



# 広報 つがる

2013  
11月号  
No.143

●市の人口と世帯数(平成25年10月31現在)・人口35,625人(男16,839人・女18,786人)・世帯数13,537世帯



## 家族でゴールめざす

“スポーツの秋” つがる地球村で開催された「第9回 つがる地球村一周マラソン大会」に過去最多600人のランナーが参加。自然に囲まれたコースで健脚を競い、心地よい汗を流しました。【関連3ページ】

# つがる市初の誘致企業が誕生

## つがるコンシェルジュセンター開設基本協定を締結



調印を終えて握手を交わす（左から）馬場部長、牧田社長、泉妻取締役、福島市長、山本議長



入社式であいさつを述べる福島市長



つがるコンシェルジュセンターが設置される  
予定の旧弘前高等技術専門学校つがる校舎

国内でコールセンターを運営するDIO（ティオ）ジャパン（本社・東京都）が、県と市の誘致により「つがるコンシェルジュセンター」を設立し、9月24日、生涯学習交流センター「松の館」で基本協定調印式が行われました。協定は、市、県、DIOジャパン、つがるコンシェルジュセンターの4者で締結され、つがる市初の誘致企業が誕生しました。10月7日には同センターに51人の社員が入社し、現在、柏公民館で旅行や宿泊の予約受付や観光案内業務などのオペレーターを育成中。平成26年10月から、現在改修中の旧弘前高等技術専門学校つがる校舎で本格操業を開始する予定で、今後の雇用拡大が期待されます。

DIOジャパンは、旅行、宿泊、レジャー業界等と提携し、予約受付や情報提供を行うコールセンター業務を全国21カ所で展開し、今回、初の青森県進出となりました。

調印式では、福島市長、DIOジャパンの泉妻秀一社外取締役、つがるコンシェルジュセンターの牧田昇社長、県商工労働部の馬場良夫部長が開設基本協定に調印し、福島市長が「新しい分野での雇用の場が生まれることは市にとって有意義で、末永いお付き合いを願います」とあいさつ。馬場部長が「本県経済の活性化を期待し、できる限りの支援をしていきたい」と述べました。泉妻取締役は「人材を育成し、地元根付いたセンターとしたい」と長期的な姿勢を示し、牧田社長は「地元の期待に応えられるよう取り組み」と抱負を語りました。

同センターは、宿泊施設などと提携し、観光情報の提供、宿泊の予約受付、地場産品の注文受付業務などを行う予定で、現在オペレーターの電話対応や必要な知識の研修を行っています。今後、本格業務を開始し、地元雇用の拡大とともに観光振興、交流人口の増加など幅広い地域の活性化に期待が寄せられます。

# 秋晴れのもと600人が力走

## つがる地球村一周マラソン大会



号砲とともに勢いよくスタートを切る5キロの部の出場選手



ゴールはもうすぐ、ラストスパート



開会式で選手宣誓をする藤田奈津子さん家族



沿道の声援を受けて力走する選手たち

つがる市体育協会（成田昭司会長）主催の「第9回つがる地球村一周マラソン大会」が9月29日、開催されました。今年は市内外から過去最多の約600人が出場し、初秋の自然に囲まれたコースで健脚を競いました。

この日は好天に恵まれ、参加者は沿道からの声援を受けながら全力で駆け抜け、ゴールを目指しました。また、走り終わった選手たちには豚汁が振る舞われたほか、市特産品が当たるお楽しみ抽選会なども行われ、参加者は楽しい一日を過ごしていました。

### 大会結果

10 km			
高校・一般男子（39歳以下）			
順位	氏名	住所	タイム
1	對馬 広将	青森市	33分48秒
2	井関 肇	弘前市	35分05秒
3	三上 憲秀	五所川原市	36分31秒
一般男子（40歳以上）			
1	斎藤 大祐	弘前市	34分40秒
2	中山 利広	横浜町	36分10秒
3	奈良 道明	弘前市	36分44秒
高校・一般女子（39歳以下）			
1	竹林 砂織	弘前市	39分25秒
2	築館 あゆみ	弘前市	43分02秒
3	前田 さと子	弘前市	45分14秒
一般女子（40歳以上）			
1	伊藤 朝美	五所川原市	43分01秒
2	長谷川 雅子	青森市	43分38秒
3	工藤 尚子	弘前市	46分16秒

5 km			
高校・一般男子（39歳以下）			
順位	氏名	住所	タイム
1	小野 雄大	弘前市	16分17秒
2	大平 隼人	弘前市	16分34秒
3	佐藤 真	宮城県	16分47秒
一般男子（40歳以上）			
1	大川 憲史	青森市	17分00秒
2	熊谷 治人	野辺地町	17分04秒
3	小山内 健一	弘前市	17分11秒
高校・一般女子（39歳以下）			
1	川越 南実	つがる市	22分04秒
2	水木 志野	弘前市	22分32秒
3	米田 加寿美	三沢市	22分46秒
一般女子（40歳以上）			
1	川越 七重	つがる市	19分56秒
2	藤田 綾子	青森市	20分50秒
3	東出 さおり	六ヶ所村	21分57秒

3 km			
中学校男子			
順位	氏名	住所	タイム
1	安田 暢弥	つがる市	09分49秒
2	竹林 宏斗	弘前市	09分57秒
3	加藤 翔大	つがる市	11分10秒
中学校女子			
1	松橋 和葵	つがる市	11分42秒
2	成田 亜美	五所川原市	13分42秒
小学4年生以上男子			
1	横山 大輔	つがる市	11分18秒
2	西岡 正剛	つがる市	11分24秒
3	福岡 陸	青森市	11分25秒
小学4年生以上女子			
1	堀内 望玖	青森市	11分27秒
2	楠美 はるか	五所川原市	11分30秒
3	山本 薫実	三沢市	11分36秒
一般男子（60歳以上）			
1	花岡 正美	平川市	11分34秒
2	奥井 正敏	弘前市	11分52秒
3	柳沢 博明	弘前市	12分05秒

# つがる相撲クラブが日本一

## 第10回全日本少年相撲選手権大会で優勝



優勝を決めた一番。相手を寄り倒す小関君



日本一を祝うつがる相撲クラブのメンバー（東京・両国国技館）



全国制覇を報告するつがる相撲クラブAの選手たち

第10回全国少年相撲選手権大会（10月13日、両国国技館）でつがる相撲クラブA（越後谷清彦監督）が2年ぶり2回目の優勝を果たし、少年相撲クラブの日本一に輝きました。大会には全国から79チームが参加し、つがる相撲クラブAは、予選を順当に通過。32チームで行われる決勝トーナメントを勝ち進み、決勝戦では宇土少年相撲クラブ（熊本）を3対2で破り、見事栄光を勝ち取りました。

選手たちは10月25日、福島市長に優勝を報告。越後谷監督は「決勝では優勝候補を破り、みんなで大泣きました。子どもたちはよくがんばった」と大会を振り返ると、福島市長は「優勝おめでとう。皆さんの力は本当にすごい」と大舞台での活躍をたたえました。

### つがる相撲クラブA 選手たちの声

#### 先鋒

長谷川 恵司 君  
（向陽小3年）  
148cm、85kg

大会では全部勝つことができました。前に出る相撲をもっと練習して（小関）拓道先輩みたいに強くなりたい。



#### 中堅

鳴海 匠馬 君  
（柏小5年）  
155cm、60kg

決勝の相手は5年生のわんぱく横綱で、いつも以上に気合が入った。速攻で思い通りの形になり勝てて良かった。12月の全国大会でも優勝目指す。



#### 大将



#### 二陣

古坂 裕聖 君  
（柏小4年）  
142cm、50kg

決勝戦では負けてしまったけど、優勝できてうれしい。気持ちが強くなるよう練習して来年も優勝できるようにがんばる。



#### 副将

小関 拓道 君  
（柏小6年）  
165cm、98kg

優勝がかかった一番は緊張したけど自分の相撲がとれて勝てうれしかった。チームワークが良かったので優勝できたと思う。



越後谷 知樹 君  
（木造中3年）  
175cm、118kg

みんなで力を合わせて優勝できてうれしい。中学校最後に全国優勝できていい思い出になった。（後輩たちには）この調子でがんばって来年も優勝してほしい。

# 田中匠瑛さんが国体陸上800mで準優勝



国体で準優勝を果たした田中匠瑛さん

第68回国民体育大会「スポーツ祭東京2013」の成人男子800メートルで青森大学4年の田中匠瑛さん（柏）が準優勝に輝き、10月10日、福島市長へ報告しました。

田中さんは決勝で1分49秒22の自己最高記録を出し、県新記録を更新。最後の100メートルの必死のラストスパートで2人を抜き準優勝を勝ち取った田中さんは「思い描いていたレースができた。目標としていた県記録（1分49秒59）を上回ることができたのは嬉しかったが、順位が2位は悔しい」と話し、「卒業後は実業団で競技を続けたい。世界陸上やオリンピックというさらなる上のステージを目指して頑張りたい」と力強く今後の抱負を語りました。

## 集出荷氷温貯蔵施設建設工事の安全を祈願

農産物の長期保存により安定的集出荷を図るため、新たに建設されるつがる市集出荷氷温貯蔵施設の安全祈願祭が9月19日、車力町の社団法人屏風山野菜振興会の建設予定地で行われました。

新たな貯蔵施設は、鉄骨造一部2階建てで延床面積1,541㎡、冷蔵庫を4基備え、建設費は4億2000万円。氷温貯蔵することでニンニクの発芽を抑え、約180トンのニンニクを、品質を保ったまま貯蔵することが可能になります。

安全祈願祭には、市、工事関係者ら約60人が出席し、福島市長らが鍬入れの儀を行った後に玉串をささげ、工事中の無事を祈りました。

同施設は平成26年6月に完成を予定しています。



鍬入れの儀を行い工事の安全を願う福島市長

## 筆に込めた防火の願い



賞状を手に小野消防長と記念撮影

平成25年度防災作品授賞式が10月18日、市消防本部で行われました。同本部では秋の火災予防運動（10月21日～27日）の一環として、防災に関する習字作品を募集。市内小学校から282点が寄せられ、金賞から銅賞まで優秀作品30点が選ばれました。

授賞式では入賞者に表彰状が手渡され、小野消防長が「今後も火災予防に関心も持ってもらい、災害のないまちづくりに参加してください」とあいさつしました。

全応募作品はイオンモールつがる柏に展示され、火災予防運動に役立てられました。



## 長内ゆきさん100歳長寿おめでとう

長内ゆきさん（木造）が9月16日、満100歳の誕生日を迎え、17日、顕彰状授与式が行われました。

長内さんは大正2年生まれ。農業を営み、子2人、孫4人、ひ孫4人に恵まれ、現在は自宅で家族とともに暮らしています。この日は、自宅を訪れた福島市長が「おめでとうございます。これからも健康に気を付けて長生きしてください」と顕彰状と花束を手渡すと、長内さんは「ありがとうございます」と笑顔を見せました。長内さんは、身の周りのことは自分でいい、新聞や本を読むのが日課とのこと。子の洋子さんは「好きな物を食べ、ストレスのない暮らしが長生きにつながっているのでは」と話していました。



100歳を迎えた長内ゆきさん



家族に囲まれ祝福される工藤千工さん

## 工藤千工さん100歳長寿祝う

工藤千工さん（車力町）が10月13日、満100歳の誕生日を迎え、入所しているグループホーム「ゆうあいの里」で長寿を祝いました。

工藤さんは大正2年生まれ。夫を戦争で亡くし、農業を営みながら女手ひとつで4人の子どもを育てました。この日は、長男の妻の工藤キヌ工さんほか3人がお祝いに駆け付け、境福祉部長が顕彰状と花束を手渡すと「みなさんのおかげです。ありがとうございました」とお礼を述べ、用意されたケーキのろうそくの火を吹き消しました。工藤さんは、平成15年に入所以来大きな病気もなく元気に過ごし、「家族や友人と仲良く過ごすことが長寿の秘訣」と話していました。

## 地域一体で交通事故防止を

秋の全国交通安全運動に伴い、9月20日、つがる市交通安全のつどいがイオンモールつがる柏で行われました。

つどいには、市民ら約150人が参加し、つがる警察署の上田修署長が「交通事故防止に向け、自分たちができることから実践していきましょう」とあいさつ。つがる地区交通安全協会の桜庭修会長が、地域住民一体となった交通安全対策推進の重要性を訴える県知事、県警本部長、県交通安全協会会長からの連名のメッセージを佐藤副市長に伝達しました。また、アトラクションとして、よさこい知求群会が演舞を披露し、館岡子ども交通指導隊、もりた保育園子ども交通指導隊が交通安全を呼び掛けました。



交通安全の体操を披露するもりた保育園子ども交通指導隊



雌子牛の部のチャンピオンとなった小林さんの「はなひら」

## 優良子牛の品評会

優良子牛の地域保留と畜産農家の飼育意欲・管理技術の向上を図ることを目的に、つがる市和牛改良組合（鳴海晴雄組合長）による第10回子牛・育成雌牛品評会が9月19日、屏風山牧野（富蒔町）で開催されました。品評会では市内の畜産農家が一生懸命育てた子牛23頭の審査が行われ、つがる家畜保健衛生所長ら4人の審査員が毛並みや体高、発育や品位などを評価していました。

審査の結果、雌子牛の部は小林豊さんの「はなひら」が、去勢子牛の部は鳴海晴雄さんの「安華」、育成雌牛の部は同氏の「いぶすき」がそれぞれチャンピオンに輝きました。



## 富苑小学校児童が稲刈り

富苑小学校（齊藤斉校長）の5年生26人が9月24日、自分たちが植えた稲を刈り取り、収穫の喜びを味わいました。児童らは県名誉農業経営士の佐々木佐吉さん（車力町）の指導で5月に田植えをし、夏休み中も観察を続けてきました。この日、佐々木さんは「稲を毎日観察することで稲の変化に気づき、良いお米を作ることができます。勉強も毎日続けることが大切です」と話し、刈り方を説明。児童らは鎌を使って、たわわに実った稲を丁寧に刈り取っていました。野宮疼くんは「初めて鎌で稲を刈りました。家の田んぼも手伝いたい」と、松橋玲さんは「刈った後に落ちていた稲も大切なので全部拾い集めました」と話していました。



刈り取った稲を棒に掛けて乾かす児童たち



フナの稚魚を放流する園児たち

## 山田川にフナの稚魚を放流

9月20日、かしわ保育園（佐藤修子園長）の年長組の園児24人が牛湍町の山田川にフナの稚魚1000尾を放流しました。これは、西津軽新田漁業協同組合（伊藤良二代表理事組合長）が、漁場の保全管理とともに子どもたちに河川や水生動物に親しむ機会を提供し、生態系の保全の大切さを学んでもらおうと実施したものです。

この日は、園児が2人ずつバケツに入ったフナの稚魚を順番にゆっくり放流し、「大きくなってね」と声を掛けていました。松橋蓮ちゃんは「フナの赤ちゃんは元気よく泳いでいった。大きくなるのが楽しみ」と話していました。

## 園児たちが交流の輪広める

第19回西北五地区子ども赤十字交流会が10月3日、森田体育センターで開催され、子ども赤十字に加盟する西北五地区の幼稚園・保育園の園児ら約250人がゲームや踊りなどを通じて交流を深めました。

交流会には市内から銀杏ヶ丘保育園、菰槌保育園、いなほ保育園、しげた保育園が参加し、開会式で西北五地区青少年赤十字指導者協議会の三上照美会長が「他の保育園や幼稚園のお友達とも仲良く力を合わせてがんばってください」とあいさつ。園児らは、綱引きや玉入れ、人形を担架に乗せて2人1組で走る赤十字リレー、フォークダンスなどを楽しみながら交流の輪を広げていました。



じゃんけんゲームを楽しむ園児たち



雨の中清掃作業に励む会員の皆さん

## シルバー人材センターが清掃奉仕

シルバー人材センター事業普及啓発促進月間の一環として、市シルバー人材センター（山内清美理事長）の会員ら約50人が10月16日、市役所周辺の幹線道路の清掃奉仕活動を行いました。

この日はあいにくの雨模様でしたが、会員らがスコップで道路脇や歩道の側溝にたまった土砂や枯葉などの除去を行い、環境美化に努めました。

市役所周辺の道路はきれいになり、会員の皆さんは「雨で作業が大変だったが、少しでも地域に貢献できればうれしい。これからも続けていきたい」と話していました。

# 市民の皆様から寄せられたご意見



市では、市民の声を市政運営の参考とさせていただくために、市役所、各出張所に目安箱を設置しており、またホームページでもご意見を受け付けています。今回は平成25年9月から10月に寄せられたご意見のうち、主なものをお知らせします。

主な意見	回 答 (担当課)
三内丸山を含む縄文遺跡の世界遺産登録するにあたり、本物の遮光器土偶の返還を強く陳情してはどうか。	<p>明治20年に亀ヶ岡遺跡から出土した遮光器土偶は、昭和61年に文化庁に譲渡され、現在は東京国立博物館に展示されています。</p> <p>この遮光器土偶は国の重要文化財に指定されていることから、その収蔵・展示を行うためには耐震・耐火等のさまざまな基準を満たした施設が必要となりますが、現在のところ、つがる市には基準を満たす施設はありません。</p> <p>そこで、市としては東京国立博物館の有識者から指導・助言を得ながら、木造亀ヶ岡考古資料室に替わる新たなガイダンス施設の建設を目指しています。このガイダンス施設においては国指定重要文化財の収蔵・展示が可能な仕様とすることで、将来的には亀ヶ岡遺跡出土の遮光器土偶等を借用して展示していきたいと考えています。</p> <p>(教育委員会社会教育文化課)</p>
市役所のトイレにジェットタオルを設置してほしい。	<p>東日本大震災による電力危機に伴い、本市ではクールビズの実施、冷暖房の弱めの設定、照明の間引き、こまめな消灯、パソコンの節電機能活用など節電対策に取り組んでおります。</p> <p>ご意見をいただきました、ジェットタオル等の設置については、今後必要性を検討してまいりますので、ご理解をお願いします。</p> <p>(管財課)</p>

以前に掲載した同様のご意見については掲載しておりませんのでご了承ください。

**【問い合わせ先】 秘書広報課 電話42-2111 (内線559)**

# 人権擁護委員に中島谷氏、小笠原氏、葛西氏

人権擁護委員に中島谷文隆氏（新任）、小笠原金美氏（再任）、葛西弘和氏（再任）の3人が10月1日付けで法務大臣より委嘱されました。

人権擁護委員は、地域の皆さんから人権相談を受け、問題解決のお手伝いをしたり、法務局の職員と協力して人権侵害による被害者の救済をしたり、地域の皆さんが人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を行っています。

市では現在、9人の人権擁護委員が活躍しています。



中島谷 文隆 氏



小笠原 金美 氏



葛西 弘和 氏

つがる市の人権擁護委員（敬称略）

- ◎小笠原 金美 (木造)
- ◎葛西 弘和 (木造)
- ◎平田 昌子 (木造)
- ◎吉田 恵美子 (木造)
- ◎八 鍬 久 (木造)
- ◎鳳 至 満 (柏)
- ◎佐々木 英里子 (柏)
- ◎工 藤 隆 樹 (車力町)
- ◎中島谷 文隆 (稲垣町)

12月4日から10日までは「第65回人権週間」です。 ※人権相談は18ページに掲載しています。

**【問い合わせ先】 市民課 電話42-2111 (内線268)**

# 宝くじの助成金で充実したコミュニティ活動を推進

平成25年度の(財)自治総合センター「一般コミュニティ助成事業」が、市内4自治会で実施されました。

この事業は、宝くじの助成金で地域のコミュニティ活動を推進するための備品等を整備するもので、これにより地域のコミュニティ活動が今まで以上に推進されるものと期待されます。



**下野田自治会** (ルームエアコン、冷凍冷蔵庫、プラズマテレビ、テレビラックシアター、掃除機、ブルーバーナー、ブルーレイレコーダー、電子レンジ、発電機、テント)



**蓮花田自治会** (レンジ台、食器棚、エアコン、掃除機、扇風機、電気ポット、テーブル、折畳みイス、保管庫、傘立て、コートハンガー、ホワイトボード、座布団、ラジカセ)



**吉出自治会** (除雪機、除雪機等格納庫、冷房設備)



**広須自治会** (エアコン、発電機、プリンター)

【問い合わせ先】 総務課 電話42-2111 (内線349)

## 「住生活総合調査」にご協力ください

国土交通省では、12月1日、全国各地において「平成25年住生活総合調査」を行います。

この調査は、住生活基本法に基づく住生活の安定・向上に係る総合的な施策を推進する上で必要となる基礎資料を得るために、住生活全般に関する実態や居住者の意向・満足度等を総合的に調査するもので、5年ごとに実施しています。

●対象 10月に実施された住宅・土地統計調査(総務省)に回答いただいた世帯の中から無作為抽出した全国約9万2千世帯。うち、つがる市では約50世帯

●期間 11月21日から12月10日まで

統計調査員証を持った調査員が、対象世帯を訪問しますので、ご協力くださるようお願いします。

【問い合わせ先】 建築住宅課 電話42-2111(内線386)



## つがる市特別版

### 青森県民手帳を販売しています

2014年の県民手帳を販売しています。暮らしやビジネスにご活用ください。

- 内 容  
〈手帳〉 青森県市町村区画図、月間・週間予定表、イラストマップ、過去5年間の天気など  
〈分冊〉 「ふるさと便利帳」 資料編・名簿編・生活編  
〈色〉 黒、青、赤、黄緑・ベージュの5種類  
〈サイズ〉 縦15cm×横8.5cm
- 価 格 500円

※在庫が無くなり次第販売を終了します。

つがる市特別版として裏につがるちゃんの型押しをしています。



【問い合わせ先】

つがる市統計協会事務局(市役所企画調整課内)  
電話42-2111 (内線351)

# 大人の風しん抗体検査・予防接種の費用を全額助成します

全国的な風しん発生のピークは過ぎましたが、風しんの流行は2、3年続くことが多く、来年も風しんが流行する可能性があります。

風しんの免疫を持っていない女性が妊娠初期に風しんに感染すると、白内障・先天性心疾患・難聴等の症状がある「先天性風しん症候群」の子どもが生まれることがあります。

つがる市では、妊婦等に対する風しんの感染予防を図り、先天性風しん症候群の発生を未然に防ぐために、風しんの抗体検査・予防接種費用を全額助成します。

**対象者** つがる市に住所を有する方で、次のいずれかに該当する方

① 妊娠を希望する女性

② 妊娠している女性の夫（パートナー）および同居している家族

※ ただし、以下の方は対象となりませんのでご注意ください。

・妊娠中の方（妊娠している可能性がある方を含む）

・風しんにかかったことがある方

・風しん予防接種（麻しん風しん混合(MR)を含む)を2回受けたことがある方

・風しんの抗体価が十分であることを確認している方

**助成回数** 抗体検査、予防接種いずれも1人1回

**助成期間** 平成25年11月1日から平成26年3月31日まで

**手 順**

1. 希望する対象者は、健康推進課に電話または来庁のうえ申し込みをしてください。
2. 抗体検査受診票・予防接種予診票・指定医療機関名簿など必要書類を後日郵送します。
3. 必要書類が届いたら、指定医療機関に電話をして検査日時を予約してください。
4. 必要書類(抗体検査受診票・保険証等)を持参し、医療機関で検査を受けてください。
5. 抗体検査の結果、風しん抗体価が不十分と確認された方が予防接種を受けることができます。

※ 予防接種を受けた女性の方は、接種後2か月間は妊娠を避けることが必要です。

**【申し込み・問い合わせ先】 健康推進課 電話42-2111（内線309）**

## 健康づくり講座 慢性腎臓病(CKD)を学ぼう

**日 時** 12月13日(金) 13時30分～15時

**場 所** 生涯学習交流センター「松の館」交流ホール

**テ ー マ** 「新たな国民病 慢性腎臓病(CKD)を学ぼう～予防と早期発見に向けて～」

**講 師** 弘前大学医学部附属病院 泌尿器科 畠山 真吾 氏

※慢性腎臓病(CKD)とは、慢性に経過するすべての腎臓病を指します。生活習慣病やメタボリックシンドロームとの関連も深く、誰もがかかる可能性のある病気であり、新たな国民病ともいわれています。

**申込期限** 12月10日(火)

**【申し込み・問い合わせ先】 健康推進課 電話42-2111（内線306）**



## すずらんの会 ～自死遺族の集い～

「すずらんの会」は、自死遺族の悲しみや苦しみを分かち合うための集いで、現在、ご家族を自死で亡くされた方が参加しています。あなたの悲しみや苦しみを安心して話せる場所ですので、一人で抱え込まずにご参加ください。

**日 時** 11月25日(月) 14時～16時

**場 所** 木造ふれあいプラザ(JR木造駅隣の三角屋根の建物)

**申し込み** 事前に電話で精神保健担当の保健師へお申し込みください。

※すずらんの会とは別に、精神保健担当の保健師が訪問や電話で自死ご遺族の相談にも応じています。

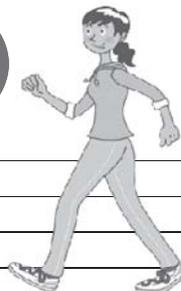
**【申し込み・問い合わせ先】 健康推進課 電話42-2111（内線305）**

<参加者の声>

「今はすずらんの会で同じ境遇の仲間と話し、分かり合えることで心が軽くなり、笑顔を取り戻せました。いざという時に話を聞いてもらえるという心強さを感じ、自分だけじゃないという安心感に救われました」

# 「若がえり健康教室」

参加無料  
申込不要



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。  
3月まで(月2回)開催しています。お気軽にご参加ください。

	第7回・第8回
日 時	12月9日(月)・24日(火) 13時30分～14時30分
場 所	生涯学習交流センター「松の館」交流ホール
テ ー マ	マイナス5歳の心と体をあなたの手に
講 師	健康運動指導士 鬼武 由美子 氏
内 容 (3つをバ ランスよく行 います)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●姿勢調整ウォーキング(有酸素運動) いろいろなパターンで姿勢を意識したウォーキングをすることで、普段使っていない筋肉や関節に刺激を与えて運動不足を解消。肥満の予防、改善に効果的です。</li> <li>●ストレッチ 全身の老化に関わる細胞が活性化し、さまざまな健康効果を発揮する。特に血管が柔らかくなり、若がえります。</li> <li>●筋力トレーニング 筋肉に刺激を与えることで全身疲労の回復を早め、基礎代謝が上がり、太りにくい体になります。</li> </ul>
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	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ケガ等については参加者自身の自己責任となります。</li> <li>・運動の効果を評価するため、毎回体重測定をします。</li> </ul>
そ 他	合計10回以上参加した方には粗品(健康グッズ)を進呈します。

【問い合わせ先】健康推進課 電話42-2111(内線305)

# アルコールを学ぶ家族等教室

家族や自分のお酒の問題で悩んでいませんか。その対応に困って、ひとりで抱え込んでいませんか。  
アルコールについて学ぶ教室を開催します。

日 時 12月10日(火) 14時～15時30分

場 所 生涯学習交流センター「松の館」1階会議室B

内 容 アルコールの飲みすぎは病気ですか?・医療が必要なアルコール問題とは?  
・アルコールがもたらす周囲への影響とは?

講 師 ●医療機関の立場から 布施病院 精神保健福祉士 三浦 良介 氏

●家族の立場から 断酒会に参加されている方の家族

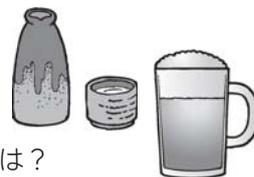
対 象 アルコールに関連する問題を抱えている方の家族

アルコールをやめたいと真剣に考えている方

※教室で話された個人情報に関する秘密を守る方

定 員 15人 申込期限 12月6日(金)

※当日参加できないが資料をほしい方は、教室終了後に送付しますのでご連絡ください。



【申し込み・問い合わせ先】健康推進課 電話42-2111(内線305)

# 減塩料理教室 家庭の味噌汁の塩分チェック

高血圧など生活習慣病が気になる方、家族の健康が気になる方、減塩について学んでみませんか。  
普段飲んでいるみそ汁の塩分チェックと減塩料理の調理実習を行います。

日 時 12月5日(木) 9時～13時

場 所 生涯学習交流センター「松の館」調理室

内 容 調理実習(減塩料理)、腹囲測定、みそ汁塩分チェック

講 師 つがる市食生活改善推進委員会

参 加 料 無料

持 参 物 みそ汁1カップ弱、エプロン、三角巾、筆記用具

定 員 25人

申込期限 11月27日(水)

家庭の味噌汁の塩分を調べてみませんか



【申し込み・問い合わせ先】健康推進課 電話42-2111(内線306)

# 健康万歩計

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

小笠原 幸裕 先生

(ファミリークリニック☆希望・院長)



## 胃がん予防に効果あり

# ピロリ菌除菌の健康保険適応が大幅に拡大

平成22年4月号にてピロリ菌と胃潰瘍、十二指腸潰瘍、胃がん、胃ポリープについて解説させていただきました。あれから3年が経ち、平成25年は胃がんの予防およびピロリ菌治療に関して大きな変革がありました。ピロリ菌の検査、治療（除菌）は、これまでほぼ胃潰瘍、十二指腸潰瘍の患者さんだけにしか健康保険が効かなかったのですが、胃炎の患者さんにも健康保険が効くようになったのです。自覚症状がなくても胃カメラで覗くと中年～老年の方は、かなりの方が胃炎になっています（中には若い人でも）。これまではピロリ菌の検査、治療をやるうとすると健康保険が効かないため（全額自己負担）なかなか患者さんにお勧めできずにいましたが、今後は多くの市民に対してピロリ菌の検査、治療（除菌）ができます。

ピロリ菌を治療（除菌）すれば胃がん発生率が、かなり減ります。広島大学の研究では胃がん患者さんの99%にピロリ菌がいたそうです（既往も含む）。また、除菌によって過形成性ポリープも縮小（消失）します。胃潰瘍、十二指腸潰瘍にもかかりにくくなります。画期的なことです。

ただし、健康保険が通るのは胃カメラを施行した

結果、胃炎などを認めた患者さんに限ります。つまり胃カメラをやらない患者さんには保険が通りません（バリウム検査で潰瘍があった方は例外的に保険が通ります）。

除菌に成功すれば胃がんになりにくくなる（少なくなる）のですが、絶対に胃がんにならないわけではありません。そこで、除菌成功後も胃カメラは定期的に受けて頂き胃がんの早期発見に努めるべきです。70才の場合、すでに60年前後、ピロリ菌感染が続いてきたためです。また、ピロリ菌が胃の中にすむことができないくらい胃炎が進行してしまった方も少なくありません。この場合は胃がん発生率が高いので毎年胃カメラを受けた方がよいでしょう。

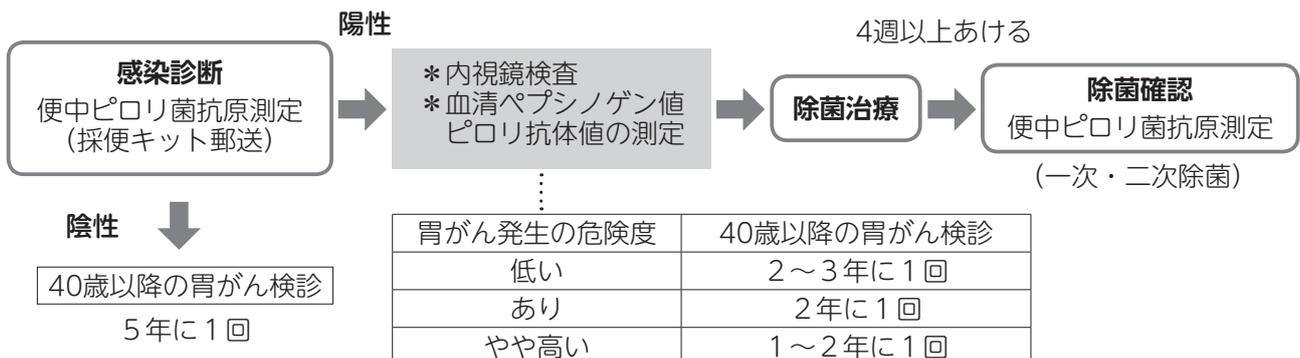
また、つがる市役所では住民サービスの一環として20～39歳の方にピロリ菌の無料検査、治療を実施しています。下記をご覧ください。若い人が除菌すれば、子どもさんの感染率が減る可能性もあります。

（ピロリ菌の除菌によって胃がんが減るのは確実なのですが、どのくらい減るのか正確な数字はさらなる研究結果が必要です。現在のところ3分の1あるいは3分の2に減るだろうと予想されています。若い人では90%以上の予防効果があると推定している研究者もいます。）

## つがる市胃がん撲滅検診事業（ピロリ菌の早期発見と除菌による胃がん予防事業）

- 市では平成24年度から平成28年度までの5年間全額助成(無料)しています。
- 対象者は、年度内に20～39歳になられる方です。  
(平成25年度対象は、昭和49年4月1日～平成6年3月31日生まれの方)
- 随時申し込みを受付しています。希望者は電話でお申し込みください。

### ピロリ菌検診の流れ



【申し込み・問い合わせ先】健康推進課 電話42-2111（内線300・307）

# 平成26年度保育所・保育園の新規入所(園)募集

保護者の就労または、出産、疾病、介護等の理由により、日中お子さんを保育できない家庭を対象に平成26年4月からの新規入所(園)の申し込みを受付します。

## ◆受付日時・場所

	木造・森田・柏地区にお住まいの方	稲垣地区にお住まいの方	車力地区にお住まいの方
場 所	市役所1階ロビー	稲垣出張所	車力出張所
受付日時	平成25年12月11日(水)～12月13日(金) 9時～17時		

※指定日に申し込みできなかった場合は、随時、市役所福祉課で受付します。

## ◆申し込みに必要なもの

- 入所申込書(受付場所で配付します) 児童1人につき1枚
- 添付書類等

必 要 書 類	備 考
源泉徴収票写し (平成25年分)	両親共働きの場合は2人分必要。 ※申込時に間に合わない場合は後日必ず提出してください。 農業・営業所得等で確定申告される方は、その写しを提出してください。(申告後速やかに提出してください)
課税証明書(平成25年度分)	平成25年1月2日以降転入された方は前住所地からの市町村民税課税証明書
母子手帳写し	母が出産の理由の場合のみ
身体障害者手帳写し	在宅障害者等のいる世帯のみ

※申込理由によって添付書類が異なりますので受付場所で確認をお願いします。

引き続き平成26年度も継続して入所(園)を希望される方は、

- ・「家庭状況調査」(用紙は各保育所(園)で配付します)
- ・「源泉徴収票写し」(確定申告される方はその写しも必要)を各保育所(園)に提出してください。



## 《つがる市内保育所(園)一覧》

保育所(園)名		所在地	電話番号	保育所(園)名		所在地	電話番号
牛瀧保育所	公立	牛瀧町村上	56-3160	川除保育園	私立	木造川除	42-3139
富蒔保育所	公立	富蒔町荘野	56-2674	しばた保育園	私立	木造柴田	42-3243
木造保育所	私立	木造千代町	42-2317	もりた保育園	私立	森田町森田	26-3032
館岡保育園	私立	木造館岡	45-3520	かしわ保育園	私立	柏桑野木田	25-2062
木造北保育園	私立	木造大畑	42-1228	かしわあつぷる保育園	私立	柏鷺坂	35-1025
菰槌保育園	私立	木造菰槌	45-3855	いなほ保育園	私立	稲垣町豊川	46-2679
銀杏ヶ丘保育園	私立	木造浮巣	42-6200	しばた保育園	私立	稲垣町繁田	46-2250

【問い合わせ先】福祉課 電話42-2111(内線233) 稲垣出張所 電話46-2111 車力出張所 電話56-2111

## 食育推進事業

### 免疫力アップ! 冬の料理教室

食育推進のため、つがる市産の農産物を使った冬の料理講習会を開催します。免疫力に優れた野菜を使った料理を学んで、冬場の健康づくりにお役立てください。料理初心者の方もお気軽にご参加ください。

日 時 12月11日(水) 9時30分～13時30分  
場 所 生涯学習交流センター「松の館」調理室  
内 容 ナガイモのお好み焼き・ゴボウの素揚げ・ナガイモ茶碗蒸し・大根サラダ

参加料 1人500円  
持参物 三角巾、エプロン  
定 員 先着30人(市在住者)  
申 込 参加料持参のうえ、12月5日(木)までに  
お申し込みください。

【申し込み・問い合わせ先】農林水産課 電話42-2111(内線411)

## つがる市農業士会 発足30周年記念講演会

会員、非会員問わず、つがる市の魅力を再発見できる機会です。お気軽にご参加ください。

日 時 12月5日(木) 13時30分～15時30分  
場 所 生涯学習交流センター「松の館」

交流ホール  
演 題 つがる市の魅力をもっと発見・もっと発信しよう

講 師 劇団夜行館 座長 笹原 茂朱氏  
参加料 無料 ※申込不要

### 【問い合わせ先】

西北地域県民局 地域農林水産部  
農業普及振興室分室 電話42-2222  
農林水産課 電話42-2111(内線414)



# りんご生産者の皆さんへ

平成26年度果樹経営支援対策事業（改植・防風網等）、果樹未収益期間支援事業に係る申込を募集します。

## 果樹経営支援対策事業（改植実施面積 2 a 以上）

- わい化…32万円/10a
- 普通樹…16万円/10a
- 特認事業（防風網・防霜ファン）…事業費の50%

## 果樹未収益期間対策事業（改植実施面積 5 a 以上）

5万円/10a（4年分を一括支援）

## 条件不利園地の廃園…8万円/10a

## 条件付き新植（わい化・普通樹）…事業費の50%

要件：条件不利園地の廃園があった場合に限る

### 事業の申込受付

- ・受付期間 11月27日(水)～11月29日(金) 9時～16時
- ・受付場所 つがる市役所 2階第2会議室
- ・持参物 事業実施する園地地番のわかるもの、通帳、通帳印、認印

【申し込み・問い合わせ先】 農林水産課 電話42-2111（内線411）

つがるにしきた農協 柏支店 電話25-2002

# 農業者年金に加入しましょう



## 若い農業者の皆さんへ

## 政策支援加入(保険料の国庫補助)で老後の安心を

保険料の負担が大きいという方は、政策支援加入で保険料の国庫補助が受けられます。

政策支援は、国民年金第1号被保険者等の加入要件に加え、

- ① 39歳までに加入
- ② 農業所得が900万円以下
- ③ 認定農業者で青色申告者等を満たせば受けられます。

区分	必要な要件	国庫補助金額	
		35歳未満	35歳以上
1	認定農業者で青色申告者	10,000円 (5割)	6,000円 (3割)
2	認定就農者で青色申告者		
3	区分1または2の者と家族経営協定を締結し経営に参画している配偶者または後継者	6,000円 (3割)	4,000円 (2割)
4	認定農業者または青色申告者のいずれか一方を満たす者で3年以内に両方を満たすことを約束した者		
5	35歳まで（25歳未満の場合は10年以内）に区分1の者となることを約束した後継者		—

## 40歳を超えて政策支援を受けられない方へ

## 加入期間が短くても老後の備えは間に合います

- 年金は家族一人ひとりについて準備することが大切です。
- 老後の備えは国民年金プラス農業者年金が基本です。

※保険料の全額社会保険料控除の税制優遇措置もあります。

農業者年金へは、

- ①国民年金第1号被保険者で、（国民年金保険料納付免除者を除く）
- ②年間60日以上農業に従事し、
- ③60歳未満の方ならどなたでも加入できます。

農業者年金の保険料は月額2万円から6万7千円まで（千円単位で）加入者が自由に選択できます。また、保険料の額はいつでも見直しできます。

加入期間が短くても保険料を増やすことで豊かな老後に備えることができます。

※脱退も自由ですが、脱退された場合でも脱退一時金としてではなく、将来、年金として支給されます。

【問い合わせ先】 つがる市農業委員会 電話25-3820

ごしょつがる農協 木造総合支店 電話42-2155

つがるにしきた農協 つがる支店 電話46-2211 富苑支店 電話56-3077

森田支店 電話26-3018 越水支店 電話26-3002 川除支店 電話42-2674 柏支店 電話25-2002

# 廃棄物の野焼きは禁止されています

廃棄物処理法により、廃棄物の野焼きは禁止されています。「野焼き」とは、ドラム缶、ブロック積み、一斗缶による焼却や、空き地、川べりなどでの適切な焼却施設を使わない廃棄物の焼却のことです。

野焼きをした場合、5年以下の懲役または1,000万円（法人は3億円）以下の罰金に処せられるなど厳しい罰則が設けられています。

野焼きにより

- ・大量の黒煙や臭いが発生する
- ・煙が家の中に入って息苦しい
- ・窓を開けられない
- ・洗濯物にすすや臭いが付く
- ・大気汚染や健康被害など多くの苦情が寄せられています。



廃棄物の野焼きに関する通報やお問い合わせは下記へお願いします。

**【問い合わせ先】** 環境衛生課 電話42-2111（内線282） 弘前環境管理事務所 電話0172-31-1900  
つがる警察署 電話42-3150

# 下水道の届け出はお済みですか

下水道へ接続している家屋への転入・転居、または下水道を接続している家屋から転入・転居される場合は、上水道（津軽広域水道企業団）への届け出のほか、下水道の届け出も必要になります。

下水道の使用料金は、使用者の方からの「排水施設使用開始（休止・廃止・再開）届」を基に手続きをしますので、お忘れなく届け出してくださいようお願いします。



**今一度ご確認ください 下水道料金と水道料金は別々に請求されます**

「下水道を接続しているが納入通知書または口座振替のお知らせハガキを受け取ったことがない方」

「下水道料金は水道料金と一緒に請求されていると思っている方」

このような方は下水道の使用開始手続きがされていない可能性があります。

故意に手続きせず下水道を使用していることが判明しますと、市の条例により罰則を科せられる場合がありますので、今一度ご確認くださいようお願いします。

**このような場合も届け出が必要で**

- 公共下水道（木造旧町、土滝、永田、芦沼、蓮花田地区）を除く下水道が整備されている地区の一般世帯で世帯員数に変更があった場合 → 施設使用者（世帯員）変更届
- 売買等で所有者が変更になった場合 → 排水設備等所有者変更届

**汚水ますの点検について**

今年の集中豪雨等により、雨水の流入が多く見られ、汚水処理に多大な影響を与えています。皆様には、宅地内に設置されている汚水ます内部の継ぎ目などから雨水等が流入していないか点検をお願いします。

**【問い合わせ先】** 下水道課 電話42-2111（内線371）

広 告

## 街の金物店

**国産 荒縄 (2.5分) 4K**  
¥900を**¥750**

**なまし鉄線 4K**  
(番線 8#, 10#, 12#) **¥1,000**

**ダルマストープ (大)**  
**¥3,980**

のぼりが目印です。  
※つがる市宅配 (42-3331)  
つがる市商品券 ご利用下さい  
創業60年 木造有楽町 42-2257

**成田建材・金物店**

広 告

加盟店でお買い物した商品をつがる市内無料配達いたします。

## 会員募集中!

つがる市宅配サービス

# TEL 0173-42-3331

事業実施主体：NPO法人元気おたすけ隊



# つがる市 食と産業まつり2013

## 農・商・工が手をつないで

つがるブランドの推進、農商工連携・地産地消機運の醸成を促進し、地域経済の活性化につなげることを目的に、つがる市の「ブランド」、「食」、「産業」が一堂に会した「つがる市食と産業まつり」を開催します。

日時 11月23日(土)、24日(日)  
10時～15時  
(23日9時30分からオープニングセレモニー)  
場所 生涯学習交流センター「松の館」

**入場無料**

- ブランド部門
    - ・つがるブランド農産物、認定商品の販売、PR
    - ・新商品の開発PR
  - 産業部門
    - ・農産物の販売、PR
    - ・農業機械展示、販売
    - ・商工業製品の展示、販売
  - 食部門
    - ・つがる市「新名物コンテスト」
    - ・つがる市の食や特産品の販売、PR
- その他、ステージイベント、お楽しみ抽選会

※内容に変更がある場合があります。

【問い合わせ先】 つがる市商工会 電話42-2449 ホームページ <http://www.aomorishokoren.or.jp/tugaru/>  
商工観光課 電話42-2111 (内線433)

## 国民年金を受給するために 年金情報

年金を受給するためには、保険料を納めた受給資格期間が25年(300月)以上必要です。  
上記25年に含まれるもの

- 国民年金保険料を納めた期間
- 第2号被保険者期間(会社員・公務員)
- 第3号被保険者期間(会社員・公務員に扶養されている配偶者)
- 保険料免除期間(年金額は減額されます)
- 若年者納付猶予・学生免除(受給資格期間には含みますが、年金額には反映されません)
- 昭和36年4月から昭和61年3月までの厚生年金などの加入期間(この期間は厚生年金部分が受給資格期間に合算されなかったため)
- 任意加入期間(国内に住む60歳以上65歳未満の人。海外に住む20歳以上65歳未満の日本人で申請により加入した人)
- カラ期間(昭和61年3月までに、会社員・公務員の配偶者であって国民年金に任意加入しなかった期間。平成3年3月までに国民年金に任意加入しなかった学生期間)

以上の要件を満たしていれば、基本65歳で老齢基礎年金を受給することができます。また、60歳で繰上請求(65歳から受給するよりも減額されます)することもできます。また、過去10年以内に未納があった方には後納制度があります。過去10年以内に免除を受けていた方には免除されていた分を納める追納制度があります。



### 大切なお知らせ

平成25年12月支給(10月分、11月分)からの年金の支払額が変更になり、12月4日以降に年金額改定通知書と年金振込通知書が一体になったお知らせ(ハガキ)が日本年金機構から送付されます。

これは、物価が下がったにもかかわらず年金額が法律で想定している水準よりも2.5%高い水準にあり、順次年金額の改定が行われます。

移動年金相談日 日時 毎月第4水曜日10時～15時(11/27 12/25 1/22 2/26 3/26)

場所 つがる市役所2階相談室

※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0172-27-1309

【問い合わせ先】 市民課 電話42-2111 (内線261・267)

### 広 告

#### 市民公開講座

いのちのはなし～がんの医療現場から～

と き 11月28日[木] 午後6時～午後7時

と ころ つがる市生涯学習交流センター「松の館」

司 会 岩村 秀輝 先生(つがる成人病センター 副院長)

講 師 佐藤 温 先生(弘前大学大学院医学研究科腫瘍内科学講座 教授)

対 象 つがる市住民の方

**入場無料**  
事前予約不要

問い合わせ先

武田薬品工業(株)  
青森市本町1-3-9 ニッセイ青森本町ビル11F TEL.017-722-6122

### 広 告

#### 市民のコミュニケーションをお手伝い



御 忘 プ 名 出 結 快  
歳 年 プ 入 産 婚 気  
暮 会 レ タ 内 内 祝  
景 景 ザ オ 祝 祝 祝  
品 品 ト ル 祝 祝 祝

カタログ 無料配達 **マイエト** TEL42-2118  
木造有楽町

# 通行止めのお知らせ

つがる市稲垣町穂積地区において、岩木川の堤防工事のため全面通行止めとなります。

野末浄水場までは通行できますが通り抜けできません。迂回路や市道をご利用くださるようお願いいたします。

路線：県道五所川原車力線（堤防道路）

期間：平成25年11月11日～平成26年2月28日まで（予定）

【問い合わせ先】 国土交通省 青森河川国道事務所  
五所川原出張所 電話34-2738



# 「冬の交通安全県民運動」が始まります



12月11日(水)から20日(金)までの10日間

- ★夕暮れ時は早めにライトを点灯しましょう。
- ★夕暮れ時やお出かけの時には反射材用品を身に付けましょう。

運動の重点

- 高齢者の交通事故防止
- 飲酒運転の根絶
- 冬道の安全運転の推進
- 踏切事故の防止

【問い合わせ先】 つがる市交通安全対策協議会（総務課内） 電話42-2111(内線345)

# 12月1日から7日までは雪崩防災週間です

国土交通省と県では、毎年12月1日から7日までを「雪崩防災週間」と位置付け、本格的な降雪を前に雪崩被害の防止に向けてさまざまな防災・広報活動を実施しています。

青森県は県全体が豪雪地帯として指定されており、さらに15地域(旧市町村単位)が特別豪雪地帯として指定されています。また、死者2名を出した平成19年2月の八甲田山における雪崩をはじめ、多くの雪崩災害が発生しています。家の裏、生活道路や通学路等、危険はさまざまなかたちで身近な場所に潜んでいます。積雪時は斜面を注意深く観察し、危険を感じたら早めの避難・連絡を心掛けてください。一人一人が防災意識を高め、雪崩災害による被害ゼロを目指しましょう。

【問い合わせ先】 土木課 電話42-2111(内線396)

青森県 県土整備部 河川砂防課 電話017-734-9670

ホームページ <http://www.pref.aomori.lg.jp/kotsu/build/H25nadarebousai.html>

## つがるブランド 料理コーナー



つがるブランド農産物を使った料理を紹介します。

KOS（若手農村女性の会）提供

【材料】4人分

- |         |          |
|---------|----------|
| ・ごぼう    | 300g     |
| ・にんじん   | 50g      |
| ・水煮れんこん | 50g      |
| ・バター    | 20g      |
| A {     |          |
| ・みそ     | 大さじ1     |
| ・カレー粉   | 小さじ1/2   |
| ・みりん    | 大さじ1と1/2 |
| ・しょうゆ   | 少々       |

## ごぼうの味噌カレーきんぴら

子どもが大好きカレー味。  
豚肉を入れてもOK



【作り方】

- ① ごぼうはさがきにし、水につけてあく抜きする。にんじんは短冊切にする。
- ② 鍋にバターを熱し、ごぼう、にんじん、水煮れんこんを入れてよく炒める。
- ③ Aを加え、焦げないように少し火を弱めて炒め煮し、仕上げにしょうゆをたらす。

# お知らせ

## 相談

### 行政相談

記事中に電話番号がない場合は、☎42-2111をかけ内線番号が課名をお話してください。

- 〈木造会場〉
  - 12月13日(金)、24日(火)、10時～14時▽市役所2階相談室
  - 行政相談委員 長谷川正人氏
  - 電話45-2929
- 〈森田会場〉
  - 12月13日(金)10時～12時▽森田公民館
  - 行政相談委員 佐藤 朋子氏
  - 電話26-2370
- 〈柏会場〉
  - 12月10日(火)10時～15時▽柏老人福祉センター
  - 行政相談委員 鈴木 克隆氏
  - 電話35-2042
- 〈稲垣会場〉
  - 12月18日(水)10時～15時▽稲垣公民館
  - 行政相談委員 藤田 明夫氏
  - 電話46-3860
- 〈車力会場〉
  - 12月20日(金)10時～15時▽むらおこし拠点館「フラット」※事前に電話69-5215で確認のうえお越しください。
  - 行政相談委員 鳴海 久氏
  - 電話56-3514

### 人権相談

「お知らせの見方」  
 甲 申し込み 関問い合わせ  
 申 関問申し込み・問い合わせ  
 ホ ホームページ  
 e メール

- 〈木造会場〉
  - 12月6日(金)松の館
- 〈森田会場〉
  - 12月3日(火)森田公民館
- 〈柏会場〉
  - 12月10日(火)柏老人福祉センター
- 〈稲垣会場〉
  - 11月27日(水)稲垣公民館
- 〈車力会場〉
  - 12月6日(金)車力ふれあい会館
  - ※5会場とも時間は10時～15時
- 関 市民課 (内線268)

### 心の相談

こころの悩みや病気について相談をお受けしています。眠れない、うつ病や統合失調症などの病気、アルコール問題、ひきこもりや不登校などの悩みを抱えている方は、ご相談ください。また、どこに相談したらいいかわからない場合もご利用ください。

〈臨床心理士による相談〉  
 ●12月4日(水)9時30分～11時30分▽市役所1階健康推進課横の相談室  
 ※12月2日(月)までにご連絡ください。(先着2組)

### 農家相談

農地の売買、賃貸借等について相談したい方は、お気軽にお越しください。

●12月19日(木)  
 9時30分～12時▽稲垣公民館  
 13時30分～16時▽車力出張所  
 なお、農業委員会事務局では随時農家相談を受けております。

関 つがる市農業委員会事務局  
 (柏分庁舎内) 電話25-3820

### 献血

献血にご協力ください

●12月5日(木)  
 10時～12時▽つがる市消防署  
 13時30分～15時▽ごしよつがる農協木造総合支店  
 15時15分～16時30分▽マルハ青春森柏店

●12月8日(日)  
 9時～11時45分、13時～16時  
 ▼イオンモールつがる柏

関 健康推進課 (内線309)

### 税

台風第18号により被災された方に対する県税の減免措置等

青森県では、平成25年台風第18号により被害を受けられた方には、県税の減免や申告、申請、請求その他書類の提出または納付の期限の延長および県税の徴収を猶予できる制度があります。詳しくはお問い合わせください。

関 西北地域県民局県税部  
 電話34-2111

### 催し物

Mr.マサツクの科学の実験教室

●日時▽11月28日(木)11時～12時  
 ●場所▽育成小学校体育館  
 ●講師▽工藤貴正氏(弘前美業高校) となたでも入場できます。(内履きを持参してください)  
 ※入場無料、申込不要

関 つがる市教育委員会 社会教育文化課 電話49-1200

### その他

後期高齢者医療 被保険者の皆様へ

整骨院や接骨院などで柔道整復師の施術を受けるときは、保険証を使える場合と使えない場合がありますので、ご注意ください。

有機堆肥販売 2t=2,000円より  
 お問合せ予約受付番号  
**0173-46-3725**  
 堆肥センター つがる市稲垣町福富笹山97-1 (旧つがる市農業開発公社)  
 有限会社 光 FAX専用 0173-46-3833

たたみ張替 新畳 表替 裏替 お電話下さい。  
 家具の移動は 当店におまかせ下さい!  
 サンプル持参でお見積り 見て、触って、納得!  
 古ゴザ、ご自由に お持ち帰り下さい  
 三浦豊製作所  
 つがる市森田町床舞玉水16-2  
 TEL・FAX (0173) 26-3130  
 携帯 090-5592-4093

●保険証を使えるとき

医師や柔道整復師に、外傷性の骨折、脱臼、打撲および捻挫等(肉ばなれを含む)と診断または判断され、施術を受けたときは使えません。また、骨折および脱臼については、応急手当をする場合を除き、あらかじめ医師の同意を得ることが必要です。

●保険証を使えないとき

●単なる(疲労性・慢性的な要因からくる)肩こりや筋肉疲労  
●脳疾患後遺症などの慢性病や症状の改善の見られない長期の施術  
●保険医療機関(病院、診療所など)で同じ負傷等で治療中のもの

●施術を受ける時の注意

●負傷の原因を正確にきちんと伝えましょう。  
●療養費支給申請書の受取代理人欄には、原則として患者の自筆による記入が必要です。  
●施術が長期にわたる場合は、内科的要因も考えられますので、医師の診察を受けましょう。

●領収書を受け取り、大切に保管しましょう。  
●不明な点はお問い合わせください。

●青森県後期高齢者医療広域連合  
電話017172113821

青森県最低賃金改正のお知らせ

①青森県最低賃金が改正されました。金額は、時間額665円です。(平成25年10月24日から)

②青森県最低賃金は、県内で働く全ての労働者と、労働者を一人でも使用している使用者に適用されます。

③製造業と小売業の一部には、特定(産業別)最低賃金が定められています。

●青森労働局労働基準部賃金室  
電話01717341414  
http://aomori-roudoukyoku.jstie.nhw.go.jp/

指名手配被疑者の検挙にご協力を

平成25年8月末現在、全国の警察から指名手配されている者は約830人に上っています。これらの被疑者は、殺人、強盗、暴行、窃盗、詐欺等の事件に関して指名手配されており、再び犯行を行うおそれがあります。

警察では、特に重大な犯罪の被疑者を選定して、11月中に全国警察の総力を挙げて追跡捜査を行うこととし、早期検挙に取り組んでいるところです。指名手配被疑者の発見に向けた捜査活動には、市民の皆様のご協力が必要です。指名手配被疑者によく似た人を見つけたなど、わずかなことでも警察に通報くださるようお願いいたします。

●つがる警察署  
電話4213150

青森・ソウル線で韓国へひとつ飛び  
さらにラクラク乗継で世界の各都市へ



○青森・ソウル線は平成25年10月27日から、水・金・日の週3便運航。週末を利用した旅行にも便利です。  
○世界とつながる仁川空港は乗換もラクラク。バンコク、香港、北京、ニューヨーク、ホノルル、グアムなど世界の各都市へ。  
○青森・ソウル線を利用すると駐車料金が最大1000円。平成26年3月末まで青森空港駐車料金減免の社会実験を実施中。

●青森県企画政策部交通政策課 電話017-734-9153



新着図書のお知らせ

ジャンル	書名	著者等
小説	望郷	湊かなえ
	世界地図の下書き	朝井リョウ
	ヨハネスブルグの天使たち	宮内悠介
	たぶんねこ	富中恵
予防医学	天翔る	村山由佳
	Dr中路が語るあおもり県民の健康	中路重之
児童	風立ちぬ	宮崎駿
	だれでも楽しめる簡単野菜づくり	小林五郎
農業	新規就農 実現への道	全国農業会議所
	よくわかる農家の青色申告	全国農業会議所

このほかにも多数あります。

●松の館 電話49-1200

収納課からのお知らせ

市税等は納期限内に納めましょう

11月

「固定資産税」第4期  
「国民健康保険税」第5期  
「介護保険料」第5期  
「後期高齢者医療保険料」第5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」  
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。

すまいるプラザ日曜納付相談

期日 11月24日(日)  
時間 10時~18時30分(受付は18時まで)  
場所 つがる出張所(イオンモールつがる柏内)

【問い合わせ先】収納課 電話42-2111(内線221)

広告

屋根外壁の塗り替えは  
手塗り専門店の  
アートに決めてよかった!



あなたのリフォーム、全力でサポートします

■屋根、外壁リフォーム専門店■ お問い合わせ、相談は、  
地元職人直営店 アートリフォーム(株) 0173-33-4713

外壁リフォーム  
窓リフォーム  
屋根リフォーム  
お風呂リフォーム  
◆ホームページは◆  
http://www.art-reform.net  
yahoo!アートリフォーム  
朝8:00から夕方19:00まで毎日楽しく営業中

広告

11月無料体験学習 受付中!

くもん、いくもん♪



学習日:火・金曜日  
学習時間:午後3時~8時  
学習教科:数学、国語、英語

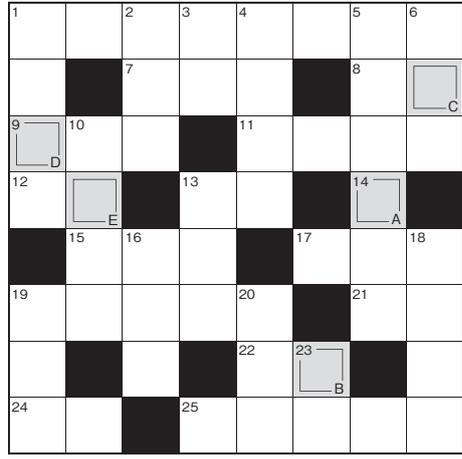
つがる市柏桑野木田千年228-35

公文かしわ教室 tel:090-6256-1510

# クロスワードに挑戦!

タテ・ヨコの問題を解いていき、A～Eの文字を探してことばを見つけてね!

ヒント 日本最古のりんこの木の品種は「祝」と



## 【タテの問題】

- 1 相撲で平幕力士が横綱を倒したとき
- 2 細長い通路。学校のルール「〇〇〇は走らな<sup>さ</sup>い」
- 3 来年の干支
- 4 昔の家はこの屋根でした。稲穂<sup>い</sup>の<sup>り</sup>里
- 5 や道の駅もりにたに移築した建物があります
- 6 果汁に甘みを加えて凍らせた氷菓<sup>り</sup>
- 7 家が建っている一区切りの土地。広い敷地に建つ大きな家<sup>の</sup>ことを<sup>い</sup>うこともある
- 8 人気商品のパッケージ「〇〇〇〇〇<sup>い</sup>め<sup>ら</sup>い」
- 9 その家に代々伝わる教え「我が家の〇〇〇〇」
- 10 使わないと財布の中がいっぱいになります。
- 11 津軽弁で<sup>い</sup>う
- 12 アントニオ猪木、タイガーマスクといえ<sup>ば</sup>
- 13 何の選手
- 14 何事も前向きに考える〇〇〇〇思考<sup>の</sup>人
- 15 自分より他人のものの方が良く見える〇〇〇〇
- 16 〇〇の芝は青<sup>い</sup>
- 17 木材の表面を保護するための透明の塗料

## 【ヨコの問題】

- 1 11月23日は何の日?
- 2 馬を飼っておくための小屋。「厩」<sup>い</sup>読み<sup>方</sup>
- 3 島崎藤村が作詞した歌曲「〇〇の<sup>実</sup>」。
- 4 ココナツ
- 5 火災を防ぐ<sup>こ</sup>と
- 6 車を止める装置。アクセルの横にある
- 7 悪事の<sup>一</sup>部を隠して全部を隠した<sup>こ</sup>も<sup>り</sup>でいる愚かさ<sup>を</sup>頭隠して〇〇隠し<sup>す</sup>
- 8 秋の果物。干した方が好きという人も
- 9 外国から自分の国へ帰ること
- 10 ガラス製の飲み物用の容器
- 11 誕生日にもうひとつうれしいですね
- 12 マグロの脂がのった部分。大〇〇、中〇〇
- 13 英語what
- 14 握り〇〇、巻物〇〇、からし〇〇
- 15 12月25日

**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人の方に、「2014年青森県民手帳・つがる市特別版」と「つがるちゃんミニタオル」をプレゼントします。(11月24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



10月号の答えは  
**「バリキタイカイ」**でした。  
 40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】  
 葛西キミコ(木造)、工藤シゲ(柏)、  
 桜田昭枝(木造)、神善明(柏)、  
 松橋ユリ(富范町)



## CIR Column 国際交流員 コラム

### 「潮」大事な再生可能エネルギー



2011年の東日本大震災によって起こった原子力発電事故により、日本国民は原子力の危険性を認識しました。その世論に従い、日本は近頃再生可能エネルギー資源の開発を拡大しようとしています。

実はつがる市の姉妹都市であるパス市があるメーン州は現在、ある再生可能エネルギーについて世界のリーダーとして活躍しています。それは「潮力発電」と呼ばれ、NE DO海外レポートによると「潮の干満の変化によって膨大な海水が移動する場所であればどこでも利用可能で、クリーンな再生可能エネルギー資源」だそうです。メーン州は潮の干満の差が非常に大きいため、去年コブスック湾にOcean Renewable Power Co. (以下ORPC) という企業が初の商業規模の潮力発電を設置しました。そのコブスック湾に設置していた潮力発電は小さな仮設の装置ですが、来年の春には大型の商業規模の発電機を設置する計画が立てられています。

日本機械学会の発電用設備規格委員会の湯原哲夫氏によると、日本は2030年までに総発電量の30%を沖合で生産することを目指しているそうです。そのためには、風力を10ギガワット、海洋エネルギー(潮力発電や波力発電)を6ギガワットほど増加しないとけないそうです。しかし、湯原氏によると日本の沖合発電の研究は遅れているそうです。

そのため、日本から8人の団体が訪米し、潮力の最先端であるメーン州のORPCを視察しました。その訪問団の一人は弘前大学学長の佐藤敬氏です。佐藤学長によると津軽半島沖は海流が速いため、北日本はタイナミックに発展する可能性が高いそうです。しかしながら、「漁業は青森にとっても大事ですので注意が必要」と佐藤学長が述べています。

ORPCのクリストファー・サワー社長は「日本の海洋エネルギーは漁業との協力が不十分であり、また潮力に関する国民の理解も進んでおらず、開発はまだ初期段階です。日本は、私たちの専門知識に大変興味を持っており、それを学びたいと思っています」と言っています。

これから青森や日本がメーン州の企業と協力し、海流エネルギーを増やしながら、ますますメーン州との絆が強められるといっています。

国際交流員 デレクター・ジェーコブ

**告 白**

**借金問題解決します**

依頼すると支払いはずぐに止まります

借金の整理は実績・経験豊富な当事務所へ(農地や家屋の担保借入も解決します)

※当事務所では旧金木町出身の白川が相談窓口となっていますので、津軽弁でお気軽にお電話下さい(土・日・祝日可)

白川携帯 090-6793-9487  
E-mail nebuta@live.jp

**事務所案内**

〒231-0031 神奈川県横浜市中区 万代町3-5-10  
シャロン横浜大通公園202号

**森田文行法律事務所**

電話 045-663-5511  
FAX 045-681-4366

弁護士 森田文行  
(横浜弁護士会所属)

相談料無料。長い取引や完済している場合は、払い過ぎを取り返します。

**告 白**

**社員募集**

**建築、土木用コンクリート製品製造**

**屋内工場 長期勤務可能な方**

勤務先: 茨城県、小山市、結城市 各工場  
年 令: 18才~55才位までの方

経験、資格なしでも良い。ご希望の方はお気軽にお電話下さい。  
詳しいことは面接の上で。

連絡先 〒037-0305 北津軽郡中泊町大字中里亀山500  
平間康元  
電話 0173-69-2417 携帯 090-3503-7301



つがる市

平成25年11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

## 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25年12月11日（水）

〈毎月第2水曜日〉

時 間：午後1時～4時まで

場 所：社会福祉協議会本所 相談室

料 金：無料

※相談は予約が必要です。(電話42-4660)

## 総合なんでも相談

社協をはじめ青森行政評価事務所職員等が総合的に相談を受けております。誰でも相談できますのでぜひおこしください。

【期 間】平成25年12月10日（火）

【時 間】午前10時～午後3時

【場 所】柏老人福祉センター  
(じょっぱり温泉 隣り)

【料 金】無 料

【お問い合わせ先】つがる市社会協 柏支所  
電話25-2468



10月12日(土)に松の館において、第9回つがる市社会福祉大会が行われました。

地域福祉向上のために功労いただいた方々に表彰状を、物心両面にわたりご支援くださいました方々に感謝状を贈りました。また、市内小・中学生による福祉の作文発表、富范小学校によるリズムなわとびが披露され、午後には市内団体・個人によるチャリティー芸能ショーが行われました。また、屋外イベント広場では、ゲームコーナーや各種団体による模擬店コーナー、つがるちゃんとの撮影会、ビンゴ大会等で盛り上がりました。屋内外通して、たくさんの方々にご参会いただきました。ありがとうございました。

※愛ちゃんのぬりえ「つがるちゃんと記念写真」  
「チャリティー芸能ショー」の写真は11月25日(月)までしゃこちゃん温泉にて掲示し、希望者には差し上げておりますので、ぜひお立ち寄りください。

## お楽しみミニ湯治の会

○11月の開催は下記のとおりです。

11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

※12月からの冬期間はお休みになります。

## 歳末たすけあい募金にご協力ください

対象地区：木造地区・森田地区・柏地区

期 間：平成25年12月1日

～平成25年12月31日

歳末たすけあい募金は、年末に皆様の善意を集め、新たな年を迎える時期に、各地区内の支援の必要な方々や施設、交流事業等に配分して、地域福祉の充実を図るために実施されます。皆様のお宅へ「共同募金活動推進員」が参りましたら、主旨をご理解のうえ、募金にご協力くださるようお願い申し上げます。

## しゃこちゃん温泉・しゃりき温泉に 食堂がオープンしました！

ぜひ、たべにきてください。お待ちしております。

※このページは有料掲載になっています。

# りんごの収穫を満喫 一枝オーナー30人が収穫体験



収穫体験後、七戸さん(右)と一緒に記念撮影



真っ赤に実ったりんごを収穫する参加者

つがるブランド推進事業の一環として、つがるにしきた農協が主催する「りんご一枝オーナー収穫体験ツアー」が10月21日から2泊3日の日程で行われ、首都圏から抽選で選ばれた一枝オーナー30人がつがる市を訪れ、りんごの収穫体験を楽しみました。

一行は21日、森田町の七戸久嗣さんのりんご畑に到着。食べ頃に熟した「森田ジョナゴールド」を吟味しながらもぎ取って収穫を楽しみ、試食用に準備されたりんごを存分に味わいました。千葉県から参加した今野とよ子さんは「りんごが鈴なりに実っているのを見て感激。地元の人にあたかかさにも触れ、来て良かった」と話していました。その後、参加者は日本最古のりんごの木などを見学ツアーを満喫していました。



「紅絞」が実る日本最古のりんごの木を見学



## つがる市の祭り、郷土芸能、食の魅力をPR あomorい10市大祭典



観衆の前で獅子舞を披露する育成小学校児童



中心街を練り歩く落中馬っこ愛好会の馬ねぶた



オープニングセレモニーでつがる市をPR

青森県内10市自慢の「祭り」や「芸能」が集まる「あomorい10市大祭典」が9月21日から23日まで八戸市で開催され、つがる市からは馬市まつりや郷土芸能、特産品販売の各団体が参加し、つがる市の魅力を県内外の観光客らにPRしました。

八戸市中心街で行われた「祭パレード」では、今年の馬ねぶた製作大賞を受賞した落中馬っこ愛好会が登山囃子や踊りとともに馬ねぶたを運行。つがるちゃんもパレードに参加し、沿道の観衆を楽しませました。ステージでは、育成小学校児童が三方荒神鹿島獅子を披露し、また、ごぼう麺やアップルパイなど物産販売も好評で、会場は大いに賑わっていました。