



## 赤ちゃんって かわいい!

### その笑顔忘れずに

市浦中学生による「親と子のふれあいセミナー」では命の大切さを学びました。

赤ちゃんとお母さんとお父さんとお母さんになっても忘れずに欲しい。

# できることからはじめよう ボランティア活動あつまぐりつなぐで

## 7月1日 お祭り広場草刈

十三地区にあるお祭り広場で十三婦人会員、十三老人クラブ会員等約三十人が草刈作業や、草取り作業をしました。お祭りは八月十四日～十六日まで十三の砂山まつりが行なわれる場所とあって、ていねいに草取りをしていました。会長の小山あぐりさんは、「毎年この活動は続けています。きれいな所をみればさっぱりするよ。みんな



お祭り広場の草取りをする参加者

の広場なのだから使う人みんなできれいにしたい」と話していました。老人クラブの白川さんは「ゲートボール場を使わせてもらっているので参加したい。自分達でも草取りをして

いるが間に合わなくなってしまう」と話していました。参加者はきれいになった広場で小休止していました。

## 7月2日 海浜清掃

十三地区、水戸口周辺、磯松、



波で打ちよせられたゴミを拾う参加者

脇元海岸のクリーンアップ作戦が繰り広げられました。この清掃活動には金木高校市浦分校(岩城徹校長)、生徒二十人、教諭七人、連合婦人会、市浦小学校、市浦中学校PTA会員、日赤奉仕団、役場職員等総勢二百名が参加しました。この清掃は本格的な観光シーズンを迎える前に毎年行なわれています。毎年ながら空き缶や発泡スチロール等の多さに参加者はあきれていました。



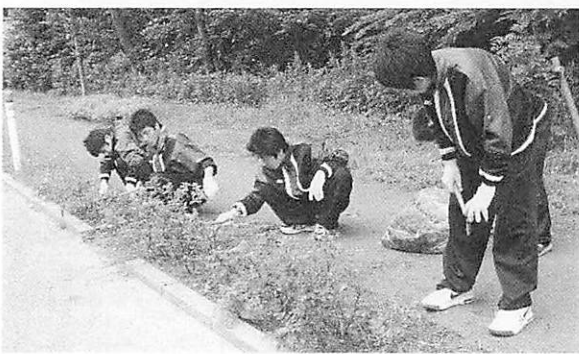
袋はたちまちいっぱいになります

## 7月16日 メタセコイヤ通りの草取り 中里高校ボランティアグループ

中里高校生徒約四十人が十三区相内間の沿道の草取りをしました。ここはメタセコイヤが植



だんだん慣れてスピードアップ



最初は慣れない手つきでも…

えられて整備されている通りです。高校生たちは額に汗しながら頑張っていました。雑草を取り除いたあとはまた、美しい通りになりました。

## 6月18日 悠遊郷に手作りお菓子 うんべいを差し入れ

六月十八日、食生活改善推進委員の皆さん(代表・佐藤トクさん)が手作りのうんべいを悠遊郷のデイサービス利用者へ差し入れしました。昼食後、のんびりと過ごしていた通所者は思わずプレゼントに大変喜んでいました。感想は大変おもしろい、また懐かしいと大評判でした。



「どうぞ召し上がって下さい」「いただきます」

# 「バイオマス」どのようを使う

## ◆具体的に検討

市浦村では、バイオマス戦略委員会を設立し、積極的にバイオマスに取り組んでいます。

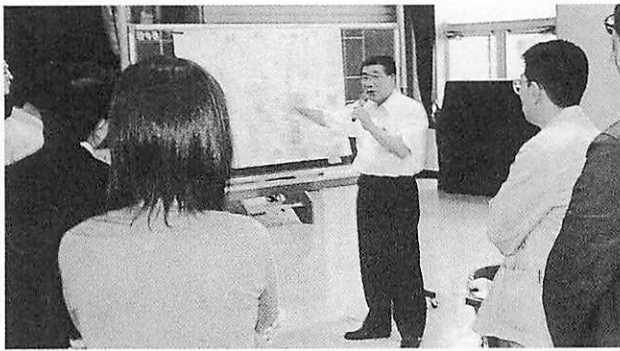
七月三日、バイオマスをどのように使ったら有効的かを話し合うワークショップがコミュニティセンターで開催され関係住民等約三十人が参加しました。このワークショップは「政策マーケティング委員会」やNPO（民間非営利団体）の共催で行なわれました。参加者が四グループに分かれ討論しました。



グループごとの意見交換会

「バイオマス供給団地」を作り公共施設や家庭への電気の供給、宿泊施設等への温泉供給、農業団地へのエネルギー供給をしハウス農業に役立てて特産物を育てる。村内をイルミネーションで飾る、やませを温かくする。などのユニークな意見がたくさん出ました。

その後、バイオマス産業エネルギー研究所の芝原幸夫所長が木材の再生技術を紹介しました。



ユニークな意見が出されました

# よりよい合併をめざして

七月五日 あおもりあすなろホール市浦において第四回百人委員会が開催されました。

今後の五所川原地域合併協議会のスケジュールについて示されました。

協議会での合併協定書調印、三市町村議会での合併申請の議決、県知事への申請、県議会（配置分合の議決）、県知事の配置分合の決定、総務大臣への届出（官報告示）、新市誕生。

合併協議会では、①新しいまちづくりの基本計画となる新市建設計画の作成、②三市町村で差のある行政サービスなどの整理・統合、③新市の名称、行政機構など、住民福祉が維持・向上し、活力ある地域を創造するため、新市のまちづくりについて検討します。

わが村の基本方針が示されました。

## 一、合併への基本的な考え

合併は行財政改革を伴った豊かな自治運営をめざすことであり、たとえ飛び地であっても道路や情報が直結しており、五所川原市との合併は大きな障害に

ならないと思う。

## 二、新市名について

新市名は五所川原市、市役所の所在地も五所川原市でも特に異論はないが、新市名については公募するのも一つの方法だと思ふ。

## 三、事業関係

①継続事業は、原則として優先実施する。②高規格救急車の配置（更新）と消防庁舎の改築。③バイオマス事業の早期着手と実証炉の誘致にも積極的に取り組む。④タカラアグリ等と提携して企業誘致も進める。⑤新市民の一体感を醸成するため、五所川原、金木、市浦間の行政機関等を繋ぐ行政連絡バスの運行をはかる。

## 四、行政運営に当って地域の特性を尊重して欲しい

①「包括ケアシステム」を今後も伸ばしていきたい。②圃場整備事業を円滑に進めるため、工事費の農家負担の軽減、職員派遣の継続をお願いする。市浦村畜産公社や十三湖環境整備株式会社についても同様の配慮をお願いする。③広域合併は、中心部が榮え周辺部がさびれるという声もあるが、住民の不安を

解消するため、支所に窓口業務の他、地域振興課を設置し、まちづくりの柱として、また住民が主体的に行政に参画する仕組みとして、旧町村単位に合併特例区とか、地域自治区を（地域審議会）を設置する。

・税率等（介護保険料等）は五年間不均一課税とする。  
・財産区は現行のまま残すこと。

## 五、議員の定数特例及び在任特例について

小規模町村の意見もより多く市政に反映させるため、議員の在任特例及び定数についても次のように考える。

### ▼第一案

基本構想や合併協定事項を新しい市政に反映させるため、議員の在任特例は必要だと思ふ。しかし、住民感情や、財政状況を考慮し、報酬額は現行どおりとする。在任期間についても、平成十八年十一月三十日までとする。

### ▼第二案

在任特例を最大限適用しても二年間でありますので、地域感情をなくし新市の一体化をはかるため、在任特例を設けず合併と同時に選挙するのも一つの方法である。その場合、議員定数は法定定数の三十名とする。

# トマトのパッシブ水耕栽培にチャレンジ

## 「しゅうら型未来型農業研究会が試験栽培」

◎低コストで省力的、病気が少なくA品率が五割以上

当村は、トマトのハウス栽培が盛んだが、パッシブ水耕で栽培している農家はない。「トマト栽培で低コスト・省力化が図れないものか」村の認定業者や職員ら二十人で組織する「しゅうら型未来型農業研究会」（三和均会長）が試験栽培を行なっています。同研究会会長の三和均さんが試験栽培の役目を買ってました。

パッシブ水耕栽培の特徴としては、  
一、**酸素を取り入れる方法**  
従来の方法は、培養液を循環させることにより、常に溶存酸素量を高いレベルに保っていました。パッシブ水耕では培養液の中から根（水中根）が空気中に露出し、この露出した根から酸素を吸収する。これがパッシブ水耕と従来の方法の最大の違いです。

### 二、低コスト

装置が自作できるので初期投資資本が少なく済みます。また、肥料の無駄もなくランニングコストが安くなります。従っ

て、連作回避の土作り・資材・労力はいりません。

### 三、省力的

培養液をベットに入れば、地下部の管理（かん水等）はいりませんので省力的です。

### 四、化石エネルギーは不要

培養液を循環させることもないのでポンプは必要ありません。また、培養液を入れるタンクも必要ありません。

### 五、病気が少ない。

培養液を循環させないため、根の病気に対する危険性が非常に少ないです。

以上のような特徴があります。

試験用のハウスでは一・二M×十六Mのプールに八十株のトマトが栽培されている。堆肥や機械等がいらないので新規の方でも今までの栽培に比べ参入しやすいのではないかと同研究会ではみています。

パッシブ水耕栽培で栽培されたトマトは日持ちがよいとされていますが、今後は、収量や、品質などの調査を実施して行きます。

パッシブ水耕栽培に興味のある方は、実取地区にある三和均

会長のハウスを訪ねてはいかがですか！



水耕栽培（真中） 四月の様子



水耕栽培（真中） 七月の様子  
両側は一般的栽培

# 今年も全国大会へ

## 「金木高校・市浦分校」

県高校定時制、通信制総合体育大会の陸上大会が六月六日に青森市県総合運動公園陸上競技場に於いて行なわれました。昨年に引き続き、男子総合の部で四位入賞を果たしました。また、昨年は初優勝に輝いた女子総合の部で今年も残念ながら四位にとどまりました。その報告に二年生の藤崎弘達君がコーチの下山先生と村長室を訪れました。

藤崎君は、「全国大会では、まず決勝をめざしてがんばります。そして、今年はずいぶん賞状を持って帰りたい」と抱負を語りました。高松村長が「今年はおリンピックの年なのでプレッシャーに負けないで頑張ってください」と激励しました。市浦分校では、五人の選手が全国大会に（八月十三日～十五日）出場します。ご健闘をお祈りします。

### 市浦分校記録

- ▼四百 m
  - 二位 藤崎 弘 達（二年）
  - 石澤 由 美（二年）
  - 六位 松 谷 光（二年）
  - ▼八百 m
  - 三位 松 谷 光（二年）

▼四百 m 障害

三位 藤崎 弘 達（二年）  
▼千六百 m リレー

二位 山 中 郷 試（三年）

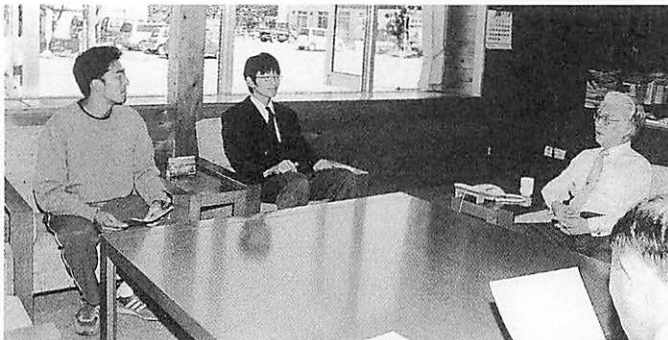
塚 本 馨（二年）  
藤崎 弘 達（二年）  
松 谷 光（二年）

▼砲丸投げ

三位 古 川 絵里香（三年）

▼円盤投げ

三位 古 川 絵里香（三年）



全国大会への抱負を語る藤崎君（写真中央）左は下山先生

# あどる登場

愛するみんなに出会い、  
写真を撮るから「愛撮る」会って  
話すから「会いこる」  
村民みんながアイドル。

ゲートボールが  
一番の楽しみです



奈良良光さん

工藤石松さん

下澤国一さん

わらいを定めて…

六月二十五日、北郡ゲートボール大会があるというので、出かけてみました。いきました。いきました。パワー全開の選手たちが…。ちょっと見ただけでは難しくしてルールを理解できません。ただボールをぶつけてればいいというものでもないらしい。ゲートにくぐらせたり、はたまた、わざとはずしてみたり。あくあ、やっぱり難しい。取材中分らずじまいでした。



伊藤博さん

ながながうま  
いがわもんだよ。

そ〜う  
いけ!

87歳のパワーが  
ばく発だ!!

白川りえさん

単だよ。あんたもやってみなご  
そのゲートボールの審判を買って出ているのが奈良良光さんです。「ルールは難しいよ。でも老人方はみんな覚えてしまっているんだ。ボケ防止にいいよ」と盛んにすすめられました。が今の状況では無理だなと感じました。さわやかでパワフルなエネルギーを少しわけてもらいたいと思いました。



子どもがここで遊ぶので参加しています。

工藤理美子さん

十三地区にあるお祭り広場で十三婦人会等による草刈作業が行なわれました。お日様がかんかん照ってとても暑い中、会員の皆さんが汗だくで頑張っていました。暑いのに作業中は終始笑顔でした。



大会のようす



きれいになった所を見るとさっぱりするよ。

相川勢子さん

みんなで使う所だものみんなできれいにしねば…



ボランテアは笑顔で

小山あくりさん



中井紀子さん



美人にとってね

松木芳子さん



相川けい子さん

こことよい汗をかいています。



亀岡まき子さん

手際よく草を刈る。手際よく集める。



松木紀久夫さん

終わった後の一杯が楽しみ!

山田一夫さん

男手も必要



います。この海が太古の昔から様々な生命を育んできました。全ての生命は海を起源とすると言われるように、私たち人間に現在でも大きく影響しています。海で採った魚は大切な栄養源となり、海から蒸発した水蒸気が雲を作り雨を降らせ大地に潤いを与え豊かにします。普段あまり意識しませんが私たちの生活に密接に関わっています。

今年太平洋高気圧が元気で青森にも夏を運んでくれ、夏らしい夏になりました。しかし、連日耳にする関東地方の熱に比べたら快適で健康的な市浦の環境はとても心地よいですね。山川、湖、夕日、おいしい空気、そしてきれいな海。こんな素晴らしい自然に囲まれる市浦は正にタラソに適した癒しの地だと改めて感じます。とはいえもう少し続く夏の暑さに負けないよう日頃の体調管理に気をつけましょう。

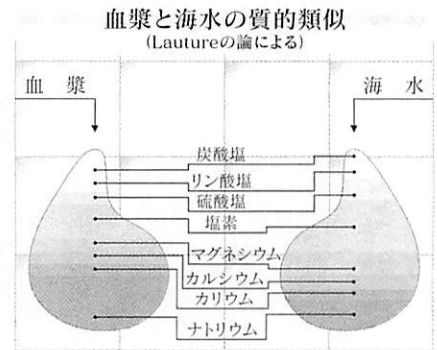
『癒しの海②』海水の秘密

海遊館と言えばやっぱり海水プールですね。もう一度原点に戻って海遊館のプールを満たして私たちを癒してくれる海水の秘密に迫ってみましょう。地球の約70%は海で覆われて

前置きはさておき海水の特徴に迫ってみましょう。海水は塩水というイメージがあると思いますが、いわゆる塩分だけでなく様々なミネラルが含まれています。これら全てが私たちの身体になくてはならない物です。

ここで不思議なのは海水の成分。海水の成分は人間の体液（細胞液）のミネラルバランスとほぼ同じなので、人間の身体の中に海があるようなものなのです。体調が崩れた時などはこの体内のミネラルバランスも崩れるので人間本来のミネラルバランスを持つ海水に浸かることで体調を整える効果があります。昔の海水に関する有名な実験があります。犬の血液と海水を入れ替えると、一週間後には実験前よりも元気になったということです。

すごいですね、海水・・・



その他の海水の特徴というと、海水の四大特性というものがあります。浮力、抵抗、水圧、水温です。

**浮力** ご存知のとおり、水に海水は真水よりも浮力は大きく、膝や腰などへの負担が軽減されます。更に筋肉の緊張を和らげ痛みの軽減にもなります。リハビリに水中が適しているのは、このためです。

**抵抗** 水の抵抗の特徴は、水中で手を早く動かそうとすればするほど抵抗が大きくなる。これは出した力に応じて抵抗がかかるため、個人にあった抵抗で無理なく運動ができるということなのです。

**水圧** パスカルの法則、聞いてたことはありますか？水圧は水深が深くなると比例して大きくなります。水圧が

かかると静脈の流れが良くなります。その他に関節を安定させる痛みを軽減させる効果もあります。

このような特性を最大限に生かすように元氣海プールは設計されています。無理なく、楽しく、且つ効果的に使えるのが海遊館の海水プールなんです。膝や腰の痛み、肩こり、冷え性、慢性的な疲労でお悩みの方だまされたと思って海遊館に一度足を運んでみては？

INFORMATION

9月のラッキーマンデー

海遊館は毎週日曜日がおトク!

- 9月 6日 全オプショントリートメント30%OFF
- 13日 クイックストレッチ(15分) ¥1,000
- 20日 ヒバパンジェ、バンドルゴ半額 通常2,000円⇒1,000円
- 27日 アルゴバック半額 通常3,000円⇒1,500円

定休日のお知らせ

7月、8月の夏休み期間中は休まず営業しておりますが9月より通常通り毎週火曜日が休館日となります。お間違えのないようご利用ください。

市浦のお土産にいかが？

『タラソサブレ』発売開始海遊館のお菓子が誕生しました。その名は『タラソサブレ』タラソと健康増進施設らしく海藻と今話題のアミノ酸が入ったヘルシ～、おいし～な商品です。  
\*市浦のお土産にいかがですか？1枚90円、5枚入り450円です。



# 国民年金 コーナー ご存知ですか? 国民年金

## 現役時代に保険料を納め 老後に年金をもらおう

公的年金制度は、加入者は保険料を納め、それに応じて年金を受けるといふ、「社会保険方式」になっています。

公的年金には原則として二十歳から六十歳未満のすべての国民が加入し、保険料を納付することが義務づけられています。この保険料をきちんと納めなければ、高齢者になってから年金が支給されなかったり、受け取る年金額が減額されたりします。公的年金は、現役時代に保険料を納めるといふ義務を果たし、その見返りとして、老後に年金を受け取るという権利を得るしくみになっています。



平成十五年度 年金標準入選作品  
いそいそと年金受取り孫つれて

## 便利な口座振替を ご利用ください

国民年金保険料を毎月納めに行く時間がなかなかとれないでいる方や、ついうっかりして、保険料を納め忘れてしまうことのある方には、国民年金保険料の口座振替をお勧めします。  
\*詳しくは、役場年金係にお問合せください。

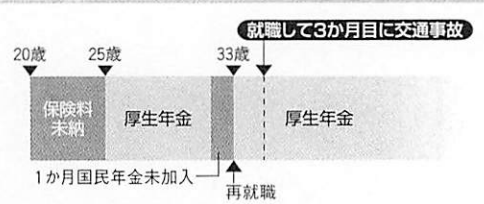
## 国民年金の納め忘れで ごんがりスゴが!

**Q** 先月、会社を退職しました。来月から友達の会社に入社が決まりました。ちよつとの間なので国民年金には加入するつもりはないのですが…?

**A** 日本国内に住む二十歳から六十歳までのすべての方に国民年金の加入が義務づけられています。たとえ1か月でも、国民年金の加入手続きをし、保険料を納めていただきます。保険料を1か月でも未納にしていると、将来月数不足で年金が受けられなかったり、事故などで障害が残っても、年金が受けられない場合があります。



“次の勤め先が見つかるまで”のつもりで国民年金に加入しなかったり、保険料を納めていなかったら…



20歳から5年間、国民年金保険料を未納、25歳から厚生年金加入、33歳の時に転職。転職するまでの1か月は国民年金未加入。再就職して3か月目に交通事故で障害者になった。

- ①20歳から交通事故にあつたまでの期間で、保険料納付済期間(厚生年金期間も含む)と保険料納付期間を合わせた期間が3分の2以上ないため障害基礎(厚生)年金は受けられません。
- ②平成18年3月までの特例で、最近の1年間に保険料の未納月がなければ受けられますが、この場合国民年金に未加入で、保険料未納期間があるため障害基礎(厚生)年金は受けられません。

# 消防・ネットワーク 火事と救急・救助は一一九番

## 青森県救助技術大会 行われる

第三十三回消防救助技術青森県大会が六月三十日に青森県消防学校において行われました。

津軽北部広域事務組合からも十五名(十組)の隊員が参加し、ロープ応用登はんに出場した白戸、片山チームが上位入賞を果たし東北大会出場を決めました。その他の入賞者は次のとおりです。

### ◆ロープブリッジ渡過

- 阿部 浩美(中里署)
- 榊引 隆弘(消防本部)
- 三上 耕路(金木署)
- 花田 孝志(金木署)
- ◆ロープ応用登はん
- 白戸・片山チーム(中里署)
- 浅利・今チーム(金木署)
- 三上・永坂チーム(市浦・小泊署)

### ◆はしご登はん

- 鳴海 雅文(金木署)
- ◆ほくく救出
- 今・田中チーム(中里・金木署)

七月十五日に第三十三回東北地区消防救助技術大会が秋田県

消防学校で行われました。ロープ応用登はんに出場した白戸、片山チームは見事に入賞を果たしました。

## 避難訓練行われる

七月十五日、アトム保育園において避難訓練が行われました。地震を想定し、災害発生から通報、避難と災害を想定した訓練がテキパキと行われました。先生による、消火器を使った消火訓練では見事に消火を成功させ、園児から大きな拍手が送られていました。

訓練終了後に消防車両を見学した園児の笑顔がとても印象的でした。



## 消防職員募集要項

◆職種、試験区分及び採用予定人員並びに勤務場所  
○職 種 消防職

○試験区分 初級(高等学校卒業程度)

○採用予定人員 若干名  
○勤務場所 組合管内の各消防署(組合管内の異動有り)  
※中里消防署・金木消防署・市浦消防署・小泊消防署

◆受験資格

(1) 組合管内(中里町、金木町、市浦村、小泊村)に住所を有する人、又は現に住所を有していても採用後に組合管内に住所を有し通勤可能な人。  
(2) 高等学校卒業程度の学歴を有し、昭和五十三年四月二日から昭和六十二年四月一日までに生まれた人。(平成十七年三月卒業見込みの人を含む。)

(3) 身体の主な基準  
①身長 160cm以上  
②胸囲 160cm以上  
③体重 50kg以上  
④視力 両眼とも裸眼で0.3以上、赤色、青色及び黄色の色彩の識別が出来ること。

⑤聴力 左右とも正常であること。  
(4) 普通自動車免許を取得している人で、採用後大型自動車運転免許取得可能な人。

ただし、平成十七年三月高等学校卒業見込の人は、採用後一年以内に普通自動車運転免許取得見込の人。

◆提出書類

(1) 受験願書  
(2) 履歴書

(3) 健康診断書 診断項目(心電図、血圧、胸部のエックス線(間接撮影)、身長、体重、胸囲、視力(色覚)、聴力)

(4) 最終学校長の卒業証明書(在学中の人は、卒業見込み)及び成績証明書。  
(5) 救急救命士免許証を所有している人は、免許証の写し。

※合格証明書の場合は、その写し。国等が実施する各種資格取得者は、その資格証明書の写し。  
※合格証明書の場合は、その写し。

◆受付期間 平成十六年七月八日(木)から平成十六年八月六日(金)まで。(厳守)

\*注 受付時間は、月曜日から金曜日の午前八時十五分から午後五時まで。(土・日曜日及び祝日は受付しません。)

◆試験の日時

【第一次試験】  
・期日 平成十六年九月十八日(日)  
・会場 青森市内(決定次第受験者に通知します。)

【第二次試験】

・期日 平成十六年十一月上旬  
・会場 消防本部  
◆合格発表 第一次試験は平成十六年十月上旬、第二次試験は十月上旬の予定。

◆採用時期

平成十七年四月一日(金)

▼お問い合わせ

中里町大字中里字宝森一の二  
消防本部 総務課  
☎〇一七三二五七二二七四四

### 中村雅俊コンサート 12004「心に筋肉」

◆期日

九月十二日(日)  
十八時三十分(開場十八時)  
オルテンシア  
コンサートホール

◆入場料

S席・六三〇〇円  
A席・六〇〇〇円  
チケット販売  
七月六日(火)より  
オルテンシア

☎三三二二二二  
ELMインフォメーション  
☎三三二六二七五  
イオン柏SC総合サービスカウンター  
☎二五二三四五〇  
中三五所川原店  
☎三四一三三三一  
五所川原市内郵便局  
☎三四一三二〇五

▼お問い合わせ

ふるさと交流圏民センター  
☎三三二二二二

### 今を知り明日をみつめる暮らしの統計

平成十六年度全国消費実態調査  
にご協力をお願いします。  
本年九月から十一月までの三ヶ

月間にわたり、平成十六年全国消費実態調査が実施されます。この調査は、国民の暮らし向きを、家計の所得、消費、資産の三面から総合的に把握することを目的に行なわれます。この調査の結果は、統計としてまとめられ、国や、地方公共団体が行なう各種社会・経済施策などの貴重な基礎資料となります。調査員が皆様のお宅に伺いましたら、ぜひ調査にご協力お願いいたします。

## おめでとう

第八十回日本珠算連盟  
段位認定試験合格者

準二段  
山田 千草

第百七十回日本商工会  
議所珠算能力検定試験

三級  
工藤 康敬

四級  
大澤 藍加

五級  
成田 佳史



山田千草さん

六級  
佐々木 拓愛  
成田 拓弥  
七級  
新岡 嗣久  
松橋 僚汰  
(以上市浦珠算学院)

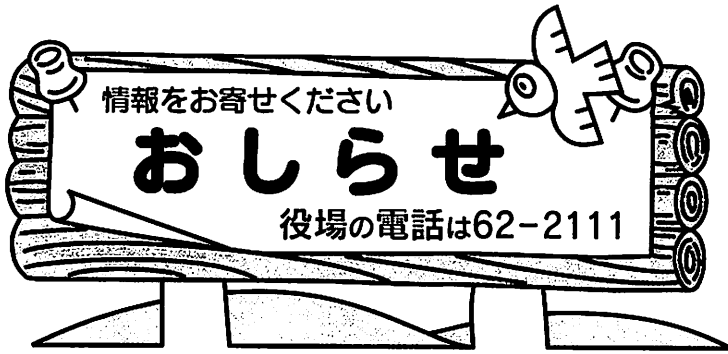
## たからっ子

おれ ちゃん  
お母さん  
れ 玲 央  
美 さん  
有 美 さん (お母さん)



今日はたからっ子





市浦村の人口と世帯数 平成16.7.1現在

大字名	前月人口	人口	世帯数
相内	1,164	1,161	406
桂川	52	52	21
太田	236	235	82
脇元	495	493	200
磯松	280	280	109
十三	787	785	268
計	3,014	3,006	1,086

玉掛技能講習会実施要領

- ◆講習対象 つり上げ荷重一トン以上の玉掛業務
- ◆開催日時 平成十六年八月十七日から十九日まで(三日間)
- ◆開催場所 学科 (社)西北労働基準協会二階大ホール(五所川原市大字唐笠柳字藤巻四九五―三) 実技 斎勝建設(株) 構内(五所川原市大字太刀打字早蕨九八―四)
- ◆受講資格 満十八才以上の者(女性の方も歓迎します)
- ◆受講一部免除者
  - (1) クレーン、移動式クレーン等運転士免許を受けた者、又は床上操作式クレーン運転、小型移動式クレーン運転技能講習を修了した者
  - (2) 一トン以上の玉掛の補助作業に六ヶ月以上従事した経験を有する者
  - (3) 一トン未満の玉掛作業に6ヵ月以上従事した経験を有する者
- ◆受講料 ①二七〇〇円(テキスト代を含む) ↓免除なしの者 ②一八七〇〇円(テキスト代を含む) ↓受講一部免除者
- ◆締め切り 八月十日か定員六十名に達し次第締め切ります。
- ▼申込先 五所川原市大字唐笠柳字藤巻四九五―三 (社)西北労働基準協会

平成十六年四月一日から児童手当が小学校三年生まで拡大されます

※詳細についてはお尋ねは、当協会へご連絡下さい。  
 ◎一七五―三五一―六三三六  
 平成十六年四月一日から、児童手当制度が拡充されました。支給対象年齢が、現在の義務教育就学前(六歳到達後最初の年度末)までから、小学校三年生修了前(九歳到達後最初の年度末)までに拡大されます。  
 新たに、児童手当等を受けようとする児童の保護者の皆様については、市区町村の窓口(公務員の方は勤務先)で、認定請求等の手続が必要となります。  
 ◎平成十六年度小学校入学児童等の保護者の皆様  
 平成十六年三月三十一日まで、当該児童に係る児童手当等を受給していた保護者の方は、特段の手続きは必要ありません。  
 ◎平成十六年度小学校二・三年生の児童等の保護者の皆様  
 現在、児童手当等を受給していない保護者の方は認定請求、現在すでに就学前児童について児童手当等を受給されている保護者の方は額改定請求等が必要となります。  
 (注) 所得が一定額以上の場合、児童手当等が支給されない場合があります。  
 以上、詳しくは市浦村役場住民福祉課にお問い合わせください。

額が改正されました

手 当	現 行	平成16年4月～	
児童扶養手当	(全部支給)	42,000円	41,880円
	(一部支給)	41,990円～9,910円	41,870円～9,880円
特別児童手当	(1 級)	51,100円	50,900円
	(2 級)	34,030円	33,900円
特別障害者手当	26,620円	26,520円	
障害児福祉手当	14,480円	14,430円	
福祉手当	14,480円	14,430円	

平成十六年四月から児童扶養手当、特別児童扶養手当、特別障害者手当、障害児福祉手当及び福祉手当の額が改正されました。  
 物価スライドにより、左記のとおり改定されました。

東北電力からのお知らせ

平成十六年八月二日(月)より「東北電力コールセンター」を開設し

県内の交通事故概況

		青森県交通対策協議会	
発生	6月中	年累計	死者の状況
678件 (-98)		4,158件 (-223)	飲酒運転による死者 6人 (-1)
8人 (-4)		50人 (+5)	高齢者の死者 ~65歳以上の人~ 24人 (+5)
836人 (-113)		5,215人 (-310)	自動車乗車中の死者 23人 (±0)
			非着用死者 15人 (+2)
			着用していれば助かったと思われる人 9人 (+2)

\* ( )内は前年。累計は1月から。速報値のため後日変更することがあります。

- つきましては、電気のお申込み、お問合せ先が以下のようにフリーダイヤルに変わります。
- ①お引越・アンペア変更のお申込み  
 ☎〇二二〇―二七五―二六六  
 受付時間 月～金(祝日除く) 九時～二十時  
 土(祝日除く) 九時～十七時
- ②停電時のお問合せ  
 ☎〇二二〇―一七五―三六六  
 受付時間 平日・休日問わず二十四時間受付
- ③その他のお問合せ  
 受付時間 月～金(祝日除く) 九時～二十時  
 土(祝日除く) 九時～十七時



No.170

# 食中毒に気を付けて!!

汁などが漏れないように、ビニール袋などにそれぞれ分けて包み、持帰りましょう。特に生鮮商品は、買い物の最後に購入し、購入後はすぐに帰ることを心がけましょう。

## ②家庭での保存

冷蔵や冷凍の必要な食品は、家に帰ったらすぐに冷蔵・冷凍庫に入れましょう。

これからの季節、気をつけたのが食中毒。食中毒というと、レストランや旅館などの飲食店での食事が原因と思われるがちですが、毎日、私たちが食べている家庭の食事でも発生する危険性がたくさん潜んでいます。ただし、家庭で食中毒が発生した場合は、症状が軽かったり、発生する人が一人や二人と少人数でとどまることから、かぜや寝冷えなどと思われがちです。しかし、まれに重症になったり、死亡する例もありますので、家庭においても、普段から食中毒の予防に心がけていきたいものです。

## 食中毒予防のポイント

### ①食品の購入

肉、魚、野菜などの生鮮食品は新鮮なものを選んで購入しましょう。

購入した食品は、肉汁や魚の

汁などが漏れないように、ビニール袋などにそれぞれ分けて包み、持帰りましょう。特に生鮮商品は、買い物の最後に購入し、購入後はすぐに帰ることを心がけましょう。

## ②家庭での保存

冷蔵や冷凍の必要な食品は、家に帰ったらすぐに冷蔵・冷凍庫に入れましょう。

冷蔵や冷凍の必要な食品は、家に帰ったらすぐに冷蔵・冷凍庫に入れましょう。冷蔵庫や冷凍庫の詰めすぎには注意しましょう。中に入れる目安は七割程度です。また、冷蔵庫には十度以下、冷凍庫はマイナス十五度以下に維持することも目安となります。細菌の多くは、十度では増殖がゆっくりとなり、マイナス十五度以下では増殖が停止してしまいます。しかし、細菌が死滅するわけではないので、早めに食品は使い切るようにしましょう。

## ③下準備

台所を見渡しましょう。ごみは捨てていますか？タオルや布巾は清潔ですか？石鹸は用意していますか？もう一度チェックしてみましょう。

生の肉や魚、卵などを調理する前後には必ず、手洗いをし

しょう。途中で鼻をかんだり、トイレに行った後にも必ず手洗いをしましょう。手洗いは簡単なことですが、食中毒予防には大変有効です。

## ④調理

生肉や魚を切った後のまな板、次の食材を切る前には必ず洗い、熱湯をかけることが大切です。包丁やまな板は肉用、魚用、野菜用などと使い分けるとさらに安全です。

料理には使う分だけ解凍し、解凍後はすぐに使いましょう。解凍後、やっぱり使わないからと冷凍や解凍を繰り返すことは、食中毒の菌を増殖させる原因になります。

## ⑤食事

食卓につく前には必ず手洗いをしましょう。

清潔な手で、清潔な器具を使い、清潔な食器に盛り付けまし

よう。

温かく食べる料理は常に温かく、冷やして食べる料理は常に冷やして食べましょう。目安は温かい料理は六十五度以上、冷やして食べる料理は十度以下です。

## ⑥残った食品

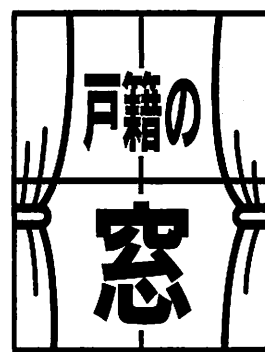
残った食品を扱う前にも手洗

いをしましょう。

残った食品は、早く冷えるように浅い容器に小分けにして保存しましょう。

時間がたちすぎた食品は思いきって捨てましょう。

ちよつとでも怪しいと思ったら食わずに捨てましょう。口に入れるのもやめましょう。



## ▼ご結婚

- 本庄 彦幸 (十三)
- 小山内 みちる (十三)
- 平野 竜矢 (千葉)
- 成田 陽子 (相内)
- 佐々木 慎一 (相内)
- 佐々木 佳子 (八戸)
- 棟方 学 (青森)
- 大澤 七枝 (相内)

## ▼おくやみ

- 榎引 ミワ (脇元) 98歳
- 関口 和夫 (相内) 74歳
- 柏谷 忠助 (相内) 86歳
- 成田 圭介 (磯松) 19歳
- 山崎 リツエ (十三) 63歳

## あとかき

中学生対象の赤ちゃんとのふれあいセミナーで、実際赤ちゃんにふれあう様子をみてほほえましく感じました。恐る恐る抱く生徒、何をされても泣かずに協力的な赤ちゃん。赤ちゃんに接する生徒、引率の先生方、保健師、また、手伝いにかけている関係職員等、赤ちゃんを見つめるどの顔もここに笑顔になってる事に気が付きました。赤ちゃんってこんなに人を笑顔にさせるとは思いませんでした。今、一番の癒し系は赤ちゃんなのかもしれません。

人を笑顔にさせる赤ちゃんや子どもの虐待がなぜこも多いのか考えさせられる二日間でした。

市浦小学校での不審者が侵入した場合の避難訓練では、これが訓練かと思うほど逼真に迫った演技でドキドキしました。でもいままぜこんな訓練をしなければならなくなつたのか？

なんともやりきれない。