



大空に自分の凧を飛ばそう 親子凧作り教室

凧の大きさは四枚凧（縦96cm×横66cm）

日 時 2月20日（日）
午前9:30～午後3:00
※昼食は豚汁を準備します。

場 所 生涯学習交流センター「松の館」
対 象 小学1年生～6年生と保護者
定 員 20組
講 師 柏凧の会の皆さん
参 加 料 1組700円（材料代。当日集めます）
持 参 物 習字用筆、おにぎり
申込期限 2月18日（金）

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

アメリカの文化 英会話講座

国際交流員と一緒に海外旅行に役立つ英会話やアメリカの文化を学びませんか。お気軽にご参加ください。

日 時 3月の毎週水曜日
(2・9・16・23・30日)
午後6:30～8:00

場 所 生涯学習交流センター「松の館」
定 員 16人（高校生以上）
講 師 モーゼス・マイケル
参 加 料 無料
申込期間 2月15日（火）～2月28日（月）
(定員になり次第締め切り)

【申し込み・お問い合わせ先】
企画課 42-2111（内線321・322）



長ネギのマリネ

協力：つがる市食生活改善推進員

ネギの青い部分もおいしく食べられます。ゆでる際は、葉の部分を白い根よりも少し長くゆでると程よい柔らかさになります。

【作り方】

- ①長ネギは5～6cmの長さに切り、5分程ゆで、水気を切る。
- ②調味料を混ぜ合わせて、①を漬ける。

【調味料】

粒マスタード 大さじ1/2
オリーブ油 大さじ1と1/2
酢 大さじ1
塩 小さじ1/2
こしょう 少々

【材料】

長ネギ 2本



エネルギー126kcal、塩分1.4g、野菜量100g

4月1日より森田郵便局で住民票等の証明書を受け取ることができます

平成23年4月1日より、森田郵便局において、住民票等の証明書交付申請の受付及び交付を行います。このサービスはFAX等を使用し、住民票等の証明書を森田郵便局で即日交付するものです。請求する際には、請求者が本人であることを確認できる書類（運転免許証等）の提示が必要です。

■交付申請できる証明書 住民票の写し、戸籍証明書、戸籍の附票、印鑑登録証明書

■取扱時間 月曜日から金曜日 午前9時～午後4時（土日祝日及び12/29～1/3を除く）

※詳細については広報3月号でお知らせします。

【問い合わせ先】市民課 電話42-2111（内線263）

市税等は納期内に納めましょう

2月は「国民健康保険税」「介護保険料」「後期高齢者医療保険料」各第8期

「住宅使用料」「公共下水道使用料」「農業集落排水処理施設使用料」の納期限となっています。

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）

なお、市税等の「納付相談」を収納課窓口で随時行っております。

【問い合わせ先】収納課 電話42-2111（内線221）

すまいるプラザ日曜納付相談

期日：2月13日・27日（日）

時間：午前10時～午後7時

場所：つがる市出張所

（イオンモールつがる柏内）

地デジの準備はお済みですか？

「お金が掛かるし、設定が面倒だから、このままでいい」という方もいるかもしれませんが、今のテレビ放送（地上アナログ放送）は、7月24日までに終了します。ある日突然「テレビが映らない」ということにならないよう、早めに地デジ受信の準備をしましょう。

地上デジタル放送を視聴するには…

地上デジタル放送に対応しているテレビに換えるか、現在ご利用中のアナログテレビに外付けの地上デジタル放送対応チューナーなどをつなぐ必要があります。

総務省では、経済的理由で地上デジタル放送がまだ受信できない世帯に対して次の支援を行っています。



	NHK放送受信料金全額免除となっている世帯	市町村民税非課税となっている世帯
対象世帯 (既に地上デジタル放送を視聴できる世帯は支援を受けられません)	次のいずれかに該当する世帯 ①生活保護などの公的扶助を受けている世帯 ②障がい者がいる世帯で、かつ世帯全員が市町村民税非課税の措置を受けている世帯 ③社会福祉施設に入所されていて自らテレビを持ち込んでいる世帯	①世帯全員が市町村民税非課税の措置を受けている世帯
支援内容	①簡易なチューナー（1台）を無償で給付します。(テレビは給付しません。) ②アンテナ工事が必要な場合は、無償で工事します。 ③基本的にお住まいまで訪問して設置し、操作説明を行います。	①簡易なチューナー（1台）を無償で給付します。設置及びアンテナ工事などはご自身で行ってください。 ②簡易なチューナーの設置及び操作方法を電話でサポートします。
申請に必要なもの	①地上デジタル放送受信のための支援の申込書 ②NHK放送受信料金全額免除証明書	①地上デジタル放送受信のための支援の申込書【市町村民税非課税世帯用】 ②世帯全員が記載された住民票（発行から1年以内のもの） ③世帯全員分の市町村民税非課税証明書 *②・③はコピー不可
地デジの問い合わせ先 総務省 地デジチューナー支援実施センター	ホームページ http://www.chidejishien.jp ナビダイヤル 電話：0570-033840 ナビダイヤルが利用できない場合 電話：044-969-5425 FAX：044-966-8719	ホームページ http://www.chidejishien.jp ナビダイヤル 電話：0570-023724 ナビダイヤルが利用できない場合 電話：043-332-2525 FAX：043-302-0284
NHKの問い合わせ先 NHKふれあいセンター	ホームページ http://www.nhk.or.jp/jushinryo/ ナビダイヤル 電話：0570-000588 ナビダイヤルが利用できない場合 電話：050-3786-5109 FAX：045-522-3044	ホームページ http://www.nhk.or.jp/jushinryo/ ナビダイヤル 電話：0570-077077 ナビダイヤルが利用できない場合 電話：050-3786-5003 FAX：045-522-3044
支援の申込方法	必要書類を添えて支援の申込書を総務省 地デジチューナー支援センターに送付してください。支援の申込書は次の方法で入手できます。 ・市役所 ・総務省 地デジチューナー支援実施センター（希望部数を送付します） ・総務省 地デジチューナー支援実施センターのホームページ（市町村民税非課税となっている世帯への支援のみ）	
申込期限	平成23年7月24日まで（消印有効） 平成23年4月1日以降の支援については、平成23年度予算成立が前提となります。	

【問い合わせ先】総務課 電話42-2111（内線345）

記事中に電話番号がない場合は、☎42-2111をかけ
内線番号か課名をお話してください。

お知らせ

行政相談

〈木造会場〉

●2月25日(金)、3月11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

〈森田会場〉

●3月11日(金)午前10時～正午▽

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

〈稲垣会場〉

●2月23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〉

●3月11日(金)午前10時～正午、

午後2時～4時▽むらおとし

拠点館「フラット」※事前に

電話で確認のうえ、お越し

ください。電話69・5215

行政相談委員 鳴海 久氏

牛瀧町柏山3の1

電話56・3514

献血にご協力ください

●2月20日(日)、3月6日(日)午前

11時～午後12時30分、午後1

時45分～午後5時▽イオンモ

ールつがる柏

●健康推進課(内線309)

農家相談

農地の売買、賃貸借等につ

て相談したい方は、お気軽にお

越しください。

●2月24日(木)、3月24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。

●農業委員会事務局(柏支所内)

電話25・3820

「国民健康保険高齢受給者証」を
お持ちの現役並み所得者以外の
70歳から74歳の皆様へ

平成23年4月から2割に引き

上げられる予定になっていた医

療機関での窓口負担が、平成24

年3月31日までの1年間、1割

に(現役並み所得者は3割)据

え置かれることになりました。

新しい受給者証は平成23年3

月下旬に郵送により交付いたし

ます。

●国民健康保険課(内線271)

「車力中学校体育館完成見学会」

平成23年1月に体育館が完成

したため、市民の皆様へ開放し

て完成見学会を開催します。(新

校舎は平成22年3月に完成済)

どなたでも見学できますのでお

気軽にお越しください。(校舎の

見学も可)

●日時▽2月19日(土)、20日(日)

午前9時～午後2時

●場所▽車力中学校

※申し込みは不要。見学の際は、

内履きを持参ください。

●教育委員会 教育総務課

電話49・1193

スポーツ・文化・ボランティア活
動に最適な「スポーツ安全保険」

スポーツ安全保険とはアマチュ

アのスポーツ活動、文化活動、ボ

ランティア活動、地域活動など

を行う社会教育団体(5人以上

の団体)を対象とした保険です。

●掛金▽1人年額600円から

9千円(年齢・活動内容によ

り異なります)

●補償内容▽傷害保険(通院、

入院、死亡、後遺障害等)、

賠償責任保険、共済見舞金等

●加入受付期間▽平成23年3月1日～

平成24年3月30日

●保険期間▽平成23年4月1日～

平成24年3月31日

※4月1日以降の申し込みは、

掛け金を振り込んだ日の翌日か

ら有効。加入依頼書は教育委員
会に備え付けてあります。なお、
保険の詳細については「スポー
ツ安全協会青森県支部(電話0
17・782・6984)」へ
ご確認ください。

●教育委員会 生涯学習課
電話49・1200

「架空請求」は、決して相手に連絡しないでください

最近、「何らかの料金が未納になっているため裁判所に訴えられている」等と書かれたハガキが届いたという事例が発生しています。身に覚えのない場合は、ハガキに書かれた連絡先へ絶対に電話等をしないでください。

もし、気になる場合は青森県消費生活センターへご相談ください。

青森県消費生活センター 017-722-3343 (相談専用ダイヤル)

●商工観光課 電話42-2111 (内線431・432)

「気をつけて!」

広 告



志望校を母校に!!

このたび次世代を担う
小学4～6年と中学生
の受講を受け付けます。

進学・学習指導教室『新規受講生受付中!』

萩野学習会

対象:小学生・中学生(国・英・数・社・理)

〒038-3136 つがる市木造萩野13-23(商工会館裏)

Phone:0173-42-1738

広 告

学生服・セーラー服
高校指定服・指定トレパン

☆木造中学校
☆柏中学校
☆森田中学校
☆稲垣中学校
☆木造高校
☆五所川原高校
☆鰐ヶ沢高校

TEL42-2118
木造有楽町



奥津歴史探訪推進フォーラム

亀ヶ岡、十三湊、北前船など
西北地域の歴史遺産の素晴らし
さ、観光資源としての魅力を分
かりやすくお伝えするためのフ
ォーラムを開催します。

日時▽3月3日(木)午後1時

場所▽松の館

内容

講演①▽中世・十三湊関係

弘前大学教育学部

教授 齊藤利男氏

講演②▽縄文・亀ヶ岡関係

つがる市教育委員会

学芸員 佐野忠史氏

講演③▽近世・北前船関係

宗教法人円覚寺

責任役員 海浦由羽子氏

入場無料

申込締切▽2月25日(金)

申・問 西北地域県民局地域連携部

電話 34・2175

FAX 34・2178

再就職応援セミナー(介護編)

現役の介護職の方に「さまざま
な業務」の仕事に伴う喜びや悩
み「再就職者に求めること」な
どを気楽な雰囲気の中で語って
いただきます。また、セミナー
後は講師企業の施設見学を行
います。

日時▽2月25日(金)午後1時30

分▽3時30分

場所▽五所川原地域職業訓練

センター・第2教室

●講師企業▽社会福祉法人 青

森民友厚生振興団 特別養護

老人ホーム 青山荘

●対象▽離職者、非正規雇用労

働者等

●定員▽10人

●受講料▽無料

●申込方法▽申込書を2月18日

までに郵送、FAX、窓口へ提出。

※申込書は、最寄りのハローワー

クにあります。センターホームページ

からもダウンロードできます。

申・問 県地域共同就職支援セ

ンター・弘前コーナー

電話 0172・55・0115

FAX 0172・55・0125

放送大学4月生募集

放送大学では平成23年度第1
学期(4月入学)の学生を募集
中です。放送大学はテレビやラ
ジオの放送を通して学ぶ遠隔教
育の大学です。
心理学・福祉・経済・歴史・
文学・自然科学など、幅広い分
野を学べます。

働きながら学んで大学を卒業

したい、学びを楽しみたいなど、

さまざまな目的で幅広い世代、

職業の方が学んでいます。

●出願期限▽2月28日まで

資料を無料で差し上げていま

す。お気軽にご請求ください。

放送大学ホームページでも受け

付けております。

問 放送大学青森学習センター

電話 0172・38・0500

自動車の名義変更・廃車 手続・車検はお早めに

3月は名義変更(移転登録)・
廃車(抹消登録)・住所変更等(変
更登録等)の手続きで、運輸支
局及び事務所の窓口は大変混雑
します。できるだけ3月14日以
前に手続きすることをおすすめ
します。また、車検も3月下旬
に集中しないようお早めに受検
してください。

なお、自動車の検査・登録手
続きはテレフォンサービスをご
利用ください。

問 東北運輸局青森運輸支局

テレフォンサービス

050・5540・2008

西北五法律相談センター

相続、借金、交通事故、不動
産、離婚など法律に関すること
なら何でもご相談ください。

●日時▽毎週火曜日 午後1時

～3時30分

●場所▽五所川原商工会館2階

●相談料▽30分 5千円

※無料で相談が受けられる場合

があります。詳しくはお問い

合わせください。

●申し込み▽電話で事前にご予

約ください。夜間・休日を除

きます。

申・問 青森県弁護士会

電話 017・777・7285

2月は「省エネルギー月間」です

国では、毎年2月を「省エネルギー
月間」と定め、省エネルギーの意識
啓発を図っております。

限りあるエネルギー資源を大切に
するとともに、地球温暖化を防止す
るため、私たち一人一人が、エネルギーを大切に使
うよう心がけましょう。



財団法人東北電気保安協会

道路に雪は捨てないでください



除雪車による寄せ雪は各世帯
で取り除くようお願いいたしま
す。

各家庭の雪を道路に押し出す
と車や歩行者の妨げとなり、事
故や交通渋滞を招くおそれがあります。

マナーを守って雪片付けをしましょう

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)

広 告

整体 カイロプラクティック療法



1・全身調整

60分2,500円! 予約された方は、1,000円相当の
プレゼントをいたします。

2・美容カイロ調整

90分4,500円! 予約された方は、500円引きです。
(クレイ・粘土100%すごい!)

骨盤調整 → お顔の歪み調整 → クレイウォッシュ → クレイマッサージ



すまいる院~夢~つがる カイロプラクチャー

つがる市本道永田松下19 須藤りょうこ

【問い合わせ
予約番号】

080-3193-4463

募集 カイロプラクティック・美容エステシヤンの技術を取得しませんか!