

青森大学新体操部演技会

がんばろう階上 がんばろう東北

No.659 平成26年
August 2014

広報 8 はしつかみ

—ゆめ みらい 心ときめく ふるさとづくり—



華麗な演技で観客を魅了

7月13日、中田吉光青森大学准教授の講演会が行われ、あわせて青森大学新体操部の演技が披露されました。はしかみキャンパス講演会と階上町連合PTA研修会が合同で実施したものです。

(関連記事：2ページ)

主な話題

- 6 青森県民駅伝競走大会 階上町選手団が決定
- 7 文化賞・スポーツ賞表彰状授与式開催
- 9 子宮頸がん・乳がん検診を受けよう
- 18 第27回 階上町内駅伝競走大会結果

子どもたちの未来のために 中田吉光青森大学准教授が講演会

7月13日、ハートフルプラザ・はしかみを会場に青森大学准教授の中田吉光さん（道仏中出身）が講演を行いました。はしかみキャンパス講演会と階上町連合PTA研修会を兼ねて実施したものです。「子どもたちの未来のために」と題した講演会には、約

250人が参加。自身の経験を踏まえ、生徒や子どもと真剣に向き合うことの大切さを語り、来場者は熱心に耳を傾けていました。

その後、町民体育館に会場を移し、中田さんが部長を務める青森大学新体操部の演技が披露されました。全日本学生新体操選手権大会で前人未到の12連覇中の華麗な演技に、訪れた観客の目はくぎ付け。素晴らしい演技に大歓声が湧き起こりました。演技の合間には訪れた観客も参加しての体操体験が行われ、児童らは長縄跳びやミニトランポリンなどを楽しく体験。貴重な体験に満面の笑みを見せていました。



カーブミラーを清掃 階上町建設業「奉仕の会」がボランティア活動

7月14日、建設業を営む町内15業者で構成される階上町建設業「奉仕の会」（中島豊美会長）が、町内のカーブミラーの点検・清掃作業を行いました。ボランティア活動事業者間および行政との連携充実を目的として毎年行っている奉仕活動の一環として、今年はカーブミラーの点検・清掃活動を行ったものです。

町内419カ所に設置されているカーブミラーを8月10日まで数日に分け清掃する予定です。



日頃の活動の成果を発表

町文化協会が文化まつりを開催

階上町文化協会（伊藤昭一郎会長）は6月29日、ハートフルプラザ・はしかみを会場に、2年に1度の「文化まつり」を開催しました。これまでは「総合文化展」という名称で行ってきましたが、より親しみやすく町民の方々に芸術文化に触れてもらいたいとの思いで、今回から名称の変更を行いました。

舞台部門では10団体1個人が出演。32演目の発表が行われ、新舞踊、コーラスなどに

加え、初参加の演劇が加わり多彩なステージで観客を魅了しました。展示部門では4団体4個人が出展。俳句や陶芸など、約150点の作品が所狭しと並べられ、来場者は作品一つ一つをじっくりと観賞していました。

伊藤会長は「文化まつりは会員の貴重な発表機会。日頃の成果を見て楽しんで頂ければ嬉しい」と話していました。



予防を重視した包括ケアシステムの推進

7月9日、階上町役場を会場に「地域包括ケアシステム現地懇談会」が開催され、三村申吾青森県知事が来町しました。

三村知事は妊娠中からの徹底した予防活動の重要性と、その活動をつなぐ市町村保健師活動の重要性について強調。

「予防活動は、人を幸せにすること。県民一人一人がこの青森でよりよく生きるための仕組みやサービスを整えて

いくために一緒に取り組みましょう」と述べられました。

浜谷豊美町長は町の健康政策、町民と共に歩んできた健康づくり事業の歴史などを説明。町の現状や課題について理解を深めました。

その後、保健師一人一人から若い世代の健康づくりや介護予防対策について発表があり、包括ケアの意義を再確認し、効果的に事業展開するための契機とすることができました。

現地懇談会に県知事来町



よりよい地域社会を目指して 町内会加入促進協定締結

町内会加入率の低迷を解決するため、町は7月10日に、青森県宅地建物取引業協会八戸支部、全日本不動産協会青森県支部、町建築組合、町区長会と町内会加入促進に関する協定を締結しました。浜谷豊美町長は「災害時だけでなく平常時も思いやりのある住みよい町づくりの核となるのが町内会。町としてもより一層加入率向上に向けて取り組む」とあいさつしました。

町では転入者が役場で手続きする際に加入を呼びかけています。さらには今後は、住宅販売や賃貸する際に事業者の方が町内会加入を呼びかけたり、チラシを配布したりするなど、町内会加入促進を図ります。



税金の大切さを学ぶ 石鉢小で租税教室開催

7月16日、八戸税務署による租税教室が石鉢小学校の6年生63名を対象に開催されました。講師は町税務課の職員が担当し、クイズやビデオ学習等を変え「税金は、みんなが健康で豊かな生活をするために負担し合う会費のようなもの」と、その大切さを説明しました。

知っている税金を質問された児童らは「住民税」「酒税」「たばこ税」「法人税」などと答え、大人顔負けの知識で講師を驚かせていました。毎年開催される租税教室ですが、年々税への関心が高まっているようです。



生きがい中央大学受講生を募集します

～あなたも一緒に仲間づくり、生きがいづくりに参加してみませんか？～

- 内 容 講話、施設見学、レク、クラブ活動（カラオケ・軽スポーツ）、交流会など
- 学 習 日 9月10日から27年2月18日までの水曜日（全10回）
10時30分から14時45分まで（変更になる場合もあります）
- 場 所 ハートフルプラザ・はしかみ 他
- 募 集 60歳以上の町民
- 参 加 費 年額1,000円 ※材料費など別途受講者負担となるものもあります。
- 送 迎 希望者は送迎します。（少人数の場合は送迎しませんので、あらかじめご了承ください）
- 申込締切 8月22日（金）
- そ の 他 県民カレッジ単位認定講座

～第1回講座「開講式・オリエンテーション・町外研修」のお知らせ～

- 日 程 9月10日（水）開催
- 10：30 開講式・オリエンテーション（ハートフルプラザ・はしかみ）
- 11：30 ハートフルプラザ・はしかみ発
- 12：00 昼食（波光食堂）
- 12：30 種差インフォメーションセンター見学
- 13：00 種差海岸散策（ガイドつき）
- 13：40 葦毛崎展望台自由散策
- 14：00 鮫角灯台見学（ガイドつき）
- 15：30 ハートフルプラザ・はしかみ着
- 参加料 1,260円（昼食代、保険料として）
- その他 悪天候時は中止いたします。時間等多少変更になる場合があります。



【申・問】教育課 社会教育グループ ☎88-2698

未返還の保管証券類をお返しします

税関では戦後、海外から引き揚げて来た人々からお預かりした、約87万件の保管証券類をお返ししています。返還請求は本人だけでなく、家族の人でも構いません。お気軽にお問い合わせください。

- 終戦後、海外から引き揚げて来た人々が、上陸地の税関・海運局に預けた通貨・証券
- 帰国前に樺太、満州にあった在外公館、日本人自治会に預けた通貨・証券などのうち、日本に返還されたもの

【問】八戸税関支署統括監視官部門 ☎33-0423

〒031-0831 八戸市築港街2丁目16番 八戸港湾合同庁舎内

子育て世帯臨時特例給付金の申請はお済みですか？

～階上町は9月2日で受付終了です～

（市町村により終了日は異なりますので注意してください）

対象と思われる人には通知を送付しています。9月2日以降は受け付けができませんので、まだ申請していない人は忘れずに申請してください。

【申・問】保健福祉課 福祉グループ ☎88-2641



燃やせないごみの収集が月1回に

6月から燃やせないごみの収集が月1回（第1月曜日）になりました。

町では、6月2日の収集日以降、町内の燃やせないごみ排出状況を確認しましたが、これまでどおり毎週出されている所が見受けられます。



（写真）誤って出された燃やせないごみと資源物が混在している。

収集日を守らないと...

- ①種類の違うごみが混ざり収集不可に！
1つ1つ取り分けては収集できません。
- ②ごみが混在しリサイクル率低下！
本来は資源としてリサイクルされるべき物が燃やせないごみと一緒に収集されると、破碎されて埋立処分されてしまいます。
- ③集積所を使っている人の迷惑に！
1人でもルールを守れないとごみが混在し、結果として収集されずに皆が迷惑します。

収集時間についても同様です。

必ず当日朝8時前に出してください！

【問】町民生活課 生活環境グループ ☎88-2119

農地の貸し借りに新しい制度（農地中間管理事業）が加わりました！

「農地法」による貸借や「農業経営基盤強化促進法」に基づく利用権設定に加えて「農地中間管理の推進に関する法律」に基づく農地中間管理事業が始まりました。

■農地中間管理事業とは

地域内の分散し複雑に入り組んだ農地の利用を整理するため、農地中間管理機構[※]が農地の所有者から農地を借り受け、地域ごとに農地の借り受けを希望する人を公募し、応募した人の中から適切な貸付相手方を選定した上で、担い手がまとまりのある形で農地を利用できるように配慮して貸し付けます。

※青森県においては、「公益社団法人あおもり農林業支援センター」が農地中間管理機構の指定を受けています。

■農地を貸したい・借りたい人

この事業を活用して農地を貸したい人・借りたい人は、あおもり農林業支援センターの農地中間管理事業に関するホームページをご覧ください。

【問】公益社団法人あおもり農林業支援センター ☎017-773-3131

ホームページ <http://www.aomori-norin.jp/gorika/hoyugorika.html>

産業振興課 農林水産グループ ☎88-2116

臨時福祉給付金の申請はお済みですか？

～階上町は10月1日で受付終了です～

（市町村により終了日は異なりますので注意してください）



対象と思われる人には通知を送付しています。10月1日以降は受け付けができませんので、まだ申請していない人は忘れずに申請してください。

【申・問】保健福祉課 福祉グループ ☎88-2641

青森県民駅伝競走大会 階上町選手団が決定

第22回青森県民駅伝競走大会に参加する階上町選手団が決定しました。大会は、9月7日(日)正午に青森市のアスパムをスタートし、県総合運動公園をゴールとする8区間(33.8km)をたすきでつなぎます。大会の様子はテレビ中継されますので、選手への温かいご声援をお願いします。



階上町選手団の皆さん

【階上町選手団】

- ◇監督 上野正宣(道仏)
- ◇コーチ 久保卓也(晴山沢)、久保卓(晴山沢)
- ◇男子
 - 榊善一(耳ヶ吠西)、佐々木信彦(耳ヶ吠西)
 - 夏堀拓海(耳ヶ吠西)、続石元気(小舟渡)
 - 市橋侑承(野場中)、橋本光(追越)
 - 久保卓(晴山沢)
- ◇中学生男子
 - 夏堀大輝(耳ヶ吠西)、長根泰斗(蒼前)
 - 横道慶輝(追越)、村越洸(蒼前)
- ◇女子
 - 平野瑞希(蒼前)、佐藤里紗(耳ヶ吠東)
 - 一山綺(道仏)、濱浦愛佳(耳ヶ吠東)



■区間

| 区 | 距離 | 指定選手 | 場所 | 区 | 距離 | 指定選手 | 場所 |
|---|-------|-----------|------------|---|-------|-----------|------------|
| 1 | 4.6km | 男子(高校生以上) | アスパム前～合浦公園 | 5 | 2.5km | 女子(中学生) | 戸山団地～幸畑 |
| 2 | 3.8km | 男子(中学生) | 合浦公園～野内 | 6 | 5.2km | 男子(高校生以上) | 幸畑～流通団地入口 |
| 3 | 4.6km | 男子(高校生以上) | 野内～諏訪沢 | 7 | 3.2km | 女子(中学生以上) | 流通団地入口～細越 |
| 4 | 6.1km | 男子(高校生以上) | 諏訪沢～戸山団地 | 8 | 3.8km | 男子(中学生) | 細越～県総合運動公園 |

【問】教育課 社会教育グループ ☎88-2698

八戸地域広域市町村圏事務組合
ナニヤドヤラ廻道
ふるさとフェスタ2014
8月23日(土)
～24日(日)
 10:00～16:00
 ユートリーおよび八戸駅前広場

南部地方の地場産品や
 伝統芸能が大集合!!

■内容
 南部の食コーナー、特産品の販売、芸能発表、音楽会など

■入場料 無料

【問】南部圏まちづくり推進協議会 ☎43-5111

わんぱく王国
第4回講座のお知らせ
昔の遊びかた。
 「ゲームがなかったころの遊びをしてみる」

講師：フォレストピアはしかみ 久保義広さん
 日時：9月20日(土) 9:30～12:00
 (受付 9:00～)

内容：昔遊び体験
 場所：フォレストピアはしかみ
 (雨天時：森の交流館)

持ち物：うわばき
 参加費：無料
 締切：9月16日(火)

- ・資材などの準備があるため、必ず締切までに申し込んでください。
- ・野外での活動があります。タオル、飲み物などは各自で用意してください。

【申・問】教育課 社会教育グループ ☎88-2698

平成26年度 階上町文化賞・スポーツ賞表彰候補者募集

町では芸術・学術・芸能文化、スポーツの振興発展に功績のあった人、優秀な成績をおさめた人を表彰する階上町文化賞・スポーツ賞表彰を実施しています。候補者を募集しますので、皆さんご推薦ください。

■推薦基準など

| 文 化 賞 | | ス ポ ー ツ 賞 | |
|--------|--|------------|---|
| ①文化功労賞 | イ. 永年町の文化向上に貢献した人 ロ. 永年芸術・学術の指導養成、文化団体の育成指導に寄与した人 | ①スポーツ特別功労賞 | イ. 永年にわたり、町内のスポーツの健全な普及発展に著しく貢献した人 ロ. 全日本および国際大会と同等の競技会において、スポーツの普及発展に著しく貢献した人 |
| ②文化賞 | イ. 全国的規模以上の展覧会・発表会で優れた評価を受けた人 ロ. 全県的規模以上の展覧会・発表会で優れた評価を受けている人 ハ. 学術研究などで優れた評価を受けた人 | ②スポーツ功労賞 | イ. スポーツに関する県単位以上の優勝者および新記録を樹立した人、または東北大会以上の大会の入賞者 ロ. 町内のスポーツの健全な普及発展に著しく貢献した人 |
| ③文化奨励賞 | イ. 全県的規模以上の展覧会・発表会で優れた評価を受けた人 ロ. 芸術・学術の分野において優れた評価を受けた人 | ③スポーツ奨励賞 | イ. 県大会以上の大会の入賞者 ロ. その他、本町スポーツ振興に貢献した人 |
| 候補者の範囲 | 町民もしくは団体のほか、町に縁故の深い人であれば誰でも | 候補者の範囲 | 町民もしくは町出身者 |
| 推薦書 | 教育課、道仏公民館、石鉢ふれあい交流館、町文化協会にあります。 | 推薦書 | 各学校、各体協支部長、各競技協会長に依頼しています。 |

■表彰式 11月1日(町民文化祭)

■推薦締切 9月12日(金)

【推薦・問】教育課 社会教育グループ ☎88-2764

9月1日(月)は

町県民税 第2期

国民健康保険税 第2期

の納期限です。

忘れずに納めましょう。

【問】税務課 収納グループ ☎88-2114

町ホームページのバナー広告を募集します

町ホームページに掲載する有料バナー広告を募集します。事業PRなどにぜひご利用ください。

【料金】月額 5,400円

【規格】縦60ピクセル×横150ピクセル

GIF、JPEG、PNG形式で、10KB以内。

※詳しくは問い合わせください。

【問】総務課 行政防災グループ ☎88-2873

犬の登録と狂犬病予防注射を忘れていませんか？

狂犬病予防法により、犬の所有者は、飼い犬の「生涯1回の登録」と「毎年1回」の狂犬病予防注射の接種が義務付けられています。

狂犬病の予防注射は飼い犬だけでなく、狂犬病から人を守るために必ず必要な注射ですので、忘れずに実施してください。

①犬の登録

町民生活課窓口で登録してください。

(登録手数料3,000円)

②狂犬病予防注射

町では秋の集合注射は行っていません。

各動物病院にて接種してください。

※狂犬病予防法に違反し、登録や狂犬病予防注射を行わなかった場合、20万円以下の罰金に処されることがあります。

【問】町民生活課 生活環境グループ ☎88-2119



住宅リフォームを支援します

～階上町安全安心住宅リフォーム支援事業の募集案内～

町では、既存住宅の耐震性や省エネ性等の向上を目的に、住宅性能の向上を伴う改修工事を行う戸建て住宅等の所有者等に補助金を交付する「安全安心住宅リフォーム支援事業」を実施しています。

補助対象者

町内に住宅を所有し、かつ居住し住民登録していて、町税を滞納していない人

補助対象工事

次の条件を全て満たす工事が対象となります。

- ①耐震性能の向上、省エネルギー性能の向上、バリアフリー性能の向上、克雪性能の向上、防災性能の向上を伴う、いずれかの既存住宅の改修工事
- ②改修工事費のうち①の性能向上部分の改修工事費が20万円以上（税込）であるもの
- ③町内に事務所のある建設業者などが改修工事を行うこと
- ④リフォーム工事瑕疵担保責任保険に加入すること
- ⑤別に定める住宅性能の適合基準を満たすものであること

補助率および補助上限額

●耐震性能

補助対象工事費の20%（上限額60万円）とリフォーム瑕疵保険料の2分の1相当額

●省エネルギー性能・バリアフリー性能・克雪性能・防災性能

補助対象工事費の10%（上限額20万円）とリフォーム瑕疵保険料の2分の1相当額

募集締切

12月26日（金）※先着順で受け付けます。予算に到達した時点で、受け付けを終了します。

申請書類

申請書などの必要書類は、町ホームページで確認するか建設課に問い合わせてください。

【申・問】建設課 土木建設グループ ☎88-2118

新築住宅費用の一部を補助します

～階上町新築住宅支援事業の募集案内～

町民の生活環境の向上を図り、町内の住宅関連産業を中心とした地域活性化を促進するため、町内に自己居住用住宅を新築する人に費用の一部を補助します。

■補助内容

| | |
|-----------|---|
| 対象者 | ○町内に住民登録している人、または工事完了後町内に転入する人 ○町税などの滞納がない人 |
| 対象工事 | ○町内業者が施工する住宅、または町外業者が町内業者と下請契約を締結して施工する住宅 ○対象工事費が1,000万円以上（税込）の工事、または町外業者が町内業者と下請契約した契約額の合計が1,000万円以上（税込）の工事 |
| 補助率・補助上限額 | いずれも契約額1,000万円以上（税込）の1%で限度額は30万円。 |

■申請締切

12月26日(金)

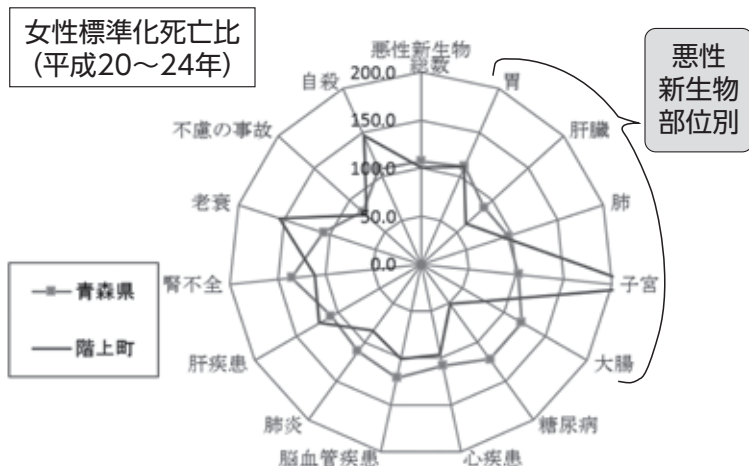
※町外業者に発注する場合や建売住宅を購入する場合も対象となることがあるので、町ホームページで確認するか建設課に問い合わせてください。



【申・問】建設課 土木建設グループ ☎88-2118

子宮頸がん^{20歳以上}・乳がん^{30歳以上}検診を受けよう ～早期発見・早期治療を～

当町では、残念ながら20年～24年にかけて、子宮がん（卵巣がん含む）や乳がんで死亡する人が毎年ありました。この状況を下のグラフ（標準化死亡比*）で県平均と比較してみると、子宮がんで死亡する人が飛び抜けて多い状況にあることがわかります。



子宮がんは、検診で発見されるがんであり、また、乳がんは、マンモグラフィー（乳房X線撮影）の導入により、早期発見される割合が格段に向上しています。

早く見つけることで、早く治療もでき治癒が見込めます。自分のためにも、家族のためにも、ぜひ1年に1度は子宮頸がん・乳がん検診を忘れずに受診しましょう。

※標準化死亡比：年齢構成が異なる集団の死亡率を比較する方法の1つ。通常何年か分の死亡数をまとめて標準となる集団の死亡率を100として比較します。

■八戸市総合健診センターで受ける場合 ※要予約 ☎45-9131

○検診項目 子宮頸がん検診、乳がん検診、婦人科超音波検診（子宮・卵巣超音波検査）

○検診実施日 毎週水・木・金曜日、毎月第2月曜日 受付12時15分～12時45分

| 検診項目 | 対象年齢 | | 内容 | 料金 |
|--------------------------|-------|-------|----------------------------------|--------|
| | 20歳以上 | 30歳以上 | | |
| 子宮頸がん検診 | ○ | ○ | 内診、細胞診 | 500円 |
| 婦人科超音波検診 （子宮・卵巣超音波検査） | ○ | ○ | 子宮・卵巣の超音波検査 | 1,080円 |
| 乳がん検診 | × | ○ | 視診・触診・マンモグラフィー ※マンモグラフィーは2年おき | 500円 |

■受託医療機関で受ける場合（子宮頸がん検診のみ） 受診料金500円

※必ず「階上町の検診」と伝えてください。

| 医療機関名 | 所在地 | 電話 | 医療機関名 | 所在地 | 電話 |
|-----------------|-------|---------|---------------|--------|---------|
| 青森労災病院 | 白銀町 | 33-1551 | 苫米地レディースクリニック | 沢里 | 47-5651 |
| 一松堂医院 | 朔日町 | 22-0025 | 西村産婦人科クリニック | 小中野四丁目 | 22-3901 |
| エルフ斉藤ウイメンズクリニック | 類家一丁目 | 22-4103 | 八戸クリニック | 柏崎一丁目 | 22-7725 |
| 倉本クリニック | 廿六日町 | 73-2399 | 八戸赤十字病院 | 田面木 | 27-3111 |
| すわクリニック | 諏訪一丁目 | 47-3636 | 麻美レディースクリニック | 根城五丁目 | 80-7123 |
| たけうちマザーズクリニック | 石堂四丁目 | 20-6556 | | | |

～東部地区折り込みチラシの一部訂正とお詫びについて～

東部地区に広報はしかみ7月号と同時配布した、折り込みチラシ「健康診断のお知らせ」の「3. 無料送迎バスの運行経路：婦人がん検診」の曜日の一部と集合時間に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

誤 9/5 (水) ⇒ 正 9/5 (金)

【問】保健福祉課 健康増進グループ ☎88-2162

| | | | | |
|---|-------|-------|-------|-------|
| 誤 | 8:00 | 8:05 | 8:10 | 8:15 |
| 正 | 11:30 | 11:35 | 11:40 | 11:45 |



◆◆スケジュール◆◆

地域子育て支援センター「らんらんる〜む」



| 期日 | 活動内容 |
|-------------|--|
| 9/3 (水) | <子育て講座> 人形劇鑑賞会 劇団すぎのこ「わらしべ長者」 ※場所は石鉢ふれあい交流館です。 ※申し込み不要です。 直接会場へお越しください。 |
| 9/11 (木) | ストーンアート☆すてきな置きものを 作りましょう |
| 9/18 (木) | とんぼさん!! までまで〜♪ |
| 9/25 (木) | 作って遊ぼう「ピョンピョンうさぎ」 |

[場 所] 階上保育園 [時 間] 10:00~12:00
 [利用料] 子ども1人につき100円
 * 保育園向かい側駐車場をご利用ください

就園していない子どもが対象です。
親子で楽しみませんか。

子育てサークル「にこにこクラブ」



| 期日 | 活動内容 |
|-------------|---|
| 9/19 (金) | ~縁日ごっこ~ ※ヨーヨーつり ※金魚すくいごっこ ※輪投げ等 いろいろな遊びを 楽しみましょう!! [場 所] 石鉢ふれあい交流館 [時 間] 10:00~12:00 [参加費] 子ども1人につき 100円 |

■スケジュールは町ホームページにも掲載しています。(トップページ>くらしの情報>子育て教育>子育てサークル)

【問】保健福祉課 健康増進グループ

☎ 88-2219

階上保育園 (地域子育て支援センター)

☎ 89-2302

ちよこつと国保 No.8 医療費が高額になるとき



入院が決まったら、「限度額適用認定証」を申請しましょう!

入院した時など医療費が高額になる場合、限度額適用認定証を医療機関に提示すると、1カ月(月初めから月末まで)の窓口での支払いが一定金額で済みます。

※申請方法や金額については、11ページに掲載している「国保からのお知らせ」をご覧ください。

【問】保健福祉課 健康増進グループ ☎ 88-2219

防災ガイド

file.7 避難時の豆知識

避難時の豆知識をお知らせします。災害が発生し、避難する場合は、次の点に注意しましょう。

避難のタイミング

- ①町から避難勧告、避難指示が出たとき。
- ②近隣で火災が発生し、延焼の恐れがあるとき。
- ③津波、土石流、がけ崩れ、地すべりなどの恐れがあるとき。
- ④建物が倒壊する危険があるとき。



こんな服装で

- ①ヘルメットなど頭を守るものをかぶる。
- ②非常持出品は両手が使えるようにリュックサックに入れて背負う。
- ③長袖、長ズボンを着用する。
- ④軍手や革手袋をはめる。
- ⑤靴は底の厚い、履きなれたものを履く。

避難時の留意点

- ①避難する前に火元を確認。ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落とす。
- ②荷物は最小限の非常持出品にする。
- ③外出中の家族には避難先を記したメモを目立つ場所に残す。
- ④移動するときは、狭い道、堀や自動販売機のそば、川べり、ガラスや看板の多い場所は避ける。
- ⑤決められた最寄りの避難場所へ徒歩で移動する。
- ⑥子ども、障がい者、高齢者など災害時要援護者を中心にして、避難者がはぐれないようにする。

【問】総務課 行政防災グループ ☎88-2873

国保からのお知らせ ~ 限度額適用認定証の申請 ~

医療費が高額になる場合、限度額適用認定証を医療機関に提示すると、窓口での支払いが自己負担限度額までとなります。

| 適用区分 | 上位所得者 | 一般 | 住民税非課税世帯 |
|-------------|----------|---------|----------|
| 自己負担限度額（月額） | 150,000円 | 80,100円 | 35,400円 |

■継続する人は8月中に申請を！

引き続き必要とする人は、8月中に申請してください。

■新規申請も随時受け付けています

入院予定の人や外来の窓口での支払いが自己負担限度額を超える人は申請してください。

- 対象者 70歳未満の人、70歳以上で住民税非課税世帯の人
- ※国保税の滞納があると、認定証を交付できない場合があります。

◇申請に必要なもの 保険証、はんこ

◇申請場所 保健福祉課⑤番窓口

【問】保健福祉課 健康増進グループ ☎88-2219



ふるさととはしかみ会の強い絆に感謝

「いちご煮祭りin東京 元気に大作戦④」

ふるさととはしかみ会主催による恒例のいちご煮祭りin東京&第5回定期総会・交流会が、7月13日都内のホテルで開かれました。清藤県人会長はじめ都内関係者ら130名もの出席者で盛会に開催され、ふるさと階上町から参加したわっせ交流センターの物産直売も大変好評で完売いたしました。

内城会長のふるさと階上町に寄せる熱い思いで、東京か



大盛況だった殻付きウニ試食コーナー

ら階上に元気を送ろうと始めたこのイベントももうすっかり定着し、階上町を応援してくれる出身外のサポーターが増え新たな意気込みも提案されたことは喜ばしい限りです。会員有志との懇談会では、特に町内観光拠点施設に対して外から見た提言や要望が多く出されました。情報発信、特産品の販売PR方法、町の顔としての在り方など厳しい指摘を受け、しっかりと認識して改革の意識をもって時流に沿った管理運営が必要であると感じました。また、キーワードである「交流人口の拡大」による活性化を図るためにも『ふるさと会』との連携をさらに深めることが重要であります。

結びに、会長の呼びかけでふるさと応援の件は即決、実行されたことに衷心より感謝申し上げます。

図書だより 今月のおすすめ本

■ハートフルプラザ・はしかみ ☎ 88-2522

今月の注目



『金のママ語』
山崎洋実 著

その他おすすめ

- 『遠野物語捨道』 柳田園男 他 著
- 『もっと科学のお話』 森本信也 監修
- 『漢字のひみつ』 加納喜光 監修
- 『みずうみ』 千葉智江 文 …など

■石鉢ふれあい交流館 ☎ 80-1671

今月の注目



『スポーツ大図鑑』
レイ・スタッフズ 編

その他おすすめ

- 『仏教入門』 島田裕己 監修
- 『東京の電車・新幹線』 柏原治 監修
- 『りんごかもしれない』 ヨシタケシンスケ 著
- 『光と風を感じる町・階上町』 DVD 階上町 …など

■道仏公民館 ☎ 89-2110

今月の注目



『もっとしごとば』
鈴木のりたけ 著

その他おすすめ

- 『天国はほんとうにある』 阿蘇品友里 訳
- 『暮らしの放射線Q&A』 日本保健物理学会 監修
- 『編集者魂』 高橋一清 著
- 『461個の弁当…男の約束』 渡辺俊美 著 …など

◆貸出時間◆

- 【ハートフルプラザ・はしかみ】 9～19時（月～土、日・祝日）
- 【道仏公民館】 9～17時（月～金）※土曜は15時まで
- 【石鉢ふれあい交流館】 9～19時（火～土、日・祝日）

(広告) (広告)

交通事故・債務・過払・破産・離婚・相続・成年後見
特許・商標・社会保険・労務管理・税務 その他法律問題全般

弁護士法人たいよう総合法律経済事務所
☎ 0178-41-1300

相談受付時間 平日の午前9時から午後5時30分まで

まずは電話を、初回の相談は無料。土曜日でも相談できます。
八戸市根城5丁目13-17 (裁判所・法務局近く)

代表弁護士 大澤一實 (弁護士・弁理士) 源新 明・上野大輔
(弁護士) 小西秀明・安藤祥吾
(社会保険労務士) 石橋一恭・清野大輔 (税理士) 中道浩悦

広報に広告を掲載しませんか

広報はしかみに掲載する有料広告を随時募集しています。事業PRなどにぜひご利用ください。

(作成部数 4,800部)

- 【料金】 1号広告 (5×18cm程度) 10,800円
- 2号広告 (5×9cm程度) 5,400円

※詳しくは問い合わせてください。

【問】 総務課 行政防災グループ ☎88-2873

消防情報

火事は 119 番へ
 消防本部 ☎ 44-2135
 階上分署 ☎ 88-2105

[消防情報案内]
 ☎ 0180-991-888



交番情報

事件は 110 番へ
 階上交番 ☎ 88-2022
 田代駐在所 ☎ 88-2110

今月の早め点灯時間は
 午後5時です。



女性のための安全講習会を開催します

皆さんの周りでも、ストーカー、性犯罪、痴漢、盗撮、DV 事案などが発生しています。そんな女性を狙った卑劣な犯罪被害に遭わないために安全講習会に参加してみませんか。

■安全講習会

会社員、主婦、保護者、学生など女性ならどなたでも参加できます。また、地域や家族の安全を守っている男性も

奮ってご参加ください。

地域の犯罪情報を知り、護身術を学んでみませんか。

■開催日時

10月7日(火) 16時～17時

■場所

八戸市水産会館
 (八戸市白銀町三島下95)

■参加費

無料

・女性安全推進室
 ☎ 017(723)4211

警察の相談ダイヤル #9110

警察本部の警察安全相談室

に、相談専用電話として「#9110」番を開設し、専門の相談担当者が応対しています。「#9110」番は、携帯電話やPHSからも利用可能ですが、ダイヤル回線電話や一部のIP電話からは利用できません。その場合は「017(735)9110」をご利用ください。(どちらも通話料は有料です)

「110」番は事件、事故などの緊急通報用ですので、相談は「#9110」番へお願いします。

熱中症を予防して元気な夏を!

今年も、最も熱中症になりやすい時期がやってきました。昨年6月から9月までの間に、全国で5万8729人が熱中症で救急搬送されました。

■熱中症とは

室温や気温が高い中で、体内の水分や塩分などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇やめまい、ひどいときには、けいれんや意識の異常など、様々な障害を起こす症状のことで

す。外だけでなく、室内でも熱中症になる場合があるので注意が必要です。

■熱中症予防のポイント

- 部屋の温度をこまめにチェックする。
- 室温28度を超えないようにエアコンや扇風機を使う。
- こまめに水分補給する。
- 外出する時は涼しい服装で日よけ対策をする。
- 無理せず適度に休憩を取る。
- 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを。
- 熱中症の応急手当
- 涼しい場所へ移動し、衣服

を緩め安静に寝かせる。

○エアコンや扇風機で風を当て、体を冷やす。

○脇の下、太ももの付け根などを冷やす。

○飲めるようであれば水分を少しずつ取らせる。

■こんな時は救急車

- 自分で水を飲めなかったり、動けなかったりする場合。
- 意識がない(おかしい)、全身けいれんなどの症状がある場合。
- 会話がおかしい、普段どおりに歩けないなどの症状がある場合。

ほっとスルメールをご利用ください

<登録用メールアドレス>

anzenjoho@anshin.city.hachinohe.aomori.jp

町内の緊急・気象・火災情報などのメールを、携帯電話やパソコンで受け取れます。上記アドレスに空メールを送信し、登録手続きをしてください。(右のQRコードからも読み込めます)



●平成26年階上町交通事故発生状況

| | 7月31日現在 | 前年同期比増減 |
|------------|---------|---------|
| 発生件数 | 22件 | -6件 |
| 死者 | 0人 | ±0人 |
| 傷者数 | 23人 | -6人 |
| 死亡事故ゼロ連続日数 | | 665日 |

相談
女性弁護士による
法律講座・法律相談

離婚にまつわる法律知識を知りたい女性、離婚の悩みを抱えている女性を対象に、女性弁護士がご相談にお答えします。

日時

○離婚をめぐる法律講座

9月16日(火) 10時～12時

○法律相談

9月16日(火) 13時～15時

■場所 八戸ポータルミュージアムはっち

■参加費 無料

■申込締切 9月5日(金)

■その他 無料託児所あり

※要申し込み

【申・問(講座)】青森県男女共同参画センター

☎017(732)1022

【申・問(相談)】法テラス

青森 ☎050(3383)

5552

選挙
海区選挙人名簿への
掲載申請

9月1日現在で「東部海区漁業調整委員会委員選挙人名簿」を調製します。

次の条件に該当する人は、

海区選挙人名簿の「掲載申請書」を9月5日までに区長さんに提出してください。(申請書は区長さんを通じて配布します)

※申請書は、階上漁業協同組合にも用意しています。

名簿登載資格

①漁業者または漁業従事者

②階上町に住所または事業場を有する人

③年間90日以上、漁船を使用する漁業を営み、またはこれに従事している人(海藻漁業については漁船の使用を条件としません)

④平成6年12月6日以前に生まれた人

※名簿に登載されていないと投票ができません。詳しくは問い合わせてください。

【問】階上町選挙管理委員会

☎(88)2873

お知らせ
登記相談予約制の導入

青森地方事務局では、登記相談を利用する人を長時間お待たせすることのないよう、9月1日から登記相談の予約制を導入することといたしました。

登記相談を利用する場合は、あらかじめ電話または窓口にお越しの上、相談の予約をお願いいたします。なお、相談の予約受付は8月25日から開始します。相談時間は20分以内で、相談料は無料です。

【問】青森地方事務局八戸支局

☎(24)3346

お知らせ
特定計量器定期検査を実施します

2年に1回の実施です。次の人は必ず受けてください。

■対象 商取引(庭先取引、行商に使用するはかり)および証明行為に使用している計量器を持つている人

■日程・場所

①9月11日(木)

13時～14時30分

(階上漁業協同組合)

15時～16時

(農村婦人の家)

②9月12日(金)

・9時30分～11時
(ハートフルプラザ・はしかみ)

■持参するもの
検査を受けるはかり、手数料(1台につき500円～2000円程度)

■実施機関 (社)青森県計量協会(県委託)

【問】産業振興課商工観光グループ ☎(88)2875

お知らせ
個人事業税について

個人事業税は、物品販売業、請負業、不動産貸付業、医業、理容業などの事業を営む個人に、前年中の所得をもとに課税される県の税金です。

8月上旬に送付される納税通知書により、原則として8月と11月の2期に分けて納めていただきます。

今年度の第1期分の納期限は9月1日です。期限までにお近くのコンビニエンスストアや金融機関などで納めてください。

※詳しくは問い合わせてください。

【問】三八地域県民局県税部

☎(27)5111

お知らせ
26年度敬老祝金

階上町敬老祝金条例に基づき、高齢者に対して敬老の意を表し、あわせてその福祉の増進を図ることを目的に敬老祝金を支給します。対象となる人には、支給の2週間前までに個別通知します。

■対象者

①26年9月1日現在において、引き続き1年以上当町に住所を有し、年齢が88歳である人

②年齢が100歳に到達した日において、引き続き1年以上当町に住所を有する人

■支給額および支給する日

①88歳の人には、9月末に1万円を支給

②100歳の人には、誕生日または適当と認める日に10万円を支給

【問】保健福祉課介護グループ

☎(88)2115

お知らせ
知っていますか?
建退共制度

建退共制度は、中小企業退職金共済法に基づき建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。

この制度は、事業主が、労働者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その労働者が建設業

界で働くことをやめたときに
建退共から退職金を支払うと
いう、いわば業界全体での退
職金制度です。

■加入できる事業主

建設業を営む人

■対象となる労働者

建設業の現場で働く人

■掛金 日額310円

※詳しくは問い合わせしてくだ
さい。

【問】建設業退職金共済青森支
部 ☎017(732)6152

お知らせ
特殊詐欺被害が
急増しています

県内では、1人暮らしの高
齢者を狙った特殊詐欺が急増
しています。「名義を貸して
ほしい」「還付金があります」
といった言葉には注意が必要
です。「レターパックでお金
を送って」「ATMに行つて」
と言われたら詐欺を疑ってく
ださい。

高齢者の消費者トラブルを
防ぐためには、家族や地域の
見守りが必要です。おかし
なと思ったら、すぐに最寄
りの消費生活センターまたは警
察に相談してください。
○八戸市消費生活センター

☎(43)9216
○八戸警察署
☎(43)4141

【問】町民生活課生活環境グ
ループ ☎(88)2119

お知らせ
電気使用安全月間

夏は肌の露出が多くなり汗
もかくことから、電気が流れ
やすくなります。また、暑さ
により注意力が散漫になりが
ちなため、感電事故が多くな
る傾向があります。そこで経
済産業省では毎年8月を「電
気使用安全月間」と定め、電
気使用安全運動が全国一斉に
行われています。濡れた手で
コンセントに触れないなど、
電気の安全使用を心がけま
しょう。

【問】東北電気保安協会
☎(20)2270

募集
わっせ交流センター
体験イベント

■俳句教室
・開催日 8月23日(土)
・申込締切 8月15日(金)
・受講料 600円
■おこねびぐり体験
・開催日 9月12日(金)

・申込締切 9月5日(金)
・募集人数 15人
・受講料 1500円

■俳句教室
・開催日 9月20日(土)
・申込締切 9月12日(金)
・受講料 600円

※詳しくは問い合わせしてくだ
さい。

【問】わっせ交流センター
☎(88)2709

募集
消防職員

26年度消防職員採用試験を
行います。

■採用予定人員

初級(短大卒・高校卒)

11人程度

中級(大学卒)

6人程度

■試験日 9月21日(日)

8月5日(火)~25日(月)

※詳しくは問い合わせしてくだ
さい。

【問】八戸消防本部総務課
☎(44)2132



この正義、真剣勝負。

次のとおり警察官B(大卒以外)、少年補導職員、警察事務の採用試験を行います。

| 受験職種 | | 採用予定人員 | 受験資格 |
|--------|----|--------|---|
| 警察官B | 男性 | 35人程度 | 昭和57年4月2日以降から平成9年4月1日までに生まれた者。 ただし、学校教育法による大学(以下「大学」という)を卒業した者 または平成27年3月31日までに大学を卒業する見込みの者(人事委員会 が同等の資格があると認める者を含む)を除く。 |
| | 女性 | 6人程度 | |
| 少年補導職員 | | 2人程度 | 昭和60年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた者で、活字印 刷文による出題に対応できる者。 |
| 警察事務 | | 5人程度 | 平成5年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた者で、活字印 刷文による出題に対応できる者。 |

《受付期間》 警察官B・少年補導職員：7/28(月)~9/5(金) 警察事務：8/11(月)~9/5(金)

《第一次試験》 9/28(日) 《試験場所》 青森市、八戸市、弘前市

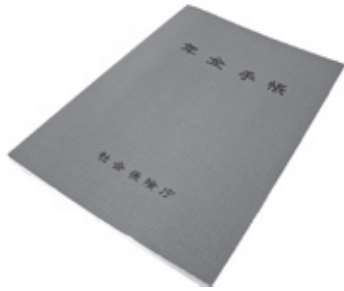
※詳細については問い合わせてください。

【申・問(警察官B・少年補導職員)】青森県警察本部警務課 ☎017-723-4211

青森県警察採用フリーダイヤル ☎0120-337-314

【申・問(警察事務)】青森県人事委員会事務局職員課 ☎017-722-1111

年金だより



【問】
八戸年金事務所
☎ 43-7369
町民生活課
戸籍住民グループ
☎ 88-2872

「ねんきんネット」をご利用ください!

ねんきんネットとは...

日本年金機構が提供する、年金に関する便利なインターネットサービスです。

利用できるのは次のサービスです。

- ・年金加入記録の確認
- ・ライフプランに合わせた年金額の試算
- ・電子版「ねんきん定期便」の確認
- ・パソコンによる各種届出の作成・印刷
- ・スマートフォンでの年金記録確認



利用にはユーザIDの取得が必要です。
詳しくは日本年金機構のホームページをご覧ください。
http://www.nenkin.go.jp/n_net/

田んぼアートで馬とはしがみキッズが共演!

赤保内地区の桑原裕さんと則子さん夫妻が、その年の干支を題材に制作している田んぼアートが見頃を迎えています。もち米、観賞用のゆきあそびやあかねあそびなどの稲を使用。8作目となる今年は、白、茶色の馬と3体のはしがみキッズが共演しました。

桑原さんは「今年は成長するにつれて色が変化する稲を使用したので、何度か来ていただき、色の移り変わりも楽しんでもらえたらうれしい」と話していました。○場所：野沢バス停から寺下観音方面へ約200m進んだ左手



稲の成長により色が変化する田んぼアート ※7月25日撮影

人口と世帯数

平成 26 年 8 月 1 日現在

総人口 14,128 人 (- 14)
男 7,072 人 (- 10)
女 7,056 人 (- 4)
世帯数 5,784 世帯 (- 6)

編集後記

▷7月13日に町民体育館で行われた青森大学新体操部の演技披露。全日本学生新体操選手権大会で12連覇中の演技は素晴らしいものでした。来場できなかった皆さんも、機会があればぜひご覧になっていただきたいと思ひます。(田村)

戸籍の窓

平成 26 年 7 月受付分 (敬称略)

【お誕生おめでとう】

千 葉 琴 美 (父の名・母の名) 地区
千 葉 悠 雅 (健 志・梨 紗) 野場中
松 橋 仁 (孝 仁・つかさ) 蒼 前
小 幡 由 奈 (昌 史・香) 石 鉢

【お悔やみ申し上げます】

新井田 フ メ (94・追 越)
中 村 は な (77・田 代)
大 江 清 藏 (86・金山沢)
橋 本 ク マ (84・駅 前)
荒 谷 ア サ (92・荒 谷)
佐々木 定 夫 (88・野場中)
高 橋 三之丈 (83・野場中)
荒 道 一 夫 (75・道 仏)
佐々木 美智子 (55・蒼 前)
石 島 正 章 (64・蒼 前)
木 村 幸 子 (67・鳥屋部)
佐 藤 ハルミ (87・小舟渡)

【前途を祝福します】

(住所又は元の本籍)
(山道 鉄義 (道 仏)
(小山田三紀 (久慈市)

(希望者の分を掲載しています)

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|--|---|------------------------|------------------|--|
| カレンダーの内容は町ホームページにも掲載しています。 (トップ>お役立ち情報) | | | | | | 8月 16 青森県民体育大会(下北地区) |
| 17 青森県民体育大会(下北地区) | 18  | 19 ☑ 燃やせる(中・西)粗大(東) 相 納税相談 相 行政・人権・心配ごと相談 相 教育相談 | 20 ☑ 缶・びん・ペット新聞・ダンボール | 21 ☑ 燃やせる(東)粗大(中・西) | 22 ☑ 燃やせる(蒼西) | 23 ナニヤドヤラ廻道ふるさとフェスタ2014(ユートリー、八戸駅前広場) |
| 24 ナニヤドヤラ廻道ふるさとフェスタ2014(ユートリー、八戸駅前広場) | 25 2学期始業式(全小中学校) | 26 ☑ 燃やせる(中・西)粗大(東) 相 納税相談 民 開放日 | 27 ☑ 缶・びん・ペット雑誌・チラシ・古布 健 1歳6か月児健診 | 28 ☑ 燃やせる(東)粗大(中・西) | 29 ☑ 燃やせる(蒼西) | 30 わんぱく王国 |
| 31 体育祭(道中) | 1 ☑ 燃やせない 9月 | 2 ☑ 燃やせる(中・西)粗大(東) 相 納税相談 子育て世帯臨時特例給付金受付期限 | 3 ☑ 缶・びん・ペット新聞・ダンボール | 4 ☑ 燃やせる(東)粗大(中・西) | 5 ☑ 燃やせる(蒼西) | 6 |
| 7 青森県民駅伝競走大会(青森市) | 8 | 9 ☑ 燃やせる(中・西)粗大(東) 相 納税相談 民 開放日 | 10 ☑ 缶・びん・ペット雑誌・チラシ・古布 | 11 ☑ 燃やせる(東)粗大(中・西) | 12 ☑ 燃やせる(蒼西) | 13 道小創立140周年記念式典(道小) |
| 14  | 15 敬老の日 | | | | | |

- ☑ ごみ収集日(中・西:中央、西部地域/東:東部地域/蒼西:蒼前西地域/地域名の表示がないのは全地域収集)
- 相 行政・人権・心配ごと相談(第3火曜日、ハートフルプラザ、13:00~15:00)
- 相 教育相談(第3火曜日、ハートフルプラザ、13:00~16:00)
- 相 夜間納税相談(毎週火曜日、税務課、17:30~19:30)
- 民 民俗資料収集館開放日(第2・4火曜日、9:00~16:00、ボランティアガイドが案内します)
- 健 乳幼児健診

各課直通電話をご利用ください

| | 課名・グループ名等 | 直通電話番号 | |
|-------|-----------|--------------------------------------|---|
| 1階 | 税務課 | 賦課グループ 88-2129 収納グループ 88-2114 | |
| | 町民生活課 | 戸籍住民グループ 88-2872 生活環境グループ 88-2119 | |
| | | 保健福祉課 | 健康増進グループ 88-2219・2162 福祉グループ 88-2641 介護グループ 88-2115 |
| | 出納室 | 88-2049 | |
| | 農業委員会 | 88-2946 | |
| | 2階 | 総務課 | 庶務グループ 88-2112 行政防災グループ 88-2873 |
| | | 総合政策課 | 政策推進グループ 88-2113 財政グループ 88-2874 |
| 産業振興課 | | | 農林水産グループ 88-2116 商工観光グループ 88-2875 |
| 建設課 | | 下水道グループ 88-2120 土木建設グループ 88-2118 | |
| | | 教育課 | 学校教育グループ 88-2495 社会教育グループ 88-2698・2764 |
| 3階 | 議会事務局 | 88-2369 | |

土・日・祝日および17:00以降のご連絡は(代)88-2111へお願いします。

ごみ収集の地域区分

| | |
|----------------|--|
| 中央・西部地域 | 石鉢、蒼前、野場中、角柄折、金山沢、田代、晴山沢、平内、鳥屋部、赤保内、耳ヶ吠西 |
| 東部地域 | 耳ヶ吠東、荒谷、大蛇、追越、榊、駅前、道仏、小舟渡 |

○ごみは、必ず透明な袋に入れて出してください。
 ○ごみは、**収集日に、自分の住んでいる地域のごみ収集所へ、朝8時までに出してください。**
 ○ごみの量や交通事情などにより同じ時間に収集車が来るとは限りません。

聞き逃したと思ったら

防災無線電話応答サービス

80-1220

過去6回分まで確認できます(時報含)

赤保内支部 4 連覇達成！

第27回階上町内駅伝競走大会

7月6日、第27回階上町内駅伝競走大会が開催されました。今年度は登切、鳥屋部、金山沢の3支部が合同で2チームを登録し、合計8チーム72名が22.2kmをたすきでつなぎました。

小舟渡支部の三上敦士君と佐京優衣さんが「選手一丸となり、一生懸命走りたすきをつなぎ、ゴールを目指し全力で走ることを誓います」と、力強く選手宣誓しました。

レースは赤保内支部がトップでゴールをしました。アンカーの佐々木信彦さんは「前のみんなが頑張ってくれたから、余裕をもって楽しく走れた。1位を目指していたから負けるわけにはいかないと思ったので勝てて良かった」と語っていました。

また、今大会では赤保内地区の榊善一さん、平野瑞希さんがそれぞれ区間新記録を出しました。



大会結果（総合成績／区間賞）

| 順位 | 支部名 | タイム | 区間 | 距離 | 支部名 | 氏名 | タイム |
|----|--------|----------------|----|--------|-------|-------|---------------------|
| 1 | 赤保内 | 1 時間 21 分 01 秒 | 1 | 2.90km | 赤保内 | 夏堀 大輝 | 10 分 00 秒 |
| 2 | 大蛇 | 1 時間 25 分 22 秒 | 2 | 2.50km | 赤保内 | 佐藤 里紗 | 9 分 31 秒 |
| 3 | 石鉢ガッツ | 1 時間 29 分 12 秒 | 3 | 2.00km | 石鉢ガッツ | 山口 晃汰 | 7 分 30 秒 |
| 4 | 山手大連合 | 1 時間 29 分 36 秒 | 4 | 2.90km | 大蛇 | 野沢 匡貴 | 9 分 56 秒 |
| 5 | 山手駅伝選抜 | 1 時間 34 分 08 秒 | 5 | 3.00km | 赤保内 | 夏堀 拓海 | 9 分 52 秒 |
| 6 | 道仏 | 1 時間 34 分 52 秒 | 6 | 1.95km | 赤保内 | 榊 善一 | 5 分 43 秒 (区間新記録) |
| 7 | 小舟渡 | 1 時間 37 分 18 秒 | 7 | 1.75km | 赤保内 | 庭 ちひろ | 6 分 25 秒 |
| 8 | 石鉢レッツ | 1 時間 43 分 16 秒 | 8 | 2.00km | 赤保内 | 平野 瑞希 | 6 分 55 秒 (区間新記録) |
| | | | 9 | 3.20km | 赤保内 | 佐々木信彦 | 11 分 24 秒 |