



福祉タクシー利用券の交付

令和6年度鶴田町福祉タクシー利用券を次の日程で交付します。交付対象者で希望される方は、町民生活課福祉支援班③番窓口までお越しください。

▽交付対象者

- ・身体障害者手帳「1級」
- ・愛護手帳「A」に該当する方

▽交付期間および受付時間

令和6年3月25日(月)
～4月26日(金)

▽持参するもの

- ・認め印
- ・身体障害者手帳または愛護手帳

■交付場所・問い合わせ先

- 町民生活課 福祉支援班
- ③番窓口(内線163)

令和7年歌会始

お題は「夢」です

歌会始とは

毎年1月に宮中で行われ、広く一般から詠進(自作の短歌)する国民参加の文化行事です。

▽お題

今年のお題は「夢」

歌に詠む場合は「夢」の文字が組み込まれていればよく、「夢幻」、「夢中」、のような熟語にしても差し支えありません。

▽詠進期限

9月30日(月)まで。郵送の場合は、9月30日消印有効。

▽宛先

〒100-8111 宮内庁
とし、封筒に「詠進歌」と書き添えください。詠進歌は小さく折って封入して差し支えありません。

愛車の住所変更はお忘れなく

自動車税種別割の納税通知書は、原則として4月1日現在での自動車登録の住所(車検証に記載されている住所)にお送りしています。引越など住所が変わったときは、運輸支局で住所の「変更登録」を行う必要があります。

3月中に変更登録の手続きができない場合は、自動車税種別割の住所変更を行いますので、最寄りの地域県民局県税部までご連絡ください。

また、「青森県電子申請・届出システム」から届出することもできますので、詳しくは県ホームページをご覧ください。

※車検証の住所は別途変更が必要で、運輸支局での変更登録も忘れずに行ってください。

■問い合わせ先

西北地域県民局県税部
納税管理課
☎ 0173(34)3141

国民年金保険料免除・猶予申請について

①学生の皆さまへ(20歳以上の方)
卒業シーズンになりました

が、「国民年金学生納付特例制度」の申請手続きはお済みでしょうか。

学生納付特例は、原則として4月から翌年3月までの期間を対象として審査します。

▽申請に必要なもの

- 【A・Bいずれか(一つ)】
A 基礎年金番号がわかるもの / マイナンバーカード
- B 在学期間がわかる学生証のコピー / 在学証明書(原本)

②社会人の皆さまへ

(20歳以上60歳未満の方)

失業等により国民年金保険料の納付が困難になった方は「国民年金保険料免除・納付猶予」制度の手続きができます。

▽申請に必要なもの

- 【A・Bいずれか(一つ)】
A 基礎年金番号がわかるもの / マイナンバーカード
- B 雇用保険受給資格者証 / 雇用保険被保険者離職証のコピー

※①・②の申請には保険料の納付期限から2年を経過していない期間(申請時点から2年1カ月前までの期間)について、さかのぼって申請することができません。

■問い合わせ先

健康保険課 国保介護班
(内線144)

3月の町税等納期

- 上下水道料金 3月分 [3/21(木)]
- 町営住宅使用料 3月分 [3/25(月)]
- 後期高齢者医療保険料 9期 [4/1(月)]

※【 】納期限日

口座振替を利用していない方は、手続き簡単で便利な口座振替のご利用をご検討ください。

防災無線を聞き逃したら!

町の防災行政無線では、災害情報や町のイベント情報などを町民の皆さまに周知しています。万一、放送内容が聞き取れなかった場合、電話で確認できますので、ご活用ください。

◆確認用ダイヤル

☎ : 0173-23-2333

※通話料は利用者負担となります

行政・人権相談

町では、町民の皆さんの行政に対する意見や要望、日頃生活する上での困り事など、さまざまな内容の相談を受けるための行政相談と人権相談を行っています。

■期 日 4月10日(水)

■相談時間 午前10時～午後3時

■場 所 国際交流会館1階 101会議室

**「自然災害による被災者の債務整理に関するガイドライン」
東北財務局からのご案内**

東日本大震災や平成27年9月2日以降に災害救助法が適用された自然災害により影響を受けた個人や個人事業者の方は、「自然災害による被災者の債務整理に関するガイドライン」により、住宅ローンなどの免除・減額を申し出ることができま

詳しくは、ローン借入先の金融機関等にお問い合わせください。
※債務の免除等には、一定の要件を満たすことや借入先の同意が必要ですよ。

問い合わせ先
東北財務局青森財務事務所
☎017(72)1463

バスの車内事故防止のお願い

東北運輸局青森運輸支局(公社)青森県バス協会からお願い
走行中に席を離れると、転倒など思わぬケガをする場合があります。お降りの際は、バスが停留所に着いて扉が開いてから席をお立ち願います。

また、バスは安全運転に徹しておりますが、やむを得ず急ブレーキを掛ける場合があります。満席のため、お立ちになって利用いただく場合には、つり革や握り棒にしっかりとつかまってください。

届出や申請について電子申請を利用しましょう!

「eGov(イーガブ)」のホームページから36協定や最低賃金減額特別許可の申請など労働基準法や最低賃金法に定められた各種届出・申請について電子申請ができます。

◆例年、3月の年度末と4月の年度初めには、労働基準監督署の窓口が来庁者の方で混雑する場合があります。各種届出・申請などを行う際は、電子申請を積極的に活用ください。

問い合わせ先
五所川原労働基準監督署
☎0173(35)2309

「鶴の舞橋」の通行止めが解除されます

「鶴の舞橋大規模改修工事 第一期」が完了しますので、通行止めを解除いたします。

▽一般開放日(予定)
4月1日(月)

※検査等で不具合が発見された場合、一般開放日の変更となる場合があります。

問い合わせ先
企画観光課 観光班
(内線264/265)

町の保健だより

乳幼児健康診査について
対象となる方には個別通知でお知らせします。年間の日程は、「鶴田町健康カレンダー」*をご覧ください。
*町ホームページにも掲載しています

新型コロナウイルス感染症について
お互いを守り合う気持ちで、引き続き、場面に応じた感染防止対策へのご理解とご協力をお願いします。
【新型コロナに関する各種問い合わせ・医療機関の紹介、健康面(後遺症含む)・予防方法等の相談】
・青森県新型コロナウイルス感染症総合電話相談(24時間対応)
☎:0570-065-965
・厚生労働省電話相談窓口
☎:0120-565653
・役場 健康保険課 ☎:22-2111

令和6年度健康カレンダーの配付

新年度の健康カレンダーが、3月未までに各地区の保健協力員をとおして全戸に配布されます。
乳幼児健診の日程や予防接種、また総合健診や婦人健診の日程などが載っています。新年度の健康づくりの計画にお役立てください。

「歯周病検診」のお知らせ

- 対象: 年度内年齢で40歳・50歳・60歳・70歳の方
- ※対象者には、はがきで個別通知しています。
- 健診料: 無料
- ※精密検査や治療にかかる費用は自己負担となります。
- 申込方法
町内の指定歯科医療機関に直接予約してください。
- 持参するもの
届いたはがき、健康保険証
- 期間: 令和6年3月未まで

悩みを抱えていたら相談してみませんか?

- 【こころの相談窓口】
- よりそいホットライン
生活の中で困っていること等、どんな悩みでもご相談ください。
☎:0120-279-338(毎日24時間対応)
 - こころの健康相談統一ダイヤル
所在地域の公的な相談機関につながります。
☎:0570-064-556
(平日9時~16時、18時30分~22時)
 - NPO法人あおもりのちの電話
☎:0172-33-7830(毎日12時~21時)
※メール相談は「あおもりのちの電話」ホームページから入室
- 【誰かに話を聴いてほしい】
- 鶴田町傾聴ボランティア「つるりんの会」傾聴サロン
日時: 第1・第3月曜日(祝日除く) 13時~15時
場所: 鶴遊館 栄養指導室
☎:0173-22-2111
(担当: 健康保険課 健康長寿班)

【有料広告】



創立30周年 ありがとうございます
~これからも地域とりんご産業発展に貢献して参ります~

地方卸売市場
株式会社 津軽りんご市場

〒038-3684 板柳町大字三千石字二湯 21-3
TEL: 0172(72)1211 FAX: 0172(72)1229



児童扶養手当 特別児童扶養手当



問：町民生活課 福祉支援班 ☎：22-2111（内線163）

児童扶養手当

ひとり親家庭などの生活の安定と自立を助け、児童福祉の増進を図るための制度です。

1. 給付の対象となる方（いずれかに該当する方）

- ①ひとり親家庭等医療費受給者 ②父または母が障がいの状態にある方 ③児童の母または父以外で養育している方

2. 給付を受けられない方（いずれかに該当する方）

- ①国内に住所を有しないとき
- ②手当を受けている母または父が婚姻したとき（事実婚も含む）
- ③受給者、配偶者（父または母が障がいの状態にある場合）、扶養義務者の所得が一定以上あるとき
- ④児童が里親に委託されているとき
- ⑤児童が施設等に入所したとき

3. 手当月額

対象児童数	全額支給（月額）	一部支給（月額）
1人目	44,140円	10,410円～44,130円
2人目	上記金額に10,120円加算	上記金額に5,210円～10,410円加算
3人目以降	さらに6,250円ずつ加算	さらに3,130円～6,240円ずつ加算

申請に必要なもの

- ①申請者および児童の戸籍謄本
 - ②申請者および申請者と同一住所の者全員の住民票の写し
 - ③申請者名義の通帳またはキャッシュカード
 - ④申請者の年金手帳または基礎年金番号通知書
 - ⑤申請者および児童のマイナンバーカードまたは通知カード
- ※状況により、必要書類が異なる場合がありますので、詳しくは窓口へお問い合わせください。

特別児童扶養手当

精神または身体に中度以上の障がい有する20歳未満の児童の福祉増進を図ることを目的として給付される手当です。

1. 給付の対象となる児童

- 【1級障害】 身体障害者手帳1、2級または療育手帳Aを持っている人および同程度の障がいがある人
- 【2級障害】 身体障害者手帳3、4級の一部または、療育手帳Bの一部、および同程度の障がいがある人

2. 受給できない方（いずれかに該当する方）

- ①国内に住所を有しないとき
- ②児童福祉施設に入所しているとき
- ③障がいを支給事由とする公的年金を受けられるとき
- ④受給者、配偶者、扶養義務者の所得が一定以上あるとき

3. 手当月額

区分	児童1人
1級障害	月額 53,700円
2級障害	月額 35,760円

申請に必要なもの

- ①請求者および児童の戸籍謄本
- ②申請者および申請者と同一住所の者全員の住民票の写し
- ③診断書（所定の様式。身体障害者手帳または療育手帳を持っている人は省略できる場合があります）
- ④申請者名義の通帳またはキャッシュカード

※状況により、必要書類が異なる場合がありますので、詳しくは窓口へお問い合わせください。

スポーツ
文化

令和5年度 鶴田町スポーツ・文化に関する表彰

町スポーツ大賞、町スポーツ賞、町体育協会スポーツ奨励賞
町文化奨励賞、町文化協会奨励賞

スポーツや文化面で優れた成績と功績を残した人物へ表彰状が贈呈されました。今年度は118名の方々が表彰されました。

スポーツ大賞

長内 風道さん

五所川原農林高校

令和5年3月18～19日、高知県で行われた「令和4年度全国高等学校相撲選抜大会」において団体優勝。相撲部の主将として部員をまとめ、今大会では大将としての勝負強さを発揮し、優勝の原動力となった。

受賞者一覧 (敬称略)

スポーツ賞

- 陸上競技** 山田 侑奈
川村 梨心
齋藤 陽
中畑 凜音
佐々木 真優
澁谷 華
高森 勇利
神 篤朗
須郷 晶
奥瀬 心音
七戸 聖矢
笹森 陸人
奥瀬 李央
池田 蓉子
小野 響
相馬 健佑
小野 龍時
佐々木 登伊
池田 大助
工藤 菜々佳
尾野 恵津子
福田 海里
松山 いく子
工藤 美智男
工藤 武次
- 相撲**
柔道 山中 孔明
八木橋 煌
佐藤 信吾
高橋 亜胡
- 剣道** 鎌田 珠里

- 弓道** 太田 亜蓮
高橋 遼
- 剣道** 相馬 健志
- 極真空手** 長内 翔生
岩渕 仁
岩渕 季
長内 泉由栞
- 水泳** 太田 茂子
成田 果蓮
高嶋 昭子
北谷 宏二
川瀬 静江
齊藤 恵子
澁谷 寿々代
中村 和佳子
成田 具洋
三上 秀人
奥瀬 利明
- ウェイトリフティング** 長内 成章
- 軟式野球** 佐藤 晴彦
- バスケットボール** 木村 晃
須藤 丈尋
齋藤 和
長内 一翔
佐々木 闘神
磯野 孔
白戸 樹
西村 葉月
西川 真由
佐藤 七海
柴田 紅葉
相馬 萌
真土 郁央

- 齊藤 凧
山本 日翔
寺山 優妃
佐々木 空雅
渡邊 美穂
須藤 優花
三上 江利香
佐藤 亜利紗
白戸 清子
藤田 重彦
北谷 友映
中畑 隆司

- 増田 慧士
野宮 琉希
長尾 悠愛
山谷 慶次郎
工藤 理央
一戸 結樹
山崎 晴真
佐藤 龍磨
田中 晴
笹森 孔太
澁谷 才門

鶴田町スポーツ協会
奨励賞

- 陸上競技** 柏崎 咲良
下山 里恵
出町 夢叶
澁谷 若葉
北谷 悠翔
神 明里
三上 楓雅
澁谷 椰依
長内 奏空
澁谷 嶺太
野宮 和心
佐藤 倫
澁谷 徠依
澁谷 栞奈
葛西 音愛
成田 光成
- 相撲**
柔道
- 軟式野球** 泉 飛雅
須郷 逢人

文化奨励賞

- 津軽三味線** 尾崎 心愛
吉川 美有
山本 康慎
- 吹奏楽** 高橋 李茉
長内 萌愛
貴田 彩華
高嶋 優七
勝浦 優香
福井 心月
- 俳句** 竹浪 誠也
- 救急法実技** 長内 保乃楓

文化協会奨励賞

- 登山囃子** 倉内 實
- 民舞** 乗田 心きょう
- 獅子舞** 花田 志津子

認定農業者協議会へ入会しませんか？

鶴田町認定農業者等協議会では、地域農業の発展を目的に

先進地視察研修/学習会の開催/下記機械の貸出（有料）

を行っております。

今年25周年目となる当協議会は、現在約100名の会員がおり、農家の方ならどなたでも入会可能ですので、入会希望の方は下記連絡先までお問い合わせください。

農家の皆さんの入会をお待ちしております。（年会費3,000円）

貸し出し機械	会 員	非会員
①新割り機	4,000円 / 1日 2,000円 / 半日	5,000円 / 1日 3,000円 / 半日
②チェーンソー刃研ぎ機	100円 / 1本	200円 / 1本
③落葉収集機	5,000円 / 1日 2,500円 / 半日	

※③落葉収集機の貸し出しは、会員のみとなります。

※貸出料については、今後変更となる可能性があります。

■問い合わせ先：産業課 農業振興班 ☎：0173-22-2111（内線293）

令和6年度自衛官募集案内

自衛隊青森地方協力本部では、自衛官を募集します

採用種目	受験資格	受付期限	試験日
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方 (32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない方)	令和6年 5月7日（火）	1次試験：5月17日（金）～26日（日） 2次試験：6月15日（土）～30日（日） ※上記のいずれか1日を指定
自衛官候補生		随時募集	別示
予備自衛官補	18歳以上52歳未満の方	令和6年 4月11日（木）	筆記試験：4月6日（土）～21日（日） ※いずれか1日を指定されます

■問い合わせ先：自衛隊青森地方協力本部 五所川原地域事務所 ☎：0173-35-2305

【有料広告】

灯油の配送いたします。



ミライフ東日本株式会社 北つがる店

五所川原市広田字柳沼90-3

☎ 0120-17-2440

営業時間 平日 9:00～17:00(夏季・冬季休業日を除く)

第一生命が二十歳を迎えた若者を祝う

町と包括連携協定を結んでいる第一生命株式会社は、1月3日に行われた「二十歳の集い」で特産品であるスチューベン大福を贈答し、自分の誕生日に関する新聞を後日届ける「あなた新聞」の受付を行いました。

2月に「あなた新聞」を受け取った棟方さんは「第一生命からの大福も皆で美味しく食べました」と喜んでいました。



21世紀の町の担い手たち

家族からのメッセージ



令和5年12月に出生届けがありました赤ちゃんをご紹介します。



えいた
碓太ちゃんへ

皆に優しくできる心の美しい人になってほしいな。
わんぱくお兄ちゃんと仲良くね。
笹森 賢仁・舞子さん(桂井)



かえ
叶恵ちゃんへ

パパとママのところに生まれてきてくれてありがとう！すくすく元気に育って、楽しい思い出沢山作ろうね。
佐々木 魁・美穂さん(沖)



公共職業訓練

パソコン基礎科2

(育児等短時間・託児付)

職業人に必要なパソコンの知識やビジネススキルを身に付けるとともに、ワープロソフト・表計算ソフト・プレゼンテーションソフトを中心としたOfficeソフトを総合的に活用できる知識・技術を習得できる訓練コースです。

▼応募期限

令和6年4月11日(木) 正午まで

▼訓練期間

4月26日(金)～8月23日(金)

▼訓練場所

ラソ・パソコン教室

▼定員

20名

▼受講料

無料(テキスト代5,445円)

※資格取得に関する受験料は自己負担

▼申し込み方法：

ハローワークの職業訓練窓口へご相談の上、期限までにお申し込みください。

■問い合わせ先

ラソ・パソコン教室

☎：0173-26-6861

ハサミで切り取ってお使いください。



食改 おすすめ レシピ

地場産品を使った料理/食生活改善推進協議会「みつば会」監修

キャベツともやしの赤しそ和え

1人分：30kcal 塩分0.6g 野菜量100g

季節を問わず、いつでも手に入る食材で作れます。さっとゆでてあえるだけ。しその風味で、さっぱりと食べられます。ぜひ、お試しください。

◆作り方

- ① キャベツは細切りにする。
- ② 鍋に湯を沸かし、キャベツともやしを加えて1分ほど茹でる。
- ③ ザルにあげて冷水中で冷まし、水気を絞る。
- ④ ③にAを加えて和える。

★ポイント

野菜はさっと茹でて水にさらし、水気をよく絞ることで、シャキシャキした食感となります。野菜は茹でるとかさが減り、野菜をたくさん食べられます。



◎材料(2人分)

キャベツ 100g
もやし 100g
赤しそ風味のふりかけ 2g

A

白ごま 小さじ1
塩 ひとつまみ