

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〉

●12月22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

〈稲垣会場〉

●1月17日(水)10時～15時

▽稲垣公民館

行政相談委員 佐々木富雄 氏

岡市民課 (内線266)

いろいろの相談

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、一人で悩まずに、ご相談ください。

つがる市の保健師による相談

●日時▽1月15日(月)10時～15時

●場所▽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)

【お知らせの見方】
 申請申し込み 岡問い合わせ
 申請 申し込み・問い合わせ
 ホームページ
 eメール

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▽1月12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 34-2108

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▽1月9日(火)、10日(水)、12日(金)、15日(月)～18日(木)10時～11時30分

●場所▽つがる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。

岡健康推進課 (内線307)

献血

献血にご協力ください

●1月2日(火)10時～11時45分、13時～16時30分▽イオンモールつがる柏

岡健康推進課 (内線303)

税

不動産取得税の軽減制度

○不動産取得税とは

家屋を新築・増改築したとき、土地や家屋を売買・贈与・交換などで取得したときに一度だけ課税される県の税金です。

○軽減制度について

住宅用の土地を取得した日から3年以内に、その土地の上に、床面積が50㎡以上240㎡以下の住宅(特例適用住宅という)が新築された場合には、不動産取得税が軽減されます。なお、この軽減制度を受けるためには申告が必要です。また、この他にも不動産取得税の軽減制度がありますので、詳しくは、お問合せいただくか、県ホームページをご覧ください。

岡 西北地域県民局県税課課税課

電話 34-2111

(内線212・214)

※ http://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/004_01fudousanindex_00.html

五所川原税務署からのお知らせ

申告書作成会場の開設期間は、2月16日(金)から3月15日(木)までです(土・日を除く)。

●場所▽五所川原税務署1階会議室

●時間▽9時～17時

開設期間内に申告書作成を終えられるよう、お早めのご来場をお願いいたします。会場開設前は、申告書作成会場を設置しておりません。少ない職員での対応となり、長時間お待ちいただく場合がございますので、開設期間中にお越しください。

待ち時間もなく便利にご利用いただける、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を、ご自宅での申告書作成に是非ご利用ください。

・便利1 申告会場に出向く必要なし。

・便利2 確定申告期間中は24時間利用可能。

・便利3 自動で税額を計算。

・便利4 コンビニエンスストア等のプリントサービスにも対応。

※申告手続きなどには、マイナンバーの記載と本人確認書類の提示等が必要です。

岡 五所川原税務署 電話 34-3136

募集

スキー・スノーボード講習会

冬の体力づくりと技術向上を目

広告

～幼児・小中高生による作品募集～

『幼児・小中高生 読書感想文コンクール』

●あなたの愛読書の感想文をお寄せください。

【市長賞、議長賞、教育長賞、その他表彰あり】

●応募方法

(1) 対象: 市内外のすべての小中学生や高校生
 (2) 募集締切り: 平成30年1月31日
 (3) つがる市立図書館入り口前のポスト設置場所に用意してあります専用封筒に作品を入れ、投函して下さい。
 (郵送の場合: つがる市稲垣町沼崎崎崎256 西谷須磨子まで)

(4) 平成30年2～3月、作品審査、文集発行による公表及び表彰式

『5年後又は10年後の自分への手紙』

●未来に思いを馳せた自分への夢や気持ちを手紙に綴りお寄せください。

●その年報に本人へ、直接送り届けます。

●応募方法は、上記「感想文コンクール」と同様です。



【お問い合わせ:NPOつがる野文庫の会事務局 長谷川 090-2976-4681】

広告

カイロ in エステ **楽うく空** (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!!

zenkenkai

頭やみ



胃腸
よわい
膝
いたい

腰
おもい

的に開催します。初めての方から
上級者までスタッフが丁寧に指導
します。

●日時▽1月13日、20日、27日の
土曜日3日間

●場所▽青森スプリング・スキー
リゾート（旧ナクア白山スキー
リゾート）

●集合・受付▽スキー場ラームンショ
ツ横無料休憩所内・18時～18時
30分（現地集合、現地解散）

●参加対象▽森田・柏地区の方で、
スキーは小学3年以上、スノー
ボードは小学4年以上

●申込期限▽1月5日（金）電話申込可
講習料▽無料（リフト代は各自
負担）

●講習内容
・クラス別に1日2時間程度のレ
ッスン
・用具は各自準備。無い方はスキ
ー場でレンタル可（有料）
・講習中の事故は、自己責任とし
ます

●申込 森田公民館 電話26-2566

その他

後期危険物取扱者試験

●試験日▽2月3日（土）弘前高等
学校、2月4日（日）青森県観光物
産館アスパム

●願書受付期間▽

《電子申請》12月16日（土）～1月2日（火）
《書面申請》12月19日（火）～1月5日（金）
●消防本部予防課 電話42-7744

消防試験研究センター青森県支部
電話017-722-1902

火の取扱いにご注意を！

日増しに寒くなり、ストーブの
使用が増える季節となりました。
ストーブは、カーテンやふすまな
ど、燃えやすいものから離して使
用しましょう。

お休みに戸締りとともに、火
の元をもう一度確かめましょう。
また、灯油は危険物であるとい
うことを再認識し、注油のときは必
ずストーブの火を消しましょう。

住宅用火災警報器を設置してい
たことにより、火災を早期に発見
し、大事に至らなかった事例があ
ります。万が一に備え、火災の
早期発見と逃げ遅れを防ぐ為に、
「住宅用火災警報器」と「消火器」
を設置しましょう。

●消防本部予防課 電話42-7744

「もったいない！料理は 食べきる強化月間」

県では、宴会の多い時期である
12月から1月までの2カ月間、宴
会時の食べ残しによる食品ロスを
削減することを目的として、「も
ったいない！料理は食べきる強化
月間」を実施しています。宴会時
の最初の30分間、最後の10分間に
みんなで食べる時間を設け、おい
しい料理を食べきりましょう。

●環境衛生課（内線281）

農地中間管理事業説明会 人・農地プラン集落座談会

農地中間管理事業は、経営規模
を縮小する「出し手農家等」から
「農地中間管理機構（公益社団
法人あおもり農林業支援センタ
ー）」が農地を借り入れ、一定要
件のもと規模拡大を目指す「受け
手農家」にまわった農地を貸し
付けるものです。

農地中間管理事業の説明会およ
び人・農地プラン集落座談会を合
同開催しますので、ぜひご参加く
ださい。

また、経営体育成支援事業およ
び農業次世代人材投資事業（経営
開始型）を申請予定の方について
も、情報提供等を行いますので、
お気軽にご参加ください。

●日時▽12月20日（水）10時
●場所▽松の館2階視聴覚室
●対象地域（お住まい）▽市全域
●農林水産課
（内線412・417）

国民健康保険 交通事故にあったときの届け出

交通事故などの第三者による行
為（自分以外の人が原因）だけが
などをしたときは、損害賠償であ
り医療費は原則として加害者が負
担すべきものですが、国保を使っ
てお医者さんにかかることができ
ます。この場合、国保が一時的に
医療費（一部負担金を除く）を立

て替えたあとで加害者に費用を請
求します。

なお、示談を済ませると国保が
使えなくなる場合がありますので
示談の前に必ず国民健康保険課に
ご連絡ください。

●届け出の手順▽

①警察に届け出る（事故証明書を
もらってください）

②国保の窓口へ届け出る（事故証
明書、はんこ、保険証、マイナ
ナンバーがわかる書類、免許証等
を持参してください）

●国民健康保険課（内線272）

平成30年は「明治150年」

平成30年（2018年）は、明
治元年（1868年）から起算し
て満150年に当たります。政府
では、「明治150年」関連施策
として、地方公共団体や民間も含
めて、全国で取組を推進していま
す。詳しくは、以下のホームペー
ジを御覧ください。

http://www.kantei.go.jp/jp/
singi/meiji150/portal/

●内閣官房

電話03-3581-1357



広告

初売

4日から

化粧品 おしゃれ雑貨

福袋 福くじ
プレゼント!!



RESET
COSMETICS
リセット

木造末広38-1 42-4833

抹茶とお菓子でお待ちしております。

広告

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

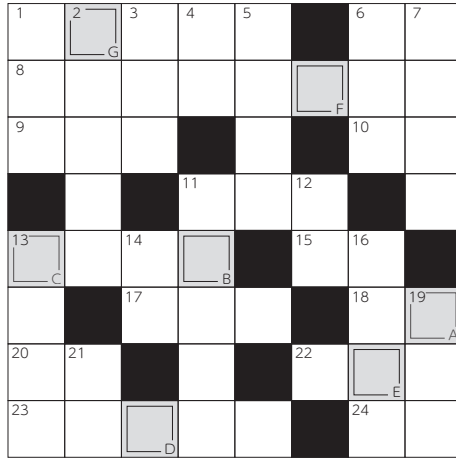
つがる市稲垣町福富笹山97-1（旧つがる市農業開発公社）

※代引き 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Gの文字を探してこの語を見つけよう!
ヒント 体を動かそう。自由に冬場ウオーキング。トレーニングルーム体験



【タテの問題】

1. 相手に質問し答えさせること。早押し○○○など
2. 心理学などの専門的知識に基づいて治療する専門職。○○○○○心理士
3. 十五夜にお団子と一緒に飾る植物は?
4. 弓道で矢を当てるために狙うもの。○○を射る粘りのあるゼリー状のもの。ドラゴンクエ
5. ストにも登場するモンスター
6. 住居と生計を共にする代表者。○○○主
7. 有名な発明家。○○○○○エジソン
8. 目が大きく金色に輝き、体が赤い深海魚
9. 各都道府県の首長。任期は四年
10. 哺乳類では唯一の飛行動物。体は黒く超音波でエサを探します
11. 出すべき金銭や品物を必要以上に惜しむこと
12. 旧暦の七月
13. 動物の毛が生えそろうている様子。○○○
14. 日本の美しい馬
15. 日本の伝統的な紋や模様が入っている和紙で作られたもの。○○紙

【ヨコの問題】

1. イエス・キリストの誕生を祝う祭り
2. 勝負が決まる分かれ目のこと。○○○際
3. ジムなどで指導、訓練する人のこと
4. 物事の仕組み等を分かりやすく書いた図。○○○化
5. いったんやるの?○○○でしよ
6. 白菜やトウガラシが入っている漬物。朝鮮漬けともいう
7. 物事や社会に力を尽くして良い結果をもたらすこと
8. 自分の才能、知識、仕事などに自信と誇りを持つこと
9. その人の名前が世間に知られている度合い。○○○度
10. 黒、茶、白の毛色を持つ猫。○○猫
11. つがる市食と産業まつりで○○○つき大会がありまた
12. 馬を操縦すること
13. 衆議院と参議院で構成される日本の国会。○○○○○制
14. 新海誠監督作の大ヒットアニメ映画。「○○の名は」

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「牛蒡麵」をプレゼントします。(12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

11月号の答えは「マツノヤカタ」でした。

23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]

齊藤志津子(木造)、塩谷真生(木造)、長谷川誠司(稲垣町)、平田弘光(森田町)、三上佳寿子(富港町)



国際交流員 コラム

CIRCColumn

アメリカン寿司



今月のコラムは、食べ物テーマにしたいと思っています。具体的に言うと、外国から伝わった料理に、独特なアレンジが加えられたものについてです。その代表例としてアメリカの寿司を紹介したいと思います。

1960年代半ばごろ、カリフォルニア州ロサンゼルス市に「川福」というアメリカ最初の寿司屋ができました。二階建てのレストランで、一階では日本の定食屋のようなメニューが提供され、二階では本格的な寿司が食べられる寿司バーとなっていました。当時、マグロは決まった時期にしか入手できない食材であったことから、その店の職人は、ネギトロ軍艦の代わりになるものを考案しなければならなかったそうです。そこで思いついたのが、今となってはアメリカン寿司の代表とも言えるカリフォルニアロールでした。中身はアボカド、カニカマ、きゅうりで、アボカドはマグロの食感と旨味、カニカマは魚の風味の代わりとなり、これらの工夫はネギトロの代わりとして生まれたものでした。さらに、アメリカ人に馴染みのない海苔のパリパリとした食感を隠す為に、酢飯と海苔の位置を反転させました。仕上げに酢飯の表面にゴマをまぶせば出来上がりで、このカリフォルニアロールはすぐにアメリカの典型的な寿司となりました。その後、カリフォルニアロールは海苔と酢飯が反転さえしていれば中身の具やトッピングなどは何でもありという風に進化し、1980年代後半に寿司として普及していきましたが、本場日本のもとはまるで別物になりました。カリフォルニアロールのようなアメリカン寿司はアメリカで人気を博し、ウナギ、スモークサーモンやクリームチーズまで具として使

われるようになり、派手さと濃厚な味にこだわりのちなアメリカ人の好みに順応していききました。日本において刺身や寿司の盛り付けは見た目も重視されているようですが、アメリカン寿司にも、ただの巻き寿司ではない特色ある飾り付けが加わりました。それは、巻き寿司一本の形を崩さずに皿にのせて、その上に刺身、アボカド、とびこ、ウナギなどを乗せることでした。なかなか想像がつかないかもしれませんが、日本の寿司から程遠いと思っただけでなければ結構です。

アメリカでは、日本でよく食べられている握り寿司もありますが、今でもこれらの創意工夫された巻き寿司の方が一般的で、内陸の地方でも手に入るメニューとなっています。ここで皆さんにも考えていただきたいことがあります。それは、日本で食べられる外国料理のことです。実はアメリカン寿司が本場日本でも普通に食べられていると思ひ込んであるアメリカ人は少なくないです。これと同じように、日本で食べられている外国料理の中には、日本人の口に合うように工夫されたものは想像以上に存在するかもしれません。たとえば、コーンが入っているピザとミートソースが入っているハンバーガーはアメリカにまずないし、アメリカ人である私からしても違和感を覚えます。

このように様々な料理が世界に広まり、もともとの料理のスタイルからその国に合った独自スタイルに変化しています。同じ料理でもその国によって変化したり大きく違ったりするというのは面白いと思いませんか?

国際交流員 デパオリ・トーマス



つがる市

社協からのお知らせ

平成29年12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 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30年1月10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）

新春じょっぱり温泉カラオケ大会

毎年恒例の「新春カラオケ大会」をじょっぱり温泉で開催します。たくさんのご来場をお待ちしております。

【日 時】平成30年1月18日(木) 午後1時～

【場 所】じょっぱり温泉「大広間」

【入場料】出場者・観覧者ともに1人320円

【問い合わせ先】

じょっぱり温泉（Tel25-2390）

つがる市柏桑野木田若宮258-2



平成29年度中学生福祉ふれあい教室

つがる市内の中学校生徒を対象にした、体験教室を開催します。

◆日 時 12月26日(火) 10:00～15:00

◆場 所 つがる市木造福祉交流センター
しゃこちゃん温泉 大広間

◆内 容 災害について・認知症について

◆参加費 200円（昼食代、保険料）

【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）

－ 森田支所からのお知らせ －
新年初風呂ふれあいの集い

森田地区に住む高齢者の健康保持のお手伝いと、参加者の親睦を深める「新年初風呂ふれあいの集い」が開催されます。詳しくは、つがる市社会福祉協議会森田支所へお問合せください。

■日 時：平成30年1月12日(金) 午前11時から

■場 所：森田高齢農業者生きがいセンター

【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）

アルミ缶リサイクル
RECYCLE Aluminum Cans Only

アルミ缶回収を春までお休みさせていただきます

日頃、皆さまにはアルミ缶の回収にご協力いただきありがとうございます。

冬期間は、保管上の都合により回収をお休みさせていただきます。

春(4月)になりましたら、再開いたしますのでご協力よろしくお願いします。



福祉機器・用具の紹介 ～雪道対策 ピン型滑り止め～

福祉機器・用具には、生活をサポートしてくれる便利なものがたくさんあります。これから冬本番を迎え、雪道は杖を使っている方々にとって歩きづらいものです。

「滑って転んだらどうしよう」と、つい臆病になりがちですが、そんな時には、杖の先に取り付けるアイスケン・アタッチメント（ピン型滑り止め）が便利です。

※使用上の注意

- ・先端が鋭利なので、自分自身や他の人を誤ってついてしまうと、けがをする場合があります。
- ・屋内の固い床で使うと、逆にすべることがありますので、取り扱いには十分ご注意ください。



非使用時



使用時

滑り止めの購入・その他の福祉用具のお問い合わせ

- ◆ケアプランセンターきづくり 電話42-4660 ◆ケアプランセンターもりた 電話49-7005
- ◆ケアプランセンターいながき 電話46-2902 ◆ケアプランセンターしゃりき 電話56-3000

※このページは有料掲載になっています。