

おらほの仲間ついで

料理教室

毎月第一・三月曜日の二回、中央公民館の調理室を会場に、健康を考えながら手軽にできる「料理教室」(講師Ⅱ毛内レツ)が開かれています。

現在の生徒数は二十名。ベテランの主婦を中心に、四月に入会したばかりのかわいい新妻が四人と男性が一人。会費は、一回五百円。

料理教室のおもしろい特徴は、生徒でもある主婦たちが自分の畑で育てたトマト、ジャガイモ、ピーマン、人参等の野菜を持ち寄り、これがメニューのメインになる事です。



▲料理に入る前に皆さんをパチリ

指導した後、五人づつ四班に分かれて調理に入り、出来上がった料理は、もちろん昼食がわりに全員で食べながら、次回に向けて反省します。

メニューは、全て講師の毛内さんによるもので、和食、洋食、中華とんでも試してみます。生徒さんからの要望があれば新しい料理にチャレンジすることもあります。調理作業では、料理の材料説明と調理工程で気をつける点を

連絡先 中央公民館
☎五三一三五八一

こくみんねんきん



出稼ぎと国民年金

国民年金の加入者は、農業・漁業・自営業・学生などの第一号被保険者、サラリーマンや公務員など厚生年金や共済組合に加入している第二号

被保険者、そして第二号被保険者に扶養されている配偶者の第三号被保険者と、三種類に区分されています。

農業や漁業の方などが夫婦で出稼ぎに行き、その先で厚生年金に加入すると、二人とも第一号被保険者から第二号被保険者へ種別が変わることになります。また、夫が出稼ぎに行き厚生年金に加入して、妻が夫の健康保険の被扶養者に認定されると、夫は第二号被保険者、妻が第三号被保険者となります。

出稼ぎ先を退職して帰ってきたときには、夫婦とも元の第一号被保険者となりますので、その時にも忘れずに届出をしてくださいます。

どちらの場合も、夫婦ともに国民年金の種別が変わりますから、市町村の役場に届け出が必要です。届け出をする時、夫婦とも国民年金の保険料を納める必要がなくなりま

出稼ぎ先を退職して帰ってきたときには、夫婦とも元の第一号被保険者となりますので、その時にも忘れずに届出をしてくださいます。あなたの将来のために大切な年金です。届け出を忘れなようにしましょう。

おさかなのニュー



今回も、『母と子の料理教室』で作った料理をいただきます。お魚でも、もんじょうのかわりにさばのかわりに、おいしいです。どうぞお試しください。

●おさかなのカレー

材料(4人分)

- さば … 1枚(半身になったもの)
- ①(しょうが汁・しょう油・酒…各大サジ1)
- 小麦粉・油…各大サジ2
- トマト … 1個
- 油 … 大サジ1
- カレールウ…80g
- 玉ねぎ … 1個
- ピーマン… 2個
- 水 … カップ3
- ごはん … 800g

作り方

- ①さばは、12個に切り、①に30分漬ける。
- ②玉ねぎは皮をむき、薄切りにする。トマトはくし形に切る。ピーマンは食べやすい大きさに切る。
- ③さばを汁から取り出し、汁気をとったら、小麦粉をまんべんなくまぶしたら油で焼く。
- ④鍋に油を熱し、玉ねぎをきつね色になるまで炒め、水を入れ、煮立ったらカレールウを入れ1～2分煮る。

つがる弁 クイズ

8月の答え「雨がやんでしまった」か「ドシャ降りの雨だった」でした。

当選者 野辺地町 星野 美子さん

9月号のクイズは、お休みさせていただきます。

まちのどきどきと

事故のない出稼ぎを



▲出稼ぎ者の安全を祈願

出稼ぎによる事故をなくそう——と八月十七日、中央公民館に出稼ぎ者約七十人が集まり「出稼ぎ就労者組合定例総会並びに安全就労大会」が開かれました。

金木町出稼ぎ就労者組合（組合長 田中勇治）の総会に引き続き行われた安全就労

大会では、神事により出稼ぎ者の安全を祈願した後、出稼ぎ就労物故者への黙祷を捧げました。

金木町からは、冬期間を含め年間約九百七十人が主に神奈川、東京、愛知方面に冬期間出稼ぎしており出席者は「明るく健全で、事故のない出稼ぎをしよう」と誓い合いました。

金木町消防団

定期観閲式



▲見事な分列行進

九月五日、金木町消防団（団長 榑引幸雄）の平成七年度金木町消防団定期観閲式が行われ、本町前で見事な分列行進を見せました。

分列行進には金木幼稚園幼年消防クラブを先頭に、消防団員、嘉瀬婦人防火クラブ等百九十人が参加し、田中町長の観閲を受けました。

引き続き金木消防署前で人員・姿勢や車両・機械具点検を受け嘉瀬婦人クラブの軽可搬ポンプによる消火訓練、町

消防団員の放水訓練等が次々行われました。この後、消防功労者を表彰し、田中町長の講評、榑引団長の訓示がありました。消防功労者は次のとおり。

（敬称略）

▼町消防団長表彰 角田修一

工藤秀光 前田久 鳴海恭治 原田英治 伊藤稔 桜庭昭夫

▼町消防団退職功労表彰

其田輝夫 工藤義光 泉谷唯男 木立久雄

▼津軽北部地区

幼少年婦人防火委員会長表彰

金木幼稚園幼年消防クラブ

元気であらうが

けっばれ



▶職業 船岡駐屯地 第2施設団本部付隊
 ▶氏名 七戸 真由美
 ▶年齢 24歳
 ▶出身地 金木町芦野200-355

六年前に高校を卒業し、自衛隊に入隊した私も、早いものでもう二十四歳になってしまいました。

私は、今現在宮城県に住んでいます。気が良くなかなか快適な生活を楽しんでいます。主な仕事は事務ですがそれ以外にも年に数回、山に一週間ほど入るとい自衛隊ならではの實習もあります。自衛隊に入って良かったと思うことは、私の迷彩服姿が男の人に負けないほどカッコイイという事と、大型自動車の免許がとれたという事。私は、普通免許を持っていないから、生まれ初めて運転する車が大型自動車でした。

その時私は二十一歳。毎日毎日ドキドキ緊張と不安の中で過ごした事を今でも忘れられません。ちなみに私の身長は百五十二cmと低いけれどちゃんととれましたので、身長が低くて大型免許の取得を諦めている方は自信を持って挑戦してみてください。そして、何と云ってもこの六年間無事に過ごしてこれたのもひとえに一緒に仕事をしてくれている方々のおかげだと感謝しています。本当に楽しい人達で毎日和気あいあいと仕事をしています。最後に金木町の皆さん特に私の母校「金木高校」の皆さん、是非一度見学に来て下さい。



▲田中町長に砂のプレゼントを手渡す

第七十七回全国高校野球選抜選手権大会で甲子園一勝を挙げた本県代表の山田高校。その甲子園の舞台で活躍した金木町出身の三人が八月二十一日、田中勇治町長に結果報告と甲子園の砂をプレゼントに訪れました。

町役場を訪れたのは、十九日に帰青したばかりの小野泰弘（捕手）、中谷幸治（選手）、浅田学君の三人。

田中町長は、「奮闘おめでとうございます。今後、野球で鍛えた精神を生かして下さい。」とねぎらいの言葉をかけました。それを受けて三人が「ありがとうございます。」と述べ、続けて、「高校三年生の今、この先の進路や野球をやり続けるかどうか等まだ決めていません。」と話し、大舞台で全力を出しきった後の安堵に浸っていました。この後三人は、田中町長に様々な思いのこもった甲子園の砂を手渡していました。



▲斜陽館前での演奏

津軽三味線の発祥の地、金木町。そして、津軽三味線の元祖といわれる金木町神原出身の仁太坊（本名〓秋元仁太郎）をしのんで八月九日から町内の商店を中心に仁太坊まつりが開かれました。

これはあすなる商店会が主催したもので、仁太坊が商店の前に門付けし、三味線を弾

いて生活していたことから、当時をしのんで演奏家による街頭演奏会が昨年に続いて行われたものです。

斜陽館前で演奏された十日には、大條和雄さんや山上進さんら六人が「津軽じょんがら節」等を披露しました。

思いがけない津軽三味線の街頭演奏に観光客や町民から盛んな拍手をおくられていました。

仁太坊まつり盛大に



白菜をおいしく漬けるには、必ず新鮮な材料を使うようにしましょう。

白菜は、縦四つ割るか六つに割り込みを入れて、手でさくようにして割ります。切り口を上にして、半日ぐらい天日で干しましょう。直射日光に当たると、甘味が出ます。干した後はよく水洗いをして、軽く水を切ります。

白菜をおいしく漬ける

白菜漬は、下漬けをした後に本漬けをします。下漬けは、白菜と塩だけで漬けます。白菜二株（約五千口）に対して塩百二十五グラム（白菜の重さの二・五％）で漬け込みます。容器の底に分量を計った塩の一部をふり、白菜の切り口を上にして葉と茎を交互に一列に並べ、その上に塩をふつていきます。二段目以降も同じ要領で、これを繰り返します。上段になるほど、塩を少しずつ多めになるようにふってください。漬け終わったら上からきつく押し、容器より一回り小さめの押しふたを乗せ、白菜の二倍の

半日ぐらい天日で干す

重さの重しを置きます。二、三日すると白菜のかさが減り、水が上がってきます。ここまですぐ下漬けです。

本漬けには、ユズ一個（輪切り）、赤唐がらし二〜三本（へたを取り、細かく刻んで種を出す）、コンブ三十センチ（砂や汚れを取り、細切りにする）を用意します。下漬けをした白菜を取り出し、水を捨てます。容器には下漬けで上にあつたものが下になるように漬け込んでいき、一段ごとに用意したユズ、赤唐がらし、コンブを入れていきます。

漬け込んだ後に押しふたをして重しを乗せますが、下漬けよりも軽量の白菜と同じ重さのものを使います。水が出たら重しをさらに軽くし、覆いをして涼しい場所に置きましょう。四〜五日もすると、おいしい白菜漬の出来上がりです。





10月1日は、 国勢調査

10月1日、全国一斉に5年に1度の国勢調査が行われます。日本に住んでいるすべての人が対象です。ご協力をお願いします。

国勢調査

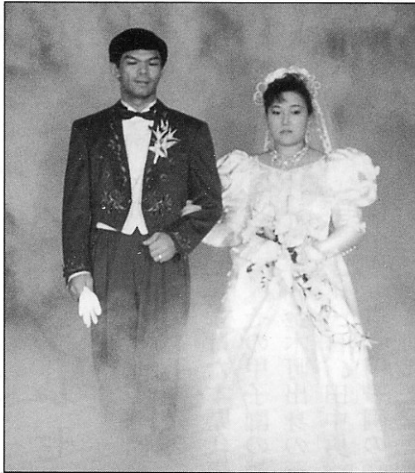
平成7年10月1日(日)

9月下旬から調査員がお伺いします。

総務庁統計局 青森県

国勢調査にあわせて金木町町民意識調査もお願い致します。ご家族のどなたを対象としても結構です。率直なご意見をお聞かせ下さい。

HAPPY



1995. 8. 19

新郎 田中 隆 幸さん(蒔田)
新婦 白川 陽 子さん(蒔田)

Wedding

♥かなぎ公民館ブライダル情報♥

この度めでたく「かなぎ公民館ブライダル」(企画・進行事務局「金木町中央公民館」)によりカップルとなられた若いお二人をご紹介します。

★ご結婚をご予定されている方は、お気軽に金木町中央公民館にご相談下さい。すべて事務局が手配いたします。
(TEL5313581)

金木小相撲部 東北大会準優勝

八月二十日、仙台市宮城相撲場で行われた第十四回東北学童相撲大会において、金木小学校相撲部(監督Ⅱ白川勝信・コーチⅡ蒔田七三郎)が準優勝を果たしました。

この大会は、東北六県から二十四チーム、百七十一名の代表選手が参加して行われました。試合は、中村陽仁、田中誠純、長尾和明、福士孔、松尾大志、新岡秀一、川口真史君が団体予選リーグ戦を三勝十四点とトップで決勝トーナメントに勝ち進み、二年連続優勝を目指したものの、決勝で森田小学校に二対三で惜敗して準優勝となりました。

金中相撲部 東北大会三位

八月九日、宮城県栗駒町宮相撲場で行われた第十六回東北中学校相撲大会で金木中学校(監督Ⅱ小田桐登・コーチⅡ蒔田正信)が団体三位入賞を果たしました。

この大会は、七月に行われた東北六県の各県大会を勝ち抜いた団体二十四校と個人八百人が

参加して行われ、金中相撲部団体の増田匡紀、澤田匡宏、白川元寛君が堂々の三位入賞を果たしました。

金中クラブ少年 野球大会準優勝

東奥日報社、県軟式野球連盟主催の第二十六回県少年軟式野球大会中学の部が町運動公園で八月十九、二十日、二十六日の三日間にわたり行われ、金木中クラブが準優勝を飾りました。

この大会は、県内の地区予選を勝ち抜いた十チームが出場。金木中クラブは、準決勝まで順調に勝ち進んだが決勝で惜しくも東北東中クラブに一点差で敗れて準優勝となりました。

金木町小学校 相撲大会

- 【団体】
- 一位 金木B
- 二位 金木A
- 三位 嘉瀬A
- 【個人】
- 一年の部
- 一位 高橋 広慈(川倉)
- 二位 其田 学(川倉)
- 三位 鈴木 遼(嘉瀬)
- 二年の部
- 一位 佐藤 伸栄(嘉瀬)

第三回金木町 チャリティコンペ

- 金木町長杯Aクラス
- 一位 米谷 洋一
- 二位 花田 公仁
- 三位 松谷 清勝
- 金木町商工会長杯Bクラス
- 一位 葛西 鎮夫
- 二位 蛸島 健
- 三位 前田 昭一
- 金木町商工会青年部長杯レディース
- 一位 春藤真理子
- 二位 其田 良子
- 三位 坂本えり子

金木病院カルテ

(115)

胆石の合併症

外科部長 唐牛 忍

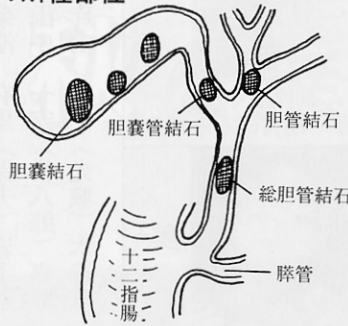
食生活の欧米化によって最近胆石症が増えていると言われています。町の集団検診のときの胆石の超音波検査でも胆石を指摘される人は十から二十人程度あります。胆石は発見されたからといってすぐ手術しなければいけないということはありませんが、放っておくといろいろな合併症を引き起こすことがあります。それについて今回は少し述べてみます。

1. 疼痛発作

これは胆石が胆嚢の出口(胆嚢管)や胆管の出口(十二指腸)にはまりこんだりすることによって起こり、右の肋骨の下やみぞおちの部分が痛みます。胆嚢炎や胆管炎の原因となり、早急に何らかの治療が必要になります。これが慢性化すると次の肝障害

などに進んでいきます。

結石の所在部位



2. 肝障害

胆石が長期化すると胆汁の流れが障害されて肝機能が悪くなったり、黄疸になったりします。そのため胆管に胆石ができた場合はそれを取り除く処置(手術が一般的)が必要になります。

3. 膵炎

ときに胆石による膵炎を起こすこともあり、背中の痛みとなって現れます。ひどい膵炎の場合は緊急手術をしなければいけないこともあります。胆石が原因の膵炎を繰り返す場合は早めに胆石の手術が必要になります。

4. 癌化
胆石を長期間放っておくと癌化することもあり、胆嚢癌などでは胆石を合併していることが多いと言われています。そのほかにも胆石は慢性的胆嚢炎や胆管炎となって、痛み・発熱さらに黄疸などを繰り返す場合もあります。最近胆石の治療法もかなり変わってきていますが、症状のない人や合併症のみられない胆石ではカメラ(内視鏡)による手術も導入されており、以前のような大きくおなかを切る手術は少なくなってきました。術後の傷の痛みも少なく、普通翌日から食事をとれ非常に回復が早いのが特徴です。胆石があると言われた方は内科あるいは外科の医師によく相談をして、適切な指導を受けるようおすすめます。

あなたの善意ありがとうございます

(敬称略)

▼社会福祉協議会へ

沢田 薫 五,七三〇円
金木歌謡愛好会からチャリティーカラオケ発表会の益金 三〇,〇〇〇円

逢坂伸三から父繁勝さんの葬儀に寄せられた香典の一部 一〇〇,〇〇〇円
米谷甫から母ツセさんに寄せられた香典の一部 五〇,〇〇〇円
中谷衛から父兵次郎さんに寄せられた香典の一部 一〇〇,〇〇〇円

▼金木町へ
嘉瀬商業会から仮装盆踊り大会の祝儀などで掛時計一つ寄附して頂きました。(これは、嘉瀬西部コミセンに飾らせて頂きます。)

第八回津軽の火祭りでの28金木応援団から「チャリティーピアガーデン」の収益金五,〇〇〇円と金木青年活性化推進委員会から「金木青年なんでもフリーマーケット」の収益金六,〇〇〇円そしてかなぎプラ

イダルから「かなぎプライダル夜店コーナー」収益金一〇,〇〇〇円を寄附して頂きました。

▼金木小学校へ
第三回金木カップスチャリティーコンペに協賛した商店と参加者の善意

図書券一〇〇,〇〇〇円分
(協賛店 和食処あいや 青森銀行 青森県信用組合 青森舗道(株) アザレ化粧品 ウェルネス青森(株) 小田桐建設工業(株) (株)小田桐精肉店 男寿し 金木温泉旅館 郷土割烹かわばた やきにく亭香蘭 古川部品

今神酒店 今与建設(株) さかき美容院 白兼ストア(株) 白川時計店 スナックアムール スナック純 スナック翔 スナック祐 住友生命 カフェD&A I 津軽信用金庫 津島建設(株) ショッピングセンターノア ホームプラザ角平 (株)前田建材 又一商店 松江造花仏壇店 松島菓子店 松橋工務店 みちのく銀行 瀝青工業(株) 第一生命 ジョイパティオ 平川工務店 タケダスポーツ (株)松谷製作所 長内呉服店 角田靴スポーツ店

ほっとひと息



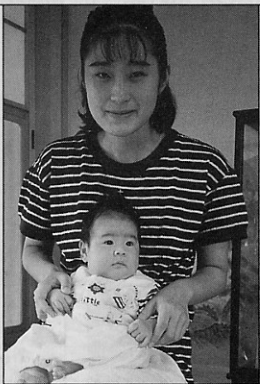
地域のためにさわやかグループ(会長 小山内トシエ)の会員五人が、見崎町北口にマリーゴールドやケイトなどの五種類の花の苗を植えたのが今年の六月。あれから三カ月間、高橋脈さんやさわやかグループが草取りや水まきをして下さったおかげで鮮やかな花を咲かせています。ありがとうございます。

はじめまして



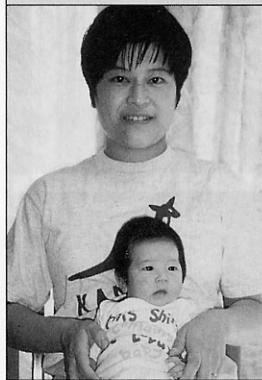
遼也

明るく元気に育って欲しい
(母 西村京子より)



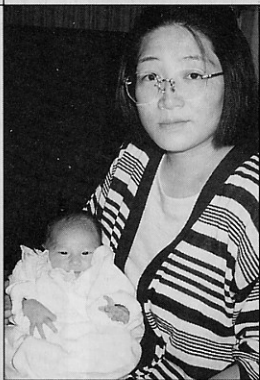
智也

お兄ちゃんと仲良くね
(母 浅利はるみより)



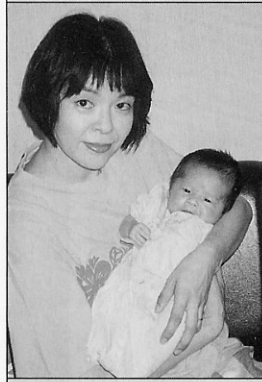
美空

いつも楽しい人生を送ってネ
(母 山中あやより)



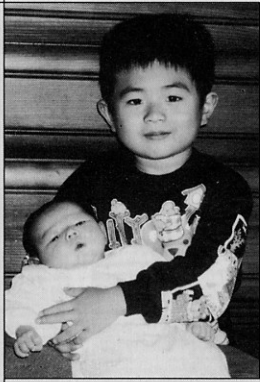
美歩

お兄ちゃんと仲良くネ
(母 泉谷美加子より)



海仁

昔のがき大将を思わせる子に
なって (母 岩間郁海より)



奈緒

優しく元気な子に育って
(母 今 明美より)

戸籍

の窓

八月届出分

おめでとう

西 浅
村 利
遼 智也 (寿夫)
也 (達彦) 金川
木 倉

おしあわせに

(前田 光一 (昭二) 神原
工藤 星子 (富民夫) 稲垣村
齊藤 潤一 (竹春) 嘉瀬
菊池 有里 (保夫) 岩手県
山中 一宏 (耕八郎) 嘉瀬
片山 詠子 (光城) 木造町

今 奈緒 (俊二) 喜良市
秋田 美咲 (昇) 金木
泉谷 美歩 (薫) 川倉
岩間 海仁 (良仁) 金木
山中 美空 (幹夫) 金木
須崎 涼真 (巧) 嘉瀬

おくやみ

(沢田 貴寛 (清貴) 嘉瀬
片山 和美 (喜代治) 稲垣村
山口 昭次 (修二) 喜良市
奈良 信子 (源藏) 青森市
木村 純 (久男) 五所川原市
中村 真由美 (絹子) 嘉瀬
川村 康史 (重二) 森田村
鎌田 広子 (善光) 嘉瀬
米塚 隆二 (綱藏) 金木
長尾 有夏 (精悟) 五所川原市

阿保 圭三 (25才) 嘉瀬
澤田 邦子 (51才) 嘉瀬
川倉 倉

この欄は、金木町に住所を有している方々を掲載しています。掲載を希望しない方は町民課窓口に届出の際申し出てください。

原田 要藏 (83才) 中柏木
白川 幸雄 (64才) 沢部
工藤 サタ (91才) 金木
荒関 サワ (83才) 金木
木村 米光 (67才) 嘉瀬
逢坂 繁勝 (89才) 金木
松川 愛子 (62才) 嘉瀬
加福 友造 (81才) 嘉瀬

伝言板

○届けました
8月26日、金木町大字金木字菅原12バス停のベンチの上に黒色、合皮2つ折りの財布(現金在中)。心当たりの方は、金木警察署落としもの係りまで。
○係から
このコーナーを利用したい方は役場企画室まで。

訂正とお詫び

八月号十二ページに誤りがありましたので訂正してお詫び申し上げます。

正誤 正誤
中谷 中谷 英生
中谷 中谷 英雄
飛鳥 飛鳥 秀樹
飛鳥 飛鳥 秀樹

人口と世帯

	8月末現在	前年同月比
男	5,998人	△ 24人
女	6,615人	△ 47人
計	12,613人	△ 71人
世帯数	3,899	22