



相内の虫送り



金木町虫送り



奥津軽虫と火まつり

### 今号の主な内容

- ・市長コラム ..... 2
- ・夏まつり・イベント特集 ..... 4-6
- ・物価高騰対策支援給付金 ..... 8
- ・地域の保健協力員 ..... 12-13
- ・すてきなお店、自慢の逸品 ..... 28

**4年ぶりに復活！**  
**各地域の虫送り運行**



# 市長コラム

## ～今こそ地域連帯～

Vol.30



今年も九州や中国地方をはじめ各地で線状降水帯が発生し、大雨被害をもたらしています。昨年、当市も大規模災害を現実経験し「明日は我が身」という危機感をお持ちの方もいるかと思いますが。自然災害の前では人間は無力ですが、いざ起こった時に被害を最小限に抑えるための備えは不可欠です。幸い、今年度に入って複数の町内や住民協議会が新たな「自主防災組織」を設立し、防災への意識が醸成され始めており、心強く感じています。今後も、研修会、勉強会などご要望があれば市では積極的にご協力しますので、お気軽にお問い合わせください。

### ★「コロナ脱却」の象徴となる「五所川原立佞武多」が開催!

いよいよ8月4日から4年ぶりにフルコースでの「五所川原立佞武多」が開幕します。今回は立佞武多運行開始25周年の節目ということもあり、「かぐや」「暫」、新作の「素戔鳴尊(すさのおのみこと)」の大型立佞武多3台をはじめ各団体ねぶたの運行に加え、本町通りで「やってみゃ〜ストリート」、多くの親子連れでにぎわう「親子de立佞武多」など、特別な催しが目白押しです。

今年度から立佞武多の曳き手の一般公募を開始し、大変多くの個人、団体の方々から積極的に申込をいただきました。多くの市民の皆さんが主体的にまつりを盛り上げたいという意思の表れであり、喜ばしく感じています。今回の一般公募は、できるだけ多くの市民の方に実際に参加していただき、その感動を体感し、地域に対する愛着や誇りにしてもらいたいという思いから企画したものです。また、今ではまつりの目玉の一つとして定着してきた「親子de

立佞武多」ですが、子育て世代であり、地域の未来を担う青年会議所の皆さんが担当することは非常に意義があると思っています。今や、当市を語る上で欠かせない存在の「立佞武多」ですが、観光資源としてだけでなく、地域コミュニティの醸成や子どもたちの健全育成、さらに「市民協働」によるまちづくりへの意識を高めるきっかけとなるまつりとして、一人でも多くの市民の皆さんに気軽に参加していただき、これからますます進化させていければと思っています。

### ★「地域力」の向上のために行政が果たすべきこと

本格的な「脱コロナ」の初年度である今年は、9月以降も「しうらグルメカーニバル(9月30日)」「キッズフェスタ2023 in五所川原(10月1日)」「ホコ天マルシェごしょがわら(10月7日)」「うまいもんフェスタ in かなぎ(未定)」など市内各地域で多様なイベントが開催されます。

地域活力を生み出す上でイベントやまつりは必要不可欠な要素ですが、これらは、継続性、経済性の観点から、行政が主体となるべきではないというのが私の基本的な考えです。民間で組織する実行委員会が主体となって実施し、行政がバックアップするという形が本来あるべき姿であると思います。どうしても行政主体となると行政の行動原理に縛られ、発想も限定的になることは否めません。

イベントに限らずですが、市民や民間団体など多様な主体がそれぞれの個性と発想を生かし、横のつながりを深めながら、1+1を3以上にする相乗効果を生み出せるように、行政はサポートや仕掛け作りなど「裏方」としての役割をしっかりと担いながら、市民協働により「地域力」の向上を図っていきたいと思っています。



昨年度の「五所川原立佞武多」での「親子de立佞武多」の様子



昨年度の「ホコ天マルシェごしょがわら」のにぎわい



宮下宗一郎青森県知事

「五所川原立佞武多」運行初日(8月4日)に参加します!

立佞武多運行初日の8月4日、私、宮下宗一郎も参加します!  
五所川原市民の皆さんにお会いできるのを楽しみにしています!



# 「五所川原立佞武多」 25周年！ 新たなる舞台へ！

「素戔鳴尊(すさのおのみこと)」

令和五年

五所川原立佞武多

世界では、感染症が猛威を振るい、異常気象による災害も頻発している。

五所川原市においても過去、大火や水害など多くの困難を乗り越えてきたが厄災がこれ以上降りかからないよう願いをこめ、八岐大蛇を退治する場面を表現した。

制作者 鶴谷 昭法

\*まつりの詳細は4ページから掲載。

## 今月号の表紙

今月号の表紙は、6月に行われた各地域の虫送り運行の様子です。

### ◎相内の虫送り

6月10日、相内青年団を中心とした住民の皆さんが台車に乗せた大虫を先頭に、肩に担いだ小虫、荒馬、太刀振り、囃子方が地区内を練り歩きました。佐藤洋二団長は「自分たちが盛り上げて、若い世代に伝えながら、続けていければ」と話しました。

### ◎金木町虫送り

6月18日、金木さなぶり荒馬踊保存会の皆さんが、

## 〔4年ぶりに復活！ 各地域の虫送り運行〕

荒馬、太刀振り、獅子舞を披露しながら町内を練り歩きました。角田金光会長は「4年ぶりに実施することができて、とても満足している」と話しました。

### ◎奥津軽虫と火まつり

6月17日、五所川原青年会議所が中心となり、岩木川河川敷で山車の運行や囃子・獅子舞などの演舞、お焚き上げ、神事などが行われました。最後には大虫に火がつけられ、花火とともに昇天していきました。工藤智哉実行委員長は「不安だったが多くの方が訪れてくれたので、開催してよかった」と話しました。



# 夏まつり・イベント特集

## 第72回五所川原花火大会

日時…8月3日(休) 19:20~21:00 (荒天延期8月9日(休)) 場所…岩木川河川敷(北斗グラウンド)

打ち上げ総数…約5,000発

\* 五所川原花火大会公式サイト (<https://www.gocci.or.jp/gosyogawarahanabi/>) は右QRからアクセスできます。

問い合わせ先…五所川原商工会議所 Tel.35-2121



## 五所川原立佞武多

当市の夏の風物詩「五所川原立佞武多」は運行開始から25周年を迎えます。大型立佞武多3台、各団体ねぶた運行のほか、25周年を記念した特別事業が開催されます。

### 立佞武多・各団体ねぶた合同運行

▷日時…8月4日(金)~8日(火) 19:00~21:00

▷運行コース…4年ぶりに従来通りのコースとなります。

▷スタート方式…運行コース上にねぶたを配置して、まつり開始時間に一斉にスタートする方式となります。

▷運行台数…大型立佞武多各日3台、各団体ねぶた等最大11台が出陣します。

▷お見合い…8月4日(金)、8日(火)のスタート前、旧ロータリー交差点に大型立佞武多3台が集まります。

### 「25周年記念事業」開催!

▷「やってまれ めじゃ〜 ストリート」

日時…8月4日(金)~8日(火) 15:00~20:30

本町通りに、飲食店・キッチンカー・西北五地域の逸品や特産品を販売する特設コーナー・イートインコーナーを設置するほか、市内小学校・中学校・高校・地元団体の活動披露が行われます。

▷「親子 de 立佞武多」

日時…8月4日(金)、6日(日)、8日(火) 19:00~21:00

市内保育園、幼稚園、小学校の子どもたちが、親子で参加する立佞武多の運行が行われます。

▷「親子 de 囃子」

日時…8月4日(金)、6日(日)、8日(火) 19:00~21:00

市内小学校4~6年生の児童が、週1回行っている囃子練習の成果をまつり本番に親子で披露します。

### 観覧の皆さんへのお願い

▷車道および歩道上での場所取りは禁止されています。

▷ごみの持ち帰りにご協力ください。

▷ドローン等小型無人機の使用は禁止されています。

立佞武多公式サイト

(<https://tachineputa-official.jp/>)

は右QRからアクセスできます。



### 立佞武多運行コース



\* 交通規制開始時間は変更が生じる場合があります。最新の情報は立佞武多公式サイトをご覧ください。

問い合わせ先…五所川原商工会議所 Tel.35-2121 / 一般社団法人五所川原市観光協会 Tel.38-1515

## 津軽鉄道「花火大会・立佞武多臨時列車」を運行します!

津軽鉄道株式会社では、8月3日(休)の五所川原花火大会と8月4日(金)~8日(火)の五所川原立佞武多の開催に合わせて臨時列車を運行します。ぜひご利用ください。

下り	津軽五所川原発	金木発	津軽中里着	備考
	21:10	21:34	21:48	各駅停車
上り	金木発	津軽五所川原着	備考	
	21:35	21:50	嘉瀬、津軽飯詰のみ停車	

\* 8月3日の花火大会が荒天等により順延の場合は、開催日に運行します。

問い合わせ先…津軽鉄道株式会社 Tel.34-2148

### 注意! 「つがる総合病院」へ来院の方は、通行止めにご注意を

立佞武多の運行に伴い、つがる総合病院前の道路が交通規制により通行止めになります。

交通規制中に自家用車でお越しの方は、右図のとおり来院願います。

ご迷惑をおかけして申し訳ありませんが、ご協力をお願いします。

通行止め日時…8月4日(金)~8日(火) 18:45~21:00

#### 駐車場

▷救急外来へ来院する方…正面駐車場

▷緊急で来院する方…立体駐車場

#### 問い合わせ先

つがる総合病院 防災センター Tel.35-3111 内線2100





## 第2回「全国高校生1億円プロジェクト」開催 県内外の高校生がブース出展＆立佞武多に参加！

「全国高校生1億円プロジェクト」は、全国から高校生が集まる仕組みをすることで人材育成や地域活性化のモデルを構築することを目的とし、高校生が中心となって企画やイベントの運営を行っています。

今年は、8月7日に県内外から高校生が集まり、E L Mで商品販売等のブースを出展するほか、五所川原立佞武多に曳き手として参加します。

クラウドファンディングにも挑戦していますので、ぜひ応援をよろしくお願いいたします！



昨年度も全国の高校生が五所川原に集まりました

### ブース出展

日時…8月7日(月) 13:00～15:30(予定)

場所…E L M 2階 E L Mホール

\*同日は、立佞武多の曳き手としても参加します。見かけましたら、応援お願いします！

参加校(6道県14校、企画参加のみの高校含む)

【青森県】五所川原第一高等学校、五所川原商業高等学校、木造高等学校、鱒ヶ沢高等学校、黒石高等学校、青森中央高等学校、七戸高等学校、三沢高等学校

【北海道】留萌高等学校

【秋田県】男鹿海洋高等学校

【福島県】小名浜海星高等学校

【三重県】相可高等学校、飯南高等学校

【熊本県】天草拓心高等学校

\*プロジェクトの詳細は、同プロジェクトのホームページ(右QR)をご確認ください。



### 問い合わせ先

全国高校生1億円プロジェクト実行委員会事務局  
一般社団法人未来の大人応援プロジェクト

中沢 電子メール h-nakazawa@mirai-otona.jp

## 「道の駅十三湖高原まつり」開催！

日時 8月27日(日) 9:00～15:00 (雨天決行)

場所 道の駅「十三湖高原」

イベント 9:00～ 十三湖産しじみのすくいどり(有料)ほか

物産販売 十三湖産大粒しじみ  
ほか(道の駅つるた・いかりがせき 友情出店)

### 問い合わせ先

高原まつり実行委員会(株式会社トーサム内) Tel.62-3556



道の駅十三湖高原名物  
十三湖産しじみすくいどり

# 新商品の開発や販路拡大を支援します

## 「地域事業者支援ルーム」を市役所内に開設しました!

地域物産、観光関連および食品製造などを営む地域事業者を対象に、商品・サービスの開発や改良と効果的な販路拡大等を支援するための「地域事業者支援ルーム」(予約制)を市役所内に開設しました。

地域物産振興課が窓口となり、相談の受付からサポートするとともに、相談終了後も各種情報提供などに

より支援していきます。また、専門的な相談は、市が委託したアドバイザーが無料で相談にあたります。

以下に記載の「ごしょがわらチャレンジ補助金」を活用するためには、地域事業者支援ルームでの相談が必要です。まずご相談ください!

問い合わせ・予約先…地域物産振興課 内線2554

## 「ごしょがわらチャレンジ補助金」スタートしました!

市では、地域物産、観光関連および食品製造などの地域事業者が行う商品・サービスの開発や改良、それに伴う情報発信や販売促進活動などの幅広い取組みを支援します。

観光資源、ユニークなアイディア、かくれた逸品、地場産品など、ごしょがわらの魅力を磨きあげ、市内外にアピールしましょう! まずはご相談ください。

申請期限…8月31日(木) (期限内でも、予算に達し次第終了となります)

### 補助対象

- ▷商品・サービスの開発または改良
- ▷マーケティングに関する調査研究
- ▷外部専門家の招へい
- ▷包装デザイン等の開発
- ▷販売イベントの開催または出展
- ▷販路拡大または宣伝広告
- ▷機械設備等の導入

### 補助対象経費

#### ①ソフト整備支援事業

謝金、旅費、消耗品費、印刷費、通信運搬費、広告宣伝費、委託料、手数料、原材料費など

#### ②ハード整備支援事業

商品・サービス開発または改良に必要な機械、設備または器具の購入

\*ハード整備のみは利用できません。

補助率…3分の2(最大50万円)



### 支援対象商品

- ①地場産品基準を満たす市内で製造する加工食品等
- ②市独自の観光資源を活用した商品・サービス

### 支援対象者…以下の条件すべてを満たす方

- ▷市内に住所または主たる事務所、事業所を有すること。
- ▷市税を滞納していないこと。
- ▷市が設置する地域事業者支援ルームによる事前相談を受けていること。
- ▷市が提供する新商品および新サービスの発表会へ参加すること。
- ▷団体にあっては規約等を有し、かつ、団体の意思を決定し、執行する組織が確立されていること。
- ▷年度内に事業を完了すること。
- ▷将来にわたり継続的に活動すること。
- ▷市、県等が実施する専門家による相談会に参加すること。

問い合わせ・申請先…地域物産振興課 内線2554

## 法律相談は弁護士会へ

今すぐあなたの助けになりたい

青森県弁護士会所属の地元の弁護士事務所での相談が迅速に受けられます。

受付時間/平日午前9時から午後5時

相談料/30分 5,000円(税別)

※但し法テラスの扶助が利用できる場合無料

### 相談方法

- ① 悩みがある…
- ② 0172-33-7834へ電話
- ③ 午前中に電話→当日15時~17時相談可能
- ④ ③以外の場合→弁護士を紹介します!

当日相談も  
できます

お申込・お問合せは:青森県弁護士会 弘前支部まで (TEL.0172-33-7834)



## 「物価高騰対策事業継続支援金」の申請はお済みですか？

市では、エネルギー、食料品価格等の物価高騰の影響を受ける市内で店舗または事業所を営んでいる事業者に対し、経営の維持のため、五所川原市物価高騰対策事業継続支援金を交付します。申請がお済みでない方は、忘れずに手続きを行ってください。

支援金額…1事業者につき10万円

申請期限…9月29日(金)

対象業種…飲食業、小売業、理・美容業、運輸業ほか

\*対象業種の詳細は、右QRからご確認ください。

\*支給要件などの詳細は、市ホームページをご確認ください。

\*電子申請による申請も受け付けていますので、市役所の窓口に来られない方は、そちらをご活用ください。

問い合わせ・申請先…商工観光課 内線2557



## 住民税非課税世帯・住民税均等割のみ課税世帯の方へ「物価高騰対策支援給付金」を支給します

低所得世帯(住民税非課税世帯および住民税均等割のみ課税世帯)への生活支援として物価高騰対策支援給付金を支給します。対象となる世帯には、案内を順次郵送していますので、ご確認ください。

支給額…1世帯につき3万円

支給対象世帯(基準日…令和5年6月1日)

①住民税非課税世帯…基準日において当市の住民基本台帳に記録されており、令和5年度住民税非課税者のみで構成される世帯

②住民税均等割のみ課税世帯…基準日において当市の住民基本台帳に記録されており、令和5年度住民税均等割のみ課税世帯または均等割のみ課税者而非課税者で構成される世帯

### 手続き

過去に非課税世帯等に対する給付金を市から口座振込により受給している場合、**申請は不要**です。

\*令和5年度に新たに世帯全員が住民税非課税世帯等となった場合や、令和5年1月2日以降に当市に転入してきた場合には申請が必要です。案内に同封した申請書に振込先口座等を記入し、必要書類とともに提出ください。

申請期限…9月29日(金)

問い合わせ・申請先

物価高騰対策支援給付金窓口 内線2989  
(土・日・祝日を除く)9:00~17:00

## 児童扶養手当・特別児童扶養手当に関する届出はお忘れなく

### 児童扶養手当について

児童扶養手当は、子どもが育成される家庭の生活の安定と自立の促進に寄与し、児童福祉の増進を図るための制度です。父母の離婚、父または母の死亡等により父または母と生計を同じくしていない場合や、父または母に一定の障害がある場合に支給されます(所得制限があります)。

受給資格のある方へ

「児童扶養手当現況届」の用紙を7月下旬に送付する予定です。この届出は所得額・受給資格等を確認するため毎年提出する必要があります。

なお、提出がない場合、11月分(令和6年1月支給)以降の手当が受けられませんのでご注意ください。

提出期間…8月1日(火)~31日(木)

(土・日・祝日を除く)

### 特別児童扶養手当について

特別児童扶養手当は、精神または身体に障害を有する20歳未満の児童の福祉増進を図る制度です。日本国内に住所があり、精神または身体に中度以上の障害を有する児童を監護している父または母、もしくは父母に代わって児童を養育している方で、県が認定した方に手当が支給されます(所得制限があります)。

受給資格のある方へ

「特別児童扶養手当所得状況届」の用紙を8月14日(月)までに送付する予定です。この届出は所得額・受給資格等を確認するため毎年提出する必要があります。

なお、提出がない場合、8月分(11月支給)以降の手当が受けられませんのでご注意ください。

提出期間…8月14日(月)~9月11日(月)

(土・日・祝日を除く)

\*どちらの届出も、本庁舎に限り8月20日(日)は手続きをすることができます。

\*新規申請は随時受け付けていますので、詳細はお問い合わせください。

問い合わせ・提出先

子育て支援課 内線2484 / 金木総合支所総合窓口係 内線3134 / 市浦総合支所総合窓口係 内線4065

## 国道339号沿いの「桜の木」は、危険なので伐採されます

金木小学校西側、国道339号の歩道の桜の木を、道路を管理する青森県が調査した結果、老朽化等により倒木する可能性が高く危険なため、7月中に伐採されることとなりました。

近年の倒木事故の発生、また通学路のため安全を最優先しました。

伐採後は、県から市の管理へ移行する手続きを進め、伐根、土壌改良、新たな木の植樹等を検討し、皆さんとともに育み、長期間にわたる景観と安全性を確保していく方針ですので、皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。

問い合わせ先…金木総合支所産業建設係 内線3110



## みんなでつくろう！ 認知症にやさしい五所川原市 「認知症フォーラム」開催！

楽しみながら「認知症」について学べるフォーラムです。ゲストは、王林さん、金多さん、豆蔵さん！ぜひ、お申し込みください。

日時…9月2日(土) 13:30～16:00(開場12:00～)

場所…オルテンシア

料金…無料

定員…1,000名(申込者多数の場合は抽選)

\*当選者には入場券をお送りします。

対象…市民または市内の学校へ通学されている方

主な内容

▷金木小学校三味線クラブ演奏

▷寸劇

認知症について、楽しく分かりやすく学べます。

▷参加団体の活動紹介

認知症に関する取り組みを行っているさまざまな団体による発表です。

▷クイズラリー

展示コーナーのクイズに全問正解できた方へ景品をプレゼント！

▷展示・体験コーナー

もの忘れ検診体験コーナー、認知症リハビリコーナー、若年性認知症コーナー、食事と栄養コーナー、キッズの看護師白衣試着体験コーナー、福祉用具・介護用品・栄養補助食品の展示など

▷認知症なんでも相談(予約制)

「認知症の介護」「入れる施設は?」「認知症の予防」「認知症とお口の健康」「認知症の薬」など、さまざまな相談に応じます。

\*希望する方は申込時にお知らせください。

▷王林さん、金多さん、豆蔵さんと学ぶ認知症クイズ  
金多豆蔵一座による認知症をテーマにした人形劇を見て、王林さんと一緒にクイズにチャレンジ！  
\*参加者募集中。お友達と一緒にでもOKです！



王林さん



金多さんと豆蔵さん

申込み…電話の場合は8月10日(木)までに、インターネットの場合は右QRから8月13日(日)までに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



# 「西北五圏域権利擁護センター」を開設しました!

五所川原市、つがる市、鶴田町では、生活関連機能向上のため、管内からの相談に応じる「権利擁護センター」を4月から共同でスタートさせました。

## 権利擁護センターとは…

認知症や障がいがあっても住み慣れた地域で自分らしく安心して暮らすことができるように支援をする専門の相談窓口です。



こんなことでお困りではないですか？

### 契約 に関すること

- ▷福祉サービスを使うための契約手続きが分からない。
- ▷施設入所したいけど、何が書いているのか分からない。



### 財産 に関すること

- ▷通帳やお金の管理に不安がある。
- ▷相続手続きが必要だが、本人が判断できない。



### 家族 や 地域の方 に関すること

- ▷訪問販売や特殊詐欺の被害を受けている方が、地域にいる。
- ▷障がいのある子どもの将来が心配。



### 制度 に関すること

- ▷成年後見制度の利用手続きについて知りたい。
- ▷身寄りがないので、将来に備えてどのような制度があるのか知りたい。



本人のほか、家族や知り合いの方などの相談に専任の職員が応じ、自身の権利が侵害されないよう解決に向けて一緒に考えます。

高齢者や障がいをお持ちの方の「普段の生活」や「財産」に関する“困りごと”があれば、ご相談ください!



相談受付時間

月曜日～金曜日 8:15～17:00 (祝日および年末年始を除く)

相談先

西北五圏域権利擁護センター

(幾世森218番地6 生き生きセンター内 五所川原市社会福祉協議会)  
TEL 34-3494 / FAX 35-5855 (来所前の予約をおすすめします)

問い合わせ先…(障がいをお持ちの方)福祉政策課 内線2494 / (高齢の方)地域包括支援課 内線2464



## 地域の身近な相談相手

# 「民生委員・児童委員」の活動を紹介します！

### 民生委員・児童委員とは？

皆さんがお住まいの地域に「民生委員・児童委員」と呼ばれる方々がいるのをご存知ですか。

民生委員・児童委員は、地域住民の立場から生活や福祉に関する相談・援助活動を行っています。

地域の身近な相談相手となり、支援を必要とする住民と市役所や関係機関とのつなぎ役を務めます。

### 日頃の活動を紹介します！



民生委員・児童委員は、担当地区ごとに活動しています。担当地区内の高齢者や障がい者のいる世帯、児童・妊産婦・子育て家庭などから相談を受けたり、家庭訪問などの見守り活動をしています。



## ～ ある日の民生委員・児童委員 ～

▷栄地区社会福祉協議会のふれあい交流協力員と「ふれあい訪問」を行いました。

ふれあい訪問は「安否確認」や「生活情報の提供」を行う訪問活動です。栄地区社会福祉協議会のふれあい交流協力員とともに数名で訪問し、声かけを行っています。この日は、体調・けが・通院のことや訪問販売には十分気を付けるようお伝えしたほか、困りごとなどのお話をしました。

訪問を心待ちにしている方々も多くいて、皆さんが笑顔で出迎えてくれることにやりがいを感じています。心配なこと、不安なことが少しでもありましたら、ぜひご相談ください。



ふれあい訪問の様子



一人で抱え込まず、  
民生委員・児童委員に  
ご相談ください。

\* お住まいの地区の民生委員・児童委員については、お問い合わせください。

問い合わせ先…福祉政策課 内線2492



# 皆さんの地域の保健協力員をお知らせします

このたび319名が保健協力員(母子保健推進員兼務)として、市長より委嘱されました。任期は令和5年7月1日から令和8年6月30日までです。保健協力員は、地域の皆さんの健康づくりを推進するために、検診受診勧奨や地域での健康相談開催、各種健康に関する事業にご協力いただきます。

五所川原市保健協力員(319名) 令和5年7月1日現在(順不同、敬称略)

<b>五所川原北区</b>		中平井町	工藤 とも子	松島町2・3丁目	藤田 明美	みどり町8丁目	野宮 暁子
寺町・岩木町	成田 せつ子	幾島町	野呂 ゆり子	松島町4丁目	乗田 悦子	虫流	加賀田 まき子
	柴谷 八重子		江良 陽子	坂田 榮子	佐藤 且子		
小曲	相馬 良子	末広町	加藤 千代江	松島町8丁目	寺田 敏子	ひがし光ヶ丘	竹内 眞紀子
	長澤 生		加藤 玲美子	佐々木 テイ	島村 霞		
沼田	工藤 俊子	川端町	山 谷 梅子	青葉町	秋田谷 友子	<b>梅沢地区</b>	
	成田 泉		田川 奈良良子	<b>栄地区</b>		新谷 佐都	梅田
西若葉	川瀬 紀美子	本町	松本 真紀子	姥 范	土岐 由香子	中泉	中野 妃富
	小野 光子		山田 洋子	藤田 のり子	福井 由美子		川口 愛子
蘇鉄	石田 秀子	新町	葛西 歌池子	猫 淵	石戸谷 秀子	七和地区	神 優子
エヴァーランド蘇鉄	小野 由花理		高橋 美香	稲 実	加藤 とき子		関 とし
ニュータウン新宮	葛西 恵	元町	神 淑子	稲実団地	山田 慶子	高野	堀内 竹子
若葉苑	岩山 紀子		杉森 史子		山田 淳子		前田野目
新宮団地市営住宅	木村 克子	第一柳町	小田桐 洋子	柳 沼	山田 和子	前田野目	斎藤 厚子
新宮町	佐藤 京子		越田 都		高杉 美由紀		持子 沢
	若葉第一	福井 政子	第二柳町	村上 文子	第三柳沼	中野 久美子	工藤 眞理子
山川 テイ		成田町	今 直子	羽野木沢		小林 節子	
若葉第二	古川 恵美子	平和町	佐々木 せい子	米 崎	坂本 直子	原 子	阿部 啓子
	藤本 友子		高橋 京子		高田 みち子		兼成 久子
若葉第二	神 整子	日の出町	山田 陸典子	柳 沼	下山 絵里子	俵 元	相内 利奈
	三上 安子		垂石 恵江子		葛西 友美		工藤 結花子
十川町	松元 千鶴子	千鳥	坂本 智恵子	藤浦団地	三上 りか子	<b>長橋地区</b>	
	高橋 裕子		小野 美子		成田 千恵子	福山	土岐 恵理子
下平井町	増田 富子	八重菊	牧野 政子	光ヶ丘	木村 美加子	杉派立	石岡 令子
	磯邊 光子		工藤 孝		鹿内 紀子		石岡 洋子
さつき町	鈴木 優美子	はるにれ町	平山 良子	みなみ広田	澁谷 優子	神山	松野 麗子
	外崎 幸子		山口 まつえ		齋藤 君代		若山
敷島町	春藤 ゆき子	鳥 森	米谷 美智子	七ツ館	永澤 恵	石田坂	片岡 富士子
	今 あい子		澁谷 陽子		三和 つき子		戸 沢
旭町	七戸 美智子	中央四丁目	松谷 綾子	吹 畑	館山 美代子	平町	齊藤 綾子
	小関 光雄		原田 徹子		齊藤 ふくえ		豊成
布屋町	田中 慶子	中央五丁目	菊池 真澄	浅井	角田 ぎみゑ	唐笠柳	伊藤 淳
	伊藤 宮子		三橋 美由記		長谷部 恵美子		吹 畑
弥生町	船水 美恵子	鎌谷町	俵谷 美枝子	みどり町2丁目	工藤 久美子	水野尾	木村 幸子
	笹森 ゆきえ		荒谷 美子		青山 梨奈		新井 ユキ子
上平井町	成田 磨留子	一ツ谷団地	乳井 タカ子	みどり町3丁目	田中 福子	漆 川	小山内 政江
	木村 玲子		相馬 郁子		塚本 豊子		太田 由起子
平井町	三上 佼子	田園町	寺田 トシ子	みどり町4丁目	三浦 里美	高谷 津草	小野寺 光子
	工藤 和子		堀内 文子		成田 玲子		太田 とみ
種井	宮野 亜希子	松島町1丁目	八木橋 裕子	みどり町6丁目	木村 靖子	加藤 喜美子	山本 美加子
	松橋 妙子		寺田 ひろ子		金川 富久子		成田 弘美
種井	氣田 幸子	松島町2・3丁目	後藤 関子	みどり町7丁目	棟方 洋子	齊藤 洋子	成田 弘美
	嶋口 裕子		寺田 テツ子		三橋 愛子		齊藤 洋子
種井	福岡 美子	松島町2・3丁目	寺田 テツ子	みどり町7丁目	齊藤 洋子	齊藤 洋子	成田 弘美
	福岡 美子		寺田 テツ子		齊藤 洋子		齊藤 洋子

市ホームページで保健協力員の活動を紹介していますので、ご覧ください。



問い合わせ先…健康推進課 内線2373

東松島	井上 則枝	鶴ヶ岡	長尾 弘子	芦野団地	下田 眞理子	上柏木	今 ちか子
太刀打	高杉 妙子	藻 川	工藤 和子	<b>蒔田地区</b>		下柏木	今 ひとみ
桃崎	荒関 友子		野呂 裕子	上蒔田	川口 恵子	下町	今 榮子
尻無	葛西 妙子	高瀬	佐藤 文子	<b>神原地区</b>		喜良市川端町	今 カツエ
	對馬 光子		工藤 真奈美	神原	前田 泰子	<b>相内地区</b>	
一野坪	野呂 よね	福井	木村 貞子	<b>川倉地区</b>		相内第1	三和 麻美
	小山内 幸子		小笠原 ふじ江	藤枝	竹内 啓子		成田 美代子
石畑	島谷 とも子	<b>金木地区</b>		湯の川	鈴木 朝子	相内第2	平野 美恵子
	對馬 秀子	本町	古川 敦子	女坂	泉谷 美加子	相内北	竹谷 和子
前范	小野 千鶴子	田町	藤元 敬子	竹原1区	中谷 美咲		小田桐 栄子
	中村	山内 優子	山道町	佐藤 八重子	<b>嘉瀬地区</b>		<b>磯松・脇元地区</b>
馬性	佐藤 牧子	角田 澄子		東町	松川 きよ子	磯松	村元 藤美
野崎・金山	高橋 千佳子	美晴町	藤田 朋世	上小栗崎	小松 ヨシ子		上脇元
	高橋 恵子		對馬 裕子		松川 裕子	木津谷 レイ子	
宮田	岩崎 良子	昭和町	白瀬 節子	中小栗崎	大澤 綾子	下脇元	石岡 敦子
	渋谷 るり子		加藤 恵美子		小松 待子		横山 明子
川代田	外崎 明美	飯詰地区	川山 菜津子	下小栗崎	松川 つえ子	<b>太田地区</b>	
米田	神 淑子		角田 美津子	上派立	中野 里香	太田	奈良 七重子
北新	岡田 千鶴子	神明町	諏訪 節子	中派立	阿部 敬子	<b>十三地区</b>	
仲町	外崎 貴代江		石戸谷 和子	下派立	阿部 敬子	十三仲の町	中井 華恵
新町・大町	岡田 敬子	朝日町1区	金沢 玉美	下派立	鳴海 眞理子		十三山子
大正町	竹林 由紀子		高橋 良子	下新町	櫛引 千賀子	岩館 逸子	
中下	濱館 てい子	朝日町2区	石岡 晴美	下昭和町	秋元 順子	十三まち	工藤 篤子
長坂	平山 隆行		北新町		棟方 和美		鳴海 和子
興隆・朝日	對馬 美貴	小川町1区	北川 豊子	嘉瀬本町	飯塚 芳枝	相坂 美世子	
	小田桐 尋美		石岡 由香	車 町	山中 しげ子		
下岩崎	濱館 美那子	米 町	津島 典子	畑 中	今 澄子	健康に関して、市民と行政とのパイプ役も担っています。何かありましたら、お声がけください。	
	其田 純子		松江 亜希子	後町	山中 京子		
五本松	三上 洋子	寺 町	楠美 朱代	上古町	木村 京子	政とのパイプ役も担っています。何かありましたら、お声がけください。	
上町・寺町・下村	木村 トミエ		熊谷 悦子	下古町	花田 宝子		
旭・新田	太田 百合子	芦野町	中野 ヌエ子	新誠町	今 規子	健康に関して、市民と行政とのパイプ役も担っています。何かありましたら、お声がけください。	
	成田 啓子		田中 照子	新堤町1区	秋元 昭子		
中崎	北川 久子	浦 町	伊藤 則子	新堤町2区	鳴海 くめ子	健康に関して、市民と行政とのパイプ役も担っています。何かありましたら、お声がけください。	
共栄	山内 淳子		外崎 きみよ	上鍛冶町	澤田 敦子		
中野・川端	増田 八知子	新富町	白川 美奈子	下鍛冶町	山中 久美子	健康に関して、市民と行政とのパイプ役も担っています。何かありましたら、お声がけください。	
上長富	齊藤 春子		高原 志麻	上中柏木	成田 よし子		
中長富	齊藤 春子	見崎町	津島 マツエ	<b>喜良市地区</b>		更生部落	
中長富	齊藤 春子		前田 通子	古川 淳子			
<b>中川地区</b>			奈良 蝶子	東岩見町	加藤 千恵子	健康に関して、市民と行政とのパイプ役も担っています。何かありましたら、お声がけください。	
沖飯詰	田口 まさ	旭ヶ丘1区	徳田 さゑ子	桑田 奈々			
	藤森 恵子	旭ヶ丘5	中村 暁子	古川 亮子			
桜田	古村 統子	大東ヶ丘	白川 美	喜良市上派立	黒川 京子	健康に関して、市民と行政とのパイプ役も担っています。何かありましたら、お声がけください。	
	上見 恵美子	第2金木団地	白川 美保子	野崎	古川 千鶴子		
種井	鳴瀬 麻也子	さくら団地	黒田 夏美	南本町	古川 かつ子		
	<b>三好地区</b>			芦野団地	野上 雪子	上柏木	





## 「農業委員」および「農地利用最適化推進委員」を募集します

現委員の任期満了にあたり、農地等の利用の最適化の推進に関する事項に関し、その職務を適切に行う農業委員および農地利用最適化推進委員を募集します。

地域の農地を守り、持続可能な農業・農村を創るためには「女性の力」も必要です！ぜひ委員として活躍しませんか？

### 募集人数／任期

#### ▷農業委員

20名／令和6年3月28日～令和9年3月27日

#### ▷農地利用最適化推進委員

20名(右表のとおり)／委嘱の日～令和9年3月27日

報酬…市条例による。

募集期間…8月1日(火)～31日(木)(最終日は必着)

応募方法…推薦(個人、法人・団体)または応募申込による。

\*農業委員と推進委員の両方に応募できますが、兼務することはできません。また、推進委員は複数の区域に応募できます。

応募用紙および募集要項…市ホームページからダウンロードできます。また、農業委員会事務局、農業委員会金木支所、農業委員会市浦支所でも配布しています。

応募先…農業委員会事務局、農業委員会金木支所、農業委員会市浦支所

### 農地利用最適化推進委員の担当区域および募集人数

区域名	担当区域	定員
市浦区域	旧市浦村の区域	2名
金木区域	旧金木町の区域	5名
五所川原北区域	蘇鉄、太刀打、一野坪(朝日田崎、狐崎を除く)、飯詰、下岩崎、毘沙門、長富、藻川、鶴ヶ岡、高瀬、田川、種井、長橋、川山、沖飯詰、桜田、新宮	6名
五所川原南区域	幾世森、小曲、湊、姥苅、稲実、広田、七ツ館、梅田、中泉、浅井、水野尾、米田、唐笠柳、石岡、吹畑、漆川、一野坪(朝日田崎、狐崎)	3名
五所川原東区域	俵元、原子、羽野木沢、持子沢、高野、前田野目、福山、豊成、野里、神山、松野木、戸沢、金山	4名

問い合わせ先…農業委員会事務局 内線2882

## 令和5年度 五所川原地区消防事務組合職員を募集します

試験職種・採用予定人員…消防職(若干名)

### 試験の日時・場所・内容

#### ▷第1次試験

日時…9月24日(日) 9:00～

場所…鶴田町公民館ほか

内容…能力検査、適性検査、体力検査

#### ▷第2次試験(予定)

日程…10月29日(日)

場所…五所川原消防庁舎

内容…作文試験、面接試験、身体検査、身上調査

\*感染症や災害などにより試験の実施に変更などがある場合は、受験者に連絡するとともに、五所川原地区消防事務組合ホームページでお知らせします。

受験資格…次のすべてを満たす方

①平成5年4月2日以降に生まれた方で、高等学校卒業以上の学歴を有する方または令和6年3月までに高等学校卒業見込みの方

②第一種運転免許のうち、普通自動車免許(オートマチック車限定を除く。以下同じ)を取得している方(令和6年3月に卒業見込みの方は、採用後2年以

内に普通自動車免許を取得できる方)で、採用後5年以内に大型自動車免許を取得できる方

③採用時において、五所川原地区消防事務組合の構成市町である五所川原市、鶴田町または中泊町に居住できる方

④身体が健全であること

⑤視力(矯正視力を含む)が両眼で0.8以上かつ一眼で0.5以上であること

試験案内および受験申込書…五所川原地区消防事務組合ホームページからダウンロードできます。また、消防本部総務課、各消防署および分署でも配布しています(平日8:30～17:15)。

エントリー方法…リクナビ、インターネット(電子メール)、郵送、持参

受付期限…8月25日(金)

### 問い合わせ先

消防本部総務課 Tel35-4382 内線1010



# 除排雪業務臨時職員(会計年度任用職員)を募集します

募集期間…8月7日(月)～25日(金)

業務内容…除排雪にかかわるすべての業務および道路維持業務

雇用期間…12月1日(金)～令和6年3月1日(金)

選考結果通知…9月8日(金)までに通知します。

## 排雪ダンプ運転手

募集人員…五所川原地域 15名程度

募集要件(次の要件すべてに該当する方)

- ①健康な方
- ②中型自動車免許(8 t 限定)以上の免許を有している方
- ③原則として、市除排雪業務経験者は68歳未満の方、未経験者は55歳未満の方(令和6年3月31日時点)

## 勤務時間および賃金

▷非降雪時 8:30～17:15(休憩1時間)

日額8,500円

▷降雪時 0:00～8:45(休憩1時間)

日額9,870円(夜間割増賃金含む)

\*降雪状況によっては、勤務時間が変更となる場合があります。

\*22:00～5:00は賃金を割増します。

## 申込書類

- ①除排雪業務臨時職員(会計年度任用職員)雇用申込書
- ②運転免許証(写)
- ③運転記録証明書(過去1年間分)

## 重機オペレーター

### 募集人員

▷五所川原地域 18名程度

▷金木地域 12名程度

▷市浦地域 10名程度

募集要件(次の要件すべてに該当する方)

- ①健康な方
- ②大型特殊自動車免許を有している方
- ③車両系建設機械運転技能講習を修了している方で、原則として、重機運転経験2年以上の方
- ④原則として、市除排雪業務経験者は68歳未満の方、未経験者は55歳未満の方(令和6年3月31日時点)

## 勤務時間および賃金

▷非降雪時 8:30～17:15(休憩1時間)

日額10,500円

▷降雪時 0:00～8:45(休憩1時間)

日額12,195円(夜間割増賃金含む)

\*降雪状況によっては、勤務時間が変更となる場合があります。

\*22:00～5:00は賃金を割増します。

## 申込書類

- ①除排雪業務臨時職員(会計年度任用職員)雇用申込書
- ②運転免許証(写)
- ③車両系建設機械運転技能講習修了証(写)
- ④運転記録証明書(過去1年間分)

申込み…申込書類等は、土木課または各総合支所産業建設係で配布しています。

問い合わせ・申込先…五所川原地域 土木課 内線2617

金木地域 金木総合支所産業建設係 内線3115

市浦地域 市浦総合支所産業建設係 内線4043

## 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。



◎ 広報有料広告

お弁当はスマホでご注文 簡単便利♪



ほっともつと五所川原中央店

TEL 0173-38-3012 FAX 0173-38-3013

営業時間 8:00 - 21:00 五所川原市中央4丁目135番

屋根・外壁工事

青森県知事許可(般-1)第17210号



有限会社 成板工業

代表取締役 成田 和保

事務所/〒037-0069 五所川原市若葉1丁目13-73

☎0173(35)3988・FAX0173(35)5866

作業場/〒037-0068 五所川原市長橋字橋元75-29

E-mail:nariban@amail.plala.or.jp

五所川原市を応援します!!

# 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2回)

試験日…10月15日(日) 受付期間…8月7日(月)～9月29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	30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	
理学療法士	1名程度	
作業療法士	1名程度	
言語聴覚士	1名程度	
管理栄養士	2名程度	

\* 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) Tel.26-6363 内線2327



## 善意の花かご

～どうもありがとうございました～



▷ライオンズクラブ国際協会332-A地区(岡田殉ガバナー)＝太陽電池時計台2台および設置工事一式(菊ヶ丘運動公園、松島団地児童公園)



目録を手渡した岡田ガバナー

▷リズム株式会社(湯本武夫代表取締役社長)＝からくり時計8個、時計を題材にした絵本8冊(地域子育て支援拠点8施設へ)



目録を手渡した取締役常務執行役員の山崎勝彦管理本部長(前列左から2人目)



菊ヶ丘運動公園の時計台

▷金木ロータリークラブ(荒関利康会長)＝三味線パチ修理(金木小学校へ)、テント2張(金木中学校へ)



目録を手渡した荒関会長(左から3人目)



松島団地児童公園の時計台

▷津軽鉄道サポーターズクラブ 太田忠光さん＝写真集「津軽 ストップ列車の季節」30冊(市内中学校6校へ)

▷天理教青森教区西北一支部(野呂道伸支部長)＝園外清掃奉仕(くるみ園へ)

▷岩崎グループ(岩崎栄美代表)＝草刈り奉仕(くるみ園へ)



## 剣道で全国大会へ

第57回全国道場少年剣道大会(東京都)の出場にあたり、五所川原剣道協会の選手の皆さんが6月13日、市長を表敬訪問しました。

同協会は4月29日に行われた県予選会団体の部において、小学生の部で優良賞(第3位)、中学生の部でベスト8の成績を収め、全国大会への出場となりました。また、佐藤玲陽さん(栄小6年)は個人の部で優勝し、全国道場少年剣道選手権大会 第47回小・中学生男子の部(埼玉県)にも出場となりました。

佐藤さんは「一戦一戦丁寧に、これまでの経験を生かして日本一に近づきたい」と意気込みを話しました。



全国大会に出場する選手の皆さん

## 「お父さん、いつもありがとう！」父の日 花束贈呈



連合婦人会とこども園あともむの園児の皆さん

6月9日、父の日を前に五所川原市連合婦人会(外崎れい子会長)の皆さんとみどりの風こども園あともむの園児の皆さんが、日頃、市民の幸せを願って働いているお父さんに感謝を伝えたいと、市長、市議会議員、副市長、教育長を訪問しました。

園児の皆さんは「いつもお仕事を頑張ってくれて、ありがとうございます！」と大きな声で日頃の感謝を伝え、花束を市長たちに手渡しました。

外崎会長は「子どもたちから元気をもらって、これからも市民が安心して安全に暮らせるようなお仕事を続けていただきたい」と話しました。

◎ 広報有料広告

お宮でお土産さがしを...

### 夏のおみや市

厳選された飲食店と工芸作家による小さなクラフト市

五所川原神明宮  
青森県五所川原市中央一丁目154

8月14日 月曜日 9:00-16:00

入場無料 0173.34.6072  
お問い合わせカフェドアミー

夏に詣でる

### 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

一般建設業 青森県知事許可(般-29)第400424号

- ・リフォームローン固定2.95%団体付き15年まで可
- ・昭和58年度五所川原工業高校卒 前田昭仁(写真中央)

◆ホームページは◆  
Google

屋根・外壁リフォーム専門店 電話は今すぐ、こちらから

**アートリフォーム(株) 0173-33-4713** アートリフォーム株式会社

五所川原市七ツ館虫流51-29 お電話は担当 前田まで「増改築相談員がいるお店」

### それは 後鼻漏!?

鼻水がのどに流れたりしませんか?

いわや薬品 新町本店  
【健康相談】(34)3939

お気軽にご相談下さい!

駅前店 (34)5088 エルム店 (33)6742

保険調剤 美容相談

### 塗り替え予定のお客様必見!

屋根・外壁「よみがえり」計画を!

下塗り強化がっちりガード

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。

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

ご連絡先 090-2023-2226 (担当木村まで)

五所川原市を応援します!!



# 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。



## 長者森平和公園・芦野霊園からのお知らせ

まもなくお盆を迎え、お墓参りする機会が多くなります。ご先祖様のため、快適な墓園環境の保全に努めましょう。

▷お花やお供物、ごみは、サルやカラスが群がる原因となりますので、必ず持ち帰ってください。

▷墓地区画内の木の枝や雑草等は各自で片付けてください。

### 駐車場のご利用をお願いします

お盆期間中は、道路や歩道への駐車車が頻繁に見受けられます。緊急車両などの通行の妨げとなりますので、必ず「管理棟近くの駐車場」か「葬斎苑近隣の臨時駐車場」をご利用ください。

### 長者森平和公園行き臨時無料バスをご利用ください

お盆期間中の8月13日(日)と20日(日)は、長者森平和公園行き臨時無料バスを運行します。ご来園の際は、ぜひご利用ください。

\*往路での途中降車や復路での途中乗車はできません。

問い合わせ先…環境対策課 内線2365

### 運行日・発着時刻

運行日		8月13日	8月20日
往路	弘南バス 五所川原営業所発	10:00	16:00
	五所川原駅前発	10:15	16:15
	松島町5丁目 停留所発	10:25	16:25
	長者森平和公園着	10:35	16:35
復路	長者森平和公園発	11:10	17:10
	松島町5丁目 停留所着	11:20	17:20
	五所川原駅前着	11:30	17:30
	弘南バス 五所川原営業所着	11:40	17:40



## あおもり若者定着奨学金返還支援制度、登録受付中!

### 2023・2024・2025年度就職予定者の登録受付中!

大学等を卒業した若者(就職時35歳未満)が、6年間青森県内に住み、サポート企業で働き続けたとき、奨学金の返還を県と企業とで支援する制度です。

若者、企業ともに**事前登録(無料)が必要**です。

### 対象

- ▷大学・短大等の卒業生で、採用時に35歳未満の方
- ▷県内で正規雇用されていない方
- ▷「日本学生支援機構」「青森県育英奨学会」の奨学金利用者

\*県外在住の方が、年度中途に就職する場合も対象。

### 対象企業等(サポート企業)

県内企業または勤務地を県内に限定した採用を行う県外企業(法人、団体、個人事業主)

**支援額**(企業が設定。県・企業が1/2ずつ負担)

▷大学等…150万円、100万円、60万円のいずれか

▷短大等…75万円、50万円、30万円のいずれか

\*返還総額・返還残額の1/2が上限。

\*詳しくは、あおもり奨学金サポートサイトをご覧ください。



### 問い合わせ先

青森県地域活力振興課 Tel.017-734-9174



## 「地震防災対策の現状調査に係るアンケート」にご協力を!

内閣府では、今後の防災対策に生かすため、日頃の防災意識や対策等に関するアンケート調査を実施します。ぜひ、皆様のご意見をお聞かせください。

回答期限…8月31日(日)

アンケート回答フォームURL

<https://en.surece.co.jp/kaiko2023/>



- ▷記述式設問は、可能な限り具体的にご回答ください。
- ▷内容は、個人が特定できないよう取りまとめた上で、今後の防災対策の検討に活用させていただきます。

問い合わせ先…内閣府 防災担当 防災計画担当

大竹、吉田

問い合わせフォーム <https://form.cao.go.jp/bousai/opinion-0067.html>







## 不用品の“買い取り”や“回収”の訪問サービスに注意!

「不用品を買い取る」「無料または安価で処分する」などの広告や電話勧誘による契約トラブルが増えています。家族や身近な人と声をかけあって、被害を未然に防ぎましょう。

### 【事例1】貴金属の強引な買い取り

衣類を売ってほしいと電話があり、業者に訪問してもらったら、貴金属も見せるよう要求され、強引に買い取られた。

売るつもりのない貴金属の売却を迫られても、物品を見せず、きっぱり断りましょう。

### 【事例2】高額な料金の請求

不用品回収の広告を見て、業者に訪問してもらい、トラックに積み込んだら、広告に記載されていた料金よりも、はるかに高額な料金を請求された。

不用品の量や状態によっては、追加料金が発生する場合があります。作業開始前に支払う見込額を確認することが大切です。



不用品の収集・運搬業は、市町村による「一般廃棄物処理業」の許可が必要です。



- ▷ 買い取ってもらう場合は、必ず契約書を受け取り、すぐに物品の種類、買取価格、買取業者の名称や連絡先などを確認しましょう。
- ▷ 事業者の来訪時は、なるべく家族や身近な人に立ち会ってもらいましょう。

\* 市ホームページ(右QR)に、ほかの事例も紹介しています。ぜひご覧ください。

相談先…五所川原市消費生活センター Tel33-1626 または Tel26-5881



### 〈五所川原市 相談窓口紹介ネットワーク 連絡先〉

相談の種類	相談の内容	相談窓口	電話番号・受付時間
消費生活相談	商品・サービスの提供や契約に関する苦情相談、および多重債務に関する相談	五所川原市消費生活センター	Tel 33-1626 / Tel 26-5881 月～金 9:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)
		消費者ホットライン	局番なし 188(いやや) 月～金 9:00～17:30 土・日・祝 10:00～16:00 (年末年始を除く)
	借金(多重債務)などに関する相談	消費者信用生活協同組合	Tel 0120-102-143 月～金 第2・4土曜日 9:00～17:00(祝日を除く)
生活一般相談	日常生活のあらゆる心配ごと	五所川原市社会福祉協議会	Tel 39-1212 24時間
女性・子どもに関する相談	ドメスティックバイオレンス・子育て全般に関すること	五所川原市子育て支援課	Tel 35-2111(内線2482) 月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)

## 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。

#### 五所川原地区(行政相談)

▷8月10日(休) 10:00~12:00

▷8月24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)

▷8月9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)

『言葉に出して、相手に見える、  
伝わる「思いやり」が大切だと  
感じた』

### 8月13日にマイナンバーカード受取窓口を開設します

市民課では、お盆期間中の8月13日(日)に、マイナンバーカードの受け取り、電子証明書の更新、マイナポイントの申込みができる窓口を開設します。この機会にぜひご活用ください。

\* 下記の日曜開庁および延長窓口はすべて本庁のみで実施します。金木・市浦地域の方は、1週間前までにご連絡ください。

\* マイナポイント申込期限の9月末には窓口が大変混雑します。マイナンバーカードの受け取り・マイナポイントの申込みはお早めに!

開庁時間…8:30~12:00

\* 混雑により待ち時間が発生することがあります。

#### その他の日曜開庁実施日

9月10日、10月8日、11月12日、12月10日、令和6年1月14日、2月

11日、3月10日

### 延長窓口でも受付しています

毎週月曜日 17:15~19:15

\* 月曜日が休日の場合は翌開庁日(年末年始は除く)。

\* 各種証明書の発行もできます。

問い合わせ先…市民課 内線2324

### おやこのスペース『ゆったりーの』 「ハートネットを作ろう!」 ~ちょっと気になる子への支援~

『ゆったりーの』は、親子でゆったりと過ごせる居場所です。子育ての悩みや発達の不安の相談もお受けしますので、どなたでもお気軽にお越しください。

日程…8月26日(出)、9月9日(出)\*、  
9月16日(出)、9月30日(出)\*、10  
月14日(出)\*、10月21日(出)、10月  
28日(出)

(\* )は発達の相談ができる日です。

場所…中央公民館3階大広間等

時間…10:00~15:00

(相談は13:00~15:00)

参加費…無料

対象…幼児から小学生(子どもだけの利用はできません)

#### 問い合わせ先

社会教育課 内線2952

### 年金の知りたいことがすぐ に探せる「年金ポータル」

年金ポータルは、年金に関する情報をインターネット上で簡単に見つけられるように、厚生労働省が作成したポータルサイトです。このサイトでは自分の日常生活の中のシーンに合わせたテーマや、年金制度の基本的な仕組みについて、さまざまな関係機関のホームページから情報を探すことができます。

専門用語をできるだけ使わずに、図やイラストによるシンプルな解説で、年金について知りたいことがすぐ探せる「入口」としてご利用いただけます。

年金ポータル…<https://www.mhlw.go.jp/nenkinportal/>

#### 問い合わせ先

国保年金課 内線2343

弘前年金事務所 Tel.0172-27-1339

### 肉の生食・加熱不足による 食中毒にご注意を!

夏場は温度や湿度が高く、食中毒を引き起こす細菌が増えやすい時期です。肉にはもともと「腸管出血性大腸菌」や「カンピロバクター」が付いていることがありますので、次のポイントを守り、食中毒を予防しましょう。

#### ①つけない

▷手指や調理器具等はしっかり洗う。

▷食品の保管は、容器に入れ、蓋やラップをする。

#### ②増やさない

▷調理は手早く、完成後はすぐに食べる。

▷すぐに食べないときは、冷蔵庫で保管する。

#### ③やっつける

▷加熱調理の際は、中心部までしっかりと加熱する。

▷調理器具は、こまめに消毒する。

#### 問い合わせ先

五所川原保健所 Tel.34-2108

### 職場での熱中症予防対策の 徹底を図りましょう

職場における熱中症により、全国で毎年約20人が亡くなり、約1,000人が4日以上仕事を休んでいます。

熱中症予防対策の徹底のため「STOP!熱中症 クールワークキャンペーン」を展開しています。

▷暑さ指数(WBGT値)を把握し、数値に応じて作業の計画をたてましょう。

▷冷房を備えた休憩場所など、涼しい休憩場所を確保しましょう。

▷のどが渇いていなくても、定期的に水分・塩分を取りましょう。

▷少しでも様子に異常を認めたときは、ためらうことなく、病院に搬送しましょう。また、病院に運ぶまでは1人きりにしないようにしましょう。

\* 詳しい予防対策は「クールワークキャンペーン」で検索

問い合わせ先…五所川原労働基準監督署 監督・安衛課 Tel.35-2309



## 後期高齢者医療被保険者の皆さんへ ～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、必ず市役所へ届出してください。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。詳細については、お問い合わせください。

### 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

## 個人事業税の納付をお忘れなく

個人事業税は、物品販売業、請負業、不動産貸付業、医業、理容業などの一定の事業を営む個人の方に、原則として前年中の事業の所得をもとに課税される県の税金です。県税部から送付される納税通知書により、8月と11月の二期に分けて納めていただきます。

今年度の第1期分の納期限は8月31日(休)です。納期限までに、お近くのコンビニエンスストアや金融機関、「地方税お支払サイト」等で納付してください。

詳しくは、県ホームページ([https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/soumu/zeimu/003\\_19nouzeihouhou.html](https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/soumu/zeimu/003_19nouzeihouhou.html))をご覧ください。

### 問い合わせ先

西北地域県民局県税部課税課  
Tel34-2111 内線208

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  
Tel33-1626、Tel26-5881

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 Tel0120-102-143

日時…8月9日(休) 10:00～16:00

場所…市役所2階相談室2C

\*予約制。貸付制度あり。

## 募集・試験

### 令和5年度自衛官募集

#### ▷一般曹候補生

受験資格…採用予定月の1日現在、18歳以上33歳未満の方  
\*32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない方

受付期限…9月5日(火)

\*締切日必着

試験日…9月17日(日)

場所…市民学習情報センター(予定)

#### ▷自衛官候補生(男子・女子)

受験資格…採用予定月の1日現在、18歳以上33歳未満の方  
\*32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない方

受付期限…9月5日(火)

\*締切日必着

試験日(Web)…9月下旬

#### 口述・身体検査の場所・日時

青森駐屯地

▷男子…9月30日(土)、10月1日(日)

▷女子…9月29日(金)

### 問い合わせ先

自衛隊青森地方協力本部 五所川原地域事務所  
Tel35-2305



## 奥津軽ママICTワーカー カレッジ

西北地域県民局では、子育て中の女性等が時間を有効に活用しながら柔軟に働くことができるよう、在宅ワークやリモートワークに必要なICTに関するスキルや知識を習得するための講座を全10回開催します。

初回と最終回は会場(託児付)での対面開催となりますが、自宅からで

も参加できるよう、残りの講座はオンライン形式で開催します。

リモートワークを始めたいとお考えの方、在宅ワークに興味のある方は、ぜひご応募ください。

詳しくは、青森県ホームページ(右QR)をご確認ください。



問い合わせ先…西北地域県民局  
地域連携部 Tel34-2175

## 公共職業訓練 医療・調剤事務科2

医療機関、調剤薬局等における受付、診療報酬や調剤報酬請求事務、会計事務などに関する知識・技能を習得し、医療機関のIT化への対応を身に付ける訓練コースです。

応募期限…8月16日(休) 正午  
訓練期間…9月6日(休)～令和6年2月5日(月)

訓練場所…ラソ・パソコン教室(姥范船橋238-3)

定員…20名

受講料…無料

\*テキスト代(20,757円)、資格取得に関する受験料は自己負担

申込み…ハローワークまたはハローワークヤングプラザ(55歳未満の方)に受講申込等応募書類を提出してください。

### 問い合わせ先

ラソ・パソコン教室 Tel26-6861

## 放送大学 10月入学生募集

放送大学では「大学を卒業したい」「働きながらスキルアップしたい」「学びを楽しみたい」「空いた時間を有効に使いたい」など、それぞれの目的でさまざまな年代や職業の方が学んでいます。

入学試験がなく、授業はインターネットやBS放送で視聴し、単位認定試験もWEBで受験できるため「ウィズコロナ時代の学び方」としても注目を集めています。

出願期限…9月12日(火)

\*資料を無料で送付しますので、お気軽にお問い合わせください。

問い合わせ先…放送大学青森学習センター Tel0172-38-0500

## 県営住宅入居者募集

募集住戸…広田団地(3K) 1戸

家賃…10,800円～21,200円程度

\*所得金額に応じて決定

申込者・同居予定者の人数等の制限

条件付きで単身から可(一般は2名以上)

申込受付期間

8月1日(火)～10日(木)

\*土・日・祝日を除く/入居基準など詳細はお問い合わせください。

問い合わせ・申込先

株式会社サン・コーポレーション  
住宅管理係 Tel38-3181



## 津軽の「むがしっこ」語り

むがしっこ語る会「ゆきん子」が昔懐かしい「むがしっこ」を語ります。

日時…8月1日～31日の毎週土曜日  
11:00～11:30

場所…旧平山家住宅

入場料…無料

問い合わせ先…むがしっこ語る会  
「ゆきん子」春藤 Tel35-5513

## 光風会「楽しい仲間達展」

油絵などを展示します。

日時…8月1日(火)～31日(木)

9:00～21:00(31日は14:00まで)

場所…中央公民館2階ギャラリー

問い合わせ先…光風会 佐々木  
Tel090-2799-8689

## 農林総合研究所・りんご研究所参観デー

日時…9月6日(水)、7日(木)

9:00～15:00

▷農林総合研究所(黒石市田中82-9)

内容…研究成果の展示・紹介、水稲品種「はれわたり」、米粉用新品種「あおもりっこ」米粉パンの試食、農業相談コーナー、花の販売、スマート農業機械等展示・実演会など

問い合わせ先

農林総合研究所 Tel0172-40-4525

▷りんご研究所(黒石市大字牡丹平字福民24)

内容…研究成果の展示・紹介、ほ場見学ツアー、果樹相談コーナー、農業資材やりんごの販売など

問い合わせ先

りんご研究所 Tel0172-52-2331



## すいみん講演会

「眠りたくても、なかなか眠れない」「年齢とともに眠りが浅くなった」など、睡眠のお悩みはありませんか?

健康増進に関する連携協定を締結している明治安田生命保険相互会社の方を講師に、自分にとって良い睡眠をとるためのポイントを知ることができる「すいみん講演会」を開催します。

また、LEDセンサーに手をかざして推定野菜摂取量をチェックできる「ベジチェック」体験も実施しますので、お気軽に自分の健康チェックをしてみませんか。

日時…9月7日(木) 14:00～15:30

\*ベジチェック体験会

15:30～16:00

場所…市役所2階会議室

講師…明治安田生命保険相互会社五所川原営業所 所長 菱沼一輝

テーマ…くらしに役立つ睡眠と健康の知恵袋

対象…市民(定員30名)

申込み…9月1日(金)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。メールは件名に「9月講演会参加」と入力し、manabi-01@city.goshogawara.lg.jpまで送信ください。

問い合わせ・申込先

健康推進課 内線2377



## 健やか協力隊員養成研修・交流会

日時…10月20日(金) 9:00～14:00

場所…青森県総合社会教育センター

2階

(青森市大字荒川字藤戸119-7)

内容…健康講義・健康測定機器測定演習

対象…健康づくりに関心があり健康測定を学びたい方、QOL健診等の測定のお手伝いをお考えの方

定員…40名

受講料…無料

申込み…開催日2週間前までにお申し込みください。

\*詳しくは、公益社団法人青森県医師会ホームページ(<http://www.omori.med.or.jp/common/sukoyaka.html>)をご覧ください。

問い合わせ・申込先

青森県医師会 健やか力推進センター Tel017-763-5590

## 献血バス巡回日程

▷8月24日(木) 10:00～11:30

金木総合支所

▷8月27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  
Tel017-741-1512

## 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…8月24日(木) 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

申込み…新規の方を優先とした予約制です。8月21日(月)までにお申し込みください。

\*14:00～15:00は予約を受けず、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



## 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、相談対応をしていますので、ご連絡ください。

**日時**…8月3日(休) 10:00～11:30

**場所**…保健センター五所川原(働く婦人の家)

**持ち物**…母子健康手帳、バスタオル(体重計をご利用の方)

\* 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。

### 問い合わせ・申込先

子育て支援課 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



## 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**…8月22日(火) 10:00～12:00

**場所**…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

## 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**…8月30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**…8月25日(金)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

## もの忘れ検診

認知症の早期発見につながる検診です。タッチパネル式のパソコンで簡単な質問に答える検査です(予約制)。

**対象**…65歳以上または若年性認知症が心配な市民

**日時**…8月24日(休)、31日(休)

各日13:00～13:30

**場所**…健生五所川原診療所

**定員**…各日1名

**料金**…無料

### 問い合わせ・申込先

地域包括支援課 内線2463

## ノルディック・ウォーク

両手にポール(ストック)を持って体を支えながら歩く、足腰に不安がある人でも取り組みやすい健康ウォーキングです。全身の筋肉を使うため消費カロリーがアップします。いずれの会場でもご参加いただけます。

**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

8月7日(月)、21日(月)

②金木会場 8月29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芦野公園東屋

**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、手袋、飲み物、汗ふきタオル、ポール(無料レンタル有)、内履き(雨天時は室内を歩くため)

**申込み**…初回参加の場合、開催日4日前までに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)

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～)

①②8月4日(金)・9日(水) スマートフォン教室

生き生きセンター 13:30～15:00

\* 両日とも同じ内容となります。

③8月22日(火) スマートフォン教室

保健センター市浦 13:30～15:00

④8月25日(金) 夏バテに負けない、丈夫な身体をつくろう～4分体操とレクリエーション～

コミュニティセンター栄 10:00～11:30

生き生きセンター 13:30～15:00

⑤8月29日(火) ノルディック・ウォーク(受付9:30～)

芦野公園東屋 10:00～11:30

\* 持ち物は「ノルディック・ウォーク」の記事をご確認ください。

\* 悪天候時は延期となります。

⑥8月29日(火) 夏バテに負けない、丈夫な身体をつくろう～4分体操とレクリエーション～

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

### 日程・内容

①8月2日(水) チェアヨガ

②8月30日(水) ボールを使った体操

**時間**…10:00～11:00(受付9:45～)

**場所**…生き生きセンター

**講師**…①ヨガ講師 木村啓

②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



## 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…8月27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…認知症予防のために食事で気をつけること

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2464

## 西北五視力障害者福祉会 会員募集

西北五視力障害者福祉会は、西北五地域の目の見えない人や見えにくい人が集い、互助・親睦・厚生と福祉増進を目的に活動している団体です。

主な事業は福祉大会・研修旅行・親睦会などを行っています。情報交換をして幸せな日々を送りましょう。

問い合わせ先

西北五視力障害者福祉会 工藤  
Tel34-6209

## そ の 他

### バスの車内事故防止にご協力ください

走行中に席を離れると、転倒など思わぬけがをする場合があります。降車の際は、バスが停留所に着いて扉が開いてから席を立ってください。

また、バスは安全運転に徹していますが、やむを得ず急ブレーキを掛ける場合があります。満席のため、立ってご利用いただく場合には、吊革や握り棒にしっかりつかまってください。

バスの車内事故防止に皆さんのご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ先…公益社団法人青森県バス協会 Tel017-739-0571

### 楽しく体験!! 第23回安全運転競技大会

女性ドライバーの皆さん、初心に帰って日頃の運転を楽しく再チェック!お気軽にご参加ください。

日時…9月2日(土) 9:30~12:00

場所…五所川原モータースクール

参加資格…普通自動車運転免許をお持ちの女性(運転経験・年齢不問)

参加費…無料(賞品あり)

定員…15名

申込締切…8月21日(月)

問い合わせ先…五所川原地区交通安全女性ドライバーズクラブ  
事務局 和田 Tel33-1688

### FDA青森・名古屋線が 期間増便で運航します

フジドリームエアラインズ(FDA)青森・名古屋線の期間増便により、7月15日(土)から10月28日(土)までの間の一部日程を除く87日間、1日4往復で運航することとなりました。

名古屋城や熱田神宮など定番の見どころに加え、昨年11月にオープンしたジブリパークなど名古屋には魅力的な観光スポットがたくさんあります。

FDAでは「バースデー割」や「みんなでシニア割」など割引運賃も設定しており、お得にご利用いただけます。

増便で便利になった青森・名古屋線をぜひご利用ください。

\* 運航日・運航ダイヤや運賃の詳細などについては、  
FDAホームページをご覧ください。



問い合わせ先…フジドリームエアラインズ Tel0570-55-0489

## オルテンシア

TEL 33-2111



### 大ホール(コンサートホール)

▷五所川原高等学校吹奏楽部第44回定期演奏会

8月5日(土) 13:30~15:30 500円

五所川原高等学校吹奏楽部 松山

Tel090-8921-5996

▷五所川原工科高等学校吹奏楽部第3回定期演奏会

8月19日(土) 13:30~16:00 500円

五所川原工科高等学校吹奏楽部 Tel35-3444

### 小ホール(ふるさと交流ホール)

▷あれから50年! 唐変木ラストコンサート

8月2日(水) 18:30~20:30 2,000円

語る会 Tel080-1847-9435

▷河川技術講演会

8月4日(金) 14:00~16:30 無料

あおもりの川を愛する会 Tel017-739-2025

▷小さな音楽会 ~第6回榎子音楽教室発表会~

8月20日(日) 11:00~16:30 無料

榎子音楽教室 Tel090-1370-2365

▷はるにれ音楽教室「北のひびきコンサート」

8月27日(日) 13:30~16:00 無料

はるにれ音楽教室 Tel34-4221

\*\*\*\*\*  
\*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。  
\*\*\*\*\*

8月の休館日 7日、14日、21日、28日



# 図書館

TEL 34-4334



## ▷おはなし会&ブックトーク

8月6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

8月19日(土) 13:30~14:30 市立図書館2階

テーマ…「ほのお」

対象…どなたでも

## ▷展示「ありがとう！金木高校」

8月16日(水)まで

市立図書館1階ロビー

昨年度閉校した金木高校の歴史を振り返るとともに、譲渡された資料や当館所蔵の学校資料を紹介します。

## ▷展示「植物学者・牧野富太郎」

8月18日(金)~9月20日(水)

市立図書館1階ロビー

現在放送中のNHK朝ドラ「らんまん」の主人公・万太郎のモデルである「牧野富太郎」とはどんな人

なのか、その生涯や業績がわかる資料や植物の資料を展示・貸出します。

## ▷五所川原子ども司書夏休みの活動『図書館こども夏まつり』

8月19日(土) 14:30~

五所川原子ども司書の夏休みの活動として「図書館こども夏まつり」を開催します！

### ①わくわくどくしょバッグかしだし

子ども司書が年齢やテーマに沿って選んだ本をバッグに入れて貸し出します。

### ②子ども司書によるおはなし会

子ども司書が夏にぴったりの読み聞かせを行います。

## ▷第3回五所川原市×大塚製薬包括連携協定締結記念共同イベント熱中症予防津軽弁標語コンテスト&資料展

熱中症を正しく知り、暑い夏を乗り切るために熱中症予防津軽弁標語コンテストと関連資料の展示を開催します。

期間…8月31日(木)まで

場所…市立図書館、金木分館

来館し標語をご応募いただいた方先着100名にポカリスエット1本をプレゼント。

詳しくは図書館ホームページをご覧ください。

# ／ 今月のおすすめ ／



## もっと知りたい牧野富太郎：生涯と作品(アート・ビギナーズ・コレクション) 池田博/著 田中純子/著 東京美術 2023.2

「植物を見ていれば非常ににぎやかでまた楽しい」とのメッセージとともに、一生を植物研究に捧げた牧野富太郎。その偉業を年代順に追いながら、植物学そのものも面白く解説します。植物画や写真も満載です。

資料詳細・  
予約は  
こちら



## 日本の川：源流から河口へ巡る旅。東日本編(列島自然めぐり) 北中康文/著 斎藤眞/監修 小松原純子/監修 文一総合出版 2023.5

日本の一級河川の地形と地質を、空と地上から撮影した写真とともに解説。川の岩石や地形の見方、地図とモデルコースなども紹介。東日本編は北海道・東北・関東・北陸・中部を流れる58河川を収録しており、青森県にある一級河川の岩木川、高瀬川、馬淵川ももちろん掲載されています。

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。

## 健康万歩計

## 食中毒について

医療法人誠仁会 尾野病院 院長 一戸 淳 先生



腹痛や下痢、おう吐などの症状が急に起きたことはありませんか。このような症状が出たときに疑われる病気の一つに食中毒があります。

食中毒は主に「細菌」や「ウイルス」が原因となりますが、「アニサキス」という寄生虫によるもの、毒キノコ・有毒植物・フグ毒といった「自然毒」によるものもあります。

細菌が原因となる食中毒は梅雨時から夏場に多く発生します。細菌は気温や湿度が高い環境を好むためです。細菌性食中毒の治療は下痢やおう吐によって引き起こされた脱水に対する水分補給が中心となります。食中毒を起こしてもたいていは軽症で済みますが、おう吐がひどく水も飲めない・排尿回数が極端に減る・腹痛がひどく我慢できない・吐物や便に血が混じる・呼吸が苦しい、このような症状出現は重症化の兆候なので速やかに病院を受診してください。食中毒を引き起こす細菌は、食肉を中心として卵、野菜や飲み水などに含まれています。人の体の傷に付着した細菌が手を介して感染することもあります。こういった細菌の多くは熱に弱いので食べる前に十分加熱することにより予防が可能です(なかには加熱で予防できない細菌性食中毒もあります)。

ウイルスが原因となる食中毒の代表的なものに「ノロウイルス」があります。ノロウイルスは低温と乾燥を好むため冬場に多く発生します。ノロウイルスはカキなどの二枚貝や、ウイルスに汚染された井戸水を飲むことなどにより感染します。ノロウイルスは感染した人の便や吐物に多量に含まれているため容易に人から人に感染します。そのため食中毒集団発生の原因となることが多く年間患者数が最も多い食中毒です。治療は脱水に対しての水分補給が中心になります。ノロウイルス

にはアルコール消毒は効果がなく、塩素系漂白剤で消毒する必要があります。熱に弱いため十分な加熱により予防が可能です。

アニサキスは長さ2~3cm、幅が0.5~1mmで、白色のやや太い糸のように見える寄生虫です。サバ・アジ・イカなどの魚介類に寄生します。アニサキスが寄生している魚を生で食べた後、激しい腹痛やおう吐で発症します。症状が強い場合は胃内視鏡による虫体摘出が必要になることもあります。魚を生で食べる前に虫がいらないかどうか目で確認しておく必要があります。冷凍と加熱が予防に有効です。

自然毒による食中毒は食べ物に含まれる毒素の中毒により重症化することがあり、致死率が最も高い食中毒です。食べ物が安全か危険か判断できない場合はむやみに食べるべきではありません。

細菌やウイルスによる食中毒予防として「付けない」「増やさない」「やっつける」という3原則があります。調理者は手洗いを忘れず調理器具や食器の洗浄は入念に行い清潔を保ち、食べ物に細菌やウイルスを付けない、周囲に拡げないように注意しましょう。食べ物は新鮮なものを購入し、適切な温度(10℃以下)で保管してください。また、消費期限は守り調理後は速やかに食べて細菌を増やさないようにしましょう。時間が経ちすぎた残り物は思い切って捨てることも必要です。調理をするとき加熱をすることは食中毒の予防に有効ですが、生焼けでも食中毒発症の可能性があるため食べ物の中心までしっかり火を通して細菌やウイルスをやっつけてから食べるようにしましょう。

食中毒の原因・治療・予防方法について一般的な知識を身につけ、楽しく食卓を囲む毎日を送っていただければと思います。

## 国家資格塗装職人のお店 三栄塗装工業株式会社

一般建設業 県知事許可(般-27)第017671号

担当 三上 (一級塗装技能士/五所川原塗装工業会会員)

WBアートsi (ウォールバリア) 多彩仕上工法 施工認定店

職人から独立、創業25年目を迎えました。これから地域のみなさまに愛される塗装店を目指して参ります。

- ① 下地調整にこだわり
- ② 適正な価格で施工
- ③ 高い意匠性を約束します

屋根・外壁のお見積り・現地調査無料、まずはお気軽にご相談ください。

住所 つがる市木造林宮津12番地3 登録番号/T8420002012423  
☎ 0173-42-3818 ☎ 090-7067-5628 ✉ sanei.p@nifty.com

## 広告募集

~広報ごしよがわらでは有料広告を募集しています~

広報は市内全域に配布され広く読まれています。広告掲載で五所川原市を応援していただけませんか？

**掲載料金はこのサイズで15,000円**

詳細はホームページでもご覧いただけます。

<https://www.city.goshogawara.lg.jp/jouhou/other/koho-koukoku.html>  
申込先 総務課広報係 内線2117



テーマ ヘルシーでも満足レシピ



おからつくね

材料(4人分)

- 鶏ひき肉……………240 g
- おから……………180 g
- れんこん……………1/4個
- ひじき……………10g
- 卵……………2個
- 大葉……………2枚
- しょうが(おろし)……………4 g
- にんにく(おろし)……………4 g
- 塩こしょう……………少々
- A { こいくちしょうゆ……………小さじ2
- 酒……………小さじ2
- みりん……………小さじ2
- サラダ油……………大さじ1
- 大葉(トッピング用)……………4枚

1人分 エネルギー254kcal 食塩相当量0.8g

作り方

- ①れんこん、大葉はみじん切りにし、ひじきは水に戻しておく。しょうが、にんにくはすりおろす。
- ②①と鶏ひき肉、おから、卵、塩こしょうを混ぜて、食べやすい大きさに形を整える。
- ③フライパンに油を熱し、②を両面焼く。火が通ったらAを入れ、照りが出るまで煮詰めからめる。
- ④細切りに刻んだ大葉(トッピング用)を散らしたら、できあがり。

今月の納期 納期限 8月31日(木)

税・保険料	問い合わせ先
市 県 民 税 2期	収納課 内線2273
国民健康保険税 2期	
後期高齢者医療保険料 2期	国保年金課 内線2346
介護保険料 2期	介護福祉課 内線2443

納付は  
便利で確実な  
口座振替を！



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
8月6日(日)	白生会胃腸病院(中平井町142-1)	34-6111	
8月11日(金)	増田病院(新町41)	35-2726	
8月20日(日)	白生会胃腸病院(中平井町142-1)	34-6111	
8月27日(日)	かねひらクリニック(旭町55-2)	35-3167	

人口のうごき

令和5年6月末 住民基本台帳 ( )内は前月比

総人口…51,044人(-60) 男…23,424人(-17) 女…27,620人(-43) 世帯数…25,603世帯(-23)





# 【すてきなお店、自慢の逸品を発見！】～夏にさっぱりトマト編～

今月号の「すてきなお店、自慢の逸品を発見！」は夏を代表する野菜「トマト」です。  
実は五所川原市は県内有数のトマト産地です。ビタミンCやβカロテンなどの栄養素を多く含み、爽やかな酸味でさっぱり食べられるトマトは夏におすすめの食材！五所川原市産のトマトを食べて、夏を乗り切りましょう。



和田さんご夫婦

～ 新規就農4年目の夫婦が育てる ～

## No.034 プチぷよ (ぷにょぷにょ)

ご夫婦でミニトマトの栽培に取り組んでいる和田さんは、プチぷよ(ぷにょぷにょ)、ひなりんご、ほれまる等、なんと12種類以上のミニトマトを育てています。

ミニトマトのおいしさを保つため、毎日欠かさずミニトマトの状態を観察し、手間暇かけて栽培しているそうです。

中でも、人気がある品種は「プチぷよ(ぷにょぷにょ)」。

ほかのミニトマトに比べると、酸味がひかえめで、分厚い果肉のジューシーさが特長です。また、皮が薄く食べやすいため、リピーターも多く、一度に10パックほど購入していく熱狂的なファンも。

実をそのまま食べるのが、ミニトマトのうま味をダイレクトに感じられるおすすめの食べ方です。



直売所(昨年の様子)

提供者…ワダトマトケンキュウジョ  
提供店…市内直売所(2カ所)  
場 所…松野木字裏掛40-62  
石岡字藤巻(Seria(セリア)裏の民家)  
電 話…090-9037-3591(営業時間9:00頃～16:00頃まで)



▲Instagram

～ しっかりした果肉が魅力 ～

## No.035 桃太郎トマト

市浦地域の特産品「桃太郎トマト」をご存じでしょうか？

実は、かつて品質が日本国内1位に選ばれたことのある高品質なトマトなんです！

ほどよい固さがあり、食べごたえのある桃太郎トマトは、夏の定番冷やし中華のトッピングや、シンプルなサラダとしてもおいしく召し上がれます。

大部分は関東圏に出荷されるため、地元で見つけた際にはぜひお買い求めください！

提供店…「道の駅」十三湖高原  
場 所…相内実取237-1058  
電 話…62-3556

