

広報

2018
No.932

12

きりたんぽを楽しむ

11月11日「きりたんぽの日」に、きりたんぽ発祥まつりが行われ、多くの来場者が道の駅かつのあんたらあに訪れました。(関連記事は3ページ)



Contents

今年も冬がやってきました

4. 除排雪作業にご協力をお願いします

人事行政の運営等の状況を公表

8. 鹿角市職員の給与と定員管理

国際交流員ダンコー・アンドレアさんの
ハイラ

12. HAJRÁ KAZUNO!



リンゴもぎの楽しさ 発見りんご収穫祭

市役所敷地内のりんごの収穫時期に合わせて毎年行っているりんごの収穫祭が11月6日に開催されました。

収穫祭には、花輪にこにこ保育園とわんぱくはうすの園児が参加し、りんごもぎ方を教わった後、収穫作業を行いました。収穫したりんごを試食した園児らは「おいしい」と喜んでいました。



やさしく
かしこく
たくましく

143年の歴史を振り返る 末広小学校 閉校記念式典

10月28日に、来年度から十和田小学校と統合する末広小学校で、閉校に先立って記念式典が行われました。末広小学校は、地域の方々と一緒に行う運動会や餅つき、全校生徒でのハンドベル演奏など特徴的な活動を行ってきました。地域に根ざした活動を行ってきたこともあり、旧職員や保護者のほか、多くの地域の方々が式典に足を運んでいました。



式典では、「末広小学校143年のあゆみ」と題したスライドショーの上映や、全校生徒によるハンドベル演奏合唱が行われました。会場のあちこちでは、あふれる思い出に涙ぐむ姿がみられました。児童からは「学校は無くなったも、地域の方々と一緒に運動会などをやっていきたい」という声が聞かれるなど、地域のつながりを深める式典となりました。



響け 鹿角の里へ 鹿角音楽祭

11月3日に鹿角音楽祭が文化の杜交流館コモッセ文化ホールで行われました。

花輪第二中学校の琴の演奏で幕が開け、第一部では合唱や合奏が、第二部ではバンドやミュージックパフォーマンスが行われました。市内小・中学校の代表それぞれが合唱や演奏を堂々と披露し、観客はその美しい音色に聞き入っていました。



鹿角産そばを食べ比べ そばつごまつり

11月4日、鹿角産そばを広く知ってもらう「第7回鹿角そばつごまつり」が道の駅かつのあんたらあで開催されました。

市内のそば屋や生産者などが自慢のそばを振る舞い、来場者は美味しそうに鹿角産そばを味わっていました。また、そば打ち体験コーナーでは、楽しみながらも真剣な表情でそば作りに取り組む姿が見られました。



たんぽ小町ちゃんの 誕生日を祝うきりたんぽ発祥まつり

「きりたんぽの日」11月11日に道の駅かつのあんたらあで「きりたんぽ発祥まつり」が開催されました。この日はたんぽ小町ちゃんの誕生日で、オープニングでは保育園児が誕生日の祝福をしました。

会場には発祥の地ならではの「山子鍋」をはじめ、さまざまなきりたんぽ鍋が用意されており、来場者は舌鼓を打ちながら楽しんでいました。



小中学生が地域の強 みを考えるしばひら 起業体験フォーラム

今年度、平元小学校、花輪北小学校、花輪第二中学校の3校では、地域の強みを活かした会社の立ち上げを考える取り組みが行われており、その発表会が11月8日、花輪第二中学校で開催されました。

児童生徒からは、地域柄親しみのあるリンゴや米の販売などさまざまな事業計画が発表され、その精緻さに誰もが舌を巻いていました。



今年も冬がやってきました 除排雪作業にご協力をお願いします

市では、通勤・通学などの道路交通の安全確保のため、除雪計画を定めて取り組んでいます。除排雪作業をより効果的なものとするため、皆さまのご協力をお願いします。



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
米代川の用野目橋上流付近
- 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

問い合わせ

【国道と県道】 鹿角地域振興局 建設部 ☎23-2316
【市 道】 都市整備課 道路河川班 ☎30-0263

除雪車による作業

一日の積雪が10cm以上（3月は15cm以上）で除雪車が出動します。作業時間は早朝2時～7時の予定です。積雪の状況によりこの時間帯のほかに出動する場合があります。

玄関先の除雪にご協力を

道路を除雪した後は玄関先や車庫前をふさ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、高齢者世帯や一人暮らしの方々の玄関先などは、地域で声をかけ合って除雪にご協力ください。（高齢者世帯などの間口除雪の支援はP6参照）

車道に雪を出さない

除雪後に宅地や駐車場などから再び道路に雪が押し出されていることがあります。

これらの雪が交通事故や渋滞の原因となることがありますので、道路外へ片づけてください。

屋根の雪にも対処を

軒先から道路への落雪は、通行の妨げとなるだけでなく、人命に関わる重大事故を引き起こすおそれがあります。

危険な場所については、雪止めを設置したり、こまめに雪下ろしをするなど、十分に安全対策をしてください。

路上駐車はやめましょう

1台でも路上駐車があると除雪車が入れず除雪ができないことがあります。

駐車は自宅敷地や駐車場にしましょう。

側溝のふたを閉める

側溝のふたが路面より高くなっていると、除雪したときにふたを破損してしまうことがあります。

ふたを上げた場合は、道路除雪前にきちんとふたを閉めてください。

側溝などに雪を捨てない

片づけた雪を側溝・用水路などに捨てると、下流で詰まって水があふれ、浸水被害を引き起こすおそれがあります。

側溝・用水路などには雪を捨てないようにしましょう。

問い合わせは自治会単位で

電話による問い合わせが多くなると、現場での対応が遅れてしまいます。

効率良く対応できるように、できるだけ自治会内で取りまとめからお問い合わせください。

雪置場の提供を

降雪が続き、除雪作業が連続すると雪を置く場所がなくなり、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、雪置場としての提供をご検討ください。

よくある問い合わせ

Q 除雪する道路の順番はどうやって決めているのですか。

A バス路線、幹線道路、住宅地の順番で、早朝までに完了するよう除雪を行っています。

Q 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？

A 冬期間の生活が確保されるように、地域に必要な道路を選んで除雪しています。耕作地内道路など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。



高齢者世帯などの間口除雪の支援

市では、日常生活を維持するため、高齢者世帯などの間口除雪への支援を行っています。
ご近所や家族・親族など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、歩いて通れる幅の分（車が入り得る幅、屋根からの落雪や通路でない部分などは対象外）

実施基準

その日の朝までに雪が10cm以上降り積もった場合

自己負担額

330円（1回1時間まで）
※1カ月分をまとめて、作業実施者であるシルバー人材センターに支払ってください。（例：10回作業した場合は3300円）



自治会などによる間口除雪

市では、地域の高齢者世帯の間口除雪を実施する自治会などに対し、間口除雪の委託を行います。高齢者世帯への支援を行っています。

住民同士のエえ合いで、冬期間も安心・安全な地域づくりに取り組み自治会などを募集します。

対象者

地域に居住するおおむね65歳以上の一人暮らし世帯または高齢者のみの世帯の、日々の間口除雪を行う自治会など

間地域包括支援センター
☎30-0103

間地域包括支援センター
☎30-0103

高齢者世帯などの雪下ろし・除排雪にかかる費用の助成

高齢者世帯などでは、自力での雪下ろしが困難であり、また無理な作業は転落事故の要因となります。

市では、高齢者世帯など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ています。

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もなく、市税などを滞納していない世帯

- ① 70歳以上の高齢者のみの世帯
- ② 等級が1級または2級の身体障がい者のみの世帯

※日常的な敷地内の除雪作業は対象となりません。

助成対象となる作業
対象となる世帯が現に居住する家屋（1戸建・持ち家に限る）で、平成31年3月20日（日）までに業者などに依頼して行った次の作業。

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

助成額
1回の除雪作業に要した費用の2分の1

- 市県民税非課税世帯／1回あたり2万円を上限とし、2回まで
- 市県民税課税世帯／1回あたり1万円を上限とし、2回まで

※申請期限
平成31年3月25日（日）

間長寿支援課 長寿生活班
☎30-0234

利用手続き

- ① 作業の依頼
業者へ直接依頼してください。
助成対象期間は、平成30年12月1日（土）から平成31年3月20日（日）までの作業です。
業者以外へ作業を依頼した場合でも提出書類などが揃えば補助対象となります。

- ② 作業にあたって
作業の際は、実施前・実施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へ依頼してください。



- ③ 作業終了後
業者へ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（〇〇様宅など） ●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 市へ書類を提出
補助金交付申請書に次の書類を添えて福祉保健センターまたは各支所へ提出してください。
●領収書の写し ●実施前・実施後の写真

- ⑤ 審査・補助金の振り込み
市の審査後、助成対象となる方に、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

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たまった雪の除排雪支援です。おおむね1～2回の活動です。協力していただける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。
☎ 社会福祉協議会 ☎23-2165

業者への雪下ろし依頼について

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。作業の前に業者と良く話し合ってから依頼するようお願いします。
●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。

給与と定員管理

市 職員の給与等の実態について、平成29年度の状況をお知らせします。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、平成29年度のラスパイレース指数※は98・1となっております。

※ラスパイレース指数とは、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。

6 初任給、経験年数別・学歴別平均給料月額 (平成30年4月1日現在)

区分	初任級	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	179,643円 (178,200円)	247,179円 (289,455円)	299,417円 (331,894円)
	高校卒	147,283円 (146,100円)	230,384円 (241,082円)	253,839円 (283,834円)

※ ()は国の数値で、現在公表されている平成29年4月1日現在のものです。

7 職員手当の状況

時間外勤務手当

区分	支給総額	職員1人当たり支給年額
平成29年度	4,896万5千円	23万5千円
平成28年度	5,040万2千円	24万8千円

期末(※1)・勤勉手当(※2)の支給割合 (平成29年度)

区分	期末手当	勤勉手当	計	総支給割合
6月期	1.175月分	0.8月分	1.975月分	4.15月分
12月期	1.325月分	0.85月分	2.175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 (平成29年度支給割合)

区分	退職事由	
	自己都合	応募・定年
勤続年数	20年	20.445月分
	25年	29.145月分
	30年	36.105月分
	35年	41.325月分
最高限度額	49.59月分	49.59月分
1人当たり平均支給額	-	1,793万円

※ 平成29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	平成30年	平成29年
議会・総務・税務	97人	98人
農水・労働・商工・土木	61人	59人
民生・衛生	46人	49人
教育	32人	31人
その他(※)	29人	29人
計	265人	266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 (平成29年度)

区分	内容	金額
扶養手当	配偶者	10,000円
	配偶者以外(子)	8,000円
	配偶者以外(子以外)	6,500円
	配偶者のない職員の扶養親族1人目(子)	10,000円
	配偶者のない職員の扶養親族1人目(子以外)	9,000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
	交通用具使用者支給限度額	31,600円
住居手当	借家・借間支給限度額	27,000円
管理職手当	職務の級が6級以上の職員	28,800円～57,500円

特殊勤務手当 (平成29年度実績)

区分	支給額	
職員全体に占める手当支給職員の割合	12.0%	
支給職員1人当たり平均支給年額	11,559円	
主な手当	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に従事	1日につき300円

9 特別職の報酬等の状況 (平成30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 1.525月分
12月期 1.625月分
計 3.15月分

1 勤務条件 (平成30年4月1日現在)

休暇制度等の状況

種類	内容
年次休暇	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(出産休暇等)
介護休暇	配偶者、父母等の介護をするため、勤務を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

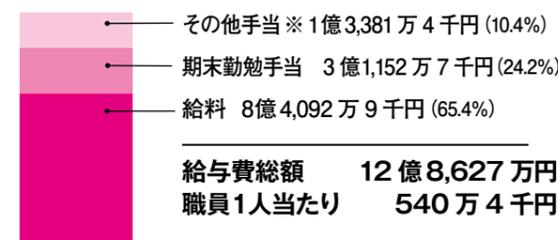
週の勤務時間数	始業時刻	終業時刻	休憩時間
38時間45分 (1日7時間45分×5日)	8時30分	17時15分	12時～13時

2 人件費の状況 (平成29年度決算より)

住民基本台帳人口	歳出額(A)	人件費(B)	人件費率(B/A)	28年度の人件費率
31,340人(H30.3.31現在)	181億4,470万6千円	19億9,318万9千円	11.0%	11.0%

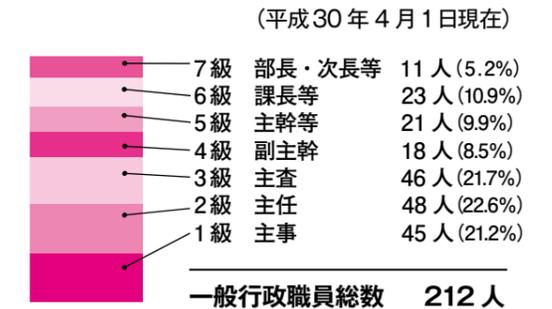
※ 人件費には、一般職、特別職の職員に支給する給与、報酬のほか、健康保険・年金・退職手当の負担金などが含まれています。

3 職員給与費の状況 (平成30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、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 (平成30年4月1日現在)



5 平均給料・給与(※1)月額・平均年齢 (平成30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	295,013円	337,897円	39.4歳
	国(※2)	330,531円	410,719円	43.6歳

※1 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。

※2 国の数値は、現在公表されている平成29年4月1日現在のものです。



平成30年度 辞令交付式

お気軽にご利用ください

12月4日(火)～10日(月)は人権週間です

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、お気軽にご利用ください。

人権擁護委員の方々

安倍憲吉さん(八幡平) / 佐々木忠臣さん(八幡平) / 工藤トモ子さん(尾去沢) / 青山武夫さん(花輪) / 瀬川悦子さん(花輪) / 関真澄さん(花輪) / 木下フサさん(十和田) / 沢田正さん(十和田) / 小館洋子さん(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(受付は市民共動課)
 - ▶内容 いじめ、嫌がらせ、行政への苦情 など
- ※予約は不要です。

●啓発活動

- 市内中学生を一日人権擁護委員に委嘱して啓発を行います。
- ▶日時 12月1日(土) 11時～12時
 - ▶場所 ユニバース毛馬内店

☎市民共動課 共動推進班 ☎30-0202

みんな誰かのゲートキーパー

12月1日(土)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。あなたの周りにも悩みを抱えている人がいるかもしれません。①～⑤を実践して、みんなで自殺を予防しましょう。

- ①気づき ②声かけ ③傾聴 ④専門家につなぐ ⑤見守り

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 (予約先)

臨床心理士が悩みを聴きます。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ください。秘密は厳守します。予約が必要です。
※相談の日は10時～16時で1時間程度、場所は相談者にあわせて調整します。

●ウェブ相談 <https://familycare.sociohealth.co.jp>

ウェブページの「ファミリーケアネットワーク」(上記)にアクセスし、959783を入力してログインします。ページにあるメニュー下段左「ウェブ相談窓口」をクリックして、案内に従いながらご利用ください。

たんぼ小町ちゃんが祝福

オリジナル婚姻届をご利用ください

鹿角市オリジナルの婚姻届を作成しました。きりたんぼ発祥の地鹿角イメージキャラクター「たんぼ小町ちゃん」の背景に、市の花「ベニヤマザクラ」、特産品の「りんご」、「桃」をあしらった、かわいらしいデザインです。市民課、各支所、市民サービス窓口で配付しており、市のホームページからもダウンロードできます。他市区町村への届け出にも使用できます。
※提出するときは、A3サイズ(297mm×420mm)で印刷したものをご利用ください。



☎市民課 戸籍年金班 ☎30-0221

●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といつでも電話で相談ができます。

●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
アンコールやギャンブルなどで困っていませんか。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。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)とお茶を飲みながら、ゆっくりと話ができます。

場所	日時
花輪 関善賑わい屋敷	毎月8・18・28日 9時30分～11時30分
毛馬内 どもっこ(月山神社里宮向かい)	毎月2・12・22日 9時30分～11時30分

※ゲートキーパーとは、悩んでいる人、つらい気持ちの人の身近な支えになる人です。

☎いきいき健康課 ☎30-0119



12月3日(月)～9日(日)は障害者週間です ヘルプマーク・ヘルプカードの配布

障害者週間は、障がい者が社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に参加することを促進するために設けられたものです。

市では、障がいのある人に対する関心や理解を深めるため、「ヘルプマーク・ヘルプカード」の配布を行っています。詳しくは、下記までお問い合わせください。



※ヘルプマーク・ヘルプカードは、配慮や支援が必要な方が身に付けています。見かけた方は、思いやりのある行動をお願いします。

☎福祉課 地域福祉班 ☎30-0647

新しい学校給食センター

給食用食材納入業者説明会の開催

平成31年4月開設予定の学校給食センター(提供食数2,400食)の給食用食材納入業者説明会を開催します。新規に給食用食材の納入を希望する方はお申し込みください。

- ▶日時 12月19日(金) 15時～(受付14時45分～)
- ▶場所 学校給食センター(記念スポーツセンター裏)
- ▶内容 登録手続きについて
※終了後、施設の内覧を予定しています。
- ▶対象者 秋田県内に事業所を有する者
- ▶申込方法 12月14日(金)までに、総務学事課(☎30-0291)へ電話で申し込みください。



☎総務学事課 学事指導班 ☎30-0291

急がずに マナーとゆとりで 交通安全 年末の交通安全運動

路面の凍結や降雪による視界不良が起こりやすい時期です。ドライバーの皆さんは冬道に配慮した運転を心掛けましょう。

夕暮れから夜間の交通事故を防止するため、歩行者は反射材の着用を、自動車の運転者は早めの点灯、ハイビームの活用を実践しましょう。

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。

▶運動期間 12月11日(火)～20日(金)

12月は「飲酒運転追放県民運動」の強調期間

忘年会や帰省シーズンなど、お酒の席が増える時期でもあります。家庭・職場・地域が一体となり、飲酒運転をしない、させない環境づくりを目指しましょう。

▶強調期間 12月1日(土)～31日(月)

☎市民共動課 環境生活班 ☎30-0224



平成31年4月1日(月)から

市庁舎敷地内の全面禁煙

利用者の健康保持と快適な施設環境づくりのため市役所敷地内(本庁舎・交流センター・記念スポーツセンター・山村開発センター・農業総合支援センター)を、平成31年4月1日(月)から敷地内全面禁煙とします。

来年4月以降は、平日や土日祝日、各種イベント開催時に関わらず、駐車場を含む全ての敷地内で喫煙できませんので、ご理解とご協力をお願いします。



☎総務課 行政班 ☎30-0203

まなびいウィンドウ

みんなで楽しく学ぼう！生涯学習 教育委員会生涯学習課 ☎30-0292

marcot マナビィ

生涯学習の“学ぶ、とみつばちの”Bee、を合わせて名づけられた生涯学習のマスコットマークです。



鹿角 GENKI カレッジ 塾生募集中

自ら学び、学んだ知識を活かして、地域や社会に参画し、行動する人材を育成するため、さまざまな分野の学習機会を提供する「鹿角GENKIカレッジ」を開催しています。年度途中からの参加も大歓迎です。

☆講座の開催状況

生涯学習課 社会教育班 ☎30-0292



チャレンジに失敗はない

講師：阿部 雅龍 氏 (冒険家)

秋田県出身の冒険家であり、今年県内を人力車で巡る冒険に挑戦した講師から、夢を持つこと、失敗を恐れず挑戦し続けることの大切さについて講演いただきました。



相手に伝えたい話し方と相手を想う聞き方

講師：後藤 のり子 氏 (フリーアナウンサー)

話すこと、聞くことのプロフェッショナルである講師から、実践を交えたコミュニケーションの技法を学びました。

塾生の活動を支援します みらい輝く人材育成 事業補助金

助成対象 鹿角GENKIカレッジの塾生および修了後3年以内の修了生が主体の成人団体が行う、地域づくり、地域活性化、文化継承などを目的とした、実践活動や研修会、講演会。

助成額 事業費の2/3、上限30万円

☆今後の講座開催予定

- ◎2月3日 歴史講座「鹿角の学府 泉沢塾から寸陰館、そして学制へ」
- ◎2月24日 アンガーマネジメント講座

わくわく土曜教室～小中学生向け土曜日開催イベント～

オール・THE・チャレンジ ハンドメイドに挑戦

- 日時 12月22日 9時30分～12時
- 場所 花輪市民センター創作室 (コモッセ内)
- 内容 おでかけポシェット、フェルトの小物入れ作り
- 講師 宮本 美加子 氏
- 対象 市内在住の小中学生
- 参加費 500円
- 定員 30人
- 申し込み 12月3日 開始、定員になり次第締切



先人顕彰館 湖南を知る会

- 日時 12月15日 13時30分～15時
- 内容 父 内藤十湾から湖南に宛てた書簡 (明治18年3月) の解説
- 講師 高木 英子 氏

声かけ運動を実施しています

12月5日 7時15分～8時

登校中の子どもたちに「おはよう」や「気をつけてね」などの声かけをお願いします。

生涯学習課 社会教育班 ☎30-0292

歴史民俗資料館 企画展 古代の舞 大日堂舞楽と関連する神社

大日堂の再建時に伝わった舞楽と、関連する周辺の大日神社の由来を紹介します。



- 期間 12月4日～28日 (最終日は12時まで)
- 場所 特別展示室
- 見学料 無料

年末年始休館日 (社会教育施設)

- 期間 12月29日～平成31年1月3日
- 休館施設 先人顕彰館、大湯ストーンサークル館、文化の杜交流館コモッセ、図書館、歴史民俗資料館

行政インフォメーション

12月1日 田リニューアル公開 市ホームページを更新します

市のホームページが、12月1日 田から、全面的に新しくなります。

以前よりシンプルな画面構成ですが、検索ルートをわかりやすくしたほか、良く検索されるページのショートカットや目的の情報までどり着きやすくするナビゲーション機能など、使いやすくグレードアップしています。

スマートフォンでの使いやすさも考えて構成しています。ぜひご利用ください。



新ホームページトップ画面

政策企画課 政策推進班 ☎30-0205

ご確認ください 12月11日 田は児童扶養手当の支給日です

児童扶養手当は、父母の離婚などにより父または母と生計を同じくしていない児童を養育しているひとり親家庭などに支給されます。

今回は8月分から11月分を受給者の口座に振り込みますので、ご確認ください (通知はありません)。

◆児童扶養手当法の一部改正により、今回の支給分から「全部支給」の対象となる人の所得限度額が引き上げとなります。

扶養親族数	全部支給の対象となる所得額	
	平成30年7月分まで	平成30年8月分から
0人	19万円まで	49万円まで
1人	57万円まで	87万円まで
2人	95万円まで	125万円まで
3人以上	以下38万円ずつ加算	以下38万円ずつ加算

福祉課 子育て支援班 ☎30-0235

中央ヨーロッパに位置し、オーストリア・スロベニア・スロバキア・ウクライナ・ルーマニア・セルビア・クロアチアに囲まれた内陸国「ハンガリー」



国際交流員ダンコー・アンドレアさんの HAJRAKAZUNO!

※「ハイラー」はハンガリー語で「福張れ」の意味



ハンガリーのクリスマス
12月は子どもたちにとって待ちに待った時期となります。ハンガリーでは12月1日から24日までの日数を表示した、カードを準備します。カレンダーの数字の小さな箱にはチョコや可愛い小物などのプレゼントが入っています。子どもたちはクリスマスまで毎日箱を楽しみに開けていきながらクリスマスを楽しみます。



アドベントカレンダー

また、ハンガリーではサンタクロースのことをMikulásと呼び、12月6日が聖Miklosの日となっていて、この日にサンタクロースからサンタの形をしたチョコなどのプレゼントをもらいます。子どもたちは、前日5日にサンタクロースが見つけやすいように自分のブーツや靴をきれいに

にして窓辺に置いておきますが、良い子にはチョコなどのお菓子が入っていて、悪い子には小さなほうきやジャガイモ、炭などが入っています。市役所の1階市民ホールにある国際交流員コーナーにプレゼント入りサンタさんを飾っていますので、もしよかったらもってくださいね。



国際交流員コーナー

それから、12月24日までにMénzesという蜂蜜とシナモンを入れたクッキーを焼いて、チョコや粉砂糖で好きなように飾り、プレゼントしたりツリーに飾ったりしてクリスマス家族で楽しみます。12月8日には、私と一緒にこのクッキーを作る国際交流協会のイベントがありますので、ぜひご参加ください。ではみなさん、楽しいクリスマスをお過ごしください。

けんこう通信

Photo Smile

保健情報を毎月お届け さいきいき健康課 ☎30-0119



■保健事業カレンダー

※(花)(八)(尾)(十)(大)は、花輪・八幡平・尾去沢・十和田・大湯を指します。

とき	内容	対象	受付時間	ところ
7日(金)	3歳児健診	平成27年7月生(十、大)、8月生(花、十、大)	12時45分～13時	福祉保健センター
12日(木)	3～4か月児健診	平成30年8月生(全地区)	12時45分～13時	
13日(木)	1歳6か月児健診	平成29年3月生(十、大)、4月生(花)	12時45分～13時	
17日(月)	5歳児すくすく健康相談	保育園などから連絡があります	12時45分～13時	
19日(水)	乳児相談(4～5カ月児)	平成30年7月生(全地区)	9時45分～10時	

■在宅当番医(あんしん医療連携事業)

当番医はテレフォン病院24(☎0120-959-783)でも確認できます。

とき	病院名	とき	病院名
1日(土)	福永医院 ☎35-3117	16日(日)	本田医院 ☎35-3002
2日(日)	小坂町診療所 ☎29-5500	17日(月)	福永医院 ☎35-3117
3日(月)	いけがみクリニック ☎30-0111	18日(火)	いけがみクリニック ☎30-0111
4日(火)	大里医院 ☎22-1251	19日(水)	長橋医院 ☎23-7612
5日(水)	三ヶ田医院 ☎31-1231	20日(木)	小坂町診療所 ☎29-5500
6日(木)	本田医院 ☎35-3002	21日(金)	なかのクリニック ☎22-7335
7日(金)	笹村整形外科 ☎30-0035	22日(土)	鹿角中央病院 ☎23-4131
8日(土)	長橋医院 ☎23-7612	23日(日)	かつの厚生病院 ☎23-2111
9日(日)	かつの厚生病院 ☎23-2111	24日(月)	福永医院 ☎35-3117
10日(月)	小坂町診療所 ☎29-5500	25日(火)	大湯リハビリ病院 ☎37-3511
11日(火)	なかのクリニック ☎22-7335	26日(水)	長橋医院 ☎23-7612
12日(水)	鹿角中央病院 ☎23-4131	27日(木)	鹿角中央病院 ☎23-4131
13日(木)	大里医院 ☎22-1251	28日(金)	三ヶ田医院 ☎31-1231
14日(金)	大湯リハビリ病院 ☎37-3511	29日(土)	笹村整形外科 ☎30-0035
15日(土)	笹村整形外科 ☎30-0035	30日(日)	大里医院 ☎22-1251
	※かつの厚生病院の入口は、「救急入口」となります。	31日(月)	本田医院 ☎35-3002

月曜から土曜は17時～20時、日曜祝日は9時～20時
(12月29日(土)～1月3日(水)は9時～20時になります)
1月1日(水)は長橋医院、2日(木)は大湯リハビリ病院、3日(金)は小坂町診療所

大腸がん検診の検便回収

今年度最後の回収です。忘れていた方は提出をお願いします。

◆日時 12月6日(水)8時30分～13時
◆場所 福祉保健センター・十和田市民センター

■献血車訪問

とき	受付時間	ところ
	9時～11時	鹿角地域振興局
19日(水)	11時45分～12時45分	株柳澤鉄工所
	14時45分～16時30分	かつの厚生病院
20日(木)	9時～11時15分	鹿角市役所
	12時30分～15時30分	

*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。

医師確保に関する情報交換会

今年4月から任用した「地域医療推進員」の活動や、医師確保に向けた市の対策を説明します。参加無料、予約不要で、どなたでも参加できます。

特に、医師確保につながる情報やご意見をお持ちの方のご参加をお待ちしています。

◆日時 12月9日(水)14時～16時
◆場所 福祉保健センター2階研修室

子宮がん・乳がん検診の受付

希望される方はさいきいき健康課(☎30-0119)まで電話で予約してください。予約は市ホームページからインターネットでもできます。

◆予約期間 平成31年1月31日(木)まで
(検診は平成31年2月28日(木)まで)

◆検診場所 かつの厚生病院(子宮がん・乳がん検診)
いけがみクリニック(子宮がん検診)

◆予約方法

①さいきいき健康課(☎30-0119)へ電話
②インターネットで予約
市ホームページから「くらし・手続き」→「保健・健康」→「各種健診・がん検診」→「がん検診」→「平成30年度がん検診インターネット予約」

上手な医療機関のかかり方

国保の

広の

問市民課 国保医療班
☎30-0222

国保加入者の医療費に対する保険給付の財源は、皆さまの国保税です。

医療費が増えると国保税の見直しにつながります。

医療機関のかかり方や健康づくりを意識して、医療費を抑えていきましょう。

かかりつけ医を持ちましょう

風邪などの軽い症状であれば、身近な診療所でも治療内容は変わりません。

自宅近くの診療所を選んでかかりつけ医を持ち、健康に不安を感じたときは、最初に相談しましょう。必要な場合には大きな病院を紹介してもらえらるなど、スムーズな診療を受けることができます。

重複受診はやめましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診することは控えましょう。

医療機関を変更すると、その都度初診料が発生し、医療費が増加します。

また、主治医に相談せず他の医療機関を受診すると、同じ検査や投薬により、かえって悪影響を及ぼすおそれがあります。

なお、セカンドオピニオンとは、患者が主治医に相談した上で主治医以外の意見を聞くことです。主治医に相談なく他の医療機関を受診することではありません。



12月の運動教室

どなたでも無料で参加できます。参加希望の方は、市民課国保医療班へ前日までに電話にてお申し込みください。

教室	日時	場所	必要なもの
ストレッチボール教室(さんさんレディースクラブ)	3日(月)10時～	記念スポーツセンター	運動ぐつ、水分補給の飲料
浅利ゆみ先生の健康体操教室(スマイル教室)	11日(火)13時30分～	多世代交流スペース まちっこ	水分補給の飲料
ココから体操教室(華美会)	14日(金)10時～	大湯温泉保養センター 湯都里	運動ぐつ、スポーツタオル、水分補給の飲料
ゆったりヨガ教室(くびれてみヨガ)	14日(金)10時15分～	花輪市民センター(コモッセ内)	ヨガマットまたは大判バスタオル、水分補給の飲料
ちょ筋ストレッチ(ホリデーサークル)	23日(日)10時～	福祉プラザ	ヨガマットまたは大判バスタオル、水分補給の飲料
リズム運動教室(ヘルスデザイン)	26日(水)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

※無料託児を利用される方は、1週間前までにお申し込みください。

診療時間内に受診しましょう

休日や夜間の救急医療機関は、緊急性の高い方を受け入れるためのものです。医療費も高く設定されています。休日や夜間に受診しようとする前にテレフォン病院24を利用するなど、平日の時間内に受診することができないのか、もう一度考えてみましょう。

薬を正しく使いましょう

薬の飲み合わせによっては、副作用が生じる場合があります。「お薬手帳」を利用したり、服用中の薬を医師や薬剤師に伝え、飲み合わせに注意しましょう。余っている薬がある場合は、医師や薬剤師に相談しましょう。



※12月の骨密度測定会&ナトカリ比測定会 日時:20日(水)14時～15時 場所:十和田市民センター

鹿角の企業 いいね!

問 産業活力課 商工振興班
☎ 30-0250

第19回 千歳盛酒造株式会社

会社概要

創業は明治5年で尾去沢鉦山の隆盛と共に歩んできました。昭和13年には、全国清酒品評会で名誉賞をいただき、戦後も県の品評会で首席優等賞を受賞しています。

昭和40年代、日本酒製造の効率化を図るため、大館に移転しましたが、鹿角での酒造りを復活させようと、昭和62年に再び鹿角に酒蔵を作り、製造体制を確立しました。造った日本酒には、不老長寿の願いを込めて「千歳」と命名しましたが、平成4年に世の繁栄と人々の長寿を願うという意味で「盛」の文字を加え、現在の「千歳盛」となりました。



今年10月に、主力商品名を幅広く認知いただくため、かづの銘酒株式会社から千歳盛酒造株式会社に変更しました。

●千歳盛酒造株式会社
所在地 花輪字中花輪 29 番地
創立 明治5年
代表者 代表取締役 村上 雅彦
連絡先 ☎ 23-2053
ホームページ
<http://www.osake.or.jp/kuramoto/iframe/d141.html>

社員から

- ①わたしの性格 ②わたしの仕事の必需品
- ③わたしの娯楽 (趣味など)



かづゆき 児玉 和幸さん

- ①こだわりが強く、職人気質だと思います。
- ②防水、防寒、防滑の三拍子がそろったカナダ製の長靴です。
- ③車いじりや海釣りです。バスケットボールも好きなので、ハピネットの開幕戦の応援に行ってきました。

代表から

取締役 工藤 功一さん



鹿角は、寒冷な気候や、発酵に有効な成分が多く含まれる水があり、日本酒造りに適した地域です。

長年造り続けてきた日本酒の「千歳盛」は地元の皆さまに愛されてきました。鹿角唯一の酒蔵として、鹿角の酒造りの火を消すことなく地域の役に立てる酒蔵であり続けたいと考えています。

千歳盛を含め、約20種類の日本酒を製造しています



麹造りは、温度と湿度を保った部屋で行います



厳寒の時期に仕込みタンクで日本酒を造ります



ホームページで地元企業のPR動画を公開しています

<http://www.city.kazuno.akita.jp/iine/companyvideo.html>



生き活き 長寿ワールド

高齢者や介護保険に関する情報をお知らせします

問 長寿支援課 長寿生活班 ☎ 30-0234



1

こたつに入って体がポカポカ。
「そろそろお風呂にでも入ろうかな」

血圧 → 正常

2

「お風呂に入るのはいいけど寒い〜。」

血圧 → 上昇

3

「お風呂はええのお〜。」

血圧 → 上昇して下がる

4

お風呂から上がると「やっぱり寒い〜。」

脳卒中 心筋梗塞

血圧 → 上昇

目指せ「健康寿命県内一」
ヒートショックにご注意ください

ヒートショックとは、寒さが本格的になるこの時期、入浴時など急激な温度変化により脈拍や血圧が大きく変動し、身体へ悪影響を及ぼすことをいい、脳卒中や心筋梗塞などの深刻な病気につながる可能性があります。市内では、昨年度7人がヒートショックとみられる症状で救急搬送されました。全国では高齢者が屋内で死亡する原因の4分の1を占めます。ヒートショックを予防し、安心して冬場を過ごしましょう。

- ### ヒートショック防止のポイント
- ①風呂の温度を41度以下にする。
 - ②浴槽のふたを開け、浴室を暖めておく。
 - ③入浴前に、浴室にお湯をかける。
 - ④湯船から急に立ち上がらない。
 - ⑤家の中の温度差を少なくする。トイレや洗面所、脱衣所などを暖かくする。

家族介護者交流会

介護者同士の交流や情報交換を通じて介護者ご自身の健康づくり・心身のリフレッシュを図ります。在宅で介護している介護者の方ならどなたでも参加できます。(年6回開催)

問 鹿角市社会福祉協議会
☎ 23・2165

○12月の家族介護者交流会
▼日時 12月20日 10時〜12時
▼場所 十和田市民センター 小会議室
▼内容 「介護疲れをリフレッシュ」クリスマスリースなどの作品作り、情報交換など

今月のいきいき学級

高齢者の健康づくり・いきがいづくりなど介護予防活動の一環として開催しています。ぜひご参加ください。申し込みは各会場をお願いします。

日にち	時間	場所	内容	講師
5日 月	13時~15時	大湯温泉保養センター 湯都里 ☎ 37-3188	干支飾り作り	湯都里職員
14日 金	10時~11時 30分	高齢者センター(福祉プラザ) ☎ 23-8480	音楽療法	田口 諒也 氏
	13時 30分 ~15時	尾去沢デイサービスセンター ☎ 23-2770		

介護保険制度説明会

65歳を迎える方を対象に、毎月説明会を開催しています。対象者以外の方も参加できますので、お気軽にお越しください。

問 長寿支援課 長寿生活班
☎ 30・0234

▼日時 12月20日 10時〜11時
▼場所 福祉保健センター

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8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

ごみ収集 年末年始の休業

ごみ収集
休業日…平成31年1月1日
3日
ごみ焼却場(持ち込み受付)
休業日…12月30日、平成31年1月3日

◆ごみは、次の収集日まで自宅で保管するようお願いいたします。集積所には、収集当日の8時までに出示してください。
◎鹿角広域行政組合
☎22・2611

し尿汲み取り 年末年始の休業

休業日…12月29日、平成31年1月3日
◆年末年始のし尿くみ取りは、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

不燃物投棄場 年末年始の休業

休業日…12月31日、平成31年1月4日
※毎週木曜日から土曜日まで通常の開場日です。
◎市民共働課 環境生活班
☎30・0224

大湯温泉保養センター 湯都里 年末年始の営業

開館時間を変更して、年末年始の営業を行います。
開館時間一覧
◎12月29日、30日 9時～20時
◎12月31日 9時～15時
◎平成31年1月1日 休業
◎平成31年1月2日 9時～3日 9時～15時
◎平成31年1月4日 浴場営業のみ15時～20時
◎大湯温泉保養センター湯都里
☎37・3188

CI-RANDYと作る Xmasクッキー作製会

日時…12月8日 10時～
場所…花輪市民センター調理室(コモッセ内)
持ち物…エプロン、筆記用具
※詳しくはお問い合わせください。
◎鹿角国際交流協会
☎30・0500

花輪図書館イベント

◎古文書読み方講座
日時…12月20日 13時30分～15時
場所…花輪市民センター会議室(コモッセ内)
内容…尾去沢銅山年中行事、内藤調一の出陣日記など
◎ハッピークリスマス会
日時…12月22日 11時～12時
場所…花輪図書館
内容…クリスマススペシャルおなはし会、工作会
◎花輪図書館
☎23・4471

交通事故相談

交通事故に係る損害賠償問題の解決を弁護士がお手伝いします。相談は無料です。
相談予約…9時～17時(土日祝日・年末年始を除く)
◎交通事故紛争処理センター
☎022・263・7231

あきた結婚支援センター出張センター

日時…12月19日 11時～16時
場所…文化の交流館コモッセ
内容…会員登録の受付、お相手検索、結婚に関する相談
申込…完全予約制のため、利用を希望する本人が、開設日の2日前までに(☎0800・800・0413)まで電話で予約してください。
◎政策企画課 政策推進班
☎30・0205

花輪大堰の止水期間延長

花輪大堰改修工事期間の延期に伴い、止水期間を延長します。
止水期間…12月18日～
◎鹿角地域振興局 農村整備課
☎23・2243

路線バスの冬休み特別運賃

期間…12月22日～平成31年1月14日
対象…小中学生
運賃…1回の乗車につき、小学生50円、中学生100円
※高速バス・空港リムジンバスは除く。
◎秋北バス株式会社 花輪営業所
☎23・2183

北朝鮮人権侵害問題啓発週間

12月10日～16日は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です。
広く情報提供を求めするため、家族の同意を得られた行方不明者については、事案の概要などを都道府県警察のウェブサイトに掲載しています。
拉致容疑事案について情報をお持ちの方は、鹿角警察署までお知らせください。
◎鹿角警察署
☎23・3321

除雪機の安全使用

毎年、雪のシーズンになると除雪機による事故が多く発生しています。除雪機を使用する際は次の点に注意してください。
◎作業中は絶対に周りに人を近づけない。
◎作業時以外はエンジンを停止する。
◎雪詰まりを取り除くときは、エンジンを必ず止めてから雪かき棒で取り除く。
◎後進するときは、足元や後方の障害物に気を付ける。
◎除雪機安全協議会
☎03・3433・0415

スノーシュー体験ツアー

秘密の隠居沼を見に行こう
日…12月22日
場所…八幡平スキー場レストハウス
後生掛の「奇木の森」を歩こう
日…12月23日
場所…後生掛温泉食堂
山毛森の主に会いに行こう
日…12月24日
場所…八幡平スキー場レストハウス
各回時間…9時30分～11時30分(受付9時～)
各回定員…12人(最小催行人数4人)
各回参加費…1000円、中学生以下500円
※スノーシューのレンタルは無料です。詳しくはお問い合わせください。
◎自然公園財団八幡平支部
☎25・8846

キッズサッカー教室

日時…12月3日、17日 18時～19時
場所…記念スポーツセンター
対象…5歳～8歳
参加費…無料
持ち物…飲み物、内ズック、運動できる服装(ボールは不要)
◎鹿角サッカー協会(橋場)
☎090・5236・0710

ワインプルススポーツクラブ

参加費…会員300円、非会員600円
◎元氣アップ教室
日時…12月3日、10日、17日 10時～
場所…花輪市民センター講堂(コモッセ内)
◎健康教室
日時…12月6日、13日、20日、27日 19時～
場所…記念スポーツセンター
◎フィットネス教室
日時…12月6日、13日、20日、27日 10時30分～
場所…福祉保健センター
☎23・5850

自然の恵み「木の実のリース」作り

日時…12月19日 13時30分～15時30分
場所…花輪市民センター研修室(コモッセ内)
参加費…2000円(材料代) 定員…20人(先着)
申込期間…12月3日～17日(平日9時～17時)
※詳しくはお問い合わせください。
◎花輪市民センター
☎23・3351

放送大学 入学生募集

放送大学は、テレビやインターネットを通じて学ぶ通信制の大学です。平成31年4月入学生を募集します。
無料で資料をお送りしますので、お問い合わせください。
出願期限…平成31年2月28日(第1回)、平成31年3月17日(第2回)
◎放送大学秋田学習センター
☎018・831・1997

手話を体験しよう

日時…12月11日 13時30分～15時30分
場所…福祉保健センター
内容…障がいに関する講義と手話の実技
◎鹿角地域振興局 福祉環境部(大館保健所)
☎0186・52・3955

心はればれゲートキーパー養成講座

身近な人が発する自殺の危険サインに気づき、必要な支援へとつなぐ「心はればれゲートキーパー」について学びます。
日時…12月12日 13時～15時
場所…鹿角地域振興局
※申し込みが必要です。詳しくはお問い合わせください。
◎秋田ふきのとう県民運動実行委員会(金澤)
☎018・853・1831

佐多六とシロ伝説を語る

日時…12月8日 13時～
場所…十和田市民センター
講師…北村正人氏、沢田欣之氏、木次谷賢一氏
◎鹿角のむがしっこを語る会(北村)
☎090・4886・5153

公共職業訓練受講者募集

求職者を対象とした平成30年度アビリティコース2月期生を募集します。
訓練期間…平成31年2月1日～7月26日(6カ月間)
場所…ポリテクセンター秋田(潟上市天王字上北野4・143)
訓練科…金属加工技術科、電気・通信施工技術科、住宅リフォームデザイン科
受講料…無料(テキスト代などは自己負担になります)
応募資格…ハローワークに求職申込をされた方で、新たな技術や技能を身につけて再就職を希望される方
募集締切…12月25日
◎秋田職業能力開発促進センター 訓練課受講者第一係
☎018・873・3178

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5日、12日、19日、26日
相談場所…市役所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
☎0186-62-1308

■無料総合相談(人権擁護委員・行政相談委員)
相談日…12月11日
相談場所…市役所相談室
開設時間…13時30分～16時
◎市民共働課 共働推進班 ☎30-0202

■無料相続・登記相談(司法書士)
相談日…12月18日
相談場所…交流センター
開設時間…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13日
相談場所…交流センター
開設時間…13時30分～16時
担当…熊谷 克史 弁護士
②相談日…12月27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
*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

●人口と世帯(10月末現在) 人口 31,119人(▲17) 男性 14,700人/女性 16,419人 世帯数 13,039世帯(+1)

※12月25日又は固定資産税第3期、国民健康保険税第6期の納期限です。



尾崎 剛史 弁護士
Takeshi Ozaki

遺言の書き方

今回は遺言の書き方についてです。遺言には、自筆証書遺言や公正証書遺言、秘密証書遺言など3つの形式があり、それぞれにメリットやデメリットがあります。

自筆証書遺言は、自分自身で遺言の全文・日付・名前を書き、印鑑を押す方法です。もっとも簡単な形式で、費用はほとんどかかりません。しかし、本当に本人が書いたのか、誰かに書かされたものではないかなど、争いになりやすいことや、相続人が遺言の存在に気がつかないなどのデメリットもあります。

なお、自筆証書遺言については、平成31年に改正される民法により、目録などはパソコンを使って作成し、そこに署名と押印することで、手続きでなくてもよいこととなります。

公正証書遺言は、公証役場で作成する遺言です。作成にあたっては、証人が2人必要で、遺言者が公証人に

遺言内容を伝え、公証人がこれを筆記するものです。このように、公証人と証人のもとで作成されるため、遺言内容に争いが生じることが少ないですが、一方で、遺言内容が他人に知られてしまうため、秘密にしたい場合には使えません。公正証書遺言は、遺言者と公証役場が一通ずつ保管します。

遺言内容を秘密にしたい場合は、秘密証書遺言を利用できます。これも公証役場で作成しますが、方法は、遺言者が遺言証書を作成して、これに署名・押印し、封書に入れて同じ印鑑で封印するものです。これを公証人と証人2人に提出して、公証人と証人がこの遺言者の遺言であることを証明します。この方法を使うと、内容を知られることはありません。

このように遺言の形式には、それぞれメリットやデメリットがあります。自身の財産を相続・譲渡する際の参考にしてください。

法テラス鹿角

所在地
花輪字下花輪 50 番地
福祉保健センター内(2F)
電話番号
0503383-1416
相談受付時間
9時～17時30分
※要予約

自治会元気づくり応援補助金を活用しませんか

自治会元気づくり応援補助金

自治会が自主的に行う地域活性化の活動を応援する補助金です。

さまざまな自治会活動が対象となりますが、事業の内容によって対象経費は異なります。利用を希望する自治会は、事前に市民共動課へお問い合わせください。

◆活用事例



▲ごみ箱の購入・設置作業 (環境整備事業)

▼購入した椅子で健康体操 (福祉事業)



◆補助率・補助金上限額

①会員世帯数31世帯以上の自治会の場合：事業費の2分の1以内で上限10万円

②会員世帯数30世帯以下の自治会の場合：事業費の4分の3以内で上限15万円

※交付を受けた年度を含めて3年間利用できないため、申請前にご相談ください。

◆対象となる事業

- ①福祉事業：高齢者や子どもなどを対象とした活動(健康体操や学習会など)
- ②環境整備事業：自治会の美化活動や緑化推進活動(ゴミ集積所の整備や花壇づくりなど)
- ③文化事業：地域の伝統文化を育み継承する活動(太鼓・浴衣の購入や屋台の修繕など)
- ④交流事業：自治会員の交流を深めるための活動(スポーツ大会や餅つき大会など)

kusu²
Park
くすくす・パーク



児童センター のびのび子ども塾
親子de Let's YOGA & Beauty Lunch
～親子でキレイになろう～

親子でゆったりヨガを楽しんだ後は、児童センタースタッフ特製の栄養たっぷり本格ビューティーランチを食べて、身体の中からキレイになろう！親子でレッツリラックス♪

- 日時：平成31年1月20日(日) 10時～13時
- 場所：花輪市民センター 講堂(コモッセ内) /
- 対象：市内小学生とその家族 / ●講師：佐藤 奈津子氏(ヨガインストラクター) / ●参加費：500円 / ●定員：30人 ※定員になり次第締切 / ●持ち物など：動きやすい服装、ヨガマット(お持ちでない方は、バスタオル)、汗拭きタオル、飲み物 / ●申込開始：12月17日(日) 8時30分～

くすくす MIRAI 情報

- 児童センター
- ◎ Cafe の日 12月5日(日)
- 子ども未来センター
- ◎ Cafe の日&あのねの日 12月4日(日)
 - ◎ 奏& YOMUYOMU の日 12月17日(日)
 - ◎ みらい DE あそぼ♪「はじめてさんの会」12月21日(日)



くれみそら
呉 美星ちゃん1歳
平成29年12月15日生 / 花輪父 孝太郎さん・母 佳奈美さん
お腹いっぱい食べるのと、1つ上のお兄ちゃんと毎日トミカで遊ぶのが大好きです♥

おもちゃ病院をご存知ですか？

日本おもちゃ病院協会とは

壊れた「おもちゃ」を原則無料で修理し、新しい生命を与えてくれる、ボランティアグループによる全国組織です。

本市にも「かつのおもちゃ病院」があり、子ども未来センターで壊れたおもちゃを預かって、おもちゃ病院に渡しています。

長年使っていたおもちゃが動かなくなったり、大事なおもちゃが壊れた時は、おもちゃ病院に直してもらいましょう！



みらいDEあそぼ♪はこんな感じ

みらいDEあそぼ♪は、毎月1回「はじめてさんの会」「ねんねさんの会」「はいはいさんの会」「とことこさんの会」を月替わりで開催しているイベントです。くすくす MIRAI 情報コーナーでお知らせしており、申込不要で気軽に参加できます。

はじめてさんの会…未来センターの紹介や託児サービスの案内、記念品作りなどを行っています。

ねんねさんの会・はいはいさんの会・とことこさんの会…月齢にあった手作りおもちゃや絵本の紹介をしたり、ママ同士お話ししたりしながら楽しい時間を過ごしています。



※誕生日(1歳～3歳)の思い出に写真を掲載してみませんか。申し込みは政策企画課(☎30-0205)まで。

CALENDAR 12月の行事

1 土	鹿角市民俗芸能フェスティバル ～魂振る響き！受け継がれる鼓～ 13時～・コモッセ
2 日	
3 月	ストレッチポール教室 10時～・記念スポーツセンター▶P14
4 火	
5 水	
6 木	市議会 12月定例会 会期日程 12月10日(木)～11日(金) 本会議(一般質問) 12月12日(日)～13日(月) 常任委員会 12月19日(日) 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
7 金	
8 土	
9 日	
10 月	浅利ゆみ先生の健康体操教室 13時30分～・まちっこ▶P14
11 火	無料総合相談 13時30分～・市役所相談室▶P19
12 水	
13 木	無料弁護士相談 13時30分～・交流センター▶P19
14 金	ココから体操教室 10時～・湯都里▶P14 ゆったりヨガ教室 10時15分～・コモッセ▶P14
15 土	
16 日	
17 月	
18 火	無料相続・登記相談 13時30分～・交流センター▶P19
19 水	
20 木	
21 金	
22 土	
23 日	ちょ筋ストレッチ教室 10時～・福祉プラザ▶P14
24 月	
25 火	
26 水	リズム運動教室 10時～・コモッセ▶P14
27 木	無料弁護士相談 13時30分～・交流センター▶P19
28 金	
29 土	◎市民サービス窓口の休業期間 12月29日(土)～1月3日(月) ☎市民サービス窓口 ☎22-2530 市民課 支所窓口 ☎30-0657
30 日	
31 月	

ECO & LIFE 応援！快適生活

今日から実践 食品ロス削減 ～一人ひとりが「もったいない」を意識して行動しよう～

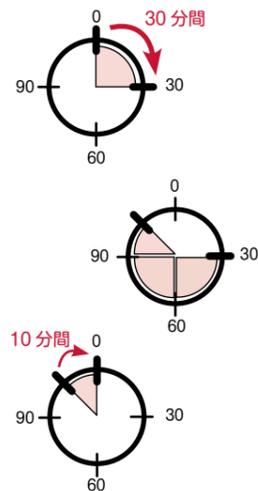
日本では、食べられるのに廃棄される食品、いわゆる「食品ロス」が年間646万トン発生しています。さまざまな食品が豊富に出回っている現在、食品資源の浪費や環境への負荷の問題に目を向け、「もったいない」という意識を持つことが重要です。一人ひとりができることから始めて、社会全体で食品ロス削減に取り組みましょう。

食品ロス削減のために 「30・10運動」を実施しましょう

これから年末年始にかけて、忘新年会など、宴会の機会が増えてくる時期です。宴席では、「30・10運動」で食品ロスを削減しましょう。

30・10運動とは

- ① 味わいタイム
・乾杯後30分間はできたての料理を楽しみましょう。
- ② 楽しみタイム
・全員で懇親を深めます。
- ③ 食べきりタイム
・宴会終了前の10分間は、もう一度料理を楽しみましょう。大皿料理は小分けにすることで食べやすくなります。



期限表示を正しく理解しましょう

食品の期限表示は、「消費期限」と「賞味期限」の2種類があります。消費期限は、「食べても安全な期限」で、賞味期限は「おいしく食べることが出来る期限」です。

必要な量だけ購入しましょう

買い物をする際には、事前に冷蔵庫内の食材を確認し、食べきれぬ量を購入することを意識しましょう。

☎ 市民共働課 環境生活班 ☎30-0224

Book

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

暖かな家の中で。今月の新刊。

パパとママの育児戦略

NPO 法人ファザーリング・ジャパン 著 (ripicbook 株式会社)

夫婦で育児をするために、どんな制度があり、どう活用すればいいのかわからない、何を話し合えばいいのかなどを紹介。育児と仕事を両立するため参考にしてほしい一冊。(花輪)

何が書いたら「小論文」なの？

安達 雄大 著 (語学春秋社)

「文章で自分の考えを示す」という小論文の基礎から対策までを解説。これから受験を控えているすべての人に読んでほしい一冊。(十和田)

子どものための防災教室 災害食がわかる本

今泉 マユ子 著 (理論社)

台風や地震などの自然災害が多発している日本。「もしも」の時に備えていますか。備蓄食を中心に、災害への備えや工夫が学べます。(花輪)

はじめての手編み クリスマス小物 130

(アップルミンツ)

冬の一大イベントに向け、お気に入りのモチーフを手作りしてみませんか。今年は、ハンドメイドでより幸せなクリスマスをお過ごしください。(十和田)



黄色い「かづの号」が走る 《今月の移動図書館巡回日》

○末広コース	12月4日(木)・18日(木)
○大湯コース	12月6日(土)・20日(土)
○草木コース	12月7日(日)・21日(日)
○八幡平コース	12月11日(木)・24日(木)
○花輪コース	12月13日(土)・27日(土)
○尾去沢コース	12月14日(日)・28日(日)

※貸出場所・時間については、十和田図書館までお問い合わせください。

Health

☎ 地域包括支援センター ☎30-0103

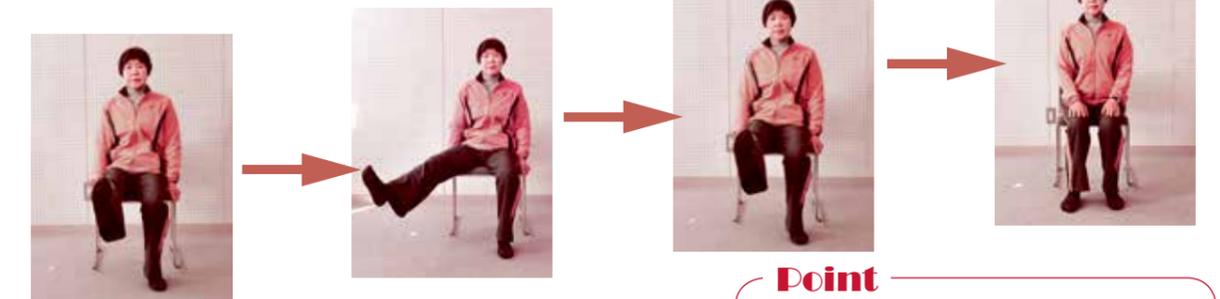
みんなで広めよう！シルバーリハビリ体操

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。

膝痛予防編①

「脚の水平移動」

モデル：シルバーリハビリ体操3級指導士 神田 光子さん



- 両足を肩幅に広げ、背筋を伸ばします。
- 片方の膝を伸ばし、脚を横に開いたり閉じたりします。
- 掛け声は、1で膝を伸ばし、2で外側に開き、3で内側に戻し、4で脚を下ろして元に戻ります。

Point

- ・膝がしらが常に上を向いているようにしましょう。
- ・顔と体は正面を向いたまま行いましょう。
- ・両手で椅子をつかむことで、体の向きが安定します。

クリスマス、年末年始は
ツルスベ感を
味わってください

ご新規様は
6,000円で
脱毛体験
できます

メンズ

ひげ脱毛 頬から首まで広範囲に
12,000円のところ **50%OFF**

どこでも2か所脱毛 ポクサーラインを除く
たとはは 二の腕+ひじ下 または 太もも+ひざ下
24,000円のところ **75%OFF**

レディース

顔全体脱毛 眉間、鼻、もみあげ含む **10,000円** のところ **40%OFF**

えりあし+背中上部脱毛 **12,000円** のところ **50%OFF**

フェイシャルエステフォトRF **15,800円** のところ **62%OFF**

顔全体+えりあし+背中上部で見えるところを境目なく脱毛できます。※表示価格は全て税別です。

予約制 休業日、空席状況はオフィシャルホームページのカレンダーをご覧ください。

あなたを輝かせる脱毛サロン
IRISER SPA
イリゼスバ

鹿角市花輪字上花輪120 青山ビル テナントA(ゲオ鹿角店様向かい)
TEL.0186-22-3380

営業時間 10:00～最終受付 18:30 休業日 月末最終日他、不定休
施術前のご説明を重視しています。だから脱毛が初めての
の方も安心! 詳しくはホームページをご覧ください。

イリゼスバ 検索

広告

宿泊に! 入浴に! お買い物に!

プレミアム付商品券
八幡平ぽかぽかクーポン

1セット
3,000円分
クーポン
1000セット限定

販売価格 **2,000円**
1,000円OFF

※なくなり次第終了となります。

当温泉でも購入・利用可能です! 好評販売中!

詳細は八幡平温泉リゾート協会HPをご覧ください。 <http://akita-hachimantai.jp/>

湯治・癒しの宿
志張温泉元湯

一泊湯治3名様以上お迎えに上がります

温泉水も好評販売中

お問合せ・詳細は 0186-25-8188

ホームページ <http://shibarionsen.com> ツイッター 「sibarionsenmoto」をいままぐフォロー!
フェイスブック 「志張温泉元湯」で検索!

広告

ポイントで
ご招待

全席指定

伊奈ゆめい
トークライブ in コモッセ

お一人様 **3000** ポイント
中学生以下は 1500 ポイントです。
大人気企画です。数に限りがございますので、お早目にお求めください。

チケット交換開始 12/3 月

ご招待日 2019年 1月26日(土)
時間 開場 13:30 開演 14:00
会場 鹿角市文化の社交流館コモッセ 文化ホール

ハミングカードでのチケットのお求めは
花輪大町 フラワーホールやすらぎ窓口 ☎0186-30-1123
窓口営業について 9:00～17:30 休 日曜祝祭日

お問合せ先 ハミングカード協同組合 広告
☎0186-30-1123 鹿角市花輪字中花輪14番地

園児募集

豊かな心を育てる
絵本の読み聞かせ

身体・精神能力UP!
体操教育

5時までの無料
延長保育

外国人講師による活動
英語で遊ぼう♪

入園申し込み
2018年 11月1日から開始

お申込み
お問合せ
電話 0186-35-2063
見学も
できます!

学校法人秋田カトリック学園
鹿角カトリック幼稚園

住所: 鹿角市十和田馬毛内字下小路59-1
FAX: 0186-35-3174
ホームページ <http://kazunoyochien.com>

広告