

平成16年



五所川原市

No.1042

人口と世帯



五所川原市役所/編集

総務課

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

〒037-8686 青森県五所川原市字岩木町12番地 ☎代35-2111番

*

発展に

大きく寄与され

柔道

小田桐史明(剛柔館藤

道場・栄小2年)

高橋知希

同

古川敬太(同)

バレー

ボー

ル

輝かしい成績 業績を 市スポーツ賞・文化奨励質



ス

ポ

ツ

功

労

賞

スポーツ特別優秀選手賞

水泳の普及・振興に寄与

◇柔道

竹谷知記(市柔道協会

東海大相模高3年

隆

事

Ŧī.

所

Ш

2月14日、当市在住及び出身者でスポーツや文化活動において功績顕著な方々や県内外の大会で優秀な 成績を収められた個人・団体に対する平成15年度五所川原市スポーツ賞・文化奨励賞表彰式がオルテンシ アで行われました。

式では、受賞者に表彰状のほか、月桂樹・虫おくりの「むし」 ・聖火をデザインしたスポーツ賞メダル、 アスナロ・りんごの花・五条の光をあしらった文化奨励賞メダルがそれぞれ贈呈されました。

スポーツ部門は個人79名と16団体に、文化部門では個人11名と3団体が受賞されました。受賞者は次の (順不同敬称略) とおりです。

、レーボ 身を挺して数多くの名選手をじめ社会人クラブなど、長きじめ社会人クラブなど、長き 平 普及 世 に輩出し、

野球の振興・青少年健全育成に貢献 小 少年の健全育成に大きく貢献会の企画・運営に奔走し、青 年団や防犯野球大会及び講習定着させたほか、スポーツ少 野球を市民のスポーツとして 各種野球大会の開催に尽力し JII 忠 明 (幾世森)



岩 催をする。 水泳協会理事及び理 水泳指導の傍ら、 谷

残された。 泳競技力向上に大きな足跡を 会の総監督を務め、 て水泳大会、 督を務め、当市の水 現在も県民体育大

長とし 一ツ谷) フランスジュニア**国際大会** 100kg数 第1位

◇少林寺拳法 佐藤恵美(五 一高2年



ANSTERNA DA W10

組演成

イターズ

され

山

完

町

ルの指導・

強化に尽力

スポーツ奨励賞(個

陸上競技 小田桐 3年 大(木造高3年) 太郎(同2年) 木村修平(五工高2年) 成田 前田和志 澤田有希(五農高3年 淳(市陸上競技協会) 賢(五三中2年) 戸慶之(五 (同3年) 高橋優平 森 佳津代(同 高橋 同 中3 Ш 浪 1 佳

スポーツ優秀賞

水泳

木村一貴(五

一中3年)

陸上競技 白川靖浩(五工高3年

三浦麻美(同教員)

相撲

杉山大輔(五商高2年)

〉ソフトバレー 柔道 学校柔道部 原柔道少年団 剛柔館藤田道場 ボー 五所川原第 ル 藻川ファ 五所川 中

スポーツ優秀選手賞

柔道 對馬北斗(五商高3年 遼(青森山田高3年) 角田峻理(五

3年) 奈良 少林寺拳法 匠(同3年) 石村和寛(同3年) 工藤裕治(五 高

中3年)

高2年) 森山田中2年) 典(五一中3年) 原 少年団・三輪小6年) 橋小1年) 長橋小5年) 沖飯詰小3年) 前田奈恵子(五所川原柔道 藤森 泉(同·長橋小4 安田祥平(同・栄小 中川雄介(同・ 梶浦竜也(五農 俊(同・長 明菜(青 平川洋

〉水泳 原田みくる(栄小4年) 舞(ウイング五所川原・青森山 田高2年) 會津美都(五小5年) 小田桐 尾野陽香(同·五三

> 中3年) 輪小5年 田中1年) 小田桐勇人(同·青森 田中寛基(同・三

◇ボクシング 長峰史弥(五東高 2年) ニア・南小3年) 平山春香(商門クラブジュ

◇卓球 小林礼佳(羽野木沢小6

◇ソフトボール 森 裕樹(会社

◇バレーボール 毛内淳貴(五 ◇相撲 三浦歓之(五農高3年 野呂康平(五商高1年)

> 小笠原正博(同3年 中3年) 高橋拓志(同3年

〉少林寺拳法 〉弓道 高橋知克(五工高3年) 寺拳法協会) 仁(同・栄小3年) 山田 小坂育代(市少林 千葉文絵(同)

大(同・栄小3年) 佐藤友彦(五 高2年) 須藤増南仁(同2年)

2年 葛西 翼(同2年) 小野秀幸(同 庭和輝(五工高3年) 藤森良太 戸梢(同2年)原 3年) 佐藤晴美(同2年) 七 川槙子(同3年) 三上真恵子(同 3年) 大宅和彦(同3年) 石 大高浩稔(同2年) 井上 総(同 (同3年) 八木橋裕介(同3年) 井上朋実(同1年) 秋 直実(同

グラウンドゴルフ 幸男(同 グラウンドゴルフ協会) 岩田 神 源内(市

◇ソフトテニス 藤田攝夫(市ソ 軟式野球 高2年) 尾野純二(同)新出秀春(同) フトテニス協会) 鳴海孝光(同 中嶋剛大(東奥義塾

スポーツ奨励賞(団体

と受賞者名が読み上げられま

◇バレーボール 五所川原工業高 陸上競技 等学校バレーボール部 校男子陸上競技部 五所川原工業高等学

>少林寺拳法 五所川原第一高等 剛柔舘藤田道場

五所

4年)太田

光(五一中1年)

◇かるた 堀内麻友子(木造高2

年) 八木橋奈月(同2年)

〉ものづくり 三上千恵子(中央小

渚(長橋小2年)

少林寺拳法部男子 女子部 五所川原工業高等学校 川原第一高等学校少林寺拳法部 学校少林寺拳法部男子部

◇相撲 撲部 五所川原商業高等学校相 五所川原農林高等学校相

◇バスケットボール 五所川原市 ◇バドミントン 五所川原ジュニ アバドミントンクラブ バスケットボール協会

◇水泳 フィットネスクラブウイ ◇空手 五所川原高等学校空手道 ング五所川原

文化奨励賞 (個人)

絵画 木村隆之(精耕舍)



鈴木愛理(五小4年) 山下菜摘 (五小5年) 渋谷陸人(梅田保育園

◇民謡 作文 栄会) 對馬美奈子(五商高3年 大邑滝雄(津軽三味線滝

文化奨励賞 (団体)

〉デザイン 校耕心庵 五所川原農林高等学

〉吹奏楽 五所川原工 吹奏楽部

分研究発表 五所川原農林高等学



これからの農業を考える

『市長と農業委員が語る会』



ました。
おり方や今後の本市農業の方向性を語り合いわれ、農業のあり方や今後の本市農業の方向性を語り合い二月二十日、「市長と農業委員が語る会」が市役所で行

ります。れからの農業施策を考えていくもので、今年が五回目になれからの農業施策を考えていくもので、今年が五回目にないます。

市長から現在の農業行政に今後とも力を入れたい」と述す意べられる農産物の育成に今後とも力を入れたい」と述い、「立佞武多の館での農産物加工品の販売」「狼野長根公園を軸とした観光農業の取り組み」また「遊休地を活用とた市民農園の設置など」や「米の政策大綱での今後の米作り農家の対応」などの要望や意見が出されました。市長は、それら一つひとつに答えながら「安全で安心した市長は、それら一つひとつに答えながら「安全で安心した財産がある。

べました。

合同除厄祈願祭これからも努力しまするため

二月十一日、合同除厄祈願祭がプラザ を迎えた百二十一人が出席しました。 神事ではそれぞれが人形(ひとかた) に息を吹きかけながら罪やけがれを移し 身を清め、末永い健康と繁栄をお祈りし ました。

加者の今後の飛躍を誓いました。
を具長が「先人達が不撓不屈の精神で築る上げた五所川原を愛するものとして、をはたないながあれからものが域社会をよくするためこれからものが、



高齢者宅を除雪一人暮らしの

市消防団第一分団



二月八日、市消防団第一分団 (本下二十二名が四班に分かれ雛田、下二十二名が四班に分かれ雛田、川端町、寺町、錦町、幾世森及 川端町、寺町などで、高齢者が一人び敷島町などで、高齢者が一人で敷島町などで、高齢者が一人で割りでしている百二十世帯の と確保しました。

を次々と取り除いて「火の元にを次々と取り除いて「火の元に 気を付けてください」と声をかけ、気を付けてください」と声をかけ、

善意の花かご (

社会福祉協議会へ

生活協同組合コープあおもり(市田緑代表)=五千円(十周年企田緑代表)=五千円(十周年企

〇平山祐子さん

(布屋町

九

=一万円。

○エルム専門店テナント会(加受お送術文化振興等基金へ)

クション益金として)。



す加賀谷会長(右から2人目)。 を持ち寄ってオークションをしました。会員の気持ちがこもっました。会員の気持ちがこもっました。会員の気持ちがこもっました。

相談員 3月25日(木) 市役所北棟2階 市民相談室 13時~15時

を相談ください。

行政などへの意見や要望など

市民課

内線202

3月11日休

10時~12時

Informetion

談を受けています。

いかずノイローゼ気味などの相

や職場での人間関係がうまく もの忘れ、不眠、憂うつ、家

◇精神保健福祉相談

◇老人精神保健福祉相談

3月12日金 13時~14時

3月23日火

13時~14時

お気軽にご利用ください。 交通事故相談

市民課 内線202

談を受けます。 交通事故について専門員が相

相談員 3月9日火·23日火 市役所北棟2階 10時~15時 青森県交通事故相談所 市民相談室

○行政相談

交通事故相談員

額を表示することが義務付けら 消費税を含む)を含んだ支払総 示する場合には、消費税 札」や「広告」などで価格を表 4月1日から、 消費者に (地方 値

今月の相談日

各種相談をお受けしています。

公証(法律)無料相談 市民課 内線220 開設

相談ください。 を得て公証無料相談を行います。 しておくと安心です。お気軽にご 大切な契約や遺言は、 市 では、 青森公証人会の協力 公正証書に

※定員8名になり次第締切。 3月15日(月) 市役所北棟2階 市民相談室 10時~15時

総額表示方式」が スタートします 13(34)3152

〉審査方法 見栄え (絵柄など)、

きさ別にA~Fまでの6クラス

>競技種目 年齢や凧の種類・大

◇参加料 無料。どなたでも参加可

干名)参加賞(参加者全員) 1名)優秀賞(5名)努力賞

競技申込み

当日、

会場受付あり

◇表彰 各クラスごとに最優秀賞

1、うなり (津軽凧のみ) 安定度(揚げ方・技術)、マナ 34) 2108 FAX(34) 7516 五所川原保健所保健予防課 給付制度の廃止

3 月

お知らせ

◎こころの相談日

出稼労働者·事故見舞金 商工振興課 内線383

に関して、給付原因が発生した 成16年3月31日以前に加入され 止されることになりました。平 制度は、 種保険制度の充実等により、 た方は、有効期限までの事故等 が実施している事故見舞金給付 から一年以内に申請できます 近年の出稼労働者の減少や各 平成15年度をもって廃 県

(社)五所川原市観光協会 第10回五所川原 全国凧揚げ大 138 1515

競技・観戦に多数のご来場を!! 3月14日日 9時30分 岩木川河川公園 津軽の空に全国各地の凧が舞う。

国民健康保険学保険証について

保険給付係 内線214·215

国保加入者が修学のために住民登録を市外に移す場合、 申請により転出

既に学保険証をお持ちの方は、有効期限が3月31日までとなっていま 引き続き学保険証の交付を受ける場合には、4月1日以降に更新 手続きが必要となります。また、就職や卒業等により営保険証の適用を受 けられなくなった場合にも申請が必要となります。

以上のことから、上記いずれの場合にも以下の必要書類をお持ちになり、 国保年金課⑥番窓口あるいはお近くの支所へ申請してください。

学保険証交付後に世帯主や住所等に異動が発生し届け出る場合は、 親元保険証とともに受保険証も必要となります。

①親元保険証 ②印鑑 ③修学先の4月1日以降の ◇申請に必要なもの 在学証明書(新規または更新の場合)※新規の際には合格通知または入学許 可証により交付しますが後日在学証明書の提出が必要 ④卒業(退学)証明 書(学生でなくなった場合)

3 Ξ

国民年金保険料の 納め忘れはありませんか 国民年金係 内線211~213

国民年金は、20歳から60歳になる までの40年間保険料を納めると、 歳から満額の年金を受け取るこ できます。保険料を納め忘れている 将来の年金が減額されたり、万 ときの障害・遺族年金なども受けら れない場合があります。今一度、 め忘れがないかご確認ください。

また、保険料を確実に納める方法 便利な口座振替もあり ので、ぜひご利用ください。

保険料は毎月忘れずに 納めましょう!!

同民学回》

あおもり県民カレッジ 西北五学友会」に 参加しませんか

あおもり県民カレッジ事務局 **な**017(762)1131

ち上げます。 とを目的に「西北五学友会」を立 びを分かち合い、共に高め合うこ 県民カレッジの学生が、学ぶ喜

3月12日金 事前申込み不要 中央公民館 2階 視聴覚室 年会費 1500円

設立総会 記念講演 (仮題)最近の時事問題」藤川 支局長)県民カレッジ単位認 幸治氏(東奥日報社五所川原 13時15分 14時30分~15時30分

たでも聴講できます。 学友会会員以外の方など、どな

第1回 日舞新舞踊・尺八(琴)・謡曲 合同発表会

三団体合同発表実行委員会 **は**(語)のののの

場ください。 鑑賞してみませんか。お気軽に来 さんもご一緒に日本の伝統芸能を 団体による合同発表会です。みな これまで独自に活動してきた三

> 3月28日(日) オルテンシア 大ホール 開演13時 開場12時30分 入場無料

◇参加団体

謡 曲……宝生会 日舞新舞踊…秀純会

歩くスキーの集い 2004あおもり健康ウォーク 第11回スプリング in MANOGAM-

MANDGAMースキー場 五所川原スキークラブ事務局 (34)6129 山田電気 -oao(voon)oao-

3月1日日 スポーツで豊かな心を育てよう! MANOGAMIスキー場

◇種目 歩くスキー・スキー大回 こトライアル パラレル・ワンメイク)・そり 転競技(組別・自己申告タイム レース)・スノーボード (戸沢字玉清水地内)

※出場者には参加賞、Tバーリフ 〉申込締切 ります。詳細は事務局まで。 ト券、豚汁無料サービス等があ 3月5日金必着

津軽鉄道からの お知らせ 13(34)2148

台(34)55000

力お願いいたします。 のうえ、ご乗車くださるようご協 になりますので、時刻をお確かめ バス代行にて運行します。 木川橋梁改築工事のため、嘉瀬駅 当日は、各駅の発車時刻が変更 金木駅の区間で列車を運休し、 3月27日土から30日火まで、金

各種技能講習会

参加者募集

(社)西北労働基準協会 **粒** (器)60006

ると国家資格「2級ボイラー技士 免許」の受験資格が得られます。 ◎ボイラー実技講習会 このボイラー実技講習を修了す

3月29日月~31日水 受講料 持参する物 (3日間) 9時~7時 筆記用具

申込締切 3月22日月か定員80 高校生 ぞれ1100円 ラー実技、ボイラー図鑑、 名に達し次第締切 テキスト代 2200円 100000円 8000円 (ボイ それ

◎フォークリフト運転

リフト運転 4月5日月~9日金 最大荷重1トン以上のフォーク

は2日間の受講です。) ただし、 (5日間) 大型特殊免許所有者 9時~17時

講演会(

◇受講料(テキスト代含む) >受講資格 大型特殊、大型· 方歓迎します。) 通自動車免許の所有者(女性の

②大型特殊自動車(カタピラ限 ①大型・普通自動車免許の所有者 定付きを除く)免許の所有者 3 1 4 7 0 円

〉申込締切 3月30日火か定員60 名に達し次第締切 13470円

入場無料

4月13日火~15日木 つり上げ荷重1トン以上の玉掛

| 中込締切 4月6日火か定員80 >受講料 (テキスト代を含む >受講資格 満18歳以上の者 ②受講一部免除者18700円 ①免除なしの者 21700円 性の方歓迎します。 (3日間) 9時~17時 女

※講習会場、受講一部免除者など 名に達し次第締切 詳細は西北労働基準協会へお問 い合わせください。

老人医療費適正化推進事業 **生涯学習課** 内線556・557 三浦雄 一郎民

会場 日時 テーマ「70歳エベレスト登頂~健 のため、講演会を開催します。 高齢者の健康と生きがいづくり 3月22日月13時~4時30分 開場 12時30分 プラザマリュウ五所川 定員500名 康と生きがいを考える

クラ プロスキ ク記念 国際高等学校校長

申込方法 らどなたでも申し込みできます。 なり次第締切。市内在住の方な で生涯学習課へ申し込み(受付 間8時30分~17時)。定員に 3月17日水までに電話

市有物件売却のお知らせ西北中央病院管理課金35-3111 内線350

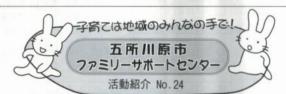
◇売却物件

番号	物件	所 在 地	区	分	面積(㎡)	備考
1			宅	地	866.10	商業地域
	土 地 (建物含む)	五所川原市字敷島町1番3	共同	住宅	207.50	鉄筋コンクリート造2階級
	(建物さむ)		付属	建物	1.53	ブロック造ポンプ室

- ◇売却の方法 一般競争入札により売却します。
- ◇物件の説明等 3月15日(月) 14時から 西北中央病院 B棟 3階小会議室 ※入札に参加される方は必ず出席ください。
- ◇入札・開札 3月23日(火) 10時30分から 西北中央病院 B棟 3階小会議室
- ◇入札参加者の資格 地方自治法施行令第167条の4第1項及び第2項に該当しない方であること。
- ◇入札の無効 入札参加資格のない方のした入札及び入札条件に違反した入札は無効とします。
- ◇入札保証金 入札金額の100分の5以上 (現金または金融機関が振り出し若しくは支払いを保証した小切手とする。)
- ◇契約の締結 落札決定の日から7日以内
- ◇契約保証金 契約金額の100分の5以上 (現金または金融機関が振り出し若しくは支払いを保証した小切手とする。)
- ◇代金の納入期限 契約締結の日から30日以内に全額納入していただきます。

図書館からのお知らせ (34)4334

- ◇利用時間 火~金曜日 9時30分~18時 土・日曜日 9時30分~17時
- ◇3月の休館日 毎週月曜日、18日(木)・20日(土)
- ◇3月のおはなし会 テーマ「ことば」 3月13日(土) 13時30分~14時30分





先日、中央小学校「わくわく☆ピース」の皆さんをお招きして、ファミリー・サポート・センターミニ交流会を開催。手作りの温かさが感じられる読み聞かせや紙芝居など、次々と披露され、参加した会員さんも子ども達も大喜び。あらためて、子どもとのスキンシップの大切さを感じる交流会でした。

随時会員募集 235-8953

中央公民館からのお知らせで(35)6056

◇みんなのギャラリー展示紹介

「光彩会」絵画展 伊藤正規画伯指導のもと明るい色彩で描いた静物、花、風物等の作品を展示。

3月11日(木)~25日(木) 2階ギャラリー

※「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 3月

双子のお星様は、毎晩笛を吹くのが役目です。役目が果たせないと海に落ちてヒトデになってしまいます。ある日、お星様が大ガラスとサソリのケンカに巻き込まれ… 笛は吹けるのでしょうか? 現実とファンタジーの世界がおりなす宮澤賢治アニメーション作品『双子の星』、『日本昔ばなし』から「桃太郎」「豆つぶころころ」「わらしべ長者」「田植地蔵」などをお楽しみください。

3月27日(土) 10時~11時30分(無料)

男女共同参画室より

ミニインフォメーションNo.14

内線462

北日本仏具センター

斎勝月極 専用駐車場

こじまデンタル クリニック

工藤精肉店

男女共同参画講座を開催します

テーマ: 「男女平等の職場づくり 一女性労働の現在と展望―」

男女雇用機会均等法やパートタイム労働法が施行され、働く女性の環境は徐々に整備されつつあります。しかし、現実には賃金や雇用形態、昇進など様々な面で男女格差が見られます。男女がともに働きやすい環境について一緒に考えてみませんか。

講 師:青森労働局雇用均等室長 本間直子氏

日 時:3月19日(金) 13時30分 会 場:中央公民館 2階 視聴覚室

平成16年度 水稲作付・転作計画書受付について

転作集団に加入していない生産者(個人 転作者)の水稲作付・転作計画書の受付を 以下の日程で実施します。

当日、みなさんから転作及び稲作を行う場所と面積を伺って計画書に記入しますのでよろしくお願いいたします。なお、当日、農政課から郵送済みの計画書及びご自身の印鑑もお持ちください。また、計画書の農地に異動がある場合は、異動の内容がわかる書類をお持ちのうえ、事前に市役所農政課で訂正してください。

※都合のつかない方は、計画書に記入のう え押印し、速やかに米の予約をしている 農協(市農協の場合は本店)または業者に 提出してください。

▶問い合わせ先 農政課 内線354

日	時	対象地区	場所
3月8日	9:30 ~ 12:00	栄地区 (湊、姥萢、稲実、猫渕)	
(月)	13:30 ~ 16:00	栄地区 (三ッ谷、広田、七ッ館)	コミュニティセンター栄
3月9日	9:30 ~ 12:00	長橋地区 (豊成、福山)	コミューニットンカ 巨妖
(火)	13:30 ~ 16:00	長橋地区 (上記以外の集落)	コミュニティセンター長橋
3月10日	9:30 ~ 12:00	俵元、原子、羽野木沢	士 曲 协 L 和 士 庄
(水)	13:30 ~ 16:00	持子沢、高野、前田野目	市農協七和支店
3月11日	9:30 ~ 12:00	松島地区	コミユニティセンター松島
(木)	13:30 ~ 16:00	毘沙門・長富地区	毘 沙 門・ 長 富 コミュニティセンター
3月12日	9:30 ~ 12:00	小曲地区	農村婦人の家
(金)	13:30 ~ 16:00	上記以外の地区	市役所農政課

地区	月日	曜	対 象 区 域	時間	相談会場	電話
毘沙	Committee of the commit		毘沙門		毘沙門・長富コミュニティセンター	36 - 2013
門	3/2			9:20~12:00	長富コミュニティ消防センター	36 - 2852
長橋			福山·豊成·野里·戸沢 浅井·神山·松野木	13:00 ~ 15:00	コミュニティセンター長橋	29 - 3111
本			田町・鎌谷町・烏森・下り枝・八重菊 一ツ谷・布屋町・弥生町	13	コミュニティ防災センター (鎌谷町)	34 - 9501
	3/8	月	松島町・湊		(鎌台町)	
	3/9	火	上半升叫·小曲·田川		中央コミュニティセンター	33 - 1532
	3/10	水	岩木町・中平井町・寺町・柏原町・錦町 幾島町・末広町・蘇鉄・芭蕉	$9:10 \sim 12:00$ $13:00 \sim 15:00$	(上平井町)	33 - 1332
	3/11	木	敷島町・雛田・下平井町・幾世森	1	しきしまコミュニティセンター	
	3/12	金	新宮町・新宮岡田・新宮松元・長橋橋元 若葉・長橋広野(一番〜十番)		(敷島町)	34 - 4503
庁	3/15	月	栄町・平和町・蓮沼・不魚住・元町 新町・柳町・湊団地		富士見コミュニティセンター (蓮沼)	35 - 0294
三好	3/16	火	三好		コミュニティセンター三好	36 - 2014
中川	3/17	水	中川		コミュニティセンター中川	36 - 2012
飯詰	3/18	木	飯詰		コミュニティセンター飯詰	37 - 2141
毘沙門	3/19	金	毘沙門	9:20~12:00	毘沙門・長富コミュニティセンター	36 - 2013
七和·梅沢	3/22	月	七和・梅沢	13:00~15:00	コミュニティセンター七和	29 - 2111
松島	3/23	火	松島		コミュニティセンター松島	34 - 2942
栄	3/24	水	栄		コミュニティセンター栄	35 - 1926
長 橋	3/25	木	長橋		コミュニティセンター長橋	29 - 3111
本	3/26	金	田町・鎌谷町・烏森・下り枝・八重菊 一ツ谷・布屋町・弥生町・松島町・湊		コミュニティ防災センター (鎌谷町)	34 - 9501
	3/29	月	川端町・本町・東町・大町・旭町 上平井町・小曲・田川・岩木町 中平井町・寺町・柏原町・錦町・幾島町 末広町・蘇鉄・芭蕉	9:10~12:00	中央コミュニティセンター (上平井町)	33 - 1532
	3/30	火	敷島町・雛田・下平井町・幾世森 新宮町・新宮岡田・新宮松元・長橋橋元 若葉・長橋広野(一番〜十番)	13:00 ~ 15:00	しきしまコミュニティセンター (敷島町)	34 - 4503
庁	3/31	水	栄町・田町・蓮沼・不魚住・元町・新町 柳町・湊団地		富士見コミュニティセンター (蓮沼) ます。窓口の混雑が予想されますの	35 - 0294

※4月1日(木)以降は、全地区について、市役所税務課内で申告相談を受付します。窓口の混雑が予想されますので、なるべく上記の日程においでくださるようお願いします。問い合わせ 税務課市民税係 ☎35 - 2111 内線 424・425・426



NHK-FM TOS

公開録音

開場17時30分 開演18時15分~終演20時(予定)

オルテンシア 大ホール

720

入場無料ですが 整理券が必要です 冠 二郎・小金沢昇二・西尾夕紀

林あさ美ほか〈五十音順〉

◇観覧(整理券)申込み

往復はがきの往信用裏面と返信用表面に、郵便番号・住所・氏名(往信用裏面には電話番号も) を記入のうえ、お申し込みください。

応募多数の場合は、抽選のうえ入場整理券(1枚お一人様)を送付いたします。

〈あて先〉〒030-8633 青森市松原2-1-1 NHK青森放送局「ひるの歌謡曲」係

〈締め切り〉 3月26日(金) 必着

◇放送予定 放送日未定 12時15分~13時 NHK-FM放送 〔全国放送〕

催 NHK青森放送局、弘前支局、ふるさと交流圏民センター事務組合

◇問い合わせ NHK青森放送局「ひるの歌謡曲」係 ☎017-774-5114 (平日10時~18時)

3月の催物案内

	日	曜日	催物	開催	入場料
大	7	日	さつき保育園 音楽リズム研究会	9:45	整理券
ホー	14	日	第22回 滝栄会 チャリティー発表会	9:30	前売 500円 当日 800円
ルル	28	日	日舞新舞踊·尺八(琴)· 謡曲 第1回三団体合同発表会	13:00	無料
小	4	木	J's A CAPELLA NIGHT vol.17	18:30	前売・当日 大人 2,500円 子供(高校生以下) 1,000円
ホ	14	日	きよみ愛育園 こてきおゆうぎ発表会	10:00	無料
1	21	В	子ども文化交流 フェスティバル2004 『はらべこフェスタ』	14:00	前売 子ども・大人 各1,000円
ル	27	±	ピアノ·エレクトーン コンサート	13:00	無料
	28	日	阿部寿子ピアノ教室 発表会	13:00	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

南こうせつコンサートツア・

2(月) オルテンシア

入場料

S席 5,500円 A席 5,000円

チケット販売所

- オルテンシア
- •INASC

☎33-6274

- ・イオン柏SC
 - **☎**25 − 3450
- •中三五所川原店 **☎**34-3131
- ●五所川原市内郵便局





康 相 健 訤

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
南新集会所	3月11日(木)	12:30~13:30
俵 元 農 産 物 加工研修センター	3月18日(木)	11:00~12:00
毘 沙 門 · 長 富 コミュニティセンター	3月19日(金)	10:30~12:00

成人の相談日

健診結果の見方、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	3月10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…3月26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…お薬と経済についてのお話
- ◆講 師…木村英二先生 (アサヒ薬局)
- ◆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
3月5日	日(金)	9:30~	11:00	青森県合同	庁舎

救急医療当番医

月	日	曜日	医療機関名	所 在	電話
3月	7日	日	てらだクリニック	五所川原市稲実 字米崎122-17	33-1200
3月1	14日	日	つしまクリニック	五所川原市 下り枝2-1	38-3456

※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

がんたん魚料理

五所川原市食生活改善推進員会

たらのホイル包み焼き

1人分 101kcal 塩分 0.9g

■材料(4人分)	
たら4切れ	
酒大さじ1	
生しいたけ4枚	
しめじ1パック	
さやいんげん4本	
たまねぎ小1個	

	みそ大さじ1
a	マヨネーズ大さじ2
	唐辛子少々
L	/タス4枚
=	ミニトマト8個
(アルミホイル15cm長さ4枚)

■作り方

①たらは水気をふき取り、酒をふりかける。

- ②しいたけはいしづきを取り、半分に切る。しめじはいし づきを取り、ほぐす。たまねぎは薄切り、さやいんげん は茹でて3cm長さの斜め切りにする。
- ③アルミホイルの中央に②のたまねぎと①の魚を順にのせ、 残りの②の具を重ねる。上にaをのせアルミホイルの上下、 左右を折り返し軽く包む。
- ④オーブントースターで12分蒸し焼きにする。皿に盛りつ け、レタスとミニトマトを彩り良く添える。

歩く健康づくり・ウォーキング教室

参加者募集

初心者歓迎、正しい歩き方、ストレッチ体操等 について学習します。お気軽に参加ください。

期 日:3月21日(日)

時 間: 9時30分~12時まで(9時より受付)

場 所: 五所川原市中央公民館 対 象:市民の方どなたでも

(小学生以下は保護者同伴)

参加料:無料

持参する物:筆記用具、運動靴、汗拭きタオル

※運動のできる服装でお越しください。

申込方法: 3月10日(水)までに

五所川原歩こう会(2535-8241 片岡) または健康福祉課(内線236)まで