



《主な内容》

- ▽まちなりの取組 第3回町民アイデア会議
- ▽まちなりのわだい 鱒中生が全国・東北大会での活躍を誓う ほか
- ▽いきいき情報 QOL健診を開催 ほか

《今月の表紙》

令和5年度20歳を祝う式典
詳細はまちなりのわだいをご覧ください



整備された本町エリアを一日楽しむには？ 第3回町民アイデア会議

広報あじがさわ8月号では、町が取り組んでいる「鯨ヶ沢町にぎわい創出プロジェクト」について紹介しました。

これは、旧役場庁舎や旧消防庁舎周辺（以降、本町エリア）の使用されていない土地や建物の有効活用を町民一体で考えるものであり、そこに町特有の景観や歴史・文化、食材を融合させ、鯨ヶ沢地区や町全体に賑わいを創出するプロジェクトです。

その一環で行われている「町民アイデア会議」は、多くの町民の方々から本町エリアの将来像について、アイデアや意見を聞くワークショップです。

今月号では、7月に実施した「第3回町民アイデア会議」の様子をお知らせします。

第3回町民アイデア会議

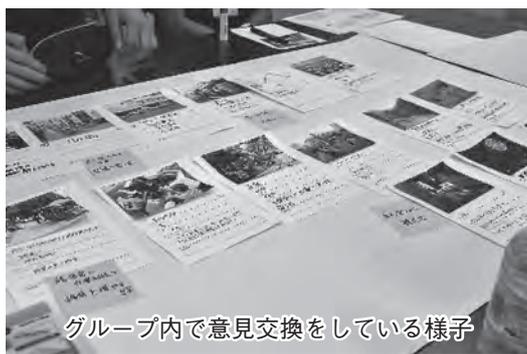
7月20日、町中央公民館で開催された「第3回町民アイデア会議」には、20名が参加

しました。

今年度初の開催となる本会議では、これまでの町民アイデア会議で出されたアイデアを基に、グループごとに写真やイラストを使って本町エリアを一日楽しむモデルプランを作成するワークショップを実施しました。

参加者から発表されたモデルプランの中には、遠方から訪れた観光客と地域の人との交流を取り入れたものや、町の歴史や文化などを体験できるツアーを組み込んだものが見られました。

また、家族での時間を楽しめる空間や、観光客だけでなく、町民の皆さまにとっても



グループ内で意見交換をしている様子

居心地の良い場所などの案も挙げられていました。

さらに、全てのモデルプランに共通して、釣りや海辺でのバーベキューなど、海に關係する活動が盛り込まれていました。

次回以降の町民アイデア会議では、本町エリアのどこに何があって、誰がどのように活用していくのかを掘り下げていきます。

その際は、さらに多くの町民の方々のご参加をお待ちしています。初めての方でもお気軽にご参加ください。

閏政策推進課
地域経営戦略班(03338)



グループ発表の様子



20歳を迎えた皆さん おめでとうございます

代表挨拶をする外崎さん



8月12日、「令和5年度鯿ヶ沢町20歳を祝う式典」が山村開発センターで開催され、参加した40名が20歳としての決意を新たにしました。式典では、平田町長が「鯿ヶ沢町に生まれたプライドを持って町づくりに参画してほしい」と参加者を激励しました。続いて、秋田県立大学に通う外崎嗣也さんが「感謝の気持ちを忘れず、誰かを支えられるよう頑張りたい」とこれからの抱負を述べました。

式典終了後には伊勢ヶ濱部屋・楯山親方（元幕内・誉富士）による記念講演が行われ、20歳を迎えた若者にエールを送りました。

20歳を迎え、笑顔あふれる参加者



ハチチポーズで記念撮影



旧友と20歳の思い出作り



鯿ヶ沢中学校の恩師を囲んで





弘前白神リトルシニアの選手ら

弘前白神リトルシニアが奮闘を決意！

7月11日、弘前白神リトルシニア（斉藤きよ子会長）に所属する鱈ヶ沢中学校の生徒5名が、7月23日から愛知県を主会場に行われる第14回林和男旗杯野球大会への出場報告のため町役場を訪れました。これは、6月3日から山形県を主会場に行われた第47回日本リトルシニア野球選手権東北大会で好成績を収めたことによるものです。

阿彦教育長が「たとえ苦しい場面にあったとしても逆境を狙って最後まで諦めずに戦ってほしい」と選手を激励すると、主将の豊沢羅央君（鱈ヶ沢中3年）は「2019年に行われた同大会3位の成績を上回るつもりで、これまでの練習の成果を発揮して試合に挑みたい」と抱負を述べました。

【弘前白神リトルシニア】（町内選手のみ、写真左から）山下翔之介（鱈ヶ沢中1年）、浅利圭吾（鱈ヶ沢中3年）、豊沢羅央（鱈ヶ沢中3年）、今 獅龍（鱈ヶ沢中3年）、佐藤叶都（鱈ヶ沢中1年）

東北大会出場者

第55回東北中学校水泳競技大会

（日程：8月6日～8日／開催地：福島県郡山市）

男子100mバタフライ、男子200mバタフライ

小野 祥平（3年）

男子400m個人メドレー

新谷 緋彩（2年）

女子800m自由形、女子100m背泳ぎ

岩谷あかり（3年）

女子200mバタフライ

木村 瑠花（3年）

第44回東北中学校陸上競技大会

（日程：8月8日～10日／開催地：岩手県盛岡市）

3年男子100m 神 爽志（3年）

共通男子4×100mリレー

工藤 弘靖（3年）、神 爽志（3年）

福井 蒼汰（2年）、境谷 徠希（2年）

第44回東北中学校相撲競技大会

（日程：8月8日～10日／開催地：岩手県八幡平市）

3年個人 小笠原広祐（3年）

全国大会出場者

第65回小学生・中学生全国空手道選手権大会

（日程：8月5日～6日／開催地：福岡県福岡市）

中学2年女子 形、組手 石田 美蓮（2年）

第34回全国都道府県中学生相撲選手権大会

（日程：8月6日／開催地：東京両国国技館）

第53回全国中学校相撲選手権大会

（日程：8月18日～19日／開催地：高知県高知市）

個人無差別級 小笠原広祐（3年）

第50回全国中学校陸上競技大会

（日程：8月22日～25日／開催地：愛媛県松山市）

3年男子200m 神 爽志（3年）

全国大会、東北大会での活躍を誓う

鱈ヶ沢中学校表敬訪問

7月21日、鱈ヶ沢中学校（相馬治校長）の生徒10名が、8月に行われる全国中学校体育大会および東北中学校体育大会などへの出場報告のため町役場を訪れました。生徒は、7月中旬に行われた青森県中学校体育大会などで好成績を収め全国大会、東北大会への切符を手に入れました。

加藤副町長は「毎日積み重ねてきたことが結果として出たのだと思う。自分の力を発揮して結果を残せるよう応援します」と激励しました。

相撲競技個人で3連覇がかかる東北大会と全国大会に出場する小笠原広祐君は「体格差のある選手にも怯むことなく、立ち合いから相手の懐に入る攻めの姿勢で優勝してきます」と意気込みを語ってくれました。



全国大会、東北大会での活躍を期待しています

《お詫びと訂正》広報あじがさわ8月号に以下の誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。

◆訂正箇所：まちのわだい つがるにしきた農業協同組合代表理事組合長名 【正】山中 満春 【誤】澁谷 勝志



多くの保護者が見守る中持てる力を出し切りました



最後まで勝利を諦めずに立ち向かっていきました

はっけよ〜い、のこった! 舞戸小校内相撲大会

7月19日、舞戸小学校（三橋豊校長）で全校児童による校内相撲大会が行われ、児童が熱戦を繰り広げました。

開会式では、昨年度優勝した加藤大惺君（6年）が「力を出し切り正々堂々と戦います」と選手宣誓をしました。

取組は、学年ごと、男女別のトーナメント戦で、男子は屋外の相撲場、女子は体育館で行いました。土俵で粘り攻勢に転じる児童や、重心を低くして投げられないように耐える児童など、全校児童が実力を惜しみなく発揮し、懸命に取り組んでいました。

1年男子の部で優勝した加藤大明君は「優勝できて嬉しい。相手がどう攻めてくるのか考えたり、兄弟と練習したりした。来年も優勝したい」と話し、5年女子の部で優勝した神心菜さんは「4年生まで優勝できずに悔しい思いをしてきた。体幹を鍛える努力を続けてきたかいがあった」と喜びをあらわにしました。

また、開催にあたり、町相撲協会のほか、五所川原農林高校相撲部の生徒が審判員を務めたり、児童のまわしをつけるなど大会運営に協力しました。

大会結果（各学年男女優勝者のみ）

1年	男子 加藤大明 女子 木村莉奈	4年	男子 磯辺寛仁 女子 長谷川 怜
2年	男子 安田奏飛 女子 木村 花	5年	男子 千田仁之亮 女子 神 心 菜
3年	男子 岡田勇矢 女子 相馬美姫愛	6年	男子 加藤大惺 女子 神 星 名

第76回市町村対抗県民体育大会(町村の部) 町選手団が大健闘!

第76回市町村対抗青森県民体育大会が7月22・23日、29・30日に上北地域を主会場に開催されました。

町選手団は6競技に出場し、相撲競技での準優勝をはじめ、陸上競技や水泳競技では総合3位に入賞するなど、各選手の健闘が光りました。

競技の主な成績 ※○数字が順位

町村の部 総合14位

相撲競技 準優勝

陸上競技 総合3位

男子▽100m A①奥口歩夢▽同C③川口知希▽400mリレーD②▽走り幅跳びC①佐藤英樹▽砲丸投げA①千田凌
女子▽100m B②神ゆかり▽走り幅跳びB③神ゆかり▽砲丸投げB③千田京子

水泳競技 総合3位

男子▽30歳未満100m自由形③秋元快晴▽同50mバタフライ③秋元快晴▽同200mリレー②▽同200mメドレーリレー②▽30歳以上50m自由形①神裕司（大会新）、②今健太▽同50mバタフライ②今健太▽同50m平泳ぎ①神裕司（大会新）▽60歳以上200mリレー②▽同200mメドレーリレー②▽70歳以上50m自由形①小沼憲行、③成田文昭▽同50m背泳ぎ①小沼憲行▽同50m平泳ぎ①成田文昭

女子▽30歳未満50m自由形①田中葵、③神あすか▽同50m背泳ぎ②神あすか、③田中葵▽同200mリレー②（大会新）▽同200mメドレーリレー①（大会新）▽30歳以上100m自由形②長内一恵▽同50mバタフライ②長内一恵▽50歳以上50m自由形①神小百合▽同50m平泳ぎ②神小百合▽同200mリレー①▽同200mメドレーリレー①▽60歳以上50m平泳ぎ①川野弘子▽70歳以上50m自由形①佐藤留美子



水泳競技に参加した選手ら



船をバックに記念写真

大きな船にびっくり！西海小児童が津軽港を見学

7月19日、西海小学校（川浪久和校長）の2学年12名が津軽港を見学しました。これは深浦町で陸上風車の建設を進め、津軽港を利用している合同会社グリーンパワー深浦の協力のもと行われたもので、児童たちは風車の仕組みやどうやってエネルギーが作られるかなどを学びました。

当日の津軽港は、大型トレーラーや風車部材が並んでいたほか、大型船舶も停泊しており、間近で見た児童たちは「大きくてすごい」とびっくりした様子でした。

今みな実さんは、「エネルギーの大切さを知った。風車の羽根を触らせもらって楽しかった」と話していました。

久慈市民が郷土の歴史を学ぶ

7月27日、岩手県久慈市から19名が町を訪れ、光信公の館などを見学しました。これは、久慈市中央市民センター主催の成人教育事業によるもので、当時の様子について学ぶことで歴史文化に対する関心の形成を目的としています。

参加者は光信公が眠る御廟所前で御霊に手を合わせた後、町教育委員会の中田書矢総括学芸員の説明を聞きながら館内を巡り、光信公の功績に思いを馳せていました。参加者の1人は「光信公出立の理由を知りたくて参加した」と話し、展示品に興味深げに見つめていました。



御廟所前で説明を聞く参加者



願行寺で古館顕彰住職の歴史話に耳を傾ける参加者

教職員ふるさと研修会を実施

7月31日、町教育委員会は「教職員の鱒ヶ沢ふるさと研修会」を開催し、町内小中学校の教職員14名が町の歴史を学びました。これは、赴任して間もない教職員を対象に毎年行われているもので、町の歴史や文化などを学び、町への理解を深めるとともに教職員としての資質を高めることを目的としています。

今年は「鱒ヶ沢・歴史と文学の散歩道」をテーマに行われ、参加者は中田書矢総括学芸員の解説を聞きながら天童山公園や鱒ヶ沢甚句碑などを見て回りました。

舞戸小学校の木村浩二教頭は「常に変化している鱒ヶ沢町の新しい一面を知った」と関心を寄せていました。

新任ALTにジョナサン・グレイバー・カルヴィンさん

このたび、鱒ヶ沢中学校などで英語の授業を補助する外国語指導助手（ALT）に、ジョナサン・グレイバー・カルヴィンさんが新たに着任しました。

ジョナサンさんは、アメリカ合衆国カンザス州出身で、ウィチタ州大学卒業後、コミュニティ・カレッジで日本語を専攻。「町で日本語を学びながら、子どもたちに日本語と英語の似ているところなどを教えていきたい」と意欲を燃やしていました。また、楽器演奏が趣味のジョナサンさんは「三味線にチャレンジしてみたい」と話し、平田町長は「色々挑戦してゆっくり町のことを知ってほしい」と激励していました。



町長に着任の挨拶をするジョナサンさん（左）

鯨高通信

○鯨ヶ沢甚句流し踊り

7月8日、中央公民館から鯨ヶ沢駅までの約1・5kmの区間で流し踊りを実施しました。今年度も昨年度と同様に、西海小学校と舞戸小学校の5・6年生と鯨ヶ沢中学校の3年生、町の「無形文化財保存会」の方々を加えた総勢約230人での合同実施となりました。



「はまなちゃん」と記念撮影

流し踊り当日、中央公民館に集合した生徒たちは、保護者や保存会の方々と

に手伝ってもらいながら浴衣に着替え、法被姿の小・中学生と合流しました。生徒たちは本校80周年のマスコットキャラクターである「はまなちゃん」のねぶた前で記念撮影をした後に開会式に臨み、流し踊りに出発しました。パレードは、町長ら町三役を先導に出発し、沿道にいる観客の皆さまからの励ましの声援、拍手をいただき、大いに盛り上がりました。例年より気温が高く、暑さによる体調不良が心配されましたが、道中で給水を数回行い、無事に踊り通すことができました。



鯨ヶ沢甚句流し踊り

今回の合同実施にあたり、給水所設置のための場所の提供など、関係各所の皆さまのご協力をいただきました。紙面からではありませんが、厚くお礼を申し上げます。

○町内清掃ボランティア

7月21日、1学期終業式の前に全校で町内清掃ボランティアを実施しました。学校からはまなす公園まで学年ごとに3つのコースに分かれごみを拾いました。本格的な観光シーズンを迎える前に、多くの観光客が訪れる海岸沿いの道路を中心にごみ拾いをしました。途中、「ご苦労様」とわざわざ車を停めて声を掛けてくださる方もいて、とても暑かったのですが、爽やかな気分でごみ拾いをすることができました。



ごみ拾いの後に記念撮影

○学校運営協議会を設置

このたび、鯨ヶ沢高校では「学校運営協議会」を設置しました。協議会では学校や保護者が、地域の皆さまと共に知恵を出し合い、学校運営に意見を反映させることで、生徒たちの豊かな成長を支え「地域とともにある学校づくり」を進めていきます。

◇委員

- ・阿彦 正弘(鯨ヶ沢町教育委員会 教育長)
- ・相馬 治(鯨ヶ沢町立鯨ヶ沢中学校 校長)
- ・杉澤 廉晴(鯨ヶ沢町観光協会 会長)
- ・鎌田 守(鯨ヶ沢町スポーツ協会 会長)
- ・三上 竹久(鯨ヶ沢町 政策推進課 課長)
- ・長谷川 誠(元鯨ヶ沢高等学校父母と教師の会 会長)
- ・高橋 俊一(鯨ヶ沢高等学校父母と教師の会 会長)
- ・川浪 泰浩(青森県立鯨ヶ沢高等学校 校長)

～鯨ヶ沢高校行事予定～ (9月)

- ・9月2日(土) PTA研修旅行
- ・9月12日(火)～13日(水) インターンシップ(2学年)
- ・9月15日(金) ボランティア活動・炊事
- ・9月19日(火) 加工体験研修会

青森県立鯨ヶ沢高等学校 [☎72-2106]
HP : <http://www.ajigasawa-h.asn.ed.jp/>

毎月1日は「あじがさわ健康の日」

9月のテーマ「食育」

食育ピクトグラム

食育の取組を子どもから大人まで誰にでもわかりやすく発信するため、表現を単純化した絵文字です。全部で12個あり、それぞれに意味があります。

<p>1 みんなで楽しく食べよう</p>  <p>共食</p>	<p>2 朝ごはんを食べよう</p>  <p>朝食欠食の改善</p>	<p>3 バランスよく食べよう</p>  <p>栄養バランスの良い食事</p>	<p>4 太りすぎないやせすぎない</p>  <p>生活習慣病の予防</p>	<p>5 よくかんで食べよう</p>  <p>歯や口腔の健康</p>	<p>6 手を洗おう</p>  <p>食の安全</p>
<p>7 災害にそなえよう</p>  <p>災害への備え</p>	<p>8 食べ残しをなくそう</p>  <p>環境への配慮</p>	<p>9 産地を応援しよう</p>  <p>地産地消など</p>	<p>10 食・農の体験をしよう</p>  <p>農林漁業体験</p>	<p>11 和食文化を伝えよう</p>  <p>日本の食文化の継承</p>	<p>12 食育を推進しよう</p>  <p>食育の推進</p>

健康的な生活を送るためには食育は欠かせません。幼い頃から少しずつ身につけていくと、スムーズに取り入れられます。しかし「大人になってからでは遅いのか」というわけではありません。一人でも多くの人が健全な食生活を送るためにも、食育ピクトグラムを活用して広めていきましょう。

9月は健康増進普及月間

健康増進普及月間統一標語

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ ～健康寿命の延伸～



健診(検診)の申込み受付中です!

総合健診と婦人検診の申込みを現在受付中です。申込みがまだお済みでない方は、お早めに申込書(水色の八ガキ)または電話でぜひお申込みください!



区分	日程	場所	内容
総合健診	9月9日(土)～9月17日(日) 10月13日(金)～10月16日(月)	山村開発センター	特定健診(健康診査)、 胃がん検診、大腸がん検診、 肺がん検診
婦人検診	9月10日(日)・11日(月) 10月13日(金)・14日(土)	山村開発センター	子宮頸がん検診、 乳がん検診

※健診(検診)の詳細内容については、7月上旬に各ご家庭に配布したチラシまたは町のホームページをご覧ください。

五所川原保健所 こころの健康相談

9月14日(木) 13:00～14:00 電話 0173-34-2108 (要予約)

9月10日～16日は自殺予防週間



【9月の乳幼児健診日程】

健診	健診日 [受付時間]	場所	対象	持ち物
乳児健診	9月28日(木) [13:00~13:20]	中央公民館 2階和室	3か月児：令和5年 5月生まれ 6か月児：令和5年 3月生まれ 10か月児：令和4年11月生まれ	母子健康手帳 バスタオル

2時間で詳細結果をフィードバック！QOL健診を開催

QOL健診は弘前大学が開発した「楽しく、その場で結果が分かり、健康の知識が得られる」新しい健診です。当日は「メタボ」「ロコモ」「口腔保健」「心の健康」の4テーマを総合的に検査します。(詳しくは、広報あじがさわ8月号をご覧ください。)

【日時】 12月6日(水) 10:00~12:00

検査は結果説明も含めて2時間程度です。

【場所】 山村開発センター、中央公民館

【内容】

〈検査〉

体組成、血圧、内臓脂肪、野菜摂取量、骨密度、握力、立ち上がり、2ステップ、唾液、尿、血液

(血液検査は健康診断などの結果を利用します。)

〈健康教育〉

健診結果の見方、健康づくりのヒントをお伝えします。

【参加条件】

- ・原則、40歳以上70歳未満の鱒ヶ沢町民
 - ・要支援・要介護認定などを受けていない方
 - ・令和5年度の特健健診結果を10月中に提出できる方
- 町の総合健診を予定されている方は、9月中の受診をお願いします。
- ・健診当日、全検査項目計測可能な方

【申込方法】

QOL健診は事前予約制です。来庁または電話にてお申し込みください。

申込先：ほけん福祉課 健康推進班 (☎145)

申込期間：9月20日(水)～9月29日(金)

QOL健診をお申込みの際は、「氏名」「生年月日」をお知らせください。

後日、申込に必要な書類をお送りします。

QOL健診の流れ

9月29日(金)までに
ほけん福祉課 健康推進班に
申込む

10月20日(金)までに
健康調査票を記入し、健診結果の
写しを添えて健康推進班
に提出する

12月6日(水)の朝
採尿容器で尿を採取する
採尿容器をもって山村開発セ
ンターへ

結核予防週間

9/24 (日)～
9/30 (土)

結核は、『昔の病気』ではありません！

結核は、今でも年間1万人以上の新しい患者が発生しています。

咳が長引く、痰が出る、身体がだるい、微熱がある、こんな症状が2週間以上続いたら、まず病院へ。



- * 早期発見のため、年1回は胸部エックス線検査を受けましょう。
- * 胸部エックス線検査は、町の集団健診でも受けることができます。

こんにちは！地域包括支援センターです!!
～9月は世界アルツハイマー月間～



令和5年度 認知症フォーラム

- 開催日：9月21日（木）
- 時間：11：00 ～ 14：00
- 場所：舞戸公民館



令和元年度のあじがさわ一座

おかえり！

あじがさわ一座

「わあ、おかしんだべが？」
4年ぶりにあのあじがさわ
一座が復活!!
日常のあるあるから認知症
を楽しく学びましょう

展示販売コーナー

- ・グループホーム紹介
- ・趣味の会の作品展示
- ・小物など商品販売
(やすらぎ・REPLAY)
など

相談・体験コーナー

- ・脳活バランス
(いちい薬局)
- ・オレンジカフェ
- ・血圧測定
など

なお、内容は状況により変更する場合があります。あらかじめご了承ください。

オレンジライトアップキャンペーン・4th

～認知症になっても笑顔で暮らせる鯉ヶ沢～



令和4年度のライトアップ

- 開催日：9月21日（木）
- 時間：18：00～19：30
- 場所：鯉ヶ沢駅前広場看板

認知症の方もそうでない方も互いに支え合いながら、安心して暮らせる鯉ヶ沢町を目指すため、認知症への正しい理解を目的にライトアップとリーフレットの配布を行います。

夕方のひと時、ぜひ、お立ち寄りください。



母子支援センターだより



保育体験をしました

母子支援センターでは、鯉ヶ沢高校2年生9名を対象に「生と性を考える教室」を行い、幼保連携型認定こども園舞戸保育所協力のもと、保育体験を実施しました。

鯉ヶ沢高校の生徒さんは、小さいお子さんとのふれあいを通して、「貴重な体験ができた」「保育は疲れるし大変だけど、楽しい」などの感想を話してくれました。



関ほけん福祉課 子ども家庭班 母子支援センター(☎156)

赤ちゃんのペースで

育児をしていると、保護者さんは「思いどおりにはいかない毎日」を過ごしているのではないのでしょうか。お子さんの病気やケガなどで急な通院や入院があったり、感染症の関係で出勤できなくなるなど、準備を重ねても、計画どおりにいかないことが多々あると思います。でも、最終的には「お子さんが回復して元気ならよし！」として、寛容な気持ちで乗り越えていきたいものです。

赤ちゃんも、泣いたりぐずったり、どうしても良いものか途方に暮れてしまうことがあると思います。でも、赤ちゃんのペースに合わせて、「ミルクかな？おむつかな？どうしたのかな？」と、自分のペースではなくあくまで赤ちゃんのペースに合わせて過ごしていけたらいいですね。

メールアドレス: boshi-center@town.ajigasawa.lg.jp

医療法人 梟衆会



セツ石内科

鯉ヶ沢町大字セツ石町27-1

TEL 0173-72-2879



厚生労働大臣認定

今労働衛生コンサルタント・産業医事務所

院長 今 昭人

■受付時間／ 午前 8:30～13:00
午後 14:30～18:00
■休診日／ 木曜日・日曜日・祝日

広報あじがさわ有料広告

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ、一人で悩まずに無料個別相談会をご利用ください

B型肝炎
給付金について

無料個別相談会

日程・会場	9/15(金) 深浦町 岩崎社会文化会館 1階 会議室
	9/16(土) つがる市生涯学習交流センター「松の館」研修室
	9/17(日) 五所川原市民学習情報センター 視聴覚室
	9/23(土) 弘前市民文化交流館 ヒロロスクエア 3階 多世代交流室C
	9/24(日) ねぶたの家 W-ラッセ 2階 多目的室(1)

対象者 昭和16年7月2日～
昭和63年1月27日 生まれ

※ご遺族の方も給付金請求できます
給付金 50万円～3,600万円
※病態に応じて給付金等の内容が異なります

完全予約制 ☎
0120-013-621
(ご予約受付時間)
平日 9:00～18:00
個別相談なので、他の方と顔を合わせることはありません。

弁護士 着手金・相談料 無料
成功報酬制
※訴訟実費別途



弁護士法人 弁護士 豊庭 尊一「あいば こういち」東京弁護士会所属 登録番号35029 東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A【営業時間】平日 9:00～18:00

プレシヤス総合法律会計事務所

TEL 03-5363-6333 E-mail: info@precious-law.jp
FAX 03-5363-6334 http://precious-law.jp/

無料電話相談も
同時受付中！お気軽にお電話ください

令和5年度つがる西北五広域連合病院事業医療職員採用試験（経験者枠）
【毎月1日随時採用】

受付期間▶令和6年3月15日（金）まで随時受付※

採用試験▶試験日は要相談

職 種	採用予定人員	受 験 資 格
看護師・助産師	10名程度※	1. 昭和54年4月2日以降に生まれた方で左記職種の免許を有する方 2. 当該職種の経験年数が概ね5年以上の方
診療放射線技師	1名程度※	

※受付期間及び採用予定人数は、応募の状況により変更となる場合があります。

採用日▶合格通知後の翌月1日以降（応相談）

詳細は、つがる西北五広域連合ホームページ（<http://www.tsgren.jp/>）をご覧ください。

申・問〒037-0074 青森県五所川原市宇岩木町12番地3 つがる総合病院3階
 つがる西北五広域連合病院運営局人事課【☎0173-26-6363(☎2327)】

10月からごみの分別方法が変わります！

プラスチック資源循環促進法の施行により、10月1日からごみの区分や一部のごみの分別方法が変わります。（9月30日までは移行期間のため、変更前・後いずれのごみの分別方法で出されたごみでも回収しています。）詳しくは6月に毎戸配布した「分別の手引き」や「ごみの分け方・出し方ポスター」をご覧ください。

ポイント①	燃えるごみ、燃えないごみの名称が「燃やせるごみ」、「燃やせないごみ」に変わります これまで ▶▶▶ これから 燃えるごみ・燃えないごみ ▶▶▶ 燃やせるごみ・燃やせないごみ
ポイント②	歯ブラシやバケツ、おもちゃなどの硬質プラスチック類やゴム長靴などのゴム製品は、燃やせないごみとして出してください これまで ▶▶▶ これから  ▶▶▶ 
ポイント③	汚れの落ちないプラスチック容器及び包装材は、燃やせないごみとして出してください（汚れが落ちる場合は、その他のプラスチックごみとして出してください） これまで ▶▶▶ これから  ▶▶▶ 
ポイント④	スプレー缶やカセットコンロ用ボンベは、穴をあけずに使切ってから有害ごみとして出してください これまで ▶▶▶ これから  ▶▶▶ 

【重要！】エコクリーンアファイへの燃やせるごみなどの持込みが制限されます

「エコクリーンアファイ」では、今年度、ごみ焼却施設の大規模改修を実施します。このため、下記の期間は一部の一般ごみの持込みが制限されます。ご不便をおかけしますがご理解ご協力くださるようお願いいたします。

制限される期間▶令和5年12月1日（金）～令和6年6月29日（土）

持込めないもの▶燃やせるごみ（全般）、粗大ごみ（畳、布団、マットレス、ござ、じゅうたん）

問総合窓口課 生活衛生班(☎167)

★今月のおすすめ本★

◀一般書▶「葉と嘘の季節」

著：米澤 穂信／出版社：集英社

高校で図書委員を務める堀川次郎と松倉詩門。ある放課後、図書室の返却本の中に押し花の葉が挟まっているのに気づく。小さくかわいらしいその花は——猛毒のトリカブトだった。持ち主を捜す中で、ふたりは校舎裏でトリカブトが栽培されているのを発見する。そして、ついに男性教師が中毒で救急搬送されてしまった。誰が教師を殺そうとしたのか。次は誰が狙われるのか…。



「その葉は自分のものだ」と嘘について近づいてきた同学年の女子・瀬野とともに、ふたりは真相を追う。

◀児童書▶「いつつごうさぎとうみのほうせき」

作：まつお りかこ／出版社：岩崎書店

お店とお家と一緒にになったトラックで、愉快地旅するいつつごうさぎ。今日は海辺で開店です。



トウモロコシ、じゅうじゅう焼いて。氷はけずってふわふわに。焼きトウモロコシに、かき氷、おまたせしました！

ちょっと休憩、海で遊ぼう。波打ち際でシロが拾ったのは、キラキラ輝く宝石！？

おすすめ本は、日本海拠点館図書コーナーで借りることができますので、ぜひご利用ください。なお、新刊図書は好評につき、貸出中場合があります。1人2冊までの貸出制限にご理解とご協力をお願いいたします。(予約可)

また、日本海拠点館では小学生以下のお子さんを対象に「こどもブックラリー」を実施しています。奮ってご参加ください。

開館時間▶9:00~18:00

休館日▶月、火曜日(図書コーナーのみ第4木曜日もお休みです。)

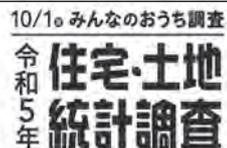
返却場所▶日本海拠点館・中央公民館・舞戸公民館
☎日本海拠点館 図書コーナー[☎72-5555]

令和5年住宅・土地統計調査を実施します

総務省統計局(青森県・鱈ヶ沢町)では、10月1日を基準日として住宅・土地統計調査を実施します。この調査は、住生活に関する最も基本的で重要な調査で、全国約340万世帯の方々を対象とした大規模な調査です。

鱈ヶ沢町では、本町、小夜、富根町、浜町、坂本二、舞戸町上富田、舞戸町下富田、舞戸町蒲生、赤石町宇名原、南金沢、鬼袋町、北浮田、小屋敷、中村町中山ノ井、長平町の15地域が対象です。

調査をお願いする世帯には、9月下旬から調査員が調査書類の配布に伺いますので、調査の趣旨をご理解いただき、調査回答にご協力ください。



総務省統計局・青森県・鱈ヶ沢町

鱈ヶ沢病院休診情報

都合により、下記外来診療日は休診となります。



休診日▶眼科外来 9月4日(月)

皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

☎つがる西北五広域連合 鱈ヶ沢病院[☎72-3111]

「手づくりの味と技を楽しむ会」
参加者募集

鱈ヶ沢地区生活改善グループでは、料理教室を開催します。参加希望の方は下記へお申込みください。

日時▶9月19日(火) 9:30~11:30

場所▶町総合保健福祉センター 栄養指導室

内容▶調理実習と交流

ごままんま、ながいも豆腐のあんかけ

参加費▶600円

募集人数▶先着15名

持参品▶エプロン、三角巾、マスク

申込締切▶9月5日(火)までに下記へお申込みください

☎・☎鱈ヶ沢地区生活改善グループ連絡協議会(佐藤)
[☎090-9530-5290]

鱈ヶ沢はまなす学級第3回学習会

日時▶9月26日(火) 10:00~11:30(受付9:30~)

会場▶舞戸公民館 大ホール

内容▶10:00~ 朝の歌

10:20~ 学習会(講演)

演題▶「頭と身体のエクササイズで、目指せ介護予防」

講師▶シナプロロジー®インストラクター 齊藤由美子氏

その他▶動きやすい服装や靴、汗を拭くタオルや水分補給のための飲み物などをご用意ください。

☎社会教育課 社会教育班(☎365)

室内温水プール臨時休館情報

9月2日(土) 午前のみ

小学校泳力チャレンジ記録会

9月9日(土)

令和5年度地区中体連新人大会水泳競技
(西北・弘前・南地区合同開催)

9月10日(日)

富田重次郎杯水泳競技大会

9月27日(水)~10月6日(金)

館内大掃除・各種設備点検

☎室内温水プール[☎72-5700]

10月2日(月)は

【第3期】固定資産税、国民健康保険税、

介護保険料、後期高齢者医療保険料

の納期限となっています。

~納め忘れのないようお願いします~

※口座振替で納付いただいている方は、納期限までに

口座残高の確認をお願いします。

(仮称)青森県つがる市・鱒ヶ沢町沖洋上風力発電事業環境影響評価方法書の縦覧及び説明会

つがる市及び鱒ヶ沢町の沿岸域及び沖合において計画している風力発電事業に関して、環境影響評価法に基づき作成した「(仮称)青森県つがる市・鱒ヶ沢町沖洋上風力発電事業 環境影響評価方法書」の縦覧及び説明会を行います。

場所▶ 町役場 政策推進課

期間▶ 9月1日(金)～30日(土)
(土・日・祝日を除く)

時間▶ 9:00～16:00

電子縦覧▶ 事業者ホームページで公開
<https://tokyu-reene.com/news/aomorikenokil.html>

意見書の提出

環境の保全の見地からのご意見をお持ちの方は、意見記入用紙に住所・氏名・意見を記入のうえ、縦覧場所に備付けの意見書箱に投函いただくか、下記お問合せ先へ電子メールまたは郵送によりお寄せください。

意見書受付期限

10月14日(土) 17:00まで(郵送の場合は当日消印有効、意見書箱に投函の場合は10月13日(金)まで)

説明会

日時▶ 9月14日(木)
19:00～(90分程度)

場所▶ 鱒ヶ沢町中央公民館

【事業者】

〒105-0001 東京都港区虎ノ門4-1-13
プライムテラス神谷町5階 青森南洋上風力開発合同会社

☎150-0043

東京都渋谷区道玄坂一丁目21番1号
渋谷ソラスト 東急不動産株式会社
戦略事業ユニット インフラ・インダストリー事業本部 風力発電事業開発部
環境アセスメント担当 井上、布目
[☎03-6455-2690/
✉TLC_Assessment@tokyu-land.co.jp]

令和5年7月7日からの大雨による被害者に対する県税の減免など

このたびの令和5年7月7日からの大雨により、多大な被害を受けられた方々に心からお見舞い申し上げます。

被害を受けられた方々は、再建に努力されていることと思いますが、被害を受けられた方々が今後納付すべき県税(個人事業税、不動産取得税及び自動車税(種別割))については、被害の状況に応じ減免するなどの措置を執ることとしております。

詳しくは、下記までお問合せください。

☎西北地域県民局県税課 課税課
[☎0173-34-2111]

津軽地域障害者就職面接会を開催

五所川原公共職業安定所では、障がいをお持ちの方を対象とした障害者就職面接会を開催します。面接会には、障がい者雇用を考えている事業所が多数参加します。

参加を希望される方は下記までお申込みください。

日時▶ 10月23日(月) 13:00～15:30
(受付 12:30～)

場所▶ アートホテル弘前シティ

申込期限▶ 9月29日(金)

☎五所川原公共職業安定所
[☎0173-34-3171]

動物愛護フェスティバル 2023 楽しく学ぼう 動物のこと

青森県動物愛護センターでは、動物愛護フェスティバル2023を開催します。ぜひお越しください。

日時▶ 9月23日(土)、24日(日)
10:00～16:00

場所▶ 青森県動物愛護センター

内容▶ 犬のしつけ方教室、うさぎふれあい体験、乗馬体験、工作コーナー、動物のお医者さんなりきり体験、警察犬・災害救助犬デモンストラーション ほか

☎青森県動物愛護センター
[☎017-726-6100]

ギャンブル依存症セミナー&当事者・家族の相談会を開催

全国ギャンブル依存症家族の会青森では、ギャンブル依存症セミナー及び相談会を開催します。依存症に対する理解と、効果的な対応方法を学びます。当事者・家族から援助職、一般の方まで広くご参加ください。参加は無料です。

日時▶ 9月30日(土) 12:30～15:30 セミナー(予約不要)
16:00～17:30 相談会(完全予約制)

場所▶ リンクステーションホール青森

申込▶ ギャンブルの問題を抱えている当事者またはそのご家族向けの相談会に参加を希望される方は、電話またはメールで下記へお申込みください。秘密は厳守します。

☎・☎全国ギャンブル依存症家族の会青森
[☎090-3755-2781 / ✉gdfam.aomori@gmail.com]

鱒ヶ沢町地域職業相談室のご案内

鱒ヶ沢町地域職業相談室は、ハローワークと鱒ヶ沢町の共同運営施設です。お仕事の内容や応募条件の確認、面接対策や応募書類の書き方など、皆さまのお仕事探しのお手伝いを行っています。

また、全国のハローワークで受付した求人票を見ることができ、季節求人も含め随時更新されています。ぜひ、お気軽にご利用ください。

利用日▶ 月～金曜日

(土日祝・年末年始除く)

時間▶ 9:30～17:00

場所▶ 鱒ヶ沢町中央公民館1階

☎鱒ヶ沢町地域職業相談室
[☎72-3124]

生活に関するお悩みはこちらへ あんしん相談窓口あじがさわ

鱒ヶ沢町社会福祉協議会では、生活していくうえで様々な課題を抱える住民の方を支援するための相談を受付けています。

また、相談ツールのひとつとして、メール相談・LINE相談も行っています。

ひとりで悩まず、お気軽に下記までご相談ください。費用は無料、秘密は厳守します。

メール相談用アドレス
ajisya@chic.ocn.ne.jp

LINE相談はこちらから



☎鱒ヶ沢町社会福祉協議会
[☎82-1602]

「解決の糸口を見つけに行こう！」相談会を開催

市町村と連携して生活再建相談事業を行っている消費者信用生活協同組合による無料相談会です。専門スタッフや弁護士がお金や暮らしに関する悩みなどについて、丁寧に聞き取りし、一緒に解決の糸口を見つけます。

日時▶ 9月30日(土) 10:00～16:00

場所▶ 弘前市民文化交流館

(ヒロコ3階、多世代交流室A、B)

対象の相談▶ お金の問題(多重債務問題など)、遺産相続、不動産売買、税金など公共料金の滞納、DV・離婚問題、その他暮らしに関する悩み事

相談料▶ 無料(事前の予約が必要です)

☎・☎消費者信用生活協同組合弘前事務所
[☎0120-102-354]

危険物取扱責任者試験 及び事前講習会

県危険物安全協会連合会では、危険物取扱者試験及び事前講習会を開催します。

講習会

日時▶10月19日(木) 8:30~ 受付
9:00~16:30 法令
10月20日(金)
9:00~16:30 実務

場所▶五所川原市民学習情報センター
視聴覚室

受講料など▶2日間で7,000円

テキスト代▶乙4 4,500円
丙種 3,900円

※当日会場にて受付(テキスト配布)
※講習は、テキストに基づき実施します。
なおテキストの事前購入可能です。

受験案内

願書受付期間

【書面申請】

9月15日(金)~9月29日(金)

【電子申請】

9月12日(火)~9月26日(火)

試験日▶青森市 11月5日(日)
弘前市 11月11日(土)
五所川原市 11月12日(日)

※上記以外にも受験日がありますので、
詳しいことは各地域の消防本部にある
消防試験研究センター青森県支部発行
の受験案内をご覧ください。
お問い合わせください。

青森県危険物安全協会連合会
西北五支部事務局
☎0173-34-3165

アレコホール特別フラメンコ公演 「抱擁の哀しき果て」

青森県出身フラメンコダンサー工藤朋子による初の青森公演。

「アレコ」をテーマにしたフラメンコ公演を、フラメンコの伝統曲、津軽三味線、ピアノの演奏でお届けします。絵画と音楽、そして舞踊が調和する美術館ならではの公演をお楽しみください。

日時▶9月17日(日)・18日(月・祝)
開場18:30 開演19:00

場所▶青森県立美術館アレコホール
(青森市安田字近野185 B2F)

料金(税込)▶一般 4,500円
高校生以下 2,500円

※全席指定、事前購入のみ

※各種手数料込み

青森県立美術館
☎017-783-5243

詳細は
こちらから



鱒ヶ沢の魅力発信 お山の上マルシェを開催

夏の終わりの夕涼み、食を中心とした地域交流イベント第1弾!!
農産物販売や盛り付けワークショップ、イベント限定の遊び場も出現します。

建石町のCONVEYお山の上工房、皆さまのお越しをお待ちしています。

詳しくはイベントホームページをご覧ください。

日時▶8月26日(土) 15:00~20:00

場所▶鱒ヶ沢町大字建石町字成沢53-2
(CONVEY VILLAGE)

※車1台につき駐車場料金があります(1,000円)のでご注意ください。お得な前売り券は8月25日(金)まで発売中!

※荒天の開催有無はイベントホームページでお知らせします。

株式会社CONVEY
☎080-4200-1646

詳細は
こちらから



自筆証書遺言保管制度をご存じですか?

法務局では、皆さまが作成した自筆証書遺言書の保管申請があれば、方式に不備がないか確認し、長期間にわたり大切に保管しています。法務局に預けることによって、遺言書の紛失や改ざんの危険性もなく、相続を巡る紛争を防止するとともに、ご自身の財産を確実にご家族などに託すことができ、家庭裁判所の検認も不要になります。

また、遺言者が希望すれば、遺言者が亡くなった後、遺言者が指定した方に「法務局で遺言書を保管している」旨の通知を送付しますので、遺言書の存在に気付いてもらえなかったという心配もありません。遺言を検討している方は、ぜひこの制度をご利用ください。詳しくは、法務省ホームページを確認または下記へお問合せください。

青森県地方法務局 五所川原支局 ☎0173-34-2330

創業・起業セミナー・合同制度説明会を開催

青森県では、「創業・起業は誰に相談すればいいの?」「起業した先輩の話聞いてみたい!」といった疑問やご要望におこたえするため、創業に向けての専門家のワンポイントアドバイスや先輩起業家の体験談を聞けるセミナーと、各関係機関の支援制度をご紹介します説明会を開催します。

説明会後半には、専門家や関係機関への質問タイムも設けておりますので、「創業・起業に興味・関心がある方・検討している方」「創業・起業して間もない方」など、どなたでもお気軽にご参加ください!

申込は
こちらから



日程など

地区	開催日	スケジュール	会場	申込期限
五所川原	9月5日(火)	16:30~18:30	五所川原市民学習情報センター 大教室	8月31日(木)
十和田	9月12日(火)	(受付16:00~)	十和田市文化センター1階 第1研修室	9月7日(木)
黒石	10月5日(木)	専門家からのワンポイントアドバイス、起業体験談、創業・起業支援制度説明、個別質問タイム	黒石市産業会館4階 大会議室	9月29日(金)
むつ	10月19日(木)		むつ市役所 大会議室A	10月13日(金)
弘前	11月2日(木)		弘前市民文化交流館(ヒロロスクエア内)4階ホール	10月27日(金)

参加方法▶会場参加またはオンライン(Zoom)参加から選択してください

参加費▶無料(各会場定員30名※先着順)

対象▶創業・起業に興味・関心がある方や検討している方など

青森県商工労働部 地域産業課 ☎017-734-9374

北前船 鯨ヶ沢×野辺地 キッズツアー開催!!

歴史を探検!!



野辺地探検ツアーの参加者（常夜燈と「みちのく丸」を前にて）

この夏、日本遺産「北前船寄港地」に青森県内で認定されている鯨ヶ沢町・野辺地町の教育委員会が連携し、2つの町の小学生が、お互いの町の歴史や文化を学ぶ探検ツアーを初めて行いました。

江戸時代、鯨ヶ沢は津軽藩の御用港でしたが、一方の南部藩（盛岡藩）では、野辺地が日本海側への玄関口として発展しました。藩の御用港として、特産物である尾去沢山（秋田県鹿角市）の銅や、大豆、メ粕（魚肥）など



鯨ヶ沢探検ツアーの参加者（鯨ヶ沢町中央公民館）
全2回参加者にはミニ船絵馬、1回参加者にはクリアファイルをプレゼント

が野辺地に集められ、北前船によって大阪へ盛んに積み出されていきました。津軽と南部の違いはありますが、実は2つの町には、北前船によって運ばれてきた石造物（御影石・笏谷石）や祭り（白八幡宮大祭・のへじ祇園まつり）など、共通性のある歴史・文化がさまざまな形で残っているのです。

参加した子どもたちは、北前船でつながる意外なふるさとの歴史を知るとともに、ツアーを通して楽しく交流を深め合うことができました。



西光寺では北前船船乗りの墓も見学（野辺地町）
北陸や大阪・瀬戸内出身の人たちの名前が刻まれている

野辺地探検編

夏休み2日目の7月23日、鯨ヶ沢キッズを乗せたバスは、約2時間をかけて野辺地町に到着。野辺地キッズと合流し、歴史民俗資料館や北前船で運ばれてきた西光寺のシダレザクラ、愛宕公園に残る石畳などを見学しました。

お昼には野辺地名物の「鳥めし」をいただき、午後は北前船ゆかりの野辺地八幡宮へ。さらに全長32mもある復元北前船「みちのく丸」の見学では、その大きさに驚かされた鯨ヶ沢の子どもも多かったようです。



野辺地八幡宮で林宮司の説明を聞く子どもたち
北前船の航海安全を祈願して建立された金刀比羅宮（県重宝）

鯨ヶ沢探検編

7月29日、今度は野辺地キッズが鯨ヶ沢町を訪問。前回も参加した鯨ヶ沢キッズたちに迎えられ、北前船に積み込み水を汲んだ城の下の井戸跡や、白八幡宮の船絵馬、町を見渡せる天童

山公園などを巡りました。

昼食後の休憩タイムには、みんな「のへじふるさとカルタ」にも挑戦し、楽しいひと時を過ごしました。また、午後に訪れた来生寺では、園村住職から野辺地の西光寺とのつながりや鯨ヶ沢の歴史についてお話があり、子どもたちも興味津々でした。

参加した野辺地の子どもたちからは「お寺の人の話が面白かった。古い建物でカッコよかった」、「次は鯨ヶ沢の祭りを見に来たい」、「鯨ヶ沢町の友だちができてよかった。また鯨ヶ沢に来たい」といった声が聞かれました。

（町学芸員 中田）

9月1日発行の広報のへじ9月号にも本ツアーが紹介されます。野辺地町ホームページをご覧ください。



津軽の中の鯺ヶ沢

第29回

日本海海運と鯺ヶ沢②

今回は、日本海海運の担い手が、北陸や近江の商人が中心の北国廻船から、北前船に変わっていったということを紹介しました。それでは、北国廻船と北前船にはどのような違いがあるのでしょうか。

まず1つ目は、廻船の経営形態です。前回紹介したとおり、北前船は商品を仕入れてよそで高く売る「買積」の経営形態をとっていましたが、北国廻船は商品の輸送運賃で利益を得る「買積」の経営形態が主流でした。これは、豊臣政権や江戸幕府、諸大名らの依頼による京都・大坂や江戸への領内米の輸送が、海運の主流だったためです。

その後、河村瑞賢による西廻り航路の整備によって、大坂や瀬戸内地域と日本海沿岸が海運で結び付き、敦賀から京都・大坂への陸路での米の輸送が激減します。これによって、担い手の近江商人が海運から撤退しました。

また、日本海海運の発達とともに材木や海産物、各地の特産物などの輸送も増加したため、北陸商人が独立して大坂や松前の商人と直接取引するようになりまし。こうして、商人が廻船を一手に担う「買積」へと変化していったのです。

2つ目は、使用された船の違いです。

北国海運では、北国船や羽ヶ瀬船と呼ばれる中型・大型の廻船を使用していました。前回紹介した、深浦町円覚寺に奉納された船絵馬に描かれた北国船には、片舷に櫂が11枚用いられており、帆走と櫂を漕いで進む人力航行を併用していました。一方、北前船に使用された船は、弁才船という帆走専用船で、少人数で航行できる特性を持っていました。

弁才船は、もともと九州や瀬戸内海を中心に500石以下の中型・小型廻船として造られていましたが、17世紀前半ころから加賀藩などで日本海海運の廻船として導入され始め、日本海沿岸の湊に入津するようになりました。17世紀半ばには、津軽半島や陸奥湾の沿岸地域において、松前方面との間の近距離輸送に弁才船が用いられており、沿岸の人々にとって生活に密着した身近な船でした。そして、造船技術の向上に伴い、長距離輸送に耐えられる大型の弁才船が建造されるようになり、日本海海運の主流として活躍しました。日本海海運の整備と発達、船の改良などが影響して、各地の商人が参入しやすい北前船の時代が到来したといえます。

(北斗高校 蔦谷大輔)

北前船が運んだ 津軽の京祭り

山車展示 9:30~16:00



浜町「素戔鳴尊」



田中町「神功皇后」

山車2台を展示予定 (写真は平成29年の大祭)

芸能披露 14:00~14:30



お囃子 (田中町)



児雷也 (一丁目)

白八幡宮大祭

山車・芸能
イベント

9月2日(土)開催!
イカのカーテンまつり
海の駅向い特設会場にて

昨年8月の大雨災害により中止となった白八幡宮大祭の伝統文化を継承する山車展示・芸能イベントを、同日開催の鯺ヶ沢イカのカーテンまつりにあわせて行います。

次回、令和7年の大祭に向けて、北前船が運んだ京都祇園祭の文化を今に伝える「津軽の京祭り」の魅力をお楽しみください。

「のへじ祇園まつり」お囃子競演!

鯺ヶ沢町と同じ北前船寄港地・野辺地町からも祇園まつり団体が出演。2町の祭り文化の魅力を一度に味わえるこの機会をお見逃しなく!



祇園囃子 (駅前組祭典部)

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に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（広報あじがさわでは不定期に掲載しています）。

《今月のドクター》

一戸 学 先生

いちのへ耳鼻科 院長



鼻 出 血

鼻血が止まらなくて、困ったことはありませんか？今回は、鼻血についてお話しします。

出血場所は、鼻穴から1センチほど内側に傷があることがほとんどです。左右の鼻穴を隔てる鼻中隔びちゅうかくという壁からの出血が多いことから、鼻穴にティッシュペーパーを詰めるなどの方法が一般的かと思えます。

通常はこの方法で解決するのですが、なかなか止まってくれないこともあります。ティッシュを詰めるときに強くこすれて中の傷を大きくしてしまったり、ティッシュを抜くときに固まりかけた血糊が一緒に取れてしまい再び出血してしまうなんてこともありますので、まずは詰める前に左右の小鼻を外からなるべく広い範囲を指でつまんで、2分程度押さえるようにしてみてください。のどに血液が流れていなければ、まずは止血成功です。顎を引くようにすると血液がのどに流れにくくなります。この方法で、うまくいかない場合は、ティッシュなどを詰めて、小鼻を左右からつまむようにすると止まる場合があります。5分以上は、抜かないようにしてください。鼻の上を冷たいタオルなどで冷やすと血管が縮むので止血しやすくなります。

このような方法でも、のどに流れるような出血がある場合は、耳鼻咽喉科や救急外来へ相談ください。鼻の中に何枚もガーゼを詰めたり、鼻の奥に風船のようなものを詰めたりなどの止血処置が必要かもしれません。出血場所をレーザーなどで焼き固める方法をとることもあります。

めったにあることではないのですが、太めの血管からの出血の場合は、放射線科医に協力をお願いし、血管の中から詰め物をする塞栓術そくせんじゅつを行うこともあります。外傷からの出血の場合は、血管を結ぶ結紮けっさつという手術的な方法が必要となる場合もあります。

出血を繰り返す場合は、鼻の粘膜に炎症を起こしている方が多く、アレルギー性鼻炎をお持ちの方が多ようです。加えて血圧が高い方、血液が固まりにくくなる薬を継続している方に多い傾向があります。血友病、白血病、血小板減少症など重大な病気が潜んでいて、鼻出血をきっかけに見つかることもありますので注意が必要です。鼻の付け根のあたりを押さえたり、首の後ろを空手チョップするような方法は、まったくお勧めできません。



～有料広告募集中～

「広報あじがさわ」に
広告を掲載しませんか？

★規格・掲載料一例（町内）★

1号：タテ45mm×ヨコ85mm 5,090円

2号：タテ45mm×ヨコ180mm 10,190円

※詳細は下記までご相談ください。

問総務課 総務班 (☎325・327・328)

--- 社会福祉法人 音羽会 ---

〒038-2712 鯉ヶ沢町大字長平町字甲音羽山 65-412

介護老人保健施設 ながだい荘（入所・通所）

☎0173-72-1122

グループホーム うぐいすの里 ☎0173-72-1314

〒036-8066 弘前市向外瀬字豊田 319-1

住宅型有料老人ホーム・サービス付き高齢者向け住宅

シニアシティ弘前

☎0172-55-5858

天然温泉、全個室：エアコン・トイレ・洗面台・ミニキッチン（IHヒータ）付

ホームページ <http://otowakai.or.jp/>

広報あじがさわ有料広告

今月の戸籍の窓

※下記は、関係者に確認のうえ、了承を得た方のみ掲載しています。

ごんじらは！赤ちゃん(7月16日～8月15日届出分)

木下	みなと	と	(嗣仁)	本町一丁目
笹森	かなで	奏	(朝子)	北浮田町

お悔やみ申し上げます(7月16日～8月15日届出分)

田中	ウメ子	(78歳)	中	下
齋藤	勝雄	(88歳)	小	夜
寺沢	幸雄	(82歳)	岩	谷
兼平	まさ	(92歳)	金	沢
寺澤	昭一	(83歳)	浜	町
櫻井	ナヨ	(97歳)	岩	谷
木村	スエ	(87歳)	建	石
清野	たへ	(87歳)	館	前
古田	ツサ	(79歳)	浜	町

鱈ヶ沢町の人口(令和5年7月末現在)

男 4,128人(4,132 - 4) 女 4,712人(4,712 ± 0)
計 8,840人(8,844 - 4) 世帯数 4,374(4,376 - 2)
※カッコ内は先月との比較

交通事故発生状況(令和5年7月中)

発生件数 9件(+ 5) 死者数 0人(± 0)
傷者数 9人(+ 5) ※カッコ内は前年との比較
《お問合せ》鱈ヶ沢警察署交通課(☎72-2151)



法テラス鱈ヶ沢通信 Vol.94



法律用語

法律用語には意味が分からないものがたくさんあります。私も勉強した時は大変苦労しました。

法改正でだいぶ改善されてはいますが、今でも民法には、「心裡留保」「無権代理」「詐害行為取消」「更改」「法定追認」などという言葉が残っていますし、刑法でも、「酌量減輕」「共同正犯」「心神耗弱」「親告罪」などの、一般の方には、到底、理解不能と思われる言葉がまだ使われています。裁判員裁判の導入当初は、誤読用語の代表例として「未必の故意」→「密室の恋」が新聞などでも話題になりました。

法テラス鱈ヶ沢では、そのような法律用語はすべて日常用語に翻訳した上で、皆様に分かりやすく説明することを心がけていますので、どうぞお気軽に法律相談にいらしてください。

弁護士 伊藤 雅典



伊藤弁護士

【法テラス鱈ヶ沢法律事務所の概要】

- ◆所在地 〒038-2761
鱈ヶ沢町大字舞戸町字後家屋敷9-4
鱈ヶ沢町総合保健福祉センター内
- ◆業務時間 月～金 9:00～17:00
(土・日・祝日は休業)
- ◆電話番号 050-3383-8369
- ◆業 務

①法律相談(面談による相談。★事前予約制★)

- ・有料での法律相談
- ・無料法律相談(収入や預貯金が少ない方。ただし、刑事事件に関する相談は対象外。)
- ※65歳以上のご高齢の方、障がいや病気で外出ができない方など、法律事務所へ赴くことが困難な場合には、弁護士による出張法律相談ができる場合があります。お気軽に法テラス鱈ヶ沢法律事務所までお電話ください。

②事件の受任

訴訟手続代理業務や債務整理代理業務など

～鱈ヶ沢町にお住まいのみなさまへ～

弁護士に相談することなのか分からない場合でもお気軽にお電話ください!!
お待ちしております。

大雨災害から1年

日頃から防災について考えよう

令和4年8月9日に発生した大雨災害から1年が経過しました。

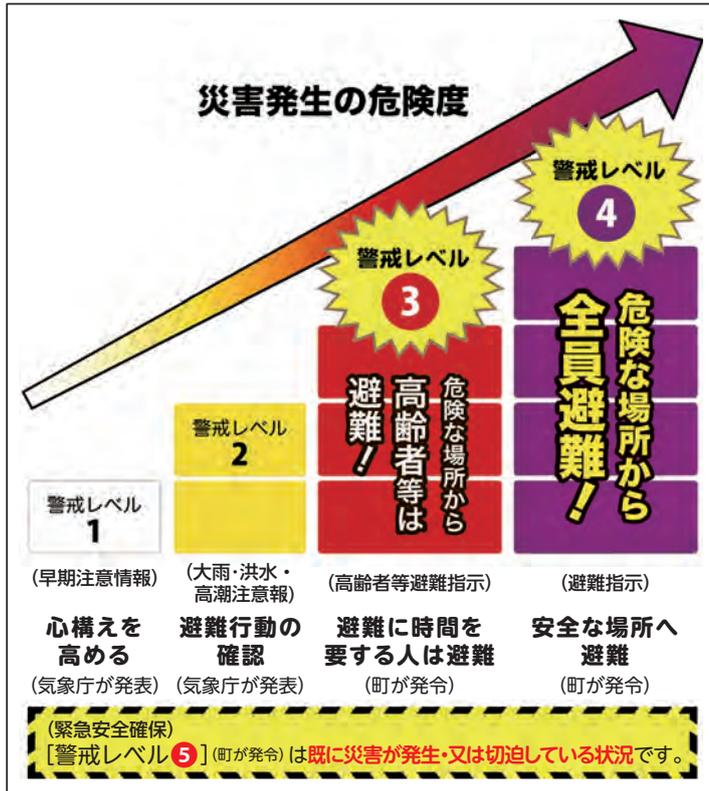
近年頻発する自然災害から命を守るためには、日頃から防災意識を高く持ち、防災知識を身に付け、災害への備えを進めることが重要です。

また、災害発生の恐れのある場合には避難情報などを随時確認し、迅速に避難することが大切です。昨年の大雨から1年が経過した今、災害への備えを再確認してみませんか？



昨年の大雨災害の様子

▼警戒レベルを表した図（政府広報オンラインから引用した画像を加工）



防災対策には、「これやれば絶対に大丈夫」というものはありません。常日頃から自分や家族にどのような災害の危険が及ぶのかを考え、その被害をできるだけ少なくするために必要な対策を講じることが重要です。

平常時から、お住まいの地区にどのような災害の危険があり、災害から命を守るためにはどのような避難行動をとる必要があるのか、町が公表しているハザードマップなどを参考にしっかりと認識しておくことが大変重要です。また、避難場所や避難ルート、家族間での連絡手段、災害に関する情報の入手方法なども十分確認しておきましょう。

防災情報などを5段階の「警戒レベル」でお知らせ日本では、毎年のように大雨による洪水や土砂災害などが発生し、多くの被害が出ています。こうしたことを踏まえ、住民の皆さまが災害発生の危険度を直感的に理解し、確かな避難行動をとれるよう、町や気象庁が5段階の「警戒レベル」を使って伝えること

としています。町が発令する避難情報は、テレビやラジオ、インターネットなどのほか、防災行政無線や広報車などで伝えられます。警戒レベル3（高齢者等避難）や警戒レベル4（避難指示）が出た場合、周囲に声を掛け合って、安全・確実に避難してください。なお、警戒レベルは必ずしも1から5の順番で発せられるとは限りません。状況が急変することもあります。町から避難情報が出ていない場合でも、災害に関する気象情報

一人ひとりの防災対策 災害による被害をできるだけ少なくするための基本は「自助」の心構えです。自助とは自らの命は自らが守る意識を持ち、一人ひとりが自分の身の安全を守ることをいいます。 平常時から、お住まいの地区にどのような災害の危険があり、災害から命を守るためにはどのような避難行動をとる必要があるのか、町が公表しているハザードマップなどを参考にしっかりと認識しておくことが大変重要です。また、避難場所や避難ルート、家族間での連絡手段、災害に関する情報の入手方法なども十分確認しておきましょう。

猛毒キノコ「カエントケ」にご注意ください

近隣市町村で昨年に続き、猛毒キノコ「カエントケ」の発生が確認されたとの情報がありました。カエントケの毒性は非常に強く、触るだけで皮膚の炎症を引き起こし、誤って食べてしまうと後遺症が残るおそれがあり、最悪の場合、死に至ることがあります。

表面はオレンジ色から赤色し、細長い円柱状または棒状で、土から手の指が出ているように見え、ナラ枯れ被害地の枯死木付近で多く発生することが確認されていますが、公園や広場などにも発生することがあります。発見しても絶対に触れたり、食べたりしないでください。



環境整備班(☎223・224)