



ごしょがわら

GOSHOGAWARA public relations magazine.

2021 (令和3)年
10月号
No. 306



今号の主な内容

- ・市長コラム 2
- ・新型コロナ対策 4-6
- ・インフルエンザ予防接種 7
- ・秋の火災予防運動 10
- ・産業まつり 12

農家レストラン わらふぁーむ

市長コラム

～未来への架け橋～

Vol.10



暑かった夏もいつの間にか去り、すっかり秋の気配を感じる頃となりました。たわわに実った稲穂が頭(こうべ)を垂れ、津軽の風物詩である黄金色の絨毯(じゅうたん)が一面に広がる季節となり、豊かな出来秋を期待しているところです。

★感染拡大防止対策にご協力ありがとうございます

全国的に新型コロナウイルス感染症の急拡大が進み、本県においても、8月後半から「爆発的」という表現が使われるほど感染者が急増しています。感染力が強いL452R変異株(デルタ株)の感染拡大に伴い、県内各地でクラスターが発生しているほか、家庭内感染も急激に増えるなど、深刻さを増しています。

こうした状況を鑑み、9月1日から市の行事やイベントの自粛、公共施設等の利用制限など、市民の皆さんにはご不便をお掛けしておりますが、ご理解とご協力をいただいておりますことに厚く御礼申し上げます。

さて、県が発表した当市の8月の新規感染者は「1～10人」と、県内10市では最も少ない状況でした。

8月は、帰省やお盆など、人の動きや集まりが増えるリスクが高い時期にも関わらず、最少限で抑えられたのは、事業者はじめ市民の皆さんの感染対策に対する意識の高さと行動の表れであると思っています。

私は、地域の感染拡大を防ぐために重要なことは「一人一人の意識と自覚ある行動」「物理的な感染防止対策」「ワクチン接種の推進」であると考えています。市では、この3要素を徹底するため、感染防止に向けた各種施策に全力で取り組んでいるところであり、その一環として、5月より「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」を実施してきました。9月30日をもって申請受付を終了しますが、申請件数(9月13日現在)は450件(うち飲食関係199件)となっており、たくさんのご協力をいただきましたことに、改めて深く感謝申し上げます。



『新型コロナウイルス感染症対策設備の設置確認』の様子

★新型コロナウイルスワクチン接種をお願いします

市では「新型コロナウイルスワクチン接種対策室」を設置し、ワクチン接種を計画的に進めており、国からの供給量が限られている中、できる限り効果的かつ早急な対応に努めています。

現時点においては、市民の皆さんのご協力もあって、ワクチン接種は順調に推移しておりますが、コロナを収束させるためには、できる限り多くの方に接種していただくことが必要であると思っています。

ワクチン接種をしないことは自身の感染リスクが高まるだけでなく、第三者に感染させてしまうリスクとなり、地域社会にとって大きなリスクとなります。

さまざまな事情があって接種をためらう方もおられると思いますし、決して強制するわけではありませんが、可能な限り家族や友人、ひいては地域全体を守るため、危機的状況にある今こそ、改めて一人一人が感染しない、感染させないという強い意識をもって、ワクチン接種にご協力いただくようお願いいたします。

★手続きやお問い合わせがしやすくなります

長引くコロナ禍で、生活の変化に伴い、さまざまな不安や困りごとを抱える一方で、外出の自粛などにより、市役所になかなか出向くことができない場合もあるかと思っています。

こうした状況を踏まえ、現在、市では、各種行政手続きをオンラインで行えるようにしています(今月号9ページ掲載)。また、今後、コミュニケーションアプリ「LINE」を活用した各種問い合わせへの24時間自動応答なども実施予定であり、市民サービスの向上のため、行政のデジタル化を推進し、市民の皆さんのご負担やご不便を少しでも軽減できればと思っています。

一方で、パソコンやスマートフォンを利用できなくても、お電話や窓口で気軽にお問い合わせいただけるよう、職員一同、これまで以上に丁寧な対応を心掛けてまいりますので、ご遠慮なくご相談ください。



『新型コロナウイルスワクチン集団接種会場』の様子

金木観光物産館(旧マディニー)農産物直売所の 出荷者を募集中!

珍しい野菜があるけど、
少しの出荷でも
いいのかな?



品数、品揃えが
大事なので、
大歓迎だよ!



リニューアル後の館内イメージ

令和4年4月、斜陽館向かいの金木観光物産館(旧マディニー)は、農産物直売所へ生まれ変わり、リニューアルオープンします。そこで、皆さんが丹精込めて作った自慢の農産物等を金木観光物産館に出品してみませんか? 出品がはじめての方でもサポートしますので、ぜひお申し込みください。

申込方法…出荷者友の会「準備会」加入申込書に必要事項を記入の上、観光物産課または金木総合支所、市浦総合支所に提出いただくか、FAXまたは電子メールで送付してください。

*申し込みは、随時受け付けています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問い合わせ・申込先…観光物産課 内線2574 / FAX39-1093

電子メール goshokan@city.goshogawara.lg.jp



今月号の表紙

〔農家レストラン わらふぁーむ〕

今月号の表紙を飾ったのは、当市初の農家レストラン「わらふぁーむ」(市内高瀬地区)のワンプレートランチです。今回、店主の木村明日香さんにご協力いただきました。



調理中の木村さん

もともと神奈川県で農家レストランで料理人として働いていたという木村さん。自給自足の生活に興味があり「いつかは自給自足の生活を送ってみたい」という願望があったそうです。

木村さんは10年前、当市出身の夫と結婚し、その後、農業を営む夫の実家に移り住みました。農業に取り組む中で「農薬などを使用せずに安心・安全な作物を作り、それを使った食事を提供しながら、農業体験や食育のできる地域密着型の農家レストランを作りたい」と思うようになったそうです。農業次世代人材投資事業制度を活用し、昨年7月に念願の農家レストランを開業しました。

調味料なども手作りにこだわり「みそは大豆から育てた手作りなので、素材の味を楽しんでほしい」とのことでした。

木村さんは「将来的には直売所を作り、地域の人たちが育てた野菜などを販売しながら、農業体験なども行えるような場所にしていければ」と抱負を話しました。



完成した料理と木村さん

問い合わせ先

オーガニック農家レストランわらふぁーむ
営業日 木・金・土・日曜日 11:00~14:00
TEL080-1695-3617

新 型 コ ロ ナ 対 策

事業者の皆さん！ 県の支援事業も活用できます

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、市が行っている「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」および「五所川原市新型コロナウイルス感染症対策実施協力金」の申請期限は9月30日(木)までです。その他、県が行っている支援事業もありますので、ご活用ください。

青森県中小企業者等事業継続支援金

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、1年以上にわたり幅広い業種において極めて厳しい経営環境が続いていることから、県では事業継続に意欲的に取り組む県内中小企業者等に対し、支援金を給付します。

支給金額

法人**60万円**、個人事業主**30万円**(定額)
 *県内に複数の事業所がある場合でも、1事業所あたり上記支給額となります。

対象者

新型コロナウイルス感染症の影響により事業収入が減少している、県内に事業所を有する中小企業をはじめとした大企業以外の法人および個人事業主であって、事業継続に取り組む方

対象者の例

- ▷法人…株式会社、有限会社、合同会社、NPO法人、一般社団法人、一般財団法人、医療法人、学校法人、公益社団法人、公益財団法人、社会福祉法人、企業組合、事業協同組合など
- ▷個人事業主…商店、飲食店、旅館、美容院、農家、漁師、個人タクシー、露天商など
- *製造、卸小売、建設、農林・漁業、宿泊、サービス、医療・福祉など幅広い業種が対象です。
- *国の一時支援金や月次支援金を受けた事業者も対象となります。
- *令和3年3月31日以前より、事業を営んでいる事業者が対象です。

支給要件

▷減収要件

事業収入に伴う税の申告をしており、かつ、新型コロナウイルス感染症の影響により、令和3年1月から6月の間で連続する2カ月の合計事業収入が前年または前々年のいずれか(「基準年」という)の同期比で30%以上減少していること。

*農林・漁業を営む事業者は、連続する3カ月の合計事業収入となります。

*開業間もない方は、給付事業実施要領を参照ください。

▷事業継続意思要件

現に事業活動を行っているとともに、今後も事業活動を継続する意思があること。

▷基準年の事業収入要件

基準年(平成31年または令和2年)における年間の事業収入が、法人60万円以上、個人事業主30万円以上であること。

申請期限

10月31日(日)まで (当日消印有効)

申請方法…感染リスクの低減を図るため、必要書類を下記申請先に郵送してください。

申請先…五所川原地区 五所川原商工会議所 〒037-0052 五所川原市東町17-5
 金木地区 金木商工会 〒037-0202 五所川原市金木町朝日山319-1
 市浦地区 市浦商工会 〒037-0401 五所川原市相内349-1

問い合わせ先…青森県中小企業者等事業継続支援金 電話相談窓口 Tel.0120-740-361(平日9:00~17:00)

五所川原市を応援します!!

令和3年度産 新米

| | | | |
|--------|------|--------|-----------|
| あきたこまち | 30kg | 7,000円 | ※どちらも玄米です |
| まっしぐら | | 6,000円 | |

まるっと新鮮館
 国道101号線
 ススキ青森 ●

泉遊ファーム(インテリア神)
 代表 神 浩一
 五所川原市中泉松枝558-5
 TEL・FAX 28-2815
 携帯090-3644-1519

●ファミリーマート 福山実吉店
 ●神ストア

当店 至弘前

新米

お気軽にお問い合わせください!

きよえ ゆかり 美穂子

芸術の秋 Autumnコンサート

2021年
10月17日(日)
 開場13:00/開演14:00

お申込・観覧券のお求めは ☎ 0173-26-6686
 吉幾三コレクションミュージアム 五所川原市大町509-3

◎ 広報有料広告

あおり飲食店感染防止対策認証制度の認証を受けた方へ あおり飲食店感染防止対策認証取得促進事業費補助金

県では、飲食店における新型コロナウイルス感染症の感染防止対策の徹底を図るため、県の定める基準に基づき、感染防止対策を適切に実施する飲食店を認証し、認証した飲食店については、認証書および認証ステッカーを交付しています。

認証の取得を促進するため、適切な感染防止対策を講じるための設備投資に対し、補助金を交付していますので、ご活用ください。

補助金額

次のいずれかを選択することができます。

- ①補助対象経費の実支出額または10万円のいずれか低い額以内の額
 - ②補助対象経費の実支出額の4分の3に相当する額または30万円のいずれか低い額以内の額
- *複数の店舗をお持ちの方は、店舗ごとに申請できます。

補助対象経費

- ▷パーティション・アクリル版
 - ▷消毒液自動噴霧器・消毒液ボトル設置台
 - ▷二酸化炭素濃度測定器
 - ▷非接触型体温計
 - ▷加湿器
 - ▷非接触型水栓
 - ▷換気機能付きエアコン
 - ▷換気設備
 - ▷その他新型コロナウイルス感染防止対策に有効なものとして知事が認めるもの
- *令和3年4月1日以降に飲食店の施設内に設置したものが対象です。
- *あおり飲食店感染防止対策認証制度の認証を受ける前に設置したのも対象です。



認証店舗ステッカー

補助対象者

- ①従業員数が1店舗営業につき50人以下の法人もしくは個人／②資本金の額もしくは出資の総額が5,000万円以下の法人であること
- ▷上記①または②に該当する方
- ▷食品衛生法の許可を受けた飲食店(テイクアウト型、デリバリー型等を除く)を営んでいること
- ▷あおり飲食店感染防止対策認証制度の認証を受けていること
- ▷補助金の受給後も事業を継続すること

申請期限

令和4年3月10日(木)まで

*詳細については、県ホームページ (<https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kenko/hoken/insyokuninsyou2.html>) もしくはあおり飲食店感染防止対策認証制度専用サイト (<https://aomori-ninsho.com>) をご確認ください。



県ホームページ



認証制度専用サイト

申請方法…必要書類を下記申請先に郵送してください。

問い合わせ・申請先…青森県健康福祉部保健衛生課 TEL017-734-9213 (平日9:00~17:00)

◎ 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

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。
五所川原塗装工業会 有限会社 **秋元塗装**
五所川原市大字野聖字野岸29の5
ご連絡先 090-2023-2226 (担当木村まで)

五所川原市を応援します!!

新型コロナウイルス感染症の影響により 市税や保険料などの納付が困難となられた方へ(相談窓口のご案内)

新型コロナウイルス感染症にり患したり、感染拡大の影響により、所得や事業に著しい損失を受けたなどの事情で、市税や保険料などの納付が困難となった方は、申請をいただき要件を満たせば、納付期限の延長が可能となる場合がありますので、下記の担当課までご相談ください。

| | |
|------------------------------|---------------------------------|
| 市税・国民健康保険税について 収納課 内線2275 | 介護保険料について 介護福祉課 内線2442 |
| 市営住宅使用料について 建築住宅課 内線2662 | 水道料金・下水道使用料について 経営管理課 内線2713 |

新型コロナウイルス感染症にり患した方等に対する傷病手当金の支給

五所川原市国民健康保険の被保険者(給与収入を得ている被用者に限る)が、新型コロナウイルス感染症にり患または発熱等の症状があり感染が疑われ、その療養のため労務に服することができなかった期間について一定の要件を満たした場合は、申請により傷病手当金を支給します。

対象期間を延長しますので、対象者の条件等については「広報こくほ 第163号(令和3年6月25日発行)」をご覧ください。

対象期間

令和2年1月1日(水)～令和3年12月31日(金)

問い合わせ先…国保年金課 内線2341

緊急小口資金等の特例貸付を利用できない方へ 新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金

申請期限延長!

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、すでに総合支援資金の再貸付の終了などにより、特例貸付を利用できない世帯等へ、就職活動等を行うことなどを条件に自立支援金を最大3カ月間支給します。

支給対象者

- ▷総合支援資金の再貸付を借り終わった方/11月までに借り終わる方
- ▷総合支援資金の再貸付が不承認となった方
- ▷総合支援資金の再貸付の相談をしたものの、申し込みにならなかった方
- *上記に該当した上で、収入・資産・求職等の要件があります。

申請期限…11月30日(火)まで

- *支給要件などの詳細は、市ホームページ(右QRコード)をご確認いただくか、お問い合わせください。



問い合わせ先

- ▷自立支援金相談コールセンター Tel.0120-46-8030
- ▷自立相談支援窓口(福祉政策課内) Tel.35-2166
- *受付時間…9:00～17:00(土・日・祝日を除く)

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
☎ 0173-34-3312

給食 クックチル調理 配達中

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

◆ホームページは◆
Google

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『増改築相談員のいるお店』

高齢者のインフルエンザ予防接種は無料です！

実施期間…10月1日(金)～12月31日(金)

* 病院の診療日に限る。

接種回数…1回(無料)

対象者…接種日において市民であり、①または②のいずれかに当てはまる方

①65歳以上の方

②60歳～65歳未満の方のうち、心臓、じん臓または呼吸器の機能または免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する方(身体障害者手帳1級程度)

* 対象者には、9月末に予診票等を個別通知します。接種日当日に予診票を記入し、実施医療機関に持参ください。

接種時の持ち物

▷ 予診票、接種済証

▷ 生年月日・住所がわかるもの(健康保険証や運転免許証など)

* 下記医療機関以外に長期入院・施設入所中の方は、お問い合わせください。

問い合わせ先…健康推進課 内線2381

指定医療機関 (* 医療機関によって実施開始日が異なります。直接電話をして予約を入れてください。)

| 五所川原市 | | 弘前市 | |
|------------------|---------|---------------------|--------------|
| いちのへ耳鼻科 | 33-8733 | 弘前メディカルセンター | 0172-35-1511 |
| 駅前クリニック | 38-5100 | ESTクリニック | 0172-29-5500 |
| 慈仁会 尾野病院(金木) | 53-2071 | 弘前脳卒中・リハビリテーションセンター | 0172-28-8220 |
| かなぎ病院 | 53-3111 | 弘前愛成会病院 | 0172-34-7111 |
| かねひらクリニック | 35-3167 | 中泊町 | |
| かみむらクリニック泌尿器科・内科 | 26-1052 | 中里クリニック | 0173-57-3636 |
| 木村内科医院 | 35-2815 | 中泊おの医院 | 0173-57-5758 |
| 櫛引クリニック | 33-1155 | 小泊診療所 | 0173-64-2117 |
| 楠美泌尿器科クリニック | 35-8250 | 井沼洋クリニック | 0173-69-1071 |
| 健生五所川原診療所 | 35-2542 | つがる市 | |
| 佐藤内科小児科医院 | 35-4155 | 山内クリニック | 0173-42-7171 |
| 市浦医科診療所 | 62-2009 | 誠仁会 尾野病院 | 0173-42-2133 |
| すとうmriクリニック | 35-6060 | ファミリークリニック☆希望 | 0173-56-2148 |
| 田町小山クリニック | 34-3431 | その他 | |
| てらだクリニック | 33-1200 | 木村文祥内科クリニック(青森市) | 017-782-6812 |
| 富田胃腸科内科医院 | 34-3211 | 黒石厚生病院(黒石市) | 0172-52-4121 |
| とやもり内科小児科クリニック | 52-3331 | 黒石病院(黒石市) | 0172-52-2121 |
| 中村整形外科医院 | 34-0123 | カク・クリニック(鶴田町) | 0173-22-6884 |
| 白生会胃腸病院 | 34-6111 | 野宮医院(板柳町) | 0172-73-2256 |
| 布施病院 | 35-3470 | | |
| 増田病院 | 34-2727 | | |
| まつもと整形外科クリニック | 33-5413 | | |

子どものインフルエンザ予防接種費用を市が負担します！

令和3年度のお子さんの季節性インフルエンザ予防接種費用を市が負担します。対象者には、9月末に予診票と接種できる医療機関一覧等を送付します。

実施期間…10月1日(金)～令和4年1月31日(月)(予定)

* 医療機関によって実施期間が異なりますので、医療

機関にお問い合わせください。

* 各医療機関でワクチンがなくなり次第、終了となります。

問い合わせ先…健康推進課 内線2379

| 対象者…接種日において市民であり、①または②のいずれかに当てはまる方 | 接種回数 | 接種間隔 |
|------------------------------------|------|-----------------------|
| ①生後6カ月～13歳未満の方 | 2回 | 2～4週間間隔 (4週間が望ましい) |
| ②13歳～18歳(高校3年生に相当する年齢)の方 | 1回 | |

10月は「がん検診受診率50%達成にむけた集中キャンペーン月間」です

日本人の2人に1人が「がん」にかかり、3人に1人が「がん」で亡くなっています。

部位別がん死亡者数順位

| | 男 性 | 女 性 |
|----|------------------|------------------|
| 1位 | 肺がん (34名：26.2%) | 大腸がん (25名：24.8%) |
| 2位 | 胃がん (17名：13.1%) | 肺がん (13名：12.9%) |
| 3位 | 大腸がん (16名：12.3%) | 乳がん (11名：10.9%) |
| 4位 | 肝臓がん (12名：9.2%) | 膵臓がん (11名：10.9%) |
| 5位 | 膵臓がん (11名：8.5%) | 肝臓がん (7名：6.9%) |

当市のがん死亡者数(令和2年)

男性 130名

女性 101名

がんから命を守る重要なポイントは早期発見・早期治療です。早期のうちに見つけて適切な治療を受ければ、9割以上が治る病気です。毎年必ず検診を受診しましょう。

集団健診

土曜日、日曜日の実施があります。平日は時間がとれない、予定日に受診できなかった、1日で受診を済ませたい方におすすめです。

おすすめ健診日・場所

- ▷10月30日(土) 五所川原市役所
(男性日：がん検診のみ)
- ▷12月5日(日) 生き生きセンター
(男女日：69歳以下限定)

個別健診

すでに受診券をお持ちの方は、早めにご予約ください。

*検診種別により、年度の後半は予約が困難な場合があります。



問い合わせ・申込先…健康推進課 内線2386

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。

申し込みは不要です。直接会場へお越しください。

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

問い合わせ先…健康推進課 内線2381

令和3年度 肺がん・結核巡回検診日程 (五所川原地区)

| 検診日 | 検 診 会 場 | 検診時間 |
|-----------|---------------------------|-------------|
| 10月7日(木) | コミュニティセンター飯詰 前 | 9:00～ 9:20 |
| | 一野坪コミュニティセンター 前 | 9:35～ 9:55 |
| | コミュニティセンター栄 前 | 10:10～10:50 |
| | 五所川原市役所 前 | 11:05～11:35 |
| 10月28日(木) | コミュニティセンター三好 前 | 9:00～ 9:20 |
| | ふるさと交流圏民センター(オルテンシア)北側駐車場 | 9:35～10:10 |
| | コミュニティセンター長橋 前 | 10:30～10:50 |
| | 梅沢コミュニティセンター 前 | 11:05～11:25 |

いつでも、どこでも、スマホやパソコンから行政手続きができます！

「五所川原市電子申請・届出システム」を利用することで、行政手続きをオンラインで行うことができるようになりました。電子申請に対応する手続きを今後増やしていきます。ぜひご利用ください。

システムを利用する際に必要なもの

- ①インターネットに接続できるパソコンやスマートフォン
 - ②受信可能なメールアドレス
 - ③マイナンバーカード(読み込むためのスマートフォンまたはカードリーダー)
- *②や③が不要な手続きもあります。

システムの利用にあたって

五所川原市電子申請・届出システムのホームページ(https://s-kantan.jp/city-goshogawara-aomori-u/offer/offerList_initDisplay.action)から、24時間いつでも手続きが可能です。



問い合わせ先

デジタル行政推進課 内線2122

マイナンバーカードが必要な手続きもあるので、ぜひ取得しましょう！



オンラインで行える手続き

| | |
|-------------------------|--|
| ▷水道の使用開始、中止、休止、廃止の届出 | ▷一般廃棄物搬入許可申請 |
| ▷犬の登録事項の変更届 | ▷犬の死亡届 |
| ▷後援名義の使用申請 | ▷市民活動団体登録および登録変更の申込 |
| ▷児童手当等の現況届 | ▷児童手当等の受給資格および児童手当の額についての認定請求 |
| ▷児童手当等の額の改定の請求および届出 | ▷児童手当等の受給事由消滅の届出 |
| ▷未支払の児童手当等の請求 | ▷児童手当等の氏名変更/住所変更等の届出 |
| ▷児童扶養手当の現況届 | ▷子どものための教育・保育給付認定の申請 |
| ▷保育施設等の利用申込 | ▷保育施設等の現況届 |
| ▷妊娠の届出 | ▷【災害】り災証明書等の発行申請 |
| ▷介護保険負担割合証の再交付申請 | ▷介護保険負担限度額認定申請 |
| ▷住所移転後の要介護・要支援認定申請 | ▷居宅介護(介護予防)住宅改修費の支給申請 |
| ▷居宅介護(介護予防)福祉用具購入費の支給申請 | ▷居宅(介護予防)サービス計画作成(変更)依頼の届出 |
| ▷被保険者証(介護保険)の再交付申請 | ▷要介護・要支援区分変更の申請 |
| ▷要介護・要支援更新認定の申請 | ▷要介護・要支援認定の新規申請 |
| ▷高額介護(予防)サービス費の支給申請 | ▷名簿登録地以外の市区町村の選挙管理委員会における不在者投票等の投票用紙等の請求 |
| ▷広報ごしよがわら広告掲載申込 | ▷五所川原市ホームページ広告掲載申込 |
| ▷図書館貸出券交付申込 | |

秋の火災予防運動

10月18日(月)～24日(日)



おうち時間 家族で点検 火の始末

住宅防火 命を守る 7つのポイント

総務省消防庁

3つの習慣

▷寝たばこは絶対やめる。



▷ストーブは燃えやすい物から離れた位置で使用する。



▷コンロなどのそばを離れる際は必ず火を消す。



4つの対策

▷逃げ遅れ防止のため、住宅用火災警報器を設置する。



▷火災を防ぐためカーテン等は防炎品を使用する。



▷火災を小さいうちに消火するため住宅用消火器等を設置する。



▷お年寄りや身体の不自由な人を守るため、隣近所の協力体制をつくる。



問い合わせ先…五所川原地区消防事務組合
五所川原消防署 Tel.35-2019
東 分 署 Tel.35-2119
金 木 消 防 署 Tel.53-2322
市 浦 消 防 署 Tel.62-2119
消防本部予防課 Tel.35-2020

家庭内での火災発生をいち早くキャッチし、知らせてくれるのが**住宅用火災警報器**です。早期の避難はもちろん、大切な命を守るために設置しましょう。すでに設置している場合でも、定期的に作動確認をしましょう。



ちょっと早いけど雪対策を！ 高齢者世帯の雪片付けを支援します！

事業内容…門口等の雪片付けを行います。

*屋根の雪下ろしは除きます。

*実施者は、公益社団法人五所川原市シルバー人材センター等が実施します。

対象…市内に居住するおおむね65歳以上の住民税非課税世帯に属する高齢者世帯で、自立した生活を維持していくために門口除雪等の支援が必要な方

利用時間…8:00～18:00(1日1回1時間以内です)

利用者負担…1時間以内600円

申込期限…10月29日(金)

*期限を過ぎての申し込みは要相談とします。また、大雪等の場合は、すぐに対応できない場合があります。

申込先…介護保険サービスを利用し、担当のケアマネージャー(介護支援専門員)がいる場合はその事業所へ、その他は下記の在宅介護支援センターへお申し込みください。

問い合わせ先…地域包括支援センター 内線2445

| 施設名 | 電話 | 地区 |
|------------------------|---------|---------------------|
| 市浦在宅介護支援センター | 62-3303 | 市浦地区 |
| 金木在宅介護支援センター | 54-1051 | 金木地区 |
| 祥光苑在宅介護支援センター | 36-3300 | 三好、毘沙門、中川(新宮除く) |
| 白生会在宅介護支援センター | 33-3102 | 五小学区、新宮、松島(太刀打・一野坪) |
| 五所川原市社会福祉協議会在宅介護支援センター | 34-3400 | 南小学区、一ツ谷 |

| 施設名 | 電話 | 地区 |
|---------------|---------|--|
| 青山荘在宅介護支援センター | 35-5225 | 飯詰、松島町、松島(金山・米田・唐笠柳・石岡・吹畑・漆川)、長橋(松野木・神山・戸沢) |
| さかえ在宅介護支援センター | 38-3000 | 栄(湊・姥蒨・稲実)、みどり町、松島(水野尾)、長橋(浅井・野里・福山)、中央五丁目、中央六丁目 |
| うめた在宅介護支援センター | 28-2829 | 梅田、中泉、七ツ館、広田 |
| あかね在宅介護支援センター | 29-3532 | 七和、長橋(豊成) |

空き地を地域の雪寄せ場として活用してみませんか？

住宅密集地に空き地を所有している方が、空き地を地域の雪寄せ場として町内会に無償で貸し付けした場合、固定資産税の一部を減免します。

固定資産税の減額割合…雪寄せ場部分の固定資産税の3分の1



主な要件

- ▷町内会に雪寄せ場として無償で土地を貸すこと
- ▷町内会と使用貸借契約を締結すること(契約書は市で用意します)
- ▷地域住民が広く利用できる場所であること
- ▷貸付期間は、原則としてその年の12月から翌年3月までの4カ月間

町内会の遵守事項

- ▷市で用意した雪寄せ場を示す看板を町内会で設置し、適正に管理すること
- ▷利用者は地域住民とすること
- ▷雪寄せ場の排雪は町内会で対応すること
- ▷貸付期間終了後は、町内会が清掃し原状復旧すること

申請期間…10月1日(金)～10月29日(金)

申請方法

▷地域雪寄せ場の申請

雪寄せ場候補地がある町内の会長に申し出てください。町内会長の承諾を得ることができたら、申請書へ必要事項を記入の上、土木課まで提出してください。その後、市から決定通知書が届いたら、町内会長と契約を取り交わしてください。申請書は土木課窓口で配布します。

▷固定資産税の減免申請

翌年の5月に届く「固定資産税納税通知書」に同封されている「減免申請書」に記入の上、税務課または各総合支所総合窓口係へ提出してください。

地域雪寄せ場の申請手続先

土木課 内線2617
 金木総合支所産業建設係 内線3111
 市浦総合支所産業建設係 内線4043

固定資産税の減免申請手続先

税務課 内線2262
 金木総合支所総合窓口係 内線3136
 市浦総合支所総合窓口係 内線4055

市の特産物を販売！ 第38回ごしょがわら産業まつり

開催日…10月23日(土)

開催時間…10:00~14:00

開催場所…つがる克雪ドーム駐車場

市内の事業所や団体等による商品の販売を通して、地域の産業振興と市民生活の向上を目的に「ごしょがわら産業まつり」を開催します。地場産の材料を使用した商品や当市の特色を打ち出した商品の販売コーナーを用意して皆さんのお越しをお待ちしています。

各種販売内容については決まり次第、市ホームページに掲載します。併せて、当日の感染症対策についても掲載しますので、ご確認の上、ご来場ください。

また、駐車スペースに限りがありますので、ご来場の際は乗り合い等にご協力をお願いします。

付近の店舗や企業、一般の駐車場には、迷惑となりますので、駐車しないようお願いします。

*新型コロナウイルス感染まん延等により、まつりを中止することがあります。

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

ご注意
新型コロナウイルス感染防止対策のため
イベントコーナー、舞台、飲食スペースは、
中止となりますので、ご了承されるようお願い致します。

マスク
してね!

第38回 ごしょがわら産業まつり

五所川原市の 特産物の販売

今年の
まつり会場は
克雪ドーム前の
駐車場

令和3年 10月 **23**±
時間: 10:00~14:00
会場: つがる克雪ドーム駐車場

■主催/ごしょがわら産業まつり運営委員会 ■問い合わせ/五所川原市農林水産課(35-2111内線2514)
■協賛/ごしょつがる農業協同組合・つがるにしきた農業協同組合・(一社)五所川原市観光協会・五所川原商工会議所

◎開催内容等については、五所川原市ホームページをご覧ください。
◎ご来場時にマスク着用のご協力をお願いします。
◎新型コロナウイルス感染まん延等により、まつりを中止することもありますので、ご了承されるようお願い致します。

仲間づくり、居場所づくりを応援！

～通いの場～
紹介 No.1

五所川原市介護予防・通いの場づくり補助金制度を活用し、実施されている「通いの場」を紹介します。「通いの場」づくりに興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。

〈団体名：ATUKO YOGA〉

代表者：ヨガインストラクター 田中敦子氏
実施日時：毎週木曜日 10:30～11:45
実施場所：専念寺(11月～3月はサンビレッジ五所川原)



活動紹介、活動風景



ヨガで心も体もリフレッシュ！

通いの場をやってみようと思ったきっかけは？

へバーデン結節(関節の病気)を経験し、ヨガの効果を実感。皆さんにも普及したいと内臓や肺の機能等を高め、病気予防を中心としたヨガを自宅等で行っていた時に、補助金制度を知り申請しました。

通いの場をやった良かったと思うこと

ヨガを通じ、介護予防、交流の場になり、また、ヨガの効果を実感されているようです。何より、参加者が楽しく参加されています。

通いの場をつくってみたい方へのメッセージ

高齢になるにつれ、慢性的な体の不調が多くなったり、活動を制限される場面が増えてくると思います。近所に交流の場があることで、前向きになれたりします。

参加者の声

- ★食が細く、太れない等体調がすぐれず参加。続けることで、体調がよくなり、筋力もつきました。
- ★続けることで、慢性的な膝の痛みが和らぎました。楽しく参加しています。
- ★ヨガは、認知症予防にもつながると感じます。男性にもお勧めです。

〈団体名：沢部町内会〉

代表者：白川信一氏
実施日時：毎月第4土曜日 10:00～12:00
実施場所：沢部福祉館



活動紹介、活動風景



交流、運動、脳トレ等を
楽しんでいます！

通いの場をやってみようと思ったきっかけは？

地域の高齢者で集まりの場を設け、交流や食事、健康づくりを楽しんでいました。継続していくために、何か補助してもらえる制度がないか、市へ相談し、実施しました。

通いの場をやった良かったと思うこと

毎月1回、集まれる場があることで、交流や情報交換、また安否確認の場にもなっています。

通いの場をつくってみたい方へのメッセージ

地域の高齢者が元気になれる場所です。

参加者の声

- ★みんなでお話したり、脳トレや運動もできるので楽しい。勉強にもなります。
- ★沢部は、ウォーキングできる場所がたくさんあると感じます。

住民懇談会の開催を延期します

広報ごしよがわら令和3年9月号11ページに掲載しました9月の「住民懇談会」については、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、右記の日程に延期することとしました。



昨年度の住民懇談会(五所川原地区)の様子

延期後の日時・場所

- ▷市浦地区 10月26日(火) 18:00
市浦コミュニティセンター
- ▷金木地区 10月27日(水) 18:00 金木公民館
- ▷五所川原地区 10月28日(木) 18:00 中央公民館

*新型コロナウイルス感染拡大防止のため、**市浦・金木地区**については、**町内会を代表して1名まで**、**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。

*各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。皆様のご協力をお願いします。

問い合わせ先…総務課 内線2117

令和4年度からの指定管理者を募集します

市では「立佞武多の館および立佞武多広場」について、令和4年度からの指定管理者を令和3年中をめどに募集します。

募集については、今後、市ホームページに掲載しますので、ご確認ください。また、詳細については、下記担当課までお問い合わせください。

問い合わせ先…観光物産課 内線2573

サイギサイギの秋祭り 脇元お山参詣

旧暦8月1日の朔日山(ついたちやま)に合わせて9月7日、脇元お山参詣が行われました。脇元地区にある靄山(もややま)は、江戸時代から脇元岩木山として信仰を集め、五穀豊穡と大漁を祈願する伝統的な地域行事の1つとして現在まで続いています。

今年は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、関係者のみでの開催となりました。

参加者は「サイギ、サイギ」の声を響かせながら地区を練り歩き、靄山山頂にある脇元岩木山神社を目指しました。

脇元お山参詣保存会の葛西達也事務局長は「お山参詣が無事に終了し安心している。新型コロナウイルスが早く収束し、にぎわいのあるお山参詣にしていければ」と話しました。



地区を練り歩く参加者

株式会社NCアパレル 松島工場

工場直売 大売出し 衣料品 生地

10月23日(土)~24日(日)
AM9:00~PM5:00

会場：五所川原市唐笠柳字村崎203
☎(0173)35-8126

問合せ先(0173)**28-2607**(本社)

新築・増改築・水廻り・塗装

住宅に関する事なら…どんなことでもお伺いします。

サイティングの張替えて新築のようによみがえります

建替え・リフォーム・車庫、カーポート新設…など
・外壁(サイティング)の張替え ・屋根、外壁塗装
・畳をフローリングへ ・押入れからクローゼットへ
・水洗・ユニットバスにしたい ・洗面化粧台を新しく

★浄化槽設置補助金制度★ 締切間近!お早目に
※ リフォームローンも取り扱いしております

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
五所川原市大字姥窪字桜木 370-3

道の駅十三湖高原まつりが開催されました



ジャンボスコップでしじみをすくう船水さん

8月22日、道の駅十三湖高原トーサムグリーンパークで道の駅十三湖高原まつりが開催されました。

新型コロナウイルスの影響でアトラクションは行われませんでした。毎年恒例の十三湖産しじみすくいどりは多くの来場者で賑わっていました。

しじみすくいどりは、引いたくじに書かれている大きさのスコップでしじみをすくうことができ、青森市から来ていた船水さん夫婦がくじで見事、中スコップとジャンボスコップを引き当てました。

船水智子さんは「しじみをたくさんすくうことができ、とても嬉しいです」と喜んで話しました。

スマート農業推進に関する要望書が提出されました

8月27日、ごしょつがる農業協同組合の斉藤勝徳組合長や同農協担い手法人会の金谷勝会長ら関係者6名が市役所を訪問し、大規模水田でスマート農業を推進するための農業機械導入などへの助成を求めた要望書が提出されました。

当市を含む西北地域では県によるスマート農業の実証事業が行われており、グローバルナビゲーション衛星システム(GNSS)基地局の整備が進められています。しかし、対応する機械の導入に多額の費用が必要なことから、担い手農家から「現在の状況での導入は厳しい」との声が出ていました。

金谷会長は「生産者や後継者の耕作意欲の維持、農

業の発展のための特段の配慮をお願いします」と話し、市長へ要望書を手渡しました。



要望書を提出した金谷会長(左)

オッシー号、全国囀託警察犬競技大会で優勝！



優勝を報告した木村さん(左から2人目)とオッシー号

7月8日、9日に行われた第52回全国囀託警察犬競技大会(長野県)の足跡追及の部で優勝した囀託警察犬オッシー・フォーム・ツヴァイシュテルン号(シェパード、4歳、メス)と飼い主・指導手の木村輝子さんが8月26日、市長を表敬訪問しました。

囀託警察犬は、民間の方が飼育・訓練し、警察から囀託を受けた警察犬です。競技では練習どおりだったというオッシー号は、持ち前の集中力で犯人の足跡の臭いをたどり、見事初優勝を収めました。

木村さんは「今後も鼻を生かして、事件や行方不明者の捜索などに貢献できれば」と話しました。

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 TEL 0173-34-3939
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

広告募集

~広報ごしょがわらでは有料広告を募集しています~

広報は市内全域に配布され広く読まれています。
広告掲載で五所川原市を応援していただけませんか？

掲載料金はこのサイズで15,000円

詳細はホームページでもご覧いただけます。

<http://www.city.goshogawara.lg.jp/jouhou/other/koho-koukoku.html>
申込先 総務課広報係 内線2117



津軽鉄道全線開業90+1周年記念 「名誉駅員」になってみませんか？

津鉄ア・モーレは、当市と中泊町の若手職員有志が市町の垣根をこえて組織する津軽鉄道活性化促進チームです。

津軽鉄道は昨年、全線開業90周年を迎え、記念イベントの開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症の影響により延期となり、今年度開催予定の90+1周年記念イベントも中止となりました。

そこで、県内外の津軽鉄道ファンの方々からの支援の受け皿として「名誉駅員」を募集しています。



名誉駅員とは？

津軽鉄道株式会社に10万円を寄付していただいた方を、全12駅から1つ希望する駅の「名誉駅員」として辞令交付日から10年間任命します。

★特典★

- ①名誉駅員としての辞令交付
- ②名誉駅員名前入りプレート
の掲示

社章をデザインしたステンレス製の名前入りプレートを駅に掲示します。



③制帽+限定色のオリジナル吊り下げ名札を贈呈



受付期限…令和4年3月31日(木)まで

*先着順で各駅3名程度まで。

申込方法…申込書に必要事項を記入の上、津軽五所川原駅・金木駅・津軽中里駅の窓口で申し込みいただくか、本社へFAXまたは郵送してください。

留意事項

▷辞退されても、寄付金は返金できません。

▷名誉駅員は、社員としての権利を有するものではありません。また、商用利用は認めていません。
*詳しくは、津軽鉄道株式会社ホームページをご確認ください。

問い合わせ・申込先

津軽鉄道株式会社 TEL34-2148



五所川原市を応援します!!

◎ 広報有料広告

できること、きっとあるはず。

| | | | |
|------|-----------------------|-----------------------------|------------------|
| 問合せ先 | (公社) 五所川原市シルバー人材センター | 五所川原市字幾世森218-6 生き生きセンター内 | ☎ : 0173-34-8844 |
| | (公社) 青森県シルバー人材センター連合会 | 青森市中央1丁目25-3 青森共栄火災ビル4階 | ☎ : 017-732-5757 |

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。



金木庁舎敷地内の解体工事のお知らせ

金木庁舎駐車場整備のため、敷地内の旧保健センター金木などの解体工事を行っています。

工事期間は駐車場の一部が使用できなくなりますので、ご注意ください。

また、工事場所周辺にお住まいの方や金木庁舎へお越しの方のほか道路を通行される皆さんには、車両の出入りや騒音等でご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

工事期限

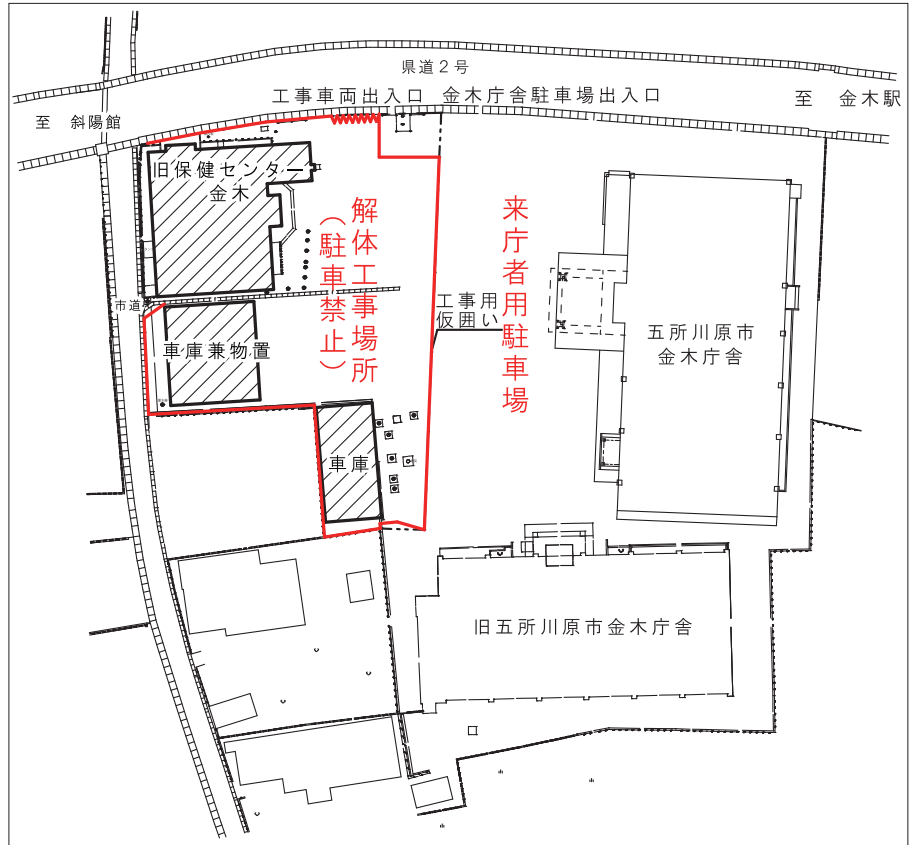
令和4年2月12日(土)まで

工事場所・駐車場案内図

右図のとおり

問い合わせ先

管財課 内線2172

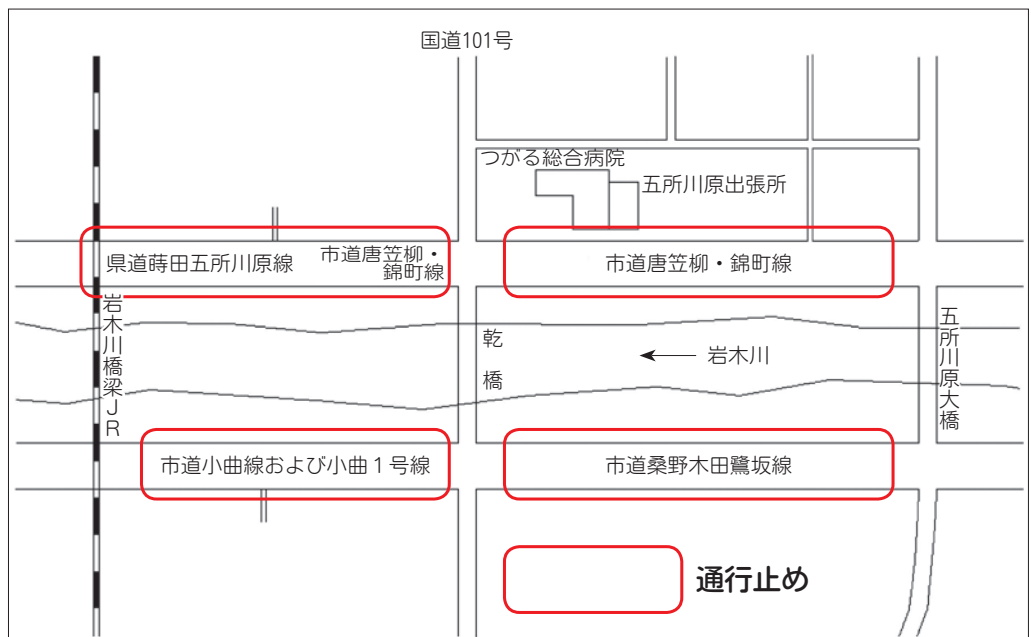


堤防工事に伴う交通規制(通行止め)のお知らせ

工事期間…10月初旬～令和4年3月31日

岩木川の河川改修事業に伴い、当市およびつがる市の(JR五能線岩木川橋梁～五所川原大橋)区間で、堤防工事を実施します。

工事に伴い堤防上の道路を通行止めとします。通行止め期間中は、通行される皆さんに大変ご不便をおかけしますが、周辺道路をご利用くださいますよう、ご理解とご協力をお願いします。



問い合わせ先…東北地方整備局 青森河川国道事務所 工務第一課 TEL017-734-4531



令和3年度企画展「伊藤正規 — 没後10年大作展 —」

当市梅田出身の洋画家・伊藤正規(1912～2011、市名誉市民)の没後10年の節目となる回顧展を開催します。

伊藤は99歳で没するまで多数の絵画作品を創作しており、その多くが散逸することなく、当市に寄贈されています。国内最大の総合美術展「日展」で特選を2回受賞し、のちに日展の会員・審査委員となり、歴史ある美術団体「光風会」では名誉会員に推挙されるなど、中央画壇ではその実力が高く評価されてきました。

伊藤が残した風景画の大作は、色彩豊かな津軽の明るい自然の美しさを表現したもののばかりです。本展では、美術展に出品された大作のほか、創作活動の確固たる土台となったといわれる川端画学校や東京美術学校時代に習い、高く評価された写実力の優れた初期のデッサンも併せて展示します。

ぜひ、この機会に津軽・五所川原が生んだ洋画家・伊藤正規の作品と魅力に触れていただきたいと思えます。

会 期…10月1日(金)～12月19日(日)
場 所…立佞武多の館2階美術展示ギャラリー
開館時間…9:00～17:00(入館時間16:30まで)
入 館 料…300円(団体20名以上、270円)
高校生以下無料
問い合わせ先…社会教育課 内線2954

令和3年度企画展

色彩豊かな津軽を描いた巨匠

— 没後10年大作展 —

伊藤正規

会 場：立佞武多の館2階 美術展示ギャラリー
期 間：令和3年10月1日(金)～12月19日(日)
■開館時間：午前9時から午後5時まで(入館は午後4時30分まで)
■観覧料：大人・大学生300円(20名以上の団体料金270円)、高校生以下無料
■主催：五所川原市教育委員会 ■共催：五所川原市観光協会
■お問い合わせ：五所川原市教育委員会社会教育課文化係 電話：0173-35-2111 内線2954



文化・芸術の秋！ 各団体の展示等を開催！

五所川原市文化振興会議加盟団体による展示等を下記の日程で行います。

| 催 事 名 | 日 時 | 開催場所 | 主催団体 |
|----------------|--------------------------------|-------------------|-----------|
| 光彩会小品展覧会 | 10月1日(金)～31日(日) 10:00～17:00 | 野村珈琲店 | 光彩会 |
| 津軽植物の会 植物研究発表会 | 11月3日(水) 9:00～12:00 | 中央公民館 2階 視聴覚室 | 津軽植物の会 |
| 第22回五所川原写真クラブ展 | 11月5日(金)～12日(金) 9:00～17:00 | 中央公民館 2階 ギャラリー | 五所川原写真クラブ |
| 歌っこ歌おうかい | 令和4年2月13日(日) 11:00～15:00 | 梅沢コミュニティ センター | 歌謡楽唱会 |

***11月に開催を予定していた「市民総合文化祭」「金木文化まつり」および「市浦ふるさとまつり」は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から開催を中止することとしました。**

問い合わせ先…五所川原市文化振興会議(中央公民館 Tel.35-6056)
金木文化団体協議会(金木公民館 Tel.53-3581)
市浦ふるさとまつり実行委員会(市浦総合支所 内線4021)



金木旧庁舎の不用品を売却します！

管財課 内線2174

金木旧庁舎を今後解体する予定となりましたので、施設内に残っている物品の売却を行います。

売却物品…机、テーブル、ロッカー、いすなど



売却物品の一例(テーブル)

売却の方法…一般競争入札

* 予定価格以上の最高額で入札した方に、その金額で売却することになります。

注意事項

▷本一般競争入札で落札されなかった物品は、入札時の予定価格を売却価格として、随意契約による売却を行います。

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

【事前物品公開日】

日時…10月25日(月)～29日(金)

9:00～12:00/13:00～17:00

場所…金木旧庁舎(金木町朝日山319-1)

* 見学を希望される方は、金木新庁舎窓口8番(内線3120)までお問い合わせください。

【参加受付期限】

入札参加を希望される方は関係書類の配布を受け、入札参加申込書を提出してください。

期限…11月10日(水)まで(閉庁日を除く)

受付時間…9:00～16:00

書類配布場所…市役所2階管財課

金木総合支所地域振興係

市浦総合支所地域振興係

書類提出場所…市役所2階管財課(郵送可)

【入札日】

日時…11月12日(金) 10:00～

場所…金木新庁舎2階会議室



災害義援金を受付しています

福祉政策課 内線2492

日本赤十字社では、災害で被災された方々の1日でも早い復興を願い、被災者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。

令和3年台風第9号等大雨災害義援金

銀行振込の場合(窓口からの振込は手数料無料、ATMからの振込は手数料がかかります)

▷青森銀行 新町支店 普通預金「3070284」

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「2861938」

日本赤十字社青森県支部 支部長 三村 申吾

* 通常の義援金専用振込用紙は利用できませんので、ご留意願います。ATMからの振り込みの場合は氏名を入力してください。

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年台風第9号等大雨災害義援金

▷口座記号番号「00180-9-731285」

* 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。また、市役所本庁舎・金木総合支所・市浦総合支所には、義援金募金箱を設置しています。義援金受付期間は12月28日(水)までとなっています。

令和3年8月大雨災害義援金

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8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8月大雨災害義援金

▷口座記号番号「00190-2-697167」

* 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。また、市役所本庁舎・金木総合支所・市浦総合支所には、義援金募金箱を設置しています。義援金受付期間は令和4年3月31日(水)までとなっています。

* このほかに、日本赤十字社福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。



納税通知書用封筒に広告を掲載しませんか？

令和4年度賦課分固定資産税・軽自動車税(種別割)納税通知書の封筒に掲載する広告を募集します。

固定資産税および軽自動車税(種別割)の納税通知書は、固定資産(土地・家屋・償却資産)、軽自動車を所有されている方に直接発送されるもので、令和3年度は、固定資産税が約2万5千通、軽自動車税(種別割)

が約2万7千通発送されており、世代、性別を問わず広くPRできる非常に有効な広告媒体です。

申込方法…申込書を提出してください(郵送可)。なお、用紙および仕様書等については市ホームページよりダウンロードしてください。

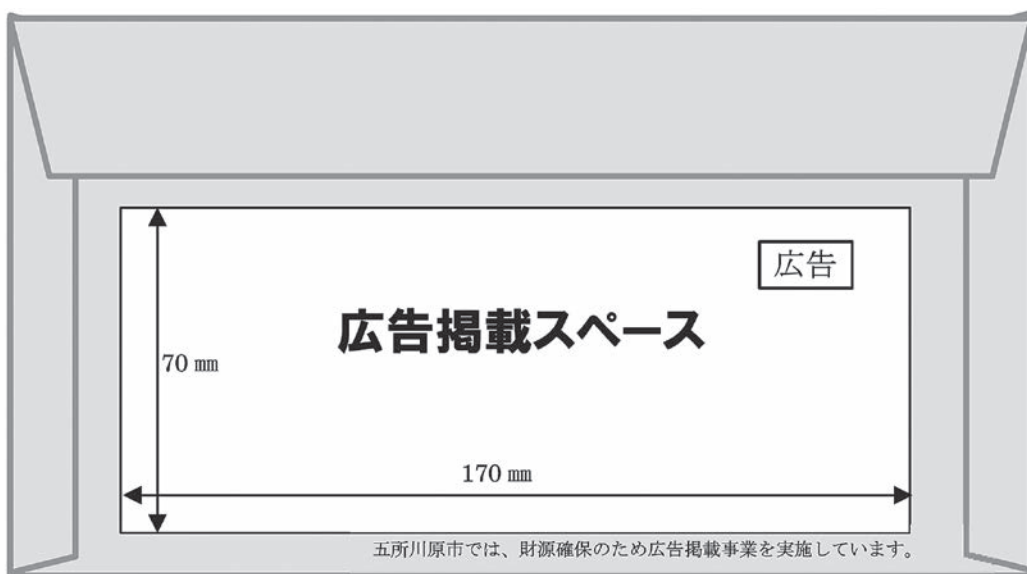
公募期間…10月1日(金)～10月29日(金)

問い合わせ・申込先…税務課 内線2261

選定までの流れ



広告掲載のイメージ



動いて食べて！ スッキリ教室

健診結果が気になる、最近太ったかも…そんなお悩みの方におすすめの教室です。自宅で手軽にできる運動、自分に合った食事量を学んでみませんか。運動と食事のパワーで体をスッキリさせましょう。

| | 運 動 編 | 栄 養 編 |
|-----|------------------------------|-----------------------|
| 日 時 | 10月14日(木) 13:30～14:30 | 10月29日(金) 10:00～11:30 |
| 場 所 | 中央公民館 1階大ホール | 働く婦人の家 1階集団指導室 |
| 内 容 | 運動講話、自宅で手軽にできる運動実技 | 栄養講話、1食分の食事診断、レシピ紹介 |
| 講 師 | フィットネスクラブウイング五所川原 健康運動指導士 | 市管理栄養士、食生活改善推進員 |
| 持ち物 | 動きやすい服装・靴、汗ふきタオル、飲み物 | 直近の健診結果、筆記用具 |

*受付は開始時間の20分前から

対象…40～74歳の市民の方(特定健康診査対象者)

定員…各コース先着20名

参加費…無料

申込み…各コース1週間前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2386

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)

▷10月14日(休) 10:00~12:00

▷10月28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)

▷10月13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

市浦地区(行政・人権合同相談)

▷10月5日(休) 10:00~12:00

青森あすなろホール市浦

問い合わせ先

市浦総合支所 内線4011

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

青森地方法務局五所川原支局

Tel34-2330

人権擁護啓発メッセージ

(令和2年度人権教室より/いずみ小6年生)

『ウイルスのことで、差別があるというニュースを見たので、残念だと思ったし、いやだと思った』

困ったら一人で悩まず行政相談 10月18日(月)~24日(日)は 『行政相談週間』です

市民の皆さんが、毎日の暮らしの中で、役所が行う仕事に関する苦情や意見・要望などがあつたときに、身近な相談相手となるのが、行政相談委員です。

道路・河川、年金、医療保険、老人福祉、登記、労働基準、雇用保険、自動車検査・登録、窓口サービスなど、役所が行う仕事について

▷苦情を直接申し出にくい

▷要望や相談について、どこへ話をしたらよいかわからない

などがありましたら、お気軽にご相談

ください。相談は無料で、相談者の秘密は厳守します。

なお、当市では定期的に行政相談日を設けています。開設日時は毎月のお知らせをご覧ください(今月号は21ページを参照)。

問い合わせ先

市民課 内線2326

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、Tel26-5881

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 Tel0120-102-143

日時…10月13日(休) 10:00~16:00

場所…市役所2階相談室2C

*予約制。貸付制度あり。

宝くじの助成金で整備しませんか 一般コミュニティ助成事業

(一財)自治総合センターでは町人会などが行うコミュニティ活動に必要な資機材等の整備に対し助成を行っており、現在、令和4年度実施事業の申請を受け付けています。

助成額…100~250万円

助成対象経費…住民が自主的に行うコミュニティ活動に直接必要な設備の整備に必要な経費(例:テント、エアコン、音響設備、草刈り機、スーパーハウス、机など)

今年度は、3団体が助成事業を活用して資機材等を整備する予定です。

申請をしたい団体は、10月5日(火)までにご連絡ください。

*審査の結果、助成を受けられない場合もあります。

問い合わせ先

総務課 内線2114

令和4年分公的年金等の受給者の扶養親族等申告書の提出にご協力を

日本年金機構より9月中旬から、順次、下記の送付対象者宛に令和4年分扶養親族等申告書が送付されます。

9月から10月にかけて送付される方の提出期限は10月29日(金)です。期限内の提出にご協力をお願いします。

送付対象者…老齢または退職を支給事由としている年金の支給額が以下に該当する方です。

▷65歳未満の方 108万円以上

▷65歳以上の方 158万円以上(退職共済年金(JR、JT、NTT、農林共済)の受給者であつて、老齢基礎年金が支給されている場合は、退職共済年金の支給額が80万円以上)

問い合わせ先

弘前年金事務所 Tel0172-27-1339

国保年金課 内線2343

年金生活者支援給付金の請求をお忘れなく

年金生活者支援給付金は、公的年金の収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

給付金を受け取るには、年金生活者支援給付金請求書の提出が必要です。今年度から新たに給付金の受取対象となる方には、8月下旬頃から順次はがき形式の請求書が送付されていますので、速やかに提出をお願いします。

制度の詳細や手続きについては、弘前年金事務所または市役所国保年金課にお問い合わせください。

*令和4年1月4日までに手続きが完了すると、令和3年10月分からさかのぼって受け取ることができます。遅れた場合は、手続きの翌月分からの受け取りとなるため、請求手続きはお早めをお願いします。

問い合わせ先

弘前年金事務所 Tel0172-27-1339

国保年金課 内線2343

国民年金保険料はコンビニでも納められます

金融機関が近くにない方、日中忙しくて金融機関に行けない方は、コンビニエンスストアをご利用ください。また、お手元に納付書がない方は年金手帳をご用意の上、弘前年金事務所までご連絡ください。

問い合わせ先

弘前年金事務所 Tel.0172-27-1339

納税証明書がオンラインで請求できます

現在、税務署では、スマートフォンやパソコンでe-Taxへアクセスし納税証明書を請求するオンライン請求をおすすめしています。

事前に「納税証明書交付請求書」を送信することで、請求時に設定した指定日に、ほとんど待つことなく税務署窓口で納税証明書の交付を受けることができます。

また、電子署名を付与してe-Taxから請求書を送信し、インターネットバンキング等で交付手数料を支払うことで、税務署へ出向くことなくデータや郵送での受領も可能です。

データによる受領については、令和3年7月から機能が拡大され、PDFファイルで納税証明書データを受領し、自宅または事業所のプリンターもしくはコンビニエンスストアのマルチコピー機から印刷することが可能となりました。

電子納税証明書(PDFファイル)は、1枚分の手数料で何枚でも印刷して使用することができるため、特に入札等で複数の提出先に同じ内容の納税証明書を提出する事業者の方にとっては、手数料が安く済むなどメリットが大きくなっています。

詳しくは、e-Taxホームページ(<https://www.e-tax.nta.go.jp>)をご確認ください。

問い合わせ先

五所川原税務署 管理運営・徴収部門 Tel.34-3136(番号案内のアナウンスが流れますので2番を選択してください)

五所川原市第2期地域福祉計画中間評価に係るアンケートにご協力を

「支えあいで作る 安心が実感できるまち」を基本理念として、平成31年に策定された「五所川原市第2期地域福祉計画」の中間評価にあたり、アンケート調査を行います。

このアンケートは、市内にお住まいの方を対象に、地域との関わりや、地域における活動の状況、地域福祉に関するご意見を伺い、計画に定めた基本目標の進行管理と中間評価を行うとともに今後の福祉施策に係る基礎資料とすることを目的に実施するものです。

調査票が送付された方は、ご理解ご協力をお願いします。

調査対象者選定方法…18歳以上の市民3,000人を住民基本台帳から無作為抽出します。

実施期間…10月上旬から2週間程度

回答方法…対象者には、調査票が郵送されますので、回答を記入(無記名、自記式)し、同封の返信用封筒で返信してください。

問い合わせ先

福祉政策課 内線2492

許しません！不正軽油

不正軽油の製造、販売および使用等は脱税行為であり、罰則として、10年以下の懲役や3億円以下の罰金に処せられます。

また、不正軽油は適正な納税秩序を阻害するだけでなく、環境破壊の原因にもなる悪質な行為です。

次のような不正軽油に関する情報がありましたら、西北地域県民局県税部までご連絡ください。

▷不審な施設にタンクローリーが頻繁に出入りしている。

▷軽油と他の油種(灯油、重油)を混ぜて使用・販売している。

▷著しく廉価な軽油を売り込みにきた。

▷自動車の燃料に灯油や重油を使用している。

問い合わせ先

西北地域県民局県税部課税課
Tel.34-2111 内線207

後期高齢者医療被保険者の皆さんへ

保険料が年金から天引き(特別徴収)されている方へ

年金から徴収される保険料額は下記のとおりとなります。

▷4月・6月・8月…年金振込時に本年2月と同額を徴収済(仮徴収)

▷10月・12月・2月…本年7月に決定した保険料の年額から仮徴収した額を差し引いた残額を分割して徴収(本徴収)

*徴収額は、7月に送付した保険料額納入通知書でご確認ください。

問い合わせ先

国保年金課 内線2346

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ことによりお薬代が一定以上安くなると見込まれる方へ「お薬代負担軽減のご案内」を送付(10月末予定)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への切り替えを希望する方は、かかりつけの医師や薬剤師にご相談ください(医師の判断でジェネリック医薬品へ切り替えできない場合があります)。

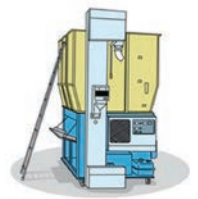
問い合わせ先

青森県後期高齢者医療広域連合
Tel.017-721-3821

穀物乾燥機を点検しましょう！

これから稲刈り時期に入り、穀物乾燥機を使用する農家も多いと思います。五所川原地区消防事務組合管内はもとより、全国的にも穀物乾燥機による火災は少なくありません。その多くはメンテナンス不良等により不意に発生しています。

穀物乾燥機からの火災を防止するため、販売店や取扱店等で定期的に点検をしましょう。



問い合わせ先

五所川原消防署 Tel.35-2019
東分署 Tel.29-2119
金木消防署 Tel.53-2322
市浦消防署 Tel.62-2119

西部クリーンセンターからのお知らせ

10月23日(土)からの当施設補修工事に伴い、豊・タンス・長さ60センチ以上の木材など可燃粗大ごみの受け入れを下記期間中、停止します。期間中はご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

可燃粗大ごみ受入停止期間

10月23日(土)～11月7日(日)

問い合わせ先

西北五環境整備事務組合
西部クリーンセンター
Tel.46-2141

健康・福祉

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

▷10月27日(水) 10:00～12:00
市役所1階相談室

持ち物…健診(検査)結果

問い合わせ・申込先

健康推進課 内線2387

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…10月21日(木) 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2380



献血バス巡回日程

▷10月24日(日) 10:00～16:00

E L M

▷10月26日(火) 13:45～15:30

アクロスプラザ五所川原・ユニバース五所川原東店

*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

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、子育てに関する事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

▷11月11日(木) 10:30～11:30

保健センター市浦

▷11月15日(月) 10:00～11:30

中央公民館3階和室

*11:00よりミニ勉強会あり(テーマ:ことばについて、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



公認心理師による講演会 「糖尿病と診断を受けた方 のこころに寄り添う」

長い療養生活で不安やストレスを抱えやすい糖尿病。病気とうまく付き合っていくための心の持ち方について、学んでみませんか。会場またはWEB(ZOOM)で参加できます。

日時…10月18日(月)18:00～19:00

対象…糖尿病を治療している方、参加を希望する方

会場…市役所2階会議室

会場参加の定員…20名

講師…弘前大学大学院医学研究科
神経精神医学講座 助教 大里絢子氏

料金…無料

申込み…10月8日(金)までに電話かメールで①氏名、②生年月日、③住所、④電話番号、⑤参加方法(会場またはWEB)をお知らせください。メールの場合は件名に「10/18講演会参加」と入力し、mana-bi-01@city.goshogawara.lg.jpまで送信してください。WEB参加希望者には参加方法をメールでご案内します。

問い合わせ・申込先

健康推進課 内線2387

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運動します。

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 |
|-----------|-----------|
| 10月6日(水) | ⑤のみ予約可 |
| 10月20日(水) | 10月6日(水) |
| 11月17日(水) | 10月20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

*11月17日(水)は①～④の時間帯(各時間帯定員18名)で行います。

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・会場で予約を受付。

問い合わせ・申込先

地域包括支援センター 内線2462



いきいき教室(介護予防教室)

体操やゲーム、脳トレーニング等をメニューとした教室です。

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～)

①10月8日(金) 切り紙でつながる切り絵&世界の絶景ショー

コミュニティセンター栄 10:00～11:30
生き活きセンター 13:30～15:00

②10月14日(休) みんなでニュースポーツを体験しよう!

金木公民館 10:00～11:30
保健センター市浦 13:30～15:00

③10月22日(金) いきいきシルバー世代の栄養と食事について

コミュニティセンター栄 10:00～11:30
生き活きセンター 13:30～15:00

④10月26日(火) おいしく食べるための口腔ケア

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

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…11月18日(休)、11月25日(休)
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…10月14日(休) 14:00～16:00

場所…金木中央老人福祉センター
(川倉の湯っこ)

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

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
10月11日(月)、18日(月)
各日14:00～15:30(受付13:30～)

②金木 芦野公園(今年度最後)
10月4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(今年度最後)
10月25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 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)



林業に関する仕事の基礎を学びませんか

青森県では、本年4月にスタートした「青い森林業アカデミー」について、第2期目となる令和4年度研修生を募集します。

申請資格…県内で林業への就業を希望し、研修受講時において18歳以

上43歳以下の方

募集人数…10名(高校推薦7名、一般3名)

研修期間…令和4年4月～令和5年3月

受講料…118,800円/年

研修拠点…県産業技術センター林業研究所研修棟(東津軽郡平内町小湊新道46-56)

取得できる資格…チェーンソー操作や車両系建設機械運転など計6種類

研修修了後の就業先

①地域の森林を管理する森林組合
②植栽や下刈、伐採などの林業を営む会社等

給付金制度…安心して研修に専念できるように、年間最大142万円を給付する制度があります。

*詳しくは、県ホームページ(<https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/nourin/rinsei/academy.html>)または下記までお問い合わせください。

問い合わせ・申込先

青い森林業アカデミー
Tel017-763-4022

看護のお仕事移動相談

青森県ナースセンターでは無料職業紹介事業として看護職の相談員がハローワーク五所川原に向いて、看護職の皆さんのお仕事探しをサポートしています。お気軽にお越しください。

開催日…10月27日(水)、11月24日(水)、12月22日(水)、令和4年1月26日(水)、2月16日(水)、3月23日(水)

時間…9:00～11:30まで随時受付

場所…ハローワーク五所川原

*青森県ナースセンター(青森市)では月曜日から金曜日の9:00～16:00まで、来所・電話・メール等で随時、相談を受け付けています。どうぞご利用ください。

問い合わせ先

公益財団法人青森県看護協会
青森県ナースセンター
Tel017-723-4580

令和3年8月から業務改善助成金が使いやすくなりました

「業務改善助成金」は「事業場内で最も低い賃金」を一定額以上引き上げ、生産性を向上させるための設備投資などを行う中小企業・小規模事業者の皆さんにその設備投資などに要した費用の一部(75%~90%)を助成するものです。令和3年8月から、対象人数の拡大や助成上限額の引き上げなどが行われました。

▷最大助成額が600万円(これまでは450万円)となりました。

▷要件を満たす場合には、パソコン、スマートフォン、タブレットも助成対象となりました。

▷詳しくは「業務改善助成金」で検索！お問い合わせは業務改善助成金コールセンター(Tel.03-6333-6155)まで。

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 Tel.35-2309

先輩起業家からのお話をきこう！&交流会in五所川原市

地元の先輩起業家から、起業までの経緯や現在のお仕事の内容など起業家ならではの話を直接聞くイベントを開催します。「起業を考えている」「先輩から学びたい」「仲間を見つけたい」と考えている方におすすめです。

また、当日参加された方で「自分の夢を聞いてほしい」という方には「夢PRタイム」も用意しています。ここでの出会いが一生のご縁になる可能性もあります。どうぞお気軽にご参加ください。

日時…10月8日(金) 14:00~15:00
(入場13:30~)

場所…立佞武多の館4階練習室1

定員…会場参加・WEB参加合わせ
て15名(WEBはZoom利用)

*いずれも事前予約制

申込締切…10月4日(月)

参加費…無料

*詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ・申込先

株式会社 I・M・S
Tel.0172-32-5801

介護のキホンを学んで就職活動に生かそう

日時…10月26日(火)~29日(金)(4日間)
10:00~17:00

場所…中央公民館

募集人数…15名

対象…介護現場へ就労意欲のある県内の方で4日間(22.5時間)の講習に欠席なく参加できる方

受講料…無料

申込締切…10月5日(火)

問い合わせ・申込先

介護労働安定センター青森支部
Tel.017-777-4331

45歳以上対象「シニア向け合同企業説明会」

シニアの雇用に積極的な企業の担当者が会社概要、仕事の内容を説明します。

ハローワーク・シルバー人材センター・産業雇用安定センター・カウンセリングのブースもあり、様々な相談ができます。

ミニセミナー「採用につながる応募書類のポイント」も開催します。

当説明会は雇用保険受給資格者の求職活動として認められます。

日時・場所

▷青森会場

10月22日(金) 13:00~16:00

アウガ5階 AV多機能ホール

▷八戸会場

10月26日(火) 13:00~16:00

ユートリー1階 大ホールB

*両会場ともに受付12:30~15:30

参加企業…両会場ともに15社程度

対象…45歳以上の就職活動中の方

参加費…無料

その他…申込不要、入退場自由、履歴書不要です。

問い合わせ先

ネクストキャリアセンターあおもり
Tel.017-723-6350



講

座

福祉オンブズマン養成講座

福祉オンブズマンについて知りたい方、興味のある方、福祉の現場で働く方で権利擁護について関心のある方など、どなたでも参加できます。

日時…10月15日(金) 13:30~15:30
(受付13:15~)

場所…中央公民館2階第1会議室

内容…講演「福祉オンブズマンの必要性」(演者:沼田徹弁護士、NPO法人セーフティネットあおもり理事長) / 福祉オンブズマン導入施設からの現場の声

受講料…無料

申込締切…10月10日(日)

問い合わせ・申込先

NPO法人セーフティネットあおもり西北五ブロック
Tel.090-7338-2777

令和3年度精神保健福祉ボランティア養成講座

精神障害への正しい理解と関わり方を一緒に学びませんか。

講話と当センター行事への体験参加を組み込んだプログラムを予定しています。

日時…10月24日(日) 9:30~12:00

施設見学・講義

10月30日(土) 9:30~14:00

体験会場

場所…地域活動支援センター ラ・プリマベラ(布施病院 裏手)

対象…精神保健福祉分野に理解、ボランティア活動に関心がある方で、2日間受講できる方

*受講者へ修了証を交付します。

定員…8名(先着順)

参加費…300円(デイサービス体験参加費含む)

持ち物…10月24日(日) 筆記用具、参加費 / 10月30日(土) 筆記用具、昼食

申込み…10月15日(金) 16:00までに電話でお申し込みください。

問い合わせ・申込先

地域活動支援センター ラ・プリマベラ Tel.38-1332

ひろみちお兄さんの「親子体操普及員養成講座」

親と子がふれあいながら体を動かす親子体操の普及と子育て世代や子どもの健康づくりの推進を目的とした養成講座を開催します。

日時…10月23日(土) 9:00～16:30
10月24日(日) 9:00～15:00

場所…青森公立大学

定員…50名

参加費…5,000円(資料代、保険料含む)

申込み…10月8日(土)までに、氏名・年齢・自宅住所・電話番号・所属先名・所属先電話番号をFAX(017-763-5591)または電子メール(aomed-sukoyaka@circus.ocn.ne.jp)で下記申込先へ送付してください。

*詳細は青森県医師会健やか力推進センターホームページをご覧ください。

問い合わせ・申込先

青森県医師会健やか力推進センター
Tel.017-763-5590



美術館堆肥化計画2021

青森県立美術館の魅力や現代アートの面白さを体感するプログラムを当市で開催します。

日時…10月2日(土)～12月12日(日)
場所…ELM、社会福祉法人あーど(漆川鍋懸147-2)

内容…「旅するケンピ」ELM内各所で県立美術館の魅力を紹介する展示(11月3日(水・祝)まで)／「耕すケンピ」社会福祉法人あーどで現代アートの面白さを体感するプログラム

問い合わせ先

青森県立美術館 Tel.017-783-3000

社会福祉大会 基調講演「誰にも優しい街を目指して」(仮)

人と人との接触に多くの配慮が求められる中、誰もが安心して暮らせる福祉社会の実現に向け、住民との連携を深めるとともに、式典では福祉功労者の表彰を行います。

日時…10月30日(土) 13:00～
(受付12:30～)

場所…オルテンシア大ホール

内容…式典および講演(テーマ:障害の有無や個性を認め合い、共に生きる社会づくり)

その他…無料で参加できますが、事前申込が必要です(健康保持上、制限や変更することがあります)。

問い合わせ・申込先

五所川原市社会福祉協議会
Tel.34-3494

月イチヨガ教室

日時…10月15日(金) 14:00～

場所…有限会社白戸建設

参加費…500円

募集人数…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 Tel.35-6291



第26回ソフトバレーボール五所川原交歓大会中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染予防に配慮し準備を進めてきましたが、このような状況下で参加者を万全の態勢で出迎えることは困難と考え、中止することとしました。

問い合わせ先

ソフトバレーボール五所川原交歓大会事務局 Tel.090-2795-9410

中里高校閉校式典のYouTube Live 配信を行います

閉校式典の様子をYouTube配信する予定です。詳しくは中里高校ホームページ(<http://www.nakasato-h.asn.ed.jp>)をご覧ください。

問い合わせ先

中里高等学校閉校記念事業実行委員会事務局 Tel.58-3149

善意の花かご ～どうもありがとうございました～



▷株式会社五所川原中央青果(木村吉幸代表取締役社長)＝すいか12玉

(以上1件くるみ園へ)

▷匿名＝果物一式

▷青森県西部郵便局長会五所川原部会(松山保部会長)、青森県西部郵便局婦人会(松山環理事)＝ベビースケール1台、歩行車1台



ベビースケールと歩行車を寄贈した松山部会長(左)

▷株式会社ゼロテック(佐々木康人代表取締役)＝北斗グラウンド草刈り奉仕(計14回)



草刈り奉仕を行った株式会社ゼロテックの皆さん

図書館

TEL 34-4334



企画展「成田千空生誕100年記念資料展」

五所川原市名誉市民でもある俳人成田千空生誕100年を記念して所蔵資料展を開催します。自筆原稿や名誉市民受賞時の写真など貴重な資料も展示します。

展示期間・場所

- ▷10月20日(水)～11月18日(木) 市立図書館ロビー
- ▷11月22日(月)～12月24日(金) 市役所土間ホール

*11月17日(水)に講演会を開催予定です。詳細は次号でお知らせします。

▷熱中症予防津軽弁標語コンテスト優秀賞10作品発表

7月22日～8月22日の間に応募いただいた作品の中から優秀賞10作品を決定しました。熱中症対策啓発活動時に活用します。たくさんのご応募ありがとうございました。

- ・かがるだど 家(え)の中さいでも 熱中症
- ・汗かいで 瘦へだつもりも なもなねよ
- ・わらはんど 帽子かぶって 遊びへの
- ・むがしどや あっつみ違うね 青森も
- ・なもなねね クーラーしぶって たおいれば
- ・まだいいじゃ わだっきゃおったんねね そいが命とり
- ・氷だの 食んだばとっちゃさも 食(か)へるべし
- ・気いつけへ 家(え)の中だばって 水分補給
- ・汗かいで のどする前に ポカリ飲め
- ・ハグランを 予防するため クビタ冷やす

たくさんの応募
ありがとうございます!



▷今月の一冊

防災ハンドメイド

辻 直美/著
KADOKAWA 2020.6

防災グッズは、身のまわりにあるもので工作できる! 新聞ぐつ、ボトルシャワー、ペットボトルのお皿...身近なものや100均グッズを材料に、災害時に役立つ衣・食・住グッズの作り方を紹介します。



▷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。

- ・「NHK『香川照之の昆虫すごいぜ!』図鑑 Volume. 1」
カマキリ先生/著 NHK出版 2021.4
- ・「へんてこひろば」
こが ようこ/構成・ことば 馬場 のぼる/絵 童心社 2021.7
- ・「千空さんに俳句を習う」
世良 啓/著 青森文芸出版 2021.7
- ・「蝦夷地警備日記(松前詰合日記 全 斎藤勝利)を読む」
鹿内 武三/校注 2021.7
- ・「ぼくと目の見えない内田さんがであったはなし」
赤木 かん子/著 埼玉福祉会出版部 2021.4

| | |
|-------|-------------------------|
| 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 |

今月の納期 納期限 11月1日(月)

| 税・保険料 | | 問い合わせ先 | |
|------------|----|--------------|--|
| 市 県 民 税 | 3期 | 収納課 内線2273 | |
| 国民健康保険税 | 4期 | | |
| 後期高齢者医療保険料 | 4期 | 国保年金課 内線2346 | |
| 介護保険料 | 4期 | 介護福祉課 内線2443 | |

納付は
便利で確実な
口座振替を!



聴く

～市政情報～



市役所かわら版は市職員も出演し、市政情報をお伝えしています。

市役所かわら版放送時間

- ▷月～木曜日 7:52/12:40/17:35/18:00
- ▷金曜日 7:52/ 9:40/12:40/17:35
- ▷土曜日 9:00/12:00 ▷日曜日 11:00/12:00

*災害発生時には、状況や避難等の情報も放送します。
*市政情報のほか、災害発生時にもラジオをご活用ください。

オルテンシア

TEL 33-2111



大ホール(コンサートホール)

- ▷国際ロータリー第2830地区 地区大会
10月17日(日) 10:10~16:15 関係者
国際ロータリー第2830地区ガバナー事務所
TEL35-2368
- ▷第30回ヒロサキモダンバレエスタジオ定期発表会
10月23日(土) 18:30~20:45 無料
ヒロサキモダンバレエスタジオ TEL52-2857
- ▷第64回五所川原市社会福祉大会
10月30日(土) 13:00~16:00 無料
五所川原市社会福祉協議会 TEL34-3494
- ▷第5回五所川原吹奏楽団定期演奏会
10月31日(日) 14:00~16:00 無料
五所川原吹奏楽団 TEL090-7666-3821

小ホール(ふるさと交流ホール)

- ▷演歌舞踊の旅
10月10日(日) 13:00~16:30 無料
あさひプロダクション TEL080-8610-5800
- ▷映画「ありふれたこの街だから」
10月17日(日) 14:00~16:00 無料
ともに生きる会このゆびとまれ TEL090-4027-0408
- ▷令和3年度発表会
10月23日(土) 9:30~11:30 無料
五所川原幼稚園 TEL35-5150
- ▷令和3年度安全運転管理者等講習五所川原会場
10月26日(火) 10:00~16:00 無料
青森県安全運転管理者協会 TEL017-766-3458
- ▷第28回ピアノ・エレクトーンコンサート
10月31日(日) 13:30~16:00
蒔苗音楽教室 TEL090-7665-0918

*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。

*10月6日(水)に大ホールで開催予定の「南こうせつ&イルカ フォークコンサート2021」は延期となりました。

10月の休館日 4日、11日、18日、25日

料理紹介

五所川原市食生活改善推進員会

あなたも作ってみませんか

テーマ カルシウムたっぷり骨粗しょう症予防



トマトクリームスープ

材料(4人分)

- | | | |
|---|---------------|------------|
| A | { トマトジュース(無塩) | 300ml |
| | { 牛乳 | 300ml |
| | ベーコン…… | 1枚 |
| | ほうれん草… | 2株(80g) |
| | 玉ねぎ…… | 1/2個(100g) |
| | しめじ…… | 1/2袋(40g) |
| | オリーブ油… | 大さじ1/2 |
| | 塩・こしょう… | 各少々 |
| | 粉チーズ…… | 小さじ2 |

1人分 エネルギー117kcal
カルシウム116mg
食塩相当量0.4g

作り方

- ① ほうれん草は塩ゆでし冷水に浸しあくを抜く。しっかり水気を絞り、3cm長さに切る。玉ねぎは薄切り、しめじは石づきを除き小房に分ける。ベーコンは1cm幅に切る。
- ② 鍋にオリーブ油を熱し玉ねぎを炒める。しんなりしたらしめじ、ベーコンを加えて炒める。Aとほうれん草を鍋に加え3~4分煮る。塩・こしょうで味をととのえ器に盛り、粉チーズをふる。

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。



保護者の皆さんは最近の性教育をご存知でしょうか？



医療法人エルム女性クリニック 院長 佐藤 秀平 先生

中学生や高校生、すなわち思春期の子どもたちを取り巻く社会的情勢は、特にインターネットやSNSなどの普及とともに、若者の心身の健康や生活に大きな影響を与えています。性感染症、いじめ、不登校などのメンタルヘルスに関する問題や生活習慣病、そして性犯罪などは社会的にも多様かつ複雑化しています。そのような問題に加えて、あるいは学校内でのスポーツ活動や過度のダイエットなどにより起こる月経異常のことなど、個別の対応が必要な状況も多くなってきました。現在、文部科学省では、学校教育における性に関する指導について、このような多様に深刻化した健康的課題に対して、より強化した取り組みを果たすように、各学校での現実的・具体的な指導をするように求めています。

平成初期までの性教育は、〇〇してはいけない、〇〇は危険だ、大人になるまでは〇〇はしない、と言うように、心身の成長に伴う心や性の衝動に伴う妊娠や性感染症などの危険性だけを強調して、青少年の行動を抑え込む内容での指導がされてきました。

しかし、その後、性教育はかなり進歩し、思春期の生理的な体の変化や、正確な妊娠までの過程、そして避妊のこと、性感染症のことなど、具体的な内容で教育されています。思春期には性の欲求や衝動、身体の変化などが起こることは生理的な現象であり、その中で、他者に危害を加えないことで行う性の享受は、大切な成長の過程でもあることも伝えています。性の最終地点の一つには、新しい命の誕生があること、そして、生命を尊重することと同様に、自分の性も他人の性も大切な

存在であり、尊重すべきものであることを伝えています。妊娠を希望しない性交には必ず2つの予防策、すなわち避妊には低用量ピルを、性感染症の予防にはコンドームを同時に使うのが基本であることを伝えています。また、子宮頸がんの予防には、HPVワクチン接種とパートナーも含めた禁煙が必要であることも加えて話をします。

性には人格があり、最も重要な点としては、どのような年齢であっても、たとえ夫婦間であっても、性行為には「性的同意」を言葉で尋ね、相手から言葉で伝えてもらう必要があるという社会のルールです。同意を得て行う性行為は、お互いの信頼関係を築き、さらに愛情を確認する最も有用な方法の一つでもあることも伝えています。性的同意の無い性行為は暴力であることを、しっかり自覚するように伝えています。

また性には個性があり、成長とともに出てくる性別に関する違和感についても伝えています。以前は性同一障害という用語が使用されていましたが、現在は、個々の様々な性的な心身の違和感には障害ではなく、正常と異常という境界もないことなどから、性別違和という用語を使用します。この現象はすでに小学生の時期から始まる場合も多く、本人も悩んでいながら誰にも相談できていないことも多いのが現状です。一番大切なこととして、性別違和をもつ個人に対しての差別をしないことを伝えています。

現在の性教育の一端を紹介しましたが、最も大切な性教育は、家庭内で始まっているということ、保護者の方がその教師であることを最後に付け加えておきましょう。

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 |
|-----------|--------------------|------------|-------------------------------|
| 10月3日(日) | かねひらクリニック(旭町55-2) | Tel35-3167 | |
| 10月10日(日) | 増田病院(新町41) | Tel35-2726 | |
| 10月17日(日) | 田町小山クリニック(田町4-5) | Tel34-3431 | |
| 10月24日(日) | 白生会胃腸病院(中平井町142-1) | Tel34-6111 | |
| 10月31日(日) | かねひらクリニック(旭町55-2) | Tel35-3167 | |

人口のうごき

令和3年8月末 住民基本台帳 ()内は前月比

総人口…52,621人(-72) 男…24,175人(-28) 女…28,446人(-44) 世帯数…25,642世帯(-6)

五所川原発祥！赤～いりんご！



旧農業センターで栽培されている
赤～いりんご(左写真)
カット断面(下写真)



増えているよ！赤～いりんごを使った商品



赤～いりんごを使った商品が増えているよ！ジュースやお菓子(左上)に加えて最近では化粧水などの美容関連商品(右上)、シードルなどのお酒が商品化されているんだ！
また、台湾では赤～いりんごの生果も人気なんだ！



こんな取り組みしているよ！

赤～いりんごを栽培している旧農業センター(毘沙門地区)に市内の若手りんご生産者を招き、現地見学会を開催するなどして情報交換等を行い、生産者の拡大・生産量の増大に向けた取り組みや赤～いりんごのさらなる振興に向けた取り組みを進めているよ！



現地見学会の様子

