

「協会けんぽ」「健保連」「共済組合」等の被扶養者も 市の総合健診で『特定健診』を受診できます！

協会けんぽ、健保連、共済組合等の被扶養者の方もつがる市の総合健診で「特定健診」が受診できます。「特定健診」の受診を希望される方は、**直接、青森県総合健診センターにお問い合わせください**。なお、同時に「がん検診」の受診も希望される方は、つがる市役所健康推進課（電話 42-2111）への申し込みも忘れないでください。

【受診申込み・問い合わせ先】

特定健診窓口 財団法人 青森県総合健診センター 事業部健康推進課
電話 017-741-2336 FAX 017-741-2386（※窓口開設時間 9:00~17:00）

【受診可能な県内の主な医療保険者】

- 全国健康保険協会青森県支部（社会保険） ●公立学校共済組合青森県支部
- 健保連 ●地方職員共済組合青森県支部（県職員）
- 警察共済組合青森県支部 ●青森県市町村職員共済組合

詳しくは健診センター・特定健診窓口までお問い合わせください！

【健診日程】 「つがる市総合健診日程表」をご覧ください。

【受診日に持参するもの】

- ①特定健診を受診される方は、医療保険者が発行する「特定健診受診券」と「健康保険証」を健診当日必ず持参してください。
- ②特定健診受診券に「個人負担金額」が記載されている場合は、健診当日受付でお支払いください。

『特定健康診査』 『特定保健指導』

状 況

平成20年度から始まった40歳から74歳までの特定健康診査は、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した、生活習慣病の早期発見・重度化予防に重点をおいた健診です。
平成20年度に実施したつがる市国民健康保険加入者（4月1日から1年間国保加入者）の特定健康診査の結果は次のとおりになりました。

1. 特定健康診査受診の状況（平成20年度青森県との比較）

区 分	特定健康診査（平成20年度目標受診率35%）		
	対象者数（人）	受診者数（人）	受診率（%）
青 森 県	314,846	81,810	26.0
つ がる 市	11,194	3,597	32.1



2. 年代別・性別受診率の状況

区 分	対象者数 (人)	受診者数 (人)	受診率 (%)	男女別内訳					
				男性			女性		
				対象者数 (人)	受診者数 (人)	受診率 (%)	対象者数 (人)	受診者数 (人)	受診率 (%)
40歳代	1,908	394	20.6	1,075	177	16.5	833	217	26.1
50歳代	3,438	996	29.0	1,787	411	23.0	1,651	585	35.4
60歳代	3,784	1,457	38.5	1,798	565	31.4	1,986	892	44.9
70～74歳	2,064	750	36.3	910	322	35.4	1,154	428	37.1

3. 特定保健指導の実施状況

特定健康診査を受診した結果、特定保健指導の対象となった方に市の保健師が指導を実施しました。

区 分	対象者数（人）	実施者数（人）	実施率（%）
動機付け支援	295	38	12.9%
積極的支援	178	26	14.6%

平成20年度のつがる市特定健康診査の受診率は、青森県の平均を上回っていますが、市の目標35%には届きませんでした。
また、若い世代の受診率が低く、女性に比べて男性のほうが低くなっています。特定健康診査は、身体測定（身長・体重・腹囲）、血圧、血中脂質検査、肝機能検査、血糖検査、尿検査が検査項目となっています。過去からの生活習慣の積み重ねで出現してくる高血圧や、糖尿病に代表される生活習慣病は、若いうちから自分の体の値（血圧や血糖値、コレステロール値、体重など）やその変化を知り、生活習慣を改善することで予防できます。生活習慣病の予防の第一歩は健康診査を受けることです。「若いうちから、将来のために健康診査が必要だ」と意識を変えましょう。

平成22年度の「特定健康診査」の目標受診率は50%！

市では5月24日から総合健診が始まりますが、年に1回は健康診査を受けて自分の健康状態を確認しましょう。

— 国民健康保険課 電話 42-2111（内線273） —

子ども手当について

本年4月から子ども手当制度が始まります。子ども手当は、次世代の社会を担う子どもの健やかな育ちを社会全体で支援することを目的に、児童を養育している方に手当を支給するものです。



■支給対象：中学校修了前までの児童を養育している方に支給

■手当の額：対象児童1人あたり 月額13,000円

■手当の支給時期：手当は年3回（6月、10月、2月）、支給月の前月までの4カ月分が届出された口座に振り込まれます。

（本年6月は、児童手当2月・3月分と子ども手当4月・5月分をあわせた金額が振り込まれます。）

■申請手続き等

①申請が必要な方→○4月1日現在で中学校2年、3年生の保護者の方

○所得制限などの理由で児童手当が支給されていない方

（※申請の必要な方には、4月中旬以降に各世帯へ申請書を発送する予定です。）

②申請の必要がない方→○現在児童手当を支給されている方（児童手当から子ども手当に自動的に切り替わります。）

■その他の注意事項

①転入・転出の際は、各市町村担当窓口申請してください。

②対象児童が別居の場合や特別な事情がある場合は、ご連絡ください。

③申請書は、市役所福祉課・稲垣支所又は車力支所に持参するか、郵送でも受付いたします。

【問い合わせ先】福祉課 電話42-2111（内線245）

=市営住宅〈空家〉入居者を募集=

【公営住宅】

団地名	所在地	空家番号	構造	間取り	家賃月額（円）	建築年度
森内団地	木造森内2-2	3-1号	簡易耐火・2階建	3DK	12,300～18,300	昭和54年度
月見野丘団地	森田町森田月見野356-11	46号	木造平屋	2LDK	22,100～32,900	平成12年度
つきみの団地	森田町森田月見野300-2	4号	木造平屋	2LDK	21,800～32,400	平成13年度
かしわ団地	柏桑野木田幾世9-15	3号	木造平屋	2DK	19,700～29,400	平成14年度
宮川団地	稲垣町豊川宮川144-1	12号	木造・2階建	2LDK	19,200～28,600	平成3年度

【特定公共賃貸住宅】

岩木団地	柏上古川房田152-1	31号	木造平屋	2LDK	40,000～55,000	平成8年度
------	-------------	-----	------	------	---------------	-------

募集期間	平成22年4月12日（月）～4月21日（水） ※入居可能予定日は5月下旬となります
入居者資格	①現在、同居又は同居しようとする親族がいること ②世帯の収入が政令で定める収入基準であること ③現在、住宅に困窮していることが明らかな人であること ④市町村税を滞納していないこと ⑤入居希望者又は同居しようとする親族が暴力団員でないこと ⑥特定公共賃貸住宅に入居を希望する方の所得水準は、15万8千円以上48万7千円以下であること
必要書類等	①入居希望申請書（建築住宅課に備え付け） ②平成21年度所得証明書 ③平成19.20.21年度全税目の納税証明書 ④現在居住している方全員の住民票（婚約中の場合は相手方の住民票の抄本） ⑤入居希望者又は同居予定者で障害者手帳の交付を受けている方はその写し ⑥印鑑 ※申込者によってその他の添付書類が必要となる場合もあります。
選考方法	応募書類を審査のうえ、5月中旬頃に選考予定
申し込み・問い合わせ先	建築住宅課 市営住宅係 電話42-2111（内線381・386） ※募集期間中に空家が発生した場合は、市ホームページで紹介いたします。



犬の登録及び狂犬病予防注射(柏・森田地区)

月 日	柏 地 区		
	地 区 名	場 所	時 間
5月13日 (木)	小 和 巻	老 人 憩 い の 家	9：00～9：10
	上 派 立	集 会 所 前	9：15～9：30
	小 中 野	中 野 謙 一 宅 前	9：35～9：45
	下 町、鶴 野、 かしわニュータウン	柏 支 所 裏 駐 車 場	9：50～10：30
	上古川、第2岩木	古 坂 製 材 所 前	10：35～10：55
	下 古 川	下古川西口Y字路	11：00～11：30
農 業 研 修 セ ン タ ー		11：35～11：55	
5月14日 (金)	鷺 坂	岩 川 次 郎 宅 前	9：00～9：15
	稲盛、岩木、八重崎	星 光 電 器 前	9：20～9：30
	稲 盛	集 会 所 前	9：35～9：45
	玉 水	農 業 研 修 セ ン タ ー 前	9：50～10：05
	末 吉、 沖 菫	老 人 憩 い の 家	10：10～10：25
	藤 岡	集 会 所 入 口	10：30～10：35
	広 須	老 人 憩 い の 家	10：40～11：00
	姥 島	集 会 所 前	11：05～11：20

●犬の登録料金(新規のみ) 3,000円

●狂犬病予防注射料金 3,000円

月日	森 田 地 区		
	地 区 名	場 所	時 間
5月25日（火）	勝 山	自 治 会 館 前	9：00～9：20
	大 館	古 川 利 吉 宅 前	9：30～9：40
		大 館 バ ス 停 前	9：45～9：55
		上 大 館 バ ス 停 横	10：00～10：15
	床 舞	旧 消 防 屯 所 前	10：20～10：35
		原 田 義 昭 宅 前	10：40～11：00
	森 田	原 田 安 雄 宅 前	11：10～11：30
	月 見 野	月 見 野 住 宅 入 口	13：10～13：25
	森 田	旧 消 防 屯 所 前	13：35～13：45
	山 田	森 田 支 所 車 庫 前	13：50～14：10
七 戸 商 会 前		14：15～14：30	
5月26日（水）	猫 淵	研 修 セ ン タ ー 前	9：00～9：20
	漆 館	集 会 所 前	9：30～9：40
	中 田	木 村 ウ メ 宅 前	9：45～9：55
	吉 野	お 宮 前	10：00～10：20
	下 相 野	研 修 セ ン タ ー 前	10：35～10：55
		八 幡 宮 前	11：00～11：10
	富 岡	佐 々 木 哲 雄 宅 前	11：15～11：25
	上 相 野	研 修 セ ン タ ー 前	13：10～13：25
	栄 田	集 会 所 前	13：35～13：50
	笹 木 ・ 小 中 野	集 会 所 前	14：00～14：10

■狂犬病予防接種と犬の登録について

毎年1回、必ず予防注射を受けてください。犬の登録は飼い始めた日から30日以内(生後90日を超えた犬)に届出するようお願いします。また、狂犬病予防法により未登録・未注射の場合は、20万円以下の罰金に処せられます。※犬の転入、転出、死亡等については、下記まで問い合わせください。

【問い合わせ先】 環境衛生課 電話42-2111(内線284)

つがる市出張所の業務について

つがる市出張所で取り扱っている業務は、次のとおりです。その他の手続き等については、市役所(電話42-2111)までお問い合わせください。

【証明書等の発行】

- 住民票(抄本・謄本)
- 印鑑証明
- 戸籍(抄本・謄本)
- 戸籍の附票
- 除籍(抄本・謄本)
- 身分証明書
- 記載事項証明
- 住所変更証明書(一般のみ)
- 所得証明
- 課税・非課税証明
- 資産証明
- 営業証明
- 評価証明
- 事業証明(法人のみ)
- 公課証明
- 納税証明
- 農地基本台帳登載証明

【税・使用料等の納付】

- 軽自動車税
- 固定資産税
- 市民税(個人普通徴収のみ)
- 国民健康保険税
- 介護保険料
- 農業集落排水施設使用料
- 住宅使用料
- 下水道使用料
- 下水道受益者負担金
- 奨学資金
- 保育料
- 霊園管理手数料



業務時間は10:00~19:00

■つがる市出張所(すまいるプラザ)
イオンモールつがる柏内
電話27-5021
休業日:年末年始

～お勤め帰りや土曜、日曜、祝日も

業務を行っておりますのでご利用ください～

平成22年度「つがる市姉妹都市国際交流事業」の参加者募集

市では、国際協力に対する市民の理解を深め、これからの国際化社会に対応できる国際感覚豊かな人材を育成するため、つがる市姉妹都市国際交流事業を実施し、参加者を募集します。

【国外事業】

■行 先：米国メイン州バス市

■期間及び対象者

区分	期 間	対 象 者
標準	平成22年 8 月 7 日(土)～ 8 月19日(木)(13日間)	中学 2 年生以上のつがる市民 (平成 9 年 4 月 1 日以前に生まれた方)
短期	平成22年 8 月 7 日(土)～ 8 月13日(金)(7日間)	21歳以上のつがる市民 (平成 2 年 4 月 1 日以前に生まれた方)

■人数：20人 ■費用：自己負担 約15万円 ■内容：市民交流会、バス市長等表敬訪問、各種交流等
応募期限：5月10日(月)まで ※滞在は原則としてホームステイとなります。



【国内事業】

つがる市の姉妹都市である米国メイン州バス市から来訪する訪問団が本市に滞在する際、相互交流を図るためホームステイ受入れのホストファミリー及び交流事業参加者を募集します。

■期間：7月22日(木)～8月3日(火) ※日程は前後することもあります

応募期限：6月14日(月)まで

※ホストファミリーには宿泊場所と夕食、朝食の提供をお願いします。

◆応募方法：実施要領を確認のうえ、申込書に必要事項を記入し提出してください。実施要領と申込書は、市役所企画課、各支所、出張所に設置しています。(※市ホームページからもダウンロードできます。)

市役所企画課において、随時、ご質問を受付しています。興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。

【問い合わせ先】企画課 電話42-2111(内線321)

家電リサイクル法の対象となる廃家電は適切な処分方法で！

○家電リサイクル法の対象となる機器は？

テレビ(ブラウン管・液晶・プラズマ)、エアコン、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機です。

これらの処分については、リサイクル料金と収集・運搬料金を支払う必要があります。

○廃家電の処分方法は？

買い換える場合 → 小売業者(家電小売店)に引き取ってもらう。

買い換え以外の場合 → ●家電小売店に引き取ってもらう。

●指定引取所に自分で持っていく。(事前に郵便局でリサイクル券の購入が必要です)

●指定業者に収集を依頼する。(市役所環境衛生課にお問い合わせください)

○指定引取所は？

・東北東京鐵鋼(株)弘前営業所(田舎館村大字川部字下船橋64-3) 電話：0172-58-4725

・日本通運(株)弘前支店 自動車課(弘前市大字新里字中平岡25-1) 電話：0172-27-0881

○リサイクル料金の支払い方法は？

小売業者経由の場合 → 小売業者へリサイクル料金を支払い、小売業者が発行する排出者控えを受け取ります。

郵便局経由の場合 → 郵便局でリサイクル料金を支払って家電リサイクル券を購入し、廃家電を指定引取所へ引き渡す際に廃家電と一緒にリサイクル券を渡し、排出者控えを受け取ります。

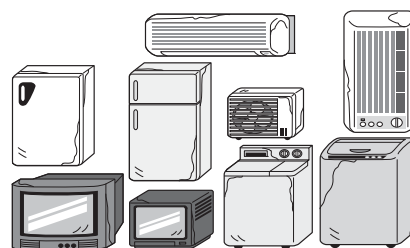
(※郵便局へは、必ず廃家電のメーカー名を確認してから行ってください)

《主要家電メーカーのリサイクル料金》※メーカーにより料金が異なりますので詳しくはお問い合わせください。

家電リサイクル法の対象機器		料金
エアコン		2,625円
テレビ (ブラウン管式・液晶式・プラズマ式)	15型以下	1,785円
	16型以上	2,835円
冷蔵庫・冷凍庫	170ℓ以下	3,780円
	171ℓ以上	4,830円
洗濯機・衣類乾燥機	メーカーにより	2,520円
	違いあり	3,444円

※リサイクル料金とは別に、収集・運搬料金がかかります。

【問い合わせ先】環境衛生課 電話42-2111(内線281)



不法投棄をすれば、廃棄物処理法により5年以下の懲役または1千万円(法人は1億円)以下の罰金に処せられます。