



# 広報 つがる

2025

10月号

No. 286



## 節目祝い盛大に

つがる市最大の祭り「馬まつり」が、市制施行20周年を記念し、8月27日から初めて5日間にわたり開催されました。今回は、ふるさと交流都市である千葉県柏市から市立柏高校吹奏楽部が参加し、特別公演や馬ねぶたパレードで祭りを大いに盛り上げました。最終日には暑さを吹き飛ばすような熱気あふれる馬ねぶたパレードが、観客を魅了しました。

# 馬ねぶたパレード

## 馬ねぶた大賞 木造高等学校

メインイベントである「馬ねぶたパレード」では、26団体約2,300人も参加者が集結しました。馬ねぶたと共に、参加者たちは思い思いの仮装に身を包み、趣向を凝らした踊りやパフォーマンスを披露。沿道には大勢の観衆が詰めかけ、威勢のよい掛け声やリズムに合わせて手拍子をしながら、大迫力の行列に魅了されていました。



## 仮装大賞

航空自衛隊車力分屯基地  
馬ねぶた愛好会

## 馬ねぶた製作大賞

范中馬っこ愛好会



さまざまな仮装で沿道の観衆を楽しませました

## 踊り大賞

つがる市職員馬市  
まつり実行委員会

# 馬市まつり 2025



つがる市長賞  
ほなみ馬市会



つがる市議会議長賞  
大畑馬ねぶた愛好会



ベストチーム賞  
木造中学校



市制20周年記念特別賞  
よさこい知求群会 祭組 炎舞隊 with  
森田中・森田小・祭MORIAGE隊



インパクト賞  
つがる市建設業協会



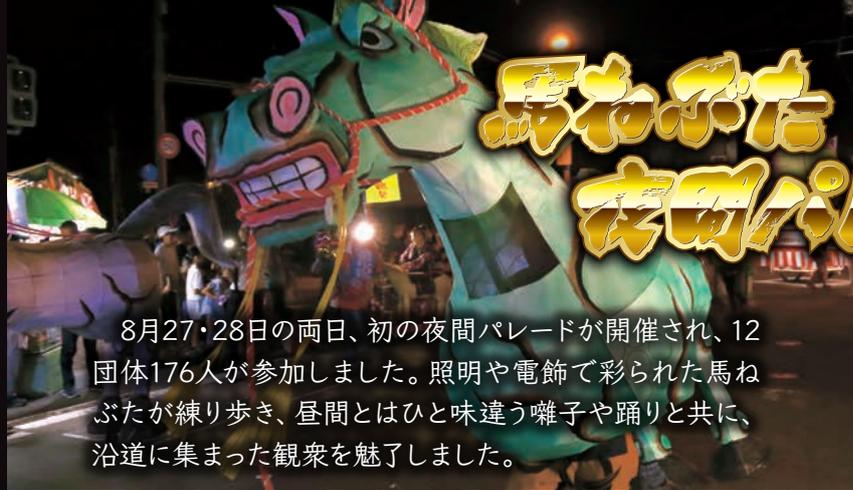
ハッスル賞  
つがる市社会福祉協議会



もつけ賞  
柏中学校



スマイル賞  
西津軽土地改良区



# 馬ねぶた 夜間パレード

8月27・28日の両日、初の夜間パレードが開催され、12団体176人が参加しました。照明や電飾で彩られた馬ねぶたが練り歩き、昼間とはひと味違う囃子や踊りと共に、沿道に集まった観衆を魅了しました。



# 新田火まつり

天に捧ぐ 新田開拓に尽くした  
農耕馬へのレクイエム

馬市まつりのフィナーレを飾った「新田火まつり」では、復活を遂げた縄文荒吐会による太鼓、新田火まつり保存会によるたいまつを手にした幻想的な儀式を行い、新田開発に尽くした農耕馬への感謝の祈りをささげました。クライマックスでは馬ねぶたに火が放たれ、激しい炎に包まれながら天高く昇天する姿を見送りました。



# 響け!「イチカシ」の音色 市制20周年を祝う特別公演



8月30日、市制施行20周年を記念し、ふるさと交流都市である千葉県柏市・市立柏高校吹奏楽部による特別公演が伊藤鉦業アリーナつがるで行われ、市民ら約3000人が来場し、全国トップレベルの演奏に大きな拍手を送りました。

同部は「イチカシ」の愛称で親しまれ、全日本吹奏楽コンクール34回出場、全日本マーチングコンテスト26回出場を誇る名門。海外公演も行うなど幅広く活躍しています。平成27年には合併10周年記念として本市を訪れ、つがる地球村円形劇場や市内各所で圧巻のパフォーマンスを披露し、多くの人を魅了しました。

今回の公演には125人が参加。木造高校吹奏楽部との共演も行われ、会場は大きな盛り上がりを見せました。部長の武藤大門さんは「つがる市の皆さんに会えるのを楽しみにしていた。木造高校の部員と一緒に演奏でき、とても嬉しかった。少しでも交流を深められてよかったです。演奏後に鳴りやまない拍手をいただき、本当に感動した」と笑顔で話しました。

31日の馬ねぶたパレードや新田火まつりにも参加し、祭りを盛り上げました。



迫力ある演奏とダンス



木造高校との共演で深まる音楽の絆



## 緑川 裕 顧問

「10年前の円形劇場ではかなり盛り上がったので、今回は正直プレッシャーを感じていたが、喜んでもらえてほっとした。次回もぜひ演奏したい」



馬ねぶたパレードの先頭を務める



息の合ったマーチングパフォーマンス



## パフェづくりで縄文文化学ぶ



8/17  
松の館

パフェづくりに挑戦する児童

世界文化遺産である田小屋野貝塚についての理解を深めてもらおうと、「おかしあそび考古学研究所」の下島綾美(ヤミラ)さんを講師に迎え、「たごやの貝層パフェづくり」が開催され、児童16人が参加しました。

児童たちは地層や貝層などの説明を受けた後、縄文住居展示資料館カルコの田小屋野貝塚コーナーを見学し、貝層の堆積状況について学びました。

見学を終えた児童は、いよいよパフェづくりに挑戦。クッキーを土器、アーモンドチップをシジミ貝に見立てるなど、お菓子を堆積物に見立てて容器に積み重ね、パフェで貝層を再現しました。

柏小2年の工藤花恵さんは「きれいに作ることができて楽しかった。今の場所が昔は海だったことを知って驚いた」と話し、児童たちはパフェづくりを通じて楽しみながら縄文文化を学びました。

## 大きなメロンに大はしゃぎ 園児が収穫体験

7月14日からダイソーイオンモールつがる柏店の入り口で展示しているプランター栽培のメロンが収穫時期を迎え、車力こども園とかしわあっぶるこども園の年長児15人が、市内の若手メロン生産者4人と一緒に収穫体験を行いました。

この日、イオンモールつがる柏のしゃこちゃんコートには、生産者が丹精こめて育てたメロンの鉢がずらりと並び、園児たちは生産者からの手ほどきを受けながら、真剣な表情でつるをはさみで切り取りました。

栽培した生産者の高橋佑弥さんは「園児たちが楽しそうに収穫していてよかった。今年はサイズが大きく、網目模様もきれいにできた」と話しました。

かしわあっぶるこども園の小枝侑平くんは「つるが固くて切るのが難しかったけど楽しかった」と笑顔で話しました。



8/18  
イオンモール  
つがる柏

生産者と一緒にメロンの収穫に挑戦する園児

## しじみのだしに舌鼓 給食で児童生徒に大好評



8/29  
木造中学校

しじみ汁を堪能する生徒たち

車力漁業協同組合(尾野明彦代表理事組合長)が、地元の特産品を市内の児童生徒たちに知ってもらい、地産地消につなげようと、昨年に続き今年も市にヤマトシジミ122kgを寄贈しました。

寄贈されたシジミは、8月29日から9月10日にかけて市内の全小中学校と森田養護学校の学校給食に活用され、この日、木造中学校(中島谷正史校長)ではしじみ汁として生徒たちに配膳されました。

3年の八木橋輝太さんは「シジミのだしがきいていてもおいしかった。給食で食べることができてうれしい」と話し、しじみ汁は生徒たちから好評で、おかわりがなくなるほどの人気でした。

## 上原げんと杯 高校1年生が栄冠つかむ

第47回上原げんと杯争奪のど自慢大会(上原げんと杯実行委員会主催)が開催され、予選を勝ち抜いた歌手が、集まった聴衆約600人の前で自慢の歌を披露しました。

この日、予選を勝ち抜いた30人による準決勝、上位10人による決勝、さらに決勝上位3人による優勝決定戦が行われました。1、2位が接戦となったため、両者による優勝決定戦が行われ、優勝者が決定しました。

見事優勝に輝いたのは、演歌歌手を目指す弘前市の柴田学園高校1年の武田理粋さん。優勝決定戦では憧れの演歌歌手三山ひろしさんの「お岩木山」を熱唱し、昨年に続く2度目の挑戦で栄冠をつかみました。

武田さんは「高音の音量を一定にできるように練習してきた。歴史ある大会で自分が優勝しているのかという気持ちもあるが、うれしい」と喜びを語りました。



8/30  
松の館

熱唱する武田さん

## 遺跡内で縄文ロマンを体感



9/6  
亀ヶ岡石器  
時代遺跡

勾玉作り体験を楽しむ子どもたち

世界文化遺産登録4周年を記念し「Jomon Fes. 亀ヶ岡遺跡・田小屋野貝塚まつり」(NPO法人つがる縄文の会主催)が開催されました。

会場では、クラフトや飲食マーケットが並び、ステージイベントではもりた保育園の演舞や、縄文文化に魅せられたミュージシャンたちの演奏などが披露され、まつりを盛り上げました。

また、勾玉作りやミニ石斧作りなどの縄文体験コーナーも設けられ、多くの親子連れでにぎわいました。

勾玉作り体験に参加した森田小3年の佐藤旭くんは「石を削るのが難しかったけど、きれいに磨くことができてすごく楽しかった」と笑顔で話しました。

## 5年生が田んぼで稲刈り体験 手作業の大変さを実感

瑞穂小学校(山舘伸太郎校長)の5年生35人が、総合的な学習の時間に、5月に学校田で自分たちが植えた「まっしぐら」の稲刈りを体験しました。

この日、田んぼは前日の雨の影響でぬかるんでいましたが、保護者や地域住民の協力のもと、泥に足を取られながらも、児童たちは楽しそうに稲刈りに取り組んでいました。

稲刈りを体験した伊東珠奈さんは「今は機械でやるけど、手でやるとこんなに大変だとわかった。コメはおにぎりにして食べたい」と話しました。

刈り取った稲は、調理実習で使用するほか、学校創立20周年記念式典で来場者に配布される予定です。



9/8  
瑞穂小学校

自分たちで刈り取った稲を協力して運ぶ児童たち

# 市制施行20周年記念映画「じっちゃ!」ついに完成!

2025

10/17(金)より

—その後全国各地へ—

青森県  
先行公開  
決定!!

昨年つがる市内で撮影!

小・中・高校生含む市民300人以上がエキストラで出演!



中村静香・小野武彦  
脚本・監督 千村利光



「じっちゃは、ここ、つがる市で生きていた」—  
2人が見つけた、自分の“ふるさと”

## STORY

四季折々の青森・つがる市の風景を舞台に、東京からIターン移住した孫娘と、市内でメロン農家を営む祖父の絆を描くヒューマンコメディ「じっちゃ!」。

田園風景、馬市まつり、岩木山、木造駅など、つがる市内の風物、名所を随所に盛り込んでいる。生まれ育った土地だけが故郷ではない。故郷を離れた者、故郷を持たぬ者、そこに住み続ける者、観る人すべての“望郷の思い”を呼び起こすハートフルストーリーがここに誕生。

◆上映劇場◆ 上映時間はホームページ、または新聞の映画欄でご確認ください。

つがる市	シネマヴィレッジ8・イオン柏	電話 0173-27-5500
弘前市	イオンシネマ弘前	電話 0172-26-1113
青森市	イオンシネマ新青森	電話 017-718-4026
	青森松竹アムゼ	電話 017-731-1177
	シネマディクト	電話 017-722-2068
おいらせ町	TOHOシネマズおいらせ下田	電話 050-6868-5014
10/31(金)より	東京 池袋シネマ・ロサ	電話 03-3986-3713

【問い合わせ先】つがる市フィルムコミッション(つがる市商工会内) 電話42-2449



ホームページはこちら



Xはこちら

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/



## サッカーDream事業 柏レイソルの協力で実現

千葉県  
柏市

8月9日から11日までの3日間、ふるさと交流都市である千葉県柏市を訪問し、サッカーDream事業を開催しました。これは、柏市を拠点とするサッカーJリーグ所属クラブ「柏レイソル」の協力により実現したもので、市内の小学4～6年生15人が参加。柏市で活動する同年代のクラブチームとの合同練習や日立柏スタジアムでの試合観戦など、普段の競技経験だけでは得られない貴重な体験を通じて、大きな夢に向けてレベルアップを図りました。



柏レイソルを応援する参加者



柏市クラブチーム(左)につがるちゃんグッズを手渡す参加者



三協フロンテア柏スタジアムで記念撮影

### 白老町との交流事業 津波警報により初日で中止

7月30日から8月1日にかけて、市内の小学5年生29人が、姉妹都市である北海道白老町を訪問する予定でした。

毎年行われている姉妹都市交流事業ですが、初日にカムチャツカ半島で発生した地震に伴い津波警報が発令され、子どもたちの安全を第一に判断し、やむなく中止することとなりました。

## 守ろう! 豊かな海と漁場の恵み

9月6日、つがるオフショアエナジー合同会社の主催で出来島海水浴場において清掃活動が行われました。地域住民を含む35人が参加し、地域貢献の一環として海の環境保護に取り組みました。

この活動は、海の豊かさを守り、漁場を将来にわたって保全することを目的としています。海に流れ込むごみの多くは、不適切に処理されたものが川を通じて海に達し、海洋ごみとなります。こうしたごみは環境を汚染し、海の生き物に深刻な影響を与えています。

私たち一人ひとりがごみを捨てず、正しく処理する意識を持つことが、海の未来を守る大切な一歩となります。

【問い合わせ先】 エネルギー政策課 電話42-2111(内線357)



市税等の納付  
は納期内に  
お願いします

10月は  
右記の納期限と  
なっています。

市・県民税3期、国民健康保険税4期、後期高齢者医療保険料4期、介護保険料4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の納期限です。

納期限および口座振替日は10月31日(金)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)

# 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)
森田第2若緑団地 森田町上相野若緑50	2戸	平成12	木造平屋2連戸 2LDK	○	○	浄化槽	18,100～ 41,400
第2月見野丘団地 森田町森田駒ヶ淵30-19	1戸	平成6	木造平屋2連戸 2LDK	×	×	浄化槽	17,800～ 34,900
鶴野団地 柏桑野木田浅井35-4	1戸	平成4	木造2階建8連戸 3DK	○	×	下水道	19,200～ 37,600
沼館(特公賃)団地 稲垣町沼崎幾世川16-1	1戸	平成7	木造2階1戸建 4LDK	○	○	下水道	40,000～ 70,000

※全ての物件に浴室、浴槽、給湯器および灯油タンクあり。

※森田第2若緑団地は、給湯設備等を改修したため、令和8年4月から月約4,000円～7,000円程度家賃が上がります。

募集期間	10月21日(火)～10月28日(火) 8時30分～17時15分(閉庁日を除く) 入居は11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歳以上の高齢者または1LDKの住宅に入居を希望する者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・単身世帯は月額15万8千円以下、裁量世帯(*)は月額21万4千円以下、特公賃は月額15万8千円以上48万7千円以下) 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し込みはできません) 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世帯
必要な書類等	①入居希望申請書(用紙は市役所建築住宅課窓口に設置。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6年度所得証明書 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カ月分の敷金と連帯保証人2人(税滞納のない方で所得のある方)が必要となります。
その他	市営住宅では、いかなる理由があっても犬、猫、鳥などのペットの飼育、一時預かり、餌付けを禁止しています。(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るため)

【問い合わせ先】 建築住宅課 電話42-2111 (内線382、383、386)

広 告

お問合せはお気軽に!

## 社員・スタッフ募集

\\ 未経験者OK \\

～友達同士でもOK～

まとめ内職も募集  
初めての方大歓迎

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

農作業やお子さんの行事等はお休みOK!

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

## 塗替え予定のお客様必見!

屋根・外壁「よみがえり」計画を!

下塗り強化  
がっちりガード

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、こう配のある  
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。  
ご連絡先 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

## 令和7年度つがる市防災訓練

本訓練は、大雨による岩木川の氾濫を想定し、住民の参加のもと関係機関が連携し、迅速かつ的確に対応できる防災体制の確立と「自助」「共助」を基本とする避難行動を習得し、市民の防災意識の高揚を図るものです。

▼日時：10月19日(日)9時～11時35分

▼場所：柏小学校ほか

▼参加団体等

柏地区自治会(下町、上派立、小和巻、かしわニュータウン)、つがる警察署、航空自衛隊車力分屯基地ほか

▼訓練項目：(1)情報伝達訓練(2)住民避難訓練(3)避難所運営訓練(4)防災ヘリによる要救助者吊り上げ訓練(5)炊き出し訓練(6)給水訓練(7)心肺蘇生(AED)・煙体験ハウス体験

## 県民みんなで「防災チャレンジ」

県では、10月29日(水)から11月12日(水)までの期間を「あおり防災ウィーク」と定め、県民一斉の訓練や防災に関する取り組みを呼びかけています。

市では、「津波防災の日(11月5日)」午前10時の防災行政用無線の訓練放送を合図に、自宅、職場などにおいて、頭などを落下物から守るシェイクアウト訓練(身体保護訓練)を実施しますのでご参加ください。

あわせて、災害時に備えた飲料水や食料などの備蓄品の準備・確認も行いましょう。



あおり防災  
チャレンジ

【問い合わせ先】防災危機管理課 電話42-2111(内線342)

## ご存じですか？ 地震による火災の多くは「電気」が原因です。

東日本大震災では、地震で発生した火災の半数以上が電気に関わるものでした。揺れで壊れた電気機器や、停電からの復旧時に出火するケースが多く見られます。



### 東日本大震災における火災発生原因

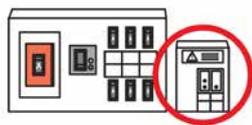


※日本火災学会誌  
「2011年東日本大震災 火災等調査報告書」より作成

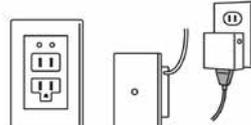
### 主な感震ブレーカーの種類



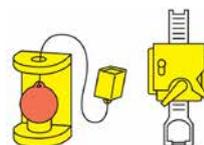
分電盤タイプ(内蔵型)



分電盤タイプ(後付型)



コンセントタイプ



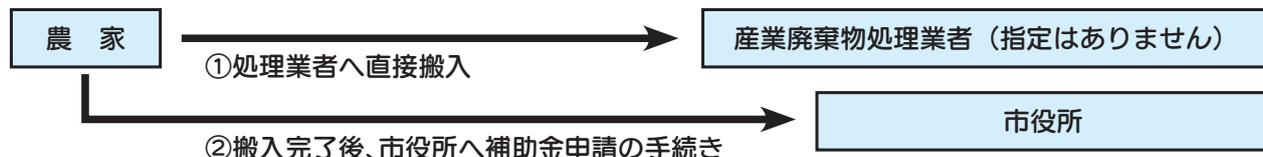
簡易タイプ

10月20日(月)～27日(月)まで秋の火災予防運動が実施されます。  
この機会に、「感震ブレーカー」を設置しましょう。

【問い合わせ先】市消防本部予防課 電話42-7744

## 農業用廃プラスチック処理費用の一部を補助します

業者により処理できる種類や料金等が異なりますので、事前に詳細を業者にご確認の上、搬入してください。



市補助金について（処理業者で処理する場合に限り）

- 補助金額** つがる市内の業者：処理金額（税抜き）×1/4以内の金額  
 西北地域管内の業者（つがる市内の業者を除く）：処理金額（税抜き）×1/3以内の金額  
 西北地域管外の業者：処理金額（税抜き）×1/2以内の金額
- 受付期間** 11月4日（火）～11月14日（金）※閉庁日を除く。  
 受け付けできる領収書は、4月1日から11月14日までの間に処理したものに限り。
- 受付場所** 農林水産課
- 必要書類** マニフェスト・領収書等業者から受け取った書類一式、認め印、補助金を受ける方の通帳  
 ※廃プラスチックを運搬する場合は、「産業廃棄物収集運搬車・搬入車氏名」を記載したものを車両の両側面に貼り付けた上で運搬してください。詳しくは農林水産課へお問い合わせください。

【問い合わせ先】農林水産課 電話42-2111（内線422）

## 農地基本台帳登録証明書の交付をご希望の方へ

農業用軽油引取税免税証交付申請に必要な「農地基本台帳登録証明書」の交付申請を随時受け付けています。法人等は法人印等を、共同申請の場合は「免税軽油共同使用者証」を、同一世帯以外の申請は「免税軽油使用者証」を持参し、農業委員会（市役所3階）までお越しください。

※使用者証がない場合や共同使用者証の名義と農業委員会の経営主が異なる場合は、委任状を提出してください。

農作業のうち基幹的な作業（専ら機械を使用して行われるもの）をすべて受託している農家で、免税措置を受ける方は、「農作業受委託契約書」と法人等は法人印等を持参して申請してください。

手数料は1人分300円です。稲垣出張所、車力出張所、つがる出張所でも以下のとおり受け付けています。

場 所	受 付 日 時	備 考
稲垣出張所	10月27日（月）9時30分～15時30分	「耕作（農作業受委託）証明」は交付できません。
車力出張所 （つがる市北消防署2階）	10月28日（火）9時30分～15時30分	
つがる出張所 （イオンモールつがる柏内）	毎日（※12月29日～1月3日は除く） 10時～19時	「共同の場合の台帳登録証明書」と「耕作（農作業受委託）証明」は交付できません。

【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）

## つがる市読書まつり

日時：10月26日（日）10時～12時  
 場所：市立図書館内セミナー学習室

### ◆おすすめ本貸出コーナー

皆さんから、誰かに読んでほしい一番好きな1冊を募集し、メッセージカードを添えて紹介します。お家で楽しく読んでください！市立図書館の本の貸出期間は2週間、貸出冊数は1人5冊までです。

### ◆無料ブックコーティング

あなたの大切な本をコーティングします。※1人1冊まで。

### ◆手作り絵本（無料）

世界にひとつだけの絵本を作ってみませんか。※先着20人、5歳以下は保護者同伴。

### ◆古本市

保存期間が過ぎた本を無料で差し上げます。

【問い合わせ先】社会教育スポーツ課 電話49-1200



# 第21回 つがる市総合文化祭 10月25日(土)・26日(日)

**舞台公演部門** 会場：松の館ホール

25日(土)	26日(日)
9時30分 開会行事	9時30分 稲垣レクダンスサークル
9時50分 つがる宝生会(謡曲)	10時30分 木造民謡愛好会
10時30分 つがる逍遥会(日舞)	11時30分 野の花会(日舞)
11時30分 レディース・つがる	12時20分 昼食・休憩
12時20分 昼食・休憩	13時00分 木造高校OB吹奏楽団フレンドリー
13時00分 コーラス 華	14時00分 マーメイド歌の会
14時00分 木造カラオケ教室	15時00分 稲垣歌謡クラブ
15時10分 コーラス 薔の会	15時50分 閉会行事



**発表部門** 会場：松の館2階和室

◆茶道 25日(土)・26日(日)10時～15時 表千家茶道稲垣サークル

**舞台公演部門** 25日(土)開会行事終了後～16時、26日(日)9時～16時

①会場：松の館1階ロビー ◆絵画 木造チャールズ会  
2階視聴覚室 ◆華道 浅草遠州一濤流一濤会

②会場：木造体育センター

- ◆写真 つがる写真クラブ・木造フォト遊
- ◆書道 書の会玉華・車力書道会・双龍書道会・清影書道会
- ◆絵画 つがる市稲垣木版画サークル
- ◆手工芸 つがるこよりの会・さくらファーム
- ◆盆栽 つがる市盆栽会

**行政相談コーナー**

25日(土)・26日(日)10時～14時 松の館1階ロビー つがる市行政相談委員

**【問い合わせ先】**

つがる市総合文化祭実行委員会 川嶋 電話090-8781-7486 尾野 電話090-7561-1544



# 第21回 つがる市伝統芸能保存フェスタ

市内各地で保存・継承されている伝統芸能が一堂に会し披露されます。特別出演は、つがる市を拠点に様々なイベントで活躍している「よさこい知求群会」が出演しますので、この機会にぜひお楽しみください。

▼日時：11月1日(土)開場13時、開演13時30分

▼場所：松の館 交流ホール

**【問い合わせ先】**

文化財課 電話49-1194



弥三郎節保存会

広 告

毎月第3水曜日は特売日

うちのタンク 10年以上使ってるけど...

点検 灯油抜き取り・洗浄 交換・設置3時間で(販売) 既設タンクの撤去(処分)

ホーム **灯油タンクの点検から設置まで 私たちに、おまかせください!**

でんき・ガス・灯油・住まいのサービスなら...  
ミライフ東日本株式会社 北つがる店  
五所川原市広田字柳沼90-3 ☎0120-17-2440  
営業時間 平日 9:00～17:00(夏季・冬季休業日を除く) 資料番号 5054

広 告

STIHL 刈払機下取りキャンペーン中!  
壊れていても他社製品でもどんな刈払機でも3,000円～下取り

**(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

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	鱒ヶ沢町大字舞戸町字北禿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	50人	11月18日(火) 17:00
	13:30～15:00		50人	
11月21日(金)	10:00～11:30	五所川原税務署会議室	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ンヤン(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ててくれた稲・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バ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もたくさん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ぬ!

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。

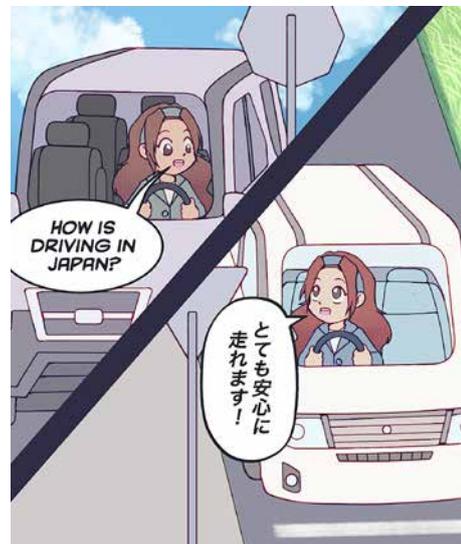
アメリカでは距離も速度もキロメートルではなく「マイル」という単位を使います。だから「km/h」ではなく「mph」です。換算すると1マイルは約1.6キロで、日本の50km/hはアメリカの30mphくらいになります。あと、アメリカには「初心者マーク」がありません!運転を始めたばかりの人でも、それを示す印はないです。高校の運転クラスに通っているときには「Student Driver」(運転手は学生)と書かれたサインが車上についていますが、自家用車には付きません。

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)

## 「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



## 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：11/26(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：11/14(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：11/4(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：11/19(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：11/21(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)



## 献血にご協力ください

あなたの献血が、誰かの生きる力になります。

- ▼日時：11/9(日) 10時～12時、13時半～16時
- ▼場所：イオンモールつがる柏  
ご協力いただいた方には粗品を差し上げます。

# 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、**災害やクマの目撃情報**などをより迅速に市民にお届けするほか、**ごみ分別検索機能**を利用できる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願います。



つがる市役所 42-2111 (代表)

〒038-3192 つがる市木造若緑61-1



## ねんきんネットから 国民年金保険料の納付

国民年金保険料の納付状況確認や電子納付は、「ねんきんネット」をご利用ください。クレジットカードやPay-easyで、いつでもどこでも手軽に支払いが可能です。過去の納付記録も確認でき、家計管理にも役立ちます。ぜひご利用ください。

### 11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：11/27(木)10時～16時
- ▼場所：市役所2階相談室

☎ 弘前年金事務所  
☎0172-27-1339



## 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。

予約は、10/23(木)までに電話で申し込みください。

臨時窓口：10/26(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)



## プレママパパ& 子育て相談

妊産婦さんやパートナー、お子さんや子育て中の方を対象に各種相談を受け付けています。心配や不安に感じていること、どこに相談したらよいか分からないことなどありましたら、遠慮なくご連絡ください。相談日以外でも、随時相談をお受けしています。ご希望の日がありましたらご連絡ください。家庭訪問や公共施設での面談も可能です。

詳細は、市ホームページ(QRコード)をご覧ください。



- ▼栄養相談：10/21(火)、11/4(火)、10(月) 各日9時半～15時
- ▼助産師相談：10/29(水) 9時半～11時半
- ▼子ども・子育て家庭相談：10/28(火)、11/6(木) 各日9時半～16時
- ▼場所：市役所1階相談コーナー または和室
- ▼申し込み：希望日の前日までに子育て健康課へ電話でお申し込みください。

☎ 子育て健康課(内線300、308)

## 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 15.5%  
・果物 15.5%  
・山菜 15.5%  
・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。



## 「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：10/17(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：回想法、つどい
  - ▼運営：認知症の人と家族の会
- 問** 家族の会世話人 秋田谷  
☎ 090-3648-4322

### かしわ「オレンジカフェ」

- ▼日時：10/31(金)10時45分～13時半
- ▼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：地域交流会(お祭り風)
- ▼参加費：お一人100円(お菓子や飲み物代として)

- 問** つがる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



## すずらんの会 自死遺族のつどい

「すずらんの会」は、身近な人や大切な人を自死で亡くされた方がつどい、思いを語り合う場です。周りの人には言えなかったことを、一人で抱え込まずに話してみませんか？

他の人のお話を聞くだけの参加でも大丈夫です。

- ▼日時：11/11(火)13時半～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。

- 問** 健康推進課(市民健康づくりセンター内)☎23-4311



## 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。

今年度まだ教室に参加されたことのない方を優先します。今年度初めての方は申込開始日前から申し込むことができます。

- ▼日時：10/23(木)13時半～14時半
- ▼場所：市民健康づくりセンター
- ▼定員：20人(先着順)
- ▼申込開始：10/16(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)

- 問** 健康推進課(市民健康づくりセンター内)☎23-4311



## エクササイズ教室

運動指導員の先生と一緒に運動してみませんか。

「軽め」「普通」「強め」の3つの強度でさまざまなエクササイズ運動を実施します。

- ▼日時：**強め**10/20(月)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

- 問** 健康推進課(市民健康づくりセンター内)☎23-4311



## トレーニンググループで健康づくり教室(初回指導)

トレーニンググループ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、トレーニンググループで運動実践できます。

- ▼日時：11/13(木)13時～15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。
- ※詳細は市ホームページをご覧ください。

- 問** 健康推進課(市民健康づくりセンター内)☎23-4311



## 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：10/24(金)10時～15時
- ▼場所：市民健康づくりセンター 指導室
- ▼申し込み：前日までに電話でお申し込みください。

- 問** 健康推進課(市民健康づくりセンター内)☎23-4311



## 労働相談会

個々の労働者と事業主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、青森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：●10/19(日)、26(日)、11/16(日) 10時～12時

●11/4(火) 13時半～15時半

▼場所：●10/19(日) ユートリー(八戸市一番町1-9-22)

●10/26(日)、11/4(火)、16(日) 青森県労働委員会(青森市新町二丁目2番11号)

▼対象：県内の労働者、事業主

▼申し込み：電話にて予約を受け付けています。(事前予約優先)

問 青森県労働委員会事務局  
☎017-734-9832



## 寄せ植え教室

四季折々の草花を使い、秋の寄せ植えに挑戦します。植え方、飾り方、育て方等を、講師が分かりやすく指導します。

▼日時：10/24(金)14時～15時半(受け付け13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

▼講師：グリーンコーディネーター 桜庭 るみ子 氏

▼持ち物：エプロン、ゴム手袋、雑巾、持ち帰り用の袋。

▼申し込み：電話で森田公民館へお申し込みください。

▼申込期限：10/20(月)まで

問 森田公民館 ☎26-2566



## 浄化槽は 正しく使いましょう

浄化槽は、微生物の働きで、台所や風呂、洗濯などの生活排水やトイレの排水を浄化する装置です。正しく維持管理をしないと、本来の機能が発揮できず、川や海などの水質を悪化させる原因となります。

浄化槽の維持管理は、次の3点が法律で義務付けられています。

①定期的な保守点検(年に3～4回)

②年1回以上の清掃

③浄化機能が十分に発揮されているか確認するための水質検査(使用開始後1回とその後年1回)

また、浄化槽の使用開始時や廃止時、所有者の変更時などには、県への届け出等が必要です。

問 法定検査は一般社団法人 青森県浄化槽検査センター

☎017-726-9500

届け出等は弘前環境管理事務所

☎0172-31-1900



## 食育推進 「第3回料理教室」 参加者募集!

▼メニュー：えびとしば漬けの彩りちらし、ピーマンと長芋の甘酢和え、きゅうりのQちゃん、かんたんロールケーキ

▼日時：11/14(金)9時～13時(受け付け8時45分)

▼場所：松の館 調理室

▼参加料：1人500円(当日徴収)

▼対象：つがる市内在住の方

▼定員：16人(先着順)

▼申込期限：10/31(金)までに電話でお申し込みください。

▼主催：つがる市食育推進応援隊

▼持ち物：三角巾、エプロン、手拭き布巾

問 農林水産課(内線422)



## 許しません! 不正軽油

不正軽油の製造、販売および使用等は脱税行為であり、罰則として10年以下の拘禁刑や3億円以下の罰金に処せられます。また、不正軽油は適正な納税秩序を阻害するだけではなく、環境破壊の原因にもなる悪質な行為です。不正軽油に関する情報提供をお願いします。

▼不正軽油に関する情報例：

○夜間や早朝に不審なタンクローリーが頻繁に出入りしている。

○軽油と他の油種(灯油、重油)を混ぜて使用・販売している。

○著しく安価な軽油を売り込みにきた。

○自動車の燃料に灯油や重油を使用している。

問 西北県税事務所課税課

☎34-2111(内線207)



## 米国関税対策 ワンストップ ポータル

経済産業省では、米国関税対策ワンストップポータルサイト(QRコード)を設け、「米国関税について知りたい」、「将来の資金繰りが心配」など、米国関税の影響が懸念される事業者の皆さまに対し、お悩み別の相談窓口先や支援策、その他関連サイトをワンストップでご案内していますので、ご参照ください。

問 経済産業省 製造産業局総務課

☎03-3501-1511



## 広告

現地確認 見積り無料 屋根・外壁の塗り替え

屋根塗装 屋根の葺き替え  
外壁塗装 外壁の張り替え

前田昭仁(写真左)

●一般建設業 青森県知事許可(般-29)第400424号 ◆ホームページはGoogle

屋根、外壁リフォーム専門店

アートリフォーム(株)

五所川原市七ツ館51-29

電話は今すぐ、こちらから

0173-33-4713

お電話は担当 前田まで「増改築相談員がいるお店」



## 広告

一級塗装 技能士のお店



三栄塗装工業(有)

●一般建設業 県知事許可(般-27)第017671号 ●五所川原塗装工業会会員  
●日本塗装技術研究会会員 <https://nittogiken.net>

屋根・外壁塗装は お任せください!

その他何でも ご相談ください

▶鉄骨・階段塗装  
▶木部塗装  
▶ペランダ防水

お見積り・現地調査 無料!

三栄塗装工業 Instagram

まずはお気軽にご相談ください!  
0173-42-3818



つがる市木造林宮津12番地3



## 10月は「ピンク リボン月間」です

乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の重要性を伝える10月のピンクリボン月間に合わせて、市内各所をピンク色にライトアップします。

乳がん検診は、**40歳以上の女性が対象で2年に1回**(前年度受診していない方)です。乳がんは早期では自覚症状はほとんどありません。日頃からセルフチェックを行い、40歳になったら2年に1度の乳がん検診が早期発見につながります。

ぜひ検診をご検討ください。

**問 健康推進課(市民健康づくりセンター内) ☎23-4311**



## 公共職業訓練募集

### Webクリエイター養成科 【WEBデザイン資格】

Webページの制作に欠かせない知識、Webの企画、制作、デザインの基本操作、Web構築に係る専門的な知識、技法を習得し、PCやWebを活用したさまざまな業務に対応する能力を習得する訓練コースです。

▼募集期限：10/20(月)正午まで

▼訓練期間：11/4(火)～3/3(火)

▼訓練場所：ラソ・パソコン教室  
(五所川原市姥苅船橋238-3)

▼定員：20人

▼申し込み：ハローワークまたはハローワークヤングプラザ(45歳未満の方)に受講申込等応募書類を提出してください。

▼受講料：無料(テキスト代税込み19,000円、資格取得に関する受験料は自己負担)

**問 ラソ・パソコン教室  
☎26-6861**



## メンタルヘルス講座

### テーマ

「精神障がい者の家族支援について～心を病むとはどういうことなのか～」

こころの病気をもつ方のご家族が、病気の理解や支援について学び、思いを共有する場所です。今回は、当事者とのように関わると良いのかを学びます。

次回は12月に「親亡き後の生活」についてです。講師に質問できる時間をたくさん設ける予定です。

▼講師：川添 郁夫 氏  
(青森中央学院大学看護学部准教授)

▼日時：11/18(火)14時～15時  
(受け付け13時半)

▼場所：市民健康づくりセンター

▼対象：精神疾患を持つ方のご家族(精神疾患当事者の方は参加の対象となりません)。

▼定員：20人

▼申し込み：11/17(月)までに電話でお申し込みください。

※当日知り得た個人情報、決して口外しないようお願いいたします。

**問 健康推進課(市民健康づくりセンター内) ☎23-4311**



## 納税作品展示会

市内小中学生による納税作品の展示会を開催します。

▼日時：11/15(土)11時～18時、  
16(日)10時～18時

※15(土)10時半～表彰式

▼場所：イオンモールつがる柏  
2階イオンホール

▼展示作品：習字、作文

**問 つがる市納税貯蓄組合連合会  
事務局(収納課内 内線229)**



## 健康づくり講座

### テーマ

「血圧について」

講師には、現在青森県健康医療福祉部長としてご活躍されるとともに、県内で診療にも従事されている守川義信先生をお迎えします。

血圧についての正しい知識を深めることで、すでに治療をされている方も、まだ治療が必要か悩んでいる方も、これからの健康管理に役立てていただける内容となっています。

これからのご自身の健康のために、お話を聞きに来てみませんか？

☆講座前には、健康測定機器での健康チェックや、減塩試供品の提供も予定しています。

▼日時：11/4(火)14時～15時半  
(受け付け13時)

▼場所：市民健康づくりセンター

▼対象：つがる市内在住の方

▼定員：60人

▼申し込み：10/28(火)までに電話または予約サイト

(QRコード)でお申し込みください。

※元気・健康ポイントの抽選対象事業です。

**問 健康推進課(市民健康づくりセンター内) ☎23-4311**



## 10月は「里親月間」です 里親制度個別相談会

自分の家庭に迎え入れ養育する「里親」になってくれる方を求めています。希望者には制度や申請手続きについて詳しく説明しますので、ご相談ください。

▼日時：11/9(日)13時～15時

▼場所：つがる市立図書館

**問 里親支援センター弘前  
☎0172-31-6010**

## 広 告

行きます

## 商工会は経営に関する`総合相談窓口、です

聞きます

経理・税務・労務はもちろん、事業計画策定支援・事業承継支援・創業支援のほか販路開拓など支援メニューは多種多様。専門家派遣制度を活用した無料相談も可能です。商工会に加入することで人的ネットワークが広がりにビジネスチャンスも拡大します。

提案します

会員の皆様には経営に関する各種情報を提供しています

ただいま『**会員募集中**』

つがる市商工会 電話42-2449 E-mail k-shokou@sweet.ocn.ne.jp

## つがる市カード会からのお知らせ

つがる市カード会は、設立当初の目的が達成されたこと、また購買行動の変化などにより令和7年9月30日をもって解散いたしました。これまでのご愛顧に心から感謝申し上げます。

※満点カードの交換は令和7年8月31日で終了しております。



## シニア世代男性限定 「俺たちの男塾」

地域包括支援センターでは、男性の外出や社会参加を目的に「俺たちの男塾」を開催します。

第1回・第2回はそば打ちの体験です。「普段は料理しないけど、そば打ちには興味がある」「一度でいいからやってみたい」という方、ぜひこの機会に参加してみませんか？

▼日時：第1回11/11(火)、第2回25(火)各日10時～13時

▼場所：川倉ふれあいセンター(五所川原市金木町川倉米出100-1)※申し込み時に送迎(社協各支所発着)を希望する方はお知らせください。

▼内容：そば打ち体験

▼持ち物：エプロン・三角巾等(ない方にはお貸しします)

▼対象：つがる市内在住の方でおおむね65歳以上の男性

▼定員：20人(先着順)

▼参加費：800円(食材費)

▼申し込み：前日までに電話、またはメールでお申し込みください。

問 つがる市地域包括支援センター  
つがる市稲垣町豊川宮川42-3  
稲垣老人福祉センター内  
☎69-7117 FAX 46-3340  
メールtsushihoukatsu@iris.ocn.ne.jp



## ひろみちお兄さんの 「親子体操全国大会」

お子さんも、お母さん・お父さんも、みんなでたのしめる!

NHK「おかあさんといっしょ」第10代体操のお兄さん「佐藤弘道」先生直伝の体操です。

▼日時：11月24日(月・祝)  
10時半～12時

▼場所：青森県武道館

▼内容：親子が協力または競い合いながら体を動かし、心と体の健康度を上げる体操(運動)教室です。

▼対象：青森県内在住の未就学児(3～6歳)とその保護者

▼定員：200組

▼料金：親子1組1,000円、追加申し込み1人500円(保険代込み)

▼申し込み：11月7日(金)までに、申込フォーム(QRコード)、メール、FAXまたは郵送でお申し込みください。

問 県医師会健やか力推進センター

☎017-763-5590

FAX 017-763-5591

メール sukoyaka-kensyu2@lily.ocn.ne.jp



## 借金に関する 相談窓口

相談員が借金の状況等を伺い、必要に応じて、弁護士等に引き継ぎを行います。秘密厳守・無料です。

▼受付時間：(月)～(金)※祝日・年末年始を除く

8時半～12時、13時～16時半

▼専用電話：017-774-6488

問 東北財務局青森財務事務所  
理財課☎017-722-1463



## 歌の祭典開催

今回は5回目の節目として、来場される皆さんに感謝の気持ちを込めて、さまざまな催しを行います。

県内各地から総勢21人の歌い手のほか、「ツル多はげます会」もイベントを盛り上げます。ぜひ会場にお越しください。

▼日時：10月26日(日)

開演12時(開場11時から)

▼場所：牛瀧公民館

▼料金：無料

問 牛瀧公民館  
☎56-2143



## 西北五広域 福祉事務組合 職員募集

職員採用試験(令和8年4月1日採用)を次のとおり行います。詳細等については組合ホームページをご覧ください。

▼募集職種：●行政職1人(一般事務)●福祉職2人程度(障がい児支援)

▼身分：地方公務員(一部事務組合職員)

▼受験資格：平成8年4月2日以降に生まれた方(詳細はホームページ参照)

▼試験日：12月14日(日)

▼試験内容：教養試験・適応性検査・論文試験・面接試験

▼受付期間：10月20日(月)～11月28日(金)まで

問 西北五広域福祉事務組合事務局  
☎26-3100

## 広 告

MUSBELL

うちの子も **結婚** できました!

独身のお子様の結婚相談

まずはお気軽にご連絡ください!

マル適マークCMS取得 ムスベル株式会社  
結婚相談所 ムスベル盛岡

盛岡市茶畑1-17-10 さんさビル7階

019-613-5013

営業時間:10時～19時 定休日:第2・第4水曜日

## 【お詫びと訂正】

「広報つがる9月号(No.285)」24ページの「我が家のアイドル」に一部誤りがありました。正しくは、以下のとおりです。

ご迷惑をお掛けしたことを深くお詫びするとともに、訂正させていただきます。

●訂正箇所：

(誤)工藤 夕菜ちゃん (正)工藤 えま 咲菜ちゃん

# AMからFMへ RABラジオAM放送休止のお知らせ

市と地域防災パートナーシップ協定を結んでいる青森放送では、令和8年1月からAM放送の運用を休止し、FM放送とインターネットラジオ「radiko(ラジコ)」を通じて、青森放送のラジオ番組を県内全域にお届けします。

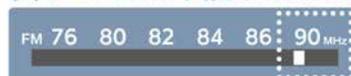
## 青森放送のFMが聴取可能なラジオ

青森放送のFM放送は、「ワイドFM」と呼ばれる90MHzを超える周波数帯で送信されておりワイドFM対応の受信機が必要です。また、アナログテレビの音声を受信できる一部のラジオでも聴取が可能です。各メーカーから「ワイドFM対応」と明記されたラジオやカーオーディオなどが販売されていますので、購入時の目安としてご確認ください。

○ワイドFMが受信できます



×ワイドFMが受信できません



## 津軽地域カバーエリア



青森・弘前地区  
91.7MHz

## Radikoアプリダウンロード

AppStore  
はこちら



GooglePlay  
はこちら



## 【問い合わせ先】

RAB青森放送問い合わせフォーム  
(QRコード)

青森放送



電話 017-752-8402(専用ダイヤル)  
受付時間 11時~12時、13時~16時  
(平日)

# クロスワードに挑戦!

タテとヨコの問題を解いて、AからFの文字を並べて言葉を作ってみよう!

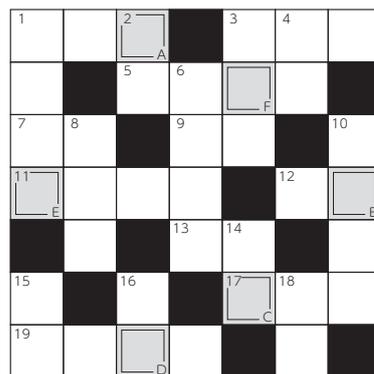
**ヒント** 亀ヶ岡遺跡で出土された遮光器土偶の愛称

### 【タテの問題】

- 秋の味覚の一つ。ハロウィンの飾りにも使われます
- 料理のさしすせその「し」
- アキアカネ、オニヤンマ、ギンヤンマ
- 津軽弁で「そうです」
- 物事が一時にどっと集中すること、通勤\_\_、帰省\_\_
- 文系⇄\_\_
- 耳に装着して音楽などを聞くための器具
- 酒が飲めない人
- 事の成り行きが予想外であるさま、どういふ\_\_の吹き返し
- 1,000円の\_\_割引は200円
- 別名うさぎうま

### 【ヨコの問題】

- 鳥獣からの被害を防ぐために田畑に立てる人形
- パンやパスタなどの食品をはさむ道具
- チューリップや風車などで有名な国。首都はアムステルダム
- \_\_、歴史、公民
- 1\_\_=約3.31㎡
- 少しの努力や援助では効果がないこと、\_\_に水
- 巧みな言い回し、言葉の\_\_
- お湯や熱い食べ物から立ちのぼる白くみえる煙
- 「:」
- 「at」や「in」など名詞や代名詞の前に置く品詞



**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を必ずご記入ください。

**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「トマトジュース のんでみへんが!」をプレゼントします。(毎月25日必着)



9月号の答えは「ナガイモ」でした。60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。



## 大賞受賞 馬市まつり ～馬ねぶたパレード～

今年のつがる市馬市まつりは、市制施行20周年という節目を記念し、例年の3日間開催からさらに拡大し、8月27日から31日の5日間で実施されました。そして、まつり最終日の31日、馬ねぶたパレードに本校も参加しました。

例年は1・2年生の参加でしたが、今年は3年生も加わり全校生徒で祭りを盛り上げました。吹奏楽部を先頭に、つがる市役所交差点から向陽小学校交差点までの直線約900mのコース!1・2年生の流し踊りは、夏休みの講習後に、先輩が後輩へ振り付けを教えました。3年生は手乗り馬ねぶたを観客に配りました。とても喜んでもらいましたが、数に限りがあったためゲットできた人はとてもラッキーです!

また、手持ち馬ねぶたも制作しました。この制作にあたっては、馬ねぶたパレードを盛り上げるために「何かないか!」という思いで生徒が考えたものです。津軽藩ねぶた村(弘前市)で、金魚ねぶたの作成方法も学んだ上で完成しました。地域の話題・人気になることも期待しています。



手持ち馬ねぶた



手乗り馬ねぶた



圧巻のパフォーマンスで観衆を魅了

## 第12回 メロンスイカ つがる市フェスティバル

8月2日(土)、「第12回メロンスイカフェスティバル」がイオンモールつがる柏で開催され、JRC部がボランティアで参加しました。



つがるちゃんと一緒に記念撮影



開店前にスイーツコーナーで準備する生徒たち



接客も頑張っています

担当したスイーツコーナーでは開始1時間ほどで完売するほどの大盛況で、生徒たちは開店前の準備や、元気いっぱいの接客で来場者を笑顔にしていました。

# つがる市立図書館

TSUGARU CITY LIBRARY

## イベント

※参加無料・申込不要

※都合により日程・開催場所等が変更になる場合あり

### おはなしひろば 【つがる市読み聞かせ隊】

日 時：10月19日(日)11時～11時30分

11月16日(日)11時～11時30分

場 所：セミナー・学習室

### えいごでおはなし会 【ALT(外国語指導助手)】

日 時：10月25日(土)11時～11時30分

場 所：おはなしコーナー

### おはなし会 【図書館スタッフ】

日 時：11月8日(土)11時～11時30分

場 所：おはなしコーナー

### 郷土学習講座

主 催：NPO法人つがる野文庫の会

日 時：11月9日(日)10時30分～11時30分

テーマ：つがる市柏農産物直売所のあ・れ・こ・れ…!!

講 師：成田 洋 氏(つがる市農産物直売所  
じょっぱりり合会社代表)

## お知らせ

### 事前申込

#### ◆放送大学公開講演会

日 時：11月15日(土)

13時30分～15時(開場13時)

演 題：「家庭・学校でできる  
応急処置の基礎と実践」

講 師：清水 真由美 氏  
(弘前大学教育学部  
教育保健講座 助教)

場 所：セミナー・学習室

定 員：先着20名

申 込：カウンターまたは電話にて、  
10月10日(金)より受付開始

参加者の方には、ケガ、やけど、骨折、脱臼、熱中症等の  
応急処置について、処置の根拠を学んでもらい、その  
根拠に基づいて考えながら実践を試みてもらいます。

## 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



タイトル：ちくわファンクラブ

著：藤井 恵

出版社：誠文堂新光社

#### ◆内容紹介◆

安価で魚のたんぱく質がとれ、ローカロリー。加工品  
なので調理も簡単。肉や魚の代用品としても使えるち  
くわ。そのちくわを使ったレシピを多数紹介します。



タイトル：新お金の基本

監 修：杉山 敏啓

出版社：新星出版社

#### ◆内容紹介◆

お金の知識を基本的なところから学びたい人のため  
の入門書。お金の基礎知識から、税金・社会保険・年金、  
お金を上手に稼ぐ・貯める・増やす方法、生命保険・損  
害保険までを、イラストを活用して解説する。



タイトル：99%が運!? 絶滅しなかった  
生きもののヒミツ

監 修：今泉 忠明

絵：赤澤 英子、イケウチ リリー、  
ぬまがさ ワタリ、鳥居 志帆

出版社：ナツメ社

#### ◆内容紹介◆

厳しい生存競争と自然淘汰、大量絶滅に負けず今日  
まで生きのびているたくましい生きものたちを、イラ  
ストや4コマまんがを交えて楽しく紹介します。



タイトル：ぎょうれつのできる  
サンドイッチやさん

さ く：ふくざわ ゆみこ

出版社：教育画劇

#### ◆内容紹介◆

カピバラさんは、ぐうぐう山へ冒険に行く子猫のココ  
に、冒険にぴったりな4つのサンドイッチを作りました。  
サンドイッチの中身は…?  
ぎょうれつのできるおいしいえほんシリーズ。



〒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 ●閉館時間：10時～20時 ●10月の休館日：10月27日(月)





つがる市

# 社協からののお知らせ

令和7年10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 Eメール:tsugarushakyo@tea.ocn.ne.jp 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7年11月12日(水)  
12月10日(水) <毎月第2水曜日>

時 間：14：00～17：00

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地域支援課（電話42-4660）

## 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を開催しています。  
○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も13：30までとなります。

11月		対象地区
5日(水)	19日(水)	木造地区・越水地区・出来島地区
6日(木)	20日(木)	館岡地区・川除地区
7日(金)	21日(金)	出精地区・柴田地区
12月		対象地区
3日(水)	17日(水)	木造地区・越水地区・出来島地区
4日(木)	18日(木)	館岡地区・川除地区
5日(金)	19日(金)	出精地区・柴田地区

【場 所】しゃこちゃん温泉  
【問合せ先】つがる市社会福祉協議会  
地域支援課(電話42-4660)

## 第21回 つがる市社会福祉大会のお知らせ

◇期 日 11月8日(土) 10:30～14:30

◇場 所 つがる市生涯学習交流センター「松の館」

### — 大会日程 —

1階 多目的ホール

- 10:00 受付
- 10:30 開会
  - ・オープニングセレモニー
  - いなほ保育園園児によるお遊戯
- 10:45 第1部「福祉の作文」
  - ・瑞穂小学校 ・森田小学校
  - ・柏小学校 ・稲垣小学校
  - ・車力小学校 ・稲垣中学校
- 11:15 第2部「式典」
  - 福祉功労及び援助者への表彰状・感謝状の授与
- 13:00 第3部「チャリティー芸能ショー」
  - つがる市内の個人・団体による発表
- 14:30 閉会

### ★各種イベントコーナー(予定)★

1階ロビー

- ・ボランティア推進校活動紹介
- ・福祉機器の展示、福祉相談
- ・地域ナースによる健康チェック(血圧測定)

旧制木造中学校講堂・屋外(10:30～)

- ・災害・防災用品の展示
- ・リサイクル品コーナー
- ・出店コーナー
- ・つがるおもちゃ病院  
(受付時間10:30～13:00)
- ・ゲームコーナー

☆入場無料!!

つがる市民の方なら、  
どなたでも参加できます

【大会事務局】つがる市社会福祉協議会(電話42-4886)

※このページは有料掲載になっています。

# 我が家の アイドル



10月生まれの子ども  
(令和7年9月現在)

	男の子	女の子
1歳	7人	1人
2歳	5人	4人
3歳	7人	5人



くどう せな  
**工藤 汐凧ちゃん**  
2歳 (柏広須)



くどう らいく  
**工藤 徠駆くん**  
2歳 (柏上古川)



くろ たき りゅうじ  
**黒滝 龍治くん**  
1歳 (稲垣町繁田)



しろ と い より  
**白戸 泉由くん**  
2歳 (木造末広)



たか はし すい  
**高橋 翠くん**  
3歳 (木造善積)



と き く らん  
**土岐 紅蘭ちゃん**  
3歳 (柏桑野木田)



との さき れい さ  
**外崎 礼紗ちゃん**  
3歳 (森田町中田)



なり た す い  
**成田 珠唯くん**  
1歳 (柏上古川)



にい おか あや せ  
**新岡 綺慳くん**  
3歳 (木造出来島)



まき の あると  
**牧野 歩音くん**  
3歳 (柏下古川)

## 12月生まれ写真募集中

**対象** 令和7年12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



## 100歳を迎えた 幸齢者

「何でもよく食べ、よく寝ること」  
〈長生きの秘訣〉



工藤

定一さん

大正14年9月生  
(柏広須)

## 姉妹都市協会ねぶた 市役所ロビーに展示中

10月31日(金)まで

※期間変更の場合あり



馬ねぶたパレードに参加した、カシワニ(千葉県柏市)、白老牛(北海道白老町)、チェスポロー号(アメリカメン州バス市)を題材にしたねぶたを展示しています。市役所にお越しの際はぜひご覧ください。