



広報 つがる

2020
7月号
No.223



青空に映える千本鳥居

東北の観光名所として多くの人の注目を集める高山稲荷神社。国内の新型コロナ緊急事態宣言が解除され、市内の観光名所やレジャー施設にも徐々に人出が増え始めています。【6月13日撮影】



約1.4倍になった浴室。温泉が中央から注がれているので、浴槽全体へ新鮮なお湯が行きわたります。

つがる地球村温泉が 生まれ変わりました

昨年6月から建設が進められてきた、森田町にあるつがる地球村の新しい温泉棟が、5月25日に営業を開始しました。

オープンに伴い、浴室面積は旧施設の約1.4倍、サウナは2.3倍の広さを確保するなど、よりゆったりと入浴を楽しめる空間に生まれ変わりました。新しくなったつがる地球村温泉に、ぜひ足を運んでみてください。



中央からあふれ出る温泉。



つがる地球村温泉

つがる市森田町床舞藤山244
☎ 26-2855

営業時間 午前6時～午後10時
(年中無休)

入浴料

大人	……………	450円
小人(6~11歳)	……………	150円
幼児	……………	60円



露天風呂は、浴室がカーブしているのので背中を預けるようにして入ると気持ちいいです。



2.3倍になったサウナ。温度は約90℃。ドアを開けるとヒバの香りがふわっと感じられます。



洗い場は20人分。ボディソープ&リンスインシャンプーも完備。



休憩スペースもより開放的になりました。

温泉ソムリエに
聞きました。

つがる地球村温泉の魅力

温泉の泉質や入浴法についての正しい知識を備えた「温泉ソムリエ」である鎌田さんに、新しくなったつがる地球村温泉の泉質や魅力について聞いてみました。

Q1 泉質の特徴は？

地球村温泉の泉質「炭酸水素塩泉」は肌の古い角質を落とすクレンジング効果があり、美肌効果の一つとされています。また、もう一つの泉質である「塩化物泉」の効果で、入浴後の保温・保湿効果も期待できます。

肌への刺激や疲れも少ない温泉なので、寝る前や朝風呂等、どの時間帯でも気持ちよく入浴できます。また、入浴後に汗が長引かず清涼感があることも特徴なので、これからやって来る暑い季節にもばっちりです。

Q2 注目ポイントは？

新オープンに伴い浴室場に飲料水が飲める蛇口が設置された所です。容器を持ち込んで入浴中も水分補給をしましょう。温泉に浸かることで身体から多くの水分が出ていくので、入浴前後や入浴中の水分補給はとても大切です。



鎌田 祥史 さん

温泉ソムリエ・温泉入浴指導員。津軽エリアの温泉を渡り歩き、入浴法講座や温泉をテーマにしたイベントを運営。弘前市岩木地区地域おこし協力隊も務める。

また、水風呂は地下水のため色が付いているのも面白いです。温かい温泉と水風呂に交互に浸かると血流が促進され、疲労回復の効果があります。水風呂はひざ下だけにすると、心臓への負担をかけずに血流の促進効果が得られます。季節感が感じられる露天風呂も魅力的です。

3億円マグロ漁師が木造中へマスク12,600枚を寄贈



(左から) 木村さん、藤枝さん、悦嗣さん、山谷校長、
暁椰さん

5月25日、大間のマグロ漁師・藤枝亮一さんが、木造中学校（山谷光寛校長）に不織布マスク12,600枚を寄贈しました。

藤枝さんは、2019年のマグロ初競りで3億3360万円の値をつけたマグロを釣り上げ話題となった漁師です。新型コロナウイルスの影響でマスク不足が続く中、独自のルートでマスクを調達。孫が通う学校でみんなに使ってもらおうと、30枚入り420箱を持参しました。贈られたマスクは全校生徒367人と教職員に一箱ずつ配られます。

孫の中野悦嗣さん・暁椰さん（ともに1年）は「自慢のおじいちゃんです」などと笑顔で話し、生徒会長の木村響さん（3年）は「マスクが足りないのを感じていたの、この量をいただくのは本当にありがたいです」と感謝していました。

大会成功へ一丸 国民スポーツ大会準備委員会設立発起人会

令和7年（2025年）に青森県で開催予定の「第80回国民スポーツ大会」において、つがる市では、令和5年に完成する（仮称）つがる市総合体育館を会場に、バレーボール（少年女子）と柔道の2競技が実施されます。

大会成功に向け、市では今年度内に大会準備委員会を発足させる予定ですが、5月28日、市長をはじめとする市内関係機関の代表6人が発起人となり大会準備委員会設立発起人会が旧制木造中学校講堂で開催されました。

会では、設立する準備委員会の運営や会則などについて協議され、発起人代表に選出された福島市長は「本発起人会の開催を広く市内外へPRし、市民一丸となって大会成功に向けて取り組んでいきたい」と意気込みを述べました。



第80回国民スポーツ大会のつがる市準備委員会の設立に向けた設立発起人会

暑さを乗り切れ 市内の小中学校でエアコンが稼働



生徒が注目する中、エアコンのスイッチを入れる福島市長

市が平成30年から進めてきた、市内全部の小中学校（8小学校、5中学校）へのエアコン設置工事が今年3月までに完了し、6月3日、各学校が稼働を始めました。

エアコンが設置されたのは、全小中学校の普通教室と保健室、給食調理室など計144室で、夏場の児童生徒の熱中症予防対策に役立てられます。

木造中学校で行われた稼働式では、福島市長が3学年の3クラスを回ってエアコンのスイッチを入れ「暑さに負けずに勉強がんばってください。来年の3月には全員が志望校に合格できるよう祈っています」と生徒らを激励しました。

生徒らは「快適な環境を整えてくれてありがとうございます」「受験勉強がんばります」などと感謝の言葉を述べていました。

地元企業が市内の中学校野球部を応援

6月10日、株式会社葛西商事（葛西一郎代表取締役）と青森銀行が市教育委員会に軟式野球ボール15ダースを寄贈しました。

寄贈品は、葛西商事が2月に発行した「あおぎんSDGs私募債『未来の創造』」で青森銀行が受け取る手数料の一部で購入したもので、市内5中学校に3ダースずつ配られます。

この私募債は、寄贈オプション付きの私募債で、発行時に手数料の一部を寄付金として出し、発行する企業が寄贈先と寄贈品を指定します。今回は、葛西代表取締役が野球好きであることが縁で、市内の中学校野球部にボールを贈ることになりました。葛西教育長は「大事に使わせていただく。場外にボールを飛ばすような選手が育ってほしい」と話していました。



贈呈式に出席した（左から）葛西商事の村田進専務取締役、葛西教育長、青森銀行の伊藤嘉将木造支店長

市連合婦人会が父の日訪問



福島市長、倉光副市長、葛西教育長に花をプレゼントする連合婦人会の尾野会長ら

つがる市連合婦人会（尾野洋子会長）は6月12日、父の日を前に福島市長らを表敬訪問し、花とエコバックを贈りました。

この取り組みは、市民の父親代表として福島市長らに感謝と慰労の意を伝えようと毎年行われているものです。今年は花に加え、7月1日から全国一斉スタートするレジ袋の有料化を受け、同会が制作したエコバックも贈呈。会長は「環境に優しい運動は私たちがやるべきだと感じていました。市民の環境に対する意識向上に繋がってくれば」と手渡すと、福島市長は「毎年ありがとうございます。皆さんの活躍をPRしたいと思います」と話していました。このエコバックは、7月1日に市役所等で配布されるほか、会員らが日ごろから持ち歩くなど普及啓発に活用されます。

「おいしくな～れ！」児童がリンゴの実すぐり体験

6月24日、森田小学校（平山和仁校長）の児童が、リンゴの実すぐり（摘果）作業を体験しました。この取り組みは、農作業を通じて地域に愛着を持ってもらおうと、森田小が農業法人アップルファミリーの協力を得て毎年実施しているものです。

この日は、5年生24人が園地を訪れ、同社の宮西洋年さんから実の選び方などを教わりながら、不要な実を丁寧に摘み取っていました。参加した原田愛唯佳さんは「小さい実を取るののはかわいそうだったけど、大きなリンゴを作るために大事な作業だと分かりました。大きくおいしくな～れ！と体験を振り返りました。

児童が実すぐりしたリンゴには、自分の名前を書いた印をつけ、秋に収穫体験を行う予定です。



リンゴの実すぐりをする森田小の児童たち

令和2年度 つがる市職員の募集

1. 職種・受験資格

職 種		受 験 資 格
上級・初級行政	10人程度	上級：平成3年4月2日以降に生まれ、大学卒業以上の学歴を有する方 初級：平成3年4月2日以降に生まれ、高等学校卒業以上の学歴を有する方
保健師	1人程度	昭和61年4月2日以降に生まれ、保健師の資格を有する方または令和3年6月までに資格取得見込みの方
消防A 消防B	2人程度	消防A：平成7年4月2日以降に生まれ、大学卒業以上の学歴を有する方 消防B：平成7年4月2日以降に生まれ、高等学校卒業以上の学歴を有する方
上級・初級行政 (障害者限定)	2人程度	上級：平成3年4月2日以降に生まれ、大学卒業以上の学歴を有する方 初級：平成3年4月2日以降に生まれ、高等学校卒業以上の学歴を有する方

※いずれの試験も令和3年3月に卒業見込みの方は受験できます。

※上級行政（障害者限定含む）および消防A試験の受験資格を有する方は、初級行政（障害者限定含む）および消防B試験を受験できません。

また、高等学校卒業程度認定試験（旧大学入学資格検定）合格者は初級行政（障害者限定含む）および消防B試験を受験できます。

※次に掲げるいずれかの手帳等の交付を受けている方は、障害者限定試験を受験できます。

①身体障害者手帳 ②都道府県知事または政令指定都市市長が交付する療育手帳 ③知的障害者判定機関による知的障害者であることの判定書 ④精神障害者保健福祉手帳

2. 試験の日時・場所・内容

職 種	第一次試験	第二次試験
上級・初級行政 保健師	日時 10月18日(日) 9時 場所 つがる市生涯学習交流センター「松の館」 内容 ①教養試験 ②事務適性検査 ③専門試験（初級行政（障害者限定含む）は除く）	日時 11月下旬 場所 つがる市役所 内容 ①論文試験 ②面接試験
上級・初級行政 (障害者限定)		
消防A・消防B	日時 10月18日(日) 9時 場所 つがる市消防本部 内容 ①教養試験 ②事務適性検査 ③体力検査	

3. 受験手続

受験申込書の 請求方法 (右のいずれか)	<ul style="list-style-type: none"> つがる市総務部総務課、稲垣出張所、車力出張所、つがる出張所およびつがる市消防本部(消防職のみ)で配付します。(つがる出張所は土日祝日も10時～19時の間配付します) 郵送で請求する場合は、返信先を明記した返信用封筒(120円切手を貼ったA4版サイズのもの)を同封し、郵送用封筒の表に「受験申込書請求」と朱書きの上、つがる市総務部総務課へ請求してください。郵送による請求は、8月28日(金)必着分まで受け付けます。 市ホームページからダウンロードできます。
申込方法	<p>受験申込書と受験票に必要事項を記入し、つがる市総務部総務課へ提出してください。詳細については受験申込書に添付されている募集要項をご覧ください。</p> <p><申し込みに必要なもの></p> <ul style="list-style-type: none"> 顔写真(縦4cm×横3cm)2枚 はがき(私製はがきは63円分の切手を貼ったもの)

4. 受付期間

8月3日(月)～9月3日(木) 8時30分～17時15分 ※土日祝日除く。郵送は9月3日(木)必着

【申し込み・問い合わせ先】 〒038-3192 青森県つがる市木造若緑61番地1
つがる市総務部総務課 電話0173-42-2111(内線343)
ホームページ<http://www.city.tsugaru.aomori.jp/>

「成人式」のご案内



日時 11月22日(日) 受付開始13時15分 式典14時
会場 生涯学習交流センター「松の館」1階 交流ホール
対象者 平成12年4月2日から平成13年4月1日生まれで、現在つがる市に住所がある方、またはつがる市出身の方



申し込み

- つがる市に住所がある方（3月1日現在）
6月1日に案内状を送付しました。出欠について同封の返信はがきでお知らせください。
- つがる市出身で市外に住所をおく方
FAXまたはメールで次の①～⑥をお知らせください。確認後、案内状を送付します。
①氏名 ②性別 ③生年月日 ④案内状送付先住所および世帯主名 ⑤帰省先住所および世帯主名 ⑥出身中学校名
※電話での申し込みは、間違い等を避けるため受け付けておりません。

9月1日(火)までに案内状が届かない方は、下記までご連絡ください。申し込み締め切りは、9月30日(水)必着です。 ※今後、新型コロナウイルス感染拡大防止等の社会情勢を考慮し、延期する場合があります。
【申し込み・問い合わせ先】 教育委員会 社会教育文化課 電話49-1200 FAX 49-1212
 メール seijin@city.tsugaru.aomori.jp ※メールの場合、件名に「成人式参加希望」と明記願います。

- 成人式代表スタッフ募集 - 式の受付のお手伝い等をしてくださるスタッフを募集しています。興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

令和2年度 除雪等運転職員の募集

募集期間 7月13日(月)～8月21日(金)
募集人員 65人を予定(木造地区14人、柏地区15人、森田地区8人、稲垣地区14人、車力地区14人)
募集要件 次の要件全てに該当する方
 ①市内に居住している方 ②健康な方 ③大型特殊免許を有している方
 ④車両系建設機械運転技能を修了した方 ⑤重機運転経歴3年以上の方
 ⑥令和2年4月1日を基準に年齢65歳未満の方
任用期間 令和2年11月1日から令和3年3月31日まで
就業時間等

	就業時間	休憩時間	休日
降雪時	4:00～12:45	8:15～9:15	土曜日、日曜日、祝日、年末年始 (12月29日から1月3日まで)
非降雪時	8:30～17:15	12:00～13:00	

申し込み 次の書類を土木課まで持参してください(①と⑤の用紙は土木課にあります)
 ①除雪等運転職員雇用申込書 ②住民票抄本 ③運転免許証写し
 ④車両系建設機械運転技能講習修了証写し ⑤健康診断書(3カ月以内のもの)
 ⑥市税について滞納がない旨の証明書(収納課で発行)

採否の決定通知 面接および選考委員会の審査終了後、10月中旬までに通知します。

【申し込み・問い合わせ先】 土木課 電話42-2111 (内線391・394)

**市税等は
納期内に
納めましょう**

(問い合わせ先) 収納課
電話42-2111(内線226)



「固定資産税」第2期
 「国民健康保険税」第1期
 「後期高齢者医療保険料」第1期
 「介護保険料」第1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」
 「公共下水道受益者負担金」
 「利用者負担額(保育料)」

の納期限となっています。

口座振替日は7月31日です。口座振替で納付している方は、口座残高の確認をお願いします。



昨年は全11回
261人が受講!
 費用無料

「出前講座」申し込み受付中! 市職員があなたのもとへ

出前講座は、市職員が市民の皆さんの主催する集会等に出向き、市政に関するさまざまなテーマについてお話をさせていただく無料の講座です。各種研修会や学校の授業などで、お気軽にご利用下さい。

対象

- 市内に在住・在勤・在学する10人以上の団体
ただし、政治や宗教・営利活動を目的とした催し等を行う場合や、公の秩序を乱したり、善良な風俗を阻害する恐れがある場合、本講座の目的に反する場合は利用できません。

日時 会場

- 平日：10時～20時の間の90分以内
- 土・日・祝日：10時～17時の90分以内（いずれも年末年始は除く）
担当課の業務の都合等でご希望に添えない場合がありますので、予めご了承ください。
- 会場：原則としてつがる市内とし、申し込みをする団体が用意してください。

費用 その他

- 無料 ※会場使用料や実習の際の材料費などは団体の負担となります。
講座の詳しい内容・メニュー以外の講座の相談等は各担当課にお問い合わせください。
また、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、会場では手の消毒やマスクの着用など感染防止策を講じて下さい。

申込方法

左表の出前講座メニューの中からご希望の講座を選び、「出前講座利用申込書」に必要事項をご記入の上、出前講座の受講を希望する日の1カ月前までに、市役所秘書広報課までお申し込み下さい。利用申込書は、市役所秘書広報課・各出張所窓口のほか、市のホームページからもダウンロードできます。

また、下記宛先にて、郵送、FAXでの申し込みも受け付けています。なお、出前講座終了後に代表者には利用報告書の提出をお願いしています。

宛先：〒038-3192 つがる市木造若緑61番地1 つがる市役所秘書広報課 FAX：0173-42-3069

【問い合わせ先】秘書広報課 電話42-2111（内線559）

つがる市出前講座メニュー

(令和2年6月1日現在)

区分	番号	テーマ	主な内容	担当課
1 市政のしくみ	1-1	情報公開制度のしくみ	市の保有する公文書の開示を求める情報公開のしくみと個人情報保護制度について	総務課
	1-2	マイナンバー（社会保障・税番号）制度	マイナンバー制度に関する基本的な知識について	総務課
	1-3	つがる市の行政改革	行政改革の取り組みと行政改革大綱について	企画調整課
	1-4	つがる市総合計画	新しい時代を展望した総合的かつ長期的なまちづくりの基本となる総合計画について	企画調整課
	1-5	市勢の状況	統計調査とは何か、統計調査から見えてくるつがる市について	企画調整課
	1-6	つがる市総合戦略	人口減少克服に向けた取り組みについて	地域創生対策室
	1-7	つがる市の財政状況	財政状況について（予算・決算など）	財政課
	1-8	選挙のしくみ	選挙のしくみ、不在者投票と期日前投票について	選挙管理委員会事務局
	1-9	議会のしくみ	議会のしくみ（議会の運営、本会議・委員会、傍聴など）	議会事務局
2 健康と福祉	2-1	介護予防・フレイル（虚弱）対策	高齢期の健康づくりのポイント、運動習慣・腔内ケア・低栄養予防について	国民健康保険課
	2-2	子育て支援	子ども医療費について、児童福祉施設について	福祉課
	2-3	障害福祉サービスと障害者相談支援	障害手帳、つがる市相談支援体制、障害者自立支援サービス、障害者福祉手帳について	福祉課
	2-4	介護保険制度	介護保険制度のしくみについて	介護課
	2-5	認知症サポーター養成講座	認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を応援することを学ぶ講座	介護課
	2-6	生活習慣病の予防	メタボリックシンドローム、高血圧、糖尿病、タバコ、健康まちづくり宣言について	健康推進課
	2-7	こころの健康づくり	ゲートキーパー養成講座、うつ病などについて	健康推進課
3 生活と環境	3-1	空家バンク	五所川原圏域空家バンク事業や登録推進奨励金制度の活用について	地域創生対策室
	3-2	税金のしくみ	税金の種類と各税の納税額算出について	税務課
	3-3	国民年金	年金制度のしくみ、保険料免除や学生納付特例について	市民課
	3-4	住民票と戸籍	各届け出の方法と抄・謄本などの証明書のしくみについて	市民課
	3-5	国民健康保険と後期高齢者医療制度	国民健康保険制度と後期高齢者医療制度のしくみ、負担割合などについて	国民健康保険課
	3-6	ごみ分別とリサイクル	ごみ処理の現状、ごみの減量と正しいごみの分別、リサイクルについて	環境衛生課
	3-7	下水道の役割	下水道のしくみと効果、排水設備工事や使用料について	下水道課
4 産業	4-1	つがる市の農業	農業の現状と取り組みなど、稲わらの有効利用や農業用廃プラスチックの回収、地産地消について	農林水産課
	4-2	つがる市の漁業	漁業の現状と取り組みなど、漁港漁場の整備について	農林水産課
	4-3	観光とイベント	つがる市の観光名所やイベントについて	商工観光課
	4-4	つがるブランドの推進	「つがるブランド」とは、農産物や加工食品のブランド化に向けた取り組みについて	地域ブランド対策室
5 まちづくり	5-1	男女共同参画社会	男女共同参画推進の取り組みについて	企画調整課
	5-2	つがる市の都市計画	都市公園や河川公園の維持管理と使用について、屋外広告物や景観などについて	建築住宅課
	5-3	道路とくらし	道路の建設や維持管理、冬の除排雪について	土木課
6 安全と防災	6-1	災害と防災	災害と市の防災対策について	総務課
	6-2	交通安全対策	市の交通事故発生状況や交通安全対策について	総務課
	6-3	応急処置体験と災害の対処法	AEDの使い方等の応急処置体験、119番の正しいかけ方と携帯電話からの通報の仕方、火災になった場合の対処法、地震への備えと地震が発生した場合の対処法について	消防本部
7 教育と文化	7-1	国際交流・姉妹都市交流	国際交流・姉妹都市交流などの取り組みについて	企画調整課
	7-2	つがる市の縄文遺跡と世界遺産	縄文遺跡の紹介や発掘からわかる縄文文化、世界遺産について	社会教育文化課
	7-3	特別な支援を必要としている子どもたちはどんなことで困ってる？	特別な支援を必要としている子どもたちは、「困った子」ではなく「困っている子」です。どんな困り感があるのかを理解するとともに関わり方について考えてみませんか。	指導課

国民健康保険税 改正のお知らせ

地方税法施行令の改正に伴い、令和2年度以降の国民健康保険税の課税限度額が引上げられたほか、低所得者に対する軽減対象範囲（所得）が拡大されました。

税率（改正なし）、課税限度額および軽減については、既に通知済みの国民健康保険税納税通知書3ページの課税明細書（税率、限度超過額、軽減割合等の欄）により確認することができます。

①国民健康保険税の課税限度額（※1） ※1 課税限度額とは、その額を超えて課税されない上限額です。

課税区分	改正前限度額	改正後限度額	増減
医療給付費分	610,000円	630,000円	+20,000円
後期高齢者支援金分	190,000円	190,000円	なし
介護納付金分	160,000円	170,000円	+10,000円
最大限度額	960,000円	990,000円	+30,000円

②国民健康保険税の低所得者軽減対象範囲の拡大（軽減判定所得基準の引上げ）

世帯の軽減判定所得が次の基準額以下の場合は、国民健康保険税のうち均等割額および平等割額が、軽減区分に応じて軽減されます。**該当世帯は、あらかじめ軽減後の税額で納税通知されています。**

軽減区分は、当該年度の4月1日現在における国民健康保険世帯を基準に判定します。4月2日以降に新たに被保険者資格を取得した世帯では、資格取得日を基準に判定します。

軽減区分	世帯ごとの軽減判定所得の基準 世帯主および被保険者等の前年の総所得金額等の合計額（※2）	
	7割軽減	33万円以下の世帯（改正なし）
5割軽減	改正前	33万円を超え、被保険者等人数× 28万円 +33万円以下の世帯
	改正後	33万円を超え、被保険者等人数× 28.5万円 +33万円以下の世帯
2割軽減	改正前	33万円を超え、被保険者等人数× 51万円 +33万円以下の世帯
	改正後	33万円を超え、被保険者等人数× 52万円 +33万円以下の世帯

※2「世帯主」には、国民健康保険に加入していない世帯主を含みます。

「被保険者等」には、後期高齢者医療制度への移行により被保険者資格を喪失した方で、その喪失日以降も継続して同一の世帯に所属する方（特定同一世帯所属者）も含みます。

専従者控除や譲渡所得特別控除がある場合の軽減判定所得は、その控除前の額となります。

前年所得が申告されていない世帯には、軽減が適用されません。

新型コロナウイルス感染症の影響による国民健康保険税の減免について

広報つがる6月号で、令和2年6月以前の納期の減免の適用を調整中としてお知らせしていた国民健康保険税の減免（新型コロナウイルスの影響によるもの）については、令和2年2月以降の納期を対象とすることになりましたのでお知らせします。

令和2年度と令和元年度（令和2年2月以降）の減免申請は、申請書がそれぞれ1枚ずつとなります。減収見込みの場合に提出する収入見込額計算書は、2年度分であっても1枚とします。

【問い合わせ先】国民健康保険課 電話42-2111（内線277）

「国民健康保険被保険者証」が更新されます

皆さんが現在使用している国民健康保険被保険者証（以下、「保険証」といいます）は、7月31日で有効期限が切れるため、7月下旬に新しい保険証を郵送します。郵送された保険証は8月1日から有効となりますので、医療機関へ提示する際はお間違えのないようよろしくお願いします。

なお、国民健康保険制度のしくみを解説したポケットブックおよびジェネリック医薬品希望シール、保険証のケースを同封しますのでご活用ください。

また、勤務先健康保険の加入または脱退したときは、必ず国民健康保険課または稲垣出張所、車力出張所まで届け出をお願いします。

【問い合わせ先】国民健康保険課 電話42-2111（内線271・272）

令和2年度の介護保険料について

介護保険料は、みなさんの所得などに応じて、下表のとおり段階的に決められます。令和2年度の保険料は7月に確定し、65歳以上の方に納入通知書が送付されますので、そちらをご覧ください。年間保険料や納付方法を確認してください。

※表の左列「世帯の課税状況」とは、世帯に住民税が課税されている方がいるかどうかで判断します。

対 象 者			令和2年度の保険料	
世帯の課税状況	本人の課税状況	本人の前年の年金収入 + 所得金額の合計 (第6～9所得段階は所得金額のみ)	所得段階	年額(円)
生活保護受給者など			第1段階	24,408
非課税	非課税	80万円以下	第2段階	40,680
		80万円超120万円以下	第3段階	56,952
		120万円超	第4段階	73,224
課 税	非課税	80万円以下	第5段階	81,360
		80万円超	第6段階	97,632
	課 税	120万円未満	第7段階	105,768
		120万円以上200万円未満	第8段階	122,040
		200万円以上300万円未満	第9段階	138,312
		300万円以上		

【問い合わせ先】 介護課 電話42-2111 (内線234・235)

児童扶養手当「現況届」のお知らせ

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」の提出をお願いしています。

対象となる方には、関係書類を7月末に郵送しますので、必要事項をご記入の上、**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、11月以降の手当(翌年1月支給分)が受けられなくなります。

提出期間 8月3日(月)～8月31日(月)

持参する物 現況届用紙、養育費等に関する申出書、児童扶養手当証書、認め印、その他の必要書類(5月に送付済みの一部停止除外事由届出書など)

提出先 市役所福祉課、稲垣出張所、車力出張所
※つがる出張所では受け付けしません



【問い合わせ先】 福祉課 電話42-2111 (内線233)

病後児保育事業をご活用ください

市では、保護者の子育てと就労の両立を支援するため、病気の回復期にあるお子さんを専用の保育室で看護師等の専門スタッフがお預かりする「病後児保育」サービスを、下記のとおり実施しています。

ご利用にあたっては、事前登録や利用申請が必要となりますので、詳細についてはお問い合わせください。市のホームページでもご確認できます。

場 所 「青空」(旧柏第2保育所) 柏玉水米袋15-1

利用料 ・市内に住所があるお子さん 無料

・五所川原市、鯉ヶ沢町、深浦町、鶴田町、中泊町に住所があるお子さん 1,000円

・その他 2,000円

【問い合わせ先】 青空 電話26-6420 育実幼稚園 電話42-4760
市役所福祉課 電話42-2111 (内線233)

皆さまからの善意が寄せられています

市民および事業者の皆さまから、市に対して新型コロナウイルスの感染予防対策等に関する物品を寄贈いただきました。温かいご支援に心よりお礼申し上げます。

(6月末現在)

(株)明健堂 (森田町)「明治牛乳200ml 700パック」

市内10カ所の放課後児童クラブに送られ、臨時休校中に利用する児童らに配られました。



(株)サン・コーポレーションの寄贈式

マルハン青森柏店 (柏)「お菓子一式 段ボール7箱」

ひなた児童館および市内10カ所の放課後児童クラブに送られ、臨時休校中に利用する児童らに配られました。

日本風力開発(株) (五所川原市)

「不織布マスク 1,000枚」

市内小中学校の教員用として、各学校に配布されました。

(株)総和技術研究所青森事務所 (青森市)

「不織布マスク 500枚」

市役所の窓口業務に従事する職員用として使用しました。

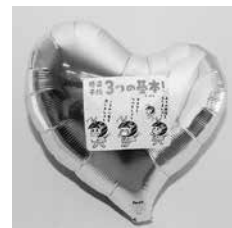
北澤由美子 (富港町)

(ふうせんや さとら)

「感染予防3つの基本啓発

バルーン 80個」

市役所および商工会事務局などに配置されました。



(株)サン・コーポレーション (五所川原市)

「アルコール消毒液221リットル、スプレー容器

180個」

市内全小中学校に対して、消毒液は各学校に17リットルずつ、容器は各教室に2個ずつ配られました。

特別定額給付金の申請はお済みですか

市では令和2年4月27日時点で住民基本台帳に登録されている世帯主あてに、特別定額給付金(1人につき10万円給付)の申請書を送付しています。まだ手続きをしていない方は、お早めに申請してください。

—申請期限は令和2年8月11日(火)まで—

申請期限までに申請が行われなかった場合は、給付を辞退したものとみなしますので、ご注意ください。

—まだ申請書が届いていない方— 現在施設に入居している、住所地とは異なる場所に住んでいるなどの理由で申請書が届いていないという方はご連絡ください。

—申請には添付書類が必要です— 申請書のほかに、世帯主の方の本人確認書類(免許証や保険証など)の写しと、振込先の口座番号などがわかる通帳やキャッシュカードの写しが必要です。

—申請受理後に給付決定通知をお送りしています— 世帯主宛に振込予定日等を記載した給付決定通知をお送りします。振込予定日を過ぎても入金を確認できない場合はご連絡ください。

【問い合わせ先】企画調整課 電話42-2111(内線351)

新型コロナウイルスに係る傷病手当金

国民健康保険および後期高齢者医療制度の被保険者である被用者のうち、新型コロナウイルス感染症に感染した方または発熱等の症状があり感染が疑われることにより会社等を休み、事業主から給与等の全部または一部を受けることが出来なかった方で、一定の要件を満たしている方を対象に、傷病手当金を支給します。

申請窓口は、国民健康保険加入者はつがる市役所国民健康保険課、後期高齢者医療制度加入者は青森県後期高齢者医療広域連合となります。

申請方法は、郵送による受け付けとなりますので、事前に電話でお問い合わせくださるようお願いいたします。

【問い合わせ先】国民健康保険加入者は 市役所国民健康保険課 電話42-2111(内線273)

後期高齢者医療制度加入者は 青森県後期高齢者医療広域連合業務課 電話017-721-3821



健康万歩計は、西北五医師会が、皆さんが健康で元気に過ごすための必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。

今月のドクター

一戸久人先生

つがる市民診療所 所長



アルコール性肝障害

今年は、コロナウイルス流行があり、外出自粛を要請された年となりました。そのため自宅で過ごす時間が多くなれたと思います。それに伴って、飲酒量が増えてしまった方がいるのではないのでしょうか。

アルコールを摂りすぎると、色々な臓器が不調になりますが、特に肝障害が多いです。

採血検査でAST (GOT)、ALT (GPT)、 γ -GTP等が上昇してきますが、アルコールが主な原因であれば、節酒や断酒で改善します。もし自分で、飲酒量をコントロールできなくなると、体が依存状態 (依存症) になっているかもしれません。

たまに何かの機会に飲む程度の機会飲酒の範囲では、依存症になりませんが、日常的に飲む習慣飲酒では、足りなく感じて酒量が増えていく場合は要注意です。

酒量を減らしたときに、色々な症状 (イライラ、発汗、四肢のふるえ、不眠等) が出現し、コントロールできないときは、かかりつけ医などに相談し専門的な医療機関を紹介してもらうなど検討するのがよいでしょう。

厚生労働省の健康日本21には、下記のような指標があります。

節度ある適度な飲酒として1日平均純アルコールで約20g以内。(女性や高齢者、お酒に弱い方は半分の量を目安に)

○約20gの純アルコールの目安として

ビール500mL

日本酒180mL (1合)

ウイスキー、ブランデー ダブル60mL

ワイン200mL

酎ハイ7%のもの350mL

焼酎 25度のもの100mL

上記の量は、体重60kgの男性が約4時間で分解されるため、翌日まで持ち越すことが少ない量です。(やせた方や女性をもっと時間がかかります)

逆に3倍の量は「多量飲酒」の目安とされ、分解に約12時間かかるため、飲んだ翌日に、酒気帯び運転になる可能性が高くなると考えられます。

アルコール性肝障害のみならず、酒気帯び運転などで、自分自身や、ご家族や、身近な方などに多大な被害を与えぬように、気をつけましょう。

【第1回手話コラム】 ～ 口元や表情も大切な情報です ～

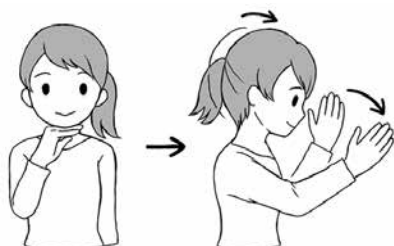
手話は手の動きだけでなく、口の動きや表情でも情報を伝える言語です。耳が聞こえる人は、相手の声の抑揚などで「楽しい」や「悲しい」といった感情を理解しますが、耳が聞こえない人・聞こえにくい人は、相手の口の動きや表情を参考にしていることが多いのです。

最近のテレビでは、手話通訳者が透明のマスクをしているのを見かけるようになりました。このマスクは透明なプラスチック製で、手話通訳者の口元や表情がよく見えるようになっています。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスクをする人が増えています。耳が聞こえない人・聞こえにくい人とコミュニケーションをするときは、可能であればマスクを外して、マスクを外せない場合は、時間がかかっても筆談で対応していただきますようよろしくお願いいたします。

「簡単な手話を覚えよう」

おまちください



わかりました



わかりません



「たばこの不始末」にご注意ください



毎年、全国的に火災原因の上位の1つに「たばこ」が挙げられます。家庭内においては、寝たばこや火の不始末による出火があり、屋外においてはポイ捨てが目立ちます。屋外で何気なくポイ捨てされたたばこの火は、紙屑や枯草、建物などに燃え移り、周囲を巻き込む大火災に繋がる可能性があります。市民（大人）として、たばこの始末、エチケットを守りましょう。

たばこのポイ捨ては絶対にしないでください。

全国統一標語

「その火事を 防ぐあなたに 金メダル」

【問い合わせ先】 消防本部予防課 電話42-7744

令和2年の市内火災発生状況（5月末現在）

建物火災	林野火災	車両火災	その他の火災
5件	0件	0件	9件

火災件数14件 負傷者2名 死者0名

青森県交通安全県民運動 期間：7月21日(火)～7月31日(金)

〈スローガン〉 『あなたも参加 わたしもやります “交通安全”』

- 〈運動の重点〉
- 1 子供と高齢者の交通事故防止
 - 2 夕暮れ時・夜間の交通事故防止
 - 3 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
 - 4 飲酒・暴走運転の根絶



【問い合わせ先】 つがる市交通安全対策協議会（市役所総務課内）
電話42-2111（内線342）

1枚300円
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
（公財）青森県市町村振興協会

7月14日火 発売!!

サマージャンボ宝くじ

ねんきんネットをご活用ください

ねんきんネットは、パソコンやスマートフォンでご自身の年金情報を確認できるサービスです。

- 主なサービス
- 年金加入履歴の確認
 - 国民年金保険料の納付状況の確認
 - 年金見込額の試算
 - 電子版ねんきん定期便の閲覧
 - 通知書の再交付申請
 - 各種届書の作成 など
 - 送付された通知書の確認

ねんきんネットの利用登録には、基礎年金番号およびメールアドレスが必要です。お手元に年金手帳や年金証書など基礎年金番号が確認できる書類をご用意のうえ、申請を行ってください。また、パソコンでマイナポータルにログインし、ねんきんネットの連携手続きを行うことで、ねんきんネットのサービスを受けられるようになります。

詳しくは、ねんきんネットのウェブページ（下記URL）をご確認ください。

https://www.nenkin.go.jp/n_net/index.html（右のQRコードからもアクセスできます）



【年金についての問い合わせ先】

弘前年金事務所 電話0172-27-1339 市役所市民課 電話42-2111（内線261・267）

○弘前年金事務所で行う手続き（厚生年金保険の給付等）は、つがる市移動年金相談でも行えます。

日時 7月22日（水）、8月26日（水）、9月23日（水） 10時～15時

場所 つがる市役所2階相談室 ※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては中止になる場合があります。

ご利用には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0172-27-1339

広 告

現地確認 見積り無料 屋根・外壁の塗装・リフォーム



全面改装リフォーム
中古住宅改装
減築、増築

◆ホームページは◆

Google

屋根・外壁リフォーム専門店 アートリフォーム株式会社 0173-33-4713

五所川原市七ツ館虫流51-29 担当 前田

アートリフォーム株式会社

日本建築塗装職人の会

広 告

対象の STIHL チェーンソーご購入でソーチェン1本プレゼントキャンペーン中！8月末まで実施

(株)長内土木造園

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

戦没者等の遺族に対する第11回特別弔慰金の臨時窓口設置について

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金について臨時窓口を設置します。新型コロナウイルス感染拡大防止と待ち時間短縮のため、**事前に希望する月日と受付時間（開始時間）①～⑫から選んで電話予約をお願いします。**

なお、電話予約の際に、戦没者のお名前、請求者のお名前等を確認させていただきます。あらかじめご了承ください。

電話予約先 福祉課福祉総務係 ☎42-2111（内線247）

（電話予約は平日8時30分～12時、13時～17時15分の間をお願いします。）

臨時窓口設置期間	臨時窓口設置場所	受付時間（開始時間）
8月3日（月）、8月4日（火）	稲垣出張所	①9:00 ②9:30 ③10:00 ④10:30
8月6日（木）、8月7日（金）	車力出張所	⑤11:00 ⑥11:30 ⑦13:00 ⑧13:30
8月12日（水）～8月31日（月） （土・日・祝を除く）	つがる市役所	⑨14:00 ⑩14:30 ⑪15:00 ⑫15:30

請求に必要なもの

- ①本人確認書類（免許証、保険証等） ②金融機関へ届け出する印鑑
③戸籍抄本等（発行手数料は請求する方の負担になります）

**【問い合わせ先】福祉課
電話42-2111（内線247）**

お口の健康教室

～口の中の健康は体全体の元気の源！～

お口の健康と全身の健康についての影響や、正しいお手入れの仕方について学び実践することで、介護予防・認知症予防を心がけませんか？**参加料は無料です。**

日 時 7月21日（火）、8月25日（火）、9月29日（火）の3回 毎回13時30分～15時30分

会 場 松の館2階 視聴覚室

内 容 お口の健康と介護予防、お口の元気度チェック、お口の健康と全身の健康（活力低下予防）、お口の働きを大切にしよう（食べる・飲み込む・肺炎予防）、「かみかみ体操」の実践など
※開催日によって内容が異なります。

講 師 言語聴覚士 盛 康 氏（下田クリニック、青森県言語聴覚士会）、歯科衛生士 相馬美智子 氏（青森県歯科衛生士会）

申し込み 7月16日（木）まで、下記へお申し込みください。

- 注 意**
- ・台風の接近や流行性感染症の発生などにより開催が延期または中止になる場合があります。
 - ・会場内は3密状態にならないようにします。また開催中は適宜換気を行いますので、寒さ・暑さの調節ができる服装でご参加ください。
 - ・マスクの着用をお願いします。また当日の体温を伺いますので事前の測定をお願いします（会場での測定も可）。

【問い合わせ先】地域包括支援センター 電話69-7117 FAX46-3340 メール tsushihoukatsu@iris.ocn.ne.jp

足から始める運動教室（旧若がえり健康教室）

歩くこと、姿勢を意識しながらの筋トレや有酸素運動を行います。運動が苦手な方や1時間歩くのが難しい方は、まずは「軽め」に参加してみましょう。下記の運動強度を参考にしてください。

開催日	運動強度	内 容
7月17日（金）	強め	スタミナ・筋力アップ。「普通」より休憩が少なく、しっかり体を動かす。
8月7日（金）	普通	運動の基本を覚える。姿勢を変えよう！体を意識して動かしながら1時間歩き続ける。
8月18日（火）	軽め	主にイスを使つての有酸素運動やストレッチ。

場 所 市民健康づくりセンター

時 間 13時30分～14時30分

申し込みは不要です。

講 師 健康運動指導士 鬼武由美子 氏

持ち物 運動靴（外履き）、汗ふきタオル、飲み物、運動着

【問い合わせ先】健康推進課 電話42-2111（内線307）

広告募集中！

「広報つがる」への広告、
「市ホームページ」へのバナー広告を
募集しています。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

【申し込み・問い合わせ先】

秘書広報課 電話23-3265



広 告

毎日は嫌。長時間は嫌。でも少しは働きたい・・・
そんな、60歳以上の

**「働きたい!」の
「力」になります!**

60歳からの
助に人生



随時（土日祝除く）、入会説明会を開催しています。お気軽にお電話ください。

問 合 せ 先 公益社団法人つがる市シルバー人材センター ☎0173-42-1200
公益社団法人青森県シルバー人材センター連合会 ☎017-732-5757

「縄文遺跡案内所」を設置しました

亀ヶ岡石器時代遺跡の南隣接地に「縄文遺跡案内所」を設置しています。案内所には、世界文化遺産登録をめざす「北海道・北東北の縄文遺跡群」についての説明や、構成資産となっている亀ヶ岡石器時代遺跡・田小屋野貝塚に関する写真や解説のほか、縄文遺跡のリーフレットや市内の資料館ガイド、遺跡周辺の案内図、観光パンフレット等を用意しています。

また、敷地内に仮設駐車場を整備しました（大型バス3台・乗用車7台駐車可能）。

遺跡へ訪れた際には、ぜひお立ち寄りください。

開所期間 11月末日まで（12月～3月は閉鎖）

開放時間 9時～17時

場 所 木造館岡上稲元176-84地内
（しゃこちゃん広場の南隣接地）

※令和元年度までしゃこちゃん広場内に設置していましたが、今年度から場所が変わりました。



ボランティアガイド「つがる縄文遺跡案内人」

「つがる縄文遺跡案内人」は、亀ヶ岡石器時代遺跡・田小屋野貝塚の魅力や価値を広く発信することを目的として、令和元年度に発足しました。現在、9人の案内人が活動中で、土・日・祝日の10時～15時までの間、2、3人が交代で縄文遺跡案内所に常駐しています。

訪れた方のご要望に応じて、しゃこちゃん広場や亀ヶ岡石器時代遺跡のお墓の跡、田小屋野貝塚の人骨出土地点などを解説しながらご案内。時間は30分程度を目安としますが、もっと興味がある方には、時間をかけてご案内します。

ガイドをご希望の方は、お気軽にお声がけください。

【問い合わせ先】 社会教育文化課 電話49-1194



夏休み体験講座「ミニ土器作り体験」

粘土で土器を作りながら縄文文化やつがる市の遺跡について学ぼう！

対 象 小学生（保護者同伴可） ※定員40人（保護者を含みます）

開催日時 8月1日（土） 13時30分～15時30分

会 場 館岡コミュニティ消防センター（木造館岡上稲元182）、木造亀ヶ岡考古資料室
※当日は館岡コミュニティ消防センターへ集合してください。

場所の分からない方、送迎を希望される方には、「松の館」から会場までの往復バス送迎を行います。バスの集合時間は12時45分（出発時間13時）です。

講座内容 ①木造亀ヶ岡考古資料室の見学（20分程度）

亀ヶ岡石器時代遺跡から出土した土器を実際に見学して、土器の作り方を学びます。

②土器づくり体験

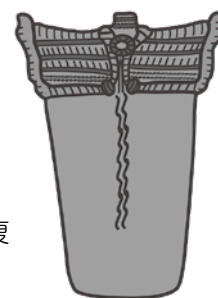
粘土で土器を作り、文様等を付けます。

（天然土を用いた樹脂入粘土を使用します。粘土は3日～1週間で乾燥します）

持ち物等 手拭きタオル等、作品持ち帰り用の大きなビニール袋（スーパーのレジ袋程度のサイズ）、飲み物

申し込み 下記まで電話でお申し込みください（先着順）。申し込み期限は7月27日（月）。受付時間は、平日8時30分～17時15分です。

【申し込み・問い合わせ先】 社会教育文化課 電話49-1194



つがる市立図書館

TSUGARU CITY LIBRARY

新しく入った本の紹介

□101冊の中から4冊をピックアップ。 ※本の表紙の写真は、各出版社の使用規程に基づいて掲載しています。



タイトル: キャラでわかる! はじめての
感染症図鑑
著者: 岡田 晴恵
絵: itou みつる
出版社: 日本図書センター

スタッフより: 知識ゼロから学べる、感染症の超入門図鑑。ウイルスや細菌などの病原体をキャラクターにして紹介するほか、それぞれの症状や感染経路、予防法や治療法も掲載。新型コロナウイルスについてのQ&Aも収録。



タイトル: まっくろいたちのレストラン
作: 島本 理生 **絵:** 平岡 瞳
編: 瀧井 朝世
出版社: 岩崎書店

スタッフより: 不気味な牙がコンプレックスのまっくろいたちがレストランを開くと、谷の向こうからうさぎのお嬢様がやってきました。牙を怖がる様子もなく、やさしいお嬢様にまっくろいたちが取った行動は…。ずっと孤独だったまっくろいたちとお嬢様の恋のおはなし。



タイトル: フローズドリンク教本
著者: 根岸 清
出版社: 旭屋出版

スタッフより: スムージーやグラニータと呼ばれ、氷や凍らせたフルーツを使って作るのが特徴のフローズドリンク。商品開発の教本として、基本知識やレシピを紹介する。フルーツの選び方や冷凍食材活用についても詳しく解説。



タイトル: ごきげんな毎日
著者: itou みく **絵:** 佐藤 真紀子
出版社: 文研出版

スタッフより: 喜一の家族は、アパートから念願の庭付き一戸建てに引っ越してきた。憧れのひとり部屋になり、家族みんながごきげんな日々だったが、突然、長野のおばあちゃんと同居することに。おばあちゃんがやって来た理由とは…。

おはなし会 場所: おはなしコーナー

おはなし会は当面の間、休止いたします。
再開が決定しましたら、掲示および図書館ホームページ・SNSにてお知らせいたします。

講座 場所: セミナー・学習室

郷土学習講座 (主催: NPO法人つがる野文庫の会)
日時 8月9日(日) 10:30~11:30
テーマ 私のつがる市への想い
講師 桜庭 利弘氏 (元教諭、油彩画家)

新型コロナウイルス感染拡大予防の観点から、講座にご参加いただく方には下記をお願いをしています。
・セミナー・学習室入口にて検温をいたします。発熱やせきなど風邪の症状がある方は参加をお控えください。
・手指のアルコール消毒、マスクの着用にご協力ください。
・席の間隔をあけてご利用ください。

【お知らせ】

現在、以下のすべてのサービスを再開しております。

- ・閲覧席の利用
- ・新聞、雑誌コーナーの利用
- ・複写 (セルフサービス) の利用
- ・タブレット端末の貸出 (ひとり1日1時間以内)

□ 育てよう読書の木 □ - メッセージ募集 -

木の成長は皆さんの読書量の証です。たくさん本を読んでメッセージカードを書き、大きな木を育ててみませんか?

①メッセージカードに、読んだ本の感想を書こう! ②応募BOXに投函しよう ③読書の木を見に行こう
皆さんが書いたメッセージが“読書の木”となり、図書館を彩ります!

※メッセージカード等は図書館で準備しています。

メッセージ募集期間: 令和2年6月1日(月)~8月30日(日)

読書の木展示期間: 令和2年7月1日(水)~9月30日(水)

場所: つがる市立図書館カウンター

場所: つがる市立図書館児童側通路



〒038-3107 青森県つがる市柏稲盛幾世41番地 (イオンモールつがる柏内) ●電話: 25-3131
開館時間: 10:00~20:00 ●7月の休館日: 7月21日(火)

お知らせ

掲載している各種相談、催しについては、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、延期または中止となる場合がございますので、事前にご確認ください。

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19日(水)10時～12時

▽松の館
行政相談委員 片山 徳明氏

〈森田会場〉

●8月21日(金)10時～12時

▽森田公民館
行政相談委員 佐藤 朋子氏

〈柏会場〉

●8月4日(火)10時～15時

▽柏老人福祉センター
行政相談委員 木村 光雄氏

〈稲垣会場〉

●8月19日(水)10時～15時

▽稲垣ふれあいセンター
行政相談委員 佐々木富雄氏

〈車力会場〉

●8月21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

●8月21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

人権相談

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に

ついて無料で相談に応じます。秘密は守られますのでお気軽にご相談ください。

119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。

新型コロナウイルス感染症の影響を受けストレスや問題を抱えている、眠れない、心が重い、やる気が起きない、ひきこもりなどの悩みを抱えている方は、ひとりで悩まずに、ご相談ください。

●日時▽7月27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。

献血

献血にご協力ください

●7月19日(日)10時～11時45分、13時～16時▽イオンモールつがる柏
●7月30日(木)10時～11時45分、13時15分～14時30分▽市役所、15時～16時▽ごしょつがる農協木造総合支店
●8月2日(日)10時～11時45分、13時～16時▽ごしょつがる農協木造総合支店

税

給与所得者の個人住民税は全て「特別徴収」となります

給与所得者(従業員)の個人住民税については、地方税法の規定により、給与支払者(事業主)が給与から特別徴収(天引き)により納入することとされています。このため、西北地域2市5町と西北地域県民局県税部では、原則として全ての事業主の方に特別徴収を行っていただいておりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

個人住民税の特別徴収とは
所得税の源泉徴収と同様に、事業主が従業員に代わり、毎月支払う給与から個人住民税を天引きし、納入していただく制度です。

ただし、個人住民税の特別徴収は、市が従業員ごとの税額をお知らせしますので、所得税の源泉徴収のような税額計算や年末調整の手間がかりません。また、従業員の方には、納め忘れがなく、納期が年12回のため普通徴収の年4回に比べて1回当たりの納付額が少なくなるという納税の便宜を図る目的があります。

●4月に集団健診を申し込んだ方には、受診票を送付する時期を「5月中旬以降」とお知らせしていましたが、新型コロナウイルス感染症予防対策および集団健診の延期により、送付日程が変更となります。集団健診を申し込みされている方には、随時、実施日の3週間前までに送付いたします。

その他

自衛官募集

一般曹候補生
●応募資格▽令和3年4月1日現在、18歳以上33歳未満の方
●一次試験日▽9月20日(日)
●受付期限▽9月10日(木)
●自衛官候補生
●応募資格▽令和3年4月1日現在、18歳以上33歳未満の方
●試験日▽女子9月15日(火)、男子9月26日(土)、9月27日(日)
●受付期限▽9月10日(木)
●航空学生
●応募資格▽令和3年4月1日現在、海上自衛隊は18歳以上23歳未満の方、航空自衛隊は18歳以上21歳未満の方
●試験日▽9月22日(火)※祝日
●受付期限▽9月10日(木)
※日程は変更する場合があります。詳細はお問い合わせください。

●4月に集団健診を申し込んだ方には、受診票を送付する時期を「5月中旬以降」とお知らせしていましたが、新型コロナウイルス感染症予防対策および集団健診の延期により、送付日程が変更となります。集団健診を申し込みされている方には、随時、実施日の3週間前までに送付いたします。

●市民の皆さまにはご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

●なお、7月以降の集団健診につきましては、当初の日程とおり実施する予定です。

●健康推進課(内線306)

夏期講習会受付中!!
オンライン+通塾=ハイブリッド授業

期間 7/26~8/17

◆弘前高校3名 ◆弘前中央高校2名
◆五所川原高校6名 ◆弘前実業高校2名
◆木造高校8名 ◆五所川原工業(情報科)1名
◆青森北高校1名 ◆弘前聖愛高校1名

進学・学習指導教室
萩野学習会
対象 小4~中3 (国・英・数) 社・理
〒038-3136 つがる市木造萩野 13-23(商工会館裏)
お問い合わせは Phone:0173(42)1738/Email:hops93tjp@kba.biglobe.ne.jp

Makeup・Paint 五所川原塗装工業会会員「心・技・色」
ペンキのお化粧屋
藤一美装
fujichi.bisou
代表: 藤田 一哉 《登録建設塗装基幹技能者》
地域密着型塗装店! お気軽にご連絡下さい。
※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 つきみの団地37
電話 0173-26-4341 携帯 080-6001-1760

第70回「社会を明るくする運動」市民集会の中止について

社会を明るくする運動は、すべての国民が「犯罪や非行の防止」と「罪を犯した人たちの更生」に理解を深め、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

市では、強調月間である毎年7月に市民集会を開催しておりますが、新型コロナウイルス感染症拡大防止の状況を踏まえ、今年度の市民集会は中止といたします。

なお、市ホームページにて「社会を明るくする運動」を紹介していますので、ご覧ください。

☎福祉課（内線245）

夏休み中の閉校日

市内の学校では、左記の期間を閉校日とします。

期間中は学校に教職員が不在となりますが、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

●全ての小・中学校▽

8月11日(火)～8月14日(金)

※緊急時は、教育委員会教育総務課に連絡してください。

☎教育総務課 249-1201

●木造高等学校▽

8月13日(木)、8月14日(金)

☎木造高等学校 242-2066

むつ小川原地域・産業振興プロジェクト支援助成事業の追加募集

新型コロナウイルス感染症の影響等を踏まえて、青森県内の地域や産業の活性化などの緊急的な取

り組みについて支援するため、令和2年度の地域・産業振興プロジェクト支援助成事業を追加募集します。

●助成対象▽地域づくりや文化活動等に取り組んでいる組織、産業界団体など

●対象期間▽令和2年4月1日～令和3年3月31日

※事業開始は申請前の4月1日から実施している内容も今回のみ対象となります。

●募集期限▽7月31日(金)

●助成金額▽事業費の5分の4以内

※詳しくは、財団ホームページ <http://www.jomone.jp/~mozaidan/> をご覧ください。

☎(公財) むつ小川原地域・産業振興財団

☎017-773-6222

戦没者遺児による慰霊友好親善事業

日本遺族会では、先の大戦で父等を亡くした戦没者の遺児を対象として、父等の戦死した旧戦域を訪れ慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善をはかることを目的に本事業を実施しています。

参加費用は10万円です。実施地域および日程等は左記へお問い合わせください。

☎日本遺族会事務局

☎03-3261-5521

「けし」の不正栽培について

「けし」の仲間には、麻薬成分が含まれ法律で植えることが禁止されているものがあります。県内で見つかる「植えてはいけないけし」の約半数が、五所川原保健所管内で発見されています。

花の色は、赤、ピンク、薄紫があり、花の形も様々ですが、八重咲のけしは特徴的で、「ポピー」や「ひなげし」とは大きく異なります。また茎や葉は「キャベツの葉のような白味を帯びた緑色」、「ほとんど毛がない」のが特徴です。

五所川原保健所では不正けしの拡大を防止するため、定期的に管内を巡回しています。「植えてはいけないけし」の除去、処分にご協力をお願いします。

※五所川原保健所ホームページでは、カラーで見ることが出来ます。(五所川原保健所「けし」の見分け方で検索。)

☎五所川原保健所指導予防課

☎34-2108

つがる地球村一周マラソン大会中止のお知らせ

9月27日に開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止の状況を踏まえ、大会を中止することに決定いたしました。今後も皆さまが安心・安全に参加できる大会となるよう努めてまいりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

☎つがる市体育協会

☎46-2854

卓球・ラージボールを八月末まで無料体験してみませんか!!

外出自粛などで身体はナマツテいませんか?気軽に卓球を楽しん

で!!健康な体づくりしてみませんか!!初心者からベテランまで広く募集します。

●練習場所▽木造体育センター

●練習日時▽毎週月・水・金曜日10時～12時(変更・延長も可)まずは見学に来てください。

☎つがる市「長寿・憩いの会」

☎山内富裕 246-2416

ロービジョン相談支援センター

見えない、見えにくいなど困りのことがあれば相談ください。

●身の回りのことができるようにしたい、読書を楽しみたい、もう一度働きたい、福祉制度などを知りたい、最新の医学情報について知りたい...など

●相談受付時間▽平日9時～16時

※相談で来られる際は、事前に予約してください。

●相談窓口▽ロービジョン相談支援センター(県立盲学校内)

☎電話017-726-2239

「Yahoo!防災速報」で防災情報を配信

災害発生時や台風接近時などに、避難所の開設状況や注意喚起の情報を配信する予定です。身の安全を守るためお役立てください。

アプリをダウンロードしてご利用ください。

URL: <https://yahoo.jp/tBOLPG>

【問い合わせ先】
総務課 電話42-2111(内線345)



広告

造園・庭園管理

加福園

新居シンボルツリー植樹、空き地及び空き家雑草植栽管理、庭園解体、芝生施工及び管理、立木高所伐採、草取り作業、庭園年間管理などもやっています。

〒038-3154 つがる市木造照日40-4 TEL 090-4558-0454

広告

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 5,000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!

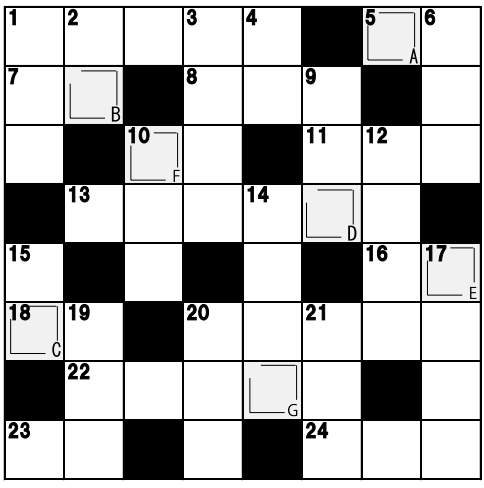
今すぐあなたの
助けになりたい

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～Gの文字を並べて言葉を作ってね!

ヒント 花言葉は「ロタあむらた」



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「縄文&つがるちゃんタオルセット」をプレゼントします。（毎月25日締切※当日必着）

応募先: 〒038-3192 つがる市役所 秘書広報課まで

【タテの問題】

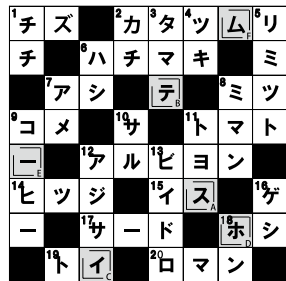
- 打ち上げ、線香、ねずみ…
- 刺激を与えて元気づけること。〇〇を入れる。
- 不老長寿の果物とも呼ばれる食べ物
- 地球表面を構成する3要素…〇、海、空
- 地球の地下に存在する「プレート」と呼ばれる盤石のズレによって起こる自然現象
- ことわざ…〇〇門には福来る
- つがるちゃんさんの髪型のモチーフは?
- 透かし抜きや曲線に切るときに使つ、薄くて細い刃のこぎ
- 豆腐を厚めに切り、油で揚げた食品
- ごみ袋を減らすため、買い物時は〇〇バッグを持ち歩きましよう
- 宵宮の定番、〇〇〇〇すくひ
- あまおう、紅ほっぺ、もろっこ
- 11月22日は「いい〇〇〇」の日
- ハープの一種、和名はハッカ

【ヨコの問題】

- 特にお盆になると、先祖を供養するために行く人が多いです
- 雨上がりの空に現れる7色のもの
- 春夏秋冬の中で、漢字の画数が一番多いのは?
- 魚肉のすり身を棒状にした練り物
- 芸事などの素質があること…〇〇がいい線は英語で?
- つがる市内でお持ち帰りができる飲食店をまとめたサイト…つがる市〇〇〇〇〇〇
- 一戸建て住宅の屋根のうち、外壁や窓よりも外側に出っ張って突き出ている部分
- 〇〇のぼり、〇〇わすらい、春よ〇〇
- ファミリコンコンピューターの略名
- 7月初めから15日にかけて、お世話になった人に送ります
- トンボの幼虫は?
- 11月に来場者数90万人を突破したのは、つがる市立〇〇〇〇館

6月号の答えは「ステイホーム」

でした。
33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】
秋田亜里美（木造）、大湯彩楓（森田町）、小寺由香（富港町）、今正子（森田町）、斉藤志津子（木造）



CIR Column 国際交流員 コラム



締めの花火

国際交流員 テパオリ・トーマス

同僚と夏の風物詩について話をしていて、花火が挙げられました。言われてみれば、日本では夏の花火大会は恒例ですね。地元の花火に関する事はしばらく考えていませんでしたが、少し思い出してみれば日本との共通点と相違点が両方あることに気づき、今月は少しそれらに触れていきたいと思っています。

アメリカで花火が上がるのは、一般的に1年に2回で、7月4日の独立記念日と大晦日です。つまり何かの祝いに伴って花火を上げるのであって、日本のようにイベントを盛り上げるために上げたり、花火師の競技として大会を開くことはありません。独立記念日は、日本でおなじみの真夏の花火です。地域によると思いますが、パーベキューをやりながら、もしくはやった直後、花火を観るのが一般的です。私の実家は、花火が上がる公園のとて身近にあるので、パーベキューが終わってから父と兄弟が歩いて見に行っていました。ちなみに、私と母は大きな音が苦手だったので、いつも家に残りませんでした。大晦日の花火は、寒いのでさすがにパーベキューの後という事はありませんが、真冬でも大勢の人が見に行きます。カウントダウンの花火ではなく、新年を迎えるお祝いとして行うこの花火は、1年で最も大規模で、ブーの団体が行います。日本では、大晦日の花火大会はあまりないと思います

が、夏の花火大会の冬版と考えれば想像しやすいかもしれません。見晴らしのいい場所は人が満員で、さらに軽装ではなく厚着している影響でもう少し混んでいるように感じます。人混みを好まないし、花火に対して関心がない私だからあまり考えたことがなかったですが、花火に大勢の人が集まるのはアメリカも日本も同じですね。

アメリカでは、州によって個人が購入できる花火も違ってきます。とても大きな打ち上げ花火を個人が買える場合もあります。私の出身のニューハンプシャー州は、アメリカで最も花火の法律が緩い州の一つです。私の実家ではやりませんが、家の裏の庭からごく普通に結構高く飛び花火を上げる家庭がありました。さらに、向こう側の町なのに実家から見えるほどの花火が上がっているところを見かけたことが何度もあります。全国共通の独立記念日と大晦日のお祝い花火だけでなく、友だちや家族での集まりでパーベキューの締めには個人が上げる花火も多いです。

今年コロナでイベントが次々と中止になって、花火大会もないかもしれないというのは寂しいと思う人が多いかもしれません。花火に対して関心がない私でもその気持ちは分かりますが、来年の花火は待った分楽しくなると考え、代わりに他の夏の風物詩を例年より楽しむのいいと思います。

こんにちは！地域おこし協力隊です

市に移住し、地域資源を活かしたまちづくりに取り組む「地域おこし協力隊」の活動を報告します。

吉田 涼香 隊員（農林水産課）

長い冬も終わり、春！と思ったら、もう初夏！今年は何だか涼しい日が多いような気がしています。冬からのコロナウイルスの影響で思うように活動ができないかなあと感じていましたが、1人でできることをやろう！と考え、今まで教えてもらってきた郷土料理やお菓子のレシピを見返して、自分でも作れるように試作していました。作ったものは『つがる市地域おこし協力隊Facebookページ』で紹介しています。

プライベートでは、地域の新たな縁と文化を育む「HEBA Project」のメンバーとして関わっており、オンラインイベントを行いました。定期的にZoomアプリを使って京都と青森のメンバーが中心となってミーティングを行っています。学生の頃から、青森と西日本、地域と地域を繋ぐ活動や仕事をしたいと思っていたので、オンラインという形ですが行えることができるととても嬉しいです。

昔の暮らしを振り返りつつ、政府が提言している『新しい生活様式』も取り入れながら、新しい日常を作りあげていく。そんなことを意識しながら、自分のやれることをやっていきたいと思います。

つがる市地域おこし
協力隊Facebook
QRコード



津軽のぷんっとしたいなり寿司

佐藤 茉優 隊員（地域ブランド対策室）

春の陽気がどんどん夏の暑さへと変わってゆき、日中は少し汗ばむほどの季節となりました。

世間では新型コロナウイルス感染症の影響による自粛の波が収まらぬ中、つがる市内の飲食店を応援するべく、このたび「つがる市テイクアウト」というサイトを立ち上げました。

サイトにはつがる市内でテイクアウト・お持ち帰りメニューを行っている飲食店を掲載しており、各店舗のページからマップや電話番号等を開くことができるため、ぜひ活用していただければ幸いです。

このサイトを立ち上げるにあたり、取材に快く応じて下さった店主さまをはじめ、たくさんの方のご協力をいただきました。なんとか一つの形となり、皆さまに届けることができ嬉しく思います。ご協力いただいた皆さま、この場を借りて深く感謝申し上げます。

感染症終息後も長く利用していただけるように、引き続きサイトを充実させていきますので、「つがる市テイクアウト」をよろしくお願ひします。

つがる市テイクアウト
QRコード



こんにちは！ つがるちゃんです ゆるキャラ®グランプリ2020にエントリー！

全国のご当地キャラクターや企業キャラクターの人気ナンバー1を決める「ゆるキャラ®グランプリ2020」にエントリーしました！グランプリは、10月3日、4日に岩手県滝沢市で開催されます。

毎年大注目のイベント。前回参加した2017年は、皆さんからたくさんの応援をいただきまして、青森県内のキャラクターの中で1位になることができました！ゆるキャラ®グランプリの開催は今年で最後です。前回よりも上位を目指して、つがる市をPRしてきます！

投票はスマートフォン、または、インターネットから毎日1人1票投票できます。皆さん、応援よろしくね！



投票期間 7月1日(水)～9月25日(金)

投票方法 「ゆるキャラ®グランプリ2020」のホームページまたは右QRコードからアクセス。「投票方法はこちら」⇒「ID登録をする」からIDを登録して投票に進んでね！

※ID登録なしでカンタン投票は有料になりますので、ご注意ください。



我が家の アイドル

	男の子	女の子	計
1 歳	7 人	7 人	14 人
2 歳	7 人	5 人	12 人
3 歳	12 人	9 人	21 人

7月生まれの子ども(令和2年6月現在)



は せ が わ し ま
長谷川 史真くん
1 歳 (木造桜木)



か わ む ら り お う
川村 李穂くん
1 歳 (柏広須)



お か め い か
岡 明輝ちゃん
1 歳 (牛潟町)



み か み ら な
三上 來愛ちゃん
1 歳 (木造桜木)



こ ば や し り ほ
小林 莉帆ちゃん
1 歳 (富港町)



こ ば や し れ ん
小林 蓮くん
1 歳 (柏上古川)



こ せ き と わ
小関 飛翔くん
1 歳 (柏上古川)



き む ら そ お
木村 昊大くん
2 歳 (車力町)



お お さ わ り よ う し
大澤 遼士くん
2 歳 (木造吹原)



や ま し た み お
山下 三緒ちゃん
3 歳 (木造越水)



や ま が た れ あ
山形 玲葵ちゃん
3 歳 (柏広須)



お さ な い ゆ う
長内 優くん
3 歳 (木造浮巣)



さ わ む ら お う す け
澤村 旺佑くん
3 歳 (柏上古川)



ま つ は し ゆ う り
松橋 佑莉ちゃん
3 歳 (富港町)



く どう そ あ ら
工藤 星空くん
3 歳 (柏玉水)

9月生まれ写真募集中

対 象 令和2年9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 郵送または持参の場合: プリントした子どもの写真1枚に①子どもの氏名(ふりがな)②生年月日③性別④住所⑤保護者氏名⑥電話番号を記入したものを添えてください。*写真データの持ち込みは取り扱いできません。

メールの場合: 件名に「我が家のアイドル」と記入し、本文に上記①~⑥を記入の上、写真のデータを添付して送信してください。応募締切は今月の末日。応募者多数の場合は抽選とします。

【応募・問い合わせ先】〒038-3192 つがる市秘書広報課 電話 23-3265 (直通) メール koho@city.tsugaru.aomori.jp

特別企画

「つがる市産メロン特別販売」を実施します

今年の「メロン・スイカフェスティバル」は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため開催が中止となりました。

その代替企画として、特別企画「つがる市産メロン特別販売」を行います。

機械選果のメロン(品種:タカミ)、5~6玉Lサイズを、一箱2,500円、数量限定で販売します。

販売方法について、お客さまの密集を避けるため、購入を希望する方は、ハガキによる応募とさせていただきます。応募方法、販売日、販売場所など詳細については、折り込みチラシでご確認ください。

【問い合わせ先】地域ブランド対策室 電話42-2111(内線418)



●市の人口と世帯数(令和2年7月1日現在)・人口 31,613人(男 14,858人・女 16,755人)・13,575世帯

発行/つがる市総務部秘書広報課 〒038-3192 青森県つがる市木造若緑61番地1 電話:0173-42-2111 FAX:0173-42-3069
URL: http://www.city.tsugaru.aomori.jp/ 印刷/有限会社 光陽印刷