# かづの

広報

2017 6
No.914

## 300 人のかなやまソーラン

尾去沢山神社祭典が５月 14 日から２日間にわたって開催され、15 日のかなやまソーランでは、地元の児童生徒ら 300 人が力強い踊りを披露しました。（関連記事は 12 ページ）

Contents


森林セラピー基地
2. 森と水の癒し里かづの

平成 29 年第３回定例会
4. 市長行政報告

魅力あふれる地元企業を紹介
14. 鹿角の企業 いいね！

森林セラピー基地

# 「十和田八幡平の恵みに抱かれた 森と水の癒し里かづの」

## ～祝10年。身近な森に秘められた癒しの効果を再発見しに出かけよう～

森林セラピーとは、日々の生活の中で蓄積した精神的な疲労を、身近にある自然の力を活用してリフレッシュし、心のバランスの維持や疾病予防を目指すものです。

本市の森林セラピーは、歴史ある八幡平温泉郷や十和田湖の玄関口である大湯温泉郷、美人の湯との呼び声高い湯瀬温泉郷など、効能豊かな温泉資源との組み合わせにより、森林浴と温泉浴による癒しの相乗効果が期待できることが特徴で、平成20年に秋田県内で唯一の森林セラピー基地に認定され、今年で10年目を迎えました。

中滝セラピーロード

かづの森林コンダクターのオススメ

## 森の癒しを気軽に体感できる 森林セラピーロードをご紹介

### ①中滝森林セラピーロード Aコース

中滝ふるさと学舎を起点に自然林に囲まれた渓流沿いを歩くコースです。散策路に敷かれたウッドチップが衝撃を緩和し、疲れを軽減してくれます。

全長1.3㎞のコースの途中には、国道103号線沿いのビュースポットである中滝や止滝などの親水空間もあり、「森と水の癒し里かづの」を代表するコースです。

散策の後には、森のCafé（カフェ）こもれびでのランチタイムがおすすめです。木造校舎の温もりを感じながらほっとする時間をお楽しみください。

森のCafé こもれび

### ②大沼森林セラピーロード

八幡平大沼は、6月ごろからさまざまな高山植物が咲き誇り、9月上旬には水面に映り込む鮮やかな鏡紅葉を見ることができる八幡平屈指のビュースポットです。

八幡平ビジターセンターの正面に広がる大沼のほとりを周回する2㎞のコースでは、ブナの森の中を散策しながら、森と水のヒーリング効果を肌で感じることができます。

気持ちをリフレッシュした後は、大沼周辺の温泉施設で温泉浴をお楽しみください。

八幡平ふれあいやすらぎ温泉センターゆらら

新緑の大沼のほとりを散策

### ③湯瀬渓谷森林セラピーロード

旧津軽街道の湯瀬渓谷沿いの細道を散策路として整備したコースです。全長4.7㎞のコースのうち、湯瀬ホテル前から笹ノ渡（ささのわたり）駐車場までのコースは、だんぶり長者物語にちなんで「吉祥橋」と命名された吊り橋を渡り、米代川の渓流沿いの木製散策路を進む親水空間です。新秋田三十景にも選ばれた湯瀬渓谷の景観美と、米代川のせせらぎの音に触れ、癒しの時間をお過ごしください。

清涼感漂う夏の湯瀬渓谷



かづの森林コンダクターインタビュー

## 鹿角市 森林セラピーの担い手として

かづの森林コンダクター・かづの森の癒し宿協議会事務局
特定非営利活動法人かづのふるさと学舎 理事長
**湯瀬 政弘** さん

**Q. かづのふるさと学舎の活動について教えてください。**

**A.** 私たちの団体は、鹿角市が森林セラピー基地に認定された翌年の平成21年に発足しました。森林セラピーステーションである「中滝ふるさと学舎」と「八幡平ふれあいやすらぎ温泉センターゆらら」の運営に携わるとともに、周囲に広がる豊かな森林資源と、渓流や滝などの親水空間を活かした森林セラピーメニューを提供しています。

**Q. 本市ならではの森林セラピーに対するこだわりはありますか。**

**A.** 昔ながらの木造校舎を活用した中滝ふるさと学舎の「木が持つ温もり」の魅力は、森林セラピーにとって大切なものだと考えています。中滝森林セラピーロードでは、柔らかなウッドチップを散策路に敷き詰め、景観だけでなく足元からも木の癒しを感じていただけるよう気を配っています。

また、日帰り温泉施設「八幡平ふれあいやすらぎ温泉センターゆらら」では、心を癒す森林浴だけでなく、身体の疲れを癒す温泉浴や地産地消にこだわった食事など、八幡平ならではの癒しを総合的に体感できる場所であるように心がけています。

さらに、かづの森林コンダクターが相談対応を行う「コンダクタースペース」を設けて、利用者の皆さまから気軽に相談していただけるような雰囲気作りにも取り組んでいます。

**Q. 今後どのような活動をしていくのかを教えてください。**

**A.** 最近、従業員50人以上の企業にストレスチェックが義務化されるなど、心のケアが重要視される時代になってきました。

森林セラピーの持つ心理医学的なヒーリングの効能は、時代の需要に合致したものになっていくと考えています。

本市がより多くの人たちの心のふるさと、またはよりどころとなるよう、そして、温かみと癒しが共存するまちとして認知されるよう、森林セラピーのさらなる普及に取り組んでいきます。

中滝ふるさと学舎

行政報告

# ・山菜採りの季節 事故防止に万全の態勢を
# ・空き家の適正管理のため、協定を締結
# ・少子化の解消へ 出生数が5年ぶりの増加

平成29年第３回定例会

平成29年第3回鹿角市議会定例会が5月12日から21日間の会期で開かれ、議案や補正予算案などが審議されました。初日に行われた市長の行政報告の概要は次のとおりです。

## ■山の事故防止に万全の対策

山菜採りに伴う遭難事故等の防止対策として、関係機関で構成する鹿角市鳥獣被害防止対策協議会を設立し、熊出没ポイントへの監視カメラ設置など、熊の侵入経路の特定や行動の把握に努めるほか、4月1日から十和田高原地区の市道2カ所の通行を規制し、入山自粛を呼び掛けています。

また、警察、消防、地元猟友会などの関係者が一堂に会して、熊との遭遇を意識した遭難捜索訓練を実施するなど、対応には万全を期しており、青森、岩手両県の隣接自治体とも連携しながら、広く注意喚起を行います。

## ■かづの高校生広報室の発足

「かづの高校生広報室」を発足させるため、広報室メンバーを募集しています。

高校生の目に映るふるさとの魅力をSNSや広報で発信することで、同世代への情報の波及を期待しており、将来も住み続けたいと思うふるさとへの愛着を深められるよう、市職員が活動をサポートしていきます。

## ■移住相談体制の強化

4月から新たな移住コンシェルジュ1人を迎え、現在5人体制で取り組んでいます。7月にはさらに1人を増員し、これまで以上にきめ細かい移住相談や移住体験機会を提供していきます。

## ■空き家の適正管理

良好な生活環境の保全と安全で安心なまちづくりを推進するため、公益社団法人鹿角地域シルバー人材センターと「空き家等の適正管理の推進に関する協定」を4月24日に締結しました。

## ■集落支援員が地域活性化を支援

地域コミュニティの維持と活性化を図るため、今年度、新たに集落支援員を配置し、集落支援事業に取り組んでいます。

現在は4自治会を対象に、課題や地域資源を把握する「状況調査」を進めています。

## ■出生数が5年ぶりの増加

第1子の出生に対し支給するファーストベビー祝い金を、昨年度は60人に支給しました。

出生数の状況は、第1子が69人、第2子以降が99人の合計168人で、前年の166人を上回る結果となりました。減少傾向が続く中で、5年ぶりの増加となっており、引き続き、子育て支援の充実に努めながら、少子化傾向の解消を目指します。

## ■産婦人科医療の維持に向けて

かづの厚生病院の産婦人科および分娩取扱機能の維持のため、小坂町および秋田県厚生連と共に要望活動を行いました。また、「鹿角の産婦人科を守る会」が実施した署名活動では、約9千人の署名が集まるなど、市民の関心や危機感が高まっています。

多くの市民と思いを一つにして、鹿角の産婦人科医療が維持されるよう努めます。

1 花輪スキー場で行われた遭難捜索訓練では、関係団体が連携方法を確認しました。

2 移住コンシェルジュがLINE（ライン）を活用した新たな取り組みを記者発表しました。

3 シルバー人材センターとの協定締結により、空き家の適正管理の促進が期待されます。

4 コモッセ2周年記念イベントではさまざまな催しが行われ、多くの来場者で賑わいました。

## ■テレフォン病院24がスタート

健康に関する不安や悩みについて、医師や看護師などの専門スタッフが24時間体制で対応する電話相談サービスを5月1日から開始しています。

いわゆる「コンビニ受診」が抑制され、真に医療が必要な方が早期受診できる環境へと改善されることを期待しています。

## ■来年度以降の米の生産調整

国による米の生産調整は今年度が最後となりますが、鹿角地域農業再生協議会では、来年度以降も需要に見合った生産を調整するため、農家に対して「生産の目安」となる生産目標数量を配分することとしています。本市独自の目安であることを説明しながら、協力を呼びかけていきます。

## ■花輪大堰改修事業が始まる

花輪大堰改修事業については、今年度から5カ年の県営事業として取り組み、今年度は、測量を含む実施設計を予定しています。

## ■観光路線バスが好評

昨年度から実施している事前予約型の観光路線バス「八郎太郎号」の運行を5月3日から開始し、連休中は全て予約が入るなど、運行便数の拡充等の効果もあり、好評でした。

引き続き各観光関係者と連携してPRに努めるとともに、さらなる誘客拡大につなげていきます。

## ■湯の駅おおゆは本体工事に着手

大湯温泉地区観光拠点施設は、名称を「湯の駅おおゆ」とし、いよいよ本体工事に着手します。

来年度のオープンに向け、遅滞なく進めていきます。

## ■管内の雇用情勢

ハローワーク鹿角管内の3月末の有効求人倍率は1・28倍と依然として高い水準で推移しています。

企業立地助成金による積極的な支援効果が現れている一方で、労働力の確保が課題であるため、Aターン登録者の回帰や、高校生の地元就職定着に向け、市内企業の魅力や特徴を収録したPR動画やパンフレットによる情報発信を行います。

また、今年度も、新規学卒者の就職内定率100％の早期達成を目指し、ハローワーク鹿角と連携して、管内事業所への求人票の早期提出などを働きかけていきます。

## ■文化の杜交流館コモッセ

2年目の平成28年度の利用実績も32万1千人を超えるなど、1年目に続き、当初の目標20万人を大きく上回る結果となりました。

3年目となる今年度も、さまざまな取り組みを展開しながら、中心市街地の賑わい創出につなげていきます。

問 総務課 行政班 ☎30―0203

届け出が必要です

## 児童手当の「現況届」をお忘れなく

6月９日㊎は児童手当の支給日です。今回の支給は平成29年２月分～５月分です。

また、６月１日の基準日における児童等の現況を確認するため、次の日程で「現況届」を提出してください。詳細は９日郵送の「児童手当・特例給付現況届の提出について」をご覧ください。

| 日　程 | | 会　場 |
|---|---|---|
| ６月18日㊐ | 13時30分～16時 | 交流センター |
| ６月19日㊊ | 10時～18時30分 | |
| ６月20日㊋ | 10時～16時 | 十和田市民センター |
| ６月21日㊌ | 10時～18時30分 | |

※上記期間中に来場できない場合は、事前にご連絡ください。また、６月中に現況届が提出されない場合、６月以降の児童手当が支給できなくなる場合があります。

▶持ち物　①９日郵送予定の通知書②認め印③健康保険被保険者証のコピー（通知書の宛名の人の分）

※平成29年１月２日以降の転入者、児童が本市以外に在住の方は別途必要書類があります。

問 福祉課 子育て支援班 ☎30-0235

どこにも負けない観光都市を目指して

## 鹿角市観光プロデューサーを任命

大手旅行代理店エイチ・アイ・エスの傘下であるハウステンボスでホテルマンとして活躍し、同社の澤田会長が創設した「澤田経営道場」をこの春に卒業された清水涼太さんを鹿角市観光プロデューサーとして任命しました。

清水さんには、市が目標としている観光客数195万人の達成に必要な企画の立案や実施をお願いするとともに、鹿角観光のプラットフォームと位置づけている株式会社かづの観光物産公社の営業部長として、市全体を巻き込んだ取り組みを期待しています。

清水さん（左から２人目）は、「鹿角にはたくさんの素材があるため、どこにも負けない観光都市をつくる覚悟で挑みたい」と抱負を述べました。

問 産業活力課 観光交流班 ☎30-0248

”慣れているから大丈夫”は事故のもと

## 山菜採りの遭難に注意しましょう

これから本格的なタケノコ採りシーズンに入ります。次のことを心がけて、遭難事故を防ぎましょう。

**山菜採り心得　５カ条**

① 入山は、家族に場所と帰宅予定時刻を告げてから！
② 入山前に自分の位置を確認し、目標物を定めて！
③ 時間を決め、早めに下山する！
④ 単独行動はできるだけ避ける！
⑤ マナーを守り、ゴミは必ず持ち帰る！

▶携帯用品

①笛 ②発炎筒 ③防寒具 ④ライター ⑤携帯電話 ⑥常備薬 ⑦非常食 ⑧白いタオル（上空から見て最も目立つ色は白色です）

▶もし迷ってしまったら…

必ず誰かが迎えに行きます。動かずに体力を温存し、明るくなったら見通しの良い高い所で救助を待ちましょう。

ヘリによる捜索に気が付いたら白いタオルを振って位置を知らせましょう。

携帯電話から110番または119番をすることで、位置の特定につながります。

問 総務課 危機管理室 ☎30-0299
鹿角警察署 ☎23-3321

### 十和田高原への入山の自粛について

昨年、熊による死亡事故が発生した熊取平および田代平地区（十和田大湯）については、いまだ安全の確保に至っていませんので、当面の間、入山については自粛されるようお願いします。

なお、土地所有者（国有林を含む）の了承をとらずに山林に侵入した場合は、軽犯罪法の規定により拘留される場合があります。

申請はお済みですか

## 臨時福祉給付金（経済対策分）の支給

消費税率の引き上げによる影響を緩和するため、所得の低い方々に対して臨時福祉給付金（経済対策分）を支給しています。

対象になる可能性のある方には３月下旬にお知らせを郵送していますが、まだ手続きをされていない方は、お早めに申請をお願いします。

なお、申請書を紛失された方や、申請書が郵送されているか不明な方はお問い合わせください。

▶申請期限　７月３日㊊（必着）

問 福祉課 地域福祉班 ☎30-0226



市営高井田住宅

## 市営住宅の入居者を募集します

市営高井田住宅（１戸）の入居者を募集します。申込者が多数の場合は、抽選により入居者を決定します。

▶募集内容　高井田住宅　３号（１戸）
２LDK（LDK 18畳・和室６畳・洋室８畳）、木造平屋
▶入居要件　住宅に困っていること など
※単身者の申し込みは不可
▶募集期間　６月1日㊍～20日㊋ 8時30分～17時15分（土日は除く）
※都市整備課 建築住宅班および各支所に申込書・募集案内を備え付けていますので、詳細は募集案内をご覧ください。
▶抽選日　６月29日㊍ 予定
▶申込先　都市整備課 建築住宅班
（申込書を直接ご持参ください）

問 都市整備課 建築住宅班
☎30-0266

そばの高収量化・高品質化を目指して

## 「そばの里」産地確立交付金

今年度もそばの収量増加、品質向上を目的とし、数量払いで実施します。そばの栽培、出荷を予定されている方は内容を確認の上、忘れずに手続きしてください。

▶対象農用地　申請時に畑地であり、栽培に適していると認められた農用地
▶対象者　上記農用地にそばを栽培し、収穫したそばを販売（自家加工も可）する農業者（集落営農、農業法人等も含む）
▶助成内容　平成29年産そば出荷数量に対し、130円／kg以内を助成
※全体の実績に応じ、予算の範囲内で単価調整を行います。
▶申請方法　農林課 こだわり作物推進室および各支所に備え付けの申請書に記入し、提出してください。
※申請書は最寄りの支所でも受け付けます。
▶申請期限　６月30日㊎

問 農林課 こだわり作物推進室 ☎30-0243

転作作物の栽培を支援します

## 「経営所得安定対策」申請の受付開始

水田に、販売することを目的として各種対象作物を作付する方に対し、国が支援する「経営所得安定対策」の申請受付を開始します。

▶主な交付金対象項目
①米の直接支払交付金（水稲作付に対する助成）※今年度で終了します。
②水田活用の直接支払交付金（販売する対象作物に対する助成）
③畑作物の直接支払交付金（対象作物の出荷数量に対する助成）※交付対象者は認定農業者、集落営農組織、農業法人等担い手に限定されます。
▶申請案内　前年度からの継続者にはかづの農協および各集荷業者から案内します。新規に申し込みをされる方は下記までご連絡ください。
▶受付期間
①市・集荷業者　６月５日㊊～23日㊎
②かづの農協　６月15日㊍（八幡平・花輪）
６月16日㊎（十和田・大湯・草木）

問 農林課 こだわり作物推進室 ☎30-0243

６月は環境月間

## 環境標語を募集します

６月５日は「環境の日」と定められており、この日を中心とする６月は「環境月間」とされています。環境の保全についての関心と理解を深めてもらうことを目的に、「環境標語」を募集します。

▶応募資格　中学生以上の人（市外在住者も可）
▶募集期間　６月１日㊍～30日㊎（必着）
▶応募規定　①20文字以内で「環境月間」にふさわしいもの（地球温暖化防止、循環型社会、エコなど、環境に関するもの）②１人１点の応募③自作未発表のもの
▶応募方法　市民共動課・各支所・市民サービス窓口に備え付けの応募用紙に必要事項を記載し、持参・郵送・FAXなどで市民共動課 環境生活班へ提出してください。
▶審査・発表　鹿角市快適環境まちづくり市民会議理事会で審査し、最優秀賞１点、優秀賞２点を決定します。受賞者の発表は「かづの元気フェスタ」で表彰とあわせて行います。

※詳しくは応募用紙をご覧ください。

問 鹿角市快適環境まちづくり市民会議事務局（市民共動課 環境生活班）☎30-0224 FAX 22-2042

ご結婚を予定されている方へ

## 結婚・子育て支援特別資金返済制度

若者の結婚・子育てを支援するため、一定の条件で市と提携する金融機関から結婚・子育て支援ローンを借りた場合に次の支援を行います。

### 利子補給補助金

毎年12月末の借入残高に2.0%を乗じて得た金額を利子補給補助金として交付します。

※借入利息が2.0%未満の場合は、当該利息相当額。

▶申請方法　申請書を福祉課子育て支援班に提出してください。審査の結果、利用可能と認められる場合は利用承認書を交付します。それをもって本市と提携した金融機関へ行き融資の申し込みをしてください。

### 返済支援補助金

ローン返済期間中に融資を受けた夫婦に子どもが生まれた場合、子ども1人当たり30万円を交付します。ただし、新生児が生まれた日の借入残高が30万円未満の場合は、生まれた日の借入残高相当額を交付します。

▶申請方法　新生児が誕生した場合、申請書に戸籍謄本を添えて福祉課 子育て支援班へ提出してください。

▶対象者

下記の条件をすべて満たす必要があります。

①本市と提携した金融機関から融資を受けることができる人

②未婚者で、支援ローンの融資を受けてから6カ月以内に結婚される人

③本市に住所を有する方、または結婚後本市に住所を置く予定の人

④融資を受ける時の年齢が35歳未満の人

⑤本人及び同居の世帯員が市税・保育料等を滞納していない人

※年収400万円未満の要件がなくなりました。

### 第1子の誕生にはファーストベビー祝い金

▶対象者　対象の新生児が誕生した時点で、保護者が1年以上前から本市に住所を有し（父または母のどちらか一方があてはまる場合も対象となります）、市税等の滞納がなく、結婚・子育て支援特別資金返済支援制度を利用していないこと

▶支給金額　10万円

▶申請方法　申請書に記入し、戸籍謄本、振込口座の写し（申請者名義のもの）とともに福祉課 子育て支援班へ提出してください。

問 福祉課 子育て支援班 ☎30-0235

不要になった古着を再利用してごみ減量

## 古着・古布の無料回収を行います

ごみの減量化や資源の再利用を推進するため、家庭で不要になった古着・古布の回収を下記のとおり行います。

▶日時　7月1日(土) 8時30分～11時30分

▶場所　市役所 正面玄関前

▶回収できるもの　家庭から排出される衣料品・古布

※全て洗濯済みのものに限ります。

例…洋服、着物、下着類、スーツ、制服、タオル、タオルケット、毛布、カーテン、シーツ　など

▶回収できないもの

ペットに使用したもの、濡れているもの、布の切れ端やニットくず、布団や座布団などの「わた」や「羽毛」が入ったもの、枕、紙おむつ、電気毛布　など

▶注意事項

・まとめて透明か半透明のビニール袋に入れてください。
・出す前に洗濯をお願いします。
・ボタンや金具は取り外さないでください。
・クリーニングのビニール袋ハンガーは外してください。
・古着・古布類以外のものは回収できません。

問 市民共動課 環境生活班 ☎30-0224

診断を希望する施設を募集します

## 木質バイオマスボイラーの導入診断

現在のボイラーの熱利用量などを把握し、最適な設備の提案や経済性の試算を行う、導入診断を実施します。対象施設を募集しますので、木質バイオマスボイラーへの更新に関心のある方は申し込みください。

木質バイオマスボイラーとは、木材（チップ・薪・ペレット）を燃料としたボイラーです。豊富な森林資源を活用することで地域貢献につながり、また燃料費が安くなるメリットが出てくる場合もあります。

▶対象　現在のボイラーから木質バイオマスボイラーへの更新に関心のある施設（個人、団体は問いません）

▶導入診断の内容　専門知識を持った事業者が、現在の熱利用量を把握し、最適設備の提案や経済性試算などのレポートを作成します。

▶募集件数　2件（応募多数の場合は審査のうえ決定）

▶募集期間　6月1日(木)～23日(金)

▶応募方法　申請書に記載の上、政策企画課 政策推進班へ申し込みください。

※診断結果は市の木質バイオマス利用促進のためにも活用させていただきます。

問 政策企画課 政策推進班 ☎30-0205



皆さんの「声」を市政に届けましょう

# 鹿角市長選挙

## 投票日 6月25日(日)

### 投票時間

午前7時～午後7時

一部の投票所は時間が異なります。詳しくは6月中旬に各世帯へ郵送される「投票所入場券」（以下「入場券」）に記載されていますのでご確認ください。

※万が一、入場券を紛失したり忘れたりしても本人確認ができれば投票できますので、受付までお申し出ください。

### 投票場所

市内47投票所

詳しくは、入場券に記載されていますのでご確認ください。

投票日当日は指定された場所でなければ投票することができませんのでご注意ください。

### 投票所の一部変更

旧　花輪高等学校
新　新田町三区自治会館

※学校行事と重複したための変更です。

### 投票できる方

投票日当日（6月25日）現在、満18歳以上の日本国民で、本市の選挙人名簿に登録されている方

※選挙人名簿に登録されていても転出の手続きをした日以降は投票することができません。

選挙の期間中に転出を予定されている方は先に投票を済ませましょう。

### 期日前投票所を8カ所開設

期日前投票の受付期間
6月19日(月)～24日(土)

投票日当日に仕事や外出などの予定がある方は「期日前投票」をしましょう。

外出や買い物とあわせて投票ができるようにショッピングセンターなどにも開設しますので、ぜひご利用ください。

期日前投票所

| 投票所 | 受付期間 | 時間 |
|---|---|---|
| 市役所本庁、十和田支所、尾去沢支所、八幡平支所、大湯支所 | 6月19日(月)～24日(土)（6日間） | 8時30分～20時 |
| 文化の杜交流館コモッセ ※会議室1で受付 | | |
| いとく鹿角ショッピングセンター ※フードコートで受付 | | 9時～20時 |
| かづの厚生病院 ※エントランスホールで受付 | 6月19日(月)～23日(金)（5日間） | 9時～13時 |

### 不在者投票

選挙の期間中に他の市区町村に滞在していたり、病院や福祉施設などに入院（所）している方が対象の投票方法です。

希望される方は選挙管理委員会または入院（所）先の係までお問い合わせください。

日数を要する投票方法のため、お早めにお申し出ください。

※場所により時間などが異なりますので、詳しくは入場券の封筒裏面でご確認ください。

※期日前投票の際は入場券をお持ちください。入場券の裏面が期日前投票の申込書となっています。希望される方は必要事項をご記入の上、受付へご提出ください。

問 選挙管理委員会事務局
☎30－0285

# 6月は男女共同参画推進月間です

問 市民共動課 共動推進班 ☎30-0202

## 男女共同参画社会とは

男性も女性もあらゆる分野で対等に参画する機会が確保され、男女ともに平等に責任を担う社会のことです。

市では、昨年度より「第3次鹿角市男女共同参画計画」を策定し、各種施策などを実施して、男女共同参画を進めています。

男女共同参画社会の一層の実現に向け、男女がお互いの立場を理解し、ともに考え、ともに責任を担う社会づくりを推進しましょう。

### 第3次鹿角市男女共同参画計画の体系

**基本目標**

男女それぞれの個性と能力を発揮し、みんなが活躍できるまち

| 行動目標 | 施策の方向性 |
|---|---|
| あらゆる分野における女性の活躍を推進しよう ≪女性の活躍推進≫ | (1) 女性の職業生活における活躍を推進します |
| | (2) ワーク・ライフ・バランスを実現するために必要な環境を整備します |
| | (3) あらゆる産業や地域活動への女性の参画を拡大します |
| | (4) 政策・方針決定過程への女性の参画を拡大します |
| 男女が認め合い思いやる関係を構築しよう ≪人権の尊重≫ | (1) 男女の人権を尊重します |
| | (2) 性別に起因するあらゆる暴力の根絶と相談体制を充実します |
| | (3) 生涯を通じた男女の健康づくりを支援します |

※鹿角市男女共同参画計画は、市ホームページからご覧いただけます。

### 今年度の主な取り組み

**①ワーク・ライフ・バランス優良企業表彰**

ワーク・ライフ・バランスについて、優れた取り組みをしている企業を表彰します。

**②推進会議の開催**

計画を着実に進めるため、関係機関と男女共同参画の推進に関して議論します。

**③高校生アンケートの実施**

市内の高校2年生を対象に、男女共同参画に関する意識調査を行います。

### 第3次計画における男女共同参画推進の評価指標

| No. | 男女共同参画指標 | | 平成28年度現状 | 平成32年度目標 |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 女性の新規起業・創業件数 | | 4件 | 10件 |
| 2 | ワーク・ライフ・バランスの推進に取り組んでいる事業所の割合 | | 25.5% | 30.0% |
| 3 | 男女イキイキ職場宣言事業所数 | | 10件 | 20件 |
| 4 | 事業所における育児休業取得率 | 女性 | 63.3% | 90.0% |
| 5 | | 男性 | 1.2% | 10.0% |
| 6 | 育児のために有給休暇を取得したことがある男性の割合 | | 28.3% | 35.0% |
| 7 | 女性の新規就農者数 | | 10人 | 15人 |
| 8 | 女性消防団員数 | | 32人 | 30人 |
| 9 | 自治会・町内会における女性役員登用率 | | 7.3% | 向上 |
| 10 | 市の委員会・審議会等における女性委員登用率 | | 24.1% | 30.0% |
| 11 | 市の委員会・審議会等における女性委員がいる審議会等の割合 | | 76.5% | 90.0% |
| 12 | 市内の主な企業における女性役員登用率 | | 19.2% | 30.0% |
| 13 | 市職員の管理・監督職への女性職員登用率 | | 23.5% | 30.0% |
| 14 | 男女の地位が平等になったと感じている人の割合 | | 16.6% | 25.0% |
| 15 | 職場において差別的な扱いを受けたと感じている女性の割合 | | 19.1% | 15.0% |
| 16 | 高校生のデートDVの認知度 | | — | 90.0% |
| 17 | 認知症サポーター1人に対する高齢者率 | | 4.5人 | 3人 |
| 18 | 国民健康保険加入者の健康診査受診率 | | 32.7% | 60.0% |
| 19 | 乳がん検診受診率 | | 21.3% | 30.0% |
| 20 | 子宮がん検診受診率 | | 18.1% | 30.0% |



# Life In Sopron

－ショプロンでの生活－

日本語語学指導員現地レポート VOL.3

## 第９代日本語語学指導員 栗原（くりはら） 拓実（たくみ）さん

花輪出身。市の外国人向け日本語教室での講師経験を生かして渡航。

ブログ公開中 **http://ta93sopron.blogspot.jp/**
詳しい様子はこちらで紹介しています。ぜひご覧ください。

ショプロンの沿道に咲く濃い色の桜

鹿角市の皆様、いかがお過ごしでしょうか。

桜の季節も終わり、新緑がきれいに見られる頃かと思います。私はショプロンに来て初めての春を迎えましたが、ショプロンの美しい花についてご紹介します。

4月初めごろから、市内の大きい公園で、鹿角でもよく見られる種類の桜が咲き始めましたが、あまり見かけないので地元の方に聞いてみたところ、この桜はそこの公園にある2本だけのようでした。日本のようにたくさん並んで咲いているのに比べると少し物足りなさを感じました。

そして、その桜の花が散るころに、沿道にあるアーモンドの木の花が咲き始めました。色は桜の花と似ているのですが、よく見てみると、花びらの形が桜とは少し違っています。

ショプロンに咲く桜の花びら

さらに、アーモンドの木の花が散るころには、鹿角ではあまり見かけたことのない、濃いピンク色の桜が咲き始めました。この桜は、アーモンドの木ほど多くありませんが、ショプロン市内の各所で見ることができます。ショプロンで桜と言えば、この桜になるそうです。

そんな中、先日ショプロン市合唱団のコンサートを鑑賞してきました。

約50人のメンバーから構成される合唱団ですが、平日は仕事のため、週末に集まって練習し、年に数回コンサートを開催したり、市のイベントでコーラスを披露したりしているそうです。

今回のコンサートでは、映画「ロード オブ ザ リング」のMay It Be、映画「メリーポピンズ」のFeed the Birdなど、映画関連の歌10曲が披露されましたが、歌の途中にはショプロン市タップダンスサークルによるショーも披露され、コーラスの響きとダンスの美しさにとても感動しました。

合唱団によるコーラス

最後に、前回、日本語教室が新聞の取材を受けたお話をしましたが、今度はショプロン市のテレビ局が撮影に訪れ、ハンガリー全土にテレビ放映されました。その効果もあってか、ショプロン市から片道1～2時間もかかる地域から4人もの受講応募があり、毎週通ってくれています。こうした機会で出会えた受講生たちに鹿角の魅力を伝え、鹿角に興味を持ってもらえるよう、これからもがんばっていきます。

テレビの取材を受ける栗原さん

尾去沢山神社祭典

# 活気あふれる300人の踊り

尾去沢鉱山ゆかりの山神社祭典が5月14日から2日間にわたって開催され、尾去沢地域は活気に満ちあふれました。

かつて日本一の銅山を誇った尾去沢鉱山の繁栄を願い、山の神を奉ってきたこの祭りは、閉山後も地域の活力を保つようにと地元有志により続けられ、地域の一大イベントとして引き継がれています。

幕開けとなる14日の宵宮祭では、市指定無形民俗文化財である「からめ節金山踊り」が奉納されました。

また、保育園児から大人まで総勢300人が一堂に会し演舞する15日のかなやまソーランでは、会場となった市街地地区の沿道に多くの観客が詰めかけ、踊り手にはたくさんの拍手が送られました。

上／小学生の演舞ではひときわ大きい歓声が上がりました。右上／「わっしょい」と威勢のよいかけ声でみこしが登場しました。右下／保育園児も一生懸命踊りました。

花輪祭の屋台行事 ユネスコ無形文化遺産登録

# 認定書が本市に届き、喜び再び

5月9日、花輪ばやし祭典委員会会長の戸澤正英さんが市役所を訪れ、5月4日に富山県南砺市で行われた全国山・鉾・屋台保存連合会の総会で文化庁長官から受け取った「花輪祭の屋台行事」のユネスコ無形文化遺産認定書を、児玉市長に伝達しました。

戸澤会長は「昨年12月2日に登録となり、12月4日には祝賀屋台パレードを開催したものの、ユネスコ登録の証がなかった。しかし、今回認定書をいただけたことで、ユネスコの登録をあらためて実感した」と喜びを述べました。

↑児玉市長は「ユネスコ認定後初となる今年は、本市の誇る夏祭りを通じて、鹿角の魅力を発信したい」と抱負を述べました。

↑ きらびやかな衣装に身を包んだ子どもたちの稚児行列は、会場に花を添え、来場者を楽しませました。

花輪商店街に笑顔があふれる

# かづの子どもフェアが開催

「こどもの日」の5月5日、花輪商店街でかづのこどもフェアが開催されました。

花輪小学校のマーチングバンドによるパレードで幕を開け、児童らの楽しげな演奏は、会場を盛り上げました。その後に行われた稚児行列では、子どもたちがゾウの神輿を引きながら歩くかわいらしい姿に、多くの来場者が目を細めていました。

昨年はあいにくの悪天候でしたが、今年は天候にも恵まれ、多くの子どもたちが訪れていました。

花輪ばやしの演奏体験やかるた飛ばし大会など、各種ブースからは子どもたちの笑い声が絶えず聞こえる楽しい1日になりました。

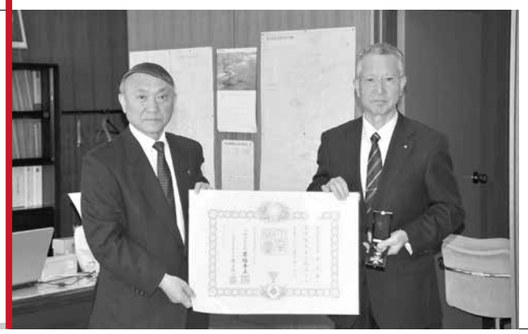
長年にわたる消防団活動への貢献

# 黒澤文男さん 春の叙勲

黒澤文男さん（尾去沢）が長年にわたる消防団活動への貢献から瑞宝双光章を受章し、5月17日、報告のため児玉市長を訪れました。

黒澤さんは昭和44年に尾去沢消防団に入団し、平成21年から昨年まで消防団長を務めるなど、約47年にわたり地域の防災に貢献してきました。平成25年の豪雨災害の時は、いち早く消防本部へ駆けつけ、米代川水位の監視や土のうの準備、避難勧告発令地区の避難誘導を指揮し、人的被害ゼロに寄与するなど、地域の安全を守ってきました。

児玉市長は「長い間市民の安全を守る活動に尽力いただきありがとうございます」と受章を称えました。



↑ 黒澤さん（写真右）は「身に余る光栄。仲間の支えがあってこそ」と受章の喜びと感謝の気持ちを述べました。

↑ 顕彰式は神田さんの自宅で行われ、家族らが祝福しました。（ハナさんは写真左から3人目）

百歳長寿顕彰式

# 神田ハナさん 百歳を祝う

神田ハナさん（八幡平）が5月18日に満100歳の誕生日を迎え、児玉市長が顕彰状と祝い金を贈り、長寿をお祝いしました。

ハナさんは18歳のとき結婚し、家業の農業に従事しながら夫を支えました。農業を子どもたちに譲った後は、自宅から歩いて5分の場所にある神社の掃除を毎月欠かさず行うなど、地域に尽くしてきました。

目が良く、本を読んだりテレビを見たりするのが好きで、現在は週1回のディサービスに通いながら、家族と楽しく暮らしています。

魅力あふれる地元企業を紹介

# 鹿角の企業 いいね！

問 産業活力課 ☎ 30-0250

## 第１回　株式会社 シーティーイー

### 会社概要

印刷会社３社による共同出資の制作会社としてスタートし、現在は開発業務、ソフトウェア販売業務、デザイン・制作業務の３事業を展開。東京に本社を置き、雑誌や求人広告の制作を行っています。

10人でスタートした鹿角事業部は12年目を迎え、現在スタッフは総勢61人。地元出身者だけでなく、県外からの移住者も積極的に採用しています。

◉ 株式会社 シーティーイー
所在地　花輪字下花輪33番地１
設　立　昭和46年１月
代表者　藤田　陽司
連絡先　☎ 23-5720
ホームページ　http://web-cte.co.jp

### 代表から

代表取締役社長 藤田 陽司さん

今年、市内２拠点をまちなかオフィスに統合しました。統合効果は計り知れず。業務効率化だけでなく、社員たちがおしゃれになったともっぱらの評判です。おしゃれとは服装だけでなく、爽やかな挨拶や所作も含まれます。まちなかオフィスが鹿角一番のおしゃれスポットになる日も近い？

これからも地元に愛される企業を目指してまいります。

### 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）

永井 歩（あゆみ）さん

①誰にでも同じように接することができると言われます。大抵のことはなんとかできると思っています。
②研修や先輩が作ってくれた資料をまとめているファイルです。
③子どもと一緒に昼寝をすることです。子どもが寝た後にDVDや漫画を鑑賞することです。

村木 望帆（みほ）さん

①とにかくいたずらが好きです。が、根は真面目です。
②パソコンから目を守るためのブルーライトカットメガネ（ディズニーのアリエルとコラボ）と腰を守るためのミニーちゃんのクッションです。
③料理・お菓子作り（家庭的…ではなくストレス発散）と旅行です。

仕事はしっかり、イベントは思いっきり楽しむ。そんな会社です。

社長も新入社員も「やってみよう」で溢れています。

STAFF増員中。創造力を活かせる仕事です。

**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



# けんこう通信

保健情報を毎月お届け　問 いきいき健康課 ☎30-0119

Photo Smile

## ■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 |
|---|---|---|---|---|
| 5日(月) | 5歳児すくすく健康相談 | 保育園等から連絡があります | 13時～13時15分 | 福祉保健センター |
| 16日(金) | 3歳児健診 | 平成26年2月生(八、尾、花)、平成26年3月生(八、尾) | 13時～13時15分 | |
| 21日(水) | 3～4か月児健診 | 平成29年2月生（全地区） | 13時～13時15分 | |
| 22日(木) | 1歳6か月児健診 | 平成27年10月生(八、尾、花)、平成27年11月生(八、尾、十、大) | 13時～13時15分 | |
| 27日(火) | 乳児相談（4～5か月児） | 平成29年1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）

| とき | 病院名 | とき | 病院名 |
|---|---|---|---|
| 1日(木) | 大里医院 ☎22-1251 | 16日(金) | 三ケ田医院 ☎31-1231 |
| 2日(金) | 小坂町診療所 ☎29-5500 | 17日(土) | 小坂町診療所 ☎29-5500 |
| 3日(土) | 長橋医院 ☎23-7612 | 18日(日) | 大里医院 ☎22-1251 |
| 4日(日) | 福永医院 ☎35-3117 | 19日(月) | 大湯リハビリ病院 ☎37-3511 |
| 5日(月) | 本田医院 ☎35-3002 | 20日(火) | 笹村整形外科 ☎30-0035 |
| 6日(火) | 笹村整形外科 ☎30-0035 | 21日(水) | 長橋医院 ☎23-7612 |
| 7日(水) | なかのクリニック ☎22-7335 | 22日(木) | 大湯リハビリ病院 ☎37-3511 |
| 8日(木) | 鹿角中央病院 ☎23-4131 | 23日(金) | 鹿角中央病院 ☎23-4131 |
| 9日(金) | 大里医院 ☎22-1251 | 24日(土) | 大湯リハビリ病院 ☎37-3511 |
| 10日(土) | いけがみクリニック ☎30-0111 | 25日(日) | かづの厚生病院 ☎23-2111 |
| 11日(日) | かづの厚生病院 ☎23-2111 | 26日(月) | 福永医院 ☎35-3117 |
| 12日(月) | 福永医院 ☎35-3117 | 27日(火) | 長橋医院 ☎23-7612 |
| 13日(火) | 大里医院 ☎22-1251 | 28日(水) | 大里医院 ☎22-1251 |
| 14日(水) | 本田医院 ☎35-3002 | 29日(木) | 小坂町診療所 ☎29-5500 |
| 15日(木) | なかのクリニック ☎22-7335 | 30日(金) | 笹村整形外科 ☎30-0035 |

※かづの厚生病院の入口は、「救急入口」となります。

月曜から土曜は17時～20時、日曜祝日は9時～20時
当番医はテレフォン病院24（☎0120-959-783）でも確認できます。

## 胃がん検診が始まります

胃がん検診を申し込まれた方へ、通知書をお送りします。

検診を希望される方で、申込書を提出していない方は、いきいき健康課までご連絡ください。

問 いきいき健康課 ☎30-0119

## ■献血車訪問

| とき | 受付時間 | ところ |
|---|---|---|
| 23日(金) | 9時～11時30分 | 東日本高速道路㈱東北支社 十和田管理事務所 |

＊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。

## ４月～６月は狂犬病予防注射月間です

狂犬病は発症すると麻痺や精神錯乱などの神経症状が現れ、人も犬もほぼ100%死に至る病気です。

生後３カ月以上の犬を飼う場合、犬の登録と年１回の狂犬病予防注射が義務づけられています。４月、５月に注射できなかった飼い犬はぜひ受けましょう。

| とき | 受付時間 | ところ |
|---|---|---|
| 14日(水) | 18時～18時30分 | 十和田市民センター前 |
| 28日(水) | | 福祉保健センター南側入口前 |

＊次回は10月29日(日)を予定しています。

問 いきいき健康課 ☎30-0119

## 子宮がん・乳がん検診が始まりました

検診を受けるには、申込書の提出のほかに、受診日と検診場所を決めるため電話予約が必要です。忘れずに予約しましょう。

また、かづの厚生病院では「午後の乳がん検診」を実施しています。午後の検診は、女性技師がマンモグラフィ撮影をします。

- 午後の検診日　６～８月：第２・４火曜日
  ９～10月：第２火曜日
- 受付時間　13時15分～13時30分
  14時15分～14時30分

問 いきいき健康課 ☎30-0119

# 国保の広場

問市民課 国保医療班
☎ 30-0222

## 特定健診が始まります

### 特定健診とは

特定健診とは、40歳～74歳で国保に加入している方が対象の健康診断です。費用は無料です。

対象者は、受診日時点において、国保に加入している方です。

### 受診には受診券と被保険者証を

3月31日時点の対象者には、5月中旬に特定健診の受診券と案内を送付しています。受診の際には、受診券と被保険者証を忘れずにお持ちください。

受診券が送付されていても、就職などで保険証が社会保険等に切り替わった場合は、国保の受診券で受診することができません。この場合は、職場等で行う健康診断を受診してください。

また、4月1日以降に国保に加入した方で、健診を希望される方は、受診券を送付しますので、いきいき健康課（☎30-0119）までご連絡ください。

### 健診内容

①身体測定（身長、体重、腹囲測定）②尿検査③血圧測定④血液検査（脂質、血糖値、肝機能、腎機能、貧血）⑤医師による診察⑥心電図⑦眼底検査（必要な方のみ）

### 出張健診もあります

医療機関で行う健診のほかに、福祉保健センター等で行う出張健診があります。

出張健診では、肺がん検診や大腸がん検診と一緒に受診できる日もあります。

出張健診の日程等については、翌月以降の広報でお知らせします。

## 6月の運動教室

国保の加入者に限らず、どなたでも参加できます。参加無料です。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 |
|---|---|---|---|
| ストレッチポール教室（さんさんレディースクラブ） | 5日㈪10時～ | 記念スポーツセンター | 運動ぐつ、水分補給の飲料 |
| 竹澤茜先生のココから体操教室（華美会） | 9日㈮10時～ | 大湯体育館 | 運動ぐつ、水分補給の飲料 |
| ゆったりヨガ教室（くびれてみヨーガ）※無料託児あり | 9日㈮10時～ | 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 |
| 浅利ゆみ先生の健康体操教室（スマイル教室） | 27日㈫13時30分～ | 福祉保健センター | 水分補給の飲料 |
| リズム運動教室（ヘルスデザイン）※無料託児あり | 28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 |

※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。

## 後期高齢者健康診査

75歳以上の方（または65歳以上の方で後期高齢者被保険者証をお持ちの方）の健康診査は、7月から9月の間に実施します。

受診券は6月下旬に送付します。受診の際には受診券と被保険者証をお持ちください。

## 6月の骨密度測定会&ナトカリ比測定会

定期的な測定で、健康の維持・増進・改善に取り組みましょう。

▼日時 29日㈭14時～15時
▼場所 福祉保健センター

# 国民健康保険税のお知らせ

問 税務課 課税班☎30-0213

### 課税（賦課）限度額

国民健康保険税は医療給付費分、後期高齢者支援金分、介護納付金分の３つの合計が税額となります。それぞれの限度額が下記のとおりです。

**課税（賦課）限度額適用表**

| 項目 | 課税（賦課）限度額 |
|---|---|
| 医療給付費分 | 54万円 |
| 後期高齢者支援金分 | 19万円 |
| 介護納付金分 | 16万円 |

### 軽減制度

低所得者世帯の税負担を軽くするため、前年中の所得合計額が一定基準額以下の場合、均等割額と平等割額を減額する軽減制度があります。平成29年度から下記のとおり変更になり、対象範囲が拡充されました。該当する世帯の年税額は軽減制度適用後の額で通知になります。

**軽減制度適用表 ＜改正後＞**

| 軽減率 | 軽減判定基準額 |
|---|---|
| 7割軽減 | 33万円　※変更なし |
| 5割軽減 | 33万円＋【27万円※×（「国保加入者数」＋「特定同一世帯所属者数」）】<br>※改正前は26.5万円 |
| 2割軽減 | 33万円＋【49万円※×（「国保加入者数」＋「特定同一世帯所属者数」）】<br>※改正前は48万円 |

**■軽減判定の注意点**

・65歳以上の年金所得者は、年金所得から15万円（年金所得が15万円未満の場合は全額）が控除されます。
・土地・家屋等の譲渡所得は、特別控除を差し引く前の金額で計算され、事業所得は専従者控除（専従者給与）を差し引く前の金額で計算されます。
・軽減制度への申請は必要ありませんが、適用の可否判定のため、世帯主および国保加入者全員の所得申告が必要となります。

### 国民健康保険税の納付方法の変更

国保税の納付方法は、以下の要件をすべて満たしている方に限り、特別徴収（年金天引き）から普通徴収（口座振替）に変更できます。変更を希望される方は、税務課課税班へ申請してください。申請が認められた場合、２～４カ月後の年金支給分から、納付方法を変更します。

**■普通徴収への切り替え要件**

①今後の納付方法を口座振替にされる方
②過去２年間において国民健康保険税の未納がない方
※上記①②の両方を満たす必要があります。

**■申請に必要なもの**

①被保険者証　②認め印
③口座振替を申し込みでない方は、口座振替を申し込み後の申請となります。ご利用になる金融機関へ「口座振替依頼書」を提出し、その口座振替依頼書の本人控え（金融機関の受付印のあるもの）をお持ちください。

### 納付方法

納付方法は普通徴収と特別徴収（年金天引き）の２通りあります。普通徴収の方は、年額を７月から２月の８回に分けて納付していただきます。口座振替の方は、各納期限の日に口座から引き落としになります。

特別徴収の方は、年６回の年金支給の都度、年金からの天引きで納付していただきます。特別徴収の対象者は、以下の要件をすべて満たしている方です。

**■特別徴収の要件**

・世帯主が国保加入している
・世帯主が今年度中に75歳にならない
・国保加入者が全員65歳以上75歳未満
・世帯主が年金を年額18万円以上受給している
・介護保険料と国保税の合算額が受給額の２分の１を超えない
・介護保険料が特別徴収されている

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

# 市民主体の介護予防 シルバーリハビリ体操

## シルバーリハビリ体操とは？

道具を使わず「寝ていても」「椅子でも」「立っていても」どのような姿勢でも、誰にでもできるのが特徴です。

運動は目的を意識して行う事が重要ですが、この体操はどこの筋肉を使い、どの関節を動かしているのかがはっきりとわかります。

関節の動く範囲を広げたり、筋力をつけたりすることで、生活動作が楽になる、肩・腰・膝痛を予防できるなどの効果が期待できます。

肩の動きを良くする基本的な体操。肩を痛めないようにする手の向きがポイント。

本市の高齢化率は37％を超え、全国平均の27％と比較して、非常に高い水準で推移しています。この高齢化社会をどのように乗り越えるか、とりわけ介護予防をどのように進めていくかは大変重要な課題です。

そこで、市民の皆さんが自ら実践し、伝えあうことができるシルバーリハビリ体操の普及を進めます。

また、指導士の養成講習会を開催し、伝えることができる人を増やして、市民が主体となって行う介護予防を支援していきます。

## シルバーリハビリ体操指導士養成講習会を開催します

シルバーリハビリ体操指導士は、シルバーリハビリ体操を地域の皆さんに広める活動をします。

普及の中心となる指導士を増やすため、指導士の養成講習会を開催します。

介護予防やリハビリテーションの考えに基づいた体操の正しい知識を学び、お互いに伝えあい、実践して、共に住みよい地域社会をつくっていきましょう。

**受講対象者**
・おおむね60歳以上の方
・6日間の全日程を受講できる方
・受講後、地域で体操普及のボランティア活動ができる方

**内容**　体操実技のほか関連する筋肉や運動の基本的な知識を学びます。

**持ち物**　筆記用具、運動できる服装、昼食、飲み物
※11月コースは内ズックをお持ちください。

**受講料**　無料

**申込方法**
各地域包括支援センターおよび各支所に備え付けの「受講申込書」に必要事項を記載の上、提出してください。

問鹿角市地域包括支援センター　☎30－0103

### 講習会日程

| 開催日 | | 場所 | 申込締切 |
|---|---|---|---|
| 7月コース | 7月4日㊋、6日㊍、13日㊍、18日㊋、24日㊊、31日㊊ | 福祉保健センター | 6月16日㊎ |
| 9月コース | 9月4日㊊、7日㊍、11日㊊、14日㊍、19日㊋、28日㊍ | | 8月16日㊌ |
| 11月コース | 11月2日㊍、6日㊊、9日㊍、13日㊊、16日㊍、20日㊊ | 交流センター | 10月16日㊊ |

※講習会の開催時間は10時～16時となります。



# 認知症カフェをご利用ください

## 認知症カフェとは？

認知症の方やその家族、地域の方、医療や介護に携わる方など誰もが気軽に集い語り合う場所です。人や地域、社会とつながり、お互いに理解し合い、いつでも自分の思いを話せて安心できる場所を目指します。

カフェでは、本人や家族が専門の支援員に日常生活や介護の悩みを相談したり、セミナーを受講したりと、認知症についていろいろ学ぶことができます。

市では認知症カフェの活動を促進するため、認知症カフェ運営補助金を設け支援しており、今年度は3団体に交付決定しました。

## 認知症カフェ運営補助金 交付団体

### ユニバーサルカフェ湯都里（ゆとり）

◆場所　十和田大湯字桂ノ沢1番地3
「鹿角市大湯温泉保養センター」内
◆開催日時　毎月第3火曜日
13時～16時
◆参加費　200円
◆連絡先　☎37-3188

### まちっこカフェ

◆場所　花輪字上花輪139番地1
多世代交流スペース「まちっこ」内
◆開催日時　毎月第1土曜日
9時30分～12時30分
◆参加料　無料
◆連絡先　☎22-4080（当日）☎23-7755

### ほっとな茶屋 月山の郷

◆場所　十和田毛馬内字毛馬内59番地1
介護老人福祉施設「月山の郷」内
◆開催日時　毎月第3日曜日
9時30分～12時30分
◆参加費　無料
◆連絡先　☎25-8022、25-8066

住んでいる地域にかかわらず、どのカフェにも参加できます。お気軽にご利用ください。

問鹿角市地域包括支援センター
☎30-0103

## 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。

対象者以外の方で制度に興味のある方も参加できますのでお気軽にお越しください。

**日時**　6月20日㊋10時～11時
**場所**　福祉保健センター

問長寿支援課 長寿生活班
☎30－0234

## 介護相談

介護の困りごと、悩み事を相談員がお伺いします。相談は無料です。

ご利用しやすい日時、会場の相談会にお越しください。

**1回目**
**日時**　6月10日㊏13時～15時
**場所**　けまない福祉コミュニティエリア内　どまっこ

**2回目**
**日時**　6月24日㊏13時～15時
**場所**　福祉保健センター

問　鹿角市地域包括支援センター　☎30－0103

# まなびいウィンドウ

みんなで楽しく学ぼう！生涯学習　問教育委員会生涯学習課 ☎30－0292

mascot 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。

## WAIWAIくらぶ「テクノロジー&サイエンス」
## サイエンスショー
### ～ビックバブル・ラムネ・電気de パン作り～

**コーラ飲料に○○を入れると?それは来てのお楽しみ！びっくり・不思議がいっぱい！君もみらいの科学者だ！**

◆内容
①大きな泡が飛び出す実験
②ペットボトルの空気砲・ラムネ・パン作り
◆日時　6月25日日　9時30分～12時（受付 9時15分～）
◆場所　児童センター
◆講師　田中 夕子 氏（十和田中学校 教諭）
◆対象　小・中学生
◆定員　30人（先着順）
◆参加費　200円
（当日受付でお支払いください）
◆申込期間　6月1日木　8時30分～23日金
問　児童センター　☎23－7180　23－7023（FAX兼）

## 声かけ運動を実施します

毎月5日は「声かけ運動の日」です。登校中の子ども達に「おはよう」や「気をつけてね」などの声かけをお願いします。

**実施日 6月5日月**

◆時間　7時15分～8時
※十和田小学校は開校記念日のため、6日火に行います。
問　生涯学習課 社会教育班　☎30－0292

## Let's start! Japanese Class
## 日本語教室（にほんごきょうしつ）

市内に住んでいる外国の方を対象に、日本語教室を行っています。随時参加を受け付けていますので、参加希望者は直接会場にお越しください。

◆開催日　毎週土曜日（12月まで）
◆時間　13時30分～15時30分
◆会場　花輪市民センター 会議室1（コモッセ内）
※託児が必要な方はご連絡ください。
問　生涯学習課 社会教育班　☎30－0292

## 特別天然記念物 ニホンカモシカを見かけたときは

近年、市内各地でニホンカモシカの目撃情報が多く寄せられています。ニホンカモシカは基本的におとなしい動物です。目撃しても近づかないようにご協力をお願いします。

**①元気なとき**
しばらく様子をみてください。帰巣本能があるので山に帰る道がわかれば帰っていきます。

**②けがや病気、死亡しているとき**
さまざまな病原菌を持っている可能性があります。ニホンカモシカには触らず、生涯学習課文化財班へご連絡ください。

**③子どものカモシカが１頭でいるとき**
絶対に触らず、見守りをしてください。一度人間の匂いがつくと、親が警戒し野生に戻ることが難しくなります。

問 生涯学習課 文化財班 ☎ 30-0294



## 縄文体験教室
## 土器作りに挑戦しよう

風鈴のような形をした「鐸形（たくがた）土製品」作りを行います。実物に触れる体験をしながら作品作りに挑戦してみませんか。

◆日時　6月24日土　9時30分～11時
◆内容
①本物の土器に触れてみよう
②模様をつける道具を作ろう
③作品を作ってみよう
◆参加費　200円（粘土代として）
◆募集人数　10人（小学生以上、親子参加可）
◆持ち物など　手拭きタオル、エプロンまたは汚れてもよい服装
※作品の焼き上げには2～3週間かかります。
※焼き上げ後は大湯ストーンサークル館で作品の引き渡しを行います。
◆申込締切　6月23日金
問　大湯ストーンサークル館　☎37－3822

## 先人顕彰館イベント
## 内藤湖南を知る会

◆日時　6月10日土　13時30分～15時
◆内容　父・十湾（じゅうわん）から湖南に宛てた書簡の解読
◆講師　阿部 安男 氏
◆受講料　無料
問　先人顕彰館　☎35－5250

## 第72回天然記念物 全日本声良鶏謡合（うたあわせ）大会

市の鳥である声良鶏は、主に北東北3県で飼育されています。謡合大会では各地から声良鶏が集まり、その鳴き声を競います。

◆日時　6月11日日　9時～
◆場所　かなやまアリーナ
◆入場料　無料
問　生涯学習課 文化財班　☎30－0294

## 家庭教育の窓
## 「早寝早起き朝ごはん」

子どもたちの健やかな成長には規則正しい生活習慣が大切です。文部科学省では幼児期からの基本的生活習慣の確立を目指して**「早寝早起き朝ごはん」国民運動**を推進しています。
ここでは、なぜ「早寝早起き朝ごはん」が成長によいのか、今月と来月の２回に分けてお話しします。

**[ ①早寝・早起き ]**

従来から「寝る子は育つ」と言われていますが、睡眠には心身の疲労を回復させる働きのほかに、脳や体を成長させる働きがあります。子どもの成長に欠かせない成長ホルモンは眠っている間に活発に分泌され、眠る時間が遅くなると、その分泌に影響を与えてしまいます。幼児なら 10 ～ 13 時間、小学生なら 9 ～ 11 時間、中高生なら 8 ～ 10 時間を目安に、睡眠時間を確保するよう心がけましょう。

朝の光を浴びると、覚醒を促す脳内物質であるセロトニンが活発に分泌されます。その結果、頭がスッキリと目覚めて集中力が高まり、活動に適した体になります。

セロトニンの分泌は、夜寝ているときにはなく、朝起きると始まります。分泌を増やすには、日の光を浴びて体を動かすことや、朝ごはんをしっかりと噛んで食べることなどが効果的です。一方、日が沈むと、睡眠を促す脳内物質が生成されますが、この物質はセロトニンを材料にして作られるため、日中にセロトニンが分泌されていないと不足し、寝つきが悪くなります。

毎日同じ時間に早寝・早起きを繰り返していくと、日中元気に活動ができる体のリズムが整っていきます。子どもの健やかな成長のため、早寝早起きを実践しましょう。

参考：「早寝早起き朝ごはん」全国協議会のホームページ http://www.hayanehayaoki.jp/

問 生涯学習課 社会教育班 ☎ 30-0292

# 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

## 市民課窓口業務の一部停止

システムメンテナンス作業による住民基本台帳ネットワークシステムの停止に伴い、下記の業務を停止します。

**日時**：6月29日㈭ 終日

| 停止業務一覧 |
|---|
| マイナンバーカードの交付・廃止 |
| 住民基本台帳カードおよびマイナンバーカードの情報更新 |
| 公的個人認証サービス（電子証明書の取得、廃止等） |
| 広域交付住民票の交付 |
| 住民基本台帳カードおよびマイナンバーカードによる転出、転入の届出 |

問市民課 戸籍年金班 ☎30-0221

## 農地利用最適化推進委員募集

農地等の利用の最適化の推進に熱意と識見を有する方を募集しています。

**期間**：6月9日㈮まで／**申込方法**：市役所農林課、各支所、農業委員会事務局に備え付けの推薦書・応募用紙に記入し、提出してください。応募用紙は、市ホームページからもダウンロードできます。

問農業委員会事務局 ☎30-0283

## 身体障害者巡回相談（肢体）

医師・補装具製作業者および専門職員が、身体障害者手帳の診断や補装具の交付、修理等の判定を行います。

**日時**：7月10日㈪ 9時30分～11時30分受付／**場所**：大館市立中央公民館（大館市字桜町南45番地1）／**持ち物**：身体障害者手帳（すでにお持ちの方のみ）、認め印

問福祉課 地域福祉班 ☎30-0238

## 子ども未来事業団職員採用試験

| 子ども未来事業団職員採用試験 | |
|---|---|
| 募集業種 | 保育士 |
| 募集人数 | 若干名 |
| 受験資格 | 昭和53年4月2日以降に生まれ、保育士の資格がある方、または平成30年3月末日までに取得見込みの方 |
| 申込方法 | 子ども未来事業団事務局（福祉プラザ内）に備え付けの試験申込書および履歴カードに記入の上、保育士証の写し（在学中の方は、在学証明書および成績証明書または履修証明書）を一緒に提出してください |
| 募集期間 | 6月5日㈪～7月7日㈮ |
| 1次試験 | 7月30日㊐ |
| 試験会場 | 交流センター |

問（公財）鹿角市子ども未来事業団事務局 ☎30-0557

## 環境配慮書の縦覧

「（仮）鹿角・田子風力発電構想計画段階環境配慮書」を縦覧します。

計画段階配慮書について意見をお持ちの方は、縦覧場所に備え付けの書面に住所・氏名・意見（理由を含む）を記入し、意見書箱に投函してください。

**縦覧期間**：6月6日㈫～7月5日㈬／**縦覧場所**：市役所市民共動課、大湯支所（いずれも平日の開庁時のみ）

問日立造船株式会社（松澤）
☎06-6569-0214

## 教科書展示会

平成30年度に使用する教科書を展示します。各教科書会社から出版された教科書を実際にご覧ください。

**期間**：6月16日㈮～7月3日㈪ 10時～18時／**場所**：文化の杜交流館コモッセ2階

＊火曜日と水曜日は閲覧できません。

問北教育事務所鹿角出張所☎23-3302

## 大館鹿角地区障害者スポーツ教室

| 内容 | |
|---|---|
| 日時 | 7月13日㈭10時～11時30分 |
| 会場 | 大館市樹海体育館（大館市上代野字八幡岱29-4） |
| 対象者 | 市内在住の身体・知的・精神障がい者で、会場まで各自（付き添いの方も含む）来場できる方 |
| 実施種目 | ボッチャ・卓球バレー |
| 参加費 | 無料 |

問福祉課 地域福祉班 ☎30-0238

## ひきこもりに関する巡回相談

**日時**：7月5日㈬10時30分～14時30分／**場所**：大館保健所（大館市十二所平内新田237-1）／**対象**：18歳以上のひきこもり状態にあるご本人やそのご家族など／**定員**：4人（要予約、先着順）／**申込方法**：平日10時～16時に秋田県ひきこもり相談支援センターへ電話で申し込みください。（匿名可）

問秋田県ひきこもり相談支援センター
☎018-831-2525

## 調理師試験

| 調理師試験 | |
|---|---|
| 日時 | 10月14日㈯<br>13時30分～15時30分 |
| 場所 | 秋田県JAビル（秋田市八橋南2丁目10-16） |
| 受験資格 | 中学卒業または同等以上の学歴を有する者で、規定の飲食施設および営業施設において、2年以上の調理業務に従事した者 |
| 募集期間 | 願書配布：6月12日㈪～7月7日㈮<br>願書受付：6月26日㈪～7月7日㈮<br>願書は大館保健所（大館市十二所平内新田237-1）に備え付けています |

問北秋田地域振興局大館福祉環境部（兎澤・武田）☎0186-52-3955

## 鹿角のむがしっこの集い

鹿角に伝わる民話を聞き、昔のことを思い浮かべながら懐かしさや笑いのひと時を過ごしませんか。

**日時**：6月10日㈯13時30分開演（13時開場）／**場所**：尾去沢市民センター

＊入場は無料です。

問鹿角民話の会 どっとはらぇ（北村）
☎090-4886-5153

※6月30日㈮は市県民税第1期の納期限です。



## 青い羽根募金にご協力を

水難事故防止活動の一環として青い羽根募金運動を実施しますので、皆さまのご協力をお願いします。

いただいた募金は各種水難救済事業に活用されます。

**期間**：6月1日㈭～7月31日㈪／**受付場所**：市役所および各支所（消防本部では随時受け付けています）

問消防本部 総務課 ☎23-5601

## 古文書読み方講座

**日時**：6月15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**：①道中記②かてもの③その他

問花輪図書館 ☎23-4471

## 演劇を楽しむ会「第26回定期公演」

| 日時 | |
|---|---|
| 6月30日㈮ | 開場18時30分・開演19時 |
| 7月1日㈯ | 開場13時30分・開演14時 |

**場所**：文化の杜交流館コモッセ 文化ホール／**演目**：「おん宿行灯（あんどん）（高木豊平・作）」／**入場料**：前売券500円、当日券700円、高校生以下無料（全席自由）／**チケット取扱所**：各市民センター（平日17時まで）、文化の杜交流館コモッセ、いとく鹿角ショッピングセンター、ブックスウッドペッカー、石川菓子店、御食事処あんべ、喫茶たびだち、フォーラムゆぜ、㈱いしきた、米田プロパン、勝又薬局

問演劇を楽しむ会（武藤）☎23-6545

## うたごえ喫茶 ともしびとうたおう

懐かしい歌や思い出の歌を思いっきり歌いましょう。

**日時**：6月25日㊐14時開演（13時30分開場）／**場所**：花輪市民センター講堂（コモッセ内）／**入場料**：一般1,500円、中高生500円／**チケット取扱所**：花輪市民センター（コモッセ内）

問うたごえ喫茶ともしびと歌おう実行委員会（成田）
☎23-3818、090-9531-4939

## おいしく食べて健康づくり

**地産地消 おうちで簡単ビストロレシピ～鹿角の恵みを食卓に～**

**日時**：7月7日㈮9時30分～13時／**場所**：花輪市民センター 調理室（コモッセ内）／**講師**：橋本 崇 氏（創作厨房びすとろあむーる）／**定員**：20人／**材料費**：700円（申込時支払）／**持ち物**：内履き、エプロン、ハンドタオル／**申込期間**：6月7日㈬～27日㈫の平日9時～17時

＊託児の希望は申込時にお知らせください。

問花輪市民センター ☎23-3351

## セイヨウタンポポ駆除大作戦

**セイヨウタンポポを駆除し、草木染めや料理に活用してみよう。**

**日時**：6月11日㊐9時～14時30分／**集合場所**：後生掛（大沼）キャンプ場／**定員**：15人／**参加費**：大人2,000円、中学生以下1,000円／**対象**：小学生以上／**持ち物等**：作業のしやすい服装、軍手、ゴム手袋、昼食（周辺施設でのランチ利用可）、草刈り鎌（お持ちの方）／**申込締切**：6月8日㈭

問八幡平ビジターセンター☎31-2714

## 十和田スポーツクラブ

| 教室 | 開催日 | 時間 | 場所 |
|---|---|---|---|
| キッズバレエ教室 | 10日㈯ | 15時30分～ | 十和田市民センター |
| 健康体操教室 | 毎週月曜日 | 9時30分～ | 十和田市民センター |
| 健康UP教室 | 毎週木曜日<br>＊1日㈭は除く | 13時30分～ | 十和田市民センター |

**参加費**：健康体操教室、健康UP教室は、会員200円、非会員300円（会員の年間登録料は500円）

問十和田スポーツクラブ ☎37-2870

## 米代川源流自然の会 会員募集

鹿角の里地里山において環境や自然を学び、山菜・きのこ・魚類を、一緒に味わってみませんか。

問米代川源流自然の会事務局（黒澤）
☎37-2144

## 事業主のみなさまへ

今年から高卒者を対象とした求人の受付開始は6月1日からとなります。

企業の将来を担う人材の確保と、若年者の地元定着による活力のある地域づくりのため、新卒者の求人の早期提出と採用枠の拡大をお願いします。

問ハローワーク鹿角 ☎23-2173

## 結婚サポーターによる結婚相談会

**相談日**：6月13日㈫／**相談場所**：花輪市民センター 会議室（コモッセ内）／**時間**：11時～12時

問政策企画課 政策推進班
☎30-0205

## 今月の相談日程

■出張年金相談（鷹巣年金事務所）

相談日：6月7日㈬、14日㈬、21日㈬、28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（受付は15時まで）

問市民課 戸籍年金班 ☎30-0223

■無料総合相談（人権擁護委員・行政相談委員）

相談日：6月13日㈫／相談場所：市役所 相談室 ／受付時間：13時30分～16時

問市民共動課 共動推進班 ☎30-0202

■無料相続・登記相談（司法書士）

相談日：6月20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。

問消費生活センター ☎30-0258

■無料弁護士相談（秋田弁護士会）

①相談日：6月8日㈭／相談場所：交流センター／受付時間：13時30分～16時／担当：川田 繁幸 弁護士

②相談日：6月22日㈭／相談場所：交流センター／受付時間：13時30分～16時／担当：熊谷 克史 弁護士

＊どちらも前日までに予約が必要。

問消費生活センター ☎30-0258

●**人口と世帯**（4月末現在）人口31,887人（▲35）男性15,054人／女性16,833人 世帯数13,132世帯（＋30）

問 法テラス鹿角 ☎0503383－1416

## 鹿角での活動を振り返って

寺井 研一郎 弁護士
*Kenichiro Terai*

お久しぶりです。この6月末をもって鹿角から長崎の五島列島に異動することとなりましたので、皆さまにご挨拶させていただきます。

鹿角に来て、花輪ばやしで太鼓を叩き、大日堂舞楽に心打たれ、荒瀬の共同浴場で癒され、毛馬内盆踊りの美しさに見惚れ、尾去沢鉱山の規模に驚かされました。この3年で、僕は鹿角の大ファンになってしまいました。

ですが、鹿角は厳しい状況にあることも実感しました。借金や相続、離婚、不貞、土地の争いなど、何百人もの方から、さまざまな相談を受けました。特に多かったのは借金や生活苦の相談でした。高齢化は進んでおり、空き家も増えてきています。うつ病やアルコール依存症、ギャンブル依存症に苦しむ方も大勢いらっしゃいます。そんな苦しい状況の中、多くの方は、とてもまじめに、一生懸命頑張っていました。まじめすぎて、払わなくてもいいお金を払ってしまったり、ダマされている方もいました。法律の知識に欠ける方も多かったように思います。そんな方たちのために、少しでもお力添えをできたらと思い活動してきましたが、この後は尾崎弁護士に託すこととといたします。

鹿角の素晴らしい自然と、そこに根付いた文化・風土・伝統は、どこにも負けない素晴らしいものだと思います。市民の皆さまが、鹿角という舞台で、充実した素晴らしい人生を送れるよう願っています。

最後になりましたが、鹿角で出会ったすべての方に対して、素晴らしい時間を過ごせたことについてお礼を申し上げます。私が居なくなった後も、法テラス鹿角法律事務所は続きます。どんなことでも構いませんので、困りごとができた時にはぜひ気軽にご相談ください。

**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



## 地域住民が協力して暮らせる街に

蟹沢自治会 会長

藤原 純一さん
*Jyunichi Fujiwara*

蟹沢自治会
75 世帯
188 人

蟹沢自治会は、尾去沢地区東部の米代川沿いの低地にある75世帯余りの自治会です。昭和37年に発足し、今年で55年目を迎えました。

我々の自治会では、平成16年に自主防災組織を結成し、毎年9月第2日曜日を「地域防災の日」と位置づけ、地域ぐるみで総合防災訓練を行っています。その訓練で積み上げた経験が、平成19年と平成25年に発生した豪雨災害時に家屋の床下浸水を防いだほか、安否確認訓練は、東日本大震災時に高齢者世帯や一人世帯の全戸安全確認などにつながりました。

組織発足前の私は、自主防災組織の重要性を認識できず否定的な立場でありましたが、いざ、防災担当者として訓練の計画や運営に携わってみると、自主防災の重要性を身に染みて感じました。

現在は、さまざまな方々と築きあげてきた経験や実績を基に、各種団体や学生を対象に講演活動も行っており、今後は市民の皆さまと広く情報を共有し、いつ訪れるか分からない災害に役立てるよう頑張っていきたいと思っております。

※蟹沢自主防災組織は平成28年に内閣総理大臣表彰を受賞しています。

地域みんなで行う防災訓練

～共動の意識を広げる標語～　市民が創る わがまち鹿角の 輝く未来





問 児童センター☎ 23-7180 ／子ども未来センター（コモッセ内）☎ 30-0855

kusu² Park くすくす・ぱーく

### 子ども未来センター
### コモッセ DE くすくす「流しそうめん」

今年の流しそうめんはいろんな物が流れてくるよ！スタッフによる楽しいミュージックシアターもあります。

●**日時**：６月６日㊋ 10 時～ 12 時／●**場所**：子ども未来センター、コモッセ こもれび広場／●**参加費**：大人１人 200 円（子ども無料）／●**対象**：市内の未就学児とその家族／●**申込締切**：６月５日㊊／●**申込先**：子ども未来センター（コモッセ内）

### 子ども未来センター　はじめてパパ・ママになるあなたへ　産んで楽しい♥　うみたの

妊婦さんや産後間もないご家族の悩みを一気に解決！小さな悩みもお産の恐怖も話すことで軽減するかも！パパの参加も大歓迎！

●**日時**：６月 11 日㊐ 10 時～ 12 時／●**場所**：花輪市民センター 和室（コモッセ内）／●**アドバイザー**：菅原 光子 氏（助産院イスキア 助産師）／●**参加費**：無料／●**対象**：妊婦さん、出産後間もないママ、その家族／●**申込締切**：６月８日㊍ ／●**申込先**：子ども未来センター（コモッセ内）※無料託児あり。

### 子ども未来センター　子育てくすくす LIFE
### あかちゃん・チャイルドヨガ&アロマクラフト

親子でのヨガ体験と、化学合成物質を使わないやさしい虫よけスプレーを作ります。

●**日時**：６月 13 日㊋ 10 時～ 12 時／●**場所**：交流センター 和室／●**参加費**：300 円／●**講師**：工藤 香織 氏（アロマアドバイザー・チャイルドケアスペシャリスト）／●**定員**：20 人／●**対象**：市内の０～２歳の子どもとその家族／●**持ち物など**：バスタオル、飲み物（親子分）、動きやすい服装／●**申込期間**：６月１日㊌から（先着順）／●**申込先**：子ども未来センター（コモッセ内）※無料託児あり。

**安保 哉楽くん❸歳**
**平成 26 年6月 26 日生／八幡平 父 匡明さん・母 みゆきさん**
食べることが大好きで、おかわりは当たり前♥お姉ちゃんお兄ちゃんに負けじと食べます！「笑点」が毎週楽しみのボクです♪

### 子ども未来センター　J&B の会
### ちぃちゃんの怖～い話&鹿角の山菜料理～「みず」づくし～

子どもたちが大好きな怖い話。自分のレパートリーを増やしてみませんか？子どもたちの瞳が輝くこと間違いなし！そして今が旬の「みず」を堪能しましょう。

●**日時**：６月 21 日㊌ 10 時～ 13 時 30 分／●**場所**：花輪市民センター和室・調理室（コモッセ内）／●**参加費**：１人 300 円／●**対象**：市内の子育てに関心のある祖父母世代の方／●**定員**：20 人／●**持ち物**：エプロン、三角巾、内履き／●**申込期間**：６月１日㊊から（先着順）

### 児童センター
### チャレンジ・THE・スポーツ season6

今回は児童センター初のボルダリングに挑戦します！自分の力だけで頂上を目指しましょう！弘前市立観光館にはミニチュアの建造物がいっぱい。気分はガリバーだよ！

●**日時**：６月 24 日㊏ 8 時 30 分～ 14 時 30 分／●**場所**：RAT Wall 弘前、弘前市立観光館／●**講師**：RAT Wall 弘前スタッフ／●**定員**：30 人／●**参加費**：１人 800 円／●**対象**：市内小・中学生／●**持ち物**：内履き、飲み物、汗ふきタオル、昼食／●**申込期間**：６月１日㊊から（先着順）

**Cafe の日**

児童センター　６月７日㊌
未来センター　６月８日㊍

※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 6月の行事

| | | |
|---|---|---|
| 1 | 木 | |
| 2 | 金 | |
| 3 | 土 | |
| 4 | 日 | |
| 5 | 月 | ストレッチポール教室　10時～・記念スポーツセンター▶P16 |
| 6 | 火 | |
| 7 | 水 | |
| 8 | 木 | 無料弁護士相談　13時30分～・交流センター▶P22 |
| 9 | 金 | 竹澤茜先生のココから体操教室　10時～・大湯体育館▶P16<br>ゆったりヨガ教室　10時～・コモッセ▶P16 |
| 10 | 土 | |
| 11 | 日 | |
| 12 | 月 | |
| 13 | 火 | 無料総合相談　13時30分～・市役所相談室▶P22<br>結婚サポーターによる結婚相談会　11時～・コモッセ▶P22 |
| 14 | 水 | |
| 15 | 木 | |
| 16 | 金 | |
| 17 | 土 | |
| 18 | 日 | |
| 19 | 月 | |
| 20 | 火 | 無料相続・登記相談　13時30分～・交流センター▶P22 |
| 21 | 水 | |
| 22 | 木 | 無料弁護士相談　13時30分～・交流センター▶P22 |
| 23 | 金 | |
| 24 | 土 | |
| 25 | 日 | 鹿角市長選挙▶P9 |
| 26 | 月 | |
| 27 | 火 | 浅利ゆみ先生の健康体操教室　13時30分～・福祉保健センター▶P16 |
| 28 | 水 | リズム運動教室　10時～・コモッセ▶P16 |
| 29 | 木 | 骨密度測定会＆ナトカリ比測定会　14時～・福祉保健センター▶P16 |
| 30 | 金 | |

## ECO & LIFE 応援！快適生活

室温28℃で快適に

### クールビズの提案

冷房時の室温28℃で、快適に過ごすライフスタイル「クールビズ」。二酸化炭素を減らす工夫をしながら、夏を涼しく、快適に過ごすための提案を紹介します。

**≪どうして、冷房時の室温28℃なの？≫**

室温28℃は、建築物衛生法で定められた範囲（17℃以上28℃以下）によるものです。職場や家庭で、室温が28℃より低い場合は、冷房の設定温度を少し上げてみませんか。

**≪クールビズを実践するためのポイント≫**

服装や素材の工夫だけでなく、日差しの当たる窓にはカーテンやブラインドをおろすことで、室温の上昇が抑えられます。せっかく冷やした空気を逃さないように、窓やドアはきちんと閉めましょう。空気の循環を促進するには扇風機を用いると効果的です。

また、冷房を効率的に使用し快適に暮らすため、エアコンのフィルターをこまめに掃除するよう心がけましょう。室外機のまわりに物を置かないようにすることも、冷房効率を上げることにつながります。さまざまな工夫を凝らしながらクールビズを実践しましょう。

なお、クールビズに取り組む際に我慢のし過ぎは禁物です。無理をして体調を崩さないよう、暑すぎるときや体調が悪いときは、エアコンの設定温度を変えるなどして、柔軟に取り組みましょう。また、高齢者や乳幼児がいる場合は特に室温管理には注意しましょう。

COOLBIZ
クールビズ

問 市民共動課 環境生活班 ☎30－0224

## book

問花輪図書館（コモッセ内）☎23－4471／十和田図書館☎35－3239

### 梅雨の季節は読書に親しむ。今月の新刊。

**職場の問題地図「で、どこから変える？」残業だらけ・休めない働き方**

沢渡 あまね　著　（技術評論社）

長時間労働が問題視される日本のビジネス社会。「報告・連絡・相談ができていない」「無駄な会議が多い」などありがちな11の問題を図解し、解決策を提示。（花輪）

**11歳からの正しく怖がるインターネット**

小木曽 健　著　（晶文社）

「アイスケース炎上事件」など、実際に起こった例を交えながら、ネットを安全・安心に使うための方法を分かりやすく紹介。（十和田）

**寝顔に「ごめんね」言いたくない！ さよならイライラ育児**

三浦 りさ　著　（ポット出版プラス）

イライラ育児にさよならするための「7つのハート（技術）」とは。子育て講座を数多く開催する著者が、育児に悩むあなたへ、楽しい子育ての方法を伝授。（花輪）

**麹甘酒パワーレシピ**

石澤 清美　著　（学研プラス）

手軽に作れる、食べられる甘酒をプラスしたおかずやおやつのレシピを紹介。夏本番を前に、体に効くレシピを覚える一助に。（十和田）

※移動図書館「かづの号」巡回場所・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。

## local food　鹿角産品をおいしく食べよう

問産業活力課 観光交流班 ☎30-0248

### 「棒棒肉（八幡平ポークの味噌ハム）」

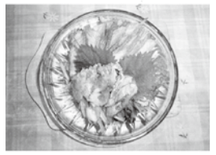
**考案者：佐藤 秀継さん（花輪）**

“これぞ！我が家の「かづの料理」自慢コンテスト”優秀賞受賞作品をご紹介します。美味しい鹿角の食材を組み合わせた、気軽にお楽しみいただけるレシピです。ぜひ実践してみてください。

**<材料：1～2人前>**

・八幡平ポーク（もも塊肉）・300g
・味噌・・・・・・・・・・・80g
（浅利佐助商店「無添加生みそ」）
・にんにく・・・・・・・1～2片
・砂糖・・・・・・・・・小さじ2
・みりん・・・・・・・・小さじ1
・白すりごま・・・・小さじ1～2
・油・・・・・・・・・・・・適量

〔調理時間 約35分〕



**<作り方>**

①調味味噌をつくる。
…ボウルに味噌、にんにく（すりおろし）、砂糖、みりん、白すりごまを投入。へらなどで練り混ぜておく。
②肉の表面を焼き付ける。
…フライパンに薄く油をひき（キッチンペーパー等でひき延ばすとよい）、強火で肉の表面（上下両面、側面）に軽く焼き色を付ける。
③肉の表面に調味味噌を塗り、ポリ袋に入れ、鍋で水から温めて、肉に火を通す。
…弱火で温め、沸騰直前で火をとめ、そのまま20分放置して、完成。※鍋の水は肉がつかる程度（鍋底に皿を敷いておくと安全）。ポリ袋内の空気は抜いておく。（水につけた状態で袋の口を結ぶと簡単）

**考案者からの一言**

・味噌にもこだわり、地場産を使用しました。
・ご飯にもビールにも良く合います。（ビールにはにんにくを多めにした方がおススメです。ご飯はその逆かも・・・・お好みでどうぞ）
・粗熱が取れた後、冷蔵庫で半日程度寝かせると、味がより馴染んで Good

●レシピで使用する鹿角産の食材は、お近くの直売所や市内スーパーの直売コーナー等で購入できます。
●今回紹介したレシピは市ホームページ、Facebook「鹿角いいね！」にも掲載しています。

広報かづの
2017 6.1
毎月1日発行
発行 秋田県鹿角市
編集 総務部政策企画課
電子メール info@city.kazuno.lg.jp
所在地 〒018-5292 秋田県鹿角市花輪字荒田4番地1
電話 0186(30)0205 FAX 0186(30)1122
印刷 川嶋印刷株式会社

VEGETABLE OIL INK
この冊子は環境に配慮し、再生紙および植物油インキを使用しています。

チャペルリニューアル！
一番大切な人と歩く「幸せの小径」

新しい披露宴会場
1日1組限定！「ヴィラージュ」

新郎新婦様には135㎡の
「スイートルーム」を
ご婚礼前後2泊3日プレゼント

プロジェクションマッピング
演出登場！

いつでもお気軽にお問い合わせください
毎月1回ブライダルフェア開催中！

かづの
ホテル鹿角
国際興業グループ HOTEL KAZUNO

Tel:0186-30-4111
〒018-5421 鹿角市十和田大湯字中谷地5-1
http://h-kazuno.co.jp 広告



いつもおしゃれでいたい！そんな、あなたをサポート

美容室 LaLa SAISON
ラ・ラ・セゾン

（全メニュー シャンプーブロー込）

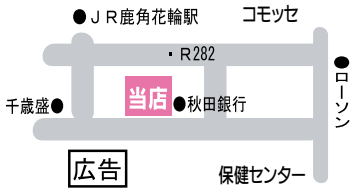
ジメジメ梅雨がはじまる前に
髪質改善コース（ストレートトリートメント）
￥4800～（カット込）

毎月のヘアカラーで髪を傷ませたくない方に
ハーブナチュラルカラー
￥4800～（カット込み）

大好評 Sヒアルロン酸配合ツヤカラー
カラーカット ￥3800～

自分へのごほうびに
カット+トリートメントコース ￥2700～

ご予約優先
☎0186 23-4628
年中無休
スタッフ募集






人生がはずむ。 広告

音楽も英語も年齢に合った多彩なコースが充実。

無料体験レッスン見学実施中!

音楽教室

おんがくなかよしコース
3歳児
(対象:H25.4.2～H26.4.1生)
6/3・10・17(土) 各am9:05～

幼児科コース
4・5歳児
(対象:H23.4.2～H25.4.1生)
6/6・13・20・27(火)
各pm4:30～
6/3・10・17・24(土)
各pm1:30～

英語教室

ポップコーントーク 3歳児
(対象:H25.4.2～H26.4.1生)
6月の土曜日開講準備中です。

トーキッズ 4・5歳児
(対象:H23.4.2～H25.4.1生)
6/1・8・15・29(木) 各pm5:00～

小学1・2・3年生
ジュニアえいご「Basic」
6/1・8・15・29(木) 各pm4:00～

小学4・5・6年生
ジュニアえいご「Progress」
6/5・19・26(月) 各pm5:50～

無料体験レッスン
いつでも実施中!!
個人レッスン(ピアノ・エレクトーン)や大人のコースもございます。
※詳しいレッスン日時は、お気軽にお問い合わせください。

中学生の英語
個人レッスン実施中!!
(詳しくは受付まで)

※1・2歳児クラスもございます。詳しいレッスン日時は、お気軽にお問い合わせください。
※無料体験レッスン日時は、参加人数等により変更になる場合がございます。予め、ご連絡お願いいたします。

お問い合わせ・お申し込みは(音楽・英語共通)
ヤマハ音楽教室 Yamaha Music School
ヤマハ英語教室 Yamaha English School タカヤ楽器
☎0186-23-6511
〒018-5201 鹿角市花輪字中花輪45



塗装の事ならお任せ下さい！！
屋根・外壁のメンテナンスは大丈夫ですか？

マイホームを長持ちさせるには、
定期的なメンテナンスが大切です！

屋根が錆びてきた・雪が滑らない
外壁が剥がれてきた・変色してきた
気軽になんでもご相談下さい！！

＊こんなサインが出たら要注意！

仲介業者に委託されるよりも直接塗装屋に
依頼した方が、余計な料金が掛らないのでお得！！
お問い合わせ・お見積もり無料

一級建築塗装技能士・一級鋼橋塗装技能士
湯瀬塗装
TEL0186-37-2540 携帯 090-6229-3206（常時対応可）
秋田県鹿角市十和田大湯字中田 37-10
広告


**広告掲載のお問い合わせ** 政策企画課 ☎30－0205

◉広報かづの今月号の印刷経費は1部35円です