

広報



# こまの暮らし

2016(平成28)年

# 6

NO.242



## 今月の主な内容

- 市民討議会を開催します…… 2
- 市有財産売却…… 3
- 熊本地震災害義援金…… 4
- パブリックコメントを実施します… 5
- つがる西北五広域連合職員採用試験… 6

4月29日～5月5日

# 金木桜まつり

# 市民討議会を開催します

市と公益社団法人五所川原青年会議所の共催で、五所川原市民討議会を開催します。

市民討議会とは、地域住民がテーマに沿った意見を出し合い、結果を取りまとめて行政に報告書を提出する「新しいかたちの住民参加」として近年注目され、全国的に開催されています。

無作為で選出された住民が参加するため、より多様な住民の意見が聴けること、参加する住民によっては関心の薄いテーマもあることから、普段あまり関心のなかった行政課題などを考える機会となり、住民の行政への参画意識の向上に効果的であることが特長とされています。

五所川原市民討議会は、平成24年度からスタートし、今回で5回目となります。これまで参加した方々の意見は、五所川原市総合計画への反映、市民の有志の方々によって事業化されるなど五所川原市をより良くするために活用されています。

今年度は、世代を超えた交流を活発にすることをテーマにしています。

## 参加者決定方法

住民基本台帳から無作為抽出した18歳以上の市民1,500人に参加案内書を送付し、参加希望者の中から抽選で参加者30名を決定します。

市民討議会参加案内書が送付された皆さんは、参加についてご協力をお願いします。

\*参加資格を有する方は、参加案内書が送付された方となります。

## 市民討議会

日時・場所 平成28年7月23日(土) 14:00  
市民学習情報センター

討議テーマ 子どもからお年寄りまで生き活きと暮らせる五所川原を考えよう～世代を超えた絆を深めるために～

\*市民討議会は公開で開催します。申し込みなしで自由に観覧できますので、お気軽にお立ち寄りください。

## お問い合わせ先

- ・五所川原市民討議会実行委員会  
(五所川原青年会議所内) TEL 35-4049
- ・五所川原市企画課 内線 2154

## 市民討議会の流れ

### 5月中旬

住民基本台帳から18歳以上の市民1,500人を無作為に抽出します。



### 6月上旬

抽出された市民に市民討議会の案内書を送付します。



### 6月下旬

参加希望の回答者から抽選で30名を選出し参加決定通知を送付します。



### 7月23日

五所川原市民討議会の開催。



報告書を作成し、市に提出します。



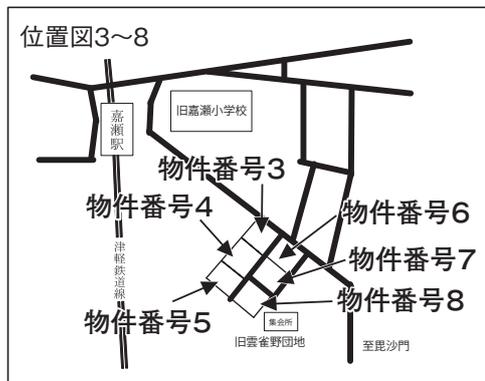
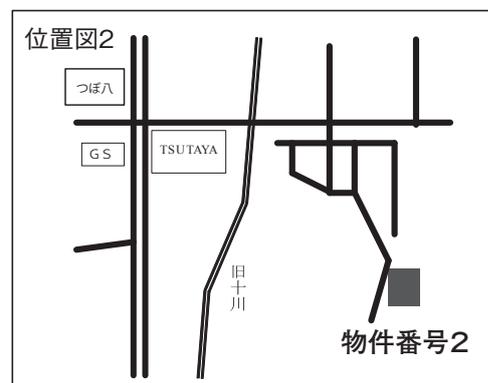
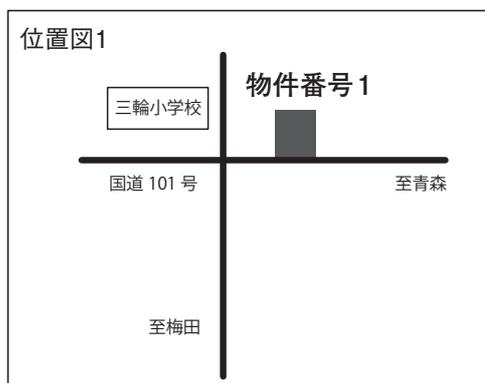
平成27年度の市民討議会の様子

# 市有財産売却のお知らせ

管財課 内線 2262

## 売却物件（土地）

番号	所在地	地目	面積(㎡)	予定価格(千円)	都市計画用途地域
1	七ツ館字鶴ヶ沼155番6 外一筆	宅地	216.49	2,078	用途指定なし
2	姥苅字船橋11番3、11番4	宅地	1,219.33	13,900	第一種低層住居専用地域
3	金木町嘉瀬雲雀野667番382	宅地	371.64	1,375	都市計画区域外
4	金木町嘉瀬雲雀野667番383	宅地	312.42	1,155	都市計画区域外
5	金木町嘉瀬雲雀野667番384	宅地	256.12	947	都市計画区域外
6	金木町嘉瀬雲雀野667番385	宅地	330.05	1,221	都市計画区域外
7	金木町嘉瀬雲雀野667番386	宅地	284.91	1,054	都市計画区域外
8	金木町嘉瀬雲雀野667番387	宅地	369.79	1,368	都市計画区域外
9	大町505番1	宅地	102.83	3,126	商業地域
10	大町505番11	宅地	216.41	10,366	商業地域



**売却の方法** 一般競争入札により売却します（予定価格以上の最高額で入札した方に、その金額で売却を決定）。

**入札参加受付および物件の説明等** 入札参加を希望される方は入札参加申込書を提出し、物件の説明と関係書類の配布を受けてください（物件の説明等を受けた後に申し込んでも構いません）。

**期間・場所** 5月25日(水)～6月15日(水)（閉庁日を除く）9:00～16:00 管財課（市役所北棟4階）

\*入札参加申込書は管財課から交付を受けるか、またはホームページからダウンロードしてください。

\*入札参加申込書を提出していない方（物件の説明等を受けていない方）は、入札に参加することができません。

**入札参加制限** 契約を結ぶ能力を有しない方（未成年者）および破産者で復権を得ていない方は、入札に参加することができません。

**入札および開札日** 6月22日(水) 10:00 市役所北棟5階入札室（第3会議室）

**入札の無効** 入札参加資格のない方のした入札および入札条件に違反した入札は、無効となります。

**入札保証金** 入札当日、入札金額の100分の5以上の保証金の納付が必要です。

**契約の締結** 落札者が決定した日から7日以内に契約を締結します。

**契約保証金** 契約時に、契約金額の100分の5以上の保証金の納付が必要です。

**代金の納入期限** 契約締結の日から30日以内に全額納入していただきます。

その他詳細については、管財課へお問い合わせください。

なお、売却内容については、市のホームページでもご覧になれます。

## 防火意識を高めよう！

4月11日から17日まで、県下一斉に春の火災予防運動が行われました。

火災が発生しやすい時季を迎え、消防本部、各消防署で、防火PRのため、街頭防火パレードを実施したほか、4月13日には、一日消防官に任命された市内にお勤めの藤巻利菜さん（青森銀行）、内山美和子さん（みちのく銀行）、成田杏奈さん（青い森信用金庫）、三上幸佳さん（東奥信用金庫）、石澤奈生子さん（青森県信用組合）が副市長を訪問し、家庭および職場における防火安全対策を呼びかけました。

また、青森県山火事防止策対策協議会西北支部協議会では、4月14日、西北地域全体で山火事防止宣伝パレードを行い、山火事防止に向けた活動を行いました。

市民みんなで防火意識を高め、火災のないまちを目指しましょう。



一日消防官の(左から)  
藤巻さん、内山さん、成田さん、三上さん、石澤さん

## 熊本地震災害支援へ 街頭での募金活動

熊本地震を受け5月2日、市内の商業施設など4カ所  
で46名が参加し被災地支援の募金活動を行いました。

ELMの街では、市長、市議会議員、赤十字奉仕団  
らが店舗入り口に並び、訪れた買い物客に募金を呼び  
かけ、多くの方が足を止め、募金をしてくれました。

お寄せいただいた義援金191,064円は、日本赤十字  
社青森県支部を通じて被災地に送ります。



募金活動を行う(左から)寺田議長、市長ら

## 新庁舎建設工事の地鎮祭を行いました



平成28年4月22日に新庁舎建設用地内（旧西北中  
央病院跡地）において、施工業者主催の地鎮祭が行わ  
れ、関係者約80人が出席し、くわ入れや玉串をささげ、  
工事の安全と無事を祈願しました。

施主を代表して市長からは、「市民が利用しやすく  
地域の核となる庁舎、簡素で機能性と経済性に優れた  
庁舎、防災拠点として安心と安全を確保した庁舎の整  
備を行い、工事は安全を最優先に進めて参ります」と  
の挨拶がありました。

今後は平成30年3月の竣工を目指して、本格的な  
建設工事が始まります。

問 管財課 新庁舎建設準備室 内線2266

## 「平成28年熊本地震災害義援金」の 受付について

日本赤十字社では、被災者の1日でも早い復興を願  
い、地震で被災された方々を支援する義援金を受け付  
けています。皆さんの善意をお待ちしています。

**銀行振込の場合**（各本店・支店に専用振込用紙があり  
ます。手数料無料）

▷青森銀行 新町支店 普通預金「16000」

日本赤十字社青森県支部 支部長 三村 申吾

▷みちのく銀行 青森支店 普通預金「4200888」

日本赤十字社青森県支部 支部長 三村 申吾

**郵便振替の場合**（窓口での取り扱いの場合、振替手  
料は免除）

▷口座加入者名 日赤平成28年熊本地震災害義援金  
口座記号番号 「00130-4-265072」

\*受領証発行希望の場合は、通信欄に「受領証希望」  
と記載してください。

このほかに、日本赤十字社熊本県支部への振込等が  
あります。詳しくは、日本赤十字社ホームページをご  
覧ください。

また、市役所本庁舎・金木総合支所・市浦総合支所  
・立佞武多の館・中央公民館・市立図書館・地域包括  
支援センター（生き生きセンター）には、義援金募金  
箱を設置しています。

義援金受付期間は6月30日(木)までとなっています。

問 保護福祉課 内線2419

**年金生活者等支援  
臨時福祉給付金**

支給対象者には、申請書類を郵送していただきますが、次の要件すべてにあてはまる方で、まだ申請書類が届いていない方は、お問い合わせください。

**支給対象者の要件**

\*すべてに該当する方が対象です。  
▽平成27年1月1日に五所川原市に住民登録がある。

▽平成27年度臨時福祉給付金（6000円）の支給対象者である。

▽平成28年度中に65歳以上になる。

▽平成27年度市・県民税が課税されていない。

▽課税者に扶養されていない。

▽生活保護制度の被保護者となっていない。

\*支給金額は、対象者1人につき3万円です。

\*受付期間は、7月29日(金)で終了となります。早めの申請をお願いします。

\*詳細は、市ホームページにも掲載しています。

**問** 年金生活者等支援臨時福祉給付金窓口

Tel(33)2125

FAX(33)2130

**パブリックコメント（意見公募手続き）を実施します  
第2次五所川原市食育・地産地消推進計画（案）**

私たちが心身の健康を保ち、生涯にわたり生き生きと暮らすために「食」は欠かせないものですが、近年、日々の忙しい生活を過ごす中で食をめぐる様々な問題が生じています。この計画は、市民一人一人が健全で豊かな食生活が送れるよう、食について自ら考える習慣を身につける健康の向上につながるバランスのとれた食生活を実践するとともに、豊かな食文化の継承と発展、環境と調和のとれた食料生産と消費を推進するものです。

**公表・意見募集期間** 6月6日(月)～7月8日(金)

**閲覧場所**

農林水産課、市役所・各総合支所行政資料スペース、市ホームページ

\*資料の写しを希望する場合は、実費を負担していただきます。郵送料・コピー代をご負担の上、農林水産課へ資料郵送の申込みも可能です。

**意見の提出について**

▽様式は任意とし、使用する言語は日本語とします。

▽郵便、FAXまたは電子メールによるものとします。

▽住所・氏名（法人等の場合は、その名称・事務所所在地等の連絡先・代表者名）を記載してください。

\*記載がない場合、提出意見として取り扱わないこともあります。

▽内容を確認することがありますので、電話番号を記載してください。

**提出された意見について**  
市の意見を付して、公表する予定です。公表にあたっては、提出者の住所・氏名は公表しませんが、意見の内容を簡単に取りまとめる予定です（類似の意見は、まとめて公表することもあります）。

なお、賛成、反対のみの意見については、件数は公表しますが、案そのものが市の意見ですので、改めて考え方を公表することはしません。

**お問い合わせ・意見の提出先**

〒03718686 五所川原市字岩木町12番地

五所川原市経済部農林水産課 内線2521 FAX(33)3657

電子メール 1601pbc@city.goshogawara.lg.jp

**情報公開制度 個人情報保護制度  
パブリックコメント制度**

**平成27年度運用・実施状況**

当市の情報公開制度、個人情報保護制度の運用状況、パブリックコメント制度の実施状況をお知らせします。今後も公正で開かれた市政を推進するため、行政情報を広く公開し、提供します。

**情報公開制度** すべての方が、市が保有する情報（公文書）の開示を請求することができるとの制度です。

▽請求件数……………23件  
・開示……………6件  
・部分開示……………8件

・不開示（不存在）…5件  
・却下……………0件  
・取下げ……………4件

**個人情報保護制度** 市が保有する個人情報について、開示、訂正および利用停止を請求できる制度です。

▽開示請求……………0件  
\*市職員採用試験に関する口頭による開示の請求が2件

▽訂正請求……………0件  
▽利用停止請求……………0件

**パブリックコメント制度**

重要な施策の意思決定の段階で、施策の案を公表、公募した市民の意見を考慮し、意思決定を行う制度です（件数は下表を参照）。

**問** 総務課 内線2113

計画・施策名	意見等の提出	処理状況				
		文章修正等	記述済み	実施段階検討	反映困難	その他
五所川原市まち・ひと・しごと創生総合戦略(案)および五所川原市人口ビジョン(案)	4件	0件	0件	0件	0件	4件
五所川原市公共施設等総合管理計画(案)	0件	0件	0件	0件	0件	0件
五所川原市過疎地域自立促進計画(案)	0件	0件	0件	0件	0件	0件
第2次五所川原市子ども読書活動推進計画(案)	11件	0件	8件	0件	0件	3件
五所川原市汚水処理施設整備構想(案)	0件	0件	0件	0件	0件	0件
合計	15件	0件	8件	0件	0件	7件

## 平成 28 年度つがる西北五広域連合職員採用試験

試験日 7月24日(日) 申込期間 6月1日(水)～7月5日(火)

職 種	採用予定数	受 験 資 格
看護師 (助産師含む) 認定看護師 (救急看護・緩和ケア・糖尿病看護)	7名程度	昭和52年4月2日以降に生まれた方で左記職種の免許を有する方または平成29年6月30日までに免許を取得する見込みのある方
薬剤師	7名程度	昭和57年4月2日以降に生まれた方で左記職種の免許を有する方または平成29年6月30日までに免許を取得する見込みのある方
診療放射線技師	1名程度	昭和57年4月2日以降に生まれた方で左記職種の免許を有する方

詳細は、つがる西北五広域連合ホームページ (<http://www.tsgren.jp/>)、またはつがる西北五広域連合病院運営局人事課、かなぎ病院、鱈ヶ沢病院、つがる市民診療所、鶴田診療所で配付する採用試験案内でご確認ください。

採用日 平成29年4月1日以降

\* 薬剤師および診療放射線技師の既卒かつ免許所有者に限り、必要に応じて平成28年度中の採用があります。

申込先 〒037-0074 青森県五所川原市宇岩木町12番地3 つがる総合病院3階  
つがる西北五広域連合病院運営局人事課 Tel.26-6363

\* 9月18日(日)にも看護師、薬剤師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、臨床検査技師、診療放射線技師の採用試験を実施する予定です(7月中につがる西北五広域連合ホームページ等に詳細を掲載します)。

## 農地中間管理事業・経営体育成支援事業説明会 人・農地プラン集落座談会

農地中間管理事業は、経営規模を縮小する「出し手農家等」から農地中間管理機構(公益社団法人あおもり農林業支援センター)が農地を借入れ、一定要件のもと規模拡大を目指す「受け手農家」にまとまった農地を貸し付けるものです。

人・農地プランによる地域内の農家の話し合いに基づく貸借も機構をとおして貸借することが可能となりましたので、ぜひご参加ください。

農業機械を導入する際の補助金(経営体育成支援事業)、青年就農給付金、スーパーL資金、5年間無利子貸付金の申請予定の方も、お気軽にご参加ください。

### 農地中間管理事業についてのお問い合わせ

あおもり地域支援センター Tel.017-773-3131

### 人・農地プランについてのお問い合わせ

市役所農林水産課 内線2515

開催日時 場所	対象地域(お住まいの所) 対象農地(農地・農場のある所)
6月27日(月) 18:00 中央公民館3階	五所川原全地域 (五所川原東地域を除く)
6月28日(火) 18:00 金木公民館1階	金木全地域
6月29日(水) 18:00 市浦コミュニティ センター式場	市浦全地域
6月30日(木) 18:00 長橋コミュニティ センター大広間	五所川原東地域 (戸沢・石田坂・若山・松野木・ 福岡・富根・神山・野里・福山・ 豊成・俵元・原子・羽野木沢・ 持子沢・高野・前田野目・野崎・ 杉派立・野里野岸・神山野岸)

### 問

環境対策課

内線2346

▽生ごみは水切りをしっかりと行ってから、ごみに出すようにしましょう

生ごみの重量の約8割は水分です。

生ごみの水切りはごみの減量化になります。

▽プラスチック類をリサイクルに出す際は次のルールを守りましょう(守られていないものは収集しません)

水切りを十分に行う(ごみ袋全体に汚れや水滴がついている、または袋の下部に水滴がたまる状態にはしない) / レジ袋の中に何も入れない / 袋の中身をトレイなどの容器で困って隠さない / 食品のボトル類にキップ・フタをしない(チューブ容器除く) / 禁忌品は絶対に入れない(カミソリ、注射針、電池、金属くずなど) / 生ごみや不衛生のごみは絶対に入れない

### 6月は家庭ごみリサイクル推進月間です

6月の環境月間に合わせて、市では6月1日～30日までを家庭ごみリサイクル推進月間とします。次の注意点について、ご理解、ご協力をお願いします。

[http://www.city.goshogawara.lg.jp/kurashi/kurashi/gomi\\_dictionary.html](http://www.city.goshogawara.lg.jp/kurashi/kurashi/gomi_dictionary.html)

▽生ごみは水切りをしっかりと行ってから、ごみに出すようにしましょう

▽生ごみの重量の約8割は水分です。

▽プラスチック類をリサイクルに出す際は次のルールを守りましょう(守られていないものは収集しません)

水切りを十分に行う(ごみ袋全体に汚れや水滴がついている、または袋の下部に水滴がたまる状態にはしない) / レジ袋の中に何も入れない / 袋の中身をトレイなどの容器で困って隠さない / 食品のボトル類にキップ・フタをしない(チューブ容器除く) / 禁忌品は絶対に入れない(カミソリ、注射針、電池、金属くずなど) / 生ごみや不衛生のごみは絶対に入れない

ごみ辞典をインターネットで閲覧できます

# お知らせ

## 参加募集

### 全国戦没者追悼式

先の大戦による戦没者遺族を対象に、8月15日(月)に日本武道館で実施される、政府主催の全国戦没者追悼式の参加者を募集します。

**参加費** 2万5900円程度

**申込期限** 6月17日(金)

\*詳しくはお問い合わせください。

**問** 市民課 内線2317

## 相談

### 労働相談会

個々の労働者と事業主との間に生じた労働問題(解雇・賃金引下げ・長時間労働・パワハラなど)について、青森県労働委員会委員が相談に応じます。

## 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)**

▷ 6月9日(木) 10:00~12:00

▷ 6月23日(木) 13:00~15:00

市役所2階市民相談室

**問** 市民課 内線2317

**金木地区(行政・人権合同相談)**

▷ 6月1日(水) 10:00~15:00

金木総合支所4階第3会議室

**問** 金木総合支所 内線3104

**市浦地区(人権相談)**

▷ 6月7日(水) 10:00~15:00

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~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

TEL34-2330

## 日時・場所

▽7月5日(火) 13時30分~16時

アスパム5階(青森市安方1-1-40)

▽8月2日(火) 13時30分~15時30分

青森県労働委員会(青森市長島2-1-15みどりやビル7階青森県庁向い)

**問** 青森県労働委員会事務局

TEL017(734)9832

## 制度案内

### 自動車税の納付はお早めに

自動車税の納期限は6月30日(木)です。お近くのコンビニエンスストア、銀行や郵便局などの金融機関で、納付してください。

また、インターネット上の専用サイトからクレジットカードでも

納付できます(手数料324円)。専用サイト <http://konkin.yahoo.co.jp/>

**県税窓口取扱時間** 8時30分~17時15分(土曜・日曜日、祝日を除く)

**問** 西北地域県民局県税部

TEL(34)3141

## 開催案内

### 五所川原工業高校 学校公開

期間中は自由に施設見学、授業参観ができます。事前申し込み不要です。お気軽にご来校ください。

**日時** 6月13日(月)、14日(火)

8時50分~15時15分

\*14日(火)は16時15分まで

\*12時40分~13時25分は昼休み

**対象** 中学生および保護者、地域

## 今月の納期

・市県民税 1期

**問** 収納課 内線2250

**納期限 6月30日(木)**

納付は便利で確実な

口座振替を!

## 参加募集

### 楠美家窯焼き 焼物体験学習

**日時** 6月1日(水)~8月7日(日) 9時~15時まで

**材料費** 粘土500g 500円

250g 250円

**服装** 汚れてもいい服装(タオル、エプロン等は各自準備)

**窯の火入れ** 8月26日(金)~28日(日)

**完成品引渡し** 9月上旬以降

**問** 楠美家住宅

TEL(29)3575

住民、中学校教員、在校生の保護者

**問** 五所川原工業高等学校

TEL(35)3444

## 創業資金は青森県信用保証協会

あなたの創業に寄り添います!  
創業計画書の作成・創業資金・創業後のサポートをワンストップで提供します

- ☑ 融資額上限1000万円
- ☑ 金利1.0%(固定)
- ☑ 保証料不要

[連携機関]

・21あおり産業総合支援センター  
・青森県よろず支援拠点  
・青森県産業技術センター  
・青森県中小企業診断士協会

【未来を変える挑戦資金】

**サクセス**

中小企業の活力ある未来へ確かなサポート

**青森県信用保証協会**

創業支援チーム

TEL 017-723-1354

最寄の相談窓口:五所川原支所

TEL 0173-35-4121

株式会社 NCアパレル

工場直売 **大売出し** 松島工場

**6月11日(土)~12日(日)**

AM9:00~PM6:00

会場:五所川原市唐笠柳字村崎203

TEL (0173) 28-2607



五所川原市を応援します!!

◎ 広報有料広告

**募集**  
平成28年度自衛官募集

**自衛官候補生** 陸上、海上、航空  
対象 採用予定月の1日現在、18歳以上27歳未満の男子の方  
申込締切 6月10日(金)(必着)  
試験日 6月18日(土)  
場所 青森駐屯地、八戸駐屯地  
\*詳しくは問い合わせ下さい。

**問** 自衛隊青森地方協力本部  
五所川原地域事務所  
TEL(35)2305

**周知**  
国保年金課からのお知らせ

▽4月分からの年金額について  
6月15日(水)支払分からの年金額は、法律の規定により平成27年度から据え置きとなります。  
▽納付案内について民間委託を実施しています  
日本年金機構では民間事業者に業務委託し、保険料納付が確認できない期間がある場合、電話・文書・戸別訪問により、納付案内をさせていただく場合があります。  
委託事業所(5月1日現在)  
株式会社アイヴィジット  
TEL0120(185)056

\*本事業所が戸別訪問する場合、年金機構から委託されている旨

の説明や、身分証の提示をすることとなっています。また、ATMの操作により振り込みを求めると、国民年金保険料納付書をお持ちでない場合に現金を領収することはありません。年金事務所や市職員を装った振り込み詐欺や訪問詐欺が発生しています。ご注意ください。

**問** 国保年金課 内線2332

**制度案内**  
平成28年度労働保険年度更新の手続き

労働保険の年度更新(平成27年度確定保険料と平成28年度概算保険料の申告・納付手続き)を行う時期となりました。  
申告・納付期間  
6月1日(水)～7月11日(月)  
\*お早めにお近くの金融機関・郵便局等で手続きをお願いします。  
青森労働局労働保険徴収室  
TEL017(734)4145

**教室**  
伝統文化  
いけばな子ども教室

文化庁の主旨に基づいて、次世代を担う子どもたちにいけばなの楽しさ、美しさを伝承して生きていこうと考えています。

**対象** 幼児～高校3年生15名  
**日程** 6月～平成29年1月の土曜

日(月1回)

**時間** 9時30分～10時30分

**場所** 中央公民館

**受講料** 花材実費550円  
(発表会のみ850円)

**申込締切** 6月5日(日)

**申込先** 財団法人小原流五所川原支部  
TEL(34)4247

**周知**  
人権擁護委員

平成28年4月1日付けで、人権啓発運動および人権相談等人権擁護活動をされている五所川原人権擁護委員協議会五所川原部会の長尾晶子委員に再任の委嘱、工藤昭博さんに新任の委嘱が発令されました。任期は3年です。  
**問** 市民課 内線2311

**制度案内**  
身体障害者の  
無料巡回診査

巡回診査により、身体障害者の方々に医学的判定を行うとともに様々な相談に応じます。

**診査科目** 肢体不自由

**日時・場所** 7月6日(水)

**受付時間** 9時～11時

**診査・相談** 9時30分～12時

**場所** 市民学習情報センター

**対象者** 身体障害者手帳の交付を受けるため診査を必要とする方

身体障害者手帳の再認定を必要とする方/障害程度に変化があり、等級の変更を必要とする方/補装具の処方が必要とする方/生活・医療・施設入所等の相談を希望する方

**次の方は対象外** 脳血管疾患を発症後3カ月未満の方/義肢・装具および車いすについて複雑な処方を要するもの(骨格構造義肢や車いすの新規処方等)/電動車いす、座位保持装置および特例補装具の処方/オーダーメイドまたはモジュラー方式による車いすの処方/要介護状態にある方で介護保険の給付品目と重なるもの(車いす(レディメイド)、歩行補助杖、歩行器)

\*症状等によつてその場での判定が困難な場合は、医療機関での受診が必要な場合があります。

**持ち物** 身体障害者手帳(所持者のみ)、健康保険証、印鑑

\*新規手帳交付のため審査を希望し、かかりつけの医療機関がある方はレントゲン写真や紹介状等の病名・治療の状況・身体状況が分かる書類

**申込締切** 7月1日(金)

**申込先** 家庭福祉課 内線2434

**〔成人式衣裳レンタル&販売会開催中〕**

成人式対象：平成8年・9年早生れの方

◆五所川原店限定振袖セットプラン◆

《7大特典プレゼント》

- ①前撮りヘアメイク ②前撮り着付け
- ③前撮り写真 ④草履バック ⑤ショール
- ⑥当日着付け ⑦当日ヘアメイク

◆五所川原店限定成人式フォトプラン◆

絹きものセンター五所川原店 ☎0173-34-8808



◎広報有料広告

**現地確認 屋根・外壁の塗り替え**



あなたのリフォーム全力でサポートします

全面改装リフォーム  
中古住宅改装  
減築、増築

屋根、外壁リフォーム専門店

お電話は今すぐ、こちらから ◆ホームページは◆  
アートリフォーム(株) 0173-33-4713 <http://art-reform.net/>

五所川原市七ツ館虫流51-29 担当 前田まで『増改築相談員のいるお店』

五所川原市を応援します!!

**開催案内**  
**農産物加工品直売会**

梅漬け、豆腐、味噌など手作りの加工品や季節野菜などを販売。

**日時** 6月8日(水)・22日(水)  
12時～13時

**場所** 市役所2階ロビー  
農林水産課 内線2521

**周知**  
**平成29年3月新規  
高等学校卒業予定  
者の求人申し込み**

五所川原公共職業安定所では平成29年3月に高校を卒業する生徒を対象とした求人申し込み受付を6月20日(月)から開始します。

地元就職の促進と各企業における優秀な人材の確保に向け、求人早期申し込みをお願いいたします。

**問** 五所川原公共職業安定所  
TEL(34)3171

**相談**  
**目の見え方等に  
関する相談教室**

青森県立盲学校の教職員が、見え方に関する相談・支援を行っています。お気軽にご相談ください。

**場所** 中央公民館  
**日程** 5月～平成29年1月までの第3木曜日(9月・12月を除く)

**時間** 10時～12時、13時～15時  
**対象** 乳幼児から成人の方

**支援内容** 見えにくさへの対処と目の使い方/活用できる補助具や便利グッズの紹介等

**申込み** 事前にお電話で「見え方の相談」とご予約ください。

**受付時間** 9時～16時(土曜・日曜日、祝日を除く)

**問** 青森県立盲学校ロビー  
相談支援センター  
TEL017(726)2239

**参加募集**  
**障害者スポーツ大会**

障害のある方が、それぞれの体力や健康状態に応じてスポーツ・レクリエーションに親しみ、健康

の保持・増進が図られるよう、障害者スポーツ大会を実施します。

**日時** 6月29日(水)  
9時30分～12時

**場所** 市民体育館  
**内容** 軽スポーツおよびレクリエーション

**参加対象** 障害のある方およびその家族、介護者、ボランティア、その他関係者(開催場所へ来場できる方)

**参加費** 無料  
\*保険は市で加入します。

**持ち物** 室内用運動靴、汗拭きタオル等

**申込み** 6月17日(金)までに電話またはFAX(35)9901にてお申し込みください。

**申込先** 家庭福祉課 内線2432

**開催案内**  
**総合浄水場 一般公開**

水道水ができるまでを見学し水道水の大切さを考えてみませんか。

**日時** 6月5日(日)  
9時～16時30分

**場所** 津軽広域水道企業団津軽事業部(黒石市石名坂姥懐2)

**参加料** 無料  
**問** 津軽広域水道企業団津軽事業部  
TEL0172(52)6033

**県営住宅入居者募集**

**募集住戸** 1戸  
新宮団地 木造3LDK(1階玄関)  
\*入居者は3名以上

**募集期間** 6月1日(水)～10日(金)

**家賃** (所得金額に応じて決定)  
22,800円～44,800円程度

**入居予定** 8月1日(月)  
\*駐車場は1住戸につき1台。2台目は空区画がある場合のみ貸し出します。  
\*駐車場料金は別途徴収します。  
\*冬期の除雪は入居者が行ってください。

**申込先** (株)サン・コーポレーション住宅管理係  
TEL38-3181(土曜・日曜日・祝日は除く)

**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 TEL33-1626  
火曜～金曜日(祝日を除く) 9:00～17:00  
土曜日 10:00～16:00  
**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  
TEL0120-102-143  
6月8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。

**TOSHIBA 森の科学探検隊 参加者 大募集**

**開催日:**平成28年7月2日(土)

**場所:**富士見湖パーク(青森県鶴田町)

**定員:**五所川原市内小学生と保護者  
20組40名 参加費無料

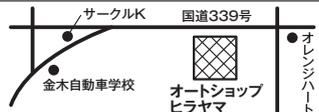
主催:(株)東芝/東芝メディア機器株式会社  
後援:五所川原市教育委員会

申込み(先着順):東芝メディア機器株式会社  
総務担当 吉田 締切:6月17日  
電話:0176-53-7809 9時～18時(月～金)



森の案内人 佐々木 洋  
プロナチュラリスト  
現在、NHKテレビ「ひるまほっと」などでも活やく中

**HONDA 除雪機 ご予約受付中**

**AUTO SHOP Hirayama**  
オートショップ ヒラヤマ  
青森県五所川原市金木町菅原433-4  
TEL0173-52-4737

除雪機のことならホンダスノーショップへ!  
オートショップ ヒラヤマ

五所川原市を応援します!!

**訓練**  
**簿記会計科②**

簿記、企業会計等の基礎知識及びO.Sの基本操作を活用した総務・経理事務の業務を習得します。

**訓練日** 6月14日(火)～11月11日(金)

**場所** ラン・パソコン教室

**定員** 20名(応募者が少ない場合は、中止することがあります。)

**受講料** 無料(ただし、テキスト代1万808円および資格試験の受験料は自己負担)

**申込み** ハローワーク五所川原の職業訓練窓口相談の上、5月30日(月)までにお申込みください。

**問** ラン・パソコン教室  
TEL(26)6861

**市民サロン**

**開催案内**  
**飯詰虫送り**

▽飯詰地区合同運行  
**運行団体** 飯詰獅子会、飯詰八幡宮舞姫、幼児・小学生等

**日時** 6月12日(日)  
13時30分～15時30分

**コース** 下岩崎～南新妙龍寺(飯詰コミセンにて14時15分頃各団体の演舞披露があります)

**問** 飯積蟲會事務局 とも園たかたの森太田 TEL(37)3030

**開催案内**  
**青森県母子寡婦福祉連合会からのお知らせ**

▽平成28年度親子ふれあい交流会  
**子ども塾・母塾in青森「夏休み宿題大会」**

**対象** 県内のひとり親家庭の親子

**日時** 7月23日(土)12時～24日(日)14時

**内容** 夏休みの宿題、工作/浅虫水族館、ゆゑ浅虫/家計管理

**参加費** (3歳未満無料)  
子1000円(2人目から500円) / 親2000円

**申込締切** 6月17日(金)

**申込先** (公財)青森県母子寡婦

**福祉連合会**  
▽ひとり親家庭等相談事業  
**一般相談・就業相談** 月曜・水曜・金曜日 8時30分～17時15分  
**火曜・木曜日** 8時30分～20時  
**第2・4日曜日** 10時～15時

**法律相談(要予約)** 毎月第3火曜日 13時～15時(1人30分)

**場所** 県民福祉プラザ3階(青森市中央3-20-30)

**問** (公財)青森県母子寡婦福祉連合会  
TEL017(735)4152

**開催案内**  
**奥津軽虫と火まつり**

天下泰平、国家安泰、五穀豊穰、悪疫退散を祈願します。

**日時** 6月18日(土) 18時30分

**場所** 大町通り/岩木川河川敷

▽中松明の担ぎ手を募集します  
**参加資格** 高校生以上(定員10名)

**祈願料** 1人3000円

**応募締切** 6月4日(土)

**問** (公社)五所川原青年会議所  
TEL(35)4049

**参加募集**  
**岩木山裾野ウォーク**

**日時** 6月19日(日) 雨天決行

**集合場所** 菊ヶ丘運動公園駐車場

14kmコース 嶽温泉/桜温泉  
7kmコース 岩木山神社/桜温泉  
**持ち物** 飲料水、雨具、汗拭き、入浴具、着替え等

**参加資格** 健康でゴールできる方

**参加料** 2700円(バス代・昼食代・入浴代・保険料含む)

**申込み** 6月10日(金)までに電話・FAXにてお申し込みください。

**申込先** 五所川原歩こう会事務局  
TEL・FAX(33)0612

**参加募集**  
**早朝テニスの会**

**日時** 毎朝5時～

\*終了時間は自由です。

**場所** 菊ヶ丘公園テニスコート

**会費** 1回1000円

**問** 葛西  
TEL070(5327)5999

**参加募集**  
**太宰治生誕記念 第5回太宰歌留多大会**

太宰作品の中から、故郷・津軽を中心に編集したオリジナルかるたを使って競技を行います。上位入賞者には賞品も用意しています。

**日時** 6月19日(日) 13時

**参加料** 無料

**申込締切** 定員になり次第

**申込先** 太宰治記念館「斜陽館」  
TEL(53)2020

**参加募集**  
**アグリスクール**

生涯学習の一環として参加しませんか。五所川原農林高校と農業委員会と連携して開催します。

**テーマ** サツマイモ栽培/健康な食について/津軽金山焼きに親しもう/門松の製作など

\*収穫など内容に変更がある場合もあります。

**日時** 6月11日(土)～12月3日(土)

13時～15時(全7回)

**場所** 松野木地区遊休農地

**問** 五所川原高等学校  
TEL(35)3073

**開催案内**  
**五所川原高校 授業公開**

生徒の授業の様子を知ってもらうために、授業公開を行います。

時間内であれば、いつ来校されても自由に参観できます。

**日時** 6月18日(土)

①8時50分～9時40分

②9時55分～10時45分

③11時～11時50分

**対象** 中学生および保護者、在校生の保護者、地域住民

\*上履きをご持参ください/授業参観後のアンケートにご協力ください/お車での越しはご遠慮ください

**開催案内**  
**飯詰地区合同運行**

**運行団体** 飯詰獅子会、飯詰八幡宮舞姫、幼児・小学生等

**日時** 6月12日(日)  
13時30分～15時30分

**コース** 下岩崎～南新妙龍寺(飯詰コミセンにて14時15分頃各団体の演舞披露があります)

**問** 飯積蟲會事務局 とも園たかたの森太田 TEL(37)3030

**開催案内**  
**青森県母子寡婦福祉連合会からのお知らせ**

▽平成28年度親子ふれあい交流会  
**子ども塾・母塾in青森「夏休み宿題大会」**

**対象** 県内のひとり親家庭の親子

**日時** 7月23日(土)12時～24日(日)14時

**内容** 夏休みの宿題、工作/浅虫水族館、ゆゑ浅虫/家計管理

**参加費** (3歳未満無料)  
子1000円(2人目から500円) / 親2000円

**申込締切** 6月17日(金)

**申込先** (公財)青森県母子寡婦

**福祉連合会**  
▽ひとり親家庭等相談事業  
**一般相談・就業相談** 月曜・水曜・金曜日 8時30分～17時15分  
**火曜・木曜日** 8時30分～20時  
**第2・4日曜日** 10時～15時

**法律相談(要予約)** 毎月第3火曜日 13時～15時(1人30分)

**場所** 県民福祉プラザ3階(青森市中央3-20-30)

**問** (公財)青森県母子寡婦福祉連合会  
TEL017(735)4152

**開催案内**  
**奥津軽虫と火まつり**

天下泰平、国家安泰、五穀豊穰、悪疫退散を祈願します。

**日時** 6月18日(土) 18時30分

**場所** 大町通り/岩木川河川敷

▽中松明の担ぎ手を募集します  
**参加資格** 高校生以上(定員10名)

**祈願料** 1人3000円

**応募締切** 6月4日(土)

**問** (公社)五所川原青年会議所  
TEL(35)4049

**参加募集**  
**岩木山裾野ウォーク**

**日時** 6月19日(日) 雨天決行

**集合場所** 菊ヶ丘運動公園駐車場

14kmコース 嶽温泉/桜温泉  
7kmコース 岩木山神社/桜温泉  
**持ち物** 飲料水、雨具、汗拭き、入浴具、着替え等

**参加資格** 健康でゴールできる方

**参加料** 2700円(バス代・昼食代・入浴代・保険料含む)

**申込み** 6月10日(金)までに電話・FAXにてお申し込みください。

**申込先** 五所川原歩こう会事務局  
TEL・FAX(33)0612

**参加募集**  
**早朝テニスの会**

**日時** 毎朝5時～

\*終了時間は自由です。

**場所** 菊ヶ丘公園テニスコート

**会費** 1回1000円

**問** 葛西  
TEL070(5327)5999

**参加募集**  
**太宰治生誕記念 第5回太宰歌留多大会**

太宰作品の中から、故郷・津軽を中心に編集したオリジナルかるたを使って競技を行います。上位入賞者には賞品も用意しています。

**日時** 6月19日(日) 13時

**参加料** 無料

**申込締切** 定員になり次第

**申込先** 太宰治記念館「斜陽館」  
TEL(53)2020

**募 集**  
**流し踊りの仲間募集**

立佞武多まつりに浴衣・花笠衣装と一緒に踊りませんか。練習の見学・体験大歓迎です。半纏姿で踊る青年部も募集します。

**日 時** 6・7月毎週水曜日  
19時30分～20時45分  
**場 所** 中央公民館1階大ホール  
**問** やつてまれ立佞武多会  
TEL090(5843)7535

**開催案内**  
**第13回さつき盆栽展**

さつき盆栽に興味のある方お誘い合わせの上お越しください。  
**日 時** 6月18日(土) 9時～17時  
6月19日(日) 9時～16時  
**場 所** 中央公民館  
**入場料** 無料  
**問** 五所川原盆栽会  
TEL090(4318)6060

**参加募集**  
**第8回津軽半島  
センチユリラン**

自転車で行くイベントです。出場選手および大会運営のお手伝いをするボランティアを募集しています(受付、給水等)。  
**日 時** 8月7日(日) 8時スタート  
受付6時50分

**集合場所** つがる克雪ドーム  
▽津軽半島一周160km  
8時間以内に完走すること  
**参加資格** 高校生以上  
**参加料** 5000円  
▽ハーフ80km  
5時間以内に完走すること

**参加資格** 中学生以上  
**参加料** 4000円  
\*参加賞・傷害保険料等を含む  
**持ち物** 弁当、雨具、ヘルメット  
その他各自必要なもの

**申込締切** 7月13日(水)(当日申込みも可能ですが、保険加入不可)  
**問** 五所川原市サイクリング協会  
TEL(35)3916

**室 第12回 金木くれ  
ない會 文化展  
教 チャリティー即売会**

各施設および地域の人達の善意に支えられる「明るい社会」を目指すボランティアの集まりです。  
**日 時** 6月25日(土) 10時～17時  
6月26日(日) 10時～16時  
**場 所** 金木公民館  
\*詳しい内容はお問合せください。  
**問** 五所川原市金木くれない會  
TEL(53)3722

**募 集**  
**ここにゴニカン  
倶楽部会員募集(随時)**

ゴニカンランプを覚えたい方、楽しみたい初心者大歓迎。  
**練習場所・日 時**  
▽大人 天馬(第1・3木曜日10時～15時) / 松島みんなの家(第2土曜日10時～15時) / 杉派立集会所(第2木曜日・最後の土曜日10時～15時)  
▽子供 広田公民館(第1土曜日10時～12時) / 松島みんなの家(第2土曜日13時30分～15時)  
**年会費** 5000円(子供は無料)  
**問** 事務局松野 TEL(29)3062

**相 談**  
**女性の権利に関する  
無料電話法律相談**

弁護士が問題の対処方法や法律知識を提供し適切なアドバイスをを行います。  
**対象** 女性の権利問題(労働、離婚、セクハラ、DVなど)  
**日 時** 6月23日(木) 13時～16時  
**相談ダイヤル**  
TEL017(777)7285  
**相談料** 無料  
**主催** 青森県弁護士会

**開催案内**  
**太宰治生誕日  
6月19日朗読会**

**朗読作品**  
「作家の手帖」「雪の夜の話」  
**朗読者** 原きよ(朗読家)  
**日 時** 6月19日(日) 16時

**教室**  
**初心者弓道教室**

**日 時** 6月10日(金)～7月16日(土)  
▽月・水・金曜 10時～11時30分  
▽火・木・土曜 19時～20時30分  
**場 所** 五所川原市弓道場  
**対象** 中学生以上  
\*中学生は保護者の同意が必要。  
**受講料** 無料  
\*備え付けの弓具を使用します。  
**問** 五所川原弓道会事務局 新岡  
TEL(35)1263

**開場** 15時30分  
**会場** 太宰治疎開の家(旧津島家 新座敷)  
**参加費** 1000円  
(お茶お菓子付き)  
**定員** 30名  
**申込先** 太宰治疎開の家 白川  
TEL(52)3063

**募 集**  
**第26回ごじよがわら  
花賞蒲せせらぎまつり**

▽7月2日(土) 9時30分～15時  
保育園児鼓笛演奏、西北五グラウンドゴルフ大会  
▽7月3日(日) 9時～15時  
子どもゲーム大会、カラオケ大会(午前の部・午後の部)  
**場 所** 菊ヶ丘運動公園(9時～15時は会場内へ車両の進入禁止)

**開催案内**  
**第33回津軽野盆栽展**

**日 時** 7月3日(日)  
9時30分～15時  
**参加受付** 8時～9時  
**出店品目** 食料品以外のもの  
**申込み** 6月24日(金)までに電話にて申込み(当日不可)。  
**問** 実行委員会(富士見住民協議会) 一戸 TEL(35)8546

**募 集**  
**第8回津軽半島  
センチユリラン**

自転車で行くイベントです。出場選手および大会運営のお手伝いをするボランティアを募集しています(受付、給水等)。  
**日 時** 8月7日(日) 8時スタート  
受付6時50分

**フリーマーケット参加者募集**  
**日 時** 7月3日(日)  
9時30分～15時  
**参加受付** 8時～9時  
**出店品目** 食料品以外のもの  
**申込み** 6月24日(金)までに電話にて申込み(当日不可)。  
**問** 実行委員会(富士見住民協議会) 一戸 TEL(35)8546

**開催案内**  
**第33回津軽野盆栽展**

**日 時** 6月6日(月)～8日(水) 10時～21時(最終日は16時まで)  
**場 所** エルムホール2階  
**問** (有)ジャンボドライ 津島  
TEL(34)9508

**善意の花かご**  
〜どうもありがとうございます〜  
▽小野都さん(金山) ≡バナナ13kg  
▽天理教青森教区西北二支部(野呂道伸支部長) ≡園内窓拭き清掃(以上2件くるみ園へ)  
▽野里楽生会(長尾克範会長) ≡手作り雑巾315枚(東峰小学校へ)  
▽五所川原建設協会(奈良孝男会長) ≡会員業者108社(約163人)による芦野公園の環境整備ボランティア清掃作業

# 図書館

TEL 34-4334



## ▷だっこでいっしょおはなし会

6月11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、絵本の読み聞かせ、わらべうた、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。動き回っても泣いちゃっても大丈夫です。

## ▷五所川原おはなし“ぼぼんた”さんのおはなし会

6月18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。6月のテーマは「おひめさま」です。シンデレラ、白雪姫、かぐや姫、うりこひめ。世界にはおひめさまがたくさんいるね。

## ▷初心者インターネット講習

6月9日(木)、6月23日(木) 10:00 市立図書館 2階

申込受付開始 6月1日(水) 定員 各日2名

図書館のパソコンでインターネットを見るために覚えておきたいことをやってみましょう。パソコンの起動のしかた、文字の打ち方など、パソコンに慣れていない方向けです。

## ▷環境月間特別展示 6月1日(水)~30日(木)

市立図書館

6月は環境月間。図書館では環境やゴミについての特別展示を行います。環境について考えてみましょう。

## ▷蔵書点検に伴う休館

6月13日(月)~16日(木)までの4日間、市立図書館と伊藤忠吉記念図書館は蔵書点検のため、お休みとなります。閉館中に図書の返却をしたい方は、返却ポストをご利用ください。他の図書館から借りた図書や、CD・DVDの返却はできませんのでご注意ください。

### 市立図書館 TEL34-4334

開館時間 9:30~18:00(土・日、祝日は17:00まで)

6月の休館 毎週月曜日、14日(火)~16日(木)

### 伊藤忠吉記念図書館 TEL53-3049

開館時間 9:30~17:00

6月の休館 毎週月曜日、14日(火)~16日(木)

### 市浦分館 TEL35-2111 内線4043

開館時間 9:30~17:00

6月の休館 毎週土曜、日曜日

# オルテンシア

TEL 33-2111



## 大ホール(コンサートホール)

### ▷五所川原第一高等学校吹奏楽部第二回定期演奏会

6月5日(日) 14:00~15:30 無料

五所川原第一高校 葛西 TEL34-2347

### ▷五所川原高等学校吹奏楽部第37回定期演奏会

6月12日(日) 16:00~18:30 500円

五所川原高等学校 松山 TEL35-3073

### ▷第50回五所川原合唱団定期演奏会

6月18日(土) 18:30~20:30 無料

五所川原合唱団 五十嵐 TEL34-4048

## 小ホール(ふるさと交流ホール)

### ▽映画「日本と原発4年後」上映

6月12日(日) ①14:30~ ②18:00~ 500円

映画「日本と原発4年後」上映実行委員会

佐々木 TEL34-4154

### ▽第40回青森県理学療法士学会

6月18日(土) 13:00~17:30 関係者

6月19日(日) 9:30~16:00 関係者

対馬 TEL090-4040-3923

### ▽歌と踊り

6月26日(日) 13:00~16:30 整理券

大森 TEL090-8610-5800

6月の休館日 6日、13日、20日、27日

## 平成28年度採択市民提案型事業 クリーニングDAY津軽

「リサイクルのハードルを下げる」「地域交流」を目的に、世界で同時に開催されるリサイクルカルチャーイベントです。

日時 5月28日(土) 10:00~18:00

場所 ELMホール

▷絵本交換会 交換したい絵本を持ってくると気に入った絵本と交換できます。

▷おもちゃ病院 無料修理お受けします。

\*ワークショップやフリーマーケット、フードコートの出店などもあります。

問 CLEANING DAY 津軽実行委員会

TEL090-7063-0711

## リサイクル品回収ボランティア トイレトペーパー寄贈

五所川原第三中学校の生徒の皆さんが、昨年5月に行ったボランティア活動の収益金で購入したトイレトペーパー738個を、5月9日、市に寄贈しました。



トイレトペーパーを寄贈する生徒の皆さん

本活動は、空き缶・古新聞の回収や地域清掃など、みどり町全域を対象に行われ、地域の環境に関心を持ち、地域社会の一員として積極的に貢献する喜びを体験することを目的として実施されました。

# 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

▷ 6月5日(日) 健生五所川原診療所  
TEL35-2542(一ツ谷508-7)

▷ 6月12日(日) 桂整形外科医院  
TEL34-3737(弥生町16-1)

▷ 6月19日(日) 増田病院  
TEL35-2726(新町41)

▷ 6月26日(日) 白生会胃腸病院  
TEL34-6111(中平井町142-1)

消防署救急病院紹介電話 TEL34-4999

## 献血バス巡回日程

▷ 6月12日(日) 10:00～16:30  
E L Mの街

▷ 6月17日(金) 9:30～11:00  
県合同庁舎

▷ 6月17日(金) 12:30～15:30  
東芝メディア機器株式会社

\*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

## 教室

### みんなの健康教室

日時 6月24日(金)

13時～13時30分

場所 生き活きセンター

テーマ 高血圧、家庭血圧測定

講師 木村内科医院木村正雄先生

問 西北五医師会

TEL(35)0059

### 開催案内 自分のため家族のため 「もの忘れ検診」

認知症は、加齢によるもの忘れとは違い、正常だった脳の働きが徐々に低下する病気です。誰もが発症する可能性があり、認知症を心配されている方も増えていますが、早期発見、早期治療により症

状が改善されるものもあります。

この機会に検診を受けましょう。

日時 6月30日(木) 14時～16時

\*予約申し込み時に調整します。

場所 生き活きセンター

料金 無料

対象者 65歳以上の市民、または

若年性認知症が心配な市民

定員 20名

内容 タッチパネルパソコンを利

用して質問に答える検査

(1人あたり5分～30分程度)

持ち物 保険証、介護予防手帳(お

持ちの方)

申込み 3日前までに、電話また

は窓口にてお申し込みください。

申込先 地域包括支援センター

TEL(38)3939

## 開催案内

### フッ素無料塗布 歯の健康相談

幼児からの虫歯予防を目的に、

歯科保健事業として開催します。

対象 1歳6カ月～小学6年生の

国民健康保険加入者

期間 6月1日(水)～8月31日(水)

\*土曜・日曜日、祝日を除く。

内容 歯の健康診断、ブラッシン

グ指導、フッ素塗布、口腔内診

査

料金 無料

申込み 平日9時～16時30分に

電話にてお申し込みください。

問 市浦歯科診療所(歯科保健セ

ンター) TEL(27)7734

## 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るため、楽しく介護予防ができます。

新しい健康法として、ぜひ取り組みましょう。

対象 65歳以上の市民または60歳以上で、基本チェックリストの結果、運動機能が低下している市民

日程 ①6月6日(月) ②6月24日(金)

時間 13:30～15:30

\*事前の健康チェックがあるため時間厳守

場所 生き活きセンター多目的ホールおよび屋外

講師 全日本ノルディック・ウォーク連盟

ウォーキングライフマイスター 小田桐匡孝氏等

参加費 無料

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(ポール等は貸し出します)

申込み 開催日の7日前までに電話または窓口にてお申し込みください。

申込先 地域包括支援センター TEL 38-3939

## 乳幼児健診

4カ月児健診 H28年2月生まれ	7月5日(火) 小児科診察、身体計測、 発達相談、離乳食のお話・試食
1歳6カ月児健診 H26年12月生まれ	7月26日(火) 小児科・歯科診察、身体 計測、発達相談
3歳児健診 H25年1月生まれ	7月20日(水) 小児科・歯科診察、身体 計測、発達相談、尿・耳・目の検査

受付時間 12:00～12:30(3歳児健診11:45～12:30)

\*時間に合わせてお越しください。

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、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、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。

\*駐車場は保健センター側と道路を挟んだ向かいにあります。駐車出来ない場合、市役所一般駐車場(市役所北側)または有料駐車場をご利用ください。

問 健康推進課 内線2368

**参加募集**  
認知症の人と家族の  
つどい in 五所川原

一人で悩まず色々な人の体験を聞くことで心が軽くなることもありますよ。参加費無料、申込不要。  
日時 6月12日(日)  
13時30分～15時30分

**場所** 市民学習情報センター  
公益財団法人認知症の人と家族の会青森県支部事務局 山本  
Tel 0178(35)0930

**相談**  
エンゼル相談(母子相談)

子どもの発育・発達や育児の相談を保健師と栄養士が行っています。子育ての楽しさや悩みを話してみませんか。お子さんと一緒にお出でください。予約は不要です。  
**日程・場所**  
▽7月8日(金) 10時～11時30分  
保健センター五所川原  
▽7月14日(木) 10時30分～11時30分  
保健センター市浦

**相談**  
11月の相談

眠れない日や憂鬱な気分が続く方、育児や家事等が辛い方、ご家族の様子が気になる方、身近な人を自殺でなくされたご遺族などを対象としています。  
日時 6月9日(木)  
10時～11時30分

**場所** 市役所  
**相談員** 臨床心理士、保健師  
**申込み** 相談日前日までに電話にてお申し込みください。  
**健康推進課** 内線2367

**教室**  
ゆーゆー元気教室

楽しい毎日は「こころと身体の健康」から。これから先の「元気」を一緒に作っていきましょう。  
**対象** 要介護認定を受けていない65歳以上の市民  
**日時** 6月16日(木) 13時～14時  
**場所** 生き活きセンター  
**参加費** 無料  
**テーマ** 冬場になまった体を目覚めさせましょう／骨盤底筋群を意識して、腹筋を鍛えましょう。

**内容** 健康チェック(血圧測定)、ストレッチ、筋力トレーニング  
**講師** 健康運動指導士

**問** 健康推進課 内線2365

鬼武由美子氏  
**持ち物** 動きやすい服装、汗拭きタオル、水分補給用の飲み物  
**申込先** 地域包括支援センター  
Tel (38)3939

**教室**  
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、介護予防に取り組みませんか。身体の機能に不安がある方の介護に関する相談も行なっていますので、ご利用ください。  
**日時・場所**  
▽6月1日(水) 10時30分～12時  
梅沢コミュニティセンター  
▽6月7日(火) 10時分～11時  
大東ヶ丘コミュニティ消防センター

楽しい毎日は「こころと身体の健康」から。これから先の「元気」を一緒に作っていきましょう。  
**対象** 要介護認定を受けていない65歳以上の市民  
**日時** 6月14日(火) 10時30分～12時  
沖飯詰集会所  
▽6月21日(火) 10時30分～12時  
姥苅集会所  
▽6月28日(火) 10時～11時  
磯松コミュニティセンター  
**問** 地域包括支援センター  
Tel (38)3939

**歯周病検診 6/4～10 歯と口の健康週間**  
～健康も 楽しい食事も いい歯から～

国民の8割がかかっている歯周病は、40歳以上では歯を失う主な原因となり、全身の様々な所に影響を及ぼします。この機会に歯周病検診を受けましょう。

**内容** 問診、歯科診察  
**料金** 無料  
**対象者** 平成29年3月31日時点で下記の年齢の市民  
・40歳(昭和51年4月1日～52年3月31日生まれ)  
・50歳(昭和41年4月1日～42年3月31日生まれ)  
・60歳(昭和31年4月1日～32年3月31日生まれ)  
・70歳(昭和21年4月1日～22年3月31日生まれ)  
**期間** 平成29年3月31日まで  
**受診方法** 市民健診申込書または電話で申し込みをし、後日ご自宅に届く歯周病検診受診券を持参し、直接歯科医療機関へ受診してください。  
\*実施歯科医療機関等詳細については申し込みの際にお問い合わせください。  
**申込先** 健康推進課 内線2362

**開催案内**  
歯の健康診断室

**日時** 6月5日(日) 10時15分～15時  
**場所** ELMホール  
**内容** 無料歯科健診、無料フッ素塗布(200名)、歯周病診断テスト、口腔がん検診、介護食品無料配布、ミニSSL試乗会  
\*5月31日(火)から、虫歯予防図画ポスターコンクール入選作品を展示(最終日15時まで)

**問** 北五歯科医師会  
Tel (34)2468

**相談**  
健康づくり相談室

生活習慣病や肥満解消、健診結果など体に関する相談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。  
**日時・場所**  
▽6月16日(木) 10時～11時  
金木東部地区コミュニティセンター

**問** 健康推進課 内線2366

## いきいき教室(介護予防教室)

高齢者の健康づくりと介護予防のための教室です。元気なうちから、取り組みましょう。

**対象** 要介護認定を受けていない65歳以上の市民で、身体や認知機能の低下等が心配になる方、今の健康を維持したい方

**日時・場所** (受付は30分前から)

- ▷ 6月3日(金) 屋外活動(浪岡方面)  
コミュニティセンター三好 8:45~15:00  
生き活きセンター 9:00~15:00
- ▷ 6月9日(木) 体験!ノルディック・ウォーク  
保健センター金木 10:00~11:30  
保健センター市浦 13:30~15:00
- ▷ 6月17日(金) 体験!ノルディック・ウォーク  
コミュニティセンター三好 10:00~11:30  
生き活きセンター 13:30~15:00
- ▷ 6月23日(木) 屋外活動(浪岡方面)  
保健センター金木 9:00~15:00  
保健センター市浦 8:45~15:30

**参加費** 無料

**申込み**

開催日の3日前までに電話にてお申込みください。

**申込先**

地域包括支援センター TEL 38-3939

## 健康スタイルアップ運動教室

自分なりに、食事や運動に気を遣っているのに、なかなか体重が減らない、健診で毎年何か引かかってしまう、「運動しなきゃ」「体を動かさなくては」と思っていて、なかなか出来ないなど、どれか一つでも当てはまることはありませんか?効果的に、小まめに体を動かすことで、余分な脂肪が燃えるだけではなく、血圧・血糖値・コレステロール値等が改善できます。楽しく、気持ちよく一緒に運動をしましょう。今年から、会場を変更し、11月まで定期的に開催します。

**日時** 6月17日(金) 13:30~14:30 (受付30分前~)  
6月29日(水) 18:30~19:30 (受付30分前~)

**会場** 中央公民館3階第1研修室(和室)

**内容** 体重・血圧測定、ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動等

**講師** 健康運動指導士 鬼武由美子氏

**参加費** 無料

**対象** 医師から運動を制限されていない方

**定員** 各回40名

**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、健康手帳(お持ちの方)

\*申込み不要。直接会場へお越しください。

ケガ等については参加者自身の自己責任となります。

**問** 健康推進課 内線2368

## 保健師・栄養士による健康相談

高血圧、脂質異常症、糖尿病予防に関する予約制の健康相談を行います。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** 6月24日(金) 10:00~12:00

**場所** 保健センター金木

**定員** 保健師相談4名、栄養士相談4名まで

**相談内容** 下記の相談の中からお選びください

▷**高血圧相談** 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の相談

▷**脂質異常症相談** 脂質(コレステロールや中性脂肪)に異常があった方、脂質異常症予防には何が必要なのかを考えたい方の相談

▷**糖尿病相談** 血糖値やヘモグロビンA1cが高い方、糖尿病予防には何が必要なのかを考えたい方の相談

**持ち物** 健診結果(特定健診・健康診査受診者)、健康手帳(お持ちの方)

**申込み** 相談したい内容の種類を選び、開催日5日前までに、電話にてお申し込みください。

\*「健康づくり相談室」と併設になっています。

**申込先** 健康推進課 内線2366

## わたしたち保健協力員です 市民健診申込書の“声かけ”世帯配布を行いました

より多くの市民の方に健診を受けていただきたく、今年度も健診の申込時期にあわせ保健協力員による市民健診申込書の世帯配布を行いました。

訪問時不在等や保健協力員が不在の地域については、一部郵送しましたが209名の保健協力員が9,700世帯(対象の40%)のお宅を訪問しました。

市の特定健診受診率は、年々微増ながら県内40市町村のうち28位(平成25年受診結果)とまだまだ低い状況です。特に、40歳代の方の受診率が低く、受診率アップの取組として、今年度は40歳代の方がいるお宅に力を入れ、声かけをしました。

健診は、病気の早期発見だけでなく、生活習慣の見直しができ、健康で長生きにつながります。一人でも多くの方が若い世代から、健診を受けることが「脱・短命県」への近道です。元気な今から、年に1度は健診を受けましょう。

**保健協力員の活動**

保健協力員は「健診を受けましょう」の声かけだけでなく、地域の方の声を行政に伝え、行政と市民をつなぐ役割も果たしています。また「災害時要援護者支援制度」の地域支援者として、妊婦さんに対してできる範囲で協力しています。

今後も、健康づくりや子育て等で気がかりなこと、困っていることがありましたら、地域の保健協力員に、お気軽に声をおかけください。

## メディコトリム参加者募集

高血圧や糖尿病、脂質異常症等の薬を飲んでいるから安心とお考えの方。じつは食事や運動の生活習慣の改善もたいへん重要です。

健診結果を良くしたい、メタボを改善したい、薬を減らしたいとお考えのあなたに合った運動と栄養についてアドバイスをします。ぜひご参加ください。

**対象者** メタボを改善したい市民の方、高血圧、糖尿病、脂質異常等があり、経過観察もしくは内服治療中の方、今の健康をさらに増進したい方

\* 2日間とも、参加可能な方に限ります。

### 日程および内容

▷ 6月30日(木) 18:00~20:00

体力測定、運動・栄養指導、医師講話

▷ 7月14日(木) 18:00~20:00 個別栄養・運動処方箋の発行、運動・栄養指導、医師講話

\* 運動メニューは、ややきつめです。

**講師** 健生五所川原診療所所長 津川信彦先生、保健師、栄養士、健康運動指導士

**場所** 保健センター五所川原

**参加費** 無料

**定員** 20名

**持ち物** 健康手帳(お持ちの方)、水分、タオル、内履きズック、動きやすい服装、記録用紙(申し込みされた方に後日郵送します。)

**申込み** 電話にて6月23日(木)までにお申し込みください。

**申込先** 健康推進課 内線 2368

## 風しん予防接種・抗体検査費用を全額助成します

妊婦初期に風しんにかかると、胎児が風しんウイルスに感染し「先天性風しん症候群」(白内障・先天性疾患・難聴等の障害)を持って生まれる可能性があります。市では「先天性風しん症候群」を予防するために、予防接種(風しん単独または麻しん風しん混合ワクチン)・抗体検査費用を全額助成します。

**対象者** 五所川原市に住民登録があり、次のいずれかに該当する方

妊娠を予定する方/妊娠を予定する方の同居家族/風しんの抗体価が低い妊婦の同居家族

\* 過去に五所川原市の助成を受けて抗体検査をした方、すでに風しん含有ワクチンを2回接種した方、風しんにかかったことがある方は対象外となります。

\* 妊娠中または妊娠している可能性のある方は接種を受けることはできません。

\* 接種後2か月間は避妊をする必要があります。

**接種回数** 1回

**助成期間** 平成29年3月31日(金)まで

**受診手順** お申し込み後、市から風しん抗体検査受診票、予防接種予診票、実施医療機関名簿など必要書類を郵送しますので、実施医療機関へ抗体検査の予約をしてください。風しん抗体検査受診票・予防接種予診票・保険証・診察券等を持参し、医療機関で検査し抗体価が低い方のみ予防接種を行います。

\* 郵送する名簿に記載された医療機関以外で検査および接種した場合は、助成対象外となります。

**申込先** 健康推進課 内線 2364

## 禁煙サポート 3カ月間、たばこからの卒業をお手伝いいたします

5月31日は「世界禁煙デー」です。禁煙を推進するために世界保健機関(WHO)が制定しています。

「たばこが体に悪い」「いつかはやめよう」と思ってもなかなかやめられないのがたばこ。たばこを1本吸うと寿命は5分30秒縮むと言われています。

禁煙は何度もチャレンジすることで成功率がぐっと上がります。この機会にぜひ「禁煙開始日」を決めて一緒に禁煙に取り組んでみませんか。

**対象者** たばこをやめたいと思っている方

**サポート内容** 初回と3カ月後の個別面接(約30分)

および呼気中一酸化炭素濃度測定、尿中ニコチン検査/電話による継続支援(3~4回)

**会場** 保健センター五所川原、金木、市浦を選択

**日時** 平日の9:00~15:00でご都合の良い時間

**申込み** 電話で随時受け付けます。

申込み後、初回面接日程等を調整します。

**申込先** 健康推進課 内線2368

平日は時間が取れない、自力でやめたい、楽にやめたい。そんな方へは禁煙外来の利用をおすすめします。

下記の条件を満たしている人は、保険適用で治療を受けられます。

ニコチン依存症テストで5点以上/直ちに禁煙を始めたいと思っている/禁煙治療に対して文書で同意している/35歳以上でブリクマン指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が200以上

**市内の禁煙外来実施医療機関**(平成28年2月現在)

木村内科医院 TEL35-2815

田町小山クリニック TEL34-3431

櫛引クリニック TEL33-1155

とやもり内科小児科クリニック TEL52-3331

健生五所川原診療所 TEL35-2542

増田病院 TEL35-2726

鈴木耳鼻咽喉科医院 TEL35-2775

## 平成28年度 ぎょがわら学生発平均寿命アップ実現プロジェクト事業 高校生参加者募集



33 昨年の様子

自分や地域の健康について考え、市民が健康で長生きできるためのアイデアを出し合い、「ミニミニ保健師アイデアコンテスト」では作成したポスターの前で発表するものです。

アイデアづくりに向けたプログラムとして『夏休み限定スタンプラリー』『ノルディック・ウォーク体験デー』『公開講座“がんと健康といのちの話”』

『学生健診』等の事業を用意しています。参加は自由選択です。

ワークショップ、公開講座の講師には、津軽鉄道株式会社澤田長二郎社長、津軽地吹雪会角田周会長、弘前大学大学院医学研究科佐藤温先生をそれぞれお招きし、普段聞くことのできない将来に役立つ貴重な内容をたくさん学べます。自分の夢を描きながら、健康について多角的に考え、将来に役立てましょう。

\* 詳細や過去の取組み状況は、市ホームページでご覧になれます。

興味のある方は、6月23日(木)までにエントリーしてください。たくさんのご参加をお待ちしています。

申込先 健康推進課 内線2366

## 後期高齢者医療制度加入の皆さんへ

国保年金課 内線 2337

### 個別健診を受けましょう

高齢化に伴い、生活習慣病の治療を要する方が増加しています。1年に1回健康診査を受け、糖尿病、脳卒中、心臓病などの生活習慣病の早期発見および予防・健康維持に努めましょう。

**検査内容** 問診、身体計測、診察、血圧測定、尿検査、脂質検査、肝機能検査、代謝系検査、貧血検査、心電図、必要に応じ眼底検査

**実施期間** 平成29年3月まで **料金** 無料

**受診方法** 実施医療機関にお申し込みの上、被保険者証を持参し受診してください(受診券は発行していません)。

#### 実施医療機関

駅前クリニック	38-5100	富田胃腸科内科医院	34-3211	清水クリニック	35-3663
川崎胃腸科内科医院	34-3330	白生会胃腸病院	34-6111	とやもり内科小児科クリニック	52-3331
健生五所川原診療所	35-2542	かなぎ病院	53-3111	ファミリークリニック希望	56-2148
市浦医科診療所	62-2009	つがる総合病院	35-3111	増田病院	35-2726

### 歯科健診を受けましょう

市では歯の喪失予防および健康維持のため、1年に1回歯科健診を実施しています。

年1回の歯科健診を受け、元気を維持しましょう。

**検査内容** 問診、歯の状態、歯周病の状態、義歯の状態、咬合の状態、口腔内の衛生状況、BDR指標、口腔(嚙下)機能の状態、その他の所見

**実施期間** 平成29年3月まで **料金** 無料

**受診方法** 実施医療機関にお申し込みの上、被保険者証を持参し受診してください(受診券は発行していません)。

#### 実施歯科医療機関

五所川原市					
あすなろ歯科医院	33-1122	小林歯科医院	33-1156	飛嶋飛島歯科医院	34-8548
アップル歯科医院	39-1171	市浦歯科診療所	27-7734	中嶋歯科医院	34-3366
えびなファミリー歯科	35-1123	渋谷歯科診療所	52-2233	成田歯科診療所	34-2343
エルム歯科小児歯科	38-3131	高満歯科医院	34-2468	ひろし歯科	35-1718
工藤歯科医院	34-8883	田附歯科医院	34-3082	本町歯科医院	35-2214
黒部歯科クリニック	33-3939	田中歯科クリニック	54-1139	中泊町	
小嶋歯科医院	34-2519	津島歯科	34-2050	今歯科医院	57-2117
板柳町 (市外局番0172)		鶴田町		山口歯科診療室	57-2015
久米田歯科	77-3230	中田歯科医院	22-5577	ゆみこ歯科クリニック	69-1020

## 香典返しに特産品を活用してみませんか

突然訪れるお別れのとき、その悲しみと不安は、はかりしれるものではありません。

そんなときの香典返しに、亡くなった方を偲び、その土地の特産品を贈ってみてはいかがでしょうか。

市民が改めて手にすることによって特産品のPRと地域経済への波及効果が期待できます。

お近くの葬儀会社にご相談ください。

問 観光物産課 内線2558



十三湖産レトルトしじみ



つくね芋そば・うどんセット



健康うどんセット

## 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 きまわりを守り、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 4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28年	1	7	149	654	1	3
平成27年	3	7	176	697	1	2
比較	△2	0	△27	△43	0	1

平成28年3月分の火災の月別件数は1件、累計6件の誤りでした。訂正しお詫びします。

全国統一防火標語 **無防備な心に火災が かくれんぼ**

五所川原地区消防事務組合消防本部警防課 ☎35-2023

### 人口と世帯数

平成28年4月末 住民基本台帳 ( )内は前月比



人口  
56,897人  
(+4)



男  
26,181人  
(+14)



女  
30,716人  
(-10)



世帯数  
25,465世帯  
(+71)