

広報

くろいし

2022

2

No.1335

Kuroishi public relations

水清く 人情のあつい あずましの里



特集

令和3年度成人式 晴れの門出を祝福

広報くろいし 2月号

No.1335

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

☎…電話番号 HP…ホームページ

F…FAX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 12月末現在

()内は前月比

・人口：31,975人 (△30)



男性

14,993人 (△19)



女性

16,982人 (△11)

・世帯数：13,842世帯 (0)

目次

- 03 暮らしの案内
- 04~05 **特集** 令和3年度成人式 晴れの門出を祝福
- 06 市長年頭記者会見 令和4年度に向けた施策を説明—など
- 07 新型コロナワクチンの3回目接種が始まります—など
- 08 子育て世帯へ臨時特別給付金を支給—など
- 09 住民税非課税世帯等へ臨時特別給付金を給付—など
- 10 各申告は期限までに
- 11 歯科口腔健診を受診しましょう—など
- 12 農作業標準賃金等を決定—など
- 13 「県納税作品」受賞作品を紹介—など
- 14 「算数・数学『UPる』先生」を募集—など
- 15~17 情報のひろば
- 18~19 話題たくはいびん
- 20 手話で話そう
あずましの里くろいし観光大使
- 21 くろいし景観資産を訪ねて
わんぱくなかよし帳
- 22 おらほの文化財
G'dayくろいし
- 23 本の紹介
ヘルシーレシピ
- 24 発掘！黒石力！！
オール黒石ロケによる特別番組放送！！

「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。



Android用



iOS用

今月の1枚

1月9日、「令和3年度黒石市成人式」がスポカルイン黒石で開催されました。

華やかな着物を身にまとった新成人たちは、旧友との再会を喜び、記念写真を撮影しました。





内 容	日 時	場 所 一 等
福 祉	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(金)/19:00まで	国保年金課(内線125・131)
介 護 保 険 料	25日(金)/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)	15日(火)・25日(金)/19:30まで	上下水道課(内線552～554)
健 康	7・21日(月)/10:00～12:00	健康推進課(内線244～247)
こころの健康	10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)	7日(月)・15日(火)・25日(金) /19:00まで	収納課(内線141・142)
困 り ご と	14・28日(月)/ 9:00～15:00	
法 テ ラ ス 法 律	16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法テラス青森(☎050-3383-5552)へ要事前予約
人 権	15日(火)/10:00～15:00	
行 政	17日(木)/10:00～12:00	
土地家屋調査士	9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
2月6日☉	田村眼科 ☎53-1256
2月13日☉	兼平医院 ☎52-3305
2月20日☉	レディス・みかみクリニック ☎52-8618
2月27日☉	たかはし内科循環器科クリニック ☎59-2200
3月6日☉	かきさか医院 ☎53-2255

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

2月は国民健康保険税第8期の納付月です。納期限は2月28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。





令和3年度成人式 晴れの門出を祝福



式典終了後には、地区ごとに市長や来賓、恩師との写真撮影を行いました。

式典では、高樋市長が「黒石人」としての誇りを持ち続け、常に前を向いて行動していつてほしい」と式辞を述べ、新成人の門出を祝福。新成人を代表して野呂衣舞姫さん（追子野木）が堂々と二十歳の決意を発表し、村上葵さん（派立子）が成人の先輩として激励の言葉を述べました。

オープニングは、農音楽家のTakuronさんがミニライブを開催し、新成人を激励。

この日は、新成人335人のうち、258人が出席。会場では華やかな着物や真新しいスーツを身にまとった新成人たちが、旧友や恩師との再会を喜ぶとともに社会人としての決意を新たにしました。

1月9日、市と市教育委員会は「令和3年度黒石市成人式」をスポカルイン黒石で開催しました。

晴れの門出を祝う成人式に

新成人に聞きました！

あなたの二十歳の
抱負はなんですか？



新成人代表
いぶき
野呂衣舞姫さん

これまで育ててきてくれた家族や地域の人たち、友人への感謝の気持ちを忘れずに、一つひとつのことを大切に見つめ、変化を恐れずに進んでいくことこそ、新成人を迎えた私たちが今改めて胸に刻むべきことだと思えます。

新型コロナウイルス感染症の影響が続く中で、私たちの門出に、このような素晴らしい成人式を開催できたことは、とてもうれしく思います。

二十歳の決意

◎新成人等がマスクを着けていない写真は、飛沫が飛はしないよう留意しながら撮影しました。

①③④⑦仲間と記念撮影②⑧式典での新成人の様子⑤地区ごとに記念撮影⑥親子で記念撮影⑨恩師との再会を喜ぶ新成人

市長年頭記者会見 令和4年度に向けた施策を説明

1月6日、高樋市長は市産業会館で「市長年頭記者会見」を開き、第6次総合計画基本構想のまちづくりの3つの目標に沿って、新年度に向けた施策などを記者団に語りました。

自立したまちでは、「『コミュニティ力』黒石力のさらなる活性化に向け、地域住民が主体となったコミュニティビジネスモデル事業や、人と人とのつながりを深める介護予防に対する取り組みへの支援を強化します。また、市内事業者を増やし雇用の場を作るため、



高樋憲市長

起業する人に移住と併せて支援するための補助金を新たに創設します。農業分野では、県内に先駆けてオーガニックビレッジを宣言し、有機栽培米の面積の拡大、研究機関と連携して地域性に順応した土づくりの実践、農産物の有機化に向けた実証など、有機農業の取り組みを本格化します」とコミュニティや仕事づくりなどの分野における施策を説明。元気なまちでは、「市立図書館の6月オープンを目指し、今後は図書館の活用と読書活動を推進します。また、(仮称)市民サービス施設は、実施設計とエリアリノベーションプランを策定し、建設工事に着手する予定です。旧中郷・黒石小学校の活用について、旧中郷小学校は校舎を解体後、防災機能、地域コミュニティ機能を持った都市公園の整備を計画。旧黒石小学校

は市内小・中学校、高等学校のアート教育の創出を目的とした子ども美術館として活用できないか検討します」とまちづくりなどの分野における施策を説明。安心なまちでは、「現在、通学路として歩道を確保した道路の整備中であり、4月からは柵ノ木のりんご研究所から同校へ向かう交差点までの一部供用開始を予定しています。教育分野では、黒石市小学生キッズハローワークによる職業体験の機会を創出し、業種を拡大し、キャリア教育を充実させていきます。また、小学3・4年生を対象とした外国語講座、くろいしグローバル探求隊の内容を拡充し、海外の児童および生徒たちとのオンラインでの交流を計画しています」と道路整備や教育の分野における施策を説明。最後に、「市民との対話を重視し、スピード感を持ちながら、市政運営に努めてまいります」と決意を述べました。

国民年金保険料の納付は口座振替がお得です

国民年金には、保険料をまとめて前払いすると割引になる前納制度があります。

口座振替での納付には月々50円引きされる早割や、割引額が多い6か月・1年・2年前納があります。6か月前納で1,130円、1年前納で4,180円、2年前納で15,850円引きとなります。

前納を希望する人は、金融機関または市国保年金課へ2月28日(月)(6か月前納は8月末日)までにお申し込みください。早割は随時受け付けています。

また、クレジットカードによる納付方法もありますので、詳しくはお問い合わせください。

※市国保年金課国民年金係 ☎52-2111内線 120・122

障害基礎年金をご存じですか

障害基礎年金は、事故によるけがや病気、心の病等で重い障害が残ったときに、その生活を支えるために支給される年金です。

申請方法など詳しくは、お問い合わせください。

対 次の要件を全て満たす人▽障害の原因となった病気やけがの初診日が、国民年金制度加入中である▽障害認定日または20歳に達したときに、障害の状態が障害等級表に定める1級または2級に該当している▽保険料の納付要件を満たしている

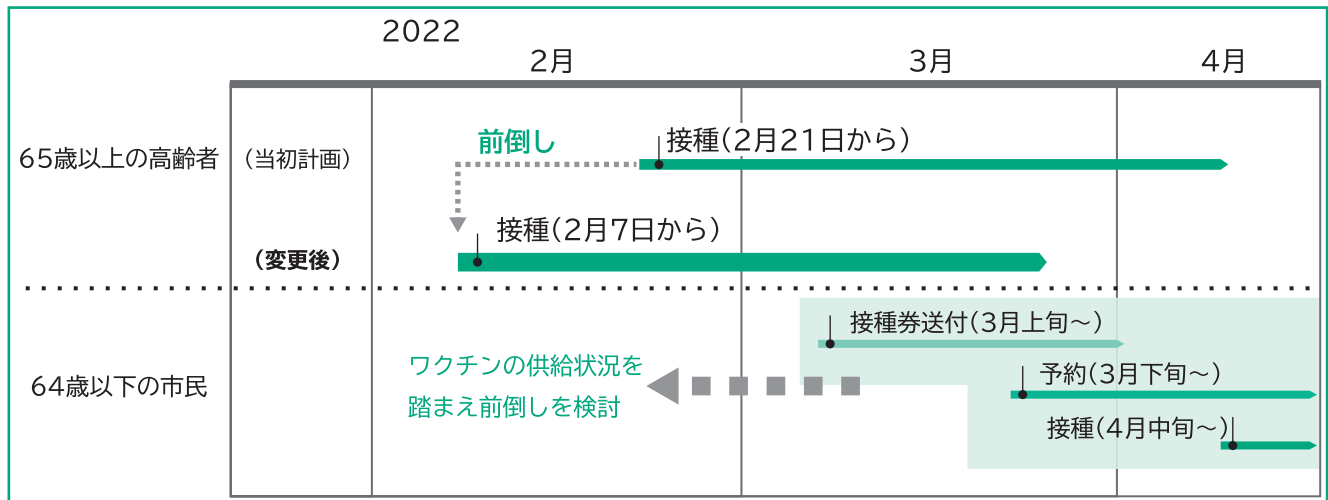
¥ 支給金額(年額) …▽1級=97万6,125円▽2級=78万900円

※市国保年金課国民年金係 ☎52-2111内線 120・122、弘前年金事務所 ☎27-1339

新型コロナウイルスの3回目接種が始まります

市は新型コロナウイルスワクチン3回目の接種について、65歳以上の高齢者の接種を当初計画の2月下旬から前倒しし、2月7日から段階的に開始します。

64歳以下の市民への3回目の接種についても、接種間隔が8か月から7か月に短縮になることを受け、国からのワクチン供給状況を踏まえ、早期に接種券を送付し、接種を前倒しして進めていきます。詳しくは、決まり次第ホームページなどでお知らせします。



接種がお済みでない人はご相談ください

市は、重症化リスクの軽減と感染予防を図るため、新型コロナウイルスワクチンを未接種または1回のみ接種した人のうち、接種を希望している人を対象にワクチン接種に関する相談を受け付けています。詳しくは、市コールセンターまでお問い合わせください。

※新型コロナウイルスコールセンター ☎88-6395 (月～金曜日、午前8時30分～午後5時)

あなたも実践！セルフメディケーション

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」(WHO定義)です。

定期的な健康診断や運動、睡眠、食生活、体調管理等を自分自身で行い、日頃から健康を意識するなどセルフメディケーションに取り組むことで、健康を維持・管理する意識が高まり、疾病予防につながることはもちろん、医療費の抑制にもつながります。

Point 1 日頃から自分の健康を管理する

1日3食、バランスの取れた食事を摂り、十分な睡眠や定期的な運動をし、自然治癒力を高める



健診を受けて自分の体をチェックし、生活習慣を見直す



Point 2 軽い不調は自分で手当てする

体調不良のときは、OTC医薬品(市販薬)を活用し、無理せず休んで様子を見る



薬への不安を解消するために、かかりつけ薬局や薬剤師を持つ



※市国保年金課国保給付係 ☎52-2111内線118・119

子育て世帯へ臨時特別給付金を支給

市は、臨時特別給付金として児童1人につき10万円を子育て世帯に対し支給しています。詳しくは、市ホームページをごらんになるか、お問い合わせください。

支給対象者

次の①～③に該当する児童の保護者で、生計を維持する程度の高い人

①令和3年9月分の児童手当支給対象となる児童

◎児童1人の手当月額が5,000円の人（特例給付）は対象外です。

②令和3年9月30日時点で、高校生（平成15年4月2日～18年4月1日生まれ）の児童（保護者の所得が児童手当（特例給付を除く）の支給対象となる金額と同等未満の場合）

③令和4年3月31日までに生まれた、児童手当（特例給付を除く）の支給対象児童

支給方法

◆支給対象者①の保護者の人、支給対象者①・②の両方の保護者の人（公務員の人以外）

→令和3年12月・4年1月にそれぞれ5万円を支給済みです。

◆支給対象者①の公務員の人、支給対象者②または③の保護者の人

→給付を受けるための申請が必要です。支給対象者①の公務員の人と支給対象者②の保護者の人には、令和3年12月に申請書を同封した案内を送付していますので、3月10日（木）までに窓口または郵送で申請してください。

◎2月下旬以降に生まれた児童に係る申請は、期限が異なりますのでお問い合わせください。

◎申請書受理後、所得要件などの内容を審査し支給の可否を決定し、10万円を支給します。可否については、後日郵送される通知でご確認ください。

◎申請書は、市ホームページからもダウンロードできます。

※▽申請に関すること＝市福祉総務課子ども未来係 ☎52-2111内線515・516▽制度に関すること＝内閣府コールセンター ☎0120-526-145（午前9時～午後8時）

■自己負担限度額

所得区分(課税所得)	限度額
690万円以上	212万円
380万円以上	141万円
145万円以上	67万円
一般(他の区分に該当しない)	56万円
非課税世帯	31万円
非課税世帯で世帯全員の所得金額が0円	19万円

内 支給要件 令和2年8月1日から3年7月31日までに支払った医療費と介

護費と介 支給対象になると思われ

る人でお知らせが届いてい

ない場合は、お問い合わせ

ください。

※市国保年金課高齢医療係 ☎52-2111内線125・131

支給額を計算します。

◎世帯内に複数の後期高齢者医療制度加入者がいる場合は、世帯で合算して

支給額を支給

た額を支給

高額介護合算療養費の申請を

県後期高齢者医療広域連合は、高額介護合算療養費の支給対象と思われる世帯に「支給申請のお知らせ」を2月下旬に送付します。

護サービス費の自己負担額(高額療養費と高額介護(予防)サービス費を除く)が限度額(左表)を超えた場合、自己負担額から限度額を差し引いた額を支給

◎超えた額が500円以下の場合、対象外です。

住民税非課税世帯等へ臨時特別給付金を給付

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中、さまざまな困難に直面した人たちが速やかに生活の支援を受けられるよう、1世帯につき10万円を令和3年度住民税非課税世帯等に対し給付します。

住民税非課税世帯

基準日（令和3年12月10日）時点で本市に住民登録があり、世帯全員の令和3年度分の住民税均等割が非課税である世帯

◎生活保護世帯で上記に該当しない場合や、一人暮らしの学生、住民税が課税されている人の扶養親族等のみからなる世帯は、給付の対象外です。

家計急変世帯

新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、令和3年1月～4年9月に家計が急変し、世帯全員のそれぞれの1年間の収入見込み額の合計額が、住民税非課税水準に相当する額以下となる世帯

◎収入見込み額＝（同期間内の任意の1か月の収入）×12

2月中に本市から送付される確認書に記載の口座に変更がないか確認し、確認書を返送

◎記載される口座は、特別給付金の給付の際に使用した口座です。

令和3年1月～4年9月の任意の1か月の給料明細等を準備し、申請書を記入し申請

◎申請受付は、3月からを予定しています。

注意事項

▽申請に不備があると、給付が遅れることがあります。

▽世帯主以外の口座には振り込みができません。

▽配偶者やその他の親族等からの暴力を理由に避難している人で、基準日までに本市に住民票を移すことができなかった場合は、お問い合わせください。

※▽申請に関すること＝市住民税非課税世帯等臨時特別給付金事務室 ☎52-2111内線630・631▽制度に関すること＝内閣府コールセンター ☎0120-526-145（午前9時～午後8時）

■開設日時・場所

日時	場所
2月9日(水) 10:00～16:00	ユニバース黒石駅前店
2月14日(月) 13:30～16:00	牡丹平公民館
2月16日(水) 10:00～16:00	ユニバース黒石富士見店
2月21日(月) 9:00～11:30	上十川公民館
2月21日(月) 13:30～16:00	浅瀬石公民館
2月25日(金) 9:00～11:30	追子野木会館
2月25日(金) 13:30～16:00	東公民館

持 マイナンバー通知カード、本人確認書類（写真付き）

対 ▽市内に住所を有する人で、2か月以内に転出の予定がない人▽申請会場まで来られる人（15歳未満の人は法定代理人が行）

市は、「マイナンバーカード特設出張申請窓口」を次のとおり開設します。ぜひお気軽にご利用ください。

公的身分証明書1点、または氏名と住所・生年月日が確認できる書類2点、住基カード（持っている人のみ）

◎完成したカードは、ご自宅に本人限定受取でお届けしますので、市役所に出向くことなく受け取れます。

※市市民環境課戸籍住民係 ☎52-2111内線116・117

マイナンバーカードをお近くの場所で申請しませんか

各 申 告 は 期 限 ま で に

市 民 税 ・ 県 民 税 の 申 告

市は、令和4年度の市民税・県民税の申告を次のとおり受け付けします。詳しくは、本紙1月号と一緒に配布した「令和4年度市民税県民税申告のお知らせ」をごらんになるか、お問い合わせください。

期 2月7日（月）～3月15日（火）

対 令和4年1月1日現在、本市に住所がある人

◎所得税の確定申告書を提出する人、給与収入のみで勤務先で年末調整を受けた人、公的年金等の収入のみの人、4年1月1日現在で本市に住所がある人に扶養されている人を除きます（医療費控除や扶養控除などを追加・変更する場合は申告が必要）。

期間前申告を実施

下記に該当する人を対象に、期間前申告を受け付けします。

期 2月1日（火）～4日（金）

場 黒石公民館多目的ホール

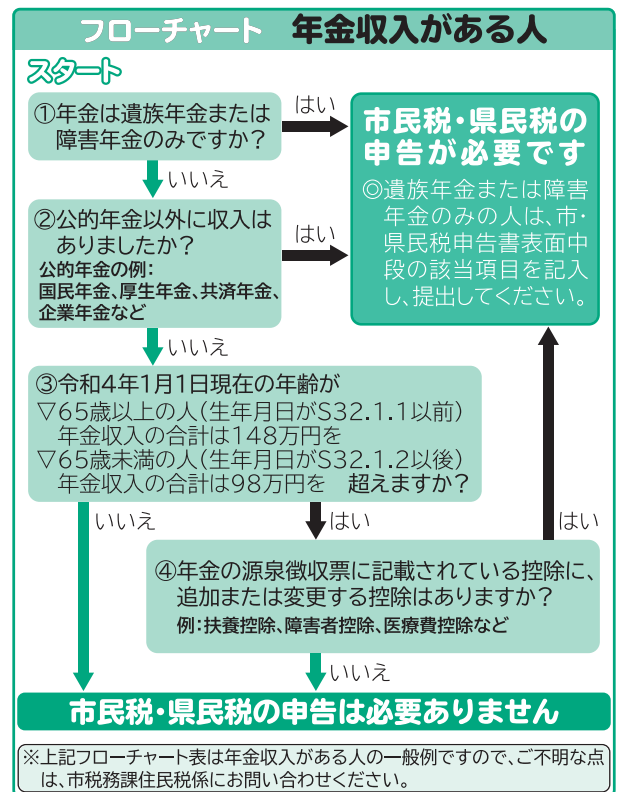
対 収入が給与・年金・貸田・貸畑のみの人、収入がなかった人や遺族年金・障害年金などの非課税収入のみの人

待ち時間短縮にご協力を

▽営業・農業・不動産の収入がある人は、経費の領収書等を種類ごとに合計したうえで持参

▽医療費控除を申告する人は、医療費控除の明細書かセルフメディケーション税制の明細書を作成し持参

◎領収書の計算などをしていない場合は、会場内にて自分で整理・計算した後に受け付けします。



所 得 税 等 の 申 告

黒石税務署は、令和3年分の所得税等の申告を次のとおり受け付けしています。詳しくは、お問い合わせください。

	申告・納付の期限	振替納税による振替日	会場
申告所得税・復興特別所得税	3月15日(火)	4月21日(木)	黒石税務署 2階 大会議室
贈 与 税	3月15日(火)	—	
消 費 税 ・ 地 方 消 費 税	3月31日(木)	4月26日(火)	

ご 注 意 く だ さ い

青色申告や準確定申告、過年分の確定申告、消費税・地方消費税の申告、初めて住宅ローン控除を受けようとする場合などについては、市で申告相談を行っていません。

※▽市民税・県民税の申告について＝市税務課住民税係 ☎52-2111内線635～637▽所得税等の申告について＝黒石税務署 ☎52-4111

歯科口腔健診を受診しましょう

市は、高齢者の健康づくりの一環として歯科口腔健診を次のとおり実施しています。

この健診は、口腔状態の悪化による歯周病予防や飲み込む力の低下による誤えん性肺炎予防に重要です。で、年に一度口腔の状態を確認しましょう。

場▽アクロスプラザ歯科▽アップル歯科医院▽あば歯科クリニック▽石川歯科クリニック▽くどう歯科医院▽こだま歯科医院▽清▽ことぶき歯科医院▽清藤歯科医院▽中村歯科医院▽花園歯科医院▽はなデンタルクリニック

設に入所している人は除く

内▽歯の状態確認▽歯周病の有無▽かみ合わせの確認

¥無料（1人1回）

持後期高齢者医療被保険者証（保険証）

申実施医療機関へ電話または直接申し込み

※市国保年金課高齢医療係
☎52-2111内線125・131



農業者の収入保険への加入を

収入保険は、農作物の品目にとらわれず、自然災害による収量減少や市場価格の低下、農業者のけがや病気による収穫不足など経営努力では避けられない事情にも対応し、収入減少を補償する保険です。

農業者が同制度に加入することで、農業者ごとの基準収入（過去5年間の平均

収入）の8割以上が確保される

ため、収益性の高い新規作物の生産や新たな販路の開拓などにも取り組みやすくなります。



さまざまナリスクに備えて、収入保険に加入しませんか。補償内容など詳しくは、お問い合わせください。

加入には青色申告が必要

この収入保険に加入するためには、青色申告の実績が1年以上必要です。

青色申告を始めた人は、税務署へ青色申告承認申請書を提出してください。

3月15日（火）までに申請をすると、令和4年分の所得から青色申告ができ、令和6年以降に収入保険へ加入することができます。

※県農業共済組合ひろさき支所 ☎28-5700

介護に関する税の所得控除をご存じですか？

介護保険には、次のとおり税の所得控除があります。詳しくは、お問い合わせください。

介護保険料の支払額

介護保険料の支払額は、所得税等の社会保険料控除の対象となります。

要介護認定者の障害者控除

令和3年12月31日現在、要介護に認定されている65歳以上の人やその人を扶養している人は、所得税等の所得控除が受けられます。

おむつ代の医療費控除

おむつ代の医療費控除には、医師が発行する「おむつ使用証明書」が必要です。控除を受けるのが2年目以降の人で同証明書の写しを市に提出している場合、「主治医意見書の写し」で代用できます。※市介護保険課介護保険係 ☎52-2111内線525・526

軽自動車等の手続きはお早めに

軽自動車税は、毎年4月1日現在にバイクや軽自動車などを所有している人に課税されます。

4月2日以降に名義変更などの手続きをした場合は、1年分の軽自動車税が課税されますので、忘れずに3月末までに手続きをしてください。

手続き・問い合わせ先

- ◆原動機付自転車、ミニカー、小型特殊自動車…市税務課住民税係 ☎52-2111内線111
- ◆125cc超250cc以下のバイク…全国軽自動車協会連合会青森事務所 ☎017-739-0441
- ◆軽自動車（三輪・四輪）、トレーラ…軽自動車検査協会青森事務所 ☎050-3816-1831（コールセンター）
- ◆普通自動車、250cc超のバイク…東北運輸局青森運輸支局 ☎050-5540-2008（テレホンサービス）

農作業標準賃金等を決定

市農業委員会は、令和4年農作業標準賃金を表1のとおり決定しました。

また、実勢の賃借料情報（令和3年中の賃借料水準）を表2のとおり提供します。

貸借をする当事者双方が賃借料を決める際の参考としてご利用ください。

※市農業委員会事務局農政農地係 ☎5212111 内線662

▽表1 農作業標準賃金表

■機械作業料金（消費税別）

作業名	金額
あぜぬり	40円/1畝
耕起	4,500円/10畝
代かき	4,500円/10畝
田植	6,000円/10畝
バインダー	6,500円/10畝
ハーベスター	6,500円/10畝
コンバイン	16,000円/10畝
ロールペラー	4,000円/10畝
スピードスプレーヤー	5,000円/1,000㎡

■労賃

作業名	金額
水田 作業全般	6,600円/1日8時間
果樹畑 せん定	8,000~10,000円/1日8時間
果樹畑 作業全般	6,600円/1日8時間
オペレーター	1,000円/1時間

■種苗（消費税別）

品名	金額
水稻種苗	650円/1箱

▽表2 賃借料情報（令和3年中の賃借料水準）

田(10畝あたり)			
区分	平均額	最高額	最低額
上田(圃場整備済み)	11,900円	27,000円	8,000円
畑(10畝あたり)			
区分	平均額	最高額	最低額
市内全域(土地のみ)	9,400円	23,900円	1,000円

◎中田、下田はデータ件数が5件未満により掲載なし

国営浅瀬石川二期農業水利事業が着工

浅瀬石川二期事業は、本市を含む8市町村にまたがる7,839㌫の農業地帯へ用水を送る水利施設の改修・改築を目的とした農林水産省の直轄事業です。工期は令和3～18年度までの16年間で、総事業費は410億円を予定。浅瀬石川地区では、にんにく、えだまめ、トマト、りんごなどの高収益作物が生産され、輸出等の取り組みも進められています。

令和3年11月30日には、津軽伝承工芸館で同事業の着工式が開催されました。

式典は農林水産省東北農政局の主催で開催され、国や県の職員、関係市町村の農業関係者ら約80人が出席。出席者は今後の事業推進に向けた決意を新たにしました。

事業概要など詳しくは、津軽土地改良建設事務所ホームページ (<https://www.maff.go.jp/tohoku/nouson/kokuei/tugaru/index.html>) をご覧ください。

※東北農政局津軽土地改良建設事務所 ☎40-4360



有 料 広 告

「県納税作品」受賞作品を紹介

県納税貯蓄組合連合会が主催する「令和3年度納税作品」の受賞作品が発表されました。

本市関係の入賞者は次のとおりです。

【小学生習字の部】

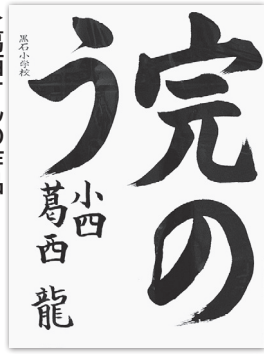
銀賞：葛西龍（黒石小4年）

【中学生習字の部】

銅賞：櫻田望央（黒石中2年）

【中学生ポスターの部】

奨励賞：▽木村紬来（黒石中2年）▽倉島愛怜（同中2年）



▶葛西さんの作品



▶木村さんの作品



▶倉島さんの作品



▶櫻田さんの作品

市民よい歯のコンテスト入賞者を決定

市は、「市民よい歯のコンテスト」の入賞者を次のとおり決定しました。各部の入賞者は、次のとおりです（敬称略、順不同）。

【シニアの部】

最優秀賞 葛西美智子・須藤栄次郎
優秀賞 三上ハルエ・村元庄三郎・佐々木盛治

【幼児の部】

奨励賞 種市叶翔・加藤零・谷川倅愛・佐藤瑠那・鈴木颯真・岩澤維吹・村上罌飛・菅原悠・佐々木結香・奈良歩春・神一斎・千葉開生・成田葵依・相馬琉生・三上優糸・増川史華・小野愛織・高木星來・久保みのり・岩谷茉央・櫻庭湊斗・佐藤明依・三浦武瑠・山内透花・村上由伸・三上楓和・鳴海希彩・對馬稜大・齋藤凜音・工藤楓央・工藤新太・木村要・斉戸菜里・福土夢芽・加藤瑞和・佐藤希咲・佐々木湊大・佐藤透磨・石戸谷美舞・高橋司龍・千葉心晴・金枝舞依・近江萌愛

※市健康推進課母子保健係 ☎52-2111内線245

有 料 廣 告

「算数・数学『UPる』先生」を募集

市教育委員会は、市内小・中学校で算数・数学の指導を行う「算数・数学『UPる』先生」の登録者を次のとおり募集しています。詳しくは、お問い合わせください。

内▽業務内容Ⅱ算数・数学の教科指導（少人数・習熟度別指導）など

▽勤務時間Ⅱ1日4時間、週5日

▽任用期間Ⅱ5月1日～令和5年2月28日

▽勤務場所Ⅱ市内小・中学校

▽報酬Ⅱ1日当たり4008円

資原則として、令和4年4月1日現在、65歳未満かつ任用期間中の継続勤務が可能で、次のいずれかに該当する人▽教職経験者や非常勤講師等の経験者▽教員採用試験受験者や受験予定者―など

申会計年度任用職員登録申

込書と、教員免許状の写

しまたは免許状取得見込証明書[※]を封筒に入れ、算数・数学「UPる」先生登録者申込書[※]と朱書きし、3月2日（水）までに市指導課へ持参または

郵送

◎同登録申込書は、市総務課職員係や市指導課で配布している他、市ホームページからダウンロードできます。

※〒036-0306黒石市大字内町24-1、市指導課 ☎52-2111内線612



授業中の様子

市章についてご存じですか



左図は、本市の市章で「ふつ」と読みます。元々は黒石藩の旗印等に使用され、明治22年から黒石町が町章として用いていたものを、市制施行後もそのまま使用しています。

市のシンボルとしてさまざまなものに使われている「ふつ」ですが、何の模様かご存じですか？

約2,500年前の中国の役人が着ていた礼服には12種類の模様が縫い取られ、その内の一つが「ふつ」でした。この模様は『己』または『弓』の字を背中合わせにした礼服の模様^{のぶふさ}という意味を持ち、かつて弓は武家の象徴であったことから、黒石藩の藩祖である津軽信英が旗や幕に「ふつ」を採用したと言われています。

このようにして「ふつ」は、数百年にわたり黒石のシンボルとして長く親しまれています。

くろいし健康マイレージ景品抽選に応募を

市は、くろいし健康マイレージ事業の景品抽選の応募を次のとおり受け付けています。まだ応募していない人は、ぜひご応募ください。

対今年度20歳以上になる市民で、本事業の健康診査とがん検診の受診ポイントを持っている人

申2月10日（木）までに、市健康推進課へ持参または郵送（消印有効）

◎応募は1人1回までです。

◎郵送の場合、封筒代・切手代は自己負担になります。

◎2月25日（金）に景品抽選会を行い、当選者には当選通知を送付します。

※〒036-0396黒石市大字市ノ町11-1、市健康推進課成人保健係 ☎52-2111内線247

有 料 広 告

お知らせ

自動車税の減免申請を受け付け

身体障害者手帳や戦傷病者手帳、療育（愛護）手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人やその人と生計を一にする人が、障害の程度や自動車の使用状況など一定の条件に該当する場合は、申請により自動車税（種別割・環境性能割）の減免を受けることができます。

詳しくは、中南地域県民局県税部までお問い合わせください。

※同局県税部納税管理課
32-4341

差押財産の公売

県は、不動産や動産などの差押財産をインターネットオークションで売却するインターネット公売を実施しています。

詳しくは、県ホームページ
(https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/sumu/zeimu/008_koubai_index.html) をご覧ください。

※中南地域県民局県税部納税管理課
32-4341

水道管の修理は市指定業者へ

冬期間、水道管が凍結・破裂等により修理が必要な場合は、市指定業者に依頼してください。2月の土日曜日、祝日の当番業者は次のとおりです。

2月の当番業者		
期日	当番業者	電話番号
5・19日	(株)村岡電気商会	55-6161
6・20日	(株)北奥水道	53-5289
11・23日	(有)桜庭設備	52-4442
12・26日	(有)たかはし設備	54-8680
13・27日	(有)大丸松井商店	53-1253

◎受付時間は午前8時15分～午後5時

後期高齢者医療被保険者の医療費通知書を送付

県後期高齢者医療広域連合は、令和3年1月～12月の「後期高齢者医療被保険者の医療費通知書」を2月下旬に送付します。

医療費通知書は、確定申告時の医療費控除に使用できますが、お急ぎの人は領収書でご対応ください。

※同連合
017-721-3821

ずぐり回し選手権大会を中止

黒石こみせまつり実行委員会は、2月12日に開催を予定していた「第34回全日本ずぐり回し選手権大会 by 冬のこみせ」を新型コロナウイルス感染症拡大のため中止します。

※同実行委員会（黒石商工会議所内）
52-4316

市文化・スポーツ賞等授与式を開催

市教育委員会は、令和3

年度黒石市文化・スポーツ賞等授与式」を新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、規模を縮小して次のとおり開催します。受賞者には、後日通知します。

時 2月20日（日）午前10時
場 津軽伝承工芸館

※市文化スポーツ課文化スポーツ係
52-2111
内線621

弘南鉄道の回数券が10%割引で購入できます！

弘南鉄道（株）は、回数券を通常価格から10%引きで購入できる特別企画を次のとおり実施しています。詳しくは、お問い合わせください。

期▽購入期限 2月28日（月）まで▽有効期間 購入した日から4か月間

¥▽弘前～黒石間 4230円▽黒石～平賀間 3600円ーなど

◎回数券は12枚綴りで、1人につき10セットまで購入できます。

※弘南鉄道（株）
44-13136

有 料 広 告

眠らせている空き家・空き地はありますか

弘前圏域空き家・空き地バンク協議会では、「弘前圏域空き家・空き地バンク」を運用しています。

弘前圏域空き家・空き地バンクとは、圏域内にある空き家や空き地を売りたい・貸したいという所有者と、買いたい・借りたいという移住・定住希望者や活用希望者との橋渡しを行う制度です。

1月から全国版空き家バンクに参加し、弘前圏域空き家・空き地バンクに掲載している空き家等の情報について、どこからでも簡単にアクセスできるようにしました。

空き家・空き地をお持ちの人は、この機会に物件登録をしませんか。

詳しくは、下記のQRコードをごらんになるか、お問い合わせください。



※市企画課企画調整係 ☎52

家畜飼養者の定期報告

12111内線236

家畜飼養者は、毎年2月1日時点の頭羽数等を定期報告することが義務付けられていますので、忘れずに報告をしてください。

対鶏（青森シャモロック・

比内地鶏などを含む）・あひら・うずら・きじ・ほろほろ鳥・だちょう・七面鳥・牛・馬・豚・山羊・めん羊・いのしし・鹿の飼養者



申市農林課で配布する定期

報告書を記入のうえ、2月25日（金）までに同課へ持参または郵送

◎定期報告書は、西北地域

県民局地域農林水産部つがる家畜保健衛生所ホームページ（https://www.pref.aomori.jp/soshiki/kennin/tsu-kaho/tsu-kaho_HP.html）からもダウンロードできます。

※〒036-0396黒石

市大字市ノ町11-1、市

農林課りんご農産係 ☎52

12111内線652・

653、同局地域農林水

産部つがる家畜保健衛生

所 ☎0173-42-22

76

合同企業説明会を開催

県若年者就職支援センター（ジョブカフェあおもり）は、「合同企業説明会」を次のとおり開催します。

時①青森会場 3月7日

（月）②弘前会場 3月8

日（火）③八戸会場 3

月9日（水）いずれも午

後0時50分～4時

場①ホテル青森3階孔雀

の間②アートホテル弘

前シティプレミアホール

③八戸プラザホテル別

館アーバンホール

対令和5年3月卒業予定の

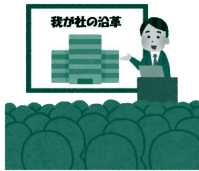
大学生・短

大生・専門

学校生、3

年以内の大

学等既卒者



¥無料

※ジョブカフェあおもり ☎

017-731-131

1

ひろさき圏域移住者交流会を開催

弘前圏域構成市町村は、「ひろさき圏域移住者交流会」を次のとおり開催します。

時2月19日（土）午後2

4時（受付時間は午後1

時30分から）

場H I R O S A K I O R

A N D O（弘前市百石町

47-2）

対弘前市、黒石市、平川市、

藤崎町、板柳町、大鱈町、

田舎館村、西目屋村の県

外出身の移住者

定20人（先着）

料1000円（ドリンク、お

やつ付き）

申下記のQR

コードを読み

込んで申し込

みフォームか

ら申し込み

※H I R O S A K I O R

A N D O（石山）E n c l

h i r o s a k i @ g o o g l e

g r o u p s . c o m



有 料 広 告

2月の乳幼児健診を延期

2月に実施を予定していた下記の乳幼児健診は、新型コロナウイルス感染症拡大状況を踏まえ、延期します。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

- ▽乳児健診
- ▽1歳6か月児健診
- ▽2歳児健診
- ▽3歳児健診

◎詳しくは、対象乳幼児の保護者へ個別に通知を送付します。

◎心配なことなどがあれば、お気軽にお問い合わせください。

※市健康推進課母子保健係 ☎52-2111内線 244・245



男性に知ってほしい 笑顔を生む介護講座

県男女共同参画センターは、「男性に知ってほしい笑顔を生む介護講座」を次のとおりオンラインで開催します。

時 2月5日(土) 午前10時30分～正午

対 仕事をしながら介護している男性、介護が目前に迫っている男性

内 △情報提供Ⅱ「初めて介護が必要になった時の流れ」▽講演Ⅱ「介護をかけるがない時間にする

ためのユマニチュード」

他 準備物Ⅱインターネットに接続したカメラ付きパソコンまたはスマホホカタブレット端末

申 下記のQR

コードを読み

込んで申し込

みページから

申し込み

※同センター ☎017-732-11085



笑顔を生む介護講座 申込フォーム

定例労働相談会を開催

県労働委員会は、「定例労働相談会」を次のとおり開

催します。

時 2月1日(火) 午後1時30分～3時30分、同20日

(日) 午前10時30分～午後0時30分、3月1日(火)

午後1時30分～3時30分、

同13日(日) 午前10時30

分～午後0時30分

場 東奥日報新町ビル4階同

労働委員会(青森市)

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)

料 無料

申 随時受付(予約優先)

※同委員会事務局 ☎017-1734-9832



解決の糸口を見つけに行こう！相談会

消費者信用生活協同組合は「解決の糸口を見つけに行こう！」相談会」を次のとおり開催します。

時 3月5日(土) 午前10時

～午後4時

場 ヒロコ3階多世代交流室

(弘前市)

内 お金の問題(多重債務等)、遺産相続、不動産売買、DV・離婚問題など

料 無料

申 同組合弘前事務所に事前に申し込み

※同組合弘前事務所 ☎0120-1102-1354

戦 傷病者相談員・戦没者遺族相談員

戦傷病者相談員・戦没者遺族相談員は、戦傷病者・戦没者遺族の相談に応じ、必要な指導や助言を行い福祉の増進を図るため、厚生労働大臣から業務を委託され活動しています。

各相談員は次のとおりです。

戦 傷病者相談員

谷清道氏(旭町43-1) ☎52-19615)

戦 没者遺族相談員

成田朋之氏(南津軽郡藤崎町大字常盤字五宮本42) ☎65-13635)

※市福祉総務課福祉総務係 ☎52-2111内線517

有 料 広 告

12月15 CM大賞で準大賞受賞を報告



NPO法人横町十文字まちそだて会の村上陽心理事長らが市長室を訪れ、ABA青森朝日放送が主催する「第20回ふるさと自慢わがまちCM大賞」で、同会が制作したCM作品が準大賞を受賞したことを高樋市長に報告しました。

受賞したCM作品は、同局で年間150本放送されます。

12月13 管電工業(株)から善意の寄附



管電工業(株)の宮本敦取締役副社長と同社互助会の村元謙一会長が市長室を訪れ、同社が市へ35万円、同社と同社互助会が市社会福祉協議会(鳴海勝文会長)へ40万円を寄附しました。

市への寄附は、同社の創立35周年を記念したもので、同協議会への寄附は、今回を含めて約1,240万円にのぼります。

12月20 大塚製薬(株)と包括連携協定を締結



大塚製薬(株)と市が包括連携協定を締結しました。

この協定は、市民の健康増進や地域包括ケアシステム等に関する取り組みの実現や住民サービスの向上を図ることが目的。同社ニュートラシューティカルズ事業部仙台支店の迫上智博支店長は「健康増進につながる活動を促進していきたいです」と話しました。

12月18 最後の情報デザイン科展を開催



12月18~20日、今年度で閉校となる県立黒石商業高等学校が主催する、最後の「令和3年度情報デザイン科展」が市産業会館で開催されました。

同展では、同校デザイン科生徒21人が在学中に制作したポスターなどを展示。訪れた人たちは、感性が光る作品に興味深く鑑賞していました。

12月27 ベースボールクラブに 軟式ボールなどを寄贈



プロ野球埼玉西武ライオンズ外崎修汰選手らが市長室を訪れ、軟式ボール4ダースと外崎選手2022年カレンダーを市内2ベースボールクラブにそれぞれ寄贈しました。

外崎選手は、「野球少年の励みになってほしい」と話し、高樋市長は「非常にありがたいです。外崎選手からの贈り物に子どもたちも大変喜ぶと思います」と感謝していました。

12月23 行政相談員に 総務大臣表彰を贈呈



市行政相談委員である村上智恵子さん（浅瀬石1）が、永年にわたる行政相談委員としての活躍や貢献が認められ、総務省青森行政監視行政相談センター大場浩司所長から総務大臣表彰状が贈呈されました。

村上さんは、「大変光栄で身に余る思いです。今後も責任の重さを感じながら頑張っていきます」と話してくれました。

1月4 今年のこけしを制作



津軽こけし館で初挽きが行われました。

この日は、津軽こけし工人会を代表して北山盛治さんが、伝統こけしの普及発展や工人の技術向上を願い今年最初のこけしを制作。

北山工人は、「初挽き工人を務めるのは初めてで緊張したが、新型コロナウイルスの収束や伝統のこけしの普及を願って制作しました」と思いを語りました。

12月27 選挙啓発ポスターコンクール 入賞報告



高橋一志さん（黒石中2年）（中央左）と平野若葉さん（同中2年）（中央右）らが市長室を訪れ、「令和3年度青森県明るい選挙啓発ポスターコンクール」において、高橋さんが最優秀賞を、平野さんが優秀賞を受賞し、高樋市長に報告しました。市選挙管理委員会の山田明匡委員長は、「投票率の向上につなげるためにPRしていきたいです」と話しました。

今回は、手話サークル「虹」の会員にご協力いただきました！

①バレンタインに



両手の指先をつけて胸の前にハートの形を作る

②チョコレートを



片方の手をグーにしてあごの前に置き、
手首を手前に2回転かす

③あげる



片方の手のひらの上で、もう片方の親指と
人差し指をつまむようにして両手を前に出す

手話で話そう

No.32

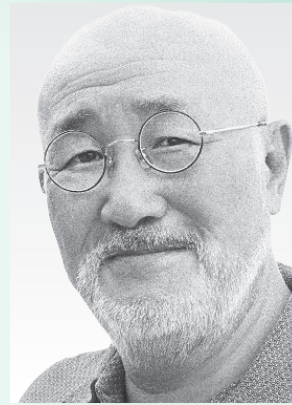
市は、「黒石市手話言語条例」を制定し、手話への理解の促進と、手話の普及に取り組んでいます。

今号では「バレンタインにチョコレートあげる」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！

あずましの里くろいし観光大使

黒石市の魅力を国内外に発信している観光大使を紹介しします



梶本晃司さん(東京都荒川区)

梶本晃司さんは、(株)梶本晃司事務所代表取締役を務める傍ら、平成19年から本市の観光大使を務めています(現在は「あずましの里くろいし観光大使」に名称変更)。

「大好きなまち・黒石市をもっと！もっと全国へ発信したい！」をモットーに、アフターコロナを見据えた誘客促進を目的に、歴史と文化を切り口とした本市の魅力を発信するオール黒石の特別番組に出演しています(詳しくは本紙24ページをごらんください)。

また、本市の他、奈良県五條市をはじめ、他自治体のアドバタイザーや新聞社系旅行会社主催の歴史ウォーク講座、地域おこし講座・講演活動で全国を飛び回り、中国新聞では「ひげの梶さんと行く歴史探訪の旅」コーナーを掲載するなど多岐に渡って活躍しています。

◆市は、市の歴史や文化、祭り・豊かな自然、特産品や観光に関する情報を広く国内外に発信し、市の観光振興・イメージアップを図ることを目的に、「あずましの里くろいし観光大使」を委嘱しています。

※市観光課観光振興係 ☎52-2111 内線647

くろいし景観資産を訪ねて

「くろいし景観資産」とは？

黒石らしい景観を形成している建築物や工作物、自然、眺望、祭りなどを対象に、これまで守られてきたもの、これから創り出していくものを「くろいし景観資産」に指定しています。

No.01 高橋家住宅



宝暦13(1763)年頃の建築で、黒石市中町伝統的建造物群保存地区を形成する重要な建物であり、その当時の造りがほとんど残されています。また、こみせを設けており、こみせ通りの統一した景観を形成しています。

指定種別	建築物
資産所在地	中町38-1
指定年月日	平成28年8月29日

No.02 株式会社鳴海醸造店



浜町から前町に向かうと黒石市中町伝統的建造物群のトリを飾る建物で、文化3(1806)年創業の造り酒屋で、「菊乃井」という銘柄が有名です。こみせを設け、こみせ通りの景観を形成する重要な役割を果たしています。

指定種別	建築物
資産所在地	中町1-1
指定年月日	平成28年8月29日

※市都市建築課都市計画係 ☎52-2111内線571

わんぱく

Vol.21

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、1月7日の中部地区の子どもたちの様子です。



画用紙を切ったり、透明シートに絵を描いたり、集中して頑張ったよ！



絵を描いた透明シートに黒画用紙を敷いて、画用紙で作ったライトで照らせば絵が見える「暗闇シアター」を作りました。



おらほの文化財

古くから受け継がれ、地域の歴史を物語る文化財を紹介いたします。

第二十二回 薬師寺の石敢當碑

薬師寺の境内入口手前に、「石敢當」と刻まれた石碑があります。読み方は「いしがんとう」や「せきかんとう」などさまざまです。

石敢當とは、中国発祥の民俗信仰で、邪気を食い止めて追い払う力があるとされ、主に道路の突き当たりや家の門口などに建てられます。日本では、沖縄県や鹿児島県で盛んに建立されています。関東以北では東京都や埼玉県、山形県、秋田県、青森県などでわずかに確認される程度で、青森県では薬師寺の石敢當碑の他に弘前市で1基、平川市で2基確認されています。

薬師寺の石敢當碑は、文政6(1823)年に弘前藩の医師であった三上隆圭が、慈雲院の境内(弘前市新寺町)に建立したものです。慈雲院はもともと曹洞宗・長勝寺の末寺として、浅瀬石村にありましたが、慶長年間(1596〜1615)に弘前に移転されました。



薬師寺の石敢當碑

その後、寛文9(1669)年に廃寺となりましたが、享保10(1725)年に弘前藩5代目藩主・津軽信寿の命により、黄檗宗寺院として再興しています。しかし、大正4年に廃寺となり、同じ黄檗宗である薬師寺に合寺となっています。石敢當はその際に移転したと言われています。

由来が明らかとなっている石敢當は、県内で薬師寺の石敢當碑だけであることから、昭和59年に市指定民俗文化財に指定されました。
※市文化スポーツ課文化財係 ☎ 5212111 内線622

国際交流員 コラム

G'day くらいし

Vol. 10

国際交流員のキャメロン・ブリットさんがオーストラリアの文化や黒石での生活などを紹介していきます!

オーストラリアの自然

G'day! オーストラリアの自然と言えば、砂漠のイメージがあると思いますが、オーストラリアはとても広大なため、場所によって自然が変わります。代表的なのは、中心地にある「ウルル」というとてつもなく大きい一枚岩とクィーンズランド州の沿岸にあるサンゴ礁地帯「グレートバリアリーフ」です。この2つに限らず、一面鮮やかな濃いピンク色の塩湖「ヒリアー湖」や、滝や山脈で有名な「グランピアンズ国立公園」、三日月湖がある「カカドゥ国立公園」、最南地域から見える南極光(オーロラ)など、オーストラリアには自然がたくさんあります。

新型コロナウイルス感染症が収束したら、ぜひ行ってみてください。



ウルル(エアーズロック)

ワンポイント英会話

ビラボン
Billabong

「三日月湖」という意味で使われます。



国際交流員(CIR)
キャメロン・ブリットさん

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 「赤と青とエスキース」

青山 美智子/著 PHP 研究所



2021年本屋大賞2位「お探し物は図書室まで」の著者、新境地にして勝負作！メルボルンの若手画家が描いた1枚の「絵画(エスキース)」。日本へ渡って30数年、その絵画は「ふたり」の間に奇跡を紡いでいく…。2度読み必至！仕掛けに満ちた傑作連作短篇。

児童書 「フンコロガシといしころ」

クレール・シュヴァルツ/作 クレヨンハウス



いしころのジャリーは、海の話聞いてうっとり。「よし、海へ行こう!」と決めますが、いったい、どうやって?そこにやってきたのが、フンコロガシのコロ。ジャリーはフンのかわりにころころころがされて海へ…!? 勇気をもらえる、おかしくてたのしいお話。

お知らせ

市教育委員会は、市立図書館開館に向け、3月31日(木)をもってスポカルイン黒石図書コーナーの業務を終了します。各サービスについては次のとおりです。詳しくは、同コーナーにお問い合わせください。
▽他図書館との相互貸借=2月27日(日)まで
▽本の閲覧・貸出、希望図書のリクエスト、共通利用券の発行、レファレンス=3月31日(木)まで
他4月1日(金)以降の本の返却は、スポカルイン黒石に設置している返却ポストに投函するか、市社会教育課に持参・郵送してください。
※〒036-0306黒石市大字内町24-1、市社会教育課図書館準備係 ☎52-2111内線618

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⁵⁸

- HEALTHY RECIPE -

切り干し大根のさっと煮



1人分栄養量

エネルギー90kcal、たんぱく質4.2g、脂質2.9g、食塩相当量1.1g

材料(4人分)

切り干し大根20g、にんじん½本、厚揚げ小1枚、だし汁300ml、酒大さじ2、しょうゆ大さじ1½、みりん大さじ1½

作り方

- ①切り干し大根は水で戻しよくしぼっておく。にんじんは3~4cmの長さでせん切りにする。厚揚げは半分にして5mm厚さに切る。
- ②鍋にだし汁と切り干し大根、にんじんを入れて火にかける。沸騰したら酒を加えて5~6分中火で煮る。
- ③厚揚げを加えて沸騰したら1分ほど煮て、しょうゆを加えて2~3分煮る。みりんを加えて混ぜたら火を強めにして煮汁がほぼ無くなるまで煮る。

監修：市食生活改善推進委員会



切り干し大根は食物繊維が豊富で、保存がきく便利な食材。あと1品プラスしたい時におすすめ。

発掘! 黒石力!!

Vol.34

村上 雅紀さん

(花園町)

「自分が活躍することで 黒石に元気を与えたい」

村上雅紀さんは、父の影響で小学校5年生から冬季スポーツであるスノーモービル競技を行っています。

小学生の頃から数々の大会で入賞し、「2020全日本スノーモービル選手権」では最高峰のSX-PROクラスで20年シーズン総合ランキング1位に輝きました。

昨シーズンの大会は、新型コロナウイルスの影響で全て中止に。今シーズンも本県を中心に

全7戦が行われる予定ですが、第1戦、第2戦が共に中止となり、第3戦以降の大会参加へ向けて、練習に励んでいます。

競技で使用するヘルメットには、こけしやもみじ、こみせなど、黒石にゆかりのあるモチーフが描かれています。

村上さんは、「自分が活躍することで黒石に元気を与え、子どもたちにスノーモービルに興味を持ってほしい」と話してくれました。



オール黒石ロケによる特別番組放送!!

「うちの歴史、知りませんか？」

市の魅力を全国に発信する特別番組「うちの歴史、知りませんか？」がBS朝日にて放送されます。

本市を舞台に、歴史と文化から紐解く今までにない切り口で番組を展開しています。



ナビゲート役は、本市の観光大使であり、かつて人気を博した旅番組「ニッポン絶景街道」に出演していた“ひげの梶さん”こと梶本晃司氏を起用しています。

企業コマーシャルは一切なく、本市をPRするコマーシャルのみ放送され、まさにオール黒石の特別番組です。

放送日は、2月26日(土)午後1時から60分間、放送予定ですので、ぜひご覧ください。

※市観光課 ☎52-2111内線645

BS朝日で
2月26日(土)
午後1時から
放送!

編集後記



■成人式取材のためスポカライン黒石へ。真新しいスーツや華やかな着物に身をまとった新成人たちが、普段、町中を歩いている若者を想像した私にとって、より一層輝いて見えました。自分たちの未来にどんな想いを込め、決意を新たに第一歩を踏み出されるのでしょうか。今後の活躍を願うばかりです。(K)