



トーサムプラザ  
オープン

7月13日、相内実取地区、特産品加工センター横に市浦村総合交流促進センター「トーサムプラザ」がオープンしました。

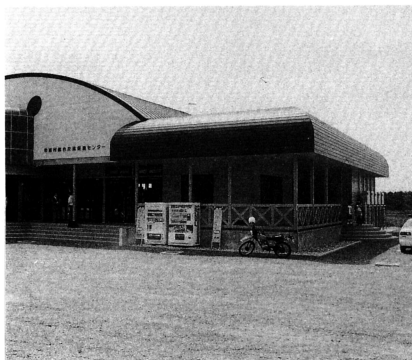
今後は、既存の特産品加工センターや、今年度完成予定の「道の駅」と共に山村都市交流の拠点になるものと期待されています。

## 市浦村総合交流促進センター

## 「トーサムプラザ」がオープン

七月十三日相内表取地区に建設された市浦村総合交流促進センターがオープンしました。愛称は村内からの一般公募に

よるもので応募総数二十六通の中から成田美子さん（相内）による「トーサムプラザ」が採用されました。



同センターは、木造平屋建て、建築面積約六百九十五平方メートル、床面積約五百八十平方メートルで、建物のデザインは市浦牛をモチーフに、青森ヒバを活用した大型木造建築。

村が山村振興等農林漁業特別対策事業費として、総工事費二億一千万円を投じて今年三月に完成しました。

管理運営は第三セクター「株式会社トーサム（八木澤良蔵代表取締役）」が行っています。

現在センター内ではしじみ貝や、おなじみのしじみエキスドリンク、シジミエクスを使った健康補助食品「貝活源ヤマト」、新聞で紹介され、人気商品となったしじみエキス入り菓子「からすの涙」などのしじみ関連商品や近隣町村の名産品などの販売スペース、郷土芸能等の体験交流スペース及び地場産品料理

の提供をするレストラン「わらび」などの営業を行っています。

またトーサムプラザでは、クラス会、パーティー、各種懇親会など、交流の場としても利用できます。相談によっては営業時間の延長も可能です。

オープン当日は村内外から多数の方が訪れ、高松村長、八木澤代表取締役、浜田村議会議長のあいさつの後、村の創作太鼓グループ東日流衆による力強い演奏がおこなわれ、会場を盛り上げていました。

今後は「道の駅」が建設予定で、休憩用の駐車場、四阿、公衆トイレの完備、また、山村振興等農林漁業特別対策事業で整備される交流広場内に、パーベキュー広場や青空市場の開設も予定されており、都市と山村の交流拠点としての機能が強化されます。

以前から接客業  
がしたいと思っ  
ていました。

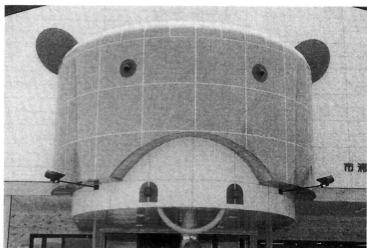


古川加奈子さん  
(太田)

生まれ育ったこの村で長く続けられる仕事かと思いき、かつ以前から接客業に憧れていたのがこの職場を選びました。まだまだ慣れないせいか、失敗ばかりですが、毎日楽しい発見があってやりがいのある仕事です。接客でお客様と会話ができるのも楽しいです。

これから多くの観光客の方に立ち寄っていただき、青森のたくさんのおみやげと、すぐとなりの工場で作っているしじみエキスを知ってもらいたいです。おばあちゃんたちが一生懸命作ったもや焼もおすすです。

村の人たちがいっしょもきてもらっているなとトーサムプラザでいていきたいと思っています。よろしくお願いたします。



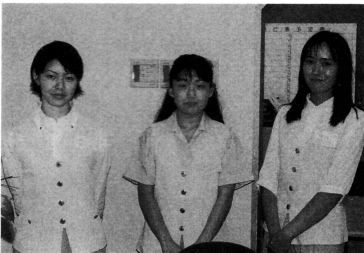
▲市浦牛がモチーフとなっています



▲レストラン「わらび」客席



▲レストラン「わらび」厨房内



▲私たちがお待ちしております

# 施設紹介



▲郷土芸能等の体験交流スペース



▲おみやげの販売スペースが充実



▲おなじみのシジミエクスドリンクも販売

# あの感動をもう一度

## 姫神・奥津軽 十三湖コンサート

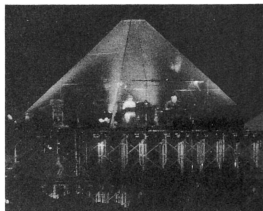
姫神・奥津軽十三湖コンサートが7月27日、十三湖特設会場で開催されました。

同グループによるコンサートは平成6年にも行われ、今回は姫神ゆかりの4市町村（岩手県遠野市、宮城県若柳町、岐阜県白鳥町、青森県市浦村）が連携して、“津軽半島から奥美濃へ～ 姫神 日本、遙かなる風土への音紀行”として、日本基層文化の一端に触れ、その深層に迫るステージを形成したいと企画されたものです。

当日はあいにくの強雨の中にもかかわらず3,500人の観客があつまり、午後7時に村創作太鼓「東日流衆」の演奏でコンサート開始。十三の砂山をはじめとした姫神の楽曲に加え、中国胡弓奏者の許可（シュイ クウ）さん、津軽三味線奏者の渋谷和生さん、蝦夷合唱団と姫神との共演や遠野張山しし踊りが披露され、さらに今年度は市浦中学校生徒によって組織された合唱隊も参加し、幻想的な照明で演出された湖上ステージを彩っていました。



▲遠野張山しし踊り



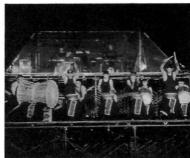
▲音と光で幻想的な世界を演出



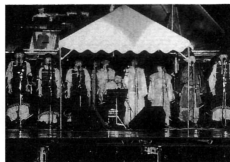
▲雨の中ご苦労様でした



▲市浦中学生徒も合唱隊として参加



▲おなじみ東日流衆の演奏



▲許可さんと蝦夷合唱団の共演



▲時代絵巻行進



▲工藤助役の勇姿



▲似合ってますか？



▲婦人会の皆さんによる流し踊り



▲よろいに身を包む中学生

# 7/27 東日流安東まつり 時代絵巻パレードスナップ



▲上ノ国鼓友会による演奏

わが町の三まつりの一つ、湯ノ岱温泉まつりが七月十四日、国民保養センター前の特設会場を中心に行われました。天候に恵まれ、すべての行事が行われ、町内外から八〇〇人が詰めかけ賑わいました。湯ノ岱市街地を上ノ国音頭にあわせて踊るパレードには半纏を着て変装した人たちが子どもたち、それに保護司や民生委員、人権擁護委員もすそをかけ参加、ティッシュやウチワを配っ



## 湯ノ岱温泉まつり

### かみのくに 情報ランド

友好町村だより ⑩

盛大におわる

ていました。また、上ノ国鼓友会による竜焰太鼓も披露され、演奏がはじまると観客はその鼓動に聞き入り、演奏が終わると会場から拍手が送られていました。地元産のゼンマイ、シイタケ、無料入浴券が当たるお楽しみ抽選会では当選番号が読み上げられるたびに観客は一喜一憂していました。

まつりの呼び物の歌謡が民謡ショーには演歌歌手の唄ひるこさんと両館民謡会が出演。「北海盆唄」などの民謡がはじまると、手拍子やかけ声が飛びかき、やがて乗った観光はな輪をつくって踊りはじめると湯ノ岱地区住民のパワーを見せつけられた一日でした。

この日は国民温泉保養センターが無料で開放され、各地から訪れた人たちが湯ノ岱温泉を満喫していました。



▲大会宣言を読み上げる三和美穂子さん

# 交 通死亡事故ゼロ一千日達成

## 第十四回青空リレー交通安全安全大会

七月二十一日、第十四回青空リレー交通安全安全大会が役場前で開かれ、参加した村民は、死亡事故ゼロ活動の実践を確認しました。

本村は去る三月二十二日に、交通死亡事故ゼロ千日を達成し、青森県警察本部長より表彰を受け、さらに、六月二十五日で交通死亡事故ゼロ三年達成で青森県知事表彰を受けていますが、今後もこの記録の伸ばし続けるためにこの大会は、交通安全リレー旗を引き継ぎ、齊に交通安全のための活動をおこし、地域の人々に交通安全意識の高揚と正しい交通ルールおよびマナーの実践を呼びかけ、交通事故防止の徹底を図っています。

大会では、今日で交通死亡事故ゼロ六千三百三十七日を達成し、県内第一位の記録を持つ小泊村よりリレー旗が引き継がれ、高松隆三市浦村長、金木地区交通安全協会会長、金木警察署長があいさつし、三和美穂子相内保育所母の会会長が「高齢社会に対応する高齢者の交通事故防止対策、観光客への安全運転のピーアールなど、私たち村独自の運動と対策を作り出さなければならぬ」と大会宣言を読み上げ、拍手で採択されました。いつもかんに言われている交通安全、あまりにも一般的になりすぎたが、薄れてしまっている言葉ですが今一度

# NEWS

フラッシュ

ここで再確認をしてみたいか  
がでしょうか。



▲大勢の方が参加しました

# 将 来に備えて?

## 市浦中生徒が育児体験

市浦中学校三年生を対象に、「母と子のふれあいセミナー」が七月五日、村コミュニティセンターにおいて開かれました。これは「乳幼児とのふれあい体験を学習することにより、健全な母性及び父性の意識を認識しよう」と昨年に行き続き開催されたもので、抱き方や事故防止などの注意を受けた後、体験学習へと入りました。

今まで赤ちゃんと接する機会がなかったため最初は突然泣き出す赤ちゃんに戸惑っていた生徒たちも次第に慣れ、中には見事な父親、母親ぶりを見せる子どももいました。



▲報告をする生徒会長の青山君

# 長 期の取り組みが評価される

## 相内分校生徒による海浜清掃

七月十七日、十三湖河川敷、津波の塔付近で毎年恒例の金木高等学校相内分校生徒による海浜清掃が行われました。

当日は風が強く、あまり良いコンディションとは言えない天候でしたが、生徒達は観光客が落とされていた空き缶や空き瓶中には古タイヤなどといった大きなゴミなどの回収に精を出していました。

相内分校は河川の美化・愛護活動に功績があったとして、七月十六日に建設省東北地方建設局長表彰を受けて、昭和五十年から岩木川河口部の十三湖水門口付近のごみ拾いを年一回続けている点が評価されました。



▲マズイ!泣き出しそうだ



▲強風の中ご苦労様でした

# 夏

## 休みの思ひ出し

### — ジュニア・リーダー研修会 —

こども会のリーダーとしての必要な知識・技術・行動を取得し、資質の向上を図り、子ども達の連帯・協力を促進することを目的に、ジュニア・リーダー研修会が大沼公園で行われました。

これは、村内小学校五年生を対象に七月二十四日、二十五日の二日間で開催されたもので、今年度も上ノ国町から滝沢小学校五年生を招き、村内の子とも連と交流を深めました。



▲これけっこう熱いよ



▲主催者自らが出場

この大会は毎年七月第二日曜日、当時の成田長代さんが主催しているもので、青森県内外から約八〇〇人の参加者、観客が集まりました。当日は好天に恵まれ、大観衆の中、今大会の主催者である成田さんの愛馬が出走する場面では会場から盛んな声援が送られていました。

# 人

## 馬一体

### — 東北馬力大会 —

七月十四日、大沼公園において、東北馬力大会が開かれました。

## 級合格おめでとう

### 第一〇三回全国商工会珠算検定試験

第一〇三回全国商工会珠算検定試験が六月十七日午後四時から村内各小学校において開催され、三和佳澄さんが見事一級に合格しました。今回の受験者数は四十四名で合格者は次のとおりです。



▲三和佳澄さん

▽一級 三和佳澄（辻分珠算塾）

# 緑

## 豊かな地域に

### — 大沼公園で植樹祭 —

去る六月十三日、大沼公園で北五地方植樹祭が行われ、ヤエザクラなどの苗木を植樹しました。

植樹祭では、開催地を代表し高松隆三村長が「緑豊かな活気あふれる地域づくりに取り組んでいきたい」とあいさつ。続いて緑化功労者などの表彰が行われました。また、相内小学校の岡本亜田美さん（六年）が「環境を守るため自然を大切に、みんなで協力して緑を増やすことを誓います」と誓いの言葉を述べました。その後、参加者たちは大沼公園内地下にヤエザクラ、ナナカマド、エゾアジサイ、エゾヤマツツジの苗木七十本を植樹しました。



▲緑の少年団による植樹

これは、毎年北五管内で植樹祭を実施している北五地方林業

- ▽五級 成田和也（辻分珠算塾）
- ▽七級 秋田谷五月、竹谷知佳（辻分珠算塾）天坂友香、今野洋子（浦田塾）
- ▽八級 中島千恵美（浦田塾）
- ▽九級 吉田 亮、白川浩平（辻分珠算塾）
- ▽十級 小倉勇斗、近藤祥平、小寺晶子、棟方亮伍、亀田春樹（浦田塾）



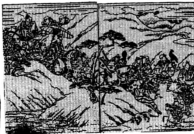
▶ 69 ◀

# 後二年の取 (5)

## 義家出羽に遊ぶ

源義家は国司として、陸奥・出羽の治政に専心しましたので、誰一人としてその政道に服しない者がありませんでした。寛治元年(一〇八七)になって国司の任期が終わったけれども、奥羽二州の国民の熱望によって再び国司に任命されて寛治三年(一〇八九)に及ぶまで国内が豊かに平穏に治まりました。

前九年合戦が終わりを告げた後、義家が出羽(現在の秋田・山形地方)の国父頼義は伊予(現在の愛媛地方)の国



守に任命されたことは既に述べた通りです。ところが、義家は父頼義の希望によって僅か三年で出羽守を辞退して京都に住居を移しましたので、出羽の状況には精通していませんでした。そこで、義家は国務の暇を見て国内の名所や旧跡を心ゆくまで見学したいものだと望んでいました。寛治三年になって国務が暇になったので、少々狩りや遊覧を兼ねて花見がららの小鷹狩りや遊覧を兼ねて花見がららの小鷹狩りを決行することになり、出羽国内の視察に向かったことになり、出羽の内輪掣めが漸くおさまったばかりの後だけに義家のこの遊行は大きな危険をはらんでいたのでした。

### 家衡の策謀

清原真人家衡は、先年真衡(寛治三年には既に病死。家衡の異母兄)が館を攻めた時、義家の即従正経、助兼等が真衡に味方したために打ち負けたことを根に持って義家を深く恨んでいました。隙があつたら義家に一撃を加えて殺してやろうと考えていました。異父兄清衡の諫言を退け、清原家の故地出羽の国に逃げ帰って沼津に立籠つて

種々と義家打倒の謀を巡らしていましたが、義家の武威が強くでなかつたので、義家の威を屈することが出来ないうちに、怒り心頭に達して閏々と年月を送っていた矢先に、義家の出羽遊山の報に接して機会到来と動き始めたのです。家来の間者からの通報であつたものでしよう。

直ちに乳母の千任を呼んで、義家討捕の時節到来したぞ、近日義家当国の名所を見ようとかも同僚でやってくるのことに、秘かに同意していた兵らに触れ遣わし、在々所々の悪党等五千人を集め、宗徒の兵七百余騎をして戦いの備えを固めさせよと命じました。家衡の家人が七百余に対して、近所近辺の悪党に買物をして五千余人も味方につけて策略をしていたことになりました。陸奥・出羽の境に遊茂木を幾重にも引懸けて、今日か今夜か義家の出羽入りを持っていました。

### 義家、家衡の叛逆を知る

『前太平記』には義家の遊行の状況を次のような名文で記述されています。「將軍(義家のこと)斯とは夢に不知給りければ御心融やかに浮立、春の駒の蹄に打任せつ、行空の霞を分けて陸奥の浅香の沼の花かすみ、今見る袖や影移る、浅からぬ山の井の流を汲みて詞の葉の種と成ける昔の跡、彼方此方と見廻りて、已に出羽

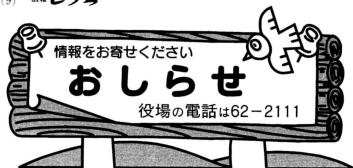
国に打入らんとし給ける」清原家の内紛が自分の仲介で和解したばかり思つていた義家は、家衡の叛逆など夢にも考えていなかったものであつた。馬の足に任かせて昔の名所を心ゆくまで楽しんで歩いた様子が窺われます。そして、出羽の国へ入ろうとした時です。

一行と出会つたのは数人の牧男たちでした。そして、すれ違ひの共の袖を押えて、家衡軍の待ち伏せの状況を知らせ大事に至らないうちに引返した方がよいと告げます。特にもし奥州の国司様であつたらなおさらのことですとつけ加えます。

これ聞いた共の家人等は、片腹痛き家衡が仕業かな、久く太平で弓箭を忘れていたが、珍しく軍して家衡軍を踏み破つて通ろと勇み進みます。將軍義家はつくづく思案をし、いや待て今は遊行であつて、公事ではない、とんだ騒ぎをこちらから起こしては朝廷に對して申し訳がない。何も出羽に行かなくても家人をなだめて馬の鼻を引返して、尚奥州の旧跡を心静かに見廻つて國府に帰ります。共人は拳を握つて口惜がります。

挿絵は、義家一行の遊行の図です。○警告 お待ち兼ねの「市浦村史」第二巻が出来ます。お望みの一方は市浦村教育委員村史編纂至へ申し込んで下さい。





平成8年9月1日から

## 水道料金が統一されます

老朽化した諸施設の更新や生活水準の向上、給水区域の拡大等により、水需要が増加しており、これらの要望に応えるために多額の設備投資が必要になっています。

西北事業部の今後の経営の健全化と良質な水道水の確保を図るため、給水区域（木造町・森田村・柏村・稲垣村・車力村・市浦村）内の利用者の皆さんに、統一単価による水道料金をお願いすることになりました。

なお、新料金につきましては、平成8年9月1日より適用となりますので、ご理解いただきますようお願いいたします。

区分 用途	料 金		
	基本水量(1ヶ月)	基本料金(1ヶ月)	超過料金(1㎡につき)
一般用	8㎡	1,850円	250円
団体用	10㎡	2,300円	300円
工業用	100㎡	15,900円	250円
営業用	10㎡	2,200円	280円
浴場用	100㎡	11,600円	150円
プール用	1㎡につき 290円		
観賞用	10㎡	3,500円	450円
臨時用	1㎡につき 350円		
私設消火栓	1㎡につき 240円		
演習用	1栓1回20分までごとに		その端数 4,200円
共用	8㎡	1,850円	250円

## 近隣町村の状況（一般用）

町村名	基本水量 (㎡)	基本料金 (円)	超過料金 (円)	メーター使用 料13mm (円)	施行年月日	税区分
鯉ヶ沢町	8	2,250	260	—	H 6.4.1	内 税
板柳町	10	2,300	230	100	H 3.5.1	〃
金木町	10	2,070	210	140	H 7.4.1	〃
中里町	10	2,100	210	—	H 5.5.1	〃
鶴田町	10	1,700	170	160	H 1.4.1	外 税
小泊村	10	2,100	210	210	H 4.10.1	内 税

10月1日

平成8年事業所・  
企業・統計調査

ご協力をお願いします

## 市浦村の人口と世帯数

平成8.8.1現在

大字名	前月人口	人 口	世 帯 数
相 内	1,293	1,291	409
桂 川	71	71	23
太 田	294	291	89
脇 元	560	559	199
磯 松	313	313	113
十 三	803	806	250
計	3,334	3,331	1,083

いじめ相談電話が  
開設しました

先生やお父さん、お母さん、あるいは友達などに相談できないで困っていたら「子ども心のテレホン」へ電話して下さい。あなたが困っていることを聞いてくれます。

## ▶電話番号

(62) 39399

- ・名前や学校名などを言いたくなければ言わなくてもいいです。
- ・午前10時から午後4時まで電話を受け付けます。
- ・相談上の秘密は固く守ります。

## ▶問い合わせ先

市浦村教育委員会

市浦村いじめ問題懇話会

TEL 62-3751

国民健康保険税率が  
変わります

平成8年度より国民健康保険の税率が税負担の平準化をはかるため次のようになります。

## ▶問い合わせ先

役場住民福祉課国保係まで

	改正前	改正後
均等割額	16,500円	20,000円
平均割額	26,500円	30,000円
資産割額	60.0%	50.0%
所得割額	6.8%	6.0%

## 県内の交通事故概況

青森県交通対策協議会

発生	7 月		累 計	死者の うち	高 齢 者 の 死 者	
	7月	累計			21 (15)	18 (12)
発生	749 (716)	4,525 (4,516)		死者の うち	高 齢 者 の 死 者	21 (15)
死者	13 (11)	68 (77)		飲 酒 運 転 に よ る 死 者	18 (12)	
傷者	903 (855)	5,462 (5,511)		シ ー ト ベ ル ト	着 用 義 務 者 (着けなければならない人)	41 (42)
					非 着 用 者 (着けていなかった人)	29 (34)
					着 け て い れ ば 助 か っ た と 思 わ れ る 人	10 (16)

( )内は前年。累計は1月から。

# 健康への道

No. 100

「一日ドックで『要指導』と言われども、痛くもかゆくもないからといって放って置いていませんか。この『病状別料理教室』では、要指導の方はもちろん、そうでない方も自分の食生活、健康について考える折角の機会だから」といって、大勢の参加が見られました。

今回は、その様子も含めてのお話です。

講師は、五所川原保健所 高崎優子栄養士です。

第一回目の病状別料理教室では、成人病（心臓病、脳卒中、ガン）を招く大きな要因となる高脂血症についてお話して、調理した食事は、野菜を多く取り入れたもので、高脂血症の予防のために一日に取り入れたい野菜の量は、目安として自分のにぎりこぼしは四分分であること、無理であっても「三分分は必要である」ということでした。

また、女性で特に骨粗鬆症の方は、カルシウムの取り入れ方

※第一回目の病状別料理教室のメニューです！ 参考につくってみませんか？

## 高脂血症予防の食事

メニュー	材料	1人分 (g)	作り方
A 鶏肉のソテー	鶏むね肉(皮なし)	60	1. 鶏は身の厚いところを削ぎを入れて切り開き、はらばらにする。
	しょうが汁	0.4	2. 塩、しょうが汁、かつお節を合わせて解凍し、水けをよく切る。
	サラダ油	5	3. おしょうが汁をよく切り、2と同じよう、だしと混ぜ合わせる。
	トマトペースト(冷蔵)	30	4. フライパンに油を熱し、肉の水けをふいて入れる。両面がこんがり焦ついたら裏を返して中まで焼く。食べやすく切る。
B さつまいも	さつまいも	50	1. さつまいもは皮をむいて1cm厚さの半月切りにする。
	牛乳	75 (C.N.)	2. 焼いたものに牛乳、砂糖、塩を加えてやわらかくなるまで煮る。
	砂糖	0.3	※かぼちゃ、じゃがいもでもおいしい！
	塩	0.1	
C 野菜の三杯酢	材料	1人分 (g)	作り方
	にんじん	50	1. にんじんは5cm長さの太めのせん切りにし、茹でたえくまで切る。
	きゅうり	30	2. さやいんげんは色よくゆでて斜めうす切りにする。
	もやし	30	3. もやしはさっとゆで、ざるに上げて冷まし、水けを絞る。
D ごはん	材料	1人分 (g)	作り方
	精白米	75	1. 米は洗って普通に炊く。
	水	100	蒸籠に載る時は165g。

についても、牛乳から六割・小魚や海草から一〜三割取り入れることを開けたようです。

ジュースも一缶に、一日に必要な砂糖の二倍〜三倍程度の砂糖が入っていること、一・五ℓのボトルには、容器の四分の一〜三分の一は砂糖であること等を知り、皆さん驚かれています。

元気に働いてみて下さい。

※内線三四までです。

## 楽しく健康を考える

毎日の食事、毎日食べているからこそ、ひと工夫が大事なのではないのでしょうか。あなた自身とあなただけの家族のためになるお料理教室です。

皆さんでワイワイ楽しく健康づくりをしませんか！

◆申し込み先・住民福祉課  
 六二二二一  
 内線三四までです。

★今日の献立の栄養価

献立名	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	食塩相当量(g)	ビタミンB1(mg)	ビタミンC(mg)	カルシウム(mg)	鉄(mg)
A	141	2.7	2.5	19	0.1	0.1	0.3	0.0	0.0
B	119	2.7	0.8	91	0.6	0.0	1.0	0.0	0.0
C	244	5.7	0.7	3	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0
D	252	5.2	0.4	112	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0
合計	538	16.3	4.4	135	1.4	0.1	1.3	0.0	0.0

※1=1こさし T1=おさし C1=カップ

成田 祐美(美大田) 義満  
 奈良 都美(美大田) 義満  
 三浦 里沙(相内) 隆仁  
 成田 上子(相内) 慎睦  
 三浦 里沙(相内) 隆仁  
 成田 上子(相内) 慎睦  
 宮崎 圭一(相内) 功一  
 白川 圭一(相内) 功一  
 成田 上子(相内) 隆仁  
 三浦 里沙(相内) 隆仁  
 工藤 聖一(相内) 功一  
 小野 圭一(相内) 功一  
 藤崎 圭一(相内) 功一  
 美津 圭一(相内) 功一  
 谷川 圭一(相内) 功一



坂本 香織(三内)  
 佐藤 勝一(三内)  
 須藤 百子(三内)  
 今川 正彦(三内)  
 小野 馨(三内)  
 伊南 千世子(三内)  
 山内 裕史(三内)  
 三上 幸子(三内)

七月一日の人事異動で、今号から広報の担当になりました。文才なし、写真撮影も経験なしで、これからのことを考える不安だらけですが、皆さんに少しでも成長の跡を見せることができるように精進したいと思います。(三上 洋)