

# 鶴田町お知らせ版

編集と発行 ● 鶴田町企画交流課 Tel 22-2111 内線 261

## 鶴田町職員(社会人枠)を再募集します

町では、令和7年度職員採用試験(社会人枠)を次のとおり行います。

第一次試験は、公務員試験対策が不要な「S P I 3(総合適性検査)」により実施します。

●職種・採用予定人員 建築職 1名程度

●採用予定日 令和8年4月1日

●受験資格 詳しくは右下QRコードから町ホームページをご覧ください。

●申込方法 「鶴田町電子申請・届出システム」によるインターネット申込(推奨)

※持参・郵送による申込書類の提出も可能です。

●申込期限 令和7年11月28日(金)午後5時まで

●試験日 第一次試験：11月26日(水)～12月9日(火)までのいずれか

第二次試験：12月下旬～1月中旬を予定

●試験内容

S P I 3検査 WEBテスティング(性格検査、基礎能力検査)

※自宅等のインターネット環境のあるパソコンで受検いただきます。

●その他

採用試験実施要項及び申込書類は総務課人事係で配布するほか、町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/syoukai/saiyou.html>)

■問い合わせ・申込先

総務課 人事係(内線 272)



### 国勢調査へのご回答ありがとうございます！

◇調査票の提出がまだお済みでない方は、お早めにご記入し、提出をお願いいたします。

◇お手元に調査票が届いていない方は、ご連絡をお願いいたします。

■問い合わせ及び提出先

企画交流課 計画係(内線 261)



12月1日(月)は固定資産税4期分と  
国民健康保険税5期分の納期限です。



## シェイクアウト訓練（身体保護訓練）を実施

11月5日に県内一斉のシェイクアウト訓練が実施されます。

当町でもこの訓練に参加し、地震発生時の安全確保行動を確認します。

町の皆さんも、この機会を活用して、家庭や職場などの安全行動を練習してみましょう。

### ●訓練開始

11月5日（水） 午前10時

### ●訓練想定

県内に大きな被害をもたらすことが想定される「日本海溝・千島海溝周辺海溝型地震」を想定

### ●訓練方法

- ・町が防災行政無線や戸別受信機、登録制メール、町公式LINEで緊急地震速報の訓練情報を発出。
- ・情報を合図に、各家庭や職場で1分間程度、机やテーブルの下に隠れたり、姿勢を低くして手で頭を守るなど「安全確保行動」を行ってください。（実施は任意です。）

### ●その他

- ・上記の対応のほか、各家庭や職場で避難ルートや備蓄物資の確認など、無理なく取り組める範囲で防災に関する取り組みにチャレンジしてみましょう。
- ・詳細は、県庁HP「青森県防災チャレンジ」をご覧ください。

### ■問い合わせ

総務課 行政係（内線271）



青森県防災チャレンジ

## 小中学生のインフルエンザ 予防接種を一部助成します

鶴田町に住所を有する小・中学生がインフルエンザの予防接種をした際の費用を一部助成します。

### ●実施期限

令和8年1月31日

### ●助成金額

1回 1,000円

詳しくは9月下旬に学校で配布または郵送されているチラシにてご確認ください。

### ■問い合わせ

教育委員会 学務総務係（内線214）

## 町営住宅入居者募集

### ●募集住宅

- ・鶴寿団地 長屋 1戸
- ・鶴寿団地 戸建て 1戸

※入居希望者が複数の場合抽選となります

### ●募集期間

・令和7年11月4日～11月14日  
8時30分～16時30分（土日祝を除く）

### ●申請資格

- ・2名以上でお住まいになる方
- ※60歳以上の方は単身での入居が可能
- ・税金などの滞納がない方
- ・その他、入居基準等詳細はホームページ又は建設整備課までお問い合わせください。

### ■問い合わせ

建設整備課 地域住宅係（内線287）

## 訓練放送のお知らせ

令和7年11月12日（水）11:00頃（予定）に、防災行政無線や登録制メール（つるりんほっとメール）、町公式LINEを使用して、Jアラートの訓練放送がありますので、予めご了承ください。

■問い合わせ 総務課 行政係（内線271）

## 農振除外の申請を 受け付けします

町では、「農業振興地域の整備に関する法律」に基づき、農業振興地域内に『農用地区域』を設定し、この区域を農業上の用途に供する土地として定めています。

農用地区域内の土地を農用地以外の用途（住宅の建築など）に利用する場合、事前に『農振除外（農用地区域からの除外）』の申請をする必要があります。

この申請の受け付けは、年2回を予定していて、受付の翌月から各関係機関との調整・協議や公告・縦覧などの手続きを経て、認可されるまで約6ヶ月間を要します。  
(※国、県などの事業により、除外できない場合もございます。)

### ●申請受付期間

令和7年12月1日(月)～12月26日(金)

### ■問い合わせ・申請先

農業振興課 農地係（内線294）

## ヘルプマーク・ヘルプカードについて

### ●ヘルプマークとは

外見では障がいがあると分からなくても、援助や配慮が必要だということを周囲に知らせるためのものです。

このマークを見かけたら、電車内で席を譲る、困っているようであれば声をかけるなど思いやりのある行動をお願いします。



ヘルプマーク

### ●ヘルプカードとは

障がいのある方が困った時に助けを求めるためのもので、「手助けが必要な人」と「手助けができる人」をつなぐカードです。このカードの提示がありましたら、記載されている内容に沿って支援をお願いします。

【自由記述欄】

※記入してほしいことを自由記述欄に記入ください。

あなたの支援が必要です

ヘルプカード



青森県

ヘルプカード

### ●申込方法など

対象者は、鶴田町在住で、身体障がい、知的障がい、発達障がいのある方など、援助や配慮を必要としている方です。(障がい者手帳の有無は問いません)

申込方法は、「ヘルプマーク・ヘルプカード配布申込書」を福祉介護課 地域福祉係 ③番窓口へ提出してください。

申込書は、窓口に準備しているほか、町ホームページからダウンロードできます。

■問い合わせ 福祉介護課 地域福祉係(内線 162)

## 鶴田町身体障害者および知的障害者相談員について

今年も、福祉関係などに関するご相談に対応します。

### ●身体障害者相談員

山田 豊実（山道）☎090-1492-1043

### ●身体障害者相談員及び知的障害者相談員

神 美幸（鷹ノ尾）☎22-6035

### ■問い合わせ

福祉介護課 障がい支援係(内線 163)

## 戦没者遺族相談員について

戦没者遺族相談員を次のとおり設置しています。  
各種援護などに関する相談に応じます。

氏名	電話番号
加藤 和夫（弘前市）	0172-34-8082
久保田 整（藤崎町）	090-5591-7343
斎藤 文昭（平川市）	0172-44-3423

### ■問い合わせ

青森県健康医療福祉政策課 保護・援護グループ  
017-734-9278

## 令和7年度 鶴田小学校 「三世代ふれあいおはなしまつり」

昨年度、統合後では初めて実施した「三世代ふれあいおはなしまつり」ですが、今年度は3回に分けて実施し、2回目については、地域の方にもお越しいただいて実施する運びとなりました。たくさんのご参加をお待ちしております。

●日 時 11月 21日 (金) 10:15~11:15  
(受付 9:50~10:05)

●場 所 鶴田町立鶴田小学校 体育館

●内 容 五所川原市立栄小学校おはなしの会『ほっぺた』による読み聞かせ

※事前の申し込みは不要です。

※車で来校される場合は西側保護者駐車場をご利用ください。

## 11月学校行事予定

### 小学校

21日(金)三世代ふれあいおはなしまつり

### 中学校

26日(水)~28日(金)修学旅行(2年)

## 町の子育て支援の中で、 教育委員会では3つの事業を実施中

- 小・中学校修学旅行費助成
- 小・中学校新入学準備費用助成
- 学校給食費無償化



給食の献立

令和7年



# 町の保健だより



連絡先：子ども健康課 健康推進係

「冬期総合健診」のお知らせ：11月30日(日)、12月1日(月)～2日(火)の計3日間

今年度から冬期総合健診でも肺がん・結核検診を行います。

今年度対象で夏期総合健診、巡回肺がん・結核検診を受けられなかった方は、冬期総合健診をぜひご利用ください。  
健(検)診の申込みは随時受付しています。お気軽にお問い合わせください。

会場は鶴遊館！ 健診料は無料！

## 朝ごはん運動～規則正しい生活習慣～

## みんなに知ってほしい「飲酒のこと



飲酒は健康だけでなく、様々な影響をおよぼします。一人ひとりがアルコールのリスクを理解し、どのような影響があるか、自分にあった飲酒量を決め、健康に配慮した飲酒を心がけましょう。



### 【お酒との付き合い方を見直してみよう】

あらかじめ量を決めて、飲酒する。

多量飲酒に注意する。

1週間の内、飲まない日を設ける。

他人への飲酒の強要はしない。

飲酒前、飲酒中に水分や食事を摂る。

不安や不眠を解消するための飲酒はしない。

### 【年齢、性別、体质の違い等によるお酒の影響】

- ・高齢者は体内の水分量の減少等で、若い頃と同じ飲酒量でも影響が強く現れ、転倒、骨折、筋肉の減少の危険性が高まります。20歳代の若年者は脳の発達の途中であり、健康問題のリスクが高まる可能性があります。
- ・女性は一般的に男性と比べて、体内の水分量が少なく、分解できるアルコール量も少ないため、アルコールの影響を受けやすいことが知られています。
- ・体内の分解酵素の働きの強弱等が個人によって大きく異なり、顔が赤くなったり、動悸や吐き気を引き起こす可能性があります。
- ・長期・多量飲酒により、アルコール依存症、生活習慣病、肝疾患等を発症したり、飲酒後に行動面のトラブルを引き起こす可能性があります。

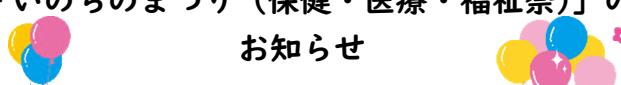
QRコード



### 【飲酒チェックツール「アルコールウォッチ」を活用してみよう】

自分が飲んだお酒の種類を選ぶと、簡単に総飲酒量とお酒の分解時間が計測できます。→

## 「いのちのまつり（保健・医療・福祉祭）」のお知らせ



★日 時：11月15日(土) 午前9時30分～午後4時  
16日(日) 午前9時30分～午後3時  
(※午前10時30分～むし歯0本児表彰式)

★場 所：鶴遊館



※詳しくは、配布されるパンフレットをご覧ください。

※今年も『健康づくりお楽しみ抽選会』を行います。

特定健診・各種がん検診・健康教室等でお配りした抽選券をお持ちください。健康グッズ、商品券、お楽しみグッズ等いろいろな商品が盛りだくさん！

16日(日)「歯の健康診断室」でお子さんへのフッ素塗布が無料で受けられます。むし歯を予防するために、表彰式に参加するお子さんをはじめ、たくさんのご利用をお待ちしております。



## 「傾聴サロン」で

## ほっこり、すっきりしませんか

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。

★日 時：11月17日(月) 午後1時30分～3時

★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

★開催日：11月6日(木)、11月20日(木)

★時 間：午後1時30分～2時30分

★場 所：鶴遊館 ふれあい広場

★対 象者：町民の方なら、どなたでも参加できます！

◎保育スペースをご用意します。

→利用希望の方は2日前までに健康推進係へご連絡ください。

予約不要！  
参加費無料！

