



しゅら



▲抱っこも手なれたもの

命
 貴い
 肌で感じる...

市浦中学校の三年生男女32名の生徒を対象に、ふれあい体験学習『母と子のふれあいセミナー』が開催されました。生徒たちは赤ちゃんとふれあいながら、『親子の絆』と『生命の貴さ』を学びました。

《関連記事 6ページ》

300人が水をキーワードに語り合う

第六回

東北水環境交流会イン十三湖



▲ちよちよじジェニアでは水辺の生物ヨシキリガニを求めて



▲工藤助役が挨拶

水をキーワードに環境問題を話し合い、次世代へ向け新しい文化や水環境の創造を考える「第六回東北水環境交流会」が、七月九日～十一日までの三日間、十三湖・中の島ブリッジパークをメイン会場に開かれ、県内外から三百人の参加者が訪れ水や川、十三湖をテーマに交流を深めました。



▲見事ヨシキリガニをゲット

交流会初日は、午前十時から岩木川下りが行われ、五十人が五艘のEボートに乗り込み岩木川下りに挑戦しました。中里町芦野頭首工から、十三湖をめぐりスタートしましたが、あいにくの「ヤマセ」で風が強く、津軽大橋で断念したものの参加者は、水に親しみながら岩木川下りを楽しんでいました。

二日目は、中世、十三湊遺跡巡りと津軽風体験を楽しんだ後、「ちよちよじの集い（分科会）」に入り、大人十二グループ、子ども三グループに分かれて水環境問題等についての話し合いが持たれました。

分科会では、子どものグループは、ヨシキリガニを求めて水辺を散策したり、大人のグループでは、「十三湖の水は、昔に比べるとかなり汚れてきている」「水の環境について真剣に考えなければならぬ」など、活発に意見が出されていました。その後、会場をコミュニティセンターに移し、懇親交流会が開かれました。



▲伊南善仁さんもかけつけ熱唱



▲十三子ども会による和太鼓で参加者を歓迎

最終日は、早朝から七十人が参加し、十三湖水百口と灯台付近のごみ拾いの後、作家の立松和平さんの講演と全体会議を開いて水環境交流会の全日程を終りました。

懇親交流会では、三百人の参加者に十三湖のしじみ汁、桃太郎トマト、市浦牛などを振舞われしました。また、各ブロックごとの参加者のスビーチや、十三の砂山、磯松出身の歌手、伊南善仁さんのスノーレジなどで、最高潮の盛り上がりみせ、最後は参加者全員で市浦音頭を踊り懇親交流会を締めくくりました。



▲交流会では、津軽弁。での寸劇も披露されました



▲岩木川流域関連パネルが展示されました



▲参加者全員の市浦音頭で締めくくり

第三回

十三湖・湖上ウォーク

県内外から百名参加

七月二十日(海の日)、十三湖を歩いて渡る第三回十三湖・湖上ウォークが開催され、静岡県など県内外から百名が参加し、自然を満喫しながら、見事鯉崎から中の島ブリッジパークまでの約四・五キロを完歩しました。

今回で三回目となる十三湖・湖上ウォーク、前日のヤマセが収まり海の日にふさわしい絶好のウォーク日和となりました。

午前九時から開会式が行われ、高松村長が参加者へ歓迎のあいさつの後、青森市・青森歩こう会の本間勝四郎さんが、「水に親しみ互いに励ましあいケガのないようゴールをめざして歩きます」とウォーク宣言しました。

その後、参加者はスタート地点の鯉崎までバスで移動、十三子ども会による和太鼓での激励のあと、三班に分かれて花火を合図に湖上ウォークがスタートしました。コース途中では、胸まで水につかる所

もありましたが、約二時間後には全員が中の島ブリッジパークにゴールしました。

ゴール後は、十三湖特産のしじみ汁とおにぎりの昼食が参加者に振る舞われました。

最後の交流会では、ブレゼントコーナーや「相内の虫送り」、「十三の砂山の郷土芸能が披露されるなど参加者同士交流を深めていました。



高松村長が歓迎のあいさつ

歩け歩け 十三湖



休憩地点で記念撮影



十三子ども会による和太鼓



元気を出して出発「ダート」



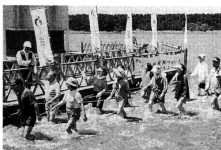
まだまだ先は長い



いよいよスタート



歩き終えての昼食「うまい」



4.5 km見事完歩

市浦の豊かな自然が好きで

相内地区に夫婦で家を手作り

中志^{なかし} 弘徳^{ひろのり}さん 夫妻
ミキさん

老後住む家を自分たちで造ろう——。



作業に精を出す中志さん夫妻

二月に千葉県東金市から市浦村に転入した中志さん夫妻が建てている家は、木造の平屋建てで約四十五平方メートル、五月から建築を始まりました。夫妻は、知り合いから相内地区に土地を買い、昨年五月にキャンピングカーで一か月間市浦村で過ごしており「村の豊かな自然や人情に感激し、市浦に家

中志さん夫妻に一问一答

Q. 市浦村の印象は？

A. 弘徳さん

海と山と十三湖がありとてもいいところです。豊かな自然がいいですね。それから市浦の人は人柄もいい。いいところに家を建てられました。

A. ミキさん

でも、冬の寒さは厳しそうですね。(笑)

Q. 市浦村のシジミはもう食べましたか？

A. ミキさん

シジミはとてもおいしい。山菜や海産物もおいしい。たけのこやミズは特においしいですね。

A. 弘徳さん

山菜もおいしいが、なんといっても都会では味わえない空気がおいしいですね。

～ありがとうございました～

を建てることを決めた」という。

大工仕事は、素人で慣れない作業で難航することがたびたびあるが、それでも「棟上げだけが身内の者に手伝いしてもらったが、後は二人ですべての作業を力をあわせて頑張っている。毎日がとても楽しく完成が待ち遠しい」と作業に精を出していました。

手作りの家は八月一杯で完成予定だそうです。

▼完成間近



青森県知事 十三湊特別展を視察

木村県知事来村

六月十七日木村青森県知事はじめとする青森県庁関係者一行三十六名が歴史民俗資料館で行われている「よみがえる中世港湾都市十三湊特別展」を視察しました。

視察では、榎原滋高学芸員に

銀杏なす？

奈良孝一さん(太田)

ハウスで収穫

七月十二日太田地区、奈良孝一さんの畑で、こうなす(写真)が収穫されました。

金木地域農業改良普及センターによると、このなすは正常な形とは違うことから、総称して奇形果と呼ばれており、きんちゃくのような形からきんちゃく果、二つの果が一つになっている双卵果の二種類の奇形果の一つの果実と一緒になった果実で、今年のように空梅雨で肥料の効きがよく、なすの葉が太って帯のようになった場合、こういう果実になることが多いそうです。



▲銀杏なす？



▲奈良孝一さん

形的には、お相模さんの後から見た髪型に似ているので、銀杏なすとも呼びたいですね。



▲榎原学芸員の説明に耳を傾ける木村県知事

青森県産米新品種

「ゆめあかり」栽培管理を指導

金木農改普及センター

金木地区農業改良普及センターと村が主催し、七月五日相内地区秋田谷長一郎さんが作付けしている「ゆめあかり」生産実証圃前で、青森県産米新品種「ゆめあかり」の良食味・高品質米生産の栽培管理に向けた現地検討会が行われ、村内の生産者約二十名が参加しました。

- ① 除草型耐荷性が二ランク強い。
- ② 食味が二ランク優る。
- ③ 草丈は初めは短いが後半伸び



▲講師の立田さん
後方水田が「ゆめあかり」作付田

で最終的と同じになる。

- ① 登熟スピードが早いが高肥栽培では登熟率が低下しやすい。
- ② いもち病抵抗性が一ランク劣る。
- ③ 収量が5%程度少ない。

また、参加者からは「ゆめあかりの販売戦略はどうなっているのか」「種初確保は大丈夫なのか」等の質問が出されています。ちなみに種初については、今年度概ね確保されるそうで、来年度以降の「ゆめあかり」作付け面積拡大に期待がかかります。



▲「ゆめあかり」栽培の留意点に耳を傾ける生産者

中世・安藤の里めぐり 定期観光バスツアー運行開始

七月二十日、村内の史跡をめぐる「中世・安藤の里めぐりバスツアー」がスタートしました。このバスツアーは昨年続き、今年で二回目になります。

この日は、バスツアー開始初日ということもあり、十三湖マリン十前で出発式が行われ、高松村長が「十三漆を擁して中世を訪ねるバスツアーは、十三漆遺



►ボランティアガイドを努めた小石山岡さん、竹谷さん、小山内さん

跡の発掘現場の見学などがコースに組まれており、安藤氏の歴史とロマンを体感できるツアーとなっております。」とあいさつ、引き続きテープカットなどが行われました。

また、相内芸能保存会による「相内の虫送り」がツアー参加者に披露され、祝砲を合図に、バスは最初の見学地十三漆遺跡発掘現場へと向かいました。

ツアー初日は、市浦中学校三年生の石岡隼也君、竹谷雅代さん、小山内理恵さんの三人が中世・安藤、安藤氏の家臣に扮しボランティアガイドを努め、茨城県などからのバスツアー参加者十五名に説明をしていました。なお、このツアーは、八月二十日まで行われています。

度参加してみたいかがでしょうか。



▲定期観光バスが祝砲を合図に出発



▲参加者に説明する小山内理恵さん

海岸をきれいにしました

本格的な海水浴シーズンも間近にせまり、七月十四日村内の海岸清掃が一堂に行われました。海岸清掃には、金木高校相内分校生徒や村内小中学校PTA、漁協、市浦村ライオンズクラブ、赤十字奉仕団などの関係者約百

五十名が参加し、各区域に分かれての作業となりました。海岸のごみは、年々増えており、二トントラックがゴミですぐに満杯になるなどしていましたが、作業にあたった皆さんは、さわやかな汗を流していました。



▲ご苦労様です

海岸清掃に参加した皆さんご苦労様でした。

母と子のふれあいセミナー 市浦中学生命の貴さを学ぶ

七月七日（ミニ）ティンセンターにおいて、市浦中学校三年生男女三十二名と、乳幼児とお母さん九組が参加し、ふれあい体験学習「母と子のふれあいセミナー」が行われました。

このセミナーは、生命の貴さと、健全な母性及び父性の意識を育成する機会とすることを目的に、平成六年度から市浦中学校生徒を対象に行われていたもので、今年で六回目になります。

参加した中学生たちは、事前学習で生まれたばかりの赤ちゃんとは同じ重さの人形を抱っこしたり、保健婦から乳幼児に関する各種説明を受け、いよいよ体験学習が始まりました。最初は泣き出す赤ちゃんに悪戦苦



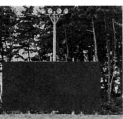
闘していましたが、身体測定や診察では、お母さんに替わり赤ちゃんを計測場所に抱っこして連れていくなど、おむつ交換や衣類の着替えなどを体験しました。最後に参加生徒を代表して三浦松幸さんと梶浦瑞穂さんが「ふれあつたのしかった」「育児は大変なんだと思った」と感想を述べ、このセミナーを通して学んだことは多かったのではないだろうか。



山村広場野球場

バックスクリーンを改修
一 株笹山木材（臨元）が資材を提供

六月十九日、梶笹山木材が資材を提供するなどの好意により、村内の野球愛好者約二十人が協力し、山村広場野球場のバックスクリーンを改修しました。これまで、バックスクリーンが小さく、ボールが見えにくいなどの課題がありました。



今回の改修で解消され、野球関係者からは、喜びの声が上っています。

この日は、村体育協会野球部、登録野球チームのイーグル

▶ 完成したバックスクリーン
日に行われた国民体育大会の県予選（壮年の部）でも、会場として使用された夕焼け野球大会もこれまで以上に良い環境で、リーグ戦が行われています。

第43回高松宮杯野球大会 青森県大会（第一部） 市浦村体育協会野球部が優勝！

東北大会では惜しくも敗れる

六月十二日、十三日、八戸市で行われた第四十三回高松宮杯野球大会（第一部）で、市浦村体育協会野球部が見事優勝をかちました。一回戦は上北クラブを六対一で下し、東北大会出場権をかけた決勝戦は、青森市の強豪「かねさ」と対戦、接戦となりましたが最終回（九回）に点差を上

げ一対〇でサヨナラ勝ちし、東北大会出場を決めました。続く六月二十七日岩手県で行われた東北大会では、雨天の中、岩手県代表の「阿部繁孝商店」と対戦し、勝利をめざしましたが、惜しくも三対二で敗れ、全国大会への進出はなりません。

平成11年度 市浦村消防団定期観閲式



▲人員姿勢服装点検



▲トランパ隊……「ラッパ隊。のみなさん



▲各分団による車輛行進



▲「火の用心、火遊びはしません」



▲軽妙な「まとい振り」を披露

自分たちの地域を自分たちの手で守るという信念をもち、火災や災害の際に住民の命と財産を守るのもちろん、災害を出さないようにする。ため日頃の防災活動においても活躍されている消防団。消防団員相互の強調を固り、火災などの際には万全、的確に対応できる体制の確立を目的に、六月二十六日「平成十一年度市浦村消防団定期観閲式」が開催されました。

観閲式では、アトム保育園前で人員姿勢服装点検を分別行進が行われ、消防団をはじめ、しゅら婦人防火クラブ、太田小学校少年消防クラブ、アトム幼年消防クラブが参加。統率のとれた行進に大きな拍手が送られ、引き続き会場を役場駐車場に移して式典が行われました。

式典に先立ち、しゅら婦人防火クラブ、太田小学校少年消防クラブ、アトム幼年消防クラブによる消火訓練と模範演技が行われ、練習の成果を披露しました。式典では、殉職消防団員に黙とうが捧げられた後、高松村長が「多忙な本業を営まれるか

たわら、日夜消防業務に献身的に取り組まれていることに対し、深く感謝を申し上げます。これからも消防団をはじめ、地域の安全と災害防止のため一層の研鑽を積みまします。と訓示します。と講評。三和清平市浦村消防団長から「日頃、自分たちの地域の安全・地域愛の精神で活動しておりま

すことに深く敬意を表します。今後も消防団全体がさらに連携を深め、「火災のないまち市浦」を合い言葉に予防活動にも力を合せ、地域住民から親しまれる消防団づくりを目指してください。」と訓示があり、万歳三唱で式典が終了しました。なお観閲式では、消防活動に尽力した関係者や団員に感謝状が贈られました。

感謝状受賞者 (一般協力者)

- 平成十一年三月二十五日発生の大田地区住宅火災の際
山本市 蔵(太田)
- 奈良 則幸(太田)
- 奈良 恵子(太田)
- 工藤 富子(太田)
- 奈良 睦英(太田)
- 平成十一年五月十二日発生の中の島歴史民俗資料館火災の際
竹谷 博則(脇元)
- 浜田 春士(十三)
- 多年にわたる冬季間の消防水利除雪
八木澤 春夫(十三)
- 小田桐 恭一(脇元)
- 榑引 恭治郎(脇元)
- 中井 春江(十三)

平成十一年度優良消防団員表彰

- 第一分団団員
秋田谷 和智(相内)
- 第二分団団員
田中 繁(磯松)
- 第三分団団員
内藤 秋人(十三)
- 感謝状受賞者 (退職団員)
○前第一分団長
米谷 慶治(相内)
- 前第二分団部長
榑引 洋逸(脇元)
- 津軽北部地区幼少年・婦人防火委員会表彰
太田小学校
少年消防クラブ



友好町村たより 28
かみのくに
情報ランド

湯ノ岱温泉まつり開催!

町内外から約千人が訪れる

七月十一日、湯ノ岱国民温泉保養センター前特設会場を中心に湯ノ岱温泉まつりが開催され、約千人の方々が温泉郷での一日を楽しんでいました。

相撲大会で、地元優勝はなりませんでしたが、大留の仲沢裕子さんが準優勝に輝きました。

よさこいソーラン
上ノ国天の川会による、よさこいソーラン踊り。や道南各地から三十人の精鋭が参加したカラオケ大会、地元湯ノ岱で採れたタケノコやゼンマイ、保養センターの入浴無料回数券などの当てるお楽しみ抽選会などさまざまな催しの中で、最も盛り上がりを見せたのは、優勝賞金十万円をめざし熱い戦いが繰り広げられた女



▲よさこいソーラン踊り

消防・ネットワーク

火事と救急・救助は
一一九番

「花火遊びは 迷惑にならない
場所と時間と後始末!」

☆花火遊びの注意☆

- ① 注意書きをよく読んで必ず守りましょう。
 - ② 風の強い日には花火遊びはやめましょう。
 - ③ 大人と一緒に遊びましょう。
 - ④ バケツに水を用意し、遊んだ後は、あとかたづけを必ずしましょう。
 - ⑤ 正しい位置に正しい方法で点火しましょう。
 - ⑥ 花火を人や家に向けたり、燃えやすいもののある場所で遊んだり、衣服に火がつかないように注意しましょう。
 - ⑦ たくさんの花火に、一度に火をつけないようにし、一本ずつ遊びましょう。
 - ⑧ 吹出し、打ち上げなどの筒もの花火は、点火の時に筒先に顔や手を出さないこと。
 - ⑨ 途中で火が消えても筒をのそいではいけません。
 - ⑩ 花火をボケットに入れてはいけません。
- ⑩ 花火をほくして遊ぶことは危険です。絶対してはいけません。



子供達にとって夏のみじかな風物詩おもちや花火。しかし「おもちや」とはいえ、花火の原料は火薬です。そのため安全については、二つの側面からの対策が必要です。

ひとつは、製造する業界側の製品自体による事故を無くするための安全対策と品質管理。

もうひとつは、使用する側の正しい使い方と注意事項の遵守。大人の監視と指導の徹底です。

そこで、次のことを守り、事故やケガのない楽しい花火遊びをしましょう。

健康増進施設について

その二

海洋療法について

海洋療法（タラソテラピー）
というので、すぐにエステティク
タで行われていて、海藻パック
を体に塗るトリートメントが、
イメージされますが、実際のタ
ラソテラピーは多種多様なも
です。

基本となるのは、水の特性で
次の四つの点にあります。

①浮力

水には浮力があるため、水中
では人間の体は浮かびます。
浮かんだ状態では、人間の体
は緊張感を解かれ、完全にリラ
ックスできます。

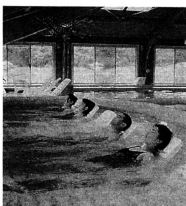
水中では、無重力に近いリラ
グゼーションが得られます。

同時に浮力の作用で、関節へ
の負担が和らぎ、筋力の弱い人、
過体重の人、リハビリの人など
でも、運動を実施しやすい利点
があります。

②抵抗

水は空気の七七五倍もの密度
を持っています。

そのため、水の抵抗は水中で
動くスピードの二乗に比例して
大きくなっていきます。



水中では動きに見合った抵抗
（負荷）が得られます。

しかも、水中では三六〇度の
方向に抵抗がかけられ、多様な
角度の動きに応じたトレーニング
ができます。

③圧力

水中では、水圧がかかり、そ
の作用で血管が締め付けられ、
その反発で血管の弾力性が活性
化され、血行が促進されます。

また、水圧で心肺機能も活性
化されます。

このような作用から、圧力が
循環器全体の作用を高めていき
ます。

④水温

水温の高低は、水とふれあう
肌を通じて、体内の代謝に微妙
な影響を与えます。

三百度から三七度程度なら、
外界との違和感を感じず、水
中でリラックスできます。

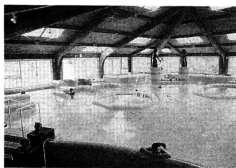
水の四大特性を活用する
タラソテラピーは、それに
加え海水、海藻、海泥、さ
らには海浜の気候も活用す
ることです。

海水は、三五度前後の状
態で人間の皮膚を透過しや
すくなるといわれています。
そのためタラソテラピー
では、常時水温は三五度前
後に保たれています。

新鮮なミネラルを体内に吸収
し、様々なプログラムが実施で
きるようになっています。

海浜地域は市街地に比べて、
空気が清浄であり、このような
環境のもとで、潮風に含まれて
いる海水成分を吸気取り込む
ことも、タラソテラピー効果の
一つです。

治療のため水を用いることが、
水治療法であり、同じ目的に温



泉水を使うのが、温泉療法であ
り、治療に海水を使うのが、海
洋療法（タラソテラピー）です。
◆海水の機能増進の三つの刺激
①海水との接触により生じる機
械的刺激（流水に伝わる衝撃
力に応じて表れる。）
②周囲の環境、身体、接触する
水などの温度に関係する熱刺
激。
③海水の全ての成分に関連した
科学的刺激。
人間の皮膚が受け取る刺激は、
身体機能の反応の基礎となり、
その影響は、循環系、呼吸系、
体液の交換、内部温度、腺機能
などに及んでいます。
大回りは、実際のタラソテラ
ピーで活用されている、技法を紹
介いたします。

すつこく

地域振興券

有効期間
平成11年2月26日
平成11年8月25日

金額千円
¥1,000

見本

発行者 京都市蒲村

《有効期間》

平成11年8月25日(水)まで

※使用期間を過ぎますと
使用できなくなります。

地域振興券の
使用有効期限が
せまっています

**村営住宅入居者募集の
お知らせ**

平成11年8月20日
まで申込みを

- ◎村営住宅の場所
市浦村大字相内字岩井81-133
(コミュニティセンター向い)
 - ◎戸数・床面積
1戸、68.5㎡
(8帖間1室、6帖間2室、台
所兼食堂1室等)
 - ◎使用料
入居者の収入により決ります。
(月額15,600円から)
 - ◎入居資格
 - ①村条例で定める基準の収入で
あること。
 - ②現に住宅に困窮していること
が明らかであること。
 - ◎入居時期
平成11年9月1日頃の予定
 - ◎入居の申し込みとお問い合わせ
役場建設課まで ☎62-2111
- ※申し込み多数の場合は、選考の
うえ入居者を決定します。

**交通事故無料相談を
開設しています**

青森県自動車保険請求相談センターでは、交通事故に関する無料相談を行っています。(予約制)

- ▶相談日
月曜日～金曜日
9:00～16:00まで
 - ▶場所
青森市堤町2-17
日産火災ビル4階
- ※電話による相談も受け付けて
います。
☎0177-22-1025

**第2回
十三湖高原駅まつり
9月11日(土) 開催
9月12日(日) 開催**

市浦村の郷土芸能・特産品
が集合
【お問い合わせ】
十三湖高原駅まつり
実行委員会
事務局：役場建設課
☎62-2111

**あおもり青少年
科学セミナー開催**

実験・工作体験コーナ
ーや科学マジック、記念講
演……。

家族みんなで楽しみなが
ら科学の不思議を体験でき
ます。

入場無料！直接会場へお
越し下さい。

- ▶開催日時
平成11年8月21日(土)から
8月22日(日)まで
午前10時～午後4時
- ▶会場
青森公立大学
青森市大字合子沢字山崎153-4
- ▶対象
小・中学生をはじめ、どなたで
も参加できます。
- ▶お問い合わせ
平成11年度あおもり青少年
科学セミナー実行委員会
青森県企画部企画調整課
産業科学技術振興室内
☎0177-34-9130

8月は電気使用安全月間です

例年7月から9月までの3カ月
間、感電災害が多発する傾向にあり
ます。

暑さによる疲労のため注意力が
散漫になりがちなどころへ、肌の
露出部分が多くなり、さらに、発
汗により電気が流れやすくなるな
どの悪条件が重なり合うのかもし
れません。

通商産業省では、毎年8月を
「電気使用安全月間」と定め、全国
一斉に電気使用の安全を呼びかけ
ております。感電事故など起こさ
ないよう注意しましょう。

(財)東北電気保安協会

主催通産省電気使用安全月間8月1日～31日



タコ足配線は危険です

**行方不明の人をさがす
相談所を開設**

県警察では、8月を家出人と身
元の分からないまま亡くなった方
を対象とする「行方不明者等捜索
強化期間」とし、「行方不明の人
をさがす相談所」を開設します。

あなたの身内や近所に
☆病氣、借金等を苦にして家出
した。

☆突然いなくなり、自殺や事故
死しているのではないかと。

☆出稼ぎに行き、途中から音信
が途絶えた。

などの方はおられますか？

行方が判らない方の中には、犯
罪に巻き込まれないまま亡くなっ
た方も多くおり、警察では
このような方々を早く発見し、家
族の元へ帰ることができるよう
全力を挙げて捜しています。

また、自殺や事故死、あるいは
何らかの形で犯罪の被害者とな
って身元が分からないまま亡くな
った方についても、期間中は特に
全国の警察と連携をとり集中的に
追跡調査を行います。

安否を気遣っておられる方は、
遠慮なく警察本部が最寄りの警察
署にご相談ください。

- ▶相談電話
金木警察署 ☎53-2117

難病患者医療相談のお知らせ

五所川原保健所では、下記によ
り難病患者医療相談を行います。
お気軽にご相談ください。

- ▶開催日時
平成11年8月27日(金)
14:00～14:30まで受付
平成11年10月15日(金)
14:00～14:30まで受付
- ▶場所
五所川原市働く婦人の家
(五所川原市新町33-1)
- ▶相談担当医師
あおもり協立病院内科医長
柏村 英明先生

- ▶対象者
パーキンソン病、重症無力症な
ど神経難病の患者及び家族
- ▶相談内容
病気の診断・治療などについて
- ▶お問い合わせ
五所川原保健所
☎0173-34-2108



乳幼児医療費についてお知らせ

就学前児童の入院まで 拡大されました

平成11年8月より、乳幼児医療費受給対象が就学前児童の入院まで拡大となります。

対象となる医療費支給範囲は4歳児から6歳児(就学前児童)までの入院に要する費用(食事療養費も含む)1日500円を差し引いた額となります。(受給資格審査により所得制限を超えている場合は対象なりません)

▶お問い合わせ
役場住民福祉課
☎62-2111 (内線32番)

(社)青森県厚生年金勤労者 住宅協会からのお知らせ

マイホーム資金は 年金住宅融資で!

【申込できる方】

厚生年金保険に3年以上加入している方。

【お使いみち】

住宅の新築や購入、リフォーム資金。

▶受付期間

平成11年7月26日(月)から
平成11年9月17日(金)まで

▶融資利率

年2.77%～
2段階金利・平成11年7月21日
現在

▶お問い合わせ

社団法人青森県厚生年金勤労者
住宅協会 ☎0177-73-2077

シルバーなんでも相談

特別一斉電話相談を開設

高齢化社会が進む今日、高齢者やその家族が抱える心配ごと悩みごとは複雑・多様化し、専門的な相談が増えています。このことから、敬老の日に、通常は日程を決めて実施している専門相談を「特別一斉電話相談事業」として一斉に開設し、総合的な電話相談を実施します。お気軽にお電話下さい。

▶主催

青森県高齢者総合相談センター

▶期 日

平成11年9月15日(水) 敬老の日

▶相談時間

午前10時～午後3時

▶相談内容

法律(要予約)、痴呆、税金、年金、保健介護、生活福祉一般、職業

▶相談員

弁護士、精神科医、税理士、社会保険労務士、保健婦、相談センター職員

▶相談方法・電話相談

フリーダイヤル(無料)
0120-780-165
—なやみゼロ— いい老後

※フリーダイヤルは当日のみ利用となります。

お気軽にご相談ください。

市浦村の人口と世帯数 平成11.7.1現在

大字名	前月人口	人 口	世 帯 数
相 内	1,263	1,263	418
桂 川	67	67	22
太 田	269	268	87
脇 元	523	520	195
磯 松	306	308	108
十 三	803	805	257
計	3,231	3,231	1,087

東京空襲犠牲者名簿作成に協力を

東京都では東京空襲の犠牲者を追悼し、平和を願うため、名簿を作成します。

ご遺族や、お心当たりのある方のご連絡をお願いします。

【名簿にのせる方】

東京の空襲(昭和17年4月18日から昭和20年8月15日)で亡くなった方(空襲による負傷などが原因で亡くなった方を含む)。

【連絡をいただく内容と方法】

平成12年5月31日まではがき、手紙または、ファックスで、

①亡くなった方の氏名(ふりがなも)・性別・年齢・死亡年月日・死亡場所

②あなたの氏名・住所・電話・亡くなった方との関係を書き
〒163-8001 東京都生活文化局コミュニティ文化部

「東京空襲犠牲者名簿担当」

FAX03-5388-1336

※連絡をいただいた内容は、名簿を記録し、名簿を作成するためのみ使用し、それ以外の目的には利用しません。

▶お問い合わせ

東京都文化局コミュニティ
文化部振興計画課
☎03-5388-3141

住宅金融公庫からのお知らせ

住宅金融公庫の住宅ローンをご返済中で、最近の不況に伴う失業や収入の減少などで返済にお困りの方に対しては、次のような返済方法の変更を実施しています。

- ①返済期間の延長(最大10年)
- ②元金据置期間の設定(最長3年)
- ③元金据置期間中の金利引き下げ
お取り扱いは、平成12年3月末までです。
詳細については、住宅金融公庫東北支店(☎022-227-5003)又はご返済中の金融機関の相談コーナーまで。

県内の交通事故概況

5 月			累 計	死者の うち	青森県交通対策協議会	
発 生	死 者	傷 者	5 月		高 齢 者 の 死 者	シ ー ト ベ ル ト
644件 (651)	8人 (12)	786人 (776)	3,174件 (2,472)	35人 (41)	14 (17)	14 (17)
					飲 酒 運 転 による 死者	12 (7)
					着 用 義 務 者	15 (25)
					(着けていない人)	18 (15)
					非 着 用 者	12 (10)
					(着けていなかった人)	6 (4)
					着 け っ た と 思 わ れ る 人	

()内は前年。累計は1月から。

健康への道

No.129

家族みんなで 暑い夏をのりきる!!

おいて過剰なエネルギーを生み出します。このエネルギーを手く押さえる働きを持つビタミンB₁やB₂、野菜に多く含まれています。をとり入れていないと、今よく聞かれる「エネルギー」な状態になります。両親が共働きの場合や夏バテで食欲が落ちてあがるのは親の大きな役割です。きちんとした食習慣を考えて見てはいかがでしょうか。

◆こんな生活が病気を招きます

- ① だいたい毎朝きりぎりまで寝ているので、朝食はあまりとりたくない。
- ② 外食に頼りすぎり。家で食事するときはもっぱらインスタント食品だ。
- ③ 食べ物の好き嫌いが多く、野菜が苦手。
- ④ 間食のスナック菓子にすぐ手を伸ばす。
- ⑤ 毎日している運動はこれといってない。
- ⑥ 納めは欠かさない、外で飲んででも割と量を飲むので泥酔することもしばしば。
- ⑦ 休日は昼間からお酒を飲む。
- ⑧ 休日に寝だめしている。
- ⑨ こうしてテレビを見ているのが好き。
- ⑩ たばこは生活に欠かせない存在となっている。
- ⑪ 風呂に入らなくてもなんともない。
- ⑫ ストレスがたまっているが、そのままため込んでいる。

▼お誕生

三和 琴乃(相内 武人)
渋谷 礼(相内 壽男)

▼ご結婚

神 健一(青 森)
木村 美穂子(太 松)
菊地 真雄(磯 田)
久保田 八江子(群 馬)
國定 勝利(政 阜)
小寺 綾(脇 元)
伊南 誠(磯 松)
吉村 八千代(東 京)
伊東 康伸(柏 元)
林崎 美琴(相 馬)
三和 敦光(相 内)
赤間 晚子(埼 玉)
萩原 純(群 馬)
葛西 新子(脇 元)

▼おくやみ

岡本市雄(相内) 54歳
三上 浅吉(相内) 82歳
成田 こと(相内) 92歳



あとかぎ

海の日に行われた十三湖・湖上ウォーク。前日の準備では、ヤマセが吹き荒れ、波も高く、気温も低い、そのうえ水も多く最悪のコンディション。湖上ウォークが出来るのだろうかと思配したものの、当日は風も無く、波も無く、水も引き絶好の天候に恵まれひと安心。湖を歩きながら見渡す岩木山も壮大で、県内外から参加した百名のみならず、楽しんで十三湖を歩くことが出来たようです。

湖の中を歩くという全国的にもめずらしい湖上ウォーク、歴史を振り返り、自然を体感しながら、参加者のみなさんは晴れやかな顔をしていました。

(三不)



◆「子供」と楽しい夏!

前回の広報にも掲載しましたが、子供達が楽しく夏休みを過ごすためには、やはり「安全」がキーワードになります。「食中毒の予防」「事故、ケガへの注意」そして、毎日の生活が重要なポイントとなります。子供の食生活については、特に大人と違って「生命維持」の他に「成長」という大きな役割を持っています。

例えば、のどが渇いたジュースばかり多く飲む子供達へのジュースには、ステアックシユガー二本半(約25g程)が含まれており、加えてスナック菓子を食べる事によって、体内に

