

広報



みさわ

4

2013年
(平成25年)
No.702
月号

04 特集 平成25年度 予算

三沢市のお財布

CONTENTS

- 02 Pick Up 卒業証書授与式
- 10 市政の動き
- 18 議会だより
- 24 マックチャンネルガイド
- 26 出来事通信
- 28 みさわ情報ネット
- 36 仲間と共に
車いすテニスの普及に尽力

堀口中学校 卒業証書授与式

3月8日／堀口中学校

万感胸に迫る。厳しくも優しかった恩師や支えてくれた父母が見守る中、
3年間苦楽を共にした友と学校に別れを告げ、新たな一步を踏み出す。

- 8 万感の思いで校長から受け取る卒業証書
- 9 これまでの団結力を感じる最後のホームルーム
- 10 祝福の胴上げは力強く、天高く舞う卒業生



8



9

10



三沢高等学校 卒業証書授与式（3月1日）



三沢商業高等学校
卒業証書授与式（3月1日）



11

12

13

- 11 恩師への感謝の気持ちを叫ぶ卒業生
- 12 農み上げる想いは言葉にならず、涙があふれる
- 13 同級生、後輩、入り乱れ別れを惜しむ最後の時間

春、3月。市内の2つの高校、5つの中学校、7つの小学校で卒業証書授与式が行われ、計1,347人の児童・生徒が人生の新たな一步を踏み出した。

時に厳しく時に優しく導いてくれた恩師、温かく支えてくれた家族、慕い後に続く後輩たちが見守る旅立ちの儀式。脳裏に浮かぶ、さまざまな思い出。込み上げる万感の想い。泣き、笑い、彼らはまた一つ大きく強く成長する。



Pick Up

卒業証書授与式



1



2



3



4



5



6



7

堀口中学校
卒業証書授与式（3月8日）

- 1 静寂の中、名前を呼ばれていく卒業生
- 2 目を合わせ力強く卒業証書を手渡す校長
- 3 卒業生に思いはせ送辞を述べた在校生代表
- 4 誇らしげに卒業生を見守る先生たち
- 5 別れのときに、涙をぬぐい耐える卒業生
- 6 先輩の晴れ姿を見つめる在校生たち
- 7 さまざまな想いを込めて歌う最後の合唱

用語の説明

歳入

- 自主財源** 市が自動的に収入できる財源
- 依存財源** 国や県の一定の基準によって額が決められ交付される財源
- 諸収入** 延滞金や貸付金の元利収入など、他のどの科目にも含まれない収入をまとめた科目
- 繰入金** 一般会計、特別会計、基金の間で相互に運用されるお金
- 使用料および手数料** 市の施設の使用料や住民票などを交付したときの手数料など
- 分担金および負担金** 市が行う事業で特定の利益を得る人などから負担してもらうお金
- 地方交付税** 地方自治体ごとの財政運営の均衡をとるため国から交付されるお金
- 国庫支出金・県支出金** 特定の目的の財源として国・県から交付されるお金
- 国有提供施設等所在市町村助成交付金** 米軍および自衛隊が使用する固定資産について、国が市に対し財政調整とその補償のため交付されるお金
- 市債** 市が事業を進めるため国や銀行から借りるお金
- 地方譲与税** 国税として徴収された後に市町村へ分配されるお金
- 地方消費税交付金** 消費税の一部を財源に県から交付されるお金

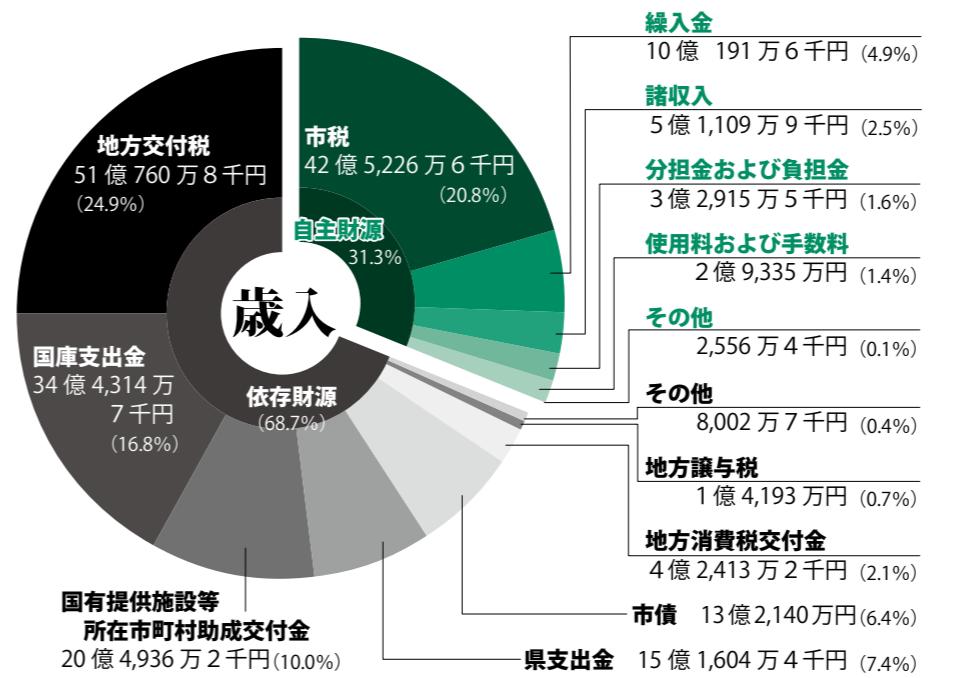
歳出

- 民生費** 市民の福祉向上に使われるお金
- 土木費** 道路や公園などの維持補修や整備のために使われるお金
- 公債費** 市の借入金（市債）の元金や利子の償還に使われるお金
- 総務費** 全般的な管理事務や財政、財産管理、徴税、選挙などに使われるお金
- 教育費** 小中学校の運営や教育、文化、スポーツの振興などに使われるお金
- 衛生費** 各種健診や予防接種などの保健関係、ごみやし尿の処理などに使われるお金
- 消防費** 消防、防災、災害対策などに使われるお金
- 農林水産業費** 農林水産業の振興や農道などの整備に使われるお金
- 商工費** 商工業や観光振興に使われるお金
- 議会費** 市議会の運営に使われるお金
- 労働費** 雇用の安定のために使われるお金
- 予備費** 急を要する予算外の支出に対応するためのお金

会計別当初予算額の増減

会計	平成 25 年度	平成 24 年度	増減率
一般会計	204 億 9,700 万 円	215 億 9,200 万 円	▲ 5.1%
特別会計	101 億 2,832 万 7 千円	118 億 6,811 万 5 千円	▲ 14.7%
国民健康保険	40 億 7,978 万 7 千円	40 億 6,865 万 2 千円	0.3%
食肉処理セントラル	5 億 8,566 万 3 千円	24 億 7,819 万 7 千円	▲ 76.4%
農業集落排水	2 億 1,405 万 6 千円	3 億 1,549 万 8 千円	▲ 32.2%
下水道	16 億 4,628 万 8 千円	16 億 3,848 万 6 千円	0.5%
介護保険	32 億 4,345 万 5 千円	30 億 2,807 万 8 千円	7.1%
後期高齢者医療	3 億 5,907 万 8 千円	3 億 3,920 万 4 千円	5.9%
企業会計	72 億 604 万 8 千円	69 億 4,860 万 4 千円	3.7%
水道	16 億 6,036 万 7 千円	12 億 7,098 万 6 千円	30.6%
病院	55 億 4,568 万 1 千円	56 億 7,761 万 8 千円	2.3%
合計	378 億 3,137 万 5 千円	404 億 871 万 9 千円	▲ 6.4%

一般会計 204 億 9,700 万円 の内訳



3月 14 日閉会の平成 25 年三沢市議会第 1 回定例会で、一般会計予算をはじめとする 9 つの新年度予算案が審議・可決されました。

予算総額は 378 億 3,137 万 5 千円。私たちの暮らしに生かされる平成 25 年度予算を紹介します。



その結果、平成 25 年度一般会計当初予算は、歳入歳出と並び、前年度当初予算と比較して 5・1% の減となりました。その主要施策について次頁でご紹介します。

この結果、平成 25 年度一般会計当初予算は、歳入歳出とともに 204 億 9,700 万円、率にして 5・1% の減となりました。その主要施策について次頁でご紹介します。

三沢市総合振興計画の基本理念である「人とまちみんなで創る国際文化都市」建設のため、▼健康で助け合うまちづくり▼環境と共生し安心できるまちづくり▼豊かな心と体を育むまちづくり▼働き暮らせるまちづくり▼生活に便利なまちづくり▼健全で開かれたまちづくりの 6 つの都市像の実現を目指して、将来世代も持続可能な財政構造を確立するための予算編成を行いました。

一方、三沢市は、市税などの自主財源や地方交付税を含む依存財源でも大幅な歳入の増加を見込むことができず、先々の見通しが極めて不透明となっていることなどから、依然として厳しい財政状況に置かれています。そのような中、行政経営システムに基づき、事務事業評価の結果を予算編成に反映。また、行財政改革と一緒に取り組み、三

日本では、政権交代に伴い、大胆な金融政策、民間投資を喚起する成長戦略の「三本の矢」で長引く不況からの脱却、雇用・所得拡大を目指すこの対策。中・長期的な持続性を重視する一般会計予算案は、前年度当初と比較して 2・5% 増の 92 兆 6,115 億円となりました。

一方、三沢市は、市税などの自主財源や地方交付税を含む依存財源でも大幅な歳入の増加を見込むことができず、先々の見通しが極めて不透明となっていることなどから、依然として厳しい財政状況に置かれています。そのような中、行政経営システムに基づき、事務事業評価の結果を予算編成に反映。また、行財政改革と一緒に取り組み、三

海外経済の状況が改善する中、東日本大震災の復興需要が続くが、我が国の経済、景気回復への期待が高まるものの、雇用や所得環境の先行き、デフレの影響などにも依然として不安があり、今後も予断を許さない状況にあります。

日本では、政権交代に伴い、大胆な金融政策、民間投資を喚起する成長戦略の「三本の矢」で長引く不況からの脱却、雇用・所得拡大を目指すこの対策。中・長期的な持続性を重視する一般会計予算案は、前年度当初と比較して 2・5% 増の 92 兆 6,115 億円となりました。

一方、三沢市は、市税などの自主財源や地方交付税を含む依存財源でも大幅な歳入の増加を見込むことができず、先々の見通しが極めて不透明となっていることなどから、依然として厳しい財政状況に置かれています。そのような中、行政経営システムに基づき、事務事業評価の結果を予算編成に反映。また、行財政改革と一緒に取り組み、三

日本では、政権交代に伴い、大胆な金融政策、民間投資を喚起する成長戦略の「三本の矢」で長引く不況からの脱却、雇用・所得拡大を目指すこの対策。中・長期的な持続性を重視する一般会計予算案は、前年度当初と比較して

「人とまちみんなで創る国際文化都市」建設への6つの都市像



51億1,837万2千円

児童福祉費	13億142万8千円
保育所の運営や延長保育の推進、民間経営施設への支援など	
児童手当費	6億2,744万円
0歳児から中学校卒業までの児童・生徒を対象に支給	
子ども医療費給付費	8,061万1千円
子ども医療費の一部負担金を支給 (0歳から15歳まで)	
妊婦委託健康診査費	4,992万6千円
妊娠中の早期異常発見、妊娠婦死亡減少、未熟児出生防止のため助成	
社会福祉協議会補助金	1,833万4千円
行政と一緒にとなって住民参加型福祉活動を推進しサービスを提供する	
地産地消でわんぱく家族米支給費	1,141万8千円
18歳以下の子どもが3人以上いる家庭に対して米(45kg・60kg)を支給	
母子集団健康診査費	696万6千円
4ヶ月・1歳6ヶ月児の健康診査、2・3歳児の歯科健康診査を各月1回実施	
未熟児養育医療給付費	454万8千円
入院養育を必要とする未熟児に、指定医療機関での自己負担の一部を給付	
母子家庭等対策総合支援事業	276万3千円
母子家庭の安定した就職に役立てる資格取得と母子家庭の自立を促進	

17億6,429万2千円

漁民研修施設等復興整備事業	5億3,909万8千円
東日本大震災で被害を受けた施設復興の用地取得や建設工事など	
塵芥処理費	3億6,451万3千円
ごみ焼却・処理施設や最終処分場の運営管理、ごみ収集・運搬作業など	
清掃センター整備事業	1億1,834万1千円
焼却施設および粗大ごみ処理施設の補修工事	
消防庁舎発電システム設置事業	6,180万6千円
消防本部庁舎に太陽光発電・風力発電設備と蓄電池を設置	
被災者住宅再建支援事業	1,668万8千円
東日本大震災で被災した住宅再建資金の利子相当額の80%を補助	
自主防災組織補助金	587万8千円
自主防災組織の資機材整備と提案型防災事業に係る補助金	
自然保護費	331万9千円
ラムサール条約登録地の仮沼の保全と利活用をし自然保護思想を啓発・普及	
津波の碑建設事業	236万4千円
東日本大震災等による津波被害を忘ることなく後世に伝えるため建設	

15億9,245万1千円

小・中学校營繕事業	6,247万6千円
市内小・中学校の營繕費など	
第五中学校暖房設備改修事業	6,113万2千円
工事費、管理業務委託料など	
(仮称)国際交流スポーツセンター整備事業	5,705万5千円
施設や外構の実施設計業務に要する委託料など	
国際交流および国際化事業	4,462万2千円
教育課程特例校認定による小学校英語教育の推進や姉妹都市交流事業など	
幼稚園就園奨励費補助金	4,283万1千円
保護者の経済的負担を軽減するために幼稚園の入園料や保育料を補助	
特別支援教育支援員配置事業	2,160万円
小・中学校で支援が必要な児童生徒のために支援員を28人配置(4人追加)	
スポーツ推進費	1,218万3千円
各種大会出場選手の派遣費や体育協会への補助	
児童・生徒通学援助費	961万2千円
おおぞら小、三沢小、第二中、第三中に通う児童・生徒への援助	

9億5,326万3千円

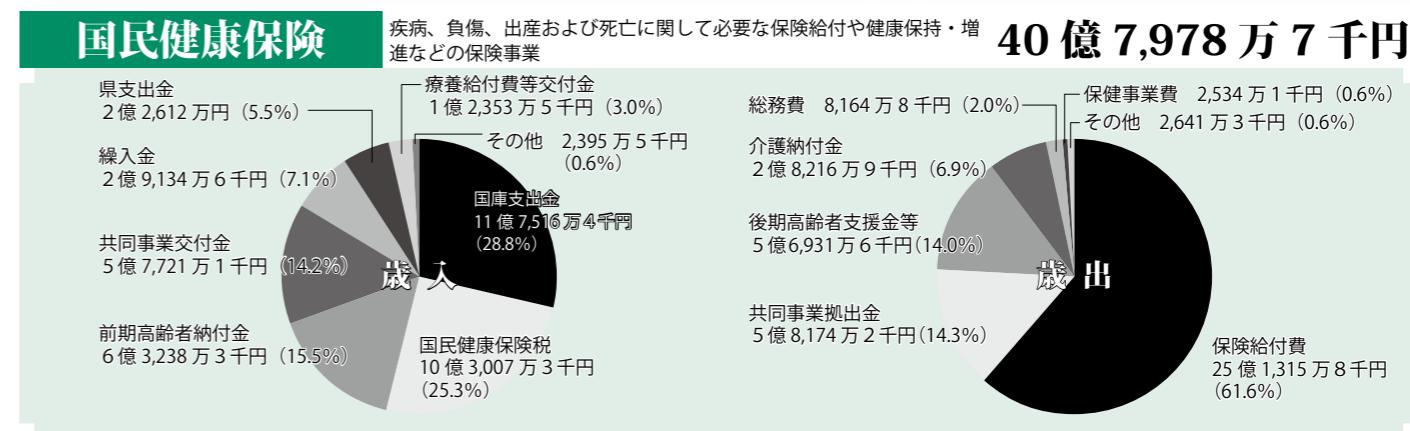
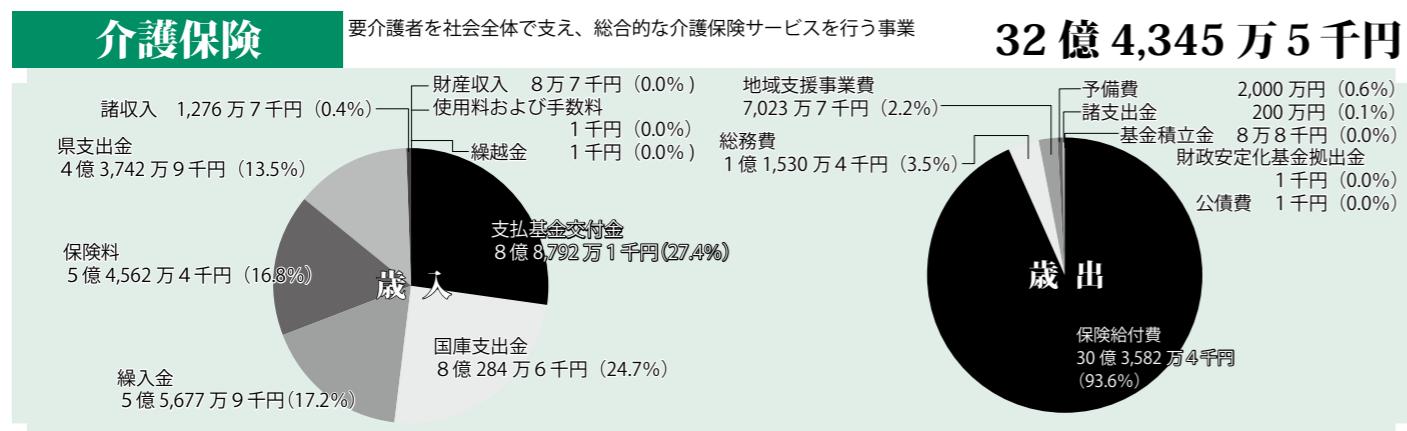
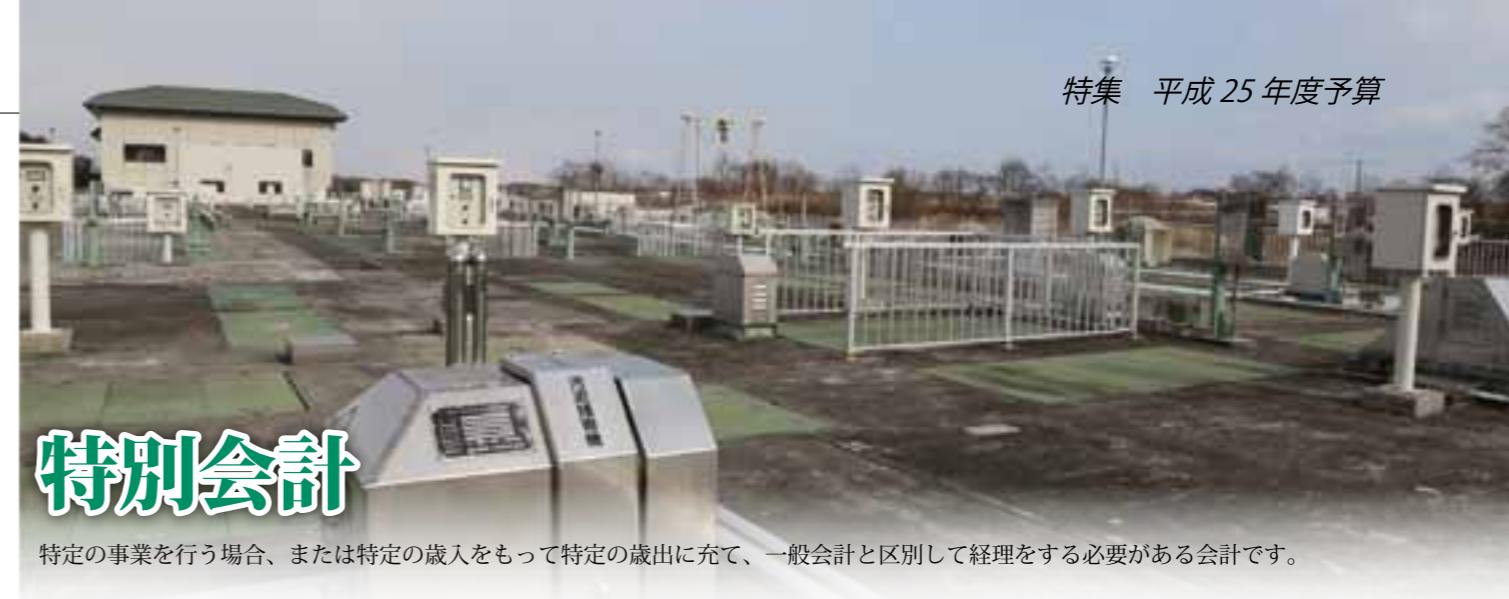
中小企業対策資金	2億200万円
中小企業の資金繰りの円滑化を図るために、簡易小口保証特別融資などを実施	
企業誘致費	1億8,353万4千円
立地した誘致企業に対し立地促進奨励金などを交付	
水産物供給基盤整備事業	7,300万円
水産物の流通・供給基盤の整備や漁港施設機能強化にかかる事業費	
新築リフォーム支援事業	4,516万1千円
住宅工事などの市内業者への発注を促進し、建築関連産業の活性化を図る	
県営農業基盤整備事業費負担金・補助金	2,591万1千円
農地の集団化と経営規模の拡大や高能率農業の展開を図る事業への負担金等	
農業次世代育成振興費	2,222万1千円
新規就農者の所得を確保する青年就農給付金や、生産・販売力強化対策など	
地産販売推進補助金	1,220万8千円
地産地消フェアなど各種イベントや農産物販路拡大推進事業への助成	
観光素材活用推進事業	606万3千円
寺山修司没後30周年記念事業への補助や小川原湖景観PR事業委託など	

24億9,722万5千円

市道整備事業	11億7,580万3千円
新たな都市整備基盤に向けた道路整備	
▶市道東岡三沢・堀口線外1整備事業 (東岡三沢2・3丁目、字堀口地区内町内線)	
▶市道谷地頭・金糞線整備事業 (塩釜4丁目~市道大崎4号線交差点)	
▶市道東岡三沢・松原線整備事業 (アミューズメントステーションブンカ~松原町2丁目)	
▶市道堀口5号線整備事業 (ローソン三沢美野原店~堀口中学校)ほか	
三沢飛行場周辺整備統合事業	3億7,125万2千円
市立三沢病院周辺道路・公園などの整備	
▶女性政策推進事業費 (男女共同参画社会に向けた女性の意識啓発、ネットワークづくりなど)	
行政協力費謝礼	1,069万2千円
市内各町内会への広報など配布作業に係る謝礼	
市民活動ネットワークセンターみさわ管理費	614万1千円
市民活動ネットワークセンターみさわを維持管理し、市民活動団体の育成や地域づくり活動の支援などを図る	
三沢市連合町内会活動費補助金	123万円
地域町内会の連帯や活動など住民意識の高揚を図る	

3億9,866万6千円

CATV運営管理費	1億4,752万5千円
CATV施設の修繕料や番組制作委託料など	
全庁型地理情報システム管理事業	1,888万5千円
固定資産業務システム、公有財産業務システムなどの維持管理	
市民協働推進事業	1,223万7千円
市民と行政が協働し、役割を分担してまちづくりを行えるよう市民の自発的な社会活動を支援	
▶協働のまちづくり市民提案事業費補助金	
▶女性政策推進事業費 (男女共同参画社会に向けた女性の意識啓発、ネットワークづくりなど)	
行政協力費謝礼	1,069万2千円
市内各町内会への広報など配布作業に係る謝礼	
市民活動ネットワークセンターみさわ管理費	614万1千円
市民活動ネットワークセンターみさわを維持管理し、市民活動団体の育成や地域づくり活動の支援などを図る	
三沢市連合町内会活動費補助金	123万円
地域町内会の連帯や活動など住民意識の高揚を図る	



受益者負担金・分担金

下水道の施設は、道路や公園のように多くの人が利用できるものとは異なり、「処理区域」という限られた地域の人しか利用できません。そのため、下水道建設費の中の市が負担する分を全て税金で賄うことは、下水道を利用できない人にまで負担をかけることになり、公費負担の公平を欠くことになります。

このことから下水道が整備されることで利益を受ける人に建設費の一部を負担していただいているです。

平成25年度受益者負担金・分担金の申告

受益者負担金・分担金は年度ごとに賦課する区域を決めており、下記の地区が平成25年度の受益者負担金・分担金賦課対象区域です。

- ▶千代田町2～5丁目の一部
- ▶花園町4丁目の一部
- ▶栄町1・3丁目の一部
- ▶大町2・3丁目の一部
- ▶中央町3丁目の一部
- ▶東岡三沢1～3丁目の一部
- ▶岡三沢1・4～8丁目の一部
- ▶日の出2丁目の一部
- ▶泉町1丁目の一部
- ▶南山1・4丁目の一部
- ▶字下久保・字堀口・字南山・字園沢の一部

対象となる土地を所有している人には申告書が送付されますので、必要事項を記入して下水道課業務係に提出してください。

提出期限 4月30日(火)

問い合わせ先 下水道課 業務係(内線378)

私道に公共下水道を敷設できます



私道は市道と異なり、個人の所有物です。管理および権利義務は所有者個人にあるため、市はその土地の所有者に無断で公共下水道を敷設することはできませんが、一定の条件を満たした私道に限り、市の予算で下水道を敷設することができます。

詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ先 下水道課計画工務係(内線377)



4月1日から下水道使える区域が広がりました。下水道が整備され、使用可能区域の皆さんが接続すると、自身や環境にたくさんのメリットが生まれます。

下水道に接続すると…

- ▶浄化槽・浸透樹が不要になり悪臭がなくなります。
- ▶宅地を有効利用できます。
- ▶海や川の汚濁を防止できます。
- ▶水路や道路側溝の汚水がなくなり、清潔で快適な環境を後世に残すことができます。

下水道を使用できる地域の方が接続するためには、宅地内に排水設備を設置する工事をしなければなりません。

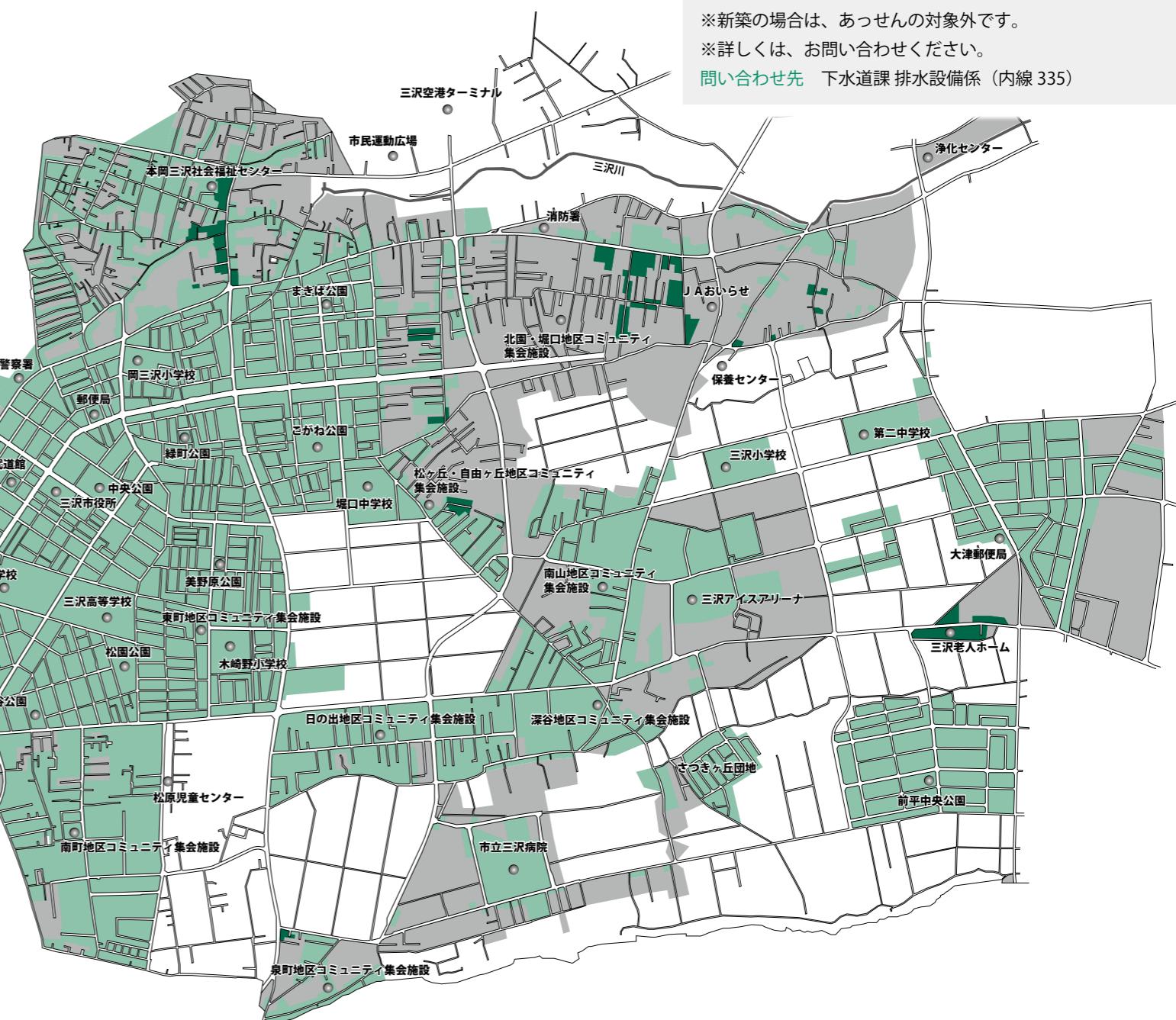
下水道を利用できる方は…

- ▶台所や洗たくなどの排水や浄化槽式トイレは1年内に下水道に接続してください。
- ▶くみ取り式便所は、3年以内に水洗トイレに改造し、下水道に接続してください。

問い合わせ先 下水道課 排水設備係(内線335)

▼4月1日から■の区域にお住まいの方が下水道使えるようになりました。

- 既に使用できる区域
- 平成25年4月1日から使用できる区域
- 平成29年度までに使用できる予定の区域



融資あっせん制度をご利用ください！

排水設備工事や、それに伴い、くみ取り式から水洗式トイレを改造したいと考えている方の経費の負担を軽くするための制度です。返済にかかる利子は全て三沢市が負担します。

融資額 1件につき最高60万円

返済方法 月々1万円以上(1万円単位)を60カ月(5年)以内で返済

対象者 ①月々1万円以上返済できる収入のある方

②市税を滞納していない方

③三沢市に在住する保証人を有する方

(保証人は配偶者以外で月1万円以上返済できる収入のある方)

※新築の場合は、あっせんの対象外です。

※詳しくは、お問い合わせください。

問い合わせ先 下水道課 排水設備係(内線335)

3月31日から、三沢空港 大阪（伊丹）線が再開しました

三沢空港振興会では、三沢空港を起点とする地域振興のため、さまざまな取り組みを行っています。

平成22年10月から運休していた三沢－大阪（伊丹）線が3月31日から再開しました。76席の小型機（エンブラエル170）を使用して、1日1往復運航します。多くの皆さまのご利用をお願いいたします。

問い合わせ先
三沢空港振興会事務局〔政策調整課〕（内線538）



路線	便	出発時間	到着時間
大阪（伊丹）→三沢	JAL2163	10:55	12:30
三沢→大阪（伊丹）	JAL2164	13:00	14:45

※ご予約は、お近くの旅行会社またはJALホームページで。
<http://www.jal.co.jp/>



三沢市コミュニティバス 『みーばす』がより便利になりました！

区間内片道運賃上限500円の実験開始

市北部と市立三沢病院を結ぶ北浜木崎野線で、上限運賃制の実証実験を行っています。

実験期間内、車内で販売している切符（2枚組1,000円）を購入してバス乗務員にお渡しいただくと、市立三沢病院から八幡および天ヶ森入口までの500円を超える区間を片道1枚（500円分）で乗車することができます。

区間 北浜木崎野線

市立三沢病院～八幡、天ヶ森入口

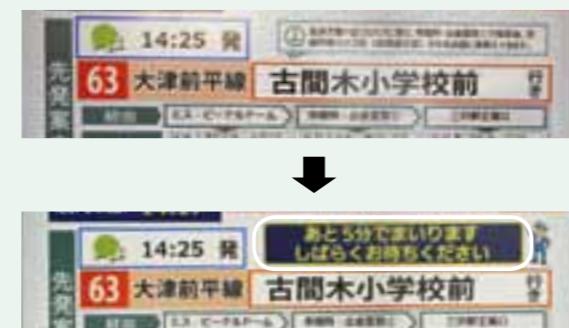
期間 4月1日～平成26年3月31日

バス運行情報システムをバージョンアップ

市立三沢病院正面入口の情報ディスプレイと、市内3カ所の停留所（※）に設置する表示機（あしあとランプ）をバージョンアップしました。

これらの表示機では、これまでのバス通過情報に加え、バスが到着する約5分前から接近情報をお知らせします。

より便利になった、三沢市コミュニティバス「みーばす」を、ぜひご利用ください。



▲バスが近づくと、5分前から到着までのおおよその時間を表示

※表示機が設置されているバス停留所は、市役所・公会堂前（公会堂側）②、ミス・ビードルドーム、三沢駅正面口の3カ所です。

市立三沢病院→八幡・塩釜行きを増便

運行ダイヤを4月1日から改正しました。

北浜木崎野線▶市立三沢病院発（14:30）八幡行き

▶市立三沢病院発（15:30）塩釜行き

の2便が増便となったほか、3月16日施行の青い森鉄道ダイヤ改正を受けて、一部の便の運行時間を変更しています。

詳細については、市役所や駅、公共施設、スーパー・マーケットなどに設置している「十和田・三沢公共交通ガイド（平成25年4月1日版）」をご覧ください。

問い合わせ先 三沢市地域公共交通会議事務局〔政策調整課〕（内線538）

市民提案事業を募集します

「三沢をもっと元気に、便利に、住みやすいまちにしたい」。

みんなの課題を解決するために温めてきた、アイデアあふれる事業プラン。

審査で選考された事業には市から補助金を交付します。

このチャンスを生かし、あなたの事業プランを実現してみませんか？

三沢産の食材を使ったレシピコンテストを開催して地産地消を促進したい！



地域独自の防災パンフレットを作つて防災訓練に役立てたい！



県内外からお客さんを呼んで、三沢市の活性化につながるイベントをやつてみたい！



応募できる団体

①市民団体やNPO法人など、自主的に組織し市内で活動している構成員5人以上の団体（※個人は対象外）

②会則・規約などを定め、会計処理がきちんと行われている団体

対象となる事業

実施・収支計画が明確で、市民提案事業として決定した日から平成26年3月末日までに市内で実施する以下の事業

①市民提案型事業

健康づくり、子育て、防災関連、交通安全、商品開発など、地域を元気にするものならジャンルは問いません。対象経費の9割を補助します。（上限50万円）

②まちなかにぎわい事業

地域の活性化や集客効果のある事業など。対象経費の9割を補助します。（上限200万円）

審査方法 書類審査およびプレゼンテーション（5月実施予定）

応募方法 申込前に打ち合わせが必要です。

申し込みの最低1週間前までに、広報広聴課へご連絡ください。

応募締切 4月30日（火）

応募・問い合わせ先 広報広聴課 市民協働推進係（内線215）

広告

これまでに実施された市民提案事業の例



NPO法人マンパワー

児童を危険から守る活動やあいさつで地域交流の輪を広げました。



三沢病院ハートフルコンサート実行委員会

毎月1回、病院のホールでさまざまなコンサートを開催。入院患者さんたちに安らぎのひと時を提供しました。

広告

家屋台帳整備のための 調査にご協力ください

税務課 資産税係（内線 166）

市内全域を対象に、身分証を着用した市担当者が2人1組で、未登録家屋や取り壊し家屋の有無などを調査しています。皆様のご理解とご協力をお願いします。

一次調査（家屋の照合・特定）

未登録家屋や、取り壊されて現存しない家屋などの照合・特定を行います。平成25年度は市北部・東部（根井・谷地頭・三川目など）を調査する予定です。

- ▶調査・記録のために家屋を撮影する場合があります。
- ▶所有者確認のため、お住いの方に聞き取り調査を行う場合があります。

二次調査（未登録家屋の評価）

一次調査で未登録と判明した家屋を評価するため、所有者の方に事前に連絡をした後、家屋調査を行います。

テレビのニュースなどをご覧いただくと、国會議員のスツーツの胸元に白いピンバッジを目されると思いますが、先月から私もその白いピンバッジを身に付けています。ご存知かと思いますが、2020年オリンピック・パラリンピック競技大会を東京へ招致する活動のものであり、招致が実現すれば、日本を再び活性化させる大きな力になるものと考えています。

スポーツの力は我々に元気や活力を与え、オリンピックは日本の存在感・素晴らしいを世界に示せる絶好の機会です。国際オリンピック委員会評議委員の視察の際には、スポーツ界は多くの皆さんのが心をひとつに日本ならではのおもてなしで迎えました。また、東京都では、各部署ができることを考え、オリンピック

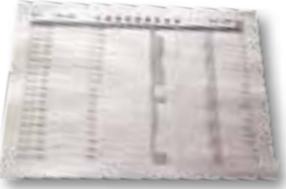
三沢市長 種市一正

広告

固定資産台帳簿などで 資産の価格をご確認ください

税務課 資産税係（内線 166）

固定資産税の対象となる資産（土地・家屋）を市内に所有している方は、固定資産台帳でその価格を確認することができます。



期間 5月31日（金）まで

場所 税務課7番窓口

持ち物 印鑑、身分証明書

※期間中の縦覧に、手数料はかかりません。

※所有者本人および同一世帯家族以外が縦覧する場合は委任状が必要です。

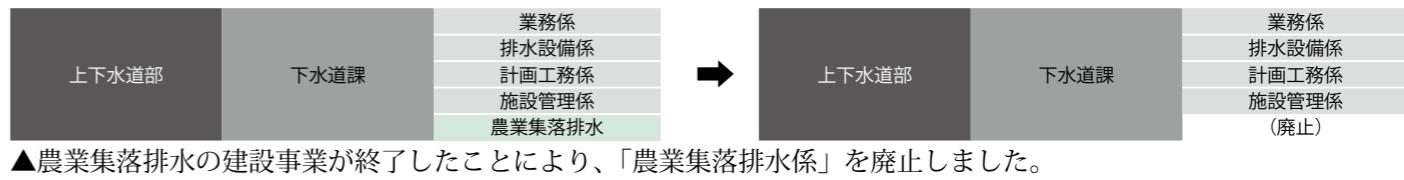
市役所の組織を一部改正しました

総務課（内線 207）

三沢市総合振興計画後期基本計画実施計画の着実な推進を図るため、組織体制を改正しました。



▲総合振興計画後期基本計画実施計画と各種プランの進行管理を一元化するため、「政策調整係」を「推進係」に、「企画開発係」を「企画係」としました。また、番組編成および放送部門の業務の一部を委託したことにより、「企画編成係」を「放送サービス係」に統合しました。



▲農業集落排水の建設事業が終了したことにより、「農業集落排水係」を廃止しました。



▲地方公営企業法全部適用移行に伴い、組織のスリム化を図り「システム係」を廃止しました。

市役所の課の配置が 一部変更になりました



4月1日から市役所の課の配置が一部変更になりました。市役所をご利用の皆さんにはご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

部署	変更前の場所	変更後の場所
観光物産課	別館1階	別館2階
水産振興課		
選挙管理委員会事務局	別館2階	別館1階

問い合わせ先 管財課（内線 395）

市立三沢病院が 地方公営企業法の全部適用に移行しました

市立三沢病院では、これまで地方公営企業法の財務規定のみ適用されていましたが、4月1日から、組織や職員の身分取り扱いについても適用されることになりました。

この全部適用に伴い、これまで三沢市長が持っていた広範な権限を与えられた特別職（任期4年）の病院事業管理者を新たに設置。市立三沢病院は病院管理者をトップとする、市部局から独立した組織に変わります。病院事業管理者の経営責任と権限の明確化のもと、病院経営の自主性を高めることにより、職員の意識改革を図っていきます。また、医療を取り巻く目まぐるしい環境変化に、より機動的かつ迅速、的確に対応することで、良質な医療サービスの提供に努めています。

なお、全部適用に移行しても、診療体制や診療内容がこれまでと変わることはありません。引き続き、公立病院として地域の人々から「愛され信頼される病院」を目指し、病院職員一丸となって取り組んでいきます。

問い合わせ先 市立三沢病院 管理課（☎ 53-2161）



特産品開発促進補助金制度をご利用ください

観光物産課 地産販売推進室（内線 522・523）

市では、地元農産物を使った新たな商品開発や販売活動を支援するための補助金制度を4月に創設しました。商品開発のアイデアはあるけれど資金面に不安があるといった方はもちろん、既に活動している加工団体も対象となります。

三沢の特産品を使った新たな商品開発に、ぜひ、ご利用ください。

補助金額 事業費の80%の金額

※設備導入に要する補助は上限200万円

（三沢産の米粉を使って製麺する機械の購入など）

※商品開発や販売促進等に要する補助は上限100万円

（三沢産の野菜を使った菓子の販売など）

応募対象 市内在住の個人、または市内に活動拠点を置く団体

応募方法 観光物産課に設置および市ホームページに掲載する応募様式に記入の上、持参または郵送でお申し込みください。

募集期間 4月22日（月）～6月28日（金）

応募・問い合わせ先 観光物産課（内線 522・523）



春の交通安全運動

4月6日（土）～15日（月）の10日間は「春の交通安全運動」が実施されます。

運転者の方へ

- ▶ 安全確認を徹底し、速度を控え、思いやり運転を心掛けましょう。
- ▶ 飲酒運転は犯罪です。翌朝もアルコールチェッカーなどで確認しましょう。
- ▶ 後部座席もシートベルトを着用させましょう。
- ▶ チャイルドシートは、子どもの体格に合ったものを使いましょう。

自転車利用の方へ

- ▶ 自転車安全整備店で点検・整備を受け、万が一の事故に備え、賠償保険（T Sマークなど）にも加入しましょう。

歩行者の方へ

- ▶ 信号のある歩道を利用し、右折や左折の車両にも注意して横断しましょう。
- ▶ 夕暮れ時・夜間の外出では反射材用品を着用しましょう。



問い合わせ先 生活安全課（内線 316）

強引な勧誘販売にご注意ください！



高齢者の女性を狙った、強引な健康食品の電話勧誘販売に関する以下のような相談が、最近、急増しています。

- ▶ 注文をしていないのに「注文を受けたので送る」と言われる。
- ▶ 「注文した覚えがない」と言うと、氏名、生年月日、住所などを告げ、「本人から確認済みです」と断言される。
- ▶ 脅迫めいた口調になり、恐怖心を与えられ、電話を切らしてくれない。など

これらの勧誘への対応の仕方は…

- ▶ 注文した覚えがないときは、はっきり断る。
- ▶ 承諾してしまってもクーリングオフ（一定期間内であれば無条件で契約解除できる制度）する。
- ▶ 商品が届いても、受け取りを拒否する。など

困ったときや、詳しい対応の仕方については、生活安全課までご相談、お問い合わせください。

相談・問い合わせ先 生活安全課（内線 313）

障害者虐待防止センターの通報先が変わりました

家庭福祉課（内線 381）

障害を持つ人の権利や尊厳が、虐待によって脅かされることを防ぐ障害者虐待防止法が平成24年10月に施行されました。これに伴い三沢市では、障害者の虐待に関する通報や相談を受け付ける「障害者虐待防止センター」を開設していますが、4月から通報先が変わりましたのでお知らせします。

通報・相談などの問い合わせ先

障害者虐待防止センター（☎ 53-2241）

[療育・障害者相談センターボイス]

※障害者虐待防止センターでは24時間、

通報・相談などを受け付けていますので、障害者から虐待のサインを感じたら、すぐにご一報ください。

市民の森老人福祉センターへの送迎福祉バスの運行日程が変わります

介護福祉課（内線 382）

老人クラブを中心とした65歳以上の高齢者を対象に、市民の森老人福祉センターへの送迎を行っている福祉バスの運行日程が4月から変わりましたので、お知らせします。お気軽にご利用ください。



乗降場所 福祉バスは下記の指定乗降場所以外では停車しません。

※諸事情により、運休またはバス停が変更になる場合がありますので、ご確認ください。

運行時間 「行き」は9時に各集合場所を出発し、「帰り」は14時30分に市民の森老人福祉センターを出発

老人クラブ名	利 用 町 内 名	乗 降 場 所	利 用 月 日											
			4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
松 友 会	古間木1～3丁目、本町1～2丁目、春日台1～3丁目	新町屯所前（9:00発）→春日台古田商店前→苦米地理容前→根久商店前→マックスバリュー裏→沼山商店前→旧三沢印刷前	4日	5日						2日	30日	4日	5日	5日
梅 友 会	本町4丁目、新町1～4丁目													
大 町	大町1～3丁目、栄町、南町1～4丁目													
滝 の 沢	大町1丁目、新町3～4丁目													
花 駒 会	花園町1～3丁目、駒沢、平畠													
凜 凜 ク ラ ブ	上久保1～5丁目													
西 花 園	花園町4～5丁目													
栄 町 う ぐ い す	栄町1～3丁目	三沢ショッピングセンター前（9:00発）→前田塗装前	2日	6日	7日	8日	3日	5日	23日	6日				
竹 友 会・千 寿 の 会	本町、薬師1～2丁目、千代田町	→上野ガソリンスタンド前												
銀 座 寿	中央町3～4丁目	中央地区コミュニティ集会施設（銀座会館）前（9:00発）	10日	11日	8日	8日	6日	10日						
常 盤 会	中央町1～4丁目	→公会堂前→美野原公園前→松園町2丁目地区コミュニティ集会施設前→上下水道庁舎裏口前→幸町1丁目バス停→トヨタカラーラ前												
松 園 町	松園町2～3丁目													
平 畑 寿	平畠1～2丁目													
白 菊 会	幸町1～3丁目、岡三沢2～3丁目、緑町1～3丁目	市役所前（9:00発）→幸町1丁目バス停留所→野々宮釣具店前→三裕タイヤ前→山伊酒店前→西浜三沢→澤口整骨院前	11日	12日	20日	4日	9日	11日	13日					
浜 三 沢	浜三沢													
幸 町 一 丁 目	幸町1丁目	太洋舎事務前（9:00発）→東北ファーム前→山本宅前	16日	13日	3日	29日	23日	12日	18日					
岡 三 沢	上屋敷、後久保、その他													
桜	桜町1～3丁目、美野原1～3丁目	市役所前（9:00発）→大沼商店前→大澤商店前	17日	1日	18日	28日	16日	17日	19日					
東 岡 三 沢	下久保、上屋敷、後久保													
南 町	南町1～4丁目	大吉食堂前（9:00発）→南町地区コミュニティ集会施設前→松原児童センター前→第一幼稚園前	18日	8日	4日	5日	27日	8日	6日					
美 野 原 ・ あ す な ろ 会	美野原1～3丁目													
日 の 出	日の出1～4丁目	泉町月光通り（病院通り、9:00発）→雇用促進住宅前→日の出地区コミュニティ集会施設前→太郎温泉前→三沢総合保険前	9日	20日	9日	10日	12日	9日	11日					
南 山	南山1～4丁目、南山													
深 谷	深谷、南山													
泉	泉町													
大 津	大津、四川目													
三 川	三川目	畠山商店前（9:00発）→五日市自転車店前→種市疊店前	14日	10日	11日	17日	13日	15日	12日					
鹿 中	鹿中													
五 川	五川目	スーパードラッグアサヒ前（9:00発）→前平の梅津商店前→淋代停留所付近→淋代郵便局前→種元酒店前→細谷停留所付近（9:30過ぎ）	15日	11日	12日	14日	18日	16日	13日					
淋 代	淋代													
長 寿 会	細谷													
楽 生 会	織笠													
百 働 会	六川目	遠藤商店前（9:00発）→川村商店前→田中商店前→葛巻商店前→新森地区コミュニティ集会施設前→小泉商店前→Yショップ北浜店（旧オレンジハート）前	16日	17日	26日	19日	21日	20日	18日					
は ま な す	天ヶ森、新森													
塩 釜 友 寿 会	塩釜													
谷 地	頭 越下、富崎、谷地頭	越下停留所付近（9:00発）→山中入口→旧谷地頭小学校前→朝日→根井→高野沢	21日	18日	19日	24日	20日	22日	19日					
根 井	高野沢、朝日、根井													

問い合わせ先 介護福祉課（☎ 51-8773）または市民の森管理事務所（☎ 59-3388）

▼本定例会で審議された全議案の議決結果

議案番号	件名	議決結果
議案第 1 号	平成 25 年度三沢市一般会計予算	
議案第 2 号	平成 25 年度三沢市国民健康保険特別会計予算	
議案第 3 号	平成 25 年度三沢市食肉処理センター特別会計予算	
議案第 4 号	平成 25 年度三沢市農業集落排水事業特別会計予算	
議案第 5 号	平成 25 年度三沢市下水道事業特別会計予算	原案可決
議案第 6 号	平成 25 年度三沢市介護保険特別会計予算	
議案第 7 号	平成 25 年度三沢市後期高齢者医療特別会計予算	
議案第 8 号	平成 25 年度三沢市水道事業会計予算	
議案第 9 号	平成 25 年度三沢市立三沢病院事業会計予算	
議案第 10 号	専決処分の承認を求めることについて（平成 24 年度三沢市一般会計補正予算（第 5 号））	承認
議案第 11 号	平成 24 年度三沢市一般会計補正予算（第 6 号）	
議案第 12 号	平成 24 年度三沢市国民健康保険特別会計補正予算（第 2 号）	
議案第 13 号	平成 24 年度三沢市食肉処理センター特別会計補正予算（第 3 号）	
議案第 14 号	平成 24 年度三沢市農業集落排水事業特別会計補正予算（第 2 号）	
議案第 15 号	平成 24 年度三沢市下水道事業特別会計補正予算（第 3 号）	
議案第 16 号	平成 24 年度三沢市介護保険特別会計補正予算（第 3 号）	
議案第 17 号	平成 24 年度三沢市後期高齢者医療特別会計補正予算（第 2 号）	
議案第 18 号	三沢市新型インフルエンザ等対策本部条例の制定について	
議案第 19 号	三沢市子ども・子育て会議条例の制定について	
議案第 20 号	三沢市特別職の職員の給料等に関する条例及び三沢市教育委員会教育長の給与、勤務時間等に関する条例の一部を改正する条例の制定について	原案可決
議案第 21 号	三沢市立児童館設置条例の一部を改正する条例の制定について	
議案第 22 号	三沢市ひとり親家庭等医療費給付条例の一部を改正する条例の制定について	
議案第 23 号	三沢市寺山修司記念館条例の一部を改正する条例の制定について	
議案第 24 号	三沢市都市公園条例の一部を改正する条例の制定について	
議案第 25 号	三沢市農業集落排水処理施設条例の一部を改正する条例の制定について	
議案第 26 号	三沢市水道事業の設置等に関する条例の一部を改正する条例の制定について	
議案第 27 号	上十三地域 4 消防本部消防通信指令事務協議会の設置について	
議案第 28 号	青森県新産業都市建設事業団に委託すべき事業に関する計画の一部変更について	
議案第 29 号	市道の路線の認定について	
請願第 1 号	米軍及び防衛省発注の基地関連工事等における地元業者の受注拡大に関する意見書の提出を求める請願	採択
議員提出議案第 1 号	三沢市議会委員会条例の一部を改正する条例の制定について	
議員提出議案第 2 号	三沢市議会規則の一部を改正する規則の制定について	原案可決
議員提出議案第 3 号	米軍及び防衛省発注の基地関連工事等における地元業者の受注機会の拡大に関する意見書案の提出について	



平成 25 年三沢市議会第 1 回定例会が 3 月 4 日から 14 日までの 11 日間の会期で開催されました。本定例会には、平成 25 年度一般会計予算をはじめ各会計の新年度予算案 9 件、平成 24 年度各会計補正予算案 8 件、条例案等 12 件、議員提出議案 3 件の計 32 件が上程され、慎重審議の結果、いずれも可決または承認されました。なお、今回の主な議案とその概要は次のとおりです。（平成 25 年度予算は、特集ページをご覧ください。）

▼平成 24 年度三沢市一般会計補正予算（第 6 号）

国庫補助金の決定通知等に基づく学校施設環境改善交付金による岡三沢小学校および第一中学校トイレ改修事業ならびに東日本大震災復興推進交付金による基金積立金の予算措置のほか、国庫補助事業等の確定に伴う事業費の減額等やその他の事業費の調整ならびに緊要な一般行政経費の補正。この結果、補正総額は歳入歳出とともに 9 千 26 万 5 千円の減額補正で、既定額との累計では 227 億 3 千 720 万円となつた。

▼三沢市特別職の職員の給料等に関する条例及び三沢市教育委員会教育長の給与、勤務時間等に関する条例の一部を改正する条例の制定について

市長および副市長ならびに教育長の給料月額を引き下げ、行財政改革の推進を図るためのもの。平成 25 年 4 月 1 日から平成 26 年 3 月 31 日までの間、市長は 10 %、副市長は 5 %、教育長は 3 %、それぞれ給料月額が引き下げられる。



▲提案理由を説明する市長

▼上十三地域 4 消防本部消防通信指令事務協議会の設置について

三沢市、十和田地域広域事務組合および中部上北広域事務組合において、上十三地域 4 消防本部消防通信指令事務協議会を設置するためのもの。

- ・あじさい広場集会施設
- ・こがね公園集会施設
- ・滝ノ沢公園集会施設
- ・松園公園集会施設

【主な改正点】

- ▽五川目農村公園を廃止
- ▽都市公園にホスピタル・パークを追加
- ▽次の一施設が指定管理者による管理が可能となつた
- ・新規に木崎野児童クラブを設置するためのもの。

一般質問

傍聴のお願い

議会では、市民生活に直結した重要な問題が審議されています。市民の皆さまが選んだ議員の活動や市政の動きを知るためにも議会の傍聴にぜひお越しください。



▲傍聴席から見た議場の様子

なお、傍聴席は50席と数に限りがありますので、団体等で傍聴される方は、事前に議会事務局までご連絡をお願いします。

会議録を閲覧できます

市議会では、本会議の会議録を定例会、臨時会ごとに発行しています。市役所本館1階にある情報公開コーナーで自由に閲覧できますので、ご利用ください。



▲情報公開コーナーは市役所本館1階市民課窓口に設置されています



3月7日、8日の本会議では、8人の議員が市政に対する一般質問を行いました。

主な質問項目と、それに対する市側の答弁の概要は次のとおりです。



奥本菜保巳議員

Q コミュニティバスからデマンド型乗合タクシーに切り替えている自治体が増えつつある中、当市としても導入するべきでは?

A デマンド型乗合タクシーのメリットとしては、利用者の自宅や指定場所まで迎えに行く「ドア・ツー・ドア」で対応していることから、利用者が停留所まで移動する必要がないことなどが挙げられる。一方、デメリットとしては、迂回しながら利用者を乗せて目的地まで向かうため、時間に余裕のある人でなければ利用しづらいことや一便の輸送人数が限られることなどが挙げられる。

このことから、デマンド型乗合タクシーの導入については、コミュニティバスのこれまでの取り組みに係る検証作業の中で、その必要性を検討したいと考えている。

※ 上記ほか「基地問題について」「津波対策について」「除排雪対策について」の質問がありました。



山本弥一議員

Q 「国際文化都市」の建設に向け、道路や公共施設の整備後において、三沢らしさや文化のかおりを出すために、整備事業費の1%予算で、シンボルとなるような街づくりが必要と思うが、その取り組みについて市はどう考えるか?

A 当市では、これまで公共施設への英語看板の設置やミスピードル号を活用したモニュメントなどにより三沢らしさを発信してきている。

独自の個性や他の自治体にはない特色を創出することは、大変意義深いことであると認識しており、今後においては、個性や特色を創り出すために個別の事業ごとに事業費の上積みする方法や、全体的に個性創出に取り組む方法を含め、検討していくと考えている。



高橋武志議員

Q 寺山修司没後30年、三沢空港の路線再開・開設、先人記念館で見つかったNHK大河ドラマ「八重の桜」の会津藩士・山本覚馬の写真などを観光振興に結び付けていく考えはあるか?

A 当市では、この機会を捉え、先人記念館においてNHK大河ドラマ「八重の桜」と関連した企画展を計画しているところであり、情報を大いに発信し、観光施設としての位置付けを確立していく考えている。

また、寺山修司没後30年の企画として、記念イベントや東京からの観光バスツアーの実施など、観光客誘致に向けた取り組みを進めていきたいと考えている。

もとより、三沢市の多くの魅力的・個性的な観光資源を積極的に活用し、観光地としてのイメージアップを図りながら官民一体となって観光振興に努めていきたいと考えている。

※ 上記ほか「市内小中学校の体罰について」の質問がありました。



加澤明議員

Q 人口減少の著しい進行が予測される中、南ニュータウン整備をはじめさまざまな定住化施策を行ってきたが、これらを踏まえての三沢市総合振興計画後期基本計画での具体的な取り組みは?

A 当市の人口推移については、後期基本計画の各施策を着実に実施しながら、各種事業を効果的に展開することで人口の減少をできるだけ抑制し、後期基本計画最終年度の平成29年における目標人口を4万人に設定したところである。

後期基本計画における具体的な取り組みとしては、市営住宅の建て替え事業や新築リフォーム支援事業をはじめ、子育て世代に対する支援体制の整備や教育環境の充実など、教育・福祉に関する施策をこれまで以上に推進するとともに、約92%が売却済みとなった南ニュータウンに代わる新たな宅地開発などにも取り組みたいと考えている。

※ 上記のほか「教育問題について」の質問がありました。



鈴木重正議員

Q 三沢空港は、三沢市のまちづくりに重要な役割を担っており、市はこれまで以上に積極的かつ主体的に空港の利用促進および活性化に取り組むべきと考えるが、これまでの利用促進・活性化に係る取り組みと今後の具体的な計画は?

A 市ではこれまで、無料駐車場の設置や市道整備をはじめ、旅行会社に対する旅行商品造成支援事業や、県とのキャンペーン活動、チャーター便の誘致事業などを実施している。

今後は、路線開設・再開となる大阪伊丹線と札幌丘珠線の維持・存続のため、両路線の利用促進が最優先課題と認識しております。関西地域や北海道内においては青森県南・下北地域の観光資源や三沢空港自体の認知度がまだ低いという意見もあることから、地元観光資源のPRなど、県や関係市町村と連携した宣伝誘客事業などに銳意努力していきたいと考えている。

※ 上記ほか「政治姿勢問題」の質問がありました。



野坂篤司議員

Q 京都府綾部市では特別市民制度を創設し、1,600人の市民以外の特別市民人口を増やしている。市として三沢の魅力を発信する起爆剤となる特別市民制度を創設するべきと考えるが当局の考えは?

A 京都府綾部市の特別市民制度は、地域への愛着を深めながら、地域と地場産品の振興を図る観点からも、有効な施策のひとつであると考えている。

なお、三沢市の場合、農水産物などの加工商品が少なく、これを充実させることが喫緊の課題となっている。この制度は、地場産品の販路確保および拡大につながり、商品開発の動機付けにもつながるものと考えることから、今後、施策のひとつとして、調査研究をしていきたいと考えている。

※ 上記のほか「農産物加工施設問題」「住宅リフォーム問題」「教育問題」の質問がありました。



太田博之議員

Q これまで発行してきた三沢市社会科副読本には、基地の内容がほとんど記載されていない。基地と共に繁栄してきた史実や三沢基地の現状などを子どもたちに正しく教えなければならないと思うが、副読本の改訂について当局の考えは?

A この副読本は、学校周辺や三沢市全体の地理、主な産業や人々の暮らしを守る取り組み、市内の公共施設や郷土の歴史などが掲載され、補助教材として長年活用されてきている。

しかし、前回の改訂から約10年が経過し、その間、航空科学館や国際交流教育センターの新設、東日本大震災による津波被害など社会的に大きな変化があり、改訂を望む声が寄せられていることから、今後、編集委員会を組織し、来年度から2年間で進めることとしており、その際に三沢基地の歴史や市民との関わりなども盛り込んだ内容にしたいと考えている。

※ 上記のほか「環境問題」「民生問題」「行政問題」の質問がありました。



春日洋子議員

Q ジェネリック医薬品の差額通知サービスが実施されて1年弱経つが、医療費の削減効果は?

A 青森県国民健康保険団体連合会の資料によると、全ての医療品のうち、ジェネリック医薬品が56.6%を占めるなかで、平成24年7月の数量ベースでの利用割合は29.9%だったが、差額通知サービス後は32.41%、金額ベースでは平成24年7月は12.17%、11月では15.03%となっており、利用割合が差額通知サービス実施後は増加している。

この結果、確実にジェネリック医薬品に移行している成果が出ており、医療費の中の薬剤費の削減が図られているものと考えている。今後も、青森県国民健康保険団体連合会では差額通知サービスの回数増加などを検討していることであり、国保連と連携をとり、利用促進に努めていきたいと考えている。

※ 上記のほか「行政問題」「教育問題」の質問がありました。

火災、地震、気象情報はデータ放送でチェック

マックテレビのデータ放送が
新しくなりました!!

- 緊急情報ボタン J-ALERTシステムと連携し、緊急情報を迅速にキャッチ
- 火災情報ボタン 火災発生場所を地図で確認できます
- 気象情報ボタン 現在発令中の警報、注意報が確認できます
地震発生時の震度の確認ができます
津波情報の確認ができます

※データ放送を見るには、テレビのチャンネルを「11ch」に合わせてから、リモコンの「d」ボタンを押して下さい。

2013年	4/6(土)	7(日)	8(月)
4月 番組表	4月6日～ 5月6日		
※その日放送されるマツ クワイド市内の出来事の 内容は、EPG(電子番組 表)で確認できます。	6.00 釣りビジョン 7.00 マックワイド 8.30 ローカルTVアワー 9.00 サイエンス/TV5 10.00 マックワイド 10.30 求人情報/天気 11.00 釣れたらしいね 12.00 マックワイド 1.00 サイエンス 1.30 求人情報/天気 2.00 ★知多鉄物語 3.00 モールオブTV 3.00 フジアソシエ 4.00 ローカルTVアワー 4.30 求人情報/天気 5.00 マックワイド 6.00 サイエンス 6.00 フラッシュTV 7.00 週刊マック/手話 8.00 釣りビジョン 9.00 週刊マック/手話 10.00 釣れたらしいね 11.00 週刊/求人/天気	6.00 釣りビジョン 7.00 週刊マック/手話 8.30 ローカルTVアワー 9.00 サイエンス/TV5 10.00 週刊/求人/天気 11.00 知多鉄物語 12.00 週刊マック/手話 1.00 サイエンス 1.30 求人情報/天気 2.00 釣れたらしいね 3.00 モールオブTV 4.00 ローカルTVアワー 4.30 求人情報/天気 5.00 週刊マック/手話 6.00 サイエンス 6.30 フラッシュTV 7.00 週刊マック/手話 8.00 知多鉄物語 9.00 週刊マック/手話 10.00 駆けるマンモス 11.00 週刊/求人/天気	6.00 週刊マック/手話 7.00 週刊マック/手話 8.30 ローカルTVアワー 9.00 サイエンス/TV5 10.00 週刊/求人/天気 11.00 知多鉄物語 12.00 週刊マック/手話 1.00 サイエンス 1.30 求人情報/天気 2.00 釣れたらしいね 3.00 モールオブTV 4.00 ローカルTVアワー 4.30 求人情報/天気 5.00 週刊マック/手話 6.00 サイエンス 6.30 フラッシュTV 7.00 マックワイド 8.00 知多鉄物語 9.00 マックワイド 10.00 思い出絵文集 11.00 マック/求人/天気
※予告なく番組が変更 されることがあります。 ※★ 初回放送			



11ch 三沢市ケーブルテレビジョン自主放送 チャンネルガイド



CH

三浪東午 ブルーリバジョン自主放送

CH

新番組

今回のテーマは
越冬長いも
春堀りが美味しい!
かんたん絶品料理”
です! お見逃しなく!!

●
牛

**5月4日(土・祝)
午後2時～放送開始！**

再放送は番組表をご覧下さい

9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	14(日)	15(月)
6.00 マックワイド	6.00 マックワイド	6.00 マックワイド	6.00 マックワイド	6.00 釣りリジョン	6.00 週刊マック/手話	6.00 週刊マック/手話
8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	7.00 マックワイド	7.00 週刊マック/手話	7.00 週刊マック/手話
9.00 サイエンス/TV5	9.00 サイエンス/TV5	9.00 求人/天気/TV5	9.00 求人/天気/TV5	8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー
10.00 マックワイド	10.00 マックワイド	10.00 マックワイド	10.00 マックワイド	9.00 サイエンス/TV5	9.00 サイエンス/TV5	9.00 サイエンス/TV5
10.30 求人情報/天気	10.30 求人情報/天気	10.30 つめこみマックス	10.30 つめこみマックス	10.00 マックワイド	10.00 週刊/求人/天気	10.00 週刊/求人/天気
11.00 釣れたらいいね	11.00 知多鉄物語	11.00 釣れたらいいね	11.00 知多鉄物語	11.00 求人情報/天気	11.00 美男料理	11.00 ★コンサート石巻
12.00 マックワイド	12.00 マックワイド	12.00 マックワイド	12.00 マックワイド	12.00 マックワイド	12.00 週刊マック/手話	12.00 週刊マック/手話
1.00 サイエンス	1.00 サイエンス	1.00 つめこみマックス	1.00 つめこみマックス	1.00 サイエンス	1.00 サイエンス	1.00 サイエンス
1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気
2.00 知多鉄物語	2.00 釣れたらいいね	2.00 知多鉄物語	2.00 釣れたらいいね	2.00 美男料理	2.00 美男料理	2.00 知多鉄物語
3.00 モールオフTV	3.00 モールオフTV	3.00 モールオフTV	3.00 モールオフTV	3.00 モールオフTV	3.00 モールオフTV	3.00 モールオフTV
4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー
4.30 求人情報/天気	4.30 求人情報/天気	4.30 つめこみマックス	4.30 つめこみマックス	4.30 求人情報/天気	4.30 求人情報/天気	4.30 求人情報/天気
5.00 マックワイド	5.00 マックワイド	5.00 マックワイド	5.00 マックワイド	5.00 マックワイド	5.00 マックワイド	5.00 マックワイド
6.00 サイエンス	6.00 サイエンス	6.00 つめこみマックス	6.00 つめこみマックス	6.00 サイエンス	6.00 サイエンス	6.00 サイエンス
6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV
7.00 マックワイド	7.00 マックワイド	7.00 マックワイド	7.00 マックワイド	7.00 週刊マック/手話	7.00 週刊マック/手話	7.00 マックワイド
8.00 釣りリジョン	8.00 知多鉄物語	8.00 釣りリジョン	8.00 つめこみ/求人他	8.00 釣りリジョン	8.00 美男料理	8.00 コンサート石巻
9.00 マックワイド	9.00 マックワイド	9.00 マックワイド	9.00 マックワイド	9.00 週刊マック/手話	9.00 週刊マック/手話	9.00 マックワイド
10.00 釣れたらいいね	10.00 思い出絵文集	10.00 つめこみ/求人他	10.00 思い出絵文集	10.00 知多鉄物語	10.00 思い出絵文集	10.00 跳るマンモス
11.00 マック/求人/天気	11.00 マック/求人/天気	11.00 マック/求人/天気	11.00 マック/求人/天気	11.00 週刊/求人/天気	11.00 週刊/求人/天気	11.00 マック/求人/天気

16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)	22(月)
6.00 マックワイド	6.00 マックワイド	6.00 マックワイド	6.00 マックワイド	6.00 釣りビジョン	6.00 釣りビジョン	6.00 週刊マック/手話
8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	7.00 週刊マック/手話	7.00 週刊マック/手話	7.00 週刊マック/手話
9.00 サイエンス/TV5	9.00 サイエンス/TV5	9.00 求人/天気/TV5	9.00 求人/天気/TV5	8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー
10.00 マックワイド	10.00 マックワイド	10.00 マックワイド	10.00 マックワイド	9.00 サイエンス/TV5	9.00 サイエンス/TV5	9.00 サイエンス/TV5
10.30 求人情報/天気	10.30 求人情報/天気	10.30 つめこみマックス	10.30 つめこみマックス	10.00 マックワイド	10.00 週刊/求人/天気	10.00 週刊/求人/天気
11.00 知多鉄物語	11.00 コンサート石巻	11.00 知多鉄物語	11.00 コンサート石巻	10.30 求人情報/天気	11.00 羽ばたけ未来へ	11.00 羽ばたけ未来へ
12.00 マックワイド	12.00 マックワイド	12.00 マックワイド	12.00 マックワイド	11.00 コンサート石巻	12.00 週刊マック/手話	12.00 週刊マック/手話
1.00 サイエンス	1.00 サイエンス	1.00 つめこみマックス	1.00 つめこみマックス	12.00 マックワイド	1.00 サイエンス	1.00 サイエンス
1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気	1.00 サイエンス	1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気
2.00 コンサート石巻	2.00 知多鉄物語	2.00 コンサート石巻	2.00 知多鉄物語	1.30 求人情報/天気	2.00 コンサート石巻	2.00 コンサート石巻
3.00 モールオブTV	3.00 モールオブTV	3.00 モールオブTV	3.00 モールオブTV	2.00 ★羽ばたけ未来へ	3.00 モールオブTV	3.00 モールオブTV
4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー	3.00 モールオブTV	4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー
4.30 求人情報/天気	4.30 求人情報/天気	4.30 つめこみマックス	4.30 つめこみマックス	4.00 ローカルTVアワー	4.30 求人情報/天気	4.30 求人情報/天気
5.00 マックワイド	5.00 マックワイド	5.00 マックワイド	5.00 マックワイド	4.30 求人情報/天気	5.00 週刊マック/手話	5.00 週刊マック/手話
6.00 サイエンス	6.00 サイエンス	6.00 つめこみマックス	6.00 つめこみマックス	5.00 マックワイド	6.00 サイエンス	6.00 サイエンス
6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV	6.00 サイエンス	6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV
7.00 マックワイド	7.00 マックワイド	7.00 マックワイド	7.00 マックワイド	6.30 ファッションTV	7.00 週刊マック/手話	7.00 マックワイド
8.00 釣りビジョン	8.00 コンサート石巻	8.00 釣りビジョン	8.00 釣りビジョン	7.00 週刊マック/手話	8.00 羽ばたけ未来へ	8.00 羽ばたけ未来へ
9.00 マックワイド	9.00 マックワイド	9.00 マックワイド	9.00 マックワイド	8.00 釣りビジョン	9.00 週刊マック/手話	9.00 週刊マック/手話
10.00 知多鉄物語	10.00 駆るマンモス	10.00 つめこみ/求人他	10.00 駆るマンモス	9.00 釣りビジョン	10.00 駆るマンモス	10.00 駆るマンモス
11.00 マック/求人/天気	11.00 マック/求人/天気	11.00 マック/求人/天気	11.00 マック/求人/天気	11.00 週刊/求人/天気	11.00 週刊/求人/天気	11.00 思い出絵文集

23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)	29(月)
6.00 マックワイド	6.00 マックワイド	6.00 マックワイド	6.00 マックワイド	6.00 釣りビジョン	6.00 週刊マック/手話	6.00 週刊マック/手話
8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	7.00 マックワイド	7.00 週刊マック/手話	7.00 ローカルTVアワー
9.00 サイエンス/TV5	9.00 サイエンス/TV5	9.00 求人/天気/TV5	9.00 求人/天気/TV5	8.30 ローカルTVアワー	8.30 サイエンス/TV5	8.30 サイエンス/TV5
10.00 マックワイド	10.00 マックワイド	10.00 マックワイド	10.00 マックワイド	9.00 サイエンス/TV5	9.00 週刊/求人/天気	9.00 週刊/求人/天気
10.30 求人情報/天気	10.30 求人情報/天気	10.30 つめこみマックス	10.30 つめこみマックス	10.00 マックワイド	10.00 週刊/求人/天気	10.00 週刊/求人/天気
11.00 コンサート石巻	11.00 羽ばたけ!未来へ	11.00 コンサート石巻	11.00 羽ばたけ!未来へ	10.30 求人情報/天気	11.00 トキメキ応援隊	11.00 トキメキ応援隊
12.00 マックワイド	12.00 マックワイド	12.00 マックワイド	12.00 マックワイド	11.00 羽ばたけ!未来へ	12.00 週刊マック/手話	12.00 週刊マック/手話
1.00 サイエンス	1.00 サイエンス	1.00 つめこみマックス	1.00 つめこみマックス	12.00 マックワイド	1.00 サイエンス	1.00 サイエンス
1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気	1.00 サイエンス	1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気
2.00 羽ばたけ!未来へ	2.00 コンサート石巻	2.00 羽ばたけ!未来へ	2.00 コンサート石巻	1.00 サイエンス	2.00 羽ばたけ!未来へ	2.00 羽ばたけ!未来へ
3.00 モールオブTV	3.00 モールオブTV	3.00 モールオブTV	3.00 モールオブTV	2.00 ★トキメキ応援隊	3.00 モールオブTV	3.00 モールオブTV
4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー	3.00 モールオブTV	4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー
4.30 求人情報/天気	4.30 求人情報/天気	4.30 つめこみマックス	4.30 つめこみマックス	4.00 ローカルTVアワー	4.30 求人情報/天気	4.30 求人情報/天気
5.00 マックワイド	5.00 マックワイド	5.00 マックワイド	5.00 マックワイド	4.30 求人情報/天気	5.00 週刊マック/手話	5.00 週刊マック/手話
6.00 サイエンス	6.00 サイエンス	6.00 つめこみマックス	6.00 つめこみマックス	5.00 マックワイド	6.00 サイエンス	6.00 サイエンス
6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV	6.00 サイエンス	6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV
7.00 マックワイド	7.00 マックワイド	7.00 マックワイド	7.00 マックワイド	6.30 ファッションTV	7.00 週刊マック/手話	7.00 週刊マック/手話
8.00 釣りビジョン	8.00 羽ばたけ!未来へ	8.00 釣りビジョン	8.00 釣りビジョン	7.00 週刊マック/手話	8.00 トキメキ応援隊	8.00 トキメキ応援隊
9.00 マックワイド	9.00 マックワイド	9.00 マックワイド	9.00 マックワイド	8.00 釣りビジョン	9.00 週刊マック/手話	9.00 トキメキ応援隊
10.00 コンサート石巻	10.00 思い出絵文集	10.00 つめこみ・求人他	10.00 思い出絵文集	9.00 マックワイド	10.00 週刊マック/手話	10.00 マックワイド
11.00 マック/求人/天気	11.00 マック/求人/天気	11.00 マック/求人/天気	11.00 マック/求人/天気	10.00 マック/求人/天気	11.00 週刊/求人/天気	10.00 雄勝

30(火)	5/1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	6(月)
6.00 マックワイド	6.00 マックワイド	6.00 マックワイド	6.00 マックワイド	6.00 釣りビジョン	6.00 釣りビジョン	6.00 週刊マック/手話
8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	7.00 マックワイド	7.00 週刊マック/手話	7.00 週刊マック/手話
9.00 サイエンス/TV5	9.00 サイエンス/TV5	9.00 求人/天気/TV5	9.00 求人/天気/TV5	8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー	8.30 ローカルTVアワー
10.00 マックワイド	10.00 マックワイド	10.00 マックワイド	10.00 マックワイド	9.00 サイエンス/TV5	9.00 サイエンス/TV5	9.00 サイエンス/TV5
10.30 求人情報/天気	10.30 求人情報/天気	10.30 つめこみマックス	10.30 つめこみマックス	10.00 マックワイド	10.00 週刊/求人/天気	10.00 週刊/求人/天気
11.00 羽ばたけ!未来へ	11.00 羽ばたけ!未来へ	11.00 羽ばたけ!未来へ	11.00 羽ばたけ!未来へ	10.30 トキメキ応援隊	11.00 トキメキ応援隊	11.00 とれたらいいね
12.00 マックワイド	12.00 マックワイド	12.00 マックワイド	12.00 マックワイド	11.00 トキメキ応援隊	12.00 週刊マック/手話	12.00 週刊マック/手話
1.00 サイエンス	1.00 サイエンス	1.00 つめこみマックス	1.00 つめこみマックス	12.00 マックワイド	1.00 サイエンス	1.00 サイエンス
1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気	1.00 サイエンス	1.30 求人情報/天気	1.30 求人情報/天気
2.00 トキメキ応援隊	2.00 羽ばたけ!未来へ	2.00 トキメキ応援隊	2.00 トキメキ応援隊	1.30 求人情報/天気	2.00 トキメキ応援隊	2.00 トキメキ応援隊
3.00 モールオブTV	3.00 モールオブTV	3.00 モールオブTV	3.00 モールオブTV	2.00 ★とれたらいいね	3.00 モールオブTV	3.00 モールオブTV
4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー	3.00 モールオブTV	4.00 ローカルTVアワー	4.00 ローカルTVアワー
4.30 求人情報/天気	4.30 求人情報/天気	4.30 つめこみマックス	4.30 つめこみマックス	4.00 ローカルTVアワー	4.30 求人情報/天気	4.30 求人情報/天気
5.00 マックワイド	5.00 マックワイド	5.00 マックワイド	5.00 マックワイド	4.30 求人情報/天気	5.00 週刊マック/手話	5.00 週刊マック/手話
6.00 サイエンス	6.00 サイエンス	6.00 つめこみマックス	6.00 つめこみマックス	5.00 マックワイド	6.00 サイエンス	6.00 サイエンス
6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV	6.00 サイエンス	6.30 ファッションTV	6.30 ファッションTV
7.00 マックワイド	7.00 マックワイド	7.00 マックワイド	7.00 マックワイド	6.30 ファッションTV	7.00 週刊マック/手話	7.00 週刊マック/手話
8.00 釣りビジョン	8.00 トキメキ応援隊	8.00 釣りビジョン	8.00 釣りビジョン	7.00 週刊マック/手話	8.00 とれたらいいね	8.00 とれたらいいね
9.00 マックワイド	9.00 マックワイド	9.00 マックワイド	9.00 マックワイド	8.00 釣りビジョン	9.00 週刊マック/手話	9.00 マックワイド
10.00 羽ばたけ!未来へ	10.00 雄勝	10.00 つめこみ/求人他	10.00 雄勝	9.00 週刊マック/手話	10.00 雄勝	10.00 雄勝
11.00 マック/求人/天気	11.00 マック/求人/天気	11.00 マック/求人/天気	11.00 マック/求人/天気	10.00 トキメキ応援隊	11.00 週刊/求人/天気	11.00 知多鉄物語
				11.00 週刊/求人/天気		11.00 マック/求人/天気



放送内容

- 市内の出来事 ···· 市内のニュース
- 情報宅配便 ···· 市役所からのお知らせ
- マックコーナー ···· 市民活動、投稿作品、健康づくり等の紹介

データ放送で確認できます。

A promotional image for a special broadcast. In the center, a white airplane is shown from a low angle, flying towards the viewer through a cluster of white clouds. The background consists of a repeating pattern of grey and white checkered squares. At the top left, there is Japanese text: '制作: リアル・キャン Kビジョン(株) 織シティーケーブル周南'. At the top right, the date '4月20日(土) 午後2時~' is displayed. Below the airplane, the text '岩国錦帯橋空港開港記念特別番組' is written in a bold, black, rounded font. Underneath that, the title '羽ばたけ! 未来へ' is written in a large, stylized, bubbly font. At the bottom left, the text '再放送は番組表をご覧下さい' is visible.



問い合わせ先:三沢市ケーブルテレビジョン ☎ 51-1255(国際交流教育センター内)

国籍超える氷上のチームワーク

国際子どもアイスフェスティバル

3月9日

市内小学校と基地内の小学校に通う74人の児童が三沢アイスアリーナに集まり、日米混合の8チームに分かれて氷上競技を楽しみました。

行われた競技は、氷上ボウリング、ゴムそりリレーなど4種目。防寒具とヘルメットを身に付け、準備を整えた児童たちは、ツルツル滑る氷上競技に開始前から興奮気味！ いざ始まるとな、リンク内の寒さをものとせず、目を輝かせて走りまわっていました。また、団体競技で最も大切なチームワークは最良のコミュニケーション手段。話す言葉や国籍は違えども、喜びや楽しみを分かち合った児童や父母たちは、心ゆくまでイベントを楽しみ交流を深めていました。

◆参加者たち
◆日米混合のチームで氷上競技を楽しむ

ほっつき貝の魅力、存分に味わう1日

三沢ほっつきまつり

3月17日

三沢漁港で開かれた、三沢の冬の名物・ほっつき貝の魅力を存分に味わえる祭りに、市内外から多くの人々が訪れました。

この日のために市漁協が準備したほっつき貝は8.5トン。販売コーナー前には早朝からほっつき貝を買い求める人々が作る長蛇の列。炭火で焼いたほっつき貝の無料試食コーナーには、多くの来場者が何度も訪れる、塩味絶妙な熱々のほっつき貝をほおばる姿が見られました。

さらに、中身だけでなく貝そのものを楽しむのがこの祭り。制限時間内に何個のほっつき貝から中身を取り出せるかを競う「ほっつきムキムキ大会」には老若男女が参加し、固く口を閉ざす貝に苦労しながらも熱戦を楽しんでいました。



◆決勝戦は3人が同数。むいた身のきれいな浪岡尚子さん(右から2)が優勝

小さな手で集めてきた真心の結晶

いちい幼稚園園児が「愛の資金」寄付 2月27日

いちい幼稚園の園児37人が市役所を訪れ、袋や貯金箱、ペットボトルに貯めた1円玉を青森県青少年赤十字「愛の資金」へ寄付しました。

このお金は、いちい幼稚園に通う園児たちが保護者協力のもと、毎日少しづつ集め1年間かけて貯めたもの。園児全員が大きな声で「いちい幼稚園のみんなで集めました。困っている人のために使ってください」と伝えた後、代表園児が小さな手で寄付金の詰まった袋やペットボトルなどを手渡しました。可愛らしい園児たちが一生懸命集め貯めた寄付金を受け取った宮古民生部長は感謝し、「大切に使わせていただきます」と応えました。

◆寄付金は被災地へ届けられる義援金品
◆どのように使われるのです

地域の特産生かし、企業と商品開発

商業高校生徒が企業と共同で商品開発 2月28日

地域活性化をテーマに、さまざまな実体験教育に取り組んでいる三沢商業高校。今回、商品開発に取り組む3年生46人は、ゴボウやリンゴなど青森県の特産品を使った商品を開発。4つの商品が商品化され、2月26日から4週間、市内2店舗を含む東北六県と新潟県の約690店舗で販売されました。

この日、生徒らが商品化・発売の報告とともに持参した商品を試食した種市市長。中でも「ごぼうソースで食べるサラダ」のごぼうソースのおいしさに驚きの表情を見せ、絶賛すると、部会を代表して来庁した3人の生徒は笑顔を輝かせていました。



◆開発の中で感じた苦労や楽しさ、商品化された喜びを報告した生徒たち

出来事通信

できごと
つうしん

小さな拳士が繰り広げる 白熱の実践型総合格闘技

北海道・東北ブロック 空道ジュニア選手権大会

3月3日

世界60カ国以上で普及し、国内では仙台を中心とした東北地方で多くの強者が生まれている空道。

会場となった武道館に、三沢支部23人を含めた、北海道から宮城県まで約110人の若き拳士が集まり、白熱した戦いを繰り広げました。



空道とは、極真空手から発展し、柔道技も含んだ総合武道。体の各所に防具を装着した選手たちが交わす、頭部への打撃や投げ技など、より多

◆試合終了後、互いの健闘を讃え握手を交わす選手



彩で激しく実践的な攻防が特徴です。年齢・体重別のトーナメント（一部リーグ戦含む）で争われた1試合の時間は1分30秒から2分。この短時間に打撃や投げなどで有効ポイントを奪わなければならないため、試合は開始直後から激しい技の応酬となります。打撃で隙をみせた瞬間に放たれる投げ技。投げ技に気を取られていると襲いかかる打撃のラッシュ。繰り出す技の鋭さと真剣な眼差し、勝敗に関わらず対戦相手や審判らへ礼節を尽くす姿に日頃の厳しい鍛錬の成果を感じました。

諦めず創作やり遂げた努力を讃えて

三沢市少年少女発明クラブ閉講式 2月24日

市内の小学校3年生から中学校2年生までを対象に会員を募り、毎年活動を続いている三沢市少年少女発明クラブは、県立三沢航空科学館を主な会場として、身近にある材料を使った科学工作や、未来の科学の夢をテーマにした絵画・作文などの創作活動を実施。1年間の集大成である完成作品を、ロボットコンテストなどの各種大会に出展して成果を披露することで会員のチャレンジ精神を養っています。

多くの大会で会員が入賞を果たした今年度の活動の締めくくりとして行われたこの日の閉講式では、同クラブの石坂会長から、会員約20人に修了証が、各種大会入賞者17人に表彰状が手渡されました。



◆集中して最後まで諦めず続けてきた会員の努力を讃える石坂会長(左)

家族を思い作る「パパ料理」の魅力

子育てパパの幸せ講座

2月23日

市は男女共同参画を推進する中で、明るい家庭で充実した毎日を送るには父親が積極的に家事や育児に参加することが必要と考え、「パパ料理研究家」として知られる滝村雅晴氏を講師に迎え、総合社会福祉センターで講演会を行いました。

料理をきっかけに独立起業した滝村氏。趣味の料理から家族のために作る「パパ料理」に変えたことで自身や家族に生まれた変化、趣味や健康管理のみならず仕事能力向上や社会問題対策へつながる「パパ料理」の魅力などをわかりやすく語りました。家族を、地域を思いやる社会の実現に期待を寄せる氏の講演に、若い父親など男性を中心に集まった10人の参加者は、真剣な表情で聞き入っていました。



◆「作った料理を食べてもうれる相手がいることは幸せです」と話す滝村氏(右)

今を変えれば未来は変わる！

ヘルスリテラシー

ヘルスリテラシーって何ですか？

ヘルスリテラシーとは「健康教養」。日頃から健康や医療に関する正しい知識や情報をもち、それらを適切に利用し活用する力のことです。

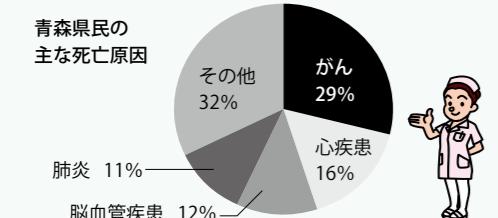
病気を予防し健やかに暮らすためには、現状をよく知り、正しい情報を生かすことが大切です。生活習慣を改善するための日頃の小さな積み重ねがあなたの健康を守ります。

まずは現状を知りましょう！

青森県の平均寿命は全国最下位です

順位	男性(平均寿命)	女性(平均寿命)
1位	長野県(80.88歳)	長野県(87.18歳)
2位	滋賀県(80.58歳)	島根県(87.07歳)
…	…	…
46位	秋田県(78.22歳)	栃木県(85.66歳)
47位	青森県(77.28歳)	青森県(85.34歳)

死亡原因の約6割は、がん、心疾患、脳血管疾患



青森県は肥満者が多い傾向にあります

成人肥満者の割合 青森県は全国9位(38%)

児童・生徒の肥満者の割合

小学校1年	小学校6年	中学3年	高校3年
全国 4.2%	9.3%	7.9%	9.6%
青森県 8.1% 2位	11.2% 11位	11.2% 3位	12.0% 9位

三沢市民の健康課題は何でしょう？

- ①死亡原因是1位がん、2位心疾患、3位脳血管疾患。自殺の割合も全国より高い。
- ②肥満者の割合 男性 30.5% 女性 26.8%
- ③喫煙者の割合 男性 22.5% 女性 4.1%
- ④糖尿病の人は 11.1%。予備軍を合わせると約 23%。糖尿病で亡くなる方が多い傾向にあり、重要な健康課題の一つです。
- ⑤がん検診受診率 約 25%

生活習慣病は、加齢とともに増加し、運動、食生活や喫煙、多量飲酒などの生活習慣が関連する病気です。できることから生活改善に取り組みましょう。

問い合わせ…保健相談センター ☎ 57-0707



4月の保健だより

久保田 李桜(いお)ちゃん/9ヶ月

休日救急診療	
4月 7日	すずき小児科内科クリニック 52-6555
4月 14日	柿崎外科医院 57-1151
4月 21日	得居泌尿器科医院 50-1333
4月 28日	中山内科医院 52-7752
4月 29日	あいざわクリニック 58-7370
5月 3日	こおり耳鼻科クリニック 53-3387
5月 4日	得居泌尿器科医院 50-1333
5月 5日	石田温泉病院 0178-52-3611
5月 6日	鳴海外科医院 53-3056

* 17時以降の夜間救急診療は当番制ではありません。

健康診査・保健相談

内容・対象	月 日	時間	場所
プレママクラス(母親教室)	4月 22日(月)	13:30～16:00 (受付 13:15～13:30)	
*予約制です。 内容 マタニティピラティスと調理実習のどちらかを選択となります。 持ち物 母子手帳、バスタオル(ピラティス)、エプロン・三角巾(調理実習)			
4カ月児健康診査	4月 16日(火)	受付 12:45～13:15	
*ブックスタート事業(絵本の読み聞かせや絵本のプレゼント)があります。			
親子すくすく広場	4月 16日(火)	9:30～11:00 (受付 9:30～10:00)	
*予約制です。 対象 5～7カ月児 内容 計測、ベビーマッサージ、育児相談など 持ち物 母子手帳、バスタオル			
9～10カ月児健康相談	4月 17日(水)	受付 9:30～10:00	
1歳6カ月児健康診査 (平成23年8月生まれの幼児)	4月 25日(木)	受付 12:45～13:15	
2歳児歯科健康診査 (平成22年11月生まれの幼児)	4月 17日(水)	受付 12:45～13:15	
3歳児健康診査 (平成21年9月生まれの幼児)	4月 24日(水)	受付 12:30～13:00	
▼乳幼児健診では、母子健康手帳・バスタオルなどを持参してください。 1歳6カ月児・2歳児・3歳児健康診査では診査票などを忘れないでください。 体調不良や感染症などのときは受診をご遠慮ください。			
栄養相談	随時	受付(予約制)	
一般健康相談	月～金曜日随時	8:30～16:30	
こころのケア相談	4月 18日(木)	10:00～12:00 13:00～15:00	
面接相談	4月 30日(火)	10:00～15:00	
*面接は前日までに要予約 ☎ 57-0029(専用電話)			

保健相談センター

日 時	場 所
4月 7日(日) 10:00～12:00 13:00～16:00	スカイプラザミサワ
5月 5日(日・祝) 10:00～11:45 13:00～16:00	ビードルプラザ(北側駐車場)

問い合わせ…保健相談センター ☎ 57-0707

MEDICAL INFORMATION

年1回は検診を受けましょう～各種検診の日程～

▶各種がん検診は選択して受けることができます。(年度内に1度限り)

▶年齢は全て平成26年3月31日を基準としています。

▶生活保護世帯、非課税世帯、75歳以上の方は全て無料で受診できます。(※がん検診は65歳以上が無料)

▶検診会場は保健相談センターです。(※8月28日の市民がん検診は新森地区コミュニティ集会施設)

▶子宮がん・卵巣がん・乳がん検診の対象者は偶数年齢の方のみです。



集団検診

検診項目	対象者	検診内容	料金	実施期間	案内・申込方法
胃がん検診		問診・胃部X線(バリウム)検査	1600円	市民がん検診として同日実施	マックテレビ、ホームページ、町内回覧(5月)、保健協力員を通じてご案内します。
大腸がん検診	40歳以上	問診・便潜血反応検査(2日間採便)	500円	6月27日～29日	▶申込方法 ①保健相談センター窓口申し込み ②申込書(保健相談センター設置またはホームページ掲載)を郵送 ※FAX不可
肺がん検診	40歳以上	問診・胸部X線(必要により喀痰検査)	500円 (喀痰検査800円)	7月1日～2日 9日～13日	③保健協力員への申し込み
肝炎ウィルス検診		問診・血液検査	600円	28日～31日	
歯周病検診		問診・歯科医師による診察	無料	8月28日～30日	
前立腺がん検診	50歳以上の男性	問診・血液検査	600円	11月14日～16日	
子宮がん検診	20歳以上の女性	問診・視診・子宮頸部細胞診	1800円	婦人科検診で同日実施	74歳までの対象者には個別通知(申込はがき同封)するほかマックテレビ、広報、ホームページなどでご案内します。
卵巣がん検診	偶数年齢女性	超音波検査(子宮がん検診とセット)			▶申込方法 ①申込はがきで窓口申し込み ②申込はがきを封筒で郵送 ③窓口で申し込み(76歳以上)
乳がん検診	40～58歳の偶数年齢	問診・視触診・マンモグラフィー	40歳代1,700円 50歳代1,300円	9月26日、27日、30日 10月1日～4日、8日～11日	対象者に個別通知
	60歳以上の偶数年齢	問診・マンモグラフィー	900円	11月6日～8日	▶申込方法 ①窓口②郵送
骨粗しょう症検診	40,45,50,55,60,65,70歳の女性	問診・骨密度測定	600円	9月6日、24日	

個別検診

検診項目	対象者	検診内容	料金	実施期間	検診場所	案内・申込方法
婦人科検診	子宮がん検診 20歳以上の偶数年齢	問診・視診・子宮頸部細胞診	1,500円	4月～平成26年3月末	三沢中央病院 田辺医院	対象者の方に個別通知します。
	卵巣がん検診	超音波検査(子宮がん検診と同時実施で希望者のみ田辺医院で受診)	300円			▶申込方法 直接、医療機関に申し込み ※保険証をお持ちください。
クボン検診	子宮がん検診 21,26,31,36,41歳の女性	問診・視診・子宮頸部細胞診			市立三沢病院 三沢中央病院 田辺医院	対象者の方に個別通知します。
	乳がん検診 41,46,51,56,61歳の女性	問診・触視診・マンモグラフィ	無料	6月～平成26年3月末	市立三沢病院 三沢中央病院 あいざわクリニック	保健相談センターで予約をし、医療機関で検診 (市の集団検診でも受診可能)
	大腸がん検診 41,46,51,56,61歳の男女	問診・便潜血反応検査(2日間採便)			青森県総合健診センター (保健相談センターに検体提出)	

申し込み・問い合わせ先 保健相談センター ☎ 57-0707

広告

広告

献血のお知らせ

日 時	場 所
4月 7日(日) 10:00～12:00 13:00～16:00	スカイプラザミサワ
5月 5日(日・祝) 10:00～11:45 13:00～16:00	ビードルプラザ(北側駐車場)

問い合わせ…保健相談センター ☎ 57-0707

下久保在住の40歳。青森県車いすテニス協会副会長。

1997年から知人を通して車いすテニスを始め、1年足らずで渡米。サンディエゴのUSオープン合宿で世界レベルを体験した後、十和田市を中心に練習を重ね、国内、特に海外の車いすテニス大会に多数出場。2003年には世界ランキング1位を獲得する。

また、2005年から主催する車いすテニスの国内大会を、2008年からは国際大会に昇格させ、三沢市南山で毎年開催。気心知れた50人の仲間や高校生、その他多くのボランティアスタッフと共に全国から選手を招き、競技や懇親会を通じて交流を深めている。

左肘に続き、右肘の痛みに悩まされ2012年10月に現役引退を決意。その後は、若手選手の熱意を受けて、固辞していた車いすテニス日本選手団のケードクラス・ナショナルコーチに就任。現在は、パラリンピックでのメダル獲得を目指し、自身の経験・知識を生かしながら代表選手を指導。さらに、八戸養護学校の子どもたちのために月1回の教室を開き、未来の選手育成にも励んでいる。

青森県における車いすテニス競技の普及拡大への尽力が認められ、2013年に第7回東奥スポーツ賞を受賞。

選手として出場する橋さん▶



「ふれあい・もてなし」の心が「つながり」を生む

仲間と共に国際大会を開催し続け、車いすテニスの普及に尽力

南山テニスコートで毎年開催されている「三沢国際車いすテニス大会」。50人以上のボランティアスタッフらが支え、全国から集まる出場選手は年々増え続けている。この国際大会の中心的存在になっているのが、橋信宏さんだ。橋さんが車いすテニスに出会ったのは97年。当時は身近に練習する場所も相手も無かったため、十和田に毎日早く朝から通い、健常者相手に車いすテニスを手探りで学んだ。

「もっとテニスがしたい。世界を知りたい」。そう思った橋さんは、車いすテニスを始めてから一年にも満たないうちに、知人と渡米。世界レベルの合宿に参加した。英語は話せず、海外旅行も初めて。周囲には「無謀」と言われたが、「なんとかなる」の一心だった。それから、さらに練習を重ね、海外の国際大会に数多く出場。経験を積み、力を付け、03年には世界ランク1位を獲得。世界のトップランカーと肩を並べて闘つてきた。「健常者と同じ舞台でできる、数少ないスポーツなん

です」。車いすテニスの魅力について、橋さんはそう話す。そんな橋さんが恩師の言葉をきっかけに始めた国際大会。スタッフは、知人から知り、繋がるように集まつた気心知る仲間。皆、橋さんの障害をハンディだと思わず、健常者のように付き合っているという。「情け」じゃないんですよ」。橋さんは、転んでも時に助けてくれない仲間を、笑いながら、しかし誇らしげに話した。

この大会の根底にあるのは「ふれあい」と「もてなし」の心だという。スタッフは参加者に少しでも喜んでもらおうと、地産の農水産物を振る舞い、三沢高校定時制の生徒たちは車いすの運び方を自ら学び、互いに声を掛け合う。その心は人と人のつながりを生み、協力者の輪は今なお広がり続けている。

資金不足などから今後の開催が危ぶまれている大会ではあるが、「存続が目標です」と力強く話す橋さんの眼差しには、関わっている多くの人たちの想いと期待に応えたいたいという熱意がこもっていた。

人口と世帯数 —2月末現在— ※()内は前月との増減比較

■人口 42,189人 (-14人)・男 20,794人 (+1人)・女 21,395人 (-15人) ■世帯数 18,821世帯 (+5世帯)