

# ごまがから

広報

平成17年

# 2.15

No. 1065

人口と世帯 / 1月30日現在

( )内は前回比、 男23,521(-12)

女26,589(-6) 計50,110(-18)

世帯18,959(-1)

みんなが主役

## 「第九」演奏会

## 市制施行50周年を

## 喜びの歌でお祝い



1月30日、奥津軽に「第九」を響かせる会（小枝信子代表）  
主催のベートーヴェンの「交響曲第九番」演奏会が開催され、約  
130人の大合唱で50周年の節目をお祝いしました。



# 趣味に集い一年間の成果を披露

## 北辰大学クラブ活動発表会

六十歳以上の市民を対象とした生涯学習「北辰大学」では、各種講座のほか様々なクラブ活動が行われており、二月二日に今年度の活動の成果を示す発表会が中央公民館で行われました。

この日会場に集い「クラスメイト」の舞台発表を楽しんだ皆さんは、演目が終わるたび、さかんに拍手をしていました。初めて設けられたパソコンクラブでは、基本操作の学習から現在に至るまでをコンピュータを使って説明し、見ていた人は手慣れた操作に感心していました。また、健康体



ステージ上で披露された歌謡クラブの合唱(上)と健康体操クラブの実演(下)



操クラブは、音楽に合わせてストレッチを取り入れた体操を実演し、一緒になって手足を動かす人が多く見られました。最後に歌謡クラブが合唱すると、会場が一つになり、拍手で合いの手を入れながら懐かしいメロディーを口ずさんでいました。

この他、会場には書道、俳句、手芸の作品が展示され来場者の目を楽しませていました。

# 児童・生徒の

## 作品がずらり

五所川原小中学校美術展



一月二十九日から一月三十一日までの三日間、第三十八回五所川原市内小中学校美術展がエルムの街ショッピングセンターのエルムホールで開催されました。

会場には市内二十の小中学校から寄せられた五百三十二点が並び、来場者は水彩画や壁新聞のほか、ペットボトルやダンボールなど家庭にある材料を工夫した作品などに感心していました。五所川原第一中学校3年の齊藤葉月さんと木村知美さんは、クラスメイトの作品を見つけると足を止め、美術担当の教諭と作品の感想を話し合っていました。

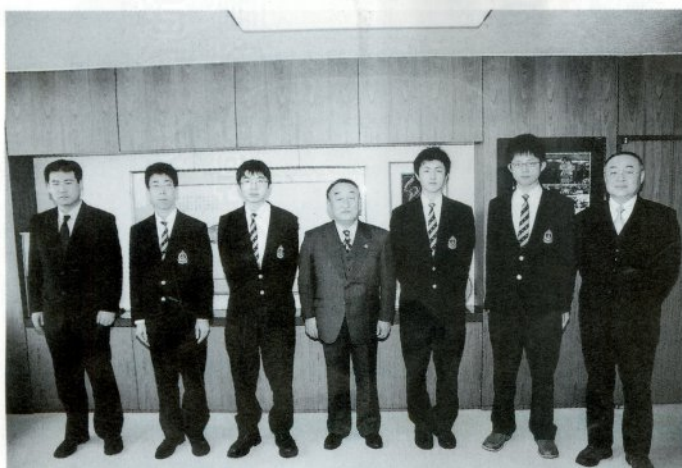
# 全国高等学校弓道

## 選抜大会に初出場

五工高の弓道部員表敬訪問

全国高等学校弓道選抜大会に団体出場する五所川原工業高校の弓道部員が一月三十一日、市長を表敬訪問しました。

宮城県で行われた東北大会で優秀な成績を修め、初の全国大会に意気込む二年の田仲啓一郎主将は、「明治神宮で試合をすることは野球で言えば甲子園でやるのと同じ。競技することが夢でした。頑張ってください」と抱負を述べたのを受け、成田市長が「善戦敢闘してきてください」と励ました。





# 豪雪から高齢一人暮らし世帯を救う

除雪ボランティア  
五所川原市消防団  
五所川原東高等学校

今冬、記録的な大雪に見舞われ、市民生活への深刻な影響が懸念されることから、市では一月十三日、平成十三年以来四年ぶりに豪雪対策本部を設置、市職員による除雪隊を編制し、防災体制の強化に努めています。

また、五所川原市消防団員や五所川原東高等学校生徒らが、一人暮らしをしている高齢者宅の除雪ボランティアを行いました、喜ばれていました。

市消防団第一分団（本庁地区）では二月六日、木村哲男分団長以下二十六名が五班に分かれ、元町、雛田、幾世森、下平井町地区などで一人暮らしをする高齢者宅約百軒で家周りを



五所川原市消防団

除雪し、災害時の避難経路を確保しました。団員は積もった雪を次々と片付け、お年寄りから「本当にありがとう。これで安心して暮せます」の言葉とともに感謝されていました。さらに、五所川原東高等学校（関堯校長）でも、ボランティア委員のメンバーが五所川原二中学区で大雪に困っている高齢一人暮らし宅の除雪ボランティアをしました。今年で七年目となる除雪活動は、生徒から希望者を募るもので、二月七日は今年最後となる五回目の活動を原子地区で行いました。この日参加した生徒は女子三人を含む十七人で、ひたひたに汗しながら一生懸命の周りりと生活通路の雪かきをしました。重労働にも山内俊哉さん（2年）は、「人のために何かするのが好きなんです。除雪をして喜んでもらうと自分もうれしくなります」と笑顔で感想を述べていました。



五所川原東高等学校

**Information**

**2月**

下  
お知らせ

**県立母子福祉センター**

からのご案内

☎017(74)3780

**母子相談**

- ◆ 一般相談・就業相談  
通年（年末・年始・祝祭日を除く平日）  
県立母子福祉プラザ3階  
（青森市中央三丁目20-30）
- ◆ 法律相談  
毎月第3火曜日 13時～15時  
（事前に申込みが必要です）

**平成17年度「和裁・洋裁・編物手芸講習会」**

母子家庭の母・寡婦・子、父子家庭の子を対象にした講習です。

◆ 定員 和裁12名  
洋裁12名  
編物手芸14名

※ 申込用紙は、県立母子福祉センター、または市役所健康福祉課 児童家庭係にあります。平成17年度開催の他の講習会との重複受講はできません。申込みは直接、母子福祉センターまで。

**国民年金保険料の納め忘れはありませんか**

国保年金課 内線2115213

国民年金は、20歳から60歳になるまで40年間保険料を納めると、65歳から満額の年金を受け取ることができます。保険料を納め忘れていたり、万一のときの障害・遺族年金なども受けられない場合があります。今一度、納め忘れがないかご確認ください。

また、保険料を確実に納める方法として、便利な口座振替もありますので、ぜひご利用ください。保険料は毎月忘れずに納めましょう!!



手作り小物展示会

くるみ園 入居者による手芸品の展示販売、フリーマーケット、昔の暮らしの道具展示のほか、カレーライスや生そばの食堂・お菓子喫茶、ゲームコーナーもあります。お誘い合わせのうえ、お越しください。

3月12日(土) 10時30分～14時

養護老人ホームくるみ園

技能講習会のお知らせ

杜西北労働基準協会

☎(35)6336

ボイラー実技講習会

このボイラー実技講習を修了すると国家資格「2級ボイラー技士免許」の受験資格が得られます。

3月28日(月)～30日(水) (3日間) 9時～17時

(社)西北労働基準協会 2階

持参するもの 筆記用具

受講料

- ・一般 10500円
- ・高校生 8400円
- ・テキスト代 2200円

申込締切 3月22日(火)か定員80名に達し次第締切

五所川原水泳協会 第14回 五所川原地区 春季水泳大会

☎(34)6812 北浦

2月27日(日) 競技開始13時

フィットネスクラブウイング五所川原(広田)

後援 市教育委員会・市体育協会

平成17年度「五所川原立佞武多」における立佞武多・ねぶたの参加申込みを受付します

五所川原立佞武多運営委員会 五所川原商工会議所内

☎(35)2121 寺山

平成17年度の夏まつり「五所川原立佞武多」における立佞武多・ねぶた参加団体の申込みを次のとおり受付します。参加される団体は、期間内に申し込みください。

申込期間

2月16日(水)～3月12日(土)

※会議所内の申込用紙にて受付。

《ご注意》運行コース変更に伴う仮説小屋設置場所の関係上、中型立佞武多の高さを11m以内に制限させていただきます。

申込先・問い合わせ先

五所川原立佞武多運営委員会

2005新卒者 フレッシュアップセミナー

参加者募集

五所川原地区雇用対策協議会 事務局 ☎(35)2570 成田

新社会人としての基本的心構えと実践的訓練を行うセミナーです。

3月8日(火)13時30分～16時30分

ホテルサンルート五所川原

研修内容 社会人としての心構え、言葉づかい、礼儀作法、テーブルマナー(食事有り)、職場内コミュニケーションなど

対象 西北五地域の高校卒業予定者で地元就職予定の方

受講料 無料

申込方法 2月25日(金)までに、

各高校へ直接、または協議会事務局へ電話で申し込みください。

公正(法律)無料相談

市民課 内線220

市では、青森公証人会の協力を得て公正無料相談を行います。大切な契約や遺言は、公正証書にしておく目安です。お気軽にご相談ください。

3月16日(水) 10時～15時

市役所北棟2階 市民相談室

※定員8名になり次第締切。

再就職に向けた訓練 受講生募集

ポリテクセンター青森 訓練課 訓練支援係 ☎017(72)1771

青森市にあるポリテクセンター

青森では、雇用保険受給資格者、求職中の方を対象に4月期受講生を募集します。再就職に向け知識や技術を身に付けてみませんか。

募集科(定員各15人、6カ月)

住宅リフォーム科、電気設備科 CAD・CAM科、ビジネスワーカー科 (4科とも受講無料)

申込方法 3月15日(火)までに、公共職業安定所(ハローワーク)で申し込みください。

住宅金融公庫からお知らせ

住宅金融公庫東北支店 フラット35・ほっとライン ☎022(227)5554

「フラット35」は、住宅金融公庫がバックアップする民間金融機関の長期固定金利の住宅ローンです。

- ・最長35年間の長期固定金利
- ・融資限度額最高5千万円
- ・保証料と繰上返済手数料が0円
- ・住宅の質を確保
- ・中古住宅の取得も対象

住宅金融公庫ホームページ

<http://www.jfukou.go.jp/>

再就職を目指す 中高年のあなたへ

☎0120(57)031 月～金曜日 9時～17時

青森県(労政・能力開発課)主催

の中高年求職者向け個別相談会と能力開発セミナー。受講無料。ステップ1：事前申込みが必要

再就職実現のための個別相談

毎週木曜日 9時～17時 五所川原商工会議所 ステップ2

能力開発セミナーの受講

- ・再就職スクール(履歴書や職務経歴書の改善、面接訓練など)
- ・テーマ別セミナー(パソコン教室、接遇マナーなど)
- ・職場体験(試行実務体験)

火災・救急出動概況

五所川原消防署管内1月の火災、救急、救助出動件数(単位:件)

区分	火災		救急		救助	
	月別	月別	月別	月別	月別	月別
平成17年	1	1	132	132	2	2
平成16年	2	2	111	111	1	1
比較	△1	△1	21	21	1	1

平成16年度統一標語

火は消した? いつも心にきいてみて

問合せ/五所川原地区消防事務組合消防本部 ☎35-2019(内線23)



## 市税の口座振替(自動振込)を始めます

～忘れない便利な制度～

収納課 内線437・438

平成17年度からの市税は口座振替(自動振込)で納めることができるようになり、希望される方からの申込みを受け付けています。

### 口座振替ができるもの

市県民税(個人の普通徴収分)

固定資産税、軽自動車税

国民健康保険税



### 取扱金融機関等

青森銀行本支店、郵便局、市内の金融機関(みちのく銀行、東奥信用金庫、あおもり信用金庫、東北労働金庫、青森県信用組合、ごしょがわら市農協、津軽北部農協毘沙門出張所)

《申込方法》納税通知書、預貯金通帳、通帳の届出印鑑を持参し、市内の各金融機関等で申し込みください。

## 2月28日(月)は

介護保険料第8期の納付期限です  
忘れずに納めましょう

介護福祉課 内線273

## 第11回 五所川原全国凧揚げ大会

春を呼ぶ  
全国の凧  
奥津軽に舞う

3月13日(日)

9時30分 岩木川河川公園



### ◆競技種目

- Aクラス…子供の部(中学生以下) 自作凧大歓迎
- Bクラス…伝統凧の部(津軽凧以外)
- Cクラス…創作凧の部(県内外)
- Dクラス…津軽凧高校生・一般の部(西の内8枚凧以下)
- Eクラス…津軽凧高校生・一般の部(西の内9枚凧以上)
- Fクラス…団体の部(県内は西の内20枚凧以上)

◆審査方法 見栄え(絵柄など)、安定度(揚げ方・技術)、マナー、うなり(津軽凧のみ)

◆表彰 各クラスごと次のとおり表彰を行います。  
最優秀賞…1名、優秀賞…5名、  
努力賞…若干名、参加賞…参加者全員

◆参加料 無料。どなたでも参加できます。

◆申込方法 所定の申込用紙に記入して、2月21日(月)までにお申し込みください。当日、会場でも受付しています。

▶五所川原津軽凧連合会 ☎35-4227(成田)

## シルバー人材センターからのお知らせ

シルバー人材センターは、就職は望めないが働く機会を得たい、何らかの収入を得たいという健康で働く意欲のある高齢者の願いに応えるための団体で、地域の発展に寄与することを目的として運営されています。

### ◎会員はこんな仕事をしています。

#### 事務分野

- 宛名書き
- 賞状書き
- 書類伝票整理など



#### サービス分野

- 病人等介護
- 高齢者介護
- 家事全般など



#### 一般作業分野

- 草刈り、除草
- 清掃
- 薬剤散布
- 配達
- 除排雪など



#### 技能職分野

- 大工
- 襖・障子張り
- 植木剪定など



#### 管理分野

- 建物管理
- 駐車場管理
- 守衛など



#### 専門技術分野

- 自動車運転など



## 刃物研ぎ(鋸・包丁 ナタ・ハサミ等)引受け

“高齢者の豊かな経験と能力”を活用ください。

## 社団法人 五所川原市シルバー人材センター

☎(34)8844・☎(35)2111(内線360) 五所川原市字岩木町12番地

新入会員を募集します!

◎会員の資格の更新 現在センターに登録している会員の方は、3月31日で資格が切れます。引き続き更新を希望される方は、年会費3,000円と友の会会費500円を持参のうえ、事務局まで。



# 平成17年度 水稲作付・転作営農計画書受付について

転作集団に加入していない生産者（個人転作者）の水稲作付・転作営農計画書の受付を以下の日程で実施します。

当日、みなさんから転作及び稲作を行う場所と面積を伺って計画書に記入します。農政課から郵送済みの計画書及びご自身の印鑑、農地異動がある場合は、

異動の内容がわかる書類をお持ちください。

※都合のつかない方は、計画書に記入のうえ押印し、速やかに農協（市農協の場合は本店）または集荷業者に提出してください。

▶問い合わせ先 農政課 内線354

日	時	対象地区	場所
2月28日(月)	9:30~12:00	栄地区（湊、姥菴、稲実、猫測）	コミュニティセンター栄
	13:30~16:00	栄地区（三ツ谷、広田、七ツ館）	
3月1日(火)	9:30~12:00	長橋地区（豊成、福山）	コミュニティセンター長橋
	13:30~16:00	長橋地区（上記以外の集落）	
3月2日(水)	9:30~12:00	俵元、原子、羽野木沢	市農協七和支店
	13:30~16:00	持子沢、高野、前田野目	
3月3日(木)	9:30~12:00	松島地区	コミュニティセンター松島
	13:30~16:00	毘沙門・長富地区	毘沙門・長富コミュニティセンター
3月4日(金)	9:30~12:00	小曲地区	農村婦人の家
	13:30~16:00	上記以外の地区	市役所農政課

## 青森職業能力開発短期大学 からのお知らせ TEL37-3201

### ■能力開発セミナー「天気予報と天気図」

気象予報の現状を学び、天気図と天気予報の活用方法を習得します。

●2月3日(水)、3月2日(水)、9日(水)、16日(水)の4日間  
17時~21時（最終日17~20時）

五所川原地域職業訓練センター

◇講師 気象予報士・小関英明

（青森職業能力開発短期大学校講師）

◇定員・受講料 25名・4,000円（4日間）

◇申込方法 2月18日(金)までに電話で地域職業訓練センター(☎38-5115)へ申し込みください。

### ■「離職者」訓練生募集

4月の訓練生を次のとおり募集します。

科・コース名	期間	定員
生産機械エキスパート科	12カ月	20人
ビジネス情報システム科	6カ月	20人
生産システム制御コース	6カ月	20人
オフィスワーク(事務)科	3カ月	25人
ビジネスアプリケーション科(二部)	3カ月	25人
Webエンジニア科	4カ月	25人

◇対象者 雇用保険受給者

◇選考日 3月16日(水)

◇募集期間 2月9日(水)~3月9日(水)

◇申込先 五所川原公共職業安定所（電話での申込みはできません）

## 五所川原市医療技術職員採用試験

市立西北中央病院管理課庶務係  
TEL35-3111 内線 279・282

◇職種及び採用予定人員 臨床検査技師 1名

◇受験資格

昭和50年4月2日以降に生まれ次のいずれかに該当する方

- ・臨床検査技師免許証を有する方
- ・平成17年4月末までに免許証取得見込みの方

◇採用試験

3月8日(火) 10時30分~

市立西北中央病院C棟2階大会議室

◇試験方法 作文・面接・書類審査

◇採用予定 平成17年4月1日

※受験申込みに必要な提出書類等、詳細は西北中央病院管理課庶務係までお問い合わせください。



## 働く婦人の家サークル体験学習 日程変更のお知らせ

働く婦人の家 TEL(35)8898

広報ごしよがわら1月15日号に掲載されたサークル体験学習の日程について、「よさこい飛翔」の開催日時「2月8日(火) 13時30分から」を「2月22日(火) 18時30分から」に変更します。





## 第11回「ザ☆ごしょがわら元気教室」内線238

身体を動かしたり、手作業をすることで、筋力の低下が防げます。毎回血圧を測定し、その場でできる元気体操も行い、若く元気に年齢を重ねていくことができる教室です。

●3月8日(火) 13時～15時

働く婦人の家・保健センター 2階 軽運動場

◇対象 40歳以上の方で日常生活はほぼ自立し、一人で外出できる方。参加無料。

◇内容 フリーゲーム(室内レクリエーション)

- ①クオリティ(輪投げ) ②室内ボーリング
- ③吹き矢

◇講師 市体育指導委員協議会会長・成田博昭氏

◇申込締切 3月4日(金)

## 運動不足を解消!「ウォーキング教室」内線238

ウォーキングは、手軽に始められ生活習慣病予防やストレス解消など大きな効果があります。この機会に正しい歩き方を身につけ、運動の楽しさを体験しましょう。

●3月15日(火) 9時30分～11時30分

サンビレッジ五所川原(市内唐笠柳)

◇対象 市民 参加無料

◇内容 講義とウォーキングの実技

◇テーマ 「歩く健康づくりと長続きの秘訣」

講師/(社)日本ウォーキング協会公認指導員

青森県ウォーキング協会副会長・片岡貞雄氏

◇持参するもの 内履き、汗拭きタオル、筆記用具

◇申込締切 3月4日(金)

## サプリメントに関心のある方へ 内線236・238

今、話題のサプリメントの正しい知識と使用法についての講演会です。若さと健康を考える方へ、ぜひおすすめです。

●3月11日(金) 13時～14時 参加無料

働く婦人の家・保健センター 3階 第3講習室

◇テーマ 「生活習慣病予防のためのサプリメント」

講師/いわや薬局・岩谷教裕氏

◇申込締切 3月8日(火)

～歯を大切にしたいあなたへ～

## わっ歯歯コーナー 内線236

お子さんから大人の方まで大歓迎!妊婦さんは、母子健康手帳をご持参ください。

●3月6日(日) 10時15分～15時

エルムの街ショッピングセンター

2階エルムホール 参加無料

◇内容 ①歯の診察 ②歯の染め出し体験 ③デンタルフロス、歯間ブラシの使い方 ④虫歯になりやすい体質かがわかるテスト(限定100名:11時～14時)その他、盛りだくさん。また、いろいろな「お口の疑問、悩み等」相談に応じます。

※当日、利用いただいた先着200名の方に、歯ブラシをプレゼントします。

◇主催 五所川原市、五所川原市国民健康保険

◇共催 青森県歯科医師会

北五支部会、

五所川原市民保健協議会



# 文芸ごしょがわら

題字 齋藤 清泉

## 『笹子俳句会』

鴉来て樹のこごり雪落しけり

対馬 暉子

紅い花胸に咲かせて初句会

齋藤 さだ

良き年であるやも知れず霧氷咲く

菊池 初子

初菑家々の窓染めにけり

小栗山ひで

寒紅をほんのり差して袖着る

奈良 ちか

夢一字紙をはみ出す筆始め

瓜田 ゆり

風さはぐ枯葦原や鳥の群

尾崎 玲子

帰省子に雪切りの日の続きをり

佐々木 妙

半分だけ読みし新聞初読みに

松宮 梗子





## 健康相談

病気の相談、心の相談、血圧測定など保健師が相談に応じます。健康手帳をお持ちの方はご持参ください。

開催場所	開催月日	開催時間
高野文化センター	2月25日(金)	10:00～12:00
錦町集会所	3月3日(木)	9:00～12:00

## すくすく健診

- ◆場所…働く婦人の家・保健センター
- ◆受付時間…12時15分から12時30分
- ◆持参するもの…母子健康手帳、バスタオル
- ◆主要内容…小児科診察、歯科診察（1歳6カ月児・3歳児）、身体計測発達相談、離乳食試食（4カ月児）等

	対象児	期日
4カ月児健診	平成16年10月生まれ	3月1日(火)
1歳6カ月児健診	平成15年9月生まれ	3月29日(火)
3歳児健診	平成13年11月生まれ	3月17日(木)

※お願い 健診に来られなかった方は、健康推進係までご連絡ください。病気療養中のお子さんは、翌月の健診を受けることができます。健診当日は、駐車場が混雑しますので、市役所駐車場もご利用ください。

## 母と子の相談日

♪この相談日を、お子さん、お母さん達の交流の場にもご利用できますので、気軽においでください。

- ◆場所…働く婦人の家・保健センター
- ◆持参するもの…母子健康手帳

開設日	時間	内容
3月2日(水) 3月16日(水)	10:00～12:00 13:00～15:00	・各月齢での成長、発達、育児、遊び、栄養（離乳食等）相談 ・子育て等の情報交換
ことばの相談日 3月17日(木)	10:00～12:00	・ことばが遅い、発音がききとりにくい、どもりなど

※16日午後は電話予約が必要です。  
※3月4日までに予約が必要です。

## 救急医療当番医

月日	曜日	医療機関名	住所	電話
2月20日	日	かねひらクリニック	旭町55-2	35-3167
2月27日	日	桂整形外科医院	弥生町16-1	34-3737

- ※1. 対応時間（電話で確認）9時から17時まで。
- ※2. その他、消防署（救急病院紹介 ☎34-4999）でも紹介します。

あなたも作ってみませんか？  
料理紹介

テーマ  
元気で長生き①

五所川原市食生活改善推進委員会

## 炒り卵と鮭の混ぜ寿司



1人分 334kcal 塩分1.3g

- 材料(4人分)
- |                 |               |
|-----------------|---------------|
| 米……………カップ2      | 鮭……………2切れ     |
| すし酢             | 炒り卵           |
| a { 砂糖……………小さじ4 | { 卵……………2個    |
| 塩……………小さじ2/3    | { 砂糖……………小さじ1 |
| 酢……………大さじ2/3    | 塩……………少々      |

- 【作り方】
- ① ご飯は普通に炊きます。
  - ② 鮭は焼いて骨と皮を取り除き細かくほぐします。
  - ③ 卵は割りほぐし、さとうと塩を入れ、炒り卵を作ります。
  - ④ ご飯が炊けたらaを入れて切るように混ぜ、酢飯を作ります。
  - ⑤ ④に②と③を加え、さっくりと混ぜ合わせます。
- ～ごはんをしっかり食べましょう～

## 献血のご案内(バス巡回)

期日	時間	場所
3月2日(水)	10:00～12:00	青森県五所川原合同庁舎(栄町)
	13:30～16:00	ごしょがわら市農協本店(野里)

冬は輸血用血液が不足します。みなさん献血に協力してね！

青森県の献血キャラクター「ブラット君」