

川倉・新そば祭り

指に気をつけて…

慎重に…



広報

ごしょがわら

目次

市褒賞及び内助功労章	2
秋の叙勲	3
市民総合文化祭	4
葛西文庫・沖飯詰小	5
市の介護事業	6~7
お知らせ	8~11
ヘルス・インフォメーション	12

人口・世帯数

人口/62,938人(-69)
男 /29,507人(-29)
女 /33,431人(-40)
世帯数/24,517世帯(-7)
10月30日現在(前月比)

2007

1115

No.63



永年の功績を称え

平成十九年度

五所川原市市褒賞

並びに内助功労章表彰式

十一月三日、平成十九年度五所川原市市褒賞並びに内助功労章の表彰式がホテルサンルート五所川原で開催され、平山市長をはじめ市顕彰委員、来賓などが出席し、市褒賞四名、内助功労章三名が表彰されました。式では、市長が一人ひとりに褒状・褒章・記念品を贈呈した後、式辞を述べお祝いしました。

また、受賞者を代表して鳴海義男さんが「これまで多くの方に励まされ支えていただき、皆様のお陰と感謝しています。今後も五所川原市発展のため尽くしていきます」とお礼の言葉を述べました。

市では平成十七年にこの制度を制定し、今年度も合わせてこれまで市褒賞十二名、文化褒賞六名、内助功労章十六名の方々を表彰しています。



市褒賞

地方自治の伸展に貢献



なるみよしお
鳴海義男氏

嘉瀬

永年にわたり、金木町議会議員、金木町収入役、金木町長として地方自治伸展に寄与し、豊かな経験と高い見識により幾多の懸案を克服するとともに、広く住民の支持を得て五所川原市、金木町、市浦村3市町村の合併を実現させ、合併後は収入役として新五所川原市建設に貢献された。

内助功労章 鳴海裕子さん

教育行政・市政の発展に貢献



いわみさだお
岩見貞夫氏

雑田

青森県教育庁教育次長を務めるなど永年にわたり県教育行政向上に尽力し、退職後はその実績が高く評価され、五所川原市教育委員会教育長、五所川原市助役を歴任され、豊富な経験と知識を基に山積する幾多の懸案解決に挺身し市政発展に貢献された。

内助功労章 岩見生子さん

畜産業の発展と地方自治の伸展に貢献



あいざわ おさむ
相澤 治氏

磯松

永年にわたり自ら畜産業を営む傍ら、市浦畜産公社理事として地域畜産経営の発展に寄与しているほか、しうら牛改良組合長等を歴任し、和牛の受胎管理、飼育技術の向上に尽力し、市浦村農業委員会委員、市浦村議会議員として農業経営の発展と地方自治の伸展に貢献された。

内助功労章 相澤和子さん

母子保健の向上に貢献



ふくし こ
福士レイ子氏

下平町

永年にわたり開業助産師として多数の生命誕生に尽力されるとともに、妊産婦・新生児訪問指導員として母性の健康管理、育児知識の普及に努め健全な母性の育成に寄与し、また、五所川原市民保健協議会母子保健部会委員として母子保健の向上に貢献された。

秋の叙勲

本年の秋の叙勲が発表され、当市から旭日双光章に濱田春士氏及び大野欽也氏、瑞宝単光章に木村愛子氏がそれぞれ受章されました。

旭日双光章



濱田春士氏
はまだ はるし
十三
地方自治功勞
(元市浦村議會議員)



大野欽也氏
おおの きんや
松島町
地方自治功勞
(元五所川原市議會議員)



瑞宝単光章
木村愛子氏
きむら あいこ
中柏木
社会福祉功勞
(元特別養護老人ホーム「あしの園」寮母)

西北五民俗芸能フェア

獅子・踊り・民謡・津軽三味線・獅子舞

(社)五所川原市観光協会が主催する西北五民俗芸能フェアが十一月十一日、オルテンシアで開催され、招待された福祉施設入所者の皆さんや詰めかけた多くの観客が地元に残されている民俗芸能を楽しみました。

西北地域から参加した十三団体の皆さんは、囃子や踊り、民謡、津軽三味線、獅子舞など、日頃練習している成果をステージ上で披露し、息の合った発表に観客席からさかんに拍手が送られていました。



相内坊様踊り
鎌倉時代末期に相内地区で誕生し、盆踊りとして伝承されている。踊りは相内民俗芸能保存会(昭和43年設立)

十三憩いの森で植樹

育て安らぎと健康づくりの森



体験学習の森づくり実行委員会(桑野邦夫会長)は十一月十一日、十三憩いの森で植樹活動をしました。

この日は、青森県が推進する民間企業と協働した森づくり「植えるカム!『青い森』体験交流事業」と合同の記念植樹となり、実行委員会や地元住民、民間企業関係者など約百名が参加。三、四メートルに成長したオオヤマザクラ、タカオモミジ、青森ヒバ、クリの苗木を植えた後、靄山登山をしました。十三憩いの森(市内磯松)：高橋林業グループが安らぎと健康づくりの場として整備を進めている靄山を含む約百ヘクタールの森林。

芦野公園オートキャンプ場に植樹ボランティア

青森県西部特定郵便局長会(中川茂会長)と同夫人会は、十月二十八日、芦野公園オートキャンプ場にボランティアでソメイヨシノを五十本植樹しました。

西北五並びに中弘南黒地域の特定郵便局長で組織する同会では、日頃お世話になっている地域に貢献したいという事で年一回植樹活動を行い、今年で五回目になります。

当日は、抜けるような秋空のもと、オートキャンプ場に集まった会員とその家族およそ百名は、園芸店の担当者から植樹の注意点について説明を受けた後、木の丈三メートルほどのソメイヨシノの植樹に汗を流していました。





♪あ～あ～
川の流れるように～

五所川原文化祭



けっこんの手創で...



わいほ～
きれんだっせいの～

各地域の文化祭

金木文化まつり



出番待ち
昭和の乙女? 舞踊団



♪チャン チャカ チャン チャン 能団体による舞踊・教室・サークル発表
チャチャン チャチャン チャン

市浦ふるさとまつり



巨大モザイク写真に圧倒!

◆十一月三日～五日、各地域で多彩な催し物が行われました。



トントントン...
痛ッ!

木工クラフト体験



異文化交流?

イチコロ、うま?

私、あなたの言い通りにイチコロ(笑)!



大判焼き焼いても家焼くな～

婦人防火クラブ大判焼きコーナー

津軽の石の魅力を紹介 展示会開催・石戸谷秀一さん

十月二十三日、石戸谷秀一さん(金木町朝日山)が平山市長を訪れ、これまで収集した津軽の石を紹介する展示会(東京・大阪・名古屋)について報告し、記念として錦石を寄贈しました。

青森県にしき石同好会の会員であり、収集歴約十五年の石戸谷さんは、津軽半島に特徴的な鹿の子石や七子石(円く粒状になった紋様が広がる)などを多く収集し、展示会へ出展しています。

石戸谷さんは、「会の先輩から様々教えてもらい、石の世界の奥の深さを知りました。これまで集めた津軽の石を広く紹介することで、愛好家が増え、盛り上がり、交流の輪が広がるとうれしいです」と話していました。



自宅の展示室…石に囲まれて

津軽・石の旅 石はきれい、石は不思議 展

東京展 11月24日まで
(休館：日祝日)
INAXギャラリー1
大阪展 12月7日～2月22日
(休館：水曜日、年末年始)
INAXギャラリー大阪
名古屋展 3月6日～5月23日
(休館：水曜日、5/18)
INAXギャラリー名古屋
入場無料 <http://inax.co.jp/culture/>

福祉ボランティアに厚生労働大臣感謝状 金木桜の会

金木桜の会(逢坂昭子会長)に十一月七日、平成十九年度ボランティア功労者厚生労働大臣感謝状が贈呈されました。同会は、平成五年の設立から十四年もの間、近隣地域の老人ホームで日本舞踊を披露するなどの訪問活動や、お餅等加工品をお土産に、一人暮らしの高齢者宅を訪問するなどボランティア活動を続けてきたもので、今回の感謝状は、これらの功績が認められたものです。

平山市長に感謝状の報告をした逢坂会長は、「一人暮らしの男性高齢者など、年末に会員の作った正月料理を持参し、良い年越しができるよう励ましています。感謝の電話をもらったりすると、私達も励みになります。今後も可能な限り続けていきます」と語っていました。



『葛西文庫』 子ども達に 読書の心を育む 沖飯詰小学校

子ども達に
読書の心を育む
沖飯詰小学校



子ども達の感想文に聴き入る
葛西嘉蔵さん(左から3人目)と葛西康さん(同2人目)

沖飯詰小学校(相馬美津男校長)では十月二十九日、児童用図書費等として十万円を寄付した葛西嘉蔵さん(川山)と葛西康さん(青森市)を招き「葛西さんを迎える会」を開催しました。

毎年十万円の寄付は、葛西嘉蔵さんの遺志「良書は人の心を育てる。母校の子ども達に図書を寄贈したい」を夫人・せつさんが継いで昭和五十三年に始まり、夫人の後も子の嘉蔵さん、康さんが引き継ぎ二十九回目となりました。

児童は購入図書「葛西文庫」を読んで感想文を書き朗読すると、葛西さんご兄妹は「感動し勇気をもらいました。今後も一生懸命勉強してください」と話し、読書の心が育まれていることを実感していました。

善意の花がび

どうもありがとうございました
ございました



- ◎社会福祉協議会へ
- 五所川原第二中学校 五千元
(文化祭の益金として)
- 金木社交ダンス同好会(櫛引義雄代表) 二万円
- 相内友の会 二万円
- 織野正さん(敷島町) 寄贈(人形芝居金多豆蔵ビデオテープ十本)
- 五所川原農林高等学校ソフトテニス部 五千元(五農祭の収益の一部として)

五所川原市の介護保険事業 (平成18年度実績)

平成18年度の介護保険事業の費用や利用状況についてお知らせいたします。

- 図-1 当市の65歳以上の人口は年々増加してきており、特に要介護状態となりやすい75歳以上の人口伸び率が上がっています。
- 図-2 要介護認定者数も年々増えており、いずれの介護度の認定者数も増加の傾向にありますが、特に要支援と要介護1・2を合わせた軽度の認定者数の増加が顕著で、総数の約7割を占めています。
- 図-3 サービスの利用状況では、施設サービス利用者は横ばい傾向にありますが、在宅サービス利用者は総数の約8割近くを占め、現在も増加傾向にあります。

図-1 第1号被保険者数 (厚生労働省 介護保険事業状況報告値)

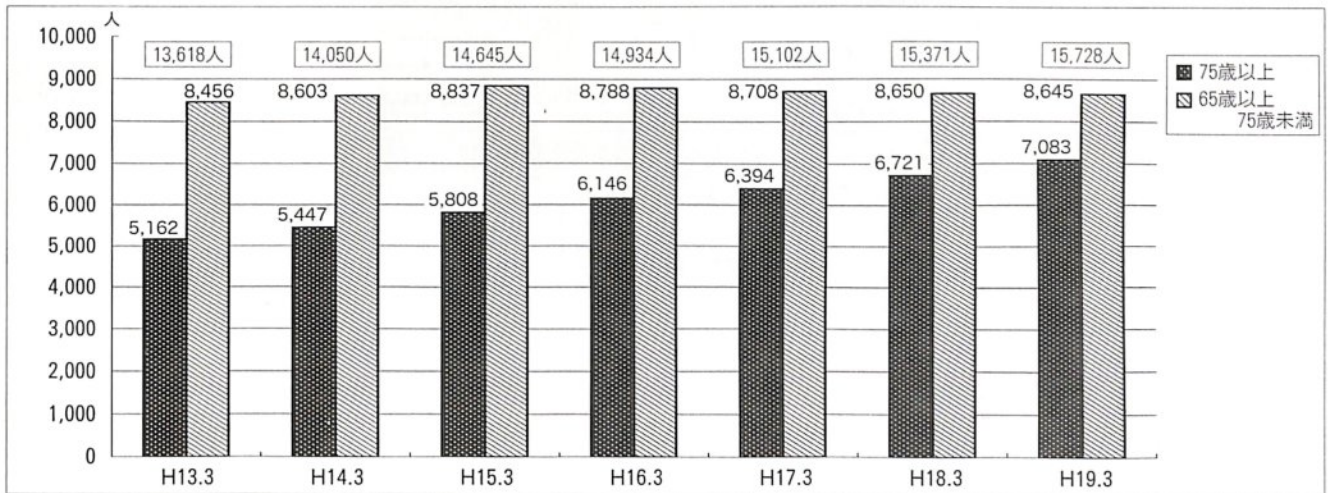


図-2 要介護認定者数 (厚生労働省 介護保険事業状況報告値)

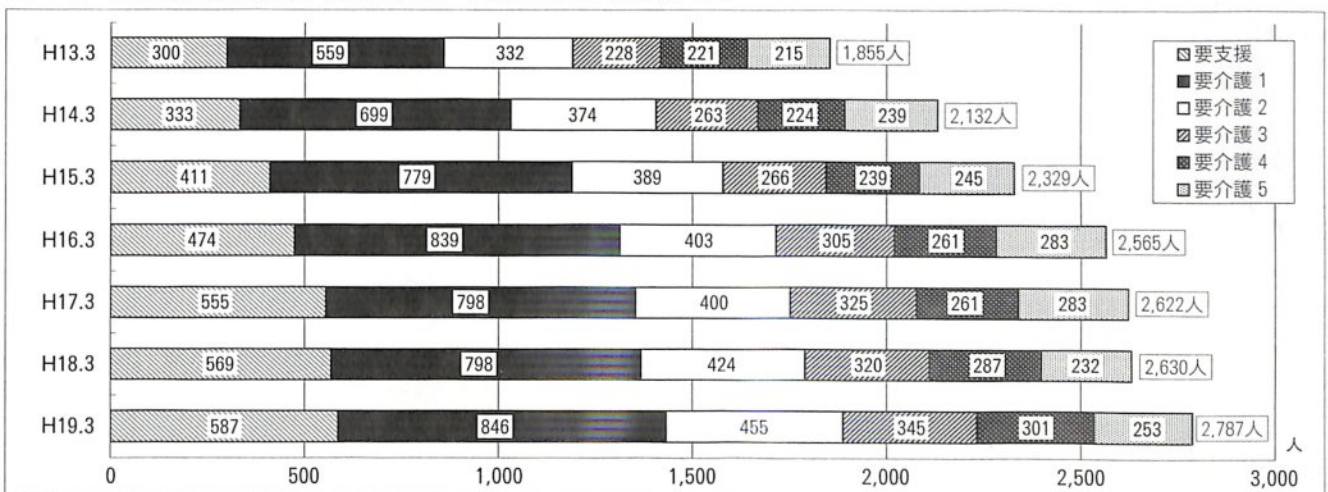
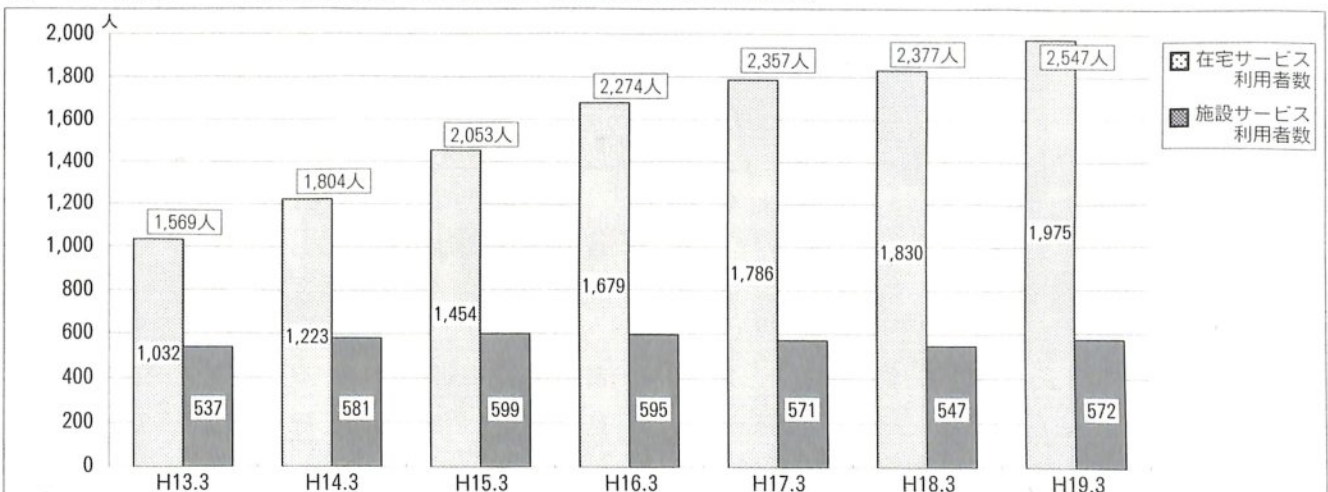
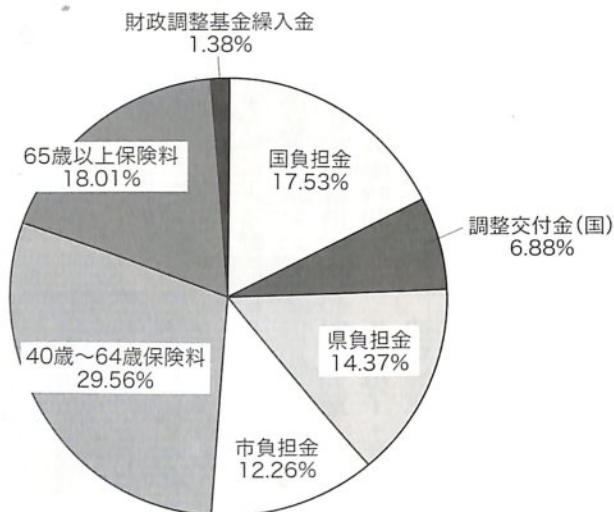


図-3 介護サービス利用者数 (厚生労働省 介護保険事業状況報告値)



平成18年度 介護保険特別会計歳入歳出決算【保険給付関係抜粋】

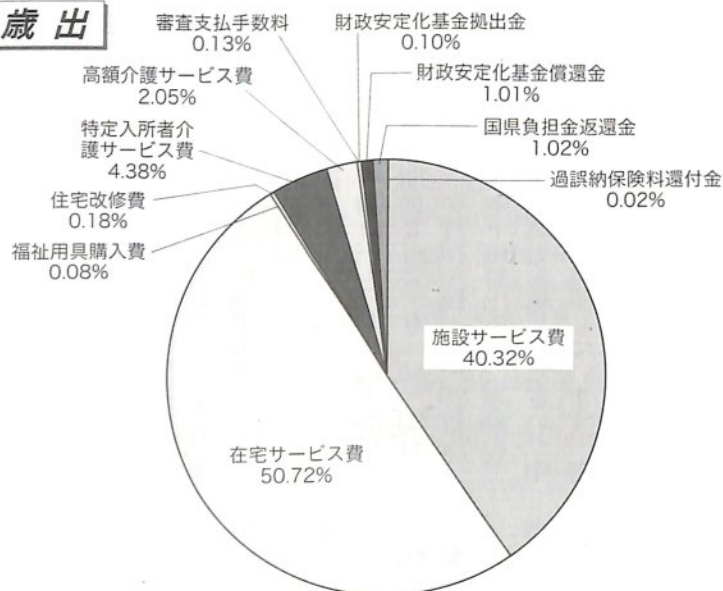
歳入



(単位：円)

歳入区分	収入額
国負担金	774,876,000
調整交付金(国)	304,219,000
県負担金	635,172,712
市負担金	541,849,000
40歳～64歳保険料	1,306,183,399
65歳以上保険料	795,857,917
財政調整基金繰入金	61,166,000
計	4,419,324,028

歳出



(単位：円)

歳出区分	支出額
施設サービス費	1,758,424,080
在宅サービス費	2,212,055,698
福祉用具購入費	3,292,488
住宅改修費	7,951,199
特定入所者介護サービス費	190,932,390
高額介護サービス費	89,225,436
審査支払手数料	5,721,660
財政安定化基金拠出金	4,425,898
財政安定化基金償還金	43,879,000
国県負担金返還金	44,635,330
過誤納保険料還付金	859,565
計	4,361,402,744

保険給付費は、施設サービス費の割合が減少し、在宅サービス費の割合が年々増加してきており、今後も伸びていくものと見込まれます。また、歳計剰余金については、平成19年度に介護保険財政調整基金に繰り入れし、今後の給付費財源の不足に充てることとしています。

★五所川原市では、平成19年度に介護予防や地域の総合的な相談の拠点として、地域包括支援センターが設置されました。また、新しい要介護認定区分により新予防給付のサービスも始まりました。

◆介護保険料は介護サービスの貴重な財源です◆
◆介護保険は自立支援のサービスです◆
◆正しい理解で必要なサービスを効果的に利用しましょう◆



介護福祉課 内線2452～2458

11月お知らせ

11月は「過重労働・賃金不払残業解消撲滅キャンペーン月間」です

青森労働局労働基準部監督課
TEL 017(734)4112

「過重労働(働きすぎ)」による健康被害や「賃金不払残業(いわゆる『サービス残業』)」を解消するためには、使用者が労働時間を適正に把握し、適切な対処を行うことが必要です。労使がともに取り組むことも重要です。

●全国一斉無料相談ダイヤル

・11月23日(金) 勤労感謝の日

9時～17時 フリーダイヤル

☎ 0120-1897-1283

消防本部からのお知らせ

消防本部予防課

TEL(35)2019 内線23・54

《消防設備士試験》

●試験期日：2月3日(日)

◆試験会場

青森戸山高専学校(青森市)

◆申込期間：12月10日(月)～19日(水)

※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。

遺児入学祝金等の支給

家庭福祉課児童家庭係

内線2439

金木総合支所保険福祉係

内線3113

市浦総合支所保険福祉係

内線4034

遺児援護対策事業の一環として

遺児入学祝金等を給付します。次に該当する方は申請してください。

◆対象児童

死別母子・死別父子、行方不明、遺棄等家庭で市内に住所を有する義務教育終了前の児童・生徒

◆支給金等の種類

①入学祝金：平成20年度小中学校

校入学予定者

②卒業祝金：平成19年度中学校

卒業予定者

③弔慰金：父または母が死亡した日から1年以内の児童・生徒が属する世帯

◆申請：11月26日(月)～12月28日(金)

◆持参するもの：印鑑、養育者名義の通帳(ゆうちょ銀行以外のもの)

◆受付場所

家庭福祉課児童家庭係

金木総合支所保険福祉係

市浦総合支所保険福祉係

◆支給決定：20年3月通知予定

市民サロン

室内硬式テニス教室

五所川原テニス協会

TEL 090(4887)4712 角田

初心者、老若男女どなたでも「楽しくテニス」始めてみませんか。

●19時～21時 市民体育館

第1期：11月17・24日、12月1・8日、1月5・12・26日

第2期：2月2・9・16・23日、3月18・15・22・29日

※ラケットの貸出あり。運動のできる服装でお越しください。申込みを随時募集しています。参加料等詳細は事務局まで。

第1回スコップ三味線世界大会 演奏参加者募集

大会事務局(パークイン五所川原・中山) TEL(34)8910

こしよがわら情熱塾

TEL 090(4476)2979 三浦

スコップを栓抜きなどで叩く五所川原名物「スコップ三味線」の世界大会を開催します。入場無料。

●12月2日(日) 12時～

エルムの街SC エルムホール

演奏参加者募集 所定の申込用紙

(<http://blog.livedoor.jp/younetujyuku/>)

にも掲載)に必要事項を記入し、事務局へ FAX(34)8920

外国の料理教室

五所川原市国際交流市民の会

TEL・FAX(34)2920 古川

ちよつぷり辛く、甘さのある本場タイのカレー。完成したら、一緒に食べながら交流しましょう。

●12月2日(日) 10時～13時30分

中央公民館 調理室

◆講師：青森中央大学留学生

◆参加費：1000円 当日徴収

(ただし、小学生以下は無料)

◆申込締切：11月25日(日)先着40名

五所川原市の魅力を伝えるテレビ番組 放送

RAB青森放送

『～温故知新の旅物語～
To Love You More,
Aomori』

出演/三村申吾青森県知事
ナビゲーター/平泉淑子

11月24日(土)

17:30～18:00

番組では、当市民でナビゲーターの平泉淑子さんが、津軽地域で大切に育まれ守られている「もの」「場所」「景色」「空間」を巡り、太宰記念館「斜陽館」や旧平山家をはじめ、JR東日本・五能線沿線の魅力をお伝えします。

火災・救急 出動概況

五所川原市 10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	2	37	143	1,525	3	25
平成18年	4	33	161	1,707	10	55
比 較	△2	4	△18	△182	△7	△30

平成19年度統一標語

“火は見てる あなたが離れる その時を”

問合せ/五所川原地区消防事務組合消防本部 ☎35-2019(内線25)

11月30日(金)は

固定資産税第4期 国民健康保険税第5期

の納期限です。
忘れずに納めましょう。

収納課 内線2241～2251

介護保険料 第5期

の納期限です。
忘れずに納めましょう。

介護福祉課 内線2452～2453

公有財産売却のお知らせ

◇売却物件(物品)

番号	物 品 名	モデル名	色	購入年	予定価格 (円)
1	アトラスピアノ (アップライト型)	A5V	黒	昭和47年	15,000
2	カワイピアノ (アップライト型)	BL-71	黒	昭和54年	20,000
3	カワイピアノ (アップライト型)	BL-71	黒	昭和54年	20,000



◇売却の方法 一般競争入札により売却します。

※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。

※運搬及び調律等は落札者が行うものとし、その費用は落札者の負担とします。

◇物件の公開

期 日	場 所	時 間	見学物品
11 月 25 日 (日)	旧金木第2保育所 (金木総合支所付近)	9時～10時	物件番号1
	旧金木第3保育所 (嘉瀬老人福祉センター付近)	10時～11時	物件番号2
	旧金木第4保育所 (喜良市駐在所付近)	11時～12時	物件番号3

※場所が分からない場合は、市役所管財課までお問合せください。

※上履き用のスリッパ等を持参してください。

※旧金木第3保育所は駐車場がないため、嘉瀬コミュニティ消防センターの駐車場をご利用ください。

◇関係書類の配布 入札に参加する場合は、必要書類を配布しますので、必ず市役所管財課においでください。(入札日前日までの土・日・祝日を除く9時から16時)

◇入札・開札日 12月7日(金) 10時
市庁舎北棟 5階第3会議室(入札室)

◇入札参加資格 「契約を結ぶ能力を有しない方及び破産者で復権を得てない方」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がした入札、入札に関する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。

◇売却物件(車両)

番号	車 名	年 式	種別	走行距離	車検	予定価格 (円)
1	ニイガタ ロータリ除雪 自動車 型式NR 453	平成元年 11月	大型 特殊	8,842km	有	200,000



◇売却の方法 一般競争入札により売却します。

※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。

◇物件の公開

期 日	場 所	時 間
11月15日(木)から 12月6日(木)まで (土、日、祝日を除く)	金木除雪センター (金木町芦野200-108)	9時～16時

※ご覧になる場合は、管財課までご連絡ください。

◇関係書類の配布 入札に参加する場合は、必要書類を配布しますので、必ず市役所管財課においでください。(入札日前日までの土・日・祝日を除く9時から16時)

◇入札・開札日 12月7日(金) 11時
市庁舎北棟 5階第3会議室(入札室)

◇入札参加資格 「契約を結ぶ能力を有しない方及び破産者で復権を得てない方」を除き、どなたでも参加できます。(市内及び市外は問いません)

◇入札の無効 入札参加資格のない方がした入札、入札に関する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、管財課管財係へお問い合わせください。なお、売却物件の写真は、五所川原市のホームページでもご覧になれます。

<http://www.goshogawara.net.pref.aomori.jp>

■ 管財課管財係 内線 2262・2263

相談無料

法務局なんでも相談

秘密厳守

特設人権相談

例えば次のようなことでお悩みの方に……

家族間によるもの	近隣関係によるもの	学校・職場内のもの
夫婦のいざこざ 遺産相続 老後の扶養	近所の騒音 近所の悪臭公害 土地境界の争い	生徒間のいじめ 先生による体罰 就職の際の差別

このほか、登記・借地・借家に関する問題、交通事故にともなうもの、その他についてもご相談に応じます。

相談担当者……法務局職員・司法書士・土地家屋調査士・人権擁護委員

*月 日……12月1日(土)

*時 間……10:30~15:00

*開催地……五所川原市

*開催場所……エルム文化センター
(パーティールームA・B)※ちょっとした事でもひとりで悩まず相談してみてください。
お気軽にどうぞ

主催……青森地方法務局五所川原支局

五所川原人権擁護委員協議会

共催……青森県司法書士会五所川原支部

青森県土地家屋調査士会五所川原支部

電話 34-2330

法務局の仕事って？

法務局では次のような仕事をしています。

- ・不動産の所在、面積、所有者、権利関係などを登記簿に登録して公開
- ・市町村の戸籍事務が適正に行われるよう担当職員に助言
- ・基本的人権が侵された場合の調査と被害者救済、人権に関する相談
- ・金銭等を預けることで支払いの効果が生じさせる等の供託事務
- ・国の代理人として、法廷活動をする訟務事務

五所川原警察署からのお知らせ

WANTED

懸賞金

1人200万円

あなたの情報が検挙に結びついた場合は、懸賞広告実行委員会から、手配被疑者1人あたり200万円の懸賞金が支払われます。

オウム真理教
関係
特別手配
被疑者

※被疑者の年齢は、平成19年10月1日現在

公証人役場事務長・
逮捕監禁致死等

H.7撮影



現在のイメージ画

ひらた まこと
平田 信(42歳)

- ・183cm
- ・ひげが濃い
- ・左首筋にホクロ

地下鉄サリン事件・
殺人、同未遂等

H.5撮影



現在のイメージ画

たかはし かつや
高橋 克也(49歳)

- ・173cm
- ・眉毛が濃い
- ・近視

地下鉄サリン事件・
殺人、同未遂

H.7撮影



現在のイメージ画

きくち なおこ
菊地 直子(35歳)

- ・159cm
- ・右こめかみ、右目下にホクロ

お願い

この3人は、偽名を使うなどしてマンション・アパート・貸家等に潜伏している可能性があります。
“似ている”と思ったら、すぐに110番または最寄りの警察署・交番・駐在所にご連絡をお願いします。
【五所川原警察署】☎35-2141



し〜うらんど海遊館 げんき海クラブ 会員募集中

し〜うらんど海遊館では「げんき海クラブ」会員を募集しています。

冬も暖かな海水プールで楽しく健康づくりに励んでみましょう！

《個人会員》 会費／月払い 5,000円

6カ月一括 25,000円

《夫婦会員》 会費／月払い 9,000円

6カ月一括 95,000円

※入会時には2カ月分の会費(当月分は日割り額)、会員証発行等にかかわる登録手数料500円、写真2枚(2.4cm×3cm)、印鑑、入会申し込み書及び健康調査書(施設に設置)が必要になります。

詳しくは、し〜うらんど海遊館 TEL27-7373まで！

平成19年度 認知症予防相談

あなたと共に、何十年も働いてきた あ・た・ま(脳)。もの忘れが出たり、長年の疲れがたまってくる頃です。「あたま(脳)の健康度」の検査と健康相談を利用してみませんか？

★日 程…11月26日(月) 保健センター五所川原

★対象者…40歳以上(昭和43年3月31日までに生まれた方)で希望する市民の方(ただし、介護認定を受けていない方、認知症治療を受けていない方)

★申込み…11月19日(月)～22日(木)の期間に、下記の担当まで電話でお申込みください。

★時 間…受付9時～11時(一人あたりの検査時間は約20～40分です)

★料 金…無料

★当日持参するもの…健康手帳(持っている方)

★検査内容…タッチパネル式検査(パソコンの質問に答える検査)、MMSE検査(心理士の簡単な質問に答える検査)

申込み・問い合わせ…健康推進課 内線2365・2367

こころの相談窓口

◆日 時…12月11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 内線2364

※精神保健福祉手帳等、福祉サービスに関する相談は、継続して家庭福祉課(内線2435)で対応しています。

行政連絡バス 運行時間変更のお知らせ

市浦総合支所庶務係 内線4016

12月1日から20年3月15日まで、次のとおり冬期運行ダイヤに変更します。開庁日のみ運行。

往路	市浦総合支所 → 金木総合支所 → 五所川原本庁
	9:00発 9:50着 10:00発 10:40着
復路	五所川原本庁 → 金木総合支所 → 市浦総合支所
	14:00発 14:30着 14:40発 15:30着

※天候により、予定時間が遅れる場合があります。

津軽鉄道からのお知らせ

津軽鉄道(本社) TEL 34-2148

11月30日(金)まで、宮野沢川橋梁の修繕工事により金木駅～大沢内駅区間で一部の列車の時刻を変更し、大沢内駅～津軽中里駅区間ではバス代行にて運行しています。時刻をお確かめのうえご乗車ください。

お客様には大変ご不便をおかけいたしますが、安全確保のためご理解とご協力をお願いいたします。

津軽五所川原駅 TEL 35-7743

金木駅 TEL 53-2056

津軽中里駅 TEL 57-2050

平成19年度 排水設備工事責任技術者・配管工の 更新講習と配管工認定講習

下水道課 内線2675

市浦総合支所産業建設係 内線4023

日本下水道協会青森県支部主催の、県下統一講習を行います。

●責任技術者更新講習

(20年3月31日有効期限満了となる方)

・20年1月21日(月) 14時～

受講料 4000円

●配管工更新講習

(20年3月31日有効期限満了となる方)

・20年1月22日(火) 14時～

受講料 3000円

●配管工認定講習

(1年以上の実務経験を有する方)

・20年1月22日(火) 10時30分～

受講料 4000円

◇会 場……プラザマリユウ五所川原

◇申込書配布…11月28日(水)～

◇申込受付……11月28日(水)～12月17日(月)



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	南新集会所	11月20日(火)	12:30~13:30
	みなとコミュニティセンター	11月22日(木)	10:00~12:00
	しきしまコミュニティセンター	11月22日(木)	13:00~15:00
	下岩崎公民館	11月28日(水)	13:30~14:30
	コミュニティハウス原子	11月30日(金)	12:00~13:00
金木	川倉ふれあいセンター	11月21日(水)	13:30~14:30
	大東ヶ丘コミュニティ消防センター	11月28日(水)	10:00~11:00
市浦	桂川集会所	11月27日(火)	13:30~14:30
	太田公民館	12月5日(水)	10:00~11:00
	十三公民館	12月5日(水)	13:30~14:30

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	12月4日(火)	生き活きセンター	平成19年7月生まれ全地区
1歳6か月児健診	12月18日(火)	生き活きセンター	平成18年6月生まれ全地区
3歳児健診	12月20日(木)	生き活きセンター	平成16年6月生まれ全地区

〈お願い〉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。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、いずれの会場のご利用も可能ですので、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
12月5日(水)・19日(水) 10:00~12:00 13:00~15:00 ※19日午後は予約が必要 ※子育てサロン同時開催	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
12月27日(木) 10:00~12:00 ※子育てサロン同時開催	保健センター金木	・子育て等に関する勉強会、情報交換
12月26日(水) 10:00~12:00	保健センター市浦	

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 よい食生活を進めるためのメニュー

鶏のチーズ焼きあんかけ



1人分 242kcal 塩分 1.2g

■材料(4人分)

鶏むね肉…………… 300g	サラダ油…………… 適量
酒…………… 大さじ1	だし汁…………… 120ml
ししとう…………… 12本	みりん…………… 小さじ1
スライスチーズ…………… 4枚	A 水…………… 大さじ1
塩…………… 2つまみ	しょうゆ…………… 大さじ1/2
ねぎ…………… 1本	片栗粉…………… 小さじ1

■作り方■

- ① 鶏肉は厚さを揃えて食べやすい大きさに切り、塩と酒をふる。
- ② ねぎは4cm長さのぶつ切りにする。ししとうは中ほどに1cm位の切り込みを入れる。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、①の鶏肉を入れて両面を焼く。空いた場所に②の野菜を入れて色よく焼き、取り出す。
- ④ 肉が焼けたら火を止め、スライスチーズをのせてふたをする。
- ⑤ 小鍋にAを合わせて煮立てて、とろみをつける。
- ⑥ ④のチーズが溶けたら器に盛る。③のねぎとししとうを添え、⑤のあんをかける。

このメニュー1品だけで、1日に必要な量のたんぱく質の約1/4とカルシウムの約1/5を摂取する事が出来ます。また、和風のとろ〜りとしたあんのおかげで、冷めにくく、熱々のままいただけますので、これからの季節にピッタリではないでしょうか。

献血のご案内(バス巡回)

期 日	時 間	場 所
12月13日(木)	9:30~12:00	五所川原商業高等学校
	13:30~16:00	特別養護老人ホーム青山荘
12月24日(月)	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

救急医療当番医

月 日	曜日	医療機関名	住 所	電 話
11月18日	日	佐藤内科小児科医院	弥生町4-2	35-4155
11月23日	金	増田病院	新町41	35-2726
11月25日	日	田町小山クリニック	田町4-5	34-3431
12月2日	日	富田胃腸科内科医院	みどり町4-128	34-3211

※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。