

千三百年の歴史を刻む

1月2日に八幡平の大日靈貴神社で、大日堂舞樂が奉納されました。今年で、伝承から1300年を数え、多くの観客で賑わいました。(関連記事は6ページ)

かぶの

2018
No.922

2

大日靈貴神社
主 野呂田芳成
佐藤洋輔
小豆沢部落会
昭和五十九年四月八日

報神社
主 願 中成元年
八幡平三十三歳
平成五十二年一月

Contents

はばたけこの鹿角の地に 刻め栄光の軌跡を

2. 全国中学校スキー大会日程

魅力あふれる地元企業を紹介

16. 鹿角の企業 いいね!

くはばたけこの鹿角の地に刻め栄光の軌跡をく

第55回全国中学校スキー大会

2月8日(木)～11日(日)

大会日程

2月8日(木)		
15:00	開会式（一般の方は講堂モニターでの観覧ができます）	文化の社交流館コモッセ文化ホール
2月9日(金)		
9:00	男子スラローム 引き続き 女子スラローム	アルペンコース
9:30	男子クロスカントリー 5kmクラシカル	クロスカントリーコース
10:00	スペシャルジャンプ公式練習	花輪シャンツェ
11:30	女子クロスカントリー 3kmクラシカル	クロスカントリーコース
2月10日(土)		
9:00	男子ジャイアントスラローム	アルペンコース
9:30	男子クロスカントリー 5kmフリー	クロスカントリーコース
10:00	スペシャルジャンプ	花輪シャンツェ
11:30	女子クロスカントリー 3kmフリー	クロスカントリーコース
14:00	コンバインドジャンプ公式練習	花輪シャンツェ
2月11日(日)		
9:00	女子ジャイアントスラローム	アルペンコース
9:30	男子リレー	クロスカントリーコース
10:00	コンバインドジャンプ	花輪シャンツェ
11:30	女子リレー	クロスカントリーコース
13:30	コンバインドクロスカントリー	クロスカントリーコース



ホームページで大会の最新情報をお知らせします

大会ホームページ URL

<http://55zenchuskikazuno.com/>



※開会式会場（コモッセ）および競技会場（花輪スキー場）周辺の駐車場は、選手団や競技役員などの指定駐車場として大部分を使用します。一般の方は駐車できない可能性があります。一般の方は駐車できない場合は、無料シャトルバスをご利用くださるようお願いいたします。

2月8日(木)～11日(日)に全国中学校スキー大会が花輪スキー場で開催されます。全国の中学生たちの活躍をぜひ会場でご覧ください。

無料シャトルバス運行表 2月9日(金)～11日(日)

※時刻はすべて発車時刻です。

①市役所～花輪スキー場

市役所→花輪スキー場	花輪スキー場→市役所
7:30	8:00
8:00	8:30
以降、30分ごとに出発	
16:30	17:00

②鹿角花輪駅～あんたらあ～花輪スキー場

鹿角花輪駅	あんたらあ	花輪スキー場	あんたらあ	鹿角花輪駅
7:45	7:55	8:15	8:35	8:45
8:15	8:25	8:45	9:05	9:15
以降、30分ごとに出発				
16:45	16:55	17:15	17:35	—

我が家のそば打ち名人を目指して そば打ち講習会を追加開催します

鹿角産そばを広く知っていただき、そばの里として身近に親しんでもらうため、そば打ち講習会を開催しています。1月で終了の予定でしたが、好評につき追加開催します。

プロの技を間近に見て学べる機会はなかなかありません。講習会に参加して我が家のそば打ち名人を目指しませんか。



▶日にち・場所

2月14日(日) 十和田市民センター

2月19日(金) 花輪市民センター(コモッセ内)

▶時間 10時～13時(食べ終わり予定)

▶参加費 500円(市民以外の方は1,000円)

▶持ち物 エプロン、三角巾、持ち帰り用の容器

▶定員 各回10人程度

▶申込方法 ①住所②氏名③電話番号④年齢⑤そば打ち体験の有無を下記まで電話で申し込みください。

問 鹿角そばの里づくり推進協議会(農林課内)

☎30-0243

第4回 新エネルギー講座 持続可能な地域のあり方

本市は全国でもトップクラスのエネルギー自給率を誇る「永続地帯」です。「永続地帯」を研究している倉阪先生を講師に迎え、2040年には日本の人口が1億人を下回り、超人口減少時代が現実に訪れると予想されている中、地域のエネルギーを活かしながら住民としてできることや、持続可能な未来のあり方を考えます。

▶日時 2月23日(金) 18時30分～20時30分

▶場所 花輪市民センター 研修室(コモッセ内)

▶演題 「教えて倉阪先生! 未来カルテからみる持続可能な地域のあり方」

▶講師 倉阪 秀史氏(千葉大学大学院人文社会科学部 教授)

▶申し込み 不要



問 政策企画課 政策推進班 ☎30-0205

鹿角のエネルギーを考える会

E-mail kazuno.energy@gmail.com

春に向けた畑作りに 野菜づくり講座

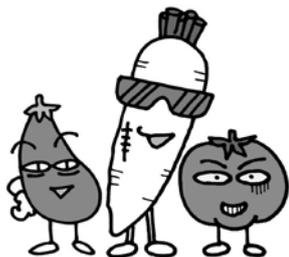
家庭菜園から本格農業まで、畑で野菜を作りたい方を対象とした講座を開催します。

野菜づくりに必要な“畑”づくりをテーマに、全国のおさまさま事例、コツ、裏ワザを紹介します。入場無料、申込不要ですので、お気軽にお越しください。

▶日時 2月9日(金) 10時～

▶場所 花輪市民センター講堂(コモッセ内)

▶内容 DVD「直売所名人が教える 畑の作業 コツと裏ワザ」から「マルチ使いこなし術」「ウネ立て、耕うん」を視聴後、補足解説や事例紹介などを行います。



問 農林課こだわり作物推進室 ☎30-0243

花輪図書館 ☎23-4471

制服・カバンのリユース事業 制服・カバンを提供します

昨年12月に市民の方から提供いただいた市内中学校、高等学校の制服や学校指定の通学カバンを、必要な方に無料で提供します。当日は試着も可能ですので、ぜひご来場ください。

▶日時 2月4日(日)、3月18日(日) 10時～13時

▶場所 福祉保健センター1階 集集団指導室

▶対象者 中・高校生(新年度からの進学予定を含む)およびその保護者

▶提供品 市内中学校と高等学校(花輪・十和田)の制服、学校指定カバン



※制服などを使用するお子さんの年齢を確認できるもの(健康保険証や学生手帳など)をお持ちください。

※提供数には限りがありますので、ご了承ください。

問 福祉課 子育て支援班 ☎30-0235

目指せ、健康寿命県内一

”やまだかつてない”健康づくり講演会

本市は、平均寿命が男女とも県内ワースト1（平成22年）。鹿角を元気で長生きできるまちにするために何が出来るか、一緒に考えてみませんか。

タレントの山田邦子氏からは、自身の乳がん体験について明るくパワフルにお話しいただきます。当日は入場整理券をお持ちの方が優先して入場できます。

▶日時 2月20日(火) 13時～16時（開場12時30分）

▶場所 文化の杜交流館コモッセ 文化ホール

▶内容 第1部（13時～14時15分）

タウンミーティング～これからの地域に求められる人材育成とは～

第2部（14時30分～16時）

講演：「大丈夫だよ、がんばろう！」

講師：山田 邦子 氏

▶整理券の配布 2月5日(日)から、文化の杜交流館コモッセ、福祉保健センター、各市民センター、大湯支所で入場整理券を配布します（一人2枚まで、無料）

※託児を希望される方は、2月13日(火)までお申し込みください。

問 いきいき健康課 ☎ 30-0119



講師プロフィール

1960年東京生まれ。81年にドラマ「野々村病院物語」でデビュー。その後、数々のバラエティー番組に出演し人気が沸騰した。89年から8年連続でNHKの好きなタレント1位に輝く。

2008年10月、乳がん体験本「大丈夫だよ、がんばろう！」を出版。

また、2008年から厚生労働省「がんに関する普及啓発懇談会」メンバーに選ばれる。

近年、「乳がん体験と早期検診の呼びかけ」をテーマに全国公演中。

万が一の事故に家族で備えを

「交通災害・不慮の災害共済」に加入しよう

平成30年度「交通災害・不慮の災害共済」の申し込みを2月1日(火)から受け付けます。もしもの時の備えとして、家族そろってセットで加入しましょう。

▶共済期間 平成30年4月1日(日)～平成31年3月31日(日)

▶加入資格 平成30年4月1日時点で本市に住所がある方（3月31日までに市外へ転出する方は対象となりません）

▶申込方法 申込用紙を広報2月号と一緒に配布しています。掛け金を添えて取扱窓口へお申し込みください。

▶取扱窓口 市役所市民共動課、各支所、市民サービス窓口（いとく鹿角ショッピングセンター内）、秋田銀行、北都銀行、ゆうちょ銀行（郵便局）

※請求期間は災害が発生した日から2年以内です。

※過去に事故などに遭われた方は、給付の対象となるかを市民共動課にご確認ください。

問 市民共動課 環境生活班 ☎ 30-0224

交通災害共済 年額 300円

対象 ● 道路上で自動車、バイク、自転車などに乗車中の事故、またはこれらの乗り物による歩行中の事故など（※自転車の単独事故も対象）

支給額 ● 入院1日につき **2,000円**

通院1日につき **800円**

※最低保障額 15,000円

※支給限度額 200,000円

その他 ● 平成30年度の小学1年生に限り、掛け金が無料（自動加入となりますので、手続きは必要ありません）

不慮の災害共済 年額 700円

対象 ● 交通事故以外の事故、地震や火災などの災害による死傷など（病気は対象外）

支給額 ● 入院1日につき **1,100円**（通院は対象外）

※最低保障額 15,000円

※支給限度額 110,000円

あなたの力を市政に生かしてみませんか

「非常勤職員」・「臨時職員任用候補者」募集

平成 30 年度採用の非常勤職員および臨時職員任用候補者名簿登録者を募集しています。資格要件や勤務時間など、詳しい内容については総務課、市ホームページまたはハローワーク鹿角でご確認ください。

1 非常勤職員

- 任用予定：25 人 ▶右の一覧表のとおり
- 賃金 職種によって異なります。詳細は募集案内をご確認ください。

2 臨時職員任用候補者名簿登録者

- 一般事務補助を行います。応募された方の中から選考の上、合格者を任用候補者名簿に登録し、職務内容、履歴、資格などを勘案し任用者を決定します。
- 任用予定：6 人／賃金：6,045 円(日額)

- ▶受付期間 2月16日(金)まで(土・日・祝日を除く)
- ▶受付時間 8時30分～17時15分
- ▶応募方法 申込書に記入の上、総務課 職員班まで持参してください。
- ▶選考試験日 2月24日(土)

※募集案内・申込書は、市役所本庁、各支所、市民サービス窓口(いとく鹿角ショッピングセンター内)、ハローワーク鹿角にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

募集する非常勤職員の職種

職種(非常勤職員)	予定数
窓口専門員	2人
レセプト点検員	1人
生きがい活動支援員	1人
介護保険支援員	1人
介護保険支援員(地域包括支援センター)	1人
地域包括支援センター支援員	1人
認知症地域支援推進員	1人
母子保健支援員	1人
道路管理作業員	2人
学校用務員(小・中学校)	6人
学校生活サポーター(小学校)	5人
複式学習サポーター(小学校)	1人
社会教育主事	1人
障がい者雇用	1人

問 総務課 職員班 ☎ 30-0206

有料広告募集 advertisement

広報かづの・市ホームページ掲載広告を募集します

会社やお店をPRしてみませんか？

平成 30 年度の「広報かづの」「市ホームページ」に広告を掲載して下さる方を募集します。申し込みが多数の場合は、抽選により決定しますので、あらかじめご了承ください。

お得な
長期掲載割引
実施中!

広報かづの(1カ月4枠)

掲載料 **15,000円(1回)**
広告サイズ：縦 130mm×横 86mm

市ホームページ(14枠)

掲載料 **5,000円(1カ月)**
バナーサイズ：縦 60ピクセル×横 120ピクセル

- 受付期間 2月16日(金)まで
- 申込方法 政策企画課に備え付けの広告掲載申込書(市ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入の上、下記の書類を提出してください。

- 1 広告掲載申込書
- 2 広告図案(パソコンで作成し印刷したもの。手書きでも構いません。バナーの場合は完全データを提出)
※掲載決定後の完全データ作成費用は広告主が負担
- 3 会社概要などの資料(会社のパンフレットなど業種が分かるもの)

問 政策企画課 政策推進班 ☎ 30-0205



千三百年の歴史 大日堂舞楽

1月2日、八幡平地区のおひるめむちの大日靈貴神社で、ユネスコ無形文化遺産の大日堂舞楽が厳かに奉納されました。

大日堂舞楽は大日靈貴神社再建の折、都から下向した楽人により里人に伝えられたとされており、今年で伝承からちようど1300年を数えました。大里、小豆沢、谷内、



長嶺の4地区の人々によつて長い間伝えられてきたこの伝統の舞は、早朝から詰めかけた観衆を魅了しました。



無火災・無災害を願う 出初め式

1月4日、鹿角市消防出初め式が文化の杜交流館コモッセおよび花輪商店街で開催されました。

コモッセで、各種防災表彰が行われた後、花輪の大町・新町商店街へ移動し、纏振りの披露や紅白餅の餅まき、分列行進が行われました。

消防団の雄姿を見ようと、沿道には多くの方が訪れ、行進する消防団員に拍手を送るとともに、防災に対する意識を高めました。





雪に触れ合う楽しさ スノーフェスティバル

1月8日、花輪スキー場でスノーフェスティバルが開催されました。

このイベントは、リフト無料開放や各種スキー教室の開催のほか、親子でできるソリ、スノーシューの体験など雪に親しむ内容となっており、親子連れの人場者で賑わいました。

初めてスキーを履いた子どもたちは、滑れるようになったと、喜びを噛み締めていました。

いじめの根絶に向けて いじめ防止子ども議会

1月10日、市内の小中学校の児童・生徒が市役所の議場に集まり、鹿角市いじめ防止子ども議会が開催されました。

子ども議会では、各校のいじめ防止の取り組みが発表され、活発な意見交換が行われました。

最後に、参加者は「一人ひとりの考えや意見を認め、相手を尊重します」などと宣誓し、いじめの根絶を誓いあいました。

伝統の百人一首 花輪地区かるた大会

1月14日、花輪市民センターで、第57回花輪地区子ども会かるた大会が開催され、17チームが参加し、熱戦が繰り広げられました。

子どもたちは畳の上で真剣な表情でかるたを見つめ、上の句が読み上げられるとすぐさま札に手を伸ばすなど、日ごろの練習成果を発揮していました。また、札を取られると悔しい表情を見せるなど、白熱した大会になりました。



百歳長寿を祝う 石井トシさん

石井トシさん（大正6年八幡平生まれ）が12月22日に満100歳の誕生日を迎え、見玉市長が顕彰状と祝い金を贈り、長寿を祝いました。

トシさんは、本や雑誌などを読んで、クラブ活動の紙芝居に積極的に参加するなど、毎日を楽しんでいます。

健康長寿の秘訣は「好き嫌いなく、よく噛んで残さず食べること」だそうです。





生涯学習に取り組んでみませんか

生涯学習とは、心の豊かさや生活向上のため、生涯にわたって自発的な意思に基づいて行う学習です。現在、本市では15人の生涯学習奨励員が、皆さんの身近なところで学習活動を奨励・援助しています。



今回は、その中から3人の活動を紹介します。

クラフトバンド（紙バンド）

岩間 和子さん

クラフトバンドサークル「ひまわり」は、月に2回、18時から花輪市民センターで活動を行っています。



クラフトバンドを編み上げてバッグや名刺入れなどの小物や人形など、さまざまなものをみんなで作っています。

夕方から活動を行い、日中仕事をしている人でも気軽に参加できるように工夫しています。さらに活動の幅を広げて、楽しみながら頑張っていきたいです。

昔話・語り

山口 京子さん

「鹿角民話の会 どっとはらえ」は、鹿角市と小坂町で年に3回開催する「鹿角のむがしっこの集い」や、湯瀬温泉郷の宿泊施設で定期的に行われる「鹿角昔語りの夕べ」のほか、さまざまな要請に会員が出向き、鹿角弁による「昔っこ」を語っています。



聴かれた方が楽しかった、聴いてよかったと思えるような語りを心がけ、手遊びや唄を交えながら、自分らしさを生かした語りを続けています。

書道教室

神田 政子さん

平成5年から20年余り続けている書道教室は、現在毎月第2・4水曜日の13時から15時まで、八幡平市民センターを会場に開催しています。最高齢で85歳のメンバーもいますが、自宅でも熱心に練習し、立派な作品を書いています。



市民センターの廊下やホールに作品を展示するほか、場所を変えて移動学習を開催するなど、集まって話し合ったりしながら書道を楽しんでいます。

2月の声かけ運動

5日月 7時15分～8時

問 生涯学習課文化財班 ☎30-0294

第46回鹿角市かるた選手権大会
◆日時 2月11日(日) 9時30分～(受付8時30分)
◆場所 文化の社交流館コモッセ
※2月1日(日)から練習会を開催します。詳しくは、お問い合わせください。

問 歴史民俗資料館 ☎22-7288

◆ 展示期間 2月1日(日)～3月18日(日)
◆ 会場 特別展示室
◆ 開館時間 9時～17時 ※月曜休館。2月12日は祝日のため開館し、翌日休館となります。



昭和30年代の暮らしや祭り、懐かしの学舎や鉾山関連施設など、尾去沢鉾山を支えた人々の生活を写真展示で紹介しています。入館料は無料です。ぜひご来館ください。

鉾山を支えた人々の生活 企画展

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.6

第9代日本語語学指導員 くりはら たくみ 栗原 拓実さん

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。



火の見の塔と市役所

鹿角も今は雪が多い時期だと思いますが、ショプロン市も今年は例年より早い11月に初雪が降り、寒さの厳しい日が続いています。

そんな初雪が降る前に日本語教室の受講生から紹介してもらったぶどう農家で、ぶどうの収穫を体験してきたのでお伝えします。

ショプロン市郊外や周辺の村には多くのぶどう畑が広がっていますが、日本のぶどう畑のイメージとは違い、高さ2メートル前後の木の列が一直線にずらりと100メートルくらい並んでいます。

収穫は、作業員が同じ列のぶどうを一つ一つ手で収穫し、バケツがいっぱいになったらトラクターに積んで行くという作業

の繰り返しです。途中、収穫したぶどうを味見させてもらいましたが、食用とは違い、種が多く果肉が少なかつたのですが、とてもさわやかな甘みを感じられました。

ハンガリーのワインと言えば、世界三大貴腐ワインの一つに数えられるトカイ産の「アスー・エッセンシア」という白ワインが有名ですが、ここショプロン市では、ハンガリーで最も古くからワイン用のぶどう栽培が行われており、ショプロンの気候と土壌で作られた赤ワインは酸味が強くタンニンも豊富なため、このしっかりとした味わいに多くのファンもいるそうです。

今回は収穫のみでしたが、機会があったらワイン造りの工程も体験してみたいと思います。

さて、日本語教室ですが、去年9月から12月にかけて20人以上の方から新たに応募がありました。そのほとんどが中学生・高校生とあって、若い世代の日本語・日本文化への関心の高さがうかがえ、うれしく思うと同時に日本語を教えることに対し、身が引き締まる思いです。



日本語教室の新規入学生



バケツいっぱいぶどう



ぶどうを収穫する様子

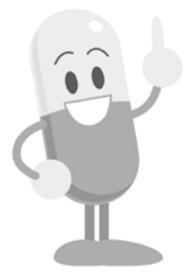
国保の

広の場

問市民課国保医療班
☎ 30-0222

飲み残しの薬は 薬局に相談しましょう

飲み残しの薬がある方は、まとめて薬局に持参し相談しましょう。薬局の薬剤師が、服薬できるかどうかを確認します。また、現在所持っている薬の量に応じ、医師から処方される薬の量を減らすことができる場合があります。新たに処方される薬が減ると、負担する薬代も少なくなり、「節薬」を心掛けましょう。



「ジエネリック医薬品に関するお知らせ」のはがきをお送りします。11月中に処方された薬剤について、ジエネリック医薬品へ変更した場合、自己負担額が1カ月に500円以上減少となる方を対象に、「ジエネリック医薬品に関するお知らせ」のはがきを郵送します。ジエネリック医薬品については、医師、薬剤師などにご相談ください。

2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
ストレッチポール教室 (さんさんレディースクラブ)	5日 日 10時～	記念スポーツセンター	運動ぐつ、水分補給の飲料
ココから体操教室 (華美会)	9日 日 10時～	十和田市民センター	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 (くびれてみヨーガ)	9日 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 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)	28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

※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。

特定健診・人間ドックの追加健診を行います

特定健診は、生活習慣の改善を促し、高血圧症・脂質異常症・糖尿病などの生活習慣病を予防することを目的に、40歳～74歳の国保被保険者を対象として、毎年実施しています。追加の特定健診および人間ドックを、2月末まで実施していますので、まだ受けていない方は医療機関にお申し込みください。

健診は今の健康状態を把握できるだけでなく、健康の維持、増進にもつながることができます。なお、受診券の再発行を希望される方は、いきいき健康課(☎30-0119)までご連絡ください。



国民健康保険税の最終納期限は

2月28日水です

期限内の納付にご協力ください

納期限を過ぎてしまうと、コンビニで納付することはできません。また、納付が遅れると、納付するまでの日数に応じて、延滞金が増算されます。期限内の納付にご協力をお願いします。

納付の相談はお早めに

納付が遅れている場合には、早めにご相談ください。次の年度に持ち越すと、ますます納付が困難になります。ご相談の際は、納付が遅れている事情が分かる書類などをなるべくお持ちください。

問 税務課 収納管理室

☎ 30-0215

年金からの特別徴収について 国民健康保険税が仮徴収されます

平成 29 年度国民健康保険税が特別徴収（年金天引き）されている方は、平成 30 年度国民健康保険税が仮徴収されます。仮徴収は、4月・6月・8月に年金から天引きされ、徴収額は平成 30 年2月の特別徴収と同額です。

※ 本徴収の額は、7月本算定時に確定します。年税額から仮徴収税額を差し引いた額が、10月以降の本徴収の納期に振り分けされます（仮徴収税額が年税額より多かった場合は還付されます）。

特別徴収対象者の納付月 ○仮徴収 ●本徴収

平成 30 年度						
支払い月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
特別徴収	○		○		○	
普通徴収				●	●	●
支払い月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特別徴収	●		●		●	
普通徴収	●	●	●	●	●	

特別徴収から普通徴収への変更は 要件を満たすことが必要です

下記の要件をすべて満たしている方に限り、国民健康保険税の徴収方法を特別徴収（年金天引き）から普通徴収（口座振替）に変更することができます。希望される方は、税務課課税班へお申し込みください。

なお、変更後に要件が満たされなくなった場合は、再び特別徴収に変更させていただくことがありますので、ご了承ください。

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。

問 税務課 課税班 ☎ 30-0213

国民健康保険税の滞納が続くと…

納期限後も納めずにいると…

有効期限が1年間の被保険者証に代わり、**短期被保険者証※1**が交付されます。



納期限から1年を過ぎると…

短期被保険者証を返還していただきます。代わりに、**資格証明書※2**が交付されます。

※1 有効期限が通常より短い被保険者証です。

※2 病院、薬局などの窓口で、医療費をいったん全額自己負担（通常の約3倍）していただくこととなります。支払った医療費の一部については後ほど給付されますが、申請手続きが必要です。

生き生き 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

☎長寿支援課 長寿生活班 ☎30-0234



家族介護者交流会

在宅での介護は、さまざまな介護サービスを利用していてもご家族にとって大変なものです。介護者同士の交流や情報交換を通じてリフレッシュを図り、介護の知識や認知症への理解を深めませんか。

今年度最後の開催ですので、ぜひご参加ください。

▼対象 在宅で介護している方、介護に対して不安を感じている方

▼日時 2月8日(木) 10時～12時

▼場所 福祉保健センター

▼内容 「一人じゃないよ、介護者のみなさん」をテーマとした情報交換とパステルアート体験

☎ 鹿角市社会福祉協議会
23-2165



気軽に立ち寄りみんなの集いの場：地域生き生きサロン紹介 尾去からふる生き生きサロン



年齢に関係なく、参加者全員の中から当番を決め、作業を分担し料理やクリーンアップ、リハビリ体操やトランプなどをして、大声で笑い楽しんでいます。ワンコイン料理の日には、みんなで納豆汁などを作っています。

◆日時：毎週日曜日 9時30分～14時

◆場所：尾去自治会館（尾去沢字東在家 117-1）

◆利用料：100円（ワンコイン料理の日は別料金）

○スタッフからのコメント

サロンを開始してから自治会員が集う時間も日数も増えたため、住民同士の交流が活発になり、笑顔が増えています。

○利用者からのコメント

おしゃべりをしたり、みんなでワイワイ食べたりするのを毎週楽しみにしています。



※地域生き生きサロンに取り組む団体を募集しています。 ☎長寿支援課 長寿生活班 ☎30-0234

今月のいきいき学級

高齢者の健康づくり・いきが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(木)	13時30分～15時	高齢者センター（福祉プラザ）☎23-8480	転倒予防体操	豊田 竜明氏
8日(木)		尾去沢デイサービスセンター ☎23-2770		
15日(木)	10時～12時	大湯温泉保養センター 湯都里 ☎23-8480	おひな様飾りづくり	湯都里スタッフ

今月の介護相談

日にち	時間	場所
10日(木)	13時～15時	けまない福祉コミュニティエリア内どまっこ
24日(木)		福祉保健センター

☎鹿角市地域包括支援センター ☎30-0103

今月の介護保険制度説明会

日にち	時間	場所
20日(木)	10時～11時	福祉保健センター

☎長寿支援課 長寿生活班 ☎30-0234

けんこう通信

Photo Smile



保健情報を毎月お届け 〇いいき健康課 ☎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
5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	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10月生(十、花)	13時～13時15分	
21日(火)	3～4か月児健診	平成29年10月生(全地区)	13時～13時15分	
22日(水)	1歳6か月児健診	平成28年5月生(八、尾)、6月生(全地区)	13時～13時15分	
27日(火)	乳児相談(4～5か月児)	平成29年9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(火)	なかのクリニック ☎22-7335	15日(水)	いけがみクリニック ☎30-0111
2日(水)	長橋医院 ☎23-7612	16日(木)	三ヶ田医院 ☎31-1231
3日(木)	いけがみクリニック ☎30-0111	17日(金)	鹿角中央病院 ☎23-4131
4日(金)	大里医院 ☎22-1251	18日(土)	小坂町診療所 ☎29-5500
5日(土)	小坂町診療所 ☎29-5500	19日(日)	大里医院 ☎22-1251
6日(日)	大湯リハビリ病院 ☎37-3511	20日(月)	笹村整形外科 ☎30-0035
7日(月)	なかのクリニック ☎22-7335	21日(火)	福永医院 ☎35-3117
8日(火)	笹村整形外科 ☎30-0035	22日(水)	なかのクリニック ☎22-7335
9日(水)	鹿角中央病院 ☎23-4131	23日(木)	大湯リハビリ病院 ☎37-3511
10日(木)	長橋医院 ☎23-7612	24日(金)	本田医院 ☎35-3002
11日(金)	かつの厚生病院 ☎23-2111	25日(土)	かつの厚生病院 ☎23-2111
12日(土)	福永医院 ☎35-3117	26日(日)	長橋医院 ☎23-7612
13日(日)	小坂町診療所 ☎29-5500	27日(月)	三ヶ田医院 ☎31-1231
14日(月)	本田医院 ☎35-3002	28日(火)	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。

月曜から土曜は17時～20時、日曜祝日は9時～20時

歯周病検診は今月まで

検診を受けられるのは2月28日(火)までです。この機会にぜひ検診を受けましょう。

◆対象 今年度40・50・60・70歳の方

※対象者には受診券をお送りしています。内容を確認の上、市内歯科医院に予約してください。



■献血車訪問

とき	受付時間	ところ
16日(金)	9時～9時45分	ケアホームおおゆ
	10時30分～11時15分	温泉保養館おおゆ
	13時10分～14時	(株)サンテック
	14時50分～15時30分	大湯リハビリ温泉病院

※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。

減塩レシピを掲載しています

市が減塩プロジェクトの一環として開発した「鹿角版減塩レシピ」を、より多くの方に活用してもらえよう、レシピ検索サイトのcookpadに掲載しています。ぜひご覧ください。

※cookpadのページで「秋田県かつの市」と検索してください。



山菜たっぷり春ちらし



りんごとスモークサーモンのサラダ

※毎月17日にメール配信サービスで減塩コラムを配信しています。

こころの個別相談

～こころのSOS感じていませんか～

こころの健康回復を支援する専門員(臨床心理士)が、こころの悩みをやわらげるアドバイスをします。

苦しい気持ちや落ち込んだ気分が続いている等で悩まれている方はいきいき健康課(☎30-0119)までご連絡ください(要予約)。

※相談の日時・場所については、相談者にあわせて調整します(土・日・祝日を除く10時～16時、相談時間は約1時間です)。

氷瀑めぐりと雪遊び

スノーシューでの氷瀑めぐりまたは雪遊びのあとに、特製えごま味噌付けたんぽとアウトドアピザを味わおう。

日時：2月4日(日) 9時～15時／集合場所：中滝ふるさと学舎／定員：50人／参加費：2,000円、小学生以下1,000円（スノーシュー貸出料、スノーラフト体験料、保険料、昼食代含む）／持ち物など：防寒着、手袋、長靴など／申込締切：2月2日(金)

㊦特定非営利活動法人かづのふるさと学舎

☎ 30-4021

八幡平ふれあいイベント ご隠居を訪ねて泥火山へ

日時：2月10日(土) 9時～11時30分／集合場所：八幡平スキー場レストハウス／定員：12人（最少催行人数4人）／参加費：1,000円、中学生以下500円（スノーシュー貸出無料、ウェア貸出2,500円、長靴貸出200円）／持ち物など：雪山登山に適した服装、常備薬、スノーシュー（お持ちの方のみ）

㊦（一財）自然公園財団八幡平支部
☎ 25-8846

心の健康・自殺予防講演会

日時：3月4日(日) 13時30分～15時30分／場所：秋田看護福祉大学218中教場（大館市清水2-3-4）／内容：講演、対談／講師：森川 すいめい氏（精神科医）、袴田 俊英氏（住職）

㊦北秋田地域振興局 大館福祉環境部
☎ 0186-52-3952

放送大学 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30年度第1学期（4月入学）の学生を募集しています。

申込締切：＜第1回＞2月28日(金)、＜第2回＞3月20日(金)

㊦放送大学秋田学習センター

☎ 018-831-1997

ウインプルスポーツクラブ

教室	開催日	時間	場所
健康教室	1日(金) 15日(金)	10時30分～	福祉保健センター
	22日(金)		記念スポーツセンター
フィットネス教室	1日(金) 15日(金) 22日(金)	19時～	記念スポーツセンター
元気アップ教室	5日(月)	10時～	記念スポーツセンター
	19日(月) 26日(月)		福祉保健センター

参加費：会員300円、その他600円(1回)

㊦鹿角ウインプルスポーツクラブ事務局
☎ 23-5850

十和田スポーツクラブ

教室	開催日	時間	参加費
健康体操教室	毎週月曜日 (12日(月)は除く)	9時30分～	登録会員200円 非会員300円
健康UP教室	毎週木曜日	13時30分～	
にこにこ健康教室	毎週金曜日	10時～	登録会員500円

場所：十和田市民センター

㊦十和田スポーツクラブ事務局
☎ 37-2870

今月の相談日程

※出張年金相談が予約制になります

平成30年3月から出張年金相談が予約制になります。予約は、相談希望日の1カ月前から前日まで、鷹巣年金事務所で受け付けています。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。※予約の無い場合は、長時間お待ちいただくたり、当日対応できない場合があります。

㊦鷹巣年金事務所 お客様相談室

☎ 0186-62-1308

■出張年金相談（鷹巣年金事務所）

相談日：2月7日(金)、14日(金)、21日(金)、28日(金)／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

㊦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：2月13日(金)／相談場所：市役所相談室／受付時間：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：2月20日(金)／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。

㊦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：2月8日(金)／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

②相談日：2月22日(金)／相談場所：交流センター／受付時間：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。

㊦消費生活センター ☎ 30-0258

広報かづの AR 設定方法

スマホ、カメラ付きタブレットでARを体験するためには、アプリをインストールする必要があります。



①「HP Reveal」をインストールします。(無料)



②アプリを起動し、位置情報は「いいえ」、一番右までスクロールし、「skip」をタッチ。



③「検索ボタン」をタッチし「鹿角市」を検索してフォローする。カメラモードに戻れば、ARを体験できます。



このマークのある写真にかざすと、動いたり写真が浮き出ます。

※一部の機種では、正常に動作しない場合があります。

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

無料調停相談会

地域の皆さまの紛争を解決する糸口を見つけるための、無料調停相談会を開催します。

日時：2月19日(日) 10時～15時／
場所：鹿角簡易裁判所／内容：(民事) 売買代金、貸金、建物明け渡しなど(家事) 離婚、親権、遺産分割など
◎鹿角調停協会(鹿角簡易裁判所内)
☎ 23-2262

森づくり活動を募集

森林の手入れや森林の中で行う体験活動、クマ出没の恐れのある森林の整備(見通しをよくする刈り払いなど)を支援します。

対象：植樹、刈り払い、自然観察会、木工体験など／応募団体：企業、自治会、教育団体(個人、規約の無い任意団体は不可)／応募締切：2月20日(日)／補助額：10万円～40万円(クマ出没対策事業は85万円まで)※詳しくは、下記までお問い合わせください。

◎鹿角地域振興局 森づくり推進課
☎ 23-2275

鹿角地方林業振興談話会

日時：2月18日(日) 15時～17時／
場所：鹿角パークホテル／内容：きのこについて／講師：菅原 冬樹氏(秋田県林業研究研修センター資源利用部長)※秋田県の皆伐・再造林の取り組みについてもお伝えします。

※参加無料・申込不要ですので、気軽に会場にお越しください。

◎鹿角地域振興局 森づくり推進課
☎ 23-2275

防衛省・自衛官採用試験

自衛官候補生(男女)

試験期日：2月4日(日)、3月4日(日)

試験内容：筆記、口述、身体検査

試験会場：陸上自衛隊秋田駐屯地

受験資格：採用予定月の1日現在で18歳以上27歳未満の人

◎自衛隊秋田地方協力本部 大館出張所 ☎ 0186-42-1398

大人のものづくり「技」

プロが指導するDIY講座です。本や小物の収納に便利な棚を作ります。

日時：2月27日(日) 9時～12時／
場所：鹿角地方職業能力開発協会(旧花輪市民センター)／参加費：1,000円(材料費)／定員：15人／
申込締切：2月23日(金)※参加費を添えて、お申し込みください。

◎花輪市民センター(コモッセ内)
☎ 23-3351

あきた結婚支援センター出張センター

日時：2月14日(日) 11時～16時／
場所：文化の杜交流館コモッセ／
内容：会員登録(入会)、お相手検索、結婚に関する相談／申込方法：利用を希望する本人が、2月12日(日)までに電話で(☎ 0800-800-0413)予約してください。

◎政策企画課 政策推進班 ☎ 30-0205

古文書読み方講座

日時：2月15日(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：「出陣日記」「上津野の花」など

◎花輪図書館(コモッセ内)
☎ 23-4471

読書感想画展示会

十和田図書館

期間：2月3日(日)～17日(日)

時間：9時～17時30分(最終日は15時まで)

場所：十和田図書館2階 十和田ギャラリー

花輪図書館

期間：2月18日(日)～28日(日)

時間：9時～22時(最終日は13時まで)

場所：文化の杜交流館コモッセ こもれび広場

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

自動車の廃車手続き

年度末は、大変混雑しますので、廃車の手続きが必要な方は、早めに手続きしてください。

必要書類：車検証、ナンバー2枚、所有者の印鑑証明書(住所変更をしている場合は、住民票も必要)、所有者の委任状または実印※軽自動車の場合は、車検証、ナンバー2枚、所有者・使用者の認め印。

◎鹿角交通協会 ☎ 23-3134

ジュニアクロスカントリースキー大会

開催日：3月3日(日)～4日(日)／
場所：花輪スキー場

◎ジュニアクロスカントリースキー大会事務局(アルパス内)
☎ 23-8000

国有林モニターの募集

経営に皆さんの声を役立てていく取り組みの一環として、2年ごとに国有林モニターを募集しています。

募集人数：48人程度／募集締切：2月9日(金)／期間：4月1日(日)から2年間／
内容：国有林に関するアンケートの回答や現地見学会、モニター会議への出席など

※詳しくはホームページ(<http://www.rinya.maff.go.jp/tohoku/>)をご覧ください。

◎東北森林管理局 企画調整課
☎ 018-836-2228

※2月28日(日)は固定資産税第4期、国民健康保険税第8期の納期限です。

鹿角の企業 いいね！

問 産業活力課 商工振興班
☎ 30-0250

第9回 株式会社かづの観光物産公社

会社概要

鹿角観光ふるさと館あんたらあ（道の駅かづの）を運営しています。館内には、花輪ばやし屋台の展示や約700種類の土産品を取り扱う売店、地元食材を使用したレストラン、新鮮野菜が豊富な産地直売所などで構成された、観光と土産の拠点施設ですので、観光客をはじめ地元の方にも楽しんでいただけるよう各種サービスを提供しています。

また、観光案内や特産品の通信販売、市外で開催される物産展への出店など、鹿角のPRにも力を入れています。



● 株式会社かづの観光物産公社
所在地 花輪字新田町 11 番地 4
創立 平成 6 年 4 月
代表者 代表取締役 岩船 勝広
連絡先 ☎ 22-0555
ホームページ
<http://www.ink.or.jp/~antler/>



祭り展示館

代表から

代表取締役 岩船 勝広さん



本市の観光拠点として、物販や飲食、観光案内など多岐にわたる業務をスタッフが一丸となって行っています。季節に応じた新商品やイベントを企画するなど、地域観光のかじ取り役である、日本版DMO候補法人として、当施設のみならず鹿角の観光全体の発展を目指しています。

売れ筋ナンバー1のオリジナル「北限の桃ソフト」



外国人客にも人気の「きりたんぼ」手作り体験教室



私たちが快適な旅行をご案内します



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）



川又 愛梨さん

- ①おおらかで前向きな性格だと思います。接客の楽しみを感じながら、仕事に取り組んでいます。
- ②ペンです。あらゆる場面でメモを取るのので、お気に入りのさらさら書けるペンを持ち歩いています。
- ③休日の外出です。家族と買い物に行くことでリフレッシュしています。

- ①几帳面な性格で計画を練って行動しています。
- ②復習できるようにメモ帳を持ち歩いています。また、それをまとめるノートも必需品です。
- ③音楽が好きで地元の吹奏楽団に入り、活動しています。



田口 天那さん

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>



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 真冬の大運動会

寒さなんかには負けてられない！走って笑って、体を思い切り動かしましょう♪参加者には、うれしい景品と美味しいご飯のご褒美も☆

- 日時：2月16日(日) 10時～12時30分
 - 場所：花輪市民センター 講堂(コモッセ内)
 - 対象：市内の未就学児とその家族
 - 参加費：子ども一人100円
 - 持ち物など：動きやすい服装、上履き、汗拭きタオル、着替え、おにぎりなどの軽食。*
- ※参加希望者は、お申し込みください。

子ども未来センター くすくす学校 我が子の気になる あんなこと、こんなこと

この子は どうしてこんなことをするの？そんなときの話し方や接し方について学びます。

心に余裕を持てる子育てのヒントがいっぱい！

- 日時：2月18日(日) 10時～12時
 - 場所：花輪市民センター 研修室(コモッセ内)
 - 講師：伊藤 哲朗 氏(大館市立花岡小学校 教頭)
 - 対象：市内子育て中の方
 - 参加費：100円
 - 定員：30人(定員になり次第締切)
- ※無料託児あり。要予約。

●イベント案内

Cafe の日

日時：2月7日(日)、8日(日) 9時～12時

場所：児童センター (7日(日))

子ども未来センター (8日(日))



いくた てんせい
生田 天晴くん 1歳

平成29年2月5日生 / 十和田
父 康宏さん・母 あかりさん

ぼく、てんちゃん。お兄ちゃん
とボール投げやトンネルくぐり
をして遊んでいるよ！春になっ
たら、公園でいっぱい遊びた
いな♡

児童センター 親子 DE のびのび子ども塾 冬の自然を満喫♪ スノーシューに挑戦&ピザ作り

学童期に親子で見た冬の大自然は、子どもたちにとって一生の記憶として残るでしょう。鹿角の大自然を親子で体感しませんか？児童センターから送迎バスが出ます。

- 日時：2月25日(日) 10時30分～16時30分
- 場所：八幡平国立公園、白欠自治会「夢工房」
- 対象：市内小・中学生とその家族
- 参加費：大人1,000円、子ども500円
- 定員：15組(定員になり次第締切)
- 持ち物など：防寒具、防寒手袋、長靴、汗拭きタオル



児童センター・児童クラブ

つくって！たべて！あそんじゃおう！ 大感謝祭！

1年間の「ありがとう♡」を込めて、大感謝祭を開催します。友達やご家族、みなさんの参加をお待ちしています。ハンドメイドBANBIの可愛い小物の出店もあります♪

- 日時：3月4日(日) 9時30分～15時
 - 場所：児童センター
 - 対象：市民の皆さん
 - 参加費：300円(入場料)
- ※うどん・フランクフルト・バナナチョコ・ゲーム・製作・おみくじ・バルーンなど、すべてのコーナーが体験できます。

窓の雪をみながら読書。 今月の新刊。



黄色い「かづの号」が走る 《今月の移動図書館巡回日》

- 花輪コース 2月1日(困)・15日(困)
- 尾去沢コース 2月2日(金)・16日(金)
- 末広コース 2月6日(火)・20日(火)
- 大湯コース 2月8日(木)・22日(木)
- 草木コース 2月9日(金)・23日(金)
- 八幡平コース 2月12日(日)・27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。

かぎ針で編む ほっこりあったかミトン 50

アップルミンツ 発行 (朝日新聞出版社)

かわいいミトンは、使う人をほっこり温かく包みます。さあ、かぎ針1本で冬の日の寒さを吹き飛ばしましょう。(花輪)

スノーキャンプマニュアル

スノーキャンプ推進委員会 編 (誠文堂新光社)

冬にアウトドアなんて…。いいえ、冬ならではの楽しみ方があるんです。体を温める食べ物の紹介や雪の危険から身を守る方法を解説。(十和田)

農学が世界を救う

生源寺 眞一・太田 寛行・安田 弘法 編著 (岩波書店)

農学は私たちが生きていくための食料を支える大切な学問です。若い世代の皆さんへ奥深く多岐にわたる農学の面白さを分かりやすく伝えます。(花輪)

カレーライスを一から作る

前田 亜紀 著 (ポプラ出版)

みんなが当たり前食べているカレーライス。その材料である肉、米、食器まですべて「一」から作った大学生のドキュメンタリー。(十和田)

後見人のなり手

前号に引き続き、後見人についてももう少しお話しします。とても切実なテーマですので、ぜひ多くの方に知っていただきたいと思えます。

日本は、急速に高齢化が進んでおり、将来、判断能力が劣り後見人をつけなければならぬ人が急増すると予想されます。ところが、既に、後見人のなり手不足が問題になっていきます。

子や親戚が後見人になるのであれば、あまり問題にならないのかもしれませんが、親族による財産の横領事件が相次いだため、特に多額の財産を管理する事案では、親族を後見人に就任させることを避ける傾向にあります。また、生涯結婚をしない人や子を持たない人が増えているため、高齢になった際、身寄りのない人が増えることも予想されます。



尾崎 剛史 弁護士

Takeshi Ozaki

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

そうしますと、ますます後見人になる人を増やしていく必要があるのですが、弁護士や司法書士、社会福祉士の数に限りがあり、すべての後見業務を専門職に委ねることも現実的ではありません。

そこで、今後は市民の皆さんから後見人に就任していただけるように、広く後見人候補者を育成していくことが求められます。また、社会福祉法人などの団体が後見人に就任することも期待されます。

後見人のなり手がいないということは、個人の大切な財産が守れないということになります。未だに、高齢者を狙った詐欺的な商法が後を絶ちません。

後見人の育成は、地域で協力することが大切です。年を取っても安心して暮らせるまちであるように、私たち法律家も、皆さんと力を合わせて福祉の向上に努めていきます。

CALENDAR 2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▶P10
6	火	第55回全国中学校スキー大会 8日(木)～11日(日)▶P2
7	水	
8	木	無料弁護士相談 13時30分～・交流センター▶P14
9	金	ココから体操教室 10時～・十和田市民センター▶P10
10	土	ゆったりヨガ教室 10時～・コモッセ▶P10
11	日	鹿角市かるた選手権大会 9時30分～・コモッセ▶P8
12	月	
13	火	無料総合相談 13時30分～・市役所相談室▶P14
14	水	
15	木	
16	金	
17	土	
18	日	
19	月	
20	火	「やまだかつてない」健康づくり講演会 13時～・コモッセ▶P4
21	水	無料相続・登記相談 13時30分～・交流センター▶P14
22	木	無料弁護士相談 13時30分～・交流センター▶P14
23	金	骨密度測定会&ナトカリ比測定会 14時～・福祉保健センター▶P10
24	土	第4回新エネルギー講座 18時30分～・コモッセ▶P3
25	日	
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▶P10
28	水	リズム運動教室 10時～・コモッセ▶P10

ECO & LIFE 応援! 快適生活

雪道こそエコドライブ ～環境にやさしく安全に～

エコドライブは、燃費の向上や二酸化炭素排出量の減少につながる環境にやさしい運転です。エコドライブを心がけることは雪道での安全運転にもつながります。

ふんわりアクセル、ゆっくりブレーキを心がけましょう

車を発進させるとき、緩やかな加速を心がけましょう。ふんわりアクセルを心がけることで、燃費が約10パーセント向上します。

また、停止や減速する場合、早めにアクセルを離してエンジンプレーキを活用し、ゆっくりとブレーキをかけましょう。

雪道では、「急」のつく運転は禁物です。ふんわりアクセルとゆっくりブレーキを心がけることでスリップや横滑りなどの事故防止につながります。

車間距離にゆとりを持って、加速・減速の少ない運転を

車間距離に余裕を持ち、一定の速度で走行することにより、加速や減速の機会が減り、燃費の向上につながります。

さらに、車間距離が長いと路上での危険予知がしやすくなり、雪道では自身や他の車がスリップしてしまった場合にも、対応がしやすくなります。

エコロジカル（環境にやさしい）でエコノミカル（お財布にやさしい）なエコドライブで、事故を防いで快適な環境を守りましょう。



問 市民共動課 環境生活班 ☎ 30-0224

マナーを守ろう
「愛犬のフン」は飼い主が持ち帰りましょう。

～2月28日まで
ストレートパーマキャンペーン実施中

いつもおしゃれていたい! そんな、あなたをサポート

美容室 **LaLa SAISON**
ラ・ラ・セゾン

この機会に興味ある方はぜひ!

初めての方、大歓迎

髪質改善も縮毛矯正も

お安くなっています。

サラサラ、ツヤツヤで

雪の湿気に勝ちましょう

髪質改善 4,800円→3,900円

縮毛矯正 13,000円→10,000円などです

ご予約優先

☎0186-23-4628

年中無休

スタッフ募集

●JR鹿角花輪駅 コモッセ

・R282

千歳産●

●当店 ●秋田銀行

●ローン

【広告】

保健センター

真冬の鍋&焼酎まつり

寒さを吹っ飛ばせ!

日時
2月23日(金)
18:30~

会場 2F 鳳凰殿

前売 チケット 4,000円(税・送料)
焼酎・ソフトドリンク付き

試飲コーナーも
豊富にご用意しております

抽選会も
あります!

※写真はイメージです。

協賛 清水商店、関小市商店、秋田県発酵工業
アサヒビール、サッポロビール、キリンビール

お問い合わせは

鹿角パークホテル TEL 0186-22-1111
http://www.kazuno-parkhotel.co.jp 〒018-5201 秋田県鹿角市花輪字堀向30-1

人生がはずむ。

音楽も英語も年齢に合った多彩なコースが充実。

春の無料体験レッスン実施中!

音楽教室

「きく」「うたう」「ひく」「はむ」「つくる」の
5つの指導内容を組み込んだ
「総合音楽教育」です。

らっきークラス 1歳児

(対象:H28.4.2~H29.4.1生)

2/20(火)・3/18(日) 各10:00~

ぷっぷるクラス 2歳児

(対象:H27.4.2~H28.4.1生)

2/20(火)・3/18(日) 各11:00~

おんがくながよしコース 3歳児

(対象:H26.4.2~H27.4.1生)

3/18(日)pm3:00~4/8(日)am10:00~

幼児科コース 4・5歳児

(対象:H24.4.2~H26.4.1生)

3/18(日)pm1:30~4/8(日)am11:30~

英語教室

えいごでいっしょ 1歳児

(対象:H28.4.2~H29.4.1生)

2/25(日)・4/15(日) 各10:00~

リズムポケット 2歳児

(対象:H27.4.2~H28.4.1生)

2/25(日)・4/15(日) 各10:00~

ポップコーントーク 3歳児

(対象:H26.4.2~H27.4.1生)

2/25(日)・4/15(日) 各11:30~

トーキッズ 4・5歳児

(対象:H24.4.2~H26.4.1生)

2/25(日)・4/15(日) 各pm2:00~

小学1・2・3年生 ジュニアえいご[Basic]

2/25(日)・4/15(日) 各pm3:15~

小学4・5・6年生 ジュニアえいご[Progress]

2/25(日)・4/15(日) 各pm4:30~

※1歳児・2歳児は、人数が多い方で、体験レッスンを開催します。

※音楽教室は、グループレッスン以外にも個人レッスン(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ませ。
※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、ご連絡をお願いいたします。

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
TEL 0186-23-6511
〒018-5201 鹿角市花輪字中花輪45

ホテル鹿角ウェディング
LOVE & HAPPINESS
IN
YOUR FUTURE

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

プロジェクトマッピング
演出登場!

私たち お二人の幸せ サポートします!

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
国際興業ホテル 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