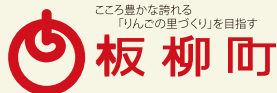


りんごの里の手づくり情報誌 - 広報いたやなぎ

Itayanagi

2026. JUL

Vol.790



こころ豊かな誇れる
「りんごの里づくり」を目指す

〒038-3692 青森県北津軽郡板柳町板柳字土井239-3 TEL.0172-73-2111 / FAX.0172-73-2120 <https://www.town.itayanagi.aomori.jp> E-mail: ita-koho@town.itayanagi.aomori.jp

●発行/板柳町役場 ●編集/企画財政課広報広聴係 ●印刷/やまと印刷株式会社



真剣勝負！

町民ソフトボール大会

■主な内容

- ・ 統合小学校準備委員会だより
- ・ 議会第10回定例会

第27回 りんごの里板柳 まるかじりウオーク 2026

9.20 (日)

全国的に健康づくりの一環として人気のある『ウォーキング』を今年も「りんごの里板柳」において開催します。

【開催日】9月20日(日) ※雨天決行

【会場】町ふるさとセンター(イベント広場)

【種目】23km、13km、7kmの3コース

コース	受付開始時間	出発式	スタート
23km	7:00	7:45	8:00
13km	7:30	8:45	9:00
7km	8:30	9:45	10:00

※各コースともチェックポイント、トイレ・給水ポイントを設置しております。

【参加資格】国籍、年齢、性別など一切問いません。だれでも参加できます。ただし、小学生以下は保護者、または引率者が必要です。

【参加料】町外…大人 2,000 円／高校生以下 1,000 円
町民…大人 1,500 円／高校生以下 500 円

※9月4日(金)以降にキャンセルの場合は参加料の返金はいたしませんのでご了承ください。

また、自然災害、歩行困難な荒天、新型コロナウイルスの流行等の不慮の災害において大会が中止となった場合も返金はいたしません。その場合の記念品等の取り扱いは希望者のみ配布または送付いたします。(送料は申込者負担)

【申込締切】9月2日(水)まで

※ただし、プログラムへの氏名掲載は8月20日(木)受付分までとなります。締切日以降は当日会場で受付となりますが、当日は混雑しますのでできるだけ事前にお申込みくださるようお願いいたします。

■フィニッシュ地点において、「くじ引きによる抽選会」と「アツアツ鍋等のサービス」があります。

【申込み先】町ふるさとセンター総合案内所内

「りんごの里板柳まるかじりウオーク」係

☎72-1500 FAX: 72-1050

【問い合わせ先】町教育委員会生涯学習課内「りんごの里板柳まるかじりウオーク実行委員会」事務局

☎72-1800 FAX: 72-1801

E-mail: ita-apuru@town.ityanagi.aomori.jp

2026 大会の注意事項

①開催日が通常開催時期より3週間早い、**9月20日(日)**となります。暑さが残る時期の開催となるため、各自熱中症対策をお願いいたします。

②左記開催日に、コース上にもぎとり可能なりんご園がないため、**りんごもぎとり体験が出来ません**。代わりに、完歩賞として、3つ(3種類)のりんごをお渡しいたします。

■有料広告

渡部胃腸科内科

内科・小児科・呼吸器内科
循環器内科・消化器内科
入院設備あり

板柳町大字福野田字実田 72-13
電話番号 0172 (73) 2217(代)

送迎バス

月・水・金 午前
火・木・土 午後

⇨ 五林平、牡丹森、柏木、狐森
五幾形、野中、小幡 方面

火・木・土 午前
月・水・金 午後

⇨ 深味、大俵、高増、夕顔関
常海橋、館野越 方面

※ 内視鏡検査、超音波検査、健康診断も行っております。また、送迎バスも運行しておりますのでご利用下さい。詳しくは当院へお気軽にお問い合わせ下さい。

診療時間

月曜日～金曜日 午前8時～午後7時

土曜日 午前8時～午後5時

日曜、祝日は午前中診療しております。

診療の予約も受付しております。

携帯・一般電話から当院へ直接電話して受付する方法
渡部胃腸科内科 0172-73-2217

パソコン・携帯WEB受付方法

予約専用 WEB ページ
<https://watanobe.ataat.jp/>
専用 URL か右記の二次元コードからアクセス!

携帯・一般電話での受付方法

予約専用電話番号 18603-3599-6838



議会 第10回定例会

板柳町議会第10回定例会が6月5日から6日間の日程で開催されました。葛西幸男副議長が辞職したことを受け、選挙の結果、鈴木清孝議員が副議長に当選。その他、条例の一部改正、令和8年度補正予算など計24議案が原案のとおり可決、和解が1件否決されました。

議決された主な議案

■副議長の選挙



【副議長】

すずき きよたか
鈴木 清孝 氏

■板柳町固定資産評価審査委員会委員の選任の同意2件

▽米谷昌明氏（新任・五林平・66歳）

▽村上金幸氏（新任・高増・64歳）

■板柳町農業委員会委員の任命の同意12件

▽佐藤利光氏（再任・牡丹森・62歳）

▽福士祐也氏（再任・上常海橋・45歳）

▽櫻庭妃咲美氏（再任・夕顔関・32歳）

▽三浦照仁氏（再任・横沢・64歳）

▽田中和人氏（新任・太長・56歳）

▽田中繁行氏（再任・大俵・53歳）

▽山内貴人氏（新任・滝井・44歳）

▽村山誠也氏（新任・狐森・42歳）

▽高杉安伸氏（新任・飯田・62歳）

▽三戸基照氏（新任・高増・51歳）

▽久保田臣氏（新任・田中錦町・44歳）

▽米澤康春氏（再任・栄町A・58歳）

■和解1件

▽パワーハラスメント事案

■条例の一部改正2件

▽「板柳町子ども・子育て会議条例」の一部改正

▽「板柳町ふるさとセンター施設使用条例」の一部改正

■議員の辞職に伴う繰上補充による当選人



【板柳町議会議員】

まつもり しゅんいつ

松森 俊逸 氏

（東雲町・70歳・元4）

◎任期：令和8年5月29日～
令和10年3月9日

■令和8年度補正予算3件

▽令和8年度一般会計補正予算〔第6号〕

（基幹業務系プログラム改修委託料1,093万4千円、農業用ハウス等雪害復旧緊急支援事業費補助金294万8千円、町ふるさとセンター工芸館外壁修繕工事378万4千円、学校給食費助成金316万4千円の増額など、歳入歳出ともに3,089万4千円を増額し、予算総額を92億3,196万7千円とするもの。）他

■契約の締結2件

▽旧板柳高校駐車場整備工事請負契約（5,980万4,229円で株式会社南建設と契約するもの）

▽学習用コンピューター等購入契約（3,599万7,500円で株式会社ビジネスサービス弘前支店と契約するもの）

■議員発議2件

▽板柳町議会会議規則の一部改正

▽板柳町副町長の定数を定める条例の一部改正（6月11日再議にて否決）

第14回臨時会

板柳町議会第14回臨時会が6月11日に開かれ、令和8年度板柳町一般会計補正予算1件を原案のとおり可決、再議が1件否決されました。

■令和8年度補正予算

▽令和8年度板柳町一般会計補正予算〔第7号〕

弁護士委託料として29万1千円を増額し、歳入歳出ともに92億3,225万8千円とするもの。

■有料広告



「選んでよかった」を実感してください。

青森県認定地方卸売市場



株式会社 津軽りんご市場

令和10年4月開校予定である板柳町立統合小学校『板柳小学校』に関し、必要となる事項について検討・協議を行う「板柳町立小学校統合準備委員会」の第4回会議を令和8年5月21日（場所：町多目的ホール「あぶる」）に開催しましたので、その概要をお知らせします。

●統合準備委員会委員の交代

旧：斎藤 博紀（前板柳東小学校 PTA 会長）



新：久米田 航（現板柳東小学校 PTA 会長）



●『板柳小学校』の校章デザインの選考会を行いました。

校章デザインにつきましては、全国各地から63作品の応募がありました。

専門部会である「総務部会」において選考会を5月11日に開催し統合準備委員会へ推薦する9作品を決定しました。また5月21日に開催された統合準備委員会では総務部会から推薦のあった作品を三次選考し、最終候補として4作品を決定いたしました。

また、校歌についても進捗状況を説明し、各小中学校の教諭にも児童が歌いやすい音程やリズムなどのアドバイスをいただきながら制作することを確認しました。

【校章デザイン選考までの経緯】

一次選考（4月）：教育委員会事務局において63作品→20作品へ

二次選考（5月11日）：総務部会において20作品→9作品へ

三次選考（5月21日）：統合準備委員会において9作品→4作品へ

最終選考（7月予定）：児童の投票により最終候補決定



●総務部会（令和8年5月11日開催）で検討した結果の報告

①統合小学校の校章について

- ・二次選考結果の報告。・三次選考会の開催。

②統合小学校の校歌について

- ・進捗状況の説明。・小中学校教諭の協力依頼。

板柳南小学校 VR を公開しました

改修前の板柳南小学校 VR を公開しました。

自宅で南小学校の思い出を振り返ることができます！！

https://www.town.itayanagi.aomori.jp/life/child/vr_itaminamisyougakkou.html



板柳南小学校 VR

板柳町公式 YouTube に板柳南小学校閉校記念動画と管内小学校の校歌を公開しました

板柳南小学校の閉校記念動画と町民の皆さんの学び舎である小学校の校歌を公開します。

小学校の思い出をこの機会に振り返ってみてください。



板柳南小学校
閉校記念動画



板柳南小学校校歌



板柳北小学校校歌



小阿弥小学校校歌



板柳東小学校校歌

ヤスタケ木村商事株式会社が 板柳北小学校に傘立てを寄贈しました



6月8日、ヤスタケ木村商事株式会社がSDGs私募債「未来の創造」の発行に伴い、板柳北小学校へ折り畳み式の傘立て8台を寄贈しました。

「未来の創造」は手数料の一部を拠出し、発行企業の希望に応じて学校や福祉施設などへ金品を寄贈することで、SDGsで定める17のゴールに貢献する取り組みです。

贈呈式にあたって、會津隆史校長は「今も、2年後新校舎に移っても利用し、子ども達の環境の整備に活用していきたい」と話しました。

地域とつながる 人とつながる ～青森矯正展～

刑務所内の見学ツアーや、受刑者が制作した刑務所作業製品を実際に見て・触れて・購入することができます。青森を代表するアイドルりんご娘によるスペシャルステージのほか、抽選会やキッチンカーなど、今年は家族で楽しめる企画も盛りだくさんです。

にぎわいあふれる一日を、ぜひ会場でお楽しみください。



【日程】 7月20日（海の日）9：00～16：00

【場所】 青森刑務所

【問い合わせ先】

矯正処遇部門（作業） ☎017-739-2341

祝 100歳おめでとうございます

100歳を迎えられた方へ、町から顕彰状と祝金、花束を贈りました。



6/4 三上 たよ さん（赤田）

6月4日に100歳の誕生日を迎えた三上さんを葛西健人町長が訪問しました。「時々訪ねてくるひ孫と遊ぶのを楽しみにしていた」と話す三上さんは、誕生日に訪ねてきた孫の顔をみて嬉しそうに微笑んでいました。

コミュニティ水泳教室開催

板柳中央地区コミュニティ連絡協議会では、町民プールで水泳教室を開催しています。参加費は無料ですので、この機会に楽しく水泳を学んでみませんか？

【日時】 7月26日（日）13:00～15:00 まで

【場所】 板柳町民プール

◎参加したい方は当日、町民プールに集合してください。

【問い合わせ先】 佐々木牛乳（栄町B） ☎73-3202



旅券手数料が変わります

7月1日から旅券手数料等が改定となります。窓口混雑等も想定されますので、時間的余裕をもった申請にご協力をお願いします。

また、県庁窓口では申請日時の予約サービスを開始します。

【予約方法】 「青森県電子申請・届出システム」から



■有料広告



家族葬ホール

いのり

板柳博報社

故人様とごゆっくりお過ごし頂ける安置室を2部屋ご用意しております。

所在地 板柳町大字板柳字土井312（仲町）
（株）板柳家具センター跡地

お問い合わせは、板柳博報社まで ☎0172-73-5909

弘前圏域成年後見制度普及・啓発講座

認知症等により、判断能力が低下した人のための財産管理や意思決定の支援を行う成年後見制度の利用が増加しています。弘前圏域8市町村では成年後見制度の普及・啓発と権利擁護支援を推進するため講座を開催します。

【テーマ】「成年後見制度について
～もしも私に成年後見人がいたら～」

【と き】①7月25日（土）10：00～12：00

②8月22日（土）10：00～12：00

【ところ】①弘前文化センター第一会議室

②スポカルイン黒石

【対 象】板柳町に在住の方

【参加料】無料

【申込期限】①7月18日（土） ②8月15日（土）

【申込方法】電話、ファクスまたはEメール（住所・氏名・電話番号を記入）で申し込みをして下さい。

【問い合わせ先】

弘前圏域権利擁護支援センター

電話：0172-26-6557（日・月曜日休み）

FAX：0172-26-6567

Eメール：h8-kenri@titan.ocn.ne.jp

令和8年度自衛官募集案内

自衛隊青森地方協力本部では、自衛官を募集しています。



【一般曹候補生】

○応募資格…18歳以上33歳未満の者
（32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者）

○受付期間…9月1日（火）まで

○1次試験日…9月16日（水）～27日（日）のいずれか1日

○2次試験日…10月17日（土）～11月1日（日）のいずれか1日

【2等陸・海・空士（任期制自衛官）】

○応募資格…18歳以上33歳未満の者
（32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者）

○受付期間…年間を通じて募集しています

○試験期日…受付時または、各自衛隊地方協力本部のホームページにてお知らせします

【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

（〒037-0004 五所川原市唐笠柳藤巻

五所川原合同庁舎3階） ☎0173-35-2305

水難事故の注意喚起について

用排水路やため池に不用意に近づかないで

農作業が盛んになる春～夏は、水をたくさん使うため、用水路やため池はとても危険です。フェンスやガードレール等の防護柵がある場所や「立ち入り禁止」「あぶない！」「きけん！」等の注意看板があるところなど、危険な場所には、絶対に近づかないようにしましょう。

河川で楽しく、安全に遊ぶために

・河川の水位の変動には注意しましょう

普段は、河川公園などとして利用されている河川敷は、洪水時には水没してしまいます。水位の変動には十分注意してください。

・上流の雨には注意しましょう

今いる場所が晴れていても、川の上流で雨が降っていれば、一気に増水する可能性があります。水の濁りや流れてくるものに目を配りましょう。茶色い水や木の枝などが流れてきた場合は、鉄砲水や土石流に要注意です。

・雨が止んだからといって安全とは限らない

雨は広い範囲からやがて川へと集まります。そのため、川に集まった雨が下流に到着するまで時間を要することがあります。

また、ダムの洪水調節により、雨が止んでも川の水量がなかなか減らないこともあります。雨が降っている間はもちろんですが、止んでからしばらくは水位が上昇する危険性があります。

・ライフジャケットの着用

釣り等で水辺に行くときは、必ずライフジャケットを着用しましょう。また、天候の変化や川の状況を川に行く前からチェックするようにしましょう。

川は、目に見えない流れや急に深くなるところや滑りやすいところがあるので、表面は穏やかでも水中には注意しましょう。

保護者等による注意喚起

事故を防止するためには、ご家族の方や地域の皆さまが日頃より注意喚起を行うことが大切です！

ため池や用排水路などに不用意に近づいている方等を見かけた場合にはお声がけするなど、水難事故が起きないように十分注意していただきますようお願いいたします。

【問い合わせ先】地域整備課 ☎73-2111



夏のキャンプはハチやヘビ、クマなどにご注意を！

あんしんあんぜん

消防 だより



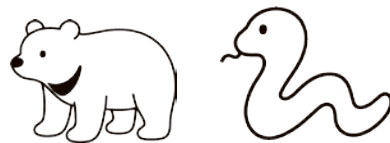
問い合わせ先

弘前地区消防事務組合
板柳消防署
☎0172-73-2339

夏のキャンプではハチやヘビ、クマなどの生き物に遭遇することがあります。万が一刺されたり、かまれたりした場合は次の点を落ち着いて行動することが大切です。

＜ハチに刺された場合＞

- ①まず安全な場所へ離れます。
 - ②刺された所に針が残っていれば清潔なピンセットや指で優しく引き抜き、患部を冷やして安静にします。
- ※息苦しさ、じんましん、めまいなど強い症状が出た場合は、アレルギー反応の可能性があるため、すぐに救急車を呼んでください。



＜ヘビにかまれた場合＞

- ①毒ヘビの可能性があるので、走ったりせずゆっくり安全な場所へ移動します。
 - ②患部を心臓より低く保ち、きつい締め付けや傷口を吸う行為は避けるようにします。
 - ③できるだけ早く医療機関へ向かいましょう。
- ※ヘビの特徴を覚えておくと治療に役立ちますが、捕まえたり近づいたりしないことが重要です。

＜クマに攻撃された場合＞

逃げ切れない場合は、地面に伏せてお腹を守り、両手で首の後ろをガードして急所を守ってください。

自然の中では「むやみに近づかない」「驚かせない」が基本です。安全に楽しいキャンプを過ごしましょう。

消防職員募集

詳細、お問い合わせは

消防本部人材育成課（弘前市大字本町2番地1） ☎32-5109

!! 消費生活注意報 !!

ハウスクリーニングの トラブルにご注意！



事例 電話で換気扇のクリーニング（5千円）の勧誘があり、依頼した。翌日、換気扇を掃除してもらった際、換気扇フードを風呂場で洗わせてほしいと言われたので業者を風呂場に案内したら、カビ臭いと言われ、風呂場と洗面所、トイレのクリーニングも勧められ、相場がわからないまま契約をしてしまった。

2日間の作業だったが、内容もよくわからず、約60万円と高額なので換気扇以外の契約を解約したい。

【アドバイス】

- 契約内容や料金について十分な検討ができないまま契約してしまった結果、トラブルにつながっているケースが少なくありません。
- 事業者によってサービス内容や料金は異なるため、必ず複数社から見積もりを取り、事業者の選定は慎重に行いましょう。
- 料金や説明に納得できない場合は、きっぱりと契約を断りましょう。
- 作業当日に追加の契約を勧誘されてもその場で決めないようにしましょう。作業時はなるべく家族などに同席してもらいましょう。
- 一定の要件に該当する場合には、クーリング・オフ等が適用できる場合があります。困ったときは早めに消費生活センター等にご相談ください。

【問い合わせ先】・消費者ホットライン ☎(局番なし) 188

・弘前市市民生活センター ☎34-3179

受付：8:30～17:00 ※月曜休み

・商工観光課（町ふるさとセンター内） ☎55-8033

受付：8:15～17:00 ※土日・祝日休

りんご灯まつり

りんごの里いたやなぎ

花火大会

今年の「りんご灯まつり」が、8月9日(日)～10日(月)の2日間で開催されます。また、花火大会は8月14日(金)の夜に岩木川河川公園で開催します。

りんご灯まつり [会場：役場駐車場]

8/9
(日)

14:00～ 開会宣言
14:00～14:45 板柳中学校吹奏楽部コンサート
15:30～16:20 獅子踊り(板柳町獅子踊り保存会)
16:30～17:10 よさこいワールド(つるずみキッズ)
18:00～19:30 ねぷた合同運行、マメコバチ群団、どだればち〔町内一巡〕
19:30～20:30 サマーライブ in ITAYANAGI (The sik.e"～、金澤恵之)
20:30～21:00 よさこいワールド(AOMORI 花嵐桜組)



横山ひでき

8/10
(月)

14:00～14:50 第13回GPカー！コンテスト
15:00～16:30 わんぱくトライアル
17:00～17:30 豊作祈願祭「神事」〔海童神社〕
17:45～18:00 りんご山笠出発式
18:00～20:10 ねぷた合同運行、りんご山笠、童太鼓〔町内一巡〕
20:15～20:55 ミュージックライブ(りんご娘)



AOMORI 花嵐桜組



りんご娘

りんごの里いたやなぎ花火大会 [会場：岩木川河川公園]

8/14
(金)

18:30～ 津軽民謡ステージ(津軽民謡歌手 かすみ)
19:20～ りんごの里いたやなぎ花火大会
※花火大会は荒天の場合、順延は8月15日(土)、16日(日)、23日(日)です。
その他イベントは荒天の場合、中止となります。(順延なし)

【問い合わせ先】りんごの里いたやなぎまつり実行委員会
りんごの里いたやなぎ花火大会実行委員会
事務局：商工観光課(町ふるさとセンター内) ☎55-8033
板柳町商工会 ☎73-3254



かすみ

■有料広告

スケジュール

16:30 出店開始
17:30 開会
17:40 つるずみキッズよさこい
18:00 シャボン玉おじさん
18:30 AOMORI花嵐桜組よさこい
19:00 アルプスおとめライブ
19:30 花火打ち上げ
閉会

入場無料・参加自由

鶴住荘前ひろば
つるずみ夏まつり実行委員会
☎0172-73-5511(鶴住会)

GPカー！コンテスト in りんご灯まつり

今年も、板柳町・りんご灯まつりの一環として、“第13回GPカー・コンテスト”が行われます。GPはゴムパワーに由来し、“ゴム動力で走る車の競技会”で、より遠くまで走る車／デザインを工夫した車を競い合います。賞品を多数準備しています。

【日時】8月10日（月）13:30集合、14:00開始

【場所】役場駐車場特設コース

※雨天時は板柳町多目的ホール『あぶる』で開催します。

【応募資格】

- ①年齢性別問わず、誰でも参加できます。
（帰省中の方でも参加できます）
- ②友達や家族での共同製作で、チーム参加もできます。

【申込方法】

板柳町少年少女発明クラブ事務局へ電話または直接申し込んでください。

※応募者には、試作車キットを配布します。キットだけの作品でも結構走ります。

【ルール】

- ①競技は、GPカーをコース上で2回走行させ、走行距離を競います。
- ②コースの幅90cm、長さ25m。コースの両脇には脱輪防止用ガード（高さ約5cm）があり、コースの材質はコンパネ板です。
- ③動力は、輪ゴムを車軸に巻きつけて軸を回して走らせるもの、または、輪ゴムでプロペラ（市販のプロペラ可）を回し、風の勢いで走らせるものと

します。いずれもギア使用は不可です。

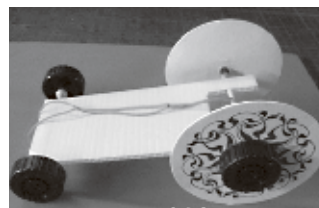
- ④輪ゴムは、No.16のものを3本以内とし、スタート時に車体内にあること（はじめてから輪ゴムが床などに付いてはいけません。走ってからはずれるのは可）
- ⑤車体の大きさに制限はありません。
- ⑥材料に市販品を利用してもかまいませんが、GPカー全体が市販品をそのまま利用してはいけません。
- ⑦車体の形や飾りや模様は『りんご』にちなんだものが含まれているようにしてください。
（デザイン賞、アイデア賞もあります）

※詳しくは、町ホームページのお知らせ情報をご確認ください。

【申込みおよび問い合わせ先】

板柳町少年少女発明クラブ事務局

町教育委員会 生涯学習課 生涯学習係 ☎72-1800



※7月25日（土）
オープン教室の「夏の親子科学教室」があります！

大人のリフレッシュ健康エクササイズ

～イスを使って、スキマ時間でできる全身トータルケア～

<こんな方にオススメ>

- ◆運動不足をサクッと解消したい方
- ◆今の動けるカラダを10年後もキープしたい方
- ◆同世代の仲間と心地よい時間を共有したい方

<この教室の効果>

- ◆血液の循環の促進
- ◆体幹と足腰を鍛える
- ◆有酸素運動でスタミナアップ
- ◆関節をほぐして柔軟性アップ



<開催概要>

- 【会場】いきいきセンター（老人憩の家）
- 【持ち物】動きやすい服装／飲み物／タオル
- 【その他】事前の申込みは不要です。
ご都合に合わせてご参加ください。

【日程】各日 10:00～11:00

8月	3日（月）・17日（月）
9月	7日（月）・14日（月）
10月	5日（月）・19日（月）
11月	2日（月）・16日（月）

参加
無料

【問い合わせ】板柳町いきいきセンター

☎0172-72-0965

板柳町老人クラブ連合会主催「いきいき体操教室」

- 第79回 -

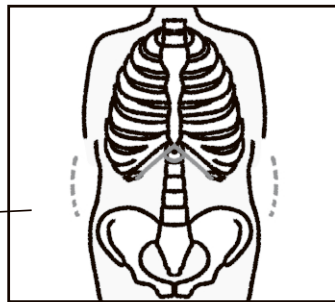
リブフレアはご存じですか？
呼吸を整えて対策しましょう！

【情報提供】鬼武由美子さん（健康運動指導士）
Instagramでも体操を紹介しています♪
@onitakeyumiko（おにたけ健康体操）

リブフレアは肋骨の下横隔膜がうまく機能していない状態であり、**反り腰**の人や、**ぽっこりお腹**が気になる人、**産後**にも起こりやすい特徴があります。そのままにしておくと、自律神経の乱れや体調不良、呼吸が浅くなるなど不調が訪れるかも。改善法をお伝えするので、一緒に対策しましょう！



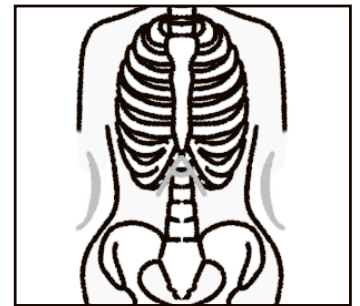
①



▲息を吸うと肋骨が開きます。

△肋骨の下に手をおき、鼻から3秒かけて息を吸います。

②



▲息を吐くと肋骨が閉じます。

△10秒かけて、ゆっくりと息をはきます。

力を入れて息を吐くと、酸欠になってしまうので、体調に気をつけながらやってみましょう♪

1回3セットを、5～10セット目安に取り組んでみましょう！



「いきいき！はつらつ！健康ひろば」で今回ご紹介した体操は、鬼武先生公式YouTubeまたはInstagramで見ることができます！鬼武先生と一緒に運動してみましょう♪

■有料広告

たけだ歯科医院
TAKEDA DENTAL CLINIC

院長：武田 信洋
副院長：武田 仁美

海童神社隣り

受付時間

月曜～金曜 午前9:00～午後12:30
午後2:30～午後5:30
土曜 日 午前9:00～午後12:30
休診 日 日曜・祝日

歯科一般・小児歯科
口腔外科・矯正歯科

〒038-3662 板柳町大字板柳字土井361-2
お問合せ ☎ 0172-72-0404

■有料広告

五所川原塗装工業会会員「心・技・色」

一 塗 専 心

青森県知事許可（般-7）第400568号

入一魂塗

藤一美装

（代表）藤田 一哉

一級建築塗装技能士

一級鋼橋塗装技能士

単一等級調色技能士

登録建設塗装基幹技能者 職業訓練指導員

地域密着型塗装店！ご予算に心配なお客様！一度ご連絡下さい。頑張ります！納得いく値段！施工！広報見たとご連絡下さい。

北津軽郡板柳町大俵字和田184-1

電話 0172-77-2262

携帯 080-6001-1760



令和 8 年度 “板柳町こども司書養成講座” が 6 月 6 日 (土) にスタートしました！

「こども司書」とは、図書館の役割や図書館で働く人たちの仕事を学び、本や読書の楽しさやすばらしさを伝えるこどものリーダーです。

この講座は平成 22 年度にスタートし、今年度の受講生は 16 回生になります。今年度は 4 年生 3 人、5 年生 1 人の計 4 人が受講します。

6 月 6 日の開講式では、教育長よりネームを首にかけてもらい、自己紹介と抱負を元気に発表。開講式後は第 1 回目の講座を行い、青森県立図書館司書の繁在家先生から図書館の役割と司書の仕事について学びました。



【開講式にて記念撮影】

全 10 回の講座では、司書としての基本を学ぶ他、図書館の仕事を体験したり、ブックカバーやポップの製作を行います。夏休みには青森県立図書館を見学後、青森県立美術館の鑑賞を予定しています。カリキュラム後半は、おはなしの会 ひまわりのみなさんを講師に迎え、読み聞かせのコツを勉強し、教わったことをもとに、保育所や老人福祉施設で絵本や紙芝居の読み聞かせの実践を行うなど、お楽しみがいっぱいです。『読書のまち通信』では受講の様子をその都度お伝えしていきます。

デジタル会員証を利用しませんか？

板柳町民図書館では、デジタル会員証の利用を推奨しています。

スマホがあれば、簡単に貸出の手続きができる他、HP の会員向けページから本の予約をすることもできます！

図書館窓口にてデジタル会員証の申請を受け付けていますので、気になる方はお気軽に窓口までお申し付けください。

★★ 図書館今月のオススメ本 ★★



**岩手の大盛弁当屋
こげ店長とももち
ちちまき**
著：高森美由紀

ご当地食材を使用した、日替わり一本勝負の《大盛弁当屋》では、大盛成実&黒柴・こげ店長が、疲れた皆様の来店を、今日もお待ちしています！



**パンダのおさじ
パンダのおさじと
ぱんだっちゃん**
著：柴田ケイコ

こわがりなコアラのねむこちゃん、小さなパンダの「おさじ」に習った呪文をとって目を閉じると、あっという間に楽しい夢の中！しかし、守らないといけない約束があって……



**杏の
パリ細うで繁盛記**
著：杏

36 歳、海外移住を決めた。こども 3 人と犬を連れて、行先は最先端の流行と伝統が詰まった宝箱のような大好きな街パリ。でも、到着して気が緩んだその日から私はポンコツになったー。9 年ぶり、待望のエッセイ集。

♡ えほんでえがお ♡

「3 さいおめでとうブック」事業で絵本をプレゼントされた親子の皆さんにインタビュー
令和 8 年度贈呈絵本…おいそうなしろくま

かみやま りょうすけ えみこ
神山 凌輔くん、母・絵美子さん（いたや町）

- ♡ 凌輔くんの性格は？
向上心があり元気いっぱいな性格
- ♡ 絵本はどうでしたか？
くまさんがたくさん食べているのがすき
- ♡ 好きな食べ物は？
フライドポテト
- ♡ 凌輔くんの将来の夢は？
サッカー選手！



※詳しくは生涯学習課まで（町多目的ホール「あぶる」内） ☎ 72-1800

町政情報

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

令和8年8月1日以降の医療機関の受診について

現在お手元にある資格確認書の有効期限は、令和8年7月31日となっております。新たな資格確認書（ピンク色）又は資格情報のお知らせを7月下旬にお届けします。

受診区分		84歳以下	85歳以上
いずれに 該当にも	①令和7年5月～令和8年4月までの間、 6回以上マイナ保険証で受診	資格情報 のお知らせ	資格確認書
	②令和8年2月～4月までの間、1回以上 マイナ保険証で受診		
上記以外		資格確認書	資格確認書

○資格確認書が届いた方

8月1日からは新たな資格確認書で受診してください。

○資格情報のお知らせが届いた方

資格情報のお知らせは内容をよくご確認のうえ、大切に保管してください。

なお、マイナ保険証での受診が難しくなった場合は、資格確認書を交付いたしますので、健康推進課・国保医療係へ申請してください。

令和8年度の保険料

令和8年度から、『子ども・子育て支援金制度』が創設されたことにより、これまでの医療分に子ども・子育て支援納付金分（以下「子ども分」という。）が加わるなど、保険料制度の見直しが行われました。算定方法は、被保険者一人ひとりについて計算され、所得に応じて負担する「所得割額」と被保険者が等しく負担する「均等割額」の合計となります。

<医療分>

均等割額 〔被保険者全員が納める額〕 50,500円	+	所得割額 〔所得に応じて納める額〕 基礎控除後の所得（※1）×9.0%	=	保険料額 （限度額85万円）
----------------------------------	---	---	---	-------------------

<子ども分>

均等割額 〔被保険者全員が納める額〕 1,300円	+	所得割額 〔所得に応じて納める額〕 基礎控除後の所得（※1）×0.2%	=	保険料額 （限度額2万1千円）
---------------------------------	---	---	---	--------------------

◎令和8年度の保険料の額は、7月中にお届けする保険料額決定通知書でご確認ください。

（※1）基礎控除後の所得とは、前年の総所得金額から基礎控除額（合計所得金額が2,400万円以下の場合は43万円）を差し引いた額です。

令和8年度保険料の軽減措置について

◆所得が低い方の軽減

同一世帯内の被保険者及び世帯主の所得額の合計に応じて、医療分（7.2割・5割・2割）と子ども分（7割・5割・2割）均等割額が軽減されます。

◆被用者保険の被扶養者であった方の軽減

- ・均等割額が5割軽減されます。（資格取得後2年間）
- ・所得割額の負担はありません。

◎被用者保険とは、会社員等の被雇用者が加入する健康保険です。

◎世帯の所得が低い方は、より高い均等割額の軽減（医療分7.2割、子ども分7割）があります。

※詳しくは、健康推進課 国保医療係 ☎73-2111（内線183）/ 県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821

国民健康保険税は令和8年度から現行の医療給付費分・後期高齢者支援分・介護給付金分に加え、子ども・子育て支援金分が新たに課税されます

国民健康保険税は、①医療給付費分②後期高齢者支援金分③介護給付金分の3つで構成されていますが、令和8年度からは④子ども・子育て支援金分が加わり課税されることになります。子ども・子育て支援金分は、児童手当の拡充や妊婦のための支援給付金など子ども・子育て支援の拡充のための事業にあてられます。

それに伴い板柳町では令和8年度より「①医療給付費分」について税率等を見直し、子ども・子育て支援金の増額分の負担軽減のため下記のとおり改正しました。

【医療給付費分の改正】

- ・改正により税率等が下がります。

所得割額	現行 7.4 % ▶改正後 5.8 %
均等割額	現行 24,900 円 ▶改正後 22,600 円 (1 人当たり)
平等割額	現行 24,500 円 ▶改正後 22,100 円 (1 世帯当たり)

【子ども・子育て支援金分】

- ・新たに課税されます。

所得割額	0.3%
均等割額※1	1,300円
18歳以上被保険者均等割額 ※2	90円
平等割額	900円

(※1) 18 歳未満被保険者については、申請不要で全額軽減されます。

(※2) 18歳以上の加入者に課税されます。

※詳しくは、税務会計課 税務係まで ☎73-2111 (内線 121)

国民健康保険税の課税限度額等が変わります

【課税限度額の改正】

医療給付費分の課税限度額が引き上げられ、子ども・子育て支援金分が加わります。

- ・医療給付費分
(改正前) 66万円▶(改正後) 67万円
- ・子ども・子育て支援金分
(新課税) 3 万円

【保険税軽減基準の改正】

2 割、5 割軽減の判定所得が見直され、軽減の対象となる範囲が拡大します。同一世帯内の被保険者および世帯主の所得を合わせた合計所得に応じて、保険税が軽減されます。

軽減割合	世帯の合計所得
7 割	43万円(※)以下：変更なし
5 割	43万円(※) + (31万円×被保険者数) 以下
2 割	43万円(※) + (57万円×被保険者数) 以下

※43万円+(納税義務者・被保険者・特定同一世帯所属者のうち年金のみまたは給与のみ所得者の人数-1)×10万円

※詳しくは、税務会計課 税務係まで ☎73-2111 (内線 121)

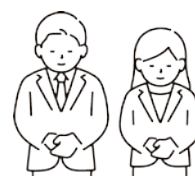
従業員の個人住民税について

【従業員の個人住民税は「特別徴収」が原則です！】

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の税額を引き去り（給与天引き）、納入していただく制度です。

所得税の源泉徴収義務がある事業主の方は、地方税法及び市（町）の条例により、個人住民税の特別徴収義務者として指定されています。

前年中に給与の支払いを受け、かつ当年の4月1日において給与の支払いを受けている従業員（短期雇用者、アルバイト、パート、役員等全て含む）が対象となり、普通徴収に比べて



- ①従業員が個々に納付する手間が省ける
 - ②納め忘れがない
 - ③1回当たりの納付額の負担が少ない
- など従業員にとっても大変便利な制度です。

※詳しくは、税務会計課 税務係まで ☎73-2111 (内線 122)

町政情報

[ネットで予約ができます] マイナンバーカード申請

令和8年4月からインターネットで予約受付を開始しています。二次元コードを読み込み、ご予約ください。5年・10年更新者の増加により、申請・交付は予約優先となります。

休日・延長窓口を開設していますので、ぜひご予約のうえご利用ください。「出張申請」も引き続き予約受付中！

【受付時間】○平日 9:00～16:00

○毎週水曜日 17:00～19:00

○毎月第2土曜日と日曜日 9:00～16:00

(ご予約は金曜日16:00まで)

8月8日(土)・9日(日)

9月12日(土)・13日(日)

10月10日(土)・11日(日)

※8月8日(土)・9日(日)の受付は午前中のみとなります。

なお、毎週水曜日の18:00までは、住民票・戸籍等の交付申請も受付していますのでご利用ください。(異動の受付はできませんのでご注意ください。) ※詳しくは、町民生活課 町民年金係まで ☎73-2111 (内線 102・103)



1日農業バイトアプリ

「daywork(デイワーク)」を運用しています！

町では、農業現場で安定した補助労働力となる人材を確保するため、町民の皆さんが簡単に農業に参加できる、1日農業バイトアプリ「daywork(デイワーク)」を運用しています。「副業で休日だけ」「週に1日程度であれば」など、柔軟で多様な働き方に対応できます。

お気に入りの農家さんを見つけて、休日を豊かに過ごしましょう。登録方法など、詳しくは町ホームページをご覧ください。

1日農業バイト デイワークとは…



※詳しくは、産業振興課 農業振興係まで

☎73-2111 (内線 351・313)

涼み処・クーリングシェルターのご案内について

1. 町内の涼み処

熱中症対策の一環として、一時的に暑さをしのぐため町福祉センター、町ふるさとセンター、町内の郵便局を「涼み処」として開放します。熱中症予防のため、ぜひご利用ください。



施設名	解放場所	解放日	開放時間	設備		
				トイレ	自販機	テレビ
板柳町福祉センター	1 階ロビー	月～金 (土・日・祝日除く)	8:15～17:00	●	●	
ふるさとセンター本館	休憩コーナー	月～日		●	●	●
ふるさとセンター青柳館				●	●	●
板柳郵便局	1 階ロビー	月～金	9:00～17:00	●	●	
小阿弥郵便局		(土・日・祝日除く)		●		

2. 指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)

環境省から「熱中症特別警戒アラート」が発表された際に、危険な暑さから身を守るため、「クーリングシェルター」に指定している町内3か所の施設を、一般開放します。



施設名	解放場所	開放時間	設備			受入可能人数
			トイレ	自販機	テレビ	
板柳町福祉センター	1階ロビー	8:15～17:00	●	●		10人
ふるさとセンター本館			●	●	●	20人
ふるさとセンター青柳館	休憩コーナー		●	●	●	20人

一般開放期間は10月21日(水)までとなっています。

※詳しくは、町民生活課 環境係まで ☎73-2111 (内線 105・107)

下水道使用にあたってのお願い

下水道は、家庭から出る汚水をそのまま流せる便利な施設ですが、何でも流していいというわけではありません。

下水道施設は多くの方が利用する公共性の高い施設ですので、ルールを守って正しく使用しましょう。

【水に溶けないものは下水に流さないで！】

紙おむつ、生理用品、布類、ビニール片など水に溶けないものは排水管や下水道管の詰まりやポンプ場の故障の原因となるため、下水に流さないようにしましょう。

【油やゴミなどの異物を下水に流さないで！】

油や生ゴミを台所の排水口に流すと、悪臭を発生させたり排水管を詰まらせたりします。

油はリサイクルし、生ゴミは水気を切って燃えるゴミとして処理してください。

【水洗トイレ用の紙を使用しましょう】

水洗トイレには、必ず水に溶けるトイレットペーパーを使用し、水に溶けないティッシュペーパーを流さないようにしましょう。

【ガソリンやシンナーなどを流さないで！】

ガソリンやシンナーなど揮発性の高い危険物やその他の化学薬品は排水管を損傷する恐れがあり、爆発を起こす危険性もありますので、絶対に流さないようにしましょう。

よろしくお願いします



※詳しくは、上下水道課業務管理係まで

☎79-1057

新しい国民健康保険資格確認書等を 7月下旬に送ります

現在お使いの資格確認書等は令和8年7月31日で使用できなくなります。新しい資格確認書等は**7月下旬**に特定記録で郵送します。

資格確認書は
みずいろ
水色です！



○お届けする種類

- ・マイナ保険証を利用している方…「資格情報のお知らせ」を交付します。
- ・上記以外の方…「資格確認書」を交付します。新しい資格確認書の有効期限は令和9年7月31日までです。

※8月1日以降は古い資格確認書等を裁断するなどして処分してください。

※6月末時点でのマイナ保険証の利用登録状況により交付されます。

○資格の異動・世帯主の変更等があった場合は届け出を！



職場の健康保険に加入した時や退職した時、世帯主の変更や住所が変わった時は、資格確認書を持参のうえ、役場健康推進課まで届け出をお願いします。

○保険税の滞納があると

保険税の滞納があると、病院受診の際に全額自己負担となる場合がありますので、早めの納付をお願いします。

※詳しくは、健康推進課 国保医療係まで

☎73-2111 (内線 182)

戸籍 ガイド

(5月届出分)・(敬称略)

板柳町の人口

5月末現在 ()は先月比

総人口 11,834 人 (-5)
男 5,460 人 (+4)
女 6,374 人 (-9)
世帯数 5,380世帯 (+11)

おめでた

工藤 綺羽^{キハ}(雄也) 横沢
須郷 うた(聡) 広栄町A

おいわい

(三戸 魁也 高増
佐藤 理来 弘前市
松山 典聖 栄町B
工藤奈緒子 青森市

おくやみ

外崎 美幸 (61)	栄町B	外川 一子 (88)	太長
久米田 隆 (69)	下常海橋	佐藤 優子 (70)	飯田
杉澤 奨 (74)	博労町	佐藤 粕則 (86)	柏木
寺本 輝英 (59)	石野		
佐藤 振一 (79)	牡丹森	小田桐信子 (94)	石野
泉 ヒサ (91)	牡丹森	齊藤 忍 (52)	掛落林
中村 孝至 (49)	大俵	杉田 忠三 (83)	東雲町
櫻庭 正一 (63)	常盤町		

いたやなぎの 昔っこ



50

編：いたやなぎ昔っこの会

「いたやなぎ昔っこの会」の会員が書いた話っこをご紹介します。ぜひ、声に出して読んでみてください。

♪ みんなで歌いましょう♪

「かたつむり」

でんでん虫々 かたつむり お前のあたまは どこにある
角だせ槍だせ あたま出せ
でんでん虫々 かたつむり お前のめだまは どこにある
角だせ槍だせ めだま出せ

ば かな 「婆っちゃんの哀しみ」

終戦から今年で81年サ(に)なった。婆っちゃんは、毎年、終戦の日サ(に)なれば、婆っちゃんの叔母の家族バ(を)思い出しているの。

戦中当時、満州で叔母夫婦と5歳の男の子と1歳5ヶ月の女の子と沢山の使用人さんがいで、幸せに暮らしていたんだ。

ある日、叔父さんサ(に)召集令状がきて、すぐ南方サ(に)行っちゃって婆っちゃんの母親サ(に)手紙ってきた。その後、音沙汰ネグナッテ(なくなって)しまった。

8月15日に日本は終戦を迎えた。

終戦から、しばらくしたある日、舞鶴行きの引き揚げ船サ(に)6歳の男の子が乗ってらって婆っちゃんの母親さ、通知あったんだ。

婆っちゃんの母親あすぐに舞鶴迎えに行った。

6歳になったワラシ(子ども)ごと、連れで来てけ(くれた)だ人の話だば、終戦サ(に)なって、満州サ(に)住んであった人達の中で、生まれ故郷さ帰りたいと思っている人達が、沢山あつまったんだ。そして、引き揚げ船が来る港ば(を)目指してアサイド(歩いて)いぐことさなったんだ。ワラシ(子ども)さ乳ケル(あげる)時間もネッテ(ないって)言われで、昼もバゲ(夜)もただ歩いたんだ。大分たってから叔母の後ろから来た人に、背中のワラシ(子ども)の様子おがしいってシカへ(教え)られで、見だっきやもう息してねがったんだ。埋葬の時間もネ(ない)って言われ、叔母の上着サ(に)包んでケンドバダ(道路の端)サ(に)お置いてく

るしかねがったんだ。その後から、叔母は、何も食べねぐなつたし、何も喋らねぐなつたんだ。そして、海が近くなってきたころ、突然、叔母が倒れ、亡くなったんだ。埋葬もできない叔母はケンドバダ(道路の端)サ(に)寝かされその叔母を従弟が泣きながら、撫でていた姿にみんな泣いた。従弟を連れてアサイド(歩いて)ケダ(くれた)人が従妹と叔母の遺髪を丁寧に包んで持だせてけ(くれ)でいた。従弟はその遺髪ば(を)握りしめて出迎えにきた自分の母ちゃさ似た婆っちゃんの母ちゃば見つけて抱きついて、でったらだ(おおきな)声で泣いた。その後、復員していた叔父と一緒に帰ったんだ。

従弟が大学生になったある日、婆っちゃんさ涙って浮かべて、「俺、幸せになってもいいのかな」「母と妹を置き去りにしたのが悔しい」「満州は野犬が多いからなー」って寂しそうな顔をして、喋った。従弟の顔を婆っちゃん忘れられね。ずーっと子供の時の哀しみば抱えて来た従弟が可哀想で仕方ねがった。

ある日、叔父から従弟が母親と従妹の所サ(に)行ってしまったとの知らせに心臓が止まりそうであった。叔父から、従弟の大学ノートが送られて来た、びっしりと母と妹の事が書かれていた、所々に涙の跡があった。

従弟も今は、母親と妹の所で幸せでるびょん。

みんな、支え合って幸せになるべし。の一。

とっちばれ(おしまい)



いたやなぎの昔っこの会は50回をもって最終回となります。

ご協力くださいましたいたやなぎ昔っこの会のみなさま、ありがとうございました。



板柳俳句会

○不意に出ていずこに消えし夏の蝶

笹森 泉

○蝶の数人の世並みに流れゆく

三戸 武

○芍薬の散るもはなやか亡夫の声

会津 はな

○気紛れな風と戯る蝶の屋

田中 空水

○戦といふ文字の消えずや梅雨に入る

坂本伊子

おまわりさん 安全情報

生活道路における自動車の法定速度が引き下げられます！

令和8年9月1日～

★法定速度が 30km/h になる道路

○主に地域住民の日常生活に利用されるような、中央線などがない道路

★引き続き 60km/h の道路

- ①道路標識または道路標示による中央線または車両通行帯が設けられている一般道路
- ②道路の構造上または柵その他の工作物により自動車の通行が往復の方向別に分離されている一般道路
- ③高速自動車国道のうち、本線車道並びにこれに接する加速車線および減速車線以外のもの
- ④自動車専用道路

★道路標識等による指定がある場合は、その速度に従ってください



警察安全相談電話（相談・意見・要望） #9110

性犯罪被害相談電話 #8103

弘前警察署電話 ☎32-0111

弘前警察署板柳交番電話 ☎73-3151

弘前警察署ホームページ

弘前警察署 検索



板柳町の交通事故概要 (R8.1.1～5.31 現在)

物件事故数	119 件
人身事故数	2 件

8月・9月の祝日

山の日 8月11日
敬老の日 9月21日
秋分の日 9月23日



祝日には国旗を掲げましょう

板柳北小学校で田植え体験学習



6月3日、板柳北小学校（會津隆史校長）の5年生66人が株式会社成田農産の田んぼで田植え体験に挑戦しました。参加した児童からは、もっとやりたい！との声も聞かれ、初めての体験を楽しみました。

柏木・牡丹森・五林平町内会虫送り

6月7日、柏木町内会（阿部剛会長）で、五穀豊穡と無病息災を願う伝統行事「虫送り」が行われました。地元の子どもたちが練り歩きに参加し、囃子とともに地区内を巡回しました。

また、6月14日には、牡丹森町内会（伊藤定幸会長）および五林平町内会（佐々木栄治会長）で「虫送り」が行われ、木彫りの竜の頭に胴体が稲わらでできた「虫」を各所に配置し、豊作と健康を願いました。



小阿弥小3年生がカブト虫の幼虫採取



6月15日、小阿弥小学校（堤司校長）の3年生14人は総合的な学習の一環として、五畿形の長内良蔵さんのりんご園地で、りんごジュースの試飲や堆肥に集まったカブト虫の幼虫を採集しました。

町民ソフトボール大会

6月28日、町民野球場他で町民ソフトボール大会が開催されました。

▷結果…優勝：高増
準優勝：大蔵町
3位：文京町
狐森





災害時も安心して生活できるように 板柳中学校で避難所運営訓練

板柳中学校(番場武明校長)で6月2日、2年生72人を対象に「避難所運営訓練」が行われました。訓練では、一般社団法人男女共同参画「地域みらいねっと」の小山内世喜子代表理事が、自身の体験談や事例をもとに講話を行いました。その後、生徒たちは避難者を体育館に受け入れた想定で、“日常の生活に近い避難所作り”をキーワードに各班に分かれて避難所作りを実施。要配慮者への対応を確認するなど、避難所設営や運営方法について学びました。

古木を通じて、郷土の歴史を知る 板柳古木めぐり

町内の古木を巡る「板柳古木めぐり」が6月20日に行われました。参加者8名は、野中八幡宮の10本の様々な古木、五幾形稻荷神社のいたやかえで等、狐森稻荷神社のけやき、柏木八幡宮の杉の4カ所の古木を巡り、講師を務めた板柳町文化財研究会の工藤明会長の説明に耳を傾けました。参加者は、「樹齢200～300年の古木の歴史と同時に、町の歴史も知ることができた」と話し、理解を深めていました。



話題 あれこれ



楽しくアクティブな活動を 老人クラブスポーツ大会

板柳町老人クラブ連合会(岩崎信夫会長)のスポーツ大会が6月26日、町公民館体育館で開催されました。岩崎会長は「今日も元気で、楽しく頑張りましょう」と、開会あいさつ。審判長注意の後、各町内の老人クラブに分かれて玉入れ競技やスプーンレース、パン食い競争などの5種目を実施しました。参加した会員たちは一生懸命に競技に挑み、頭と体を動かし、心地よい汗をかきながら、仲間と親睦を深めていました。

「茶道」を身近に 裏千家 茶道体験講座

6月28日、りんごの里気楽塾「裏千家 茶道体験講座」が町多目的ホールあぶるで開催されました。日本の伝統文化である「茶道」の所作や道具について気楽に体験してもらおうと昨年に引き続き開かれました。当日は、茶道裏千家淡交会の会津宗真さんが講師を務め、和室の入り方やお茶の点て方などをわかりやすく伝授。また、茶碗の扱い方や飲み終わったあとの作法など、茶席でのマナーを学びました。参加者13人は教わった作法をひとつひとつ確認しながら、ゆっくりとお茶や茶菓子を味わっていました。



※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止となる場合があります。事前に電話などでお問い合わせください。

●ばんきキッズカレンダー● 各種健診・地域子育て支援センター行事・ほか子育て支援情報

日	時 間	項 目	場 所	問い合わせ
6日(木)	12:00～12:40※	4か月児健診・7か月児健診	福祉センター 和室	健康推進課 73-2111(内線184～187)
12日(水)	9:00～15:30※	子育て相談 ※オンライン相談もできます ※電話等でご予約ください	福祉センター 小会議室	健康推進課 73-2111(内線184～187)
19日(水)	10:00～11:30	子育て講習「トイレトレーニングについて」	幼保連携型認定こども園	幼保連携型認定こども園
26日(水)	10:00～11:30	わくわくカフェへようこそ① ～親子でクッキング～ *申込締切：8月17日(月)	小阿弥保育所鶴住 わくわくキッズ	小阿弥保育所鶴住 77-2501
26日(水)	9:00～15:30※	子育て相談 ※オンライン相談もできます ※電話等でご予約ください	福祉センター 小会議室	健康推進課 73-2111(内線184～187)
27日(木)	12:00～12:40※	1歳6か月児健診	福祉センター 和室	健康推進課 73-2111(内線184～187)

※の時間は受付時間

■個別予防接種

「BCG」「五種混合」「麻しん・風しん」「二種混合」「日本脳炎」「ロタウイルス」「小児用肺炎球菌ワクチン」「水痘」「B型肝炎」「HPV」の予防接種については、次の指定医療機関の診療時間内にいつでも受けられます。各予防接種の“接種年齢および日時”を確認し、母子健康手帳を持って接種を受けてください。(予約票は医療機関にあります。)

◆指定医療機関

- ・渡部胃腸科内科〔予約必要〕
月～金(9:00～18:00)、土(9:00～16:00)、
日・祝(9:00～11:00)
- ・田中外科内科医院〔予約必要〕
月・火・木・金(9:00～17:00)、水・土(9:00～11:00)
- ・野宮医院〔予約必要〕
月～金(8:45～17:00)

●いきいきシルバーカレンダー● おもに65歳以上を対象とした健康づくり事業・ほか行事

日	時 間	項 目	場 所	問い合わせ
3日(月)	10:00～11:00	いきいき体操教室	いきいきセンター	老人クラブ連合会 72-0966
5日(水)	10:30～11:30	ふれあいデイ(川柳を楽しもう)	公民館	社会福祉協議会 72-1161
17日(月)	10:00～11:00	いきいき体操教室	いきいきセンター	老人クラブ連合会 72-0967
19日(水)	10:30～11:30	ふれあいデイ(林寿体験)	板柳町 ふるさとセンター	社会福祉協議会 72-1161

※介護予防事業「ふれあいデイ」に初めて参加を希望される方は事前にお問い合わせください。
予定変更の場合もありますので、事前に通知いたします。

●みんなのカレンダー● 各種講習会・ほか行事

日	時 間	項 目	場 所	問い合わせ
12日(水)	10:00～12:00	人権擁護および行政相談合同相談所	福祉センター2階 農業委員会会議室	総務課 73-2111(内線210)
28日(金)	9:00～12:00 13:30～16:00	こころの健康相談 ※司法書士による相談は午前のみ ※3日前までに要予約	福祉センター 町民相談室	健康推進課健康推進係 73-2111(内線184～187)

「広報いたやなぎ」では、各町内の行事やイベント等の情報を受け付けています。お寄せいただいた情報は、各報道機関への提供および取材などで活用させていただきますので、お電話またはメールでお寄せくださるようお願いいたします。

問 企画財政課 広報広聴係 ☎73-2111(内線223) メール: ita-koho@town.itayanagi.aomori.jp





スポーツ活動が活発な板柳町に 板柳町初！スポーツ分野の地域おこし協力隊

みやた けんいち
宮田 顕一 さん（板柳町出身・39歳）

宮田さんの活動は
Instagramを
ご覧ください！▼



「やりたいけどやれないをなくしたい」と話すのは、四月一日から地域おこし協力隊となった宮田さんです。当町出身で元警察官の宮田さんは、生まれ育った町をスポーツで元気にしたいと地域おこし協力隊に応募しました。部活動が減ってきている現在、自身もサッカー経験者である宮田さんは「部活動でサッカーができないのは悲しい。町でサッカーをする子を増やしたい」と思いを話します。サッカーの他にも、スポーツを広める活動を通して、クラブチームを作ることを目標に活動している宮田さん。「スポーツで板柳町を盛り上げます！」と笑顔で語ってくれました。

／今月の／

見すぐり



Instagram連動企画
「#ふおとやなぎ」をつけた
素敵な投稿を一部ご紹介！



撮影：@tocchibare さん 場所：板柳町

黄色いお花と明るい
夕陽が元気をくれる
素敵な1枚です♪



★7月の町税等納期★ 7月31日（金）

- 固定資産税（第2期）
- 国民健康保険税（第1期）
- 介護保険料（第1期）
- 後期高齢者医療保険料（第1期）
- 町営住宅使用料金（7月分）
- 上下水道料金（6月分）

（上下水道料金口座振替日・8月3日）

※口座振替をご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。

ふあいんだー

ついに青森県も梅雨入りしましたね。屋根や傘に当たる雨の音は好きですが、カメラが濡れてしまわないように守るのが大変…。

でも、雨の日や雨上がりにしか撮ることができない写真もあって、悩ましいです。

天気や時間に左右されずに、好きな瞬間を撮るよう勉強に励みます！（み）



あなたの撮った**板柳町**の写真お待ちしています！

- ① 板柳町公式アカウント @itayanagi_town をフォロー
- ② 撮影場所と「#ふおとやなぎ」をつけて投稿！

