

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）

●8月25日(金)10時～15時

▽木造農村環境改善センター
行政相談委員 川嶋 久利氏

（森田会場）

●8月18日(金)、9月15日(金)10時～12時

▽森田公民館
行政相談委員 佐藤 朋子氏

（稲垣会場）

●8月23日(水)、9月20日(水)10時～15時

▽稲垣公民館
行政相談委員 佐々木富雄氏

（車力会場）

●8月25日(金)10時～15時

▽車力ふれあい会館
行政相談委員 鎌田 常芳氏

●市民課（内線266）

いっしょの相談

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、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、ひきこもりなどの悩みを抱えている方は、一人で悩まず

（お知らせの見方）
●申し込み 園間い合わせ
●申請 申し込み・問い合わせ
●ホームページ
●eメール

に、ご相談ください。

つがる市の保健師による相談

●日時▽8月25日(金)、9月5日(火)10時～15時

●場所▽つがる市健康推進課相談コーナー

※事前に申し込みをして下さい。

●申請 健康推進課（内線306）

保健所の嘱託医および精神保健福祉相談員による相談

●相談日▽8月25日(金)、9月8日(金)

●受付時間▽13時～14時

●場所▽五所川原保健所（五所川原市末広町14）

※電話等により事前の予約をお願いします。

●申請 五所川原保健所健康増進課精神保健福祉担当

電話 34-21108
FAX 34-7516

健康相談

健康診断の結果に関すること、健康づくりに関すること、子どもの発育・発達に関することなど、保健師が相談をお受けします。お気軽にご相談ください。

●日時▽8月18日(金)、8月21日(月)、8月23日(水)、8月29日(火)、8月31日(木)、9月1日(金)、9月4日(月)、9月6日(水)～9月8日(金)、

9月11日(月)、9月13日(水)～9月15日(金)、9月19日(火)、9月21日(木)10時～11時30分

●場所▽つがる市市民健康づくりセンター

※やむを得ず中止となる場合がありますので、事前にお問い合わせください。

●申請 健康推進課（内線307）

献血

献血にご協力ください

●9月10日(日)10時～11時45分、13時～16時30分マイオンモールつがる柏

●申請 健康推進課（内線303）

税

個人事業税の納付について

個人事業税は、物品販売業、請負業、不動産貸付業、医業、理容業などの事業を営む個人の方に、原則として前年中の事業の所得をもとに課税される県の税金です。

県税部から送付される納税通知書により、8月と11月の2期に分けて納めていただきます。

今年度の第1期分の納期限は8月31日(木)です。納期限までに、お近くのコンビニエンスストアや金融機関で納付してください。

●申請 西北地域県民局県税課課税課
電話 34-2111（内線208）

消費税の軽減税率制度に関する説明会開催のご案内

五所川原税務署では、事業者の方を対象として、消費税の軽減税率制度に関する説明会を開催します。多くの事業者の方に関係のある制度ですので、ぜひ説明会にお越しください。なお、会場の都合上、席に限りがありますことを予めご了承ください。

●日時▽9月27日(水)10時～11時30分

●場所▽松の館
五所川原税務署
電話 34-3136

募集

トレーニングルーム体験会

健康づくりのために運動を始めてみたい方、運動初心者の方を対象に開催します。マシンを使って、有酸素運動や筋力トレーニングの体験が可能です。

●日時▽9月5日(火)、9月20日(水)午前の部9時30分～11時30分、午後の部13時30分～15時30分

●場所▽つがる市市民健康づくりセンタートレーニングルーム

●対象▽つがる市市民（医師より運動の制限をされていない方）

●持ち物▽運動しやすい服装、室内用の運動靴（外で使用したものは不可）、汗拭きタオル、飲み物

●定員▽午前・午後各15人
※定員になり次第締め切ります。

広 告



受験研究会

少人数制と個人教授実施！
高校・大学受験生、早いスタートでV

＜小4・5・6～中1・2・3～高1・2・3
英検・無料講座 公務員・初級三種コース＞

juukenkenkyukai.com 不可能を可能に！

〒037-0016 五所川原市字ツツ谷527-14 「赤～いりんの並木道通り」
TEL 0173(34)9682 FAX 0173(34)7691

広 告

株式会社 長内土木造園

代表取締役 長内 松雄

造園工事一式

○設計 ○施行 ○管理業務
○整枝剪定 ○伐採 ○草刈り

〒038-3304 青森県つがる市下車力町盛野83
TEL.0173-56-3131 FAX.0173-56-3132

- 申し込み▽8月18日(金)8時30分
から受け付けします。電話または来庁にてお申し込みください。
- その他▽
・ケガ等につきましては、自己責任となります。
- ・通院・服薬をされている方はお薬手帳を持参してください。
- 申込 健康推進課
(内線307、308)
- 日時▽9月6日(水)10時～11時30分
- 場所▽稲垣体育館
- 講師▽「健康運動指導士」
鬼武 由美子氏
- 対象▽稲垣・車力地区在住の方
(60歳代から80歳)
- 定員▽30名程度
- 持ち物▽室内履き、汗拭きタオル、飲み物
- ※講習中の事故は自己責任です。
ご了承ください。
- ※参加料無料、申し込み不要。
お気軽にご参加下さい。
- 申込 森田公民館
電話26-2566
- 平成29年度自衛官募集
- 航空学生
- 応募資格▽平成30年4月1日現在
在18歳以上23歳未満の方
- 1次試験日▽9月18日(月)
- 一般曹候補生
- 応募資格▽平成30年4月1日現在
在18歳以上27歳未満の方

- 1次試験日▽9月16日(土)
- 自衛官候補生
- 応募資格▽平成30年4月1日現在
在18歳以上27歳未満の方
- 試験日▽男性9月25日(月)、26日
(火)女性9月29日(金)
- ※受付期限はいつでも9月8日(金)
まで
- ※詳細はお問い合わせください。
- 自衛隊青森地方協力本部
五所川原地域事務所
電話35-2305
- その他
- 若がいり健康教室
- 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。皆さまの参加をお
待ちしています。
- 日時▽8月25日(金)、9月8日(金)
13時30分～14時30分
- 8月25日(金)は、やや詳しい内容
です。
- 場所▽つがる市民健康づくりセ
ンター
- 講師▽「健康運動指導士」
鬼武 由美子氏
- 内容▽「楽しく笑いながら!!」
ストレッチ、筋トレ、その場の
足踏み体操、姿勢調整ウォーキ
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、履物でご参
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
- 健康推進課(内線307)
- 認知症のひと家族の会
「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・専門職が、
情報交換したり悩みを話したりす
る場です。認知症により苦しんで
いるのは本人だけではなく家族も
一緒です。同じ悩みをかかえたも
の同士で一度話してみませんか。
- 日時▽9月15日(金)13時～15時
- 会場▽松の館 1階会議室B
- 対象▽認知症の方と家族の会会
員、認知症の方を介護する一般
市民、医療・介護専門職など
- 参加費▽無料
- 共催▽つがる市、公益社団法人
認知症のひと家族の会青森県支
部
- 事前申込▽不要
- 家族の会世話人 秋田谷
電話090-3648-4322
- 五所川原高等学校授業公開
- 生徒の授業の様子などを知って
もらうために、授業公開を次のと
おり行います。公開①～⑤の時間
内であれば、いつ来校されても自
由に参観できますので、是非お越
し下さい。
- 開催日▽9月11日(月)、12日(火)
- 時間▽【受付】9時30分～公開

- 終了まで随時【授業公開】①9
時40分～10時30分 ②10時40分
～11時30分 ③11時40分～12時
30分 ④13時15分～14時5分
⑤14時15分～15時5分
- 対象者▽中学生および保護者、
地域住民、在校生の保護者
- ※事前の申し込みは不要です。上
履きを持参してください。
- ※授業参観後、アンケートにご協
力をお願いします。
- ※お車でご来校の場合、混雑する
ことが予想されますのでご了承
ください。
- 五所川原高等学校
電話35-3073
- こそもりフェス開催！
子育て女性就職応援事業IN青森県
- 青森県が子育て女性を対象に
「働きたい！」を応援します！
今回は個別カウンセリングの告知
です。お仕事について、就職
活動について、気軽にお話をす
ることが出来ます。お買い物のつ
いでにお寄りください！
- 「こそもりカウンセリング」
日時▽8月16日(水)～8月18日(金)
11時～16時
- 場所▽イオンモールつがる柏
- 主催▽県商工労働部労政・能力
開発課
- 問合せより事務局(株)JMTCC
子育て女性就職応援事業運営局
電話0120-978-1726

装 一 美 藤

ペンキのお化粧屋

一級建築塗装技能士
一級鋼橋塗装技能士
職業訓練指導員
外壁アドバイザー

(代表) 藤田 一哉

責任施工・快適・安心・丁寧！
見積のお電話お気軽に！

※1.2ヶ月先の予約・来年の塗装予約もOK！

つがる市森田町森田月見野300-3 つぎみの団地37
TEL・FAX 0173-26-4341 携帯 080-6001-1760

第9回あおもり堆肥品評会 優秀賞受賞

有機堆肥販売

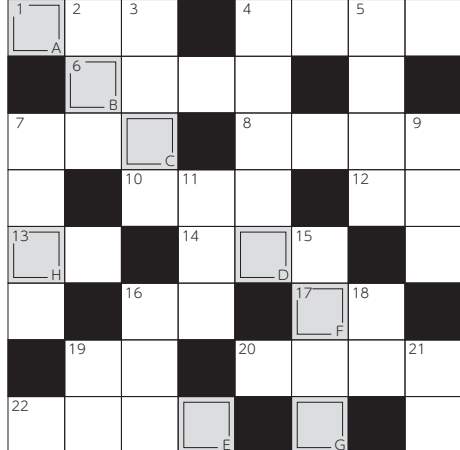
0173-46-3725

有限会社 光 堆肥センター FAX専用 0173-23-4012
つがる市稲垣町稲垣山97-1 (旧つがる市農業開発公社) 光代きよ 0173-34-9871

クロスワードに挑戦!

タテ・ヨコの問題を解いていき、AからHの文字を探してこの語を見つけてね!

ヒント 国際交流員。3年間おつかれさまでした。いつでも遊びに来てね!



【タテの問題】

2. 鱈ヶ沢の特産品。幻の魚
3. 事柄が起こりやすい割合。降水〇〇〇〇
4. 江戸時代の新聞
5. サイコロの六つの面の1から六までの点
7. 下級から中級武士には一人称として使われていた
9. 布団やダウンジャケットなどの中に使用されている
11. 得すること損すること。〇〇〇〇関係
15. 日本犬種の一つで山梨県原産の犬
16. 武家などで主君に仕える家臣のこと
18. 戦国大名、前田利家の妻の名前は?
19. パンダの主食は笹や〇〇です
21. りんごの王林とふじをわけあわせて誕生した品種

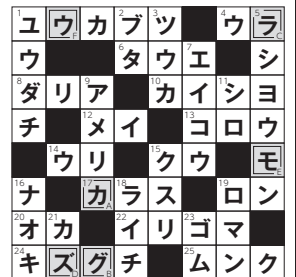
【ヨコの問題】

1. つがるちゃん頭の頭は〇〇〇〇の模様
4. 駅の出入り口や列車内で乗客の切符などを調べること
6. 江戸幕府は武家政権で〇〇〇〇幕府とも言う
7. 日本の行政府の長。内閣〇〇〇〇大臣
8. 牛やヤギなどを飼育し、乳製品などを生産する畜産
10. 魚を獲る場所。つがる市〇〇〇〇情報には車
12. 力漁港があります
13. 忘れないように書きとめておくこと
14. 落語などに登場する〇〇の油売り
16. 目の病気の診察や治療をする診療科
17. 天の川銀河とも呼ばれる天体の集団
19. 家族団らんのための部屋。茶の間
20. 山菜の王様と呼ばれる〇〇の芽
22. 人口衛生、宇宙船などの打ち上げ機先祖から子孫に至る一族の系統を書き記したもの

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名の方にトマトジュース「のんでみへんが」をプレゼントします。(8月25日締切 ※当日消印有効)

応募先: 〒038-3192 つがる市役所 秘書広報課まで

7月号の答えは
「カグラズモウ」でした。
 13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]
 工藤翔也(富范町)、佐藤洋子(稲垣町)、白戸清則(木造)、新岡照子(木造)、盛恵美子(森田町)



国際交流員 コラム

CIR Column

進むべく道



あ。どうも。インガです。私が執筆する広報つがるの最後のコラムです。「コラム、毎月読んでいますよ」と声をかけてくれた皆さんに、とても感謝しています。その優しいお言葉を受け、毎回面白い内容を探り、ますます頑張ることができました。

つがる市に来て3年たちましたね。この3年間を振り返ると、長いようで本当に短かったです。つがる市に到着した日のことを、いまだに覚えています。夏のわりには蒸し暑くなかったですが、東京からスーツ姿で飛行機に乗って、緊張も高まっていたので、汗だくでした。市長との挨拶が無事終わり、その後企画調整課に移動しました。そうしたら、どうも日本語に聞こえない言葉や耳にしました。誰が喋っているかを確認したら、なんとどう見ても日本人である2人の公務員でした。私が出会った幻の言語は、津軽弁でした。やっぱり、津軽弁を初めて聞くときは印象に残りますね。

言葉や習慣に慣れるまで少し時間がかかりましたが、皆さんが暖かく歓迎し、私を受け入れてくれました。そのおかげ、つがる市が第二の故郷になりました。今後の進路ですが、つがる市を離れ、生まれ育ったミネソタ州イーガン市に帰ることになりました。

ミネソタ州は、海から1000km以上離れていて、山もほとんどありません。また、作物も野生の動植物もつがる市と大きく違います。それなのに、ミネソタ州に帰ってもつがる市を近くに感じます。

ミネソタ州には、海はありませんが、湖がありとあらゆるところに見えます。家族と毎年行くスペリオル湖は、海のように見果てぬところまで広がっています。ミネソ

タでは、お米を栽培していませんが、ワイルドライスなら原住民の時代からずっと作っています。地元に戻ったら、つがる市のおいしいお米と、3年前の国際交流フェアで来場者の皆さんに作ったワイルドライススープを思い出します。

少し話が変わりますが、最後のコラムに何を書けばいいか、悩みに悩みました。その時に、同僚が力強い励ましの言葉を言ってくれました。「今年で終わりと聞いたとき、インガは、チャレンジをする人だと思いました」それを聞いた私が、とても驚きました。

私は今まで、チャレンジを求める人間とは、乗り越えられない壁を探し、それをぶち壊す人だと、なんとなく思っていました。壁は、新しい仕事や新しい国、今まで住んだことのない場所です。暮らしなど、さまざまな形をとりませんが、どれも立派なチャレンジだと思います。

しかし私の場合は、次住むところが地元です。仕事もまだ決まっています。どうもチャレンジに思えません。つまり、「チャレンジはこれだ!」という壁が見えないわけです。

そういう風に同僚に言ったら、「見えないう壁もあるよ。これから先、何が起るか分からない、それと向き合うことも立派なチャレンジだ」と返されました。

ということで、私がこれから歩んでいく道は、少し暗くて見えないところもあるかと思いますが、勇気を絞り出して頑張っていきたいと思っています!

皆さま、3年間本当にありがとうございました!

国際交流員 ストリンズ・インガ

広報つがる 2017. 8月号



つがる市

平成29年8月

社協からののお知らせ

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 ホームページ http://tsugarushi-shakyo.net/

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:平成29年9月13日(水)〈毎月第2水曜日〉

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「相談室」

料 金:無料

※相談は予約が必要です。

※また、都合により期日が変更になる場合もありますので、事前にお問い合わせください。

【問い合わせ先】

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

9月の開催は下記のとおりです。

9 月	対 象 地 区
20日(水)	木造地区・越水地区・出来島地区
21日(木)	館岡地区・川除地区
22日(金)	出精地区・柴田地区

【場 所】しゃこちゃん温泉

【問い合わせ先】

つがる市社会福祉協議会木造支所 (電話42-4660)

社協の情報コーナー

共同研究「車いす体験活動」

つがる市ボランティア連絡協議会では、誰もが安心して街を出歩くことができるように、車いすで商店街などを巡り、危険箇所や段差を調査し、やさしい街づくりをするための研究をしています。参加してみたい方、関心がある方はお気軽にご連絡ください。

【主 催】つがる市ボランティア連絡協議会

【日 時】8月18日(金) 9時～12時

【場 所】つがる市木造農村環境改善センター

【参集範囲】中高校生・活動に関心のある方

【参 加 費】無料

【申 込 み】8月15日(火)までに、つがる市社会福祉協議会木造支所 (電話42-4660) までお申込みください。



日 程

9:00	朝の集い
9:15	車いす教室
9:30	活動開始
11:20	活動終了
11:30	おわりの集い
12:00	解散

リサイクルバザー

みなさまの善意で寄せられた衣類・食器等のリサイクル品を販売するなど、大事な資源を有効活用しております。また、販売の売上金で介護用品等を購入し、無料で貸し出しています。

【期 日】8月25日(金)～8月27日(日)

【時 間】午前10時～

【場 所】商工会館前 特設演芸場 (予定)

森田地区 社協祭り

森田地区における福祉及び介護サービスを利用している皆様に日頃の感謝を込め開催します。

期 日:平成29年9月5日(火)

時 間:10時30分～14時30分

場 所:つがる市森田保健福祉センター内

内 容:オープニングセレモニー、スペシャルゲスト、
芸能ショー、お楽しみ抽選会

《各種コーナー》

焼きとり、焼きそば、豚汁、アイス など

【問い合わせ先】

つがる市社会福祉協議会森田支所 (電話26-3836)



いながき安住の里まつり

地域住民と福祉サービス利用者、ボランティア等との交流の場として開催します。

期 日:平成29年8月19日(土)

時 間:13時～15時45分

場 所:つがる市稲垣交流センター (ホール)

内 容:五所川原第一高校による三味線

いなほ・しげた保育園によるお遊戯

稲垣小学校による演目

稲垣地区住民等による芸能ショー 等

《各種コーナー》

焼きそば、焼きとり、アイス、くじ引き など

【問い合わせ先】

つがる市社会福祉協議会稲垣支所 (電話46-3049)



※このページは有料掲載になっています。