

◀ 集会施設での集い



若い人と対等な関係を築いた上で人間らしく生きる権利がある」という意識を住民全体が持つようになりました。

三、老人ホーム

「アントニオホーム」

このホームは従来の完全看護システムとは違う「準看護システム」を採用している。老人の全てをケアする方法はとらず、自分たちが出れることは自分たちが行い、それをサポートするシステム。現在八十名が入所、さらに緊急用として四名分を常時確保している。

また、病院に入院していた人が直ぐ、社会生活に入れない場合のケアと食事宅配サービス、一日ケアなどマルチケア施設としてサービスが行われている。

また施設は、市の負担が入居者一人あたり二百二十万円と多額の税金で運営されているため、職員は最小限に配置。特に看護婦は、八時から十七時七名、十七時から二十三名、二十時から八時一名のローテーションで非常時には非番の看護婦に緊急連絡が

入り、対応できる体制を整えている。

この施設には百六十人がボランティアとして働いていますが、ボランティアの人たちは交通費なども一切もらっていない。サービスの低下を招くことなく、支出を抑制する方法を絶えず検討しながら施設の運営を行っているそうです。そのためには、今後はますますボランティアの力が必要となるのが予想されます。最後に訪問してみ感じたことは、若い人も老人も自主

的にボランティア活動に参加していることであり、決して官主導ではない。自分が動けるうちは、他人に奉仕する、やがて自分が動けなくなつた時に確実にサービスが受けられるといった環境が整っていることが背景にあるからと思う。また、今回接した高齢者の方々は、日本とは違い、全く「暗さ」を感じることはない。国全体が福祉に対し財政を含め、あらゆる面で積極的に挑戦していることが感じられました。

寺町のまちづくり空間



寺町のシラカワ時計店の向かいに、バスの待合室が新しく建てられました。この待合室、同町内会員がバスを待つ間にも少しでも休んでもらおうと材料費約20万円をかけて、骨組み、内外装等の全工程を町内会から代表した10名が手造りしたもの。中には、ひば材を使用した5人掛けの長椅子も設置されています。これからは、吹雪いていてもバスの待ち時間が楽になります。

まちのどきどき



▲合格した生徒たちが集合

金高創立以来の 快挙

全国商業高校協会が主催する第十五回ワープロ検定が、十一月二十四日行われ、受験した金木高等学校（校長 吉田正美）二年生八十一人が全員揃って合格しました。

同校では、二年生から就職・進学コースの二つに分けられ就職のAコースは、ワープロ、

電卓検定等の資格を必ず取得して卒業するという目標があります。生徒はそれに向かって長谷川善教諭の指導の下授業時間ももちろんのこと放課後を利用して学習してきたのです。

大きな自信をつけた生徒八十一人は「次は、ワープロ検定二級、全員揃って合格を目標に頑張りたい」と話していました。

痴呆疾患 予防講習会



▲健康劇では参加者の演技が次々と

十二月十一日、保健センターで痴呆疾患予防講習会が開かれ、地域のリーダー約六十人が健康劇を通して痴呆の主な症状について知り、家族の対応の方法を学びました。

五所川原保健所と金木町が共催したこの講習会は、高齢化社会が進むにつれ、痴呆性老人は増加傾向にあり、痴呆の病気の知識と具体的な対応の仕方を体験しながら学習するといふもの。

はじめに、渡辺春夫五所川原保健所次長が「今日の体験

を通して介護のあり方と痴呆の予防法を学んで」と挨拶。加賀谷幸子同保健所健康推進課長が「痴呆老人の介護について」をテーマに講演、引き続き参加者の中から三チームが健康劇を通して老人の痴呆の初期症状から悪化にいたるまで、そしてそれを取り巻く家族の対応も最初は戸惑いだんだん疲労が増していく状態までを実演。最後に介護と痴呆予防のポイントなどをまとめました。

元気でらがあ



- ▶ 職業 航空自衛隊 航空救難団秋田救難隊
- ▶ 氏名 白川 昭一
- ▶ 年齢 34歳
- ▶ 出身地 金木町蒔田
- ▶ 家族 妻と子供2人

金木町の皆さん、新年明けましておめでとうございます。私は、高校卒業後、航空自衛隊に入隊しました。

その後、三沢基地、浜松基地を経て、現在秋田空港にある秋田救難隊に勤務しております。大型ヘリコプター二機と、捜索機二機しかない小さな部隊です。

私達の仕事は、自衛隊の航空機が墜落した場合の人命救助を主任務としています。その他、緊急空中輸送、山岳遭難、海難事故、地震等の災害派遣を通じて民間への協力も実施しています。

普段は、いつでもどこからでも安全、確実に救助出来るように、海上救出訓練、山岳救出訓練、落下傘降下訓練、

救急処置訓練、飛行訓練等を行っています。

訓練等で、自然と接する機会が多いので、趣味も釣り、山菜採り、キャンプなど野外での行動が主体です。

私は、人命救助という仕事をしていますので、体力の練成及び健康状態の維持に心掛けて頑張っています。子供の頃、金木町で培われた粘りと根性が、仕事に大いに役立っています。

それでは、これからは寒さも益々厳しくなりますが金木町の皆さん、体には十分気をつけてください。

最後にもし、遭難するようなことがあれば、必ず助けに行きます。

▶サンタさんからの手渡しで



十二月十四日、金木サンタフェスティバルが中央公民館で開かれ、親子連れなど五百人以上が一足早いクリスマスを楽しみました。

同フェスティバルは、子供に夢を与えようと、かなぎサンタ・フェスティバル実行委員会（委員長 田中勇治）が主催し、今年で九回目を迎えました。

二m以上のクリスマスツリ

沢山のお友だちとジングルベル

ーが飾られた会場では、サンタへのお願いカードに欲しいオモチャを書いた子供がポストに投函。

この後、中里きららの会による楽しい人形芝居を観覧、あわてんぼうのサンタクロス、ジングルベルなどを全員で歌い、津軽鉄道の社員が扮するサンタクロスからお菓子のプレゼントを手渡されました。

▶お弁当とお菓子のプレゼント



ふれあい弁当

金木町の一人暮らしのお年寄り全員に十二月十九日、手作りの温かい「ふれあい弁当とお菓子」がプレゼントされました。

町社会福祉協議会（会長 角田正男）が町と町赤十字奉仕団、町連合婦人会、町民生委員協議会らとタイアップしておこなったもの。

一人暮らしのお年寄りたち

に「ふれあい配食サービス事業」を実施している町社会福祉協議会では今回、クリスマスが近いこともあってお菓子のプレゼントもされました。

この日は、中央公民館に婦人会等が集まり、卵焼き、マカロニサラダ、野菜の煮物、など栄養価の高いお弁当を作り、温かいうちに職員とヘルパー、各地区の民生委員をかいして一人暮らしのお年寄り宅に配りました。

暮らしのワンポイント

保存がきいて値段も手ごろな缶詰。最近は国産品、輸入品ともに種類も豊富になって、ますます便利になりました。

中身が見えない缶詰を買うときは、たいていカンカンと良い音がするものを選びましょう。真空度が高く、新鮮な証拠です。缶がふくれているもの、さびていたりするものは買わないこと。

製造年月日、JASマークの有無もしっかりとチェックしてください。

缶詰の食べごろと利用法

缶詰といえども保存期間があります。室温で貯蔵する場合、果物のシロップ漬けが四年、魚介類の油漬けや水煮、食肉加工品、野菜の水煮、米飯などは五年が目安です。

ところで、缶詰にも食べごろがあるのを存じましょうか。缶詰の多くは、製造されてから少し時間を置いた方が味がなじんでおいしくなります。果物や野菜は半年から一年、ツナやイワシの油漬けは一年から二年くらいが食べごろです。

缶詰は室温で保存できますが、直射日光に当たると品質が変化するので要注意。できるだけ温度変化のない、さびを呼ぶ湿気の少ない場所がよいでしょう。

果物やみつ豆の缶詰は、冷やしていただくとおいしいのですが、急いで冷やしたいときも冷凍庫に入れることは避けましょう。缶が破裂することもあり、危険です。

缶詰の汁は、捨てずに有効利用できるものがあります。ツナ缶の汁はドレッシングに、野菜の水煮缶の汁はスープに、カレーの汁はみそ汁に入れたり、うま味がでます。

寒い日には、ツナ缶やサケ缶を使った鍋料理はいかがでしょう。この場合、缶臭くなるので缶汁は使わずに具だけを使います。白菜、ネギ、ホウレンソウなどの野菜と相性がよく、コウチのある鍋が味わえます。

残り汁も捨てずに活用

残り汁も捨てずに活用



つがる弁



このクイズは若い人の知らない、聞いたことの無い津軽弁を楽しく、再発見してもらおうと問題にしたものです。

Q.「ゆぎずっぱどふったつきゃ」を標準語の会話に直して下さい。

正解者の中から抽選で3名様に素敵な記念品を差し上げます。どんどん応募して下さい。

応募方法

ハガキに住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記入のうえ

- ①クイズの答②今月号のよかった記事③つまらなかった記事④ご意見・ご感想を記入のうえ

〒037-02 金木町大字金木字朝日山323 金木町役場企画室までご応募下さい。

応募の締切は2月3日当日消印有効。当選者の発表は2月号に掲載します。

12月号は「あらまあ大変だ」でした。当選者は次の3名です。

- 金木白川早苗さん
- 金木田中恵子さん
- 石川県直江織江さん

たくさんのご応募、貴重なご意見有難うございます。今回当選しなかった方もこれにめげずどしどしご応募下さい。

まちかど ギャラリー



▲働く少年を励げます会
▼除排雪対策本部結団式



元旦マラソン



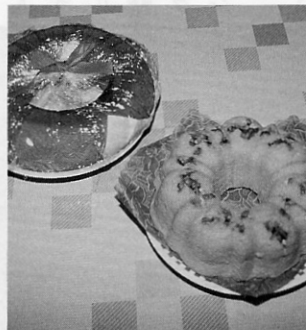
農漁村女性フレッシュ講座



手作りバターケーキ

●手作りバターケーキ

- 材料
- 白砂糖 100~120g
 - 卵 Mサイズ 3個
 - 小麦粉 100g
 - マーガリン 80g
- (ケーキ用マーガリン又はバター)
バニラエッセンス 少々



作り方

- ①天火は200~210℃に温めておく、21~22cmの型にマーガリンをまんべんなく塗っておく、材料を全部量っておく。
- ②卵は白身と黄身を別々にして、白身だけボールをひっくり返しても落ちないように泡立てる。
- ③②に砂糖を2、3回に分けて入れ、さらにミキサーで混ぜる。
- ④バニラエッセンス少々と卵黄身を入れミキサーで混ぜる。
- ⑤ふるいにかけておいた小麦粉を入れて泡立て、器でさっくり混ぜる。
- ⑥マーガリンを溶かし、⑤に入れボールを動かしながら混ぜて型に流し込み天火で18~20分焼く。
(マーガリンは熱くても良い)
好みでくるみやレーズン等を入れるとなお良い。
今回は家庭でできる簡単なケーキ作りです。ぜひお試しください。

食生活改善推進員

こくみんねんきん

学生の皆さんも

二十歳になつたら

国民年金に加入

しましょう

学生の皆さんも二十歳になつたら国民年金に加入することが義務付けられています。

平成三年三月までは二十歳

以上でも、学生は希望した人だけが任意加入の仕組み

になっていました。

しかし、加入していなかった場合、この間に事故などで障害を持った場合、障害基礎年金を受けることが出来ませんでした。

また、老齢基礎年金は二十歳から加入しなければ将来満額の年金を受けることが出来ないのです、この点でも不利でした。

このような不利益をなくするため、学生であっても二十歳から国民年金に加入すること

が義務付けられたのです。

二十歳になつたら、住民票のある市町村役場で加入の手続きをして下さい。親などが代理ですることできます。学生本人に収入がない場合、

親元から保険料を納めていただくこととなりますが、親元の所得等によって、これも困難な場合には、申請をして認められれば、保険料の納付を免除する制度もありますので、市町村役場や最寄りの社会保険事務所でご相談下さい。

金木病院カルテ 132

「金木病院カルテ」十二年

院長 伊藤 恭雄

家庭医学書というものは沢山出版されていて、求めれば簡単に手に入る世の中ですが、我が町の広報にも身近な当院の職員、あ、あの人かと判る人の筆で、町の方々と病気のことで、病院のこと、健康のことを考えようというのがこの『金木病院カルテ』の趣旨であります。院内では様々な制約もあり十分お話が出来ていない部分を少しも補う一助に、と続けております。

この欄を通じて皆様とお話をするのも当院の任務の一つであると思っております。

もとより金木病院の任務は治療、病気の予防、福祉のお手伝いにあります。これらが地域の病院としての責務であります。この地域の一次医療：病気の心配のある時はまず第一に相談にのり然るべき処置をすること。それから二次医

療：当院の持つ機能と設備をフルに使用してより高度な医療を行う事：を我々は担っております。残念ながら当院では出来ない三次医療：更に高度な特殊医療：に関しては県内各特殊医療施設と強い連携を取っております。我々の責務を全うするように、新年を迎え改めて肝に銘じたところであります。

広報『かなぎ』の一頁をお借りしている「金木病院カルテ」、昭和六十年十月号から始まって足掛け十三年目となりました。この間、当院の医師をはじめ、看護婦、各担当の技師、事務系の職員と各分野にわたり執筆してきました。それぞれの専門分野のことを判り易く書いてきました。どのような書物もそうでしょうが、書き手が一方的であつてはならないと思ひます。読み

手も一緒に読み手なりに考えるのが面白い読み方かと思ひます。細やかな小欄ではありますが、この欄が町の方々の

何らかのお役に立てば幸いです。今年もより良き人生のために、御一緒に歩んで参りましょう。

真の国際化に向けて



▲天馬塚公園

▲国際交流、まず自己紹介
修学旅行には、校長、引率教員、生徒、添乗員総勢八十八人が出発。現地のソウル市内では、ロッテワールドや国立民族博物館を見学。旅行二日目には、慶州の鶏林高校との交流会を開きました。鶏林高校は、生徒数約八百人の進学校。交流会では互いの言葉が分からないもの同士とあつて心配していたものの、身振り、手振り、漢字を書くなどして自己紹介やゲーム、プレゼント交換で楽しい一時を過ごしました。

金木高等学校（校長 吉田正美）の二年生八十一人が、十月二十一日から四泊五日の韓国への修学旅行へ出かけました。

京都、広島を回る修学旅行を続けてきましたが、例年の旅行日数よりも一泊減ったものの旅費は、十万円前後と従来と変わらないことから実現したものです。

具体的にあたっては、父母からアンケートや再三にわたる話し合いのほか、引率する教師が現地を調査。見学コースや時間配分、緊急時の連絡先と対応策、言葉の通じる病院などを綿密に計

画したものです。

同校は、一昨年まで奈良、

韓国への修学旅行は「国際社会に対応できる生徒を育てよう」と検討してきました。

同校では、これからも韓国への修学旅行を三年程継続していく予定。

戸籍の窓

十二月届出分

おめでとう

平井 拓朗 (兼仁) 嘉瀬
 小林 弘弥 (順一) 金木
 鎌田 佳純 (浩明) 喜良市
 三上 円華 (真澄) 喜良市
 白川 真 (昌利) 蒔田
 福長 唯真 (洋一) 金木
 松橋 聖奈 (聖彦) 金木
 中谷 有沙 (寛臣) 金木

おしあわせに

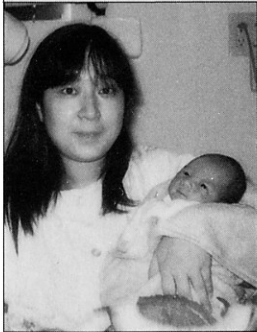
荒関 一寿 (詔八) 喜良市
 米塚 朋代 (長治) 中里町
 工藤 俊 (功) 平賀町
 伊藤 貴子 (弘行) 嘉瀬
 小林 公 (正) 金木
 佐藤 美和 (尚男) 車力村
 丁子谷 充 (勇) 市浦村
 角田 衣里 (忠寛) 金木
 石井 文人 (利明) 埼玉県
 徳田 貴美子 (雄治) 蒔田

おくやみ

壬生田晴康 (耕太郎) 青森市
 須崎 准子 (英美) 嘉瀬
 米塚 正人 (政春) 青森市
 中谷 幸子 (肇) 川倉
 小野 敬之 (元靖) 金木
 白川 理香子 (傳藏) 蒔田
 澤田 ソノ (96才) 嘉瀬
 須崎 秀森 (62才) 嘉瀬
 黒川 ふに (100才) 嘉瀬
 白川 兼五郎 (83才) 金木
 木立 久二 (64才) 嘉瀬
 丹場 金作 (90才) 金木
 岡本 たゆ (83才) 川倉
 岡中 愛子 (58才) 金木
 田中 ミサ (86才) 金木
 長尾 ミサ (86才) 金木
 中谷 吉次 (80才) 金木
 米谷 キワ (92才) 喜良市

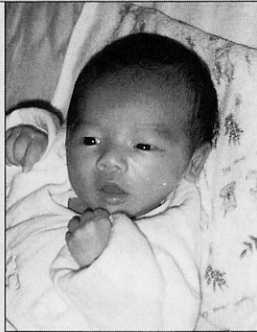
この欄は、金木町に住所を有して
 いる方々を掲載しています。掲載を
 希望しない方は町民課窓口に届出の
 際申し出てください。

はじめまして



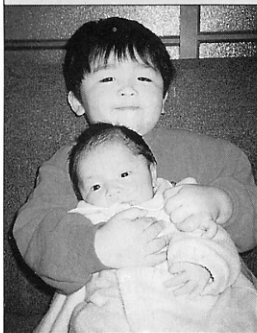
拓朗

元気にすくすく育ってくればそれでいいです
 (父 平井兼仁より)



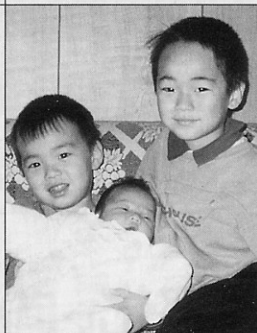
廉真

健康で思いやりのある子に育って欲しい
 (母 白川友里子より)



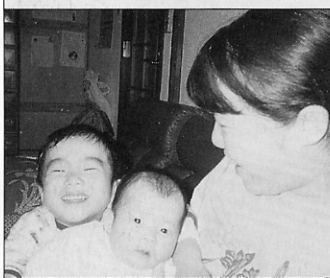
健斗

兄弟仲良く健康に育って欲しい
 (父 荒関正広より)



弘弥

のびのび育って欲しい
 (母 小林育子より)



か佳 すみ純

心身共に健康でのびのび育って欲しい
 (母 鎌田栄美子より)

あなたの善意

ありがとうございました
 (敬称略)

- ▼社会福祉協議会へ
 ●さわやかグループ
 (代表 小山内トシエ)

年末たすけあい寄付金観光課委託金の一部

- 青森ヤクルト(株)五所川原営業所 一〇,〇〇〇円
- サンライフかなぎ 八,〇〇〇円

- ▼子供たちのために役立てて
 ●大正琴(会長 白川セツ) 七,〇二一円
- 二〇,〇〇〇円

町内の四カ所の保育所に配分し趣旨に沿うよう大切に使用させていただきます。

人口と世帯

	12月末現在	前年同月比
男	5,927	△ 39
女	6,542	△ 54
計	12,469	△ 93
世帯数	3,918	15