

携帯電話使用等（保持） ※運転中にスマートフォンなどを使用
通話（保持）、画面注視（保持）する行為

改正前		改正後	
罰則	5万円以下の罰金	罰則	6月以下の懲役または10万円以下の罰金
反則金	大型（7千円） 普通（6千円） 二輪（6千円） 原付（5千円）	反則金	大型（2万5千円） 普通（1万8千円） 二輪（1万5千円） 原付（1万2千円） ※普通車の場合は、改正前の3倍に引き上げられました
点数	1点	点数	3点

携帯電話使用等（交通の危険） ※事故を起こした場合に適用されます
通話（保持）、画面注視（保持）、画面注視（非保持）することによって交通の危険を生じさせる行為

改正前		改正後	
罰則	3月以下の懲役または5万円以下の罰金	罰則	1年以下の懲役または30万円以下の罰金
反則金	大型（1万2千円） 普通（9千円） 二輪（7千円） 原付（6千円）	反則金	適用なし（反則金制度の対象外となり、すべて罰則の対象になります）
点数	2点	点数	6点（免許停止となります）

道路交通法が改正され、車で走行しながらのスマートフォンや携帯電話の使用、カーナビなどの画面を注視する「ながら運転」が厳罰化されました。罰則・違反点数・反則金が左表の内容に引き上げられています。一人ひとりが交通ルールとマナーを守り、より一層交通安全に努めましょう。

ECO

快適なくらしの情報
運転中の携帯電話使用等に対する罰則強化

運転経歴証明書の交付について

運転免許証を自主返納した方だけでなく、運転免許証を失効した方も運転経歴証明書の交付申請が可能になりました。

運転免許センター

☎ 018・824・3738

鹿角警察署

☎ 23・3321

会社外観

企業ホームページ：<http://www.kitaharashiki.com>



- 所在地 十和田山根字上ノ平1-7
- 設立 昭和29年
- 代表者 北原 秀樹
- 連絡先 ☎ 35-2013

会社概要

地球環境の保全が人類共通の課題であることを認識し、環境に優しい材料を使い、リサイクルしやすい紙器や段ボール箱などの開発、製造などを行っています。包装材の総合メーカーとして、3つのやさしさ「ものをやさしく包む」「人にやさしい」「地球にやさしい」を企業理念として掲げ、永続し繁栄していく経営を目指します。

株式会社北原紙器製作所
秋田工場

魅力あふれる地元企業を紹介
鹿角の企業いいね！

代表から

代表取締役 北原 秀樹
(株)北原紙器製作所秋田工場は令和元年7月1日に稼働を始めた包装材の総合メーカーです。地球環境保護を意識しながら、包装材の企画や設計、図面化、製造までを行っています。鹿角工業団地から北東北主要都市までの利便性を活かし、微力ながらも地域経済の発展に貢献したいと思っています。

ウチの会社のここがスゴイ

業務部 成田 心美さんの会社自慢
資源を無駄にしないように、ペーパーレス化やITD作戦に積極的に取り組む環境に優しい職場です。



国際交流員ダンコー・アンドレアさんの
HAJRAKAZUNO!

※「ハイル」はハンガリー語で「頑張れ」の意味

鹿角に来て1年以上が経ちました。20年前に関西で2年間留学したことがあるので日本は初めてではありませんが、鹿角では初めての体験をたくさんしました。

ここでできない体験をあげると、囲炉裏で作るみそ付けたんぼや、燃やされるねぶた、軽快なテンポの花輪ばやし、きりたんぽ鍋、八幡平で見られる樹氷などです。また、ラジオ番組に出演したことも初めてでした。ラジオでは、3月から10月まで毎週火曜日に「ハイル・鹿角」という番組でハンガリーの風習や年中行事、「名前の日」、料理、学生生活、観光スポット、温泉、音楽などについて紹介しました。鹿角での活動で経験したことやイベントなどについて皆さんに紹介するのは楽しかったです。ラジオは慣れていないので、ちょっと一方的に感じましたが、「ラジオで聞いたよ」と連絡をいただき嬉しかったです。

桃やりんごの収穫でも初めての体験がありました。それは鹿角果樹サポーターから、桃とりんごがつかみから果実になるまでの過程



フェイスブック公開中。「鹿角 CIR ダンコー・アンドレア」で検索してください。

鹿角市健康宣言（2017）

健康寿命県内一「10年後、脳卒中で亡くなる方を8割減らします」

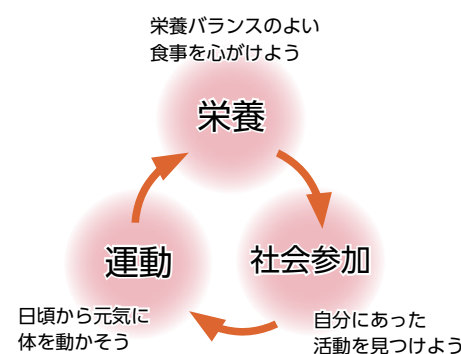
健康長寿のカギはフレイル予防にあり！

フレイルとは

加齢とともに心身の活力が低下した状態のことをいい、多くの人が健康な状態からこのフレイルの段階を経て、要介護状態に陥ると考えられています。要介護状態になってしまつと、元の状態に戻ることは非常に難しいです。フレイルの兆候を早めに発見し、進行を抑制することが、要介護状態に陥らないための重要なカギとなります。

フレイル予防の3大原則

「栄養」「運動」「社会参加」が健康寿命を延ばすと言われています。



フレイルチェックとは

自分のフレイル度をいつでもどこでも簡単にチェックできるフレイル予防法です。フレイルチェックを行うことで自分自身を見直し、気づき、自分事化することができます。

① イレブンチェック

「栄養・運動・社会参加」に関する質問事項に「はい・いいえ」で答え、セルフチェックしていきます。

② 指輪つかテスト

指輪つかでふくらはぎを囲んで筋肉量を推定します。

③ 深掘りチェック

各種測定で口腔機能や運動機能を判断します。

フレイルチェック体験

各地区でフレイルチェックなどを実施し、市民のフレイル予防のために活躍する「フレイルサポーター」になってみませんか。フレイルチェックを体験したい方やフレイルサポーターに興味がある方はお問い合わせください。

申込期限 1月24日金

日時 1月31日金 10時～12時

場所 交流センター