

ゴッホがみん

広報



シンボルマーク

平成15年

8.1

No. 1028

人口と世帯

6月30日現在 ()内は前回比、男23,773(-7) 女26,599(-11) 計50,372(-18) 世帯18,761(+4)

青信号を磨く手 奉仕の心が育まれる

七月十八日、五所川原工業高等学校（高橋興校長）では、全校生徒七百十三人が学校周辺のゴミ拾い、信号機の清掃、知的障害者施設や保育園でボランティア活動を行うなど、社会の一員として奉仕の心を育みました。

五工高・全校生徒ボランティア

主な内容

- 夏まつり今年初めての試み ②
- 西北中央病院で院内コンサート ③
- 紙上ギャラリー・市へ抽象画寄贈 ④
- お知らせ ⑤～⑨
- ヘルス・インフォメーション ⑩

もちろんすぐ夏まつり 今年初めての試み

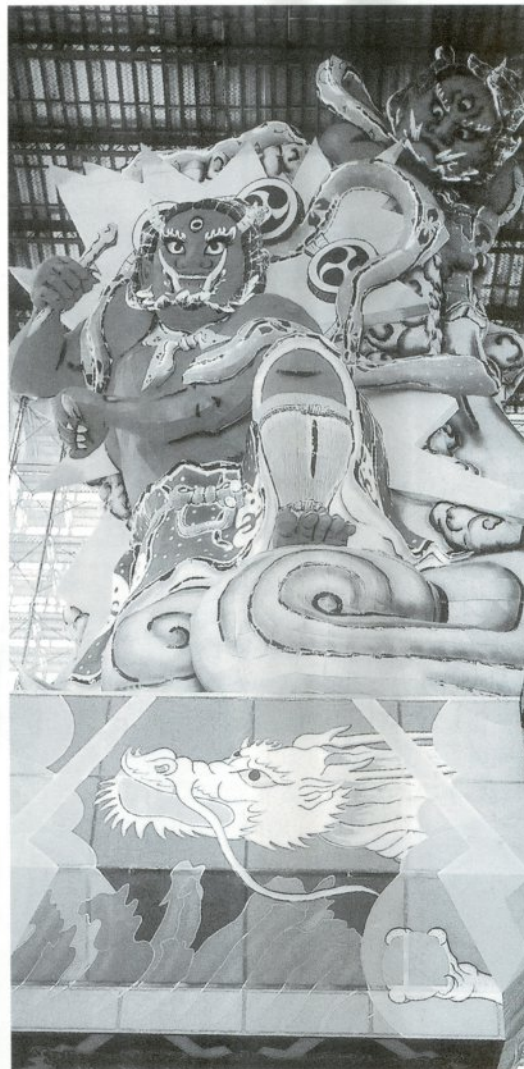
●商店街に立佞武多の日中展示
●動く観光案内人『観光ボランティア』配置

今年も八月四日から八日まで立佞武多が中心商店街を運行します。

参加する立佞武多は、大型立佞武多三台（五穀豊饒・白神・北の守護神）、町内会や学校などから十一台のねぶたとあすなろ大太鼓の計十五台が出陣します。

多くの観光客が見込まれ特に県外からの観光客の対策が求められています。そこで、今年初の試みとなる立佞武多の日中展示は大町二丁目の道路を歩行者天国にして新作『五穀豊饒』を展示披露し、昼に集った観光客の皆様にも写真撮影の機会を設けます。また、周辺には露店も並ぶ予定で多くの人で賑わいが期待されます。

県外の観光客の対策として観光ボランティア十人を正午から二十一時まで運行コース上や観光案内所におそろいの衣装でそれぞれ配し、立佞武多の台数・運行に関することや、トイレの場所、お土産の購入場所”などちよつとした質問や要望にもきめこまかに対応する予定です。



大町2丁目に日中展示する『五穀豊饒』の雄姿

立佞武多の 写真を募集します

五所川原市観光協会ではあなたの撮った製作から運行までの写真を募集します。

応募を希望される方は次の要領で応募してください。

- サイズ カラー、モノクロとも4ツ切りから全紙（額入れ）
- 題名、郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入した応募用紙を作品に添付。
- 締切 9月19日(金)
- 応募者全員に粗品進呈。応募先を通じて返却。
- 応募先 中三デパート五所川原店1階案内所、カメラのオームラ、カメラのつがる、くしびき写真店、サカエカラー現像所、フジエントープライス現像所、街のカメラやさんのいずれか。

応募作品は、10月2日(木)～7日(火)に中三デパート五所川原店において展示します。

詳しいことは、社団法人五所川原市観光協会 TEL (38) 1515まで。



学校関係者で金魚ねぶたを準備しました

金魚ねぶたで
まつりを
盛り上げよう

市内小学生や保育園の児童たちが授業の一環や親子レクなどで製作した金魚ねぶた五百個の取り付けが行われ観光客の目を楽しませています。

運行がスタートした一九九八年から毎年展示しており、小学校の父母や市職員が運行コースのアーケードに金魚ねぶたを飾りました。笑った顔やドラエモンなど様々な表情をした金魚ねぶたがあり製作した児童は自分の作品を見つけ喜んでいました。

なおみ保育園ただいま練習中

立佞武多のお囃子

みどり町町内・栄立佞武多
で運行



父母も園児も一緒に練習



ねぶたの製作から運行まで一貫して父母らの協力を得ながら行っている保育園があります。保育園の名は、なおみ保育園（二戸義雄園長）です。

昭和五十七年に始めてから今年で二十四年目になります。

今年も、学童クラブ・卒園児・父母・卒園児父母により「なおみ保育園お囃子クラブ」が結成され、卒園児保護者が中心となって立佞武多囃子の練習が行われ、本番に向けて一生懸命頑張っています。

一戸園長は、「昨年、五所川原

市の立佞武多に参加し、今年も、みどり町々内を運行します。町内の皆さんが首を長くして待っているの……。来年は、合同運行に参加したいです」と話してくれました。

七月二十六日には約三百人が参加し、お囃子の音にのって、園児が「ヤッテマレ、ヤッテマレ」の掛け声をかけながら、鈴を手に踊り練り歩きました。

このほか、練習の成果は、八月四日からの合同運行でのさかえ立佞武多で披露します。

入院患者に癒しのひとときを

西北中央病院 第一回院内コンサート

西北中央病院で七月十九日、弘前市のマリンバ奏者対馬文子さんを招いて「第一回院内コンサート」を開催し、入院患者と家族、職員ら百二十人がマリンバの独特な音色に堪能していました。

これは、入院患者にひとときの「癒し」を目的に行われたもので相澤院長が「対馬さんの好意で実現されたもので長い入院生活を良い音楽を聞いて頑張ることを期待します」と励ましました。

対馬さんは、禁じられた遊びなど約十曲をマレット(撥)二、六本を同時



時に使い演奏しました。「前からこのような病院で演奏したいと思っていました。長年の夢がかなえられてうれしいです。少しでも患者さんの力になれば」と話す対馬さんは無償で引き受けてくださいました。

対馬さんは、二〇〇一年の世界マリンバフェスティバルコンクールで二位に入賞するなど本県のホープとして期待されています。

スポーツで交流。 爽やかな汗

五所川原市障害者スポーツ大会

七月十八日、五所川原市障害者スポーツ大会が市民体育館で開催され、身体障害者、知的障害者及び付添人など約百人が、楽しいひと時を過ごしました。

同大会は、「スポーツを通じて障害者の交流と健康増進を図ろう」と毎年この時期に行われているもので、今回で三十七回目をむかえました。

今年も身体障害者福祉会から七支部、手をつなぐ育成会から一チームが参加し、選手の皆さんはカステットの音を頼りに走る「音響競争」など障害の種類と程度に合わせて設けられた競技に挑み、チームの勝利を願う声援が会場に響いていました。



青森世界薪窯大会

招待陶芸家
寄贈作品

紙上ギャラリー

No.7



ペギー ビヤーカーン作 (アメリカ) マスク



ウエ ロールマン作 (ドイツ) 花入



ワーリー・ホーズ作 (インド) 球形オブジェ



リュウ シャオ イ作 (中国) 皿



キム ジョン チョル作 (チェコ) 三ツ足壺



左から2番目が三和さん

七月二十二日、三和きみさんが市役所を訪れ、エルムシヨッピングセンターのエルムホールで開催された自らの個展で展示した抽象画二点を市に寄贈しました。三和さんは、故三和精一元代議士夫人で現在東京在住です。一九七〇年頃から絵を描き始め、これまで東京・銀座、弘前市、五所川原市などで個展を開催しています。本市での開催は三回目です。その中の百号の大作「鳥たちの会話」を寄贈しました。三和さんは、少しでもお役に立

三和きみさん(故三和精一元代議士夫人) 市へ抽象画寄贈

てればと今回寄贈しました」と話したのを受け成田市長は、「大変ありがたい。来年、完成予定の『仮称立佞武多の館』に展示したいです」とお礼していました。

善意の花かご

〜ごもありがとう〜

〜ありがとうございました〜



- ◎北部コミュニティセンターへ
- ◎伊東やよいさん(下平井町五九一) 寄贈(中皿三十枚)。
- ◎五所川原市へ
- ◎橋本タイヤ商会(大田光雄代表) 寄贈(タイヤチューブ二十個)。市内小中学校全二十校に水泳救助用具として寄贈されました。



8月上旬 お知らせ



こころの相談日

五所川原保健所保健予防課
☎(34)2108 FAX(34)7516

もの忘れ、不眠、憂うつ、家庭や職場での人間関係がうまくいかずノイローゼ気味などの相談を受けています。

◆精神保健福祉相談

8月8日(金) 13時～14時

◆老人精神保健福祉相談

8月26日(火) 13時～14時

◆健康福祉課 内線546

児童扶養手当現況届 及び 特別児童扶養手当所得状況届の提出について

児童扶養手当及び特別児童扶養手当の受給資格者の方へ「児童扶養手当現況届・特別児童扶養手当所得状況届」の用紙を郵送します。

この届出は所得額・受給資格等確認のため毎年提出していただいていますので、必要事項を記入し添付書類確認のうえ、必ず提出ください。提出がない場合、8月以降の手当が受けられなくなります。

◆提出書類 通知文書に記載

・児童扶養手当現況届

8月1日(金)～29日(金)

・特別児童扶養手当所得状況届

8月11日(月)～9月10日(水)

提出期間

児童扶養手当現況届

特別児童扶養手当所得状況届

8月11日(月)～9月10日(水)

児童扶養手当現況届

特別児童扶養手当所得状況届

8月11日(月)～9月10日(水)

児童扶養手当現況届

特別児童扶養手当所得状況届

厚生年金相談の お知らせ

弘前社会保険事務所
☎0172(27)1310

弘前社会保険事務所では、毎月一回、第4水曜日に厚生年金に関する相談を行っています。

年金手帳・年金証書など基礎年金番号がわかるものを必ず持参のうえ、ご相談ください。

なお、大変混みますので、お早めにご来場ください。

◆日程・会場

9月24日(水)、10月22日(水)

11時～14時30分

(8月はお休みします。)

五所川原商工会館(JR五駅横)

水道器具の訪問販売

に注意してください

水道事業所 ☎(34)9111

最近、各家庭に「水道事業所から頼まれてアンケート調査をしている」との触れ込みで浄水器などの販売を目的に訪問している業者がいますが、水道事業所ではその様な依頼をしていないので十分にご注意ください。

なお、不審な業者が訪問した場合は、水道事業所までご一報ください。

「(仮称)立佞武多の館」の施設名称を募集します

商工振興課 内線381

平成16年4月末の開館に向け、市内大町に建設中の「(仮称)立佞武多の館」は、立佞武多を常設展示・製作し、中心商店街の活性化と通年観光を目指している複合拠点施設です。

この施設の正式名称を全国から募集しますので、奮ってご応募ください。

◆応募方法 官製はがき、五所川原市公式ホームページで名称と簡単な説明のほか、住所、氏名、性別、年齢、職業、電話番号をお書きのうえご応募ください。

◆応募先 〒0371866 五所川原市字岩木町12 五所川原市商工振興課

http://www.net.pref.aomori.jp/goshogawara/

◆選考方法 選考委員会で審査のうえ決定します。

◆優秀賞 1点賞状と副賞五万円

◆佳作 (5点)賞状と副賞一万円

(小・中学生は図書券)

◆応募期間 9月20日(土)まで(当日消印有効)

◆応募期間 9月20日(土)まで(当日消印有効)

◆選考方法 選考委員会で審査のうえ決定します。

◆優秀賞 1点賞状と副賞五万円

◆佳作 (5点)賞状と副賞一万円

(小・中学生は図書券)

◆応募期間 9月20日(土)まで(当日消印有効)

◆選考方法 選考委員会で審査のうえ決定します。

◆優秀賞 1点賞状と副賞五万円

◆佳作 (5点)賞状と副賞一万円

(小・中学生は図書券)

◆応募期間 9月20日(土)まで(当日消印有効)

◆選考方法 選考委員会で審査のうえ決定します。

◆優秀賞 1点賞状と副賞五万円

◆佳作 (5点)賞状と副賞一万円

(小・中学生は図書券)

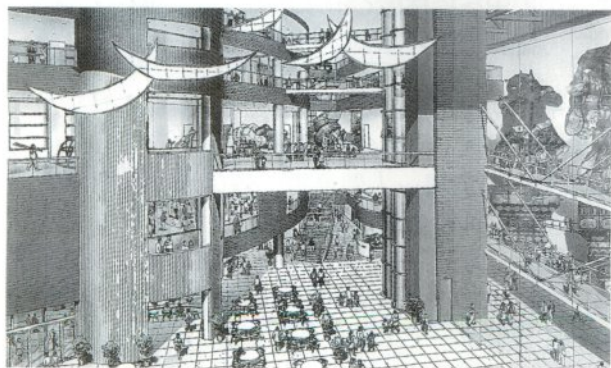
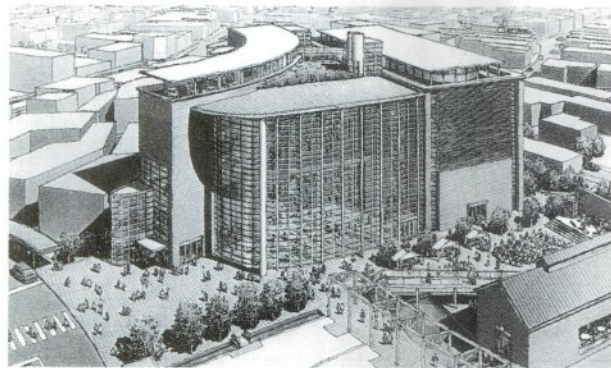
◆応募期間 9月20日(土)まで(当日消印有効)

◆選考方法 選考委員会で審査のうえ決定します。

◆優秀賞 1点賞状と副賞五万円

◆佳作 (5点)賞状と副賞一万円

(小・中学生は図書券)



旧日本軍毒ガス弾等に関する情報提供のお願い

青森県環境生活部環境生活課 TEL017(734)9249 FAX017(734)8067

最近、神奈川県寒川町、平塚市の工事現場で作業中の人々が旧日本軍の毒ガス剤により被災し、茨城県神栖町では旧日本軍の嘔吐剤由来と考えられる化学物質により健康被害が発生しています。このため、国が行う旧日本軍毒ガス弾等の情報収集の一環として市民の皆様へ次のとおり情報の提供をお願いします。

◇提供をお願いする情報

- ①終戦時における旧日本軍毒ガス弾等の保有及び廃棄に関する情報
- ②戦後における旧日本軍毒ガス弾等の発見に関する情報
- ③戦後における旧日本軍毒ガス弾等による被災に関する情報
- ④戦後における旧日本軍毒ガス弾等の処理に関する情報
- ⑤その他、旧日本軍毒ガス弾等が保有、または発見の可能性のある場所等に関する情報

いつ、どこで、どのような毒ガス弾等（種類・形状・量）が、保管・処理・廃棄・発見されたか、その後、どうしたか。また、どのような被害にあったかなどの情報をお知らせください

◇情報提供上の注意

ご提供いただいた毒ガス弾等に関する情報は公表させていただくこともありますが、個人のプライバシーは守りますので、必ず氏名、住所、電話番号もお知らせください。匿名での情報には、応じかねますのでご理解をお願いします。なお、ご意見等に対して回答はいたしかねますので、その旨ご了承願います。

情報提供の方法

情報をお持ちの方は上記連絡先までご一報ください。担当者からご連絡のうえ、内容をお伺いします。

情報提供締切日

8月25日(月)

「活彩あおもりイメージアップ賞」ただいま募集中!

青森県のイメージアップにつながるような個人・団体のユニークな活動、話題性のある取り組みなどを募集し、優秀な活動を「活彩あおもりイメージアップ賞」として表彰いたします。

自薦・他薦問わず、どなたでも応募できます。活動内容を400字程度にまとめ、住所、氏名、年齢、職業、電話番号、メールアドレスを記入のうえ、郵送、FAX、または電子メールで応募ください。

応募期間 9月1日(月)～11月21日(金)

《賞》

活彩あおもりイメージアップ大賞 1点(賞状、10万円相当の副賞)

活彩あおもり推進賞 3点(賞状、5万円相当の副賞)

活彩あおもり特別賞 1点(賞状、2万円相当の副賞)

《応募・問合せ先》

〒030-8570 青森市長島1-1-1 県文化・スポーツ振興課

TEL 017(734)9209 FAX 017(734)8046

E-mail buspo@ags.pref.aomori.jp

8月は『道路ふれあい月間』 8月10日は『道の日』

大正9年8月10日に、日本で最初の道路整備についての長期計画である第1次道路改良計画が策定されたことから、8月10日が『道の日』と制定されました。

8月を『道路ふれあい月間』と定め、安全で快適な道路環境を保つため交通安全施設等の点検と整備を促進し、道路の正しい利用の啓発と道路愛護思想の普及を図り、道路を常に広く、美しく、安全に利用する気運を高めましょう。

五所川原市建設部土木課

内線304・306

五所川原県土整備事務所

TEL(35)2106

わくわく体験科学館

～エネルギーの歴史を探検してみよう!

電気の世界が見えてくる!～

企画課
内線461

子どもたちが科学の不思議とおもしろさを体験できる「移動科学館」が今夏、つがる克雪ドームに開設されます。多くの皆様のご来場をお待ちしています。入場無料。

●8月29日(金)～31日(日) 10時～16時

開会式29日 9時35分～

つがる克雪ドーム

エネルギーの小路(恐竜がお出迎え)…火起こし体験、光の屈折ゲーム、森の実験室

エネルギーの広場…人間発電、森のリサイクル工作教室、立体映像劇場

わくわくライブラリー…チャレンジサイクルゲーム、スーパーエネルギーワールドの冒険

わくわくシアター…エネルギークイズショー

五所川原甚句盆踊り大会

五所川原甚句保存会
事務局 ☎(35)1422 千葉

●8月16日(土)～17日(日)
19時～21時

エルムの街SC駐車場

◇種目 五所川原甚句

◇団体 1団体5人以上

交通費支給

◇踊り参加者全員に粗品をプレゼント

五所川原第一高等学校
パソコン公開講座

☎(34)2347 台丸谷・和田

●9月1日(月)、2日(火)、4日(木)、5日(金)〈計4日間〉
18時～20時

五所川原第一高等学校コンピュータ1教室

◇講座内容(中級)

WORD(ワープロ) 30名

EXCEL(表計算) 30名

◇対象 原則として当市内在住または勤務している一般の方で、基本操作(文字の入力及びマウス操作)ができる方。

◇受講料 1000円

◇申込方法 電話にてお申し込みください。定員になり次第締切。

臨時列車のご案内

津軽鉄道運輸課 ☎(34)2148

《夏祭り臨時列車》

●8月3日(日)～8日(金)

(8月3日の花火大会延期時は、3日を中止し9日に運行)

津軽中里20時14分発～津軽五所川原20時44分着

津軽五所川原21時25分発～津軽中里22時着

《夏のストープ列車》

●8月6日(水)

津軽五所川原16時30分発～津軽中里17時08分着

津軽中里17時47分発～津軽五所川原18時22分着

◇料金 大人2000円
小人1000円

「原爆と人間展」パネル展示

生活協同組合コープあおもり
五所川原地域 ☎(34)6632

●8月4日(月)～11日(月)

8時30分～17時(11日は15時) 市役所2階ロビー

※このパネルは、非核宣言都市である本市が購入したものです。貸し出しておりますので希望する方は総務課(内線402)へお申し込みください。

明治大学マンドリン
倶楽部コンサート

☎(42)2111 内線282 川嶋

第2回コンサート。古典音楽から古賀メロディー、マンドリンフエスタ等のあらゆるジャンルの演奏を心ゆくまで堪能ください。

●8月28日(木)

開場17時30分 開演18時30分

オルテンシア 大ホール

◇入場料 2500円

(当日券もあり)

◇チケット販売所 エルムの街SC、イオン柏SC、中三五所川原店の各案内カウンター

シルバー人材センター
からのお知らせ

～フリーマーケットを開催します～

シルバー人材センターの会員による手作り作品、漬物、雑貨、古着等を販売しています。
と き：第1日曜日(8月3日、9月7日、10月5日) 雨天でも開催
ところ：シルバー人材センター駐車場

シルバー人材センターは、就職は望まないが働く機会を得たい、何らかの収入を得たいという健康で働く意欲のある高齢者の願いに応えるためのシステムで、地域の発展に寄与することを目的として運営されている公共的・公益的な団体で、法律により都道府県知事の指定を受けています。

◎会員はこんな仕事をしています。

事務分野

- 宛名書き
- 賞状書き
- 書類伝票整理など



サービス分野

- 病人等介護
- 高齢者介護
- 家事全般など



一般作業分野

- 草刈り、除草
- 清掃
- 薬剤散布
- 配達
- 除排雪など



技能職分野

- 大工
- 襖・障子張り
- 植木剪定など



管理分野

- 建物管理
- 駐車場管理
- 守衛など



専門技術分野

- 自動車運転など



刃物研ぎ(鋸・包丁 ナタ・ハサミ等)引受け

網戸の補修承ります

“高齢者の豊かな経験と能力”を活用ください。

社団法人 五所川原市シルバー人材センター
☎(34)8844 五所川原市字岩木町12番地

新入会員を募集します!

中央公民館からのお知らせ

TEL(35)6056

◎みんなのギャラリー展示紹介

8月11日(月)～25日(月) 2Fギャラリー

◇「長峰 妙 ～ 喜寿記念色紙・絵葉書展」

喜寿を迎えた市内在住の長峰妙さんによる花を中心題材とした色紙・絵はがき作品展。

※「みんなのギャラリー」展示希望の方は、お気軽に中央公民館までご連絡ください。

◎家族で映画を楽しむ会 ～8月

頭がよく、いつも人間の裏をかいて逃げてしまう片耳のシカが屋久島を舞台に繰り広げる16ミリ映画「片耳の大シカ」、そして「日本昔ばなし」より「きつねの嫁入り」「クマと狐」「うぐいす長者」などをお楽しみください。

日時 8月23日(土) 10時～11時30分

会費 無料

お盆期間中、長者森墓地への臨時バスを運行します

今年もお盆期間中、お墓参りをする方々のために、市の臨時バスを運行します。

◇料金 営業所より 350円
駅前より 330円
松島団地より 220円

◇運行経路(各停留所停車)

営業所—駅前—松島団地—長者森墓地

月 日	営業所発	駅前発	松島団地発	墓地着	墓地発
8/13(水)	11:00	11:15	11:25	11:40	12:10
	14:00	14:15	14:25	14:40	15:10
8/14(木)	16:00	16:15	16:25	16:40	17:10
8/15(金)	16:00	16:15	16:25	16:40	17:10
8/20(水)	14:00	14:15	14:25	14:40	15:10

▼お問い合わせ 都市計画課 内線323

図書館からあれこれ

TEL(34)4334

夏休みの図書館

子どもたちは夏休みの真最中、それぞれに思いもみの時間を過ごしていることでしょう。図書館も夏休みになると子どもたちの姿が多く、早めに宿題や調べ学習をすませる子ども。そして、夏休みを利用し日頃読めない本を読む子どもで、普段の三倍近くの利用があります。これが、夏休みの後半となると宿題を片付ける親子で賑わいます。特に調べ学習はテーマが同じ人もいますので、同じ本の順番待ちとなってしまう。今年もそうなるのかなと今から心配です。そして、夏休みが終わると子どもたちの姿がまばらとなり賑わいが嘘のようとなります。

『夏休み子供の集い』

◇とき 8月17日(日) 10時～

◇ところ 図書館2階 閲覧室

◇内容 北彰介先生(青森県児童文学研究会会長)による「津軽むがしっこお話玉手箱」。

昔話の大家「北先生」が五所川原の子どもたちに語りかける津軽民話の数々。一部では、大型紙芝居で見る「こそっこまだだ」そして五所川原のおばあちゃんから聞いたという「天にかえったお嫁さん」他、手品も。二部では、折り紙やジャンケンで楽しむ手づくり遊びをします。おとうさん、おかあさん、そしておじいちゃん、おばあちゃんまで楽しめます。参加無料。ぜひ、皆さんでお出てください。

統計で見る図書館

図書館にはどれだけの本があるの？(蔵書数)

文 学	27,059冊	自 然 科 学	3,412冊
児 童 書	19,732冊	哲 学	3,394冊
社 会 科 学	10,545冊	総 記	3,238冊
歴 史	7,598冊	産 業	2,218冊
芸 術	5,430冊	語 学	1,225冊
工 学	3,838冊	計	87,689冊

約8万7千冊に及ぶ本がありますが、小説を中心とした文学書、絵本や紙芝居などの児童書で半数をしめています。

一日にどれだけの人が来て、何冊くらい本が借りられているの？(入館者数、貸出数、貸出者数) 1日平均

年 度	入 館 者 数	貸 出 数	貸 出 者 数
12	149人	236冊	55人
13	138人	246冊	59人
14	158人	269冊	64人

過去3年間の数値を見ると微増ながら伸びています。平成14年4月から開館時間を延長したことも数値を上げた要因となっています。

どんな本に人気があるの？(貸出カード集計)

◇一般図書

1 位	模倣犯上・下	宮部 みゆき
2 位	指輪物語	J.R.R. トールキン
3 位	あかんべ	宮部 みゆき

◇児童図書

1 位	ハリーポッター	J.K.ローリング
2 位	あたしんち	けら えいこ
3 位	かいけつゾロリ	原 ゆたか

図書館でこのベスト3をリクエストされた方は、首を長くしてお待ちのことと思いますが、人気の本は多くの読者(利用者)を持ち、なかなか手元に届きにくいことをご了承ください。

■開館時間……火～金 9時30分～18時
土・日 9時30分～17時

■8月の休館は……毎週月曜日と21日(休)

健康福祉課からののお知らせ

小児マヒ(ポリオ)予防接種

健康推進係 内線234

生後3カ月から90カ月に至るまでのお子さんを対象に予防接種を行います。6週間以上の間隔をあけて2回接種し、18カ月までに完了することが望ましいとされています。

昨年または今までに一回接種しているお子さんは今回の日程で二回目の接種を、初めてのお子さん一回目として接種してください。

◇受付 12時30分～12時45分
働く婦人の家・保健センター

対象地区	接種期日
みどり町、飯詰、梅沢	9月4日(水)
松島地区、長橋、毘沙門、中川	9月17日(水)
南小学区、三好、七和	9月19日(金)
五小学区、松島町	9月22日(月)
栄	9月29日(月)

注意事項

- ①下痢、発熱、他の予防接種をして間もないお子さんは、かかりつけの医師に相談のうえお出てください。
- ②母子健康手帳と予診票(白色)を記入してお持ちください。
- ③お子さんの健康状態をよく知っている方がおつれください。
- ④駐車場が狭いため、車で来られた方は、市役所前おまつり広場をご利用ください。

離乳食を作ってみましょう!

～手軽で、おいしく、栄養バランスもGoodです～
健康推進係 内線236

●8月27日(水) 10時30分～14時
働く婦人の家・保健センター

対象 妊婦さんとその家族、子育て中の方、興味のある方など

講師 五所川原市役所栄養士

費用 1人 300円(お子様は無料) 20名まで

申込方法 開催日2日前まで電話申込み

*お子様づれの方には託児室を準備しています。
当日は、昼食も作ります。

コミュニティサポートすてっぷ

健康推進係 内線236・238

家庭の子育ての中で、何らかの助けが必要と思われる就学前のお子さんとお母さんに対して、遊びや関わりを通してアドバイス等を行います。

●9月5日(金) 9時30分～15時
働く婦人の家・保健センター

対象 就学前の幼児と保護者 10組程度まで

費用 昼食代1人あたり 500円

内容 手遊び、リズム・健康体操、親子遊び等

申込締切 8月22日(金)

オルテンシア8月の催物案内

ふるさと交流市民センター TEL33-2111

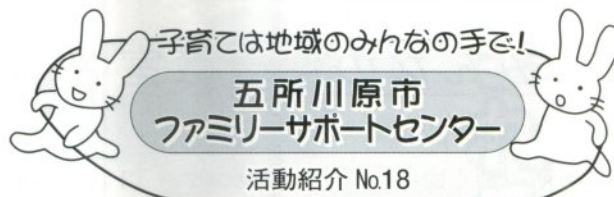
	日曜日	催物	開演	入場料
大ホール	2土	第10回チャリティー 青森県謡謡連合会 選抜歌謡大賞五所川原大会	11:00	前売 499円
	3日	フレッシュ コンサート	14:00	前売・当日 500円
	9土	舞台講習会	9:00	無料
	10日	舞台講習会	9:00	無料
	24日	大正琴発表会	13:00	前売・当日 500円
	27水	五所川原市農業者年金協会 設立25周年記念式典	10:00	無料
	28木	明治大学マンドリン倶楽部コンサート	18:30	前売・当日 2,500円
小ホール	31日	吹奏楽団 第4回 定期演奏会	13:00	無料
	9土	舞台講習会	9:00	無料
	10日	舞台講習会	9:00	無料
	22金	平成15年度 安全運転管理者等講習	10:00	関係者
	26火	酒税法改正説明会	13:30	関係者
	30土	五所川原高等学校音楽部 第29回 定期演奏会	15:00	無料
31日	ピアノ発表会 ①ミュージックハウス ②ほこあほこ音楽教室	①14:00 ②17:00	無料	

※主催者の都合により、日程等が変更になる場合があります。

森山良子コンサートツアー 2003～04

11月2日(日) 開演17時30分 S席 5,500円
A席 5,000円

8月8日(金)より一般電話予約、受付開始



提供会員の岩川ちとせさんと、阿部峻也(しゅんや)くん。

お姉ちゃんの通院の間、提供会員のちとせさんと一緒にお母さんの迎えを待っていた峻也くん。手足をバタバタさせたり、寝返りをうつ姿を見ながら「もう少しでハイハイ出来そうだね」と、ちとせさんは目を細めていました。抱っこされ、上機嫌の峻也くんと楽しいひとときを過ごせたようです。

センターの提供会員は、子育てを頑張っている人の力強い味方です。

随時会員募集 TEL(35)8953



健康相談

病気の相談、心の相談、血圧測定など保健師が相談に応じます。健康手帳をお持ちの方はご持参ください。

開催場所	開催月日	開催時間
石田坂公民館	8月11日(月)	10:30~12:00
毘沙門・長富コミュニティセンター	8月20日(水)	10:30~12:00

成人の日相談日

血圧の相談、病気の相談、心の相談等にも応じます。

開催場所	開催月日	開催時間
働く婦人の家・保健センター	8月27日(水)	10:00~12:00

※健康手帳をお持ちの方は、ご持参ください。
当日、混雑することも予想されますので、利用予定の方はできるだけ事前に電話予約してください。

みんなの健康教室

- ◇日時…8月22日(金) 13時~14時
- ◇場所…働く婦人の家・保健センター 3階ホール
- ◇テーマ…「男と女」の更年期障害について
- ◇講師…津川信彦先生(健生五所川原診療所)
- ◇主催…北五医師会・五所川原市民保健協議会

献血のご案内

期日	時間	場所
8月7日(木)	10:00~16:00	イトーヨーカドー・エルムの街SC正面駐車場

救急医療当番医

月日	曜日	医療機関名	所在	電話
8月3日	日	かねひらクリニック	五所川原市旭町55-2	35-3167
8月10日	日	増田病院	五所川原市新町41	34-2727

- ※1. 対応時間(電話で確認) 9時から17時まで。
- 2. その他、消防署(救急病院紹介 ☎34-4999)で紹介します。

あなたも
作ってみませんか

料理紹介

テーマ

「牛乳・乳製品を
使った料理①」

五所川原市食生活改善推進委員会

梅干とちりめんじゃこのちらしずし



1人分 304kcal 塩分1.6g カルシウム90mg

材料(6人分)

米…カップ2と1/2	チーズ…3切
水…カップ2と1/2	梅干…3個
〈合わせ酢〉	ちりめんじゃこ…25g
酢…大さじ4	白いりごま…12g
砂糖…大さじ1と2/3	青しそ…1束
塩…少々	

【作り方】

- ① 米は洗って普通に炊く。
- ② 〈合わせ酢〉の材料をよく混ぜる。
- ③ チーズは5mm角に切る。梅干は種を除いて手で小さくちぎる。ちりめんじゃこは熱湯を通して水気を切っておく。青しそはせん切りにして水にさらす。
- ④ ご飯に〈合わせ酢〉を回しかけて酢飯を作り、チーズ・梅干・ちりめんじゃこ・ごまを入れてさっくりと混ぜる。器に盛り、青しそを飾る。

チーズ独特の香りや風味を生かして、おいしさとカルシウムをアップさせました。「さっぱりしているのにコクがある」食欲をそそる一品です。梅干や酢など和の食材との相性もぴったりです。

男性のための料理教室 参加者募集

食べることは、身体をつくる基本です。なかなかお料理をする機会が少ない方、さらに腕を磨きたい方、わたしたちと一緒にチャレンジしてみませんか。

- ◇日時 8月22日(金) 10時~13時
- ◇場所 働く婦人の家・2階調理室
- ◇内容 調理実習と試食
- ◇持参する物 エプロン、三角巾
(ない方にはお貸しします。)

- ◇料金 無料
- ◇申込先 会長・三森敬子宅 TEL・FAX35-4593
- ◇申込期限 8月18日(月) 先着30名