



広報

しほのへ

2021

9

No. 198



大雨災害で町民の生活に 甚大な影響を与える

■大雨被害	2~3
■保健情報	4~8
■行政のひろば	9~10
■図書情報	11
■お知らせ	12~15

8月9日から10日にかけて、台風第9号から変わった低気圧の影響により局地的に激しい雨が降りました。七戸町ではこの大雨により河川の一部が氾濫し、道路の冠水や数日間におよぶ断水が続くなど、多くの被害を受けました。

詳しくは特集（2ページ～3ページ）をご覧ください。

令和3年8月9日からの大雨による災害

8月9日から8月10日にかけて台風第9号から変わった低気圧が東北地方を通過し、七戸町でも大雨による甚大な被害を受けました。

台風第9号から変わった低気圧に伴う大雨により、被災された皆さまには心からお見舞い申し上げます。今回の大雨では、一目で平年の8月1か月分の雨が降り、治部袋、向中野の床下浸水、天間林地区の断水、町内12か所の通行止めや農作物などへの被害が発生いたしました。天間林地区の約8割が断水となり、給水所を設置して対応いたしましたが、町民の皆さまには、大変なご苦労とご不便をおかけしました。また、自衛隊の給水活動をはじめ、企業・団体などから多くの支援をいただき感謝申し上げます。現在、農作物などの被害状況の確認を行いながら、できるだけ早期の復旧を進めておりますので、ご理解をお願いします。

七戸町長 小又 勉

概要

8月9日夜から翌朝にかけて局地的に非常に激しい雨が降り、七戸町では山屋地区で降水量254mmを記録しました。それに伴い、河川の一部が氾濫し、一部地域で冠水や床下浸水が発生しました。また、天間林地区では8月10日に小坪川で長時間におよぶ濁水の発生や導水管へ土砂などが詰まったことに伴い、浄水施設への送水が困難となり、断水が発生しました。

降水量

○雨量(48時間雨量) 山屋：254mm 倉岡：212mm 七戸：166mm
○河川最大水位 坪川：4.73m 中野川：4.49m 高瀬川(七戸)：2.57m

被害の状況

○人的被害 なし
○水道障害 【最大断水・節水世帯数】2,904世帯 6,640人
・断水 白石分館区域・坪分館区域・道ノ上分館区域・岨分館区域
中野分館区域・森ノ上分館区域・天間分館区域
四ヶ村分館区域 2,433世帯 5,469人
・節水 榎林分館区域・二ツ森分館区域・李沢分館区域
471世帯 1,171人
8月15日午前11時をもって上記を含む天間林地区全域の断水が解消
○住宅被害 床下浸水6棟(治部袋地区5棟、向中野地区1棟)
○農作物被害(8月16日現在) 被害面積 260.38ha

町の態勢

8月10日午前6時40分に災害対策本部を設置
○避難指示等の発令
【緊急安全確保】倉岡川目
【避難指示】新町、東大町、横町、下町地、小川町、袋町、下川向、南浦、川原町、新川原、向町、大荒、作田川目、上川目、道地川目
【高齢者等避難】金沢、坪1、坪2
8月11日午前8時の倉岡川目の避難指示解除をもって、上記指示等は全て解除
○避難所の開設 8月10日午前7時10分から避難所開設
【避難所】七戸中学校、七戸小学校、城南小学校、屋内スポーツセンター、坪地区農産物加工等施設、七戸中央公民館、ゆうずらんど、天間林保健センター、天間林老人福祉センター
【避難者数】121人
8月11日午前8時のふれあいセンターの避難所閉鎖をもって、避難所は全て閉鎖
○給水所の開設
8月11日から15日にかけて、重点箇所を設定しつつ計13カ所に設置
【常設給水所】天間林中学校、白石地区コミュニティセンター
【臨時給水所】岨地区集会所、金木集会所、蒼前集会所(天間林)、天間林第3分団屯所、道ノ上地区コミュニティセンター、尾山頭集会所、馬込集会所、小又集会所、四ヶ村集会所、坪地区農産物加工等施設、石沢集会所
8月16日午後4時をもって、災害対策本部は解散



岨付近



治部袋

給水支援や救援物資のご協力ありがとうございました

今回の大雨による被害を受け、断水地域での給水活動や救援物資の提供など、多くのご支援をいただきました。

○陸上自衛隊 第5普通科連隊 第4中隊

天間林中学校給水所へ給水車を4台配置し、給水活動を支援していただきました。

○八戸圏域水道企業団

七戸浄水場へ給水車2台を配置していただきました。

○十和田市

七戸・天間林地区へ給水車1台を配置し、給水活動を支援していただきました。

給水タンクや給水袋の提供と投光器を貸し出ししていただきました。

○三沢市

七戸・天間林地区へ給水車1台を配置し、給水活動を支援していただきました。

○東北町

南平地区の消火栓からの給水要請と、漏水時の部材を貸し出ししていただきました。

○七戸町天間林商工会青年部

高齢者の一人暮らし世帯への給水活動にご協力いただきました。

○ローソン天間林店

飲料水(2ℓ)を132本、食料(おにぎり、サンドイッチ)を提供していただきました。

○住友生命 青森支社 東北七戸支部

タオル400枚を提供していただきました。



大雨により被災された方に対する 県税、町税などの減免等について

この度の台風第9号から変わった低気圧に伴う大雨により、被災された方々を対象に、今後納付すべき県税(個人事業税、不動産取得税および自動車税(種別割))、町税(個人住民税、固定資産税、国民健康保険税、介護保険料)や保険料(介護保険料、後期高齢者医療保険料、国民年金保険料)について、被害の状況に応じ減免するなどの措置をとることとしています。詳しくは下記の問合せ先までご相談ください。

問合せ先

県	税	上北地域県民局	県税部	☎23-4241
町税、保険料	税務課			☎68-2113
	町民課			☎68-2112
	健康福祉課			☎68-3500
		青森県後期高齢者医療広域連合		☎017-721-3821
		青森年金事務所国民年金課		☎017-734-7495

住宅ローンなどの免除・減額について

台風第9号から変わった低気圧に伴う大雨により被災された方々について、「自然災害による被災者の債務整理に関するガイドライン」に基づき、住宅ローンなどの免除・減額を申し出ることができます。詳細は一般社団法人東日本大震災・自然災害被災者債務整理ガイドライン運営機関ウェブサイト (<http://www.dgl.or.jp/>) をご覧ください。

問合せ先 青森財務事務所理財課 ☎017-722-1463

災害への備えをしつかりと!

いつ、どこで災害が起こるか分かりません。もし災害にあったらどうするか、いざというときに慌てないためにも、あらかじめ家族や地域で話し合い、災害への備えを万全にしておきましょう。

○備蓄食品や非常時の生活用品を準備しよう

災害が起きて、ガスや水道、電気などのライフラインが断たれた場合に備え、自宅で生活できるように必要なものを準備しておきましょう。

必ず備えておきたい食料

- 水(飲料水、調理用) レトルト食品や缶詰など
- 加熱せずに食べられるもの(かまぼこ、チーズなど)
- 栄養補助食品 など

生活用品

- ラジオ 懐中電灯 救急用品 生活用水
- マッチ、ライター 簡易トイレ ポリタンク など

○非常時の持ち出し品を準備しよう

避難した際に避難生活に必要なものをあらかじめリュックサックに詰め、いつでも持ち出せるようにしましょう。

○地域を守るための活動をしよう

自分の命は自分で守る「自助」が住民にとっては基本ですが、災害が発生した場合には自分一人の力には限界があるため、普段から生活環境を共有している住民同士が協力し合う「共助」が重要となります。

住民一人ひとりが「自分たちの地域は自分たちで守る」という意識を持ち、助け合いを心掛けることが大切です。

まだ新型コロナワクチンを接種されていない方へ

若い世代の方も接種をご検討ください

変異株の影響もあり、県内でも感染が拡大してきています。国内ではこれまで少なかった20～30歳代の若年層や40～50歳代の働き盛り世代の感染者数が急増しており、重症者や軽症でも後遺症に苦しむ人が増えてきています。

新型コロナワクチンは、感染や発症を防ぐとともに、重症化や後遺症を防ぐことも分かっています。ワクチンを接種することで自身はもちろん、同居する家族や日常的に接する友人、同僚、さらには接種対象年齢（12歳未満）に満たない子どもたちを守ることもつながります。

接種によるデメリットに関する情報を目にすることも多いかもしれませんが、接種部位の痛みや発熱といった副反応は、現れたとしても通常1～2日以内に治まります。

七戸町では予約が可能な状況ですので、ワクチンの効果を正しく知って、早めの接種をご検討ください。

◆新型コロナワクチンの効果◆

- ・自身の感染、発症を防ぐ（発症予防効果は約95%）。
- ・感染したとしても重症化しにくい。
- ・周囲の人にうつす可能性を減らす（接種できない人の感染リスクも減らす）。

集団接種は9月で終了しますが、個別接種（医療機関での接種）は10月以降も継続します。

○接種状況（8月16日現在）※医療従事者除く・15歳以下を除く

	全 体		高齢者（65歳以上）		一般（64歳以下）	
	接種済み人数	接種率	接種済み人数	接種率	接種済み人数	接種率
1回目接種	8,517人	64.0%	5,650人	88.2%	2,867人	41.5%
2回目接種	6,982人	52.5%	5,580人	87.1%	1,402人	20.3%

※ワクチン接種はあくまで本人の意思に基づいて行うものです。本人が望まない場合、接種を強制することや差別的な扱いをすることのないよう配慮をお願いします。

緊急事態宣言およびまん延防止等措置を実施している県外の地域との往来があった方は、検査で陰性を確認するか、2週間の待機をしたうえでワクチン接種を受けるようお願いいたします。

問合せ先 健康福祉課 ☎68-4631

【ワクチン接種の予約・変更】⇒新型コロナワクチンコールセンター

☎0176-51-0822

受付時間 8:30～17:00（土日、祝日を除く）

【接種後の副反応に関する相談】⇒青森県新型コロナワクチン相談電話

☎0570-012-018

受付時間 9:00～12:00（土日、祝日を除く）



ワクチン打ってちょうだい 公立七戸病院 院長 小野 正人

どこか強行された感のある東京オリンピックも終わっちゃいました。私もテレビでチャンネル頻回チェンジしながら同時多競技応援してました。部屋で一人絶叫や一人号泣？などしながら、それなりに盛り上がってしまいました。オリンピック開催には、どちらかという批判的な言動をしていた私としては甚く反省しております。ま、しかし出場した世界中の選手たちには、成績の良しあしを問わず「開催されてよかったねー」と、素直に祝ってあげたい。

さて、今月もコロナの話。開催中もさまざまなコロナ対策がされましたが、それをあざ笑うかのよう、大都市圏では想定された最悪のシナリオでコロナ感染大炎上中です。皆さんはすでに、これが全国の中小都市圏にもしっかり飛び火することをよく知っています。ここで、私としてはとても気になる情報を知ってしまいました。七戸町のコロナワクチンの接種率のことです。8月中旬の時点で65歳以上の接種率は85%を超えています。ハイ拍手一。ぱちぱち。皆さんはワクチンの意味をよく分かっているね。さすが！で、ついでに64歳以下の接種予定状況はどうなっているのかな？と、調べてもらったところ、9月終了時点での予想接種率は、多めに見積もっても、6割前後というじゃありませんか。でえ～、こっ、これではデルタ株を防げませんぞ。8月12日時点での詳細な予想です。9月末の予想接種率は60～64歳で、63.8%。50代55.9%。40代51.8%。30代54.4%。20代42.7%。16～19歳50.8%。ね？その低さに驚くでしょ。ここで私はコロナワクチンの持つ意味を今更のように書きたい。ワクチンは自分のためだけに接種するものではありません。接種できない人（今は12歳以下の子どもは全て）のためや、他人にうつさないためにも接種するものなのです。いわば社会的使命があるのです。大都市で20代を中心に感染が広がり、40代、50代の人々が重症化し入院ベッドがなく、医療がひっ迫しているのは皆さんもすでにご存じのはずです。なんとアメリカでは小児の入院が急増中らしい。たぶんもうすぐ東京でも同様の話題が出るでしょう。青森でも、ほんやりしていると同様の危機が来ます。現にこのごく近辺でも、クラスターが出たりしてるでしょ。この近辺にも確実にコロナ危機が来ています。

ただしまだ、東京のようにはなってません。今大事なことは早期のワクチン接種です。今のうちです。東京ではワクチンを打ちたくても、打てない状況なのですが、幸い両町では9月末までには全員ワクチンを確実に打ってもらえる状況です。若い皆さんは、社会活動の再開のこと、小学生以下の子どもたちの日常活動のことなどをよくよくお考えの上、皆さん自身の判断で、ワクチンを打つ方向でよろしく願います。ワクチン申し込みは新型コロナワクチンコールセンターに連絡してください。まだ、急げば間に合わず。“ワクチンてばさあー何となくいやなのよねー”はダメよ！

＝自殺予防週間（9月10日～16日）＝

＜周囲の人の“気づき”で大切な命を守りましょう＞

当町では平成28年から令和2年までの5カ年に合計19人が自殺で亡くなっています。特徴としては、高齢者の男女、働き盛りの男性が多い傾向にあります。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”に気づいたら、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～

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

★新型コロナウイルス感染症対策のための行動制限などが長期化しています。感染症への恐怖や行動制限への不満、先の見えない不安が知らず知らずのうちに蓄積され、こころの不調の原因となることもあります。心身の不調やストレス、就労問題、家族問題、生活全般の不安などについて、悩みを抱えていたら一人で悩まず、相談しましょう。

＜こころのストレスを感じたら・・・こうやって乗り切ろう＞

- ・決まった時間に寝る、食べる、着替える、ストレッチをするなど、毎日の基本的な生活リズムを崩さないように心掛けましょう。
- ・情報の集め過ぎは脳に負担がかかるなどストレスにつながります。新しい情報に触れるのは1日2回、15分程度におさえ、頭を休めましょう。
- ・心配事や不安に思っていることを書き出してみましょう。「こころのモヤモヤ」を言葉にすることで、気持ちが少し楽になることがあります。
- ・友人や親族との会話で気持ちを伝えてみましょう。直接会えないときは、電話やメール、チャットなどを利用するのもよいでしょう。

問合せ先 健康福祉課 ☎68-4631（土日、祝日、年末年始を除く 8:15～17:00）
よりそいホットライン ☎0120-279-338（フリーダイヤル/24時間受付）

認知症について No.6



○9月は「世界アルツハイマー月間」

国際アルツハイマー病協会（ADI）は、世界保健機関（WHO）と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に認知症の啓蒙を実施しています。また、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、さまざまな取り組みを行っています。

○私たちにもできることは？

この機会に、認知症への理解を深め、正しい知識を学び、介護家族と本人への支援を考え、認知症になっても安心して暮らせるまちを目指しましょう。

アルツハイマー型認知症や脳血管性認知症は、生活習慣病（高血圧、糖尿病、高脂血症など）との関連があるとされています。野菜・果物・魚介類の豊富なバランスのとれた食事を心かけたり、定期的な運動習慣を身に付けたりと、普段からの生活習慣が認知症予防につながる事が分かってきました。心身ともに元気で過ごせるよう、身近にできることから取り組みましょう。

認知症に関することでお悩みの方や相談したい方は、健康福祉課（地域包括支援センター☎68-3500）にご相談ください。

9月は健康増進普及月間です！

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～

「健康寿命の延伸」とは、寝たきりにならずに健康に生活できる期間を延ばそうという意味です。そのために、運動・食事・禁煙などの生活習慣を見直して改善しましょう。定期的に健診を受けて自分の体の状態を知ることが大切です。

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
9月 7日(火) 9月21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月15日(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月22日(水)	療育相談	新規10:30～11:00 継続 9:30～10:30	発達が心配な乳 幼児
随時相談	女性健康相談	随時相談	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。
 また、B型・C型肝炎検査の結果は、約2週間かかります。

風しん抗体検査・ 予防接種のお知らせ

昭和37年度～昭和53年度生まれの男性を対象に風しんの抗体検査と予防接種を受けていただくよう案内をしていましたが、まだ受けていない方には9月上旬に再度、クーポン券をお送りします。
 この年代の男性の方には、過去に公的に予防接種が行われていないため、成人の場合、感染すると症状が重くなることがあります。また、妊娠初期の妊婦さんに感染させてしまうと、生まれてくる赤ちゃんの目や耳、心臓に障害が起きることがあります。自分自身と、これから生まれてくる世代の子どもを守るために、ぜひクーポン券を使って検査を受けてください。

【実施機関】

本事業に参加している全国の協力医療機関などでも受けられます。
 詳しくは、七戸町ウェブサイト (<http://www.town.shichinohe.lg.jp/>) をご覧になるか、健康福祉課 (☎68-4631) までお問い合わせください。

総合健診および人間ドックのお知らせ

9・10・11月に実施す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) までご連絡ください。

また、七戸病院健康管理センターで実施する人間ドックにつきましても申し込みを受け付けておりますので、健康福祉課までご連絡ください。ただし、定員に達した場合は先着順となります。

日にち	場 所	総合健診 受付時間 7:00～9:00 特定健診 がん検診(胃・肺・大腸) 肝炎検査	婦人検診 受付時間12:00～13:00 乳・子宮頸がん検診
9月26日(日)	柏葉館	○	○
9月27日(月)		○	○
9月28日(火)		○	
10月17日(日)		○	○
10月18日(月)		○	○
10月19日(火)		○	
11月14日(日)	天間林 保健センター	○	○
11月15日(月)		○	○
11月16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。

令和3年度長寿祝金の贈呈について

長年にわたり社会に貢献された功績を顕彰するため、次の方々に長寿祝金を贈呈します。

対象者には案内を郵送しておりますが、ご不明な点などありましたら健康福祉課（☎68-3500）へお問い合わせください。

対象者 88歳到達者（昭和8年4月1日～昭和9年3月31日までに生まれた方）

金額 30,000円

贈呈方法 口座振込（9月中旬を予定）

食べて健康！ヘルシーレシピ 《やみつきレタス》

・レタス	1/2個(約200g)
・ごま油	小さじ2
・白だし	大さじ1
・おろしにんにく	1/2片分
・焼きのり	適量
・いりごま	適量

材料(1人分)

エネルギー 102kcal タンパク質 1.7g
塩分0.9g 食物繊維 1.6g

〈作り方〉

1. レタスを3cm幅くらいにざく切りにする。
2. フライパンにごま油を熱し、レタス、白だし、おろしにんにくを入れ、強火で炒める。
3. 皿に盛りつけ、ちぎった焼きのりとごまをかける。



ひとくちメモ ～1回350g！野菜をたくさん食べるコツ～

- ①加熱してかさを減らす 例)炒め物・具だくさんみそ汁など
- ②すぐに食べられる野菜を常備する！ 例)トマトやきゅうり、カット野菜など
- ③作り置きして毎食食べる！

生活支援コーディネーターだより

いつまでも自分らしく自立した生活をするためには、健康なうちから介護予防に取り組むことが大切です。新しいことに挑戦することも介護予防の1つですが、「何をしたらいいかわからない。1人だとやる気にならない。」という人も多くいます。

そこで、今月号では町で行っている介護予防教室（げんき楽しみ会）をご紹介します。げんき楽しみ会は、運動や認知症予防に楽しく取り組む介護予防教室です。

- 回数…月1回
 - 時間…9:30～10:30
 - 会場…七戸南公民館
 - 参加費…無料
 - 対象…65歳以上（介助なしで参加できる方）
 - 内容…運動や口の体操、認知症予防体操、レクリエーション、看護師や栄養士、保健師による講習会（フレイル※予防や認知症について）など
- ※フレイル…介護を要する手前の虚弱な状態のこと



興味のある方は、地域包括支援センター（☎68-3500）までご連絡ください。



できること、きっとあるはず。

問合せ先
（公社）中部上北広域シルバー人材センター
（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
青森市中央1丁目25-3
青森共栄火災ビル4階

☎：0176-58-0141

☎：017-732-5757

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）にご相談ください。

トラブル例1：宅配便業者を装ったSMS



スマホの通信費が前月より2万円ほど高かったので、携帯電話会社に確認したところ、自分のスマホから海外にSMSを送信していたと判明した。数カ月前に「荷物を預かっている」というSMSが届き、URLをタップした。そのときに不審なアプリをダウンロードしてしまったのかもしれない。(70歳代 女性)

- ☆SMSで不在通知が届いても、記載されているURLにアクセスしてはいけません。電話窓口や公式ウェブサイトなどで、宅配便業者の正式なサービスか調べ、真偽を確認しましょう。
- ☆URLにアクセスしてしまった場合は、不審なアプリがインストールされていないか確認しましょう。また、IDやパスワード、暗証番号などの個人情報を入力してはいけません。

トラブル例2：新型コロナワクチン詐欺

- スマートフォンに「ワクチン接種の優先順位を上げる」というメッセージが届いた。
- 「ワクチンを優先的に接種できる」と所管省庁をかたった電話があった。
- 余ったワクチンを案内していると電話があった。
- 中国製ワクチンを有料で接種しないかという勧誘があった。
- 携帯電話に新型コロナワクチンの関連で口座情報などを尋ねる電話があった。



- ☆新型コロナワクチンの接種は無料です。ワクチン接種に関連付けて費用を求められても決して応じないでください。
- ☆行政機関が「ワクチン接種に必要」などと言って金融機関の情報を電話やメールで聞くことはありません。聞かれても答えないでください。

トラブル例3：やめられない！？ 占いサイトトラブル



占いサイトの広告を見て、無料で鑑定してくれるというのでサイトに登録した。占い師から「あなたは強い守護霊がいる」というメッセージをもらい、信用してしまった。その後、占い師が指示する言葉を送り返すように言われ、返信し続けた。やりとりには有料のポイントが必要で「今やめたら幸せは来ない」と言われ、気が付いたら約120万円も支払っていた。(60歳代 女性)

- ☆「無料鑑定」とうたっていても有料のやりとりへ誘導させるサイトもあります。氏名や生年月日、メールアドレスなどの個人情報を入力すると、大量のメールが届くこともあります。無料だからといって、気軽に登録しないでください。
- ☆怪しい、やめたいと思ったら、退会する前にやりとりの内容などをスクリーンショットなどで残しておきましょう。支払った料金などの返金を求めるための証拠となります。

年金生活者支援給付金制度について

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やその他の所得額が低い方の生活を支援するために、老齢基礎年金や障害基礎年金、遺族基礎年金に上乗せして支給するものです。年金生活者支援給付金を受け取るには、支給要件を満たし、請求手続きを行う必要がありますので、ご相談ください。

○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

マイナポイント事業の事業期間が延長されました

4月末までにマイナンバーカードを申請された方が、マイナポイントの申し込みおよび申し込んだキャッシュレス決済サービスを用いてチャージまたは決済を行うことでマイナポイントを取得できる期間が「9月末まで」から「12月末まで」に延長されました。

○問合せ先 総務課 ☎68-2111

法人関係税の申告はインターネットで可能です

青森県では、地方税ポータルシステム（通称「eLTAX」）を利用して、インターネットによる法人関係税の申告受け付けを行っています※1。詳細はeLTAXウェブサイト（<https://www.eltax.lta.go.jp/>）をご覧ください。

利用できる手続き 法人関係税（法人県民税・法人事業税・特別法人事業税）の申告

利用するには eLTAXウェブサイトで利用届け出を行ってください。なお、初めて利用される場合は、あらかじめ「電子証明書」の取得が必要です※2。

※1 令和2年4月1日以後に開始する事業年度から一定の法人が行う法人県民税・法人事業税・特別法人事業税の申告は、eLTAXによる提出が義務化されています。

※2 税理士などが代理申告する場合は、納税書の電子証明書は不要です。

○問合せ先 上北地域県民局県税部 課税課 ☎22-8111

社会生活基本調査が始まります

総務省統計局（青森県）では、10月20日現在で社会生活基本調査を実施します。

この調査は、わたしたちが1日のうちどのくらいの時間を仕事、家事、地域での活動などに費やしているかや、過去1年間の自由時間にどのような活動を行ったかについて調査し、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）の推進、少子高齢化対策などの政策に必要な基礎資料を得ることを目的として実施します。

10月上旬から中旬にかけて、調査員が調査をお願いする世帯に伺いますので、調査の趣旨をご理解いただき、ご回答をお願いします。



○問合せ先 上青森県統計分析課 ☎017-734-9169

新着図書情報

■ 9月の休館日…16日(木)、20日(月)、23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>】

【七戸中央公民館図書室】

もういちど



／畠中恵(著)
酔っ払った龍神たちが、隅田川の水をかき回して、長崎屋の舟をひっくり返したってえ！水に落ちた若旦那は200年ぶりの天の星の代替わりに巻き込まれ…。『しゃばけ』シリーズ第20弾。

生のまま野菜&フルーツ最新冷凍術



／島本美由紀(著)
76種類の野菜とフルーツの「まるごと冷凍」と「カットしてから冷凍」2パターンの保存法を伝授。冷凍の新常識、冷凍するメリット、生のままで冷凍する手順、超便利な野菜や果物のミックスセットなども紹介する。

SDGsでわかる今ない仕事図鑑ハイパー 自分の才能発見ブック



／澤井智毅(監修)・上村彰子(構成・文)
どこでも発電マン、サンゴ礁増殖家、3D大工さん…。これからの働き方や、未来に生まれるかもしれない仕事を紹介。新しいチームワークの時代に必要となる自分と仲間の強みを発見する方法も解説する。

【七戸中央図書館】

婿どの相逢席



／西條奈加(著)
小さな楊枝屋の四男・鈴之助は、相思相愛のお千瀬の生家である大店の仕出屋「逢見屋」へめでたく婿入り。誰もがうらやむ逆玉婚のはずだったが…。夫婦奮闘記。『岩手日報』『山口新聞』ほか地方紙連載を加筆し書籍化。

大人も知らない？ふしぎ現象事典



／マイクロマガジン社(出版)
テストの前の日になると部屋の掃除がしたくなる。本屋にいるとなぜかトイレに行きたくなる…。身の回りによくある現象や体の不思議な現象の名前を紹介。楽しいイラストや、ふしぎ現象コラムも掲載する。

ぶどうくん



さとうめぐみ(作・絵)
乾いたものが大好きな砂の妖怪、サバクダーがあつい砂をまき散らしはじめました。このままではおいしい森が砂漠になってしまいます。やくみレンジャーも砂嵐でやられてしまいました。そこへ、ぶどうくんが現れて…。



《俳句》

たっぷりと胡麻すり込みし夏料理
駒ヶ嶺峯

振袖の風を感じる踊かな
森野弘美

すぐそのコンビニまでの夏帽子
工藤敦子

蟬時雨ステレオのごと響きあう
天間スエ

若きらに未来を託す薔薇一輪
高田亮子

苔の花鈴音こぼるる行者道
川村亜輝子

貝塚に土偶のかけら雲の峰
新田純治

《短歌》

七戸群青短歌会

朝顔の蔓いきほひて老いの身に
挑戦するか伸びゆく速さ
大串靖子

停車場と呼ばれた頃の駅のホーム
触れ売りもあり賑やかなりし
小原璋子

かの君に駅のホームで出会えた日
職務はかどりしこともなつかし
橋本都志子

突然の娘の帰省にとまどうも
新幹線の駅にきて待つ
宮沢崇子

てんまはやし短歌会

井にたっぷり作る胡瓜和へ
夏ならではの夏はらぬメニュー
高田洋子

青虫に食はれてなるかと負けず食ふ
植ゑて育てしブロッコリーを
疋崎アイ子

混み合ひて待たさること六時間
薬袋がやけに重たい
原信子

少年がはにかみながら黙礼す
自転車に道を譲りしばかりに
佐藤悠一

募 集 情 報

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 8-A号 （字倉越4-1）	建築年度 間 取	平成13年度（木造2階／1棟4戸） 3DK（6・6・8・8DK）	／家賃	約17,400円～33,400円
② 倉越団地 8-C号 （字倉越4-1）	建築年度 間 取	平成13年度（木造2階／1棟4戸） 3DK（6・6・8・8DK）	／家賃	約17,400円～33,400円
③ 協和団地 3-1号 （字森ノ上111-2）	建築年度 間 取	平成8年度（木造平屋／1棟2戸） 2LDK（7・8・15LD・5K）	／家賃	約17,600円～28,000円
④ ききょう団地 6-1号 （字森ノ上87-1）	建築年度 間 取	平成6年度（木造2階／1棟4戸） 2LDK（6・7.5・12LDK）	／家賃	約17,300円～27,300円
⑤ ききょう団地 9-2号 （字森ノ上87-1）	建築年度 間 取	平成7年度（木造2階／1棟6戸） 2LDK（6・7.5・12LDK）	／家賃	約17,300円～27,300円
⑥ ニツ森団地 2-2号 （字ニツ森家ノ表97）	建築年度 間 取	平成13年度（木造平屋／1棟2戸） 2LDK（6・6・8LD・4.5K）	／家賃	約13,900円～20,800円
⑦ ニツ森団地 7号 （字ニツ森家ノ表97）	建築年度 間 取	平成13年度（木造平屋／戸建） 2LDK（6・6・8LD・4.5K）	／家賃	約13,900円～20,800円

募集期間 9月6日(月)～17日(金) 8:15～17:00
※(土)・(日)・(祝)除く

入居予定日 10月下旬予定

敷 金 入居家賃3カ月分

選考方法 選考委員会の審査により決定します。
ただし、応募多数の場合は公開抽選により決定します。

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（おおむね月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

青い森林業アカデミー令和4年度研修生募集

青森県では、林業の担い手を育成するため、県内で林業への就職を希望する方を対象とした研修「青い森林業アカデミー」の令和4年度研修生を募集します。詳細は青森県ウェブサイト（<http://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/agri/academy.html>）をご覧ください。

対象者 県内で林業への就職を希望し、研修受講時において18歳以上43歳以下の方

募集人数 10名（高校推薦7名、一般3名）

研修場所 県産業技術センター林業研究所 研修棟（東津軽郡平内町大字小湊字新道46-56）

研修期間 1年間（令和4年4月から令和5年3月まで、約220日）

受講料 118,800円／年

問合せ先 青い森林業アカデミー ☎017-763-4022

【鷹山宇一記念美術館館内空調設備工事に伴う休館のお知らせ】

鷹山宇一記念美術館では、9月30日(木)まで空調設備工事を行います。（職員は在勤しております。）大変ご迷惑をお掛けしますが、何卒ご理解いただきますようお願いいたします。

今回は「第81回国際写真サロン展」（会期：10月16日(土)～10月31日(日)）を予定しております。

問合せ先 鷹山宇一記念美術館 ☎0176-62-5858

募集情報・イベント情報

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。

種類	応募資格 (男女不問)	募集締切	試験日
防衛大学校生 (推薦)	18歳以上21歳未満の方 ※高卒者 (見込含む) または高専 3年次終了者 (見込含む) で学 校長が推薦できる方	9月5日(日)～ 9月10日(金)	9月25日(土)・9月26日(日)
防衛大学校生 (総合選抜)			1次: 9月25日(土) 2次: 10月30日(土)・31日(日)
防衛大学校生 (一般)	18歳以上21歳未満の方 ※高卒者 (見込含む) または高専 3年次終了者 (見込含む)	10月27日(水)	1次: 11月6日(土)・7日(日) 2次: 12月7日(火)～11日(土)*
防衛医科大学校医学科学生		10月13日(水)	1次: 10月23日(土) 2次: 12月15日(水)～17日(金)*
防衛医科大学校看護学科学生		10月6日(水)	1次: 10月16日(土) 2次: 11月27日(土)・28日(日)
航空学生	海: 18歳以上23歳未満の方 空: 18歳以上21歳未満の方	9月9日(木)	1次: 9月20日(月) 2次: 10月16日(土)～21日(木)* 3次: (海)11月19日(金)～12月15日(水)* (空)11月13日(土)～12月16日(木)*
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方	9月6日(月)	1次: 9月16日(木)～19日(日)* 2次: 10月9日(土)～24日(日)*
自衛官候補生		9月6日(月)	9月24日(金)～10月3日(日)*
予備自衛官補 (一般)	18歳以上34歳未満の方	9月17日(金)	10月2日(土)～5日(火)*
予備自衛官補 (技能)	18歳以上で国家資格等を有する方		

*…試験期日については、いずれか一日を指定されます。

問合せ先 自衛隊青森地方協力本部 三沢募集案内所 ☎0176-53-1346

「解決の糸口を見つけに行こう！」相談会

専門スタッフや弁護士がお金や暮らしに関する悩みなどについて、丁寧に聞き取りし、一緒に解決の糸口を見つけます。

日時 9月25日(土) 10:00～16:00

場所 消費者信用生活協同組合 八戸事務所 (八戸市大字八日町36 第一ビルディング4階)

相談対象 ①お金の問題 (多重債務問題など) / ②遺産相続 / ③不動産売買 / ④税金等公共料金の滞納 / ⑤DV・離婚問題
⑥暮らしに関する悩み事 など

相談料 無料 (事前予約が必要です)

問合せ先 消費者信用生活協同組合 八戸事務所 ☎0120-102-084

広報しちのへに広告を掲載しませんか？

申込方法や詳細は企画調整課 (☎68-2940) へ
お問い合わせください。

広告料金

- ①縦5cm×横18cm 15,000円/月
- ②縦5cm×横12cm 10,000円/月
- ③縦5cm×横12cm 10,000円/月
- ④縦5cm×横6cm 5,000円/月

イベント情報

東北馬力大会中止のお知らせ

9月上旬に開催を予定していた東北馬力大会ですが、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により中止となりました。

来場および参加を予定していた皆さまには大変ご迷惑をお掛けしますが、何卒ご理解いただきますようお願いいたします。

問合せ先 七戸町愛馬会（七戸畜産農業協同組合内）
☎62-2125

令和3年度七戸町民文化祭の中止について

10月下旬に開催予定の令和3年度七戸町民文化祭は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により中止となりました。

来場および参加を予定していた皆さまにはご迷惑をお掛けしますが、ご何卒ご理解いただきますようお願いいたします。

問合せ先 七戸町民文化祭実行委員会（生涯学習課内）
☎62-9702

第1回七戸自然誌・郷土史研究発表会のお知らせ

この度、七戸町の自然誌ならびに歴史と民族について、総合的に調査を行う七戸自然誌・郷土史調査会を発足しました。つきましては、東八甲田家族旅行村の「創造の森」に生育している植物たちをテーマに、研究発表会を下記のとおり開催します。皆さんの参加をお待ちしています。

日時 9月26日(日) 13:30～15:30
場所 七戸南公民館

内容 研究発表「創造の森」の植物たち
発表者 「創造の森案内人」 小原 保之氏

問合せ先 七戸自然誌・郷土史調査会 高井 ☎0176-62-6403

創造の森に親しむ会 ～秋の恵みに感謝～

日にち 9月19日(日)
場所 東八甲田家族旅行村内レストハウス前 集合
時間 受付 9:00～ 出発 9:30～ 終了 12:00予定
参加料 500円 小学生以下無料
定員 15名（当日参加不可）
予約締切 9月17日(金)
問合せ先 南部縦貫株式会社
☎0176-62-2131（平日9:00～16:00）

《見どころ》

ホツツジ、オクトリカブト、ツルニンジン、
フユノハナワラビ、ギンリョウソウ


当日熱がある、具合が悪いなどの症状がある場合は参加を控えていただく場合があります。

屋根・外壁の
塗装のプロに
お任せください!!

たいしん
株式会社 太信塗装店
☎0176-62-2387
七戸町字七戸59-17

創業45年の七戸町のペンキ屋です！
大雪で屋根外壁は疲れてしまっています！
秋の予約割引が好評です！ぜひご利用ください！

秋の予約割引実施中！



新幹線走行試験ご協力をお願い

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

9月7日(火)	23:00～	8日(水)	5:00頃
9月11日(土)	23:00～	12日(日)	5:00頃
9月14日(火)	23:00～	15日(水)	5:00頃
9月21日(火)	23:00～	22日(水)	5:00頃
10月3日(日)	23:00～	4日(月)	5:00頃
10月5日(火)	23:00～	6日(水)	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

「なつのおはなし会」で“自然”と触れる

7月25日、七戸南公民館集会室で「なつのおはなし会」が開催されました。『自然・いきもの』をテーマに、図書ボランティア「おはなしのへや」の皆さんが絵本や、紙芝居、影絵などを披露しました。最後は子どもたちと牛乳パックを使った工作を楽しみました。

次回は「ふゆのおはなし会」を予定しております。皆様のご参加をお待ちしております。



問合せ先 七戸中央図書館 ☎0176-62-2119



ぐるっとNAVI 上十三・十和田湖 広域定住自立圏情報

新ご当地ソフトクリーム 「ごぼう茶ソフト」販売開始/三沢市

日 ち 9月18日(土)~
場 所 道の駅みさわ斗南藩記念観光村会
問合せ先 三沢市産業観光課
☎0176-53-5111

高校生レストラン 「キッチンいちょうの森/おいらせ町

日 時 9月12日(日)
整理券配布 9:00~
弁当引き渡し 11:00~
場 所 百石高校
問合せ先 百石高校 食物調理科調理クラブ
☎0178-52-2088

（天間浩平、八戸市2）

◎ご結婚おめでとうございます

野崎 溪斗(はいつと) 有衣子(あいのこ) 上町野
中村 優徳(ゆうとく) 美由紀(みゆき) 中村
中村日菜音(ひなの) 麻由子(まゆこ) 森ノ上
ひなも 母親 住所

◎お誕生おめでとうございます

7月・8月

戸籍の窓口

川中上小工西白甲檜中鳥和上坪太高工石原中
村岫子又藤野石田山渡部田子 田山藤田子村
莊俊鶴ハリモ政経和貴 秀八吉ウ良昭捷鐵ツ
二昭松ナヨト男子博郎勇雄郎男メ子則郎雄ヤ
85 87 91 94 91 96 78 76 69 61 83 79 71 86 83 83 76 79 88 103
歳
七中後小東長白甲森東鳥東上坪海七道大向榎
戸岫平又原下石田上木部原二3内戸上荒子1

●お悔やみ申し上げます

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 ☎68-2112、庶務課 ☎62-2111

日 時 9月15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

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
後期高齢者保険料 第3期
介護保険料 第3期

納期限(口座振替日) 9月30日(木)

滞納解消に向けた取り組み強化中!!

問合せ先 税務課 ☎68-2113

住まいのトラブル!! 困った? 解決します!!

かんぽん
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・台所
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・長期不在宅の困り事点検も
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

通話 無料 0120-194-999

ニツ森貝塚の出土品がクッキーに

8月3日、ニツ森貝塚ボランティアガイドの会（向中野政男会長）とお菓子のみやきん（宮沢一史社長）が世界遺産に登録された史跡ニツ森貝塚の出土品をモチーフにした商品「ニツの森のものがたり」の完成を町長に報告しました。ニツ森貝塚から出土された土器のかけらやシジミ貝などを模したクッキー3種となっており、お菓子のみやきん各店舗や道の駅しちのへ、ニツ森貝塚館で8月5日より販売しています。

向中野政男さんは「ニツ森貝塚に関する商品がまだなかったため、この企画をみやきんさんに打診した。世界遺産の登録とともにこの商品から弾みをつけていきたい。」と話していました。



ソフトテニス 金子・工藤ペアが躍進



6月12日においらせ町で開催された、令和3年度青森県小学生ソフトテニス選手権大会で金子萌菜咲さん（東北町スポ少・天間林小）、工藤柚奈さん（七戸ジュニア・城南小）ペアが第3位の成績を収め、全国大会への出場を決めました。

二人は7月21日、町長のもとを訪れ、結果の報告と今後の抱負を話していました。残念ながら、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、8月5日から8日に開催される予定の全国大会は中止となってしまいましたが、二人のこれからの活躍が期待されます。

夏の思い出を英語とともに

東八甲田旅行村で8月8日、9日に夏休みイングリッシュキャンプが開催され、町内の中学生4名が参加しました。

生徒たちは、キャンドルづくりやバーベキューなどを体験する中で、これは英語でどのように表現するのかを講師に聞いたり、英語での会話に挑戦したりして楽しく学習していました。



町の統計

令和3年7月31日現在

★人口と世帯

男	7,180人	(- 7)
女	7,791人	(- 9)
計	14,971人	(-16)
世帯数	6,849世帯	(- 2)
()内は前月比		

★交通事故

件数	1件 (13件)	<-2>
傷者	3人 (17人)	<±0>
死者	0人 (0人)	<±0>

★町内の火災

建物	0件 (9件)	<±0>
林野・その他	0件 (1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…

☎0176-60-8844