

# ごまがわら

## 広報



平成11年

# 10.1

No.936

### 人口と世帯

8月31日現在 ( )内は前回比、男24,045(+25) 女26,790(±0) 計50,835(+25) 世帯18,208(+17)

九月十五日、「祝岩木川の日 九月十五日」(主催・岩木川と地域づくりを考える会)とオンニヤカーニバル(主催・オンニヤカーニバル実行委員会)が岩木川河川敷で併催して開かれ、多くの親子連れが多彩なイベントやさまざまな体験コーナーで楽しい一日を過ごしました。「祝岩木川の日」は、大正十年九月十五日に岩木川改修工事起工式が行われ、先人たちが苦勞を共に分かち合った日を子供達に語り継ぎたいと、今年初めて開催しました。

一方「オンニヤカーニバル」の「オンニヤ」は津軽弁で外という意味で、野外の手づくりイベントで交流しようとする毎年行い十年目となった今年が最後となりました。

会場には、模擬店やフリーマーケットが並び、石焼きパンやおカリナ作りなどが行われ、子供達は、メンコや竹とんぼ飛ばしなどに盛んに挑戦していました。津軽独特のかぶりもの「ほっかぶり大会」では、自慢のかぶり方をアピールして観客を魅了していました。

また、じゃっこつかみ大会で、にじますをつかんだ子ども達は、焼きたてのにじますをおいしそうにほうばり、建設省青森工事事務所では、災害現場で活躍する排水ポンプ車や土のう造成機を展示、実演し、災害時にはどこでも出動する態勢をPRしていました。

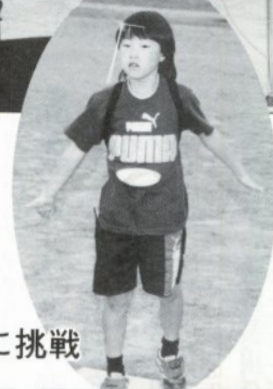
## 市民団体が主催です

## 川と手づくりイベント

「祝岩木川の日九月十五日」  
「オンニヤカーニバル」開催



ほっかぶり大会



昔の遊びに挑戦



パフォーマンスに子ども達はうれしそう



早く食べたいな



# 地域や国境を越えたパートナーシップを育む

## 青森県青年の船 研修報告



これまで参加した青年達が、地域活動やボランティア活動に積極的に取り組み、地域の新たなリーダーとして活躍しており、今回参加した十二名も、帰国後成田市長を表敬訪問し、今後自分の体験したことを地域に還元したいと意欲を語ってくれました。

### 友情の輪を広げて



新岡春香さん(26歳)  
市内松島町七丁目

私が青年の船に参加した目的、それは地元の方々と交流や一生の仕事として目指している教師の下地づくりでした。

今回訪れたのは韓国と中国でした。中国へは学生時代二年間ほど留学した経験がありますが、豪華客船で沢山の仲間達と行くことに緊張を覚えました。しかし、船上での交歓会、運動会を通して、仲間達と次第に打ち解け色々な話をするようになりました。特に運動会では私のいた西北五Bチームが優

勝しました。みんなの心を一つに繋いだ「綱引き」や「十人十一脚」はいい思い出となりました。

訪問先の韓国、中国では自主研修、交歓会などが行われ、地元の方々と多くを語り合いました。韓国では日本と殆ど変わらない町並みに「本当に隣の国なんだな」と実感しました。中国では、世界に誇る建造物、万里の長城や天安門広場の巨大さ、雄大さに悠久の歴史を思わずにはいられませんでした。

今後は、こうした経験を私自身の糧にするだけでなく、地域に、そして私が教壇に立ったとき生徒達に伝えていきたいと思っております。



## 台湾地震被災者への救援金を受付けています

市福祉事務所生活福祉課 内線532

9月21日、台湾において発生したマグニチュード7.6の強い地震により、多数の死傷者・行方不明者がでております。被災地での窮状を鑑み、被災者救援のための救援金を受付けております。

- 受付期間 11月19日(金)まで
- 受付 救援金に限りません
- 受付方法

- 《直接お持ちになる方》
- ・市福祉事務所 生活福祉課
- ・日本赤十字社青森県支部(青森市長島1-3-1)までお持ちください。

※なお、振込手数料は無料となります。銀行送金される場合は、ほかの救援金と区別するため必ず名前記入欄冒頭に「台湾地震」と明記してください。

《銀行送金の場合》

- ・青森銀行新町支店
- 普通口座 16000番
- ・みちのく銀行青森支店
- 普通口座 4200888番
- の口座人名義「赤十字社青森県支部 支部長 木村守男」に送金ください。

※なお、振込手数料は無料となります。銀行送金される場合は、ほかの救援金と区別するため必ず名前記入欄冒頭に「台湾地震」と明記してください。

### ボランティアによる 全県一斉清掃

#### 狼野長根公園

九月十九日、空き缶などのポイ捨てを無くし、きれいな青森県実現のため県下一斉の清掃ボランティアが狼野長根公園で行われました。一緒にゴミを集めた成田市長は「奉仕の精神が市民運動の弾みとなり、環境の美化に向けた意識を高めてください」とあいさつ。参加した七和地区住民と奉仕団の皆さんは、燃えるゴミと燃やせな



いゴミにそれぞれ分別し集めていました。皆さん、大変ご苦労様でした。

八月三十日から九月十日までの十二日間、歴史的、文化的に深く結ばれた大韓民国や中華人民共和国を訪問し、国境を越え仲間達と夢や未来を語り合い交流を深める青森県青年の船事業が行われ、当中からも十二名が参加し、各種研修や交流等で自分を研磨してきました。

一行は船で青森港より出航。韓国釜山港より慶州、ソウル、仁川を、中国では天津、北京を訪問し、当地の歴史、文化、経済等に関する施設の見学や、現地青年との交流・交歓等を行いました。

今年で八回目となる同事業では



# 開設5周年記念

## オルテンシア自主事業を開催します

オルテンシア ☎(33)2111・FAX(33)2006

オルテンシアでは、開設5周年記念事業として次の公演を行いますので皆様ぜひともおいでください。

平成11年度 青森県移動芸術劇場 日中合作大型人形劇特別公演 「三国志」

10月20日(木)

オルテンシア大ホール

第1幕

三顧の礼 プロローグと七景

第2幕

赤壁の戦い 七景とエピローグ

1回目公演

14時開演(13時30分開場)

2回目公演

18時30分開演(18時開場)

入場料(全席自由)

大人 1500円

学生・小人 1000円

主催 青森県教育委員会 ふるさと交流圏民センター事務組合

### チケット販売所

オルテンシア ☎(33)2111

市職員互助会 ☎(35)2111

内線 262

タカヨ楽器店 ☎(34)2311

エルム案内カウンター ☎(33)6276

## 交通事故撲滅のため がんばろう 秋の全国交通安全運動 市民総決起大会

九月十七日、五所川原市交通安全対策協議会(大会長 成田市長)は、秋の全国交通安全運動市民総決起大会を市中央公民館で開き交通安全の協力を確認しました。

大会では、成田市長が「交通事故撲滅のため市民一人ひとりのより一層の努力をお願いしたい」とあいさつした後、五所川原地区交通安全女性ドライバーズクラブ榎崎裕子会長が「シートベルトの着用徹底とチャイルドシート着用促進そして、交通マナーを守り高齢者と子供の事故の防止に努めます」と大会宣言を読み上げ交通事故防止を誓いました。

また、交通安全運動期間中の二十二日、市内松島団地の五所川原温泉ホテル前で、松島八丁目婦人部(新岡みよ志会長)と中央小学校PTA生活指導部(寺田富士子会長)が作った手作りのマスコット人形を、通行中の車のドライバーに配布し、「シートベルトを締めよう。交通事故に気をつけましょう」と交通安全を呼びかけました。

## 善意の花かご

◎市社会福祉協議会へ

◎嶋谷税務会計事務所(嶋谷敏税理士) 二十万円。

※創立二十周年記念として

◎松緑神道大和山(平内町外童子字滝ノ沢十二二十三) 三十万円。

◎イトーヨーカ堂労組(有明正樹五所川原支部長) 二万円。

「どうもありがとうございました」

## 交通安全は家庭から 交通事故概要

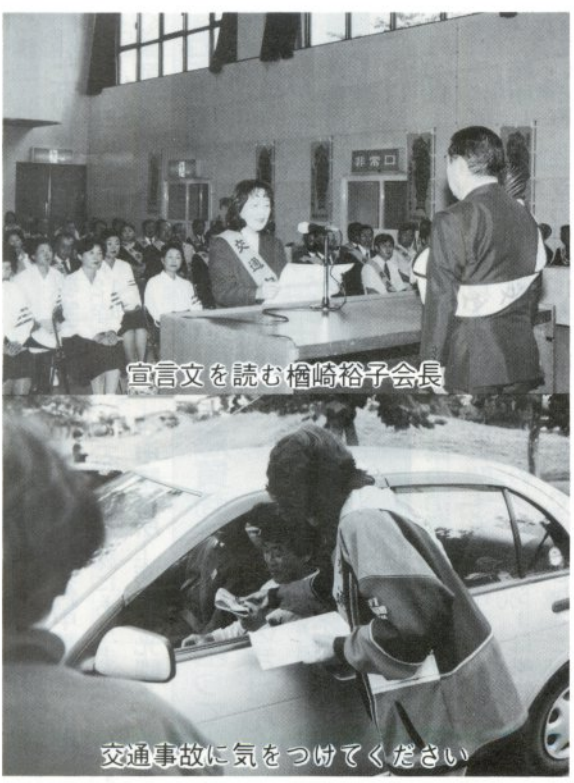
(平成11年9月20日現在)

	青森県内	五所川原警察署管内
発生	6,038 (+244)	252 (-14)
死者	85 (-10)	6 (-1)
傷者	7,258 (+307)	310 (-13)

( )内は、前年対比

運転は ゆったりハートに  
しっかりベルト

五所川原市交通安全対策協議会  
五所川原警察署  
毎月1日は、県民交通安全の日



宣言文を読む榎崎裕子会長

交通事故に気をつけてください



# Information 10月お知らせ

## 国民年金に 任意加入できます

国民年金に適用されない人のうち、次の条件に該当する人は任意で加入することができます。

① 60歳未満の人で、厚生年金や共済組合の老齢（退職）年金を受けられることができるために、国民年金の適用を除外されている人。

② 60歳以上65歳未満の人。

国民年金は20歳から60歳までのすべての人が加入することになっています。老齢基礎年金を受けられるためには、保険料を納めた

期間と納付の免除を受けた期間などを合わせて原則として25年以上あることが必要ですが、60歳になっても、この期間に不足していたり、資格は満たしているが、より高額な年金を受けたいという人は任意で加入することができます。

③ 65歳まで任意加入してもなおかつ、最低の受給資格期間を満たせない人は、さらに70歳になるまでの間で、受給資格期間を満たすまで引き続き加入することができます。

## 10月10日 体育の日 体育施設を 無料開放します

スポーツ健康課 内線561

●10月10日(日) 9時～16時

◇開放施設  
市民体育館 市営球場  
市民体育館では、子どもからお年寄りまで、誰でも気軽に出来る軽スポーツを紹介するとともに、新体力テストを実施します。

◇紹介種目  
パドルテニス、ニチレクボール、ソフトバレーボール、シャトルボール等  
◇新体力テスト  
握力、上体起こし、長座体前屈

開眼片足立ち、10m障害物歩行  
6分間歩行  
◇その他 市民体育館を利用する方は、ズック（内履）を用意してください。

## 秋の行政相談週間 1日行政相談所開設

市民課 内線220

毎日の暮らしの中で、国の仕事や特殊法人の仕事についての苦情や意見・要望はありませんか。相談は無料で秘密は守りますので、お気軽にご利用ください。

●10月20日(水) 13時～15時  
エルムの街ショッピングセンター 1階

〔今月の行政相談日〕  
●10月14日(木) 13時～15時

市役所1階相談室  
◇担当相談員 阿部昭雄さん  
●10月28日(木) 13時～15時  
市役所1階相談室  
◇担当相談員 濱田健司さん

## 働く婦人の家庭生活講座 受講生募集

市働く婦人の家  
☎(35)8898

〔男の料理教室〕  
●10月20日(水)18時30分～20時30分  
◇内容 「秋の魚料理」

◇講師 三森敬子さん  
◇郷土の味家庭料理教室  
●11月20日(土)9時30分～12時30分  
◇講師 高橋みちよさん

## 五所川原市若年者 雇用奨励金交付申請 手続きのご案内

商工観光課 内線394

平成11年4月1日から平成11年9月30日までに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人につき、20万円を市から事業主に交付します。

また、常用労働者のうち60歳以上で定年退職した者及び60歳以上で自己都合により離職した者の補充のために雇用した場合、事業所の常用労働者の数を維持していることを条件に、若年者1人につき10万円を交付します。

※平成11年2・3月に25歳未満の若年者を雇い入れ、平成11年1月に申請をしていない場合、今回が申請時期となります。

●申請期間  
10月1日(金)～10月29日(金)  
9時～16時  
(土・日・祝日を除く)

◇提出書類  
雇用奨励金交付申請書 1部  
(商工観光課にあります)  
◇申請場所 商工観光課

## 悪質商法などで困っている方はいませんか

青森県消費生活センター  
☎0177(22)3338  
商工観光課394

県の消費生活相談員が、消費生活に関する苦情相談に応じます。個人のプライバシーは厳守いたしますので、安心してご相談ください。当日は電話での受付もいたします。

●毎月第3木曜日 10時～15時  
(今月は10月21日)

産経会館5階 B会議室  
◇実施日相談用電話  
(35)2111 内線584  
◇相談料 無料  
★悪質商法の例  
〔催眠(SF)商法〕  
安売りや新商品紹介などの名目で人を集め、閉め切った会場で日用品などを次々と配り、話術で雰囲気盛り上げ冷静な判断を失わせ、最後に高額な磁気マットレスなどを売りつけます。  
無料配布につれられて出かける、ただでは帰れなくなります。



# 市道岩木町・飯詰線

## 馬性橋架替えについてのお願い

土木課 内線303

市道 岩木町・飯詰線、馬性橋架替えに伴い、左図の工事区間が全面通行止めとなります。期間中ご迷惑をお掛けしますが、何卒ご協力をお願いします。

工事期間 平成11年10月5日～平成13年3月25日まで



### 菊まつりに自作の菊を

#### 出展してみませんか

商工観光課 内線392

市では、第6回ごしよがわら菊まつりを10月23日・24日の2日間菊ヶ丘運動公園で開催いたします。その際に、一般の方から自作の菊の参加を募集していますので、皆様の参加をお待ちしております。

### 文化講演会

#### 市教育委員会生涯学習課

内線555

●10月29日(金)

開場18時 開演18時30分

オルテンシア大ホール

◇テーマ 「人生を豊かにする会話とユーモア」

◇講師

放送作家 はかま満緒さん

◇入場料 無料

※当日は手話通訳付です。

### 中央公民館

#### みんなのギャラリー

#### 展示紹介

#### 市中央公民館

☎(35)6056

●10月9日(土)～10月27日(水)

〔2階ギャラリー〕

石黒亮一写真展

「奥津軽路スケッチ」花彩々」

※写真家石黒さんのレンズを通しての、花の世界にご期待ください。

### 〔3階ギャラリー〕

#### 工藤忠写真展

「みちのくの虫たち」

※青森県を中心とした虫たちの生き姿を紹介します。

●「みんなのギャラリー」に展示希望(無料)の方は、中央公民館に申し込んでください。

「みんなのギャラリー」に展示希望(無料)の方は、中央公民館に申し込んでください。

### 生活支援員に

#### なりませんか

#### 市社会福祉協議会

☎(34)3494

10月から地域福祉権利擁護事業がスタートし、当協議会に生活支援員を設置することとなりました。生活支援員の仕事は、判断能力が不十分な方への次のような援助です。

〔日常的金銭管理サービス〕

・生活用品の購入、各種料金の支払い、預貯金の出し入れ等

〔日常生活支援サービス〕

・福祉サービス等の利用支援、日常生活の見守り等

※詳しくはお電話にてお問い合わせください。

### 市民民謡教室の

#### お知らせ

#### 市教育委員会生涯学習課

内線556

〔創作民謡をうたおう〕

初心者大歓迎

●10月12日(火)・26日(火)

11月9日(火)・30日(火)

12月14日(火) 各10時～11時30分

市中央公民館

◇対象者 どなたでも

◇講師 長尾武一さん(市伝統文化功労賞受賞者)

◇申込方法 直接会場へお越しください(受講料無料)。

### 高齢者対策65作戦

～立ち上がろう「死亡事故ゼロ」を目指して～

期間 11月18日(木)まで

#### ◎重点実施事項

- ・高齢者に対する交通安全教育の推進
- ・創意工夫を凝らした反射材の積極的な普及
- ・高齢運転者講習の受講促進の強化

青森県警察本部 五所川原警察署



# システム電算化でサービス向上を図ります

水道事業所からののお知らせ  
 市水道事業所 ☎(34)9111

10月1日より、水道事業所では水道料金システムを電算化します。これにより窓口及び電話等の対応の迅速化を図り、利用者サービスの向上に努めてまいります。

10月1日よりハンディーターミナルの導入により水道の検針方法が変わります。

今までの検針票に使用水量と金額が表示されます。

更に、口座振替利用者には口座振替の領収書も同時に発行されます。大切に保管してください。

(今までのハガキによる領収書は発行されません)  
 異常に水量が上がった場合等、「漏水の可能性あり」と検針票に表示されます。(その際は、至急最寄りの水道業者に連絡し、調査してください)

その他、検針できない場合はその理由が表示されます。  
 昨年までは、冬期間検針できない場合は検針票が出ませんでしたが、今冬期間からは推定料金に記載された検針票が配布されます。(口座振替ご利用の方は領収書も一緒に発行されます)



## ●口座振替が変わります。

今までは、1回目(毎月20日)口座振替を行い、引き落としできなかった方のため翌月10日までに2回目の再振替を行ってきましたが、今後、再振替は行わないこととなります。

なお、このことから今後20日に口座振替にならない場合は、未納扱いとなり督促状が發送されますので、ご注意ください。再振替で引き落としされている方は、毎月20日前に口座へ入金をお願いいたします。

## ●口座振替 ご利用のおすすめ

仕事が忙しい、留守がち等のため集金員になかなか会えない方や水道事業所まで納付に來られない方等、口座振替をおすすめします。申込用紙は各金融機関にありますので、通帳をお作りの金融機関へ通帳、通帳の印鑑、検針票または領収書(需要家番号が必要)をお持ちになって手続きしてください。

●金融機関  
 市内の銀行、信用金庫、信用組合、労働金庫、農協、郵便局  
 (口座振替日は毎月20日です)

●検針にご協力ください  
 ・メーターボックス上に物をおかないでください。  
 ・冬期間、メーターボックス上の除雪をお願いします。  
 ・犬をお飼いになっている方、メーターボックスや玄関近くに犬をつながないようにお願いします。

**11月1日(月)は  
 市(県)民税 第3期  
 国民健康保険税第4期  
 の納期限です**  
 お手元の納付書を確認し、期限内に納めましょう。

- 10月16日～12月18日 各土曜日(10日間) 13時30分～16時
- 青森職業能力開発短期大学校
- ◇対象者 パソコン技能中級者以上の市内に住所を有する人(社会人)または市内に勤務する人。
- ◇講座内容 パソコンを操作しながらデータ管理を学ぶ。
- ・エクセルの基礎と応用
- ・アクセスの基礎と応用
- ◇募集人員 20人(定員になり次第締め切ります)
- ◇募集期間 10月5日(火)～8日(金)
- ◇受講料 3000円
- ※受講が決まった方は、10月13日(水)までに生涯学習課へ納入してください。

五所川原市  
 コミュニティカレッジ  
 (地域振興大学)講座開設  
 市教育委員会生涯学習課  
 内線555・556

きのこ採り  
 行き先告げて  
 無理せずに

きのこ採りによる遭難が多発する季節になりました。山岳遭難は残された家族の悲劇はもちろんのこと、地域の方々にも大きな迷惑をかけることとなります。安全に気をつけて楽しいきのこ採りを心がけましょう。

万々に備えた装備は常識です  
 「命」ときのこを引き換えにしないためにも、必ず用意して山に入りましょう。

- ・非常食・笛・発煙筒・方位磁石
- ・鏡(反射光により自分の位置を知らせることができます)
- ・薬
- ・携帯ラジオ・ライター・防寒具

青森県農林部



# 平成11年度 秋の犬の登録、狂犬病予防集合注射を行います

狂犬病予防法により、飼い主は犬を一生に一度登録することと、年に1回予防注射を受けさせることが義務付けられています。今年度、まだ予防注射を受けさせていない方は、日程をご確認のうえ、都合のよい会場で受けさせていただきます。

生後3ヶ月以上の犬が登録・予防注射の対象となります。集合注射の会場では、登録と予防注射を一度に済ませることができます。また、犬の死亡・転居・譲渡の届け出も会場でできますので、変更があった方は届け出てください。

◇料金 新規の場合 6,000円 (登録料 3,000円 注射料 3,000円)  
登録済みの場合 3,000円 (注射料のみ)

月 日	実 施 場 所	実 施 時 間
10/13(水)	コミュニティセンター三好前	9:00 ~ 9:30
	コミュニティセンター中川前	9:50 ~ 10:20
	毘沙門・長富コミュニティセンター前	10:40 ~ 11:10
	コミュニティセンター飯詰前	11:30 ~ 12:00
	コミュニティセンター松島前	13:00 ~ 13:30
10/14(木)	コミュニティセンター七和前	9:00 ~ 9:30
	コミュニティセンター長橋前	9:50 ~ 10:20
	梅沢コミュニティセンター前	10:40 ~ 11:10
	コミュニティセンター栄前	12:30 ~ 13:30
	富士見コミュニティセンター前	13:50 ~ 14:20
10/15(金)	市役所一般駐車場車庫	9:00 ~ 10:00
	ししまコミュニティセンター前	10:10 ~ 10:40
	五所川原保健所前	10:50 ~ 11:30
	鎌谷町防災センター前	12:40 ~ 13:10
	松島町松島会館前	13:20 ~ 13:50

問い合わせ先 環境対策課 内線231・233

## オルテンシア10月の催し物案内

ふるさと交流圏民センター TEL33-2111

日 曜日	催 し 物	開演	入 場 料	日 曜日	催 し 物	開演	入 場 料
9 土	五所川原少年少女合唱団	18:30	無 料	9 土	第3回五十嵐由香ピアノ教室 発表会	13:30	無 料
15 金	FLP 東北ビックラリー	13:00	前売 2,000円	10 日	塚本悦子&原田初美ピアノ教 室発表会	13:45	無 料
大 ホ	平成11年度国際民俗芸能フェ スティバル/第41回北海道・ 東北ブロック民俗芸能大会	9:55	無料(整理券)	11 月	日本舞踊発表会(綾扇会)	13:30	無 料
		14:00	大人 1,500円 学生・小人 1,000円 (全席自由)	14 木	雇用保険業務取扱等説明会	10:00 13:30	無 料
20 水	日中合作大型人形劇 「三国志」特別公演	18:30		16 土	平成11年度国際民俗芸能フェ スティバル/第41回北海道・ 東北ブロック民俗芸能大会	13:00	無 料 (整理券)
22 金	第35回五所川原第一中学校 合同定期演奏会	18:00	無 料	26 火	げきだん はてな公演 「いきててよかった」	19:00	無 料
ル	五所川原高等学校創立70周年 記念 山形交響楽団演奏会	14:00	無 料	28 木	五所川原高等学校創立70周年 記念 山形交響楽団演奏会	14:00	無 料
		18:30	無 料	29 金	平成11年度 安全運転管理者 等講習	10:00	無 料
		13:00	無 料	30 土	五所川原市アンサンブルコン テスト	14:00	無 料
31 日	西北五合唱祭	13:00	無 料	31 日	フローラ ピアノ発表会	13:00	無 料



五所川原市制施行45周年記念事業  
平成11年度

国際民俗芸能フェスティバル  
第41回 北海道・東北プロップ  
民俗芸能大会

市教育委員会 生涯学習課  
内線5555

〔ワークシヨップ〕

●10月16日(土)

開場 12時 開演 13時

オルテンシア小ホール

◇内容 市民の方々を対象に、ア  
ナトリア民俗芸能団(トルコの  
民俗舞踊)、チベットの芸能団  
(チベットの輪踊)、五所川原甚  
句保存会(五所川原甚句)の踊  
りの体験教室を開催します。

〔民俗芸能公開〕

●10月17日(日)

開場 9時30分 開演 9時55分  
オルテンシア大ホール

◇内容 北海道・東北の各道県代  
表1団体(青森県は4団体)、ト  
ルコ及びチベットの芸能団が  
「輪踊」をテーマに芸能を披露し  
ます。地元からは五所川原甚句  
保存会、鱈ヶ沢町無形文化財保  
存会、相内郷土芸能保存会が出  
演します。

◇入場料 両日とも無料

※2日間共通の整理券を発行いた

しますので、エルム案内カウ  
ンターにてお求めください。当日  
は整理券がなくとも入場できま  
すが、入場者多数の場合、入場  
をお断りすることがありますの  
で、あらかじめご了承ください。

◇シャトルバス運行時間

●10月16日(土)

五所川原駅発 12時・12時30分  
オルテンシア発 15時30分・16時

●10月17日(日)

五所川原駅発 9時・9時30分  
オルテンシア発 16時30分・17時

きのこ展示会を  
開催します

《同時開催》きのこ写真展

五所川原山酢会事務局  
☎(35)2111 内線405

●10月11日(月) 10時～16時

五所川原中三 5階催事場

◇鑑定 松井和雄先生



フナシメジ  
栽培物は「やまびこぼんしめじ」  
などの商品名で売られています。

3歳になったら幼稚園へ  
五所川原私立  
幼稚園協会

私立幼稚園に入園する3・4・  
5歳児の保護者には、幼稚園就園  
奨励補助金があります。  
申請・交付は幼稚園をとおして  
手続きできます。

◇願書配布 10月15日(金)から

◇願書受付 11月2日(火)から

※詳しくは各幼稚園へ

- ・五所川原幼稚園 唐笠柳 ☎35・51510
- ・富士幼稚園 (みどり町) ☎34・7974
- ・ひまわり幼稚園 元町 ☎34・5080
- ・聖心幼稚園 (末広町) ☎34・2222

音楽にのって楽しい  
体力づくりをしませんか

●10月10日(日) 9時30分～12時

五所川原市民体育館(サブ体)

◇対象者 どなたでも

◇内容 ストレッチ体操、レクリ  
エーションダンス

◇講師 山内政さん、藤田妙子さん

◇主催 市婦人スポーツ協議会

◇その他 バスタオルとズックを  
準備してください。

市民サロン

青森職業能力開発短期大学校  
学園祭のご案内

青森職業能力開発短期大学校  
学務課 ☎(37)3201

●10月17日(日) 9時～15時30分

青森職業能力開発短期大学校

◇内容

- ・生産、制御、電子、情報技術科  
の教育訓練内容の展示。
- ・小・中・高校生等を対象とした  
体験コーナー。(コンピュータ  
等を活用したキーホルダー、モ  
ーターの作成等)
- ・模擬店コーナー
- ・各団体及び事業所等を対象とし  
た相談・援助コーナー

国際ソロプチミスト五所川原  
ソロプチミストデー開催  
国際ソロプチミスト五所川原  
事務局 ☎(35)6363

●10月17日(日) 11時～15時

五所川原商工会館 2階 多目  
的ホール

◇内容

- ・チャリティ呈茶、フリーマーケ  
ット、血圧測定、講演「年金に  
ついて」演奏「板橋&ダッチの  
歌とパーカッション演奏」、抽選  
会、写真で見るソロプチミスト  
五所川原の16年

◇入場料 500円(昼食代込み)

●10月24日(日) 9時30分

五所川原市陸上競技協会  
狼野長根公園  
☎(34)8883

◇種目

- ①小学生の部 男女 1・5 km
- ②中学生の部 男女 3 km
- ③高校生の部 男子 6 km
- ④高校生の部 女子 3 km
- ⑤一般の部A男子35歳未満 6 km
- ⑥一般の部B男子35歳以上 3 km
- ⑦シニアの部男子50歳以上 3 km
- ⑧一般女子の部 3 km
- ⑨フリーの部 1・5 km

◇参加費

小・中・高校生 1000円  
一般 2000円

◇申込方法 工藤歯科医院内(市  
内大町36-13 いわや薬局2階)  
大会事務局まで直接お越しくだ  
さい。

◇申込期限 10月12日(火)





## 健康相談

### ◇内容

心の相談、病気の相談、血圧測定等保健婦が相談に応じます。

### ◇持参するもの

健康手帳(お持ちの方)

### ◇各地区での

身も心もさっぱりする

### 健康相談

●10月12日(火) 10時～12時

幾島町集会所

●10月13日(水) 13時～14時30分

コミュニティセンター長橋

●10月14日(木) 10時30分～12時

福祉会館

●10月14日(木) 10時30分～12時

富士見コミュニティセンター

●10月14日(木) 12時30分～13時30分

南新集会所

●10月15日(金) 10時30分～12時

石田坂公民館

### 保健センターでの

### 成人の相談日

●10月13日(水)

10時～12時・13時～15時

市働く婦人の家・保健センター

## みんなの健康教室

●10月22日(金) 13時～14時

市保健センター 3階ホール

### ◇テーマ

「危険な不整脈と危険でない不整脈(心蘇生法について)」

### ◇講師

江渡内科医院 江渡諄治先生

### ◇主催

北五医師会・市民保健協議会

### 平成11年度

### 青森県医師会県民

### 公開講座のお知らせ

介護保険についてもっと知りたい、老年期の心理について学びたいと思っっている方、ご自由に参加できます。

●10月23日(土) 13時30分

市中央公民館

### ◇受講料 無料

### ◇講座内容及び講師

### 〔介護保険〕

・「行政の立場から」

講師 市介護保険課 寺田建夫課長補佐

・「医師の立場から」

講師 西北中央病院在宅介護支援センター 阿部英雄所長

・「看護婦の立場から」

講師 在宅ケア いろは職員 今まり子さん

・「ホームヘルパーの立場から」

講師 特別養護老人ホーム青山 荘主任ヘルパー 北川真理子さん

〔老年期の心理〕

講師 西北中央病院精神科 大森寛科長

◇主催 青森県医師会・北五医師会

かんたん！

健康レストラン

生活習慣病予防

食欲の秋こそヘルシーに!!

●10月22日(金) 9時30分～12時30分

市働く婦人の家 2階調理室

◇内容 調理実習と試食、健康のための話

担当 保健婦、栄養士

参加費 無料

申込方法 電話受付(先着30名)

申込締切 10月18日(月)

持参するもの エプロン、三角巾、健康手帳(お持ちの方)、塩分測定を希望される方はみそ汁(小瓶に入れて)と漬け物(2～3切れ)。

●10月13日(水) 9時30分～11時30分

●10月13日(水) 12時30分～15時30分

協賛 市赤十字奉仕団栄分団

●10月13日(水) 12時30分～15時30分

東北電力(株)五所川原営業所

## 献血のご案内

●10月13日(水) 9時30分～11時30分

コミュニティセンター栄

●10月13日(水) 12時30分～15時30分

東北電力(株)五所川原営業所

## こころの

### 相談日

五所川原保健所予防課

☎(34)2108

次のような悩みをお持ちの方はお気軽にご相談ください。

### ◇一般精神では

・ゆううつ ・ノイローゼ気味

・家族や職場の人間関係など

◇老人精神では

・最近、物忘れがひどくなった

・介護や対応に困っているなど

〔一般精神保健福祉相談〕

●10月19日(火) 13時～14時

〔老人精神保健福祉相談〕

●10月12日(火) 13時～14時

相談場所 五所川原保健所

◇相談担当 精神科医

ファミリーサポート

センター研修会

のお知らせ

市働く婦人の家内

ファミリーサポートセンター事務局

☎(35)8898

●10月28日(木) 9時30分～13時

市働く婦人の家

◇内容 バランスのとれた子ども達の食事について

◇テーマ 「子どもに多い脂肪のとりすぎとカルシウム不足について」

講師

増田病院栄養士 三浦栄子さん

◇準備するもの エプロン、三角巾、筆記用具、材料費700円程度

◇申込締切 10月25日(月)

◇託児もいたします。

ファミリーサポートセンター

からのお願い

家庭内で使わなくなったチャイルドシート、ベビーラックはごさいませんか。センターでは子ども

の移動や託児に必要としております。ご寄付いただける方は、市働

く婦人の家までご連絡ください。

9



親子で額作り

# 立佞武多にかける夢



自分で描いた額を持つ  
清榮さん、尚子さん親子

北川

清榮さん(78)  
尚子さん  
新町

盛り上がった夏まつりも終り、いよいよ東京ドーム出陣のため、立佞武多の化粧直しが盛んに行われています。

今回はその中でも一番目立つ額を描く北川さん親子を紹介します。お父さんの清榮さんは、数少ない昔のねぶたを知っている一人で、一丈(約3.3m)柱を三本継ぎにした心棒のねぶたを台車に取り付けたことや、橋から岩木川にねぶたを流したナヌカ日、橋を渡る姿が今でも印象に残ると思いを話してくれました。青森の初代名人北川金三郎さんに師事したのが小学2年生の時、「初めはいたずら半分に遊んで小屋に行ったのが少しずつ本気になりました」と昔を語ってくれます。それから出兵。昭和21年に復員。五所川原町内ねぶたが復活したのは2年後の昭和23年。「大工、さかん屋、床屋など町内のねぶた好きがねぶた小屋に集まりそれはもう盛んでした」と昔の仲間のことを話してくれます。額は5段が基本という北川さんは、「ねぶたも好きだけど書くのが一番好き。特にねぶたに目を入れるときが緊張しますよ。ねぶたは目が命。目線をどこにするかで決まってしまうからね。額の三面には武者絵を描きたいね。」と抱負を語ってくれました。

今回の額は娘の尚子さんと一緒に篆書体で雲漢を書くことに。尚子さんもまた父の手伝いで小学生のときから小屋に出入りし、今ではねぶた絵も描きます。まつりが大好きという尚子さんは、あすなろ大太鼓のたたき手でも活躍。北川親子を結び付ける五所川原ねぶた、北川さんは、はやしの掛け声ヤッテマレーを「はやしの掛け声の伝統を残したのが弘前、変えたのが青森、そして全部なくして新しくしたのが五所川原」と教えてくれました。新しく復活した五所川原立佞武多。今から東京ドームが待ち遠しい。

あなたも  
作ってみませんか

No.57

テーマ

よい食生活を  
するために

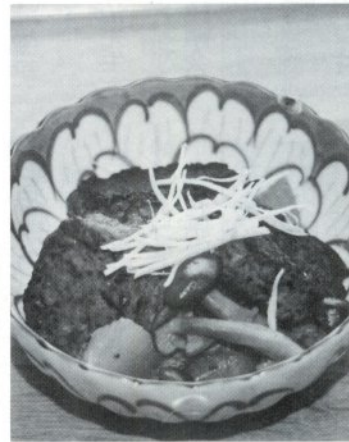
料理紹介

五所川原市食生活改善推進員会

## いわし団子と大根のうま煮

材料(4人分)

いわし	4尾	にんじん	1/2本
スキムミルク	40g	しめじ	1パック
芽ひじき(乾)	2g	ごま油	大さじ1
a 万能ねぎ	2本	しょうが汁	大さじ1/2
しょうが汁	小さじ2	しょうゆ	大さじ1と2/3
片栗粉	小さじ2	b だし汁	カップ3
大根	320g	針しょうが	適量



いわしはカルシウムの運び屋という別名を持つビタミンDを多く含み、スキムミルクのカルシウム吸収を高めてくれます。

おいしく食べて生活習慣病や骨粗鬆症を防ぎましょう。

作り方

- ①ひじきは戻し、ねぎは刻む。
- ②いわしは頭と内蔵を除き、手開きにして骨を除き包丁で叩き、すり身にしてaを混ぜる。
- ③フライパンに油を熱し(油は薄く)、②をスプーンですくって両面を焼く。
- ④野菜は大きめに切り、大根は下ゆりする。
- ⑤ごま油で④の野菜を炒め、だし汁を入れて煮込み、bで調味し、③を加えて味を含ませる。
- ⑥器に⑤を盛り、針しょうがを天盛りにする。

## 救急医療当番医

月/日	曜日	医療機関名	医療機関所在地	電話
10/3	日	(医) 済生堂 増田病院	五所川原市字新町41	35-2726
10/10	日	(医) 正幸会 対馬内科小児科医院	五所川原市字田町4-5	34-3431
10/11	月	(医) 守生会 中村整形外科病院	五所川原市字一ツ谷160	34-3315
10/17	日	桂整形外科医院	五所川原市字弥生町16-1	34-3737

※注 1. 対応時間 9:00~17:00(電話で確認してから)。  
2. その他、消防署(救急病院案内 ☎34-4999)で紹介しします。

はつらつ女性課 内線 237