

狂犬病予防注射実施日程（後期）

月日	【木造地区】 実施場所	時 間
9 月 10 日 (木)	蓮松コミュニティ消防センター向い	8:40 ~ 8:50
	木造農村環境改善センター	8:55 ~ 9:05
	芦沼コミュニティ消防センター	9:10 ~ 9:20
	川除コミュニティ消防センター	9:25 ~ 9:35
	今市コミュニティ消防センター	9:40 ~ 9:50
	善積コミュニティ消防センター	9:55 ~ 10:05
	林コミュニティ消防センター	10:10 ~ 10:20
	土滝コミュニティ消防センター	10:25 ~ 10:35
	近野・十文字コミュニティ消防センター	10:45 ~ 10:50
	福原コミュニティ消防センター	11:00 ~ 11:10
	越水コミュニティ消防センター	11:20 ~ 11:30
	南広森コミュニティ消防センター	11:40 ~ 11:50
	丸山コミュニティ消防センター	13:35 ~ 13:45
	出来島コミュニティ消防センター	13:50 ~ 14:05
	菰槌コミュニティ消防センター	14:15 ~ 14:25
	館岡コミュニティ消防センター	14:30 ~ 14:40
筒木坂コミュニティ消防センター	14:50 ~ 15:00	

月日	【森田地区】 実施場所	時 間
9 月 11 日 (金)	森田公民館駐車場	8:40 ~ 8:50
	(旧) 森田支所前	9:00 ~ 9:10
	森田農村環境改善センター前	9:20 ~ 9:30
	【柏地区】 実施場所	時 間
	小和巻老人憩の家前	9:40 ~ 9:50
	(旧) 柏分庁舎裏駐車場	10:00 ~ 10:10
	広須老人憩の家前	10:20 ~ 10:30
	稲盛集会所前	10:40 ~ 10:50
	【稲垣地区】 実施場所	時 間
	再賀集会所前	11:00 ~ 11:10
	稲垣体育館前	11:20 ~ 11:30
	(旧) 繁田集会所前	11:40 ~ 11:50
	【車力地区】 実施場所	時 間
	下車力保健福祉館前	13:40 ~ 13:50
	牛瀨公民館前	14:00 ~ 14:10
	車力屯所前	14:20 ~ 14:30
豊富コミュニティセンター前	14:40 ~ 14:50	
富苑地区簡易体育館前	15:00 ~ 15:10	
(旧) 清水分校跡地	15:20 ~ 15:30	

飼い主の皆さまへ

- 登録は生涯1回、狂犬病予防注射は毎年1回受けなければなりません。
まだ受けさせてない方は、最寄りの場所、動物病院等で必ず受けて下さい。
- 注射の際は送付された通知書を持参してください。
- 犬のフンは、責任をもって持ち帰りましょう。
- 犬の放し飼いは、大変危険なので絶対にやめましょう。
- 登録内容に変更等がある場合は、必ず届け出をして下さい。
- 集合注射の時はリードを短くし、他の犬とトラブルの無いようマナーを守りましょう。

【問い合わせ先】 環境衛生課 電話42-2111 (内線281)

◎登録料・・・3,000円

◎注射料・・・3,300円

※消費税増税により注射料金が値上がりしましたので、注射料金を支払う際はご注意ください。

つがる市民診療所からのお知らせ 診療待ち状況案内サービスを開始しました

つがる市民診療所ホームページから呼出番号を確認することができるようになりました。

再来機で受け付け後、一旦外出するなど待ち時間の有効活用ができます。また、自家用車で来所された方は車内で待機するなど、待合ホール内での密を避けることも可能となります。

【問い合わせ先】

つがる市民診療所 電話42-3111

診療待ち状況案内	
受付番号	
内 科	66
外 科	17
糖尿病内科	24

市民診療所
ホームページ



【ゴミの出し方】

- 収集日当日の朝、8時30分までに指定袋に入れて、地区名、世帯主名を必ず記入し決められた地区の集積場所に出してください。
- 収集されなかった場合は、ごみ袋を持って帰り、ステッカーに書かれている内容を確認し、再度分別して出しなおしてください。

【燃やせるゴミ】

生ごみの水気をしっかり切ってから、新聞紙に包んで出してください。

【燃やせないゴミ】

野焼きした灰は収集しません。

【ペットボトル】

水洗いをして、乾燥させてから出してください。

【その他のプラスチック類】

汚れがある場合は、水洗いして出してください。

【問い合わせ先】

環境衛生課 電話42-2111(内線284)

食事・栄養相談のお知らせ

「健康のために減量したい」「食生活で心配がある」など食事に関する悩みに栄養士が個別に応じます。お気軽にご相談ください。

対象 つがる市民
(病院等で栄養指導を受ける機会がない方)
内容 生活習慣病予防、離乳食など食生活に関する相談
定員 先着順 1日3人まで
場所 つがる市民健康づくりセンター
持ち物 健康診査結果等

日時	希望の①～③からご希望の時間を選んでいただきます。
8月18日(火)	①9時～9時30分
9月8日(火)	②10時～10時30分
10月16日(金)	③11時～11時30分
11月10日(火)	
12月4日(金)	

申し込み 希望日の5日前までに、電話でお申し込みください。

【申し込み・問い合わせ先】健康推進課
電話42-2111 (内線308)

足から始める運動教室

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。**申し込みは不要です**。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
8月28日(金)	強め	スタミナ・筋力アップ。普通より歩数が多い。
9月8日(火)	普通	運動の基本を覚える。姿勢を意識しながら1時間歩く。

場所 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
時間 13時30分～14時30分 **持ち物** 運動靴(外履き)、汗ふきタオル、飲み物、運動着、マスク

トレーニングルームで健康づくり教室

初回指導の日程 9月11日(金) 9時30分～11時30分 定員6名
3日前までにお申し込みください。上記の日程に都合がつかない場合は、運動実践の日に各2名まで受け付けします。運動実践の日程は、健康推進課にお問い合わせください。

【問い合わせ先】健康推進課 電話42-2111 (内線307)

つがる西北五広域連合医療職員採用試験(第2回)

1 試験日程および採用予定人員等

■9月20日(日)実施 受付期間 8月28日(金)まで

職種	受験資格(以下を全て満たす方)
看護師、助産師 【4人程度】	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令和3年4月30日までに免許を取得する見込みのある方
薬剤師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、診療放射線技師 【各1人程度】	
臨床検査技師 【2人程度】	

2 採用日 令和3年4月1日

3 採用試験案内 試験内容、受験手続等については、つがる西北五広域連合ホームページ「令和2年度つがる西北五広域連合病院事業 医療職員採用試験案内(第2回)」をご確認ください。

【申し込み・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

STIHL 果樹剪定に枝払いに最適なバッテリーチェーンソー新発売
4cm径なら80本切断、連続25分駆動、充電時間70分
8cm径まで切断可能 GTA26 希望小売価格¥17,800-

(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

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 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
五所川原市七ツ館虫流51-29 担当 前田 日本建築塗装職人の会