

高等看護学院卒業式

3/1 中央公民館

五所川原市立高等看護学院 第46回



ごしおがわら

2014

3 15

No.215

主な内容

- つがる総合病院開院…………… 2
- 市民アンケート結果…………… 4
- 自主防災組織を結成しませんか… 8
- 川倉の湯っこオープン…………… 13

人口・世帯数

- 人口/58,964人 (-47)
 - 男 /27,229人 (-16)
 - 女 /31,735人 (-31)
 - 世帯数/25,268世帯 (+1)
- 2月28日現在(前月比)

■編集と発行/五所川原市役所総務部総務課 〒037-8686 青森県五所川原市岩木町12番地 ☎0173-35-2111(代)

五所川原市ホームページ <http://www.city.goshogawara.lg.jp/>

地域医療を守るために

つがる総合病院 4月1日(火) 開院

受付時間 7:00~11:00

診療時間 8:30~



〒037-0074 五所川原市宇岩木町12番地3 TEL.35-3111

病院本棟：鉄筋コンクリート造10階建(免震構造)

病床数438床(一般390床・精神44床・感染症4床)

立体駐車場：鉄骨造6階建(耐震構造) 420台収容

五所川原市、つがる市、鱈ヶ沢町、深浦町、鶴田町、中泊町で構成するつがる西北五広域連合(連合長・平山市長)が建設した「つがる総合病院」が、4月1日に開院を迎えます。

つがる総合病院が、皆さんに信頼され、愛される病院となるよう、今後も努力してまいりますので、引き続き皆さんのご理解、ご協力をお願いします。

今号の広報では、圏域で取り組んだ自治体病院機能再編成の経緯等をお知らせします。

自治体病院の課題

地方公共団体が経営する自治体病院は、医師不足と経営悪化が課題となっています。

医師不足は、医師の診療への不安、多忙、勤務条件への不満など

圏域の対応

につながら、結果的にますます医師不足となる悪循環を引き起こし、また、自治体病院の経営目的が地域住民の健康といのちを守ることにあることから、経営が悪化しているなかにあつても病院は維持していく必要があります。自治体の財政負担が増加しています。

このことが医療機能の低下につながり、このままでは地域医療が崩壊するおそれがありました。

このような課題は全国的なもので、自治体病院のあり方をめぐる議論が高まっていました。

つがる総合病院の誕生

診療所とすることで、分散している医師や医療機能を中核病院に集約し、圏域全体で地域医療を提供するとともに、個々ばらばらに経営していた5つの病院を広域連合の一体運営体制にして「人」「もの」「予算」を効率よく活用することを目指すものです。

当圏域には、西北中央病院、公立金木病院、つがる成人病センター、鱈ヶ沢町立中央病院、鶴田町立中央病院の5つの自治体病院があり、これら課題解決のため、圏域市町と平成12年度から具体的な検討を始めました。

平成14年12月に県主導で病院機能再編成計画がまとめられ、平成18年2月に「西北五地域における自治体病院機能再編成マスタープラン」を策定しました。

このマスタープランは、圏域の高度医療を担い、中核となる病院をつくり、その他の病院は中核病院のサテライト(後方支援)病院・

中核病院の建設地は、2市4町の助役、自治体病院関係者、弘前大学医学部、地元医師会、住民代表等による中核病院建設用地選定委員会で検討し、市内2カ所、つがる市1カ所を候補地とする答申を受け、平成18年に漆川工業団地用地となりましたが、圏域の将来的な人口減少推計により病院規模を見直したことから、駅が近いこと、また、市が土地を無償貸付することとで用地取得費が不要となることを考慮し、平成20年に現在の建設地に変更しました。

名称は、公募により平成23年に「つがる総合病院」に決定。

基本設計、実施設計を経て、同年8月から建設が始まり、平成25年12月に竣工しました。

サテライト病院として「かなぎ病院(公立金木病院改名)」、「鱈ヶ沢病院(鱈ヶ沢町立中央病院改

名」が、サテライト診療所は、つがる成人病センター、鶴田病院を「つがる市民診療所」「鶴田診療所」として新たに建設し、つがる総合病院を中核に、地域全体で医療を提供する体制が整いました。

建設財源

通常、自治体病院の建設費用は、地元負担(病院の料金収入と自治体の繰入金)が約78%となっています(残りは国が普通交付税措置)が、平成19年に国から「公立病院改革ガイドライン」が示され、平成25年度までに行う病院機能再編成による病院建設に対しては、国が大きく財政支援をすることとなりました。

さらに、県から圏域の病院機能再編成に対し独自の財政支援として総額25億円が補助されたことが加わり、地元負担は約38%に軽減されています。

つがる総合病院の建設は、このように有利な制度を最大限活用し、地元負担の軽減が図られています。

医師確保について

医師確保については、つがる総合病院建設前から積極的に取り組んでいます。

西北中央病院では、弘前大学の

協力を得ながら、平成22年から現在まで、眼科、麻酔科、第一内科、小児科、産婦人科に各1名、泌尿器科に2名の常勤医師が増員となり、非常勤医師の派遣で重症な糖尿病患者の診療を行なう第三内科を新設しています。

また、県の地域医療再生計画に当圏域が採択され、国から交付された地域医療再生交付金25億円を活用し、平成22年11月に、弘前大学大学院医学研究科に寄附講座「地域医療学講座(つがる西北五



消防署跡地に、地域医療再生交付金を活用し、単身者向けの研修医宿舎を建設しています(3月25日完成予定)。

広域連合)を設置。講座では、圏域の医療で患者の多い、がん、糖尿病、心疾患、腎疾患などの基礎的・臨床的研究や、圏域の実態に対応した医療のあり方の教育研究などが行われ、圏域の自治体病院が医師の研究、診療や医学生の実習の場として活用されることで、医師確保につながることを期待されます。

自治体病院機能再編成については

つがる西北五広域連合
Tel(26)6363

かなぎ病院 眼科診療日変更

4月1日から眼科診療日を毎週火・金曜日から、毎週火・水曜日に変更します。

来院する際にはお間違えのないようお願いいたします。なお、受付時間は7時(新患の場合は8時15分)から11時までです。

問 かなぎ病院管理課 Tel.53-3111

つがる総合病院への移転のため 西北中央病院 外来休診・面会制限 3月28日(金)~31日(月)

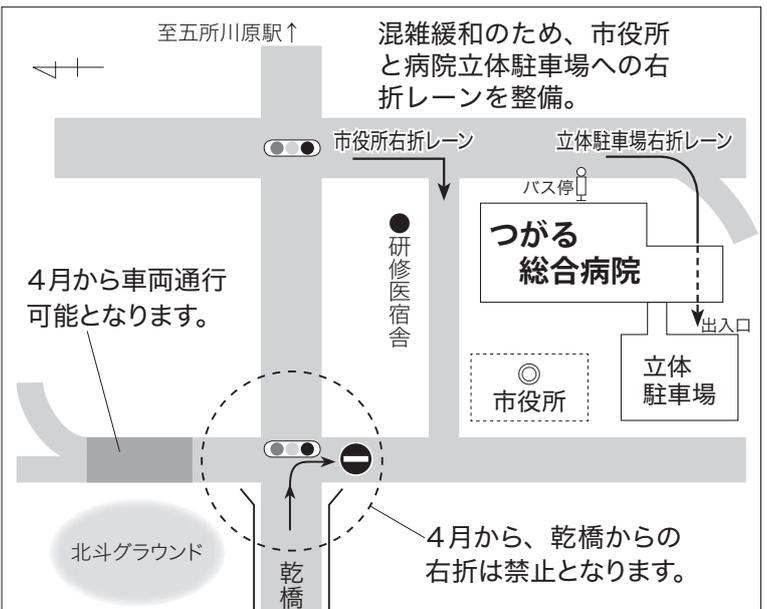
*診療科によって休診期間が異なります。事前にご確認ください。
*ご家族以外の方の面会をご遠慮ください。

3月31日(月)の救急外来・救急車搬入は、時間によって受け入れ病院が異なります。

8:15まで	西北中央病院で受け入れ
8:15から	つがる総合病院で受け入れ

救急外来の場合は必ず電話連絡してください。なお、3月31日(月)、7時~9時まで、西北中央病院からつがる総合病院へ電話が切り替わるため、つながりにくい場合があります。ご了承ください。

問 西北中央病院医事課 Tel.35-3111



4月から車両通行可能となります。

混雑緩和のため、市役所と病院立体駐車場への右折レーンを整備。

市役所右折レーン 立体駐車場右折レーン

バス停

つがる総合病院

出入口

立体駐車場

4月から、乾橋からの右折は禁止となります。

北斗グラウンド

乾橋

*病院前にバス停留所「つがる総合病院前」が新たに設置されます(「西北病院前」バス停は「布屋町」バス停となります)。運行ダイヤは3月下旬に確定します。

バスについては 弘南バス(株)五所川原駅前案内所 Tel.35-9121

五所川原市に関するアンケート(市民意識調査)

結果の概要をお知らせします

調査の概要

市では、「五所川原市総合計画」を定め、「活力ある・明るく住みよい豊かなまち」を目指して各種施策の推進に取り組んでいます。

市民の皆さんの声を各種施策に反映させるため、五所川原市に関するアンケートを2年ごとに実施しています。

今年度、4回目となる調査を行い、結果がまとまりましたので、主な概要についてお知らせします。

【調査対象】

住民基本台帳から20歳以上の男女3000人を無作為に抽出しました。

【調査方法】

平成25年8月12日～30日の期間に、無記名、自記式の調査票の配布、回収を郵送により行いました。

【調査内容】

- ①五所川原市の現状と将来について(施策の満足度と重要度)
- ②普段の生活について

③地域活動やまちづくりの取組について

④定住意向について

⑤五所川原市が目指す姿と取組について(自由記述)

⑥自由意見

【回収結果】

- ・有効送達数2990通
- ・有効回収数921通
- ・有効回収率30・8%

結果の概要

五所川原市の現状と将来について(満足度と重要度)

日常生活の中で、日頃感じていることを、五所川原市の現状に対する満足度と将来の重要度という視点から37の施策を対象に調査しました。詳細については、次ページをご覧ください。

施策に対するニーズ(必要性)について

37の施策についての重要度と満足度を数値化した「重要度指数」と「満足度指数」の差をニーズ指数として算出し、施策に対するニーズについて取りまとめた結果、上位5項目は次のとおりです。

順位	施策に対するニーズ(上位5項目)
1	雪対策の推進
2	雇用対策の推進
3	財政基盤の安定
4	子育て支援の充実
5	工業の振興

定住意向について

市への定住意向についての調査結果は次のとおりです。

選択項目	回答数	構成比
住み続けたい	407	44.1%
どちらかといえば住み続けたい	205	22.3%
どちらかといえば住み続けたくない	63	6.8%
住み続けたくない	42	4.6%
どちらともいえない	195	21.2%
無回答	9	1.0%
合計	921	100.0%

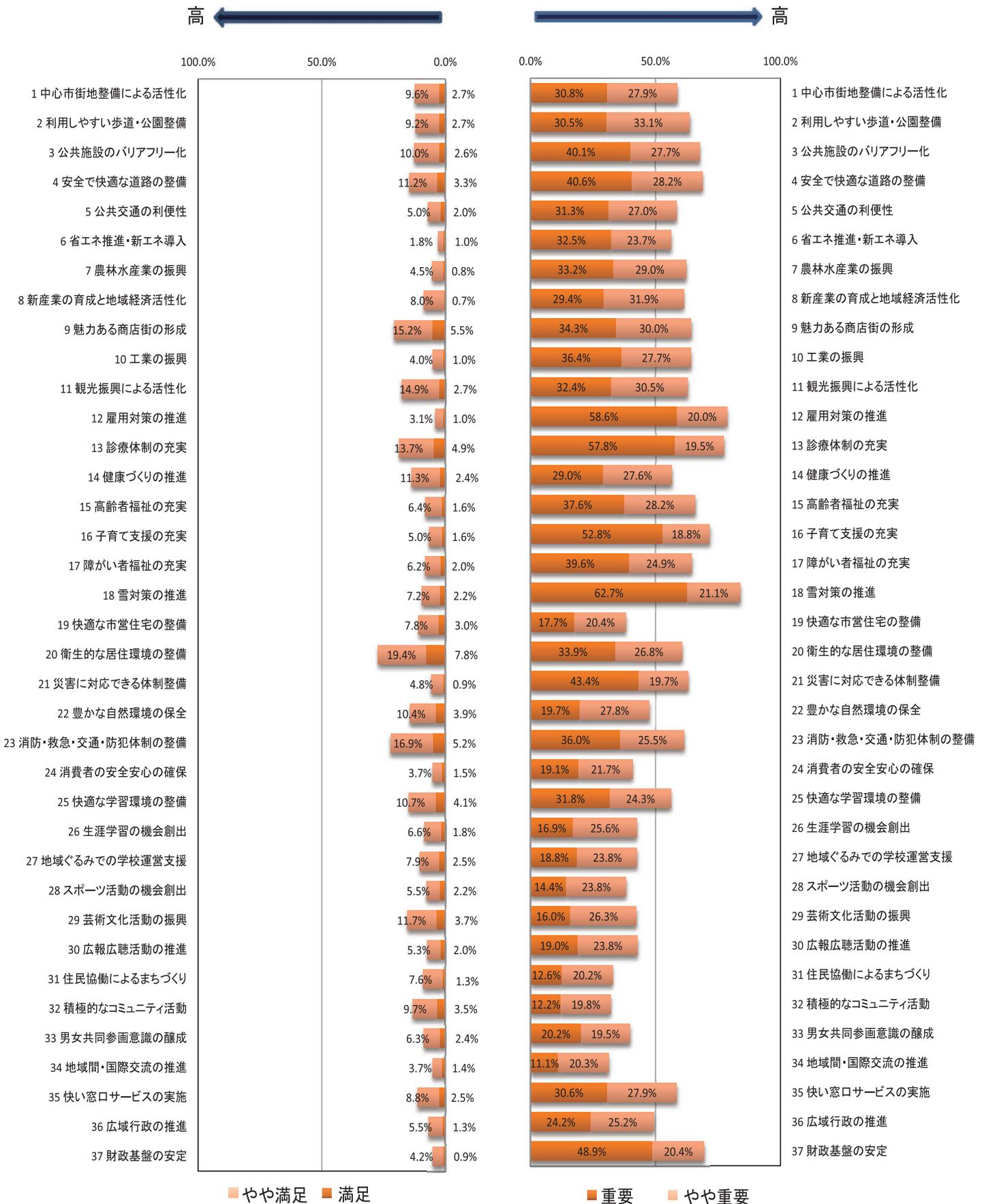
詳細な集計結果については、市ホームページに掲載しているほか、市役所、各総合支所の行政資料スペースでご覧になれます。

お問い合わせ先 企画課 内線2152

【五所川原市の現状と将来について(満足度と重要度)】

＜現在の施策に対する満足度＞

＜将来の施策に対する重要度＞



近

年、全国各地で多発している地震、台風、短期間集中豪雨などの災害をきっかけとして、地域の防災に対する関心が非常に高まっており、地域住民の避難誘導や高齢者世帯等の見回り、避難所における運営補助や炊き出しなど、『**自主防災組織**』が重要な役割を果たした事例が数多く報告されています。

地域住民がお互いに助け合い、人命救助や初期消火にあたることによって、被害を少なくすることができることから、市では地域住民自らが、自分たちの地域を守る取り組みを行う**自主防災組織**の結成を勧めています。

自主防災組織とは

行政、消防による救助・救援などは、大きな災害になるほど、道路の寸断や同時多発的 화재などの発生により、十分に対処できないことが考えられます。地域の住民は「自分の命は自分で守ることが基本」ですが、個人や家族の力だけでは限界があります。そのため、災害が発生した場合には、普段から生活環境を共有している住民同士が協力し合う「**共助**」が重要となります。自分たちの地域を自分たちで守るために、地域の皆で一緒になって防災活動に取り組む組織が「**自主防災組織**」です。

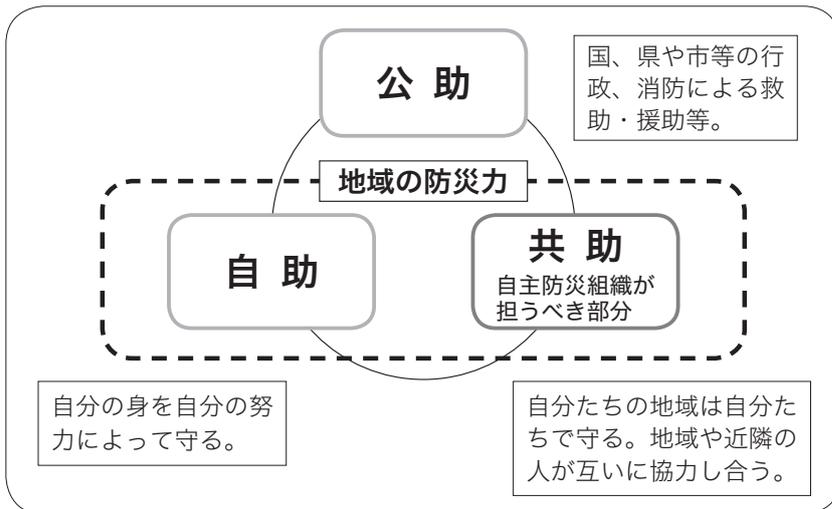
自主防災組織の活動

▽平常時

- ・ 防災知識の普及・啓発
- ・ 地域内における危険箇所の確認
- ・ 防災体制の点検
- ・ 地域の災害時要援護者の状況把握
- ・ 防災訓練実施

▽災害時

- ・ 初期消火活動
- ・ 組織的な救助・救出活動
- ・ 災害に関する正確な情報収集と伝達
- ・ 避難所などへの誘導



自主防災組織を結成しませんか

自主防災組織への助成等について

市では、自主防災組織結成に際し、地域の防災活動に必要な資機材等の整備に補助金を交付しています。

▽助成内容(2種類の助成があります)

①五所川原市自主防災組織育成助成事業／上限30万円

②コミュニティ助成事業／上限200万円

*それぞれ申請期限や対象資機材が異なります。

申請を希望される場合や対象資機材等について知りたい場合は、お気軽にご相談ください。

自主防災組織活動紹介

～尻無自主防災会 防災訓練の様子～



■自主防災組織についてのお問い合わせ先：総務課 内線2116
*市ホームページ「自主防災組織をつくりましょう」もご覧ください。

消防団員募集!



五所川原市消防団では常時、消防団員を募集しています。消防団員は、「自分たちのまちは自分たちで守る」の精神のもと、消火活動、地震や風水害といった大規模災害発生時における救助、救出活動、警戒巡視だけでなく、平常時には、訓練のほか、防火指導、特別警戒、広報活動などを行い、市民の生命と財産を守るために活躍しています。

皆さんも消防団に入団し、一緒に五所川原市を守りませんか?

■入団資格

- ・市在住の、年齢18歳以上の方(男女問わず)
- ・心身ともに健康な方

■入団後の待遇

- ・消防団員報酬が支給されます。

- ・活動中のけが等に対しての補償制度があります。
- ・公務を問わず、けが、疾病により一定期間入院した場合の入院見舞金や、死亡・重度障害の状態になった場合の援護金の支給があります。
- ・5年以上在籍した方は、退団の際に退職報償金が支給されます。
- ・活動時に必要な被服等は、貸与します。

■お問い合わせ先：消防本部警防課

Tel(35)2023



市浦地区でプラスチックの分別を始めます

4月から市浦地区の家庭ごみのうち「プラスチック」の分別収集を始めます。

これまで「燃やせないごみ」に分類されていた「プラスチック」を、2週に1回の「プラスチックの日」に収集します。また、「燃やせないごみ」は、月に1回の収集に変わります。

リサイクル率を向上し、一般廃棄物最終処分場を長期間使用できるようにするための対応です。皆様のご理解、ご協力をお願いします。

・お問い合わせ先…環境対策課 内線2345

【対象品目】すべてのプラスチック製品、ナイロン製のごみ

- ・カップ類(ヨーグルト・乳酸飲料・アイスクリームの容器など)
- ・ボトル類(洗剤・食用油・ソースの容器など)
- ・ポリ袋類(菓子・ラーメン・米の袋など)
- ・ラップ類(包装用フィルムなど)
- ・発泡スチロール類(納豆・カップ麺の器、トレイなど)
- ・キャップ類(ペットボトルのフタ、洗剤のキャップなど)
- ・プラスチック容器類(弁当・カレー・豆腐のパックなど)
- ・その他プラスチック製品

*市浦地区ごみカレンダー、プラスチック分別表をご確認ください。
*市指定のごみ袋「燃やせないごみ・リサイクル」を使用してください。
*「燃やせないごみ」は、「プラスチック」以外のごみ(ガラス製品、せとの製品、ゴム製品、蛍光灯・電池など)を収集します。

家庭ごみ収集について

平成26年度版の「家庭ごみ収集カレンダー」を本紙と同時に配布しました。

届いていない方は、環境対策課(内線2345)、金木総合支所庶務係(内線3203)、市浦総合支所庶務係(内線4015)へお問い合わせください。

2月22日、立佞武多の館で、今年度の市民提案型事業成果報告会が開催され、事業を実施した団体が、市民提案型事業審査会(檜楨貢会長・弘前大学大学院地域社会研究科教授)をはじめ、会場に集まった約40人の聴衆に向けて、1年間の活動の成果を報告しました。

市民提案型事業は、地域の課題解決や活性化に自主的に取り組む市民活動に対し、市が助成するもので、今年度ははじめの一步事業に2団体、市民提案型事業に5団体、計7団体が事業に取り組んでいます。

報告会の最後に檜楨会長が「今の地域社会は、放っておくと衰退していくものが結構あり、仕方ないということになりがちだが、各団体の報告を聞いて、自分たちがやれることは全てやろう、自分たちがまずは動くんだという気持ちが印象に残った。一時的な活動として終わらないよう、市の事業と一緒に進めていくなど、行政も受けとめてもらいたい」と総括しました。

市民提案型事業については企画課(内線2152)へお問い合わせください。



各団体が1年間の活動の成果や課題を報告

今年度の事業/実施団体名

- はじめの一步事業▽ゴニンカン大好きーもっと女性と子供たちに/にこにこゴニンカン倶楽部▽浅井獅子舞復活伝承事業/浅井獅子舞倶楽部
- 市民提案型事業▽安藤の郷づくり事業/安藤の郷応援隊▽爆食!ごしょ煮込みうどんPR大作戦/ごしょ煮込みうどん党▽五-GO-まっちこん/五所川原商工会議所青年部▽五所川原市のお土産PR・販売促進事業/らぶ・ごしょがわら実行委員会▽飯詰発、元気発信事業!!/飯詰を元気にする会

4月8日(火) 五所川原市 野里財産区の有権者の皆さんへ

野里財産区議会議員一般選挙投票日

投票所入場券は配布しませんので、お気軽にお出でください。

■投票時間…7:00~20:00

■投票所…野里集会所

■投票できる方

▽年齢要件…平成6年4月9日以前に生まれた方

▽住所要件…平成26年1月2日以前から五所川原市大字野里の住所に居住し、住民基本台帳に登録され、引き続き居住している方

■選挙すべき議員の数…6人

■開票…同日、20時30分から野里集会所にて行います。会場の収容人数の都合により、開票(選挙会)参観人の入場を制限することがありますので、ご協力をお願いします。



みんなの一票大切に!

お問い合わせは
選挙管理委員会事務局
内線2752まで

～期日前投票・不在者投票～

▽投票日に仕事やレジャー等で投票所へ行けない見込みの方は投票日前に投票できます。

■期間…4月4日(金)~7日(月) 8:30~20:00

■場所…野里集会所

▽投票日に出稼ぎや出張等で区域外に出られる予定の方や出ている方は、不在者投票の請求ができます。告示日前でも請求できますので、できるだけ早目に請求をしてください。

立候補届出について

■届出日時…4月3日(木) 8:30~17:00

■届出場所…選挙管理委員会事務局
(市役所4階)

*立候補予定者に対する説明会を3月26日(水)、14時から市役所4階男子研修室において行いますので、立候補予定関係者は出席してください。

自分で野菜を作ってみませんか

～ふれあい体験農園参加者募集～

ふれあい体験農園では、ナス、きゅうり、トマト、ピーマンなどの野菜や草花などを自由に栽培できます。豊かな自然があなたを待っています。

■場所

- ・金木町オートキャンプ場入口(47区画)
30㎡…16区画/60㎡…22区画/85㎡…9区画
- ・金木運動公園多目的広場内(27区画)
30㎡…14区画/60㎡…13区画

■対象…市内に住所を有する方

■使用料

30㎡…1,500円/60㎡…3,000円/85㎡…4,300円

■栽培作物

野菜・草花(11月までに終了するもの)

■申込方法

金木総合支所産業建設係(内線3208)まで。
申請書は市ホームページからもダウンロードできます。

市営住宅 入居者募集時期変更

これまで入居者募集を年6回偶数月に行っていました。今後は年6回奇数月とします。

今回の募集は、4月25日発行「広報ごしょがわら5月号」および市ホームページに掲載予定です。

- ・建築住宅課 内線2663
- ・金木総合支所産業建設係 内線3211
- ・市浦総合支所産業建設係 内線4024

縦覧帳簿で あなたの固定資産を 確認できます

税務課 内線2223

平成26年度土地価格等縦覧帳簿および家屋価格等縦覧帳簿(以下「縦覧帳簿」)を縦覧に供します。縦覧とは、固定資産の課税(固定資産税・都市計画税)の基礎となる価格等をあらかじめ所有者が確認するため、期間を設け縦覧帳簿を無料でご覧いただく制度です。昨年中に土地・家屋を所有権移転した方、家屋を新築・増築・取壊した納税者は縦覧しましょう。

「縦覧帳簿」に登録されている価格に不服がある場合は、固定資産課税台帳に登録すべき固定資産の価格等のすべてを登録した旨を公示した日から納税通知書の交付を受けた日後60日までの間に、固定資産評価審査委員会に審査の申出をすることができます。

また、路線価格等の公開もしています。

*これから家屋の新築・増築・取り壊しをする場合は、ご連絡をお願いします。

●縦覧期間

4月1日(火)～5月30日(金)まで
(土・日曜日、祝日を除く)

●縦覧時間

8時30分～17時15分

●縦覧場所

- ・五所川原地区 税務課
- ・金木地区 金木総合支所総合窓口係(内線3114)
- ・市浦地区 市浦総合支所総合窓口係(内線4066)

児童扶養手当

特別児童扶養手当
特別障害者手当等
手当額が変わります

家庭福祉課 内線2432

これまで年金と連動して物価スライド措置がとられ、特例水準(物

価下落時の据え置き措置1.7%)にあつた児童扶養手当、特別児童扶養手当、特別障害者手当等について、平成24年11月に成立した「国民年金法等の一部を改正する法律」等の一部を改正する法律により、特例が平成27年4月にかけて解消されます。

4月以降の手当月額は次のとおりとなります。

児童扶養手当

- ・8月振込分から
- ◇全部支給 4万1020円
- ◇一部支給 4万1010円
～9680円

特別児童扶養手当

- ・8月振込分から
- ◇1級 4万9900円
- ◇2級 3万3230円

特別障害者手当

- ・5月振込分から
- ◇特別障害者手当 2万6000円

障害児福祉手当

- ◇福祉手当 1万4140円
1万4140円

- *特例水準の解消スケジュール
- 平成26年4月 ▲0.7%
- 平成27年4月 ▲0.3%

火災・救急出動概況

五所川原市 2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26年	4	6	155	349	2	3
平成25年	3	5	150	367	3	9
比較	1	1	5	△18	△1	△6

全国統一防火標語 消すまでは 心の警報 ONのまま

五所川原地区消防事務組合消防本部 ☎35-2023(内線1031)

納期限は**3月31日**(月)です
忘れずに納めましょう

国民健康保険税 第9期	収納課 内線2250
介護保険料 第9期	介護福祉課 内線2453
後期高齢者医療保険料 第9期	国保年金課 内線2338

納付は便利で確実な口座振替を!

市民サロン

五所川原市少年少女発
明クラブクラブ員募集

TEL(35)8121 浅見

●活動日：4月～平成27年3月の
毎月第1・第3土曜日 午前中

●場所：五所川原市職業能力開発
校(中央公民館裏)

◇対象：市内在住の小学3年～中
学2年

◇会費：年3500円(傷害保険
含む)

◎申込締切：3月31日(月)。先着30
名に達し次第締切。中央公民館
でも申込みを受付します。

国民年金のお知らせ

国保年金課 内線2332

保険料を免除申請できる
対象期間が拡大されます

国民年金は、所得が少ないとき
や失業等により保険料を納付する
ことが経済的に困難な場合、保険
料の免除申請ができます。

これまで、過去の国民年金保
険料の免除が受けられる期間は、
申請の直前の7月(学生納付特例
は直前の4月)までの1年以内で
した。

4月からは、過去2年1ヵ月分
の免除申請ができます。

後納制度で将来の年金 受給額を増やせます

後納制度は、過去10年間に納め
忘れた保険料を納付することによ
り、将来の年金額を増やすことが
できる制度です。

また、年金を受給できなかった
方は、後納制度を利用することで
年金が受けられる場合があります。
過去10年以内に納め忘れの保険
料がある方は、ぜひ後納制度をご
利用ください。

なお、後納制度が利用できる期
限は平成27年9月30日までとなっ
ています。お早めにお申し込みく
ださい。

パソコン講座・教室

五所川原市シルバー人材セ
ンター TEL(34)8844

シルバー会員が経験を活かして
講師となって教えます。

会場は①②市民学習情報センタ
1、③シルバー人材センターです。
①パソコン無料体験講座

高齢者向けの体験講座
日時：3月19日(水) 13時～15時

②シルバーパソコン教室

ワード・エクセル入門コース
4月5日～6月21日の毎週土曜
日(12回)

・初心者コース 9時～12時

・経験者コース 13時～16時
③月曜日・水曜日パソコン教室

ワード・エクセルのレベルアッ
プ(経験者コース)

4月7日～6月25日
隔週月曜日・水曜日(各6回)

*シルバー人材センターでは随時
会員を募集しています。

医療・調剤薬局事務科 求職者支援訓練

ラソ・パソコン教室
TEL(26)6861 竹谷

医療機関や薬局などで受付、診
療報酬請求、会計ができるように
なり、事務処理を迅速に行うため
ITスキル・パソコンスキルを身
に付け、医療・調剤薬局事務員の
職務に就くことを目指します。

◇訓練番号
4-25-02-02-04-0170

●訓練期間：5月1日～10月31日

●訓練場所：ラソ・パソコン教室

◇受講料：無料(テキスト代1万
2700円自己負担・消費税増
税後はその分が加算されます)

◇定員：15名(応募者が少ない場
合は中止することがあります)

◎申込方法：4月1日(火)までに、
ハローワーク五所川原の職業訓
練窓口へ相談の上、受講申込書
を提出してください。4月11日

(金)に面接により選考し、4月16
日(水)に結果を通知します。

*一定の要件を満たす方は職業訓
練受講交付金が利用できます。

OABビジネス基礎科 求職者支援訓練

JMTC弘前教室
TEL0172(29)1715

エクセルやワードなどのPCス
キルを身につけ就職を目指します。

◇訓練番号
4-25-02-01-00-0172
●訓練期間：5月7日～8月6日
●訓練場所：JMTC弘前教室
(弘前市外崎4丁目2-3)

◇受講料：無料(ただしテキスト
代9030円、資格試験を受験
する場合の受験料は自己負担)

◇定員：22名(応募者が少ない場
合は中止することがあります)

◎申込方法：4月11日(金)までに、
ハローワーク五所川原の職業訓
練窓口へ相談の上、受講申込書
を提出してください。4月17日
(木)16時から面接・筆記により選
考し、4月22日(火)に結果を通知
します。

*一定の要件を満たす方は職業訓
練受講交付金が支給されます。

◎広報有料広告

健康管理食

- 健康管理食弁当¥500円
- カロリー 530～630Kcal程度
- 献立は栄養士が考案しています。
- 土、日、祝も休まず営業しています。



- ◎健康管理食、オリジナル弁当どちらも
昼食、夕食用として配達できます。
- ◎健康維持、ダイエット、生活習慣予防等
を考えている方に適しています。

- ◎お弁当販売取扱店
・福祉の里 ここ ・下山豆腐店 ・岩谷精肉店
・しやりき温泉 でお買い上げ出来ます。

株式会社 美味心房 五所川原市大字稲実字米崎68-5
TEL 0173-26-7255

入居希望随時受付中

おかげさまで
ライラック10周年

◆有料老人ホーム
ライラック実吉 30,150円～
五所川原市福山字実吉72-3(サンクス福山店様となり)

◆有料老人ホーム
ライラック 30,150円～
板柳町掛落林字前田262-2、263(あすなろ温泉様となり)

これまでのご愛顧に感謝し、
平成25年9月1日より、
利用料金を次のとおり改正いたしました。

お気軽にお問い合わせ下さい。心よりお待ちしております。
●お問合せ ☎0173-29-2015 (施設長 奈良)宛まで。 (有)ユアホーム

五所川原市を応援します!!

3/31(月)
時間延長

市役所窓口

4/5(土)・4/6(日)
開設

例年、3月下旬から4月上旬にかけては、転入・転出の手続き等で市役所窓口がたいへん混み合います。窓口の混雑緩和と待ち時間短縮のために、以下のとおり市役所窓口を開設しますのでご利用ください。

■開設日時…3月31日(月)～20:00、4月5日(土)・6日(日) 8:30～17:15

業務内容(いずれも市役所窓口のみ)	担当課
◎市民課窓口業務全般 住民異動届、各種戸籍に関する届出(届出の内容により、当日処理できない場合があります)、印鑑登録、各種証明書交付事務等 *住基カードの交付・公的個人認証サービス業務は除く	市民課 内線2312
◎国民健康保険関係 転入、転出に係る資格取得・喪失、乳幼児医療費給付業務等 ◎後期高齢者医療関係 転入、転出に係る資格取得・喪失	国保年金課 内線2331
◎家庭ごみ収集カレンダーの配布 ◎家庭ごみ分別の説明	環境対策課 内線2344
◎母子健康手帳の交付 ◎乳幼児健診、予防接種に関すること ◎子宝祝金の申請 ◎各種がん検診、骨粗しょう症・歯周疾患検診に関すること	健康推進課 内線2362

*例年、3月末の土曜・日曜日も窓口開設していましたが、今年はシステム改修のため開設できませんので、ご了承ください。

高齢者教室 平成26年度受講生募集

5月から高齢者教室を開催します。受講を希望する方は電話でお申し込みください。

■対象…60歳以上で通学できる方

■申込締切…4月9日(水)

■申込先

社会教育課(中央公民館内) Tel.35-6056

昨年の北辰大学開講式



北辰大学(五所川原地区)

会場…中央公民館

募集人数…1年生40名

回数…5月～2月の計11回

ひばの樹大学(金木地区)

会場…金木公民館

募集人数…1年生40名

回数…5月～1月の計8回

寿大学(市浦地区)

会場…市浦コミュニティセンター

募集人数…70名

回数…5月～11月の計6回

◎広報有料広告

広告

個室でお食事
歓送迎会ご予約承ります

●量の宴会場 (~50名様)
●少人数様用 個室有

お電話ください

大好評!!
お持ち帰り弁当
ご法事にも(要予約)

五所川原マックススパリユ隣
0173-3813048

シャモシ海老フライうなぎ夫から
どしま

理容技術でもっとも高難度の
テンションパーマ

青森県で唯一やっている店
硬い髪・ちぢれ髪etc. でお困りの方
1 いたまない 2 もちがしい
3 周りに違和感をあたえない
パンチ・アイパとはまったくの別物です

理容坂本 Tel.37-2561
五所川原市下岩崎尾花原51
AM7:00~PM7:00 定休日/月曜日・第3日曜日

T.P 7,000円
Cut 3,300円
粗品進呈

五農○
法林寺記
長円寺記
記大泉寺
←当店

五所川原市を応援します!!

五所川原地域ブランド品紹介 第3回



十三湖が国内有数の産地として知られているしじみには、肝臓の働きを助け、美容効果も期待できるオルニチンのほか、カルシウム、鉄分、タウリンなど様々な栄養素が含まれているのをご存知ですか？

今回は十三湖産シジミエキスを手軽に取れる五所川原地域ブランド品をご紹介します。

生活スタイルに合った商品をどうぞ！

(いずれも平成24年度認定証品です)

●粉末タイプ～お料理などに混ぜ込んで風味も栄養もパワーアップ！

貝活源P

純粋シジミエキス粉末

●ドリンクタイプ～十三湖産シジミエキス配合量で選べる飲みやすい栄養ドリンク

シジミエキス21 (シジミエキス10%配合)

シジミエキス21S (シジミエキス15%配合)

Guitto50 (シジミエキス10%、ウコン、ガラナエキス、乳化オリゴ糖配合)

貝活源L (十三湖産シジミエキス50%配合)

●錠剤タイプ～サプリメント感覚で手軽に摂取

貝活源G

・取扱店…道の駅十三湖高原 TEL62-3556 *シジミエキス21・21S、貝活源Lは、青森空港、青森県観光物産館アスパム、青森県特産品センター(東京)、北彩館(東京)でも購入できます。

・商品については…株式会社トーサム TEL62-3556

・五所川原地域ブランドについては…商工観光課地域産業振興室 TEL35-2111 内線2563

今日から始めよう！ 認知症予防

自分のために 家族のために

「もの忘れ検診」を受けましょう

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。

誰もがなる可能性がある身近な病気で、心配する方が増えているのが現状です。認知症の早期発見・治療のために、「もの忘れ検診」を受けましょう

1年を通してもの忘れ検診ができるようになっていきます。

■日 時…毎週月・火・水・金曜日 14:00～16:00

■場 所…健生五所川原診療所

■対象者…65歳以上または若年性認知症が心配な市民

■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)

■料 金…無料

■申込先…地域包括支援センター TEL38-3939

脳いきいき5カ条

食

- ・野菜・果物と魚中心
- ・腹八分でよく噛む

動

- ・軽く汗ばむ程度散歩
- ・いつもと違う道を通る

楽

- ・自分から話をする
- ・指先や頭を使い趣味

知

- ・買い物で暗算する
- ・新聞記事を音読する

体

- ・30分程度昼寝をする
- ・リラックス体操

☆5つの領域から1つずつ
☆自分流の脳いきいきメニューを作る

*認知症サポート医(健生五所川原診療所)

津川信彦氏講演「認知症を理解して早期発見」より

川倉の湯っこ・金木中央老人福祉センターオープン

大規模改修工事を行っていた「川倉の湯っこ・金木中央老人福祉センター」は、3月末完成予定です。1週間の設備調整期間が必要なため、オープン予定は4月8日(火)です。利用者の皆さんには長らくお待たせして大変ご迷惑をおかけしました。今後は、新しく、広がった「川倉の湯っこ」をお楽しみください。

* 4月3日(木)は、金木在住の60歳以上の方に限り、「生き生きセンター」の入浴施設への無料送迎バスを運行しますのでご利用ください。4月8日(火)からは、金木中央老人福祉センターへの無料送迎バスの運行に切り替わります。運行表をご確認ください。

4月3日(行き先：生き生きセンター)

地区	運行日	運行順路
川倉	4月3日	藤枝地区発8:30～湯の川地区～宇田野地区～生き生きセンター着9:20 (帰りは生き生きセンター発14:30で逆コース)
喜良市		更生地区入口発9:50～岩見町～林町～派立～双葉町入口～上柏木町～下柏木町～南本町～川端町～生き生きセンター着10:40 (帰りは生き生きセンター発15:40で逆コース)

4月8日以降(行き先：金木中央老人福祉センター)

地区	運行日	運行順路
嘉瀬東部	毎週	嘉瀬コミュニティセンター発(早番8:30、遅番9:30)～山中ストア前～馬頭観音前～中柏木入口～川倉の湯っこ着 (帰りは川倉の湯っこ発(早番14:30、遅番15:20)で逆コース)
嘉瀬西部	火曜日	古町(バイパス)発(早番8:30、遅番9:30)～鍛冶町～畑中～嘉瀬北口バス停～川倉の湯っこ着 (帰りは川倉の湯っこ発(早番14:30、遅番15:20)で逆コース)
* 嘉瀬地区については、東部、西部交互に早番・遅番の運行時間となります。 4月8日(火)は、東部が早番、西部が遅番、4月15日(火)は、西部が早番、東部が遅番 (以降、順次東部、西部交互に早番・遅番の運行時間)		
金木西部・ 蒔田・神原	毎週 水曜日	金木部品前発8:30～三軒町～沢部～蒔田～神原～自然休養村管理センター前～見崎町～川倉の湯っこ着 (帰りは川倉の湯っこ発14:30で逆コース)
金木東部・ 大東ヶ丘		金木老人福祉センター(浦町)発9:30～北新町金本ビル前～金木駅前～山道町保食神社前～美晴町入口～旭ヶ丘～大東ヶ丘～さくら団地入口～川倉の湯っこ着 (帰りは川倉の湯っこ発15:20で逆コース)
川倉	毎週	藤枝地区発8:30～湯の川地区～宇田野地区～川倉の湯っこ着 (帰りは川倉の湯っこ発14:30で逆コース)
喜良市	木曜日	更生地区入口発9:30～岩見町～林町～派立～双葉町入口～上柏木町～下柏木町～南本町～川端町～川倉の湯っこ着 (帰りは川倉の湯っこ発15:20で逆コース)

* 運行日が国民の祝日および12月29日から1月3日にあたる場合は、運行しません。

■お問い合わせ先…介護福祉課 内線2458

図書館からのお知らせ

津軽の「むがしっこ」を聞こう

■日時…3月22日(土)10:30～ ■場所…市立図書館2階

むがしっこを語る会「ゆきん子」のみなさんによる津軽のむがしがたりが聞けますよ。

津軽に伝わる、むかし話・伝説・歴史などを津軽弁でお話します。

懐かしいお話を聞きたい大人や、津軽弁が新鮮な子どもたちなどが来てくれています。「むがしっこ」「わらべうた」みんなきぎにこいへえ♪

■お問い合わせ先…市立図書館 TEL34-4334





ヘルス・インフォメーション

健康だより

健康推進課 ☎35-2111(内線2362)
保健センター市浦 ☎27-7733

健康づくり相談室

生活習慣病や肥満解消、介護予防など体に関すること、ストレスや心の相談など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。

地区	開催場所	開催日	開催時間
五所川原	戸沢集会所	3月26日(水)	10:00~11:30
	保健センター五所川原	4月2日(水)	10:00~12:00
市浦	保健センター市浦	3月25日(火)	13:00~14:00
		3月27日(木)	

乳幼児健診

■受付…12:00~12:30(3歳児健診11:45~12:30)

11時からの母子健康手帳の受付はなくなりました。

■持参するもの…母子健康手帳、バスタオル等

健診の種類	実施日	実施場所	対象児
4カ月児健診	4月8日(火)	保健センター五所川原	平成25年11月生まれ
1歳6カ月児健診	4月は実施がありません。平成24年10月生まれば、5月27日(火)に実施します。		
3歳児健診	4月16日(水)	保健センター五所川原	平成22年10月生まれ

* 健診会場駐車場は、保健センター側と、道路を挟んだ向かいにあります。駐車できない場合は、市役所一般駐車場または有料駐車場をご利用ください。

エンゼル相談(母子相談)

お子さんと一緒に遊びの時間をつくり、子育ての楽しさや悩みを話してみませんか。

■持参するもの…母子健康手帳、バスタオル

日時	実施場所	内容
4月10日(木) 10:30~11:30	保健センター市浦	○各月齢での成長(身体計測)・発達の確認、育児、遊び、栄養(離乳食)の相談、情報交換など
4月11日(金) 10:00~11:30	保健センター五所川原	○4月勉強会テーマ(11:00~)
4月25日(金) 10:00~11:30	保健センター金木	「子どもの食事・おやつについて」

救急医療当番医

月日	医療機関名	住所	電話
3月16日(日)	まつもと整形外科クリニック	中央2丁目33	33-5413
3月21日(金)	富田胃腸科内科医院	みどり町四丁目128	34-3211
3月23日(日)	てらだクリニック	稲実字米崎122-17	33-1200
3月30日(日)	田辺胃腸科外科医院	旭町40-1	35-6355

* 1. 対応時間 9:00~17:00 (電話で確認)

2. 消防署(救急病院紹介電話34-4999)でも紹介します。

献血のご案内(バス巡回)

期日	時間	場所
3月23日(日)	10:00~16:30	ELMの街
4月5日(土)	9:30~16:00	アクロスプラザ五所川原・ユニバース五所川原東店

* 日程は変更される場合もあります。



が月1回発行になります

毎月1日、15日に発行していた広報ごしよがわらが月1回発行になります。

今年3月31日に発行する、今までの4月1日号を4月号とし、その後は毎月25日(その日が市の閉庁日の場合はその前の閉庁日)に発行します。

月1回発行に伴い、イベント等をお知らせする市民サロンの原稿提出と、有料広告の掲載申込みの締切日が変わります。

締切日は、掲載を希望する号が発行される前月末となりますので、ご注意ください。

*例 平成26年4月25日に発行される広報5月号に掲載を希望する場合は、発行月(4月)の前月3月末が締切日。

一月分の行政からのお知らせを1冊にまとめてお届けすることになった広報ごしよがわらを、今後もよろしくお願ひします。

お問い合わせ先 総務課 内線2117