ごしょがわら 広報
平成16年 8.1 No.1052

人口と世帯
6月30日現在（ ）内は前回比
男23,586（-11） 女26,577（＋2）
計50,163（－9） 世帯18,888（＋6）

# 今年はこれだ!! 『杙（くい）』誕生

立佞武多の館にて
2004年7月16日 10時30分頃

主な内容

夏の交通安全県民運動市民総決起大会…②
小学校で人権教室……③
市に寄付・寄贈……④
特集・裁判員制度……⑤
お知らせ……⑥～⑨
ヘルス・インフォメーション……⑩

発行・五所川原市役所／編集・総務課
〒037-8686 青森県五所川原市字岩木町12番地 ☎(代)35-2111番
http://www.net.pref.aomori.jp/goshogawara/

# なくそう交通事故 守ろう交通安全

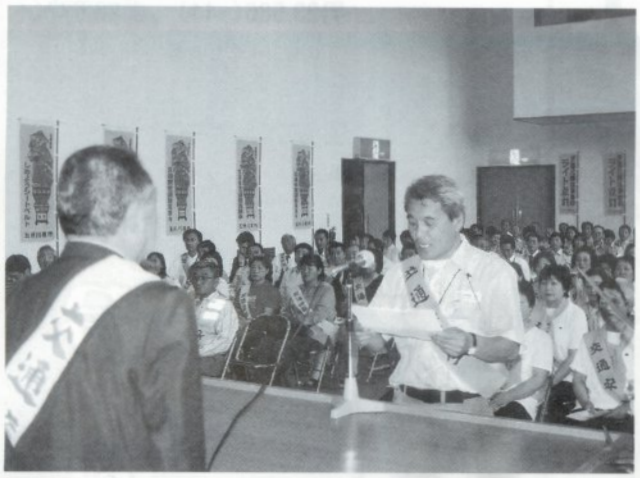
## 夏の交通安全県民運動市民総決起大会

七月十六日、中央公民館で五所川原市交通安全対策協議会（会長・成田守市長）主催の市民総決起大会が行われ、参加した約三百人が交通ルールを遵守し交通事故の防止に努めることを誓いました。

大会では市長が、「市民全員が安心できる交通社会を作るため、全力を注ぎますので、今後ともより一層のご協力をお願いします」と挨拶。

また、市民を代表して竹内満さんが、「私達は飲酒運転をせず、思いやりのある運転を心がけて、子どもと高齢者を交通事故から守ります」と交通安全宣言をしました。

当市では、四・五月と続いて高齢者の死亡事故が発生していて、今大会のような交通安全運動等を積極的に展開して、交通違反者の減少を目指していきます。



交通安全運動総決起大会の記事、6・7・10ページの編集は、職業体験実習として青森職業能力開発短期大学校2年の小笠原弘之さんが行いました。

**小笠原談**：取材や記事の編集など大学の講義とは違ったことを経験することができ、良い社会勉強になりました。約一週間という短い期間でしたが総務課の皆さんありがとうございました！

# 火災から生命・財産を守る

## 消火と人命救助の協力者を表彰

五所川原地区消防事務組合（管理者＝成田市長）では七月十五日、火災現場で初期消火や人命救助に功績のあった六名の皆さんを表彰し、地域の生命・財産を守るため今後も協力を願いしました。

火災の初期消火に協力した山内武志さんは「消防団員として、市民として、当然のことをしたまでです」、成田喜代恵さんが「何とかしなければと思い、子どもたちと一緒に無我夢中で水をかけました」と振り返っていました。

また、火災で逃げ遅れた男性をはしごをかけ二階から救助した三橋京子さんは「冷静に対応できました。人の命、助かって本当によかった」、齋藤清昭さんが「火の元の安全確認が大切だと実感しました」と感想を述べていました。

| 人命救助功労表彰　2名 | 発見・通報・初期消火功労表彰　4名 |
|---|---|
| 三橋京子さん（広田）左から2人目 | 山内武志さん（中泉）右から2人目 |
| 齋藤清昭さん（鶴田町）左から1人目 | 成田喜代恵さん（中泉）右から1人目 |
| | 〃　百合子さん |
| | 〃　篤史さん |

# 市行政連絡員 永年勤続感謝状 贈呈式

## 市と地域を結ぶパイプ役として尽力

永年にわたり行政連絡員の職務に精励され、市と地域を結ぶパイプ役として市勢に尽力された方々の功績に対し、永年勤続感謝状が贈呈されました。

次の方々が受賞されました。

受賞者紹介（敬称略）

**◇二十五年勤続者**

太刀打　山形　隆一

**◇二十年勤続者**

戸沢　間山　正昭

**◇十五年勤続者（五名）**

若葉市営　成田　敏子
中平井町　片岡　敬章
第一柳町　鶴谷　廉之助
若山　清野　光郎
前田野目　斉藤　仁右衛門

**◇十年勤続者（五名）**

大町　高橋　睦彦
田町・栄町　長内　忠次郎
田町・栄町　須郷　定一
高野　福士　由五郎
下川山　藤森　栄次郎

# 皆で考えよう『いじめ』ってなんだろう

## 五所川原人権擁護委員協議会 第二部会

## 栄小学校で人権教室

五所川原人権擁護委員協議会(浅見則昭会長)の第二部会(坂本憲昭部会長)では七月八日、栄小学校(坂本豊校長)で三学年の児童九十七名を対象に、「いじめ」をテーマにした人権教室を開催しました。同部会が小学生を対象に啓発教室を開くのは初めてのことで、最近みられるようになった小学生児童の「いじめ」に関連する致傷致死事件などから、「命の大切さを理解してほしい」との想いが込められています。

人権教室では、学習ビデオ「プレゼント」を皆で観て、「人がいじめをしてしまうのはどうしてだろう。毎日仲良く楽しく過ごすにはどうしたらよいのか」を考えました。児童は浅見会長の質問に次々と手をあげ、「いじめる人は自分のことしか考えていない」「いじめを黙って見ているのもいじめているのと同じだ」など発言し、「いじめはしません」と誓っていました。

自分がいじめをしていることに気付かない人って多いんですよ。誰もが大切な存在、それぞれ唯一の存在なのだから、いじめなんてしないでみんな仲良くしましょう。

# ソフトバレーボールで勤労者が交流

七月十八日、青森県勤労青少年ホームスポーツ交流大会が青森市で開催され、参加者はソフトバレーボールをトーナメント形式で競い合いました。当市から出場した「五所川原市勤労青少年ホーム」は同ホーム利用者十名からなるチームで、決勝で弘前市のチームを破り優勝しました。

勝因についてキャプテンの秋田谷明美さんは、「バレーボールの経験者がいたことと、チームワークの良さ」と語ってくれました。

# 目指せ上位入賞!!

## 少年卓球 全国大会へ

全国ホープス青森県予選会の男子団体で準優勝した商門クラブジュニアの三選手、平山真希くん(南小6年)、生田裕仁くん(向陽小6年)、澁谷大知くん(中央小6年)が七月十四日、市長を表敬訪問しました。

八月二日から東京体育館で開催される全国大会に向け選手たちは、「もっと練習して、上位入賞を目指し頑張ってきます」と意気込みを語ってくれました。

# 三上忠孝さん 五百万円寄付

## これで合計寄付金が二千五百万円になりました

市内で「みかみ商事」と「みかみ興産」を営む三上忠孝さんが立佞武多の館の美術品収集に役立ててくださいと七月二十日、市役所を訪れ五百万円を寄付しました。

三上さんは、成田市長に目録を手渡した後、「黒石生まれの私が五所川原で卸売り小売を四十年間商売ができたのも、地域の方々のおかげと大変感謝しています。そして、お世話になった皆さんに恩返しがしたいと考えています。ですから、これからもできる限り市に協力したいですね」と話していました。

市長は、「寄付金は市芸術文化振興基金に繰り入れして有効に使わせていただきます。いつもありがとうございます」と感謝の気持ちを述べました。

三上さんは、これまで市に平成十二年から連続で五百万円ずつ計二千万円を寄付し、そのお金は「立佞武多の館」建設や美術品収集に役立てられています。

## 今年は立佞武多の館に飾っています

### 児童、園児の金魚ねぷた

夏まつりが間近かに迫った七月二十日から立佞武多の館内に、市内の児童や園児が製作した金魚ねぷたが飾り付けられおまつりムードを盛り上げています。

昨年までは、商店街のアーケードにまつり期間中に飾られていましたが立佞武多の館完成によって今年から館内に展示。製作には栄、飯詰小など8小学校児童と2保育所園児が参加し三百七十個の金魚ねぷたが飾られています。

訪れた観客は、色や形、顔などが個性あふれる金魚ねぷたの華やかな様子に立ち止まって見とれていました。

## 善意の花かご

### どうもありがとうございました

**◎養護老人ホームくるみ園へ**

**○太子食品工業株式会社**（工藤茂雄社長）＝寄贈（納豆50人分）。

**○青森県納豆協同組合組合員岩木納豆本舗**（竹浪了代表取締役）＝寄贈（納豆50人分）。

**○五所川原理容女性部**（新谷とき部長）＝寄贈（雑巾100枚）。

**◎五所川原市へ**

**○西北五街商組合**（渋谷国清代表）＝五万円。

**○小野勇一さん**（一野坪字中村）＝民芸品寄贈（生活用具の一部として活用されてきたケラ、ワラジなどの民芸品を製作）。

寄贈した小野さん（中）

# 特集 裁判員制度を知っていますか!!
## ～知っておきたいあなたの役割～

平成16年5月21日に「裁判員の参加する刑事裁判に関する法律」が成立しました。この裁判員制度は公布の日から5年以内に実施される予定です。

この制度については今後、広報等などで随時お知らせいたします。

## Q&A 裁判員制度

**1　裁判員制度とは？**

国民から選ばれた裁判員(原則として6人)と職業裁判官(原則として3人)が協力して刑事裁判を行い、国民のみなさんに裁判員として刑事裁判に参加してもらい、被告人が有罪かどうか、有罪の場合どのような刑にするかを裁判官と一緒に決めてもらう制度です。

**2　どのような事件が対象に？**

裁判員制度の対象となる事件は、殺人などの重大犯罪で代表的なものをあげると、次のようなものがあります。

① 人を殺した場合（殺人）
② 強盗が、人にけがをさせ、あるいは、死亡させてしまった場合　(強盗致死傷)
③ 人にけがをさせ、死亡させてしまった場合（傷害致死）
④ 泥酔した状態で、自動車を運転して人をひき、死亡させてしまった場合（危険運転致死）
⑤ 人の住む家に放火した場合（現住建造物等放火）
⑥ 身の代金を取る目的で、人を誘拐した場合（身の代金目的誘拐）
⑦ 子供に食事を与えず、放置したため死亡してしまった場合（保護責任者遺棄致死）

**3　裁判員の選び方は？**

20歳以上の国民のみなさんの中から、抽選で候補者を選びます。実際に裁判員になるのは、この候補者の中から、事件ごとに選任のための手続により選ばれた人たちです。

**4　裁判員になることは辞退できないの？**

広く国民のみなさんに参加していただく制度ですので、基本的に辞退はできないことになっています。ただ、学生や70歳以上の方は辞退できますし、病気や介護などの事情で裁判所に来ることが難しいと認められた方も、辞退することができます。

**5　裁判員になると何日くらい裁判所に行かなければならないの？**

多くの裁判は、数日間で終わります。裁判所としても充実した裁判を行い、国民のみなさんの負担を軽くするように努力していきます。

**6　仕事は休めるの？　日当はもらえるの？**

裁判員の職務を行うために仕事を休んでも、雇用主は不利益な扱いをしてはならないと、法律で定められています。

裁判所に来られた方には、交通費や日当などが支払われます。

**7　裁判員の仕事や役割は？**

裁判員に選ばれたら、次のような仕事をすることになります。

①　公判に立ち会う

裁判員に選ばれたら、裁判官と一緒に、刑事事件の法廷(公判といいます。）に立ち会い、判決まで関与することになります。

公判は、連続して開かれます。公判では、証拠書類を取り調べるほか、証人や被告人に対する質問が行われます。あなたから、証人等に質問することもできます。

②　評議、評決

証拠を全て調べたら、今度は、被告人が有罪か無罪か、有罪だとしたらどんな刑にするべきかを、裁判官と一緒に議論し(評議)、決定する(評決)ことになります。

評決は、多数決により行われます(ただし、裁判官、裁判員のそれぞれ1名以上の賛成が必要)。

有罪か無罪か、有罪の場合の刑に関するあなたの意見は、裁判官と同じ重みを持ちます。

③　判決宣告・裁判員の任務終了

評決内容が決まると、法廷で裁判長が判決を宣告をすることになります。

あなたの裁判員としての役割は、判決の宣告により終了します。

# 8月 上旬 お知らせ

## 今月の相談日

各種相談をお受けしています。お気軽にご利用ください。

### ◎交通事故相談
市民課　内線202

交通事故について専門員が相談を受けます。

●8月10日(火)・24日(火)
10時～15時
市役所北棟2階…市民相談室
◇相談員…青森県交通事故相談所
交通事故相談員

### ◎行政相談
市民課　内線202

行政などへの意見や要望などを相談ください。

●8月12日(木)　10時～12時
●8月26日(木)　13時～15時
市役所北棟2階　市民相談室
◇相談員…行政相談委員

### ◎こころの相談日
五所川原保健所保健予防課
TEL(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、お年寄りの痴呆、介護の問題などの相談を受けています。

◇精神保健福祉相談
8月20(金)、24日(火)　13～14時

## 8月は『道路ふれあい月間』8月10日は『道の日』

市役所土木課　内線304・306
五所川原県土整備事務所
TEL(35)2106

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月は『道路ふれあい月間』です。道路は、私たちの毎日の生活を支える欠くことのできない基本的な社会資本ですが、あまりにも身近な存在であるため、その重要性が見過ごされがちです。8月10日の「道の日」を契機にもう一度見直しをしてみましょう。

## 「離転職者」訓練生募集
青森職業能力開発短期大学校
TEL(37)3201

10月の訓練生募集は次のとおり。
①ビジネス情報システム科
②生産システム科制御コース
③オフィスワーク(事務)科
(定員…①と②各20名、③25名)
◇期間…10月1日(金)から①と②が6カ月間、③が3カ月間
◇対象者…雇用保険受給者
◇募集期間
8月4日(水)～9月8日(水)
◇申込先…五所川原公共職業安定所(電話での申込み不可)
◇選考方法…面接と書類

## 児童扶養手当現況届の提出
健康福祉課　内線546

児童扶養手当の受給資格者の方へ「児童扶養手当現況届」の用紙を送付しました。この届出は所得額・受給資格等を確認する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を確認のうえ**、必ず提出してください。提出されない場合、8月以降の手当が受けられません。

◇提出書類…通知文書に記載
◇提出期間…8月2日(月)～31日(火)

# 国保年金課からのお知らせ

## 標準負担額減額認定証等

現在交付されている「国民健康保険標準負担額減額認定証」、「国民健康保険限度額適用・標準負担額減認定証」及び「老人医療の限度額適用・標準負担額減額認定証」は、有効期限が自動更新になりませんので、引き続き減額認定証をご利用になる方は、再度申請が必要となります。申請は市役所2階⑥、⑦番窓口までお越しください。

**◇申請に必要なもの**

保険証、減額認定証、印鑑、老人医療受給者または高齢受給証(該当者のみ)

お問い合わせ先
保険給付係　老人保健担当　内線216
国民健康保険担当　内線215

## 国民年金保険料免除制度

所得の減少や失業等で経済的に保険料の納付が困難な場合には、国民年金保険料の免除制度があります。

**◇申請に必要なもの**

年金手帳または国民年金保険料納付案内書・印鑑・雇用保険受給資格者証等

**◇受付期間**…免除申請は随時受付しています。

※免除申請は毎年手続きが必要です。

6月まで全額免除あるいは半額免除が承認されている方も8月末までに申請してください。

お問い合わせ先
国民年金係　内線211～213

## 県営住宅入居者募集

五所川原県土整備事務所 TEL(34)2111

◇**募集住戸**
①松島団地
鉄筋コンクリート造3DK…2戸
②広田団地
鉄筋コンクリート造3K…1戸
鉄筋コンクリート造3LDK…1戸
◇**募集期間**…8月2日(月)～10日(火)
◇**その他**…入居するには入居基準があり、家賃は所得金額に応じて決定します。
◇**家賃**
①松島団地
20900円～35600円程度
②広田団地
10600円～21700円程度

## 農産物加工品直売会

五所川原市農産物加工センター 振興対策協議会 農政課 内線353

●**8月25日(水)**
11時45分～13時
市役所2階ロビー
◇**主な販売品**…地元の梅で作った梅漬け、漬け物、焼き肉のたれや野菜など。

# 市民サロン

## 短冊を展示します!!

五所川原大町振興組合 若妻会 事務局 TEL(34)8010 金川

立佞武多の館のオープンにあたり南小・五小・五一中・五高の皆さんに制作していただいた短冊を展示しますので皆さんご来場を!

●**8月10日(火)～25日(水)**
立佞武多の館

## 「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 TEL(34)6632

●**8月10日(火)～16日(月)**
8時30分～17時(16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当市が購入したものです。貸し出し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。

## 遠山愛子マジックショウ

くるみ園 TEL(34)2721

数多くのショウに参加して、マジックの楽しさを伝える遠山愛子さんは木造町出身(現在は長野市在住)。養護老人ホームくるみ園でのステージを入居者と一緒に皆で楽しみましょう。入場無料。

●**8月5日(木)** 10時(15分前までにご来場ください)
養護老人ホーム くるみ園

## フリーマーケットin梅沢 みんなで遊びに来てけへ

梅沢地区住民協議会 TEL(28)2111 FAX(28)2809

住民参加のフリーマーケットを開催します。自分の家庭では不要でもまだ使えるもの、手作りの作品、新鮮野菜など、あなたも出店してみてはどうでしょうか。

●**9月5日(日)** 10時～14時
梅沢コミュニティセンター内
20区画募集
◇**参加料**…1区画 300円
◇**申込方法**…住所・氏名・出品物・連絡先をお知らせください。
◇**申込締切**…8月30日(月)

## 夏の陶器祭り

津軽金山焼窯業協同組合 TEL(29)3350

●**8月1日(日)～15日(日)** 9～18時
津軽金山焼・窯場
◇**イベント**
窯出し即売会、2004五所川原世界薪窯大会作品即売会、夏休み陶芸教室、風鈴作り、思い出プレート作り、電動ろくろ体験など、盛りだくさん。

# 110番ガイド

五所川原警察署 TEL35-2141

## ～子供を交通事故から守ろう～

夏休みの間は、祭り、お盆と子供が外出する機会が多くなります。子供と一緒に自動車で出かけるときには、子供の体格に応じて **シートベルトやチャイルドシート** を必ず着用させてください。

また、毎年多くの子供が交通事故に遭っています。

その原因は **道路への飛び出し**
**自転車での一時不停止**
などが目立っています。

日頃から**止まる・見る・確かめる**という安全行動を習慣づけ、絶対に交通事故に遭わないようにしましょう。

また、自転車で走行する場合は、歩道通行可の標識がある道路では、必ず歩道を通り、車道は危険ですから通行しないようにしましょう。

## ～架空請求に注意～

身に覚えがない借金の請求が、はがきやメールで送りつけられてくるケースが後を絶ちません。一見すると文面はもっともらしいことが書かれていますが、惑わされてはいけません。最善の策は「無視」することです。

また、はがき等の連絡先には、決して電話をかけたり、連絡をとらないでください。間違って電話をかけると、相手に電話番号が知られ、個人の情報が悪用されるおそれも出てきます。

おかしいなと思ったら、一人で悩まず、ご家族や警察に相談してください。

## 平成16年度 五所川原消防署職員の募集

消防本部総務課 TEL35-2019 内線22・23

◇**受験申込用紙**…8月2日(月)から消防本部総務課で配布します。
◇**受付期間**……8月2日(月)～23日(月)
◇**お問合せ及び申し込み**……消防本部総務課
◇**試験職種・採用予定人員**……消防職・3人程度
◇**受験資格**
①昭和49年4月2日から昭和62年4月1日までに生まれた方
②高等学校を卒業した方または平成17年3月に卒業見込みの方
③採用後、五所川原市に居住できる方
④身体が健全であること
⑤両目とも裸眼で視力0.3以上、色覚が正常であること
⑥自動車運転免許の普通免許を所持している方で採用後、大型免許を取得可能な方(ただし、平成17年3月に高等学校卒業見込の方は、採用後1年以内に普通免許取得見込の方)
◇**試験の日時・場所・内容**
(第1次試験) 日時…9月19日(日) 午前9時
場所…中央公民館
内容…①教養試験 ②消防適性検査 ③体力測定
(第2次試験) 日時…10月24日(日) (予定)
場所…中央公民館
内容…①面接試験 ②作文試験

## これからの食と農について考えてみませんか？

市農業委員会では、農業者の方達だけでなく消費者の方達も交え「農業の経営戦略」、「食の安全・安心」等の問題を考えるため「食と農の交流会・相談会」を開催します。参加された方は当日「立佞武多の館」を無料観覧できます。

●**8月31日(火)** 13：30～15：30
立佞武多の館 4階 (定員120名)

◇**交流会・相談会の内容**
・**講演** 13：35～14：50
演題：「食の安全・消費者との情報交流」
－これからの食生活を考える－
講師：あおもり農業未来塾アドバイザー 今 恵子氏
・**相談会** 14：50～15：30
相談内容：①食の安全安心 ②認定農業者制度
③農業者年金 ④営農相談
・**「立佞武多の館」観覧** 14：50～15：30
主催／五所川原市農業委員会、五所川原市認定農業者協会、五所川原市農業者年金協会
共催／青森県農業会議、青い森農林振興公社

入場整理券を発行いたします。ご希望の方は農業委員会事務局にご連絡ください。定員になり次第、締め切らせていただきます。駐車場がありませんので、お車でのご来場はご遠慮ください。 **お問い合せ先 農業委員会事務局 内線242**

## 平成16年度 五所川原市職員採用試験について

人事課 内線411・412

五所川原市では、平成17年4月1日付けの一般事務(上級・中級・初級)の採用は見送ることとし、平成16年度職員採用試験は実施しないことに決定しました。

## 臨時看護師 急募

西北中央病院管理課庶務係
TEL35-3111 内線279

市(西北中央病院)では、臨時看護師を募集しています。

◇**募集人員**……若干名
◇**勤務時間等**…日勤 8時15分～17時
準・深夜勤 月平均8回
◇**勤務開始**……随時
◇**賃金等**……看護師 日額8,920円～
ボーナス支給制度有
◇**その他**……社会保険・雇用保険等完備

## DV(ドメステック・バイオレンス)及びストーカー行為でお悩みの方へ

7月1日から、DV及びストーカー等による被害者保護のため、住民基本台帳の支援措置(あなたが支援措置申出をすることにより請求があっても住民票・戸籍の附票などの交付・閲覧ができない)が実施されています。

**DVとは**…一般には親密な関係にある男女の相手への暴力のことです。

*一人で苦しまないで、がまんしないで*
*困ったときはいつでもご相談を!!*

西北健康福祉こどもセンター福祉部
(DVセンター) TEL35-2156
五所川原警察署 TEL35-2141
市役所市民課 TEL35-2111 内線220

## 平成16年 全国消費実態調査

「今を知り 明日を見つめる 暮らしの統計」

本年9月から11月にかけて、全国消費実態調査が実施されます。この調査では、我が国の家計の実態を把握します。調査結果は、国や地方公共団体が行う各種社会・経済諸施策のための貴重な基礎資料となります。調査員が皆様のお宅に伺いましたら、ぜひ調査にご協力をお願いします。

**お問い合せ先 企画課統計係 内線464・465**

子育ては地域のみんなの手で！

## 五所川原市 ファミリーサポートセンター

活動紹介No.29

### とっさの時あなたは何ができますか？

7月8日の会員研修会の様子
講師・五所川原消防署救急隊員

とっさの時はいつ訪れるか分かりません。そんな時、提供会員として何が出来るのか？　参加者全員が真剣に応急手当に取り組みました。子どもの笑顔が好きだから！かけがいのない大切な命を守るために！ファミリーサポートセンターは、地域と一緒に子育て支援を進めて行きたいと考えています。

**随時 会員募集　TEL (35) 8953**

## 図書館からのお知らせ

TEL 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
**8月の休館日**……毎週月曜日と19日(木)
**おはなし会**……8月はお休みです。

## 個別キャリアカウンセリング相談

青森県労政・能力開発課　☎017-734-9401

青森県では、県内8市の商工会議所等に就職に関するカウンセラーを配置し、長期失業者や中高年失業者向けの個別相談事業を実施しています。個別相談を受けた後には、一貫した就職支援を行います。再就職を目指す中高年の皆さんの積極的な参加をお待ちしています。PR用チラシは、各ハローワークにあります。参加無料(事前予約必要)。

**◇期間・会場**…平成17年3月末日まで・五所川原商工会議所
**◇対象者**…①雇用保険の受給資格喪失者または6カ月以上の長期離職者
②45歳以上の離職者
**◇予約・開催日等お問合せ先**　平日9時～17時
ジェイマムチェンジコンサルティング　TEL0120-577-031

## お盆期間中 長者森墓地への臨時バスを運行します

都市計画課　内線323

**◇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(金) | 11：00<br>14：00 | 11：15<br>14：15 | 11：25<br>14：25 | 11：40<br>14：40 | 12：10<br>15：10 |
| 8／14(土) | 16：00 | 16：15 | 16：25 | 16：40 | 17：10 |
| 8／15(日) | 16：00 | 16：15 | 16：25 | 16：40 | 17：10 |
| 8／20(金) | 14：00 | 14：15 | 14：25 | 14：40 | 15：10 |

## 中央公民館からのお知らせ　TEL 35-6056

### 家族で映画を楽しむ会　～8月

山里に一人で暮らすおじいさん。そこへある日、子ぎつねが孫と名乗って現れた。思いやりの心、人のぬくもりを伝える愛の物語『源吉じいさんと子ぎつね』、宮澤賢治の『猫の事務所』、『日本昔ばなし』より「小太郎と母龍」「オオカミと娘」「ねずみの嫁」他をお楽しみください。
◇日時……8月28日(土)　10時～11時30分　(無料)

## 8月の催物案内

| | 日 | 曜日 | 催　物 | 開演 | 入場料 |
|---|---|---|---|---|---|
| 大ホール | 1 | 日 | 青森県歌謡選手権大会 | 12:00 | 前売300円 |
| | 8 | 日 | フレッシュコンサート | 14:00 | 前売・当日500円 |
| | 17 | 火 | 京都大学音楽部交響楽団演奏会 | 14:00 | 無　料 |
| | 29 | 日 | 五所川原工業高等学校吹奏楽団第5回定期演奏会 | 13:00 | 無　料 |
| 小ホール | 2 | 月 | 市制施行50周年記念「文化講演会」 | 14:00 | 無　料 |
| | 4 | 水 | 河川防災講演会 | 14:30 | 無　料 |
| | 20 | 金 | 五所川原高等学校音楽部第28回定期演奏会 | 15:30 | 無　料 |
| | 21 | 土 | 古川音楽教室発表会 | 13:00 | 無　料 |
| | 28 | 土 | 北のひびき　コンサート | 14:30 | 無　料 |
| | 29 | 日 | ぽこあぽこ音楽教室発表会 | 11:00 | 無　料 |
| | | | ミュージックハウス発表会 | 14:00 | 無　料 |

※主催者の都合により日程等が変更になる場合もあります。

## オルテンシアからのお知らせ

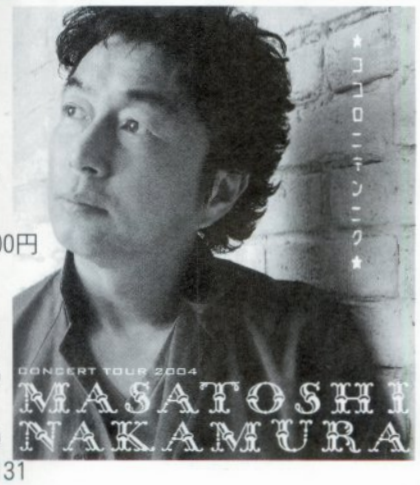
ふるさと交流圏民センター
TEL 33－2111

五所川原市制50周年記念公演

### 中村雅俊コンサートツアー2004

「心に筋肉」

**9月12日(日)**
18時30分(開場18時)
オルテンシア
コンサートホール




◇入場料
S席 6,300円　A席 6,000円
◇チケット販売場所
オルテンシア
ELMインフォメーション
TEL 33-6275
イオン柏SC総合サービス
カウンター　TEL 25-3450
中三五所川原店　TEL 34-3131
五所川原市内郵便局　TEL34-3205　※未就学児のご入場はご遠慮ください。

## 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 |
|---|---|---|
| コミュニティーセンター梅沢 | 8月16日(月) | 10：30～12：00 |
| 森の家 | 8月20日(金) | 10：00～12：00 |
| 桜田集会所 | | 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 | 8月11日(水) | 10：00～12：00 |

## みんなの健康教室

◆日　時…8月27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…「睡眠時無呼吸症候群」
◆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4日(水) | 10:00～16:00 | エルムの街・ショッピングセンター専門店入口外 |

## 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②

五所川原市食生活改善推進員会

カルシウムたっぷりの
### ほうれん草のキッシュオムレツ

1人分　125kcal／塩分0.6g

**■材料**（4人分）

| | |
|---|---|
| ほうれん草……1/2束 | 卵……4個 |
| ベーコン……2枚 | 牛乳……カップ1/4 |
| 完熟トマト……小1/2個 | とろけるｽﾗｲｽﾁｰｽﾞ…3枚 |
| バター……10g | 固形ｽｰﾌﾟﾁｷﾝ味……1/2個 |
| サラダ油……小さじ1 | 塩こしょう……各少々 |

**■作り方**

① ほうれん草は茹でて、水気を絞り、細かく切る。
　ベーコンは熱湯にくぐらせて油をぬき、5㎜幅に切る。
　トマトとスライスチーズは1㎝角に切る。
② ボールに卵をときほぐし、牛乳・チーズ、砕いた固形スープの素・ほうれん草・ベーコン・トマトを入れて軽く混ぜ、塩・こしょうで味を調える。
③ フライパンを熱して、サラダ油を入れ、底を一度ぬれ布巾で冷やし、バターを入れて溶かす。
④ ②を流して大きくかき混ぜながら半熟状になるまで火を通し、弱火にして蓋をし、蒸し焼きにする。さらに裏返してさっと焼く。
⑤ ④を切り分けて器に盛る。
☆トマトケチャップをかけてもおいしいです。

チーズにはカルシウムが1切れ(約15g)で95㎎と豊富に含まれ、おいしく手軽にカルシウムを摂取できます。牛乳だとお腹がゴロゴロするという方にもお勧めします。ただし、脂肪や塩分が多めですので食べ過ぎには気をつけましょう。

## ご注意ください!! 咽頭結膜熱(プール熱)が増えています。

咽頭結膜熱は発熱(38度～39度)・咽頭炎(のどの痛み)・眼症状(目の炎症、結膜炎)を主な症状とするアデノウイルスが原因となる小児の急性ウイルス性感染症です。

飛沫による感染が主ですが、プールでの感染が多く見られることから、プール熱といわれ、夏期に流行し8月がピークとなります。

予防には、以下のことに気をつけましょう。

- 流行時には、流水と石けんによる手洗い、うがいをする。
- 感染者とは、タオルなどを共用しない。
- プールからあがった時は、シャワーを浴び、目をしっかり洗い、うがいをする。