



広報

つがる

2010  
9月号  
No.105

●市の人口と世帯数(平成22年8月31日現在)・人口37,486人(男17,793人・女19,693人)・世帯数13,518世帯



## 心ひとつに 「つがる市ネブタ祭り」

日頃の練習の成果を披露する柏ネブタ会の子どもたち。各団体のネブタ、囃子、踊りすべてが一体となって祭りを盛り上げました。

【関連2～3ページ】

# つがらの情熱が 夜空を焦がす

津軽地方を代表する夏祭り「ねぶた・ねぶた」の先陣を切って、「つがる市ネブタ祭り」が7月28日開幕し、勇壮なネブタと迫力ある太鼓や鉦の音がつがるの夜空に鳴り響いた。

28日の出陣式では12台のネブタが商工会館前広場に集結。各団体が囃子や踊りを披露し、松原青年有志が3年連続で栄えあるネブタ大賞に輝いた。

29日の喧嘩太鼓の競演は悪天のため中止となったが、翌日の合同運行では力強いネブタが街を練り歩き、息の合った囃子と躍動感あふれる踊りが観衆を魅了した。



囃子賞

かいこうよしつね べんけい  
上町倭武多会「邂逅義経と弁慶」



製作賞  
建設業協会会長賞

すいこてん はんずい こうそんしょう いど  
范中ねぶた愛好会「水滸伝 樊瑞、公孫勝に挑む」



創作踊り大賞  
商工会会長賞

ぶしん うえすぎけんしん  
市民ネブタ実行委員会「武神 上杉謙信」



流し踊り大賞

もみじがり  
木作町内会「紅葉狩」



りゅう こ あい う  
松原青年有志「龍虎相搏つ」

2010

ネブタ大賞  
姉妹都市協会会長賞

3年連続  
ネブタ大賞  
姉妹都市協会会長賞

龍虎相搏つ



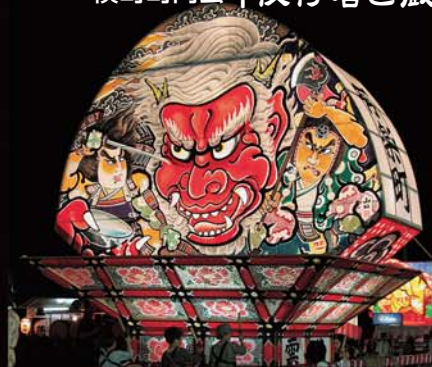
えんのぎょうじゃ ざおう こんげん  
横町町内会「役行者と蔵王権現」



ちみもろりょうおにびきょうらんまい  
劇団夜行館「魍魎魍魎鬼火狂乱舞」



きるとひこおおみのかみあくりょうたいさんず  
柏ネブタ会「猿田彦大神畏霊退散図」



おおえやま  
有楽町町内会「大江山」



しょうき  
蓮沼ネブタ実行委員会「鍾馗」



まんじ しゃくじょう  
田町町内会「卍・錫杖」



かめがおかじょうもんじん くじら たたか  
千代町町内会「亀ヶ岡縄文人 鯨と闘う」

**笛(ふえ)**  
七節からなる、哀愁を帯びた笛。ネブタ囃子の重要なメロディ部分です。美しい音色を会得するには日々の稽古が大切です。



**太鼓(たいこ)**  
ネブタ囃子の中で遠くからでも聞こえる腹に響く音です。笛の音とあいまって音の強弱がさらに祭りを引き立てます。

**手振鉦(てぶりかね)**  
「ジャガネ」とも言われる手振鉦。ネブタ囃子の重要な囃子の一つ。シャカシャカと子どもから大人まで鳴らし続けます。



**曳き手(ひきて)**  
重いネブタを右に左に曳く人たち。くると回ってみせたり、ぴたと観客の前で止めたり、自由にネブタを操作します。





# 勇気と愛は海を越える

## 第21回チエスボローカップ水泳駅伝

「勇気と愛は海を越える」をテーマに第21回チエスボローカップ水泳駅伝が8月1日、県内外から37チーム182人が参加し、マグアビーチ（車力漁港）で行われました。

この大会は、つがる市と米国メーン州バス市との直線距離1万2000mを全参加者の泳いだ距離を合計し、毎年累計して泳ぎ切ろうという大会です。

大会当日は強風に見舞われ、ジュニアクラスを除く4クラスの距離を短縮して行われました。参加者は悪条件をもとめせず、観客の声援を受けながら力泳。今年の参加選手が泳いだ合計距離は55.87km、これで通算距離は4636.84km、目標まであと5563.16kmとなりました。



次の泳者へ思いが繋がれる

厳しい自然条件の中、精いっぱい力を出して泳ぐ選手たち



チエスボロー倶楽部の秋田谷建幸会長



「チエスボローカップ！」のかけ声で記念写真

## チエスボロー号遭難120周年慰霊祭



慰霊碑に白菊をささげるバス市訪問団



慰霊祭終了後、高山小公園内に梨の木を記念植樹

明治22年10月30日、日本海七里長浜沖合で起こった米国バス市船籍の帆走船チエスボロー号遭難から今年120周年の節目を迎えました。チエスボロー倶楽部では遭難者の慰霊と、バス市との友好を深めるとともに、先人たちの勇気と愛をもって必死の救助にあたった史実を後世に語り継ぐために7月26日、高山小公園で慰霊祭を挙行了しました。

慰霊祭には車力分屯基地の井上伸康司令、車力通信所のカービー・アトウエル大尉ら約60人が出席。神事、黙とうに続き、市滞在中のバス市訪問団が慰霊碑に献花をしました。同倶楽部の小寺吉徳副会長は「当時の村民の誇り高き行動を末永く語り継いでいきたい」、バス市訪問団を代表してジョーン・クックさんが「本日この場に出席できたことを光栄に思います」と慰霊の言葉をささげました。



## 夜空に舞う千発の花火

7月31日、第6回つがる市花火大会が車力漁港で行われ、約1万2千人の市民らが夏空を彩る華やかな花火を堪能しました。



初のジュニアボードレース大会には市内の小学生が参加し、ライフセービングの技術を学んだ



通算達成距離

4636.84km

10200km

目標まであと

5563.16km



ハーフオープンクラスでゴールするつがる市の「復活! 完熟メロン」チーム



バス市訪問団や米陸軍車力通信所の職員らも選手として参加し、国際色豊かな大会となった



オープンクラス優勝の「海自大湊A」チーム



大会前日のウェルカムパーティ



陸から大きな声援を送る仲間たち

## バス市訪問団が 市民と交流を深める

7月23日から8月3日までの12日間バス市訪問団22人がつがる市に滞在し、ホームステイや文化体験交流などを通してお互いの交流を深めました。平成2年から始まったバス市からの訪問団は延べ303人になりました。



木造高校生との交流では剣道の体験を通して日本文化を学ぶ



福島市長を表敬訪問し、記念写真



## 今年初めてホストファミリーとなった 小島睦雄さん(柏)家族の感想

**睦雄さん** 「だんだん日を重ねるにつれて気持ちがつながっていくのを実感できたことが良かった」

**一子さん** 「ジミーは礼儀正しく、何でも日本文化を学びたいという気持ちが伝わってきた。アメリカ人に対する先入観がなくなった」

**瑤平君** 「自分の英語を試したいのと国際交流が大切だという気持ちでホストになった。またチャンスがあればやりたいし、バス市にも行きたい」

## 全国高校かるた個人戦 対馬さん県勢初V



優勝旗を持って報告に訪れた対馬聖玲菜さん(中)と里村英博校長(右)

7月24日、25日、滋賀県大津市近江神宮で開催された第32回全国高等学校小倉百人一首かるた選手権個人戦A級(四段以上)で県勢として初優勝を飾った対馬聖玲菜さん(木造高校3年)が8月10日、市役所を訪れ、福島市長に優勝を報告しました。

個人戦A級には全国の強豪44人が出場。対馬さんは準決勝で優勝候補の森田真央さん(東京・東大教育附属高1年)と対戦。一進一退の激しい攻防の末、2枚差で競り勝ちました。決勝では新井美奈さん(群馬・前橋女子高2年)を14枚差で破り見事頂点に立ちました。

報告を受けた福島市長は、「歴代のかるたクイーンが勝ってきた大会と聞いた。そのような大会で優勝したとは本当にすごい」と感心していました。対馬さんは「昨年は3位で、今年は絶対優勝旗を持ち帰りたい」と笑顔で語りました。

## 恒久平和願い、戦没者の冥福を祈る

戦死された方々の霊を慰め遺族の辛労をねぎらう「つがる市戦没者追悼・平和祈念式」が8月12日、松の館で行われました。

式典には約200人が参列し、戦没者の御霊に黙とうをささげ、福島市長が「戦争で肉親を失った遺族の労苦に敬意を表し、平和の尊さを深く心に刻み、平和への願いを発信し続けることを誓います」とあいさつ。戦没者遺族会を代表して工藤光則会長が「二度と戦争が起こらないよう戦争の悲惨さや恒久平和の大切さを次の世代へしっかりと受け継ぐことに努めます」と追悼の言葉を述べました。参列者は標柱に飾られた祭壇に白い菊の花を献花し、「童謡 蕾の会」が「白神山地の詩」など3曲を追悼合唱しました。



上/白菊を献花する参列者

右/戦没者の御霊に追悼の言葉を述べる工藤光則会長

## 災害時に備え東北電力と協定締結



協定書に署名する佐井順一所長(左)と福島市長

8月6日、市と東北電力五所川原営業所は、災害発生時における電力復旧活動のための市の施設利用に関する協定を締結しました。協定は、大規模停電の際、迅速な電力復旧活動のため、県内外から駆けつける応援隊の集合場所・物資集積場としてつがる地球村と市生涯学習交流センター「松の館」の各駐車場を、ヘリポートとして地球村の駐車場と木造中学校グラウンドを提供するという内容です。

福島市長は「協定の締結によって災害時の情報の共有や相互の連携をさらに強化できると思います」と述べ、同営業所の佐井順一所長は「これを契機になお一層緊密で強固な関係をつくっていききたい」と話しました。県内で同様の協定を締結したのは本市が20例目となります。

## つがる相撲クラブが小学校団体2年連続優勝

県内の小中学生ら約160人が参加した第6回旭富士杯県下小学校・中学校相撲大会が8月8日、つがる地球村スポーツパーク相撲場で開催されました。選手たちは団体、個人戦で日頃鍛えた力と技をぶつけ合い、手に汗握る熱戦を繰り広げました。主な結果は次のとおりです。(敬称略)

- 小学校団体 優勝：つがる相撲クラブA 3位：つがる相撲クラブB
- 小学校個人◇2年 2位：鳴海匠馬(つがるクラブ) 3位：木村豪斗(森田小) 3位：相馬良亮(つがるクラブ)
- ◇3年 優勝：小関拓道(つがるクラブ) ◇4年 2位：菊池新(つがるクラブ)
- ◇5年 2位：田中界渡(つがるクラブ) ◇6年 優勝：越後谷知樹(つがるクラブ)



小学校団体優勝のつがる相撲クラブA



個人優勝の小関拓道君(3年)



個人優勝の越後谷知樹君(6年)

## 特産メロンなどを関西、関東で試食販売

つがるブランド推進会議(会長・福島弘芳市長)は7月24日から27日までの4日間(東京、千葉、兵庫、名古屋)で、つがる市産のメロン試食販売会を行いました。

販売会では、福島市長はじめ今彰造議長、生産者、津軽まほろば会の会員らがつがる市産のタカミメロン、レノンメロン、小玉スイカなどを試食販売しました。

24日、イトーヨーカドー津田沼店で開かれた「青森県フェア」では三村県知事も県産品のPRに会場。福島市長による市産メロンのPRやつがるちゃんの部位を当てるプレゼントクイズなども行われ、「つがる市」「つがるブランド」の魅力を県外の方々に発信しました。



西宮市のスーパーでメロンの試食販売を行う生産者の工藤十三雄さん



モーゼス・マイケル(MICHAEL MOSES F)  
米国ネブラスカ州出身 23歳  
【つがる市役所財政部企画課所属】

## 「つがる市の皆様、よろしくお願いします」

### 国際交流員 モーゼス・マイケルさん着任

「Hi!」つがる市の皆様、はじめまして。モーゼス・マイケルと申します。「マイク」と呼んでください。これから国際交流員としてつがる市で働くことになりました。

ネブラスカ州のオマハ市出身です。ネブラスカ州はアメリカの真ん中にありまして、コーンとフットボールが有名です。オマハ市の人口は約43万人です。ネブラスカは海から離れていて新鮮な魚はありませんので、青森県の魚を食べるのを楽しみにしております。

ネブラスカ大学でスペイン語と民族学を専攻していました。趣味はいろいろあります。まず旅行です。メキシコ、ドミニカ、スペイン、韓国に行ったことがあります。他の趣味は映画を見ること、本を読むこと、テニスをする事です。そして、つがる市にいううちに青森の豊かな自然や日本の文化と関係のある趣味を始めたいと思っています。

皆様と文化や言語の交流をするのを楽しみにしています。もし国際交流員としてのご希望があれば、ご遠慮なく声をかけてください。それでは「Nice to meet you!」よろしくお願いいたします。



### 松橋ミヤさん長寿100歳おめでとう

松橋ミヤさん（富港町）が7月24日、めでたく満100歳を迎えられ、入所しているゆうあいの里で長寿を祝いました。ミヤさんは明治43年生まれで夫の吉郎さんとは死別したものの、3人の子どもと孫3人、ひ孫5人、玄孫1人に恵まれました。裁縫が得意で、手先の器用なミヤさんは、色紙で彼岸花を作り、売りに歩いたりしたそうです。

この日、ゆうあいの里を訪れた小林福祉部次長は、顕彰状と花束を贈呈し「健康に気をつけて、101歳、102歳と長生きしてください」とお祝いの言葉を述べました。ミヤさんは「みなさま、おかげさまでありがとうございます」と笑顔を見せました。

### しげた保育園児が交通安全呼びかけ

「夏の交通安全県民運動」の一環として7月23日、しげた保育園の園児40人がつがる警察署と交通安全協会稲垣支部と合同で交通安全路上指導を行いました。

園児たちは元気な声で「運転ごろうさま。安全運転をお願いします」と手作りのマスコット人形とチラシをドライバーに手渡し、交通事故防止を呼びかけていました。ドライバーは「ありがとう」と笑顔でお礼を言っていました。



### 県民体育大会「市の部」家庭婦人バレーボール優勝

第65回市町村対抗青森県民体育大会が7月31日、8月1日の2日間、五所川原市、つがる市などを会場に開催され、「市の部」家庭婦人バレーボールで本市が2年ぶりに優勝を果たしました。

稲垣体育館で行われた決勝は弘前市との息詰まる攻防を制し、見事栄冠に輝きました。西谷須磨子監督は「チームが一丸となってつかんだ勝利。地元で優勝できてとても嬉しい」と話していました。

### おまけ付き商品券発売

つがる市商工会は8月4日、1割お得な共通商品券を市内5カ所で販売しました。商品券は、1,000円券11枚綴りを10,000円で販売し市内189店舗で使用できるものです。お得な商品券を買い求めようと、多くの市民が発売を前に商工会館に訪れていました。

発売セレモニーでは福島市長が「10%のおまけ付き商品券を有効活用して、つがる市の活性化に役立てて欲しい」とあいさつしました。



## 地元産食材を使った親子料理教室

地産地消と食の大切さを学んでもらおうと8月2日、市食育推進応援隊（原田ひとみ代表）が親子料理教室を松の館で開催しました。

同教室には10組約30人の親子連れが参加し、市食生活改善推進委員会の指導のもと、つがるブランド農産物のコメやトマト、ナガイモなどを使って、米粉ピザやミモザサラダ、ナガイモのスープを作りました。参加した親子は協力しながら食材を調理。完成後、皆で料理を試食し、地元食材の新たな美味しさを発見していました。



## 縄文人に思いをはせて

8月16日、「JOMON亀ヶ岡遺跡まつり2010」がしゃこちゃん広場で行われ、約1,000人の市民らが参加し、「北海道・北東北を中心とした縄文遺跡群」世界文化遺産登録への機運を高めました。主催したNPO法人つがる縄文の会の野呂隆昌代表は「亀ヶ岡遺跡はその芸術性の高さが評価され、亀ヶ岡文化という言葉は永久に残っていくと思います」とあいさつ。市教育委員会の佐野忠史学芸員が遺跡の発掘状況を報告しました。

縄文荒吐会、きづくりこどもネブタ愛好会による演奏や津軽人形芝居やよさこいソーランなどが行われた後、千代町町内会の縄文ネブタ「亀ヶ岡縄文人、鯨と闘う」が木造亀ヶ岡地区を威勢よく練り歩きました。

## 願いを込めて灯ろう流し

水虎大明神がまつられている木造千年のほこらで7月20日、宵宮が行われました。数十年前から続いている伝統の“灯ろう流し”は、家内安全、無病息災、水難防止などと書かれたたくさんの灯ろうがゆっくりと古田川の水路に流され幻想的な雰囲気に包まれていました。また、かっぱ広場周辺には多くの露店が軒を連ね、市民らは宵宮という夏の風物詩を楽しんでいました。



## フラット10周年を祝い夏まつり

むらおこし拠点館フラット開館10周年を記念して8月8日、むらおこし拠点館活性化推進協議会（蝦名富治会長）が「フラット10周年記念夏まつり」を開催し、多数の市民で賑わいました。

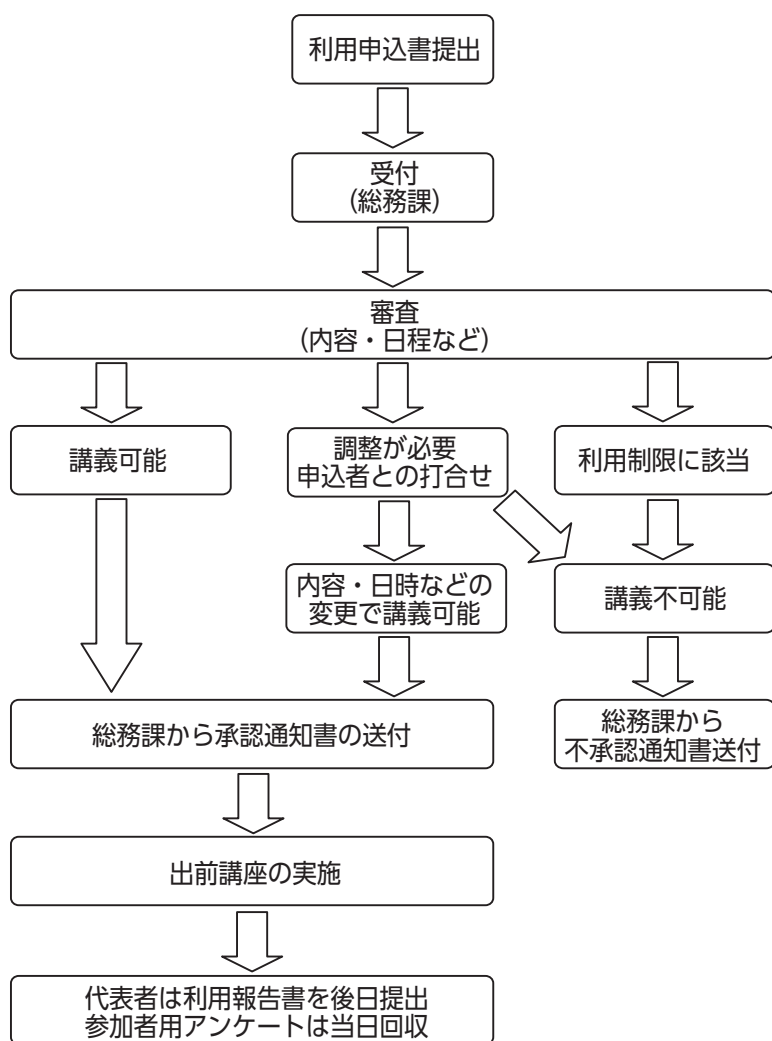
会場では、りんご娘&アルプス乙女ステージや蒼天飛龍、J A女性部によるよさこいソーランの披露が行われ、観客も一緒に踊りに参加し、大いに盛り上がりました。また、ビンゴゲームや生バンド演奏、盆踊りなどさまざまなイベントが行われ、訪れた親子連れらは納涼を楽しみました。

# 「つがる市出前講座」が始まります

市では、市民と行政の協働のまちづくりの推進を目的に「つがる市出前講座」を今月から実施します。

市民のみなさんがメニュー（左ページ）から選んだテーマについて、市が行っている施策や関心の高い内容を市の職員などが指定の場所に出向き、わかりやすく説明しますのでお気軽にご利用ください。

## — 手続きの流れ —



### ■出前講座って何？

市民のみなさんの市政に対する理解や関心をより一層深めていただき、行政と市民との協働のまちづくりを推進することを目的として、市職員などが指定の場所に出向き、市の事業や施策などについて説明します。

### ■誰でも利用できるの？

原則として、市内に在住、在勤、在学する10名以上の団体が利用できます。各種研修会や学校の授業などにもご利用いただけます。

けます。

ただし、次のような場合は利用できません。

- ・公の秩序を乱したり、善良な風俗を阻害するおそれがあるとき。
- ・政治活動や宗教活動、営利活動を目的とした催しなどを行うとき。
- ・本講座の目的に反しているとき。

### ■利用日と時間は？

年末年始（12月29日から1月

3日）を除く、午前10時から午後8時の間の90分以内です。ただし、土・日曜日、祝日は、午前10時から午後5時の間の90分以内です。

また、担当課の業務の都合などで実施できない場合がありますので予めご了承ください。

### ■会場の準備は？

受講を希望する団体で用意していただきます（原則として市内）。

### ■利用料はいくら？

無料です。ただし、会場使用料や実習の際の材料費などは団体の負担となります。

### ■申し込み方法は？

出前講座利用申込書に必要事項を記入し、利用希望日の1カ月前までに総務課窓口に出してください。ファクス、郵便での申し込みも受け付けます。

出前講座利用申込書は、市役所総務課、各支所、すまいるプラザに用意しています。また、市のホームページからもダウンロードできます。

また、出前講座実施後に利用報告書・アンケートの提出をお願いします。

### ■ご利用上の注意

つがる市出前講座は、市政への要望や苦情を引き受けするものではないことをご理解のうえで、申し込みください。

# つがる市出前講座メニュー

(平成22年8月18日現在)

| 区分     | 番号  | テーマ                | 主な内容                                                                           | 担当課        |
|--------|-----|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 市政のしくみ | 1-1 | つがる市の財政状況          | 財政状況と財政計画、自治体財政健全化法について                                                        | 財政課        |
|        | 1-2 | つがる市の行政改革          | 行政改革の取り組みと第二次行政改革大綱について                                                        | 総務課        |
|        | 1-3 | 情報公開制度のしくみ         | 市の保有する公文書の開示を求める情報公開のしくみと個人情報保護制度について                                          | 総務課        |
|        | 1-4 | 市勢の状況              | 統計調査とは何か、統計調査から見えてくるつがる市について                                                   | 企画課        |
|        | 1-5 | 選挙のしくみ             | 選挙のしくみ、不在者投票と期日前投票について                                                         | 選挙管理委員会事務局 |
|        | 1-6 | 議会のしくみ             | 議会の運営、本会議・委員会ではどんなことが行われるか、傍聴について                                              | 議会事務局      |
| 健康と福祉  | 2-1 | 子育て支援              | 子ども手当、ひとり親家庭等児童医療費、乳幼児医療費等の給付、児童福祉施設について                                       | 福祉課        |
|        | 2-2 | 障害福祉サービスと障害者相談支援   | 障害者手帳、つがる市相談支援体制、障害者自立支援サービス、障害者福祉手当について                                       | 福祉課        |
|        | 2-3 | 精神障害者支援と福祉サービス     | ひきこもりや精神障害をもっている方の相談支援、精神障害の特性や障害福祉施策などについて                                    | 福祉課        |
|        | 2-4 | 特別な支援を要する子どもの理解と支援 | 発達障害の「早期発見・早期療育」や発達障害の人たちへの支援方法について                                            | 福祉課        |
|        | 2-5 | 介護予防及び認知症の予防と対策    | 地域包括支援センターの役割や介護予防への取り組み、認知症の予防と対策について                                         | 介護課        |
|        | 2-6 | 介護保険制度             | 介護保険制度のしくみや介護認定について                                                            | 介護課        |
|        | 2-7 | 生活習慣病の予防           | 生活習慣病予防のための健康的な食生活や運動等について                                                     | 健康推進課      |
| 生活と環境  | 3-1 | 国民年金               | 年金制度のしくみ、保険料免除や学生納付特例について                                                      | 市民課        |
|        | 3-2 | わかりやすい戸籍の届け出       | 窓口業務と戸籍の届け出の方法、住民基本台帳カードなどについて                                                 | 市民課        |
|        | 3-3 | 国民健康保険と後期高齢者医療制度   | 国民健康保険制度と後期高齢者医療制度のしくみ、負担割合などについて                                              | 国民健康保険課    |
|        | 3-4 | ごみ分別とリサイクル         | ごみ処理の現状、ごみの減量と正しいごみの分別、リサイクルについて                                               | 環境衛生課      |
|        | 3-5 | 下水道の役割             | 下水道のしくみと効果、排水設備工事や使用料などについて                                                    | 下水道課       |
|        | 3-6 | 税金のしくみ             | 税金の種類と各税の納税額算出について                                                             | 税務課        |
| 産業     | 4-1 | つがるブランドの推進         | つがるブランドのPR活動、農産物の品質向上、農産物を使用した加工品、助成制度、新たなブランド認定について                           | 地域振興対策室    |
|        | 4-2 | 観光とイベント            | つがる市のイベントや観光名所について                                                             | 商工観光課      |
|        | 4-3 | つがる市の農業            | 農業の現状と取り組みなど、稲わらの有効利用や農業用廃プラスチックの回収、地産地消について                                   | 農林水産課      |
|        | 4-4 | つがる市の漁業            | 漁業の現状と取り組みなど、漁港漁場の整備について                                                       | 農林水産課      |
| まちづくり  | 5-1 | 男女共同参画社会           | 男女共同参画推進の取り組みについて                                                              | 企画課        |
|        | 5-2 | つがる市の都市計画          | 都市公園や河川公園の維持管理と使用について、屋外広告物や景観など                                               | 建築住宅課      |
|        | 5-3 | 道路とくらし             | 道路の建設や維持管理、冬の除排雪について                                                           | 土木課        |
| 安全と防災  | 6-1 | 災害と防災              | 災害と市の防災対策について                                                                  | 総務課        |
|        | 6-2 | 交通安全対策             | 市の交通事故発生状況や交通安全対策について                                                          | 総務課        |
|        | 6-3 | 応急処置体験と災害の対処法      | AEDの使い方等の応急処置体験、119番の正しいかけ方と携帯電話からの通報の仕方、火災になった場合の対処法、地震への備えと地震が発生した場合の対処法について | 消防本部       |
| 教育と文化  | 7-1 | 国際交流・姉妹都市交流        | 国際交流・姉妹都市交流などの取り組みについて                                                         | 企画課        |
|        | 7-2 | 生涯学習               | 生涯学習について、市内で行われる生涯学習の紹介など                                                      | 生涯学習課      |
|        | 7-3 | つがる市の縄文遺跡          | 石神遺跡・亀ヶ岡石器時代遺跡など縄文遺跡の紹介や発掘からわかる縄文文化について                                        | 文化課        |

## こころの相談

こころの病気、こころの悩みなどについて相談をお受けしています。眠れない・気分が重い・やる気が起きないといった状態やうつ病、人間関係、子どもの不登校やひきこもりについてなど、自分や家族・親戚のことで悩みを抱えている方は、一人で悩まずご相談ください。

期日：10月5日(火)、15日(金)、25日(月) 時間：10:00～15:00

場所：市役所1階相談室

申し込み：事前に「こころの相談担当者」あてに電話でご予約ください。

※当日の申し込みも受け付けますが、ご予約の方が優先になります。

【申し込み・問い合わせ先】健康推進課 電話42-2111 (内線305)



## 「国民健康保険被保険者証」が10月1日に更新されます

皆さんが現在使用している国民健康保険被保険者証は、平成22年9月30日で有効期限が切れるため、9月下旬に新しい国民健康保険被保険者証を郵送します。

更新後の国民健康保険被保険者証は平成22年10月1日から平成23年9月30日までの一年間有効となります。大切に保管してください。

簡易書留で郵送します！

○世帯ごとに簡易書留で郵送します。受け取る際には印鑑またはサインをお願いします。

○配達時に不在の時は、「簡易書留お預かりのお知らせ」が投函されますので、希望の再配達日時を指定してください。(詳しくは、「簡易書留お預かりのお知らせ」に記載のコールセンターにお問い合わせください。)

【資格証明書・短期被保険者証】の対象世帯の方

対象世帯には事前に通知いたします。市役所国民健康保険課または各支所の窓口でお受け取りください。

【臓器提供に関する意思表示欄】について

臓器移植に関する法律が改正され、国民健康保険被保険者証に「臓器提供に関する意思表示欄」が設けられることになりました。臓器を提供するかどうかは自分の意思で決められます。記入を義務付けるものではありません。また、記入をした後においても、いつでも意思を変更することができます。

※届け出をお願いします

勤務先などの健康保険に加入したときは、必ず国民健康保険課へ届け出をお願いします。

【問い合わせ先】国民健康保険課 電話42-2111 (内線271)

## 健康万歩計

健康万歩計は、西津軽郡医師会（つがる市・鯉ヶ沢町・深浦町）が、みなさんが健康で元気に過ごすための必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。



今月のドクター

山内 誠 先生

西津軽郡医師会副会長  
(山内クリニック・院長)

## スポーツキッズママからのQ&A

Q子どものスポーツと鉄欠乏性貧血の関係について教えてください

- 貧血は特に中高校生の女の子、特にバレーボール、バスケットなど跳んだり跳ねたりする種目で多くみられます。
- 原因は①生理による失血、②ダイエットによる鉄不足、③走ったり跳んだりすることで足の裏で赤血球が壊れること、などです。
- 食事や鉄剤で貧血を改善すると息切れしなくなるので、パフォーマンスが飛躍的によくなります。お子さんが「疲れた」とよく訴えるときには、貧血も疑ってみてください。

Q指導者からプロテインを勧められ飲んでいましたが、体によいのか…と不安に感じます。

- プロテインは、飲むこと自体に問題はありません。
- スポーツ選手は体重1kg当たり1.5～2.5gのタンパク質を摂る必要があるといわれています。それを食事だ

けで摂ろうとすると、一緒に多量の脂肪も摂ってしまうことになるので、それを避けるために精製したタンパク質をとる、というのがスポーツ現場でプロテインを使うときの考え方です。

- 食事の代わりにはなりません。

Q骨には牛乳=カルシウムがいいと聞きますが、うちの子は牛乳が嫌いなのでほかの手段はありますか？

- 確かに骨の成分で最も重要なものはカルシウムです。牛乳は体への吸収がよいので勧められますが、苦手ならタブレットやカルシウムを強化したウエハースなどでもよいでしょう。ヨーグルトやチーズなどの乳製品もカルシウムは豊富です。
- 下痢をする場合は、豆類や魚類、ひじき、小松菜など、カルシウムを多く含む食材を食事で摂る工夫をしましょう。



# 巡回結核検診の日程

下記の日程により「巡回結核検診」を実施しますので、受診希望の方は最寄りの検診場所へお越しください。一般的に高齢になると体の免疫力が低下し、結核にかかる可能性が高くなります。総合健診や病院で胸部レントゲン撮影を受けていない方は、ぜひこの機会に受けましょう。

## 【受診できる方】

つがる市に住所がある65歳以上の方（昭和21年3月31日までに生まれた方）※受付時に名前と生年月日をお知らせください。

## 【受診できない方】

- 市が実施している総合健診で肺がん検診や個別検診（市指定医療機関）で結核検診を受けた方又は受けようとする方。
- 病院などで定期的に胸部レントゲンを受けている方。

## 検診料金は無料

## 【検診受診時の注意事項】

- ①事前の申し込みは必要ありません。最寄りの実施場所へ直接お越しください。
- ②受診の際は、次のものを着用・装着しないでください。  
・ネックレス・ボタンのついたシャツ・ビーズや刺しゅうのついたシャツ・前や後にプリントのついたシャツ・エレキバン・サロンパス・湿布など

| 地区   | 月日       | 検診地区                 | 実施場所            | 実施時間        |
|------|----------|----------------------|-----------------|-------------|
| 稲垣地区 | 10月4日(月) | 千年・再賀・語利・吉出・沖善津・沼館   | 稲垣西小学校前         | 9:00～9:20   |
|      |          | 沼崎・元増・福富・中派立・前村・下派立  | 稲垣老人福祉センター駐車場   | 9:30～9:50   |
|      |          | 上野田・野田・桑田            | 野田集会所前          | 10:00～10:20 |
|      |          | 鶴見里・細沼               | 細沼集会所前          | 10:30～10:40 |
|      |          | 穂積・野末                | 穂積集会所前          | 10:50～11:00 |
|      |          | 家調・繁蒔・繁田             | 繁田集会所前          | 11:10～11:30 |
|      |          | 船越・下繁田               | 下繁田集会所前         | 11:40～11:50 |
| 柏地区  | 10月4日(月) | 稲盛・玉水・沖蒔・末吉・藤岡       | 玉水研修センター前       | 13:10～13:30 |
|      |          | 鷺坂・下古川               | 下古川研修センター       | 13:40～14:00 |
|      | 10月5日(火) | 姥島・広須・岩木・岩木(第2)・八重崎  | 姥島集会所前          | 9:00～9:20   |
|      |          | 上古川・幾世・下町・鶴野         | 柏公民館駐車場         | 9:30～9:50   |
|      |          | 小和巻・上派立・小中野          | 上派立集会所          | 10:00～10:15 |
| 森田地区 | 10月5日(火) | 笹木・小中野・上相野・栄田・富岡・下相野 | 森田農村環境改善センター駐車場 | 10:30～10:50 |
|      |          | 吉野・中田・漆館             | 中田バス停付近         | 11:00～11:15 |
|      |          | 猫淵                   | 猫淵研修センター入口横     | 11:25～11:40 |
|      |          | 山田                   | つがる市森田支所駐車場     | 13:10～13:30 |
|      |          | 月見野・森田               | 森田公民館駐車場        | 13:40～14:00 |
|      |          | 床舞                   | 佐藤了三宅付近         | 14:10～14:30 |
|      |          | 勝山・大館                | 勝山自治会館前         | 14:40～14:55 |

【問い合わせ先】健康推進課 電話42-2111（内線308）

| 地区   | 月日        | 検診地区               | 実施場所                 | 実施時間        |
|------|-----------|--------------------|----------------------|-------------|
| 木造地区 | 10月18日(月) | 上町・松原・松原団地         | 松原集会所前               | 9:00~9:30   |
|      |           | 蓮沼・赤根・十代町・有楽町・落中   | 木造中央公民館前             | 9:40~10:10  |
|      |           | 吉岡下木造・清水町・追広       | 木造農村環境改善センター         | 10:20~10:50 |
|      |           | 横町                 | 木造老人福祉センター前          | 11:00~11:20 |
|      |           | 若緑団地・桜木団地・田町       | 屏風山土地改良区前            | 11:30~11:50 |
|      |           | 芦沼                 | 佐々木繁則宅前              | 13:10~13:25 |
|      |           | 蓮川                 | 蓮川コミュニティ消防センター前      | 13:35~13:45 |
|      |           | 芦屋・川除・豊田・今市        | JAつがるにしきた川除支店前       | 13:55~14:10 |
|      |           | 立花・芦部岡・出野里         | 立花集会所前               | 14:20~14:30 |
|      |           | 出崎・夕日岡             | 出崎集会所前               | 14:40~14:50 |
|      | 10月19日(火) | 平滝・筒木坂             | 筒木坂コミュニティ消防センター前     | 9:10~9:30   |
|      |           | 館岡・亀ヶ岡             | 館岡コミュニティ消防センター前      | 9:40~10:00  |
|      |           | 大湯町                | 大湯コミュニティ消防センター前      | 10:10~10:20 |
|      |           | 菰槌                 | 菰槌コミュニティ消防センター前      | 10:30~10:45 |
|      |           | 東林・西林・大畑           | 林コミュニティ消防センター前       | 10:55~11:15 |
|      |           | 蓮花田                | 蓮花田集会所前              | 11:25~11:35 |
|      |           | 土滝・加納・小田原          | 瑞穂の館前                | 13:10~13:25 |
|      |           | 永田                 | 永田コミュニティ消防センター前      | 13:35~13:45 |
|      |           | 生田                 | 生田消防屯所前              | 13:55~14:05 |
|      |           | 兼館                 | 旧兼館小学校前              | 14:15~14:25 |
| 車力地区 | 10月20日(水) | 善積                 | 善積集会所前               | 14:35~14:45 |
|      |           | 石館・堅固              | 石館・堅固コミュニティ消防センター前   | 14:55~15:05 |
|      |           | 浦船団地・濁川・中の林・桜井・町居田 | 小笠原稔宅前               | 9:10~9:20   |
|      |           | 里見・柴田              | 旧柴田農協支所前             | 9:30~9:40   |
|      |           | 近野・十文字             | 近野コミュニティ消防センター前      | 9:50~10:00  |
|      |           | 平野・菊川              | 菊川コミュニティ消防センター隣      | 10:10~10:25 |
|      |           | 千代田・遠山             | 千代田集会所前              | 10:35~10:45 |
|      |           | 福原                 | 盛正直宅前                | 10:55~11:10 |
|      |           | 吉見                 | 佐々木章太郎宅前             | 11:20~11:30 |
|      |           | 下福原                | 旧下福原小学校前             | 13:10~13:20 |
|      |           | 三ツ館                | 三ツ館コミュニティセンター「はすの館」前 | 13:30~13:40 |
|      |           | 広岡・あざみ岡            | 長谷川長一宅前              | 13:50~14:00 |
|      |           | 越水・駒田              | 越水老人憩いの家前            | 14:10~14:20 |
|      |           | 吹原・南広森             | 若草館前                 | 14:30~14:40 |
|      |           | 丸山                 | 丸山コミュニティ消防センター前      | 14:50~15:00 |
|      |           | 出来島                | 出来島老人憩いの家前           | 15:10~15:30 |
|      | 10月25日(月) | 清水福祉館前(栗山)         |                      | 9:10~9:25   |
|      |           | 富范町                | 権現・深沢コミュニティセンター(権現)  | 9:35~9:50   |
|      |           |                    | 富范コミュニティセンター         | 10:00~10:40 |
|      |           | 豊富町                | 豊富コミュニティセンター         | 10:50~11:30 |
|      |           | 下車力町               | 下車力福祉館前              | 12:40~13:10 |
|      |           | 車力町                | つがる市車力支所前            | 13:20~14:00 |
|      |           | 牛湯町                | 牛湯公民館前               | 14:10~14:50 |
|      |           | 下牛湯町               | 下牛湯福祉館前              | 15:00~15:20 |

# 宝くじの助成金で充実したコミュニティ活動を推進

平成22年度の財自治総合センター「コミュニティ助成事業」が、市内の4町内会などで実施されました。この事業は、宝くじの助成金で地域のコミュニティ活動を促進するための備品などを整備するもので、これにより地域のコミュニティ活動が今まで以上に推進されるものと期待されます。



宝くじは  
豊かさ築く  
チカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。



稲垣地区自治会連合会  
(テント・除雪機ほか)



富田町内会  
(テント)



越水自治会  
(除雪機・草刈り機)



上町町内会  
(太鼓・草刈り機ほか)

【問い合わせ先】総務課 電話42-2111 (内線344)

## 2010 国勢調査 国勢調査は みんなで描く 日本の自画像 (平成22年国勢調査標語) 平成22年10月1日国勢調査を実施します！

- 国勢調査は、日本に住んでいるすべての人及び世帯が対象です。
- 平成22年国勢調査は、我が国が本格的な人口減少社会となって実施する最初の国勢調査で、日本の未来を考えるために欠くことのできない最新の人口・世帯の実態を明らかにする重要な調査です。
- 調査結果は、さまざまな法令で使われるほか、社会福祉、雇用対策、生活環境の整備など、私たちの暮らしのために役立てられます。
- 9月下旬から、調査員が世帯を訪問して調査票を配布します。
- 記入いただいた調査票は、封筒に入れて封をした上で調査員に渡していただきます。



国勢調査は、日本の未来、地域のまちづくりのための基礎資料になります！住みよいまちづくりのために、よろしくお願いします。

あなたの調査票には、日本の未来がつまっています。



【問い合わせ先】企画課 電話42-2111 (内線324)

総務省・青森県・つがる市

国勢調査については、平成22年国勢調査広報サイト「国勢調査e-ガイド」をご覧ください。

国勢調査e-ガイド

検索

<http://www.stat.go.jp/data/kokusei/2010/kouhou/index.htm>

広 告

祝！平成22年度 入試第一志望校 **全員合格!!**

志望校を **母 校 にする!**

進学・学習  
指導教室



**萩野学習会**

対象／小学生・中学生  
(国・英・数・社・理)

平成22年度  
入試合格実績

◆五所川原高校14名うち理数科2名  
◆木造高校14名 ◆黒石高校 看護科2名  
◆五所川原工業高校 電子科1名 ほか

〒038-3136 つがる市木造萩野13-23(商工会館裏)

ご相談・問合せは **0173(42)1738**

広 告

**朝市情報 有楽町～千代町商店街通り**

☆開催日 **10月までの第1・第3日曜日**  
午前6時30分～午前8時30分  
**(9/19・10/3・10/17)**



**9月19日(日)**

●牛蒡麺美人(シャモロック味)(無料試食)  
午前7時～ 島野向かい

**つがる市商工会 電話:42-2449**

## 「短期臨時職員」を募集します

| 項 目     | 内 容                                                                                                            |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 事 務 内 容 | 事務補助員（図書整理及びデータ入力）                                                                                             |
| 所 属 名   | 経済部 地域振興対策室                                                                                                    |
| 勤 務 場 所 | つがる市木造若緑61-1                                                                                                   |
| 勤 務 日   | 月曜日～金曜日 祝日及び年末年始を除く                                                                                            |
| 勤 務 時 間 | 8時30分～17時15分                                                                                                   |
| 休 憩 時 間 | 12時～13時                                                                                                        |
| 雇 用 期 間 | 平成22年10月1日～平成23年3月31日                                                                                          |
| 賃 金     | 日額 5,600円                                                                                                      |
| 採用予定者   | 3名                                                                                                             |
| 応 募 要 件 | ①つがる市内在住<br>緊急雇用対策としての趣旨から、平成20年10月1日以降に離職又は離職が決定した非正規労働者の方から応募があった場合にはその方を優先的に選考します。<br>②ワード・エクセルの基本操作が可能なこと。 |

### ■応募方法

以下の書類を市役所経済部地域振興対策室へ提出してください。

- ・市販の履歴書（採用条件に関する状況を明記）
- ・つがる市内に居住していることが確認できるもの（免許証や保険証の写し等）
- ・離職が確認できるもの（離職票の写し等）

### ■応募締切

9月21日（火）郵送の場合は、当日消印有効

### ■採用方法

面接等を実施し決定します  
（面接日時等は、別途連絡します）

### ■履歴書の提出・問い合わせ先

〒038-3192 つがる市木造若緑61-1  
つがる市役所経済部 地域振興対策室  
電話42-2111（内線418）

## ◆◆◆ 動産公売のお知らせ ◆◆◆

市税の滞納処分として、差し押さえた動産を競争入札で公売（売却）します。

■日 時 9月28日（火）午前10：00～ ■場 所 つがる市木造蓮川宝船132番地1 ■動産の概要 備品類95点

### ■公売参加の条件

- ・どなたでも参加できますが、入札に際し印鑑が必要です。公売保証金は不要です。
- ・代理人が入札する場合は委任状が必要です。
- ・詳しくは青森県市町村総合事務組合及びつがる市役所前にある掲示板をご覧ください。
- ・公売物件については青森県市町村総合事務組合及びつがる市役所収納課にて目録で確認できます。
- ・入札希望者は9月21日（火）午前9：30～11：30に現地で公売物件を確認することができます。
- ・入札希望者は公売日当日15分前までに直接会場へお越しください。
- ・事情により公売を中止することがあります。

【問い合わせ先】青森県市町村総合事務組合 滞納整理課 青森市新町2-4-1青森県共同ビル2階（青森県町村会内）  
電話 017-723-1331

## 市税等は納期限内に納めましょう

# 9月

は「固定資産税」「国民健康保険税」「介護保険料」「後期高齢者医療保険料」各第3期  
「住宅使用料」「公共下水道使用料」「農業集落排水施設使用料」の納期限となっています。

市役所収納課では、市税等の納め忘れを防ぐため、納期限までに納付されない納税者に対し、納期限の翌月に「督促状」を発行しています。納期限を過ぎてから納付しますと納期（期別）ごとに督促手数料や延滞金が徴収されますので、納め忘れには十分注意してください。（詳しくはお手元の納税通知書等の裏面をご覧ください）

収納課では、市税等の「納付相談」を収納課窓口で随時行っております。

納付は便利な口座振替で

市税等の口座振替を利用される方は、納税通知書等・預金通帳・通帳の届出印を持参のうえ、市内の銀行・農協・ゆうちょ銀行等の金融機関で申し込み手続きをしてください。

【問い合わせ先】収納課 電話42-2111（内線221）

## 年金情報

## 「追納制度」をご存知ですか？

国民年金は、経済的な理由等で保険料を納めることが困難な場合には、申請により保険料の全額又は一部が免除される「申請免除制度」や障害基礎年金を受けている方などが該当する「法定免除制度」があります。また、20歳代の方を対象として保険料の納付が猶予される「若年者納付猶予制度」や学生の方を対象にした「学生納付特例制度」もあります。

これらの保険料免除や納付猶予を受けた期間については、年金を受け取るために必要な受給資格期間に算入されますが、受け取る年金額は保険料を全額納付した場合より少なくなります。

そこで、これらの期間の保険料は10年以内であればさかのぼって納める（追納）ことができます。なお、保険料の免除や納付猶予などの承認を受けた年度から起算して3年度目以降に保険料を追納する場合は、当時の保険料に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。

※全額免除の継続をされている方で承認結果が「却下」となった方は一部免除（3/4免除・半額免除・1/4免除）もありますので相談にお越しください。

【問い合わせ先】市民課 電話42-2111（内線261・267） 弘前年金事務所 電話0172-27-1337



# 犬の登録及び狂犬病予防注射

犬の登録及び狂犬病予防注射を下記の日程で実施します。登録は生涯1回、狂犬病予防注射は毎年1回受けることになっていますので、最寄りの場所にお集まりください。

## 【森田地区】

| 月日       | 場 所         | 時 間       |
|----------|-------------|-----------|
| 9月16日(木) | 森田公民館駐車場    | 9:00~9:15 |
|          | 森田支所車庫前     | 9:20~9:35 |
|          | 農村環境改善センター前 | 9:40~9:55 |

## 【柏地区】

| 月日       | 地区名   | 場 所       | 時 間         |
|----------|-------|-----------|-------------|
| 9月16日(木) | 小 和 巻 | 老人憩いの家前   | 10:10~10:20 |
|          | 上 派 立 | 集会所前      | 10:25~10:35 |
|          | 下 町   | 柏支所裏駐車場   | 10:40~10:50 |
|          | 下 古 川 | 古坂製材所前    | 10:55~11:05 |
|          | 上 古 川 | 農業研修センター前 | 11:10~11:20 |
|          | 鷺 坂   | 岩川次郎宅前    | 11:25~11:35 |
|          | 玉 水   | 農業研修センター前 | 13:10~13:20 |
|          | 末 吉   | 老人憩いの家前   | 13:25~13:35 |
|          | 広 須   | 老人憩いの家前   | 13:45~13:55 |
|          | 姥 島   | 集会所前      | 14:00~14:10 |

## 【木造地区】

| 月日       | 地区名      | 場 所             | 時 間         |
|----------|----------|-----------------|-------------|
| 10月6日(水) | 若 緑 団 地  | 若緑集会所前          | 9:00~9:10   |
|          | 桜 木 団 地  | 若緑集会所前          | 9:15~9:25   |
|          | 田 町      | 加福豆腐店前          | 9:15~9:25   |
|          | 上 町      | 長内自動車前          | 9:30~9:40   |
|          | 松 原 団 地  | 松原集会所前          | 9:45~9:55   |
|          | 蓮 沼      | 佐々木九郎宅前         | 10:00~10:10 |
|          | 赤 根 団 地  | 赤根団地内公園         | 10:15~10:25 |
|          | 浮 巢      | 福岡商店前           | 10:30~10:40 |
|          | 横 町      | つがる市シルバー人材センター前 | 10:45~10:55 |
|          | 范 中      | 野呂茂宅前           | 11:00~11:10 |
|          | 有 楽 町    | 商工会館駐車場横        | 11:15~11:25 |
|          | 古岡下木造清水町 | 環境改善センター前       | 11:30~11:40 |
|          | //       | 宝祥前             | 13:10~13:20 |
|          | 浦 船 団 地  | 浦船団地集会所前        | 13:25~13:35 |
|          | 芦 沼      | 芦沼コミュニティ消防センター前 | 13:45~13:55 |
|          | 蓮 川      | 三十三観音堂前         | 14:00~14:10 |
|          | 川 除      | 老人憩いの家前         | 14:15~14:25 |
|          | 豊 田      | 千年川石碑前          | 14:30~14:40 |
|          | 今 市      | 今市コミュニティ消防センター前 | 14:45~14:55 |
|          | 出 野 里    | 出野里公民館前         | 15:00~15:10 |

【問い合わせ先】環境衛生課 電話42-2111 (内線284)

| 月日       | 地区名     | 場 所                 | 時 間         |
|----------|---------|---------------------|-------------|
| 10月7日(木) | 蓮 花 田   | 天満宮神社前              | 9:00~9:10   |
|          | 永 田     | 神明宮神社前              | 9:15~9:25   |
|          | 土 滝     | 旧土滝公民館前             | 9:30~9:40   |
|          | 大 畑     | 大畑集会所前              | 9:45~9:55   |
|          | 西 林     | 鹿嶋神社前               | 10:00~10:10 |
|          | 石 館     | 石館・堅固コミュニティ消防センター前  | 10:15~10:25 |
|          | 善 積 兼 館 | 旧善積保育園前             | 10:30~10:40 |
|          | 兼 館     | 兼館消防屯所前             | 10:45~10:55 |
|          | 小 田 原   | 小田原消防屯所前            | 11:05~11:15 |
|          | 中 館     | 高杉鉄工所前              | 11:25~11:35 |
| 10月8日(金) | 柴 田     | 成田商店前               | 13:15~13:25 |
|          | 近 野     | 近野・十文字コミュニティ消防センター前 | 13:30~13:40 |
|          | 菊 川     | 旧木村商店前              | 13:45~13:55 |
|          | 千 代 田   | 千代田集会所前             | 14:00~14:10 |
|          | 吉 見     | 旧菊池商店前              | 14:15~14:25 |
|          | 福 原     | 福原コミュニティ消防センター前     | 14:30~14:40 |
|          | 三 ツ 館   | 光明寺前                | 14:45~14:55 |
|          | 広 岡     | 旧広岡消防屯所前            | 9:00~9:10   |
|          | 越 水     | 旧木造町農協支所前           | 9:15~9:25   |
|          | 駒 田     | 駒田集会所前              | 9:30~9:40   |
| 10月8日(金) | 吹 原     | 吹原コミュニティ消防センター前     | 9:45~9:55   |
|          | 南 広 森   | 大沢光弘宅前              | 10:00~10:10 |
|          | 丸 山     | 工藤輝宅前               | 10:15~10:25 |
|          | 出 来 島   | 長内建設前               | 10:30~10:40 |
|          | //      | 四所神社前               | 10:45~10:55 |
|          | 菰 槌     | 菰槌公民館前              | 11:05~11:15 |
|          | //      | 菰槌コミュニティ消防センター前     | 11:20~11:30 |
|          | 大 湯 町   | 大湯町コミュニティ消防センター前    | 13:20~13:30 |
|          | 館 岡     | 旧館岡公民館前             | 13:35~13:45 |
|          | 亀 ケ 岡   | 野呂廣秀宅前              | 13:50~14:00 |
| 10月8日(金) | 筒 木 坂   | 筒木坂コミュニティ消防センター前    | 14:05~14:15 |
|          | 平 滝     | 平滝コミュニティ消防センター前     | 14:20~14:30 |

登録料：3,000円 注射料：3,000円

### 放し飼いの禁止！

放し飼いは咬傷事故、トラブルの原因、希望しない繁殖、交通事故等にあう恐れがあるので、絶対にやめましょう！

## 広 告

キチンとした写真も、カジュアルな写真もモトヤマ写真館におまかせ下さい！

**7しち 5ご 3さん** 新作衣装入荷!!

スタンダードな台紙プランなら  
**六切1カット〜 ¥10,500〜**  
とってもお得なセットは¥30,000から  
ご利用しております。

「笑顔」や「その人らしさ」などプロならではの撮影と高度なライティング技術にこだわっています。

<http://motoyama-studio.com> モトヤマ写真館

ご予約お問合せはこちらまで！  
TEL/FAX.0173-42-2651

## 広 告

### 市民のコミュニケーションをお手伝い



トロフィー  
メダル  
大会賞品  
名入タオル  
長寿祝い  
出産祝い  
結婚祝い

カタログ 無料配達 **マイエト** TEL42-2118 木造有楽町

# 「自殺予防週間」 9/10～9/16 ～大切な人のためにあなたができること～

## 家族や仲間の変化に気づいて、声をかける

自殺を考えている人は、発言や行動の変化、体調の変化など、さまざまなサインを出しています。身近な人のふだんの生活に、思い当たる点がないかを確認してみましょう。サインに気づいたら、自分にできる声かけをしていきましょう。

## 本人の気持ちを尊重し、耳を傾けて、あなたの気持ちを伝えましょう

悩みを打ち明けてくれた時には、まず真剣に耳を傾けましょう。話題をそらしたり、訴えや気持ちを否定したり、表面的な励ましをすることは逆効果です。その人のすべてをありのまま受け入れる姿勢や、「苦しかったんだね」と共感的に話を聞く態度などにより、「あなたは私にとって大切な人（存在）だ」ということを伝えましょう。身近な人からの思いやりの一言が、その人にとっての救いになり、生きる力となります。

## 早めに専門家に相談するよう促す

自殺には、身体や心の病気などの健康問題、多重債務などの経済・生活問題、家族の悩みや介護・看護疲れなどの家庭問題、職場や学校での悩みなどさまざまな要因があります。このような悩みや問題は、決して特別なものではなく、あなたの身近な人にも起こりうることです。これらの問題は公的相談機関、医療機関等の専門家への相談につなげましょう。

相談を受けても、一人で抱え込まず、プライバシーに注意しながら、本人の置かれている状況や気持ちを理解してくれる家族、友人、上司といった人に協力を求め、連携をとりましょう。

## 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

身体や心の健康状態について自然な感じで声をかけて、あせらずに優しく寄り添いながら見守りましょう。

## 忘れないで遺族の方への思いやり

自殺の多くは「突然の死」です。残念ながら、すべての自殺を未然に食い止めることはできません。遺族は、精神的にも社会的にも、耐えられない悲しみを抱えています。「頑張った」と励ましたり、「みな悲しいのは同じよ」となぐさめたり、「なぜ事前に食い止められなかったの」と責めるような言葉や態度で接する事のないよう、心情に配慮しながら寄り添う思いやりが必要です。つがる市には、自死遺族の会「すずらん会」があります。詳細は健康推進課までお問い合わせください。

「こころの相談窓口」一人で悩まず、まずは相談してください。専門外の相談は、専門の窓口につなぎます。

| 相談窓口                      | 電話番号                | 受付時間                      |
|---------------------------|---------------------|---------------------------|
| 市役所 健康推進課こころの相談           | 42-2111(内線305)要電話予約 | 平日 8:30～17:15             |
| NPO法人 あおもりいのちの電話(相談電話)    | 0172-33-7830        | 毎日12:00～21:00             |
| 県民のための自殺予防 いのちの電話         | 0120-063-556        | 毎月1日12:00～21:00(無料)       |
| 「自殺予防 いのちの電話」社会福祉法人いのちの電話 | 0120-738-556        | 毎月10日 8:00～翌日8:00(24時間無料) |

※健康推進課には「こころの相談窓口ネットワーク」電話番号一覧表があります。ご希望の方は、健康推進課までお問い合わせください。また青森県障害福祉課ホームページにも関連情報が掲載されています。

<http://www.pref.aomori.lg.jp/welfare/welfare/jisatuyobou.html>

【問い合わせ先】健康推進課 電話42-2111(内線306)

## 秋の全国交通安全運動【9月21日から30日までの10日間】

9月30日(木) は「交通事故死ゼロを目指す日」です！

この時期は、秋の行楽による事故や、日没が早まる夕暮れ時の事故の多発が懸念されることから、市民一人ひとりに、交通安全思想の普及・浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣づけることにより、交通事故を防止することを目的とします。

運  
転  
の  
重  
点

- 高齢者の交通事故防止
- 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
- 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- 飲酒運転の根絶



—一つがる市交通安全対策協議会—



## 稲わらも大事な資源、有効に活用しましょう

焼却する時に発生する煙は、人に害を与え、地球温暖化の原因である二酸化炭素を多量に含んでおり、走行している車の視界の妨げにもなります。

稲わらは貴重な資源です。わら焼きをやめて、土作りや畜産農家へ提供するなど有効活用に取り組み、環境にやさしい農業を推進しましょう。

### 環境に悪影響

- ◇ぜんそくで苦しんでいる赤ちゃんや高齢者がいます
- ◇視界を失った道路は交通事故誘発の危険があります
- ◇商品や製品に影響を与え、困っている事業者がいます

【問い合わせ先】つがる市水田農業対策室 電話25-3911

# お知らせ

【お知らせの仕方】  
 申し込み 問い合わせ  
 申し込み 問い合わせ  
 ホームページ  
 eメール

## 行政相談（行政相談週間）

### 〈木造会場〉

●9月24日（金）、10月8日（金）、10月20日（水）、22日（金）午前10時～午後2時▽市役所2階相談室  
 行政相談委員 工藤義則氏  
 木造若緑5の7  
 電話42・5568

※10月20日、21日は次の会場でも開催します。

○20日午前10時～正午▽川除老人憩いの家／午後12時30分～2時30分▽柴田老人憩いの家  
 ○21日午前10時～正午▽館岡コミュニティ消防センター／午後12時30分～2時30分▽越水コミュニティ消防センター

### 〈森田会場〉

●10月22日（金）午前10時～午後3時▽森田公民館  
 行政相談委員 佐藤朋子氏  
 森田町床舞豊原84の2  
 電話26・2370

### 〈柏会場〉

●10月19日（火）午前10時～午後3時▽柏老人福祉センター  
 行政相談委員 鈴木克隆氏  
 柏鷺坂清見62の42  
 電話35・2042

### 〈稲垣会場〉

●9月29日（水）午前10時～午後3時▽稲垣公民館

行政相談委員 藤田明夫氏  
 稲垣町豊川酒田27  
 電話46・3860

### 〈車力会場〉

●9月24日（金）、10月19日（火）、22日（金）午前10時～正午、午後2時～4時▽むらおこし拠点館  
 フラット電話69・5215（事前に電話で確認のうえ、お越しください。）  
 行政相談委員 鳴海 久氏  
 牛潟町柏山3の1  
 電話56・3514

## 献血にご協力ください

●9月19日（日）、10月11日（月）午前11時～午後12時30分と午後1時45分～5時▽イオンモールつがる柏

●10月20日（水）午前10時～正午▽市役所保健センター／午後1時30分～3時▽西津軽土地改良区／午後3時15分～4時30分▽東北農政局津軽農業水利事務所

## 健康推進課（内線309）

## 農家相談

農地の売買、賃貸借等について相談したい方は、お気軽にお越しください。

●9月30日（木）、10月21日（木）午前9時30分～正午▽稲垣支所  
 午後1時30分～4時▽車力支所

なお農業委員会事務局では随時農家相談を受けております。  
 関つがる市農業委員会事務局（柏支所内）電話25・3820

## 非常勤看護師を募集します

つがる市成人病センターでは非常勤看護師を募集します。

●募集人員 1人  
 ●採用予定日 平成22年10月1日  
 ●勤務条件 勤務日▽平日（土日祝日年末年始を除く）／勤務時間 午前8時30分～午後3時30分（時間外勤務有り）／賃金▽日給8000円／保険等▽社保・労災

●応募方法 9月24日までに履歴書を持参または郵送

申・関市成人病センター  
 管理係 電話42・3111

## 下水道加入のお願い

下水道は家庭の生活雑排水、し尿などの汚水を処理し、周辺の生活環境の改善、用排水路や河川の汚染を防ぐための施設です。供用開始された区域でまだ、下水道に加入されてない方は、加入して下さるようお願いいたします。

また、水洗化工事を行う方への融資斡旋も実施していますのでご利用ください。

### 〈融資斡旋制度〉

●融資限度額 供用開始から5年以内▽100万円以内／供用開始から5年超▽60万円以内  
 ●償還期限 5年以内

●利息は市が補給  
 関下水道課（内線372）

## 浄化槽を正しく使いましょ

浄化槽は、微生物の働きを利用して汚水を浄化するもので、適正な管理が必要です。「定期的な保守点検」「年1回の清掃」「法定検査の受検」が法律で義務づけられ、法定検査は社団法人青森県浄化槽検査センターが行っております。

また、浄化槽の使用開始時や廃止時、所有者の変更等時には、弘前環境管理事務所へ届け出等をしてください。

関社団法人青森県浄化槽検査センター 電話017・726・9500／弘前環境管理事務所 電話0172・31・1900

## ベルマーク収集のお願い

稲垣公民館では、地域・学校と連携し、ベルマーク運動を始めましたので協力お願いいたします。

●収集箱設置場所▽稲垣西小学校・稲垣小学校・稲垣中学校、いなほ保育園・しげた保育園、つがるにきた農協稲垣支店、サークルK稲垣店、稲垣公民館

関稲垣公民館 電話46・2156

## 「地デジ」の疑問に お答えします

テレビの地上デジタル放送の疑問にお答えするため「地デジ相談会」を開催します。地上デ

ジタル放送について疑問や不安をお持ちの方は、お気軽にお越しください。

●日時▽10月4日（月）～6日（水）午前10時～午後4時  
 ●場所▽市役所1階ロビー

●総務省青森県テレビ受信者支援センター（デジサボ青森）  
 電話017・722・1831  
 又は市役所総務課（内345）

## 地デジ簡易チューナー支援

経済的な理由等で地デジ放送を視聴できない世帯（生活保護世帯や障害者非課税世帯などのNHK放送受信料が全額免除の世帯）に簡易チューナーを無償で給付しています。申込は12月28日まで。詳しくはお問い合わせください。

関地デジチューナー支援実施センター 電話0570・033840

## 青森県営農大校 学生募集

青森県農業の担い手となり得る農業経営者を育成する青森県営農大校では平成23年度入学生を募集します。

●修業年限▽2カ年（全寮制）  
 ●募集人員▽畑作園芸課程・果樹課程・畜産課程 計70名  
 ●受験資格▽高校を卒業又は卒業見込者、又は同程度の者  
 ●募集日程・試験日程等

《推薦選考》  
 出願受付▽10月4日～14日  
 選考日▽11月10日

〈一般募集試験〉

出願受付▽12月9日～16日

試験日▽平成23年1月19日

●願書の請求▽封筒に「願書請求」と朱書きし、宛先を明記した角形2号封筒(200円切手貼付)を同封し、本校に請求してください。願書は、高校及び各地域県民局農林水産部農業普及振興室でも入手できます。

●募集期間▽9月1日～10月31日

●青森市長島1-10-4ヤマビル7Fむつ小川

●青森県農業大学校教務研修課

〒039-2598上北郡七戸町字大沢48-8

電話0176-62-3111

●青森県立弘前高等技術専門校入校生募集

平成23年度入校生を募集します。

●募集科名及び定員▽自動車システム工学科20人 建築システム工学科20人

●応募資格▽高等学校卒業(平成23年3月卒業見込者含む)又はこれと同等以上の学力を有する者

●願書受付期間▽10月8日～11月11日

●試験日▽11月18日(木)

●弘前高等技術専門校

電話0172-32-6805

むつ小川地域・産業振興財団の事業募集

財団法人むつ小川地域・産業振興財団では、地域の活性化及び産業の育成振興を図るプロジェクト支援事業を募集しています。

●助成金▽事業費の5分の4以内

●助成対象者▽産業団体、地域づくりグループ等

●募集期間▽9月1日～10月31日

●青森市長島1-10-4ヤマビル7Fむつ小川

●青森県農業大学校教務研修課

〒039-2598上北郡七戸町字大沢48-8

電話017-773-6222

又は市役所企画課(内線321)

http://www.jomon.ne.jp/~mozaidan/

又は市役所企画課(内線321)

●日時▽9月29日(水)午後1時～4時

●会場▽青森県武道館会議室

(弘前市豊田2-13)

●対象者▽介護と福祉の仕事に希望する離職者・非正規雇用労働者、介護福祉課程の職業訓練修了者等

●青森県地域共同就職支援センター・弘前コーナー

電話0172-55-0115

介護と福祉の合同就職面接会

平成22年10月から  
米トレーサビリティ法がスタートします

お米の産地情報を正しく伝達することにより、国民の健康の保護、消費者利益の増進、農業や関連産業の発展を目的にスタートします。生産から消費に至る流通経路全体でトレーサビリティの確保のため、米穀事業者は、取引の記録(伝票等)を保存しなければなりません。

●東北農政局青森農政事務所  
地域第三課 電話35-2138

許しません！不正軽油

不正軽油の製造、販売及び使用等は脱税行為であり、罰則として、5年以下の懲役や3億円以下の罰金に処せられます。また、不正軽油は、適正な納税秩序を阻害するだけでなく、環境破壊の原因にもなります。

次のような不正軽油に関する情報がありましたら、西北地域県民局県税部までご連絡ください。

○不審な施設にタンクローリーが頻繁に出入りしている

○著しく廉価な軽油を売り込みに来た

○自動車の燃料に灯油や重油を使用している

西北地域県民局県税部課税課 電話34-2111 (内線207)

ポイ捨てゼロキャンペーン

お知らせとご協力をお願い

12月4日の東北新幹線全線開業に伴い、多くの観光客等の来県が予想されます。これを契機に「ポイ捨てのないきれいな青森県」の実現に向けて、10月から12月まで「ポイ捨てゼロキャンペーン」を全県一体となって実施することになりました。当市においても空き缶等のポイ捨ては絶対にしないよう皆様のご協力をお願いします。

環境衛生課 (内線283)

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

区画数を限定し1区画当たり20%引きで販売します。

■複数区画宅地分譲制度

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、分譲価格の30%以上を割引きます。

ただし、この場合、特別価格宅地分譲制度は適用されません。

■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%を割引きます。

現地相談会／10月2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)または青森県住宅供給公社(電話017-723-1627)

©TWANY LISSAGE

化粧品  
生活雑貨

RESET  
COSMETICS  
リセット  
0173-42-4833  
つがる市木造末広38-1

9/17(金)・18(土)

プレゼントいっぱい!

オープン2周年記念セール

広 告

「いつも安全運転ありがとうございます」  
最近交通事故多発中…今一度安全運転を励行しよう。  
特に工事現場等附近では最徐行運転のご協力を

真心こめて 安全・安心・未来 を創る

☆☆県警備業協会推奨優良会社



警備保障業

有限会社 リジヤン

交通誘導警備業務 雑踏警備業務 施設警備業務 施設管理業務  
警備員募集中…急募 急な需要に増員募集

TEL.0173-25-2235 FAX.0173-25-2549  
〒038-3104 つがる市柏葉野木田福井18-4

# 平成22年度 つがる市読書まつり

- 日 時：10月23日(土)  
受付9:30～  
開会行事9:50～
- 場 所：つがる市生涯学習  
交流センター「松の館」
- 参加料：無 料(申込不要)
- テーマ：「ことばのつみき」
- 内 容：詩の朗読、ことばの遊び絵本、  
アニメーション、昔っこ

## ■ 参 加 団 体 ■

- ・朗読「野花草薈の会」
- ・木造読書会
- ・おはなしサークル「おひさま」
- ・つがる野文庫の会
- ・森田小読み聞かせボランティア
- ・稲垣読書愛好会
- ・車力村読書サークル



## 【問い合わせ先】

つがる市教育委員会  
生涯学習課 電話49-1200

# 2010年「国民読書年」記念事業 つがる市読書シンポジウム ～ここに届け!ことばのキャッチボール～

## 10/3(日) つがる市生涯学習交流センター「松の館」

- 開 会 9:30～
- 読書感想文表彰・発表 9:45～
- 基調講演 10:15～  
講 師 三 村 三 千 代 氏  
(八戸短期大学客員教授・  
NHK文化センター講師ほか)
- 演 題 『本は心の扉 世界の窓』



- “語り部”おはなし会 11:05～  
蝦 名 桂 子 氏 (稲垣読書愛好会)
- パネルディスカッション 11:15～  
テーマ『読書・ことば・活字～ひろがる心』

## ＜パネリスト＞

- 三 村 三千代 (基調講演講師)
  - 雪 田 知 宏 (東奥日報社読書部次長 元木造支局長、「教育に新聞を」青森県NIE事務局)
  - 秋田谷 敦 子 (向陽小学校PTA図書委員)
  - 宮 本 裕 士 (つがる市教育委員会教育次長)
  - 平 川 智枝子 (NPO法人つがる野文庫の会理事長)
- ＜コーディネーター＞  
川 嶋 大 史 (あおもり映画祭実行委員長、NPO法人つがる野文庫の会監事)

託児所・読み聞かせコーナー つが～るちゃんのぬり絵もあります

【問い合わせ先】 特定非営利活動(NPO)法人 つがる野文庫の会  
事務局 長谷川 電話42-6183

無 料  
申込不要



# 弘前大学「公開講座」を開催します つながりを深め元気で住みよい地域をつくろう

つがる市・津軽地域の自然・環境について理解を深めるとともに、若者の活力を引き出す課題も含めて、人々が積極的に交流・協力し合い、地域を活性化させる課題を考えましょう。

| 開催日時                     | テーマ                        | 講 師                            |
|--------------------------|----------------------------|--------------------------------|
| 10月2日(土)<br>13:10～15:10  | 「地域を活性化させるにはー地元の食べ物を生かしてー」 | 農学生命科学部<br>准教授 藤 崎 浩 幸 先生      |
| 10月9日(土)<br>13:00～15:00  | 「無縁社会と呼ばれる今を考える」           | 生涯学習教育研究センター<br>准教授 藤 田 昇 治 先生 |
| 10月16日(土)<br>13:00～15:00 | 「岩木川流域の自然を知ろう」             | 農学生命科学部<br>准教授 東 信 行 先生        |
| 10月23日(土)<br>13:00～15:00 | 「若者の働く力を育てよう」              | 学生就職支援センター<br>准教授 小 磯 重 隆 先生   |

- 会 場：つがる市生涯学習交流センター「松の館」
- 募集人員：30人
- 参加費：4,000円
- 申込方法：9月24日(金)までに生涯学習課へお申し込みください。受講料は指定の振込用紙により納入してください。申込用紙・振込用紙は生涯学習課に用意しています。

※当講座はあおもり県民カレッジ単位認定講座です。1講演につき2単位を認定し、すべて出席すると8単位取得できます。

【申し込み・問い合わせ先】 つがる市教育委員会 生涯学習課 電話49-1200

# 平成22年度つがる市民スポーツ大会参加者募集

## バスケットボール

日 時：12月5日(日) 開場8:00 開始9:00  
場 所：木造中学校体育館  
チーム構成：選手10名以内  
競技方法：  
・プレーヤー5名のうち女子選手又は男子40歳以上の選手を常時1名以上出場させること  
・高校バスケットボール部に所属している選手が同時に出場できるのはプレーヤー5名のうち3名までとする  
・中学生が参加する場合は性別などの制限は無い  
組み合わせ：大会当日抽選します  
そ の 他：西北五ナイターバスケットボール大会に出場している選手・高校バスケットボール部に所属している選手には、交代で審判をお願いします

## ソフトバレーボール

日 時：10月24日(日) 開場8:00 開始9:00  
場 所：稲垣体育館及び稲垣体育センター  
チーム構成：監督1名、選手6名、計7名以内とする  
競技種目：  
①男女混合の部(30歳以上)  
②男子の部(中学生以上) ③女子の部(中学生以上)  
④小学生の部  
競技方法：  
・15点3セットマッチとする  
・男女混合の部は、常時2名以上の女子選手が出場すること  
組み合わせ：事務局に一任させていただきます

## 卓 球

日 時：11月14日(日) 開場8:00 開始9:00  
場 所：穂波小学校体育館  
競技種目：  
【小学生の部】  
①シングルの男子の部 ②シングルの女子の部  
③団体の男子の部 ④団体の女子の部  
(各校2チームまで、3シングルス)  
【一般の部】(中学生以上)  
①シングルの男子の部 ②シングルの女子の部  
③ダブルス(男女区別なし) ④団体(男女区別なし)  
【ラージボールの部】  
①シングルの男子の部 ②シングルの女子の部  
③ダブルス(男女区別なし) ④団体(男女区別なし)  
競技方法：現行の日本卓球協会ルールによる  
組み合わせ：事務局に一任させていただきます

### 【参加資格】

次のいずれかに該当する方が参加できます。

- ①つがる市在住又は在勤する方又はその家族
- ②つがる市在住の中学生以上の生徒  
(ソフトバレーボール・卓球・ゲートボール・ニチレクボール・グラウンドゴルフは小学生可)
- ③木造高校に在籍する方

### 【申込方法】

- 参加申込書は稲垣体育館及びつがる市教育委員会に用意しています。また体育協会のホームページからもダウンロードできます。
- 電話での申し込みは受付しませんので、持参、郵送、FAX、メールでお申し込みください。
- 参加料は全種目無料です。

締め切り：9月30日(木)

バスケットボールのみ11月19日(金)

## バドミントン

日 時：10月31日(日) 開場8:00 開始9:00  
場 所：柏総合体育センター  
競技種目：  
【中学生の部】 ①男子の部 ②女子の部  
【一般の部】 ①男子の部 ②女子の部  
【初心者部】 ①男子の部 ②女子の部  
競技方法：  
・2名1チームのダブルス戦  
・男子の部と女子の部に分けて行う  
・初心者の部は混合可能  
・高校生は一般の部とします  
・15本3セットマッチ  
組み合わせ：事務局に一任させていただきます

## グラウンドゴルフ

日 時：10月17日(日) 開場8:00 開始9:00  
場 所：みどり公園(松の館裏)  
対 象：小学生以上、性別問わず  
競技種目：①初心者の部 ②愛好者の部  
競技方法：  
・個人戦 24ホール  
・(社)日本グラウンドゴルフ協会制定「オフィシャルルール」を準用する  
組み合わせ：事務局に一任させていただきます  
そ の 他：用具を持っていない人には、貸出いたします

## ゲートボール

日 時：10月24日(日) 開場8:00 開始9:00  
場 所：柏体育センター多目的運動場  
チーム構成：1チーム7名(小学生以上、性別問わず)  
競技方法：  
・つがる市ゲートボール協会会員は1チーム4名までとする  
・(財)日本ゲートボール連合会公式競技規則による  
勝 敗：リンク戦の場合は勝敗・勝率で決定する  
申し込み：先着16チーム  
組み合わせ：事務局に一任させていただきます

## ニチレクボール

日 時：10月16日(土) 開場8:00 開始9:00  
場 所：稲垣体育館  
チーム構成：1チーム3名(小学生以上、性別問わず)  
競技方法：  
・12チームで競技し午前中で終了  
・予選リーグ戦終了後に決勝トーナメント及び敗者戦を行う  
申し込み：先着12チーム  
(6チーム以上の参加が無ければ中止します)  
組み合わせ：事務局に一任させていただきます  
そ の 他：試合前にルール等を説明します  
**初めてでも簡単にできるゲームです!**

### 【申し込み・問い合わせ先】

〒037-0104 つがる市稲垣町豊川宮川31-3  
NPO法人つがる市体育協会(稲垣体育館内)  
電話：46-2854 FAX：46-2769  
E-mail: npo@tsugaru-taikyou.jp  
ホームページ: http://tsugaru-taikyou.jp

### 広 告

五所川原マックスバリュ隣  
0173-3813048

お得な鍋物プラン  
ご家族や仲良しにおすすめ!

●置の宴会場(～50名様)  
●少人数様用個室有

ランチの種類が増えたよ!

お電話ください!

としま

シャンホ海老フライうなぎ、釜めし

### 広 告

車いすでのお出かけなら  
**わせた介護タクシー**

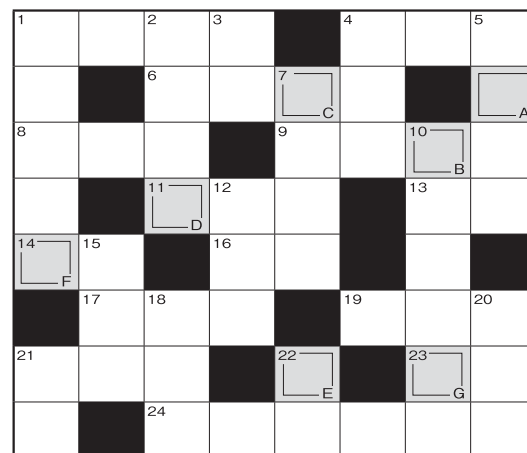
(株)わせた介護 五所川原市広田字柳沼117-57  
TEL 0173-35-3755・FAX 0173-35-2960

【ご利用できる方】  
●要支援・介護の方や身体障害者、肢体不自由により単独で移動が困難な方等  
●通院・入退院・冠婚葬祭・墓参り・美容院・買い物や観光等の送迎・同行

【ご利用できる人数】  
●車いすの方1名と付添いの方4名様  
※わせた介護タクシーは介護保険適用外です。  
※ヘルパーが必要な方はお申し付けください。

お気軽に  
ご連絡ください!

# クロスワードに挑戦!



タテ・ヨコの問題を解いていき、A～Gの文字を探してことばを見つけてね!  
ヒント つがる市最大の祭りといえは。

## 【タテの問題】

- 1 賛成者の多い意見によって物事を決めること  
2 つがる市の活性化を目的に早朝、木造の商店街、市民、高校生などが参加し行われているイベント。  
3 一年で一番日が長い日は?  
4 ○○○○ライス、○○○○うどん。  
5 ボクシングなどで、試合の各回。  
6 連続テレビ小説「ゲゲゲの女房」の主題歌を歌うのは「○○○○がかり」。  
7 木造の出来島海岸にある約2万8千年前の樹木の化石。  
8 物事の道理や筋道が正しくわかること。  
9 新聞・雑誌や放送などで、記事の取材・執筆、また編集に携わる人。  
10 APECとは○○○太平洋経済協力。○○○太平洋経済協力会議ともいう。  
11 土地などをいくつかの部分に区切ること。また、その区切った一つ一つ。  
12 目に見える範囲のこと。また、知識や考え方の幅の広いことをも「○○が広い」という。  
13 集まり。集団。「○○ゲーム」。

## 【ヨコの問題】

- 1 広報4月号表紙。岩木川河川公園での○○○○大会。  
2 デジタル○○○、ビデオ○○○。  
3 慰労や激励などのため、飲食物などを届けること。  
4 回り道をする。遠回りすること。  
5 スポーツなどで試合の鍵を握る選手のこと。わずかなものでも、数多く積み重なれば高大なものになること。たとえ「○○○○積もれば山となる」。  
6 地下深く掘り、地下水をくみあげるようにしたもの。  
7 太陽の光を浴びて輝く地球の衛星。お笑い芸人。ラーメンつけめん僕イケメン、と言えは「○○英孝」。  
8 スポーツ・武術などの技を比べ合い勝敗を競うこと。  
9 物を引っかけるための鉤形の器具。  
10 感謝の意を表す言葉。  
11 小学校で勉強する俗に言う4教科とは国語・算数・○○○・社会。  
12 スピードスケートやフィギュアスケートなどで使用する場所。

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。  
(9月21日締切 ※当日消印有効)

応募先：〒038-3192 つがる市役所 総務課文書広報係まで

8月号の答えは「ウエハラゲント」でした。

25名様より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〕

長内正光（木造）・神 友紀（森田町）・成田夢茄（森田町）・佐々木裕子（稲垣町）・工藤のぶ（車力町）

|   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ア | サ | ム | シ | イ | シ | イ |
| ド | ソ | ク | コ | シ | ノ |   |
| ハ | リ | ト | ウ | キ | ヨ | ウ |
| ダ | ザ | イ | オ | サ | ム | エ |
| リ | ワ | ン |   |   | イ | ヨ |
|   | ス | キ | キ | ラ | イ | ウ |
| ゲ | キ | ゴ | ー | ジ | ヤ | ス |
| ツ | マ | ヨ | ウ | ジ |   | ケ |

食卓に  
もう一品

ミニトマトの  
うんぽーと



エネルギー 49kcal 塩分0g

ふだんは、生のままでいただくことの多いミニトマトですが、ひと手間加えることで、簡単デザートができます。ミニトマトは、トマトに比べて小さいですが、実はトマトより栄養成分が高く、ほとんどの成分でトマトを上回っています。

### 【作り方】

- ①ミニトマトはヘタを取り、つまようじで数カ所、穴を開けて熱湯で10秒加熱し、ざるに上げて冷水中で冷やしながら皮をむく。
- ②砂糖・レモン汁・水を小鍋で温めシロップを作る。
- ③沸騰したら火を止めて、①のトマトを入れ、よく冷やす。

### 【材料】4人分

ミニトマト 20個 砂糖 大さじ4  
レモン果汁 小さじ1 水 400cc

## 広 告

### 第17回 仁太坊まつり

三絃バトル2010「ハジケル個性!魂の叫び!!」

～津軽三味線全日本金木大会 エキジビジョン～

日時 平成22年9月11日(土) 開演 18:00～ 入場無料  
場所 津軽三味線会館 屋外ステージ(五所川原市金木町)  
(雨天時:津軽三味線会館 ホール)

出演者 本年仁太坊賞 葛西 頼之(鶴田町)  
白川軍八郎賞 武田 佳泉(東京都)  
中高生団体の部 優勝 五所川原第一高等学校(五所川原市)  
中高生団体の部 入賞 金木高等学校(金木町)他

お問い合わせ 協同組合金木あすなろ商店会 事務局 TEL:0173-52-2878

## 広 告



お得な旅行情報はホームページでチェック!!

旅行屋

検索

旅行の幹事さま、お電話ください  
営業マンが自宅・職場へ伺い  
旅行の行程・見積を無料で作成いたします。

株式会社 旅行屋

TEL.017-776-3434

青森市安方2-17-11 青森日商連安方ビル2F

FAX.017-776-3440

総合旅行業務取扱管理者 長利 忍(木造高校卒業)



つがる市

平成22年9月

## 社協からのお知らせ

発行／つがる市社会福祉協議会 〒038-3138 つがる市木造若緑52番地  
TEL:0173-42-4660 FAX:0173-42-4686 Eメール:tsugarushakyo@tea.ocn.ne.jp

## 第6回つがる市社会福祉大会開催のお知らせ

大会テーマ「つがるの大地に福祉の森を築こう！」

と き：10月11日(月) 午前9時45分～午後2時30分まで  
ところ：つがる市生涯学習交流センター「松の館」

## 大会日程

9:00 受付  
9:45 開会 オープニングセレモニー  
10:00 第1部「福祉の作文」発表  
10:30 第2部「式典」表彰 他  
11:45 昼食 ◇各種模擬店 ◇イベント広場  
13:00 第3部「チャリティー芸能ショー」  
◇つがる市内個人・団体による芸能発表  
14:30 閉会

## ★各種コーナー★

- ・屋外イベント広場（ビンゴ、ゲーム他）
- ・ボランティア推進校活動紹介
- ・福祉機器の展示
- ・福祉相談・健康チェック（血圧測定）
- ・おもちゃ病院
- ・各地区物産直売・模擬店コーナー

つがる市社会福祉大会時  
チャリティー芸能ショー参加者募集

- ・芸能披露時間 福祉大会当日 13:00～14:30
- ・会場 つがる市生涯学習交流センター「松の館」
- ・種 目 舞踊・歌謡等  
(個人は1種目、団体は2種目まで)
- ・申込方法 参加申込書は社協本所・各支所窓口にあります。  
9月30日(木)までに申込下さい。  
※後日、あらためて説明会を開催します。
- ・お問い合わせ つがる市社協 地域福祉部  
(☎42-4660)

## 赤い羽根共同募金にご協力ください

～10月1日から全国一斉に赤い羽根共同募金運動がはじまります～

赤い羽根共同募金は、つがる市社協内に置くつがる市共同募金委員会が、皆さんの善意を集め、県共同募金会で次年度配分金が決定され、民間で行っている社会福祉関係の事業に配分し、福祉事業の充実を図るために実施されます。皆さんの自宅へ「募金ボランティア」(福祉推進委員等)が訪問した際は、是非ご協力くださいますようお願い申し上げます。

～つがる市社協でも共同募金の配分を受けて各種福祉事業を実施しています～

- 一人暮らし・高齢者食事サービス(全地区) ○身体障害者福祉団体会員交流事業(全地区)
- 母子寡婦福祉団体会員交流事業(森田、柏、稲垣、車力地区) ○総合相談所運営事業(全地区)
- つがる市社会福祉大会 ○高齢者スポーツ大会(木造、森田、稲垣地区)
- 福祉推進委員育成事業(木造、柏地区) ○ボランティアセンター事業(森田地区) ○除排雪サービス事業(稲垣地区)
- ボランティア育成事業(車力地区) ○わら工芸世代間交流事業(森田地区) ○ふれあい農園事業(森田地区) など

愛ちゃん と 希望くん



## お楽しみミニ湯治

## 【期日・対象地区】

10月6日(水) 木造地区・越水地区  
出来島地区  
7日(木) 館岡地区・川除地区  
8日(金) 出精地区・柴田地区

【場 所】しゃこちゃん温泉

## 法律相談を開催しています

～個人では解決できない法律の問題や  
家庭問題等お一人で悩んでいませんか～

期 日：平成22年10月13日(水)〈毎月第2水曜日〉  
時 間：午後1時～4時まで  
場 所：社会福祉協議会本所 相談室  
料 金：無料

※相談は予約が必要です。(TEL0173-42-4660)

※このページは有料掲載になっています。

# 大人への 第二歩スタート



## つがる市成人式



### 20歳の抱負



岡本茉純さん(稲垣)

成人となって、これまでとは違い軽率なことではできません。大人として自分の行動には責任を持たなければならないと感じています。就職難の時代ですが将来は自分にしかできないことを仕事に活かしていきたいと思っています。



工藤凌吾さん(木造)

気がついたら20歳を迎えました。自由と責任の両方を得ることになるので、しっかり自分らしい生き方をしていきたいと思っています。今は学生ですが、卒業後は社会をより良くしていくための仕事に就きたいと考えています。

「集えー未来の若者たち 日本の未来をかえるぜ」をテーマに平成22年度つがる市成人式が8月15日、対象者362人のうち283人が出席し、市生涯学習交流センター「松の館」で行われました。

新成人らは真新しいスーツ姿、色鮮やかな浴衣やドレスを身にまとい、久々に再会した友人らと会話を弾ませていました。

式典で福島市長は、意欲にあふれ、柔軟な思考のできる皆さんの持ちうる力を存分に発揮して頑張ってください」と式辞。新成人を代表して齊藤優樹さんが謝辞を述べ、式典後にはお祝いに駆けつけた恩師の方々が、当時の思い出を振り返りながら、晴れの門出を祝福しました。



久々に再会した友人と記念写真



いよいよ式典の開始です



中学時代の思い出のアルバム



受付や交流イベントなど成人式を陰で支えた実行委員



新成人の皆さんおめでとう！



「誓いの言葉」 齊藤優樹さん

今日晴れて成人の日を迎えることができましたのも、今まで私たちを支えてくださった家族と地域の皆様のおかげと改めて感謝いたします。これからは、成人として、社会人として確固たる自覚を持ち、鋭意努力することを誓います。