

# つがる市民診療所内科外来予約制導入について

当所では患者様の診察までの待ち時間が長く、大変ご不便をお掛けしておりますが、**3月末で常勤医師が1名減る**に伴い、**4月1日から**内科外来の診察を予約制とさせていただきますことになりました。

完全予約制ではありませんので、従来どおり予約なしでの診察もお受けいたしますが、「**予約の方優先**」となります。予約なしの方は多少お待ちいただくこともあります。また、各種健診を受診し「**要治療者**」または「**要精密検査**」となった方も予約が必要となります。

予約の受付・変更・キャンセル等については、14:00～16:00の間にご連絡くださるよう、ご理解ご協力をお願いします。

## 【受付時間変更について】(4月1日から)

再来受付 午前**7:30**～11:00 午後12:00～16:00

新患受付 午前8:15～11:00 午後13:00～**15:00**

※**予約以外の診察希望の方は、15:00までの受付**となりますのでご注意ください。

詳細はホームページ (QRコード) をご覧ください。



【問い合わせ先】

つがる市民診療所  
電話42-3111

# ハンセン病元患者のご家族へ

国が、誤った隔離政策により、元患者のご家族の皆さまに多大の苦痛と苦難を強いてきたことを心からお詫びし、その精神的苦痛を慰謝するため、補償金を支給するものです。

このたび、請求期限が令和11年(2029年)11月21日まで延長されました。

秘密は守られますので、まずは、お電話でご相談ください。不安なお気持ちやご質問にも丁寧に答えます。

【問い合わせ先】

厚生労働省補償金相談窓口：03-3595-2262受付時間：10時から16時まで(土日祝日、年末年始を除く)



厚生労働省  
ホームページ

# 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

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

ゴール



漢字熟語しりとりは今月号でいったん休載となります。4月号からは「クロスワードに挑戦!」を連載します。

スタート

卒	業	田	物	語	彙	力
場	式	食	動	湯	足	不
所	有	肉	野	加	減	塩
屋	権	魚	金	塚	雨	梅
子	利	義	援	線	前	小
会	員	主	状	香	理	容
社	交	辞	令	辛	料	師

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感想など。

応募先：〒038-3192 つがる市役所 秘書政策課宛

正解者の中から抽選で5人に「つがるちゃん最中」をプレゼントします。(毎月25日必着)

スタート

正	丹	治	時	代	表	続	語
母	曜	明	不	冬	面	接	学
本	銀	行	方	務	事	仕	力
水	下	地	在	所	紙	吹	期
道	習	右	油	危	用	雪	景
化	冊	募	密	機	案	答	色
師	範	講	性	質	疑	応	影

ゴール

2月号の答えは「冬期講習」でした。50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。

# つがる市立図書館

TSUGARU CITY LIBRARY

## イベント情報

※参加無料、申込不要です。  
※都合により日程・開催場所等が変更になる場合があります。

### えいごでおはなし会

日時：3月22日（土）11時～11時30分  
場所：セミナー・学習室  
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：3月23日（日）14時～14時30分  
4月12日（土）11時～11時30分  
場所：おはなしコーナー  
図書館スタッフが、おすすめの絵本の  
読み聞かせをします。  
※4月よりおはなし会の日時が第2土曜日11時からとなります。

### 郷土学習講座

主催：NPO法人つがる野文庫の会  
日時：4月13日（日）10時30分～11時30分  
テーマ：いろいろな選挙のしくみ～投票へ行こう！！～  
講師：成田 照男 氏（つがる市選挙管理委員会委員長）

## お知らせ

### 【バリアフリー映画上映会】

#### 『映画おしりたんてい さらば愛しき相棒(おしりよ)』

日時：4月5日（土）14時上映開始  
場所：イオンモールつがる柏 2階イオンホール  
定員：20組（40人）  
参加費：無料  
申し込み：3月15日（土）より、図書館カウンター  
またはお電話にて受け付けします。

#### ◆内容◆

人気児童書シリーズ「おしりたんてい」の長編劇場版  
アニメ2作目。  
おしりたんていに絶体絶命の危機が迫る！！10年ぶ  
りに現れた相棒は、敵か？味方か？  
その不敵な微笑みの裏側にあるものとは…

### 【「手軽なつがる」～図書館の本が返せます～】

むらおこし拠点館「フラット」内に返却ボックスを設  
置します！つがる市立図書館の本のみ返却できますの  
で、どうぞご利用ください。  
実施開始日：令和7年3月24日（月）～



## 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：姿勢のゆがみ図鑑  
著：柴 雅仁/林 慧亮  
出版社：小学館

#### ◆内容紹介◆

姿勢のゆがみをこまめにリセットすれば、疲れが抜け、  
見た目の悩みも解消！脚を組む、片脚に体重をかけて  
立つなど、あらゆる日常動作から「ゆがみ」を拾い上  
げ、イラスト化し、リセットする方法を紹介する。



タイトル：すべてを蒸したいせいろレシピ  
著：りよ子  
出版社：Gakken

#### ◆内容紹介◆

お肉も、野菜も、おやつも、切って詰めてせいろで蒸  
すだけ！時間もダイエットも美肌もすべてかなう、せ  
いろを使ったレシピを紹介。



タイトル：ハンバーガーオー  
作：丸山 誠司  
出版社：絵本館

#### ◆内容紹介◆

ハンバーガー屋さんにやってきた、おとうさんとおか  
あさんとぼく。大きく口をあけてハンバーガーを食べ  
ると、ぼくはライオン、おかあさんはトラになっちゃっ  
た。おとうさんは…。



タイトル：親の離婚・再婚子ども法律ガイド  
著：佐藤 香代/池田 清貴/植田 千穂  
絵：まえた たつひこ  
出版社：子どもの未来社

#### ◆内容紹介◆

子どもが知っておけば役立つ離婚・再婚に関わる法律  
を弁護士がわかりやすく解説。子どもの人権や権利に  
についても考える。



〒038-3107 青森県つがる市柏稻盛幾世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 ●3月の休館日：3月31日（月）

