

冬の風物詩

俵元・干し餅作り



当市の特産品、干し餅作りが最盛期を迎えています。干し餅作りをしている兼成健逸さん(俵元)によると、今年の干し餅は厳しい寒さが続いたため出来栄は上々とのこと。

噛むほどに素朴な懐かしい味が広がる干し餅。お土産やおやつにどうぞ。

 広報

ごしやわら

2011

215

No.141

目次

のれぞれ新幹線	2
介護雇用プログラム事業	3
男女共同参画情報紙「さんかく」	4
お知らせ	6

人口・世帯数

人口	60,780人	(-65)
男	28,255人	(-30)
女	32,525人	(-35)
世帯数	24,818世帯	(+5)

1月31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>

のれん新報！ 2011年4月～7月 青森DCに向けて

五所川原駅前活性化に向けてガンバリます!!

五所川原駅前DC応援団が発足!

青森DCに向けて五所川原駅前を活性化させようと、駅前の有志と活性化を願う市内外のボランティアで構成する「五所川原駅前DC応援団」が、1月28日に発足しました。

ヤレンジネット、JR五所川原駅西北地域県民局地域連携部の関係者が集まり、今後の活動を話し合いました。

活動内容として、観光客が空き時間を有効に過ごしてもらえよう、カルネドールをメインギャラリーとした水彩画やシルクスクリーン、写真などのアート展を開催することや、青森DCガイドブックを店舗に提示することで商品やメニューを割引する「青森DC割引」を実施することとしました。

○団長 小関淑子さん



小関団長(左)と葛西五所川原駅長にお話を伺いました。

発足会議では、カルネドールの小関淑子さんが団長、応援団の呼び掛け人である角田周さんが事務局長となり、東奥日報駅前販売店朝日会館、珈琲詩人、ホテルサンルート五所川原、あおもり若者チ



行くたび、 あたらしい。 青森

©青森県観光連盟 2010

「青森DC(デスティネーションキャンペーン)」
青森県とJRグループが協力して実施する
日本最大級のキャンペーン

特に今回は、地元で活躍する画家、写真家などの皆さんにご協力いただき、駅前通りをアートギャラリーにしたいと考えています。もちろん、市民の皆さんのご理解、ご協力をいただきながら活動したいと考えておりますので、よろしく願います。

○JR五所川原駅長 葛西弘さん
青森県初の単独DCが4月23日から7月22日まで実施されます。

今回のDCを機会に五所川原駅前の活性化を図るべく小関団長のもとに、駅前の有志と市内外のボランティアが集まりました。

合言葉は「チーム五所川原」です。団員一人ひとりがあり力まらずにちよつとだけ皆でガンバローと結成されました。

DC期間中は、駅前の店舗などで地元出身の画家・写真家のアートギャラリー展を開催し、一人でも多くの観光客の方と地元の方に楽しんでいただき、駅前の活性化につなげたいと考えています。

「五所川原まち歩き情報発信事業」では、旬な情報をケータイから直接発信できる「事業者投稿型」による特設サイト「食べなび」を2月1日に開設しました。

既にお店のオススメ情報や割引などのクーポン情報が発信されており、観光客だけではなく地元の人たちにとってもお得な情報が満載です。

当事業では参加事業者を随時募集していきますので、「まち歩き」を盛り上げるためにも飲食店に限らず、様々なお店の参加をお待ちしています。

参加料は平成23年6月末まで全サービス無料。その後も無料から有料までサービスに応じた情報発信をすることができます。

ぜひ一度「食べなび」をご覧ください。市民みんなで盛り上げていきましょう。

「食べなび」ホームページ

- ・PC版
http://pr.amiz.jp/?m=pc&a=page_tabe_top
- ・携帯版
(姉妹サイト「ぶらなび」)
<https://pr.amiz.jp>
- ◎お問い合わせ先
商工観光課 内線2559

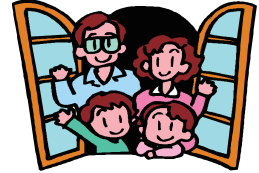




特集 イクメン

イクメンってなに?

イクメンとは、子育てを楽しみ、自分自身も成長する男性のこと。
または、将来そんな人生を送ろうと考えている男性のことです。



イクメンプロジェクトロゴマーク

イクメンプロジェクト始動!!

国では

現在、約3割の男性が「育児休業を取得したい」と希望している一方で、実際の取得率は1.72%にとどまっているのが現状です。また、日本の男性が家事・育児をする時間は他の先進国と比べて最低水準となっており、そのことが子どもを持つことや妻の就業維持に対して悪影響を及ぼし、少子化の一因となっていると言われています。

そこで、育児に積極的に参加する男性「イクメン」をより多くの人に周知し、男性の育児休業取得・育児参加を推進するための広報事業として、2010年6月17日に厚生労働省による「イクメンプロジェクト」がスタートしました。

男性の育児休業取得率を現状の1.72%から2017年度には10%に、2020年度には13%に上げることを目標に掲げ、ワーク・ライフ・バランス(仕事と家庭の調和)の実現に取り組んでいます。

改正 育児・介護休業制度

育児休業、介護休業等育児又は家族介護を行う労働者の福祉に関する法律

平成22年6月30日施行

改正前

育児休業の取得期間は子どもが1歳になるまで

育児休業取得は1回のみ

配偶者が専業主婦(夫)の場合は育児休業の対象外(労使協定)による

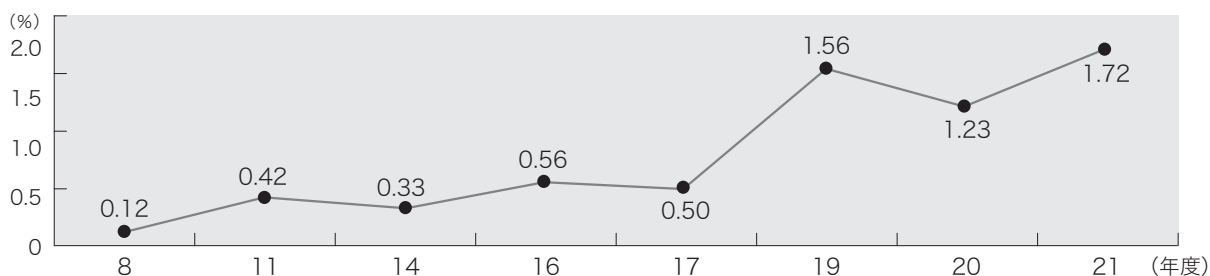
改正ポイント

パパ・ママ育休プラス
両親ともに育児休業を取得する場合は1歳2ヵ月までに延長されました。

夫が育児休業を、妻の出産後8週間以内に取得した場合、1年2ヵ月以内なら再度取得できるようになりました。

全ての父親が必要に応じて育児休業を取得できるようになりました。

男性の育児休業取得率



厚生労働省「平成21年度雇用均等基本調査」

育児休業のメリット（社会保険加入時）

育児休業取得者のメリット

- ・休業中に育児休業給付を全額支給（休業前賃金の50%）
- ・健康保険料・厚生年金保険料の免除（被保険者）
- ・育児について夫婦の信頼関係が深まる
- ・子どものことがよくわかる
- ・仕事一筋のこれまでの生活を振り返るきっかけになる

会社・事業所のメリット

- ・中小企業子育て支援助成金（厚生労働省）
100人以下の中小企業で初めて育児休業取得者が出た場合5人目まで支給（1人目100万円、2人目～5人目まで80万円）
- ・健康保険料・厚生年金保険料の免除（事業主）
- ・仕事の効率化
- ・社員の意欲向上
- ・優秀な人材の確保と定着

男性の育児参加に向けて解決すべき課題

経営層の理解

- ・育児休業を取りづらい雰囲気
- ・経営層、管理職、同僚の理解

働き方の見直し

- ・人員不足
- ・単身赴任
- ・長時間労働
- ・一部の社員に仕事が集中

制度取得による不安を取り除く

- ・周囲に迷惑
- ・キャリアに傷
- ・収入減など

課題への対応策

男性の育児参加に向けた課題を解決するには、意識の面、働き方や両立支援制度・運用の見直し、さらには男性が育児参加しやすいような職場の理解が不可欠です。

また、職場だけでなく、男性が育児休業を取得することへの世間の理解も必要となります。

育児休業取得だけがイクメンじゃない

男性の育児参加には、育児休業を取得することだけでなく幅広い参加の方法が考えられます。

- ・保育園への迎えのために夫婦交代で定時に退社する
- ・子どもの看病や妻の体調不良のために仕事を休む
- ・子どもをお風呂に入れるために早めに退社する
- ・在宅勤務や短時間勤務を利用する

等、家事・育児を役割分担することで夫婦の信頼関係が深まります。

仕事と子育ての両方を充実させ、ワーク・ライフ・バランス（仕事と家庭の調和）を保ち、男女共に家庭生活の役割と責任を担っていきましょう。

◆◆◆ 編集後記 ◆◆◆

少子化対策には、まずイクメン(C) イクメン登場で育児の楽しさ倍増、つらさ半分(K)

☆☆☆ 編集スタッフ ☆☆☆

境谷 葉子、福士 千恵子、三由 恵子、千葉 敦子、笹森 知嘉子

市とホームセンターの「コメリ」

災害時における物資供給に関する協定を締結

1月27日、市長公室において、市とNPO法人コメリ災害対策センター（榎賢一理事長）との間で、災害時における物資供給に関する協定の締結がされました。

この協定は、市内にて災害が発生し、市が災害対策本部を設置した場合に、物資を優先的に供給してもらうことなどを取り決めるものです。

コメリ災害対策センターは、日本全国に店舗を展開している株式会社コメリの支援を受け、災害発生時の自治体への物資供給のほか、各自自治体の防災訓練に参加するな



▶工藤郁生ゾーンマネジャー(左)

どの活動を行っており、最近では宮崎県の口蹄疫、秋田県での雪害発生の際に物資を供給した実績があります。

協定締結式で、市長は「災害発生時に優先的に物資を供給していただくことは頼もしい限り。感謝します」と、(株)コメリの工藤郁生東北地区本部ゾーンマネジャーは「自社運営の物流センターがあり在庫は豊富。要請があった場合は迅速に対応し、地域のために協力したい」と、握手を交わしました。

【災害発生時に関して今回までに市が協定を締結した相手方】

- 物資供給・敷地等施設提供
 - ・(株)イトーヨーカ堂
 - ・五所川原街づくり(株)
 - ・(株)スーパーストア
 - ・協同組合金木商業開発
 - ・(株)ユニバース
 - ・大和情報サービス(株)
- 電力復旧活動へ市の施設提供
 - ・東北電力(株)五所川原営業所

善意の花かみ

どうもありがとうございました



◎木村泰幸さん(下平井町)

ふるさと納税

◎五所川原建設協会(奈良孝男会長)

除排雪作業(10トントンダンプ・2日間合計57台)

集中的な豪雪に見舞われているなか、1月24日・25日の深夜から早朝にかけて、五所川原建設協会の皆さんが、新生大橋(延長500m)、下平井町姥范線(延長3.2km)の除排雪ボランティアを行いました。



保育料の納め忘れは

ありませんか？

市では、保育料滞納対策として、督促状や催告状の送付、電話催告等の収納対策に取り組んでおり、平成22年10月から157件の納付相談に応じています。

引き続き、未納額を一度に納付できない場合には、納付相談に応じますので、家庭福祉課までご連絡ください。なお、子ども手当支給月の納付計画を相談された方は、期限内に納めてくださるようお願いいたします。

◎お問い合わせ・納付相談先 家庭福祉課 内線2437・2438

ご存知ですか？

2月は「省エネルギー月間」です

国では、毎年2月を「省エネルギー月間」と定め、省エネルギーの意識啓発を図っています。

限りあるエネルギー資源を少しでも長持ちさせるとともに、地球温暖化を防止するため、私たち一人ひとりが、エネルギーを大切に使うよう心がけましょう。

◎環境対策課

内線2345

◎財東北電気保安協会

五所川原事業所

TEL(34)3555



サイエンスカフェ五所川原
食に科学あり その3

サイエンスカフェ虹 境谷
TEL0800(1292)8644

●2月20日(日) 13時～15時

五所川原地域職業訓練センター

◇内容：「サプリメントを科学する」～日常的に見聞きし利用するサプリメント。でもサプリメントって何？／放射線の人体影響って何？／放射線って何？身近にあるの？影響は？医療X線検査を例に考えましょう

◇お話し：NPO法人放射線教育フォーラム・笹川澄子氏
*事前申込不要。参加無料。

緊急人材育成支援事業
Webクリエイター科

パソコンスクール・M・S
TEL0172(32)5801三上

再就職のための職業訓練。支援給付金制度もあります(要件あり)。
●講習期間：4月11日～10月7日(6カ月)10時～16時40分

●講習場所：パソコンスクールI・M・S五所川原教室(田町187-2)

◇訓練内容：社会人として必要なコミュニケーションスキルやITスキル、コンピュータ全般の活用技術、Webサイト制作の

企画・制作・公開・更新等の一連のスキルを習得。

◇対象：パソコンの文字入力ができる方(主に雇用保険の給付を受けられない方)。定員20名。

◇受講料：無料(ただしテキスト代1万3665円)。

◎申込方法：3月7日(月)までにハローワーク五所川原(TEL34)3171にて手続きをし、実施説明を受けてください。

職場のトラブル解決をサポートします

青森労働局総務部企画室
総合労働相談コーナー
TEL017(734)4212

無料で個別労働紛争の解決援助サービスを提供し、個別労働紛争の未然防止、迅速な解決の促進を目的とした「個別労働関係紛争の解決の促進に関する法律」に基づいて、次の制度が用意されています。ぜひご利用ください。

○総合労働相談コーナーにおける情報提供・相談

○青森労働局長による助言・指導

○紛争調整委員会によるあっせん
詳しくは青森労働局または最寄りの労働基準監督署庁舎内総合労働相談コーナーへ。

平成23年度自衛官募集

自衛隊五所川原地域事務所
TEL(35)2305

幹部候補生(陸上・海上・航空)

◇応募資格

・大学卒業程度の学力を有し20歳以上26歳未満の男女(22歳未満は大卒(見込み含む))
・歯科・薬剤は専門の大学卒(見込み含む)で20歳以上30歳未満の男女

・薬学修士取得者は28歳未満
●受付期間：5月6日(金)まで(締切日必着)

●試験期日

・一次 5月14日(土)～15日(日)
・二次 6月14日(火)～16日(木)の指
定された日

●試験場所(予定)

青森第2合同庁舎

一般曹候補生(陸上・海上・航空)

◇応募資格

18歳以上27歳未満の方
●受付期間：5月6日(金)まで(締切日必着)

●試験期日

・一次 5月21日(土)
・二次 6月22日(水)～27日(月)の指
定された日

●試験場所

青森駐屯地

2月28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8期

介護保険料
第8期

後期高齢者
医療保険料
第8期

収納課
内線 2248～2251

介護福祉課
内線 2452・2453

国保年金課
内線 2337・2338

火災・救急出動概況

五所川原市 1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23年	4	4	187	187	1	1
平成22年	1	1	141	141	0	0
比較	3	3	46	46	1	1

全国統一防火標語「消したかな」あなたを守る 合い言葉

問い合わせ/五所川原地区消防事務組合消防本部 TEL35-2019(内線25)

アパート情報



住所：五所川原市栄町 18-19
間取：6丁和室2間、台所、風呂、トイレ
設備：水洗トイレ、灯油ボイラー
家賃：¥35,000円
敷金：1ヶ月
礼金：なし

生活保護の方
割引制度実施中!

自社物件

アパート

五所川原県土整備事務所

五所川原警察署

「未来のかけはし」
三(有)サンアイ地所

〒035-0051
青森県むつ市新町10-23
青森県知事(5)2494号

TEL 0175-22-8430
sanajisyo@herb.ocn.ne.jp

五所川原市を応援します!!

◎広報有料広告

3/1～3/8 女性の健康週間 女性の健康相談

この機会に、ご自身の健康づくりを考えてみませんか。生活習慣病予防や健康への不安等、保健師が個別で相談に応じます。

開催日	時間	開催場所
3月2日(水)	10:00～12:00	保健センター五所川原
3月3日(木)		保健センター市浦
3月4日(金)		保健センター金木

■定員…10名

■持参する物…健康手帳(お持ちの方)

◎申込方法…開催前日までに健康推進課(内線2368)へお申し込みください。

麻しん風しん予防接種は お済みですか？

■軽い病気と思わないで

高熱を伴い、全身に発疹ができる感染症のはしか(麻しん)。五所川原保健所管内で麻しん患者(22歳：予防接種歴あり)が発生し、注意が必要な状況です。

県内では平成19年10月に成人の麻しん患者が急増し、その後、子どもへ感染が広がった経緯があります。また、五所川原保健所管内では、平成11年に麻しんによって2名(3歳、1歳未満)が死亡し、3名が脳障害を残した事例がありました。

麻しんは決して軽い病気ではないのです。

■麻しん対策の大きな柱はワクチン接種です

現在、麻しん風しんのワクチン接種は1歳時(第1期)と小学校入学前(第2期)の2回行われています。麻しん風しんのワクチンは強い免疫効果が期待でき、2回接種することで発症が避けられるとされています(絶対に感染しないというわけではなく、罹っても重症化しにくいということです)。

*中学校1年生(第3期)、高校3年生(第4期)のワクチン接種を実施しています。

まだ受けていない中・高生の皆さんは、早い時期にワクチン接種をしましょう。

◎お問い合わせ先 健康推進課 内線2363

し~うらんど海遊館 メンテナンス休館のお知らせ

2月22日(火)～3月1日(火)までの8日間、メンテナンスにより休館します。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解、ご協力をお願いします。

◎し~うらんど海遊館 TEL27-7373

平成23年青森県統計年鑑 予約受付中

青森県統計協会では、青森県の基本的な統計データを幅広く掲載した総合統計書「青森県統計年鑑」を販売します。各種行政施策や企業経営、地域の分析、学術研究などにお役立てください。

・規格…A4版、250ページ程度

・附録…都道府県データ100、300の指標でみる青森県、市町村データ100

・価格…2,000円(税込)

・申込期限…2月28日(月)

*入荷は3月下旬の予定です。

◎申込先 企画課 内線2155

インフルエンザに感染しないために

全国的にインフルエンザに感染される方が増えており、県内でもその傾向が見受けられます。インフルエンザに感染しないために、次のことに心がけましょう。

◇手洗いをしましょう

◇うがいをしましょう

◇栄養・睡眠をとりましょう

◇咳エチケットを身につけましょう

◇マスクを着用しましょう

◇人ごみは避けましょう

◇ワクチンを接種しましょう

*市では新型インフルエンザワクチン接種費用の助成を行っています。詳細は広報10月15日号、市ホームページをご覧ください。

・健康推進課 内線2363・2362

・金木総合支所総合窓口係 内線3108

・保健センター市浦 TEL27-7733

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.goshogawara.net.pref.aomori.jp/02_koho/koukoku.html
申込先/総務課広報係 内線2117

雪下ろし、除排雪 アートに、おまかせください。



■屋根、外壁リフォーム専門店
15年リフォームローン取扱店

〈お客様窓口はこちら〉
今すぐ「広報を見たの♡」
とお電話を

アートリフォーム 0173-33-4713
五所川原市七ツ館虫流51-29 朝8:00から夕方19:00まで毎日楽しく営業中

天井・壁・床もビカビカに
システムキッチン
トイレ交換・ユニットバス
屋根融雪・外壁工事

◆ホームページは◆

<http://www.art-reform.net>
yahoo!アートリフォーム

日本脳炎予防接種を受けましょう

現在、日本脳炎予防接種(第1期)は、標準的な接種時期の方(平成22年度は3歳の初回接種)に対しては積極的勧奨を行っております。3歳のお誕生日を迎えたら、早めに予防接種を受けましょう。

予診票は、お子さんの出生の際にお渡しした「子ども健康手帳」の日本脳炎予防接種予診票をお使いになるか、健康推進課までお越しください。

なお、3歳児以外の接種については積極的な勧奨を差し控えている状況に変わりはありませんが、接種対象者で希望する方は、ワクチンの効果や副反応等について十分に理解し、保護者の同意を得たうえで接種を受けることができます。

○通常の定期予防接種

接種期	対象年齢(望ましい時期)	接種回数
1期初回	生後6か月～7歳6か月未満(標準として3歳)	6日から28日までの間隔をおいて2回
1期追加	生後6か月～7歳6か月未満(標準として4歳)	1期初回接種後、概ね1年をおいて1回
2期	9歳～13歳未満(標準として9歳)	1回

■第1期の接種機会を逃した方へ(日本脳炎第1期の特例について)

積極的な勧奨を差し控えたことにより、第1期(初回1回目、2回目、追加の計3回)が終了していない方は、第1期および第2期の対象年齢の期間に、不足分を接種することができるようになりました。

○特例措置

対象者	接種期間	接種スケジュール
全く接種していない人 (不足3回)	9歳～13歳未満	6日から28日までの間隔をおいて2回、さらに概ね1年経過後に1回接種する。
1回しか接種していない人 (不足2回)	生後6か月～7歳6か月未満 または 9歳～13歳未満	6日以上の間隔をおいて2回接種する。 ※前の接種から6日以上の間隔をおくこと。
2回しか接種していない人 (不足1回)		1回接種する。

○いずれも使用するの新しいワクチン(乾燥細胞培養日本脳炎ワクチン)です。

※第2期(9歳～13歳児未満)の期間に該当し、不足分の接種を希望される方は、予診票をお渡ししますので、健康推進課までお問い合わせください。

※予診票の交付および再交付の際には、予防接種歴を確認できるもの(母子健康手帳等)をお持ちください。

◎お問い合わせ先 健康推進課 内線2362・2363

～歯を大切にしたいあなたへ～ わっ歯歯コーナー

北五歯科医師会、五所川原市民保健協議会と共催で「歯」に関するイベントを開催します。

ご家族そろってお越しください。妊婦さんは母子健康手帳をご持参ください。

■日時…3月6日(日) 10:00～15:00

受付時間 午前の部 10:00～11:30
午後の部 13:00～14:30

■場所…エルムの街SC2階 エルムホール

■内容…歯の診察▽フッ素塗布(先着200名)▽デンタルフロス、歯間ブラシの使い方▽むし歯になりやすいかが分かるテスト(RDテスト・先着100名)▽歯周病かどうか分かるテスト(ペリオスクリーン・先着100名)などなど盛りだくさん。この他にも様々な「お口の疑問、悩み等」相談に応じます。

■参加費…無料

◎お問い合わせ先 健康推進課 内線2367

傾聴ボランティア交流会公開講座

傾聴とは耳を傾けて、熱心に聴くこと。

社会情勢が変化している中で、人と人との繋がりも希薄化し、孤独を感じる人が多い時代です。こういう時代だからこそ、人と人とのつながりを大切にしたい関係が重要になります。

今回、いのちの電話相談を通し、悩みに耳を傾け、心の支えになっている相談員から、傾聴の意義や大切さについてのお話が聞けます。ぜひご聴講ください。

■テーマ

「いのちの電話相談を通して感じる傾聴の大切さ」
(講師：あもりいのちの電話副研修委員長・弘前大学大学院保健学研究科助手 田中 真氏)

■日時…3月24日(木) 14:00～15:10

■場所…働く婦人の家 3F ホール

■参加費…無料(先着150名)

■申込締切…3月15日(火)

◎申込先 健康推進課 内線2368



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	戸沢集会所	2月22日(火)	10:00~11:30
	富士見コミュニティセンター	2月24日(木)	10:30~12:00
	若山集会所	3月1日(火)	10:00~11:30
	福岡集会所	3月3日(木)	13:00~14:30
	高野文化センター	3月4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か月児・3歳児)、
耳鼻科診察(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11:30~12:30)

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	3月1日(火)	保健センター五所川原	平成22年10月生まれ全地区
1歳6か月児健診	3月15日(火)	保健センター五所川原	平成21年9月生まれ全地区
3歳児健診	3月16日(水)	保健センター五所川原	平成19年9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。

*1歳6か月児健診を受診する保護者の方へ、無料の歯周病チェック(ペリオスクリーン)を実施しています。

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。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
3月10日(木) 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
3月24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
3月10日(木) 10:00~11:30	保健センター市浦	○3月勉強会テーマ(11:00~) 「乳幼児健診と予防接種」

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2回、相談に応じています。

●日時…3月16日(水)・24日(木) 13:30~16:30

●場所…保健センター五所川原

◎申込締切…各実施日の10日前

健康づくりコース

生活習慣病を予防したい、体重をコントロールしたい、
そんなあなたにおすすめの教室です。

■運動教室(講師 健康運動指導士 木村郁子氏)

「正しい歩き方・ストレッチ体操・筋トレ体操」

●日時…3月22日(火) 13:30~15:00

●会場…保健センター五所川原

◇対象…40歳以上で健康づくりに関心のある市民

◇料金…無料

◇定員…20名

◇持参するもの…健康手帳(お持ちの方)、飲み物(水)、
汗ふきタオル

◎申込方法…3月17日(木)までに電話にて申込み。

献血のご案内(バス巡回)

期日	時間	場所
3月8日(火)	9:30~12:00	津軽広域農業共済組合
	13:30~16:00	白生会胃腸病院

長年、献血にご協力いただいた田中豊忠さん(金木町)が70歳到達前記念で最後の献血をされ、「愛のかたちの献血 通算734回」となりました。1月29日、エルムの街SC・イトーヨーカドーでの献血バス前にて、県赤十字血液センターより感謝状を受けました。



感謝状を受けた田中豊忠さん(中央)。
長年のご協力ありがとうございました。

救急医療当番医

月日	曜日	医療機関名	住所	電話
2月20日	日	田辺胃腸科外科医院	旭町40-1	35-6355
2月27日	日	川崎胃腸科内科医院	敷島町56	34-3330

※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。