



広報

つがる

2013

7月号

No.139

●市の人口と世帯数(平成25年6月30現在)・人口〇,〇〇人(男〇,〇〇人・女〇,〇〇人)・世帯数〇,〇〇世帯

ンクセンター



各自 持ち場に着け!

かしわ保育園「幼年消防クラブ」の子どもたちが、つがる市消防団観閲式で放水訓練を披露。連携のとれた機敏な動きで見事、放水を成功させました。【関連2～3ページ】

「地域を守る」決意新たに

消防団定期観閲式

防災意識の向上と消防団員の士気高揚を図るため「第9回つがる市消防団定期観閲式」が6月16日、イオンモールつがる柏の駐車場で行われました。観閲式では、消防団員が日頃の訓練の成果を観閲者である福島市長や多くの市民らに披露。分列行進、機械器具点検等の審査や玉落競技が行われ、万一の災害に備え決意を新たにしました。



息の合った分列行進を披露する消防団員



機敏な動作で行われた機械器具点検



開始報告する箱田团长ら



福島市長による視閲点検

消防団は「自らの地域を自ら守る」という連帯意識で結び付いた防災組織で、現在、つがる市消防団には56分団、消防車両83台が配備され1300人の団員が消火訓練等を行いながら万一の災害に備えています。

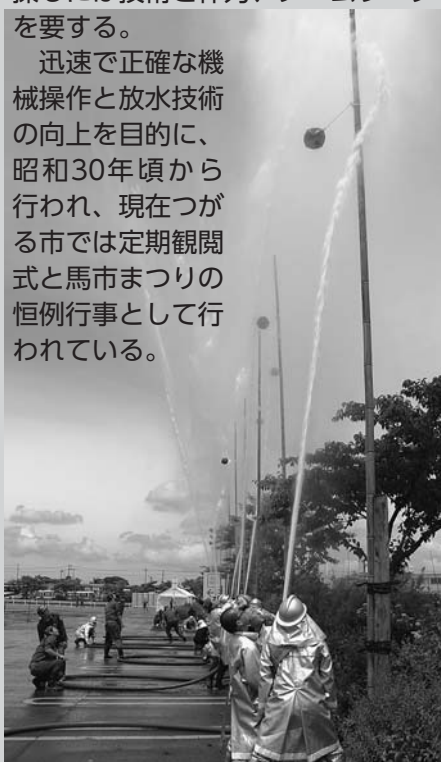
観閲式では福島市長らによる視閲点検、消防車両の機械器具点検が行われた後、団員や婦人防火クラブ、車力分屯基地隊員が青森山田高等学校吹奏学部の演奏に合わせ勇壮な分列行進を披露し、士気を高めました。また、かしわ保育園、銀杏ヶ丘保育園の園児による幼年消防クラブも消防車両の機械器具点検と消防操法訓練を堂々と披露し、会場から大きな拍手を受けていました。

式典では、表彰伝達・授与が行われ、消防庁長官表彰として、木造地区分団長の杉野森元一さんと秋田谷廣次さんが表彰されました。福島市長は「災害が複雑多様化する中、防災の要として消防団の役割はますます高くなってきています。災害に強く、安心して安全な地域づくりのため、い

玉落競技

地面から7.3mの高さに風糸で吊り下げられた張り子の玉に放水して玉を落とす時間を競う。1分団5～6人で、放水員3人(筒先員2人、補助員1人)、機械員2～3人で構成される。直径約30cmの玉に狙いを定めて、圧力のかかるホースの筒先を操るには技術と体力、チームワークを要する。

迅速で正確な機械操作と放水技術の向上を目的に、昭和30年頃から行われ、現在つがる市では定期観閲式と馬市まつりの恒例行事として行われている。



竹竿に玉を巻き付けて玉の動きを少なくし、タイミング良く玉の芯を目掛けて放水するのがコツ



玉を落として成功を喜ぶ車力第7分団の団員

玉落競技の成績 (第1位)

- 50馬力以下の部
木造第11分団 (出崎) 39秒69
- 51馬力～85馬力の部
木造第3分団第1部 (川除) 26秒72
- 86馬力以上の部
車力第4分団 (下牛瀧) 15秒21



婦人防火クラブの分列行進



的に目掛けて放水する銀杏ヶ丘保育園児



祝辞を述べる三村知事



火災予防を呼び掛けるかしわ保育園の子どもたち



優勝旗を受け取る柏大隊



大人顔負けの動きを見せるかしわ保育園児

なる災害にも即応できる装備の充実を進めます」と述べ、箱田鐵雄団長が「消防という崇高な使命達成と市民の安全のために一層精進してほしい」と訓示。来賓の三村申吾知事が「県内10市における過去5年間の火災死者数が最も少ないのがつがる市。団員の皆さんの火災予防活動、迅速な消火活動の賜で心強い限りです。これからも誇りと使命感を持ってご尽力ください」と述べました。

観閲式の総合成績は、柏大隊が連覇を果たし、森田大隊が2位、木造第一大隊が3位となりました。

アライグマによる被害を防ごう 農作物への被害防止対策を学ぶ

近年、津軽地域を中心に外来生物であるアライグマによる食害が増加しており、昨年、市内でも18件のスイカなどへの被害が確認されています。6月12日、県、市、鯉ヶ沢町が森田公民館で今後の被害防止に向けて研修会を開催し、生産者や自治体、農協関係者ら約60人が参加しました。

研修会では、関西野生生物研究所の川道美枝子代表が講師を務め「アライグマは天敵がいないので対策を講じないと爆発的に増える。農作物の食害だけでなく、民家を壊したり、人への感染症の危険など問題は深刻です」と強調。被害防止のために箱わなを設置して近隣自治体が連携しながら防除対策を取り、継続する必要性を呼び掛けました。この後、参加者は昨年食害を受

けた鯉ヶ沢町のスイカ畑やアライグマが住みついた小屋を視察し、箱わなの仕掛け方などについて学びました。

アライグマによるスイカの昨年の食害。丸く穴を空けられ中身をくり抜いて食べられるのが特徴



アライグマの生態や被害防止対策を説明する川道代表



アライグマの食害が発生した鯉ヶ沢町の現地を視察

アライグマの特徴

アライグマはもともと北米大陸に生息する動物です。日本には1970年代に主にペットとして輸入されましたが、成長すると外見の愛くるしさとは逆に性格は凶暴であるため、飼い主が捨てたことにより野生化してきました。アライグマは繁殖力が強く、天敵がいいることから定着し、全国規模で生息分布を広げています。

- ・体胴長（鼻からお尻）40～60cm、体重4～10kg
- ・食性は雑食性。夜行性で、昼間は樹洞や巣穴、家屋の屋根裏、作業小屋、廃屋などで休息する。



写真提供：環境省

アライグマに関する情報をお寄せください

- アライグマと思われる動物を見た
- アライグマと思われる足跡を見つけた
- アライグマと思われる農作物への被害を受けた

これらの場合は市役所農林水産課（電話42-1109）にご連絡ください。

状況に応じて箱わなを設置します。

- ・設置期間は原則30日間
- ・エサ代は自己負担となります
- ・数に限りがあるため、お待ちいただく場合があります



箱わな

設置には原則、狩猟免許が必要です

アライグマの見分け方（後足跡）

提供：農林水産省 野生鳥獣被害防止マニュアル



アライグマ



タヌキ



アナグマ

福島市長らが生産者を激励 りんご、メロンの生育状況を視察

今春の低温の影響による農産物の生育状況を調査するため、6月3日、福島市長、山本清秋議長、市議会経済常任委員ほか関係者が市内のりんご園とメロン畑を視察しました。

森田地区の原田元雄さんのりんご園では、低温の影響で例年に比べ開花が10日遅れた「ふじ」の状況を確認。県農業普及振興室分室の長内主幹が「開花が遅れると小玉化し、安値になる傾向がある。大玉となるよう早期摘果に努めていただきたい」と呼び掛けました。その後、一行は



りんごの生育状況を説明する原田元雄さん（左）

出来島地区の新岡良さんのメロン畑を視察。盆前に出荷するため5月1日頃に定植した苗が低温により活着不良に陥り、全体の15%に及ぶ約千本の苗を植え直した状況を確認しました。ごしよつがる農協の片山和善営農指導員は「植え直しにより苗が不足し、出荷量の減少が懸念される」と話していました。



植え直しが行われたメロン畑を視察する福島市長

地元の観光名所を満喫 つがる市定期観光バスツアー

市内の名所を巡る定期観光バスツアーが6月4日から30日まで行われました。4日、市役所前で行われた出発式にはツアー客や関係者ら約30人が参加し、市観光協会の伊藤良二会長が「つがる市の自然や歴史を満喫しながら豊かな一日を過ごしてください」とあいさつ。参加者一行は、ベンセ湿原に到着すると咲き始めたニッコウキスゲやカキツバタの中をゆっくり散策しながら初夏の景色を満喫していました。ツアーに初めて参加した太田静子さん（木造）は「ベンセ湿原に来たことはあったが、ツアーではガイドの方から花や生き



見頃を迎えたベンセ湿原のニッコウキスゲ（6月13日）

物のことを詳しく教えてもらったのでよかった」と話していました。一行は、森田歴史民俗資料室や日本最古のりんごの木など市内の観光スポットを巡り、ツアーを楽しんでいました。ベンセ湿原では、7月にはノハナシヨウブが見頃を迎え、季節の移り変わりをみせてくれることでしょう。



出発式での記念撮影



森田歴史民俗資料室で石神遺跡に触れる

つがる相撲クラブが全国大会で小中ダブルV

「第43回親善少年相撲金沢大会」(6月2日) 小学生の部でつがる相撲クラブ(長谷川恵司君、鳴海匠馬君、小関拓道君、伊藤秀君)が優勝、柏小学校(古坂裕聖君、相馬良亮君、鳴海篤郎君)が準優勝、さらに中学校の部でも同クラブ(石岡弥輝也君、田中界渡君、越後谷知樹君、長谷川譲司君)が優勝を果たすなど全国大会で大活躍しました。また、個人戦でも小関拓道君(柏小6年)が2位、越後谷知樹君(木造中3年)が3位となりました。越後谷清彦監督は「稽古どおりの力を出すことができた」と大会を振り返り、石岡弥輝也君(木造中2年)は「チームワークと応援してくれた人たちののおかげで優勝できた。本当にうれしい」と話していました。



全国大会で大活躍したつがる相撲クラブのメンバー



優勝を報告した瑞穂ミニバスケットボールクラブのメンバー

瑞穂ミニバスケットボールクラブが初優勝

瑞穂ミニバスケットボールクラブ(瑞穂小)が6月8日、9日、黒石市で行われた「第10回記念Koku Cupミニバスケットボール交歓大会」女子の部で優勝し、6月13日、福島市長へ報告に訪れました。Koku Cupは本県初のプロバスケットボールチーム「青森ワッツ」のヘッドコーチを務める棟方公寿さんの名を冠する大会。同クラブは準決勝は1点差、決勝は3点差で勝利し、初優勝を果たしました。

佐藤健一監督は「接戦ばかりだったが試合ごとにチームが成長した」と報告。主将の平山美紅さん(6年)は「つらい時にチームで励まし合って頑張った。優勝できてとてもうれしい」と話していました。

商店街朝市がスタート

木造地区の千代町商店街で6月16日、今年度最初の朝市が開催され、多くの市民らで賑わいました。開会セレモニーでは、福島市長が「朝市が買い物だけでなく、地域コミュニティの交流の場としても賑わい、地元の活性化につながることを願います」とあいさつ。長谷川靖久実行委員長が「がんばろう」三唱し、朝市が開幕しました。朝市では地元の野菜、果物、海産物などが販売され、大勢の買い物客が新鮮な産品を買い求めていました。また、しじみ貝のすくい取りや牛蒡麵の振舞イベントも人気を集めていました。朝市は10月まで月1回開催されます。



しじみ貝のすくい取りを楽しむ買い物客



佐藤副市長に花束を手渡す園児たち

お仕事ごろうさま

6月の第2日曜日の「花の日」にちなんで木造保育所(千葉敦志所長)の園児11人が6月7日、職場訪問として市役所を訪れ、園児たちが家庭から持ち寄った花で作った花束とかわいい手作りの絵をプレゼントしました。

園児たちは讃美歌「この花のように」を合唱し「いつも私たちのために働いてくださってありがとうございます」と佐藤副市長に花束を手渡しました。佐藤副市長は「すてきな花と歌をありがとう。皆さんも先生の話をよく聞いて仲良くしてください」とお礼を述べ、お菓子をプレゼントしました。

同保育所では警察署、郵便局へも訪問して花を贈りました。



メロンの成長過程を見て

つがるブランド推進会議では市産メロンの成長過程を観察してもらおうと、6月17日、イオンモールつがる柏のつがる出張所前に鉢植え栽培のメロンを設置しました。品種はタカミとレノンの2種類で、5月10日にプランターに定植した鉢植えのメロンを8月の収穫時期まで展示します。

栽培を担当するのは市農村青少年クラブ連絡協議会（4Hクラブ）の大澤貴仁会長、樋口剛さん、樋口成紀さんの3人。大澤会長は「メロンの鉢植え栽培で難しいのは水の管理ですが、今年は2年目なので昨年の経験を生かして育てたい。メロンの成長過程を見て楽しんでもらい、つがる市産のメロンに関心を持ってもらえれば」と話していました。



つがる出張所前に設置された鉢植えのメロン



指揮者体験をする中村奏音さん

迫力いっぱいの生演奏を楽しむ

航空自衛隊北部航空音楽隊による音楽鑑賞会が6月16日、森田小学校で、17日、車力小学校で開催され、児童や父兄らが迫力ある演奏を楽しみました。

車力小学校では牛潟小学校の全校児童も参加。楽器の紹介に続き、歌謡曲やアニメソングなど馴染みのある楽曲が披露され、児童らを魅了しました。また、指揮者体験も行われ、鳴海鈴音さん（牛潟小6年）、白戸俊輔君（車力小5年）、中村奏音さん（同3年）が緊張した面持ちで音楽隊を指揮しました。最後に音楽隊の演奏に合わせて両校の校歌を元気に歌い、花田裕也君（同6年）が「木管楽器が思ったより迫力があって驚いた。知っている曲が多く楽しかった」と感想を述べました。

市連合婦人会が父の日訪問

つがる市連合婦人会（小笠原敬子会長）が、6月13日、父の日を前に、福島市長に花を贈りました。

この日は、小笠原敬子会長、工藤さみゑさん、対馬タセさん、長内みつ子さん、尾野洋子さんが市役所を訪れ、小笠原さんが「日頃から私たちのためにご尽力くださって感謝いたします」と盛り花を贈呈。福島市長は「素敵なプレゼントをありがとうございます。市民のお父さん代表としていただき、これを励みにこれからも市民が安心して暮らせるまちづくりに努めて参ります」とお礼を述べました。贈られた花は市役所内に飾られ、華やかな雰囲気を出していました。



福島市長を訪問した市連合婦人会の皆さん



ホタルの幼虫を放流する園児たち

地球村でホタルの幼虫を放流

つがる地球村の池で5月24日、もりた保育園（田中潔園長）の年長児29人がホタルの幼虫150匹を放流しました。

地球村ではホタルの光り飛び交う姿を楽しんでもらおうと、同保育園の協力のもと5年前からホタルの幼虫を放流しています。この日、園児たちは池のほとりでヘイケボタルの幼虫と餌のタニシが入った小さなバケツを手に「元気に育ってね」と声をかけながらそっと放しました。原田雪唯菜ちゃんは「ホタルの幼虫をさわったら柔らかかった。早く大きくなってお尻が光るのを見たい」と楽しみにしていました。地球村の職員によると、順調に成長すれば7月頃にはホタルの成虫の舞う姿を見られるとのことでした。

市営住宅〈空家〉入居者募集

公営住宅

団地名	空家番号	所在地	建築年度	構 造	浴室	浴槽	給湯器	油タンク	アンテナ	汚水処理	家賃月額(円)
第2月見野丘団地	46号	森田町森田駒ヶ淵30-16	H10	木造平屋建2LDK	○	○	×	×	×	浄化槽	18,700～27,900
かしわ団地	19号	柏桑野木田幾世24-9	H18	木造平屋建2LDK	○	○	○	○	○	農集排	24,800～37,000
かしわ団地	48号	柏桑野木田幾世24-7	H15	木造平屋建2LDK	○	○	○	○	○	農集排	24,600～36,600
沼崎団地	7号	稲垣町沼崎幾代崎26-4	S57	簡易耐火平屋建3DK	○	○	×	×	○	農集排	15,000～22,400
中塚団地	2号	車力町屏風山1-96	S51	簡易耐火平屋建3K	○	×	×	×	×	農集排	6,500～9,800
中塚2号団地	6号	車力町屏風山1-115	S54	簡易耐火平屋建3K	○	×	×	×	×	農集排	8,100～12,000

募集期間	平成25年7月16日（火）～7月26日（金）※入居可能予定日は9月上旬となります。
入居者資格	①世帯の収入が政令で定める収入基準であること。(政令で定める基準：月額158,000円以下) ②現に住宅に困窮していることが明らかな人であること。 ③税を滞納していないこと。 ④入居希望者または同居しようとする親族が暴力団員でないこと。
必要書類	①入居希望申請書（市役所建築住宅課にあります） ②平成25年度所得証明書（入居者、同居者） ③全税目に未納がないことの証明書（用紙は市役所建築住宅課にあります） ④入居（同居）予定者が現在居住している世帯全員の住民票 ⑤入居希望者または同居予定者で障害者手帳の交付を受けている方はその写し ⑥印鑑 ※申込者によりその他の添付書類が必要となる場合があります。
選考方法	応募書類を審査のうえ、8月中旬に選考予定。
そ の 他	・選考された方は、敷金家賃3カ月分、連帯保証人2人が必要になります。 ・募集期間中に空家が発生した場合は、市ホームページに追加します。

【申し込み・問い合わせ先】 建築住宅課 電話42-2111（内線383・386）

つがる市地域包括支援センター受託法人募集

市では、地域包括支援センターを設置し、包括的支援事業の受託および指定介護予防支援業務を実施する法人を募集します。

地域包括支援センターで実施する業務 ①包括的支援事業（介護保険法第115条の45第1項第2号から第5号）
②指定介護予防支援業務（介護保険法第8条の2第18項）
③その他の業務

業 務 開 始 時 期 平成26年4月1日から

応募書類提出期間 平成25年8月1日（木）から8月30日（金）まで

選 定 方 法 申請書類を基に地域包括支援センターを運営する能力等を総合的に評価し、つがる市地域包括支援センター運営協議会の審議を経て候補者の選定を行います。

※提出書類、応募資格、応募方法、委託内容の詳細等については、市ホームページを参照またはお問い合わせください。

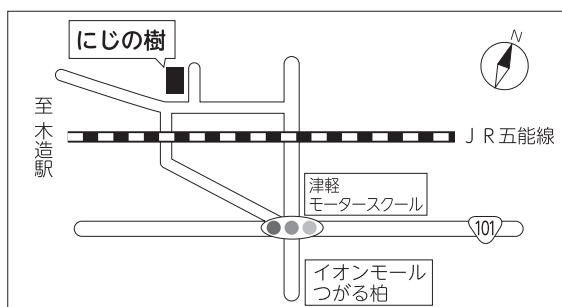
【問い合わせ先】 介護課 電話42-2111（内線243）

「つがる市病後児保育」 開始のお知らせ

市では、保護者の子育てと就労の両立を支援するため、7月1日から病後児保育事業を木造保育所（にじの樹）に委託し実施することになりました。

◆病後児保育は、病気の回復期にあるお子様を、専用の保育室で看護師等の専門スタッフがお預かりするサービスです。以下の施設で実施しています。

施設名	住所	電話番号
にじの樹	つがる市柏玉水米袋15-1（旧柏第二保育所）	070-6489-1727



◆病後児保育は、お子様・保護者がそれぞれ次の要件に当てはまる場合にご利用できます。

＜お子様の要件＞

つがる市在住の満1歳から小学3年生までのお子様で、下記の病気の回復期にあり医療機関による入院加療の必要はないものの、安静の確保に配慮が必要であり、集団保育が困難なお子様

- ①感冒等日常にかかる疾患
- ②気管支炎および喘息等の呼吸器系疾患
- ③麻しん、水痘、風しん等の感染性疾患（※）
- ④骨折、火傷等の外傷性疾患
- ⑤その他医師が病後児保育事業を利用することが可能と判断した疾患

（※）感染性疾患の場合は、同一疾患に限らせていただきますので、ご利用に制限がある場合があります。

＜保護者の要件＞

勤務の都合・疾病・事故・出産・冠婚葬祭などやむを得ない理由により家庭での保育が困難な場合

◆利用できる日時 月曜日～金曜日（祝日・年末年始（12/29～1/3）・木造保育所の行事等により利用困難な日を除く）
8時30分～17時

◆利用料 1日（概ね6時間以内）1,000円

◆定員 6人

◆利用方法

- ①かかりつけ医の診察を受け、どのような状態になれば病気の回復期となるのか、いつ頃から病後児保育の利用が可能か、医師の意見を聞いてください。
- ②利用日の前日までに「にじの樹」へ電話をして、利用日・時間を予約してください。（定員を越えた場合は利用できませんので事前に確認してください）
- ③当日必要書類を記入、提出してください。

あらかじめ利用を希望する方は「事前登録」を行ってください。

木造保育所、市役所福祉課にある「登録申込書」に必要事項を記入し、木造保育所または市役所福祉課へ提出してください。（登録は年度ごとに必要です）

※医師に病後児保育の利用が可能と判断された場合でも、急な症状の変化等により、にじの樹の判断で利用をお断りする場合がありますので予めご了承ください。

※持ち物などの詳細については事前にお問い合わせください。

【問い合わせ先】 にじの樹 電話070-6489-1727 木造保育所 電話42-2317
福祉課 電話42-2111（内線245）

40歳になったら特定健診を受けましょう

体験談

受けて良かった! 初めての特定健診

柏 41歳 男性

自覚はないけど異常と判定された項目があり、食生活を気にするようになりました

今まで健康診断を受ける機会がなく、自分の体の状態が全くわかっていませんでした。40歳になって市から健診の案内があり、昨年度初めて特定健診を受けました。もちろん今まで自覚症状が全くなく、自分は健康だと思っていました。しかし、健診結果を見た時、「今のままの生活を続けたら、大きい病気になってしまうのでは」と不安になりました。その後、保健師と面接し、結果の見方や食事では何をどのように食べればよいか説明してもらい、食生活を意識するきっかけになりました。健診を受け自分の体の状態がわかり、自覚症状のない怖さと健診の大切さを実感し、今年度も早速申し込みました。

健診を受けていない40代の皆さんへ

おそらく、多くの方は「仕事をする分には体が動くので自分は大丈夫」と思っているのではないのでしょうか。しかし、体の中身は確実に衰えています。誰もが健康でありたいと思っているはずです。自分の体の様子を数値で知るためにも是非健診を受けほしいですね。

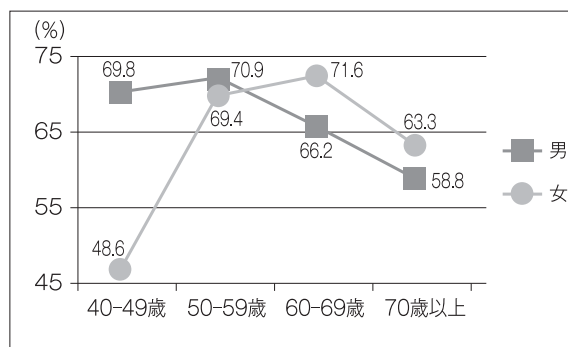


今年度の特定健診（集団）は11月まで実施しています。申し込みされていない方は、早めにお申し込みください。

つがる市民は、40歳代からもう危険！

脂質の中のLDLコレステロールは、生きていくうえで大切ですが、増えすぎると動脈硬化の原因となり、心疾患や脳血管疾患等を引き起こします。動脈硬化は、悪化しても、痛くもかゆくもないため、健診等で血液検査を受けることが大切です。

市の特定健診の結果を見ると、40歳代で男性では約7割、女性では約5割が有所見（要指導＋要医療＋医療継続）となっています。



年代別脂質異常者の割合
(平成24年度つがる市集団特定健康診査)

【問い合わせ先】健康推進課 電話42-2111（内線305）

市民公開講座 おなかのガンについて知ろう

●日 時 9月29日(日)14時～16時

●場 所 五所川原市ふるさと交流圏民センター (オルテンシア)小ホール

●内 容

テーマ	講師
おなかのガン予防	中路重之 氏 (弘前大学大学院医学研究科 社会医学講座)
ピロリ菌と胃がん	相澤 秀 氏 (つがる西北五広域連合 西北中央病院第一内科)
胃・大腸がんの内視鏡的治療	小山隆男 氏 (つがる西北五広域連合 西北中央病院第一内科)
肝炎と肝臓がん	高橋敏之 氏 (つがる西北五広域連合 西北中央病院第一内科)

●入場料 無料 ●定員 350人 (先着)

ご来場者に「メタボリメジャー」(腹囲計測器。BMI (肥満度の指標) を調べる機能付き) をプレゼントします。

※電話またはメール (①代表者氏名②住所③参加人数を記載) でお申し込みください。

お申込みいただいた代表者へ後日、整理券 (粗品の引換券) を送付します。

【申し込み・問い合わせ先】つがる西北五広域連合 西北中央病院 管理課

電話35-3111 (内線381) メール keiei-kikaku@seihoku-hosp.com





健康万歩計は、西北五医師会が、皆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

山下 優 先生

(深浦医院・院長)



飲酒を巡って

1. このところの本県の死亡率は都道府県別に見た場合、男女とも全国最悪で、県では死亡率の低下を目指し種々の対策を実施中です。禁煙・節酒運動もそのひとつですが「禁煙」については何度か広報に載せてきたところですので、今回は「節酒」について述べてみたいと思います。

2. 平成22年の本県の死因別の年齢調整死亡率は下表のとおりです。死亡率上位の死因のほとんどに対して飲酒が深く関係するようで、節酒を推進することは重要な対策と思われます。

	男性(全国順位)	女性(全国順位)
悪性新生物(癌等)	215.9 (1位)	105.6 (1位)
心疾患	98.8 (1位)	44.9 (8位)
脳血管疾患	67.1 (2位)	34.0 (4位)
肺炎	58.6 (1位)	20.2 (15位)
自殺	39.1 (2位)	12.4 (10位)
不慮の事故	33.0 (3位)	10.9 (22位)

3. 酒の害は種々ありますが、最初に長期に渡る飲酒と本県人の上位の死因との関係について触れてみます。

(1) 男女とも死因第一位である悪性新生物との関係について

①飲酒により食道・肝臓・大腸・乳房などの癌のリスクが高まることは国際的な評価において確実とされています。

②食道癌→特に注意が必要なのは、飲酒により吐気をもよおしたり、動悸をおぼえたり、顔が赤くなり火照る体質の人です。こういう人が飲酒を続けると食道癌になる危険性が89倍にまで、さらに、喫煙もしていれば最大190倍にも高くなるとの研究報告があります。これは、2型アルデヒド脱水素酵素の遺伝的不足で有害なアセトアルデヒド(アルコールが体内で無害な水と二酸化炭素に変えられる途中に生じる物質)が速やかに分解されないために起こるとされています。日本人の40%は、この体質者であるとされています。

③肝臓癌→大量長期飲酒者では危険度が増します。飲酒で脂肪肝を発症、そこからアルコール性肝炎や肝硬変に進み、最終的に肝癌を生じてきます。脂肪肝の状態であれば禁酒で元に戻れるとされています。

④アルコールそのものには発癌性があるとされます。日本人での飲酒による癌の危険度は、男性では月に1~3日飲酒するグループと比べた場合、飲用アルコール(=エタノール)換算で週300~449g、450g以上の飲酒グループでは各々1.4倍、1.6倍に上昇するとされ、さらに、男性の癌の12.5%が週300g以上の飲酒に起因すると推計されています。(参考:日本酒1合のエタノール≒22g、ビール中瓶1本のエタノール≒20g)

(2) 続いて、長期飲酒と本県人の死因の第二位以下の心疾患、脳血管疾患、自殺との関係について触れてみます。

①心疾患について→日本酒換算で1日1合未満の飲酒では冠動脈疾患の発症リスクを軽減する可能性が示唆されています。お酒をたしなむ人には心強いデータかもしれませんが、たくさん飲んでも問題無しというデータは見当たりませんでした。なお、長期の多量の飲酒は心疾患に密接に関係する血圧上昇をもたらすという明確なデータがあります。

②脳卒中について→日本酒換算で1日1合未満の飲酒では脳梗塞のリスクがやや減少するとされますが、男性では1日1合以上、女性では1日2合以上の飲酒では脳卒中、特に脳出血の発症および死亡リスクが増加するとされます。

③自殺について→死因としては5位です。自殺のリスクは飲酒量に比例して高くなることが示されています。1日1合未満の飲酒でも、非飲酒者+現在禁酒者の1.7倍で、さらに量が増えてくると3.3倍にまで高まることが示されています。

(3) 以上を踏まえての結論として、長期飲酒に関して飲酒者は日本酒換算で1日1合、多くても2合未満の節酒と週1日以上休肝日を設けることが重要とされています。

次号に続く

「すずらんの会」～自死遺族のつどい～

「すずらんの会」は、自死遺族の悲しみや苦しみを分かち合うための集いで、現在、ご家族を自死で亡くされた方が参加しています。あなたの悲しみや苦しみを安心して話せる場所ですので、一人で抱え込まずにご参加ください。

●日 時 7月29日(月) 14時~16時 ●場 所 木造ふれあいプラザ(JR木造駅隣の三角屋根の建物)

●申し込み 事前に精神保健担当保健師にお申し込みください。

※すずらんの会とは別に、精神保健担当の保健師が自死ご遺族のお話を聞かせていただいております。誰にも話せない胸の内を訪問や電話でお聞かせください。

【申し込み・問い合わせ先】健康推進課 電話 42-2111 (内線305)



つがる市食産業ネットワーク会員募集

1次、2次、3次産業が連携し、農林水産物等の付加価値を高めることで、地域の活性化や新たな産業の創出に取り組む「つがる市食産業ネットワーク」の会員を募集します。つがる市の地域資源に興味、関心のある方ならどなたでも参加できます。(年会費無料)

<参加メリット>

- ・ビジネスチャンスが広がります。
- ・新たなビジネスモデルの創出につながります。
- ・各種セミナー、研修等の情報を得ることができます。

<活動内容>

- ・会員相互が情報を共有し、新たなビジネスチャンスを創出するための異業種座談会・交流会の開催
- ・つがる市産農林水産物等の地域資源に関する情報や関係機関が主催する研修会、セミナー等の情報提供

【申し込み・問い合わせ先】農林水産課 電話42-2111 (内線414)

児童扶養手当「現況届」の提出

現在、児童扶養手当を受給されている方は、所得額、受給者の資格情報を確認するため、毎年「現況届」を提出していただいております。対象となる方には、必要書類を7月末に郵送しますので、必要事項を確認のうえ記入し、下記提出期間内に必ず提出してください。

提出されない場合は、8月以降の手当が受けられなくなりますのでご注意ください。

提出期間 8月1日(木)～9月2日(月)(土日を除く)

持参するもの ・手当証書 ・現況届用紙 ・印鑑 ・世帯全員の住民票(同居している家族の方全員分)
・平成25年1月2日以降つがる市に転入された方は、前住所地の平成25年度所得課税証明書
・その他必要書類(6月郵送済みの一部停止除外事由届出書等)(該当者に送付しております)

提出先 市役所福祉課、稲垣出張所、車力出張所(つがる出張所では受付していません)

【問い合わせ先】福祉課 電話42-2111 (内線233)

外国人住民の方も住基カードの申請・交付ができるようになります 2013年7月8日から

平成25年(2013年)7月8日から、外国人住民の方にも住民基本台帳ネットワーク(住基ネット)の運用が開始されます。また、住民基本台帳カード(住基カード)の交付を受けることができるようになります。



写真なし



写真付

平成25年7月8日からの変更点

- ①外国人住民の方にも、住基ネットの運用が開始されます。(住基ネットとは、居住関係を証明する住民基本台帳をネットワーク化したものであり、全国共通の本人確認ができるシステムです)
- ②住基ネットの運用開始に伴い、住民票に住民票コードが記載されます。また、ご本人あてに住民票コードを通知します。(住民票コードとは、住基ネットにおいて全国共通の本人確認を行うために必要な11桁の番号です)
- ③市役所市民課で申請することにより、住基カードの交付を受けることができます。(住基カードには、写真付と写真なしの2種類があり、写真付住基カードは公的な身分証明書としても使えます〔発行手数料1枚500円〕)

住基ネットの運用開始後、できるようになること

- ①お住まいの市区町村以外でも住民票の写しの交付を受けることができます。
- ②住基カードの交付を受けている方は、転入届の特例が受けられます。(郵送等で転入届を行うことにより、引越し時の手続きで市区町村の窓口へ出向くのは、引越し先の窓口だけで済むようになります)
- ③住基カードに電子証明書を格納することで、電子証明書による本人確認を必要とする行政手続のインターネット申請ができます。

※詳しくは総務省ホームページ (http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/jichi_gyousei/c-gyousei/zairyu.html) をご覧ください。

【問い合わせ先】市民課 電話42-2111 (内線265)

金婚(結婚50年)・ダイヤモンド婚(結婚60年)を迎えられたご夫婦へ

「つがる市福祉顕彰式」(9月3日、松の館)において金婚(結婚50周年)・ダイヤモンド婚(結婚60周年)を迎えられたご夫婦に、顕彰状と記念品を贈呈しますので、**8月6日(火)までに**市役所福祉課または稲垣出張所または車力出張所へお申し出ください。



〈金婚〉昭和38年1月1日～昭和38年12月31日までの間に結婚の届出をされた夫婦
〈ダイヤモンド婚〉昭和28年1月1日～昭和28年12月31日までの間に結婚の届出をされた夫婦

【申し込み・問い合わせ先】

福祉課 電話42-2111 (内線245) 稲垣出張所 電話42-2111 車力出張所 電話56-2111

後期高齢者医療制度加入の皆様へ

「後期高齢者医療被保険者証の一齐更新」について

平成25年8月1日は被保険者証の更新日です。

新しい被保険者証は、7月下旬に市から郵送します。有効期限は平成27年7月31日までとなります。(ただし、保険料の滞納等の理由により納付相談の必要な方については、有効期限および更新時期が異なる場合があります)

現在お使いの被保険者証は、平成25年8月1日以降に市役所国民健康保険課または稲垣出張所または車力出張所に返還していただくか、裁断のうえ確実に廃棄してください。

- ・交付されましたら、記載内容をご確認のうえ、誤りがありましたら市役所国民健康保険課または稲垣出張所または車力出張所にお申し出ください。
- ・平成24年中の所得状況等により、8月1日から医療機関窓口での自己負担割合が変わる場合があります。

「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」について

現在お使いの「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」は、平成25年7月31日が有効期限となっております。

平成24年中の所得状況等により、平成25年度も引き続き「低所得Ⅱ」または「低所得Ⅰ」と判定された方につきましては、新しい被保険者証とともに新しい認定証(有効期限は平成26年7月31日まで)が郵送されますので、更新手続きの必要はありません。

平成25年度住民税非課税世帯の方で、新たに認定証の交付を希望される方は、後期高齢者医療被保険者証と印鑑を持参のうえ、手続きをしてください。

【問い合わせ先】国民健康保険課 電話42-2111 内線(274・275)

青森県後期高齢者医療広域連合 電話017-721-3821

国民年金保険料「後納制度」について 年金情報

国民年金を受給するには、20歳から60歳に到達するまでの間に25年(300月)以上保険料を納めるか、免除を受けていなければなりません。しかし、保険料を納められなかったり資格取得などの届忘れにより、国民年金の資格期間が足りなかったりすると国民年金を受給することができなくなります。



このようなことを避けるために平成24年10月から、過去10年さかのぼって納めることができる「後納制度」が始まりました。後納制度は市役所市民課で申し込みできます。

例) 未納期間 平成15年8月～10月の場合 8月分納付期限…平成25年 8月31日
9月分納付期限…平成25年 9月30日
10月分納付期限…平成25年10月31日 (一括納付することもできます)

ただし、すでに老齢基礎年金を受給している方は納めることができません。

この後納制度は、平成27年9月30日までとなっています。

【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

移動年金相談日 日時 7月24日(水) 10時～15時(以降平成26年3月まで毎月第4水曜日実施)
場所 つがる市役所2階相談室

※事前の予約が必要です。 弘前年金事務所 お客様相談室 電話0172-27-1309



つがる市ネブタまつり

7月25日(木)~27日(土) 木造町内

7/25(木) 19:00 出陣式 (商工会前イベント広場)
7/26(金) 18:30 合同運行
20:00 喧嘩太鼓の競演
7/27(土) 19:00 合同運行

【問い合わせ先】 つがる市商工会 電話42-2449



第24回チェスボローカップ水泳駅伝

8月3日(土) 4日(日)
マグアビーチ(車力漁港隣)



8/3 (土) 各種イベント

9:00 小学生ビーチフラッグス大会
13:00 舞踊公演 車力京和会
14:20 歌謡ショー
(山川大介、白川武則)
15:00 ビンゴゲーム
その他催し物、出店あります

8/4 (日) 水泳駅伝

8:30 開会式
10:00 競技開始
・レディースクラス
・シニアクラス
・エキシビジョン
・ハーフオープンクラス
・ジュニアクラス
・オープンクラス

参加チーム
募集中
7/30迄

【問い合わせ先】 商工観光課 電話42-2111 (内線431)

食べる
見る
遊ぶ

つがる市メロン・スイカフェスティバル

8月10日(土) 10:30~ つがる地球村

メロン・スイカの
試食、販売、ゲームなど
各種イベントもりだくさん



【問い合わせ先】 つがるブランド推進会議 電話42-2111 (内線418)

航空自衛隊 車力分屯基地開庁祭

日時 7月21日(日) 9:00~15:00
場所 航空自衛隊車力分屯基地
内容 ペトリオット訓練展示、救難機訓練展示飛行、木造高校吹奏学部演奏、米軍の売店、体験試乗、ゲームなど
※入場無料、申込不要
※ペットを連れての入場はできません。
【問い合わせ先】 航空自衛隊車力分屯基地
総務班 電話56-2531(内線202)

三新田まつり2013

日時 7月22日(月)、23日(火)
18:30~21:00
場所 木造中心商店街



復活夜店まつり
金多豆蔵(22日)
灯ろう流し(22日)
よさこい「花嵐桜組」(23日)
ほか

【問い合わせ先】 三新田まつり実行委員会 電話42-2218

フラット夏まつり

日時 7月28日(日) 10時~19時30分
場所 むらおこし拠点館フラット

10:00 スコップ三味線
11:00 お笑い芸人「キューティーブロンズ」
12:00 ビンゴゲーム
13:00 よさこい「花嵐桜組」ほか
19:00 盆踊り

その他
生バンド
ビアガーデン など

【問い合わせ先】
むらおこし拠点館
フラット
電話69-5215

つがる市かしわ盆踊り大会

みんなで広げよう交流の輪

日時 8月17日(土)19:00~
場所 イオンモールつがる柏駐車場



【問い合わせ先】 つがる市商工会 電話42-2449

第9回つがる地球村一周マラソン大会

日時 9月29日(日) 9:00スタート
会場 つがる地球村(開会式、閉会式:相撲場)
参加料

・一般 1人 2,000円(保険料含む)
・小学生(4~6年生)、中学生、高校生 1人 1,000円(保険料含む)
・ファミリー 1家族 1,500円(保険料含む)

距離区分 3km、5km、10km、1.5km(ファミリーの部)

日程 7:30~8:30受付 8:30~開会式
9:00~各区分ごとにスタート 競技終了後、閉会式

表彰 各区分1位から6位まで賞状、副賞を授与(ファミリーの部は記念写真のみ)※完走証、参加賞有り
申込期限 8月16日(金)必着

申込方法 ①申込書(市役所・各出張所・松の館・小中学校・体育館等に設置。下記ホームページからも取得可)に必要事項を記入し、参加料を添えて事務局へご持参ください(平日8:30~17:00)。
②払込取扱票に必要事項を記入し参加料を添えて郵便局からお申し込みください。
③ランテス(<http://runnet.jp/>)よりお申し込みください。 ※②③の申込手数料はご負担願います

【申し込み・問い合わせ先】 大会事務局 NPO法人つがる市体育協会(稲垣体育館内) 電話46-2854
ホームページ <http://tsugaru-taikyou.jp>

今年度からJチップ計測を導入



広告

祝!第一志望100%合格!!

平成25年度入試合格実績(一部掲載)

◆弘前高校1名 ◆弘前南高校1名 ◆五所川原高校7名
◆木造高校11名 ◆黒石高校看護科1名 ◆五所川原工業1名

夏期講習受講生受付します!

対象/小学生・中学生(国・英・数・社・理)

進学・学習指導教室

HAGINO

萩野学習会

〒038-3136 つがる市木造萩野13-23(商工会館裏)

お問い合わせは TEL.0173(42)1738

広告

キッズロケーション

「skip!」

限定50名
参加費5,250円

撮影期間
残りわずか!

★モデル対象 1歳~12歳までのお子様とそのご家族
★撮影期間 5月1日(水)~7月28日(日)まで
★撮影会場 8月10日(土)、11日(日)の2日間
★展示会場 五所川原市ELMホール
★写真 257mm×364mmのお写真にフレーム付き!
★参加費 ¥5,250(税込)

8月10日、11日ELMホールで
「skip!」写真展を行います!!

MOTOYAMA

モトヤマ写真館

ご予約
お問合せは
コチラ!

〒038-3145 青森県つがる市木造千代町7
TEL 0173-42-2651(9:00~18:00)
<http://motoyama-studio.com>

市民プールを開放します

今年の夏も「つがる市民プール」を開放しますので、ご利用ください。

- 場 所：旧柴田小学校プール
- 開 放 期 間：7月23日(火)～8月9日(金) ※毎週土、日曜日は休みです
- 開 放 時 間：午前の部 9:30～11:30 午後の部 13:00～15:00
- 入 場 料：中学生以下30円 高校生50円 一般80円
- 移動用バス（スクールバス）



- 運 行 日 開放期間中（毎週土、日曜日を除く）毎日運行
- 区 間 「瑞穂小」⇔「松の館」⇔「市民プール」の区間
- 時 間

午前	行き：瑞穂小発	8:50→	松の館発	9:00→	市民プール着	9:10
	帰り：市民プール発	11:45→	松の館発	11:55→	瑞穂小着	12:05
午後	行き：瑞穂小発	13:00→	松の館発	13:10→	市民プール着	13:20
	帰り：市民プール発	15:15→	松の館発	15:25→	瑞穂小着	15:35

- そ の 他：天候、気温、水温等の状況により、開放の中止や時間変更をする場合があります。

【問い合わせ先】つがる市教育委員会 社会教育文化課 電話49-1200

「ライフセービング体験」 参加者募集

ライフセービングとは水辺の事故をなくすことを目的とした活動です。ライフセーバーが水難事故から身を守る知識や技術を教えますので、興味のある方はご参加ください。

- 開 催 日：7月13日(土) から8月18日(日) までの参加可能な日
- 開催場所：マグアビーチ（車力漁港隣）
- 募集人数：10人（高校生以上）
- 参 加 料：無料
- 準 備 物：水着、水中メガネ、ビーチサンダル、バスタオル、筆記用具
- 申し込み：希望日の2日前までにお申し込みください。



講師 日本ライフセービング協会認定
アドバンスサーフ ライフセーバー
斎藤 俊史氏

【申し込み・問い合わせ先】商工観光課 電話42-2111（内線432）



出来島海水浴場、マグアビーチ 7月13日(土)～8月18日(日)海水浴場を開設します

お
願
い

- ・海水浴場では、監視員、ライフセーバーの指示に従ってください。
- ・飲酒したときは、海に入らないでください。
- ・遊泳禁止区域への立ち入りはしないでください。
- ・ゴミは各自で持ち帰りましょう。

【問い合わせ先】商工観光課 電話42-2111（内線433）

広 告



加盟店でお買い物した商品を
つがる市内無料配達いたします。

会員募集中!

つがる市宅配サービス

TEL 0173-42-3331

事業実施主体：NPO法人元気おたすけ隊

広 告

街の金物店

今月のおすすめ品

手打草刈カマ
7寸×1尺5寸柄(特) ¥2,600
2尺柄・3尺柄も有ります

針金 12#1丸(25K) (特) ¥8,000
釘・針金各種有ります

番線 8#・10#・12# 4K ¥1,000
セメント(本職用) 1袋 ¥700
粘りが違います

給水栓(蛇口) 1ヶ ¥1,400より



のぼりが目印です。
※つがる市宅配(42-3331)
つがる市商品券 ご利用下さい
創業60年 木造有楽町 42-2257

成田建材・金物店

食育推進事業 親子料理教室・メロン収穫体験

市内でとれた農産物を使った料理教室とメロンの収穫体験を通して食の大切さを学びます。

日 時：8月6日(火) 9:30～14:30

場 所：	親子料理教室 (ロング恵方巻きほか)	生涯学習交流センター 「松の館」調理室
	メロン収穫体験 ※小雨決行	工藤一三さんの畑 (つがる市木造越水)

参加料：1人500円(メロンのお土産付き)

持参物：三角巾、エプロン、剪定ハサミ

対 象：つがる市に在住する親子および家族(子どもは小学生以上)

定 員：先着20組限定

※参加料持参のうえ7月29日(月)までにお申し込みください。

【申し込み・問い合わせ先】農林水産課 電話42-2111(内線411)

人・農地プラン について

市では、今年度の「人・農地プラン」を作成しました。プラン作成により、要件を満たせば

- 青年就農給付金
- 農地集積協力金
- スーパーJ資金の当初5年間無利子化

などの支援を受けることができます。

プランの閲覧や詳細についてはお問い合わせください。

【問い合わせ先】農林水産課
水田農業対策係(柏分庁舎)
電話25-3911

「青森県市町村税滞納整理機構」について

平成24年4月に設立された青森県市町村税滞納整理機構は、市から移管された滞納事案に対して、滞納者に係る財産を調査し、滞納中の税に充てるために財産を差し押さえ、差し押さえた財産の公売・取立てを行うなど、滞納整理を専門に行っている機関です。

①督促・催告に応じない場合、②市の税金を滞納したまま納税相談もない場合、③滞納額が高額な場合などが「滞納整理機構」移管の対象となります。移管後は「滞納整理機構」が徴収の権限を持つことから、市への納税相談ができなくなりますので、ご注意ください。

【問い合わせ先】収納課 電話42-2111(内線225)

収納課からのお知らせ 市税等は納期内に納めましょう

7月

「固定資産税」第2期
「国民健康保険税」第1期
「介護保険料」第1期
「後期高齢者医療保険料」第1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」
「公共下水道受益者負担金」第2期
の納期限となっています。

※市税等を口座振替で納付いただいている方は、納期限までに口座残高の確認をお願いします。

すまいるプラザ日曜納付相談

期日 7月28日(日)
時間 10:00～18:30(受付は18:00まで)
場所 つがる出張所(イオンモールつがる柏内)

【問い合わせ先】収納課 電話42-2111(内線221)



つがるブランド農産物を使った料理を紹介します。

KOS(若手農村女性の会) 提供

【材料】

メロン 4分の1個
バナナ 1本
牛乳(100cc位。お好みで増やしてください)
氷(2cm角) 10～15個位

メロンシェーク

濃厚だけどさわやか

【作り方】

- ① メロンとバナナと牛乳をミキサーにかける。
- ② ①に氷を加え、再度ミキサーを回す。

【ポイント】

- ・バナナを入れないときはメロンを2分の1個使用する。
- ・氷を多く入れるとスムージーのようになる。



お知らせ

相談

行政相談

〈木造会場〉

●8月9日(金)、23日(金)10時～14時
▽市役所2階相談室
行政相談委員 長谷川正人氏

電話45-2929

〈森田会場〉

●8月9日(金)10時～12時▽森田公民館
行政相談委員 佐藤 朋子氏

電話26-2370

〈柏会場〉

●8月6日(火)10時～15時▽柏老人福祉センター
行政相談委員 鈴木 克隆氏

電話35-2042

〈稲垣会場〉

●8月28日(水)10時～15時▽稲垣公民館
行政相談委員 藤田 明夫氏

電話46-3860

〈車力会場〉

●8月23日(金)10時～15時▽むらおこし拠点館「フラット」
※事前に電話69-5215で確認のうえ、お越しください。

行政相談委員 鳴海 久氏

電話56-3514

人権相談

家庭内の問題、子どものいじめや虐待、隣近所のトラブルなど相談に応じます。秘密は守られます。相談は無料です。

〈柏会場〉

●8月6日(火)10時～15時▽柏老人福祉センター
人権相談員 佐藤 朋子氏

〈稲垣会場〉

●7月31日(水)、8月28日(水)10時～15時▽稲垣公民館
人権相談員 佐藤 朋子氏

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。

●7月18日(木)8月22日(木)9時30分～12時▽稲垣公民館
13時30分～16時▽車力出張所

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。

農家相談員 佐藤 朋子氏
電話25-3820

こころの相談

こころの悩みや病気などについて相談をお受けしています。眠れない、うつ病や統合失調症などの病気、アルコール問題、ひきこもりなどの悩みを抱えて

「お知らせの見方」
● 申し込み 申し込み 問い合わせ
● 申し込み 申し込み 問い合わせ
● ホームページ
● メール

いる方はご相談ください。
●7月25日(木)、8月5日(月)、8月15日(木)10時～15時▽市役所1階健康推進課横の相談室
※事前に予約してください。
別な日に相談を受けることもできますのでお問い合わせください。

五所川原保健所のこころの相談

●相談日▽毎月第2金曜日13時～14時
場所▽五所川原保健所(五所川原市末広町14)

●相談担当▽精神科嘱託医、精神保健福祉相談員
※事前に予約してください。

申・閩 西北地域県民局地域健康福祉部保健総室(五所川原保健所)
電話34-2108

司法書士の日 無料面談・無料電話相談

登記、相続、成年後見、借金問題、法律に関係するお悩みについて司法書士が相談に応じます。

●日時▽8月3日(土)10時～15時
面談相談：青森市長島3-5-16 青森県司法書士会館(当日先着順)

●電話相談：017-752-10040

※相談は無料ですが、具体的な

手続きが必要になる場合は別途費用がかかります。詳しくはお問い合わせください。
閩 青森県司法書士会
電話017-776-8398

献血

●7月19日(金)10時～12時▽市役所保健センター
13時30分～16時▽つがるにきた農協本店

●7月28日(日)9時～12時、13時15分～16時▽イオンモールつがる柏
閩 健康推進課(内線309)

福祉

認知症の人と家族の会「家族のつどい」

「家族のつどい」は認知症の方の介護をしている家族や専門職が情報交換したり、悩みを話し合ったりする場です。一度話してみませんか。

●日時▽7月21日(日)13時～15時
場所▽松の館2階研修室

●対象▽認知症の人と家族の会会員、認知症の方を介護する市民、医療・介護専門職など

※無料。申込不要

閩 公益社団法人 認知症の人と家族の会 青森県支部

秋田谷 電話090-3648-4322

広告

自力整体・整食法生徒募集中!

- 1.ちぢみ・ゆがみ・緩み調整・経絡療法(気の流れ)
- 2.自然治癒力増大により病気になるにくい
- 3.老廃物排泄によるダイエット
- 4.抗老化増大により若返り
- 5.筋肉の運動エネルギーで疲れ知らず

会場 じょっぱり・しゃりき・しゃこちゃん
屏風山各温泉・サンビレッジ・体育館
時間 午前 10:00～12:00 (時間変更可能)
午後 14:00～16:00
基本料金 1,500円 初回800円
持参 *5人以上グループ特別無料体験
長めのタオル・マット
*会場予約の為早めの電話お待ちしております。

【お問い合わせ・予約】
すまいる・整体
つがる市木造永田松下19
須藤涼子
・健康管理士一般指導員
・予防医学・自力整体整食法指導士
・カイロプラクター
TEL 080-3193-4463

広告

市民のコミュニケーションをお手伝い



快気祝
結婚内祝
出産内祝
名入タオル
大会賞品
祭り景品
御中元

カタログ 無料配達 **マイエト** TEL 42-2118
木造有楽町

催し物

つがる市写真展

つがる市の写真クラブ会員の作品を展示します。

日時▽7月24日(水)～8月2日(金)

9時～16時(最終日は15時まで)

場所▽松の館ギャラリー

つがる市写真展 幹事 中村

電話42-6650

第35回上原げんと杯争奪のど自慢大会予選

日時▽8月4日(日)13時

場所▽木造中央公民館

※入場無料

関 商工観光課(内線433)

教室

天体観測教室

日時▽7月30日(火)17時50分集合▽21時30分頃帰宅予定

集合解散場所▽森田・柏公民館

場所▽星と森のロマントピア

そうま(弘前市)

内容▽夏の星座を大型望遠鏡で観測します。

対象▽小学4年生から中学

3年生まで(森田・柏地区)

定員▽先着15人

参加料▽150円(当日徴収)

申込期限▽7月22日(月)

申・関 森田公民館

電話26-2566

健康体操体験教室

心身の健康のため、音楽に合わせて簡単な体操や踊りを楽しみませんか。

日時▽7月23日(火)、30日(火)19時～21時

場所▽木造中央公民館

参加料▽無料

関 蒼天飛翔つがる

代表 丸山津賀子

電話45-2933

カルチャースクール(パソコン)

ワード、エクセル初級講座

期間▽8月27日(火)～11月27日(水)

時間▽18時30分～20時30分

場所▽五所川原商業高等学校

講座▽ワード(火曜日)、エクセル(水曜日)

料金▽各1000円前後(テキスト、問題集代)

定員▽各35人

申込期限▽7月26日(金)

申・関 五所川原商業高等学校

電話35-5151

税

家屋に係る届出について

●家屋を取り壊したときは、滅失届を提出してください。(滅失登記をした場合は届出の必要はありません)

●未登記家屋の所有者が変わったときは、変更届を提出してください。(両者の実印押印と印鑑証明書が必要です)

ごみの水切りをお願いします

夏場になると、ごみの水分量が多くなります。水切りをしないでごみを出すと、袋が破れやすく、犬や猫の格好のえさ場になり、集積場所がごみだらけになることもあります。また、水分の多いごみは収集中に破れて回収作業に支障を来すことがありますので、必ず水切りをお願いします。

【問い合わせ先】環境衛生課 電話42-2111(内線282)
西部クリーンセンター 電話46-2141

記帳・帳簿等の保存制度の対象者が拡大されます

※届出用紙はともに税務課窓口にあります。
●家屋を新築・増築されて、まだ市の調査を受けていない方もお知らせください。
関 税務課(内線211)

個人の白色申告者のうち前々年分あるいは前年分の事業所得、不動産所得または山林所得の合計額が300万円を超える方に必要とされていた記帳と帳簿書類の保存が、これらの所得を生

夏の交通安全県民運動

7月21日(日)～7月31日(水)

<スローガン> あなたも参加 わたしもやります “交通安全”

<運動の重点> ①子どもと高齢者の交通事故防止
②自転車の安全利用の推進
③飲酒・暴走運転の根絶



【問い合わせ先】つがる市交通安全対策協議会
(市役所総務課内) 電話42-2111(内線345)

ずべき業務を行う全ての方(所得税の申告の必要がない方を含む)についても平成26年1月から必要となります。詳細は国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)に掲載しています。
関 五所川原税務署
電話34-3136

ごみ収集カレンダーの訂正

稲垣地区の7月31日(水)の日付が記載されていませんが、当日の収集はございません。お詫びして訂正いたします。
関 環境衛生課(内線281)

広 告

牛糞堆肥販売 (成分表あり)

内容物:牛糞・もみ殻

価格:写真記載重機バケット1杯[約1.2t]¥500
配達:¥500×1杯積～4杯積+運賃

高枠2t車・4t車・4WD車あります!ご要望に合わせて配達します!料金などお問い合わせください!
(*但し、秋の稲わら収集作業等すぐには配達出来ない時期もありますのでご了承ください)

販売元:秋元ファーム

つがる市木造出野里船川30-1 TEL・FAX:0173-46-3242

お問い合わせ先:秋元亮介

携帯電話:090-3759-9687 IP電話:050-3634-9687



広 告

たたみ張替 新畳 表替 裏替 お電話下さい。

家具の移動は

当店におまかせ下さい!

これを機会にお部屋の模様替えをどうぞ!

1枚だけのご注文も喜んで!

仕事の大小にかかわらず、丁寧がモットーです。

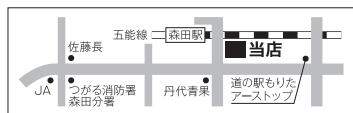
サンプル持参でお見積り

見て、触って、納得!

古ゴザ、ご自由に

お持ち帰り下さい

当店の店頭に置いてあります。



三浦豊製作所

つがる市森田町床舞玉水16-2

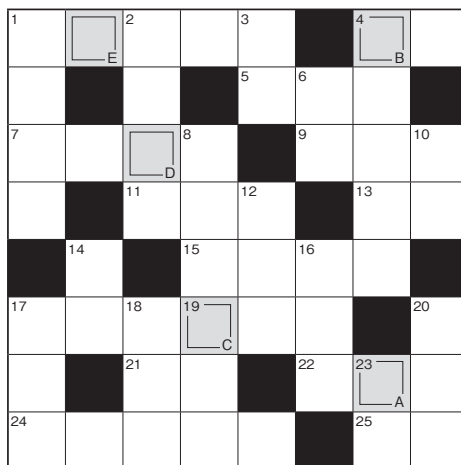
TEL・FAX (0173)26-3130

携帯 090-5592-4093

クロスワードに挑戦!

タテ・ヨコの問題を解いていき、A～Eの文字を探してことばを見つけてね!

ヒント
かわいいイメージですが農作物の
食害などが問題になっていま



【タテの問題】

- 1 7月7日
- 2 歯を黒く染めること
- 3 年齢とともに気になるかもしれない
- 4 小学生用のかばん。今ではカラフルな色もある
- 5 クリスマス〇〇
- 6 会合、打ち合わせ
- 7 陸地以外の部分。地球上の約7割を占める
- 8 水泳をする所
- 9 古代インドの修行。今では心身の健康法としても応用されている
- 10 クラブ活動の略
- 11 部屋を清潔にするためにはこまめにやるべきこと
- 12 店先に掲げる布。営業中の目印になることもある
- 13 一種の独特な雰囲気。有名人にはこれが出ている?
- 14 五穀といえは米、麦、豆、稗(黍)、〇〇。お菓子にも使われる。

【ヨコの問題】

- 1 6月16日、つがる市消防団観閲式で繰り広げられた白熱した競技
- 2 子羊の肉
- 3 9を使って作られた酒
- 4 テレビ放送の予定が書かれたもの
- 5 鶴岡町特産の果物
- 6 紐をより合わせて太くしたもの。綱、縄ともいう
- 7 夏の風物詩の昆虫
- 8 卓、食卓
- 9 「大化の改新」に登場する歴史上の人物
- 10 「蘇我入鹿」(読み方)
- 11 紙の単位。紙千枚のことを1〇〇という。
- 12 旅行会社が企画する団体旅行
- 13 熱帯地方の草木でおおわれた地。密林
- 14 昔はこれで行くいろいろなものを作っていました。漢字で書く「藁」

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、「つがるのちゃんマグカップ」をプレゼントします。(7月21日締切 ※当日消印有効)

応募先：〒038-3192 つがる市役所 秘書広報課広報広聴係まで



6月号の答えは

「マッシュグラ」でした。

18名様より応募していただきました。当選者は次のとおりです。[敬称略]

小山内清人(木造)、葛西久江(森田町)、今カツ江(木造)、高橋こと子(木造)、藤田証光(稲垣町)

ム	シ	オ	ク	リ	ト	サ
ギ	ネ	ス	ハ	カ	リ	
	マ	ハ	ー	モ	ニ	カ
シ		オ	ン	サ	ク	ミ
ク	チ	マ	ル	タ		フ
サ	ツ	カ	ー	ラ	イ	ウ
	ジ	ナ	ガ	ノ		セ
ジ	ヨ	ウ	ゲ	メ	ロ	ン

CIR Column 国際交流員 コラム

北西航路は北東から



地球温暖化は最近、国際的な関心事になっていきます。地球温暖化の影響で気温・海水温度が上がり、氷河・極氷が解けることで海面が高くなると言われています。そして、色々な怖い話題が出てきました。例えば、小さな島国が完全に水没してしまう恐れがあることもその一つです。しかし、そんな暗い話題の中でメーン州の経済についての大チャンスが現れてきました。

北アメリカ大陸の北側に、太平洋と大西洋をつなぐ「北西航路」というルートがあります。北極に近く、季節に関係なく一年中凍っていたため20世紀までは航路横断に成功した人はいませんでした。しかし、近年は地球温暖化による気候変動の影響で氷が解けてきて、船が横断できるようになりました。平成20年には砕氷設備が備えられていない商船が初めて横断に成功しました。

ヨーロッパからアジアまで船舶輸送するためには昔からパナマ運河がよく使われています。しかし、パナマ運河は料金が高く、北西航路で行くと約1万1千キロも距離が短くなるので北西航路には大きな効果があると思っています。また、北西航路はメーン州(特に海岸沿い)にある州最大都市のポートランド市の経済に大きなインパクトを与える可能性があります。なぜなら、メーン州はアメリカ合衆国の最北部に位置し、北西航路の最寄りの州だからです。そんな訳で、アイスランドにある輸送会社「エインスキップ」はポートランド市に北米本部を設置しました。

主要な積出港になるためにはまだまだインフラの整備が必要ですが、6月1日に行われた「メーン州国際貿易の日」では、アイスランドのオラフル・グリムソン大統領がメーン州を訪ね、国際貿易センターで北西航路の重要性についてスピーチをしました。そこで、「エインスキップ」社の存在と、同社のポートランド市を重要拠点として長期間使用する計画は、すでに経済・商業活動になっていることを証明する」と述べました。

英語で、良くない事態を良い機会に変えるときの決まり文句「When life hands you lemons, make lemonade」(直訳すると「人生がレモンをいつ酸っぱい果物をくれるならそれでレモネードを作ればいい」という意味)があります。メーン州はこのきっかけをどう活かすのでしょうか。

国際交流員 デレクター・ジェーコブ

広告

手塗り専門店のアートに決めてよかった!

あなたのリフォーム、全力でサポートします

■屋根、外壁リフォーム専門店■ **RAB青森放送**

地元職人直営店 **アートリフォーム株式会社**

五所川原市七ツ館虫流51-29 **0173-33-4713**

外壁リフォーム
窓リフォーム
屋根リフォーム
お風呂リフォーム

◆ホームページは◆
<http://www.art-reform.net>
yahoo アートリフォーム

広告

土木作業員募集

金杉建設株式会社【基本賃金：日給 13,000円】
埼玉県春日部市南1-6-9 TEL 048-737-6211/FAX 048-737-6260

青森県募集連絡事務所 所長 平間康元
TEL 0173-57-3215/FAX 0173-69-2417/携帯 090-3503-7301
勤務場所：春日部を中心とした埼玉県内
金杉建設(株)が請け負う土工として
希望する方はお気軽に携帯にご連絡下さい。



つがる市

平成25年7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

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：8月21日（水）

時 間：午後1時から4時まで

場 所：つがる市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。（電話42-4660）

総合なんでも相談

社協をはじめ青森行政評価事務所職員等が総合的に相談を受けております。誰でも相談できますのでぜひおこしください。

【期 間】8月6日（火）

【時 間】午前10時～午後3時

【場 所】柏老人福祉センター
（じよっぱり温泉 隣り）

【料 金】無 料

【お問い合わせ先】つがる市社会協 柏支所
電話25-2468

平成25年度北つがる地区療育キャンプ
「愛の輪ひろば」参加者募集!!

在宅の心身に障がいを持つ人と家族を対象に、下記のとおり1泊2日のキャンプを開催します。

◆期 日 7月27日（土）～28日（日）

◆場 所 つがる市（木造）

◆日 程

7月27日（土）	7月28日（日）
11:00 開会式	8:00 朝食
12:00 昼食	9:30 海で遊ぼう
13:00 歌合戦♪	12:00 昼食
17:00 軽食	14:00 閉会式
18:00 つがる市ねぶた祭りに参加	

◆参加費 1世帯 3,000円
個 人 2,000円

◆その他 参加は1日のみ、または宿泊なしでも可能ですので、申込時にご相談ください。

◆申し込み・お問い合わせ
つがる市社会福祉協議会木造支所
電話42-4660

お楽しみミニ湯治の会

○7月、8月の開催は下記のとおりです。

7月	8月	対象地区
17日（水）	7日（水）	木造地区・越水地区・出来島地区
18日（木）	8日（木）	館岡地区・川除地区
19日（金）	9日（金）	出精地区・柴田地区

【場 所】しゃこちゃん温泉

社協会費全戸加入運動にご協力ください

社会福祉協議会では、今年度も住民の皆様のご協力のもとに、各種地域福祉事業・活動を推進していきたいと考えております。本会が委嘱している各地区の「福祉推進委員」及び関係者が訪問した際にはご賛同ご加入のうえ、お力添え下さいますようお願い申し上げます。 ※地区により訪問する期間が違いますので、ご了承ください。

★一般会費 1世帯 1,000円

★賛助会費 1口 5,000円～

皆様からの会費は、ボランティア活動や地域福祉活動推進事業、在宅福祉サービス事業などに使わせていただいております。

●ボランティア推進校事業（つがる市内の全小中高校、養護学校を指定） ●広報・啓発事業（つがる市社会福祉大会等）

●一人暮らし高齢者、障害者世帯等のサービス事業（シルバーサロン、地域ふれあい交流事業、一人暮らし老人昼食会等）など

※このページは有料掲載になっています。

五穀豊穰願い 伝統の虫送り

集落を見守る個性的な「虫」

田植え作業が終わった5月下旬から6月にかけて、市内各地で虫送りが行われました。

虫送りは、稲に被害を与える害虫を追い出し、五穀豊穣や無病息災を願い、田植え後に集落単位で行われてきた農村の伝統行事です。人口減少や生活様式の変化などに伴い衰退傾向にあるものの、今なお伝統を守り地域の連帯を深めている地区もあります。

虫送りの「虫」は、地元の熟練者が龍のような頭に稲わらなどで胴体を取り付けて製作。集落内を練り歩き、村の境に安置し、災いが入らないことを願います。集落を見守る各地区のさまざまな「虫」を紹介します。



蓮川地区



牛湯地区



豊富地区



荻柵地区



出来島地区



筒木坂地区



千年地区



下古川地区



上派立地区



上古川地区



広須地区