ヨウ素剤の服用をお願いすることとなります。

東通原子力発電所から概ね5km圏内（PAZ：老部・白糠・小田野沢地区）にお住まいの方等については、説明会などにより、事前に安定ヨウ素剤をお渡しすることとしています（PAZ以外にお住まいの方については、避難が必要となった場合に、避難経路の指定する場所で緊急的に配布します）。

この度、10月5日（土）～6日（日）、PAZの3地区において、青森県との共催により、事前配布説明会を開催し、75人の方（今回配布率3.38%、過去を含めた合計配布率39.92%）に安定ヨウ素剤をお配りしました。

多くの方にご来場いただき、ありがとうございました。

今回の説明会にご来場できなかった方には、郵送による配布を受け付けておりますので、送付済の案内をご確認のうえ、是非お申込みください（受付締切：令和7年1月31日（金））。

今後も安定ヨウ素剤の配布率の向上を目指し、継続的・定期的に説明会等を開催しますのでご協力をお願いいたします。



保健師薬剤師による問診



医師などによる説明(動画)



<問合せ先> 東通村原子力対策課 ☎0175-33-2268
ホームページ「東通村と原子力」(<https://www.atom-higashidoori.jp/>)

イベント「栗原さんとキャンプしよー♪」開催



イベントの様子

10月4日、イベント「栗原心平さんとキャンプしよー♪」が開催され、東通村公式アンバサダーの栗原心平さんと県内から集まった参加者で、村産品を使用して、料理を作りました。

今年6月の開催から2回目となる今回も、レシピは栗原さんが考案したもので、特製のポークシチューを始め、東通牛を使ったハンバーガーやホタテのアヒージョ等、野菜など新鮮な村の食材をふんだんに使い、豪華なフルコースを満喫しました。

この日は雷雨により、予定していた村内での1泊2日のキャンプは中止となってしまいましたが、参加者のみなさんからは「どの食材も新鮮で美味しい」「キャンプができないのは残念だったけど栗原さんに教えてもらいながら料理する貴重な体験ができて嬉しかった」と嬉しいご感想を沢山いただきました。

味めぐり！ひがしどおり新そば街道まつり 開催



目名さらしなの会(目名)



さんば(向野)



そば処田や(田屋)



たべもの工房来美里(大利)



手打ちそば長寿庵(砂子又)



会場の様子

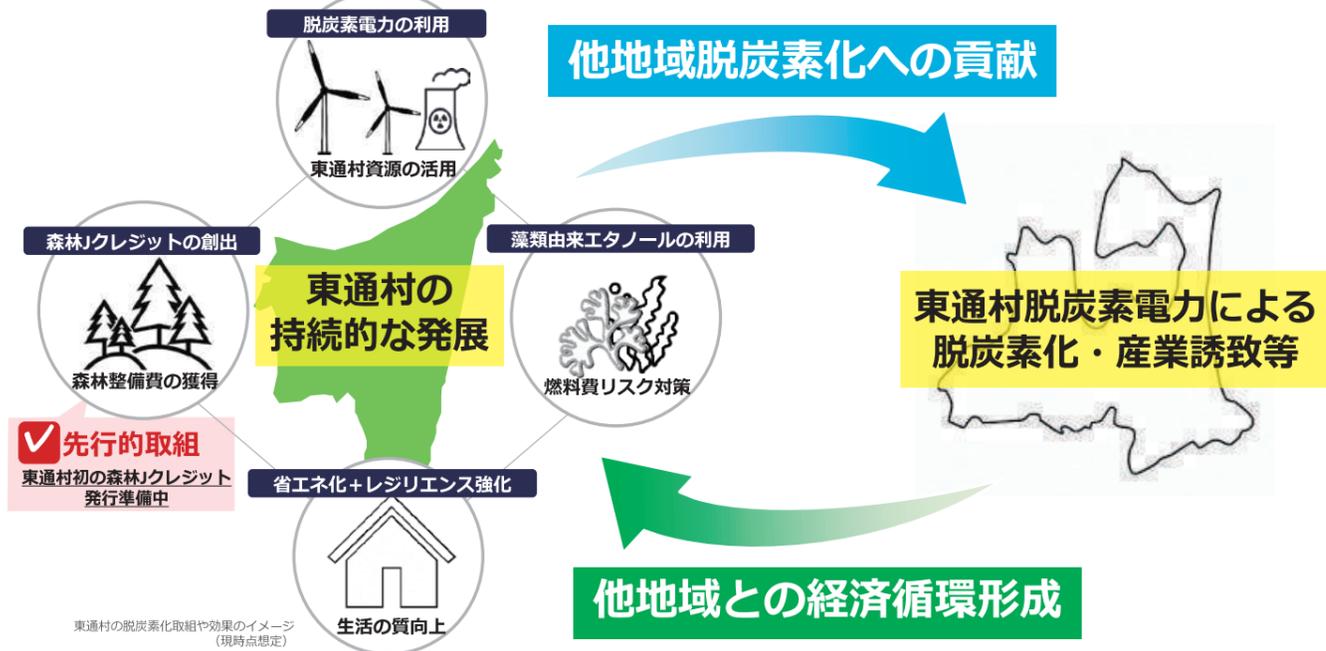
10月12日・13日の2日間「ひがしどおり新そば街道まつり」が、目名、向野、田屋、大利、砂子又の村内5つの会場で開催されました。

5つの会場では、挽きたて・打ちたての十割そばが昔ながらのダシで提供され、村内外からの来場者は「かけそば」や「ざるそば」を堪能しました。昼時には、会場の外にまで長蛇の列ができ、そばを提供する地元のみなさんは、大忙しの様子でした。

また、会場では十割そばの他にも、そば餅、新米、採れたて野菜といった物販も行われ、地元の方たちが丹精こめて作った郷土の味を求める人でこちらも大賑わいでした。

来年もまた、皆さん是非お越しください。

「原子力と地域資源を活かした再エネの両立」による東通村の発展



「原子力と再生可能エネルギーの両立」による東通村の持続的な発展を目指す
東通村脱炭素推進協議会 設立

原子力と再生可能エネルギーの両立を目指す

第一回東通村脱炭素推進協議会では東通村が目指す将来像として「原子力と再生可能エネルギーの両立」による東通村の持続的な発展を目指すこととしました。

脱炭素電源である原子力発電に加え、本協議会では、豊富な風力資源を活用し、村内だけではなく他地域の脱炭素化に貢献することで、他地域と連携した脱炭素化の取り組みによる経済循環の形成を目指します。

この他、東通村の森林を整備することで、二酸化炭素の吸収量を増やし、吸収した二酸化炭素量を有価で取引できる森林Jクレジットの活用についても、既に東通村では準備を進めており、来年度中には東通村初の森林Jクレジットを発行予定です。また、藻場を造成し、養殖した藻類からエタノールを抽出することで、漁業等の燃料として利用するといった取り組みも検討します。

東通村の脱炭素化に向けては、住宅の省エネ化や太陽光発電、蓄電池の導入も検討します。これにより、住宅のエネルギー費用低減や災害時等の対策強化（レジリエンス強化）に繋がることを期待しています。

10月15日、東通村脱炭素推進協議会が設立しました。本協議会では再生可能エネルギーの導入拡大やエネルギーの地産地消等による東通村の脱炭素化と持続的な発展を目指します。また、環境省が選定する「脱炭素先行地域」の選定に向けた検討も進めていきます。

本協議会は村商工会、森林組合、農業委員会、村内全9漁協、村内企業、風力発電事業者、金融機関などが会員となり発足し、会長には畑中稔朗村長が選任されました。

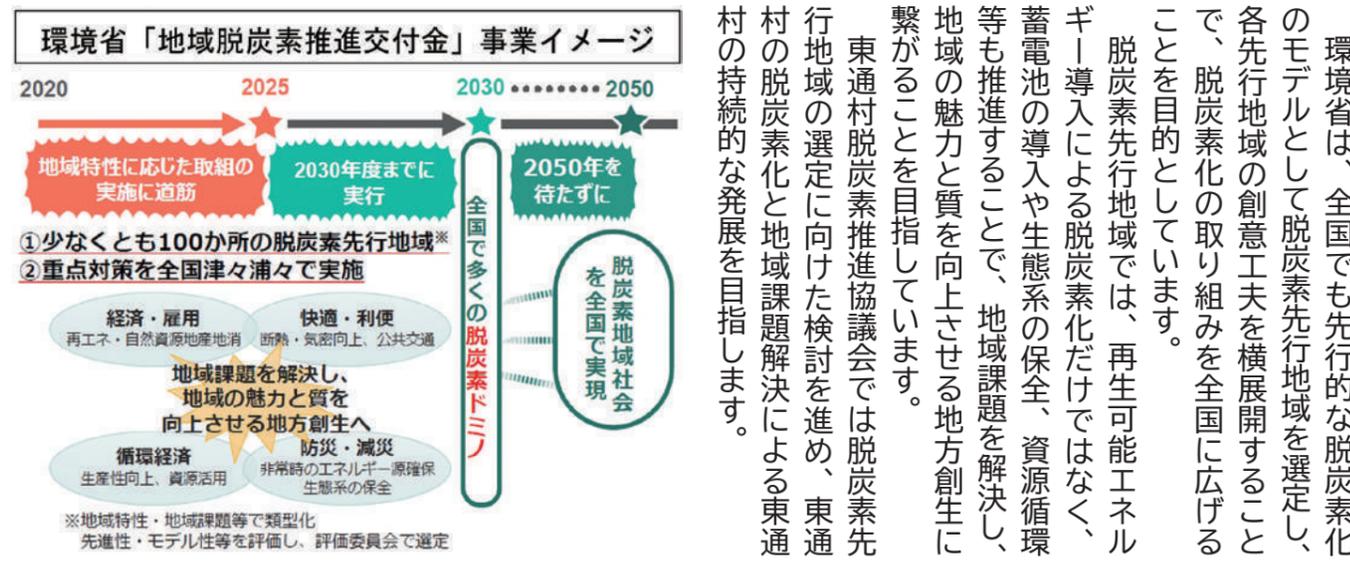
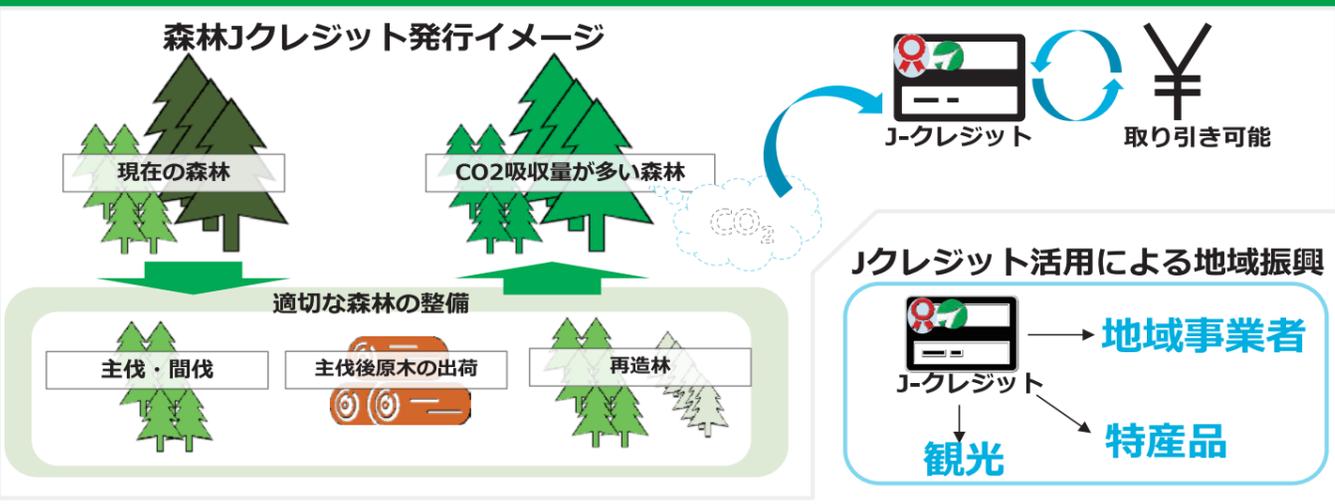
東通村では役場の事業や施設に関する脱炭素化を目指す「ゼロカーボン推進本部」を9月に設置しており、本協議会とも連携することで、東通村の脱炭素化を推進します。

環境省「地域脱炭素推進交付金」

環境省では、令和3年6月9日に決定した「地域脱炭素ロードマップ」及び令和3年10月22日に決定した「地球温暖化対策計画」に基づき、脱炭素事業に意欲的に取り組む地方公共団体等を複数年度にわたり継続的かつ包括的に支援する「地域脱炭素推進交付金」を設けました。

同交付金では、環境省が選定した「脱炭素先行地域」に対して、地域特性等に応じた先行的な脱炭素化の取り組みについて、再生可能エネルギー設備の導入等を補助する事業です。

2025年度中 東通村初の森林J-クレジット発行予定



11月は「児童虐待防止推進月間」です

「虐待」と聞くと、どんなことを思い浮かべますか？
叩く・蹴るなどの暴力や、食事を与えないなどニュースや新聞でよく聞く内容を思い浮かべるのではないのでしょうか？虐待には、様々な種類があることをご存じですか？体にできた傷や、やせすぎている、いつも同じ服を着ているなど、目に見えることだけでなく、暴言や無視などで子どもの心を傷つけることも虐待になります。怒鳴り声を聞かせることで脳の発達にも影響があると言われています。

親や養育者にとって「しつけ」であったとしても、子どもの心や体を傷つけるような行為は「しつけ」ではなく「虐待」です。毎日の育児や家事、仕事のことなどで忙しくなると余裕がなくなり、イライラすることもあるかと思いますが、そういったイライラが積み重なると「しつけ」から「虐待」に変わる可能性があります。

自分の気持ちに余裕がなく、子どもの些細なことでイライラする、カッとなってしまおうと感じたときは、子どもの安全を確認し、一旦その場を離れ深呼吸してみてください。それでも、子育てに関して、悩んだり、不安を感じたり、迷ったら誰かに話し（相談）をしましょう。

また、地域で「虐待かも」と思ったら、迷わず通告しましょう。「もしかしたら…」「勘違いかも…」と葛藤があると思いますが、少しの勇気で救われる命があります。通告したからといって、責任を問われることはありませんし、必ず秘密は厳守されますので、迷ったら連絡しましょう。

**「虐待かも」と思ったら…
子ども虐待ホットライン**
☎0120-72-6552 (むつ保健所)
☎189 (児童相談所 全国共通 3桁ダイヤル)

**育児などの相談
健康福祉課 保健師**
(平日 月～金 8:15～17:00)
☎0175-28-5800

11月14日は「世界糖尿病デー」です

糖尿病は、遺伝的な影響に加えて、生活習慣などの環境が原因となって発症する生活習慣病の一つです。血糖のコントロールがうまくいかないと、命にかかわる合併症を引き起こすこともあります。

◆アルコールと糖尿病の話◆

適度な飲酒は糖尿病の発症を予防する可能性があります。多量の飲酒は糖尿病発症のリスクを高めます。糖質を含むお酒は血糖値を上昇させ、おつまみも多くなると高血糖の原因になります。また、アルコールは、肝臓でのブドウ糖の合成を抑制するため、低血糖になりやすくなります。

◆糖尿病予防のために大切なこと◆

- ・肥満を予防する
 - ・多量に飲酒しない
 - ・たばこを吸わない
 - ・健診を受ける
- 糖尿病の症状には、のどの渇き・多飲・多尿・倦怠感・体重減少などがありますが、初期の段階では、目立った症状がなく発見が遅れるケースが少なくありません。年に1回健康診断を受けて早期発見に努めましょう。

◆ヨガ教室の様子◆

9月25日から6回シリーズでヨガ教室を開催しています。ヨガの基本を練習するベーシックヨガ、シェイプアップに効果があるパワーヨガ、心と体をリラックスさせることを目的としたリラックスヨガなど、さまざまなヨガを体験しました。11月も2回ヨガ教室を開催予定です。気になる方は、ぜひ健康福祉課までご連絡ください。



みんなで楽しく体を動かし、心も体もリフレッシュできました☆

「11月ヨガ教室日程」

日 程	テ ー マ	申 込 締 切 日
11月13日(水)	パワーヨガ～お腹～	11月6日(水)
11月27日(水)	リラックスヨガ～全身～	11月20日(水)

- 【時 間】 13:30～14:30 (受付13:15～)
【場 所】 保健福祉センター
*場所が変更になる場合もあります。変更となった場合は広報等でお知らせ致します。
【対象者】 東通村内在住の方
*各回15名程度(定員になり次第、締め切ります)
【持ち物】 タオル・水分補給の飲み物・ヨガマット(持っている方)
動きやすい服装でご参加ください。
【申 込】 東通村健康福祉課 保健師 (Tel.0175-28-5800) まで

Health Report

ほけんだより

保健事業 11月 12月

「母子手帳交付について」

保健師が不在の場合もあります。母子手帳交付を希望される方は、事前に健康福祉課までご連絡ください。

【乳児・1歳6ヶ月児・2歳6ヶ月児健診】

と き 11月29日(金)
と ころ 保健福祉センター
対 象 者 乳 児 : R6年1～3月生
1歳6ヶ月児: R5年3～4月生
2歳6ヶ月児: R4年3月生
対象者には、個別で通知を致します。詳細は個別通知をご確認ください。

【赤ちゃん教室】

と き 12月5日(木)
と ころ 保健福祉センター
対 象 者 R5年10～12月生
R6年1～9月生
受 付 10:00～10:15
対象者には、個別で通知を致します。詳細は個別通知をご確認ください。

【キッズルーム】

保健福祉センターを、遊び場として開放しています。保護者間の情報交換や交流の場ともなっていますので、ぜひ遊びに来てください!!

と き 12月6日(金)
と ころ 保健福祉センター
対 象 者 就学前のお子さんと保護者
時 間 10:30～13:00
*日程が変更となっていますので、ご注意ください。

【予防接種】

*予防接種希望日の1～2週間前に医療機関へ予約し、接種してください。
*医療機関によって、実施していない予防接種もありますので、必ずお問い合わせのうえ、接種をすすめてください。

指 定 医 療 機 関	電 話 番 号
東通村 東通村診療所	28-5111
ちばクリニック	33-8001
むつ市 どんぐりこどもクリニック	24-5656
菊池 医 院	24-1276
北村医院むつレディスクリニック	22-2135

*定期接種には、対象年齢が設けられていますので、ご確認のうえ、接種し忘れないようお願い致します。

キッズルーム
ハロウィン

10月8日(火)、保健福祉センターにてキッズルームを行いました。
10月といえばハロウィン!ということで、ハロウィン衣装で写真を撮ったり、リースに飾り付けをしたり、お菓子を配りました。
12月はクリスマス製作を予定していますので、ぜひご参加ください。



【健診結果説明会】

◆下記日程にて、健診結果をお返しします。
*健診結果説明会に参加できなかった方には、後日結果を郵送します。

日 程 11月6日(水)
対 象 者 10月3日に住民健診を受診された方
会 場 ●石持 活力増進センター
及 び 9:00～9:45
時 間 ●大和 地域ふれあいセンター
10:00～10:45
●目名 布名見の里
11:00～11:45

日 程 11月7日(木)
対 象 者 10月4・5日に住民健診を受診された方
会 場 ●蒲野沢 山あいの里
及 び 9:00～9:45
時 間 ●猿ヶ森 農民研修センター
10:15～11:00
●上田屋 能舞の館
13:00～13:45
●石蔵平 婦人ホーム
14:00～14:30

日 程 11月8日(金)
対 象 者 10月4・5日に住民健診を受診された方
会 場 ●保健福祉センター
及 び ①9:00～9:30
時 間 ②10:00～10:30

*保健師・栄養士からの集団指導のほか、個別相談も行っていますので、ぜひご参加ください。
*精密検査が必要な方は、早めに医療機関を受診しましょう。

11月号 すまいる通信

発行: こども園ひがしどおり 地域子育て支援センター MOCO MOCOクラブ ☎ 31-0201 担当 加藤・竹林

11月の日程表(予定)

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1 MOCO MOCO クラブ開放	2 MOCO MOCOクラブ 9:30~12:00
3 文化の日	4 振替休日	5 子育て教室 午前7組限定	6 MOCO MOCO クラブ開放	7 MOCO S7エ 9:30~12:00	8 MOCO MOCOクラブ 13:15~15:30	9 MOCO MOCOクラブ 9:30~12:00
10	11 MOCO S7エ 9:30~12:00	12 ハローベビーサークル 午前7組限定	13 MOCO MOCO クラブ開放	14 七五三製作 午前各7組	15 MOCO MOCOクラブ 9:30~12:00	16
17	18 MOCO MOCO クラブ開放	19 MOCO S7エ 9:30~12:00	20 クッキング講座 午前7組限定	21 おはなし広場・測定日 午前各5組限定	22	23 勤労感謝の日
24	25 MOCO S7エ 9:30~12:00	26 MOCO MOCO クラブ開放	27 MOCO MOCO クラブ開放	28 MOCO MOCOクラブ 13:15~15:30	29 MOCO MOCO クラブ開放	30 こども園0~3歳児 おゆうぎ会

MOCOMOCO クラブの様子

ハロウィン製作★
ハロウィンパーティーで使うバッグを作りました★



- 子育て親子の交流の場です。未就園児までのお子様のご利用ができます。広いスペースがあるのでのびのびと遊ぶことができます。初めてのご利用大歓迎！お気軽にお問合せください！
- MOCOMOCO クラブ開放
「9:30~12:00」「13:15~15:45」の開放です。予約なしで上記時間帯利用できます。
- ハローベビーサークル・0歳児集まれ！妊婦さん、0歳児のお子様を対象です。ゆったりと過ごしましょう★
- 各種イベントは予約が必要となります。
- 予定が急に変更となることがあります。

来園の前には必ずこども園ホームページの「すまいる通信」をご確認ください。
【問い合わせ先】☎0175-31-0201 担当:加藤

集落支援員 活動レポート



プレゼント喜んでくれました！

私たちがわんつCARのメンバーです

買い物をする様子

東通村集落支援員として活動しており、普段は“わんつCAR”で移動販売を行っている蠟崎です。各集落を回っていると、様々な方に出会い、沢山お話しをさせていただきます。「こんなことに困っている。こんな時どうしたらいいの？」など、様々なご質問やご意見、世間話でいつも交流させていただいています。

先日、わんつCARを利用されている石持地区の畑中さんが、10月で100歳を迎えられたので、100歳のお誕生日をお祝いしたいと思い、ちょっとしたプレゼントをさせていただきました！畑中さんは、泣いて喜んでくださり、この活動をしていて良かったなあと改めて感じる事ができました。

これからも、わんつCARを通して、沢山の方と出会い・繋がりながら、今まで以上に集落・村民に寄り添った“買い物支援”“見守り”を行えるよう精進して参ります！

地域包括支援センター通信

防災士と一緒に生活防災！プチ体験会

サバメシ(サバイバル飯)

いざという時、電気や水道が使えなくても、簡単にできるメニューや調理方法をご紹介します。日常の食事メニューとしてもおいしく便利です。

- ▶いつ 令和6年11月21日(木) 10:00~11:00
- ▶どこで 保健福祉センター(福祉工房)
- ▶講師 青森県防災士会むつ支部 峯 里砂子

主催:ひめまりサロン
協力:青森県防災士会むつ支部 東通村役場防災安全課 老健のはなしょうぶ

お気軽にお越し下さい

お問い合わせ☎0175-28-5700

敬老のお祝い訪問



こども園ひがしどおり5歳児の皆さんが、元気いっぱいの歌や踊りを披露してくれました。参加した、ひめまりサロンやデイサービスの皆さんは感激されていました。

敬老の日
11月23日

野花菖蒲の里

官台山温泉の11月営業日

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
③	④	5	⑥	7	8	9
10	11	12	⑬	14	15	16
17	18	19	⑳	21	22	㉓
24	25	26	㉗	28	29	30

■は13時~20時 □は10時~20時 ○は休業日
入浴受付時間は19時30分までとなっております。

☆ルールやマナーを守って気持ち良く入りましょう!!
【東通村保健福祉センター ☎0175-28-5600】

☆保健福祉センターだより☆

祝日休業のお知らせ

11月 3日(文化の日)
11月 4日(振替の日)
11月23日(勤労感謝の日)

祝日のため、休業です。

洗い場は、ゆずりあって
ご使用ください。

入浴料金			
6歳~11歳	100円	6歳未満	無料
12歳~69歳	200円	70歳以上	無料
		障害者	無料

農業・漁業用免税軽油の交付申請について
 令和7年3月から使用する農業用および同年4月から使用する漁業用の免税軽油の交付申請を受付します。
 <<農業>
 令和6年12月4日(水)～13日(金)
 <<漁業>
 令和7年1月16日(木)～27日(月)
受付場所
 青森県むつ合同庁舎1階 下北県税部
 <<お問合せ先>>
 下北地域県民局県税課課税課
 ☎0175-22-8581 内線207

むつ科学技術館だより
【シアター上映のご案内】
 ○10時～ ○15時～
 まんが偉人物語「ノーベル/コッホ」
 ○12時～
 Discoveryチャンネル「イヌ」
場所 コミュニケーションシアター
【つくってたいけん工作教室のご案内】
開催日 土曜日・日曜日・祝日に開催します。
開催時間 10時～/15時～
「とんぼのメガネをつくろう！」
 ※参加費・予約不要
場所 つくってたいけん工作コーナー
【たのしい実験教室のご案内】
開催日 毎週日曜日に開催します。
開催時間 ○10時～ ○14時～
内容 ①「超低温の世界を調べよう」
 ②「光の不思議を調べよう」
場所 1階探求コーナー
 <<お問合せ先>>
 むつ科学技術館
 ☎0175-25-2091
 FAX0175-25-2092
 《URL》http://www.jmsfmm.or.jp/msm.htm

宮下知事と対話する「#あおばな」
実施団体募集!
 宮下知事が向いて県民の皆さまの声を聴き、県民対話集会「#あおばな」の実施団体を募集します。
対象
 県内所在の10名程度の参加者が見込まれる団体等
募集期間
 11月27日(水)～12月11日(水)
実施期間
 令和7年1月22日(水)～3月23日(日)
応募方法 専用応募フォームから受付
 <<お問合せ先>>
 青森県総務部広報広聴課
 ☎017-734-9138



司法書士による年末困りごと相談会
 電話番号：017-752-0440
日時 12月21日(土) 10時～16時
相談料 無料
相談例 借金で苦しんでいる・生活に困っていて年が越せない・生活保護を受けたい・車上生活から脱したい・お金がない・失業して先行きが見えないなど
主催 青森県司法書士会
 <<お問合せ先>>
 青森県司法書士会
 ☎017-776-8398
 〒030-0861
 青森市長島3丁目5-16

(公社) 青森県シルバー人材センター連合会
よりお知らせ
 東通村シルバー人材センターでは、会員を募集しています。知識や経験を活かして一緒に働いてみませんか。
募集要件 原則60歳以上の東通村在住で、健康で働く意欲のある方
 ※会員は年会費3,000円です。
申込受付時間 8時15分～17時(平日のみ)
 ※前もってお電話でご予約ください。
持参いただく物 各種免許・資格証明書
 ※入会される場合は【縦3cm×横2.5cm】の顔写真、印鑑をご用意ください。

<<お問合せ先>>
 東通村シルバー人材センター
 (砂子又字沢内5-32)
 社会福祉協議会 事務局内
 ☎0175-34-0640 (担当: 林、坂本)
 ※当月の作業に応じて、翌月に報酬(配分金)が支給されます。
 ※雑草等の刈払作業の場合、刈払機は各自持ち込みとなりますのでご了承ください。
 *青森労働局委託事業: 高齢者活躍人材確保育成事業(公益社団法人青森県シルバー人材センター連合会)

お知らせ一覧

税務署からのお知らせ
 むつ税務署では、年末調整における定額減税事務に関する説明会を開催します。
場所 むつ市金谷2丁目6-15
 下北合同庁舎4階共用会議室
日時 11月22日(金) 10時～/14時～
申込期限 11月20日(水) 17時
日時 11月29日(金) 10時～/14時～
申込期限 11月27日(水) 17時
定員 各24名
 参加希望の方は、問い合わせ先まで希望日時・参加人数を電話にてご連絡ください。
 <<お問合せ先>>
 むつ税務署 調査部門 法人担当
 ☎0175-22-3294 (代表)
 音声ガイダンスにて「2」を選択すると署の総務課につながりますので、内線番号「211」とお伝えください。

裁判員制度～まもなく名簿記載通知を発送します!～
 11月中旬頃、令和7年裁判員候補者名簿に登録された方に対して名簿記載通知をお送りします。これは、来年2月頃からの約1年間に裁判員に選ばれる可能性があることを事前にお伝えするものです。なお、この段階では、まだ裁判員に選ばれたわけではありませんので、すぐに裁判所にお越しいただく必要はありません。
 <<お問合せ先>>
 青森地方裁判所総務課庶務係
 ☎017-722-5421

行政書士無料相談会
日時 11月8日(金) 10時～14時
場所 むつかさまい館(1階会議室)
内容 空き家、相続などの行政書士業務についてのご相談に応じます。
主催 青森県行政書士会 下北支部
 <<お問合せ先>>
 ☎0175-23-7820

地域に根づき、元気をおすそ分け ～ふるさとレポート～

ろうゆうかい 入口老友会 インターン生の成果報告会へ参加しました

9月20日の朝9時から、入口地区多目的集会施設「入口かしの館」で行われた、東通村インターンシップ成果報告会に参加しました。
 インターン生は、実習期間中に「いきいき100歳体操」に参加していただき、体操を行った後にみんなでご飯を作って食べました。ゲストハウスのイベントについてもお知らせいただき、とても楽しい時間を過ごしました。
 また東通村に来たときは、遊びに来てほしいです。



小田野沢婦人会 炊き出し訓練を実施しました

9月23日に小田野沢漁協漁民センターにて、小田野沢漁協女性部主催による炊き出し訓練を行いました。
 この訓練では、小田野沢漁協組合長と東京電力さんのご協力を得て、炊き出し訓練、段ボールベッドの組立て、災害時に備えた備蓄用品や持出用品等を確認しました。
 また、津波マップ地図を利用し、安全で迅速に動ける避難経路について話し合い、最後には炊き出したご飯にカレーを盛り、皆で試食を行いました。



小田野沢部落会 鍵懸神社・深山神社例大祭

9月13～14日に秋の例大祭を行いました。例大祭では、小田野沢地区宵宮神楽会が、舞を神社に奉納し、子ども会が中心となり山車の運行を行ったほか、神社境内で盆踊りやビンゴゲームを行いました。
 豊漁豊作を祝い、小田野沢地区がひとつになった2日間でした。参加団体の皆さま大変お疲れ様でした。



村内各地区の出来事や今後行う行事のお知らせなど、みなさまからの情報を募集しています。応募方法等については、下記までお気軽にお問合せくださいませ!

【お問合せ先】
 東通村総務課 総務G 広報係 ☎0175-33-2208 (直通) ✉kouhou@vill.higashidoori.lg.jp

《消防署からのお知らせ》

11月9日は「119番の日」

「119番の日」は、消防に対する正しい理解と認識をさらに深めるとともに、防火防災意識を高め、地域ぐるみの防災体制の確立を目的として11月9日を「119番の日」としています。

消防署へ電話すると出動が遅れます



通報から出動の流れ

- ① 119番 → 通信指令課 → 出動
- ② 加入電話 → 消防署等 → 通信指令課 → 出動
 - ① 119番通報は、最寄の消防署につながるのではなく、むつ市にある「下北消防本部 通信指令課」へつながります。そこから災害現場に近い消防署の消防隊や救急隊へ出動指令が流れるのでスピーディーな災害対応が可能になっています。
 - ② 一般加入電話で消防署等へ通報した場合、消防署から通信指令室へ連絡しその後出動指令が流れるので119番通報よりも遅くなります。

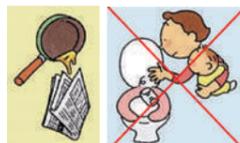
「早く来て欲しい！早く助けて欲しい！」そんな時こそ、落ち着いて慌てずに『119番』へ通報して下さい。

水質検査結果のお知らせ			9月5日に実施した水道水水質検査結果は下表のとおりです。 検査依頼先：(一財)青森県薬剤師会 食と水の検査センター
採水年月日	採水場所	検査判定	※令和6年4月1日から、東通村上下水道課より委託を受けた協同組合東通村管工事協会が、水道メーターの開閉栓業務を行いますのでよろしくお願ひします。ご不明な点がございましたら、☎0175-33-2352にてご対応させていただきます。
令和6年9月5日	岩屋浄水場	水質基準に適合	
令和6年9月5日	野牛浄水場	水質基準に適合	
令和6年9月5日	大平滝浄水場	水質基準に適合	

上下水道課 下水道グループからのお知らせ

水に溶けない繊維素材、生活残飯、海草類、頭髮、プラスチック片等は下水へ流さないようお願いいたします。

- ・水洗トイレでは、トイレットペーパー以外は流さないようご協力下さい。
- ・生活残飯及び使用済食用油、頭髮等は、燃えるゴミとして処分してください。



下水道へ加入されていない皆様へ

下水道供用開始地区において、まだ加入されていないご家庭は、加入促進にご協力頂きますようよろしくお願い致します。

第8回 東通ライオンズクラブ杯 兼 東通村グラウンド・ゴルフ 9月定例会結果

9月26日、東通中学校グラウンド（32ホール）で開催され、参加者は、日ごろの練習の成果を思う存分に発揮しプレイしていました。

【大会成績】総合優勝 山崎 博文（71打）

☆男子の部☆

第1位 山崎 博文（71打） 第2位 渡部 周次（74打） 第3位 渡部 邦夫（77打）

☆女子の部☆

第1位 竹山 幸子（78打） 第2位 佐々木 たい子（82打） 第3位 二本柳 要子（86打）

県民みんなで「防災チャレンジ」！

青森県では11月5日（火）津波防災の日から11月24日（日）までの期間を防災ウィークとして、県民一斉の訓練や防災に関する取組をしていただく期間を設けます。

また、東通村では、青森県と連携して、11月15日（金）午前9時に防災行政用無線を活用しての「シェイクアウト訓練」を実施します。「いざというとき」に備えるため、訓練への積極的な参加や、備蓄品の準備・確認にチャレンジしましょう。

「防災チャレンジ」とは

11月5日（火）津波防災の日から11月24日（日）までの期間中、県全体で訓練等を実施します。この期間に訓練や防災に関する取組にチャレンジしてみましょう。

「シェイクアウト訓練」とは

シェイクアウト訓練（身体保護訓練）は、地震の際の安全確保行動「まず低く、頭を守り、動かない」を身につける訓練であり、一定の場所に集まる必要もなく、参加の意思さえあれば「場所を問わない」、「時間がかからない」、「家庭、学校、職場の実態に応じて実施できる」といった特徴を持っています。

地震発生時、自分の身を守るためには、日頃からの訓練が必要不可欠です。

また、安全確保行動を身につけるだけでなく、この訓練を通じて地域、学校、職場などの組織が、非常時の対策の見直しやケガを防ぐための身の回りの安全対策をとるように促すことも目的としています。

＜お問合せ先＞

青森県防災危機管理課 ☎017-734-9180
東通村防災安全課 ☎0175-33-2262



青森県庁ホームページ

令和7年度東通小学校及び東通中学校スクールサポーター募集

- 募集期限** 12月19日（木）まで
- 面接日時** 1月中旬 ※後日、担当より電話連絡いたします。（会場：東通村役場庁舎）
- 募集校種** 東通小学校及び東通中学校スクールサポーター
- 出願方法** 村教育委員会へ履歴書を郵送または持参ください。
※詳細は役場ホームページをご覧ください。

＜お問合せ先＞

東通村教育委員会 教育指導課 ☎0175-33-2341

住民の窓（9月届出分）

☆お誕生おめでとうございます

中里 笑菜（寿志）目名
榎谷 朱毅（勇太）尻屋
三井 空瑠（武仁）石持

♡ご結婚おめでとうございます

杉本 久勝（石持）
竹内 里佳子（むつ市）

●お悔み申し上げます

東田 みどり（老部）70歳
吉田 きそ（上田代）96歳
澤田 英子（蒲野沢）84歳
東田 豊四郎（白糠）86歳
田中 實（一里小屋）90歳
藤澤 豊勝（東栄）94歳
西山 常義（白糠）83歳

東通村の人口と世帯数(9月末現在)

人口（）内は前月比	
男	2,913(+1)
女	2,677(+2)
計	5,590(+3)
世帯数	2,774(±0)

※個人のプライバシーを尊重する意味で載せてほしくない方は、届出の際に係に申し出てくださることをお願い致します。

東通牛の特売日!

11月9・19・29日

平日限定! 10時から販売!

最高級の牛肉といわれる黒毛和種は東通村の特産です。
この機会に是非ご賞味ください

●問合せ先
一般社団法人 東通村産業振興公社
東通村農産物加工センター
〒035-0004 青森県下北郡東通村大字蒲野沢字外畑97番地7
☎ 0175 (33) 0251 / FAX 0175(33)0252

東通村 公式LINE
友だち募集中!

友だち登録していただくと、村からの情報がプッシュ通知で届きます!
LINEアプリから東通村または、ID:@vill.higashi
で検索いただく公式アカウント欄に出できます。
右のQRコードからご登録いただけます。

東通村二十歳の集いのお知らせ

- ◆日時：令和7年1月13日（月） 10時40分から（受付は10時00分から）
- ◆場所：東通村立東通中学校体育館
- ◆対象者：平成16年4月2日から平成17年4月1日生まれの方で、次のいずれかに該当する方
・村に住民登録のある方
・東通中学校卒業生
- ◆その他：対象者には11月上旬に案内を送付いたします。諸事情によりお手元に届いていない方はお問合せ願います。

【問合せ先】 東通村教育委員会 教育総務課 ☎0175-33-2341（内線336）



東通村産業振興公社からのお知らせ

農業の基本は、健康な土づくりにあります。当センターのEM菌を活用した牛糞堆肥をハウス・田畑などにご活用ください。

なお、積込み場までの区間は道幅が狭く、当日は混雑が予想されます。走行には十分ご注意ください。（大型車での運搬は受付致しません）

また、堆肥の数量に限りがあります。なくなり次第終了とさせていただきますのでご了承ください。

- 日時：令和6年11月6日（水）の1日のみ
- 時間：午前（9：00～11：30）、午後（13：30～15：30）
- 場所：東通村営第一牧場内「堆肥供給センター」
- 料金：村内の方は無料、村外の方は1㎡当り2,000円となっております。

【問合せ先】 一般社団法人東通村産業振興公社 ☎0175-47-2115

第46回東通村子ども会郷土芸能発表会

日時：令和6年11月10日（日）

開演 9:00 終演 11:30

場所：東通村体育館

主催：東通村子ども会育成連合会

令和6年度原子力防災訓練を実施します

このたび、東通村は、青森県等の共催により、東通原子力発電所において原子力災害が発生した場合を想定し、防災体制の確立、防災業務関係者の緊急時対応能力の向上および地域住民の防災意識の高揚を図ることを目的として、原子力防災訓練を実施します。

≪実際の災害とお間違えにならないようご注意ください！≫

- 実施日 令和6年11月9日（土）8時50分～13時00分頃
- 主な訓練項目
 - ・住民避難誘導訓練（白糖、老部、小田野沢、桑原、蒲野沢、鹿橋、石持地区、東通中学校）
 - ・安定ヨウ素剤緊急配布訓練
 - ・PAZ住民避難に係る交通規制訓練
 - ・住民への情報伝達訓練（防災行政用無線、LINE、車両巡回等による広報）
 - ・ヘリコプターによる住民搬送訓練（旧尻労小学校、東通村防災センター向かい臨時ヘリポート）等
- お願い
 - ・訓練当日は、防災行政用無線や一部の地域で広報車などを使った広報訓練を行います。訓練参加車両、訓練関係者が活動しますので、ご協力をお願いします。
 - ・PAZ住民避難に係る交通規制訓練は、砂子又駐在所付近で行いますので、ご協力をお願いします。
 - ・広報訓練として、携帯電話・スマートフォンに「**緊急速報メール**」や「**Yahoo! 防災速報アプリ**」でのお知らせを行います。（Yahoo! 防災速報アプリをあらかじめダウンロードしていただく必要があります）
 - ・ヘリコプターによる住民搬送訓練において、ヘリコプターの離着陸の際大きな音が聞こえる場合があります。近隣住民の方にはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

<問合せ先> 青森県原子力安全対策課 ☎017-734-9252
東通村原子力対策課 ☎0175-33-2268

安定ヨウ素剤の事前配布（郵送配布）のお知らせ

東通原子力発電所で大規模な事故が発生し、避難の指示があった場合には、放射性ヨウ素による放射線被ばくを低減するため、安定ヨウ素剤の服用をお願いすることとなります。

東通原子力発電所から概ね5km圏内（PAZ：老部・白糖・小田野沢地区）にお住まいの方等については、説明会などにより、事前に安定ヨウ素剤をお配りすることとしています。

現在、説明会にご来場することができなかった方の郵送配布の申し込みを受け付けています。安定ヨウ素剤を受け取っていない方、使用期限を迎えた方は、ぜひお申し込みください。

なお、PAZ以外にお住まいの方については、避難が必要となった場合に、避難経路の指定する場所で緊急的に配布します。

◆郵送配布の手順

※詳しくは対象者にお送りした封筒（お知らせ文、受領書兼チェックシート等）をご確認ください。

- ①安定ヨウ素剤配布に関する説明動画の視聴（青森県ホームページ）
- ②対象者にお送りしている「チェックシート兼受領書」へのご記入
- ③必要な書類等の郵送提出（チェックシート兼受領書、服用中の薬が分かるもののコピーなど）
- ④安定ヨウ素剤の郵送配布

◆郵送受付期間

令和7年1月31日（金）まで

◆安定ヨウ素剤のお届け予定

第1回目：令和6年12月ごろ、第2回目：令和7年2月ごろ

<問合せ先>

東通村原子力対策課 ☎0175-33-2268
ホームページ「東通村と原子力（<https://www.atom-higashidoori.jp/>）」



仕事人のアイテム紹介

『アイテム名：俺は嘘つかない。アイテムは真の職人魂』 **VOL.016**



船大工 安藤 清蔵さん

六ヶ所村泊生まれ。20代で師匠から独立し、白糠に移り、造船技術を磨きました。

これまで、コンブ漁の小型船から祭禮用の船山車まで、数多の船を建造したほか、アメリカ人と船大工に造船技術を指導したり、北前船の復元作業等、和船文化の継承にも携わりました。

こうした功績が称され、平成17年には文化庁長官表彰を受賞されました。

俺は嘘つかない。正直に暮らしていれば必ず良いことがある。

安藤さんの口癖——正直に暮らし、地道に技を磨き功績を残してきた安藤さんの姿が“論より証拠”ですね(▽▽)

復元北前型弁財船「みちのく丸」

日本古来の和船の建造技術や歴史を後世に伝えるべく、選ばれた16名の船大工により、北前船の復元が行われました。安藤さんも、この16人の船大工の1人であり、復元された船は現在、野辺地町の「常夜燈公園」に陸揚げされています。安藤さんが手掛けた船を公園で鑑賞することができますよ！



常夜燈公園のみちのく丸

撮影協力者：安藤造船所 安藤清蔵(89歳)

「仕事人のアイテム紹介」のコーナーでは、撮影協力者を随時募集しています。自慢の相棒と載ってみませんか～

来年は卒寿！いつまでもお元気で！

今日の『ひがしどおり小話』 No.20 老健の地域貢献活動 AED講習会開催

9月14日、東通村介護老人保健施設「のはなしょうぶ」で、心停止の人を救命する小型の医療機器「AED」の使い方を学ぶ講習会が開催されました。

これまで「のはなしょうぶ」では、コロナ禍で参集型の活動が規制されていましたが、約5年ぶりに地域の方を招待して、今回のAED講習会が行われたということです。

講習会では、東通村診療所研修医の古木 勇亮 医師が、一次救命について講演され、参加の皆さんも人体モデルを使用して、胸骨圧迫やAEDの使用の実技を行いました。

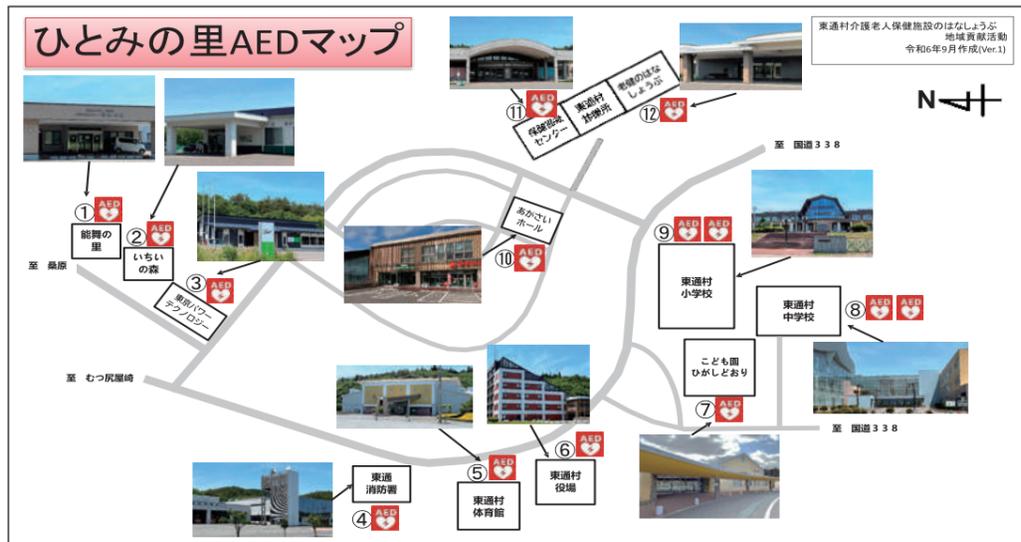
AEDは操作方法を音声でガイドしてくれるため、一般の方でも簡単に使用できます。いち早い措置で命を救える割合が高くなるため、AEDの設置場所や使い方を覚えておくのと良いですね！



古木医師によるAED講習



参加の皆さんも実践！



のはなしょうぶで作成したAEDマップ

東通村ホームページにも近日掲載する予定ですので、ぜひ参考にしてくださいね。

国民年金からのお知らせ

国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です！

本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の際に、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、日本年金機構から、下記のスケジュールで「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が対象者宛に発送されますので、お手元に届きましたら、大事に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。

発送時期	対象者
令和6年10月中旬から下旬にかけて順次発送	令和6年1月1日から令和6年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方
令和7年2月上旬	令和6年10月1日から令和6年12月31日までの間に国民年金保険料を納付された方 ※令和6年1月1日から令和6年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方は除きます。

※「ねんきんネット」において事前に電子送付希望の登録を行った方につきましては、上記発送時期よりも早く電子送付されます。

なお、ご家族（配偶者やお子様等）の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合は、ご自身の国民年金保険料に加え、その保険料についても控除が受けられます。

【問合せ先】 ねんきん加入者ダイヤル
 【電話番号】 0570-003-004
 【受付時間】 月～金曜日 8時30分～19時まで
 第2土曜日 9時30分～16時まで
 ※土日・祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

1. 現行の被保険者証の新規発行終了について

現行の被保険者証はマイナンバーカードでの保険証利用を基本とする仕組みに移行し、令和6年12月2日から現行の被保険者証は新規発行されなくなります。

※令和6年12月1日までに発行された被保険者証は最長で令和7年7月31日まで有効です。

令和6年12月2日以降、マイナ保険証（健康保険証として利用登録がされたマイナンバーカード）や有効な被保険者証をお持ちでない方には、申請いただくことなく資格確認書が交付されますので、引き続き医療を受けることができます。

詳細については、東通村税務課または青森県後期高齢者医療広域連合（☎017-721-3821）までお問い合わせください。また、マイナ保険証利用に関する問い合わせについては、下記までお問い合わせください。

マイナンバー総合フリーダイヤル

☎0120-95-0178（受付時間・平日9時30分～20時 土日祝9時30分～17時30分）

2. 新たに後期高齢者医療制度に加入された方の保険料の納め方について

保険料は年金からの天引き（特別徴収）が原則ですが、新たに後期高齢者医療制度に加入された方は年金からの天引きが開始されるまで時間がかかるため、加入当初は納付書で納めていただくことになります。

口座振替を希望される場合は手続きが必要です。これまで国民健康保険税を口座振替で納めていた方も、改めて手続きが必要です。

3. 保険料は納期限内に納めましょう

保険料の納付にお困りの方は東通村税務課窓口へご相談ください。災害により住宅等に著しく損害を受けたり、世帯主の収入が著しく減少した場合など、保険料の減免が認められることがあります。保険料を滞納すると、通常より有効期限が短い被保険者証が交付されることがあります。

「お問合せ先」東通村税務課国民健康保険グループ

☎0175-33-2134

〇〇もんずら

奥島教育長コラム No.20 2024.11.1



「はて？」

「学んだ知識はよい家庭をつくることに使いなさい。」

「はて？」 母の言い分に納得いかない寅子

「君、分をわきまえなさい。女のくせに生意気な！」

「はて？」 3回目のお見合い相手になぜ怒られるのかわからない寅子

「婚姻状態にある女性は無能力者である。民法に定めがある。」

「はて？」 全く解せない寅子

NHK朝ドラ【虎に翼】

この「はて？」に魅かれて、毎日2回観ていました。昭和初期の少女時代から「はて？」と言えることが驚きでした。納得いかない、わからないことをそのままにしておかない。思ったことをすべて声に出し、納得いくまで理解するまで考え、その原因を突き止めてよりよい答えを見つけていく。女性が学問することが珍しかった時代に、差別や偏見にさらされながらも、女性初の弁護士そして裁判官まで上り詰めた寅子さんの生き方に圧倒されました。

画：手島 圭三郎



しかし、この「はて？」言うことはたやすいが、誰でも言えるかという難しい。なぜなら、長い間、日本人は「教えられたことを覚える」教育を受けてきました。他人の話に疑問を投げかけるなど、そんなこと…。なかなか「はて？」と疑問をいただく場面がなかった私は、学校現場でたくさんの「はて？」に出会い、子供たちの「はて？」にビシビシ鍛えられました。平成のある年、ある学級では・・・

2年 A: ぼくに引力あったらなあ。空を引っ張ったら夜になる？(4月始め)

1年 B: 先生、心ってどのくらい広いの？わたしの身体より大きいの？(7月道徳)

1年 C: 先生、ぼくたち寝ているとき、金魚も寝るの？(9月係活動)

2年 D: 机の並べ方、斜めにしてみたいなあ。(11月掃除の時間)

2年 E: バチカンの国旗は、他の国旗の半分なのはなぜ？(12月世界地図一人勉強)

1年 F: 先生たちも宿題あるの？一人勉強は？(12月 帰りの会)

2年 G(日直当番): 「つさんかうこんけ」2年「??」1年「??????」

A: 「いは、すできんげ！」(3月朝の会)

すべての学びの根源が、この「はて？」にありました。子供たちの気づきや疑問のおかげで、一緒に考え解決する時間が充実しました。やがて、「なるほど！」に到達。コンピュータは、データを入れれば問題の解決はできますが、問題の発見はできません。ならば、人間のもつ「はて？」は、ものすごく大切な能力、今こそ必要な力、もしかして私達の翼！かも。

おしえて！ 東通村のおしごと♪

東通村役場には沢山の課があり、沢山の人が働いています。しかし、普段過ごしていて「具体的にどんな仕事をしているんだろう……？」と疑問に思ったことはありませんか？

このコーナーでは、東通村役場に勤めている職員とその業務について紹介していきます。

議会事務局

主査 成田 恭平さん 入庁10年目

「成田さんは現在どんなお仕事をされているのですか？」

議会が議事機関として円滑に機能するように補佐業務を行っています。業務は大きく分けて「総務」「議事」「調査」の3つです。総務業務では議長の秘書対応や事務局の庶務、議事業務では本会議や委員会の運営、調査業務では政策調査や議会広報を行っています。

「現在のお仕事のやりがいを教えてください！」

議会の仕組みや運営ルールに日常的に接する機会は議会事務局ならではの貴重な経験ですし、今後の糧にしたいと思います。

「今後の目標を教えてください！」

現在、議会内で議会活動の見える化の必要性が議論されています。

その手段のひとつが『議会だより』ですが、議員さんが主体的に活動を伝えられるよう、引き続き、できる限りのお手伝いをしていきたいと思っています。



防災安全課 防災安全グループ

主査 田中 大輔さん 入庁10年目

「田中さんは現在どんなお仕事をされているのですか？」

管財業務担当として、庁舎や村内にある村施設の保守、維持管理、修繕等の業務など、来庁者のみなさまや職員が過ごしやすい環境づくりを行っています。

「お仕事をするうえで大切にしていることはなんですか？」

それぞれの施設によって要望されているもの、必要な対応が異なる場合があるので、きちんと話を聞き、適切な対応をすることを心がけています。

「住民の方に伝えたいこと！」

今後も、庁舎、村内施設の改修や防災行政無線、IP告知端末の更新などを行い、村民のみなさまが安心して過ごせる村づくりを目指していきたいと思っていますので、よろしくお願いいたします。

自慢の〇〇を紹介しま〜す!

タイトル：マコモダケ
協力者：小川 清吉さん

美味しい【マコモダケ】(蒲野沢地区)をご紹介します。

小川さんの水田では、背丈が2mを超える大きなマコモダケが収穫のピークを迎えていました。

【マコモダケ】イネ科のマコモの根元のできる大きな茎で、低カロリーかつ食物繊維やカリウム等の栄養素を豊富に含む健康食品です。炒めて食べると美味しいそうです!



「広報ひがしどおり」では随時“自慢の〇〇”を募集しています。
下記「広報係」までお気軽にお寄せください!

編集後記



稔りの秋がやってきました。新そば街道まつり、みなさん5会場制覇しましたか!?

今月は、産業まつりも開催予定です!

美味しいものが沢山の秋、食べ過ぎないように、運動も心がけましょうね~!

by川口

あづまれ めんこちゃん!



まるこ けい
園子 恵ちゃん(4歳)
【古野牛川】
敏紀さんの次女

♪わが子へメッセージ♪
「なげつつのごんぼほいで
ゆぐでね~恵ちゃん、
もう少し女の子らしくな
って欲しいです♡」

やまもと すい
山本 粹くん(4歳)
【砂子又】
透さんの長男

♪わが子へメッセージ♪
「4歳おめでとう!頑張
り屋で優しい粹♡これか
らもいっぱい食べて寝て
遊んで大きくな~れ♡」

なかや りと
仲谷 吏都ちゃん(6歳)
【砂子又】
亮平さんの長女

♪わが子へメッセージ♪
「誕生日おめでとう!い
つまでも優しくてめんこ
い吏都でいてね!大好
きだよ♡」

川上 羽依ちゃん(3歳)
【尻労】
篤矢さんの長女

♪わが子へメッセージ♪
「川上家のお笑い担当!
これからもみんなに笑
いを届けてね!」

掲載内容は以下のとおりです。

- ① お子様の写真(兄弟等で誕生日が一緒の場合は2ショットでも可)
- ② お子様の名前(よみがな)・生年月日・年齢・第何子か(1~6歳の未就学児)
- ③ お子様へのひとことメッセージ
- ④ 親御さんのお名前お住いの地区

※応募数によって各号で写真の大きさが変わる可能性があります。
※掲載時の年齢はお誕生日を迎える満年齢となっています。

問合せ・応募先 下記までメールまたはご持参によりご応募ください。

東通村総務課総務グループ「広報係」

☎ 0175-33-2208(直通)

✉ kouhou@vill.higashidoori.lg.jp もしくは soumu@vill.higashidoori.lg.jp

12月生まれの
お子さまは、

11月14日までに
ご応募ください♪

