

おdate おおだて

- 下水道供用開始 ————— 2・3
- 市の職員給与と職員数 ————— 4・5
- 連結財務書類4表を公表します —6・7
- 市民リポーターだよりNo.4
今日から始めるメタボ解消! —8~11
- あってグッド ————— 12・13
- フォトニュース ————— 14・15
- お知らせ ————— 16~19
- 伝言板 ————— 20・21
- ほっぺにチュッ・無料相談 ————— 22
- 3月のカレンダー ————— 23



わ~い、買ってもらっちゃった!

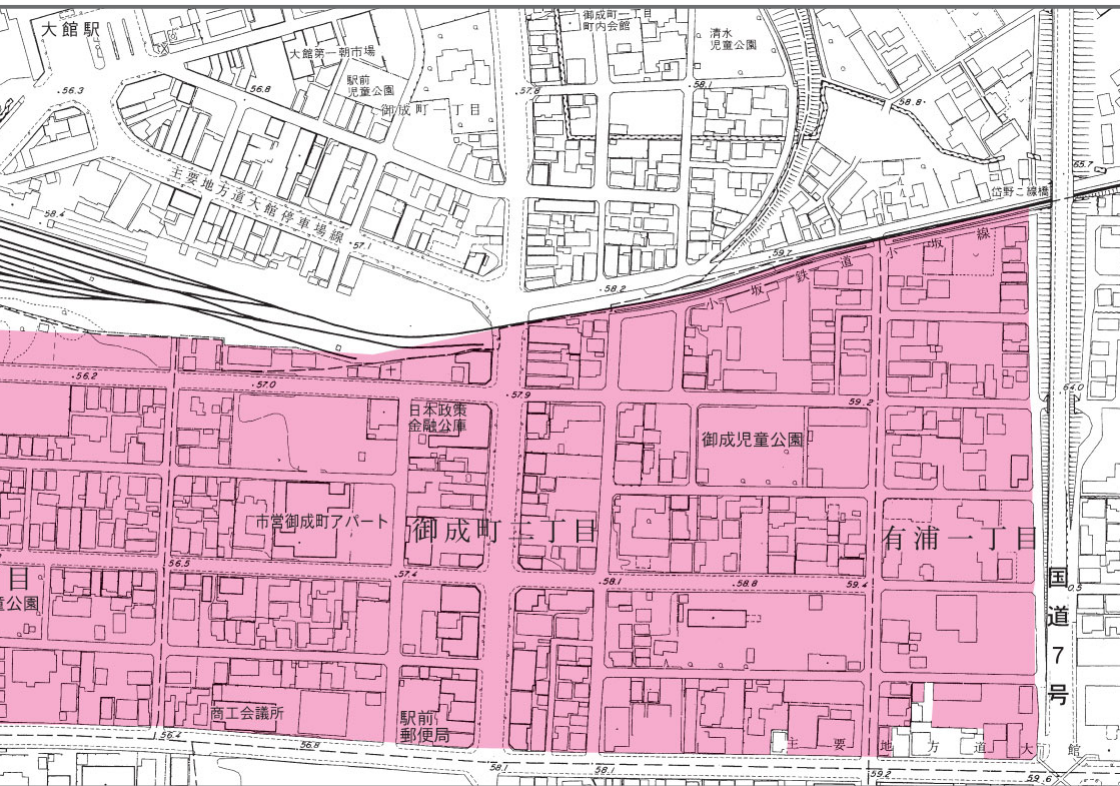
好天に恵まれ、たくさんの人出でにぎわった「大館アメッコ市」。さまざまなアメが並ぶ露店には、色鮮やかな枝アメを前に、子どもたちの笑顔があふれていました。

(大館アメッコ市、取材日2月14日)



新たに34haの区域で下水道が使えるようになります

—下水道 地球を守る リサイクル—



公共下水道が使えるようになる区域

大館地域では、清水一丁目の一部、中道一丁目、御成町二丁目、有浦一丁目の一部、餅田二丁目の一部など約28ha(図①②)、また、比内地域では下味噌内の一部で約3ha(図③)、田代地域では赤川の一部で約3ha(図④)の合わせて約34haで供用を開始します。

供用面積は、認可区域の78%に当たる約1155haとなり、新たに約千人のかたが下水道を利用出来るようになります。

農業集落排水施設が使えるようになる区域

比内地域の独鈷中野地区で、一部工事が残っていた区域(図⑤)、日詰の全部、沢、五日市、中野の一部が完成し、供用を開始します。この完成により、この地区全域が供用開始となります。

なお、平成22年度も引き続き、路面復旧(舗装)工事などを行う予定です。対象となる地区のかたはご協力をお願いします。

3年以内に水洗化工事をお願いします

供用を開始した地域の皆さんには、3年以内(平成25年3月末まで)に水洗化工事をしていただくこととなります。工事指定店に依頼して、早めに水洗化工事をお願いします。



水洗化工事は指定店に

水洗化工事は、一定の技術水準で正しく行われないと、管が詰まるなど故障の原因となり、公共下水道設備や農業集落排水施設に悪影響を与える恐れがあります。

そのため水洗化工事は、専門的な知識と技術を持っている

お問い合わせ

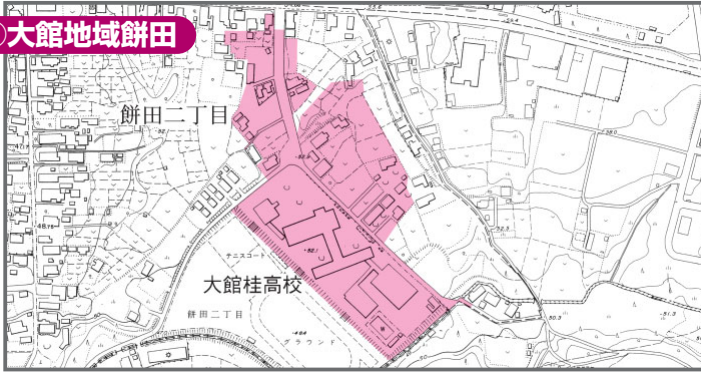
公共下水道は
下水道課計画整備係
☎43-7091
農業集落排水施設は
管理課生活給排水係
☎43-7089

大館市の公共下水道事業

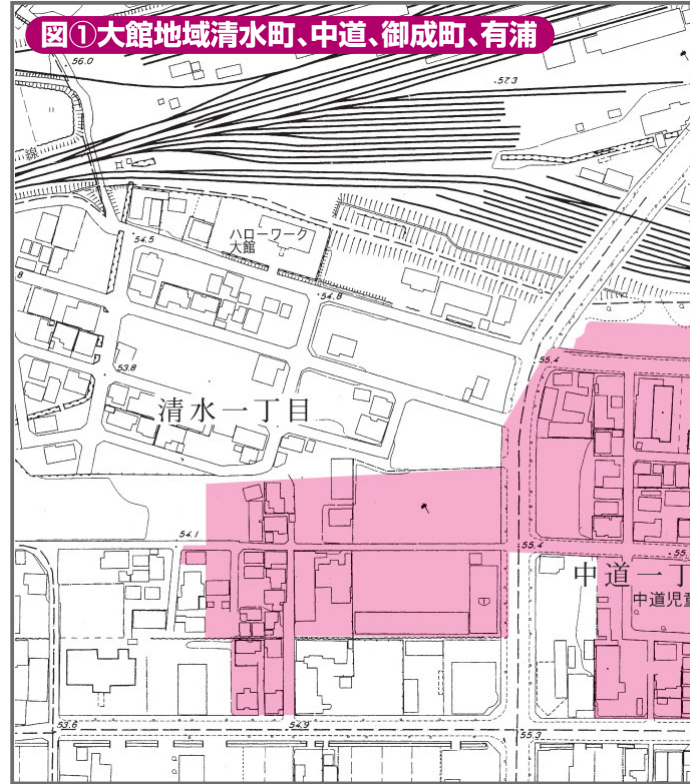
全体計画の面積 ・・・2,547.0ha	全体計画の人口 ・・・53,500人
認可計画の面積 ・・・1,481.2ha	供用開始区域内 の人口・・・33,800人
供用予定の面積 ・・・1,154.9ha	下水道の普及率 ・・・41.8%

(平成22年2月末現在の見込み)

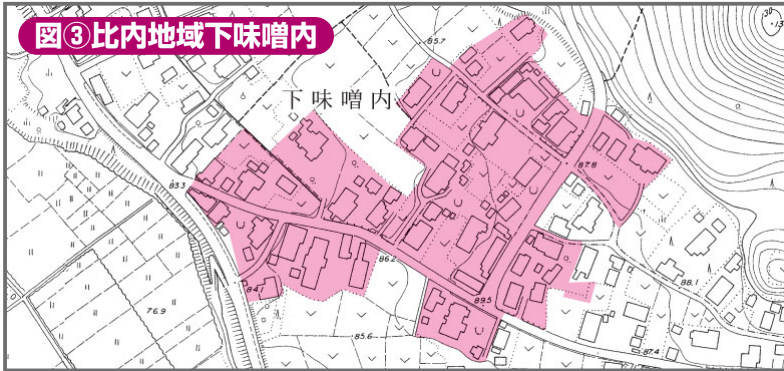
図② 大館地域餅田



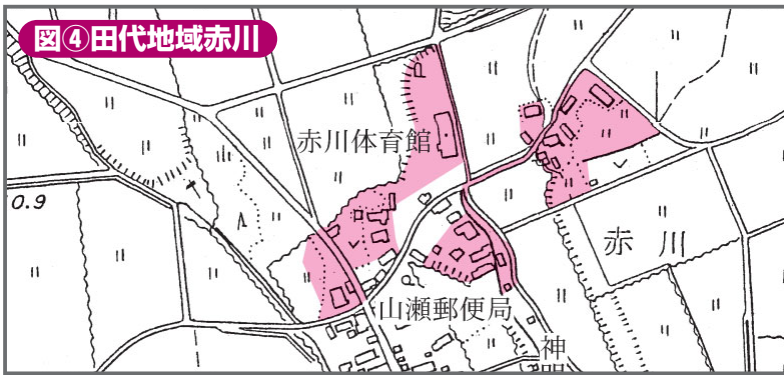
図① 大館地域清水町、中道、御成町、有浦



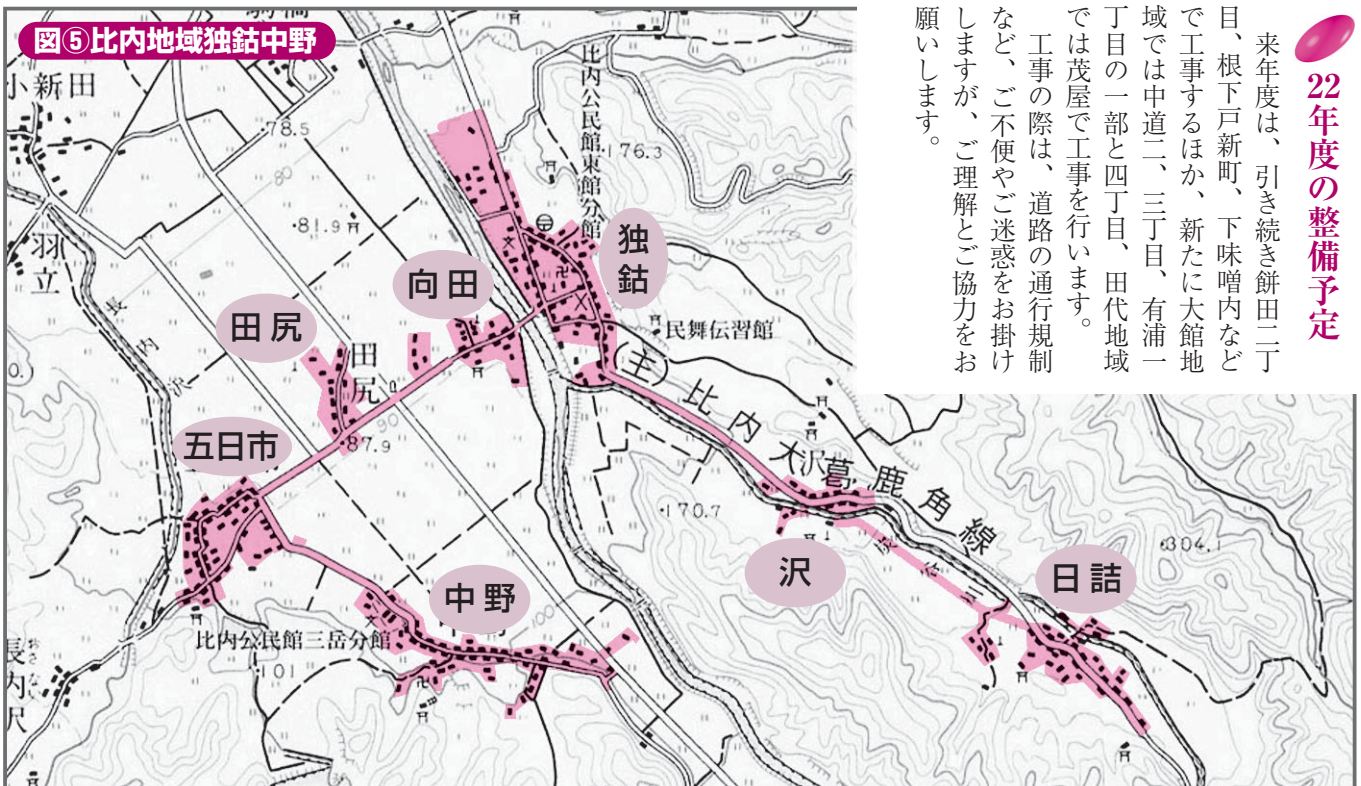
図③ 比内地域下味噌内



図④ 田代地域赤川



図⑤ 比内地域独鈷中野



「大館市排水設備工事指定店」へ依頼してください。指定店以外で工事をした場合は、指定店による工事のやり直しが必要になります。
なお、指定店では、市に提出する書類の作成や届け出などの手続きも行っていきますので、お気軽にご相談ください。
※指定店の一覧を希望される場合は、下水道課へご相談ください。また、市のホームページからも確認出来ます。

22年度の整備予定
来年度は、引き続き餅田二丁目、根下戸新町、下味噌内などで工事するほか、新たに大館地域では中道二、三丁目、有浦一丁目の一部と四丁目、田代地域では茂屋で工事を行います。
工事の際は、道路の通行規制など、ご不便やご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

下水道の使用人数が変わったら届け出を
メーターを設置していない自家水(井戸水など)を使用する人数が変更したときは、使用人数変更の届け出をお願いします。 管理課総務係 ☎43-7086

「大館市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき

市の職員給与と職員数をお知らせします

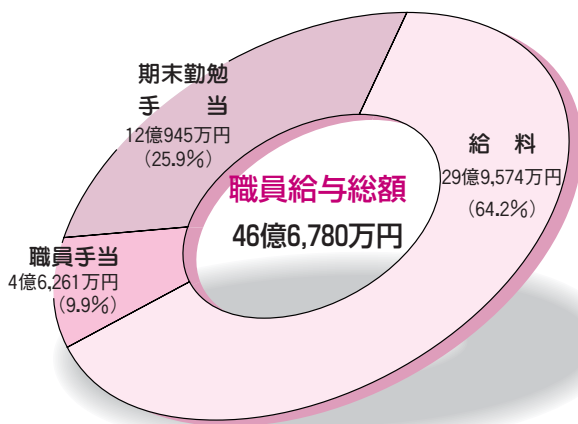
問 職員課 ☎43-7029



職員給与費の状況

特別職は含みません

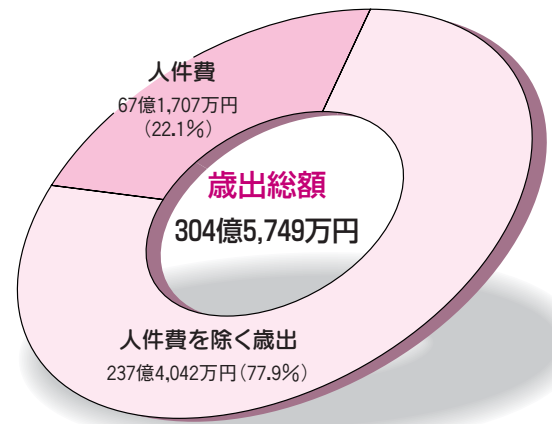
平成20年度の普通会計決算における職員給与費は次のとおりです。



人件費の状況

平成20年度の普通会計(一般会計+都市計画会計など)決算における歳出額に占める人件費の割合です。

人件費には特別職(市長、副市長、議員など)に支給される給料、報酬を含みます。



特別職の報酬・期末手当

平成21年4月1日現在

期末手当は、報酬または給料月額に職務加算(20%)を加えて、次の月数が支給されます。

職名	金額	職名	金額
議長	41万9千円	市長	86万6千円
副議長	38万1千円	副市長	68万7千円 (副市長は暫定で60万円を支給)
議員	36万3千円		

月数	力月分
6月期	1.55(1.4)力月分
12月期	1.70(1.6)力月分
計	3.25(3.0)力月分

※ () は平成21年度に実際に支給した月数です。



職員の期末・勤勉手当

平成21年4月1日現在

国と同じく職制上の段階、職務の級により加算措置を設けています。

	期末手当	勤勉手当
6月期	1.35(1.20)力月分	0.725(0.675)力月分
12月期	1.55(1.45)力月分	0.725(0.675)力月分
計	2.90(2.65)力月分	1.45(1.35)力月分

※ () は平成21年度に実際に支給した月数です。



職員の平均給料月額などの状況

平成21年4月1日現在

職員の平均給料月額と平均年齢は次のとおりです。

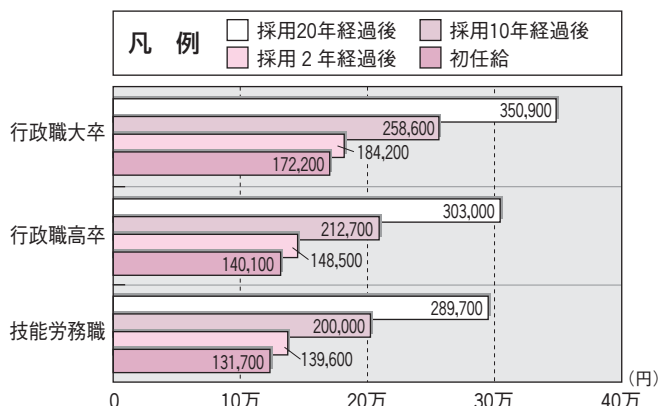
区分	大館市		国	
	平均給料	平均年齢	平均給料	平均年齢
行政職	342,764円	44.1歳	325,521円	41.5歳
技能労務職	354,093円	50.0歳	285,548円	49.2歳



職員の初任給などの状況

平成21年4月1日現在

職員の初任給の月額と採用から2年、10年、20年経過時の給料月額は次のとおりです。





退職手当

平成21年4月1日現在

退職手当は、退職したときの給料の月額に、退職事由及び勤続年数による支給割合を乗じた額が市の加入している秋田県市町村総合事務組合から支給されます。支給率は国と同じです。

	自己都合	定年等
勤続20年	23.5カ月分	30.55カ月分
勤続25年	33.5カ月分	41.34カ月分
勤続35年	47.5カ月分	59.28カ月分
最高限度	59.28カ月分	59.28カ月分
1人当たりの平均支給額	2,532万円	

※1人当たりの平均支給額は平成20年度中のものです。



職員の勤務時間・勤務条件

平成21年4月1日現在

1週間の勤務時間	38時間45分
1日の勤務時間	7時間45分(8時30分～17時15分)
休日	土・日曜日、祝日、年末年始
休暇	年次有給休暇、病気休暇、結婚休暇 産前産後休暇、子の看護休暇 忌引休暇、夏季休暇、ボランティア休暇 介護休暇(無給)など
その他	育児休業(子が3歳になるまで。無給。)

年次有給休暇平均取得日数

平成19年	平成20年
11.5日	12.3日



職員数の状況

各年4月1日現在

区分	職員数(人)			対前年度比較	
	H19年	H20年	H21年		
一般行政部門	議会	7(7)	7(7)	7(7)	0
	総務	156(156)	153(153)	144(144)	-9
	税務	44(44)	43(43)	41(41)	-2
	民生	129(129)	127(127)	120(120)	-7
	衛生	49(49)	48(48)	48(48)	0
	農林水産	38(38)	33(33)	31(31)	-2
	商工	24(24)	24(24)	22(22)	-2
	土木	64(64)	63(63)	59(59)	-4
	小計	511(511)	498(498)	472(472)	-26
特別行政部門	教育	136(135)	124(123)	117(116)	-7
	消防	129(0)	125(0)	125(0)	0
	小計	265(135)	249(123)	242(116)	-7
公営企業等会計部門	病院	500(35)	506(34)	533(35)	27
	水道	36(36)	30(30)	29(29)	-1
	下水道	15(15)	14(14)	14(14)	0
	その他	40(40)	44(44)	41(41)	-3
	小計	591(126)	594(122)	617(119)	23
合計	1,367(772)	1,341(743)	1,331(707)	-10	

※()は定員適正化計画の実績の内訳です。



職員手当の月額

平成21年4月1日現在

区分	内容	金額
扶養手当	配偶者	13,000円
	扶養親族(1人に付き)	6,500円
	(配偶者がいない場合、1人目は11,000円)	
住居手当	満16歳から22歳までの子の加算	5,000円
	借家の場合(家賃の額が12,000円を超える場合に限る)	
通勤手当	家賃の額に応じて27,000円を限度に支給	
	自宅の場合	2,500円(取得後5年間)
	(通勤距離が2km以上の職員に限る)	
交通機関利用者	交通機関利用者	運賃相当額(限度額 55,000円)
	交通用具使用者	2,100~24,500円(限度額)



時間外勤務手当の状況

平成20年度決算

支給総額	職員1人当たり支給年額
1億5,128万6,825円	19万1,502円



特殊勤務手当の状況

平成20年度決算

・職員全体に占める支給対象職員の割合	21.2%
・支給対象職員1人当たり支給年額	40,722円
・手当の種類	清掃手当、特殊自動車運転手当など 11種類

定員適正化計画を進めています

行政サービスの質を低下させることなく効率的な行政運営を行い、定員の適正化を推進する計画です。具体的な施策は、施設管理業務の委託化、職員の能力向上、業務内容の見直し、組織機構の改善などにより、平成18年度から平成22年度までの5年間で114人の減員を目標としています。

(一般行政職・技能労務職)

区分	17(合併時)	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度	計
4月1日職員数	804	793 (796)	771 (772)	750 (743)	716 (707)	690	
前年度退職者数		14 (15)	25 (29)	24 (33)	37 (42)	29	129
当年度採用者数		3 (7)	3 (5)	3 (4)	3 (6)	3	15
対前年減員数		▲11 (▲8)	▲22 (▲24)	▲21 (▲29)	▲34 (▲36)	▲26	▲114

※職員数には、医師、医療技師、看護師及び消防職員を含みません。
※()は実績です。

大館市全体の資産は？

平成20年度連結財務書類4表を公表します

▼新地方公会計制度に

基づき財務情報を公表

これまでの公会計制度は、その年にどのような収入があり、どのように使ったのかといった現金の動きが分かりやすい半面、市で整備してきた資産や、行政サービスの提供に要したコスト情報が不足していました。

それらの不足情報を補うために、市では公営企業的な手法を取り入れ、総務省が示す統一基準で普通会計の「貸借対照表（バランスシート）」と「行政コスト計算書」及び「キャッシュフロー（資金収支）計算書」を公表してきました。

今年度からは、総務省が新たに示した作成指針「新地方公会計制度」に基づいて、普通会計を含めた市全体の財務情報を分かりやすくお知らせします。

▼制度の概要

①連結して財務書類4表を作成

市には、普通会計で行う事業

と、特別会計や公営企業会計で行う事業があります。また、市と連携して行政サービスなどを実施する一部事務組合や公社、第3セクターなどもあります。

新しい財務書類では、一般会計のほか、特別会計や市が一定割合以上を出資している関係法人などすべてを含め、一つの行政サービス実施体としての「連結の財務書類4表」①貸借対照表（バランスシート）、②行政コスト計算書、③純資産変動計算書、④資金収支計算書」を作成することになります（図①）。

②二つのモデルから選択して作成
4表の作成には、総務省が示した二つの財務書類モデル（基準モデルと総務省改訂モデル）のうち、いずれかを選択することとしています。

また、作成した情報（20年度決算）は21年度中に公表するよう求められ、市では「総務省改訂モデル」を採用して公表することになりました（解説参照）。

連結財務書類4表のイメージ(図①)

連結グループ

市 全 体

普通会計※

- 一般会計
- 小規模水道等特別会計
- 休日夜間急患センター特別会計
- 田代診療所特別会計
- 奨学資金特別会計
- 都市計画事業特別会計
- 土地取得特別会計
- 温泉開発特別会計

- 国民健康保険特別会計
- 介護保険特別会計
- 介護サービス特別会計
- 後期高齢者医療特別会計
- 老人保健特別会計
- 病院事業会計
- 水道事業会計
- 工業用水道事業会計
- 下水道事業会計
- その他5会計

一部事務組合・広域連合

- 秋田県市町村総合事務組合
- 秋田県後期高齢者医療広域連合
- 秋田県市町村会館管理組合

地方公社・第三セクター等

- 大館市土地開発公社
- 秋田県北環境保全センター
- 財大館市勤労者福祉事業団
- 社大館市社会福祉事業団
- 財大館市文教振興事業団
- 財比内町観光開発公社
- 株田代ふるさと振興公社



連結財務書類4表

- ①貸借対照表(バランスシート)
- ②行政コスト計算書
- ③純資産変動計算書
- ④資金収支計算書



解説

新地方公会計モデル

総務省では、企業会計の考え方を取り入れ、発生主義現金の収入や支出に関係なく収益や費用が発生した時点で記録する方法を活用した、次の「基準モデル」と「総務省方式改定モデル」のいずれかの方法で公表すること決めました。

◆基準モデル

原則として、すべての資産を公正価値で評価し直したうえで、固定資産台帳を作成するほか、個々の取引情報を発生主義により作成したモデル。

◆総務省改訂モデル

固定資産台帳や個々の複式記帳によらず、既存の昭和44年からの決算統計情報を活用して作成したモデル。

◎大館市は、早期に資産・債務情報を整理して公表するために、総務省改訂モデルを採用しました。

お問い合わせ

財政課財政係
☎43-7030

※普通会計とは、地方公共団体の財政状況を統一的に比較するため、統計上用いている会計区分です。

住民サービスを提供するために保有している財産(資産)と、その資産をどのような財源(負債・純資産)で賄ってきたかを示したもので、資産・負債・純資産の三つの要素から構成されています。資産合計額(表左側)と負債・純資産合計額(表右側)が等しく、左右のバランスがとれていることから「バランスシート」とも呼ばれています。

1. 連結貸借対照表(バランスシート)

借方	
資産の部	
所有する資産の内容と金額です。行政サービスの提供能力を表します。	
1. 公共資産	1,953億6,300万円
有形・無形固定資産	1,946億7,500万円
売却可能資産	6億8,800万円
2. 投資等	141億6,100万円
投資及び出資金	28億8,600万円
貸付金	5億2,600万円
基金など	65億8,900万円
長期延滞債権	8億600万円
その他	33億5,400万円
3. 流動資産	64億300万円
現金・預金	44億6,500万円
未収金など	19億3,800万円
資産合計	2,159億2,700万円

貸方	
負債の部	
普通会計や公営事業の地方債、関係団体の長期借入金などを連結し、将来世代の負担を表します。	
1. 固定負債	890億2,800万円
地方債	721億9,600万円
長期未払金など	91億9,200万円
退職手当引当金	76億4,000万円
2. 流動負債	108億7,800万円
翌年度償還予定地方債	63億800万円
給与引当金など	45億7,000万円
負債合計	999億600万円
純資産の部	
現在までの世代が負担した金額や国などから受けた補助金など、正味の資産を表します。	
1. 公共資産等整備(国・県補助金等)	436億4,700万円
2. 公共資産等整備(一般財源等)	884億8,500万円
3. その他一般財源等	△161億1,100万円
純資産合計	1,160億2,100万円
負債・純資産合計	2,159億2,700万円

地方公共団体と関連団体などを連結した一つの行政サービス実施体が、サービスを提供するために、どれだけのコストが掛かるかを計算したものです。国民健康保険や介護保険など、これまでの普通会計での計算書には計上されなかったコストが連結されるため、社会保障給付にかかる移転支出的なコストの割合が高くなっています。

2. 連結行政コスト計算書

経常行政コスト	
1. 人に掛かるコスト(職員の給与、退職手当など)	122億7,600万円
2. 物に掛かるコスト(物品購入、光熱水費、修繕費、減価償却費など)	158億2,000万円
3. 移転支出的なコスト(社会保障給付や各種団体への補助金)	279億9,400万円
4. その他のコスト(地方債の利子など)	16億6,400万円
合計(A)	577億5,400万円
経常収益	
行政サービスの利用で市民の皆さんが直接負担する施設利用料、手数料、保険料など	
合計(B)	277億1,200万円
純経常行政コスト(A)-(B)	300億4,200万円

貸借対照表にある「純資産(正味の資産)」が、1年間にどのように増減したのかを示したものです。20年度の純資産は、市立総合病院改築や北地区区学校給食センター整備などで、前年度より23億8900万円増加しています。

3. 連結純資産変動計算書

期首(19年度末)純資産残高	1,136億3,200万円
変動要因	
1. 純経常行政コスト	△300億4,200万円
2. 一般財源(地方税、地方交付税など)	214億1,000万円
3. 国・県補助金など	113億7,400万円
4. 臨時損益	△5,400万円
5. その他	△2億9,900万円
合計	23億8,900万円
期末(20年度末)純資産残高	1,160億2,100万円

1年間の市全体の現金収入(歳入)と支出(歳出)が、どのような理由で増減しているかを性質別に区分したものです。経常的収支の黒字分を、公共資産整備やそのための借入金(地方債など)の返済に充てていることが分かります。

4. 連結資金収支計算書

期首(19年度末)純資金残高	33億4,700万円
当年度現金増減額	
1. 経常的収支	91億3,800万円
収入(地方税、交付金)	563億6,000万円
支出(社会保障給付、人件費等)	△472億2,200万円
2. 公共資産整備収支	△15億2,100万円
収入(国、県補助金、地方債等)	63億900万円
支出(公共資産整備費等)	△78億3,000万円
3. 投資・財務的収支	△64億5,000万円
収入(貸付金回収額等)	20億200万円
支出(地方債償還額等)	△84億5,200万円
4. 翌年度繰上充用金	△4,900万円
合計	11億1,800万円
期末(20年度末)純資金残高	44億6,500万円

今日から
始める

メタボ解消!



最近話題のメタボ

皆さんも、最近メタボという言葉をよく耳にするとおっしゃいます。正しくはメタボリックシンドロームと言うのですが、具体的にどういうものなのかは意外と知られていないと思います。私はなんとなくお腹周りが大きくなると、メタボなのかなと思っていました。

でも、調べてみるとメタボの状態が続くと、とっても怖い病気が待っている入り口だったんです。

本当は怖いメタボ

秋田県では、脳卒中で亡くなるかたが10万人中161人(※)と、全国で3番目に高くなっています。



No. 4 広報市民リポーターだより

リポーター

あやこさん
佐藤綾子さん
(谷地の平西)

脳卒中は脳の血管が破れたり詰まったりして、脳に血液が行かなくなり、手足のまひや言葉が話せなくなるなどの症状が出るほか、最悪の場合は死ぬこともある怖い病気です。しかも、なんの前触れもなく突然起こるため、その予防が大切なんです。この病気は動脈硬化が原因で、メタボが引きがねとなるのだそうです。

脳卒中のほかにも、動脈硬化が引き起こす病気には心筋梗塞と狭心症があります。この病気も、心臓の血管が詰まることで引き起こされます。

特定保健指導の積極的支援コースに参加して学んだメタボ解消法と、メタボ予防を実践する皆さんをリポートします。

メタボリックシンドローム 診断基準

資料：メタボリックシンドローム診断基準検討委員会2005

区分	診断基準項目	基準値
必須	腹囲 (へその位置)	男性: 85cm以上 女性: 90cm以上
2項目以上	中性脂肪値	150mg/dl以上
	HDL コレステロール値	40mg/dl未滿
	収縮期血圧	130mmHg以上
	拡張期血圧	85mmHg以上
	空腹時血糖値	110mg/dl以上

自分で出来るメタボチェック

1 チェック 腹囲 (へその位置で測る)

男性では85cm以上、女性では90cm以上を目安に判定します。

男性 **85** cm以上
女性 **90** cm以上

2 チェック BMI

体重と身長の関係から算出した、肥満度を表す指数です。25を超えたら要注意。

BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

	18.5	25	30	35
BMI	やせ	正常	肥満1	肥満2
			肥満3	

3 チェック 体脂肪率

体脂肪率は体の中に占める脂肪の割合。家庭にある体脂肪測定機能付きの体重計などで測定してみましょう。

	15	20	25	30
男性	やせ	正常	軽肥満	肥満
女性	やせ	正常	軽肥満	肥満

1. **たばこを捨てよう**
たばこを水に漬けて、きっぱりと捨てよう。
2. **禁煙宣言しよう**
家族や周りのかたに禁煙中であることを伝えて、禁煙に協力してもらおう。
3. **口さみしくなったら**
水やお茶を飲んだり少し歩いてみたりして、気分転換しよう。
4. **禁煙外来に相談しましょう**
どうしてもたばこを止めたいときには相談してみましょう。禁煙外来で保険が適用されることもあるそうです。

禁煙外来の問い合わせは
健康推進課 ☎ 42-9055



メタボって何だ？

メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪の蓄積で高血糖や高血圧、脂質異常が重複して発生している状態のことです。この体の危険信号は、一つだけではリスクは高くありませんが、重なって発生することで急速に動脈硬化が進行するそうです。メタボリックシンドロームの診断基準は、腹囲(へその位置)が男性で85cm以上、女性は90cm以上で、さらに高血糖、高血圧、脂質の異常が二つ以上基準値(左表参照)を超えているかたが該当します。

血液検査は医療機関でしか出来ませんので、まずは腹囲を測ってみてください。

体重を1kg減らすと腹囲が1cm減ります。無理のない減量で、メタボを解消しましょう！



べ物を 見直そう

1日に必要なエネルギーは、成人で2千キロカロリー前後と言われています。

摂取エネルギーを減らすコツは、1日当たりに減らすエネルギー量をきちんと決めることが重要だそうです。

体重を1kg減らすには、日々の生活の中で、さらに7千カロリーの消費が必要です。1ヵ月で1kg減らしたいときには、1日当たり233キロカロリー減らすと目標を達成出来ます。

まずは、普段何気なく口に入っている食べ物を変えてみてください。例えば、仕事の合間に飲む砂糖入り缶コーヒーは95キロ



デイ チェックは 欠かさずに

ロリー、仕事が終わって「ちょっと一杯」の缶ビール(500ml)は200キロカロリーです。

どうしても飲みたい・食べたいものがあるときには、なるべくエネルギーの低いものを選ぶと良いでしょう。

例えば

- ・ 微糖や無糖の缶コーヒー
- ・ カロリーオフの缶ビール
- ・ ノンオイルのドレッシング

毎日コツコツ、エネルギーを減らすのが成功の鍵ですが、なかなか効果が見えない、そんなことはありませんか？

焦りは禁物！ 毎日体重を測って記録しながら暮らしを変えてみませんか？

体重のグラフをノートに付け、



決！ 私の脂肪

毎日記録すると良いそうです。継続は力なり。きつとあなたの体にその効果が現れるはずですよ。

食べ物を見直したら、生活の中に運動を取り入れて見ましょう。ただし、無理は禁物。出来ることからチャレンジしてみてください。

例えば

- ・ 買い物のときにカートを使わず、かごを持つ。
- ・ 掃除機をかけたあとに水を拭きをする。
- ・ 子どもと一緒に外で遊ぶ。

ちょっと生活を変えただけで、運動のチャンスが増えますよ。ちなみに車で通勤しているかたは、自転車に変えて40分間乗ると約200キロカロリー消費出来ます。汗を流したあとのビールはもっと美味しく感じるかも知れませんよ(でも飲み過ぎには注意ですね)。



ひまじょう、たばこの火

喫煙は、血管を収縮させて血流が悪くなるため、血管に負担が掛かり動脈硬化を進行させるそうです。

禁煙に迷っているかたは、この機会にチャレンジしてみましょう。

運動と食事のバランス に気を付けています

特定保健指導の
積極的支援コースを受講した

かずこ
島山 和子さん
(曲田)



積極的支援コースに参加して1カ月になりますが、なんか体が軽くなったような気がします。特定保健指導では、運動と食事の両面から、生活習慣の改善を続けています。運動面では、腹筋運動と家事の時間を増やすことを追加しました。腹筋を始めたときには10回くらいしか出来ませんでした。今では、毎日30回も出来るようになったんです。また、掃除を念入りにすることで家もきれいになるし、運動効果もあるから一石二鳥ですね。食事面では、量を変えずに、果物を減らしたりお菓子を買わないようにしたりしています。以前は、家におやつがあるとついついつまんでしまってたんですよ。

例年、冬場は3kgくらい体重が増えていたんですが、この指導のおかげで、今年は体重が増えること無く維持出来ています。春からは自宅の果樹園の枝切り作業が始まるので、仕事も運動の一つとして取り入れると、さらにエネルギーを減らせると思っています。今日は健康体操を学んだので、さっそく帰ったらやってみたいと思います。

▼特定保健指導の積極的支援コースで作った
お昼ご飯(約600kcal)



- ①ご飯 男性150g
女性120g
- ②野菜たっぷりのみそ汁
- ③とり肉カレー風味炒め
皮を除いてエネルギーカット
- ④青菜のあわ雪かけ
野菜はゆでることでたくさん食べられます。
- ⑤和風ポテトサラダ
梅肉を加えてマヨネーズを減らしています。

100kcal分の エネルギーを 消費するには?

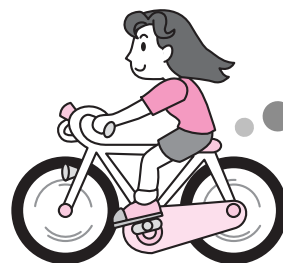
(体重が80kgの
かたの場合)

ウォーキング

18分



18分



自転車

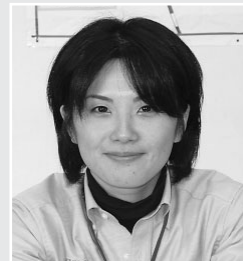
床みがき

20分



特定保健指導担当者にインタビュー

体に脂肪を
ためない生活に



健康推進課成人保健係
金 杏 奈

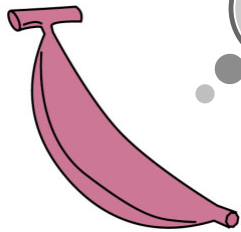
最近の食生活は、仕事時間が不規則だったり残業が続いたりして、なかなか決まった時間に食事を取れないことが多いです。実は、食事の時間が遅くなるとメタボになりやすいんです。22時以降に食事を取ると、体に脂肪を蓄積しやすくなる。B.M.A.L.I(ビーマルワン)というたんぱく質が働いて、太りやすくなります。

改善方法のひとつとして、仕事が遅くなるときは夕方の仕事の合間に主食(炭水化物)を食べて、帰宅してから野菜などの副菜を食べるようにすると、脂肪を蓄積しやすいつ間を避けられます。

★元気発信!始めるプロジェクト
市民モニターを募集★
詳しくは、広報おおだて4月号でお知らせします。



バナナ



1本

日本酒



0.5合

ケーキ



1/4個

体操とダンスで楽しく運動を続けています

いきいきサークルの皆さん

- 左から
笹川マリ子さん (伊勢町)
- 柏原弘子さん (市川)
- 布施幸子さん (比内丁)
- 菅原愛子さん (釣田)
- 乳井ミヨ子さん (市川)



比内公民館で毎週水曜日に1時間、体操とレクリエーションダンスをしている皆さん。6年前に検診でコレステロール値が高めと診断された方々が、保健師の勧めでダンスを始めたのがきっかけだそうです。ADL(日常生活動作)体操指導員で、レクリエーションコーディネーターの長崎聡子さんを講師に、高齢者が元気に過ごせるようにと活動しています。代表の布施幸子さんからは「楽しく踊れてストレス解消にもなります」とのことでした。見学させてもらうと、皆さん年齢を感じさせない軽やかなステップで華麗に踊っています。「体操やダンスを続けることで、転んだりつまづいたりすることも無くなりました」とマリ子さん。弘子さんは「コレステロー



ール値が高くて教室に通い始めましたが、今では正常値に戻っていますよ」と効果をしっかりと感じている様子。愛子さんは「気持ちが若返るし、音楽に合わせて踊るとパワーが出てくるの」とお話をいただきました。1年ぶりに参加したと言うミヨさんは「流行の音楽を聴きながらダンスをすると、とても楽しい」とブランクをまったく感じさせないダンスを披露してくれました。やはり、継続して運動するためには、楽しみながら出来るものが一番効果的ですね。

レポートを終えて

メタボ解消！ 始めましょう

特定保健指導の積極的支援コースに参加する前は「メタボは私にはまだ関係ない」「若いから大丈夫」と考えていました。

しかし、取材を進めていくうちに、年齢に関係無く健康に気を付けていかなければいけないことが分かりました。そして、健康に対する日々の小さな気遣いが将来の自分を形作るのなら、私も出来ることから始めようと思うようになりました。

レクリエーションダンスに参加していた皆さんの笑顔は本当に素敵でした。体も心も健康で元気だからこそ、あんな素敵な笑顔になれるんだと思います。日々の小さな努力の積み重ねと、健康に対する意識の改革で、私も健康でいつまでも元気に過ごし、将来ははつらつとしたおばあちゃんになりたいと感じました。

皆さんも健康に楽しく過ごすため、このレポートを参考にメタボ解消！始めてみませんか？

お詫びと訂正 2月号「はつらつ弁当」に誤りがありました。旧田代町がはつらつ弁当を実施したのは、昭和55年からです。また、旧大館市の当時の利用料金は500円ではなく400円でした。おわびして訂正します。



学生の頃の思い出話で盛り上がりました



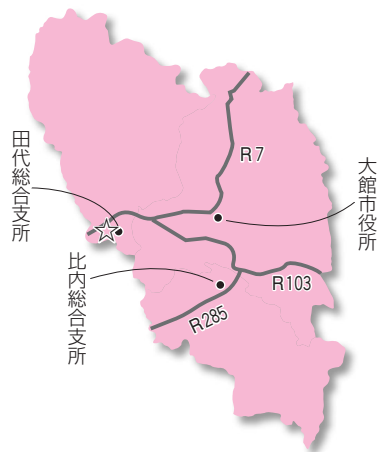
歩いて会って何でも話す
ワクワクの突撃取材

あつてグッド

54
市民の皆さんが
たくさん登場

☆今回訪ねたのは
「田代地区合同歳祝い会」

H22. 1.31取材



会場でばったり出会った
信明さん(左)と宏也さん

寒
い日が続きますね。今回は総合開発センターで行われた「田代地区合同歳祝い会」にお邪魔します。この年祝いには、田代地域の数え年で33歳の女性が14人、42歳と62歳の男性が85人の合わせて99人が参加。神事を行い合同で厄を落として、人生の節目を祝い合います。早速、祝いの席へレッツゴー！

会
場では、久しぶりの再会で旧情を温める輪があちこちに見られます。皆さん、思い出を語り合
いながら目を輝かせて、まるで少年時代にタイムスリップしたかのよう。

—
一緒に話をしていただいたのは小
林宏也さん(若杉)と宏也
さんの親類の吉田信明さん
(長坂坂地)。実行委員と
しても頑張ったという宏
也さんですが「去年の暮
れ(12月)から準備を始
めて、ようやく形になり
ました。たくさんの方が
集まってくれて良かった
ですね」。「私が42歳のとき
の年祝いでは、同じ年のかた
が少なかつたんですよ。今日は、

県外から大館に帰ってきた方々も参加してくれて、62歳のか
たが59人も集まってくれたのにはびっくりしました」と信明さ
ん。大勢で飲むお酒の味は格別でしょうね。

親
子で参加した田村廣政さん(川反)と片岡知美
さん(上軽石野岱)。知美さんは、昨年
12月に二人目のお子さんの出産を終えた
ばかりだそうです。廣政さんが知美さ
んの晴れの姿を前に「二人目が生ま
れたんだし、(知美さんも)
だんだん母親らしくなっ
てきたな」と目を
細めると、知美
さんは「これか
らもお母さんと
しての勉強を続
けていきます」
とちよっと照れ
ながら話してくれ
ました。ウーン、うらやま
しくなるぐらい仲の良い親子。
きつと廣政さんは、お孫さんを目に入れても痛くな
いほど可愛がっているんでしょうね。



廣政さんと知美さん



合同で祈とうを受けました



いろいろと教えてくれた
長岡孝康宮司

神

事を執り行っていたのは長岡孝康宮司(赤川)。厄年はどうして男女で時期が違うのか不思議に思っていたので、厄年のいわれを伺ってみると「厄年は男性が2・5・8、女性であれば3・7・9の付く年で、大厄と言われるのが、33歳、42歳、還暦となります。この大厄のときに厄を落として、祝うので年祝いなんですよ。この大厄は33歳であれば育児、42歳は仕事への責任、還暦は定年に重なります。毎日の生活の中ではなかなか気付かないのですが、一つの区切りですね」。まさに人生の節目の行事なんです。ところで

皆さん体に紙で出来た人形をこすり付けていきましたが、「紙の人形は形代かたしろというもので、体に付いた汚れや罪といったものを形代に移して、お払いをするものです。いつもは川に流すんですが、今は雪が積もっているので、境内でお焚上げたきあげをします。同じように川に流すものとしては、ひな祭りや夏の竿灯かんとうなどもあって、これらをねぶり流しと言っていますよ。夏の時期、私たちは眠気(病などの悪いもの)に誘われるので、この眠気を流すことからねぶり流しと言われているんです。また、青森のねぶたもねぶり流しがなまったものなんです。

歩いて会って何でも話す
ワクワクの突撃取材

あつてグッド

市民の皆さんが
たくさん登場

募集

ご町内でのイベントをお知らせください。取材に伺います。広報広聴係 ☎43-7025

これまでの
登場者数 746人

81,036人
(H22.2.1現在)

「あつてグッド」は、歩いて行くの方言「あつてえぐ」と会って良かった(グッド)を掛け合わせ、もじったものです。



33歳を迎えた皆さん

すよ」。へえ、形代を川に流す神事が発達して夏の多彩なイベントになったんですか。いやあー大変勉強になりました！

家

族で会場にやってきたのは、北林透とほろさん(外川原さん、百合子さん)ご夫婦と、仲谷垂矢あやこさん(末広町)と夕凧ゆうなちゃん、玲奈れいなちゃんの娘さんご

家族。「まさか、娘と一緒に年祝いを迎えられるとは思わなかった。めったに無いことだからうれしいね」と透さん。垂矢あやこさんは神事を終えて「新年早々病気にかかったので、厄を落としてすっきりした気分です」とのこと。厄を落として心機一転！ やっぱ健康が一番ですよ。祈とうを受け厄を落とし、人生の大きな節目を迎えた皆さんは、今まではまだ先がありますが、日々気を付けて生活していかなくては…では、次回もあつてグッド！



左から垂矢子あやこさん、玲奈れいなちゃん、透とほろさん、百合子ゆりこさん、夕凧ゆうなちゃん

はみだしてグッド

全国的には、厄年のかたに厄よけのために長いもの(ベルトやスカーフ、ネクタイなど)を贈る風習があるそうです。

フォトニュース

PHOTO NEWS

このコーナーでは、市内各地で行われるイベントや市民の活動をご紹介します。皆さんの身近で行われる楽しい催しなどありましたら、市役所総務課広報広聴係(☎43-7025)までお知らせください。

ハチ公を囲む雪灯ろう(JR大館駅前ハチ公広場)

▶寒さに負けない元気な声で「コケッココー」



◀真つすぐ走れ「比内地鶏ダービー」

トリづくしの「比内とりの市」(1月23、24日)

比内地域の冬の風物詩「比内とりの市」が、比内グラウンドを主会場に行われました。

恒例の「比内地鶏かやき鍋」や「千羽焼き」は、完売するほどの売れ行き。会場では、「コケッココー」と鳴く長さを競う「人間比内永唱大会」や、比内地鶏を走らせ順位を当てる「比内地鶏ダービー」などが行われ、笑いと歓声に包まれました。

初日は雪が降り続く天候だったものの2日目は好天に恵まれ、市内外から訪れた来場者はイベントを楽しんだり比内地鶏に舌鼓を打ったりして、トリづくしの冬祭りを楽しみました。

威勢良く「福は内」(2月3日)

節分の3日、市内各地で豆まきが行われました。大館八幡神社では、氏子らで組織する大館八幡会(金澤宏会長)が主催して毎年行われ、今年で36回目。数え年で42歳となる年男や会員などが「かみしも姿」になり、集まった八幡幼稚園の園児や住民らに向け「福は内、福は内」と威勢良く豆をまきました。神事で鬼を追い払った福豆をまくことから「鬼は外」の掛け声は無く「福は内」だけ。次々と放り投げられる豆を園児らは夢中で拾い、両手いっぱい縁起の良い豆を持って喜んでいました。



福は～内、福は～内



かたし「形代払い」で厄を払いました(田代地域)

人生の節目として厄年の災いを払う「合同年祝い」が市内各地で行われました。各会場には、礼服やスーツに身を包んだ男性、和服姿の女性たちが一堂に会し、久しぶりに再開した級友や来賓の恩師らと人生の節目を祝い合いました。

市内各地で合同年祝い(1月31日・2月1日)

丸まげ姿の女性が勢ぞろい(西館地区)



大声援の中、デットヒートを
繰り広げました



子どもたちの歓声が響き
渡っていました(雪祭り)



市民スキー大会(2月7日)

「第54回大館市民スキー大会」が開催され、選手たちが熱戦を繰り広げました。樹海ドーム語らいの森では距離部門が行われ、各選手は家族やチームメイトらの大きな声援を受け、一生懸命に力走しました。



縄ないを体験(ちびっこ冬まつり)

各地区で冬祭り(2月7日)

市内各地区で冬祭りが行われ、参加した地区の皆さんでにぎわいました。

早口地区では、早口一地域まちづくり協議会主催の「雪祭り」が早口一分館で行われ、約120人の親子連れが、餅つきやそり遊び、雪上綱引きなどを楽しみました。

また、二井田地区の二井田公民館では「ちびっこ冬まつり」が行われ、地区のお年寄りと子どもたちが、縄ないやキールダー作り、おはじきなどで交流の輪を広げました。

果敢な滑りを披露した大回転



また、大滝温泉スキー場では、大回転競技とスノーボード競技が行われ、好タイムを狙う選手たちが日ごろの練習の成果を思う存分に発揮して速さを競い合いました。

今年も豊作になるように



雪中田植えで豊作祈願(2月11日)

比内町中野の高齢者センターで、地区に伝わる小正月行事「雪中田植え」が行われました。

地区の皆さんが見守る中、菅笠すげがさに「みの」を着用した立石一さんと阿部調一郎さんが、しめ縄しめなわを張った雪の田んぼに稲わらと豆殻を植え、豊作を祈願しました。

おひなさま展(2月13日)

郷土博物館では、毎年恒例の「おひなさま展」が開かれています(開催は3月22日まで)。

会場には、市内各所から集まった段飾りのおひなさま十数組のほか、享保雛きやうほひなや押絵雛おしえひななどが多数飾られ、訪れた人達の目を惹きつけています。



ずらりと並んだ色鮮やかな押絵雛

押絵雛は、厚紙に綿を乗せてその上から色鮮やかな布でくるむ押し絵と呼ばれる技法で作られた雛人形で、レリーフのような立体感があるのが特徴です。市内外からたくさんの方々が訪れ、色鮮やかで繊細に作られた時代ごとのおひなさまを熱心に観賞していました。

大館アメッコ市(2月13、14日)

この日にアメを食べると風邪をひかないと伝えられる冬の風物詩「大館アメッコ市」が開かれ、2日間で16万8千人が訪れました。

今年は天候に恵まれ、100店を超えるアメ屋などの露店が軒を連ねるおおまち八チ公通りでは、大勢のお客さんが色鮮やかなジャンボ枝アメの並木を通過して、風邪封じのアメを買い求めていました。



このアメおいしそう

会場では、からめアメのサービスや枝アメ作り体験コーナーのほか、白髭大神巡行しらひげのおおかみ、秋田犬パレードなどが行われ、アメッコ市に花を添えました。



たくさんの来場者の中を白髭大神が巡行

▶からめアメを「アーン」



必要な物

ナンバープレートと所有者(納税義務者)の印鑑

※所有者変更の申告をするときは、新旧所有者の押印が必要です。

それ以外の車両

大館・北秋田自動車協会(観音堂車検場事務所内☎43-2281)で手続きしてください。

問 税務課諸税係☎43-7032

滞納処分を実施します

納税の公平性を確保するため、督促や再三の納付催告に応じないかたには、債権や不動産、動産、自動車などを差し押さえる滞納処分を実施します。

債権の場合、給料や年金からは滞納金がなくなるまでの期間を、預貯金は差し押さえた時点の残高の全額を差し押さえます。

不動産などは、差し押さえたあとに納付計画の提出や納付が無いと、その財産を公売します。

災害や病気、失業などやむを得ない事情で納めることが困難なかたには相談に応じますので、お早めにご連絡ください。

問 収納課収納係☎43-7036

税外納付金の未納者には法的措置を実施します

税外納付金(貸地料、市営住宅使用料、市立病院診療費など)の未納者で、再三の納付催告に回答が無いかたや分納誓約書を提出しても守られていないかたには、法的措置を実施します。滞納しているかたは、早急に担当部署へご相談ください。

お問い合わせ先

○税外納付金の納付

納付書に記載されている担当部署

○法的措置

特別滞納対策室☎43-7028

市民の善意

▽福祉課扱い

マックスバリュ大館南店 加湿器2台

▽社会福祉事業団扱い

木村敏明さん(川原町) 10万円

老壮大学新入生募集

申・問 中央公民館☎42-4369

大館市老壮大学は、60歳以上のかたが参加する県内でも最大規模(21年度在学者304人)の生涯学習団体です。大学では、月1回の学習(講演やクラブ学習)のほか、館外研修やクラブ交流会なども行われます。

対象となるかたはぜひご入学ください。

とき 3月5日(金) 説明会10時/入学受け付け10時30分~16時

※定員に満たないときは、6日(土)も9時から16時まで受け付けます。

ところ 中央公民館

対象 4月1日現在で満60歳以上のかた

募集定員 100人

入学金 4千円

申込方法 申込用紙に必要事項を記入し、入学金を添えて当日受け付けに提出してください。

活動内容 学習は月1回。主に午前は講演、午後は選択したクラブ学習。他に館外研修、文化祭などがあります。



児童センターのスポーツクラブ会員募集

平成22年度の幼児スポーツクラブの会員を募集します。

受付開始 3月23日(火) 10時 ※各クラブとも先着順です。

申込方法 希望する児童センターに年会費を添えて、直接お申し込みください。

年会費 各施設とも3,500円

◆幼児スポーツクラブ「たんぽぽ」

対象 平成18年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた子どもと親(25組)

活動日 毎週水曜日10時~11時30分

申・問 桂城児童センター☎49-4708

◆幼児スポーツクラブ「パンダ」

対象 平成18年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた子どもと親(25組)

活動日 毎週木曜日10時~11時30分

申・問 釈迦内児童センター☎48-4486

◆幼児スポーツクラブ「パンピ☆クラブ」

対象 平成19年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた子どもと親(25組)

活動日 毎週水曜日10時~11時30分

申・問 城西児童センター☎43-6153

子育ての広場参加者募集

地域子育て支援センターでは、子育て中のご家庭を応援するため「子育ての広場」を開設しています。

いろいろな遊びの紹介や親子での交流、子育ての相談などたくさんのメニューを準備してお待ちしています。

対象 保育園や幼稚園などに通っていない幼児と保護者

開催場所 ①城南保育園子育て相談室「つくしんぼ広場」☎42-8185

②扇田保育園地域子育て支援センター「わいわいキッズ」☎55-3095

③たしろ保育園子育て支援室「きりんくらぶ」☎54-0415

会費 千円(年会費、おやつ代など)、ネーム代 100円

※お申し込み・お問い合わせはご希望の施設に直接ご連絡ください。

お知らせ

市営墓地内の水道を開栓します

冬期間、凍結防止のため閉栓していた市営墓地(十瀬野公園墓地・小柄沢墓園・田代墓地公園・小森山墓地公園)内の水道を開栓します。

開栓予定日 3月12日(金)

※積雪状況で変更する場合があります。

問 市民課生活相談係 ☎43-7044

供物などの持ち帰りにご協力を

市営墓地では、カラス対策や景観保持のため、ごみ箱を撤去し、ごみや供物などの持ち帰りをお願いしています。きれいな墓地を保つため、彼岸の際も持ち帰りにご協力ください。

問 市民課生活相談係 ☎43-7044

休日窓口をご利用ください

転入や転出の手続きなどが多くなる3月末から4月初めにかけて、休日にも一部の窓口を開きます。どうぞご利用ください。

開設日時 3月27日(土)、28日(日)

4月3日(土)、4日(日)

8時30分～17時15分

取扱業務

①市民課

転出や転入の届、住民票や戸籍などの届など。住基カード発行、公的個人認証手続き、生活相談係の業務は除きます。

②税務課

税に関する証明書の発行のみ。

③保険課

平日の取り扱い業務と同じです。

利用上の注意

他の機関への確認が必要な業務などは、取り扱い出来ない場合がありますので、事前に担当課にご確認ください。また、手続きの際に本人確認することがあります。免許証などの本人を確認出来るものをご持参ください。

問 市民課市民係 ☎43-7042

税務課諸税係 ☎43-7032

保険課国保係 ☎43-7047

ハートヒルとつとの入浴券は3月26日までにご使用ください

ハートヒルとつとの入浴施設は、4月からデイサービス専用とするため、3月27日(土)以降は外来入浴者の利用が出来なくなります。

27日以降は入浴券が無効になりますので、お早めにご使用ください。

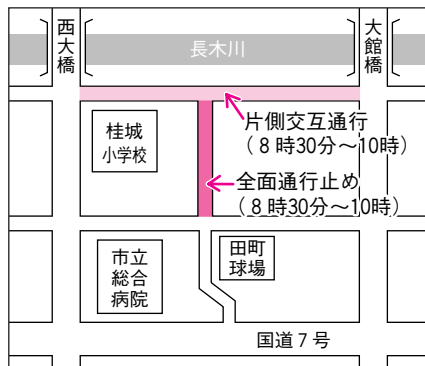
問 比内総合支所市民課市民生活係 ☎43-7095

総合防災訓練で交通規制

春の火災予防運動の一環で、総合防災訓練を行います。当日は会場周辺で交通規制を実施しますので、ご理解とご協力をお願いします。

とき 4月4日(日) 8時30分～10時

ところ 桂城小学校、市立総合病院、長木川河川敷(大館橋～西大橋間)周辺



問 消防本部警防課警防係 ☎43-4151

新規入所者の保育料を助成します

4月から新たに保育施設に入所する乳幼児の保育料を助成します(所得制限あり)。対象となるかたは、早めにご手続きをしてください。

対象施設 認可保育園・へき地保育所・認可外保育施設など

要件と助成割合

◆平成17年4月2日以降の生まれ

所得制限に該当する所得税非課税世帯には1/2、所得税課税世帯には1/4を助成します。

◆平成17年4月1日以前の生まれ

所得制限に該当する世帯に1/4を助成します。

◆平成18年4月1日以前に生まれた第3子以降

全額助成します(所得制限なし)。

※ひとり親世帯は、要件と助成割合が異なりますのでお問い合わせく

ださい。

申請場所 福祉課、比内・田代両総合支所市民課市民生活係

申・問 福祉課子育て支援係 ☎43-7053

4月から肝臓機能障害が身体障害者手帳の交付対象に

4月から、肝臓機能障害の一部が身体障害者手帳の交付対象になります。対象となるかたは、申請を受け付けます。

※申請には身体障害者手帳指定医が作成した診断書が必要です。

対象 肝臓移植を受け、抗免疫療法を実施しているかた

認定基準(医師の診断で判定)に該当する肝臓機能障害のあるかた

申請場所 福祉課、比内・田代両総合支所市民課市民生活係

申・問 福祉課障害福祉係 ☎43-7052

水道の開閉栓のお申し込みはお早めに

引っ越しなどで水道の使用を開始またはやめるときは、水道の開閉栓の申し込みが必要です。早めの手続きをお願いします。

水道の使用を開始するとき

5日前までにご連絡ください。連絡が遅れると希望する日に使用出来ない場合があります。また、開栓には手数料(525円)が掛かります。

水道の使用をやめるとき

日にちが決まり次第、ご連絡ください。ご連絡が無いときには、引っ越し後も料金が請求されますのでご注意ください。

申・問 管理課総務係 ☎43-7086

軽自動車やバイクの異動届はお早めに

軽自動車税は、毎年4月1日現在の所有者に課税されます。軽自動車などを廃車・譲渡したときは、早めに届け出てください。

125cc以下のバイクや農作業車などの小型特殊自動車の異動手続き

税務課または比内・田代両総合支所総務課で手続きが出来ます。

エンジョイ♪元気アップ講座

どなたでも無料で参加出来ます。
動きやすい服装で、直接会場にお越しください。

とき 3月17日(水) 10時～11時30分

ところ 樹海体育館

内容 「春に向けてのエクササイズ」
～運動不足を解消するらくらくプログラムの紹介～

講師 花岡幸子氏

持ち物 健康手帳、室内用運動靴、タオル、筆記用具

問 健康推進課成人保健係 ☎42-9055

「ハートヒルとつと」と「サンピア」の健康相談を終了します

これまで週に一回実施していた健康相談は、3月で終了します。

4月以降は、地域や町内、健康推進課で実施する健康講座、健康相談をご利用ください。

健康推進課の健康相談日

月～金曜日 8時30分～17時15分
※祝日を除きます。

問 健康推進課総務係 ☎42-9055

お知らせ

交通災害共済、不慮の災害共済にご加入ください

平成22年度の加入を3月1日(月)から受け付けています。

広報おおだて3月号と同時に配布する申込用紙に必要事項を記入し、市民課生活相談係または比内・田代両総合支所、各出張所で手続きしてください。また、秋田銀行や北都銀行の窓口でも加入手続きが出来ます。

掛け金 交通災害共済 1人400円

不慮の災害共済 1人600円

申・問 市民課生活相談係 ☎43-7044

交通事故発生件数

大館警察署調べ 2月1日現在

	1月発生件数	1月からの累計	前年対比
人身事故	発生件数	17	+1
	死者数	0	0
	傷者数	21	-1

大館ジュニアコーラス「春」のコンサート2010

合唱曲のほかミュージカルも披露します。
練習を重ねてきた子どもたちの歌声をぜひお聞きください。

とき 3月22日(月・祝日)

14時開演(13時30分開場)

ところ 市民文化会館

入場料 無料

問 市民文化会館 ☎49-7066



チカラを合わせてきれいにしよう!

春の清掃デー

問

環境課

☎43-7049

4月18日(日)は春の清掃デーです。町内会単位で道路側溝などを清掃するもので、毎年春と秋に実施しています。快適な生活を送るために、みんなで力を合わせてきれいにしましょう。

実施内容

①町内のクリーンアップ

クリーンアップのごみは、土や泥が付着しているため、燃やせるごみや資源ごみとして収集出来ません。すべて埋め立てごみとして収集しますので、市指定のごみ袋(埋立ごみ・缶・ビン共通用)に入れてごみステーション脇へ出してください。

清掃デーで収集しない物

- 「危険な物、処理困難な物」
ガスボンベ、タイヤ、バッテリー、廃油、塗料、農機具など
- 「リサイクル対象家電製品」
エアコン、テレビ、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機、衣類乾燥機
- 「パソコン」 ●「粗大ごみ」

②側溝の泥上げ

集めた泥は必ず土のう袋に入れて、水切りをしてください。土のう袋以外の物や、春の清掃デーより後に泥上げた物は収集出来ませんのでご注意ください。

※泥上げを実施する町内は、必ず事前にお申し込みください。収集する場所を確認したあとで、土のう袋を無料で配布します。

※申し込みが無い町内の土のう袋は、場所が確認出来ないため収集しません。

	大館地域	比内地域	田代地域
実施日	4月18日(日)		
クリーンアップ	カレンダーA、B	カレンダーE	カレンダーG
	4月21日(水)	4月21日(水)	4月21日(水)
ごみの収集日	カレンダーC、D	カレンダーF	カレンダーH
	4月28日(水)	4月28日(水)	4月28日(水)
土のう袋の収集日	4月19日(月)～30日(金)	4月21日(水)	4月20日(火)
ごみ・土のう袋置き場	町内のごみステーションの脇(分別して置いてください)		
土のう袋配布日時	4月5日(月)～9日(金) 9時～17時		
土のう袋配布場所・問い合わせ先	環境課 ☎43-7049	比内総合支所市民課 市民生活係 ☎43-7095	田代総合支所市民課 市民生活係 ☎43-7102

大館クリーンアップ大作戦

～気軽にできるボランティア～

とき 4月18日(日)

ところ 長木川河川敷(鳳凰大橋～西大橋周辺)



催し

春の読み聞かせ会

手作りの道具と舞台で、物語を楽しく読み聞かせます。

とき 3月19日(金) 10時30分～11時30分

ところ 中央図書館

問 中央図書館管理係 ☎42-2525

「狙え東京市場」講演会

どうしたら技術製品や食品の販路を拡大出来るのか、その手法を伝授します。また、個別に無料で相談に応じる相談会も行います。

とき 3月19日(金) 15時30分

ところ 北秋くらぶ(幸町)

内容 講演会 15時30分～16時20分

「狙え東京市場・土産品開発」

佐々島宏氏(株計代表取締役)

相談会 16時30分～17時30分

交流会 18時(参加費 3千円)

締切 3月16日(火)

申・問 商工観光課商工係 ☎43-7071

比内歴史文化講演会

今でも多くのかたに読まれている太宰治の代表作「斜陽」を取り上げ、執筆の動機や作品が完成するまでの経過、あらすじなどを解説します。

興味のあるかたはご来場ください。

とき 3月20日(土) 13時～14時30分

ところ 比内公民館

演題 太宰治「斜陽」を語る

講師 成田健氏(元小学校校長)

問 比内公民館 ☎43-7141

景観フォーラム

市内の景観の素晴らしさを再発見し、大切な風景を守り育てるためのフォーラムを開催します。どなたでも無料で参加出来ます。

とき 3月23日(火) 15時～17時

ところ 中央公民館

講演と講師

- ・「元気な観光地には理由がある」
吉澤清良氏(勲日本交通公社)
- ・映像発表「北秋時間」
小棚木政之氏(おおだて映像計画)
- ・「景観って」 県都市計画課

・事例発表

中村弘美氏(矢立自然友の会)

成田欽治氏(桜楼館館長)

問 都市計画課都市整備係 ☎43-7082

募集

市民菜園利用者

野菜作りをしてみたい、収穫の喜びを体験したいかたは、お気軽にお申し込みください。利用者にはコンポストセンターの堆肥「土っ恋しょ」5kgを差し上げます。

募集場所 有浦菜園(117区画)

南ヶ丘菜園(52区画)

南ヶ丘分園(6区画)

資格 耕作する農地が無く、菜園を適正に管理出来るかた

利用料 2千円(1区画約35㎡)

期間 4月下旬～11月末日

申込方法 農林課窓口にある申込用紙に記入して提出してください。申し込みは世帯主か同一世帯のご家族に限ります。

①第1次受け付け

平成21年度も利用し、同じ区画を継続して利用するかたが対象です。

受付期間 3月1日(月)～12日(金)

8時30分～17時(土・日は除く)

②第2次受け付け

新規に利用するかたが対象で、第1次受け付けで残った区画を割り当てます。応募者多数のときは抽選で決定します。

受付期間 3月15日(月)～26日(金)

8時30分～17時(土・日・祝日除く)

申・問 農林課農業経営係 ☎43-7074

スポーツ少年団

スポーツなどを通じてグループ活動を行う少年少女の団員を募集します。団員になると、運動適性テストや登山、キャンプ、スキーなどで交流を深めます。

対象 小学生～高校生

登録料 年間750円

受付期間 4月1日(木)～5月31日(月)

申・問 スポーツ少年団本部事務局(樹海体育館内) ☎45-2820

大館市消防団員

消防団員は、各地域の分団(女性は女性消防団)に所属して、火災の消火活動のほか、防火啓発や水害などの防災活動、行方不明者の捜索など地域住民の安全と安心のために活動します。あなたの力を地域のために生かしてみませんか。

対象 18～44歳で健康なかた

申・問 消防総務課総務係 ☎43-4152

保健

新型インフルエンザ予防接種費用助成の手続きはお済みですか

新型インフルエンザ予防接種の費用を全額負担した場合、次に該当するかたは費用を助成(払い戻し)します。対象となるかたは早めに手続きしてください。

対象 ◇全額助成

市民税非課税世帯または生活保護世帯のかた

◇2千円助成(1回につき)

高校生相当の年齢以下のかた

締切 3月31日(水)

※手続きに必要な物はお問い合わせください。

受付場所 健康推進課(保健センター内)

申・問 健康推進課総務係 ☎42-9055

心の健康づくり講演会

心豊かに生きるためのヒントを学びます。託児も用意していますので、お気軽にご参加ください。

①育児で心が疲れたときの②大作戦

とき 3月4日(木) 10時～11時

ところ 「つどいの広場」ひよこ

対象 子育て中の保護者

講師 菅原光子氏(助産師)

※申し込みは不要です。直接会場にお越しください。

②大人のための「ココロの授業」

とき 3月20日(土) 13時30分～15時30分

ところ 北部男女共同参画センター

対象 20歳以上のかた

講師 村岡昇氏(ファミリーネットワーク代表)

締切 3月17日(水)

申・問 健康推進課総務係 ☎42-9055

電気通信サービスモニター

総務省では、電気通信サービスへの意見や要望をしていただくモニターを募集しています。**資格**20歳以上のかた**締切**4月2日(金)当日消印有効※応募方法などはお問い合わせください。

申・問 東北総合通信局 ☎022-221-0628

お知らせ

住まいづくりを応援します

①**住まいづくり応援** **対象**住宅を建設または購入するかた **内容**住宅ローン融資額の当初5年分の利子相当額の1/2(80万円を限度)を助成。※対象になるかたや対象住宅などはお問い合わせ下さい。②**住宅リフォーム緊急支援** **対象**住宅の増改築またはリフォーム工事を行うかた **内容**工事費の10%(20万円を限度)を補助。※詳しくは県ホームページをご覧ください。

問 北秋田地域振興局建築課
☎018-860-2561

JLM2009地域映像コンテンツセミナーin大館 いよいよ始動!大館映画発信!

昨年から取り組んでいる映画製作プロジェクトの経緯と、今後の展開をテーマにセミナーを開催します。

参加は無料ですが、事前にお申し込みください。**とき**3月6日(土)15時~17時 **ところ**プラザ杉の子 **内容**○パネルディスカッション○プロモーションビデオ『北秋時間』放映

申・問 O P E N ☎57-8367

シルバー人材センター入会説明会

これまで得た技能や知識を生かし、臨時または短期の就業を希望するかたを対象に説明会を行います。**とき**3月10日(水)9時、24日(水)9時 **ところ**大館市シルバー人材センター **対象**60歳以上の健康で働く意欲があるかた

問 シルバー人材センター ☎49-4088

肝炎ウイルス検査は受けましたか?

県では、保健所と一部の医療機関で、肝炎ウイルス無料検査を実施しています。自覚症状が無くても感染している場合がありますので、検査を受けたことが無いかたはぜひ受けてください。また、22年度からは肝炎治療に掛かる医療費の助成対象が拡大されるほか、自己負担額の軽減が予定されています。詳しくはお問い合わせください。

問 大館保健所健康・予防課 ☎52-3952



図書館だより

新着一般書

音楽からの贈りもの 高本 恭子
坂本竜馬とその時代 佐々木 克
秋田県の山 佐々木民秀
舂添メモ 舂添 要一
絵本 星新一-ショートショート 星 新一
バカ卒業 西田 敏行
産まない女 栗原美和子
十字架 重松 清
10-ten- 堂場 瞬一
ぼくはこう生きている君はどうか 鶴見 俊輔

新着児童書

地球が回っているって、ほんとう? 布施 哲治
妖精の家具、おつくりします。 あんびるやすこ

ピーチズ★初恋

ジョディ・リン・アンダーソン
かいけつゾロリきょうふのようかい えんそく 原 ゆたか
まじょ子とカワイイの大すき王子さま 藤 真知子
だじゃれ日本一周 長谷川義史

中央図書館 / ☎42-2525

開館時間 9時30分~17時15分
休館日 14日(日)・21日(日)・22日(月)・25日(木)

花矢図書館 / ☎46-1557

開館時間 平日 9時~17時
土曜 9時~12時
休館日 7日(日)・14日(日)・21日(日)・22日(月)・28日(日)

比内図書館 / ☎43-7142

開館時間 9時~17時
休館日 1日(月)・8日(月)・15日(月)・21日(日)・22日(月)・29日(月)

田代図書館 / ☎43-7127

開館時間 平日 9時~19時
土日 9時~17時
休館日 1日(月)・8日(月)・15日(月)・21日(日)・22日(月)・29日(月)

※市のホームページで、新着図書を紹介など図書館情報発信中です。

あきた北空港ニュース

3/1~31の時刻表
東京(羽田空港)便

東京	あきた北	東京
7:30	8:40	9:10
16:15	17:25	18:00

大阪(伊丹空港)便

大阪	あきた北	大阪
11:10	12:45	13:20
		15:10

お 得 情 報

①大館能代空港発「B & B東京・大阪」

3月15日出発日まで3千円を助成しています。詳しくは県北地区の旅行会社へお問い合わせください。

②大館能代空港ファンクラブメール会員募集中!!

お得な運賃や会員特典の情報をメールでお知らせいたします。みんなで入会して地元の「大館能代空港」を応援しましょう。

ホームページ「大館能代空港とどっぴろ」から情報発信中 <http://www.odate-noshiro-airport.com/>

問 大館能代空港利用促進協議会事務局 商工観光課内 ☎43-7072

広告

入場無料

市民公開講座『前立腺がんについて』

[会場] 大館市民文化会館
[日時] 4月10日(土) 14:00~16:00 (受付開始13:30~)
[総合司会] 小松 奎一 先生 (小松クリニック 院長)

《教育講演》演題『前立腺癌から我が身を守るために』

[座長] 成田 知 先生 (大館市立総合病院 泌尿器科 部長)
[演者] 大山 力 先生 (弘前大学大学院医学研究科 泌尿器科学講座 教授)

◎質疑応答もあります◎

[共催] 社団法人大館北秋田医師会・武田薬品工業株式会社 [問合せ先] 武田薬品工業株式会社 東北支店 秋田営業所 tel.018-824-5311

伝言板

催し

全国技能競技大会

全国から選ばれた大工技能士の高度な技能を競い合う大会です。会場内では、模擬上棟式や親子木工教室、かんながけ体験教室、住宅相談コーナーなども開催します。**とき** 3月6日(土)14時～18時、7日(日)9時～15時30分 **ところ** 樹海体育館

問 建設技能組合連合会 ☎018-862-3050

DOMECUP

Baseball tournament 2010

北海道・東北のリトルシニアチーム(少年硬式野球)が集い、熱戦を繰り広げます。**とき** 3月20日(土)8時30分、21日(日)～22日(月)9時開始 **ところ** 大館樹海ドーム **入場料** 無料※大館リトルシニアは初日第2試合に登場。

問 大館樹海ドーム ☎45-2500

採用試験

国税専門官

資格 ①昭和56年4月2日から平成元年4月1日までに生まれたかた②平成元年4月2日以降に生まれたかたは大学卒業または3月卒業見込みのかた **受付期間** 4月1日(木)～14日(水) **試験日** 6月13日(日)※申込書は大館税務署にあります。

申・問 仙台国税局 ☎022-263-1111

東北地区国立大学法人等職員

受験資格 昭和56年4月2日以降に生まれたかた **受付期間** 4月1日(木)～9日(金) **試験日** 5月16日(日)※受け付けは郵送のみで9日の消印有効。詳しくはホームページをご覧ください。

申・問 東北地区国立大学法人等採用試験実施委員会 ☎022-217-5676

国家公務員

① I 種試験(大学卒業程度) **受付期間** インターネット4月1日(木)～3日(土)郵送4月1日(木)～8日(木) **試験日** 5月2日(日)

② II 種試験(大学卒業程度) **受付期間** インターネット4月10日(土)～14日(水)郵送4月12日(月)～21日(水) **試験日** 6月20日(日)
③ III 種試験(高校卒業程度) **受付期間** 6月22日(火)～29日(火) **試験日** 9月5日(日)
※郵送は各受付期間最終日の消印有効。※申込用紙の請求、受験資格などはお問い合わせください。ホームページでもご覧になれます。

申・問 人事院東北事務局

☎022-221-2022

募 集

秋田被害者支援センター ボランティア支援員

犯罪や事故などの被害者とその家族の方々の心のケアや悩みを軽減するために、電話相談や面接相談、専門機関等への付き添いなどの支援活動をするかたを募集します。

対象 1月1日現在で20歳以上の心身ともに健康なかた **締切** 4月30日(金)

申・問 (社)秋田被害者支援センター事務局 ☎018-887-7605

教室・講座 参加者募集中(持ち物はお問い合わせください)

(期間) 受付期間

(締切) 締切日

(開始) 受付開始

教室・講座名	と き	会場・申込先	対象・費用など	定員	受付期日など
初心者向けマンドリン講座(全3回)	3/14、21、28 14時	田代公民館 ☎43-7126	どなたでも参加出来ます。弾きかたの基本から簡単な練習曲までを学びます。受講料千円。	10人 (先着)	開始 3/5 8時30分
旬を味わう 春の魚介料理講座	3/24 9時30分～12時30分	女性センター ☎49-7028	どなたでも参加出来ます。受講料1,200円。託児有り(要予約、2歳以上)。	24人 (先着)	開始 3/8 9時
木工教室	4月の水・木・土曜の午前・午後、日曜の午前の各コース		受講料1回500円。材料費別途。	各6人 (先着)	開始 3/10 9時
陶芸教室	水・土曜コース(全10回)	北郡シルバーエリア コミュニティ センター ☎47-7070	受講料5千円。材料費別途。	各10人 (先着)	開始 3/18 9時
	初心者コース		1日だけの参加も可。受講料(材料費含む)1日600円。	各日6人 (先着)	開始 3/12 9時
園芸教室	フラワーアレンジメント		春の花のアレンジメント。受講料500円。材料費2千円。	12人 (先着)	開始 3/11 9時
	パンフラワー(全6回)	小麦粉粘土で福寿草、ふきのとう、つくしの寄せ植えを作ります。受講料500円×6回、材料費3千円。	12人 (先着)	開始 3/11 9時	
	バラ講習会	春の手入れ、枝切りの仕方、肥料のやり方を学びます。受講料500円。	20人 (先着)	開始 3/11 9時	

●一日限りの感謝セール●

3/21日

【広告】

曲げわっぱ祭

午前9時～夕方5時

・キズ物・一品商品
・試作品・特注品

大処分

(株)大館工芸社 TEL48-7700

大館市卸町18(卸団地) 赤い屋根が目印です

ほっぺにキョッ



山瀬 多くん (前田野・1歳6カ月)
 内弁慶な性格で、おとなしい子ねとよく言われるんです。でも、おじいちゃんとキャッチボールをしているときは生き生きしてて、将来は野球選手かな。



笹川 彩衣ちゃん (比内地域 南町・1歳7カ月)
 ブロック遊びやお絵描きが大好き。まだ上手く描けないけど、お兄ちゃんにも手伝ってもらって一生懸命描いてるんですよ。

今月の無料相談

行政	10日(水) 9時30分～12時	総合開発センター(早口) ☎43-7126
	10日(水) 10時～15時	市民相談室 ☎43-7045
	10日(水) 15時～18時	比内公民館 ☎43-7141
心配ごと 大館市社会福祉協議会 ☎42-8101	3日(水) 13時～15時30分	総合福祉センター
	10日(水) 13時～15時30分	田代総合福祉センター
	17日(水) 13時～15時30分	総合福祉センター
法律 (予約制)	3日(水) 10時～12時	間市民課生活相談係
	17日(水) 10時～12時	☎43-7044
多重債務・相続ほか	17日(水) 14時～17時 (予約制)	サンクレア大館 間県司法書士会 ☎018-824-0055

お気軽にご相談ください

困りごと消費生活	毎週(月/火/水/金) 9時～15時45分 市民相談室 ☎43-7045
人権	毎週(月～金) 9時～16時 秋田地方法務局大館支局 ☎42-6514
教育	毎週(月～金) 9時～15時 教育研究所(おおとり教室) ☎42-4888
非行、いじめ、子育て	毎週(月/火/水/金) 9時～17時 少年相談センター(中央公民館内) ☎0120-110-624
年金	毎週(月～木) 10時～11時30分 13時～14時30分 年金相談室 ☎43-7131
交通事故無料相談	毎週(月～金) 弁護士相談(予約制) 毎月第2・4(木) 日本損害保険協会 ☎018-823-5922

家族なら!! 会社なら!!

ホワイト家族24 / ホワイト法人24

2～10人までの家族・グループ間で国内通話が24時間無料!!

- ★ 月々980円のホワイトプランでOK
- ★ 2～10回線までグループを組めます
- ★ 更に他のソフトバンクへも夜9:00までなら通話料無料です

※詳しくはショップスタッフまでご確認ください。

SoftBank 広告

ソフトバンクからホワイト学割再登場です!!

店長の武田で～す

学生さんは基本使用料が最大3年間無料です!!

和田で～す

皆様の来店をお待ちしております
(●・▽・) ココ(´▽`)

武田で～す

さらに学割の家族も最大15ヶ月基本使用料無料です!!

完蔵で～す

学生さんご家族でソフトバンク大館へレッツゴー!!

山田で～す

ソフトバンク大館

〒017-0046 秋田県大館市清水1-3-32

TEL.0186-42-4182

営業時間: 10:00～19:00(土・日・祝18:00まで) 定休日: なし P: 有

3月の カレンダー

イベントのお問い合わせは、
主催者か、広報広聴係 ☎43-7025まで。

大館樹海ドーム ☎45-2500
市民文化会館 ☎49-7066
中央公民館 ☎42-4369
(献血) 大館保健所 ☎52-3955
健康推進課(保健センター内) ☎42-9055

日	月	火	水	木	金	土
	1 郷土博物館「おひなさま展」 9時、郷土博物館、22日まで 鳥潟会館「おひなさま展」 11時、鳥潟会館、7日まで	 2	3 ひなまつり	4 心の健康づくり講演会 10時、「つどいの広場」ひよこ(有浦児童会館内)	5 身体障害者料理教室 10時、サンピア(田代総合福祉センター)	6 東北女子(U11・U14)8人制サッカー大会 9時、樹海ドーム 全国技能競技大会 14時、樹海体育館、7日は9時 JLM2009地域映像コンテンツセミナーin大館 15時、プラザ杉の子
7 おひなさま茶会 10時、郷土博物館 チャリティー芸能まつり 12時、総合開発センター	8	9 どーむですわろび&グラゴル5 8時30分、樹海ドーム	10 献血 9時、水交苑/10時30分、秋北バス(株)/13時、大館警察署/15時、いとく片山店 シルバー人材センター入会説明会 9時、シルバー人材センター	 11	12 成分献血 9時、比内総合支所	 13
 14	 15	16 献血 9時、田代総合支所/10時30分、(株)サンテックス/12時、ニューロング秋田(株)/15時、東北電力(株)大館営業所	17 献血9時、東北TCM(株)/10時30分、(株)ナモト大館営業所/12時15分、大館介護センター/14時45分、ザ・ビッグ大館西店 エンジョイノ元気アップ講座 10時、樹海体育館 緊急就職面接会13時30分、秋田ビューホテル(秋田市)	18	19 春の読み聞かせ会 10時30分、中央図書館 「東京市場&お土産開発」講演会と個別相談会 15時30分、北秋くらぶ	20 DOMECUP Baseball tournament 2010 8時30分、樹海ドーム、21~22日は9時 比内歴史文化講演会 13時、比内公民館 心の健康づくり講演会 13時30分、北部男女共同参画センター
21 春分の日	22 振替休日 大館ジュニアコーラス「春」のコンサート2010 14時、市民文化会館	23 大館市景観フォーラム 15時、中央公民館	24 シルバー人材センター入会説明会 9時、シルバー人材センター	 25	26 献血 9時、大館郵便局/10時30分、(株)伊徳本社/13時15分、東光コンピュータ・サービス(株)/15時、ケーズデンキ大館本店	27 休日窓口 8時30分~17時15分、市民課、税務課、保険課 小学生ソフトテニス大会 9時、樹海ドーム
28 休日窓口 8時30分~17時15分、市民課、税務課、保険課	29	30	31	取材でお会いした皆さんに登場していただきました		

タクトにおまかせ、心ふれあう安心介護！ [広告]

訪問介護 訪問入浴介護 住宅改修 福祉用具 介護移送サービス



株式会社 タクト
福祉事業部

タクトふれあいセンター
TEL 0186-43-1281

有料老人ホーム
ふれあいの里 ありうら
TEL 0186-42-1144

有料老人ホーム **ふれあいの里 ありうら**

登録ヘルパーさん募集中

スマイルタウン北清水町 第2期分譲開始!

「ゆとりの広さ」「ムリのない価格」「大館駅そばの利便性」
マイホームの夢が安心のご予算でぎと叶えられます!



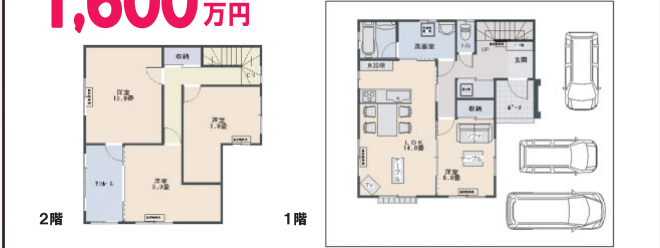
物件概要 建築条件付分譲地
●所在地: 大館市宇松99-1, 99-2, 99-3, 99-4, 99-5, 99-6, 99-7, 99-10, 99-11, 62-1, 62-2
●交通: 大館駅より徒歩12分 ●学区: 桂城小・東中
●地積・価格: 全10区画 177.97㎡(53.83坪)270万円～262.28㎡(79.33坪)450万円
●地目: 宅地/再建築地 無指定 ●建ぺい率: 容積率: 70%/200% ●道路: 市道
●上水・排水: 合併浄化槽 ●取引態様: 売主 ●開発許可番号: 21指令第83号

住まいづくりは人間づくり
秋田ホーム
TEL0186-49-5559
土・日営業(水・木定休日)
〒017-0042 秋田県大館市宇観音堂655-10 ホームページ www.akitahome.com

株式会社エチクニは 創業139年 株式会社越国商舗グループです



夢・応援キャンペーンとして
1,750万円(税込)がなんと!!
土地と建物で
1,600万円(税込)



- 所在地/大館市松木字石神39-23(松木グリーンタウン区画No.9)
- 建築年月/平成20年7月 ●土地/152.42㎡(46.10坪) ●建物/117.58㎡(35.50坪)
- 道路/分譲内幅員6mAS舗装 ●交通/大館駅(若草ロード)まで1500m
- 給水/大館市上水道 ●排水/浄化槽 ●電気/東北電力 ●学区/釈迦内小・第二中

株式会社 エチクニ 大館市豊町4-42(市立病院近く)
http://www.echikuni.jp
TEL 43-0192 携帯 越後 090-3124-2992
社)秋田県宅地建物取引業協会会員 ●宅地建物取引業免許/秋田県知事(1)第1961号
東北地区不動産公正取引協議会加盟 ●建設業許可/秋田県知事許可(般-17)第80120

家庭教師の疑問に 答えします!!

どんな先生がいるのですか?
所属の教師の殆どが家庭教師を職業にしている「教士のプロ」です。人間的にも信頼のおける教師です。生徒さんとの相性重視で紹介します。

指導回数は決まっているの?途中でやめることは出来ますか?
1ヶ月4回から、6回、8回、10回...と回数単位で設定できます。回数の変更も解約も1ヶ月単位でできます。解約料もなく、再スタート時にも初期費用はかかりません。

指導日の予定変更は出来ますか?
できます。前日までに担当教師へご連絡をいただければ指導日の変更ができます。その為、指導回数のムダはほとんどありません。

翌月にくりこしOK!!
未使用分 翌月のこし
部活や家族旅行、病気などで指導が受けられなかった場合、翌月に繰り越せます。(※当日キャンセル除く)

もし、先生があわなかったら?
無料で交換
万全を期して教師を選んでいます。不都合な点がありましたら教師の交替も可能です。その際は担当の教育相談員が親切に対応します。

保護者に対し定期的に報告書を提出します
保護者様へ定期的に報告書をお送りいたします。

指導教科は選べますか?
選べます。ご希望の教科を指定してください。中学生の場合は一人の教師で5教科の指導も可能です。高校生は基本的に教科別の教師が担当します。

教材は何を使うのですか?
教科書 学校のプリント 志望大学の過去問題
市販の出版書籍 通信教育の教材
生徒さんに必要なものを相談しながら選定します。このため、定額の教材費などはいただきません。

教室でも家庭教師
他とは違う出張授業のスタイル
教室でも家庭教師として授業を行います。

お茶やお菓子は出した方がいいの?
不要です。お茶やお菓子などの接待のご心配はいりません。

しつこい勧誘や電話勧誘はしていません!
しつこい勧誘や電話勧誘はしていません。

生徒さんの状況に合わせて宿題を出すことも可能です
生徒さんの状況に合わせて宿題を出すことも可能です。

当社TVCMでおなじみの立川志の輔

詳しくは教育相談で!!

教育相談とは? — 家庭教師について詳しく知りたい情報を説明する場で、受験情報や実際の合格体験なども交えて説明します。無理な勧誘、教材販売などは致しておりません。無料ですので、お気軽にお問い合わせください。

全国160都市で地域教育に貢献 派遣実績31年 信頼のブランド スーパー家庭教師

お問合せは 二重丸で オールナンバーワン
0120-00-1111
このフリーコールは最寄りの事務局につながりますが、携帯電話からはつながりませんのでお宅までお電話ください。

スーパー家庭教師 検索

秋田県家庭教師協会
■大館事務局 0186-49-7744(代)
〒017-0044 大館市御成町2-15相馬ビル2F

5つの安心
① ② ③ ④ ⑤
解約料、年会費、選抜料なし
電話勧誘、教材販売なし

人口 81,036人 (-72) 世帯数 31,105世帯 (+31)
男 38,001人 (-319)
女 43,035人 (-409) 平成22年2月1日現在

人のうごき ()は前年同月比