

赤勝て! 白勝て!

運動会

市浦小大運動会

相内小学校



市浦小学校



広報

2007

615

No.53

目次

- 厚生労働大臣特別表彰…………… 2
- 相内の虫送り…………… 3
- お知らせ…………… 4~9
- ヘルス・インフォメーション…10

今月の市民

- 人口 / 63,156人(-72)
- 男 / 29,661人(-33)
- 女 / 33,528人(-39)
- 世帯数 / 24,495世帯(-2)
- 5月31日現在(前月比)

奉仕する心と熱意を引き継ぎたい 厚生労働大臣特別表彰

五所川原市赤十字奉仕団



厚生労働大臣特別表彰の伝達を受ける
高橋京子委員長(右)と葛西妙子副委員長(左)

日本赤十字社では、創立百三十周年にあたり社会福祉の向上に尽力し功績のあった団体を表彰。当市の五所川原市赤十字奉仕団(高橋京子委員長)が選ばれ五月二十八日、日本赤十字五所川原市地区長の平山市長から厚生大臣特別表彰が伝達されました。同奉仕団は昭和三十三年に結成。これまで福祉施設で踊りを披露したり手製の介護用品を寄贈、災害時の炊き出しや救急法の訓練、公園等の草取りや花壇づくりなど、地域への奉仕活動を続けてきました。受章にあたり高橋会長は、「たいへん光栄です。『奉仕』はする側、受ける側の両方に感動を与え心のつながりを生みます。この奉仕する心と熱意を約半世紀、先輩方から絶やさず引き継いで来ましたが、今後も継続していきます」と喜びを話していました。

写真集発行 津軽鉄道の魅力満載!!

津軽鉄道サポーターズクラブ(高瀬英人会長)と小学館は、津軽鉄道の存続を応援し、その素晴らしさを全国に知ってもらうと写真集「のんびり走ろう! Take it Slow」を編集、六月八日に発売を始めた。掲載写真は、発起人で同クラブの会員でもある太田忠光さん(水野尾)がこれまで撮り続けてきた作品をはじめ、広田尚敬氏などプロの写真家も参加し、小学館の黒笹慈幾プロデューサーが編集しました。写真で綴る津軽鉄道の今昔、四季がふんだんに盛り込まれ、巻末には会員の福井絢子さんが作り観光客に好評の「津鉄沿線散策マップ」や発行記念プレミアム切符もついています。



左から津軽鉄道代表取締役社長の澤田長三郎氏、編集長の黒笹慈幾氏、写真提供の太田忠光氏。
6月7日、市長に発行を報告。



お求めは津軽鉄道五所川原駅。金木駅、書店まで。定価2,000円

広がる地域への奉仕活動の輪

青森県たばこ耕作組合
つがる支部の皆さん



五所川原高校東校舎の生徒たち



六月一日、青森県たばこ耕作組合つがる支部の青年部(工藤悟部長)と女性部(大石まり子部長)では「クリーン大作戦」と題し、金木駅から商店街を巡り路上に落ちていたごみを拾い集めました。同組合は葉たばこ生産農家の皆さんが加入するもので、この日の活動に十五人が参加しました。工藤部長は「葉たばこを生産しているので、ポイ捨てされたたばこの吸い殻が気になります。マナーを守り、きれいな街であってほしい」と話していました。

六月八日、五所川原高校東校舎の生徒七十七人が、市民と行政が協同で進める街美化プログラム、川のスクールアダプト活動を行いました。当日は、汗ばむような陽気の中、生徒たちは各班に分れて中泉橋周辺道路のごみ拾いや草刈、花壇に、ペゴニア、マリゴールド、サルビアなどおよそ九百株を植えてくれました。同校では、地域社会人としての自覚と責任の気持を芽生えさせるきっかけとして、今後も積極的にこの活動に取組んでいくとのことです。

五穀豊穣 家内安全 を祈り

相内の虫送り

津軽地方に伝わり、田植えを終えた時期にみられる豊作祈願の祭り「虫送り」が六月九日、市浦地区相内で行われました。同地で約四百五十年続く祭りに主催の相内青年団（秋田谷和智団長）は、荒馬を先頭に太刀振り踊りを舞い、約四時間をかけて相内地域を練り歩きました。踊りの列には小学生の児童も加わり、稲わらで作った虫の山車が引かれ、最後は集落を見渡す神明宮の木の高枝に虫をかけて今年の豊作を祈りました。



親子で一緒に 体験学習

弘大金木農場

弘前大学金木農場では五月二十六日、親子体験学習が始まり、二十組四十三人の親子が田植えやイモ類の畑づくりに挑戦しました。参加者は裸足で水田に入り苗を手植えしたあと、畑で畝（うね）をつくってジャガイモ、サツマイモ、藍を定植。ふだん慣れない作業に親子で歓声をあげ、笑顔いっぱいの日を過ごしました。

学習会は十月まで四回開かれ、米やイモの収穫、藍染め、メダカなどの生き物観察などを通して「自然」と「農業」を学習します。



綺麗に咲いてね！

五月三十一日、五所川原農林高校生活科学科の女子生徒七人が、市役所おまつり広場周辺に、ペゴニアとマリーゴールドおよそ千株を植えてくれました。

この花は、今年一月に同校で播種したもので、これから秋ごろまで色とりどりの花が、訪れる人の目を楽しませてくれるそうです。

善意の花がどい

〜ごまごりがどいきました〜

○社会福祉協議会へ

○浜田定雄さん（金木町嘉瀬）

〓 一万円。

○嘉瀬地区婦人会（小倉さつ会長）

〓 一万円。

○工藤とも子さん（長橋字橋元）

〓 五万円。

○養護老人ホームくるみ園へ

○天理教東松島分教会青空ボランティア

ンティア（小野興道代表）

〓 訪問（施設内外清掃、毎月一回）。

○太子食品工業株式会社（工藤茂雄社長）

〓 寄贈（薄切りこんにゃく五十人分）。

○民芸衆団奏鳴曲（静岡県・高岡由美子代表）

〓 訪問（三味線演奏・唄・踊り）。

〓 訪問（三味線演奏・唄・踊り）。

○働く婦人の家へ

○働く婦人の家利用者会（新岡みよ志会長）

〓 奉仕（ホール、調理室など館内を清掃）。



新岡会長…「いつもありがとう」と感謝の気持ちで清掃しました。

6月 下旬のお知らせ

介護支援専門員 (非常勤職員)募集

人事課 内線411

- 市では、「介護支援専門員(非常勤職員)」を募集しています。
- 資格等 45歳未満で次の条件をすべて満たす方

- ①「介護支援専門員」の資格を有していること
- ②普通自動車運転免許証を所持していること

募集人員 3名

雇用開始 平成19年7月から

- 業務 要支援認定を受けた方に対する介護予防ケアマネジメントト(「介護予防支援」)の実施
- 勤務条件等 ・時給990円
- 勤務時間 9時～17時15分(休憩45分あり)

- ・社会保険・雇用保険・労災あり
- 勤務場所 五所川原市宇幾世森218-6 五所川原市地域包括支援センター

- 申込方法 6月25日(月)までに、あらかじめ電話連絡のうえ、履歴書、介護支援専門員登録証明書及び普通自動車運転免許証の写しを人事課へ提出

ペット火葬場の使用料が変更になります

環境対策課 内線263・264

ペット火葬場の使用料が、7月1日から次のように変更になります。

《ペット火葬場使用料金》

区分	使用料(1体につき)			
	市内飼養者		市外飼養者	
	合同火葬	単独火葬	合同火葬	単独火葬
25kg以上		10,000円		13,000円
20kg以上 25kg未満	4,500円	9,000円	7,500円	12,000円
10kg以上 20kg未満	4,000円	8,000円	7,000円	11,000円
10kg未満	3,000円	6,000円	6,000円	10,000円

※「市内飼養者」であっても狂犬病予防法に基づく登録がなされていない犬を火葬する場合は、「市外飼養者」の使用料を適用します。
※25kg以上のペットは、単独火葬のみの取扱となります。

身体障害者の無料巡回診査

家庭福祉課 内線243

巡回診査により、身体障害者の方々に医学的判定を行い、併せて様々な相談に応じています。

◇対象者

- ①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
- ②障害程度に変化があり等級の変更を必要とする方
- ③補装具の交付または修理を必要とする方
- ④生活・医療・施設入所等の相談を希望する方

※脳卒中等発病後3カ月未満の方は除く。このほか、詳細は家庭福祉課障害福祉係へお問い合わせください。

◇診査科目及び日程・会場

- ・肢体不自由 7月11日(水) 受付：8時45分～11時
 - ・聴覚障害 7月25日(水) 受付：8時45分～10時15分
- 診査及び相談：9時～11時
つがる市生涯学習センター「松の館」(つがる市役所そば)

◇持参するもの 身体障害者手帳(取得者のみ)、健康保険証、老人受給者証(取得者のみ)、印鑑

福祉の仕事 一日移動相談

弘前福祉人材バンク
TEL0172(36)1830

福祉の職場で働きたい方を対象に、就職相談、福祉人材登録や福祉資格の取得方法など一日相談窓口を開設します。

●6月25日(月) 9時～15時

五所川原公共職業安定所

※事前の申込みは不要です。

自動車税の納付はお早めに!! 納税窓口の休日開設・時間延長

西北地域県民局県税部
TEL(34)3141

県では、自動車をお持ちの皆さんへ6月4日に自動車税納税通知書を送付しています。納付期限は7月2日(月)ですので、お早めにお近くの金融機関または郵便局などで納めてください。

また、次のとおり「納税窓口」の開設と時間延長を行います。ぜひ、ご利用ください。

◇窓口取扱時間

- ・6月30日(土)～7月1日(日) 8時30分～17時15分
- ・6月25日(月)～29日(金) 7月2日(月) 8時30分～20時

はるにれ団地地区計画の変更案に関する 図書の縦覧について

都市計画課 内線323

はるにれ団地地区計画の変更案について、次のとおり縦覧しています。

なお、この都市計画案について、縦覧期間中に意見書を提出することができません。

◇都市計画の種類

はるにれ団地地区計画の変更
◇変更内容 集合住宅計画地↓戸建住宅計画地(未造成地の部分)のみの変更です。現在分譲中の区域は変更ありません

◇案の縦覧期間及び時間

- 6月15日(金)～28日(木) 8時30分～17時15分
- ただし、市役所閉庁日は除く。

◇縦覧場所 都市計画課

7月2日(月)は

市(県)民税第1期の
納付期限です。
忘れずに納めましょう。

収納課 内線431～439

税務職員募集 (高校卒業程度)

人事院東北事務局
TEL(022)211-2022
仙台国税局人事第一課
TEL(022)211-1111 内線2020

- バイタリティあふれる職員を募集します。国の財政を支える税務職員にチャレンジしてみませんか。
- ◆受験資格 昭和61年4月2日～平成2年4月1日生まれの方
- ◆申込受付期間 6月26日(火)～7月3日(火)
- ◆受験申込書の請求 五所川原税務署TEL(34)3136、仙台国税局人事第二課または人事院東北事務局まで

**手話奉仕員養成講座
入門コース 受講者募集**
家庭福祉課 内線245
五所川原ろうあ協会
FAX(29)3729 工藤

聴覚障害者の生活や関連する福祉制度等について理解と認識を深め、手話での日常会話に必要な語彙と表現技術を習得します。
●7月11日～10月17日の毎週水曜日(8月1日、8日、15日を除く) 19時～21時
中央公民館

- ◆内容 ①手話実技
- ②交流(ゲーム・手話コース等)
- ③講義(聴覚障害者・手話通訳・手話サークル等について)
- ◆対象 聴覚障害者の福祉に理解と熱意があり、ろうあ者及び手話通訳者と交流したい方。
- ◆受講料 無料(入門テキスト代1200円は自己負担)
- ◆基礎コースは10月24日から毎週水曜日の予定。

意見交換会のお知らせ
市農業委員会 内線442
「けっぱるべし! おらだちの農業」をキャッチフレーズに、次の日程で意見交換会を開催します。多数のご参加をお待ちします。

- ◆開催時間 19時から約90分
- ◆テーマ 「国・県の補助金事業の概要について」「産地づくり交付金について」他



月日	地区	開催場所
7月4日(水)	中川	コミュニティセンター中川
7月11日(水)	栄	コミュニティセンター栄
7月18日(水)	市浦	コミュニティセンター市浦
7月25日(水)	七和	コミュニティセンターコハス

※開催場所は地区別ですが、地区外の方も参加できます。

不動産登記、商業・法人登記のインターネット申請
青森地方方法務局五所川原支局
TEL(34)2030

青森地方方法務局五所川原支局では、6月25日(月)から不動産登記及び商業・法人登記について、従来の書面による申請に加えインターネットを利用したオンラインによる登記申請及び証明書の申請が可能になります。また、不動産登記については、従来の「登記済証(権利証)」の交付に代わり「登記識別情報の通知」及び「登記完了証」が交付されることとなります。
なお、現在登記名義人が持っている登記済証(権利証)は、初回の書面申請において添付書類として利用することができます。
◆法務省オンライン申請システム
<http://shinsei.moj.go.jp/>

消防本部からのお知らせ

TEL(35)2019
五所川原市消防団定期観閲式
警防課 内線28

- 6月30日(土) 8時15分～
- つがる克雪ドーム及び周辺
- 五所川原・金木・市浦地区で日夜市民を守っている消防団員の活動をご覧になってみませんか。
- なお、当日午前6時30分から10時まで、克雪ドーム北側及び東側道路(合同庁舎前交差点から東方向)が通行止めとなります。ご不便をおかけしますが、ご協力お願いいたします。

防火管理者資格取得講習

予防課 内線23・54

- 7月26日(木)～27日(金) 2日間
- ◆会場 オルテンシア
- ◆対象者 消防法で定められている防火対象物(学校・病院・店舗等)で、防火管理上必要な業務を遂行できる管理的、監督的立場にある方
- ◆受付 7月5日(木)まで(土日を除く)定員になり次第締切
- ※申込書等は、消防本部予防課及び最寄りの消防署にあります。

消防設備士試験

予防課 内線23・54

- 試験日 8月26日(日)
- ◆会場 青森工業高等学校
- ◆受付 7月17日(火)～26日(木)

消防設備士試験事前講習

予防課 内線23・54

- (共通法令)：7月25日(水) 13時～17時
- (構造・整備等)：7月26日(木) 9時～17時
- ◆会場 ウェルシティ青森(青森市)
- ◆受付 6月25日(月)～7月13日(金)
- ※申込書等は、消防本部予防課及び最寄りの消防署にあります。

火災・救急出動概況

五所川原市 5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19年	3	12	168	743	9	14
平成18年	4	19	186	895	7	19
比較	△1	△7	△18	△152	2	△5

“消さないで あなたの心の 注意の火”

問合せ/五所川原地区消防事務組合消防本部 ☎35-2019 (内線25)

**第26回 五所川原市民
バドミントン大会**
大会事務局(たけみ文具店内)
TEL(35)1753 沢田

●6月17日(日) 開会式8時30分
市民体育館

◇種目 男子ダブルス・リーグ戦
女子ダブルス・リーグ戦
◇参加資格 市内に在勤・在住ま
たは在学の方
◇参加料 1人800円(小学生
は500円)当日徴収

こども教室 生徒募集
財団法人伝統文化活性化国民協会
幼・小・中学生を対象としたこ
ども教室を開催します。

いけばな小原流
伝統文化こども教室
TEL・FAX(35)9326 斉藤

●初回7月14日(土)から月2回で全
12回 10～11時 中央公民館
◇会費 各回500円(花代)
◇申込方法 当日受付もあります
が、できるだけ事前に必要事項
(学校名・学年・住所・氏名)
を記入し、はがきまたはFAXで送
付してください。〒03710
069 五所川原市若葉一丁目
7913 小原流 斉藤光麗

ヒカルの碁
伝統文化こども教室
TEL(34)4626 岩城

●毎週土曜日 初回6月30日(土)
全20回 14～16時 中央公民館

◇講師 工藤和豊 九段
岩城徳男 七段
◇会費 無料(傷害保険有り)
◇申込方法 当日受付もあります
が、できるだけ事前に必要事項
(学校名・学年・住所・氏名)
をはがきに記入し郵送、または
電話で申し込みをしてください。
〒03710005 五所川原
市石岡字藤巻2713 岩城徳男

**初心者弓道教室
(中学生～一般)**
五所川原弓道会
TEL・FAX(35)1263新岡

姿勢を良くして健康になりたい
方、仕事や勉強でストレスがたま
っている方など、中学生から高齢
者までどなたでも参加できる初心
者のための弓道教室です。
●6月19日(火)～7月21日(土)の毎週
火・木・土曜日 19時～20時45分
旧三道会館(市役所隣り)
※受講無料。弓具は備え付けのも
のがあります。中学生は保護者
の同意が必要です。

**第17回 ごしよがわら
花菖蒲せせらぎまつり**
事務局(35)3275 江良

明治神宮株分けの69品種、3万
本の花菖蒲が咲き誇る菊ヶ丘運動
公園へあなたも遊びに来ませんか。
●7月6日(金)～8日(日)
菊ヶ丘運動公園



◇主なイベント
6日(金)：9時30分～オープ
ニングセレモニー、10時～
西北五グラウンドゴルフ大会
7日(土)：12時30分～14時30分
カラオケ大会
8日(日)：12時30分～14時30分
竜巳憲二歌謡ショー
※この他、出店、フリーマーケット
ト、野点、歴史民俗資料館・旧
平山家無料開放、写生大会など。

フリーマーケット参加者募集
環境対策課 内線232
せせらぎまつりに家族や友だち
と不要になった衣類や日用品など
を持ち寄り、出店してみませんか。
●7月7日(土)・8日(日) 9～15時
◇参加資格：どなたでも参加可
◇出店品目：食料品以外のもの
◇申込先：6月29日(金)までに五
所川原家族フリーマーケット実
行委員会(事務局環境対策課)へ

**第26回 ウチヨウランと
山野草展示会**
五所川原山野草愛好会
TEL(35)6980 蒔苗

●6月30日(土)～7月1日(日)
北地方教育会館2階(入場無料)
◇主催 五所川原山野草愛好会

**(働く婦人の家講座)
立佞武多ハネト踊り
へのお誘い**
働く婦人の家 TEL(35)8898
●6月25日、7月2日・9日・23
日・30日(月曜日)
18時30分～20時30分
働く婦人の家 軽運動場
◇対象者 老若男女どなたでも
◇会費 無料
◇問い合わせ TEL(35)1292山内
◇申込先 働く婦人の家

●6月25日、7月2日・9日・23
日・30日(月曜日)
18時30分～20時30分
働く婦人の家 軽運動場
◇対象者 老若男女どなたでも
◇会費 無料
◇問い合わせ TEL(35)1292山内
◇申込先 働く婦人の家

**国有財産売却の
ご案内**
津軽森林管理署金木支署管理係
TEL050(3160)5875
http://www.kanagi-kokuyurin.jp/

津軽森林管理署金木支署では、
次の土地の一般競争入札を行いま
す。取得を希望される方はご参加
ください。
◇入札 津軽森林管理署金木支署
入札室で実施します。

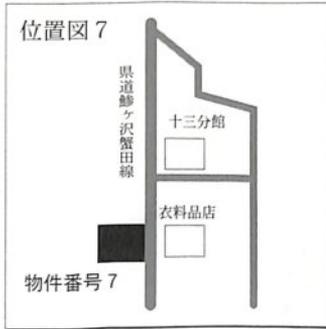
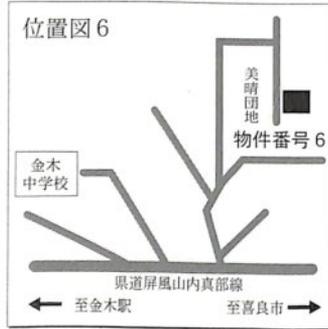
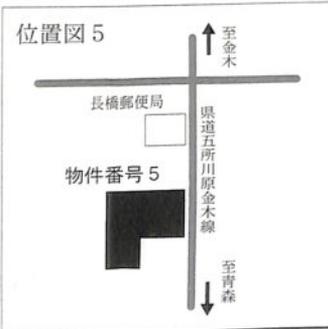
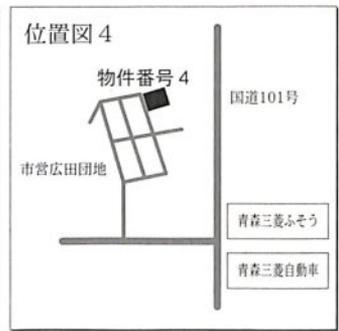
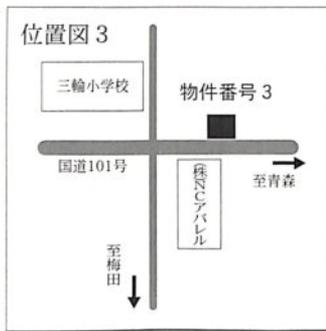
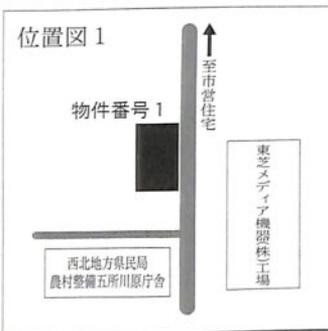
物件	①	②	③
面積	市内相内吉野 2-2 約 424 m ² (宅地)	市内相内吉野 2-3 外 6 筆 約 3,503 m ² (宅地)	市内飯詰字影日沢 233-2 外 2 筆 約 15,079 m ² (宅地見込み地)
現地説明会	6月26日(火) 11時現地集合	6月26日(火) 14時現地集合	6月28日(木) 10時現地集合
入札実施日	7月24日(火) 13時30分締切り	7月24日(火) 13時30分締切り	7月24日(火) 11時30分締切り

市有地売却のお知らせ

管財課・土地開発公社
TEL35-2111 内線472・473

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	備考
1	大字吹畑字藤巻 26 番 1	宅地	1,396.81	23,047	第一種低層住居専用地域	
2	若葉一丁目 52 番 4	宅地	238.14	4,262	第一種低層住居専用地域	
3	大字七ツ館字鶴ヶ沼 155 番 6 外 1 筆	宅地	216.49	2,900	用途指定なし	
4	みどり町二丁目 45 番 1	宅地	4,209.96	39,994	第一種低層住居専用地域	
5	大字神山字牧原 56 番 1	宅地	5,918.66	15,388	用途指定なし	
6	金木町芦野 84 番 544	宅地	462.18	3,235	用途指定なし	
7	十三深津 70 番 2 外 1 筆	宅地	324.75	2,662	用途指定なし	
8	南部地区土地区画整理事業 82 街区 10	宅地	499.67	13,491	第一種低層住居専用地域	土地開発公社所有



- ◇売却の方法 一般競争入札により売却します。
- ◇物件の説明等 ※予定価格以上の最高額で入札した方に、その金額で売却することを決定します。管財課(市役所 4 階)にて説明及び関係書類の配布を行います。
- ◇入札・開札 ※入札に参加される方は必ずおいでください。
(入札日前日までの土・日曜日・国民の祝日を除く午前9時から午後4時)
- ◇入札参加者の資格 7月4日(水) 午前10時から 市庁舎北棟5階第3会議室(入札室)
「契約を結ぶ能力を有しない方及び破産者で復権を得ていない方」を除き、どなたでも参加できます。
- ◇入札の無効 入札参加資格のない方のした入札及び入札条件に違反した入札は無効とします。
- ◇入札保証金 入札金額の100分の5以上
- ◇契約の締結 落札決定の日から7日以内
- ◇契約保証金 契約金額の100分の5以上
- ◇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（土地開発公社）へお問い合わせください。なお、売却内容については、五所川原市のホームページでもご覧になれます。E-Mail: info@goshogawara.net.pref.aomori.jp

奥津軽虫と火まつり

6月24日(日) 五所川原旧ロータリー
～岩木川河川敷

田植えが終わり一段落ついた早苗ぶり(さなぶり)に、五穀豊穡、無病息災を願う伝統の祭り「虫送り」。虫の練り歩きはもちろん、御神火を灯した大松明の運行、虫の昇天、花火打上も必見です!

16:30～17:00	オープニングイベント	旧ロータリー
17:00～17:30	開会式・修祓式	
17:30～19:30	虫送りと火まつり運行	旧ロータリー ～岩木川河川敷
19:30～19:45	河原会場あいさつ	岩木川河川敷
19:45～20:15	虫の昇天・花火打上げ	



オルテンシアからのお知らせ

ふるさと交流圏民センター TEL33-2111

ピアノリオ Sirius (シリウス) ファンタスティック・コンサート

6月28日(木) 開場18:00 開演18:30
オルテンシア コンサートホール

ピアノ・オーボエ・ホルン

個性のちがう3つの楽器が交わる音楽のおしゃべり
あなたも一緒に楽しみませんか

出演者



ピアノ 城綾乃 オーボエ 崎本絵里菜 ホルン 安田健太

入場料 一般1,000円 高校生以下500円

演奏曲目

モーツァルト: きらきら星変奏曲K265(300e)
ホルン協奏曲 第1番 二長調 K.412
ヴィヴァルディ: 「四季」より「春」
ライネッケ: オーボエ、ホルンとピアノのための
三重奏曲 イ短調 作品188
サン＝サーンス: オーボエソナタ 二長調 作品166
ほか

伊藤正規 画業のあゆみ展

～学生時代から近年までの作品100点～

6月27日(水)～7月22日(日) 9時～18時
立佞武多の館2階 美術展示ギャラリー



1912年、市内梅田に生まれる。東京美術学校(現東京芸大)を首席で卒業。日展で入選を重ね、日本の中央画壇で活躍。日展審査委員も務める。1995年、五所川原市名誉市民。

2005年、紺綬褒章受章。95歳の現在も創作を続ける。日展会員、光風会名誉会員。



岩木山遠景 F8

静物 P12



入場料

対象	料金
大人	300円
高校生	100円
小中学生	100円

※10%の割引(条件あり)

主催: 「画業のあゆみ展」実行委員会
共催: 五所川原市教育委員会
後援: 東奥日報社、陸奥新報社、ATV

立佞武多の館 TEL38-3232



麻しん(はしか)にご注意!

健康推進課 内線222

麻しんは感染力が非常に強く、合併症(中耳炎、肺炎、脳炎等)をおこすこともある重い病気です。現在、関東方面を中心に麻しんが流行していますが青森県では例年6月頃に流行のピークを迎える傾向がありますので、今後一層の注意が必要です。

麻しんの予防接種を受けたことがなく、麻しんに罹患したことのない方はかかりつけの医療機関に相談し、早めに予防接種を受けるよう心がけましょう。

1歳児(1期)と小学校就学前年度の児童(2期)は定期予防接種が受けられます。2期の予診票については、健康推進課、金木総合支所窓口及び保健センター市浦窓口までお問い合わせください。



麻しん(はしか)とは

- ・潜伏期間 10日～12日
- ・症状

はじめの2～4日は発熱、せき、鼻水などかぜに似た症状が出て熱が一旦下がります。再び高熱が出て全身に発疹が現れます。その後4～5日で熱はおさまりませんが、発疹の色素沈着がしばらく残存します。

・注意

麻しんの初期症状のときに感染性が一番強く、発疹が出てから4～5日後までは感染性があるので注意が必要です。

麻しんの患者さんに接触してから10日ぐらいで「かぜに似た症状」が現れたら、速やかに医療機関を受診しましょう。

男女共同参画週間

6月23日～29日 企画課 男女共同参画室 内線462

週間標語

「いい明日は 仕事と暮らしの ハーモニー」



6月23日から29日までの1週間は、男女共同参画週間です。「男女共同参画社会基本法」が平成11年6月23日に公布・施行されたことにちなんで、平成13年度から毎年、男女共同参画社会をめざし取り組んでいます。

今年度の週間標語は「いい明日は 仕事と暮らしの ハーモニー」です。みなさんの「仕事」と「暮らし」の調和はとれていますか?

「仕事」と「家庭」を両立させるだけでなく、それらをベストなバランスで調和させることは、より充実した社会生活が送れるようになり、結果的には生産性・仕事率も向上するという相乗効果をもたらします。

これを機にみなさんも、職場に活気を呼び、家庭にゆとりをもたらす男女共同参画について考えてみましょう。

風青し舞ふが如くに巫女が来る	苞明かり山懐の水芭蕉	夏立つや岩木の峰に遊ぶ雲	象潟や石文に舞ふ八重桜	嫁ぎたる娘の忘れ物夏帽子	立夏なる携帯の声厠より	濃く淡くうぶすなの山夏に入る	夏立つや盆栽に水たっぷりと	牡丹切る女は乳房だけの胸	夏立つや埃目につく靴の先	俳諧の耕雨をおもふ冷し酒	真面目さの嫌はるる世や源五郎	葱坊主学童やがて峽を去る
松川青雅	山本れい	芳賀久子	高橋ふみひこ	村田ひでお	北川せつ女	葛西幸子	岩田しげみ	沢田一步	峰秀女	高橋けん一	長内艸骨	工藤速水

〔金木俳句会〕

よきこころがわら

題字 斎藤 清泉



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223-224-225)
保健センター市浦 ☎27-7733

乳幼児健診

◆内容…小児科診察、歯科診察(1歳6か月・3歳児)、尿・耳・目の検査(3歳児)、身体計測、発達相談、離乳食のお話(4か月児)等

◆受付時間…12:00～12:30

◆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	対象児及び対象地区
4か月児健診	7月3日(火)	生き活きセンター	平成19年2月生まれ全地区
1歳6か月児健診	7月24日(火)	生き活きセンター	平成18年1月生まれ全地区
3歳児健診	7月12日(木)	生き活きセンター	平成16年1月生まれ全地区

※健診に来られない場合、すでに健診を受診した場合等は健康推進課にご連絡ください。また、3歳児健診については個別に事前通知します。

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。各地区の開催日は、いずれの会場でも利用可能です。お気軽においでください。

◆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
7月4日(水)・18日(水)	10:00～12:00 13:00～15:00	生き活きセンター	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・子育て等に関する勉強会、情報交換
7月26日(木)	10:00～12:00	保健センター金木	
7月25日(水)	10:00～12:00	保健センター市浦	

こころの相談窓口

7月から保健師によるこころの相談を実施します。

- ◆日時 7月10日(火) 13時～14時
 - ◆場所 市役所北棟2階 相談室
 - ◆対象 眠れない日が続いている、憂うつな気分が続く等といった相談のある市民
 - ◆申込み 相談日前日までに電話予約
- ※精神保健福祉手帳等、福祉サービスに関する相談は、家庭福祉課(内線245)で対応しています。

救急医療当番医

月日	曜日	医療機関名	住所	電話
7月1日	日	川崎胃腸科内科医院	敷島町56	34-3330
7月8日	日	中村内科医院	錦町1-134	35-3598
7月15日	日	かねひらクリニック	旭町55-2	35-3167
7月16日	月	健生五所川原診療所	一ツ谷508-7	35-2542

- ※1. 対応時間(電話で確認)9時から17時まで
- 2. その他、消防署(救急病院紹介 ☎34-4999)でも紹介します。

料理紹介

あなたも作ってみませんか

五所川原市食生活改善推進員会

テーマ ～夏へむけてのスタミナアップメニュー～

豚キムチ



1人分 168kcal 塩分 1.3g

■材料(2人分)

- 豚ロース肉・脂なし(薄切り)……………100g
- 酒……………小さじ1強 きくらげ・乾……………3g
- 片栗粉……………小さじ1と1/3 ごま油……………小さじ1
- もやし……………80g しょうゆ……………小さじ1/3
- にら……………60g こしょう……………少々
- 白菜キムチ……………100g

■作り方

- ① 豚肉は食べやすい大きさに切り、酒と片栗粉をまぶす。
- ② にらは3cm長さに切り、白菜キムチは食べやすい大きさに切る。きくらげは水につけて戻し、細切りにする。
- ③ フライパンにごま油を熱して①を炒め、色が変わったなら、もやし、キムチ、きくらげの順に加えて炒める。
- ④ 全体に火が通ったら、にらを加えて炒め、しょうゆとこしょうで調味する。

※豚肉に豊富に含まれるビタミンB₁は、糖質の代謝に必要不可欠です。不足すると疲労物質が体内に蓄積し、疲労や筋肉痛などの原因になります。また、唐辛子の辛味成分カプサイシンは中枢神経を刺激してエネルギー代謝を促進させる働きがあります。夏に向けてスタミナをつける為の食事を心がけましょう。

献血のご案内(バス巡回)

期日	時間	場所
6月29日(金)	9:30～10:45	金木高校市浦分校前
	11:15～12:15	市浦総合支所前
	13:30～14:45	十三漁協荷さばき場横
	15:00～16:30	十三公民館前
7月3日(火) (成分献血)	9:30～14:30	保健センター五所川原

※成分献血は人数に制限があります。ご協力いただける方は6月26日までに健康推進課へご連絡ください。