

つがる市誕生5周年・平滝沼野外ステージ落成



亀ヶ岡さくらまつり
千本桜の並木道

5月2日(日) 会場：平滝沼公園

【イベント内容】

10:00～10:30 植樹祭
11:00～12:30 カラオケショー
13:00～15:00 「サエラ」コンサート

【会場内催し】

10:00～ つがる市物産販売コーナー
11:00～ ゲームコーナー
11:00～15:00 バーベキューコーナー

●先着200人に桜苗木をプレゼント！（10:00～）

【問い合わせ先】

つがる市観光協会事務局（市役所商工観光課内）
電話 4 2 - 2 1 1 1（内線 4 3 1）



つがる市「長寿大学」を開設のご案内

《開催要項》

学習活動を通して、教養や生活能力を習得し、仲間づくりを通じて、一人ひとりが充実した生涯を過ごせることを目的に開催します。

《時期・回数》5月から11月まで（全7回開催）

《場 所》生涯学習交流センター「松の館」他

《入 学 資 格》市内在住の概ね60歳以上の通学可能な方

《経 費》受講料は、不要です。但し、傷害保険料と移動学習等の経費（1,000円）を申し込み時に納めてください。

《申し込み方法》

入学を希望される方は、4月20日(火)までに経費(1,000円)をそえて、運営委員の方にお申し込みください。また、運営委員がわからない方、いない地区・木造地区以外の入学希望の方は、直接つがる市教育委員会「生涯学習課」へ経費をそえて、申し込みください。（※長寿大学は、老人クラブ会員でなくても入学できます。）

■午後の自主活動は、ダンス教室・園芸教室・グラウンドゴルフ教室・カラオケ教室（場所はしゃこちゃん温泉、有料500円、1曲100円）

【問い合わせ先】

つがる市教育委員会 生涯学習課 電話49-1200

きづくり・秋桜団地 「宅地分譲中」

■所 在：つがる市木造川除

■区画数：18区画

■区画面積：269㎡（81.4坪）～350㎡（105.8坪）

■区画価格：224万円～280万円

■特別価格宅地分譲制度

4月26日から4月30日（祝日は除く）の期間は、5区画限定で1区画当たり20%引きで販売します。（但し、申込者多数の場合は抽選となることもあります）

■複数区画宅地分譲制度

上記の期間に2区画以上契約した場合や既契約者が新たに区画を購入する場合は、さらに割り引きします。（分譲価格の10%以上）

■新築住宅一般公開制度

分譲地購入後1年以内に、完成住宅を3日間一般公開して頂ける場合には、分譲価格の5%を割り引きします。

現地相談会／4月24日（土）午前10時～午後4時 場所：きづくり・秋桜団地の現地テント

【問い合わせ先】管財課（内線334）又は青森県住宅供給公社（電話017-723-1627）

食卓に もう一品

じゃがいもの代わりに長いもを使ったサラダです。長いもはじゃがいもと比べて水分が多く、水っぽくなると思われがちですが、長いもをゆでた後、水気を切り、再び鍋を火にかけて水分を飛ばすとうまくまとまります。

【作り方】

- ①長いもは皮をむいてゆでやすい大きさに切り、柔らかくなるまでゆでる。鍋のゆで汁を捨て、再び火にかけ長いもの水分をとばして、熱いうちに粗くつぶす。
- ②玉ねぎは薄切りにし、酢水にさらす。きゅうりは小口切りにした後、玉ねぎときゅうりに合わせ塩を振り、10分ほどおいて水けをしぼる。にんじんは、いちよう切りにしてゆでておく。
- ③長いもとマヨネーズをよく混ぜ、②を加えて混ぜる。



食生活改善推進員の皆さん

長いもサラダ



エネルギー106kcal 塩分0.5g

【材 料】（2人分）

長いも……………140g
きゅうり……………30g
にんじん……………25g
玉ねぎ……………20g

【調味料】

酢……………少々
塩……………少々
マヨネーズ……………大さじ1

青春の躍動、 一瞬の勝負



第5回全国高校生 かるたグランプリinつがる市



日時：平成22年 5月2日（日） 8:45～18:20
5月3日（月） 9:00～12:45
会場：生涯学習交流センター「松の館」

主催：『全国高校生かるたグランプリinつがる市』実行委員会
問い合わせ先：実行委員会事務局（つがる市役所内）
平山 TEL 0173-42-2111

2010 おやこウォークin地球村

5月2日（日）開催
雨天決行

参加者募集中！



■受付集合場所 つがる地球村野外円形劇場駐車場
■日 程 受付時間 7:30～ 開会式 8:40～
スタート ●15*コース 8:40 ●10*コース 9:20
●6*コース 9:40 ●3*コース 10:00
昼 食 12:00～ お楽しみ抽選会 13:00～

■参加料
●小学生以下幼児 1人 500円（保護者又は引率者同伴）
●中学生・高校生 1人 1,000円
●18歳以上大人 1人 1,500円
（※参加料には、参加賞、昼食券、入浴券、保険料が含まれます。）

■締切日 4月20日（火）まで

■申込方法
下記実行委員会へ直接お申込み、又は郵便振込みでお申し込みください。当日の申し込みは不可。
詳しくは、市役所、各支所、各公民館などに備え付けのチラシをご覧ください。

【申し込み・問い合わせ先】

つがる市「おやこウォークin地球村」開催実行委員会事務局
電話 26-2855 FAX 26-3855

北部航空音楽隊演奏会



ここ数年、つがる市を訪れている北部航空音楽隊。今回は富范小学校を会場に開催されます。子どもたちと一緒に迫力ある演奏を鑑賞しませんか。多数のご来場をお待ちしております。

■日時：4月23日（金）13:00～14:00
■会場：富范小学校体育館
■料金：無料 ※内履きを持参してください。

【問い合わせ先】
つがる市教育委員会 生涯学習課 電話49-1200

北部航空音楽隊は、昭和51年10月に北部航空方面隊直轄の部隊として発足し、航空自衛隊三沢基地に所在しております。

主な演奏活動範囲は、青森・秋田・岩手県及び北海道全域を担当しており、防衛省の各種行事に参加すると共に、地域を代表する吹奏楽団として皆様に親しまれています。

広 告

す ま い る 院・夢

カイロプラクティック療法

腰が痛い・肩がこる・背中が痛い・その他の不愉快な症状に、回りの筋肉・靱帯をゆるめ、圧をかけて放すことで老廃物・血流が良くなり、関節の動きを整えることで痛み・こりが改善していきます。（手技療法）
子どもから高齢者まで、お客様の症状にあわせて苦痛のない治療を行います。

1. 全身調整
4月末日まで60分2,000円/予約された方は500円引き!!
 2. 美容カイロ調整
4月末日まで90分3,500円/予約された方は500円引き!!
- 骨盤調整 → お顔の歪み調整 → クレイウオッシュ → クレイマツサージ

骨盤を調整することで身体の線がキレイになり、お顔がかわります。クレイ（粘土療法）は肉体を再生させる強力な性質をもっています。

【問い合わせ・予約番号】
080-3193-4463



つがる市木造永田松下19
須藤りょうこ

広 告

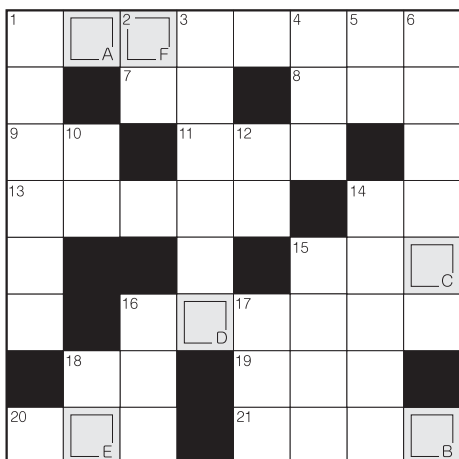
市民のコミュニケーションをお手伝い



出 結 快 引 入 退 記
産 婚 気 越 学 職 念
祝 祝 祝 揆 内 祝 品

カタログ 無料配達 **マイモト** TEL 42-2118
木造有楽町

クロスワードに挑戦!



タテ・ヨコの問題を解いていき、A～Fの文字を探してこばを見つけてね!
ヒントは「統合小学校の校歌を作詞・作曲」

応募方法: ハガキに答え、住所、氏名（未成年の場合は保護者名も記入）、年齢、広報つがるに対するご意見などを書き添えてお送りください。正解者の中から抽選で5人の方に、「つがるちゃんエコバッグ」をプレゼントします。（4月20日締切 ※ 日消印有効）
応募先: 〒038-3192 つがる市役所 総務課文書広報係まで

3月号の答えは「ニコウキスゲ」でした。
多数応募していただきありがとうございました。当選者は次のとおりです。（敬称略）
藤本フミ子（木造）・山谷甚助（木造）・川嶋恵子（木造）・山谷洋子（森田町）・小山内保人（稲垣町）

【タテの問題】

- 1 ネズミザメ目の海魚で、世界最大の魚。
- 2 バラ科の落葉高木。果実は酸味が強い。〇〇干しや〇〇酒。
- 3 3月3日、ひなまつり。
- 4 自分の家。
- 5 人畜に寄生して吸血し、アレルギーの原因になったり、伝染病を媒介する種類もある節足動物。
- 6 サツマイモを熱した小石の中に埋めて、間接的に焼いたもの。
- 10 人や動物を打つための細長い竹の棒。アポロ11号が着陸した所。
- 14 プロペラと軸によって構成される日本の伝統的なおもちゃ。
- 15 単一の録音・再生装置を用いる音響方式。I・Qは〇〇指数。
- 16 西インド諸島の島国。北西にアメリカ合衆国のフロリダ半島が、南西にキューバが、南東にハイチが存在。首都はニュー・プロビデンス島のナッソー。
- 18 人と人との心のへだて。〇〇が深まる。

【ヨコの問題】

- 1 弥生時代の前の時代で竪穴住居が普及。忘れないように書いておくこと。覚え書き。
- 8 水田や池沼にすむ、巻貝。
- 9 妖怪人間〇〇。
- 11 野球で、守備練習のために野手にボールを打ってやること。
- 13 現在も中世社会の荘園の面影が残る骨寺村（ほねてらむら） 荘園遺跡のある岩手県南端の市。
- 14 高いがけの上から流れ落ちる水の流れ。実物の形にまねて作ったもの。
- 16 幼い頃に、ともに竹馬に乗って遊んだ友人なじみ。
- 18 朝のTBSの顔といえば「〇〇もんだ」変化が激しく劇的であること。〇〇〇万丈。
- 20 一般的に子供の守り神とされ、地藏菩薩の略。
- 21 小形の魚や大根などを姿のまま干すこと。

CIR Column 国際交流員 コラム

聖パトリックの祝日



毎年、3月17日にアイルランド人とアイルランド系の人達はビールを飲んだり、アイルランド料理を食べたり、緑の服を着たりして、聖パトリックの祝日を祝います。緑は聖パトリックの祝日の色です。私が青森に来てからの毎年の習慣は、友達と一緒に三沢市に行って緑色に染められたビールを飲んでみます。アメリカではシカゴ川が緑色に染められて、緑色の物を身に付けていない子供たちは、つねられるという面白い習慣があります。日本人はこの日についてあまり知らないと思います。聖パトリックの祝日とは何でしょうか？パトリックはアイルランドの守護聖人です。聖人という人はカトリックの伝承で、ある場所、文化、民族などを守ってくれる人です。例えば、音楽、動物、遺失物などそれぞれの守護聖人がいるそうです。パトリックは432年にアイルランドにキリスト教を広めて、461年3月17日に死亡したので、3月17日は聖パトリックの命日としてカトリックにおける祭日になりました。話しによると、パトリックはシャムロック（クローバの種類）を使ってアイルランド人にキリスト教の考え方を教えたことから、聖パトリックの祝日には緑色の物を身に着ける習慣があります。

では、ビールを飲む習慣はどこから？アイルランド系の人々は世界中に移住して、なかなかキリスト教に関係がある部分は忘れられていて、宗教の代わりにアイルランドの文化を祝う祝日になっているようです。アメリカ人などの世界人にとっては、簡単に楽しめることが主になりました。アイルランドの音楽、食べ物、それからギネスなど世界で愛されているアイルランドビールは聖パトリックの祝日の象徴になりました。

Happy St. Patrick's Day!

国際交流員 ベルテ・デーナ

広 告

歓迎会

大好評受付中!

- 量の宴会場 (～50名様)
- 少人数様用 個室有

飲み放題もあるよ!

お電話ください!

五所川原マックスバリュ隣
0173-33813048

わのお食事
としま

広 告

夜9時まで営業の旅行屋です!!

航空券・宿泊・貸切バス・国内旅行・海外旅行・団体旅行
旅行の事なら「旅行屋」まで、お電話ください
営業マンが自宅・職場まで伺います

旅行屋 TEL 017-776-3434

株式会社 旅行屋 青森市安方2-17-11 青森日商連安方ビル2F
総合旅行業務取扱管理者 長利忍(木造高校卒業)