

元気に育ってね

幼稚園児が稚魚放流



10/13 藤枝ため池

金木幼稚園児が藤枝ため池の浮き橋から、鯉・へらぶなの稚魚、どじょうを放流しました。
これは、藤枝内水面漁業協同組合（外崎明組合長）が野外体験学習の一環として行っているもので、園児たちは、稚魚に触れ歓声をあげるなど楽しみながら、元気な成長を願って放流しました。



 広報

ごしょがわら

2011

11 1

No.158

目次

平成 23 年度五所川原市
市褒賞・文化褒賞・内助功労章…2
人権擁護委員法務大臣表彰…3
お知らせ…4

人口・世帯数

人 口 / 60,418 人 (- 50)
男 / 28,010 人 (- 17)
女 / 32,408 人 (- 33)
世帯数 / 24,982 世帯 (+ 16)
9 月 30 日 現在 (前月比)

平成23年度五所川原市

市褒賞 文化褒賞 内助功労章

市では、公共の福祉の増進に顕著な業績のあった方、徳行が優れ広く市民の模範となった方、文化の振興に優れた功績を残された方を称えるため、五所川原市顕彰条例を制定しています。

市顕彰委員会（平山秀直会長）に諮問し決定した、平成23年度五所川原市市褒賞、文化褒賞、内助功労章の受賞者をお知らせします。

市褒賞



齊藤 一 郎 氏（松野木）

永年にわたり市議会議員として卓越なる識見と指導力により広く住民の信望を集め、市街地活性化対策、市町村合併、地域医療の確保など市が抱えるあらゆる問題に精力的に取り組みその解決を図ってきたほか、市議会議長として豊かな経験と人望により円滑な議会運営に尽力されるなど市政伸展に貢献された。

市褒賞



木村 祐太郎 氏（みどり町）

永年にわたり民生委員児童委員を務め、高齢者や独居老人および身体障害者世帯などの安否確認を積極的に行い、身近にいる弱者と向き合うとともに、虐待や不登校、引きこもりなど子どもたちをめぐる様々な問題にも真摯に取り組み、地域福祉の増進に貢献された。

内助功労章 木村 蘭子 氏

市褒賞



吉岡 栄 氏（川山）

「故郷・青森のみずみずしいりんごを、みずみずしいまま、より遠くへ、より多くの人にお届けする」との考えのもと、永年にわたり段ボールの製造販売に取り組み、障害者の雇用にも尽力されるなど、自社の利益のみならず地域産業全体の振興に貢献された。

文化褒賞



川口 良子 氏（金木）

津軽の地域性、生活の知恵を組紐にいかし、郷土文化の一部として「津軽組ひも」の振興と確立に尽力され、青森県が認定する青森県伝統工芸士として当市の文化振興に貢献された。

永年の人権擁護活動に法務大臣感謝状・表彰状

人権擁護委員を退任するにあたり浅見則昭さん（松島町）が、10月6日、市長を訪問し、退任のあいさつをしました。

浅見さんは15年4カ月にわたり人権擁護委員を務められ、法務大臣から永年の功績を称えられて感謝状を贈呈されたこともあわせて報告しました。

10月16日には、人権擁護委員の芳賀久子さん（金木）が市長を訪問し、永年にわたる人権擁護活動が認められ、法務大臣表彰を受賞



浅見さんは「人権に関する法令の整備により、住民のみならず、特に子どもたちの人権に対する意識が向上していることを実感しました」と人権擁護活動を振り返っていました。

したことを報告しました。この日は10月から新たに人権擁護委員となった成田徹夫さん（金木）、再任された丁子谷勇さん（相内）、中村健さん（みどり町）も市長にそれぞれ新任、再任のあいさつをしました。

人権擁護委員は法務大臣から委嘱され、人権相談や人権擁護活動を行っています。広報では毎月1日号で相談日をお知らせしています（今号はP6掲載）。お気軽にご相談ください。



芳賀さんは「相談が年々増え、内容も複雑に、範囲も広がってきています。今後も人権擁護活動に努めていきます」と決意を新たにしています。



優勝目指してがんばります！

少年相撲全国大会出場報告 五所川原金木道場

第8回全国少年相撲選手権大会（10月30日・東京都墨田区「国技館」）に出場する五所川原金木道場の選手らが10月7日、市長を訪問し、健闘を誓いました。

全国大会に出場するのは次の選手です。

▽先鋒・荒木風実哉さん（金木小1年）▽二陣・荒木優輔さん（金木小3年）▽中堅・青山密樹さん（金木小5年）▽副将・工藤光矢さん（金木小6年）▽大将・菊池大史芽さん（鶴田中2年）▽控え・山中夢羽駕さん（金木小1年）



10/1 中央水産にてマグロの解体を見学



10/8 中央青果にて流通の仕組みを学ぶ

小学生児童 流通や地産地消を学ぶ

毎年恒例となった社会教育課主催の市場見学会が、市場の協力のもと開催されました。

丸中央水産（川村拓也代表取締役社長）の見学会には35名の児童が参加し、深浦沖の本マグロの解体や、競り売りの様子を見学、朝食にネギトロイクラ丼としじみ汁を味わいました。

（株）五所川原中央青果（木村吉幸代表取締役社長）の見学会には32名の児童が参加。市場の見学、流通の仕組みを学び、お土産にブドウ、みかんなどをいただきました。児童は、早朝からの見学会にもかかわらず、熱心にメモを取るなど、市場の流通や地産地消について学びました。

善意の花がご

〜どうもありがとうございました〜

◎栄地区住民協議会（木村祐太郎会長）≪6112円（栄地区文化祭での募金・被災者支援へ）≫

◎みちのくコカ・コーラボトリング株式会社（谷村邦久代表取締役社長）≪備蓄用飲料水200ケース≫

▶(右から) 岡崎航平さん(五所高1年)、工藤静真さん(五所高2年)、蝦名恭純さん(五所高2年)、長谷川好水さん(五所高2年)、平田竜也さん(五所高1年)



一日消防官の皆さん



幼年消防クラブ街頭防火パレード

「青森県防火の集い」 五所川原大会

県内の婦人(女性)防火クラブ、幼少年消防クラブ等、防火関係者が一堂に会し、防火を誓い合うことにより、県民の防火意識の高揚、住宅火災の防止、高齢者等の災害弱者が安心して住める環境づくりを推進するための集いです。

- 日時 11月10日(木) 10:00～12:00
- 場所 オルテンシアふるさと交流ホール
- 内容 住宅防火講演／住宅用火災警報器展示／お楽しみ抽選会／幼年消防クラブ員によるアトラクション等

◎お問い合わせ先
消防本部予防課 Tel 35-2019 内線 23・54

10月17日～23日まで秋の火災予防運動が市内各地で一斉に繰り広げられました。
10月19日には、幼年消防クラブ・五所川原地域防災協会等の皆さんによる街頭防火パレードを行い、市民へ火災予防を呼びかけるとともに、市内の高校生5人が「一日消防官」を務め、救急法を学んだり、はしご車の搭乗体験、放水訓練などを通し、防火意識を高めました。
これからの季節は空気が乾燥し、火災が起こりやすい傾向にあります。市民みんなで火災を予防しましょう。

市民みんなで

火災を予防しよう

統一標語

「消したはず 決めつけないで もう一度」

毘沙門・長富コミュニティセンターで 住民懇談会を開催します

皆さんの声をお聞かせください

市民の皆さんのさまざまな意見・提案を市の政策に反映させる市民参加の場として、住民懇談会を開催しています。

市長をはじめ市の幹部職員が、平成22年度決算やつがる総合病院建設事業などについて説明するほか、皆さんからの意見や提案に回答するなど、対話形式での懇談会になります。

ぜひご参加ください。

■日時 11月9日(水) 18時～20時

■会場 毘沙門・長富コミュニティセンター

*今後も日程が確定次第、お知らせしていきます。



10月5日、中央コミュニティセンターで開催された住民懇談会には地区住民28名が参加し、つがる総合病院、避難所についての意見や、道路、側溝の修繕要望など、18件の案件が寄せられました。
市では、必要性、緊急性などを十分に考慮しながら、政策に反映していきたいと考えています。

◎お問い合わせ先 総務課 内線 2117

地域雪寄せ場事業のお知らせ

市では住宅密集地に空き地を所有されている方のご協力により、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する「地域雪寄せ場事業」を行っています。

■条件

- ①町内会に雪寄せ場として無償で土地を貸すこと。
- ②町内会と使用貸借契約書を締結すること(契約書は市で用意します)。
- ③地域住民が広く利用できる場所であること。
- ④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。
- ⑤期間終了後は、町内会が清掃し原状復旧すること。

■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を減額。

■申請方法

- ①雪寄せ場候補地がある町内会に申し出て契約書を取り交わしたうえ、市へ契約書を持参してください。
- ②翌年の5月に固定資産税納税通知書が届いたら、同封する「減免申請書」に記入のうえ、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。

■その他

- ①雪寄せ場を示す看板は市で用意するので、町内会で看板を設置し、適正に管理すること。
- ②利用者は地域住民とする。

◎お問い合わせ先

・地域雪寄せ場の申請手続

五所川原地区 土木課 内線2616

金木地区 金木総合支所産業建設係 内線3210

市浦地区 市浦総合支所産業建設係 内線4023

・固定資産税の減免申請手続

五所川原地区 税務課 内線2224

金木地区 金木総合支所総合窓口係 内線3115

市浦地区 市浦総合支所総合窓口係 内線4066

市立小学校閉校式

五所川原第四中学校学区小学校の統合を控え、各小学校で閉校式が開かれます。

閉校式当日は一般席を設けていますので、来観ご希望の方は各学校まで連絡ください。

■毘沙門小学校閉校式

- ・日時 11月13日(日) 10:00～
- ・場所 毘沙門小学校体育館
- ・連絡先 毘沙門小学校 TEL 36-2917

■一野坪小学校閉校式

- ・日時 11月20日(日) 10:00～
- ・場所 一野坪小学校体育館
- ・連絡先 一野坪小学校 TEL 34-2939

■飯詰小学校閉校式

- ・日時 12月3日(土) 10:00～
- ・場所 飯詰小学校体育館
- ・連絡先 飯詰小学校 TEL 37-2135

◎教育総務課 内線 3306・3307・3314

あおもりまち育て人勉強会 IN 五所川原

青森県県土整備部都市計画課では、県民の方々を対象に都市計画に関する知識を持ち、地域におけるまちづくり活動や都市計画行政への参画など、地域のまちづくりを担う人材として「あおもりまち育て人」の育成を行っています。

今年度は、五所川原市で「あおもりまち育て人勉強会」を開催します。この勉強会を受講された方は、あおもりまち育て人として認定され、「あおもりまち育て人材バンク」に登録されます。

ぜひ、ご参加ください。

■開催予定日 平成 24年 1月～2月の間に3回開催。2回受講された方を「まち育て人」に認定します。

■開催時間 平日 18:30～20:30

■開催場所 エルムホールまたは中央公民館を予定

■講師 弘前大学 北原啓司教授

■申込方法 11月30日(水)までに、市役所都市計画課(内線 2633)へお申し込みください。開催日等は後日連絡します。

*あまり、難しく考えずに、まちの将来やまちづくりに関心のある方は、お気軽に北原先生のお話を楽しんでください。



- お問い合わせ先
- ・市民課1番窓口 内線2316・2317
- ・金木総合支所総合窓口係 (子ども手当担当) 内線3103
- ・市浦総合支所総合窓口係 (子ども手当担当) 内線4010

子ども手当

申請を

お忘れなく !!

これまで子ども手当を受給していた方も含め、支給要件に該当するすべての方の申請が必要となります。

*公務員の方は勤務先へ申請してください。

介護保険はみんなで支え合う制度です

介護保険事業は、国、県、市で負担する公費と、第1号被保険者(65歳以上)と第2号被保険者(40歳～64歳)の方に納めていただく介護保険料で運営されており、社会全体で支え合う仕組みとなっています。

誰もが安心して介護サービスを利用できるように介護保険料は大切な財源となります。

介護保険料は納期内に納めましょう。

介護福祉課内線 2452

図3 介護サービス利用者(単位:人)

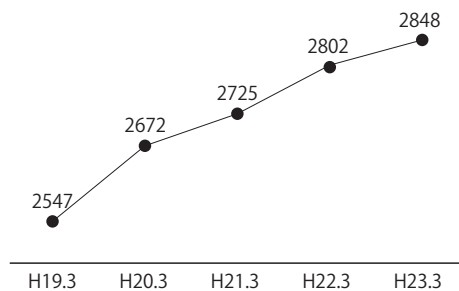


図1 市の高齢化率

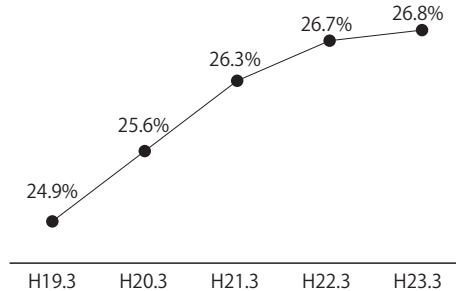
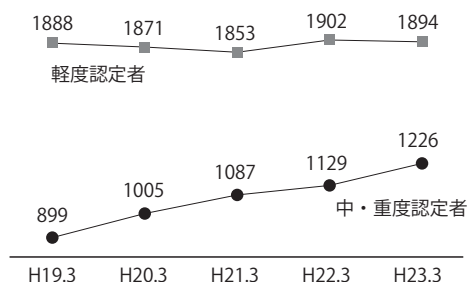


図4 介護サービス給付費

H18年度	4,267,603千円
H19年度	4,495,262千円
H20年度	4,779,361千円
H21年度	4,997,708千円
H22年度	5,162,366千円

図2 要介護・要支援認定者(単位:人)



当市では高齢化が進むなか(図1)、中・重度認定者(要介護3～5の方)が増加しています(図2)。それに伴い、介護サービス利用者、介護サービス等給付費も年々増加しており(図3・図4)、今後も増え続けることが見込まれます。

介護サービス利用者は年々増加しています

相談日のお知らせ

各種相談をお受けしています。
お気軽にご利用ください。

◎行政相談

市民課 内線2317

●11月10日(木) 10時～12時

●11月25日(金) 13時～15時

市役所北棟2階 市民相談室

◇相談員 行政相談委員

◎行政・人権合同相談

金木総合支所 内線3103

●11月16日(水) 10時～15時

金木総合支所4階 第3会議室

◇相談員 行政相談委員

人権擁護委員

◎法務局人権相談

青森地方法務局五所川原支局

Tel (34) 2330

●月曜日～金曜日(祝日を除く)

9時～16時

五所川原支局2階 相談室

◇相談員 人権擁護委員

◎「いっしょにお金の安心相談会

消費者信用生活協同組合青森

相談センター

Tel 017(752) 6755

●11月9日(水) 10時～16時

市民学習情報センター2階

第1教室(予約制です)

◇相談員 消費者信用生活協同組合相談員

◎消費生活相談

商工観光課消費生活相談室

Tel (33) 1626

●月曜日～金曜日(祝日を除く)

9時～16時30分

市役所3階 消費生活相談室

◇相談員 消費生活相談員

地域のための救急医療

フォーラムin五所川原

～みんなでつくる救急医療～

五所川原保健所指導予防課

Tel (34) 2108

西北五地域の救急医療のあり方をみんなで考えてみませんか？
みなさんの参加をお待ちしています！

◎日時

11月26日(土) 14時～16時

●会場 オルテンシア大ホール

◇内容 一次救命処置(AEDを用いた除細動)に係るデモンストラーション(五所川原地区消防事務組合・西北中央病院)／

青森県および西北地域における救急医療の実情／パネルディス

カッション・テーマ「みんなで

つくりあげる救急医療」(座長・

工藤五所川原保健所長、パネリ

スト・五所川原地区消防事務組

合、西北中央病院、医師会、深

浦町、地域医療を考える会)

◎申込締切 11月21日(月)

女性に対する

暴力をなくす運動

11/12
～
11/25



女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク

配偶者等からの暴力、性犯罪、売買春、人身取引、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為等女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものであり、決して許されるものではありません。平成20年に内閣府が行った「男女間における暴力に関する調査」によると、配偶者から暴力を受けた女性の約7割がどこ（だれ）にも相談していないという結果でした。

◎企画課男女共同参画室 内線2156

～配偶者等からの暴力に悩んでいる方へ
一人で悩まず、相談してみましょう～

相談機関	電話番号	相談時間
青森県女性相談所	DVホットライン フリーダイヤル 0120-87-3081	24時間対応 DVの通報・緊急電話
	電話相談 017-781-2000	平日 8:30～20:00 土日祝 9:00～18:00
青森県男女共同参画センター（アピオあおもり）	相談専用ダイヤル 017-732-1022	9:00～16:00 水曜日を除く
青森県西北地域県民局地域健康福祉部福祉こども総室	35-2156	平日 8:30～17:15
全国共通DVホットライン	フリーダイヤル 0120-956-080	月曜日～土曜日 10:00～15:00
DV相談ナビ ※自動音声により指定地域の最寄の相談窓口をご案内します。	ここに電話 0570-0-55210	・窓口案内は24時間対応 ・各窓口での電話相談は受付時間内
女性の人権ホットライン	ゼロナゼロのホットライン 0570-070-810	平日 8:30～17:15

幼稚園についてのお知らせ

教育総務課 内線3309

幼稚園就園奨励費補助金制度

私立幼稚園に入園する3歳～5歳児の保護者には、所得額に就いて経済的負担を軽減する幼稚園就園奨励費補助金制度があります。申請手続は各幼稚園で行います。

平成24年度（4月入園）園児募集

富士幼稚園 Tel(34)7974
聖心幼稚園 Tel(34)2222
五所川原幼稚園 Tel(35)5150
金木幼稚園 Tel(52)2459
ひまわり幼稚園 Tel(34)5080
◇願書受付開始：11月1日（火）
※願書は各幼稚園にて配布。詳細は各幼稚園まで。

ふるさと納税のご案内

西北地域県民局県税部納税管理課
Tel(34)2111 内線2004
県では、ふるさと納税制度による寄附を受け付けています。ふるさと納税制度は、応援したいとお考えの県や市町村に寄附をした場合に、現在お住まいの自治体の住民税（県民税・市区町村民税）から、寄附金額に応じて一定額を控除するものです。

県外在住の方々や帰省される親戚や友人の方々にも、ぜひご紹介ください。

詳しくはHP (<http://www.pref.aomori.jp/life/tax/>) をご覧になるか、県税務課 Tel 017(734)9064へ。

犯罪被害者等支援県民フォーラム
五所川原警察署 Tel(35)2141

日時 11月10日（木）13時～16時
会場 青森県立大学講堂（青森市合子沢山崎153-4）

◇内容
・1部 五所川原農林高校の生徒による研究レポート発表
・2部 講演（交通事故遺族の会「こまぐさの集い」代表 渡邊理香氏）

◇約750名入れます。入場・駐車場無料。
*11月25日、12月1日は犯罪被害者週間です。

介護と福祉の合同就職面接会
青森県地域共同就職支援センター・弘前コーナー
Tel 0172(55)0115
センターとハローワーク弘前の合同就職面接会です。
日時 11月17日（木）13時～16時
（受付12時30分～15時）
会場 青森県武道館会議室（弘前市豊田2丁目3）

◇対象者 介護と福祉の仕事に就職を希望する求職者の方
*履歴書とハローワークカードを持参してください。

出張無料相談会開催！

津軽地域で9回目の開催です。

債務整理 過払い金請求 自己破産 個人再生

借金問題解決

- 過払い金の請求
（返済中はもちろん、完済から10年以内であれば取り戻せます。）
- 月々の返済を楽にしたい。
- とにかく返済に困っている。
…など

11/25(金)

★弘前総合学習センター
9:00～21:00
★五所川原市立佐武多の館
9:00～17:00（17:00以降も随時対応）

11/26(土)

★弘前総合学習センター
9:00～21:00
★黒石市産業会館
9:00～21:00

11/27(日)

★弘前総合学習センター
9:00～21:00
★五所川原市立佐武多の館
9:00～17:00（17:00以降も随時対応）

当日は予約制ですので必ずお電話下さい。

（受付時間 平日・土日祝日 10:00～21:00）
0120-113-314

*上記以外にも随時出張しております。個別の相談も承りますので、まずはお電話下さい。



あらゆる相談にお答えいたします。無料の相談会ですのでお気軽にご相談ください。

弁護士 中島賢信
東京弁護士会所属登録番号34985号

出張期間中は携帯電話へ。TEL080-4123-1996

- 交渉方針：借金減額、金利減免、元金のみ60回払い
- 弁護士費用：毎月の支払いをストップした後から分割払い可
- ご依頼者のプライバシー厳守

セキュアトラスト法律事務所

東京都渋谷区渋谷1-8-3 TOC第一ビル6F
TEL.03-5774-1521（代表）
Mobile <http://saimu0.net>（24時間受付）



市民サロン

NPO法人かなぎ元氣倶楽部
特別月間

津軽三味線会館 TEL(54)1616

・「木田林松栄生誕100年記念」
SPレコードコンサート

●日時 11月6日(日) 18時

◇第1部・木田林松栄生誕100年記念／第2部・なつかしの師匠たち／津軽三下り特集／第3部・津軽三下りの源流をたずねて(講師・津軽民謡21世紀伝承会 民謡研究家 高田裕氏)
*入場無料

太宰治記念館「斜陽館」
TEL(53)20200

・太宰治と鉄道

●日時 11月12日(土) 18時

◇第1部・講演会「太宰と森林鉄道」(講師・青森市森林博物館専門員 草薨與雄氏)／第2部・太宰作品考察教材映画「斜陽」上映
*入場無料

かなぎ元氣村「かだるへえ」
TEL(52)208002

・津軽の昔話つこおしえるよ

●日時 11月19日(土) 18時

◇津軽地方に伝わる昔話を影絵付きでお聞かせします。なつかしのおかし付きです。
*入場無料

市民無料治療奉仕(マッサージ)

青森県鍼灸マッサージ師会
TEL(35)1486 乗田

●日時 11月13日(日) 13時～16時

●会場 エルム文化センター
パーティールーム

◇定員 60名(1人約20分)

*エルム文化センターにて整理券を配布します。

西北五民俗芸能フェア

西北五民俗芸能連合会
TEL(34)7504 山本

文化遺産とも言うべき民俗芸能(津軽三味線、民謡、踊り、獅子舞、囃子など)を保存している11団体が一堂に会しフェアを開催します。

ぜひご来場ください。

●日時 11月20日(日) 13時～

●会場 オルテンシア大ホール

◇特別ゲスト 津軽伝統金多豆蔵人形一座

*入場無料、申込不要です。

吉澤秀香と門下生による書作展

鐵心書道会 TEL017(234)9555

●日時 11月19日(土)・20日(日) 10時～16時

●会場 鐵心書道会金木教室
(金木町・櫻庭美術館隣)

*入場無料です。

青松園祭

青松園 TEL(37)3111

エレクトーンV青松園によるバンド演奏、〇×クイズ、原木しいたけの販売、お楽しみ抽選会など盛りだくさん。

ご近所お誘い合わせのうえ、お越しください。

●日時 11月6日(日) 10時～14時30分

●会場 青松園

健康増進ボウリングスクール

事務局サンサンボウル
TEL(25)3813

●11月14日～12月12日の期間 毎週月曜日 全5回

・よるコース 19時30分～21時30分

*定員20名

●11月16日～12月14日の期間 毎週水曜日 全5回

・午前コース 10時～12時

・午後コース 13時30分～15時30分

*定員各20名

●場所 サンサンボウル(イオンモールつがる柏)

◇受講料 無料(初回のみテキスト代・傷害保険料として500円、貸靴料別途)

*動きやすい服装でお越しください。

弘大金木農場「農場祭」

TEL(53)2029

地域の皆さんとの結びつきを深めるために、農場祭を開催します。お気軽にご来場ください。

●日時 11月12日(土) 9時30分～

●場所 弘前大学金木農場

◇農場生産物販売コーナー

・金木農場産 新米(つがるロマン、まつしぐら、もち米)、牛肉

・藤崎農場産 りんご、野菜、クルミ、銀杏

*いずれも数に限りがあります。

◇販売

・弘大生協コーナー 日本酒「弘前大学」(金木農場産酒米を使用)

・お食事コーナー

・弘大グッズ等

農産物加工品直売会

五所川原市農産物加工センター

振興対策協議会

農林水産課 内線20014

梅漬け、豆腐、味噌など手作りの加工品や、季節野菜などを販売します。

●日時 11月16日(水)・30日(水) 12時～13時

●会場 市役所2階ロビー

◎広報有料「広告」

“高校生の皆さん、進路が決まったら次は車の免許ですね”
《普通車免許》入校生随時受付中!

＜年度末は混雑が予想されます。早めのご入校を!＞

※スケジュール先取りの短期集中プランもあります。

— 詳細は下記へお問合せください —

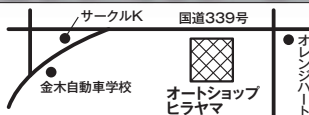
☆☆☆ 地域の交通安全教育センター ☆☆☆

青森県公安委員会指定自動車教習所

金木自動車学校 津軽モータースクール

〒037-0202 五所川原市金木町菅原257-1 千038-3107 つがる市柏稲盛岡本24
お問合せはフリーダイヤル 0120-53-2026へ お問合せはフリーダイヤル 0120-25-2322へ

HONDA 除雪機 予約受付中



AUTO SHOP
Hirayama
オートショップヒラヤマ
MOTOR CYCLE SERVICE

除雪機のこならホンダスノーショップへ!
オートショップヒラヤマ
青森県五所川原市金木町菅原433-4
TEL 0173-52-4737

五所川原市を応援します!

国民年金についてのお知らせ

社会保険料控除証明書が送付されます

平成23年1月から平成23年12月までの間に納めた国民年金保険料は「社会保険料控除」として全額が所得から控除されます。

申告できるのは、平成23年中に毎月納めた保険料のほかに、過去の期間分で、未納や免除を受けた分を平成23年中に納めた保険料額になります。

年末調整や確定申告で国民年金保険料を社会保険料控除として申告する場合は、日本年金機構より11月上旬に発行される「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」や領収書などを忘れ

ずにお持ちください（10月以降に本年初めて保険料を納付する方については、翌年1月下旬に証明書が送付される予定です）。

年末調整や確定申告の手続きの際は必ずこの証明書や領収書が必要となりますので、申告を行うまで大切に保管してください。詳しくは国保年金課（内線2331・2333）または弘前年金事務所TEL0172（27）1337までお問い合わせください。

国民年金（免除）相談会を開催します

国民年金保険料について、経済的な理由で納付困難な場合は、免除制度があります。免除を希望する場合は、申請が必要となり、所得審査のうえ決定となります。

次の日程で相談会を開催しますので、お気軽にお出でください。

■11月15日（火） 10時～15時
中央公民館

■11月16日（水） 10時～15時
金木公民館

○持参するもの

年金手帳、印鑑（認め印）。

免除申請する方で平成22年3月31日以降に離職した方は、雇用保険受給資格者証もお持ちください。なお、代理人がお越しになるときは、委任状が必要となります。

*当日会場で保険料を納付することができます。必ず保険料納付書を持参してください。

◎弘前年金事務所 TEL0172（27）1337

青森県最低賃金改正のお知らせ

青森県最低賃金が、10月16日（日）から改正されました。

時間額 647円

青森県最低賃金は、青森県内で働く全ての労働者と、労働者を一人でも使用している使用者に適用されます。

製造業と小売業の一部には、特定（産業別）最低賃金が定められています。

詳しくは青森労働局ホームページからご覧になれます（<http://aomori-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/>）。

◎お問い合わせ先

青森労働局労働基準部賃金室 TEL017-734-5821

日常生活圏域ニーズ調査

～提出されていない方へ直接電話をおかけします～

この調査は、生活機能の面から高齢者の生活状況を把握し、高齢者の生活状態に合った介護サービスや各種福祉サービスを提供するために6月から実施しています。

まだ調査票を返信していない方には、市が補足調査を委託した青森県中高年福祉事業団から、直接ご自宅に電話をかけることがありますので、ご了承ください。

※なお、収集した個人情報、五所川原市個人情報保護条例に基づき適正に取り扱います。

◎お問い合わせ先 介護福祉課 内線 2458

◎広報有料広告

キゲンとした写真も、カジュアルな写真もモトヤマ写真館におまかせ下さい！

うれしく！楽しい！
七五三さん

撮影用衣装は もちろん 無料ですよ！

スタンダードな台紙入り6切サイズ（23×17cm）
1カット～ ¥10,500（税込）～

残せる！飾れる！プレゼント出来る！
お得なセット ¥30,000（税込）～

その他、店内には多数見本をご用意しております。

当写真館では「笑顔」や「その人らしさ」などプロならではの撮影と高度なライティング技術にこだわっています！

<http://motoshima-studio.com>
2011東北写真館コンテスト金賞受賞しました！

MOTOYAMA **モトヤマ写真館**

ご予約、お問い合わせはこちらまで!!
〒038-3145 つながる市木造千代町7
TEL/FAX.0173-42-2651

クリーニングの **ジャンボドライ** 五工場店 フリーダイヤル **0120-34-9508**

10時 お預り 4時 仕上り

営業時間
平日 8時～19時
日・祝 9時～19時

日・木 ポイント2倍!! *工場店のみ

至市内 布屋町 五所川原市 至飯詰

ジャンボドライ 五工場店

さかもと デイサービス 五所川原市 五所川原市 五所川原市

五所川原市を応援します！

後期高齢者医療制度加入のみなさんへ

今年度まだ健診を受けていない方へ

個別健診のご案内

高齢化の進展にともない生活習慣病の治療が必要となる方が増加しています。

平成20年度から厚生労働省の医療制度改革により、生活習慣病の早期発見、重症化予防を図り医療費を抑制することを目的に、健康診査、保健指導の実施が義務付けられています。

1年に1回健康診査を受け、糖尿病などの生活習慣病を早期発見し、予防と健康維持につとめましょう。

後期高齢者医療制度加入者は、次の医療機関にて無料で受診できます。

実施医療機関

駅前クリニック	TEL 38-5100	西北中央病院	TEL 35-3111
櫛引クリニック	TEL 33-1155	富田胃腸科内科医院	TEL 34-3211
健生五所川原診療所	TEL 35-2542	白生会胃腸病院	TEL 34-6111
公立金木病院	TEL 53-3111	増田病院	TEL 35-2726
清水クリニック	TEL 35-3663		

検査内容

問診、身体計測、診察、血圧測定、尿検査、脂質検査、肝機能検査、代謝系検査、貧血検査、心電図、必要に応じ眼底検査

費用

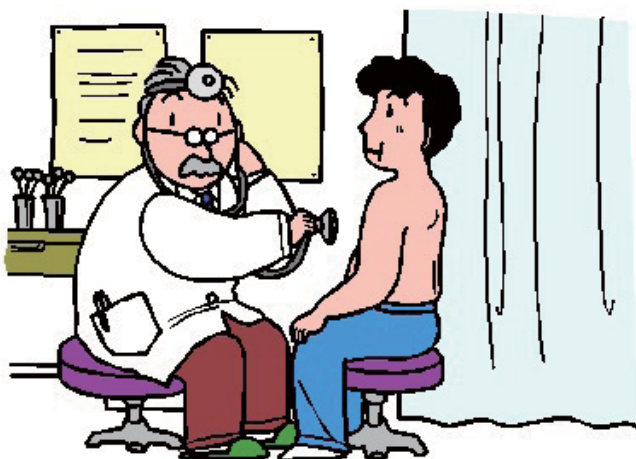
無料

実施期間

平成24年3月31日まで

受診方法

実施医療機関にお申し込みのうえ、被保険者証を持参して受診してください



お問い合わせ先 国保年金課 内線 2337・2338

◎広報有料広告

五所川原 誰でも参加できる“直売所”
駅前市場

五所川原市大町34-4
☎0173-26-6237

当店

旧ロータリー

五所川原駅

50円特売の日(毎週金曜日)

11月4日(金) 午前10時～

・たまご(L玉10個) ￥50(税込)

・大根(1本) ￥50(税込)

※但し、500円以上お買い上げの先着50名様限り

“出品者”大募集!

☆入金0円!
☆年会費も0円!
☆少量でもOK!
☆規格外でもOK!

スタッドレスタイヤの準備してありますか?

タイヤ交換・販売 受付中!!

車検整備、オイル交換、ウィンドガラス撥水コート施工
钣金塗装、エシュロンボディガラスコーティング施工

土・日、祭日も営業中!! (水曜 定休)

東北整備認証 第1-7040号 東北運輸局長認定特殊整備工場 第1-15号

SOGO 相互自動車钣金塗装工場

市内稲実字米崎49-12 栄小学校向い TEL 34-4359

五所川原市を応援します!

五所川原市雇用創出協議会セミナー情報

■11月16日(水) 13時30分～15時30分
プラザマリユウ五所川原

「第4回B級グルメ等『地域の食』開発人材育成セミナー」
～名物弁当がでるまで～

講師 (株)吉田屋代表取締役社長 吉田広城氏

■11月18日(金) 13時30分～15時30分
ホテルサンルート五所川原

「第3回観光コーディネート育成セミナー」
～着地型旅行商品の開発と販売について～

講師 横浜商科大学商学部貿易・観光学科教授 羽田耕治氏

■11月23日(水) 13時30分～16時
ホテルサンルート五所川原

「販路拡大・市場調査推進人材育成セミナー①」
～観光ビジネスのマーケティングの特性と留意点～

講師 横浜商科大学商学部貿易・観光学科教授 羽田耕治氏

■11月25日(金) 13時30分～15時30分
ホテルサンルート五所川原

「第5回B級グルメ等『地域の食』開発人材育成セミナー」
～黒石つゆ焼きそばの取組について～

講師 黒石商工会議所事務局長 三上昌一氏

■11月29日(火) 13時30分～16時30分
プラザマリユウ五所川原

「第2回商業・観光事業主経営セミナー」
～商品企画・プロモーションの基本手法～

講師 (有)ヒューマンインテリジェントパワー代表取締役 飯塚政広氏

◎お問い合わせ先

五所川原市雇用創出協議会(市民学習情報センター内)
TEL (26) 6890

平成23年度働く婦人の家講座 ～和菓子作り教室～

季節にあった和菓子を作ります。

- 日 時 11月28日(月) 13:00～16:00
- 場 所 働く婦人の家2階 調理室
- 講 師 三山鐘徳先生(炉月菓子処)
- 材料費 1,000円
- 定 員 24名(先着順)
- 用意するもの エプロン・三角巾・筆記用具
- 申込方法

11月14日(月)、13時30分から電話または来館にて受付を開始します。

申込後の取り消しは11月24日(木)、16時まで。

定員になり次第締め切ります。

取り消しの連絡のない場合は材料費をいただきます。

◎お問い合わせ・申込先

働く婦人の家 TEL 35-8898

パソコン講習受講生募集

■日時

- ・パソコン入門 11月15日(火)～19日(土)
 - ・ワード初級 11月29日(火)～12月3日(土)
 - ・ワード中級 12月13日(火)～17日(土)
- 全コースとも18:00～21:00

■場所 市民学習情報センター

■受講料 各コース4,000円

■テキスト代

- パソコン入門 1,050円
- ワード 2,100円(初級・中級共用)

■対象者 市内および周辺地域の方

■定員 各コース10名

■申込締切

各コースともに実施日の10日前までにお申し込みください。

◎お問い合わせ・申込先

市民学習情報センター TEL 38-5115

◎広報有料広告

超 エコ融雪機 ロザンユ(特許商品)

お風呂の湯 最大利用!
融雪したい所 雪の上に置くだけ
玄関先 屋根の雪下ろしには「ホース ロザンユ」
お風呂のお湯で 屋根は春気分

- ・ロザンユ 39,800円(ポンプ、ホース20m)
- ・ホース ロザンユ 34,800円(ポンプ、ホース20m)

ASEAN TEL 0120-268-244

選んでよかった! やっぱリフォーム



がんばろう東北!!

■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
アートリフォーム 0173-33-4713
五所川原市七ツ館虫流51-29

屋根・外壁塗装
システムキッチン
トイレ交換・ユニットバス
ガルバリウム鋼の壁・屋根工事

◆ホームページは◆
http://www.art-reform.net
yahoo アートリフォーム

五所川原市を応援します!

立俵武多の館

営業時間変更のお知らせ

11月1日(火)から来年3月31日(土)までは、全館17時閉館となります。ご不便をおかけしますがご了承ください。

*ご宴会は随時受け付けておりますので、お気軽にお問い合わせください(下段有料広告もご覧ください)。

*新年1月1日は営業します。

◎立俵武多の館 TEL38-3232

オルテンシア

11月の催物案内

五所川原市ふるさと交流国民センター ☎33-2111

	日	曜	催	物	開	入	主
大ホール	5	土	第15回五十嵐由香	ピアノ教室発表会	13:00	無料	五十嵐由香ピアノ教室 34-4048
	6	日	第10回チャリティー舞踊	の祭典	9:50	前売800円 当日900円	藤都流松管会 工藤 34-5125
	19	土	水島直輝バリトンリサイタル	「ふるさと空に…」	18:00	全席自由 2,000円	水島直輝バリトンリサイタル実行委員会 水島 080-6055-7937
	20	日	西北五民俗芸能フェア		13:00	無料	西北五民俗芸能連合会 34-7504
	23	水	2011 ぎょがわら勤労の集い	チャリティーショー	10:30	前売800円 当日1,000円	おのきかく 090-1377-4155
小ホール	3	木	Music Concert		13:00	無料	福田音楽教室 0172-73-3624
	4	金	チャリティーコンサート	「太宰に導かれて」	18:00	一般2,000円 高校生以下1,000円	IFD法人立俵武多の館2階特別活動室 33-6338
	5	土	五所川原少年少女合唱団	第18回定期演奏会合唱発表会	18:30	無料	五所川原少年少女合唱団 坂崎 22-5719
	6	日	ピアノ発表会(山中・木村・松川)		13:30	無料	山中 52-2107
	10	木	平成23年度「青森県防火の集い」	五所川原大会	10:00	関係者	五所川原地区消防事務組合 35-2019
	13	日	第18回ピアノ・エレクトーン	コンサート	10:00	無料	蒔苗音楽教室 34-8073
	17	木	平成23年分年末調整説明会		13:30	関係者	五所川原税務署 法人課税部門 34-3279
	18	金			10:00		
	19	土	名作子ども映画会		14:30	500円	守屋教育映画 0282-23-7156
	23	水	津軽ブロック壮年の集い		10:00	関係者	社団法人津軽地区正会津ブロック 0172-65-3766
大ホール	23	水	ピアノ発表会		14:30	無料	工藤 35-3391
	26	土	なおり保育園おゆうぎ会		9:30	無料	なおり保育園 34-7888
	27	日	Music Concert	(清野・対馬・長尾)	14:00	無料	清野 35-5114

※主催者の都合により日程等が変更になる場合もあります。

11月の休館日は 7日、14日、21日、28日

図書館からのお知らせ

◇今月のおはなし会

・おはなしサークルすずめっこ

11月4日(金) 16:00～16:30

伊藤忠吉記念図書館

・五所川原おはなし「ぼぼんた」 テーマ「ぞう」

11月19日(土) 13:30～14:30

市立図書館2階 視聴覚室

図書館名	開館時間	11月の休館日
市立図書館 TEL34-4334	9:30～18:00 (土日祝17:00まで)	毎週月曜日 3日(木)、17日(木)、 23日(水)
伊藤忠吉記念図書館 TEL53-3049	9:30～17:00	毎週月曜日 3日(木)、17日(木)、 23日(水)
市浦分館 TEL35-2111 内線4031	9:30～17:00	毎週土・日曜日 3日(木)、17日(木)、 23日(水)

平成23年度公民館まつり

「みんなの教室」と各種サークルの発表会です。

■日時 11月18日(金) 14:00～20:00

11月19日(土) 9:00～15:00

■会場 中央公民館

【演技発表】

・18日(金)

14:10～15:10 日舞(藤都流)

19:00～20:00 太極拳教室、中国語教室

・19日(土)

10:00～12:00 合唱(たんぽぽコーラス、空と羽)

12:00～15:00 スポーツ教室、謡曲(宝生会)、舞踊
(綾扇会)

【作品展示会】 生け花、盆栽、パッチワーク、手編
み、書道、着付け

【イベント】 囲碁指導(囲碁教室)、茶会(茶道教室)、
スポーツゲーム(軽スポーツ教室)

【模擬店】 そばコーナー

※発表内容・時間等に変更がある場合もあります。

◎お問い合わせ先 中央公民館 TEL 35-6056

五所川原市を応援します。



*内容は変更になる場合がございます。

夜景もステキな
6F展望ラウンジ

ご宴会承ります!

2時間飲み放題 ¥1,500(税込)

お料理 ¥2,500(税込)～

*4名様以上、1週間前までのご予約が必要 *最大80名様まで対応可能
*6Fでの会食付のみ、4・5F貸室の夜利用可

冬期間はご宴会に限り21時まで営業

立俵武多の館

【お問い合わせ】

TEL:(0173) 38-3232

◎広報有料広告

平成 23 年度高齢者インフルエンザ予防接種

予防接種には、感染時の重症化予防効果が期待されています。インフルエンザ流行に備え、期間内に接種を受けましょう。

なお、平成 22 年度は国の実施する新型インフルエンザ予防接種として、高齢者以外の方への接種費用の助成を行いました。新型インフルエンザの終息に伴い、今年度は助成を行いません。

接種する場合は、任意接種扱いとなりますので、医療機関にお問い合わせください。

■助成対象者 五所川原市民であり、接種日において次に該当する方

① 65 歳以上の方

② 60 歳以上 65 歳未満の方のうち、心臓、じん臓、呼吸器の機能、免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する方（障害者手帳 1 級程度の方）

*対象者には順次通知を送ります。

■助成期間 11 月 1 日(火)～12 月 31 日(土) ※病院の営業日に限ります

■接種に必要なもの

①送付された「通知書 兼 接種済証」と、インフルエンザ予防接種予診票

②保険証（生活保護受給の方は医療受給証）③自己負担額 1,000 円

※生活保護を受給されている方および住民税非課税の方は自己負担金が免除されます。

※接種に必要な書類を持参せずに接種した場合は、全額自己負担となりますのでご了承ください（接種後の償還払いはありません）。

■接種医療機関 市が指定する医療機関（通知書に一覧が同封されています）で接種してください。それ以外の医療機関では助成は受けられません。また、助成を受けられない医療機関で接種されても、市から助成額は還付できません。

インフルエンザは風邪と違って、怖い感染症です。発症を抑えるために、インフルエンザワクチンを接種した上で、手洗いやうがいなど家庭での予防を徹底しましょう。

◎お問い合わせ先 健康推進課 内線 2365

赤ちゃんを楽しむマタニティ教室

同じ時期に出産や子育てを迎える仲間と一緒に妊娠・出産・育児について楽しく学べる教室です。

これからのマタニティライフを楽しく健やかに過ごせるように参加しませんか？

■日時 11 月 29 日(火) 13:00～15:00

■場所 保健センター五所川原

■対象 市内の妊婦・産婦さんと、そのご家族の方

■テーマ

歯ッピーなマタニティライフ・子育てライフを！

■内容

①歯医者さんからのお話と歯科衛生士さんのブラッシングの指導

②たばこの影響についてのお話

③ママ友をつくろう

■講師・担当者

①…黒部歯科クリニック 歯科医師 黒部倫朗氏
歯科衛生士 佐々木律子氏

②③…保健師

■持参する物 母子健康手帳

■申込方法 11 月 22 日(火)までに、電話にてお申し込みください(先着 20 組程度)。託児(無料)もありますので希望者は、申込みの時にお知らせください。

◎お問い合わせ・申込先 健康推進課 内線 2368

国保ヘルシーライフ教室

—国保ヘルシーライフ事業参加者募集—

冬の運動不足解消にし～うらんど海遊館に来てみませんか？

農閑期にリフレッシュしましょう！

■実施期間 12 月 1 日(木)～平成 24 年 2 月末

■実施場所 し～うらんど海遊館

■対象者

次のすべてに該当する方

① 20 歳以上 74 歳以下の市民(平成 24 年 2 月末日現在)

② 五所川原市国民健康保険に加入している方

③ し～うらんど海遊館の会員でない方

④ し～うらんど海遊館まで交通手段がある方
(送迎はありません)

■定員 10 名(先着順)

■参加料 月額 1,000 円

■内容 水中運動

■申込方法

11 月 24 日(木)までに、電話にてお申し込みください。
氏名・生年月日・住所・電話番号をお尋ねします。
定員になり次第締め切ります。

◎お問い合わせ・申込先

保健センター市浦 TEL 27-7733

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	保健センター五所川原	11月 9日(水)	10:00～12:00
	桜田集会所	11月 9日(水)	10:30～12:00
	南新集会所	11月 9日(水)	10:30～12:00
	種井集会所	11月10日(木)	10:30～12:00
	新宮集会所	11月11日(金)	13:00～15:00
	農村婦人の家	11月17日(木)	10:00～12:00
	稲実集会所	11月18日(金)	10:30～12:00
桑	保健センター金木	11月17日(木)	10:00～12:00
市浦	保健センター市浦	11月 8日(火)	13:00～14:00
		11月10日(木)	
		11月15日(火)	
		11月17日(木)	
	十三コミュニティセンター	11月 9日(水)	10:00～12:00

みんなの健康教室

- 日時 11月25日(金) 13:00～
- 場所 働く婦人の家 3階
- ◇テーマ 「動脈硬化の予防のために」
～血圧・コレステロールの話題を中心に～
- ◇講師 木村正雄先生 (木村内科医院)
- ◇主催 北五医師会、五所川原市民保健協議会

献血のご案内 (バス巡回)

期 日	時 間	場 所
11月23日(水・祝)	10:00～16:00	ガイア五所川原店

■日程は変更される場合があります。

■献血される方や輸血を受ける患者さんへの安全を確保するため、服薬中の方や海外旅行等の経験のある方は、検診医師の判断により献血をご遠慮いただく場合があります。詳しくは青森県赤十字血液センター (Tel 017-741-1511) までお問い合わせください。

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 元気で長生きするための料理教室

鶏肉のレモンソース



1人分 189kcal 塩分 0.7g

■材料(4人分)

鶏もも肉……………260g 酒、醤油……………大さじ1
こしょう……………少々 長ねぎ、しょうが…少々
米粉……………大さじ2 レモン……………1個
トマト……………1個

【A】

砂糖……………大さじ2
酒……………大さじ2
ガラスープ…小さじ1

■作り方

- ① 鶏肉に酒、醤油、こしょうで下味をつける。
- ② フライパンにサラダ油を入れ、鶏肉を焼く。焼き色がついたら、取り出す。
- ③ ねぎ、しょうがを炒め、Aを入れて鶏肉を戻して、ふたをして煮る。火が通ったら、取り出す。
- ④ 煮汁に米粉でとろみをつけ、レモン汁、レモンの皮を入れ、鶏肉にかける。
- ⑤ トマトを添える。

こころの相談

- 日時 11月8日(火) 13:00～14:00
- 場所 市役所北棟5階 第4会議室
- ◇対象 眠れない日や憂うつな気分が続く、育児・家事が辛い等といった相談のある市民、家族等身近な人を自殺でなくされた遺族の方。
- ◎申込み 相談日前日までに電話でご予約ください。

救急医療当番医

月 日	医療機関名	住 所	電 話
11月3日(木)	増田病院	新町41	35-2726
11月6日(日)	田町小山クリニック	田町4-5	34-3431
11月13日(日)	桂整形外科医院	弥生町16-1	34-3737

- ※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。