



# 広報 つがる

2024  
5月号  
No.269

## わくわくドキドキな入学式

稲垣小学校(小枝晃嘉校長)の教室で、わくわくドキドキな半面、ちょっと不安な表情をしながらも先生の話をしっかりとしている新1年生。

4月8日、市内の小中学校で入学式が行われ、新入生の学校生活が始まりました。

(今年度の新入生は小学校174人、中学校179人)

## 車力中生徒と地域スポーツ団体がニチレクボールで交流

この日、つがる市型「地域学校協働活動」の一環で、車力中1年生21人と総合型地域スポーツクラブ「車力笑笑スポーツクラブ」会員12人が軽スポーツ「ニチレクボール」で交流を深めました。

この取り組みは、地域学校協働活動推進員（コーディネーター）の工藤秀美さんが、学校と地域の交流活動を進めようと企画。和気あいあいとした雰囲気の中、生徒とクラブ員は、チームに分かれて、それぞれ色が異なるボールを標的球をねらって投げ合い、得点を競いました。

ニチレクボールに挑戦した生徒たちは「ボールを投げる力の加減が難しい。的の近くにボールがいくとうれしい」などと感想を話しました。

工藤コーディネーターは「これをきっかけに、参加人数を増やしていき、地域と学校の距離をもっと近づけていきたい」と話しました。



3/18  
車力中学校

標的球に狙いをさだめる参加者たち

## 航空自衛隊車力分屯基地に堀川司令が着任

3/25  
市役所



倉光市長と握手を交わす堀川司令(右)

3月22日付で、航空自衛隊北部高射群第21高射隊長兼車力分屯基地司令に堀川康弘2等空佐が着任しました。

堀川司令は福岡県飯塚市出身。前任地は東京都・市ヶ谷の航空幕僚人事教育部人事教育計画課。車力分屯基地の第27代司令として隊員たちを指揮します。

この日、市役所を訪れた堀川司令は「隊員がいまいきと活動できるような環境づくりを心がける。市と連携しつついい関係を築いていきたい」と意気込みを話し、倉光市長は「引き続き、地域と良好な関係を続け市民の安心安全のために努めていただきたい」と激励しました。

離任した八島康喜2等空佐は、内閣官房へ赴任しました。

## 児童生徒一人一人の個性をサポート

この日、児童生徒の学習活動などをサポートする学校教育活動支援員（スクールサポーター）の辞令交付式が行われました。

市教育委員会では、特別な支援が必要な子どもに手を差しのべようと、令和6年度は31人のスクールサポーターが任用され、市内の全小中学校に配置されます。交付式で倉光市長は「皆さまが子どもたちの学習面、生活面をサポートしてくれるおかげで、つがる市の全ての子どもたちは夢に向かっていけると思っていますので、ご協力をお願いします」と激励しました。

穂波小に配属される岡本有加里さんは「子どもたちに寄り添ってサポートしていきたい」と抱負を話しました。



4/3  
旧制木造中学校  
講堂

倉光市長から辞令を受け取るスクールサポーター



後輩の手で披露された懸垂幕

## 尊富士関の優勝 たたえる懸垂幕

この日、大相撲春場所で、110年ぶりに新入幕での優勝を飾った尊富士関の優勝をたたえる懸垂幕が、母校木造中学校に掲示されました。

倉光市長は「歴史的偉業をみんなでたたえることができうれしい。」と話しました。

つがる旭富士ジュニアクラブ総監督の越後谷清彦さんは「相撲部の子たちの励みになると思う。皆に愛される、応援されるような関取になってほしい」と話しました。

木造中相撲部部長で3年生の中野匠毅さんは「新入幕から攻める相撲をしてとてもかっこよかった。同じ学校出身なので、自分ももっと頑張りたい」と話しました。

## 早朝パレードで火災予防を呼びかけ

4月8日から14日までの7日間、「守りたい 未来があるから 火の用心」を全国統一標語に、春の火災予防運動が実施されました。

この運動は、火災が発生しやすい時期を迎えるに当たって、火災予防の思想普及、火災発生防止を目的に毎年行われ、本市では初日に消防団員などによる火災予防パレード出動式が行われました。

出動式では、倉光市長が「多忙な仕事の合間を縫っての火災予防活動ではありますが、引き続き積極的に取り組んでいただきたい」とあいさつ。続いて大淵則昭消防団長から訓示を受けた団員らは、一斉に消防車両に乗り込み、市内パトロールに出動しました。

春になり火災が増えています。火の取り扱いには十分注意しましょう。



出動式に臨む消防団員

## 交通事故のないつがる市を目指す



県警察音楽隊と踊る園児たち

この日、つがる市民交通事故防止総決起大会が松の館で行われ、約200人の市民らが、交通事故のない社会の実現を誓いました。

大会では、つがる地区交通安全協会の片山徳明会長が「関係機関との連携を強化し、住みよいまちづくりを実現できるようお力添えをいただきたい」とあいさつ。

地元の園児たちからは交通安全にちなんだ踊りが披露され、最後に元気よく「皆で交通ルールを守ります！」と誓いました。

アトラクションでは、県警察音楽隊による吹奏楽演奏やカラーガード隊の華麗な演技が大会を盛り上げました。

# 教育委員に鎌田常芳氏が就任

任期満了に伴い、鎌田常芳氏（新任）が教育委員に就任しました。

今後4年間、教育委員として、教育行政の基本方針や重要事項の審議・決定などの役割を担います。任期は、令和6年3月31日から令和10年3月30日までです。

【問い合わせ先】教育総務課 電話49-1201



## 篠原霊園合葬墓 ご利用・申し込みのご案内

合葬墓とは、一つのお墓に多くの方々の遺骨を合同で埋葬する形状のお墓です。お墓には、様々な形態や考え方がありますので、ご家族の方などともよくご相談の上お申込みください

申し込み開始日 6月3日(月)から

### 申し込み資格

- 遺骨を保有している方：市篠原霊園の墓地区画の利用許可を受けていない方で、①つがる市民で遺骨を保有している方。②市外の方で、つがる市民であった方の遺骨を保有している方。
- 市篠原霊園の墓地区画の利用許可を受けている方で、墓地区画の返還し合葬墓に改葬する方。
- 生前予約：市篠原霊園の墓地区画の利用許可を受けていない満70歳以上のつがる市民で、自己の死後に合葬墓に遺骨の収蔵又は埋葬の指定ができる方。募集は年1回です。受付期間・募集数等については、広報つがる12月号でご案内します。

### 合葬墓の区分と使用料

申込区分	使用料
納骨室（利用許可を受けた日から10年後に合葬室へ埋蔵） ※納骨室：（2室）収蔵数：176体	1体につき 100,000円
合葬室（合葬室へ直接埋蔵）※埋蔵数：1,200体	1体につき 70,000円
記名板（希望者のみ）	1体につき 32,000円



外 観



参 拜 所



合 葬 室



納 骨 室

【申し込み・問い合わせ先】市民課 電話42-2111（内線258）

# 地域おこし協力隊員が着任！



神 千里 さん

つがる市木造出身

地域おこし協力隊とは、人口減少や高齢化などの進行が著しい地方において、地域外から人材を受け入れ、地域が抱える課題の解決や地域活性化などに取り組みながら、その地域への定住・定着を図ることを目標とした制度です。4月1日付けで新たに着任した隊員をご紹介します。

神千里さんの地域おこし協力隊員としてのミッションは、空き店舗再生コーディネーターとなること。任期中は、空き店舗の調査、情報の整理、利活用の検討を進めます。また、県内外に向けてつがる市の地域おこし協力隊の魅力発信にも取り組みます。

神さんは、木造で小学2年生まで過ごし、両親の転勤により神奈川県厚木市に引越し。その後、神奈川県内で就職し、建設関連の営業事務や医療系の事務などを経て、今年3月まで約13年間、郵便局の窓口で働いてきました。

「もともと故郷のつがる市に戻りたい気持ちが強くあった」と話す神さん。昨年11月、木造の実家に帰省中、協力隊員募集を知り、地域住民とのコミュニケーションを大切にしてきた職業の経験や事業の立ち上げに携わった経験を生かして地域に貢献したいと思い立ち、応募しました。

37年ぶりにUターンした神さんは「商店街を歩いたら、昔の思い出がよみがえってきた。当時のにぎわいを創出したい」と意気込み、「将来は独立してお店を開業したい」と夢を語りました。

## はたちを慶ぶ（よろこぶ）会のご案内

- ▼日 時：8月15日(木) 受付開始12時30分 式典開始13時
- ▼会 場：松の館1階交流ホール
- ▼対象者：平成16年4月2日から平成17年4月1日までに生まれ、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（5月1日現在）

5月中旬頃に教育委員会からハガキで案内状を送付しますので、そちらに添付されているQRコード、またはつがる市HP内の「令和6年度『はたちを慶ぶ会』のご案内」ページのリンクから参加申し込みフォームへアクセスし、申し込みください。

つがる市出身で市外に住所がある方

つがる市HP内の「令和6年度『はたちを慶ぶ会』のご案内」ページのリンク、または当記事に掲載しているQRコードから参加申し込みフォームへアクセスし、申し込みください。

※メールおよび電話での申し込みは受け付けしません。

※車いすでの参加や付き添いが必要な場合は、事前にご連絡ください。

【問い合わせ先】教育委員会 社会教育スポーツ課

電話49-1200 FAX49-1212

メール [seijin@city.tsugaru.lg.jp](mailto:seijin@city.tsugaru.lg.jp)

※メールの場合、件名に「令和6年度はたちを慶ぶ会」と明記願います。



- 代表スタッフ  
募集 -

はたちを慶ぶ会の企画・運営のお手伝いをしてくださる実行委員を募集しています。興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

## 新婚生活応援事業 ～新婚生活を応援します～

新婚生活を応援するため、定住する意思をもって市内の民間賃貸住宅に入居した新婚夫婦世帯に対し、その家賃の一部を補助します。

対象世帯 (①～⑥の全てを満たす世帯)	①申請日において、婚姻の届け出の日から1年以内の夫婦で、夫婦いずれも届け出時に40歳未満の世帯 ②子育て・若年夫婦世帯移住応援事業の対象でない世帯 ③他の公的制度による補助等を受けていない世帯 ④同居する全員が市税等を滞納していない世帯 ⑤自治会に加入（加入予定）している世帯 ⑥5年以上市内に定住する意思のある世帯
対象住宅	市内の民間賃貸住宅で、賃貸借契約の締結者が夫婦のいずれかであること
補助内容	実質家賃額の1/2(千円未満切捨て)上限1万5千円 ※実質家賃額とは、賃借料（駐車場代、共益費等を除く）から住宅手当を差し引いた家賃額
対象期間	最長60月（年度を前期・後期に分けて年2回支払） ※申請日によって、開始月が異なります。
申請方法	申請書に必要書類を添付して下記へ提出（持参）してください。 詳細は市ホームページ(QRコード)をご覧ください。 ※予算の範囲内で随時受け付けます。



【問い合わせ先】 地域創生課 電話42-2111（内線361）

## 子育て・若年夫婦世帯移住応援事業 ～市に移住する子育て・若年夫婦世帯を応援します～

市への移住を応援するため、定住する意思をもって市へ転入し、市内の民間賃貸住宅に入居した世帯に対し、その家賃の一部を補助します。

対象世帯 (①～⑥の全てを満たす世帯)	①申請日において、転入した日から1年以内の子育て世帯（義務教育終了前の子とその親の世帯）・若年夫婦世帯（申請時に夫婦いずれも満40歳未満の世帯） ②転入日前3年以内に市に居住したことがない世帯 ③他の公的制度による補助等を受けていない世帯 ④同居する全員が市税等を滞納していない世帯 ⑤自治会に加入（加入予定）している世帯 ⑥5年以上市内に定住する意思のある世帯
対象住宅	市内の民間賃貸住宅で、賃貸借契約の締結者が夫婦のいずれかであること
補助内容	実質家賃額の1/2(千円未満切捨て)上限：子育て世帯3万円・若年夫婦世帯1万5千円 ※実質家賃額とは、賃借料（駐車場代、共益費等を除く）から住宅手当を差し引いた家賃額
対象期間	最長60月（年度を前期・後期に分けて年2回支払） ※申請日によって、開始月が異なります。
申請方法	申請書に必要書類を添付して下記へ提出（持参）してください。 詳細は市ホームページ(QRコード)をご覧ください。 ※予算の範囲内で随時受け付けます。



【問い合わせ先】 地域創生課 電話42-2111（内線361）

# 移住者マイホーム応援事業

## ～マイホームを取得する移住世帯を応援します～

市への移住世帯を応援するため、定住する意思を持って市に転入し、マイホームを取得する世帯に対して、その取得費用の一部を補助します。

対象世帯 (①～⑤の全てを満たす世帯)	<ul style="list-style-type: none"> <li>①転入予定または転入後1年以内で、市内に住宅を取得する45歳以下の方</li> <li>②計画認定申請時において、転入日前2年以内に市に居住したことがない世帯</li> <li>③他の公的制度による補助等を受けていない世帯</li> <li>④同居する全員が税を滞納していない世帯</li> <li>⑤自治会に加入している世帯</li> </ul>
補助内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・住宅取得費用の5% (上限60万円)</li> <li>・加算額 <ul style="list-style-type: none"> <li>①子育て世帯加算：義務教育終了前の子1人につき10万円 (上限30万円)</li> <li>②市内業者利用加算：10万円</li> </ul> </li> </ul>
対象住宅 (①と②を満たす住宅)	<ul style="list-style-type: none"> <li>①自らが居住する取得費用が50万円以上のもの</li> <li>②補助事業認定後に事業開始(着工・購入)し、3月20日(月)までに完了するもの</li> </ul>
申請方法	<p>申請書に必要な書類を添付して下記へ提出(持参)してください。</p> <p>詳細は市ホームページ(QRコード)をご覧ください。</p> <p>※予算の範囲内で随時受け付けます。</p> 

【問い合わせ先】 地域創生課 電話42-2111 (内線361)

## 教育資金利子補給金の申請を受け付けます

**対象者** 次の全てを満たす方 ※休学または退学した場合は補助対象外となります。

- ①令和5年度に大学(専門学校除く)で教育を受けた方の保護者または大学を卒業した方の保護者
- ②市内に住所を有し、引き続き3年以上市内に在住する方
- ③世帯全員の前年度の市税を完納している方

**所得要件** (世帯の年間合算総所得金額)

- ・1人在学の場合…500万円以下
- ・2人以上在学の場合…750万円以下

**補助対象** (在学生1人当たり)

(株)日本政策金融公庫、つがる市の指定金融機関および教育委員会が認める金融機関から借り入れした借入資金限度額300万円以内かつ、利率年3%以内での計算利息額

※令和5年度(令和5年4月～令和6年3月)の実支払い利息額以内を補助します。

**提出書類** (申請書へ添付するもの)

- ①在学証明書または卒業証明書(令和5年度卒業者)
- ②令和6年度所得証明書(一緒に住んでいる家族の分)
- ③納税証明書(非課税の方は非課税証明書)
- ④借用証書の写し
- ⑤償還計画表の写し
- ⑥利息支払い領収書の写し(通帳引き落としの写しまたは金融機関発行の利子支払証明書)

※申請書は、下記問い合わせ先にありますので提出書類を持参の上お越しください。

(市ホームページからもダウンロードできます。)

**受付期間** 6月1日(土)～6月30日(日)

【申し込み・問い合わせ先】 教育総務課 電話49-1201 (内線623)

# 市営住宅入居者を募集します 《空家募集》

団地名・所在地	募集戸数	建築年度	構造	アンテナ	照明	汚水処理	家賃月額(円)
桜木団地 木造桜木8-2	4戸	平成27～平成31	木造平屋4～6連戸 2LDK	○	○	下水道	21,400～ 43,700
森田第2若緑団地 森田町上相野若緑50	1戸	平成21	木造平屋2連戸 2LDK	○	×	浄化槽	23,600～ 46,300
つきみの団地 森田町森田月見野300-2	2戸	平成13・平成15	木造平屋1戸建て 2LDK	×	×	浄化槽	17,500～ 41,000
鶴野団地 柏桑野木田鶴野7-2	1戸	平成4	木造2階建て5連戸 3DK	○	×	下水道	17,800～ 35,000
牛瀧団地 牛瀧町村上15-39	1戸	平成16	木造平屋2連戸 2LDK	○	○	下水道	19,700～ 38,700
富苑2号団地 富苑町屏風山1-1874	1戸	平成15	木造平屋1戸建て 2LDK	○	○	下水道	19,500～ 38,300
屏風山2号団地 車力町屏風山528	1戸	平成22	木造平屋2連戸 2LDK	○	○	下水道	22,300～ 43,700
岩木団地(特公賃) 柏上古川房田152-1	1戸	平成7	木造平屋2連戸 2LDK	○	○	下水道	40,000～ 55,000
月見野丘団地(特公賃) 森田町森田月見野356-11	1戸	平成11	木造平屋1戸建て 3LDK	○	○	浄化槽	40,000～ 70,000
沼館団地(特公賃) 稲垣町沼崎幾世川6-1	1戸	平成6	木造2階1戸建て 4LDK	○	○	下水道	40,000～ 70,000

※上記全ての住宅に浴室・浴槽・給湯器・灯油タンクあり。

募集期間	5月14日(火)～5月21日(火) 8時30分～17時15分(閉庁日を除く) 入居は6月中を予定しています。
申請資格	①現在同居しているか、これから同居しようとする親族がいること(障害者手帳をお持ちの方、満60歳以上の高齢者等は単身での申し込み可)②申請者の世帯の収入が政令で定める収入基準であること(一般・単身世帯:月額158,000円以下 ※裁量世帯は月額214,000円以下)(特公賃は月額158,000円以上487,000円以下)③市税の滞納がないこと④住宅に困窮していることが明らかなこと⑤独立して生計を営んでいること(離婚を前提とした申込みはできません)⑥暴力団員でないこと(同居予定者を含む) ※裁量世帯とは 「子育て世帯」▶申請者に同居し扶養する小学校就学前の子どもがいる世帯 「高齢者世帯」▶申請者が60歳以上で、かつ同居予定者の全員が60歳以上または18歳未満の世帯 「障害者世帯」▶申請者または同居予定者が障害者(次の要件)の世帯・身体障害者手帳(1～4級)、精神障害者保健福祉手帳(1～2級)、愛護手帳(A・B)の交付を受けている方
必要な提出書類等	①入居希望申請書(用紙は窓口に設置。ホームページからダウンロードもできます。) ②マイナンバーカード、又は通知カード(入居希望者全員分) ③住民票(つがる市民の方で個人番号利用に同意した方は提出不要) ④過去3年間、市税の滞納がないことの証明書 ⑤入居者及び同居予定者の令和5年分源泉徴収票の写し、又は令和6年度市・県民税の申告書の写し ⑥運転免許証等の本人確認書類(窓口に来られる方) ⑦借家・アパートにお住まいの方は賃貸契約書の写し ⑧入居予定者に障害者手帳の交付を受けている方がいる場合は手帳の写し ※転入された方や市外にお住まいの方、家族構成によってはその他の書類が必要となりますので、窓口でご確認ください。
申し込み後	応募書類を審査・選考後に入居の可否を通知します。選考された方は、家賃3か月分の敷金と、連帯保証人2名(税滞納のない方で所得のある方)が必要となります。

●市営住宅での「ペット飼育、一時預かり、餌付け」は禁止です。

犬、猫、鳥などのペットの飼育は、アレルギー、糞尿の悪臭、鳴き声、咬傷の危険など、近隣の入居者とのトラブルの原因となりますので、市営住宅ではペットの飼育、一時預かり、餌付けを禁止しています。

【申し込み・問い合わせ】 建築住宅課 電話42-2111(内線382・383・386)

## 消防団定期観閲式

「消防団定期観閲式」を開催します。今年度から開催場所を「伊藤鉱業アリーナつがる」に変更し開催いたします。市民の皆様のご観覧をお待ちしております。また、当日は一部交通規制されますのでご協力をお願いします。

▼日時：6月16日(日) 8時から

▼場所：伊藤鉱業アリーナつがる駐車場

▼内容：服装点検、機械器具点検、分列行進、幼年消防クラブ演技、式典、玉落競技大会

※天候により内容が変更になる場合があります。

【お問い合わせ先】消防本部警防課 電話42-7255 (内線245)

## りんご生産者の皆さんへ 果樹経営支援対策事業等のお知らせ

果樹経営支援対策事業および果樹未収益期間支援事業の申し込みを受け付けします。

申込資格 次の①～③のいずれかに該当する方

①認定農業者（人・農地プランに位置付けられた中心経営体）

②果樹経営面積が98a以上ある方

③新規就農者 ※廃園を希望の方は該当していなくても実施可能

対象園地 過去5年間以上栽培管理が行われている園地、農振農用地区域内の農地

◆果樹経営支援対策事業（実施面積2a以上）

	普通栽培	わい化栽培	高密度栽培 (165本/10a～)	高密度栽培 (250本/10a～)	廃園	補助率
改植	17万円/10a	33万円/10a	53万円/10a	73万円/10a	りんご	8万円/10a
新植	15万円/10a	32万円/10a	52万円/10a	71万円/10a	その他の果樹	事業費の1/2以内

◆果樹未収益期間支援事業（実施面積2a以上）改植・新植22万円/10a

受付日時 6月12日(水)～6月14日(金)13時～16時

受付場所 市役所2階 相談室

持参する物 事業実施する園地の地番が分かるものまたは地図、実施計画が分かるもの、貸借を証明する資料、通帳、通帳印、認め印

【問い合わせ先】農林水産課 電話42-2111 (内線422) JAつがるにしきた森田事業所 電話26-3018

## 農業者年金受給者の現況届

農業者年金基金より5月下旬に郵送される現況届について、下記のとおり受け付けますので、必ずご提出をお願いします。

受付期間 6月3日(月)～6月28日(金)（閉庁日を除く）※つがる出張所では土日も受け付けします。

受付場所 農業委員会事務局（市役所3階）、稲垣出張所、車力出張所、つがる出張所（イオンモールつがる柏内）

重要事項 年金を受給するために農業経営を移譲されている方は、農業経営に関する名義が、その相手方に変更されていることが必要です。

※現況届の用紙への記入は、ボールペン等（鉛筆不可）をお願いします。氏名等の必要事項は必ず記入・署名してください。

【問い合わせ先】農業委員会事務局（市役所3階）  
電話42-2111（内線571）

## 国家公務員税務職員 採用試験（高校卒業程度）

仙台国税局では、税務のスペシャリストとして活躍するバイタリティーあふれる税務職員を募集しています。国の財政を支える税務職員に、あなたもチャレンジしてみませんか？

▼受験資格：①令和6年4月1日において高校又は中等教育学校を卒業後3年を経過していない者および令和7年3月までに高校又は中等教育学校を卒業する見込みの者 ②人事院が①に掲げる者に準ずると認める者

▼受付期間：6月14日(金)～26日(水)

▼申込方法：インターネットでお申し込みください。国家公務員試験採用情報NAVI  
<https://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.html>

▼第1次試験日：9月1日(日)

【問い合わせ】仙台国税局人事第二課 試験研修係  
電話022-263-1111（内線3236）  
人事院東北事務局 電話022-221-2022

## 第32回青森県障害者スポーツ大会のお知らせ

実施競技	開催日	会場
開会式・陸上・フライングディスク	8月25日(日)	新青森県総合運動公園 陸上競技場・補助陸上競技場
アーチェリー	8月31日(土)	新青森県総合運動公園 投てき・アーチェリー場
ソフトボール・卓球・バレーボール	9月1日(日)	青森市屋内グラウンド(盛運輸サンドーム) 新青森県総合運動公園(サブアリーナ・メインアリーナ)
ボッチャ	9月8日(日)	青森県身体障がい者福祉センター ねむのき会館体育館
ボウリング	9月15日(日)	アオモリボウル
水泳	10月5日(土)	新青森県総合運動公園 50mプール

**対 象** 12歳以上(令和6年4月1日現在)の身体障害者手帳、愛護手帳、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方

**参 加 費** 無料(ボウリングのみゲーム代、貸しシューズ代がかかります)

**申込期限** 6月14日(金)

**【申し込み・問い合わせ先】** 福祉課 電話42-2111(内線233) FAX42-4546

## 「ヘルプマーク」・「ヘルプカード」を知っていますか？

### ●ヘルプマークとは

義足や人工関節を使用している方、内部障害の方、発達障害の方など、援助や配慮を必要としていることが外見からはわからない方がいます。そうした方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで援助が得やすくなるよう、「ヘルプマーク」を配布しています。

ヘルプマークを身につけた方を見かけたら、電車、バス内で席をゆずる、困っているようであれば声をかけるなど、思いやりのある行動をお願いします。



**配布対象** 身体障害、知的障害、発達障害のある方など(手帳の有無は問いません)

**配布場所** 福祉課

**【問い合わせ先】** 福祉課 電話42-2111(内線241)

### ●ヘルプカードとは

障害のある方が困ったときに助けを求めるためのものです。「手助けが必要な人」と「手助けができる人」を結ぶカードです。障害のある方から「ヘルプカード」の提示がありましたら、記載されている内容に沿って支援をお願いします。

※ヘルプカードには個人情報が多く含まれますので、取り扱いには十分注意してください。



廣 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・犬の登録 (森田・柏・稲垣・車力地区)

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。

森田地区			
月日	対象地区	実施場所	実施時間帯
5月28日(火)	勝山	自治会館前	8:50 ~ 9:00
		下落バス停前	9:05 ~ 9:10
	大館	大館バス停前	9:15 ~ 9:20
		上大館バス停前	9:25 ~ 9:30
	床舞	床舞バス停前	9:50 ~ 10:00
		森田公民館駐車場	10:05 ~ 10:15
	森田	原田護様宅前	10:20 ~ 10:25
	月見野	月見野住宅入口	10:30 ~ 10:40
		(旧) 森田支所前	10:45 ~ 11:00
	山田	七戸商会様前	11:05 ~ 11:10
		猫淵	研修センター前
	漆館	集会所前	11:25 ~ 11:30
	中田	中田バス停前	13:10 ~ 13:15
	下相野	研修センター前	13:20 ~ 13:30
	上相野	研修センター前	13:35 ~ 13:45
	栄田	集会所前	13:50 ~ 13:55
笹木・小中野	集会所前	14:00 ~ 14:05	

稲垣地区			
月日	対象地区	実施場所	実施時間帯
5月30日(木)	千賀	千年集会所前	8:50 ~ 9:00
		再賀集会所前	9:05 ~ 9:15
	語利	JAつがるにしきた倉庫前	9:20 ~ 9:25
	沖善津	沖善津集会所前	9:30 ~ 9:40
	吉出	吉出コミュニティ消防センター前	9:45 ~ 9:50
		沼館	沼館コミュニティセンター前
	福富	福富コミュニティセンター前	10:10 ~ 10:15
		元増	稲垣体育館前
	下野田	沼崎コミュニティ消防センター前	10:50 ~ 10:55
	上野田	上野田集会所前	11:00 ~ 11:05
		野末	(旧) 野末集会所前
	楽田	藤田隆一様宅倉庫前	11:25 ~ 11:30
	細沼	鬮龍神社前	11:35 ~ 11:50
	穂積	(旧) 穂積集会所前	13:40 ~ 13:45
	家調	北家調バス停前	13:50 ~ 13:55
	繁范	(旧) 繁田集会所前	14:00 ~ 14:15
	繁田		
	船越	長尾豊様宅前	14:20 ~ 14:25
	下繁田	下繁田バス停前	14:30 ~ 14:35
	下派立	下派立集会所前	14:45 ~ 14:50
中派立	中派立集会所前	14:55 ~ 15:00	

柏地区			
月日	対象地区	実施場所	実施時間帯
5月29日(水)	広須	老人憩いの家前	8:30 ~ 8:35
		姥島	集会所前
	小和巻	老人憩いの家前	8:55 ~ 9:05
	上派立	集会所前	9:10 ~ 9:20
	小中野	集会所前	9:25 ~ 9:30
	下町	柏分庁舎裏駐車場	9:35 ~ 9:55
	鶴野		
	かしのわん	古坂製材所様前	10:00 ~ 10:10
	上古川		
	第2岩木	下古川西〇Y字路	10:15 ~ 10:20
	下古川	農業研修センター前	10:25 ~ 10:30
		鷺坂	岩川商店様前
	稲盛・岩木	星光電器様前	10:55 ~ 11:00
		八重崎	稲盛集会所前
	玉水	玉水コミュニティセンター前	11:15 ~ 11:20
	沖范	老人憩いの家前	11:25 ~ 11:30
末吉			
藤岡	集会所前	11:35 ~ 11:40	

車力地区			
月日	対象地区	実施場所	実施時間帯
5月31日(金)	牛湍	太田商店様前	8:50 ~ 8:55
		高齢者コミュニティセンター前	9:00 ~ 9:10
		高山神社入口停留所前	9:15 ~ 9:25
		(旧)牛湍公民館跡地	9:30 ~ 9:35
	下牛湍	下牛湍保健福祉館前	9:40 ~ 10:00
	下車力	下車力保健福祉館前	10:10 ~ 10:15
	車力	鎌田板金様前	10:35 ~ 10:50
		車力屯所前	10:55 ~ 11:05
		工藤魏様宅前	11:10 ~ 11:15
	豊富	北辰商店様前	11:20 ~ 11:35
		豊富コミュニティセンター前	11:40 ~ 11:45
	富范	野宮商店様横	13:20 ~ 13:35
		富范地区簡易体育館前	13:40 ~ 14:05
	権現	権現停留所前	14:10 ~ 14:15
	深沢	権現・深沢地区コミュニティセンター前	14:20 ~ 14:25
		清水	松晴商店様前
清	(旧)清水分校跡地	14:45 ~ 14:50	

【問い合わせ先】 市民課 電話42-2111 (内線267)

## 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



## 65歳以上の方の介護保険料が変わります

介護保険は3年ごとに事業計画の見直しを行っており、令和6年度から介護保険料が改定されます。介護が必要な高齢者の増加などに伴い、今後も介護サービス費用の増加が見込まれるため、保険料基準月額が引き上げになります。高齢者が安心して介護サービスを利用するために必要な改定ですので、ご理解とご協力をお願いします。

### <改定による変更点>

保険料基準月額が7,200円から7,300円となり、所得段階は9段階から13段階へと変わりました。65歳以上の方の介護保険料（令和6年度～8年度）は次のとおりです。

対象者			令和6年度～8年度の介護保険料		
世帯の課税状況	本人の課税状況	本人の年金収入 +所得金額の合計	所得段階	月額	年額
生活保護受給者等			第1段階	2,080円	24,960円
非課税	非課税	80万円以下	第1段階	2,080円	24,960円
		80万円超120万円以下	第2段階	3,540円	42,480円
		120万円超	第3段階	5,000円	60,000円
課税	非課税	80万円以下	第4段階	6,570円	78,840円
		80万円超	第5段階	7,300円	87,600円
	課税	120万円未満	第6段階	8,760円	105,120円
		120万円以上210万円未満	第7段階	9,490円	113,880円
		210万円以上320万円未満	第8段階	10,950円	131,400円
		320万円以上420万円未満	第9段階	12,410円	148,920円
		420万円以上520万円未満	第10段階	13,870円	166,440円
		520万円以上620万円未満	第11段階	15,330円	183,960円
		620万円以上720万円未満	第12段階	16,790円	201,480円
		720万円以上	第13段階	17,520円	210,240円

※「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。

なお、令和6年度の保険料は、7月に確定し通知書が送付されますので、そちらをご覧になり年間の保険料や納付方法を確認してください。

**【問い合わせ先】 介護課 介護保険係 電話42-2111（内線231・234・235）**

## 広 告

### つがる市農産物直売所 ～出荷会員募集～

つがる市農産物直売所では、ご自慢の商品を出荷して下さる方を募集しています！



#### 入会条件

① つがる市民 ② 事業所が つがる市にある法人・個人

#### 入会金・年会費

入会金：10,000円 / 年会費：3,000円

#### 販売手数料

・お弁当 10.5%  
・お総菜

※冷蔵庫を使用しないもの

・野菜 ・山菜 15.5%  
・果物 ・花  
・菓子などの加工品

※冷蔵庫を使用しないもの

冷蔵庫を使用する商品 17.5%

#### 商品の集荷

農繁期や、高齢で免許を返納してしまった等で出荷が困難な場合は、1回につき300円でご自宅まで集荷に伺います。

#### 申し込み・お問い合わせ

つがる市農産物直売所 TEL：0173-25-2865（担当：成田）

その他不明な点等ございましたら、お気軽にお問い合わせください。

## 犯罪被害者等支援条例を制定しました

犯罪行為にあわれた方は、生命や身体への直接的な被害と周囲からの配慮のない言動など二次被害にも苦しめられています。つがる市では、その犯罪被害者やその家族を支援するとともに、安心して暮らすことのできる社会を実現するため、「つがる市犯罪被害者等支援条例」を制定しました。

犯罪被害者等からの相談に応じ、支援に関する情報を提供するとともに、市の関係部署や関係機関と調整し、必要な支援を適切に受けることができるよう、犯罪被害者等のそれぞれの状況に配慮した対応を行います。

【問い合わせ先】 防災危機管理課 電話 42-2111 (内線344)



犯罪被害者等支援  
シンボルマーク  
「ギョuttoちゃん」

## 防災行政用無線放送による情報伝達訓練を実施します

市では、地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、国から送られてくる緊急情報を人工衛星などから瞬時に市民の方へ情報伝達する仕組み「全国瞬時警報システム」(Jアラート)を用いて、防災行政用無線による情報伝達訓練を行いますので、ご理解とご協力をお願いします。



<訓練実施日時> 5月22日(水)午前11時頃

<情報伝達手段> 防災行政用無線(市内に設置している防災行政用無線子局および室内に設置している戸別受信機)から一斉に放送されます。

<放送内容(予定)> 「上りチャイム音」、「これは、Jアラートのテストです」を3回放送後、「こちらは、防災つがる市です」、「下りチャイム音」

※気象の状況等によっては、訓練放送を中止することがあります。

【問い合わせ先】 防災危機管理課 電話 42-2111 (内線344)

## 令和6年度つがる市姉妹都市 国際交流事業中止のお知らせ

つがる市では、国際協力に対する市民の理解を深め、これからの国際社会に対応しうる国際感覚豊かな人材を育成するために、米国メイン州バス市と姉妹都市を締結し、中学生等の相互訪問交流事業を例年実施しています。令和6年度も本市中学生をバス市へ派遣する事業(教育総務課担当)及びバス市からの中学生を受け入れる事業(地域創生課担当)を実施する予定でしたが、バス市側から組織体制見直しのため開催を見送りたい旨の要望がありましたので、中止とさせていただきます。

本事業を楽しみにされていた皆さまには申し訳ございませんが、ご理解ください。

【問い合わせ先】 電話42-2111 教育総務課(内線621) 地域創生課(内線352)

### 広 告

#### 【仕事内容】

婦人スカート・パンツの糸始末、カギホック付、釦付等の手作業

#### 【募集条件】

- ・自宅へ持ち帰り、作業の出来る方
  - ・工場まで通って作業できる方(時間についてはご相談に応じます)
- 支払いに関しては家内労働法に従い、当社基準によります。  
社員も随時募集致しております。お気軽にご相談下さい。

株式会社 **エス・イー・シー** 木造工場

〒038-3131 青森県つがる市木造千年10-2 TEL 0173-42-3443

まとめ内職さん

募集

世界の「おもひなこ」とは？

オリビア・スナイダー

あつという間に5月に入ってしまったが、つがる市の皆さんは十分に桜の季節を楽しむことができましたか？

執筆時点では大谷翔平選手の通訳者水原一平氏のスキヤンダルがニュースで話題となっていますが、そのマイナスを一旦無視すれば、通訳業界が世界中で注目されていることがメリットとして考えられます。通訳・翻訳を仕事として毎日言語能力を活かす人達は、多くの場合は影に存在します。雑誌、新聞記事、本などを翻訳する方は名前だけは書かれますが、オリジナルの文章を書いた人物ではないので知られていないと思います。「ハリポッター」シリーズを読んだことがある方は作家J.K.ローリングの名をご存知だと思いますが、それを日本語に訳した方の名前は覚えていますか？

通訳者の場合はさらに知られていない存在だと思えます。国際的に活動する政治家、芸能人、そして大谷選手のようなアスリートは、皆ある時点で通訳者が必要となります。依頼者の言葉を正確に伝えることが任されているこの重要な人は、多くの場合は顔を出さずに別部屋でイヤピースを使いながら通訳し、またウィスパリング通訳では耳元でささやくように通訳をしています。マイクを持って新聞記者やテレビ局のスタッフに直接話しかけて顔を写す通訳者は少ないと思います。私の印象に残った通訳者は、「徹子の部屋」のゲストとして登場した人気歌手レディーガガのインタビュアーです。二人は英語と日本語で話していましたが、テレビに映らない時間の隙間には通訳が入り、別の言語を話しているお互いに完全に理解しているようにみえました。

私も国際交流業務で通訳・翻訳をしているため、今年2月に滋賀県で行われた国際交流員向けの「通訳・翻訳講座集合研修」に参加しました。研修では10人程のクラスに分かれ、グループやパートナーワークで通訳と翻訳の演習をしました。様々な国から来た、日本語能力のレベルがそれぞれ異なる国際交流員とコラボレーションしたことで、通訳・翻訳スキルの向上に向けて大変参考になったと思います。各通訳者は同じ文章を渡されても決して同じく翻訳することはないです。語彙が豊富で様々な言葉を知っている人がいれば、喋りながら文章をスムーズに繋げていくことが苦手な人もいます。通訳・翻訳のスタイルはどの人でも100%完璧ではないですが、5日間をかけて演習したことによって、より正確にできるようになったと参加者の皆さんは感じていたと思います。各言語ではネイティブの人は理解できないニュアンスやフレーズが多いです。その意味を別の言語に変えらなければならない壁を越えるよう頑張っています。水原一平氏のニュースは非常に残念ですが、一方優秀な通訳者への感謝の気持ちが増えるといいな、と思います。



姉妹都市米国メイン州バス市で倉光市長の通訳をする私

検診料は無料

歯周病検診のお知らせ

歯周病は、むし歯と共に歯の喪失原因となる疾患です。また、糖尿病等の生活習慣病を悪化させるなど全身の疾患とも関係します。口腔清掃の実施状況と歯周組織の健康状態を診察してもらい、適切な保健指導を受けることで、生涯自分の歯で食べる楽しみと健康を維持しましょう。

**対象者** 市内に住所を有する、20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳の方  
(令和7年3月31日時点の満年齢)

**実施期間** 6月1日(土)～令和7年2月28日(金)

**申込方法** 対象者に受診券を郵送しますので、指定医療機関に電話でお申し込みください。

指定医療機関 (共通)	電話番号	住所
葛西歯科診療所	42-2125	つがる市木造清水47
菊池歯科医院	42-2077	つがる市木造曙65
清藤歯科医院	42-4182	つがる市木造清水22
ひらた歯科	42-3269	つがる市木造増田22-15
福士歯科医院	42-3316	つがる市木造千代町27-2
ハッピーデンタルクリニック	23-5323	つがる市木造浮巣54-1
しもや歯科医院	26-4024	つがる市森田町森田月見野256-1
柏ミナトヤ歯科医院	25-2481	つがる市柏稻盛幾世41
長内歯科医院	56-3164	つがる市車力町下林7-1

【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



## 内閣府からの お知らせ

「重要土地等調査法」に基づき、防衛関係施設等の周囲おおむね1,000mの区域内及び国境離島等の区域内の区域を「注視区域」・「特別注視区域」として指定することとされていますが、4月12日に市内の一部の区域を特別注視区域として指定し、5月15日に施行する予定です。施行日後においては、指定された区域内の土地・建物で防衛関係施設等の機能を阻害する行為が行われていないか内閣府が調査を行うほか、「特別注視区域」内において面積が200㎡以上の土地・建物を売買等する際には事前の届出が必要になります。詳しくは内閣府のホームページをご参照いただくか、下記の内閣府のコールセンターまでお問い合わせ下さい。

### 【特別注視区域】

車力高射教育訓練場、車力通信所を中心とした周囲おおむね1,000メートルの区域

### 内閣府重要土地等調査法

#### コールセンター

☎0570-001-125

(平日9時半～17時半)

HP <https://www.cao.go.jp/tochi-chosa>

または「内閣府 重要土地」で検索



## 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いたします。



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



## 岩木川総合水防 演習を実施します

東北6県持ち回りで開催される総合水防演習は、平成28年以来8年ぶりの青森開催となります。タイムラインに基づいた実践的な訓練実施により、緊迫感のある東北最大級の総合水防演習です。万一の水害に対応できる知識と防災意識を高める絶好の機会です。

防災知識を楽しく学べる防災展も同時開催します。

▼日時：5/26(日)9時

▼場所：北津軽郡鶴田町大字野木  
字東松虫地先(保安橋下流)

内閣府重要土地等調査法  
防犯危機管理課(内線344)



## 家屋に係る届け出

家屋を取得した場合、建物表題登記をする義務があります。何らかの事情で未登記状態となっている家屋に変更がある場合は、税務課に届け出をしてください。税務課では現在未調査家屋の把握に努めており、課税台帳と違いがあった場合は調査に伺うことがありますので、ご協力くださるようお願いいたします。

▼対象：①未登記家屋の所有者が変わったとき(実印と印鑑証明書が必要となります)②家屋を取り壊したとき③家屋を新築・増築し、まだ市の調査を受けていないとき

▼届け出：税務課窓口にある用紙に必要な事項を記入し、届け出してください。法務局で滅失登記をした場合は届け出の必要はありません。

内閣府重要土地等調査法  
税務課  
(内線213)



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

開業日種に  
ついては 0172-28-5100

営業時間 10:00~19:00

定休日 毎週水曜日



広 告

## 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

お気軽に  
ご相談下さい

保険  
調剤 (34)5088

美容  
相談 エルム店  
(33)6742



## 行政相談

行政について、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：6/26(水)10時～12時
- ▼場所：松の館C会議室
- ▼相談委員：片山徳明

### 森田会場

- ▼日時：6/14(金)10時～12時
- ▼場所：森田公民館
- ▼相談委員：原田和孝

### 柏会場

- ▼日時：6/4(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：6/19(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：6/21(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)



## マイナンバーカード 臨時交付窓口

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)



## 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相談に応じます。相談は無料、秘密は厳守します。

### 木造会場

- ▼日時：6/6(木)10時～15時
- ▼場所：松の館 会議室B
- ▼相談委員：葛西弘和、吉田恵美子、近藤節子

### 森田会場

- ▼日時：6/7(金)10時～15時
- ▼場所：森田公民館
- ▼相談委員：鹿内博、原田正志

### 稲垣会場

- ▼日時：6/4(火)10時～15時
- ▼場所：稲垣ふれあいセンター
- ▼相談委員：鹿内博、原田正志

### 車力会場

- ▼日時：6/5(水)10時～15時
- ▼場所：北消防署 2階会議室
- ▼相談委員：工藤恵子、吉田恵美子
- ※柏地区は8月の行政相談員との合同相談になります。
- ☎ 市民課 (内線266)



## 国民年金の電子申請・ 6月の移動年金相談

### 国民年金の電子申請

マイナポータルでいつでも資格取得、免除等の電子申請ができます。

窓口での手続きよりも手軽に申請することができ、結果もマイナポータル上で確認できます。ご利用にはマイナンバーカードが必要です。

詳しくは、日本年金機構のホームページ (QRコード)



をご確認ください。

### 6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：6/27(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



## 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：5/24(金)10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

# 市税等の納付は納期内にお願いします

## 5月

軽自動車税全期、固定資産税1期、住宅使用料、公共下水道使用料、農業集落排水施設使用料、公共下水道受益者負担金1期の納期限です。

- 座振替日は5月31日(金)です。
- 座振替で納付している方は、□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)

## 税

### 軽自動車税の減免

身体障害者手帳、療育（愛護）手帳、精神障害者保健福祉手帳または戦傷病者手帳の交付を受けている方が、生業、通院、通学などのために使用する軽自動車で一定の条件に該当する場合に、申請により1人1台軽自動車税（種別割）の減免を受けることができます。

▼申請場所：税務課、稲垣・車力出張所

▼申込期間：5/31(金)まで（閉庁日を除く）

▼必要書類：交付を受けている手帳、運転免許証（コピー可）、令和6年度軽自動車税（種別割）納税通知書、減免申請車両の納税義務者の方のマイナンバーがわかるもの（マイナンバーカード、通知カード）、窓口に申請に来た方の本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証等）

▼留意事項：減免を受けるための申請は毎年必要です。普通自動車税（種別割）の減免を受けている方は、軽自動車税（種別割）の減免を受けることができません。既に納付された税については、減免を受けることができませんので、納税組合等に参加されている方は特に注意してください。障害の程度や車両の使用状況によっては、障害者手帳をお持ちであっても減免とならない場合があります。

☎ 税務課(内線214)



### ストレッチ教室

体が硬いと感じることはありませんか。筋肉が硬くなると柔軟性が失われてケガをしやすくなったり血流が悪くなったりします。

まずはストレッチからはじめましょう！

運動初心者向けのメニューになっていますので、お気軽にご参加ください。

▼日時：

5/23(木)13時半～14時半

▼場所：市民健康づくりセンター 介護予防ホール

▼定員：18人（先着順）

▼申し込み開始：5/16(木)

※定員になり次第、申し込みを締め切ります。

▼持ち物：汗拭きタオル・運動着・飲み物・ヨガマット（ない方はバスタオル）

☎ 健康推進課（市民健康づくりセンター内） ☎23-4311



### 新体幹トレーニング教室

運動指導員の先生と一緒に運動してみませんか。

体幹を意識した新しい教室です。「軽め」「普通」「強め」の3つの強度で開催します。自分に合ったレベルの教室に参加できます。不安な方は「軽め」からはじめましょう！

▼日時：[軽め]5/13(月)、

[普通]5/20(月)、[強め]5/27(月)

各日13時半～14時半

▼場所：市民健康づくりセンター 健診運動ホール

▼持ち物：汗拭きタオル・運動着・運動靴（外履き）・飲み物・ヨガマット（ない方はバスタオル）

※申し込み不要

☎ 健康推進課（市民健康づくりセンター内） ☎23-4311



### トレーニングルーム で健康づくり教室 （初回指導）

トレーニングルームを活用して運動を継続し、健康づくりを実践しましょう。運動指導員・保健師・栄養士が応援します。

初回指導を終了後、トレーニングルームで運動実践できます。

▼日時：5/14(火)

9時半～11時半

▼場所：市民健康づくりセンター

▼対象：

①BMI25以上で減量したい方、1年以内に健診を受けた方または同等の検査結果を提出できる20-39歳の方

②1年以内に健診を受けた方または同等の検査結果を提出できる40歳以上の方

※通院している方は医師の同意がある方

※治療・通院中の病気の状況によって利用制限や参加をお断りする場合がありますのでご了承ください。

▼定員：3人

▼申し込み：開催日の3日前までに電話で健康推進課へお申し込みください。(完全予約制)

▼持ち物：汗拭きタオル、運動着、運動靴（内履き）、飲み物、健康診断の結果、お薬手帳

※詳細は市ホームページをご覧ください。

☎ 健康推進課（市民健康づくりセンター内）

☎23-4311



### 献血に ご協力ください

▼日時・場所：●5/28(火)10時～11時45分、13時～16時

航空自衛隊車力分屯基地

●6/9(日)10時～12時、13時30分～16時

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：5/19(日)10時～12時  
6/4(火)13時半～15時半  
6/16(日)10時～12時
  - ▼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



## 危険物取扱者試験 事前講習会

- ▼日時：5/15(水)9時～16時半・法令(危険物関係)  
5/16(木)9時～16時半・実務(危険物の性質ほか)
  - ▼場所：五所川原市民学習情報センター視聴覚室(五所川原市一ツ谷503-5)
  - ▼受講料等：7,000円(2日間)、テキスト代乙4(実務、法令、例題集)4,950円・丙種(実務、法令、例題集)4,290円
- ※講習会の申し込みは、当日会場  
で受け付けします。
- ☎ 県危険物安全協会連合会  
西北五支部事務局(木村石油内)  
☎0173-34-3165



## 「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。

### つがる市民「みんなのカフェ」

- ▼日時：5/17(金)13時～15時
  - ▼場所：松の館 会議室B、C
  - ▼対象：介護が必要な本人や家族、認知症や介護に関心のある市民、認知症の人と家族の会会員、医療・介護専門職など
  - ▼内容：認知症初期集中支援チームおよび認知症地域支援推進員とは。
  - ▼運営：認知症の人と家族の会
- ☎ 家族の会世話人 秋田谷  
☎ 090-3648-4322



## 寄せ植え教室

四季折々の草花を使い、人気の寄せ植えと多肉植物に挑戦します。植え方、飾り方、育て方等を、講師が分かりやすくアドバイスします。

- ▼日時：5/31(金)14時～15時半
  - ▼場所：森田公民館大ホール
  - ▼参加料：1,500円(材料費込み)
  - ▼対象：森田・柏地区在住の方
  - ▼定員：15人程度
  - ▼申し込み：電話で森田公民館へお申し込みください。
  - ▼申込期間：5/9(木)～24(金)
- ☎ 森田公民館 ☎26-2566



## 自動車税種別割 グリーン化制度

環境負荷の小さい自動車については、性能に応じて税率を軽減(軽課)し、初回新規登録から一定の年数を経過した環境負荷の大きい自動車については税率を重く(重課)する制度が実施されています。

詳しくは、県ホームページをご覧ください。

### ☎ 西北地域県民局

県税部納税管理課

☎0173-34-3141



## ラージボール卓球を 楽しんでみませんか

手・足・頭を使う軽運動で健康作り！初心者～上級者まで大歓迎です。

- ▼日時：毎週(月)・(水)・(金)10時～12時※変更する場合あり
  - ▼場所：伊藤鉱業アリーナつがる、木造体育センター
  - ▼参加料：1時間100円
  - ▼定員：6～8人
  - ▼対象：特に問いません
  - ▼持ち物：運動靴(内履き)
  - ▼申し込み：まずは電話で問い合わせください。
- ☎ つがる市卓球クラブ 山内  
☎090-8920-1841



## 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  
自宅でする作業

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

# JICA 海外協力隊春募集説明会

「人生なんてきっかけひとつ」 JICA海外協力隊や経験者から現地の話を聞いてみませんか？

独立行政法人国際協力機構（JICA）は、開発途上国で現地の人々と一緒に生活をしながら、互いに学びあい、人づくり国づくりに参加できる方を募集（5月17日～7月1日）しています。募集期間中、東北各地にて説明会を開催します。詳しくは、QRコードまたは問い合わせ先へご連絡ください。

※JICA海外協力隊とは、開発途上国の経済・社会の発展または復興に向けた活動に取り組む事業です。

【問い合わせ先】(公社) 青年海外協力協会JOCA東北

電話 0223-36-9851 メール boshu-tohoku@joca.or.jp



## 漢字熟語しりとりに挑戦!



### 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

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

スタート

平	滝	法	証	抛	税	理	日
公	沼	顔	認	品	刷	士	官
園	児	童	問	質	印	校	学
電	主	店	書	憲	旗	外	学
源	念	積	凶	星	条	慣	習
氏	書	面	揮	指	薬	用	句
蚩	葉	絵	棒	記	眼	点	読
光	灯	油	線	路	側	帯	芯

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「つがるちゃん折りたたみエコバックとつがるちゃんボールペン」をプレゼントします。(毎月25日必着)

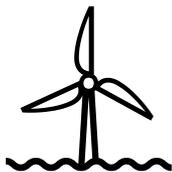
スタート

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

ゴール

4月号の答えは「学生証明書」でした。30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。

### 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>

### 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  
有限秋元塗装  
会社  
五所川原市大字野里字野岸29の5

# 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  
**須藤 正人 先生**  
すとうmriクリニック 院長



## 長く続く咳と痰

肺の生活習慣病に慢性閉塞性肺疾患（COPD）という疾患があります。初期症状は、歩行時や階段を上るだけで息切れする、咳や痰の出る回数が増えた、などです。

主に喫煙者・受動喫煙者が発症する病気です。たばこを長い間吸い続けていると、しだいに肺や気管支によごれ、炎症がおき、咳や痰が出るようになります。炎症が進んでいくと酸素を取り込む肺胞の壁が破壊され、酸素と二酸化炭素の交換ができなくなります。その結果、息を一気に吐けなくなり酸素を取り込めなくなるので、直ぐに息切れしてしまいます。一度壊れた肺胞の壁は元には戻りません。

患者数は40歳代から徐々に増加し60歳代以降が多くなっています。世界では死亡原因の第3位となっています。

症状は気づかぬうちに進行することも多く、重症化した場合は少し動いただけですぐに息苦しくなったり、酸素吸入が必要になることもあります。

また、ほかの生活習慣病と一緒に発症することも多く、高血圧症・糖尿病・脂質異常症で通院されている方で息切れや咳、痰の症状が気になる方は、かかりつけ医に相談することをお勧めします。特に高血圧症と合併している場合、心不全が増悪し死亡リスクが高くなるという報告もあります。

COPDは早期診断、治療により進行を防止することが可能な病気です。長く続く咳と痰が気になる方は早めに受診することをお勧めします。

## 地域包括支援センター をご存じですか？

地域包括支援センターは、高齢者の総合的な支援を行うための拠点で、つがる市社会福祉協議会が市から受託して運営しています。

主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士など専門職が中心となり、「チーム」で活動しています。高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすことができるように、さまざまな職種や機関の人たちと連携し、高齢者の生活全体を支援します。

### ▼健康や介護のこと

- ・心身の衰えが気になる
- ・介護予防の体操を教えてください
- ・介護保険のサービスを利用したい

### ▼認知症のこと

- ・認知症について教えてください
- ・認知症かもしれないけど、どうしたらいいの？

### ▼財産や権利のこと

- ・一人暮らしで財産の管理が心配
- ・悪質商法にだまされたかも……
- ・虐待に関する相談

その他、各地域・団体等に出向き出張介護予防教室なども行っていますので、お気軽にお問い合わせください。

**【問い合わせ先】 つがる市地域包括支援センター（稲垣町豊川宮川42-3稲垣老人福祉センター内）**

電話69-7117 FAX46-3340 メールtsushihoukatsu@iris.ocn.ne.jp

### 広 告

国家資格塗装職人のお店  
**三栄塗装工業有限会社**  
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、創業し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

**STIHL** バッテリーツール AP システム製品+バッテリー+充電器の購入で  
バッテリーを1個プレゼント6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

# つがる市立図書館

## TSUGARU CITY LIBRARY

### イベント情報

※参加無料、申込不要、場所はセミナー・学習室です。  
※都合により日程・会場等が変更になる場合があります。

#### 【おはなしひろば】

日時：5月19日（日）11時～11時30分  
6月16日（日）11時～11時30分  
つがる市読み聞かせ隊が絵本の読み聞かせなど、  
楽しいお話をします。

#### 【えいごでおはなし会】

日時：5月25日（土）11時～11時30分  
ALT(外国語指導助手)の先生が、英語の絵本の  
読み聞かせをします。

#### 【おはなし会】

日時：5月26日（日）14時～14時30分  
図書館スタッフが選んだおすすめの本を読みませ

#### 【郷土学習講座】

主催：NPO法人つがる野文庫の会  
日時：6月9日（日）10時30分～11時30分  
テーマ：津軽地域の地域づくりと公共交通網について  
講師：美濃谷 邦康氏  
(青森県会計管理者、  
元木造新田合併協議会事務局次長)



### 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。



タイトル：ラストコールの殺人鬼  
著：イーロン グリーン  
訳：村井 理子  
出版社：亜紀書房  
スタッフより：ニューヨークのゲイ男性を次々  
餌食にした殺人鬼。被害者の家族などに徹底  
的に取材し、犯人および被害者たちの人物像、  
凶行の詳細、そしてゲイの人々に向けられた  
差別の実態を炙り出すノンフィクション。



タイトル：うちのピーマン  
文：川之上 英子/川之上 健  
絵：柴田 ケイコ  
出版社：アリス館  
スタッフより：「もしかして、きります？」食  
べられたくないピーマンと、野菜炒めにピー  
マンを入れたいお母さんの戦いがはじまっ  
た！ピーマンの努力は実るのか！



タイトル：無縁老人  
著：石井 光太  
出版社：潮出版社  
スタッフより：高齢者たちはどんな経緯で社  
会から切り離されたのか。そこにどんな日本  
社会の問題があったのか。高齢者福祉の最前  
線で立ち向かう人々の奮闘に迫ります。



タイトル：海からいただく日本のおかず 2  
写真文：阿部 秀樹  
監修：大日本水産会魚食普及推進センター  
出版社：偕成社  
スタッフより：伝統的な日本のおかず、蒲鉾。  
その特徴や種類、歴史、どんな魚介がどう加  
工され、蒲鉾になるのか、また、全国各地の  
地域独自の蒲鉾、さつま揚げのつくり方、料  
理法も紹介します。

### 蔵書点検のおしらせ

蔵書点検のため、以下の期間を特別整理期間とし、休館させていただきます。

日時：令和6年6月10日（月）～6月14日（金）

※返却はブックポストをご利用ください。



〒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 ●5月の休館日：5月27日（月）



# 我が家の アイドル



5月生まれの子ども  
(令和6年4月現在)

	男の子	女の子
1歳	6人	2人
2歳	2人	9人
3歳	9人	7人



いとう ひだか  
**伊藤 陽貴くん**  
1歳 (木造日向)



おさない ひお  
**長内 悠桜ちゃん**  
2歳 (稲垣町繁田)



おさない ゆいか  
**小山内 唯華ちゃん**  
3歳 (豊富町)



きむら のあちゃん  
**木村 のあちゃん**  
2歳 (豊富町)



こさか みお  
**古坂 美桜ちゃん**  
1歳 (柏桑野木田)



さとう ねね  
**佐藤 心音ちゃん**  
2歳 (木造丸山)



たけうち えま  
**竹内 愛菜ちゃん**  
2歳 (木造増田)



なりた あやせ  
**成田 絢生くん**  
1歳 (木造浮巢)



なりた あやと  
**成田 絢斗くん**  
3歳 (木造浮巢)



にいおか さき  
**新岡 咲生ちゃん**  
3歳 (柏上古川)



みかみ たいが  
**三上 大琥くん**  
3歳 (稲垣町下繁田)

## 7月生まれ写真募集中

対象：令和6年7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



みやざき ゆうすけ  
**宮崎 友輔くん**  
3歳 (森田町森田)

広報つがる4月号「我が家のアイドル」で敬称に誤りがございました。正しくは「木村瑠桃ちゃん」です。皆さまにご迷惑をおかけしましたことをおわびするとともに、ここに訂正させていただきます。



きむら ると  
**木村 瑠桃ちゃん**  
1歳 (木造生田)



## 桜が開花しました！

市役所前から木造中学校まで約1kmの県道沿いに植樹した112本の桜が開花しました。末永く後世に残る立派な桜並木になるように大切に育てていきます。

●市の人口と世帯数(令和6年4月25日現在) ・人口 29,126人 (男 13,669人・女 15,457人) ・世帯数13,414世帯

広報つがる 令和6年5月号 No.269 令和6年5月9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。