

No.185



# さなっても

■行政のひろば	2~5
■保健情報	6~8
■図書情報	9
	10~12

七戸川(新川原橋付近)で6月17日、魚が泳ぐきれいな川に するために、七戸川内水面漁業協同組合(千葉和夫組合長)が主 催した稚魚の放流に、城北こども園(蛯名千年人園長)の園児 21人が参加しました。今年はイワナやヤマメの稚魚が約1万匹 ずつ放流され、園児たちは「大きくなってね」と声を掛けながら、 元気に泳ぎだす姿を見守りました。

## 令和2年度狂犬病予防注射の接種について

町では狂犬病予防のため、毎年春と秋に狂犬病予防集合注射を行っていますが、本年度は新型コロナウイルス 感染症拡大防止により春の集合注射を中止しており、秋の狂犬病予防集合注射も開催が不透明な状況にあります。 そのため、できるだけ速やかに動物病院で予防注射するようお願いします。

○**問合せ先** 社会生活課 **☎**68-2114

## 公務員の子育て世帯への臨時特別給付金の申請について

公務員の方が子育て世帯への臨時特別給付金を受け取るためには、住民票のある市町村への申請が必要です。 令和2年3月31日(令和2年3月まで中学生だった児童については令和2年2月29日)時点で七戸町に住民票の ある児童手当受給者は、職場から申請書類が配布されていますので、期限までに社会生活課へ申請してください。

※子育て世帯への臨時特別給付金は、新型コロナウイルス感染症の影響を受けている子育て世帯の生活を支援する国の取り組みの一つとして、児童手当(特例給付を除く)を受給する世帯に対し臨時特別の給付金を支給するものです。

申請期限 9月30日(水)必着

**○問合せ先** 社会生活課 **☎**68-2114

## 学生生活支援臨時給付金の給付対象者の拡大について

学生生活支援臨時給付金の給付対象者については、町外で一人暮らしをする学生としていましたが、実家から 通学する学生など、全ての学生に拡大しました。対象となる方は、お早めに申請してください。

対象者 令和2年4月1日において保護者または学生が七戸町に住所を有し、平成14年4月1日以前に生まれた学生(大学、大学院、短期大学、高等専門学校、専門学校、予備校生)。

給付額 100,000円

申請期間 8月31日(月)

申込方法 学務課または七戸町ウェブサイト(http://www.town.shichinohe.lg.jp)にある交付申請書に必要 事項を記入し、必要書類を添えて学務課へ郵送またはご持参ください。

必要書類 ○七戸町学生生活支援臨時給付金交付申請書

- ○在学証明書(写し可)
- ○保護者の住民票・運転免許証などで令和2年4月1日において七戸町に住所を有することがわかる 書類(写し可)
- ○学生名義口座の通帳の写し(ゆうちょ銀行可) ※金融機関コード、支店コード、口座番号、口座名義人(カタカナ)が確認できるように写しをお 取りください。

給付方法 交付決定通知を送付後、学生本人名義の指定した口座に振り込みます。

○問合せ先 学務課 ☎62-9701 (〒039-2592 七戸町字七戸31-2)

# 中部上北総合防災訓練の延期について

七戸中学校で開催を予定していた総合防災訓練は、新型コロナウイルス感染症によるさまざまな状況を考慮し、来年度へ延期することとしました。町民の皆さまには、引き続き防災行政へのご理解とご協力をお願いします。

○問合せ先 総務課 ☎68-2111

## 家屋全戸調査にご協力ください

町では、公正で適正な固定資産税の課税を目的として、家屋全戸調査を実施しています。家屋全戸調査は、固定資産税の課税台帳と実際の家屋を照合するもので、台帳に記載がないまたは台帳と面積などが異なる場合は、調査を依頼しますのでご協力をお願いします。なお、家屋を新築、増築、滅失した場合は、税務課へ届け出してください。

○問合せ先 税務課 ☎68-2113

## 台風や豪雨などの災害時の避難について

「避難」とは「難」を「避」けること、つまり安全を確保することです。そのため、災害時には下記ポイントを確認し避難しましょう。詳しくは、4月に広報と一緒に配付した七戸町防災ハザードマップをご覧ください。

- ○警戒レベル3や警戒レベル4が出たら、危険な場所から非難しましょう。
  - ・警戒レベル1:心構えを高める
  - ・警戒レベル2:避難行動の確認
  - ・警戒レベル3:避難に時間を要する人(高齢者など)は危険な場所から避難
  - ・警戒レベル4:危険な場所から避難

## 警戒レベル4は避難勧告 危険な場所から避難!

避難勧告:災害によって人的被害が発生する恐れがある場合に町が住民などに対して、安全な場所へ移動するよう促すこと。

警戒レベルは、水害や土砂災害に備えて住民がとるべき行動をお知らせするために5段階でレベル分けしたものです。町から発する避難情報を防災無線などでよく確認しましょう。

#### ○警戒レベル5は既に災害が発生している状況です。

- ・警戒レベル5が出ても、まだ避難ができていない場合は、自宅の少しでも安全な崖の反対側の部屋や2階の 部屋などに移動したり、すぐ近くに安全な建物がある場合は、そこに移動するなど、命を守るための最善の 行動をとってください。
- ・警戒レベル5の災害発生情報は、町が災害発生を把握できた場合に可能な範囲で出す情報であり、必ず出る情報ではありません。
- ○豪雨時の屋外避難は危険です。車の移動は水没などの恐れがあるため最善の注意を払い ましょう。
- 〇避難先は指定避難所だけではありません。安全な場所に住む親戚や知人宅に避難することも考えましょう。
  - ・緊急時に身を寄せる避難先は、町長が指定する「指定避難所」や安全な場所に住む親戚や知人宅などさまざまです。普段からどこに避難するか決めておきましょう。
  - ・「指定避難所」は、災害の種類ごとに主に公共施設が指定(小・中学校の体育館など)されています。
  - ・新型コロナウイルス感染症の対策からも、飲料水などの備蓄のほかにマスクや消毒液、体温計なども「ご準備ください。

○問合せ先 総務課 **☎**68-2111

## 国民年金保険料の追納について

国民年金保険料の免除(全額・一部・法定)、納付猶予、学生納付特例の承認を受けた場合、老齢基礎年金(65歳から受けられる年金)の受け取り額が少なくなりますが、追納することで満額まで引き上げられます。免除などの承認を受けた期間の保険料については、10年以内であればさかのぼって納めることができます。

免除などを受けた期間の翌年度から起算して、3年度目(令和2年度の保険料免除を受けた場合は令和5年度) 以降に追納される場合は、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。

○問合せ先 町民課**☎**68-2112/支所庶務課**☎**62-2111/青森年金事務所**☎**017-734-7495

## ご存知ですか?児童扶養手当制度・特別児童手当制度

児童扶養手当制度は、両親の離婚などによるひとり親家庭や両親に代わって児童を養育している家庭に支給されます。公的年金(遺族年金、障害年金、老齢年金)を受給している方は、年金額が児童扶養手当より低い場合のみ、その差額分を受給できます。

特別児童扶養手当制度は、心身に障害のある満20歳未満の子どもを監護している父母や、それに代わる養育者に支給されます。ただし、子どもが障害を理由とする公的年金を受けているときや、児童福祉施設などに入所している場合は対象外です。

受給には、現況届および所得状況届の提出が毎年必要です。児童扶養手当は8月31例まで、特別児童扶養手当は、8月12日例から9月4日倒までに手続きをしてください。

**支給対象** 次のいずれかに当てはまる子ども\*\*を監護(保護者として生活の面倒を見ること)している父または母、あるいはそれに代わる養育者。ただし、子どもが里親に預けられたり、児童福祉施設などに入所しているときなどは手当てが受けられません。

※満18歳となる年度末までの子をいいます。ただし、心身に概ね中度以上の 障害がある場合は、20歳未満となります。

- ① 父母が離婚した子ども
- ② 父または母が死亡した子ども
- ③ 父または母が重度の障害にある子ども
- ④ 父または母の生死が明らかでない子ども
- ⑤ 父または母から引き続き1年以上遺棄されている子ども
- ⑥ 父または母が裁判所からのDV保護命令をうけた子ども
- ⑦ 父または母が引き続き1年以上拘禁されている子ども
- ⑧ 母が非婚で生まれた子ども
- ⑨ 父母とも生死が明らかでない子ども

**支給時期** 年6回の奇数月(9月、11月、1月、3月、5月、7月の計6回)

○問合せ先 請求手続:社会生活課 ☎68-2114/支所庶務課 ☎62-2111

制度関係:社会生活課 ☎68-2114/東地方福祉事務所 ☎017-734-9950

毎日は嫌。長時間は嫌。 でも少しは働きたい・・・。 そんな、60歳以上の

## 「**働**きたい!」の「**力**」になります!

毎週火曜日(但し8/11は除く)入会説明会を開催しております。まずはお気軽にお電話ください!

問 (公社)中部上北広域シルバー人材センター 合 せ 生 (公社)青森県シルバー人材センター連合会 七戸町字森ノ上16-4 天間林老人福祉センター内 青森市中央1丁目25-3 **1**:0176-58-0141

**2**:017-732-5757

■ 令和2年(2020)8月号 ■

## ひとり親世帯臨時特別交付金について

ひとり親世帯を支援するため、給付金を支給します。基本給付②・③、追加給付の対象に該当する方は申請が必要です。詳細については七戸町ウェブサイト(http://www.town.shichinohe.lg.jp)をご覧ください。

#### 基本給付 対象 下記いずれかに該当する方

- ①令和2年6月分の児童扶養手当が支給される方
- ②公的年金などを受給しており、令和2年6月分の児童扶養手当の支給が全額停止されている方
- ③新型コロナウィルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となっている方

給付額 1世帯5万円、第2子以降1人につき3万円

追加給付

**対 象** 基本給付対象の①または②に該当する方のうち新型コロナウイルス感染症の影響で家計が急変し、収入が減少した方

給付額 1世帯5万円

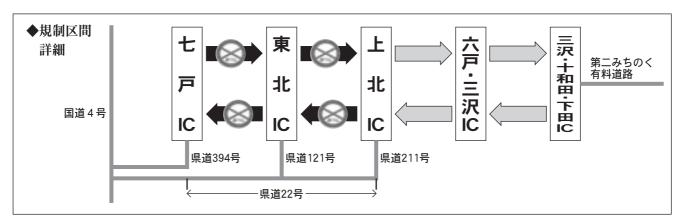
受付期間 8月3日(月)~10月30日(金)

**問合せ先** 社会生活課 ☎68-2114

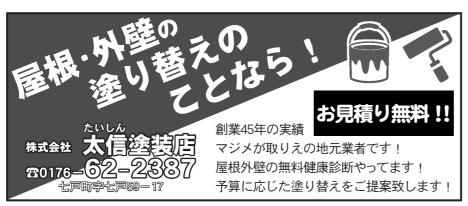
## 上北自動車道(上北IC~七戸IC)夜間通行止めのお知らせ

一般国道45号上北自動車道(上北IC~七戸IC)において、道路構造物設置作業のため下記のとおり夜間通行止めを行いますので、ご協力お願いします。

日 時 8月17日(月)~10月9日(金) 平日21:00~5:00 ※規制時間帯は国道4号および県道22号などへの迂回にご協力をお願いします。



○**問合せ先** 青森河川国道事務所 道路管理第一課 **☎**017-734-4573 青森河川国道事務所 十和田維持出張所 **☎**23-7138





## 家庭における食中毒予防 ~上+三保健所からのお知らせ~

#### POINT 1 身を守る手洗い



手洗いは食品衛生の基本と言われています。調理の前はもちろん、トイレやおむつ交換の後、動物を触った後、食事の前には消毒効果のある手洗い用洗浄剤でしっかり手を洗いましょう。 新型コロナウイルスやノロウイルスへの対策としても非常に有効です。

#### POINT 2 肉の生食に注意



食肉(牛肉、豚肉、鶏肉)には病原性大腸菌やカンピロバクターなどの細菌が付着している可能性があります。肉を調理する器具はほかの食材を調理するものと別々に分け、肉の中の色が完全に変わるまで十分に加熱しましょう。特に高齢者や子どもなど、抵抗力が弱い人は加熱不十分な肉を食べるのは控えましょう。

#### POINT 3 テイクアウトは早めに食べる



持ち帰りや宅配は店内での飲食と比べて調理してから食べるまでの時間が長くなりがちです。 購入(帰宅)後はすぐに食べましょう。持ち帰る場合は常温で長時間放置せず、買い物の最後 に購入し、寄り道しないでまっすぐ帰りましょう。食品表示が付いているものは、消費期限と 保存方法を守りましょう。

#### POINT 4 有毒山野草・有毒キノコ



食用かどうか分からない植物は、「採らない」、「食べない」、「人にあげない」、「販売しない」。 山野草・キノコの見分け方は非常に難しく、簡単に見分ける方法はありません。食用のものと 有毒なものが混生している場合もあります。山菜採りの経験者の方も油断せず、十分に注意し てください。

#### POINT 5 フグの家庭調理は危険



家庭で調理したフグによる食中毒事例が毎年国内で発生しています。フグの毒は加熱や水さら しなどの調理では無毒(弱毒)化することはできません。最悪の場合は死に至ることもありま すので、釣ったフグ、知人から譲り受けたフグは絶対に調理しないでください。

## 認知症について No.4

#### 「知って安心 認知症ガイドブック」(認知症ケアパス)について

町では、認知症に関するさまざまな不安が解消されるよう、相談先、認知症の症状、家族や周囲の対応、認知症の人の状態にあわせて受けることができる医療・介護・福祉サービスなどについてまとめた冊子を作成しました。



#### ○認知症ケアパスとは?

認知症かもしれないと不安を感じている方や認知症と診断された方、介護されている家族の方、認知症の方を支援している地域の方や専門職の方などに読んでもらうため、認知症に関する情報をまとめたものです。七戸町ウェブサイト(http://www.town.shichinohe.lg.jp)でご覧になるか、健康福祉課に掲示していますので、ぜひご活用ください。

問合せ先 七戸町地域包括支援センター ☎68-3500

#### 上十三保健所健康相談等日程

事前予約をし、受付時間を守ってご利用ください。

〈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
8月 4日(火) 8月18日(火)	B型およ C型肝疸		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 に関す	,	13	:30^	~14:	30	希望者
8月19日(水)	精神保險福	建 祉相談			~14:	:00	精神・神経・飲酒 などの相談があ る方
8月26日(水)	療育相認	Ķ.	9 新規	見のプ	~10:		乳幼児の発達が 心配な方
随時相談	女性健康	東相談	ŀ	随時	相談		思春期から更年 期に至る女性

<sup>\*</sup>HIV(エイズ)検査の結果は、当日にお知らせします。 また、B型・C型肝炎検査の結果は、約2週間かかり ます。

## · 生活支援ョーディネーターだより -

新型コロナウィルス感染症予防のため、新しい生活様式を取り入れていく必要があります。しかし、「感染防止のため」と外出を控えていると閉じこもり気味になることがあります。閉じこもりになると、徐々に生活機能が低下し、転倒や骨折をしたり、認知症を発症したりと悪循環を招いてしまいます。そのため、閉じこもりにならないよう、少しでも外に出る機会を作りましょう。そのきっかけ作りに友人や近隣の方の声掛けが有効です。

#### ●友人や近隣の方ができること

- ○おすそ分けなどで訪問した際に様子を見たり、庭の花木の話などで敷地内だけでも外に出る機会を作ったりする。
- ○ごみ出しなどで見かけたら声を掛ける。
- ○買い物や食事に誘い、一緒に出掛ける。
- ○地域の集まりや趣味活動に誘う。(新型コロナウィルス感染症の感染状況にあわせ、 予防対策を行ってください)

## 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。これからの申し込みも可能ですので、希望する方は健康福祉課(☎68-4631)へお申し込みください。

		総合健診	婦人検診
		受付時間 7:00~9:00	受付時間11:40~13:00
日にち	場所	特定健診	
		がん検診(胃・肺・大腸)	乳・子宮頸がん検診
		肝炎検査	
9月27日(日)		0	0
9月28日(月)		0	0
9月29日(火)	拉拉兹	0	
10月18日(日)	柏葉館	0	0
10月19日(月)		0	0
10月20日(火)		0	

※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。

#### 献血のお知らせ

献血は、誰もが最も身近にできる ボランティアです。多くの方のご協 力をお願いします。

**日 時** 9月3日休)

時間・場所 ①10:00~12:00

上北地方福祉事務所

213:30~16:30

公立七戸病院

#### 小・中学校敷地内の 犬の散歩や関係者以外の立ち入りはご遠慮ください

学校敷地内において、大量の犬のフンが散見され、児童生徒の感染症予防など衛生管理に大変困っています。学校敷地内は、犬の散歩や関係者の立ち入りを制限していますので、ペットの散歩は絶対しないようお願いします。

学校は、子どもの健やかな成長を促す教育の場です。健全な 教育施設を保全するために地域の皆さまのご協力をお願いします。

**問合せ先** 学務課 **☎**62-9701

## 視覚障害者情報センターをご利用ください

視覚障害者情報センター(旧県立点字図書館)は、視覚障がい者の方に、点字図書、録音図書(CD図書)や週刊誌などの録音雑誌の貸し出しを行っています。目の不自由な方も自宅で読書ができ、貸し出しや返却は無料の郵便を利用できます。利用には登録が必要ですので、お問い合わせください。

**問合せ先** 視覚障害者相談センター **☎**017-782-7799

### 風しん抗体検査(成人男性)の検査場所の追加について

七戸町総合健診または七戸病院人間ドックで健診と併せて風しん抗体検査を受けることができます。また、七戸町総合健診においては健診の申し込みをしていない方でも、当日予約なしで風しん抗体検査のみを受けることができます。風しん抗体検査は、血液検査により行われます。当日は採血のみで、結果は2~3週間後に通知されます。検査を受ける際は、クーポン券や風しんの抗体検査受診票、本人確認書類(医療保険証など)が必要です。

対象者 昭和37年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性

七 戸 町総合健診		葉	館	8月25日(火)・8月26日(火)・9月27日(日)・9月28日(月)・9月29日(火) 10月18日(日)・10月19日(月)・10月20日(火)
日 程	天間ホ	木保健セン	/ター	11月15日(日)・11月16日(月)・11月17日(火)

※風しん抗体検査のみを受ける方の受付時間 8:30~9:00 (時間厳守)

問合せ先 健康福祉課 ☎68-4631

## みんなで防ごう!糖尿病!~食事で糖尿病を予防しよう~

今回は包丁を使わない簡単なピーマンのレシピをご紹介します。ピーマンは抗酸化作用をもつビタミンC・ビタミンEや免疫力を高める $\beta$ カロテンが豊富です。血液をサラサラにするピラジンという栄養素も注目です。野菜料理を「あと1品」という時に、ぜひ栄養価満点のピーマンを取り入れてみてください。

#### ≪ピーマンのまるごと焼き≫

ピーマン 4個 (120g)
ごま油 小さじ1/2
カレー粉 少量
塩 ひとつまみ(0.2g)
材料(2人分)

〈作り方〉

- 1. ピーマンは切らずに全体にごま油をからめ オーブントースターか魚焼きグリルでこん がり焼き色がつくまで焼く。
- 2. カレー粉と塩を混ぜ合わせ、焼いたピーマンにふりかける。

※種やヘタもまるごと食べられます。カレー粉の他に、一味(七味) 唐辛子や 青のりと合わせるなど、お好みの変わり塩でアレンジしてみましょう。

【栄養価】1人分 エネルギー22kcal/食物繊維1.4g/食塩相当量0.1g



# 

# 新着図書情報

■8月の休館日…10日(月)、27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】

#### 音速の刃



/未須本有生(著) 最新鋭ステルス戦闘機が、青森県沖の 訓練空域の海上に墜落した。国産の「銀 翼」開発に挑む技術者たちは、事故の 真相を突き止め、ミッションを遂行で きるのか。業界に精通する著者が「タ ブー」に切り込んだ傑作サスペンス。

#### Zoomはじめました

/秋田稲美(著)



好きな時に好きな場所でつながる・教える・稼げちゃう! サロン、習いごと、物販といった22のZOOMの活用法や、ZOOMで仕事をしている7人の事例を紹介。ZOOMワークショップの実施フローと使えるツールも収録。

#### 妖怪のど自慢



/広瀬克也(作)
今日は妖怪横丁のど自慢大会。ガイコツ、やまんば、みつめおんな、みのわらじ、ひとつめこぞう。みんな元気に歌います。演芸コーナーも盛り上がって…。ユーモアたっぷりの妖怪絵本。

#### 【七戸中央公民館図書室】

#### 女帝小池百合子



/石井妙子(著) 女性初の都知事であり、女性初の総理候補とされる小池百合子。キャスターから政治への道へ、男性社会にありながら常に「風」を巻き起こし、権力の頂点を目指す彼女の数奇な半生、つきまとう疑惑を、綿密な取材で描き切る。

#### かいけつゾロリのレッドダイヤをさがせ!!

/原ゆたか(著)



貴重なレッドダイヤが盗まれた!怪しい人は、なんと10人もいて…。ゾロリ新聞付き。見返しにマンガ、ジャケットそでに本体裏表紙のボードゲームで使う切り取り式の得点表あり。

#### わにくんのだめだめきゅうり



/すみくらともこ(著) ぶたくんが育てているキュウリが 垣根をこえて、わにくんの庭へ。わ にくんは、庭で大きくなったキュウ リを食べてみたくなりましたが、これはぶたくんのもの?わにくんは悩んで…。親子でほっこり癒される絵本。

紫陽花の色様々に輝きて	万緑に染まりて一句甦る	緑陰や風吹き抜けて牛眠る	素裸の泣く子黙らすアンパンマン	自転車で届く新聞明易し 森野弘美	遥かなる山借景に薔薇撮りぬ	川村亜輝子 梅雨明けの大地ゆるがす蹄音	《俳句》	文芸欄
さくら花句	スピードト	弟の形見な	うろおぼえ	てんまは	高木なるこ	遠くではカ	〆切日歌 粒	花ひとつ込気をお

上げ空を飛び交ふつばくろを 切へる国に焦がれきて 切へる国に焦がれきて

しみと詠む『雨二七負ケズ』 高田洋子を取り出し我れが着るを取り出し我れが着る

しみじみと詠む『雨ニモ負ケズ』おぼえのまま過ごしきて今さらに

散りてゆくなり 夏光る庭なるエゴの白花下向きに

高級感のバックミュージックではカッコウが鳴きさわやかな

桜は終わり花びら舞って日歌稿届ける道すがら

気をわるくするはつ夏の庭ひとつ詠えば多くの他の花が

七户群青短歌会

■ 令和2年(2020) 8月号 =

## **募 集 情 報 ①**

#### 不法投棄監視員の募集について

不法投棄監視員とは、県知事から委託されごみの不法投棄がされていないかをパトロールしながら、不法投棄を発見した場合は県所定の様式により報告を行う方をいいます。

#### 対 象 下記のすべてに当てはまる方 1名

- ・天間林地区に在住している20~80歳の方
- ・運転免許証および自家用車を所有している方
- ・定期的に平日パトロール活動ができる方

#### 勤務形態 ・地域 天間林地区

- ·日数 月4日以内(9月~11月)
- ·時間 1日7時間以内
- ·報酬 日額6,950円
- ・保険 あおもり循環型社会推進協議会で傷害保険に加入

応募方法 8月12日(水までに社会生活課へご連絡ください。※仕)・(日)・(祝)除く

**問合せ先** 社会生活課 **☎**68−2114

#### 町営住宅入居者募集

募集住宅(家賃は所得により個人差があります)

①倉越団地3-B号 (字倉越4-1)	③長下団地5-2号(字中野105-3)
建築年度 平成11年度(木造2階/1棟4戸)	建築年度 平成15年度(木造平屋/1棟2戸)
<b>間 取</b> 2DK (6・6・8DK) ※オール電化	間 取 1LDK (6・8LD・2.7K)
家 賃 約17,600円~26,200円	家 賃 約11,300円~16,800円
②長下団地2-2号 (字中野105-3)	④千鳥団地 5 号(字森ノ上120-2)
建築年度 平成14年度(木造平屋/1棟2戸)	建築年度 平成12年度(木造平屋/1棟戸建)
間 取 1LDK (6・8LD・2.7K)	間 取 3 LDK (4.5・6・6・10LDK)
家 賃 約11,100円~16,600円	家 賃 約15.400円~23.000円

募集期間 8月3日(月)~14日(金) 8:15~17:00

※(土)・(日)・(祝)除く

入居予定日 9月下旬予定

敷 金 入居家賃3か月分

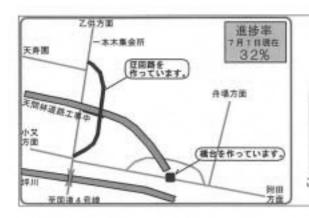
選考方法 選考委員の審査により決定します。

資格·申込方法 事前に建設課へお問い合わせください。

注意 ①規定された所得 (概ね月15.8万円) 以下である こと。

- ②連帯保証人がいること。
- ③原則として、税金を滞納している方、持ち家の ある方は申し込みできません。
- ※七戸町ウェブサイト (http://www.town.shichinohe. lg.jp/) に詳しく掲載していますのでご確認ください。

申込・問合せ先 建設課 ☎62-6244



#### 一般国道45号(天間林道路)を作っています。

要 注 者: 北陽建設経常建設共同企業体

[構成員・(株)工藤組・(株)佐藤建設工業・田中土木(株)]

エ 事 名: 舟場向川久保地区道路改良工事 五 期: 令和2年12月10日まで

※本工事の内容

県道乙供(T)中野線(猪ノ鼻地区)の迂回路L=450m 町道天間館駅田線(良地区)に栖台 1基

ご不便をお掛けしますが、ご理解・ご協力お願いいたします。 発 注 者: 国土交通省 東北地方整備局 青森河川国道事務所長

## 募集情報 ②

#### 甲種防火管理新規講習

日 時 10月7日(水)・8日(木) 9:20~

場 所 七戸中央公民館

受講料 4,500円 (テキスト代など)

定 員 80名

申込期間 9月1日(火)~9月7日(月)(定員に達し次第終了)

申 込 先 ①消防本部予防課/②中央消防署/③上北消防署/④東北消防署に準備してある申込書に必要事項を 記入のうえ、同所いずれかにご提出ください。

問合せ先 消防本部 予防課 ☎62-3142 ウェブサイト (http://www.chubukamikita-fd.jp/)

.....

#### 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。

**応募資格** 高校卒業(卒業見込)の方 **/募集期間** 9月28日(月)~11月18日(水) **/試験日** 11月27日(金)

専門校	募集学科・人数	問合せ先
青森高等技術 専門校	環境土木工学科(20名) 電気工学科(20名)	**E017-738-5727  (https://www.pref.aomori.lg.jp/  sangyo/job/koukousei.html)
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)	**E0172-32-6805 (https://www.pref.aomori.lg.jp/ sangyo/job/hi-gisen_boshu.html)
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)	\$\frac{\pi}{\pi}0178-28-6811\$ (https://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/job/hatikougaku_oubo.html)
むつ高等技術 専門校	木造建築科(20名)	**The state of the

## **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)	募集締切	試験日
	18歳以上21歳未満の方		
防衛大学校学生	(高卒(見込)者または高専3年次修了(見込)者		0 H 9 C H (L) . 9 7 H (H)
【推薦】	で成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績	9月5日(土)~	9月26日(土)・27日(日)
	を修め、学校長が推薦できる方)	9月11日金	
防衛大学校学生	18歳以上21歳未満の方		一次:9月26日仕)
【総合選抜】	(高卒(見込)者または高専3年次修了(見込)者)		二次:10月31日(土)~11月1日(日)
	海上:18歳以上23歳未満の方		一次:9月22日火)
   航空学生	(高卒見込可)	9月10日休)	二次:10月17(土)~22(木)
加工于土	航空:18歳以上21歳未満の方	まで	三次:(海)11月20日(金)~12月16日(水)
	(高卒見込可)		(空)11月14日仕)~12月17日休
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方	9月6日(日)まで	別途各人に連絡します
自衛官候補生	18歳以上33歳未満の方	通年	別途各人に連絡します
予備自衛官補【一般】	18歳以上34歳未満の方	9月11日億	10月3日(土)~6日(火)
予備自衛官補【技能】	18歳以上で国家免許資格などを有する方	3月11日(巫)	10494(7) -04///

問合せ先 自衛隊青森地方協力本部 三沢募集案内所 ☎53-1346

#### お盆期間の町営バス運行について 〇問合せ先 企画調整課金68-2940

	8月				
	10日(祝)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
コミュニティバス、シャトルバス	×	0	0	×	×

## 英語で楽しむ、秋の収穫体験

英会話講師と一緒に畑で収穫しながら、野菜の名前や形、色などを英語で話してみませんか。昼食では 収穫した野菜をトッピングしたカレーライスが提供されます。

日 に ち 9月21日 祝 ※雨天決行

**日 程** ①バス移動 七戸中央公民館にて受付(9:00~9:15)/七戸南公民館にて受付(9:15~9:30)

②収穫体験・英会話学習(七戸町字荒屋地内)10:00~14:00

③バス移動 七戸南公民館着(14:15)/七戸中央公民館着(14:30)

对 象 町内小学3~6年生 15名(先着順)

申込方法 9月14日 例までにQRコードの申込フォームからお申し込みください。

参加料 500円(昼食代として当日集めます。お釣りの無いようお願いします。)

**問合せ先** 生涯学習課 **☎**62−9702



申し込みフォーム

## 今月は風邪と薬の話です。そこの ておられませんか?実はどっこい、

#### 公立七戸病院 院長 小野 正人

今月は風邪と薬の話です。そこのおどさん、おがさん。風邪は薬で治すものと思っておられませんか?実はどっこい、そうではありませぬ。あらかじめ言っておきますが、新型コロナも風邪の親戚です。で、この際、基本に立ち返って、風邪が、どんな"からくり"で治っているのかについて書きます。

はっきり言うと、風邪のウイルスに直接効く薬はありません。風邪ウイルスは知られているだけで200種類以上あって、コロナも新型になる前は、平凡な風邪のウイルスの一種だったわけです。風邪ウイルスに効く薬は、それぞれのウイルス毎に、時間とお金を制限なく使えば理論的には製造可能かもしれませんが、現実的には、ほぼ自然治癒する風邪に、そんな畏れ多い薬は作れません。ほんじゃ、病院でもらう風邪薬って一体何なのよ?でしょ?あれはね、症状を抑えるだけの薬なんです。鼻水、のど痛、熱、咳など上気道炎の症状のための薬なんです。そして、その症状は、実は体の自然治癒力とウイルスとが闘っている時に出現する現象なのです。ウイルスvs自然治癒力の闘いの象徴がその症状なんです。その自然治癒力、言い換えれば免疫の力でウイルスを駆逐して結果的に風邪は治っているのです。だから症状を抑える薬は、かえって治る邪魔をしている可能性さえあります。薬で症状を抑えて、大事な仕事のために、体に鞭打って頑張って働いて、挙句の果てに肺炎になりました。こじらせちゃいました。てな話は聞いたことあるでしょ? "風邪は万病のもと"の根っこには免疫力の無駄遣いがあるわけですね。

風邪は薬で治すものではなく、普段の生活習慣の総合力(睡眠、食事、運動などの習慣)で裏打ちされた、その人相応の免疫力で治るものなのです。新型コロナに最高の知恵とお金が注入されてもワクチンや特効薬が簡単にできるわけではありません。確かな方法がいつ出来るかは専門家の間でも意見がまちまちで、未だあてにはできない状態です。だから現実的には、当分の間、一般的予防と自分の免疫で頑張るしかないのです。コロナと免疫の研究は超高速で進んでいます。しかしこの病気が、何故気まぐれに若い人まで川の向こうに連れて行ってしまうのかや、人種や国ごとの致死率が何故こうも違うかなどについては、それらしい説は多数あれど、実際の治療に応用されるぐらいの実践的レベルではない。繰り返しになりますが、良い生活習慣が自前の免疫力を培うという事に関しては疑問の余地はありません。だから"おどやおがさんたつ"は良い生活習慣を続けてね。ごろごろして、コロナ太りやコロナ鬱になるような生活習慣はわがねぞ!

立岩 古川 ◎お誕生おめでとうございます 恭覧 唯瓜 由香利きん 早 沙 瑞 木 実 織きた 苗 金 Ш 沢 越 去

6月・7月

**戸籍の窓口** 

◎ご結婚おめでとうございます

#### くらしの相談窓口

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)

町民課番68-2112、庶務課番62-2111

日 時 8月5日/k 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

## 納期限のお知らせ

町 県 民 税 第 2 期 国民健康保険税 第 2 期 介 護 保 険 料 第 2 期 後期高齢者保険料 第 2 期

#### 納期限(口座振替日) 8 月31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

### 宝くじ助成事業で町内会備品を整備

治部袋町内会(成田 勝敏会長)は、一般財 団法人自治総合センタ ーが実施するコミュニ ティ助成事業を活用し て、照明や暖房器具な どのコミュニティ活動 備品を整備しました。



#### 農地パトロールを実施します

農地の状況把握のため、農地パトロールを実施します。調査にあたり農業委員などが農地に立ち入りますので、 ご理解とご協力をお願いします。

期 間 10月30日(金)まで

調査対象 七戸町管内の農地(田・畑)

問合せ先 七戸町農業委員会

**☎**68−2967

## マイナポイントを活用した消費活性化策について

国では、マイナンバーカードを活用した 消費活性化策として、キャッシュレス決済 サービスでチャージまたは買い物をしたとき、 1人あたりに上限5,000円分のマイナポイン トを付与します。マイナポイント取得方法 やマイナンバーカード発行申請などについ ては七戸町ウェブサイト(http://www.to wn.shichinohe.lg.jp)をご覧ください。

期 間 9月~令和3年3月

問合せ先 総務課 ☎68-2111

#### 荒熊内地区造成工事のお知らせ

荒熊内地区において造成工事を行っています。 近隣の皆さま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。

#### 工事場所

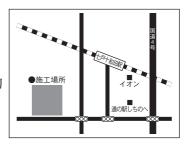
荒熊内地内

#### 工事完了予定日

令和3年3月下旬

#### 作業時間帯

8:00~17:00



問合せ先 建設課 ☎62-6244

## しちのへまちなかギャラリーオープン



(株)インテリアユニオン石源で7月10日、町のにぎわい創出や文化振興を目的に芸術作品を展示する「しちのへまちなかギャラリー」がオープンしました。来年2月末まで七戸町文化協会(立﨑庸夫会長)加盟7団体の写真、水墨画、油絵、短歌、俳句、書道などの作品が月替わりで展示されます。

◀開幕を飾ったフォトしちのへによる写真展示

## 県内初スマートバス停運用開始

七戸十和田駅で7月1日、十和田観光電鉄㈱は県内初のIoT化したバス停「スマートバス停」の設置式を行いました。当駅は始点ではないため運行遅れが起きる可能性がありますが、常に何分遅れているのかなどの情報が載っているため、「既にバスが通過したかも」と心配することなくバスを利用することができます。また、緊急時の情報提供など多方面で使用することができます。





## 鷹山宇一記念美術館情報

## 8月16日(日)まで常設展開催中! ※最終日は 15:00開館

## 「大正浪漫の寵児 竹久夢二展」

#### 会期 8月22日(土)~11月8日(日)

※先月号の会期の記載に誤りがありました。お詫びして訂正します。

本展では、竹久夢二の肉筆画のほか、夢二がデザインに関わった書籍・雑誌・新聞などの挿絵・装丁用の版画作品など、多岐にわたる創作活動をご紹介します。

※(公財)むつ小川原産業活性化センター支援助成事業

入 館 料 一般1,000円/高校・大学400円/小・中学生200円

休館日 月曜休館(9月21日は開館)

開館時間 10:00~18:00 (入館は17:30)

問合せ先 鷹山宇一記念美術館 262-5858

#### 美術館開館記念日 七戸町民無料招待券

#### 「大下浪漫の寵児 竹久夢二展」



#### 8月23日(日) 当日限り有効

ひと家族様にご利用いただけます。

※本券は、8/1の美術館開館日を記念して発行して います。

## 町の統計

令和2年6月30日現在

#### ★人□と世帯

男 7,326人 (-3) 女 7,962人 (+6) 計 15,288人 (+3) 世帯数 6,823世帯 (+5) ()内は前月比

#### ★交通事故

件数 0件(16件)(±0) 傷者 0人(26人)(±0) 死者 0人(1人)(±0)

#### ★町内の火災

建 物 0件(0件)〈-1〉 林野・その他 0件(3件)〈±0〉

( )1月からの累計< >前年同月との累計比

#### 特別定額給付金の申請はお早めに

特別定額給付金給付事業を行っています。5 月に世帯主の方に申請書を郵送していますので、8月17日(月)までに申請してください(当日消印有効)。また、期限までに申し込みがない場合は受給を辞退したものとみなします。

申請書が届いていないなどのお問い合わせがある方は8月17日(月)までに総務課へご連絡ください。

問合せ先 総務課 268-2111