

あざやかに 花菖蒲



ごしよがわら
花菖蒲せせらぎまつり

広報

ごしよがわら

2009

7 15

No. 103

目次

市議会(第6回臨時会).....	2
上ノ国小ふれあい交流体験学習...	3
五所川原剣道協会全国大会出場...	4
お知らせ.....	4~15
ヘルス・インフォメーション.....	16

人口・世帯数

人口/61,601人	(+7)
男 /28,677人	(-8)
女 /32,925人	(+15)
世帯数/24,586世帯	(+32)

6月30日現在(前月比)

編集と発行/五所川原市役所総務部総務課 〒037-8686 青森県五所川原市字岩木町12番地 ☎0173-35-2111(代)

五所川原市ホームページ <http://www.goshogawara.net.pref.aomori.jp>

五所川原市議会 第6回臨時会

平成21年五所川原市議会第6回臨時会が7月2日に開催され、監査委員および財産区管理委員会委員の選任の29議案について同意されました。

【監査委員の選任について】

監査委員に山本将雄氏が選任されました。

【財産区管理委員会委員の選任について】

相内財産区、脇元財産区、十三財産区および嘉瀬財産区について、各財産区7名(合計28名)の財産区管理委員が選任されました。



ごしょがわら花菖蒲せせらぎまつり

7月4日から2日間、菊ヶ丘運動公園内で、富士見住民協議会(片山正七会長)主催の、第19回ごしょがわら花菖蒲せせらぎまつりが開催され、明治神宮株分けの69品種3万本の色とりどりの花菖蒲が、市民の目を楽しませていました。

まつりでは、グラウンドゴルフ大会、カラオケ大会、子どもゲーム大会のほか、パッチワークキルト作品展が開催され、多くの人で賑わいました。



五月女苑 防風保安林 クリーン大作戦

6月18日、十三地区五月女苑の防風保安林の不法投棄ごみの撤去作業が行われ、森林ボランティア巡視員ら39名が、冷蔵庫・テレビなど約6トンのごみを撤去し、警告看板を設置しました。撤去しきれなかったごみも残っており、参加者は不法投棄の多さに、驚きと怒りを感じていました。不法投棄は犯罪です。廃棄物は適正に処分しましょう。



犯罪や非行のない社会を

7月4日、「第59回社会を明るくする運動市民総決起大会」が花菖蒲せせらぎまつり会場で開催されました。190名の市民や団体が参加し、地域一体となって犯罪や非行のない社会を築くために連携することを誓いました。



▲法務大臣のメッセージを読み上げる五所川原市保護司会・小田桐三男会長

友情の輪をひろげよう・交流訪問く

金木小・市浦小などで歴史、文化学ぶ

上ノ国町の小学生



「上手だなあ〜」金木小学校三味線クラブとの交流



「いっぱい採れたよ〜」十三湖でシジミ採り体験



「うまく作れたよ〜」ひば材での記念品づくり

六月二十五日と二十六日、北海道上ノ国町の小学5年生児童五十人が金木小学校三味線クラブや市浦小学校などを訪れ、当市の歴史や文化をとおして交流しました。このうち、太宰生誕百年を記念して芦野公園に建立した「太宰治像」や斜陽館の見学では、太宰について学んだほか、市浦小学校ではひば材を使った記念品づくりや十三湖中の島でのシジミ採り体験など楽しい交流の時間を過ごしました。この交流は今年で二十一回目となりました。

立佞武多で高齢者を交通事故から守ろう

六月二十九日、三浦年明五所川原警察署副署長、小山内有義五所川原地区交通安全協会会長らが市長を訪問し、反射材プロピカシールの完成を報告しました。

シールは、交通安全協会の費用で五所川原警察署が三千枚製作。新素材により、細かな粒子が様々な角度からの光を反射するため、夜間のドライバーに歩行者の存在を気付かせる効果があります。

絵柄には、立佞武多「親子の旅立ち」をイラスト化したものを採用。バックなどに貼り付けた後、はがしてもシールの跡が残りにくいよう工夫されています。

県内の交通事故による死亡者の半数が高齢者であることから、今後、交通安全教室や講習会、警察による街頭指導の際に、主に高齢者に配布される予定です。

文豪・太宰治直筆「ハガキ」故郷へ

〜スペイン文学者・故會田さん(東京)ご遺族寄贈〜



文豪・太宰治が東京外国語大学の教授を務めたスペイン学者の故・會田由(あいだゆう)氏に送った「ハガキ」を市に寄贈するため、七月五日、會田さんの妻・文子さんら(東京都在住)が教育長を訪れました。

ハガキは昭和十七年十月十七日、当時三十三歳だった太宰が會田氏からほしい本を送ってもらったお礼をつづったもの。會田氏が亡くなって書類を整理していた際に、文子さんが偶然見つけたもので、三十年余り大切に保管していましたが「この先ずっと、太宰が生まれた故郷で大事にしてみたい」と、市への寄贈を希望されました。

市では今後、ハガキを県近代文学館に寄託し、劣化しないよう保存につとめることにしています。

市に寄贈された太宰直筆はがき



太宰治 生誕百年

太宰直筆のハガキを手にする會田文子さん(左)と木下教育長



「高齢者の交通事故犠牲者を減らすことにつながれば」とプロピカシールを手に。(左・小山内会長 右・三浦副署長)

四年連続出場!! 五所川原剣道協会 チビッコ剣士

憧れの「日本武道館」へ



六月二十三日、全日本少年剣道錬成大会の県大会小学校団体の部で見事入賞を果たした五所川原剣道協会の小学生剣士と坂本憲哉監督、葛西英機同協会会長らが市長を訪問し、四年連続で全国大会に出場することを報告しました。

七月二十八日の全国大会へ出場する選手は成田知可さん(栄小6年)、阿部峻大さん(五小5年)、高橋和範さん(中央小6年)、藤田妃保さん(南小6年)、山本千雅さん(南小6年)の五名。

「引揚救助」種目 五所川原消防署が県1位!

七月二日、青森県消防学校において第三十八回消防救助技術青森県大会が開催され、県内の強靱な救助隊員のひしめく中で五所川原消防署の救助隊員が出場した「引揚救助」種目が第一位となり、七月二十三日には仙台市で開催される第三十八回消防救助東北大会に出場を果たしました。

引揚救助：五名一組(要救助者を含む)で、一名が空気呼吸器を着装して塔上より降下、要救助者を検索・救出し、他の二名と協力して塔上へ引揚救助するまでの安全性、確実性、タイムを競う。



世界の陶芸家が集う 2009 五所川原 世界薪窯大会

津軽金山焼にて、五所川原世界薪窯大会が開催されています。今年も、アメリカ、インド、韓国など十カ国から十四名の陶芸家が参加。各自のテーマに基づいた作品づくりをしています。

七月二十五日には、土器づくり体験も予定されており、市民のみなさんも参加することができます。会期は七月いっぱいとなっています。



陶芸家の制作活動やレクチャーは一般公開しています



今年は共同作業として新たに「塩窯」を築窯見学してみませんか

善意の花かご

どうもありがとうございました

◎社会福祉協議会へ

◎五所川原ライオンズクラブ(渋谷二会長) 五万円

◎五所川原市建築組合(白戸新一組合長) 二万九百円(刃物研ぎチャリティー益金)

◎養護老人ホームくるみ園へ

◎小野果樹園(小野興道代表) 寄



贈(りんご四箱八十kg、りんごジュース一リットル・六本)

◎金木地区婦人会(外崎れい子会長) 長二十名 訪問・寄贈(舞踊、タオル三十本)

◎外崎れい子さん(金木芦野) 寄贈(ミズ九kg)

◎五所川原市へ

◎株式会社ミワ電工(島谷昭一代表取締役) 十万円(教育振興として)

◎津



西北五支部のみなさん



一戸会長(右)。凧は市役所正面玄関内に飾っています。

◎藻川凧の会(一戸幸雄会長) 津軽凧一枚(約二十四枚凧)



島谷代表取締役(左)

7月 下旬 お知らせ

ごしよがわら産業まつり
出店説明会について

運営委員会事務局 農林水産課
内線2515 木村

10月24日(土)・25日(日)につがる克雪ドームで開催する第26回ごしよがわら産業まつりの出店説明会を行いますので、希望される事業者および団体等の担当者は出席してください(新規の方も直接会場にお越しください)。

コーナー出店申込書類の配布、提出方法、期限、選抜等の詳細は当日説明しますので、出店を予定している方は必ずご参加ください。
●7月29日(水) 13時30分～15時
中央公民館3階大広間

◆出店条件

- ①市内に事業所を有する事業者、または市内を中心に活動する団体等で活動実績があること
- ②出店内容が物販・展示・相談等で日頃の活動の一環であること
- ③産業まつり開催要綱に沿った内容であること

*なお、西北五観光物産コーナーおよびフリーマーケットの出店募集については後日、各担当事

務局から募集となりますので出席は不要です。

*また、祭りの舞台イベント出演者も別途募集しておりますので、ダンス等を発表いただける団体は事務局までお問い合わせください。

五能線「おらほの自慢」大募集キャンペーン!!

商工観光課 内線2556
JR五所川原駅 TEL(34)5366

東北新幹線新青森駅開業を12月にひかえ、五能線沿線連絡協議会(JR東日本と五能線沿線3市6町で構成)では、五能線「おらほの自慢」を大募集しています。

私たちが住んでいる五所川原市から秀でているものを自慢してください。締切は8月31日(月)です。

- 自慢する項目は、①名所・旧跡、②自然、③食、④まつり、⑤施設、⑥体験、⑦その他です。

自慢できるもの、オススメのものを各項目につき1つご記入いただき(項目は複数でも可)、事務局へ郵送してください。

ご応募いただいた方の中から抽選で、五能線各駅のスケッチ画やペア宿泊券、名産品・特産品などが当たります。

応募用紙は、商工観光課および

JR五所川原駅にありますので、ふるってご応募ください。

楠美家住宅行事予定

TEL(29)3575

入館無料。ぜひご来館ください。
「江戸浮世絵と肉筆画展」

●7月21日(火)まで

組ねぶた講習会

立佞武多の館 立佞武多製作所
TEL(33)0460

ねぶたの面を造ってみませんか。面(顔)の骨組みから完成まで親切丁寧に指導します。

●7月27日(月)～30日(木)

18時～20時 立佞武多の館3階
立佞武多製作所

◆対象：小・中・高校生、一般

(小学校低学年は父兄同伴。親子での参加も歓迎します。)

◆受講料：無料

◎申込締切：当日申込可

放送大学

10月生募集のお知らせ

放送大学青森学習センター
TEL 0172(38)0500

放送大学では21年度第2学期(10月入学)の学生を募集中です。

放送大学はテレビなどの放送を利用して授業を行う通信制の大学

です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

●出願期間：8月31日(月)まで

◎資料を無料で差し上げています。当センターまでご請求ください。放送大学HPでも受付。

平成21年度自衛官募集

自衛隊青森地方協力本部五所川原地域事務所 TEL(35)2305

一般曹候補生

◆18歳以上27歳未満の者

●試験期日

- 1次：9月19日(土)午前
- 2次：1次試験合格者のみ

航空学生

◆高卒者(見込みを含む)で18歳以上21歳未満の者

●試験期日

- 1次：9月23日(水)
- 2次：1次試験合格者のみ
- 3次：2次試験合格者のみ

2等陸・海・空士

◆18歳以上27歳未満の者

●試験期日

- 男子：9月16日(水)・17日(木)
- 女子：9月28日(月)

◎受付期間：8月1日(土)～9月11日(金)まで(締切日必着)

*年齢は全て22年4月1日現在。

*詳しくはお問い合わせください。

五所川原市を応援します!!



とくとく情報

「広報見たよ」の合言葉で生ビール530円⇒350円(立佞武多期間中は除く) 各種宴会承ります



津軽三味線の音色と郷土料理の逸品

※結婚披露宴その他の二次会 90分飲み放題込 3,000円(席数55名以上)

だだん 検索

TEL 0173-34-6015 五所川原市本町39-1 (立佞武多の館向い)

市浦牛特別販売

月日：7月25日(土)・26日(日)
時間：午前10時～売切れ次第終了
場所：道の駅トーサム構内

(主な販売予定品目)

ヒレステーキ 1p400g	5,000円	肩ロースステーキ 1p400g	3,000円
サーロインステーキ	4,000円	上カルビ	2,500円
リブロースステーキ	3,500円	他、切り落とし、ひき肉、バラ肉等用意しております。	

社団法人市浦畜産振興公社 ☎0173-62-2384

◎ 広報有料広告

五所川原親子凧揚げ大会・凧揚げ交流会

五所川原津軽凧連合会
事務局 TEL(36)2791-1戸

凧揚げを通じて親子がふれあい、津軽凧の伝統文化を知ってもらおうとともに、各凧の会の交歓会も行います。事前申込不要。参加無料。

●7月26日(日) 10時

岩木川河川敷

◇子どもの部1位〜3位賞品あり

現役パイロットと語ろう

白戸栄之助航空研究会

TEL(53)3244 西村

JALの現役パイロット外崎佳造氏を迎えて、飛行機についての講演会を開催します。

●7月31日(金) 15時

金木公民館和室

◇入場料：無料

第1回津軽半島センチュリーラン

五所川原市サイクリング協会

TEL(35)1677 三國

サイクリングで体力の限界に挑戦してみませんか。

●8月9日(日) 受付7時・スタート8時 つがる克雪ドーム集合

◇コース：津軽半島一周160km (8時間以内で完走)

◇参加資格：15歳以上

◇参加料：四千円(参加賞、傷害保険含む。JCA会員は三千円)

◇持ち物：弁当、雨具、手袋、帽子、その他各自必要なもの

◎申込締切：7月25日(土)。当日申込可(傷害保険には入れません)。

盆踊り(五所川原甚句)大会・講習会の開催

五所川原甚句保存会

TEL(34)7504 山本

今年も盛大に盆踊り大会を開催します。事前に講習会も行います。

講習会(初心者大歓迎)

●7月24日(金)・25日(土)・26日(日)

10時〜12時 エルムの街文化センターパティールーム

◇事前申込不要。受講無料。

盆踊り大会

●8月18日(火) 18時〜20時30分

エルムの街エルムホール

◇参加無料。出演者全員に景品があります。

※参加受付16時〜18時。必ず受付してください。

ゆかたざららい 開催

彩風会 TEL(35)6438 藤間

今年も揃いのゆかたで踊ります。みなさまお誘い合わせのうえお気軽にお出でください。

●7月31日(金) 13時

中央公民館

戦後海外から引き揚げて来られた方々へ

青森税関支署

TEL 017(734)0780

税関では、未返還の保管証券類をお返ししています。

○終戦後、海外から引き揚げて来られた方々が、上陸地の税関・海運局に預けられた通貨・証券

○帰国前に樺太、満州にあった在外公館、日本人自治会に預けられた通貨・証券等のうち日本に返還されたもの

*ご家族の請求でも構いません。税関へお問い合わせください。

求む！君の勇氣と正義感

警察官B採用試験

五所川原警察署 TEL(35)2141

◇受験資格：昭和52年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた者(大学を卒業した者または22年3月31日までに大学卒業見込みの者を除く)

◇試験案内等配付日：7月17日(金)

◇受付期間

8月10日(月)〜9月4日(金)

●一次試験：9月27日(日) 青森市

・八戸市・弘前市(合格発表10月9日(金))

●二次試験：11月上旬 青森市

火災・救急出動概況

五所川原市 6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21年	4	17	148	934	4	11
平成20年	3	18	137	844	1	8
比較	1	△1	11	90	3	3

全国統一防火標語

“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)

7月31日(金)は

以下の納期限です。忘れずに納めましょう。

固定資産税
第2期
国民健康保険税
第1期

介護保険料
第1期

後期高齢者
医療保険料
第1期

収納課
内線 2243~2251

介護福祉課
内線 2452・2453

国保年金課
内線 2337

(最終合格発表11月下旬)
*詳細は、警察署にて試験案内(申込書)を入手しご確認ください。

Bridal fair

プラザマリユウ五所川原

ブライダルフェア

お気に入りのドレスきつとみつける

今シーズンのトレンドはデコレーション&ビビットカラー

新作ドレス、ついに入荷!!

7/26(日) 27(月)

★2日間限定! 開催決定
10:00~20:00

先行予約会

★発表されたばかりの《新作ドレス》
■参加ご希望の方は、お電話でお申込ください。
■結婚式をお考えのお客様のみ対象とさせていただきます。



プラザマリユウ五所川原

www.imgnjp.com
〒037-0061 五所川原市藤田181-2
TEL 0173.33.5001

ごみ出しについてのお願い

市民の皆さんの積極的なごみの分別が、ごみの減量につながっております。

これからも、引き続き、ごみの分別・減量にご協力をお願いします。



■きちんと分別しましょう

ごみは、混ぜればごみ・分ければ資源となります。ごみが増えると、ごみを処理する費用がかさむ一方、ごみ埋立地の容量はどんどん減っていきます。また、地球温暖化等の環境問題や天然資源の不足も大きな問題となっています。

■ごみ袋には氏名と町名を書きましょう

氏名と町名などを書くのには、理由があります。

- ①ごみを出すことに責任を持ってもらうため
- ②事業系ごみと家庭ごみを分別するため
- ③ごみ集積所を清潔に保つため
- ④ごみの減量化とリサイクルの推進につながるため

■スプレー缶は穴をあけて出しましょう

収集作業中の爆発や火災事故を防ぐため、排出する際は必ず最後まで使い切り、缶に穴をあけて出しましょう。スプレー缶は、資源リサイクルの対象品です。缶詰・ミルク・のり・お菓子などの缶も資源リサイクルの日にお出してください。

■生ゴミはよく水を切って出しましょう

水分を多く含んだ生ゴミは、燃焼効率が悪いので焼却施設(西部クリーンセンター)において、大量の燃料を消費することになり処理費用がかさみます。

また、これから夏に向けては、悪臭が特に気になる季節になりますので、生ゴミはよく水を切って燃やせるごみに出しましょう。

◎環境対策課 内線2343・2344

夏の交通安全県民運動

7/21(火)～7/31(金)

運動の重点

- ①子どもと高齢者の交通事故防止
- ②自転車の安全利用の推進
- ③飲酒・暴走運転の根絶

じごがない そんなまいにち うれしいな

■交通安全市民総決起大会■

7/22(水) 14:00～ 中央公民館

◎環境対策課 内線2341・2342

チャイルドシート貸付事業の変更について

チャイルドシート60台(乳幼児用)を新規購入し、乳幼児用はこの60台で運用することになりました。

それに伴い8月3日(月)から貸付事業内容が変更になります(現在、貸付中の世帯は、期限まで使用可能です)。

■変更事項

- ・貸付期間…3カ月間(更新は認めません)
- ・申請に必要なもの…申請書・印鑑・申請者運転免許証(写し)・乳幼児保険証(写し)・車検証(写し)
- *1世帯につき1台ですので、現在貸付を受けてる世帯、未返却の世帯には、貸付できません。

◎環境対策課 内線2342・2346

はるにれ住宅団地 宅地分譲現地相談会

●現地相談会…7月26日(日) 10:00～16:00

はるにれ住宅団地(現地テント)

■はるにれ住宅団地分譲情報

- ・分譲区画数…42 245㎡(74.3坪)～296㎡(89.7坪)
- ・土地価格…603万円～728万円
- ・申込受付…8:30～17:00(土・日曜、祝日除く)
- ・分譲割引制度…①特別価格宅地分譲制度
②複数区画宅地分譲制度
③新築住宅一般公開宅地分譲制度
- ・受付場所…建築住宅課(内線2660)または
青森県住宅供給公社 TEL017-723-1627

◎ 広報有料広告

土用丑の日

7/19(日) 国産

団塊世代の
クラス会
は
ぜひ当店で!!
ご予算に応じます



- * 法事・祝事 (大広間～50名)
- * 個室有
- * 少人数様 大歓迎!!



五所川原市鎌谷町520-1(マックスバリュとなり) ☎0173-38-3048
http://www1.ocn.ne.jp/~toshima/ 完備 《営業時間》11:00-14:00/16:00-22:00

地球にやさしい引越しは、奥様にやさしい引越でした。

With Your Life

日本通運 NIPPON EXPRESS

- フルバック
- ハーフバック
- セルフバック
- 単身バックS
- 単身バックL



手間も、ゴミも、費用も減らせる引越し。

えころじ
こんぽ

えころじこんぽは、日本通運の登録商標です。

人と地球にやさしい引越の引越し

お見積り無料。まずはお電話を! ひっこしは にっつう
☎0120-154022
www.nittsu.co.jp/hikkoshi

五所川原市を応援します!!

平成21年度 五所川原市 職員の募集

☆試験案内及び受験申込書

7月17日(金)から、人事課並びに金木・市浦総合支所庶務係で配布します。

☆受付期間…7月22日(水)～8月17日(月)

☆試験に関する問い合わせ及び申し込み

市役所人事課 TEL35-2111 内線2141・2142

試験職種	採用予定人員	受験資格	試験の日時・場所・内容
上級 一般事務	4名程度	昭和55年4月2日以降に生まれた者で、大学若しくは大学院を卒業した者又は平成22年3月に卒業見込みの者	〔第1次試験〕 ☆日時…9月20日(日) 午前9時 ☆場所…五所川原市中央公民館 ☆内容…①教養試験 ②事務適性検査 ③専門試験(上級建築及び社会福祉士のみ) 〔第2次試験〕 ☆日時…10月25日(日)(予定) ☆場所…五所川原市中央公民館 ☆内容…①面接試験 ②作文試験 ③身体検査
中級 一般事務		昭和57年4月2日から平成22年4月1日までに生まれた者で、短期大学を卒業した者又は平成22年3月に卒業見込みの者(大学若しくは大学院を卒業した者又は平成22年3月に卒業見込みの者を除く)	
初級 一般事務		昭和57年4月2日から平成22年4月1日までに生まれた者で、高等学校を卒業した者又は平成22年3月に卒業見込みの者(短期大学、大学若しくは大学院を卒業した者又は平成22年3月に卒業見込みの者を除く)	
上級建築	1名程度	昭和55年4月2日以降に生まれた者で、大学若しくは大学院で建築に関する課程を履修し、卒業した者又は平成22年3月に卒業見込みの者	
社会 福祉士	1名程度	昭和50年4月2日以降に生まれた者で、社会福祉士の資格を有する者	

平成21年度 五所川原市医療 技術職員の募集

☆試験案内及び受験申込書

西北中央病院で配布しています。

☆受付期間…7月31日(金)まで

☆試験に関する問い合わせ及び申し込み

西北中央病院管理課庶務会計係 TEL35-3111(内線279)

試験職種	採用予定人員	受験資格	試験の日時・場所・内容
看護師 及び 助産師	10名	昭和45年4月2日以降に生まれた者で、看護師及び助産師の免許を有する者、又は免許を取得する見込みの者 *免許取得見込みで合格した方が、平成22年3月までに実施される国家試験に合格できなかった場合、採用資格を失います。また、採用までに公務員としてふさわしくない行為等があった場合にも、採用されないこともあります。	〔試験〕 ☆日時…8月10日(月) 午前10時30分 ☆場所…西北中央病院C棟2階大会議室 ☆内容…作文、面接、書類審査

青森県立五所川原高等学校創立百周年 記念祝賀会のお知らせ

本校は、明治42年(1909年)、五所川原女子尋常高等小学校に補習科を併置して以来、今年(2009年)、「創立百周年」を迎えました。これもひとへに、同窓生をはじめとする関係各位の御指導御支援の賜物と、衷心より御礼申し上げます。この「創立百周年」という節目を祝い、青森県立五所川原高等学校「創立百周年記念祝賀会」を、下記日程で行います。同窓生の皆さま、ぜひ御出席下さいませよう、御案内いたします。

- *日時…平成21年10月3日(土) 午後5時から
- *場所…プラザマリユウ五所川原
- *会費…5,000円(当日、会場にて賜ります)
- *申込方法…いずれかの方法で申し込んで下さい。

- ①お近くの同窓会理事へ申し出て下さい(申込用紙をお渡します)。
- ②幾代ヶ丘同窓会事務局(35-3073)まで御連絡下さい。
その際、「住所」・「氏名」・「電話番号」・「卒業年度(回期)」を申し出て下さい。
後日、祝賀会出席券をお送りします。

*申込締め切り…平成21年8月3日(月)まで



※ご不明な点は、同窓会事務局(長尾勝文 電話35-3073)まで御連絡下さい。

平成21年度 五所川原地区消防 事務組合職員の募集

☆試験案内及び受験申込書

7月15日(水)から平日の勤務時間(8時30分～17時15分)に消防本部総務課、金木、市浦、中里及び小泊消防署で配布します。

☆受付期間…7月21日(火)～8月14日(金)

☆試験に関する問い合わせ及び申し込み

消防本部総務課 TEL35-2019(内線25・42)

試験職種	採用予定人員	受 験 資 格	試験の日時・場所・内容
消 防 職 (A)	5名程度	(1)昭和54年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた者で高等学校卒業以上の学歴を有する者(救急救命士の資格を有する者又は救急救命士の資格取得見込みの者を含む)、又は平成22年3月に高等学校卒業見込みの者 (2)採用時において、五所川原市に居住できる者 (3)身体が健全であること (4)両眼(矯正視力含む)で0.8以上、かつ、一眼で0.5以上、色覚が正常であること (5)自動車運転免許の普通免許(オートマチック限定を除く。以下同じ)を所持している者、又は採用の日までに普通免許を取得できる者(ただし、平成22年3月に卒業見込みの者は、採用後1年以内に普通免許を取得できる者)で採用後5年以内に大型免許を取得できる者	〔第一次試験〕 ☆日時…9月20日(日) 午前9時 ☆場所…五所川原地域職業訓練センター ☆内容…①教養試験 ②消防適性検査 ③体力測定 〔第二次試験〕 ☆日時…10月18日(日) ☆場所…働く婦人の家 ☆内容…①作文試験 ②面接試験
消 防 職 (B)	5名程度	(1)昭和56年4月2日以降に生まれた者で、救急救命士の資格を有する者、救急救命士養成専門学校卒業及び平成22年3月卒業見込みの者、又は短期大学(専門学校※1含む)卒業以上及び平成22年3月卒業見込みの者で、採用後救急救命士養成研修所に入所可能な者 ※1 学校教育法第125条第3項に規定する「専修学校の専門課程」修業年限2年以上の専門学校 (2)採用時において、中泊町に居住できる者 (3)身体が健全であること (4)両眼(矯正視力含む)で0.8以上、かつ、一眼で0.5以上、色覚が正常であること (5)自動車運転免許の普通免許(オートマチック限定を除く。以下同じ)を所持している者、又は採用の日までに普通免許を取得できる者(ただし、平成22年3月に卒業見込みの者は、採用後1年以内に普通免許を取得できる者)で採用後5年以内に大型免許を取得できる者	〔第一次試験〕 ☆日時…9月20日(日) 午前9時 ☆場所…五所川原地域職業訓練センター ☆内容…①教養試験 ②消防適性検査 ③体力測定 〔第二次試験〕 ☆日時…10月18日(日) ☆場所…中里消防署 ☆内容…①クレペリン検査 ②面接試験

◎ 広 報 有 料 広 告

十三湖高原特製 6個入り 630円

山王の草だんご **好評発売中!** ヤマトくん

蛸職人 Tシャツ(十三湖高原オリジナル) シジミちゃん

カラー:白、黒、紺 各サイズ 2,500円

こちらは 近日発売!!

貝活源 L ヤマトシジミエキス50%配合 (50ml) 525円

貝活源 M ヤマトシジミエキス10%配合 (100ml) 262円

お問い合わせは 道の駅 十三湖高原 0173-62-3556 www.tosam.co.jp

生ビール・樽ハイ・焼酎・ワイン 飲み放題&お料理2品

夏を美味しく楽しむ 夏祭り 100分 2,800円(税込)

8/31(月)迄 17:00~22:00 日曜日お休み

パークイン五所川原 elm city

〒037-0004 青森県五所川原市大字唐笠柳字藤巻66-12

TEL 0173-34-8910(代表)

http://www.parkinn-elm.co.jp

五所川原市を応援します!!

後期高齢者医療制度(長寿医療制度)

加入のみなさまへ

後期高齢者医療被保険者証を更新します

1. 後期高齢者医療被保険者証の一斉更新について

現在お使いの後期高齢者医療被保険者証は、7月31日が有効期限となっております。

新しい被保険者証は、7月下旬に市から「郵送」となり、更新後の有効期限は2年間で平成23年7月31日となります(ただし、保険料の滞納等の理由により納付相談の必要な方については、「市窓口でのお引渡し」となり、有効期限および更新時期が異なる場合があります)。

期限の切れる被保険者証は、使用できませんので、破棄あるいは焼却してください。

- ・ 交付されましたら、記載内容をご確認の上、誤りがありましたら窓口にお申し出ください。
- ・ 平成20年中の所得状況等により、8月1日から医療機関窓口での負担割合が変わる場合があります。

2. 「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」について

この認定証を医療機関の窓口に表示することで、入院時の自己負担限度額と食事代が減額されます。

○交付を受けられる方

住民税非課税世帯に属する方(低所得区分Ⅱ及び低所得区分Ⅰの方)は、申請により認定証の交付を受けられます。

- ・ 低所得区分Ⅱに該当する方

世帯員全員が住民税非課税である方

- ・ 低所得区分Ⅰに該当する方

世帯員全員が住民税非課税である方のうち、世帯全員の各所得金額が全て0円の方(公的年金の場合は80万円以下)および老齢福祉年金受給者

【申請に必要なもの】 印鑑・被保険者証

【申請場所】 国保年金課後期高齢者医療係

○既に交付を受けている方

現在お使いの後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証は、7月31日が有効期限となっておりますので、既に交付を受けている方で引き続き認定が必要な方は、8月中に更新手続きをしてください。

ただし、平成20年中の所得状況等により、交付を受けられない場合もあります。

◆高額療養費の自己負担限度額および食事療養標準負担額

適用区分	窓口での自己負担割合	外来 (個人単位/月)	外来+入院 (世帯単位/月)	入院時の1食あたりの食事代
①現役並み所得者	3割	44,400円	80,100円+(医療費-267,000円)×1%(*1)	260円
②一般		12,000円	44,400円	
③低所得者Ⅱ	1割	8,000円	24,600円	210円 (過去1年の入院期間が90日以下)
				160円 (過去1年の入院期間が90日超え)
④低所得者Ⅰ			15,000円	100円

(*1) 過去1年間で4回目以降は44,400円となります。

○お問い合わせ先 ・国保年金課後期高齢者医療係 TEL35-2111 内線2337・2338

・青森県後期高齢者医療広域連合 TEL017-721-3821

<http://www.aomori-kouikirengou.jp/>

ベビーシートを設置しました

市役所2階「多目的トイレ」(介護福祉課となり)に、乳児用おむつ交換台ベビーシートを設置しました。



◎総務課 内線2112

腸炎ビブリオ食中毒発生防止対策

腸炎ビブリオによる食中毒は6月頃から発生し、7～8月にかけて猛威をふるいます。腸炎ビブリオの特徴を知り、食中毒防止のためのチェックを忘れずに！

〈腸炎ビブリオの特徴〉

海水中に生息。水揚げされた魚、貝、イカなどの魚介類に付着。長時間の室温放置など不衛生な取扱いを受けると他の菌の倍以上のスピードで増殖する。

ただし、低温(冷蔵庫内)・真水(水道水)に弱い。

チェック1 食品の購入

- ・表示を確認。生食用魚介類には「生食用」「刺身用」「そのまま召し上がれます」等の表示がある。
- ・魚介類は最後に買い、寄り道せずに帰宅。お店で氷を入れてもらうなど、なるべく冷やすよう心掛ける。

チェック2 家庭での保存

- ・すぐ冷蔵庫、冷凍庫に入れる。
- ・魚介類は汁が漏れないように密閉容器などへ。

チェック3 調理

- ・魚介類を調理するときは、他の食品を汚染させないように専用の包丁、まな板などを使用する。
- ・魚介類は、水道水の流水で十分に洗浄する。
- ・まな板などは、洗浄後、さらに熱湯で消毒する。

チェック4 食事

- ・調理後の食品はすぐ食べる。刺身等は冷蔵庫から出してから2時間以内に食べる。
- ・刺身や寿司が入った仕出し料理を頼んだら、すぐに食べる。
- ・法事などで出された料理、特に刺身などは絶対に持ち帰らない。

◎青森県健康福祉部保健衛生課 TEL017-734-9214

小規模多機能型 居宅介護事業所の募集について

五所川原市老人福祉計画・第4期介護保険事業計画で策定した地域密着型サービス「小規模多機能型居宅介護事業所」を募集します。

選定方法は、応募者の提出書類を審査し、1次(書類審査)および2次審査(プレゼンテーション)を通過した者の中から、2事業所を上限に市長が選定します。

1. 小規模多機能型居宅介護事業所の募集区域

五所川原市全域

2. 応募申請書類等の配布

市役所2階介護福祉課・市ホームページ

配布期間…8月21日(金)まで

3. 応募書類の受付

五所川原市小規模多機能型居宅介護事業者選定実施要綱を確認のうえ2部提出してください。

受付場所…市役所2階 介護福祉課

※提出書類は返却しませんので、ご了承ください。

受付期間…7月27日(月)～8月21日(金)

※書類等の配布・受付は、閉庁日を除きます。

(応募申請書類のダウンロードは可)

4. 小規模多機能型居宅介護事業説明会

7月29日(水) 13:30～14:30

市役所5階 第1会議室

◎お問い合わせ先 介護福祉課 内線2456

融資のご案内

地元の中小企業の方々の事業資金の借り入れを円滑にするため、特別保証制度を実施しています。きめ細やかな対応で、利用しやすい制度になっています。

	簡易小口資金	事業活性化資金
保証金額	1,000万円	2,000万円
保証期間	7年以内 据置期間 運転6カ月以内 設備1年以内	10年以内 据置期間 運転6カ月以内 設備1年以内
貸付利率	年率3.3%以内	年率3.6%以内
保証利率	◎無担保保険、普通保険をご利用の場合 0.45%～1.85%(全9段階) ただし、直近決算の貸借対照表が無い場合などは1.15%(最大0.2%割引適用有り) ◎特別小口保険、経営安定関連特例保険を利用の場合 0.77% 0.85% ◎創業等関連特例及び創業関連特例保険を利用の場合 一律0.80%	

◎お問い合わせ先

青森県信用保証協会五所川原支所 TEL35-4121

または 商工観光課(内線2553)

太宰治生誕百年記念

“太宰のふるさと 五所川原”



太宰治
生誕百年

奥津軽ウオーキング大会

参加者募集

【開催日】 9月27日(日) 雨天決行

【会場】 県立芦野公園 (五所川原市金木町 津軽鉄道芦野公園駅下車3分)

【参加料】 大人…1,000円 小・中・高校生…500円

*参加取り消しによる返金はしませんのでご了承ください。

【申込方法】

募集パンフレット(市役所、各総合支所備え付け)に印刷されている郵便振替用紙または郵便局に備え付けの郵便振替用紙(郵便振替口座番号：02230-6-72885 加入者名：奥津軽ウオーキング大会実行委員会)に必要事項を記入し、参加料を添えて最寄りの郵便局よりお申し込みください。

なお、払い込み手数料は自己負担となります。また、電話での受付は致しません。

団体、グループでお申し込みの際は、参加料を払い込んだ後、名簿(様式自由)に必要事項(氏名・フリガナ・性別・年齢・参加コース・弁当注文の有無)を記入の上、郵送またはFAXで必ずお知らせください。

郵送・FAX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 社会教育課宛 FAX53-2995

【申込締切】 8月27日(木)

8月28日以降も郵便振替受付を致しますが、プログラムに名前が掲載されません。

また、当日も参加受付を致しますが記念バッジなどがなくなりました場合はご了承ください。

【参加資格】 国籍、年齢、性別は問いません。健康な方であればどなたでも参加できます。

ただし、幼児・小学低学年は保護者の同伴が必要です。

【種 目】

	コ ー ス	出発式時間	スタート時間
A	20km 太宰治像・斜陽館・大東ヶ丘・高流山・岩木山眺望コース	8:15	8:30
B	12km 太宰治像・斜陽館・弘大農場・高流山・岩木山眺望コース	8:45	9:00
C	5km 太宰治像・斜陽館・浮橋・桜松橋(吊り橋)コース	9:30	9:45

【受付時間】 各コースとも7時15分より。受付し参加コース出発式まで準備をしてお待ちください。

【持ち物】 昼食(弁当の予約も受け付けています)、水筒、雨具、帽子、汗拭き、健康保険証(写)等

【サービス】 ゴール後会場にて、きのこ汁のサービスがあります。

【免責範囲】 参加者は体調を整えてご参加ください。万一事故が発生した場合、主催者側は傷害保険に加入している範囲内および応急処置以外の責任は負えませんのでご了承ください。

【主 催】 奥津軽ウオーキング大会実行委員会

【問い合わせ】 五所川原歩こう会 片岡 携帯 090-5598-4904 TEL 35-8241 (FAX兼用)

*コースは、太宰治像や斜陽館、高流山など太宰治ゆかりの地を巡ります。多数のご参加お待ちしております。

平成21年度 結核健診

年に1回の結核健診で早期発見に努めましょう。

健診日	実施場所(地区名)	実施時間
8月5日(水)	喜良市コミュニティ消防センター(金木)	9:00~9:40
	金木中央老人福祉センター前(金木)	10:00~10:40
	嘉瀬コミュニティ消防センター前(金木)	11:00~11:20
	コミュニティセンター飯詰(五所川原)	11:40~12:00
	青山荘前(五所川原)	13:00~13:20
	水野尾コミュニティ消防センター(五所川原)	13:30~13:50
8月6日(木)	コミュニティハウス原子前(五所川原)	14:10~14:30
	藻川コミュニティ消防センター前(五所川原)	9:00~9:20
	金木中央老人福祉センター前(金木)	9:40~10:20
	パナプラザ伊藤(新宮)様前(五所川原)	10:50~11:05
	生き活きセンター前(五所川原)	11:20~11:40
	地域福祉センター前(五所川原)	11:45~12:00
	松島会館前(五所川原)	13:00~13:20
	富士見コミュニティセンター前(五所川原)	13:40~14:00
8月7日(金)	ケアハウス ハルニレ前(五所川原)	14:20~14:40
	コミュニティセンター湊(五所川原)	15:00~15:30
	十三コミュニティセンター前(市浦)	9:00~9:15
	市浦老人生きがいセンター前(市浦)	9:35~9:50
	磯松集会所前(市浦)	10:00~10:20
	ピンコ口館前(市浦)	10:45~11:00
	太田集会所前(市浦)	11:45~12:00
川倉ふれあいセンター前(金木)	13:20~13:40	
保健センター金木前(金木)	14:00~14:30	

◇対象者…65歳以上の市民(22年3月31日時点での満年齢)。ただし、今年度、市の「肺がん検診」をすでに受診した方および受診予定の方を除く。

◇実施方法…胸部レントゲン撮影(無料)

*希望される方は、受診票を持参し、直接実施場所へお出でください。受診票は、健康推進課、金木総合支所保険福祉係、保健センター市浦または健診当日、受付に設置しています(一部地区で配布します)。

*各地を巡回しますので、実施時間にご注意ください。

高血圧健康相談

健診結果で血圧値に異常があった方、高血圧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。

開催日	時間	開催場所
8月5日(水)	10:00~12:00	保健センター五所川原
8月7日(金)	10:00~12:00	保健センター金木
8月7日(金)	10:00~12:00	保健センター市浦

◇定員…各日程とも保健師相談10名、栄養士相談4名

◇持ち物…健診結果(特定健診受診者)、健康手帳(お持ちの方)

◎実施日の3日前までに、健康推進課(内線2365)へお申し込みください。

傾聴ボランティア養成講座

傾聴(けいちょう)という言葉に耳にしたことはありますか?傾聴とは、相手の話に耳を傾けてじっくり丁寧に聴くことです。話を聴いてくれる人がいることで、心を癒し、孤独感や不安を軽減し、安心感を得て、心と身体の健康を取り戻すことができます。

「聴くこと」によるコミュニケーション技法(傾聴)を学び、地域の人々の相互扶助による日常的な助け合いの中で、社会貢献できる傾聴ボランティアを、あなたも始めませんか。

【会場】五所川原地域職業訓練センター

開催日時	内容
8月18日(火) 13:00~15:50	・青森県の自殺の現状と取り組み ・講義「傾聴のための基礎的知識と方法」 (精神保健福祉センター星相談指導課長)
8月26日(水) 13:00~16:10	・演習「聴く技法」 (精神保健福祉センター星相談指導課長) ・ビデオ上映「傾聴ボランティア活動」

*2回受講した方には、修了書を授与します。

◇対象…市内在住で傾聴ボランティア活動に関心のある方(市内で傾聴ボランティア活動可能な方が望ましい)。先着30名。

◇参加費…無料

*電話で8月10日(月)までに健康推進課(内線2368)へ申し込み。受講決定はハガキで通知します。

【共催】西北地域県民局地域健康福祉部保健総室

平成21年度 骨粗しょう症検診

骨粗しょう症は、加齢に伴い女性に多く発症します。骨粗しょう症によって骨がもろくなると、わずかな衝撃でも骨折しやすくなります。

この機会に骨粗しょう症検診を受けて、ご自身の健康管理にお役立てください。

日程	場所
8月21日(金)	生き活きセンター
8月26日(水)	保健センター金木
8月27日(木)	保健センター五所川原
8月28日(金)	生き活きセンター

◇対象者…40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳(平成22年3月31日現在の満年齢)の女性。

※案内ハガキ(骨粗しょう症受診券)を郵送します。

◇時間…検診受付9:00~11:00(検査時間は約10分)

◇検査内容…問診(運動や食生活の内容の聞き取り)、骨密度測定(検診車でのX線検査)

※非利き腕で検査をおこないます。

◇料金…1,000円(生活保護世帯の方、非課税世帯の方は無料です)

◇持参する物…案内ハガキ(骨粗しょう症受診券)、保険証、料金、健康手帳(持っている方)

◎7月30日(木)までに健康推進課(内線2364・2365)へお申し込みください。

認知症になっても 安心して暮らせるまちづくりをめざして

権利や暮らしを守る(悪徳商法の被害)



【相談内容】

一人暮らしの父が公共料金を払えないので、驚いて確認すると、通帳の残高がゼロになっていた。以前から認知症を患っている父が、3年の間に、訪問販売でふとんを次々に買わされ、その合計額が350万円にもなっていた。父は「来ないでほしい」と言ったが聞き入れられなかった。
(独立行政法人 国民生活センター 相談事例より)

判断力が不十分な消費者の契約に係る相談が多く寄せられています!!

【被害事例の特徴】

- 1)一人暮らしや日中独居が狙われやすい
- 2)次々売りつけられ、被害が拡大する
- 3)理解力が不足しているのを知りながら契約させる
- 4)契約した経緯の証明が難しい
- 5)収入や返済能力を超えた借金をしてしまう



【未然防止や被害拡大防止のためにできること】

- 1)日頃から家族や身近な人の注視が必要(家族や身近な人)
 - 2)地域の高齢者見守り活動を利用(民生委員・ヘルパー等)
 - 3)日常生活自立支援事業や成年後見制度を利用(収入資産の適正管理)
 - 4)トラブルに遭ったら最寄りの「消費生活センター」に相談(クーリング・オフや解約が可能な事もある)
- (参考:独立行政法人 国民センター H20.9.4 記者説明資料)

相談窓口はこちらです

・五所川原市商工観光課 商工労政係 内線2553
 ・青森県消費生活センター TEL017-722-3343
 (<http://www.aca.or.jp/> 最新の相談事例が掲載されています)

【認知症サポーター養成講座受講者募集】

講師役のキャラバン・メイトが、認知症の理解を深めていただくために、1時間半程度の講義や寸劇などでわかりやすく解説します。なお、修了者には、オレンジリングを配布します。まずは、あなたご自身、そして地域や職場の仲間などで受講してみませんか。お申込みは、下記までどうぞ。日程等相談に応じます。

【問合せ・相談先】五所川原市地域包括支援センターTEL38-3939

「ザ☆ごしょがわら元気教室」 バス送迎コースのお知らせ

広報5月15日号P13でお知らせした、「ザ☆ごしょがわら元気教室」の、生き活きセンターを会場とした教室の送迎バスのコースをお知らせします。

生き活きセンターでの開催日程(時間13:00~15:00)	
7月16日(休)	踊り(五所川原甚句)
8月27日(休)	介護予防には口の中も大事
9月24日(休)	脳トレ
11月24日(火)	筋力・体力チェック
12月22日(火)	童謡をみんなで歌おう
1月14日(休)	Shall we リズムダンス?

■バス運行コース

1 コース	発11:30	コミュニティセンター長橋
	11:45	コミュニティセンター七和
	12:00	梅沢コミュニティセンター
	12:15	コミュニティセンター栄
	着12:30	生き活きセンター
2 コース	発11:30	毘沙門・長富コミュニティセンター
	11:45	コミュニティセンター飯詰
	12:00	コミュニティセンター松島
	12:10	松島会館
	12:20	保健センター五所川原
着12:30	生き活きセンター	
3 コース	発11:30	保健センター金木(金木総合支所)
	11:50	藻川コミュニティ消防センター
	12:05	コミュニティセンター三好
	12:20	コミュニティセンター中川
	着12:30	生き活きセンター

◎開催日の1週間前までに、健康推進課(内線2365・2368)へお申し込みください。

〔笹子俳句会〕

文芸部「ごしょがわら」

題字 斎藤 清泉

昼食を取材されるて夏帽子 松宮 梗子	新緑に集ひて夫の卒哭忌 佐藤 紀子	風薫る丘つんのめり駆け降りぬ 太田けい子	津軽野の青田を囲む屏風山 長谷川哲子	遠近 <small>おちこち</small> のエンジン音や夏来る 奈良 ちか	オルガンの音を拾ひて新茶かな 瓜田 ゆり	夏の海主なき犬の愛しけれ 尾崎 玲子	飛行機雲一直線に夏立ちぬ 菊池 初子	老鷹の声の行方や尾根浄し 対馬 暉子	六月や切り絵にしたき樹々の影 齋藤 さだ
-----------------------	----------------------	-------------------------	-----------------------	--	-------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-------------------------



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	新宮集会所	7月21日(火)	13:00~15:00
	沖飯詰集会所	7月21日(火)	10:30~12:00
	藻川コミュニティ消防センター	7月21日(火)	11:00~12:30
	姥苅集会所	7月24日(金)	10:30~12:00
	共栄集会所	7月29日(水)	11:00~12:00
	コミュニティセンター三好	8月5日(水)	11:00~12:30
金木	保健センター五所川原	8月5日(水)	10:00~12:00
	蒔田老人憩の家	7月21日(火)	10:00~11:00
	金木東部地区コミュニティセンター	7月24日(金)	10:00~11:00
市浦	保健センター市浦	8月7日(金)	10:00~12:00

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…12:00~12:30(3歳児健診11:00~12:30)

◇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	8月4日(火)	保健センター五所川原	平成21年3月生まれ全地区
1歳6か月児健診	8月25日(火)	保健センター五所川原	平成20年2月生まれ全地区
3歳児健診	8月20日(木)	保健センター五所川原	平成18年2月生まれ全地区

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。

●8月20日(木) 9:30~14:00 保健センター五所川原

◎申込締切…8月10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。

◇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
8月19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
8月27日(木) 10:00~11:30	保健センター金木	・子育て等に関する勉強会、 情報交換
8月26日(水) 10:00~11:30	保健センター市浦	※8月勉強会テーマ(11:00~) 「事故予防」について

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 エコクッキング

かぶの姿煮



1人分 88kcal 塩分 1.0g

■材料■(4人分)

かぶ……………	4個	豚ひき肉……………	40g
人参……………	20g	ダシ汁……………	4カップ
醤油……………	大さじ2	赤唐辛子……………	少々
片栗粉……………	少々	酒……………	大さじ2
砂糖……………	大さじ2		

■作り方■

- ① かぶは皮をむき、中をくり抜いておく。人参、かぶの皮、葉は刻む。
- ② ひき肉と刻んだ人参、かぶを混ぜて①に入れる。
- ③ ②をダシ汁、醤油、酒、砂糖で煮込み、最後に赤唐辛子と片栗粉を入れ、とろみをつける。

根菜類は丁寧に洗えば皮も食べられるものがほとんどですので、捨てずに活用しましょう。

〈親子料理教室参加者募集〉

親子で楽しく一緒に作って、おいしく食べる教室です。
夏休みの思い出に親子で参加してみませんか?

●日時…7月30日(木)・31日(金) 9:30~13:00

●場所…働く婦人の家

◇対象…小学生とその保護者(子どもだけの参加も可)

◇持参する物…エプロン、三角巾、手ふき、調理室での履物(大人サイズのスリッパ有)

◇料金…300円(子どもは無料)

◎申込締切…7月24日(金)

◎申込先…健康推進課 内線2364

献血のご案内(バス巡回)

期日	時間	場所
8月30日(日)	10:00~16:30	エルムの街SC・イトーヨーカドー

救急医療当番医

月日	曜日	医療機関名	住所	電話
7月19日	日	まつもと整形外科クリニック	下り枝4-4	33-5413
7月20日	月	公立金木病院	金木町菅原19	53-3111
7月26日	日	瀬川内科クリニック	松島町1-79	33-0202

※1. 対応時間 9:00~17:00 (電話で確認)

2. 消防署(救急病院紹介電話34-4999)でも紹介します。