



祝
令和二年成人式会

1月12日
成人式



今号の主な内容

- 物品売却のお知らせ..... 2
- 五所川原市非常勤職員募集..... 5
- 相談窓口紹介ネットワーク..... 8
- 地域おこし協力隊レポート..... 11
- 市長だより..... 12

～共にすすめる持続可能なまちづくり～

平成31年度市民提案型事業成果報告会を開催します

今年度の市民提案型事業として採択を受けた事業について、提案団体による成果報告会を開催します。内容は、プレゼンテーション方式による各団体の活動報告のほか、審査会委員からの質疑応答などを行う予定です。

成果報告会は観覧自由ですので、まちづくり活動に興味のある方、どのような活動をしているか知りたい方など、どなたでもお気軽にお越しください。

日時… 2月15日(土) 14:30～16:30

場所…市役所本庁舎 市民の土間・土間ホール

採択事業

▷市民が読む五所川原（太宰治生誕110年、木村助男生誕102年記念）／つがる方言詩「語る会」

▷やってみれフェスティバル2019／やってみれフェスティバル実行委員会

▷じょっぱりロード2019／公益社団法人五所川原青年会議所

▷雪フェス2020／五所川原商工会議所青年部



昨年の成果報告会の様子

問…企画課 内線2234

物品(金木町消防団車両)売却のお知らせ

管財課 内線2173

売却物件 (物品)

| | | | |
|--------|---|-------|-----------------|
| 物 品 名 | スバル サンバー (軽トラック) | 走行距離 | 2,331km |
| 取得年月日 | 平成3年9月1日 | 車検満了日 | 令和3年9月12日 |
| 最低入札金額 | 90,000円 | 車両状態 | 消防団で令和元年10月まで使用 |
| 装備品/設備 | ・消防ポンプ [ラビット P555] ・ノーマルタイヤ ・スパイクタイヤ | | |
| 備 考 | <ul style="list-style-type: none"> ・スパイクタイヤの使用は積雪または凍結の状態のみ使用可能です。 ・ランプ、町名、消防団章は撤去必要。車体側面の消防団の文字も削除してください。 ・車両は車庫内で保管されていましたが、経年劣化や使用に伴う傷や錆、汚れ等あります。 ・構造変更を行う必要があります。 | | |

売却の方法…一般競争入札により売却します。

(予定価格以上の最高額で入札した方にその金額で売却を決定)

参加受付等…購入を希望される方は物品の説明を受けたのち、申請書類を提出してください。

期限… 2月12日(水)まで

申請書類…入札参加申込書

確認書類…〈個人〉身分証明書の写し
〈法人〉登記事項証明書の写し

*入札参加申込書は、管財課で交付を受けるか、ホームページからダウンロードしてください。

*入札参加申込書を提出していない方は、購入することができません。

参加制限…契約を結ぶ能力を有しない方(未成年者等)および破産者で復権を得ていない方は、購入できません。

入札・開札日… 2月19日(水) 10:00～

場所…市役所2階 会議室2A

入札保証金…五所川原市契約事務規則第6条第1項第4号の規定により免除します。

契約の締結…落札者が決定した日から7日以内に契約を締結します。

契約保証金…契約時に契約金額の100分の5以上の保証金の納付が必要です。

代金の納入期限…契約締結の日から10日以内に全額納入していただきます。

搬出期限… 4月30日(木)

本物件は現状引渡しとし、搬出作業中に破損した場合や引渡し後の不調や故障、隠れた瑕疵等についての返金および補償、購入物品の返品等は一切受け付けません。

*引渡しは保管場所にて行い、運搬等の一切の費用および手続きは購入者の負担となります。

その他注意事項等

その他詳細については、管財課へお問い合わせください。なお、売却内容については、市のホームページでもご覧になれます。



平成30年度における財政力指数は0.33

市民の皆さんに財政状況を伝えるため、毎月様々な角度から説明していますが、今月は「財政力指数」について説明します。

財政力指数って？

財政力指数とは、標準的な行政活動を行うためのお金を「自ら」まかなえる割合を示したもので、次の式で算出できます。

$$\text{単年度財政力指数} = \frac{\text{市税等の年間収入の見込額}}{\text{一定の行政サービスにかかる年間支出の見込額}}$$



この値が高いほど「財政基盤が強い」とみることができ、平成30年度における五所川原市の財政力指数は**0.33**で、全国都市791市のうち、**718位**となっています。ただし、この指数は原則として、人口規模が大きいほど高くなる傾向にあり、財政力指数のみで一概に自治体の状況を測ることはできないため、あくまで目安とお考えください。

結果として、この指数から市は行政活動に必要な資金を国、県の補助金など外部から多く調達している状況がうかがえます。こういった状況の中で、財政基盤が弱い自治体（財政力指数1未満の団体）のための措置として、国から普通交付税が交付されています。普通交付税については広報ごしょがわら10月号で説明していますので、そちらもご覧ください。

ここ10年での財政力指数の推移

当市における過去10年間の財政力指数の推移を見ると、最も高い比率が平成21年度の**0.34**で、最も低い比率が平成24年度の**0.31**となっており、ここ10年では0.3前半で推移しています。

平成30年度の**0.33**は県内10市では3番目に低い値で、人口が同規模の十和田市、むつ市と比較すると、最も低い数値となっています（上記のとおり、財政力指数は人口規模に比例して高くなる傾向があるため、十和田市、むつ市と比較しています）。

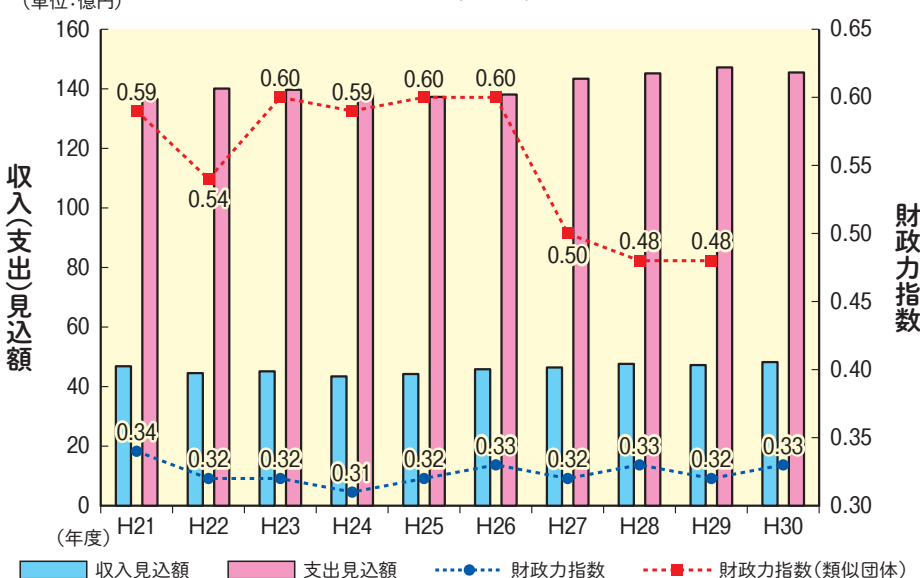
類似団体との比較（平成29年度末時点）

平成29年度の財政力指数を全国の類似団体（*）と比較すると、五所川原市が**0.32**であるのに対し、類似団体では**0.48**と、**0.16**の差があり、当市の財政力指数は類似団体に比べても、低いことが分かります。

これは類似団体と比べて、当市独自の収入の見込額が低いことが原因の一つとして考えられます。

*類似団体：人口と産業構造の2要素の組み合わせにより、市は16の類型に分類されますが、そのうち同類型に分類される市を指します。

財政力指数と収入(支出)見込額の推移



今後の動向

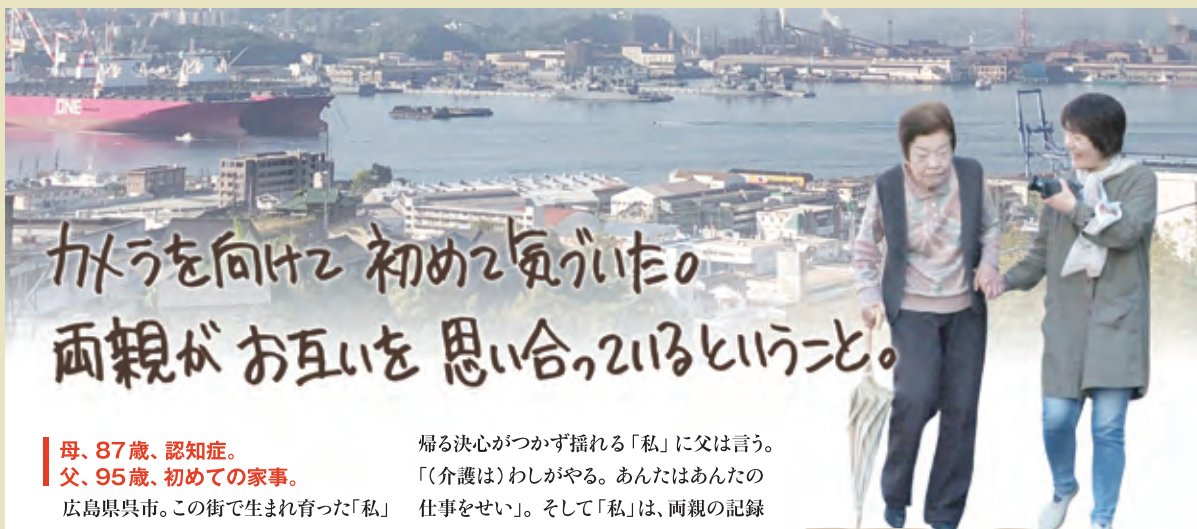
先ほど述べたように財政力指数だけでは、その自治体の財政力を測ることはできないものの、同規模団体と比較しても、市税収入は厳しい社会経済状況の影響で伸び悩んでおり、財政基盤が弱くなっています。

このような状態を改善するために、当市が抱える課題に対して、様々な政策を実施していくことで、五所川原市の魅力を高め、人口および税収増加を目指していきます。

市民向け上映会 ぼけますから、よろしくお願いします。

市では、地域にお住いの皆さんが在宅医療や介護について理解し、在宅での療養が必要となったときに必要なサービスを選択できることを目的として、市民向け上映会「ぼけますから、よろしくお願いします。」を開催します。ぜひご参加ください。

- 【日時】 3月15日(日) 13:00~15:00
- 【場所】 プラザマリユウ五所川原 (市内雑田181-2 Tel.33-5001)
- 【主催】 五所川原市
- 【定員】 200名 (先着順)
- 【申込方法】 電話で地域包括支援センターまでお申し込みください。締め切りは、3月4日(水)、参加費は無料ですが、アンケート調査へのご協力をお願いします。定員になり次第締め切りとさせていただきますので、お早めにお申し込みください。
- *市では、平成29年度より、医療と介護の両方を必要とする高齢者の方が、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう医療機関と介護事業所等の関係者の連携を推進する事業を行っています。
- 【問い合わせ】 介護福祉課 地域包括支援センター
Tel.35-2111 (内線2461)



**母、87歳、認知症。
父、95歳、初めての家事。**

広島県呉市。この街で生まれ育った「私」(監督・信友直子)は、ドキュメンタリー制作に携わるテレビディレクター。18歳で大学進学のために上京して以来、40年近く東京暮らしを続けている。結婚もせず仕事に没頭するひとり娘を、両親は遠くから静かに見守っている。

そんな「私」に45歳の時、乳がんが見つかる。めそめそしてばかりの娘を、ユーモアたっぷりの愛情で支える母。母の助けで人生最大の危機を乗り越えた「私」は、父と母の記録を撮り始める。だが、ファインダーを通し、「私」は少しずつ母の変化に気づき始めた…

病気に直面し苦悩する母。95歳で初めてリンゴの皮をむく父。仕事を捨て実家に

帰る決心がつかず揺れる「私」に父は言う。「(介護は)わしがやる。あなたはあなたの仕事をせい」。そして「私」は、両親の記録を撮ることが自分の使命だと思い始め—

**大反響のテレビドキュメンタリー、
待望の映画化。**

娘である「私」の視点から、認知症の患者を抱えた家族の内側を丹念に描いたドキュメンタリー。2016年9月にフジテレビ/関西テレビ「Mr.サンデー」で2週にわたり特集され、大反響を呼んだ。その後、継続取材を行い、2017年10月にBSフジで放送されると、視聴者から再放送の希望が殺到。本作は、その番組をもとに、追加取材と再編集を行った完全版である。娘として手をさしのべつつも、制作者としてのまなざしを愛する両親にまっすぐに向けた意欲作。



港町呉は坂の多い町でもあります。買い物するにも一苦労。結婚以来、父と母はずっとここで暮らしてきました。

ひとり娘
ドキュメンタリー監督
信友直子



1961年広島県呉市生まれ。東京大学卒業。在京キー局で数多くのドキュメンタリー番組を手掛ける。放送文化基金賞奨励賞、ニューヨークフェスティバル銀賞、ギャラクシー賞奨励賞など受賞多数。



パブリックコメント(意見公募)を実施しています

半島振興法に係る「五所川原市産業振興促進計画(案)」について

半島振興法では、各半島振興対策実施地域における市町村が「産業振興促進計画」を作成し、主務大臣の認定を受けることができる仕組みが創設され、認定を受けた場合には、半島地域内の事業者による税制優遇措置の活用が可能となり、事業者の積極的な設備投資を後押しできることとなります。

当市では事業者の半島税制優遇措置の適用による設備投資を促進することにより、地域経済の活性化を目指し、平成27年に産業振興促進計画を策定し、認定を受けていましたが、この計画が令和2年3月をもって計画期間を満了することから、現在、新たな計画の策定作業を進めています。

令和2年4月からを計画期間とする、この新たな計画(案)について、下記のとおり意見を募集しています。

公表・意見募集期間…2月10日(月)まで

閲覧場所…商工労政課、市役所・各総合支所行政資料スペース、市ホームページ

お問い合わせ・意見の提出先

〒037-8686 五所川原市宇布屋町41番地1

商工労政課 内線2551 FAX35-3617

電子メール 1904pbc@city.goshogawara.lg.jp

意見の提出について

▷様式は任意とします。

▷使用する言語は日本語とします。

▷郵送、FAXまたは電子メールでの提出とします。

▷住所・氏名(法人等の場合はその名称・事務所所在地等の連絡先・代表者氏名)を記載してください。

*住所・氏名が記載されていない場合は、提出意見として取り扱わない場合があります。

提出された意見について

市の意見を付して、公表する予定です。公表にあたっては、提出者の住所・氏名は公表しませんが、意見の内容を簡単に取りまとめる予定です(類似の意見は、まとめて公表することもあります)。

なお、賛成、反対のみの意見については、その件数は公表しますが、案そのものが市の意見ですので、改めて考え方を公表することはありません。

五所川原市非常勤職員(会計年度任用職員)募集

募集人員…10名程度

就業場所…市庁舎および出先機関

職務内容…各種事務補助業務

申込資格…パソコン操作(Word Excel等)のできる方

申込方法…2月7日(金)までに履歴書(様式不問)を1通持参の上、お申し込みください。

*受付期間中であっても、申込多数の場合は受付を締め切ることがあります。

選考方法…2月16日(日)に面接試験により選考します。

時給…898円～925円(職務に必要な前歴に応じて決定します)。

勤務日…週5日

勤務時間…8:30～17:15の間のうち7時間勤務

勤務期間…4月1日～令和3年3月31日

その他勤務条件等

*休日は土日・祝日・年末年始のほか、年次有給休暇(20日/年)が付与されます。

*交通費のほか、6月、12月に期末手当を支給します。

*社会保険、厚生年金、雇用保険等に加入します。

*1カ月間の条件付採用期間があり、この期間を良好に勤務した場合に正式採用となります。

申込先…人事課 内線2152

令和2年度 青森県交通災害共済 予約加入受付中

交通災害共済は、全国どこで起きた交通事故でも、災害の程度に応じて見舞金をお支払いする共済制度です。青森県民の方であればどなたでも加入することができます。ぜひ家族そろって加入しましょう。

加入受付…2月3日(月)より予約加入開始

共済期間…4月1日～令和3年3月31日までの1年間

会費…年間1人350円(途中加入の場合も同額です)

*団体加入(20人以上)は、会員1人につき50円が団体奨励金として団体に支給されます。

加入資格…当市に住居登録をされている方

受付窓口…環境対策課(13番窓口)／金木総合支所(庶務係)／市浦総合支所(庶務係)

共済見舞金

1等級 死亡した場合(弔慰金) 100万円

2等級 後遺障害になった場合 50万円

3等級 30日以上の治療を要する場合 7万円

4等級 30日未満の治療を要する場合 3万円

特例見舞金…交通事故証明書が発行されず交通事故申立書等による請求は、内容を審査の上、適当と認められた場合に1万円が支給されます。

*交通事故で被災した場合、同乗者や相手方のいない自転車等の自損事故でも必ず警察署または最寄りの交番に届出をしてください。

*共済見舞金の請求には自動車安全運転センター発行の「交通事故証明書」が必要です。

申込先…環境対策課 内線2366

金木総合支所庶務係 内線3205

市浦総合支所庶務係 内線4015

罹災証明書の交付申請について

防災管理室 内線2115

災害により被害を受けた家屋等の修繕に各種保険制度等を利用する際には、公的機関が発行する罹災証明書が必要な場合があります。市では「五所川原市小規模災害時等における罹災証明書交付事務取扱要綱」を制定し、罹災証明書交付申請の手続きに関する事項等について定めています。交付申請に係る注意点等は以下のとおりです（災害対策本部を設置した場合等は別の基準によって証明書を交付します）。

| 交付申請できる人 | 申請から罹災証明書交付までの流れ |
|---|---|
| 被害を受けた家屋等の ①所有者 ②居住者および同一世帯人 ③使用者 ④①～③から委任された代理人 ＊ただし、④の場合は交付申請時に委任状の提出が必要です。 ＊金木総合支所、市浦総合支所では申請書の受付のみ行い、申請内容の審査は本庁総務課防災管理室が行います。 | ①交付申請（受付窓口：本庁総務課防災管理室、金木総合支所庶務係、市浦総合支所庶務係） 必要書類 ：罹災証明願（様式第1号）、被害の状況を確認できる写真等、申請者の本人確認をできるもの（運転免許証等）、委任状（様式第5号） ＊代理人による申請の場合のみ。 ↓ ②申請内容の審査（7日以内を目安） ＊被害判定のために実地調査を行う場合があります。 ↓ ③罹災証明書（様式第2号）の交付 ・罹災証明書を交付する場合は、手数料として1部につき300円の納付をお願いします。 ・申請内容を審査し、罹災証明書を交付しないこととした場合には、罹災証明書不交付決定書（様式第3号）で通知します（この場合は、申請者の費用負担は生じません）。 ・罹災証明書を交付しないこととした場合で、申請者が希望する場合は、罹災届出証明書（様式第4号）を交付します（この場合は、申請者の費用負担は生じません）。 |

特に注意する事項（＊被害状況を確認できない場合は、証明書を交付できない可能性があります。）

被害の原因となる災害の種別ごとに交付申請できる期限がありますので、ご注意ください。

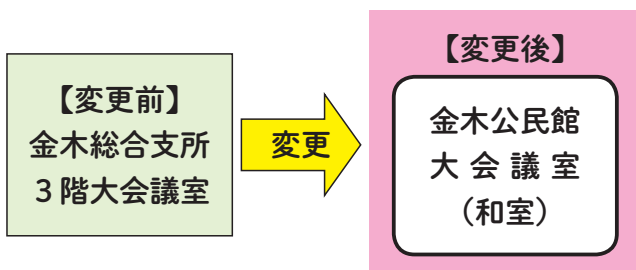
- ・豪雪等の雪害による被害の場合…被害を確認した日から6カ月以内
- ・その他の被害の場合…被害が発生した日から3カ月以内

申請漏れにご注意ください…その他の被害で、令和元年12月31日までに被害が発生したものについて罹災証明書の交付を希望する場合は、**3月31日(火)**までに申請するようにお願いします。

＊期限を過ぎると、罹災証明書の交付を受けられなくなります。

市民税・県民税の申告相談会場が一部変更になります

金木総合支所で申告していた方は、会場が金木公民館へ変更となりますので、申告会場においでの際はご注意ください。



会場が変更となる地区の皆さんにはご不便をおかけしますが、申告相談を円滑に行うためにもご理解とご協力をお願いします。

なお、令和2年度（令和元年分）市民税・県民税申告相談の会場および日程の詳細については、広報ごしよがわら1月号でお知らせしています。

問…税務課 内線2253

軽自動車税の変更手続きはお早めに

軽自動車やバイクなどに課税される軽自動車税は、4月1日現在の所有者の方に課税されます。

所有者の死亡、転出、車両の名義を変更したとき、または処分、紛失したときなどは届出が必要になります。届出のない場合は、引き続き軽自動車税が課税されます。各車種の手続き場所は次のとおりです。手続きに必要なものについては、各手続き場所へ直接お問い合わせください。

手続き場所

▷原動機付自転車（125cc以下）・小型特殊自動車
税務課、金木・市浦各総合支所総合窓口係

▷軽三輪・軽四輪

軽自動車検査協会 青森事務所

青森市浜田字豊田129-2 TEL050-3816-1831

▷軽二輪（125cc超250cc以下）・二輪の小型自動車（250cc超）

国土交通省 東北運輸局 青森運輸支局

青森市浜田字豊田139-13 TEL050-5540-2008

問…税務課 内線2260

後期高齢者医療被保険者の皆さんへ 後期高齢者医療 高額介護合算療養費支給申請について

支給対象者…後期高齢者医療制度に加入している方で医療保険と介護保険の自己負担額（支払った額から高額療養費や高額介護（予防）サービス費を除いた額）の両方の支払いをした方（世帯内に後期高齢者医療制度に加入している方が複数いる場合は、世帯で合算します）。

対象期間…平成30年8月1日～令和元年7月31日
（毎年8月1日から翌年7月31日までの1年間です）

支給額…医療保険と介護保険の自己負担額の合計が、所得区分に応じた自己負担限度額を超えた場合に、その超えた額が支給されます。

* 超えた額が500円以下の場合は支給対象外です。

所得区分に応じた自己負担限度額

- ▷ 現役並み所得者Ⅲ…212万円
- ▷ 現役並み所得者Ⅱ…141万円
- ▷ 現役並み所得…67万円
- ▷ 一般…56万円
- ▷ 低所得Ⅱ（世帯員全員が住民税非課税の方）…31万円
- ▷ 低所得Ⅰ（低所得Ⅱのうち世帯員全員の各所得金額が0円の方）…19万円

支給申請…支給を受けるには必ず申請が必要です。支給の要件に該当すると思われる世帯には、2月下旬（予定）に青森県後期高齢者医療広域連合から支給申請のお知らせが送付されます。お知らせが届いた方は担当窓口へ申請してください。

また、対象期間の途中に後期高齢者医療制度に加入した方や転入してきた方等がある世帯には、支給

対象となる世帯でも、支給申請のお知らせが送付されない場合がありますので、対象になるとと思われる方は担当までお問い合わせください。

申請に必要なもの…支給申請書／高額介護合算療養費・高額医療合算介護（予防）サービス費の支給申請について（お知らせ）／個人番号（マイナンバー）がわかるもの（通知カードまたは、個人番号カード）／本人確認書類（官公庁発行、発給の顔写真付き身分証明書等）／印章（はんこ）／通帳（コピー可）等口座情報のわかるもの

- * 被保険者が亡くなっている場合は受領申立書の提出が必要です（事前に提出した場合は不要）。
- * 被保険者以外の方が申請または受領する場合は委任状が必要です（申請の場合は委任状に加え、被保険者の個人番号がわかるもの（コピー可）、申請者の本人確認書類等が必要なため、事前にお問い合わせください）。
- * 重度心身障がい者医療費の助成を受けている場合は、市町村へ受領を委任する委任状が必要です。
- * 対象期間中に青森県後期高齢者医療以外の医療保険や他市町村の介護保険に加入歴があり、自己負担額がある場合は、それらの保険の自己負担額証明書が必要です。
- * 成年後見人が申請される場合、登記事項証明書（3カ月以内に発行されたもの）をお持ちください。

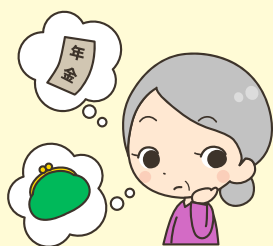
申請先…国保年金課 内線2345

国民年金保険料免除等の申請について

保険料を納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な方または、失業等により保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていた期間がある方は、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」「納付猶予制度（50歳未満）」「学生納付特例制度」がありますので、国民年金窓口で申請の手続きをしてください。申請書は窓口へ備え付けてあります。申請は、申請時点の2年1カ月前までさかのぼって申請することができます。

詳しくは、市役所の国民年金窓口または弘前年金事務所へお問い合わせください。



問…国保年金課 内線2345
弘前年金事務所 TEL0172-27-1339

国民年金保険料を口座振替で前納するとお得です

国民年金保険料の納付には、口座振替がご利用できます。保険料が自動的に引き落とされるので金融機関などに行く手間が省ける上、納め忘れもなく便利です。

当月分保険料を当月末に引き落とされることにより月々50円割引される早割制度や、現金納付よりも割引額が多い2年前納、1年前納、半年前納もあります。

口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参の上、金融機関または、年金事務所へお申し出ください。

口座振替方法別申込期限

| 振替方法 | 申込期限 | 割引額 |
|----------------------------------|------------------|----------|
| 2年前納 (4月～翌々年3月分) | 2月末日まで | 約15,000円 |
| 1年前納 (4月～翌年3月分) | 2月末日まで | 約4,000円 |
| 6カ月前納 (4月～9月分) (10月～翌年3月分) | 2月末日まで 8月末日まで | 約1,000円 |
| 当月末振替（早割） | 随時 | 月々50円 |
| 翌月末振替 | 随時 | 無 |

五所川原市相談窓口紹介ネットワーク

市では、高齢者等が地域で安心して暮らすことができるよう、生活における悩みごとの解消や様々なトラブルの未然防止に向け、地域の見守りに取り組んでいる団体等を通じて消費生活相談窓口をはじめとする各種相談窓口を紹介しています。

構成団体…五所川原市民生委員児童委員連絡協議会、社会福祉法人五所川原市社会福祉協議会

事例紹介「架空請求 編」

スマートフォンに大手通販会社からショートメールが届き、未納料金があるので連絡するようにと記載されていた。

心当たりはなかったが、ショートメールに記載された電話番号に電話したところ「去年、あなたのスマートフォンから動画配信サイトに登録があり、20万円の利用料が未納になっている。

もし、心当たりがなく不正に登録されたものであれば、一旦20万円を支払ってもらった後に返金します。いずれにしても、支払わないと提訴されることとなります」と言われ、指示に従って、コンビニエンスストアに行って20万円分のプリペイドカードを購入し、カードに記載された番号を相手に教えた。

翌日、別の人からスマートフォンに電話があり「昨日の件は不正に登録されたものであったので20万円を返金しますが、他にも50万円分のあなた名義の不正登録が見つかりました。これも返金しますが、一旦50万円を支払ってください。」と言われた。

五所川原市消費生活センターからの助言

- 心当たりがない請求（架空請求）は無視しましょう。
- 架空請求の請求手段は、ショートメール、メール、ハガキ、電話など様々です。
- 実在する著名な事業者名をかたって本物の請求と思わせたり、支払わないと法的手段をとるなどと消費者の不安をあおってきます。
- 未納料金の請求に心当たりがなければ、決して相手に連絡してはいけません。
- どうしても請求が気になる場合には、相手に連絡する前に、五所川原市消費生活センターにご相談ください。
- お金を支払ってしまうと、これを取り戻すことは困難であることが少なくありません。



困ったとき、不審に思ったときは、五所川原市消費生活センターにご相談ください。

五所川原市 相談窓口紹介ネットワーク 連絡先

| 相談の種類 | 相談の内容 | 相談窓口 | 電話番号・受付時間 |
|---------|-------------------------------------|-----------------|---|
| 消費生活相談 | 商品・サービスの提供や契約に関する苦情相談、および多重債務に関する相談 | 消費者ホットライン | 局番なし 188（いやや）／月～金 9:00～17:30／土・日・祝 10:00～16:00（年末年始を除く） |
| | | 五所川原市消費生活センター | TEL33-1626 月～金 8:30～17:15 （祝日・年末年始を除く） |
| | 借金（多重債務）などに関する相談 | 消費者信用生活協同組合 | TEL0120-102-143 月～金 第2・4土曜日 9:00～17:00（祝日を除く） |
| 家庭相談 | 家庭相談全般に関すること | 五所川原市子育て支援課 | TEL35-2111（内線2482） 月～金 8:30～17:15 （祝日・年末年始を除く） |
| 健康づくり相談 | 心身の健康に関する一般的な相談 | 五所川原市健康推進課 | TEL35-2111（内線2385）〈要予約〉 月～金 8:30～17:15 （祝日・年末年始を除く） |
| 介護相談 | 高齢者の介護・健康・財産管理・虐待に関する総合的な相談 | 五所川原市地域包括支援センター | TEL35-2111（内線2462） 月～金 8:30～17:15 （祝日・年末年始を除く） |
| 生活一般相談 | 日常生活のあらゆる心配ごと | 五所川原市社会福祉協議会 | TEL39-1212 24時間 |
| 交通事故相談 | 交通事故被害者等の損害賠償の算定、請求、示談の方法、更生問題等の相談 | 交通事故相談所 | TEL017-734-9235 月～金 9:00～16:00 （祝日・年末年始を除く） |

ここでは五所川原市内にある誘致企業について紹介していくよ！
第10回は漆川玉椿にある「株式会社エノモト津軽工場」さんだよ
早速お話を聞いてみよう！



会社概要

所在地：〒037-0017 五所川原市大字漆川字玉椿191-1 TEL33-0570
本社：〒404-0198 山梨県上野原市上野原8154-19
資本金：4,749百万円 / **従業員数：**539名 / **代表者：**代表取締役社長 武内 延公
取扱品目・事業内容等：各種精密金型・自動機械装置等の開発、設計、製作
 上記を利用した各種精密部品製造

私たち株式会社エノモトは1991年に五所川原市に工場を設置し、今年で28年になりました。当社では車や信号機に使われているLEDライト、スマートフォンやパソコンなどに使用されているコネクタ部品の製造、金型の設計などを行っています。その中でも広い敷地面積を誇る津軽工場では製品のプレスからメッキ加工、成形までを一貫して行っています。

私たちの製造する製品は表に出ることはほとんどありませんが、髪の毛ほどの太さの金属を複雑に曲げたり、お米一粒ほどの大きさの部品を作ったりエノモトにしかできない技術を駆使して皆さんの生活を陰ながら支えています。

金型技術を通じて一人一人が丁寧なものづくりを提供し、お客様に喜んでいただくこと。これがエノモトのものづくりです。簡単に、大量に、安価にものがつくれる時代だからこそ、長年培ってきた確かな技術と情熱を超える執念をもってものづくりに挑み、魂を込めてエノモトにしかできないものづくりを極めていきます。

また、当社では働く「人」をとっても大切にしています。働きやすい環境の創出がエノモトの成長の源泉。を大切な考え方として、ワークライフバランスを重視した働き方の推進や人材教育、サポート体制の充実を図り、従業員皆が働きやすく働きがいを感じながら仕事ができるように会社全体で取り組んでいます。



従業員が生き生きと活躍する職場です

マンホールカードを配布しています

当市のマンホールカードを1人につき1枚無償で配布しています。

マンホールカードは、下水道への関心を深めてもらうため、全国各地にあるデザインマンホール蓋をコレクションカードにしたものです。

配布場所…立佞武多の館

配布時間…立佞武多の館の営業時間

▷4月～9月 9:00～19:00

▷10月～3月 9:00～17:00

*郵送による配布はしていません。

簡単なアンケート調査にご協力をお願いします。

詳細は、市のホームページでもご覧になれます。

問…経営管理課 内線2720



五所川原市内小学校放課後児童クラブ支援員・代替支援員を募集します。

放課後児童クラブ支援員

募集人員…5人
必要な資格等…保育士、社会福祉士、幼稚園、小学校、中学校、高等学校または中等教育学校教諭のいずれかの資格を有する方
就業場所…五所川原市内小学校の放課後児童クラブ（金木、市浦含む）
職務内容…放課後、家庭が留守の小学校児童を対象として、遊びおよび生活面の指導、育成を行います。
時給…790円～830円
雇用形態…会計年度任用職員
加入保険等…社会保険、厚生年金、雇用保険等
雇用期間…4月1日～9月30日
就業時間…平日13:30～18:00（ただし、土曜日および小学校の長期休業期間中等は8:00～17:00）
休日等…日祝、有給休暇、夏季休暇（2日）
申込み…履歴書・資格証等の写しを持参の上、子育て支援課にお申し込みください。
応募締切…2月28日(金)

* 4月から時給等の見直しの予定があります。詳細については面接時説明予定です。
 * 面接の日時については履歴書等必要書類の受付時にお知らせします（3月上旬予定）。

放課後児童クラブ代替支援員

就業場所…市内放課後児童クラブ
職務内容…放課後児童クラブ支援員が休暇等を必要とする場合において、その支援員の職務を臨時的に行います。職務内容は支援員に準じます。
時給…790円
就業時間…平日13:30～18:00（ただし、土曜日および小学校の長期休業期間中等は8:00～18:00）の間で指定した時間
申込み…履歴書・資格証等の写し（お持ちの方）・印鑑・給与振込口座通帳・マイナンバーがわかる書類を持参の上、子育て支援課へお申し込みください。
 * 4月から時給等の見直しの予定があります。
 * 書類受付時、勤務内容等の詳細の説明および登録手続きを行います。

第15回市内小・中学校美術展を開催します

市内児童生徒の美術作品を広く市民に鑑賞していただくとともに、市内小・中学校の図工教育・美術教育の充実と向上を図ることを目的として、第15回市内小・中学校美術展を開催します。
 市内小・中学校17校の児童生徒の絵画、版画、デザイン画、立体作品、学級旗等、工夫いっぱいの個性豊かな作品が多数展示されます。ぜひご来場ください。

日時…2月18日(火)～20日(木)
 10:00～21:00（20日(木)は15:30まで）
場所…ELMホール
入場料…無料
 *「いじめのない社会啓発カレンダー」を無料配布予定（数に限りがあります）
問…学校教育課 内線2974



前回の美術展の様子





地域の皆さんと共に移住・交流施策の推進やまちの魅力を掘り起こし、情報発信等に取り組む「地域おこし協力隊」の活動状況をご紹介します。

▷私たちが地域おこし協力隊です。



山下 貴 隊員

高瀬 祥彰 隊員

活動報告

【ふゆめ堂古本まつり 無事に終了しました】



12月21日に開催しました<ふゆめ堂古本まつり>無事に終了しました！

本を持ち寄ってカフェの中で売るといこのイベント、当日は市内外から多くの方にご来店いただき、かなり賑わっていました。

中には差し入れまで下さった方もいて、ホント感激です！Facebookの投稿を見て来てくださった方もいて、嬉しい限りの1日に。

終了後は出展者を中心に交流会を開催。みなさん持ち寄りのご飯をいただきながら、わいわい楽しく過ごすことができました。

カフェの中での本のフリマで、しかも希望すれば誰でも

出展者になれるという、なかなかのチャレンジっぷりでしたが、その分色んな出会いがあっ楽しかったですし、勉強にもなりました！

お越しくくださった皆さま、出展者の皆さま、そしてステキな機会と場所を提供して下さったふゆめ堂さまに、この場を借りてお礼申し上げます。改めて、ありがとうございました。(山下)

【津軽のトランプゲーム『ゴニンカン』】



12月8日、にこにこゴニンカン倶楽部が「にこにこゴニンカントランプ大会」を開催し、たくさんの地元のベテランプレイヤーが集まりました。

地域おこし協力隊の高瀬も参加しましたが、やはり皆さんの戦略が凄くて、点数を思うように稼げず入賞には及ばず...

試合中参加者は黙々と真剣にプレイしていましたが、1ゲームが終わるごとに良い戦略だったところやとんでもない手札だったことなどについて楽しく会話していました。大会の様子は各SNSで動画で見ることができます。

ゴニンカントランプ世界選手権大会は、1月19日に行われた大会が最後となりましたが、にこにこゴニンカン倶楽部の活動は今後も続き、年1回大会を開催するそうです。(高瀬)

▷ごしょぐらひFacebook・五所川原市地域おこし協力隊SNS

地域おこし協力隊の活動やイベント情報を「ごしょぐらひFacebook」や五所川原市地域おこし協力隊の「Twitter」「Instagram」「YouTube」で見ることができます。隊員目線で五所川原の楽しい情報を発信していきますので、ぜひご覧ください。

▷地域のイベントや面白い取り組み情報募集中

地域のお祭りやイベント、面白い取り組みの情報を募集しています。自薦他薦、規模の大小は問いません。隊員が伺って、取材や情報発信を行いますので、お気軽にご連絡ください。



**今後も活動へのご理解とご協力を
よろしくお願ひします。**



バレーボールVリーグ女子1部五所川原大会が開催され、当市が応援しているPFUブルーキャッツが見事連勝を飾りました。

私も初めて観戦しましたが、ダイナミックなスパイクや見応えのあるラリーなど、スピード感いっぱいの熱戦に感動しました。PFUブルーキャッツのますますの活躍を期待しています！

11月30日 バレーボールVリーグ女子1部 PFUブルーキャッツ

バレーボールVリーグ女子1部五所川原大会が、11月30日、12月1日の2日間、五所川原市民体育館で行われました。

当市は、PFUブルーキャッツの活動を支援しており、同チームのサブホームタウンとなっています。サブホームゲームとして行われたヴィクトリーナ姫路戦では、堀口選手の強烈なスパイクが冴えるなど、3-1で勝利し11試合ぶりの白星を挙げたほか、日立リヴァーレ戦はフルセットの接戦の末、3-2で勝利し今季初めての連勝を飾りました。

会場には、県内外から多くのバレーボールファンが訪れ、一流の迫力あるプレーに大きな歓声が上がりました。



12月1日 第13回 津軽すこっぷ三味線 世界大会

12月1日、津軽すこっぷ三味線世界大会がエルムホールで開催され、全国各地から集った愛好者が、華麗なバチ（栓抜き）さばきで自慢の腕を競いました。

本大会の魅力は、何といても、仮装や踊りもOKという自由な雰囲気の中、芸術性と娯楽性を兼ね備えた情熱溢れる演奏により、ステージと会場が一体となって盛り上がることだと思います。

皆さん、思い思いのこだわりの衣装に身を包み、本大会のスローガンである「もつけ」の精神で、「感動と笑い」のステージが繰り広げられ、会場は熱気に包まれました。



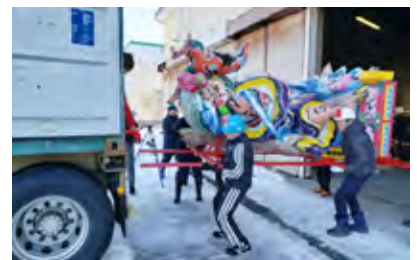
12月9日 立佞武多が台湾に向け出発！

1月10日から12日までの3日間、台湾台北市の百貨店「大葉高島屋」において、海外では初となる五所川原市主催の物産展「青森県まるごと五所川原フェア」を開催します。

五所川原の魅力をぎゅっと詰め込む当物産展には、りんごをはじめとする特産品のほか、立佞武多も展示することとしており、12月9日に高さ4.6メートルの小型立佞武多「津軽十三浦伝説・白髭水（しらひげみず）と夫婦梵鐘（めおとぼんしょう）」を台湾に向け、搬出しました。

冬晴れのもと、穏やかな日の光がこれから始まる台湾との交流を明るく照らしているかのようでした。

立佞武多はもちろん、ここにしかない五所川原らしさをトップセールスにより、しっかりとPRしたいと思っています。



国際大会、殻を破り活躍誓う



活躍を誓う小田桐さん(中央)

12月28日より台湾の嘉義市で開催された「第17回日台国際野球大会」の選抜メンバーに選ばれた小田桐弘武さん（弘前学院聖愛中2年、弘前聖愛リトルシニア所属）が12月11日、市長を表敬訪問しました。

小田桐さんは、昨年10月に秋田県で行われた秋季新人大会に主力選手として出場し、チームをけん引して準優勝に導き、そのプレーが評価され、国際大会の選抜メンバーに選ばれました。

また、チームは3月に大阪で開催される「第26回日本リトルシニア全国選抜野球大会」に出場します。

小田桐さんは「国際大会では、仲間との交流を深め、自分の殻を破って生まれ変われるような大会にしたいです。また、国際大会での経験をチームに持ち帰って日々練習し、大阪での全国大会はベスト4を目指します」と力強く語りました。

バレーボールで全国大会へ



全国大会出場を決めたバレーボール部の皆さん

1月5日～12日にかけて武蔵野の森総合スポーツプラザ（東京都調布市）で行われたジャパネット杯春の高校バレー 第72回全日本バレーボール高等学校選手権大会に出場した五所川原工業高等学校バレーボール部の選手の皆さんが、12月20日、市長を表敬訪問しました。

五所川原工業高等学校は11月10日に行われた県代表決定戦決勝戦で弘前工業高等学校を破り、2年連続8回目の全国大会出場を決めました。キャプテンの倉光雄大さんは「去年は初戦で敗退してしまいましたが、チーム力が高いので、その強みを生かしてベスト4入りを目指して頑張りたい」と意気込みを話しました。

東奥児童美術展入賞



受賞を報告した園児の皆さん

12月6日、第87回東奥児童美術展（東奥日報社など主催）で作品が入賞した園児の皆さんが市長を訪問した。今回入賞したのは、図画の部「推奨」を受賞した木村最明さん（こども園第二さつき）、「準特選」を受賞した矢野愛琉さん（こども園第二さつき）、荒木関せなさん（こども園第二さつき）、高木ひなたさん（五所川原保育園）、版画の部「推奨」を受賞した成田碧生さん（こども園ひろた）、「特選」を受賞した加藤優衣さん（こども園かなぎ）の6名です。

高木ひなたさんは「みんなでプールに入っている絵を描きました。細かい部分を書くのが難しかったです」と話しました。

紅きく芋うどん完成報告会



完成を報告した石岡さん(右)と竹鼻さん(左)

合同会社テンコーファームとヤマホ竹鼻製麺所が赤きく芋の粉末を練り込んだ「紅(あか)きく芋うどん」を共同開発し、12月18日、完成を市長に報告しました。

赤きく芋には、糖質の吸収を穏やかにし、血糖値上昇を抑える効果が期待される成分の「イヌリン」が豊富に含まれています。

報告会では、同ファームの石岡則秋さんや竹鼻製麺所の竹鼻文字子代表取締役らが佐々木市長と共に、生の赤きく芋をスライスしたサラダとうどんの試食を行い、佐々木市長は「サラダもうどんも癖がなくて食べやすい。健康食品として、地域の有力な特産品になるのではないかと話しました。」



学校法人 館田学園
五所川原第一高等学校 通信制課程

高校卒業資格を手に入れよう

- 今の学校になじめない・・・という方
- 体力的に毎日は無理・・・という方
- 一度辞めてしまった・・・という方
- 科目履修で生涯学習をはじめたい・・・という方

通信制なら、どうでしょう？

☆ ネットコースは、随時受付中！詳しくは通信制HPへ

令和二年度 前期入学生・科目履修生募集

出願期間
☆ 令和2年 2月13日
～ 3月31日

出願書類の審査と面接結果で可否を判定します。
※ 転入・編入生は、随時受付中です。

入学から卒業まで

| | | |
|--|-------------|------------------|
| <p>入学</p> <p>スクーリング (毎週金・土曜)</p> <p>隔週のレポート (プリント学習)</p> <p>特別活動 (行事・LHR等)</p> | <p>単位認定</p> | <p>74単位以上で卒業</p> |
| 1年次 | | 2年次 |
| | | 3・4年次 |

全国少年少女チャレンジ創造コンテスト「お花見」で銀メダル



銀メダルを獲得したチーム「スカイブルー」の皆さん

11月30日、東京で開催された第10回全国少年少女チャレンジ創造コンテスト全国大会に出場し、銀メダルを獲得した五所川原市少年少女発明クラブ（チーム名：スカイブルー）の小山内雅人さん（五三中1年）、小山内愛梨さん（三輪小5年）、木村織音さん（いず

み小4年）が12月18日市長を訪問しました。

全国大会10回連続出場となる五所川原市少年少女発明クラブの今回のからくり山車は「お花見」で、弘前公園での花見風景を再現したもので制作期間は約4カ月。今回は、動力車1台と山車2台で構成され、弘前城の山車が真ん中から割れ、中から桜の木が飛び出す仕掛けのほか、弘前市のマスコットキャラクター「たか丸くん」と弘前さくらまつり公式応援キャラクター「桜ミク」がボートに乗って競争する仕掛けも売りとなっています。

雅人さんは「本番では、山車がスムーズに動いたのでもよかったです」、愛梨さんは「人形をスムーズに動かすことが難しかったけど、楽しかったです」、織音さんは「今年の大会では、悔しい思いをしたが、今年は練習どおり、しっかり動いたので良かったです」と大会を振り返りました。

社会福祉法人 あーとど 内閣総理大臣表彰を受賞



受賞を報告した大橋理事長(中央)と増田理事(右)

12月24日、令和元年度「子供と家族・若者応援団表彰」内閣総理大臣表彰を受賞した社会福祉法人あーとど

どの大橋一之理事長が、市長を訪問しました。

同表彰は、子供・若者を育成支援する活動や子育てと子育てを担う家族を支援する活動の取り組みに功績があった個人や団体を顕彰するものです。

同法人は、障がいや老若男女を問わず楽しく暮らせるまちづくりを目指して活動し、就労支援や余暇活動の支援のほか、障がい者の芸術文化活動やまちづくり事業、コミュニティカフェの運営、商品開発など、多岐にわたり活動しています。

大橋さんは「障がいのある人達が、社会の真ん中に入れるようなまちづくりに取り組み、また、まちに貢献できる事業に取り組んでいきたいです」と話しました。

藍綬褒章受章を報告



藍綬褒章を受章した村元さん(右)

12月24日、令和元年度の褒章で藍綬褒章を受章した村元範子さんが市長を訪問しました。

同褒章は、会社経営、各種団体での活動等を通じて、産業の振興、社会福祉の増進等に優れた業績を挙げた方または国や地方公共団体から依頼されて行われる公共の事務（保護司、民生・児童委員、調停委員等の事務）に尽力した方が対象となります。

村元さんは、平成10年の3月から法務大臣より委嘱を受け、保護司となり、犯罪をした人や非行のある少年の改善更生を支援したほか、犯罪の予防を図るための啓発および宣伝の活動に従事しました。

また、五所川原更生保護女性会の会長としても更生保護活動に尽力されました。

村元さんは「大変、光栄です。今後も人の役に立っていききたいと思います」と受章の喜びを語りました。

お知らせ

行政・人権相談

行政相談は行政相談委員、人権相談は人権擁護委員が担当します。

五所川原地区（行政相談）

▷2月13日(木) 10:00~12:00

▷2月27日(木) 10:00~12:00

市役所1階相談室1A

問 市民課 内線2324

金木地区（行政・人権合同相談）

▷2月19日(水) 10:00~12:00

金木総合支所2階相談室

問 金木総合支所 内線3104

市浦地区（行政・人権合同相談）

▷2月4日(火) 10:00~12:00

市浦総合支所

青森あすなるホール市浦

問 市浦総合支所 内線4010

法務局人権相談

▷月曜日~金曜日(祝日を除く)
8:30~17:15

五所川原支局1階人権相談室

問 青森地方法務局五所川原支局

TEL34-2330

人権擁護啓発メッセージ

(平成30年度人権教室より/
中央小6年生)

勇気を出して伝え合おう
思いやり 心づかい

今月の納期

・国民健康保健税 8期

問 収納課 内線2273

・後期高齢者医療保険料 8期

問 国保年金課 内線2346

・介護保険料 8期

問 介護福祉課 内線2453

納期限 3月2日(月)

納付は便利で確実な
口座振替を!

戦傷病者相談員および 戦没者遺族相談員を ご存知ですか

戦傷病者の方や戦没者の遺族に対して、生活上の問題に関する相談や年金・給付金などに関する相談に応

じてくれる「戦傷病者相談員」、戦没者遺族相談員、がいます。

当市を含む西北五地域を担当する相談員は次の方々です。どうぞお気軽にご相談ください。

戦傷病者相談員

成田政さん(つがる市柏桑野木田
幾世2-32) TEL0173-25-3545

戦没者遺族相談員

佐々木嘉幸さん(中泊町中里字亀
山602) TEL0173-57-3336

令和元年度北辰大学学園祭

市内在住の60歳以上の方が入学できる高齢者大学「北辰大学」のクラブ活動発表会です。

入学していない方でも見学できますので、各クラブの1年間の成果をぜひご覧ください。

日時…2月5日(水) 10:00~14:00

場所…中央公民館

ステージ発表…10:10~11:45

健康体操クラブ・歌謡クラブ・舞踊クラブ

展示発表…10:00~14:00

書道クラブ・パソコンクラブ・園芸クラブ・手細工クラブ

問…社会教育課(中央公民館内)

TEL35-6056

シニア起業入門セミナーを 開催します

「人生100年時代」と呼ばれる昨今、定年後も働き続ける方が多くなっています。今こそ、やりたかったことに挑戦し、本当の自分らしさを発揮できる仕事を「起業」という形で始めてみませんか。

自分の好きなことや趣味を仕事にしたいシニア世代を対象に、楽しみながら起業をする「趣味起業」のコツやノウハウを伝えるセミナーを開催します。

*詳しくは、県もしくは市のホームページをご確認ください。

日時…3月5日(木) 18:00~19:30

場所…AOMORI STARTUP CENT

ER(青森市新町1丁目2-18 青森商工会議所会館1階)

定員…50名

受講料…無料

問…青森県商工労働部地域産業課

TEL017-734-9374

青森県特定（産業別） 最低賃金改定のお知らせ

青森県特定（産業別）最低賃金が、令和元年12月21日から改定されました。

改定後時間額

①鉄鋼業 900円

②電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業 829円

③各種商品小売業 821円

④自動車小売業 861円

*青森県最低賃金は令和元年10月4日から790円に改定されました。

問…青森労働局労働基準部賃金室

TEL017-734-4114

お薬代の負担軽減について

ジェネリック医薬品に切り替えるとお薬代が安くなる可能性がある方へ「お薬代負担軽減のご案内」を2月に送付し、どのくらい安くなるかお知らせします。ジェネリック医薬品の利用を希望する方は、医師や薬剤師にご相談ください。

問…青森県後期高齢者医療広域連合

TEL017-721-3821

シニア生活産業ビジネス セミナー開催

人生100年時代、高齢者の生活の質(QOL)の維持・向上ニーズは多様化し、シニア向け生活産業ビジネスは市場拡大が期待されています。県では、シニア・介護領域の専門家を講師にセミナーを開催し、高齢者向けサービスの全体像と先進的な取り組み事例等をお話しいたします。
*詳しくは、県もしくは市のホームページをご確認ください。

日時・場所

▷弘前会場

2月8日(土) 10:00~12:00

弘前市民会館2階 第一小会議室・第二小会議室

▷青森会場

2月8日(土) 15:30~17:30

アスパム9階 津軽

定員…各会場30名

参加料…無料

問…青森県商工労働部地域産業課

TEL017-734-9374

あなたが支える赤十字の活動

自然災害が多発した2018年。皆さんの寄附によって、北海道胆振東部地震で被害にあわれた方に支援を届けることができました。

また改めて、日ごろの防災・減災普及の重要性を強く感じ、講習会の実施やボランティア活動などの取り組みにも役立たせていただきました。

これまでの皆さんからのあたたかいお気持ちに感謝すると共に、これからも国内救護、海外救援、防災・減災の普及啓発など様々な活動を通して、救うことを続けていきます。

こうした活動はすべて、皆さんから寄せられた会費と寄附によって支えられ、国内外で苦しんでいる方へのサポートを可能にし、ボランティアの育成や未来を担う青少年の学びの機会を創っています。

皆さんの赤十字会員への加入ならびに赤十字活動資金（会費・寄附金）のご支援について、よろしくお願い申し上げます。

問…日本赤十字社青森県支部
組織振興課 TEL017-722-2011
日本赤十字社青森県支部
五所川原市地区（福祉政策課）
内線2492

県営住宅入居者募集

募集住戸

①新宮団地 1戸（木造／3LDK／1階玄関）

②広田団地 2戸（鉄筋コンクリート／3K／3階玄関）

③新宮団地 1戸（木造／3LDK／特定公共賃貸住宅・1階玄関）

*申込者および同居予定者の人数等の制限について、①は3名以上、②は条件付きで単身から可、一般は2名以上。③は人数が2名以上で政令月額（世帯の総所得から控除額を差し引き、12カ月で割った金額）が158,000円以上487,000円以下に限ります。

家賃…入居基準があり、家賃は所得金額に応じて決定します。

①21,200円～41,700円程度

②10,600円～21,200円程度

③58,000円（一律）

受付…①は2月3日(月)～2月10日(月)、

②③は随時募集中（ただし、入居者決定次第、募集を締め切ります／すべて土曜・日曜日を除く）。

*今回の募集は、①は4月1日入居予定です。②③は3月1日入居予定です／駐車場は原則として1住戸に1台です。2台目駐車場については空区画がある場合のみ貸出します／駐車場料金は、家賃とは別に徴収します／冬期の駐車場や共用部分の除雪は入居者の皆さんで行っていただきます。

問…株式会社 サン・コーポレーション 住宅管理係 TEL38-3181

五所川原税務署からのお知らせ

申告書作成会場の開設期間は、2月17日(月)～3月16日(月)です（土・日・祝日を除く）。

開設場所…五所川原税務署2階会議室（会場開設前は、申告書作成会場を設置していません。長時間お待ちいただく場合がありますので、開設期間中にお越しくください）

受付時間…9:00～16:00（申告書作成会場の混雑状況によっては早めに相談受付を終了する場合がありますので、ご了承ください）

*待ち時間もなく便利にご利用いただける、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を、ご自宅での申告書作成にぜひご活用ください。詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。

*申告手続などには、マイナンバーの記載と本人確認書類の提示等が必要です。

問…五所川原税務署 TEL34-3136

不動産取得税軽減制度

不動産取得税とは

家屋を新築・増改築したとき、土地や家屋を売買・贈与・交換などで取得したときに一度だけ課税される県の税金です。

軽減制度について

住宅用の土地を取得した日から3年以内に、その土地の上に、床面積が50㎡以上240㎡以下の住宅（「特例適用住宅」という）が新築された場合には、土地の取得に係る不動産取得税が軽減されます。

なお、この軽減制度を受けるためには申告が必要です。また、この他にも不動産取得税の軽減制度がありますので、詳しくは、下記までお問合せいただくか、県ホームページ(https://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/004_01fudousanindex_00.html)をご覧ください。

問…西北地域県民局 県税部 課税課 TEL34-2111 内線214

2月～3月労働相談会

個々の労働者と事業主との間に生じた労働問題（解雇・賃金引き下げ・長時間労働・パワハラなど）について、青森県労働委員会委員が相談に応じます。

日時…2月4日(火) 13:30～15:30

2月16日(日) 10:30～12:30

3月3日(火) 13:30～15:30

3月15日(日) 10:30～12:30

場所…青森県労働委員会

（東奥日報新町ビル4階）

対象者…県内の労働者、事業主

相談員…青森県労働委員会委員

費用…無料

利用方法…随時受付

*事前予約優先

問…青森県労働委員会事務局

TEL017-734-9832

合同企業説明会開催

県内外の企業等の人事担当者等による企業説明のほか「職業適性診断コーナー」「職業相談コーナー」を設置します。ぜひご利用ください。

日時・場所

▷青森会場

3月4日(水) 12:50～16:00

ホテル青森 3階「孔雀の間」

▷弘前会場

3月5日(木) 12:50～16:00

アートホテル弘前シティ「プレミアホール」

対象…令和3年3月卒業予定の大学生、短大生、専門学校生等、大学等3年以内既卒者

参加企業

▷青森会場 約70社

▷弘前会場 約50社

参加料…無料

問…ジョブカフェあおもり

TEL017-731-1311

農産物加工品直売会

梅漬け、豆腐、味噌などの手作りの加工品や季節野菜などを販売。

日時…2月12日(水)、26日(水)

12:00～13:00

*都合により、急遽中止となる場合があります。

場所…市役所2階談話コーナー

問…農林水産課 内線2521

消費生活相談

契約、販売方法、商品・サービスなどに関する消費者トラブル、多重債務でお困りの方に対し専門の消費生活相談員が無料で相談に応じます。

▷悪質商法、契約・取引に関するトラブル相談

五所川原市消費生活センター

TEL33-1626

日時…月曜～金曜日(祝日を除く)

8:30～17:15

場所…市民学習情報センター

▷くらしとお金の安心相談会

(多重債務相談)

消費者信用生活協同組合

青森事務所 TEL0120-102-143

日時…2月12日(水) 10:00～16:00

場所…市民学習情報センター

*予約制。貸付制度あり。

鳥インフルエンザの発生を防止しましょう

鳥インフルエンザウイルスは、渡り鳥によって海外から持ち込まれると考えられています。秋から冬は渡りが始まり、本病発生の警戒が必要となる時期ですので、次のことに注意してください。

家さん*を飼っている場合

*鶏、あひる、うずら、きじ、だちよう、ほろほろ鳥、七面鳥

①渡り鳥や野鳥との接触をさけるため、野外での放し飼いをしないようにしましょう。また、飼育小屋は防鳥ネット(2cm角以下)で囲い、野鳥が入らないようにしましょう。

②飼育小屋を定期的に消毒し、清潔な状態で飼育しましょう。

③世話をするときには専用の履物、衣服を身に付け、終了後は履物、衣類、手指の消毒をしましょう。

④家さんの死亡が続くなど異常が見られた場合は、すぐにつがる家畜保健衛生所に連絡してください。

死亡した野鳥を見つけた場合

①素手では触らないようにしましょう。

②多数の野鳥がまとまって死亡している場合は、西北地域県民局地域農林水産部林業振興課または市役所にご相談ください。

③②以外で死亡した野鳥を処分する際は、市指定ごみ袋に入れ燃やせごみとして処分してください。

連絡先

▷西北地域県民局地域農林水産部つがる家畜保健衛生所 TEL42-2276

▷西北地域県民局地域農林水産部林業振興課 TEL0173-72-6613

▷農林水産課 内線2520

家畜(鶏含む)飼養者の皆さんへ 令和2年定期報告

家畜伝染病予防法により、家畜(鶏を含む)飼養者は毎年定期報告することが義務付けられています。次の家畜の飼養者は忘れずに報告するようお願いします。

報告対象…鶏(青森シャモロック、比内地鶏、烏骨鶏、軍鶏、チャボ、声良鶏金八など含む)、あひる、うずら、きじ、ほろほろ鳥、七面鳥、だちょう、鳥類以外(牛、馬、豚、山羊、めん羊、いのしし、鹿)

報告内容…令和2年2月1日時点の頭羽数

報告様式…「定期報告書」様式は市農林水産課で配布するほか、つがる家畜保健衛生所ホームページにも掲載しています。

提出方法…3月6日(金)までに市農林水産課(内線2520)まで郵送または持参してください。

問…西北地域県民局地域農林水産部つがる家畜保健衛生所

TEL42-2276

AI・IoT等を活用した先端設備等導入計画策定講座開催

県では、県内中小企業者の皆さんが、AI・IoTをはじめとする第4次産業革命の進展に対応し、生産性向上を図ることができるよう支援しています。

このたび、県内中小企業者によるAI・IoT等を活用した先端設備の投資実現に向け「先端設備等導入計画」の策定講座を開催しますので、ぜひご参加ください。

*詳しくは、県もしくは市のホームページをご確認ください。

日時・場所

(時間は各会場13:30～17:00)

▷弘前会場 2月5日(水)

弘前市総合学習センター4階第3研修室

▷青森会場 2月12日(水)

アスパム6階 岩木

定員…各会場30名

受講料…無料

問…青森県商工労働部地域産業課

TEL017-734-9373

軽スポーツ講習会

誰でも簡単にできる軽スポーツ講習会を開催しますので友人、ご家族でのご参加をお待ちしています。

日時…2月27日(水) 9:00～15:30

(12:00～13:00昼休み)

場所…市民体育館

参加料…無料

種目…ターゲットバードゴルフ/ニチレクボール/バウンドテニス/ソフトバレー/その他

申込み…当日、市民体育館で受付します。

*運動できる服装、内履きなどを持参してください。昼休み以外であれば、自分で参加できる時間に参加できます。

問…スポーツ振興課 内線2954

自動車の名義変更・廃車手続きおよび車検はお早めに

名義変更や廃車等の手続きは、混雑を避け待ち時間が少ない3月13日以前に手続きしていただくよう、お願いします。車検は1カ月前から受けることができますので、3月下旬に集中しないよう、お早めの受検をお願いします。

自動車検査予約ヘルプデスク

TEL0570-030-330

*軽自動車は手続き方法が異なりますので、ご注意ください。

問…東北運輸局青森運輸支局

TEL050-5540-2008

「解決の糸口を見つけに行こう！」相談会

市と連携して生活再建相談事業を行っている消費者信用生活協同組合による無料相談会です。専門スタッフや弁護士がお金や暮らしに関する悩みなどについて、丁寧に聞き取りし、一緒に解決の糸口を見つけます。

日時…2月29日(土) 10:00～16:00

場所…弘前市総合学習センター
(弘前市末広4-10-1)

対象…お金の問題(多重債務問題など)/遺産相続/不動産売買/税金等公共料金の滞納/DV・離婚問題/その他暮らしに関する悩み事

*相談は無料。ただし事前の予約が必要です。

問…消費者信用生活協同組合

青森事務所 TEL0120-102-143

経済産業省施策説明会開催

市では東北経済産業局の青森県サポーターをお招きし、国の予算案に盛り込まれた施策のうち、地域経済活性化に関する支援策や企業向けの支援策についての説明会を開催します。

この機会に経済産業省の支援策をご理解いただき、多くの企業・関係機関の皆さんに支援策を活用いただきたいと考えていますので、多数のご参加をお待ちしています。

日時…2月12日(水) 13:30～15:30

場所…市民学習情報センター大教室
定員…65名

対象者…市内および近隣市町村の企業・個人事業主、認定支援機関等
問…商工労政課 内線2552

五所川原労働基準監督署からのお知らせ

働き方改革説明会～中小企業も今年4月に残業規制開始～

事業者を対象に、時間外労働の上限規制、年5日の年次有給休暇の取得やタイムカード等による労働時間把握の義務付けなど昨年4月に施行された働き方改革関連法に関する知識を十分に持って労務管理を行っていただくことを目的とした説明会を開催しています。1年間猶予されて

いる中小企業の「時間外労働の上限規制」が今年4月に適用開始されますので、ぜひご参加ください。

日時…2月20日(木) 14:00～15:30

場所…五所川原合同庁舎3階会議室
申込先…五所川原労働基準監督署

監督係 TEL35-2309

*参加ご希望の方は、必ず事前にお申し込みください。

2月は「転倒災害防止重点取組期間」です

積雪や凍結による転倒災害が多く発生する2月は「転倒災害防止重点取組期間」です。事業者が転倒災害防止対策に重点的に取り組むとともに、日頃から転倒しないように作業を行うことを心がけましょう。

▷朝の駐車場・玄関付近は特に注意、除排雪で安全通路を確保しましょう。

▷ステッカーなどで「転倒危険場所の見える化」をしましょう。

*詳しくは「STOP! 転倒災害プロジェクト」で検索してください。

問…五所川原労働基準監督署

安全衛生係 TEL35-2309

青森県産業技術センターりんご研究所 令和元年度(第40回)試験成果・情報発表会

各種成果の発表やりんごの試食を行います。ぜひお越しください。

日時…2月18日(火) 13:30～16:00

場所…平川市文化センター「文化ホール」

発表内容…リンゴ黒星病の感染危険度の判定方法/リンゴの授粉および果実肥大に関する最新研究/シャインマスカットの省力果房管理技術/今年話題のいろいろなリンゴ病害虫について

問…りんご研究所

TEL0172-52-2331

ポリテクセンター青森 受講生募集

ポリテクセンター青森では、求職者を対象に受講生を募集します。

▷電気メンテナンス科(3月期生)

募集期間…2月7日(金)まで

選考日…2月13日(木)

訓練期間…3月2日(月)～8月28日(金)

定員…10名

▷住宅リフォーム技術科(4月期生)

募集期間…2月10日(月)～3月16日(月)

選考日…3月19日(木)

訓練期間…4月2日(木)～9月30日(水)

定員…15名

受講料…無料(テキスト代等は自己負担)

問…ポリテクセンター青森訓練課

受講者係 TEL017-722-1771



第1回弘前地域クラウド交流会

創業したての方々、創業準備中の方々の発表を聞き、参加者同士が交流するイベントです。起業・創業に興味のある方、創業支援機関や地域の元気な人たちとつながりたい方はお気軽にご参加ください。

日時…2月6日(木) 17:30～20:30

場所…ヒロロ4階ホール

参加費…1,000円

申込み…事前申込は不要です。当日、会場にお越しください。

*イベント詳細は、Facebook「みちのく銀行地域創生部」に掲載しています。

問…みちのく銀行地域創生部

創業支援室 TEL017-774-1252

2月は「相続登記はお済みですか月間」です

司法書士会では毎年2月を「相続登記はお済みですか月間」と定め、相続登記の手续を促す啓発活動の一環として、相続登記および法定相続情報証明制度に関する無料相談会を実施しています。

相談内容…相続登記および法定相続情報証明制度

相談期間…2月3日(月)～28日(金)

(土・日・祝日を除く)

相談場所…青森県内の各司法書士事務所

*ご相談にスムーズに対応させていただくために、事前に各司法書士事務所へご相談のご予約をお願いします。

費用…初回相談無料

*2回目以降や具体的な手続きは有料です。

問…青森県司法書士会

TEL017-776-8398

令和2年度 経営所得安定対策事業に係る説明会

主食用水稻について、国による生産目標数量の配分が平成30年度から廃止されたものの、米の需給と価格の安定を図るためには、引き続き需要に見合った生産を行う必要があります。

現在では青森県農業再生協議会が中心となって生産数量目標を設定しており、この目標値および交付金単価等についての説明会を開催します。

対象者…五所川原地区にお住まいで転作組合に所属していない農業者（今回対象とならない農業者に対する説明会は別日に行います）

日時…2月4日(火) 9:30～10:30（受付9:00～）

場所…市民学習情報センター 1階 大教室

参加費…無料

問…農林水産課 内線2514



善意の花かご ～どうもありがとうございました～

- ▷ さくら保育園（大澤公至園長）48名
お遊戯訪問、みかん2箱
- ▷ 五所川原保育園（多勢真園長）ケーキ52個
- ▷ 株式会社五所川原中央青果（木村吉幸代表取締役社長）みかん5箱（以上3件くるみ園へ）
- ▷ 五所川原料飲店組合（一戸儀雄理事長）
10万1,567円



目録を渡した一戸理事長(右)と小野組合青年部会長(左)

- ▷ 金木ロータリークラブ（前田光一会長）
ソフトテニスボール10ダース、バレーボール2個、野球ボール1ダース(金木中学校へ)／マレットセット1セット、ドラムセットスティック2組、ティンパニマレット2組、バスドラムマレット1本(金木小学校へ)



目録を渡した前田会長(右)と工藤幹事(左)

- ▷ 五所川原野球協会（小山内大善会長）
軟式野球ボール6ダース（市内中学校へ）
- ▷ 五所川原ロータリークラブ（島村寿子会長）
50,000円
- ▷ 五所川原農林高等学校（菊地建一校長）
大型門松2対



門松を設置した五農高森林科学科の生徒の皆さん

- ▷ 金木ロータリークラブ（前田光一会長）
シャワートイレ3台（津軽三味線会館へ）



目録を渡した前田会長(右)と工藤幹事(左)

どうもありがとうございました



マイナンバーカードの
申請はお早目に!

申請方法はこちら→
マイナンバーについてのお問い合わせは…
マイナンバー総合フリーダイヤル Tel.0120-95-0178



◎ 広報有料広告

現地確認 見積り無料 屋根・外壁のリフォーム

全面改装リフォーム
中古住宅改装
減築、増築

一般建設業 青森県知事許可(般-29)第400424号

屋根・外壁リフォーム専門店 『増改築相談員がいるお店』
お電話は担当 前田まで ◆ホームページは◆
Google

アートリフォーム(株) 0173-33-4713 アートリフォーム株式会社
五所川原市七ツ館虫流51-29

おめでたで、ほってらが～

自然災害から経営を守る

りんご共済

1反歩2箱相当の負担でりんご共済に加入できます。
自然災害からりんご経営を守りましょう。

加入申込受付
3/25まで

ぶどう共済もあります

NOSAI 青森県農業共済組合 津軽支所
〒037-0011 五所川原市金山字竹崎203-4 Tel. 33-1513

五所川原市を応援します!!

図書館

TEL 34-4334



▷展示「文学賞あれこれ」

2月1日(土)～2月29日(土)

市立図書館1階ロビー

芥川賞、直木賞、本屋さん大賞、太宰治賞など文学作品の賞は様々あります。過去に賞を受賞した作品をその賞の創設の経緯などとともに紹介します。

▷展示「敬老の日読書のすすめ」

3月中頃まで 市立図書館1階ロビー

「敬老の日読書のすすめ」は「心ゆたかに生涯読書」を目標に、読書推進運動協議会が中・高年の方々に読書を楽しんでいただくために進めている運動です。2019年の「敬老の日に薦める本」24冊に選ばれた本の展示・貸出を行っています。展示期間が長めになっているので、たくさんのお楽しみください。

▷五所川原子ども司書 冬休みの活動報告

五所川原子ども司書のみなさんが、冬休みの活動として図書館の仕事をお手伝いしに来てくれました。カウンターでの貸出・返却のほか、おすすめ本の紹介POPを作成したり、本を貸出できるように検収・装備・登録したり、破れた本の修理などを行いました。12月24日から27日までの4日間で延べ24人の参加がありました。参加してくれた五所川原子ども

も司書のみなさん、ありがとうございました。

▷今月の一冊



るるぶ地図でよくわかる
世界の国大百科

JTBパブリッシング

日本と関わりの深い42カ国の特徴、見どころ、特産品、グルメなどをたくさんの写真で紹介。旅行ガイド「るるぶ」から生まれた世界の国がぐっと身近になる地図帳です。



▷だっこでいっしょおはなし会

2月8日(土) 10:30～11:00 市立図書館2階

対象：0～3歳くらいまでの乳幼児

▷「五所川原おはなしぼほんた」のおはなし会

2月15日(土) 13:30～14:30 市立図書館2階

対象：どなたでも

2月のテーマ：「オーストラリア」

| | |
|-----------|--------------------------|
| 市立図書館 | TEL34-4334 |
| 開館時間 | 9:30～18:00 (土日祝は17:00まで) |
| 伊藤忠吉記念図書館 | TEL53-3049 |
| 開館時間 | 9:30～17:00 |
| 市浦分館 | TEL35-2111 内線4043 |
| 開館時間 | 9:30～17:00 |

市浦中学校創立50周年 新たな道を創り上げる



合唱を披露する生徒の皆さん

11月9日、市浦中学校で創立50周年の式典が行われ、全校生徒42名のほか、保護者、教職員ら約160名が出席し、50周年の節目を祝いました。

式典前のアトラクションでは、生徒の皆さんが郷土

芸能である「脇元の小馬踊り」「十三の砂山踊り」「市内の虫送り」を披露しました。

式典では、浅石英一校長が「子どもたちが夢や希望を育て、未来社会をたくましく切り拓いていくための力を育む学舎として新たな伝統を築くよう、心を一つにしてまい進していきます」と式辞を述べました。

生徒を代表して生徒会長の八木澤渚さん(3年)は「これまでの50年間の伝統と歴史を重んじ、みんなで協力して新たな道を創り上げます」と宣言しました。

同校からは、2,787名の卒業生が巣立っています。



五所川原市を応援します!!

あなたを華やかに彩る
RICHの振袖

振袖フルセット
レンタルプラン

(振袖、褌袴、袋帯、草履、バッグ、ショール
着付用小物一式、髪飾り込み)
○着付・ヘア ○写真六切2ページ3カット
(前撮り時、着付・ヘア・サービス)付
*メイクは、別途料金となります

¥80,000+税～



レンタルだけでもOK!
美容室・フォトスタジオ完備
kimono レンタル&ブティック

RICH

ご予約・お問合せ ☎0173-33-3339

五所川原市中平井町66-1 (営業 10:00～17:30・定休日 毎週水曜日)



詳しくはコチラへ

◎広報有料広告

健康だより

ヘルス・インフォメーション

救急医療当番医

診療時間 9:00～16:00

*受診前に必ず各医療機関に電話で確認してください。

▷2月2日(日) かねひらクリニック
TEL35-3167 (旭町55-2)

▷2月11日(火) こどもクリニックおとも
TEL39-2151 (鎌谷町163-1)

▷2月16日(日) 木村内科医院
TEL35-2815 (松島町二丁目89-4)

▷2月24日(月) 櫛引クリニック
TEL33-1155 (鎌谷町516-10)

消防署救急病院紹介電話

TEL34-4999

献血バス巡回日程

▷2月2日(日) 10:00～16:30
ELM

▷2月13日(木) 9:30～11:00
青森県農業共済組合 津軽支所

▷2月13日(木) 12:30～15:30
東芝映像ソリューション株式会社

*日時は変更になることがあります。

青森県赤十字血液センターホームページをご確認ください。

問 青森県赤十字血液センター
TEL017-741-1512

子ども救急電話相談

休日・夜間にお子さんの具合が悪くなったら、子ども救急電話に相談しましょう。看護師からお子さんの症状に応じたアドバイスが受けられます(治療行為ではありません)。

子ども救急電話相談電話番号

＃8000またはTEL017-722-1152

対応時間

▷平日 19:00～翌朝8:00

▷土曜日 13:00～翌朝8:00

▷日曜日 8:00～翌朝8:00

エンゼルひろば

お母さん同士や保健師・栄養士と、子育ての楽しさやお子さんの成長に関する悩み、情報をシェアするひろばです。

体重計はご自由にお使いいただけますので、お子さんと一緒にお出ください。予約不要です。

日時・場所

▷3月13日(金) 10:00～11:30

中央公民館3階第1研修室

*市浦会場開催日については、市浦地区在住の方を対象に、赤ちゃん訪問などの際に日程をお知らせしています。

持ち物…バスタオル(体重計をご利用の方)、母子健康手帳

問…子育て世代包括支援センター
内線2394

けん診受けよう！ キャンペーン公開抽選

『けん診受けよう！キャンペーン』の公開抽選が下記の日時・場所で行われます。

当選者へは個別にご連絡します。また、抽選後に当選番号を市役所玄関前、金木総合支所、市浦総合支所および市ホームページに掲載しますので、ご確認をお願いします。

日時…2月26日(水) 14:00～

場所…市役所1階土間ホール

問…健康推進課 内線2373

こころの相談

死にたいほど辛い方、眠れない日や憂鬱な気分が続く方、育児・家事

等が辛いといった相談のある方、身近な人を自殺でなくされたご遺族の方などを対象としています。

日時…2月20日(木) 13:30～15:30

場所…市役所相談室

相談員…保健師

申込み…相談日前日までに電話でお申し込みください。

問…健康推進課 内線2378

ノルディック・ウォーク 参加者募集

両手に2本のポール(ストック)を持ち地面を突きながら歩くスポーツです。全身運動で足・腰・膝などの負担を軽減でき、普通のウォーキングよりエネルギー消費量が約20%も増加するため、おすすめです。

対象…65歳以上の市民の方(ただし、60～64歳で、基本チェックリストの結果、運動機能が低下している方を含む)

日時…2月10日(月)、25日(火)

14:00～15:30

*事前の健康チェックがあるため集合時間は13:30

申込み…初回参加の場合、開催日5日前までに電話または窓口でお申し込みください。

場所…つがる克雪ドーム

講師…全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員

持ち物…動きやすい服装、運動靴、水分補給のための飲み物、汗拭きタオル、ポール(希望者にはポール等を貸し出します)

*降雪時はつがる克雪ドーム内でウォーキングを行いますので、室内用シューズをご用意ください。

申込先…地域包括支援センター
内線2463

まちなか喫茶

和モダンカフェ

各種宴会 承ります

営業時間：10:30～22:00

定休日：8/13、12/31、1/1

■歓送迎会・結婚式の二次会・女子会などご予約承ります！
五所川原市大町509-3 TEL・FAX 0173-33-5251

温めてデトックス
米ぬか酵素風呂
いかがですか？

TEL 0173-26-5451

〒037-0076 青森五所川原市大字小曲沼田97-56

ご予約・お問い合わせ
0173-26-5451

「温活人」公認LINE

温活人 五所川原



健康づくり相談室

血糖や血圧、コレステロールの事が気になる方、健診データの説明等について保健師、看護師、栄養士が個別に相談に応じます（1人30分程度）。

前日までに予約が必要です。その際に相談の内容をお知らせください。

必要な方には血圧測定、肺年齢測定（肺チェッカー）、みそ汁の塩分測定を行います。ご自身の健康づくりにお役立てください。

会場・日時

①市役所相談室
2月19日(水) 10:00~12:00

②金木公民館
2月28日(金) 10:00~12:00

持ち物…特定健診・健康診査を受診されている方は、健診結果をお持ちください。

問…健康推進課 内線2374

ゆーゆー元気教室

楽しい生活は「こころと身体の健康」から。この教室は、椅子に座り

ながら行う運動教室です。お気軽にご参加ください。

対象…要介護認定を受けていない65歳以上の市民の方

日時…2月6日(木) 13:00~14:00
2月20日(木) 13:00~14:00
(受付は両日12:30~)

場所…生き生きセンター多目的ホール

講師…健康運動指導士
鬼武由美子氏

内容…有酸素運動&全身の筋トレ
持ち物…動きやすい服装、汗拭きタオル、水分補給のための飲み物

参加費…無料

申込み…電話または窓口でお申し込みください。

申込先…地域包括支援センター
内線2463

元気はつらつ教室

仲間と一緒に脳トレや軽い運動を楽しみ、介護予防に取り組んでみませんか。地域の在宅介護支援センターの職員による、介護に関する相談も行っていますので、お気軽にご利用ください。

日時・場所

▷2月21日(金) 13:30~14:30
下岩崎集会所

▷2月26日(水) 10:00~11:30

毘沙門・長富コミュニティセンター

▷2月28日(金) 13:00~15:00

北部コミュニティセンター

問…地域包括支援センター

内線2463

カフェ de つえぎ

カフェ de つえぎは、気軽に認知症について知ることのできる場所です（申込不要）。



日時…2月9日(日) 10:00~12:00

内容…ミニ講座「認知症の方への具体的な対応方法」（講師：青森県認知症介護指導者 和島まゆみ氏）

場所…中央公民館2階

参加費…200円（お茶代）

問…(公社)認知症の人と家族の会

五所川原地域世話人 山本

TEL0178-35-0930

協力…西北五地区認知症高齢者グループホーム協会

みんなで守ろう 受診のルール

適正受診の必要性

西北五圏域では、医師不足が非常に深刻であり、特に病院勤務医師の過剰労働が問題になっています。このままでは、当圏域の医療体制が崩壊する可能性もあります。そのため、皆さんで受診のルールを確認して、地域の医療を守りましょう。

かかりつけ医を持ちましょう

日ごろから気軽に相談できる「かかりつけ医」を持ちましょう。軽度の症状や慢性の病気は「かかりつけ医」を受診しましょう。

診療時間内の受診を心がけましょう

休日や夜間の救急外来は、緊急性の高い患者さんの対応を目的としています。緊急時以外は、平日の時間内に受診するように心がけましょう。

緊急性の高い場合は、すぐに受診しましょう

「ロレツが回らない」「片側の体や手足がしびれる」「言葉が出ない」または「人の話が理解できない」などの脳卒中が疑われる場合、「突然の胸の痛み」「動悸」または「めまい」などの心筋梗塞が疑われる場合など緊急性が高い場合は、迷わずにすぐ受診しましょう。

雇い主は、従業員の健康を管理しましょう

従業員の健康管理は、雇用主の義務になっています。もし、従業員の体調がすぐれない場合は、積極的に受診を勧めてください。そのために、業務を分担できるような体制を整備しましょう。

休日に具合が悪くなったら、医療機関紹介ダイヤルで確認しましょう

まずは、各消防本部に設置してある医療機関紹介ダイヤルに確認しましょう。

医療機関紹介ダイヤル

▷五所川原地区消防本部 TEL34-4999

▷つがる市消防本部 TEL42-3999

▷鱒ヶ沢地区消防本部 TEL0173-72-3999

また、新聞、市ホームページ(<http://www.city.goshogawara.lg.jp>)または県公式ホームページ(あおもり医療情報ネットワーク)(<http://www.qq.pref.aomori.jp>)で休日診療を実施している診療所を確認できます。

*市ホームページ

「もしものときは」の「夜間・休日医療機関」をクリック

*あおもり医療情報ネットワーク

「休日夜間当番医を探す」をクリック

CLICK



あなたも作ってみませんか

テーマ 働き世代のための簡単にできる食事



もずく酸辣湯スーフ

1人分 エネルギー 58kcal 食塩相当量 1.0g

材料 (4人分)

- もずく酢……………2パック(140g)
- ゆでたけのこ……………60g
- 豆腐(絹)……………120g
- しいたけ……………2個(40g)
- きぬさや……………8枚(20g)
- A { 鶏ガラスープの素…小さじ2/3
- 水……………2.5カップ(500ml)
- 白こしょう・ラー油…各小さじ1/2



作り方

- ①たけのこ、きぬさやは細切りにする。豆腐も5mm幅の細切りにする、しいたけは薄切りにする。
- ②鍋にAとたけのこ、きぬさや、しいたけを加えて火をかけ、沸騰してきたら中火にして1、2分煮る。
- ③②に、もずく酢と豆腐を加え、再び火を止め、白こしょうを加えて器に盛り、ラー油を回しかける。

すいみん講演会のお知らせ

睡眠は、生活習慣の一部であり、からだの様々な機能と深く関わりがあります。睡眠不足や睡眠障害などの睡眠の問題は「疲労感」「気分が安定しない」「判断力が鈍る」など、生活の質に大きな影響を与えます。

昨年度の講演会では『睡眠を見直すキッカケになった』『良い睡眠のためにできることから始めたい』など大変好評でした。ぜひ、ご参加ください。

日時…3月6日(金) 受付13:30～、講演14:00～15:30

場所…市民学習情報センター1階大教室

テーマ…眠れない時に聞きたい話

講師…八戸市立市民病院 精神神経科
部長 平野敬之先生

参加費…無料

定員…50名程度(対象は五所川原市民の方)

申込み…2月21日(金)までに電話でお申し込みください。

申込先…健康推進課 内線2374

乳幼児健診

| | |
|-----------------------|--|
| 4カ月児健診 R1年10月生まれ | 3月3日(火) 小児科診察、身体計測、離乳食のお話・試食 |
| 1歳6カ月児健診 H30年8月生まれ | 3月24日(火) 小児科診察、歯科健診、フッ素塗布、身体計測、発達・栄養相談 |
| 3歳児健診 H28年9月生まれ | 3月18日(水) 小児科診察、歯科健診、身体計測、発達・栄養相談、ことばの相談、尿・耳・目の検査 |

受付時間…12:00～12:30 (3歳児健診11:45～12:30)
*受付時間前の母子健康手帳の預かりはしておりません。受付はお子様同伴でお願いします。

場所…保健センター五所川原

持ち物…母子健康手帳、バスタオル、すくすく(こども)ノート、健康診査票、1歳6カ月児健診はフッ素塗布承諾書、3歳児健診は送付された検尿容器(尿を入れたもの)

*受診できない場合は、子育て世代包括支援センターにご連絡ください。

*1歳6カ月児健診、3歳児健診については個別に事前通知します。

*駐車場は保健センター側と道路を挟んだ向かい側にあります。台数に限りがありますので、駐車できない場合は、市役所来庁者駐車場、または有料駐車場をご利用ください。市役所来庁者駐車場を利用した場合は、健診会場に駐車券を必ずご持参ください。

問…子育て世代包括支援センター 内線2394

いきいき教室(介護予防教室)

高齢者の健康づくりのための楽しい教室です。新しいこと、苦手なことにチャレンジしてみることが若さを保つ秘訣です。皆様のご参加をお待ちしています。

対象…要介護認定を受けていない65歳以上の市民の方

参加費…無料

日時・場所(受付はそれぞれ9:45～、13:15～)

▷2月5日(水) ゆがみ解消!美姿勢ストレッチ

コミュニティセンター栄 10:00～11:30

生き生きセンター 13:30～15:00

▷2月12日(水) お風呂でしゅわしゅわ♪バスボブ作り

金木公民館 10:00～11:30

保健センター市浦 13:30～15:00

▷2月25日(火) 大人も楽しむ「指ぬりえ」

コミュニティセンター栄 10:00～11:30

生き生きセンター 13:30～15:00

申込み…開催日の3日前までにお申し込みください。

申込先…地域包括支援センター
内線2463



地域の安全安心を推進します

市では、安全で安心して暮らせるまちにするために、地域で取り組む以下の「地域の目」活動を推進します。

地域住民の『ながら見守り』の推進

- ▷地域住民が、玄関や庭先での掃除、買物、犬の散歩等の日常活動を行う際、防犯の視点をもって見守りを行う「ながら見守り」を推進します。
 - ▷こどもの登下校の時間帯に、自宅で「家事をしながら」、屋外で「散歩しながら」、会社で「一息いれながら」など周囲の風景を見て、こどもを見守る活動を推進します。
- 通学路や公園は、周囲からの視線がなければ、犯罪の起こる可能性がある危険な場所となるので、住民の見守りの目が、こども達の安全に繋がります。

～『登下校見守る目運動』の推進～

こども達が登校する午前7時から8時と、下校する午後2時から5時の時間帯に、大人は積極的に外での用事、例えば玄関先の掃除や花の水やり、犬の散歩、買い物などをしながら、こどもを見守ることを生活の一部にしようという運動です。

- ▷商業等の事業者にも、日常の事業活動を行いながら防犯の視点をもって見守りを行う「ながら見守り」を推進します。

『こども・女性110番の家』協力者の募集

- ▷こども・女性110番の家とは協力者が「こども・女性110番の家」のステッカーを見やすい場所に貼ることで、こどもや女性が「声かけ」「つきまとい」など、何らかの被害に遭ったとき、または、遭いそうになったときに一時的に保護するとともに、警察などへ連絡して被害者の安全を確保するというボランティア活動です。



不審者を取り押さえたり、相談所のような対応はしません。

また、ステッカーを見やすい場所に貼ることにより、地域の防犯にもつながります。

市では、当該活動にご協力いただける方を募集します。

問 環境対策課 内線2365

五所川原市民憲章

わたしたちのまち五所川原市は霊峰岩木山を望み、津軽平野を潤し十三湖へ流れる岩木川の恵みに生まれ、豊かな地域資源と長い歴史を誇ってきました。

わたしたち市民は、先人たちの不撓不屈の精神によりつくりあげられた歴史と伝統を受け継ぎ、共に支えあい開かれた平和なまちをつくるため、ここに市民憲章を制定します。

- 1 夢と志をもち、発展する郷土をつくりまします。
- 1 郷土に誇りをもち、文化のかおるまちをつくりまします。
- 1 学びを続け、健やかで潤いのあるまちをつくりまします。
- 1 自然を大切にし、美しく住みよいまちをつくりまします。
- 1 きまりを守り、互いに助け合い安全なまちをつくりまします。

火災・救急出動概況

五所川原市管内 12月の火災、救急、救助出動件数 (単位:件)

| 区分 | 火災 | | 救急 | | 救助 | |
|-------|----|----|-----|-------|----|----|
| | 月別 | 累計 | 月別 | 累計 | 月別 | 累計 |
| 令和元年 | 0 | 26 | 177 | 2,047 | 1 | 12 |
| 平成30年 | 3 | 24 | 209 | 2,129 | 0 | 9 |
| 比較 | △3 | 2 | △32 | △82 | 1 | 3 |

全国統一防火標語 **ひとつずつ いいね!で確認 火の用心**

***住宅用火災警報器は10年を目安に取り替えましょう!**

五所川原地区消防事務組合消防本部警防課 TEL.35-2023(直通)

人口と世帯数

令和元年12月末 住民基本台帳 ()内は前月比

