

広報お知らせ版

編集と発行 ● 鶴田町企画観光課 TEL22-2111 内線 261

国民健康保険証が郵送されます

《健康保険課》

現在お使いの国民健康保険証は、令和元年七月三十一日（水）が有効期限となっており、八月一日（木）からは新しい国民健康保険証となります。新しい保険証は、七月下旬に簡易書留で住所地に郵送されますので、到着後は新しい保険証により医療機関などで受診してください。

なお、旧保険証はご自身で破棄してください。

※保険税の滞納がある方には郵送されませんので、七月二十二日（月）以降に現在使用している保険証を持参して、健康保険課⑤番窓口へおいでください。

※住民票に記載の住所地を、長期入院や出稼ぎなどで留守にする場合は、郵便局にて「転送届」の手続きをされるようお勧めいたします。役場で直接受け取りたい方は、七月三日（水）までに電話などでお申し込みください。

※郵送で受け取ることができなかった方は、八月一日（木）午前十時以降に現在お使いの保険証と印鑑（代理人の場合は受け取りに来る方の印鑑）を持参して健康保険課⑤番窓口へおいでください。

※平成三十年度から保険証と高齢受給者証が一体化したため、七十歳以上の方には「保険証兼高齢受給者証」を郵送します。また、新たに七十歳になる方には、誕生月の末日までを有効期限とした「保険証」を郵送します。その後、誕生月に「保険証兼高齢受給者証」交付についての通知をお届けします。

● 問い合わせ先

健康保険課 国保介護班（内線144）



**7月31日（水）は
固定資産税2期分、国民健康保険税
1期分の納期限です。**

鶴田町職員を募集します

《総務課》

町では、令和元年度職員採用試験（中級）を次のとおり行います。

- 職種 保健師
- 採用予定数 一名程度
- 採用予定日 令和二年四月一日

● 受験資格 保健師資格を有する（令和二年三月保健師資格取得見込者を含む）、平成二年四月二日以降の出生者

● 試験日 一次試験は九月二十二日（日）。二次試験は十一月中を予定

● 試験場所 青森市内を予定（後日通知）

● 申込受付期間 七月八日（月）～二十六日（金）午前八時十五分～午後五時（土日・祝日を除く）

※郵送の場合は七月二十六日（金）必着

● 受験申込書等

受験申込書等は総務課人事行政班で配布するほか、町のホームページからもダウンロードできます。

（<http://www.town.tsuruta.lg.jp/>）

● 問い合わせ・申込先
総務課 人事行政班
（内線272）

鶴田町身体および知的障害者相談員について

《町民生活課》

今年も福祉関係などに関する相談に応じますので、お知らせします。

● 身体障害者相談員

小坂 清弘（沖）
☎28-2098

山田 豊実（山道）
☎090-1492-1043

● 知的障害者相談員

月永 進（鶴泊）
☎22-2218

● 問い合わせ先

町民生活課 福祉支援班
（内線164）

給与所得者の個人住民税は全て「特別徴収」となります

《税務会計課》

給与所得者（従業員）の個人住民税については、地方税法の規定により、給与支払者（事業主）が給与から特別徴収（天引き）により納入することとされて

ています。

このため、西北地域二市五町と西北地域県民局県税部では、原則として全ての事業主の方に特別徴収を行っていただいておりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

個人住民税の特別徴収とは、所得税の源泉徴収と同様に、事業主が従業員に代わり、毎月支払う給与から個人住民税を天引きし、納入していただく制度です。

従業員の方には、納め忘れがなく、納期が年十二回のため普通徴収の年四回に比べて一回当たりの納付額が少なくなるといった納税の便宜を図る目的があります。

なお、個人住民税の特別徴収は、町が従業員ごとの税額をお知らせしますので、所得税の源泉徴収のような税額計算や年末調整の手間はかかりません。

● 問い合わせ先
税務会計課 税務相談班
（内線121）



若年性認知症個別相談会のご案内

《青森県若年性認知症総合支援センター》

六十五歳未満で発症する若年性認知症。「もしかしたら若年性認知症かも」、「診断されたけど、どうしたらいいのかわからない」と、ひとりでお悩んでいませんか？

病気になる方などお気軽にご参加がある方などお気軽にご参加ください。

● 日時

七月十四日（日）
午前十時～十二時

※ミニ講話「若年性認知症について」も行います。

● 会場

五所川原市中央公民館 二階

● 対象

個別相談を希望される方

● 参加費 無料

● 申込方法

左記まで電話でお申し込みください。個別相談は当日も受け付けますが、事前に予約されている方が優先となります。

● 問い合わせ・申込先

青森県若年性認知症総合支援センター
☎0178-38-1360

2020年版青森県民手帳の販売について

《青森県統計協会》

青森県統計協会では、「青森県民手帳」を次のとおり販売いたします。購入を希望する方は、役場企画観光課まちづくり班までお申し込みください。

● 価格

・通常版（黒、青、赤、緑、桃）一冊 六百元（税込）

・限定版（津軽ごぎん刺し模様、南部菱刺し模様）一冊 八百円（税込）

● 規格

・サイズ：一五〇mm×八五mm
・ページ：本体一七六ページ
別冊 八〇ページ

● 申込締切日

八月二日（金）

● その他

※現金を添えてお申し込みください。

● その他

お渡しは十月三十一日（木）頃を予定しております。

● 問い合わせ・申込先

企画観光課 まちづくり班
（内線263）



農道補修の申請を受け付けます

鶴田町子育て支援センターのお知らせ

《建設整備課》

町では、今年も農道補修（敷砂利）事業を行います。実施時期は七月後半から八月末ごろまでの予定で実施方法は現物（砂利など）支給とし、各申請団体の実施数量に応じた負担額について、町が一部助成いたします。

また、路面を削って均す「グリーダー委託事業」も併せて申請を受け付けます。

ただし、多面的機能支払交付金で農地維持支払を受ける団体は本事業に申し込むことはできません。

なお、過去三年間に補修事業を実施した団体には、申請書類一式を送付しますが、新たに希望する団体は、建設整備課土木班へお知らせください。

- **受付期限**
七月十九日（金）
- **申込先**
建設整備課 土木班
（内線286）



《鶴田町子育て支援センター》

鶴田町子育て支援センターでは、左記のとおり保育体験、子育て相談などを実施しますので、お気軽にご利用ください。

● 保育体験

- **妊婦・乳児（0歳児）親子保育体験（離乳食体験含む）**

▽日時

- 七月十六日（火）、八月二十日（火）、九月十七日（火）
- 午前九時三十分～十一時

- **幼児（1～5歳児）親子保育体験（給食体験あり）**

▽日時

- 休日を除く毎日
- 午前九時三十分～十一時三十分

- ※いずれも必ず予約をしてください。給食希望の方は、十日前までに予約をしてください。
- ※キャンセルする場合は、前日までにご連絡ください。

● 子育て相談日

▽日時

- 七月二十七日（土）、八月二十四日（土）、九月二十八日（土）
- 午前十時～十二時、午後一時～三時

※予約制ではありません。

● 親子リフレッシュタイム

- ▽日時・場所
- 七月三日（水）、八月七日（水）、九月四日（水）

午前十時～十一時三十分
鶴遊館（栄養指導室）

▽内容

七月：七夕の飾りを作ろう
八月：水遊びを楽しもう

（場所 つるた乳幼児園）
九月：折り紙で「アンパンマン・ドキンちゃん」を作ってみよう

※0歳児～入学前の子まで、どなたでも親子で参加できます。

※予約制ではありません。

● ふれあい体験（小中高生・大人）

▽日時

- 毎週土曜日 午前九時～午前中
- 右記以外でも相談に応じます。
- ▽場所 つるた乳幼児園
- ▽募集人員 一日五名（予約制）

▽内容

子どもたちと遊んだり、生活援助（おむつ交換、授乳、食事の世話など）を体験する。

※子どもたちと一緒に昼食をとりたい方は、お弁当をご持参ください。

● 問い合わせ・申込先

鶴田町子育て支援センター
（つるた乳幼児園内）
☎ 22-3765



～協会けんぽ加入者（被扶養者）の方へ 特定健診のお知らせ～

国保以外の協会けんぽ加入者（被扶養者）も、年に1回は特定健診を受けて、自分自身の健康状態のチェックと病気の早期発見に努めましょう。

◇受診対象年齢…40歳（令和2年3月31日までに40歳になる方）

～74歳（75歳の誕生日前日までの方）

◇健診会場・健診日…健診会場は鶴遊館です。

健診日は鶴田町健康カレンダーをご参照ください。

◇申込方法…事前に予約が必要です。直接、お電話で青森県総合健診センターへお申し込みください。
（☎017-741-2336）

◇個人負担…無料

◇特定健診当日お持ちいただくもの…健康保険証 ・ 特定健診受診券（4月中に自宅へ郵送）

◇検査項目…身体測定（身長、体重、BMI、腹囲測定） ・ 理学的検査（内診）

・ 血圧測定 ・ 尿検査（尿糖、蛋白）

・ 血液検査 { 血中脂質検査（中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール）
血糖検査（空腹時血糖またはヘモグロビンA1c）
肝機能検査（GOT、GPT、γ-GTP）

なお、健診日には胃がん・大腸がん・肺がんの各種がん検診もあわせて受診できます。がん検診の詳細については、鶴田町役場 健康保険課へご確認願います。

○問い合わせ先 全国健康保険協会 青森支部（☎017-721-2723）



令和元年



町の保健だより



健康保険課 健康長寿班
連絡先(内線 131~136)

町食生活改善推進員(みつば会)による調理実習のお知らせ♪

男性のための料理教室(初級編)



- 日時: 7月9日(火) 9:30~12:30
- 場所: 鶴遊館 調理室
- 対象: どなたでも参加できます
- 持ち物: エプロン、手ふきタオル、三角巾(バンダナ)
- 参加費: 200円(当日徴収します)
- 申込: 7月5日(金)

〈メニュー〉

- ・サバ缶カレー
- ・オニオンスープ
- ・たたきキュウリの昆布風味



集団婦人健診が始まります(6/30~7/2, 7/17~7/20の計7日間)



6月30日(日)から『子宮頸がん・卵巣がん検診』および『乳がん検診』が始まります。今年度対象で、まだ申し込んでいない方、申し込みを忘れていた方は、今からでも間に合います。また、申込書に「受けない」と記入して提出された方も変更可能です。ぜひご連絡ください。

「傾聴サロン」のお知らせ♪ ~コーヒーやお茶を飲みながらゆったり一休みしませんか~

誰かに話を聞いてもらいたいとき、また誰かと話をしてスッキリしたいときなどありませんか? 鶴田町傾聴ボランティア養成講座修了生による「つるりんの会」が、あなたのお話をじっくりと聴きます。お話しした内容の秘密は厳守します。安心してお越しください。



- 日時: 7月1日(月) 13:00~15:00
- 場所: 鶴遊館 栄養指導室



からだ すっきり! さっぱり! 健康運動教室のお知らせ

- 日時・場所: 7月 4日(木)、8日(月)、11日(木)、29日(月) → 鶴遊館
- 18日(木)、22日(月) → B&G フール
- 時間: 鶴遊館 → 10:00~11:00
- B&G フール → 14:00~15:00

- *申し込みは不要です。
- *場所・時間のお間違いにご注意ください。
- *運動できる服装でおいでください。
- *お茶、お水、タオルなどをお持ちください。



知っていますか? 乳児ポツリヌス症のこと

~ハチミツを与えるのは1歳を過ぎてから~



乳児ポツリヌス症は1歳未満の赤ちゃんに特有の疾患です。赤ちゃんは腸内環境が整っていないため、口から摂取されたポツリヌス菌が腸内で増えて毒素を出すことにより発症します。便秘、哺乳力の低下、元気の消失、泣き声の変化、首のすわりが悪くなるといった症状を引き起こすことがあります。

ほとんどの場合、適切な治療により治癒しますが、まれに亡くなることがあります。

■乳児ポツリヌス症予防のために ~赤ちゃんのお母さん・お父さんやお世話をする方へ~

1. 1歳未満の赤ちゃんがハチミツを食べることによって乳児ポツリヌス症にかかることがあります。
2. ハチミツは1歳未満の赤ちゃんにリスクが高い食品です。
3. ポツリヌス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死にません。1歳未満の赤ちゃんにハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。