

農・商・工が
手をつないで

つがる市食と産業まつり2025開催！

11月8日(土)・9日(日)各日 10時～15時

(8日(土)9時30分～オープニングセレモニー)

伊藤鉱業アリーナつがる

農商工の連携により地産地消や農産物の高付加価値化を促進し、地域経済の活性化につなげることを目的として、市の「ブランド」・「食」・「産業」が一堂に会した「食と産業まつり」を開催します。

【ブランド部門】 つがるブランド農産物や認定商品の販売・PR

【食部門】 つがる市の食や特産品の販売・PR

【産業部門】 農水産物の販売・PR、工業製品・産業機械等の展示、販売

※その他、ステージイベント、お楽しみ抽選会等イベント盛りだくさん！

【問い合わせ先】 つがる市商工会 電話42-2449



※詳細は、決まり次第市商工会ホームページ(QRコード)でお知らせします。



市・商工会主催

合同セミナー・経営相談会

経営者の高齢化と後継者不在により、地域に必要な事業が廃業せざるを得なくなる「事業承継問題」が深刻化しています。

こうした課題に対応するため、市・商工会・金融機関・21あおもり産業総合支援センターが連携し、事業承継を支援する合同セミナー・経営相談会を開催します。参加無料ですので、お気軽にご参加ください。

▶日時：12月10日(水) 14時～16時 ▶場所：つがる市商工会館(木造若宮16-4)

▶定員：30人 ▶申込方法：右記QRコードまたは電話でお申し込みください。

▶内容：21あおもり産業総合支援センターの事業案内、事業承継の取り組みや事例の紹介、日本政策金融公庫の事業案内、個別相談会(事前予約制・先着順)など
※個別相談会については、必要に応じて別日程で対応いたします。



【問い合わせ先】 市役所商工労政課 電話42-2111(内線418、419) つがる市商工会 電話42-2449

年末調整 基礎控除見直し説明会の開催

五所川原税務署では、年末調整における所得税の基礎控除の見直し等に関する説明会を次のとおり開催します。

開催日	開催時間	会場	定員	事前予約締切日
11月19日(水)	10:00～11:30	鰯ヶ沢町大字舞戸町字北禰181	80人	11月17日(月) 17:00
	13:30～15:00	日本海拠点館1階 冬の広場	80人	
11月20日(木)	10:00～11:30	五所川原市大字唐笠柳字藤巻507-5 五所川原合同庁舎2階 五所川原税務署会議室	50人	11月18日(火) 17:00
	13:30～15:00		50人	
11月21日(金)	10:00～11:30		50人	
	13:30～15:00		50人	

【注意事項】 事前予約制での開催となっていますので参加をご希望の方は、電話でご連絡ください。
また、会場の駐車場には限りがありますので、ご来場の際には公共交通機関等をご利用ください。

【問い合わせ先】 五所川原税務署 法人課税部門 電話34-3279

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。

今月の隊員は

成田 邦治 隊員

こんにちは!地域おこし協力隊のクーニャン(本名:成田邦治)です。名古屋から移住して2年半、3度目のお米作りもここまでのところケガや事故なく無事に作業ができたことに安堵している今日この頃です。まだまだ大豆収穫や来季に向けての田んぼ作業がありますので、引き続き気を引き締めて取り組んでまいります。今回は作物から学んだ2つのことについてお伝えさせていただきます。

1つ目は作物の力強さ。少し早いですが、今年を振り返ってみると夏は猛暑・干ばつ・豪雨という極端な天候に見舞われました。それでも秋まで立派に育ってくれた稲・大豆には本当に感謝しています。厳しい環境下でも自身の成長と子孫を残すという力強さは新規就農を目指す私にとっては見習うべき所を感じざるを得ません。

そしてもう一つは、作物の【素直な成長力】です。今年の農業研修では苗作りから稲刈りまでを一貫して作業しております。各作業ごとに少しでも間違いがあるとしっかりとその間違いが目に見える形で出てきます。苗作りでは少しでも薬の量を間違えばパカ苗がピョンピョン出てきますし、代かき作業が不十分な田んぼでは稲が成長できなかつたり雑草に覆われてしまったり(泣)。生育が悪い田んぼの稲も、追肥を

すると1週間後にはきれいな稲になり、黄金色のお米を実らせてくれました。

今、農業研修をしている菰槌エリアでも周りの農家さんに助けられています。アドバイスはもちろん、草刈り中には通りかかった農家さんが私の田んぼの農道をトラクターモアで刈ってくれるという嬉しいサプライズもありました。

農地だけではなくお祭りや居酒屋で出会った農家さん、妻のインスタグラムを見た農家さんからたくさんのコメントや助言をいただいております。

私が学んだ【酷暑に負けない力強さ】【皆さまのアドバイスを吸収する素直な成長力】そんな作物のような立派な新規就農者になれるよう頑張ってみます。



作物のように成長するぞ!!

CIR Column 国際交流員コラム

「左右逆さまな世界」

近頃、柏あたりで白いボディの軽自動車走っているのを見かけたことはありませんか?それは私の車かもしれません!

アメリカでは16歳の誕生日を迎えるとすぐに免許を取ります。高校の授業には「Driver's Ed」(自動車学校のようなもの)があります。成人式の文化のないアメリカでは免許を取ることが大人になるステップのひとつです。また、アメリカでは道路の左側ではなく右側の車線を走ります。ハンドルも車の左側!当然のことが逆になるので結構大変です!アメリカでは対向車がない場合、赤信号でも右折が可能です。反対に、左折はいろいろルールがあります。

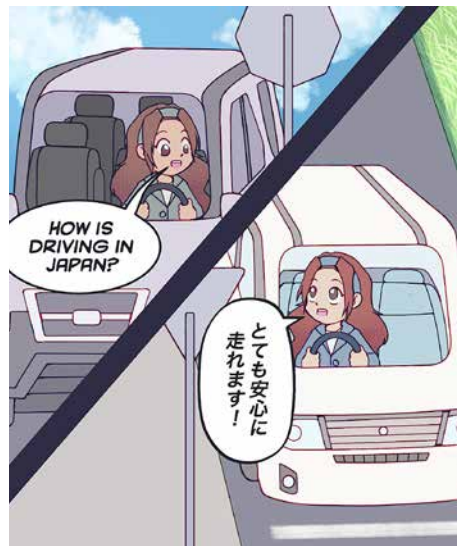
アメリカでは距離も速度もキロメートルではなく「マイル」という単位を使います。だから「km/h」ではなく「mph」です。換算すると1マイルは約1.6キロで、日本の50km/hはアメリカの30mphくらいになります。あと、アメリカには「初心者マーク」がありません!運転を始めたばかりの人でも、それを示す印はないです。高校の運転クラスに通っているときには「Student Driver」(運転手は学生)と書かれたサインが車上についていますが、自家用車には付きません。

私は最近初心者マークを担当者からもらいましたが、マークなしでも日本の運転手のみなさんは優しいです。

ノヴァ・スキッパー

たとえば私が「lead foot(鉄の足)」(急にスピードを出したり止まったりする人のこと)でも、アメリカのように「road rage」(他の運転手の行動に怒って自分も攻撃的な運転になること)にはならないのです。みなさん、ありがとうございます。

私も一人前の運転手になるために頑張ります!



(イラスト:ノヴァ作)

健康推進課から お知らせ

珍 田 大 輔 先生

弘前大学医学部附属病院 光学医療診療部

「ピロリ菌と胃がん」

弘前大学の珍田と申します。つがる市で実施している「胃がん撲滅検診事業」でピロリ菌の検査が受けられることをご存じでしょうか？2013年の開始から5年間、弘前大学と連携してこの事業を行ってまいりました。皆さまの受診のきっかけになればと思います。今回は胃がんとピロリ菌の関係についてお話しします。

胃がんの主な原因は、①ピロリ菌感染②喫煙③塩分の多い食事の3つです。この中でも最も影響が大きいのがピロリ菌で、胃がんの99%はピロリ菌と関連があると言われています。

ピロリ菌の正式名称は「ヘリコバクター・ピロリ」です。通常の菌は胃酸の中では生きられません。ピロリ菌は「ウレアーゼ」という酵素を使って胃酸から自分を守り、胃の中に住みつきます。ピロリ菌は主に5歳くらいまでに感染し、慢性的な胃炎を引き起こし、やがて胃潰瘍や胃がんの原因となるのです。大人になってから新たに感染することはほとんどありません。

日本では3000万～4000万人がピロリ菌に感染していて、毎年13万人が胃がんを発症し、残念ながら4万人が亡くなっています。

青森県の津軽地方、特に日本海側は、全国でも胃がんによる死亡率が高く、ピロリ菌の感染率も全国的に高い地域です。令和元年～5年の全国の胃がんの死亡比（全国平均＝100）に対し、つがる市は男性137.4、女性129.9と非常に高い数値が出ています。

ではピロリ菌はどのように感染するのでしょうか？口から入ることで感染することはわかっていますが、詳しくはわかりません。かつては井戸水や下水などの環境が悪い場合など考えられていましたが、現在では家庭内感染で、特に母から子どもへの感染が最も多いとされています。

そのため、①自分が胃がんにならないため、だけでなく②子どもにピロリ菌を感染させないという「次世代への予防」の観点からも、自分にピロリ菌がいるかどうかを調べるのが大切です。特に子育て世代の方には、ぜひ一度検査を受けることをおすすめします。

もしこれらの検査でピロリ菌の感染が疑われた場合は、まずは医療機関を受診しましょう。内視鏡検査で胃の中にがんがないことを確認した上で、除菌治療を行います。治療は、朝夕2回・1週間の服薬で約8割程度の方が除菌に成功します。除菌が上手くいかなかった場合は、薬を替えて再度治療します。

ピロリ菌が除菌できれば、胃潰瘍や十二指腸潰瘍の再発を防ぐだけでなく、胃がんの発生や再発のリスクは半数～3分の1に減少します。さらに、お子さまへの感染のリスクもなくなることも大きなメリットでもあります。

つがる市の皆さま、自分自身の健康のため、そしてご家族の未来のために、ピロリ菌の検査を是非ご検討ください。

動画広告やSNSから広がる投資・副業詐欺に注意！

1



スマートフォンでSNSを見ていると、「簡単に稼げます」「限定会員を募集中！」などという投資に関する投稿があり、LINEを登録した。

2



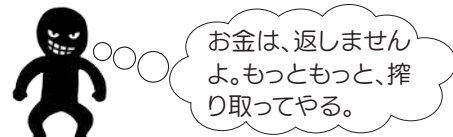
相手の指示に従って送金すると、提供されたアプリ上でさっそく利益が出て、その利益分が返金された。

3



相手から、追加の投資を強く勧められ、相手への送金と追加投資を続けた。

4



出金しようとしたら、相手から「出金には手数料や税金分が必要です。追加で送金してください。」などと言われ、出金できない・・・

相手の指示には従わず、相手にお金を渡す前に、つがる警察署(42-3150)や消費生活センターにすぐ相談！

【問い合わせ先】五所川原市消費生活センター 電話0173-33-1626

または消費者ホットライン「188(いやや)」までご相談ください