



10月20日・21日

ジャポニスム2018 in パリ



## 今号の主な内容

- ・地域おこし協力隊レポート.....5
- ・相談窓口紹介ネットワーク...6-7
- ・除排雪業者一覧表.....8-11
- ・行政連絡バス冬期運行時刻表.....20
- ・年末年始の施設休館案内.....24



# 平成30年度 五所川原市 市褒賞・文化褒賞

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(成田和美会長)に諮問し決定した平成30年度五所川原市市褒賞の受賞者をお知らせします。

## 市褒賞 ひら やま まさ とし 平山 誠敏氏(新町)

青森県議会議員や五所川原市長等を歴任し、多年にわたり地域住民の福祉の向上や各産業の振興等地域社会の発展に大きく貢献し、地方自治の伸展に尽くされた。

\*平成30年8月14日 ご逝去



文化褒賞 受賞者なし

## 平成30年度五所川原市職員採用試験(管理栄養士)

職 種	受 験 資 格	採用予定人員
管理栄養士	平成元年4月2日以降に生まれ、大学を卒業もしくは大学院を修了した方または平成31年3月までに大学を卒業見込みもしくは大学院を修了見込みの方で、管理栄養士の免許を有する方または平成31年6月30日までに取得見込みの方	1名程度

### 第一次試験

試験日…平成31年1月13日(日)

場 所…五所川原市役所

試験種目…教養試験/適性検査/専門試験

### 第二次試験

試験日…平成31年2月10日(日)(予定)

場 所…五所川原市役所

試験種目…作文試験/面接試験

受付期間…12月21日(金)まで

試験案内および受験申込書 人事課および金木・市浦総合支所庶務係で配布(平日8:30~17:15)します。また、市ホームページからのダウンロードもできます。

試験に関する問い合わせ・申込先

人事課 内線2152

## 地域でつくる福祉政策「五所川原の福祉を考える座談会」を開催します

市民の皆さんのお住まいの地域で抱える子育てや介護など地域で抱える課題や将来の福祉を話し合うワークショップ「五所川原の福祉を考える座談会」を開催します。

皆さんの意見を反映させ、五所川原市地域福祉計画を策定します。どの会場でも参加いただけますので、ぜひご参加ください。

### 座談会のテーマ

「安心して暮らせる地域に必要なことは」

参加者等条件 18歳以上の方で各会場20人程度

### 実施日時等

第1回 日時…12月12日(水) 18:30~20:00

場所…五所川原市役所

第2回 日時…12月15日(土) 13:30~15:00

場所…市浦コミュニティセンター

第3回 日時…12月16日(日) 13:30~15:00

場所…金木公民館

申込方法…12月10日(月)までに参加申込書に必要事項を記載して提出またはFAX、メールにてお申し込みください。また電話で必要事項をお伝えいただいても申込みできます。

参加申込書は市ホームページからダウンロードできます。

必要事項…会場/住所/名前(ふりがな)/年齢/電話番号等連絡先

\*参加者が多い場合は抽選になります。

問…保護福祉課 内線2412/FAX 35-2120

電子メール hogo@city.goshogawara.lg.jp

# 市内バス路線「藻川線」の再編および「金木線」の廃止について

市では、持続可能で効率的な公共交通の提供を目指すために、市域全体のバス路線の見直しを進めています。その一環として、近年続く路線バスの利用者の減少および維持費用の増大、さらにはバス運転手の不足等の理由により、11月30日(金)をもって、下記のとおりバス路線「藻川線」を再編するとともに「金木線」を廃止することとなりました。

なお、12月1日(土)からの藻川線（高瀬・若葉経由）の発着時刻および運賃等については、弘南バス(株)までお問い合わせください。

	再編前（11月30日まで）			再編後（12月1日から）		
	路線名	運行本数		路線名	運行本数	主な停留所
1	藻川線（高瀬経由）	往路3本 復路4本	→	藻川（高瀬・若葉経由）	往路3本 復路4本	弘南バス(株)五所川原営業所－五所川原駅前－つがる総合病院－末広町－若葉2丁目－若葉1丁目－県営住宅前－五所川原小学校前－田川－高瀬－鶴ヶ岡－下藻川
	藻川線（種井経由）	往路3本 復路3本				
2	金木線	往路3本 復路5本 (土日祝運休)	→			廃止

## 【路線図】

### <藻川線>



### <金木線>



問…弘南バス(株)乗合部 0172-32-2241 / 都市計画課 内線2634

## 12月3日～9日は障害者週間です

問 家庭福祉課 内線2482

「障害者週間」は、障がいのある方の福祉について国民に関心と理解を深めるとともに、障がいのある方が社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に参加することを促進する目的に定められています。

障がいの有無によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら共生する社会の実現に向け、みんなで考えてみませんか。

### 障がいを理由とした差別の解消に努めましょう

平成28年4月に障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律（障害者差別解消法）が施行してから2年半経過しています。この法律では、障害を理由とする「不当な差別的取り扱いの禁止」と障がいのある方に対する「合理的配慮の提供」が定められています。

- ▷「不当な差別的取り扱い」とは障害を理由として、サービスの提供や入店を拒否したり制限すること等
- ▷「合理的配慮」とは障がいのある方やその家族から配

慮を求められた場合に、負担になりすぎない範囲で次のような合理的配慮を行うこと

- (例) 車いすの方が乗り物に乗るときに手助けをする / 聴覚障がいのある方と筆談でコミュニケーションを取る等

合理的配慮の提供については、行政機関等は法的義務、民間事業者については努力義務となっています。  
ヘルプマーク・ヘルプカード

ヘルプマークは、外見では障がいがあると分からなくても援助や配慮が必要な方が身につけることで、周囲に配慮等が必要であることを知らせるマークです。

ヘルプカードは、障がいなどのある方が困った時に、周囲の方に配慮や手助けをお願いしやすくするための情報を伝えるためのカードです。どちらも市に申請することで入手できますので、必要な方は家庭福祉課または各総合支所総合窓口係で申請してください。





## 津軽鉄道Instagramフォトコンテストの結果発表

9月1日(土)から10月31日(水)まで「第3回津軽鉄道Instagramフォトコンテスト」を開催しました。テーマは「あなたが伝えたい津鉄の魅力」。

津軽鉄道の魅力が感じられる作品を多数ご応募いただきました。ご応募いただいた皆さん、ありがとうございました。

津鉄ア・モーレによる厳正な審査を経て決定した入賞作品を皆さんへご紹介します。



【夕日と走れメロス号】



【冬を前に～紅葉のトンネル】



【雨に濡れて】

### 『乗って応援!! みんなの津軽鉄道』実施中

年間目標利用者数30万人を目指して、皆さんで乗って支えていきましょう。

乗って応援!! みんなの津軽鉄道	
平成30年度目標乗車人数	300,000人
平成30年9月までの乗車人数	96,033人
<b>速報!! 平成30年10月の乗車人数</b>	<b>14,822人</b>
目標達成まであと...	189,145人

問…津軽鉄道活性化協議会事務局  
(都市計画課 内線2635)

# おらほの自慢



## 五所川原地域ブランド 第32回

### H30年度認定 豆腐いかメンチ

豆腐と野菜がたっぷり入ったヘルシーなイカメンチを、ご家庭でも味わえる一品です。

にんにくの風味が食欲を刺激して、どんどんご飯が進みます。

— 参考価格 —  
10個入り・真空冷凍パック  
918円(税込)



↑盛り付け例

↑調理前

取扱店：福豆腐店 TEL34-2777

★商品については

福豆腐店 TEL34-2777

★五所川原地域ブランドについては

観光物産課 TEL35-2111 内線2579



地域の皆さんと共に移住・交流施策の推進やまちの魅力の掘り起こし、情報発信等に取り組む「地域おこし協力隊」の活動状況をご紹介します。

▷私たちが地域おこし協力隊です。



山下 貴 隊員 高瀬 祥彰 隊員

## 活動報告

### 【築140年の古民家で、地域の未来について話し合いました】



かなぎ元気村の古民家で行われた、関係人口に関するミーティングにご一緒させていただきました。県地域活力振興課の方々や、地銀関係者の方々、そしてスペシャルゲストである、雑誌「ソトコト」編集長の指出さんと、いろりを囲んでの真剣な話し合い。五所川原市をもっと魅力的な地域にするには、人を呼び込むには、どうしたらよいか意見を交わしました。

この「ソトコト」は、地域や社会、環境をより良くするための取り組みやアイデアを紹介しているソーシャル&エコマガジンで、その編集長である指出さんは、関係人口を語る上では欠かせない、第一人者なのです。そんな方と直接お話しできる機会なんて、めったにありません。地域に人を呼び込むために必要な考え方やコンセプトづくり、言葉の選び方など、本当に勉強になることばかりでした。

話し合い後の歓談では、さらに議論が白熱。かなぎ元気倶楽部さん自慢のお弁当をいただきながら、楽しくも刺激的なひとときを過ごしました。

人口減少対策や移住者増加の取り組みというと、何かと地域外の人へ向けた取り組みが目立つ印象があります。ですが、実は地域の中の人にとって良い取り組みが、外から人が来ることにつながるのだと、改めて実感しました。

### 【津鉄ア・モーレサイクリングマップが完成しました】



津軽鉄道を盛り上げるための特命チーム「津鉄ア・モーレ」が作成していたサイクリングマップが、ついに完成。さっそくマップに沿って走ってみました。

どのコースも五所川原市や中泊町の自然や食等、良いところを満喫できる内容で、取材していても楽しかったです。途中の休憩場所も、地元ならではの感じで、ローカルサイクリングの良さを味わえます。ア・モーレの皆さんはおそろいのチームジャージを着ていたのですが、やっぱりユニフォームがそろおうと良いですね。インスタ映えしそうです笑

マップに記載されているコースは全5コース。距離や所要時間などを配慮して「中級者向け」等の目安が記載され、自分の体力に合わせたコースを選べるのが特徴です。

私自身、五所川原に来てから何度かロードバイクに乗っていましたが、最初は怖かったものの、乗り出すと案外楽しくなってきました。慣れてくると、自分の力でこれだけ快適に走ることができる、という不思議な爽快感が。さらにいえば、歩きや普段乗っている自転車よりも移動できる範囲が広がり、車よりも街や自然の細かいところが目が行くため、街歩きの手段として最適なのは、と思っています。

実際に乗っている様子は、Facebookで公開していますので、ぜひご覧ください。

### ▷ごしょぐらしFacebook・五所川原市地域おこし協力隊SNS

地域おこし協力隊の活動やイベント情報を「ごしょぐらしFacebook」や五所川原市地域おこし協力隊の「Twitter」「Instagram」「YouTube」で見ることができます。隊員目線で五所川原の楽しい情報を発信していきますので、ぜひご覧ください。

### ▷地域のイベントや面白い取り組み情報募集中

地域のお祭りやイベント、面白い取り組みの情報を募集しています。自薦他薦、規模の大小は問いません。隊員が伺って、取材や情報発信を行いますので、お気軽にご連絡ください。

			
ごしょぐらし Facebook QRコード	Twitter QRコード	Instagram QRコード	YouTube QRコード

今後も活動へのご理解とご協力を  
よろしくお願ひします。

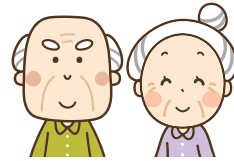


# 五所川原市相談窓口紹介ネットワーク

市では、高齢者等が地域で安心して暮らすことができるよう、生活における悩みごとの解消や様々なトラブルの未然防止に向け、地域の見守りに取り組んでいる団体等を通じて消費生活相談窓口をはじめとする各種相談窓口を紹介しています。

**構成団体**（2018年10月1日現在）

五所川原市民生委員児童委員連絡協議会、社会福祉法人五所川原市社会福祉協議会



「私には詐欺の電話やメールは来ないから、大丈夫」「私はだまされないから、大丈夫」などと油断せずに、今一度、詐欺の手口や不適切な勧誘などの事例を学んで、皆さんの大切な財産を守りましょう。

## 還付金詐欺の手口

市役所職員などを名乗って電話をかけてきて、払いすぎた医療費や税金の還付があるなどと言って、ATM（現金自動預け払い機）に誘導し、言葉巧みにATMを操作させ、預金を送金させる。

## 融資保証金詐欺の手口

実際には融資をしないのに、低金利、即日、無担保で融資するなどの甘い言葉を使い、融資申込者に信用調査料や保証金などの名目で現金を請求する。

## サクラサイト詐欺の手口

出会い系サイト等に雇われたサクラが、芸能人や出会いを求めている異性等を装ってメールを送り付け、親密さを演出してメールのやりとりを続けさせた後に、サクラが「今まで会社の携帯でメールしていたが、急に会社に携帯を返却しなければならなくなった。ブログに招待する。ブログで話そう」などと出会い系サイト等に誘導して会員登録させる。その後、サクラが「相談に乗ってくれた謝礼を払いたい。連絡先を交換しよう」などともちかけ、サイトが「連絡先交換を行うと文字化けする。連絡先交換には会員ランクアップが必要」などと指示し、高額なサイト利用料金を支払わせる。

## 架空請求詐欺の手口

全国的に著名な会社名などを名乗って「未納料金がある。今すぐ連絡しなければ法的手続きをとる」などという内容のメールやハガキ等を送りつけて電話させ、個人情報聞き出した上「コンビニで電子マネーを購入し、その番号を教えろ」「電子ギフト券を購入し、その写真を撮影してメールで送れ」などと指示してくる。その指示に従ってしまうと、相手はすぐに電子マネーや電子ギフト券を使ってしまう。

## その他の詐欺、不適切な勧誘などの事例

- ▷インターネットを利用中、突然、画面に「登録完了」「誤って登録になった人はコチラ」と出たので、連絡したら高額料金を請求された。
- ▷自宅に「電話やネットの料金が安くなる」と勧誘電話がかかってきた。相手が、大手電話会社と関係があるようなことを話したので信用して契約したら、後日、大手電話会社とは全く無関係の会社とわかり、解約したい。
- ▷自宅に、注文した覚えのない商品が届いたがいらぬ。
- ▷自宅に「古着を買い取りたい」と電話がかかってきたので、業者に来てもらったら「貴金属はないのか」と言われた。

**あやしいな？ おかしいな？と感じたら一人で悩まず、すぐ相談！**

**五所川原市消費生活センター 相談専用電話 TEL33-1626**

場所…一ツ谷503番地5 市民学習情報センター内

受付時間…月曜～金曜日 8:30～17:15（祝日および年末年始を除く）



## 法律相談は弁護士会へ

青森県弁護士会所属の地元の弁護士事務所での相談が迅速に受けられます。

受付時間／平日午前9時から午後5時

相談料／30分 5,000円（税別）

※但し法テラスの扶助が利用できる場合無料

相談方法

- ① 悩みがある…
- ② 0172-33-7834へ電話
- ③ 午前中に電話→当日15時～17時相談可能
- ④ ③以外の場合→弁護士を紹介します！

当日相談もできます

お申込・お問合せは：青森県弁護士会 弘前支部まで（TEL.0172-33-7834）

◎広報有料広告

# 五所川原市 相談窓口紹介ネットワーク 連絡先

相談の種類	相談の内容	相談窓口	電話番号・受付時間
消費生活相談	商品・サービスの提供や契約に関する苦情相談、および多重債務に関する相談	消費者ホットライン	局番なし 188（いやや） 月～金 9:00～17:30 土・日・祝 10:00～16:00 （年末年始を除く）
		五所川原市消費生活センター	TEL33-1626 月～金 8:30～17:15 （祝日・年末年始を除く）
	借金（多重債務）などに関する相談	消費者信用生活協同組合	TEL0120-102-143 月～金 第2・4土曜日 9:00～17:00（祝日を除く）
家庭相談	家庭相談全般に関すること	五所川原市家庭福祉課	TEL35-2111（内線2491） 月～金 8:30～17:15 （祝日・年末年始を除く）
健康づくり相談	心身の健康に関する一般的な相談	五所川原市健康推進課	TEL35-2111（内線2385） 〈要予約〉月～金 8:30～17:15 （祝日・年末年始を除く）
介護相談	高齢者の介護・健康・財産管理・虐待に関する総合的な相談	五所川原市地域包括支援センター	TEL35-2111（内線2462） 月～金 8:30～17:15 （祝日・年末年始を除く）
生活一般相談	日常生活のあらゆる心配ごと	五所川原市社会福祉協議会	TEL39-1212 24時間
交通事故相談	交通事故被害者等の損害賠償の算定、請求、示談の方法、更生問題等の相談	交通事故相談所	TEL017-734-9235 月～金 9:00～16:00 （祝日・年末年始を除く）

## 五所川原市消費生活センターからのお知らせ ～その話、本当に大丈夫？～

### マルチ商法 編

#### 【事例】

友人から「食事に行こう」と誘われた。食事が終わったころ、突然、友人が「ビジネスチャンスがある」「絶対に儲かるビジネス」と言い出した。どうやら、そのビジネスは、業者から1口数十万円の家庭用の治療器のようなものを購入してオーナーになり、その業者が他人に治療器を貸し出すことで、その賃料の一部が支払われるというビジネスのようだ。

また、友人から「このビジネスを他の人に紹介すると、ボーナスがもらえる」と言われた。突然、マルチ商法のような話をされ、戸惑いながらも一度断ったが、しつこい勧誘を受け、断り切れず、銀行から商品代金を下ろして、友人にそのお金を渡した。

#### 【消費生活センターからの助言】

- ▷事例のようなマルチ商法のビジネスは、特定商取引法の「連鎖販売取引」に該当すると思われます。連鎖販売取引に該当した場合、法定書面を受け取ってから20日以内であればクーリングオフができます。
- ▷友人や親しい人からの紹介や勧誘は断りにくいものですが、断る勇気も必要です。

▷事例のようなケースでは、入会して商品を購入した人が実際に商品の引渡しを受けないこともあり、一般の人が、業者の商品貸し出し事業は本当に実態があるのかなど、業者の事業実態を確認することは困難であることが少なくないと思われます。

また、最近のマルチ商法では、何を購入するのか、何の取引なのかのかわかりにくく、内容を理解しないまま入会しているケースも見受けられます。業者の事業実態を確認できないのであれば、入会や契約をしないようにしましょう。

▷業者が経営破綻するリスクを十分理解しましょう。平成29年度に起きた家庭用磁気治療器の連鎖販売業者（および預託等取引業者）であるジャパンライフ株式会社の破綻は記憶に新しいところです。県内でも大きな被害が発生しました（参考：平成29年12月15日付け消費者庁News Release など）。

- ▷「絶対に儲かる」などの甘い言葉には注意しましょう。
- ▷困ったとき、不審に思ったときは、五所川原市消費生活センター（TEL33-1626）にご相談ください。

五所川原市を応援します!!



# 除排雪委託業者名と雪置き場をお知らせします

除排雪の出動については、道路パトロールや降雪量、降雪予報をもとに除排雪対策本部が委託業者へ出動の指示を出すことになっています。

## 五所川原地区

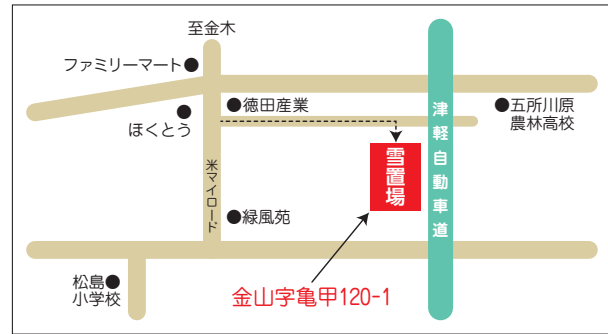
### ●除排雪委託業者一覧

業者番号	業者名	電話番号
1	(有)伊藤組 (飯 詰)	39-7030
2	(株)梅沢工業 (中 泉)	28-3256
3	(株)寺栄建設 (唐笠柳)	34-4756
4	(株)金谷組 (高 野)	29-2349
5	(有)ことぶき造園 (野 里)	29-3247
6	(有)櫻井建材 (長 富)	36-3719
7	(株)外崎配管設備 (烏 森)	35-9816
8	笠井建設 (松島町)	35-5757
9	(有)白戸土建 (七ッ館)	28-2840
10	(株)坂本光組 (飯 詰)	37-2301
11	(株)坂本興業 (飯 詰)	37-3341
12	(株)小田桐建設 (広 田)	35-2684
13	(有)小野水道工業所 (一野坪)	35-7215
14	(有)五所川原総業 (小 曲)	34-6241
15	(株)和島組 (飯 詰)	37-2111
16	(株)小枝設備工業 (姥 蒔)	34-8230
17	(株)丸清起業 (豊 成)	29-3777
18	(有)三和園芸土木 (七ッ館)	28-2846
19	(株)津軽サンロード (七ッ館)	27-3901
20	(有)須藤工業 (広 田)	26-6224
21	(株)青北産業 (金 木)	54-1037
22	西北土木(株) (七ッ館)	35-0768

業者番号	業者名	電話番号
23	(有)東北開発工業 (稲 実)	26-7577
24	(株)平成産業 (梅 田)	27-1020
25	(株)平川工務店 (金 木)	52-5730
26	(有)のづい興業 (吹 畑)	35-3483
27	(有)春建工業 (水野尾)	33-9115
28	石岡サービス (唐笠柳)	34-7443
29	(有)高橋技建 (金 山)	35-4350
30	(有)日繁工業 (金 木)	52-2421
31	(株)雄飛 (浅 井)	23-5860

### 雪置き場

通行区間は最徐行、搬入は9:00~16:00  
12月下旬~2月下旬を予定



### ●地区別業者一覧 (下表に掲載されていない幹線道路等は、直営車両(市役所)で除雪を行います)

地区	主な区域および経由地等	担当業者番号
全域の幹線	こめ米ロード(悪戸橋付近~国道339号交差点)、第四中学校の通り(沖飯詰国道339号交差点~四中前~藤兵衛橋~県道五所川原・金木線との交差点)、飯詰交差点、若山幹線(経営コンサルタントなるみ交差点~飯詰十文字バス停~興隆橋~若山バス停~若山分館~松野木長尾商店交差点)、玉清水牧場(スキー場まで)、県立少年自然の家(少年自然の家入り口交差点から)、第四中学校	10
若葉	若葉(バス通りを除く)、新宮岡田(五所川原側の県営新宮団地そば住宅地)、五所川原小学校、長橋広野の一部(県営新宮団地通路、市浄化センター周辺)	7
松島町	松島町1丁目~3丁目、松島会館	3
	松島町4丁目~8丁目、松島町医師住宅、第一中学校、中央小学校	8
みどり町	みどり町(1・2・3・4・7・8丁目)、第三中学校	12
	みどり町6丁目、やなぎぬま公園~広田神明宮向かいのバス通り、みどり町8丁目の一部(バス通りから1本北側の道路)	9
小曲	小曲、農村婦人の家	14
	新宮町、新宮、芭蕉、蘇鉄(JR線路より北側)、新宮集会所	10
	雑田、下平井町、旧十川団地(国道339号と津鉄の線路、プラザマリユウ・エルム通りと十川橋交差点~十川駅そば踏切に囲まれる地域)	7
	くるみ園、オルテンシア、浄化センター	22
	幾世森、下平井町の一部(国道339号沿い北側で、第2さつき保育園より旧十川までの区域)、末広町の一部(聖心幼稚園付近と県道より土手側)、雑田(さつき町)、しぎしまコミュニティセンター、市中心部の狭隘路線	7
市中心部①	蓮沼、不魚住、元町(野球場~第一高校交差点の通り沿いで土手側の地域、南小学校そば警察官舎向かい側2本の道路~コーポミナミ角~富士見市営住宅~市民体育館裏~市営住宅13号棟南側)、田町(サンルートパティオ横から南小学校まで、小山内バッテリー社の裏通り)、栄町(トヨタ自動車横から裏の通り)、南小学校、体育館、図書館、歴史民俗資料館、柳町、新町の一部(新町集会所横の一方通行)、岩木町	21

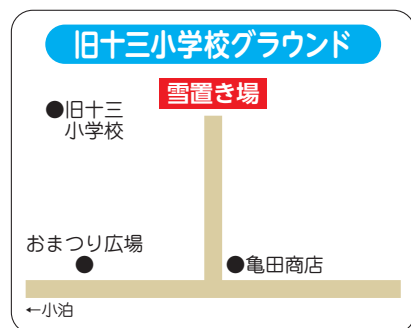
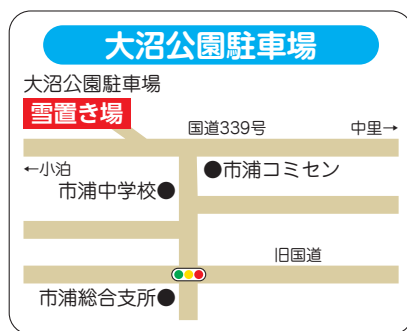
地区	主な区域および経由地等	担当業者番号
	寺町、錦町、幾島町、柏原町の一部(新潟有料駐車場の通り)、中平井町の一部(五所川原高校前通り)、上平井町の一部(五所川原高校向かい山口水道横の通り)	29
市中心部②	鎌谷町・一ツ谷の一部(鎌谷町・東北電力変電所前の市道北側で津鉄線路とプラザマリユウ・エルム通りに囲まれる区域)、市民学習情報センター、鎌谷町コミュニティ防災センター	10
	長橋橋元(アベニュー橋元)、職安横JR線路沿い、旭町、上平井町の一部(NTT裏通り)、雑田の一部(理容ナカヤ正面と裏手の一方通行)、中央コミュニティセンター	7
	烏森・吹畑藤巻の一部(バスター~神明宮~(株)青和設計そば交差点までの通り沿いで旧十川までの区域)、中央1・4・5丁目の一部(2車線道路のエルム側)	20
	中央6丁目一部(ホンダオートテラス南側道路までの旧十川側区域)	21
	鎌谷町・一ツ谷の一部(プラザマリユウ・エルム通りより東側)、一ツ谷橋	19
	中央1・2・3・5・6丁目、烏森(東西がプラザマリユウ・エルム通りとJR線路に挟まれる地域で、北側は東北電力変電所前の市道から南側がホンダセンターナリコー裏通りまで)	17
	湊千鳥の一部(市営千鳥団地周辺、ファミリーマート周辺)、青森総合警備保障(株)周辺	17
	湊千鳥の一部(湊大橋側道北側、北五建設会館の通り)	21
	姥蒔桜木・湊船越の一部(森羽紙業の通り~栄橋~猫淵、三ツ谷、大巻踏切通り、姥蒔高架橋(花菖蒲橋)横)	5
	稲実米崎、姥蒔船橋(県道松野木姥蒔線を挟んで北側、ホテル赤い靴の裏など)、栄小学校	21
	姥蒔船橋の一部(はるにれ住宅団地、ニュータウンエルム、栄小学校前丁字路交差点までの道路)、サンビレッジ五所川原、つがる克雪ドーム	9
栄	稲実(稲実バス停周辺)、開野(稲実集会所横を入った住宅地と周辺)	23
	姥蒔船橋(国道101号みどり橋そば付近住宅地)、広田柳沼の一部(コインランドリー24広田店から入る住宅地、トヨペット(株)五所川原店横~中央水産~(有)一心工業横、スーパーマエダを囲む住宅地と(株)角弘広田ガソリンスタンド横までの通り)、雇用促進住宅	24
	広田藤浦・下り松、七ッ館鶴ヶ沼(梅田橋~三輪小の通りから市内方向の国道と十川間の区域)、広田橋南側~梅田の通り(広田橋の南側~専念寺~梅田保育園)	12
	七ッ館虫流・鶴ヶ沼・柏枝(国道101号三輪小そばの交差点から学校前の通り、その交差点より青森方面)、三輪小学校	9
	稲実米崎・稲葉、広田榊森・七ッ館虫流(光ヶ丘団地・広平ニュータウン・七ッ館虫流、光ヶ丘ニュータウン・ひがし光ヶ丘ニュータウン・みなみ広田団地)	18
梅沢	梅田、中泉、梅沢コミュニティセンター、集落排水処理施設	2
	広田橋南側~梅田の通り(広田橋の南側~専念寺~梅田保育園)	12
	梅田福浦の一部(国道101号沿い(株)NCアパレルとなり南みつわ団地)	9
七和	高野、前田野目長峰・村中・川崎・桜ヶ峰、持子沢、県道~あかね荘まで	4
	持子沢、羽野木沢、前田野目野藪、犬走の一部(前田野目バス停周辺)	4
	俵元、豊成(東日流農産から入る道路)、俵元加工センター	17
	原子、羽野木沢、持子沢笠野前の一部(第二中学校周辺、持子沢コミュニティ消防センターより南側)、コミュニティセンター七和、原子集会所、第二中学校	5
長橋	戸沢・石田坂(金山大溜池の東側~戸沢分館周辺~石田坂分館周辺)、若山の一部(若山バス停前~松野木交差点への幹線東側)	13
	平町、松野木花笠(松野木会館西側の通り、上松野木バス停向かい大山祇神社通り、地名が「字有俵」に隣接する通り)	13
	浅井の一部(民宿どんどん前の通り、浅井分館前)	9
	境山、浅井~野里(農協野菜出荷施設裏通り~ローソン五所川原野里店横~野里集会所~高橋商店角~野里不燃物埋立地)	5
	野里奥野、持ノ沢溜池の西側、野里野岸、福山広富、福山広富~神山野岸への通り(旧(株)樽引工業所第2資材置き場前~福山コミュニティ消防センター~美秀園横)、野里牧原の一部(赤帽横から西方向の道路)、神山野岸、神山鶴野(コミュニティセンター長橋となり神社横~育苗センター通り)、コミュニティセンター一長橋、農産物加工センター、ふれあいハウスつつじが丘、神山(神社横の通りを除く)、野里の一部(長橋溜池向かい~ことぶき造園十字路~野里集会所、国道101号沿い乳井商店横)、豊成、東峰小学校	5
飯詰	飯詰・下岩崎の一部(県道五所川原・金木線の東側、いずみ小学校周辺)、コミュニティセンター飯詰、いずみ小学校、飯詰浄水場	11
	飯詰・下岩崎の一部(県道五所川原・金木線の西側)	15
	興隆(坂ノ上集会所~朝日沢田バス停そば交差点~おけさ沼方面)	13

※地区別業者一覧は次ページへ続きます

地区	主な区域および経路地等	担当業者番号
松島	一野坪（石畑、中村、前菟などの五農高前駅から北西方面）、漆川の一部（馬性）、学校給食センター	13
	東芝前バス通り、漆川浅井（松島町5丁目市営住宅向かいの地域）	8
	石岡藤巻、エルムECOタウン、米田、唐笠柳の一部（つがる克雪ドーム東側・南側通り、村崎、寺田精米所通り、二本柳バス停付近）、鳥森の一部（旧十川から東側）、イトーヨーカドー付近（国合同庁舎角から東西、南北方向への道路）	26
	漆川鍋懸、太刀打早藤（国道339号より南側）、漆川工業団地（富士電機津軽セミコンダクタ周辺）	28
	漆川浅井	3
	吹畑藤巻（西北地域県民局地域農林水産部農村整備五所川原庁舎と東芝駐車場周辺）、漆川浅井（松島5丁目市営住宅東側の地域）、漆川袖掛（株三和電工向かい側）	8
	唐笠柳藤巻（藤巻温泉ニュータウン、エルムニュータウン、唐笠柳ニュータウン）、唐笠柳村崎（八晃園となり住宅地）、唐笠柳～水野尾（五所川原ガスそば交差点～太田酒店～末広口バス停）	23
	水野尾～富栴～松野木福泉（水野尾バス停向かい～富栴橋～福岡西口バス停～福岡東口屯所通り）	25
	太刀打常盤・麻ノ葉・柳川（桃崎バス停と高杉建設の周辺）、一野坪馬繋場の一部（旧一野坪小学校向かい～一野坪ニュータウン）	7
	水野尾懸樋（アトリエエ光付近）、水野尾宮井（水野尾バス通り、コミュニティ消防センター～三屋口バス停そば交差点の西側）	27
米田（八ッ橋、北側）金山、川代田、悪戸橋～コミュニティセンター松島～ふれあいハウスかいどう～葬斎苑～若山バス停までの幹線	16	
毘沙門	毘沙門・長富、毘沙門～共栄間（大泊溜池の北側と南側の通り）、毘沙門・長富コミュニティセンター、旧毘沙門小学校、農業センター	31
三好	藻川（藻川地区集落排水センターそばから南東へ延びる藻川幹線）、藻川コミュニティ消防センター	30
	鶴ヶ岡鎌田・川袋、高瀬、中央クリーンセンター、三好小学校、コミュニティセンター三好、高瀬集会所駐車場	6
	川山、コミュニティセンター中川	4
三好中川の一部	種井、鶴ヶ岡福田（勝川橋そば地藏堂より北側）、新津軽大橋～浄化センター手前までの道路、種井橋通り	28
中川	桜田鴻ノ巣（国道339号より西側）、沖飯詰帯刀と男鹿の一部（旧沖飯詰小学校の裏手を囲む道路と、稲荷神社前と田口板金付近）	21
	田川、田川集会所	6
狹隘路線	湊（湊大橋側道から西側、能率タクシーから旧平山家付近）、栄町（体育館裏）、弥生町（鈴木耳鼻科付近～商会館） *狹隘路線とは、目安として幅員が3m以下の小型除雪機械による除雪を行う道路です。	1

## 市浦地区

- 除排雪は、直営車両が行います（市浦総合支所産業建設係 内線4043）。
- 雪置き場



## 金木地区

- 下記地区の除排雪は、直営車両が行います（金木総合支所産業建設係 内線3209）。
- ・金木地区、喜良市岩見町、野崎、坂本（更生地区）
- その他の地区の除排雪は下記の業者が行います。
- ・除排雪委託業者一覧

地域の区分	業者名	電話番号
川倉地区	泉谷建設	52-2104
藤枝地区	株青北産業	54-1037
沢部・葺田・神原地区 広域農道・一部金木含む	有前進工業	53-2976
喜良市地区	有前田建材	52-5747
嘉瀬1号地区	株須崎建設	52-4054
嘉瀬2号地区	株平川工務店	27-3633
嘉瀬3号地区	株荒井興業	26-6742

- 雪置き場は、藤枝溜池をご利用ください。

## 市の除排雪作業にご協力をお願いします

効率的な雪対策に取り組むためには、市民の皆さん、市、委託業者の3者が協調することが重要となります。深夜作業の騒音等にご理解ください

除排雪作業は、交通渋滞を引き起こさないために、交通量の少ない夜間や早朝に行われます。

除雪は、通勤・通学のラッシュ前に完了するよう短時間で一斉に行っています。限られた時間の中で玄関や車庫前などに寄せられた雪を処理することは、現在の機械の能力からすると大変困難です。

家の前に残された雪については、市民の皆さんのご協力による除雪が必要ですので道路脇に積み上げてくださるよう、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

除雪した後の路面は大変滑りやすくなっています。足元には十分ご注意ください。

除雪した後の路面は大変滑りやすくなっています。足元には十分ご注意ください。

除雪した後の路面は大変滑りやすくなっています。足元には十分ご注意ください。

## ルールとマナーを守りましょう

道路に雪を捨てないでください。除雪車で寄せた雪を道路に押し出したり、各家庭の雪を道路に押し出したりしないでください。

万が一、火災や事故が発生した場合に緊急車両の妨げになるなど、大きな支障をきたすことになります。

ごみ出しはルールを守りましょう。無秩序なゴミ出しは、路上散乱など周辺の迷惑になります。

無秩序なゴミ出しは、路上散乱など周辺の迷惑になります。

## 車道や歩道の雪で困ったときは

- ▷市道に関するお問い合わせ先
  - 五所川原地区 除排雪対策本部 TEL33-6203（毎年変更となる場合があります）
  - 金木地区 金木総合支所産業建設係 TEL35-2111 内線3209（夜間・休日内線3116）
  - 金木除雪センター TEL53-3877
  - 市浦地区 市浦総合支所産業建設係 TEL35-2111 内線4043（夜間内線4035）
- ▷国道・県道に関するお問い合わせ先 西北地域県民局地域整備部道路施設課 TEL34-2111(代)

〈嘉瀬地区の区分〉



## 作業中の除雪車には近寄らないでください

除雪車は、前後10m位が死角になります。また、雪の中に混じった石・ガラスなどが飛ぶ恐れもありますので、30m以内には近寄らないようお願いします。

## 路上駐車はやめましょう

路上の駐停車は、除雪の妨げになると同時に大変危険です。また、たった1台の駐停車両でも除雪車が入られなくなってしまい、迷惑となることもあります。

故障などでやむを得ず路上に置く場合は、目印に赤い旗などを立ててわかるようにしてください。

## 物損事故を防止しましょう

雪により見えなくなる塀や生け垣等には、あらかじめ赤い旗などの目印を立ててください。

また、道路上に伸びた枝については、除雪の支障とならないよう、枝切りをお願いします。除雪車が激突し、事故発生の原因となります。

なお、破損しても補償はいたしません。

## 屋根雪の対策をしましょう

道路に面した屋根雪の落雪は、交通の遮断や人命に関わる場合があります。落雪防止の措置をしてください。雪下ろしの際には歩行者等に十分に注意し、危険のないようお願いします。

## 雪片付けの注意

最近、雪片付けの際、近所住民間のトラブルがあるようです。他の方の迷惑にならないように、十分注意をお願いします。





## 平成31年度競争入札参加資格審査申請について

管財課 内線2176

市が行う建設工事、業務委託および物品購入等の競争入札参加資格の審査を希望する方は、次により申請書を提出してください。

\* 随意契約（見積合せ）による場合も本審査を受けていなければ、原則として契約の相手方となることはできません。

\* 本審査により工事発注、物品購入等を保証するものではありません。

**提出期間**…平成31年2月1日(金)～平成31年2月28日(木)（2月28日必着）

**提出時間**…9:00～12:00および13:00～16:00（閉庁日を除く）

**提出場所**…**建設工事、測量・建設コンサルタント等**：市役所2階 相談室2C  
**物品等（役務提供の業務委託を含む）**：市役所2階 管財課

**提出書類**…提出書類および資格要件等は、下記(1)～(4)を熟覧してください（各種申請書・添付書類の市様式については市ホームページに掲載します。ダウンロードできない方は管財課までお越しください）。

\* 提出書類のうち各証明書は、申請書提出日以前の3カ月以内に交付を受けたものに限り（鮮明なものであれば、その写しで構いません）。

**提出方法**…市内の方はなるべく持参してください。

市外の方は郵送でも受付しますが、受領書等を返送しますので申請区分毎に返信用封筒（定形・返送先記載・切手貼付済のもの）を必ず同封してください（はがき不可）。

**結果通知**…資格を有しないと認められる（有資格者名簿に登録しない）場合は、申請者に通知します。資格を有する方については市ホームページへ掲載します。

**本審査による資格の有効期間**

**建設工事**…**市内業者** 平成31年度

**市外業者** 平成31年度（平成31年度新たに審査を希望される方が対象）

\* 平成30年度有資格者は、今回の申請は不要です。

**測量・建設コンサルタント等**…**市内業者** 平成31年度 **市外業者** 平成31年度および平成32年度

**物品等**…**市内・市外業者** 平成31年度および平成32年度

### (1) 建設工事提出書類等

**申請書**…市様式（中央公契連統一様式でも可）

**添付書類**…市様式（記載要件を満たしていれば任意様式でも可）

①最新の経営規模等評価結果通知・総合評定値通知書の写し

i 提出時において期間が有効な通知がなければ資格を有しません（申請時点において、審査基準日が1年7カ月以内のもの）。

ii 社会保険等へ加入を条件とします（加入義務がない場合は除く）。（本通知書の社会保険等（健康保険、厚生年金保険および雇用保険）における加入の有無欄が「有」または「除外」となっていること）

\*「無」の場合は下記のいずれかの書類を提出すること。

・「社会保険等（健康保険、厚生年金保険および雇用保険）の適用を受けないことの届出書」（市様式）

・各保険所管機関へ提出した社会保険等加入の届出書等の写し  
（直近の経営事項審査を受けた後に社会保険等へ加入した場合）

②建設業許可証明書（または通知書、指令書写）

③工事経歴書（直前2事業年度分）

④技術職員名簿

\* 氏名、生年月日または年齢、有資格区分コードまたは資格等の名称を必ず記載してください。市内業者は、技術職員の資格証等の写しを添付してください。

\* 2業種制限はありません。施工に関し有する資格をすべて記載してください。

⑤営業所一覧（本店のみの場合でも必ず添付すること）

⑥登記事項証明書（申請者が法人の場合）または身分証明書（申請者が個人の場合） ⑦印鑑登録証明書

⑧使用印鑑届 ⑨委任状（支店・代理人等に委任する場合のみ添付）

⑩国税の納税証明書（右記(4)を参照） ⑪地方税の納税証明書（右記(4)を参照）

\* 国税および地方税に未納（滞納）税額がある場合は資格を有しません。

**提出時の注意**…申請書、添付書類（番号順）の順になるように並べ、綴りひもまたはペーパーファスナー（金属製でないもの）で綴り、クリアホルダー（A4型、色・柄付き不可）に入れて提出してください。

### (2) 測量・建設コンサルタント等提出書類等

**申請書**…市様式（中央公契連統一様式でも可）

**添付書類**…市様式（記載要件を満たしていれば任意様式でも可）

①登録証明書等の写し

\* 法令により登録が義務付けられている業務は、登録がなければ希望できません。

②測量等実績調書（直前2事業年度分）

③財務諸表類（直前2決算期分）

\* 個人事業主で財務諸表類を作成していない場合は、直前2年分の確定申告書とその添付書類（貸借対照表と損益計算書、または収支内訳書）の写しでも可

④技術者経歴書

\* 業務を担当する技術者がいなければ、申請することはできません。

⑤営業所一覧（本店のみの場合でも必ず添付すること）

⑥登記事項証明書（申請者が法人の場合）または身分証明書（申請者が個人の場合） ⑦印鑑登録証明書

⑧使用印鑑届 ⑨委任状（支店・代理人等に委任する場合のみ添付）

⑩国税の納税証明書（下記(4)を参照） ⑪地方税の納税証明書（下記(4)を参照）

\* 国税および地方税に未納（滞納）税額がある場合は資格を有しません。

**提出時の注意**…申請書、添付書類（番号順）の順になるように並べ、綴りひもまたはペーパーファスナー（金属製でないもの）で綴り、クリアホルダー（A4型、色・柄付き不可）に入れて提出してください。

### (3) 物品等（役務提供の業務委託を含む）提出書類等

**申請書**…市様式 物品等競争入札参加資格審査申請書

**添付書類**

①営業内容書（様式は申請書等様式に含まれています）

\* 物品用と業務委託用があります。両方を希望する場合は、それぞれ作成してください。

②許可・登録証の写し（履行に関し所定の許可・登録が必要な業務等を希望する場合）

\* 従業員の資格証等の写しは添付せず、営業内容書【業務委託】の⑦資格等を有する従業員の調書の欄に記載してください。

③財務諸表類（直前2決算期分）

\* 個人事業主で財務諸表類を作成していない場合は、直前2年分の確定申告書とその添付書類（青色申告決算書または収支内訳書）の写しでも可

④登記事項証明書（申請者が法人の場合）または身分証明書（申請者が個人の場合）

⑤印鑑登録証明書 ⑥使用印鑑届・委任状 ⑦国税の納税証明書（下記(4)を参照）

⑧地方税の納税証明書（下記(4)を参照）

\* 国税および地方税に未納（滞納）税額がある場合は資格を有しません。

**提出時の注意**…クリアホルダー（A4型、色・柄付き不可）に、申請書、添付書類（番号順）の順になるように挟み込んで（ホチキス等で綴じないこと）提出してください。

### (4) 納税証明書関係

**国税の納税証明書（税務署）**

「法人税」または「申告所得税」と「消費税および地方消費税」に未納がないことの証明書です。

申請者が法人の場合 納税証明書「その3の3」

申請者が個人の場合 納税証明書「その3の2」

**地方税の納税証明書（都道府県税事務所・市町村税収納担当課）**

**申請者が法人の場合**

県税（都道府県税）⇒ 直前の事業年度の法人住民税・法人事業税の納税証明書

市税（市町村税）⇒ 直前の事業年度の法人住民税と前年度の固定資産税・都市計画税の納税証明書

\* 東京都23区においては、固定資産税・都市計画税は都税となります。

\* 固定資産を所有していない場合は、その旨を記載した書面を添付してください。

\* 本店所在地の納税証明書を添付してください。支店等所在地のものは不要です。

**申請者が個人の場合**

県税（都道府県税）⇒ 直前の事業年度の個人事業税の納税（未賦課）証明書

市税（市町村税）⇒ 前年度の住民税、固定資産税・都市計画税、国民健康保険税の納税証明書

\* 未納（滞納）がないことの証明書が交付される場合は、それを納税証明書に代えることができます。



## 青森ワッツ ホーム戦勝利を誓う



勝利を誓った門馬主将(左から2人目)

10月15日、プロバスケット・Bリーグ2部青森ワッツの北谷稔行アソシエイトヘッドコーチ、門馬圭二郎主将、青森スポーツクリエイション株式会社の下山保則社長が10月21・22日に当市民体育館で開催された愛媛オレンジバイキングス戦のPRのため、市長を訪問しました。

下山社長は「今シーズンはまだホームで勝っていないので、ぜひ連勝して地域の皆さんや子ども達に喜んでもらいたい」と話しました。

また、門馬主将は「当市での試合開催をいっしょにかけとしてチーム機能を高め連勝するよう頑張ります」と意気込みを話しました。

## ねんりんピック 富山2018ゲートボール交流大会出場



活躍を誓う選手の皆さん

11月3日から高岡スポーツコア（富山県高岡市）で行われたねんりんピック富山2018ゲートボール交流大会に出場した五所川原市ゲートボール協会の高橋京子さん、高橋ゆりさん、村田みささん、森セツイさん、高橋ぬい子さん、奈良源悦さんが10月29日に市長を訪問しました。

チームの皆さんは、昨年9月に行われた第19回あおもりシニアフェスティバルゲートボール大会で優勝し、今回の出場権を獲得しました。

高橋京子代表は「ねんりんピック栃木2014大会では当協会のチームが全国優勝しました。今回も優勝カップを持ち帰り、また報告したいです」と話しました。

## 平成30年度五所川原市男女共同参画講座 家族を想うあたたかい料理教室

仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）のとれた生活を送るためには、家族が互いに協力し合い主体的に家事を行うことのできる家庭環境が必要です。

その環境づくりのきっかけとして、家族を想いながら料理を作ることの楽しさを感じてもらうため、今回は栄養豊富なシジミ貝を使った料理教室を開催します。「家族にいつまでも元気でいてほしい」そんな想いで、あたたかいシジミ料理を一緒につくりましょう。

講師…五所川原市食生活改善推進員

日時…12月15日(土) 10:00～13:00 (受付9:30～)

場所…中央公民館 3階 調理室

定員…先着20名

参加費…無料

持ち物…エプロン、三角巾

申込方法…企画課男女共同参画室へ電話でお申し込みいただくか、市ホームページから申込書をダウンロードし、FAX、メールにより必要事項をご記入の上、送信してください。

申込期限…12月7日(金)

当日使用する食材…シジミ貝／茹でたこ／卵／キャベツ／万能ねぎ／にんにく／長いも／玉ねぎ／小麦粉／かいわれ大根／昆布／けずりかつお／レモン／紅しょうが／調味料（オリーブ油・マヨネーズ・中濃ソース等）

\*無料託児あります（先着5名まで）。

飲み物、着替えをご用意ください。

託児希望の方は11月30日(金)までにお知らせください。

問…企画課男女共同参画室 内線2238

**現地確認 見積り無料 屋根・外壁のリフォーム**

全面改装リフォーム  
中古住宅改装  
減築、増築

一般建設業 青森県知事許可(般-29)第400424号

『増改築相談員がいるお店』  
お電話は担当 前田まで ◆ホームページは◆  
Google

屋根・外壁リフォーム専門店 アートリフォーム(株)  
五所川原市セツ館虫流51-29 0173-33-4713

アートリフォーム株式会社

おめでたで、はっくらが〜

自然災害から経営を守る

**りんご共済**

1反歩1箱相当の負担でりんご共済に加入できます。  
自然災害からりんご経営を守りましょう。

加入申込受付  
3/25まで

ぶどう共済もあります

安心のネットワーク  
NOSAI 津軽広域農業共済組合  
〒037-0011 五所川原市金山字竹崎203-4 TEL 33-1513



## 防火意識を高めよう



一日消防官の右から  
中村さん、藤森さん、相馬さん、勝浦さん、藤田さん

10月15日から21日まで、秋の火災予防運動が県下一斉に行われました。消防本部、各消防署では、火災予防のPRのため、街頭防火パレードを行ったほか、防火ポスター、のぼり旗、立看板等の掲示や車両巡回広報を実施しました。

10月17日には、一日消防官に任命された中村祐貴さん（五高）、藤森柗人さん（五工高）、相馬洸心さん（五農高）、勝浦飛翔さん（五商高）、藤田琉雅さん（五一高）が北川総務部長を訪問し、火災が発生しやすい時季を迎えるにあたり、家庭および職場での防火安全対策を呼びかけました。

## 市民の土間を活用した 市民提案型事業が開催されました



トークショーの様子

9月29日、津軽海峡マグロ女子会津軽部会が主催する「人生はだんだん楽しくなる！セイカン交流トークショー」が開催されました。

このイベントは、市役所本庁舎1階にある「市民の土間」および「土間ホール」の活用を促し、市民の交流や活動を活発化させるため「市民の土間」を利用して活動を行う団体に対して費用の一部を市が助成する制度を活用したものです。

当日は「つながる183歳のストーリー」と題して、桑田ミサオさん（当市金木町在住）と松村隆さん（北海道江差町在住）をゲストに迎え、お二人のこれまで歩んできた歴史を振り返るトークショーが行われ、多くの方々に市民の土間へ足を運んでいただきました。

## 第39回市浦ふるさとまつりが 開催されました



踊りや囃子を披露する市浦中の皆さん

11月3日、市浦コミュニティセンターで第39回市浦ふるさとまつりが開催されました。

会場では、地元産の野菜や加工品、木工製品等の販売のほか、子どもたちの絵画や習字などの展示コーナーが設けられ、賑わいを見せました。

またホールでは、元気子ども学習発表会が行われ、みどりの風こども園あとむの園児の皆さんがダンスを披露したほか、市浦小・中学校の児童、生徒の皆さんが合唱や相内の虫送り、脇元小馬踊りなどを披露し、会場は大きな拍手に包まれました。

## 第6回育成会ドリームカップ出場



第6回育成会ドリームカップへ出場する  
選手の皆さん

12月22日から24日に金武町ベースボールスタジアムほか4会場（沖縄県）で行われる第6回育成会ドリームカップに青森県選抜チーム選手として出場する奈良瑛晃さん（市浦中3年・弘前白神リトルシニア所属）、山谷謙之信さん（五一中3年・藤崎桜城リトルシニア所属）、葛西涼雅さん（同3年・弘前白神リトルシニア所属）、鈴木大智さん（同3年・五一中軟式野球部所属）が10月24日、市長を表敬訪問しました。

育成会は、夏の大会を終え、中学3年生が硬式野球に親しむ場を提供し、子供たちの健全育成や将来のアスリート人材の発掘につなげています。

キャプテンの奈良さんは「昨年、優勝できなかった先輩たちの分も頑張り、キャプテンとしてチームを引っ張っていきたいです」と意気込みを話しました。



# 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）

▷12月13日(木) 10:00~12:00

▷12月27日(木) 10:00~12:00

市役所1階相談室1A

問 市民課 内線2324

### 金木地区（行政・人権合同相談）

▷12月5日(水) 10:00~12:00

金木総合支所4階第2会議室

問 金木総合支所 内線3104

### 市浦地区（行政・人権合同相談）

▷12月4日(火) 10:00~12:00

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

▷月曜日~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

### 人権擁護啓発メッセージ

(平成29年度人権教室より)

五所川原小4年生

いじめはみんなをとともいやな気持ちにさせるもの

## 今月の納期

・市 県 民 税 4期

・国民健康保険税 6期

問 収納課 内線2273

・後期高齢者医療保険料 6期

問 国保年金課 内線2346

・介護保険料 6期

問 介護福祉課 内線2453

### 納期限 1月4日(金)

納付は便利で確実な  
口座振替を!

## 国保年金課からのお知らせ

▷国民年金保険料を納めないとうなるの

国民年金の保険料に納め忘れがあると、将来受ける年金額の減額や、

老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金を受けられない場合もあります。

豊かな老後のため、そして万が一の時のためにも毎月の保険料は忘れずに納めましょう。納付には納め忘れのない便利でお得な口座振替やクレジットカード納付もあります。

また、経済的な理由などで納付が困難な方には免除制度、50歳未満の方には納付猶予制度、学生の方には学生納付特例制度がありますので、ご利用ください。

### ▷全国の年金事務所で年金の予約相談を実施しています

ご予約いただくと、ご都合に合わせたスムーズな相談ができるほか、相談内容にあったスタッフが事前準備の上、対応します。

### 予約相談の受付時間

月曜日 8:30~19:00(祝日の場合は、翌日19:00まで) / 火曜日~金曜日 8:30~17:15 / 第2土曜日 9:30~16:00

\* 祝日および12月29日~1月3日はご利用いただけません / 予約相談希望日の1カ月前から前日まで受付します。基礎年金番号のわかる年金手帳等をご準備の上、ご予約ください / お近くの年金事務所でも受付しています。

申込先…ねんきんダイヤル

Tel.0570-05-1165

問…国保年金課 内線2343

弘前年金事務所

Tel.0172-27-1337

## 五所川原市U・I・Jターン若者就職奨励事業

県外からのU・I・Jターン就職者に対して、就職奨励金を支給します(Uターン就職者等については、市ホームページでご確認ください)。

### 支給対象者

市内に転入したUターン就職者等で、次の要件を満たす方

▷市内への転入前後6カ月以内に青森県内の事業所に常用雇用者として雇用されている方、または市内へ転入後6カ月以内に市内において新たに起業した方

▷就業場所が、転入住所地から通勤できる範囲であること

▷対象事業所へ就職した日の年齢、または起業した日の年齢が40歳以下であること

▷市町村税に滞納がないこと

▷転入後、将来にわたり市内に居住することについて誓約できること

▷過去に、五所川原市U・I・Jターン若者就職奨励金の給付を受けていないこと

奨励金の額…20万円(1世帯1回限り)

申込み…申請書と添付書類を提出してください。

申請期限…常用雇用開始日(常用雇用開始日より転入日が遅い場合は、転入日)または新たに起業した日から3カ月以内に申請してください。

問…商工労政課 内線2553

## 平成30年度北方領土返還要求青森県民大会

北方領土問題の正しい認識と理解を深め、北方領土返還要求の県民世論をさらに高めるため、北方領土返還要求青森県民大会を開催します。

入場無料で事前申込不要です。

日時…12月21日(金) 13:30~16:00

場所…オルテンシア小ホール

内容…元島民の方の講話、記念講演、北方領土写真パネル展、北方領土返還要求署名活動

問…総務課 内線2112

## 消費生活相談

契約、販売方法、商品・サービスなどに関する消費者トラブル、多重債務でお困りの方に対し専門の消費生活相談員が無料で相談に応じます。

▷悪質商法、契約・取引に関するトラブル相談

五所川原市消費生活センター

Tel.33-1626

日時…月曜~金曜日(祝日を除く)

8:30~17:15

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

青森事務所 Tel.0120-102-143

日時…12月12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。



## 県営住宅入居者募集

### 募集住戸

①広田団地 1戸（鉄筋コンクリート／3LDK／2階玄関）

②新宮団地 1戸（木造／3LDK／特定公共賃貸住宅・1階玄関）

\*申込者および同居予定者の人数等の制限について、①は3名以上、②は2名以上で政令月額（世帯の総所得から控除額を差し引き、12カ月で割った金額）が158,000円以上487,000円以下に限ります。

家賃…入居基準があり、家賃は所得金額に応じて決定します。

①13,000円～25,600円程度

②58,000円（一律）

受付…①は12月3日(月)～12月10日(月)（土曜・日曜日を除く）、②は随時募集中（ただし、入居者決定次第、募集を締め切ります）。

\*今回の募集は①が平成31年2月1日入居予定、②が平成31年1月1日入居予定です／駐車場は原則として1住戸に1台です。2台目駐車場については空区画がある場合のみ貸出します／駐車場料金は、家賃とは別に徴収します／冬期の駐車場や共用部分の除雪は入居者の皆さんで行っていただきます。

問…株式会社 サン・コーポレーション 住宅管理係 TEL38-3181

## 農産物加工品直売会

梅漬け、豆腐、味噌などの手作りの加工品や季節野菜などを販売。

日時…12月12日(水)、26日(水)

12:00～13:00

\*都合により、急遽中止となる場合があります。

場所…市役所2階談話コーナー

問…農林水産課 内線2521

## 育児・介護休業法のポイント

### ▷要介護状態の対象家族を介護する労働者が利用できる制度

介護休業／介護休暇／所定外労働の制限／時間外労働の制限／深夜業の制限／所定労働時間の短縮等の措置

対象労働者…「要介護状態」の「対象家族」を介護する男女労働者。ただし、入社1年未満の期間契約社員など制度を利用できない場合があります。

\*要介護状態…負傷、疾病または身体上もしくは精神上の障害により2週間以上の期間にわたり、常時介護を必要とする状態のこと。介護保険上の要介護・要支援認定を受けていない場合も取得できます。

\*対象家族…配偶者、父母、子、配偶者の父母、祖父母、兄弟姉妹、孫

\*介護休業等制度の申し出や取得を理由として、解雇その他不利益な取り扱いをしてはいけません。

問…青森労働局雇用環境・均等室

TEL017-734-4211

## ふるさと寄附金のご案内

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へ寄附をした場合に、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。

金融機関からのご入金、現金書留のほか、コンビニエンスストアやクレジットカードを利用して、県に対して寄附を行うことができます。

平成27年4月1日以降の寄附につ

いて「ふるさと納税ワンストップ特例」が設けられ、一定の場合には、控除を受けるために確定申告を行う必要がなくなり、手続きが簡素になりました。

県外在住の方々や帰省されるご親戚・ご友人の方々にも、ぜひご紹介ください。

詳しくは、県税ホームページ（<http://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax>）をご覧ください。県税務課へお気軽にお問い合わせください。

問…青森県総務部税務課

TEL017-734-9064

## 就労相談窓口のお知らせ

ひろさき若者サポートステーションは、働くことに踏み出したい若者たちとじっくりと向き合い、本人やご家族の方々だけでは解決が難しい「働き出す力」を引き出し「職場定着するまで」を全面的にバックアップする厚生労働省委託の支援機関です。

自分に向いている仕事かわからない／ブランクがあり再就職が不安／働いても長続きしない／働く自信が持てない／人と話すことが苦手…などの悩みに対応します。

対象…15歳～39歳の若者とその家族  
相談料…無料

問…ひろさき若者サポートステーション TEL0172-35-4851

## 青森県最低賃金改正

10月4日から青森県最低賃金が改正されました。

改正後時間額 762円

\*製造業と小売業の一部には特定最低賃金が定められています。

問…青森労働局労働基準部賃金室

TEL017-734-4114

**金正堂本店**  
五所川原店・エルム店限定企画

**33歳**

厄祓いネックレスフェア

厄年には長い物を身につけると厄難から身を守ってくれると言われていました。期間：平成30年12月～

マザーズハンス  
～それは母の手ぬくもり～

（一冊）アコヤ本真珠  
ネックレスイヤリングセット 7.0～6.5mm  
税込108,000円を **54,800円**から

（一冊）ブライデ  
ダイヤモンドネックレス  
税込178,000円を **88,000円**から

お買上げ特典  
お嬢さまにプレゼント！  
お母さまにプレゼント！

お嬢さまの「時鐘石ドリーム」  
お母さまの「ルビー」

平成31年  
本店 昭和 **62** 年生まれ  
前年 昭和 **63** 年生まれ  
後年 昭和 **61** 年生まれ

五所川原市を応援します!!

エルム店 10:00～21:00 TEL(0173)33-3188

五所川原店 9:30～18:00 TEL(0173)34-3181



### 人権講演会

～考えよう 相手の気持ち 未来へ  
つなげよう 違いを認め合う心～

日時…12月19日(水)

開場13:00～ 開演13:20～

場所…オルテンシア大ホール

入場料 無料

オープニング

▷工藤雅子さんとマリーの休日倶楽部

▷児童の人権メッセージ披露(南小学校・中央小学校の代表児童)

講演

▷講師 白神倶楽部

米内山和代氏

▷演題「白神とともに」

伐採されようとしていた、ブナ林の保護保全を訴えていた地域住民の運動により、白神山地が1993年12月、世界遺産登録へと突き動かされた共通の理念を考え、思いやりを持って誰かのためにできることを実践する、米内山氏の活動についての講演です。

\*終了後、来場者全員による斉唱「翼をください」

問…市民課 内線2311

### 平成31年新年名刺交換会

市、五所川原商工会議所、ごしょつがる農業協同組合の共催で名刺交換会を開催します。

日時…平成31年1月3日(木) 11時～

場所…ホテルサンルート五所川原

会費…3,000円

\*申込時にお支払いください。

申込締切…12月10日(月)

申込先…総務課 内線2112/各総合支所庶務係/五所川原商工会議所総務課 TEL35-2121/ごしょつがる農業協同組合企画管理課 TEL27-3300

### 中小企業者等の設備投資を支援します

市では生産性向上特別措置法に基づき、市内の中小企業者等の先端設備等の導入を促進するための「導入促進基本計画」を策定しています。

これにより、市内の中小企業者等が労働生産性を一定程度向上させるための「先端設備等導入計画」を作成し市の認定を受けた場合には、税制支援や金融支援などの支援措置を活用することができますので、ぜひこの機会にご検討ください。詳しくは、市や中小企業庁のホームページをご確認ください。

問…商工労政課 内線2552

### 市民サロン

#### 市民無料治療奉仕(マッサージ)

日時…12月9日(日) 13:00～16:00

場所…E L M 2階文化センター

定員…約60名(1人20分程度)

\*文化センターで整理券配布

問…事務局 のりた TEL35-1486

#### 放送大学4月生募集

放送大学では、平成31年度第1学期(4月入学)の学生を募集しています。放送大学はテレビ等の放送やインターネットを利用した授業で、心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など幅広い分野を学べる通信制の大学です。

出願期間

12月1日(土)～平成31年3月17日(日)

資料請求は無料です。お気軽にご請求ください(放送大学ホームページでも受け付けしています)。

問…放送大学青森学習センター

TEL0172-38-0500

### 小・中学生野球教室

プロ野球指導者を講師に招き、小・中学生対象の打撃・守備指導のほか指導者向けの講習会を行います。

日程…12月16日(日) 参加費…無料

▷野球教室

時間…小学生の部 8:40～12:00(受付8:00～)/中学生の部 13:00～16:00(受付12:30～)

場所…つがる克雪ドーム

内容…打撃・守備指導 ほか

講師…河野亮氏(千葉ロッテマリーンズ一軍打撃コーチ)/森雄大氏(東北楽天ゴールデンイーグルス)/下妻貴寛氏(同)/水口大地氏(埼玉西武ライオンズ)/金子一輝氏(同)

対象…市内および鶴田町内の小・中学生野球チーム

▷小学4～6年(130名程度)

▷中学1～3年(130名程度)

\*スポーツ保険加入必須

▷指導者向け講習会

時間…午前の部 9:30～11:30(受付9:00～)/午後の部 13:30～15:30(受付13:00～)

内容…体幹トレーニング ほか

講師…白石トレーニングコーチ

(東北楽天ゴールデンイーグルス)

対象…指導者および保護者、一般市民の方(午前、午後各30名程度)

申込み…学校へ出す案内、または当協会へ直接ご確認の上、お申し込みください。

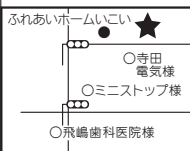
その他…野球教室参加者は、ユニフォーム(捕手はガードも持参)、グローブ、ミット、バット、スパイクを持参してください。

問…一般財団法人五所川原市体育協会事務局 太田・工藤

TEL26-6805

### ★看護スタッフ・ケアマネ・夜勤専門員 募集

- ① 入浴業務 併設事業所に対応するため、ありません。
- ② 通院業務 緊急時以外ありません。
- ③ 調理業務 調理スタッフがいますので、ほとんどありません。
- ④ 夜勤業務 入居者18名に対して、職員2人体制
- ⑤ その他 4期連続昇給実績有、有給平均取得日数9.6日



### シルバービレッジ憩いの杜

お問い合わせ ☎26-6195

五所川原市大字漆川字清水流2番3

※詳しい情報はホームページをご覧ください

のりたグループ

検索

### まちなか喫茶

## 和モダンカフェ

\*各種宴会承ります\*

営業時間 11:00～23:00 定休日:日曜日

■忘・新年会のご予約承ります!

■歓送迎会・結婚式の二次会・女子会などご予約承ります!

■20名様以上のご予約で2時間カラオケ歌えます!

五所川原市大町501-5トカトンスクエア2F TEL・FAX0173-33-5251



## ここにこゴニカン トランプ大会参加者募集

ゴニカンが好きな方であれば、子供でも大人でも参加できます。

大会はテーブル・イスで行うので、ひざの悪い方も安心してご参加ください。

日時…12月9日(日) 13:00～17:00  
集合12:30

場所…南部コミュニティセンター  
(中央4丁目130)

内容…大人の部/子供の部

参加費…500円

\*中学生以下は無料/会員の方は申込時に納入してください。その他の方は当日会場で徴収します。

申込締切…12月5日(水)

申込先…ここにこゴニカン倶楽部  
松野 TEL29-3062

## 親子お菓子教室 「和菓子でサンタを作ろう」

日時…12月9日(日) 10:00～13:00

場所…コミュニティセンター 飯詰

参加費…親子1組 1,500円

\*子ども1人追加500円、キーマカレーの昼食、保険代金含む

講師…スマイル&スプーンキッチン  
スタジオ代表 高谷優子氏

定員…親子20組

申込み…11月25日(日)～12月4日(火)までに申込先へ電話またはメールでお申し込みください。

申込先…飯詰を元気にする会

TEL080-1833-9316

電子メール

iidume2012@yahoo.co.jp

\*この事業は平成30年度市民提案型事業です。

## ろくつがるの会

がんに伴う不安やつらい気持ちを体験者と一緒にお話してみませんか。

日程…12月8日(土)/平成31年1月12日(土)/2月9日(土)/3月9日(土)

時間…13:00～15:00

場所…つがる総合病院2階ラウンジ

内容…患者体験のお話や情報交換/勉強会/ケア帽子作成

\*作成した帽子を差し上げています。また、ケア帽子作成のためのタオル地やニット生地の寄附も随時募集中です。

問…ろくつがるの会 代表 長内

TEL35-7264

## 善意の花かご



どうもありがとうございます

▷五所川原甚句保存会

(島村健二会長)9名=訪問(唄、三味線、舞踊)

▷五所川原市シルバー人材センター

(高橋是清理事長)60名=清掃奉仕(草刈り、窓拭き)

(以上2件くるみ園へ)

▷子育てサークルPAPA HUG

(加藤雄一代表)=8,889円(イベント益金)

▷原田勲蔵さん=30万円(赤～いりんごの研究および振興費用として)

▷青森県西部郵便局長会五所川原部会

(松山保部会長)=ベビーカー

2台

## お詫びと訂正

広報平成30年11月号4ページの支出表中に「家庭での収入」「市での歳入」とありますが、正しくは「家庭での支出」「市での歳出」でした。

また、5ページの支出部分で「医療費(扶養費)」とありますが、正しくは「医療費(扶助費)」でした。お詫びして訂正します。

## 衣類のリユース・リサイクルにご協力を

問 環境対策課 内線2364

### 12月1日から衣類の回収を実施します

市では、ごみの減量化・再資源化を推進するため、衣類の回収場所を本庁公用車車庫内に設置します。家庭で不用になった衣類のリユース・リサイクルにご協力をお願いします。

回収した衣類は、再資源化業者で再利用できるものとそれ以外に選別し、再利用できるものは、主に海外で古着として流通し、それ以外のものは工業用ウエス(雑巾)として再生利用されます。

### 衣類の出し方

汚れを落とし、乾かしてできるだけ中身が確認できる透明な袋に入れて出してください。また「衣類」と「布類」は別々の袋に入れて出してください。

### <<回収品目>>

回収できるもの	回収できないもの
<p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">OK</p> <p><b>衣 類</b>…スーツ、ジャケット、シャツ、セーター、スカート、ズボン、ジーンズ、Tシャツ、ワンピース、ブラウス、ポロシャツ、パジャマ、コート、トレーナー、ジャージ、子ども服、帽子、ネクタイ、スカーフ、手袋、マフラー、ハンカチ、靴下、和服(帯も可)</p> <p><b>布 類</b>…シーツ、タオル</p>	<p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">NG</p> <p><b>衣 類</b>…雨具(カッパ)、制服、作業服、下着、肌着、ストッキング、ベルト、靴(ブーツ、スニーカー、サンダル)、スリッパ、下駄、雪駄</p> <p><b>その他</b>…カバン、バッグ、アクセサリ、毛布、布団、枕、クッション、マットレス、座布団、玄関マット、ぬいぐるみ</p>

\*革・金属製のものは回収できません/ボタン・ファスナーはついたまま出してください。

# 図書館

TEL 34-4334



## ▷だっさでいっしょおはなし会

12月8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す。今月はクリスマスバージョンの読み聞かせ、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。終了後、午後1時まで会場を開放します。ふれあいの場として、どうぞご利用ください。

## ▷五所川原おはなし“ぼぼんた”のおはなし会

12月15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。12月のテーマは「いのしし ふた」です。

## ▷「映画の日」記念上映会&トークライブ

12月1日(土) 15:00~17:00 市立図書館2階  
12月1日の「映画の日」を記念して、つがる市フィルムコミッション制作の映画「けの汁(2011年33分)」の上映、そして同事務局長で、あおもり映画祭主宰の川嶋大史さんをお迎えして「あのとときの映画館」をテーマに、昭和の時代の映画館やその思い出について、

お話していただきます。入場無料です。

なお、図書館では同テーマでの展示、そしてトークライブでお話するためのアンケートも実施しますので、ご協力お願いします。

## ▷今月の一冊



## 手編みのソックス

嶋田 俊之/著

今年の冬は自分のために、そして誰かのためにソックスを編んでみませんか。シンプルな形と編み地で、プロセスを追って編み方を丁寧に解説しています。

市立図書館 TEL34-4334

開館時間 9:30~18:00 (土日祝は17:00まで)

伊藤忠吉記念図書館 TEL53-3049

開館時間 9:30~17:00

市浦分館 TEL35-2111 内線4043

開館時間 9:30~17:00

# オルテンシア

TEL 33-2111



## 大ホール (コンサートホール)

### ▷クリスマス発表会

12月1日(土) 9:20~11:30 無料  
こども園津軽野 TEL35-2368

### ▷ゴスペラーズ坂ツアー2018~2019

‘What The World Needs Now’  
12月2日(日) 17:30~20:00 前売券6,500円  
株式会社ジーアイピー TEL022-222-2063

### ▷認定こども園第一さつき・第二さつきお遊戯会

12月8日(土) 9:30~13:00 無料  
認定こども園第一さつき TEL35-3324

### ▷全日本アンサンブルコンテスト青森県大会予選 第35回西北地区大会

12月9日(日) 10:00~18:10 500円  
西北地区吹奏楽連盟事務局 TEL35-3073

### ▷新宮団地保育園クリスマス発表会

12月16日(日) 9:20~12:00 無料  
社会福祉法人鎌重会 新宮団地保育園 TEL35-1005

### ▷平成30年度人権啓発活動地方委託事業人権講演会

12月19日(水) 13:30~15:30 無料  
市民課 TEL35-2111 (内線2311)

## ▷クリスマス子ども会

12月22日(土) 9:20~11:30 無料  
こども園さかえ TEL34-3404

## 小ホール (ふるさと交流ホール)

### ▷岩木川改修100周年記念事業

12月1日(土) 13:10~16:30 無料  
岩木川改修100周年記念事業実行委員会  
土木課内 TEL35-2111 (内線2611)

### ▷お遊戯会とクリスマス会

12月15日(土) 9:30~11:30 無料  
認定こども園さくら保育園 TEL35-2586

### ▷唄と踊りのバラエティショー

12月16日(日) 12:00~16:00 999円  
棟方正行TKプロモーション TEL090-8923-3584

### ▷総合制作実習中間発表会

12月18日(火) 13:00~15:30 関係者  
青森職業能力開発短期大学校 TEL37-3203

### ▷平成30年度北方領土返還要求青森県民大会

12月21日(金) 13:30~16:00 無料  
総務課 TEL35-2111 (内線2112)

### ▷ピアノコンサート

12月22日(土) 14:30~16:00 無料  
清野ピアノ教室 TEL35-5114



主催者の都合により変更になる場合もあります  
\*12月の休館日 3日、10日、17日、25日、29日~31日

## 行政連絡バス・運行時間変更のお知らせ

問 市浦総合支所 内線4015

12月3日(月)から平成31年3月15日(金)まで、冬期運行時間に変更します。

冬期運行は1日1便となりますので、ご注意ください。

往路…市浦総合支所(9:00発) → 金木総合支所(10:00発) → 五所川原本庁(10:30着)

復路…五所川原本庁(14:00発) → 金木総合支所(14:30発) → 市浦総合支所(15:30着)

\*天候により、予定時間が遅れる場合があります(土・日・祝日、12月29日(土)~平成31年1月3日(木)は運休)



# 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。

▷12月2日(日) 増田病院

TEL35-2726 (新町41)

▷12月16日(日) 白生会胃腸病院

TEL34-6111 (中平井町142-1)

▷12月23日(日) 清水クリニック

TEL35-3663 (鎌谷町103-1)

▷12月24日(月) 木村内科医院

TEL35-2815 (松島町2丁目89-4)

▷12月29日(土) 川崎胃腸科内科医院

TEL34-3330 (敷島町56)

▷12月31日(月) 増田病院

TEL35-2726 (新町41)

消防署救急病院紹介電話

TEL34-4999

## 献血バス巡回日程

▷12月4日(火) 9:30～12:00  
金山昭和館 (日本赤十字奉仕団)

▷12月4日(火) 14:00～15:00  
特別養護老人ホーム青山荘

▷12月4日(火) 15:45～17:00  
白生会胃腸病院

▷12月16日(日) 10:00～16:30  
ELM

\*日時は変更になることがあります。

青森県赤十字血液センターホームページをご確認ください。

問 青森県赤十字血液センター  
TEL017-741-1512

## 健康づくり相談室

血糖や血圧、コレステロールの事が気になる方、健診データの説明等について保健師、看護師、栄養士が個別に相談に応じます(1人30分程度)。

次の①、②、③は前日までに予約が必要です。その際に相談の内容をお知らせください。必要な方には血圧測定、肺年齢測定(肺チェック)、みそ汁の塩分測定を行います。

ご自身の健康づくりにお役立てください。

## 会場・日時

①保健センター市浦

12月6日(木) 10:30～12:00

②金木公民館

12月21日(金) 10:00～12:00

③保健センター五所川原

12月26日(水) 10:00～12:00

④中泉集会所

12月14日(金) 13:00～14:00

\*④は地区保健協力員の協力により開催されます。

持ち物…特定健診・健康診査を受診されている方は、健診結果をお持ちください。

問…健康推進課 内線2385

## エンゼルひろば

お母さん同士や保健師・栄養士と、子育ての楽しさやお子さんの成長に関する悩み、情報をシェアするひろばです。

身長計・体重計はご自由にお使いいただけますので、お子さんと一緒にお出でください。予約は不要です。

日時・場所

▷1月11日(金) 10:00～11:30  
中央公民館3階第1研修室

▷1月25日(金) 10:00～11:30  
金木公民館住民室

\*市浦会場開催日については、市浦地区在住の方を対象に、赤ちゃん訪問などの際に日程をお知らせしています。

持ち物…バスタオル(身長計・体重計をご利用の方)、母子健康手帳

問…健康推進課 内線2391

## 12月1日は世界エイズデーです

世界エイズデーのキャンペーンテーマは「UPDATE! エイズ治療のことHIV検査のこと」です。HIV・エイズの正しい知識を得て、「予防、検査、治療、支援、理解」に努めましょう。

エイズはHIVウイルスに感染することで起こる病気です。エイズの治療は飛躍的に進歩し、感染後の早期発見・治療でエイズ発症を抑えることができます。感染が心配な方は早めに検査を受けましょう。完全予約制、匿名、無料で行っています。希望により、性器クラミジア感染症、

梅毒検査も同時に受けられます。

迅速キットを用いた検査ですので、採血後約1時間以内には結果をお知らせすることができます。詳しくは青森県庁HP「相談・検査(青森県“STOP AIDS”)」をご覧ください。

検査日…12月11日(火)

検査場所…五所川原保健所

受付時間…15:30～17:00

五所川原保健所エイズ相談専用電話  
TEL33-1090

## ゆーゆー元気教室

楽しい生活は「こころと身体の健康」から。この教室は、椅子に座りながら行う運動教室です。お気軽にご参加ください。

対象…要介護認定を受けていない65歳以上の市民の方

日時…12月6日(木) 13:00～14:00

12月20日(木) 13:00～14:00

(受付は両日12:30～)

場所…生き活きセンター多目的ホール  
テーマ…ボールを使って脳トレと集中力アップを目指しましょう

内容…座って行う有酸素運動&ボールおさらい

講師…健康運動指導士  
鬼武由美子氏

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

参加費…無料

申込み…電話または窓口でお申し込みください。

申込先…地域包括支援センター  
内線2463

## 元気はつらつ教室

仲間と一緒に脳トレや軽い運動を楽しみ、介護予防に取り組んでみませんか。地域の在宅介護支援センターの職員による介護に関する相談も行っていますので、お気軽にご利用ください。

日時・場所

▷12月11日(火) 10:30～12:00

梅沢コミュニティセンター

▷12月18日(火) 10:30～12:00

沖飯詰集会所

▷12月18日(火) 13:00～14:00

田町栄町(白衣神社)

問…地域包括支援センター  
内線2463

## カフェ de つえぎ

カフェ de つえぎは、気軽に認知症について知ることのできる場所です（申込不要）。

日時…12月9日(日) 10:00～12:00

内容…ミニ講座「健幸体操～頭も体もイキイキと」（講師：健生五所川原診療所 理学療法士 佐藤文勇氏）、家族同士のつどい等

場所…中央公民館2階

参加費…200円（お茶代）

\*希望者のみ実費にて昼食会あり

問…公益社団法人認知症の人と家族の会 青森県支部五所川原地域世話人 山本 TEL0178-35-0930

協力…西北五地区認知症高齢者グループホーム協会

## こころの相談

死にたいほど辛い方、眠れない日や憂鬱な気分が続く方、育児・家事

等が辛いといった相談のある方、身近な人を自殺でなくされたご遺族の方などを対象としています。

日時…12月20日(木) 9:30～11:30

場所…市役所相談室

相談員…臨床心理士、保健師

申込み…相談日3日前までに電話でお申し込みください。

問…健康推進課 内線2386



## 高齢者インフルエンザ予防接種は無料です

問 健康推進課 内線2379

高齢者インフルエンザ予防接種は12月末まで無料で受けることができます。早めに受診しましょう。

対象者…接種日において下記に該当する市民の方

▷65歳以上の方（個別通知は行わないため、直接医療機関へ予約してください）。

▷60歳以上65歳未満の方で、心臓、じん臓または呼吸器の機能または免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する障害者手帳1級程度の方（該当者に個別通知しました）。

接種期間…12月31日(月)まで

\*病院の診療日に限ります。

料金…無料

接種回数…1回

接種に必要なもの…健康保険証などの住所・生年月日のわかるもの

接種医療機関（下記以外での接種は健康推進課へお問い合わせください）

五 所 川 原 市			
いちのへ耳鼻科	33-8733	増田病院	35-2726
駅前クリニック	38-5100	まつもと整形外科クリニック	33-5413
江渡内科医院	34-3000	つ がる 市	
尾野病院（金木）	53-2071	尾野医院（稲垣）	46-2059
かなぎ病院	53-3111	ファミリークリニック☆希望	56-2148
かねひらクリニック	35-3167	山内クリニック	42-7171
かみむらクリニック泌尿器科・内科	26-1052	中 泊 町	
川崎胃腸科内科医院	34-3330	井沼洋クリニック	69-1071
木村内科医院	35-2815	小泊診療所	64-2117
櫛引クリニック	33-1155	武田診療所	57-2134
楠美泌尿器科クリニック	35-8250	中里クリニック	57-3636
健生五所川原診療所	35-2542	中泊おの医院	57-5758
佐藤内科小児科医院	35-4155	青 森 市	
市浦医科診療所	62-2009	村上病院	017-729-8888
清水クリニック	35-3663	弘 前 市	
鈴木耳鼻咽喉科医院	35-2775	E S Tクリニック	0172-29-5500
すとうm r iクリニック	35-6060	工藤医院	0172-92-3316
田町小山クリニック	34-3431	健生クリニック	0172-55-7707
てらだクリニック	33-1200	聖康会病院	0172-27-4121
富田胃腸科内科医院	34-3211	弘前メディカルセンター	0172-35-1511
とやもり内科小児科クリニック	52-3331	鶴田町・板柳町・黒石市	
中村整形外科医院	34-0123	カク・クリニック（鶴田）	22-6884
中村内科医院	35-3598	田中外科内科医院（板柳）	0172-73-2525
白生会胃腸病院	34-6111	野宮医院（板柳）	0172-73-2256
布施病院	35-3470	黒石厚生病院（黒石）	0172-52-4121
		黒石病院（黒石）	0172-52-2121



## あなたも作ってみませんか

テーマ 生活習慣病予防のための食事



昆布ときのこのさつと煮

1人分 41kcal 食塩相当量 0.8g

### 材料 (4人分)

切り昆布(乾燥)……8g しょうが……少々  
 えのきたけ…80g(小1袋) しめじ……60g(2/3袋)  
 さやえんどう……40g ごま油……小さじ2  
 だし汁……1カップ A { しょうゆ…小さじ2  
 みりん……小さじ2

### 作り方

- ①切り昆布はたっぷりの水で戻す。
- ②しょうがは千切りにする。
- ③えのきたけは根元を落とし、半分の長さに切る。しめじは小房に分ける。
- ④さやえんどうは筋を取り、斜め薄切りにする。
- ⑤鍋にごま油を熱し、しょうが、①、③の順に炒め、だし汁を入れて5分程煮る。
- ⑥Aで調味し、④を加えてひと煮する。

## 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、普通のウォーキングよりエネルギー消費量が約20%も増加します。

新しい健康法としておすすめですよ。

**対象**…65歳以上の市民の方(ただし、60~64歳で、基本チェックリストの結果、運動機能が低下している方を含む)

**日時**…①12月10日(月) ②12月25日(火) 14:00~15:30

\*事前の健康チェックがあるため集合時間は13:30

**申込み**…初回参加の場合、開催日5日前までに電話または窓口でお申し込みください。

**場所**…つがる克雪ドーム

**講師**…全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員

**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(希望者にはポール等を貸し出します)

\*雨天時はつがる克雪ドーム内でウォーキングを行いますので、室内用シューズをご用意ください。

**申込先**…地域包括支援センター 内線2463

## 乳幼児健診

4カ月児健診 H30年8月生まれ	1月8日(火) 小児科診察、身体計測、離乳食のお話・試食
1歳6カ月児健診 H29年6月生まれ	1月22日(火) 小児科診察、歯科健診、フッ素塗布、身体計測、発達・栄養相談
3歳児健診 H27年7月生まれ	1月16日(水) 小児科診察、歯科健診、身体計測、発達・栄養相談、ことばの相談、尿・耳・目の検査

**受付時間**…12:00~12:30 (3歳児健診11:45~12:30)

\*受付時間前の母子健康手帳の預かりはしていません。受付はお子様同伴でお願いします。

**場所**…保健センター五所川原

**持ち物**…母子健康手帳、バスタオル、すくすくノート、健康診査票、1歳6カ月児健診はフッ素塗布承諾書、3歳児健診は送付された検尿容器(尿を入れたもの)

\*健診に来られない場合は、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。

\*1歳6カ月児健診については、フッ素塗布承諾書を個別に事前送付します。

\*駐車場は保健センター側と道路を挟んだ向かい側にあります。台数に限りがありますので、駐車できない場合は、市役所来庁者駐車場、または有料駐車場をご利用ください。市役所来庁者駐車場を利用した場合は、健診会場に駐車券を必ずご持参ください。

**問**…健康推進課 内線2391

## いきいき教室(介護予防教室)

高齢者の健康づくりのための楽しい教室です。初めての方、大歓迎です。一緒に参加してみませんか。

**対象**…要介護認定を受けていない65歳以上の市民の方  
**参加費**…無料

**日時・場所**(受付はそれぞれ9:30~、13:00~)

▷12月4日(火) いきいき歌合戦

コミュニティセンター栄 10:00~11:30

生き生きセンター 13:30~15:00

▷12月10日(月) ペットボトルキャップでカレンダー作り②

金木公民館 10:00~11:30

保健センター市浦 13:30~15:00

▷12月19日(水) いきいき忘年会! いろいろなレクリエーションで楽しもう

コミュニティセンター栄 10:00~11:30

生き生きセンター 13:30~15:00

▷12月25日(火) いきいき歌合戦

金木公民館 10:00~11:30

保健センター市浦 13:30~15:00

**申込み**…開催日の3日前までにお申し込みください。

**申込先**…地域包括支援センター 内線2463

## 年末年始の公共施設休業・休館案内

主な公共施設	年末年始の休業・休館日
市役所、金木総合支所、市浦総合支所	12月29日(土)～1月3日(休) * 戸籍の届出は日直・宿直で対応します。
つがる総合病院、かなぎ病院	12月29日(土)～1月3日(休) * 急患は随時診療します。
市浦医科診療所、市浦歯科診療所	12月29日(土)～1月3日(休)
市立図書館、伊藤忠吉記念図書館	12月29日(土)～1月3日(休)
市立図書館市浦分館	12月29日(土)～1月3日(休)
中央公民館、金木公民館	12月28日(金)～1月4日(金)
働く婦人の家	12月29日(土)～1月3日(休)
市民体育館、漆川体育館	12月28日(金)～1月4日(金)
つがる克雪ドーム、サンビレッジ五所川原、B & G 海洋センター市浦	12月28日(金)～1月4日(金) * B & G 海洋センター市浦は工事のため休館中です。
市民学習情報センター、オルテンシア	12月29日(土)～1月3日(休)
立佞武多の館	休まず営業します。 * 12/31(月)は9:00～15:00の営業となります。
太宰治記念館「斜陽館」、津軽三味線会館	12月29日(土)
金木観光物産施設「マディニー」	休まず営業します。 * 12/31(月)は 9:00～16:00 1 / 1(火)は10:00～16:00の営業となります。
道の駅十三湖高原「トーサム」	12月31日(月)～1月2日(休)
し～うらんど海遊館	休まず営業します。営業時間…11:00～18:00 (最終入館は17:00) * 1 / 1(火)は時間短縮営業となります。
葬斎苑、金木斎場、市浦露草斎苑	1月1日(火)～2日(水) * ただし葬斎苑は、斎場の予約のみ対応します。
ペット火葬場	12月29日(土)～1月3日(休)
燃やせるごみ搬入 西部クリーンセンター	12月31日(月)～1月3日(休)
燃やせないごみ搬入 一般廃棄物最終処分場 (野里処分場、市浦処分場)	12月31日(月)～1月3日(休)
プラスチック類ごみ搬入 プラスチック類処理施設	12月31日(月)～1月3日(休)
し尿搬入 中央クリーンセンター	12月29日(土)～1月3日(休)

\* ごみ集積所へのごみ出しはごみカレンダーを確認してください。

## 五所川原市民憲章

わたしたちのまち五所川原市は霊峰岩木山を望み、津軽平野を潤し十三湖へ流れる岩木川の恵みに生まれ、豊かな地域資源と長い歴史を誇ってきました。

わたしたち市民は、先人たちの不撓不屈の精神によりつくりあげられた歴史と伝統を受け継ぎ、共に支えあい開かれた平和なまちをつくるため、ここに市民憲章を制定します。

- 1 夢と志をもち、発展する郷土をつくります。
- 1 郷土に誇りをもち、文化のかおるまちをつくります。
- 1 学びを続け、健やかで潤いのあるまちをつくります。
- 1 自然を大切にし、美しく住みよいまちをつくります。
- 1 きまりを守り、互いに助け合い安全なまちをつくります。

### 火災・救急出動概況

五所川原市管内 10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30年	2	19	162	1,748	2	9
平成29年	1	23	178	1,713	3	15
比較	1	△4	△16	35	△1	△6

全国統一防火標語 **忘れてない? サイフにスマホに火の確認**

**\*住宅用火災警報器は10年を目安に取替えましょう!**

五所川原地区消防事務組合消防本部警防課 TEL.35-2023(直通)

### 人口と世帯数

平成30年10月末 住民基本台帳 ( )内は前月比



人口

54,846人  
(-31)



男

25,182人  
(-28)



女

29,664人  
(-3)



世帯数

25,542世帯  
(10)