



今号の主な内容

- ・市長コラム 2
- ・子ども特集 3-5
- ・令和5年度市民健診 11
- ・不燃系粗大ごみの収集 18-19
- ・すてきなお店、自慢の逸品 26

みんな、これからよろしくね!

東峰小学校入学式

市長コラム

～今こそ地域連帯～

Vol.27



前回のコラムで、「脱コロナ」を契機に『市民と行政が個々の強みを生かした「市民協働社会」の構築を進め、市民がまちづくりの主体となる「市民自治」へとつなげていきたい』と述べさせていただきました。

人口減少や少子高齢化が急速に進む中で、社会活動の主体となる担い手は確実に減少し、一人ひとりの役割、責任は間違いなく大きくなっていきます。

地域社会が抱える課題は、子育てや高齢者への支援、防災、ごみ減量化、空き家対策、地域経済の再生など多岐にわたり、社会全体で問題意識を共有していかなければなりません。

そこで、これからのまちづくりにおいて優先的に何に取り組むべきか、「市長コラム」にて、数回にわたり私の考えをお伝えしていきたいと思っております。

★行政が早急にやらなければならないこと「防災対策」

コロナ禍から脱した今、「地域社会の再生」と「新たなまちづくり」のために、その原動力となる市民の皆さんのエネルギーを引き出すきっかけを、行政が誘導していかなければならないと思っています。

まず、地域社会において最も重要な課題の一つである「防災」について考えたいと思っております。

申すまでも無く、災害は私たちの日常を一変させ、時には生命や財産に大きな被害をもたらすことがあります。現に、昨年8月の記録的な豪雨による災害は記憶に新しいところであり、災害が身近に起こりうることを誰もが実感したことと思います。そうした意味からも「災害対策」を徹底し、「災害に強いまちづくり」を進めることは最優先事項であり、「新たなまちづくり」の一丁目一番地であると考えています。

以前のコラム(令和4年10月号)においても申し上げましたが、自然災害が頻発化、激甚化する中で、今後も起こり得る大規模な災害に備え「災害時には自分たちの地域は自分たちで守る」という意識を持っていただき、「自主防災組織」の設立にぜひ取り組んでいただきたいと思っております。

これまで当地域では災害が少ないこともあり、当市の「自主防災組織」の組織率は、昨年4月時点で36.7%と県平均56.7%より低く、県全体の中でも低い方となっています。

このたびの災害を教訓として、多くの市民の方は災害への備えの必要性を感じつつも、「自主防災組織」の結成に向けた動きには至っていないのが現状です。

災害に対する備えは、行政主導ではなく、町内会、各地域などの小規模の単位で取り組みを進めることが重要です。

そこで、今年度は、積極的に市の担当職員(防災管理課)が各町内会等に出向き、「自主防災組織」の役割や設立するための手法等について周知するとともに、防災意識の醸成と啓発のための勉強会を開催したいと考えています。

行政が出向くことは、防災に対する知識を共有すること

も目的ですが、各地域の住民の方々と行政との信頼関係を構築することも大きな目的の一つと考えています。

災害など危機にひんしたとき、人は誰も普段やっていることしかできません。つまり、日頃の備え、意識が災害時の対応のカギを握ることになります。

災害は明日くるかもしれません。今、何ができるかを見極め、まずできることから一歩ずつでも行動していただきたいと思っております。行政としても最大限のサポートと協力体制の構築に努めてまいります。

「自分たちの暮らす地域をいかに災害から守るか」、そのことは市民協働によるまちづくりの基本です。ぜひ、町内会等の活動の主要な取り組みに入れていただき、「災害に強いまちづくり」にご協力をお願いします。

★子育て等の総合窓口「こども家庭センター」を開設！

本年4月に、県内では初となる、母子保健と児童福祉などを一体的に支援する「こども家庭センター」を子育て支援課の課内室として設置しました(4ページ掲載)。

妊娠、出産、育児、また、虐待やヤングケアラーなど、すべての妊産婦・子育て世帯・子どもの包括的支援を行うとともに、教育委員会と連携しながら、いじめや不登校など、子どもや子育て世帯を取り巻く多くの課題に総合的に対応できるよう体制を強化します。

子どもの健全な成長は、社会全体の将来にとって最重要課題であり、未来を担う子どもたちを「社会全体で育てる」という目標に向かって「子育てに強いまち」を目指します。

「こども家庭センター」では、子育てに関して不安やお悩みがある方にしっかりと寄り添って支援するように努めてまいりますので、お気軽にご相談ください。

★「菊ヶ丘運動公園」が新たにスタートしました！

菊ヶ丘運動公園遊具エリアが全面リニューアルし、3月24日に開園式を行いました(3ページ掲載)。

県内初のブランコや、車いすの方をはじめ、誰もが一緒に楽しめる要素を取り入れた複合遊具など、たくさんの遊具でお待ちしております。ご家族連れでぜひご利用ください。



「菊ヶ丘運動公園遊具リニューアル開園式」の様子

菊ヶ丘運動公園の遊具エリアがリニューアルオープン！

3月24日、菊ヶ丘運動公園の遊具エリアがリニューアルオープンしました。開園式では、認定こども園さくら保育園の園児が新しい遊具で楽しく遊びました。皆さんもぜひご利用ください！



楽しいね！
新しい遊具！



問い合わせ先…都市・交通課 内線2672

今月号の表紙

〔みんな、これからよろしくね！ 東峰小学校入学式〕

今月号の表紙を飾ったのは、4月7日に行われた東峰小学校の入学式の様子です。15名の新入生のうち代表して2名の子どもたちにお話を聞きました。



1. お名前は？
2. 小学校で頑張りたいこと、楽しみにしていることは？
3. 将来はどんな人になりたい？



1. 三上太一(たいち)です。
2. 勉強です。
3. 大工さんです。



1. 石岡澄依(すい)です。
2. お勉強です。
3. ケーキ屋さんです。

子育て世帯を包括的にサポート！「こども家庭センター」を新設！

これまで、健康推進課で担当していた母子保健業務と子育て支援課で担当していた児童虐待対応等の児童福祉業務について、一体的に相談支援を行うため、4月から子育て支援課内に「こども家庭センター」を設置しました。

「こども家庭センター」では、保健師、社会福祉士等の専門職が、妊娠から出産、子育てに関するさまざまな相談に応じ、子育て世帯を包括的にサポートしていきます！



妊婦や子育て家庭に寄り添う「出産・子育て応援事業」

国の新たな子育て支援策として、妊娠期から出産・子育てまで一貫して必要な支援につなぐ伴走型相談支援と、経済的支援を一体的に行う出産・子育て応援事業が創設されました。

伴走型相談支援

妊娠中の方や子育て家庭と保健師等が継続的に面談を実施し、安心して出産・子育てができるよう支援します。

時期…妊娠届出時／妊娠7カ月頃／出産後の乳児全戸訪問時

内容…保健師等が相談に応じ、妊娠や出産・子育てに関する不安や悩みに寄り添いながら、必要に応じた支援やサービスを紹介します。

経済的支援

妊娠中の方や子育て家庭が安心して出産・子育てができるよう、妊娠届出後および出生届出後の面談後に「出産・子育て応援給付金」を支給します。

給付額

▷妊娠届出後…5万円

▷出生届出後の面談後…子ども1人につき5万円

問い合わせ先…こども家庭センター 内線2481

8月1日の診療分から助成対象年齢を引き上げ！ 【五所川原市子ども医療費助成制度】

市では、子育て世帯への支援の充実をめざして、子どもの医療費の助成対象年齢を引き上げます。所得制限はありません。

給付対象者



給付対象医療費…通院・入院

対象条件

- ▷市内に住所を有し、健康保険に加入していること。
- ▷ひとり親家庭等医療、生活保護の受給者となっていないこと。

*対象となる方には5月頃に申請用紙を送付しますので、必要書類を揃えて、受給資格の申請をお願いします。審査後、受給資格証を送付します。

*詳しくは、市ホームページをご確認ください。

問い合わせ先…子育て支援課 内線2484

「子宝祝金支給事業」が今年度で終了となります

これまで、第3子以降のお子さんを出産した方に祝金を支給してきた子宝祝金支給事業は、令和5年度(令和6年3月31日出産まで対象)で終了となります。

また、新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し実施していた、第1子・第2子への支給についても今年度までの事業となっています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問い合わせ先…子育て支援課 内線2485

「子どもいじめ相談室」にご相談ください！



いじめられて困っている、学校に行きたいのに行けないなど、学校や友だちに相談しにくい悩みや不安を、相談者に寄り添いながら、解決に向けた支援を行います。

保護者の皆さんへ

日々成長しているお子さんの様子で、何か心配や気になることはありませんか？

- ▷子どもがいじめられているかもしれない
- ▷相談先が分からない
- ▷学校には相談しにくい
- ▷学校との関わり方
- ▷いじめにあっているかもしれない子どもへの接し方 など

そんなときは「子どもいじめ相談室」にご相談ください！ お子さんにとって何が一番必要なことなのかを考え、学校と違う立場で悩みの解決に向けてお手伝いします。相談内容によっては、学校をはじめとした他機関と連携し、必要な支援につなぎます。悩みや不安を抱え込まず、まずは相談してみませんか？

「子どもいじめ相談室」の活動をご紹介します！

相談の受付

- 電話
 - メール
 - 相談フォーム
 - 面接相談
 - 1人1台タブレット
- いずれかの相談しやすい方法で、まずご連絡ください。

コラムの更新

市ホームページに、いじめ防止等に関する情報を毎月更新しています(児童生徒向け・保護者向けを分けて掲載しています)。そのほか、子どもいじめ相談室の活動も紹介していますのでご覧ください！



右QRからアクセス
してみよう！



昨年度の児童生徒の皆さんからの相談は「1人1台タブレット」が最も多く活用されていました。相談には、直接タブレットのメールへ返事を送っています。

いじめ防止出前教室

市内の小・中学校で、出前教室を実施しています。令和4年度は小学校4校・中学校2校で実施しました。



相談方法

- ①電話相談…Tel.23-4015(直通)
平日9:00～17:00(土・日・祝日・閉庁日は電話相談を休ませていただきます)
- ②メールでの相談…no-ijime@city.goshogawara.lg.jp
- ③児童生徒のタブレット端末、フォームからの相談(24時間受付)
- ④面接相談…平日9:00～17:00(予約制)



問い合わせ先…教育総務課子どもいじめ相談室 Tel.23-4015(直通)

聴く ～市政情報～

市役所かわら版は市職員も出演し、市政情報をお伝えしています。

市役所かわら版放送時間

- ▷月～木曜日 7:51/12:30/17:30/18:00
- ▷金曜日 7:51/ 9:30/12:30/17:30
- ▷土曜日 9:00/12:00 ▷日曜日 11:00/12:00

* 災害発生時には、状況や避難等の情報も放送します。
* 市政情報のほか、災害発生時にもラジオをご活用ください。



「NPO法人・市民活動団体」を支援！

【市民活動応援事業】

市民協働の取組を活発にするため、NPO法人や市民活動団体が行う公益的な活動に必要な経費の一部を補助します。

補助金額上限

- ▷NPO法人…15万円
- ▷市民活動団体…10万円

募集期間…10月31日(火)まで

補助対象者…市が認証しているNPO法人または次のいずれにも該当する市民活動団体

- ▷自主的・自発的な運営が行われ、その活動が公益に寄与するものであること
- ▷構成員が5人以上で、その過半数が市内に在住・在学・在勤していること
- ▷活動拠点・主な活動場所が市内であること
- ▷定款・規約・会則等の定めにより活動していること
- ▷政治的・宗教的活動を行う団体ではないこと

補助対象事業…次のいずれにも該当する公益的活動

- ▷地域の活性化・課題解決に向け、不特定多数の市民や社会的利益の向上のために取り組む事業



- ▷他の補助金・助成金を受けていない事業
- ▷法令や公序良俗に反しない事業
- ▷市内で行われる事業
- ▷交付決定日から令和6年2月28日(火)までに行われる事業

補助対象経費

事業実施に直接要する経費

申請方法

申請書類等は、ふるさと未来戦略課および市ホームページから入手できます。必要事項を記載の上、持参ください。

*詳しくは、市ホームページ(右QR)をご覧ください。

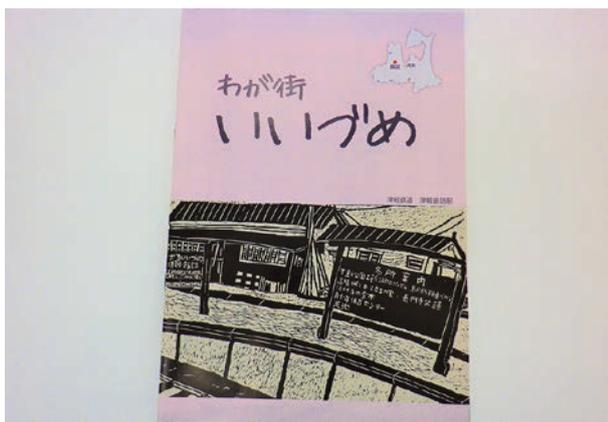


問い合わせ・申請先…ふるさと未来戦略課 内線2233

活用事例

飯詰を元気にする会

飯詰を元気にする会は、地域住民を中心に飯詰地区のにぎわい創出や地域の伝統文化の継承を目的として活動しています。令和4年度はこの事業を活用して、飯詰地区の魅力を紹介する冊子「わが街いいづめ」を改訂し、地域住民へ配布したほか、津軽鉄道津軽飯詰駅や立佞武多の館で無料配布し、訪れた方々に飯詰地区の魅力を知ってもらうきっかけを創出しました。



手話サークルひまわり

手話サークルひまわりは、手話の勉強や手話コーラスの練習等を行うほか、地元のろうあ協会、手話通訳問題研究会、近隣市町村の手話サークルと共に地域に向けて手話の啓もう活動をしています。令和4年度はこの事業を活用して、手話通訳を付けた津軽金山焼の陶芸体験および立佞武多の館での製作体験を行う「ふるさととは近くに有りて学ぶものツアー」を開催し、聴覚障害者との交流を行いました。

「伝統芸能継承団体」を支援！

【民俗芸能保存・伝承事業】

当市の伝統芸能を広く普及啓発し、後世に貴重な文化遺産として継承するため、伝統芸能継承団体の活動経費の一部を補助します。

補助金額…上限10万円

募集期間…10月30日(月)まで

補助対象者…次のいずれにも該当する団体

▷市内に活動拠点を有する伝統芸能継承団体であること

▷構成員が5人以上で、その過半数が市内に在住・在学・在勤していること

▷市内で主要な活動が行われていること

補助対象事業…次のいずれにも該当する活動

▷交付決定日から令和6年2月29日(休)までに行われる事業

▷他の補助金・助成金を受けていない事業

補助対象経費

伝統芸能の伝承または普及啓発のために必要な活動に係る経費

申請方法

申請書類等は、社会教育課および市ホームページから入手できます。必要事項を記載の上、持参ください。

*詳しくは、市ホームページ(右QR)

をご覧ください。



問い合わせ・申請先…社会教育課 内線2954

活用事例

浅井獅子踊保存会



獅子踊りの衣装

金木さなぶり荒馬保存会



荒馬踊りの衣装

漆川獅子舞保存会



担ぎ太鼓

五所川原登山囃子保存会



登山囃子太鼓ほか

金木竹の音登山囃子保存会



囃子笛

嘉瀬奴踊愛好会



奴踊り衣装

相内青年団



虫送り衣装

地域を活気づける活動や伝統文化を後世に継承する活動に取り組む団体を応援・支援します！
ぜひご利用ください！



笠井實さん、紺綬褒章(こんじゅほうしょう)を受賞 寄附金は地域活動のために活用！



受賞を報告する笠井さん(左)

3月27日、当市の大規模農家・笠井實さんが市長を訪問し、紺綬褒章の受賞を報告しました。

紺綬褒章は公益のため私財を寄附した方に授与されるもので、笠井さんは令和4年2月17日に市民活動の支援や農村地帯に伝わる伝統文化の継承に役立ててもらおうと市に1,000万円を寄附しました。

寄附金は、6～7ページに掲載している「市民活動応援事業」「民俗芸能保存・伝承事業」の財源として、地域活動の活性化に役立てられています。

これらの事業は令和6年度まで実施する予定となっていますので、地域のために活動したいという団体はぜひご活用ください。

中学生のとっさの行動に「県教育委員会善行児童生徒」の表彰！

自転車で転倒した高齢男性を助けるため、すぐに先生を呼びに走った行動が他の模範であるとして、五所川原第一中学校2年の白戸蓮さんが青森県教育委員会善行児童生徒の表彰を受け、3月15日、市役所で表彰状と記念品が手渡されました。

白戸さんは、令和4年9月14日、部活動が始まる前に校門近くにいたところ、自転車で乗っていた高齢の

男性が転倒したのを目撃。近寄って声をかけると頭部から出血していたため、すぐに職員室に走り、先生に伝えたことから、男性は救急搬送され、大事には至りませんでした。

白戸さんは「目の前で倒れてびっくりしたが、後から無事だと聞いたので、あの時先生を呼びに走って良かった」と笑顔で話しました。



表彰状を受け取る白戸さん(左)



白戸さんと両親との集合写真

つがる惣菜が「駅弁味の陣2022」で総合評価第1位！

JR東日本が主催する「駅弁味の陣2022」において、つがる惣菜の「津軽のお魚だらけ」が県内で初めて「駅弁大將軍(総合評価第1位)」を受賞し、下川原伸彦代表が3月29日、市長を表敬訪問しました。

同社は、駅弁味の陣2019で盛付賞とEkiben Ichiban賞を、駅弁味の陣2020で掛け紙賞を、駅弁味の陣2021

でそれぞれ将軍を受賞しており、今年で4年連続5つ目の受賞となります。

下川原代表は「津軽の食文化を通じて、全国に広く青森の名が広まってほしい」と話しました。

弁当は新青森駅、弘前駅、東京駅で販売されているほか、同社でも前日までの予約で購入できます。



「駅弁大將軍」を受賞したお弁当



受賞を報告した下川原代表(中央)

高校生が「稲わらの灰を使用した茶わん」を開発！

3月22日、五所川原商業高等学校の生徒たちが市長を表敬訪問し、令和4年度ごしょがわら輝く☆学生応援プロジェクト事業を活用して開発した「稲わらの灰を使用した茶わん」の完成を報告しました。

市内の稲わら焼き問題に関心を持ってもらおうと、「稲わらの新たな活用」として、株式会社津軽金山焼

の協力のもと、稲わらの灰を釉薬に使用して製作したものです。

開発に取り組んだ生徒たちは「一つひとつの色合いが異なっているので、自分好みの色合いを見つけてほしい」「今後は改良して、さらに良いものを作りたい」と話しました。



完成を報告した生徒たち



稲わらの灰を使用した茶わん

今月の納期 納期限 5月31日(水)

税・保険料		問い合わせ先
軽自動車税種別割	全期	収納課 内線2273
固定資産税	1期	

納付は便利で
確実な
口座振替を！



五所川原産の「黄色いリンゴ」を使用した新商品をお披露目!



3月31日、市内の若手リンゴ生産者グループ「梵珠のもつけんど」の皆さんが市長を表敬訪問し、開発した新商品「幸せの黄色いシードル」をお披露目しました。

シードルは、梵珠山ろく産の5種類の黄色いリンゴ（トキ、シナノゴールド、王林、もりのかがやき、はるか）をブレンドし、アルコール度数2%の微炭酸で、甘い味わいとなっています。

土岐彰寿代表らは「デザートシードルのようなものに仕上げたので、お酒の苦手な方や女性にも飲みやすく、プレゼントにも最適」「黄色いリンゴだけのものは珍しいので、商品を通じてこれらの品種を知ってもらいたい」と話しました。



梵珠のもつけんどの皆さん

生前整理・遺品整理

その他・暮らしの中のお困り事などありましたら、お気軽にお問合せください!

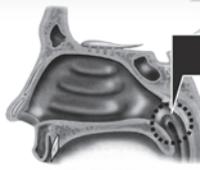
高橋商会

五所川原市水野尾字宮井42-1

☎ 080-1859-3960

終活ガイド資格 2級 No001181
遺品整理士認定 第IS25679号

それは 後鼻漏!?



鼻水がのどに流れたりしませんか?

いわず薬品 新町本店

【健康相談】(34)3939

お気軽に
ご相談下さい!

保険
調剤

駅前店
(34)5088

美容
相談

エルム店
(33)6742

◎ 広報有料広告

五所川原市を応援します!!

令和5年度 市民健診

～健康への第一歩はけんしんから！今こそけんしん！～

市民健診申込書は4月上旬までに対象者のいる世帯に郵送しています。申込書または電子申請からお申し込みください。無料で受けられる健診もあります。

詳細は、申込書に同封の「令和5年度市民健診べりり帳」または市ホームページ(右QR)からご確認ください。



種 類	対 象 者
特定健康診査・健康診査	40歳以上で次にあてはまる方 五所川原市国民健康保険被保険者／後期高齢者医療被保険者／生活保護受給者／社会保険加入者(被保険者、任意継続者)
胃がん検診(バリウム)	40歳以上の男女
胃がん検診(内視鏡)	50歳以上の男女(昨年度、市の胃内視鏡検査を受診していない方)
大腸がん検診	40歳以上の男女
肺がん検診	
肝炎ウイルス検診	過去に肝炎ウイルス検診を受けたことのない、40・45・50・55・60・65・70歳の男女
子宮頸がん検診	20歳以上の女性(昨年度、市の子宮頸がん検診を受診していない方)
乳がん検診	40歳以上の女性(昨年度、市の乳がん検診を受診していない方)

* 令和5年度市民健診べりり帳8ページに掲載している富田胃腸科内科医院備考欄に誤りがありました。正しくは「木曜・土曜午後休診」です。訂正して、お詫びします。

問い合わせ先…健康推進課 内線2378

「風しん」から妊婦さんと生まれてくる赤ちゃんを守りましょう！

妊婦さんが「風しん」にかかると、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)」を持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、抗体検査・予防接種費用を全額助成します。

対象者…次のいずれかにあてはまる市民

- ▷妊娠を希望する方
- ▷妊娠を希望する方の同居者
- ▷風しんの抗体価が低い妊婦の同居者

* 抗体価は1回目の妊婦健診で検査します。



* 次の①・②の方は、助成の対象外です。

- ①過去に市の同じ助成を受けたことがある方
- ②風しんの追加的対策の対象(昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性)である方

* ②の方は、個別送付しているクーポン券で抗体検査と予防接種が無料となります。

注意点

- ▷妊娠中または妊娠している可能性のある方は、予防接種を受けることができません。
- ▷接種後2カ月間は避妊をする必要があります。

* 詳しくは、市ホームページ(右QR)をご覧ください。

問い合わせ先…健康推進課 内線2374



「PCR検査センター」4月28日(金)に終了

旧上下水道部庁舎内に開設している木下グループPCR検査センター五所川原市指定検査所は、4月28日(金)午前をもって閉所します。ご不便をお掛けしますが、検査が必要な場合は市販の検査キット等をご利用ください。

問い合わせ先…健康推進課 内線2372

国民年金保険料のスマートフォンアプリによる電子決済が始まりました

国民年金保険料の納付について、一部のスマートフォンアプリによる電子決済が利用できるようになりました。

■スマホ決済の納付イメージ



現在、サービスに対応している決済アプリは以下のとおりです。

auPAY / d払い / PayPay / 楽天ペイ / PayB

*「PayB」については、提携している各金融機関が提供する決済アプリを含みます。

利用に関する注意点

▷各決済アプリの操作方法および納付手順などについては、ご利用の決済事業者にお問い合わせいただくか、各アプリの公式ホームページをご確認ください。

▷コンビニ納付用のバーコードが印字されている納付書であれば利用可能です。ただし、破損や汚れでバーコード情報が読み取れないもの、納付書に記載されている使用期限を過ぎたものは利用できません。

▷スマートフォン決済利用後の納付書は、コンビニ・金融機関等で使用しないようご注意ください。

▷領収証は発行されませんので、アプリの利用明細でご確認ください。

*詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。

問い合わせ先…弘前年金事務所 TEL0172-27-1339

国民年金への加入手続きはお済みですか？

日本国内に住所がある20歳以上60歳未満の方は、厚生年金加入者等を除き国民年金の加入手続きが必要です。

会社等に勤めている方(第2号被保険者)

厚生年金等に参加している被保険者が、会社を退職した場合には、国民年金の加入の手続きが必要です。

配偶者(厚生年金加入者等)の扶養となっている方(第3号被保険者)

被保険者の扶養となっている方は、配偶者の退職ま

たは扶養に該当しなくなった場合には、国民年金の種別変更の手続きが必要です。

手続きがお済みでない方は、国保年金課窓口またはお近くの年金事務所でご手続きをお願いします。

また、国民年金保険料を納めることが経済的に困難な場合には、免除申請制度がありますので、希望する方は、離職票等を持参の上、手続きをお願いします。

問い合わせ先…国保年金課 内線2343

現金買取 鉄・非鉄・農機具類

株式会社 高橋商事 五所川原営業所

引取りもご相談ください

つがる市柏鷲坂清見71-16

TEL 0173-26-7576



各地域の「民生委員・児童委員」をご存知ですか？ 一人で悩まず、お気軽にご相談ください！

福祉サービスの制度や
窓口が分からない

病気やけがで生活に
困っている



育児や子どものしつけで悩んでいる

身体に障がいがあるので、
災害時の避難に対して不安

近所で児童虐待・高齢者虐待
らしい様子を目撃した

民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱された守秘義務を持つ特別地方公務員です。
生活の不安や子育ての悩みなど地域で困っている方の身近な相談相手であり、市役所や社会福祉協議会などの専門機関へのつなぎ役として活動しています。
市内では現在、127人の民生委員・児童委員と13人の主任児童委員が、それぞれの地域で地域福祉の推進に取り組んでいます。



▷法に基づいた守秘義務があり、相談内容が漏れることはありません。
安心してご相談ください。

▷無報酬で活動しているボランティアで、地域住民の身近な相談相手です。

主な活動

訪問活動

地域住民のお宅を訪ねて、安全安心に生活できているか確認します。

サロン活動

地域住民の集いや仲間を作る場所づくりをしています。

あいさつ運動

子どもたちの登下校の時間に通学路に立って、見守りやあいさつ運動をします。

定例会（民生委員・児童委員同士の情報交換）

各地域の協議会単位で、地域の問題を相談し合います。



* 地域ごとに担当の委員が決まっています。委員の氏名や連絡先については、お問い合わせください。
問い合わせ先…福祉政策課 内線2492

3号館 新築オープン

ふあみりあ

住宅型有料老人ホーム・訪問介護
デイサービス・居宅介護支援
随時見学 受付中!!

お問い合わせ TEL 0173-26-7161

〒037-0632 青森県五所川原市大字高野字北原225

入居者・介護・看護・調理員 随時募集中

現地確認 見積り無料 屋根・外壁の塗り替え

全面改装リフォーム
中古住宅改装
減築、増築

◆ホームページは◆
Google

アートリフォーム(株) 0173-33-4713

五所川原市セツ館虫流51-29 お電話は担当 前田まで『増改築相談員がいるお店』

投票に行こう！

学校、税金、年金、子育て、防災など私たちの暮らしの多くに政治が関わっています。政治に参加しなければ一部の人の考えだけに基いた政治が行われることになりかねません。投票に行き、一人ひとりの意見を政治に反映させましょう。

暮らしの中で感じる「こうだったらいいな」を考えてみませんか？

青森県知事選挙

投票日時

6月4日(日) 7:00~20:00 (市浦地区のみ 7:00~19:00)



投票できる方

平成17年6月5日以前に生まれた方で、かつ令和5年2月17日以前より3カ月以上続けて当市に住んでいる方
*投票日までに県外へ転居の届出をすると、投票することができなくなります。

投票所入場券

入場券が届かなかったり紛失してしまった場合でも、選挙権を有している方であれば投票することができますので、投票所の係員に申し出てください。

転居(市内から市内への引っ越し)した方の投票所

- ▷令和5年5月2日以前に転居の届出をした方 → 新しい住所における投票所
- ▷令和5年5月3日以降に転居の届出をした方 → 届出前の住所における投票所



みんなの1票大切に！

期日前投票

投票期間

5月19日(金)
~6月3日(土)

期 日 前 投 票 所		投票時間
第1期日前投票所	市役所1階土間ホール	8:30~20:00
第2期日前投票所	金木総合支所2階会議室	
第3期日前投票所	市浦総合支所青森あすなろホール市浦	10:00~20:00
第4期日前投票所	E L M 2階旧文化センター	

不在者投票

他市町村での投票…投票日当日に仕事や旅行などで投票所へ行けない見込みの方は、あらかじめ他の市町村で不在者投票を行うことができます。滞在先へ投票用紙等を送付する日数を要しますので、早めに市選挙管理委員会へご請求ください。

病院、施設等での投票…青森県選挙管理委員会の指定を受けている病院、施設等へ入院中・入所中の方は、病院、施設等で投票することができますので、病院、施設等の担当者へ申し出てください。

投票所での投票方法

期日前投票…投票用紙に投票しようとする候補者の氏名を自書してください。

投票日当日の投票…投票用紙に候補者の氏名が記載されていますので、投票しようとする候補者に○をつけてください。

開 票

投票日の21:00に市民体育館で開票を開始します。参観希望の方は20:30から入場することができます。

*一般参観人は、先着100人までとさせていただきます。

問い合わせ先…選挙管理委員会事務局 内線2843

暮らしの 情報広場

掲載した各種イベント等は主催者の都合により中止・延期等となる場合がありますので、ご了承ください。また、各種イベント等に参加する際は必要に応じた感染症対策にご協力をお願いします。

ピックアップ

5月1日(月)、2日(火)は「電子証明書関係の窓口業務」を休止します

公的個人認証システムの全国的な更改作業に伴い、電子証明書関係の窓口業務が実施できなくなります。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

休止する業務

▷マイナンバーカードの券面書き換え

*住民異動(転入・転居)の手続きは可能ですが、90日以内に再来庁し、書き換えする必要があります。

▷マイナンバーカードの暗証番号再設定

▷電子証明書の更新・新規発行

問い合わせ先…市民課 内線2312

ピックアップ

6月4日～10日は歯と口の健康週間です! 「お口の健康セミナー」

お口の健康が、全身の健康と密接に関係していることをご存知ですか?

歯周病を中心としたお口のトラブルが、糖尿病をはじめとする生活習慣病などと深く関わります。全身の健康を守るために、お口の健康管理術を学んでみませんか?

日時…6月10日(土) 14:00～15:30

場所…市役所2階会議室

講師…つがる総合病院 歯科口腔外科
歯科衛生士 須郷 亜須香

対象…市民

定員…会場30名、WEB30名

申込み…6月5日(月)までに電話かメールで①氏名②住



所③電話番号をお知らせください。メールの場合は件名に「6/10講演会参加」と入力し、manabi-01@city.goshogawara.lg.jpまで送信ください。

*講演終了後に、講師相談会を実施します(先着3名、1人最大10分)。希望する方は、申込み時にお知らせください。

問い合わせ・申込先…健康推進課 内線2377

ピックアップ

ふれ合おう、人と自然と農業に「親子体験学習」

弘前大学の農場では、イネ・畜産・リンゴの研究を行っています。その研究フィールドを活用した楽しい親子体験学習を開催します。親子が一緒になって、たくさんの自然と触れ合いながら、いろいろな体験学習ができるチャンスですので、ぜひご参加ください。

日時・場所・主な内容

①6月3日(土) 9:30～15:30 金木農場
羊の毛刈り/田植えに挑戦! /さつまいもを育てみよう!

②6月17日(土) 9:30～15:30 藤崎農場
リンゴの摘果/昆虫採集

③9月30日(土) 9:30～12:00 藤崎農場
真っ赤なリンゴが実ったよ～! リンゴの収穫

④10月7日(土) 9:30～12:00 金木農場
実ったイネの収穫だあ～! 稲刈り

⑤10月28日(土) 9:30～15:30 金木農場
さつまいもの収穫/白米をつくろう!

対象…保護者1名につき小学生2名まで(先着20組)

*保護者2名以上であれば小学生と共に未就学児の参加も可能です。

参加条件…①～⑤のすべてに参加できること。

参加費(5日分)

▷子ども…無料

▷保護者…1,200円(2人目以降は各1,000円)

申込み…電話、ファックス、電子メールでお申し込みください。電子メールの場合は、氏名・年齢・連絡先を明記してください。

申込期限…5月19日(金)

*詳しくは、弘前大学農学生命科学部附属生物共生教育研究センターホームページ (<https://nature.hirosaki-u.ac.jp/kyousei/event.html>) をご確認ください。

問い合わせ・申込先

弘前大学金木農場 TEL53-2029 / FAX52-5137

電子メール jm532029@hirosaki-u.ac.jp

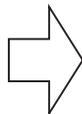


後期高齢者医療被保険者の皆さんへ

1. 後期高齢者医療保険料の軽減措置について(要件変更)

保険料は、均等割額(被保険者全員が納める額)と所得割額(所得に応じて納める額)の合計です。均等割額は、同一世帯内の被保険者および世帯主の所得額の合計に応じて軽減されますが、要件が次のとおり変更となりました。なお、令和5年度保険料に関する通知書は7月にお届けします。

令和4年度	
世帯の所得額の合計	軽減割合
43万円+10万円×(年金・給与所得者等の数-1)以下	7割
43万円+(28.5万円×被保険者の数)+10万円×(年金・給与所得者等の数-1)以下	5割
43万円+(52万円×被保険者の数)+10万円×(年金・給与所得者等の数-1)以下	2割



令和5年度～	
世帯の所得額の合計	軽減割合
43万円+10万円×(年金・給与所得者等の数-1)以下	7割
43万円+(29万円×被保険者の数)+10万円×(年金・給与所得者等の数-1)以下	5割
43万円+(53.5万円×被保険者の数)+10万円×(年金・給与所得者等の数-1)以下	2割

2. 交通事故等にあったとき

交通事故や暴力等、第三者(自分以外の人)の行為によって負傷し、被保険者証を使って治療を受けたときは、必ず国保年金課に届出してください。また、自損事故や業務中の事故で労災が適用されない場合も届出が必要です。

問い合わせ先…国保年金課 内線2346 / 青森県後期高齢者医療広域連合 TEL017-721-3821



令和5年度つがる西北五広域連合病院事業医療職員採用試験(第1回)

試験日…6月25日(日) 受付期限…6月2日(金) 採用日…令和6年4月1日

職種	採用予定数	受験資格
看護師・助産師	45名程度	昭和54年4月2日以降に生まれた方で左記職種の免許を有する方または令和6年4月30日までに免許を取得する見込みのある方
診療放射線技師	2名程度	昭和59年4月2日以降に生まれた方で左記職種の免許を有する方または令和6年4月30日までに免許を取得する見込みのある方
臨床検査技師	3名程度	

*理学療法士・作業療法士・言語聴覚士の職種および第1回試験で募集人数に達しなかった職種については、10月15日(日)に第2回試験を実施します。8月上旬に第2回試験の案内をホームページ等に掲載予定です。

*詳細は、つがる西北五広域連合ホームページ(<http://www.tsgren.jp/>)をご確認ください。

問い合わせ・申込先…つがる西北五広域連合病院運営局人事課(つがる総合病院3階) TEL26-6363 内線2327

五所川原市を応援します!!

新築・増改築・水廻り・塗装
建替え・リフォーム・建物解体・庭木伐採 など

春から夏の塗装キャンペーン開催中!
今年の豪雪で凍害・雪害の被害はありませんでしたか?
屋根の改造・無落雪 雪庇ネット 戸戸ボーリング…など

◎ 浄化槽設置費用補助金制度
水洗トイレをお考えの方、新築・建替えも
浄化槽設置費用の補助金制度の対象になります。
受付期間 4月3日(月)～12月22日(金)迄
※詳しくはシラカワ住研まで!お気軽にお電話ください!

総合建築
「増改築相談員」のいるお店
㈱シラカワ住研
TEL 0120-34-6806
五所川原市大字姥湯字桜木 370-3

塗替え予定のお客様必見!
屋根・外壁「よみがえり」計画を!
ぜひ、お家のメンテナンスを!塗り替えの目安は、
屋根は5年～7年、外壁は10年前後です。
自慢の手塗り仕上げで特別価格にて施工!

当社はここがちがう! 診断・お見積り無料
高所作業車導入で、高い所、こう配のある屋根等で大活躍します。14mものびます☺
足場も自分たちで組むため安く施工できます。
ご連絡先 090-2023-2226 (担当木村まで)

五所川原塗装工業会
有限会社 秋元塗装
五所川原市大字野里字野岸29の5

◎ 広報有料広告



犬を飼われている方へ 狂犬病予防注射をお忘れなく

狂犬病予防法第5条第1項により、犬の飼い主(管理者)は、その犬について年1回の狂犬病予防注射を接種させることが義務付けられています。市では今年度も集合注射を実施しますので、下表を確認のうえ、都合のいい場所で接種してください。

対象となる犬…生後91日以上を経過している犬

持ち物…通知書(登録済みの方には、登録内容を記載した通知書を別途送付します)

注射料金…3,300円 / 新規登録料…3,000円



集合注射以外での接種方法

動物病院において、個別に予防注射を接種させてください。ただし、病院によっては注射をしても登録や注射済票の交付手続きをしていない場合があります。その場合は「狂犬病予防注射済証(証明書)」を病院から受け取り、環境対策課または各総合支所に提出のうえ、手続きをしてください。

狂犬病予防集合注射の巡回予定表

(コミュニティセンターはコミセンと略記しています)

(コミュニティ消防センターは消防コミセンと略記しています)

	日 時	場 所
5月7日(日)	9:30-10:00	市浦総合支所
	10:40-11:20	金木総合支所
	12:40-14:00	五所川原本庁舎
5月10日(水)	9:10-9:20	川倉ふれあいセンター
	9:25-9:40	芦野公園招魂堂
	9:45-10:00	金木総合支所
	10:15-10:25	更生研修センター
	10:30-10:40	大東ヶ丘消防コミセン
	10:45-10:55	岩見町神社
	11:00-11:15	喜良市コミセン
	11:20-11:30	旧嘉瀬小学校駐車場
	11:35-11:55	嘉瀬コミセン
	13:10-13:20	中柏木消防コミセン
	13:30-13:40	長富消防コミセン
	13:45-13:55	毘沙門・長富コミセン
	14:05-14:15	十川集会所
14:20-14:30	漆川閻魔神社	
14:40-14:50	しきしまコミセン	
5月11日(木)	9:00-9:10	興隆屯所
	9:20-9:30	若山集会所
	9:35-9:45	旧ふれあいハウス松が丘
	9:50-10:05	長橋コミセン
	10:15-10:25	杉派立集会所
	10:35-10:50	俵元集会所
	10:55-11:05	原子集会所(原子コミュニティハウス)
	11:15-11:25	前田野目集会所(*注)
	13:00-13:10	高野文化センター
	13:15-13:25	持子沢消防コミセン
	13:30-13:40	七和コミセン
	13:45-13:55	中泉集会所
	14:00-14:15	梅沢コミセン
14:20-14:35	七ツ館・浅井コミセン	
5月14日(日)	9:00-10:00	五所川原本庁舎
	10:20-10:30	グループホーム浅井
	10:35-10:45	七ツ館屯所
	10:50-11:05	IBJAごしょつがる栄支店
		*右段へ続く

	日 時	場 所
5月14日(日)	11:10-11:25	姥苅集会所
	11:30-11:45	稲実集会所
	13:00-13:25	栄コミセン
	13:35-13:45	サンブラザはるにれ
	13:50-14:00	みなとコミセン
5月15日(月)	9:00-9:10	十三収納庫(旧B&G艇庫)
	9:20-9:30	磯松コミセン
	9:35-9:45	脇元老人生きがいセンター
	9:55-10:05	市浦総合支所
	10:30-10:40	太田集会所
	11:05-11:15	藤枝集会所
	11:25-11:35	蒔田集会所
	13:00-13:15	藻川消防コミセン
	13:20-13:30	三好コミセン
	13:35-13:45	高瀬熊野宮神社
	13:55-14:05	田川消防コミセン
	14:10-14:25	新宮集会所
	14:30-14:40	中央コミセン
14:50-15:00	富士見コミセン	
15:10-15:20	小曲集会所(農村婦人の家)	
5月18日(木)	9:00-9:10	田園町集会所
	9:15-9:25	唐笠柳八幡神社前
	9:35-9:45	水野尾消防コミセン
	9:55-10:05	ふれあいハウスかいどう
	10:15-10:30	飯詰コミセン
	10:40-10:50	下岩崎集会所
	11:00-11:10	一野坪集会所
	11:15-11:25	一野坪コミセン
	13:00-13:15	沖飯詰集会所
	13:25-13:45	中川コミセン
	13:50-14:00	種井集会所
	14:10-14:40	オルテンシア駐車場
	14:50-15:10	松島会館

(*注)前田野目バス停(屯所)を廃止し、前田野目集会所を追加しましたので、ご注意ください。

問い合わせ先…環境対策課 内線2367



10月1日から「ごみ処理手数料」を改定します

西北五環境整備事務組合では、ごみ処理経費負担の適正化およびごみの減量やリサイクル率の向上等を目的として「西部クリーンセンター」にごみを直接持ち込むときの処理手数料を改定します。皆様のご理解とご協力をお願いします。

旧手数料	⇒	新手数料
10kg当たり50円(税込)		10kg当たり 110円(税込)

- *上記の表は税込で比較していますが、10月からは消費税の仕入税額控除の方式としてインボイス制度が導入されることから、処理手数料の会計処理を現行の税込処理から**税抜処理(10kgにつき100円)**に変更します。
- *可燃ごみの量が10kgに満たないときは10kgとし、10kgを超えた量に端数があるときは、その端数を四捨五入して10kg毎に計算します。

問い合わせ先…西北五環境整備事務組合施設課 Tel.38-1205



家庭の「不燃系粗大ごみ」を収集します

家庭から出る「不燃系粗大ごみ」の収集を行います。今年度から、町内会等への申込みは不要となります。

出し方…粗大ごみに出したものと判断できるよう、氏名を書いた紙を貼り、集積所の横などに収集日の朝8時までに出してください。

*氏名を書いた紙が貼られていない場合は収集しません。

収集個数…1世帯につき5品まで

収集日…5月23日(火)～7月6日(木)

*ごみ収集カレンダーのコースごとに収集日は決まっています。

*交通の妨げになる場所には出さないでください。

*集積所以外の場所に出す場合は、事前に環境対策課に連絡してください。

問い合わせ先…環境対策課 内線2363

収集できる品目

スノーダンプ/スコップ/自転車/スキー板・靴/金属製物干し竿/煙突/米びつ/ポリタンク/バッテリー/ストーブ/ファンヒーター/ガス台等

*市指定袋に入る金属・小型電子機器製品(ストーブ・ファンヒーター・ガス台は除く)は、月に1回の紙・金属・小型電子機器等リサイクルの収集日(家庭ごみ収集カレンダー内の緑の☆マークの日)に出してください。その他、記載のないものは、市ホームページ「ごみ分別辞典」(右QR)を参考にしてください。



収集できない品目 (一般廃棄物収集運搬業許可業者または販売店に依頼し、適正に処理してください)

▷木製や布製など可燃性の粗大ごみ

木製テーブル/木製いす/木製タンス/じゅうたん/布団/たたみ/荷台に木材が使用されているリヤカー等

▷家屋の改築や補修に伴うもの

浴槽/ボイラー/流し台/建築廃材/コンクリートブロックおよびレンガブロック、トタン等

▷家電リサイクル法に定められている品目

エアコン/テレビ/冷蔵庫・冷凍庫/洗濯機・衣類乾燥機

▷その他

ドラム缶/ホームタンク(室外用)/ばね付きマットレス/消火器/バイクおよび自動車等の部品/農機具/農業用資材/自動車のタイヤ等

粗大ごみ収集日程

既に配布している「家庭ごみ収集カレンダー」のコース名(アルファベット)を参考に収集日を確認してください。

収集コース・収集日	収集対象町内会	
A 5/23(火)	千鳥団地、みどり町1丁目～8丁目、中央1丁目の一部(烏森に隣接する箇所を除く)、中央2丁目、中央3丁目の一部(中央5丁目に隣接する箇所を除く)	
B 5/26(金)	尻無、十川町、下平井町の一部(4班)、長橋広野(浄化センター周辺)、若葉1丁目～若葉3丁目(若葉第一・第二・新宮団地)、若葉県営住宅、福井、上川山、中川山、下川山、長橋広野(川山隣接地域)、中泊、種井	
	6/2(金)	小曲、沼田
C 5/30(火)	上平井町、中平井町、下平井町、平井町、幾世森、末広町、蘇鉄、芭蕉、敷島町(菊地シート・原表具師店・藤田食堂前の3カ所)、西若葉、若葉苑、新宮、新宮町、ニュータウン新宮、雛田、さつき町(五能線と津鉄の線路に挟まれた地域)、旧五所川原小跡地(長橋橋元)	
D 6/2(金)	旭町、敷島町(菊地シート・原表具師店・藤田食堂前の3カ所を除く)、幾島町、柏原町、大町、寺町、錦町、元町、成田町、柳町(第一・第二)、雛田、東雲町、さつき町(五能線線路より市内側)	
E 5/25(木)	蓮沼、平和町、日の出町、不魚住、湊〔千鳥(千鳥団地を除く)・船越〕、中央3丁目の一部(中央5丁目に隣接する箇所)、中央4丁目の一部(中央5丁目に隣接する箇所)、中央5丁目、中央6丁目、姥苅菖蒲高架橋付近	
F 5/29(月)	松島町1丁目～8丁目、東松島、青葉町、一ツ谷(旧十川より東側)・一ツ谷第24班、一ツ谷団地	
	6/26(月)	石岡第7・8班、漆川(浅井、袖掛の一部)、吹畑
G 6/1(木)	一ツ谷(旧十川より西側)、さつき町(津鉄線路より一ツ谷側)、鎌谷町(国道339号沿い～防災センター前を除く)、烏森、唐笠柳字藤巻の一部(烏森隣接地域)、中央1丁目の一部(烏森に隣接する箇所)、中央4丁目の一部(中央5丁目に隣接する箇所を除く)	
	6/8(木)	田園町、はるにれ町
H 6/12(月)	鎌谷町(国道339号沿い～防災センター前)、田町・栄町、弥生町、布屋町、新町、川端町、岩木町、本町、東町、浅井、七ツ館	
I 6/15(木)	高野、前田野目、持子沢、羽野木沢、原子、俵元、梅田、中泉、豊成	
J 6/9(金)	上藻川、下藻川、高瀬、鶴ヶ岡、田川	
	6/23(金)	興隆、朝日、福山、野里、戸沢、平町、神山、松野木、杉派立、福岡、若山、石田坂
K 6/6(火)	桃崎、常盤、常盤台、沖飯詰、桜田、毘沙門、坂ノ上、南新、北新、仲町、大正町、新町・大町、大日町、旧伝助町・下町、中下、南下、長坂、下岩崎、五本松、曙町、北下派立、上町・寺町・下村	
L 6/12(月)	広田、藤浦団地	
	6/26(月)	唐笠柳、石岡、水野尾、漆川、太刀打、一野坪、石畑、前蒔、中村、馬性、野崎・金山、田中、悪戸、宮田、川代田、米田、二本柳
M 6/13(火)	稲実、稲葉住宅、稲実団地、米崎、光ヶ丘、みなみ広田、広平、虫流、ひがし光ヶ丘、姥苅(船橋)、猫淵、三ツ谷、柳沼、マイタウン船橋、第一船橋、榊森の一部	
N-1 6/20(火)	川倉、藤枝、蒔田、神原、沢部	
	6/16(金)	昭和町、美晴町、山道町(上・中・下)、田町、南新町
N-2 6/30(金)	芦野町、寺町、浦町、三軒町、新富町、若松町、見崎町、芦野団地、栄町、本町、川端町、小川町、米町、北新町、神明町、朝日町、朝日団地	
	6/22(木)	嘉瀬、中柏木
O-2 7/6(木)	喜良市、更生、大東ヶ丘、旭ヶ丘団地	
P-1 5/30(火)	相内	
	6/6(火)	十三
	6/13(火)	桂川、太田
P-2 6/20(火)	磯松、脇元	

ぎょうせい

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。
*相談の際は事前にご連絡をお願いします。

五所川原地区(行政相談)

▷5月11日(休) 10:00~12:00

▷5月25日(休) 10:00~12:00

市役所 1階相談室 1A

問い合わせ先…市民課 内線2320

金木地区(行政・人権合同相談)

▷5月17日(休) 10:00~12:00

金木総合支所相談室

問い合わせ先

金木総合支所 内線3130

法務局人権相談

▷月曜日~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

問い合わせ先

青森地方方法務局五所川原支局

Tel.34-2330

人権擁護啓発メッセージ

(令和4年度人権教室より/金木小4年生)

『「思う心」は見えないし伝わらないけど、「思いやる心」は見えるし伝えられるということが分かりました』

自動車税種別割のグリーン化制度

自動車環境対策の観点から、排出ガス性能および燃費性能の優れた環境負荷の小さい自動車については、その排出ガス性能および燃費性能に応じて税率を軽減(軽課)し、初回新規登録から一定の年数を経過した環境負荷の大きい自動車については税率を重く(重課)する「自動車税種別割のグリーン化特例」が実施されています。

なお、令和4年4月1日から令和6年3月31日までに初回新規登録する自家用の乗用車については、グリーン化特例(軽課)の適用対象が電気自動車等に限定されます。

詳しくは、県ホームページ「県・市町村税インフォメーション(<https://>

www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/soumu/zeimu/top.html)」をご覧ください。

問い合わせ先

西北地域県民局 県税部 納税管理課 Tel.34-3141

戦没者慰霊巡拝の実施予定

国が行う令和5年度の戦没者慰霊巡拝の日程(予定)が決まりました。

申請締切が近いものを下記のとおりお知らせしますので、詳細については、厚生労働省ホームページをご覧ください。市民課までお問い合わせください。

申請締切日・地域

▷5月12日(金)

カザフスタン共和国/インドネシア/東部ニューギニア

▷5月19日(金)

中国東北地方(旧満州地区全域)

*このほかに、フィリピンや硫黄島などがあります。

問い合わせ先…市民課 内線2319

イ ベ ン ト

農産物等の販売 夕市

五所川原市地産地消を進める会では、夕市を開催します。会員が丹精込めて栽培した農産物をたくさん用意していますので、どうぞお立ち寄りください。

日時…6月9日~11月10日までの毎週金曜日

▷6月~9月 16:30~17:30

▷10月~11月 15:30~16:30

場所…コミュニティセンター栄

駐車場

問い合わせ先

農業委員会事務局 内線2883

裁判所見学ツアー

5月3日の憲法記念日に合わせて、同月1日~7日を憲法週間としています。青森地方・家庭裁判所では、記念行事として裁判所見学ツアーを開催します。ぜひご参加ください。

日時…5月11日(休)

▷午前の部 10:15~12:00

(受付10:00~)

▷午後の部 13:30~15:15

(受付13:15~)

場所…青森地方・家庭裁判所(青森市市長島1丁目3-26)

内容…法廷、調停室などの庁舎見学、DVD上映など

料金…無料

定員…午前・午後各12名(先着順)

申込み…平日の9:00~16:30に電話でお申し込みください。

問い合わせ・申込先

青森地方裁判所 総務課

庶務係 Tel.017-722-5421

春の山野草展

日時…5月13日(土) 10:00~19:00

5月14日(日) 10:00~17:00

場所…E L M イトーヨーカドー食品売場前特設スペース

問い合わせ先

五所川原山野草愛好会 鳴海

Tel.090-1497-2688

春季津軽野盆栽展

日時…5月15日(月)~17日(水) 10:00~19:00(最終日は15:00まで)

場所…E L M イトーヨーカドー食品売場前特設スペース

問い合わせ先

津軽野盆栽会 津島

Tel.080-6008-7654

光彩会小品展

コロナ禍の中でも努力し、見る人それぞれに感動を運ぶと信じ描き上げた作品をぜひご覧ください。

日程…5月10日(水)まで

場所…中央公民館2階ギャラリー

問い合わせ先…光彩会 代表 増田

Tel.090-9531-0156

月イチ ヨガ教室

日時…5月26日(金) 14:00~

場所…有限会社白戸建設

参加費…500円

募集人数…6名先着順

問い合わせ・申込先

有限会社白戸建設 Tel.35-6291

相**談****消費生活相談**

契約、販売方法、商品・サービスなどに関する消費者トラブル、多重債務でお困りの方に対し専門の消費生活相談員が無料で相談に応じます。

▷悪質商法、契約・取引に関するトラブル相談

五所川原市消費生活センター
Tel.33-1626、Tel.26-5881

日時…月曜日～金曜日(祝日を除く)
9:00～16:00

場所…市役所2階商工観光課

▷くらしとお金の安心相談会(多重債務相談)

消費者信用生活協同組合
青森事務所 Tel.0120-102-143

日時…5月10日(水) 10:00～16:00

場所…市役所2階相談室2C

*予約制。貸付制度あり。

不動産無料相談会

日時…5月11日(木) 13:00～15:00

場所…市役所2階会議室2A

問い合わせ先

青森県宅地建物取引業協会
五所川原支所 Tel.34-8711

見え方等の悩みに「サテライト相談教室」

見え方等のお悩みに関する相談をお受けします。本人、保護者、学校の担任の先生など、お気軽にご相談ください。

日時…5月25日、6月29日、9月7日、10月19日、11月30日(いずれも木曜日)

10:00～12:00、13:00～15:00

場所…中央公民館

対象…乳幼児から成人まで

内容…板書が苦手/音読がうまくできない/物を斜めから見るなど目の使い方への対処/見え方に配慮した育児方法や便利グッズの紹介/学級における指導方法等

*相談は無料です。個人情報は一切漏らしません。

申込み

事前に電話で「見え方の相談」と

ご予約ください。受付は9:00～16:00(土日祝を除く)です。

問い合わせ・申込先

青森県立盲学校ロービジョン相談支援センター Tel.017-726-2239

募**集****市営住宅入居者募集(5月)**

一般公募(申請者多数の際は公開抽選)

▷広田団地(五所川原地区) 7戸
・家賃9,700円～29,000円

常時公募(先着順)

▷千鳥団地(五所川原地区) 1戸
▷富士見団地(五所川原地区) 2戸
▷岩井団地(市浦地区) 1戸

募集期間…5月11日(木)～22日(月)

*土・日を除く

*詳細はお問い合わせいただくか、市ホームページをご確認ください。

問い合わせ・申込先

建築住宅課 内線2662/金木総合支所産業建設係 内線3114/市浦総合支所産業建設係 内線4032

「介護労働講習」受講者募集

日時…6月15日(木)～11月22日(水)(105日間)10:00～16:30

場所…青森市はまなす会館(青森市問屋町1-10-10、駐車場無料)

定員…38人

対象…雇用保険受給者

受講料…無料(テキスト代、保険料は自己負担)

申込締切…6月2日(金)

*定員に満たない場合、延長することがあります。

*詳細はホームページ(右QR)をご確認ください。



問い合わせ・申込先…公益財団法人介護労働安定センター青森支部
Tel.017-777-4331

危険物取扱者試験・講習会

受付期限

▷電子申請…5月8日(月)
▷書面申請…5月11日(木)

試験日・受験地

▷6月10日(土) 青森市

▷6月11日(日) 弘前市

▷6月18日(日) 五所川原市

*上記のほかにも試験日があります。詳細は受験案内をご覧ください。

講習会

日時(受付は両日8:30～)

▷5月23日(火) 9:00～16:30

法令(危険物関係の法令)

▷5月24日(水) 9:00～16:30

実務(危険物の性質ほか)

場所…市民学習情報センター 視聴覚室

受講料…7,000円(2日間)

テキスト代…乙4 4,500円
丙種 3,900円

問い合わせ先…青森県危険物安全協会連合会 西北五支部事務局(木村石油内) Tel.34-3165

五所川原ジュニアバドミントンクラブ小学生クラブ員募集

バドミントンを通して友達をつかってみませんか。明るく、楽しく一緒にバドミントンをやってみませんか。体験、見学も可能です!

対象…小学校1年生～6年生

練習日・場所

▷水曜日…市民体育館

▷月、土曜日…五所川原第三中学校体育館

練習時間…19:00～21:00

会費…1カ月2,000円(兄弟・姉妹は割引あり)

問い合わせ先

高橋潤一

Tel.090-2272-1948

**サークルいけばな「燦燦会」(小原流)会員募集**

季節の花々を生けて暮らしに彩りを。

日時…第1・第3火曜日(月2回)
18:30～20:30

場所…働く婦人の家

*体験レッスンは花材費(700円)のみ

問い合わせ先…奈良 Tel.35-0917
(平日は16:00以降)

早朝テニスの会

爽やかな汗をかいてみませんか？

期間…10月まで

時間…毎朝6:00～

場所…菊ヶ丘運動公園テニスコート

会費…1回100円

問い合わせ先

葛西 Tel.070-5327-5999

茶道教室(裏千家)

“ふらっと”一服のお茶に触れませんか。

日時…毎月第4木曜日

18:30～21:00

場所…中央公民館3階和室

講師…一戸次江先生

申込締切…5月10日(水)

問い合わせ先

紅葉サークル 岩崎 Tel.35-4219

大正琴無料体験教室

大正時代に流行した昔懐かしい大正琴を体験してみませんか。

日時…要相談

場所…鎌谷町大正琴教室

* 駐車場は8台分。

* 事前にお申し込みください。

* 大正琴をお持ちの方はご持参ください(レンタルあり)。

問い合わせ・申込先…杉森 Tel.34-

8039 / 熊谷 Tel.33-2602



保育のお仕事出張相談会

日時…5月17日(水) 10:00～13:00

場所…ELM(1階カブリチョーザ横)

内容

①個別相談…青森県保育士・保育所支援センター職員による個別相談

②保育求人閲覧・紹介…県内の保育所・認定こども園等求人情報の閲覧・紹介

対象…保育に興味のある方

申込み…不要(参加費無料)

問い合わせ先

社会福祉法人青森県社会福祉協議会 青森県保育士・保育所支援センター Tel.017-718-2225

健康・福祉

献血バス巡回日程

▷5月24日(水) 10:00～16:00

市役所

▷5月28日(日) 10:00～16:00

アクロスプラザ五所川原

* 日時は変更になることがあります。青森県赤十字血液センターホームページをご確認ください。

問い合わせ先

青森県赤十字血液センター

Tel.017-741-1512

健康づくり相談室

保健師・栄養士による血糖・血圧・コレステロールなどが気になる方の相談です(前日までに要予約)。かかりつけ医のいる方は、申込時にお知らせください。

日時・場所

5月24日(水) 10:00～12:00

市役所1階相談室

持ち物…健診(検査)結果

問い合わせ・申込先

健康推進課 内線2379

エンゼル相談

保健師・栄養士が、お子さんの成長発達や離乳食、子育てに関することなどご相談に応じます。また、設定日以外にも、相談対応をしておりますので、ご連絡ください。

日時・場所

▷5月11日(水) 10:00～11:30

保健センター五所川原(働く婦人の家)

* 3日前までの予約が必要です。

* 予約者なしの場合は、開催しません。

持ち物…母子健康手帳、バスタオル(体重計をご利用の方)

問い合わせ・申込先

子育て支援課こども家庭センター 内線2476/電子メールkosodate@city.goshogawara.lg.jp

エンゼル相談
申し込みフォーム
QR



こころの相談

～1人で悩まず相談してください～

眠れない、やる気が起きない等の心身の不調や不安・悩みを抱えている方、自死遺族の方の相談に応じています。

日時…5月31日(水) 13:30～15:30

場所…市役所1階相談室

相談員…保健師

申込み…相談日3日前までに、電話でお申し込みください。

* すでに精神科を受診し、かかりつけ医がいる方は対象になりません。

問い合わせ・申込先

健康推進課 内線2381

小さな相談室

～図書館で少しお話ししていきませんか～

あなたの悩みや気持ちを聞かせてください。市民ならどなたでも安心してご利用できます。

日時…5月25日(水) 10:00～15:00

場所…市立図書館2階 対面朗読室 & おはなしの部屋

相談員…メンタルサポートえん

メンタルケアスペシャリスト(精神対話士) 寺山静夏氏

* 予約は不要ですが、予約希望の方は、電話でお申し込みください。

* 14:00～15:00は予約を受付せず、自由にお話できる時間となっています。

問い合わせ・申込先

健康推進課 内線2381

認知症カフェ「カフェ de つえぎ」

気軽に認知症について学んだり、みんなでおしゃべりを楽しんだりできる場所です。誰でもご参加いただけます(申込不要)。

日時…5月14日(日) 10:00～12:00

場所…中央公民館2階第1会議室

参加費…200円(茶菓子代)

テーマ…認知症ケアパスの活用方法について

実施主体…公益社団法人認知症の人と家族の会

問い合わせ先

地域包括支援課 内線2463

ノルディック・ウォーク

両手に2本のポール(ストック)を持ち地面を突きながら歩く、誰でも簡単に取り組める健康ウォーキングです。普通のウォーキングに比べ、エネルギー消費量が大きく、短時間でも効率よく有酸素運動ができます。
対象…要介護認定を受けていない65歳以上の市民

日程…①五所川原会場

5月15日(月)、29日(月)

②市浦会場 5月9日(火)

時間…10:00～11:30(受付9:30～)

集合場所…①つがる克雪ドーム

②市浦コミュニティセンター

講師…全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員

参加費…無料

持ち物…動きやすい服装、帽子、室内用シューズ(雨天時は室内を歩くため)、飲み物、汗ふきタオル、手袋、ポール(無料レンタルあり)

申込み…初回参加の場合、開催日4日前までに電話または窓口でお申し込みください。

問い合わせ・申込先

地域包括支援課 内線2463



いきいき教室 (介護予防教室)

市では、体操やゲーム、脳トレーニング等をメニューとした楽しい教室を行っています。

対象…要介護認定を受けていない65歳以上の市民

日時・場所(受付は9:45～、13:15～)

①5月12日(金) 楽しく歌おう1日音楽会♪

コミュニティセンター栄 10:00～11:30

生き活きセンター 13:30～15:00

②5月17日(水) パステルで脳と心をイキキと～季節の一枚を書く～

金木公民館 10:00～11:30

保健センター市浦 13:30～15:00

③5月26日(金) 家をピカピカに。気持ちよく家事をしよう～ハッカ油スプレー作り～

コミュニティセンター栄 10:00～11:30

生き活きセンター 13:30～15:00

④5月30日(火) ふまねっとでコグニサイズ

金木公民館 10:00～11:30

保健センター市浦 13:30～15:00

参加費…無料

持ち物…飲み物、筆記用具、汗ふきタオル(必要時)

申込み…初回参加の場合、前日までに電話または窓口でお申し込みください。

問い合わせ・申込先

地域包括支援課 内線2463

ゆーゆー元気教室

いすに座って行う運動教室です。

対象…要介護認定を受けていない65歳以上の市民

日時…5月10日(水)、31日(水)

10:00～11:00(受付9:45～)

場所…生き活きセンター

講師…健康運動指導士 鬼武由美子

参加費…無料

持ち物…動きやすい服装、飲み物、汗ふきタオル

申込み…初回参加の場合、開催日前日までに電話または窓口でお申し込みください。

問い合わせ・申込先

地域包括支援課 内線2463

善意の花かご



どうもありがとうございました

▷FCトゥリオ二(齊藤準代表)
＝北斗グラウンドごみ拾い(選手および保護者約40名)

▷東北電力ネットワーク株式会社五所川原電力センター(八重樫識史所長)／株式会社ユアテック五所川原営業所／一般財団法人東北電気保安協会五所川原事業所／東北送配電サービス株式会社五所川原営業所 計19名＝芦野公園および太宰治銅像・文学碑の清掃奉仕

オルテンシア

TEL 33-2111



大ホール(コンサートホール)

▷ものみの塔聖書冊子協会 エホバの証人の巡回大会

5月13日(土)、14日(日) 9:40～16:15 無料

ものみの塔聖書冊子協会東北第1巡回区 小林

TEL0173-42-1738

▷ライオンズクラブ国際協会332A地区第69回年次大会

5月21日(日) 9:30～16:00 関係者

ライオンズクラブ国際協会332-A地区 工藤

TEL017-718-8121

▷夢スターコンサート

5月24日(水) 昼の部13:00～15:00、夜の部18:00～20:00

プレミアム席8,000円／S席6,800円

株式会社夢グループ TEL03-5691-3661

小ホール(ふるさと交流ホール)

▷この地に希望と喜びが

5月28日(日) 14:30～16:00 無料

モア恵利子賛美の外套 秦野 TEL090-2982-1561

*主催者の都合により変更になる場合もあります。

*感染症対策のためのマスク着用については、個人または利用団体の判断にゆだねることになります。

なお、施設を利用する際は、引き続き、手指の消毒、発熱がある場合等は施設を利用しないなどの対策をお願いします。

5月の休館日 1日、8日、15日、22日、29日

図書館

TEL 34-4334



▷おはなし会&ブックトーク

5月7日(日) 11:00~11:30

市立図書館2階(すてっぷひろば会場内)

対象…0~3歳くらいのお子さんとその保護者

▷「五所川原おはなしぼんた」のおはなし会

5月20日(土) 13:30~14:30 市立図書館2階

テーマ…ともだち

対象…どなたでも



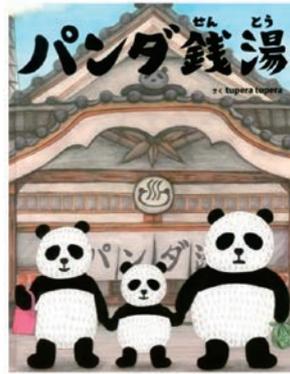
▷展示「tupera tupera展」

5月16日(火)~6月14日(水)

市立図書館1階ロビー

「パンダ銭湯」や「しろくまのパンツ」など子どもから大人まで楽しめる絵本で有名な「tupera tupera」に関する展示を行います。

蔵書検索システムから「tupera tupera」で検索して読んでみたい本を見つけてみましょう。



市立図書館
「蔵書検索」



▷小学校第一学年貸出促進事業「図書館一年生」 栄小学校で実施しました！

4月21日に栄小学校1年生を対象に図書館の使い方や本の探し方を指導しました。

はじめて使う学校図書館にワクワクしながらも、自分の読みたい本はどこにあるのか知ることができていました。

授業の様子は、市立図書館Facebook(右QR)をご覧ください。



／ 今月のおすすめ ／



親子で変わる！朝が得意になるスゴい習慣

いで あい/著 メイツユニバーサルコンテンツ 2023.1

朝は不機嫌、起きるのが苦手、何をするにもゆっくり…。食事、身支度など子供たちの朝の困り事について、小児科医が的確にアドバイスをします。親の困り事も取り上げています。SNSで人気の朝あるある漫画も収録されています。

資料詳細・
予約は
こちら



南極の食卓 渡貫 淳子/著 家の光協会 2023.1

「食材は使いきる。あるもので作る。ごみを出さない。」1年2カ月にわたって30人分の食事を作り続けた調理隊員の、喜びと驚きにあふれるエッセイです。1年以上の食料をどう発注してどう使いきるのか。一切ごみを捨てられない環境でどんな料理を作るのか。遠い南極での暮らしが、物価高や戦争、環境問題などモノに囲まれた生活に危機感が迫るいまの時代に本当に必要なことを気付かせてくれます。

著者の渡貫さんは、八戸市出身です。

資料詳細・
予約は
こちら



市立図書館 TEL34-4334	開館時間 9:30~18:00(土日祝は17:00まで)
金木分館 TEL53-3049	開館時間 9:30~17:00
市浦分館 TEL35-2111 内線4043	開館時間 9:30~17:00



市立図書館
ホームページ

健康万歩計は、西北五医師会が、皆さんが健康で元気に過ごすために必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。



コンタクトレンズは上手に使いましょう

はら眼科 院長 原 信 哉 先生

最近はいち捨てのソフトコンタクトレンズが広く普及し、小中高生でお使いの方も多々と思います。コンタクトレンズは非常に便利ですが、正しい使い方をしないと、生涯にわたって視力を回復できない障害の原因になることもあります。

コンタクトレンズは直接眼球に触れて使用するため、高度管理医療機器(クラスⅢ・不具合が生じた場合、人体へのリスクが比較的高いとされるもの)に分類されています。このため、コンタクトレンズを作成するときには、眼科専門医を受診してそれぞれの目にあったコンタクトレンズを選ぶ必要があります。また、処方されたコンタクトレンズによる不具合が生じていないかどうかを確認するために、眼科での定期的な検査も大切です。

学校や職場で視力低下を指摘され、初めてコンタクトレンズを使用する人も多々と思います。見え方に異常がある場合、多くの場合は近視や遠視、乱視など、屈折に異常があることが考えられます。しかし、視力検査での異常の原因は屈折だけに限りません。それ以外の原因で視力が低下していることもあります。また、緑内障のように、初期には視力に問題がない目の病気もあります。そのため、まずは眼科専門医を受診して視力低下の原因を調べるのが大切です。目に病気がなく、メガネやコンタクトレンズでの矯正で視力が改善する場合には、眼科医の判断に基づいてメガネやコンタクトレンズを作ることができます。

コンタクトレンズを使用する際には、注意してもらいたいことがあります。一つは装用時間です。1日に10時間を超えるような使い方を続けると、角膜(いわゆる黒目)の感染や角膜内皮細胞(角膜を透明に保つために重要な部分)の減少がおこり、濁りを生じ、元に戻らないことがあります。コンタクトレンズの使用によって、目の違和感や充血、痛み、視力低下などがある場合は、直ちにコンタクトレンズの使用は中止してください。そして早急に眼科専門医を受診して、適切な治療を受けましょう。受診せず、このような状態のまま放置すると失明に至る危険性もあります。普段はコンタクトレンズを使用していても、自分に合った眼鏡は常に用意し、目に異常を感じた場合にはコンタクトレンズは装用せず、眼鏡を使用するようにしてください。

繰り返しになりますが、コンタクトレンズを使用する場合には、装用時間や使用方法をきちんと守ることが大切です。コンタクトレンズのことで困ったら、すぐに眼科医を受診してください。日本眼科医会では、コンタクトレンズを使用している小中高生を対象に啓発動画を作成しています。下記のQRからご覧いただけますので、ご家庭で正しい使い方について話し合ってみてください。

公益社団法人日本眼科医会
YouTube



救急医療当番医 診療時間 9:00~12:00 *受診前に必ず各医療機関に電話で確認してください。

日程	病院名	電話番号	消防署救急病院 紹介電話 34-4999
5月4日(木)	増田病院(新町41)	35-2726	
5月7日(日)	白生会胃腸病院(中平井町142-1)	34-6111	
5月14日(日)	かねひらクリニック(旭町55-2)	35-3167	
5月28日(日)	白生会胃腸病院(中平井町142-1)	34-6111	

人口のうごき

令和5年3月末 住民基本台帳 ()内は前月比

総人口…51,263人(-255) 男…23,514人(-115) 女…27,749人(-140) 世帯数…25,591世帯(-14)



【すてきなお店、自慢の逸品を発見！】 ～肉ざんまい大特集編～

今月号の「すてきなお店、自慢の逸品を発見！」は「肉ざんまい大特集第2弾」です。先月号では「市浦牛」「10倍熟成豚」を紹介しましたが、五所川原市には絶品の「鶏肉」と「馬肉」もあります。ぜひ召し上がってはいかがでしょうか？

No.028 青森シャモロック ～ 宮内庁御用達のロイヤル地鶏 ～

「青森シャモロック」は指定農場で厳しい管理のもと育てられた鶏だけが名乗ることを認められています。優れた肉質と濃厚なだしが評価され、宮内庁管轄の御料牧場へ、ひなが出荷されている唯一の地鶏です。だしは非常に濃厚なため、カレーやシチューなど味の濃い料理にも使われています。店舗や自動販売機で青森シャモロックを提供しているコミュニティカフェ「でる・そーれ」には地元客や観光客が訪れ「おつまみセット(モモ肉、レバー、砂肝)」を買って、お酒のお供にする人が多いそうです。

生産者…株式会社金木農産商事
提供店…生産者直売所、産直メロス(精肉)でる・そーれ(料理、おつまみ等)
写真…照り焼き梅酒漬けサラダプレート



No.029 あおもり馬選 ～ 一度食せば忘れられない ～

「あおもり馬選」は金木地域の冷涼な夏冬の厳しい地吹雪にさらされる地域特性を馬の肥育に生かしており「一度食せば忘れられない馬肉」と県内外から高い評価を受けています。地元産の良質なもみ殻を馬の布団代わりにぜいたくに敷き詰めたり、稲わらを飼料として使用するなど、おいしさの秘密は「金木にしかできない飼育」の徹底です。

お盆やお正月に、お客さんが馬肉を求めて店先に出来る長蛇の列は圧巻です。食べ方は刺身、焼肉はもちろんですが、高菜と煮込んだ「桜鍋」は代表的な郷土料理として地域に愛されています。

生産者…有限会社小田桐産業
住所…金木町中柏木鑑石268-12
提供店…本社直場所、市内スーパー等
肉の種類…刺身用、焼肉用、鍋用など
写真…刺身(上しもふり)、コーネ



問い合わせ先…地域物産振興課 内線2552

*来月号は「駅弁編」の予定です。