

■特集(景観まちづくりがはじまりき	ます)—— 2
■まちのできごとあれこれ	—— 3 ~ 4
■行政のひろば	— 5~1 [°]
■保健情報	— 12 ~ 14
■図書情報	 15

-16~19

■お知らせ

白石勝也分団長は「緊急時等の迅速な出動や町民の防災

意識の向上に役立てたい」と話していました。

消防ポンプ自動車が、前回購入後約24年を経過し、いつ故 障するか不安な状況であったことから、電源立地地域対策 交付金を活用し新しい消防ポンプ自動車を配備しました。

特集 景観まちづくりがはじまります

前号では、景観条例の制定及び景観計画の策定までの経緯について紹介しました。本号では、七戸町の景観まちづくりに係る政策の根幹となる景観条例および景観計画の概要について紹介します。

景観条例は、自然、歴史および文化によって彩られた七戸らしい景観の創出を促進し、町民の生活に潤いをもたらす社会を実現することを目的として、良好な景観の形成に係る町民、事業者などの役割および町の責務を明らかにし、景観法に規定する必要事項および手続ならびに景観計画の策定その他施策を講ずることを定めています。

景観条例の主な規定項目とその内容

規定項目	内容						
町民の役割	・町民は良好な景観を形成する主体であること						
四氏の技制	・良好な景観の形成に向けて取り組み、町の関連施策に参加すること						
	・自身の活動を実施する際は、良好な景観の形成のために必要な措置を						
事業者等の役割	講ずること						
	・町の関連施策に参加すること						
	・良好な景観の形成を促進するための施策を策定し、これを総合的に実						
	施すること						
町の責務	・公共施設の整備などの公共事業を実施する際は、良好な景観の形成の						
	模範を示すこと						
・良好な景観の形成に関する情報提供および支援に努めること							
景観計画の策定	・町長が景観法に基づき景観計画を策定すること						
	次に掲げる行為について、事前協議を経て行為の着手日の30日前までに						
	町長に届け出ること						
	・建築物の新築、増築、改築若しくは移転、外観を変更することとなる						
	修繕若しくは模様替または色彩の変更						
	・工作物の新築、増築、改築若しくは移転、外観を変更することとなる						
 行為の届出等	修繕若しくは模様替または色彩の変更						
11為勿庙山寺	・都市計画法第4条第12項に規定する建築物の建築または特定工作物の						
	建設の用に供する目的で行なう土地の区画形質の変更						
	・土地の開墾、土石の採取、鉱物の掘採その他土地の形質の変更						
	・木竹の植栽または伐採						
	・屋外における土石、廃棄物、再生資源その他物件の堆積						
	・水面の埋立てまたは干拓						

景観計画は、「良好な景観の形成を図るための計画」として定めるものであり、七戸町における景観形成の指針となるものです。次号では、届出などの流れと、景観計画の主な内容として「良好な景観の形成を図るための区域」、「良好な景観の形成に関する基本的な方針」、「行為の制限に関する事項」の3つについてご紹介します。

○**問合せ先** 企画調整課 **☎**68-2940

人口減少について考える

七戸高校(和久秀樹校長)で10月29日、高校から取り組む人口減少対策プロジェクト事業の一環として、地域おこし総合戦略課の職員が、七戸町の概要や人口減少対策などについての講話を行いました。

講話には同校2年生24名が参加し、町独自の政策や将来へのビジョンなどについて熱心に話を聴いていました。



▲熱心に七戸町の政策や事業について学ぶ生徒たち

長年の歴史に幕

七戸高校(和久秀樹校長)で11月12日、食品化学系列終了式が行われ、約72年の歴史に幕を閉じました。食品化学系列3年の新山修さんは「さまざまな商品開発や販売などを通じて忍耐力やコミュニケーション能力を身につけることができた。今後社会に出たときも食品化学系列で学んだことを生かし頑張りたい」と話していました。



▲食品化学系列を代表し感謝の言葉を述べた新山さん

租税教育推進校等表彰を受賞

七戸小学校(沢田真也校長)で11月12日、平成17年度から連続して租税教室を行い、租税教育推進の功績が認められ、丸山俊行十和田税務署長から感謝状が贈呈されました。

沢田校長は「今後も租税教室を続けていきたい。 子どもたちに小さいころから税について学び、納税 などに対する正しい知識を身に付けてほしい」と話 していました。

受賞した七戸小学校の沢田校長(中)と横濵教頭(左)▶



史跡二ツ森貝塚を学ぶ



史跡二ツ森貝塚で10月23日、七戸小学校(沢田真 也校長)の6年生42名が、世界遺産対策室の職員を 講師に招き、世界遺産登録を目指す「北海道・北東 北の縄文遺跡群」の構成史跡である二ツ森貝塚や世 界遺産登録までの活動について学びました。参加し た児童は「世界遺産になってほしい」と話していまし た。

◀世界遺産登録の話を熱心に聞く聞く児童たち

(3) **(**3) **(**2020) 12月号

町内各地で防火呼び掛ける

役場本庁舎と七戸支所周辺で10月19日、七戸町消防団(小栗勝吉団長)は秋の火災予防運動の一環として防火パレードを実施しました。また、10月19日から25日までの7日間、夜間パトロールを行い火災に対する注意喚起や警戒に努めました。



▲防火パレード出発式を行う団員たち

レールバスを楽しむ

旧南部縦貫鉄道七戸駅で10月31日、レールバス愛好会(星野正博代表理事)が七戸町の子どもたちにレールバスをもっと知ってもらうため、「レールバスとあそぼう」を開催しました。イベントには町内の小学生51人が参加し、レールバスや軌道自転車の体験乗車を楽しんでいました。



▲レールバスの体験乗車を楽しむ子どもたち

叙勲おめでとうございます



秋の叙勲【瑞宝単光章】

市川 國**廣**さん (73歳/上町野)

消防功労 元七戸町消防団分団長



叙勲【瑞宝小綬章】

故 苫米地 孝雄さん (78歳/向町)

教育功労 元青森県立六戸高校長

善意ありがとうございます

10月15日(木)

青森県建設業協会上北支部建設経営研究会(支部会員33社)



環境美化活動である「景観アップ事業」の一環として、道の駅しちのへ南側道路(まきば大通り)区間の美化活動をしていただきました。

11月6日(金) 上十三電気工事協同組合(新川剛理事長)



七戸町字膝森地区 に2基の防犯灯を寄 贈していただきまし た。 9月6日(日)・10月31日(土) 七戸ドラキュラdeまちおこし(菅岡耕太郎代表)



七戸小学校および 天間林小学校周辺の 美化活動をしていた だきました。

11月8日(日)

七戸ライオンズスポーツ少年団育成会(新山和宏会長)



少年団所属の子ど もたちと保護者約25 名により、七戸運動 公園内外の美化活動 をしていただきまし た。



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)にご相談ください。

トラブル例1:除雪サービス、事前に内容を確認しましょう



大雪が降り、近所の家で除雪作業をしていた業者に屋根の雪下ろしと除雪を依頼した。雪の重みで窓ガラスも割れ、急を要しており料金も聞かなかった。初日は半日、翌日は1時間ほど二人で作業をし、2日で15万円も請求された。高額で驚いた。(70代 女性)

☆アドバイス

依頼する際は、実際に現場を見てもらった上で見積もりを取り、契約しましょう。その際は、具体的な作業内容、料金体系、重機などの別料金の有無、作業完了できなかった場合や自宅設備を破損させた場合の対応などを確認しましょう。

トラブル例2:排水管の高圧洗浄トラブルに注意

「排水管の高圧洗浄3千円」というチラシを見て、電話で依頼した。 来訪した業者から渡された見積書は2万円を超えていたが、自分が 家に呼んだので断ったら申し訳ないと思い、契約書にサインした。 その後同じ業者の別な人が来て「排水設備が老朽化しているから全 部交換したほうがいい。交換しないと家が傷んでしまう」と言われ、 20万円の排水工事を契約してしまった。(80代 女性)



☆アドバイス

チラシに「○○円」と大きく記載されていても、詳細な説明が小さい文字で記載されていたり、目立たない部分に記載されていたりすることがあります。安さにつられて安易に依頼しないようにしましょう。 依頼した内容のほかに、事業者からさらなる点検や別の作業の契約を勧誘される場合があります。必要がない契約ははっきりと断ることが大切です。

トラブル例3:えつ!通信販売はクーリングオフできないの?



ネット通販で靴を購入した。サイズが小さかったので交換を希望したが、合うサイズがなく「返品できない」と言われた。注文前に「返品できない」との表示は目に入らなかった。クーリングオフできないのか。(80代 男性)

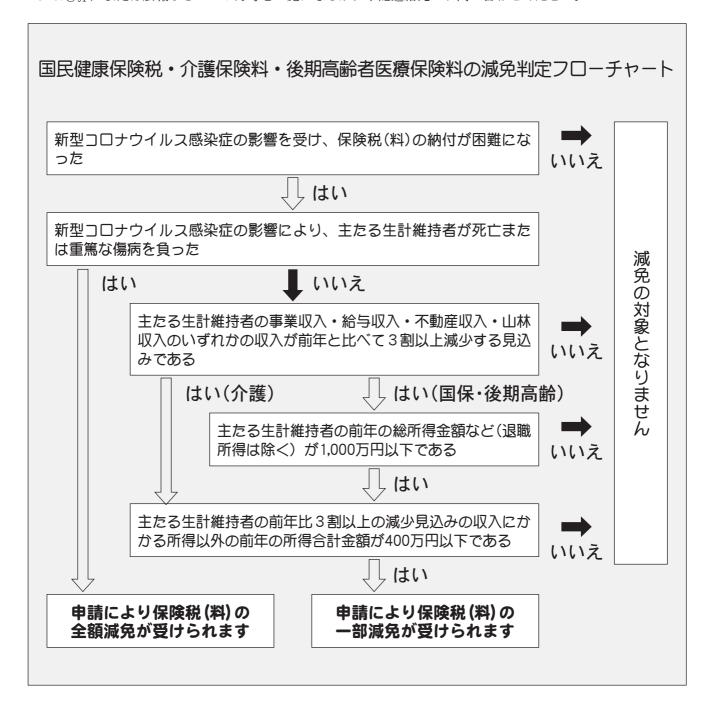
☆アドバイス

通信販売には、クーリングオフ制度はありません。返品については、 事業者が定めた特約(返品特約)に従うことになりますので、事前に 返品の可否や返品・交換が可能な場合の条件などをよく確認しましょ う。

特約(返品特約)が定められていない場合、商品を受け取った日を含めて8日以内であれば、消費者が送料を負担し、返品できます。

保険税(料)などの減免について

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した世帯は、国民健康保険税・介護保険料・後期高齢医療保険料・国民年金保険料の減免対象となる場合があります。詳しくは七戸町ウェブサイト(http://www.shichi nohe.lg.jp)または広報しちのへ7月号をご覧になるか、下記連絡先へお問い合わせください。



○問合せ先 ①国 民 健 康 保 険 税 減 免:税務課 **☎**68-2113 / 町民課 **☎**68-2112

②介 護 保 険 料 減 免:税務課 268-2113 / 健康福祉課 268-3500

③後期高齢医療保険料減免:町民課 ☎68-2112

(http://www.aomori-kouikirengou.jp/)

④国 民 年 金 保 険 料 減 免:町民課 ☎68-2112

(http://www.nenkin.go.jp)

※①②は令和2年2月1日から令和3年3月31日の間に納期限が設定されている保険税(料)が対象です。

令和3年度 保育所・認定こども園の入所について

令和3年4月からの保育所・認定こども園の入所申込(継続含む)について、12月1日から12月25日までを集中受付期間として受付します。(※1月以降も随時受付けします。)

募集内容(12月1日現在)

			利用定員		利用可能な特別保育事業						
	施	設 名	称	教育認定	保育認定	延長	一時預かり	障がい児	休日	病後児保育	電話番号
				(1号)	(2・3号)	延天	一時頂がり	保育	1/1\ \		
1	戸	城南	こども園	10名	70名	0	0	0	0	0	62 - 3095
七	区	城北	こども園	10名	90名	0	0	0	_	_	62 - 2090
JE		明 照	保育園		50名	0	0	0	_	_	62 - 3223
TE		道ノ」	ここども園	5名	60名	0	0	0	_	_	68 - 2047
地	可你区	榎林	こども園		60名	0	0	0	_	_	68 - 2042
地		チビッ	ノコるーむ		75名	0	0	0	0	0	68 - 2793

※施設の利用定員を超えた場合など、ご希望の園に入園できないことがあります。

※開園時間など詳細については各園にお問い合わせください。

教育・保育給付認定について

【教育認定を希望する場合】(教育標準時間:最長5時間)

→子どもの年齢が令和3年4月1日時点で満3歳以上であればどなたでも申請できます。

【保育認定を希望する場合】 (保育標準時間:最長11時間/保育短時間:最長8時間)

- →両親ともに次のいずれかに該当する必要があります。
- ①就労/②妊娠・出産/③保護者の疾病・障害/④同居または長期入院している親族の介護・看護
- ⑤災害復旧/⑥求職活動(90日まで)/⑦就学(職業訓練を含む)/⑧虐待やDVの恐れがあること
- ⑨育児休業取得中にすでに保育を利用している子どもがいて継続利用が必要であること
- ⑩その他町が認める場合

提出書類

下記に必要事項を記入のうえ、社会生活課または支所庶務課へご提出ください。

- ①教育・保育給付認定申請書(現況届)兼施設利用申込書→すべての方が提出
- ②就労証明書または就労状況申告書 → 就労を理由として保育を希望する方が提出
- ③保育が必要な状況申告書 → ②の理由以外で保育を希望する方が提出
- ※教育認定を希望の場合は①のみ提出となります。
- ※新規入所希望の方は上記に加え、④世帯員全員分のマイナンバーカード(またはマイナンバー通知カード)
- ⑤申請者本人の身分証明書(運転免許証など)をご用意ください。

保育料について

保育料は、保護者の町民税の課税状況で決定します。また、令和元年10月から教育・保育の無償化が始まっています。対象となる児童は、「 $3\sim5$ 歳児クラスの子ども」と「 $0\sim2$ 歳児クラスの町民税非課税世帯の子ども」となります。



七戸町ウェブサイト

※保育料などの詳細については、七戸町ウェブサイトをご覧ください。

町外の施設への入園を希望される方へ

保護者の仕事の都合などで町外の幼稚園、保育所、認定こども園の利用を希望する方は、事前に他市町村と協議をする必要がありますので、お早めに社会生活課までご相談ください。

○問合せ先 社会生活課 ☎68-2114

除排雪体制にご協力ください

冬期道路交通の安全を確保するための除排 雪を効果的・効率的に行うため、ご理解とご 協力をお願いします。

◎除雪車の出動時間

除雪作業は、降雪が約15cm以上あれば午前2時ごろから始まり午前7時30分ごろ終了するように行われています。しかし、大雪や路上駐車などで作業が遅れたり、通勤・通学時間を避けるため出動時間をずらしたりすることがあります。

◎早く安全に除雪作業を行うためのお願い

◆家の前の除雪

除雪作業の際、除雪した雪が皆さんの家の 出入口をふさいでしまうことがあります。故 意に雪を置いていくわけではありませんので、 各家庭での除雪をお願いします。

◆宅地の雪を道路に捨てないでください

宅地の雪を道路に押し出すと車道が狭くなり、 道路が蛇行する原因となります。

◆路上駐車はやめましょう

路上駐車は除雪の障害になるだけでなく、 救急車や消防車などの緊急車両の妨げにもな ります。

◆踏み板、敷き鉄板は撤去してください

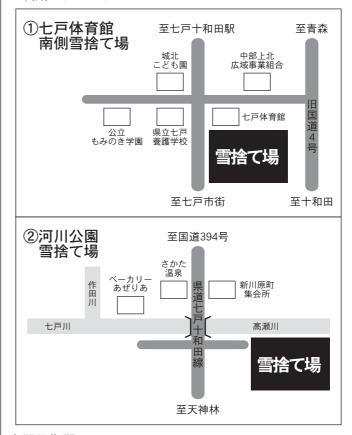
車を乗り入れるための踏み板や鉄板は除雪 の妨げになり、除雪車の故障の原因にもなり ます。

◆道路にはみ出している樹木・枝は切ってください

道路にはみ出している樹木は除雪の障害となり、枝からの落雪で歩行者や車両に被害を与えます。

◎雪捨て場のご案内

雪を捨てるときは、注意事項を守り、次の雪捨て場を ご利用ください。



◆開設期間

令和3年3月31日(水)まで 9:00~16:00

◆注意事項

- ①町外から雪を持ち込まないでください。
- ②指定場所以外には捨てないでください。
- ③雪捨て場内での利用者の事故やトラブルには一切責任を負いません。
- ④許容量を超えた場合には、閉鎖することもあります。
- ※コンクリートブロック・土のう・砕石など、雪以外のものが混入しないように排雪してください。混入を見かけた際は車のナンバーを建設課へお知らせください。

落雪事故が起きそらな場所はありませんか?

屋根の雪やつららの落下は、歩行者のけがや車の破損事故につながります。事故が起きた場合、建物の所有者が賠償責任を問われることがあります。事故をなくすため、次のことを行ってください。

- ◎雪やつららは小まめに取り除き、道路へ落下しないような対策を行ってください。対策器具の金属部分がさびついていないかなども確認しましょう。
- ◎軒下で子どもを遊ばせないでください。また、看板などで、通行者への注意喚起も行いましょう。

○問合せ先 建設課 ☎62-6244

後期高齢者医療被保険者の皆さまへ

- 高額療養費(外来年間合算)について -----

令和元年8月1日から令和2年7月31日までの1年間で後期高齢者医療被保険者証の窓口負担割合が1割の方に高額療養費(外来年間合算)が支給されます。なお、支給額は、対象期間中の外来診療の自己負担額の合計から高額療養費で支給された額を差し引いた金額が144,000円を超過した金額となります。

申請方法

高額療養費を支給されたことのない方(高額療養費の支給口座を登録していない方)には、12月下旬(予定)に広域連合から申請のお知らせが送付されますので、届きましたら下記必要書類などを持参し町民課で申請ください(高度医療費を支給されたことがある方は申請不要)。

また、対象期間中に後期高齢者医療制度に加入した方や転入した方は、支給対象であっても申請のお知らせが送付されない場合がありますので、対象期間内の外来に係る自己負担額の合計が144,000円を超えた方はお問い合わせください。

必要書類

- 支給申請書
- ・高額療養費(外来年間合算)の支給申請について(お知らせ)
- •保険証(被保険者証)
- ・個人番号(マイナンバー)がわかるもの(通知カードまたはマイナンバーカード)
- ・本人確認書類(官公庁発行、発給の顔写真付き身分証明書など)
- 印鑑(認印)
- ・ 通帳 (または通帳のコピー) など口座情報のわかるもの
- ※被保険者が亡くなっている場合は受領申立書の提出が必要です(事前に提出した場合は不要)。
- ※被保険者以外が申請する場合は委任状、被保険者の個人番号がわかるもの(コピー可)、申請者の本人確認 書類などが必要です。
- ※対象期間中に青森県後期高齢者医療制度以外の医療保険に加入歴があり、自己負担額がある場合は、その医療保険の自己負担額証明書が必要です。

医療費通知について

国の税制改正により、平成30年1月1日から医療費通知を確定申告に活用できるようになりました。広域連合からお送りする医療費通知には自己負担相当分を記載していますので、確定申告時の医療費控除にもご活用できます。なお、対象となる期間が令和2年1月診療分から令和2年12月診療分となることから、通知書がお手元に届くのは令和3年2月末頃となりますのでご理解ください。

○問合せ先 青森県後期高齢者医療広域連合 **☎**017-721-3821



令和3年度は固定資産税の評価替えの年です!

土地や家屋の評価額は、3年に1度評価替え(資産価値の変動に対し、評価額を適正な均衡のとれた価格に見直す作業)が行われます。また、下記の項目についても評価方法などの見直しが行われます。

なお、毎年の調査にて判明した土地の利用状況(宅地や太陽光発電施設への利用、住宅用地の軽減の適非)、新・ 増築家屋などについては、原則として翌年度から課税額へ反映されます。

土 地 ・農業用施設(畜舎、堆肥場など)用地の評価方法の見直し

・宅地比準雑種地(駐車場、資材置場など)の評価方法の見直し

家屋・新築家屋の評価内容(材質区分、単価など)の見直し

○問合せ先 税務課 ☎68-2113

令和3年度七戸町奨学資金貸付事業

人材育成を目的として、大学や専門学校等に就学した方で奨学資金の借り入れ希望者を対象に、令和3年度奨学金貸付事業の受け付けを開始します。

受付期間 12月14日(月)~令和3年3月5日金 ※(土)・(日)・(祝・年末年始を除く

受付場所 学務課 (郵送不可)

格 1年以上七戸町に住所を有する方で、令和3年4月1日以降、大学、短大、高等専門学校(4年生以上)または専門学校に在学する方

貸付金額 入学一時金 50万円以内(令和3年4月に1回のみ)

月 額 4万円以内(令和3年4月からの就学期間中)

※専門学校は入学一時金のみ

申請方法 ①奨学資金貸付申請書/②合格通知書または入学許可証の写し(在学している方は在学証明書)/③ 所得証明書(世帯全員分)/④住民票謄本/⑤保証人の住民票抄本/⑥成績証明書(1年生から申請 時までの成績)を持参のうえ、学務課へお越しください。

その他 決定・不決定の通知は郵送により令和3年3月中旬にお知らせします。

○問合せ先 学務課 ☎62-9701

就学指定校の変更を希望される保護者の方へ

七戸町教育委員会では、規則に基づいて小・中学校の就学校を指定しています。しかし、次のような事情などで指定された学校への就学が困難な場合は、就学校の変更が認められることがあります。変更を希望される保護者の方は、学務課へお問い合わせください。

- ○学期・学年途中に転居または1年以内に転居予定がある場合
- ○指定校に入級する特別支援学級がない場合
- ○心身の故障や疾患のため指定校への通学が困難な場合
- ○いじめ、不登校など学校生活の状況により指定校での就学が困難な場合
- ○指定校に希望する部活動がない場合
- ○共働きやひとり親などにより下校後の保護に欠ける状態であり、希望校の近くに保護先が確保されている場合
- ○兄弟姉妹と同一の学校での就学を希望する場合

○問合せ先 学務課 ☎62-9701

「町道宇道坂・五十貫田線」道路改良 工事に伴う全面通行止めのお知らせ

現在、見町地区の道路改良工事を施工していますが、令和3年1月から3月下旬までの約3か月間、右図の区間において「全面通行止め」の交通規制を実施します。町民の皆さまにはご不便とご迷惑をお掛けしますが、交通誘導員や案内板の指示に従って通行くださるようお願いします。

なお、年内は通行可能ですが、一部片側通行の規制をしておりますので、大型車はなるべく迂回のご協力をお願いします。

○問合せ先 建設課 ☎62-6244



道路改良工事に伴うコミュニティバス停留所の一部変更のお知らせ

上記の工事に伴い、「西野・上屋田線」の「見町」、「見町待機所」の停留所は下記の期間停車しません。ご利用の方は「見町バス停前」からご乗車ください。

期 間 令和3年1月4日(月)~3月末まで ※通行可能になり次第、通常通りの運行となります。

○問合せ先 企画調整課 ☎68-2940



町税は、福祉や教育、環境整備などの行政サービスを行うための重要な財源です。町では、納期内に納めた方との負担の公平性を保つために、滞納整理に取り組んでおり、差し押さえなどの滞納処分を行っています。

滞納処分とは滞納者の財産を強制的に処分する法的手法のことです。

督促・催告 督促状や催告書 を発送 財産調査 官公署・金融機 関・勤務先など に対し調査 財産差押 財産調査で発見 した財産に対す る差し押さえ

換 価 差し押さえた財産は公 売・取り立てにより換 価し滞納税へ充当

差し押さえに至るまでの期間

納期限日

 \rightarrow

督促状発送

 \rightarrow

差し押さえ

約20日以内

10日を経過した日

法律では、督促状を発した日から起算して10日を経過した日までに完納しないときは財産を差し押さえなければならないと定めています。差押財産には土地や建物、自動車のほか給与や預貯金、生命保険金などがあります。

- 困ったときには早めの相談を! —

病気や失業などの特別な事情で納期内に納付が困難な場合は、早めに税務課へご相談ください。

納付を忘れないためにも 口座振替での納付を推奨しています!

○問合せ先 税務課 ☎68-2113

冬の感染症を予防しましょう!

冬に感染症が流行りやすい!-

ウイルスや細菌は、低温・低湿度を好み冬は夏よりも長く生存するため、感染力が強くなります。加えて、空気が乾燥していると、ウイルスがより遠くまで飛ぶようになり、一度の咳やくしゃみによる感染範囲が広がり、感染スピードも上がります。

人の体も寒さのため体温が下がり、ウイルスや細菌へ対抗する免疫力が落ちます。また、夏に比べて水分 摂取量が少ないため、体内の水分量も減り、喉や気管支の粘膜が乾燥しウイルスに感染しやすい状態になり ます。

感染を防ぐための対策

- ①手洗い・うがい
- ②マスク着用を含む咳エチケット
- ③感染源になりそうな場所は除菌する
- ④体を温める





これらの対策をとり、栄養バランスのとれた食事や規則正しい生活、十分な睡眠、適度な運動など生活リズムを整え、感染症を予防しましょう!

12月1日は世界エイズデーです

―保健所ではエイズの相談・検査ができます―

世界エイズデーの今年のキャンペーンテーマは「知っている!?HIVとエイズの違い」です。HIV・エイズの正しい知識を得て、「予防、検査、治療、支援、理解」に努めましょう。

エイズはHIV(ヒト免疫不全ウイルス)に感染することで起こる病気です。エイズの治療は飛躍的に進歩し、治療の早期開始・継続によりHIVに感染していない人と同等の生活を送ることが期待できるようになりました。そのためには、早期受診が重要となるため、感染が心配な方は早めに検査を受けましょう。保健所では、匿名・無料で検査を受けることができます(要予約)。性器クラミジア感染症、梅毒の検査も同時に受けることができます。詳しくは青森県ウェブサイト(https://www.pref.aomori.lg,jp/)をご覧ください。

【エイズ相談専用電話】上十三保健所 ☎23-8450

遺言・相続のことなら

🏟 さわだひとし行政書士事務所

七戸町字森ケ沢168番地15

(侑)キューズテック様隣、(株)ヰセキ東北天間林営業所様向い)

行政書士 澤田

人生でもなかなか接することのない遺言・相続は プロにお任せください!!

EL 0 1 7 6 - 6 8 - 2 1 6 2

初回相談無料 お気軽にお電話ください!



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 令和3年1月3日(日)

① 10:00~12:00

2 13:15~16:00

場 所 イオン七戸十和田駅前店

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		
12月 1日(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		
/4		15.00~15.50	けたことがない希望者		
12月15日(火) HIV(エイズ)に関する相談		13:30~14:30	希望者		
12月16日休)療育相談		継続 9:30~10:30	乳幼児の発達が心配な方		
		新規 10:30~11:00	北郊光の光達が心能な力		
12月16日(水)	精神保健福祉相談	13:00~14:00	精神・神経・飲酒等の相談がある方		

^{*}HIV(エイズ)検査の結果は当日お知らせします。また、B型およびC型肝炎検査の結果は約2週間かかります。



認知症について No.8

若年性認知症とは?

認知症は年齢が若くても発症することがあり、65歳未満で発症した場合は「若年性認知症」といいます。仕事・家事・子育て世代に発症するため、高齢者の認知症とは異なる課題を抱え、配偶者が主介護者になることも多く、本人だけでなく家族の生活にも大きな影響を及ぼすことが考えられます。

青森県若年性認知症総合支援センターについて

若年性認知症に関する相談窓口です。若年性認知症の専門的知識や支援経験を有する「若年性認知症支援コーディネーター」が各種相談を受け付けています。

対象者 県内にお住いの本人・家族、若年性認知症の方が利用する関係機関および若年性認知症の方 を雇用する企業など

相談料 無料 (通信料は相談者の負担となります)

電話相談: 20178-38-1360 /メール相談: jakunen@kokorosukoyaka.org

町でも、認知症に関することでお悩みの方の相談を受け付けています。地域包括支援センター(**25** 68-3500)にご相談ください。

みんなで防ごう!糖尿病!~食事で糖尿病を予防しよう~



ホウレンソウはニンジン同様、 β カロテンが豊富です。脂溶性である β カロテンは油と一緒に摂ることで効率よく吸収されます。また、油を適量使うことで糖質の吸収を遅らせ、食後高血糖を抑制できます。今回はキノコも加えて食物繊維もしっかりとれるレシピをご紹介します。

≪ほうれん草の ペペロンチー/炒め≫

ホウレンソウ	120 g
シメジ	50 g
ニンニク	1/2かけ分
(みじん切り)	
オリーブオイル	大さじ1/2
唐辛子(輪切り)	1/2~1本分
塩・こしょう	少々
	材料(2人分)

〈作り方〉

- 1. ホウレンソウはざく切りにし、シメジはさいておく。
- 2. フライパンにオリーブオイル・ニンニク・唐辛子を入れて熱し、シメジとホウレンソウを炒める。
- 3. 塩・こしょうで味をととのえる。

【栄養価】1人分 エネルギー74kcal/食物繊維2.7g/食塩相当量0.5mg



- ◎おかずから食べよう!
- ◎おにぎりよりもサンドイッチを選ぼう!
- ◎野菜ジュースは、果物を含まないものを選ぼう!

これらは、血糖値の上昇をゆるやかにします。野菜がない時におすすめです。

公立七戸病院 人間ドックのご案内

1月中旬から2月上旬の日程で実施する公立七戸病院人間ドックの申し込みを追加で募集します(先着順)。この機会に人間ドックを受けてみませんか。

対象者 令和3年4月1日時点で40~74歳の方(社会保険本人の方は対象外)

申込先 健康福祉課 ☎68-4631

年末年始の抗原定量検査実施のおしらせ

公立七戸病院では、年末年始の帰省における新型コロナウイルス感染拡大のリスクに対して、地域住民の不安を取り除き安心して過ごしてもらうため、下記の日程で抗原定量検査対応を行います。事前予約をしてご利用ください。

日 時 12月26日仕)・27日(日)・29日(火)・30日(水)・令和3年1月3日(日)・9日仕)・10日(日)

場 所 発熱・接触外来(救急外来玄関横にプレハブがあります)

※原則検査前後の結果待ちは自家用車にて待機をお願いします。徒歩で来院する方は、予 約時にお伝えください。

検査人数 1日20名程度(完全予約制)

申込締切 12月25日金

※受付は平日のみで、時間は $8:15\sim16:30$ となります。検査の受付時間は予約時にお伝えします。

必要書類 検査日に①七戸病院ウェブサイトにあるコロナ抗原検査・発熱外来問診票/②保険証など を持参してください。

その他 七戸町の成人式参列者に抗原定量検査が義務付けられています。検査などの詳細は、公立 七戸病院までお問い合わせください。

問合せ先 公立七戸病院 **☎**62-2105

生活支援コーディネーターだより

運転免許証返納をきっかけに外出しなくなり、運動機能の低下や認知症になる方がいます。そのため、運転免許証返納後も外出機会が減らないよう、町では交通手段の1つであるコミュニティバスの体験乗車を行っています。本号では向町町内会で行った体験乗車をご紹介します。

イオンでの買い物を想定して体験(向町町内会)

10月27日に向町集会所前からイオン七戸十和田駅前店の体験乗車を行いました。参加者の中には、初めてコミュニティバスに乗る方もいましたが、地域の人が共に参加していることもあり、安心して乗車していました。体験した方は「いずれ利用することになるので体験できてよかった」と話していました。

バス利用体験をしてみたいという地域や、地域活動の情報などがありましたら、地域包括支援センター(☎68-3500)までご連絡ください。

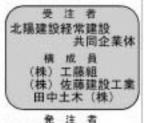


近日、迂回路に切り替わります! スピードを控えて通行してください!!









元 注 有 国土交通省 東北地方整備局 青森河川国道事務所長

新着図書情報

■12月の休館日…28日(月)~翌1月3日(日) ■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.ip】

【七戸中央図書館】

質草女房



/渋谷雅一(著) 彰義隊に入った夫に、金が必要だと質 屋に預けられた妻・けい。けいに興味を 持った貧乏浪人・柏木宗太郎は、質屋か ら夫の捜索を頼まれ、逃亡先と考えら れる会津へ。その最中、新政府軍の参謀・ 速水興平と行を共にすることに…。

野菜はあたためて食べる!



/堤人美(著) 野菜をあたたかく調理して、野菜の おいしさを引き出すポイントは「オ イル」「だし」「とろみ」! この3つの ポイントごとに、簡単なのにおいし い野菜のレシピを紹介します。野菜 たっぷりのおいしい麺レシピも掲載。

うごきません。



/大塚健太(作)・柴田ケイコ(絵) 動かない鳥のハシビロコウ。友だちの カバがやってきても、ゾウの鼻がバナ ナになっていても、シマウマの模様が 渦巻きになっていても…。ハシビロコ ウは動かない? 一体、どんなときに動 くのかな?楽しいコーモア絵本。

【七戸中央公民館図書室】

アボカ丼



/緑川鮎香(著) いつもの丼にアボカドを加えたの が「アボカ丼」。忙しいときでもパパッ と作れる簡単丼、彩り豊かで見た目 も華やかなカフェ風丼、ちょっとひ と手間かけたごちそう丼と、3つの カデコリーでレシピを紹介する。

1Q探偵ムー踊る大運動会



/深沢美潮(作)・山田 J 太(画) 銀杏が丘第一小学校の運動会で夢 羽が歌う!元が走る!そして事件が 起こる!元のクラスメート、バカ田 トリオのひとり、河田が行方不明に なって…。『朝日小学生新聞』連載を 改稿。

ひめちゃんのマスク



/のぶみさく(著) ひめちゃんのマスク2020年3月、マスクが買えずに困っ ているおばあちゃんを見かけたひ めちゃんは、貯めていたおこづかい をすべて使って、マスク作りをする ことに…。マスクの型紙と作り方も 掲載。

誰のため残したのかな子守柿	照紅葉山道行けば絵に入らむ	有機農小粒に実る豊の秋	野良猫の餌充分に豊の秋	野仏の膝迄うずめ草紅葉	山の湯の人で混みたる豊の秋	じょんからの流るる館豊の秋《俳 句》	文芸欄
待ち時間長き診察日には脳トレの本もバックに入れてゆく	眠りに入らむこの間も匂ふラベンダーの穂花を瓶に挿しおけば	野菜と語りて早二十年根や茎にこだはりながら菜園の	廃校に顕つ淡き思ひ出 廃校に顕つ淡き思ひ出 おがゐて受けては狙ひしドッジボール	でんまはやし短歌会がれる。これはおりた家の立て札雨に濡れおり	です。 の近の近しでひと日燃え立つあかあかとしてひと日燃え立つ	易ごよりの首のひこそくな岸をおいつの日かきれいなバラも枯れてくるいつの日かきれいなバラも枯れてくる	名記 歌》 七戸群青短歌会 七戸群青短歌会 で食べるふたりの生活 でなる。

募 集 情 報

甲種防火管理再講習

日 時 令和3年2月10日(x) 9:40~11:50

場 所 中部上北広域事業組合消防本部 2階大会議室

受講料 2,000円 (テキスト代など)

定 員 20名

申込期間 令和3年1月12日(火)~令和3年1月15日(金) (定員に達し次第終了)

申込方法 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/)

令和3年度地域おこし協力隊員募集

地域おこし協力隊とは…

地域おこし協力隊は移住やUターン促進の入り口として、都市部の住民を地方の自治体が受け入れ、観光や農林漁業の応援、住民の生活支援などを行い、地域活性化を図っています。協力隊の任期は最長3年で、全国1,071の自治体で5,349名(令和元年3月31日現在)が地域の課題解決や活性化に取り組んでいます。七戸町でも、現在5名の隊員が町の情報発信や農業研修などの活動をしています。

令和3年4月の採用に向けて、現在都市地域に在住しており協力隊就任後に七戸町へ住所を移すことができる方を対象に、下記のとおり募集します。応募資格や待遇など詳細については七戸町ウェブサイト(https://www.town.shi chinohe.lg.jp/)に掲載してある募集要項をご確認ください。

職種・採用予定人数 ・就農研修生(就農に向け必要な技術の習得や資格取得)

若干名

・しちのへユーチューバー (YouTubeを活用した情報発信など)

若干名

・提案型協力隊(協力隊員からの提案による起業や事業へのチャレンジ)若干名

申込方法 七戸町ウェブサイトにある地域おこし協力隊申込書に必要事項を記入し、住民票謄本と運転免許証の写しを添え、「七戸町地域おこし協力隊申込書類在中」と封筒に記入し郵送または地域おこし総合戦略課へご持参ください。

申込締切 令和3年1月29日俭必着

問合せ先 地域おこし総合戦略課 ☎68-2422 (〒039-2792 七戸町字森ノ上131-4)

プレミアム付き商品券・飲食券を販売中

町内に住所がある方限定で、なくなり次第終了します。

販売時間 9:00~16:00 ※(土)・(日)・(祝)・年末年始を除く

販売場所 ①七戸町商工会/②七戸町天間林商工会

③商工観光課(道の駅しちのへ道路・観光情報館内)

有効期限 令和3年2月7日(日)まで ※有効期限を過ぎた場合は無効となります。

内 容 商品券 6,500円分の商品券を5,000円で販売(一人4冊まで)

飲食券 5,000円分の飲食券を3,000円で販売(一人5冊まで)

問合せ先 商品券:七戸町商工会 **☎**62-2521/飲食券:商工観光課 **☎**62-2137

しちのヘホワイトバトル2021の中止について

2月に開催予定のしちのヘホワイトバトル2021は、新 型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となります。」ス感染症拡大防止のため中止となります。

問合せ先 ホワイトバトル実行委員会事務局

(商工観光課内) ☎62-2137

令和3年新年祝賀会の開催中止について

1月に開催予定の新年祝賀会は、新型コロナウイル

問合せ先 総務課 ☎68-2111

えほんパーティー ~ふゆのおはなし会~

図書館では、大型絵本などによる楽しいお話を用意して皆さまをお待ちしています。親子でのふれあいのよい機 会となります。ぜひ家族でご来場ください。

日 に ち 12月13日(日)

象 ①小学校入学前の子ども 10:00~/②小学生以上子ども 10:30~ ※両方参加可 対

場 所 七戸南公民館 集会室

カ 図書ボランティア「おはなしのへや」

問合せ先 七戸中央図書館 ☎62-2119

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	募集締切	試 験
陸上自衛隊	中卒(見込)で17歳未満	令和3年1月6日伽	一次:令和3年1月23日出
高等工科学校生徒	高等工科学校生徒の男性の方		二次:令和3年2月4日(水)~7日(日)
自衛官候補生(任期制) 18歳~33歳未満の方		通年	別途各人に通知します

問合せ先 自衛隊青森地方協力本部 三沢募集案内所 ☎53-1346



ぐるっとNAVI上十三・十和田湖広域定住自立圏情報

冬の奥入瀬氷瀑ナイトツアー/十和田市

時 12月19日(土)~令和3年2月28日(日)

期間中毎日運行 18:30~21:50

所 市街地・焼山発着ツアー

問合せ先 一般社団法人十和田奥入瀬観光機構

☎24-3006



ミサワパンタシア/三沢市

時 令和3年1月29日(金)まで

※スタンプラリー 12月31日(木)まで

場 所 なかよし公園

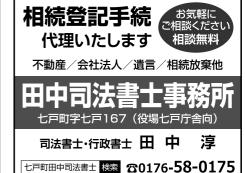
問合せ先 三沢市商工会 **☎**53-2175



250176

七戸町字七戸59-17

まじめな地元業者なので安心です! ご好評いただだきました早期予約割引 限定10棟でご予約受付け中!



七戸町営スキー場オープン

オープン日 12月26日仕)(予定)

積雪状況によりオープン日が変更になる場合があります。詳しくはウェブサイト(https://www.shichinohe-kankou.jp/ski/)をご覧ください。

問合せ先 南部縦貫㈱ ☎62-2131

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

12月15日伙 23:00~16日休 5:00頃 12月17日休 23:00~18日儉 5:00頃 12月22日伙 23:00~23日休 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



公立七戸病院 院長 小野 正人

今月は発熱外来の話をします。10月に弘前でコロナのクラスターがどかんと出て、八戸でも少し出てしまいました。皆さんとて今後、身内から発熱者が出たらどうしたらいいの?という不安があるかと思います。そんな皆さんへの病院からの情報。まず病院の発熱患者への対応から。

37.5度以上の発熱や風邪症状の人には特別に発熱外来で対応してます。一般通院患者への感染機会を避 けるために、時間限定です。平日午後2時から3時まで。七病ではありがたいことに8月11日からコロナ の抗原検査ができるようになりました。だから発熱外来では、現在もれなくコロナの検査をします。原則 的には屋外ドライブスルー方式でまず鼻の奥の粘液で検査をします。自家用車内での検査です。粘液採取 から結果が出るまで約30分かかります。コロナが陰性であれば通常の診療を行いますし、陽性であれば上 十三保健所のお世話で十和田市立中央病院にいくことになります。幸いなことに、今のところ当院では陽 性者は出ていません。賢明な皆さんはもうすでにお気づきかと思いますが、この制度には冷たい一面があ るように見えるでしょう?要するに多少の熱や症状が出ても、病院へ来るな。発熱外来の時間までじっと 待ってなさい。ってことですものね。しかし以前のコラムでも書きましたが、風邪は薬で治すものではあ りません。休養と栄養で裏打ちされた自分の抵抗力で治っちゃうものですので、風邪でもコロナでも実害 はほぼありません。待てないくらいの重症感がある場合は、救急外来に電話して指示を受けてください。 発熱外来はまだまだ特殊な事情の外来ですので、「うわっ、熱が出った-」といきなり病院へ飛び込んで きてはいけません。あらかじめ電話で連絡をして、しっかりと予約してから来てください。発熱外来では すべての関係者の感染リスクをできるだけ抑えるために、ものすごく気を使って運営してます。12月中旬 には救急搬入口付近の急造プレハブ内に発熱外来ができます。これでやっとわが病院の検査係は寒い屋外 での作業から解放されます。しかし皆さんの待合は相変わらず原則自家用車内。受付と検査のみプレハブ 内でやります。

もし季節性インフルエンザの流行が始まると、発熱外来ではコロナとインフルの検査を同時にやる事になります。鼻のあなを2回"ほじほじ"されます。待合場所も検査場所も、完全防備服も物々しさすらお感じになるかもしれません。しかし、あれもこれもみんなコロナのためのことです。

病院の感染対策はこんな愚直さが大事なのです。まだ当分の間、非常事態にご協力よろしくお願いします。

令和3年七戸町成人式会場変更のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から密を避けるため、令和3年1月10日開催の成人式会場が変更になりました。なお、出席予定者には新型コロナウイルス感染防止のため、公立七戸病院にて抗原検査を受けていただきます。検査料は無料ですので、必ず受けてくださるようお願いします。出席予定者には後日、通知書にて詳しいご案内をします。

会 場 七戸中央公民館 → 天間林中学校体育館

問合せ先 七戸中央公民館 ☎68-2920

岡村 ◎お誕生おめでとうございます 松工 村 内原 優志 10 月 や英さん 子輝点 母親 楓 11 97 81 香きん げ 歳歳 月 野天 間 津町 ま 続3 内野

くらしの相談窓口

気軽にご相談ください。相談無料・秘密厳守一 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**3**68-2112、庶務課**3**62-2111

日 時 12月9日休 9:00~12:00 場 所 本 庁 舎 2 階 第1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 4 期 国 民 健 康 保 険 税 第 6 期 介 護 保 険 料 第 6 期 後期高齢者医療保険料 第 6 期

納期限(口座振替日)12月25日(金)

滞納解消に向けた取り組み強化中!!

問合せ先 税務課 ☎68-2113

防災行政無線戸別受信機の取り扱いについて

戸別受信機の電源ランプが赤・緑に点滅したり、「電池を交換してください」と流れた場合は①~④の 手順で操作してください。それでも改善されない場合は、総務課へご連絡ください。





- (1) 電源スイッチを「切」にする。
- ② フタを開け、電池(単一)を交換する。
- ③ 電源スイッチを「入」にする。
- (4)電源ランプが緑色に点灯する。

○問合せ先 総務課 ☎68-2111

中村虹湖さんが習字の部で消防長賞

天間林小学校(渡辺浩美校長)で10月20日、児童防火作品表彰式が行われ、習字の部106点の応募の中から、中村虹湖さん(天間林小6年)の作品が消防長賞に選ばれました。中村さんは「部活等で時間があまりなかったが、良い作品ができた。選ばれてとてもうれしい」と話していました。

これからの季節は日増しに寒くなります。ちょっとした油断や不注意が火災につながりますので、火気などを使用する際は十分注意しましょう。

消防長賞を受賞した中村虹湖さん▶



鷹山宇一記念美術館情報

「鷹山宇一の世界 /七戸ゆかりの画家たち」

会期 1月31日(日)まで開催

鷹山宇一が初期から晩年までに描いた油彩画、木版画などを展示します。また、十和田湖を愛した日本画家・鳥谷幡山、馬を描き続けた上泉華陽をはじめ、七戸町や鷹山宇一とゆかりの深い画家たちの作品もご紹介します。

入館料 一般500円/高校・大学300円/小・中学生100円

開館時間 10:00~18:00(最終入館17:30)

休 館 日 月曜日(祝日の場合は開館し翌日休館) 12月28日(月)~令和3年1月2日(土) ※月曜休館を含む

問合せ先 鷹山宇一記念美術館 262-5858



鷹山宇一「早春賦」1990年 キャンバス・油彩

町の統計

令和2年10月31日現在

★人□と世帯

男 7,269人 (-21) 女 7,906人 (-3) 計 15,175人 (-24) 世帯数 6,812世帯 (-4) ()内は前月比

★交通事故

件数 3件(24件)〈±0〉 傷者 8人(29人)〈+5〉 死者 0人(1人)〈±0〉

★町内の火災

建 物 1件(1件)(+1) 林野・その他 0件(4件)(±0)

()1月からの累計 <)前年同月との累計比

◎防災無線が 聞き取れなかった方は…☎0176 - 68 - 2300

◎火災発生地域(中部管内)を 確認したい方は…

20176 - 60 - 8844