

## 戦没者遺族相談員をご存知ですか？

戦没者遺族相談員は、戦没者の遺族からの生活上の問題や年金・給付金などに関する相談に応じ、福祉の増進を図るため活動しています。

当市を含む西北五地域を担当する相談員は次の方々です。どうぞお気軽にご相談ください。

▷工藤光則さん（つがる市木造照日26-3）Tel.0173-42-6506

▷七戸年一さん（深浦町大字松神字中浜松101）Tel.0173-78-2524



## 創業支援 オンラインセミナー

創業を検討されている方に対して、日本政策金融公庫、五所川原市、弘前市、黒石市および3市の商工会議所共催でZoomによるオンラインセミナーを開催します。

日時…12月13日(水) 18:00～19:30

内容…創業計画書の作り方など創業準備のポイントについて

参加費…無料

申込み…申込フォーム  
(右QR)



問い合わせ・申込先

日本政策金融公庫弘前支店  
Tel.0570-004375



## 地産地消を楽しむ会 参加者募集

五所川原市地産地消を進める会では、地元農産物で郷土料理を作り、味わう調理体験会を実施します。

日時…12月5日(火) 10:00～14:00

場所…中央公民館3階調理室

人数…先着20名まで

参加費…500円

持ち物…エプロン、三角巾

申込期限…12月1日

問い合わせ・申込先

農業委員会事務局  
内線2883



## しめ縄作り／月イチ ヨガ教室

場所…有限会社白戸建設

①しめ縄作り

日時…12月2日(土)

▷午前の部 10:00～

▷午後の部 13:00～

参加費…800円（お茶菓子付き）

募集人数…各回6名

②月イチ ヨガ教室

日時…12月15日(金) 14:00～

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



## くらしとお金の安心相談会 (多重債務相談)

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。

日時…12月13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。

問い合わせ・予約先…消費生活協同組合青森事務所

Tel.0120-102-143



## あなたが変わればエイズの イメージが変わる UPDATE HIV!

「世界エイズデー」(12月1日)は、エイズ・HIVについての正しい知識の啓発を目的としています。

エイズはHIV(ヒト免疫不全ウイルス)に感染して発症する病気です。治療法が進歩し、感染の早期把握、治療の早期開始と継続によりエイズの発症を防ぎ、HIVに感染していない人と同等の生活を送ることが期待できるようになりました。

治療の進歩でHIV陽性者の生活は大きく変わりましたが、現状はそうした変化が正確な情報として十分に伝わっておらず、過去の認識にとどまっている場合が少なくありません。意識がUPDATE(更新)されないままで差別や偏見を招く要

因の一つになっているともいわれています。最新の知識の普及を通じて、検査の促進や差別・偏見の解消につなげていきましょう。

感染が心配な方は早めに検査を受けましょう。また、希望により、性器クラミジア感染症、梅毒の検査も同時に受けられます。

\*相談・検査は五所川原保健所で、匿名・無料で受けられます。

\*インターネットから検査予約を行うことができます。予約は青森県ホームページ「相談・検査(青森県STOP AIDS)」またはQRから。



五所川原保健所予約専用電話

Tel.33-1090

問い合わせ先

健康推進課 内線2373

## フッ素無料塗布・ 歯の健康相談

幼児からの虫歯予防を目的に、歯科保健事業として開催します。

対象…1歳6カ月～小学6年生

内容…歯の健康診断・ブラッシング指導・フッ素無料塗布・口腔内診査

実施期間…12月1日(金)～令和6年3月29日(金)(土・日・祝日を除く)

申込み…電話でお申し込みください。

申込受付時間…9:00～16:30

問い合わせ・申込先

市浦歯科診療所  
(歯科保健センター)  
Tel.27-7734



## 青森県健康管理士会 市民無料公開講座

日時…12月24日(日) 10:00～12:00

場所…中央公民館

演題…心臓・血管の基礎知識/健康のための最新情報

講師・問い合わせ先

青森県健康管理士会つがる支部  
大橋 孝  
Tel.0

