

こしがらし



1月7日 平成30年成人式



今号の主な内容

- ・『こしがらし』を始めよう.....2
- ・市民提案型事業.....3
- ・市内小・中学校美術展.....4
- ・市臨時職員採用試験.....6
- ・津鉄ア・モーレ発足.....8

子育て世帯・若年夫婦世帯の移住を応援します ～「ごしょぐらし」を始めよう～

企画課 内線2154

市外在住の子育て世帯・若年夫婦世帯で一定の要件を満たし、五所川原市に移住された場合は、住宅取得やリフォーム、家賃に対する支援が受けられます。

移住して新築住宅を取得する際の支援 (移住子育て世帯等マイホーム新築応援事業)

対象となる方の要件

- ▷中学生以下の子どもを扶養している世帯または夫婦いずれもが40歳以下の世帯。
- ▷平成29年4月1日以降に当市に転入し、平成30年3月15日までに新たに新築住宅（居住用部分が70㎡以上）を取得し、その所在地に住所を定める方。など
- * 当市から転出後1年以内に再度転入した方を除く。

補助金の額および交付対象期間

新築住宅の取得経費の100分の5に相当する額（上限100万円）。

- * 土地購入、外構工事、仮住居等の使用、家具・電化製品等の購入等にかかる経費を除く。

申請受付期間 3月15日(木)まで

移住して中古住宅をリフォームする際の支援 (移住子育て世帯等空き家バンクリフォーム応援事業)

対象となる方の要件

- ▷中学生以下の子どもを扶養している世帯または夫婦いずれもが40歳以下の世帯。
- ▷平成29年4月1日以降に当市に転入し、五所川原圏域空き家バンクを通じて新たに登録空き家を取得し、その所在地に住所を定める方。
- * 当市から転出後1年以内に再度転入した方を除く。

▷上記登録空き家について、市内業者の施工で20万円以上のリフォーム工事を行うこと。 など

補助金の額および交付対象期間

登録空き家のリフォーム工事経費の2分の1に相当する額（上限100万円）。

- * 土地購入、外構工事、仮住居等の使用、家具・電化製品等の購入等にかかる経費を除く。

申請受付期間 2月15日(木)まで

移住してアパートや貸家を借りる方 (子育て世帯移住促進事業)

対象となる方の要件

- ▷中学生以下の子どもを扶養している世帯。
 - ▷当市に転入し、自己の居住のために民間賃貸住宅に入居した方。
 - * 当市から転出後3年以内に再度転入した方を除く。
- ▷交付申請日において当市に転入した日から1年以内であること。 など

補助金の額および交付対象期間

実質家賃負担額（家賃－住宅手当等）の2分の1の額（上限2万円）で最大24カ月間交付します。

申請受付期間（後期募集） 3月30日(金)まで

- * 平成30年度予算成立が前提となります。

空き家バンクの登録物件を募集しています。

五所川原圏域空き家バンクは、空き家を売りたい・貸したい人（空き家登録者）の物件を、居住するために空き家を買いたい・借りたい人（利用希望者）に紹介するための仕組みです。

登録物件は、ホームページで全国に情報発信し、空き家の有効活用などを図ります。ぜひご登録をお願いします。

ご不明な点や詳しい要件についてはお問い合わせください。

補助金の申請は、交付申請書など必要書類を企画課までお持ちください。申請書様式等は、企画課または市ホームページから入手できます。

青森県交通災害共済 予約加入受付中

日本全国どこで起きた交通事故でも、災害の程度に応じて見舞金をお支払いする制度です。

会費 年間1人350円

- * 団体加入（20人以上）は、会員1人につき50円が団体奨励金として団体に支給されます。

共済期間 平成30年4月1日～平成31年3月31日

加入資格 当市に住民登録をされている方

申込期間 2月1日(木)より予約加入を受け付けします。

- * 事故の届出をしない場合は交通事故証明書が発行されないため、必ず警察署または最寄りの交番に届出をしてください。同乗者や相手方のいない自損事故、自転車・バイク等の転倒なども必ず届けましょう。

共済見舞金

- ▷1等級 弔慰金（死亡した場合）……………100万円
- ▷2等級 後遺障害になった場合……………50万円
- ▷3等級 30日以上の治療を要する場合…7万円
- ▷4等級 30日未満の治療を要する場合…3万円

- * 交通事故証明書を発行せずに交通事故申立書による請求は、災害の程度に関わらず内容を審査し認められた場合に特例見舞金（1万円）が支給されます。

申込先 環境対策課 内線2343

金木総合支所庶務係 内線3205

市浦総合支所庶務係 内線4015

平成30年度市民提案型事業 大募集

企画課 内線2153

市民提案型事業は、市民協働のまちづくりに向け、市民団体等が行う地域の課題解決や活性化につながる公益的活動費用の一部を市が助成する制度です。ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。

申請方法

- 申請書など必要書類を企画課までお持ちください。
- *様式等は企画課、市ホームページから入手できます。

受付期間 2月28日(水)まで

補助の対象となる団体

- ▷市内で公益的活動を行う5人以上の市民団体またはグループ（団体等の構成員の過半数が市内に在住、在勤もしくは在学していること／市内に活動拠点を有し、または市内で主要な活動を行っていること）
- ▷定款、規約、会則等の定めにより団体等の活動が行われていること
- ▷政治的活動、宗教的活動を行う団体ではないこと

補助の対象となる経費

- 事業実施に直接要する以下の経費
- ▷報償費…講師謝金
 - *団体等の構成員に対するものを除く
- ▷旅費…事業実施のための旅費、交通費等
- ▷需用費…消耗品費（用紙、封筒、文具類等）、印刷製本費（チラシ、ポスター等）等
- ▷役務費…通信運搬にかかる経費（郵便料等）、広告料、保険料等
- ▷委託料…専門的知識や技術を要する業務を外部に委託した費用
- ▷使用料・賃借料…機器類等の賃借料、イベント会場等の使用料等
- ▷その他…事業実施のために市長が必要と認めた費用
- *詳細はお問い合わせください。

補助の対象となる事業

市民団体等が他の助成金等を受けず、地域の活性化や課題解決に向け、不特定多数の市民の利益や社会的利益の向上のために、自主的・自発的に取り組むまちづくり事業

補助金の種類

- ▷はじめの一歩型…地域を元気にする公益的活動をこれから行う団体に対する助成
- 補助率…4/5 補助金限度額…50万円
- *補助金の交付は1年度あたり1団体につき1事業
- *補助金の交付回数は同一団体につき1回まで
- ▷テーマ設定型…平成30年度行政テーマに基づいて地域を元気にする公益的活動を行う団体に対する助成
- 補助率…2/3 補助金限度額…100万円
- *補助金の交付は1年度あたり1団体につき1事業

平成30年度行政テーマ一覧（募集する取り組み）

- ▷地域で支える子ども・子育て支援（子どもの成長や子育て世帯の負担軽減に資する取り組み）
- ▷平均寿命アップ！地域の元気・健康づくり支援（平均寿命アップに向けた元気・健康づくりに資する取り組み）
- *各テーマの詳細は、制度説明会または市ホームページでご確認ください。

平成30年度市民提案型事業 説明・相談会を開催します

平成30年度の事業募集に当たって、事業の概要や行政テーマの趣旨など制度の理解を深めていただくため説明・相談会を開催します。

申込不要ですので、お気軽にご相談ください。

日時 2月7日(水) 18:00～

場所 市民学習情報センター2階視聴覚室

定員 先着40名

説明内容 (予定) 事業の概要／質疑応答・個別相談

平成29年度市民提案型事業 成果報告会を開催します

市民のまちづくり活動の芽を育て、その活動の輪を広げるため「平成29年度市民提案型事業成果報告会」を開催します。

入場無料、申込不要となっていますので、地域づくり活動に関心のある方や、すでに活動をされている方は、ぜひご観覧ください。

日時 2月4日(日) 10:00～

会場 立佞武多の館4階練習室2

報告会内容 実施団体による成果発表（はじめの一歩型…2団体、テーマ設定型…3団体）／講評

後期高齢者医療制度加入の皆さんへ

後期高齢者医療 高額介護合算療養費支給申請について

支給対象者

後期高齢者医療制度に加入している方で医療保険と介護保険の自己負担額（支払った額から高額療養費や高額介護（予防）サービス費を除いた額）の両方の支払いをした方（世帯内に後期高齢者医療制度に加入している方が複数いる場合は、世帯で合算します）

対象期間 平成28年8月1日～平成29年7月31日
（毎年8月1日から翌年7月31日までの1年間です）

支給額

医療保険と介護保険の自己負担額の合計が、所得区分に応じた自己負担限度額を超えた場合に、その超えた額が支給されます。

* 超えた額が500円以下の場合は支給対象外です。

所得区分に応じた自己負担限度額

▷現役並み所得…67万円

▷一般…56万円

▷低所得Ⅱ（世帯員全員が住民税非課税の方）…31万円

▷低所得Ⅰ（低所得Ⅱのうち世帯員全員の各所得金額が0円の方）…19万円

支給申請

支給を受けるには必ず申請が必要です

支給の要件に該当すると思われる世帯には、平成30年2月下旬に青森県後期高齢者医療広域連合から支給申請のお知らせが送付されます。お知らせが届いた方は担当窓口申請してください。

また、対象期間の途中に後期高齢者医療制度に加入した方や転入してきた方等がいる世帯には、支給対象となる世帯でも、支給申請のお知らせが送付されない場合がありますので、対象になるとと思われる方は担当までお問い合わせください。

申請に必要なもの

▷支給申請書

▷高額介護合算療養費・高額医療合算介護（予防）サービス費の支給申請について（お知らせ）

▷個人番号（マイナンバー）がわかるもの（通知カードまたは、個人番号カード）

▷本人確認書類

（官公庁発行、発給の顔写真付き身分証明書等）

▷印鑑（認め印）

▷通帳（コピー可）等口座情報のわかるもの

* 被保険者が亡くなっている場合は受領申立書の提出が必要です（事前に提出した場合は不要）。

* 被保険者以外の方が申請または受領する場合は委任状が必要です（申請の場合は委任状に加え、被保険者の個人番号がわかるもの（コピー可）、申請者の本人確認書類等が必要なため、事前にお問い合わせください）。

* 重度心身障害者医療費の助成を受けている場合は、市町村へ受領を委任する委任状が必要です。

* 対象期間中に青森県後期高齢者医療以外の医療保険や他市町村の介護保険に加入歴があり、自己負担額がある場合は、それらの保険の自己負担額証明書が必要です。

申請先…国保年金課 内線2337

第13回市内小・中学校美術展

市内の児童生徒の図工美術教育の充実を図り、広く市民に鑑賞してもらうことを目的に、第13回市内小・中学校美術展を開催します。

市内小・中学校17校の児童生徒の絵画、版画、デザイン画、立体作品等、素晴らしい作品が多数展示されます。ぜひご来場ください。

日時 2月21日(水)～23日(金)

10:00～21:00(23日は15:30まで)

場所 ELMホール

入場料 無料（いじめのない社会啓発カレンダーの無料配布も予定）

問 教育委員会指導課 内線3313



今年度の健診をまだ受けていない後期高齢者の皆さんへ

健診を受けましょう

国保年金課 内線2337

個別健診のご案内

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、生活習慣病の早期発見、予防、健康維持に努めましょう。

料金 無料

実施期間 平成30年3月まで

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

受診方法 下記実施医療機関にお申し込みの上、被保険者証を持参して受診してください。

*受診券は発行していません。

実施医療機関	電話番号	実施医療機関	電話番号
駅前クリニック	38-5100	かなぎ病院	53-3111
尾野病院（金木）	53-2071	つがる総合病院	35-3111
川崎胃腸科内科医院	34-3330	富田胃腸科内科医院	34-3211
健生五所川原診療所	35-2542	とやもり内科小児科クリニック	52-3331
市浦医科診療所	62-2009	白生会胃腸病院	34-6111
清水クリニック	35-3663	増田病院	35-2726
		ファミリークリニック希望（つがる市）	56-2148

歯科健診のご案内

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。

料金 無料

実施期間 平成30年3月まで

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（嚥下）機能の状態、その他の所見

受診方法 下記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。

歯科医院名	電話番号	歯科医院名	電話番号
あすなろ歯科医院	33-1122	高満歯科医院	34-2468
アップル歯科医院	39-1171	田附歯科医院	34-3082
エルム歯科小児歯科	38-3131	田中歯科クリニック	54-1139
工藤歯科医院	34-8883	津島歯科	34-2050
久米田歯科（板柳町）	0172-77-3230	飛嶋歯科医院	34-8548
黒部歯科クリニック	33-3939	中嶋歯科医院	34-3366
小嶋歯科医院	34-2519	中田歯科医院（鶴田町）	22-5577
小林歯科医院	33-1156	成田歯科診療所	34-2343
今歯科医院（中泊町）	57-2117	ひろし歯科	35-1718
サトウ歯科クリニック	26-7251	本町歯科医院	35-2214
市浦歯科診療所	27-7734	山口歯科診療室（中泊町）	57-2015
渋谷歯科診療所	52-2233	ゆみこ歯科クリニック（中泊町）	69-1020

国民年金保険料を口座振替で前納するとお得です

国民年金保険料の納付には、口座振替がご利用できます。保険料が自動的に引き落とされるので金融機関などに行く手間が省ける上、納め忘れもなく便利です。

当月分保険料を当月末に引き落とされることにより月々50円割引される早割制度や、現金納付よりも割引額が多い2年前納、1年前納、半年前納もあります。

口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参の上、金融機関または、年金事務所へお申し出ください。

申込期限

- ▷ 2年前納（4月～翌々年3月分）… 2月末日まで
- ▷ 1年前納（4月～翌年3月分）… 2月末日まで
- ▷ 6カ月前納（4月～9月分）… 2月末日まで
（10月～翌年3月分）… 8月末日まで
- ▷ 当月末振替（早割）… 随時
- ▷ 翌月末振替 … 随時

問 国保年金課 内線2331

農業制度資金についてのご案内

農協や金融機関では、農業者向けの資金の貸し付けを行っています。

また、平成29年10月21日から23日までの暴風雨で農作物に被害を受けた農業者の経営の早期立ち直りを支援するため、下記の資金に係る金利負担軽減措置（貸付当初5年間実質無利子化）を長期金融協会で行っています。金利負担軽減措置を受けるには、市が発行する罹災証明書が必要です。

資金名	利子助成対象者	融資限度額
農業経営基盤強化資金 (スーパーL資金)	人・農地プランに地域の中心となる経営体として位置付けられた認定農業者、または農地中間管理機構から農用地等を借り受けた認定農業者	個人3億円（特認6億円） 法人10億円（特認20億円）
農業近代化資金	認定農業者、認定新規就農者 その他、所得等一定の要件を満たす農業者	個人1,800万円、法人・団体2億円
農林漁業セーフティ ネット資金	認定農業者、認定新規就農者 その他、所得等一定の要件を満たす農業者	600万円または年間経費等の3/12以内（簿記記帳を行っており特に必要と認められる場合）
農林漁業施設資金	土地改良区、農業協同組合等またはその5割 法人、団体	貸し付けを受ける者の負担する額の80%に相当する額
農業基盤整備資金	土地改良区、農業協同組合等またはその5割 法人、団体	かんがい排水、ほ場整備事業等に係る地元負担額
経営体育成強化資金	経営改善資金計画または経営改善計画を融資機関に提出した農業者	個人1億5,000万円、法人5億円

※資金の申込方法や詳細については直接、農協や金融機関へお問い合わせください。

※市の罹災証明書の発行を受けるには、被害作物の収穫量が平年に比べ30%以上の減収かつ農業収入が平年に比べ10%以上の減収であることが必要です。

申請の際には、被害作物の出荷証明書（出荷量と金額がわかるもの）を持参してください。

罹災証明に関する問合せ先 農林水産課 内線2521

金木総合支所産業建設係 内線3207

市浦総合支所産業建設係 内線4019

五所川原市臨時職員採用試験

採用人員 9名程度

職務の内容 各種事務補助業務

申込資格 パソコン操作（Word、Excel等）ができる方

申込方法 2月9日(金)までに履歴書（様式不問）1通を人事課へ持参の上、お申し込みください。

*受付期間中であっても、申込多数の場合は受付を締め切ることがあります。

選考方法 2月17日(土)に面接試験により選考します。

選考結果 2月23日(金)（予定）に合格者に通知します。

任用期間 4月2日から9月29日まで

*勤務実績により平成31年3月30日まで更新可能（最長1年）

勤務日 原則週5日

勤務時間 8:30～17:15（12:00～13:00 休憩時間）

賃金 日額6,160円

その他勤務条件等 交通費のほか、6月、12月に臨時加給金（手当）を支給します／社会保険、厚生年金、雇用保険等に加入します。

問 人事課 内線2141

軽自動車税の変更手続きはお早めに

軽自動車やバイクなどに課税される軽自動車税は、4月1日現在の所有者の方に課税されます。

所有者の死亡、転出、車両の名義を変更したとき、または処分、紛失したときなどは届出が必要になります。届出のない場合は、引き続き軽自動車税が課税されます。各車種の手続き場所は次のとおりです。手続きに必要なものについては、各手続き場所へ直接お問い合わせください。

▷**原動機付自転車（125cc以下）・小型特殊自動車**
税務課、金木・市浦各総合支所総合窓口係

▷**軽三輪・軽四輪**

軽自動車検査協会青森事務所

（青森市浜田字豊田129-2）TEL050-3816-1831

▷**軽二輪（126cc～250cc）**

一般社団法人全国軽自動車協会連合会青森事務所

（青森市浜田字豊田129-13）TEL017-739-0441

▷**二輪の小型自動車（251cc以上）**

国土交通省東北運輸局青森運輸支局

（青森市浜田字豊田139-13）TEL050-5540-2008

問 税務課 内線2227

自動販売機設置事業者募集のお知らせ

管財課 内線2262

貸付物件

物件番号	財産名	設置場所	貸付期間	幅(m)	奥行(m)	貸付面積(m ²)	容 器	貸付期間 総額の最低貸付料(税抜き)
1	五所川原市役所	1階自販機コーナー(1)	平成30年 5月1日から 平成33年 3月31日まで	1.80	0.70	1.26m ²	缶、ビン、ペットボトル式	324,729円
2	五所川原市役所	1階自販機コーナー(2)		1.80	0.70	1.26m ²	カップ	600,881円
3	五所川原市役所	1階自販機コーナー(3)		1.80	0.90	1.62m ²	缶、ビン、ペットボトル式	324,729円
4	五所川原市役所	1階自販機コーナー(4)		1.50	1.00	1.50m ²	カップ	600,881円
5	五所川原市役所	2階自販機コーナー(1)		1.60	0.90	1.44m ²	缶、ビン、ペットボトル式	324,729円
6	五所川原市役所	2階自販機コーナー(2)		1.60	0.90	1.44m ²	紙パック	75,046円
7	五所川原市役所	3階自販機コーナー(1)		1.60	0.90	1.44m ²	缶、ビン、ペットボトル式	324,729円
8	五所川原市役所	3階自販機コーナー(2)		1.60	0.90	1.44m ²	缶、ビン、ペットボトル式	324,729円
9	金木総合支所	1階自販機コーナー(1)		1.00	0.90	0.90m ²	缶、ビン、ペットボトル式	12,377円
10	金木総合支所	1階自販機コーナー(2)		1.00	0.90	0.90m ²	缶、ビン、ペットボトル式	20,148円
11	金木総合支所	1階自販機コーナー(3)		1.00	0.90	0.90m ²	缶、ビン、ペットボトル式	39,888円
12	市浦総合支所	1階自販機コーナー(1)		1.20	0.90	1.08m ²	缶、ビン、ペットボトル式	31,335円
13	市浦総合支所	1階自販機コーナー(2)		1.00	0.90	0.90m ²	缶、ビン、ペットボトル式	56,526円
14	市浦総合支所	1階自販機コーナー(3)		1.20	0.90	1.08m ²	缶、ビン、ペットボトル式	45,630円

▷**貸付の方法** 地方自治法（昭和22年法律第67号）第238条の4第2項第4号の規定に基づき、市が自動販売機設置事業者に対し、行政財産の一部を一般競争入札により貸し付けします。

*最低貸付料以上の最高額で入札した方に、その金額で貸し付けすることを決定します。

▷**入札参加申込手続** 入札参加を希望される方は申請書類を下記により直接提出してください。

申請書類（各1部）		法 人	個 人	備 考
①	申請書（様式1）	○	○	
②	誓約書（様式2）	○	○	
③	委任状（様式3）	△	△	
④	営業証明書	-	○	写し可
	登記事項証明書	○	-	写し可
⑤	自動販売機の管理関係等に関する届出書（様式4）	○	○	

*申請書類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。

申込期間 1月25日(木)～2月22日(木)（閉庁日を除きます。）

時間 9:00～12:00および13:00～16:00 まで

場所 市役所北棟4階 管財課

*提出書類を受理した後、入札参加資格を有すると確認出来次第、一般競争入札参加資格確認結果通知書（様式5）をFAXにより送付します。

▷**質問および回答** 募集に関する質問および回答は、下記により行います。

提出先 総務部管財課

質問期限 2月15日(木) 17:00 まで

提出方法 質問は、質問書（様式6）により行い上記提出先に直接提出するか、電子メールにより次のアドレス宛に提出してください。

提出先電子メールアドレス kanzai@city.goshogawara.lg.jp

回答方法 回答は、質問書を受理してから速やかにFAXにより回答します。

▷**入札および開札**

日時 3月2日(金) 13:30 より物件ごとに順次行います。

場所 市役所北棟5階 入札室（第3会議室）

*管財課において入札参加資格確認後に発行される一般競争入札参加資格確認結果通知書（様式5）を持参し、提示してください。

▷**入札の無効** 申込期限までに申請書類を提出しない方および参加資格がないと認定された方は入札に参加できません。また、入札条件に違反した入札は、無効となります。

▷**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。

▷**代金の納入期限** 各年度ごとに本市の指定した期日までに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、募集内容については、市のホームページでもご覧になれます。<http://www.city.goshogawara.lg.jp/>

津軽鉄道活性化促進チーム 「津鉄ア・モーレ」辞令交付式



辞令交付を受けた津鉄ア・モーレの皆さん

地域の公共交通の維持・確保に向け、津軽鉄道活性化促進チーム「津鉄ア・モーレ」を発足し、1月4日、市長公室で辞令交付式が行われました。

今回メンバーに選ばれたのは、市の若手職員14名で、3月31日の任期まで津軽鉄道活性化に向けて活動していく予定となっています。

式では平山市長がメンバーに対して「津軽鉄道は地域交通の足として無くてはならないものであり、津軽鉄道を守ることが、沿線住民の生活を守ることや、観光客を呼び込むきっかけとなることを意識して活動してください」と活動への期待を話していました。

津軽鉄道活性化促進チーム 「津鉄ア・モーレ」合同結成式



当市・中泊町職員の津鉄ア・モーレの皆さん

地域の公共交通の維持・確保に向け、自治体の垣根を超えて当市と中泊町の若手職員30名による津軽鉄道活性化促進チーム「津鉄ア・モーレ」の結成式が1月9日、五所川原市役所で行われました。

式ではメンバーを代表して古川康平さんが「津鉄が将来にわたり輝き続けられるよう、活性化に全力で取り組みます」と宣誓を行いました。

また、各メンバーも「利用者増加のため役に立ちたい」「学生時代お世話になった津鉄のために全力を尽くす」など活動への抱負を話しました。

放課後児童クラブ支援員および代替支援員の募集

家庭福祉課 内線2438

五所川原市内小学校放課後児童クラブ支援員・代替支援員を募集します。

放課後児童クラブ支援員

募集人員 4人

必要な資格等 保育士、社会福祉士、幼稚園、小学校、中学校、高等学校または中等教育学校教諭のいずれかの資格

就業場所 市内小学校の放課後児童クラブ（金木、市浦含む）

職務内容 放課後、家庭が留守の小学校児童を対象として、遊びおよび生活面の指導、育成を行います。

時給 780円～830円

雇用形態 期限付臨時職員

加入保険等 社会保険、厚生年金、雇用保険等

雇用期間 4月2日～9月29日（契約更新の可能性あり）

就業時間 平日13:30～18:00まで（ただし、土曜日および小学校の長期休暇期間中等は8:00～17:00まで）

休日等 日祝、有給休暇、夏季休暇（2日）、年末年始（12月29日～1月3日）

申し込み 履歴書・資格証等の写しを持参の上、家庭福祉課にお申し込みください。

申込期限 2月28日(水)

*面接の日時については履歴書等必要書類の受付時にお知らせします。

放課後児童クラブ代替支援員

就業場所 市内放課後児童クラブ

職務内容 放課後児童クラブ支援員が休暇等を必要とする場合において、その支援員の職務を臨時的に行います。職務内容は支援員に準じます。

時給 750円～780円（平成30年4月1日からは770円～780円）

就業時間 平日13:30～18:00の間で指定した時間
8:00～17:00（土曜日および小学校の長期休暇期間中等の間で指定した時間）

申し込み 履歴書・資格証等の写し・印鑑・給与振込口座通帳を持参の上、家庭福祉課へお申し込みください。

*書類受付時、勤務内容等の詳細の説明および登録手続きを行います。



グローバルユース大使 海外研修報告



活動報告をした高橋さん(右から2人目)

日本青年会議所のグローバルユース国連大使に本県で唯一選ばれた高橋美月さん(青森明の星高校1年)が、12月11日、副市長を訪問し、海外研修の報告をしました。

同大使は、国際社会が抱える様々な問題を学び、その解決方法に対する知識を養うことを目的に日本青年会議所が実施している事業で、高橋さんは、8月にイギリスに渡った際、アフガニスタンの貧困や教育に関することを勉強し、また10月にカンボジアに渡った際は、子ども達が観光客に物乞する姿を目の当たりにして途上国の様々な問題に直接触れ、衝撃を受けたと話しました。今月からフィジーに3カ月間留学する高橋さんは「文具を集めてフィジーに送り、少しでも教育環境の向上につながるような活動をしていきたい」と話しました。

まっちこん5 in cafe 夜汽車BAR



商工会議所青年部の皆さん

12月16日に開催された「まっちこん5 in cafe 夜汽車BAR」をPRするため、五所川原商工会議所青年部の皆さんが、12月12日に副市長を訪問しました。

今回で5回目となるまっちこんは、津軽鉄道五所川原駅の4番線ホームにおいて冬の風物詩「ストーブ列車」を貸し切り、キャンドルが灯る列車内で飲み物や食事を楽しみ素敵なパートナーを探すイベントです。

青年部会長の中山佳さんは「今回のイベントは、よりパートナーを真剣に探していただきたいと思い、募集人数および年齢制限を絞りました。また、若い人達にもっとストーブ列車に触れてもらいたいとの思いから、このイベントを考えました。多くの方に参加していただきたいと思います」と話しました。

五所川原市少年少女発明クラブ全国大会出場



全国大会に出場した木村さん(左から3人目)と片岡さん(左から2人目)

11月25日、東京で開催された第8回全国少年少女チャレンジ創造コンテストに出場した五所川原市少年少女発明クラブの木村昂さん(五四中2年)と片岡くるみさん(五二中2年)が12月12日、副市長を訪問しました。

全国から60チームが出場した大会において、木村さん、片岡さんのチームは、五所川原の四季をテーマに多彩な仕掛けを駆使した山車で、上位20チームの決勝に進出しました。木村さんは「山車の制作は7カ月かかりました。大会では、仕掛けの一部が動かなくなり、やりたい事ができなかったのが、来年もまた新たな山車で全国大会に出場し上位入賞をめざして頑張ります」と話しました。また、片岡さんは「今回の山車は完成度が高かったため、決勝に行けてうれしかったです」と話しました。

東奥児童美術展入賞



受賞を報告した(前列左から)長内さん、松橋さん、島村さん、蒔苗さん

12月12日、第85回東奥児童美術展(東奥日報社など主催)で入賞された園児の皆さんが副市長、市議会議長を訪問しました。

当市の入賞者は、図画の部「推奨」を受賞した島村虎詩さん(こども園第二さつき)、同じく「特選」を受賞した長内千拓さん(五所川原こども園)、蒔苗駿人さん(こども園第二さつき)、版画の部においては、「推奨」を受賞した松橋和奏さん(こども園ひろた)、「特選」を受賞した白川文太さん(こども園かなぎ)の5名が入賞しました。賞状伝達を受けた園児の皆さんは「楽しかった」「うまく描けた」と笑顔で話しました。

お知らせ

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)

▷ 2月8日(木) 10:00~12:00

▷ 2月22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)

▷ 2月21日(水) 10:00~15:00

金木総合支所 4階第2会議室

問 金木総合支所 内線3104

市浦地区(行政・人権合同相談)

▷ 2月6日(火) 10:00~15:00

市浦総合支所

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

人権擁護啓発メッセージ

(平成29年度人権教室より/
市浦小4年生)

いじめは相手をきずつける。

ぜったいやめよう!!

今月の納期

・国民健康保険税 8期

問 収納課 内線2250

・後期高齢者医療保険料 8期

問 国保年金課 内線2337

・介護保険料 8期

問 介護福祉課 内線2453

納期限 2月28日(水)

納付は便利で確実な
口座振替を!

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

日時 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

日時 2月14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。

居住支援セミナーおよび住まいと空き家の相談会開催

開催日・場所

青森会場

2月6日(火) アスパム

セミナー(定員70名) 6F 八

甲田/相談会 8F しらかみ

弘前会場

2月18日(日) ヒロロ

セミナー(定員50名) 3F 多

世代交流室2/相談会 3F 多

世代交流室1

▷不動産・福祉関係事業者向け「居住支援セミナー」

高齢者や障がい者など住宅確保要配慮者の円滑な入居と居住支援の実現に向けたセミナーです。

時間 13:00~15:20

料金 無料

申込み 事前申込が必要です。

演題・講師

①高齢者の福祉と居住支援について
/青森県社会福祉協議会生活支援課長 鳴海孝彦氏

②障がい者の福祉と居住支援について
/指定相談支援事業所青森中央管理者 西村綾子氏(青森会場)、障がい者生活支援センターすみれ所長 川村和康氏(弘前会場)

③高齢者・障がい者のための成年後見制度と法定相続情報証明制度について
/青森県司法書士会

▷一般消費者向け「住まいと空き家の相談会」

住宅確保要配慮者が安心して暮らせる住まいの確保と、空き家等の適

正管理および有効活用に向けた相談会です。

時間 10:30~15:00

料金 無料

申込み 事前申込が必要です。

相談員 宅地建物取引士、すまいアップアドバイザー、司法書士

申込先 青森県居住支援協議会

TEL017-722-4086

家畜(鶏含む)飼養者の皆さんへ 平成30年定期報告

家畜伝染病予防法により、家畜(鶏を含む)飼養者は毎年定期報告することが義務付けられています。

次の家畜の飼養者は忘れずに報告するようお願いいたします。

報告対象 鶏(青森シャモロック、比内地鶏、烏骨鶏、軍鶏、チャボ、声良鶏金八など含む)、あひる、うずら、きじ、ほろほろ鳥、七面鳥、だちょう、鳥類以外(牛、馬、豚、山羊、めん羊、いのしし、鹿)

報告内容 平成30年2月1日時点の頭羽数

報告様式 「定期報告書」様式は市農林水産課およびつがる家畜保健衛生所で配布します。

提出方法 3月5日(月)までに市農林水産課(内線2513)まで郵送または持参してください

問 西北地域県民局地域農林水産部 つがる家畜保健衛生所

TEL42-2276

青森県産業技術センターりんご研究所 平成29年度(第38回)試験成果・情報発表会

各種成果の発表やりんごの試食も行います。ぜひお越しください。

日時 2月20日(火) 13:30~15:40

場所 平川市文化センター「文化ホール」

発表内容 リンゴの結実安定確保への取り組み/リンゴ園のカイガラムシ類の防除法/リンゴ黒星病の本年の発生状況と防除対策/ブドウ「シャインマスカット」の水分補給による長期貯蔵

問 りんご研究所

TEL0172-52-2331

平成30・31年度津軽広域水道 企業団指名競争入札等参加資格 審査申請受付

津軽広域水道企業団（津軽事業部・西北事業部）では、指名競争入札等参加資格審査申請の定期受付を以下のとおり実施します。

対象 当企業団が発注する下記業務の指名競争入札等に参加しようとする方および随意契約の方法により契約の締結を希望する方。

- ①建設工事の請負業務
- ②測量・建設コンサルタント等
- ③業務委託
- ④製造の請負・物件の買入・その他の契約

受付期間 2月28日(水)まで

*土、日、祝日を除く 9:00～12:00、13:00～16:00

*受付期間終了後は、一切受付をしません。

有効期間 2年間（平成30年8月1日～平成32年7月31日）

提出書類 各申請書提出要領を参照してください。提出要領および提出書類は、ホームページ（<http://www.tusui.jp>）で確認してください。

申請方法 持参・郵送どちらでも構いません。

*受付票が必要な場合は申請書（様式①）のコピーを持参してください。郵送の場合は長形3号封筒に宛名を記入し郵便切手82円を添付してください。

提出先および問

津軽広域水道企業団

▷津軽事業部総務課

黒石市大字石名坂字姥懐2

Tel0172-52-6033

▷西北事業部総務課

つがる市柏桑野木田福井20-4

Tel25-2711

農業用免税軽油使用者証・免税証の交付申請仮受付

平成30年4月から使用する農業用免税軽油使用者証・免税証の交付申請を次のとおり仮受付しています。

希望される方は必要書類を揃え、お早めに申請してください。

免税軽油使用者証・免税証の交付

は4月1日以降を予定していますが、申請が遅くなる場合、交付日も遅くなる場合があります。なお、平成30年度税制改正による免税軽油制度の継続が正式な交付の条件となりますので、あらかじめご了承ください。

日時 平日9:00～16:00

場所 五所川原合同庁舎（警察署隣）

1階県税部 4番窓口

必要書類等

- ①印鑑（認め印）
- ②耕作証明書
- ③免税軽油使用者証（初めて申請する方を除く）
- ④返信用郵便切手402円分
- ⑤使用機械の譲渡証明書（初めて申請する方および使用機械に変更のある方のみ）

問 西北地域県民局県税課課税課

Tel34-2111 内線207

優良運転者表彰のお知らせ

五所川原警察署長・五所川原地区交通安全協会長連名で表彰を実施します。運転免許証に記載された最も古い取得年が、昭和27年・32年・37年・42年・47年・52年・57年・62年・平成4年・9年で、かつ免許証の住所が五所川原市にあり、次に該当する方はお申し込みください。

- ①現在も運転している10年以上無事故・無違反の方
- ②協会加入5年以上の会員で、触法行為が無く地域の支部長が推薦する方

申込み 3月1日(木)～4月10日(火)の間に、申込書、無事故・無違反証明書（1カ月以内のもの、SD申請料630円）を提出してください（印鑑が必要です）。

*申込書は協会事務局（警察署・分庁舎）と各支部にあります。

問 交通安全協会 Tel34-5650

北部分会 Tel52-2442

平成30・31年度「国有林モニター」の募集

東北森林管理局は、国有林の管理・経営に皆さんの声を役立てていくため、モニターを募集しています。

募集人員 48名程度

*各地域内の人数および年齢・男女比等の均衡を図るため、最終的な

人数と前後することがあります。

募集期間 2月9日(金)まで（当日消印有効）

任期 平成30年4月1日から2年間

内容 アンケートへの回答、現地見学会・国有林モニター会議への出席など

応募資格、応募方法など、詳しくは局HP（<http://www.rinya.maff.go.jp/tohoku/>）をご覧ください。お問い合わせください。

問 東北森林管理局企画調整課林政推進係 Tel018-836-2228

新しい津波ハザードマップを 作製しました

市では、平成27年3月に青森県が公表した最新の津波浸水想定に基づく新しい津波ハザードマップを作製しました。従来のものより大型のB4版冊子になり、避難する際に安全に通行可能な道路等をより確認しやすくなりました。また、津波浸水想定区域に関する情報だけでなく平時からの災害への備えに関する情報や、避難所等に関する情報等も掲載していますので、家庭での防災学習などに役立ちます。

津波ハザードマップは、市ホームページでも公表しているほか、ご要望に応じて市役所総務課、金木総合支所、市浦総合支所でも配布しますのでご相談ください。なお、市浦地区においては広報ごしよがわら1月号の配付時に、各家庭へ津波ハザードマップも一緒に配付しています。

問 総務課 内線2116

川倉の湯っちは 2月1日再開

「川倉の湯っこ」は温泉設備改修のため、平成29年10月21日から休館していましたが、平成30年2月1日(木)に再開する予定です。

なお、生き活きセンターへの代替バスは1月30日(火)まで実施し、2月からは通常のバス運行に戻ります。

利用者の皆さんにはたいへんご不便をおかけしますが、何卒ご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

問 介護福祉課 内線2458

収入保険がはじまります

新しく導入される収入保険では、保険料の掛金率は1%程度で、農家ごとの平均収入の8割以上の収入が確保されます（これまでの農業共済は、品目が限定され、価格低下による収入減は対象外でした）。

米、野菜、果樹、たばこ、茶、しいたけ、はちみつなど、農産物ならどんな品目でも対象になります。

- *掛金率は、現時点での試算です。損害が発生しなかった場合は、翌年の保険料が下がります。
- *マルキン等の対象である肉用牛、肉豚および鶏卵は、対象外です。
- *収入保険に加入するために必要な青色申告は、簡易な方式でよく、1年の実績があれば加入できます。新規就農者でも加入することができます。

*収入保険は、平成31年からスタートします。

加入条件や補償内容など詳しいことは、下記までお問い合わせください。

問 青森県農業共済組合連合会
TEL017-775-1161

平成30年度自衛官募集案内

▷予備自衛官補

受験資格（平成30年7月1日現在で次に該当する人）

一般公募 18歳以上34歳未満の方

技能公募 18歳以上で国家免許資格など有する方（資格により53歳未満～55歳未満の年齢上限あり）

受付期間 4月6日(金)まで（締切日必着）

試験期日 4月14日(土)

試験会場 青森駐屯地（一般・技能乙）／八戸駐屯地（一般公募のみ）

▷自衛官候補生（男子・女子）

受験資格 採用予定月の1日現在、18歳以上27歳未満の人

受付期間 2月26日(月)まで（締切日必着）

試験期日 3月3日(土)、4日(日)

試験会場 青森駐屯地／八戸駐屯地
詳しくは、下記までお問い合わせください。

問 自衛隊青森地方協力本部 五所川原地域事務所 TEL35-2305

違法駐車はやめましょう

県内では積雪期を迎え、降雪により道路幅が狭くなるため、違法駐車によって交通渋滞を生じさせることが予想されます。

また、救急車、消防車などの緊急自動車の通行を妨げ、除排雪作業の妨害となるなど、県民生活に大変な迷惑をかけることとなります。

ドライバーの皆さん自身がルールを守ることはもちろん、事業者の方が駐車場を確保するなど「違法駐車をしない、させない環境作り」をすることで、違法駐車をなくしましょう。

問 五所川原警察署
TEL35-2141

平成29年度北辰大学学園祭

市内在住の60歳以上の方が入学できる高齢者大学「北辰大学」のクラブ活動発表会です。

入学していない方でも見学できますので、各クラブの1年間の成果をぜひご覧ください。

会場 中央公民館

期日 2月7日(水)

ステージ発表 10:10～11:40

健康体操クラブ・歌謡クラブ・舞踊クラブ

展示発表 10:00～14:00

書道クラブ・パソコンクラブ・園芸クラブ・手細工クラブ

問 社会教育課（中央公民館内）
TEL35-6056

出会いの場作りを体験してみませんか

市では、未婚の男女やごしょがわら縁結びサポーター等の方々からのアイデアを生かした婚活イベントを企画・運営したいと考えています。

どなたでもお気軽にご参加できますので、一緒に婚活イベントを企画・運営してみませんか。

活動予定

▷企画・運営ミーティング

1月下旬からイベント当日まで2～3回程度開催（市内）

▷イベント開催日程

2月下旬（予定）

▷イベント開催地

市内近郊

募集期間 1月25日(木)～2月2日(金)
定員 5名程度

対象 20歳以上の興味のある方で、ミーティング・イベント会場までの交通費を実費でご負担いただける方

*応募者多数の場合は、抽選とさせていただきます。

主催 五所川原市

申込先 NPO法人プラットフォームあおもり TEL017-763-5522
（平日 8:30～17:30）



現地確認 見積り無料 屋根・外壁のリフォーム



一般建設業 青森県知事許可（般-29）第400424号

屋根・外壁リフォーム専門店 お電話は今すぐ、こちらから

アートリフォーム(株) 0173-33-4713

五所川原市七ツ館虫流51-29

担当 前田まで『増改築相談員のお店』

全面改装リフォーム
中古住宅改装
減築、増築

◆ホームページは◆
Google

アートリフォーム株式会社

新年度 受付中! 受験研究会



“少人数制と個人教授・合宿”

新中3・新高3生も、早いスタートでV

（小4・5・6～中1・2・3～高1・2・3）
（英検・高看医療 公務員・初級Ⅲ種コース）

kyukenkenkyukai.com 不可能を可能に!

〒037-0016 五所川原市一ツ谷527-14「赤～いりんごの並木道通り」
TEL 0173(34)9682 FAX 0173(34)7691

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 2月14日(水)、28日(水)
12:00～13:00

*都合により、急遽中止となる場合もあります。

場所 市役所2階ロビー
問 農林水産課 内線2521

2月は「省エネルギー月間」です

国では、毎年2月を「省エネルギー月間」と定め、省エネルギーの意識啓発をはかっています。

限りあるエネルギー資源を大切にするとともに、地球温暖化を防止するため、私たち一人ひとりが、エネルギーを大切に使うよう心がけましょう。

省エネルギーのポイント

- ▷カーテンを閉めると部屋の暖かい空気が逃げにくくなります。
- ▷冬の室内温度は、20℃以下の設定にしましょう。暖房温度を1℃下げると燃料費が10%も節約できます。

問 一般財団法人東北電気保安協会
五所川原事業所 TEL34-3555

市民サロン

平成29年度アスリート育成事業 「小・中学生サッカー教室」

輝かしい未来を担う子供達を対象に、元プロサッカー選手を講師に招き、トップアスリートの技術や知識を学び、将来性豊かな児童・生徒の健全育成を図ります。

日時 2月17日(土)
小学生の部 9:00～12:00
(受付8:30～)

中学生の部 13:00～16:00
(受付12:30～)

場所 つがる克雪ドーム
講師 勝矢寿延氏(元日本代表選手
/現セレッソ大阪サッカースクール
スクールマスター)

講習内容 基礎技術指導(ドリブル
・パス・シュート等)

対象 市内の小・中学生

*スポーツ保険加入必須

参加費 無料
申込み 市内の小学校(クラブ含む)
および中学校へ案内しますので、

確認の上、お申し込みください。

その他 教室参加者は、ボール・スパイクを持参してください。

問 一般財団法人五所川原市体育協会事務局 寺田・工藤
TEL26-6805

第9回生き活きセンター友の会 新年会

日時 2月10日(土) 10:00～14:00

場所 生き活きセンター

申込み 新年会および演芸発表会に出席する方は、2月5日(月)までに松橋タミエ(TEL34-6223)まで、お申し込みください。

*来館の際は利用者登録証(カード)をお忘れなく。

*出演者に粗品進呈します。

主催 生き活きセンター友の会

女性のための女性司法書士による無料法律相談会

相続・成年後見・借金問題・家族間の問題等、法律の関係するお悩みを抱えた女性のために、女性司法書士が無料で相談に応じます。

秘密厳守で、予約は不要です。お気軽にお越しください。

日時 3月3日(土) 10:00～16:00

場所 アスパム5階「あすなろ」

*相談は無料ですが、具体的な手続きが必要になる場合には、別途費用がかかりますので相談員にご確認ください。

問 青森県司法書士会
TEL017-776-8398

雪と光のページェント～2018～

今年も雪と光のページェントが開催されます。11日(日)は限定イベントや花火の打ち上げもありますので、ぜひ遊びに来てください。

場所 芦野公園
期間 2月5日(月)～12日(月)
▷イルミネーション点灯
17:00～20:30

問 かなぎ元気倶楽部
TEL54-1616

善意の花かご

- ～どうもありがとうございました～
- ▷さくら保育園(大澤公至園長) 39名 = お遊戯訪問、みかん2箱
 - ▷五所川原保育園(多勢真園長) 22名 = お遊戯訪問、ケーキ53個
 - ▷小野都さん(金山) = りんご12kg(以上3件くるみ園へ)
 - ▷五所川原野球協会 = 中学生用軟式野球ボール6ダース(市内中学校へ)
 - ▷五所川原ロータリークラブ(平山敦士会長) = 78,010円
 - ▷五所川原農林高等学校(山口章校長) = 大型門松2対



門松を設置した五農校森林科学科の生徒の皆さん

あなたの「未来」応援します!

国の教育ローン

ご融資額 350万円以内
(おさま1人あたり)

- POINT 入学前のまとまった費用の準備が可能!
- POINT 固定金利 長期返済なので安心!
- POINT 35年以上の取扱実績!

ご相談・お問い合わせは
日本政策金融公庫
教育ローンコールセンター

ハローコール
0570-008656
(または 03-5321-8656)

受付時間 月～金曜日/9:00～21:00 ※日曜日、祝日、年末年始(12/31～1/3)はご利用いただけません。
土曜日/9:00～17:00

おめでで、はっぺらか〜

りんご共済

自然災害から経営を守る

1反歩1箱相当の負担でりんご共済に加入できます。自然災害からりんご経営を守りましょう。

加入申込受付 3/25まで

ぶどう共済もあります

NOSAI 津軽広域農業共済組合
〒037-0011五所川原市金山字竹崎203-4 TEL 33-1513

図書館

TEL 34-4334



▷だっこでいっしょおはなし会

2月10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、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。終了後、13時まで会場を開放します。ふれあいの場としてご利用ください。

▷五所川原おはなし“ぼぼんた”のおはなし会

2月17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家の方と一緒に楽しめます。2月のテーマは「お店」です。

▷修了式・認定式が行われました

12月23日(土)、第2期五所川原市子ども司書養成講座の修了式と認定式が市立図書館で行われました。五所川原市子ども司書養成講座は読書好きな子どもたちが、司書としての知識や技術を学び、図書館の仕事を経験することで、子どもたちの中に学校・地域・家庭で読書の大切さ、楽しさを広めて、読書活動を推進する読書推進リーダーを育成し、市全体の読書活動の推進を図ることを目的として開催されました。6月3日の開講式からスタートした講座は、図書館の歴史や、図書館の本の分類、調べ物のお手伝いをするレファレンス、カウンターの仕事、読み聞かせ、本の紹介など、これまで9回にわたる講義が行われました。そして、第10回となる12月23日、受講した8名が「五所川原子ども司書」の第2期生として認定されました。長尾教育長から認定証を交付された子どもたちはとても誇らしげな顔をしていました。

五所川原子ども司書として認定された子どもたちは、図書館でのカウンターのお仕事や、おはなし会の開催、読書週間の展示などの活動が予定されており、今後の活躍が期待されます。

1月20日(土)には第2期生の最初の活動として、昨年度認定された第1期生といっしょにおはなし会を開催し、講座で学んだことを生かして絵本の読み聞かせを行いました。

市立図書館では来年度以降も講座の実施を予定しています。また講義の様子や活動の様子は図書館ホームページで見ることができます。



▷冬の特別展「吹雪と太宰」

2月1日(木)~2月28日(水) 伊藤忠吉記念図書館
津軽地吹雪会主催の「地吹雪体験ツアー」と連携した特別展示で、雪とは切り離すことができない津軽と、そこに生まれ育った太宰治、両方の魅力を併せてご紹介いたします。期間中に来館された方には、イベント特製しおりをプレゼントします。

▷「ドキドキ、大昔の五所川原ヘレッツゴー」

2月17日(土) 10:00~12:00 市立図書館2階
昨年の夏休みこどものつどいで行ったイベントの第2弾。小学生を対象として市役所職員を講師に迎えたイベントです。五所川原の遺跡について楽しく学べちゃいます。申込み、お問い合わせは市立図書館までお願いします。

市立図書館 TEL34-4334

開館時間 9:30~18:00 (土日祝は17:00まで)
2月の休館: 毎週月曜日、(祝日の場合はその翌日)、15日(木)

伊藤忠吉記念図書館 TEL53-3049

開館時間 9:30~17:00
2月の休館: 毎週月曜日、11日(日)、15日(木)

市浦分館 TEL35-2111 内線4043

開館時間 9:30~17:00
2月の休館: 毎週土日、12日(月)

オルテンシア

TEL 33-2111



小ホール(ふるさと交流ホール)

▷五所川原幼稚園平成29年度発表会

2月10日(土) 9:30~12:00 関係者
五所川原幼稚園 TEL35-5150

▷「食と健康」講演会

2月16日(金) 13:00~15:00 無料
生活協同組合コープあおもり TEL017-766-1635

▷五所川原市いじめ防止対策事業

青少年健全育成フォーラム

2月17日(土) 14:00~16:15 無料
教育委員会指導課 TEL35-2111(内線3312)

▷平成29年度西北五地区自衛隊入隊予定者激励会

2月23日(金) 14:00~16:00 関係者
市民課 TEL35-2111(内線2310)

主催者の都合により変更になる場合もあります
*2月の休館日 5日、13日、19日、26日

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。

▷ 2月4日(日) 増田病院

TEL35-2726(新町41)

▷ 2月11日(日) かなぎ病院

TEL53-3111(金木町菅原13-1)

▷ 2月12日(月) 櫛引クリニック

TEL33-1155(鎌谷町516-10)

▷ 2月18日(日) 富田胃腸科内科
医院

TEL34-3211(みどり町4丁目
128)

消防署救急病院紹介電話

TEL34-4999

献血バス巡回日程

▷ 2月12日(月・祝) 10:00～16:30
E L M

▷ 2月14日(水) 9:30～11:00
県合同庁舎

▷ 2月14日(水) 12:30～15:30
東芝映像ソリューション株式
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

健康づくり相談室(高血圧・脂 質異常症・糖尿病予防相談)

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・栄養
士が応じます。

日時・場所

▷ 2月14日(水) 10:00～12:00

保健センター五所川原

▷ 2月23日(金) 10:00～12:00

金木公民館

相談員 保健師・栄養士

定員 4名まで(要予約)

持ち物 特定健診・健康診査を受診
されている方は、健診結果をお持ち

ください。

*予約については開催日の5日前ま
でに相談したい内容をお知らせく
ださい。

問 健康推進課 内線2366

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

▷ 3月9日(金) 10:00～11:30

保健センター五所川原

▷ 3月22日(木) 10:30～11:30

保健センター市浦

持ち物 母子健康手帳、バスタオル

内容 身体計測、発育や発達の相談、
育児、栄養(離乳食)、遊びの相
談、情報交換など

問 健康推進課 内線2367

こころの相談

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、死にたい
ほど辛い方、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 2月15日(木) 10:00～12:00

場所 市役所相談室

相談員 保健師

申込み 相談日前日までに電話でお
申し込みください。

問 健康推進課 内線2367

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、介護予防に取り組んでみま
せんか。地域の在宅介護支援センタ
ーの職員による介護に関する相談も
行っていますので、お気軽にご利用
ください。

日時・場所

五所川原地区

▷ 2月8日(木) 13:30～14:00

松島会館

▷ 2月16日(金) 11:00～12:30

藻川コミュニティ消防センター

▷ 2月23日(金) 13:30～14:30

下岩崎集会所

▷ 2月27日(火) 10:30～12:00

梅沢コミュニティセンター

市浦地区

▷ 2月26日(月) 10:00～11:00

磯松コミュニティセンター

問 地域包括支援センター

TEL38-3939

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。この教室は、椅子に座
りながら行う運動教室です。お気軽
にご参加ください。

対象 要介護認定を受けていない65
歳以上の市民

日時 2月15日(木) 13:00～14:00

(受付12:30～)

場所 生き生きセンター多目的ホ
ール

テーマ まとめ

内容 健康チェック(血圧測定)、
バランスよく全身のストレッチ

講師 健康運動指導士

鬼武由美子氏

持ち物 動きやすい服装、汗拭きタ
オル、水分補給のための飲み物

参加費 無料

申込み 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

TEL38-3939

カフェ de つえぎ

カフェ de つえぎは、気軽に認知
症について知ることができる場所
です(申込不要)。

日時 2月11日(日) 10:00～12:00

内容 介護保険で利用できるサービ
スについて、家族同士のつどい等

場所 中央公民館2階

参加費 200円(お茶代)

*希望者のみ実費にて昼食あり

問 公益社団法人認知症の人と家族
の会 青森県支部五所川原地域世
話人 山本 TEL0178-35-0930

協力 西北五地区認知症高齢者グル
ープホーム協会



あなたも作ってみませんか

テーマ 簡単肉料理



1人分 176kcal 食塩相当量 1.0g

材料 (4人分)

- 牛もも肉(ブロック)…320g / 塩…小さじ1/2
- こしょう…適量 / サラダ油…小さじ2
- リーフレタス…3枚 / トマト…2個
- すりおろしにんにく…小さじ1/2
- A { たまねぎ…100g / みりん…小さじ2
- しょうゆ…小さじ2 / 酒…大さじ1
- すりおろしにんにく…小さじ1/3

作り方

- ①牛もも肉(ブロック)は塩、こしょう、すりおろしにんにくをすり込み、室温に30分戻しておく。
- ②大き目の鍋にたっぷりのお湯を沸かしておく。
- ③フライパンにサラダ油を入れて熱し、①の牛肉を入れて強火で全体的に焼き色をつける。
- ④牛肉に焼き色が付いたら、ラップを2重にして包む。
- ⑤④をポリ袋に入れ、空気を抜いて、口をしっかり閉じる。
- ⑥②の鍋のお湯が沸騰したら、⑤を入れて、そのまま4分ほど強火で煮る。
- ⑦4分経ったら火を止めて、鍋のふたをして20分置く。20分経ったらお湯から取り出し、袋に入れたまま冷めるまで置く(肉汁はソースに使用する)。
- ⑧Aのたまねぎはすりおろし、調味料と⑦の肉汁を鍋に入れ、沸騰させる。
- ⑨肉は繊維に垂直に薄く切る。
- ⑩皿にリーフレタス、くし型切りにしたトマトを飾り、切ったローストビーフを並べ⑧のソースをかける。

薄着の時期に向けた体づくり のれそれ運動レッスン

農閑期・お正月など冬はどうしても運動不足になりがちです。冬眠生活から脱出して、暖かい季節に向けて体をリセットしませんか。新しくなった“自分”で春を迎えましょう。

内容 体重・体組成測定、ウォーキング、筋力トレーニング、ストレッチ等

参加費 無料

定員 30名

対象 64歳までの市民で、医師から運動を制限されていない方(ややきつめの運動強度で実施するため)

持ち物 動きやすい服装、上履き、汗拭きタオル、水分補給のための飲み物

申込み 初回参加の3日前までにお申し込みください。

その他 できるだけ続けて参加してください。運動の効果の評価するため、体組成計で体重、体脂肪率、筋肉量等を測定します。

申込先 健康推進課 内線2367

日程	テーマ
2月2日(金)	姿勢調整ウォーキングと下半身の筋トレ
2月16日(金)	姿勢調整ウォーキングと上半身の筋トレ
3月2日(金)	姿勢調整ウォーキングと椅子を使ったストレッチ
3月16日(金)	おさらい

時間 13:00～ 受け付け、体組成測定
14:00～15:00 運動

会場 働く婦人の家 2階 軽運動室

講師 健康運動指導士 鬼武由美子氏

法律相談は弁護士会へ

今すぐあなたの助けになりたい

青森県弁護士会所属の地元の弁護士事務所で弁護士の相談が迅速に受けられます。

受付時間 / 平日午前9時から午後5時

相談料 / 30分 5,000円(税別)

※但し法テラスの扶助が利用できる場合無料

相談方法

- ① 悩みがある…
- ② 0172-33-7834へ電話
- ③ 午前中に電話→当日15時～17時相談可能
- ④ ③以外の場合→弁護士を紹介します!

当日相談も
できます

お申込・お問合せは：青森県弁護士会 弘前支部まで (TEL.0172-33-7834)

乳 幼 児 健 診

4カ月児健診 H29年10月生まれ	3月6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 H28年8月生まれ	3月27日(火) 小児科診察、歯科診察、 身体計測、発達相談
3歳児健診 H26年9月生まれ	3月14日(水) 小児科診察、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)

* 受付時間前の母子健康手帳の預かりはしていません。受け付けはお子様同伴でお願いします。

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)

場所 保健センター五所川原

* 健診に来られない場合は、健康推進課にご連絡ください。

* 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側にもありますが、台数に限りがありますので、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。

* 1歳6カ月児・3歳児健診を受診する保護者の方へ、歯周病チェック(ペリオスクリーン)を無料で実施しています。

問 健康推進課 内線2367

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、普通のウォーキングよりエネルギー消費量が約20%も増加します。新しい健康法として、おすすめです。2月はしっかりコースのみの開催です。

対象 65歳以上の市民または60～64歳で、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 ①2月5日(月) ②2月19日(月)

【しっかりコース】ノルディック・ウォークの経験がある方におすすめ

時間 14:00～15:30 (事前の健康チェックがあるため集合時間は13:30)

申込み 初回参加の場合、開催日5日前までに電話または窓口にてお申し込みください。

場所 生き生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・ウォーキング連盟公認指導員

持ち物 防寒具、手袋、帽子、長靴、水分補給のための飲み物、汗拭きタオル、ポール(希望者にはポール等を貸し出しします)

申込先 地域包括支援センター TEL38-3939

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楽しい教室です。初めての方、大歓迎です。一緒に参加してみませんか。

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。

参加費 無料

日時・場所 (受け付けは30分前から)

▷2月7日(水) 昔遊び

コミュニティセンター三好 10:00～11:30

生き生きセンター 13:30～15:00

▷2月14日(水) タオルで筋トレ運動

コミュニティセンター三好 10:00～11:30

生き生きセンター 13:30～15:00

▷2月28日(水) チャレンジ!パズルぬり絵

金木公民館 10:00～11:30

保健センター市浦 13:30～15:00

申込み 開催日の3日前までにお申し込みください。

申込先 地域包括支援センター TEL38-3939

業務拡大につき

正社員・パート

ケアマネージャー 介護・看護スタッフ 募集!!

ふれあいホームいこい



シルバービレッジ憩いの杜

五所川原市大字漆川字清水流2番3

TEL26-6195

詳しい情報はホームページをご覧ください のりたグループ 検索

三社統合記念!

●自賠責保険キャンペーン ●生命保険証券診断 実施中!!



保険のことなら まごころでサービス
有限会社 あつまる保険事務所

代表取締役 阿部 哲也

損保ジャパン日本興亜・損保ジャパン日本興亜ひまわり生命代理店 第一生命 募集代理店
〒037-0024 青森県五所川原市みどり町6-3 Tel:0173-35-6757

走れメロスマラソン五所川原 参加者募集

日時…5月27日(日) 雨天決行 ゲストランナー…谷川真理さん
 申込締切 郵便局振替・事務局持参…3月16日(金) / インターネット申込み…3月23日(金) PM5時まで

ハーフマラソン・フリー

会場 立佞武多広場
 スタート時間、関門・ゴール制限時間、コース
 ▷ハーフマラソン 9:00 スタート
 第一関門時間60分以内 (7キロ付近)
 第二関門時間90分以内 (12キロ付近)
 ゴール制限時間2時間40分以内
 立佞武多の館前→青森銀行→新生大橋→五農→五四中
 →毘沙門→嘉瀬中柏木→喜良市→斜陽館→金木小学校
 ▷フリー 9:20 スタート (30分以内)
 立佞武多の館前→青森銀行→立佞武多広場
 参加料 ▷ハーフマラソン 3,000円
 ▷フリー/小中高校生・一般 1,000円
 ▷フリー/ファミリー(2名) 1,500円
 ▷フリー/ファミリー(3名) 2,000円

10キロ・5キロ・3キロ

会場 金木小学校
 スタート時間、ゴール制限時間、コース
 ▷10キロ 10:00スタート (80分以内)
 金木小学校→キセキ東北金木→喜良市小田川橋
 →大橋製材所→斜陽館→金木小学校
 ▷5キロ 10:20スタート (40分以内)
 金木小学校→キセキ東北金木→斜陽館→金木小学校
 ▷3キロ 10:40スタート (30分以内)
 金木小学校→サークルK金木→斜陽館→金木小学校
 参加料 ▷10キロ・5キロ・3キロ 2,000円
 ▷3キロ/中学生以下 1,000円
 ▷3キロ/ファミリー(2名) 1,500円
 ▷3キロ/ファミリー(3名) 2,000円

大会ボランティアを募集します ～大会を支えるあなたの力が必要です～

全国から参加する選手をお迎えするため、大会を支える、ランナー誘導等のボランティアを募集します。
 申込み 3月23日(金)までに事務局までご連絡ください。
注意事項
 従事時間は7時頃から14時頃までです(配置場所により異なります) / 謝金等はありません / 大会前に説明会を開催します / 保険は事務局で加入します

お問い合わせ・申込先

走れメロスマラソン実行委員会事務局
 (金木総合支所内) 内線3320
 ▷参加申込書は、事務局のほか市内公共施設に備え付けてあります。
 ▷ランニングポータルサイト「ランネット」
 (<http://runnet.jp/>) からエントリーできます。

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、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

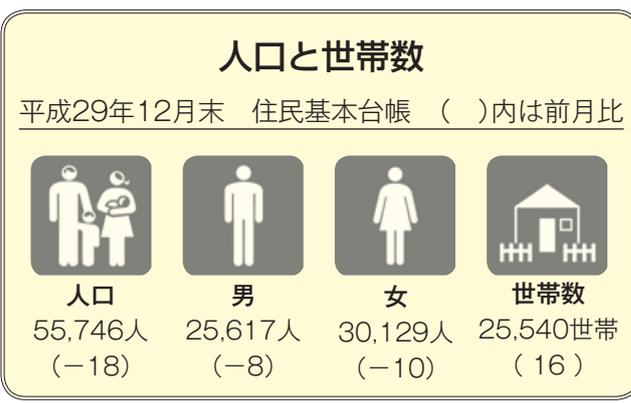
五所川原市管内 12月の火災、救急、救助出動件数 (単位:件)

区分	火災		救急		救助	
	月別	累計	月別	累計	月別	累計
平成29年	1	26	188	2,054	3	18
平成28年	2	19	200	2,021	5	24
比較	△1	7	△12	33	△2	△6

全国統一防火標語 火の用心 ことばを形に 習慣に

***住宅用火災警報器は10年を目安に取替えしよう!**

五所川原地区消防事務組合消防本部警防課 ☎35-2023(内線1031)



古紙配合再生紙使用