

祝

成人

式

は
た
り



今号の主な内容

- ・ 税務課からのお知らせ..... 2
- ・ 市臨時職員採用試験..... 3
- ・ 地域おこし協力隊レポート..... 5
- ・ 青森県交通災害共済..... 6
- ・ 市長だより..... 8

1月13日

平成31年成人式

パブリックコメント(意見公募)を実施します

五所川原市 第2期地域福祉計画(案)について

社会福祉法に基づく、五所川原市地域福祉計画の計画期間が2018年度で終了することから、市では2019年度から5カ年の地域福祉施策の指針とする、五所川原市第2期地域福祉計画(案)を作成しましたので、市民の皆さんからの意見を募集します。

公表・意見募集期間…2月8日(金)～3月11日(月)

閲覧場所…保護福祉課、市役所・各総合支所行政資料スペース、市ホームページ

*資料の写しを希望する場合は、実費を負担していただきます。また、郵送料、写しの実費をご負担の上、保護福祉課へ資料郵送の申込みも可能です。

意見の提出について

▷様式は任意とし、使用する言語は日本語とします。

▷住所・氏名を記載の上、郵送、FAXまたは電子メールで提出してください。

*住所・氏名の記載のないものは、提出意見として取り扱わない場合があります。

お問い合わせ・意見の提出先

〒037-8686 五所川原市字布屋町41番地1

保護福祉課 内線2412 FAX35-2120

電子メール 1806pbc@city.goshogawara.lg.jp

いのち支える五所川原市 自殺対策計画(案)について

自殺対策基本法第13条第2項に基づき、誰もが自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して、みんなで生きることを支えるための取り組みを包括的に推進していくために2019年から5カ年の市町村自殺対策計画(案)を作成しましたので、市民の皆さんからの意見を募集します。

公表・意見募集期間…2月8日(金)～3月11日(月)

閲覧場所…健康推進課、市役所・各総合支所行政資料スペース、市ホームページ

*資料の写しを希望する場合は、実費を負担していただきます。また、郵送料、写しの実費をご負担の上、健康推進課へ資料郵送の申込みも可能です。

意見の提出について

▷様式は任意とし、使用する言語は日本語とします。

▷住所・氏名を記載の上、郵送、FAXまたは電子メールで提出してください。

*住所・氏名の記載のないものは、提出意見として取り扱わない場合があります。

お問い合わせ・意見の提出先

〒037-8686 五所川原市字布屋町41番地1

健康推進課 内線2386 FAX35-2130

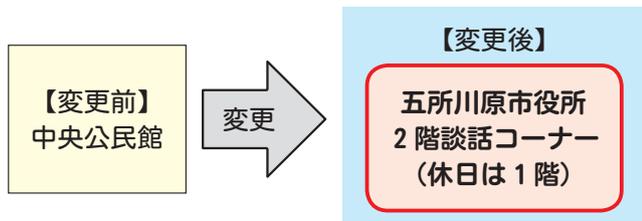
電子メール 1807pbc@city.goshogawara.lg.jp

税務課からのお知らせ

市民税・県民税の申告相談 日程・会場が一部変更になります

平成31年2～3月の市民税・県民税申告相談会場のうち、中川地区および梅沢地区について、去年まではそれぞれ2日間の受付でしたが、今年はそれぞれ1日のみとなりますので、申告にお出での際はご注意ください。

また、中央公民館で申告していた方は、会場が五所川原市役所へ変更となります。



会場が変更となる地区の皆さんにはご不便をおかけしますが、申告相談を円滑に行うためにもご理解とご協力をお願いします。

なお、平成31年度(平成30年分)市民税・県民税申告相談の会場および日程の詳細については、広報ごしよがわら1月号でお知らせしています。

問…税務課 内線2253

軽自動車税の変更手続きはお早めに

軽自動車やバイクなどに課税される軽自動車税は、4月1日現在の所有者の方に課税されます。

所有者の死亡、転出、車両の名義を変更したとき、または処分、紛失したときなどは届出が必要になります。届出のない場合は、引き続き軽自動車税が課税されます。

各車種の手続き場所は次のとおりです。手続きに必要なものについては、各手続き場所へ直接お問い合わせください。

手続き場所

▷原動機付自転車(125cc以下)・小型特殊自動車
税務課、金木・市浦各総合支所総合窓口係

▷軽三輪・軽四輪

軽自動車検査協会青森事務所

青森市浜田字豊田129-2 Tel.050-3816-1831

▷軽二輪(125cc超250cc以下)

一般社団法人全国軽自動車協会連合会青森事務所

青森市浜田字豊田129-13 Tel.017-739-0441

▷二輪の小型自動車(250cc超)

国土交通省東北運輸局 青森運輸支局

青森市浜田字豊田139-13 Tel.050-5540-2008

問…税務課 内線2260

罹災証明書の交付申請について

問 総務課 内線2115

災害により被害を受けた家屋等の修繕に各種保険制度等を利用する際には、公的機関が発行する罹災証明書が必要な場合があります。市では「五所川原市小規模災害時等における罹災証明書交付事務取扱要綱」を制定し、罹災証明書交付申請の手続きに関する事項等について定めています。交付申請に係る注意点等は以下のとおりです（災害対策本部を設置した場合等は別の基準によって証明書を交付します）。

交付申請できる人	申請から罹災証明書交付までの流れ
<p>被害を受けた家屋等の</p> <p>①所有者 ②居住者および同一世帯人 ③使用者 ④①～③から委任された代理人</p> <p>*ただし、④の場合は交付申請時に委任状の提出が必要です。</p>	<p>①交付申請（受付窓口：本庁総務課、金木総合支所庶務係、市浦総合支所庶務係）</p> <p>必要書類：罹災証明願（様式第1号）、被災した家屋・被害の状況を確認できる写真等、申請者を本人確認できるもの（運転免許証等）、委任状（様式第4号）*代理人による申請の場合のみ。</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>②申請内容の審査（7日以内を目安）</p> <p>*被害判定のために実地調査を行う場合があります。</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>③罹災証明書（様式第2号）の交付</p> <ul style="list-style-type: none"> ・罹災証明書を交付する場合は、手数料として1部につき300円の納付をお願いします。 ・申請内容を審査し、罹災証明書を交付しないこととした場合には、罹災証明書不交付決定書（様式第3号）で通知します（この場合は、申請者の費用負担は生じません）。

* 金木総合支所、市浦総合支所では申請書の受付のみ行い、申請内容の審査は本庁総務課が行います。

特に注意する事項

被害の原因となる災害の種別ごとに交付申請できる期限がありますので、ご注意ください。

- ・豪雪等の雪害による被害の場合…被害を確認した日から6カ月以内
- ・その他の被害の場合…被害が発生した日から3カ月以内

* 被害状況を確認できない場合は、証明書を交付できない可能性があります。

申請漏れにご注意ください

その他の被害で、平成30年12月31日までに被害が発生したものについて罹災証明書の交付を希望する場合は、**3月29日(金)**までに申請するようにお願いします。

* 期限を過ぎると、罹災証明書の交付を受けられなくなります。



五所川原市臨時職員採用試験

採用人員…8名程度

職務の内容…各種事務補助業務

申込資格…パソコン操作(Word、Excel等)のできる方

申込方法…2月8日(金)までに履歴書(様式不問)を1通持参の上、お申し込みください。

* 受付期間中であっても、申込多数の場合は受付を締め切ることがあります。

選考方法…2月17日(日)に面接試験により選考します。

選考結果…2月22日(金)(予定)に合格者に通知します。

賃金…日額6,320円 勤務日…原則週5日

勤務時間…8:30～17:15 (12:00～13:00まで休憩)

勤務期間…4月1日から6カ月

* 勤務実績により更新可能(最長1年)

その他勤務条件等

* 交通費のほか、6月、12月に臨時加給金(手当)を支給します。

* 社会保険、厚生年金、雇用保険等に加入します。

申込先…人事課 内線2151

2019年度経営所得安定対策事業に係る説明会

2018年度から「米の直接支払交付金」の廃止や国による生産数量目標の配分がなくなり、青森県農業再生協議会が中心となって生産数量目標を設定することとし、新たな米政策として大きな転換期を迎えました。

しかし、これからも米の需給と価格の安定を図るためには、需要に見合った生産を行うことが引き続き重要となりますので2019年度経営所得安定対策事業に係る説明会を開催します。

対象者…五所川原地区にお住まいで転作組合に所属していない農業者(五所川原地区にお住まいで転作組合に所属している農業者および金木・市浦地区にお住まいの農業者の説明会は別日に行います)。

日時…2月5日(火) 9:30～10:30
(受付9:00～)

場所…市役所2階 会議室2B、2C、2D

参加費…無料

問…農林水産課 内線2513





「乗って応援!!みんなの津軽鉄道」実施中です 問 都市計画課 内線2635

津軽鉄道活性化協議会では、津軽鉄道の年間利用者数30万人を目指して、様々な活動に取り組んでいます。
現在、津軽鉄道では3月31日までストープ列車を運行しています。皆さん、ぜひご乗車ください。



乗って応援!! みんなの津軽鉄道	
平成30年度目標乗車人数	300,000人
平成30年11月までの乗車人数	122,340人
速報!! 平成30年12月の乗車人数	14,323人
目標達成まであと…	163,337人

自動販売機設置事業者募集のお知らせ

管財課 内線2173

貸付物件

物件番号	財産名	設置場所	貸付期間	幅(m)	奥行(m)	貸付面積(m ²)	容器	月額最低貸付料(税抜き)
1	金木総合支所	庁舎内(左側)	2019年4月1日から 2020年7月31日まで	1.00	0.90	0.90m ²	缶、ビン、ペットボトル式	1,159円
2	金木総合支所	庁舎内(右側)		1.00	0.90	0.90m ²	缶、ビン、ペットボトル式	2,026円

▷貸付の方法…地方自治法(昭和22年法律第67号)第238条の4第2項第4号の規定に基づき、市が自動販売機設置事業者に対し、行政財産の一部を一般競争入札により貸し付けします。

*最低貸付料以上の最高額で入札した方に、その金額で貸し付けすることを決定します。

▷入札参加…入札参加を希望される方は申請書類を下記により直接提出してください。

申込手続

	申請書類(各1部)	法人	個人	備考
①	申請書(様式1)	○	○	
②	誓約書(様式2)	○	○	
③	委任状(様式3)	△	△	
④	営業証明書	—	○	写し可
	登記事項証明書	○	—	写し可
⑤	自動販売機の管理関係等に関する届出書(様式4)	○	○	



*申請書類は管財課から交付を受けるか、またはホームページからダウンロードしてください。

申込期間…2月22日(金)まで(閉庁日を除きます。)

時間…9:00~12:00および13:00~16:00

場所…市役所2階 管財課

*提出書類を受理した後、入札参加資格を有すると確認でき次第、一般競争入札参加資格確認結果通知書(様式5)をFAXにより送付します。

▷質問および回答 募集に関する質問および回答は、下記により行います。

提出先…総務部管財課 質問期限…2月15日(金) 17:00まで

提出方法…質問は、質問書(様式6)により行い上記提出先に直接提出するか、電子メールにより次のアドレス宛に提出してください。

提出先電子メールアドレス…kanzai@city.goshogawara.lg.jp

回答方法…回答は、質問書を受理してから速やかにFAXにより回答します。

▷入札および開札日時…3月4日(月) 10:30より物件ごとに順次行います。

場所…市役所2階 会議室2A

*管財課において入札参加資格確認後に発行される一般競争入札参加資格確認結果通知書(様式5)を持参し、提示してください。

▷入札の無効…申込期限までに申請書類を提出しない方および参加資格がないと認定された方は、入札に参加できません。また、入札条件に違反した入札は、無効となります。

▷契約の締結…落札者が決定した日から7日以内に契約を締結します。

▷代金の納入期限…本市の指定した期日までに納入していただきます。

*その他詳細については、管財課へお問い合わせください。

なお、募集内容については、市のホームページ(<http://www.city.goshogawara.lg.jp/>)でもご覧になれます。



地域の皆さんと共に移住・交流施策の推進やまちの魅力の掘り起こし、情報発信等に取り組む「地域おこし協力隊」の活動状況をご紹介します。

▷私たちが地域おこし協力隊です。



山下 貴 隊員 高瀬 祥彰 隊員

活動報告

【雪の中でも熱い地域 七和地区文化祭にお邪魔しました】



先日、七和福祉プラザ（旧羽野木沢小学校）で開催された、七和地区の文化祭に行ってきました。当日は朝から雪が降り積もる悪天候にもかかわらず、来場客は次から次に押し寄せ、駐車場整理のお兄さんが走り回っていました。会場についてさっそく、本日のお目当て1つ目。この日は、弘前市を中心に活動されている葛西悟さんを中心とした、葛西悟&Friendsの皆さんが生でジャズを演奏されていたのです。私はもちろん、ほかのお客さんもゆったりと聞き入っている様子でした♪やっぱプロの演奏はイイ。写真撮る手を止めて聞いてしまいました笑。

お目当て2つ目である、喫茶「七和スタイル」のカレーもいただきました。

本格的な味わいで、大人の辛さがヤミツキになる感じ、評判通りのおいしさでしたよ♪

今回の文化祭は、七和地区活性化協議会が中心に行ったものです。協議会では、七和福祉プラザを拠点に、喫茶「七和スタイル」を運営するほか、高齢者の暮らしに関する支援として、七和地区での移動販売や、一人暮らしの高齢者の見守り活動にも取り組んでいます。

市内でも、地区単位での活動が盛んな地区の1つである七和地区。今回のイベントも、大学生が手伝いに来たり、若い人たちとの交流の場にもなっている様子でした。こういうところから、どんどん新しい取り組みがうまれていけばいいなあ～と思うのであります。

【この春から五所川原市での生活を始める方向けのツアーを企画しています】



企業組合である・そーれと、五所川原市移住体験ツアー（市のごしょぐらし体験ツアー支援事業を活用）の企画について打ち合わせをしてきました。

当市の文化や魅力を広く知ってもらうため、赤～いりんごのお花見ツアーなど、様々な内容のツアーを行っている、である・そーれさん。今回は比較的若い世代向けの企画を、とのことで、今までは取材のみだった私たちも、企画を話し合う段階から参加させていただけることになったのです。何だか協力隊っぽくなってきたなあと内心にやにやしながら(笑)ご担当の辻さんと、あーでもないこーでもない話し合うこと約2時間…。この日は参加対象者や実施時期など、大まかな方向まで決めることができました。

内容としては、この春から五所川原での生活を始める方を対象として、3月上旬に実施の予定です。詳しい内容が決まり次第、である・そーれさんから告知がありますが、私たちのSNS等でもお知らせしたいと思います。ぜひチェックしてみてください。*写真は以前、実施した移住体験ツアーの様子です。

▷ごしょぐらしFacebook・五所川原市地域おこし協力隊SNS

地域おこし協力隊の活動やイベント情報を「ごしょぐらしFacebook」や五所川原市地域おこし協力隊の「Twitter」「Instagram」「YouTube」で見ることができます。隊員目線で五所川原の楽しい情報を発信していきますので、ぜひご覧ください。

▷地域のイベントや面白い取り組み情報募集中

地域のお祭りやイベント、面白い取り組みの情報を募集しています。自薦他薦、規模の大小は問いません。隊員が伺って、取材や情報発信を行いますので、お気軽にご連絡ください。

			
ごしょぐらし Facebook QRコード	Twitter QRコード	Instagram QRコード	YouTube QRコード

**今後も活動へのご理解とご協力を
よろしくお願ひします。**

動物のフンを放置しないでください

例年、春先の雪解け時期になると、犬のフンが捨てられているとの苦情が多く寄せられます。このような行為は、住民の方や他の飼い主に多大な迷惑と不快感を与えますので、必ず携帯袋に入れて持ち帰ってください。これは猫を放し飼いされている方も同様です。ケースによっては、不法投棄の行為と見なされ、刑罰が科せられることもありますので、飼い主としてのマナーを守るよう務めましょう。



カラスによる被害について

最近、市街地を中心にカラスが多く目撃されており、ゴミに出された残飯を狙っていると思われます。カラスは動物性・植物性問わず何でも食べる雑食性の鳥です。視覚を頼りに食料を探しているため、ゴミを指定の収集場所に出す際は、残飯を発見されないように新聞紙等であついで、ゴミ袋に入れるようにし、ネット等で覆う場合は、隙間のないようにしっかりとおさえましょう。カラス対策の一つとして、カラス追い払い用のライトを貸し出していますので、希望される方はお申し込みください。



2019年度 青森県交通災害共済 予約加入受付中

交通災害共済は、全国どこで起きた交通事故でも、災害の程度に応じて見舞金をお支払いする共済制度です。青森県民の方であればどなたでも加入することができます。ぜひ家族そろって加入しましょう。

- 加入受付…2月1日(金)より予約加入開始
- 共済期間…2019年4月1日～2020年3月31日までの1年間
- 会費…年間1人350円(途中加入の場合も同額です)
- *団体加入(20人以上)は、会員1人につき50円が団体奨励金として団体に支給されます。
- 加入資格…当市に住居登録をされている方
- 受付窓口…環境対策課(13番窓口)
金木総合支所(庶務係)
市浦総合支所(庶務係)

- 共済見舞金

1等級	死亡した場合(弔慰金)	100万円
2等級	後遺障害になった場合	50万円
3等級	30日以上の治療を要する場合	7万円
4等級	30日未満の治療を要する場合	3万円
- *交通事故で被災した場合は、必ず警察署または最寄りの交番に届出をしてください。
- *共済見舞金の請求には、自動車安全運転センター発行の「交通事故証明書」が必要です。
- 特例見舞金 交通事故証明書が提出できず交通事故申立書等による請求は、内容を審査の上、適当と認められた場合に1万円が支給されます。
- 申込先…環境対策課 内線2366
金木総合支所庶務係 内線3205
市浦総合支所庶務係 内線4015

スプレー缶のごみ出し(穴あけ)について

昨年、札幌市でスプレー缶が原因とみられる爆発・火災事故が発生しました。当市のスプレー缶の収集は、最後まで使い切り、缶に穴をあけてごみ出しするルールになっています。缶に穴をあける際は、必ず屋外で火気のない場所で行ってください。

【危険】
室内や玄関・風除室など屋内では、絶対に缶に穴をあけないでください。

スプレー缶(カセットボンベ含む)は「資源リサイクル」の収集日にジュースなどの缶と一緒にリサイクル袋に入れて出してください。



問…環境対策課 内線2362

国民年金保険料免除等の申請について

保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な方または、失業等により保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていた期間がある方は、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」「納付猶予制度(50歳未満)」「学生納付特例制度」がありますので、国民年金窓口で申請の手続きをしてください。

申請書は窓口で備え付けてあります。申請は、申請時点の2年1カ月前までさかのぼって申請することができます。詳しくは、市役所の国民年金窓口または弘前年金事務所へお問い合わせください。

問…国保年金課 内線2343
弘前年金事務所 TEL0172-27-1337

国民年金保険料を口座振替で前納するとお得です

国民年金保険料の納付には、口座振替が利用できます。保険料が自動的に引き落とされるので金融機関などに行く手間が省ける上、納め忘れもなく便利です。当月分保険料を当月末に引き落とされることにより月々50円割引される早割制度や、現金納付よりも割引額が多い2年前納、1年前納、半年前納もあります。

口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参の上、金融機関または、年金事務所へお申し出ください。

問…国保年金課 内線2343
弘前年金事務所 TEL 0172-27-1337

口座振替方法別申込期限

振替方法	申込期限	割引額
2年前納 (4月～翌々年3月分)	2月末日まで	約15,000円
1年前納 (4月～翌年3月分)	2月末日まで	約4,000円
6カ月前納 (4月～9月分) (10月～翌年3月分)	2月末日まで 8月末日まで	約1,000円
当月末振替(早割)	随時	月々50円
翌月末振替	随時	無

雪対策についてのお知らせ

除雪作業中の事故防止について

毎年、屋根の雪下ろしや除雪作業中の事故が相次いで発生しています。事故を防ぐためにも「除雪作業の事故防止10箇条」を守り、安全な除雪作業を心がけましょう。

除雪作業の事故防止10箇条

- ①作業は家族、隣近所にも声をかけて2人以上で!
- ②建物のまわりに雪を残して雪下ろし!
- ③晴れの日ほど要注意、屋根の雪がゆるんで!
- ④はしごの固定を忘れずに!
- ⑤除雪機の雪詰まりの取り除きはエンジンを切ってから!
- ⑥低い屋根でも油断は禁物!
- ⑦作業開始直後と疲れたころは特に慎重に!
- ⑧面倒でも命綱とヘルメットを!

- ⑨命綱、除雪機など用具はこまめに手入れ・点検を!
- ⑩作業のときには携帯電話を持っていく!

冬期間の空家適正管理について

空家の屋根に積もった雪を放置すると、隣家や通行人への落雪被害など、周辺地域に大きな被害・悪影響を及ぼします。また、長期間放置されている空家は、老朽化が進行すると屋根雪により倒壊するおそれがあり大変危険です。

市内に空家をお持ちの方は、定期的に屋根の雪下ろしを行うなど、冬期間における空家の適正管理に努めてください。また、空家の周辺地域の方は、屋根雪が積もっている空家には近づかない、または用心して通行するなど、日頃からご注意ください。

問…総務課 内線2115



バレーボールで全国大会へ



全国大会出場を決めたバレーボール部の皆さん

1月5日～13日にかけて武蔵野の森総合スポーツプラザ(東京都調布市)で行われたジャパネット杯春の高校バレー 第71回全日本バレーボール高等学校選手権大会に出場した五所川原工業高等学校男子バレーボール部の選手の皆さんが、12月5日、市長を表敬訪問しました。

五所川原工業高等学校は11月11日に行われた県予選会決勝戦で弘前工業高等学校を破り、5年ぶり7度目の全国大会出場を決めました。

キャプテンの倉光雄大さんは「全国大会でも相手チームにのまれることなく、自分たちの試合をしたい」と意気込みを話しました。

フットサルで全国大会へ



全国大会へ出場する選手の皆さん

1月12日～14日に三重県営サンアリーナ(三重県伊勢市)で行われたJFA第24回全日本U-15フットサル選手権大会に出場したFCトゥリオア二の皆さんが12月17日、市長を表敬訪問しました。

FCトゥリオア二は11月17日、18日に行われた東北大会で優勝し、全国大会出場を決めました。

キャプテンの高橋伯さん(木造中3年)は「東北大会で優勝できたのは、支えてくれたコーチや父兄の皆さん、メンバーの応援のおかげです。全国大会では感謝の気持ちを忘れずに必死でプレーし、優勝したいです」と意気込みを話しました。



12月1日に岩木川改修100周年を記念してシンポジウムを開催しました。岩木川の改修に取り組んできた先人の弛まぬ努力に感謝するとともに治水対策の重要性を再認識しました。
また、夜間巡回指導では飲酒運転の根絶には本人はもちろん、周囲の協力が不可欠であると感じました。

12月1日 岩木川改修100周年 岩木川シンポジウム

岩木川の治水事業が12月1日をもって100周年の大きな節目を迎えたことを記念し、シンポジウムを開催しました。

「岩木川の歴史と改修の歩み」と題した基調講演やパネルディスカッションのほか、関係者が一堂に会し懇親を深めました。

津軽の母なる川である岩木川が、今後も私たちに安全安心と自然の恵みをもたらし、末永く愛されることを心から願っています。



12月21日 北方領土返還要求 青森県民大会

北方領土返還要求青森県民大会が当市で開催され、北方領土返還に向け参加者一同、決意を新たにしました。

当日は、元島民の方の講話や記念講演、北方領土写真パネル展、北方領土返還要求署名活動などが行われました。

本大会を契機として、北方領土返還に向けた取り組みが着実に前進し、大きな成果へつながることを、心から期待しています。



12月26日 交通安全の飲食店街 夜間巡回指導

飲酒運転の根絶とハンドルキーパー運動を推進するため、飲食店街の巡回指導を行いました。年末年始を控えたこの時期は飲酒の機会が多くなるとともに、積雪や凍結による事故の発生が懸念されます。

皆さん、安全運転を心がけ、飲酒運転は絶対にしないようお願いいたします。



第38回「田中稔賞」を秋田谷ファームが受賞



受賞報告の様子

12月21日、第38回「田中稔賞」を受賞した秋田谷ファーム（相内）の秋田谷和智さん（代表取締役）と長一郎さん（取締役会長）が、市長に受賞報告を行いました。

田中稔賞は稲作農業の発展に顕著な業績をあげた個人および団体を表彰する賞で、当市で田中稔賞を受賞するのは平成4年度以来、26年ぶりの快挙となります。

秋田谷ファームでは長一郎さんと和智さんの親子2

代にわたる津軽半島北部地帯での水田経営の確立や主食用米と飼料用米、大豆の複合経営による経営リスク管理の実践が高く評価され、今回、受賞となりました。

秋田谷さんは「今回受賞できたのは、地域の皆さんのご指導やご協力があったこと。今後も作業効率の向上や水稲栽培技術の向上を行いながら規模拡大を図り、地域の稲作を守っていきたい」と受賞の喜びを話しました。



受賞を報告した秋田谷和智さん(左から2人目)と長一郎さん(右から2人目)

全国大会優勝めざして



活躍を誓う(前列左から)
高橋さん、一戸さん、木村さん

12月15・16日に開催された第15回西日本選抜学童軟式野球倉敷大会（岡山県倉敷市）出場の高橋陸斗さん（中央小6年）と2月9・10日開催の第4回全日本選抜小学生野球選手権淡路島大会（兵庫県淡路市）に出場する一戸虎之助さん（東峰小6年）、木村舜さん（中央小6年）が12月13日、市長を表敬訪問しました。

西日本選抜大会に挑む高橋さんは「1イニングでも多く試合に出てチームに貢献し優勝したいです」と意気込みを語りました。また、全日本選抜選手権大会に挑む一戸さんは「県代表として恥ずかしくないプレーをし、優勝めざして頑張ります」、木村さんは「試合に出たらヒットをいっぱい打って優勝したいです」と意気込みを語りました。

佐々木市長は「試合も大事だが、友達作りも頑張ってきてください」と選手を激励しました。

文部科学大臣杯第10回記念 全日本少年春季軟式野球大会出場



大会へ出場する選手の皆さん

3月21日～25日にかけて草薙総合運動場硬式野球場（静岡県静岡市）を主会場として行われる、文部科学大臣杯第10回記念全日本少年春季軟式野球大会に出場する五所川原第一中学校野球部の皆さんが1月10日、市長を表敬訪問しました。

五所川原第一中学校野球部は昨年9月1日～2日に平川市で開かれた県予選大会決勝戦で、東目屋中学校に勝利し、全国大会出場を決めました。

キャプテンの工藤良唯さんは「一戦必勝の気持ちで、県代表として頑張ります。最後まで応援お願いします」と意気込みを話しました。

河野コーチ(千葉ロッテ)が 市長を表敬訪問



市長を表敬訪問した河野亮さん(左)

12月16日につがる克雪ドームで平成30年度五所川原市内および鶴田町内小・中学生野球教室（五所川原市体育協会（富田重照会長）、株式会社一心亭（小野敦司代表取締役社長）、株式会社幡龍（三上晃生代表取締役社長）共催）が開催され、講師を務めたプロ野球千葉ロッテマリーンズの河野亮1軍打撃コーチが12月14日、市長を表敬訪問しました。

福岡ダイエーホークスなどで一塁手、外野手で活躍した河野さんは「野球の楽しさを皆さんに伝えられれば」と話しました。

教室当日は、河野さんのほか東北楽天ゴールデンイーグルスの森雄大選手、下妻貴寛選手、埼玉西武ライオンズの水口大地選手、金子一輝選手が地元小・中学生約240名に指導しました。

太宰治生誕110年 列車ヘッドマーク除幕式



除幕式の様子

1月10日、津軽五所川原駅の3番ホームで太宰治生誕110年列車ヘッドマーク除幕式が行われました。

今年6月の太宰治生誕110年を迎えるにあたりPRとして昨年記念ロゴをデザイン。そのロゴマークが入ったヘッドマーク（縦40cm、横50cm）を作成し、走れメロス号計4両の前後に取り付けました。

式は、生誕110年にちなんで1月10日の午後1時10分から行われ、佐々木市長は「今年は生誕110年の記念すべき節目の年であり、各イベントを開催しますので、この機会に県内外から多くのお客様にお越しいただき、太宰とそのふるさとの魅力を体験してもらいたい」と挨拶しました。ヘッドマーク記念列車は、3月末までの運行予定となっています。

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）

▷ 2月14日(木) 10:00~12:00

▷ 2月28日(木) 10:00~12:00

市役所1階相談室1A

問 市民課 内線2324

金木地区（行政・人権合同相談）

▷ 2月20日(水) 10:00~12:00

金木総合支所4階第2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）

▷ 2月5日(火) 10:00~12:00

市浦総合支所

青森あすなるホール市浦

問 市浦総合支所 内線4010

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 青森地方法務局五所川原支局

TEL34-2330

人権擁護啓発メッセージ

(平成29年度人権教室より)

五所川原小4年生)

もしもいじめられたら、

お母さんや先生にちゃんと相談

今月の納期

・国民健康保険税 8期

問 収納課 内線2273

・後期高齢者医療保険料 8期

問 国保年金課 内線2346

・介護保険料 8期

問 介護福祉課 内線2453

納期限 2月28日(木)

納付は便利で確実な
口座振替を!

保育のお仕事応援フェア

保育に興味のある方はぜひご来場ください。当日は青森県保育士・保育所支援センター職員による個別相談コーナーがあります。

日時…2月16日(土) 10:00~13:00

場所…ELMホール

内容

▷ 個別相談 10:00~13:00

▷ 保育求人閲覧・紹介

10:00~13:00

▷ キッズミュージックライブ

11:00~11:20

▷ ピアノの基礎レベルアップ講座

11:30~12:30

* ピアノの基礎レベルアップ講座へ参加をご希望の方は、支援センターホームページ(<https://hoikubnk.pref.aomori.lg.jp>)から申込書をダウンロードし、必要事項を記入の上、FAX(017-723-1394)またはメール(hoiku@aosyakyo.or.jp)で2月15日(金)までにお申し込みください(先着5名程度)。

参加費…無料

問…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 TEL017-718-2225

自動車の名義変更・廃車手続きおよび車検はお早めに

名義変更や廃車等の手続きは混雑を避け、待ち時間が少ない3月14日以前に手続きしていただくようお願いいたします。車検は1カ月前から受けることができますので、3月下旬に集中しないようお早めの受検をお願いいたします。

自動車検査予約ヘルプデスク

TEL0570-030-330

* 軽自動車は手続き方法等が異なりますので、ご注意ください。

問…東北運輸局青森運輸支局

TEL050-5540-2008

農産物加工品直売会

梅漬け、豆腐、味噌などの手作りの加工品や季節野菜などを販売。

日時…2月13日(水)、27日(水)

12:00~13:00

* 都合により、急遽中止となる場合があります。

場所…市役所2階談話コーナー

問…農林水産課 内線2521

家畜(鶏含む)飼養者の皆さんへ 平成31年定期報告

家畜伝染病予防法により、家畜(鶏を含む)飼養者は毎年定期報告

することが義務付けられています。次の家畜の飼養者は忘れずに報告するようお願いします。

報告対象…鶏(青森シャモロック、比内地鶏、烏骨鶏、軍鶏、チャボ、声良鶏金八など含む)、あひる、うずら、きじ、ほろほろ鳥、七面鳥、だちょう、鳥類以外(牛、馬、豚、山羊、めん羊、いのしし、鹿)

報告内容…2019年2月1日時点の頭羽数

報告様式…「定期報告書」様式は市農林水産課で配布するほか、つがる家畜保健衛生所ホームページに掲載しています。

提出方法…3月4日(月)までに市農林水産課(内線2520)まで郵送または持参してください。

問…西北地域県民局地域農林水産部 つがる家畜保健衛生所

TEL42-2276

裁判員制度10周年記念 家族で考えよう 裁判員制度キャッチフレーズ募集

裁判員制度は平成21年5月21日に「私の視点、私の感覚、私の言葉で参加します」というキャッチフレーズでスタートし、間もなく10歳の誕生日を迎えます。

この機会に「裁判員には誰でもなれるの」「裁判員は法律を知らなくてもいいの」「裁判員になったら、何をするんだろう」など「裁判員制度」について、家族みんなでたくさん話して、キャッチフレーズを考えてみましょう。

応募期間…2月28日(木)まで(必着)

応募資格…青森県内在住の小学生

(学年は問いません)

応募方法…応募用紙に記入の上、郵送または青森県内の各裁判所に持参してください。

* 応募用紙等は青森地方裁判所ホームページ(<http://www.courts.go.jp/aomori/>)からダウンロードできます。

* 郵送送付先は 〒030-8522 青森市長島1-3-26 青森地方裁判所事務局総務課 裁判員制度キャッチフレーズ募集係 まで

問…青森地方裁判所事務局総務課 務係 TEL017-722-5421

赤十字活動にご支援ください

日本赤十字社青森県支部は、創立130周年を迎えたことから、昨年9月12日、青森市で、日本赤十字社名誉副総裁 秋篠宮妃紀子さまのご臨席を仰ぎ「青森県赤十字大会」を開催しました。本大会では、一堂に会した県内外の赤十字関係者等約800名が赤十字活動のさらなる活躍を誓い合いました。

一方で、昨年は自然災害が多発し、北海道胆振東部地震や西日本を中心に甚大な被害をもたらした豪雨災害では、多くの尊い人命が失われています。

青森県支部では、北海道胆振東部地震の被災地に医療救護班ならびに被災者のこころのケアを行う救護班を派遣したほか、救援物資の提供や義援金の受付を行うなど、物心両面にわたる支援活動を展開しています。

これら災害救護をはじめとする赤十字活動は、主に赤十字会員（社員）から寄せられる会費（社費）・寄付金を財源としています。

130年の歴史を踏まえ、人々の「いのちと健康を守る」活動を推進する日本赤十字社青森県支部の活動をご理解いただき、市民の皆さんの赤十字会員（社員）への加入ならびに赤十字活動資金（会費・寄付金）のご支援について、よろしくお願い申し上げます。

問…日本赤十字社青森県支部
組織振興課 TEL017-722-2011
日本赤十字社青森県支部
五所川原市地区（保護福祉課）
内線2413

働き方改革説明会のお知らせ

事業者を対象に、時間外労働の上限規制や年5日の年次有給休暇の取得義務づけなど、今年4月施行の働き方改革関連法に関する知識を十分に持って労務管理を行っていただくことを目的とした説明会を開催します。

日時…2月4日(月) 14:00~15:30
場所…五所川原合同庁舎1階共用会議室
申込み…参加ご希望の方は、必ず事前にお申し込みください。

申込先…五所川原労働基準監督署監督係 TEL35-2309

青森県産業技術センターりんご研究所 平成30年度（第39回）試験成果・情報発表会

各種成果の発表やりんごの試食を行います。ぜひお越しください。

日時…2月14日(木) 13:30~16:00
場所…平川市文化センター「文化ホール」

発表内容…無袋果で長期貯蔵可能な品種とその貯蔵法／りんご新品種「紅はつみ」の特性と最近育成された新品種の紹介／おうとう「ジュノハート」専用収穫適期判別カラーチャートを利用した収穫方法／平成30年の黒星病の発生状況と今後の対策／各種病害におけるQoI剤耐性菌の発生状況と防除対策

問…りんご研究所
TEL0172-52-2331

不動産取得税の軽減制度について

不動産取得税とは

家屋を新築・増改築したとき、土地や家屋を売買・贈与・交換などで取得したときに一度だけ課税される県の税金です。

軽減制度について

住宅用の土地を取得した日から3年以内に、その土地の上に、床面積が50㎡以上240㎡以下の住宅（「特例適用住宅」という）が新築された場合には、土地の取得に係る不動産取得税が軽減されます。

なお、この軽減制度を受けるためには申告が必要です。また、この他にも不動産取得税の軽減制度がありますので、詳しくは、下記までお問い合わせいただくか県ホームページ（http://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/004_01fudousanindex_00.html）をご覧ください。

問…西北地域県民局 県税部 課税課 TEL34-2111 内線214

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

日時…月曜～金曜日（祝日を除く）
8:30～17:15

場所…市民学習情報センター

▷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…2月13日(水) 10:00～16:00

場所…市民学習情報センター

*予約制。貸付制度あり。

居住支援セミナーおよび住まいと空き家の相談会開催

開催日・場所

▷弘前会場

2月5日(火) ヒロロ
セミナー（定員40名）3階
多世代交流室2／相談会 3階
多世代交流室1

▷青森会場

2月7日(木) アスパム
セミナー（定員50名）6階
岩木／相談会 8階 しらかみ

「不動産・福祉関係事業者向け
居住支援セミナー」

時間…13:00～15:00

内容…講演1 新たな住宅セーフティネットについて／講演2 入居支援の福祉制度等について／講演3 障がい者・高齢者等の福祉と居住支援について

参加料…無料

申込み…事前申込みが必要です。

「一般消費者向け

住まいと空き家の相談会」

時間…10:30～14:30(相談1組30分)

内容

▷住宅確保要配慮者の入居に向けた住宅相談および入居中の支援相談
▷空き家等の適正管理および有効活用に向けた相談

相談料…無料

相談員…宅地建物取引士、すまいアップアドバイザー、司法書士

申込み…事前申込みが必要です。

*詳細はホームページ(<http://aomori-kyoju.com/>)をご覧ください。

申込先…青森県居住支援協議会
TEL017-722-4086

西部クリーンセンター（ごみ処理施設）の基幹設備改良工事について

西部クリーンセンターは、昭和61年の竣工から、平成14年の大規模改修工事を経て32年が経過し、施設の老朽化が進んだため、大規模な設備機器の更新工事を行います。

今回の工事に伴い、下記の通り焼却停止期間が生じます。

工事期間中の休炉期間

- ▷第1期 2月1日～2月28日
(1カ月間全面停止)
- ▷第2期 5月1日～11月30日
(7カ月間1号炉停止)
- ▷第3期 2020年5月1日～2020年11月30日
(7カ月間2号炉停止)

第1期の工事期間については、焼却炉を全面停止して行います。工事期間中は住民の方が直接持ち込む場合に限り受け入れする予定ですが、タンسوおよび畳等の粗大ごみについては破砕設備が使用できなくなるため受け入れできません。

第2期、第3期については、片炉運転を行いながらの工事になるため、通常の受け入れ体制としますが、焼却状況により受け入れ停止の制限を行う場合があります。

工事期間中は大変ご迷惑をおかけしますが、皆様のご理解とご協力をお願いします。

問…西北五環境整備事務組合 施設整備係 TEL38-1205

試食会「奥津軽の食材を味わう」を開催します

日本海沖で水揚げされる豊かな海の幸、寒暖差の激しい内陸で育てられた山の幸など、食材の宝庫である西北地域。この地の早春期の最高品質の食材をシンプルに味わう試食会を開催します。

普段、味わうこと、聞くことのできない先着100名様限定の、今回限りのスペシャルイベントです。参加費無料。この機会にぜひ、ご参加ください。

日時…3月14日(木) 14:00～15:30

場所…プラザマリユウ五所川原

内容

- ①生産者による食材の紹介
- ②地元料理人による「奥津軽の食」に関するトーク
- ③奥津軽の早春期の最高品質食材の試食

申込み…電話、メール (se-renkei@pref.aomori.lg.jp) で氏名、住所(市町村名)、電話番号を2月21日(木)までに下記申込先へお知らせください(受付：月～金曜日 9:00～17:00)。

申込先…西北地域県民局地域連携部 地域支援担当 TEL34-2175

八戸年金事務所内に設置している協会けんぽ相談窓口の終了について

八戸年金事務所内の相談窓口が3月29日(金)をもって終了します。

4月1日(月)からは、郵送でのお手続きにご協力願います。

協会けんぽでは、すべての申請書において郵送でのお手続きが可能です。また、申請書および記入例はホームページ (<https://www.kyoukaikampo.or.jp/shibu/aomori/>) からダウンロードできます。

協会けんぽ青森支部あて先

〒030-8552 協会けんぽ青森支部
*「030-8552」は青森支部の個別郵便番号です。この番号を記載することで住所を省略できます。

問…全国健康保険協会青森支部

TEL017-721-2713

2月～3月労働相談会

個々の労働者と事業主との間に生じた労働問題(解雇・賃金引き下げ・長時間労働・パワハラなど)について、青森県労働委員会委員が相談に応じます。

日時…2月5日(火) 13:30～15:30

2月17日(日) 10:30～12:30

3月5日(火) 13:30～15:30

3月17日(日) 10:30～12:30

場所…青森県労働委員会(県庁国道側向かい みどりヤビル7階)

対象者…県内の労働者、事業主

相談員…青森県労働委員会委員

費用…無料

利用方法…随時受付(事前予約優先)

問…青森県労働委員会事務局

TEL017-734-9832

軽スポーツ講習会

誰でも簡単にできる軽スポーツ講習会を開催しますので友人、ご家族でのご参加をお待ちしています。

日時…2月28日(木) 9:00～16:00

(12:00～13:00昼休み)

場所…市民体育館

参加料…無料

種目…室内用グラウンドゴルフ/ニチレクボール/バウンドテニス/ビーチバレー/その他

申込み…当日、市民体育館で受付します。

*運動できる服装、内履きなどを持参してください。昼休み以外であれば、ご自由に参加できます。

問…スポーツ振興課

内線2954



自然災害から経営を守る

りんご共済

1反歩2箱相当の負担でりんご共済に加入できます。自然災害からりんご経営を守りましょう。

加入申込受付 3/25まで

ぶどう共済もあります

NOSAI 津軽広域農業共済組合
〒037-0011 五所川原市金山字竹崎203-4 TEL 33-1513

現地確認 見積り無料 屋根・外壁のリフォーム

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

『増改築相談員のいるお店』 お電話は担当 前田まで

◆ホームページは◆ Google

屋根・外壁リフォーム専門店 アートリフォーム(株) 五所川原市七ツ館虫流51-29 0173-33-4713

アートリフォーム株式会社

平成30年度北辰大学学園祭

市内在住の60歳以上の方が入学できる高齢者大学「北辰大学」のクラブ活動発表会です。

入学していない方でも見学できますので、各クラブの1年間の成果をぜひご覧ください。

会場…中央公民館

期日…2月6日(水)

ステージ発表…10:10~11:45

健康体操クラブ・歌謡クラブ・舞踊クラブ・ゴニカンクラブ

展示発表…10:00~14:00

書道クラブ・パソコンクラブ・園芸クラブ・手細工クラブ

問…社会教育課(中央公民館内)

TEL35-6056

市民サロン

第10回生き生きセンター友の会新年演芸会

日時…2月16日(土) 10:00~14:00

場所…生き生きセンター

申込み…新年会および演芸発表会に出席する方は、2月10日(日)までに、松橋タミエ(Tel34-6223)まで、お申し込みください。

*来館の際は利用者登録証(カード)をお忘れなく。

*出演者に粗品進呈します。

主催…生き生きセンター友の会

2月は「相続登記はお済みですか月間」です

司法書士会では毎年2月を「相続登記はお済みですか月間」と定め、相続登記の手続を促す啓発活動の一環として、相続登記および法定相続情報証明制度に関する無料相談会を

実施しています。

相談内容…相続登記および法定相続情報証明制度

相談期間…2月1日(金)~28日(木)
(土・日・祝日を除く)

相談場所…青森県内の各司法書士事務所

*ご相談にスムーズに対応させていただくために、事前に各司法書士事務所へご相談のご予約をお願いします。

費用…初回相談無料

*2回目以降や具体的な手続きは有料です。

問…青森県司法書士会

TEL017-776-8398

45歳以上の方の転職・再就職をサポートします(無料)

就職活動のノウハウを知りたい方、就職活動に不安を抱えている方など、カウンセラーがマンツーマン(完全予約制)でサポートします。お気軽にご相談ください。

青森地区

日時…平日9:00~16:00

場所…ネクストキャリアセンターあおもり(青森市長島2-10-4 ヤマビル8階)

弘前地区

日時…毎週月曜日・木曜日

13:00~16:00

場所…キャリアスクールI・M・S(弘前市土手町134-8)

申込先…ネクストキャリアセンターあおもり あおもり中高年就職支援センター TEL017-723-6350

女性のための女性専門家による無料法律・税務相談会

相続・成年後見・借金問題・税金・家族間の問題等、法律の関係を

るお悩みを抱えた女性のために、女性司法書士、女性弁護士、女性税理士が無料で相談に応じます。

秘密厳守で、予約は不要ですので、お気軽にお越しください。

日時…3月2日(土) 10:00~16:00

場所…アスパム 5階 あすなろ

*相談は無料ですが、具体的な手続きが必要になる場合には、別途費用がかかりますので、相談員にご確認ください。

問…青森県司法書士会

TEL017-776-8398

善意の花かご



どうもありがとうございました

▷株式会社五所川原中央青果(木村吉幸代表取締役社長)=みかん5箱

▷さくら保育園(大澤公至園長)41名=お遊戯訪問、みかん2箱

▷五所川原保育園(多勢真園長)24名=お遊戯訪問、ケーキ53個

(以上3件くるみ園へ)

▷五所川原野球協会=中学生用軟式野球ボール6ダース(市内中学校へ)

▷有限会社アート印刷(津島卓代表取締役)=立佞武多2019カレンダー100本

▷五所川原地区更生保護女性会(村元範子会長)=図書カード1万円分

▷五所川原農林高等学校(菊地建一校長)=大型門松2対



門松を設置した五農校森林科学科の生徒の皆さん

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ一人でも留まらずに無料相談会をご利用ください

B型肝炎訴訟(給付金請求)について

無料電話相談

対象者 昭和16年7月2日~
昭和63年1月27日生まれ

給付金 50万円~
3,600万円

弁護士費用 着手金・相談料 無料
成功報酬制

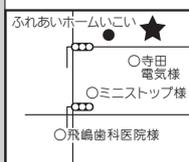
実績 相談件数3,800件以上 給付金受領済み800件以上

(ご予約受付時間) 9:00~18:00 (完全予約制) ☎0120-013-621

弁護士法人 プレシャス総合法律会計事務所 TEL 03-5363-6333 FAX 03-5363-6334
E-mail: info@precious-law.jp http://precious-law.jp/

★土日休み 看護スタッフ等 募集

- 職員体制
 - 利用状況
 - 看護業務
 - 送迎業務
 - その他
- 正職員・パート7名体制(うち介護福祉士3名)
外部+併設施設入居者 1日平均13名程の利用
2名交代制で負担軽減
軽車両のみ使用 1日3~4名の送迎
有給平均取得日数9.6日 弘大学生研修実績あり



テイサービス憩いの杜

お問い合わせ ☎26-6195

五所川原市大字漆川字清水流2番3

※詳しい情報はホームページをご覧ください

のりたグループ 🔍 検索



図書館

TEL 34-4334



パソコンの分解・組み立ての様子

▷あおり冬の読書週間・実施報告

図書館の本でやってみた！VOL.7

「パソコンを分解・組み立てしてみよう」の巻

1月5日、市立図書館で小学4年生から中学生までを対象に行われ、参加者は8名でした。講師である教育総務課の高山さんからパソコンのしくみについて教えてもらったあとに、実際にパソコンを分解・組み立て、起動するというところまでやりました。参加した子どもたちは自分で組み立てたパソコンが動いたことに驚いたり、本を見て疑問に思ったことを高山さんに聞き、パソコンのしくみをきちんと理解していました。

▷特別展「平成を振り返る」

2月1日(金)～17日(日) 市立図書館ロビー

「平成」の時代も残りわずか。「平成」を振り返るべく、平成に流行した資料や平成を象徴する出来事に関する資料、さらには昭和から平成に変わった時の様子が書かれた資料を集め、展示をします。

▷だっこでいっしょおはなし会

2月9日(土) 10:30～11:00 市立図書館2階

対象：0～3歳くらいまでの乳幼児

▷「五所川原おはなしぼぼんた」のおはなし会

2月16日(土) 13:30～14:30 市立図書館2階

対象：就学時前から小学校低学年くらいまでの児童

2月のテーマ：「いきいき体」

▷今月の一冊



部活やめてもいいですか。

梅津 有希子／著

やりたくて入ったはずの部活なのに、楽しめない。上達しない。部活が長くて勉強の時間が取れない…。様々な部活の悩みに高校野球ブラバン応援研究者である著者がアドバイスをします。

▷新着郷土資料

紹介するのは『写真アルバム五所川原・つがる・西北津軽の昭和』という本です。心に刻んだ記憶の中のふるさとを600枚の懐かしい写真で再現しています。大町を進む五所川原高校のパレードや飯詰の稻荷神社裸参りの雄姿、嘉瀬で開かれたモトクロス大会の様子などが掲載されています。



思い出の詰まった「昭和」へ、家族、近所、ご友人のみなさんで時間旅行をしてみませんか。

市立図書館	TEL34-4334
開館時間	9:30～18:00 (土日祝は17:00まで)
伊藤忠吉記念図書館	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

オルテンシア

TEL 33-2111



大ホール (コンサートホール)

▷第19回市民バンドフェスタ

2月10日(日) 13:00～16:30 500円

五所川原吹奏楽団 江良 TEL090-7666-3821

小ホール (ふるさと交流ホール)

▷五所川原市保健協力員協議会研修会

2月1日(金) 13:00～16:00 無料

健康推進課 TEL35-2111 (内線2374)

▷平成30年度発表会

2月9日(土) 9:30～12:00 無料

五所川原幼稚園 TEL35-5150

▷平成30年度西北五地区自衛隊入隊予定者激励会

2月14日(木) 14:00～16:00 関係者

市民課 TEL35-2111 (内線2310)

▷五所川原市いじめ防止対策事業青少年健全育成フォーラム

2月16日(土) 14:00～16:30 無料

教育委員会指導課 TEL35-2111 (内線3312)

主催者の都合により変更になる場合もあります

*2月の休館日 4日、12日、18日、25日

法律相談は弁護士会へ

青森県弁護士会所属の地元の弁護士事務所で弁護士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！

今すぐあなたの助けになりたい

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)

健康だより

ヘルス・インフォメーション

救急医療当番医

診療時間 9:00～16:00

*受診前に必ず各医療機関に電話で確認してください。

▷2月3日(日) 増田病院
TEL35-2726 (新町41)

▷2月11日(月) 櫛引クリニック
TEL33-1155 (鎌谷町516-10)

▷2月17日(日) 川崎胃腸科内科医院
TEL34-3330 (敷島町56)

消防署救急病院紹介電話

TEL34-4999

献血バス巡回日程

▷2月14日(木) 9:30～11:00
東北電力株式会社
五所川原電力センター

▷2月14日(木) 12:30～15:30
東芝映像ソリューション株式会社

▷2月17日(日) 10:00～16:30
ELM

*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 青森県赤十字血液センター
TEL017-741-1512

こころの相談

死にたいほど辛い方、眠れない日や憂鬱な気分が続く方、育児・家事等が辛いといった相談のある方、身近な人を自殺でなくされたご遺族の方などを対象としています。

日時…2月21日(木) 9:30～11:30

場所…市役所相談室

相談員…保健師

申込み…相談日前日までに電話でお申し込みください。

問…健康推進課 内線2386

「女性の健康づくり講演会」のお知らせ

3月1日～8日は「女性の健康週間」です。

女性のライフステージと健康の特徴として、女性ホルモンの変動によ

って女性の心と身体はさまざまな影響を受けます。感覚に深くふれる香りが、心身を整えるという予防医学的な観点から、日本における精油ブレンドの第一人者として、ご活躍中の講師から学べます。

日時…3月6日(水) 受付12:30～/
講演13:00～14:00/終了後アンケート

場所…市民学習情報センター大教室
講演…「女性のライフスタイルと香りの関係」

講師…(株)Blue ink 代表取締役/ (株)ASK 取締役COO アネルズあづさ (グローバルオーガニックフォーミュレーター/プロフェッショナルアロマセラピスト)

参加費…無料

定員…50名程度

申込み…2月28日(木)までに、下記へ電話でお申し込みください。

申込先…健康推進課 内線2385

健康づくり相談室

血糖や血圧、コレステロールの事が気になる方、健診データの説明等について保健師、看護師、栄養士が個別に相談に応じます(1人30分程度)。

次の①、②は前日までに予約が必要です。その際に相談の内容をお知らせください。必要な方には血圧測定、肺年齢測定(肺チェッカー)、みそ汁の塩分測定を行います。

ご自身の健康づくりにお役立てください。

会場・日時

①金木公民館

2月22日(金) 10:00～12:00

②保健センター五所川原

2月27日(水) 10:00～12:00

持ち物…特定健診・健康診査を受診されている方は、健診結果をお持ちください。

問…健康推進課 内線2385

元気はつらつ教室

仲間と一緒に脳トレや軽い運動を楽しみ、介護予防に取り組んでみませんか。地域の在宅介護支援センターの職員による介護に関する相談も行っていますので、お気軽にご利用ください。

日時・場所

▷2月14日(木) 13:30～14:00

松島会館

▷2月19日(火) 11:00～12:30

藻川コミュニティ消防センター

▷2月22日(金) 13:30～14:30

下岩崎集会所

▷2月28日(木) 10:00～11:30

毘沙門・長富コミュニティセンター

問…地域包括支援センター

内線2463

カフェ de つえぎ

カフェ de つえぎは、気軽に認知症について知ることのできる場所です(申込不要)。

日時…2月10日(日) 10:00～12:00

内容…ミニ講座「コミュニケーションの方法」(講師:認知症介護指導者 和島まゆみ氏)、家族同士のつどい等

場所…中央公民館2階

参加費…200円(お茶代)

*希望者のみ実費にて昼食あり

問…公益社団法人認知症の人と家族の会 青森県支部五所川原地域世話人 山本 TEL0178-35-0930

協力…西北五地区認知症高齢者グループホーム協会

ゆーゆー元気教室

楽しい生活は「こころと身体の健康」から。この教室は、椅子に座りながら行う運動教室です。お気軽にご参加ください。

対象…要介護認定を受けていない65歳以上の市民の方

日時…2月7日(木) 13:00～14:00

2月21日(木) 13:00～14:00

(受付は両日12:30～)

場所…生き活きセンター多目的ホール

テーマ…まとめ

内容…有酸素運動&ストレッチ

講師…健康運動指導士

鬼武由美子氏

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み物

参加費…無料

申込み…電話または窓口でお申し込みください。

申込先…地域包括支援センター

内線2463

エンゼルひろば

お母さん同士や保健師・栄養士と、子育ての楽しさやお子さんの成長に関する悩み、情報をシェアするひろばです。



身長計・体重計はご自由にお使いいただけますので、お子さんと一緒にお出でください。予約は不要です。

日時・場所

▷ 3月22日(金) 10:00~11:30

中央公民館3階第1研修室

*市浦会場開催日については、市浦地区在住の方を対象に、赤ちゃん訪問などの際に日程をお知らせしています。

持ち物…バスタオル(身長計・体重計をご利用の方)、母子健康手帳
問…健康推進課 内線2391

個別検診等実施医療機関の変更について

平成30年度個別検診等の実施を委託している清水クリニックが、1月

から休診されたため、次の事業が利用できなくなりました。

利用できなくなった事業

- ①個別検診(特定健康診査・健康診査・胃がん検診・大腸がん検診・肝炎ウイルス検診)
- ②予防接種(高齢者肺炎球菌)
- ③糖尿病性腎症重症化予防プログラム

*受診予定の方は、配布済みの市民健康診べんり帳や広報等で実施医療機関を確認後、受診してください。

問…健康推進課 内線2372

乳幼児健診

4カ月児健診 H30年10月生まれ	3月5日(火) 小児科診察、身体計測、離乳食のお話・試食
1歳6カ月児健診 H29年8月生まれ	3月26日(火) 小児科診察、歯科健診、フッ素塗布、身体計測、発達・栄養相談
3歳児健診 H27年9月生まれ	3月20日(水) 小児科診察、歯科健診、身体計測、発達・栄養相談、ことばの相談、尿・耳・目の検査

受付時間…12:00~12:30(3歳児健診11:45~12:30)

*受付時間前の母子健康手帳の預かりはしていません。受付はお子様同伴でお願いします。

場所…保健センター五所川原

持ち物…母子健康手帳、バスタオル、すくすくノート、健康診査票、1歳6カ月児健診はフッ素塗布承諾書、3歳児健診は送付された検尿容器(尿を入れたもの)

*健診に来られない場合は、健康推進課にご連絡ください。

*3歳児健診については個別に事前通知しています。

*1歳6カ月児健診については、フッ素塗布承諾書を個別に事前送付します。

*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。台数に限りがありますので、駐車できない場合は、市役所来庁者駐車場、または有料駐車場をご利用ください。市役所来庁者駐車場を利用した場合は、健診会場に駐車券を必ずご持参ください。

問…健康推進課 内線2391

プラス・10分から始めましょう のれそれ運動教室

今より「10分多く」元気にからだを動かすことで、健康寿命がのばせることをご存知でしたか。

のれそれ運動教室の最終回です。日常生活に取り入れることができる運動を紹介します。

開催日…2月15日(金)

内容…~主な運動~2つの運動を組み合わせる実施
▷レジスタンス運動…スクワットやダンベル体操などの標的とする筋肉に抵抗(レジスタンス)をかける動作を繰り返す運動

▷脂肪を燃焼する有酸素性運動

時間…13:15~受付、体調確認等

13:45~オリエンテーション

14:00~15:00 運動実技

場所…勤労者総合スポーツ施設サンビレッジ五所川原(市内唐笠柳字藤巻507-6 駐車場あり)

講師…健康運動指導士 鬼武由美子氏

対象…市民の方で医師から運動を制限されていない方

定員…30名

参加費…無料

持ち物…動きやすい服装、上履き、汗拭きタオル、水分補給のための飲み物

申込み…開催日前日までに、下記へ電話でお申し込みください。

申込先…健康推進課 内線2385



まちなか喫茶 和モダンカフェ

各種宴会承ります

営業時間 11:00~23:00 定休日:日曜日

- 歓送迎会・結婚式の二次会・女子会などご予約承ります!
 - 20名様以上のご予約で2時間カラオケ歌えます!
- 五所川原市大町501-5トカトンスクエア2F TEL・FAX0173-33-5251

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。

<http://www.city.goshogawara.lg.jp/jouhou/other/koho-koukoku.html>

申込先 総務課広報係 内線2117

あなたも作ってみませんか

テーマ ヘルシー料理



簡単ロールキャベツ

1人分 103kcal 食塩相当量 0.8g

材料 (4人分)

キャベツ……200g (4枚) しめじ……50g (1/2パック)
ほうれん草……150g ベーコン……60g (4枚)

A { 鶏ガラスープの素…小さじ1
水……400ml (2カップ)
塩……小さじ1/3、こしょう……少々

作り方

- ①キャベツ、ほうれん草は茹でる。ほうれん草は3～4cm長さに切る。しめじは石づきを取り除く。
- ②キャベツを広げ、その上にベーコンを敷く。さらにその上にほうれん草、しめじを敷き、巻いていく。
- ③小鍋に②の巻き終わりを下にして置き、Aを加えて沸騰させる。沸騰後、落し蓋をして弱火で5分煮る。
- ④③を汁と共に盛り付ける。

「すいみん講演会」のお知らせ

睡眠は、疲労した脳や体を休息させ、回復させる働きや記憶の定着、免疫機能を強化するといった役割をもっています。また、睡眠不足は、生活習慣病の悪化要因であることが知られています。質のいい睡眠は健康生活の基本です。精神科医の講演から、自分の睡眠を振り返ってみませんか。

日時…3月15日(金) 受付13:30～、講演14:00～15:00

場所…市民学習情報センター大教室

テーマ…よく眠りよく遊べ!

—精神科医からみた睡眠の話—

講師…八戸市立市民病院

精神科部長 平野敬之先生

参加費…無料

定員…50名程度

申込み…3月8日(金)までに電話でお申し込みください。

申込先…健康推進課 内線2385



ノルディック・ウォーク参加者募集

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スポーツです。全身運動となり足・腰・膝などにかかる負担を軽減でき、普通のウォーキングよりエネルギー消費量が約20%も増加します。

新しい健康法としておすすめですよ。

対象…65歳以上の市民の方(ただし、60～64歳で、基本チェックリストの結果、運動機能が低下している方を含む)

日時…①2月12日(火) ②2月25日(月) 14:00～15:30

*事前の健康チェックがあるため集合時間は13:30

申込み…初回参加の場合、開催日5日前までに電話または窓口でお申し込みください。

場所…つがる克雪ドーム

講師…全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員

持ち物…動きやすい服装、運動靴、水分補給のための飲み物、汗拭きタオル、ポール(希望者にはポール等を貸し出します)

*降雪時はつがる克雪ドーム内でウォーキングを行いますので、室内用シューズをご用意ください。

申込先…地域包括支援センター 内線2463



いきいき教室(介護予防教室)

高齢者の健康づくりのための楽しい教室です。新しいことにチャレンジしてみることが若さを保つ秘訣です。皆様のご参加をお待ちしています。

対象…要介護認定を受けていない65歳以上の市民の方
参加費…無料

日時・場所(受付はそれぞれ9:30～、13:00～)

▷2月13日(水) まるで忍者?吹き矢で狙おう
～腹式呼吸でしっかり吹こう～

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

▷2月26日(火)

棟方先生と楽しく笑って「いきいき」運動②

金木公民館 10:00～11:30

保健センター市浦 13:30～15:00

▷2月27日(水) 健康寿命を伸ばすストレッチ

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

申込み…開催日の3日前までにお申し込みください。

申込先…地域包括支援センター 内線2463



第14回市内小・中学校美術展を開催します

市内児童生徒の美術作品を広く市民に鑑賞してもらうとともに、市内小・中学校の図工教育・美術教育の充実を図ることを目的として、第14回市内小・中学校美術展を開催します。

市内小・中学校17校の児童生徒の絵画、版画、デザイン画、立体作品、学級旗等、工夫いっぱいの素晴らしい作品が多数展示されます。ぜひご来場ください。

日時…2月20日(水)～22日(金)
10:00～21:00 (22日は15:30まで)

場所…E L Mホール

入場料…無料 (いじめのない社会啓発カレンダーの無料配布予定：数に限りがあります)

問…教育委員会指導課 内線2974



前回の美術展の様子

五所川原市民憲章

わたしたちのまち五所川原市は霊峰岩木山を望み、津軽平野を潤し十三湖へ流れる岩木川の恵みに生まれ、豊かな地域資源と長い歴史を誇ってきました。

わたしたち市民は、先人たちの不撓不屈の精神によりつくりあげられた歴史と伝統を受け継ぎ、共に支えあい開かれた平和なまちをつくるため、ここに市民憲章を制定します。

- 1 夢と志をもち、発展する郷土をつくります。
- 1 郷土に誇りをもち、文化のかおるまちをつくります。
- 1 学びを続け、健やかで潤いのあるまちをつくります。
- 1 自然を大切にし、美しく住みよいまちをつくります。
- 1 きまりを守り、互いに助け合い安全なまちをつくります。

火災・救急出動概況						
五所川原市管内 12月の火災、救急、救助出動件数 (単位:件)						
区分	火災		救急		救助	
	月別	累計	月別	累計	月別	累計
平成30年	3	24	209	2,129	0	9
平成29年	1	26	188	2,054	3	18
比較	2	△2	21	75	△3	△9

平成30年6月救急の月別件数は159件、累計1,065件、平成30年11月の救急累計は1,920件の誤りでした。訂正しお詫びします。

全国統一防火標語 **忘れてない? サイフにスマホに火の確認**

***住宅用火災警報器は10年を目安に取り替えましょう!**

五所川原地区消防事務組合消防本部警防課 Tel.35-2023(直通)

