

Topics : P2 まちの話題、P4 子どもたちの人生を「食」で豊かに、P6 除排雪作業にご協力ください、P6 除雪が困難な世帯への支援制度、P10 鹿角市職員の給与と定員管理

いただきますー！

大きな口で

特集：安心安全な学校給食を提供します ～子どもたちの人生を「食」で豊かに～

新型コロナウイルス感染症の影響により、本紙掲載の事業やイベントなどが中止または延期となる場合があります。本紙掲載の市が主催する事業に参加する際には、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用をお願いいたします。また、体温が37.5度以上の方や体調不良の方は参加できません。ご自宅で体調を確認してからご来場ください。

まちの話題



高校生青空食堂 青春ラーメン

10月29日、30日、十和田市民センターに、高校生青空食堂が出店しました。
濃厚味噌担々麺と塩麹みそラーメンの2種類があり、花輪高校食物部と十和田高校ボランティア部により、1日200食限定で販売されました。開店前からテントの前には長蛇の列ができ、販売開始とともに次々と注文が入り、2日間とも1時間ほどで完売するほど大盛況でした。
食べに来た方々は「あつたかくておいしい」「またやってほしい」などと、おいしそうにラーメンを食べていました。



きりたんぼ発祥まつり

11月3日に、道の駅かづのあんたらあで、きりたんぼ発祥まつりが開催されました。あいにくの天気でしたが、多くの来場者が複数の店舗を巡り、お店によって味が違うきりたんぼ鍋をおいしそうに頬張っていました。
また、祭り展示館内でのダンスや歌などのステージイベントのほか、たんぼ小町号の試乗体験コーナー、みそつけたんぼの手作り体験ができるブースなどもあり、来場者は、まつりを存分に楽しんでいました。



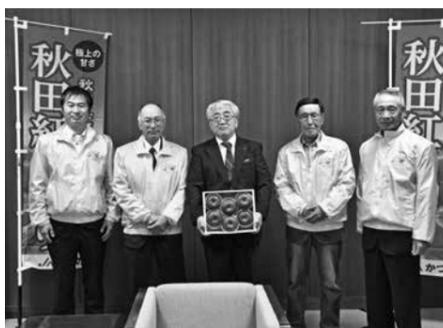
尾去沢鉱山日中友好 の碑建立除幕式

11月3日に、史跡尾去沢鉱山敷地内の公園で、関係者など約20人が出席して、尾去沢鉱山日中友好の碑建立除幕式が行われました。
この慰霊碑は、三菱マテリアル社（旧三菱鉱業）と中国人元労働者たちとの和解が成り立ったことを受け、犠牲となられた方々に追悼の意を表し建てられました。戦時中、尾去沢鉱山では、中国人労働者のうち83人が強制労働により命を落としており、実行委員会の山本喜代宏代表は「過去の過ちを語り継ぎ、平和友好を深めていかなければならない」と話しました。



J A かづのりんご 生産部会 出荷報告

11月4日に、J A かづのりんご生産部会のメンバーが関市長を訪れ、りんごの出荷報告を行いました。
齊藤清隆部会長は「日中は暖かく、夜は寒いという鹿角の気候がぴったりで、りんごの色付きが早く、よくできたと思う」とりんごの出来を話しました。また、「紅あかりがもっと広まるように頑張りたい」と今後への意気込みを述べました。



開館20周年&世界文化 遺産登録1周年記念 シンポジウム

11月5日、文化の社交流館コモッセで、大湯ストーンサークル館開館20周年と大湯環状列石の世界文化遺産登録1周年を記念したシンポジウム「大湯環状列石・環状の現在・過去・未来」が開催されました。

特別講演では、文化庁文化財調査官の鈴木地平氏が、遺跡の価値や魅力を伝え、「遺跡の魅力発信は、北海道・東北縄文遺跡群の他の遺跡と連携して行うことで、効果的な発信につながる」また「地元の方々が遺跡に足を運び、遺跡を愛して、守ってほしい」と話していました。



五輪メダリスト イベント開催

11月6日に、鹿角トレーニングセンターアルパスで、オリンピックメダリストを招いたトークショーと練習指導が行われました。

ゲストは、2008年北京オリンピック陸上4×100mリレー・銀メダリストの塚原直貴氏と、2022年北京冬季オリンピックノルディック複合団体・銅メダリストの永井秀昭氏で、トークショーではそれぞれがオリンピックでの経験を語りました。
イベントには、小学生から一般の指導者まで、多くの方々が来場し、オリンピック選手らの話に真剣に耳を傾けていました。



令和4年度第39回 鹿角市社会福祉大会

11月12日に、文化の社交流館コモッセで、第39回鹿角市社会福祉大会が開催されました。

「ともに支え合う福祉のまちづくりをめざして」をテーマに開催され、多年にわたる地域の福祉に貢献した個人・団体の表彰が行われました。また、社会福祉の一層の増進を目指して、参加者一同総意のもと、大会宣言が採択されました。

関市長は「この大会を契機に、ともに支え合う福祉のまちとして発展していきたい」と祝辞を述べました。



医療職を志す小中高生 のための講演会

11月13日に、文化の社交流館コモッセで、医療職を志す小中高生のための講演会が開催されました。

聖路加国際病院の鈴木千晴副院長による看護師の業務や心がけていることなどの紹介のほか、岩手医科大学看護学部での紹介や各種奨学金の説明などが行われました。参加した児童・生徒は、熱心に話を聞き、質問をするなど、自分の将来や医療職への興味関心を強めていました。

関市長は「この講演会を通して、皆さんが医療職への関心をさらに深め、将来頑張してほしい」と話しました。



第9回かづの環境 壁新聞コンクール

11月16日に大湯小学校、21日に八幡平小学校で、かづの環境壁新聞コンクールの表彰状授与式が行われました。

受賞した大湯小の奥寺さんと上野さんは、「1人でできることは少ないけど、この新聞で環境のことが広まってほしい」「家でもできることを考えた」と話し、環境への意識を高めていました。
応募された全ての作品を、12月4日まで尾去沢市民センターで、6日から11日まで文化の社交流館コモッセで、13日から18日まで十和田市民センターで展示しますので、ぜひご覧ください。



給食センターの栄養士にインタビュー

長崎 真知子さん（栄養教諭）
 児玉 舞さん（学校栄養職員）
 工藤 彩さん（学校栄養職員）
 の3人にインタビューしました。



おいしかったメニューは、
 手紙などで給食センターに教えてくれると、
 また給食に出てくるかも！

Q 給食センターの仕事内容

朝に新鮮な食材が搬入されてきて、検品や洗浄を行い、食材をカットして調理、出来上がった給食を各小中学校に配送します。また、栄養士として栄養バランスのとれた献立を考えています。

Q 給食センターの特色

かづの牛や八幡平ポーク、季節ごとに旬な野菜など、**地元で栽培された食材を使用している**ところです。

Q 給食を作る上で心掛けていること

安心・安全な給食を提供することを基本に、鹿角の子どもたちに地元の食材をふんだんに使って、さまざまな味を感じてもらえるよう心掛けています。

Q やりがいを感じること

子どもたちから、「苦手なものが食べられるようになった!」とか、「嫌いだったけど今日の味付けなら食べられた!」などの声を聞くと、作ってよかったと思います。子どもたちからもらった手紙に、いつも励まされています。また、学校から帰ってきた食缶が、空っぽになっているのを見ると、本当に嬉しいです。

Q 苦労すること

コロナ禍で、食材の配送が突然できなくなったり、学校が休みになってしまったりして、メニューや作る数に急に変更する必要がある時は非常に大変です。また、提供する子どもたちの年齢幅が小学1年生から中学3年生までと広いので、カレーの辛さや食材の大きさなどに非常に気を使います。



Q 子どもたちに向けて

嫌いだったものが食べられるようになったり、家では食べないものを食べたり、給食を通して「食」に関する経験をたくさんしてほしいと思います。そして何より、給食を楽しんで食べてほしいです。

給食が、子どもたちの思い出に残ることで、今後の人生が豊かになってくれると嬉しいです。「また給食食べたいな」「給食の味を自分で作ってみようかな」と、ふと思いつくような給食づくりを目指しています。

月	火	水	木	金
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

みんなが選んだ 給食の人気メニュー

- ・ビビンバ
- ・麻婆豆腐
- ・キムタク丼（キムチたくあん丼）
- ・八幡平ポークのかりん揚げ
- ・ABC スープ（アルファベットの形をした小さなパスタ入り野菜スープ）

みんなの好きなメニューはありましたか？ぜひ、お家で家族と一緒に給食のメニューについて話してみてください。

KAZUNO
 広報かづの施設見学
 広報担当が市内施設を紹介します

学校給食センター

☎ 総務学事課 学事指導班 ☎ 30-0291



鹿角市学校給食センターの概要
 施設規模
 敷地面積 4,526㎡
 構造 鉄骨造2階建
 延床面積 1,997.13㎡
 調理能力 1日 2,400食

安心・安全な学校給食を提供します

子どもたちの人生を「食」で豊かに

給食センターは、調理作業の区分ごとに区域が分けられ、調理員と食材が交差しない配置になっています。各区域の間には、作業準備室が設けられ、食中毒の発生防止対策が徹底されています。

また、洗米から計量、炊飯までが自動でできる「連続炊飯システム」を採用しています。大量調理に対応するため、スチームコンベクションオーブンや大型フライヤー、回転釜を備え、急速冷却が可能な真空冷却機や、給食の配送まで適切な温度を保つための大型冷蔵庫があります。

さらに、アレルギー対応食専用調理室を設置しており、アレルギーを含む食材が混入しないよう、通常の調理エリアとは別に専用の調理室で給食を作っています。

給食センターの1日

食材の搬入・検収

食材の下処理

野菜や果物の洗浄や皮むきをします。**洗浄は3回**行います。

野菜と肉魚は**別々の部屋で下処理**します。

食材の裁断

食材を食べやすい大きさに切ります。

調味料の計量

炊飯

焼き物・揚げ物

煮物・汁物

大きな釜6つで約2,200人分を作ります。

焼き物・揚げ物、煮物・汁物、和え物は、**それぞれ別の調理室で調理**しています。

盛り付け・積み込み

食缶に盛り付け、各校のコンテナに積み込み、配送車に乗せます。

学校に給食を配送

調理器具の洗浄

食器などの回収・洗浄

食器は数を確認し、消毒保管庫に入れます。



食材の搬入



大きな釜を使って、約2,200食を調理



給食をトラックに乗せ、各学校に配送



除排雪作業にご協力ください

市では、通勤・通学などの道路交通の安全確保のため、除雪計画を定めて市道などの除排雪に取り組んでいます。

昨年度までの通行状況などを踏まえ、除雪路線の見直し（通行皆無路線の除雪中止など）を行っており、生活に直結する路線を最優先に除雪を実施しています。除排雪作業をより効率よく効果的なものとするため、ご理解とご協力をお願いします。

問 国道と県道について
鹿角地域振興局建設部
☎ 23・2316

問 市道について
都市整備課 道路河川班
☎ 30・0263

除雪車による作業

道路の積雪が10cm以上（3月は15cm以上）あった場合に除雪車による作業を実施します。通勤・通学に支障がないように午前7時を目途に作業を終了することとしています。この他の時間帯にも積雪の状況により出動する場合があります。

除雪車による道路除雪で寄せられた雪が間口に入り込み、玄関先や車庫前を塞いでしまうことがあります。ご迷惑をおかけしますが、各家庭で片づけてくださるようお願いいたします。



また、高齢者世帯など除雪が困難な方々については、地域で声をかけ合い、対応して下さるようお願いいたします。

よくある問い合わせ

問 除雪する道路の順番はどうやって決めているのですか？

答 バス路線、幹線道路、住宅地の順番で行い、朝7時までの除雪完了を目指しています。

問 除雪をしている道路としていない道路があるのはなぜですか？

答 除雪する道路は、冬期間の生活の確保に最低限必要な道路を選んで除雪しています。農道などの冬期間に通行のない道路や、生活に支障がない道路は除雪を行っていませんので、ご理解ください。

地域の除雪業者を募集しています

▶ 参入条件 故障時の代替機があることおよび予備の運転手がいること



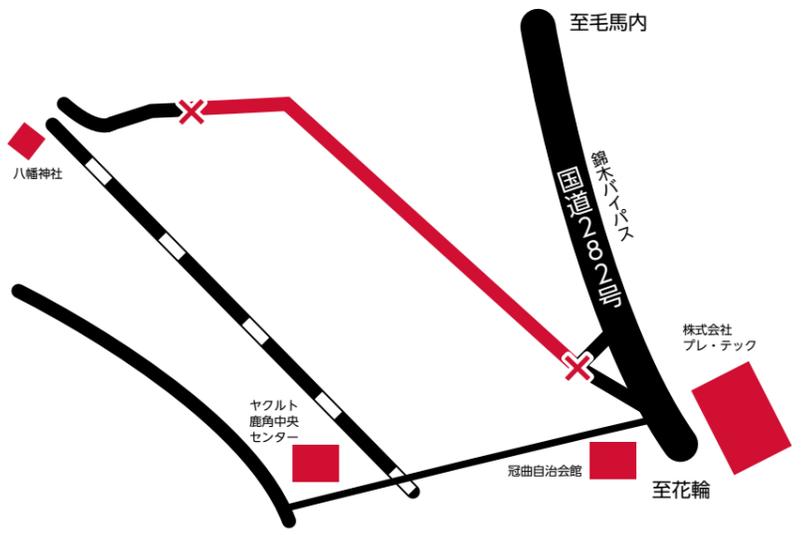
除雪によるトラブルを防止するために

除雪によるトラブルが毎年発生しています。次のことに注意して、トラブルに発展しないようご協力をお願いします。

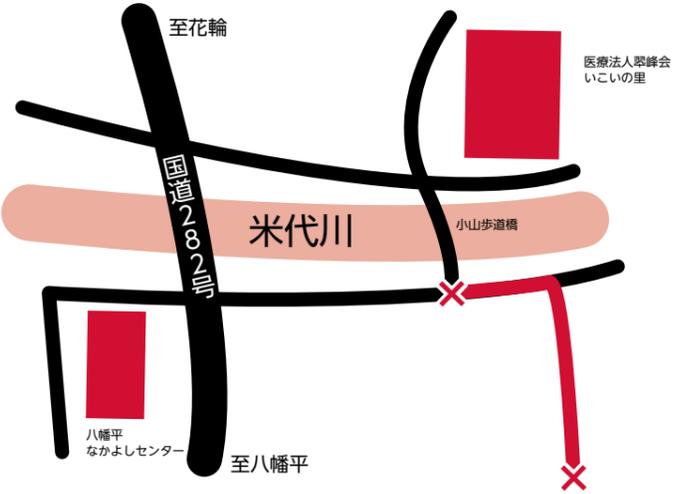
- ① 交通事故防止のため、**車道に雪を出さない**てください。
- ② 道路に面する軒先の雪は、**雪止めを設置したり、こまめに雪下ろし**をしてください。
- ③ 路上駐車は除雪車の妨げになるので、**やめてください**。
- ④ 側溝や用水路に雪を捨てないでください。
- ⑤ 効率的に対応するため、**問い合わせは自治会単位で行ってください**。

今年度から次の場所の除雪は実施しません

沢尻地域内から冠曲自治会館へ向かう路線



小山歩道橋から八幡平駐在所方面へ向かう路線



各地区の雪捨て場

- ◆ 八幡平地区
米代川の川部橋付近
 - ◆ 花輪・尾去沢地区
米代川の久保田橋下流付近
 - ◆ 大湯地区
大湯川の大和橋付近
 - ◆ 毛馬内・錦木地区
小坂川の御山橋付近
大湯川の浜田橋付近
- 雪置き場提供のお願い
除雪が続くと、雪を置く場所が無くなり、十分な除雪ができなくなります。空き地などがありましたら、雪置き場として提供をお願いします。



除雪が困難な世帯への支援制度

高齢者世帯などへの間口除雪の支援

市では、高齢者世帯などへの間口除雪の支援を行っています。ご近所や家族、親族からの支援が受けられずお困りの方は、お問い合わせください。

▼対象者 おおむね65歳以上の一人暮らし世帯または高齢者のみの世帯で、除雪ができない世帯

▼間口除雪の範囲 玄関から主要道路まで、歩いて通れる分の幅（車が入りできる幅、屋根からの落雪や通路以外の除雪などは対象外）

▼実施基準 その日の朝までに雪が10cm以上（3月は15cm以上）降り積もった場合

▼自己負担額 1回370円

※除雪機を使用した場合、別途料金が発生します。

※1カ月分をまとめて、作業実施者（シルバー人材センターまたは自治会）に支払っていただきます。（例：10回作業した場合、3700円）

※作業回数に上限はありません。

※除雪作業場所の状況により、対象とならない場合があります。

※対象外の除雪については、シルバー人材センターやその他の業者にご相談ください。（別途料金がかかります）

※事前に申し込みが必要です。

申込用紙はあんしん長寿課（福祉保健センター内）または各地域包括支援センターに備えています。

☎あんしん長寿課 高齢者支援班
☎30・0234

高齢者世帯の間口除雪を実施する自治会などを募集

地域の高齢者世帯の間口除雪を実施する自治会などを募集しています。

住民同士の支え合いで、冬期間も安全・安心な地域づくりに取り組みましょう。

▼対象 地域に居住する高齢者世帯などの間口除雪を行う自治会など

▼契約形態 市との委託契約

▼各世帯から徴収できる金額 1回370円

▼市から受け取る委託料 1回888円

☎あんしん長寿課 高齢者支援班
☎30・0234

雪下ろし業者をお探しの方へ

雪下ろし業者をお探しの方は、下記までお問い合わせください。

- ☎ 鹿角建設技能組合 ☎ 23-6171
- ☎ 鹿角十和田建設技能組合 ☎ 35-4804
- ☎ 鹿角建設業協会 ☎ 23-7511

～依頼にあたっての注意点～

※費用は屋根の形状や面積、作業時間、排雪方法などによって異なります。作業前に業者とよく話し合ってから依頼するようお願いいたします。

※まとまった降雪があった場合は、業者への依頼が集中し、すぐに作業できない場合があります。

高齢者世帯などの雪下ろし・除排雪にかかる費用の助成

市では、自力での雪下ろしが困難な高齢者の冬期間の安全確保と不安解消を図るため、雪下ろし・除排雪にかかる費用を助成します。

▼対象となる世帯 次のいずれかに該当し、自力での除雪が困難と認められ、家族・親族などによる支援がなく、市税を滞納していない世帯

▼助成対象となる作業 対象世帯が現に居住する家屋（一戸建の持ち家に限る）で、令和5年3月19日☎までに、業者などが次の作業を実施した場合

- ①敷地内の除排雪作業
 - ②家屋の屋根の雪下ろし作業
- ※借家・アパート、小屋、誰も住んでいない家屋（冬期間不在含む）、空き家は対象外です。

※日常的な除雪は対象外です。

▼助成額 1回の除排雪作業に要した費用の2分の1

①市県民税非課税世帯 1回あたり2万円を上限に2回まで

②市県民税課税世帯 1回あたり1万円を上限に2回まで

▼申請期限 令和5年3月22日

☎あんしん長寿課 高齢者支援班
☎30・0234

利用方法

① 作業の依頼

必要に応じて業者などに直接依頼してください。

助成対象は、12月1日～令和5年3月19日☎の期間に作業した分です。

業者以外へ作業を依頼した場合でも補助対象になります。

② 作業にあたって

作業の際は、作業前と作業後の写真を必ず撮影してください。ご自身で撮影できない場合は、作業を実施する業者などに依頼してください。

③ 作業終了後

業者などに費用を支払ってください。この際、次の内容が記載された領収書を必ず受け取ってください。

- 宛名●作業実施日●作業場所（○○様宅など）●作業内容（除排雪・雪下ろしなど）●領収書発行日●業者名および業者印

④ 市に申請書類を提出

補助金交付申請書兼実績報告書に押印の上、次の書類を添えて、福祉保健センターまたは各支所に提出してください。

- 領収書の写し●作業前と作業後の写真

⑤ 審査、補助金の振込

市の審査後、助成対象となる方に、交付決定を通知し、後日、指定の口座に補助金を振り込みます。

除雪ボランティア大募集中

鹿角市社会福祉協議会では、身近に除雪の協力を得られない一人暮らしの高齢者や障がい者を対象に、市民ボランティアによる除雪支援活動を展開しています。

除雪ボランティアの活動内容は主に溜まった雪の除排雪作業で、おおむね1～2回の活動です。協力していただけの場合は個人負担なしでボランティア保険の加入手続きを行いますので、お問い合わせください。

☎ 鹿角市社会福祉協議会 ☎ 23-2165



作業前

作業後

給与と定員管理

市 職員の勤務条件や給与などについてお知らせします。市職員の給与は、国や他の地方公共団体との均衡を考慮し、市議会の審議を経て市の条例で定められています。なお、令和3年度の※ラスパイル指数は97・7となっています。

※ラスパイル指数とは、国家公務員の給与を100とした場合の給与水準を示したものです。



令和4年度 辞令交付式

6 初任給、経験年数別・学歴別平均給料月額 (令和4年4月1日現在)

区分	学歴	初任給	10年以上15年未満	15年以上20年未満	20年以上25年未満
一般行政職	大学卒	181,928円 (182,200円)	256,688円 (293,155円)	293,908円 (339,103円)	342,734円 (371,931円)
	高校卒	149,610円 (150,600円)	225,075円 (242,694円)	273,726円 (284,072円)	301,838円 (323,336円)

※ ()は国の数値です。

7 職員手当の状況 (令和3年度)

時間外勤務手当の支給額

区分	支給総額	職員1人当たり支給年額
令和3年度	5,985万円	27万6千円
令和2年度	5,556万4千円	24万6千円

期末(※1)・勤勉手当(※2)の支給割合

区分	期末手当	勤勉手当	計	総支給割合
6月期	1.175月分	0.925月分	2.10月分	4.2月分
12月期	1.175月分	0.925月分	2.10月分	

※1 期末手当とは、民間企業における賞与に該当するものです。

※2 勤勉手当とは、一定期間内の勤務成績と勤務時間に応じて支給されるものです。

退職手当の支給割合

区分	退職事由		
	自己都合	応募・定年	
勤続年数	20年	19.6695月分	24.586875月分
	25年	28.0395月分	33.27075月分
	30年	34.7355月分	40.80375月分
	35年	39.7575月分	47.709月分
最高限度額	47.709月分	47.709月分	
1人当たり平均支給額*	2,278万8千円		

※ 令和3年度に退職し手当を受けた職員の平均支給額です。

8 部門別職員数の推移 (各年4月1日現在)

部門	令和4年	令和3年
議会・総務・税務	95人	96人
農水・労働・商工・土木	57人	57人
民生・衛生	52人	49人
教育	33人	31人
その他(※)	31人	31人
計	268人	264人

※ 上下水道、国民健康保険、介護保険、後期高齢者医療事業の公営企業等会計部門の職員数です。

扶養・通勤・住居手当の支給額

区分	内容	支給月額
扶養手当	配偶者	6,500円
	子	10,000円
	父母など	6,500円
	16歳から22歳(1人につき)	5,000円加算
通勤手当	交通機関利用者支給限度額	55,000円
	自動車等使用者支給限度額	31,600円
住居手当	借家・借間支給限度額	27,000円

特殊勤務手当の支給額

区分	支給額	
職員全体に占める手当支給職員の割合	12.4%	
支給職員1人当たり平均支給年額	9,782円	
主な手当	感染症防疫作業に従事	1日につき 300円
	うち新型コロナウイルス感染症に係る業務	1日につき 3千円
	うち新型コロナウイルス感染症の患者に接触する業務	1日につき 4千円
	社会福祉業務に従事	1日につき 300円
	保健師活動に従事	1日につき 300円
	徴収業務に従事	1日につき 300円
	塩素滅菌装置の取扱いに従事	1日につき 300円

9 特別職の報酬等の状況 (令和4年4月1日現在)

区分	給料(報酬)月額	期末手当
給料	市長	822,000円
	副市長	652,000円
	教育長	576,000円
報酬	議長	401,000円
	副議長	362,000円
	議員	342,000円
		6月期 1.575月分 12月期 1.575月分 計 3.150月分

1 勤務条件 (令和4年4月1日現在)

休暇制度等の状況

種類	内容
年次有給休暇	1年につき20日付与(残日数は20日を限度として翌年に繰り越すことができる)
病気休暇	負傷または疾病により療養の必要があり、勤務しないことがやむを得ないと認められる場合(90日)
特別休暇	特別の事由により職員が勤務しないことが相当である場合(出産休暇など)
介護休暇	配偶者、父母などの介護をするため、勤務しないことが相当であると認められる場合
育児休業	該当となる子が3歳に達する日まで

勤務時間の状況

週の勤務時間	始業時刻	終業時刻	休憩時間
38時間45分 (1日7時間45分×5日)	8時30分	17時15分	12時~13時

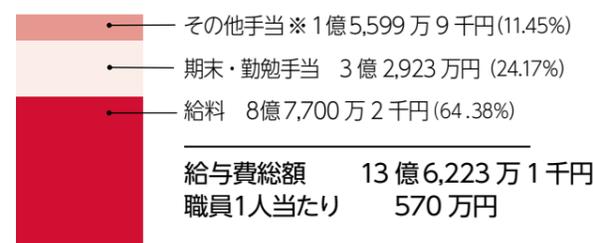
※ 窓口業務のある課などにおいては、必要に応じ特別の勤務時間などを定めています。

2 人件費の状況 (令和3年度決算より)

歳出額(A)	人件費(B)	人件費率(B/A)	令和2年度の人件費率
197億5,984万5千円	22億8,840万円	11.6%	9.9%

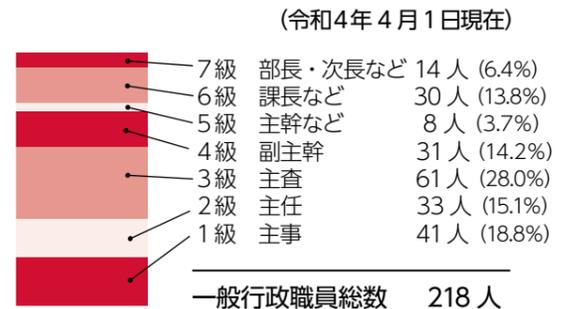
※ 人件費には、一般職、特別職の職員に支給する給与、報酬のほか、健康保険・年金・退職手当の負担金などが含まれています。

3 職員給与費の状況 (令和4年度一般会計当初予算)



※ その他手当とは、扶養、通勤、住居、時間外勤務、管理職、宿日直、寒冷地、特殊勤務の各手当で、児童手当、退職手当は含まれません。

4 一般行政職の級別職員数の状況 (令和4年4月1日現在)



5 平均給料・給与*月額・平均年齢 (令和4年4月1日現在)

区分	平均給料	平均給与	平均年齢	
一般行政職	鹿角市	307,804円	351,883円	40.9歳
	国	323,711円	405,049円	42.7歳

※ 給与とは、給料のほかに支給されている扶養手当、通勤手当、住居手当などの諸手当を加えたものをいいます。

市の給与・定員管理などについては、市ホームページで公開しています。
ホームページはこちら



**みんな誰かのゲートキーパー
12月1日は「いのちの日」**

自殺を考えている人は何らかのサインを発しています。元気がない、口数が減った、ミスが増えた、眠れていない、食欲がないなど、「いつもと違う」に気づいたら、声をかけ、傾聴し、必要に応じて専門家につなぎましょう。

※ゲートキーパーとは、悩んだり、つらい気持ちの人の身近な支えになる人です。



誰に相談してよいかわからないときは次の相談窓口をご利用ください。相談はすべて無料です。

◎こころの個別相談 ☎ 30-0119 (要予約)

▶日時・場所 平日の10時～16時の間で相談者にあわせて調整します。時間は1時間程度です。臨床心理士が、ご本人はもちろん、身近に悩みを抱えた人がいる方の悩みを聴きます。

◎テレフォン病院 24 ☎ 0120-959-783

24時間365日、看護師などの医療スタッフにいつでも相談ができます。

◎ウェブ相談

ウェブページの「ファミリーケアネットワーク」にアクセスし、「959783」を入力し、ログインします。メニューの「ウェブ相談窓口」にアクセスし、案内にしたがってご利用ください。



◎ふれあいサロン

ふれあいパートナー（傾聴ボランティア）が話を聴きます。

場所	日にち	時間
関善賑わい屋敷(花輪)	毎月8・18・28日	9時30分～11時

◎依存症電話相談会 ☎ 22-0700

▶日時 毎月第3水曜日 19時～20時30分
アルコールやギャンブルなどの依存症は、特效薬がなく、周囲の人たちを巻き込んでしまう厄介な病気です。ご本人はもちろん、身近に悩みを抱えた人がいる方もご利用できます。

☎ すこやか子育て課 健康づくり班 ☎ 30-0119

**物価高騰に伴う家計への負担を軽減
鹿角市くらし応援商品券**

燃料の価格高騰や物価の上昇に伴う、家計への負担を軽減するため、1人につき、5千円分の「鹿角市くらし応援商品券」を配布します。まだご自宅に商品券が届いていない方は、発送に時間を要しておりますので、今しばらくお待ちください。

▶利用期間
12月1日(日)～令和5年1月31日(日)



◎加盟店募集

加盟店登録は随時行っています。希望される事業者は下記までお問い合わせください。

☎ 特別給付対策室 ☎ 30-0286

**STOP! コロナに関する不当な差別・偏見
12月4日(日)～10日(土)は人権週間**

世界人権宣言が採択された「人権デー」の12月10日にあわせ、12月4日から10日は人権週間と定められています。人権擁護委員は、皆さんが日頃抱えている不安や悩みを伺い、人権を守るために必要な手続きのアドバイスをを行っています。行政相談委員と合同で総合相談所を開設していますので、お気軽にご相談ください。

人権擁護委員の方々

佐々木忠臣さん(八幡平) / 安倍良直さん(八幡平) / 工藤トモ子さん(尾去沢) / 瀬川悦子さん(花輪) / 岩館裕草さん(花輪) / 関真澄さん(花輪) / 木村智子さん(十和田) / 沢田正さん(十和田) / 奈良明子さん(十和田)

◎総合相談

▶日時 毎月第2火曜日 13時30分～16時
▶場所 市役所第3会議室(受付は生活環境課)
▶内容 いじめ、嫌がらせ、DV、行政への苦情など
※予約は不要です。

☎ 生活環境課 コミュニティ推進班 ☎ 30-0202

**住民税非課税世帯を支援
電力・ガス・食料品等価格高騰
緊急支援給付金**

電力・ガス・食料品などの価格高騰が家計に与える影響が大きい世帯を支援するため、令和4年度住民税非課税世帯等に給付金を支給します。

▶支給対象世帯

① 住民税均等割非課税世帯

令和4年9月30日時点で鹿角市に住民登録があり、世帯全員の令和4年度住民税均等割が非課税である世帯(生活保護世帯を含む)

② 家計急変世帯

令和4年度住民税の課税世帯であるが、予期せず令和4年1月から12月までの収入が減収し、世帯員全員が住民税非課税世帯と同等の状態にあると認められる世帯。

※ただし、①②とも住民税が課税されている者の扶養親族等のみからなる世帯(事業専従者含む)を除きます。

▶支給額 1世帯当たり6万5千円
(内訳：国事業5万円、鹿角市事業1万5千円)

▶申請方法

① 住民税均等割非課税世帯

市から11月14日付けで確認書を送付しています。記載例を参考に、必要事項を記入のうえ返信用封筒で郵送してください。

② 家計急変世帯

左記の要件に該当すると思われる方は、下記までお問い合わせください。

※世帯員に未申告者(20歳以上)がいる場合や、令和4年1月2日以降に複数回転入・転出した方がいる場合は、確認書は送付されませんので下記までお問い合わせください。

▶申請期限 令和5年1月31日(日)

☎ 福祉総務課 地域福祉班 ☎ 30-0238

**災害発生時の避難に不安がある方へ
避難行動要支援者名簿を更新**

自治会や民生委員の方々からご協力いただき、災害発生時に自力で避難できない方や避難に時間を要する方で、家族などの支援が望めない避難行動要支援者の名簿を作成しています。災害時の避難に不安のある方は、お住いの自治会や民生委員にご相談ください。

☎ 総務課 危機管理室 ☎ 30-0299

学生に無利子で貸与

令和5年度 鹿角市奨学生追加募集

▶対象 市民の子どもで、高校・高専・大学(短大・専門学校含む)・大学院に在学または入学・進学予定のある方

▶貸与額 高校・高専前期3年間：月額1万円、大学・大学院・高専後期2年間：月額3万円

▶申込期間 12月5日(日)～令和5年1月13日(金)

▶申込方法 教育委員会または各支所に備え付けの申込書にてお申し込みください。

※書類審査、本人面接により貸与を決定します。

☎ 総務学事課 総務班 ☎ 30-0290

**住宅にお困りの方へ
市営住宅の入居者を募集**

▶入居要件 住宅に困っていること、市税の滞納が無いことなど

▶募集期間 12月15日(日)まで

8時30分～17時15分(土日祝日を除く)
※都市整備課建築住宅班および各支所に募集案内と申込書を備え付けています。

▶抽選日 12月27日(日) (予定)

☎ 都市整備課 建築住宅班 ☎ 30-0266

「三ない運動」をご存じですか？

**政治家からの寄附は禁止(贈らない)！
政治家の寄附を求めない！受け取らない！**

政治家からの寄附は禁止されています。また、有権者が政治家に寄附を求めることも禁止されています。年末年始はお歳暮やお年賀など、贈り物をする機会が多くなりますが、皆さん一人ひとりが寄附禁止のルールを守って、明るい選挙を実現しましょう。



総務省ホームページ

高齢者福祉タクシー券

本市に住所があり、在宅で生活をしている満80歳以上の方を対象に、1枚500円のタクシー券を1カ月あたり2枚交付しています。
対象の方でまだ交付を受けていない方は、お早めに申請してください。代理の方による申請もできます。
※福祉タクシー券の交付を受けている方や、本人または同居家族が自動車を使用している方、介護保険施設に入所の方は対象外です。

☎ あんしん長寿課 高齢者支援班
30・0234

骨粗しょう症検診

申込期限が迫っています。ご希望の方は、お早めにお申し込みください。
◆検診日 令和5年2月中旬（予定）
◆場所 かつの厚生病院
◆対象者 今年度中に、40・45・50・55・60・65・70歳になる女性
◆料金 千円
◆内容 腕のレントゲンを撮ります。
◆申込期限 12月14日

☎ すこやか子育て課健康づくり班
30・0119

鹿角市健康都市宣言 50

本市は、十和田八幡平国立公園に抱かれ、美しい景勝地や山々の麓に湧き上がる豊富な温泉に恵まれた自然豊かなまちです。
また、大湯環状列石や大日堂舞楽、花輪ばやし、毛馬内の盆踊りなど世界に誇れる文化遺産も多く、長い歴史とともに受け継がれてきた伝統と文化を兼ね備えています。
私たちは、これまで受け継いだ自然と伝統文化を大切にしながら、全ての市民が笑顔で健やかに暮らすことができる持続可能な社会の実現に向け、ここに健康都市を宣言します。

【食】地元の豊富な食材を生かした、健康的な食事を心がけ、食を通して健康づくりに取り組みます。
【運動】充実したスポーツ環境を積極的に利用し、適度な運動を心がけ、運動を通して健康づくりに取り組みます。
【学び・交流】人と人とのつながりを大切に、生涯学習を通して元気ではつらつとした毎日を過ごせるよう仲間づくりに努めます。
【休養・睡眠】雄大な自然がもたらす癒し効果のもとで、十分な休養と睡眠をとり、心と体のバランスを整えます。
【健診】自分の体を知るために定期的に健康診査を受け、目標を持って健康増進に努めます。
(令和4年10月23日制定)

認知症カフェ

認知症カフェでは、暮らしや介護予防に関する情報をお届けしています。また、作品づくりやゲーム、紙芝居のほか、ゆっくり読書をしたり語り合ったりすることもできます。
◆対象 認知症のあるなしに関わらず、老若男女どなたでも参加できます。
◆内容 各カフェにお問い合わせください。

☎ あんしん長寿課 介護予防班
30・0103

認知症サポーター養成講座

認知症についての理解を深めます。受講者には、「認知症サポーターカード」をお渡しします。
◆日時 12月2日(金) 10時～11時30分
◆場所 花輪市民センター 研修室1・2 (コモッセ内)
※申込不要、参加費無料です。

☎ あんしん長寿課 介護予防班
30・0103

ヒートショックに注意

ヒートショックとは、急激な温度変化により脈拍や血圧が大きく変動し、失神や心筋梗塞、脳梗塞などを引き起こし、身体へ悪影響を及ぼすことです。入浴時だけでなく、気温が低くなっているトイレや洗面所でもヒートショックを起こすことがありますので、ご注意ください。
ヒートショックを予防して、安心して冬場を過ごしましょう。

ヒートショック予防のポイント

- ①風呂の温度を41度以下にする。
- ②浴槽のふたを開けて、浴室を暖めよう。
- ③家族に一声かけてから入浴する。
- ④入浴前の飲酒は控える。
- ⑤家の中の温度差を少なくする。特にトイレや洗面所、脱衣所などは暖かくする。



☎ すこやか子育て課健康づくり班
30・0119

歯周病検診

歯周病菌は、口の中の粘膜などから血流にのって全身に運ばれ、心臓病や脳卒中、糖尿病、肺炎などを引き起こします。歯周病検診を受けて、口の中の状態を確認しましょう。
◆対象 今年度中に40・50・60・70歳になる方
◆実施場所 市内歯科医療機関（要予約）
◆助成期間 令和5年2月28日(金)まで
◆料金 1200円
◆持ち物 受診券、料金、保険証または運転免許証
※対象の方には、6月に受診券（ハガキ）を送付しています。受診券が手元のない方は、すこやか子育て課までご連絡ください。

☎ すこやか子育て課健康づくり班
30・0119

後期高齢者歯科口腔健診

後期高齢者の保険証をお持ちの方は、「後期高齢者歯科口腔健診」を無料で受診できます。実施場所や期間は歯周病検診と同様です。
◆持ち物 保険証
※受診券はありません。

☎ 市民課 国保医療班 30・0222

12月の健康運動教室

会員以外の方、初めての方でも無料で参加できますので、市民課国保医療班に前日までに電話でお申し込みください。日程や場所が変更になる場合には、お申し込みいただいた方へ個別に連絡します。

- 無料託児を利用される方は、4日前までに子ども未来センター（☎30・0855）へ直接お申し込みください。
- 日時/場所/持ち物など
- ストレッチポール教室 (さんさんレディースクラブ)
- 5日(金)10時～ / 十和田市民センター / 運動ぐつ、水分補給の飲料、①ストレッチポール、②ヨガマット
- ※①②は有料で貸し出しています。
- スローエアロビクス教室 (ヘルスデザインクラブ)
- 7日(日)10時～ / 花輪市民センター (コモッセ内) / 運動ぐつ、水分補給の飲料
- フィットネス教室「ヨガ」 (ワインブルスポーツクラブ)
- 8日(日)19時～ / 福祉保健センター / ヨガマットまたは大判バスタオル、水分補給の飲料、タオル

認知症カフェの日程

名称	日にち	場所
オレンジカフェ しゃべり～な	2日(金) 1月6日(金)	文化の交流館コモッセ こもれば広場
	16日(金)	谷内地区市民センター
ユニバーサルカフェ YUTORI	5日(月)	大湯温泉保養センター 湯都里
ぶら～っとカフェ	15日(木)	社会福祉協議会
まちっこカフェ	18日(日)	多世代交流スペース まちっこ
ほっとな茶屋 月山の郷	18日(日)	月山の郷

◆時間 9時30分～12時30分
◆参加費 無料
◆問い合わせ
オレンジカフェ しゃべり～な ☎30-0103
ユニバーサルカフェ YUTORI ☎37-2088
ぶら～っとカフェ ☎23-2165
まちっこカフェ ☎22-4080
ほっとな茶屋 月山の郷 ☎25-8022

12月の献血車訪問

とき	受付時間	ところ
8日(日)	9時～11時	鹿角地域振興局
	13時～ 13時45分	JA かつの 営農経済部
	14時45分～ 16時30分	かつの厚生病院

* 400ミリリットル献血にご協力をお願いします。輸血患者の副作用軽減につながります。
※新型コロナウイルスワクチンを接種された方は、接種後48時間を経過していれば、献血にご協力いただくことが可能です。

☎ 市民課 国保医療班 30・0222

大湯ストーンサークル館

- 体験学習「OMORABO」
- 「大湯環状列石でとれた木の実でクリスマスリースをつくる」
- 日時 12月10日 10時～12時
- 場所 大湯ストーンサークル館 縄文工房
- 内容 大湯環状列石でとれたドングリやトチの実などを使ってクリスマスリースを飾り付けます。
- 定員 15人（要申込）
- 参加費 500円（1人1作品まで）



大湯ストーンサークル館
☎37・3822

花輪図書館

- 古文書読み方講座
- 日時 12月15日 13時30分～15時
- 場所 花輪市民センター 研修室（コモッセ内）
- 講師 柳澤裕子氏
- 内容 慶応四年、戊辰戦争に臨む使武者兼御供頭の内藤調一の「出陣日記」や、江戸時代後期の「尾去沢銅山年中行事」（阿部恭助著）を読み解きます。

子ども未来センター

- あのおの日（保健師、栄養士）
保健師や栄養士に、子育てで感じた悩みをぜひご相談ください。
- 日時 12月1日 10時～12時（受付11時まで）
- 場所 子ども未来センター、花輪市民センター 和室（コモッセ内）
- 対象 市内子育て、孫かて中の方
- J&Bの会
「何れもご縁を結ぶ会」
- 日時 12月6日 10時～13時
- 場所 花輪市民センター 和室、調理室（コモッセ内）
- 対象 子育てに関心のある市内の祖父母世代の方
- 定員 15人（要申込・先着順）
- 参加費 300円
- 持ち物など エプロン、三角巾、上履き（スリッパなど）
- コモッセDEくすくす「みんなRing Ring」
- 日時 12月18日 10時～11時30分
- 場所 文化の交流館コモッセ 文化ホール
- 対象 市内未就学児とその家族
- 定員 50組（要申込・先着順）

はなわこのわくわく土曜教室

- 日時 12月17日 10時～11時30分
- 場所 花輪市民センター 講堂（コモッセ内）
- 講師 古屋睦子氏（美郷わらの会）
- 内容 葉で、クリスマスやお正月に使えるリースを作ります。
- 対象 市内小中学生
- 定員 30人（要申込・先着順）

図書館食堂「絵本からとびだした！クリスマスメニューを作ってみよう」

- 日時 12月24日 10時～13時
- 場所 花輪市民センター 調理室、和室1（コモッセ内）
- 講師 小田島里美氏（すこやか子育て課 栄養士）
- 内容 絵本の中に出てくる料理を作った後、クリスマス絵本の読み聞かせをします。
- 定員 8人（要申込・先着順）

花輪図書館

すこやか子育て課 健康づくり班
☎30・0265

今月の声かけ運動は
12月5日 月に実施します。
時間 7時15分～8時
各地域の通学時間などに合わせてご協力をお願いします。

十和田図書館

- トワダツのわくわく土曜教室
- クリスマス工作会
- 日時 12月10日 10時～11時30分
- 場所 十和田図書館 2階 講座室
- 内容 クリスマスの飾りを作ります。
- 対象 市内小中学生
- 定員 20人（要申込・先着順）

郷土を語る会

- 日時 12月16日 14時～16時
- 場所 十和田図書館 2階 講座室
- 講師 阿部正記氏
- 内容 伊藤家「御年代記」を読み進めます。

十和田図書館 ☎35・3239

先人顕彰館

- 湖南を知る会
- 日時 12月3日 13時30分～15時
- 場所 先人顕彰館 ホール
- 講師 安保範子氏
- 内容 明治40年7月と10月に父十湾（調一）が湖南に送った書簡を読み解きます。

先人顕彰館 ☎35・5250

新型コロナウイルスに感染した時は

新型コロナウイルスに感染した場合は、秋田県の総合案内窓口へご相談ください。LINEでも相談できます。

☎018-895-9176（8時～17時）
☎018-866-7050（17時～翌日8時）

LINEはこちら→



65歳以上の方や入院を要する方、重症化リスクがある方、妊娠中の方以外には、保健所からの連絡はありません。自宅療養中は、ご自身やご家族で健康観察をしてください。自宅療養中の過ごし方などは「自宅療養のしおり」をご覧ください。

療養期間中の外出

同居されている方や知人からの買い物の支援を受けられない方などで、症状が軽快してから24時間経過した方と無症状の方は、下記を徹底した上で、食料品の買い出しなどの必要最小限の外出を行うことは差し支えありません。

- ・公共交通機関を使わないこと
- ・外出時や人と接する際には短時間とし、必ずマスクを着用すること

療養期間経過後

新型コロナウイルスに感染した場合、療養が終了しても症状のある方は10日間、症状のない方は7日間が経過するまでは感染リスクがあります。感染予防行動の徹底をお願いします。

陽性の判明から療養までの流れについては秋田県ホームページをご覧ください→



今月のお誕生日

村木 美月ちゃん 1歳



令和3年12月9日生/花輪 父拓哉さん・母宏美さん
爆誕から早1年。音楽とブルーングが大好きな女の子♡毎日の成長が楽しみ!!
お誕生日おめでとう!!

誕生日の思い出に写真を掲載しませんか。
※未就学児のお子さん限定。
希望される方は、政策企画課政策推進班（☎30-0205）までご連絡ください。

市ホームページはこちら→



乳幼児の健診カレンダー

とき	内容	対象	受付時間	場所
2日 金	3歳児健診	令和元年7月27日～9月7日生	12時45分～13時	福祉保健センター
7日 水	3～4か月児健診	令和4年8月生		
8日 木	1歳6か月児健診	令和3年4月21日～5月31日生		
16日 金	乳児相談（4～5か月児）	令和4年7月生	9時45分～10時	
23日 金	5歳児すくすく健康相談	対象の方には園から通知が届きます	12時45分～13時	

※お子さん1人につき、付き添いの保護者は1人まででお願いします。体調不良や12月の参加が難しい場合は、ご連絡ください。

子育て世代包括支援窓口 PIKE ☆ PIKE ☎30-0265

鹿角市二十歳のついでのご案内を送付します

平成13年4月2日から平成14年4月1日まで生まれた方へ、「鹿角市二十歳のついで」のご案内を12月上旬に届くように発送してまいりますので、届いていない方はお問い合わせください。

開催日 令和5年1月8日
二十歳のついで実行委員会事務局（生涯学習課内）☎30・0292

歴史民俗資料館

- 企画展「けの汁とけいらん」
- 期間 12月17日～令和5年2月19日
- 場所 歴史民俗資料館 特別展示室
- 内容 鹿角に伝わる郷土料理・行事食「けの汁」と「けいらん」の発祥と鹿角への伝播、江戸時代の食事を紹介します。



けの汁



けいらん

歴史民俗資料館 ☎22・7288

情報の広場

みんなの情報広場のコーナーです。
原稿の締切日は発行月の前月の10日です。

◎FAX 郵送でもお申し込みできます。
政策企画課 FAX 30・1122

年末年始 休業日

ごみ収集・ごみ焼却場 待込受付
休業日：12月31日(土)・令和5年1月3日(日)

※ごみは次の収集日まで自宅で保管してください。集積所には、収集日の午前8時までに出してください。

◎鹿角広域行政組合
☎22・2611

し尿汲み取り

休業日：12月30日(金)・令和5年1月3日(日)

※年末年始のし尿汲み取りは混み合いますので、早めにお申し込みください。

◎鹿角衛生協業組合
☎23・7501



年末の交通安全運動

実施期間：12月11日(日)～20日(日)
この時期は路面の凍結や降雪による視界不良が起りやすいため、ドライバターの皆さんは冬道に適した運転を心掛けましょう。また、シートベルトやチャイルドシートは危険から身を守る命綱です。全ての座席で正しく着用しましょう。

12月は「飲酒運転追放県民運動」の強調期間

期間：12月1日(日)～31日(日)
忘年会や帰省などで飲酒の機会が増える時期です。酒気帯の有無について、運転前後に運転手の状態をアルコール検知器または目視などで確認するようにしましょう。

家庭や職場、地域が一体となり、飲酒運転をしない、させない環境をつくりましょう。
◎生活環境課 環境推進班
☎30・0224

水道管の凍結に注意

寒さが厳しくなり、水道管が凍結しやすい季節になりました。気温がマイナス4度以下になると、水道管が凍結し破裂することがあり、修理に費用がかかる上、漏水により水道料金が高額になる場合があります。蛇口や水抜き栓の操作を適切に行い、水道管の凍結を防ぎましょう。

なお、水道管が凍結した場合は、市指定の給水装置工事業者に修理を依頼してください。

◎鹿角市水道お客様センター
☎30・0273

年末年始は料理をおいしく食べきろう！

県では、食品ロス削減に係る「食べきり」運動を推進しています。作った料理は早めに、外食時は食べきれぬ量を注文し、おいしく食べきりましょう。

一人ひとりがもつたいたないという気持ちで、普段から意識して行動しましょう。

※詳しくは、美の国あきたネットワークをご覧ください。(コンテンツ番号「63638」)

◎秋田県温暖化対策課
☎018・8600・1560

カーボンニュートラル普及啓発講演会

脱炭素社会の実現を目指す市内・近隣地域の事業者の取り組みを紹介し、脱炭素に関する理解を深める講演会を開催します。
日にち：12月17日(土)
時間：14時～15時30分
場所：文化の交流館コモッセ 研修室
定員：会場観覧40名(オンライン配信も実施)
申込期限：12月16日(金) 15時

第一部 自家消費太陽光発電で脱炭素に貢献
講師：柳澤 康隆氏(株)柳澤鉄工所)
第二部 電力の地産地消で地域貢献～久慈地域エネルギーの取り組み～
講師：若林 治男氏(久慈地域エネルギー(株))
※申込フォームまたは電話(25・8271)でお申し込みください。



◎産業活力課 産業戦略班
☎30・0205
(株)かづのパワー
☎25・8271

秋田県雪害事故防止週間

令和5年1月7日(日)から15日(日)は、「秋田県雪害事故防止週間」です。「屋根の雪下ろしは2人以上で」「除雪機の調整などはエンジンを切ってから」など、除排雪作業中の事故防止に努めましょう。

◎秋田県県民生活課
☎018・8600・1522

年末年始 労働・困りごとLINE相談会

司法書士が、LINEでテキスト相談を受け付けます。お悩みのある方は、ぜひご相談ください。
期間：12月29日(日)～令和5年1月3日(日)(24時間受付)

内容：労働トラブルをはじめとする、日常生活における困りごとについての相談や、各種支援制度の案内を行います。

相談方法：LINEアプリから「@771zeam」を検索、または二次元バーコードから友だち追加してご相談ください。

※相談は無料ですが、通信費は自己負担です。



◎全国青年司法書士協議会
☎03・3359・3513

コンビニ交付の一時停止

年末年始は、マイナンバーカードを利用した各種証明書のコンビニ交付サービス(本籍地利用登録申請を含む)が利用できません。
期間：12月29日(日)～令和5年1月3日(日)

◎市民課 戸籍年金班
☎30・0221

農業所得収支計算説明会

大館税務署では、令和4年分の所得税確定申告で、農業所得を申告する方を対象に、農業所得収支計算説明会を開催します。
日にち：12月14日(日)
時間：13時30分～15時30分
場所：交流センター1階 講堂
◎大館税務署
☎0186・42・0671

路線バス冬休み特別運賃

秋北バスでは、冬休み期間中小中学生を対象に路線バスを特別運賃で運行します。
※高速バス、空港リムジンバスは除きます。
期間：12月24日(日)～令和5年1月15日(日)
運賃：1回の乗車につき小学生50円、中学生100円
◎秋北バス株式会社花輪営業所
☎23・2183

暖房器具の取扱いに注意

冬は空気が乾燥し、毎年、全国で火災が多発しています。特に多いのが、ストーブが原因の火災です。暖房器具は安全に使用し、火災を発生させないようにしましょう。

・暖房器具の近くに燃えやすいものを置かない(スプレー缶も危険)

・離れるとき、寝るときは必ず消火する(寝返りなどでふとんが触れると危険)

・給油は消火してから行う(カートリッジタンクのキャップの緩みや誤給油に注意)

・暖房機器の近くで消毒用アルコールを使用しない

消防本部ホームページにも掲載していますので、ぜひご覧ください。

◎消防本部 警防予防課
☎22・7325

クリスマスライブ2022

鹿角市内のバンドによるクリスマスライブを開催します。7団体が出演予定ですので、ぜひお越しください。※入場無料です。
日時：12月18日(日) 14時～20時(予定)
場所：MITプラザ
◎MITプラザ ☎30・0500

放送大学 2023年度 第1学期学生募集

放送大学では、2023年4月入学生を募集しています。10代から90代までの幅広い世代の学生が、大学卒業や学びの楽しみなど、さまざまな目的で学んでいます。テレビのほか、インターネット視聴や講師からの直接授業の3つの形式があります。

資料は無料ですので、お気軽にご請求ください。

科目：心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、300種類以上

※1科目から受講可能。出願締切：令和5年3月14日(日) ※詳しくは、お問い合わせください。

◎放送大学 秋田学習センター
☎018・831・1997

今月の相談日程

■出張年金相談(鷹巣年金事務所)

相談日：12月7日(日)、14日(日)、21日(日)、28日(日)／相談場所：市役所第1・2会議室／開設時間：9時30分～12時、13時～15時30分 ※相談日の1カ月前から前日までに鷹巣年金事務所への予約が必要です。基礎年金番号のわかる年金手帳や年金証書をご準備の上、電話で予約してください。
◎鷹巣年金事務所 お客様相談室
☎0186-62-1490



風力発電事業に係る環境影響評価報告書

青森県三戸郡新郷村の「新郷村風力発電所」について、環境影響評価法に基づく事後調査の結果を取りまとめた「環境影響評価報告書」が縦覧できます。
期間：12月12日(日)まで(土日祝日を除く開庁時)
場所：生活環境課、十和田支所、大湯支所

書類：新郷村風力発電所 環境影響評価報告書
◎スパークス・グリーンエナジー&テクノロジーズ株式会社
☎03・6711・9150

■無料総合相談(人権擁護委員・行政相談委員)

相談日：12月13日(日)／相談場所：市役所第3会議室／開設時間：13時30分～16時 ※予約は不要です。
◎生活環境課 コミュニティ推進班 ☎30-0202

■無料相続・登記相談(司法書士)

相談日：12月20日(日)／相談場所：交流センター／受付時間：13時30分～15時30分 ※前日までに予約が必要です。
◎消費生活センター ☎30-0258

■無料弁護士相談(秋田弁護士会)

①相談日：12月8日(日)／相談場所：交流センター／開設時間：13時30分～16時／担当：山口 謙治弁護士
②相談日：12月22日(日)／相談場所：交流センター／開設時間：13時30分～16時／担当：緑川 正樹弁護士
※どちらも前日までに予約が必要です。
◎消費生活センター ☎30-0258



敬老会の様子



流しソーメンの様子

中草木自治会は、鹿角市のほぼ中央に位置し、自治会内には草木地域活動センターがあり、その近くにある「草城館跡」には「草城神社」が建てられています。

当地区は、古い歴史をもった地域であり、八郎太郎伝説の八郎太郎と、錦木塚伝説で錦木塚へ通いつめた若者が出生したと言われており、八郎



中草木自治会 会長
藤田 由廣さん
Yoshihiko Fujiita

中草木自治会
103世帯 275人
市役所

生活環境課
コミュニティ推進班
☎ 30-0202

住民が安心して暮らせる自治会に

太郎出生の地の石碑もあります。地域にまとまりがあり、自治会を中心に花壇づくりやセンターの清掃、神社の維持管理に積極的に取り組んでいます。

また、自治会では行事を定期的に開催しており、夏には流しソーメン、秋には敬老会、お正月にはゲーム会を行うなどして自治会内のつながりを深めています。特に9月に開催している敬老会では、「子どもから大人までみんなで参加し、地域のつながりを深めよう」をテーマに、社会福祉協議会の「わいわいランチ」を活用しているほか、民話や民謡を聞いたり、子どもたちの手踊りを見たりする場を提供することで、多世代の交流を図っています。

今後自治会としての取り組みを進め、みんなが安心して暮らせる地域づくりを行います。

産業活力課 観光交流班 ☎ 30-0248

保田(十和田草木) 八郎太郎生誕の地で、八郎太郎の生家と伝えられる家の前には「八郎太郎生誕地」の石碑が建っています。家の敷地内には八郎太郎の産湯に使ったとされる桂井戸もあります。



陣場(十和田毛馬内) 八郎太郎が鹿角全体を湖にしようとした時、鹿角の神々が八郎太郎に大石を投げつけ、鹿角から追い出しました。毛馬内地区の陣場は八郎太郎と戦った場所であるため陣場と呼ばれるようになったとされています。



日向屋敷(花輪) 鹿角郡42村の産土神が八郎太郎追い出しのため、花輪の鍛冶12人に金槌や鶴嘴などを打たせたとされています。



八郎太郎三湖伝説はじまりの地鹿角

地域の良さを再認識することで、地域を誇り、自ら発信できるきっかけになるよう、鹿角の魅力を毎月お届けします。

目指せ!! 鹿角ガイド

ステキな鹿角をみんなでPRしよう



日本語学指導員現地レポート
第12代日本語学指導員 堀縁さん

鹿角市出身。花輪高等学校卒業後、獨協大学外国語学部に入學。ドイツ語専攻。新潟県で地域国際交流協会に就事するなど、豊富な国際交流活動の経験を活かし、日本語学指導員に就任。



初めまして、第12代日本語学指導員の堀と申します。鹿角の皆さんにショプロンのことを少しでも身近に感じていただけたら幸いです。現地の様子をお届けします。

実は、ショプロンは私が初めて訪れた外国の街であり、それがきっかけでドイツ留学や中国での生活を経験し、国際関係の仕事にも従事してきました。このレポートが鹿角の「留学したい」、「海外で働きたい」という方の参考になれば幸いです。

さて、ご存じの方も多いかと思いますが、ショプロンはハンガリーの西端で、オーストリアとの国境に位置する人口約6万人の街です。オーストリアの首都ウィーンから車で約45分、電車では約1時間という立地のため、国境(入国審査やチェックがあるわけではなく、鹿角から大館に行くような感覚です)を越えて仕事に行ったり、買い物や通院、美容院、マッサージなどのために行き来したりするそうです。そのため、街中の

今後は現地での日本語指導だけではなく、鹿角を紹介するイベント、ショプロンや外国での生活に興味を持ってもらえるような活動なども計画しています。Instagramで情報を発信していますので、ぜひフォローお願いします。



聖人の日に花屋さんに並ぶ菊の花

魅力ある地元企業を紹介 グッズぶぶ鹿角

菅原電気 株式会社

会社概要
地域の皆さまからの温かいご愛顧に育まれ、創業65周年を迎えることができました。菅原電気は、主に電気設備工事と家電販売を行っており、工事は住宅の新築・改修工事から施設電気工事・電気通信工事など、お店ではテレビ・エアコンなどの家電販売をはじめ、省エネ関連商品の提案や、電気・住宅設備に関する相談も承っています。

「まちの電気屋さん」として、これからも地域の皆さまに寄り添う会社づくりを目指していきます。



所在地: 花輪字新田町 19-5
設立: 昭和30年
代表取締役: 菅原 史明
ホームページ:
<http://sugawara-denki.co.jp>

若手社員の会社自慢



山田 志雄さん
任せてもらえる仕事が増えるのが楽しいです。最近、電気の結線作業ができるようになってきました。

代表から

私たちは地域の皆さまの快適な暮らしを守るため、電気設備と家電・住宅設備の両面で皆さまの生活をサポートしています。生活に密着した仕事だからこそ大変な時もありますが、やり遂げた時の達成感は何物にも代えられません。地域を愛する若者の皆さん、ぜひ菅原電気と一緒にご協力ください。



代表取締役
菅原 史明さん

12月の行事予定 (在宅当番医)

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
<p>市議会 12月定例会 ▶日程 11月28日(月)本会議(開会)、12月8日(日)・9日(金)一般質問、12月12日(月)・13日(火)常任委員会、12月19日(月)本会議(閉会) ※都合により変更になる場合があります。 ☎ 議会事務局 ☎ 30-0280</p>			<p>テレフォン病院 24 医師・看護師などが、健康や介護に関する相談をお聞きします。 ☎ 0120-959-783</p>	<p>1 ■シルバーリハビリ体操教室 福祉保健センター</p>	<p>2 ■シルバーリハビリ体操教室 湯都里</p>	<p>3</p>
<p>4</p>	<p>5 ■シルバーリハビリ体操教室 尾去沢市民センター</p>	<p>6</p>	<p>7 ■出張年金相談</p>	<p>8 ■無料弁護士相談 ■シルバーリハビリ体操教室 八幡平市民センター</p>	<p>9</p>	<p>10</p>
<p>小坂町診療所 ☎ 29-5500</p>	<p>なかのクリニック ☎ 22-7335</p>	<p>鹿角中央病院 ☎ 23-4131</p>	<p>本田医院 ☎ 35-3002</p>	<p>大湯リハビリ病院 ☎ 37-3511</p>	<p>小坂町診療所 ☎ 29-5500</p>	<p>福永医院 ☎ 35-3117</p>
<p>11</p>	<p>12</p>	<p>13 ■無料総合相談 ■シルバーリハビリ体操教室 十和田市民センター</p>	<p>14 ■出張年金相談 ■シルバーリハビリ体操教室 福祉保健センター</p>	<p>15 ■シルバーリハビリ体操教室 尾去沢市民センター</p>	<p>16 ■シルバーリハビリ体操教室 湯都里</p>	<p>17</p>
<p>かづの厚生病院 ☎ 23-2111</p>	<p>なかのクリニック ☎ 22-7335</p>	<p>大里医院 ☎ 22-1251</p>	<p>三ヶ田医院 ☎ 31-1231</p>	<p>本田医院 ☎ 35-3002</p>	<p>いけがみクリニック ☎ 30-0111</p>	<p>小坂町診療所 ☎ 29-5500</p>
<p>18</p>	<p>19</p>	<p>20 ■無料相談・登記相談 ■介護保険制度説明会 福祉保健センター</p>	<p>21 ■出張年金相談 ■シルバーリハビリ体操教室 福祉保健センター</p>	<p>22 ■無料弁護士相談 ■シルバーリハビリ体操教室 八幡平市民センター</p>	<p>23</p>	<p>24</p>
<p>なかのクリニック ☎ 22-7335</p>	<p>大里医院 ☎ 22-1251</p>	<p>鹿角中央病院 ☎ 23-4131</p>	<p>大湯リハビリ病院 ☎ 37-3511</p>	<p>小坂町診療所 ☎ 29-5500</p>	<p>三ヶ田医院 ☎ 31-1231</p>	<p>いけがみクリニック ☎ 30-0111</p>
<p>25</p>	<p>26</p>	<p>27 ■シルバーリハビリ体操教室 十和田市民センター</p>	<p>28 ■出張年金相談</p>	<p>29</p>	<p>30</p>	<p>31</p>
<p>かづの厚生病院 ☎ 23-2111</p>	<p>大里医院 ☎ 22-1251</p>	<p>鹿角中央病院 ☎ 23-4131</p>	<p>本田医院 ☎ 35-3002</p>	<p>なかのクリニック ☎ 22-7335</p>	<p>福永医院 ☎ 35-3117</p>	<p>大里医院 ☎ 22-1251</p>

※かづの厚生病院の入り口は「救急入口」になります。
カレンダー下部「在宅当番医」の診察時間…月曜から金曜は17時～20時、土曜は14時～17時、日曜祝日は8時30分～17時

今月のシルバーリハビリ体操教室

◆時間 13時30分～14時30分

日にち	場所
1日(日)、21日(日)	福祉保健センター
2日(金)、16日(金)	大湯温泉保養センター 湯都里
5日(月)、15日(日)	尾去沢市民センター
8日(日)、22日(日)	八幡平市民センター
13日(日)、27日(日)	十和田市民センター

※マスクと水分補給用の飲み物をご準備ください。体調が悪い場合は参加をお控えください。

体操を動画で見ることができます。
市ホームページはこちら



みんなで広めよう シルバーリハビリ体操

道具を使わず、いつでも、どこでも、ひとりでもできる介護予防体操・シルバーリハビリ体操を紹介します。

☎ あんしん長寿課 介護予防班 ☎ 30-0103

膝抱え

股関節や膝関節を柔らかくする・腰痛予防の体操

モデル…片山 誠子さん
(シルバーリハビリ体操2級指導士)

手順

- 仰向けになり、両膝を立てます。
- 右膝を両手で抱きかかえ、体に引き寄せます。
- 右膝を抱きかかえたまま、左足をゆっくりと伸ばしていきます。
- 呼吸は楽にして、15秒その姿勢を保ちます。
- 反対側も同様に行います。

ポイント

抱きかかえた方の足の付け根が痛いときは、伸ばした方の膝を少し曲げましょう！



ECO&LIFE

☎ 鹿角市消費生活センター (生活環境課内) ☎ 30-0258



「靈感商法」 「開運商法」

「ご注意ください」

① 靈感商法

人の悩みや不安を聞き出し、超能力などをかたって「このままではよくないことが起きる」と脅すことで、お金を支払わせたり高額な商品を購入させたりする手口です。

相談事例

「あなたに悪霊がついている。悪霊を取り除くために壺を買いなさい」と言われ、高額な壺を購入してしまいました。

② 開運商法

「運気が上がる」「宝くじが当たる」などとうたって、お金を支払わせたり高額な開運グッズを購入させたりする手口です。

相談事例

雑誌の広告に掲載されていた開運プレスレットを購入したところ、次々に開運グッズを売りつけられたり、祈祷サービスの商品の契約をさせられた。



① 高額な商品や開運グッズ、祈祷サービスなどの勧誘を受けても、その場ですぐに返事しないようにしましょう。

② 冷静に判断できない状態で高額な商品や開運グッズ、祈祷サービスを購入してしまったら、8日を経過するまでであれば、クーリング・オフができます。

③ 不安をおおられながら勧誘を受けるなど、自分一人では対応できないと思ったら、すぐに消費生活センターに相談しましょう。

こたつでほっと一息。今月の新刊。

薫を匂い、春を寿ぐ しめ飾り造形とその技法
鈴木 安一郎・安藤 健浩 著 (誠文堂新光社)



しめ飾りは、新たな一年の実りと幸をもたらす「年神様」を迎え入れる飾りです。しめ飾りを作る楽しさがわかる一冊です。(花輪)

家庭料理の窓
木村 衣有子 著 (平凡社)



食の道を追求してきた作者が、「家庭料理のいまむかし」を紐解きます。東京と秋田を行き来する中で、食に関する風景も紹介しています。(十和田)

はたけの絵本
いわむら かずお 著 (創元社)



「いわむらかずお絵本の丘美術館」の農場での12カ月を描いた絵本で、野菜や動物が水彩の優しいタッチで描かれ、四季の移り変わりが感じられます。(花輪)

漢字の成り立ち図鑑
吉田 裕子 監修 (成美堂出版)



漢字の形にはそれぞれ意味があり、作られた背景や歴史を知ることによって理解が深まります。似た漢字との使い分けや慣用語、熟語も掲載しています。(十和田)

☎ 花輪図書館 (コモッセ内) ☎ 23-4471
十和田図書館 ☎ 35-3239

「あおぞらぶっく号」が走る
《今月の移動図書館巡回日》

- 花輪コース 12月1日(日)・15日(日)
- 尾去沢コース 12月2日(金)・16日(金)
- 毛馬内コース 12月6日(日)・20日(日)
- 大湯①コース 12月8日(日)、22日(日)
- 大湯②コース 12月9日(金)・23日(金)
- 八幡平コース 12月13日(日)・27日(日)



人口と世帯 (令和4年10月末現在)

男性: 13,569人
合計: 28,606人 (12,653世帯)
女性: 15,037人

※実際は蕾の状態でお届けします

春の予感
秋田県産
かづの
啓翁桜

事前注文受付中

贈答・家庭用の各種商品あり

夢を耕せ鹿角の里に!

さとう農園 佐藤 義隆 ☎ 0186-25-3455 (FAX兼用)
携帯 090-7931-9812

ご注文やお問合せは携帯電話かFAXで。折返し連絡いたします。

2023年度 見学もできます!

園児募集

入園申し込み 2022年 11月1日から開始

学校法人秋田カトリック学園
鹿角カトリック幼稚園

毎日給食 保育料無償化 ネイティブ講師による英会話教室

春休み・夏休み・冬休みも無料預かり保育 5時半までの延長保育 カワイ体育教室

お申込み・お問合せ 0186-35-2063

住所：鹿角市十和田毛馬内字下小路59-1
FAX：0186-35-3174
HP：http://kazunoyochien.com

ひよこ教室
未就園児対象の教室です。
遊びにきてね!

そうだ!! 補聴器の相談に行こう!

専門スタッフが丁寧にお教えします!

電池交換不要 防水・防塵機能付! 欲しいけどお値段が気になる...という方!

充電式補聴器 お手頃価格 片耳 50,000円~ 等々あります!

あなたに合わせた補聴器をご提案いたします

聴力測定 無料 補聴器1週間貸出

ご相談いつでもお待ちしております!

※消毒を行い、ソーシャルディスタンスを保って営業しております。
補聴器相談会当日は混雑が予想されますので、**ご来店予約**をおすすめ致します。

メーカー専門スタッフ来店! 花輪旭町店
補聴器相談会開催!!

12月5日 10:00~16:00 ご予約大歓迎!!
お気軽にお問い合わせ下さい。

☎0186-23-2441 毎週水曜 定休日

安心サポート!! メガネのタカヤは地域の方々のふれあいを大切にいたします。

メガネ時計 計の 2カヤ Tstyle
OPTICAL SHOP TAKAYA high quality non-uvor color-variation

花輪旭町店 ☎0186 (23) 2441
【営業時間】AM9:30~PM7:00 【定休日】毎週水曜日
秋田県鹿角市花輪字八正寺1-2

文化の社 交際 会館
小坂町 ローソン
北都銀行
まちなか オフィス
まちなか キヤノン サポートセンター
感動鹿角 パークホテル
秋田銀行
花輪郵便局
八幡平 駐車場あります

住まいのことなら
LIXILリフォームショップ 毎朝の雪かき 大変だなあ...

今から準備してはいかがですか

これからの冬は ヒートポンプ方式融雪で エコノミー&エコロジー

雪かきに、空気の流れ。

たいへんな雪かきが、空気のエネルギーでラクラク。そのうえ高効率ヒートポンプでぐんと経済的。

住宅・ご家庭の玄関前や駐車場の融雪にぴったり!

まずはお気軽にご相談ください。最適な融雪プランをご提案します。

住宅リフォームのベストパートナー
LIXILリフォームショップ ライファかづの

大館桂工業株式会社
〒018-5201 秋田県鹿角市花輪字赤川14-4

お問い合わせ 0186-25-2055
http://lifa-kazuno.com/

ライファかづの 検索