



森田
広報

つがる

2024
4月号

No.268

卒業おめでとう！

3月8日、森田中学校(竹内明人校長)で卒業式が行われました。卒業証書を受け取り、思い出が詰まった学び舎を巣立ち、新たな道を歩み始めた19人の卒業生。式では感極まって涙を浮かべていた場面もありましたが、式を終え最高の笑顔で記念写真に納まっていたました。



令和6年度 当初予算

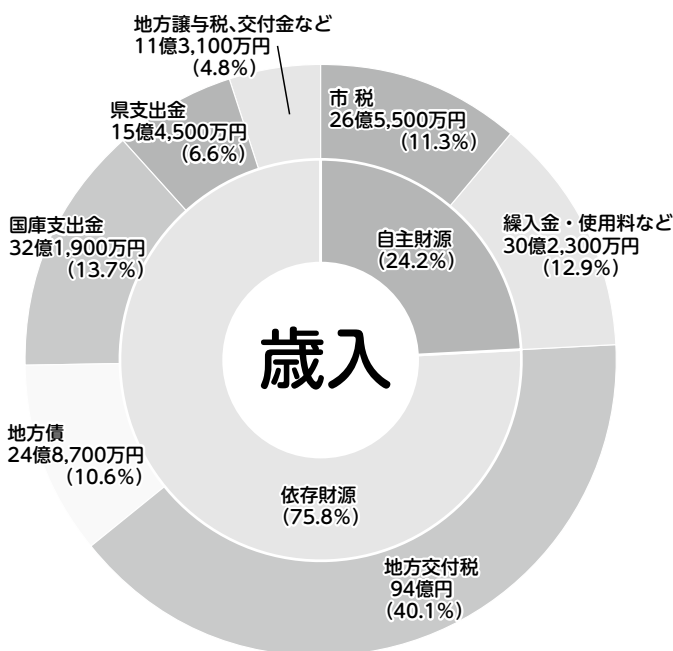
一般会計 **234.6 億円**

前年度比13.6億円（6.2%）増

令和6年度は、将来を見据えた実効性のあるまちづくりを実現するため、前年度に引き続き、重点課題の「人口減少・少子高齢化対策」「魅力ある農業の推進」「子育て・健康づくり対策の充実」に予算を重点配分したほか、市制施行20周年記念事業や高齢者の移動・買い物支援する事業などにも新たに取組みます。

物価高騰により、経常的な経費が増加する厳しい状況が続いていることから、歳入では国や県の補助金や交付金、交付税算入率の高い地方債を十二分に活用しつつ、歳出では例年以上に事務事業を見直し、徹底して経費を削減しました。

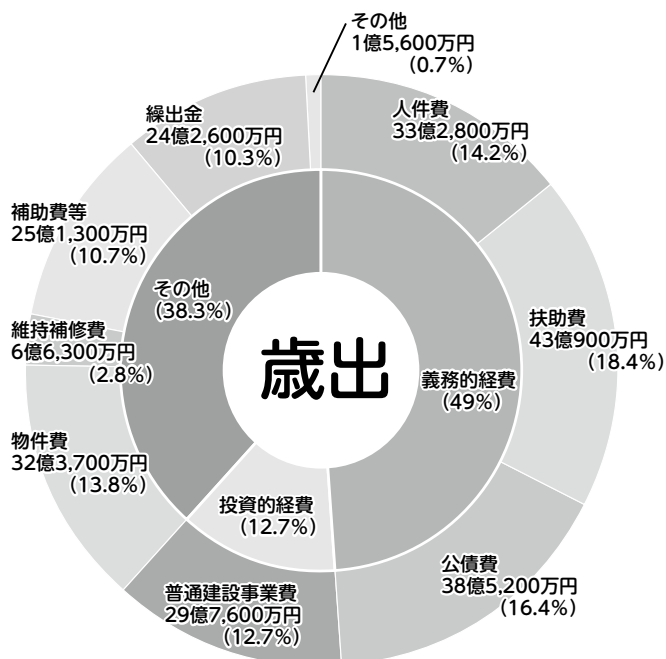
遺跡整備、防災無線の更新、老朽化した施設の解体などで普通建設事業費の増加が起因し、予算規模は過去5番目となりました。



用語解説

歳入

- 〔繰入金〕 基金や他の会計から補充するお金
- 〔使用料〕 市の施設の使用料など
- 〔地方交付税〕 地方自治体の財政運営の均衡をとるため国から交付されるお金
- 〔地方債〕 建設事業などのために銀行などから借りるお金
- 〔国庫支出金〕 特定の目的の財源として国から交付されるお金
- 〔県支出金〕 特定の目的の財源として県から交付されるお金
- 〔地方譲与税〕 一度国税として徴収され、その後市町村に分配されるお金
- 〔交付金〕 国の交付金。地方消費税交付金など



用語解説

歳出

- 〔人件費〕 職員の給料や議員報酬など
- 〔扶助費〕 児童福祉費や障害者福祉費、生活保護費など
- 〔公債費〕 市の借入金（地方債）の元金や利子の償還金
- 〔普通建設事業費〕 公共施設の整備などにかかる費用
- 〔物件費〕 光熱水費、事務事業や施設管理の委託費など
- 〔維持補修費〕 施設の維持修繕や除排雪にかかる費用
- 〔補助費等〕 一部事務組合への運営負担金や各種団体への補助金など
- 〔繰出金〕 介護保険や国民健康保険などの特別会計への支出
- 〔その他〕 積立金や出資金、予備費など

一般会計予算は、このように使われます

市民1人当たり **79万9,210円** (3月1日の人口29,354人で計算)

民生費 23万5,447円

子育て支援、
高齢者福祉など



公債費 13万1,236円

借入金の
返済など



教育費 8万3,682円

学校教育や
文化財保護、
スポーツ振興など



総務費 7万6,956円

地域振興、選挙、
庁舎管理など



農林水産業費 6万7,267円

農業や水産業
などの振興



土木費 6万4,096円

道路の整備、
除排雪など



消防費 6万412円

消防、救急、
災害対策など



衛生費 5万8,674円

疫病予防、
ごみ処理など



議会費 2万1,440円

商工費
労働費など



地方債残高の状況

令和6年度
地方債返済額 **36.9 億円**

令和6年度末の
地方債残高見込 **395.8 億円**

地方債とは、市の借金のことです。

建設事業には多額の資金が必要となります。それを1年分の税金などでまかなうことは難しく、また世代間負担の公平性の観点からも好ましくないため、市債を発行して計画的に資金の調達を行うものです。

一般家庭において、自宅や車を購入する際に、ローンを利用するのと同じことです。

一見、膨大な金額に見えますが、返済に充てるためのお金は、国が一定割合を補てんしてくれるため、市の実質的な負担は3割程度になります。

特別会計

特定の事業における収入と支出を、一般会計と切り離して経理する会計です。

国民健康保険

予算額 43億6,671万円(前年度比2.7%増)

後期高齢者医療

予算額 8億1,774万円(前年度比3.7%増)

介護保険

予算額 51億2,084万円(前年度比4.2%増)

公営企業会計

経営・資産等の状況を正確に把握するため、民間企業と同様に経理する会計です。下水道事業の資本的収支は、下水道管の建設改良工事や借入金の返済などの支出と収入になります。

下水道事業

事業収益 11億3,018万円(前年度比1.6%減)

事業費用 11億3,018万円(前年度比1.6%減)

資本的収入 8億1,099万円(前年度比14%増)

資本的支出 11億4,933万円(前年度比9%増)

令和6年度の主な取り組み



どんな事業にどれくらいの予算を使うのか、主な取り組みを紹介します。

人口減少・少子高齢化対策

■ 地方創生事業

予算額 4,297万円



人口減少を食い止めるため、移住する世帯や新婚世帯への家賃補助、新婚世帯の家具家電購入費補助、結婚を希望する男女の応援、空き家活用の推進などを実施します。

■ 移動販売事業・ 高齢者タクシー利用助成事業

新規

予算額 2,912万円



日常生活に必要な買い物や通院などに不便を感じている高齢者を支援するため、移動販売車による買い物支援および75歳以上の高齢者を対象にタクシー初乗り運賃を助成します。

魅力ある農業の推進

■ メロン選果システム更新・ 鮮度保持装置導入

新規

予算額 1,295万円



メロン選果システムを更新し、新技術を用いた鮮度保持装置を選果ラインに組み込み、安定した出荷体制を構築します。

■ スマート農業推進事業

予算額 3,000万円



スマート農業の取り組みを支援するため、スマート農業機器等の購入費用の一部を補助します。

■ 収入保険加入促進事業・ 米穀ナラシ対策加入補助金

予算額 599万円

自然災害等による農産物の収入減少を補償する「収入保険」への加入を推進するため、保険料額の10%（上限10万円）を補助します。主食用米等の価格が下落した際に収入を補てんする「ナラシ対策」への加入を推進するため、掛け金の10%を補助します。

■ 柏農産物加工センター等建設事業

予算額 2億1,263万円

市農産物直売所南側に、柏農産物加工センターを併設するため、造成工事などを行います。

子育て・健康づくり対策の充実

■ 市民特別健診事業等

予算額 1億5,385万円

がんや生活習慣病の早期発見・早期治療、健康管理のため、総合健診や個別検診を無料で行います。



■ 【国保加入者対象】脳ドック検査費、 すい臓がん等検診費用助成事業

拡充

予算額 865万円

国保加入者を対象に、脳ドック検査費用、すい臓・肝臓・胆道のがん検診の検査費用を助成します。

■ 高校生までの医療費無償化

予算額 9,852万円

18歳までの子どもの保険適用の医療費自己負担分を全額助成します。



■ 放課後児童クラブの保護者負担金無償化

予算額 918万円

放課後児童クラブを利用する全ての児童の保護者負担金（月額3千円）を全額助成します。

■ 保育料の無償化

予算額 6,072万円

小学校就学前の全ての子どもにかかる保育料および副食費を全額助成します。



市制施行20周年記念事業

■ 記念式典開催、映画製作、記念ロゴマーク等作成 **新規**

予算額 **3,930万円**

令和7年2月に市制施行20周年を迎えることから、記念ロゴマークやPRサイン等を作製し気運の醸成を図るほか、記念式典を開催し市民全体で節目を祝い、未来につなげていきます。また、オールつがる市ロケの長編映画や縄文遺跡PRキャラクター、市制施行20周年を記念した原動機付自転車のご当地ナンバーも製作します。



その他の新規事業や建設事業など

■ 遺跡発掘・保存事業

予算額 **2億8,455万円**

史跡整備基本設計、遺跡発掘調査、亀ヶ岡石器時代遺跡の整備、田小屋野貝塚への歩道を整備します。



■ 防災無線屋外拡声子局更新整備工事

予算額 **5億9,532万円**

市内202箇所の防災無線屋外拡声子局のスピーカーや受信機、バッテリーなどを更新します。



■ 物価高騰対策支援 **新規**

予算額 **1億2,137万円**

市民一人当たり3千円の市内共通商品券を給付します。低所得の子育て世帯には、18歳以下の子ども一人当たり5万円を給付します。



■ 老朽化施設解体事業

予算額 **4億3,222万円**

旧森田庁舎、旧文化財収蔵庫(旧兼館小)、森田・稲垣・車力体育センターを解体します。

■ つがる地球村スポーツパーク改修工事 **新規**

予算額 **5,000万円**

スポーツパークの大型遊具を更新します。



■ 消防団員活動服更新事業 **新規**

予算額 **1,546万円**

消防団員の活動服一式を更新します。(令和6年度は、本部役員、木造、柏、稲垣地区団員等)



■ 犯罪被害者等支援事業 **新規**

予算額 **50万円**

犯罪被害者の方やそのご家族、ご遺族に対し遺族見舞金、重症見舞金、転居費助成金等を支給します。

■ 創業支援事業補助金 **新規**

予算額 **250万円**

新規創業者、移住創業者等に対し、150万円を上限に必要経費を補助します。

■ 車力地区温泉施設整備事業 **新規**

予算額 **2,706万円**

温泉施設の老朽化が著しいため、新たな施設の整備に向けて、地質調査や設計に着手します。



■ 木造若緑団地建替事業

予算額 **2,008万円**

木造若緑団地の建て替えは、6階建て住宅を2棟建設する予定で、民間事業者のノウハウを活用したPFIの手法を取り入れ、コスト削減や事業効率化などを図り、令和13年度の完成を目指して整備を進めます。

伊勢堂岱遺跡のジュニアガイドの取り組みを学ぶ

2/24
松の館


講演する伊勢堂岱縄文館の中嶋俊彦館長

NPO法人つがる縄文の会(川嶋大史理事長)は「JOMON亀ヶ岡文化フォーラム2024」を開催。伊勢堂岱縄文館(北秋田市)の中嶋俊彦館長を講師に迎え、伊勢堂岱遺跡の特徴やジュニアボランティアガイドの取り組みについて講演しました。

北秋田市教育委員会では、自発的に応募した小学4年生から高校3年生までの児童生徒36人をガイドに委嘱。ゴールデンウィークと夏休み中に遺跡現地と縄文館内を案内しているほか、まつりやシンポジウムの開催にも携わっています。中嶋氏は「ガイドの事前研修会を実施し、他の遺跡を見に行き、自分たちの遺跡の魅力や価値を再認識する機会にしている。ガイドに対する来訪者の評価は非常に高い」などと話しました。

このほか、フォーラムでは、木造高校情報システム系列の松山未優さんが、AR(拡張現実)を活用して縄文遺跡の魅力や情報発信する取り組みを紹介したほか、市教育委員会の学芸員は史跡整備の計画などを解説しました。

本市の魅力を伝えるユニークな動画が完成



市では、本市の魅力をユニークに体験してもらう7本の動画「スマホで、つがる。」を公開しました。動画は、地元の人にとって当たり前でも、そうではない人には癖になるシュールな日常を映像化したもので、難解な津軽弁や田園風景の中で人目を気にせず没頭する吹奏楽部などが登場し、本市の魅力を疑似的に楽しむことができます。

この動画は首都圏の女子大生プロジェクトチーム「キャンパスラボ」と木造高校の生徒が、本市の魅力を県内外の人に伝える「新解釈つがる。辞典」プロジェクトの一環で制作。この日、木造高校の生徒たちは完成した動画を披露するため、倉光市長を表敬訪問しました。

動画を視聴した倉光市長は「非常に趣向を凝らした動画だと思いました。今後も木造高校と一緒に課題に取り組み、このつがる市を盛り上げていきたい」と話しました。

木造高校の工藤颯太さんは「この動画を県内の方にはもちろん県外の方にも見てもらって、より多くの人につがる市を知ってもらって、多くの方が訪れる場所になってほしい」と話しました。


2/28
市役所

倉光市長に完成した動画を紹介する木造高校の生徒たち

青森銀行とトーオ開発が柏小に寄贈

2/29
柏小学校


(左から) 青森銀行工藤太朗つがる支店長、柏小学校三上高弘校長、トーオ開発佐藤眞治代表取締役

株式会社青森銀行(石川啓太郎取締役頭取)は、株式会社トーオ開発(佐藤眞治代表取締役)の私募債発行を記念し、柏小学校にポータブルサウンドシステムとインクジェット複合機を寄贈しました。

同行では、あおぎんSDGs私募債「未来の創造」を発行する際に受け取る手数料の一部(私募債発行額の0.2%相当分)を拠出し、地域の学校や児童福祉施設、自治体等へ金品を寄贈しています。

私募債を発行した同社の佐藤代表取締役は「当社は柏地区から多くの従業員を雇用しているので、従業員のお子さまが多く通う柏小学校にこの度寄贈させていただいた。未来のつがる市を担う子どもたちのために使ってほしい」と話しました。

柏小学校三上高弘校長は「さまざまな教育活動に便利で役立つ。子どもたちのために使わせていただきます」と感謝しました。

伊藤鉱業が小学新1年生に防犯ブザーを寄贈

株式会社伊藤鉱業（佐々木互代表取締役社長）が新入学児童の登下校時の安全に役立ててほしいと、市に防犯ブザー180個を寄贈しました。同社は、地域貢献活動の一環として平成28年から市にブザーを寄贈しており、今年で9回目。ブザーは市内全小学校の新1年生全員に贈られます。

この日、佐々木社長と神栄取締役営業部長が市役所を訪れ、倉光市長に目録を手渡しました。

佐々木社長は「私どもは『地域とともに、地域のために』を社是としています。今後も企業の社会的責任を意識した地域貢献を目指していきたい」と話しました。

倉光市長は「市総合体育館のネーミングライツに加え、教育行政にご支援いただき心から感謝申し上げます」と述べました。



倉光市長に目録を手渡す佐々木互社長（右）と神栄取締役営業部長

3/1
市役所

米陸軍車力通信所の所長にエッチバーガー大尉が着任

Xバンドレーダーが配備されている米陸軍車力通信所の所長に、デレク・サンチェス少佐に代わり、ヘンリー・エッチバーガー大尉が着任しました。



倉光市長に交代を報告するヘンリー・エッチバーガー大尉（左）とデレク・サンチェス少佐

この日、新旧2人の所長は倉光市長を訪ね、交代を報告。エッチバーガー大尉は「これまで車力通信所が地域の方々と築き上げてきた関係を引き継ぎ、チーム一丸となって地域のために努めてまいります」と抱負を語りました。

倉光市長は「米軍・自衛隊・警察・行政が連携し、より良い関係を築いていけるよう協力をお願いします」と歓迎しました。

エッチバーガー大尉は、米国フロリダ州パナマシティの出身。「来日してまだ2週間ですが、地域のすばらしさ、人々の親切さに感銘を受けました。これから地域の方々と交流を深めていきたい」とも話しました。

離任するサンチェス少佐は「アメリカに帰ってもつがる市のすばらしさを向こうの皆さんに伝えていきたい」と感謝しました。

3/4
市役所

技術を競い大空に舞う凼

第27回つがる市稲垣凼揚げ大会がコロナ禍を経て4年ぶりに開催されました。

県内をはじめ、秋田県や東京都などから約250人が参加。力強く色鮮やかな武者絵など、大小の凼が音をとどろかせながら大空に舞っていました。競技は、凼の大きさごとにクラスに分けて行われたほか、子どもの部・創作凼の部も設けられ、「凼揚げマナー・安定度・鳴り」の項目を審査員が採点。クラスごとに最優秀賞・優秀賞・優良賞・努力賞を決定し表彰しました。

主催するつがる市稲垣凼の会の横山勇一会長は「4年ぶりの開催なので大いに楽しんでもらいたい。これからも凼揚げの伝統を守り続けていきたい」と話しました。

子どもの部で最優秀賞に輝いた向陽小学校4年生の安田惺花さんは「凼揚げはとても難しいけど、慣れてくると楽しい。今日は絶好の凼だった」と感想を話しました。



風をとらえて大凼を揚げる参加者

3/10
岩木川
河川公園



高齢者のタクシー初乗り 運賃を助成します



通院や買い物など高齢者の日常生活における外出を支援し、社会参加を促進するため、タクシー初乗り運賃相当額の助成券を交付します。

対象者	令和6年4月1日時点でつがる市住民基本台帳に記録されている75歳以上の方
助成内容	タクシー初乗り運賃相当額を助成します。1人当たり助成券48枚を交付します。乗降場所の両方、またはいずれかがつがる市内の場合に使用できます。
利用できるタクシー	市内のタクシー事業者に限り利用できます。▼尾崎タクシー（木造）▼朝日タクシー（木造）▼木村タクシー（木造）▼つがる交通（牛湯町）
申請方法	申請書に必要事項を記入し、本人確認書類の写しを添えて郵送するか、または地域創生課窓口にて持参してください。
詳細	5月に毎戸配布予定のチラシまたは市ホームページ（5月掲載予定）をご覧ください。

【問い合わせ・申請先】地域創生課 電話42-2111（内線352）

高齢者の運転免許証自主返納を支援します



支援内容	市内のお店で利用できる商品券2千円分を交付します。 ただし、自主返納者1人につき1回限り
対象者 （①～③の全てを 満たす方）	①自主返納をした日に、市内に住民登録がある65歳以上の方 ②自主返納をしてから1年を経過していない方 ③運転経歴証明書の申請をした方（申請手数料1,100円。県収入証紙での納付が必要です）
申請窓口	つがる地区交通安全協会 木造赤根1-4（つがる警察署内）
申請に 必要なもの	①申請書（つがる地区交通安全協会に備え付けてあります） ②「運転経歴証明書」の写し

運転経歴証明書とは

運転免許証に変わる公的な本人確認書類（顔写真付き身分証明書）として使用することができます。

運転経歴証明書の特典

提示すると、市の乗り合いタクシー3路線（吹原線、柏線、下繁田再賀線）の運賃が半額になるほか、さまざまな支援を受けることができます。支援協賛店や支援内容は、青森県警察ホームページの「運転免許自主返納者支援事業について」をご確認ください。

【問い合わせ先】つがる地区交通安全協会 電話42-1042
市役所防災危機管理課 電話42-2111（内線344）

広 告

60歳以上で働く意欲の
ある方であれば
どなたでも加入できます。

あなたの知識・経験を活かして、地域で
元気に働こう！新規会員募集中！

月曜～金曜（祝日を除く）、
9:00～15:00、入会説明会を
実施しています。

まずはお電話を!!

〒038-3133 つがる市木造末広42番地3
公益社団法人 つがる市シルバー人材センター TEL 0173-42-1200



つがる市春まつり開催 場所・平滝沼公園

4/20(土)

9時45分～	開会セレモニー
10時～10時30分	育実幼稚園・もりた保育園
11時～11時40分	四季歌倶楽部（歌謡）
13時～13時30分	逍遙会（舞踊）
14時～リハ 14時20分～14時50分	GMUライブパフォーマンス

4/21(日)

9時30分～10時	かしわこども園・かしわあつぷるこども園
10時20分～11時	女舞姫・知求群会
11時20分～12時	木造高校吹奏楽
13時～13時40分	三津谷有華（歌謡）
14時～	りんご娘

＊市観光物産協会員約20店舗出店予定！

＊クラフトフェアはるどき！も同時開催。

約90店舗のクラフトやフードが大集結します！

出店・クラフトフェアは4/20(土)10時～16時、

4/21(日)9時～15時

・会場周辺の路肩への駐停車は、通行の妨げとなりますのでご遠慮ください。ご来場の際は指定の駐車場をご利用ください。

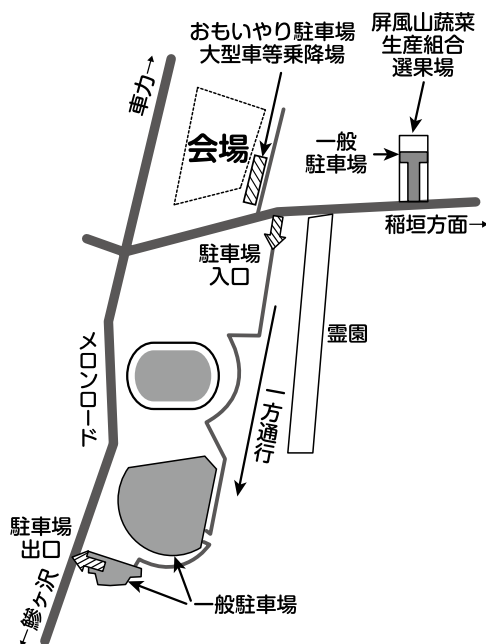
・春まつりの最新情報は、市観光物産協会ホームページ（QRコード）をご覧ください。



【会場案内図】



駐車場位置図



※詳細は市観光物産協会ホームページをご覧ください。

【問い合わせ先】市観光物産協会事務局（観光・ブランド戦略課内） 電話42-2111（内線431）

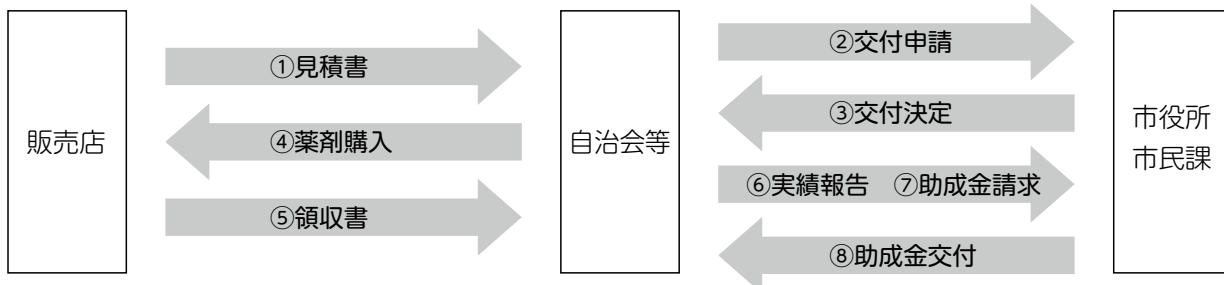
衛生害虫駆除にかかる薬剤購入費を助成します

市では、自治会等で行う衛生害虫（アメリカシロヒトリ等）駆除にかかる薬剤購入費の一部を助成しています。

対象経費 市内に所在する自治会等が行う衛生害虫駆除の薬剤購入に要する経費

交付額 1団体1万円を上限とし、予算の範囲内で交付します。

申請の流れ ※交付決定を受ける前に購入したものは対象になりません。



【問い合わせ・申請先】 市民課 電話42-2111（内線267）

HPV（子宮頸がん）ワクチンキャッチアップ接種

HPV（子宮頸がん）ワクチン予防接種は、平成25年に専門家の会議で、積極的な勧奨を一時的に差し控えるべきとされました。その後、安全性について特段の懸念が認められないことが確認され、接種による有効性が副反応のリスクを明らかに上回ると認められ、令和4年から個別に接種のお知らせを送るようになりました。予防接種を完了していない平成9年度～平成19年度生まれの方は、令和6年度まで無料で接種を受けることができますので、接種をご希望の方は期間内の接種をお願いします。

▼対象者：平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの接種を完了していない方

▼接種期間：令和7年3月31日まで

母子健康手帳などで、ご自身またはお子さんの接種履歴を確認の上、接種を希望する方は健康推進課までお問合せください。予診票が手元にない方は、母子健康手帳をお持ちの上、健康推進課までお越しください。

接種に不安のある方へ

子宮頸がんはワクチン接種をすることによって、子宮頸がんの原因の50～90%を防ぐことが分かっています。副反応について、心配な点もあるかと思いますが子宮頸がんになるリスクと比べるとメリットの方が大きい予防接種となっていますので、ぜひ接種をご検討ください。

子宮頸がんを防ぐために

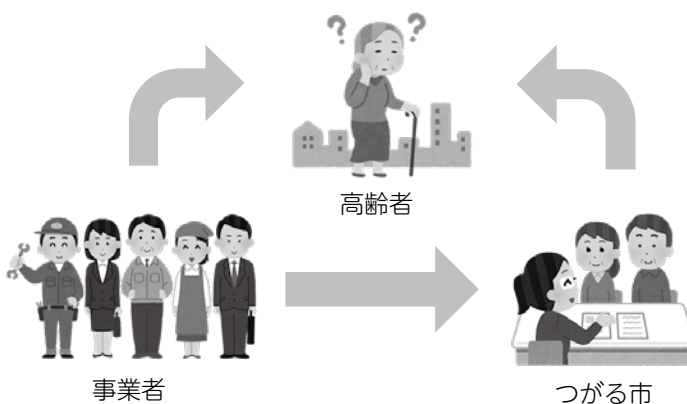
予防接種の有無に関わらず、20歳を過ぎたら2年に1回子宮頸がん検診を受けましょう。市では2年に1回無料でがん検診を受けることができます。（2年連続受けることはできません）

【問い合わせ先】健康推進課（市民健康づくりセンター内） 電話23-4311

市と明健堂が高齢者の見守りに関する協定を締結

令和6年2月1日、市と株式会社明健堂（めいけんどう、森田町床舞）は、高齢者の見守り活動に関する協定を締結しました。連携して地域の高齢者を見守り、高齢者が住み慣れた地域で安心して生活できる環境づくりを推進していきます。

事業者は、普段の業務の中で、無理のない範囲でさりげなく見守りをします。高齢者の何らかの異変に気づいたら、市介護課や消防署などに連絡をします。



市は地域の協力者と連携しながら、高齢者の安否確認や相談、支援を行います。

【問い合わせ先】介護課 電話42-2111（内線243）

家庭用生ごみ処理機器購入費を助成します

市では、生ごみ減量化を促進するため、生ごみ処理機器を購入する方に対し、購入費の一部を助成します。

▼助成対象者（①～③の全てを満たす方）：①市内に住所を有し、かつ居住している方 ②自ら機器を設置し、これを適切に管理できる方 ③生ごみからできた堆肥を自ら適切に活用できる方

助成対象機器	助成金額
（ア）電動式生ごみ処理機	購入費の2分の1に相当する額（千円未満切り捨て、上限2万円）
（イ）生ごみ処理容器（コンポスト）	購入費に相当する額（百円未満切り捨て、上限1台あたり3千円）

※1世帯につき（ア）は1台、（イ）は2台まで。申請は（ア）または（イ）のいずれか一方の機器に限ります。

【注意】必ず購入前に申請書等を提出してください。申請前に購入したものは助成の対象外です。

※申請書は、市民課窓口を用意しているほか、市ホームページからダウンロードできます。

【問い合わせ先】市民課 電話42-2111（内線267）



令和7年4月1日採用予定

つがる市職員 採用試験

(前期試験)

“いっしょに働こう”

第一次試験日

令和6年6月16日(日)

申込受付期間

令和6年4月11日(木)～5月24日(金)

問 人事課 ☎42-2111 (内線403)

市ホームページに募集要項を掲載しています。

詳細については、募集要項をご確認ください。



※高卒試験、消防試験等は9月に実施予定。日程は改めてお知らせします。

募集職種 一般行政職(事務職)

試験区分 上級行政 社会人経験者

受験資格 上級行政：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(令和7年3月までに卒業見込みの方を含む) / 社会人経験者：昭和55年4月2日～平成7年4月1日に生まれ、一定の職務経験を有する方

つがる西北五広域連合病院事業医療職員採用試験(第1回)

■採用試験：6月23日(日)実施

■募集期間：4月15日(月)～6月3日(月)

職種	採用予定人員	受験資格
看護師・助産師	36人程度	昭和55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7年4月30日までに免許を取得する方
診療放射線技師	3人程度	昭和60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7年4月30日までに免許を取得する方
臨床検査技師	1人程度	

※作業療法士・言語聴覚士の職種と第1回試験で募集人数に達しなかった職種は、10月20日(日)に試験を実施します。8月上旬に採用試験の案内を当広域連合ホームページ等に掲載予定です。

■採用日：令和7年4月1日

※職種の免許保有者に限り、合格者本人の同意を得て、令和7年4月以前に採用することがあります。

毎月1日随時採用(経験者枠)

■採用試験 令和7年2月28日まで随時受付中。試験日は要相談

職種	採用予定人員	受験資格
看護師・助産師	若干名	昭和55年4月2日以降に生まれた方で左記職種の免許を有し、当該職種の経験年数が概ね5年以上の方

■採用日 合格通知後の翌々月1日以降(応相談)

※詳細は、つがる西北五広域連合ホームページ(<http://www.tsgren.jp/>)をご確認ください。

【問い合わせ・申請先】 つがる西北五広域連合 病院運営局 人事課(つがる総合病院3階)

電話0173-26-6363(内線2327)

乳幼児健康診査・各種相談 日程表

会場 市民健康づくりセンター(つがる市木造千年3-3)



乳幼児健康診査

対象のお子さんには、個別に通知し問診票などを送付します。対象月に受診できない場合は、別月でも受診できます。健康診査を受診されなかったお子さんのいるご家庭には、保健師が訪問し、発育発達・養育の状況について確認を行っています。

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	受付時間等
4カ月児	開催日	24日(水)	29日(水)	26日(水)	31日(水)	28日(水)	25日(水)	30日(水)	27日(水)	25日(水)	29日(水)	26日(水)	19日(水)	受け付け 12時30分～ 12時45分 終了予定 14時30分
	対象	令和5年12月生	令和6年1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	9月生	10月生	11月生	
10カ月児	開催日	17日(水)	22日(水)	19日(水)	24日(水)	21日(水)	25日(水)	23日(水)	20日(水)	18日(水)	22日(水)	19日(水)	12日(水)	受け付け 12時30分～ 12時45分 終了予定 15時
	対象	令和5年6月生	7月生	8月生	9月生	10月生	11月生	12月生	令和6年1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	
1歳6カ月児	開催日	11日(木)	16日(木)	13日(木)	18日(木)	8日(木)	12日(木)	10日(木)	14日(木)	12日(木)	16日(木)	13日(木)	6日(木)	受け付け 12時～ 12時20分 終了予定 15時
	対象	令和4年9月生	10月生	11月生	12月生	令和5年1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	
3歳児	開催日	10日(水)	15日(水)	12日(水)	17日(水)	7日(水)	11日(水)	16日(水)	13日(水)	11日(水)	15日(水)	12日(水)	5日(水)	受け付け 12時10分～ 12時30分 終了予定 15時30分
	対象	令和2年9月生	10月生	11月生	12月生	令和3年1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	

ほっとサロン

子育て真っ最中の方や、これから子育てをする方の交流の場です。妊婦さんから産後1年まで利用できます。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	受付時間等
開催日	18日(木)	23日(木)	20日(木)	11日(木)	22日(木)	5日(木)	24日(木)	21日(木)	5日(木)	23日(木)	20日(木)	18日(火)	受け付け10時～10時15分。終了12時

子育て広場

子育て真っ最中の方を対象とした交流の場です。離乳食学級、子育てミニ講座も開催します。生後4カ月から1歳までの赤ちゃんパパママならどなたでも利用できます。身体計測だけの利用もできます(ご希望の方は、10時～11時30分の間で都合のよい時間にお越しください)。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	受付時間等
開催日	25日(木)	30日(木)	27日(木)	25日(木)	29日(木)	26日(木)	31日(木)	28日(木)	19日(木)	30日(木)	27日(木)	13日(木)	受け付け10時～10時15分。終了12時
離乳食学級の対象	令和5年9月生	10月生	11月生	12月生	令和6年1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	

5歳児すくすく発達相談

発達に関する相談(小児科医)、子育て・家庭での関わり方についての相談、教育相談です。5歳をむかえたお子さんの普段の生活や子育ての中で、「会話がかみ合わない」「落ち着きがない」「集団になじめない」「ルールを守ってあそべない」などの気になる様子や、小学校就学に向けて心配に感じていることなど相談ください。対象のお子さんには、個別通知でお知らせします。利用希望の方は、子育て健康課または各保育園・幼稚園・こども園にお申し込みください。

	6月	7月	9月	10月	12月	2月	受付時間等
開催日	5日(水)	10日(水)	4日(水)	2日(水)	4日(水)	5日(水)	完全予約制。各回先着3人まで。相談時間は1人当たり1時間程度
対象	令和元年4・5月生	6・7月生	8・9月生	10・11月生	12月生・令和2年1月生	2・3月生	

子育てメール相談

メールで寄せられた子育てに関する相談に保健師・栄養士がメールもしくは電話でお答えします。利用の際は、メールの件名に必ずお子さんのお名前(フルネーム)を入力してください。送り先は、tsugaru-tsunagaru@city.tsugaru.lg.jpまで(QRコード)。



【問い合わせ先】子育て健康課 電話42-2111(内線307)

子どもの予防接種（個別接種）のお知らせ

予防接種を受ける前に

予防接種を受ける際には、予防接種の説明書『予防接種と子どもの健康』等をよく読み、予防接種の効果や目的、副反応の可能性、予防接種健康被害救済制度についてよく理解し、「予防接種予診票」に記入の上、「母子健康手帳」と一緒に必ず持参してください。予診票を紛失した場合は、健康推進課窓口で母子手帳を持参してください。定期予防接種は、定められた期間内は無料で接種できますが、期間外での接種は任意（有料）となりますのでご注意ください。

※異なる種類の注射の生ワクチン同士の接種間隔は、最短で4週間です。（4週間後の同じ曜日から接種可）

予防接種名	対 象 年 齢		標準的な接種期間	接種回数
ヒブワクチン ▼1回目の接種年齢により接種回数が異なります。	生後2カ月～60カ月未満	接種開始が生後2カ月～7カ月未満	1～3回目は27日以上の間隔をあけて、生後12カ月に至るまでに接種。その後、3回目の接種から7カ月以上、13カ月までに4回目を接種	4回
		接種開始が生後7カ月～12カ月未満	27日～56日の間隔で生後12カ月に至るまでに2回接種。その後、2回目の接種から7カ月以上、13カ月までに3回目を接種	3回
		接種開始が生後12カ月～60カ月未満		1回
小児用肺炎球菌 ▼1回目の接種年齢により接種回数が異なります。	生後2カ月～60カ月未満	接種開始が生後2カ月～7カ月未満	1～3回目は27日以上の間隔をあけて、生後24カ月に至るまでに接種。その後、3回目の接種から60日以上あけて、生後12カ月以降に4回目を接種	4回
		接種開始が生後7カ月～12カ月未満	27日以上の間隔をあけて、生後24カ月に至るまでに2回接種。その後、2回目の接種から60日以上あけて、生後12カ月以降に3回目を接種	3回
		接種開始が生後12カ月～24カ月未満	1回目から60日以上の間隔で2回目を接種	2回
		接種開始が生後24カ月～60カ月未満		1回
B型肝炎	生後1歳に至るまで（母子感染予防のため健康保険給付によりワクチンを受けたお子さんは対象から外れます）		1回目：生後2カ月、2回目：1回目から27日以上の間隔をあける、3回目：1回目から139日以上の間隔をあける	3回
※四種混合	1期初回：生後2カ月～90カ月未満		生後2カ月～12カ月（間隔は20日以上、標準的には20日以上56日）	3回
	1期追加：生後2カ月～90カ月未満		1期初回終了後1年～1年6カ月の間	1回
※五種混合	1期初回：生後2カ月～90カ月未満		生後2カ月～12カ月（間隔は20日以上、標準的には20日以上56日）	3回
	1期追加：生後2カ月～90カ月未満		1期初回終了後1年～1年6カ月の間	1回
※二種混合	2期：11歳以上13歳未満		11才に達した日から12歳に達するまで	1回
B C G	生後3カ月～1歳未満		生後5カ月～8カ月未満	1回
麻しん・風しん (MR) 混合	1期：生後12カ月～24カ月未満		生後12カ月～24カ月未満	1回
	2期：5歳以上7歳未満で小学校に入学する前の1年間にある方（平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ）		小学校就学前の1年間 接種期間【令和6年4月1日～令和7年3月31日】	1回
水痘 (水ぼうそう)	1歳～3歳未満		初回：12カ月～15カ月未満 追加：初回終了後6カ月～12カ月未満（3カ月以上の間隔をあけて）	2回
日 本 脳 炎	1期初回：生後6カ月～90カ月未満		3歳（6日以上、標準的には6日～28日の間隔で）	2回
	1期追加：生後6カ月～90カ月未満		4歳（初回終了後6カ月以上、概ね1年経過後）	1回
	2期：9歳以上13歳未満		9歳	1回
	【特例対象者】平成17年度から平成21年度にかけての接種の積極的勧奨の差し控えにより、日本脳炎の予防接種を受ける機会を逃した平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方：20歳になる前までに不足回数分を定期として接種できます。			
HPVワクチン (子宮頸がんワクチン)	小学6年生～高校1年生に相当する年齢の女子（標準的な対象年齢：中学1年生）		ワクチンの種類で回数・間隔が違います（原則、同一ワクチンを2回または3回接種）。2価または4価と9価のワクチンの交互接種の場合は3回接種	①②は3回 ③は2回または3回 (11～14歳の方)
	【キャッチアップ接種（平成25年6月14日からの積極的勧奨の差し控えにより、子宮頸がん予防ワクチンの予防接種を逃した方）】平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの方で、接種未完了の方		①2価ワクチン（サーバリックス） 初回接種から1カ月後に2回目、6カ月に3回目	
			②4価ワクチン（ガーダシル） 初回接種から2カ月後に2回目、6カ月に3回目	
			③9価ワクチン（シルガード） 11歳から14歳の方：初回接種から6カ月後に2回目 15歳以上の方：初回接種から2カ月後に2回目、6カ月後に3回目	
ロタウイルス	①1価ロタリックス（出生6週から24週までに接種完了）、または②5価ロタテック（出生6週から32週までに接種完了）のいずれか1種類を接種		①および②どちらのワクチンも、初回接種を、生後2カ月から出生14週6日までにします。（27日以上の間隔をあける）	①2回 ②3回

※四種混合：不活化ポリオ・ジフテリア・百日咳・破傷風、五種混合：不活化ポリオ・ジフテリア・百日咳・破傷風・ヒブ、二種混合：ジフテリア・破傷風、五種混合はすでに四種混合・Hibワクチンで接種が完了している方は接種できません。

【問い合わせ先】健康推進課（市民健康づくりセンター内） 電話 23-4311

大人の予防接種等の費用を助成します

高齢者肺炎球菌（接種費用の一部を助成）

令和6年度より、接種の対象者が変更となっておりますのでご注意ください。

高齢者肺炎球菌予防接種（接種費用の一部を助成）の対象者は、以下のとおりです。

対象年齢	接種期間
助成を受けたことのない65歳の方	65歳の誕生日前日から66歳の誕生日前日まで

- 昭和33年6月1日～昭和34年4月30日生まれの方で、対象となっている方には4月中旬頃に予診票を送付します。対象となる方には、誕生月の月初めに予診票を送付します。
- 60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有し、日常生活がほとんど不可能な程度の障害がある方も対象となりますので、健康推進課までご連絡ください。

風しん抗体検査・予防接種（全額助成）

妊娠を予定されている方等

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。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防ぐため、抗体検査・予防接種費用を全額助成します。

対象者 市内に住所を有する方で、次のいずれかに該当する方

- ① 妊娠を希望する方（現在、夫またはパートナーがいて、近い将来の妊娠を予定している方）
- ② ①の同居家族
- ③ 抗体価が低い妊婦の同居家族

※ただし、次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（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 **助成期限** 令和7年3月31日

- 申請手順**
1. 健康推進課（市民健康づくりセンター内）に来庁の上、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カ月間は妊娠を避ける必要があります。

成人男性

令和4年に送付したクーポン券（無料）の有効期限を**令和7年2月まで**延長しました。これから生まれてくる赤ちゃんを社会全体で守るため、ぜひこの機会に抗体検査を受けましょう。

接種方法 医療機関へ電話で予約してから、クーポン券と身分証明書を持参し検査を受けてください。

費用 抗体検査、予防接種どちらも無料で受けられます。

対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの方

【問い合わせ・申請先】健康推進課（市民健康づくりセンター内） 電話23-4311

広 告

人 と 街 の 夢 に ア ク セ ス



A-BITS

株式会社 エービットツ
<http://www.a-bits.co.jp/>



狂犬病予防注射実施日程（木造地区）

生後91日以上の子犬を飼っている方は、狂犬病予防法により、生涯に1回の飼い犬の登録（登録料3,000円）と、1年に1回の狂犬病予防注射（3,300円）が義務付けられています。



【問い合わせ先】
市民課
電話42-2111（内線267）

月日	地区名	場 所	実施時間帯
4月24日(水)	若緑団地	桜木団地集会所前	8:30 ~ 8:45
	桜木団地	長内自動車様前	8:50 ~ 9:05
	田上町	松原公園	9:10 ~ 9:25
	松原団地	蓮松コミュニティ消防センター向い	9:30 ~ 9:45
	蓮浮根	赤根団地内公園	9:50 ~ 10:00
	赤根団地	(旧) 成人病センター跡地北側駐車場	10:05 ~ 10:20
	横池町	商工会館駐車場	10:35 ~ 10:50
	千代田	木造環境改善センター	10:55 ~ 11:10
	吉岡下木造清水町・追広	浦船団地集会所前	11:15 ~ 11:25
	浦船団地	葛西富恵様宅前	11:30 ~ 11:35
	濁川	稲葉光昭様宅前	11:40 ~ 11:45
	中の林	高杉鉄工所様前	13:20 ~ 13:30
	中の館	町居田バス停前	13:35 ~ 13:40
	町居田	成房商店様前	13:45 ~ 13:55
	柴田	(旧) 木村商店様前	14:00 ~ 14:05
	菊川	千代田コミュニティ消防センター	14:10 ~ 14:25
	千代田	稲荷神社前	14:30 ~ 14:35
	遠山	吉見コミュニティ消防センター	14:40 ~ 14:50
	吉見	石川秀輝様宅前	14:55 ~ 15:00
	平野	近野・十文字コミュニティ消防センター	15:05 ~ 15:15
	十文字野	稲荷神社前	15:20 ~ 15:25
	里見	桜井集会所前	15:30 ~ 15:35
	桜井	芦沼コミュニティ消防センター	8:30 ~ 8:40
4月25日(木)	芦沼	芦屋公民館前	8:45 ~ 8:50
	芦屋	川除コミュニティ消防センター	8:55 ~ 9:00
	川除	千年川石碑前	9:05 ~ 9:15
	豊田	今市コミュニティ消防センター	9:20 ~ 9:30
	今市	立花集会所前	9:35 ~ 9:40
	立花	出野里コミュニティ消防センター	9:45 ~ 9:55
	出野里	出崎コミュニティ消防センター	10:00 ~ 10:10
	出崎	善積コミュニティ消防センター	10:15 ~ 10:25
	善積	兼館コミュニティ消防センター	10:30 ~ 10:40
	兼館	蓮川コミュニティ消防センター	10:45 ~ 10:55
	蓮川		

月日	地区名	場 所	実施時間帯
4月25日(木)	蓮花田	蓮花田コミュニティ消防センター	11:00 ~ 11:10
	永田	永田コミュニティ消防センター	11:30 ~ 11:40
	大畑	大畑コミュニティ消防センター	11:45 ~ 11:55
	土滝	土滝コミュニティ消防センター	13:25 ~ 13:40
	加納	スクールバスバス停前	13:45 ~ 13:50
	小田原	小田原消防屯所前	13:55 ~ 14:00
	林	鹿嶋神社前	14:05 ~ 14:15
	生田	生田消防屯所前	14:20 ~ 14:30
	堅固	馬頭観音堂前	14:35 ~ 14:40
	石館	石館・堅固コミュニティ消防センター	14:45 ~ 14:50
4月26日(金)	福原	福原コミュニティ消防センター	8:30 ~ 8:40
	下福原	(旧) 長谷川商店様前	8:45 ~ 8:55
	三ッ館	三ッ館コミュニティセンター (はすの館)	9:00 ~ 9:05
	あざみ岡	木元神社前	9:10 ~ 9:15
	広岡	広岡コミュニティ消防センター	9:25 ~ 9:35
		(旧) 河嶋石油店様前	9:40 ~ 9:45
	越水	越水コミュニティ消防センター	10:00 ~ 10:10
	駒田	駒田コミュニティ消防センター	10:15 ~ 10:30
	吹原	吹原コミュニティ消防センター	10:35 ~ 10:45
	南広森	南広森コミュニティ消防センター	10:50 ~ 11:00
	丸山	丸山コミュニティ消防センター	11:05 ~ 11:15
		長内建設様前	11:25 ~ 11:35
	出来島	出来島コミュニティ消防センター	11:40 ~ 11:45
		菰槌公民館前	13:30 ~ 13:40
	菰槌	菰槌コミュニティ消防センター	13:45 ~ 14:05
	大湯町	大湯町コミュニティ消防センター	14:10 ~ 14:15
	館岡ヶ岡	館岡コミュニティ消防センター	14:20 ~ 14:40
	筒木坂	筒木坂コミュニティ消防センター	14:45 ~ 14:55
		(旧) 中千代商店様前	15:00 ~ 15:05
	平滝	平滝コミュニティ消防センター	15:10 ~ 15:15

がん患者医療用補正具購入費を助成します

がん治療中またはがん治療をした市民の就労や社会参加を応援し、療養生活の質の向上につながるよう、これまでのウィッグに加え、令和6年4月1日から乳房補正具も対象になりました。

対象者 (①～⑤の全てを 満たす方)	①申請日においてつがる市内に住所を有する方 ②がんと診断され、がんの治療中の方または治療を受けていた方 ③がん治療の影響を受け補正具を購入した方 ④他の自治体から同種の補助金を受けたことがない方 ⑤市税の滞納がない方
助成対象 経費	・医療用ウィッグ購入費(ウィッグ装着時に必要なネット、ウィッグスタンドも含む) ・乳房補正具。補正下着および下着とともに使用するパッドまたは人工乳房の購入費(皮膚保護剤等のケア用品は除く)
助成金額	助成対象経費の2分の1(千円未満切捨て)、上限3万円
申請期限	令和6年度に限り、令和3年10月1日以降に購入した助成対象品であれば申請を受け付けます。令和7年度からは購入後1年以内が申請期限となります。
助成回数	①ウィッグ、②乳房補正具(右側)、③乳房補正具(左側)それぞれ1回まで

【問い合わせ・申請先】健康推進課(市民健康づくりセンター内) 電話23-4311

住みよい地域づくりに貢献！

公益財団法人むつ小川原地域・産業振興財団が交付する原子力施設立地振興対策事業助成金を活用し、住みよい地域づくりのために、以下の事業を実施しました。(単位：万円、千円以下切り捨て)

▼令和4年度

事業名・内容	事業費 (うち助成金)
沼崎地区道路補修事業(除雪作業および老朽化に伴う道路の補修)	129 (80)
ごみ集積箱更新事業 (老朽化に伴うごみ集積箱の更新)	353 (320)
桜木団地遊具設置事業 (コンビネーション遊具の設置)	627 (600)
小中学校スクールセット購入事業 (森田小、柏中の椅子、机の購入)	644 (630)
斎場施設改修工事 (老朽化に伴う改修)	671 (660)
農産物直売所駐車場拡幅工事 (トイレの解体、駐輪場の撤去、駐車場の拡幅)	808 (780)
木造中学校防じんネット改修工事 (ワイヤーおよびネット張り替え)	1,210 (1,130)
合計	4,442 (4,200)

▼令和5年度

事業名・内容	事業費 (うち助成金)
柵整備(購入)事業 (防雪柵の購入)	1,276 (1,230)
下水道施設改修事業 (老朽化に伴う改修)	861 (861)
近野地区融雪用ポンプ改修工事 (老朽化に伴う改修)	836 (480)
斎場火葬炉設備改修事業 (老朽化に伴う改修)	737 (710)
水難救助隊装備購入事業 (装備の更新および新規購入)	152 (140)
ごみ集積箱更新事業(老朽化に伴う ごみ集積箱の更新)	636 (580)
松の館パソコン更新事業 (一般開放用パソコンの更改)	73 (60)
合計	4,571 (4,061)

【問い合わせ先】

地域創生課 電話42-2111(内線351)

『伊藤鉱業アリーナつがる』で体を動かそう！ 各種プログラムのご紹介

ヨガ



▼開催日：毎週火曜日10時～11時

▼場 所：多目的室

▼対 象・定員：16歳以上・20人

▼料 金：1回500円（券売機でご購入ください）

＜プログラム内容＞

初心者からでも簡単に動くことができるヨガです。ヨガを行うことで肩こり、冷え、むくみなどの改善にも期待できます。

かんたんトレーニング



▼開催日：毎週水曜日10時～10時45分

▼場 所：多目的室

▼対 象・定員：16歳以上・20人

▼料 金：1回500円（券売機でご購入ください）

＜プログラム内容＞

スクワット運動や腹筋など、自分の体重を使った自重トレーニングです。初めての方でも安全にトレーニングできます。

放課後体育



▼開催日：毎週水曜日17時～17時45分

▼場 所：サブアリーナ

▼対 象・定員：小学1～6年生・20人

▼料 金：1回700円（券売機でご購入ください）

＜プログラム内容＞

バレーボール、バドミントン、バスケットボール、ドッジボールなど、学校の体育で行う種目を皆で楽しく行います。春から小学生になる皆さんのご参加もお待ちしております。

※各種プログラムの申し込みは、下記へ電話または、窓口で受け付けています。

※急きょプログラムが中止となる場合もありますので、予めご了承ください。

【問い合わせ・申込先】伊藤鉱業アリーナつがる 電話23-3231

フードパートナー募集中

つがる市スポーツタウン活性化協議会では、「伊藤鉱業アリーナつがる」で開催される各種大会やスポーツイベントに食の提供や物販などのご協力をいただける「フードパートナー」を募集します。

▼応募要件：つがる市内において、飲食業を営む企業もしくは個人事業主で次に掲げる業種

(1) 飲食提供業種：指定場所における食品調理営業販売が可能な方

※キッチンカー営業の方には別にご案内します。

(2) 弁当販売業種：主催者等関係者ならびに大会参加者等への事前予約販売が可能な方

※チェーン展開企業は除きます。

(3) 物販提供業種：指定場所における土産物商品販売が可能な方

▼応募手続：「つがる市フードパートナー応募用紙」に必要事項を記入の上、下記応募先まで郵送または持参してください。応募用紙は、市ホームページからダウンロードできるほか、松の館窓口に設置しています。

▼応募締め切り：第1次募集は5月1日(水)まで（第1次募集締め切り後も随時応募を受け付けます）

※出店の際の要件等については、お気軽にお尋ねください。

【問い合わせ・応募先】〒038-3138 つがる市木造若緑52

つがる市教育委員会 社会教育スポーツ課 つがる市STAC事務局 電話49-1200

「テラスハウス」から学んだこと

オリビア・スナイダー

皆さんはお気に入りの番組を観るときに、何か新しいことを学ぶ機会はありませんか？たとえば、料理番組では試してみたいレシピ、「ドラえもん」や「サザエさん」などの子ども向け番組では教育的なレッスンなど、テレビを観れば学べることは無限です。

最近私がハマっている番組は、2018年頃に大人気だった日本リアリティ番組「テラスハウス」です。「素敵なお家」で共同生活をする男3人女3人の6人組は、平和な暮らしを楽しみながら日常の生活に取り組んでいます。仲の良い親友になる人や恋に落ちるペア、けんかしてテラスハウスを卒業する人、色々なバックグラウンドを持つメンバーが登場するので最初から最後まで面白いです。テラスハウスの一番のアピールは、日常の「普通」や人間関係を描くことです。自分の人生で起きる紛争や友情関係、悩み事や嬉しい出来事など、さまざまな事が描かれているので、その共感に惹かれると思います。

「テラスハウス」を観ることで、多様な「ライフレッスン」(人生の生き方)に関連するアドバイスを得ることができます。テラスハウスで暮らすルール、または他のメンバーとけんかをせずに仲良く共同生活を続けるガイドでもあります。

まずは、はっきりとしたゴールを決めてそれに向けて頑張ること。多くのメンバーはモデル、俳優、芸能人になりたい目的でテラスハウスに応募しますが、その他には帽子をデザインして自分のブランドを立ち上げたい、立派な建築家になりたい、世界一のプロサーファーになりたい、などユニークなゴールもあります。何の目的もなく、ただ家でのんびりしているメンバーは「怠け者生活は辞めたら？」と叱られます。曖昧すぎるゴールも厳しく批判されます。

一方、ルール2は頑張りすぎないこと！それは偏善的なものでは・・・と思うかもしれませんが

が、テラスハウスの生活では遊びや楽しい時間を過ごすことも重要です。忙しい日常の中でもメンバーは集まり、キャンプや海水浴に行ったり、外でバーベキューをしたり、いろいろな体験を全員でにぎやかに実施しています。仕事で忙しくてグループアクティビティに参加できないメンバーは寂しいです。

続いて、企画力のスキルを磨くこと。「テラスハウス」でよく起きる事件は、男性が気になっている女性をデートに誘いますが、空いている日にちを訊いたあと「分かった、じゃあ今からやることを考えるわ」と言います。このような行動はジェントルマンらしくないです！誰かを誘う時ははっきりとしたプラン(たとえば連れて行く場所、食へに行くレストラン)を先に考えるべきです。あるテラスハウスの男性はプランニングをせずに女性をデートに連れて行きましたが、出発が遅くなって渋滞にはまり、行きたかった水族館にたどり着いた時には入場時間はすでに終わっていました。帰った後は女子部屋ではその準備不足の話しかなかったため、このような事件がないようプランニングは重要です。

最後に、ルームメイトの食べ物に手を出さないこと！「テラスハウス」のファンは「肉事件」についてご存知だと思います。あるメンバーは美容師として働き、お客さんから高級な牛肉をお礼としていただきました。大切なお土産だと当時付き合っていたルームメイトに伝えていたのに、彼女は「食材がないから皆でお肉食べよう」と他のメンバーを誘い、美容師さんがいない時に焼いて全部食べてしまいました。このような失礼な行動は絶対NGです！アメリカでは大学生の中で共同生活は一般的ですが、言葉に出さなくても「他人が買った・もらった食材には手を出さない」のルールを意識しています。勝手に食べてしまったら大事件になってしまいます。

皆さんは家族以外の共同生活を経験したことはありますか？どのようなルールがありましたか？

市税等の納付は
納期内に
お願いします

4月

「住宅使用料」「公共下水道使用料」

「農業集落排水施設使用料」の納期限となっています。

納期限および口座振替日は4月30日(火)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。

【問い合わせ先】収納課 電話42-2111 (内線229)

広 告

進学・学習指導教室
萩野学習会

対象：小学生～中学生
(国・英・数・社・理)

通塾+オンライン=ハイブリッド授業。
新学期生受付中！

無料体験学習
受付中!!

●令和6年度入試合格者実績●

◆弘前高校 …………… 2名	◆青森高校 …………… 1名
◆弘前中央 …………… 2名	◆木造高校 …………… 1名
◆弘前実業 …………… 1名	◆五所川原高校 …… 8名

〒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

広 告

パソコン教室 開催中

初めての方でも安心!
楽しくゆっくりの教室です。

参加無料
時間 40～50分程度

内容/開催日時は
店頭スタッフまで!

パソコンの
ことなら **パワーデポ** 弘前店

開催日程に
ついては **0172-28-5100** 営業時間 10:00～19:00 定休日 毎週水曜日



行政相談

行政への苦情や意見、要望などがある場合は、お気軽にご相談ください。相談は無料、秘密は厳守します。

木造会場

- ▼日時：5/22(水)10時～12時
- ▼場所：松の館 会議室C
- ▼相談委員：片山徳明

森田会場

- ▼日時：5/9(木)10時～12時
- ▼場所：森田公民館
- ▼相談委員：原田和孝

柏会場

- ▼日時：5/7(火)13時～15時
- ▼場所：柏老人福祉センター
- ▼相談委員：木村光雄

稲垣会場

- ▼日時：5/15(水)10時～15時
- ▼場所：稲垣ふれあいセンター
- ▼相談委員：佐々木富雄

車力会場

- ▼日時：5/17(金)10時～12時
- ▼場所：北消防署2階会議室
- ▼相談委員：清野幸喜

☎ 市民課（内線266）



お知らせ



暮らしに役立つ情報などをお届けします！
市では、さまざまな情報をより迅速に市民にお届けするため、LINE公式アカウントを運用しています。ぜひ、QRコードを読み取り、友だち登録をよろしくお願いします。



つがる市役所 42-2111（代表）
〒038-3192 つがる市木造若緑61-1



国民年金保険料・ 移動年金相談

令和6年度の国民年金保険料

令和6年度の国民年金保険料は、月額16,980円です。保険料は現金払い（納付書）のほか、口座振替、スマホアプリ等で納付できます。

また、前納することで保険料が割引になります。

保険料の納付が経済的に難しい場合は、免除・猶予制度をご利用ください。

5月の移動年金相談

年金給付に関する相談を受け付けます。ご利用の際は、弘前年金事務所に予約してください。

▼日時：5/23(木)10時～16時

▼場所：市役所2階相談室

☎ 市役所国保年金課（内線272）

弘前年金事務所

☎0172-27-1339



山火事を 防止しましょう

県では4月1日から6月10日までを「山火事防止運動強化期間」と定め、山火事防止を呼び掛けています。春の季節を迎え、山菜採り、ハイキングなど森林を利用する機会が多くなりますが、特に春の野山は乾燥し、山火事が発生しやすくなっていますので、次のことに注意してください。

▼枯れ草など火災が起こりやすい場所ではたき火をしない。

▼強風時や乾燥注意報が出ているときは、農作業などにおける火の取り扱いに十分注意し、周囲にも知らせ1人で行わない。また、完全に消火するまではその場から離れない。

▼タバコ火は必ず消し、絶対投げ捨てない。

※山火事の発生原因は、たき火やたばこの不始末などが多いことから、火の取り扱いに十分注意してください。

☎ 農林水産課（内線417）

広告

初めての方
大歓迎

まとめ内職さん 募集

お気軽に
お問い合わせください！



ボタン付けやまつり・
糸切り作業等
自宅でできる作業

材料・仕上げ品は
当社で集配達

社員も募集中

株式会社 木造奥田縫製 つがる市木造大畑宮崎 32-19
TEL.0173-42-1730

広告



屋根・外壁の塗装・リフォーム

●一般建設業 青森県知事許可(般-29)第400424号

前田 昭仁

屋根・外壁リフォーム専門店

電話は今すぐ、こちらから

ホームページが
新しくなりました！
Google

アートリフォーム株式会社 0173-33-4713

アートリフォーム株式会社

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



目と耳の両方に不自由がある方を支援するための講座

盲ろう者とのコミュニケーション方法や、外出時などのサポートの仕方などを学んでいただき、盲ろう者の社会参加をお手伝いできる人材を育成します。

▼日時：6/12から11/20までの隔週水曜日、10時半～15時半（全12回48時間）

▼場所：弘前市市民会館中会議室（弘前市大字下白銀町1-6）

▼参加費：無料（テキスト代1,760円のみ自己負担）

▼対象：一般県民（手話・点字・介助技術など未経験の方も受講できます）

▼定員：8人（年齢・障害の有無は不問、情報保障有り）

▼申込方法：青森県盲ろう者支援会ホームページ（QRコード）から申込書をダウンロードの上、必要事項をご記入し、郵送、FAX、メールのいずれかでお申し込みください。



▼申込期限：5/20(月)

☎ 青森県盲ろう者支援会

☎・FAX 0172-34-1850

メール

k-jin1053@cronos.ocn.ne.jp

ホームページ

<http://w3a.in/mourou/>



「認知症カフェ」に参加してみませんか

認知症の方やそのご家族、関心をお持ちの方など、さまざまな方が集い、認知症について情報交換したり、介護についての悩みごとを相談できる憩いの場です。

かしわ「オレンジカフェ」

▼日時：4/26(金)

12時半～13時45分

▼場所：柏老人福祉センター大広間

▼対象：どなたでも参加できます

▼内容：ゆったり茶話会、健康相談など

▼参加費：お一人100円（お菓子や飲み物代として）

☎ つがる市市柏在宅介護支援

センター ☎25-2115

つがる市社会福祉協議会柏支所

☎25-2468



こころの相談

眠れない、気分が落ち込む、心身の不調やストレス、悩みなどを抱えている方は、一人で悩まずにお話してください。ご本人だけでなく、ご家族からの相談にも応じます。

▼日時：4/25(木)10時～12時、13時～15時

▼場所：市民健康づくりセンター

▼申し込み：前日までに電話でお申し込みください。

☎ 健康推進課（市民健康づくりセンター内）☎23-4311



マイナンバーカード 休日窓口

マイナンバーカードの受け取りだけでなく申請もできます。無料で顔写真を撮影するほか、申請書の記入も職員がサポートします。

休日窓口：5/26(日)8時半～12時（場所は市役所1階市民課窓口）

☎ 市民課（内線262、265、266）



労働条件明示のルールが改正されました

令和6年4月1日より、労働条件の明示事項等が変更されました。労働条件の明示は、労使間のトラブルを未然に防ぐためにも重要なことです。これを機に、事業場の方や働く方ご自身でも、労働条件の明示事項やそのタイミングについて、改めて確認してみてください。

新しく追加された明示事項

▼すべての労働者に対し、労働契約の締結時と有期労働契約の更新時に「就業場所・業務の変更範囲」を明示すること。

▼有期契約労働者に対し、①有期労働契約の締結時と更新時に「更新上限の有無と内容（有期労働契約の通算契約期間または更新回数の上限）」②無期転換ルールに基づく無期転換申込権が発生する契約の更新時に「無期転換申込機会および無期転換後の労働条件」を明示すること。

※詳細については「厚生労働省労働条件明示」で検索。

☎ 五所川原労働基準監督署
労働時間相談・支援班
☎0173-35-2309

広告

塗替え予定のお客様必見！

屋根・外壁「よみがえり」計画を！

ぜひ、お家のメンテナンスを！塗り替えの目安は、屋根は5年～7年、外壁は10年前後です。

自慢の手塗り仕上げで特別価格にて施工！

当社はここがちがう！ 診断・お見積り無料

高所作業車2台導入で、高い所、ごう配のある屋根等で大活躍します。14mものびます ☺
足場も自分たちで組むため安く施工できます。

☎連絡先 090-2023-2226（担当木村まで）

五所川原塗装工業会
有限会社 秋元塗装
五所川原市大字野里字野岸29の5

五所川原市大字野里字野岸29の5

広告

持続可能な世界のために
世界をリードする再生可能エネルギー会社

RWE

大規模な洋上風力発電の開発、建設、運営
RWE Renewablesの洋上風力設備容量は世界第2位！

RWE Renewables Japan G.K.

(本社)
〒100-0005 東京都千代田区丸の内1-8-3
丸の内トラストタワー本館5階
電話：(03) 6230 9374

(青森オフィス)
〒038-3277 青森県つがる市木造大畑朽葉213
電話：(0173) 26 5858

<https://jp.rwe.com>

税 自動車税種別割の 口座振替

県では、自動車税種別割の口座振替の申し込みを受け付けています。

令和6年度分から口座振替を希望される方は納税者本人の通帳と預金届出印を持参の上、4/30(火)までに、取扱金融機関または地域県民局県税部にお申し込みください。詳細は県ホームページ(QRコード)をご覧ください。

※すでに口座振替を申し込まれている方でも、自動車の買い換えやナンバー変更により申込内容が変更となった場合は再度申し込みが必要です。

※令和2年4月以降振替分から、口座振替済通知書および自動車税種別割納税証明書を送付しないこととしました。

※車検更新の際は、運輸支局等において自動車税種別割の納付確認を電子的に行うことができるため、自動車税種別割納税証明書の提示が省略できます。(振替直後の車検更新には、納税証明書が必要となる場合があります)

☎ 西北地域県民局県税部

納税管理課

☎0173-34-2111

(内線205)



献血に ご協力ください

▼日時：4/21(日)、5/12(日)
各日10時～12時、13時半～16時

▼場所：イオンモールつがる柏



労働相談会

個々の労働者と事業者との間に生じた労働問題(解雇・賃金引き下げ・長時間労働・パワハラなど)について、県労働委員会委員が相談に応じます。相談は無料、秘密は厳守します。

▼日時：4/21(日)10時～12時、
5/7(火)13時半～15時半

▼場所：県労働委員会(青森市新町2-2-11東奥日報新町ビル4階)

▼対象：県内の労働者、事業主

▼申し込み：電話で予約を受け付けています。(事前予約優先)

☎ 青森県労働委員会事務局

☎017-734-9832



ふれあい農園で野菜などを栽培してみませんか

市では、ふれあい農園を設置しています。非農家の方で、野菜や花きなどを自分で作付けしたい方を募集します。農具等は貸し出します。

▼利用期間：5/1(水)～11/30(土)

▼場所：森田町大館八重菊地内(森田集落農園内)

▼利用料金：1区画3,600円

▼対象：非農家の方

▼募集区画：44区画

▼申込期間：4/12(金)～4/19(金)

※区画に空きがある場合は、申込期間以降でも随時受け付けします。

▼申込方法：森田高齢農業者生きがいセンターの窓口でお申し込みください。

☎ 森田高齢農業者生きがいセンター ☎26-2191



河川愛護モニター募集

国土交通省では河川愛護思想の啓発や河川情報等の把握を目的として「河川愛護モニター」を募集します。

▼活動内容：河川愛護モニター巡視月誌の提出(月1回)。岩木川に関する地域住民からの情報提供や、河川についての異常を発見した場合の通報。年に数回ある河川関係行事等への参加など

▼活動区間：三好橋から神田橋区間(岩木川左岸)

▼募集人員：1人(応募者多数の場合は、選考により決定します)

▼応募資格：活動区間付近に居住し、岩木川に接する機会が多く、河川愛護に関心を持ち、日常生活の中で知り得た情報を提供できる方(満20歳以上、男女は問いません)で、河川愛護行事等に出席できる方

▼手当：月額4,500円程度(予定)

▼期間：令和6年7月1日から令和7年6月30日まで(予定)

▼申し込み：次の書類を下記の住所まで郵送してください。①「履歴書」に住所、氏名、年齢、電話番号、職業を記入(地域活動、自治会等の経験がある場合は記入してください)②「川とのかかわり」について簡単に記述したもの(任意様式)

▼締め切り：5/10(金)(必着)

☎ 〒030-0822 青森市中央三丁目20-38 国土交通省 東北地方整備局 青森河川国道事務所 河川占用調整課 ☎017-734-4537

広 告



国家資格塗装職人のお店

三栄塗装工業株式会社

一般建設業 県知事許可(般-27)第017671号

担当 三上(一級塗装技能士/五所川原塗装工業会会員)

WBアート 多彩仕上工法 施工認定店

職人から独立、創業25年目を迎えました。これからも地域のみなさまに愛される塗装店を目指して参ります。屋根・外壁のお見積り・現地調査無料、まずはお気軽にご相談ください。



住所/つがる市木造林宮津12番地3 登録番号/T8420002012423
☎0173-42-3818 ☎090-7067-5628 ✉sanei.p@nifty.com

広 告



対象のSTIHLチェーンソーご購入で、
ソーチェーン1本プレゼントキャンペーン中! 4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



令和6年4月1日から 相続登記が義務化されました



相続登記の申請義務化

- ◆相続等によって不動産を取得した相続人は、その所有権を取得したことを知った日から3年以内に相続登記が必要です。
- ◆相続登記の申請の義務化は、令和6年4月1日以前に相続の開始があった場合についても適用されます。
- ◆正当な理由なく義務に違反した場合、10万円以下の過料が科される場合があります。

相続人申告登記

①所有権の登記名義人について相続が開始した旨と、②自らが相続人である旨を、申請義務の履行期間内（3年以内）に登記官に申し出ることにより、相続登記の申請義務を履行したものとみなされます。

詳細は、法務省ホームページ（QRコード）をご覧ください。最寄りの法務局にお問い合わせください。

【問い合わせ先】青森地方法務局登記部門 電話017-776-6231（音声案内2番）



漢字熟語しりとり挑戦!



ルール

- 1 上下左右に隣り合う2文字以上の漢字を繋げて熟語を作ります。
- 2 熟語の最後の文字が次の熟語の頭文字になります。
- 3 最後に使わなかった漢字を並べ替えて、言葉を作ってみましょう。

〈例〉

答え 縄文土器

スタート

学	生	代	金	器
縄	活	時	引	換
用	費	町	扇	気
水	下	室	子	文
路	地	土	守	歌

ゴール

学	生	代	金	器
縄	活	時	引	換
用	費	町	扇	気
水	下	室	子	文
路	地	土	守	歌

スタート

花	書	留	差	出	書	来	年
見	積	郵	較	人	少	将	度
生	利	便	日	口	減	明	肝
方	用	年	月	子	拍	脈	門
法	廷	生	校	木	学	線	香
野	内	証	転	馬	子	午	辛
安	壊	力	一	機	主	亭	料
打	破	自	慢	心	題	歌	姫

ゴール

応募方法：ハガキかQRコードからご応募ください。QRコードの場合は、Googleへのログインが必要です。

記入事項：答え、住所、氏名、年齢、広報つがるに対するご感想など。

応募先：〒038-3192 つがる市役所 秘書政策課宛



クロスワード正解者の中から抽選で5人に「つがるちゃんマスコットとつがるちゃんクリアファイル」をプレゼントします。(毎月25日必着)

スタート

卒	土	造	花	烏	風	月	光
業	書	院	幌	札	遮	紙	沢
式	辞	車	馬	値	待	芝	居
光	泊	中	術	策	期	氷	間
窓	船	護	身	略	家	政	婦
辺	応	援	糖	平	雲	器	人
境	反	色	度	胸	星	衛	工
内	耳	炎	偶	開	基	師	匠

ゴール

3月号の答えは「遮光器土偶」でした。54名様より応募していただきました。当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

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

神村典孝先生

かみむらクリニック泌尿器科・内科 院長

過活動膀胱、フレイル、（軽度の）認知機能低下高齢者

過活動膀胱に関しましては以前にもこのコーナーでご紹介しましたが、今回は少し患者さんを絞ってお話したいと思います。まず過活動膀胱ですが「尿意切迫感を必須症状とし、通常は夜間頻尿と（昼間）頻尿を伴う症状症候群である」とされます。何だかもう難しいですが尿意切迫感とは急にくる強い尿意（おしっこをしたいという感覚）ということで、患者様がよくおっしゃるのは「水に触れただけ、あるいは水道の音を聞いただけでトイレに行きたくなる、漏れそうになる」という状態のことです。大概の方がそれだけでは済まず、頻尿（尿が近い、夜間あるいは昼間も）、トイレの前で少しちびってしまう（切迫性尿失禁）という言い方をされます。患者様の年齢層は広く20代から90代にまで広がりますが実臨床では患者の過半数が75歳以上であるとされ、私の日々の臨床での実感と大体合います。今回はご高齢の方の過活動膀胱に絞ってお話します。

ここでタイトルに出した「フレイル」という言葉。比較的最近使われ始めた言葉ですが、加齢に伴う様々な臓器機能低下によって外的ストレスに対する脆弱性が亢進した状態とされます。あっさり定義されますが、ここでいう外的ストレスとは感染症（新型コロナも含まれる）、事故（西北五地域では農業に関連したものも多いですね）、手術などのダメージとでも言いましょうか。要するにちょっとしたことで要介護状態になってしまうような状態のことです。

もう一つ。冒頭の「（軽度の）認知機能低下高齢者」は普段の生活に支障をきたすほどではないが記

憶などの能力が低下し、正常とも認知症とも言えない状態の高齢者ということで、約半数が5年以内に認知症に移行するとされます。過活動膀胱とフレイルや認知機能低下の関係が最近注目されてきています。過活動膀胱とフレイル、認知機能低下との間の因果関係は明らかにされていませんが過活動膀胱に伴う様々な排尿に関する症状（夜間頻尿や尿失禁等）は大きな外的ストレスであり認知機能低下を押し進めてしまう要因となりえることは容易に想像のつくことです。日本における65歳以上の認知症患者の数は600万人（2020年）と推計され、2025年には約700万人（高齢者の約5人に1人）にのぼると予測されています。こうなりますと最近癌の分野で言われるように、まず「自分は程度の差こそあれ認知症になるんだろうな」と認識するべきでしょう。認知症になるのをできるだけ先延ばしする、これが非常に重要になります。

フレイルや認知機能低下高齢者の過活動膀胱に対する治療は一般患者と大きく異なりません（薬物治療）が、行動療法と言われる骨盤底筋体操や膀胱訓練の実施が今まで以上に推奨されるようになってきています。また減量は尿失禁に対し有効であることが多いですが、フレイル患者に対しては不適切であることもあり個別の生活指導も求められるようになってきています。日本自体が世界ナンバーワンの高齢化社会ですが青森県、中でも特にこの西北五地域はその典型例といえます。排尿の問題が気になっているようでしたら早々の医療機関受診をお勧めします。




FM 76.7 FM

つがる市広報だより 放送

毎週月～金曜日（朝・夕） 8時30分～ 8時35分
16時30分～ 16時35分



それは後鼻漏!?

鼻水がのどに流れたりしませんか?

いわや薬品 新町本店

【健康相談】 (34)3939

駅前店 (34)5088

エルム店 (33)6742

つがる市立図書館

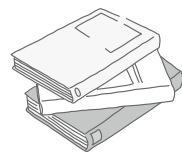
TSUGARU CITY LIBRARY

雑誌リサイクルフェア開催のお知らせ

【日 時】 5月3日（金・祝）10時00分～14時00分

【場 所】 つがる市立図書館 セミナー・学習室

保管期限の過ぎた雑誌（2020年分）をお一人様10冊まで、無料で提供いたします。
ご来館の際は、お持ち帰り用の袋などをご持参くださるようお願いいたします。



おはなし会

◆おはなしひろば◆

4月21日（日）11時～11時30分

担当：つがる市読み聞かせ隊

◆えいごでおはなし会◆

4月27日（土）11時～11時30分

担当：ALT（外国語指導助手）

◆おはなし会◆

4月28日（日）14時～14時30分

担当：図書館スタッフ

場所：セミナー・学習室／事前申込不要

郷土学習講座

主 催：NPO法人つがる野文庫の会

日 時：5月12日（日）

10時30分～11時30分

場 所：セミナー・学習室

テーマ：地域との共存共栄を目指して

講 師：イオンモールつがる柏店

ゼネラルマネージャー 山岡 聡 氏

入場無料・事前申込不要



今月のおすすめの本 !!

※本の表紙の画像は、各出版社の使用規程に基づいて掲載しています。

小学生になったらえほん

長谷川 康男／監修
ポプラ社

小学生のリアルな様子を
写真とイラストで紹介。



こどものためのもしもマニュアル 1

たてものの中編

佐藤 健／監修
理論社

火事や地震などの緊急事態に
使うものがわかる本。(全2巻)



水脈

伊岡 瞬／著
徳間書店

宮下刑事と真壁刑事の名コンビが
帰ってきた！



今と未来がわかる老化の科学

中西 真／監修
新井 康通／監修
ナツメ社

老化に関する研究成果をわかりやす
く解説。



〒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：0173-25-3131 ●開館時間：10時～20時 ●4月の休館日：4月29日（月）





つがる市

社協からのお知らせ



令和6年4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 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：令和6年5月8日(水)
6月12日(水)〈毎月第2水曜日〉

時 間：午後2時から5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）

サロン活動はじめませんか

サロンとは、地域住民が気軽に集う交流の場です。地
域の「仲間づくり」「出会いの場づくり」「健康づくり」
につながります。定期的に集まることで顔なじみの輪
を広げ、いきいきとした楽しい生活を送ることを目的
としています。

活動内容は自由です

- ・お茶飲み会・お食事会・ゲーム・体操など
参加者が楽しめるようなものにしましょう

○まずは何をしたらいいの・・・

○サロンについてもっと知りたいのだけど・・・

つがる市社会福祉協議会ではサロン活動を支援して
います。

詳しくは、つがる市社会福祉協議会各支所にお問い
合わせください。

☆サロン活動の紹介☆



豊田お楽しみ会

1日の始まりは
ラジオ体操から

立花長寿喜楽会

みんな大好き
ビンゴゲーム



お楽しみミニ湯治の会からのお知らせ



木造地区では、おおむね65才以上の方を対象にした
無料入浴日を月2回開催しています。参加
をお待ちしております。

【場 所】しゃこちゃん温泉

○送迎バスは今までどおり運行しています。

○バスを利用しない場合の入浴は13:30までとなります。

5月		対象地区
15日(水)	29日(水)	木造地区・越水地区・出来島地区
16日(木)	30日(木)	館岡地区・川除地区
17日(金)	31日(金)	出精地区・柴田地区
6月		対象地区
12日(水)	26日(水)	木造地区・越水地区・出来島地区
13日(木)	27日(木)	館岡地区・川除地区
14日(金)	28日(金)	出精地区・柴田地区

【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）

つがる市生活相談支援センター

- ・生活に困っているけど、どこに相談したらいいの・・・
- ・なかなか仕事が見つからない・・・
- ・仕事を辞めて家賃が払えない、住む家がない・・・
- ・生活保護の申請を考えている・・・

生活やお仕事などで、悩んでいることはありませんか？

つがる市生活相談支援センターでは、地域のみなさんが抱えている生活問題等を解決できるように支援していきます。
生活の不安や悩みごとがありましたら、お気軽にご相談ください。

問い合わせ先：つがる市生活相談支援センター（つがる市社会福祉協議会内）

電話0173-42-5678（直通） 開設日：月～金（祝日を除く）8:30～17:00

■相談は無料

■秘密は厳守



※このページは有料掲載になっています。



4月生まれの子ども
(令和6年3月現在)

	男の子	女の子
1歳	7人	1人
2歳	6人	8人
3歳	5人	4人



かわなみ なぎと
川浪 凪人くん
1歳 (稲垣町繁田)



くどう くおん
工藤 空穂くん
2歳 (柏玉水)



くどう ちはる
工藤 千春ちゃん
3歳 (木造種取)



じん ゆうり
神 優理くん
2歳 (柏桑野木田)



せいの りょうご
清野 令悟くん
1歳 (豊富町)

6月生まれ写真募集中

対象：令和6年6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）、年齢、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〉QRコードを読み取り、「メール作成画面はこちら」をタップし、本文に上記①～⑥を入力の上、写真のデータを添付して送信してください。パソコン等から直接メールを送信する場合は、件名に「我が家のアイドル」と入力し、本文に上記①～⑥を入力の上、写真のデータを添付して送信してください。受信が確認できましたらメールでお知らせします（受信拒否設定している場合は届きません。下のメールアドレスからの受信を許可してください）。数日たっても返信がない場合は、お手数ですが、電話でお問い合わせください。応募締め切りは今月の末日。

【応募・問い合わせ先】

〒038-3192

つがる市秘書政策課

電話23-3265（課直通）

メール koho@city.tsugaru.lg.jp



ちば たいご
千葉 大悟くん
2歳 (柏上古川)



のろ みお
野呂 弥桜ちゃん
2歳 (木造野宮)



はせがわ ひなた
長谷川 陽大くん
1歳 (木造菰槌)



みやざき ようすけ
宮崎 耀介くん
1歳 (森田町森田)



やまもと はると
山本 陽翔くん
1歳 (木造千代町)



きむら ると
木村 瑠桃くん
1歳 (木造生田)



100歳を迎えた

“幸” 齢者

《長生きの秘訣》
「妻と一緒にたくさん歩いた」



加藤 友太郎 さん(稲垣町繁田)

大正13年3月20日生

●市の人口と世帯数(令和6年4月1日現在)・人口 29,190人 (男 13,686人・女 15,504人)・世帯数13,418世帯

広報つがる 令和6年4月号 No.268 令和6年4月11日(毎月第2木曜日)発行 発行/つがる市総務部秘書政策課
〒038-3192 青森県つがる市木造若緑61番地1 電話：0173-42-2111 市ホームページ：http://www.city.tsugaru.aomori.jp/
印刷/有限会社 光陽印刷 ※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。