



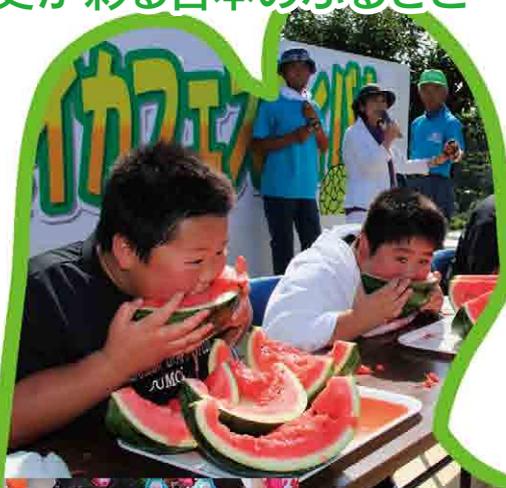
広報 つがる

新田の歴史が彩る日本のふるさと

2015

2月号

No.158



つがる市誕生10周年



つがる市10年の歩み

つがる市誕生〜平成21年

平成17年2月11日、木造町、森田村、柏村、稲垣村、車力村の1町4村が合併し、県内9番目の市として「つがる市」が誕生しました。旧5町村それぞれの歴史、文化、伝統を引き継ぎ、一体感の醸成を図りながら、バランスのとれたまちづくりに取り組んだ10年間の歩みを振り返ります。



▲つがる市誕生

市役所ロビーで開庁式が行われ、古坂英市長職務執行者らがテープカットで新市誕生を祝いました。(H17.2.11)

◀初代市長に福島弘芳氏

初登庁する福島市長(H17.3.14)



市の花・ニッコウキスゲ 市の木・クロマツ 市の鳥・カッコウ

姉妹都市提携

合併前の旧3村（森田、柏、車力村）が行ってきた友好交流を引き継ぐため、北海道白老町および米国メーン州バス市と姉妹都市、千葉県柏市とふるさと交流都市を提携し、末永い交流を誓い合いました。



白老町 (H17.7.31)



柏市 (H17.7.23)



バス市 (H18.7.6)

平成18年					平成17年									
4月1日	3月31日	3月30日	3月17日	3月3日	2月24日	7月31日	7月23日	4月25日	4月4日	4月1日	3月31日	3月13日	2月17日	2月11日
川除、蓮川、兼館、出野里、永田、林、菰槌、館岡、筒木坂小学校を統合して瑞穂小学校開校	県立木造高校車力分校閉校	つがる市集中改革プラン策定	つがる市総合計画策定	市民憲章、市の花・木・鳥制定	つがる市行政改革大綱策定	北海道白老町と姉妹都市提携	千葉県柏市とふるさと交流都市提携	(現つがるブランド推進会議) 設立	特別参与に秋田谷要藏氏就任	つがる市出張所「すまいるプラザ」オープン	収入役に成田昭司氏就任	助役に佐藤昭三氏就任	初代市議会議員に成田清繁氏就任	つがる市誕生
											教育長に小林千代喜氏就任	初代市長に福島弘芳氏就任	初代市議会議員に成田清繁氏就任	市長職務執行者に古坂英氏就任



Xバンド・レーダー配備

航空自衛隊車力分屯基地（米軍車力通信所）に米軍移動式早期警戒レーダー「Xバンド・レーダー」が配備されました。（H18.6.23）

ボランティア活動に取り組むウィリアム・ハンター初代分遣隊長



※イメージ画像



つがるブランド推進

地域ブランドを構築し、地域活性化を図るため、つがる市農産物ブランド化推進会議（現つがるブランド推進会議）を設置。（H17.4.25）首都圏、関西、中部地域でトップセールスを開始しました。

平成18年8月10日には、全国から応募された1216点の中からマスコットキャラ「つがるちゃん」が誕生。



行政、地元住民、米軍関係者を交えた「Xバンド連絡会」発足



ミスつがる決定

ミスつがるに選ばれた（右から）葛西彩華さん、野呂萌美さん、石戸谷有香さん（H19.7.1）

街の駅あるびよんオープン

木造郵便局向かいの空き店舗を活用した「街の駅あるびよん」がオープンしました。（H21.11.8）



木造中学校



瑞穂小学校



稲垣中学校

平成21年		平成20年			平成19年				平成18年										
11月8日	4月1日	4月7日	4月1日	3月31日	10月1日	7月1日	4月1日	3月31日	2月11日	1月21日	8月10日	7月22日	7月6日	6月28日	6月23日				
「街の駅あるびよん」オープン	館岡、木造西、木造中学校を統合して木造中学校開校	豊川、繁田、下繁田小学校を統合して稲垣小学校開校	柴田保育所民営化（しばた保育園に改称）	乗合タクシー（牛瀧町⇄中里高校）運行開始	集団がん検診無料化開始	川除保育所民営化	丸山、車力保育所廃止	弘南バス「富苑・中里高校線」、「稲垣・牛瀧線」廃止	つがる市斎場修祓式および落成式	ミスつがる3名決定	繁田保育所民営化（しげた保育園に改称）	千年保育所廃止	第2期市議会議員就任【議員数26】	初の市議会議員一般選挙実施	初の農産物トップセールス（愛知県名古屋市）	つがるちゃん誕生	米国メーン州バス市と姉妹都市提携	稲垣中・瑞穂小学校合同落成記念式典	車力地区に米軍移動式早期警戒レーダー「Xバンド・レーダー」配備

つがる市10年の歩み

平成22年

台湾トップセールス

市産りんごの販売促進を図るため、台湾りんごトップセールスを行いました。(H24. 1. 15)

つがるちゃんプラザオープン

つがるブランドをはじめとする市の情報発信の拠点として、「つがるちゃんプラザ」がイオンモールつがる柏にオープンしました。(H23. 4. 3)



車力中学校



向陽小学校



市内ロケの映画上映

つがる市が撮影の舞台となった映画2作が上映されました。

◁「けの汁」

(千村利光監督H23. 5月公開)

「明日に架ける愛」▷

(香月秀之監督H24. 3月公開)



平成24年						平成23年						平成22年								
11月4日	9月14日	6月26日	4月1日	3月10日	1月15日	10月22日	6月28日	5月14日	4月3日	4月1日	3月31日	3月22日	3月11日	2月11日	12月24日	10月26日	4月1日	3月31日	2月11日	
向陽小学校創立140周年記念式典	ひなた児童会館改築完了開所式	向陽小学校改築落成記念式典	胃がん撲滅検診事業開始	市内ロケ地映画「明日に架ける愛」特別上映(3/31全国上映開始)	台湾でりんごトップセールス実施	穂波小学校創立10周年記念式典	木造、車力中学校合同落成式	市内ロケ地短編映画「けの汁」公開	「つがるちゃんプラザ」オープン	中学生までの医療費全額助成開始	森田保育所民営化(もりた保育園に改称)	つがる市総合計画後期基本計画策定	森田、柏支所廃止	東日本大震災発生	健康増進施設「稲穂の湯」オープン	第3期市議会議員就任(議員数24)	「すまいるプラザ」移転オープン	柏第一保育所民営化(かしわ保育園に改称)	県立木造高校稲垣分校閉校	つがるの宝22点発表

合併10周年記念事業

○平成26年11月16日(柏ふるさと交流センター) 地域の魅力まるごと情報発信シンポジウム

- 歌手の吉幾三氏を招き特別講演
- 映画監督の千村利光氏、青森放送アナウンサーの上野由加里氏らによるパネルディスカッション



○平成27年2月14日(松の館) 合併10周年記念シンポジウム

- 縄文時代の環境や社会等に関する講演
- 東京大学大学院・辻誠一郎教授らによる縄文トーク

○平成27年2月22日(松の館) つがる市合併10周年記念式典

- 市民1000人の笑顔の写真を集めて制作したモザイクアート披露

○平成27年2月 合併10周年記念オリジナルフレーム切手発行

- 市の魅力を盛り込んだオリジナルフレームの記念切手を限定1000シート発行



「10年後へのメッセージ」返送

- つがる市誕生記念で市民から募集した「10年後の私へあなたへのメッセージ」はがき返送

○平成27年4月 ご当地ナンバープレート交付

- 原動機付自転車などの車種にご当地ナンバープレートを限定1000枚交付



○平成27年8月 柏市立柏高校吹奏楽部、馬市まつり等参加

- 全国トップレベルの強豪校・柏市立柏高校吹奏楽部を馬市まつりに招待。つがる地球村での演奏会も開催

○その他 竹浪氏、つがる市題材の青森ねぶた制作

- 市出身のねぶた師・竹浪比呂央氏が「つがる市」を題材にした青森ねぶた制作

市民の歌制定

- 歌詞を一般公募した市民の歌を制定

市民提案型事業実施

- 市民団体が提案するイベント等に助成



▲市農産物直売所オープン

地産地消の拠点として柏地区に「つがる市農産物直売所」がオープンしました。(H25.7.5)



◀市独自の健康づくり推進

集団がん検診無料化、中学生までの医療費全額助成、胃がん撲滅検診事業など、市独自の健康づくり推進事業に取り組みました。



市民診療所で診療開始

自治体病院機能再編に伴い、つがる成人病センターにかわって「つがる市民診療所」での診察が開始されました。(H26.3.3)

平成26年						平成25年							
11月15日	11月3日	10月25日	10月18日	4月1日	3月2日	2月25日	9月24日	7月5日	4月1日	3月31日			
校) 稲垣西小学校閉校式 (H27.3.31閉)	開通	津軽自動車道「五所川原西バイパス」	柏小学校創立30周年記念式典	車力中学校統合50周年記念式典	稲垣出張所を稲垣公民館に移転	つがる市民診療所竣工式・開所式 (3/3診療開始)	つがる成人病センター診察終了	つがる市農産物直売所オープン	つがる市基本協定締結(初の企業誘致)	市農産物直売所オープン	稲垣、車力支所を出張所に変更	柏第三保育所民営化(かしわあつぷる保育園に改称)	柏第二保育所廃止

災害対応への決意新たに

つがる市消防団出初め式



観閲者の福島市長から姿勢・服装の点検を受ける消防団員



感謝状を受け取る前柏地区団長の平川常雄さん



無火災を祈願する箱田消防団長

つがる市の火災発生件数

年	建物	林野	車両	その他	計
平成22	14	1	2	15	32
平成23	11	1	1	17	30
平成24	11	7	1	13	32
平成25	15	2	4	1	22
平成26	8	5	1	4	18



勇壮な分列行進を披露

新春恒例の「つがる市消防団出初め式」が1月4日、松の館駐車場などで開催され、56分団の消防団員約1000人と消防車両56台が参加して災害のないまちづくりへの決意を新たにしました。

式に先立ち、福島市長をはじめ箱田鐵雄消防団長や消防団幹部らが、三新田神社で今年一年の無火災を祈願。出初め式では、各地区の消防団員が観閲者の福島市長から姿勢・服装点検を受け、市役所前の道路を力強く分列行進して士気を高めました。

その後、松の館で式典が行われ、福島市長は「崇高な消防精神のもと、市民の信頼と期待に応え、今後も安全で安心して暮らせる『つがる市』の構築のため一層の尽力をお願いします」とあいさつ。続いて箱田消防団長が「日頃から関係機関と連携を図り、災害現場で迅速に活動できるように準備しておくことが重要。団員一丸となって業務に精励してください」と訓示を述べました。また、勇退団員に感謝状、優良分団および優良団員に表彰状が手渡され、万歳三唱で出初め式を祝いました。

新たな年の門出を祝う

平成27年新年祝賀会



1月5日、つがる市新年祝賀会が松の館で開催され、多くの来賓や市民ら約200人が参加して新しい年の門出を祝いました。

福島市長は年頭のあいさつで「市民の皆さまと一体となった合併10周年記念事業の開催、今後のまちづくりについての意見を広く取り入れた第二次つがる市総合計画の策定、産業振興や市民活動の支援など、市民との協働によるまちづくりに全力で取り組みます」と述べました。

また、祝辞の後、宮本純一商工会長の発声で乾杯を行い、出席者は新年のあいさつを交わしていました。



輝かしい新年を祝う出席者



年頭のあいさつを述べる福島市長

縄文文化の魅力語り合う

縄文語り部世界遺産ミーティング

1月17日、県教育委員会が主催する「縄文語り部世界遺産ミーティング」が松の館で行われ、市民ら約50人が参加しました。

これは、北海道と北東北の4道県・18遺跡で構成される縄文遺跡群の世界遺産登録に向けた機運の醸成を図るために行われたもので、県内6カ所と東京都、仙台市で開催されています。

この日は、県教育委員会の岡田康博参事が世界遺産をめぐる状況について説明。市教育委員会の佐野忠史学芸員は遺跡群の一つである田小屋野貝塚等の発掘状況について報告しました。また、森田小学校イラスト部が制作した遮光器土偶発見の紙芝居が披露されるなど、発表者はさまざまな視点から縄文文化の魅力について語り合いました。

岡田参事は「遺跡群が世界遺産に推薦される時期は必ず訪れます。それまでにPRするための拠点整備、人材育成、ツアーコースの設定など、海外から評価を受けやすくする工夫と努力が必要」と話していました。



紙芝居で縄文の魅力を発信



世界遺産をめぐる状況に耳を傾ける参加者



交通安全を祈願する桜庭会長

今年一年の交通安全を祈願

今年一年の交通事故による死亡者ゼロを目指して、つがる地区交通安全協会（桜庭修会長）が1月7日、平成27年の交通安全祈願祭を三新田神社で行いました。

祈願祭には福島市長をはじめ、つがる警察署、つがる地区安全運転管理事業主会、安全運転管理者協会、市交通安全母の会連合会、地区交通指導隊などの代表者ら約20人が出席。参加者は祝詞奏上の後、玉串をささげ、交通安全を祈願しました。最後に桜庭会長が「昨年は残念ながら市内で4人の犠牲者があり、県でも非常警報を発令した死亡事故の多い年となりました。今年は関係団体が一丸となって無事故を目指して行きたい」とあいさつしました。

安全・安心の地域づくりに感謝

1月21日、平成26年警察協力功労者表彰式が松の館で行われ、地域での交通安全運動や防犯活動などに貢献した市内の8団体、個人13人が表彰を受けました。

表彰式では、上田修つがる警察署長が「警察活動にご協力いただき感謝します。今後とも安全・安心を実感できるつがる市の実現に向け、ご支援ご協力をお願いします」と述べ、一人一人に感謝状を手渡しました。また、9人の優良警察職員も表彰され、越前義晴警部補が「栄えある受賞を励みとしてさらに自己を磨き、謙虚に住民の声に耳を傾けながら、より一層職務に尽くします」と受賞者を代表して誓いの言葉を述べました。



感謝状を受け取る警察協力功労者



音楽に合わせて運動する参加者

若がえり目指してさわやかな汗

運動不足解消と健康増進を目的とした「若がえり健康教室」が1月6日、松の館で開催され、多くの市民らが参加しました。

健康運動指導士の鬼武由美子さん（板柳町）が講師を務め、参加者は音楽に合わせながら、姿勢調整ウオーキングやストレッチ、筋力トレーニングを組み合わせた運動でさわやかな汗を流していました。60代の参加者は「たくさん汗をかくと、ストレス発散になって、とてもスッキリします。正月太りも解消したい」と話していました。

昨年8月に始まったこの健康教室は、3月まで計14回開催されます。

ICT機器操作学び、学力向上へ

市教育委員会は1月13日、市内小中学校の教員を対象に松の館でICT機器操作の研修会を開催しました。

ICTとは、コンピューターやインターネットなどを用いた情報通信技術のことで、市では今年度、市内全ての小中学校の普通教室に電子黒板内蔵型プロジェクターなどの機器を設置し、ICTを活用した教育環境の充実を図りました。

研修会には約100人の教員が参加し、担当者の説明を熱心に聞きながら、電子黒板の操作を実践しました。参加した教員は「限られた授業時間で、ICT機器を活用しながら子どもたちが興味を持つ授業をしたい」と教育力向上に意欲を燃やしていました。



ICT機器の操作を実践する教員

県社会体育優良団体表彰を受賞 稲垣町バレーボール協会

県の社会体育優良団体として、稲垣町バレーボール協会(岡本幸剛会長)が、県教育委員会より表彰を受けました。

当協会は昭和59年の設立以来、地元子どもたちの育成に努め、旧稲垣村時代には全国大会での優勝に導くなど、地域の競技レベル向上に大きく貢献してきました。また、スポーツ教室やナイター大会の開催により、住民の親睦を深めながら競技の普及を図っています。

1月23日、市の葛西教育長へ受賞報告に訪れた岡本会長は「大変光栄です。少子化で子どもたちが少なくなっていますが、この賞を励みとしながら今後も全国大会出場などの実績を積み重ねていきたい」と話していました。



表彰状を手にする岡本会長(右)



かるたを楽しむ児童たち

郷土かるた大会で児童が熱戦

子どもたちに郷土の歴史や風土などを継承しようと1月11日、稲垣公民館で稲垣郷土かるた大会が行われ、小学生26人が学年対抗で熱戦を展開しました。

大会は稲垣子ども会育成連絡協議会(斉藤明会長)が主催して行われ、今回で36回目。かるたは46枚の札があり、「川沿いの一本タモを 目印に 昔の人は 舟をこいだと」、「春一番のぼりや旗をなびかせて 春の大祭 赤倉神社」など、ふるさとの姿を凝縮した歌が書かれています。

児童たちは読み手の声に集中し、上の句が読み上げられると一生懸命、札を探し「はい」と大きな声をあげて札を取っていました。

将棋で世代間交流

親子将棋教室開催

1月10日、家族で触れ合いながら伝統文化を学ぼうと「親子将棋教室」が松の館で行われました。

これは県将棋連盟が今回初めて行ったもので、講師の北畠悟五段が駒の進め方や読み方のテクニックなど、参加者のレベルに合わせて指導しました。稲垣町から参加した渋谷みち子さんは「初心者ですがルールを覚えたら楽しい」と夢中で取り組んでいました。

1月中に4回行われた教室には約50人が参加。参加者は代わる代わる対局を行い、世代を超えて交流を深めました。北畠五段は「将棋は教育面や学力向上にいい影響を与えます。今後も将棋の普及を図りたい」と話していました。



世代を超えて対局を楽しむ参加者



グラウンドゴルフの腕を競う参加者

木造コミュニティ祭りで交流深める

木造コミュニティ実行委員会(白戸英行会長)が主催する恒例の「木造コミュニティ祭り」が1月12日、木造中央公民館で行われ、約50人の会員が参加しました。

体育館ではグラウンドゴルフ大会が行われ、参加者は4組に分かれて競技開始。プレー一つ一つに歓声が上がリ、会場は和やかな雰囲気になっていました。他にもトランプ大会や新年交流会が行われ、参加者は互いに親睦を深めながら、交流の輪を広げていました。白戸会長は「定期的に集まって会員相互の連携を図り、『ごみゼロ運動』などを継続しながら地域社会に貢献したい」と今年の抱負を述べていました。

期限付臨時職員(一般事務)を募集します

職 種	一般事務
募集人員	3人
勤務場所	つがる市選挙管理委員会
勤務内容	選挙に関する事務
勤務日	月～金曜日(土・日の勤務日もあり)
勤務時間	8時30分～17時15分(時間外勤務日もあり)
休憩時間	12時～13時
雇用期間	平成27年3月2日～平成27年4月17日
賃 金	時給700円
応募要件	パソコンによるワード・エクセルの事務ができる事

- 応募方法 履歴書1部(写真貼付)を下記へ提出してください。(郵送または持参)
- 受付期間 2月16日(月)～2月20日(金)
郵送の場合は2月20日必着
- 受付時間 8時30分～17時15分
- 面接予定日 2月25日(水)10時
詳細は受付後通知します

【提出・問い合わせ先】〒038-3192 つがる市木造若緑61-1 つがる市選挙管理委員会 電話42-2540

期限付臨時職員(つがるちゃんプラザスタッフ)を募集します

職 種	つがるちゃんプラザスタッフ
募集人員	2人
勤務場所	つがるちゃんプラザ(イオンモールつがる柏)
勤務内容	・つがるブランドのPR ・市の各種イベントの情報提供、観光・歴史・文化等の案内、雇用情報の提供
勤務時間	9時45分～18時15分
雇用期間	平成27年4月1日～平成28年3月31日
賃 金	日給5,600円
休 日	週2日(シフト制)

- 応募方法 履歴書1部(写真貼付)を下記へ提出してください。(郵送または持参)
- 受付期間 3月13日(金)まで※土日除く
郵送の場合は3月13日必着
- 受付時間 9時～17時
- 面接予定日 3月20日(金)14時
詳細は受付後通知します

【提出・問い合わせ先】〒038-3192 つがる市木造若緑61-1 つがる市役所地域振興対策室 電話42-2111(内線419)

期限付臨時職員(学校教育活動支援員)を募集します

職 種	学校教育活動支援員(スクールサポーター)
募集人員	22人
勤務場所	市内の小・中学校で、つがる市教育委員会が指定する学校
勤務内容	小・中学校に在籍する特別な支援を必要とする児童生徒の学習支援および生活の補助や介助(該当児童生徒の教育活動の支援、身辺介助、校内外移動の補助、安全確保等)
勤務日	学校授業日
勤務時間	原則、8時～15時(週29時間以内)休憩時間60分 ※具体的な時間配分は学校長が決めます。
雇用期間	平成27年4月2日～平成27年9月30日 勤務状況により半年間の更新があります。
賃 金	時給1,000円
休暇・保険等	年次有給休暇あり。社会保険・雇用保険あり
応募要件	心身ともに健康であり、児童生徒の教育活動を支援できる方(教員免許、看護師免許、福祉・保育・介護等の資格所有者を歓迎します)※地方公務員法第16条の規定に該当する方は応募できません。

- 応募方法 次の書類を、つがる市教育委員会教育総務課に提出してください。
 - ①履歴書1部…写真を貼付してください(履歴書は所定の用紙がありますので、つがる市ホームページよりダウンロードするか、または教育総務課より直接受け取ってください)
 - ②返信用封筒2通…定形封筒(長形3号)に82円切手を貼り、宛名面に自分の住所・氏名を記入のもの
 - ③教員免許、看護師免許等の資格を有する方は、免許状の写しを添付してください。
- 応募期限 2月23日(月)(持参の場合は土日を除く8時30分～17時15分受付。郵送の場合は2月23日必着)
- 採用方法 ・面接を行い、採否を決定します。面接日等の詳細は申込者に直接連絡します。
〔面接予定日:2月25日(水)または26日(木) 会場:松の館〕※結果は郵送で通知
- その他 ・児童生徒に関わる業務のため、採用決定後、健康診断書を提出していただきます。
・提出された履歴書等の応募書類は返却しませんので、ご了承ください。

【提出・問い合わせ先】〒038-3138 つがる市木造若緑52 つがる市教育委員会教育総務課 電話49-1201

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)
桜木団地	1-11号	木造桜木8-2	H26	木造平屋 4連戸1LDK	○	○	○	○	○	下水道	15,900～23,600
浦船団地	14-3号	木造浦船 135-16	S61	簡易耐火2階 建5連戸3DK	○	×	×	×	○	汲み取り	14,500～21,600
浅井団地	5号	柏桑野木田 浅井40-2	H17	木造2階建 4連戸3DK	○	○	○	○	○	下水道	25,700～38,300
桑野木田 団地	5号	柏桑野木田 浅井35-4	H2	木造平屋 1戸建3DK	○	○	○	○	×	下水道	16,000～23,900
鶴野団地	5号	柏桑野木田 鶴野7-2	H4	木造2階建 5連戸3DK	○	○	○	○	○	下水道	19,400～29,000
岩木団地	4号	柏上古川 房田152-1	H10	木造2階建 2連戸2LDK	○	○	○	○	○	浄化槽	23,900～35,600
森田若緑 団地	8号	森田町上相野 若緑63-1	H6	木造平屋 1戸建2LDK	○	○	×	×	×	浄化槽	17,300～25,700

募集期間	2月13日(金)～2月24日(火) ※入居可能予定日は3月下旬となります。
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方であること。 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 ②平成26年度所得証明書および平成26年分源泉徴収票(写し)または税の申告書(写し)【入居者、同居者】 ③全税目に未納がないことの証明書 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 ※申込者の状況によりその他の書類が必要となる場合があります ※①、③の様式は建築住宅課にあります
選考方法	応募書類を審査の上、3月中旬に選考予定
その他	お申し込みの際は印鑑をご持参ください。選考者は、敷金家賃3カ月分、連帯保証人2人が必要です。

公営住宅【随時募集】

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)
浦船団地	14-4号	木造浦船 135-16	S61	簡易耐火2階 建5連戸3DK	○	×	×	×	○	汲み取り	14,500～21,600
森田団地	1号	森田町森田 月見野334-4	S60	木造平屋 1戸建3DK	○	×	×	×	○	汲み取り	11,200～16,700
月見野丘 団地	10号	森田町森田 月見野572	S63	木造平屋 1戸建2LDK	○	×	×	×	○	汲み取り	12,800～19,000
月見野丘 団地	26号	森田町森田 月見野356-11	H4	木造平屋 1戸建2LDK	○	○	×	×	○	汲み取り	16,400～24,400
つきみの 団地	3号	森田町森田 月見野300-2	H13	木造平屋 1戸建2LDK	○	○	×	×	×	浄化槽	21,200～31,600
つきみの 団地	32号	森田町森田 月見野300-3	H16	木造平屋 1戸建2LDK	○	○	×	×	×	浄化槽	20,800～31,000
中塚団地	2号	車力町屏風山 1-96	S51	簡易耐火平屋 建2連戸3K	○	×	×	×	×	下水道	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3連戸3K	○	×	×	×	×	下水道	8,100～12,000

- 募集期間：随時募集します。
- 入居資格・必要書類等：上記に準じます。
- 選考方法：応募書類を審査の上、随時入居者を決定します。

随時募集しているため、すでに入居者が決定している場合がありますのでご確認ください。

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

人権擁護委員に佐々木氏

つがる市人権擁護委員に、佐々木英里子氏（柏）が、平成27年1月1日付けで法務大臣より委嘱されました。人権擁護委員の任務は、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の相談に応じます。相談内容の秘密は守られ、相談は無料ですのでお気軽にご相談ください。

市では現在、9人の人権擁護委員が活躍しています。

つがる市の人権擁護委員（敬称略）

- | | | |
|-------------|-------------|--------------|
| ◎小笠原 金美（木造） | ◎葛西 弘和（木造） | ◎平田 昌子（木造） |
| ◎吉田 恵美子（木造） | ◎八 鍬 久（木造） | ◎成田 美津子（柏） |
| ◎佐々木 英里子（柏） | ◎工藤 隆樹（車力町） | ◎中島谷 文隆（稲垣町） |



佐々木英里子氏

【問い合わせ先】市民課 電話42-2111（内線268）

10年前のメッセージを返送しています

今から10年前、平成17年2月にイオンモールつがる柏において、つがる市合併を記念し「10年後の私へあなたへのメッセージ」を実施し、10年後の自分自身や大切な人への思いを綴ったはがき2,834通をお預かりしました。

10年が経過し、市制10周年を迎えるにあたり、はがきを返送しています。

なお、あて先不明のため、市役所に戻ってきたはがきをお預かりしていますので、差出人の方が転居された等、お心当たりのある方は、企画調整課へご連絡ください。

【問い合わせ先】企画調整課 電話42-2111（内線351）

つがる市民診療所からのお知らせ

市民診療所に設置している「ご意見箱」に寄せられたご意見のうち、最も多い「外来待ち時間」についてご案内します。市民診療所では、次のような理由により診察までの待ち時間が長くなる場合があります。

- ・至急の検査が必要な場合、検査および結果確認に時間を要するため
- ・病状により、お一人に要する診察時間が長くなる場合があるため
- ・急ぎで他の医療機関へ受診していただくため、紹介状作成により診察が一時中断する場合があるため
- ・毎朝、診察医師による打ち合わせがあり、午前8時30分からの診察が開始できない場合があるため

これに対して、昨年3月の開所以来、以下の通り見直しを行いました。今後も待ち時間の短縮に向けて改善に努めますので、ご理解くださるようお願いいたします。

- ・受付において全診療科一連の通し番号を診療科ごとの通し番号に変更しました
- ・内科定時薬（毎回同じお薬）をご希望の方に「くすり診察日」を設けました
- ・糖尿病内科については、2月診察分から時間指定を含む「完全予約制」へ切り替えました。（現在、順次予約を入れております。）



【問い合わせ先】つがる市民診療所 電話42-3111

広 告

みどりにパワーを 1t=1,000円より販売しています

有機堆肥販売

0173-46-3725

有限会社 **光** 堆肥センター FAX専用 0173-23-4012

つがる市稲垣町福富笹山97-1(旧つがる市農業開発公社) 光代行もよろしく 0173-34-9871

広 告

屋根・外壁・ガイナ断熱・雨漏り修理

あなたのリフォーム全力でサポートします

赤外線サーモグラフィーで建物の断熱温度、雨漏りの調査します

■屋根、外壁リフォーム専門店■ お見積り無料・まずはご相談から ◆ホームページは◆
 地元職人直営店 http://www.art-reform.net

アートリフォーム(株) 0173-33-4713 yahoo アートリフォーム

五所川原市七ツ館虫流51-29 「増改築相談員がいるお店」代表 前田昭仁

国民年金の疑問にお答えします

国民年金ってどういう人が加入するの？

国民年金は、国が運営している年金制度で、日本国内に住む20歳以上60歳未満のすべての人に加入が義務付けられています。厚生年金は会社員、共済組合は公務員などが加入する制度ですが、20歳から60歳までは同時に国民年金にも加入していることになります。また、60歳以上65歳未満の人や20歳以上65歳未満の海外在住の日本人は、希望により加入することができます。国民年金の加入者は下図の3つのグループに分けられます。



グループの種類は？	第1号被保険者	第2号被保険者	第3号被保険者
どんな人が？	自営業者・農林漁業者・学生など	会社員・公務員など	第2号被保険者に扶養されている配偶者
加入の手続きは？	市役所、稲垣・車力出張所または年金事務所へ届け出	勤務先で届け出	配偶者の勤務先へ届け出

いつ、どのような年金が受給できるの？

国民年金には、3つの給付があります。(受給年額は26年4月改定後の額)

	老齢基礎年金	障害基礎年金	遺族基礎年金
受給時期は？	65歳(※)になったとき ※希望により、65歳前の繰上支給または66歳以降の繰下支給を請求することも可能です。その場合、年金額が変わります。 	次の期間に初診日がある人で、障害認定日に障害年金等級の1級、2級に該当したとき(老齢基礎年金を繰り上げて受給している人を除く) ▷国民年金加入中 ▷60～65歳未満(日本在住) ▷20歳前 ※初診日とは、原因となるけがや病気で初めて診察を受けた日 ※障害認定日とは、主に初診日から1年6カ月経過した日	国民年金に加入中または老齢基礎年金の受給資格を満たしている人が、「子のある配偶者」または「子」を残して亡くなったとき ※子…18歳到達年度の末日までの子。障害年金等級の1級または2級に該当する場合は、20歳未満の子が対象です。
受給するための条件は？	国民年金の保険料を納めた期間、免除・学生納付特例等の納付猶予を受けた期間の合計が25年以上あること (期間には厚生年金等加入期間も合算されます。)	初診日の属する月の前々月までの加入期間のうち、保険料を納めた期間、免除・納付猶予を受けた期間の合計が3分の2以上あること。または前々月までの1年間に保険料の未納がないこと	死亡日の属する月の前々月までの加入期間のうち、保険料を納めた期間、免除・猶予を受けた期間の合計が3分の2以上あること、または前々月までの1年間に保険料の未納がないこと
受給できる年金額は？	772,800円 保険料を40年間納めた場合(満額) ※未納・免除期間に応じて減額されます。 ※65歳までに厚生年金・共済年金の定額部分を受給している場合、65歳からは国民年金第1号・第3号期間の分のみ増額となります。	1級…966,000円 2級…772,800円 ※18歳到達年度の末日までの子、または障害年金等級の1級または2級に該当する20歳未満の子がいる場合は加算があります。 ▷第1子、第2子 各222,400円 ▷第3子以降 各74,100円	772,800円 子の人数により加算されます。 【配偶者が受給する場合の子の加算】 ▷第1子、第2子 222,400円 ▷第3子以降 各74,100円 【子が受給する場合の加算】 ▷第2子 222,400円 ▷第3子以降 各74,100円

移動年金相談日 日時 毎月第4水曜日午前10時～午後3時(2/25 3/25)
 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

【問い合わせ先】市役所市民課 電話42-2111(内線261・267) 稲垣出張所 電話46-2111
 車力出張所 電話56-2111 弘前年金事務所 電話0172-27-1337

こころの病気を学ぶ家族教室

日頃の生活の中で病気や症状に関する疑問や心配はありませんか。今年度も下記の日程で関わり方や治療等について学びあうために、家族教室を開催します。

	日 時	内 容 (講話)	講 師
1回	2月27日(金) 14時～15時30分	うつ状態とうつ病について ～治療や関わり方を学ぶ～	青森県精神保健福祉センター 精神保健医長 菅原典夫氏
2回	3月10日(火) 10時～11時30分	様々な症状の対応等を学ぶ ～主に統合失調症について～	臨床心理士 齋藤千夏氏
3回	3月18日(水) 13時30分～15時	精神科の薬とジェネリックについて	医療法人社団 清泉会 布施病院 薬剤師 杉山裕子氏

対象者 こころの病気で治療されている方の家族または疑いで心配されている家族

場 所 松の館2階研修室 **申込等** 開催日の3日前までに電話でお申し込み下さい。

その他 教室での個人情報に関することは秘密厳守をお願いいたします

【申し込み・問い合わせ先】 健康推進課 電話42-2111(内線305)

つがる市精神障害者家族会 木馬の会(こまのかい)をご存じですか

木馬の会は、こころの病気を抱える方の家族が集い、情報交換や学習会を開くことで、病気の理解を深めながらお互いを支え合うことを目的に活動しています。

現在の会員数は12人です。情報を知りたい方や案内を希望の方は、お問い合わせください。

- 【主な活動】**
- ① 定例会を開催し、情報交換や日頃感じている事を話し合います。同じ悩みをもつ家族同士が分かり合える良さがあります。
 - ② 西北五地区との交流会(年1回)に参加しています。
 - ③ 家族学習会を実施し、日頃の疑問点や病気・治療の最新情報を学びます。また、近隣の就労支援施設等の見学や県内の研修会にも参加しています。

【問い合わせ先】 木馬の会 事務局(市役所健康推進課) 電話42-2111(内線305)

冬場の運動不足を解消しましょう!

寒い日が続く冬は、つい暖かいお部屋にこもりがちになり、あまり体を動かさずに、一日中過ごしたりしていませんか? 運動不足は、体力の低下や筋肉の拘縮を招き、思わぬけがにつながるだけでなく、肥満や生活習慣病を引き起こす要因にもなります。

今回は、「若がえり健康教室」の講師である鬼武由美子先生から、ご家庭でも簡単に行える筋肉トレーニングをご紹介します。毎日の習慣にして、冬の運動不足解消にお役立てください。

スクワット

(下半身の筋力トレーニング)

① → ② → ③ → (② → ③を繰り返す) 1日10回×3セット

※体に痛みや違和感があったらすぐにやめましょう!



雪道は背中を丸め前傾姿勢になり、滑らないように膝を曲げて歩くので、偏った筋肉の使い方になります。スクワットを行うときは、良い姿勢を意識して行いましょう。

【問い合わせ先】 健康推進課 電話42-2111(内線306)



高尿酸血症について

高尿酸血症は、血液中に「尿酸」という物質が増えた状態です。最近では20代でも尿酸値が高い人が増え、痛風発作のピークも30代と若い人の増加が目立っています。

高尿酸血症は「生活習慣病の入口」と言われ、糖尿病や高血圧、脂質異常など他の生活習慣病を合併しやすいと言われています。

1. 尿酸の産生と排泄のバランスが崩れると

私たちの体は毎日新陳代謝を行っています。この時、細胞の構成部分であるプリン体が代謝されて尿酸という物質ができます。また運動や糖分やアルコールの分解などでエネルギーを消費する時にも尿酸が作られます。プリン体はその7～8割が体内で出来、2～3割が食品から摂取されます。

尿酸は血液や関節液などの体液に溶けて一定量が体に貯められています。これを尿酸プールと呼びます。余分な尿酸は7割が尿から、残りが便や汗から排泄されます。健康な人では1日に約700mgの尿酸が作られ、ほぼ同量が排泄され尿酸プールは一定に保たれているのですが、このバランスが崩れて尿酸プールに尿酸が過剰に貯まると尿酸値が高くなります。この状態が高尿酸血症です。

2. 7 mg/dLを越えると高尿酸血症

尿酸値が7 mg/dLを越えると高尿酸血症と診断されます。この状態を放置しておくとう痛風をはじめ、さまざまな合併症を起こす可能性が高くなります。日本人は民族的に尿酸を排泄しにくい体質で、尿酸

値が上がり易いのですが、この50年で痛風患者さんが増加しています。その大きな要因は、食生活の変化です。高カロリーでプリン体や糖質の多い食事です。

3. 関節に激痛を起こす痛風

尿酸は水に溶けにくく結晶化しやすい物質で、著しく増えると関節でナトリウムと結びついて結晶を作ります。関節内に結晶が貯まり白血球などがこれを排除しようとして強い炎症が起き、激痛と腫れを引き起こします。これが痛風発作です。場所は、足の親指のつけ根が一番多く、足の甲、かかと、ひざ、肩、肘、手指などでも見られます。

4. 腎臓や尿路にも尿酸結晶が沈着

関節に次いで尿酸の結晶が沈着しやすいのが腎臓です。高尿酸血症では腎組織に結晶が沈着し、さらに尿酸が排泄されにくくなり、結晶が貯まってこの悪循環から腎機能が低下していきます。これが痛風腎です。また尿路（腎臓、尿管、膀胱、尿道）に結石ができるのが尿路結石です。

5. 高尿酸血症は生活習慣病の入口

尿酸の増えるような生活は、血糖もコレステロールも中性脂肪も増えやすい生活であり、若い頃から高尿酸血症の人はメタボリックシンドローム、糖尿病、高血圧症、脂質異常症になり易いのです。その結果、動脈硬化が進展して心筋梗塞や脳梗塞を発症する危険を高めます。

以上より、良好な尿酸値を維持していく事が将来の健康寿命にとってとても大切な事です。



すずらの会 ～自死遺族のつどい～

「すずらの会」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》

「今はすずらの会で同じ境遇の仲間と話し、分かり合えることで、心が軽くなり、笑顔を取り戻せました。いざという時に話を聞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に救われました」

日 時 3月16日(月) 14時～16時

場 所 木造ふれあいプラザ（JR木造駅隣）

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)

つがる市農地賃借料情報について



平成26年1月から12月までに締結（公告）された賃貸借における賃借料水準（10a当たり）は下記のとおりです。

■ 田(水稻)の部

締結（公告）された地域名	平均額	最高額	最低額	データ数	
木造地区	旧 町	18,100円	24,000円	9,700円	54
	川 除	19,400円	28,000円	14,600円	45
	出 精	19,200円	30,000円	7,300円	295
	柴 田	18,200円	28,000円	9,400円	235
	越 水	18,800円	28,000円	8,400円	180
	館 岡	17,000円	33,000円	8,400円	150
	出来島	18,900円	28,000円	8,400円	31
森田地区	16,500円	25,800円	7,300円	250	
柏 地区	16,000円	35,800円	7,300円	217	
稲垣地区	17,500円	36,700円	7,300円	234	
車力地区	15,300円	33,400円	6,300円	118	
(参考) つがる市平均	17,600円			計 1,809	

■ 畑(普通畑)の部

締結（公告）された地域名	平均額	最高額	最低額	データ数
つがる市全域	8,000円	10,200円	3,000円	17

■ 畑(樹園地)の部

締結（公告）された地域名	平均額	最高額	最低額	データ数
つがる市全域	10,300円	16,100円	10,000円	—

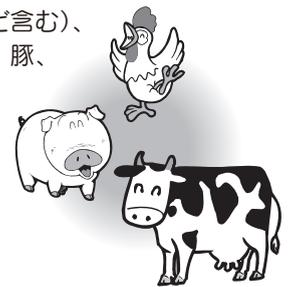
- ※1 データ数は、集計に用いた筆数である。
- ※2 賃借料を何依相当額(水稻)/10a当たりとしている場合は、60kg当たり7,300円に換算している。
- ※3 金額は、算出結果を四捨五入し100円単位としている。
- ※4 「(参考)つがる市平均」の平均額は、各区分の平均値(四捨五入前)をデータ数により加重平均した値である。
- ※5 田の実勢借地料は、工事費は貸人、水利費等は借人が負担するものとして集計している。
- ※6 樹園地については、データ数が無いため昨年度の平均額とする。

【問い合わせ先】 つがる市農業委員会（柏分庁舎内）電話25-3820

家畜(鶏含む)飼養者の皆さまへ 平成27年定期報告をお忘れなく

家畜（鶏を含む）飼養者は毎年定期報告することが義務付けられています。次の家畜の飼養者は忘れずに報告するようお願いします。

- 報告対象：鶏（青森シャモロック、比内地鶏、烏骨鶏、軍鶏、チャボ、声良鶏、金八など含む）、あひる、うずら、きじ、ほろほろ鳥、七面鳥、だちょう、鳥類以外（牛、馬、豚、山羊、めん羊、いのしし、鹿）
- 報告内容：平成27年2月1日時点の頭羽数
- 報告様式：「定期報告書」様式は市役所農林水産課で配布。つがる家畜保健衛生所ホームページにも掲載しています。（<http://www.applenet.jp/~tsugaru-kaho/>）
- 提出方法：市役所農林水産課まで郵送または持参
- 報告期限：平成27年3月6日(金)まで



【問い合わせ先】 市役所農林水産課 電話42-2111（内線414）
つがる家畜保健衛生所 電話42-2276

広 告

かわしま接骨院

〈厚生労働大臣免許〉柔道整復師 川嶋 浩靖
〈厚生労働大臣免許〉柔道整復師 川嶋 絵美子

診 療 時 間		
月曜日～金曜日	8:30～12:00	2:00～7:00
土 曜 日	8:30～12:00	1:30～5:00

休診/日曜・祝日 ※急患はお電話下さい

各種健康保険・交通事故・労災・生保 取扱い

つがる市木造末広41-11 ☎49-1343

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

ごみの処理は適正に

引っ越しなどで一時的に大量のごみが出る場合は、一度にごみ収集場所に出さないうで、下記の施設に直接搬入して下さるようお願いいたします。

■燃やせるごみ

地区	搬入先	受付日	受付時間	手数料
全地区	西部クリーンセンター 電話46-2141	月曜日～土曜日	8時30分～16時30分	10kgごとに50円

■燃やせないごみ

地区	搬入先	受付日	受付時間	手数料
木造 稲垣	木造・稲垣 一般廃棄物最終処分場 電話45-3086	月曜日～金曜日 (土日祝日は休み) ※毎月第3日曜日は営業で翌月曜日が休み	9時～11時 13時～16時	10kgごとに20円
森田 柏	森田一般廃棄物最終処分場 電話26-4580	火曜日・土曜日	8時30分～12時 13時～16時30分	
車力	車力一般廃棄物最終処分場 電話56-3993	毎週日曜日	8時～16時	

自分で運搬することができない場合は下記の業者に依頼してください。(有料)

市内の一般廃棄物処理業許可業者(収集運搬)

業者名	所在地	電話
(株)協同開発舗装	木造館岡上沢辺143-107	45-3204
(株)伊藤鋳業	木造若竹13	42-2279
(有)かしわ清掃社	柏桑野木田千年177-2	25-2529
森田清掃	森田町中田福浦24-9	26-4354
エーワン保全(株)	富范町屏風山1-1115	69-5311

「ごみカレンダー」は
3月中に
配布します

「つがる市ごみ分別の手引き」で確認し、きちんと分別してください。またリサイクルショップの利用や必要な方に譲るなど再使用に心がけ、できるだけごみの減量に努めましょう。

古紙リサイクルセンター(無料)

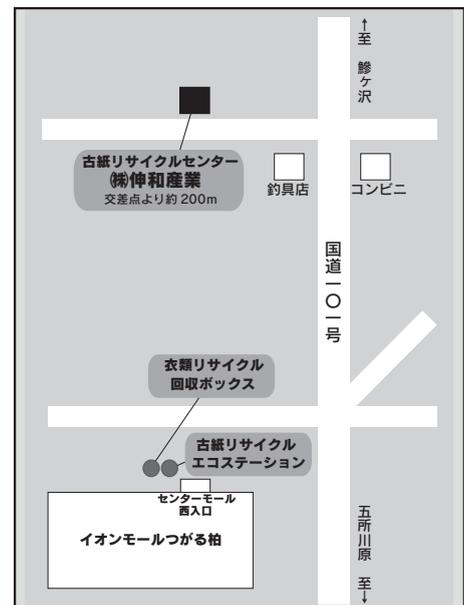
- 場 所：(株)伸和産業つがる営業所(柏広須照日5-1)
- 持ち込める日時：毎日8時～17時
- 持ち込める古紙：段ボール、新聞紙(折込チラシ可)、雑誌・雑紙、紙パック ※汚れていないものに限り

古紙リサイクルエコステーション(無料)

- 場 所：イオンモールつがる柏(センターモール西入口付近)
- 持ち込める日時：毎日9時～20時
- 持ち込める古紙：段ボール、新聞紙(折込チラシ可)、雑誌・雑紙、紙パック ※汚れていないものに限り

衣類リサイクル回収ボックス(無料)

- 場 所：イオンモールつがる柏(センターモール西入口付近)
- 持ち込める日時：毎日9時～20時
- 持ち込める衣類：衣類全般、和服、皮革衣料品、靴下・靴(左右一対)帽子、スカーフなど ※洗濯したものに限り



【問い合わせ先】環境衛生課 電話42-2111(内線282)

高齢者相談窓口のご案内

高齢者に関する総合的な相談・支援

市では、市内の高齢者とそのご家族を、介護や福祉、医療などさまざまな面から総合的に支援しています。困った事や心配事などがありましたら、お気軽にご相談ください。

〈たとえば…〉

- 認知症の母の介護が大変…どうしたらいいの？
- 介護保険ってどうすれば使えるの？
- 足腰が弱ってきた。これ以上弱らないように運動したいなど、生活や健康、介護に関することについて、高齢者ご本人、ご家族・ご近所など、地域のみなさんの相談を受け、支援しています。

高齢者総合相談窓口一覧 ※市ホームページにも掲載しています

相談窓口	住所	電話番号	
つがる市地域包括支援センター	稲垣町豊川宮川42-3 (稲垣老人福祉センター内)	69-7117	
介護が支える市在宅センター	木造在宅介護支援センター	木造若緑52 (社会福祉協議会木造支所内)	42-4620
	在宅介護支援センター柏風園	木造筒木坂鳥谷沢18-9 (特別養護老人ホーム柏風園内)	49-5012
	森田在宅介護支援センター	森田町森田月見野277-3 (社会福祉協議会森田支所内)	49-7005
	柏在宅介護支援センター	柏桑野木田若宮255-1 (特別養護老人ホーム桑寿園内)	25-2115
	稲垣在宅介護支援センター	稲垣町豊川宮川136-1 (社会福祉協議会稲垣支所内)	46-2902
	車力在宅介護支援センター	豊富町屏風山1-377 (特別養護老人ホームゆうあいの里内)	56-3000

※担当職員がご自宅等に出向き、お話を伺うこともできますのでお気軽にご相談ください。また、身近な相談相手として地区の民生委員もさまざまな相談に応じています。

【問い合わせ先】 介護課 電話42-2111 (内線242)

新商品試食評価会～丹精込めて作った素材を商品化～

市では、6次産業化の取り組みを推進するため、農林漁業者等へのサポート、地域で作られる加工品の品質や食味向上、デザイン改良などを行い、付加価値の高い商品等を創出する「食産業ネットワーク未来プロジェクト事業」に取り組んでいます。今年度は5企業(団体)が挑戦。その成果を目で見て試食してみませんか。

参加無料
参加者プレゼント
あります

日時 2月28日(土) 11時～13時
場所 木造農村環境改善センター
募集定員 30人 ※市内在住の20歳以上対象。応募多数の場合は抽選となります。
申込締切 2月20日(金) 17時
※参加者の決定は2月25日(水)までにご連絡します。

申込方法

件名を「新商品試食評価会 参加希望」とし、住所、氏名、年代、電話番号を記入の上、①～③のいずれかの方法でお申し込みください。

- ① F A X : 017-718-1609
- ② E-Mail : info@lsearch.jp
- ③ 郵 送 : 〒030-0823 青森市橋本2-14-2 豊ビル1階 The企画エルサーチ(株)宛

【問い合わせ先】 The企画エルサーチ(株) 電話017-718-1607(担当: 対馬・福澤)
つがる市食産業ネットワーク(市役所農林水産課) 電話42-2111 (内線414)

広 告

借金問題解決します

依頼すると支払いはずくに止まります
借金の整理は実績・経験豊富な当事務所へ(農地や家屋の担保借入も解決します)
※当事務所では旧金木町出身の白川が相談窓口となっていますので、津軽弁でお気軽にお電話下さい(土・日・祝日可)
白川携帯 090-6793-9487
E-mail nebuta@live.jp

事務所案内

〒231-0031 神奈川県横浜市中区 万代町3-5-10
シャロン横浜大通公園202号
森田文行法律事務所
電話 045-663-5511
F A X 045-681-4366
弁護士 森田文行 (横浜弁護士会所属)
相談料無料。長い取引や完済している場合は、払い過ぎを取り返します。

広 告

カイロ in エステ 楽らく空 (完全予約制)

カイロプラクターによるエステティック新登場!!
カイロプラクティック 4,200円を 2,500円
美容カイロエステ 12,000円を 4,000円 一日先着3名様限り

TEL 090-1490-9540 葛西すみ子

つがる市森田町床舞豊原2-7(森田公民館近く)
気軽にお電話下さい★お待ちしております

資格取得者随時募集!!



木造中央公民館 閉館のお知らせ

地域の皆さまに親しまれてきた木造中央公民館は、平成27年3月31日をもって閉館することになりました。

なお、講堂については市の文化財として保存することとしております。

【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

健康づくり講座

日時 3月6日(金) 14時15分～15時45分
(受付 13時50分～)

場所 松の館

テーマ 「眠りとうつとアルコール」

講師 社団法人慈恵会 青い森病院
院長 平野敬之氏

申込締切 3月3日(火)

【問い合わせ先】

健康推進課 電話42-2111(内線308)

「おいしい空気でおもてなし」参加店舗の募集について

市民の皆さまをはじめ、県内外の観光客に対して、お店などの空気環境(禁煙、時間禁煙)を提示する活動を西北五地域で取り組むことになりました。たばこを吸う人も吸わない人も、安心して自分の志向にあったお店を選択できる環境づくりを目指します。

より多くの方々に利用しやすい場を提供するため、禁煙、時間禁煙に 取り組む飲食店や宿泊施設等の「禁煙」店頭表示の参加者を募集いたします。

詳しくは、下記までお問い合わせ下さい。

募集対象者 市内飲食店、宿泊・観光施設

応募方法 店頭表示の申請書を提出

店頭表示

禁煙ステッカー



【問い合わせ先】 つがる市観光物産協会(市役所商工観光課) 電話42-2111(内線431)

松の館 図書コーナー

新着図書のお知らせ

ジャンル	書名	著者等
文学	親鸞 完結篇 上/下	五木寛之
	キャプテンサンダーボルト	阿部 和重 伊坂幸太郎
	殉愛	百田尚樹
	GOSICK BLUE	桜庭一樹
	営繕かるかや怪異譚	小野不由美
	インデックス	誉田哲也
	処刑までの十章	連城三紀彦
	ナオミとカナコ	奥田英朗
	サラバ! 上/下	西加奈子
	あなたの本当の人生は	大島真寿美

ジャンル	書名	著者等
文学	陰陽師 螢火ノ巻	夢枕 獏
	海と月の迷路	大沢 在昌
	深海の人魚	森村 誠一
	波の音が消えるまで 上/下	沢木耕太郎
	化土記	北原亞以子
家政学	フランス人は10着しか服を持たない	ジェニファー・L・スコット
郷土誌	これでいいのか青森県	鈴木士郎 佐藤圭亮

【問い合わせ先】 松の館 電話49-1200

つがる市食生活改善推進員の

健康レシピ

長芋あんかけ

エネルギー：70kcal、塩分0.5g



【材料】4人分

長芋(16~20cm)250g
かにほぐし身50g
椎茸 1~2枚
だし汁150cc
A 酒・みりん...各小さじ1
塩小さじ1/3
しょうゆ少々
片栗粉 小さじ1

【作り方】

- ① 長芋は4cm位の厚さに輪切りにし、茹でる。
- ② かにほぐし身、せん切りにした椎茸をだし汁で一煮立させ、Aを加える。仕上げに水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ③ ①の上に②のあんをかけて、出来上がり。

※かにほぐし身は、かに風味かまぼこでも代用できます。

いつもの長芋料理を少し、おしゃれにアレンジしました。

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

相談

行政相談

行政が行う仕事についての苦情や意見・要望などがある場合はご相談ください。相談は無料で秘密は厳守します。

〈木造会場〉

●3月13日(金)、27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〉

●3月13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

〈稲垣会場〉

●3月18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〉

●3月27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で確認の上、お越しください。

行政相談委員 鳴海 久氏
電話56-3514

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。

●2月19日(水)、3月19日(水)、
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。

▽つがる市農業委員会事務局
(柏分庁舎内)電話25-3820

子どもの相談

こころの悩みや病気について相談をお受けしています。

眠れない、心が重い、やる気が起きない、うつ病や統合失調症などの病気、アルコール問題、ひきこもりや不登校などの悩みを抱えている方は、一人で悩まずご相談ください。

また、どこに相談したらよいかわからないという場合も遠慮なくご利用ください。

●保健師による相談
2月25日(水)10時～15時

●臨床心理士による相談
3月3日(火)9時30分～11時30分

●場所▽健康推進課横の相談室
※事前に予約をしてください。別の日でも相談を受けることができますのでお問い合わせください。

申問 健康推進課 (内線305)

暮らしの相談

無料法律相談会

●実施日時▽3月9日(月)～13日(金)
相談場所▽最寄りの弁護士事務所
※電話相談も可

●予約方法▽青森県弁護士会事務局へ事前に電話予約してください。※暮らしとこころの相談希望とお話してください。

●予約受付期間▽3月2日(月)～10日(火)9時～17時※土日を除く
相談料▽無料

●相談対象▽多重債務、労働問題、離婚、DV、いじめ等生活や心の悩みに関する法律相談
申問 青森県弁護士会事務局
電話017-1777-17285

女性のための女性司法書士による無料法律相談会

相続・成年後見・借金問題・家族間の問題等法律の関係するお悩みを抱えた女性のために、女性司法書士が無料で相談に応じます。予約は不要ですのでお気軽にお越しください。

●日時▽2月28日(土)10時～16時

●場所▽アスパム5階「あすなろ」
「白鳥」(青森市安方二丁目1-40)

●相談料▽無料
※具体的な手続きが必要な場合には別途費用がかかりますので、相談員にご確認ください。

相談会以外の日でも青森県司法書士会総合相談センター(電話0120-9400-230)では、相談のご案内やご相談内容に応じたお近くの司法書士の紹介を行っております。

献血

献血にご協力ください

●2月22日(日)、3月8日(日)、3月22日(日)10時～11時45分、13時～16時30分▽イオンモールつがる柏
健康推進課 (内線309)

税

五所川原税務署からのお知らせ

所得税および復興特別所得税・消費税および地方消費税確定申告書作成会場の開設

五所川原税務署では、次の日程で確定申告書作成会場を開設します。

●開設期間▽2月2日(月)～3月16日(月)(土・日曜日、祝日を除く)9時～17時

●場所▽五所川原税務署1階共用会議室
五所川原税務署
電話34-3136

広告

「買う」も「借りる」も 気がるにらくみコース
補聴器ならパリティで!!
3,240円からの貸出補聴器 小型 耳あな型 Beltone

●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 イオンモールつがる柏店 Tel.0173-25-3417

広告

学生服・セーラー服
高校指定服・指定トパン

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

マイエー TEL.42-2118
木造有楽町

農業用軽油引取税 免税証の交付申請

平成27年に使用する農業用軽油引取税免税証の交付申請を次のとおり仮受付します。

- 日時▽2月20日(金)15時まで
- 場所▽五所川原合同庁舎1階西
北地域県民局県税部(五所川原市栄町10)

※申請用紙は、県民局県税部のほか、農協等の免税軽油取扱店にあります。

☎ 四西北地域県民局県税部課税課
電話3412111(内線207)

募 集

若がえり健康教室

今よりもっと、はつらつと生き生きと、若々しくなりたいあなたを応援します。お気軽にご参加ください。

- 日時▽3月2日(月)・16日(月)13時30分～14時30分
- 場所▽松の館 交流ホール
- テーマ▽マイナス5歳の心と体をあなたの手に
- 講師▽健康運動指導士
鬼武由美子氏

- 内容▽姿勢調整ウォーキング、ストレッチ、筋力トレーニング
 - 対象▽つがる市民※医師から運動を制限されていない方
 - 持ち物▽汗ふきタオル、飲み物
- ※運動しやすい服装、履物でこ

参加ください。

参加条件▽

- ・ケガ等は自己責任となります。
- ・運動の効果を評価するため、毎回体重測定をします。

※申込不要。参加無料
関健康推進課(内線306)

『みちのくふるさと貢献基金』 助成事業募集のお知らせ

公益財団法人みちのく・ふるさと貢献基金では、県内における個人、団体、NPO法人、企業等が地域の発展、地域貢献に資するために地域資源を活用・創造する活動や健康増進、医療、福祉、環境に関連する活動に対し、必要な費用を助成しています。

- 応募期間▽平成27年4月1日(水)～6月30日(火)
- 応募方法▽ホームページから申請書をダウンロードし、必要事項を記入して財団事務局へ送付してください。
- 助成金▽必要費用以内で、上限額100万円
- 公益財団法人みちのく・ふるさと貢献基金事務局
電話01717741179
〒03018622青森市勝田一丁目3-1
☎ <http://www.michinoku-furusato.or.jp>

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▽2月14日(土)～23日(月)9時～17時(最終日は16時まで)
- 場所▽松の館ギャラリー

☎ 関木造写真倶楽部 中村
電話4216650

その他

最低賃金が変わりました

常用、パートなど全ての労働者の青森県最低賃金は、679円です。また、特定産業別の最低賃金は次のとおりです。(平成26年12月21日から)

鉄 鋼 業▽	800円
電子部品等製造業▽	735円
各種商品小売業▽	727円
自動車小売業▽	766円
関青森労働局労働基準部賃金室 電話017173414114	

自動車の名義変更・廃車手続き きおよび車検はお早めに!

例年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)・車検(継続検査)の手続きで運輸支局および事務所の窓口は大変混雑します。特に3月中旬頃から月末にかけて徐々に

市税等は納期限内に納めましょう

2月

- 「国民健康保険税」第8期
 - 「介護保険料」第8期
 - 「後期高齢者医療保険料」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。

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。

待ち時間が長くなり申請者の皆さんに大変ご不便をおかけしております。

名義変更や廃車等の手続きは、混雑を避け待ち時間が少ない3月14日以前に手続きしていただくようお願いいたします。

また、車検(継続検査)は1か月前から受けることができますので、3月下旬に集中しないようお早めに受検していただくようお願いいたします。

☎ 関東北運輸局青森運輸支局
電話0501554012008

広 告

祝! 第20期生第一志望合格!!
平成26年度入試合格実績(一部掲載)

◆青森高校2名 ◆弘前高校1名 ◆五所川原高4名
◆青南(外国)1名 ◆弘美(情報)1名 ◆木造高校11名

3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
萩野学習会

TEL038-3136 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

今すぐあなたの助けになりたい 法律相談は弁護士会へ

青森県弁護士会所属の地元の弁護士事務所
弁護士の相談が迅速に受けられます。

受付時間 平日午前9時から午後5時
相 談 料 30分 5000円(税別)
[但し、法テラスの扶助が利用できる場合無料]

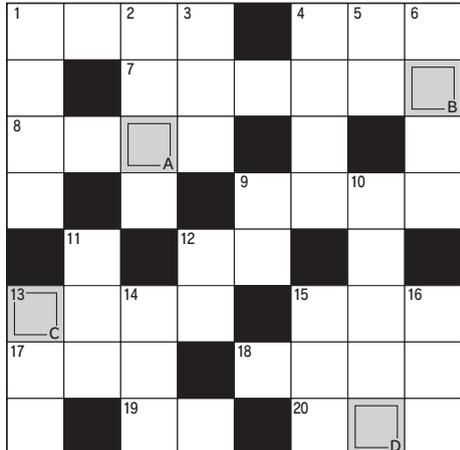
午前中に電話→当日15時～17時相談可能
それ以外の場合→弁護士を紹介いたします!

お申込・お問合せは…青森県弁護士会 弘前支部まで
TEL 0172-33-7834

クロスワードに挑戦!

タテ・ヨコの問題を解いていき、A～Dの文字を探してここにはを見つけてね!

ヒント 米粉、砂糖、水を練り上げて作る色鮮やかなお菓子。つがるの宝にも認定



【タテの問題】

1. 季節の変わり目で、豆まきをする日
2. 絶体絶命の窮地で弱い者が逆襲。○○○○
3. 銀行などにお金を預ける
4. 何も考えられなくなること。頭が○○○○になる
5. 植物の美などで早く成熟する品種
6. 官庁などに一定の事柄を申し出ること。所得を○○○○する
9. 頭角を現す者は、とかく他人から憎まれ邪魔をされる。出る○○は打たれる
10. 広報つがるでドクターがアドバイスを紹介するコーナー。健康○○○○
11. 嘘をついたら○○様に舌を抜かれるよ
12. 桃太郎の家来は、キジと犬と○○
13. 中華人民共和国の首都
14. 個人の利益のこと。↑公益
15. ひいき目で見れば、どんな欠点でもよく見える。○○もえくぼ
16. 議論する(い)つ

【ヨコの問題】

1. 組織や集団において、役員や代表者を投票などによって選出すること
4. 力士が相撲を取るときに身につけているふんどし
7. 雪を丸めてぶつけ合う遊び
8. ○○○シユガーは黒砂糖のこと
9. 自分は表舞台に出ず、裏から計画したり指示したりして、影響力を行使する人
12. 分厚い皮膚に覆われ、頭部には硬い角を持つカバに似たほ乳類
13. 鉛筆
15. 人類初の月への有人宇宙飛行計画。○○
17. 金銭などを出し惜しみしない、けちけちなこと。○○○がよい
18. 吹奏楽部で有名な柏市立柏高等学校のある県
19. 液体が気体に変わること
20. 意味が対照的なことは。○○○語⇕類義語・同義語

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名の方に「つがるちゃんマグカップ」をプレゼントします。(2月24日締切 ※当日消印有効)

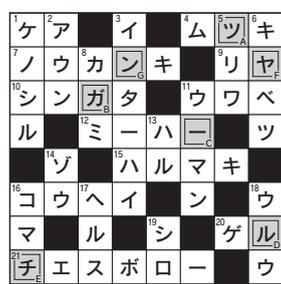
応募先: 〒038-3192 つがる市役所 秘書広報課 広報広聴係まで

1月号の答えは「ツガールちゃん」でした。

81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)

木村キヨエ(木造)、木村千穂子(森田町)、工藤亜紋(木造)、黒滝鈴(稲垣町)、山崎テコ(稲垣町)



CIR Column 国際交流員 コラム



想い出のジンジャーエール

皆さんは、私と少しの時間を過ごしただけで、すぐ私が食べ物に興味があることに気付くと思います。料理を作るのはまだ下手ですが、食べることは好きです。特に、新しいものを食べることが大好きです。それは、小学生のころ毎週金曜日になると両親が市内のさまざまなエスニックレストランに連れていってくれたおかげです。だから、どこかへ旅行するときは、名物を食べたり、食べ歩きをしたりして楽しみます。

初めて日本に来た時、日本の料理や食文化について、いくつか驚いた事がありました。一つは、アメリカにはパンをたくさん食べる人が多いので、たいがい薄いパン20枚入りで売っています。日本に来たばかりのころ、アメリカでは見たこともない4枚入りの厚い食パンが売っていることに驚きました。そして、食べてみるとすごくもちもちしていました。もう一つびっくりしたことは、朝食に洋風の朝食を注文した時、サラダが付いていたことです。アメリカでは朝ご飯に野菜を食べないので、朝からサラダということにとても驚きました。

さて、日本人に「アメリカ料理ってどういう感じですか?」とよく聞かれますが、なかなかうまく答えられません。なぜならアメリカでよく食べられている物はほとんど他の国々に影響されているからです。例えば、ミネソタ州セントポールの市民はよく中国料理、イタリア料理、日本料理、インド料理などを食べに行きます。私は友達と食べに行くとき、たいがいタイ料理にします。(実家の近くに安くておいしいタイ料理屋さんがあります。)

家で食事をするとき、何を食べるかは、家族によって当然違います。私の家では、朝ご飯は牛乳をかけたシリアルを食べます。

また、週末にはパンケーキを作ってメープルシロップをかけて食べます。そして、昼ご飯はよくとろとろにこけたチーズのホットサンドイッチを食べ、夕ご飯にはフランス料理であるキッシュをはじめ、ドイツのストロガノフやベトナムの春巻きなどの様々な国の料理を食べます。(母はいつも料理の雑誌を読み、新しいものに挑戦しています。)

食文化は国によって違うのが当たり前ですが、どんな味がおいしいかは人それぞれだと思います。例えば、納豆が嫌いな日本人もいますし、パンをあまり食べないアメリカ人もいます。また、アメリカ人にしろ日本人にしろ、あまり食べたことがない料理は、すぐには好きになれないことが多いと思います。私は甘い物が好きで、日本の「あんこ」も好きです。しかし、「あんこ」が好きじゃない外国人の気持ちも理解できます。なぜなら、初めてあんこを食べたときは、その舌触りに慣れていなかったからです。少ししか食べられなかったからです。日本人は小豆をデザートで食べても何も違和感がないと思いますが、アメリカ人としては豆はしょっぱいものだというイメージがあるので、デザートとして出てくるのが考えられません。

それから、食べ物のおいしさは味や食感で決まるだけではなくて、思い出しによる場合もあると思います。例えば、私は困ったときや気分が悪いとき、よくジンジャーエールを飲みます。それは、子どものとき病気になる親がジンジャーエールをくれたからです。ジンジャーエールを飲むと、親の優しさを思い出して、安心できるので。けれども、ジンジャーエールを飲んでいて私を見かけても、心配しないでください! 困っていないときでも飲みますから!

国際交流員 ストリンズ・インガ

つがる市 社会福祉協議会 社協からののお知らせ

平成27年2月

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：3月11日(水)〈毎月第2水曜日〉

時 間：午後1時から4時まで

場 所：木造福祉交流センター「相談室」

料 金：無料 ※相談は予約が必要です。

問い合わせ先 つがる市社会福祉協議会木造支所 (TEL 42-4660)



社協の情報コーナー 「生活福祉資金貸付制度」

低所得世帯・障がい者世帯等を対象に、市町村社会福祉協議会（各支所で対応いたします。）が窓口となって、青森県社会福祉協議会が審査、資金貸付を行っている制度です。

- 資金の種類** / 更生資金（技能修得費など）、福祉資金、療養・介護資金、教育支援資金（高校・高専・短大・大学、条件を満たした専修学校）、総合支援資金（離職者等が対象）等
※貸付条件、限度額、償還期間は資金の種類等で異なります。
- 基本要件** / ①世帯単位の貸付 ②原則として連帯保証人が必要 ③民生委員の相談援助が前提
④他制度優先 ⑤支払い済みの経費は対象外
- 貸付利率** / 保証人あり無利子 保証人なし年1.5% ※療養・介護資金、教育支援資金は無利子
※教育支援資金は他制度（日本学生支援機構、金融機関の教育ローン等）を申し込み後、非採用の場合に、受付いたします。なお、母子・寡婦世帯については、別制度「母子寡婦福祉資金」の対象となりますので、詳細はお問い合わせください。
- 問い合わせ先** / 最寄りの社会福祉協議会各支所へご相談ください。

研修会のお知らせ

参加者募集！西北五地区ボランティアネットワーク事業

「みんなができることって何だろう」

■**日時** 3月7日(土) 10:00～13:30

■**会場** 五所川原市地域福祉センター「多目的ホール」

■ 日程	9:40～	受付
10:00～ 11:30	第1部「研修会」 講演「姉妹都市岩手県宮古市の復興支援(仮)」 講師 黒石市ボランティア連絡協議会 中田 和道氏 パネルディスカッション 五所川原市・つがる市・中泊町のボランティア連絡協議会の会員より発表	
12:00～ 13:30	第2部「交流会」	

■**参加者** ボランティアに関心のある方は、どなたでも参加できます。

■**参加定員** 100名（人数に限りがありますので、最寄りの社会福祉協議会へお問い合わせください。）

■**参加費** 研修会は入場無料ですが、交流会は500円になります。

■**その他** 展示、体験、販売コーナーもあります。

■**主催** 五所川原市ボランティア連絡協議会・つがる市ボランティア連絡協議会・中泊町ボランティア連絡協議会・西北五管内社会福祉協議会

【問い合わせ先】 つがる市社協木造支所(つがる市ボランティア連絡協議会事務局) 電話42-4660

※このページは有料掲載になっています。

我が家の アイドル

2月生まれの子ども (平成27年1月現在)

	男の子	女の子	計
1歳	3人	7人	10人
2歳	10人	8人	18人
3歳	8人	5人	13人



なかむら きい な
中村季依花ちゃん
H25. 1. 12生(木造朝日)



いし おか しん どう
石岡 芯道くん
H25. 1. 23生(木造若緑)



おさ ない み こ
長内 心虹ちゃん
H26. 2. 9生(稲垣町豊川)



さい どうしゅう た
齊藤 柁太くん
H25. 2. 21生(木造兼館)



す とう の あ
須藤 乃愛ちゃん
H24. 2. 29生(森田町山田)



むな かた れん
棟方 廉くん
H24. 2. 6生(木造越水)



は せ がわ ゆう ま
長谷川 裕麻くん
H25. 2. 15生(木造越水)



か が や ゆう じ
加賀谷 勇司くん
H25. 2. 27生(木造朝日)



た む ら れ い あ
田村 莉愛ちゃん
H25. 2. 22生(稲垣町吉出)



さわ だ きょう か
澤田 京佳ちゃん
H25. 2. 8生(森田町中田)



なか む ら い しん
中村 魁心くん
H24. 2. 26生(木造平滝)



た て や ま る か
館山 瑠花ちゃん
H25. 2. 13生(柏桑野木田)



は ら み づ き
原 美月ちゃん
H24. 2. 23生(柏桑野木田)

4月生まれ 写真募集中

対 象 平成27年4月に1、2、3歳の誕生日を迎える市内在住の子

掲載内容 子どもの写真、氏名(ふりがな)、生年月日、住所(地区のみ)

応募方法 ①子どもの写真1枚(プリントまたはデータ)に、②子どもの氏名(ふりがな)、生年月日、性別、住所、保護者氏名、電話番号を記入したものを添えて2月27日までに郵送、持参、メールでご応募ください。 ※応募者多数の場合は、抽選となります。

【応募・問い合わせ先】〒038-3192 つがる市役所 秘書広報課 電話42-2111(内線557) メール koho@city.tsugaru.aomori.jp

『つがる市合併10周年記念』オリジナルフレーム切手販売中

日本郵便株式会社が、市の合併10周年を記念しオリジナルフレーム切手を限定販売しています。

フレーム切手は、旧町村の観光資源や風景などの写真を使用し、市の魅力をPRするもので、1シートが82円切手10枚、1230円で販売しています。切手は通常の82円切手として使用できます。

1000シート限定の販売となりますので、お早目にお買い求めください。

【販売場所】市内の各郵便局(ただし簡易郵便局は除く)
市役所企画調整課(市役所2階) および各出張所

【問い合わせ先】木造郵便局 電話42-3340 市役所企画調整課 電話42-2111(内線352)



切手見本

市の人口と世帯数(平成27年1月31日現在)・人口35,004人(男16,542人・女18,462人)・世帯数13,574世帯