



小型立佞武多を寄贈

市は、立佞武多「鹿嶋大明神と地震鯨」の製作が縁となり、災害時相互応援協定を結んだほか、交流事業を進めている茨城県鹿嶋市に、「鹿嶋大明神と地震鯨」の小型立佞武多を寄贈しました。

3月8日に「カシマサッカースタジアム」で行なわれた贈呈式では、平山市長と内田俊郎鹿嶋市長(写真右)が、震災からの復興を祈願するとともに、さらなる交流を誓いました。

小型立佞武多は1年間、Jリーグ鹿島アントラーズの本拠地である同スタジアム正面ロビーに設置されます。

P18(裏表紙)に鹿嶋市との交流事業のお知らせがあります。

今号の主な内容

- ・平成26年度予算…………… 2
- ・住まいに関する補助…………… 5
- ・春の火災予防運動…………… 6
- ・定期予防接種…………… 16
- ・鹿嶋市との子ども交流事業… 18

平成26年度五所川原市一般会計予算は

313億1300万円

「行財政改革への取り組みを堅持する」とともに、「市民生活に安心を与える施策」や「市民と行政とのよりよいパートナーシップの構築」のために

予算を重点的に配分

平成26年度当初予算が3月定例会で可決されました。

平成26年度一般会計当初予算は、総額を313億1300万円とし、平成25年度当初予算に比べると36億1700万円、10.4%の減となりました。

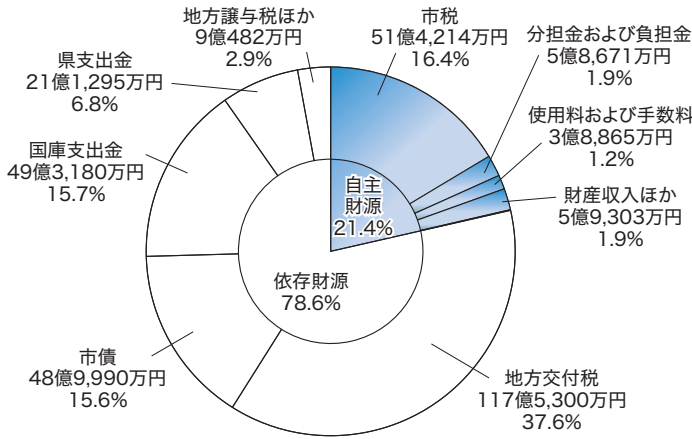
減額となった主な要因は、つがる西北五広域連合病院建設事業が平成25年度で完了し、つがる西北五広域連合に対する負担金が減となったことなどによりです。

*平成26年度当初予算書・当初予算概要説明書は、市ホームページにも掲載されています。

財政課 内線2212

一般会計歳入

313億1,300万円

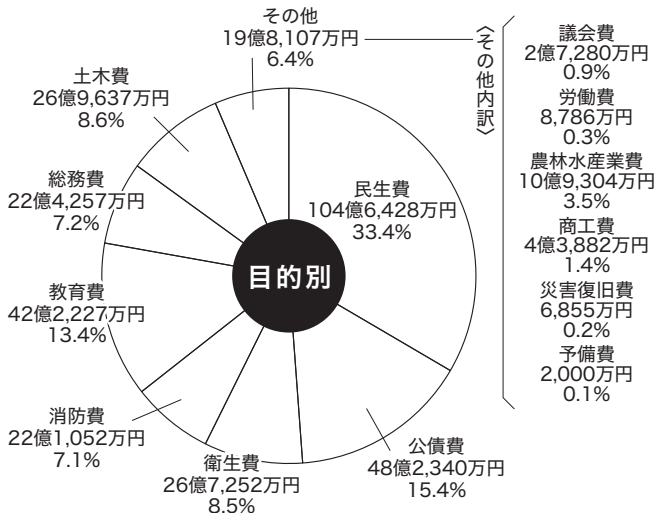


〈主な歳入〉

- ◆市税 (+8,445万円)：「東日本大震災からの復興に関し地方公共団体が実施する防災のための施策に必要な財源の確保に関する地方税の臨時特例に関する法律」が公布され、臨時的措置として平成26年度から平成35年度までの10年間に限り、市民税・県民税の均等割の税率が引き上げられたため、前年度比1.7%の増となっています。
- ◆地方交付税 (△1億7,350万円)：国からは前年度比1.0%の減が示されていますが、当市では補正係数等を勘案し、普通交付税を前年度比1.3%の減、特別交付税を前年度比2.5%の減としています。
- ◆市債 (△42億7,234万円)：学校給食センター建設事業が11億3,680万円、消防防災施設整備事業が3億5,180万円、市民体育館大規模改造事業が2億7,460万円それぞれ増となるもの、つがる西北五広域連合病院建設事業が平成25年度で完了したことに伴い56億4,860万円の減となっており、前年度比46.6%の減となっています。

一般会計歳出

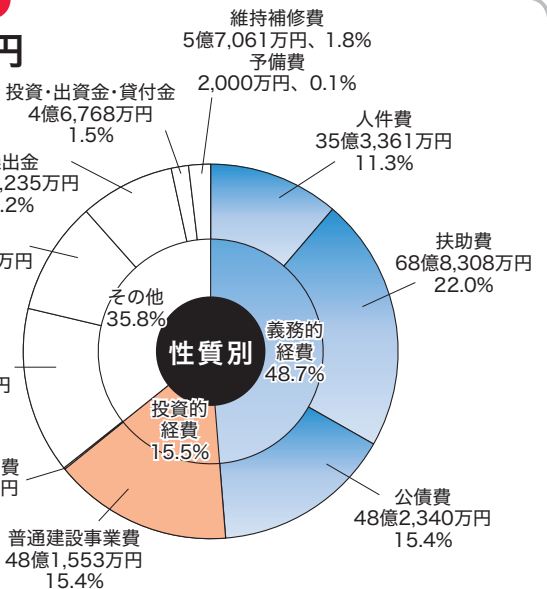
313億1,300万円



目的別分類 各行政分野の経費の配分状況がわかります。

〈主な歳出(目的別)〉

- ◆衛生費 (△60億2,906万円)：平成25年度でつがる西北五広域連合病院建設事業が完了し、つがる西北五広域連合に対する病院建設負担金が58億2,025万円の減となることから、前年度比69.3%の減となっています。
- ◆土木費 (+5億3,178万円)：唐笠柳・錦町線や広田・尻無線などの道路整備事業を継続実施するほか、道路橋長寿命化計画に基づき橋梁の工事に取り掛かることなどから、前年度比24.6%の増となっています。
- ◆教育費 (+13億424万円)：学校給食センター建設事業の本格着工により11億8,431万円、市民体育館大規模改造事業が2億7,446万円などの増で、前年度比44.7%の増となっています。



性質別分類 財政の弾力性など歳出の構造がわかります。

〈主な歳出(性質別)〉

- ◆義務的経費 (+9,947万円)：人件費・扶助費は減少していますが、地方交付税の代替としての臨時財政対策債の償還額が年々大きくなっていることなどにより公債費が増となっており、前年度比0.7%の増となっています。
- ◆投資・出資金・貸付金 (△59億5,154万円)：つがる西北五広域連合病院建設事業が完了したことにより、前年度比92.7%の大幅な減となっています。
- ◆投資的経費 (+20億2,593万円)：学校給食センター建設事業、消防防災施設整備事業、市民体育館大規模改造事業、金木中学校大規模改造事業などの建設事業の増により、前年度比71.6%の増となっています。

平成26年度 一般会計の主な新規・拡充・継続事業と予算

市民生活に安心を与える施策

■雇用対策

継緊急就労支援対策事業	1,693万円
継母子家庭自立支援給付事業	219万円
継若年未就職者就職支援事業	71万円
新起業支援型地域雇用創出事業	4,138万円
起業後10年以内の民間企業等が失業者を新たに雇い入れることにより、地域に根ざした緊急かつ継続的な雇用の受け皿の創出を図る	
継青年就農給付金事業	7,749万円

■子育て支援

継保育所緊急整備事業	6,400万円
新子ども・子育て支援事業	293万円
子ども・子育て会議の設置、事業計画に伴う計画策定を実施	
新認定こども園事業	702万円
幼稚園型認定こども園への保育機能部分に対する補助	
拡特別保育事業	1億2,078万円
休日保育事業・延長保育事業を実施する保育所を増	

■医療・保健

拡妊婦委託健康診査事業	4,413万円
多胎妊婦について、基本的な妊婦健診を7回分上乗せして交付	
拡予防接種事業	1億4,616万円
平成26年10月から定期予防接種化される水痘および成人用肺炎球菌ワクチンの接種費用完全無料化を実施	
新学生発平均寿命アップ実現プロジェクト事業	65万円
高校生による健康教育のアイデアコンテスト等を通じ、地域全体の健康意識の向上と平均寿命のアップを図る	
新食育推進支援事業	158万円
食育推進リーダーの育成などを通して、保育所や学校、飲食店などとともに減塩や低脂肪などのヘルシーメニューの取り組みを推進	
拡浄化槽設置整備事業	7,522万円
住宅の増改築に限り実施してきた合併処理浄化槽設置費の一部助成制度を、新築住宅へも対象を拡大	
新プラスチック製容器包装分別収集事業	642万円
市浦地区において、試験的に廃プラスチック搬入量を調査	

■学校教育

拡学校教育支援員配置事業	1,994万円
特別な配慮を必要とする児童生徒の支援等のために学校教育支援員を配置	
新小学校統合事業	998万円
金木小、嘉瀬小、喜良市小の3校統合のための経費	
新栄小学校大規模改造事業	365万円
平成26年度は設計を実施	
継金木中学校大規模改造事業	1億9,734万円
継再生可能エネルギー導入事業	1億3,318万円
継学校給食センター建設事業	14億81万円

■消防・防災

継本庁舎整備事業	4,339万円
継木造住宅耐震診断支援事業	65万円
継住宅リフォーム助成事業	2,002万円
継消防救急無線デジタル化事業	2億5,174万円
消防救急無線デジタル化の整備(五所川原地区消防事務組合負担金)	
拡消防防災施設整備事業	5億3,289万円
防災拠点となるコミュニティセンター等の整備	
継自主防災組織育成事業	350万円

市民と行政とのよりよいパートナーシップ構築のための施策

新自治会振興交付金	928万円
町内会などの自治会活動のより一層の促進と活性化を図ることを目的に創設	
継市民提案型事業	660万円
新五所川原市合併10周年記念事業	3,361万円
合併後市制施行10周年を記念し、オルテンシアにおいて記念式典等を行うほか、「走れメロスマラソン事業」、「NHKラジオ番組招致事業」などを実施	

その他の主な事業

新…新規事業
継…継続事業
拡…拡充事業

■民生費

新臨時福祉給付金給付事業	2億2,827万円
消費税引き上げに伴う経済対策として、市民税が課税されていない者を対象に一人あたり1万円を給付(高齢・障害年金等の受給者等は5千円加算)	
新子育て世帯臨時特例給付金給付事業	5,216万円
消費税引き上げに伴う経済対策として、児童手当受給世帯に対し、子ども一人あたり1万円を給付(臨時福祉給付金の給付対象者を除く)	

■農林水産業費

拡野菜等産地生産・販売力強化事業	234万円
畑作農作物のハウス栽培の産地拡大強化事業として、簡易型パイプハウスの設置費用を助成	

■土木費

継唐笠柳・錦町線整備事業	3億5,160万円
継広田・尻無線整備事業	1億6,350万円
新道路ストック点検事業	5,700万円
橋梁、道路付属物および路面の劣化状況を定量的に把握し、今後のより経済的な修繕計画の確立を図る	
継道路橋長寿命化修繕事業	2億100万円
新公営住宅建替事業	7,847万円
新宮団地の建て替え事業に着手	

■教育費

新ふるさと五所川原の歴史文化魅力発信事業	170万円
五月女泡(そとめやち)遺跡の浸透を図るため、出土品やパネルの展示、講演会を開催	
継日津島家住宅煉瓦堀耐震補強事業	5,746万円
継市民体育館大規模改造事業	2億8,387万円

〈特別会計予算〉

区 分	予 算 額	前年度比(%)
国民健康保険事業勘定	82億3,448万円	▲0.8
国民健康保険医科診療施設勘定	2億1,089万円	▲1.9
国民健康保険歯科診療施設勘定	4,672万円	▲0.6
後期高齢者医療	6億3,247万円	9.7
介護保険	58億827万円	3.4
高等看護学院	1億525万円	0.0
公共用地先行取得事業	3,094万円	▲7.8

*各財産区特別会計の予算は省略させていただきます。

〈企業会計予算〉

■水道事業

元町浄水場の取水塔に架かる水管橋について、経年劣化が激しいため塗装等の補修工事を実施するとともに、中央監視制御装置の更新を行います。

水道事業	予 算 額	前年度比(%)
収益的収入	16億1,588万円	4.6
支出	13億1,184万円	1.1
資本的収入	2億2,040万円	▲16.3
支出	14億1,420万円	18.6

■工業用水道事業

厳しい経済情勢の中、新たな契約企業は見込めない状況が続いていますが、より一層の効率的な運営に努めます。

工業用水道事業	予 算 額	前年度比(%)
収益的収入	1億1,729万円	8.6
支出	8,285万円	12.5
資本的収入	8,962万円	▲1.1
支出	1億3,758万円	▲9.3

■下水道事業

資産の適正な維持管理と経営状況の正確な把握により、効率的かつ計画的な経営に努めます。また下水道処理区域外への合併処理浄化槽の一部助成制度を新築住宅へも対象を拡充します。

下水道事業	予 算 額	前年度比(%)
収益的収入	9億4,996万円	47.9
支出	10億8,998万円	32.2
資本的収入	6億465万円	2.3
支出	7億2,152万円	2.7



4月1日から 機構・業務場所が 一部変更となります

商工観光課が2課に分かれます

経済部商工観光課が「商工労政課」「観光物産課」の2課に分かれます。

それに伴い、消費生活相談室は商工労政課の課内室に、地域産業振興室は廃止し、業務は観光物産課が引き継ぎます。

なお、業務場所は今まで同様、市役所3階で変更はありません。

問 人事課 内線2141

五所川原教育総務室が中央公民館に 移動となります

市役所3階の五所川原教育総務室の業務場所が、中央公民館に移動します。

児童生徒の就学、入学、転学に関する手続き、就学の援助、幼稚園就園奨励に関する相談などは中央公民館へお出ください。

問 五所川原教育総務室(中央公民館内) Tel.35-6056

4月5日(土)・6日(日) 市役所窓口を 開設します

例年この時期は、転入・転出の手續等で窓口が大変込み合います。

窓口の混雑緩和と待ち時間短縮のために、以下の土・日曜日に市役所窓口を開設しますのでご利用ください。
開設日時…4月5日(土)・6日(日) 8:30~17:15

業務内容(いずれも市役所窓口のみ)	担当課
市民課窓口業務全般 住民異動届、各種戸籍に関する届出(届出の内容により、当日処理できない場合があります)、印鑑登録、各種証明書交付事務等 *住基カードの交付・公的個人認証サービス業務は除く	市民課 内線2312
国民健康保険関係 転入、転出に係る資格取得・喪失、乳幼児医療費給付業務等 後期高齢者医療関係 転入、転出に係る資格取得・喪失	国保年金課 内線2331
家庭ごみ収集カレンダーの配布 家庭ごみ分別の説明	環境対策課 内線2344
母子健康手帳の交付 乳幼児健診、予防接種に関すること 子宝祝金の申請 各種がん検診、骨粗しょう症・歯周疾患検診に関すること	健康推進課 内線2362

リハビリ重視型デイサービス 『心身自歩』

無料体験受付中

※介護認定が必要です。お気軽にご相談ください。

リハビリ堂 やすらぎ デイサービス

五所川原市中平井町 144-2 電話 33-6030
http://terako.fc2web.com/

屋根・外壁の塗装は、アートに決めてよかった!

五所川原市住宅リフォーム助成事業工事受付中



あなたのリフォーム、全力でサポートします

■屋根・外壁リフォーム専門店 ■ 地元職人直営店

外壁リフォーム
シャッター工事
屋根リフォーム
お風呂リフォーム

アートリフォーム(株) 33-4713 ◆ホームページは◆
新規作成中

五所川原市七ツ館虫流51-29

朝8:00から夕方19:00まで毎日楽しく営業中

住まいに関する補助・助成のお知らせ

五所川原市住宅リフォーム助成事業

自己の居住する住宅の修繕や増改築工事の経費の一部を助成します。

ただし、同一人および同一住宅につき1回限りとし、過去に本事業の助成を受けた方は申し込みできません。

助成対象者…次の条件をすべて満たす方です。

▽市内に居住し、住民登録をしている方

▽市税を滞納していない方

▽住宅の修繕や増改築の部分に関し、市の他制度の助成を受けていない方(助成を受けた箇所または受けようとする箇所を除けば申請可)

助成対象住宅

▽自己が所有し、自らが居住している市内の住宅

▽マンション等の集合住宅については自己専有部分

▽店舗等との併用住宅は自己居住部分のみ

助成対象工事…次の条件を全て満たす工事です。

▽工事に要する費用が20万円以上(消費税額を除く)の工事

▽市内に本店を有する建設業者等(個人事業者含む)が施工する工事

▽助成金の交付決定後に着手し、平成27年1月末日までに完了する工事

▽工事完了した日から30日以内の実績報告書を提出すること

*工事例 部屋の増設、間仕切りの変更のための工事 / 屋根の葺き替えや塗装工事 / 外壁の張り替えや塗装工事 / 台所や浴室などの改修工事 / 壁紙や床などの張り替え、模様替え等の内装工事 / 襖の張り替え、畳の表替え / 段差解消などのバリアフリー工事 / 屋根、雨樋などの改修工事 など

助成限度額・助成率

対象工事費の20%(1,000円未満は切り捨て)以内で20万円を上限

受付期間…平成26年5月1日(木)から5月15日(木)まで

*予算を超える申請があった場合は抽選を行います。

*5月15日時点で予算に到達しない場合は、10月31日まで先着順で受付します。ただし、予算に到達した時点で受付を終了します。

申請方法…申請書(市ホームページからダウンロードまたは建築住宅課で配布)に必要事項を記入し、添付書類とともに建築住宅課まで持参してください。

*詳細は、市ホームページでも確認できます。

申請先…建築住宅課 内線2664

五所川原市新エネルギー設備導入促進事業

市内の住宅等(これから新築する場合も含む)に太陽光発電システム、家庭用蓄電池、木質ペレットストーブを設置し、自ら居住する方(木質ペレットストーブは営業用店舗で日常的に使用する方も可)を対象に設置費用の一部を補助します。

補助対象設備・補助金額

▽住宅用太陽光発電システム

1kW当たり3万円とし、12万円を上限

▽家庭用蓄電池

1kWh当たり2万円とし、6万円を上限

▽木質ペレットストーブ

設備の購入に要する費用または15万円のいずれか低い額

*交付決定前に工事着手したものや、既設・中古の設備は対象外です。

募集期間

平成26年4月1日(火)から平成27年2月13日(金)まで

*詳細は、市ホームページでも確認できます。

申請先…企画課 内線2154

浄化槽設置費用の補助金制度【補助対象拡充】

これまで補助対象を切り替えにより設置する浄化槽に限っていましたが、今年度から、新築、建替え、新たに建築する建売住宅の購入による浄化槽も対象となりました。

対象となる区域…公共下水道認可区域、特環下水道(相内地区)・農業集落排水(梅田地区・藻川地区・蒔田地区)・漁業集落排水(十三地区)を除く市内全域

補助対象の要件

▽自らが居住することを目的とした住宅に浄化槽を設置する方
または浄化槽を新たに設置する住宅を建築・購入する方

▽市税等を滞納していない方

▽市に住民登録をしている方または住民登録を行う方

▽着工前に申請し、市の確認を受けること

▽平成27年3月10日(火)までに設置を完了し、浄化槽設置完了報告書を提出すること

*店舗を含む住宅や一軒家の貸家の場合、別に要件があります。

*新たに建築される建売住宅を購入する場合は、建築者が保管する補助対象であることを証する通知書が必要になります。

補助の限度額…▽5人槽：35万2,000円

▽6～7人槽：44万1,000円

▽8～10人槽：58万8,000円

補助の基数…150基を予定

受付期間…平成26年4月1日(火)～12月25日(木)まで、予算の範囲内で随時受付。申請に必要な書類は下水道課で配布。

申請先…下水道課(不魚住61-1) Tel.23-6000

4/14(月)~4/20(日)

春の火災予防運動

消防本部
TEL35-2020

県下一斉に春の火災予防運動が始まります。

五所川原地区消防本部、五所川原・金木・市浦消防署は、運動期間にあわせ、防火PR等を行います。

4月14日(月)~20日(日)

- ・各消防署・消防団による車両での火災予防広報
- ・立佞武多の館に蒸気ポンプ「太郎号」展示

4月16日(水) 10時~10時50分

街頭パレード(五所川原地区)

4月20日(日)

- 女性消防団員による防火PRティッシュ配布
- ・五所川原地区 ELMの街ショッピングセンター
- ・金木地区 スーパーストア金木タウンセンター

統一標語 「消すまでは
心の警報 ONのまま」



昨年「秋の火災予防運動」
街頭パレード

住宅防火 命を守る7つのポイント

【3つの習慣】

- ①寝たばこは、絶対やめる。
- ②ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ③ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

【4つの対策】

- ①逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ②寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
- ③火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- ④お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

火災救助功労者を表彰しました



3月8日の五所川原消防署での表彰式に出席した伊藤芳忠さん(前列中央左)と佐藤洋二さん(同右)

火災救助活動を行った齋勝建設株式会社の従業員5名に、五所川原地区消防事務組合管理者(平山市長)から表彰状が贈呈されました。

1月12日、16時20分頃発生した中泊町での建物火災にて、発生場所近くで作業していた5名は、消防署へ通報するとともに、逃げ遅れて2階で助けを求める方を、工事用重機を利用して無事に救助した功績を称えたものです。

表彰された皆さん

- 伊藤芳忠さん(中泊町) 柏崎貴人さん(中泊町)
- 佐藤洋二さん(五所川原市) 高橋光司(つがる市)
- 伊藤芳伸さん(中泊町)

住宅用火災警報器を設置していますか

平成25年の市内の火災件数16件のうち住宅火災は10件で、2名の方が亡くなっています。

住宅用火災警報器を設置していたため、火災を早期に発見でき、被害を最小限に抑えることができたという事例は年々増え続けています。

火災による犠牲者を減らすため、あなたとあなたの家族を守るため住宅用火災警報器を設置しましょう。

住宅用火災警報器は、防災機器販売店、ホームセンター、家電販売店等で購入できます。

なお、消防本部、消防署では消火器等の販売は行っておりません。悪徳業者による訪問販売や点検等には、

十分ご注意ください。

住宅用火災警報器等に関するお問い合わせ・ご相談は、消防本部予防課までお気軽にどうぞ。



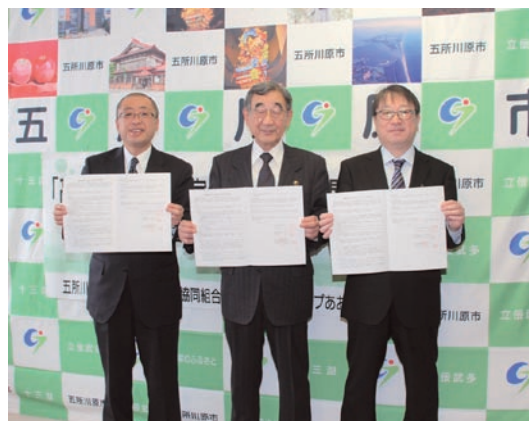
つけて安心!
住宅用火災警報器

「高齢者等見守りの取組」に関する協力協定を締結しました

3月18日、生活協同組合コープあおもり(小池伸二理事長)、津軽保健生活協同組合(長谷良志男理事長)と市の三者で、高齢者世帯などの見守りの取り組みを推進する協定を締結しました。

これは、県が、県内7つの生活協同組合と締結した「高齢者等見守りの取組」推進に関する協定を基に、市との協力体制を確認したもので、当市を圏域とする2つの生協が、配達業務等の中で、高齢者世帯等を対象に、気になることや異変があった場合、市に連絡するなど、地域の見守りネットワークを強化することが目的です。

協定締結式には、津軽保健生活協同組合の田中研常務理事、生活協同組合コープ青森の菅原正常務理事が参加。市長は「地域福祉の向上につながる協定を締結でき、心強く喜ばしい」とあいさつ。生協を代表して菅原常務理事が「地域の見守りネットワークの一員と



協定書を手にした生活協同組合コープあおもりの菅原常務理事(左)と津軽保健生活協同組合の田中常務理事(右)

して協力して行きたい」と握手を交わしました。

協定については、介護福祉課(内線2458)へお問い合わせください。

後期高齢者医療被保険者の皆さんへ 平成26年度青森県後期高齢者医療保険料のお知らせ

青森県後期高齢者
医療広域連合
TEL017-721-3821

均等割額と所得割率はこれまでと変わりません。賦課限度額は2万円引き上げられ、57万円となりました。

保険料の決まり方(年額)

均等割額 [被保険者全員が納める額]	+	所得割額 [所得に応じて納める額]	=	保険料額 (限度額57万円)
40,514円		基礎控除後の所得(※)×7.41%		

(※) 基礎控除後の所得とは、前年の総所得金額等から基礎控除額(33万円)を差し引いた額です。

保険料の軽減措置

平成26年度の保険料軽減措置は、判定基準を拡大して引き続き実施されます。

○所得が低い方の軽減

同一世帯内の被保険者およびその世帯の世帯主の所得を合わせた合計所得に応じて、次のとおり均等割額を軽減します。

世帯の所得額の合計	軽減割合
33万円以下かつ被保険者全員の年金収入が年額80万円以下(その他の各種所得がない)	9割
33万円以下	8.5割
33万円+(24万5千円×被保険者の数)以下(※1)	5割
33万円+(45万円×被保険者の数)以下(※2)	2割

(※1) 平成25年度までは、33万円+{24万5千円×被保険者の数(世帯主を除く)}以下

(※2) 平成25年度までは、33万円+(35万円×被保険者の数)以下

被保険者の基礎控除後の所得が58万円以下の方は、所得割額が5割軽減されます。

○被用者保険の被扶養者であった方の軽減

均等割額が9割軽減され、所得割額の負担はありません。

*被用者保険とは、全国健康保険協会管掌健康保険、船員保険、健康保険組合、共済組合などです。

お知らせ

行政・人権相談

行政相談は行政相談委員、人権相談は人権擁護委員が担当します。

五所川原地区(行政相談)

▽4月10日(木) 10:00~12:00
4月24日(木) 13:00~15:00
市役所2階市民相談室
問 市民課 内線2317

金木地区(行政・人権合同相談)

▽4月16日(水) 10:00~15:00
金木総合支所4階第3会議室
問 金木総合支所 内線3104

市浦地区(行政・人権合同相談)

▽4月8日(火) 10:00~15:00
青森あすなるホール市浦
問 市浦総合支所 内線4011

法務局人権相談

▽月曜~金曜日(祝日を除く)
8:30~17:15
五所川原支局1階人権相談室
問 青森地方方法務局五所川原支局
TEL34-2330

制度紹介

五所川原市母子家庭等 自立支援給付金事業

母子家庭および父子家庭の自立を支援するための制度です。

いづれも事前相談が必要です。

就くため必要であると認められる方
対象講座：雇用保険制度の教育訓練給付の指定教育訓練講座と同様。

児童扶養手当を受給しているか、同様の所得水準にある方
・就業または育児と修業の両立が困難であると認められる方
・過去に訓練促進費または同様の趣旨で支給される給付金を受給していない方

就職に結びつく可能性の高い教育訓練を受講した際の受講費用等の20%(上限10万円)を支給。

申請手続：市から対象講座の指定を受け、受講終了後に支給申請。

養成機関に在籍している方
対象資格：看護師、准看護師、介護福祉士、保育士、理学療法士、作業療法士等

対象者：市内に住所を有し、次の要件すべてを満たす方

問：家庭福祉課 内線2439

支給期間：修業期間の全期間(上限2年)

・児童扶養手当を受給しているか、同様の所得水準にある方

訓練促進費月額：10万円(住民税課税世帯は月額7万5千円)

申請手続：4月30日(水)までの申請で4月分より対象。以後申請日より対象。

・雇用保険法による教育訓練給付の受給資格を有していない方

入学支援修了一時金：養成機関修了後に5万円(住民税課税世帯は2万5千円)

問：家庭福祉課 内線2439

・過去に教育訓練給付金を受給していない方

対象者：市内に住所を有し、次の要件すべてを満たす方

定員：5名程度

制度紹介

福祉タクシー事業

在宅の重度心身障害者に対して福祉タクシー利用券を交付しています。

対象者：市内に居住する在宅の重度心身障害者(身体障害者手帳1級の方および愛護手帳Aの方)。

*障害による自動車税の減免を受けている方は申請できません。

申請期間：4月1日~平成27年3月31日

持参するもの：身体障害者手帳・愛護手帳、印鑑

申請先：家庭福祉課、各総合支所 総合窓口係

問：家庭福祉課 内線2433

講習会

点訳奉仕員養成講習会

日時：6月13日~10月31日の毎週金曜日(開催日数17日)
13時~16時

会場：中央公民館第4会議室

内容：視覚障害者のための点字図書製作技術を学び製作する。

受講資格：高校卒業程度の学力を有し、パソコンを持ち、基本操作のできる方

受講料：無料
申込締切：5月9日(金)

問：青森視覚障害者情報センター
TEL017(782)7799

募集

JICAボランティア

開発途上国の人々と共に生活し、相互理解を図りながら、技術や経験を生かして人々の自助努力を促進させる形で協力活動を展開していく海外でのボランティア員を募集します。

募集期間

4月1日(火)~5月12日(月)(消印有効)

応募資格

日本国籍を持つ次の方

▽青年海外協力隊/日系社会青年ボランティア
20歳~39歳

▽シニア海外ボランティア/日系社会シニアボランティア
40歳~69歳

(年齢はいずれも5月12日時点)

*詳細はホームページ(<http://www.jica.go.jp/volunteer/index.html>)をご覧ください。

問：JICA東北ボランティア担当

TEL022(223)4772

制度案内

国民年金

▽平成26年度国民年金保険料額

平成26年度の国民年金保険料は、月額1万5250円となります。

これまでより月々210円の増額となりました。

給付と負担のバランスを保ちながら調整を行っていますので、ご理解をお願いいたします。

▽学生納付特例制度

20歳以上の学生については、申請により在学中の保険料納付が猶予される制度があります(本人の所得制限あり)。

申請を行わず、保険料が未納のままだと、不慮の事故や病気により障害が残ったときに、障害基礎年金等を受けることができず、

毎年申請が必要ですが、学生納付特例の承認を受けている人で、翌年度以降も引き続き在学予定の人には、はがき形式の申請書が日

本年金機構から送付されます。申請をする場合は、必要事項を記入し、返送してください。

なお、4月中旬を過ぎてもはがきが届かない場合は、市役所、各総合支所で申請してください。

申請に必要なもの

・年金手帳

・学生証または在学証明書(コピー可)

・印鑑(認印で可)

・雇用保険離職票等(会社等を退職し学生となられた方)

*学生納付特例期間は、老齢基礎年金の受給資格要件には算入されませんが、年金額には反映されません。10年以内であれば保険料をさかのぼって納めることができます。ただし、3年目以降は当時の保険料に加算金がつくので、追納はお早めに!

問: 国保年金課 内線2332

問: 環境対策課 内線2345

五所川原市地域福祉計画

パブリックコメント(意見公募手続)により「五所川原市地域福祉計画」を策定しました。

市民と行政との協働のもと、お互いに支え合う仕組みを構築し、地域福祉に関する活動等を積極的に推進するための指針となる計画です。

計画書やパブリックコメントの実施結果は、市ホームページ、市役所・各総合支所行政資料スペースで閲覧できます。

問 保護福祉課 内線2424



3月17日、五所川原市地域福祉計画策定委員会の成田和美会長から、策定した計画書が市長に提出されました。

消費生活相談

消費生活全般

▽五所川原市消費生活相談室 TEL33-1626

月曜～金曜(祝日を除く) 9:00～16:30

市役所3階消費生活相談室

▽消費者ホットライン TEL0570-064-370

お近くの消費生活センターへ繋がります

▽青森県消費生活センター TEL017-722-3343

平日9:00～18:00 土・日・祝日10:00～16:00

*青森県消費生活センターの弘前、八戸、むつ相談室を廃止しました。今後は、上記連絡先で相談を受付します。

多重債務相談

▽くらしとお金の安心相談会

消費者信用生活協同組合青森相談センター

TEL017-752-6755

4月9日(水) 10:00～16:00

市役所3階消費生活相談室

*予約制。貸付制度あり。

▽東北財務局青森財務事務所 TEL017-774-6488

月曜～金曜(祝日を除く) 8:30～17:15

青森財務事務所

(青森市新町2-4-25青森合同庁舎3階)

春のクリーン作戦(泥上げ)

春の清掃運動の一環として、側溝から上げた泥の回収を行います。

側溝の泥上げを終了した町内会はご連絡ください。

実施期間…4月7日(月)～5月30日(金)

回収…十分乾燥したのち随時(日程調整により、回収が遅くなる場合がありますので、ご了承ください)

注意事項

- ・必ず土のう袋を使用し(土のう袋以外は回収しません)、ごみ集積所付近の邪魔にならない所で乾燥させてください。
- ・土のう袋は配布していませんので、町内会で準備してください。
- ・土のう袋に泥を詰めすぎると袋が切れやすくなり、回収が困難になります。泥を詰めすぎないようにお願いします。

問 環境対策課 内線2345

納付案内
市税のお知らせ

▽納付は口座振替のご利用を
市税の納付は、口座振替(自動
払込)をご利用いただけます。

口座振替を希望する方は、市内
の金融機関またはゆうちょ銀行等
の窓口でお申し込みください。

・口座振替できる税目

市民税・県民税(個人の普通徴
収分)、固定資産税、軽自動車税、
国民健康保険税

*随時課税分は振替対象外となり
ます。

▽督促状でコンビニ納付できます

4月からの督促状が、コンビニ
でも納付できるようになりました。

・取扱税目

市民税・県民税、固定資産税、
都市計画税、軽自動車税、国民
健康保険税

*納付の際は、督促状に記載され
ている指定納期限を確認の上、
納付してください。

*納付可能な督促状は、4月以降
に発行されたもの(コンビニ名
が記載されています)に限りま
すので、ご注意ください。

問：収納課 内線2249

納付案内
**自動車税の納付は
口座振替を**

県では、自動車税の口座振替の
申込みを受け付けています。

平成26年度分から口座振替を希
望する方は、納税者本人の通帳と
預金届出印を持参の上、4月30日
水までに取扱金融機関または地域
県民局県税部にお申し込みくださ
い(すでに口座振替を申込みして
いる方でも、自動車の買換えやナ
ンバー変更により申込内容が変更
となった場合は、再度申込みが必
要となります)。

県ホームページ([http://www.
pref.aomori.lg.jp/life/tax/
top.htm](http://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/top.htm))もご覧ください。

問：西北地域県民局県税部納税管
理課

Tel(34)2111 内線205

注意
有害鳥獣捕獲活動

有害鳥獣による農産物(果樹、
水稲など)被害に対して、市では
猟友会を始め、関係機関と連携し、
カラス・カルガモ・サル等の許可
捕獲事業を行っています。

事業実施に当たっては、安全管
理を徹底し、計画的に実施します
ので、市民の皆さんのご理解をお
願います。

問：農林水産課 内線2512

注意
山火事注意

貴重な森林を守り、緑豊かな郷
土を築くため、山に入る方は、次
のことを守りましょう。

・枯れ草等のある危険な場所で、
たき火をしない。

・強風時および乾燥時には、たき
火・火入れをしない。

・たき火の場所を離れる時は、完
全に消す。

・たばこの吸いがらは必ず消し、
投げ捨てしない。

・火遊びはしない。

*火入れをする時は、市長の許可
が必要です。

問：農林水産課 内線2512

実施案内
平成26年度慰霊巡拝

戦没者慰霊巡拝の日程(予定)が
決まりました。

実施時期や地域等詳細はお問い
合わせください。

問：市民課 内線2317

募金
緑の募金

「緑の羽根」は、ふるさとを愛

するシンボルです。

豊かな自然がもつと広がること
を願い、「緑の募金」活動を展開
します。緑あふれるふるさとを創
っていくために、皆様のご協力を
お願いします。

募集期間

4月1日(火)～5月31日(土)

問：農林水産課 内線2512

観光
**「五所川原立佞武多」
有料観覧席**

販売日：(10席以上)販売中
(9席以下)4月22日(火)

価格：2500円

受付：9時～16時(平日のみ)

申込方法：専用申込用紙により、
FAXまたは商工会議所窓口
にてお申し込みください(電話で
の受付はしません)。

問：五所川原市商工会議所

Tel(35)2121
<http://www.gocci.or.jp>



この社会あなたの税がいきている

西北五税務関係団体協議会は、税知識の正しい理
解と普及、納税道義の高揚を目的として、右記の団
体で構成されています。

- ・五所川原商工会議所
- ・西つがる商工会連絡協議会
- ・北五地域商工会ブロック会
- ・東北税理士会五所川原支部

- ・五所川原税務署管内
青色申告会連合会
- ・社団法人五所川原法人会
- ・五所川原間税会

- ・五彰会
- ・北五小売酒販組合
- ・鯉ヶ沢小売酒販組合
- ・五所川原税務署管内
農業青色申告会連合会

西北五税務関係団体協議会

申告所得税の口座振替日は4月22日(火)、個人事業者の消費税及び地方消費税の確
定申告の口座振替日は4月24日(木)です! 事務局(五所川原商工会議所内) 0173-35-2121(寺山)

注意

犬の飼い主の皆さんへ

例年、雪解け後に犬のフンが出ているとの苦情が多くあります。

フンの放置は不衛生であるとともに、法律違反になり、懲役もしくは罰金等の刑罰が科されることもあります。フンは自宅に持ち帰り、適正に処理してください。

また、犬が死亡した場合は、狂犬病予防法に基づく登録を抹消する必要がありますので、速やかにご連絡ください。

問：環境対策課 内線2342

県営住宅入居者募集

募集住戸 (①～⑤まで全て1戸)

- ①松島団地…鉄筋コンクリート造3LDK(2階玄関)
- ②新宮団地…木造3LDK(1階玄関)
- ③広田団地…鉄筋コンクリート造3LDK(5階玄関)
- ④広田団地…鉄筋コンクリート造3K(2階玄関)
- ⑤新宮団地…木造3LDK(特定公共賃貸住宅・1階玄関)

*入居者①は2名以上、②③は3名以上、④は条件付で単身から可。⑤は2名以上で政令月額が158,000円以上487,000円以下に限る。

募集期間

- ①～④4月1日(火)～4月10日(木)
- ⑤随時募集中(入居者が決定次第締切)

家賃 (所得金額に応じ決定)

- ①20,300円～39,900円程度
- ②22,600円～44,400円程度
- ③12,600円～24,800円程度
- ④10,800円～21,200円程度
- ⑤58,000円

*①～④は6月1日、⑤は5月1日入居予定。
*駐車場は1住戸につき1台。2台目は空区画がある場合のみ貸し出します。駐車場料金は別途徴収します。冬期の駐車場の除雪は入居者が行ってください。

申込先…(株)サン・コーポレーション住宅管理係
Tel38-3181(土・日曜日は除く)

市民サロン

会員募集

五所川原
ねぶた囃子保存会

今年の五所川原立佞武多まつりに囃子方として参加しませんか。

毎週日曜日19時から21時まで立佞武多の館4階で練習していますので、お気軽にお越しください。

未経験者大歓迎。

申込み：4月6日(日)～5月31日(土)
問：五所川原ねぶた囃子保存会

長 猪股
Tel080(5576)4475

参加募集

健康増進
ボウリングスクール

スポーツボウリングを通して健康維持・体力づくりをしませんか。

水曜スクール(全5週)

4月16日、23日、30日、5月7日、14日(午後コース13時30分～15時30分/夜コース19時30分～21時30分)

木曜スクール(全5週)

4月17日、24日、5月1日、8日、15日(午後コース13時30分～15時30分)

会場：サンサンボウル

対象：西北五地区在勤在住の方
受講料：無料(初回のみテキスト代、障害保険料500円が別途必要)

問：健康増進ボウリング教室サン

サンボウル事務局
Tel(25)3813

開催案内

作品展示

地域交流の場として、趣味の作品を展示しています。お気軽にお越しください。

4月の展示…ふしぎな花俱樂部

(花押絵 竹中寿美子/私のスケッチ「津軽散策」 斉藤隆宏)

場所：隠れ家カフェ「カシエット」

ミニギャラリー

問：隠れ家カフェ「カシエット」

Tel(29)4486

善意の花がけ

どうもありがとうございます
▽野里楽生会(長尾克範代表)手作り雑巾342枚(東峰小学校)



◎ 広報有料広告

入居者随時受付中

有料老人ホーム ふれんど



ご利用料金
30日あたり **34,650円**～
●詳しくは、お問い合わせ下さい ●介護保険料の一部別途負担
ご利用のお問い合わせ・お申し込み
〒037-0612 青森県五所川原市福山字実吉70-4
TEL 0173-26-7673 FAX 0173-26-7674

「便利屋」

24時間受付・対応

修理業務…水道漏水・排水つまり修繕、雨漏り・建物・屋根修繕(ペンキ)、サッシガラス取替え、シャッター修理、ガスレンジ・換気扇掃除、窓清掃、基礎ヒビ割れ・タイル・モルタル・ブロック塀補修

なんでも修理隊 お気軽にご相談下さい

引越しの片付け・手伝い 不用品処分

みどり総合支援センター 五所川原市みどり町3-107
TEL(フリーダイヤル) 0120-268-244

五所川原市を応援します!!

オルテンシア

TEL 33-2111



大ホール(コンサートホール)

▽舞踊の祭典

4月27日(日) 9:50~16:00 前売700 当日800円

問 藤都流 関谷 TEL34-5125

小ホール(ふるさと交流ホール)

▽ピアノコンサート

4月13日(日) 15:00~16:30 入場無料

問 加藤ピアノ教室 TEL22-2955

▽平成26年度五所川原市教職員全員研修会

4月16日(水) 14:00~16:30 関係者対象

問 教育委員会指導課 TEL35-2111(内線3310)

▽春のおどり

4月19日(土) 13:00~16:00 入場無料

問 彩扇会 藤間 TEL35-6438

*4月の休館日 7日、14日、21日、28日

太宰治 記念館 斜陽館

TEL 53-2020



▽「金澤翔子」展 4月3日(木)~20日(日)

NHK大河ドラマ「平清盛」の題字を担当した女流書家・金澤翔子さんの個展を、斜陽館の米蔵にて、昨年に引き続き開催します。

新作を含む「走れメロス」「斜陽」「人間失格」など、約60点を展示します。

ダウン症に負けず、書き上げた作品を、ぜひご覧ください。

*斜陽館入館料(一般500円 高校・大学300円、小・中学生200円)が必要です。

今年の立佞武多ポスター決定



今年のポスターを発表する、立佞武多運営委員会大会長・山崎淳一五所川原商工会議所会頭(左)と名誉大会長・平山市長

図書館

TEL 34-4334



▽だっこでいっしょおはなし会

4月12日(土) 10:30~11:00 市立図書館

0歳から3歳くらいまでのお子さん向けの絵本のおはなしや手遊び、わらべうたなどを楽しめる内容です。動き回っても、泣いちゃっても大丈夫。



▽五所川原おはなし「ぼぼんた」さんのおはなし会

4月19日(土) 13:30~14:30 市立図書館

絵本や児童書のおはなしを、お友達や家族といっしょに楽しめます。

今月のテーマは「けんか」。図書館初めての子どもいっしょにおいで。

市立図書館 TEL34-4334

開館時間 9:30~18:00(土日・祝は17:00まで)

4月の休館：毎週月(祝日の場合は火)、17日(木)

伊藤忠吉記念図書館 TEL53-3049

開館時間 9:30~17:00

4月の休館：毎週月、17日(木)、29日(火)

市浦分館 TEL35-2111 内線4031

開館時間 9:30~17:00

4月の休館：毎週土日、17日(木)、29日(火)

し~うらんど 海遊館

TEL 27-7373



▽4月から通常営業時間になります

営業時間…10:00~21:00(最終受付20:00)

*無料送迎バスの時刻も一部変更になります。

▽春のタラソ生活応援キャンペーン

4月から5月末の期間中、し~うらんど海遊館「げんき海クラブ会員」新規ご入会もしくは以前会員で再度ご入会された方は、初回手数料が無料に！さらに素敵なプレゼントを差し上げます！

*し~うらんど海遊館が皆さんの健康をサポートします！見学・体験大歓迎！

◀立佞武多運営委員会は、3月14日、市役所で、今年の立佞武多のポスターを発表しました。初めて「立佞武多」の題字を横書きで表示し、その上に、立佞武多の勇壮さをイメージして3台の大型立佞武多を配置しています。ポスターは3,500枚を刷り、JR東日本各駅や、市内公共施設等に貼り、祭りをPRします。

金木桜まつり 敷地割り当てについて

観光物産課 内線2560

平成26年の桜まつり敷地割り当てを次のとおり実施しますので、出店を希望される方は、必要書類を持参し申請してください。

日時…4月15日(火) 9:00~11:00(新規申請者受付は従来からの申請者の受付終了後)

場所…金木自然休養村管理センター2階(芦野公園内)

持参するもの…芦野公園敷地使用許可申請書(自筆記名捺印)/申請者本人の住民票(1通)/誓約書/敷地使用地/水道料(敷地1区画につき1律205円・4月からの消費税率改正に伴い料金を改定しました)/代理人による申請手続きの場合は、委任状と代理人本人の住民票(1通)



*桜まつりの会期は4月29日(火)~5月6日(火)の8日間です。詳細はお問い合わせください。



五所川原地域ブランド品紹介 第4回



市浦牛しぐれ煮 (H24年度認定)

「幻の市浦牛」とうたわれるほど、希少で美味しい市浦牛をしょうがとごぼうで香りよく煮詰めた贅沢な商品です。参考価格648円(税込)

*期間・数量限定商品ですので、お求めの際はトーサムまでお問い合わせください。



市浦牛のしぐれ煮
期間・数量限定

レトルトしじみ (H24年度認定)

旬の十三湖産しじみを砂抜きした真空パック食品。加熱済みなので、手間をかけずにそのまま調理に使えます。参考価格648円(税込)

ヤマトシジミ佃煮 (H24年度認定)

しじみの身の旨さを手軽に楽しむならこちら。酒の肴やご飯のお供、お料理に風味を添えるトッピングなど、様々な用途で楽しめます。参考価格540円(税込)



レトルトしじみと
ヤマトシジミ佃煮

取扱店…道の駅十三湖高原 TEL62-3556 *レトルトしじみは立佞武多の館・コミュニティーカフェでる・そーれでも購入可商品については…株式会社トーサム TEL62-3556

五所川原地域ブランドについては…商工観光課地域産業振興室 TEL35-2111 内線2563

◎ 広報有料広告

~津軽鉄道五所川原駅前 地域交流施設サン・じゃらつと~

『オープン5周年記念イベント』

地元の人たちの懐かしいお話や音楽を聴いて交流しましょう。

平成26年4月19日(土)~20日(日) 10:00~16:00

併設の「コミュニティーカフェでる・そーれ」ではお食事の方にプレゼントを用意しています。みなさん遊びに来てくださいね!!

主催:津軽鉄道サポーターズクラブ 企業組合でる・そーれ
連絡先 津軽鉄道本社1階 TEL34-3971

五所川原市内の保育施設
今まで以上に充実した保育を
提供したい。

保育料(給食)月額20,000円

きよみ愛育園 ☎35-1541

五所川原市大字小曲字豊里98-16 (五能線小曲踏切すぐ右)

五所川原市を応援します!!

健康だより

ヘルス・インフォメーション

救急医療当番医

- ▽4月6日(日) 田町小山クリニック
TEL34-3431(田町4-5)
 - ▽4月13日(日) 佐藤内科小児科医院
TEL35-4155(弥生町4-2)
 - ▽4月20日(日)
永田小児科アレルギー科内科医院
TEL34-5611(一ツ谷549-7)
 - ▽4月27日(日) かなぎ病院
TEL53-3111(金木町菅原13-1)
 - ▽4月29日(火・祝) 増田病院
TEL35-2726(新町41)
- *対応時間9:00~17:00(要電話確認)
*消防署救急病院紹介電話34-4999

献血バス巡回日程

- ▽4月14日(月) 10:00~12:00
パチンコひまわり五所川原店
 - ▽4月14日(月) 13:30~16:00
東北電力株式会社五所川原営業所
 - ▽4月27日(日) 10:00~16:30
ELMの街
 - ▽5月3日(土) 10:00~16:00
津軽金山焼内
- 問 青森県赤十字血液センター
TEL017-741-1511

教室 みんなの健康教室

日時：4月25日(金) 13時~

場所：働く婦人の家3階第3講習室

テーマ：ピロリ菌について

講師：(医)華峰会富田胃腸科内科

医院 院長 富田高重先生

問：西北五医師会

TEL(35)0059

会員募集 五所川原市地域家族会 さくらの会

さくらの会は、心の病気を持った人や、その家族が仲間になった集まりです。

病気について学習しながら、同じ悩みを持つ者同士が安心して語り合え、分かり合える場です。

救急医療当番医

- ▽4月6日(日) 田町小山クリニック
TEL34-3431(田町4-5)
 - ▽4月13日(日) 佐藤内科小児科医院
TEL35-4155(弥生町4-2)
 - ▽4月20日(日)
永田小児科アレルギー科内科医院
TEL34-5611(一ツ谷549-7)
 - ▽4月27日(日) かなぎ病院
TEL53-3111(金木町菅原13-1)
 - ▽4月29日(火・祝) 増田病院
TEL35-2726(新町41)
- *対応時間9:00~17:00(要電話確認)
*消防署救急病院紹介電話34-4999

献血バス巡回日程

- ▽4月14日(月) 10:00~12:00
パチンコひまわり五所川原店
 - ▽4月14日(月) 13:30~16:00
東北電力株式会社五所川原営業所
 - ▽4月27日(日) 10:00~16:30
ELMの街
 - ▽5月3日(土) 10:00~16:00
津軽金山焼内
- 問 青森県赤十字血液センター
TEL017-741-1511

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。

内容

- ▽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
- ▽情報交換
- ▽5月勉強会 歯の健康とブラッシング指導(仮)

持参するもの…母子健康手帳、バスタオル

日	時	実施場所
5月9日(金)	10:00~14:00 受付 10:00~11:30	保健センター五所川原
5月20日(火)	10:30~11:30	保健センター市浦
5月23日(金)	10:00~11:30	保健センター金木

*五所川原会場はマタニティ教室(P15)も併設します。
問 健康推進課 内線2368

相談

健康づくり相談室

族の会青森県支部事務局
TEL0178(35)0930
(津軽地域世話人 山本)

生活習慣病や、肥満解消、介護予防など体に関する事、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、持参してください。

金木地区

▽4月25日(金) 10時~12時

保健センター金木

市浦地区

▽4月10日(木) 13時~14時

▽4月15日(火) 13時~14時

いずれも保健センター市浦

問：健康推進課 内線2364

乳幼児健診

受付時間…12:00~12:30(3歳児健診11:45~12:30)

*11時からの母子手帳あずかりはなくなりました。

受付時間に合わせてお越しください。

持参するもの…母子健康手帳、バスタオル等、1歳6カ月児のみ記入した耳のアンケートカード

場所…すべて保健センター五所川原

4カ月児健診 H25年12月生まれ	5月13日(火) 小児科診察、身体計測、発達相談、離乳食のお話
1歳6カ月児健診 H24年10月生まれ	5月27日(火) 小児科・歯科診察、身体計測、発達相談
3歳児健診 H22年11月生まれ	5月21日(水) 小児科・歯科診察、身体計測、発達相談、尿・耳・目の検査

*健診に来られない場合はご連絡ください。

*駐車場は、保健センター側と道路を挟んだ向かい側にあります。駐車出来ない場合は、市役所一般駐車場または有料駐車場をご利用ください。

問 健康推進課 内線2368

あなたも作ってみませんか

テーマ 高血圧予防の食事

サバの減塩味噌煮



1人分 230kcal 食塩相当量 0.9g

材料(4人分)

- 生サバ…4切れ
- 味噌…大さじ1
- 酒…大さじ2
- 赤唐辛子…1本
- 砂糖…大さじ1
- 牛乳…200g(1カップ)

作り方

- ①赤唐辛子は種を除き、2つに切る。
- ②鍋に全材料を入れて落としぶたをし、火にかける。
- ③ふつふつと煮立ってきたら、弱めの中火にし、15～20分煮たら出来上がり。

ポイント

味噌煮は塩分が高くなりがちですが、牛乳を使うことで味噌の量が少なくても薄味に感じさせません。

相談 子どもの食育・栄養相談

就学前までの子どもの元気な体を作る食生活について栄養士が相談に応じます。むら食い、好き嫌い、食物アレルギーなど、お気軽にご相談ください。

日時：4月18日(金)
10時～11時30分

場所：保健センター五所川原
申込み：相談日の2日前までに電話で予約し、母子健康手帳を持参してください。

問：健康推進課 内線2365

教室 マタニティ教室

日時：5月9日(金)
11時～14時

場所：保健センター五所川原

内容
①妊産婦期の栄養と食事
②妊産婦向けのランチの試食
③歯の健康とブラッシング指導

申込み：②に参加または託児(無料)を希望する方は、4月30日(木)までに電話にてお申込みください。

問：健康推進課 内線2368

相談 こころの相談

日時：4月8日(火)
13時～14時

場所：市役所

対象
▽眠れない日や憂鬱な気分が続く、育児・家事等が辛いといった相談

▽家族など身近な方を自殺でなくされたご遺族

申込み：相談日前日までに電話にて予約してください。

問：健康推進課 内線2367

平成26年度市民健診 ～健康管理のため受診しましょう!～ 健康推進課 内線2363

申込書は4月中旬までに対象者のいる世帯にお届けします。

申込方法や受診までの流れ、健診内容、料金等詳細は、申込書同封の「五所川原市 市民健診べんり帳」でご確認ください。転入等で手元に届いていない方はお問い合わせください。

申込期限…4月28日(月)

種類	対象者 (H27.3.31現在)
特定健康診査	受診時40歳～74歳で五所川原市国民健康保険被保険者または被生活保護者
健康診査	受診時75歳以上で後期高齢者医療被保険者(75歳未満の障害認定加入者含む)または被生活保護者
胃がん検診	40歳以上の男女
大腸がん検診	40歳以上の男女
肺がん検診	40歳以上の男女
前立腺がん検診	40歳以上の男性
肝炎ウイルス検診	過去に肝炎検診未受診の、40歳以上で5歳ごとの節目年齢の男女
子宮がん検診	20歳以上の女性(昨年度市の子宮がん検診を受診していない方)
乳がん検診	30歳から39歳の女性または40歳以上で昨年度市の乳がん検診を受診していない方
歯周疾患検診	40歳・50歳・60歳・70歳の男女
骨粗しょう症検診	40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の女性(はがきで個別通知)
結核健診	65歳以上の方(S25.3.31以前生まれ)

定期予防接種 ～早めに予防接種を受けましょう～ 健康推進課 内線2363

定期の予防接種は「予防接種法」に基づいて実施されています。予防接種を正しく理解し、大切なお子さんの健康に役立てましょう。定められた期間内の予防接種は無料で受けることができます。期間外での接種は任意での接種となり、有料となります。医療機関とよく相談をして、お子さんにあった間隔で接種しましょう。

平成26年度個別予防接種（平成26年4月1日～平成27年3月31日）

No.	予防接種名		対象年齢(接種に望ましい年齢)	回数
1	BCG(結核)		生後5カ月～1歳に至るまで(5～8カ月に達するまで)	1回
2	三種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風)	1期初回	生後3～90カ月に至るまで(生後3カ月～12カ月に達するまで)	3回
		1期追加	生後3～90カ月に至るまで(1期初回3回終了後12～18カ月に達するまで)	1回
3	二種混合(ジフテリア・破傷風)	2期	11歳以上13歳未満(小学校6年生に相当する年齢)	1回
4	麻しん・風しん二種混合	1期	生後12～24カ月に至るまで(生後12カ月になったら早めに)	1回
		2期	小学校就学前の1年間の小児(5歳以上7歳未満のいわゆる幼稚園等の年長児)	1回
5	日本脳炎(※1)	1期初回	生後6～90カ月に至るまで(3歳～4歳に達するまで)	2回
		1期追加	生後6～90カ月に至るまで(4歳～5歳に達するまで)	1回
		2期	9歳～13歳に至るまで(9歳～10歳に達するまで)	1回
6	四種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ)	1期初回	生後3～90カ月に至るまで(生後3～12カ月に達するまで)	3回
		1期追加	生後3～90カ月に至るまで(1期初回3回終了後6～18カ月に達するまで)	1回
7	不活化ポリオ	1期初回	生後3～90カ月に至るまで(生後3～12カ月に達するまで)	3回
		1期追加	生後3～90カ月に至るまで(1期初回3回終了後12～18カ月に達するまで)	1回
8	子宮頸がん予防ワクチン		小学6年生～高校1年生に相当する年齢の女子(中学1年生)	3回
9	ヒブワクチン *1回目の接種年齢によって接種回数が異なります		接種開始が生後2～7カ月に至るまで	4回
			接種開始が生後7カ月に至った日の翌日～12カ月に至るまで	3回
			接種開始が生後12カ月に至った日の翌日～60カ月に至るまで	1回
10	小児用肺炎球菌 *1回目の接種年齢によって接種回数が異なります		接種開始が生後2～7カ月に至るまで	4回
			接種開始が生後7カ月に至った日の翌日～12カ月に至るまで	3回
			接種開始が生後12カ月に至った日の翌日～24カ月に至るまで	2回
			接種開始が生後24カ月に至った日の翌日～60カ月に至るまで	1回

(※1)平成17年度から平成21年度の接種の積極的勧奨の差し控えにより、日本脳炎の予防接種を受ける機会を逃した方で、平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方は、20歳未満までの間に不足回数分の接種を受けることができます。

実施医療機関（上の表のNo.で実施しているか確認してください）

医療機関名(50音順)	電話番号	実施予防接種(上表のNo.)	医療機関名(50音順)	電話番号	実施予防接種(上表のNo.)
安齋レディスクリニック	33-1103	8	白戸胃腸科外科医院	34-6211	8
駅前クリニック	38-5100	1～10	つがる総合病院	35-3111	1、2、4～10
江渡内科医院	34-3000	1、2、4～10	瀬川内科クリニック	33-0202	1～7
尾野病院	53-2071	3、8	田町小山クリニック	34-3431	1～4、8
かなぎ病院	53-3111	1～10	てらだクリニック	33-1200	1～10
かねひらクリニック	35-3167	1～10	富田胃腸科内科医院	34-3211	2～4、6
櫛引クリニック	33-1155	8	とやもり内科小児科クリニック	52-3331	1～10
健生五所川原診療所	35-2542	1～10	永田小児科アレルギー科内科医院	34-5611	1～10
こどもクリニックおとも	39-2151	1～10	白生会胃腸病院	34-6111	2～5
佐藤内科小児科医院	35-4155	1～10	増田病院	35-2726	2～5
市浦医科診療所	62-2009	1～8			

教室
お腹すっきり!!
運動教室

運動により血糖や脂質がたくさん消費され、お腹まわりの脂肪(内臓脂肪)が減少しやすくなります。運動習慣を身につけて、いつまでも生き生きと過ごしませんか。ぜひこの機会にご参加ください。

日時：4月23日(水)
18時30分～19時30分
(受付18時～)

場所：保健センター五所川原

内容：体重測定、ストレッチ、筋力トレーニング

講師：健康運動指導士
鬼武由美子氏

参加費：無料

対象：医師から運動を制限されていない方

定員：40名

持ち物：動きやすい服装、汗拭きタオル、水分補給のための飲物、健康手帳(お持ちの方)

*申込不要。直接会場へどうぞ。
*けが等については、参加者の自己責任となります。

問：健康推進課 内線2364

風しん 予防接種・抗体検査費用 全額を助成します

妊婦初期に風しんにかかる、胎児が風しんウイルスに感染し「先天性風しん症候群」(白内障・先天性疾患・難聴等の障害)をもって生まれる可能性があります。

市では「先天性風しん症候群」を予防するために、風しん予防接種・抗体検査費用を全額助成します(麻しん風しん混合ワクチンの接種となります)。

対象者…主に20代～40代で、市に住民登録があり、次のいずれかに該当する方

▽妊娠可能な女性で接種を希望する方

▽妊婦の夫で接種を希望する方

▽妊婦と同一世帯で接種を希望する方

*すでに風しん含有ワクチンを2回受けている方は対象外となります。

*妊娠中の方は接種を受けることはできません。

*接種後2カ月間は避妊をする必要があります。

接種回数…1回

助成期間…平成26年4月1日～平成27年3月31日

受診手順

①接種希望者は、下記申込先に電話または来庁で申込みしてください。

②後日、市から、麻しん風しん予防接種予診票・実施医療機関名簿など、必要書類を郵送します。

③②の必要書類が届いたら、実施医療機関名簿から希望する医療機関へ接種日時を予約してください。

④予防接種予診票・保険証・診察券等を持参し、医療機関で接種してください。

*予防接種前に抗体検査を行います。風しんの抗体がある方は、予防接種できません。抗体検査費用は助成します。

*実施医療機関名簿に記載された医療機関以外で接種した場合は、助成対象外となります。

申込先 健康推進課 内線2363

国保健康アップ事業参加者募集「国保し～うらんどクラブ」

～水中運動や学習会で生活習慣病を予防しよう～

期間…5月～11月

場所…主として「し～うらんど海遊館」

対象者…25歳以上74歳以下の市民(H26.11.30日現在)で次の要件に該当する方

▽五所川原市国保加入者

(後期高齢者医療保険加入者は対象になりません)

▽平成25年度中に特定健診(集団・個別)を受けた方(40歳未満の方はこの限りではありません)

▽週1回以上継続して参加できる方

▽し～うらんど海遊館まで交通手段がある方

(送迎はありません。海遊館送迎バスは一般利用者優先)

定員…100名

参加料…月2,000円(その他5月と7月頃に実施する血液検査料各1,500円程度が必要)

内容…水中運動、栄養学習会、健康教室等

申込み…4月16日(水)までに往復はがきにて(往復はがき以外不可、当日消印有効)

*国保健康事業に参加したことのない方を優先します。

*申込み多数の場合は抽選となります。

問 保健センター市浦 TEL 27-7733

往復はがきの書き方

(往信)

(返信)

<input type="checkbox"/> 〒037-0401 五所川原市相内273 保健センター市浦 国保し～うらんど クラブ係 行き	
---	--

(返信)

(往信)

<input type="checkbox"/> 〒037-0000 ご自身の住所 (世帯主名) ご本人氏名	①〒住所 ②ご本人氏名 (世帯主名) ③年齢(生年月日) ④電話番号
---	--

*返信用にはご自分の住所・氏名のみ記入してください。

五所川原・鹿嶋 子ども交流事業

市では、昨年度から茨城県鹿嶋市と子ども交流会を実施しています。

今年は当市の児童が鹿嶋市を訪問します。小学校5年生の皆さん、鹿嶋市の小学生と交流しませんか。

日 程…7月22日(火)～24日(木)

場 所…鹿嶋市(茨城県)とその周辺

内 容…児童交流、故郷紹介、鹿島神宮・カシマサッカースタジアムなど見学

対 象…市内小学5年生で、中央公民館で行う事前の学習会(3回程度)に参加できる方

募集人員…25名程度

交通手段…往復貸切バス

参加料…7,000円

申 込 み…所定の申込用紙に必要事項を記入の上、社会教育課へ4月30日必着でお申し込みください。申込用紙は、4月7日頃、各小学校から5年生全員に配布する予定です。また、社会教育課にも備え付けています。

*応募者多数の場合は、抽選で決定します。また、参加決定通知・参加者説明会の案内は、5月中旬を予定しています。

申 込 先…社会教育課(中央公民館) TEL35-6056



昨年8月、鹿嶋市の児童を祭りに招待し、東峰小児童と囃子演奏などで交流しました。



走や大い マラソン 五所川原



6月8日(日) 雨天決行

平成26年度に迎える五所川原市合併10周年を記念し、走れメロスマラソン五所川原を開催します。

申込先

走れメロスマラソン実行委員会事務局 内線3321
*申込書は事務局、五所川原・市浦教育総務室にあり。
*詳細は市ホームページにも掲載しています。
*ランネット(<http://runnet.jp/>)からエントリー可。

申込期限…5月2日(金) 当日消印有効

種 目…ハーフマラソン/10キロ/5キロ/3キロ/フリー(1キロ)

*種目によりスタート地点等が異なります。

参加料…ハーフマラソン 3,000円
10キロ・5キロ・3キロ 2,000円
(3キロ中学生以下 1,000円)
フリー(1キロ) 1,000円



消費税率の引き上げに伴い、所得の低い方々等への暫定的・臨時的な措置として、**臨時福祉給付金と子育て世帯臨時特例給付金**を支給する予定です。

申請、支給手続きは6月上旬から開始し、対象者には直接申請書を郵送する予定です。

詳細が確定次第、広報、市HPでお知らせします。

問 臨時福祉給付金 家庭福祉課 内線2431
子育て世帯臨時特例給付金 市民課 内線2317

人口と世帯数

平成26年2月末 住民基本台帳 ()内は前月比



人口
58,964人
(-47)



男
27,229人
(-16)



女
31,735人
(-31)



世帯数
25,268世帯
(+1)