

# ごまがわら

## 広報



平成8年

11.1 No.866

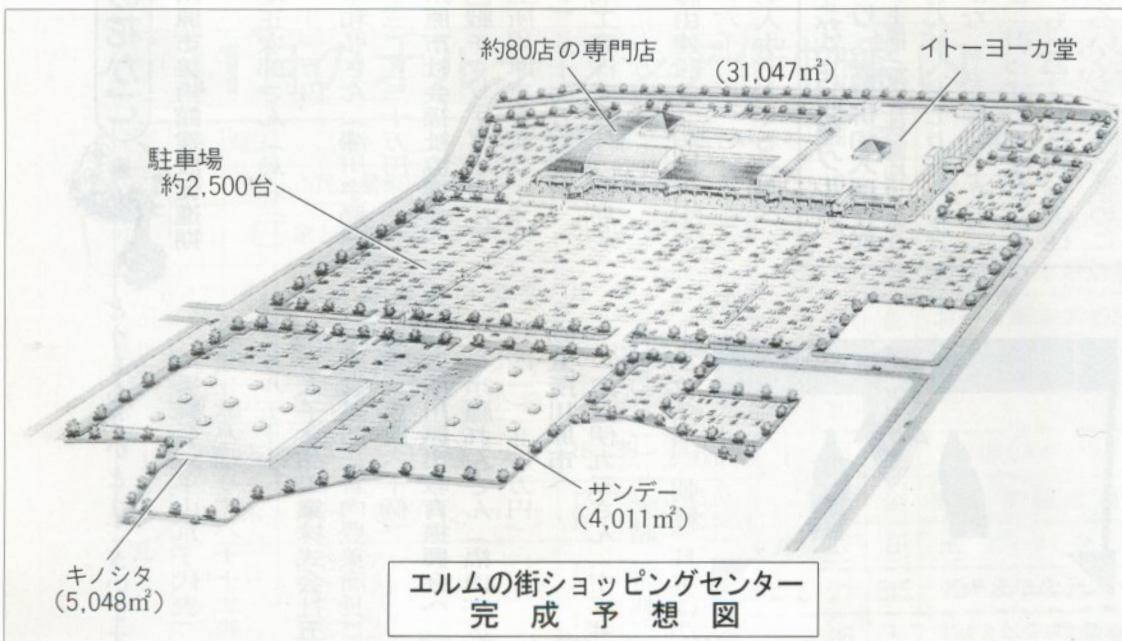
人口と世帯

9月30日現在 ( )内は前回比、男23,896(-2) 女26,543(+14) 計50,439(+12) 世帯17,427(+10)



くわ入れする五所川原街づくり㈱の鎌田社長

### 二十一世紀への躍動 エルムの街ショッピングセンター起工式



来年十一月にオープン予定の「エルムの街ショッピングセンター」起工式が十月二十四日、市内唐笠柳地区において、鎌田嘉兵衛五所川原街づくり㈱社長、木村知事、武川光夫通産省商業集積推進室長、小林功イトーヨーカ堂専務取締役開発本部長、佐々木市長など関係者ら約八十名が出席するなか、厳かに執り行われ、工事の安全を祈願いたしました。



# 平成八年度 合同金婚式

—いつまでもお幸せに—

市では十月二十四日、市中央公民館で結婚五十年を迎えられた四十五組のご夫婦を祝福する合同金婚式を行いました。式典では、佐々木市長が一人ひとりに顕彰状と記念品を贈りました。今年のは佐々木市長ご夫妻も金婚式を迎えられ、小山内助役が顕彰状を贈りました。また、高橋睦彦さんご夫婦がお礼のことは述べ、松橋喜美雄さんご夫婦が「結婚五十年のあゆみ」と題して、結婚した昭和二十二年からのあゆみを語り出席者に深い感銘を与えました。金婚式を迎えられたご夫婦は次のとおりです。(順不同敬称略)

- ・白戸正太郎・ちさ (小曲)
- ・毛内徳栄・イツ (広田)
- ・成田経三・京子 (広田)
- ・成田秀美・しん (広田)
- ・山田則昭・イツ (広田)
- ・山田正夫・さつ (稲実)
- ・渋谷幸一・美枝子(みどり町)
- ・有馬勝雄・ミキ (中泉)
- ・阿部興七郎・きさ(羽野木沢)
- ・柴田亀太郎・キセ(羽野木沢)
- ・齊藤清三郎・ハルヨ(戸沢)
- ・齊藤留吉・きさ (戸沢)
- ・長内徳家・キミ (戸沢)
- ・齊藤由雄・ヘナエ (神山)
- ・工藤兼作・キヨ (金山)
- ・高橋一郎・イツ (金山)
- ・長峰初雄・みや (太刀打)
- ・小田桐繁美・タミ (水野尾)
- ・飯塚乙文・昭子 (飯詰)
- ・岩田政義・ふみ多 (飯詰)
- ・伊藤兼松・つき (飯詰)
- ・野宮喜造・みき (飯詰)
- ・三ヶ田武蔵・きぬ (毘沙門)
- ・木村清三郎・セツ (長富)
- ・上見義光・ヤナ (長富)
- ・葛西勝雄・ミネ (藻川)
- ・乗田義秋・キヨイ (藻川)
- ・川浪大刀男・サダ (藻川)
- ・一戸嘉四・シヨ (高瀬)
- ・外崎銀藏・ヤエ (長橋)
- ・藤森時夫・スサ (川山)
- ・笠井武雄・トミエ (桜田)
- ・鰐田春悦・チセ (田川)
- ・佐々木榮造・悦 (田町)



お礼のことは述べる高橋睦彦さんご夫婦

## 善意の花かこ



どうもありがとうございます

- ◎五所川原市美術館建設促進期成会へ
- ◎長尾正次郎さん(鳥森三二) 一(二) 一十一万円。
- ◎田中和弘さん(漆川字鍋懸) 一(三) 一三十万円。
- ◎五所川原市社会福祉協議会へ
- ◎六巴戦チャリティーゴルフ(主管 五所川原東日流ライオンズクラブ) 一十七万六千円。
- ◎鳥羽工産株式会社(傍島茂夫社長) 一十万円。
- ◎工藤由建設(株)内(工由会) 一十二万六千円。
- ◎養護老人ホームくるみ園へ

## 「こしよがわら収穫グルメまつり」協賛俳句入選作品

- 主権 津軽鉄道株式会社
- ◎あかとんぼ おしりをやけどしたのかな 聖心幼稚園はらかなこ
  - ◎地球を 引っばってほる
  - ◎さつまいも 中央小六年 新谷実佳
  - ◎くりひろい となりできのこ
  - ◎こんにちわ 五小四年 原 和正
  - ◎うまいくり 食べてほしいと口あける 中央小三年 高橋俊二
  - ◎秋の木が ころもがえを
  - ◎あきかぜが はこんでくるよ虫の声 松島小三年 高橋ともこ

- ◎秀純会(平山京子代表) 一慰問 一歌と踊り、バナナ二箱、タオル五十本。
- ◎太子食品工業株式会社五所川原営業所(倉内豊美所長) 一寄贈(豆腐六十個)
- ◎五所川原市教育振興会へ
- ◎須藤れんさん(福山字広富) 一(四) 一十万円。
- ◎五所川原市へ
- ◎三上伊九三さん(中平井町) 一(〇〇) 一寄贈(古銭二百十五枚(中国、朝鮮、日本ほか))



寄贈された古銭と三上さん

※三上さんは、五十年間かかって収集した貴重な古銭などを寄贈しました。今後市では、歴史民俗資料館に展示する予定です。

十一月九日は「一九番の日」です。



わがまちをきれいにしよう

### 五所川原工業高校 清掃ボランティア

十月九日、五所川原工業高等学校（小笠原繁敏校長）の全校生徒八百四十人が、北斗グラウンド、菊ヶ丘水郷公園などの清掃奉仕を行いました。これは、校内外での奉仕活動を体験することにより地域社会の一員としての自覚を高めるために毎年行っているものです。当日は、小雨でしたが生徒らは、各班に別れてごみ袋とデレキを手に空き缶や紙くずなどのごみを拾い集めていました。学校では、生徒にこの活動の感想文を提出させてボランティアの意識を高めることにしています。



ごみを集める五工高生徒たち

### 天使の歌声 五所川原少女合唱団 定期演奏会

五所川原少女合唱団（田中美歩団長）の第三回定期演奏会が、十月十二日にオルテンシアで行われました。同合唱団は、平成五年に結成され、現在団員は小学一年生から高校三年生までの男女七十五人で常任指揮者の坂崎隆浩さんの指導で練習し、今年八月に行った「全国牧水サミット」で牧水五所川原の歌を披露しました。今回の演奏会では、全国フェスティバル参加作品ほか、三善晃さん作曲、坂崎さん作詩による団歌「生命が宇宙を満たす日まで」の初演奏が行われ観客から盛大な拍手を浴びていました。



合唱団を激励する佐々木市長

### 実りの秋を喜んで 秋まつり開催

十月十六日、(社)五所川原市観光協会（丸海老祐造会長）が主催する「五所川原秋まつり」西北五民俗芸能フェアがオルテンシアで行われました。開会式の後、市無形文化財の漆川獅子舞保存会による「獅子舞」、大畑登山獅子保存会による「登山獅子」や県民謡王座の中沢清進さん、五所川原民謡協会ほか各団体による歌、踊りなどが熱演され、会場を訪れた多くの市民は、楽しい一日を過ごしました。



漆川獅子舞披露

### 第二回

## 『にぎわいの街・五百人委員会』

### 経過報告 (No.2)

#### 生活部会

ふるさと産業の活力向上委員会

#### 提言内容 (一)

##### 特産品について

(1)加工センターでりんごジュースなどを作っているが、売れる商品化（ブランド）を考へてほしい。

(2)地元の特産あるものをもっと見直し、付加価値を付けてほしい。

#### 現在の取り組み状況等

市では、市内で生産される農産物およびこれらを素材にした加工品により付加価値をつけ農産加工の振興を図るため、「五所川原市一・五次産業推進協議会」を平成七年十月に設立し、研究・開発を進めています。

また、観光物産課内に「ふるさと特産室」を設け、虫おくり染の商品化など新たな物産の研究開発に取り組んでいます。

赤くいりんごの特産化と振興を図るため、現在広域新農業センターなどにおいて苗木を増殖中であり、増産に努めワインなどのほか新たな加工品の開発に

も取り組んでいます。

五所川原市農産物加工センター振興対策協議会においては、りんごジュース等を中心に、販売強化のための対策を進めています。

#### 提言内容 (二)

ふるさと産業のPRおよび情報発信について

(1)特産品の紹介には、物産展や口コミなどの利用だけでなく、インターネットなど現代の情報社会にあった宣伝を行ってほしい。

(2)田畑を観光農園にし、オーナー制度（農作業体験および宿泊等）を設け、全国に発信してほしい。

#### 現在の取り組み状況等

今年の八月に五所川原市グリーンツーリズムモデル整備構想策定専門委員会が設置されオーナー制度についても具体的に検討しているところです。また、十月一日に津軽西北五地域広域市町村圏協議会でインターネットを開設し、市の紹介や特産品などを広く情報発信しています。



# 市職員の給与の状況をお知らせします

## 人件費の状況

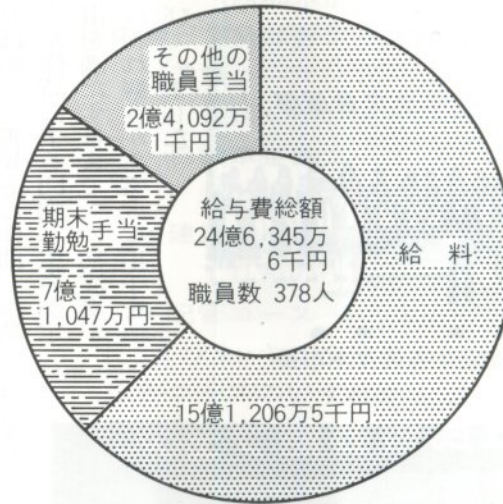
平成七年度普通会計決算見込みによる人件費の状況は「表1」の通りです。また、平成八年度普通会計当初予算による人件費のうち、一般職員の給与費は円グラフのとおりです。

〔表1〕人件費の状況(普通会計)

区分	住民基本台帳人口(7年度末)	歳出額A	実質支収	人件費B	人件費率(B/A)	平成6年度の人件費率
7年度見込	8.3.31現在 50,122人	千円 20,392,868	千円 138,083	千円 3,067,163	% 15.0	% 15.6

(注) 人件費には、特別職に支給される給料、報酬が含まれています。

職員給与費の状況(普通会計)



職員一人当たり給与費 651万7千円

## 職員給与の状況

● 職員の代表的な職種であ  
(給料)

- 1 職員数には、特別職は含みません。
- 2 給与費及び職員数は、当初予算に計上されたものです。
- 3 その他の手当は、扶養、住居、通勤、管理職、特殊勤務などの手当です。(退職手当は含みません)

● 職員の給料は、職務の責任の程度に同じ級ごとに区分されていますが、一般行政職員の級別の職員数の状況は「表4」のとおりです。

● 職員の給料は、職務の責任の程度に同じ級ごとに区分されていますが、一般行政職員の級別の職員数の状況は「表4」のとおりです。

〔表3〕一般行政職員の学歴別の初任給及び経験年数別平均給料月額

(平成8年4月1日現在)

区分	初任級	採用2年日額 経 過 給 料	経 験 年 数		
			10年以上 15年未満	15年以上 20年未満	20年以上 25年未満
大学卒	169,000円	182,500円	259,787円	317,021円	382,342円
高校卒	137,900円	147,400円	219,208円	260,454円	321,920円

〔表2〕一般行政職員の平均年齢及び平均給料月額

(平成8年4月1日現在)

区 分	五所川原市	国
平均年齢	42.8歳	38.8歳
平均給料月額	326,398円	302,949円

〔表4〕一般行政職員の級別職員数の状況

(平成8年4月1日現在)

区 分	9 級	8 級	7 級	6 級	5 級	4 級	3 級	2 級	1 級	計
標準的な職務内容	部長	参事	課長	課長補佐	副主幹	係長	主任	主事	主事	
職員数	14人	9人	61人	57人	47人	51人	44人	38人	15人	336人
構成比	4.2%	2.7%	18.1%	16.9%	14.0%	15.2%	13.1%	11.3%	4.5%	100%

(注) 標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職名である。

## (諸手当)

● 期末・勤勉手当(いわゆるボーナス)は、国と同じで年五・二〇ヵ月分となっています。

● 退職者に支給される退職手当は、退職時の給料と勤続年数を基として計算されますが、その支給率は退職の事由により変わります。

● 特殊勤務手当は、危険、不快あるいは勤務時間の変則など、特殊な勤務をした職員に支給されます。

● 時間外勤務手当(超過勤務手当)は、正規の勤務時間外に勤務したときに支給されます。

● 扶養、住居、通勤の各手当は、支給要件に該当した場合に支給されます。

5) 以上、諸手当の状況は「表」とおりです。



〔表5〕職員手当の状況

区 分	五 所 川 原 市			国		
期 末 手 当	〔7年度支給割合〕			〔7年度支給割合〕		
		期末手当	勤勉手当		期末手当	勤勉手当
	6 月 期	1.6 月分	0.6 月分	6 月 期	1.6 月分	0.6 月分
	12 月 期	1.9 月分	0.6 月分	12 月 期	1.9 月分	0.6 月分
勤 勉 手 当	3 月 期	0.5 月分	—	3 月 期	0.5 月分	—
	計	4.0 月分	1.2 月分	計	4.0 月分	1.2 月分
	職制上の段階、職務の級等による加算措置 有			職制上の段階、職務の級等による加算措置 有		
退 職 手 当	〔支給率〕 自己都合 勸奨・定年			〔支給率〕 自己都合 勸奨・定年		
	勤続20年	21.0 月分	28.875月分	勤続20年	21.0 月分	28.875月分
	勤続25年	33.75 月分	44.55 月分	勤続25年	33.75 月分	44.55 月分
	勤続35年	47.5 月分	62.7 月分	勤続35年	47.5 月分	62.7 月分
	最高限度額	60.0 月分	62.7 月分	最高限度額	60.0 月分	62.7 月分
	1人当たり平均支給額	1,098千円	23,920千円			
	その他の加算措置 定年前早期退職特例措置 (2%~20%加算)			その他の加算措置 定年前早期退職特例措置 (2%~20%加算)		
	退職時特別昇給	原則 2号給		退職時特別昇給	原則 1号俸	

(注) 退職手当の1人当たり平均支給額は、前年度に退職した全職種に係る職員に支給された平均額です。

特殊勤務手当 (7年度普通会計)	区 分		全 職 種	時間外勤務手当 (普通会計)	7 年 度	支 給 総 額	76,282千円
	職員全体に占める手当支給職員の割合				16.2%	支 給 総 年 額	202千円
支給対象職員1人当たり平均支給年額			38,061円	6 年 度 <td>支 給 総 額</td> <td colspan="2">70,727千円</td>	支 給 総 額	70,727千円	
手当の種類(手当数)			7	支 給 総 年 額	189千円		
代表的な手当の名称	支給額の多い手当		社会福祉職手当	支 給 総 年 額	189千円		
	多くの職員に支給されている手当		社会福祉職手当				

〔表6〕特別職の報酬等の状況

(平成8年4月1日現在)

(平成8年4月1日現在)			区 分	内 容	国の制度との異動	国の制度と異なる内容	
区分	給料(報酬)月額	期 末 手 当	扶 養 者 以 外	配 偶 者	同	—	
市長	850,000円	(支給割合) 6月期 1.6 月分 12月期 1.9 月分 3月期 0.5 月分 計 4.0 月分 加算措置 有		配 偶 者 有			16,000円
助役	695,000円						配偶者無
収入役	620,000円			2 人 目			5,500円
議長	425,000円			3 人 目 以 上			1人につき 2,000円
副議長	381,000円			満16歳の年度初めから 満22歳の年度末までの子			1人につき 2,500円加算
議員	350,000円			住 居 手 当			借 家 (借 間) 限 度 額
			持 家	2,500円			
		通 動 手 当	交通機関等利用者 限度額	45,000円	同	—	
			交通用具利用者 限度額	20,900円			

〔表7〕定員の状況

部門別職員数の状況

(平成8年4月1日現在)

区 分	職 員 数			対 前 年 増 減 数		
	平成6年	平成7年	平成8年	平成6年	平成7年	平成8年
一 般 行 政 部 門	308	310	310	0	2	0
特 別 行 政 部 門	68	68	65	△3	0	△3
公 営 企 業 等 会 計 部 門	352	345	346	0	△7	1
合 計	728	723	721	△3	△5	△2

(注) 職員数は一般職に属する職員数であり、地方公務員の身分を保有する休職者を含み、臨時又は非常勤職員を除いています。

# 土地売却（保留地）のお知らせ

## 南部地区土地区画整理事業

保留地の売却は公開抽選により行います。

- ① **土地の概要** 現況は宅地です。  
(農地転用は市が行います。)
- ② **抽選の参加に必要な書類**
  - (1)抽選参加申込書
  - (2)住民票抄本
  - (3)身分証明書
- ③ **募集期間** 平成8年11月1日から19日まで。(土曜日、日曜日、祝日は除きます。)
- ④ **抽選の日時及び場所**  
平成8年11月21日(木) 13:30  
五所川原市中央公民館
- ⑤ **契約の締結日等**
  - (1)決定の日の翌日から10日以内とします。
  - (2)契約保証金は100分の5以上とします。
  - (3)売買代金は60日以内に納付していただきます。

物件番号	面積 ㎡	単価 円	売却価格 円	用途区分	道路 幅員等
1	782	58,000	45,356,000	第二種 住居地域 200/60	22m
2	782	56,000	43,792,000	第二種 住居地域 200/60	22m
3	782	58,000	45,356,000	第二種 住居地域 200/60	22m
4	268	28,000	7,504,000	第一種 住居地域 200/60	6m JR 線路沿

### 物件位置図

(道路は計画中を含む)



申し込み・問い合わせ

都市建設部 都市開発課

区画整理室

☎35-2111

内線324・325

### 『全国青少年健全育成強調月間』

(11月1日～11月30日)

- 育てよう 未来にのびる 若い芽を
- 伸びよう 伸ばそう 青少年

五所川原市少年相談センター

### 『犯罪捜査にご協力を』

- ① 指名手配犯人検挙にご協力を
- ② 「事件かな」と思ったら迷わず110番
- ③ 犯罪について知っていることは積極的に通報を
- ④ 聞き込み捜査にご協力を
- ⑤ 被害に遭ったときは必ず届け出を

五所川原警察署 ☎35-2141



# 少年の主張発表会

明日を担う小・中学生の少年たちが、家庭・学校生活及び地域社会のふれあいの中で、日ごろ考えていることを発表する大会です。

- ▷日時 11月15日(金) 13:00~
- ▷場所 働く婦人の家(3階ホール)
- ▷入場料 無料
- ▷主催 五所川原市

## 平成8年度

# 排水設備工事配管工認定講習

- ▷申込書配布 11月18日(月)~
- ▷申し込み受付 12月4日(水)~6日(金)
- ▷受講料 4,000円
- ▷受講日 平成9年1月22日(水) 9:30~
- ▷受講場所 弘前文化センター  
2階大会議室
- ▷手続き・問い合わせ  
市下水道課(加藤) ☎内線311



**大事な庭木などの雪囲いの準備をしていますか!**

除雪の月決め契約もあります。

働く喜び、輝く笑顔、まだまだ現役。あなたも豊かな人生めざして、シルバー人材センターの仲間になりませんか。

問い合わせ：市シルバー人材センター  
☎34-8844 (福祉事務所2階)

## 交通安全は家庭から

# 交通事故概況

(平成8年10月20日現在)

	青森県内	五所川原警察署管内
発生	6,469 (+12)	284 (+40)
死者	110 (-2)	5 (-1)
傷者	7,846 (+15)	335 (+46)

( )内は、前年対比

五所川原市交通安全対策協議会  
五所川原警察署  
運転は ゆったりハートに しっかりベルト

# お知らせ

## 女と男の未来塾 日程変更のお知らせ

11月9日(土)予定の公開講座「ワーキングマザーの日々から」(講師/見城美枝子さん)は、次のように変更になりました。

- ▷日時 12月7日(土) 14:00~16:00
- ▷場所 働く婦人の家 3階ホール
- ▷受講料 無料

※駐車スペースはほとんどありません。バス等をご利用ください。

- ▷問い合わせ 市教育委員会 生涯学習課  
☎35-2111 内線555

## 事業主のみなさん

# 五所川原市若年者雇用奨励金の 交付申請を忘れていませんか!

五所川原市若年者雇用奨励金の交付申請をしていない事業所は早目に手続きしてください。申請期間が過ぎますと、奨励金が交付されなくなります。

この制度は、中小企業事業主が平成8年4月1日以降(新規学校卒業者は平成8年3月1日以降)に25歳未満の若年者を新規に雇い入れ、1年以上継続して雇用し事業所の労働者が増えている等一定の要件にあてはまる場合、増員となった若年者1人について20万円を市から事業主に交付するものです。

該当すると思われる事業主の方は、お早めに申請手続きをしてくださるようお願いいたします。

### ▷申請期間

11月1日(金)~11月15日(金)  
(9:00~16:00、土・日・祝日を除く)

### ▷申請場所・問い合わせ

市商工振興課 ☎内線381

## 市税の納期

固定資産税(第4期)  
国民健康保険税(第5期)

**12月2日(月)**



## 働く婦人の家 生活講座受講生募集

講座名	講師	期日	時間	備考
女性社員 セミナー (企業に働く女 性社員対象)	労働省青森 婦人少年室 室長 峯岸とも子 外数名	11月20日 (水)	9:45~ 16:00	内容等につ いては働く 婦人の家に お問い合わせ してください
		11月21日 (木)	9:30~ 16:10	
郷土料理教室	桜庭 ミヨ	11月20日 (水)	10:00~ 12:00	
男の料理教室	三森 敬子	11月22日 (金)	18:30~ 20:30	
和食テーブル マナー	桜庭 直幸	11月29日 (金)	18:30~ 20:30	場所 五松苑

### ▷申し込み・問い合わせ

働く婦人の家 ☎ 35-8898  
FAX 35-8953

## ソーシャルダンスで 体力づくりを!

興味のある女性の方、  
初心者の方も大歓迎いたします。

- ▷場所 働く婦人の家
- ▷練習日 毎月第1、2、3木曜日の3回
- ▷時間 19:00~20:30
- ▷連絡先 ☎35-3686 (17:00以降)  
三浦まで

## 第1回 ソフトバレーボール交歓大会 参加者募集

- ▷期日 11月24日(日) 9:00集合
- ▷会場 南小体育館
- ▷組別
  - ・女子の部 (女性のみ4人)
  - ・トリムの部 (男2人女2人混合)
 [トリムの部は39歳までと40歳以上  
のクラスです。]

▷申し込み締め切り 11月8日(金)

◎大会要項は市内スポーツ店・大会事務局へ

▷事務局 スポーツオフィス  
(みどり町8-4)

第1回ソフトバレーボール交歓大会係

☎FAX 33-2485

(担当) 齊藤 誠

☎ダイレクトイン 030-649-6091

# 募 集

## “技専校で体験しよう” 『一日技能教室』

▷日時 11月10日(日) 9:00~12:00

▷場所 青森県立木造技術高等専門学校  
(西郡木造町字桜木17-2)

▷内容 (定員は各コース20名)

- 溶接コース  
特殊溶接の実習・ガス抜き作製
- 自動車整備コース  
誰にでもできる日常点検
- 建築コース  
工具箱の作製
- 配管コース  
パッキン交換のカンどころ

※各コースのいずれかを選んでください。

▷受講料 無料

▷締め切り 11月7日(木)

▷申し込み 青森県立木造技術高等専門学校  
☎0173-42-5050 手嶋正二

## 能力開発セミナー(11月分)

青森職業能力開発短期大学校

№	コース名	開講日程	時間
1	データベース概論	6, 13 20, 27	13:00~ 17:00
2	CADによる電子回路 (シミュレーション)	6~9	9:00~ 16:00
3	非破壊試験 (AE計測) 入門	11~13 18	13:00~ 18:00
4	3次元寸法測定	12~14	9:00~ 16:00
5	線形予測分析法と活用	12~15	9:00~ 16:00
6	L A N 利用技術	14~19	17:00~ 21:00
7	CADによる 電子回路2	18~27	18:00~ 21:00
8	制御回路の設計 制御盤制作	19~22	9:00~ 16:00
9	非破壊試験 (AE計測と分析)	25~27 12/2	13:00~ 18:00
10	CADによるアナログ シミュレーション	28~ 12/9	18:00~ 21:00

▷受講料 2,000円

▷申し込み・問い合わせ

開発援助課まで ☎37-3201





「健康づくりは食事から」

市保健協力員協議会会長

中川 幸子 さん

主婦であるため、健康づくりと言うと、まず食事の事を考えます。しかも自分の事より家族の健康を考え、特に発育盛りの子育ての食事作りには、栄養、献立作りと頭を悩ませました。

味付け(減塩)には特別気を使ったような気がします。なぜかと言うと味覚は、小さなこどもの舌にインプットしておかないと、成人してからではなおらないからです。また、時間の許す限り手作りを心がけました。たまに家族で食事に出かけ、味が濃すぎて我慢出来ない時は申し訳ないがお湯やだし汁で薄めてもらう事があります。おかげで2人のこどもは、大病もせず、長身に育ってくれました。そのかわり、今、味にはうるさい。(ナツメグが少なすぎるとか、しょうがの味がききすぎる、切り方が大きいとか……)

思えば、家族の者には、目で食事をさせました。(食欲をそそる盛り付け、食器の使い方など)ははっきり言って、好き嫌いのある私は、頭で食事をします。(体の事を考えて嫌いでも口の中に無理しておしこみます。)

こどもが成人した今、ボランティアに走り回ってる事も私自身の健康づくりに大変役立っています。

—スポーツで豊かな心を育てよう—  
スポーツボランティア《スタッフ募集》

—野外活動—

スキー、Gゴルフなど

manogami



~あなたもイベントづくり  
してみませんか?~

詳しくは…

スポーツオフィス (みどり町8-4)

☎33-2485

(担当) 斉藤 誠

☎ダイレクトイン030-649-6091

催 し

五所川原おやこ劇場  
第49回例会

みんなとゆづり!あひらいごっこ  
ドラマンガーズ

▷とき 11月8日(金) 18:30~

▷ところ オルテンシア 小ホール

11月のオルテンシア催物案内 ☎33-2111

	日	曜日	催物	開演	入場料		日	曜日	催物	開演	入場料
大 ホ ー ル	2	土	市民と警察の音楽の集い	14:00	無料	小 ホ ー ル	3	日	琴古流尺八発表会	9:30	無料
	4	月	歌とピアノのコンサート	14:00	前売り1,500円 当日2,000円		4	月	G、RC、ウインターRCレース	10:00	無料
	12	火	弦楽四重奏演奏会	18:30	前売り1,500円 " 1,000円		6	水	綾扇会日本舞踊発表会	13:30	無料
	16	土	優良映画会 「ゼロ弾きのゴージュ」	14:00	950円		8	金	おやこ劇場第49回例会	18:30	会員券
	17	日	五所川原市合唱祭	13:00	無料		9	土	ピアノ・エレクトーン発表会	10:00	無料
	19	火	伊奈かっぺいコンサート	18:30	前売り 3,500円		10	日	"	"	"
	21	木	岸千恵子ショー	13:00 18:30	指定席3,000円 自由席2,500円		14	木	五所川原女声コーラスリハーサル	10:00	——
	24	日	全日本アンサンブルコンテスト 西北五地区大会	10:00	500円		15	金	検査主任者研修会	13:30	——
	29	金	原かおりデビュー 3周年記念コンサート	14:30 18:30	前売り 3,500円		17	日	ピアノ発表会	13:00	無料
						23	土	平成8年度おゆうぎ会	10:00	無料	
						26	火	平成8年分年末調整説明会	10:00	——	





## 健康相談室

お気軽にご利用ください

◎持参するもの 健康手帳（お持ちの方）

開催場所	開催月日	開催時間
コミュニティセンター三好	11月11日 (月)	11:00~ 12:30
婦人ホーム	11月11日 (月)	12:30~ 13:30
コミュニティセンター栄	11月12日 (火)	10:00~ 14:00
小曲農村婦人の家	11月12日 (火)	10:00~ 12:00
保健センター	11月13日 (水)	10:00~ 15:00
石田坂公民館	11月13日 (水)	10:30~ 12:00
中泉公民館	11月14日 (木)	12:00~ 13:00
沖飯詰集会所	11月14日 (木)	10:00~ 12:00
戸沢公民館	11月18日 (月)	10:00~ 12:00
コミュニティセンター長橋	11月19日 (火)	13:00~ 14:30
コミュニティセンター七和	11月20日 (水)	11:00~ 13:00
コミュニティセンター飯詰	11月25日 (月)	10:30~ 12:00

## 多血小板血漿成分献血

※ 予約制となっておりますので、希望者は11月11日(月)までにご連絡願います。

期日	時間	場所
11月20日 (水)	9:30~ 14:15	新町 市保健センター

五所川原市役所 ☎35-2111

## かんたん! 健康レストラン

テーマ:お正月料理

調理実習と試食、栄養士の話、味噌汁やつけものの塩分測定など。

▷日時 11月26日(火) 9:30~13:00

▷場所 保健センター

▷持参するもの エプロン、健康手帳（お持ちの方）、ごはん、味噌汁・つけもの（塩分測定希望者）

▷申し込み 市はつらつ女性課 ☎内線232

▷締め切り 11月20日(水) 先着30名

## 県民公開講座

▷とき 11月16日(土) 13:30~

▷ところ 市中央公民館

▷受講料 無料

▷講演内容

- ・「元気で長生きするために」
- ・「腹痛について」
- ・「かゆみと皮膚病」

※当日は健康グッズの無料配布もあります。

▷問い合わせ 北五医師会事務局

☎35-0059

おなかの赤ちゃんと楽しむ

## マタニティー教室

▷とき 11月15日(金) 18:30~20:00

▷ところ 働く婦人の家・市保健センター

▷内容

- ・「安産のための妊娠中の過ごし方」  
講師/西北中央病院産婦人科科長

佐藤秀平先生

- ・「もうすぐパパ・ママ教室」

知って得する育児のポイントや赤ちゃんのお風呂の入れ方を体験できます。

▷定員 30名(先着順)

▷申し込み 市はつらつ女性課 ☎内線234

## 献血のご案内

期日	時間	場所
11月13日 (水)	10:00~ 15:00	日立東部セミコン ダクタ敷地内