

ゴッホがわら

広報



シンボルマーク

平成17年

3.1

No. 1066

人口と世帯

1月31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)



ちびっこ雪原を滑走

ファミリースキー場で
市民スキー大会

二月十三日、第四十七回五所川原市民スキー大会（五所川原市スキー協会主催）が毘沙門のグリーンパイオ村ファミリースキー場で開催され、参加したちびっこスキーヤーは上位入賞を目指し一生懸命滑っていました。

同スキー場は、初心者、親子連れが楽しめるレクリエーションの場として三月六日まで利用できます。

主な内容

- 市スポーツ賞・文化奨励賞…②～③
- 香高バレーにアベック出場…④
- 津軽路ルートシャトルバス…⑤
- TMO構想紹介…⑥
- お知らせ…⑦～⑨
- ヘルス・インフォメーション…⑩





市スポーツ賞・文化奨励賞表彰式

輝かしい成績と業績

2月19日、本市在住及び出身者でスポーツや文化活動において功績顕著な方々や県内外の大会で優秀な成績を収められた個人・団体に対する平成16年度五所川原市スポーツ賞・文化奨励賞表彰式が中央公民館で行われました。
 スポーツ部門は個人96名と14団体、文化部門では個人8名が受賞されました。受賞者は次のとおりです。(順不同敬称略)

スポーツ功労賞



ゲートボールの普及・振興に寄与
原田行雄(一ツ谷)

市ゲートボール協会事務局長及び公認審判員として幾多の大会等を企画・運営しゲートボールの普及と振興に尽力。全国大会で審判及び選手として活躍、生涯スポーツの発展に大きな足跡を残された。



野球の振興・青少年健全育成に尽力
下山 匡(雑田)

中学校野球部顧問として長きにわたり指導・強化に挺身し、各種大会や教室を企画・運営。現在も五所川原野球協会長として陣頭指揮をとり、青少年の健全育成と競技力向上に大きく貢献された。

スポーツ特別優秀選手賞

◇少林寺拳法

川越 麻伊(五一高二)



第31回全国高等学校少林寺拳法大会 男子規定組演武の部第1位

濱館 大和(五一高二)



第31回全国高等学校少林寺拳法大会 男子規定組演武の部第1位

佐藤 恵美(五一高三)



第31回全国高等学校少林寺拳法大会 女子有段組演武の部第1位

藤本 縁(五一高三)



第31回全国高等学校少林寺拳法大会 女子有段組演武の部第1位

工藤 裕治(函館大1年)



2004年全国少林寺拳法大会 一般二段の部 第1位

◇相撲 山中 孔明(五農高3年)



神宮奉納第50回全国高等学校相撲東西対抗大会 個人階級別75kg以上95kg未満級第1位

スポーツ特別優秀賞

◇少林寺拳法

五所川原第一高等学校女子少林寺拳法部

スポーツ優秀選手賞

◇柔道

原 明菜(青森山中3年)
 藤田真道(弘大1年)

◇少林寺拳法

今 淳人(五一高三) 太田勝陽(同3年) 佐藤友彦(同3年) 須藤増南仁(同3年) 七戸 梢(同3年) 佐藤晴美(同3年) 三浦麻美(同教員)

◇水泳

佐山あずさ(ウイング五所川原・小柳小5年) 小田桐勇人(同・青森山中2年)

◇相撲

葛西強英(五農高2年) 野呂康平(五商高2年) 杉山大輔(同3年) 葛西美菜子(日本大3年)

◇卓球

齊藤美一(愛知工大1年)

◇ボクシング

高谷洋貴(五工高3年)

◇陸上競技

秋田 翔(五一中3年) 高橋優平(五工高2年) 晴山 薫(同2年) 高橋佳太郎(同3年)



スポーツ優秀賞

- ◇柔道 剛柔館藤田道場 五所川原第一中学校男子柔道部 五所川原第一中学校女子柔道部
- ◇少林寺拳法 五所川原第一高等学校男子少林寺拳法部
- ◇相撲 五所川原商業高等学校相撲部 五所川原農林高等学校相撲部

スポーツ奨励賞(個人)

- ◇弓道 伊藤 学(五所川原弓道会)
- ◇硬式野球 白取 将(青森山田高2年)

◇柔道

- 成田 俊(剛柔館藤田道場・長橋小2年) 小田桐史明(同・栄小3年) 高橋知希(同・沖飯詰小4年) 工藤舟人(同・栄小5年) 中川雄介(同・長橋小6年) 藤森 周(五一中2年) 新岡皇典(同2年) 高橋 健(同3年) 太田隆介(同3年) 工藤真弓(同1年) 前田奈恵子(同1年) 木村友紀(同2年) 角田峻理(青森北高1年) 角田泰樹(同3年) 清野静香(五商高1年)
- ◇少林寺拳法 島村泰隆(五所川原少林寺拳法協会・南小4年) 三上龍太郎(同・松島小4年) 山田 大(同・栄小4年) 棟方涉

◇水泳

- 渋谷健人(五一中2年) 木村謙太(同3年) 藤森紗斐(弘前中央高2年) 山田弘文(五所川原水泳協会) 田中寛基(ウイング五所川原・三輪小6年) 工藤美瑠久(同・板柳南小5年) 藤田浩幸(同・東義高1年) 小笠原和輝(同・東義高2年) 尾野陽香(同・青森山田高1年) 小田桐舞(同・青森山田高3年)
- ◇相撲 葛西沙織(木造高2年)
- ◇ソフトテニス 加藤昭仁(市ソフテニス協会) 葛西秀樹(同) 新出秀春(同) 白戸裕子(同) 中野幸子(同) 嶋口裕子(同) 工藤節子(同)
- ◇卓球 平山真希(五所川原ITT C・南小6年) 岩崎栄光(五一中2年) 山形寿行(五所川原市卓球協会)
- ◇軟式野球 中嶋剛大(東義高3年)

スポーツ奨励賞(団体)

- ◇柔道 五所川原第一中学校女子柔道部
- ◇少林寺拳法 五所川原第一高等学校男子少林寺拳法部 五所川原第一高等学校女子少林寺拳法部
- ◇バドミントン 五所川原ジュニアバドミントンクラブ
- ◇バレーボール 五所川原工業高等学校バレーボール部
- ◇フットサル グリッタ・パース(サッカー協会)
- ◇陸上競技 五所川原工業高等学校男子陸上競技部

文化奨励賞(個人)

- ◇囲碁 館山真洋(五四中1年)
- ◇作文 前田詩織(五三中2年)
- ◇作文・弁論 平山美紗(五一中3年)
- ◇絵手紙 佐藤健太(五一中3年)
- ◇かるた 寺田 萌(木造高1年)
- ◇文(同2年) 一戸茉莉(同2年)
- ◇簿記 谷藤麻衣子(木造高3年)



県大会でアベック優勝 春高バレーにそろって挑戦



男子・五所川原工業高等学校
女子・五所川原商業高等学校

全国高等学校バレーボール選手権大会の県予選が二月六日、青森市民体育館で行われ、五所川原工業高校男子バレーボール部が二年ぶり四度目、五所川原商業高等学校女子バレーボール部が四年ぶり三度目の優勝を果たし、憧れの全国大会「春高バレー」(3月20日から代々木体育館)への切符を手に入れた。二月十五日、両チームの訪問を受けた成田市長は、「アベック優勝の快挙に、皆喜んでいきます。今後も練習に励んで研鑽を積み、全国大会でも善戦してください」と激励しました。

五工高キャプテンの長内貴志さん(2年)は「今年は高さが持ち味のチーム。全国ベスト8を目指します」と、五商高副キャプテンの江良慧美さん(2年)は「優勝するつもりで臨みました。全国大会でも自分たちのバレーをして、一つでも多く勝ち進みたい」と誓っていました。

これからの農業行政の 方向性を確認

市長と農業委員が語る会

二月二十一日、「市長と農業委員が語る会」が市役所で開催され、様々な農業問題の課題や将来像の意見を述べ合いました。

市に対して農業委員からは「農業補助金」「子どもの農業体験学習の実施」「学校給食への地場産品利用」「地産地消運動の関係団体との連絡会議の設置」など多岐にわたり要望や意見が出されました。

それら一つひとつに答えながら、市長は「安全で安心できる農産物生産を目指して欲しい」と激励しました。

また、市で転作作物として奨励している「つくねいも」のPR活動を活発にしながら「みんなで力をあわせ農業行政を進めていきましょう」と話しました。



子どもたちの安全願 除排雪ボランティア

東日流ライオンズクラブ

二月二十日、東日流ライオンズクラブ(小嶋清治会長)では中央小学校付近の歩道を除排雪し、通学路の安全を確保しました。二十人の会員は、それぞれショベルカーや除雪機、トラック、スコップなどを持ち寄り、作業に汗を流しました。小嶋会長は、「例年にならない大雪で雪壁も高く道路横断の危険など危険なため『子どもたちが事故に遭わないように』と多くの会員が活動に賛同しています。今後も継続していきたいですね」と話していました。



地吹雪号

白神号

冬の奥津軽に

観光客を運ぶ



七年目となる青森県冬季観光シャトルバス・津軽路ルート「地吹雪号」と「白神号」は、今冬も西北五地域に県外からの観光客を運び奥津軽のPRに役かっています。

地吹雪号の乗客は、十三湖でシジミ釜めしを堪能し、小泊村と金木町で太宰治の世界に触れた後、津軽鉄道のストープ列車を乗車体験しました。大阪からの皆さんは、「この列車に憧れとったんや」と話し、日本酒と一緒にストープであぶったスルメを食べ、吹雪で冷えた体を暖めていました。

一方、白神号は、深浦町のウエスバ椿山、岩崎町のサンタランド白神などを巡って立佞武多の館を見学し、立佞武多の大きさとまつりの雰囲気を感じていました。京都から訪れた大友さんご夫婦は、「雅な祇園祭もいけど勇壮な立佞武多も素敵ですね」と感想をもらっていました。

青森県冬季観光シャトルバス 津軽路ルート

青森県冬季観光シャトルバス…

県・関係市町村・県内参加観光業者が主体となってバスを用意し、旅の低料金化で冬季観光の誘客を図るとともに、観光地としての「認知度」と「地元受入熟度」の向上を目指しています。



立佞武多の館に

イメージアップ大賞

NPO法人プロジェクト五所川原倶楽部

多彩な活動を通し青森県のイメージアップに貢献している団体・個人を表彰する「第十回活彩あおもりイメージアップ賞」(あおもりイメージアップ推進協議会主催)の表彰式が二月七日、青森市で行われ、立佞武多の館を運営するNPO法人プロジェクト五所川原倶楽部(岩谷勇幸代表)が当市からは初めてとなる「イメージアップ大賞」に選ばれました。「大賞」の受賞に岩谷代表は、「今後も市と地域の皆さんと連携して、全国から来館する皆さんへ地元のまつり立佞武多の素晴らしさをお伝えし、青森県のイメージアップに努めていきたい」と感想を話していました。



成田市長に受賞の報告をする
田中久義専務理事(左)と小林昭二常務理事(右)

つがるの春夏秋冬

彩りライブ

つがる西北五広域連合



つがる西北五広域連合では二月十二日、立佞武多の館で「つがるの春夏秋冬彩りライブ」を開催しました。このイベントは広域観光ネットワーク支援事業の一環として冬期間の誘客を促進しようといわれたもので、西北五地域の春(虫送り)、夏(立佞武多囃子)、秋(登山囃子)、冬(津軽三味線)の伝統芸能をまとめて鑑賞できます。当日は、関東や関西、県内からの来場者百名余りがライブを鑑賞し、関西からのご夫婦は、「この季節に春夏秋冬の郷土芸能を鑑賞できる」と感激し「今度、新緑の季節にも来ようね」と話していました。

中小小売商業高度化事業構想(TMO構想)を認定

— 五所川原商工会議所 —

二月七日、市では五所川原商工会議所が策定した、「五所川原市TMO構想」を認定しました。

このTMO構想は、市が平成十二年に策定した五所川原市中心市街地活性化基本計画を受けて、商工会議所が関係者と協議を重ね策定しました。

おおよそ五年から十年程度の期間を想定した、地域への波及効果の高い事業、すぐに着手可能な事業などを計画し、商業活性化の指針となるものです。



成田市長は、「『立佞武多の館』を中心とした中心市街地活性化の一助となるよう期待します」と話しながら川村商工会議所会頭に認定書を手渡しました。

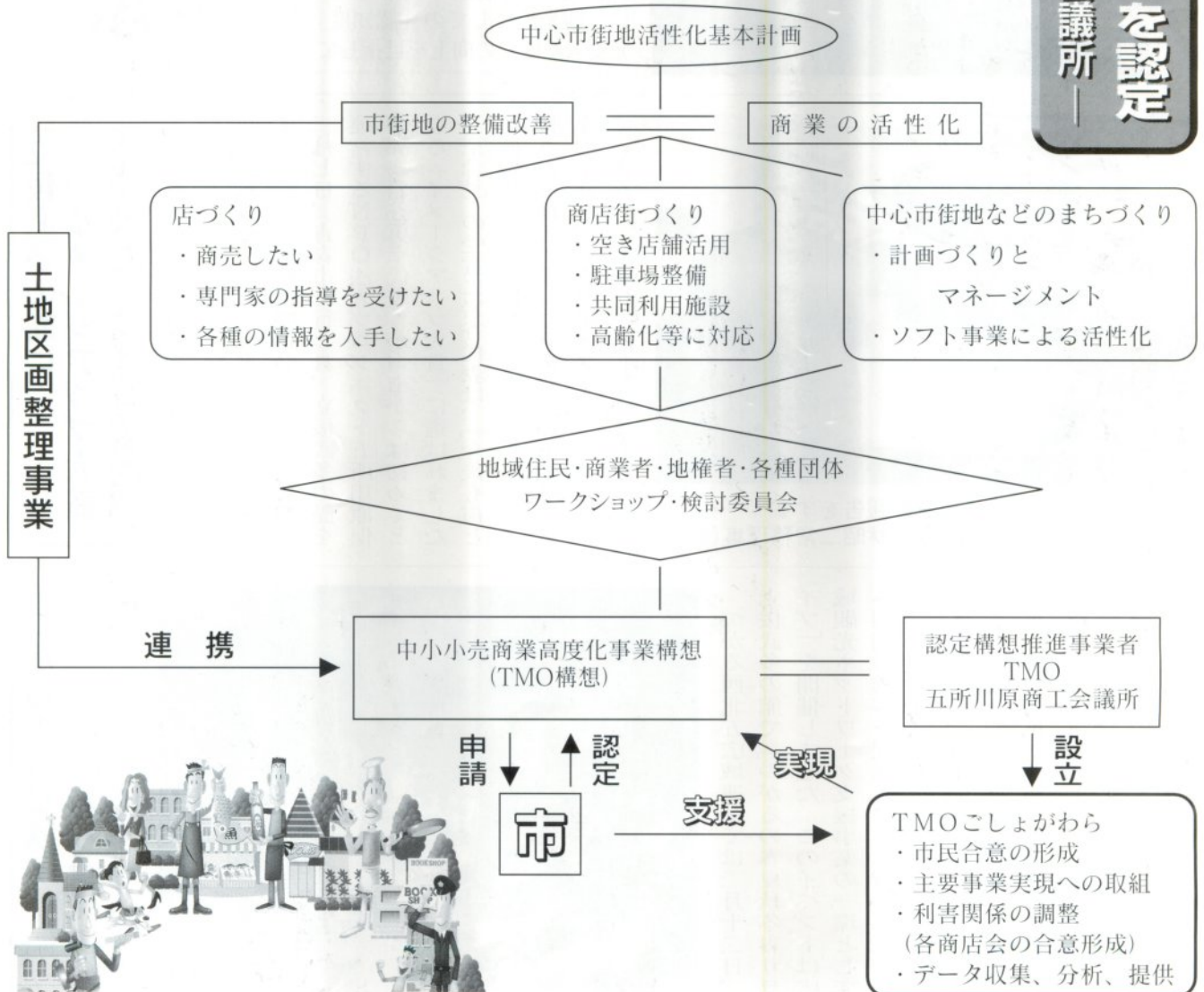
また、認定により、商工会議所

がTMO（認定構想推進事業者）となり、四月一日を目途に「TMOごしよがわら」を設立。商業者、市民によるまちづくりを支援します。

同時に、大町二丁目地区土地区画整理事業と連携しながらハード事業やソフト事業を展開していきます。

市広報では今回と次号の二回にわたりTMO構想を紹介していきます。

◆五所川原商工会議所 中小小売商業高度化事業構想 (TMO構想)



3月上旬 お知らせ

五所川原市教育委員会 事務局移転のお知らせ

この度、市町村合併に伴い、3月22日(火)から次のとおり移転します。なお、転入学等の受付は、今までどおり五所川原庁舎で行います。

〔移転先〕 金木庁舎内
金木町大字金木字朝日山323
☎(53)2111 FAX(53)2995

【今月の相談日】

◎交通事故相談

市民課 内線202
交通事故について専門員が相談を受けています。

●3月8日(火)・22日(火)
10時～15時

市役所北棟2階 市民相談室
◇相談員 青森県交通事故相談所
交通事故相談員

◎行政相談

市民課 内線202
行政などへの意見や要望などを相談ください。

●3月10日(木) 10時～12時
●3月24日(木) 13時～15時

市役所北棟2階 市民相談室
◇相談員 行政相談委員

◎こころの相談日

五所川原保健所保健予防課
☎(34)2108 FAX(34)7516

もの忘れ、不眠、憂うつ、家庭や職場での人間関係がうまくいかずノイローゼ気味、お年寄りの痴呆や介護の問題などの相談を受けています。

◇精神保健福祉相談

3月11日(金)、22日(火) 13～14時

市民課窓口よりお知らせ

内線203～205

「3月26日の土曜開庁」業務は休止いたします

毎週土曜日(午前中)市民課窓口業務(一部)の取扱を行っています。3月26日は金木町、市浦村との合併準備のため、住民票・印鑑登録証明書等の交付を休止させていただきますのでお間違いないようお願いいたします。

農産物加工品直売会

五所川原市農産物加工センター
振興対策協議会
農政課 内線355

●3月9日(水) 11時45分～13時

市役所2階ロビー
◇主な販売品 地元の梅で作った梅漬け、漬け物、おとうふ、ジャムやお餅など。

国民健康保険

◎学保険証について

国民年金課 内線214・215

国保加入者が修学のために住民登録を市外に移す場合、申請により転出した日から学保険証を発行することができません。

既に学保険証をお持ちの方は、有効期限が3月31日までとなっておりますので、引き続き学保険証の交付を受ける場合には、4月1日以降に更新手続きが必要となります。

また、就職や卒業等により学保険証の適用を受けられなくなった場合にも申請が必要となります。

以上のことから、右記いずれの場合にも以下の必要書類を持参のうえ、国民年金課⑥番窓口あるいはお近くの支所へ申請してください。

なお、学保険証交付後に世帯主や住所等に異動が発生し届け出る場合は、親元保険証とともに学保険証も必要となります。

申請に必要なもの：①親元保険証の在学証明書(新規または更新の場合) ※新規の際には合格通知または入学許可証により交付します

②印鑑 ③修学先の4月1日以降が後日在学証明書の提出が必要

④卒業(退学)証明書(学生でなくなった場合)

五所川原市シルバー人材センターからのお知らせ

☎(34)8844

★シルバーパソコン教室

パソコンを習いたい高齢者が対象。初歩から勉強できる入門教室。4月9日～6月25日までの毎週土曜日(全12回) 9時～12時

五所川原地域職業訓練センター

※定員……先着5名、受講料は月4000円(教材費等は別途)

★パソコン無料体験講座

3月19日(土) 13時～16時
五所川原地域職業訓練センター

※定員……先着20名

風倒木の幹・枝材を提供します

国土交通省青森河川国道事務所
五所川原出張所 ☎(34)2738

国土交通省では、台風などにより倒れた河川内の樹木を伐採処理していますが、処理した幹・枝を一資源として地元で再利用していただけるよう無償で提供します。

◇対象 配布場所までトラック等により引き取りに来ていただき、自分で積み込み作業ができる方

※樹種は混在し、幹・枝は直径5cm以下が大半。数量に限りがあるため配布出来ない場合あり。

●配布日時 3月8日(火)

13時30分～14時30分

◇配布場所 国土交通省五所川原防災ステーション(高瀬地内、県道に入口の看板があります)

優良運転者表彰のお知らせ

交通安全協会 ☎(34)5650

五所川原警察署長・五所川原地区交通安全協会会長連名の平成16年度「優良運転者表彰」を実施いたしますので、次に該当する方はお申込みください。

①現在も運転している、10年以上の無事故・無違反の方。

②協会加入5年以上の会員で、触法行為がなく地域の支部長が推薦する方。

③運転免許証に記載された最も古い「取得年」が次のいずれかに該当する方。昭和14年・19年・24年・29年・34年・39年・44年・49年・54年・59年

◇受付締切 4月11日(月)。申込書は、地域の支部長及び当協会事務局にあります。なお、申込み時に「無事故・無違反証明書」(申込手数料800円、1カ月以内のもの)が必要です。

※ご不明な点は、協会事務局までお気軽にお問い合わせください。

各種技能講習会

(社)西北労働基準協会

☎(35)6336

① フォークリフト運転

最大荷重1トン以上のフォークリフト運転

● 4月4日(月)～8日(金) (5日間)

9時～17時(ただし大型特殊免許所有者は2日間の受講)

② 受講資格 大型特殊、大型・普通自動車免許の所有者(女性の方歓迎)

③ 受講料 (テキスト代含む)

① 大型・普通自動車免許の所有者 31470円

② 大型特殊自動車(カタビラ限定付きを除く)免許の所有者 13470円

④ 申込締切 3月29日(火)か定員80名に達し次第締切

五所川原立佞武多運営委員会からのお知らせ

事務局(五所川原商工会議所内)

☎(35)2121 寺山

広報(3)15がわら2月15日号のP4に、平成17年度「五所川原立佞武多」における立佞武多・ねぶたの製作団体の申込みについて、「中型立佞武多の高さは11mまで」

と掲載しましたが、各関係機関と協議した結果、「高さは18mまで」となりましたのでお知らせいたします。

2005 あおもり健康ウォーク
歩くスキージョイ
第12回スプリング
スキーフェスティバル
in MANOGAMI
参加者募集

五所川原スキークラブ事務局
☎(34)8822 山田電器
MANOGAMIスキー場
☎090(2605)5501 齊藤

スノボがなを育てよう!

● 3月20日(日)

MANOGAMIスキー場 (戸沢字玉清水地内)

⑤ 種目

- ・そりこトライアル
- ・歩くスキー
- ・スキー大回転競技(タイムレース)
- ・自己申告タイムレース
- ・スノーボードパラレル競技

※出場者には参加賞、Tバーリフト券、豚汁無料サービス等があります。各種目への参加料など詳細は事務局まで。
⑥ 申込締切 3月7日(月)必着

平成17年度 市・県民税申告相談日程表 (3月)

地区	月日	曜	対象	区域	時間	相談会場	電話
毘沙門	3/1	火	毘沙門	長富	9:20~12:00 13:00~15:00	毘沙門・長富コミュニティセンター	36-2013
	3/2	水	長富			長富コミュニティ消防センター	36-2852
長橋	3/3	木	福山・豊成・野里・戸沢・浅井・神山・松野	木	9:10~12:00 13:00~15:00	コミュニティセンター長橋	29-3111
	3/4	金					
本町	3/7	月	田町・鎌谷町・烏森・下り枝・八重菊・一ツ谷・布屋町・弥生町	木	9:10~12:00 13:00~15:00	コミュニティ防災センター(鎌谷町)	34-9501
	3/8	火	松島町・湊			中央コミュニティセンター(上平井町)	33-1532
	3/9	水	川端町・本町・東町・大町・旭町・上平井町小曲・田川				
	3/10	木	岩木町・中平井町・寺町・柏原町・錦町・幾島町・末広町・蘇鉄・芭蕉			しきしまコミュニティセンター(敷島町)	34-4503
	3/11	金	敷島町・雛田・下平井町・幾世森				
	3/14	月	新宮町・新宮岡田・新宮松元・長橋橋元・若葉・長橋広野(一番~十番)			富士見コミュニティセンター(蓮沼)	35-0294
	3/15	火	栄町・平和町・蓮沼・不魚住・元町・新町・柳町・湊団地				
三好・中川	3/16	水	三好・中川	木	9:20~12:00 13:00~15:00	コミュニティセンター三好	36-2014
飯詰	3/17	木	飯詰			コミュニティセンター飯詰	37-2141
毘沙門	3/18	金	毘沙門	木	9:20~12:00 13:00~15:00	毘沙門・長富コミュニティセンター	36-2013
七和・梅沢	3/22	火	七和・梅沢			コミュニティセンター七和	29-2111
松島	3/23	水	松島	木	9:10~12:00 13:00~15:00	コミュニティセンター松島	34-2942
栄	3/24	木	栄			コミュニティセンター 栄	35-1926
長橋	3/25	金	長橋	木		コミュニティセンター長橋	29-3111
本町	3/28	月	田町・鎌谷町・烏森・下り枝・八重菊・一ツ谷・布屋町・弥生町・松島町・湊	木	9:10~12:00 13:00~15:00	コミュニティ防災センター(鎌谷町)	34-9501
	3/29	火	川端町・本町・東町・大町・旭町・上平井町小曲・田川・岩木町・中平井町・寺町・柏原町・錦町・幾島町・末広町・蘇鉄・芭蕉			中央コミュニティセンター(上平井町)	33-1532
	3/30	水	敷島町・雛田・下平井町・幾世森・新宮町・新宮岡田・新宮松元・長橋橋元・若葉・長橋広野(一番~十番)			しきしまコミュニティセンター(敷島町)	34-4503
	3/31	木	栄町・田町・蓮沼・不魚住・元町・新町・柳町・湊団地			富士見コミュニティセンター(蓮沼)	35-0294

※ 4月1日(金)以降は、全地区について、市役所税務課内で申告相談を受付します。窓口の混雑が予想されますので、なるべく上記の日程においでくださるようお願いいたします。【問い合わせ】 税務課市民税係 ☎35-2111 (内線424・425・426)

進行方向をよく見て安全運転に努めましょう!



ママお帰いなさい

左から提供会員の岩根美和子さん、三上裕翔(ゆうと)くん3歳、千翔(かずと)くん1歳、依頼会員の千春さん

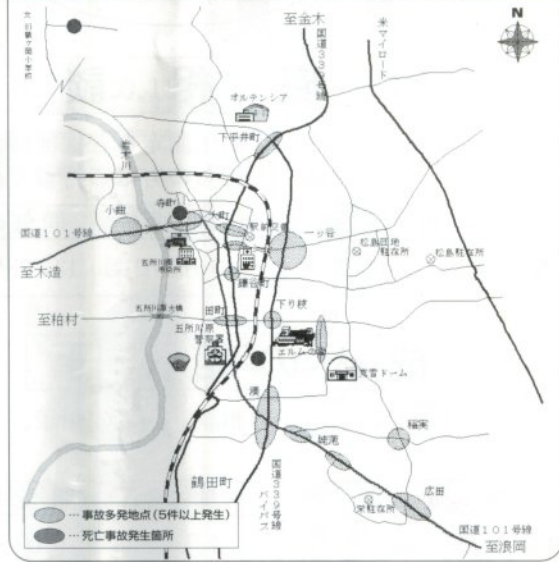
「ママお帰いなさい!」提供会員の岩根さんと楽しく遊んでいた裕翔くん千翔くんは、美容院で髪を切ってきたお母さんに駆け寄りませす。フンパクな男の子の子育てを頑張っている千春さんも、この日はすっきりリフレッシュできたようです。一生懸命な子育ても時には、気分新たに自分らしさを見つめる時間も大切ではないでしょうか!?

随時会員募集 ☎35-8953

事故多発箇所

- ◇国道101号線では、広田から湊、寺町から小曲にかけての市中心部周辺での事故が多発
- ◇国道339号線では、郊外の鶴田バイパス、市中心部での発生が目立っている。
- ◇市道では、交通量が多くなったエルムの街周辺で多発。

平成16年度中の交通人身事故発生マップ



事故形態

- ◇各多発箇所では追突事故が非常に多い。
- ◇五所川原市中心部では追突事故の他【信号無視による事故】【右折車と対向直進車との事故】【自転車乗りや歩行者との事故】が目立っている。
- ◇エルムの街周辺では【駐車場から進路へ出る際の衝突事故】が多い。

事故原因

- ◇オーディオ等の操作による脇見、前方不注視
- ◇左右や後方の安全不確認



オルテンシア 3月の催物案内

ふるさと交流国民センター TEL33-2111

	日	曜日	催物	開演	入場料
大ホール	6	日	さつき保育園 音楽リズム研究会	9:40	整理券
	13	日	お世話になります 歌謡ショー	14:30	前売・当日 485円
	20	日	日本舞踊 新舞踊	13:00	前売300円
	27	日	第23回津軽三味線滝米会 チャリティー発表会	9:30	前売500円 当日800円
小ホール	4	金	五所川原市文化講演会 「時代のトレンドを読む」	18:30	無料
	13	日	きよみ愛育園 こてきおゆうぎ発表会	9:45	無料
			新宮団地保育園 卒園式	10:00	関係者
	19	土	名作こども映画会	14:00	中学生以上 900円 小・幼 (2才児より) 800円
	20	日	阿部寿子ピアノ教室 発表会	13:00	無料
	26	土	ピアノ・エレクトーン コンサート 長尾音楽教室	13:00	無料
27	日	ピアノ発表会 フローラ・野木保育園教室	14:00	無料	

※主催者の都合により日程が変更になる場合もあります。

中央公民館からのお知らせ TEL 35-6056

◎みんなのギャラリー展示紹介

★光彩会小品展

伊藤正規画伯指導のもと、明るい色彩で描いた静物、花、風物等の小作品を展示します。

◇日時 3月10日(木)～24日(木) 2階ギャラリー

※ギャラリー展示希望の方は、中央公民館まで。

◎家族で映画を楽しむ会 ～3月

世界の名作童話を幼児にもわかりやすくアニメ化した『ながぐつをはいたねこ』『アラジンとまほうのランプ』『おおかみと7ひきのこやぎ』と、恒例の『日本昔ばなし』より「はなたれ小僧さま」「山伏石」他をお楽しみください。

◇日時 3月26日(土) 10時～11時30分(無料)

図書館からのお知らせ TEL 34-4334

◇利用時間 火～金曜日 9時30分～18時

土・日曜日 9時30分～17時

3月22日(火)は休館日(9時30分～17時)

◇3月の休館日 毎週月曜日と17日(木)、20日(日)

◇おはなし会 テーマ「ぼかぼかあったかい話」

3月19日(土) 13時30分～14時30分



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
水野尾コミュニティ消防センター	3月18日(金)	13:00~14:30

成人の相談日

健診結果の見方、血圧の相談、病気の相談、心の相談等にも応じます。

開催場所	開催月日	開催時間
働く婦人の家・保健センター	3月9日(水)	10:00~12:00

みんなの健康教室

- ◇日時…3月25日(金) 13時~14時
- ◇場所…働く婦人の家・保健センター 3階ホール
- ◇テーマ…効果的な薬の飲み方
- ◇講師…蝦名文彦先生 (はら調剤薬局)
- ◇主催…北五医師会・五所川原市民保健協議会

結核の予防接種 BCG接種をうけましょう

4月から結核予防法の一部が改正になります。「定期予防接種の対象者は生後6カ月までとし、ツベルクリン反応を行なうことなくBCG接種を行なう」などの内容になります。生後6カ月を超える乳幼児はBCGの対象外となり、接種する場合は任意接種(自費接種)となりますから、年度内に接種できるよう接種日を設け実施します。この機会の接種を是非お勧めいたしますので、詳細は広報ごしよがわら1月1日号をご覧になりおいでください。

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②

五所川原市食生活改善推進委員会

かぼちゃとりんごの肉巻き照焼き



(1人分 174kcal 塩分2.1g)

■材料(4人分)

かぼちゃ・りんご…各150g {片栗粉・酒…各大さじ1
豚もも薄切り肉…240g {油・砂糖
みりん…大さじ2
塩・こしょう…少々 しょうゆ…大さじ3

【作り方】

- ①かぼちゃはところどころ皮をむいて、りんごとともに1cm角・5cm長さの拍子木切りにする。
 - ②豚肉は広げてこしょうをふる。たて半分に切り、かぼちゃとりんごをのせて巻き、片栗粉を全体にまぶす。
 - ③フライパンに油を熱し、②を入れて両面を色よく焼き、酒を振りふたをして2分くらい蒸し焼きにする。
 - ④みりん・しょうゆ・砂糖を加えて味付けをする。
 - ⑤④を器に盛り、刻みパセリを散らす。
- ★かぼちゃの歯ごたえが残る程度に火を通すのがおいしさの秘訣です。

野菜には、からだガムーンズに活動するのを補助したり、病気に対する抵抗力を養うビタミン、ミネラル、食物繊維などの栄養が豊富に含まれています。工夫して毎日たっぷり食べましょう。

救急医療当番医

月日	曜日	医療機関名	住所	電話
3月6日	日	富田胃腸科内科医院	みどり町4丁目128	34-3211
3月13日	日	木村内科医院	松島町2丁目89-4	35-2815

- *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。

1日1円で〈ご家族の安心を!!〉

家族そろって加入しましょう
交通災害共済に



(会費)
年間1人350円

(見舞金)
2万円から15万円

(特別見舞金)
50万円

350円の 1日の治療でも見舞金が2万円
会費で 弔慰金は100万円

ただいま予約加入を受け付けています!!

- 加入の申込みは環境対策課及び各支所窓口
- 共済期間 平成17年4月1日から平成18年3月31日まで

団体加入をしてくださる
事業所・町内会等を
募集しています!

*団体加入は会員1人につき20円が
団体奨励金として団体に支給され
ます。20人以上であれば団体で
加入できます。

詳しくは 環境対策課 内線206