

ごまがみ

広報



平成10年

12.1 No.916

人口と世帯

10月30日現在 ()内は前対比、男24,005 (+14) 女26,759 (+6) 計50,764 (+20) 世帯17,969 (+4)



住民の願い 実現 通院 通学もこれで安心



これからよろしくをお願いします

十一月十六日から長年、住民の願いであった路線バスが運行される利用者は大変喜んでいきます。新しく開通された若山地区(戸沢・石田坂・若山・朝日・興隆)は、これまでは買い物などで市街地に行くときはタクシーか三十分もかかるバス停まで歩かなければなりませんでした。利用者の一人成田とすさん(七五歳)は、「交通費が半分以上になり特に高齢者にとっては病院通いがお金の心配もなく行けます」と便利になったことを話していました。

十六日の開通式では若山地区出身のバスの成田利雄運転手に花束贈呈後、齊藤一郎市議会議長や奈良久武弘南バス(株)五所川原営業所長らのテープカットが行われ一番バスが発しました。

運行に当たっては、市と弘南バスと地域住民との三者で協議を重ねた結果、五所川原市若山線バス運営委員会(長内徳家委員長)を組織して、運行路線住民の毎月の回数券購入を前提にバス運行することに合意したもので地域住民の熱意と協力が今回の運行を実現させたと言えます。



弘南バス 若山線開通

子どもは地域の宝物 赤ちゃん誕生に 記念品贈呈

十一月十二日、コミュニティセンター七和において、今年七和地区で生まれた赤ちゃん三人に対し、七和地域住民協議会（松山與七郎会長）から記念品が贈られました。同事業が住民主導で行われるのは、市内は勿論、県内でも初めての試みで、記念品として贈られた親子写真や赤ちゃんの手形・足形の入った写真、誕生日の新聞等には、七和地区に一人でも多くの子どもが生まれ、健やかに育つようにとの同協議会の願いが込められています。



写真左より伊藤寿莉ちゃん、阿部瑞希ちゃん、西塚晴香ちゃん

二十一世紀の農業を リードする ごしよがわら市農業花き部会 青森県農業賞 奨励賞を受賞



本県における農業分野で、最も権威のある賞として今年創設された「明日を拓く『青森県農業賞』」の奨励賞を、ごしよがわら市農協花き部会（長尾信彦会長）が受賞しました。

同会の受賞は、積極的に輪ギクの施設栽培を導入・拡大し、新規加入者のためのトレーナー制など独自の取り組みによって、当市を県内最高の栽培技術を持つ一大産地に発展させた功績が認められたもので、同部会の今後の活躍と当市農業のけん引車としての役割が期待されています。

身近な生活の中で 考えてみます 大切なことを 少年の主張発表大会

十一月十二日、市働く婦人家の家において第十八回少年の主張発表大会が行われ、市内の小・中学生が日頃疑問に感じ、考えた思いを元気に発表していました。

〈各賞受賞者〉

- ◇市長賞
中央 小 六年 三上 彩華
五 三 中 二年 岩崎 史織
- ◇教育長賞
羽野木沢小 六年 小林 千峰
五 三 中 三年 土岐 彩佳
- ◇学校警察連絡協議会長賞
中央 小 六年 山下 有美
五 二 中 三年 齊藤 理香
- ◇青少年問題協議会長賞
一野坪小 六年 鳴海 聡子
長 橋 小 六年 高坂 英竜
五 四 中 一年 小野 剛稔
五 一 中 二年 村上恵梨香
- ◇保護司会奨励賞
梅 泉 小 六年 神 めぐみ
五 三 中 二年 岩崎 史織
- ◇BBS会奨励賞
梅 泉 小 六年 神 めぐみ
五 四 中 一年 小野 剛稔
三 好 中 二年 一戸 厚子

市長賞

「思いやりのかたち」
五所川原第三中学校
二年 岩崎 史織

みなさんもちよつと考え直して見て下さい。体に障害をもった人達も、自分にできる事を探し、それに向けて必死に努力し、生きようとしています。そんな、がんばっている人達を、最近よく目にします。例えば、車イスの人達が集まってスポーツを楽しんだり、本格的な競技となるパラリンピックを目指し努力している人や、仕事について働いている多くの人達です。自分の不自由な体にくじけず、そのハンデをのり越えて私達以上に強い意志を持って、社会に出ようとしています。そんな障害者の力になってあげられる事は手を取りたり、おんぶしたりする事なのでしょうか。すべての障害者が自由に、私達と同じ様な生活を送れる様になる事が、ステキな社会と呼べるのではないのでしょうか。

（中文略）

私が考える理想の街とは、障害者が遠慮や不安の気持ちを忘れ、



元気に発表する児童・生徒たち

私達と同じように自由を楽しめる、そんな街です。今まで私は困っている人を助けてあげられる社会を目指していました。しかし、今回の事をきっかけに、体の不自由な人が困らないで、自由に行動できる事が必要だと分かりました。でも、たとえそんな社会になっても、こまっている人を助ける気持ちだけは、いつまでも決して忘れたいと思います。あの日、道を渡ろうとしていた目の不自由な女性を、助けられなかった自分への後悔の気持ちも忘れません。人と助け合う事の大切さ、障害者の困難を知れたからです。今回のことで学んだ、たくさんのお話を生かし、困っている人を素直に助けられる、勇気のある心の持ち主でありたいです。

※紙面の都合により、抜粋の形で掲載いたしました。

ごみひろいしたら たんぽぽのわた毛がとんでいった

住みよい環境づくり児童生徒作品展

● 標語の部 特別賞より ●

（受賞者は次のとおり）

小学校の部

○ポスターの部

- 金賞 中央小 六年 森山 祥子
- 銀賞 中央小 三年 坂本 嵩延
- 銅賞 中央小 五年 坂本 大樹
- 中央小 六年 高橋 弘枝
- 松島小 六年 工藤 香

○作文の部

- 金賞 中央小 四年 木村 祐貴
- 銀賞 東小 三年 大坂 悠
- 銅賞 中央小 四年 新谷 天悠

特別賞

国、地方公共団体、企業、個人を問わず、あらゆる主体が積極的に環境問題に取り組み「環境にやさしい社会」を築き上げていくことが今求められています。



○書道の部

- 東小 三年 古川 琢磨
- 七ッ館小 四年 工藤 美里
- 中央小 五年 藤森 祥子
- 中央小 三年 櫛引 麻弥
- 東小 四年 大坂 愛実
- 中央小 三年 近藤 祥真
- 中央小 五年 小野 由香
- 東小 四年 新谷 貴嗣
- 七ッ館小 四年 齋藤 礼菜

○ポスターの部

中学校の部

- 五所川原小 三年 斉藤 彩香
- 沖飯詰小 六年 秋田 瞳
- 南小 三年 牧野 一沙
- 東小 四年 福士 直城
- 東小 五年 金谷 舞
- 中央小 六年 高橋 弘枝
- 南小 三年 長尾 佳織
- 南小 四年 澤田 侑希
- 五所川原小 三年 田中 友恵
- 五所川原小 四年 藤田 公子
- 長橋小 三年 乳井 俊憲
- 中央小 五年 川市理香子
- 中央小 五年 岡田 愛子
- 沖飯詰小 六年 外崎 鮎子
- 南小 五年 工藤 千果
- 五所川原小 三年 野呂 美帆
- 長橋小 四年 中川 裕貴
- 中央小 三年 飛嶋 翔
- 中央小 六年 三上南海子
- 沖飯詰小 五年 吉岡 洋平
- 飯詰小 四年 三浦 歩
- 東小 三年 金谷 翼
- 七ッ館小 六年 佐藤あき

特別賞 五一中 二年 寺田 早織

五一中 三年 中林 妙子

金賞 五一中 二年 台丸谷洋子

五一中 三年 成田 陽子

銀賞 五一中 二年 石田 衣麗

五一中 二年 加藤 光

五一中 三年 山田 聡也

五一中 一年 下山貴容子

五一中 二年 阿久戸 賢

五一中 二年 大川 聖未

五一中 二年 小関香保理

五一中 三年 平山 賀子

五一中 三年 齋藤 肇

五一中 三年 新谷 和子

特別賞 五一中 三年 奈良 泰治

五一中 三年 平山 陽一

金賞 五一中 二年 毛内 雅人

五一中 三年 成田 陽子

善意の花かご

どうもありがとうございます

◎市社会福祉協議会へ

○小さな親切運動五所川原支部（福士孝一支部長） 〓 七万円。

○五所川原盆裁会（佐々木治会長） 〓 一万七千八百円。

○毘沙門・長富地区住民協議会（角田善造会長）

〓 三万三千七百二十二円。

○県立五所川原工業高等学校PTA母親委員会（対馬逸子委員長）

〓 六万五千円。

◎市養護老人ホームくるみ園へ

○大坂京さん（一ッ谷一五一五） 〓 寄贈（食用菊二キロ）。

○有限会社フランドール（岩谷豊代表） 〓 寄贈（各種ハン百二十個）。



中三デパート6階ギャラリーで行われた作品展の様子

五所川原市の財政状況をお知らせします

平成10年度予算執行状況と平成9年度決算状況

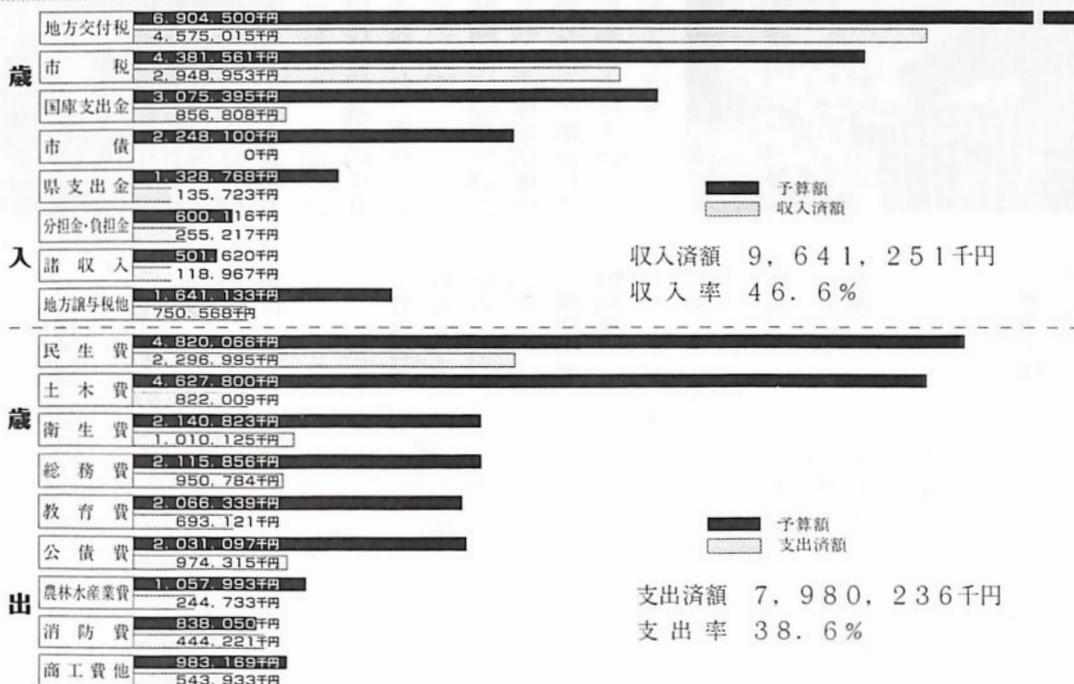
市の財政がどのように運営され、どのような状況にあるかをお知らせします。

◆平成10年度 一般会計歳入 歳出予算執行 状況

(平成10年9月30日
現在)

歳入歳出予算額
20,681,193千円

(平成9年度繰越分
97,016千円含)



◆平成9年度 一般会計歳入歳出決算の状況(見込み)

(平成8年度繰越分957,228千円含)

(単位：千円)

| 歳入区分 | 最終予算額 A | 収入額 B | 差引 B-A | 歳出区分 | 最終予算額 A | 支出額 B | 差引 B-A |
|-------------|------------|------------|--------|--------|------------|------------|----------|
| 市税 | 4,467,741 | 4,487,472 | 19,731 | 議会費 | 216,615 | 213,119 | △3,496 |
| 地方譲与税 | 240,074 | 240,074 | 0 | 総務費 | 2,956,328 | 2,923,418 | △32,910 |
| 利子割交付金 | 40,184 | 40,184 | 0 | 民生費 | 4,895,548 | 4,882,473 | △13,075 |
| 地方消費税交付金 | 106,281 | 106,281 | 0 | 衛生費 | 2,397,476 | 2,328,344 | △69,132 |
| 特別地方消費税交付金 | 15,632 | 15,632 | 0 | 労働費 | 183,824 | 182,350 | △1,474 |
| 自動車取得税交付金 | 96,029 | 96,029 | 0 | 農林水産業費 | 1,655,223 | 1,644,620 | △10,603 |
| 地方交付税 | 6,681,604 | 6,681,604 | 0 | 商工費 | 543,651 | 540,361 | △3,290 |
| 交通安全対策特別交付金 | 12,152 | 10,632 | △1,520 | 土木費 | 5,161,984 | 5,140,857 | △21,127 |
| 分担金及び負担金 | 580,538 | 572,854 | △7,684 | 消防費 | 951,897 | 951,252 | △645 |
| 使用料及び手数料 | 332,306 | 340,063 | 7,757 | 教育費 | 1,943,616 | 1,888,195 | △55,421 |
| 国庫支出金 | 3,202,106 | 3,202,867 | 761 | 災害復旧費 | 31,980 | 31,682 | △298 |
| 県支出金 | 1,758,807 | 1,756,384 | △2,423 | 公債費 | 1,898,705 | 1,898,580 | △125 |
| 財産収入 | 256,098 | 259,030 | 2,932 | 諸支出金 | 33,486 | 32,163 | △1,323 |
| 寄附金 | 5,159 | 5,158 | △1 | 予備費 | 10,000 | 0 | △10,000 |
| 繰入金 | 235,821 | 235,821 | 0 | | | | |
| 繰越金 | 493,360 | 493,360 | 0 | | | | |
| 諸収入 | 502,841 | 510,535 | 7,694 | | | | |
| 市債 | 3,853,600 | 3,853,600 | 0 | | | | |
| 合計 | 22,880,333 | 22,907,580 | 27,247 | 合計 | 22,880,333 | 22,657,414 | △222,919 |

◆平成9年度 特別会計歳入歳出決算の状況(見込み)

| 合計区分 | 収入済額(千円) | 支出済額(千円) |
|----------------------------------|-----------|-----------|
| 国民健康保険事業勘定特別会計 | 4,337,253 | 4,214,434 |
| 老人保健特別会計 | 3,791,346 | 3,789,987 |
| 高等看護学院特別会計 | 76,441 | 76,441 |
| 下水道事業特別会計 (平成8年度繰越分70,894千円含) | 1,545,677 | 1,545,677 |
| 農業集落排水事業特別会計 | 58,894 | 58,894 |
| 公共用地先行取得事業特別会計 | 50,156 | 50,156 |

平成9年度一般会計の収入額は、前年度に比べて1.8%増、支出額は前年度に比べて3.4%の増となっています。差引余剰金は、250,166千円ですが、翌年度に繰り越した財源が97,016千円含まれていますので、実質153,150千円となっています。

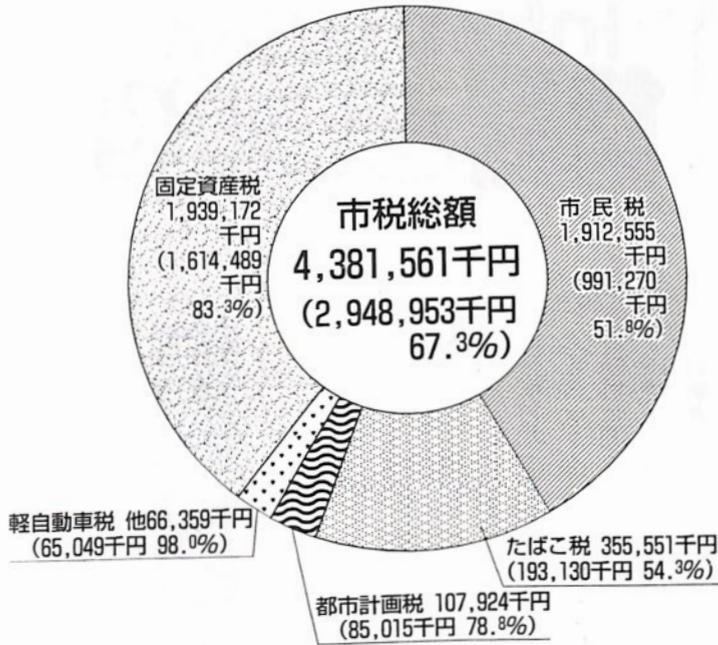
◆市有財産の状況

(平成10年9月30日現在)

| | |
|-------------------|---------------|
| 土地 | 3,918,230.82㎡ |
| うち山林 | 373,533.00㎡ |
| 建物 | 232,736.81㎡ |
| 有価証券 | 317,421千円 |
| 出資による権利 | 118,267千円 |
| 自動車 | 145台 |
| 債権 | 645,861千円 |
| 五所川原市 土地開発基金 | 490,060千円 |
| 五所川原市 財政調整基金 | 156,090千円 |
| 五所川原市 特別導入事業基金 | 645千円 |
| 国民健康保険 財政調整基金 | 64,874千円 |
| 五所川原市 減債基金 | 9,629千円 |
| 五所川原市 ふるさと創生基金 | 125,878千円 |
| 五所川原市 地域福祉基金 | 341,662千円 |
| 五所川原市 美術館建設基金 | 73,384千円 |
| 動物(牛) | 39頭 |

◇市税の負担状況

() は収入済額と収入率



◇平成10年度 特別会計歳入歳出予算の執行状況

(平成10年9月30日現在)

| 会計区分 | 予算現在額 (千円) | 収入済額 (千円) | 収入率 (%) | 支出済額 (千円) | 支出率 (%) |
|------------------------|---------------|--------------|------------|--------------|------------|
| 国民健康保険 事業勘定 特別会計 | 4,467,607 | 1,501,353 | 33.6 | 1,605,443 | 35.9 |
| 老人保健 特別会計 | 3,430,148 | 1,600,437 | 46.7 | 1,666,068 | 48.6 |
| 高等看護学院 特別会計 | 82,292 | 3,883 | 4.7 | 33,713 | 41.0 |
| 下水道事業 特別会計 | 1,887,694 | 85,432 | 4.5 | 616,668 | 32.7 |
| 農業集落排水 事業特別会計 | 55,883 | 3,999 | 7.2 | 26,048 | 46.6 |
| 公共用地先行 取得事業 特別会計 | 302,547 | 259,700 | 85.8 | 281,055 | 92.9 |

◇一時借入金残高の状況

(一般会計及び特別会計)

| 月(末) | 金額 |
|------|-----------|
| 4 | 989,289千円 |
| 5 | 0千円 |
| 6 | 0千円 |
| 7 | 0千円 |
| 8 | 0千円 |
| 9 | 0千円 |

くらしに役立つ 積立金の還元融資

皆さんが加入している郵便局の簡易保険積立金は、加入者に支払われるまでの間に公共施設の整備資金として市に還元融資され、地域社会の発展と住民の福祉向上に役立っています。市では平成9年度に次のとおり融資を受けています。

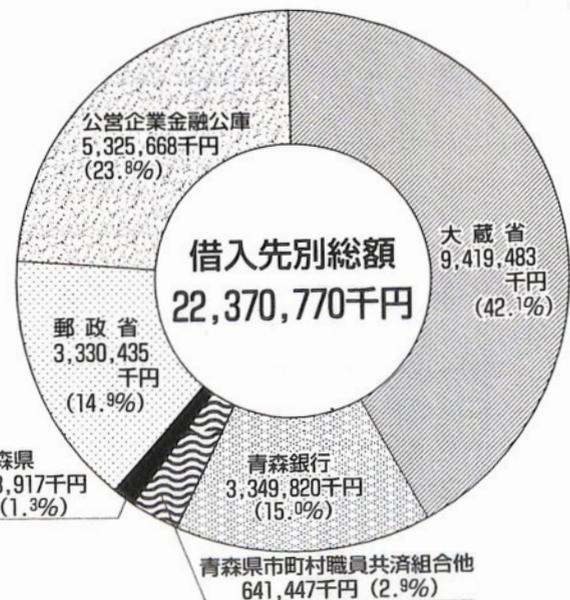
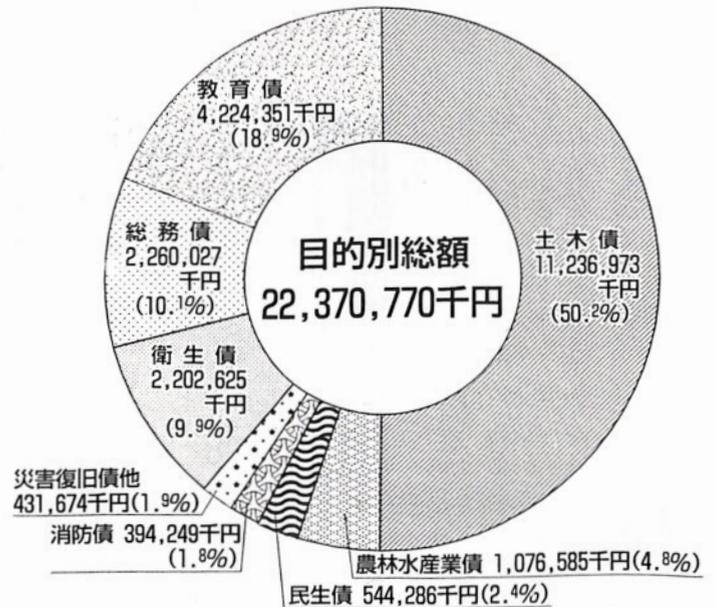
- 松島小学校グラウンド整備事業 34,500千円
- 小学校パソコン整備事業 12,200千円
- 五所川原第一中学校グラウンド整備事業 36,900千円
- 図書館大規模改造事業 23,200千円
- 新生産調整推進対策特別基盤整備事業 4,700千円
- 堺野沢地区水環境整備事業 28,000千円



小学校のパソコン整備事業

◇市債の状況

() は構成比率



Information 12月お知らせ

成人式のお知らせ

市教育委員会 生涯学習課
内線5555・5556

市内の対象者には、12月中旬にハガキで通知いたします。なお、学校や仕事の都合で市外に居住しておられる市出身者の方の参加も歓迎いたしますので、参加を希望される方はご連絡ください。

○平成11年1月15日(金) 14時～
オルテンシア 大ホール

◇受付時間
13時～13時50分(時間厳守)

◇対象者
昭和53年4月2日から昭和54年4月1日までに生まれた方

「はたちの主張」 発表者募集

選ばれた方には、成人式当日に発表していただきます。

◇テーマ 成人式を迎えるにあたって感じていること、決意など。

◇発表時間 約5分間
(原稿用紙2枚程度)

◇募集人員 男女各1名

◇応募資格 新成人(昭和53年4月2日から昭和54年4月1日までに生まれた方)

◇応募期限 12月11日(金)まで

働く婦人の家 生活講座受講生募集

市働く婦人の家
☎(35)88998
FAX(35)89953

各教室とも受講料は無料ですが材料費は実費負担となります。

◇お正月料理教室
— お正月に欠かせない
祝い料理を現代風に—

○12月16日(水) 9時30分～12時
◇講師 竹林恵子さん

◇お正月花教室
— 冬の鮭寿司—
○12月17日(木)18時30分～20時30分
◇講師 桜庭みよさん

◇お正月花教室
○12月25日(金)18時30分～20時30分
◇講師 中村千恵さん

デイスカッション98

学習講座案内

市教育委員会 生涯学習課
内線5555

昨年度に続いて市教育委員会が取り組んでいます『男女共同参画社会づくりモデル事業』の一環としての学習講座です。

「豊かで活力のある社会、自分らしく健康で生き生きくらしたい」をテーマに計画しました。

〈講座案内〉

●「高齢化社会を共に考えよう」
— 講話と実技—
12月3日(木) 14時～16時
市中央公民館 視聴覚室

●講師
五所川原保健所 健康増進課 後藤厚子 主任

●「ケトウトウさんから見た津軽」
— 講話と質疑—
12月9日(水) 14時～16時
市働く婦人の家 ホール

●講師
ケトウトウ・ルンデグさん
(黒石市在住、バリ島出身)

●「本音で語ろう」
— 座談会—
平成11年1月16日(土)
13時～16時
市中央公民館 研修室

●「親子クッキング」
平成11年1月23日(土)
9時～12時
市中央公民館 調理室

●講師
珈琲詩人 マスター 神 豊さん

※材料費は負担となります。

●「職場での独り言」
— 講話と質疑—
平成11年2月12日(金)
14時～16時

市中央公民館 視聴覚室
●五所川原警察署 婦人警察官
※12月3日と平成11年2月12日には、骨密度測定を実施します。

◎どなたでも、興味ある講座に参加できます。できましたら4日前までに電話でお申し込みください。なお当日でも参加できます。

講演会「甦る須恵器」

— 七和地区古窯跡群が語る謎—

市教育委員会 生涯学習課
内線5555

前田野目・持子沢地区等に所在する平安時代に作られた須恵器窯跡群の謎についての講演です。

○12月5日(土) 13時～
コミュニティセンター七和

◇講師 工藤清泰さん
(須恵器窯跡群発掘調査整備検討委員)

◇入場料 無料

平成11年

1月4日(月)は

国民健康保険税

第6期納期限

です。

平成11年

新年名刺交換会

総務課 内線402

○平成11年1月1日(金)

ホテルサンルート五所川原2階
◇会費 3,000円(申し込みと同時に納入願います)

◇申込締切 12月18日(金)

◇申込先
市総務課 内線402

五所川原商工会議所(35)2121

◇主催
五所川原市・五所川原商工会議所・ごしよがわら市農業協同組合

千鳥団地 市営住宅入居者募集

建築住宅課 内線333

◇募集内容

- ◇申込期間 12月15日(火)～25日(金)
- ◇申込み手続き書類について
 - ①入居申込書
 - ②10年度の所得証明書・9年度の納税証明書(完納していること)
 - ③住民票の謄本
- ◇入居予定月日 平成11年1月15日
- ◇入居選考の方法
住宅の困窮度に応じ入居決定します。

- ・団地 千鳥
- ・区分 3LDK-17戸
- ・所在地 市内湊字千鳥90番地
- ・構造 中層 3階建て
- ・住宅規模 5帖間・6帖間・6帖間LDK(約7.5帖間)
- ・床面積 70.79平方メートル
- ・家賃 24,200～40,100円
- ・敷金 3カ月

()は月収

| 区分 | 収入基準 | 扶 養 親 族 | | | | |
|------|---------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|
| | | 1人 | 2人 | 3人 | 4人 | 5人 |
| 3LDK | (月額所得) 200,000以下 | 4,151,999 (345,999) | 4,627,999 (385,666) | 5,103,999 (425,333) | 5,575,999 (464,666) | 6,051,999 (504,333) |

◇入居資格

- ・現に同居し、又は同居しようとする親族(婚約の設立している方、又は婚姻関係と同様の事情にある方)があること。
- ・現に住宅に困窮していることが明らかな方。
- ・別表に掲げる収入基準の該当者であること。

- ・家賃については、入居者の収入に応じて決定されます。
- ・書類は必ず申込者をご持参ください。
- ・現在、市営住宅申込み中の方も、千鳥団地に入居を希望される場合は新たに申込みが必要です。

交通安全は家庭から

交通事故概要

(平成10年11月20日現在)

| | 青森県内 | 五所川原警察署管内 |
|----|----------------|--------------|
| 発生 | 7,304 (+82) | 320 (+22) |
| 死者 | 117 (+13) | 7 (0) |
| 傷者 | 8,740 (-8) | 398 (+45) |

()内は、前年対比

運転は ゆったりハートに しっかりベルト

五所川原市交通安全対策協議会
五所川原警察署

毎月1日は、県民交通安全の日



今月の立佞武多 其ノ十六

東京ドーム出陣まであと 2日

そして東京ドームへ

◇東京ドームで販売される立佞武多グッズ

| 商品名 | 取扱店 |
|--|-------------|
| 立佞武多はんでん 立佞武多手拭い 立佞武多扇子 立佞武多テレホンカード | (特)五所川原観光協会 |
| 立佞武多トレナー | ベティ |
| 立佞武多の酒 | 古二商店 |
| 立佞武多りんごジュース | 福すりんご園 |
| 立佞武多サブレ | カルネドール |
| 立佞武多・立っちゃん | テレコムランド |
| 立佞武多ストラップ | アート印刷 |
| 立佞武多カレンダー | 櫛引写真店 |
| 立佞武多写真 | 櫛引写真店 |
| 立佞武多ビデオ | RAB青森放送 |

※各グッズは活彩青森大祭典後、市内取扱店で販売されます。

11月28日から東京ドームに向け立佞武多搬送が開始されました。各パーツごと、22台の大型車両に分けられ、ドームに運ばれた立佞武多は3日の活彩あおもり大祭典の開会式に間に合わせるため、12月1日の深夜から突貫で組み立て作業が行われます。立佞武多出陣へ、ラストスパート!

12月9日は
『障害者の日』だ！



障害者が地域社会に積極的に参加する意欲を高めるため、国では毎年12月9日を「障害者の日」と定めています。

また、障害者週間（12月3日～9日）が設定され、障害者の社会参加を困難にしている地域社会その他あらゆる分野の障壁を除去する「バリアフリーの社会」の実現を目指す週間としています。

ご利用ください！
毎週土曜日(午前中)
市民課の窓口業務(一部)
を受付しています

市民課
内線201～206

◇受付時間 9時～12時

◇業務内容

①住民票世帯全員(謄本)の交付

②住民票世帯一人(抄本)の交付
③印鑑登録証明書の交付
(印鑑登録証のカードを持参した場合のみ)

④住民票記載事項証明
(年金受給者の現況届等)

⑤出稼労働者手帳の証明

※印鑑登録、住民異動及び戸籍等は取り扱いませんので、平日においでください。

第4回市民
軽スポーツの集い

市教育委員会 スポーツ健康課
内線561
FAX(34)3192



だれでも気軽にできる軽スポーツでリフレッシュしてみませんか。ご家族、職場のグループでお誘い合わせのうえご参加ください。

●12月6日(日)

受付8時30分 開会式9時
市民体育館

◇競技種目

- ・ソフトバレーボール
- ・インディアカ
- ・チャレンジ・ザ・ゲーム
- ・ニチレクボール

・ラージボール卓球
※その他いろいろな種目があります。

◇その他

・当日でも受付いたします。
・参加された方には、参加賞を差し上げます。

五所川原市立
図書館からあれこれ

時代小説No.1は誰？

当館の人気を二分しているのはミステリーと時代劇なのですが、時代劇の方はちよつと混沌状態です。池波正太郎、藤沢周平の2大巨頭を失ってまだそれに代わる人が出てきません。

宮城谷昌光はそここの人気はあるのですが中国物しか書かないので苦手な人も多そうだし。「居眠り紋蔵」の佐藤雅美か、ポスト藤沢周平といわれる乙川優三郎か。はたまた関ヶ原や大阪城が得意の安部龍太郎か。誰が一番おもしろいか読み比べてみませんか？

【お知らせ】

現在、冷暖房の設備工事を実施しており、利用者の皆様にはご不便をおかけしています。工期は12月末日までとなりますので、何分ご協力くださるようお願いいたします。

お母さん、お遊戯会を見に来てね！

オルテンシア12月の催し物案内

ふるさと交流圏民センター

☎33-2111

| | 日 | 曜日 | 催し物 | 開演 | 入場料 | | 日 | 曜日 | 催し物 | 開演 | 入場料 |
|------|----|----|----------------------------------|-------|-------------|------|----|------------------------|---------------------|-------|-----|
| 大ホール | 1 | 火 | 五所川原おやこ劇場 第59回例会 「忍術らくだい生」 | 18:30 | 会員券 | 小ホール | 5 | 土 | 五所川原おやこ劇場 クリスマス会 | 14:00 | 会員券 |
| | 6 | 日 | 第32回 歳末助け合い芸能祭 | 10:00 | 前売り 500円 | | 10 | 木 | 検査主任者研修 | 13:30 | — |
| | 20 | 日 | 第一・第二 さつき保育園 お遊戯会 | 9:30 | 無料 | | 13 | 日 | お遊戯会 〔銀杏ヶ丘保育園〕 | 9:20 | 無料 |
| 小ホール | 1 | 火 | 岩木川治水80周年 記念式典・ 記念フォーラム | 13:30 | 無料 | 23 | 水 | クリスマスお遊戯会 〔新宮団地保育園〕 | 9:30 | 無料 | |
| | | | | | | 24 | 木 | クリスマスコンサート (ピアノ発表会) | 14:00 | 無料 | |
| | | | | | | 26 | 土 | 第20回おゆうぎ会 〔木造北保育園〕 | 13:00 | 無料 | |

市民サロン

福祉作業所『つがる工房』 第3回バザーのお知らせ

つがる工房

☎(34) 8188

つがる工房では、いろんな障害を持った人達が、"さをり織り"の作品を製作し社会復帰を目指して頑張っている事業所です。

バザーでは"さをり織り"の作品展示及び即売を行います。また、フリーマーケット、喫茶コーナーもあります。

●12月13日(日) 10時～15時

つがる工房

(市内姥范字桜木276-1、弘南バス弘前線 三ツ屋バス停前より徒歩1分)

学習と親睦の集い 講演会開催

杉の子児童館

☎(29) 36001

●12月6日(日) 開会 9時20分

市中央公民館

◆テーマ

「子どもの心を大事にするには
親はどうすればいいか」

講師 桜庭利弘さん

(金木町在住 桜庭美術館館長)

◆主催 五所川原市児童館母親クラブ連合会

※当日は保育室を準備しておりますので、小さなお子さま連れの方も大歓迎いたします。

冬の交通安全運動

◎期 間 12月11日(金)～12月20日(日)

◎スローガン 『なれた道 時間が変われば ちがう道』

◎運動の重点 1 冬道の交通安全運動の推進
2 飲酒運転の追放



健康相談

◇内容

心の相談、病気の相談、血圧測定等保健婦が相談に応じます。

◇持参するもの

健康手帳(お持ちの方)

◇各地区での

身も心もさっぱりする
健康相談

●12月10日(木) 10時30分～12時

石畑集会所

●12月10日(木) 11時～12時30分

俵元農産物加工センター

●12月10日(木) 13時～15時

しきしまコミュニティセンター

みんなの健康教室

●12月25日(金) 13時～14時

市保健センター 3階ホール

◇講師 佐藤内科小児科医院 佐藤 實先生

◇テーマ 「糖尿病のはなし」

―予防と治療を中心に―

◇主催 北五医師会

市民保健協議会

三つ子の味覚百まで事業 メニュー大募集

◇献立の内容

幼児を対象とした、地域の食材を活かし栄養価に富んだもの又は伝統的な料理に工夫を凝らした、薄味のおかず又はおかし

◇募集期間 12月18日(金)まで

◇実施主体 青森県

◇応募方法 詳細についてはお電話ください。また応募献立用紙

もはつらつ女性課にあります。

献血のご案内

●12月9日(水) 9時～15時

五所川原第一高等学校

●12月16日(水) 9時30分～15時

五所川原商業高等学校

感じてみよう みんなの命

思春期ふれあい体験学習



教育の難しさ、思春期の情操教育の重要さがいわれている昨今、はつらつ女性課の保健婦による思春期ふれあい体験学習が毘沙門小学校、一野坪小学校で開催されました。

対象となった6年生の児童は、赤ちゃんの模型を抱いたり、妊娠シミュレーターで妊婦の疑似体験したりすることで、出産の苦勞を知り、自分への親の思いと自分自身が大切な存在であることを学んでいました。

私の健康づくり



朝は気分爽快
毎朝ハッピー
勝野てつ子さん(46)
||みどり町||

今回は、今年初めて市民総合健診を受けた勝野てついさんを紹介します。

勝野さんは、自分の健康を確認したくて健診を受けようと思いつきながら、申し込まずに3年位たっていました。お母さんが糖尿病にかかったので、決心をして受けたそうです。

「健診当日は、前の人に付いて回って、なんとか終了。おしりが痛くなってしまうほど午後までの待ち時間は長く感じました。結果は、早く届けば、再検査。忘れた頃に来るといいみたいと人に聞いたけれど、5週間目にやっときた封筒の中は『結果説明会の案内』だったので糖尿病の不安が大きくなってしまいました。説明会で、健康な結果ですよと告げられ、それまでの不安がふっとびました」と、その時の気持ちを教えてくれました。

「私、全然運動してないし健康のためについて何もしてないよ」と言いつつも、説明会でのグループワークで、「おいしく食べられる。よく眠れる。気持ちを切り替えられるところが自分のいいところかな」と語ってくれた勝野さん。夜、あれこれ悩んだり、反省したりしますが、朝になって、まだ心に引っかかっていたら、また考えようと気持ちを切り替えて眠るようにしているのだそうです。

また、絵が好きな勝野さんは、食事や弁当の仕上げは「何色足りないかな？」という気持ちになっていることに気づきました。「ニセ物の色はイヤ」と言う勝野さんは、本物の野菜の彩りを大切にしていたことが栄養のバランスにもつながったようです。

一日の気持ちを寝つく枕に持ち込んで、眠れない夜を過ごすことは誰しもあります。今回のお話しは、前の雪が溶けないうちに新しい雪が降り続き、下の雪がコチコチに凍りついてしまうような“ストレス”を心の中に積もらせない生き方のヒントになりそうです。

あなたも
作ってみませんか

No.37

テーマ

元気で
長生きの食事

料理紹介

五所川原市食生活改善推進委員会

きのこ吹き寄せずし

材料(4人分)

すし飯 800g
かにたま 40g
高野豆腐 1枚
しいたけ・しめじ 各小1/2パック
しいたけ 4枚
にんじん 1/4本
ぎんなん 12個
A(酒・みりん・しょうゆ 各1と大さじ1/3、だし 汁適宜)
卵 1個
みりん 小さじ1
油 少量
糸みつば 小1/2束

ご飯を主食とした日本型の食生活は、栄養のバランスがとれ、過食や偏食、太りすぎを防ぎ、生活習慣病予防にも最適です。

ご飯食で、良い食習慣を心がけましょう。



《作り方》

- ①高野豆腐はもどして水気をよく切り、薄い角切りにする。きのこは石付きをそぎ落とし、1本づつにほぐす(しいたけは薄切り)。これをAで煮る。
- ②にんじんは厚めの花形切りにし、ぎんなんは鬼皮と薄皮をとり、それぞれ薄塩をして茹でる。糸みつばは適当な長さ切る。
- ③卵は割りほぐしてみりんを加え、薄焼き卵にし、せん切りにする。
- ④すし飯に①・②・③を混ぜる。

救急医療当番医

| 月/日 | 曜日 | 医療機関名 | 医療機関所在地 | 電話 |
|-------|----|-------------|----------------|---------|
| 12/6 | 日 | 田辺胃腸科外科医院 | 五所川原市旭町40-1 | 35-6355 |
| 12/13 | 日 | 楠美泌尿器科クリニック | 五所川原市字鎌谷町164-3 | 35-8250 |

- ※1. 対応時間(電話で確認)午前9時から午後5時まで。
2. その他、消防署(救急医院案内 ☎34-4999)で紹介します。