

国民健康保険被保険者の皆さまへ 適切な服薬方法と、特定健診の受診勧奨のお知らせ

市では、望ましくない薬の飲み合わせやもらいすぎなど、服薬方法の改善をおすすめしたい方を抽出して、案内の通知（右図①）を7月下旬以降に送付します。通知が届いた方は薬の処方を受けるときに、医師や薬剤師にこちらをお見せのうえ、ご相談ください。

※医師や薬剤師の指導のもとに現在の服薬方法を最善としている方は、この通知が届いたからといってあえて服薬方法を変える必要はありません。

また、この通知に関して市の委託業者からの電話による服薬指導を実施します。その際には、必ず届いた通知と業者名を確認してからのお返答をお願いします。なお、その業者名をかたる電話への悪用を防ぐため、広報における業者名の公表は差し控させていただきます。

図①見本



【市をかたる不審電話にご注意ください】

通知対象者以外に、市または市の委託業者から服薬指導の電話をかけることはありません。市をかたる悪質な電話の情報が寄せられていますのでご注意ください。

特定健診を受診されていない方に、受診の流れをお知らせする案内ハガキ（下図②）を送付します。ご自身の健康状態を定期的に確認するためにも年1回、特定健診の受診をお願いします。

図②見本(集団健診の例)



つがる市民健康づくりセンターでの集団健診のほか、かかりつけ医での個別健診となります。※すでに受診済みや受診予定の方に届くことがありますがご了承ください。

【問い合わせ先】

国保年金課 電話42-2111
(内線278、282)

市税等の納付
は納期に
お願いします

7月
右記の納期限と
なっています。

固定資産税2期・国民健康保険税1期・後期高齢者医療保険料1期・介護保険料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の納期限です。

納期限および口座振替日は7月31日(木)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

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くだ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 15.5%
・山菜 15.5%
・果物 15.5%
・花 15.5%
・菓子などの加工品

※冷蔵庫を使用しないもの

冷蔵庫を 17.5%
使用する商品

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) その他ご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。

こんにちは！ 地域おこし協力隊です

市に移住し、ヨソモノ・ワカモノの斬新な視点で地域おこしに取り組む隊員たちが、市の魅力や日々の活動などを報告します。

成田 邦治 隊員

こんにちは！つがる市地域おこし協力隊のクニヤン（本名・成田邦治）です。いよいよ私も協力隊の先輩であった健太君・小田川さん・宮田さんに続いて任期3年目のラストイヤー。この春からは協力隊活動の集大成として過去2年間で学んだことを生かし、居住地域である菰樋にて農業研修に取り組んでおります。

朝から晩までトラクターに乗り作業することも少なくありませんが、ここで名古屋時代のサラリーマンとの大きな違いを感じることがあります。

それは【他の方々の仕事が見られる】というところです。名古屋の会社員時代は自分の会社の仕事は見ておりましたが、他社の仕事・作業を見る機会とはほとんどありません。しかし、田んぼでのトラクター作業や畑作業などは周りの方々の作業を毎日のように見ることが出来ます。「あんなやり方あるんだ！」「なんだ？あの作業機は？」「草刈り丁寧だなあ」など研修先以外の方々から学ぶことはとても多いです。

もちろん、私が周りの人の仕事が見えるように私の仕事ぶりも周りの人に見られているということになります。まだまだ農作業機の運転は不慣れな私ですので、田んぼのクロが



田植機で作業中の一枚

壊れていたり、田植えが曲がっていたり、先輩方が目を覆うようなことはたくさんあります。

時には居酒屋でお会いした方に「クニヤン、この前見てたけど代かき早すぎるべー」と指摘いただくこともありました（感謝）。

見た目は少々悪くても時間と愛情をいっばい込めた、愛妻弁当のような米作りを精一杯やっていきたいと思う今日この頃です。

先輩方の美しい田んぼを目指し、つがる市の綺麗な田園風景をしっかりと守っていけるように頑張ります。

さあ、7月に入りましてお祭りイベントも熱くなります。つがる市市制20周年ということでスペシャル企画にも心躍らせワクワクしております。

協力隊最後の夏は熱いお祭りに冷たいビールで満喫して行きたいと思っています！

森田・柏地区 移動販売のご案内

NPO法人元気おたすけ隊では、下記の日程で、森田・柏地区で移動スーパー「あるびょん号」の巡回を開始しました。電話一本でご自宅まで伺いますので、ぜひご利用ください。電話090-3158-6800（電話対応時間：月～金曜日9時～17時）

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前の部 10時～12時	森田 月見野 方面	富岡・下相野 吉野・中田 方面	上相野・栄田 笹木・小中野 方面	姥島・鶴野・岩木 第2岩木 方面	上派立 小和巻 方面
午後の部 13時～15時	勝山・大館 床舞 方面	漆館・猫淵 山田 方面	広須 方面	下町・上古川 下古川 方面	鷺坂・稲盛・玉水 沖蒔・末吉・藤岡 八重崎・幾世 方面

【問い合わせ先】NPO法人元気おたすけ隊（街の駅あるびょん） 電話42-8333
市役所商工労政課 電話42-2111（内線418）

広 告

東北能開大青森校 保護者対象学校説明会

高校生の保護者様に本校の特徴をより深くご理解いただくため、保護者対象の学校説明会を開催いたします。本校の教育実績および進学・就職支援体制、地元学校に進学するメリット、学費・授業料の援助に関することなどご説明いたします。どうぞ、お気軽にご参加ください。

日時：令和7年7月27日（日） 10:00～11:00 参加は下記mailまたはHPで！

場所：東北能開大青森校（青森職業能力開発短期大学校）学務援助課

〒037-0002 五所川原市大字飯詰字狐野171-2 TEL：0173-37-3201

mail：Aomori-college02@jeed.go.jp

