



喧嘩太鼓が鳴り響く

つがる市ネブタまつり

7月26日(日)～28日(火) 木造町内

7/26(日)19:00 出陣式 (商工会前イベント広場)
7/27(月)18:30 合同運行 (尾野病院前、警察署前発)
20:00 喧嘩太鼓の競演 (商工会前イベント広場)
7/28(火)19:00 合同運行 (かっぱ広場前)

【問い合わせ先】 つがる市ネブタまつり実行委員会 (つがる市商工会内) 電話42-2449
ホームページ <http://www.aomorishokoren.or.jp/shokokai/tugaru/>



第26回チェスボローカップ水泳駅伝

8月1日(土)2日(日) マグアビーチ(車力漁港隣)

8/1(土)各種イベント

10:30 舞踊ショー 車力京和会
11:45 歌謡ショー
(山川大介、白川武則)
13:00 津軽民謡手踊り
(工藤まんじ一行)
15:00 ビンゴゲーム
その他催し物、出店あります

8/2(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
・ジュニアクラス
・オープンクラス



【問い合わせ先】 商工観光課 電話42-2111 (内線431)



つがる市メロン・スイカフェスティバル

8月9日(日) 10:00～ つがる地球村



全国でも有数の産地となっている市産のメロン・スイカを出荷団体から直接お買い求めいただけます。会場では工夫を凝らしたさまざまなイベントやゲームなども用意。ご家族やご友人をお誘い合わせの上、1日中お楽しみください。



【問い合わせ先】 つがるブランド推進会議 (つがる市地域ブランド対策室) 電話42-2111 (内線418)

フラット夏まつり

日時 7月26日(日) 10時～19時
場所 むらおこし拠点館フラット



BIGなビンゴゲーム、
楽歌声の会、生バンド演奏、
よさこい「AOMORI花嵐桜組」、
その他イベント多数

【問い合わせ先】 むらおこし拠点館フラット 電話69-5215

つがる市盆踊り大会

みんなで広げよう交流の輪



日時 8月15日(土)18:30～
場所 イオンモールつがる柏駐車場

【問い合わせ先】 盆踊り大会実行委員会 (中野) 電話25-3820

つがる市合併10周年記念

千葉県柏市立柏高等学校吹奏楽部特別公演

つがる市合併10周年を記念して、姉妹都市・千葉県柏市から市立柏高等学校吹奏楽部一行約280名が来市し特別公演を行います。なお、当公演に地元木造高等学校吹奏楽部も出演します。

日程 8月29日(土)

場所 つがる地球村円形劇場

時間 18:00開演 (16:30開場)

※入場券は、7月15日(水)より企画調整課・つがる出張所・稲垣出張所・車力出張所で無料配布いたします(1人5枚まで)。数に限りがありますので、あらかじめご了承ください。



柏市立柏高等学校吹奏楽部

全日本吹奏楽コンクールや全日本マーチングコンテストの出場常連校で、数多くの金賞を受賞。昨年の全日本高等学校吹奏楽大会では2年連続のグランプリに輝きました。

【問い合わせ先】 つがる市姉妹都市協会事務局 (つがる市企画調整課) 電話42-2111 (内線353)

市民プールを開放します

場所 旧柴田小学校プール

開放期間 7月22日(水)～8月11日(火)※土、日休み。最終日は午前のみ

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) 開放期間中(土、日を除く) 毎日運行



午前	行き	瑞穂小発	8:50	→	向陽小発	9:00	→	松の館発	9:10	→	市民プール着	9:20
	帰り	市民プール発	11:45	→	松の館発	11:55	→	向陽小発	12:05	→	瑞穂小着	12:15
午後	行き	瑞穂小発	13:00	→	向陽小発	13:10	→	松の館発	13:20	→	市民プール着	13:30
	帰り	市民プール発	15:15	→	松の館発	15:25	→	向陽小発	15:35	→	瑞穂小着	15:45

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



出来島海水浴場、マグアビーチ

7月19日(日)～8月16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)

第11回つがる地球村一周マラソン大会

日時 10月12日(月) 9:00スタート

会場 つがる地球村 (開会、閉会式: スポーツパーク相撲場)

参加料 ・一般 1人2,000円 ・小学4年生から高校生 1人 1,000円

・ファミリー (2名以上の家族。子どものみは不可) 1家族 1,500円

距離区分 3km、5km、10km、1.5km (ファミリーの部)

申込期限 8月31日(月) 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)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) インターネット (<http://runnet.jp/>) よりお申し込みください。

※(2)(3)の申込手数料はご負担願います



Jチップにてタイムを計測します

【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://www.tsugaru-taikyou.jp/>

児童扶養手当「現況届」の提出

児童扶養手当を受給されている方には、所得額および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月末に郵送いたしますので、必要事項を記入の上、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3日(月)～8月31日(月) (土日を除く)

持参するもの ①児童扶養手当証書 ②現況届用紙 ③印鑑 ④世帯全員の住民票(同居している家族全員分)
⑤平成27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27年度所得課税証明書
⑥その他必要書類(5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 福祉課、稲垣出張所、車力出張所 (つがる出張所では受け付けしていません)

【問い合わせ先】 福祉課 電話42-2111 (内線233)

「その他の紙」のリサイクルにご協力ください

菓子類やティッシュペーパーの空き箱、包装紙などの「その他の紙」は、紙箱や本の表紙、トイレトペーパーなどにリサイクルされる貴重な資源です。

青森県では、「紙ごみ」リサイクルの取り組みが遅れており、リサイクル率は全国平均の約7割にとどまっています。ごみの減量や限りある資源の有効利用のため、リサイクルにご協力ください。

このような紙類が「その他の紙」です

タバコ・食品の箱 贈答品の紙箱 封筒・ダイレクトメール 名刺 手さげ袋
ティッシュの箱 缶ビールなどの紙パック ラップの箱・芯 トイレトペーパーの芯 包装紙

窓付きはとる ビニールはとる

その他の紙の収集日に出してください

【問い合わせ先】 環境衛生課 電話42-2111 (内線281・282)

平成27年度つがる西北五広域連合職員採用試験

職 種	受 験 資 格	試験日・受付期限・試験場所等
看護師(助産師含む)、認定看護師(救急看護・緩和ケア・糖尿病看護)【18名程度】	昭和56年4月2日以降に生まれた方で、左記職種の免許を有する方または平成28年6月30日までに免許を取得する見込みの方	試験日 9月20日(日) 受付期限 8月25日(火) 試験場所 つがる総合病院 内 容 ①教養試験 ②作文試験 ③面接試験 ④書類審査 採用日 平成28年4月1日以降
薬 剤 師【7名程度】		
臨床検査技師【2名程度】		
理学療法士【3名程度】		
作業療法士【1名程度】		
診療放射線技師【2名程度】		

※採用試験案内はホームページ(<http://www.tsgren.jp/>)から入手できます。また、つがる西北五広域連合病院運営局人事課、かなぎ病院、鱈ヶ沢病院、つがる市民診療所、鶴田診療所でも配布しています(平日8:30～17:00)。

【お問い合わせ先】 つがる西北五広域連合病院運営局人事課 電話0173-26-6363

広 告

「買う」も「借りる」も 気がるにらくみコース
補聴器ならパリミキで!!

3,240円からの貸出補聴器 小型 耳あな型 Beltone

おなかがおすめ!

- 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



パリミキ イオンモールつがる柏店 Tel.0173-25-3417

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) 光代行者 よろしと 0173-34-9871

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(木) 9:30~14:30

場所	親子料理教室(恵方巻)	松の館 調理室
	メロン収穫体験	木造越水地区

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 市内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

※参加料持参の上、7月28日(火)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)

金婚・ダイヤモンド婚を迎えられたご夫婦へ

「つがる市福祉顕彰式」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、福祉課または稲垣、車力出張所へお申し出ください。

受付期限 8月4日(火)

開催日 9月1日(火)

場所 松の館

〈金婚〉

昭和40年1月1日~12月31日の間に結婚の届出をされたご夫婦

〈ダイヤモンド婚〉

昭和30年1月1日~12月31日の間に結婚の届出をされたご夫婦

【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46-2111 車力出張所 電話56-2111

「つがる市食産業ネットワーク未来プロジェクト」全体研修会

つがる市食産業ネットワークでは、安全な商品を製造・供給するためのリスク管理についての研修会を開催します。参加は無料、どなたでもご参加できます。この機会に一緒に勉強してみませんか。

日時 7月28日(火) 13時30分~15時30分 (講演終了後15時30分から個別相談会も実施します)

開催場所 つがる市生涯学習交流センター「松の館」B会議室

テーマ 「食ビジネスにチャレンジするために知っておくべきこと」

講師 加藤哲也氏(ケイ・シグナル 代表/青森県よろず支援拠点 コーディネーター)

参加料 無料 どなたでも参加できます **申込締切** 7月21日(火)

申込方法 The企画エルサーチ(株)までFAX(017-718-1609)でお申し込みください。

【お問い合わせ】 The企画エルサーチ(株) 電話017-718-1607(担当:対馬)

つがる市食産業ネットワーク(つがる市農林水産課) 電話42-2111(内線414)

つがる市食生活改善推進員の 健康レシピ

ビタミンサラダ

エネルギー：77kcal、塩分0.2g



【材料】4人分

ジャガイモ	100g
ブロッコリー	60g
アスパラ	40g
トマト	100g
マヨネーズ	大さじ2
トマトケチャップ	大さじ1
酢	大さじ1/2
こしょう	少々

【作り方】

- ①ジャガイモは皮をむいて一口サイズに切る。ブロッコリーは小房に分ける。アスパラは、ななめ3cm幅に切る。トマトは食べやすい大きさに切る。
- ②ジャガイモ、ブロッコリー、アスパラを茹でる。
- ③マヨネーズ、トマトケチャップ、酢、こしょうを混ぜる。
- ④器に②の野菜、トマトを盛り付け、③をかける。

彩りよく、ビタミン豊富なサラダです。ブロッコリーなどに多く含まれるビタミンCは、皮膚の粘膜の健康維持に役立ち、さらにストレス抵抗力を強化し、鉄分の吸収を補助します。

広 告

カイロ in エステ 楽しく空 (完全予約制)

5周年記念キャンペーン実施中!!

骨盤調整+整体 4,200円を 2,000円 **一日先着 3名様限り**

小顔矯正+エステ 12,000円を 3,500円

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)

資格取得者
随時募集!!

zenkenkai



広 告

なるみ福祉タクシー

病院、買い物、
娯楽などを
送迎します



つがる市柏広須藤枝10-2
長福寺向かい

電話25-2534