

♪戸締まり用心 火の用心♪

秋の火災予防運動



広報

ごしょがわら

2007

111

No.62

目次

市の財政状況……………	2～3
こしがわら産業まつり……………	4
K-Ball全国中学生野球大会……………	5
秋の火災予防運動……………	6
金木地区に女性消防団員発足……………	7
お知らせ……………	8～15
ヘルス・インフォメーション……………	16

人口・世帯数

人 口	/63,007人(－53)
男	/29,536人(－22)
女	/33,471人(－31)
世帯数	/24,524世帯(+13)
	9月30日現在(前月比)

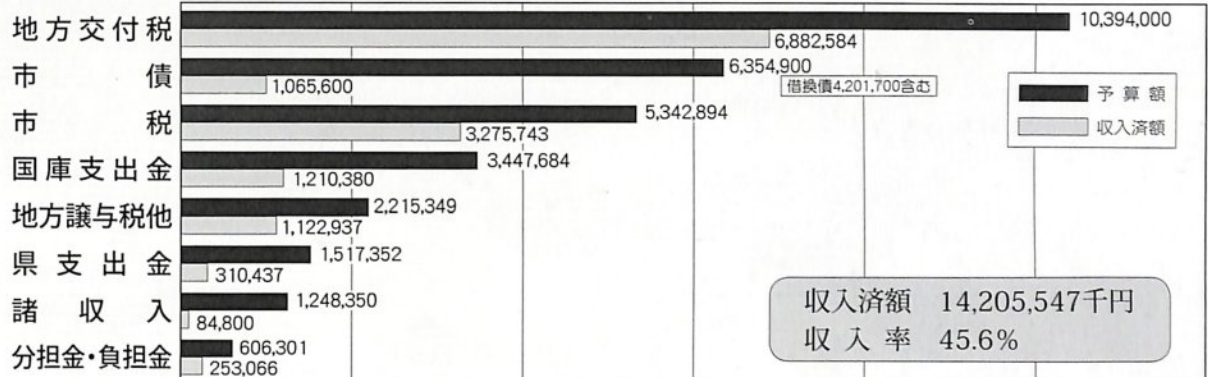
五所川原市の財政状況

平成19年度一般会計歳入歳出予算執行状況

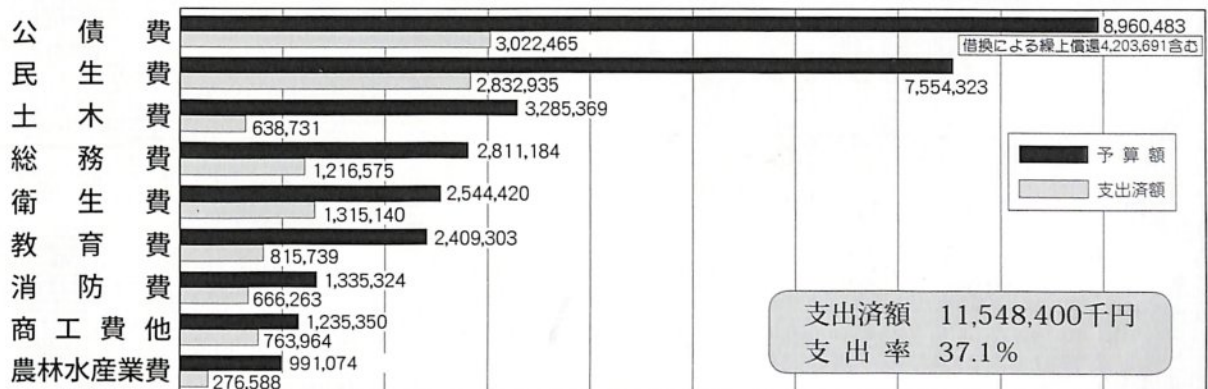
(平成19年9月30日現在)

歳入歳出予算額 31,126,830千円 (平成18年度繰越分 33,904千円含む)

歳入



歳出



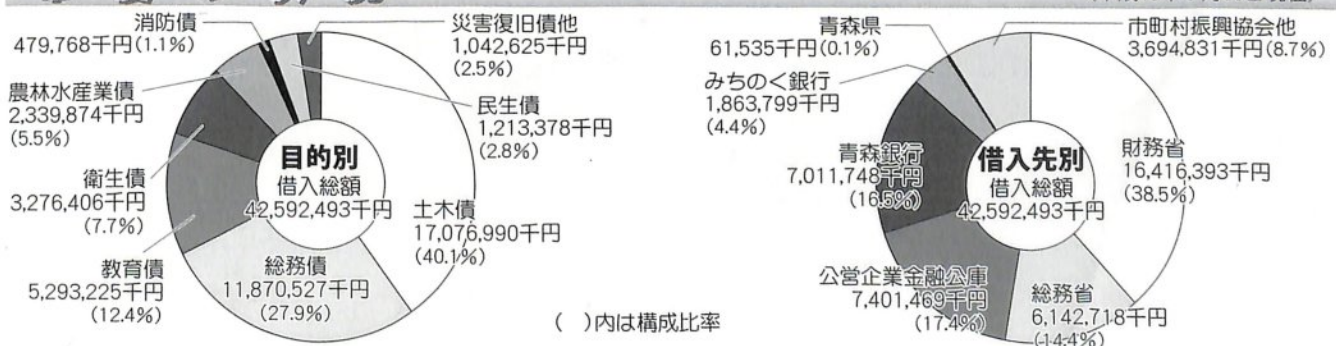
平成19年度 特別会計歳入歳出予算の執行状況

(平成19年9月30日現在)

会計区分	予算現在額(千円)	収入済額(千円)	収入率(%)	支出済額(千円)	支出率(%)
国民健康保険事業勘定特別会計	8,806,770	2,485,860	28.2	3,656,309	41.5
国民健康保険医科診療施設勘定特別会計	289,510	40,111	13.9	163,205	56.4
国民健康保険歯科診療施設勘定特別会計	43,645	10,961	25.1	16,250	37.2
老人保健特別会計	5,011,087	1,988,109	39.7	2,097,004	41.8
介護保険特別会計	4,654,582	1,922,347	41.3	1,973,516	42.4
市立高等看護学院特別会計	81,913	11,944	14.6	41,581	50.8
下水道事業特別会計	1,308,076	159,734	12.2	473,485	36.2
特定環境保全公共下水道事業特別会計	50,536	4,110	8.1	23,549	46.6
農業集落排水事業特別会計	94,525	20,416	21.6	42,689	45.2
漁業集落排水事業特別会計	58,474	5,416	9.3	24,018	41.1
公共用地先行取得事業特別会計	26,770	0	0.0	13,410	50.1
相内財産区特別会計	2,257	4,227	187.3	665	29.5
脇元財産区特別会計	1,220	1,636	134.1	224	18.4
十三財産区特別会計	561	1,441	256.9	91	16.2
嘉瀬財産区特別会計	440	849	193.0	49	11.1

市債の状況

(平成19年9月30日現在)



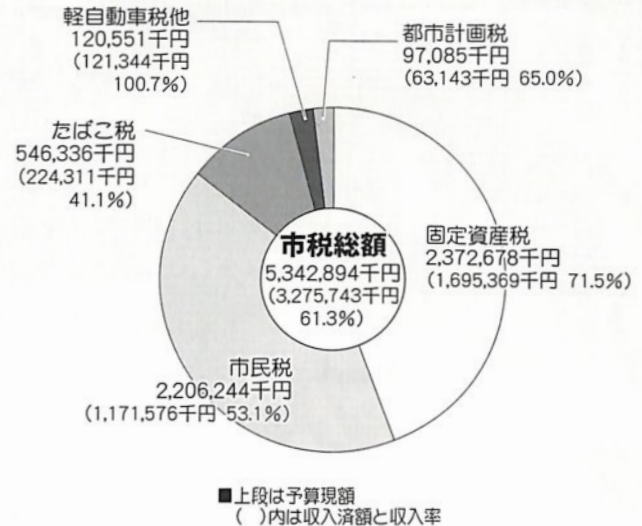
市有財産の状況

(平成19年9月30日現在)

土 地	6,904,893.63 ²
うち山林	294,860.51 ²
建物	406,873.27 ²
有価証券	32,923千円
出資による権利	579,411千円
自動車	247台
債権	297,693千円
五所川原市財政調整基金	146千円
五所川原市減債基金	10,057千円
五所川原市地域福祉基金	346,602千円
五所川原市芸術文化振興等基金	17,029千円
五所川原市公共施設等整備基金	23,718千円
五所川原市国民健康保険財政調整基金	30,000千円
五所川原市介護円滑導入収納対策基金	9,536千円
五所川原市介護保険財政調整基金	163,165千円
五所川原市肉用牛特別導入事業基金	7,594千円
五所川原市農業集落排水事業減債基金	22,786千円
動物(牛)	33頭

市税の負担状況

(平成19年9月30日現在)



平成18年度 一般会計歳入歳出決算の状況

(平成17年度繰越分1,432,914千円含)

平成18年度一般会計の差引不足額は、72,045千円ですが、翌年度に繰り越すべき財源20,685千円が含まれておりませんので、実質92,730千円となっております。

(単位：千円)

歳入区分	最終予算額 A	収入額 B	差引 B-A	歳出区分	最終予算額 A	支出額 B	差引 B-A
市 税	4,903,896	4,941,891	37,995	議会費	344,332	331,624	△12,708
地方譲与税	709,000	696,013	△12,987	総務費	2,729,521	2,660,090	△69,431
利子割交付金	14,800	14,229	△571	民生費	8,213,225	8,135,080	△78,145
配当割交付金	3,400	7,374	3,974	衛生費	2,595,695	2,548,770	△46,925
株式等譲渡所得割交付金	1,300	5,025	3,725	労働費	91,230	89,166	△2,064
地方消費税交付金	608,550	608,550	0	農林水産業費	876,534	864,316	△12,218
自動車取得税交付金	115,000	118,720	3,720	商工費	620,160	587,116	△33,044
地方特例交付金	103,484	103,484	0	土木費	3,781,431	3,576,758	△204,673
地方交付税	10,358,547	10,322,812	△35,735	消費費	1,340,255	1,339,261	△994
交通安全対策特別交付金	13,944	11,716	△2,228	教育費	3,988,688	3,937,110	△51,578
分担金及び負担金	593,343	585,898	△7,445	災害復旧費	140,750	97,366	△43,384
使用料及び手数料	352,809	387,147	34,338	公債費	4,596,037	4,595,004	△1,033
国庫支出金	4,524,323	4,479,468	△44,855	諸支出金	16,784	15,640	△1,144
県支出金	1,156,854	1,119,157	△37,697	予備費	7,172	0	△7,172
財産収入	27,942	118,348	90,406				
寄附金	14,935	15,036	101				
繰入金	580,944	580,933	△11				
繰越金	282,606	282,607	1				
諸収入	1,175,437	568,848	△606,589				
市債	3,800,700	3,738,000	△62,700				
合 計	29,341,814	28,705,256	△636,558	合 計	29,341,814	28,777,301	△564,513

平成18年度 特別会計歳入歳出決算の状況

会 計 区 分	収 入 済 額 (千円)	支 出 済 額 (千円)
国民健康保険事業勘定特別会計	7,795,468	7,719,191
国民健康保険医科診療施設勘定特別会計	154,083	243,866
国民健康保険歯科診療施設勘定特別会計	39,368	36,501
老人保健特別会計	4,929,209	4,912,309
介護保険特別会計	4,615,440	4,542,440
市立高等看護学院特別会計	114,462	110,562
下水道事業特別会計	1,380,202	1,366,725
特定環境保全公共下水道事業特別会計	52,397	50,312
農業集落排水事業特別会計	90,859	87,655
漁業集落排水事業特別会計	52,815	50,714
公共用地先行取得事業特別会計	15,434	15,434
相内財産区特別会計	6,328	3,960
脇元財産区特別会計	2,803	1,291
十三財産区特別会計	2,658	1,279
嘉瀬財産区特別会計	6,781	5,932

第24回ごしよがわら産業まつり

十月二十日と二十一日、毎年恒例の「ごしよがわら産業まつり」が、つがる克雪ドームで開催されました。会場には、所せましと地元の産業を紹介するコーナーが並び、市内外から訪れた多くの来場者は楽しいひとときを過ごしました。地元でとれた新鮮な農産物や加工品の格安販売、被服販売、健康度チェック、産業クイズ、営農相談、そば打ち、子供縁日など様々なコーナーが設けられ、大いに賑わいました。また、「第十四回ごしよがわら菊まつり」も同時開催されたほか、特設ステージでは演芸やビンゴ大会が催され、盛り上がりを見せました。



K-Ball 全国中学生 秋季野球大会

活躍誓う
球児たち

五所川原
スターズ



東北中学生KB(K-Ball)野球大会で好成績を収め、全国大会への出場を決めた五所川原スターズの選手及び監督らが十月十六日、平山市長を表敬訪問しました。

この大会は中学3年生を対象として、五所川原第三中学校野球部が勝利を重ね全国大会への切符を手にしたものです。十一月二十二日から東京近郊で行われる全国大会には、投手力を補強するため五所川原第一中学校野球部員一人を加えた十六人で臨みます。

監督の片山真哉講師は「粘り強いチーム」と紹介。キャプテンの十川智史さんは「決勝会場の読売ジャイアンツ球場まで勝ち進みたい」と活躍を誓い、市長が「平常心で実力を出し切ってきてください」と激励しました。

K-Ball(ケーボール)
軟式ボールと同じ素地であるが、重さと大きさを硬式ボールと同様にし、高等学校硬式野球へ、スムーズな移行を図っている。

有料入館者六十万人達成 立佞武多の館

立佞武多の館

平成十四年四月にオープンした立佞武多の館(毛内秀登館長)で、十月三十一日、有料入館者が六十万人を迎えました。今年五月に五十万人を記録してから五カ月で六十万人を迎えたことになり、前年の入場者数を超える勢いに、関係者は観光拠点としての定着に手応えを感じていました。

節目となる六十万人のお客様は、北海道北斗市の野辺地鉄郎さん(74)で、奥さんのヤス子さん、姪夫婦とともに観光で訪れたもので、毛内館長から地元のお土産と立佞武多の写真額を贈られ、囃子で祝福されるところ。思わず「びっくりしました。こんなタイミングに当たってるなんて。立佞武多は一度この目で見たいと思っていました。あんな大きなものが街を練り歩くななんて、電線なんか邪魔にならないんですよか?」と、興味津々に語っていました。



立佞武多の感動再び…… 立佞武多フォトコンテスト写真展

今年の立佞武多の魅力と感動を伝える「立佞武多フォトコンテスト写真展」(五所川原市観光協会主催)が、十月十二日から一週間、立佞武多の館で開催されました。

今回で三回目となる同コンテストには百十一名の応募があり、金賞を受賞した幾島町美容師岩谷昭範さんの「囃子乱舞」をはじめ、四十三点の入賞作品が展示されました。

岩谷さんは、「普段は街並みの変遷など記録写真が多いけど、立佞武多は思い入れがあり、復活当初から撮っています。最高賞は初めてです」と喜びを語っていました。

立佞武多フォトコンテスト



「立佞武多は思い入れがあり、復活当初から撮っています。最高賞は初めてです」
喜びを語る岩谷さん

火災のない私たちのまちを目指して

秋の火災予防運動 一日消防官・防火パレード

秋の火災予防運動期間の十月十五日から二十一日まで、市内各地で防火を呼びかける様々なイベントが開催されました。

金木地区では、暖房が必要となり火災が増えるこの時期、広報車と消防車両がパレードを行って火災の予防を呼びかけました。



五高3年 平山雄大さん

金木高市浦分校3年 三上直樹さん

五高2年 成田智裕さん

五高3年 今田美子さん

五高2年 木村友紀さん

金木高市浦分校3年 今加奈さん

五所川原地区では、消防団員による防火パレードや、保育園・幼稚園児による幼年消防クラブ、五所川原地域防災協会の皆さんが街頭をパレードして防火意識を喚起しました。また、「一日消防官」の高校生六名は、AEDを使用した心肺蘇生法の実践や救急車の見学、はしご車搭乗、放水訓練を体験しました。



五所川原地区消防団第十分団では、梅沢コミュニティセンターにおいて、AEDを使用した心肺蘇生法の講習会を開催しました。



市浦地区では、市浦地区消防団と市浦消防署員が防火パレードをしました。その後、しうら婦人防火クラブ員とアトム幼年消防クラブの園児も加わり、市浦総合支所駐車場を会場に火災予防運動を展開。園児たちは元気な声で「火遊びはしません」と誓いの言葉を述べました。続いて「戸締まり用心 火の用心」と歌い音楽に合わせて拍子木を打ちながらパレードし、火災を未然に防ぐことの大切さを訴えました。

女性ならではの安全・安心な地域づくり

五所川原市消防団金木地区女性団員発足式



五所川原市消防団(川村肇団長)は十月二十日、金木公民館で金木地区女性団員発足式を行い、川村団長から辞令交付を受けた女性団員十八人が、女性らしさを活かしながら安全・安心に暮らすことができる地域づくりに努めることを誓いました。

当市では、平成十一年に五所川原地区で発足して以来、二地区目の女性団員発足となりました。

式では、齊藤日出さんが女性団員を代表して「宣誓」を行い、続いて川村団長から訓示がありました。今後、女性団員は高齢一人暮らし宅を訪問し火元の安全確認をしたり、救急法の普及などに努めます。



《宣誓》 私達、五所川原市消防団金木地区女性消防団員は、

少子・高齢化を迎えた今日、女性の立場から「きめ細やかさ」「やさしさ」「思いやり」の心を十分に活かして、市民が安全・安心にくらすことができる地域づくりを目指し、消防団員としての職務を遂行することを誓います。



読み聞かせフェア

『ようこそ おはなしの世界へ』

九月三十日、読み聞かせフェア「ようこそおはなしの世界へ」が中央公民館で開催されました。

この催しは、子ども達に読書の楽しさ、大切さを知ってもらい、地域が一体となった子どもの読書活動の推進を図ろうと、ごしよがわら子ども読書活動推進実行委員会が主催したものです。

参加した親子らは、五所川原おはなし「ぽぽんた」によるパネルシアターやNPO法人子どもネットワークすてっぷによるエプロンシアターなど8団体による読み聞かせのほか、「見る」「作る」「さわる」の各ブースで大型絵本にふれたり、ペープサートを作ったりするなど、楽しいひとときを過ごしました。



今回は、11月25日(日)10時から中央公民館にて、藤本佳代子氏による読み聞かせ講演会です。どなたでも、お気軽に参加ください。

善意の花かご

どうもありがとうございました



◎社会福祉協議会へ

○NPO法人車椅子レクダンス普及会青森連合会(市川恵美会長)へ寄贈(車椅子一台)

○五所川原第一中学校ボランティア委員会(成田壮宏委員長)へ四万六千六百八十三円(五一中祭バザーの益金)、寄贈(くつ下六十足)

○津軽野歌謡クラブ(佐藤武彦会長)へ三万五千五百五十七円(チャリティー歌謡・舞踊発表会の益金)

○竹林きよみさん(飯詰字福泉)へ寄贈(車椅子三台)

◎五所川原市へ

○青森県遊技業協同組合(大西康弘理事長)へ寄贈(AED・自動体外式除細動器一台)五所川原第三中学校に設置



「地域に貢献し、地域とともに歩んでいきたい」と話し寄贈する副理事長の林成鎬さん(右から2人目)

11月上旬 お知らせ

今月の相談日

◎行政相談

市民課 内線2317

●11月8日(木) 10時～12時

11月22日(木) 13時～15時

市役所北棟2階 市民相談室

◇相談員：行政相談委員

◎行政・人権合同相談

金木総合支所 内線3104

●11月21日(水) 10時～15時

金木総合支所 第三会議室

◇相談員：行政相談委員

人権擁護委員

◎法務局人権相談

TEL(34)2330

●月～金曜日(祝祭日を除く)

9時～16時

青森地方法務局五所川原支局

◇相談員：人権擁護委員

◎こころの相談

五所川原保健所 健康増進課

TEL(34)2108 FAX(34)7516

不眠、憂うつ、人間関係がうまくいかずノイローゼ気味、お年寄りのひどいもの忘れなどの相談を受けています。

●11月9日(金) 13時～14時

五所川原保健所 第一相談室

社会保険料控除証明書 が送付されます

国保年金課 内線2332

平成19年1月から12月までの間に納めた国民年金保険料は「社会保険料控除」として全額が所得から控除されます。

申告できるのは、平成19年中に毎月納めた保険料のほかに、過去の期間分で、未納や免除を受けた分を平成19年中に納めた保険料額になります。

年末調整や確定申告で国民年金保険料を社会保険料控除として申告する場合は、保険料の支払いを証明する書類の添付が必要です。

その際は、社会保険庁より11月初旬に発行される「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」や領収書などを忘れずにお持ちください(10月以降に本年初めて保険料を納付する方については、翌年2月初旬に証明書が送付される予定です)。

年末調整や確定申告の手続きの際は必ずこの証明書や領収書が必要となりますので、申告を行うまでに大切に保管してください。

詳しくは、弘前社会保険事務所 TEL0172(27)1338までお問い合わせください。

家庭福祉課 からのお知らせ

平成20年度(4月入所) 保育所入所申込受付

児童家庭係 内線2438

◇受付場所

・市役所北棟1階 家庭福祉課児童家庭係

・金木総合支所1階 保険福祉係

内線3110

・市浦総合支所 保険福祉係

内線4034

◇受付開始 11月19日(月)

◇受付締切 12月21日(金)

締切り後でも随時受付します。ただし、保育所の定員に余裕がない場合、期間内の受付であっても入所できないこともありま

す。※申込書は各受付場所及び各保育所に備え付けてあります。また、保育所によっては、障害のある児童の入所もできます。各保育所の詳しい情報を掲載したチラシも児童家庭係に備え付けてありますのでご利用ください。

※現在、市外保育所へ入所している方、及び現在入所ができません機している方も新規での申込みが必要となります。

11月は「児童虐待防止 推進月間」です

標語「きこえるよ

耳をすませば

心のさけび」

児童家庭係 内線2437

子どもの虐待には、身体的虐待、性的虐待、養育の拒否や放棄、心理的虐待があります。虐待は、親が地域社会から孤立している時起こりがちです。まずは自分の子育てを振り返ってみてください。子育てに悩んでいる人は、ひとりで抱え込まずに家族や近隣・知人に助けてもらう、地域の公共機関に相談するなど、少しのきっかけが問題の解決に繋がります。虐待と思われる事実を知ったときは通報してください。地域でも、社会全体の問題として理解と適切な協力が必要です。

農産物加工品直売会

五所川原市農産物加工センター

振興対策協議会

農林水産課 内線2515

●11月21日(水) 12時～12時45分

市役所2階ロビー

◇主な販売品：梅漬け、豆腐、みそ、漬け物など手作りの加工品やそば粉など

じんけん学習会実践者 養成講座 参加者募集

青森県人権教育・学習推進協議会
(青森県教育庁生涯学習課内)

TEL017(734)9888

FAX017(734)8272

グループでの話し合いを通して人権感覚をみがき、自己肯定感を高めていく講座です。お誘い合わせのうえ、お気軽に参加ください。

◇対象：どなたでも参加できます。

●11月16日(金) 13時～16時

五所川原地域職業訓練センター

・演題／講師：「暮らしの中のじんけん」NPO子どもネット

ワーク・すてっぷスタッフ

・対象：一般県民(受講料は無料)

●11月21日(水) 13時～16時

中央公民館

・演題／講師：「私も大事なあなたも大事」はちのへウイメンズア

クション代表・工藤恵美子氏

●11月30日(金) 13時～16時

中央公民館

・演題／講師：「子どもの権利を理解するために」NPO子ども

ネットワーク・すてっぷスタッフ

◇受講料：無料

◇申込方法：電話またはFAXで氏名と電話番号をお知らせくだ

さい。

平成20年 成人式

「はたちの主張発表者」
「スタッフ協力者」募集

教育委員会生涯学習課
TEL(35)2111 内線3322

当市では、はたちを迎え立派な社会人として飛躍されることを祝し、成人式を開催します。

市内の対象者には、12月上旬にはがきで通知します。学校や仕事の都合で市外に居住している当市出身者の方の参加も歓迎いたします。なお、参加を希望される方は12月より受付しますのでご連絡ください。

はたちの主張

発表者募集

成人式に発表していただきます。

◆テーマ：成人式を迎えるにあたって感じていること、決意など。

◆発表時間：約3分(原稿用紙3枚程度)

◆応募期限：11月30日(金)

スタッフ協力者募集

当日の受付・会場整理などスタッフとして協力してみませんか？皆さん多数のご協力をお待ちしております。

◆応募期限：11月30日(金)

平成20年 成人式

20年1月13日(日) 14時
オルテンシア 大ホール

◆対象：昭和62年4月2日～昭和63年4月1日までに生まれた方



納税作品を展示します

青森県納税貯蓄組合連合会
五所川原地区支部

TEL(34)2111 内線211

「税を考える週間(11月11日～17日)」にあわせ五所川原市内及び北津軽郡町内の小・中学生による「税」に関する入選作品(習字・ポスター・作文)を展示します。

●11月10日(土)～11日(日)

・エルムの街SC(五所川原市・北津軽郡3町の入選作品)

・イオンモールつがる柏(つがる市・西津軽郡2町の入選作品)

平成19年分

年末調整説明会

五所川原税務署法人課税部門
TEL(34)3279

平成19年分の年末調整説明会を次のとおり開催します。

●11月21日(水)

13時30分～15時30分

つがる市、深浦町、鰺ヶ沢町

※五所川原市の方も参加できます。

●11月22日(木)

10時～12時

五所川原市(金木・市浦地区を除く)

13時30分～15時30分

五所川原市(金木・市浦地区)

◆会場：オルテンシア 小ホール

※出席の際は事前に郵送されている関係書類を持参してください。

裁判員制度ミニフォーラム in 五所川原

青森地方・家庭裁判所総務課庶務係
TEL 017(722)5351

どなたでもお気軽に参加いただけます。入場無料です。

●12月1日(土) 13時30分～16時

エルムの街SC エルムホール

◆内容：映画「裁判員」上映、裁判官による制度説明、質疑応答

※電話による申込み先着50名まで。

税務署からのお知らせ

「税務相談の体制が変わります」

五所川原税務署 TEL(34)3136

国税に関するご相談は、11月1日以降、「電話相談センター」でお答えします。

「問い合わせ先」TEL(34)3136

また、税について知りたいときは、いつでも手軽に税情報を入手できる国税庁ホームページを利用ください。

http://www.nta.go.jp

なお、面接による相談を希望される方は、あらかじめ税務署に相談の日時を予約し、関係書類を持参のうえ、おいでください。

特別講演会 聴講者募集

県立自然ふれあいセンター
TEL 0172(62)4527

FAX 0172(62)8510

植物分類学の第一人者・河野氏を講師に迎え講演会を開催します。

●11月17日(土) 13時～16時

県立自然ふれあいセンター

◆演題／講師：「地球環境の危機」

「激変する自然環境：人類に果たして未来はあるか？」河野昭一氏・京都大学名誉教授・国際自然保護連合(IUCN)生態系管理委員会副委員長

※入場無料。要事前申込み。

あおもり子育て応援 わくわく店事業

青森県子ども家庭支援センター
TEL 017(722)5175

青森県では、地域・社会全体で子育てを支え合う環境づくりを推進するため、店舗等の協力を得て子育て家庭等への優待制度を構築・普及する事業を実施しています。

サービス対象

妊婦・18歳未満の子ども連れの家庭

にここ店

割引券や特典等のサービスを提供する店舗

ほのぼの店

お出かけしやすい環境等に配慮したサービスを提供する店舗

ホームページやPRチラシからクーポン券を入手して協賛店におかけください。

また、事業の趣旨に賛同し、協賛していただける店舗等を募集しています。

協賛店とサービス内容及び協賛申込みは、ホームページで検索できます。

http://www.apio.pref.aomori.jp/kodomo/wakuwaku/index.html

事業主の皆さまへ
外国人雇用のルールが
変わりました

五所川原公共職業安定所
TEL(34)3171

10月1日から、外国人労働者(外交または公用、特別永住者を除く)を雇用する場合、その氏名、在留資格等を公共職業安定所(ハローワーク)への届出が必要となりました。

①雇用保険の被保険者である外国人、②雇用保険の被保険者でない外国人、③10月1日時点で既に雇い入れている外国人など、状況により届出事項・方法・期限等が異なりますので、詳しくは五所川原公共職業安定所まで問い合わせください。

明るい選挙出前講座

市選挙管理委員会 内線2752

五所川原市明るい選挙推進協議会では、市民の政治及び選挙に対する意識の高揚を図るため、選挙啓発に関する講演会を開催します。

●11月7日(水) 15時

エルムの街SC エルムホール

◆演題・講師:「選挙啓発運動の生成と発展」渡部一清氏

◆入場料:無料

労働者・事業主の皆さま!

悩んでいないで
相談してみませんか

職場でのトラブル解決を
労働局がお手伝いします

青森労働局総務部企画室

TEL017(734)4212

<http://www.aomori.lpb.go.jp/seido/seido01.html>

無料の「個別労働紛争解決援助制度」を利用ください。

◎個々の労働者と事業主の間の解雇、配置転換、賃下げなど労働関係のあらゆる紛争を対象に無料で利用いただけます。

※詳細は青森労働局総務部企画室または五所川原労働基準監督署(Tel(35)2309)総合労働相談コーナーまでお問い合わせください。

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。

●11月14日(水) 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。

最低賃金が

改正されました
1時間 619円

青森労働局賃金室

TEL017(734)4114

青森県の最低賃金は10月31日から時間給額で619円に改正されました。

最低賃金制度は、「最低賃金法」に基づき国が賃金の最低限度を定め、使用者は最低賃金より低い賃金で労働者を働かせてはならないと定めたものです。

このため青森県最低賃金は、産業別最低賃金(4業種)が適用される労働者を除き、県内で働くすべての労働者(常用、臨時、パート、アルバイトを問わない)に適用されます。

使用者は最低賃金について常時見やすい場所に掲示をするか、その他の方法で労働者に周知しなければなりません。



〈最低賃金に関するお問い合わせ〉

青森労働局賃金室 または

五所川原労働基準監督署

TEL(35)2309 まで

女性再チャレンジ講座
受講者募集

生涯学習課 内線3322

NPO法人子どもネットワーク・

すてっぷ TEL(34)2170

女性のための身近な再チャレンジ講座。出産、子育ての後にもう一度チャレンジしたいあなたの就業・起業・社会参加をサポート!

●期間:11月18日(日)~2月28日(木)に各コース10回

▼五所川原会場(主に五所川原地域職業訓練センター)
午前コース/午後コース

▼金木会場(主に金木公民館)
午前コース

◆定員:各コース20名。

◆講座内容:マインドアップ・コミュニケーション・ITスキル

アップ・地産地消チャレンジ

開講記念公開講座

開講を記念した公開講座(定員100名)。この公開講座のみ参加することもできます。

●11月18日(日)13時30分~16時30分

五所川原地域職業訓練センター

◆演題/講師:「あなたの力を地域社会でいかそう」萩原なつ子氏・立教大学大学院21世紀社会

デザイン研究科准教授

※参加費:無料・全講座託児付き

地産地消を味わう会

五所川原市地産地消を進める会

TEL(29)2682 斉藤

市農業委員会 内線2776

地元産の新鮮で安心・安全な農作物等の調理・試食会を開催します。食材のおいしさと安全さを実感してみませんか。試食のみの参加も大歓迎です。

●11月21日(水) 10時~14時

10時~12時 調理体験

12時~14時 試食会

中央公民館 (定員50人)

◆参加料:300円(材料費)

◆申込方法:11月14日(水)までに電話で申し込みください。

一日技能教室(無料)

青森県立弘前高等技術専門学校

つがる校 TEL(42)2424

地域の皆さんに技術専門学校の訓練内容に理解と認識を深めていただく体験イベントです。

●11月16日(金) 9時~12時

①溶接科 焼き肉鉄板の製作

②配管科 子供用イスの製作

※安全に作業ができる服装とズック等が必要。作品は持ち帰り可。

◆定員:各コース20名・先着

◆申込期間:11月6日(火)~13日(火)

土・日曜を除く9時~16時30分

第41回歳末助け合い

「芸能祭」開催

ちどり会 TEL(35)3376佐々木

青森県民謡王座の一戸平治さん、小山内清智さんをはじめ、民謡、津軽三味線、尺八、舞踊、保育園児の和太鼓など盛りだくさんです。

12月2日(日) 10時

オルテンシア 大ホール

◇スペシャルゲスト：お笑い一代、南部トリオ・ザ・シャーマン

※前売500円、当日700円

青松園祭

青松園 TEL(37)3111

●11月11日(日) 10時～15時

◇内容：マリンバ演奏、津軽昔語り、作品販売、リサイクルバザー、食堂、屋台、大抽選会ほか

※五所川原駅からの送迎バスあり。

駅発 ①9時40分 ②12時30分
青松園発 ①12時 ②15時10分

渋谷伯龍氏

「津軽弁と川柳」を語る

北地方教育会館

TEL(35)2088

NHK「ゆうYOU青森・渋谷伯龍のふる里言葉川柳」出演の渋谷氏を招いての講演。入場無料。

●11月17日(土) 14時～ エルムの街SC パーティールーム

※川柳作品(津軽弁でなくてもよい)を11月10日頃までに事務局まで送っていただくと、当日、渋谷氏から指導を受けられます。

第7回定期演奏会

みんなの音楽会2007

雪の里ウィンドオーケストラ
TEL090(7796)3832佐々木

西北五地域で活動する吹奏楽団、家族みんなで楽しめる音楽会です。

●11月18日(日) 開演14時30分

オルテンシア 大ホール

◇入場料：500円(小学生以下無料)

第12回ソフトバレー

ボール交歓会

大会事務局 スポーツオフィス

TEL・FAX(33)2485

●11月25日(日) 南小学校体育館

女子の部

・35歳までの女性
・36歳以上の女性

トリアムの部

・39歳までの男性2名と女性2名
・40歳以上の男性2名と女性2名
◇申込締切：11月8日(木)

五農高生徒の

心がこもった味と
香りをお届けします
「きらきら栽培パック」

五所川原農林高等学校
五農PTAきらきら栽培計画部
TEL(37)2121 FAX(37)2123

今年も生徒達が一生懸命育てた米・りんご・ジャムの詰め合わせや花の詰め合わせをお送りします。

A-1「米・りんご・ジャム」

米(つがるロマン/特別栽培米：農薬と化学肥料の使用量を青森県基準の5割以下で栽培し青森県の認証を得ています)5kg、りんご(無袋ふじ)8～10個、ジャム3缶(赤・いりんご、ブルーベリー、イチゴ/各230g)

・販売額：4200円
・販売個数：50個

A-2「米・りんご・ジャム」

米(つがるロマン)5kg、りんご(無袋ふじ)8～10個、ジャム3缶(赤・いりんご、ブルーベリー、イチゴ/各230g)

・販売額：3800円
・販売個数：250個

B「シクラメン(2鉢)」

シクラメン5号鉢×2種類
・販売額：2500円

・販売個数：800個

◇お届け A-1、A-2は12月上旬。Bは11月上旬から随時。

◇申込方法：電話またはFAXで所定の払込用紙を請求してください。払込用紙に必要事項を記入のうえ、郵便局で代金を払い込みください。

※数量限定につき完売の場合もあります。

川倉新そばまつり

川倉ふれあいセンター農産物加工部会

TEL(53)2095 白川
TEL(52)4577 泉谷

川倉地域で収穫された新そばを使って「そば打ち体験」に挑戦してみませんか。

●11月11日(日) 1回目：10時～2回目：11時30分

川倉ふれあいセンター

◇内容：そば打ち体験と手打ちそばの試食(おにぎり・漬物付き)※地元特産品(新そば粉・加工品)の販売もあります。エプロン・三角巾を持参してください。

◇体験料：1300円

◇申込方法：11月8日(木)までに電話申込み。



弘大金木農場 農場祭

弘前大学生物共生教育研究センター
金木農場 TEL(53)2029

E-mail: jms32029@cc.hirosaki-u.ac.jp

地域の皆さんとの結びつきを深めるため「農場祭」を開催します。

●11月10日(土) 9時30分～15時

金木農場(市内金木町若野84)

◇内容：農事相談(農産物や農業経営)、試食(米・りんご)、農場生産物販売(米・牛肉・りんご・野菜など)、焼き肉(弘大アップルビーフ)など。

かなぎ元気倶楽部特別月間
時間限定0円～無料公開

事務局 TEL(54)1616

太宰治記念館「斜陽館」

・11月10日(土) 開場17時45分

開演18時～21時(入場無料)

第1部 研究発表：築百年を迎えた旧津島家住宅

第2部 教材映画：「ピカレスク人間失格」主演／河村隆一

津軽三味線会館

・11月16日(金) 開場17時45分
開演18時～21時(入場無料)

第1部 研究発表：津軽三味線

一仁太坊・軍八郎・三橋美智也

第2部 教材映画：「竹山ひとり旅」主演／林隆三

第2部 教材映画：「竹山ひとり旅」主演／林隆三

和布ぞうり作り教室 参加者募集

和布を使って、オリジナルの「ぞうり作り」を体験してみませんか。手先を使って作業するため、介護予防にも最適です。

また、出来上がったぞうりは、ほど良く足裏を刺激し、健康増進にも効果があります。興味のある方は、どなたでも気軽にご参加ください。

日 時…11月7日(水) 10時～15時
(時間内はいつでも自由に参加できます)

場 所…五所川原市生き生きセンター
「リフレッシュルーム」

参加料…無料(材料費等含む)

※なお、2回目以降(毎週月、水曜日)も開催する予定です(休祭日及び年末年始は除く)。詳しくは、生き生きセンターにお問い合わせください。

～お知らせ～

「生き生きセンター」では、各部屋(会議室、多目的ホール、休憩室、リフレッシュルーム等)及び設備(カラオケ、音響設備等)の利用を随時受け付けています。

社会福祉活動や高齢者及び障害者などの福祉関係団体のご利用については、利用料金の減免等の対象となります。

各種教室やサークル活動などに積極的にご利用ください。

◇問い合わせ先◇

五所川原市生き生きセンター

五所川原市字幾世森218-6 ☎38-3939

高病原性鳥インフルエンザについて

高病原性鳥インフルエンザは、国内では今年1月から2月に宮崎県及び岡山県で発生しましたが、早期通報と迅速かつ確な防疫措置により清浄化が図られました。感染源としては、海外から渡り鳥によりウイルスが持ち込まれた可能性が想定され、海外では引き続き感染が拡大している状況にあります。

【鳥を飼っている方へ】

- ①渡り鳥や野鳥との接触を避けるため、鳥小屋や運動場には防鳥ネットを張りスズメ、カラス、ハト等の野鳥が入らないようにしましょう。
- ②鳥小屋は定期的に消毒し、清潔な状態で飼育しましょう。
- ③原因がわからないまま、飼っている鳥が次々に連続して死んでしまった場合には、その鳥を素手で触ったり、土に埋めたりせず、すぐに家畜保健衛生所にご相談ください。

【野鳥が死んでいるのを見つけたら】

野鳥は冬のエサ不足、環境の厳しさや他の病気で死亡することがあります。発見したときは、野鳥を素手で触らず、ビニール袋に入れ封をし一般廃棄物として処理してください。また野鳥が密集して死亡しているなど不自然と思われた場合は、市役所または西北地域県民局地域農林水産部に相談ください。

【鶏肉・鶏卵の安全について】

鶏肉や鶏卵を食べることによって、鳥インフルエンザが人に感染することは世界的にも報告されていません。

【連絡先】★飼っている鳥について

西北地域県民局地域農林水産部

つがる家畜保健衛生所 ☎42-2276

★野鳥について

西北地域県民局地域農林水産部

林業振興課 ☎0173-72-6613

地域雪寄せ場事業

土木課管理係 内線2615

金木総合支所産業建設係 内線3210

市浦総合支所産業建設係 内線4023

市では、住宅密集地に空き地を所有されている方のご協力により、付近住民が投雪できる雪寄せ場として貸し付けした場合、固定資産税の一部を減免する『地域雪寄せ場事業』を平成16年度から実施しています。

【条件】

- ①町内会に雪寄せ場として、無償で土地を貸すこと。
- ②町内会と使用貸借契約を締結すること(契約書は市で用意します)。
- ③地域住民が広く利用できる場所であること。
- ④期間は原則として、その年の12月1日から翌年3月31日までの4カ月間。
- ⑤雪寄せ場の管理と期間終了後の清掃は、町内会で行うこととします。

【固定資産税の減免割合】

雪寄せ場部分の固定資産税の3分の1を減免。

【申請方法】

- ①申請したいと思う方は、雪寄せ場として使用できる候補地がある場所の町内会長に申し出て申請書を受け取り、必要事項を記入の上、町内会長に提出してください。それを受けて市で候補地の審査をしたのち町内会長に審査結果を連絡しますので、適合の方は町内会長と契約書を取り交わしてください。
- ②申請書の受付期間は、11月1日(木)から30日(金)までです。





しーうらんど海遊館 無料体験会 2時間30分の タラソテラピー体験♪

日 時…11月18日(日)、22日(木)、25日(日)、29日(木)の4日間

10時～12時30分(約2時間30分間)

定 員…各20名(要予約)ご予約はお早めに！

内 容…しーうらんど海遊館を無料で体験し、約2時間30分間、タラソテラピーを楽しんでみませんか？セラピスト指導の元、簡単な水中運動教室もあります！ぜひ、この機会にしーうらんど海遊館をご利用ください。

持ち物…水着、バスタオル、フェイスタオル(レンタルもあります)

タオルは多めにお持ちいただくと便利です。

お問合せ…しーうらんど海遊館まで ☎27-7373

<http://www.tsj-c.com/shiura/index.html>

振り込め詐欺に注意！

市内で振り込め詐欺の被害が発生しました。今回の手口は、信販会社を名乗る男性から個人情報が公開されているといわれ、個人情報の消去などを名目で騙し取ったものです。

また、青森県消費生活センターには消費者金融からダイレクトメールで融資の誘いがあり、保証金を振り込み後その後業者と連絡が取れなくなり、融資を受けることができなかったとの相談もありました。

【ポイント】

通常、信販会社から公開された個人情報の削除代金を請求することはありません。また、「保証人は不要なので、代わりに保証金を振り込んで欲しい」という融資システムも一般的に存在しません。

【対 策】

相手から「すぐに振り込め」といわれても、その日に振り込むことや1人で振り込むことは絶対に避けましょう。身に覚えのない請求には応じず、見ず知らずの相手に住所や名前などを絶対に言わないでください。一度お金を振り込むと、別の名目で2度3度しつこくお金を請求してきます。おかしいと思ったら、消費生活センター等にご相談ください。

振り込め詐欺とは「オレオレ詐欺」、「架空請求詐欺」、「融資保証金詐欺」の総称です。

「オレオレ詐欺」は電話を利用して親族、警察官、弁護士等を装い、交通事故や痴漢行為等に対する示談金等の名目で、現金を預金口座等に振り込ませるなどの方法により騙し取る詐欺です。

「架空請求詐欺」は郵便、インターネット等を利用して不特定多数に対し、有料サイト等の料金や手数料の未払いといった架空の事実を口実に、料金を請求する文書等を送付するなどして、現金を預金口座等に振り込ませる方法により騙し取る詐欺です。

「融資保証金詐欺」は実際には融資しないにも関わらず、融資する旨の文書等を送付するなどして、融資を申し込んできた人に対し、保証金等を名目に現金を預金口座等に振り込ませるなどの方法により騙し取る詐欺です。

移動販売事業者に注意！

悪質な移動販売による被害が消費生活センターに寄せられています。移動販売事業者を呼び止めて自宅で契約(売買)をした場合はクーリングオフが適用されず、また、移動販売事業者は常に移動しているため、被害の回復が困難です。移動販売事業者との契約(売買)は慎重に行いましょう。

【相談内容】

「2本で1,000円の竿竹」と呼びかけながら移動販売車がやって来たので、呼び止めた。すると、「この竿竹はすぐ錆びるので、ステンレスの竿竹がいい。」と荷台に並んだステンレス製の竿竹を指差した。しかし、値段を尋ねたが答えてくれなかった。それでも、ステンレス製竿竹を2本頼んだところ、物干し台の長さに合わせてさっさと切ってしまい、「1本20,000円」と請求された。高すぎると思い、一度は支払いを拒否したが、脅されて仕方なく支払った。領収書には連絡先が記載されていなかったが、お金を取り戻すことはできるか？

【ポイント】

移動販売事業者は常に移動し、契約後に連絡を取るとは難しいため、被害の回復は困難です。

【対 策】

移動販売業者に声をかけるのは慎重にしましょう。また、竿竹に限らず、移動販売業者から商品を購入する際には、「買う」という意思表示をする前に、値段や商品をしっかりと確認することが大切です。

消費者被害で困ったら……

青森県消費生活センター ☎017-722-3343

弘前相談室 ☎0172-36-4500

青森県環境生活部県民生活文化課

☎017-734-9206/9209 FAX017-734-8046

五所川原市商工観光課

☎35-2111 内線2553 FAX39-1093

公民館からのご案内

中央公民館 ☎35-6056

★家族で映画を楽しむ会 ～11月

・11月24日(土) 10時～11時30分

2階 視聴覚室 (入場無料)

世界の名作「グリム童話」などを上映

金木公民館 ☎53-3581

★「太宰を語る(月例)会」

◇11月21日(水) 18時30分～ 金木公民館(イス席)

『小野正文先生を偲ぶ』

①「小野正文先生に捧げる詞」

② 小野先生を語る

・太宰 治と小野先生

・あなたと小野先生(思い出)

・金木太宰会と小野先生

③ 太宰 治「関係著書」紹介

・『故土津軽』の太宰エピソード

平成19年度 公民館まつり

中央公民館で行われている

『みんなの教室』と各種サークルの発表会

～市民の皆さんのご来場をお待ちしています～

日時／11月16日(金) 14時～20時

17日(土) 9時～15時

会場／中央公民館

《演技発表》

16日(金)

・14時～16時

日舞(綾扇会)

尺八・琴

(竹志会)

・18時30分～20時

謡曲(宝生会)、太極拳教室

英会話・中国語教室

17日(土)

・10時～12時

合唱(たんぽぽコーラス)

健康体操(スポーツ教室)

着付け教室

・12時～15時

合唱(空と羽)、健康体操(スポーツ教室)

津軽三味線教室、日舞(藤都流)

《作品展》 生け花、盆栽、パッチワーク、手編み

書道、着付け

《イベント》 囲碁指導(囲碁教室)

茶会(茶道教室)、スポ

ーツゲーム(軽スポーツ教室)

《模擬店》 そばコーナー

*当日の発表内容に若干の変更がある場合もありますので、あらかじめご了承ください。



女性に対する暴力をなくす運動

毎年、11月12日から25日(女性に対する暴力撤廃国際日)までの2週間は、「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。

暴力は、性別や間柄を問わず、決して許されるものではありません。

しかし、暴力の現状や男女の置かれている社会構造の実態を直視するとき、特に女性に対する暴力について早急に対応する必要があります。

夫やパートナー等からの暴力、性犯罪、売買春、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為等女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものであり、克服すべき重要な課題です。

すべての人の人権が尊重され、男女が性別にかかわらず、その個性と能力を充分に発揮することができる男女共同参画社会を実現するためにも、女性に対するあらゆる暴力をなくしましょう。

この運動期間をきっかけに、女性に対する暴力について考え、暴力のない社会づくりをすすめていきましょう。

男女共同参画室 内線2156

女性の人権ホットライン強化週間

11/12～18

五所川原人権擁護委員協議会

(青森地方法務局五所川原支局内) ☎34-2330

女性の人権問題の相談を受けている「女性の人権ホットライン」は、強化週間中、次のとおり時間を拡大して相談に応じます。

◇相談期日…11月12日(月)～18日(日)

8時30分～19時

(ただし、土・日曜日は10時～17時)

◇相談員…男女共同参画社会推進委員

人権擁護委員、法務局職員

*☎34-2330(青森地方法務局五所川原支局)

※また次のとおり、「女性に関する人権相談」の面談相談も受け付けます。

日時…11月12日(月) 10時～17時

場所…青森地方法務局五所川原支局

全国一斉労働トラブル110番

司法書士電話無料相談会

労働問題について、司法書士が相談に応じる無料電話相談会を開催します。

◇日時…11月23日(金) 13時～18時

◇相談電話〔当日のみの設置番号〕

☎017-722-8862

※相談無料(電話代は自己負担となります)

◇共催…青森県司法書士会、青森県青年司法書士会

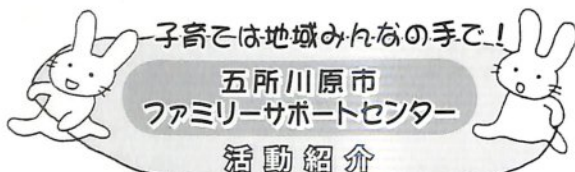
こころの健康づくり講演会

日 時…11月9日(金) 13時～15時
 会 場…中央公民館 1階ホール
 対 象…市民 (参加無料、事前の申込みは不要)
 内 容…講話「自殺予防とうつ病～うつ病のサインって？どんな対応したらいいの？」青森県立精神保健福祉センター所長・渡邊直樹氏
 バ ス…金木地区、市浦地区の方は行政連絡バスをご利用ください。
 共 催…西北地域県民局地域健康福祉部保健総室(五所川原保健所)
 問い合わせ…健康推進課 健康推進係 内線2362

図書館からのお知らせ

	開館時間	11月の休館日
五所川原市立図書館 ☎34-4334	9時30分～18時 (土・日は17時まで)	毎週月曜日 3日(土)、15日(木) 23日(金)
伊藤忠吉記念図書館 ☎53-3049	9時30分～17時	
市 浦 分 館 ☎62-2111	9時30分～17時	毎週土・日曜日 15日(木)、23日(金)

◇今月のおはなし会 テーマ「びょうき」
 市立図書館 11月17日(土) 13時30分～14時30分
 ※その他、展示や図書案内などホームページでもご確認ください。
<http://www.goshogawara-lib.com>
 携帯用ホームページはこちら→
 E-mail tosyokan@goshogawara.net.pref.aomori.jp



提供会員さんの活動デビュー!



自分にも何か出来ないか!と会員登録をした成田さんの初めての保育活動です。少し緊張しながらも琥珀くんのために一生懸命体を使い遊びました。怪我もなく保育活動を終え、迎えに来たお母さんに無事にお返し出来る…それが何よりの喜びだったでしょう。さあ次はどんな出会いが訪れるか楽しみです。

随時会員募集 TEL・FAX 35-8953

全国物価統計調査を実施します

総務省では、11月に全国物価統計調査を行います。調査の対象は、全国の約13万の小売店舗と約4万の飲食店、サービス事業所等です。調査の結果は、物価政策をはじめ各種の行政施策を立案する上で重要な指標として活用されます。

全国物価統計調査



調査の対象となった小売店舗には、統計調査員が伺います。また、飲食店、サービス事業所等には、市から連絡が行きます。秘密は厳守されますので、ご協力をお願いします。

〈問い合わせ先〉

企画課統計係

内線2154・2155

オルテンシア 11月の催物案内

ふるさと交流国民センター ☎33-2111

日 曜 日	催 物	開 演	入 場 料 等
3 土 祝	宝くじコンサート「東京都交響楽団演奏会」 すぎやまこういちがやってきた ～ヒット曲からドラゴンクエストまで～	18:30	S席 3,000円 A席 1,500円
4 日	チェロとピアノのアフタヌーン コンサート ～ウィーンの香り～	14:00	一 般 2,800円 小学生2,000円 特別鑑賞チケット1,000円
9 金	第6回	13:00	無 料
10 土	青森県中学校総合文化祭	10:00	
11 日	西北五民俗芸能フェア	13:00	無 料
16 金	株式会社 丸英でんき ありがとう 創業55周年記念「麻生詩織コンサート」	18:30	関 係 者
18 日	雪の里ウィンドオーケストラ 第7回 定期演奏会	14:30	前売 500円 当日 500円
20 火	第51回 青森県農業委員大会	12:30	関 係 者
23 金 祝	親子名曲 コンサート 「仙台フィルハーモニー管弦楽団」	14:00	整 理 券
25 日	青森県幼稚園・保育園幼児のための 音楽フェスティバル	10:30	300円
4 日	ピアノ発表会	13:30	無 料
13 火	平成19年度 雇用保険説明会	10:00	関 係 者
17 土	なおみ保育園 おゆうぎ会	9:30	無 料
18 日	第14回 ピアノ・エレクトーンコンサート	10:00	無 料
21 水	平成19年分 年末調整説明会	13:30	関 係 者
22 木		10:00 13:30	
23 金 祝	Music Concert (清野・対馬・長尾音楽教室合同発表会)	14:00	無 料
24 土	ひびき音楽塾 ピアノ発表会	14:00	無 料
25 日	Music Concert (福田・さくら音楽教室合同発表会)	13:00	無 料

※ 主催者の都合により、日程等が変更になる場合もあります。



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2363・2366)
保健センター市浦 ☎27-7733

みんなの健康相談室

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	藻川消防センター	11月2日(金)	11:00~12:30
	新宮集会所	11月9日(金)	13:00~15:00
	姥苅集会所	11月9日(金)	10:30~12:00
	コミュニティセンター飯詰	11月9日(金)	10:30~12:00
	沖飯詰集会所	11月12日(月)	10:30~12:00
	稲実集会所	11月13日(火)	10:30~12:00
	毘沙門・長富コミュニティセンター	11月13日(火)	10:30~12:00
	保健センター五所川原	11月14日(水)	10:00~12:00
	戸沢集会所	11月15日(木)	10:30~12:00
	小曲農村婦人の家	11月16日(金)	10:00~12:00
金木	種井集会所	11月20日(火)	10:30~12:00
	保健センター金木	11月9日(金)	10:00~12:00
市浦	保健センター市浦	11月9日(金)	10:00~12:00

みんなの健康教室

- ◇日 時…11月30日(金) 13時~14時
 ◇場 所…働く婦人の家(3階ホール)
 ◇テーマ…「薬の常識、非常識」
 ◇講 師…山田浩基 先生(西北中央病院薬剤部)
 ◇主 催…北五医師会 五所川原市民保健協議会

第3回「介護者のつどい」

参加者募集

日頃気づかぬうちにたまっている介護疲れ、ストレス等。このつどいに参加して少しでもさっぱりし、元気になりませんか。

日 時…11月14日(水) 9時~15時

集合場所…保健センター五所川原

対 象…市内に居住する現在介護に関わっている方

内 容…介護相談・健康相談

水中運動(し〜うらんど海遊館)

持参するもの…昼食、飲み物、バスタオル、水着

入館料 1,000円(予定)

申込締切…11月5日(金)

申 込 先…健康推進課保健指導係(内線2366・2367)

料理紹介 五所川原市食生活改善推進委員会

あなたも作ってみませんか

テーマ エコ・クッキング



1人分 130kcal 塩分 0.5g

■材料(4人分)

じゃがいも……………200g にんじん……………60g
 きゅうり……………80g 玉ねぎ……………80g
 マヨネーズ……………40g 塩……………少々
 こしょう……………少々 酢……………大さじ1/2
 サラダ菜……………40g

■作り方■

- ① じゃがいも、にんじんは皮をむいて、さいの目に切り、茹でておく。
- ② きゅうりは輪切り、玉ねぎは薄くせん切りにし、水にさらす。
- ③ ①と②を合わせてマヨネーズ、塩、こしょう、酢で味を調える。
- ④ 洗って水を切ったサラダ菜を器に敷き、サラダを盛り付ける。

このメニュー自体は普通のポテトサラダですが、作り方を工夫してエコロジーに挑戦してみましょう。まず、一緒に茹でられるじゃがいもとにんじんは一緒に茹でます。その際、煮え方に差があるのでじゃがいもの煮崩れに注意しましょう。これで水の節約が出来ます。また、じゃがいもとにんじんをきれいに洗えば皮を剥かずに作る事も出来、生ゴミの削減にもなります。皆さんもご家庭の台所から、環境問題に取り組まれてみてはいかがでしょうか。

献血のご案内(バス巡回)

期 日	時 間	場 所
11月25日(日)	10:00~12:30 13:30~16:00	エルムの街ショッピングセンター専門店入口の外
11月27日(火)	10:00~15:30	東芝メディア機器株式会社

救急医療当番医

月 日	曜日	医療機関名	住 所	電 話
11月3日	土	中村整形外科医院	一ツ谷508-12	34-0123
11月4日	日	白戸胃腸科外科医院	栄町64-1	34-6211
11月11日	日	安斎レディスクリニック	一ツ谷536-18	33-1103
11月18日	日	佐藤内科小児科医院	弥生町4-2	35-4155

※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(救急病院紹介電話34-4999)でも紹介します。