

平成29年
2月26日執行

つがる市長選挙の立候補予定者説明会

日時 1月20日(金) 14時 場所 市役所3階 会議室

●平成29年3月12日任期満了に伴う選挙の日程
選挙期日 2月26日(日) 告示日 2月19日(日)

【問い合わせ先】
つがる市選挙管理委員会 電話42-2540

期限付き臨時職員募集のお知らせ

職 種	一般事務
募集人員	3人程度
応募要件	パソコンによるエクセル、ワードの事務ができること
勤務内容	選挙事務補助
勤務場所	つがる市選挙管理委員会(市役所3階)
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	1月23日(月)～2月22日(水)
賃 金	時給750円(毎月末締め、翌月21日支給)
休 暇	1日
各種保険等	雇用保険

- 応募方法
履歴書1部(市販の用紙を使用・写真貼付)を下記へ郵送または持参
- 受付期間 1月10日(火)～1月16日(月)
※郵送の場合は1月16日(月)必着
- 受付時間 8時30分～17時15分
- 選考方法 面接
- 面接予定日 1月18日(水)10時
- 面接場所 つがる市役所内

【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

お子さんの成長に必要な予防接種 忘れずに接種しましょう

市では、指定医療機関において、接種対象年齢のお子さまへ無料(市負担)で麻しん・風しん等の予防接種を実施しています。期間を過ぎてしまいますと、自己負担となりますのでご注意ください。

種 類	MR(麻しん・風しん)Ⅱ期	二種混合(ジフテリア・破傷風)
対 象	5歳以上7歳未満で小学校に入学する前の1年間にある幼児 (平成22年4月2日～平成23年4月1日生)	小学校6年生 (平成16年4月2日～平成17年4月1日生)
接種期間	平成29年3月31日まで	
接種費用	無料(接種期間を過ぎると自己負担になります)	
接種医療機関	市が指定する指定医療機関(平成28年広報4月号またはホームページで確認できます)	
持 ち 物	●予診票(出生時、または転入時に個別に配布済み) ●母子健康手帳	●予診票(平成28年4月に小学校を通して配布済み) ●母子健康手帳

【問い合わせ先】健康推進課 電話42-2111(内線304)

市税等は納期内に
納めましょう

1月は

- 「国民健康保険税」第7期
 - 「介護保険料」第7期
 - 「公共下水道使用料」
 - 「利用者負担額(保育料)」
 - 「後期高齢者医療保険料」第7期
 - 「住宅使用料」
 - 「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。

【問い合わせ先】収納課 電話42-2111(内線222)

広 告



初心者にやさしい
パソコン塾

新規生徒さん募集!!

- ・1講座(50分) ¥1,080(税込)
- ・好きな日、時間が選べます。
- ・あなたのペースでゆっくり、じっくり習得できます。

※受講時間/火～金(10:00～13:50)土・日・月曜/祝日休み

0120-868-003

詳しくはホームページで

市民パソコン塾 検索

イオンモールつがる柏校



つがる市稲盛幾世41 イオンモールつがる柏1F

広 告

現地確認
見積り無料 屋根・外壁のリフォーム・塗装



新春のお慶びを申し上げます
屋根・外壁リフォーム専門店 電話は今すぐ、こちらから
アートリフォーム株式会社 0173-33-4713 Google アートリフォーム
五所川原市七ツ館虫流51-29 担当 前田まで「増改築相談員のいるお店」

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

●保険料は納期限内に納めましょう

- ・保険料を滞納すると、通常より有効期限が短い保険証（短期被保険者証）が交付されることがあります。
- ・納付書でお支払いの方は便利で確実な口座振替をご利用ください。

●事故にあったとき（第三者行為による傷病届等について）

交通事故およびけんか等、第三者の行為による負傷で、健康保険で治療を受けたときには「第三者行為による傷病届」を市役所国民健康保険課後期高齢者係へ提出してください。

●「いきいき健康づくりのために」パンフレットが新しくなりました！

パンフレットは国民健康保険課で配布しています。また、新規の被保険者には、保険証に同封します。

【問い合わせ先】 つがる市国民健康保険課 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



第33回「つがる市くらしの工夫展」

つがる市の生活改善グループや農村女性団体等が一堂に会し、くらしの知恵や生活技術を交換するとともに、つがるブランド農産物のおいしい食べ方の紹介や、自慢の農産物・加工品等を即売します。

日 時 2月3日（金）10時～14時10分

場 所 生涯学習交流センター「松の館」

ー主な内容ー

●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）

●農村女性たちのアトリエ（作品展示）

●加工品等の即売コーナー、木造女性会活動コーナー

●食生活改善推進コーナー、健康推進コーナー

●下水道・農業者年金・農業共済PRコーナー

●KOS・生活改善グループ・農業普及振興室活動紹介コーナー

●講演会 演題「今を生きる」講師 徳蔵寺住職 倉内泰雄氏

※作品の出品説明書は、普及振興室分室・つがる市農林水産課窓口にも準備しておりますので、多数の出品をお願いします！



【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）

「新商品試食評価会」を開催します

つがる市では6次産業化の取り組みを推進するための一環として、新商品づくりや既存商品のブラッシュアップに取り組んでいます。3年目となった今年も、おいしい商品ができましたので、その成果のお披露目と試食会を兼ねて「新商品試食評価会」を開催致します。日程等詳細は下記のとおりです。

開催日時 2月7日（火）11時から13時

場 所 木造農村環境改善センター（つがる市木造千年33）

募集人員 市内在住で20歳以上の男女30人

申込方法 ①住所 ②氏名 ③性別 ④年齢 ⑤電話番号を明記の上、下記の方法でお申し込みください。

FAX 017-718-1609 **Eメール** info@lsearch.jp

はがき 〒030-0823 青森市橋本2丁目14-2 豊ビル1階 The企画エルサーチ（株）

申込締切 1月26日（木）先着順

主 催 つがる市食産業ネットワーク（つがる市農林水産課 電話42-1109）

委 託 先 The企画エルサーチ（株）

**参加料
無 料**

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

世代を超えて親睦深める 市民スポーツ大会

今年度の市民スポーツ大会が10月から12月にかけて市内各地の運動施設で開催され、7競技に705人が参加しました。

参加者は世代を超えての交流試合や白熱した熱戦を繰り広げ、心地よい汗を流しながら親睦を深めていました。各競技の優勝は次のとおりです。(敬称略)

ゲートボール

柏総合体育センター多目的運動場
9月30日(金)、10月7日(金)

- 小学生の部 第1位 山本チーム
- 10月9日(日)
- 一般の部 第1位 三ツ館

グラウンドゴルフ

銀杏ヶ丘公園
10月7日(金)

- 愛好者の部 第1位 佐々木 富雄
- 一般の部 第1位 岩上 徹

ニチレクボール

稲垣体育館
10月15日(土)

- 第1位 繁田

ボウリング

イオンモールつがる柏サンサンボウル
11月6日(日)

- 一般の部 第1位 中村 宏
- 小学生の部 第1位 小山内 涼

ソフトバレーボール

稲垣体育館、稲垣体育センター
11月20日(日)

- 男子の部 第1位 稲垣中学校A
- 女子の部 第1位 稲垣A
- 混合の部 第1位 稲垣B
- 小学高学年の部 第1位 稲垣ジュニアSP
- 小学低学年の部 第1位 稲垣ジュニアJr



卓球

木造体育センター
11月26日(土)

- ラージボール団体 第1位 つがる卓球クラブA
- ラージボールダブルス 第1位 木村 協子・渡辺千恵子
- ラージ男子シングルス 第1位 長内 忠博
- ラージ女子シングルス 第1位 今 栄子
- 小学生男子団体 第1位 瑞穂小学校A
- 小学校女子団体 第1位 小泊小学校B
- 小学男子シングルス 第1位 工藤 大全(穂波小)
- 小学女子シングルス 第1位 高橋 きらら(穂波小)

11月27日(日)

- 一般団体 第1位 卓球スタジオEgo
- 一般ダブルス 第1位 山谷 仁生・齊藤 聖陽
- 一般男子シングルス 第1位 山谷 仁生
- 一般女子シングルス 第1位 成田 光

バスケットボール

木造中学校体育館
12月4日(日)

- 第1位 丹代会

森田公民館公開講座 『つがる市の昔話と文学』

講師 日本口承文芸学会会員 佐々木 達司氏 (稲垣町出身)

昭和3年、竹内俊吉の昔話発表、戦後、北沢得太郎の昔話集などによって、つがる市の昔話数は県内第一となった。この二人と鈴木喜代春との出会いから、『十三湖のぼば』『北の海の白い十字架』などの名作が生まれた。その交流と作品が生まれた背景を語る。

日時 1月21日(土) 13時30分

場所 森田公民館 大ホール

入場無料、申し込み不要、お気軽にご来場ください。

【問い合わせ先】 森田公民館 電話26-2566

家族そろって 交通災害共済 に加入しましょう

2月1日(水)から加入受付開始!

●会費

1人350円

●共済期間

平成29年4月1日から平成30年3月31日までの1年間

●申込先

総務課、稲垣出張所、車力出張所、つがる出張所(イオンモールつがる柏内)

●申込書

加入票を1月下旬に各ご家庭へ配布します。

地区によっては、2月から3月まで団体加入協力員が各ご家庭を訪問します。

申込後、控えは紛失しないよう大切に保管してください。

●留意事項

①幼・保・小・中学生等については、学校単位で受け付けしますので二重加入にご注意ください。

②平成29年度から支給制度が新しくなります。

◆見舞金等級が10から4等級へ(早期受給可能)

1等級 死亡	100万円
2等級 後遺障害	50万円
3等級 重症(30日以上の治療)	7万円
4等級 軽傷(30日未満の治療)	3万円

◆交通事故証明書が必須書類になります

見舞金請求の際、相手方がいない自損事故・自転車・バイク等の転倒による請求であっても交通事故証明書が必要となりますので、**警察署に届け出してください。交通事故証明書がなく、事故申立書による請求の場合は、等級に関わらず「特例給付金」として1万円の支給となります。**

③その他、新支給制度の詳細については、毎戸配布される「チラシ」「加入票」でご確認ください。

●受付開始

2月1日(水)から随時

【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(つがる市総務課内) 電話42-2111(内線342)



つがる市食生活改善推進員の健康レシピ

ごぼうのコロコロサラダ

エネルギー 182kcal 塩分 0.9g



マヨネーズでさっと和えるだけの手軽なサラダです。美味しく仕上げるポイントは、材料の水気をよく切り、冷蔵庫でよく冷やしてから食べることです。ごぼうは食物繊維たっぷり、お腹の働きを助けてくれます。

【作り方】

- ① ごぼうは皮をこそげおとし、1センチのいちょう切りにし、酢を少量加えた水で柔らかく茹で、熱いうちに酢、塩各少量で軽く下味をつける。
- ② きゅうりは1センチ角に切り、それぞれ塩水に浸けてしんなりさせる。
- ③ ハムは1センチ角に切り、茹で卵はざく切りにする。
- ④ 水気をよく切った材料ととうもろこしを合わせ、マヨネーズで和え、冷蔵庫で冷やす。

【材料】4人分

- ごぼう・・・1/2本
- セロリ・・・1/2本
- きゅうり・・・1本
- ハム・・・4枚
- とうもろこし(缶詰)・・・大さじ4
- マヨネーズ・・・大さじ4
- 茹で卵・・・1個
- 酢・・・少量
- 塩・・・少量

広 告

杉山塗装

代表 杉山勇太

塗装工事一式

塗装のことならなんでもご相談を

つがる市木造川除鷲爪4-23

TEL/FAX 0173-26-7065 携帯 080-5573-4037

広 告

カイロ in エステ **楽らく空** (完全予約制)

背骨&骨盤のゆがみ直しましょう!

骨盤矯正+整体 4,200円を **2,500円**

小顔調整+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!! ヒトとカイロのまんなかに zenkenkai

