



Historic site Futatsumori Shell Midden

史跡 二ツ森貝塚

# 世界文化遺産への 国内推薦候補に選定！

- まちのできごとあれこれ ——— 2～3
- 保健情報 ——— 4～6
- 行政のひろば ——— 7～9
- 図書情報 ——— 10
- お知らせ ——— 11～17

文化庁文化審議会世界文化遺産部会で7月30日、当町の二ツ森貝塚を含む4道県17の特別史跡・史跡で構成されている「北海道・北東北の縄文遺跡群」が世界文化遺産国内推薦候補に選定されました。

今後、国からユネスコへ推薦書が提出され、2020年の秋ごろにユネスコの諮問機関である国際記念物遺跡会議（イコモス）の現地調査を経て、2021年のユネスコ世界遺産委員会での世界文化遺産登録を目指します。

町では、「北海道・北東北の縄文遺跡群」の世界文化遺産登録に向けて、二ツ森貝塚の魅力をますます発信していきますので、皆さまのご協力をお願いします。

## 地域福祉の輪を広げる

柏葉館で7月26日、七戸町社会福祉協議会（濱中幾治郎会長）が社協まつりを開催しました。来場者は城南・城北子ども園などのステージ発表や各団体による催事販売を楽しみました。濱中会長は「本イベントを通して各団体と住民の交流を深めてほしい」と話していました。



▲ダンスで来場者を魅了した園児たち

## 上十三障がい者スポーツ大会で2連覇

十和田市総合体育センターで7月13日、第49回上十三障がい者スポーツ大会が行われ、9市町村が5種目で競い合いました。七戸町選手団は、息のあったチームワークで玉入れ・サッカーリレー・魚釣りリレーの3種目で1位を獲得。総合優勝し2連覇を成し遂げました。



▲2連覇を果たした七戸選手団

## 七戸中学校剣道部全国大会出場

7月15日に弘前市で行われた、令和元年度青森県中学校体育大会夏季大会剣道競技で七戸中学校剣道部が団体女子の部で優勝し、全国大会と東北大会への出場を決めました。

同部は7月19日、町長のもとを訪れ、部を代表して小林倫璃<sup>りんり</sup>さんは「このメンバーで臨む最後の大会。1人1人役割を果たし、笑顔でやりきりたい」と話していました。



▲全国大会出場を町長に報告した七戸中学校剣道部



▲魚をさばく参加者たち

## プロ直伝 技教わる

川向集会所で7月23日、川友会（大平秀彦会長）は住民同士の親睦を深めてもらおうと魚のさばき方講座を開催し、約50人が参加しました。町内で居酒屋を経営する小又章久さんを講師に招き、アジやタイ、ツブ貝などのさばき方や刺し身の切り方を教わりました。

参加者は、自分でおろした魚や貝を刺し身などにして味わい、舌鼓を打っていました。

## 第74回市町村対抗青森県民体育大会結果

7月20日から28日にかけて、弘前市を主会場に第74回市町村対抗青森県民体育大会が行われ、七戸町からは、12種目152名が出場しました。

今大会は、陸上や水泳の個人競技のほか、軟式野球やゲートボールの優勝をはじめ、多くの団体競技においても上位に入賞を果たし、町村の部の順位は前年度の第8位から第4位へと大きく順位を上げました。

【町村の部】七戸町・・・第4位

【種目別順位（第3位まで）】

《第1位》

- ◆軟式野球競技
- ◆ゲートボール競技
- ◆陸上 男子C走高跳 阿部 泰晴  
男子C5000m 上原子憲樹
- ◆水泳 女子50m平泳ぎ50歳以上 中野 真美  
女子50m平泳ぎ60歳以上 藤田恵美子

《第2位》

- ◆バドミントン競技
- ◆バレーボール競技（男子）
- ◆ボウリング競技（個人） 小笠原英明
- ◆水泳 女子50m自由形60歳以上 藤田恵美子  
女子50m背泳ぎ60歳以上 諏訪 道子  
男子50m自由形30歳以上 神代 直也

《第3位》

- ◆サッカー競技
- ◆陸上 男子A1500m 向中野政和  
男子A5000m 向中野政和  
女子A2000m 高松真衣子
- ◆水泳 女子50m自由形50歳以上 中野 真美  
女子50m背泳ぎ60歳以上 藤田恵美子  
女子50m自由形60歳以上 諏訪 道子  
女子50m平泳ぎ60歳以上 佐藤よし子

## 火の取り扱いに気をつけて

中央商店街で8月18日、七戸わかこま総合スポーツクラブ（成田幸雄団長）は、防火活動を行いました。当クラブに所属している児童約20名が参加し、「火の用心」と掛け声をあげながら、商店街を練り歩きました。

商店街で防火予防活動をする▶  
七戸わかこま総合スポーツクラブ



## 善意ありがとうございます



7月24日(水)

青森県遊技業防犯協力会  
上十三・下北支部

ほくてつゆう  
(朴鉄勇支部長)

青森県遊技業防犯協力会上十三・下北支部より防犯カメラを寄贈していただきました。

## 総合健診のお知らせ

9・10月に柏葉館で行われる総合健診の日程は次のとおりです。  
希望する方は健康福祉課（☎68-4631）へお申し込みください。

日にち	総合健診 受付時間 7:00~9:00	婦人検診 受付時間 11:30~12:45
	特定健診 がん検診(胃・肺・大腸) 肝炎検査	乳・子宮頸がん検診
9月29日(日)	○	○
9月30日(月)	○	○
10月1日(火)	○	
10月27日(日)	○	○
10月28日(月)	○	○
10月29日(火)	○	

※医療保険の種類や年齢などにより受診できない項目があります。

## 結核予防週間

9月24日(火)~30日(月)

結核は「昔の病気」ではありません。今でも1日に46人が発病し、6人が命を落としている日本の重大な感染症です。結核は、風邪に似た症状で始まります。下記のいずれかにあてはまる場合には結核の恐れがありますので早めに受診しましょう。高齢者の場合にはこのような症状が出ないことがあります。症状がなくても、年に1度は定期的に健診を受けましょう。

- タンのからむ咳が2週間以上続いている
- 微熱・体のだるさが2週間以上続いている

## 9月は「健康増進普及月間」

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ  
~健康寿命の延伸~

我が国の平均寿命は延び続けており、いずれ人生100年時代が到来するのではないかとされています。そのため近年では、平均寿命だけではなく「健康寿命」を延ばしていくことへの関心が高まっています。

健康寿命を延ばしていくためには、「運動」、「食」、「喫煙量」に気を付けることが大切です。町では、町民が自身の健康状態を知り、健康寿命を延ばせるように、特定健診・がん検診の実施、生活習慣病予防、介護予防に取り組んでいます。気になることがありましたら、保健センターへご相談ください。

## 令和元年度

### 七戸町長寿祝金の贈呈について

長年にわたる功績を顕彰するため、次の方々に長寿祝金を贈呈します。対象の方には案内を郵送しましたので、ご不明な点などありましたら、健康福祉課（☎68-4631）へお問い合わせください。

- 対象者** 88歳到達者  
(昭和6年4月1日から昭和7年3月31日までに生まれた方)
- 金額** 30,000円
- 贈呈方法** 口座振り込み(9月中旬予定)

七戸地区の皆さまへ

## 盛年式のお知らせ

日時 9月20日(金) 10:00~11:00

場所 柏葉館

内容 記念式典

対象者

- ・90歳顕彰者  
(昭和4年4月1日~昭和5年3月31日生)
- ・100歳顕彰者  
(大正8年4月1日~大正9年3月31日生)
- ・88歳到達者夫婦顕彰者  
(夫婦のどちらかが昭和6年4月1日から昭和7年3月31日までに生まれ、ともに88歳以上となる夫婦)

天間林地区75歳以上の皆さまへ

## 敬老会のお知らせ

分館名	開催日時	開催場所
白石	9月14日(土) 11:00	白石地区コミュニティセンター
榎林	9月14日(土) 11:00	榎林地区農産物加工等施設
森ノ上	9月14日(土) 11:00	七戸中央公民館
坪	9月15日(日) 10:00	坪地区農産物加工等施設(坪地区集会所)
岨	9月15日(日) 11:00	岨地区集会所
道ノ上	9月15日(日) 11:00	道ノ上地区コミュニティセンター
中野	9月15日(日) 11:00	中野地区コミュニティセンター
天間館	9月15日(日) 11:00	天間林農村環境改善センター
花松	9月15日(日) 11:00	四ヶ村集会所
李沢	9月15日(日) 11:00	李沢地区集会所
二ツ森	9月15日(日) 11:00	二ツ森地区コミュニティセンター

## 上十三保健所健康相談等日程

受付時間を守り、事前予約をしてご利用ください。

〈場 所〉上十三保健所 〈問合せ先〉 ☎23-4261

日にち	種 別	受付時間	対象など
9.10(火) 9.17(火)	B型および C型肝炎検査	13:00~13:30	県内市町村に住所を有し、過去に検査を受けたことがない希望者
	HIV（エイズ）に関する相談	13:30~14:30	希望者
9.18(水)	精神保健福祉相談	13:00~14:00	精神・神経・飲酒などの相談がある方
9.25(水)	療育相談	継続の方 9:30~10:30	乳幼児の発達が心配な方
		新規の方 10:30~11:00	
随時	女性健康相談	10:00~10:30	思春期から更年期に至る女性

※HIV（エイズ）検査の結果は、当日にお知らせします。B型およびC型肝炎検査の結果は、約2週間かかります。

## 自殺予防週間 9月10日(火)~16日(月)

当町では、平成24年から29年の間、29人が自殺で亡くなっています。自殺は「追い込まれた末の死」と考えられており、自殺を考えている人は悩みを抱え込みながらもサインを発していると言われています。

身近な方の、“いつもと違うサイン”に気付いたら、声を掛け、悩みがないか耳を傾けて、必要に応じて相談機関をご利用ください。

～見逃さないで…こんなサインは要注意…～

- 表情が暗く、元気がない
- 周囲との交流を避けるようになった
- 食欲がなく、お酒の量が増える
- 体調不良や不眠を訴えるようになった
- 大切にしていたものを捨てるなど身辺整理をする
- 「自分はダメな人間だ」「消えてしまいたい」など口にする

●健康福祉課こころの相談窓口(保健師)  
☎68-4631

●よりそいホットライン  
フリーダイヤル つなぐ ささえる  
☎0120-279-338 (24時間受付)

## みんなで防ごう！ 糖尿病！

～今を変えれば、未来は変わる～

### 高血糖を放置していると、起こる糖尿病の怖い合併症について

糖尿病は血糖値が高くても、ほとんど自覚症状がないため、合併症が進行して初めて気付くケースがあります。血糖値が高い状態が何年も続くと、目や腎臓、手足などの細い血管がもろくなります。今回は、糖尿病の三大合併症（しめじ（下記参照）腎症についてご紹介します。

**し** しんけいしょうがい  
神 経 障 害

**め** め の 症 状  
網 膜 症

**じ** じんぞうの症状  
腎 症

腎臓は体に溜まった余分な水分や塩分、老廃物を尿にして、体の外に出す役割があります。高血糖状態が続くと、腎臓の細い血管が障害を受け、体の老廃物をろ過する機能が低下します。腎症の初期段階では、自覚症状がなく進行します。手足のむくみなどの自覚症状が現れてからでは、回復が困難になり、人工透析が必要になります。

腎臓は、悪化すると元に戻すことができないため、その前に食い止めることが重要です。



## 認知症について ● vol.4

～もしも、気になるようでしたらお読みください～

### ともに歩む助けになる人、専門職は誰？どこにいる？

#### 七戸町役場

電話または天間林保健センターを訪れ、「もの忘れが気になります」とお話しください。地域包括支援センターや専門病院、認知症カフェなどを紹介します。

#### 専門医のいる病院

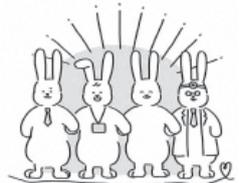
訪れた理由をお話しすると専門の医師が対応してくれます。そこで、何が原因でそうなっているのかを確認する簡単な質問やテストがあります。認知症かどうかを判断できるのは医師だけです。

#### 七戸町地域包括支援センター

もの忘れが気になるのであれば、もっともよい病院をご紹介します。

#### もしも・・・

認知症と診断された場合、「これからの生活について話したい」と医師に話してみてください。すると、包括支援センターにつないでくれます。専門職員があなたのこれからの生活をともに考えてくれます。



※出典元 認知症介護研究・研修仙台センター「もしも、認知症」より

## 生活支援コーディネーターだより

地域での支え合いを勧めています。まずは地域の皆さんが集まれる機会を作ることが大切です。地域のリーダーが頭を悩ませながら、機会を作っていることも多くあります。しかし、リーダーだけに任せず、地域の皆さんが協力し、集まる機会を増やしましょう。自分の認知症予防となるだけでなく、支え合いの輪が広がるかもしれません。

本号では、地域で交流機会や地域での支え合いが行われている地区をご紹介します。

#### 坪地区

坪地区では「坪地区歩く会」を行っています。参加者が高齢になるにつれ、長い距離や長い時間歩けなくなってきましたが、年に一度千曳神社の祭りに合わせ、神社周辺の散策を継続しています。また、その日に合わせて保健師の健康講話なども取り入れ、地域の人と会うだけでなく、健康について考える機会もつくっています。冬場にはトランプ・花札大会を行い、盛り上がっています。

また、坪地区では地域の支え合いが自然と行われています。近所の方が病院に連れて行ったり、買い物に連れて行ったりしています。その他にも散歩しながら、1人暮らしの方を見守りしたり、近所で困っている人を見かけると、助けに行ったりしています。

皆さんの地区でも、地域で集まりたい、集まりを作りたいなどありましたら、地域包括支援センターへご連絡ください。

七戸町地域包括支援センター ☎68-3500



見守り  
新鮮情報

私たちの生活の中にはたくさんの消費トラブルの種が潜んでいます。困ったときは、消費者ホットライン（☎188）、十和田消費生活センター（☎51-6757）または青森県消費生活センター（☎017-722-3343）にご相談ください。

### トラブル例1

#### 点検のはずが…強引なシロアリ駆除サービスの勧誘



「お宅から羽アリが飛んできているとクレームが出ているので点検に来た」と業者が来訪してきた。しつこく何度もシロアリ駆除を勧められ、一人住まいで怖いので帰ってもらうために契約した。作業前に代金を支払うよう言われて現金で約50万円支払った。(70代女性)

☆アドバイス

契約を勧められてもその場ですぐに決めず、家族や近所の人など周囲の人にも相談しましょう。無料で点検させてほしいと訪問してくる事業者には対応しないようにしましょう。

### トラブル例2

#### 使用中に偽の警告表示！ 慌てて事業者に連絡しないで

パソコンでインターネットを使用していたら、突然大きな警告音が鳴り、画面にウイルス感染の表示が出た。驚いて表示されている電話番号に連絡すると、「ウイルスに感染している。3年間のサポート契約が必要」と片言の日本語で言われ、約5万円をカード決済した。遠隔操作で何か作業されたが、不審な気がしたので解約したいとメールで連絡したが、返信がない。(60代女性)



☆アドバイス

警告画面が表示されても、慌てて事業者に連絡したり、セキュリティソフトやサポートなどの契約をしないようにしましょう。本事例のような警告画面は偽の表示である可能性が高いです。警告画面が偽の表示と考えられる場合は画面を閉じましょう。

### トラブル例3

#### 固定電話が使えなくなる？ IP網への移行に便乗した勧誘に注意



大手電話会社の子会社を名乗る事業者から、「2020年以降アナログ回線が廃止される。今の電話が使えなくなるので光回線に切り替えなさい」と電話がきた。不審に思い断ったが、この会社の言っていることは本当なのか。(70代女性)

☆アドバイス

NTT東日本とNTT西日本は2024年以降、固定電話のIP網への移行に伴い電話会社内の設備の切り替えを予定しています。IP網への移行後も現在使用中の電話機や電話番号はそのまま使うことができます。設備切替に伴う手続きや工事也不要です。

## 令和2年度収入保険加入申請受付中

個人農業者の加入申請期限は11月30日までとなっておりますので、加入する方は忘れずに申請してください。

## ●収入保険三大補償●

1 農業者の経営安定を支える  
総合補償

- ・自然災害に加え、価格低下も補償
- ・品目に左右されず農業収入全体を補償

2 農業者の経営発展を助ける  
チャレンジ補償

- ・新規作物導入や6次産業化、輸出への取り組みなど、新たなチャレンジのリスクを低減
- ・規模広大の収入分も補償

3 農業者の経営評価を高める  
信用補償

- ・収入補償により対外的な信用力がアップ
- ・金融機関も資金融通に配慮

○問合せ先 青森県農業共済組合南部支所 ☎22-8101

〒034-0001 十和田市大字三本木字里ノ沢1-47

町民税非課税者と子育て世帯主を対象に

## 七戸町プレミアム付商品券を販売します

10月1日販売開始

最大25,000円分の商品券を  
20,000円で販売!

## ◇プレミアム付商品券とは…

プレミアム付商品券事業は、10月1日からの消費税率10%への引上げが低所得者・子育て世帯の消費に与える影響を緩和するとともに、地域における消費を喚起・下支えすることを目的として実施するものです。

## ◇プレミアム付商品券を購入するには…

## 町民税非課税者

基準日(平成31年1月1日)に七戸町に住民登録があり、2019年度の町民税が非課税の方  
※町民税課税者と生計同一の配偶者や扶養親族、また、生活保護受給者などは除きます。

## 子育て世帯主

平成28年4月2日から令和元年9月30日の間に生まれた子が属する世帯の世帯主で基準日に住民票が七戸町にある方  
※基準日：令和元年6月1日、7月31日、9月30日

※申請は不要です

対象となりうる方には七戸町から「プレミアム付商品券購入引換券交付申請書」が送付されますので、必要事項を記入・押印のうえ、郵送するか社会生活課または支所庶務課までご持参ください。

対象者には9月中旬に「購入引換券」が届きます。 ※商品券ではありません

販売期間 10月1日(火)～令和2年2月20日(木)

販売場所 七戸郵便局・天間林郵便局・榎林郵便局

(予定) ※購入には、「購入引換券」と「身元がわかる証明書(健康保険証など)」が必要です。

使用期間 10月1日(火)～令和2年2月29日(土)

使用場所 町内にあるプレミアム付商品券取扱店ステッカーが貼ってあるお店

※取扱店の詳細については、七戸町プレミアム付商品券発行等事業実行委員会事務局(七戸町商工会 ☎62-2521)または七戸町天間林商工会(☎68-2189)へお問い合わせください。

問合せ先 社会生活課 ☎68-2114

## 年金に関するお知らせ

年金生活者支援給付金<sup>\*</sup>は10月1日から施行され、初回の支払い（10月分・11月分）は12月中旬となります。給付金を受け取るには、請求手続きが必要となるので、日本年金機構から書類が届いたら忘れずに手続きをしてください。

※年金を含めた所得が低い方の生活を支援するため、年金に上乗せして支給するものです。

○問合せ先 青森年金事務所 ☎017-734-7495

## 困りごとはありませんか

### 合同無料相談会

行政書士・土地家屋調査士・税理士・社会保険労務士が合同無料相談会を開催します。相談がある方は、事前予約をしてご利用ください。

日時 10月5日(土) 10:00~15:00

場所 十和田市民文化センター 生涯ホール

○問合せ先 青森県行政書士会 十和田市局 ☎22-8320

### 借金に関する相談窓口

相談員が借金の状況などを伺い、必要に応じて弁護士などの無料相談や、専門機関をご紹介します。

受付 平日①8:30~12:00/②13:00~16:30 ※祝・年末年始除く

場所 青森合同庁舎3階 青森財務事務所（青森市）

○相談先 青森財務事務所 ☎017-774-6488

### 巡回法律相談会「生活困りごと無料相談会」

相続・成年後見・借金問題などについて、司法書士が無料で面談での相談に応じます。

日時 11月2日(土) 10:00~15:00

場所 浪岡中央公民館

相談内容 登記相談（相続・贈与など）、法律相談（多重債務、借金問題など）

○問合せ先 青森県司法書士会 ☎017-776-8398

### 消費者ホットライン188とは

消費者ホットライン188は、近くの消費生活センターなどの消費生活相談窓口をご案内することにより、消費生活相談の最初の一步をお手伝いするものです。

「悪質商法などによる被害にあった」「ある製品を使ってけがをした」などの消費トラブルで困っていることはありませんか？一人で悩まず、消費者ホットライン188にご相談ください。専門の相談員がトラブル解決を支援します。

# 新着図書情報

■ 9月の休館日…16日(月)、23日(月)、26日(木)  
 ■ 問合せ先…七戸中央図書館 ☎62-2119  
 七戸中央公民館図書室 ☎68-2920  
 蔵書検索 【http://www.town.shichinohe.lg.jp】

## 【七戸中央図書館】

### スワロウテイルの消失点



／川瀬七緒(著)  
 発疹、出血、痒み。腐乱死体の解剖に立ち会っていた法医昆虫学者・赤堀らが原因不明の症状に見舞われる。だが彼女は意外な見解を示し、事件解決の糸口を…。警察ミステリー。

### カラスの毎日



／松原始(著)・植木ななせ(絵)  
 縄張りを確認し、餌を探し、子どもを育て、ほかのカラスやトビにけんかを売る…それがカラスの毎日。ハシブガラスとハシボソガラス、そして子ガラスたちの日常を漫画で紹介します。

### るすばんかいぎ



／浜田桂子(作)  
 ゆうきくんがお母さんとお父さんと泊まりがけでお出掛けしている間に、留守の家の中で、家具たちの「るすばんかいぎ」が開かれていました。このごろの、ゆうきくんの様子を話し合うのですが…。

## 【七戸中央公民館図書室】

### 希望の糸



／東野圭吾(著)  
 死んだ人のことなんか知らない。あたしは、誰かの代わりに生まれてきたんじゃない。ある殺人事件で絡み合う、容疑者そして若き刑事の苦悩。書き下ろし長編ミステリー。

### がいけつゾロリうちゅう大さくせん



／原ゆたか(著)  
 おならエネルギーで宇宙へ飛び立つ! 巨大ロボットに乗り込んで宇宙へ出発した、ゾロリとイシシ、ノシシの3人は、探していたマニイ号を見つけるが…。切り取れる新聞、見返しに貼って使える新聞ポケットつき。

### チコちゃんに叱られる



／海老克哉(文)・オオシカケンイチ(絵)  
 永遠の5歳・チコちゃんが、あの「なぜ」を知った日は…。NHK TV「チコちゃんに叱られる」の構成作家とキャラクターデザインの著者2人が、チコちゃんの秘密を明かす。



### 俳句

秋近しぼつりぼつりと夜の雨  
川村亜輝子

湿原を行くや雪溪仰ぎつつ  
高田美津子

さわさわと吹く風の音秋近し  
工藤敦子

夏帽子無くしてしばし屋根裏に  
天間スエ

飛行機雲すつきりすつきり秋近し  
築場恭子

慣れぬ下駄浴衣姿ですましおり  
盛田恵津子

子等の声遠くに聞こえ夏休  
新田純治

### 短歌

七戸群青短歌会

はつなつの峰にいくすじ残雪の  
みえて涼しき風わたるくる  
大串靖子

止めてくれ雨で入れぬ畑のなか  
青虫そだつブロッコリー食みて  
市ノ渡つま子

梅雨寒に青田に二羽の白鷺が  
つかず離れず餌をついばむ  
越前智代子

石の陰に見慣れぬ花が咲いている  
不思議もありて草取りたのし  
小原璋子

てんまはやし短歌会

車窓より見え隠れする富士山に  
初恋のごときめきてをり  
高田洋子

秋桜の葉かげによりて寝そべ居る  
パンダ模様のわが家の子犬  
听崎アイ子

仏ヶ浦に桂月の碑を読みをれば  
磯はうに捕りの歓声上がる  
原信子

『雨ニモ負ケス』と詠されて  
した笑みて居む銀河に賢治は  
佐藤悠一

募 集 情 報 ①

「東学童保育クラブ」で働く指導員を募集

**募集人数** 1名  
**勤務内容** 放課後や週末、冬休みなどの小学生の見守り、生活指導  
**雇用期間** 10月1日(火)～令和2年3月31日(火)  
**勤務時間** 週6日以内の勤務(シフト制)  
 月曜日から金曜日 13:00～18:30の間で5時間  
 土曜日・冬休みなど 7:30～18:30の間で8時間  
**資格要件** 町内在住(見込)者、年齢要件あり  
**報酬** 時給1,000円～(資格要件、勤務経験による)  
 賞与・社会保険・有給・特別休暇あり  
**申込方法** 履歴書を社会生活課までご持参ください。  
 (郵送不可)  
**申込締切** 9月13日(金) 17:00 ※(土)・(日)を除く  
**面接日** 9月20日(金)  
**問合せ先** 社会生活課 ☎68-2114

エネルギー関連施設見学会参加者募集

町では、エネルギー政策に対する理解を深めることを目的に、エネルギー関連施設見学会を実施します。

**日 程** 11月13日(水)～15日(金) 2泊3日  
**募集人数** 5名  
 (定員を超えた場合は抽選となります)  
**対象者** 町内在住者  
 ※過去に同見学会へ参加した方は対象外です。  
**見学先** ①原子力PRセンター「アリス館志賀」、  
 志賀太陽光発電所(石川県)  
 ②富山新港火力発電所(富山県)  
**参加費** 無料(交通費・宿泊費などは町が負担)  
**申込締切** 9月30日(月)  
**申込先** 企画調整課 ☎68-2940

元気な青森が好きだっ！プロジェクト支援助成事業募集

公益財団法人むつ小川原地域・産業振興財団は、青森県内の市町村や地域団体などが実施する地域の活性化や産業の育成・振興のためのプロジェクト活動、調査研究活動等の事業に対して、必要な資金の助成を行っています。

**対象事業** ①人材育成 ②技術開発  
 ③商品開発 ④市場・販路開拓  
 ⑤観光開発 ⑥スポーツ・文化交流  
 ⑦その他  
**助成対象** ・地域団体(地域づくりや文化活動などに  
 取り組む任意の組織)  
 ・産業団体(農協、商工会など)  
**助成金額** 助成対象事業費の4/5以内  
**応募締切** 10月31日(木)必着  
**応募方法** 財団ウェブサイト(<http://www.jomon.ne.jp/~mozaidan/>)から実施要望書をダウンロードし、必要事項を記入し郵送でご提出ください。  
**応募先** (公財)むつ小川原地域・産業振興財団  
 ☎017-773-6222  
 (〒030-0861 青森市長島10-4 ヤマウビル7階)

七戸町上下水道事業経営審議会一般公募委員募集について

七戸町の水道事業および下水道事業の今後の健全な経営や方針を図っていくため、一般公募により委員を募集します。詳細はウェブサイト(<http://www.town.shichinohe.lg.jp>)をご確認ください。

**対 象** 町内に在住しており、上下水道使用環境に関心のある20歳以上の人で年数回程度の平日の昼間に開催する会議に出席できる人  
**募集人数** 2名以内  
**任 期** 10月1日(火)～令和3年9月30日(木)(2年間)  
**報 酬** 5,300円/回  
**申込方法** ウェブサイトに掲載してある申込書に①住所/②名前/③年齢/④職業/⑤性別/⑥連絡先/⑦応募動機を記載し、上下水道課へご提出ください。  
**申込締切** 9月27日(金) 必着  
**申 込 先** 上下水道課 ☎62-6243 (〒039-2592 七戸町字七戸31-2)

## 募集情報 ②

## 七戸町文化ガイドの会視察研修参加者募集

当町の名所などをガイドしている七戸町文化ガイドの会では、会員のガイドスキルアップを図るため視察研修を行っています。会員以外の方も参加することができますので、興味がある方は一緒に研修へ行ってみませんか？

日 時 9月24日(火) 8:30～16:30 定員人数 20名  
 視 察 先 二戸市（九戸城ほか） 申込締切 9月20日(金) 12:00  
 参 加 料 無料（昼食などは個人負担） 申 込 先 七戸町文化ガイドの会 事務局（商工観光課内）  
 ☎62-2137

## 「しちのへ今昔ロゲイニング大会 2019」参加者募集

県内で初めての「昔の写真」を交えたロゲイニング\*を行います。歴史に触れながら、楽しくまち歩きをしてみませんか。

\*ロゲイニングとは、地図と写真を使用して、制限時間内にチェックポイントを回り、点数を競うスポーツです。

日 時 9月22日(日) 10:30スタート（9:00受付）  
 集合場所 柏葉館  
 参 加 費 大人1,000円／高校生500円／中学生以下無料  
 持 ち 物 スマートフォン、デジカメなど  
 申込方法 一般（高校生以上のメンバーからなるチーム）またはファミリー（中学生以下のメンバーを含むチーム）のどちらか（1チーム2から5人）を選び、ウェブサイト（<https://archive-7nohe.jimdosite.com>）またはQRコードからお申し込みください。  
 申込締切 9月13日(金)（先着50組または150名）  
 問合せ先 アーカイブしちのへ 代表 山本 ☎090-4201-8109



ウェブサイト

## 専門校入校生募集

試験内容などは電話でご確認ください。

学 校 名	学科名（募集人数）	応募資格	募集期間	試 験 日
青森高等技術専門校	環境土木工学科（20名）	高校卒業（卒業見込） の方	9月30日(月)～ 11月15日(金)	11月29日(金)
	電気工学科（20名）			
弘前高等技術専門校	自動車システム工学科（20名）			
	建築システム工学科（20名）			
八戸工科学院	機械システム工学科（25名）			
	自動車システム工学科（30名）			
	設備システム工学科（20名）			
	制御システム工学科（25名）			
むつ高等技術専門校	木造建築科（20名）			

## 問合せ先

青森高等技術専門校 ☎017-738-5727 (<https://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/job/koukousei.html>)  
 弘前高等技術専門校 ☎0172-32-6805 ([https://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/job/hi-gisen\\_boshu.html](https://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/job/hi-gisen_boshu.html))  
 八戸工科学院 ☎0178-28-6811 ([https://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/job/hatikougaku\\_oubo.html](https://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/job/hatikougaku_oubo.html))  
 むつ高等技術専門校 ☎0175-24-1234 (<https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/shoko/mu-gisen/bosyuu.html>)

募 集 情 報 ③

児童センターの指定管理者を募集

令和2年4月1日から開設する児童センターで、学童保育および施設管理を行う指定管理者を募集します。児童センターは、保護者が日中不在になるご家庭の児童をお預かりし、健全な遊びと生活の場を提供して、健康増進や情操をゆたかにすることを目的とする施設です。

施設名 ① (仮称) 城南児童センター (字館野32-15 現城南児童館)

② (仮称) 天間林児童センター (字森ノ上284-14 旧中部上北給食センター跡地に建設中)

期 間 令和2年4月1日～令和5年3月31日

申込方法 七戸町ウェブサイト (<http://www.town.shichinohe.lg.jp/index.html>) または社会生活課に準備してある募集要項に必要事項を記入し、同所へご提出ください。

申込締切 10月4日(金) 17:00

問合せ先 社会生活課 ☎68-2114

自衛官受験者募集

試験内容・試験会場などは電話でご確認ください。

募集種目		応募資格(男女不問)	募集期間	試験日
防衛大学校生	推 薦	18歳～21歳未満 (高卒見込可)	9月5日(木)～ 9月9日(月)	9月28日(土)・29日(日)
	総合選抜			9月28日(土)
	一 般		9月5日(木)～ 9月30日(月)	11月9日(土)・10日(日)
防衛医科大学校生	医学科	18歳～21歳未満 (高卒見込可)	9月5日(木)～ 9月30日(月)	10月26日(土)・27日(日)
防衛医科大学校生	看護学科	18歳～21歳未満 (高卒見込可)	9月5日(木)～ 9月30日(月)	10月19日(土)
航 空 学 生		航空：18歳～21歳未満(高卒見込可) 海上：18歳～23歳未満(高卒見込可)	9月6日(金)まで	9月16日(月)
一 般 曹 候 補 生		18歳～33歳未満	9月6日(金)まで	9月22日(日)
自衛官候補生(任期制)		18歳～33歳未満	9月6日(金)まで	女 9月19日(木) 男 9月25日(水)・26日(木)

問合せ先 自衛隊青森地方協力本部 三沢募集案内所 ☎53-1346

住まいのトラブル!! 困った? 解決します!!

かんぶん 便利くん七戸店

便利くんスタッフが  
ご自宅までご訪問いたします!!

訪問エリア 七戸町・野辺地町・東北町・その周辺

見積無料



水まわり・合所  
ボイラー・ストーブの修理  
草刈りだってなんでも  
ボクにオマカセ!!

空き家・長期不在の困り事点検も  
お気軽にご相談ください

ぶんちゃん 受付時間 午前8:30▶午後5:30

イクヨ キューキューキュー

通話無料 0120-194-999

## イベント情報

創造の森に親しむ会～健康な体づくり～  
山野草観察や景色を楽しみながらゆっくり散策します

日時 9月8日(日) 9:00受付  
 集合場所 東八甲田家族旅行村レストハウス前  
 参加費 500円  
 持ち物 飲み物など  
 申込締切 9月5日(木)  
 問合せ先 南部縦貫(株) ☎62-2131

## 自然ふれあい登山&amp;トレッキング～秋～

日時 10月16日(水) 8:00受付(雨天決行)  
 場所 階上岳(大開平～山頂)  
 →小舟渡海岸(約5km)  
 定員 30人(先着順)  
 参加費 無料(昼食代1,000円)  
 持ち物 飲み物、雨具、虫よけ、防止、熊鈴など  
 申込期間 10月1日(火)～11日(金)  
 申込先 公立小川原湖青年の家 ☎56-2393

## 第40回東北馬力七戸大会開催

大型馬の力強さや馬主の掛け声がこだまする迫力満点のレースをぜひご覧ください。

日時 9月8日(日) 8:30  
 場所 青森県家畜市場構内  
 問合せ先 七戸町愛馬会(七戸畜産農業協同組合内)  
 ☎62-2125

2019 こどもまつり  
遊ぼう・作ろう・楽しくチャレンジ!

子どもたちが楽しめる企画が盛りだくさんです。ご家族でぜひご来場ください。

日時 10月6日(日) 10:00～13:30  
 場所 柏葉館  
 内容 体験コーナー(10種類)、玉入れゲーム大会、読み聞かせ&ミニ図書館、習字教室作品展示、町内各学童活動紹介展示  
 問合せ先 城南児童館 ☎62-6656

## 第3回東八甲田家族旅行村リレーマラソン参加チーム募集

日時	10月20日(日) 10:00出走 ※雨天決行(小雨程度)	参加費	1チーム(5人まで) 6,000円
場所	東八甲田家族旅行村内	申込締切	9月20日(金)
種類	小学生・ファミリーの部 1.5km×5周 10チーム 中学生以上フリーの部 2.5km×5周 20チーム	申込方法	電話でお申し込みください。お申し込み後、資料や納付書を郵送します。
		問合せ先	南部縦貫(株) ☎62-2131 (受付時間 平日9:00～16:00)

# 9月30日(月)は「交通事故死ゼロを目指す日」です

# 秋の全国交通安全運動

## 9月21日(土)～9月30日(月)



子供と高齢者の  
安全な通行の確保と  
高齢運転者の  
交通事故防止



夕暮れ時・  
夜間の  
交通事故防止



全ての座席の  
シートベルトと  
チャイルドシートの  
正しい着用の徹底



飲酒・暴走  
運転の根絶



# ぐるっとNAVIと十三・十和田湖広域定住自立圏情報

## 十和田市秋まつり／十和田市

日時 9月6日(金)～8日(日)  
場所 市内旧国道4号線、  
官庁街通り「駒街道」、  
十和田市中央駐車場



問合せ先 (一社)十和田奥入瀬観光機構 ☎24-3006

## 十和田市現代美術館企画展「AKI INOMATA: Significant Otherness (シグニフィカント・アザネス) 生きものと私が出会うとき」／十和田市

日時 9月14日(土)～  
令和2年1月13日(月)  
9:00～17:00  
※月曜日(祝日の場合は  
その翌日)、12月28日(土)  
～1月1日(水)の年末年  
始休館



場所 十和田市現代美術館  
問合せ先 十和田市現代美術館  
☎20-1127

《やどかりに「やど」をわたして  
みる-White Chapel-》2014-2015  
※参考画像 ©AKI INOMATA /  
Courtesy of MAHO KUBOTA  
GALLERY

## 三沢基地航空祭／三沢市

日時 9月8日(日)  
場所 三沢基地内  
内容 毎年多くの来場者で賑わう三沢航空祭。F-2,  
F-16による飛行展示をはじめ、地上展示や  
音楽祭など様々な催しが予定されています。  
※一般車両は基地内へ乗り入れできません。  
駐車場情報は航空自衛隊三沢基地ホーム  
ページから [http://www.mod.go.jp/asdf/  
misawa/](http://www.mod.go.jp/asdf/misawa/)  
問合せ先 第3航空団司令部渉外室 ☎53-4121(代表)

## MISAWA BBQ ジャンボリー2019／三沢市

日時 10月6日(日)  
場所 道の駅みさわ、斗南藩記念観光村  
内容 三沢の文化「バーベキュー」を楽しめるイベ  
ントです！  
・三沢BBQ(チケット購入者)・大抽選会  
・各種参加型イベント  
バター作り、大根おろし大会、  
クラフト体験 など…  
・バンドライブ ・キャラクター握手会  
問合せ先 (一社)三沢市観光協会 ☎59-2311

## 日の本中央まつり／東北町

日時 9月6日(金)～8日(日)  
場所 青い森鉄道「乙供駅」周辺および赤川河川敷  
内容 日の本中央まつりは「日本中央」と刻まれた  
「つぼの碑」から、先祖の強い息吹とともに、  
その和議の喜びと祭祀の折、五穀豊穡と無病  
息災を祈願したまつりです。まつりは山車の  
合同運行や日の本中央「花火大会」などが行  
われます。

問合せ先 東北町商工会 ☎0175-63-2329

## おいらせ百石まつり／おいらせ町

日時 9月20日(金)～9月23日(月)  
場所 百石本町地区  
問合せ先 おいらせ町観光協会(商工観光課内)  
☎0178-56-4703

## おいらせ下田まつり／おいらせ町

日時 9月27日(金)～9月29日(日)  
場所 下田駅周辺  
問合せ先 おいらせ町観光協会(商工観光課内)  
☎0178-56-4703

## メイプルタウンフェスタ2019／六戸町

日時 11月2日(土)  
10:00～17:00  
11月3日(日)  
9:00～16:00  
場所 メイン会場：  
六戸町総合体育館駐車場  
問合せ先 メイプルタウンフェスタ実行委員会(六戸町産業課内)  
☎55-4495



大勢の来場客でにぎわう会場  
内(町総合体育館)の様子

### 移住ナビ『移10生活』を開設しています

上十三・十和田湖広域定住自立圏の10市町  
村の移住・定住情報を発信するウェブサイト『移  
10生活』では、それぞれのまちの特徴や移住・  
定住を支援する取り組みを紹介していますので  
ぜひご覧ください。

(<http://towada-iju.com/kamitousan>)

屋根・外壁  
塗り替えの  
ことなら！



たいしん  
株式会社 太信塗装店  
☎0176-62-2387  
七戸町字七戸69-17

健康な  
お家の維持を！  
創業43年の実績  
まじめだけが取りえの地元業者です！  
屋根外壁の健康診断のみでもOK！  
ワンランク上の塗り替えをご提案致します

事業者の皆様！  
仕入税額控除の方式が  
変わります！

2019年10月1日から  
消費税・地方消費税の  
軽減税率制度がスター  
ト。全ての事業者の方  
に関係があります。  
レジ導入などに対する  
補助金もあります。



詳しくはこちら  
軽減税率 国税庁 検索



### 新幹線走行試験ご協力のお願い

新幹線試験電車の夜間走行試験を実施しますので、ご理解とご協力をお願いします。なお、都合により日程を変更することがあります。

仙台～新青森間（往復）

9月17日(火) 23:00～18日(水) 5:00頃

9月24日(火) 23:00～25日(水) 5:00頃

9月28日(土) 23:00～29日(日) 5:00頃

10月1日(火) 23:00～2日(水) 5:00頃

10月5日(土) 23:00～6日(日) 5:00頃

問合せ先 東日本旅客鉄道株式会社盛岡支社企画室  
☎019-625-4019

### 納期限のお知らせ

固定資産税 第3期  
国民健康保険税 第3期  
介護保険料 第3期  
後期高齢者保険料 第3期

納期限（口座振替日）

**9月30日(月)**

滞納解消に向けた取り組み強化中！

問合せ先 税務課 ☎68-2113



公立七戸病院 院長 小野 正人

今回は“平均寿命が短い青森も、そう捨てたものではないという説”について。皆さんもご存知の通り、日本では平均寿命がどんどん延びて平成29年の厚労省の調査では男性は81.1歳、女性87.3歳です。この半世紀だけで、およそ男女とも15年以上、平成の30年間だけでも6年以上伸びました。こんなに伸びていいのかくらいの伸びです。しかし一方、高齢者施設の増え方などを見ると、この寿命の伸びも、延命医療や介護技術の向上で、本人の不本意な延命期間分もかなり含まれている？と考えられなくもない。

そこで健康でいられる時間こそ大事という意味で、2010年に厚労省は健康寿命というのを発案しました。つまり寿命の伸びの中で、健康期間の伸びがどれくらい占めるかを知るためです。で、青森はどうか？ じゃーん。2010年の男子は健康寿命もしっかり最下位でした。がくっ。でも女子の健康寿命は下から17番目でした。え、なにそれ？でしょ。その後、2013年に健康寿命で男子がついに最下位脱出！ま、46位ですけどね。続いて2016年には、なんと下から11番目にまで上がってきました。同様に女子は2013、2016年には上から20位前後にいます。この間も、平均寿命はやはり、しっかり最下位なのです。ね、ちょっと驚くでしょ。しかし驚くのはまだ早い、世の中に奇抜な人がおりまして、なんとぴんころ指数というのを考えました。ぴんころ指数は一体全体どんなものか？説明します。

まず平均寿命から健康寿命を引きます。これでいわば不健康期間が出ますね。で、この不健康期間を平均寿命で割り算します。そうすると寿命の中の不健康期間が比率としてわかるわけです。これが小さいほどぴんころ指数が高いので、ぴんころ指数としたらしい。解析専門科が、たわむれに考えた方法なんです。ぴんころ指数の2016年県別ランキングを見ると、なんと青森は男女ともほぼトップクラスです。要するに平均寿命は短いけれど、それ以上に不健康期間も短くて、ある意味ぴんころが出来ているらしい。これこそホンマか？でしょ。理由付けとして、ひょっとして、青森人は我慢強いから、辛抱に辛抱を重ねて病院に行かずその挙句の“手遅れぴんころ”じゃね？という不穏な噂も出ていますが…。

ぴんころ教祖の私としては不健康期間の短いことは素直に歓迎したい。しかし健康教養不足での“若死にピンコロ”だけは“わがね”と言いたい。そこで次回は七病で考えている“若死にゼロ作戦”について。乞う御期待。

#### 参考 ピンコロ指数（試算）

	男性				女性				
	県名	不健康寿命(歳)	県名	不健康寿命対健康寿命比	県名	不健康寿命(歳)	県名	不健康寿命対健康寿命比	
上位	1位	青森	7.80	沖縄	0.109	茨城	10.68	茨城	0.142
	2位	沖縄	7.87	青森	0.111	青森	10.81	秋田	0.144
	3位	鹿児島	7.96	鹿児島	0.111	秋田	10.89	青森	0.145

2016年11月(No.272) ESTRELA ● 25

● レールバスと遊んで学ぼう ●

(一社)南部縦貫レールバス愛好会では、七戸町子どもたちにレールバスをもっと知ってもらうためレールバスとふれあえるイベントを開催します。軌道自転車もリニューアルしましたので、気軽にご参加ください。

日時 9月21日(土) 13:30~16:00  
 場所 旧南部縦貫鉄道 七戸駅  
 対象 七戸町在住の小学生  
 (未就学児は保護者の同伴が必要)  
 ※一般の方は参加できません(観覧はできます)

参加料 無料  
 内容 レールバス特別体験乗車、軌道自転車体験、レールバス歴史クイズ  
 問合せ先 (一社)しちのへ観光協会 ☎58-7109



スマートフォンアプリで  
マチイロ 広報しちのへを読むことができます

(株)ホープのスマートフォン・タブレット用アプリ「マチイロ」は、自分が登録した自治体の広報紙をいつでもどこでも読むことができる無料アプリです。広報しちのへも読むことができますので、次のQRコードからアプリをインストールし、「青森県七戸町」を登録してご利用ください。



気軽にご相談ください。【相談無料・秘密厳守】

— 行政・人権相談 —

(人権問題や悩みごと、行政への要望など)

町民課☎68-2112 庶務課☎62-2111

日時 9月18日(水) 9:00~12:00  
 場所 本庁舎 2階 第3会議室  
 七戸支所 3階 第2会議室  
 相談員 行政相談委員、人権擁護委員

戸籍の窓口

7月・8月

◎お誕生あめでうらやまします

子ども 母親 住所

福村 想空くん 友香さん 天神林

疍崎 将司くん 友佳子さん 十枝内1

田嶋 来麗ちゃん 樹里さん 中岫

●お悔やみ申し上げます

四戸ユミさん 88歳 後川原

小田芳江さん 85歳 七戸

鈴木とすさん 77歳 七戸

塚尾光とさん 80歳 七戸

花松美和さん 84歳 大沢

西野喜一さん 100歳 西槻木

附田正さん 60歳 舘野

松山マッさん 75歳 白石

金山サツさん 99歳 金木

中澤良サさん 83歳 道ノ上

高松安良さん 85歳 協和

加賀キクさん 92歳 石沢

鷹山宇一記念美術館情報



模型のタミヤがやってきた Part2  
—少年の心、今走り出す!—

9月8日(日)まで開催中!

次回予告

美術館開館25周年記念  
「宇一が描いた蝶」展

会期 9月22日(日)~11月4日(祝)

美術と昆虫のコラボレーション企画。蝶の標本により鷹山宇一の作品に描かれた蝶を検証します。

- 休館日 月曜休館 (但し祝日の場合は開館し翌日休館)
- 開館時間 10:00~18:00 (最終入館17:30)
- 入館料 一般500円  
高校・大学300円  
小・中学生100円
- 問合せ先 鷹山宇一記念美術館 ☎62-5858

切り取り

開館25周年記念  
七戸町民無料招待券  
「宇一が描いた蝶」展



《少年の日の佛陀》

9月22日(日)・23日(祝)限り有効

入館時間10:00~18:00(最終入館17:30)  
ひと家族様ご利用できます

## 熱気最高潮！夏を締めくくる

七戸町中央公園屋内スポーツセンターで8月16日、第13回しちのへ夏まつりが行われ、町内外からの多くの来場者でにぎわいました。八甲田太鼓によるダイナミックな演奏をはじめ、こども園や文化団体によるステージ発表や歌謡ショーで会場は大盛況。雨天のため翌日開催となった花火大会では、1,700発の大輪の花が夜空を彩り、夏を締めくくりました。



▲来場者を魅了した道ノ上こども園の園児たち

## 暑さを吹き飛ばす

7月26日・27日の両日、七戸町かだれ田舎体験協議会(立崎由紀夫会長)は七戸町かだれ塾2019を開催し、県内の小学生11人がブルーベリーなどの収穫や農家民泊を体験しました。2日目に行われた大坪川アドベンチャーでは、自然が作り出した天然ウォータースライダーや、川への飛び込みなど、田舎ならではの夏の遊びを楽しみました。参加した子どもたちは「とても楽しくいい思い出ができた。来年もまた来たい!」と話していました。



▲川へ飛び込む子どもたち

## 歴史と魅力を学ぶ

世界遺産対策室は7月30日・7月31日・8月3日の3日間、町内の小学4年生から中学3年生を対象に、二ツ森貝塚ジュニアボランティアガイド養成講座を開催しました。参加した子どもたちは、二ツ森貝塚の出土品の見学や町内の猪ノ鼻(1)遺跡の発掘現場の見学、七戸高校の生徒による二ツ森貝塚のガイドを通して、二ツ森貝塚や縄文について学び、「今回知ったことを見に来た人に伝えて楽しんでもらいたい。そして、来てくれた人から広まってたくさんの観光客にきてほしい」と話していました。



▲七戸高校生のガイドを受ける児童

## 町の統計

令和元年7月31日現在

### ★人口と世帯

男	7,441人	(- 4)
女	8,113人	(- 19)
計	15,554人	(- 23)
世帯数	6,819世帯	(+ 1)
( )内は前月比		

### ★交通事故

件数	2件	(19件)	<±0>
傷者	1人	(28人)	<-4>
死者	1人	(2人)	<+1>

### ★町内の火災

建物	0件(12件)	<±0>
林野・その他	0件(8件)	<±0>
( )	1月からの累計	
< >	前年同月との累計比	

## お詫びと訂正

広報しちのへ8月号(8月1日発行)3ページ叙勲の記事に誤りがありましたので、お詫びして訂正いたします。

叙勲おめでとうございます

誤) 船場向川久保



正) 舟場向川久保