

広報

くろいし

2021

5

No.1326

Kuroishi public relations

水清く 人情のあつい あずましの里



特集 新型コロナワクチン接種が間もなく開始に

広報くろいし 5月号

No.1326

黒石市役所

〒036-0396

青森県黒石市大字市ノ町11番地1号

TEL 0172-52-2111 (代表)

FAX 0172-52-6191

HP <http://www.city.kuroishi.aomori.jp>

E-mail kuroishi_hp@city.kuroishi.aomori.jp

発行編集 企画財政部広報情報システム課

広報紙内のマーク

時…日時 **場**…場所 **期**…期間・期限

対…対象 **申**…申込・提出・参加・応募

¥…費用・料金 **定**…定員・定数 **持**…持ち物

内…内容 **資**…資格 **休**…休み **他**…その他

F…FAX番号 **HP**…ホームページ

☎…電話番号 **E**…Eメールアドレス

※…申し込み・問い合わせ先

人口の動き

住民基本台帳調べ 3月末現在

()内は前月比

・人口：32,327人 (△146)



男性

15,155人 (△62)



女性

17,172人 (△84)

・世帯数：13,838世帯 (17)

目次

- 03 暮らしの案内
- 04~05 **特集** 新型コロナワクチン接種が間もなく開始に
- 06 引き続き感染症対策にご協力を—など
- 07 市企業ガイドへの掲載企業を募集—など
- 08 5月から市税の納付が始まります
- 09 漏水調査を実施—など
- 10 今年も集団健(検)診が始まります
- 11 くろいし健康マイレージ
- 12 風しん抗体検査・予防接種費用を助成
経済センサス—活動調査を実施—など
- 13 出前講座くろいし
- 14 犬の登録と狂犬病予防注射を忘れずに
黒石緑化まつりを開催—など
- 15 あなたの健康サポートし隊!!
歴史講座を開催—など
- 16~18 情報のひろば
- 19 話題たくはいびん
- 20 手話で話そう
「小さなまちかど博物館」に行こう
- 21 くろいしあずまし写真館
わんぱくなかよし帳
- 22 おらほの文化財
国際交流員コラム G'dayくろいし
- 23 本の紹介
ヘルシーレシピ
- 24 発掘!黒石力!!
正調黒石ねぶたばやし講習会を開講

「マチイロ」をご利用ください!

「マチイロ」に利用登録をすると、スマートフォンやタブレットで、いつでもどこでも簡単な操作で「広報くろいし」を読むことができます。



GooglePlay用



AppStore用

今月の1枚

5月5日の子供の日にちなみ、あけぼのこども園では4月上旬から鯉のぼりが掲げられました。

鯉のぼりが見守る中、園児たちは園庭の滑り台などの遊具で元気いっぱい遊んでいました。





内 容	日 時	場 所 一 等
福 社	月～金曜日/9:00～17:00	市社会福祉協議会「ふれあい相談所」☎52-9600
生 活 困 窮	月～金曜日/8:15～17:00	市社会福祉協議会「黒石自立相談支援窓口」☎52-9600
家庭・婦人・母子	月～金曜日/8:15～17:00	福祉総務課(内線518)
後 期 高 齢 者	25日(火)/19:00まで	国保年金課(内線125・131)
介 護 保 険 料	25日(火)/19:00まで	介護保険課(内線525・526)
教 育	月～金曜日/9:00～16:00	指導課(内線612・613)
青 少 年 問 題	月～金曜日/9:00～16:00	市青少年相談センター(社会教育課内)☎52-2876
下 水 道	月・水曜日/9:30～15:30	上下水道課(内線559)
水道料金(夜間)	17日(月)・25日(火)・31日(月) /19:30まで	上下水道課(内線552～554)
健 康	17日(月)/10:00～12:00	健康推進課(内線244～247)
こころの健康	13日(木)/14:00～16:00	市産業会館4階小会議室▽健康推進課(内線246・247)へ要事前予約
納 税 (夜 間)	6日(木)・17(月)・25日(火) /19:00まで	収納課(内線141・142)
困 り ご と	10・24日(月)/9:00～15:00	
法 テ ラ ス 法 律	26日(水)/9:30～12:00	市役所1階相談室▽困りごと相談は当日、8時15分から市民環境課(内線133)で電話受付▽法テラス法律相談はテラス青森(☎050-3383-5552)へ要事前予約
人 権	14日(金)/10:00～15:00	
行 政	20日(木)/10:00～12:00	
土地家屋調査士	12日(水)/13:00～16:00	
消 費 者	火～日曜日/8:30～17:00	弘前市市民生活センター(弘前圏域消費生活相談窓口)☎34-3179
	月～金曜日/9:00～17:00	市民環境課(内線133)

休 日	当 番 医	番 号
5月2日㊦	かきさか医院	☎53-2255
5月9日㊦	たかはし内科循環器科クリニック	☎59-2200
5月16日㊦	ちとせクリニック	☎53-7228
5月23日㊦	田村眼科	☎53-1256
5月30日㊦	健生黒石診療所	☎53-3015
6月6日㊦	山谷胃腸科内科	☎54-8370

休日・夜間の急病に対応します

	休日	夜間
診 療 日	日曜日、祝日、8月13日、12月31日～1月3日	年中無休
診 療 時 間	午前10時～午後4時	午後7時～10時30分
診 療 科 目	内科・小児科・外科	内科・小児科

※弘前市急患診療所☎34-1131

市税の納付をお忘れなく

5月は、固定資産税第1期、軽自動車税(種別割)の納付月です。納期限は5月31日(月)ですので、忘れずに納付してください。

※市収納課納税管理係☎52-2111内線143

いま一度ご確認を

新型コロナウイルス感染症予防のため、「広報くろいし」に掲載しているイベントや講習会などが中止・変更になる場合がありますので、主催者等にいま一度ご確認ください。

参加の際は、マスクの着用など感染症対策にご理解とご協力をお願いします。



新型コロナワクチン接種が 間もなく開始に



市は、優先接種の対象となる75歳以上の高齢者へ4月27日に新型コロナワクチン接種券を発送し、5月6日（木）から接種の予約を開始します。他の対象となる皆さんの接種券の発送準備も進めていますので、もうしばらくお待ちください。

今号では、本市で実施する新型コロナワクチン接種についてお知らせします。

接種の対象とスケジュール

対象…16歳以上の市民（市住民基本台帳に記録されている人）

接種順序…①医療従事者②75歳以上の高齢者（昭和22年4月1日以前生まれの人）③65歳以上74歳以下の高齢者④基礎疾患のある人など⑤その他の人

今後の接種スケジュール…下表のとおり

◎65歳以下の接種スケジュールは、確定次第お知らせします。

◎ワクチンの供給量によっては、予定が変更になる場合があります。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月
医療従事者 （個人病院 集団接種従事者）	接種 4月26日～5月19日					
介護保険施設入居者 （約430人）	接種 4月26日から開始					
75歳以上高齢者 （約5,700人）	接種券発送 4月27日	予約受付 5月6日から開始	接種 5月24日～7月25日			
65～74歳高齢者 （約5,800人）			接種券発送 6月下旬	予約受付 6月下旬	接種 7月5日～9月5日	

接種場所

◆個別医療機関…普段から診断や相談をしている医師がいる医療機関での接種

場所…▽黒石病院▽兼平医院▽黒石厚生病院▽たかはし内科循環器科クリニック▽黒石あけぼの病院（新規受け付け不可）▽山谷胃腸科内科▽健生黒石診療所▽ちとせクリニック▽かきさか医院

◎市外の普段かかっている医療機関で接種できる場合がありますので、詳しくは医療機関が所在する市町村へお問い合わせください。

◆集団接種会場…一つの会場において集団での接種

場所…黒石公民館多目的ホール（内町24番地1）

ワクチン接種予約受付のコールセンターを開設

市は、新型コロナワクチンに関する予約受付のコールセンターを次のとおり開設しました。個別医療機関での接種、集団接種会場での接種に関わらず、ワクチン接種の予約はコールセンターへご連絡ください。

◎接種の予約は、接種券が到着後、指定された期日以降から受け付けします。

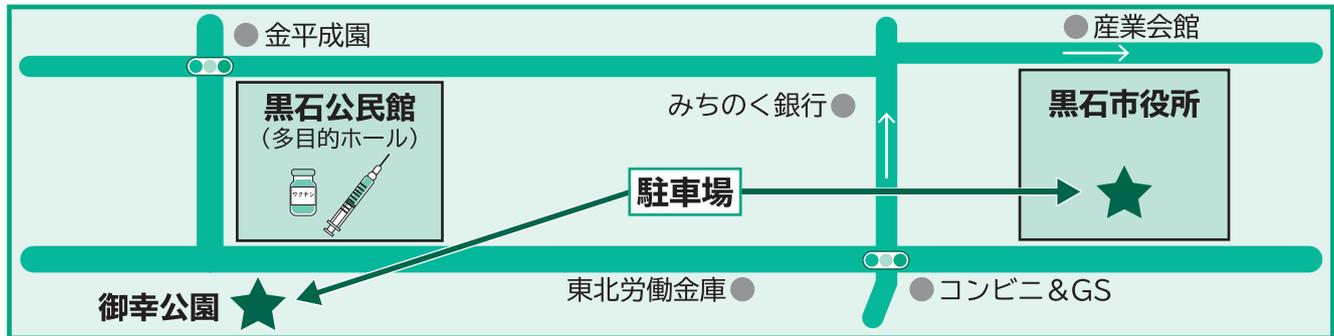
☎0172-88-6395（月～金曜日、午前8時30分～午後5時）

集団接種会場の駐車場

集団接種で黒石公民館多目的ホールにお越しの際は、市役所駐車場か御幸公園駐車場をご利用ください。

◎接種期間には、各地区公民館と集団接種会場を巡回する無料タクシーを運行します。詳しくは、接種券に同封するお知らせをごらんください。

◎集団接種会場までぶらっと号をご利用の人には、無料券を配布します。



接種当日の持ち物

接種当日は、次の持ち物を必ずご持参ください。

接種券	+	予診票 ◎あらかじめご記入の うえ、持参ください	+	本人確認書類 (免許証、健康保険証等)	+	お薬手帳 ◎いつも飲んでい る薬がある人のみ	+	予約 確認表
-----	---	--------------------------------	---	------------------------	---	------------------------------	---	-----------

ワクチンに関するお問い合わせ

▽ワクチンの有効性などに関するお問い合わせ

厚生労働省 ☎0120-761-770 (年中無休、午前9時～午後9時)

▽ワクチンの副反応などに関するお問い合わせ

県新型コロナワクチン相談電話 ☎0570-012-018 (月～金曜日、午前9時～午後5時)

▽ワクチン接種事業に関するお問い合わせ

市健康推進課ワクチン対策係 ☎52-2111内線250～252



新型コロナウイルスワクチン集団接種訓練を実施

4月8日、市は「新型コロナウイルスワクチン集団接種訓練」を、黒石公民館多目的ホールで実施しました。

この訓練には、医師や看護師、保健協力員など約50人が参加。

参加者は、受け付けから医師による予診、接種などを実施し、円滑な運営に生かすため、改善点などを洗い出し、接種に向けて備えました。



①受け付けで体温測定②予診を受ける様子③接種にかかる時間を想定して訓練④副反応者への対応を確認

引き続き感染症対策にご協力を

外出の機会が増える時期ですが、県内各地では新型コロナウイルスの集団感染が多数発生し、マスクの着用や手洗い、消毒など基本的な感染症対策が引き続き必要です。自分や家族、周りの人を守るために、次の点に留意した行動を心掛け、感染症拡大防止にご協力をお願いします。

- ▽換気をし、3密（密閉、密集、密接）を避ける
- ▽感染リスクが高まる「5つの場面」に気をつける

飲食を伴う
懇親会

大人数や
長時間の
飲食

マスクなしでの
会話

狭い空間での
共同生活

居場所の
切り替わり

- ▽会食中の会話は必ずマスクを着用し、短時間にする
- ▽外出する際は、人混みを避け人との適切な距離を保つ
- ▽祭り、イベントへの参加は、主催者が講じる感染防止対策を事前に確認し、決められたルールを守る
- ▽祭りやイベント等において、会場の外で飲食する場合でも、慎重な行動を心掛ける
- ▽感染症患者が多数発生している地域への移動は、移動先の感染状況を踏まえ、慎重に判断する
- ▽緊急事態宣言の発令区域への不要不急の往来は控える



※市新型コロナウイルス感染症対策室 ☎52-2111内線261・262

瑞宝双光章
(防衛功労)



後藤 隆夫 氏
(高賀野 1・61歳)
元 2等陸尉

危険業務従事者叙勲
受章おめでとうございます

政府は、4月10日付で「第36回危険業務従事者叙勲」の受章者を発表しました。本市関係では、後藤隆夫氏が瑞宝双光章を受章されました。

市は、4月から市立図書館新築工事を実施しているため、黒石公民館駐車場を3月末で閉鎖しました。黒石公民館と市スポーツ交流センターに自動車でお越しの場合は御幸公園駐車場を、自転車でお越しの場合は市スポーツ交流センター中庭の仮設駐輪場をご利用ください。

工事のため敷地内の一部を立入禁止としています。ご理解とご協力をお願いします。 ※市社会教育課図書館準備係 ☎52-2111内線618



黒石公民館駐車場が閉鎖に

市企業ガイドへの掲載企業を募集

市は、新規学卒者や本市出身者、移住希望者に市内企業の魅力を伝える「黒石市企業ガイド」を作成し、市ホームページに掲載しています。

令和3年度と同ガイドの作成に当たり、掲載を希望する企業を次のとおり募集します。

市をさらに知るか、お問い合わせください。

期5月10日(月)～6月11日(金)

(金)

対市内に事業

所を置く企

業、法人など

内企業概要、会社紹介、製品紹介、先輩社員の声

¥協賛金1社3000円

申請掲載申込書に必要事項を



記入のうえ、ファクシミリまたはEメールで市商工課へ申し込み

◎掲載申込書は、市ホームページからダウンロードできます。

※市商工課産業推進係 ☎52

12111内線642、

F5216191、Eshou

kourousei@city.kuro

ishi.aomorijp

令和2年度
企業ガイド
QRコード



黒石病院採用試験を実施

市は、市医療系職員の採用試験を、県共同採用試験方式と黒石病院職員採用候補者試験方式で次のとおり実施します。

県共同採用試験は、受験者が県内にある複数の公立病院から志望順に選択し、受験することができる方式です。

受験資格や県共同採用試

験の選択団体など、詳しくは黒石病院ホームページ

(<https://hospital-kuro>

[ishi.jp](https://hospital-kuro))をさらに知るか、

お問い合わせください。

お問い合わせください。

県共同採用試験方式

時一次試験5月23日(日)

場青森市、弘前市、関東など

内筆記試験(専門・論文)、

適正検査

定看護師15人

申請締め切り5月10日(月)

黒石病院職員

採用候補者試験方式

時6月6日(日)

場同病院2階視聴覚室

内専門試験(臨床検査技師

は実技試験を含む)、小論

文試験、面接試験

定▽臨床検査技師12人▽

理学療法士11人▽看護

師17人

申請締め切り5月21日(金)

※黒石病院事務局総務人事

係 ☎5212121内線2

805・2807

パブリックコメント実施状況を公開

市は、政策等を策定する

際に、市民などから意見等

を募集する「パブリックコ

メント」を実施しています。

令和2年度の実施状況は、

7件でした。

詳しい実施状況は、左表

のとおりです。

◎意見等や意見等に対する

市の考えは、市ホーム

ページに掲載しています。

※市企画課企画調整係 ☎52

12111内線236・

239

令和2年度パブリックコメント実施状況

意見を募集した政策	募集期間	主な意見等
黒石市空家等対策計画(案)	令和2年7月1～31日	意見等はありませんでした
弘前圏域8市町村国土強 ^{きょうじん} 韌化地域計画(案)	令和2年12月1～28日	
第8期黒石市高齢者福祉計画・介護保険事業計画(素案)	令和2年12月7日～3年1月5日	
第2次弘前圏域定住自立圏共生ビジョン(変更案)	令和2年12月15日～3年1月20日	1件
第4次黒石市生涯学習のまちづくり推進計画(案)	令和3年1月15日～2月15日	
第4次黒石市地域福祉計画・黒石市成年後見制度利用促進基本計画(案)	令和3年2月18日～3月10日	意見等はありませんでした
黒石市障がい者支援計画(第2期)・黒石市障がい福祉計画(第6期)・黒石市障がい児福祉計画(第2期)(案)	令和3年2月22日～3月12日	

5月から市税の納付が始まります

市は、税目ごとの第1期の納付月に、納税通知書と1年分の納付書を送付します。納税貯蓄組合加入者の納税通知書などは、納税貯蓄組合へ送付します。

納期は下表のとおりですので、納期内の納付にご協力をお願いします。

詳しくは、お問い合わせください。

固定資産税

固定資産税とは

毎年1月1日現在、市内に所在する土地・家屋・償却資産の所有者に課税される税金です。

税額の計算方法

- ① 固定資産評価基準に基づいて評価される固定資産の価格をもとに課税標準額を算定
- ② 課税標準額×1.6割

＝固定資産税額

納税通知書は5月上旬発送

固定資産税の納税通知書は、固定資産の所有者に対して5月上旬に発送します。所有権移転登記の手続きが、1月1日時点で完了していない場合は、前所有者に対して納税通知書を送付します。

課税明細書の確認を

課税明細書は、固定資産税が課税されている土地と家屋ごとの所在地や面積、評価額、課税標準額をお知らせする大切な書類です。納税通知書に添付されていますので、所有する資産と相違ないか確認をお願いします。

住宅やアパート等の土地（住宅用地）に適用される「住宅用地特例」の有無も課税明細書に記載されているので、ご確認ください。

固定資産税の減免

生活困窮や災害などの理由で一定の基準に該当する

場合は、固定資産税が減免される場合がありますのでご相談ください。

軽自動車税（種別割）

軽自動車税（種別割）とは

毎年4月1日現在、原動機付自転車や軽自動車、小型特殊自動車、二輪の小型自動車を所有している人に課税される税金です。

納税通知書は5月6日発送

軽自動車税（種別割）の納

市税の納付場所

▽青森銀行▽みちのく銀行▽東奥信用金庫▽青い森信用金庫▽青森県信用組合▽津軽みらい農業協同組合▽東北労働金庫▽黒石市役所▽ゆうちょ銀行または郵便局（東北6県に限る）

	固定資産税	軽自動車税（種別割）	市・県民税	国民健康保険税
5月	1期（5月31日）	全期（5月31日）		
6月			1期（6月30日）	
7月	2期（8月2日）			1期（8月2日）
8月			2期（8月31日）	2期（8月31日）
9月	3期（9月30日）			3期（9月30日）
10月			3期（11月1日）	4期（11月1日）
11月	4期（11月30日）			5期（11月30日）
12月			4期（12月28日）	6期（12月28日）
1月				7期（1月31日）
2月				8期（2月28日）

◎（）内は納期限。口座振替の場合は振替日になります。

税通知書は、5月6日（木）に発送予定です。軽自動車等を所有しているのに納税通知書が届かない場合は、市税務課へご連絡ください。納税通知書には、車検の際に必要な納税証明書（継続検査用）が添付されていますので、納付後も大切に保管してください。

軽自動車税（種別割）の減免
身体障害者手帳等の交付を受けている人やその人と生計を一にする人は、軽自動車税（種別割）が減免される場合がありますので、5月24日（月）までに市税務課へ申請してください。
※市税務課固定資産税係 ☎ 52-2111-1内線11-2113、同課住民税係 ☎ 同内線1111、市収入課収納係 ☎ 同内線141-142、同課納税管理係 ☎ 同内線143、市国保年金課保険税係 ☎ 同内線121

土地・家屋価格等縦覧帳簿等 縦覧・閲覧を実施

市は、「土地・家屋価格等縦覧帳簿」の縦覧と「固定資産課税(補充課税)台帳」の閲覧を実施しています。

共通事項

期5月31日(月)まで(土・日曜日、祝日を除く)

場市役所1階税務課窓口

持納税者本人であることを確認できる書類(運転免許証、マイナンバーカードなど)

ドなど)

土地・家屋価格等縦覧帳簿

土地や家屋の固定資産税を納めている人

自己所有の土地・家屋の価格(評価額)と市内の土地・家屋の価格を比較し、適正に評価されているかどうか



うかを確認

固定資産課税(補充課税)台帳

土地や家屋を所有している人

課税台帳に登録された自己所有の土地・家屋の価格(評価額)、課税標準額、税額等の課税内容を確認

期間中の閲覧は無料ですが、期間外の閲覧には1枚につき手数料300円がかかります。

※市税務課固定資産税係
52-2111内線112-113

民生委員・児童委員を知っていますか

民生委員・児童委員は、地域福祉の担い手として、さまざまな心配ごとに対する相談や福祉サービスを利用するための支援など、地域の実情に合わせた幅広い活動をを行っています。

ください。

担当区域

市内6地区(①山形・牡丹平②浅瀬石・追子野木③東④西部⑤中部・北⑥六郷・上十川)に分かれて協議会を組織し、現在92人(うち主任児童委員10人)が活動しています。

主任児童委員

主任児童委員は、児童福祉に関する相談に当たります。秘密は厳守されるので、安心してご相談ください。

※市社会福祉協議会 52-2674、市福祉総務課 52-1211

ジェネリック医薬品 利用差額通知を送付

市は、慢性疾患等用剤を長期服用している国民健康保険加入者で、医療費の自己負担額が200円以上軽減できると見込まれる人に、「ジェネリック医薬品利用差額通知」を5・9月、令和4年1月の計3回送付します。

ジェネリック医薬品は、最初に開発された新薬と同じ有効成分・効能・効果を持つ医薬品で、薬代の自己負担額を軽減できることがあります。

ジェネリック医薬品への切り替えを希望する人は、医療機関や薬局にご相談ください。

※市国保年金課国保給付係
52-2111内線118-119

漏水調査を実施

市は、上水道供給区域の道路に埋設している水道管を対象に、11月末まで漏水調査を実施します。

この調査では、各家庭の敷地内に取り付けられているメータや、止水栓から漏水音を聴くため、調査員が敷地内へ立ち入ることがありますので、ご理解とご協力をお願いします。

不審に思われた場合は、調査員に身分証明書の提示を求めたうえ、市上下水道課へ確認をお願いします。

◎道路上で漏水を発見した際は、お手数ですが上下水道課までお知らせください。

※市上下水道課施設係 52-2111内線558



今年も集団健（検）診が始まります

市は、総合健診（特定健康診査、胃・大腸・肺・前立腺がん検診）と子宮頸・乳がん検診を、感染症対策をして次のとおり実施します。

対象者には、2・3月に調査票を配布し、申し込みを受け付けしましたが、変更や新たに申し込みを希望する場合は、市健康推進課へご連絡ください。申込者には、受診日までに受診票等を配布します。

市は、総合健診（特定健康診査、胃・大腸・肺・前立腺がん検診）と子宮頸・乳がん検診を、感染症対策をして次のとおり実施します。

対象者には、2・3月に調査票を配布し、申し込みを受け付けしましたが、変更や新たに申し込みを希望する場合は、市健康推進課へご連絡ください。申込者には、受診日までに受診票等を配布します。

市は、総合健診（特定健康診査、胃・大腸・肺・前立腺がん検診）と子宮頸・乳がん検診を、感染症対策をして次のとおり実施します。

対象者には、2・3月に調査票を配布し、申し込みを受け付けしましたが、変更や新たに申し込みを希望する場合は、市健康推進課へご連絡ください。申込者には、受診日までに受診票等を配布します。

市は、総合健診（特定健康診査、胃・大腸・肺・前立腺がん検診）と子宮頸・乳がん検診を、感染症対策をして次のとおり実施します。

対象者には、2・3月に調査票を配布し、申し込みを受け付けしましたが、変更や新たに申し込みを希望する場合は、市健康推進課へご連絡ください。申込者には、受診日までに受診票等を配布します。

■総合健診日程

実施日	会場
5月24日(月)・25日(火)	山形公民館
6月1日(火)～4日(金)	西部地区センター
6月24日(木)	旧牡丹平小学校
6月28日(月)・29日(火)	中郷公民館
7月1日(木)・2日(金)	上十川公民館
7月29日(木)・30日(金)	六宝館
8月31日(火)、9月1日(水)	追子野木会館
9月16日(木)・17日(金)	浅瀬石公民館
10月15日(金)～20日(水)	東公民館
10月23日(土)・24日(日)・28日(木)～31日(日)、11月12日(金)・13日(土)	スポカルイン黒石

■子宮頸・乳がん検診日程

実施日	会場
5月26日(水)、6月18日(金)、7月6日(火)・15日(木)、8月6日(金)、9月22日(水)・28日(火)、11月11日(木)・16日(火)、1月23日(日)	スポカルイン黒石

■対象者

健(検)診項目	対象者
特定健康診査	▽40歳以上の市国民健康保険加入者 ▽後期高齢者医療制度加入者 ▽40～74歳の協会けんぽ加入者の被扶養者
胃がん検診	40歳以上の人
大腸がん検診	40歳以上の人
肺がん検診	40歳以上の人(喀痰検査は該当者のみ)
前立腺がん検診	50歳以上の男性
子宮頸がん検診	20歳以上で今年度中に偶数年齢となる女性
乳がん検診	40歳以上で今年度中に偶数年齢となる女性

◎胃・大腸・肺・前立腺がん検診を受診する人で、次に該当する人は無料▽市国民健康保険加入者▽今年度40・50・60歳か、70歳以上になる人▽生活保護受給者▽市民税非課税世帯の人

特定健康診査の受診を

40～74歳の市国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者には、5月下旬までに特定健康診査受診無料券を送付します。保険証と一緒に持参し、特定健康診査を受診しましょう。

の被扶養者は、市の集団健(検)診でも特定健康診査を受診できます。

◎特定健康診査の受診は県総合健診センター(☎017-741-2336)への予約が必要です。

※▽市国民健康保険加入者
Ⅱ市国保年金課国保給付係☎52-2111内線118・119▽後期高齢者医療制度加入者Ⅱ同課高齢医療係☎同内線125・131

有 料 広 告

ポイントをためて
健康と特典を手に入れよう!

くろいし健康マイレージ



くろいし健康マイレージは、皆さんの健康づくりを応援するための事業で、健（検）診の受診や、健康づくり事業への参加などでポイントをためると、さまざまな特典を受けることができます。

Step.1 ポイントカードを手に入れよう!

参加条件

今年度中に20歳以上になる市民

ポイントカードの配布場所

市庁舎案内、市健康推進課窓口、市ホームページ、市の集団健（検）診会場、各地区公民館・地区センター、スポカルイン黒石、黒石商工会議所、市内医療機関・薬局

Step.2 ポイントをためよう!

ポイント入手方法

- ・健（検）診を受ける
- ・健康への取り組みを1か月以上続ける
- ・マイレージ対象事業や健康づくり事業へ参加する

ポイント付与期間

令和4年1月31日（月）まで



Step.3 協賛店サービスを利用しよう!

健康都市宣言協賛店で、さまざまなサービスが利用できます
(1店舗につき1回限りで、1人5店舗まで)

サービス利用期間

10ポイントたまった日から
令和4年1月31日（月）まで



Step.4 景品に応募しよう!

たまったポイントに応じて10・30・60ポイントコースのいずれか1つに応募できます

応募期間

5月24日（月）から
令和4年2月10日（木）まで

応募方法

市健康推進課窓口へ持参または郵送



■健康への取り組み

種	類	具体的な例
運	動	ラジオ体操、ウォーキング、ヨガ、ジョギングーなど
食	事	減塩、野菜を一皿増やす、休肝日を週2日以上つくるーなど
その他健康に関する	取り組み	禁煙、体重測定、血圧測定ーなど

■応募コース

10ポイント以上コース (健康都市宣言商品券2,000円分)	抽選で175人
30ポイント以上コース (健康都市宣言商品券5,000円分)	抽選で100人
60ポイント以上コース (健康都市宣言商品券10,000円分)	抽選で20人

☆5月、6月前半のくろいし健康マイレージ対象事業☆

事業名	実施日	ポイント
総合健診(山形公民館)	5月24日(月)・25日(火)	特定健診…10ポイント がん検診…10ポイント ◎上記両方の受診でさらに10ポイント
総合健診(西部地区センター)	6月1日(火)～4日(金)	
子宮頸がん・乳がん検診(スポカルイン黒石)	5月26日(水)	
献血(実施場所と時間は本紙18ページをごらんください)		5ポイント
健康教室(実施場所と時間は本紙18ページをごらんください)		

※市健康推進課成人保健係 ☎52-2111内線246・247

有 料 広 告

風しん抗体検査・予防接種費用を助成

風しんは、妊婦、特に妊娠初期の女性がかかる。胎児にも感染し、難聴や先天性心疾患などの先天性風しん症候群の子供が生まれる可能性が高くなります。

風しんの予防接種は妊娠中にはできないため、妊娠を予定している人や、その周囲の人の予防接種が重要です。

市は、先天性風しん症候群の発生を予防するため、風しん抗体検査と予防接種費用の全額助成を次のとおり行っています。

対 次のいずれかに該当する市民①妊娠を希望する人②①の同居者③風しんの抗体価が低い妊婦の同居者

◎ 次の場合は対象外▽風しんにかかったことがある人▽定期予防接種の対象者▽過去にこの事業の助成を受けた人▽昭和37年4月2日から54年4月1

日までに生まれた男性

◎ 過去に風しん抗体検査を受けて、抗体価が低かった人は、予防接種のみ実施できます（抗体価が低いと証明できるものを持参した場合）。

内▽風しん抗体検査▽麻しん風しん混合または風しんワクチン予防接種

¥無料

期 令和4年3月31日（木）まで

申 印鑑、対象者③に該当する人は妊娠を証明できる母子健康手帳、過去に抗体検査を受けた人は証明できるものを持参のうえ、市健康推進課窓口へ申し込み

※市健康推進課母子保健係

☎52-2111内線245



銀河宇宙探検隊隊員を募集

市教育委員会は、「銀河宇宙探検隊」の隊員を次のとおり募集しています。

対 小学4年生～中学3年生

期 5月29日（土）から年間6回

場 六郷公民館、星と森のロマントピア天文台「銀河」など

内 望遠鏡の使い方、天体観測、星空キャンプなど

定 先着20人（保護者の送迎が必要）

¥ 1,500円（保険料、星座早見盤代、懐中電灯代）

◎ 昨年参加している人は1,000円です。

申 参加費を添えて、5月12日（水）までに市社会教育課へ申し込み

※市社会教育課社会教育係 ☎52-2111内線616



経済センサスー活動調査を実施

総務省と経済産業省は、「令和3年経済センサスー活動調査」を実施します。

この調査は、6月1日時点における全国すべての事業所と企業を対象に、全産業分野の構造を包括的にとらえ、実態を明らかにすることを目的に行われます。

調査対象の事業所と企業には、5月中旬から調査員が調査票を配布、または国から直接調査票が送付されますので、インターネットか郵送提出でご回答ください。

回答内容は、統計法による統計作成目的以外に使用することはありませんので、調査へのご理解とご協力をお願いします。

※市企画課統計係 ☎52-2111内線237

有 料 広 告

出前講座くろいし

市は、市民の皆さんに市の施策や事業などについて知ってもらうために「出前講座くろいし」を実施しています。今年度のメニューは次のとおりですので、ぜひご利用ください。

- 時** 午前9時～午後9時の間で、原則2時間以内
- 場** 申込者が用意（公民館、集会所、事業所一など）
- 対** 市内に在住または勤務する10人以上の団体など
- ◎ 出前講座の目的に反していると思われるときなどは申し込みをお断りする場合があります。
- ¥** 無料（材料などを用意してもらう場合があります）

- 申** 受講希望日の14日前までに受講申込書を市企画課に提出
- ◎ 申込書は、市企画課窓口、各公民館・地区センターに設置している他、市ホームページからもダウンロードできます。
- ※ 市企画課市民参画交流係 ☎52-2111内線238

	講座名	内容
市政	黒石市のめざす姿	本市のまちづくりの目標やめざしていく将来の姿について
	姉妹都市ってどんなところ??	本市の姉妹都市である宮古市・永川市との交流の様子やいきさつについて
	市税のしくみ	市税の計算方法など
社会福祉・環境	生活保護のしくみについて	本市の生活保護の現状と制度の仕組みについて
	介護保険のしくみ	介護保険制度の解説
	高齢者福祉事業について	高齢者福祉事業の概要
	国保のここが知りたい	国保制度の仕組み、保険料、特定健診、受けられる給付について
	みんなでささえる後期高齢者医療制度	制度の仕組み、保険料、受けられる給付について
	国民年金のポイント	国民年金の制度とその役割
	ごみ処理とリサイクル	ごみ処理の実態とリサイクル、家庭ごみの分け方・出し方について
	幼児の健康	心身の発達・虫歯・食生活など乳幼児期の健康づくり
保健・健康	女性の健康	乳がんとその自己検診法、子宮がんについて
	生活習慣病予防	生活習慣から起こる病気の予防
	障害者福祉について	身体障害者・知的障害者・精神障害者の福祉の概要
	児童福祉について	市で行っている子育て支援の概要
	高齢者の健康	高齢者の健康維持、介護予防
	認知症サポーター養成講座	包括支援センターが窓口となり、認知症キャラバンメイトとともに、認知症の人や家族との接し方について
	認知症を予防しよう	認知症について理解を深める
建設・都市計画	黒石市の都市計画	都市施設や土地利用、景観などの現状と将来像

	講座名	内容
教育・文化	私の見た黒石市・日本	ALT(外国語指導助手)の母国と本市の生活習慣や伝統・文化等について
	くろいしの社会教育	本市における社会教育活動の紹介
	「黒石力」up! いくつになっても学べるまち	生涯学習のまちづくりや男女共同参画社会をテーマにした取り組みの紹介
	広報紙の作り方	「広報くろいし」ができるまでと、取材や編集のしかた
	黒石の歴史	藩祖・津軽信英公からの黒石の歴史
	市内の文化財	市内に所在する文化財について
	中町こみせ通りについて	歴史的背景と概要
農業・商業・観光	スポーツ・レクリエーション	スポーツ・レクリエーション活動の普及
	ワーホリ黒石でAGRIWORKATION	ワーキングホリデー黒石事業による交流人口の増と、その効果などについて
	黒石ならではの物産について	黒石ならではの物産の紹介～物産展および催事、支援制度について～
	中心市街地活性化について	中心市街地活性化基本計画、空き店舗の活用、創業・起業の支援等について
	黒石ICロジスティクスクロッシング	黒石インターチェンジを活用したロジスティクス戦略の概要と現状について
	くろいし観光講座	突然観光客に尋ねられても困らない本市の観光情報について
	黒石のまちそだて	松の湯交流館の活用や小さなまちかど博物館を活用したまち歩きなど、まちなか活性化の取り組みを紹介
防災	G'day Kuroishi	オーストラリア出身のCIR(国際交流員)が母国を紹介
	知って防ごう・わが家の防災対策	地震や風水害から自分の命を守るための必要な知識と災害への日頃からの備えについて
	みんなで参加、地域防災・自主防災	自分たちの地域は自分たちで守るという共助の考え方や、自主防災組織の作り方・活動について
	災害から生き抜くために～震災の経験を防災に活かそう～	防災の社会的な役割分担(自助・共助・公助の相互関係)、黒石市地域防災計画や今後の防災対策について

有 料 広 告

犬の登録と狂犬病予防注射を忘れずに

市は、飼い犬の登録と生後91日以上犬への狂犬病予防注射を次のとおり行います。実施日時と会場をご確認のうえ、お越しく下さい。

犬の登録が済んでいる飼い主には、5月初旬に通知を送付しますので、登録内容に変更がある場合は、市市民環境課環境衛生係までご連絡ください。

▼登録手数料（生涯1回）＝3,000円▼狂犬病予防注射（年1回）＝3,300円

※市市民環境課環境衛生係 ☎52-2111内線123・124

実施月日	会場	開催時間	実施月日	会場	開催時間	
10日(月)	厚目内集会施設	9:30～9:40	12日(水)	袋井会館	8:50～9:00	
	大川原会館	10:15～10:25		西部地区センター	9:15～9:45	
	南中野農業研修センター	10:40～10:50		スポカルイン黒石駐車場	10:00～10:30	
	袋会館	11:05～11:25		野際集会所	10:45～11:05	
	山形公民館	11:40～12:00		中部公民館	11:20～11:50	
	上下山形農業改善センター	13:10～13:20		牡丹平公民館	13:10～13:25	
	毛内上野構造改善センター	13:35～13:45		福民会館裏(ごみ収集場所)	13:40～13:50	
	花巻村づくりセンター	14:00～14:10		角田会館	14:05～14:15	
	アイティー印刷看板前(鳥居向い空地)	14:25～14:35		東公園駐車場(旧県公社となり)	14:30～14:50	
	石名坂一心友会館	14:50～15:00		13日(木)	派村集落センター	9:00～9:10
	11日(火)	浅瀬石公民館			8:50～9:25	中郷公民館
高賀野集落農業研修センター		9:40～9:55	二双子会館		10:00～10:15	
中川集落農事集会所		10:10～10:20	竹鼻農村公園(竹鼻神社)		10:30～10:45	
追子野木会館		10:35～11:05	高館会館		11:00～11:15	
ちとせ会館		11:20～11:40	六宝館		11:30～11:50	
長崎集会所		11:55～12:05	上十川公民館		13:10～13:30	
東公民館		13:20～13:50	長坂会館		13:45～14:05	
稲荷堂センター(青山)		14:05～14:25	市営住宅あけぼの団地前		14:20～14:40	
美原町会館		14:40～15:00	黒石市役所車庫前		14:55～15:05	
			15日(土)	黒石市役所車庫前	9:00～10:30	
		16日(日)	黒石市役所車庫前	9:00～10:30		

黒石緑化まつりを開催

市緑化推進協議会(会長・高樋市長)は、「黒石緑化まつり」を御幸公園で次のとおり開催します。

入場時に連絡先などの確認を行いますので、ご理解とご協力をお願いします。

期間中は、苗木の無償配布や黒石緑化業組合による花・盆栽の大展示即売会、500円以上購入で景品が当たる抽選を行います。この機会に、ぜひご来場ください。

期▼開催期間＝5月7日(金)～9日(日)午前9時～午後4時(最終日は午後3時まで)▼苗木の無償配布＝午前10時と午後2時(最終日は午前中のみ)で毎回先着150人

◎整理券は、入場受付時、希望者に配布します。

※市農林課農地林務係 ☎52-2111内線656・657

飼い主としての責任を持ちましょう

ペットの飼育マナーの悪さが問題となっております。飼い主としての自覚を持ち、責任のある行動を心掛けましょう。

◆犬の飼い方…▼散歩の際は、犬のふんを放置せず、必ずふんを回収するための袋や清掃用具を持参する▼回収したふんは燃えるゴミに出すなど周囲の迷惑とならないよう処理をする▼愛犬が迷子になった場合、速やかに動物愛護センター弘前窓口(☎33-6664)か黒石警察署(☎52-2311)まで連絡をする

◆猫の飼い方…▼家の中で飼育し、万が一に備えて迷子札をつける▼子猫が増える前に避妊手術をする▼野良猫には餌をあたえない

※市市民環境課環境衛生係 ☎52-2111内線123

あなたの健康サポートチーム!!



～健康に関心 身体に検診 心に安心 元気な黒石～

5月31日は世界禁煙デー

世界保健機構（WHO）は5月31日を「世界禁煙デー」と定めています。この機会に、自分のためだけでなく家族のためにも禁煙について考えてみませんか。

○喫煙の影響

喫煙はがん、循環器疾患、呼吸器疾患、糖尿病など多くの病気と深く関係しており、禁煙することで病気の発症や悪化のリスクを減らすことができると言われております。また、喫煙を始める年齢が若いほど、がんや循環器疾患のリスクを高めるだけでなく、総死亡率が高くなることもわかっています。

○受動喫煙による関連死

本人が喫煙しなくても身の回りのたばこの煙を吸わされることを受動喫煙と言います。受動喫煙との関連が「確実」と判定された肺がん、虚血性心疾患、脳卒中、乳幼児突然死症候群（SIDS）により、日本では約1万5千人が受動喫煙で死亡していると推定され、深刻です。

○さまざまな施設で原則屋内禁煙です。

令和2年4月1日に改正された健康増進法が全面施行され、事業所（会社等）や商業施設、飲食店等の施設で屋内は原則禁煙となりました。



多くの施設で
原則屋内禁煙



20歳未満の人は
喫煙エリアへ立入禁止



屋内での喫煙は
喫煙室の設置が必要



喫煙室には
標識掲示が義務付け

※市健康推進課成人保健係 ☎52-2111内線246・247

津軽の名人・達人バンク

津軽広域連合が実施している「津軽の名人・達人バンク」は、津軽地域のさまざまなジャンルで優れた人材である講師を登録した名簿です。講師は、学校や施設、企業などの活動で誰でも利用できるもので活用してみませんか。

同連合は、自分の特技を講師として指導できる人材も随時募集しています。必要な資格などはなく、個人や団体の講師登録もできますので、興味のある人は同連合総務課総務企画係にお問い合わせください。

利用方法 = 同連合ホームページ (<http://tsugarukoiki.jp/>) をごらんになり、講師の連絡先へ日程や費用などを確認のうえ申し込み
※同連合総務課総務企画係 ☎31-1201

歴史講座を開催

市教育委員会は、「金平成園について」をテーマに「歴史講座」を次のとおり開催します。

時 5月24日、6月7日・21日午後7時～8時（いずれも月曜日）

場 金平成園

対 市内在住の人

内 ▽5月24日…「金平成園について①」▽6月7日…「金平成園について②」▽6月21日…「金平成園について③」

料 無料

定 25人（事前の申し込みが必要）

申 5月21日（金）までに市文化スポーツ課へ電話またはファクシミリで申し込み

※市文化スポーツ課文化財係 ☎52-2111内線622、F52-3777

お知らせ

スポーツ施設の休館日

スポカルイン黒石（図書コーナーを含む）と市スポーツ交流センターは、5月6日（木）に休館します。

5月3日（月）は開館します。5月6日以降の休館日は毎週月曜日です。

※（公財）市スポーツ協会 ☎5318111

消防水利点検の実施

弘前地区消防事務組合黒石消防署と同署山形分署は、市内の「消防水利点検」を次のとおり実施します。

時 5月10日（月）～28日（金）
午前8時30分～11時、午後1～3時

※同組合黒石消防署 ☎5311000、同署山形分署 ☎5418330

黒石税務署が新庁舎へ移転

黒石税務署は、新庁舎が完成したため仮設庁舎から

次のとおり移転します。

駐車場に限りがありますので、来署の際は公共交通機関などをご利用ください。

時 5月24日（月）

場 西ヶ丘66番地（旧庁舎と同じ）

※同税務署 ☎5214111

市耐震改修促進計画を改定

市は、平成22年2月に策定した「黒石市耐震改修促進計画」を3月に改定しました。

本計画は、市ホームページに掲載している他、市都市建築課窓口で閲覧できますので、ご利用ください。

※市都市建築課建築係 ☎5212111内線572

特設人権相談所を開設

弘前人権擁護委員協議会黒石市部会は、「人権擁護委員の日」の6月1日（火）

午前10時から午後3時まで、市役所1階相談室で「特設人権相談所」を開設します。

相談は無料で秘密は厳守されますので、この機会にぜひご利用ください。

※市市民環境課交通生活係 ☎5212111内線132・133

納税貯蓄組合に加入しませんか

納税貯蓄組合は、納税分の貯蓄を目的に、町内会単位などで組織されています。

市内に62組合（組合員約3000人）があり、納期内完納の実績を上げています。

市は、組合の健全な育成に助成措置など支援をしていますので、ぜひご加入ください。

組合への加入や組合の新規設立など、詳しくはお問い合わせください。

※市収納課納税管理係 ☎5212111内線140・143

市税等のご利用の口座振替

市税等の口座振替は、納期限の日に金融機関の預貯金口座から自動的に引き落とされますので、便利です。

ご希望の人は、市内の金融機関に備え付けの市税等口座振替依頼書・自動払込

利用申込書に必要事項を記入し、預貯金通帳と通帳届出印、口座振替を希望する納税通知書か納付書を持参のうえ、各金融機関の窓口で手続きをしてください。

◎国民健康保険税第1期と全期前納の口座振替を希望する人は、5月31日（月）までに金融機関で手続きをしてください。

※市収納課納税管理係 ☎5212111内線143

定例労働相談会を開催

県労働委員会は、「定例労働相談会」を次のとおり無料で開催します。

時 5月16日（日）午前10時30分～午後0時30分
6月8日（火）午後1時30分～3時30分

場 同委員会（青森市、東奥日報新町ビル4階）

内 個々の労働者と事業者との間に生じたトラブル（解雇、賃金引き下げ、長時間労働、パワハラなど）

申 随時受付（予約優先）

※同委員会事務局 ☎017173419832

有料広告

甲種防火管理 新規講習を開催

弘前地区消防事務組合消防本部は、「甲種防火管理新規講習」を次のとおり開催します。

時▽6月17日(木)午前9時30分～午後4時▽同日(金)午前9時30分～午後4時20分(2日間)

場岩木文化センター「あそべーる」(弘前市)

料無料(事前にテキストの購入が必要)

定70人(先着)

申5月17日(月)から21日(金)までに同組合消防本部予防課または最寄りの消防署・分署へ申し込み
※同組合消防本部予防課 ☎ 32-5104

危険物安全週間を実施

「事故ゼロへ トライ重ねる ワンチーム」を推進標語に、6月6日(日)から12日(土)まで「危険物安全週間」が実施されます。石油類をはじめとする危険物は、事業所などで幅広く

く使用されるとともに私たちの生活に深く浸透し、その安全確保の重要性は増大しています。

全国的に危険物を取り扱う際の事故は近年増加傾向にあります。その原因は、人的要因がほとんどです。危険物を取り扱う際は、安全を再確認するように心掛けましょう。

同週間に弘前地区消防事務組合消防本部は、危険物関係事業所の消防訓練や立入検査などを実施しますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

※同組合消防本部予防課 ☎ 32-5104

はかりの定期検査 忘れずに!

県計量協会は、商店などが取引や証明に使う「特定計量器(はかり)」の定期検査を下表のとおり行います。検査を受ける際は、計量器を清掃し、持参してください。期間中の空き時間を利用して所在場所定期検査も行います。

実施日	時間	実施場所
5月10日(月)	10:00~11:30	中郷公民館
	13:00~14:00	六宝館
5月11日(火)	10:30~11:30	津軽みらい農業協同組合山一りんごセンター
5月12日(水)	10:30~12:00	黒石市役所 駐車場
	13:00~15:00	
5月13日(木)	10:30~12:00	
	13:00~15:00	
5月14日(金)	10:30~12:00	
	13:00~14:00	

※市商工課商工振興係 ☎ 52-2111 内線641

松くい虫・ナラ枯れ 被害防止にご協力を

県内の森林では、昆虫が媒介する伝染病の松くい虫被害やナラ枯れ被害が継続して確認されています。枯れているマツやナラ類を見つけた時は、早急にお知らせください。

※中南地域県民局地域農林水産部林業振興課 ☎ 33-3857、弘前地方森林組合 ☎ 28-3305

アメリカシロヒトリ 早期発見と駆除対策

例年、アメリカシロヒトリの被害相談が多く寄せられています。



放置すると被害が拡大します。早期発見と駆除対策をお願いします。

◆発生時期：6月上旬～7月中旬、8月上旬～9月中旬

◆付着しやすい樹木：柿、桜、はなみずき、ななかなど

◆駆除方法：▽巣ごと枝を切り落とし、幼虫を踏みつぶす▽幼虫に薬剤を散布する

◎薬剤や資機材についてはホームセンターなどで相談、購入してください。

◎市シルバー人材センター(☎52-5131)では、駆除業務を有料で請け負っています。

※市市民環境課環境衛生係 ☎ 52-2111 内線123-124

有 料 広 告

「ま〜なひろば」公式LINEアカウント開設

市子育て広場連絡協議会は、合同子育て広場「ま〜なひろば」の公式LINEアカウントを開設しました。ま〜なひろばの予定や各園の通信などが配信されますので、下記QRコードを読みとってご利用ください。



※同協議会事務局（アリス保育園） ☎52-13389

5月の集団健(検)診		
健(検)診	日時	場所
総合健診	5月24日(月)・25日(火)	山形公民館
	6月1日(火)～4日(金)	西部地区センター
子宮頸がん・乳がん検診	5月26日(水)	スポカルイン黒石

◎くろいし健康マイレージポイントの対象です。
※市健康推進課成人保健係 ☎52-2111 内線246-247

5月の乳幼児健診(スポカルイン黒石)		
対象	日時	
乳児	令和3年1月生	20日(木) 12:15
1歳6か月児	令和元年10月生	11日(火) 12:30
2歳児	平成30年10月生	12日(水) 12:30
3歳児	平成29年10月生	19日(水) 12:15

※市健康推進課母子保健係 ☎52-2111 内線244-245

5月の健康教室		
日時	場所	内容・講師
13日(木) 13:00	追子野木会館	「糖尿病について」 ちとせクリニック院長 北山武良先生

◎事前の申し込みが必要です(定員20人)。
※市健康推進課成人保健係 ☎52-2111 内線246-247

5月・6月前半の献血(全血)		
5月21日(金)	9:30~11:00	(福)市社会福祉協議会
	12:30~13:30	すみれ特別養護老人ホーム
6月2日(水)	10:00~11:30	(地独)県産業技術センター 農林総合研究所
	13:00~16:00	黒石市役所

5月の「あすなろの森」

「あすなろの森」は、さまざまな理由で家に引きこもりがちになっている人のための居場所です。

今月は(福)報徳会の『わ』のカフェ～身近な誰かが身近な誰かを支える～きっかけ作りの場』と共同で開催します。

時 5月12日(水) 午後2～4時

場 松の湯交流館

※市社会福祉協議会 ☎52-9600



募 集

消 防 職 員

弘前地区消防事務組合は、「職員採用資格試験」を次のとおり実施します。

受験資格など詳しくは、同組合ホームページ (<http://www.hirosakifd.jp/>) をごらんになるか、お問い合わせください。
時 第一次試験 7月11日(日)

場 弘前医療福祉大学

内 教養試験、適性試験、体力試験
申 6月18日(金)までの午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)に受験申込書を同組合消防本部人材育成課人事研修係へ持参か郵送(消印有効)

◎受験申込書等は、同組合消防本部人材育成課、各消防署で配布している他、同組合ホームページからダウンロードできます。
〒03618203 弘前市大字本町2-11、同組

イ ベ ント

弓 道 教 室 を 開 催

市弓道協会は、「弓道教室」を無料で次のとおり開催します。初心者、経験者は問いませんのでぜひご参加ください。

時 6月の毎週月・水・金曜日午後7～9時(13回)

場 市運動公園弓道場
持 運動のできる服装

合 消防本部人材育成課人事研修係 ☎32-5109

松の湯カルチャー

松の湯交流館は、さまざまな講座を開催しています。

イラスト教室

時 毎月第2・4金曜日午後4時30分～6時

¥ 大人 11月額2000円

▽ 高校生以下 11月額1500円

他 講師 伊藤寛氏

※同交流館 ☎55-6782

申 5月31日(月)までに同協会事務局に申し込み
※同協会事務局 ☎090-645617784(関)

3月25日 中野もみじ山にベンチとカエデの木を寄贈



黒石烏城ライオンズクラブ（佐藤健司会長）が市役所を訪れ、中野もみじ山にベンチ2基とカエデの木（クロビイタヤ）7本の植樹を寄贈し、目録を手渡しました。

佐藤会長は、「同クラブ結成45周年記念として寄贈させてもらいました。立派に成長する木をクラブと同様に後世まで見守っていただければ」と期待をこめていました。

3月24日 黒石病院に消毒用アルコールを寄贈



黒石小学校4年生児童代表が黒石病院を訪れ、消毒用アルコール4本を同病院に寄贈しました。

寄贈された消毒用アルコールは、農業体験の授業で収穫したさつまいもの売上金で購入。児童は「コロナに負けず、大切にしてください」と話し、相馬院長は「職員みんなで大切に使用します」とお礼を述べていました。

4月5日 東英小学校が文部科学大臣表彰を受賞



東英小学校の角田校長が市役所を訪れ、令和2年度「優れた『早寝早起き朝ごはん』運動の推進にかかる文部科学大臣表彰」の受賞を高樋市長と山内教育長に報告しました。

この表彰は、子供の生活習慣づくりに関する優れた活動を選出。角田校長は、「あいさつなどの基本行動や、早寝早起き朝ごはんの大切さと呼びかけてきた成果」と話しました。

3月26日 紙製パーテーションを寄贈



有限会社夢・デザイン（齋藤春生代表取締役）が市役所を訪れ、紙製パーテーション等を寄贈し、目録を手渡しました。

齋藤代表取締役は、「利用勝手がよく強度があるので、接種会場でぜひ使用してほしい」と話していました。紙製パーテーションは、4月8日に実施した新型コロナウイルスワクチン集団接種訓練で使用されました。

手話で話そう

No.24

①朝



握った手を耳元から下げる

②昼



人差し指と中指を立てて額にあてる

③夜



上げた両手のひらを相手に向け、顔の前で交差させる

市は、「黒石市手話言語条例」を制定し、手話への理解の促進と、手話の普及に取り組んでいます。今号では「朝」、「昼」、「夜」の話し方を紹介します。手話には左右の決まりはないので、自分の利き手で表現できます。皆さんも一緒に話してみましよう！



古くからの文化・技を伝える 「小さなまちかど博物館」に行こう

14館目

三十三観音めぐり(保福寺)

館長：山口龍堂さん

保福寺参道にある三十三観音は、四国八十八ヶ所に次ぐ巡礼として全国各地に広まった西国三十三観音の写し霊場として、明治20(1887)年に建立されました。

写しの霊場は、いろいろな事情で巡礼することができない人が、ここをお参りすることによって実際に巡礼したことに同じになるという、ご利益のある場所です。今でも観音像には花やお供えが手向けられ、古くから地元住民によって大切にされています。

霊場には、「八九間空で雨ふる柳かな」と刻まれている松尾芭蕉の句碑が残されています。

場 乙徳兵衛町39番地1

時 終日(閉館日は冬期間)

※市観光課まちそだて推進係 ☎

5212111内線646

くろいしあずまし写真館

～“黒石のあずましい景観写真”応募作品を紹介します～

今月の1枚 No.55



「春爛漫津軽のリンゴ園」

□撮影者 須藤 重昭さん
□撮影場所 観光りんご園
□撮影年月日 不明

今回は、雪が残る岩木山を背景に木々を写した1枚です。りんごの花びらには表が白色、裏がピンク色という特徴があるため、花が咲く前と後では色が異なります。つぼみのピンク色から満開の純白へ、色の変化を観察してみるのも良いかもしれません。

また、雪が残る岩木山とりんごの花というコラボレーションは、津軽ならではの春の絶景ですので、この機会に眺めてみてはいかがでしょうか。

※市都市建築課都市計画係 ☎52-2111内線571

わんぱく

Vol.13

なかよし帳

地域の元気な子供たちの様子を紹介します。
今号は、4月17日の牡丹平地区の子供たちの様子です。



この日は、仲間に加わった1年生を歓迎するため「ようこそりんごクラブ」を開催。ゲームで交流を深めました。



名刺交換ゲームでは、自己紹介とじゃんけんをしてお友達の名刺をゲット！何枚集められたかな？



本の紹介

新着本を市ホームページから検索できますので、ぜひご覧ください。
※スポカルイン黒石図書コーナー ☎53-2188

一般書 「海蝶」

吉川英梨 / 著 講談社



女性初の潜水士、横浜海上保安部所属・忍海愛。兄は特殊救難隊、父もベテラン海保潜水士で血筋は折り紙付き。しかし、愛は現場に気を使わせるお荷物だ。そんな愛を待ち受けていたのは、とんでもない事件だった。挑戦と勇気の物語。

児童書 「♪ピンポンパンポンプー」

古市憲寿 他 / 作 マガジンハウス



「中居正広のニュースな会」で生まれた絵本がついに完成！！カピバラののんちゃん とびりーくんは、大の仲良し。ちいさなすれ違いからケンカをしながらも、ともだちの大切さを思い出していくやさしく愛おしい物語。

今月のおすすめ!

「その生きづらさ、『かくれ織細さん』かもしれません」

時田ひさ子 / 著 フォレスト出版



HSP(織細さん、ハイリー・センシティブ・パーソン)の中には、外交的な織細さんもいるそうです。相反する性質に板挟みになり、生きづらさを抱えやすい、そんな「かくれ織細さん」について、5,000人以上カウンセリングしてきた時田さんに語っていただいた1冊です。

お願い

新型コロナウイルス感染症の予防のため、図書コーナーを利用する人は、マスクの着用と手指の消毒にご協力いただき、次の点にご理解くださるようお願いいたします。詳しくは、お問い合わせください。

- ◆必要に応じて室内の消毒作業を行います。
- ◆閲覧コーナーの座席数を減らして対応しています。多くの方が利用できるように長時間の利用はご遠慮ください。

食改さんの

ヘルシーレシピ 49

- HEALTHY RECIPE -



少ないお肉でボリューム満点！見た目もカラフルな牛丼です。

きんぴら牛丼



1人分栄養量

エネルギー542kcal、たんぱく質18.2g、脂質16.1g、食塩相当量1.4g

材料 (2人分)

ごはん300g、牛肉(切り落とし)140g、ごぼう½本、にんじん½本、たまねぎ¼個、サラダ油大さじ½、A(しょうゆ大さじ1、みりん大さじ1、酒大さじ1、砂糖大さじ1)、白ごま小さじ½、青ねぎ½本

作り方

- ①ごぼうとにんじんは千切り、たまねぎは薄切りにする。青ねぎは小口切りにする。
- ②フライパンに油を弱めの中火で熱し、牛肉とごぼう、にんじん、たまねぎを入れて肉の色が変わり、野菜がしんなりするまで炒める。
- ③弱火にして②にAを入れて炒め合わせる。
- ④器にご飯を盛り、③をのせる。白ごまをふり青ねぎをちらす。

監修：市食生活改善推進委員会

発掘! 黒石力!!

Vol.26

喜多嶋 正廣さん

(美原町)

「部員一丸となって 地区の安全を守っていききたい」

市内の中でも交通量が多い東地区の交通安全の一端を担っているのが、東地区連絡協議会安全防犯部です。15人で構成される同部の活動は、登下校時の交通指導や青い回転灯を装着した車両で区内を巡回する「青色パトロール隊」など多岐にわたります。

喜多嶋正廣さんは、約10年前から交通防犯部のメンバーとして活動し、昨年から交通防犯部長に就任。平日朝には、黒石東

小学校の裏門に立ち、児童たちの登校を見守っています。「『おはよう』や『行ってきます』の声や子供たちの笑顔を見ると、元気が出ます。一年を通して、子供たちとコミュニケーションがとれることも楽しみの一つです」と笑顔で話す喜多嶋さん。

「安全が何よりも大切。これからも悲しい事故が起きないように、部員一丸となって地区の安全を守っていききたい」と力強く話してくれました。



正調黒石ねぶたばやし講習会を開講

(公社)黒石青年会議所は、「第53回正調黒石ねぶたばやし講習会」受講者を次のとおり募集します。

時▽講習会＝5月16・23・30日、6月6・13・20・27日、7月4日▽検定会＝7月25日（いずれも日曜日、午前10時から）

◎雨天時は中止です。

場御幸公園

¥受講料＝1,000円

持笛・バチ・鉦、クッションなどの敷き物

◎購入する場合は、同会議所に問い合わせください。

他講師＝正調黒石ねぶたばやし保存会

申参加申込書兼承諾書に必要事項を記入のうえ、受講料を添えて受講時に申し込み

※同会議所 ☎52-3369

編集後記



桜を撮影するために、東公園に行ったところ、久しぶりに見た桜が幻想的で風情有りがり、とても美しいと思いました。桜の季節は終わりを迎えますが、ポプラの木をはじめとするさまざまな自然など東公園ならではの魅力があります。これからの季節、ぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか。(K)