

## 春の全国

### 交通安全運動

五月十一日、役場前で春の交通安全全町民総決起大会が行われ、町民約三百人が集まり事故のない明るい町づくりを呼び掛けました。

大会では、加藤修金木警察署長、金木地区安協の葛西文昭会長の挨拶に続き、田中町長が「交通弱者を守るため事故阻止に全力投球しよう。」

と呼び掛けました。続いて交通安全母の会の福山初枝会長が「子供と高齢者を交通事故から守りましょう」

など三つの交通安全宣言をしました。この後、参加者は、公民館前でビラを配りながらシートベルトの徹底を呼び掛けを行いました。

この他にも、交通安全の期間中、金木中学校生徒の安全委員十六人が朝早く、みちのく銀行金木支店前、金中前、金中附近の踏み切り等三箇所



▲交通安全全町民総決起大会

で交通安全を呼び掛けていました。

### 第7回さつき盆栽展

金木盆栽会（会長 吉田清作）では、六月九日、十日の両日、商工会館一階大ホールで「第七回さつき盆栽展」を開催しました。

展示会では、会員十七名の長年丹精込めて育てた大小色とりどりのさつき盆栽五十鉢が、所狭しと並べられました。

会場では、見に来て下さった方に品種の違いや剪定の仕方等を説明、その他にも先着



▲美しいさつきにうっとり

三十名様に「さつき」のプレゼントがあり訪れたお客さんに喜ばれていました。



アリは、童話では働き者の代表として、「尊敬」されています。しかし、ふだんの生活では、家の中に入って食品にたかたり、植木鉢に巣く

って植木を枯らしたりする「困り者」の一面をもっています。いつの間にか部屋に上がり込んで、寝ている乳幼児の口元についたお乳に群がってはいへんです。

## アリの撃退方法 殺虫剤や粘着剤で退治

往復しはじめます。アリが行列を組むのは、道しるべとして分泌物を出しているからです。この行列を分断すれば、家への侵入を防げます。家の中への行列を見つけた

アリは砂糖やお菓子類、ハムなどの動物性食品が好物です。家の中にえさとなる食品を見つけると、あつという間に侵入してきます。そして、えさ場と巣穴を行列しながら

ら、まず侵入口に市販の有機リン酸系の殺虫剤を噴霧します。また、侵入口に二センチ幅で市販の粘着剤を塗ったり、アルコールでアリの道をふき取ったりすると、分泌物が消

えて一時的ですが撃退できます。この間に巣穴を探しましょう。巣穴を中心に半径五センチの範囲に、市販の巣退治用の殺虫剤を散布します。周囲に市販の毒えさをまくと、より効果的です。さらに、市販の四塩化炭素液（えりの汚れ落としに使う透明な液）を、巣穴に二十〜三十ミリリットル流し込めば、四塩化炭素液が気化して巣穴の中のアリは全滅し、退治できます。巣穴に熱湯を流し込むのは、簡単なアリの退治方法ですが、

そばに植木などがあると根を傷める原因にもなるので、注意が必要です。植木鉢に巣くったときは、深いバケツなどの容器に水を入れ、植木鉢を浸します。三十分ぐらいしてアリが浮いてきたら、水とともに流しましょう。



# HAPPY Wedding

## ♥ かなぎ公民館 ブライダル情報

この度めでたく「かなぎ公民館ブライダル」（企画・進行）事務局「金木町中央公民館」によりカップルとられた若いお二人をご紹介します。



1995. 5. 2  
新郎 松川正樹さん(嘉瀬)  
新婦 三浦加奈子さん(柏村)



1995. 5. 4  
新郎 吉崎孝栄さん(嘉瀬)  
新婦 佐藤裕美さん(五所川原市)



1995. 5. 7  
新郎 福士真悟さん(金木)  
新婦 工藤利美子さん(小泊村)



1995. 5. 27  
新郎 大川巖さん(金木)  
新婦 野村真樹子さん(中里町)

★ご結婚をご予定されている方は、お気軽に金木町中央公民館にご相談下さい。  
すべて事務局が手配いたします。  
また、お二人のお名前と結婚記念日を刺しゅうした豪華桐箱入アルバムの記念品等々たくさんの特典があります。

(TEL5313581)

## 塵芥収集車が一台新車に

### 「厚生年金・国民年金積立金」

### 還元融資



▲買い換えた塵芥収集車

これまで町の塵芥収集車は三台ありましたが、収集する一台が古くなり業務に支障が出てきましたので、全額「厚生年金・国民年金積立金」から融資を受け約七百二十万円で買い換えました。

この新しい塵芥収集車を大切に使うためにも、家庭ゴミの分別にご協力お願いいたします。

## 第1回金木町社協会長杯争奪



六月十一日、第一回金木町社協会長杯争奪囲碁大会が保健センターで開かれました。男女十六人が参加し、熱戦が繰り広げられました。

結果は次のとおり。

- 一位 田中 長昭(川倉)
- 二位 秋元 武治(嘉瀬)
- 三位 佐々木嘉幸(中里)



▲白熱した戦い

# おらほの仲間つこ

## 桜の会

「桜の会」……これは仮の名称で、正式な名称は未だ付いていません。もちろん会長もいません。

昨年の十一月に、友達同志で話しているとき「ストレスを発散するには踊りが最適」という話になり、勢いで親友が十五人入会。それが今の会員となっております。

実際のところ、いざやってみると毎週友達に会えるし、会費は百円と安いし、スマートフォンになり体力づくりになるし等という気楽さが魅力でもあったわけです。そして、稽古場である芦野団地集会所というお城で、十五人が楽しく踊るプロセスが好きでした。……でした。というのは、先日初めて施設のボランティアを手伝わせて頂くために、静和園とあしの園に訪問した私達は、緊張する中「やすきぶし」等を披露。すると手をたたき



▲桜の会の皆さん

ながら喜んでいる人が目に写ったのでした。そこで十五人は人前で踊る喜びを知ってしまったのです。

これからもっと施設等を回り、一人でも多くの人に披露していきたいと思っています。

「おらほの仲間つこ」にまだ載っていない、掲載したい団体を募集しています。役場企画室までご連絡下さい。お待ちしております。

# こんなとき・こんな年金

国民年金には、大きく分けて三種類の年金給付があります。

た期間がある場合には、その期間に応じた年金が減額されます。

### ◎老齢基礎年金

国民年金の保険料を納めた期間、免除された期間及び厚生年金保険や共済組合に加入した期間の合計が二十五年以上ある人が、六十五歳から受けられます。

### ◎障害基礎年金

国民年金の加入期間中に、病気やケガで法律に定められた障害等級表の一級または二級に該当したときに受けられます。

### ◎遺族基礎年金

ただし、二十歳から六十歳までの間に、国民年金の保険料を納め忘れたり、免除され

国民年金に加入中の人や、老齢基礎年金を受けられる資格を

ね下さい。は、役場町民課国民年金係または、社会保険事務所にお尋

満たしている人が死亡したとき、子のある妻、または子に支給されます。

妻の場合には、死亡した人により生計を維持されていたことが条件になります。また、「子」は年齢その他の条件に該当していることが条件です。

これらの年金は、完全自動物価スライド制が取り入れられていますので、物価の上昇に合わせて年金額も引き上げられるようになっていきます。年金についての詳しいことは、役場町民課国民年金係または、社会保険事務所にお尋ね下さい。

## つがる弁

# クイズ

このクイズは若い人の知らない、聞いたことのない津軽弁を楽しく、再発見してもらおうと問題にしてみました。Q.「なんぼぬげばあ〜」を標準語に直して下さい。

正解者の中から抽選で3名様に素敵な記念品を差し上げます。どんどん応募して下さい。

### 応募方法

ハガキに住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記入のうえ  
①クイズの答②今月号のよかった記事③つまらなかった記事④ご意見・感想を記入のうえ

〒037-02

金木町大字金木字朝日山323

金木町役場企画室

までご応募下さい。

有効期日は7月31日当日消印有効です。応募の締切は7月31日当日消印有効です。当選者の発表は7月号に掲載します。5月号の答「のどがかわいたら水を飲みなさい。」当選者は次の3名です。

金木 伊東 勢子さん  
沢部 白川 千春さん  
嘉瀬 吉崎 傑さん

たくさんのご応募、貴重なご意見有難うございます。今回当選しなかった方もこれにめげずどしどしご応募下さい。

# ハロビシ・メニュー



今回はビタミン、タン白質、カロチン等バランスのとれたメニューです、皆さんもどうぞお試しください。

食生活改善推進員の  
葛西京子さん



## ●梅肉ソースのテリヤキ

材料（5人分）

- イワシ(塩・コショウ) 大5尾
- アスパラ 5本
- 梅肉 大2.5
- ソース
  - しょう油 大サジ1と $\frac{1}{2}$
  - 砂糖 小サジ2.5
  - みりん 小サジ2.5

作り方

- ①イワシを3枚におろして塩、こしょうをしておく。フライパンに油をしいてイワシの身の方から焼き、こんがり焼けたら裏返し、素焼きにする。
- ②フライパンに油が多く入ったら、ペーパータオルで拭き取り、ソースを入れてイワシにからめる。
- ③皿にレタスを敷きイワシのをせ熱湯に塩を入れ茹でたアスパラを添える。

## ●スペアリブと大根の煮込み

材料（5人分）

- A
  - スペアリブ 700g
  - 生しょうが 1かけ
- B
  - 大根 500g
  - にんじん 250g
  - 酒 大サジ3
- C
  - 黒砂糖 大サジ3
  - みそ 80g
  - しょう油 適宜

作り方

- ①中華なべに油を少し熱しスペアリブを炒め生しょうがを加え、水をひたひたに入れから20分位煮る。
- ②①が煮えたらBを加えてさらに具がやわらかくなるまで煮る。
- ③Bが煮えたらCを加え、25分位肉をここと煮る。  
(味をみながらしょう油を入れる。)

## ●ポテトサラダのだ巻

材料（5人分）

- 油揚 4枚
- じゃがいも 500g
- にんじん 少々
- たまねぎ 大 $\frac{1}{2}$
- きゅうり 1.5本
- サニーレタス 適量
- トマト 適量

- A
  - だし汁 250cc
  - しょう油 大サジ1と $\frac{1}{2}$
  - 砂糖 大サジ1強
  - 酒 大サジ1強
- マヨネーズ 大サジ5

作り方

- ①油揚は切って1枚に開き油抜きをしてAの調味料で炒める。
- ②じゃがいも、にんじんは茹でて水を切りじゃがいもは裏ごしを

し、にんじんはいちょう切りにする。

- ③たまねぎは千切りにし、塩もみし水にさらしてから水気を絞る。きゅうりは、塩をつけて板ずりをし小口切りにする。
- ④②③をマヨネーズで合わせ①で巻いて一口大に切る。

## ●くらげと野菜の酢のもの

材料（5人分）

- くらげ 130g
- セロリ 1本
- きゅうり 1本
- 大根 130g
- にんじん 少々
- A
  - 酢 大サジ1
  - しょう油 大サジ1
  - 砂糖 大サジ1
  - 塩 小サジ1
  - 調味料 少々
  - ごま油 少々

作り方

- ①クラゲは一晚水につけてもどし、水気を切っておく。
- ②セロリは、筋を切って千切りにする。
- ③きゅうり、大根、にんじんは千切りにする。
- ④Aと①②③をボールに入れてよく混ぜる。

金木病院カルテ

(112)

『何ともない』病氣・糖尿病

内科 小杉 拓生

外来で「何ともないもの」と言う患者をよく見かけます。患者さんの訴えは病氣の原因を見つめるのに大変大事なことで、我々医者が外来で「具合はどうですか」と聞くのはそのためです。ところが症状が出る前に、検査で見つけて治療を始めないと手遅れになる病氣もたくさんあります。そういう病氣の一つとして、今回は糖尿病についてお話しします。

「糖尿病」という名前から、尿に糖が出る病氣だというのはすぐわかりますが、それで何が困るのかよくわからないでしよう。お腹が痛くなるわけでもないし、熱が出るわけでもありません。糖尿病もひどくなれば、おしっこが近くなつてのどが渇いたり、めまいがしてきたりしますが、軽いうちはほとんど症状がありません。だから患者さんは「何ともない」というのですが、糖尿病というのは実は大変恐い病氣なのです。

糖尿病では、血の中に糖がよけいにあります。それで尿の中に糖が混じってくるのですが、この「血の中によけいに糖がある」というのが問題なのです。

血管が集まっている所、特に目と腎臓が悪くなります。ちよつと物がはつきり見えなくなつたなあ、と思つた時にはもう手遅れで、その頃には治療にも限界があり、元に戻すことは不可能で、最悪の場合全く目が見えなくなります。

実際、日本の失明の原因としては糖尿病が一番多いのです。腎臓が悪くなつてきた場合も、今の所良い治療方法はありません。全く尿を作れなくなると、人工透析が必要になります。人工透析も原因の一番はやはり糖尿病です。

更に糖尿病の人は、脳梗塞、心筋梗塞といった、大変恐い病氣になりやすくなります。それに、傷や肺炎といった病氣も治りにくくなります。

ではそうならないようにするには、どうすればよいでしょう。一番いい方法は、軽いうちに糖尿病を見つけて、悪くならないうちに早く治療を始めることです。尿と血を検査すればすぐにわかります。金木町で行なっている健康診断でも、必ず糖尿病の検査は行なっています。「何ともない」と言っていないで、一度検査を受けてみてください。

元気であらうがあれ



▶職業 航空自衛隊北部航空音楽隊(三沢基地) ▶氏名 近藤 将  
▶年齢 42歳 ▶出身地 金木町昭和町 ▶家族構成 妻・長女

金木町では、春から夏に向けて今、一年を通して最良の時期を迎えていることでしよう。

故郷を離れてから既に二十余年余りが過ぎ、今、当時のことを顧みればつい昨日のような思いがいたします。

さて、わたしの所属する北部航空音楽隊は、全国に五つある航空自衛隊の音楽隊の一つで最も北に位置し、青森、秋田、岩手の各県及び北海道

全域を主な演奏行動範囲とし隊員の士気振作、部隊等の儀式及び行事支援、公共機関から要請による各種行事の演奏を行っております。

留守がちな毎日で辛いこともありますが、その半面新鮮な家庭を保つことができる職場と自負しております。

演奏旅行にでかけると、地元の方々ともふれあうことが多い、そのためか最近少々太りぎみです。

話が変わりますが、広報かなぎ(三月号)の「第三回ファミリーコンサート」の記事を拝見致しました。機会がありましたら北部航空音楽隊のコンサートも是非金木町で、と願っております。その際にはどうぞよろしくお願い致します。

最後になりましたが、これからの金木町のご発展をお祈りしております。

# 戸籍の窓

五月届出分

## おめでとよう

古川 翔太 (尚宏) 喜良市  
 加藤 亜由美 (由信) 金木  
 今 聡一朗 (義親) 金木  
 長尾 真充 (友治) 金木  
 江良 沙紀 (弘文) 金木  
 神島 京佑 (貢) 嘉瀬  
 松川 叶実 (昌樹) 嘉瀬  
 木村 叶 (昭二) 喜良市  
 田中 将貴 (琢己) 蒔田  
 原田 葵 (博嗣) 金木  
 石戸谷 優宗 (貞助) 金木

## おしあわせに

大屋 弘美 (正美) 嘉瀬  
 中野 妙子 (喜代光) 柏村  
 藤井 智 (清一) 金木  
 齊藤 恵美子 (一男) 嘉瀬  
 葛西 和彦 (清作) 浪岡町  
 伊藤 智佳子 (二瓏) 嘉瀬  
 秋村 正紀 (繁四) 嘉瀬  
 神 由美子 (清一) 鯉ヶ沢町  
 平山 文洋 (厚) 車力村  
 小松 かずみ (勝治) 嘉瀬  
 高松 隆 (良信) 中里町  
 松川 裕実 (勉) 嘉瀬

## はじめまして



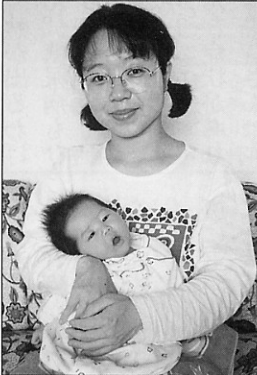
聡一朗

お姉ちゃんと仲良く健康で思いやりのある子に育って (母 今園美より)



亜由美

優しく思いやりのある子に育って (母 加藤弘美より)



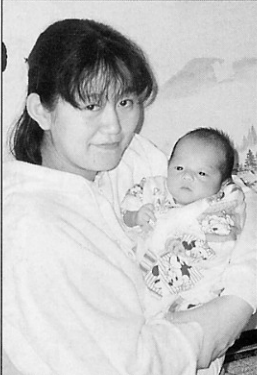
叶実

願いが叶って女の子です (母 松川清子より)



将貴

健康で優しい子に育って (母 田中良江より)



優宗

素直でたくましい子に育って (母 石戸谷ちなみより)

### 伝言板



○届きました  
 5月23日16時20分 金木町  
 朝日山198の1 浜屋商店販売  
 機横 ニッサンの車の鍵  
 以上の落し物がありました。  
 いずれも心当たりの方は、  
 警察署落しもの係りまで。  
 ○係から  
 このコーナーを利用したい  
 方は役場企画室まで。

山口 富治 (修一) 喜良市  
 木村 友子 (義直) 木造町  
 黒滝 互 (好秋) 稲垣村  
 角田 ますみ (影三) 金木  
 白川 昌利 (昌治郎) 蒔田  
 工藤 友里子 (昇) 市浦村  
 成田 光伸 (則明) 中里町  
 澤田 亜由美 (満) 嘉瀬  
 吉井 基郎 (和憲) 車力村  
 榊 引 美香 (誠二) 嘉瀬  
 桑田 泰樹 (良一) 稲垣村  
 徳田 光香 (信三) 金木  
 佐藤 裕一 (金三郎) 五所川原市  
 西村 あゆみ (一男) 喜良市

木村 冬樹 (勝三) 喜良市  
 吉崎 浩子 (啓治) 青森市  
 秋元 秋男 (一) 川倉  
 三國 谷咲子 (經) 中里町  
 大川 巖 (光雄) 金木  
 野村 眞樹子 (公男) 中里町  
 伊藤 一二三 (富義) 喜良市  
 佐々木 可愛 (和夫) 五所川原市  
 三橋 栄一 (久美) 東京都  
 田中 春美 (長作) 金木  
 大橋 利行 (利春) 神奈川県  
 神島 春美 (秀信) 嘉瀬

長谷川 はる (77才) 金木  
 田中 ツワ (88才) 金木  
 竹内 祐子 (48才) 金木  
 古川 勇 (58才) 喜良市  
 竹内 正友 (68才) 藤枝  
 小野 實 (87才) 喜良市  
 白川 定一 (78才) 金木  
 阿部 千エ (74才) 嘉瀬  
 花田 一 (75才) 金木

この欄は、金木町に住所を有している方々を掲載しています。掲載を希望しない方は町民課窓口へ届出の際申し出てください。

人口と世帯		5月末現在	前年同月比
男	5,987人	△	46人
女	6,605人	△	71人
計	12,592人	△	117人
世帯数	3,882		10