



## 今号の主な内容

- ・ 市長コラム ..... 2
- ・ 新型コロナ対策 ..... 4-5
- ・ 稲わら焼き防止特集 ..... 6-7
- ・ 9月は防災月間です ..... 8-9
- ・ ふるさと納税特集 ..... 10

## 全国に誇るブランド 十三湖のしじみ

# 市長コラム

## ～未来への架け橋～

Vol.9

今年の夏は非常に厳しい暑さとなりました。夏の盛りは過ぎましたが、厳しい残暑が続きますので、市民の皆さんには健康管理にご留意いただきますようお願いいたします。

さて、この夏は、東京オリンピックが開催され、日本勢の躍進に大いにわき上がりました。多くの感動を与えてくれた選手の皆さんには大なる賛辞と心からの感謝を申し上げたいと思います。一方で、首都圏をはじめ国内では、新型コロナウイルスの感染が爆発的に増えており、歓喜とは裏腹に、非常に厳しい現実と向き合っています。

今後、地方への感染拡大も懸念され、これまで以上に感染拡大防止に備えた対策が求められます。市においても、緊張感を持って、感染拡大防止に向けた対策を継続してまいります。一人一人が感染リスクを自覚し、今一度、感染対策の徹底を心掛けていただくようお願いいたします。

### ★全国からたくさんの応援が届いています

今は住んでいないふるさとや愛着のある自治体を寄付で応援するふるさと納税ですが、当市は令和元年度の寄付額が県内第1位、昨年度が同第2位となっており、近年、たくさんの応援をいただいています。当市では、米やりんご(サンふじ)といった返礼品の人气が高くなっていますが、そのほかにも、果肉まで赤い「赤～いりんご」、五所川原市発祥のりんご「トキ」、金木地区の「馬肉」、市浦地区の「市浦牛」、「ヤマトシジミ」など、魅力的な素材を生かした商品を数多く取りそろえています。

市では、寄付をいただいた方に対し、新たな返礼品や旬な話題などを積極的に発信していますが、各サイトのレビューでは「迅速さ」と「丁寧さ」にも高い評価をいただいています。

寄付をいただいて返礼品をお届けする関係にとどまらず、しっかりと誠意をもって対応することで、リピーターとなっただきながら、ふるさと納税を通じて、当市にさらなる関心や親しみを持ってもらえる関係性を構築し、これをきっかけとして、当市にお出でいただければと考えています。同時に、今後とも生産者や事業者の方と協力しながら、魅力的な特産品の開発に努め、返礼品の充実にも努めていきたいと思ひます。



『赤～いりんごシードルお披露目会』の様子



また、前述しましたが、昨年度は県内第2位の寄付額ということで、約5億8,000万円もの応援を全国からいただいております。これだけ多くの皆さんにファンになっていただいているということは、当市にとって大きな誇りであり、大変喜ばしいことです。

中には五所川原市で生まれ育った方で、ふるさとを離れてもつながっていたい、応援したいという思いで寄付してくださった方もおられます。

子どもの頃のふるさとの「自然」、「まつり」、「文化」など数々の思い出が心のよりどころとなり、いつまでも誇りと愛着を持てる五所川原市であり続けられるよう取り組むとともに、ふるさと納税に限らず、こうした方々との関わりを大切にするこそが、五所川原市の未来への架け橋になると思っています(先月号8ページ、今月号10ページ掲載)。

### ★稲わら焼きの防止対策と有効利用に取り組みます

県内有数の稲作地帯である当地域は、これから黄金色の稲穂が実る美しい季節を迎えます。一方で、収穫後の稲わら焼きによる健康、環境への影響や交通障害などが地域の大きな問題となっています。稲わらの処分については、やむなく焼却する場合はほとんどであるかと思ひますが、こうした状況を踏まえ、当市では、稲わらの有効活用と焼却防止に向け、今年度から「稲わら活用 Win-Winモデル事業」を実施します。今年度は、ELM周辺を重点地区として実施し、今後「稲わら焼きゼロ」を目指した取り組みを広げていきたいと思ひます(6、7ページ掲載)。

### ★災害への備えをお願いします

全国各地で大規模な自然災害が多発しており、先般、むつ市や風間浦村など県内でも大雨による大きな被害が発生しました。こうした状況や新型コロナの感染拡大等を勘案し、9月に当市で実施予定の「令和3年度青森県総合防災訓練」は中止することとなりました。

訓練は中止となりましたが、9月は防災月間ですので、本格的な台風シーズンを迎える前に、再度、自然災害の脅威を心に留め置き、ハザードマップで避難所の場所や危険個所を確認するなど「自らのいのちは自ら守る」ため、日頃からの準備をよろしく願ひます(8、9ページ掲載)。



令和元年10月の『五所川原市総合防災訓練』の様子

今月号の表紙を飾ったのは、全国に誇る当市の特産物「十三湖のしじみ」の選別を行う、十三漁業協同組合の相川利幸組合長です。今回、相川組合長にご協力いただき、しじみ漁と選別作業を取材しました。

しじみ漁は「じょれん」と呼ばれる漁具を使い、湖の底に潜っているしじみを泥や砂利と共にすくい上げます。すくい上げる際、貝の大きさが四分目に達していない小さいものは、じょれんの目から落ちるようになっており、しじみの採り過ぎを防ぎ、水産資源の保護につながります。相川組合長は「近年は大粒のしじみがあまり取れず、全体の漁獲量も減少傾向にある。少しでも回復させるために、漁獲量の制限や休漁日の設定、一定の大きさに達していない貝の捕獲禁止などについて車力漁業協同組合と管理委員会を組織し、協議して決定している」と資源管理の方法などについて話してくれました。



じょれんを使ってしじみを採る相川組合長

採ったしじみを選別する作業では、まず貝を細長い網目状の筒になっている選別機に入れ、ある程度の大きさごとに分類します。筒にはゆるやかな傾斜がついていて、筒が回転すると貝が奥にゆっくりと転がっていき、手前に落ちるものが「小さめのもの」、奥まで残ったものが「大・中」という風に変別されます。

次に、それぞれの大きさに選別された貝をさらに網目のついた木枠にいれて、貝の大きさをしっかりと選別します(表紙写真)。

最後に貝を水に入れ、死んでいるものや貝が壊れているものがないかをチェック。このチェックが大事！なんだそうです。



筒の中を貝が転がっていきます



貝を水に入れてチェック！

### 相川組合長に聞きました！



組合長プロフィール

相川利幸さん(48歳)  
十三漁業協同組合組合長  
代々、家業でしじみ漁を行っており、組合長自身も父を継いで平成19年からしじみ漁を行っている。

Q. しじみ漁師のやりがいは、どんなところですか？

自分のペースで仕事ができ、仕事をした分の成果がしっかりと自分に返ってくるところがやりがいですが、自然が相手なので自分の思うようにいかないこともあります。

Q. おすすめのしじみの食べ方はなんですか？

好きな食べ方は山菜「ミズ」とのバター炒め。パスタとの相性もバツグン！どの料理もコツはしじみをあまり煮すぎないこと！



## 事業者の皆さん！ 申請忘れはありませんか？ 感染症対策の取り組みに対する 設備導入支援補助金 + 実施協力金 の申請期限は9月30日(木)までです！

市では、新型コロナウイルス感染症の影響を受ける事業者を支援するため、接客スペースのある店舗または事業所に感染症対策設備の導入に要する経費を補助する「五所川原市新型コロナウイルス感染症対策設備導入支援補助金(以下「設備導入支援補助金」)」に加え、適切な飛沫感染対策を実施している店舗または事業所に対し「五所川原市新型コロナウイルス感染症対策実施協力金(以下「実施協力金」)」を支給しています。概要は、次のページをご覧ください。

設備導入支援補助金  
最大20万円

+

実施協力金  
10万円

=

最大30万円

県の「飲食店感染防止対策認証取得促進事業費補助金」を活用されている事業者の方でも、市の定める飛沫感染対策設備の設置基準を満たしている場合は「実施協力金(10万円)」を申請できますので、ぜひご活用ください。

### 設備導入支援補助金を活用した感染症対策取組店をご紹介します！

#### 北日本ツーリスト

##### 感染症対策の実施内容

来客スペースへのパーティションおよび空気清浄機の設置

##### Q) 補助金を受けようと思ったきっかけは？

以前から簡易なパーティションによる感染対策を実施していましたが、お客さんや従業員の安全を考え、より効果的な対策を実施したいと思い補助金を申請しました。



##### Q) 取り組みの効果と、今後の期待

着席、起立どちらの状態でも、飛沫を防止できる高さのパーティションを設置でき、お客さんからお褒めの言葉をいただくこともあります。まだまだ客足は遠いですが、戻って来ていただいた際にも、安心して来店いただけると思います。



#### 香心

##### 感染症対策の実施内容

来客スペースへのパーティションおよび換気機能付エアコンの設置

##### Q) 補助金を受けようと思ったきっかけは？

新規のお客さんをお断りしたり、既存のお客さんに対しても、家族に県外へ外出された方がいる場合は、ご利用を控えていただくようお願いしていました。少しでも安全に営業を続けていくための対策を検討していた際、市の補助金が活用できることを知りました。



##### Q) 取り組みの効果と、今後の期待

補助上限を超える換気設備を設置しましたが、その後に市の協力金も支給されたため、最小の負担で感染対策を行うことができました。また、パーティションを設置したことで、お客さんとの会話も互いに安心してできていると実感しています。





## 設備導入支援補助金(最大20万円)を支給！

新型コロナウイルス感染症の影響を受ける事業者の事業継続を支援するため、店舗または事業所に対し、飛沫感染対策や換気対策設備等の導入に要する経費を補助します。

### 主な要件

▷令和3年4月30日以前に開業し、市内に店舗または事業所があり、事業を営んでいる方(県外に本店等を有する事業者は除く) など

### 主な対象業種(例)

小売業/保険業/不動産取引業/その他の物品賃貸業/専門サービス業/技術サービス業/宿泊業/飲食業/持ち帰り、配達飲食サービス業/旅行業/洗濯、理容、美容、浴場業/療術業/フィットネスクラブ/その他の教育、学習支援業

\*その他、接客スペース等がある店舗または事業所が対象となります。

### 対象設備・補助率

▷令和2年4月1日以降に設置した右表の設備。  
▷工事請負費も対象になります(消費税および地方消費税は対象になりません)。

▷1つの店舗または事業所につき各対策1回まで。

	飛沫感染対策	換気対策等
設備	パーティション/ ビニールカーテン/ スクリーン など	空気清浄機(HEPA フィルター搭載)/ エアコン(換気機能 付)/換気設備/サ ーキュレーター/ CO <sub>2</sub> センサー/自動 水栓
補助率	10/10 <b>(上限10万円)</b>	2/3 <b>(上限10万円)</b>

⇒ **最大20万円**

各事業の申請期限

**9月30日(木)まで**

## 実施協力金(10万円)を支給！

新型コロナウイルス感染症に対する適切な飛沫感染対策を行い、営業を継続しようとする店舗または事業所を支援するため協力金を支給します。

▷市内で接客スペースのある店舗または事業所を営んでいる方(県外に本店等を有する事業所は除く) など

### 支給金額

1つの店舗または事業所につき **10万円**

### 主な要件

▷市の定める飛沫感染対策設備の設置基準を満たしていること

### 申請方法

▷設備導入支援補助金と併せて申請する場合は、申請書の提出は必要ありません。設備導入支援補助金の交付確定後、自動で振り込みます。  
▷上記以外の方は、必要書類を提出してください。

- ▷各事業の詳細については、市ホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。
- ▷感染拡大防止のため、市役所での相談および申請は予約制となっています。
- ▷申請様式は、市ホームページからダウンロードできるほか、商工労政課、金木総合支所、市浦総合支所で配布しています。

問い合わせ・申請先…商工労政課 内線2552

設置基準を満たしている店舗等には「**ごしょがわら積極的感染症対策取組店**」のステッカーを配布して、市ホームページにも掲載するよ！



【市ホームページ】



# 稲わら焼き防止特集

## 地域一体となって、ストップ!“稲わら焼き”

当市の基幹産業は農業です。県内でも有数の稲作地帯として国の食料供給にも大きく貢献しています。

しかし、その一方で長年にわたって行われている秋の「稲わら焼き」は、温暖化の原因である大量の二酸化炭素を放出し、発生する煙は健康被害や環境汚染などをもたらしています。

当市では、これまでも県やJA等と連携し、巡回指導を中心に農業者に対して稲わら焼き防止の協力を要請してきました。

大規模農家が稲わら収集に努めていることもあって近年は徐々に減少してきていますが、依然として稲わら焼きは続いています。

### なぜ、「稲わら焼き防止」に取り組む必要があるの？

市内の広範囲において稲わら焼きが行われていますが、その中でも特にELM周辺の唐笠柳地区、津軽自動車道沿いの地区、三輪小学校付近の地区の市民の方から苦情や相談が多く寄せられています。

稲わら焼き被害の主な内容は次のとおりです。そのほか、観光客や漆川工業団地の誘致企業からも苦情が寄せられるなど、地域のマイナスイメージにつながりかねない状況となっています。

#### 【健康被害】

- ▷ぜんそくを患っていて、症状が悪化する。
- ▷煙で目や喉が痛くなる。
- ▷煙の臭いで気分が悪くなり、頭痛を起こす。

#### 【交通障害】

- ▷煙で視界が悪くなって信号や歩行者に気付くのが遅れ、自動車事故を起こしそうになる。



#### 【商業施設・工場等の被害】

- ▷煙が店内に入り、商品に臭いが付着する。
- ▷精密機械を扱う工場内に煙が入ってくる。

- ▷歩行中に煙で目が開けられず、周りに注意を払えないために自転車や自動車と衝突しそうになって危険だ。

また、国では、世界的なSDGs(持続可能な開発目標)推進のため、農林水産業分野において温暖化対策の一環として2050年度までに二酸化炭素の排出量をゼロにすることを施策目標として掲げ、JAグループにおいても連携して取り組むことを表明しています。

#### ～市民の声～



子どもがぜんそくで、わら焼きの時期は発作がひどくて、困っています。

迷惑をかけていることも分かっているし、できれば燃やしたくない。でも、機械もないし、高齢で手間もかかるし、後継ぎもないから、仕方なく。

#### ～農家の声～



稲わら焼きの問題は、農家の方も困っていることから、関係団体のほか、多くの市民からの協力と賛同も得ながら、農業者が主体的に稲わら焼き防止に取り組める環境を整備していくなど、

**地域一体となって稲わら焼き防止対策を強力に推進していく** 必要があります。

五所川原市を応援します!!

赤い屋根の喫茶店 貸切列車 駅舎スイーツ号♪

10月3日,10日,17日

津軽五所川原と津軽中里を往復

駅舎

ストープ列車貸切で、赤い屋根の喫茶店「駅舎」のスイーツを楽しむ予約制のイベント列車です。

切符、軽食、スイーツ、飲み物がセット 1人様4000円

ご予約は、0173-52-3398 へどうぞ。

主催：赤い屋根の喫茶店「駅舎」 五所川原市金木町芦野 84-171

塗替え予定のお客様必見!

屋根・外壁「よみがえり」計画を!

下塗り強化がっちりガード

ぜひ、お家のメンテナンスを!塗り替えの目安は、屋根は5年~7年、外壁は10年前後です。

自慢の手塗り仕上げで特別価格にて施工!

当社はここがちがう! 診断・お見積り無料

高所作業車2台導入で、高い所、こう配のある屋根等で大活躍します。14mものびます☺

足場も自分たちで組むため安く施工できます。

ご連絡先 090-2023-2226 (担当木村まで)

五所川原塗装工業会 有限会社 秋元塗装

五所川原市大字野里字野岸29の5

◎ 広報有料広告

# 稲わら収集で収入を得てみませんか？

～五所川原から“稲わら焼きゼロ”を目指して～

市では、今年度から稲わらを収集して販売する組織や業者の育成・確保を図り、地域で持続的に稲わらの焼却防止・有効活用に取り組めるモデルを形成する**稲わら活用Win-Winモデル事業**を実施します。

そこで、本事業における「重点地区内」の稲わらの収集と販売までを行い、収益モデルを構築していただける事業者を募集します。

## 市が無償で貸し出しする作業機械

▷自走式小型ロールペーラ(乗用型) 2台

\*収集に係る経費(燃料、梱包資材等)は使用者の本人負担となります。

\*市が販路の確保等の支援も行う予定ですので、詳しくはお問い合わせください。

### 【稲わら活用Win-Winモデルのイメージ】



問い合わせ先…農林水産課 内線2514

## 青森県も、稲わらの有効利用および焼却防止に取り組んでいます！

県では、稲わらについて家畜の飼料・敷きわらとしての活用や水田へのすき込みを呼びかけています。

また、稲作農家から畜産農家に稲わらを供給することを目的として、売買希望数量等の情報を掲載したマッチングリストを県ホームページに公開した結果、令和2年産は3,000トンを超える稲わらの取り引きが成立しました。

引き続き、リストに掲載する稲わら売買希望農家を

募集していますので、県ホームページから様式をダウンロードして、ご応募ください。

なお、同ホームページには稲わら収集作業等の動画も掲載していますので、ぜひご覧いただき、稲わらの収集事業に取り組みたい方はご相談ください。



問い合わせ先…青森県農林水産部 食の安全・安心推進課 Tel.017-734-9353

◎ 広報有料広告

あなたの得意な歌で勝負!

## 歌謡大会

9/5(日)午後2時~

出場者・観覧者 募集!!

今夜はまるごと  
鈴木敬二ライブ

2021年  
9月11日(土)

開場 18:00 / 開演 18:30

お申込・観覧券のお求めは ☎0173-26-6686

ぎぎ三コレクションミュージアム ☎037-0063 五所川原市大町509-3

現地確認 見積り無料 屋根・外壁の塗り替え

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

・リフォームローン固定2.95%団信付き15年まで可  
・昭和58年度五所川原工業高校卒 前田昭仁(写真中央)

◆ホームページは◆  
Google

屋根、外壁リフォーム専門店  
アートリフォーム(株) 0173-33-4713

五所川原市セツ館虫流51-29 お電話は担当 前田まで『増改築相談員がいるお店』

五所川原市を応援します!!

# 9月は「防災月間」です！

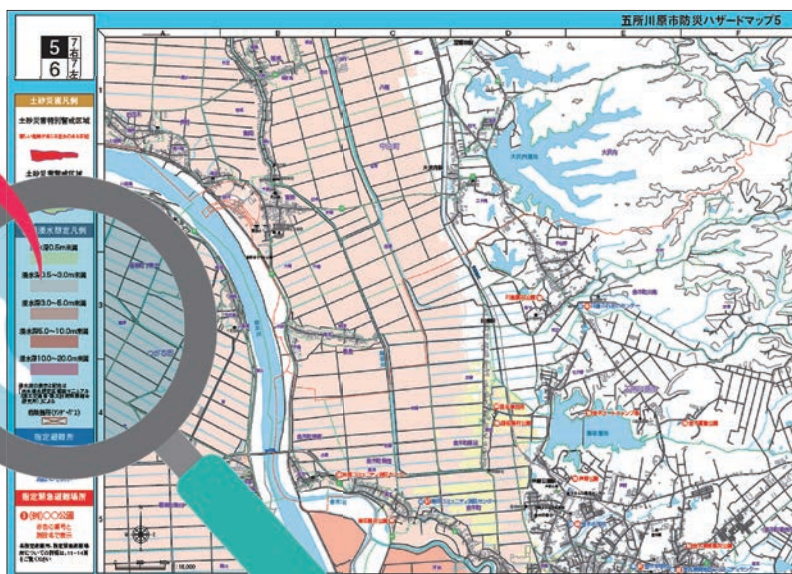
ごしよりんと一緒に、  
ハザードマップの見方と  
次ページの指定避難所一覧を確認して、  
大雨等の災害に備えましょう！



お手元に右の防災ハザードマップを用意してね。

それでは「洪水ハザードマップ」を見てみよう。  
まずは、拡大した凡例部分を確認するよ。土砂災害  
と河川浸水想定があるよ。指定避難所は青文字で、  
指定緊急避難場所は赤文字で記載しているよ。

土砂災害凡例	
土砂災害特別警戒区域	著しい危険が生じる恐れのある区域
土砂災害警戒区域	危険が生じる恐れのある区域
河川浸水想定凡例	
浸水深0.5m未満	
浸水深0.5～3.0m未満	
浸水深3.0～5.0m未満	
浸水深5.0～10.0m未満	
浸水深10.0～20.0m未満	
浸水深の表示と配色は「洪水浸水想定区域マニュアル(国土交通省・国土技術政策総合研究所)」による	
危険箇所(アガ-ハス)	
指定避難所	
③ (例)〇〇小学校	青色の番号と施設名で表示
指定緊急避難場所	
③ (例)〇〇公園	赤色の番号と施設名で表示



次に、浸水深を確認するよ。  
凡例の色分けで確認してね。  
浸水深は、浸水した際の地面から水面までの高さのことだよ。



土砂災害特別警戒区域も確認してね。  
警戒する範囲を赤、黄色で色分けしているよ。



問い合わせ先…防災管理課 内線2143



## 指定避難所一覧

\*数字が○で囲まれている施設は洪水時、避難所として利用できません。

\*コミュニティセンターをコミセン、コミュニティ消防センターを消防コミセンと略記しています。

五所川原地区		
No.	施設名	対象地区
①	毘沙門・長富 コミセン	長富、毘沙門
2	三好小学校	藻川、鶴ヶ岡、高瀬
③	コミセン三好	
④	コミセン中川	種井、川山、長橋広野、 長橋藤島、鶴ヶ岡の一部
5	五所川原小学校	田川、新宮、新宮町、蘇鉄、 芭蕉、若葉一丁目～三丁目、 幾世森、下平井町、長橋橋元
⑥	北部コミセン	
⑦	しきしま コミセン	幾島町、末広町、上平井町、 中平井町、柏原町、敷島町、
⑧	中央コミセン	錦町、旭町、大町、雛田
9	南小学校	寺町、岩木町、川端町、元町、 本町、柳町、大町、東町、 布屋町、弥生町、新町、
⑩	富士見コミセン	中央一丁目～三丁目
11	働く婦人の家	
12	市民体育館	蓮沼、不魚住、田町、栄町
13	中央小学校	松島一丁目～八丁目、 漆川、一ツ谷、鎌谷町、 烏森、石岡藤巻、 弥生町の一部
14	五所川原第一中学校	
15	中央公民館	
⑬	コミュニティ 防災センター	
⑰	松島会館	
⑱	漆川体育館	漆川の一部
⑲	小曲集会所	小曲
⑳	南部コミセン	湊、中央三丁目～四丁目、 中央五丁目の一部
21	サンビレッジ五所川原	唐笠柳、石岡
22	栄小学校	姥苅、みどり町の一部、広田 の一部、稲実、唐笠柳の一部
23	五所川原第三中学校	みどり町、広田、稲実の一部、 唐笠柳の一部
⑳	コミセン栄	
25	五所川原工業高 等学校・五所川 原工科高等学校	姥苅の一部、広田の一部、 稲実の一部、中央五丁目の一 部、中央六丁目
26	いずみ小学校	飯詰、一野坪の一部、下岩崎
27	五所川原 第四中学校	飯詰、一野坪の一部、太刀打 の一部、沖飯詰、桜田
28	コミセン飯詰	飯詰、一野坪の一部
29	五所川原 農林高等学校	飯詰の一部、一野坪の一部、 金山の一部、漆川の一部、 太刀打の一部
30	一野坪コミセン	一野坪、太刀打の一部
31	青森職業能力 開発短期大学校	飯詰の一部、金山の一部、 戸沢、松野木の一部

No.	施設名	対象地区
32	松島小学校	米田、吹畑、金山、唐笠柳、 水野尾、松野木の一部
33	コミセン松島	
34	東峰小学校	野里、神山、松野木、福山、 豊成の一部
35	コミセン長橋	
36	三輪小学校	七ツ館、浅井、梅田の一部
⑳	梅沢コミセン	梅田、中泉
38	五所川原第二中学校	原子、羽野木沢、豊成の一部、 俵元、持子沢、高野
39	コミセン七和	
40	前田野目集会所	前田野目

金木地区		
No.	施設名	対象地区
41	川倉ふれあいセ ンター	林下、宇田野、七夕野の一部、 藤枝の一部
㉑	蒔田消防コミセン	蒔田、神原
43	金木小学校	芦野の一部、朝日山の一部、 藤枝の一部
㉒	金木公民館	菅原、玉水、沢部、朝日山の 一部、萩元の一部
45	金木中学校	芦野の一部、朝日山の一部、 七夕野の一部
46	金木東部地区 コミセン	芦野の一部
47	嘉瀬コミセン	端山崎、上端山崎、萩元、 雲雀野、鎧石、不動野
48	喜良市コミセン	中富田、富田、弓矢形、桔梗 野、千苅、新千苅、芦ヶ沢、 坂本

市浦地区		
No.	施設名	対象地区
49	市浦小学校	相内、相内岩井、相内吉野、 相内赤坂、相内露草
50	市浦中学校	
51	市浦コミセン	
52	基幹集落センター	
53	太田集会所	太田山の井、太田太田山
54	桂川集会所	相内桂川
55	もや会館	磯松磯野、磯松山の井、磯松 唐皮、磯松赤川、脇元野脇、 脇元磯辺、脇元赤川
56	磯松コミセン	磯松磯野、磯松山の井、 磯松唐皮
57	十三コミセン	十三深津、十三琴湖岳、十三 羽黒崎、十三古中道、十三通 行道、十三五月女苅

# 自慢の特産品を全国へお贈りしています！ ふるさと納税

## 人気のお礼の品

「ふるさと納税」は、過去に住んでいたふるさとや愛着のある自治体を「寄付」で応援する制度です。その応援への感謝として、寄付金額に応じて、五所川原市の特産品を「お礼の品」として贈っています。今回は、お礼の品の中でも、特に人気のあるお礼の品をご紹介します。

**りんご**

堂々の  
**1位**



一番人気はサンふじ！ふるさと納税をきっかけに、ほかの品種のおいしさを初めて知る方もいるようです。

**おこめ**

根強い人気  
**2位**



青天の霹靂を希望する寄付者が多数！毎月お届けする定期コースや無洗米も人気です。

## ごしよりの注目ポイント！

意外と知られていない!? 様々なお礼の品を紹介します。



**馬刺し・馬肉なベセット！**

馬刺しは、なんと、特上霜降、上霜降、赤身の3点セット。そのほか、鍋用の馬肉、タレ等をセットでお届け。

**トキを使ったシードル！**

五所川原市生まれの黄色品種トキを使った、りんごのお酒です。香り高い辛口に仕上げられています。

**市内ホテルへの宿泊券！**

五所川原市を訪れる際に便利な、ホテル宿泊券です。駐車場もあるので安心(一部対象外となる日程あり)。

## 市民の皆さんへのお願い

ふるさと納税は、お礼の品で全国へ元気をお届けしながら、五所川原市も元気になれる制度です。ぜひ、市外にお住まいのご家族、ご親戚、ご友人などに、五所川原市へのふるさと納税をおすすめてください。五所川原市の魅力を全国へ広めましょう！

\*五所川原市在住の方は、ふるさと納税で、五所川原市からのお礼の品を受け取ることができません。ご注意ください。

問い合わせ先…ふるさと未来戦略課 内線2215

市ふるさと納税  
ホームページ



# 皆さんの意見を市政に反映させませんか？

## 住民懇談会を開催します

市民の皆さんのさまざまな意見や提案を市の政策に反映させる市民参加の場として、住民懇談会を開催します。市長をはじめ市職員が、テーマを中心に皆さんと意見を交換する対話形式で行います。

テーマ…「自主防災組織」について

### 日時・場所

- ▷五所川原地区 9月28日(火) 18:00 中央公民館
- ▷金木地区 9月29日(水) 18:00 金木公民館
- ▷市浦地区 9月30日(木) 18:00 市浦コミュニティセンター

\*新型コロナウイルス感染拡大防止のため、五所川原地区については、地域を代表して各住民協議会2名または住民協議会のない町内会にあっては1名までの出席としますので、ご理解とご協力をお願いします。

### 意見や提案等を事前に受け付けます

- ▷**住民の皆さんへ**…テーマに関わらず意見や提案等がある方は、お住まいの地区の町内会長へお伝えください。
- ▷**町内会長の皆さんへ**…地域住民からの意見等を取りまとめの上、各住民協議会へお伝えください。住民協議会のない町内会や金木・市浦地区の町内会は、9月10日(金)までに文書でご提出ください。
- ▷**住民協議会会長の皆さんへ**…構成町内会からの意見等を取りまとめの上、9月10日(金)までに文書でご提出ください。

\*住民協議会会長および町内会長には、個別に通知しています。皆さんのご協力をお願いします。

問い合わせ先…総務課 内線2117

## 「健康増進施設基本設計」(案)に対し、パブリックコメントを実施しています

市では、市民の健康づくり、健康寿命の延伸および福祉の増進を目的に、トレーニング設備および浴場設備を備えた健康増進施設の建設を市浦地区において計画しています。

この度、基本設計案がまとまりましたので、下記のとおり、市民の皆さんからの意見を募集しています。

意見募集期限…9月10日(金)まで

閲覧場所…健康推進課、市役所・各総合支所行政資料スペース、市ホームページ

\*計画(案)等の写しや郵送を希望する場合は、お問い合わせください。

### 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。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。

### 問い合わせ・意見の提出先

〒037-8686 五所川原市字布屋町41番地1  
健康推進課 内線2374 FAX35-3617  
電子メール  
kenkousuisin@city.goshogawara.lg.jp

## 第38回ごしょがわら産業まつりへの出店について

「第38回ごしょがわら産業まつり」は、新型コロナウイルス感染防止対策の観点から、克雪ドーム屋外駐車場を会場に行います。

また、会場内の人の密集を避けるため、まつりのイベント、舞台、飲食スペースも中止となり、**即売会のみ**での催しとなります。

それに伴い、出店ブース数を抑える必要があることから、出店者については、右記出店条件をもとに産業まつり運営委員会で選定することとなりますので、ご了承ください。

日時…10月23日(土) 10:00~14:00

場所…つがる克雪ドーム 屋外駐車場

### 出店条件

- ①市内に事業所を有する販売業者、または市内を中心に農産物等を販売している団体等
- ②産業まつり開催要綱(市ホームページに掲載)に沿った内容であること
- ③当市の特色を打ち出した商品を販売していること

問い合わせ先…ごしょがわら産業まつり運営委員会事務局(農林水産課) 内線2514

※この情報紙は市民からの公募による編集委員によって作成されています。  
女性 (Female) と男性 (Male) がともに支え合い、対等な立場で社会 (Society) を形成することを願って!!  
2021年 (令和3年) 8月25日 第32号  
ふるさと未来塾 男女共同参画室 (内線 2236)

## いつのまにかこんな呼び方されてませんか? ～私の名前は…～

### 日常の呼び方・呼ばれ方

うれしいんだけど、自分の名前より「〇〇ちゃんのママ/パパ」と呼ばれることが多くなったなあ…

家では夫から「おい」と呼ばれ、妻から「ちょっと」と呼ばれてる

夫の家族から「お母さん」と呼ばれる

妻の家族から、「五所川原のお父さん」と…地名+お父さん…(俺の名前忘れてる?)

家族以外の方の配偶者を「ご主人様」「奥様」と呼んでいるけど…

そういえば、いつの頃からか夫・妻を名前で呼んでないなあ  
たまには、名前で呼んで欲しいなあ…

普段、何気なく使っている呼び方・呼ばれ方ですが、気にしない方もいれば、違和感を覚える方もいるかもしれませんね。

### 親しい人の前で配偶者のことをどう呼びますか?

夫婦観や家族観の違いはそれぞれあると思いますが、世代を問わずライフステージの変化、とりまく人間関係によって呼び方には変化があるようです。

		20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代
1位	男	嫁	嫁	嫁	嫁	家内
	女	旦那	旦那	旦那	主人	主人
2位	男	奥さん	奥さん	妻	家内	妻
	女	名前(敬称付)	主人	主人	旦那	お父さん/パパ
3位	男	妻	妻	奥さん	妻	嫁
	女	名前(敬称無)	お父さん/パパ	お父さん/パパ	お父さん/パパ	夫

出典：(株)イメージリサーチ自主企画調査より

### 伝えていますか「ありがとう」

「ありがとう」の言葉がもたらす効果ご存知ですか?

- ・感謝の気持ちを持つ…脳内から幸せホルモンと呼ばれるセロトニン等が分泌され**免疫力アップ**
- ・感謝の気持ちを表現…ストレスに強くなり**モチベーションがアップ**等々



- ありがとうを素直に言えない理由は?
- ・いちいち言わなくても分かるだろう
  - ・照れくさくてなかなか言えない 等々

#### 編集後記

日常の呼び方・呼ばれ方については、自分の配偶者を指す場合、それはお互いに了承している呼び方であれば、時代に合わない表現であっても、気にしないという方が一般的のようです。しかし、何気なく呼んでいる呼び方に違和感を覚える方もいると思います。相手を理解し、互いに認め合い、受け入れる一助として、「ありがとう」を伝えてみませんか。

いつまでも夫が中心で妻の上位者という意味合いを認めるような呼び名は現代社会にはそぐわない。夫とは、笑顔で「ありがとう」と言える関係でいたいものです。

(C)

\*\*\* 編集：さんかく編集委員6名 \*\*\*

## ❖❖❖❖ 親しい人の前で配偶者のことをどう呼びますか？ ❖❖❖❖

夫婦観や家族観の違いはそれぞれあると思いますが、世代を問わずライフステージの変化、とりまく人間関係によって呼び方には変化があるようです。

		20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代
1位	男	嫁	嫁	嫁	嫁	家内
	女	旦那	旦那	旦那	主人	主人
2位	男	奥さん	奥さん	妻	家内	妻
	女	名前(敬称付)	主人	主人	旦那	お父さん/パパ
3位	男	妻	妻	奥さん	妻	嫁
	女	名前(敬称無)	お父さん/パパ	お父さん/パパ	お父さん/パパ	夫

出典：(株)インテージリサーチ自主企画調査より

## ❖❖❖❖❖❖❖❖❖❖ 伝えてありますか「ありがとう」 ❖❖❖❖❖❖❖❖❖❖

「ありがとう」の言葉がもたらす効果ご存知ですか？

- ・感謝の気持ちを持つ…  
脳内から幸せホルモンと  
呼ばれるセロトニン等が  
分泌され**免疫力アップ**
- ・感謝の気持ちを表現…  
ストレスに強くなり**モチ  
ベーションがアップ**等々



- ありがとうを素直に言えない理由は？
- ・いちいち言わなくても分かるだろう
  - ・照れくさくてなかなか言えない 等々

日常の呼び方・呼ばれ方については、自分の配偶者を指す場合、それはお互いに了承している呼び方であれば、時代に合わない表現であっても、気にしないという方が一般的のようです。しかし、何気なく呼んでいる呼び方に違和感を覚える方もいると思います。相手を理解し、互いに認め合い、受け入れる一助として、「ありがとう」を伝えてみませんか。

### 編集後記

いつまでも夫が中心で妻の上位者という意味合いを認めるような呼び名は現代社会にはそぐわない。夫とは、笑顔で「ありがとう」と言える関係でいたいものです。

(C)

\*\*\* 編集：さんかく編集委員6名 \*\*\*

# インターネット通販の定期購入トラブルに注意しましょう!

## ◎事例紹介

### ○その1

「お試し500円!」というインターネット広告を見て、安価で一回だけお試しができてと思って注文したら、必ず購入しなければならない回数があるかじめ決められており、その支払総額が高額な定期購入の契約であった。



え～  
一回だけの「お試し」  
じゃないの?

### ○その2

定期購入の健康食品を次回分から解約しようと思い、販売業者に電話したが、電話がつながらず「電話では解約不可です。SNSの当社公式アカウントを登録して解約手続をおとりください」というショートメールが届いた。SNSを利用したことがなく、解約できない。



これじゃ、  
いつまでたっても  
解約できないよ!

## ◎トラブル防止のチェックポイント

### 注文を確定する前に

- 広告や販売サイトの画面を自らゆっくりスクロールして、隅々まで読みましたか? 契約条件や利用規約等を理解し納得した上での購入ですか?
- 定期購入が契約条件になっていませんか? 必ず購入しなければならない回数がかぎられていますか?
- 必ず購入しなければならない回数をすべて購入した場合の契約全体の支払総額はいくらですか? 初回の価格だけを見れば一見お得でも、契約全体や支払総額で見れば、初回価格のお得感がかすんでしまうくらい、支払総額が高額ではありませんか?
- 解約返品可否、その条件を確認しましたか? なお、通販では、クーリングオフはできません。
- 解約返品の方法も確認しましたか? 「電話による解約はできません」などと記載されていませんか?
- ネット上の広告や販売サイトは、短期間で消えてしまったり、その内容が変わってしまうことが少なくありません。可能であれば、広告や販売サイトをスクリーンショットで保存しましょう。

トラブルに遭った場合には、五所川原市消費生活センター(Tel33-1626 または Tel26-5881)に相談しましょう。

## 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	五所川原市消費生活センター	Tel33-1626 / Tel26-5881 月～金 9:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)
		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)
	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)

## 野球で東北大会・東日本大会へ



東北大会・東日本大会に出場する選手の皆さん

8月6日、7日に行われた東北中学校体育大会(岩手県)、8月14日～16日に行われた第11回東日本少年軟式野球大会(茨城県)に出場した五所川原第三中学校の野球部の皆さんが7月21日、市長を表敬訪問しました。

同部は7月の県中学校体育大会夏季大会で優勝、6月の全日本少年軟式野球県予選で準優勝の成績を収めました。白川監督が両大会を振り返り「主力選手の負傷などアクシデントもあったが、代わって出場した選手が活躍してくれた」と話しました。

小山内良礎主将(3年)は「東北大会、東日本大会では打撃と走りをからめて点数を取り、頂点を目指して頑張ります」と意気込みを話しました。

## 陸上で全国大会・東北大会へ



全国大会・東北大会へ出場する選手の皆さん

8月8日、9日に行われた第42回東北中学校陸上競技大会(秋田県)、8月17日～20日に行われた第48回全日本中学校陸上競技選手権大会(茨城県)に出場した金木中学校の陸上競技部の皆さんが7月30日、市長を表敬訪問しました。

東北大会には共通男子4×100mリレーメンバーとして金本紘人さん(3年)、鈴木力さん(同)、竹内源さん(同)、磯野儀祈さん(同)、澤田秀雅さん(2年)が出場しました。鈴木力さんは東北大会と全国大会の共通男子200mにも出場しました。

鈴木力さんは「県大会では調子が良かった。全国大会では楽しんで走り、自己ベスト更新を目指したい」と、金本紘人さんは「県大会で1位になる目標が達成できて良かった。東北大会では他のチームに負けられない良いスタートで走りたい」と意気込みを話しました。

## 日本郵便が立佞武多フレーム切手を寄贈

8月4日、日本郵便株式会社東北支社青森県西部地区連絡会の岡部浩幸統括局長らが副市長を訪問し、オリジナルフレーム切手「五所川原 立佞武多」と五所川原郵便局の中津かおる窓口営業部長が書いた笑い文

字の色紙を寄贈しました。84円切手10枚つづりの切手シートは、西北五や弘前地区の78郵便局と立佞武多の館で400シート販売されています。岡部局長は「全国に祭りの雰囲気をお届けしてほしい」と話しました。



寄贈した岡部局長(右から3人目)と中津部長(右)



寄贈されたフレーム切手と色紙

◎ 広報有料広告

まちなか喫茶  
**和モダンカフェ**  
テイクアウト(お持ち帰り) 絶賛継続中!!  
皆様のお役に立てれば幸いです  
営業時間:11:00~22:00 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

**新築・増改築・水廻り・塗装**  
大型リフォームから細かい修理までお任せください!  
夏から秋にかけて塗装見積キャンペーン実施中!  
サイテイングの色をそのまま残すクリア塗装もおすすめてです  
屋根や外壁の塗装で新築のようにみえがります!  
浄化槽設置費用補助金制度  
水洗トイレをお考えの方、新築・建替えも  
浄化槽設置費用の補助金制度の対象になります  
・予算範囲内で随時受付致します  
・ローンも取り扱っております  
※ 詳しくはシラカワ住研まで! お気軽にお電話ください!  
総合建築  
「増改築相談員」のいるお店  
**有)シラカワ住研**  
0120-34-6806  
五所川原市大字雄滝字桜木 370-3

五所川原市を応援します!!

## 大塚製薬株式会社と包括連携協定を締結



協定を締結した市長と迫上支店長

7月26日、当市と大塚製薬株式会社との包括連携協定締結式が金木総合支所で行われました。今回締結した協定の主な内容は健康増進、熱中症対策、スポーツ振興、災害対策となっています。災害対策の連携の1つとして、停電時に手で飲み物や栄養補助食品を取り出して市民に提供できる自動販売機が同日、金木庁舎に設置されました。今後はコミュニティセンターや小中学校へ自動販売機の設置を検討していきます。

締結式では佐々木市長と大塚製薬株式会社仙台支店の迫上支店長が協定書に署名しました。佐々木市長は「自動販売機の設置が金木地域の災害対策の拡充につながる」と、迫上支店長は「市民の皆さんの健康増進のため連携を強化していきたい」と話しました。

## 交通ルールを守りましょう！



交通事故防止を呼びかける佐々木会長

7月21日～31日の期間「夏の交通安全県民運動」が実施されました。五所川原市交通安全対策協議会では、21日に早朝街頭指導を行ったほか、オルテンシアで交通安全五所川原市民大会を開催し、佐々木孝昌会長が交通事故の抑制と交通事故死ゼロの継続を目指し、交通事故防止にまい進することを誓いました。

また、同協議会副会長の見世明久五所川原警察署長は「(横断歩道で)とまる・(シートベルトを)しめる・(飲酒運転等の危険運転を)やめるの定着と、歩行者保護の取り組みを推進していきます」と話しました。

日頃から、市民一人一人が交通ルールを順守し、正しい交通マナーを実践しましょう。

## 人命救助活動功労者を表彰



表彰された須藤さん(前列中央)と外崎さん(前列右)

7月21日、市内大字石岡字藤巻地内で人命救助を行ったとして、外崎友基さん(市内在住)、須藤郁弥さん(板柳町在住)に表彰状が授与されました。

6月2日、80代男性が自転車で走行中にハンドル操作を誤り、深さ約1メートルの用水路へ転落したのを自家用車で走行中の須藤さん、外崎さんが目撃。2人が協力し合い男性を用水路から救出し、救急隊に引き継ぎました。救助された男性は病院へ搬送されたものの無事に退院し、現在は自宅で療養しているそうです。

外崎さんは「今まで事故に遭遇したことがなかったが、男性を救助できて良かった。もしも、また事故に遭遇したときは救助したいと思う」と、須藤さんは「大事にならなくてよかった。救助することにためらいはありませんでした」と話しました。

## 県産リンゴのブランデーが完成



アップルブランデーをお披露目した木村代表(右から2人目)

7月13日、つがる市のサンアップル醸造ジャパン(木村慎一代表取締役)が副市長を表敬訪問しました。

同社は当市大町に工場兼店舗の「モホドリ蒸留研究所」を建設し、9月30日のオープンに向け県産リンゴを使ったアップルブランデー「ラブヴァドス」を完成させました。

吉岡尚哉工場長は「アルコール度数25度のホワイトブランデーで女性でも飲みやすいのでは。県産リンゴに岩木山の伏流水と白神酵母を使用し、フレッシュな仕上がりになった」と製造のこだわりを話しました。

木村代表は「高齢化の進むリンゴ農家の一助になれば」と話しました。





# 暮らしの 情報広場

掲載した各種イベント等は新型コロナウイルス感染症の感染予防と拡大防止の観点から中止・延期等となる場合がありますので、ご了承ください。また、各種イベント等に参加する際はマスク着用などの感染症対策にご協力をお願いします。



## 五所川原地区消防事務組合(仮称)統合消防署の名称が決定

現在、令和4年4月からの供用開始に向けて、中泊町役場付近に建設中の(仮称)統合消防署の名称を「北部中央消防署」に決定しました。

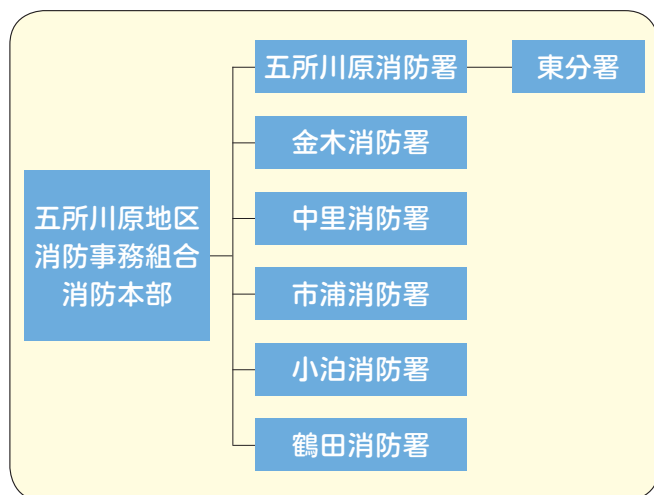


「北部中央消防署」庁舎完成イメージ図

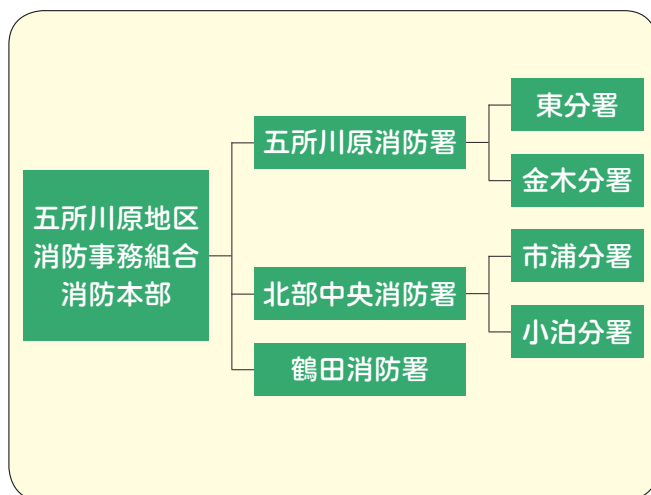
当組合では、令和4年4月から、より機能的に業務を推進するため、下記の図のとおり、現在の6消防署1分署の体制から、3消防署4分署体制とします。

今後、組織再編に伴う所要の手続きを進めていきます。

### 現在の体制



### 令和4年4月からの体制



問い合わせ先…消防本部 総務課 Tel.35-4382

高齢者の皆さん!

# 通いの場づくり、仲間づくりの活動を支援します!

通いの場とは、高齢者をはじめとする地域住民の方が住み慣れた地域で、気軽集える交流の場、機会のことを言います。

## 1. 希望する場所(自宅、集会所、コミュニティセンター等)に地域包括支援センター保健師等が出張して、通いの場づくりや仲間づくり、健康づくりを支援します

例えば…

- ▷近所で集まって、おしゃべりをしたい
- ▷簡単で体に良い食事を作りたい
- ▷みんなで、楽しく体を動かしたい
- ▷楽しんでできる制作活動をしたい
- ▷認知症の予防に脳トレをやってみたい
- ▷介護をしている方々とお話したい

対象者…65歳以上の市民

利用方法

地域包括支援センターに連絡してください。希望内容に応じ、開催場所の確保や専門職の派遣等について調整します。

利用人数…2人から

料金…無料。専門職の派遣も無料です。

## 2. 「通いの場」を見学してみませんか

現在「五所川原市介護予防・通いの場づくり事業補助金」を活用した、通いの場が5カ所あります。興味がある方は、お気軽に地域包括支援センターまでご連絡ください。

通いの場一覧

地区	通いの場名	会場	回数	参加者数	内容
1	ATUKO YOGA	専念寺、サンビレッジ	週1回	15人	ヨガ
2	錦町グラウンド・ゴルフ愛好会	錦町集会所	月1回	20人	グラウンドゴルフ・交流等
3	ボンジュール五所川原	川山個人宅	月1~2回	6人	交流・レク・料理・趣味の会等
4	沢部町内会	沢部福祉館	月1回	10人	体操・脳トレ・交流等
5	チームはなや嘉	嘉瀬コミュニティセンター	年9回	30人	運動・制作・教養講座・交流等

通いの場へ参加した方の声を紹介!

おしゃべりが楽しい

健康づくりに役立っています

外出がおっくうだったが今は楽しみ

近所に集まれる場所があった良かった

1・2の問い合わせ先…地域包括支援センター 内線2462

## 生活支援コーディネーターも協力します

- ▷近所での通いの場(集まり)や元気な高齢者がいる
- ▷通いの場(集まり)を作りたい
- ▷レンタルスペースを探している、レンタルできる場所がある

などの情報がありましたら、下記までお寄せください。



問い合わせ先…五所川原市社会福祉協議会 TEL34-3494 FAX35-5855



いのち  
支える

かけがえのないいのちを大切に

9月10日～16日は自殺予防週間です

出典：厚生労働省

■ 当市の現状

自殺による死亡者数は、平成22年の年間29人をピークに令和2年は9人と近年は10人前後で推移しています(右表参照)。自殺の主な原因は健康問題、経済・生活問題等です。自殺は、様々な問題が重なり追いつめられた結果といえます。コロナ禍の現在、外出制限や交流減少、失業、経済の悪化等によりこころの健康を損なう可能性が大きい状況にあります。

	平成28年	平成29年	平成30年	平成31年	令和2年
男	15	9	14	10	6
女	0	2	0	2	3
総数	15	11	14	12	9

■ 気がつくことが大切「うつ病セルフチェック」

(うつ病対策推進方策マニュアルより抜粋)

- 毎日の生活に充実感がない
- これまで楽しんでやれたことが  
楽しめなくなった
- 以前は楽にできていたことが  
今ではおっくうに感じる
- 自分が役に立つ人間だと思えない
- わけもなく疲れたような感じがする



2項目以上が2週間以上、ほとんど毎日続いていて、そのためつらい気持ちになる、毎日の生活に支障が出ている時は、うつ病の可能性も考えられます。

早めに医療機関等に相談してみましょう。

■ つらいときには……誰かに相談してみよう

○新型コロナウイルス感染症対策として自分に合った支援情報が検索できます。

新型コロナウイルス感染症対策支援情報ナビ(内閣官房)  
<https://corona.go.jp/info-navi/>



まもろうよこころ

○24時間対応

悩みごと	相談窓口	電話番号	受付時間	通話無料
どんな人の、 どんな悩みでも	よりそいホットライン (厚生労働省受託事業)	0120-279-338 (フリーダイヤルつなぐささえる)	毎日 24時間	○

○SNS相談(LINE)

相談窓口	生きづらびっと (NPO法人ライフリンク)	こころのほっとチャット (NPO法人東京メンタルヘルス・スクエア)
受付時間	月・火・木・金・日…17時～22時 水…11時～16時	毎日…第1部 12時～15時、第2部 17時～20時 毎月最終土曜日～日曜日…21時～5時、7時～11時
QRコード	 LINE ID検索@yorisoi-chat	 LINE ID検索@kokorohotchat

参考：青森県障害福祉課ホームページ「こころの相談窓口ネットワーク相談先一覧」

■市では「こころの相談」を実施していますので、ぜひご活用ください。  
今月の広報23ページを併せてご覧ください。



## 認知症についてお気軽にご相談ください

認知症とは、様々な原因で脳の働きに不具合が起こり、6カ月以上にわたり、生活に何らかの支障がみられる状態をいいます。

当市では平成28年に「認知症の人をみんなで支えるまちづくり宣言」をし、認知症の方の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう下記の取り組みを行っています。

### 認知症サポーター養成講座

認知症の方や家族を温かい目で見守り支援する応援者を増やすため、開催の要望を受けて講座を開催しています。

### 認知症カフェ

認知症の方や介護する方がお互いに話し合い、介護の知恵を知ることができる場所です。月1回中央公民館で開催しています。

### GPS機器提供

行方不明になるおそれのある在宅高齢者を介護する家族にGPS(全地球測位システム)を利用して所在を探索できる機器を提供します。

### 認知症初期集中支援チーム

支援が必要な方の自宅などを直接訪問し、医療機関への受診や介護サービスを勧めることや、生活改善に関する助言などを行います。

### おでかけ見守りシール配布

高齢者の安否や災害時の身元確認を早期に行えるようQRコードが印刷されたラベルシールを無料で配布しています。対象者の衣類や持ち物に貼られたシールのQRコードを読み取った際には、伝言板を通じて家族と連絡を取りあうことができます。



認知症に関する相談窓口は地域包括支援センター、市内9カ所の在宅介護支援センターとなっていますので、お気軽にご相談ください。

問い合わせ先…地域包括支援センター 内線2463



## 短時間で丁寧にみてもらえる検査(二重読影)肺がん・結核巡回検診を受けましょう

肺がんは、50歳以上で発症率が急増するため、早期発見が大切です。「肺がん＝たばこ」と思われがちですが、2人に1人はたばこが原因とはいえません。また、結核検診は法律に基づき、65歳以上の方は年1回受診する義務があります。この機会を逃さず、受診しましょう。

対象…60歳以上の市民(昭和37年3月31日までに生まれた方)

- \* 65歳以上の方は結核検診も同時に対象となります。
- \* 今年度、市民健診で肺がん検診を受診された方、または受診予定の方は対象となりません。

検診料金…無料

検査方法…胸部エックス線撮影(1人あたり5分程度)

\* 必要により喀痰検査

\* 申し込みは不要です。直接会場へお越しください。

問い合わせ先…健康推進課 内線2384

### 令和3年度 肺がん・結核巡回検診日程 (金木・市浦地区)

検診日	検診会場	検診時間
9月10日(金)	嘉瀬コミュニティセンター 前	9:00 ~ 9:20
	喜良市コミュニティセンター 前	9:30 ~ 9:50
	金木公民館 前	10:00 ~ 10:30
	金木中央老人福祉センター(川倉の湯っこ) 前	10:40 ~ 11:10
	市浦老人生きがいセンター 前	13:00 ~ 13:20
	磯松コミュニティセンター 前	13:30 ~ 13:50
	十三コミュニティセンター 前	14:00 ~ 14:20
	保健センター市浦 前	14:40 ~ 15:00
	太田集会所 前	15:10 ~ 15:30

# ぎょうせい

## 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)

▷9月9日(休) 10:00~12:00

▷9月22日(休) 10:00~12:00

市役所1階相談室1A

### 問い合わせ先

市民課 内線2326

### 金木地区(行政・人権合同相談)

▷9月15日(休) 10:00~12:00

金木総合支所 相談室

### 問い合わせ先

金木総合支所 内線3132

### 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

### 問い合わせ先

青森地方方法務局五所川原支局

Tel.34-2330

### 人権擁護啓発メッセージ

(令和2年度道徳学習より/いずみ小6年生)

『何も悪くないのに、同じ心を持っているのに、差別があるのはいけないと思う』

## 令和3年度戦没者遺児による慰霊友好親善事業

一般財団法人日本遺族会では、政府の委託ならびに補助を受け「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」を実施しています。この事業は、先の大戦で父などを亡くした戦没者の遺児を対象に、亡き父などの眠る地を訪れ慰霊追悼を行うとともに、現地の方々との友好親善を深めることを目的とした事業です。

地域や時期につきましては、市役所市民課でパンフレットのコピーを

差し上げますので、そちらでご確認ください。

**参加費**…10万円(原油価格の変動や円安等により値上げする場合があります)

**参加資格**…戦没者の遺児で、航空機やバス等による長距離移動および気候風土の異なる諸外国での団体行動に耐えられる健康な方(歩行難や持病等により付添者が必要な方はご相談ください。ただし、付添者はすべて自己負担となります)

### 問い合わせ・申込先

青森県遺族連合会事務局

Tel.017-722-4819

## 保険料の納め忘れはありませんか？

### ▷国民年金保険料

国民年金は、20歳から60歳になるまで40年間定額保険料を納めると、65歳から満額の年金を受け取ることができます。保険料を納め忘れていると、将来の年金が減額されたり、万一のときの障害・遺族年金なども受けられない場合がありますので、納め忘れがないかご確認ください。

11月1日(月)までは、10月から来年3月までの6カ月分前納(毎月納めた場合と比べ810円割引)ができますので、前納を希望される方は、国民年金保険料納付案内書に添付されている前納用納付書をご使用ください。

また、保険料を確実に納める方法として、便利な口座振替、クレジットカードでの納付もありますので、ぜひご利用ください。

### 問い合わせ先

国保年金課 内線2343

### ▷後期高齢者医療保険料

保険料を滞納すると、通常より有効期限が短い保険証(短期被保険者証)が交付されることがあります。

▷納付書で納めている方には、納め

忘れがなく、納めに出向く手間も省ける口座振替をお勧めします。後期高齢者医療被保険者証、通帳、届出印をお持ちになり、金融機関でお申し込みください。

▷災害により住宅等に著しく損害を受けた場合や、特別な事情により世帯主等の収入が著しく減少した場合は、保険料の減免等が認められることがありますので、ご相談ください。

### 問い合わせ先

国保年金課 内線2346

## ごみに関するお知らせ

### ▷事業活動で生じるごみは家庭ごみとして収集できません

一般家庭を除いた店舗・会社・事業所から出されるごみは、原則として直接ごみ処理施設に搬入するか、一般廃棄物収集運搬業者に委嘱し、適正に処理することになっています。

町内会等で管理しているごみ集積所には、上記事業系ごみは出さないでください。

### ▷衣類リユース(再利用)にご協力

ごみの減量化・再資源化を推進するため、家庭で不要になった衣類を回収しています。

回収した衣類は、再利用できるものとそれ以外に選別され、再利用できるものは、主に海外で古着として再利用されています。

持ち込む衣類は、洗濯し乾燥した状態で、中身が確認できるビニール袋に入れて出してください。

ただし、衣類以外のシーツや毛布などの布団類は、回収していませんので、持ち込まないでください。

### 回収場所…市役所公用車駐車場

(車庫内)

### 問い合わせ先

環境対策課 内線2364

## 今月の納期 納期限 9月30日(木)

税・保険料	納期限	問い合わせ先
固定資産税	3期	収納課 内線2273
国民健康保険税	3期	
後期高齢者医療保険料	3期	国保年金課 内線2346
介護保険料	3期	介護福祉課 内線2443

納付は  
便利で確実な  
口座振替を！



## ファミリー・サポート・センター提供会員募集

ファミサポは、子育てのサポートをしてほしい方(依頼会員)と、サポートできる方(提供会員)を結び子育て支援活動です。自分の空いている時間に子育てサポートをしてくださる提供会員を募集します。

養成講座受講後に有償ボランティア(30分あたり300~330円の報酬)として活動できます。さらに令和3年4月から活動助成金制度(1時間200円、1時間未満100円)も始まりました。

### 主な活動内容は

- ▷保育施設や学童保育への送り迎え
- ▷習い事等への送り迎え
- ▷子どもの一時預かり
- ▷保護者の急用等の場合の預かり
- ▷保育施設、学校の休み時の預かり

### 提供会員養成講座

場所…働く婦人の家

▷9月27日(月) 9:00~12:00

#### 心の発達と保育者のかかわり 障害のある子の預かりについて

▷10月8日(金) 9:00~12:30

#### 子どもの栄養と食生活 保育の心/子どもの世話

▷10月12日(火) 9:00~12:00

#### 小児看護の基礎知識 身体の発育と病気

▷10月21日(木) 9:00~12:30

#### 子育て支援をするために 子どもの遊び/子どものヒヤリ・ハット事例の対応

参加費…無料(申込締切は各講座2日前まで)

- \*講座受講後に日時を相談の上、2時間のサポート実習をしていただきます。
- \*無料保育あり(先着2名)
- \*保育士、看護師、栄養士資格をお持ちの方は免除される項目があります。
- \*全部受講できなかった場合は日程を調整して、後日改めて視聴受講することができます。
- \*新型コロナウイルスの感染状況により中止になる場合があります。

### 問い合わせ・申込先

五所川原市ファミリー・サポート・センター TEL090-9537-5284

## 令和3年7月大雨災害義援金を受付します

日本赤十字社では、被災者の1日でも早い復興を願い、災害で被災された方々を支援する義援金を受け付けています。皆さんの善意をお待ちしています。

**銀行振込の場合**(各本店・支店に専用振込用紙があります。手数料無料)  
▷青森銀行 新町支店 普通預金「16000」

日本赤十字社青森県支部 支部長 三村 申吾

▷みちのく銀行 青森支店 普通預金「4200888」

日本赤十字社青森県支部 支部長 三村 申吾

\*他の義援金と区別するため必ず義援金名欄に「令和3年7月大雨災害義援金」と明記してください。

**郵便振替の場合**(窓口での取り扱いの場合、振替手数料は免除)

▷口座加入者名 日赤令和3年7月大雨災害義援金

▷口座記号番号「00110-9-604276」

\*受領証発行希望の場合は、通信欄に「受領証希望」と記載してください。

上記のほかに、日本赤十字社静岡県支部への振込等があります。詳しくは、日本赤十字社ホームページをご覧ください。

また、市役所本庁舎・各総合支所に、義援金募金箱を設置しています。義援金受付期間は10月31日(日)までとなっています。

### 問い合わせ先

福祉政策課 内線2492

## 法人県民税・法人事業税・特別法人事業税の申告には電子申告が便利

青森県では、「eLTAX」を利用したインターネットによる法人県民税・法人事業税・特別法人事業税の申告受付を行っています。自宅・オフィスのパソコンから申告できる、電子申告に関連した申請・届出の手続きもできる等のメリットがあるので、ぜひご利用ください。

詳しくは「eLTAX」ホームページ(<https://www.eltax.lta.go.jp/>)まで。

### 問い合わせ先

西北地域県民局県税課課課  
TEL34-2111 内線208

## 健康・福祉

### 健康づくり栄養教室~ちょっと早いけどクリスマス編~

一人一人に合った食事を学ぶ教室です。健診結果を見ながら、検査値をより良くするために普段の食事をどのように工夫すれば良いのか、食品カードやフードモデルを使用して分かりやすくお伝えし、おいしくヘルシーなクリスマスのレシピもご紹介いたします。

日時…10月22日(金) 10:30~12:00  
(受付10:15~)

場所…金木公民館

参加費…無料

持ち物…健診結果(昨年のものでOK)、筆記用具

申込み…10月15日(金)まで

### 問い合わせ・申込先

健康推進課 内線2381

### 知って防ごう糖尿病！ ~すきま時間の運動編~

あきらめなければ、結果は変わる。糖尿病になりにくい、糖尿病を悪化させにくい体を目指して、簡単にできる運動を学んでみませんか。

日時…9月16日(木) 13:30~15:00

場所…中央公民館

対象…医師から運動を制限されていない市民

定員…30名

参加費…無料

講師…弘前大学大学院 医学研究科 QOL推進医学講座助教 植村望氏/青森運動療法協議会 健康運動指導士 相馬真以氏

申込み…9月14日(火)まで

持ち物…動きやすい服装、上履き、汗ふきタオル、飲み物

### 問い合わせ・申込先

健康推進課 内線2378

## エンゼル相談

保健師・栄養士が、お子さんの成長発達や離乳食、子育てに関することなどの相談に応じます。また、設定日以外にも、相談対応をしていますので、ご連絡ください。

### 日時・場所

▷10月18日(月) 10:00~11:00

中央公民館3階和室

\*11:00よりミニ勉強会あり(テーマ:離乳食について、先着10名)

持ち物…バスタオル(体重計をご利用の方)、母子健康手帳

\*3日前までの予約が必要です。

### 問い合わせ・申込先

子育て世代包括支援センター  
内線2393 /電子メール kenkou  
suisin@city.goshogawara.lg.jp

エンゼル相談  
申し込みフォーム  
QRコード



## 健康づくり相談室

高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病について、保健師・栄養士が相談に応じます(前日までに要予約)。

### 日時・場所

▷9月22日(水) 10:00~12:00

市役所1階相談室

▷9月24日(金) 10:00~12:00

金木総合支所2階集会所

持ち物…健診(検査)結果

### 問い合わせ・申込先

健康推進課 内線2378

## こころの相談

~1人で悩まず相談してください~

眠れない、やる気が起きない等の心身の不調や不安・悩みを抱えている方、自死遺族の方の相談にも応じています。

日時…9月16日(水) 13:30~15:30

場所…市役所1階相談室

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。

### 問い合わせ・申込先

健康推進課 内線2384

## COPD(慢性閉塞性肺疾患)健康相談 もしかしたらあなたもCOPD?

COPD(慢性閉塞性肺疾患)は、たばこの煙を主とする有害物質を長期に吸い続けることで肺に炎症が起こる病気です。症状は、痰のからむ咳、息切れが何年も続き、息を吐きづらくなるのが特徴で、禁煙による予防、早期発見、適切な治療が大切です。COPD健康相談では肺年齢を測定し、保健師が相談に応じます(前日までに要予約)。

### 日時・場所

9月17日(金) 9:00~12:00

市役所1階相談室

### 問い合わせ・申込先

健康推進課 内線2378

## 献血バス巡回日程

▷9月22日(水) 10:00~16:00

五所川原市役所

▷9月26日(日) 10:00~16:00

E L M

\*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。

### 問い合わせ先

青森県赤十字血液センター  
Tel.017-741-1512

## いきいき教室(介護予防教室)

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・場所(受付は9:45~、13:15~)

①9月7日(火) つかんだり伸ばしたり、タオルで健康&ストレッチ

金木公民館 10:00~11:30

保健センター市浦 13:30~15:00

②9月10日(金) 糸巻き巻きで作る赤〜いリンゴの樹

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

③9月22日(水) おいしく食べるための口腔ケア

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

④9月29日(水) いきいきシルバー世代の栄養と食事について

金木公民館 10:00~11:30

保健センター市浦 13:30~15:00

参加費…無料

持ち物…飲み物、筆記用具

申込み…前日までに電話でお申し込みください。

### 問い合わせ・申込先

地域包括支援センター 内線2462

## ノルディック・ウォーク

### 日時・場所

①五所川原 つがる克雪ドーム

9月6日(月)、21日(火)

各日10:00~11:30(受付9:30~)

②金木 芦野公園

9月13日(月) 9:30~11:00

(受付9:00~ 芦野公園内児童動物園前休憩所)

③市浦 大沼公園

9月27日(月) 9:30~11:00

(受付9:00~ 市浦コミュニティセンター前)

対象…おおむね65歳以上の市民の方  
\*②・③は20歳以上の方も参加可能。

持ち物…動きやすい服装、運動靴、飲み物、汗ふきタオル、ポール(希望者にはポール等の貸し出しあり。手袋着用のこと)

\*雨天時、①は室内用シューズを、②・③は雨具をご用意ください。なお、②・③が悪天候等で中止となる場合、申込者へ連絡します。

参加料…無料(②・③へ参加の20~64歳の方は1,000円)

申込み…開催日5日前までに①は電話または窓口で、②・③はFAXまたはメールでお申し込みください。

### 問い合わせ・申込先

▷65歳以上の方(各会場共通)

地域包括支援センター 内線2462

▷20~64歳の方(金木・市浦会場)

青森県ノルディック・ウォーク連盟

fax017-771-0077/電子メール

walk1212.yoyaku@gmail.com

メール申し込み

フォーム(右QRコード)



## ゆーゆー元気教室

いすに座りながら行う運動教室です。感染予防のため、時間帯ごとに15名の定員とし、講師の動画を見ながらの運動となります。

**対象**…要介護認定を受けていない65歳以上の市民の方

開催日	予約開始日
9月1日(水)	⑤のみ予約可
9月15日(水)	9月1日(水)
10月6日(水)	9月15日(水)

**時間**…各開催日の次の①～⑤の時間帯で行います。予約の際にご希望の時間帯をお伝えください。

- ①10:00～10:45 ②11:15～12:00  
③13:00～13:45 ④14:15～15:00  
⑤15:30～16:15

**場所**…生き生きセンター

**参加費**…無料

**持ち物**…動きやすい服装、飲み物、汗ふきタオル

**申込み**…予約開始日より電話・会場にて予約を受付。

**問い合わせ・申込先**

地域包括支援センター 内線2462

## もの忘れ検診

認知症の早期発見につながる検診です。タッチパネル式のパソコンで簡単な質問に答える検査です。予約制のため、ご希望の方は地域包括支援センターまでご連絡ください。

**対象**…65歳以上または若年性認知症が心配な市民の方

**料金**…無料

▷個別検診

**日時**…8月26日(木)、9月16日(木)、9月30日(木) 各日15:00～15:30

**場所**…健生五所川原診療所

**定員**…各日1名

▷集団検診

**日時**…9月9日(木) 14:00～16:00

**場所**…保健センター市浦

**定員**…20名

**問い合わせ・申込先**

地域包括支援センター 内線2462



## 後期高齢者医療被保険者の皆さんへ

**かかりつけ医・薬局を持ち、お薬手帳は1冊にまとめましょう**

具合が悪くなった時にいつも診てもらう身近な「かかりつけ医」があると、体質や持病を理解した上で助言をしてくれたり、必要に応じて専門の医療機関を紹介してくれたりするので安心です。

また、普段から何でも相談できる「かかりつけ薬局」があると、薬歴(薬の服用記録)の管理や飲み合わせによる副作用の防止、多剤処方による健康被害のリスク軽減など、健康管理をサポートしてくれます。

複数の「お薬手帳」を持っている場合は、1冊にまとめることで管理がよりしやすくなります。

**問い合わせ先**

国保年金課 内線2346

相

談

「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、丁寧に聴き取りし、一緒に解決の糸口を見つけます。

**日時・場所**

9月25日(土) 10:00～16:00

▷青森会場：信用生協青森事務所  
(青森市安方1-3-5 小田島ビル3階)

▷弘前会場：弘前市民文化交流館  
(ヒロロ3F・多世代交流室)

**対象の相談**

- ①お金の問題(多重債務問題など)
- ②遺産相続
- ③不動産売買
- ④税金等公共料金の滞納
- ⑤DV・離婚問題
- ⑥その他暮らしに関する悩み事

**相談料**…無料(事前予約が必要です)

**問い合わせ・申込先**

▷青森会場：信用生協青森事務所  
Tel.0120-102-143

▷弘前会場：信用生協弘前事務所  
Tel.0120-102-354

## 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

Tel.33-1626、Tel.26-5881

**日時**…月曜日～金曜日(祝日を除く)

9:00～16:00

**場所**…市役所2階商工労政課

▷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 Tel.0120-102-143

**日時**…9月8日(水) 10:00～16:00

**場所**…市役所2階相談室2C

\*予約制。貸付制度あり。

## 不動産無料相談会

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、電話相談を受付しています。

**相談内容**…業者、契約、物件、報酬、借地借家、税務、登記、価格等

**問い合わせ先**

青森県宅地建物取引業協会

西北五支部 Tel.34-8711

## 募集・講座

### 市営住宅入居者募集(9月)

一般公募(申請者多数の際は公開抽選)

▷千鳥団地(五所川原地区) 5戸

・家賃21,800円～43,000円

▷松島団地(五所川原地区) 1戸

・家賃20,100円～39,500円

▷広田団地(五所川原地区) 1戸

・家賃10,300円～20,300円

常時公募(先着順)

▷富士見団地(五所川原地区) 6戸

▷岩井団地(市浦地区) 2戸

**募集期間**…9月10日(金)～21日(火)

\*土・日・祝日を除く

\*詳細はお問い合わせいただくか市ホームページをご確認ください。

**問い合わせ・申込先**

建築住宅課 内線2662/金木総合

支所産業建設係 内線3101/市浦

総合支所産業建設係 内線4041



## 令和3年度働く婦人の家講座 パソコンエクセル基礎講座

パソコンの基礎とMSエクセルでの表計算のノウハウを学習します。ただし、キーボード入力ができる方に限ります。

日時…9月9日(休)～10月28日(休)

毎週木曜日(9月23日(木・祝)は除く)13:30～15:30

場所…働く婦人の家3階第3講習室

講師…ラソ・パソコン教室

竹谷てつ子先生

受講料…2,600円

(7回分・教材費込み)

定員…先着10名

持ち物…エクセル2010以降のプログラムが入っているノートパソコン(Windows 7～)、筆記用具

申込み…8月25日(休)13:30～電話または来館で受付開始。

\*申し込み後の取り消しは9月7日(火)16:00までとします。取り消しの連絡のない場合は教材費をいただきます。

\*新型コロナウイルスの状況により中止とする場合は、個別に連絡します。

問い合わせ・申込先

働く婦人の家 TEL35-8898

## 障害者・シニアの方にiPad を教える人財育成講座

視覚・聴覚障害がある方やシニアの方でも活用できるiPadの操作方法を覚え、身近にいる人の生活や趣味が充実したものになるようお手伝いしませんか。

日時…9月30日(休)～12月9日(休)

毎週木曜日 18:30～20:30

\*11月4日(休)は除く

場所…中央公民館

対象…障害のある方やシニアの方にiPadの活用方法を教えられるようになりたい方

定員…15名 参加費…無料

申込み…9月26日(日)まで

\*講座期間中はiPadを貸し出し可能です。

問い合わせ・申込先

あおもりIT活用サポートセンター  
一高森 TEL090-9742-6430

## チャイルドラインあおもり 電話の受け手養成講座

チャイルドラインは、18歳までの子どもがかかる無料の相談電話です。誰にも言えない悩みを抱えた子ども達の「心の声を聴く」ボランティア活動に参加してみませんか。

日程…9月18日(出)～

\*毎週土曜日に2講座開催。全10講座のうち、8回はZoomによるオンライン講座、最後の2回は少人数会場でのロールプレイ(実技)。

対象…チャイルドラインの活動に興味関心のある18歳以上の方

受講料…1回1,000円(学生は300円)

\*第1回～8回はオンライン講座ですが、会場での受講を希望する方はご相談ください。

申込み…メールに氏名、住所、電話番号、年齢を記載し、申込先へ送付してください。

問い合わせ・申込先

チャイルドラインあおもり事務局  
電子メール cl.aomori2007@gmail.com

## しごと

### 公共職業訓練 パソコン基礎科④

職業人に必要なパソコンの知識やビジネススキルを身に付けるとともに、ワープロソフト・表計算ソフト・プレゼンテーションソフトを中心としたOfficeソフトを総合的に活用できる知識・技術を習得できる訓練コースです。

募集期間…10月4日(月) 正午まで

訓練期間…10月25日(月)～令和4年1月24日(月)

訓練場所…ラソ・パソコン教室  
(姥菟船橋238-3)

定員…20名

受講料…無料(テキスト代5,225円、資格取得に関する受験料は自己負担)

申込み…ハローワークの職業訓練窓口へご相談の上、お申し込みください。

問い合わせ先

ラソ・パソコン教室 TEL26-6861

## 就業環境整備改善支援セミナー オンライン開催!

厚生労働省では、労働者を雇用する上で必要な労働時間、休日、賃金等労務管理および労働災害防止のための安全衛生管理などに関する知識の習得のため、専門家によるオンラインセミナー等を委託事業により無料で行っています。

開催日時やお申し込みはホームページ(<https://shuugyou.mhlw.go.jp/seminar.html>)へ。

問い合わせ先

五所川原労働基準監督署 労働時間相談・支援班 TEL35-2309

## イ ベ ン ト

### 月イチヨガ教室/IHでクッキング&電気のミニセミナー

①月イチヨガ教室

日時…9月10日(金) 14:00～

場所…有限会社白戸建設

②IHでクッキング&電気のミニセミナー

日時…9月25日(土) 10:00～

場所…有限会社白戸建設

参加費…①、②ともに500円

募集人数…①、②ともに6名(先着順、定員に達し次第締め切り)

問い合わせ・申込先

有限会社白戸建設 TEL35-6291

### 笑顔でつながるみんなの教室

内容…詩吟/陶芸/ロマンドール人形/ヨガ教室/習字/ピアノ/3色パステルカラー/スタンドグラス風

日時…9月17日(金)～19日(日)  
10:00～17:00

場所…シェアショップ アラモード  
(中央4丁目99)

体験参加費…500円

募集人数…各教室10名

\*定員に達し次第締め切り

問い合わせ・申込先

アラモード 岩谷 TEL26-1108

## 映画上映会「昭和・銀幕の スタアたち」開催

石原裕次郎、勝新太郎、三船敏郎  
など俳優の魅力が光る昭和の映画4  
本を35mmフィルムで上映します。

日時…9月3日(金)～5日(日)

①10:00～／②12:30～

場所…県立美術館シアター

上映作品…「嵐を呼ぶ男」「座頭市  
物語」「隠し砦の三悪人」「暁の脱  
走」

料金…1日800円(別途発券手数料が  
かかります)

\*詳しくは県立美術  
館ホームページを  
ご覧ください(右  
QRコード)。



問い合わせ先

青森県立美術館 Tel.017-783-5243

## 善意の花かご

どもありがとうございます

▷菊地睦子さん、菊地宜法さん=現金10万円

▷垂石恵江子さん=図書カード7,000円分、フラワーアレンジメント一式(市立図書館へ)

▷フリーミストクラブ(事務局・垂石恵江子)=プランター鉢植え10個(市立図書館へ)

▷青森県板金工業組合青年部会西北支部(山口浩輝支部長)=五所川原第一中学校陸上部屋外用具倉庫屋根葺替工事

▷公益財団法人日本公衆電話会岩手・青森支部(木下靖監事)=こども手帳1,300冊(市内小学4年生～6年生へ)、ネット安全ガイドブック1,300冊(市内中学生へ)



手帳と本を寄贈した木下監事(左)

### お詫びと訂正

広報ごしよがわら令和3年8月号18ページに掲載しました「ドクターから学ぼう!傾聴講座」の記事の一部に誤りがありました。

講師 平野敬之氏(弘前愛生会病院精神科医)となっていますが、**正しくは(弘前愛成会病院～)**です。お詫びして訂正します。

健康万歩計は、西北五医師会が、皆さんが健康で元気に過ごすために必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。



## コロナ禍と性病

かみむらクリニック泌尿器科・内科 院長 神村 典孝 先生



不織布(ふしょくふ)、ソーシャルディスタンス等々、昨年来のコロナ禍において私たち医療従事者にもあまりなじみのなかった言葉がメディアにぎわせています。この1年、私たちは人と近接してマスク無しで話をしたり、大勢で集まったりを極力避け、今やそれが普通になりつつあります。新型コロナウイルスとの闘いは必ず収束するものと信じていますが、一度染みついたこれらの習慣はなかなか消えないようにも思います。マスク無しで外出している自分を想像するのは皆さん難しいのではないのでしょうか。もっとも、悪いことばかりではありません。インフルエンザの流行などは全くといっていいほど聞きませんでしたので。

そんな中、相変わらず嬉しくもない存在感を示しているのが性感染症です。表題には性病としましたが正しくは性感染症といいます。性行為によって感染する病気のことで、梅毒、エイズ、クラミジア、淋病、性器ヘルペス、尖圭(せんけい)コンジローマなどがその代表です。コロナ禍で人々が様々な行動を自粛しているので安易な性行動も自粛されていると思いがちですが、残念ながら性行動だけは例外のようです。クラミジア、淋病はほぼ横ばい、梅毒、エイズが約20%減というのが最近のデータです。なんだ梅毒やエイズは減

っているじゃないか、と思われるかもしれませんが性感染症以外の感染症はもっと減少しているわけです。また梅毒やエイズは症状がはっきりしない場合が多く、いかにも検査逃れの結果かなと思われれます。現在、盛んに自粛を叫ばれている宴会での大声の会話や、密な空間での会話は性行為の密接さに比べれば軽いものです。よって最近では性感染症の診療は当面休止としている医療施設も見受けられます(泌尿器科でも!)。性感染症になっているような患者さんはコロナにも感染している可能性大というわけです。排尿時痛や外尿道口よりの排膿、発赤(ほっせき)、水いぼ、潰瘍(かいよう)そして何より性風俗店や見ず知らずの人との性行為など身に覚えのある方は早めに電話等で確認の上、医療機関にご相談ください。性感染症は治療技術が確立していると言えます。つまり治るのです。

コロナ同様、自粛できれば一番良いのですが、やはり性感染症のハイリスク層の行動様式まではコントロールできないというのが実情というべきでしょう。であるならば、他の疾患と同様、早期発見、早期治療が取るべき道。こんな世の中であるからこそ怪しいと思ったら医療機関受診を。

# 図書館

TEL 34-4334



▷2021年度(第6期)五所川原子子ども司書10名が誕生!  
今年度は7月22日(木)~29日(木)の6日間で講座を実施し、10名の五所川原子子ども司書が誕生しました。図書館ホームページ「子ども司書養成講座」から活動内容などを見ることができます。  
また、夏休みの活動では、気になった津軽弁について調べてもらいました。そのまとめたものを展示していますので、ぜひ見に来てください!

展示期間…8月31日(火)まで

展示場所…市立図書館 1階ロビー

## ▷この本読んだ?

資料の検索・予約は、図書館ホームページや図書館内にある利用者端末からできます。

- ・「だんだんぐんぐんずんずんどんどん」  
荒井 真紀/作 福音館書店 2021.7
- ・「戦のねだん」  
日本史財政学研究所/著 コスミック出版 2021.6
- ・「3・4・5歳のこどもの『なんで?』早引き辞典 Light」  
主婦の友社/編 主婦の友社 2021.5

- ・「今読みたい太宰治私小説集」  
太宰 治/著 小学館 2021.6
- ・「ふらいんぐういっち10巻」  
石塚 千尋/著 講談社 2021.6

## ▷今月の一冊

### ゼロとワンが紹介

エコ・エリース・ゴンザレス/作 くもん出版  
2020.1

人間のアイデアをコンピューターに伝える「プログラミング言語」について解説。プログラミング言語の働きから、大まかな分類、代表的なプログラミング言語の特徴まで、やさしく紹介。シリーズで全8冊あります。



市立図書館 TEL34-4334

開館時間 9:30~18:00(土日祝は17:00まで)

金木分館 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

# オルテンシア

TEL 33-2111



## 大ホール(コンサートホール)

### ▷五所川原工業・工科高等学校

吹奏楽部ジョイントコンサート2021

9月4日(日) 13:00~16:00 無料

五所川原工業・工科高等学校 TEL35-3444

### ▷第30回ヒロサキモダンバレエスタジオ定期発表会

9月25日(日) 18:30~20:45 無料

ヒロサキモダンバレエスタジオ TEL52-2857

## 小ホール(ふるさと交流ホール)

### ▷演歌舞踊の旅

9月26日(日) 13:00~16:30 無料

あさひプロダクション TEL090-8610-5800

- \*主催者の都合により変更になる場合もあります。
- \*新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスク着用、手指の消毒をお願いします。状況に応じて入場制限する場合があります。

9月の休館日 6日、13日、21日、27日

◎ 広報有料広告

### 特別養護老人ホーム

グループホーム等に 最適

栄養士考案の献立

人手不足の解消  
簡単・便利・温めるだけでOK!!

株式会社サン・コーポレーション



五所川原市大字金山字亀ヶ岡46-18  
TEL 0173-34-3312

健康相談のくすり屋 地域と共に66年

## いわや薬品 新町本店

五所川原市新町74 TEL0173-34-3939

月~土 9:30~18:00 働く婦人の家向い

内臓元気

血液元気

免疫元気

保険調剤

駅前薬局いわや  
JR五所川原駅前通り  
TEL 34-5088

美容相談

Be Peacemas 108  
ELM 1階  
TEL 33-6742

五所川原市を応援します!!

# 金木観光物産館(旧マディニー)の愛称を募集します!



リニューアル後の館内イメージ



親しみのある  
**愛称**を  
募集しているよ!



令和4年4月、斜陽館向かいにある金木観光物産館(旧マディニー)が農産物直売所としてリニューアルオープンします。そこで、金木観光物産館が市民に愛され、また県内外の方から広く親しまれる施設となるよう愛称を募集します!

最優秀賞として、  
ごしょりんグッズを贈呈

**募集期限**…9月13日(月)まで(当日消印有効)  
**応募資格**…市内在住の個人の方  
**応募方法**…必要事項を記入の上、はがき、FAX、電子メールのいずれかの方法で送付してください。  
 \*必要事項など詳しくは、市ホームページ(右QRコード)に掲載している募集要項や基本構想をご覧ください。  
**問い合わせ・応募先**…観光物産課 内線2573 / FAX 39-1093  
 電子メール goshokan@city.goshogawara.lg.jp



## 令和4年度からの指定管理者を募集しています

市では、令和4年度からの指定管理者について、次のように募集しています。  
 募集要項等資料については、募集受付期限までにお問い合わせいただくか、市ホームページ(下QRコード)からダウンロードしてください。

指定管理者を募集する施設の名称	募集受付期限	担当課問い合わせ先
金木観光物産館	9月2日(木)まで	観光物産課 内線2571



## 救急医療当番医 診療時間 9:00~12:00 \*受診前に必ず各医療機関に電話で確認してください。

日程	病院名	電話番号	消防署救急病院 紹介電話 Tel34-4999
9月5日(日)	かねひらクリニック(旭町55-2)	Tel35-3167	
9月12日(日)	田町小山クリニック(田町4-5)	Tel34-3431	
9月19日(日)	白生会胃腸病院(中平井町142-1)	Tel34-6111	
9月20日(月)	増田病院(新町41)	Tel35-2726	
9月26日(日)	白生会胃腸病院(中平井町142-1)	Tel34-6111	

人口のうごき		令和3年7月末 住民基本台帳 ( )内は前月比	
総人口…52,693人(-15)	男…24,203人(-8)	女…28,490人(-7)	世帯数…25,648世帯(-4)

