

75年目を迎えた津軽鉄道 記念イベント

多くの鉄道ファンで賑わう

11月で全線開業75周年を迎える津軽鉄道（澤田長二郎社長）の記念イベント「津鉄・75周年だよ!! 全員集合」が8月27・28日行われ、「津軽鉄道」の上映や記念列車運行などで県内外からの鉄道ファンらを楽しませました。

津軽五所川原駅での開会式では、東京学芸大学鉄道研究部の相澤光紀部長が手づくりの記念ヘッドマークを澤田社長に贈りました。テープカットの後、新宮団地保育園児がハンドベルの演奏でお祝いしました。

構内では、昭和30年代のディーゼル機関車、ラッセル車の撮影会が行われ連日、子供連れや鉄道ファンが盛んにカメラのシャッターを切っていました。



相澤部長（写真左）「このイベントに参加できてうれしい。津鉄の駅員さんたちが地元の人々と互いに交流を続け親しまれていることを知り感心しています」

津軽鉄道…昭和5年11月13日、津軽五所川原駅—津軽中里間（20.7^{km}）が全線開通。全国的に有名なストーブ列車のほか風鈴列車、鈴虫列車を運行しアイデアに富んだ経営をしている。

生活の足として、また市内の観光地を結ぶ鉄道として県内外の観光客に利用されている。



目次

- しじみ漁……………2～3
- 福島城跡の謎に迫る……………4
- 伊藤正規さんに紺綬褒章……………5
- お知らせ……………6～11
- ヘルス・インフォメーション……………12

今月の市民

人口/64,276人(-29)
男/30,254人(-8) 女/34,022人(-21)
世帯数/24,238世帯(-2)
8月31日現在(前月比)

2005



広報

ごしよがわら

9 15

No.11

元気が出る食材をたずねて

十三湖発 新鮮しじみ貝

みんなでしじみを食べよう



ジョレンで五回ほど湖底をひっかくようにして引き上げ、やっどかご一杯に。

れるようになったかみなさんご存じですか？

十三湊が日本七大港に数えられ繁栄を極めていた頃、突然の津波により一晩にして中世・十三湊の街があとかたもなくなった時に、その大津波で何千何万の人が死に、それを山から飛んできたガラスが嘆いて泣いたため、その時の涙が十三湖に落ちてしじみになったと古くから言われてきました。しじみは大津波で何もなくなくなってしまった十三の街に、神様からの贈り物だと言われています。実際は、同じ汽水湖である島根県宍道湖から移植されたものだといわれています。

の上流にくりなどの木を植え「しじみの森」として木を育てています。

また、今年三月には、消費者に、より鮮度の高いしじみを、安心して供給できる空調設備の整った荷さばき施設を完成させました。

さまざまを取り組みをしながら販路拡大、漁の安定を図っています。

十三漁協では、十三湖に養分豊富な水を供給し、おいしいしじみを育てようと昨年から今年にかけて、十三湖に注ぐ相内川

十三漁協の取り組み

いるためおいしいしじみが採れると言われています。

年間、約八百トンの生産量を誇り「十三湖産ヤマトしじみ」は全国的に有名になり、ブランドを確立しました。

また、この汽水湖がもたらす恵みとしてわかさぎ、うぐい、ほら、しらうお、やつ目うなぎ等も採れ、十三湖名産として珍重されています。

おもしろい!! しじみ伝説

十三湖でしじみがどうしてと

十三湖

十三湖は岩木川の河口にあり、県内で三番目の大きさを誇る湖で日本海からの海水と岩木川からの淡水が混ざった汽水湖です。海水と淡水がほどよく混じって



入札のようす。貝は次々と仲買人に買い取られていく。貝は県内外の市場に出て、食卓に上ります。



選別された貝は漁協荷さばき場に納められ、入札を待つ。



貝は大、中、小に分けられる。

いい環境で子どもに引き継ぎたい

十三地区 今野忠教さん(50)

「今年は春先の水温が上がらずあまり採れなかった。夏は平年より暖かく死ぬ貝が多かったんだ。今は妻、長男と一緒にしじみを探っている。漁期は10月までなので、それまで頑張らないとね。乱獲せずしじみを守って子どもに引きついで行きたいです。」



安田さん 米谷さん 今野さん

亡き義兄の意志をついで

十三地区 朝倉是好さん(41)

「亡き義兄の意志を継いで昨年青森市から市浦に来ました。今までの仕事(営業)と内容が違い、とまどいの一年だったが

どうにか独り立ちできるようになりました。

一日の収穫量が決まっているが、量に達しないとときもある。まだ、他の人よりしじみ採りに倍は時間がかかっているよ。根強く頑張るしかないね」

元気の源

十三地区 松木芳子さん

しじみは大好きです。家ではみそ汁か、バター炒めで食べています。なんとなく元気が出る感じがします。疲れたときに食べるというんですよ。



貝を選別する朝倉さん



毎日食べています

十三地区 相川さい子さん

家はしじみをとっているのので毎日食べています。もう少し安くなって皆さんにももっと食べてもらいたいです。



しじみ料理に挑戦

金木地区 青山ユキさん

たきこみご飯に挑戦しました。チーズには合わないと思っていたが意外と合います。おいしかったですよ。(食生活改善推進員)



しじみの栄養価

しじみの一粒の中にタウリン・メチオニン等のアミノ酸やカルシウム、リン、鉄などのミネラル、およびB2・B12などのビタミンを豊富に含み、肝臓の働き強化、精神を安定させる効果、増血作用効果などがギュッとつまっています。また疲れた体を癒してくれる効果もあります。

しじみ料理アラカルト

食生活改善推進員会金木支部ではしじみを使った料理「しじみご飯」に挑戦しました。

チーズ入りしじみご飯

【材料 6人分】

米……………カップ2 1/2
水+煮汁(550ml)カップ2 2/3弱
日本酒……………大さじ2
塩……………小さじ3/4
だし昆布……………(7cm角)1枚
しじみ(砂抜きしたもの)……………450g
枝豆(正味)……………60g
きざみのり……………適宜
チーズ……………3枚



- ① しじみはよく洗って鍋に入れ、かぶる位の水とだし昆布を入れて火にかける。煮立つ直前に昆布を取り出し、沸騰したら火を中火以下にして途中アクをすくい取る。口が開いて1分位したら火をとめてしじみとゆで汁に分ける。ゆで汁はふきんでこしておく。しじみは身ははずす。
- ② 米は洗ってざるに上げ、水気をきっておく。炊飯器に米と煮汁と水をいれて30分位おく。
- ③ 枝豆は固めにゆでてさやから取り出しておく。チーズは5mm角に切る。
- ④ ②の米に日本酒と塩を加えてよく混ぜ、米の上に枝豆をのせてふつうに炊く。
- ⑤ ④のご飯にしじみとチーズを加えて混ぜ、器に盛る。上に刻みのりを散らす。

絵画寄贈・伊藤正規氏に 紺綬褒章 授与



明治45年生まれで93歳になる現在も週に2~3日は絵筆を握り、日展へ出展する120号の大作を制作中。「土に帰るまで描き続けますよ」と語る伊藤氏。

公益のため多額の私財を寄付された伊藤正規氏（市内梅田出身）に紺綬褒章が授与され、九月一日、高松教育長より伝達されました。伊藤氏は昭和四十五年、日展特選受賞、日展審査員を務めるなど、輝かしい経歴等により中央画壇の重鎮として知られるとともに、一般市民対象の絵画教室を開催して地域文化の発展に貢献し、平成七年に旧五所川原市名誉市民の称号を授与されています。平成十六年には、これ

まで描きためてきた作品百五十点（七千五百四十万円相当）を市に寄付、今年四月から立佞武多の館美術展示ギャラリーにて三回に分け展示されています。伊藤氏は受賞にあたり、「絵は皆さんに見ていただいでこそ価値があると思ひ寄贈しました私の絵を見た方が安らぎを覚えたり、かつて私がそうであったように絵を志すきっかけになればうれしい」と感想を話していました。

山岳捜索救出訓練実施 五所川原市消防団ら



九月四日、飯詰ダム北側山林で山岳捜索救出訓練が行われ、五所川原消防署員及び市消防団員約八十人が参加しました。訓練は、キノコ採りで山に入った人が行方不明になり家族から捜索依頼を受け、県防災ヘリ「しらかみ」と一緒に探し、救出するという想定で行われ、団員らは本番さながら真剣に取り組んでいました。また、「これから本格的なキノコ採りシーズンになりますが、入山するときは無理をしないで行き先を教えてください」と消防の担当者は話していました。

河川愛護団体 青森工務事務所長 表彰

藻川長生会老人クラブ



七月三十日、長年にわたり河川の美化・愛護活動に功績があったとして、本市の藻川長生会老人クラブ（外崎武夫会長）が国土交通省から河川愛護団体青森工務事務所長表彰を受けました。同会は、岩木川の三好橋を中心に、クリーンアップや花壇の植栽などさまざまなボランティア活動をとおして環境美化に取り組んでいます。外崎会長は、「おもいがけない賞をいただき大変感謝しています。これからも活動をぜひ続けていきたい」と喜びを語っていました。

第13回県民駅伝 競走大会で力走



第5区を力走する三浦舞子選手(左)

九月四日、青森市で県民駅伝大会が開催され、当市は総合15位の成績でした。

五所川原市代表選手は次のとおりです。

- 1区・鳴海昭紀(岩大2)、2区・岩谷康生(五一中2)、3区・戸慶之(木高2)、4区・生玉頭(平成国際大4)、5区・三浦舞子(五四中2)、6区・小野文大(岩大1)、7区・古川裕望(木高1)、8区・中川聖也(五二中3)、補欠・工藤慎也(五工高3)・斎藤彬宏(五工高3)・鳴海正紀(五工高2)・檜川大(五一中3)・梶浦陽平(金中3)・小野彩華(五高2)・工藤真夕(五一中2)

福島城跡の謎に迫る

発掘調査現地説明会

九月四日、青森県教育委員会と中央大学が発掘調査を進めている福島城跡において、発掘調査の成果を一般に公開する現地説明会が行われ、約百人が参加しました。

説明会では、県文化財保護課の鈴木和子主査が「福島城跡の外郭土塁を調査しました。その結果、柵木で囲まれた通路と門跡が再検出されました。土の中から中世の白磁碗が出土し、安藤氏が活躍した時期に造られた可能性が高くなりました。また、

通路に付属する門跡はかなり格式の高いものとみられます」と話していました。

福島城跡は、日本海や十三湖水運に密接に関わる重要な遺跡であり、津軽地域の古代から中世の歴史解明にとって欠かすことのできない遺跡となっています。同地点では、これまで昭和三十年に東京大学が発掘調査を行っており、五十年ぶりに調査が行われました。



福島城跡…十三湖北岸に面する標高20~30mの丘陵にあり、城跡は内郭と外郭の二重構造になっています。内郭は一辺が200m四方の方形で、土塁と堀を伴っています。外郭は一辺が約1kmの三角形を呈する広大な面積となっています。『十三湊新城記』で鎌倉時代末に安倍(安藤)貞季が築いた「新城」とみられており、この地域に勢力をもった津軽安藤氏の居城と理解されてきました。

また、福島城の名称は、『十三往来』の中で「福島之城郭」と記されています。

厚労省

地域雇用創造調査研究事業 採択 雇用拡大プラン作成へ

厚生労働省「地域雇用創造調査研究事業」に市や商業団体で構成する五所川原市雇用創出協議会の計画が採択され、九月六日、木塚欽也青森労働局長から市に決定通知書が伝達されました。

この事業は、有効求人倍率が1倍未満の地域を対象にし、地域の雇用創造を支援するもので、調査、研究結果をもとに地域の特徴、独自性を出した、雇用創出を図るためのものです。市としては、

- ①自然景観や立佞武多などの観光資源を有効活用できる人材育成
- ②しじみなどの地場産品のブランド化
- ③滞在型グリーンツーリズムの農家民宿の実現
- ④建設業の新分野進出の四つの柱でノウハウ収集や業者へのヒアリングなどを行います。



その後、地域再生計画を策定し、雇用創出のための各種具体的事業の展開を目指し、同省の「地域提案型雇用創出促進事業」へ応募する方針です。

脇元お山参詣

に豊作祈願

津軽の秋を伝えるお山参詣が九月三日から四日にかけて脇元地区にある霧山で行われました。前夜祭の宵山は、津軽神楽、YOSAKOIソーランやカラオケ大会で夜遅くまで賑っていました。

翌日の朔日山には、津軽岩木山と呼ばれる霧山を目指し百人程の老若男女が御幣や供物を手にサイギサイギの掛け声も勇ましく頂上の岩木山神社が祭られている祠へ向け山道を登りました。

麓では登山囃子や丸太切り大会などが行われ、観客らは収穫本番を迎える前の一時を楽しんでいました。



9月 下旬お知らせ

国民年金保険料の納め忘れはありませんか？

国保年金課
内線211・212・213

国民年金は、20歳から60歳になるまで40年間保険料を納めると、65歳から満額の年金を受け取ることが出来ます。保険料を納め忘れていたと、将来の年金が減額されたり、万一のときの障害・遺族年金なども受けられない場合があります。今一度、納め忘れがないかご確認ください。

10月31日までは、10月から来年3月までの半年分前納が出来ます。半年分前納の保険料は80820円で、毎月納めた場合と比べ660円割引になります。半年分前納を希望される方は、国民年金保険料納付案内書に添付されている前納用の納付書をご使用ください。

保険料は毎月忘れずに納めましょう!!

**法務局なんでも相談
司法書士無料法律相談**
青森地方法務局五所川原支局
総務係 ☎(34)20030

土地・建物の登記、遺産相続、遺言、戸籍、国籍、地代、家屋等の供託、人権、法務行政に関する相談など。相談無料、秘密厳守。

●10月1日(土) 10時30分～15時
エルム文化センター

◇担当者 法務局職員、司法書士、土地家屋調査士、人権擁護委員

◇主催 法務局五所川原支局・鯉ヶ沢支局、司法書士会五所川原支部、土地家屋調査士会五所川原支部

10月1日より

**全国すべての市町村で
住民異動届時に
本人確認を実施します**

市民課 内線2003・2005

第三者による本人になりすました転入届・転出届等の防止、住民基本台帳の正確な記録の確保のため、住民基本台帳事務処理要領が改正されました。「住民異動届」の手続きには、本人確認のため身分を確認するものが必要となります。

◇本人確認を行う住民異動届等
転入届、転出届、転居届、転出

証明書に準ずる証明書の交付
※このほか、身分を確認するものの提示を求める場合がありますので、ご協力をお願いします。

◇本人確認の対象者 届出人本人
または代理人若しくは使者

◇本人確認の方法 住民基本台帳カード(顔写真付き)、運転免許証、パスポート、官公署が発行した顔写真付きの免許証等。
※以上の書類等で確認いたしますので詳細については、届出される窓口でご確認ください。

◇身分を証明するものを提示できない場合 届出を受理した上で届出人本人に対して「住民異動届受理通知書」を郵送します。

◎窓口においてになる市民の皆様には、ご負担をおかけすることになります。趣旨をご理解のうえ、ご協力をお願いします。

再就職を目指す皆様へ 求職活動を応援します

フリーダイヤル
0120(5)71091

再就職へ向けての無料個別相談会、無料スクール等への参加を受付しています。予約制。
●毎週火曜日 9時～17時
五所川原商工会議所

◇主催 青森県労政・能力開発課

第12回仁太坊まつり 津軽三味線全日本金木 大会エキシビジョン

(協)金木あすなる商店会
☎(52)20878

金木町出身の津軽三味線の元祖、神原の仁太坊が存命中、町の随所で演奏し廻った史実に沿って開催。
●9月24日(土) 18時～
津軽三味線会館屋外ステージ

(雨天時金木公民館) 入場無料
主な出演者：五所川原第一高校・あさひ(弘前市)・柴田三兄妹(宮城県)・西村しのぶ(長崎県)・柴田雅人(宮城県)・津軽三味線石井流秀旺会(長崎県) ほか



フリーフリー・テレフォン
(財)21世紀職業財団青森事務所
☎017(7)620200

仕事も家庭も大切に、安心して働きたい方のホットライン。育児・介護・家事代行等のサービス情報を電話案内。情報提供は無料。
●月曜日～金曜日(祝日を除く)
9時30分～16時30分

赤いりんごの アイディア料理を 募集しています

農業センター
☎(37)2104 FAX(37)2105
E-mail:nousen@goshogawara.net.pref.aomori.jp

果実の中まで赤い「赤いりんご」を使って、独自のアイディア料理を作ってみませんか？

◇対象
・市内在住・在所の方(職種不問)
・試作品の調理手順等を撮影し写真(デジタルデータも可)を提出できる方。

◇募集件数 100件(ただし、一人3件まで) 料理の種類は自由(和洋菓子類もOK)
※1件当たり成熟果実(約2kg)、ピューレ(約200g)を無償提供します。配布期間は当センターにて10月1日(土)～2日(日)の9～15時(都合の悪い方は相談に応じます)。

◇申込期限 9月23日(金)
◇申込方法 メニュー(説明の様式は自由)のほか住所・氏名・年齢・連絡先等を明記し、FAXまたはEメールにて送付ください。

市民サロン

きのこ展示会
 [同時開催]きのこ写真展
 五所川原山酔会事務局
 総務課 内線401

●10月10日(月)・祝 10時～16時
 中三五所川原店 5階特設会場



ヒラタケ

第12回 五所川原
 クロスカントリー大会
 工藤歯科医院内 大会実行委員会
 ☎(34)88833

●10月10日(月)・祝 受付8～9時
 スタート9時30分

狼野長根公園
 ◇種目 男女・学年・年齢別に12
 種目とフリー1種目

◇参加費 一般…2000円
 小・中・高校生…1000円

※競技後、夢野温泉で無料入浴可。
 ◇申込方法 所定の用紙に必要事項を記入し、参加料(現金)をそ
 え直接または郵送により9月26

日(月)必着で申し込みください。
 当日の申込みはオープン参加(賞
 対象外)となります。

第38回日本女子ソフト
 ボールリーグ 第8節
 青森大会 開催
 実行委員会 ☎(33)3377

オリンピックや世界選手権大会
 で活躍する選手たちの白熱したプ
 レーを間近で楽しめます。市民の
 皆様の観戦をお待ちしています。
 ◇会場 つがる克雪ドーム

10/8 (土)	9:30	大鵬薬品 vs レオパレス21
	11:30	伊予銀行 vs シオノギ製薬
	13:30	日立ソフトウェア vs トヨタ自動車
10/9 (日)	9:30	シオノギ製薬 vs レオパレス21
	11:30	日立ソフトウェア vs 伊予銀行
	13:30	トヨタ自動車 vs 大鵬薬品
10/10 (月)	9:30	シオノギ製薬 vs 日立ソフトウェア
	11:30	レオパレス21 vs トヨタ自動車
	13:30	伊予銀行 vs 大鵬薬品

◇チケット(発売所…つがる克雪
 ドーム、エルクの街SCインフォ
 メーション、タケダスポーツ店
 (前売) 一般…800円
 中学生…500円
 (当日) 一般…1000円
 中学生…700円

五所川原市シルバー人材
 センターからのお知らせ
 ☎(34)8844
 または市役所 内線2655

●9月24日(土) 9時～12時
 五所川原地域職業訓練センター

◇対象者 初めての方先着10人。
 シルバーパソコン教室
 初歩から始める高齢者入門教室。
 毎週土曜日(全12回)
 10月1日～12月17日 9～12時
 五所川原地域職業訓練センター
 ※受講料月4000円(教材費別)
 ・定員10人。

●10月4日(火)～11月4日(金)
 (社)五所川原市シルバー人材センター
 主に職業訓練センター
 ◇対象者 60歳前半の方
 ※受講無料・定員20名

◇申込締切 9月22日(木)
 市勤労青少年ホーム
 フェスティバル
 ☎(34)36022

ホーム利用者による作品展示や
 体験・販売コーナー等があります。
 ♪チャンスは無限自分らしく日タライ♪
 ●9月25日(日) 9時～16時
 市勤労青少年ホーム

働く婦人福祉講座
 受講生募集
 働く婦人の家
 ☎(35)8898

●10月12日(水) 18時～21時
 電源の入れ方から簡単な文章入
 力までを学びます。

◇募集人員 15人(女性限定)
 ◇講師 竹谷てつ子さん
 ※ノートパソコン(windows
 98)持参。受講無料。

◇申込締切 10月6日(木)
 ◇主催 青森県商工労働部労政・
 能力開発課

自賠責保険・共済の
 期限が切れていませんか
 国土交通省東北運輸局青森運輸支局
 輸送課 ☎017(739)1502

自賠責保険・共済は、万一の交
 通事故の際、基本的な対人賠償を
 目的に原付自転車を含むすべての
 自動車へ加入が義務づけられてい
 る保険・共済です。特に車検制度
 のない250cc以下のバイク(原
 動機付自転車・軽二輪自動車)は
 期限切れ、かけ忘れにご注意を!
 ※詳細はhttp://www.jibai.jp
 でもご覧になれます。

県立自然ふれあいセン
 ターからのお知らせ
 ☎0172(62)4527

●10月9日(日) 10時～15時
 県民の森梵珠山

◇定員 先着30人
 ◇参加料 300円
 ◇申込締切 10月7日(金)

梵珠山を散策してのきのこ観察
 会と、きのこの胞子による絵画制
 作の話です。

9月30日(金)は	
固定資産税 第3期と *国民健康保険税 第3期 *〔市浦総合支所から発行されている 国民健康保険税は 第2期〕 の納期限です。忘れずに納めましょう。 収納課 内線431～439 金木総合支所税務係 ☎53-2111 内線134・135 市浦総合支所税務係 ☎62-2111 内線13・14	介護保険料 五所川原地区 第3期 金木地区 第3期 市浦地区 第2期 の納期限です。忘れずに納めましょう。 介護福祉課 内線273 金木総合支所福祉係 ☎53-2111 内線133 市浦総合支所福祉係 ☎62-2111 内線32

福祉サービスマン要望・苦情一日移動相談

青森県運営適正化委員会

(福祉サービスマン相談センター)
☎017(731)3039

福祉サービスマン利用者やその家族が抱える事業者に対する要望や苦情について相談をお受けします。

●9月28日(水)

10時～12時、13時～15時

市社会福祉協議会2階相談室

※相談無料。予約制、要事前連絡。

「いきいきプラザ」開催

五所川原市社会福祉協議会

☎(34)3494

65歳以上の方を対象に無料で介護予防教室「いきいきプラザ」を開催。継続し無理なく全身を動かして筋力アップを図り、加齢による体力や機能低下を抑えます。

●毎週水曜日(月3回) 9月21日、10月5・12・19日、11月2・9・16日、12月7・14・21日

9時30分～11時

地域福祉センター大ホール

◆講師 成田寿子氏(国際認定エアロビクスインストラクター)

◆持参するもの 汗拭きタオル、大判バスタオル、室内用シューズ、スポーツドリンク

消防本部からお知らせ

☎(35)2019

予防課 内線 23・54

危険物取扱者試験

◎一般の部

・11月12日(土)

弘前東高等学校(弘前市)

・11月13日(日)

青森県立保健大学(青森市)

◎高校生の部

・11月26日(土)

弘前東高等学校(弘前市)

・11月27日(日)

青森工業高等学校(青森市)

◎受付 9月26日(月)～10月5日(水)

※受験願書等は、消防本部及び最寄りの消防署にあります。

危険物取扱者試験に伴う事前講習

消防法令：10月27日(木)

9時～16時30分

物理・化学：10月28日(金)

9時～16時30分

会場：中央公民館 第3会議室

受付：当日会場にて8時30分から

問い合わせ先：(株)木村石油

☎(34)3165

※危険物取扱者試験を受験する方を対象にした講習会です。

皆さんの住宅にも住宅用火災警報器の設置を!!

設置を!!

近年、建物火災による犠牲者が急増している中、火災による犠牲者を出さないため、消防法の一部改正がされました。これに基づき五所川原地区消防事務組合火災予防条例により、皆さんの住宅(戸建・併用・共同住宅等)に住宅用火災(火災)警報器等を設置し維持していただくことになりました。

※アパート・マンション等で消防法により自動火災警報設備が基準どおり設置されている住宅の部分は除く。

◎経過措置

・新築住宅は、平成18年6月1日の着工から設置が必要。

・既存住宅は、平成20年5月31日までに設置が必要。

◎設置しなければならない場所及び適応する火災警報器

・寝室(光電式火災警報器)

・階段(光電式火災警報器)

・一の階に7㎡(4畳半)以上の部屋が5以上ある場合の廊下(光電式及びイオン化式火災警報器)

◎設置義務はないが設置した方がよい場所

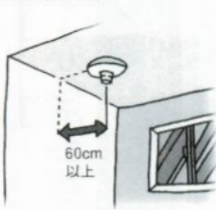
・台所(定温式火災警報器)

・居間(光電式火災警報器)

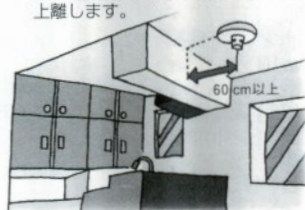
・その他火気使用場所等(定温式)

【取付位置】

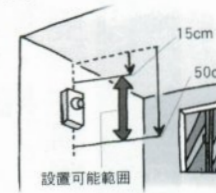
(天井の場合)
火災警報器の中心を壁から60cm以上離します。



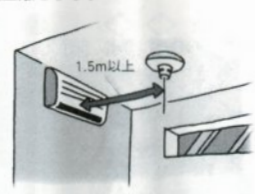
はりなどがある場合の取り付けは…火災警報器の中心をはりから60cm以上離します。



(壁の場合)
天井から15～50cm以内に火災警報器の中心がくるようにします。



エアコンなどの吹き出し口から1.5m以上離します。



工事の必要な住宅用自動火災報知設備の設置については、取扱店並びに工事業者にご相談ください。

または光電式火災警報器) ※光電式及びイオン化式は煙を感じ、定温式は一定以上の温度になるとブザー等によりお知らせするものです。火災警報器は一般的には円筒状(概ね直径120mm高さ40mm)のものですが、角形のものもあります。

【注意】住宅用火災警報器は、防災機器取扱店等で取り扱っていますが外国製のイオン化式火災警報器は廃棄等の問題が生じることがありますのでご注意ください。購入の際は、日本消防検定協会の鑑定マークの有無を確認しましょう。法律等の改正に便乗し、不適正な訪問販売等が予想されますので十分気をつけましょう。 ※詳しい内容は予防課まで。

火災・救急出動概況

五所川原市 8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17年	3	30	173	1,302	3	37
平成16年	6	35	187	1,344	4	25
比較	△3	△5	△14	△42	△1	12

平成17年度統一標語「あなたです 火のあるくらしの見張り役」

問合せ/五所川原地区消防事務組合消防本部 ☎35-2019 (内線25)

土地・車両売却のお知らせ

管財課・土地開発公社
内線472・473

売却物件

土地

番号	所在地	地目	面積 (㎡)	予定価格 (円)	都市計画用途地域	備考
1	大字吹畑字藤巻 26 番 1	宅地	1,396.81	25,561,000	第一種低層住居専用地域	
2	若葉一丁目 52 番 4	宅地	238.14	4,572,000	第一種低層住居専用地域	
3	大字七ツ館字鶴ヶ沼 155 番 6 外 1 筆	宅地	216.49	3,204,000	用途指定なし	
4	大字藻川字村崎 608 番 外 1 筆	雑種地	2,562.00	1,281,000	用途指定なし	
5	南部地区土地区画整理事業 82 街区 47	宅地	432.64	12,416,000	第一種低層住居専用地域	土地開発公社所有
6	南部地区土地区画整理事業 82 街区 10	宅地	499.67	14,340,000	第一種低層住居専用地域	土地開発公社所有

車両

車名	年式	種別	走行距離	車検	予定価格 (円)
ニッサンプレジデント	平成 4 年 12 月	普通乗用	77,593km	有	350,000

◇**売却の方法** 一般競争入札により売却します。

※予定価格以上の最高額で入札した方に、その金額で売却することを決定します。

◇**物件の説明等** 市役所 4 階管財課（公社事務局）にて説明及び関係書類の配布を行います。

※入札に参加される方は必ずおいでください。

（入札日前日までの土・日曜日・国民の祝日を除く午前 9 時から午後 4 時）

◇**入札・開札** 10 月 5 日(水) 午前 10 時から市庁舎北棟 5 階会議室

◇**入札参加者の資格** 「契約を結ぶ能力を有しない方及び破産者で復権を得ていない方」を除き、どなたでも参加できます。

◇**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

◇**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

◇**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。

※その他詳細については、管財課（土地開発公社）へお問い合わせください。

電話予約受付中！ 2006年(平成18年)版

青森県民手帳



☆スケジュール帳と都道府県・県内市町村の主要統計情報をコンパクトに収録

☆県内市町村の合併状況も早わかり！

☆分冊「ふるさと便利帳」で青森県を再発見

☆使いやすい小型サイズ！（縦 13.5 cm × 8.0 cm）
カバーは緑色

発行時期：10月下旬

価格：500円（税込）手帳お渡し時にお支払い。

申込先：企画課統計係（国勢調査実施本部内）

☎38-1521

予約期限：9月30日(金)

手帳の主な内容

◎**本体** 青森県市町村区画図、月間・週間 2 種類の予定表、過去 5 年間の天気模様、ふるさとの主な行事、書簡用語、二十四節気、メモ欄、年齢早見表(干支付き)

◎**別紙** 「地下鉄案内図」

◎**分冊** 「ふるさと便利帳」

・資料編 青森県の概要、主要統計（青森県・都道府県・市町村）、市町村紹介など

・名簿編 県関係国会議員、県議会議員、県関係機関、県内主要団体など

・生活編 暮らしの相談窓口、文化施設等一覧、ふるさと「道の駅」案内、県内温泉情報など

オルテンシアからのお知らせ

☎33-2111

あじさい・花のフォトを展示します

あじさい・花のフォトコンテストに応募された作品を審査した結果、次の方々が入賞されました。

【特選】 平山孝夫(烏森)

【準特選】 成田 均(幾島町)、阿部美弥子(青森市)

【入選】 岩谷昭範(幾島町)、山谷春夫(末広町)、藤林哲夫(弘前市)、成田聖子(一ッ谷)、泉谷恵子(弘前市)、小原み志(雛田) 敬称略

※ 9 月 21 日(水)～28 日(水)の期間、参加作品を展示しますので、ご鑑賞ください。

秋の全国交通安全運動

9月21日(水)～30日(金)までの10日間

運動の重点

- 1 高齢者の交通事故防止
- 2 夕暮れ時の歩行中と自転車乗車中の交通事故防止
- 3 シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底



年齢に 重ねる日ごとの 交通マナー

五所川原市交通安全対策協議会・五所川原警察署・金木警察署

平成17年10月1日(土)
9月下旬から国勢調査員がおうかがいいたします。

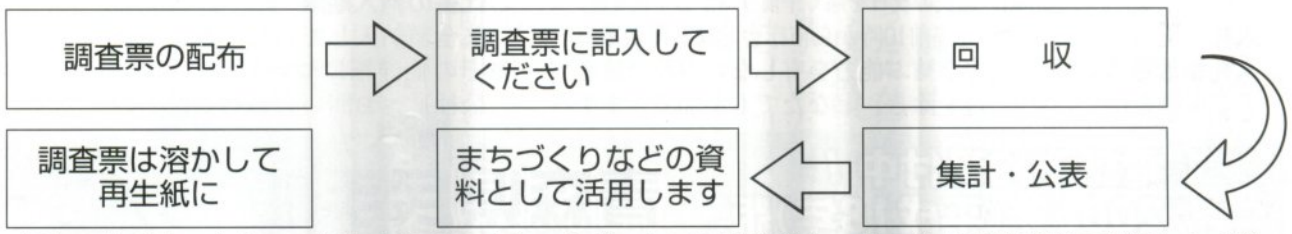


あなたの調査票には 日本の大切な未来が つまっています。

あなたとこのまちの21世紀のために10月1日、国勢調査を実施します。
5年に1度、日本に住んでいるすべての人を対象に行う大規模な統計調査です。

9月下旬から、国勢調査員が皆さんのお宅に調査票を配りにおうかがいします。調査票がお手元に届いたら、10月1日現在の皆さんの状況を記入してください。記入していただく項目は、男女の別、出生の年月、就業状態、通勤・通学地、住居の種類など17項目です。

記入していただいた内容は、統計を作成するためだけに使い、調査票は集計後に溶かします。調査票に書かれたことが他にもれることは絶対にありませんので、ご安心ください。10月上旬に、再び国勢調査員が調査票を受け取りにおうかがいします。



調査の結果は、今年の12月から公表します。まず、人口や世帯数を、その後「高齢世帯の状況」や「労働力状態、産業別構成」などを順次公表していきます。現在、日本は少子・高齢化が急速に進んでいます。みんなが暮らしやすい環境をつかっていくための、住宅や福祉、医療など必要な対策を調査結果から探っていきます。

皆さんから回答が得られなかったり、回答内容が不正確、不完全だと、精度の低い統計になってしまいます。日本の大切な未来のために、〔あなたの現在〕を調査票に記入してください。

企画課内 国勢調査実施本部 ☎38-1521

文芸こじよがわら

題字 斎藤 清泉

〔笹子俳句会〕

秋立つや絵馬の願ひは触れて鳴る	山鳩の声大らかに秋立てり	子等かへりぼつんと一人ちちろ聞く	臥せる身や津軽盆唄風に乗り	小鮒草風の狭庭に泳ぎ出す	うぶすなの花野を走る五能線	膝ついて三脚覗く花野かな	帰る子らに秋の夕焼け明日を告げ	子育てのどこが峠ぞ秋夕日
対馬 暉子	齊藤 さだ	小栗山ひで暉	菊池 初子	尾崎 玲子	瓜田 ゆり	奈良 ちか	佐々木 妙	松宮 梗子

小児マヒ(ポリオ)予防接種 金木地区

- ◇日時 10月6日(木) 受付13時～13時30分
- ◇会場 保健センター金木(2階)
- ◇対象 平成17年1月～6月生れ
生後3カ月～90カ月未満の子で過去に未接種の方

*母子手帳と予防票を記入して持参ください。
金木地区に住所のある方は、保健センター金木で実施します。

注) 発熱など体調の悪いお子さん、他の予防接種を受けているお子さんは接種間隔についてかかりつけのお医者さんに相談し、おいでください。
お子さんの健康状態をよく知っている方がお連れください。

生活習慣病予防教室

- ◇場所 保健センター金木
- ◇講師 長澤一磨先生(青森県総合健診センター医師)
葛西俊子先生(栄養士)
- ◇申込期限 昼の部 9月28日(水) 夜の部 10月5日(水)
- ◇申込先 保健センター金木 53-2111(内線154)

テーマ	開催日程	開催時間
高脂血症予防	10月3日(月)	13:30～15:00
	10月12日(水)	18:30～20:00(夜間)
高血圧症予防	10月5日(水)	13:30～15:00
	10月14日(金)	18:30～20:00(夜間)

高脂血症・高血圧症は、脳卒中・狭心症・心筋梗塞の引き金となります。少しでも異常が見つかったら改善していくことが大切です。

赤ちゃんを楽しむマタニティ教室

育児に備え、五感をいかした知識の習得と実践を通じて、お母さんや家族の愛情を赤ちゃんに伝え安心させる方法を学べます。

- ◇対象 市内の妊産婦さん、15カ月頃までのお子さん及び家族の方。
(お子さんと一緒に遊べるスタッフがいますので、お気軽に参加してください)
- ◇場所 保健センター五所川原 ◇申込方法 各回とも開催日2週間前までに電話で申し込みしてください。
同時募集!!! 先輩ママからの赤ちゃん用品の紹介を受付します。
- ◇共催 五所川原市民保健協議会

日時	テーマ及び内容	持参する物
第1回目 10月13日(木) 10:30～12:00	講義及びバイキング試食会 「おいしいおっぱいを出すためのお母さんの食事とかんたん離乳食」 ・数種類のメニューから選んで試食ができます	材料費大人 500円 お子さん用手拭等
第2回目 11月25日(金) 10:00～12:00	講義及び実習 アロマティーク 中村あづさ先生 「アロマセラピーで心身ともにリラックス」 ・オリジナルアロマスプレーをつくります	材料費 1,000円
第3回目 12月14日(水) 10:00～12:00	講義及び実習 安斎レディスクリニック 福井りみ子助産師長 「おっぱいケアと赤ちゃんタッチケアの実際」 ～赤ちゃんに一番良いと考えられるからだと心の栄養とは～ 「先輩ママからの赤ちゃん用品紹介」 ・スリング(抱っこしたままで授乳もでき、お父さんも抱っこで使えます)、手作り絵本・おもちゃ、授乳枕等	フェイスタオル バスタオル

麻しん・風しん、日本脳炎の 予防接種の実施方法が変わります

予防接種施行令の改正により、平成18年4月から麻しん・風しん予防接種は混合ワクチンとして2回接種で下記のようになります。

- 1期: 生後12カ月から24カ月に至るまでの間にある方
- 2期: 5歳以上7歳未満の者で、小学校に就学する日の1年前から小学校就学に達する日の前日までの間にある方
(ただし、18年3月31日までに麻しん・風しんの予防接種のいずれも受けていない者)

まだ接種していない12カ月以上から7歳6カ月未満のお子さんは、3月31日までにいずれも早めに接種しましょう。

日本脳炎については、現在一時中止の措置がとられていますが、今回の改正により日本脳炎3期(14歳以上16歳未満の方)の接種は7月29日より廃止になりました。

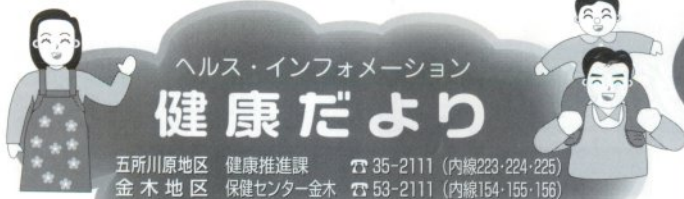
なつどまり「希望の家」現地親子指導

コミュニティサポート・すてっぴ開催のお知らせ

子育てにつまずきが感じられ、何らかの助けが必要な就学前のお子さんとお母さんに、遊びや関わりを通してアドバイス等を行います。



- ◇日時 9月21日(水) 9時30分～15時(参加無料)
- ◇会場 保健センター五所川原
- ◇対象 就学前の幼児と保護者 10組程度
- ◇内容 リズム・健康体操、親子遊び、学習会他
- ◇申込方法 9月20日(火)までに健康推進課(内線224)へお申し込みください。



ヘルス・インフォメーション

健康だより

五所川原地区 健康推進課 ☎35-2111 (内線223・224・225)
 金木地区 保健センター金木 ☎53-2111 (内線154・155・156)
 市浦地区 保健センター市浦 ☎27-7733

乳幼児健診

☆五所川原地区

- ◆場所：保健センター五所川原
- ◆受付時間：12時15分～12時30分
- ◆持参するもの：母子健康手帳、バスタオル等
- ◆主な内容：小児科診察、歯科診療(1歳6カ月児・3歳児)、身体計測、発達相談、離乳食試食(4カ月児)等

	対象児	期日
4カ月児健診	平成17年5月生まれ	10月4日(火)
1歳6カ月児健診	平成16年4月生まれ	10月25日(火)
3歳児健診	平成14年6月生まれ	10月20日(木)

※お願い 当日は、駐車場が混雑しますので、市役所駐車場もご利用ください。

健診に来られなかった方は、ご連絡ください。
 病気療養中のお子さんは、次回の健診を受けることができます。
 詳細については、各地区乳幼児健診の年間予定表をご覧ください。

母子相談

♪お子さん、お母さん達の交流の場にもご利用できます。

☆五所川原地区 母と子の相談日

- ◆場所…保健センター五所川原
- ◆持参するもの…母子健康手帳

開設日	時間	内容
10月5日(水) 10月19日(水) ※19日午後は電話予約が必要です。	10:00～12:00 13:00～15:00	・各月齢での成長、発達、育児、遊び、栄養(離乳食等)相談 ・子育て等の情報交換
ことばの相談日 10月20日(木) ※10月7日までに予約が必要です。	10:00～12:00	・ことばが遅い、発音がきぎとりにくい、どもりなどの相談

献血のご案内

期日	時間	場所
9月26日(月) 成分献血	9:30～14:30	保健センター五所川原

*成分献血は採血に1時間程度かかるため、1回の実施人数に制限があります。協力してくださる方は、健康推進課へお申し込みください。

救急医療当番医

月日曜日	医療機関名	住所	電話
9月19日 月	健生五所川原診療所	一ツ谷508-7	35-2542
9月23日 金	清水クリニック	鎌谷町103-1	35-3663
9月25日 日	川崎胃腸科内科医院	敷島町56	34-3330

- ※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)でも紹介します。

料理紹介

あなたも作ってみませんか



テーマ：よい食習慣を身につけましょう②

五所川原市食生活改善推進員会

かぼちゃと枝豆のさっと煮



1人分 80kcal

■材料(1人分)

かぼちゃ……70g
水……適宜
塩……少々
枝豆……20g
砂糖……大さじ1/2

■作り方

- ① かぼちゃは種を取り、ラップをして電子レンジで柔らかくしてから切る。(電子レンジがない場合は、蒸して柔らかくしてから切る。)
- ② 枝豆はさやから豆をはずし、茹でて薄皮をむく。
- ③ 鍋に材料を全て入れ、落とし蓋をして煮る。
(レシピ：社団法人 青森県栄養士会)

平成15年度国民健康・栄養調査の結果、1日の野菜類摂取量は、277.5gでした。若年ほど少なく、年齢とともに増加していますが、最も多い60歳代でも339.3gでした。
 健康づくりのための目標量は350gです。野菜料理をもう一品取り入れた健康的な食事を心がけましょう。

市浦地区肺がん・結核二次検診

◆申込方法：保健協力員が訪問した際にお申し込みください。

◆対象者：40歳以上の男性・女性
(平成18年3月31日現在の満年齢)

*4月の総合健診時肺がん検診を受診した方は受けられません。

◆料金：500円

◆実施方法：胸部のエックス線撮影
《健診日程》実施日：10月4日(火)

地区	場所	時間
桂川	桂川集会所前	9:00～9:10
太田	太田公民館前	9:30～9:50
相内	基幹集落センター前	10:20～10:50
磯松	磯松公民館前	11:20～11:40
脇元	脇元老人生きがいセンター前	12:00～12:30
十三	十三公民館前	14:00～14:40
相内	保健センター市浦(ピンコロ館)前	15:10～15:40