

広報



# かしのわ

2015(平成27)年

# 6

No. 230



4/29~5/6

## 金木桜まつり



### 今号の主な内容

- 生活困窮者自立支援制度 ..... 2
- 市民討議会 ..... 4
- 平成27年国勢調査 ..... 6
- 子育て世帯臨時特例給付金 ..... 8
- 太宰治生誕祭 ..... 26



# 生活困窮者への 支援制度が始まっています

ひとりで抱えこまずに  
まずはご相談ください



働きたくても働けない、  
住む所がない、など、  
まずはお困り事をお聞かせください。

相談無料

ご相談は予約制のため、お電話等にて下記にご予約の上ご来所願います。

## 【お問い合わせ】

福祉部保護福祉課内

TEL 0173-35-2166 FAX 0173-35-9901

メール soudan@city.goshogawara.lg.jp

## 【相談時間】(問い合わせ時間も同じです)

午前8時30分から午後5時15分まで

## 【相談日】

開庁日(土日祝はお休みです)

# 生活困窮者自立支援制度を利用して生活を立て直したケース

ケース1

Aさん(38歳男性)

## 長期ひきこもりのケース

Aさんは、両親と3人暮らし。高校を中退後、一時アルバイトを経験したもののすぐに辞めて家に引きこもるようになりました。父親(80歳)は、無口で、とても厳格な性格で、母親(78歳)は、もともと病気がちで足腰も弱いものの、身の回りのことはある程度対応可能です。父親の厚生年金が家計の中心になっており、母親が管理しています。

ケース2

Bさん(26歳男性)

## 求職者への支援のケース

Bさんは、高校時代にいじめに遭い、同年齢の人間関係を避けがちになりました。そのようなこともあり、県外の専門学校に進学し、卒業後は、飲食店に住み込み就労しました。しかし、職場でのトラブルをきっかけに、職場を無断で休みがちになり、解雇されてしまいました。その後も就職に結びつかず、求職活動も途切れるようになってしまいました。

ケース3

Cさん(47歳男性)

## 貧困の連鎖防止のケース

Cさんは、妻と娘の3人暮らし。飲食店を経営していましたが、不況のため廃業に追い込まれました。妻(46歳)は、夫が仕事を失って以来、家計を支える役割を担うようになり、現在はパートを3つ掛け持ちしています。長女(14歳、中学校2年生)は、中学入学後、勉強についていけなくなり、学校を休みがちとなりました。夜遊びも増えました。

ケース4

Dさん(32歳女性)

## 緊急支援のケース

Dさんは、IT関連会社に正社員として就職しましたが、業績悪化によりリストラされました。その後、非正規でIT関連の仕事が続けましたが、解雇され、仕事を半年間探したものの全く見つからず、貯金も底をついたため、アパートを追い出されます。郷里に戻ることも考えますが、既に妹が結婚し、家を継いでいることから、東京で頑張ることを決意します。

## 社会参加から就労へ

私(Aさん)は、高校を中退後、アルバイトをしていましたが、アルバイト先でのトラブルで辞めてからは、母親を介護することで、自分の役割がここにあると思うようになり、特に就職する必要性を感じなくなっていました。しかし、支援員と何度も話すうちに、近くにある「男性介護者の会」に興味が湧いてきました。試しに行ってみたところ、互いの苦労をねぎらい、自分の存在を認めてもらえる仲間に出会うことができ、やがて一緒に活動するようになりました。徐々に自信を取り戻し、今度は支援員に、ひきこもりの人などにも理解のある飲食店を紹介してもらい、働き始めました。始めは、環境に慣れずに休みがちでしたが、職場の理解も得ながら徐々に休みも減りました。母親の介護は介護保険を申請し、ヘルパーさんに来てもらっており、今では充実した毎日を送っています。

## 住居確保給付金と就労訓練事業による支援

私(Bさん)は貯金が少なくなり、このままではアパートを出ていかねばならず、切迫した状況にありました。支援員からは、まずは安定した住居を確保する必要があるということで、住居確保給付金の制度の説明を受け、給付の決定を受けることができました。就労については、私には調理スキルがあったことから、飲食業での就労を望みましたが、焦らず時間をかけて生活を立て直すことが大事だと考え、生活リズムを整え、対人スキルを身につけることを短期目標とし、就労訓練事業の非雇用型として高齢者施設に通うことになりました。始めは、利用者とのコミュニケーションに苦労しましたが、訓練を続けた結果、非雇用型から雇用型に切り替わりました。今では、人の役に立ちたいという思いから、ヘルパー資格を取るべく準備を進めています。

## 本人だけでなく家族も含めた包括的な支援

私(Cさん)は、飲食店を倒産に追い込んでしまったことで、完全に自信を失い悲観的になっていましたが、働きたいという気持ちは持ち続けていました。支援員と話すうちに、飲食店を経営した経験があるということは自分にとっての強みであると前向きに考えられるようになり、支援員の支援もあり、調理補助の正社員として就職することができました。私が仕事を開始したことで、妻はパートを1つに減らすことができ、生活に余裕ができたことで、家族に対しても優しく接することが出来るようになりました。長女と一緒に過ごす時間を持つことができるようになったことで、長女の生活習慣が改善されていきました。また、長女は学習支援に通うことで、高校に進学して、将来やりたいことを見つけたいと考えるようになり、担任教員の協力のもと、今では学校にも通えるようになりました。

## 他制度を活用した複合的な支援

私(Dさん)は、健康状態が気になっていたものの、健康保険料を払っておらず、無保険状態であったため通院できませんでした。便潜血があり、3日間も何も食べていないということを支援員に相談すると、緊急性があると判断され、生活保護の申請を行うとともに、一時生活支援事業を利用することになりました。1週間後に、生活保護の決定(医療扶助)があり、通院することができました。その後は、一時生活支援事業が利用できる3ヶ月間に、就労ができるような健康状態に回復するまで支援してもらい、回復してからアルバイトを探して、貯蓄することを目指しました。その結果、一時生活支援事業の支援期間終了と同時にアルバイト先に採用されることになり、生活保護(医療扶助)は廃止となりました。今では職場にも慣れ、生活も安定しています。

自立相談支援機関による支援事例



## 市民討議会を開催します

市と公益社団法人五所川原青年会議所の共催で、五所川原市民討議会を開催します。

市民討議会とは、地域住民がテーマに沿った意見を出し合い、結果を取りまとめて行政に報告書を提出する「新しいかたちの住民参加」として近年注目され、全国的に開催されています。

無作為で選出された住民が参加するため、より多様な住民の意見が聴けること、参加する住民によっては関心の薄いテーマもあることから、普段あまり関心のなかった行政課題などを考える機会となり、住民の行政への参画意識の向上に効果的であることが特長とされています。

五所川原市民討議会は、平成24年度からスタートし、今回で4回目となります。昨年度は「五所川原の未来に向けて～人口減少時代を乗り切るためのまちづくりを考えよう～」というテーマで実施しました。昨年度参加した方々から出された意見については、五所川原市総合計画に反映されています。

今年度は、「ともに語ろう、ふるさとの未来を～五所川原市総合計画重点プロジェクトを考える～」をテーマとし、市の将来像実現のための重要な施策について市民の皆さんと討議したいと考えています。

### 参加者決定方法

住民基本台帳から無作為抽出された18歳以上の市民1,500人に対し参加案内書を送付し、参加希望者の中から抽選で参加者30名を決定します。

市民討議会参加案内書が送付された皆さんは、参加についてご協力をお願いします。

\*参加資格を有する方は、参加案内書が送付された方となります。

### 市民討議会

日時・場所…7月11日(土) 14:00～  
市民学習情報センター

討議テーマ…五所川原市総合計画重点プロジェクト  
～五所川原市の将来像実現のために～

\*市民討議会は公開で開催します。自由に観覧できますので、お気軽にお立ち寄りください。

### お問い合わせ先

- ・五所川原市民討議会実行委員会  
(五所川原青年会議所内)TEL35-4049
- ・企画課 内線2154

### 市民討議会の流れ

5月中旬

住民基本台帳から18歳以上の市民1,500人を無作為に抽出します。



6月上旬

抽出された市民に市民討議会の案内書を送付します。



6月下旬

参加希望の回答者から抽選で30名を選出し参加決定通知を送付します。



7月11日

五所川原市民討議会の開催。



報告書を作成し、市に提出します。



H26年度の市民討議会の様子

# 共にすすめる持続可能なまちづくり

## 市民提案型事業審査会を開催しました

4月18日、市民提案型事業審査会(会長・金目哲郎弘前大学人文学部准教授)を立佞武多の館で開催しました。

市民提案型事業は、市民と共にすすめる持続可能なまちづくりに向け、市民団体等が取り組む地域における課題解決や賑わい創出といった公益性のある活動に対して、市が活動費用の一部を助成する制度で、はじめの一步事業と市民提案型事業の2種類があります。



今年度は、はじめの一步事業1件「太宰と五所川原」ビデオ制作によるまちなか賑わい創出事業、市民提案型事業6件の申請があり、審査会では、各申請団体が創意工夫あるプレゼンテーションを行うとともに、審査会委員からの質疑に答えるなど、活動に対する思いを述べました。

事業内容は、市のさまざまな分野で展開されるもので、多様な主体の参画と協働によるまちづくりが着実に定着していることが感じられました。

審査の結果、申請のあった7件の事業すべてが採択され、これから各団体による地域活性化に向けたまちづくり活動が始まります。

採択事業は下表のとおりです。

企画課  
内線2154

事業名 / 提案団体	補助金額(円)
「太宰と五所川原」ビデオ制作によるまちなか賑わい創出事業／五所川原市大町二丁目まちづくり協議会 全国的な知名度を有する太宰治を活用した市街地活性化策として、太宰治と旧五所川原の関係を紹介するビデオを制作し、PRしていくことで地域の活性化を図る。	300,000
五-GO-まっちコン 3／五所川原商工会議所青年部 全国各地で開催されている「街コン」を五所川原市内でも行い、出会いの場の創出、市内飲食店街の活性化といった地域経済への貢献、若者の定住促進などを目指す。	1,000,000
浅井獅子舞伝承事業／浅井獅子舞倶楽部 復活した「浅井獅子舞」が伝承されるよう、獅子頭等の修繕や各種用具の整備、稽古を継続していくとともに、世代を超えたコミュニティ醸成のため、地域で楽しむイベントを開催する。	677,000
正装(浴衣)跳ね人増員及び立佞武多前夜祭／五所川原立佞武多運行団体協議会 立佞武多祭りにおいて跳ね人の一般参加エリアを設け、参加者に跳ね方、着付けを指導し、正装衣装による参加を確立する。また、立佞武多広場で前夜祭を開催し、開幕ムードを高める。	1,000,000
市民の声をつなげたい！／市民コミュニティー集団ジーネットサポート 市民の声を直接取材し、行事をはじめとする街の楽しみ、美しさといった様々な情報についてコミュニティFMを活用し伝えることで、市民コミュニティーの輪を広げ、市のPRを図る。	293,000
2015年度 高校生ビジネスプランコンテスト／若手起業塾 高校生を対象としたビジネスプランコンテストを開催する。参加チームにはフォローアップ研修を行い、ビジネスプランの実現可能性を高める。	971,000
五所川原立佞武多推進事業／五所川原立佞武多を推進する会 立佞武多がブラジル・サンパウロのサンバカーニバルに出陣したのを機に、地域住民の誰もが来客者に立佞武多の魅力を発信できるよう、立佞武多についての講演会、写真展等を開催する。	1,000,000



# 五所川原市人口分析等基礎調査に係るアンケート調査

市では、少子高齢化や人口減少への対応に向けた、まち・ひと・しごと創生法に基づき「五所川原市まち・ひと・しごと創生総合戦略」「五所川原市人口ビジョン」を策定するに当たり、市民の皆さんの意識調査を実施します。アンケート調査の結果は人口の現状や将来の展望を提示する「五所川原市人口ビジョン」の基礎資料となり、市ホームページ等で公表する予定です。アンケート調査票が送付された方は、ご理解、ご協力をお願いします。

## 対象者選定方法

住民基本台帳から2000人を無作為抽出。

## アンケートの内容

「結婚・出産・子育て」「移住・定住」に関する実態・意識調査など。

## アンケート回答方法

アンケート調査票を5月末に郵送します。調査票に回答を記入（無記名自記式）し、同封の返信用封筒によりご返送ください。

\*この調査は市の委託を受けた大日本コンサルタント(株)が行います。

企画課 内線2152



## 平成27年国勢調査の調査員を募集しています



スマートフォンからも回答できるよ

### ▽国勢調査員募集

募集人数：200名程度

### 選考要件

- ・責任をもって調査事務を遂行できる20歳以上の方
- ・秘密の保護に関し信頼のおける方
- ・税務・警察に直接関係のない方
- ・選挙に直接関係のない方
- ・暴力団員でない方および暴力団もしくは暴力団員と密接な関係を有しない方

任命期間：8月5日～11月4日（3カ月間）

募集締切：6月15日（月）

調査員報酬：標準額3万9100円

\*調査員報酬は、受け持つ調査区数や調査世帯数によって増減します。また、自宅周辺以外の調査区を受け持つ場合もあります。

### ▽国勢調査員の仕事のあらまし

- ①調査員説明会への出席（8月中旬～9月上旬）  
仕事の内容や調査票の記入方法などについて説明を受けます。
- ②受け持ち調査区の確認および調査区要図の作成（9月上旬）  
受け持ちの調査区域の範囲を確認し、「調査区要図」、「調査世帯一覧」の作成、「インターネット回答利用案内」等を世帯に配布します。
- ③インターネット回答世帯の特定および調査票の配布準備（9月中旬）  
インターネット回答した世帯の整理や提出用封筒・調査票の調査区番号と世帯番号の確認など。
- ④調査票の配布・回収および確認状の配布（9月下旬～10月上旬）  
調査票を各世帯に配布し、記入を依頼します。その後、各世帯を再訪問し、調査票を回収します。その後、確認状をすべての世帯に配布します。
- ⑤調査書類の検査・整理・提出  
回収した調査票などの書類を検査し、期日までに市へ提出します。

国勢調査員を希望する方、詳しいことをご聞きになりたい方は、企画課統計係（内線2155）にご連絡ください。

●国勢調査は、平成27年10月1日現在日本国内にふだん住んでいるすべての人（外国人を含む）および世帯が対象です。

●今回から、全世帯を対象としてオンライン調査を実施します。更にスマートフォンでの回答もできる予定です。

●調査事項は、世帯員について「男女の別」、「出生の年月」、「配偶の関係」、「就業状態」、「従業地または通学地」など13項目、世帯について「世帯員の数」、「住居の種類」など4項目です。

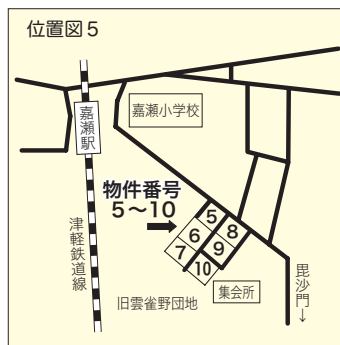
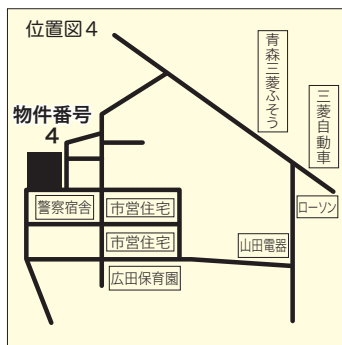
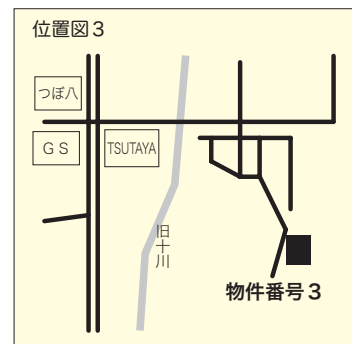
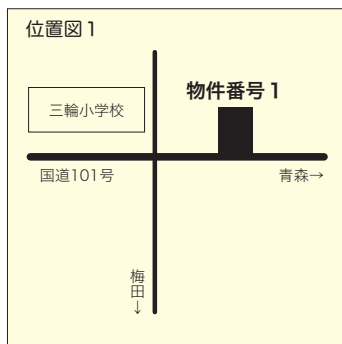
●調査結果は「人口速報集計」を平成28年2月、その後、年齢別人口、世帯の状況などの詳しい調査結果を、平成28年10月末までに公表する予定です。公表した調査結果は、総務省統計局ホームページのほか、都道府県立図書館などでご覧になれます。

●国勢調査では、統計法によって厳格な個人情報保護が定められています。また、従事する者には、守秘義務が課せられています。

# 市有地売却のお知らせ

売却物件(土地の地目は全て宅地)

No.	所在地(五所川原市)	土地面積(m <sup>2</sup> )	予定価格	都市計画用途地域
1	七ツ館字鶴ヶ沼155番6 外一筆	216.49m <sup>2</sup>	2,099千円	用途指定なし
2	中央三丁目175番	295.76m <sup>2</sup>	6,270千円	第一種低層住居専用地域
3	姥范字船橋11番3、11番4	1219.33m <sup>2</sup>	14,144千円	第一種低層住居専用地域
4	みどり町二丁目45番1	4164.87m <sup>2</sup>	29,154千円	第一種低層住居専用地域
5	金木町嘉瀬雲雀野667番382	371.64m <sup>2</sup>	1,412千円	都市計画区域外
6	金木町嘉瀬雲雀野667番383	312.42m <sup>2</sup>	1,187千円	都市計画区域外
7	金木町嘉瀬雲雀野667番384	256.12m <sup>2</sup>	973千円	都市計画区域外
8	金木町嘉瀬雲雀野667番385	330.05m <sup>2</sup>	1,254千円	都市計画区域外
9	金木町嘉瀬雲雀野667番386	284.91m <sup>2</sup>	1,082千円	都市計画区域外
10	金木町嘉瀬雲雀野667番387	369.79m <sup>2</sup>	1,405千円	都市計画区域外



**売却の方法**…一般競争入札により売却します(予定価格以上の最高額で入札した方にその金額で売却を決定)。

**入札参加方法**…入札参加申込書を提出し、物件の説明と関係書類の配布を受けてください(物件の説明等を受けた後に申し込んでも構いません)。

**入札参加受付**…5月25日(月)～6月15日(月)(閉庁日を除く)9:00～16:00 管財課(市役所4階)

\*入札参加申込書は管財課から交付を受けるか市ホームページからダウンロードしてください。

**物件の説明**…5月25日(月)～6月15日(月)(閉庁日を除く)9:00～16:00 管財課(市役所4階)

**入札参加制限**…契約を結ぶ能力を有しない方(未成年者等)、破産者で復権を得ていない方、入札参加申込書を提出していない方は、入札に参加することができません。

**入札・開札日**…6月22日(月)10:00～ 市役所5階入札室(第3会議室)

\*入札参加資格のない方のした入札、入札条件に違反した入札は無効となります。

**入札保証金**…入札当日、入札金額の100分の5以上の保証金の納付が必要です。

**契約の締結**…落札者が決定した日から7日以内に契約を締結します。

**契約保証金**…契約時に契約金額の100分の5以上の保証金の納付が必要です。

**代金の納入期限**…契約締結の日から30日以内に全額納入してください。

\*詳細については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。

問 管財課 内線2262

# 児童手当現況届は6月中に提出を

児童手当受給者の皆さんへ6月上旬に案内と現況届を郵送します。内容をご確認の上、6月30日(火)までに提出してください。

今年度は窓口への提出のほか、郵送による提出も受付します。同封の返信用封筒をご利用ください。

現況届が提出されない場合、6月分以降の児童手当を受け取ることができませんのでご注意ください。

\*子育て世帯臨時特例給付金の対象になると思われる方には給付金申請書も同封します。現況届と一緒に給付金申請書も提出してください。

\*公務員の方は勤務先へご確認ください。

提出先…市民課(内線2316)、金木総合支所総合窓口係(内線3103)、市浦総合支所総合窓口係(内線4010)

## 子育て世帯臨時特例給付金

消費税率の引き上げの影響等を踏まえ、子育て世帯に対し、暫定的・臨時的な措置として今年度も子育て世帯臨時特例給付金を支給します。

### 概要

基準日…平成27年5月31日

支給対象者…平成27年6月分の児童手当受給者

\*特例給付受給者は対象外です。特例給付の受給者とは、平成26年の所得が児童手当の所得制限限度額以上である方(児童1人につき月額一律5千円が支給される方)をいいます。支給対象者が死亡した場合は配偶者等に支給します。

支給対象児童…平成27年6月分の児童手当支給対象児童

\*基準日より後に生まれた児童や基準日の翌日以後、支給決定までに死亡した児童は対象外です。

\*施設等入所児童は、施設等からの代理申請に基づき別途支給します。

支給額…支給対象児童1人につき3千円

支給回数…1回限り

支給時期…平成27年10月下旬(予定)

申請先

▷一般の方(各市区町村から児童手当を受給している方)

平成27年6月分の児童手当を支給する市区町村  
平成27年6月1日以降の日付を転出予定日として別の市区町村に転出した場合は、転出前の市区町村が申請先となりますのでご注意ください。

\*児童手当の認定請求を失念する等して、平成27年6月分の児童手当の対象となる児童分の支給が受けられない方についても、給付金は支給対象になり得ますので、基準日時点で住民票のある市区町村の窓口にご相談ください。

申請窓口…市民課①番窓口、金木総合支所総合窓口係、市浦総合支所総合窓口係

申請期間…郵送による申請 6月8日(月)～6月30日(火)(当日消印有効)

窓口での申請 6月8日(月)～9月8日(火)

▷公務員の方(勤務先から児童手当を受給している方)

基準日時点で住民票のある市区町村  
平成27年6月1日以降に別の市区町村に転出した場合でも、基準日時点で住民票のあった市区町村が申請先となりますのでご注意ください。

申請書

市では、給付金の対象になると思われる方へ6月上旬に申請書を児童手当現況届に同封して郵送します(公務員の方を除く)。

公務員の方へ

公務員の方には所属庁から申請書が交付されます。申請書は申請手続きが始まるまで大切に保管してください。申請窓口、申請期間等は各市区町村により異なります。申請にあたっては、事前に基準日時点で住民票のある市区町村に問い合わせるか、ホームページなどでご確認ください。

配偶者からの暴力を理由に避難している方へ

配偶者からの暴力を理由に避難している方で、事情により住民票を移せない方は、申し出により必要な支援が受けられる場合がありますので、避難先の市区町村の窓口にご相談ください。



給付金を装った「振り込め詐欺」や「個人情報の搾取」にご注意ください。

市民課 内線2317 FAX 34-6352



## 放課後児童クラブ支援員募集

募集人数：1名

### 業務内容

放課後、家庭が留守の小学校児童を対象として、遊びおよび生活面の指導・育成を行います。具体的には、子どもの生活指導、遊び、おやつを提供などを行います。

賃金等：時給780円、通勤手当・賞与有り

加入保険等：雇用、労災、健康、厚生

### 勤務時間

平日：13時30分～18時

土曜日・長期休暇時：8時～17時

\*時間外勤務有り

雇用期間：7月1日～9月26日

### 応募要件

保育士、社会福祉士、幼稚園、小学校、中学校、高等学校または中等教育学校の教諭となる資格を有する方

### 申込方法

履歴書(写真添付)および資格等の写し各1通を家庭福祉課へ持参してください(郵送不可)。

申込期限：6月12日(金)必着

### 選考方法

面接により選考します。面接日時は応募書類提出時にお知らせします。

\*雇用契約の更新は、本人の勤務状況等を考慮して決定します。更新した場合の雇用期間は9月28日～平成28年3月31日となります。平成28年3月31日以後についても、勤務状況等を考慮し、更新の有無を決定します。

申込先：家庭福祉課 内線2437

## 農地中間管理事業説明会／人・農地プラン集落座談会

農地中間管理事業は、経営規模を縮小する「出し手農家等」から「農地中間管理機構(公益社団法人あおもり農林業支援センター)が農地を借り入れ、一定要件のもと規模拡大を目指す「受け手農家」にまとまった農地を貸し付けるものです。

農地中間管理事業の説明会および人・農地プラン集落座談会を合同開催しますので、ぜひご参加ください。

また、青年就農給付金、スーパーL資金の5年間無利子貸付金、農業機械を導入する際の補助金(経営体育成支援事業)を申請予定の方も、お気軽にご参加ください。

開催日時・場所	対象地域(お住まいの所)・対象農地(農地・農場のある所)
6月22日(月) 18:00～ 中央公民館3階第1研修室	五所川原全地域(五所川原東地域を除く)
6月23日(火) 18:00～ 金木公民館1階大会議室	金木全地域
6月24日(水) 18:00～ 市浦コミュニティセンター式場	市浦全地域
6月25日(木) 18:00～ コミュニティセンター長橋大広間	五所川原東地域 戸沢・石田坂・若山・松野木・福岡・富栴・神山・野里・福山・豊成・俵元・原子・羽野木沢・持子沢・高野・前田野目・野崎・杉派立・野里野岸・神山野岸

## 農地の借受希望者の募集と貸付希望者の受付開始 ～農地中間管理事業で有利に規模拡大を～

受け手の応募用紙は、公益社団法人あおもり農林業支援センターホームページ(<http://www.aomori-norin.jp/>)でダウンロードまたは農林水産課、各総合支所産業建設係に用意しています。ぜひご応募ください。

また、農地を機構に貸したい方も受付開始します。

農地中間管理事業については、あおもり農林業支援センター(Tel017-773-3131)または農林水産課(内線2515)へ、人・農地プランについては農林水産課までお問い合わせください。

## 指定避難所・指定緊急避難場所

既存施設の管理・運用方法の変更や新規施設が建設されたことから、次のとおり指定避難所および指定緊急避難場所の変更(新規指定および内容変更)を行いました。

- \* 災害発生時は、思わぬ被害が発生することもあるため、上記の施設であっても危険な状況と判断される場合は、安全な場所へ避難するなど身を守る行動をとるよう努めてください。
- \* 地域防災計画および指定避難所・指定緊急避難場所に関するお問い合わせは、総務課(内線2114)まで。

### 今回指定・変更した指定避難所・指定緊急避難場所

変更事由	指定緊急避難場所	対象区域(A)	指定災害						指定避難所	対象区域
			洪水	土砂災害	高潮	津波	内水氾濫	地震		
新規	南部コミュニティセンター	湊、中央三丁目～四丁目、中央五丁目の一部						○	○	(A)に同じ
新規	一野坪コミュニティセンター	一野坪、太刀打の一部	○					○	○	(A)に同じ
新規	磯松コミュニティセンター	磯松磯野、磯松山の井、磯松唐皮	○					○	○	(A)に同じ
新規	十三コミュニティセンター	十三深津、十三琴湖岳、十三羽黒崎、十三古中道、十三通行道、十三五月女菴	○					○	○	(A)に同じ
変更	みなとコミュニティセンター	湊、中央三丁目～四丁目、中央五丁目の一部	取消					取消	○	取消
変更	市浦老人生きがいセンター	脇元磯辺の一部、脇元野脇の一部、脇元赤川の一部	○	○	取消	取消		○	○	
新規	十三地区津波避難タワー	十三深津、十三琴湖岳、十三羽黒崎、十三古中道、十三通行道、十三五月女菴	○		○	○		○	○	
新規	磯松地区津波避難タワー	磯松磯野、磯松山の井、磯松唐皮	○		○	○		○	○	

### 軽自動車税のグリーン化特例

環境に配慮した性能を持つ軽自動車について、税額が軽減されます。

**対象車両**…平成27年4月1日～平成28年3月31日までに新規取得した軽自動車

**対象年度**…平成28年度限り

**対象車両**

①電気自動車、天然ガス車(※1)

概ね75%軽減

②ガソリン車、ハイブリッド車(※2)

▽軽乗用

H32年度燃費基準を+20%達成 ⇒ 概ね50%軽減

H32年度燃費基準を達成 ⇒ 概ね25%軽減

▽軽貨物

H27年度燃費基準を+35%達成 ⇒ 概ね50%軽減

H27年度燃費基準を+15%達成 ⇒ 概ね25%軽減

(※1)ポスト新長期規制によりNOx10%低減している軽自動車に限ります。

(※2)平成17年排出ガス基準75%低減達成車(★★★)に限ります。

\* 対象軽自動車の要件については、自動車検査証でご確認いただけます。詳しくは、市HPをご覧ください。

問…税務課 内線2227

### 防災行政無線による緊急情報の訓練放送(試験放送)

市では、地震や津波などの災害時に、全国瞬時警報システム(J-ALERT)により送られてくる国からの緊急情報を防災行政無線を用いて確実に皆さんへお伝えするため、防災行政無線の訓練放送を行います。

**日時**…5月27日(水) 10時15分頃

**対象地域**…市浦地区沿岸部

**放送内容**

①チャイム

②「こちらは、五所川原市です」

③「只今から訓練放送を行います」

④緊急地震速報チャイム音

⑤「緊急地震速報。大地震です。大地震です」

⑥「これは、訓練放送です」

(④、⑤、⑥繰り返し)×2

⑦「こちらは、五所川原市です」

⑧「これで訓練放送を終わります」

⑨チャイム

\* 当日は全国的に様々な情報伝達手段で試験が実施されます。また、気象・地震活動等の状況によっては、訓練を中止することがあります。

問…総務課 内線2116



## 防火意識を高めよう！



4月13日から19日まで、県下一斉に春の火災予防運動が行なわれました。

家庭と職場からの火災発生防止目的とし、一日消防官に委嘱された、ELMの街ショッピングセンターにお勤めの葛西玲奈さん、秋谷香純さん、三國瑛美さんが4月15日、副市長を訪問しました。

防火意識を高め、火災のないまちを目指しましょう。

## 6/23～29 男女共同参画週間

平成27年度男女共同参画週間キャッチフレーズは「地域×女性力=無限大の未来」です。

暮らしやすく元気な地域社会をつくるためには女性の活躍・リーダーシップが必要です。

これまで男性目線で考えていたことに発想の転換が生まれ、活力ある地域づくりが期待されます。身近な女性の活躍をみなさんで応援しましょう。(内閣府男女共同参画局ホームページより抜粋)

市では、6月23日(火)～29日(月)の間、市役所2階、市浦医科診療所およびかなぎ病院に男女共同参画に関するパネルを展示します。

問…企画課男女共同参画室 内線2157

## 身体障害者の無料巡回診査

巡回診査により、身体障害者の方々に医学的判定を行うとともに様々な相談に応じます。

診査科目…肢体不自由

診査・相談日時…7月8日(水) 9:30～12:00

受付時間…9:00～11:00

場所…市民学習情報センター

対象…身体障害者手帳の交付を受けるため診査を必要とする方／身体障害者手帳の再認定を必要とする方／障害程度に変化があり、等級の変更を必要とする方／補装具の交付・再交付または修理を必要とする方／生活・医療・施設入所等の相談を希望する方

次の方は対象外です

脳血管疾患を発症後3カ月未満の方／義肢・装具および車いすについて複雑な処方を要するもの(骨格構造義肢や車いすの新規処方等)／電動車いす、座位保持装置および特例補装具の処方／オーダーメイドまたはモジュラー方式による車いすの処方／要介護状態にある方で介護保険の給付品目と重なるもの  
[車いす(レディメイド)、歩行補助杖、歩行器]

\*症状等によってその場での判定が困難な場合は、医療機関での診査となります

持ち物…身体障害者手帳(所持者のみ)、健康保険証、印鑑

\*新規手帳交付のため審査を希望し、かかりつけの医療機関がある方は、レントゲン写真や紹介状等の病名・治療の状況・身体状況がわかる書類を持参ください

申込み…7月3日(金)までに電話にてお申し込みください。

問…家庭福祉課 内線2435



## 五所川原地域ブランド品紹介 第18回

### 中まで赤～いりんごの麺(H26年度認定)

五所川原原産の、花や実の中も赤いりんご「御所川原」を使用して作られたうどんです。

コシがあってつるつる、そしてほのかなりんごの風味がする麺と、特製スープの相性はばっちり。麺の色は薄い桜色でかわいらしく、味覚だけでなく視覚でも楽しめます。温かくすると芳醇なりんごの香りが増すため、温かいスープにつけて食べるのもオススメ。



参考価格 2人前(スープ付き) 540円(税込)

4人前(スープ付き) 1,080円(税込)

取扱店…金木観光物産館マディニー TEL54-1155

商品について…有限会社ヤマホ竹鼻製麺所 TEL34-3063

五所川原地域ブランドについて…観光物産課 TEL35-2111 内線2558

# お知らせ

## 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)

6月11日(木) 10:00~12:00

6月25日(木) 13:00~15:00

市役所 2階市民相談室

問 市民課 内線2317

### 金木地区(行政・人権合同相談)

6月3日(水) 10:00~15:00

金木総合支所 4階第3会議室

問 金木総合支所 内線3104

### 市浦地区(人権相談)

6月9日(火) 10:00~15:00

市浦総合支所青森あすなるホール市浦

問 市浦総合支所 内線4010

### 法務局人権相談

月曜~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 青森地方法務局五所川原支局

TEL 34-2330

## 今月の納期

・市県民税 第1期

問 収納課 内線2250

**納期限 6月30日(火)**

納付は便利で確実な

口座振替を!

## 五所川原立佞武多 有料観覧席券好評発売中

申込み:五所川原商工会議所に備

え付けの申込用紙により、FAX

Xまたは窓口へお申し込みくださ

さい(電話受付はしません)。

受付時間:9時~16時(平日)

\*8月4日・6日は吉幾三さんが

応援に駆けつける予定です。

申込先:五所川原商工会議所

TEL(35)2121 FAX(35)2121

## 大町二丁目地区土地区画 整理事業区域内の新しい 町界について

大町二丁目地区土地区画整理事業の換地処分に伴い、字界の変更が行われます。この換地処分により地番整理も併せて行われます。

## 苗木購入費用の 一部を助成します

五所川原産りんご「トキ」の

概要図は市HPをご覧ください。

変更日は、大町二丁目地区土地

区画整理事業の換地処分の公告の

あった日の翌日からとなります。

現時点での公告予定日は平成27年

8月21日ですが、作業の進捗状況

により延びることも考えられます

ので、ご了承ください。

住所変更による手続き等について

対象地区の皆さんには、住所変

更に伴い諸手続きが発生します。

期日が確定次第、住所変更手続き

のパンフレットを配布する予定で

すので、対応等願います。

問:都市計画課 内線2638

ブランド化を推進するため、苗木購入費用の一部を助成します。

対象者:市内に住所を有するりん

ご生産者

助成対象:平成27年4月中に購入

したトキの苗木購入代金

\*生産者1人につき購入本数10

25本までの2分の1以内を助成

\*果樹経営支援対策事業(改植事

業を活用した購入者は対象外。

申請期間:6月12日(金)まで

申請方法:申請書に必要事項を記

入の上、トキの苗木を購入した

領収書を添付して提出。

\*JAごしよつがるから苗木を購

入した生産者は領収書不要です。

申請先:農林水産課(農協へりん

ごを出荷している方は各農協へ)

問:農林水産課 内線2516

## 農産物加工品直売会

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。

日時:6月10日(水)、24日(水)

12時~13時

場所:市役所2階ロビー

問:農林水産課 内線2521

## 青森少年鑑別所 所内見学会

日時:6月20日(土)

10時~11時30分

場所:青森少年鑑別所

定員:30名(申込順)

参加費:無料

申込先:青森少年鑑別所

TEL 017(776)5118

いびき、睡眠時の無呼吸ご相談下さい。

10月1日開院いたしました。



あおもり睡眠クリニック

TEL.017-762-3666

青森市西大野5丁目1番4(ユニバース大野店近く)

五所川原市を応援します!!

株式会社 NCアパレル  
工場直売 **大売出し**  
6月13日(土)~14日(日)  
AM9:00~PM6:00

五所川原市大字梅田字福浦137-10  
TEL (0173)28-2607



◎ 広報有料広告



**制度案内**  
自動車税の納付はお早めに  
コンビニ・クレジット  
のご利用を

県では、自動車をお持ちの皆さんへ6月2日に自動車税納税通知書を送付します。お近くのコンビニエンスストアや金融機関、県税窓口で納期限までに納付してください。納期限は6月30日(火)です。

また、インターネット上の専用サイトからクレジットカードでも納付できますので、ご利用ください(手数料324円がかかります)。  
専用サイト: ヤフー公金支払い  
<http://koukin.yahoo.co.jp/>

問: 西北地域県民局県税部  
TEL(34) 3141

**制度案内**  
戦没者等のご遺族の皆さんへ  
第十回特別弔慰金が支給されます

戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成27年4月1日(基準日)において「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等の受給者がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に特別弔慰金が支給されます。

- ①平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
- ②戦没者等の子

③戦没者等の父母・孫・祖父母・兄弟姉妹(戦没者等の死亡当時生計関係を有していること等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります)

④①③以外の戦没者等の三親等内の親族で、戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方

支給内容: 額面25万円、5年償還の記名国債  
請求期間: 平成30年4月2日まで  
請求先: 市民課、各総合支所総合窓口係  
問: 市民課 内線2317

**開催案内**  
五所川原高等学校  
授業公開

生徒の授業の様子を知ってもらうために、授業公開を行います。

日時: 6月20日(土)  
8時40分〜11時50分  
受付: 8時40分から随時  
対象: 中学生および保護者、地域住民、在校生の保護者

\*上履きをご持参ください/授業参観後、アンケートにご協力ください/車での来校はご遠慮ください

問: 五所川原高等学校  
TEL(35) 3073

**開催案内**  
五所川原工業高等学校  
第1回学校公開

授業や実習の様子を知ってもらうために学校を公開します。事前申込みは不要です。

期間: 6月15日(月)〜17日(水)  
時間: 8時50分〜15時15分(16日は16時15分まで)  
受付: 8時40分から随時  
対象: 小学生・中学生および保護者、地域住民、小学校・中学校教職員、在校生の保護者

**参加募集**  
全国戦没者追悼式  
参加者募集

先の大戦による戦没者遺族を対象に、8月15日に日本武道館で実施される政府主催の全国戦没者追悼式の参加者を募集します。

参加費: 2万3900円程度  
申込期限: 6月11日(木)  
\*詳しくはお問い合わせください

問: 市民課 内線2317

**開催案内**  
目の見え方等に関する  
相談教室

青森県立盲学校の教職員が、見え方に関する相談・支援を行っています。お気軽にご相談ください。

場所: 中央公民館  
日程: 5月から平成28年1月までの第3木曜日(9月12月を除く)

時間: 10時〜12時・13時〜15時  
対象: 乳幼児から成人の方  
支援内容: 見えにくさへの対処と目の使い方/活用できる補助具や便利グッズの紹介等

申込み: 事前に電話で「見え方相談」とご予約ください。  
受付時間: 9時〜16時(土曜・日曜日・祝日を除く)  
問: 青森県立盲学校  
TEL 017(726) 2239

**開催案内**  
東北能開大青森校  
第1回オープンキャンパス

進学希望者およびそのご家族、教師の方を対象に学校説明、施設見学などを実施します。

日時: 6月14日(日)  
10時30分〜15時30分  
\*午前のみのコースもあります

場所: 東北能開大青森校  
参加費: 無料  
内容: 学校説明/施設見学/ものづくり体験教室(高校生等対象)/キャンパスライフ体験(高校生等・ご家族・教師対象)

申込先: 東北能開大青森校学務援助課  
TEL(37) 3201

五所川原市を応援します!!

**4月1日  
開院**



**すとうmriクリニック**

内科・整形外科・往診 **MRI・CT設備有り 各種超音波検査**

**TEL.0173-35-6060** 院長 須藤 正人

五所川原市姥苅船橋246-1(広田団地入口)



診療時間	日	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	-	●	●	●	●	●	●
午後 14:00~18:30	-	●	●	●	●	●	●

【往診】13:00~14:00(月曜日~金曜日) 【休診日】土曜日午後・日曜日・祝日

◎ 広報有料広告

**周知** 平成28年3月新規高卒予定者の求人申込みについて

五所川原公共職業安定所では平成28年3月に高等学校を卒業する生徒を対象とした求人申込み受付を6月22日から開始します。

地元就職の促進と、各企業による優秀な人材確保に向け、求人の方を早期申込みをお願いいたします。

問：五所川原公共職業安定所

Tel(34) 3171

**周知** 行政相談委員 人権擁護委員

**▽行政相談委員**

行政相談委員は総務大臣から委嘱され、行政が行う仕事についての苦情や意見・要望があつたとき、解決のための助言を行うなどの役割を担っています。

相談無料、秘密は厳守します。

口頭・電話・手紙のいずれでも、お気軽にご相談ください。

なお、市では定期的に行政相談日を設けています。開設日時は毎月の広報をご覧ください(今号はP12右上段を参照)。

**委員氏名**

- 濱田 健司(Tel(34)2046)
- 三和 孝徳(Tel(62)3070)
- 櫛引八千代(Tel(52)2858)

関 節雄(Tel(28)3146)

**▽人権擁護委員**

人権啓発運動および人権相談等、人権擁護活動をされている五所川原人権擁護委員協議会五所川原部会、土岐千鶴子さんに4月1日付で再任の委嘱が発令されました。任期は3年です。

問：市民課 内線2311

**周知** 国民年金のお知らせ

**▽年金改定について**

平成27年4月分(6月支給分)年金額からは、賃金上昇率に特例水準の解消、マクロ経済スライドを合わせ、3月分までの年金額に比べ、基本的に0.9%の増額となります。

**▽納付案内について**

日本年金機構では民間事業者に業務委託し、保険料納付が確認できない期間がある場合、電話・文書・戸別訪問により、納付案内をさせていただく場合があります。

委託事業所(5月1日現在)

株式会社アイヴィジット

Tel0120(185)056

\*国民年金保険料について、年金事務所や市役所職員と称して振り込め詐欺や訪問詐欺を行うケースが相次いで発生しています。

本事業所において、訪問の場合、年金機構から委託されている旨の説明や、氏名、会社名を名乗り、身分証の提示をすることとなっております。また、金融機関を指定してATMの操作により振り込みを求めたり、国民年金保険料納付書をお持ちでない場合に現金を領収することはありません。

問：国保年金課 内線2332

**周知** 平成27年度労働保険年度更新手続きについて

労働保険の年度更新(平成26年度確定保険料と平成27年度概算保険料の申告納付手続き)時期です。お早めに近くの金融機関、郵便局等で手続きをお願いします。

**申告・納付期間**

6月1日(月)～7月10日(金)

問：青森労働局労働保険徴収室

Tel017(734)4145

**講習会** 技能講習会

**▽ガス溶接技能講習会**

講習対象：可燃性ガスおよび酸素を用いて行う業務

日時：7月23日(木)・24日(金)

9時～17時

場所：(一社)西北労働基準協会

受講資格：満18歳以上の方

受講料：1万1664円

締切：7月17日(金)(定員40名)

**▽アーク溶接(電気溶接)業務特別教育講習会**

講習対象：アーク溶接機(電気)を用いて行う業務

日時：8月19日(水)～21日(金)

9時～17時

場所：学科…(一社)西北労働基準協会/実技…(株)SINMEI

受講資格：満18歳以上の方

受講料：会員 1万1880円

非会員 1万4040円

締切：8月12日(水)(定員40名)

**▽フォークリフト運転技能講習会**

講習対象：最大荷重1トン以上のフォークリフトの運転業務

**日時**

①8月31日(月)～9月3日(木)

8時40分～18時

②8月31日(月)～9月4日(金)

8時40分～18時

場所：学科…(一社)西北労働基準協会/実技…五所川原中央青果

受講資格：①大型・中型・普通自動車免許の所有者②大型特殊自動車免許の所有者

受講料：①3万4020円

②1万4580円

締切：8月25日(火)(定員各40名)

申込先：(一社)西北労働基準協会

Tel(35)6336

◎ 広報有料広告

**屋根・外壁・ガイナ断熱・雨漏り修理**



赤外線サーモグラフィで建物の断熱温度、雨漏りの調査します

あなたのリフォーム全力でサポートします

■屋根、外壁リフォーム専門店■ お見積り無料・まずはご相談から ◆ホームページは◆  
地元職人直営店 <http://art-reform.net/>  
**アートリフォーム(株) 0173-33-4713** yahoo アートリフォーム  
五所川原市七ツ館虫流51-29 「増改築相談員のいるお店」代表 前田昭仁

**おしゃれの宅配便Ryo OPEN記念!!**

カットハウス **Ryo**

外出困難な方! 寝たきりの方! 出張料無料!

カットのみ ……¥1,500  
カット(顔そり、ブロー込み) ……¥1,800  
パーマ(カット、顔そり、ブロー込み) ……¥5,400  
カラー(シャンプー、カット、顔そり、ブロー込み) ……¥5,400

五所川原市中央4丁目139 **TEL 35-2615**

五所川原市を応援します!!



**講習**  
危険物取扱者保安講習

日時：6月23日(火)

▽給油取扱所関係

9時30分～12時30分

▽一般取扱所関係

13時30分～16時30分

場所：プラザマリユウ五所川原

受付期間

5月26日(火)～6月9日(火)

受講料：4700円

\*受講申請書等は、消防本部予防課、管内各消防署にあります。

問：消防本部予防課

Tel(35)202020

**開催案内**  
救命救急(AED)講習会

日時：7月6日(月) 18時

場所：市民体育館

\*講習修了者には、認定証が交付されます。

定員：50名(参加費無料)

申込み：電話・FAX・Eメール

(goshu-taikyo@sand.ocn.ne.jp)にて、住所、氏名

ocn.ne.jp)にて、住所、氏名

電話番号をお知らせください。

申込先：(一財)五所川原市体育協

会事務局 Tel(26)6805

FAX(26)6806

**注意**  
有毒植物に要注意

これから山菜採りのシーズンを迎えます。食用と誤って有毒な植物を採取し、それを食べたことにより食中毒を起こすと、最悪の場合、死に至ることがあります。

食用の山菜だと確実に判断できない場合は、絶対に採らない、食べない、売らない、人にあげないことを心がけましょう。

山菜は、一本一本よく確認して採り、調理する前にもう一度確認しましょう。また、山菜を食べると体調が悪くなったら、すぐに医師

の診察を受けましょう。

問：農林水産課 内線2512

津軽道は歩行者、自転車等の進入禁止

津軽道は自動車専用道路であり、歩行者、自転車、125cc以下のバイクの進入はできません。

最近、自転車で津軽道に進入する事例が増えています。危険ですので、絶対にやめてください。

津軽道で歩行者や自転車を運転している人を発見した際は、出張所か警察までご連絡ください。

問：国土交通省弘前国道維持出張所

Tel 0172(28)1315

**県営住宅入居者募集**

募集住戸(1戸：①③④ 2戸：②)

①新宮団地 木造2LDK(1階玄関)

②広田団地 鉄筋コンクリート造3LDK(2階・4階玄関)

③広田団地 鉄筋コンクリート造3K(1階玄関)

④新宮団地 木造3LDK(1階玄関)

\*入居者①は2名以上、②は3名以上、③は条件付で単身から可、④は2名以上で政令月額158,000～487,000円に限る。

募集期間…6月1日(月)～6月10日(水)

家賃(所得金額に応じ決定)

①16,700円～32,900円程度

②13,000円～26,400円程度

③10,600円～20,900円程度

④58,000円(一律)

入居予定…①②③8月1日(土) ④7月1日(水)

\*駐車場は1住戸につき1台。2台目は空区画がある場合のみ貸し出します。駐車場料金は別途徴収します。

\*駐車場・通路の除雪は入居者が行ってください。

申込先…(株)サン・コーポレーション住宅管理係  
Tel38-3181(土曜・日曜日は除く)

**消費生活相談**

▷消費生活全般

五所川原市消費生活センター Tel33-1626

火曜～金曜日(祝日を除く) 9:00～16:30

土曜日 10:00～16:00

場所…市民学習情報センター

▷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相談センター

Tel017-752-6755

6月10日(水) 10:00～16:00

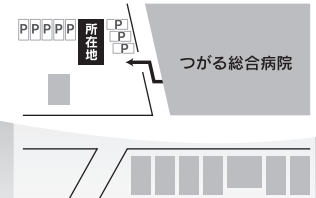
場所…市民学習情報センター

\*予約制。貸付制度あり。

◎広報有料広告



**ファーマライズ薬局**  
五所川原店



無料 P 8台  
どこの医療機関の処方箋でもお受けいたします  
青森県五所川原市柳町15-1 TEL.0173-33-5167

五所川原市を応援します!!

**開催案内**  
モールウォーキングで健康づくり

キレイに歩いて健康づくりをしましょう。参加費無料です。  
日時：毎月第2・4火曜日  
10時30分～11時30分  
場所：イオンモールつがる柏  
講師：デューク更家公認指導者 筒深旭人氏  
問：西北地域県民局地域支援室  
Tel(34) 2175

**開催案内**  
楠美家作陶体験

日程：6月28日(日)までは土曜・日曜日、祝日/7月1日(水)～8月9日(日)までは毎日  
\*5名以上は要予約  
時間：9時～15時  
場所：楠美家住宅  
材料費：1人様500円(材料500g)  
持ち物：タオル、エプロン等  
問：楠美家住宅 Tel(29) 3575

**教室**  
パソコン講座・教室

▽パソコン無料体験講座  
「パソコン入門」高齢者向けの体験講座  
日時：6月3日(水) 13時～15時  
場所：市民学習情報センター

**▽シルバーパソコン教室**  
ワード、エクセル、インターネット入門講座

日程：7月4日(土)～9月26日(土)  
場所：市民学習情報センター  
\*毎週土曜日  
初心者コース 9時～12時  
経験者コース 13時～16時  
・隔週日曜日  
経験者コース 9時～12時  
▽隔週月曜日・水曜日教室  
「お知らせ文書」などレベルアップ講座(経験者コース)  
日程：7月13日(月)～9月30日(水)  
場所：シルバー人材センター  
\*日程は変更する場合があります  
問：五所川原市シルバー人材センター Tel(34) 8844

**開催案内**  
食と農の講演会

農業委員会改革や環太平洋経済連携協定(TPP)の交渉次第で、地域農業が大きく変貌する可能性があるため、これからの農業政策や課題などについて講演します。  
どなたでも参加できますので、お申し込みの上、お越しください。  
日時：6月25日(木) 14時～16時  
場所：オルテンシア小ホール  
テーマ：農政改革とTPP  
講師：日本大学生物資源科学部

**お詫びと訂正**

広報ごしよがわら5月号21ページに掲載した「走れメロス」マラソン交通規制のお知らせで、地図中の表記に次の誤りがありました。訂正し、お詫びします。  
(誤)飯詰小↓(正)いずみ小  
(誤)2箇所表記されている二ノ沢溜池のうち、北側の溜池↓(正)清久溜池

**市民サロン**

**開催案内**  
平成27年度親子ふれあい交流会「こども塾・母塾 in 青龍寺」  
対象：ひとり親家庭の母と子(30組程度)  
日時：7月25日(土)～26日(日)  
内容  
▽7月25日(土) 12時 マエダアリ  
1ナ集合(昼食持参)  
・母 乳がん研修  
・子 青龍寺へ移動し、わんぱく小僧修行体験  
\*小学3年以上はそのまま宿泊。幼児と小学1・2年は夕食前に

准教授 農学博士小野洋氏  
参加費：無料  
申込締切：6月17日(水)  
申込先：市農業委員会  
内線2774

青龍寺からマエダアリナへ移動して、お母さんと宿泊。  
▽7月26日(日) 青龍寺へ移動  
・母 法話、意見情報交換会  
・子 わんぱく小僧修行体験  
13時45分 閉会(14時終了)  
参加費：母2000円、子1000円(2人目からは500円、3歳未満無料)  
申込締切：6月15日(月)  
申込先：(公財)青森県母子寡婦福祉連合会 Tel 017(735)4152/五所川原市母子寡婦福祉会 Tel(38) 3022

**募集**  
あおもり五所川原グリーン・ツーリズム協議会 会員募集

農家民泊、農業体験等の推進活動を行っています。興味のある方の入会をお待ちしています。  
年会費：3000円  
問：あおもり五所川原グリーン・ツーリズム協議会事務局(かなぎ元気村内) Tel(52) 2882

**開催案内**  
さつき展示会

日時：6月13日(土) 9時～20時  
6月14日(日) 9時～19時  
場所：金木スポーツア  
問：金木さつき会 花田  
Tel 090(2273)4700

◎ 広報有料広告

**【成人式衣裳新作レンタル＆販売会開催中】**  
成人式対象：平成7・8年生まれの方  
◆五所川原店限定振袖セットプラン!!◆  
《7大特典プレゼント》  
①前撮りヘアメイク ②前撮り着付け  
③前撮り写真 ④草履バック ⑤ショール  
⑥当日着付け ⑦当日ヘアメイク  
◆五所川原店限定記念写真プラン!!◆  
五所川原店 ☎0173-34-8808  
営業時間9:00～18:00無休



**参加募集**  
初心者弓道教室

日程(昼夜同時受講可)  
▽昼間(毎週月・水・金曜日) 6月12日(金)～7月17日(金) 10時～11時30分  
▽夜間(毎週火・木・土曜日) 6月13日(土)～7月18日(土) 19時～20時30分  
場所：五所川原市弓道場  
対象：中学生以上  
\*受講料無料。弓具有ります。中学生は保護者の同意が必要。  
申込先：五所川原弓道会事務局  
新岡 Tel(35) 1263



**開催案内**  
**奥津軽虫と火まつり**  
天下泰平、国家安泰、五穀豊穰、悪疫退散を祈願するお祭り「奥津軽虫と火まつり」を開催します。参加者も募集しています。  
日時：6月20日(土) 18時30分  
場所：大町通りく岩木川河川敷  
\*詳細はお問い合わせください。  
問：(公社)五所川原青年会議所  
TEL(35)4049

**開催案内**  
**第12回さつき盆栽展**  
興味のある方、お問い合わせの上、お越しください(入場無料)。  
日時：6月13日(土) 9時～17時  
6月14日(日) 9時～16時  
場所：中央公民館  
問：五所川原盆栽会 佐々木  
TEL(34)7670

**参加募集**  
**五所川原テニス協会(硬式テニス)**  
日時：毎週水曜日 17時～19時  
毎週土曜日 9時～11時  
場所：市営コート  
対象：小学4年～中学3年  
問：角田  
TEL090(4887)4712

**開催案内**  
**太宰治生誕日 記念朗読会**  
朗読作品：浦島さん(お伽草紙)  
朗読者：原きよ氏  
日時：6月19日(金)  
16時～17時30分(開場30分前)  
会場：太宰治疎開の家「旧津島家 新座敷」  
参加費 1000円(お茶、お菓子付き)  
定員：30名(先着順)  
申込先：白川 TEL(52)3063

**開催案内**  
**第31回津軽野盆栽展**  
日時：6月8日(月)～10日(水)  
10時～21時(最終日16時まで)  
場所：ELMの街ELMホール  
展示内容：盆栽・おもと  
問：津軽野盆栽会 津島  
TEL080(6008)7654

**募集**  
**金木グラウンド・ゴルフ協会会員募集**  
グラウンド・ゴルフで健康増進しませんか。道具は貸し出します。11月上旬までの毎週火・金曜日9時から芦野公園にて練習しています(練習場所に直接お越しください(構いません))。  
問：秋谷 TEL(52)2298

**開催案内**  
**金木町虫送り**  
県の無形文化財に指定されている金木さなぶり荒馬が、豊作を祈願し30年ぶりに練り歩きます。  
日時：6月13日(土) 15時  
\*津軽三味線会館駐車場を出発し、本町、南新町、北新町を運行  
\*運行時は片側通行となります  
問：金木さなぶり荒馬保存会  
TEL(52)3646

**参加募集**  
**茶道教室(裏千家)**  
初心者歓迎。お気軽にどうぞ。  
日時：毎月第2・4木曜日  
18時30分～21時  
場所：中央公民館3階和室  
講師：一戸次江先生  
申込締切：5月30日(土)  
問：紅葉サークル 岩崎  
TEL(35)4219

**参加募集**  
**笑いの体操運動教室 笑いヨガで免疫アップ**  
日時：毎月第2水曜日  
場所：サンビレッジ五所川原  
参加費：無料  
\*事前にお申し込みください  
申込先：津島  
TEL080(3195)3598

**開催案内**  
**流し踊りの練習を開始しました**  
立佞武多まつりに大型立佞武多の前で、ユカタ・花笠の衣装を着て踊っています。  
興味のある方、練習の見学・体験しませんか。  
日時：6月・7月の毎週水曜日  
19時30分～20時30分  
場所：中央公民館大ホール  
問：やってまれ立佞武多会  
TEL090(5843)7535

**募集**  
**バレー好きなら 一緒にやりませんか**  
対象：60歳までの男女  
日時：毎週火曜日 19時～21時  
場所：五所川原南小学校  
問：佐々木 TEL(35)0343

**募集**  
**レディースバドミントンクラブレモンズ会員募集**  
経験者大歓迎  
日時：毎週金曜日 11時～14時  
場所：富士電機津軽体育館  
問：藤森 TEL(35)4737

**募集**  
**第25回こしよがわら 花苜蒲せせらぎまつり**  
▽7月4日(土) 9時30分～15時  
保育園児鼓笛演奏、西北五グラ

ウインドゴルフ大会  
▽7月5日(日) 9時～15時  
子どもゲーム大会、カラオケ大会(午前の部・午後の部)  
場所：菊ヶ丘運動公園  
\*9時～15時まで、会場内への車の進入は禁止します。  
▽フリーマーケット参加者募集  
日時：7月5日(日)  
9時30分～15時  
参加受付：8時～9時  
出店品目：食料品以外のもの  
申込み：6月27日(土)までに電話にて申込み(当日不可)。  
問：実行委員会(富士見住民協議会)一戸 TEL(35)8546

**開催案内**  
**歯の健康診断室**  
日程：6月7日(日) 11時～15時  
場所：ELMの街ELMホール  
内容：無料歯科健診、だ液による歯周病検査、口腔がん検診、ミニSL試乗会、無料フッ素塗布(11時～、200名)  
\*6月2日(火)～7日(日)まで虫歯予防図画ポスターコンクール平成26年度入選作品を展示します(最終日15時まで)。  
問：北五歯科医師会  
TEL(34)2468

**案内**  
**吉澤秀香と**  
**門下生による書作展**

大宰治生誕祭にあわせて開催  
日時：6月19日(金) 10時～16時  
場所：旧小山内トシエ宅  
問：鐵心書道会  
Tel 0172(34)6555

**相談**  
**無料電話法律相談**

弁護士が、対処方法や法律知識  
を提供しアドバイスします。

▽労働問題相談(雇用問題等)  
Tel 0120(610)168

日時：6月10日(水) 15時～20時  
▽女性の権利相談(離婚・DV等)  
Tel 080(1661)1698

日時：6月24日(水) 13時～16時  
問：青森県弁護士会事務局  
Tel 017(777)7285

**募集**  
**ここにゴニンカン倶**  
**楽部 会員募集**

ゴニンカントランプを覚えたい、  
楽しみたい方募集。初心者大歓迎。  
練習会場(大人)

▽第1・3木曜日 10時～15時  
天馬

▽第2土曜日 10時～15時  
松島みんなの家

▽第2木曜日・最後の土曜日

10時～15時 杉派立集会所  
練習会場(子供)  
▽第1土曜日 10時～12時  
広田集会所

▽第2土曜日 13時30分～15時  
松島みんなの家

年費：500円(子供は無料)  
問：松野 Tel(29)3062

**相談**  
**ひとり親家庭等相談事業**

無料法律相談  
毎月第3火曜日 13時～15時  
1人30分以内(要予約)

就業・一般相談  
平日8時30分～17時15分  
平日8時30分～17時15分

(祝日・年末年始を除く)  
場所：県民福祉プラザ3階(青森  
市中央3丁目20-30)

\*電話相談可(相談専用電話)  
Tel 017(774)3780

問：(公財)青森県母子寡婦福祉連  
合会  
Tel 017(735)4152

**参加募集**  
**六ヶ所原燃ウオーク**

期日：6月21日(日) 雨天決行  
集合場所：菊ヶ丘運動公園駐車場  
6時50分(時間厳守)

距離：約5km(ゴール後、ろっか  
ぼっか温泉で入浴、昼食休憩)

持ち物：飲料水、雨具、入浴具、  
着替え、汗ふき等  
参加資格：健康で5kmを歩ける方  
参加料：2200円(バス代、昼  
食代、入浴代、保険代含む)

申込み：6月6日(土)までに電話に  
てお申し込みください。

申込先：五所川原歩こう会事務局  
田中 Tel(35)6055

**ふなつ納税**

4月は総額190万円、82人の  
方からいただきました。  
氏名等の公表は同意いただいた  
方のみとしています。

▽10万円

・西本勝利さん(大阪府島本町)

▽5万円

・八木岡英彦さん(東京都八王子  
市)

・大谷建二さん(埼玉県上尾市)

▽3万円

・村井一典さん(東京都町田市)

・藤嶋研二さん(福岡県福岡市)

・服部 豊さん(愛知県名古屋市中  
区)

・鈴木昭彦さん(神奈川県川崎市)

・漆本浩則さん(東京都足立区)

▽2万円

・堀井 武さん(京都府京都市)

・趙 承さん(大阪府大阪市)

・井上 享さん(東京都新宿区)

**善意の花かた**  
どうもありがとうございました

▽尾澤満雄さん(新町) 庭木もみ  
▽天理教青森教区西北一支部(土  
岐敬一支部長) 81名 園内外清  
掃奉仕(窓拭き、草取り)  
(以上2件くるみ園へ)

▽五所川原建設協会(奈良孝男会  
長) 180名 菊ヶ丘運動公園  
環境整備奉仕(園路・側溝等の  
清掃、枯れ枝の伐採、遊歩道の  
砂利敷き、水路清掃等)

▽山田春雄さん(東京都世田谷区)  
 絵画2点/北川照生作「遠野  
の春」(油彩画、縦53・0cm×横  
65・2cm)・葛西四雄作「北の海」  
(油彩画、縦38・0cm×横45・5  
cm)

▽1万円

・藤本義博さん(千葉県茂原市)

・浅野政輝さん(茨城県つくば市)

・児玉吉明さん(宮崎県宮崎市)

・小暮和之さん(東京都目黒区)

・小持 徹さん(東京都杉並区)

・小池田崇史さん(石川県金沢市)

・小口清仁さん(東京都武蔵野市)

・井筒信子さん(東京都八王子市)

・竹中基晃さん(愛知県名古屋市中  
区)

・中谷愛紗さん(三重県松阪市)

・田中教裕さん(東京都福生市)

・西川 裕さん(東京都練馬区)

・松尾隆志さん(大阪府大阪市)

・加藤敬造さん(埼玉県三郷市)

・工藤広秋さん(北海道旭川市)

・綾部 孝さん(神奈川県横浜  
市)

・峰村惣三さん(千葉県柏市)

・沼崎康展さん(東京都足立区)



5月3日に落成式を終えた  
一野坪コミュニティセンターに飾られている絵画2点



# オルテンシア

TEL 33-2111



## 大ホール(コンサートホール)

- ▷五所川原第一高等学校吹奏楽部第1回定期演奏会  
6月7日(日) 14:30~16:00 無料  
五所川原第一高等学校 葛西 TEL34-2347
- ▷五所川原高等学校吹奏楽部第36回定期演奏会  
6月14日(日) 16:00~18:30 500円  
五所川原高等学校 西崎 TEL35-3073
- ▷第49回五所川原合唱団定期演奏会  
6月20日(土) 18:30~20:30 無料  
五所川原合唱団 五十嵐 TEL34-4048

## 小ホール(ふるさと交流ホール)

- ▷演歌の祭典 東北ツアー  
6月12日(金) 18:30~21:00 前売り2500円  
(有)オカダプランニング TEL0225-22-0934
  - ▷果林演歌の旅  
6月14日(日) 13:00~16:30 整理券  
あさひプロダクション 大森 TEL080-3198-5600
  - ▷シャンソン唄おう会ラストステージ  
6月20日(土) 14:00~16:30 500円  
シャンソン唄おう会 井原 TEL42-6057
  - ▷映画「日本と原発」上映  
6月21日(日) 13:30~ 500円  
映画「日本と原発」上映実行委員会  
佐々木 TEL34-4154
  - ▷食と農の講演会  
6月25日(木) 14:00~16:00 無料  
五所川原市農業委員会 TEL35-2111(内線2771)
  - ▷第16回北斗歌謡教室グループ合同発表会  
6月28日(日) 13:00~16:30  
前売500円 当日700円  
(有)北斗エンタープライズ TEL35-6286
- \*6月の休館日 1日、8日、15日、22日、29日

## 特定計量器(はかり)定期検査

今年度は金木・市浦地区が特定計量器の検査対象地区となっています。

医院、薬局、保育園、商店、精米業等で特定計量器を使用している方は、2年に1回の定期検査を必ず受けてください。

検査を受けていない特定計量器は、業務用として使用できません。

\*特定計量器=取引や証明に使うはかり  
持参するもの…①特定計量器 ②検査料金(種類、能力によって異なります) ③通知書(はがきが届いた方)

問…(一社)青森県計量協会 TEL017-729-1703  
市商工労政課 内線2553

# 図書館

TEL 34-4334



- ▷だっこでいっしょおはなし会  
6月13日(土) 10:30~11:00 市立図書館2階  
3歳くらいまでのお子さん向けのおはなし会で、絵本の読み聞かせ、わらべうた、手あそび、ふれあい歌あそびなどを一緒に楽しめる内容です。
- ▷五所川原おはなし“ぼぼんた”さんのおはなし会  
6月20日(土) 13:30~14:30 市立図書館2階  
絵本や児童書のお話を、友達やお家の方と一緒に楽しめます。6月のテーマは「インド」。インドのことやおはなしを聞いて、行った気分になれるかも。
- ▷走れメロス!読書マラソン  
5月23日(土)~8月23日(日)  
伊藤忠吉記念図書館、市立図書館  
本を借りて読んで、19冊読書した人に記念品をさしあげます。約束は一つ!太宰治の作品も読むことです。(記念品は先着順です)
- ▷環境月間特別展示  
6月2日(火)~30日(火) 市立図書館  
6月は環境月間です。市立図書館で環境やゴミについての特別展示を行います。

<b>市立図書館</b> TEL34-4334 FAX34-3256
開館時間 9:30~18:00(土日祝は17:00まで) 6月の休館:毎週月、18日(木)
<b>伊藤忠吉記念図書館</b> TEL53-3049
開館時間 9:30~17:00 6月の休館:毎週月
<b>市浦分館</b> TEL35-2111 内線4043
開館時間 9:30~17:00 6月の休館:毎週土日

## 中央公民館 TEL35-6056

- ▷県内の風景 スケッチ絵はがき展  
6月6日(土)~14日(日) 中央公民館2階ギャラリー  
県内の風景スケッチ等を絵はがきにしました。  
問…青山 TEL34-6651

検査日	時間	場所
6月1日(月)	11:00~12:00	十三コミュニティセンター
	14:00~14:30	太田集会所
6月2日(火)	10:30~12:00	市浦総合支所車庫
6月3日(水)	10:30~12:00	川倉ふれあいセンター
6月4日(木)	10:30~12:00	つがるにしきた農業協同組合喜良市出張所
	13:30~15:00	嘉瀬集会所
6月5日(金)	10:30~12:00	芦野公園バッテリーカー倉庫
	13:00~14:00	倉庫

## フッ素無料塗布・歯の健康相談

幼児からの虫歯予防を目的に、歯科保健事業として歯の健康相談を開催します。

期 間…6月1日(月)～8月31日(月)  
(土曜・日曜日、祝日を除く)

対象者…1歳6カ月～小学校6年生までの国民健康保険加入者

内 容…歯の健康診断/ブラッシング指導/フッ素無料塗布/口腔内審査

料 金…無料

申込み…9時～16時30分の間に電話にてお申し込みください。

申込先…市浦歯科診療所(歯科保健センター)  
TEL27-7734

## 障害者スポーツ大会参加者募集

障害のある方一人ひとりが、それぞれの体力や健康状態に応じてスポーツ・レクリエーションに親しみ、健康の保持増進が図られるよう、障害者スポーツ大会を実施します。お気軽にご参加ください。

日 時…7月2日(木) 9:30～12:00

場 所…市民体育館

内 容…軽スポーツおよびレクリエーション

対象者…障害のある方およびその家族、介護者、ボランティア、その他関係者(開催場所へ来場できる方)

参加費…無料(保険は市で加入します)

持ち物…室内用運動靴、汗拭きタオル等

申込み…6月19日(金)までに電話またはFAXにてお申し込みください。

申込先…家庭福祉課 内線2432 FAX35-9901

## 後期高齢者医療制度加入の皆さんへ 国保年金課 内線2337

### 歯科検診を受けましょう

市では歯の喪失予防および健康維持のために、6月1日から1年に1回の歯科口腔健診を実施します。年1回の歯科検診を受け、元気を維持しましょう。

料 金…無料

実施期間…平成28年3月まで

受診方法…実施歯科医療機関にお申し込みの上、被保険者証を持参し受診してください(受診券は発行しません)。

実施歯科医療機関(市町毎50音順)

五所川原市				鶴田町	
あすなる歯科医院	33-1122	渋谷歯科診療所	52-2233	なかじま歯科クリニック	23-1230
アップル歯科医院	39-1171	高満歯科医院	34-2468	中田歯科医院	22-5577
えびなファミリー歯科	35-1123	田附歯科医院	34-3082	中泊町	
エルム歯科小児歯科	38-3131	田中歯科クリニック	54-1139	今歯科医院	57-2117
工藤歯科医院	34-8883	中嶋歯科医院	34-3366	山口歯科診療室	57-2015
黒部歯科クリニック	33-3939	成田歯科診療所	34-2343	ゆみこ歯科クリニック	69-1020
小嶋歯科医院	34-2519	ひろし歯科	35-1718	板柳町(市外局番0172)	
小林歯科医院	33-1156	本町歯科医院	35-2214	久米田歯科医院	77-3230
市浦歯科診療所	27-7734				

### 個別健診を受けましょう

高齢化に伴い、生活習慣病の治療を要する方が増加しています。1年に1回健康診査を受け、糖尿病、脳卒中、心臓病などの生活習慣病の早期発見および予防・健康維持に努めましょう。

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

料 金…無料

実施期間…平成28年3月まで

受診方法…実施医療機関にお申し込みの上、被保険者証を持参し受診してください(受診券は発行しません)。

実施医療機関(50音順)

駅前クリニック	38-5100	健生五所川原診療所	35-2542	富田胃腸科内科医院	34-3211
かなぎ病院	53-3111	市浦医科診療所	62-2009	とやもり内科小児科クリニック	52-3331
川崎胃腸科内科医院	34-3330	清水クリニック	35-3663	白生会胃腸病院	34-6111
櫛引クリニック	33-1155	つがる総合病院	35-3111	増田病院	35-2726



# 歯周疾患検診

6/4～10 歯と口の健康週間  
～おくりたい 未来の自分に きれいな歯～

歯周病は、国民の8割がかかっています。40歳以上では歯を失う主な原因となり、歯周病菌が歯ぐきの血管から入り込み、全身の様々な所に影響を及ぼします。

ぜひこの機会に歯周疾患検診を受けましょう。

**対象者**(下記に該当する生年月日の市民)

年齢	生年月日
40歳	昭和50年4月1日～昭和51年3月31日
50歳	昭和40年4月1日～昭和41年3月31日
60歳	昭和30年4月1日～昭和31年3月31日
70歳	昭和20年4月1日～昭和21年3月31日

**料金**…無料

**受診方法**

市民健診申込書または電話にて健康推進課へお申し込みください。後日ご自宅に届く歯周疾患検診受診券を持参し、直接歯科医療機関で受診してください。

**内容**…問診・口腔内診査

**期間**…平成28年3月31日まで

**申込先**…健康推進課 内線2364

**実施歯科医療機関**(市町毎50音順)

五所川原市				鶴田町	
あすなる歯科医院	33-1122	津島歯科医院	53-2353	なかじま歯科クリニック	23-1230
アップル歯科医院	39-1171	津島歯科診療所	34-2050	中田歯科医院	22-5577
えびなファミリー歯科	35-1123	飛嶋歯科医院	34-8548	中泊町	
エルム歯科小児歯科	38-3131	中嶋歯科医院	34-3366	今歯科医院	57-2117
小原歯科医院	35-6711	成田歯科診療所	34-2343	伝法谷歯科医院	57-2511
工藤歯科医院	34-8883	ひろし歯科	35-1718	山口歯科診療室	57-2015
黒部歯科クリニック	33-3939	福士歯科医院	53-2031	ゆみこ歯科クリニック	69-1020
小嶋歯科医院	34-2519	本町歯科医院	35-2214	板柳町(市外局番0172)	
小林歯科医院	33-1156	宮川歯科クリニック	34-8410	おおせ歯科医院	73-3372
サトウ歯科クリニック	26-7251	\		工藤八歯科医院	72-1172
市浦歯科診療所	27-7734		久米田歯科医院	77-3230	
渋谷歯科医院	52-2233		久米田歯科矯正歯科医院	73-4488	
高満歯科医院	34-2468		諏訪歯科	73-3919	
田附歯科医院	34-3082		たけだ歯科医院	72-0404	
田中歯科クリニック	54-1139		なかむら歯科医院	79-1123	

## ファミリー・サポート・センター研修会

### ▷チャイルドシートの正しい装着

子どもの命を守るチャイルドシート。正しい装着法を知っていますか？

**講師**…一般財団法人日本自動車連盟JAFの皆さん

### ▷子どものヒヤリ・ハット事故の対応

急な発熱、思わぬ怪我、目の前で子どもが予期せぬ状況に遭遇した時の対応

**講師**…五所川原消防署 救急隊員の皆さん

**日時**…6月5日(金) 9:30～12:00

**場所**…働く婦人の家第3講習室

**申込締切**…6月4日(木) 無料保育有り

**申込先**…ファミリー・サポート・センター  
TEL35-8953

## 平成27年度働く婦人の家講座 ～パン作り教室～

いま話題の塩パンといちご大福を作ります。

**日時**…6月19日(金) 13:00～16:00

**場所**…働く婦人の家2階調理室

**講師**…チェリー店主 米谷美智子先生

**材料費**…700円

**持ち物**

エプロン、三角巾、持ち帰り用入れ物、筆記用具

**申込み**…6月5日(金)13時30分から電話または来館にて受付開始。定員20名に達し次第締切。申し込み後の取り消しは6月16日(火)16時まで。取り消しの連絡のない場合は材料費をいただきます。

**申込先**…働く婦人の家 TEL35-8898

# 健康だより

ヘルス・インフォメーション

## 救急医療当番医

診療時間 9:00~16:00

\*受診前に必ず各医療機関に電話で確認してください

▷ 6月7日(日) 健生五所川原診療所

Tel.35-2542(一ツ谷508-7)

▷ 6月14日(日) 桂整形外科医院

Tel.34-3737(弥生町16-1)

▷ 6月21日(日) 増田病院

Tel.35-2726(新町41)

▷ 6月28日(日) かなぎ病院

Tel.53-3111(金木町菅原13-1)

消防署救急病院紹介電話 Tel.34-4999

## 献血バス巡回日程

▷ 6月14日(日) 10:00~16:30

E L Mの街

▷ 6月17日(水) 9:30~11:00

県合同庁舎

問 青森県赤十字血液センター

Tel.017-741-1512

## 教室

### みんなの健康教室

日時: 6月26日(金)

13時~13時30分

場所: 生き活きセンター

テーマ

動悸・息切れの原因と治療

講師: 木村内科医院木村正雄院長

問: 西北五医師会

Tel.(35)0059

### 参加募集 認知症の人と家族の つどい in 五所川原

一人で悩まず色んな人の体験を聞くことで心が軽くなることもありますよ。参加費無料、申込不要。

日時: 6月14日(日)

13時30分~15時30分

場所: 市民学習情報センター

問: 公益財団法人認知症の人と家族の会青森県支部事務局

山本

Tel.0178(35)0930

### 相談 女性の健康相談

五所川原保健所では、思春期から更年期までの女性の心身の健康に関する相談、妊娠・避妊・不妊に関する相談等を受けています。お気軽にご相談ください。

日程: 毎月第4水曜日

場所: 五所川原保健所  
\*相談日以外でも相談を受付しています。

問: 五所川原保健所  
Tel.(34)2108

### 相談 こころの相談

眠れない日や憂鬱な気分が続く方、育児や家事等がつかない方、ご家族の様子が気になる方、身近な人を自殺でなくされたご遺族などを対象としています。

日時: 6月9日(火) 10時~11時

場所: 市役所

相談員: 保健師

申込み: 相談日の前日までに電話にて予約してください。

問: 健康推進課 内線2367

### 周知 「成人用肺炎球菌予防接種」 「成人風しん抗体検査および予防接種」 「実施医療機関の追加」

成人用肺炎球菌予防接種と成人風しん抗体検査および予防接種実施医療機関として、すとうmriクリニック(姥沼字船橋246-1) Tel.(35)6060が追加となりました。

問: 健康推進課 内線2364

## 教室 ゆーゆー元気教室

楽しい毎日は「こころと身体の健康」から。いろんなことにチャレンジして、これから先の「元気」を一緒に作っていきましょう!

対象: 要介護認定を受けていない65歳以上の市民

日時: 6月18日(木) 13時~14時

場所

生き活きセンター多目的ホール  
テーマ: 歩く意識を高めよう  
~ 立つたり座ったりで神経の伝達を高めましょう ~

内容: 健康チェック(血圧測定)、ストレッチ、筋力トレーニング

講師: 健康運動指導士  
鬼武由美子氏

▽保健センター市浦 7月9日(木)

### 相談 エンゼル相談 (母子相談)

子育ての楽しさや不安、悩みを話してみませんか。お子様と一緒に思い出してください。予約不要です。

内容: 身体計測、発育や発達相談、育児、遊び、栄養(離乳食)の相談、情報交換など

持ち物  
母子健康手帳、バスタオル

▽保健センター市浦 7月9日(木)

### 相談 介護予防元気相談

身体の機能に不安がある、今の健康を維持したいなど、介護予防に関するご相談ください。

▽梅沢コミュニティセンター

6月1日(月) 10時30分~12時

▽大東ヶ丘コミュニティ消防センター

6月4日(木) 10時~11時

▽磯松集会所

6月16日(火) 10時~11時

問: 地域包括支援センター

Tel.(38)3939



## あなたも作ってみませんか

テーマ お米を使った料理



こめこめ  
お好み焼き

1人分 431kcal 食塩相当量 1.0g

### 材料(4人分)

ごはん…200g 天玉…40g キャベツ…200g  
小麦粉…200g にんじん…40g 卵…1個  
ピーマン…40g 水…400ml 豚もも肉…100g  
サラダ油…小さじ1 桜えび…4g ソース…大さじ2  
かつお節、青のり、マヨネーズ…適宜

### 作り方

- ①キャベツ、にんじん、ピーマンは千切り、豚肉は一口大に切っておく。
- ②卵をといて、水、小麦粉を加える。
- ③②にごはん、①のキャベツ、にんじん、ピーマンと桜えび、天玉を加えて混ぜる。
- ④フライパンを熱してサラダ油をひき、③を8等分にして流し、上に豚肉を広げてのせる。
- ⑤両面を焼いて中まで火を通し、ソース、かつお節、青のりをかける。お好みでマヨネーズをかける。

### ワンポイント

小さく焼いて子どものおやつとしてもよいでしょう。

## ごしょがわら学生発 平均寿命アップ実現プロジェクト事業 高校生参加者大募集

高校生の視点で、ごしょがわら市民が健康で長生きできるためアイデアを出し合います。具体的なアイデアを、10月にごしょがわら産業まつり会場で開催される「ミニミニ保健師アイデアコンテスト」で発表します。

進学・就職に向けて、ぜひエントリーしてください。エントリーした方には、アイデアづくりを応援するワークショップ等をご案内します。また「学生健診(身体計測、血圧測定、採血、尿検査、診察)」は、先着30名に限り、無料で受診することができます。健診結果の説明付きです。

詳細は、学校で配布されたチラシ、市ホームページをご覧ください。

申込先…健康推進課 内線2367

## 健康づくり相談室

生活習慣病や肥満解消、健診結果など体に関することの相談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。

### 市浦地区

▷保健センター市浦

6月11日(木)・16日(火) 13:00~14:00

### 金木地区

▷金木東部地区コミュニティセンター

6月19日(金) 10:00~11:00

▷保健センター金木

6月26日(金) 10:00~12:00

### 五所川原地区

▷富士見コミュニティセンター

6月25日(木) 10:00~11:30

▷保健センター五所川原

7月1日(水) 10:00~12:00

問…健康推進課 内線2364

## 風しん予防接種・抗体検査費用の全額を助成

妊娠初期に風しんにかかると、胎児が風しんウィルスに感染し「先天性風しん症候群」(白内障・心疾患・難聴等の障害)を持って生まれる可能性があります。市では「先天性風しん症候群」を予防するために、予防接種(風しん単独または麻しん風しん混合ワクチン)・抗体検査費用を全額助成します。

対象者…五所川原市に住民登録があり、次のいずれかに該当する方

①妊娠を予定、希望する女性や、その同居家族

②風しんの抗体価が低い妊婦の同居家族

\*すでに風しん含有ワクチンを2回接種した方、風しんにかかったことがある方は対象外となります。

\*妊娠中または妊娠している可能性のある方は接種を受けることはできません。

\*接種後2カ月間は避妊をする必要があります。

接種回数…1回

助成期間…平成28年3月31日(木)まで

### 受診手順

①申込先に電話または来庁で申込みをする。

②後日、市から、風しん抗体検査受診票・予防接種予診票・実施医療機関名簿など、必要書類を郵送。

③②が届いたら、実施医療機関へ抗体検査の予約をし、風しん抗体検査受診票・予防接種予診票・保険証・診察券等を持参し、医療機関で検査する。

\*実施医療機関名簿に記載された医療機関以外で検査および接種した場合は、助成対象外となります。

④検査の結果、抗体価が低い方のみ予防接種。

申込先…健康推進課 内線2364

## ノルディック・ウォーク参加者募集

両手に2本のポール(ストック)を持ち地面を突きながら歩くスポーツです。全身運動となり足・腰・膝などにかかる負担を軽減できるため、楽しく介護予防ができます。新しい健康法として、ぜひ取り組みましょう。参加費無料です。

対象…65歳以上の市民

日程…①6月8日(月) ②6月22日(月)

時間…13:30～15:30

\*事前の健康チェックがあるため、時間厳守

場所…生き生きセンター多目的ホールおよび屋外

講師…全日本ノルディック・ウォーク連盟ウォーキングライフマスター 小田桐匡孝氏等

持ち物

動きやすい服装、運動靴、水分補給のための飲み物、汗拭きタオル(ポール等は貸し出しします)

申込み…開催日の3日前までに電話または窓口にてお申し込みください。

申込先…地域包括支援センター TEL38-3939

## 保健師・栄養士による健康相談(予約制)

高血圧・脂質異常症・糖尿病予防に関する予約制の健康相談を行います。保健師・栄養士が個別で相談に応じます。自身の健康づくりにお役立てください。

開催日時・場所

①6月16日(火) 13:00～14:00 保健センター市浦

②6月26日(金) 10:00～12:00 保健センター金木

③7月1日(水) 10:00～12:00 保健センター五所川原

定員 ①保健師相談2名、栄養士相談2名まで

②保健師相談4名、栄養士相談4名まで

③保健師相談8名、栄養士相談4名まで

内容・対象(お選びください)

▷高血圧相談…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

▷脂質異常症相談…脂質(コレステロールや中性脂肪)に異常があった方、脂質異常症予防には何が必要なのかを考えたい方

▷糖尿病相談…血糖値やヘモグロビンA1cが高かった方、糖尿病予防には何が必要なのかを考えたい方

持ち物…健診結果(特定健診・健康診査受診者)、健康手帳(お持ちの方)

申込み…開催日5日前までに、電話にてお申し込みください。申し込みの際に、相談したい内容の種類を選び、お知らせください。

\*「健康づくり相談室」と併設になっています。

申込先…健康推進課 内線2364

## 乳幼児健診

受付時間…12:00～12:30(3歳児健診11:45～12:30)

\*11時からの母子手帳預かりはなくなりました。

持ち物…母子健康手帳、バスタオル、4カ月児・1歳6カ月児健診は「すすくノート・健康診査票」

場所…保健センター五所川原

4カ月児健診 H27年2月生まれ	7月7日(火) 小児科診察、身体計測、発達相談、離乳食のお話・試食
1歳6カ月児健診 H25年12月生まれ	7月28日(火) 小児科・歯科診察、身体計測、発達相談
3歳児健診 H24年1月生まれ	7月15日(水) 小児科・歯科診察、身体計測、発達相談、尿・耳・目の検査

\*3歳児健診については個別に事前通知します。

\*駐車場は保健センター側と道路を挟んだ向かいにもあります。駐車出来ない場合、市役所一般駐車場(市役所北側)または有料駐車場をご利用ください。

\*健診に来られない場合、すでに健診を受診した場合は、ご連絡ください。

問…健康推進課 内線2368

## 介護予防教室(いきいき教室)

高齢者の健康づくりと介護予防のための教室です。元気なうちから取り組みましょう。

対象…要介護認定を受けていない65歳以上の市民で、身体や認知機能の低下等が心配な方、今の健康を維持したい方

参加費…無料

▷知って得する介護講座～失禁予防と排泄の援助

6月5日(金) 保健センター金木/保健センター市浦

6月19日(金) コミュニティセンター三好  
生き生きセンター

▷発砲スチロールで「木目込み」体験

6月12日(金) コミュニティセンター三好  
生き生きセンター

▷ケアしないと大変なことになる!元気で長生きのための歯のはなし

6月26日(金) コミュニティセンター三好  
生き生きセンター

場所・時間(受付は30分前から)

・保健センター金木 10:00～11:30

・保健センター市浦 13:30～15:00

・コミュニティセンター三好 10:00～11:30

・生き生きセンター 13:30～15:00

申込み

開催日の3日前までに電話にてお申し込みください。

申込先…地域包括支援センター TEL38-3939



## 健康スタイルアップ運動教室

自分なりに、食事や運動に気を遣っているのに、なかなか体重が減らない。健診で毎年何か引かかかってしまう。「運動しなきゃ」「体を動かさなくては」と思っていて、なかなか出来ない。一つでも当てはまることはありませんか。

効果的に、小まめに体を動かすことで、余分な脂肪が燃えるだけではなく、血圧・血糖値・コレステロール値等が改善できます。楽しく、気持ちよく一緒に運動をしましょう。

日時…6月24日(木) 18:30～19:30(受付30分前～)

会場…保健センター五所川原

内容…体重・血圧測定、ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動等

テーマ…ダンベル体操と有酸素運動で全身の引き締めを目指しましょう！

講師…健康運動指導士 鬼武由美子氏

参加費…無料

対象…医師から運動を制限されていない方

定員…40名

持ち物…動きやすい服装、汗拭きタオル、水分補給のための飲み物、健康手帳(お持ちの方)

\*申込み不要。直接会場へお越しください。

\*ケガ等については参加者自身の自己責任となります。

問…健康推進課 内線2364

## メディコトリム参加者募集

高血圧や糖尿病、脂質異常症等でお薬を飲んでいる方はそれだけで安心と思いませんか？お薬を飲んでいる方も食事や運動等の生活習慣の改善が大切です。

健診結果を良くしたい、メタボを改善したい、薬を減らしたいとお考えのあなたに合った運動と栄養についてアドバイスします。

\*平成26年度参加者の約3割が減量に成功しています。

対象者…両日参加可能な方で、高血圧、糖尿病、脂質異常等があり、経過観察もしくは内服治療中の方／メタボを改善したい方／健康をさらに増進したい方

日程・内容(運動メニューはややきつめです)

▷6月25日(木) 18:00～20:00

体力測定、運動・栄養指導、医師講話

▷7月9日(木) 18:00～20:00

個別処方箋の発行、運動・栄養指導、医師講話

場所…保健センター五所川原

講師…津川信彦医師(健生五所川原診療所)、保健師、栄養士、健康運動指導士

定員…20名 参加費…無料

持ち物…健康手帳(お持ちの方)、記録用紙(申込者に後日郵送します)、水分補給のための飲み物、タオル、運動できる服装・内履き

申込み…6月19日(金)までに電話にてお申し込みください。

申込先…健康推進課 内線2363

## 禁煙サポート

### あなたに合った禁煙コースを選んでチャレンジ!!

5月31日は「世界禁煙デー」です。たばこを吸わない習慣を社会に広めることを目的として、世界保健機関(WHO)が制定しています。

「体に悪い」「いつかはやめよう」と思ってもなかなかやめられないのがたばこ。禁煙は何度もチャレンジすることで成功率がぐっと上がりますよ。この機会にぜひ「禁煙開始日」を決めて禁煙に取り組んでみませんか。

#### ①保健師の電話支援(禁煙の自信度80%以下)

約3か月、保健師が継続的に電話や面接をしながら禁煙をサポート(費用0円)。

対象…お金をかけずにやめたい方

#### ②インターネットで自己管理(禁煙の自信度80%以下)

自分でニコチンパッチまたはガムを用意。保健師がメールのやり取りでつらい時期をサポートします。

対象…日中は仕事などで忙しい方／電話よりメールの方

費用…1万円～5万円(ニコチンパッチ・ガム代)

①②の申込先…健康推進課 内線2364

#### ③お医者さんと一緒に禁煙(禁煙の自信度50%以下)

病院で医師のサポートを受けながら飲み薬またはニコチンパッチを使って取り組みます。

対象…ニコチン依存度が高い方／禁煙で禁断症状が強くなる方

費用…保険適応(3割負担)で約2万円

#### ③については、下記の医療機関にご相談ください

・木村内科医院 TEL35-2815

・櫛引クリニック TEL33-1155

・健生五所川原診療所 TEL35-2542

・鈴木耳鼻咽喉科医院 TEL35-2775

・田町小山クリニック TEL34-3431

・とやもり内科小児科クリニック TEL52-3331

・増田病院 TEL35-2726

H27・4月現在

# 太宰治生誕祭 —文学碑建立50周年—

6月19日(金) 芦野公園 太宰治銅像・文学碑前

10:30～ 生誕祭式典  
太宰作品朗読・合唱・祝花

12:00～ 昼食会  
会費1,000円(事前申込み必要)

参加ご希望の方は、6月10日(水)までに直接電話でお申し込みください。

\*昼食会への当日申込みは、受付しませんのでご了承ください。

\*昼食会の会費は、当日式典会場受付でお支払いください。

\*生誕祭参加者には、太宰治記念館「斜陽館」無料入場券(当日のみ有効)が配布されます。

申込先…文化スポーツ課 内線3323



H26年度の祝花の様子

わたしはふるさとを愛している。  
私は、ふるさとの人すべてを愛している!

2015. 6.19 (金)

時間 午前10時30分 式典  
午後12時00分 昼食会  
会費1,000円(事前申込み)

場所 五所川原市金木町 芦野公園  
太宰治銅像・文学碑前

主催/五所川原市・五所川原市教育委員会 協賛/太宰治生誕を祝う会実行委員会 協賛/金木学生会・NPO法人かながわ民権本部  
印刷会社/T037-0202 青森県五所川原市金木町野山319-1 五所川原市教育委員会 文化スポーツ課 電話0173-35-2111 (内線3323・3324)

国重要文化財(旧津島家住宅)  
平成27年度太宰治記念館「斜陽館」特別展  
「太宰作品における中国文学と落語」  
～その原拠を辿る～

開催期間…平成28年3月21日まで  
\*入館料が必要です。  
問…太宰治記念館「斜陽館」TEL.53-2020

### 火災・救急出動概況

五所川原市管内 4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27年	3	7	176	697	1	2
平成26年	4	10	203	733	2	7
比較	△1	△3	△27	△36	△1	△5

全国統一防火標語 **無防備な心に火災がかくれんぼ**

五所川原地区消防事務組合消防本部警防課 ☎35-2023(内線1031)

### 人口と世帯数

平成27年4月末 住民基本台帳 ( )内は前月比

人口	男	女	世帯数
57,666人	26,549人	31,117人	25,306世帯
(-71)	(-32)	(-39)	(+60)

古紙配合再生紙使用