



スポーツフェスティバルに 参加しませんか？

町民のみなさんの親睦を深めるためスポーツフェスティバルを開催します。

町内チームのほかに任意チーム（10名以上）の参加を募集します。幼児から大人まで楽しめる競技を企画しています。

▽開催日

7月14日（日）

▽開催場所

鶴田中学校グラウンド

▽募集期限

6月28日（金）まで

▽その他

参加チームには助成金あり

■問い合わせ先

教育委員会 社会教育係
（内線212）

水道料金免除期間が 終了いたします

町では、エネルギー・食料品価格等の物価高騰対策のため、
・水道基本料金
・メーター使用料
の免除を行っていましたが、令和6年6月請求分（5月使用分）をもって、免除期間が終了します。

7月請求分（6月使用分）から通常通りの料金となります。

■問い合わせ先

建設整備課 上下水道庶務係
（内線2833～284）

鶴田町公民館図書室の 図書等寄贈について

鶴田町公民館図書室では、蔵書管理の都合上、寄贈図書の受け入れが難しい状況にあります。その

ため現在、図書の寄贈を辞退させていただきます。誠に申し訳ありませんが、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

■問い合わせ先

鶴田町公民館
☎ 0173（22）2818

町臨時除雪職員を募集！

▽職種および募集人員

除雪運転手 若干名

▽応募資格

①鶴田町に住所を有し、中型自動車・大型特殊自動車運転免許許証および車両系建設機械運転講習修了証を有する方
②道路除雪の経験のある方
③冬期間、継続して業務に従事できる方

▽契約期間

令和6年12月～令和7年3月

▽申込方法

申込書・資格免許証等の写しを7月31日（水）まで提出
※申込書は建設整備課に設置

■問い合わせ・申込先

建設整備課 土木係
（内線285）

国民年金保険料 免除等の申請について

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となります。申請書は窓口

に備え付けてあります。

▽免除・猶予制度

・保険料免除制度
・若年者納付猶予制度

▽申込受付開始日

令和6年7月1日（月）

（令和6年7月分～令和7年6月分までの期間を対象として審査を行います）

2年1か月前の月分までさかのぼって免除申請をすることができます。失業等により保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていたために未納期間を有している方等は、左記までご相談ください。

※保険料を納め忘れの状態で、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。

子ども健康課 国保年金係
（内線142）

■問い合わせ・申込先

子ども健康課 国保年金係
（内線142）

自動車税種別割の 納付はお早めに！

令和6年度自動車税種別割の納期限は7月1日（月）です。お近くのコンビニエンスストアや銀行、郵便局などの金融機関で納付してください。

また、専用サイト「地方税お支払サイト」からクレジットカードやインターネットバンキング

6月の町税等納期

- 上下水道料金 6月分 【6/21(金)】
- 町営住宅使用料 6月分 【6/25(火)】
- 町・県民税 1期 【7/1(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。

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 7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

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

グで納付できる他、所定のスマートフォンアプリを利用して「eL-QR」を読み取り、電子マネー等で納付することもできます。

詳しい内容は、県ホームページ「津軽りんご」の「納付方法」からご確認ください。



▽県税窓口取扱時間

8時45分～17時
(土・日曜、祝日は除きます)

■問い合わせ先

西北地域県民局県税部
☎0173(34)3141

植えてはいけない

「けし」に注意！

違法薬物となるアヘンが含まれる「不正けし」の栽培は法律で禁止されています。

しかし、昨年五所川原保健所管内では、270本もの不正けしの栽培が発見されました。

大半は知らずに栽培していたものですが、不正けしは鑑賞目的でも栽培が禁止されており、過去には検挙事例もあります。

疑わしいけしを発見したら、五所川原保健所指導予防課まで通報をお願いします。

▽不正けしの特徴

葉・茎・つぼみはキャベツのような白っぽい緑色をしていて、茎を巻き込むような葉の形をしています。

花の色は赤・ピンク等さまざま

まです。



▲不正けし

■問い合わせ先

五所川原保健所

☎0173(34)2108

住民観光意識調査への

協力をお願い

当調査は、お住まいの地域の観光に対する考え方や思いを知るためのものです。

いただいた回答は、津軽地域の観光促進のための参考とさせていただきます。

▽回答特典

アンケートにご回答いただいた方の中から抽選で、3か月ごとに15名様へ津軽地域の特産品セット(3千円相当)をプレゼントいたします。

※アンケートの回答は実施期間内でお一人様1回まで

▽調査期間

令和6年6月～令和7年2月末

▽アンケートの回答

スマホ等で2次元コードを読み取って回答してください。



■問い合わせ先

(一社) CLAPPEONY 津軽
☎0172(88)6090



町の保健だより

熱中症予防について

熱中症を防ぐためには、それぞれの場所に応じた対策をとることが重要です。

★暑さを避ける、身を守る

【室内では】

- ・扇風機やエアコンで温度を調整
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ・室温をこまめに確認

【屋外では】

- ・日傘や帽子の着用
- ・日陰の利用、こまめな休憩
- ・天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える

【からだの蓄熱を避けるために】

- ・通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどでからだを冷やす

★室内でも屋外でも、のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分を補給

「歯周病検診」のお知らせ

今年度から検診の対象年齢を拡充し、20歳・30歳の方が追加になりました。

- 対象：年度内年齢で 20 歳・30 歳・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。

●検診料：無料

※ただし、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。

予約方法等詳しい内容は、はがきをご覧ください。

●指定歯科医療機関

中田歯科医院 (22-5577)
なかじま歯科クリニック (23-1230)
坂本歯科クリニック (26-1182)

●持参するもの

届いたはがき、健康保険証

●期間

令和7年3月末まで

「後期高齢者歯科健診」のお知らせ

●対象：後期高齢者医療の方

※年度内に1回受診できます。

●健診料：無料

※ただし、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

後期高齢者医療の保険証

●期間

令和7年3月末まで

■問い合わせ先

子ども健康課・健康推進係
(内線 131～134、136)

【有料広告】



地域の発展を願う りんごの産地市場

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

第23回津軽富士見湖一周 マラソン&ウォーキング大会



津軽富士見湖周辺を力走、完歩

△スタートと同時に勢いよく飛び出した小学生たち

5月12日（日）、津軽富士見湖周辺で、健康増進やスポーツを通しての交流、観光スポットの紹介を目的とした「第23回津軽富士見湖一周マラソン&ウォーキング大会」が開催されました。

当日は爽やかな晴天に恵まれ、86人の参加者が日頃の練習の成果を発揮したり、自然の中のマラソンやウォーキングを楽しんでいました。



マラソン結果

小学生男子の部 1.5 km

- 第1位 古川 翔惺 (南臺寺走友会)
- 第2位 廣田 光佑 (弘前市)
- 第3位 廣田 圭佑 (弘前市)
- 第4位 田村 鈴 (中泊町)
- 第5位 鈴木 理也 (鶴田町)
- 第6位 工藤 鷺穹 (弘前市)

小学生女子の部 1.5 km

- 第1位 鈴木 玲彩 (板柳町)
- 第2位 佐藤 優凜 (田舎館村)
- 第3位 星 萼花 (宮城県)
- 第4位 坂田 優杏 (鶴田町)
- 第5位 相馬 碧梨 (田舎館村)
- 第6位 古川 凜 (南臺寺走友会)

中学生男子の部 3 km

- 第1位 木村 織音 (五所川原市)

中学生女子の部 3 km

- 第1位 長内 百桜 (鶴田町)

一般男子の部 5 km

- 第1位 上田 優人 (弘前市)
- 第2位 戸澤 賢一 (弘前市)
- 第3位 鈴木 浩平 (板柳町)
- 第4位 西巻 聖 (五所川原市)
- 第5位 鳴海 雄貴 (弘前市)
- 第6位 永澤 裕司 (青森市)

一般女子の部 5 km

- 第1位 千葉 美輝 (青森市)
- 第2位 倉内 遥香 (弘前市)

50歳以上男子の部 5 km

- 第1位 斎藤 大祐 (弘前市)
- 第2位 櫛引 誠 (弘前市)
- 第3位 鹿内 亘 (弘前市)
- 第4位 川越 秀徳 (つがる市)
- 第5位 渡辺 俊久 (青森市)



- 第6位 川添 悦男 (鶴田町)

50歳以上女子の部 5 km

- 第1位 川越 七重 (つがる市)

一般男子の部 8 km

- 第1位 高村 玲 (青森市)
- 第2位 山形 峰裕 (弘前市)
- 第3位 齋藤 達矢 (弘前市)
- 第4位 間形 祐介 (青森市)
- 第5位 阿保 潤 (弘前市)
- 第6位 工藤 洋美 (田舎館村)

一般女子の部 8 km

- 第1位 三上 爽子 (八戸市)
- 第2位 鹿内 理子 (つがる市)
- 第3位 工藤 小百合 (田舎館村)
- 第4位 工藤 衆弓 (弘前市)
- 第5位 山谷 亜矢子 (つがる市)
- 第6位 奈良 みくり (板柳町)



青森県後期高齢者医療広域連合より

後期高齢者医療被保険者の皆さまへ

■ 保険料が変わりました

◎令和6年度保険料率について

均等割額
(被保険者全員が納める額)

46,800円

+

所得割額
(所得に応じて納める額)

基礎控除後の所得^{※1}×9.90%(所得割率)^{※2}

=

保険料額
(限度額80万円)^{※3}

※1 基礎控除後の所得…前年の総所得金額等から基礎控除額(43万円)を差し引いた額

※2 基礎控除後の所得が58万円以下の方は所得割率9.20%

※3 昭和24年3月31日以前に生まれた方、または障害認定により資格取得した方は73万円

■ 令和6年度保険料率の軽減措置について

◎保険料の軽減措置

同一世帯内の被保険者および世帯主の所得額の合計に応じて、次のとおり均等割額を軽減します。

世帯の所得額の合計	軽減割合
43万円+10万円×(給与所得者等 ^{※4} の数-1)以下	7割
43万円+(29.5万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等 ^{※4} の数-1)以下	5割
43万円+(54.5万円×被保険者の数)+10万円×(給与所得者等 ^{※4} の数-1)以下	2割

※4 給与所得者等：給与所得を有する者または、公的年金等に係る所得を有する者が2人以上いる世帯に適用

令和6年度の保険料および詳細につきましては、7月上旬に送付される通知書にてご確認ください。

■問い合わせ先：子ども健康課 国保年金係 ☎ 0173-22-2111 (内線143)



「農家女性いきいき講座」視察研修

視察研修日
7/22(月)
9:00~14:30

農家女性活動促進事業の一環として、「農家女性いきいき講座」の視察研修を実施いたします。

▼定 員 先着 30 名 (最低敢行人数：10 人)

▼研 修 内 容

・かなぎ元気村(五所川原市)
ひば細工 リース作り/コサージュ作り
(申込時にどちらを作成するか選んでいただきます)

・芦野公園

▼参 加 費 2,000 円

▼申込締切日 令和6年6月28日(金)

※本研修の対象者は、鶴田町在住の方に限ります。

■問い合わせ先：鶴田町役場 農業振興課 担い手支援係 ☎ : 0173-22-2111 (内線293)



鶴田町職員 募 集 中

《高校卒業程度》

【令和7年4月採用】





町では、令和6年度職員採用試験（高校卒業程度）を次のとおり行います。

＼ご応募お待ちしております／



受付期間

6/24月 ▶ 7/26金

平日8:15～17:00
(土日、祝日除く)

※郵送の場合は、7月26日(金) 必着

1次試験

9/22日

会場：鶴田町内

※2次試験は11月中を予定

募集職種

若干名

一般行政

1名
程度

建築

若干名

一般行政 (障がい者枠)

受験申込手続

- ▶ **受験資格** 詳しくはQRコードから町ホームページをご覧ください。
- ▶ **申 込 書** 総務課窓口で配布するほか、町ホームページからダウンロードできます。
- ▶ **申込方法** 持参または郵送により、下記提出先へ申込書類を提出してください。
- ▶ **提 出 先** 〒038-3595 鶴田町大字鶴田字早瀬200番地1 鶴田町役場総務課
- ▶ **そ の 他** 大学卒業程度の試験の受験資格を有する方は、高校卒業程度の試験を受験することはできません。



■問い合わせ先：鶴田町役場 総務課人事係 ☎：0173-22-2111（内線272）

歴史文化伝承館（旧水元小学校）イベントのお知らせ

《展示ギャラリー活用委員会合同アート展》

「水・湖」をテーマに作品を展示します。

日時 6月3日（月）～6月30日（日） 9:00～16:00

場所 鶴田町歴史文化伝承館 展示ギャラリー ☎：0173-22-2692

※展示期間は都合により変更となる場合がございますので、予めご了承ください。



21

世紀の町の担い手たち

家族からのメッセージ

令和6年3月に出生届けがありました赤ちゃんをご紹介します。



ようた
陽太ちゃんへ

とっても可愛いね。生まれてきてくれてありがとう！のびのび元気に育ってね！

三浦 友博・紀子さん(大性)



りん
凜ちゃんへ

生まれて来てくれてありがとう！お兄ちゃんと仲良く、たくましく大きくなってね！

泉 裕太・輝さん(みどり町)



安全のため

ヘルメットの着用を。

自転車用ヘルメットを着用しよう！

青森県の自転車用ヘルメット着用率は

全国ワースト2位(2.5%)

非着用時の
致死率は
着用時の
約1.9倍

自転車乗用中
死者のうち
約5割が
頭部を損傷

— 自転車安全利用五則 —

- 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先
- 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- 夜間はライトを点灯
- 飲酒運転は禁止
- ヘルメットを着用

■ 問い合わせ先

鶴田町交通安全対策協議会(事務局:住民環境課)
☎: 0173-22-2111(内線151・152)

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

地場産品を使った郷土料理/食生活改善推進協議会「みつば会」監修

しとぎ餅

1個分: 219kcal 塩分0.33g 野菜量0g

季節を問わず食べたくなる「しとぎ餅」をご紹介します。食べたい時に食べたい分だけ作ってみてはいかがでしょうか。ぜひ、お試しください。

◆作り方

- ① 粒あんは10等分して、丸めておく。
- ② もち粉と小麦粉、塩をボウルに入れ、まんべんなく混ぜ合わせる。
- ③ 菜箸を使い様子を見ながら、②にぬるま湯を少しずつ回し入れて混ぜ、まとまってきたら手で良くこねる。生地を10等分にしておく。
- ④ ③の生地を広げ、①のあんをのせ包む。
- ⑤ フライパンを温め、油を薄く敷いたら極弱火にして④を入れ、ふたをしてじっくりと焼く。生地にしとぎ餅が出てきたら、全体に霧吹きで水(分量外)をかける。全体に透明感が出てきたら、ひっくり返して、さらにたっぷりの水をかけて裏側を焼く。餅がふわっとしてきたら取り出し、熱いうちにラップに包む。



◎材料(10個分)

もち粉	380g
小麦粉	50g
塩	3g
ぬるま湯	280 ~ 350 ml
粒あん	300g

★ポイント

生地はなめらかになるまでよくこねます。生地は乾燥しやすいので、作業中ぬれたフキンなどをかけておきます。焼く時は焦がさないように火加減を調整してください。焼いた後は冷めると固くなりやすいので、粗熱が取れたらラップなどに包むと良いでしょう。

ヨモギのしとぎもちを作るときは、ヨモギ粉5gをぬるま湯大さじ3で湿らせ、②に入れて混ぜると作れます。