



絵・田澤 茂氏（川部出身神奈川県藤沢市在住）

広報の早期配布にご協力をお願いします。

広報

いなかがた

1 2007 第 611 号

今月のおもな内容

- 新年を迎えて ..... 2
- 話題いろいろ ..... 4
- キラリ田舎館人 ..... 5
- お知らせ ..... 8
- 戸籍の窓 ..... 10

# 猪突猛進、 ファイトの年

村長 鈴木 孝雄



猪突猛進それはファイトの年を表します。

新年あけましておめでとうございます。昨年は五月、六月の悪天候で、作物の生育が一時阻害され多少の影響を受けましたが、七月後半より回復に向かいました。稲作においては、一部の地域では胴割れが発生し二等米が多く出荷され非常に残念でありました

が、平年並みの収穫があったことに安堵しているところがございます。

一方、りんごは開花が遅く心配されましたが、台風の影響も少なく色付きは申し分ない出来でありましたことを、共に喜びたいと思います。又高値で販売されたことは二重の喜びであります。

さて経済は、大都市を中心に好景氣を迎えているようですが、青森県は未だ厳しい状況下であり、一刻も早い景氣の回復を望むものであります。さらに村の財政であります、公債費等の義務的経費が増嵩し悪戦苦闘しております。十九年度の地方交付税は減ずると言われており、今後とも辛抱と節約をしていかなければなりません。村民の方々のご理解、ご協力をお願いいたしたいと思っております。

昨年六月、平川市に村と議会が一体となって合併を申し入れましたが、今年七月の市議会議員選挙後、新議員の機運の醸成を待つということでした。県では平川市との合併を推進しておりますが、我が

村はそれまで静観しなければならぬ立場となっております。

さて、田んぼアートは全国版となり、約二十万人が役場の天守閣を訪れました。すばらしい風神雷神は多くの見学者を魅了したことでありましよう。制作関係者の方々、土地提供者の方々、県内外の田植え稲刈りに参加してくださった方々に感謝と御礼を申し上げます。今年も皆さんに喜ばれるような凶案を考え、二十五万人の来場者を目標に、日本一のアートをつくろうと意気込んでおります。

昨年の暮れ、本村出身の大政治家、故田澤吉郎先生の顕彰碑が建立されました。後世に先生の栄光とご功績を伝えることができましたことは大変喜ばしいことであります。今後先生先生の座右の銘であります「清政人和」をモットーに、村づくりを進めて参ることを申し添えまして、新年のご挨拶といたします。良い年をお迎えくださいますようお願いいたします。

## 故田澤吉郎先生の顕彰碑が完成！

12月10日、役場前に建立が進められていた故田澤吉郎先生の顕彰碑が完成し、除幕式が行われました。当日はあいにく雪模様の天候でしたが三村県知事をはじめ、たくさんの方々で顕彰碑の建立を祝いました。除幕式後の祝賀会で、鈴木村長は「いろいろな困難もあったが、今、田澤先生の像を建立しないと機会を失ってしまう」と顕彰碑建立への思いを語りました。また、田澤吉郎先生の妻・陽さんは「人生のほとんどを政治に捧げることができたのは、村民・県民の皆さまのおかげで、最後まで意義のある人生を送れたことは本当に幸せだった」と謝辞を述べました。

### 田澤吉郎先生プロフィール

大正7年1月1日、田舎館村諏訪堂に誕生。東奥義塾、早稲田大学政経学部政治学科を卒業。卒業と同時に帰郷され、農業に従事される傍ら、村づくり運動、青年団活動で活躍。昭和22年、戦後第1回の県議選に出馬。南郡選挙区において29歳の若さでトップ当選を果たす。昭和35年、第29回総選挙に2区から立候補し、42歳の若さで堂々のトップ当選。「津軽のケネディ」と話題に。昭和56年、農林水産大臣として入閣。平成9年、勲一等旭日大綬章が贈られる。平成13年12月12日、弘前大学病院にて逝去。83歳。



# 将来を展望した 議会運営を

村議会議長 阿部 潤司



新年明けましておめでとう  
ございます。新しい年を迎え  
るにあたり、皆様の御健勝御  
多幸をお祈り申し上げます。  
旧年中は、二年連続の大雪  
や天候不順でしたが、台風な  
どの自然災害に遭う事もなく  
豊作の年で終わりました。中  
央では景気が回復しているよ  
うですが、当地にはその兆し  
はまだ見えて来ないものの、

幸いな年であったような気が  
いたします。

さて、村民の一番の関心事  
であり、不安でもあった合併  
問題について、昨年は初めて  
具体的な行動をとった年でも  
ありました。村当局と議会と  
の話し合いを経て、隣の新市  
である平川市に合併を申し込  
んだ事があります。それは結  
果的に結論が先送りとなった  
訳ですが、我が村の総意とし  
て合併の相手を決定し、合  
併をお願いした事で、村民の  
皆様に村の考え方や合併への  
認識を深めていただく事がで  
きたのではないかと考えてお  
ります。

議会も聖域でないという観点  
から、手当の五〇%削減や費  
用弁償の廃止等、積極的に歳  
出削減に取り組みました。そ  
して今年の秋には、議会改革  
の重点点である定数削減によ  
る議会議員選挙が行われます。  
少数精鋭での新しい議会が生  
まれる訳ですが、その先には  
合併という難しい問題が待っ  
ています。具体的に多くの事  
を話し合い、解決に導く努力  
が必要になります。村民の皆  
様も、真剣な気持ちで一票を  
投じていただくようお願い申  
上げます。

今年も財政逼迫<sup>ひびやく</sup>の中、村の  
将来をも展望しなくてはなら  
ない重要な時期の議会運営で  
ある事を念頭に、頑張る事を  
お約束し新年の挨拶といたし  
ます。



## 今年亥年! 亥年の子どもたち集合~!

田小5年

鎌田真理子さん(高植)

平成7年12月4日生まれ



「来年も元気良く、楽しい学  
級を作りたいです!」

光小5年

工藤 佑太くん(東光寺)

平成7年12月19日生まれ



「3月にサッカーの東北大会  
があるので、優勝目指して  
頑張りたい!」

西小6年

工藤 朝海さん(川部)

平成7年3月13日生まれ



「4月から中学生! 数学を頑  
張りたいです!」

田小5年

中村 悠利くん(八反田)

平成7年5月2日生まれ



「バスケット部のキャプテンです。  
県大会に行けるように頑張  
ります!」

光小5年

須郷 愛さん(新町)

平成7年4月19日生まれ



「小学校最後の部活(バス  
ケット)を頑張りたいで  
す!」

西小6年

工藤 久遠くん(川部)

平成7年3月14日生まれ



「中学校の野球部でレギュ  
ラーになれるように頑張  
りたい!」

# 話題いろいろ

## 韓国の文化を学ぼう



11月21日、光田寺小学校で「<sup>チェ</sup>蔡先生の韓国なんでも講座」が行われ、6年生20人が韓国の言葉や料理、文化に理解を深めました。蔡さんはNHK文化センターで韓国語講師をされている方で、日本に来て11年目。クッキングタイムでは本場のチヂミを作って交流しました。

## 早めの点灯を呼びかけ



役場前の道路で11月15日、交通安全母の会、交通指導隊、村交通安全協会の方々約50名が「夕暮れ時の早め点灯で事故防止を」と横断幕を持ってPRしました。最近増加している高齢者の事故防止のためにも、ドライバーの心がけが大切です。

## スポーツで交流を



11月23日、第27回子ども会スポーツ大会が開催され、各部落対抗で下記の競技が行われました。競技の結果は次の通りです。(1位のみ)

ドッジボール (低学年) 八反田	卓球 (5・6年男子) 須藤僚真
〃 (高学年) 大袋	〃 (5・6年女子) 棚内胡桃
ソフトバレー 高樋・枝川	〃 (3・4年) 須藤恭太

## 秋の収穫に感謝して



11月18日、光田寺保育園で地域ふれあい秋餅集會が行われ、4・5歳児17人が親子で餅つきをしました。「よいしょ！」という掛け声とともに臼と杵で餅つきをし、餅を丸めたり、あんこに包んだりして会食しました。子どもたちはつきたての餅を口いっぱい頬張っていました。

## 親善少年剣道大会

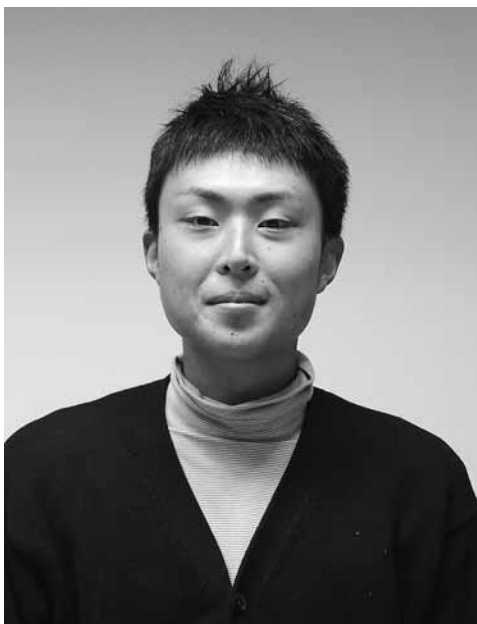


12月10日、田舎館中学校体育館で第20回田舎館村親善少年剣道大会が開催され、村内外から約200名の剣士が一堂に集まりました。田舎館剣友会の工藤良太君が選手宣誓し、15団体16チーム、1年生から6年生まで約200名が練習の成果を競い合いました。田舎館剣友会からは1、2年の部で工藤大誠君が2位に入りました。

## 練習通りできました



田舎館小学校で11月19日、収穫ありがとう祭が開催され、1部は児童らによる学習発表会、2部は餅つきが行われました。1部の学習発表会では歌や音楽劇、ダンスなどが披露され、会場からは児童らの練習の成果に、たくさんの拍手が送られました。



福士 正芳さん (25)  
前田屋敷

審査発表会には、22市町村が参加。福士さんは「賞をとるのは狙っていたけど、いざ会場に入って、他の市町村のCMを見たら、これはやばいなあと思った」とのこと。レベルが高いと感じたそうです。「大賞よりはアイディア賞や映像賞がとれば」と考えていたそうで、「審査発表で入



ふるさとの魅力をテーマに、熱い思いを30秒に詰め込む青森朝日放送主催「第6回ふるさと自慢わがまちCM大賞審査発表会」が10月29日、青森グランドホテルで開催されました。

田舎館村は田んぼアートを題材に「風神雷神の一日」というCMを制作し、入賞と会場賞（各市町村の投票で決定する賞）のダブル受賞を果たしました。制作スタッフの福士正芳さんにお話を伺いました。福士さんは昨年引き続きCMを制作。CM作りで難しかった点は「絵コンテを作る」と話す福士さん。何を題材にCMを作るか、企画の段階が一番大変だったそうです。去年の反省点として企画から撮影まで時間が足りな

かったため、今年は打ち合わせや小道具作りなど綿密にスケジュールをたてて撮影に臨みました。CMの内容は、風神雷神が実は役場職員だったという設定で、風神雷神の一日の仕事ぶりをCMにしたもの。撮影中は、風神雷神に変装した福士さんらに、田んぼアートを念撮影を求めると大人気だったようです。

審査発表会には、22市町村が参加。福士さんは「賞をとるのは狙っていたけど、いざ会場に入って、他の市町村のCMを見たら、これはやばいなあと思った」とのこと。レベルが高いと感じたそうです。「大賞よりはアイディア賞や映像賞がとれば」と考えていたそうで、「審査発表で入



## たくさんの人に 見てもらいたい

賞と聞いた時は、物足りないし、がっかりした」と話す福士さん。しかし、その後、会場賞も受賞と聞いた時には正直ホッとしたそうです。「大賞はとれなかったけど価値のある賞だと思う」と振り返ります。



また副賞として、会場賞CM50回放送、入賞CM30回放送、合計で年間80回、田舎館村のCMが青森朝日放送で放送されます。なお、左記の日程で、「第6回ふるさと自慢わがまちCM大賞審査発表会」の様子も放送されますので、ぜひご覧ください。

第6回ふるさと自慢わがまち  
CM大賞審査発表会放送日

青森朝日放送

○平成19年1月3日(水)

正午～午後1時25分

○再放送

平成19年1月8日(祝)

午後2時～3時25分

# Year End Celebrations

## 「年末年始のお祝い」

デービッドさんの  
国際交流コーナー

皆さん、新年おめでとうございます！この前、母に電話をした時、クリスマスの準備の話をしました。そこで、アメリカと日本の年末の祝い方には共通点がたくさんあると気づきました。

母のクリスマスの準備といえば、家の中を飾ること、プレゼントを買うこと、クリスマス・カードを書くこと、そしてクリスマスの特別な料理を作ることです。日本の重要な祝日（正月）がアメリカより7日間遅くて、中身が違ってもかもしれませんが、アメリカのクリスマスと日本の正月は似ている点がたくさんあると思います。

「飾り物」という言葉は使わないかもしれませんが、日本人が家や車にしめなわや松のお守りをかけているようです。お供えの餅も飾られます。これらのものと母が窓に飾るロウソクとあまり違わないと思いませんか？

そして母は忙しそうに、数多くのプレゼントを買っています。ちょっと前に、彼女はプレゼントをあげたい親戚、友だちのリストを作りました。それと同様に、日本人が今忙しくお歳暮を買っています。なんとなく、お歳暮にはクリスマス・プレゼントより義務感があるようですが、最終的に贈り物をしていることは同様です。

母は年を取ったら、字がかなり書けなくなってきましたが、今でも10人程度の親友にクリスマス・カードを送っています。ほとんどこれらの人にしばらく会っていませんが、少なくとも年に1回カードで連絡を取っているようです。これは日本の年賀状とかなり似ていると思います。

最後に、母は料理をします。彼女の大好きなクリスマス料理は、一年に一回しか焼かないフィンランド風のパンです。クリスマス頃、人が遊びに来たら、すぐに出せるよう、常に焼いてあります。黒豆、数の子、紅白なますではありませんが、日本のおせち料理と共通点がいっぱいある感じです。

アメリカ人にとってクリスマスは家族と親友と過ごす伝統がいっぱいある祝日です。その反対にアメリカでは正月の伝統が薄いです。正月は友だちとリラックスして、お酒を1~2杯酌み交わすくらいです。それは日本のクリスマスと似ていると思います。考えてみると、国が異なっても、年末の祭日が非常に類似しています。一つは伝統がいっぱいあって、もう一つは友だちとちょっとわいわいするものです。

英文の方も読んでみてください。(内容は上の文と同じです。)

Happy New Year everyone!! Just a few days ago I was talking with my mother. She was busily preparing for Christmas. While talking to her, I realized the many similarities between Japanese and American year-end holiday celebrations.

Some of her Christmas preparations include decorating the house, shopping for presents, writing Christmas cards, and cooking special foods. The content might be different and the holiday might be seven days later, but you can see many similarities between Christmas in America and Japan's traditional New Years celebration.

Few of you probably call it a decoration, but Japanese people often put up a straw ornament in their house or on their cars. You also see a lot of mochi stacked like snowmen. You have to admit there's not too much difference between these and the candles in my mother's house.

My mom is also buying all kinds of presents. A while ago she made a shopping list of family and friends she wants to give gifts to. Similarly, in Japan, people are busy buying *Oseibo* presents. It seems that *Oseibo* gifts are more obligatory than Christmas presents, but in the end, people are giving gifts to other people.

As she has gotten older, my mother's handwriting has gotten pretty bad, but she still takes time to send cards to about ten old friends. Often she hasn't seen these people for a while, but she keeps in touch with a Christmas card. That sounds like a Japanese New Years Card to me.

Finally, my mother is cooking. Her favorite Christmas food is a Finnish style bread which she bakes only once a year. She has it ready in advance so if you come to her house, she can easily take it out. It may not be black beans, *kazunoko* and *kouhaku namasu* but there are a lot of similarities with Japanese *Osechi Ryori*.

For Americans, Christmas is a tradition filled holiday, a time to spend with family and friends. New Years, on the other hand, doesn't have any strong traditions. It is a time to relax and have a drink with friends. I think that's similar to Christmas in Japan. It is amazing how similar these two year end holidays are, one with strong traditions and one a time to let loose with friends.

## 国際交流料理教室を開催します

毎月1回、いろいろな国の料理を国際交流員のデービッドさんが楽しく教えてくれます！第8回のメニューは「チョップ・シューイ（アメリカン中華）」「豆のサラダ」「チョコ・ケーキ」です。ふるってご参加ください。

■日時／平成19年1月28日(日)10:00~13:00 ■場所／中央公民館調理室 ■申込締切／平成19年1月25日(木)  
■対象／高校生以上 ■参加費／600円 ▷申し込み・問い合わせ／役場総務課企画係 ☎58-2111 (内線244)

津軽の話題満載

# 津軽広域連合だより

vol. 28

## 弘前市 第31回 弘前城雪燈籠まつり

「弘前城雪燈籠まつり」が、弘前公園(下白銀町)を会場に、2月9日(金)、午前10時からの開会式を皮切りに開催されます。雪を克服しようと始まったこのまつり。冬の風物詩としてすっかり定着し、今年で31回目を迎えます。今回の大雪像は弘前市御幸町にある「旧弘前偕行社」に決定しました。

まつりの主役は、なんといっても趣向を凝らした市民手づくりの雪燈籠。夜ともなれば、雪燈籠の錦絵がろうそくのともしびに揺れ、幻想の世界を醸し出します。また、イベント会場には雪の滑り台が設置されるほか、馬そり運行なども行われ、子どもから大人まで楽しめるまつりとなっていますので、家族みんなでおいでください。

▽開催日程 / 2月9日～12日  
▽問い合わせ先 / 弘前市立観光館

☎ 37・5501

雪と光が織りなす幻想的な夢の世界 ▶



▼ミニかまくらとライトアップされた冬のこみせ



## 黒石市

### 冬のこみせ

黒石こみせまつり実行委員会が主催する「冬のこみせ」は、2月10日(土)・11日(日)の両日、中町・前町などで開かれます。

国重文「高橋家」の公開をはじめ、菊乃井・玉垂酒蔵見学コーナーなど多彩なイベントが行われるほか、夜間はこみせ通りをライトアップしますので、情緒あふれる「こみせ」をお楽しみください。

また、2月は「津軽くろいし日本一の雪だるま」も市内で行われ、市民が創意工夫した雪だるまが登場し、皆さんの目を楽しませてくれます。

#### ▼主なイベントと会場

- こみせライブ (無料) // 津軽こみせ駅(黒石市中町)
- ずぐり回し体験コーナー、べんじゃ(下駄スケート)
- 乗り体験 // 国重文「高橋家」(黒石市中町)

▽問い合わせ先 / 黒石商工会議所  
☎ 52・4316

## 12・1・2・3月の主なイベント

	とき	イベント名	内容	問い合わせ先
12月	12月23日～3月17日	大鰐温泉スキー場 Kids Day	期間中の土曜日はキッズ(小学生以下)に限り、 Gondola・リフト料金が無料。	大鰐温泉スキー場 ☎47-6800
1月	1日	常盤八幡宮年縄奉納行事	巨大な年縄を奉納し家内安全、五穀豊穡を祈願。	藤崎町企画課 ☎75-3111
	11日～17日	第80回全日本学生スキー選手権大会	第30回の節目となる大会で、アルペン、クロスカンтриー、ジャンプ、コンバインド競技が行われる。	同大会大鰐町実行委員会事務局 ☎47-9100
2月	4日	旧正マッコ市	恒例のみかまきやマッコ(お年玉)の提供。	黒石商店街協同組合 ☎53-6030
	9日～12日	第31回弘前城雪燈籠まつり	雪燈籠約150基をはじめとする雪像で楽しめます。	弘前市立観光館 ☎37-5501
	9日	平賀はしご酒まつり	参加店の中から指定されたら店をはしご、ゴールを目指します。豪華景品が当たる抽選会もあり。	同まつり実行委員会事務局 ☎44-3055
	10日・11日	津軽くろいし日本一の雪だるま	日本最多を目標に市民が作った個性豊かな雪だるまが、市内全域で見られます。	黒石商工会議所 ☎52-4316
	11日	第29回白鳥まつり	子どもが参加できる雪上運動会も同時に開催。	藤崎町生涯学習課 ☎75-3311
	11日	りんごの里いたやなぎ雪まつり	りんごの里の人気行事。各種ゲームで運動不足を解消しよう!	板柳町経済課 ☎73-2111
3月	18日	しめなわ奉納裸参り	厳寒の中行われる正月(旧正)伝統行事。	弘前市立観光館 ☎37-5501
	2月中旬予定	しらかみ冬祭り	冬にちなんだ催物のほか、花火や大型風船が打ち上げられ、冬の白神を彩ります。	西目屋村総務課 ☎85-2800
	4日	平川市民芸能発表会	市民がカラオケ、踊り、寸劇などを披露します。	平川市生涯学習課 ☎44-1111
	10日・11日	第21回岩木山スキーマラソン大会	「走れ!さわやか津軽の大地」をスローガンに、県内外から多数の選手が参加する大会。	同大会実行委員会事務局 ☎82-5702

津軽広域連合は、弘前市・黒石市・平川市・藤崎町・板柳町・大鰐町・田舎館村・西目屋村の8市町村により介護及び障害程度区分認定審査・各種ソフト事業などの様々な事務事業を共同で実施する特別地方公共団体です。



お問い合わせの際は、  
各課の内線番号を  
お伝え下さい。

役場 ☎58-2111 (代表)

### 年末年始の 休業のお知らせ

次の施設は平成18年12月29日(金)～平成19年1月3日(水)までの間、休業(休館)させていただきます。

- 田舎館村役場 ☎58-2111
- 中央公民館 ☎58-2250
- 埋蔵文化財センター ☎43-8555

### 生産者と消費者の交流会 「明日を拓く女性のこころ」開催

▽日時／平成19年1月12日  
10時～15時

▽会場／藤崎町文化センター  
▽内容／料理や手工芸品の展示、農産物・加工品の即売、秋田漣シャランコンサートなど

※シャランコンサートは前売券(500円)が必要です。JA津軽みなみ田舎館営農センター(担当・三浦)で販売しています。

▽問い合わせ／中地域農林水産部普及指導室黒石普及分室 ☎52-4335(担当・菊池)まで

### 青森県産業別 最低賃金改正

平成18年12月21日から、左記のとおり改正されます。

- 鉄鋼業／時間額730円
  - 電気機械器具、情報通信機械器具、電子部品、デバイス製造業／時間額672円
  - 各種商品小売業／時間額667円
  - 自動車小売業／時間額705円
- ▽問い合わせ  
青森労働局貸金室  
☎017-734-4114

### 社会福祉協議会より 職員募集のお知らせ

村社会福祉協議会では、次の職員を募集します。

■ふれあいセンター「川部温泉」臨時職員1名(男性50歳まで)

■パートヘルパー1名。パートヘルパー2級以上または介護福祉士の資格をお持ちの方(男女問わず50歳まで)

■選考方法／面接試験  
※履歴書を1月10日(水)までに左記へ持参、または郵送してください。

▽問い合わせ／田舎館村社会福祉協議会 ☎43-8111  
〒038-1122  
八反田字古館206-1

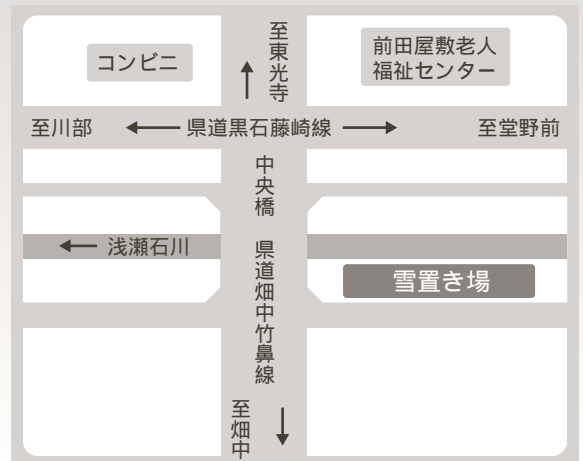
### 設備貸与制度 (割賦・リース)のご案内

中小企業の公的な支援機関である財団法人21あおもり産業総合支援センターでは、低利率・固定金利で設備貸与制度を実施しております。どうぞご利用ください。

▽問い合わせ  
財団法人21あおもり産業総合支援センター設備投資課  
☎017-775-3234

## 除雪作業のご協力を

1. 路上駐車はしないで⇒路上の駐停車は、除雪の妨げになります。決められた場所以外での駐停車はやめましょう。
2. 除雪車が仕事をしているときには近寄らないで⇒除雪車の前後10mくらいは死角となります。また、雪の中に入っている碎石、ガラスなどが飛散する場合がありますから30m以内には近寄らないようお願いします。
3. 道路に雪を捨てないで⇒除雪車が寄せた雪を道路に返したり、各家庭の雪を道路に押し出したりしないでください。
4. 深夜作業にご理解を⇒交通渋滞を引き起こさないために、除雪作業及び排雪作業は交通量の少なくなった夜間、早朝に行われます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解下さい。
5. スノーポールを抜き捨てないで⇒スノーポールがないと、道路の道幅が分からなくなり危険です。
6. 通行規制にご協力を⇒作業を安全に進めるためには、一時通行止めをすることがありますが、ご協力ください。
7. 雪処理は指定場所へ⇒宅地内の雪を運搬処理する方は雪置場として浅瀬石川中央橋(大字前田屋敷)南側上流を県から借りましたのでご利用ください。(ただし雪処理業者はご遠慮ください)



雪置き場 案内図

▷問い合わせ／建設課土木係 ☎58-2111 (内線264・265)



## 老人保健で医療を受けている方へ

### ○住民税非課税の世帯に属する方は「入院時の一部負担金」「入院時の食事代」が減額されます。

減額の適用を受けるためには申請が必要となりますので、該当する方で入院の予定がある場合は、事前に申請して下さい。申請すると「限度額適用・標準負担額減額認定証」(有効期限：毎年8月1日～翌年7月31日)が交付されます。

手続きに必要なもの……医療受給者証・保険証・印鑑

所得区分	入院時および世帯単位の自己負担限度額(月額)	入院時の食事代(1食当たり)	
一般	44,400円	260円	
低所得Ⅱ	24,600円	90日までの入院	210円
		90日を超える入院 (過去12ヶ月の入院日数)	160円
低所得Ⅰ	15,000円	100円	

低所得Ⅱ：世帯員全員が住民税非課税で、低所得Ⅰ以外の方

低所得Ⅰ：世帯員全員が住民税非課税で、所得が一定基準に満たない方

### ○医療費の節約のため、自分の健康のために、次のことを心がけましょう。

#### ・生活習慣病に気をつける

「高血圧症」「高脂血症」「心臓病」「糖尿病」といった生活習慣病などの慢性的な病気は、完治が難しく、療養期間が長くなって、医療費の増加につながります。

バランスのとれた食事と、適度な運動、十分な休養の3点に心がけ、生活習慣病の予防・悪化予防につとめましょう。生きがいを見つけることも大切です。

#### ・転ばないようにする

高齢になると、筋力やバランス力の低下のため、転びやすくなるとともに、骨粗しょう症などにより、転んで骨折、寝たきりになる場合も少なくありません。

転ばないために、身の回りの整理整頓をし、歩きやすい靴を履く、杖を使うなど工夫しましょう。

また、日頃から散歩や体操をして、自分の筋力とバランス力を維持しましょう。

#### ・お医者さんに上手にかかる

同じ病気でお医者さんをかけもちしたり、時間外や休日に受診したりすると、医療費が増えます。

「かかりつけ医」を持ち、定期的に健康診断を受けましょう。

また、薬をたくさん欲しがるのはやめましょう。

▷問い合わせ/厚生課国保係 老人医療担当 (内線157)

## 放送大学4月入学生募集

放送大学はテレビやラジオで授業を行う通信制の大学です。働きながら学びたい、生涯学習に興味があるなど、様々な目的で、幅広い世代の方が学んでいます。詳しい資料を無料で送付しますので、お気軽にお問い合わせください。

■教養学部/科目履修生、選科履修生、全科履修生

■大学院/修士科目生、修士選科生

○受付期間/平成19年2月15日(木)まで

○資料請求・問い合わせ/放送大学青森学習センター

〒036-8560弘前市文京町1 ☎0172-38-0500

放送大学ホームページ <http://www.u-air.ac.jp>

## 男性料理教室参加者募集

台所に立ったことのないあなたも、食生活改善推進員と一緒に調理実習しながら、楽しいひとときを過ごしてみませんか。

■日時/平成19年1月17日(水) 9:30~13:00

■場所/中央公民館

■持ってくるもの/エプロン、手ぬぐい

■参加費/400円

■申込締切/平成19年1月10日(水)

▷問い合わせ・申込先/地区の食生活改善推進員または厚生課保健師☎58-2111(内線153)まで

## 献血にご協力を!

今回の献血は、成分献血で予約制です。輸血を待ち望んでいる患者さんのために、ぜひ献血のご協力をお願いします!!

■日時/平成19年1月16日(火) ①10:30~ ②13:00~

③14:15~ ④15:30~ (いずれも定員4名)

■場所/田舎館村中央公民館(受付:中央公民館第2研修室)

■申込予約受付締切日/平成19年1月9日(火)

▷問い合わせ/厚生課環境衛生係 ☎58-2111(内線152)

『献血は安心してできます。  
健康管理にも役立ちます。』



## 岩木川水系河川整備計画についての意見を募集します

河川整備計画素案の閲覧、素案概要パンフレットの配布を実施します。パンフレットに添付したはがきにより意見を募集します。また、インターネットでも意見を募集しますので、皆様のご意見をお聞かせください。

- 意見募集期間／平成19年1月15日(月)まで
- 資料閲覧・配布場所／田舎館村役場建設課、道の駅いなかだて(配布のみ)

▷問い合わせ／青森河川国道事務所 調査第一課  
☎017-734-4521  
青森河川国道事務所ホームページ  
<http://www.thr.mlit.go.jp/aomori/>



## Happy Birthday

# 1月生まれのおともだち



**畑 中**

み さ き  
**斉藤美沙希ちゃん**

平成18年1月17日生

父…英司さん  
母…留美さん

「いつも元気いっぱい!  
たくさん食べて大きくな〜れ!!」

※広報では、2月生まれのお子さんの写真を募集中です。(1月22日締切) ①氏名(ふりがな) ②生年月日 ③住所 ④両親の氏名 ⑤コメントなどを書いて、役場総務課企画係まで郵送またはご持参下さい。

## 県政モニターを募集しています!

県では、アンケートを通じて県民の皆様から意見・要望などをお聞きし、施策の企画・立案の参考にするため県政モニターを募集しています。

- 応募資格／県内にお住まいの満20歳以上の方(議員、公務員、行政相談委員、国や地方公共団体のモニターを務めている方や今後務める予定の方、平成14年度以降に県政モニターを経験した方は除く)
- 募集人員／90名程度
- 期 間／平成19年4月下旬からおよそ2年間
- 仕 事／アンケートに対する回答(年3回程度)
- 応募方法／必要事項を記入して、はがきまたは電子メールでお申し込みください
- 必要事項／郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、職業、電話番号、希望理由、各種モニターの経験(ご応募の際にいただいた住所、氏名、電話番号等の個人情報については、県政モニターの選定など県政モニターに関する事務以外の目的では利用しません)
- 応募締切／平成19年1月31日(水)(当日消印有効)
- そ の 他／1年ごとに記念品を贈呈します

▷問い合わせ・申し込み／青森県企画政策部政策調整課広報広聴グループ県政モニター係 ☎030-8570青森市長島1丁目1-1  
☎017-734-9138 電子メールアドレス koho@pref.aomori.lg.jp

## あ と が き

新年あけましておめでとうございます。皆さん今年の目標は立てたでしょうか? 細木〇子さんの占いによると、私は来年の平成20年から大殺界だそうです。とりあえず、いいことだけを信じていこうと思います。

## 人権行政 相談所開設

と き 1月19日(金)  
と ころ 役場1階 相談室  
じ かん 午前9時 ~ 正午まで

## 戸 籍 の 窓

本村に現住所のある方を掲載しております。 敬称略



11/21 ~ 12/10 受付

三浦美智代	佐々木雅啓	佐藤香織	岩間竹範	山谷安希	杉本心平	中村由希	千田正	工藤千明	鈴木義人
-------	-------	------	------	------	------	------	-----	------	------

ご結婚おめでとうございます

つがる市	畑中	弘前市	和泉	前田屋敷	十和田市	東光寺	鱒ヶ沢町	弘前市	高田
------	----	-----	----	------	------	-----	------	-----	----



葛西	工藤	阿保	佐藤	清藤	樋口
恵子(58歳)	イサ(82歳)	トシ(73歳)	信義(74歳)	定弘(68歳)	ヤイ(86歳)
大根子	堂野前	八反田	畑中	堂野前	大袋

おくやみ申し上げます