

新春イベント餅つき大会

1/1 立佞武多の館



広報

ごしがわら

2014

115

No.211

主な内容

- 消費生活相談室からのお知らせ… 2
- 臨時職員募集…………… 3
- りんご農家の皆さんへ…………… 4
- 税についてのお知らせ…………… 5

人口・世帯数

- 人口/59,059人 (-23)
- 男 /27,255人 (-21)
- 女 /31,804人 (-2)
- 世帯数/25,283世帯 (+23)

12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.city.goshogawara.lg.jp/>

注意

インターネットに気を付けて

ス マルトフォンの普及によるインターネット利用者の増加に伴い、ネットでの契約トラブルが年々増加しています。

ネットでは、子供から高齢者まで幅広い年齢層が事業者のターゲットとなり、多種多様な商品・サービスを提供しているため、様々なトラブルや問題点も数多く存在します。

消費生活相談室では、事業者と消費者との様々な契約トラブルに関する相談をお受けしています。お気軽にご相談ください。

サイトは日本語だけ!? 海外通販のトラブル

インターネット通販で代金を振り込んだのに商品が届かなかったり、または模倣品が届いたりするトラブルが増えています。

日本語のサイトなのに、機械翻訳のような不自然な日本語だったり、振込先口座が外国人名義だったり、極端に安かったりする場合には注意が必要です。

安すぎるような場合には価格比較サイト等で相場を調べることも必要です。

また、事業者の所在地や連絡先などの情報を事前にしっかり確認しましょう。

メールアドレスしか記載されていないようなサイトでの取引は非常に危険です。

代金を振り込んでも商品が届かず、メールを送っても返信が来ないケースもあります。

検索結果で上位に表示されているからといって、安全なサイトとは限りません。

詐欺の場合、返金される可能性は限りなく低いため、インターネットでショッピングをする場合は常に細心の注意を払うようにしましょう。

被害に遭ったと思ったら、すぐに消費生活相談室、または警察や金融機関に相談しましょう。



いつの間に？

子供がカード決済でゲームアイテム購入

パソコンやスマートフォンでオンラインゲームをしている子供が親のクレジットカードを利用して有料のゲームアイテムを繰り返し購入し、高額な請求を受けるといったトラブルが増えています。

「基本無料」とうたうオンラインゲームには、大抵、ゲームを有利に進めることができる「有料アイテム」というオプションが存在します。

また、ネット上でのカード決済は、一度カード情報を入力すると次回から入力が必要なくなったり、簡単な認証だけで済む場合があります。

クレジットカードの管理には十分に気を付け、また、利用する際も慎重に行いましょう。

*オンラインゲームに限らず、インターネットでは大抵の場合、クレジットカード以外の決済方法があるので検討してみましょう。

*携帯電話やスマートフォンを子供に持たせる場合には、一度、各携帯電話会社に相談してみましょう。未成年者向けの利用制限サービスがあります。

お問い合わせ・相談先

商工観光課消費生活相談室

(市役所3階)

相談専用直通電話〈平日9:00~16:30〉

TEL 33-1626

臨時職員を募集します

■採用人員・職務の内容

10名程度・各種事務補助業務

■申込資格

3月に卒業予定の高校生をはじめとする新規学卒者

■申込方法

1月24日(金)までに履歴書を1通持参の上、お申し込みください。
*様式は問いません。

■選考方法

2月1日(予定)の面接試験により選考します。

■合格発表

2月14日(予定)に合格者に通知します。

■賃金

日額6000円

■その他勤務条件等

- 勤務期間は4月1日から6カ月間。ただし、その後も希望により6カ月間延長が可能です。
- 6月、12月に臨時加給金(手当)および職員に準じて交通費を支給します。
- 社会保険、厚生年金、雇用保険等に加入します。

■お問い合わせ・申込先：人事課 内線2141



市営住宅入居者募集(2月公募)

■募集期間：2月3日(月)～12日(水)

(土・日曜、祝日を除く)

■入居予定日：必要書類等が整い次第入居可能です。

■募集する市営住宅の概要

五所川原地区

①広田団地(S53・55年度建設)

- 鉄筋コンクリート造4階建3DK
- 募集戸数2戸(1階・4階)

・家賃1万7000円～2万3100円程度

- 浴室あり、浴槽・給湯器なし/共益費・駐車場あり
- 入居者1人以上で申請可(年齢等制限あり)

②千鳥団地(H8年度建設)

- 鉄筋コンクリート造3階建3LDK
- 募集戸数1戸(2階)

・家賃2万2000円～4万3200円程度

- 浴室・浴槽・給湯器あり/共益費・駐車場あり
- 入居者3人以上で申請可

③富士見団地(H2年度建設)

- 鉄筋コンクリート造3階建2LDK
- 募集戸数1戸(1階)

・家賃1万6600円～3万2600円程度

- 浴室・浴槽・給湯器あり/共益費・駐車場あり
- 入居者1人以上で申請可(年齢等制限あり)

金木地区

①さくら団地(H20年度建設)

- 木造平屋建1LDK
- 募集戸数1戸

・家賃1万5000円～2万9600円程度

- 浴室、浴槽・給湯器あり

・入居者1人以上で申請可(年齢等制限あり)

②さくら団地(H22年度建設)

- 木造2階建3LDK(メゾネット)
- 募集戸数1戸

・家賃2万8600円～5万6200円程度

- 浴室・浴槽・給湯器あり
- 入居者3人以上で申請可

■常時公募：次の市営住宅は随時募集しています。

五所川原地区

▽富士見団地

- 鉄筋コンクリート造4階建3LDK1戸
- 3人以上で申請可、駐車場なし

■家賃等

家賃は収入に応じ決定します。敷金は家賃の3カ月分、共益費・駐車場料金は別途徴収となります。

■入居者選定方法

入居者資格を審査の上、申請者多数の場合は公開抽選で決定します(抽選日は申請者に個別に連絡します)。

*原則として持ち家のある方は申請できません。

*連帯保証人が必要となります。

*入居資格、提出書類等、詳細についてはお問い合わせください。

■お問い合わせ・申請先

建築住宅課 内線2663

金木総合支所産業建設係 内線3211

市浦総合支所産業建設係 内線4024

りんご農家の皆さんへ 平成26年度補助事業のお知らせ



1 果樹経営支援対策事業

■事業内容・補助率等

下表のとおり。

■事業の特徴

- ・個人で事業を実施できます。
- ・自力施工ができ、工事費を軽減できます(改植)。
- ・改植前と同じ品種への改植は対象外です。ただし、普通樹からわい化への改植は対象となります。

■申込期間…2月20日(木)まで。

■申込先…農協出荷者は各農協へ。農協以外の出荷者は農林水産課(内線2516)まで。



事業内容	補助率	実施要件	助成対象者
優良品目・品種への改良 ①りんご→わい化りんごへ ②りんご→普通樹りんごへ ③その他の果樹	①定額(32万円/10a) ②定額(16万円/10a) ③1/2以内	地続きで2a以上 (過去に国庫事業で改植した場合は8年経過していること)	産地計画で位置づけられた担い手農業者(認定農業者および本人または後継者が70歳未満で果樹経営面積が65a以上の農業者)
小規模園地整備 ①園内道の整備 ②傾斜の緩和 ③排水路の整備 ④土壌土層改良	1/2以内	①~③ 10a以上 ④ 2a以上	
用水・かん水施設設置	1/2以内	10a以上	
防霜ファン・防風網の整備	1/2以内	10a以上で果樹共済に加入していること	
条件付新植	1/2以内	2a以上	
廃園	定額(8万円/10a)	・2a以上で、伐採後果樹を植栽しないこと ・担い手への園地集積	・担い手農業者以外も実施可能 ・すでに廃園している園地は対象外

2 果樹未収益期間対策事業

①の補助事業で改植された方(5a以上)を対象に未収益期間中の維持管理経費に対し10aあたり5万円を4年間分一括交付します。

■改植に係る補助金額

(例)普通樹(つがる)をわい化(トキ)にした場合(10aあたり)

①の改植による補助金32万円に加え、5万円×4年間=20万円

■申込期間…2月20日(木)まで。

■申込先…農協出荷者は各農協へ。農協以外の出荷者は農林水産課(内線2516)まで。

3 果樹共済加入促進事業

市では、平成26年産の「りんご共済」の加入者に対し、掛金の一部を助成します。

共済掛金も必要経費ととらえ、これを機に果樹共済に加入しましょう。

■りんご共済の紹介

・特定危険方式(被害限定補償)…▽風プラン▽ひょうプラン▽霜プラン

・総合短縮方式(平成26年から新規導入)…災害の種類(鳥獣害、凍霜害、カラマツ、日焼け、ひょう害、風水害、病虫害等)

*責任期間は、いずれも発芽期から収穫期まで約8カ月間。

■助成割合…りんご共済全プランの掛金部分を一律10%助成

■助成の方法…掛金等全額を共済組合へお支払いください。市から共済組合を経由して、掛金の一部を還付します。

■申込期間…3月25日(火)まで。

■お問い合わせ先

・共済制度…津軽広域農業共済組合果樹課 Tel(33)1513

・助成事業…市役所農林水産課 Tel(35)2111 内線2516

広報はホームページでもご覧になれます

税 についてのお知らせ

2月6日から始まります

市民税・県民税の申告

2月6日(木)から、平成26年度(平成25年分)の市民税・県民税の申告受付が始まります。

地区別の受付日時や場所など詳しいことについては、広報と同時に配布した「平成26年度市民税・県民税申告のお知らせ」をご覧ください。

*「平成26年度市民税・県民税申告のお知らせ」は、市ホームページに掲載しているほか、税務課や各総合支所窓口にも備え付けてありますのでご利用ください。

お問い合わせ先

- ・税務課 内線2227
- ・金木総合支所総合窓口係 内線3114
- ・市浦総合支所総合窓口係 内線4066

平成26年度から引き上げられます

市民税・県民税 均等割額

「東日本大震災からの復興に関し地方公共団体が実施する防災のための施策に必要な財源の確保に係る地方税の臨時特例に関する法律」により、臨時の措置として平成26年度から平成35年度までの10年間に限り、市民税・県民税の均等割の税率が引き上げられることになりました。

税率引き上げについて、ご理解、ご協力をお願いします。

■市民税・県民税の均等割額(年額)

	平成25年度まで	平成26年度から平成35年度まで
市民税	3,000円	3,500円
県民税	1,000円	1,500円
合計	4,000円	5,000円

融流雪溝を利用している方へのお願い

歩行者が転倒する事故が発生しています！

市外にて、融流雪溝の投雪口にある蓋の段差に、歩行者がつまずいて転倒しケガをするという事故が発生しました。

このような事故を防止するため、作業時以外は、投雪口の蓋を確実に閉め、開けっ放しにしないよう徹底してください。

融流雪溝の適正・安全な利用をお願いします。

～発生した事故～

利用者が蓋を開けやすくするため、蓋と格子網の間に板材を挟めたことで路面と段差ができ、歩行者がつまずき転倒した。

～ケガの状況～

転倒した際、鼻を骨折し、ひざも打撲した。



◀蓋を開けやすくしようと板を挟むと…



蓋をしても段差が▶
3cm～5cmでき、
歩行者にとって
大変危険です

■お問い合わせ先 土木課 内線2614

◎ 広報有料広告

除排雪作業を承ります

除雪・排雪

・玄関前・通路・軒下・屋根
・駐車場・雪庇等の除雪及び排雪

- ◎ 一軒家、アパート等、一度現場を拝見させていただいての作業になります。※立地条件、積雪量、積雪範囲等
- ◎ お見積もりさせていただき、納得の上、ご検討下さい。
- ◎ お見積もりは無料です。気軽にお問い合わせ下さい!!

たいわけんせつ

株式会社 泰和建設 五所川原市金木町芦野180-4

Tel.090-8929-2377 担当：長利(おさり)

入居希望随時受付中

おかげさまで
ライラック10周年

◆有料老人ホーム
ライラック実吉 30,150円～
五所川原市福山字実吉72-3(サンクス福山店様となり)

◆有料老人ホーム
ライラック 30,150円～

これまでのご愛顧に感謝し、平成25年9月1日より、利用料金を次のとおり改正いたしました。板柳町掛落林字前田262-2、263(あすなろ温泉様となり)

お気軽にお問い合わせ下さい。心よりお待ちしております。

●お問合せ ☎0173-29-2015 (施設長 奈良)宛まで。 南ユアホーム

五所川原市を応援します!!

五所川原消防署に

新型はしご自動車を配備



五所川原消防署は、最新鋭の「35m級先端屈折式はしご消防自動車」を配備しました。

この車両は、はしごの先端が屈折するのが特徴で、電線や樹木などの障害物を避け、その上から建物に接近することはもちろん、ビルの手すりに囲まれた屋上やベランダでも屈折を利用し、スムーズな救助や消火活動が可能となります。

■お問い合わせ先：五所川原消防署

Tel(35)2019

また、はしごの角度は俯角(斜め下方向)に伸ばすことが可能で、はしご車より低い位置に要救助者がいる場合(水難救助等)にも非常に有効な車両です。

このはしご車の出番が無いことが何よりですが、万が一のときの大きな戦力として期待できます。この新型はしご自動車は、1月15日から運用を開始する予定です。

善意の花かご



◎神保捷介さん(横浜市)
 〓 ハーモニカ演奏

◎さくら保育園(大澤公至園長)
 52名〓お遊戯、みかん2箱

◎(株)五所川原中央青果(木村吉幸代表取締役社長)
 〓 みかん5箱

◎金木地区婦人会(外崎れい子会長)6名〓餅つき

◎白川幸蔵さん(沢部)
 〓もち米6升

◎五所川原保育園(川上清樹園長)28名〓お遊戯、ケーキ50個
 (以上6件くるみ園へ)

◎津川信彦さん(弘前市)
 〓 15万円(ふるさと納税)

◎金野隆弘さん(東京都世田谷区) 〓 6万円(ふるさと納税)

◎五所川原野球協会〓ケンコーボールB号(中学生用)6ダース

◎五所川原農林高等学校(佐藤晋也校長)〓大型門松2対

五農高森林科学科の生徒の皆さんが実習で制作した大型門松が、市役所、立佞武多の館に設置されました。12月27日から1月7日まで、毎年恒例となった門松が来庁者を出迎えました。



事業所・商店の ごみ処理について

事業所・商店から発生したごみのうち、プラスチック・金属・ガラス類は「産業廃棄物」に分類され、家庭で発生する一般廃棄物とは異なるルートで処分しなければなりません。

「産業廃棄物」が混在するごみは、各町内会が管理するごみ集積所に出すことはもちろん、市の最終処分場(一般廃棄物)で受け入れられることもできません。

「産業廃棄物」は、ごみ処理業者へ委託するなど、適正に処理してください(処理料金はごみ処理業者へご確認ください)。

■お問い合わせ先：環境対策課 内線2344



門松を製作設置した五農生の皆さん

◎ 広報有料広告

NORTHERN STOCK ACTIVITIES Under the clear blue skies of Tsugaru, Aomori Prefecture, our farm raises livestock using the latest recycling technologies, for a better environment and for products your family can trust.

豚 Kimura Farm
 株式会社 木村牧場

平成26年産

飼料米買います!

〒038-2801 青森県つがる市木造丸山竹鼻118-5
 TEL 0173-26-4177 FAX 0173-26-3688
 URL <http://www.kimurafarm.jp> E-MAIL kmfarm@infoaomori.ne.jp
 詳しい内容や疑問などいつでも連絡下さい。 飼料米担当 岡まで

五所川原市を応援します!!

市民サロン

元気村の旧正月

かなぎ元気村「かたるべえ」
TEL(52)28882

春を待つ静かな古民家・元気村から旧正月のお知らせです。餅つきや昔語り、縄ない大会などを行います。豚汁、おにぎり、お汁粉のふるまいもあります。

●日時：1月26日(日)

10時30分～15時30分

◆参加費：無料

*縄ない大会参加希望者は、1月20日(月)までにお申し込みください。

未来を担う青少年の健やかな成長のために

五所川原ライオンズクラブ
TEL(34)8181

●日時：2月2日(日)

13時30分～15時30分

●場所：中央公民館大ホール

◆内容：青少年健全育成について考えよう／薬物乱用防止やインターネット利用マナーの標語展示／子供たちによる活動の紹介など(予定)

津軽広域水道企業団からお知らせ

黒石市大字石名坂字姥懐2
TEL0172(52)60033
<http://www.tsunji.jp/>

津軽事業部職員募集

◆職種：上級化学(大学卒業程度)
◆受験資格：昭和54年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた方

◆採用予定人員：1名

試験日程

第1次試験 2月16日(日)
第2次試験 3月16日(日)

*会場はともに弘前市民会館(弘前市下白銀町1-6)

◎申込方法：受験申込書(HPからダウンロード可)に必要書類を添えて、1月31日(金)まで(必着)にお申し込みください。

平成26・27年度指名競争入札等参加資格審査申請受付

◆対象：次の業務の指名競争入札等に参加しようとする企業および随意契約の方法により契約の締結を希望する企業

- ①建設工事の請負
- ②測量・設計などの建設関連業務
- ③製造の請負・物件の買入・その他
- ④業務委託

◆有効期間：2年間(平成26年8月1日～平成28年7月31日)

◎申請方法：2月28日(金)までに、企業団様式など必要書類を持参または郵送してください。

*詳細はお問い合わせ、またはHPで確認してください。

情報セキュリティ広場につがる柏青森県警察本部保安課サイバー犯罪対策室

TEL017(723)4211
コンピュータ・インターネットを悪用したサイバー犯罪の被害防止と情報セキュリティ対策推進のイベントを開催します。

●日時：2月1日(土) 10時～14時

●場所：イオンモールつがる柏 シャコちゃんコート

◆内容：情報セキュリティに関するパネル、海賊版ソフトなどの違法物品の展示／サイバー犯罪被害防止に関するDVD放映

情報セキュリティエック体験／鑑識体験など

セーフティネット保証第5号認定に関するお知らせ
商工観光課 内線25533

業績の悪化している業種に属する事業を行い、経営の安定に支障が生じている中小企業を対象とした国(中小企業庁)のセーフティネット保証第5号の指定業種は、1月1日から平成25年度補正予算成立後、一定期間が経過するまでは6・2業種(平成25年10月1日～12月31日と同様)、平成25年度補正予算成立後一定期間経過後3月31日は19・5業種になります。

平成25年度補正予算成立後、業種によっては対象外となる場合がありますのでご注意ください。

業種は市HPでご確認ください。

お詫びと訂正

広報12月15日号、P6に掲載した五所川原地区の除排雪委託業者で、業者番号30は、(有)春建工業の誤りでした。また、委託箇所市中心部地区の鎌谷町・一ツ谷地区の一部(プラザマリユウ・エルム通りより東側)、一ツ谷橋については、業者番号22(株)津軽サンローの誤りでした。訂正し、お詫びします。

五所川原市を応援します!!

健康管理食

健康管理食弁当¥500円
カロリー 530～630Kcal程度
献立は栄養士が考案しています。
土、日、祝も休まず営業しています。

◎健康管理食、オリジナル弁当どちらも昼食、夕食用として配達できます。

◎健康維持、ダイエット、生活習慣予防等を考えている方に適しています。

◎お弁当販売取扱店
・福祉の里 ここ 下山豆腐店 岩谷精肉店
・しやりき温泉 でお買い上げ出来ます。

稲実でも弁当のお買い上げが出来ます。 販売店募集
営業時間 8時00分から17時00分

株式会社 **おいしんぼう 美味心房** 五所川原市大字稲実字米崎68-5
TEL 0173-26-7255

除排雪・雪降ろし 雪のトラブル解決します

庭先・軒下・駐車場・屋根等々、雪のことならなんでも。
お見積り無料!お気軽にお問い合わせください!

- ・作業員(一時間)一人2,000円(除排雪、屋根雪降ろし)
- ・除雪機(一時間) 2,000円 ・軽トラック(一台)5,000円(排雪)

(スノーバスターズ)

SNOW BUSTERS

合同会社松野商事 除排雪事業部
五所川原市七ツ館鶴ヶ沼153-44
E-mail: snowbusters@inter7.jp
URL: <http://snwbstrs.exblog.jp>

TEL 0173-28-2723

◎広報有料広告

川倉の湯っこ・金木中央老人福祉センター 大規模改修工事の工期延長について

現在「川倉の湯っこ・金木中央老人福祉センター」の大規模改修を行っており、入浴施設は1月末までの完成を目指して進めていましたが、東日本大震災復興工事に建築資材が集中して発注されており、浴室増築工事に使用する鋼材の納入が大幅に遅れています。

そのため、工期が2カ月延びることになり、3月末の完成に向けて作業を進めています。

利用者の皆さんには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。

*延長となった工事期間中は、今までどおり、毎週木曜日に金木在住の60歳以上の方に限り利用できる「生き生きセンター」の無料送迎バスを運行します。運行ダイヤは次号(2月1日号)でお知らせします。

■お問い合わせ先…介護福祉課 内線2458

平成25年度 男女共同参画講座

基本の料理教室

～準備から後片付けまで～

料理はいつもパートナーまかせの方、将来のために勉強しておきたい方、とにかくやってみよう!という方。ご飯に汁物、おかず3種を作ります。

■日時…2月23日(日) 10:00～14:00(受付9:50～)

■場所…中央公民館調理室

■講師…五所川原市食生活改善推進員

■参加費…無料

■定員…10名(先着順)

■持ち物…エプロン、三角巾、筆記用具

■申込方法…電話・FAXまたは申込先へ直接

■申込先…企画課男女共同参画室

内線2156 FAX 35-3617

声の広報発行事業

朗読ボランティア募集

重度の視覚障害者を対象に、広報ごしょがわらを朗読し、声の広報を届けるための朗読ボランティアを募集しています。

朗読は年2回～3回、10ページ程度。録音機器は貸し出しますので、自宅で録音作業ができます。

興味がある方はご連絡ください。

■お問い合わせ先…家庭福祉課 内線2433

合同就職相談会

五所川原公共職業安定所と共催で、就職希望者を対象に「合同就職相談会」を開催しますので、この機会にぜひご参加ください。

また、相談会への参加企業もあわせて募集しますので、求人を検討している事業主の皆さんはお気軽にお問い合わせください。

■日時…2月10日(月) 14:00～16:00

■会場…プラザリュウ五所川原

■対象…就職希望者(新規学卒予定者を含む)

■参加企業数…20社程度

■参加費…無料

■持ち物…就職希望者は履歴書、雇用保険受給資格者証。事業主は配布用として会社の概要がわかるパンフレット等。

*参加企業情報は1月中旬以降に市HPで公開し、随時更新します。

■お問い合わせ先…商工観光課 内線2553

犬の飼い主の皆さんへ

春先の雪解け時期に、犬のフンが雪の中から出てくるとの苦情が毎年のようにあります。

冬期間の散歩中、フンを雪の中に隠すなど、一部飼い主の道徳意識の欠如が、多大な迷惑となっています。

フンの放置は不衛生であることはもちろん、法律違反になり、懲役もしくは罰金等の刑罰に科されることもあります。フンは自宅へ持ち帰り、適正に処理してください。

また、犬が死亡した際は、速やかに狂犬病予防法に基づき登録抹消をしてください。

■お問い合わせ先…環境対策課 内線2342

広告募集

～広報ごしょ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.city.goshogawara.lg.jp/02_koho/koukoku.html

申込先/総務課広報係 内線2117

平成26年度園児募集

幼児教育は幼稚園!

体験が子どもの成長をうながします。

子どもの笑顔がご両親・ご家族

そして みんなの願い!

随時、見学できます。お問い合わせください。



学校法人館田学園 ひまわり幼稚園

〒037-0044 五所川原市元町42番地

TEL 0173-34-5080 FAX 0173-34-5039

ホームページ <http://himawari-goshogawara.jp/>

図書館からのお知らせ

情報提供をお願いします

市立図書館では五所川原市合併10周年記念事業として「五所川原市の地名」という本を刊行します。

地名にまつわるお話をご存知でしたら、どなたでも情報をお寄せください。

情報は、以下の内容を記載し、郵送・FAX・E-mail・持参により提供をお願いします。

①住所・氏名・連絡先

情報について、後ほど聞き取りなどを行なう場合もありますので忘れずにお知らせください。なお、掲載の際、氏名を出したくない場合は考慮します。

②どこの地名についての情報であるか

③情報の出所と内容

ご自分の経験、どなたかから聞いた、など分かる範囲で具体的に書いてください。

文書などをお持ちであれば、題名をお願いします。後日、コピーなどをお願いする場合があります。

例えば、「●●家文書という本を持っていて、その中に地名の由来がある」「50年ほど前から住んでいるが、こういう理由で〇〇町とよばれていると聞いた」「昭和4年生まれのお祖父から子供の頃、××という由来を聞かされた」など。

津軽の「むがしっこ」をきこう

むがしっこを語る会「ゆきん子」のみなさんによる津軽のむがしがたりが聞けますよ。

津軽弁で語られる、津軽に伝わる“おとぎ話・伝説・歴史”など、大人も子供も楽しめる「むがしっこ」「わらべうた」、みんなぎぎにこいへえ♪

■お問い合わせ・連絡先

図書館名	連絡先
市立図書館	〒037-0046 五所川原市字栄町119 TEL 34-4334 FAX 34-3256 E-mail tosyokan@city.goshogawara.lg.jp
伊藤忠吉 記念図書館	〒037-0202 五所川原市金木町芦野345-12 TEL 53-3049 FAX 53-3049
市浦分館	〒037-0401 五所川原市相内349-1 TEL 35-2111(内線4031) FAX 62-2115

肺の生活習慣病 COPDについて正しく知って予防しよう!

せきやたんが続く、息切れしやすくなった、風邪が治りにくいといった症状はありませんか。もしかしたらCOPD(慢性閉塞性肺疾患)かもしれません!

原因の90%が受動喫煙を含むタバコです。ありふれた症状のため、見逃されることの多い病気ですが、早期発見・治療、禁煙で発症や重症化を予防できます。

問診票によるリスクチェック、スモーカーライザーによる一酸化炭素(有害物質)の濃度測定も行います。

タバコを吸っている方も、吸っていない方も、今後の健康づくりのためにぜひご参加ください。

■日時…2月12日(水) 13:00~14:00

■場所…働く婦人の家3階第3講習室

■講師…中村謙弥先生(中村内科医院院長)

■持参するもの…健康手帳(お持ちの方)

■申込方法…2月5日(水)までに電話にてお申し込みください。

*講師への質問等と講演終了後の保健師による禁煙サポート(数名)の希望者を募集します。申込みの際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2364

火災・救急出動概況

五所川原市 12月の火災、救急、救助出動件数 (単位:件)

区分	火災		救急		救助	
	月別	累計	月別	累計	月別	累計
平成25年	0	16	191	2,014	1	28
平成24年	1	15	182	2,013	1	18
比較	△1	1	9	1	0	10

全国統一防火標語 消すまでは 心の警報 ONのまま

五所川原地区消防事務組合消防本部 ☎35-2023(内線1031)

納期限は **1月31日(金)**です
忘れずに納めましょう

国民健康保険税 第7期	収納課 内線2250
介護保険料 第7期	介護福祉課 内線2453
後期高齢者医療保険料 第7期	国保年金課 内線2338

納付は便利で確実な口座振替を!



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2362)
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	2月5日(水)	10:00~12:00
金木	保健センター金木	1月24日(金)	10:00~12:00
	金木東部地区コミュニティセンター	1月30日(木)	10:00~11:00
市浦	保健センター市浦	1月21日(火)	13:00~14:00
		1月23日(木)	
		1月28日(火)	
		1月30日(木)	
		2月4日(火)	

子どもの食育・栄養相談

就学前までの子どもの元気な体をつくる食生活について、栄養士が保護者の方の相談に応じます。

むら食い、好き嫌い、食物アレルギーの相談など、お気軽においでください。

■日時…2月21日(金) 10:00~11:30

■会場…保健センター五所川原

■持参するもの…母子健康手帳

*事前に相談内容を電話で受けることもできます。

乳幼児健診

■受付…12:00~12:30(3歳児健診11:30~12:30)

母子健康手帳は、受付開始前の11時から会場に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、1歳6カ月児健診の方は記入した耳のアンケートカード

健診の種類	実施日	実施場所	対象児
4カ月児健診	2月4日(火)	保健センター五所川原	平成25年9月生まれ
1歳6カ月児健診	2月25日(火)		平成24年8月生まれ
3歳児健診	2月19日(水)		平成22年8月生まれ

献血のご案内(バス巡回)

期日	時間	場所
2月7日(金)	9:30~11:00	㈱スーパー佐藤長広田店

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
2月14日(金) 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、情報交換など
2月28日(金) 10:00~11:30	保健センター金木	○2月勉強会テーマ(11:00~)「親子のふれあい遊び」 講師：ファミリーサポートセンターアドバイザー

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などに対し、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。

■日時・場所

①1月24日(金) 10:00~12:00 保健センター金木

②1月30日(木) 13:00~14:00 保健センター市浦

③2月5日(水) 10:00~12:00 保健センター五所川原

■定員

①②保健師相談4名、栄養士相談2名まで

③保健師相談8名、栄養士相談4名まで

■持参するもの

健診結果(特定健診・健康診査受診者)、健康手帳(お持ちの方)

■申込方法…①1月22日(水)、②1月28日(火)、③2月3日(月)までに、電話にてお申し込みください。

増えています！大腸がん！

平成24年に、がんが原因で亡くなった市民のうち、男性で3位、女性で1位が大腸がんでした。

全国と比べても、当市は大腸がんで亡くなる方が多いことが分かっています。

年1回の検診を必ず受けましょう。また、無料クーポン券の有効期限は2月末です。ぜひ受診しましょう。

〈大腸がんの原因と予防〉

発症の危険を高める食生活・生活習慣	発症を予防する食生活・生活習慣
アルコールの摂りすぎ	運動習慣
肥満(内臓脂肪)	野菜を食べる(食物繊維を増やす)
肉の摂取が多い	

救急医療当番医

月日	医療機関名	住所	電話
1月19日(日)	佐藤内科小児科医院	弥生町4-2	35-4155
1月26日(日)	まつもと整形外科クリニック	中央2丁目33	33-5413

*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。