

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。

<参加者の声>

介護している方々の話を聞き、認知症にもいろいろなかたちがあることを感じました。介護の仕方もさまざまで、皆様から知恵をもらって母を介護している毎日です。出席者と会話することで自分の気持ちが少しずつ楽になり、「老々介護」であります。前向きに考えられるようになり、感謝しています。

日 時：1月19日（日）13時～15時

場 所：生涯学習交流センター「松の館」

1階会議室B

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

参加料無料・申込不要

【問い合わせ先】

つがる市地域包括支援センター 電話42-2042

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



すずらんの会

～自死遺族の集い～

「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。

<参加者の声>

「今はすずらんの会で同じ境遇の仲間と話し、わかり合えることで、心が軽くなり、笑顔を取り戻しました。いざという時に話を聴いてもらえるという心強さを感じ、自分だけじゃないという安心感到に救われました」

日 時：1月27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：事前に電話で精神保健担当の保健師へ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訪問や電話で自死ご遺族の相談にも応じています。

【申し込み・問い合わせ先】

健康推進課 電話42-2111（内線305）

1日1円で ご家族に大きな安心を 自動車事故はもちろん、自転車によるケガでもお支払いします！ 家族そろって 交通災害共済 に加入しましょう

●会 費 年額 1人350円

●共済期間 平成26年4月1日から平成27年3月31日までの1年間

●申込方法 ①市役所総務課または各出張所（稲垣・車力・イオンモールつがる柏内）の窓口へお越しください。

②団体加入協力員が訪問します。（2月から3月中旬）

●申 込 書 加入票を1月下旬に各ご家庭へ配布します。※加入票は紛失しないように保管してください。

●申込期間 平成26年2月1日から随時受付

※幼児、小・中学生については、保育所（園）・幼稚園や学校でも受付しますので、二重加入にならないようご注意ください。

◆1日の治療でも見舞金が2万円

◆弔慰金は100万円

◆特別見舞金の場合は50万円

【申し込み・問い合わせ先】青森県交通災害共済組合 つがる支部（総務課内）電話42-2111（内線342）

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

学生服・セーラー服
高校指定服・指定トレパン

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

マイモト TEL42-2118 木造有楽町



本格的なタコス料理教室

日 時：2月2日（日）11時～14時
場 所：生涯学習交流センター「松の館」調理室
内 容：過去にメキシコ料理店でシェフを務めた経験がある国際交流員がメキシコやアメリカで人気のある「タコス料理」のコツを教えます。
講 師：市国際交流員 デレクター・ジェーコブ
定 員：16人（高校生以上）
参加料：500円（材料費。当日集めます）
申込期間：1月14日（火）から1月24日（金）
（定員になり次第締め切り）

【申し込み・問い合わせ先】つがる市姉妹都市協会事務局（市役所企画調整課） 電話42-2459

森田公民館公開講座

講演会 「地域づくりと映画について」

日 時：1月19日（日）13時30分
場 所：森田公民館 大ホール
演 題：「地域づくりと映画について」
※講演前半につがる市を舞台として制作された映画『けの汁』を上映します
講 師：つがる市フィルムコミッション
会長 川嶋 大史 氏
参加料：無料
※申込不要

【問い合わせ先】森田公民館 電話26-2566

年金情報

年金受給者が亡くなったときの

未支給年金の手続きはお済みですか



未支給年金とは

年金受給者が死亡した場合、年金の支給は亡くなった月まで支払われます。例えば、10月に支払われるのは8月・9月分の年金で、10月に死亡した方の年金は12月には支払われませんが、亡くなった方と生計を同じくしていた遺族が請求できます。生計を同じくしていた遺族がいない場合は、死亡届を提出することになりますが、この届が遅れると、後で年金の返納が発生する場合がありますのでご注意ください。

未支給年金を請求できる方

亡くなった方と生計を同じくしていた遺族で、次の順位で請求できます。

1. 配偶者
2. 子
3. 父母
4. 孫
5. 祖父母
6. 兄弟姉妹

上記の請求権者がいない場合、同居人、親戚の方等が死亡届を提出することになります。

未支給年金請求手続きに必要なもの

- ・請求者と死亡者の関係がわかる戸籍謄本
- ・請求者の住民票謄本
- ・死亡者の住民票除票
- ・請求者の金融機関の預貯金通帳
- ・死亡者の年金証書
- ・請求者と死亡者の住所が異なる場合は、生計同一証明書

※稲垣・車力出張所でも手続きできます。

【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 毎月第4水曜日10時～15時（1月22日 2月26日 3月26日）

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

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

新学期生を受け付けます！

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

初売 4日から

お買上に福袋
ご用意



化粧品 生活雑貨

RESET
COSMETICS
リセット

0173-42-4833

抹茶とお菓子でお待ちしております。

つがる成人病センターからのお知らせ

- つがる成人病センターは、つがる市民診療所の開所準備のため、救急制限を行っています。入院が必要な患者さんは、近隣病院〔西北中央病院（平成26年4月以降はつがる総合病院）・かなぎ病院・鱒ヶ沢病院〕等への搬送となることがありますので、救急車の適正利用も含めご理解・ご協力をお願いいたします。
- 診療所開所時には新しい診察券での受付になります。新しい診察券は、成人病センターを受診された際、または新しい診察券を受け取りに来た方に交付しますので大切に保管してください。新しい診察券は、つがる総合病院・かなぎ病院・鱒ヶ沢病院・鶴田診療所でも使用できます。

●診療所の受付および診療時間

受付時間 午前の部 ⇒ 8時15分から11時まで

午後の部 ⇒ 1時45分から4時まで

（再来受付機は午前7時から）

診療時間 午前8時30分から午後5時までの時間

- 診療所開所準備のため、平成26年2月26日（水）から3月2日（日）までの5日間、つがる成人病センターは休診となります。
「お薬」がなくなりそうな方は医師に相談して早めにもらいましょう。

次回は、診療所内の案内図等を掲載する予定です。

【問い合わせ先】 つがる西北五広域連合 つがる成人病センター 電話42-3111



つがる市民診療所

「つがる総合病院」が開院します

平成26年4月1日（火） 午前7時 受付開始



これまで地域の中核病院として西北五圏域の医療を支えてきた西北中央病院が平成26年3月31日に閉院となり、平成26年4月1日より「つがる総合病院」として新たに開院します。

平成25年12月に施工業者から引き渡しを受け、現在開院に向け準備を進めているところです。

新病院の主な役割である、救急医療、高度医療、急性期医療、専門医療を提供するとともに、圏域内の病院・診療所と連携を密に図りながら、より良い地域医療体制を構築してまいります。

地域の皆様のご期待に応えられるよう、これからも信頼される病院を目指してまいりますので、今後ともご理解とご協力をお願いします。

- 所在地 五所川原市字岩木町12番地3（JR五能線五所川原駅から徒歩7分）
電話0173-35-3111 FAX0173-35-0009
- 病床数 438床（一般390床・精神44床・感染症4床）
- 診療科 消化器内科・血液内科・膠原病内科（旧第一内科）、循環器内科・呼吸器内科・腎臓内科（旧第二内科）、内分泌内科・糖尿病内科・代謝内科（旧第三内科）、神経内科、一般外科、内視鏡外科、心血管外科、呼吸器外科、乳腺外科、小児外科、消化器外科、形成外科、整形外科、小児科、産科婦人科、皮膚科、泌尿器科、眼科、耳鼻咽喉科、脳神経外科、精神科、放射線科、麻酔科、リウマチ科、歯科口腔外科、健康管理科
- 駐車場 420台

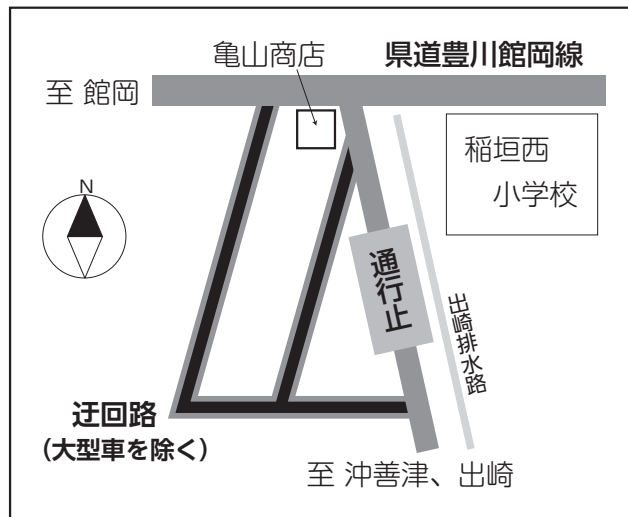
【問い合わせ先】 つがる西北五広域連合 西北中央病院 管理課 電話35-3111（内線402）

通行止めのお知らせ

つがる市稲垣町再賀地区において、出崎排水路の護岸工事のため全面通行止めとなります。

路線：市道出崎沖善津線

期間：1月14日～3月25日(予定)



【問い合わせ先】 西北地域県民局 地域農林水産部
水利防災課 電話42-4345

第30回「つがる市くらしの工夫展」

つがる市の農村女性が一堂に会し、生活技術の交換やつがるブランド農産物のおいしい食べ方の紹介、自慢の農産物、加工品を即売します。

日時：1月17日(金) 10時～14時10分

場所：生涯学習交流センター「松の館」



主な内容

- くらしの創意工夫コンテスト出品作品展示
 - ・つがるブランド農産物8品目利用の部門
 - ・地元農林水産物利用の部門
 - ・快適な農作業衣およびアイデア作品の部門
 - ・つがる伝承の技わら工芸品の部門
- 「おいしいつがるブランド」コーナー(料理実演・試食)
- 農村女性達のアトリエ(作品展示)
- 加工品等の販売コーナー、フリーマーケット
- 食生活改善推進コーナー、健康チェックコーナー
- 下水道・農業者年金・農業共済PRコーナー
- 講演会

【問い合わせ先】

西北地域県民局 地域農林水産部

農業普及振興室 電話34-2111(内線246)

つがるブランド料理コーナー

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】4人分

- ・切り餅 8個
- ・長ネギ 4cm
- ・ちりめんじゃこ 6g
- ・桜エビ 6g
- ・しょうゆ 大さじ2
- ・とろけるチーズ 80g
- ・かつおぶし 4g
- ・サラダ油 少々

ネギの和風ピザ

お正月のお餅があまったらぜひどうぞ。しょうゆとネギが和風の決め手です。

【作り方】

- ① アルミホイルに油を薄くしき、餅をのせ、オーブントースターで柔らかくなるまで焼く。
- ② 餅を取り出して、片面にしょうゆをたっぷり塗り、小口切りのネギ、ちりめんじゃこ、桜エビ、チーズをのせ、とろけるまで焼く。
- ③ 仕上げにかつおぶしを散らす。



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!



三浦畳製作所

つがる市森田町床舞玉水16-2

TEL・FAX (0173) 26-3130

携帯 090-5592-4093

広告

「買う」も「借りる」も

⑨ 気がるにらくみみコース

補聴器ならパリティキで!!

3,150円からの貸出補聴器

こんな方に
おすすめ!

- 初めて補聴器をご使用される方
- ご両親に試してほしいご家族の方
- 現在使用されている補聴器が合わない方



パリティキ

イオンモール
つがる柏店

Tel.0173-25-3417



月額3,150円(税込)～
補聴器 パリティキ 検索