

年末年始各地の裸参り



梅田(12/30)



飯詰(12/31)



広報



前田野目(1/1)



ごしおがわら

2009

1 15

No.91

目次

- 特集・市の行政改革…… 2～5
- 第2回スコップ三味線全国大会… 6
- お知らせ…………… 7～11
- ヘルス・インフォメーション…12

人口・世帯数

- 人口/62,094人 (-56)
- 男 /28,969人 (-32)
- 女 /33,125人 (-24)
- 世帯数/24,526世帯(-23)
- 12月31日現在(前月比)

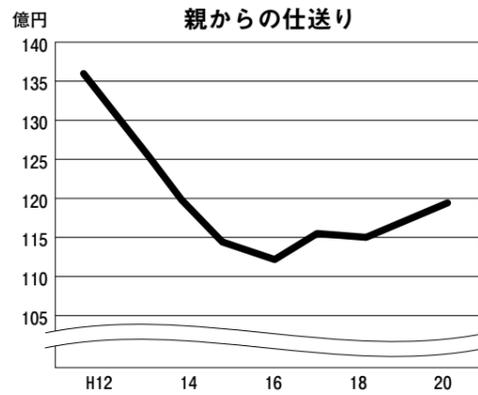
五所川原市の家計簿



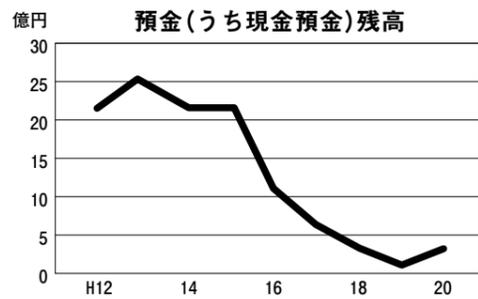
市では、広報やホームページを通じて市の財政状況を公表しておりますが、市の財政状態をより身近に感じていただくため、市の財政を一般家庭の家計に置き換えた「五所川原市の家計簿」によりお知らせいたします。

収支の年度別推移(平成16年度～平成20年度)

市の普通会計（一般会計、高等看護学院特別会計、公共用地先行取得事業特別会計の3会計の合計）の家計（収支）の状況について、年度ごとの変化を表記したものです。
なお、平成16年度から平成19年度は決算額、平成20年度は現計予算額（平成19年度繰越分を含む）となります。



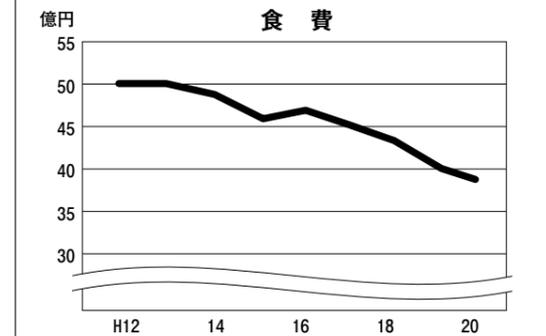
親からの仕送りは平成16年度まで一貫して減り、貯金を取り崩すことで補ってきました。平成17年度からは、親からの仕送りが多少増えたものの医療費等や借金の返済の増加をまかないきれず、平成20年度には貯金も増えるは見込まれるものの、不慮の事由には対処できる金額とはいえない状態です。



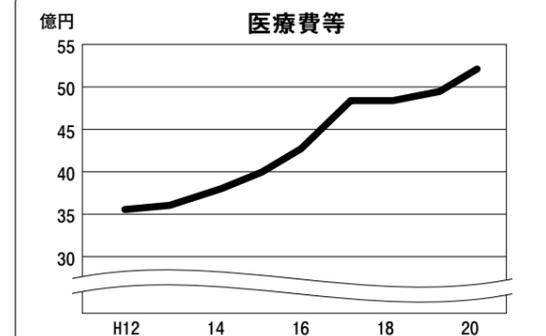
(収入内容)		(億円)				
家庭での収入	市の歳入項目	H16	H17	H18	H19	H20
給料	市税、所得贈与税	50	52	53	53	54
親からの仕送り	地方交付税、各種交付金	112	116	115	117	119
親からの援助	国庫支出金、県支出金	45	52	56	48	52
パート収入	分担金及び負担金、使用料及び手数料	8	8	8	8	8
銀行借入	市債	30	28	37	18	28
預金引出	財産収入、繰入金	17	9	7	8	1
前年の残り	繰越金	2	3	3	0	0
その他収入	寄附金、諸収入	10	8	8	9	5
収入計		274	276	287	261	267

地方交付税の減少や少子高齢社会への対応など歳入減少と歳出拡大に対し、市では、職員数の削減等行政改革に取り組み、行政サービス需要と供給の均衡に努めており、今後とも厳しい財政状況は続くものの、引き続き借金残高の減少等、財政の健全化を目指しています。

(支出内容)		(億円)				
家庭での支出	市の歳出項目	H16	H17	H18	H19	H20
食費	人件費	47	45	43	40	39
医療費等	扶助費	42	48	48	49	52
光熱水費等	物件費	23	22	20	23	25
家具等の修理代	維持補修費	7	6	3	4	4
冠婚葬祭費	補助費等	12	11	11	7	7
投資・出資・貸付金	投資及び出資金、貸付金	4	4	4	3	1
子どもへの仕送り	公営企業会計、特別会計等に支出される繰出金、負担金	52	53	55	54	52
借金の返済	公債費	44	44	46	48	50
家の増改築	投資的経費	36	38	58	29	37
貯蓄	積立金	2	0	0	0	0
前借金	前年度繰上充用金	0	0	0	1	0
支出計		269	271	288	258	267



職員の数を減らすことで、人件費が減少しています。また、平成19年度からは、職員の給料を4～5%カットしています。



生活保護費や児童扶養手当などが大きく増加しているため、医療費等の額は年々増えています。医療費等については国の制度であり減らすことが難しい費用です。



普通会計決算を1か月の家計簿に例えると

市の決算額は億単位であるため、実感が湧きにくいものです。そこで、平成19年度の決算額を1か月の家計に置き換えてみました。
なお、1か月の収入は30万円で計算しています。
※収入は、各種税や社会保険料を控除した額です。



収入		支出	
項目	金額	項目	金額
給料	61,410円	食費	46,359円
親からの仕送り	134,483円	医療費等	56,783円
親からの援助	54,819円	光熱水費等	26,512円
パート収入	9,060円	家具等の修理代	4,215円
銀行借入	20,645円	冠婚葬祭費等	7,458円
預金引出	9,146円	投資・出資・貸付金	3,878円
前月の残り	0円	子どもへの仕送り	62,285円
その他の収入	10,437円	借金の返済	54,679円
収入の合計	300,000円	家の増改築	33,043円
		貯蓄	75円
		前借金	781円
		支出の合計	296,068円

収入－支出 1か月の家計簿では 3,932円
貯金の残高 月収30万円では 4,456円（月収の約0.015倍）
借金の残高 月収30万円では 489,773円（月収の約1.63倍）

市の借金の推移

借金残高については、過去の家の増改築のために借りた借金の積み重ねにより増加傾向にありましたが、増改築の抑制により平成15年度をピークに残高は減りつつあります。借入金が増えれば借金の返済額を下回るようになっていくことで、将来世代への負担＝借金残高を減らしていきます。

市民のみなさまに五所川原市の行政改革の取組についてお知らせします(第4回)

1. 平成20年度五所川原市行政改革推進本部の行革重点項目について

行革推進本部では、平成20年度、次の行革重点項目に取り組んでおります。

- ◇事務事業の見直し…事務事業分類結果に基づいた予算編成を行います。
- ◇特別会計の見直し…策定した特別会計財政計画の進行管理を行います。
- ◇使用料・手数料等の見直し…昨年度決定した事項の進行管理のほかに指定管理者制度導入施設の使用料の見直しを行います。
- ◇公の施設等の見直し…集会施設関係の見直しを進め、公の施設以外の財産を含めた財産全般の管理について見直しを行います。
- ◇組織・機構の見直し…市が責任をもってなすべき仕事の「領域」と「方法」を踏まえた組織・機構の将来像の策定を行います。
- ◇意思決定のプロセスの見直し…新規事務事業の導入の是非の判断等政策を多面的に議論する場を設けることを検討します。
- ◇指定管理者制度の見直し…今後の制度導入の可否を含め、公募・選定の手続き等に関する見直しを行います。
- ◇合併後の各制度等の統合・平準化…合併協定項目に示されている各制度等の統合・平準化の進行管理を行います。

上記項目のうち「組織・機構の見直し」については、平成20年12月15日号の広報の「機構の見直し・人事制度改革について」により、その内容をお知らせしたところです。
今回は「指定管理者制度の見直し」についてお知らせします。

2. 指定管理者制度の見直し

(1) 平成20年度の指定管理者制度の流れ

当市で指定管理者制度を導入している公の施設の大半が平成20年度末で指定管理期間が満了するため、次年度以降の施設管理の態様を検討しました。その結果指定管理者制度を導入する施設に関しては、公募・非公募のいずれの場合においても審査基準を設け審査し、指定管理者の候補者を選定しました。

選定した後、平成20年五所川原市議会第8回定例会において、平成21年4月1日からの公の施設の指定管理者が決定しました。

(2) 見直しの内容等

平成20年度末で指定管理期間が満了となり、引き続き指定管理者制度を活用する施設に加えて、平成21年度から新規に「ふるさと交流圏民センター」に指定管理者制度を導入します。

なお、平成20年度の指定管理者候補者の選定に係る審査方法、審査基準及び平成21年4月1日からの指定管理者については市ホームページにて公表しております。

(3) 今後の取組

平成21年度以降に指定管理期間が満了となる公の施設のほか、指定管理者制度の未導入施設についても、平成20年度同様その管理の態様を検討し、住民ニーズに効果的かつ効率的に対応し、住民サービスの向上、経費削減に繋がるよう努めてまいります。

五所川原市の健全化判断比率についてお知らせします

財政健全化判断比率は、地方自治体の財政状況を判断するための全国統一の指標として、平成19年度決算から用いられた数値です。早期健全化段階は、財政状況が非常に厳しい状況で、会社でいうところの倒産手前、財政再生段階は、会社であれば倒産しているような状況となります。



平成19年度決算 健全化判断比率

普通会計 (単位：%)				公営企業会計の資金不足比率 (単位：%)		
区分	当市の数値	早期健全化基準	財政再生基準	区分	当市の数値	経営健全化基準
実質赤字比率	-	12.69	20.00	病院事業会計(西北中央病院)	4.0	20.0
連結実質赤字比率	-	17.69	40.00			
実質公債費比率	20.7	25.0	35.0			
将来負担比率	196.6	350.0				

注) 当市では、公営企業会計として7会計が資金不足比率の算定会計となっていますが、平成19年度において資金不足を生じた会計は病院事業会計のみとなっています。

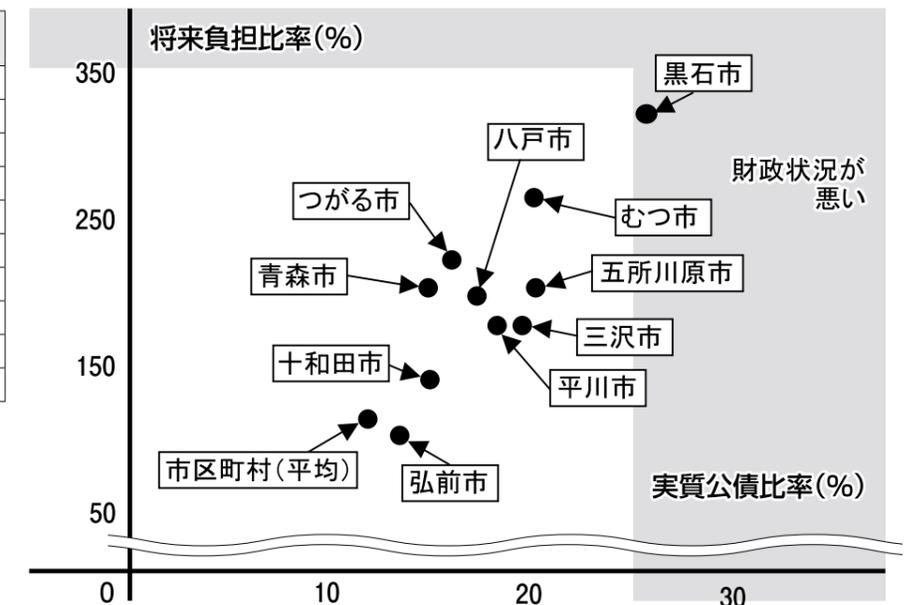
【用語の説明】

区分	内容
実質赤字比率	普通会計での赤字の比率を示しています。当市では、普通会計で赤字が生じていないため、数値なしとなっています。
連結実質赤字比率	市の全ての会計を連結した場合の赤字の比率を示しています。実質赤字比率同様、連結後でも赤字は生じていないため、数値なしとなっています。
実質公債費比率	普通会計における公債費(借金返済額)の割合です。
将来負担比率	仮に市が解散した場合、解散に当たって返済すべき公債残高(借金)や職員の退職金等の負担額から市の保有財産を差引いた額と市の財政規模との比率です。
資金不足比率	公営企業の事業規模に対する資金不足(赤字額)の比率であり、経営状況の深刻度を示すものです。

県内10市との比較(将来負担比率・実質公債費比率)

当市は、比率上では健全団体となっていますが、県内10市との比較では黒石市、むつ市に次いで3番目に厳しい数値となっています。

区分	実質公債費比率	将来負担比率
青森市	15.1	194.5
弘前市	13.1	106.7
八戸市	17.4	191.9
黒石市	25.1	314.8
十和田市	15.5	141.5
三沢市	19.9	172.7
むつ市	20.6	268.7
つがる市	16.4	220.2
平川市	20.7	170.7
市町村(平均)	12.3	110.4



五度目の紺綬褒章受章

（三上忠孝さん）



紺綬褒章を受章された三上さん(左)

平成二十年十月二十九日付けで、三上忠孝さん（一ツ谷）が、紺綬褒章を受章されました。

これに伴い、十二月十八日、市長公室にて、市長より褒状と、飾版（しょくはん）が手渡されました。

三上さんは、平成十二年から毎年市へ寄付を続けられており、紺綬褒章は今回で五度目の受章となります。

紺綬褒章

公益のため、多額の私財を寄付するなど、国民の模範となるような善行があった方へ授与されます。

津軽名物

スコップ三味線世界大会

スコップを枠抜きなどで叩き演奏を競う、第二回津軽名物スコップ三味線世界大会がエルムの街ショッピングセンターで開催。審査の結果、上位入賞者が表彰されたほか、奏者として参加したタレントの山崎邦正さんとヤナギブソンさんに「スコップ三味線親善大使」の認定証が手渡されました。



【団体の部】

- 1位 サフロスコッパーズ（青森市）
- 2位 労働問題研究会（五所川原市）
- 3位 嘉瀬の奴踊り愛好会（五所川原市）

【個人の部】

- 1位 幸月（西正幸）（埼玉県）
- 2位 岡崎 謙（弘前市）
- 3位 山崎邦正（大阪府）

新年名刺交換会

市、商工会議所、市農協が共催する新年名刺交換会が一月一日、ホテルサンルート五所川原で開催されました。参加者は、



新しい年が互いに良き年であるよう期待し、和やかに歓談していました。

無火災祈願祭

火災のない地域を願う



一月四日、五所川原市消防団（川村肇団長）は無火災祈願祭を行いました。エルムの街ショッピングセンター駐車場では、勇壮な纏（まとい）振り披露し、また、女性団員による炊き出しを行い豚汁を無料提供しました。

五農門松

（新年を飾る）



五所川原農林高校（石田雄一校長）では林業科の生徒が門松づくりをし、市役所や商工会議所をはじめ福祉施設などに無料提供しました。市役所玄関に巨大門松を設置（右）

善意の花がけ

（ごもあがごさいました）

◎社会福祉協議会へ

●美しいきもの・京染みつわ（中嶋美津子代表） 〓 三万円

◎養護老人ホームくるみ園へ

●さくら保育園（大澤公室園長） 〓 訪問（歌、遊戯、果物）

●社団法人あゆみの箱（中村メイコ会長） 〓 寄贈（液晶テレビ一台）

●五所川原保育園（川上清樹園長） 〓 訪問（歌、遊戯、ケーキ）

◎五所川原消防署へ

●五所川原地区婦人会（北澤アキ子会長） 〓 寄贈（軍手百二双、手ぬぐい百二枚）

◎五所川原市へ

●奈良真美さん（東京都千代田区） 〓 十万円（ふるさと納税）

●五所川原中央ロータリークラブ（木村吉幸会長） 〓 二十万円

●五所川原ロータリークラブ

（澤田長二郎会長） 〓 十万円



五所川原ロータリークラブ

澤田会長（中央）、花田勝彦幹事（右）

1月 下お知らせ

第4回
市内小・中学校美術展
教育委員会指導課 内線3313

市の図工美術教育の充実に向上を目的とした小・中学校美術展を開催します。小・中学校25校の児童生徒の絵画、版画、デザイン画、立体作品、壁新聞等素敵な作品が展示されます。入場無料です。

●1月24日(土)～26日(月)
10時～21時 最終日は16時まで
エルムの街2階エルムホール

第9回金木地域
おふくろの味・技展
金木地区生活改善グループ連絡協議会

のり巻きや卵料理・箸入れ作りの体験(体験料1人200円)、乾燥野菜の作り方と活用方法の紹介、伝承したいふるさとの味と技の作品展示、漬物や手作り加工品等の販売など。

●1月27日(火) 10時～15時
金木公民館

◎問い合わせ先 西北地域県民局地域農林水産部普及指導室
TEL(35)5719 神まで。

第33回
かあさんのアイデア展
五所川原地区生活改善グループ連絡協議会

農家民宿と体験を実施している長谷川牧場の講演会、懐かしいおやつの作り方実演と試食、また、地元農産物を使った漬け物やお菓子等の即売もあります。

●1月22日(木) 11時30分～15時
エルムの街2階エルムホール
◎問い合わせ先 西北地域県民局地域農林水産部普及指導室
TEL(35)5728 木村まで。

平成20年度働く婦人の家
講座「和菓子作り教室」
TEL(35)8808

●2月16日(月) 13時～16時
働く婦人の家2階調理室

◇講師 三山鐘徳先生
(炉菓子処)

◇材料費 1000円

◇定員 24名(先着順)

◇持参物 エプロン、三角巾等

◎申込方法 1月20日(火) 10時から受付開始(電話または来館にて)。定員になり次第締切。

※キャンセルは2日前まで。それ以降のキャンセルや、連絡のない場合は材料費をいただきます。

除排雪委託業者の
一部変更のお知らせ

土木課 内線2615
(株)工藤建設の担当していた栄・七和・長橋地区の除排雪箇所を、

榊引工業所(株)に変更しました。なお、これまでの榊引工業所(株)が担当していた箇所は、引き続き同社が除排雪を行います。

確定申告説明会
五所川原税務署個人課税第一部門
TEL(34)3136

【営業所得】

●2月4日(水) エルムホール
・10時30分～12時 所得税
・14時～15時30分 消費税

●2月2日(月) JA木造町本所

・10時～11時30分 所得税
・13時30分～15時 消費税

●2月3日(火) エルムホール

・10時30分～12時 所得税
・14時～15時30分 消費税

◇所得税は青色申告以外、消費税は消費税課税事業者が対象。

◇関係書類と筆記用具を持参。開場は説明開始の30分前。

◇「電話相談センター」は電話後、音声案内で「0番」を選択(2月21日(土)～3月16日(月)の期間)。

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
平成20年	0	29	165	1,735	3	28
平成19年	4	42	169	1,846	5	28
比較	△4	△13	△4	△111	△2	0

平成20年度統一標語 火のしまつ 君がしなくて 誰がする

問い合わせ/五所川原地区消防事務組合消防本部 ☎35-2019 (内線28)

2月2日(月)は

以下の納期限です。忘れずに納めましょう。

国民健康保険税

第7期

収納課

内線2243～2251

介護保険料

第7期

介護福祉課

内線2452・2453

後期高齢者医療保険料

第7期

国保年金課

内線2337

平成21年度 募集

幼稚園は一番最初の学校です

幼稚園就園奨励費補助金が保護者の所得に応じて支給されます。

入園資格 3歳児・4歳児・5歳児

願書受付中 預り保育 月曜日～金曜日/午後6時まで・土曜日/午後5時まで

児童保育 上と同じ・小学1年生から6年生まで

学校法人 金木学園 **金木幼稚園**

金木町浦町(雲祥寺横より約300m入る) ☎52-2459 FAX52-2460

子育て支援

児童福祉法第59条の2の県届出施設

保育年齢 生後3ヵ月から

入園随時

保育時間 午前7時30分～午後6時(月～金)・午後5時(土)

一時預り 1時間・半日・1日でも可

保護者に一定の要件を満たす第3子以降のお子様には保育料軽減の補助金があります。

金木幼稚園附属 **ひまわりハウス**

金木町浦町(幼稚園隣) ☎53-2805

見学自由～詳しい事についてはお問い合わせ下さい

◎広報有料広告

五所川原市を応援します!

市民サロン

津軽民謡でギネスに挑戦!!

NPO法人かなぎ元気倶楽部
TEL(54)1616 津軽三味線会館内
白川

津軽民謡は地域の伝統文化です。子供から大人までみーんなで津軽民謡を唄い津軽を盛り上げよう!! 秋には黄金の稲穂の前でギネスに挑戦!! 「黄金色の大地から千人のじよんから節と奴踊りプロジェクト」を開催します。

事前準備として、参加希望者に、じよんから節と嘉瀬の奴踊りのオリジナルCDを差し上げます。参加希望の方は、津軽三味線会館受付までお越しください。

無料法律相談について

法テラス青森

TEL050(333)5552

●毎月第1・3木曜日

13時～16時

市役所北棟2階 市民相談室

◇事前予約制(予約受付時間・平日9時～17時)。一定の資力基準(家族構成や収入、現金・預貯金など)の範囲内である方が対象です。詳細はお問い合わせください。

「農業における放射線の利用」セミナー

NPO法人放射線教育フォーラム
青森支部 TEL080(120)8044

有効に活用されている放射線が、身近な農業分野にて、どのように利用され、今後どのように利用できるのか、農業への波及効果は? など専門家を招いて考える機会を「五所川原はつらつ虹の会」と企画しました。どなたも来場歓迎!

●2月22日(日) 10時～12時30分

五所川原地域職業訓練センター

◇内容 講演・討論(参加者全員)

・製品展示・パネル展示

◇定員 30人程度

◎事前申込不要。参加費無料。

※あおもり県民カレッジ単位認定講座です。

第6回五所川原市民グラウンド・ゴルフ冬季大会

五所川原市グラウンドゴルフ協会
TEL090(312)4130 神

●2月22日(日) 受付8時10分

開会式8時40分 競技開始9時

つがる克雪ドーム

◇参加資格 市民

◇参加料 1人1000円

◎申込期限 2月5日(木)厳守

※詳細はお問い合わせください。

南部地区土地区画整理事業区域内の町界・町名・地番の整理検討について

平成20年9月18日の第1回町界・町名・地番整理検討会(広報「平成20年10月15日号」P7にて報告)の後、各地区にて説明会を開催し、その結果を基に平成20年11月27日、第2回検討会を開催しました。

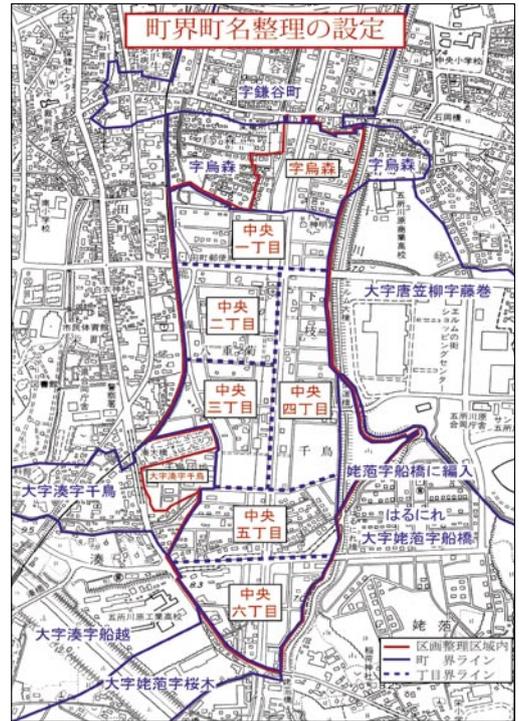
第2回検討会では、各地区説明会における意見を基に議論がなされ、満場一致で右図のと通りの町界・町名設定が決定したので報告します。

～今後のスケジュール(予定)～

- ・3月 右図を「南部地区土地区画整理審議会」に報告
- ・9月 五所川原市議会に議案として提出
議決されて本決定
- ・1年間の周知期間～住所変更手続き等説明会を随時開催
- ・H22
7月～9月頃 換地処分(住所変更、登記完了)

◎ご不明な点、ご質問等がありましたら
都市計画課換地精算係 内線2636まで

※各地区説明会における意見等詳細については、市ホームページからもご覧いただけます。



広告募集

～広報ごしよ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おります。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.goshogawara.net.pref.aomori.jp/02_koho/koukoku.html/
申込先/総務課広報係 内線2117

五所川原市を応援します!

リハビリ堂やすらぎデイサービス

|| 選べる二つの時間帯・各時間帯定員10名の少人数制

- >> 全日制(9時～15時15分) リハビリ重視
-入浴(玉川温泉浴岩石使用)・昼食・送迎
- >> 半日制(9時～12時15分)
-リハビリ中心・送迎

五所川原市中平井町144-2 (福コクリンク店となり)

まだまだ自分の足で、自分の心で歩きたい
- しんしんじっぽ -
をお手伝いします!

ご利用・介護なんでも相談・無料体験受付中
まずはお気軽にお電話下さい 0173-33-6030

◎広報有料広告

平成21年度

稲村遺跡発掘調査作業員募集

募集する職	発掘調査作業員 主な仕事内容：発掘現場における掘削作業等
応募資格	市内に居住し、心身ともに健康で、発掘現場における掘削、土砂運搬等の作業を行う持久力・筋力のある方（応募者多数の場合は選考）
勤務場所	五所川原市稲村遺跡発掘現場 (大字新宮字稲村、大字長橋字広野地内)
採用予定数	・青森県埋蔵文化財調査センター 52名 ・市教育委員会 50名
応募方法	履歴書に必要な事項を記入のうえ、2月13日(金)までに下記申込先までお申し込みください。(個人情報、発掘調査作業員募集のみに使用いたします) 雇用期間 ・青森県埋蔵文化財調査センター 4月21日～7月24日(予定) ・市教育委員会 4月28日～10月23日(予定) ※1ヶ月の勤務日数は14日以内。 ※どちらの雇用期間になるかは、本人の希望をとりませんが、意に沿わない場合もあります。
待遇	①賃金 日額6,880円(予定) (欠勤した場合は、その時間数に相当する賃金額を減額します) ②勤務時間 青森県埋蔵文化財調査センター 8:30～17:30 市教育委員会 8:30～17:15 ③休日 土・日・月曜日、祝日、悪天候等 ④その他 労災保険は加入になりますが、雇用保険には加入できません
申込先	〒037-0202 五所川原市金木町朝日山319-1 五所川原市教育委員会社会教育課 TEL 35-2111 内線3324

油もれに気をつけましょう

冬期間、家庭や事業所からの油漏れ事故の発生が予想されます。灯油等が河川に流れ込むと、水道、魚類、農作物などに重大な被害が出る場合があります。うっかりミスや器具の破損に注意しましょう。

灯油もれを防ぐための注意点

- ◇ホームタンクからポリタンクに小分けするとき、その場を離れないようにしましょう。
- ◇ホームタンクや配管が破損していないか、時々点検しましょう。
- ◇ホームタンクは、積雪や落雪の影響を受ける所にありませんか。

※油が河川へ流れ込むのを防ぐためにオイルフェンスや吸着マット等の設置が有効ですが、これらの費用や、事故発生後の処理費用は原因者負担が原則です。油が漏れた場合や発見したときは、被害を最小限に抑えるため、すぐ通報してください。

◎通報先 最寄りの消防署・環境対策課 内線2343

後期高齢者医療制度（長寿医療制度）の保険料のお支払いについて

平成21年度から、「年金からのお支払い」と「口座振替」の選択制となります

後期高齢者医療制度（長寿医療制度）の保険料につきまして、口座振替でのお支払いをご希望される方は、国保年金課窓口で手続きしてください。

1月30日までに手続きいただくと、4月分の年金からのお支払いが中止され、7月から口座振替によりお支払いいただくこととなります（お支払いいただく保険料の総額は変わりません）。

- 期限を過ぎてお申し出いただいた場合は、6月以降の年金からのお支払いが中止となりますので、ご了承ください。
- これまでの納付状況等から、口座振替への変更が認められない場合があります。
- 手続きに際しては、口座振替依頼書の提出が必要となりますので、以下を持参してください。
①振替口座の預金通帳 ②通帳のお届け印
③後期高齢者医療制度（長寿医療制度）の保険証

◎問い合わせ先

国保年金課後期高齢者医療係 内線2337

犬のフンは必ず持ち帰りましょう

春先、雪解けの中から犬のフンが出てくるとの苦情が毎年のようにあります。冬期間の散歩中、フンを雪の中に隠すなど、一部飼い主の道徳意識の欠如が、多大な迷惑をかけています。犬のフンは、いろいろなバイ菌をもっていることがあり、大変不衛生です。犬のフンは自宅に持ち帰り処理してください。

◎環境対策課 内線2343・2344

糖尿病健康相談

健診結果で血糖値やHbA1cに異常があった方、糖尿病予防には何が必要なのかを考えたい方等に対し、保健師・栄養士が個別で相談に応じます。

ご自身の健康づくりにぜひお役立てください。

●2月12日(木) 保健センター五所川原

2月13日(金) 保健センター金木

●時間 10:00～12:00

(保健師、栄養士各相談30分程度)

◇持ち物 健診結果(特定健診受診者)

健康手帳(お持ちの方)

◇定員 保健師相談：各日10名程度

栄養士相談：各日3～4名

◎申込方法 2月9日(月)まで、健康推進課へ電話(内線2368)でお申し込みください

※会場は、「健康づくり相談室」と併設です。

パブリックコメント募集のお知らせ

みなさまのご意見をお寄せください。

案の名称	五所川原市第4期介護保険事業計画(案)
担当課等	福祉部 介護福祉課
案の内容・要旨	急速な高齢化の進展に伴い、本市における介護保険事業の円滑な実施に向けて、平成21年度から23年度までの3年間を計画期間として、各種施策の実施方針や事業運営について定める。
資料の入手方法	①市ホームページ(URLは広報表紙下段) ②介護福祉課(市役所2階) ③市情報公開コーナー(総務課:市役所4階) ④郵送料負担のうえ、担当課に郵送の申込み ※資料の写しを希望される場合、実費をご負担いただきます。
案の公表期間 意見募集期間	平成21年1月29日(木) ～平成21年2月27日(金)
意見提出について	①様式は任意 ②使用する言語は、日本語とする ③郵便、FAXまたは電子メールで提出する ④意見、住所・氏名(法人等はその名称・事務所所在地等の連絡先・代表者名)を記載する ※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 ⑤提出先 福祉部 介護福祉課 内線 2451 FAX: 35-2120 E-mail: 0803pbc@goshogawara.net. pref.aomori.jp
提出された意見の公表	市の考えを付して公開予定 (氏名・住所は公開しません)

2/2(月)から レジ袋無料配布中止(有料化)が スタートします!

ごみ減量とリサイクルを推進する「もったいない・あおもり県民運動」の一環として、2月2日(月)から県内の主要なスーパーなどで、「レジ袋の無料配布取り止め(有料化)」が始まります。

環境に優しいライフスタイルへの第一歩として、マイバッグ持参運動にご協力をお願いします。

■実施店 県内のスーパー、ホームセンター、百貨店など24社、231店舗

※総合スーパーや百貨店は、店舗内の一部(食品売り場の集中レジ)で実施

■実施事業者

【食品スーパー】 青森県庁生協、青森県民生協、(株)伊徳、弘南生協、(株)三光、(株)スーパーカケモ、(株)スーパーストア、生協コープあおもり、(有)ファミリーマートさとう、(株)マエダ、マックスバリュ東北(株)、(株)みなとや、(株)ユニバース、(株)よこまち

【総合スーパー】 イオンスーパーセンター(株)、イオンリテール(株)(ジャスコ)、(株)イトーヨーカ堂

【百貨店】 (株)中合三春屋、(株)中三、さくら野東北(株)

【ホームセンター】 (株)コメリ、(株)サンデー、(株)サンワドー

【クリーニング店】 東洋社企業組合

■詳しくは、県庁ホームページ

(<http://www.pref.aomori.lg.jp/nature/kankyo/rejibukuro.html>)

もしくは、県環境政策課
(TEL017-734-9249)まで。



素敵(い)る(い)る五所川原

●取材の様子など詳細はホームページ(カラー)で確認できます。

<http://www.goshogawara.net.pref.aomori.jp/>

16_kanko/nakanoshima/wakimoto.html

No. 4 芦野公園

四季折々の彩りをみせる芦野公園。「日本の桜名所100選」に選ばれた公園内には桜2,200本と松1,300本、津軽鉄道芦野公園駅、吊り橋、太宰治の文学碑など見所が盛りだくさんです。



No. 5 かつちやの手作り 金木もちっこの会



手作りのふるさとスイーツを提供する元気なお母さん達の会。笹餅、よし餅、運平、しとき餅、ごり豆など逸品ぞろいです。



No. 6 川倉そば 川倉ふれあいセンター 農産物加工部会

川倉地区産の「そば粉」でそば打ち体験ができます。昨年は食育体験教室に親子が参加し、そばの種まき、収穫、そば打ちを体験。自分達の「そば」をおいしくいただきました。みなさんも、そば打ちをしてみませんか。



相談事例⑨ 認知症サポーターとは
～あなたにもできることがあります



【相談内容】

私は認知症の親を介護した経験がありますが、家族だけの介護では在宅生活を送ることは大変難しいと感じました。認知症の事を地域の皆さんと考えたり、学習の機会を見つけて、更に知識を深めていきたいと考えているのですが。

【こんなふうに考えてみました】

日々の安定した暮らしの継続が認知症の人にとっての生命線です。継続した暮らしを守っていくためには、どのように本人と家族を支えていくことができるかが、大切なポイントとなります。



認知症サポーター養成講座をご存じでしょうか？

【認知症サポーター養成講座であなたも一役】

「認知症サポーター養成講座」は、キャラバンメイト（所定の研修を受講し登録されている）が講師となり、1時間半程度の講義や寸劇などで、わかりやすく認知症の理解を深める事ができます。また、修了者にはサポーターの証としてオレンジリングを配布しています。

まずは、あなたご自身、そして友人同士や職場の仲間などで受講し、認知症を正しく理解して、ご本人や家族を温かく見守る応援者になることができます。

お申込みは、下記までどうぞ。日程等相談に応じます。

【問い合わせ・相談先】

五所川原市地域包括支援センター TEL38-3939
特別養護老人ホーム祥光苑 TEL36-3100 秋田谷さん

平成21年
五所川原地区合同除厄祈願祭
参加者募集

●2月8日(日)

受付13:00～ 祭事・記念写真・直会14:00～17:00
ホテルサンルート五所川原2F (TEL34-8111)

◇対象者（市民以外でも参加できます）

男性…昭和43年4月2日～昭和44年4月1日生まれ
女性…昭和52年4月2日～昭和53年4月1日生まれ

◇会費…一人7,000円〔祈願料、御守、御札、直会（飲食）、記念写真代含む〕

※祭事・記念写真のみの参加は一人5,000円

◇参加受付および会費の納入方法

下記の銀行までお振込みください。

- ・青森銀行五所川原支店 普通 1122803
 - ・みちのく銀行五所川原支店 普通 2609456
- （口座名義人）五所川原地区合同除厄祈願祭
じっこういんかい かいけい こん ひろき
実行委員会 会計 今 広樹

*振込み後、TELかFAXにて氏名、住所、連絡先のご登録願います。申込用紙も用意しています。

*準備の都合上1月29日(木)で締め切らせていただきます。

*収集した個人情報、合同除厄祈願祭以外には使用いたしません。

◆お問い合わせ先◆

〔発起人〕小山内高雄・吉岡 昌史・安田 博
荒谷 智子・齊藤 君枝・白取 博士
(社)五所川原青年会議所事務局内
五所川原地区合同除厄祈願祭実行委員会事務局
TEL 35-4049 FAX 35-4044 今 広樹・東 慎治
受付時間 月曜日～金曜日 10:00～17:00

文藝がわら

題字 斎藤 清泉

〔川柳岩木吟社〕

木漏れ日の森でいのちを遊ばせる	一本のペンに巨悪の城崩れ	勝負師は最後に笑う駒を秘め	凜とした態度に謙虚さ兼ね備え	声優が二役こなす舞台裏	逆境に耐えて夢見る花の種	雨傘が行き交う北の初詣	騙されてから一匹の鬼を飼う	善人の心の中は塀がない	居酒屋に男の小骨浮いている
加藤 彩人	小野 左千郎	坂本 ふじや	永山 たまき	伊香 広翁	蝦名 秀丸	櫛引 淡平	小野 順坊	高橋 峰	對馬 一閃



ヘルス・インフォメーション

健康だより

健康推進課 ☎35-2111 (内線2363-2366)
保健センター市浦 ☎27-7733

健康づくり相談室

生活習慣病や、肥満解消、介護予防など体に関する
こと、ストレスや心の相談などに保健師が応じます。
健康手帳をお持ちの方は、ご持参ください。

地区	開催場所	開催日	開催時間
五所川原	富士見コミュニティセンター	1月22日(木)	10:30~12:00
	コミュニティセンター三好	1月22日(木)	11:00~12:30
	下岩崎公民館分館	1月29日(木)	13:30~14:30
金栄	大東ヶ丘コミュニティ消防センター	1月23日(金)	10:00~11:00

乳幼児健診

◇内容 小児科診察、歯科診察(1歳6か月・3歳児)、
尿・耳・目の検査(3歳児)、身体計測、発達相談、
離乳食のお話(4か月児)等

●受付時間 12:00~12:30

11時から母子健康手帳を出すことができます。

◇持参するもの 母子健康手帳、バスタオル等

健診の種類	実施日	実施場所	対象児及び対象地区
4か月児健診	2月3日(火)	保健センター五所川原	平成20年9月生まれ全地区
1歳6か月児健診	2月24日(火)	保健センター五所川原	平成19年8月生まれ全地区
3歳児健診	2月19日(木)	保健センター五所川原	平成17年8月生まれ全地区

*健診に来られない場合、すでに健診を受診した場合等は、健康推進課にご連絡ください。

*3歳児健診については個別に事前通知します。

*駐車場は、市役所駐車場をご利用ください。

ことばの相談

お子さんのことばが遅い、ことばがつかない、ことばがはっきりしない等、気になることはありませんか?毎月1回、相談に応じています。

●日時 2月19日(木) 10:00~14:00

●場所 保健センター五所川原

◇申込締切 2月9日(月)

エンゼル相談(母子相談)

お子さんと一緒に遊びの時間をつくり、子育ての楽しさや悩みを話してみませんか。

各地区の開催日は、いずれの会場のご利用も可能ですので、お気軽においでください。

◇持参するもの 母子健康手帳、バスタオル

日時	実施場所	内容
2月18日(水) 10:00~11:30	保健センター五所川原	○各月齢での成長(身体計測)・発達の確認、育児、遊び、栄養(離乳食)の相談 ○子育て等に関する勉強会、情報交換
2月26日(木) 10:00~11:30	保健センター金木	※2月勉強会テーマ(11時~)「心の発達」について
2月25日(水) 10:00~11:30	保健センター市浦	

料理紹介 五所川原市食生活改善推進委員会

あなたも作ってみませんか

テーマ よい食生活をすすめるために~

きのこの混ぜごはん



1人分 315kcal 塩分 0.7g

■材料(4人分)

米……………2合	すだち(レモンでも良い)…2個
生しいたけ…4枚	三つ葉……………1/2束
しめじ……1/2パック	万能ねぎ……………6本
エリンギ……2本	切れてるチーズ…4枚
醤油……………小さじ2	

■作り方

- ① 米は洗って普通に炊く。
- ② きのこは石づきを取って網で焼く。焼き色がつき、汁がにじんできたら細かくさき、食べやすい長さに切って、醤油とすだちの絞り汁をからめておく。
- ③ ごはんが炊き上がったたらほぐし、②のきのこ、刻んだ三つ葉、万能ねぎ、チーズを加えてよく混ぜ、盛り付ける。

このメニューは、きのこがたっぷり入った混ぜごはんです。焼いたきのこに醤油とすだちで味と香りを付け、三つ葉とねぎで更に香り高く仕上げています。サッパリとした中にも、チーズと醤油のコクが活きた一品です。

献血のご案内(バス巡回)

期 日	時 間	場 所
2月22日(日)	10:00~11:45	エルムの街SC・イトー
	13:30~16:00	ヨーカドー

救急医療当番医

月 日	曜日	医療機関名	住 所	電 話
1月18日	日	かねひらクリニック	旭町55-2	35-3167
1月25日	日	白戸胃腸科外科医院	栄町64-1	34-6211
2月1日	日	まつもと整形外科クリニック	下り枝4-4	33-5413

- ※1. 対応時間(電話で確認)9時から17時まで
2. 消防署(救急病院紹介 ☎34-4999)でも紹介します。

平成20年度予防接種日程表変更のお知らせ

個別予防接種実施医療機関一覧表を以下のとおり変更します。

- ・江渡内科医院受付時間
「午後1:30~5:00」⇒「午後2:30~4:30」要電話予約
- ・すわ胃腸科内科クリニック
閉院のため予防接種の実施はありません