

広報 文芸ごのへまち

5

月号

2019年
vol.719



◆主な内容◆

- 2 女性が活躍できる場所！
五戸消防署初、女性消防士の誕生！
- 3 五戸地区消防連絡協議会観閲式
- 4 五戸町教育大会
- 5 通いの場など介護予防に役立つ活動を行う団体を応援します
- 6 五戸総合病院医師一覧表・文芸ごのへ
- 7 情報ステーション
- 10 今月の地域おこし協力隊
- 11 図書館新着Books・ごのへ★スポーツナビゲーション
- 12 桜沼の小さなおまつり♪

4月から五戸消防署初となる女性消防士2名が配属となった。女性の社会進出が重要視されている近年、あえて男性の仕事とされている消防の世界の扉を叩き経験を積んできた2人。この勇気は町内の働きたい女性の背中を押してくれるに違いない。

五戸町の安心安全を女性の目線で支えるとともに、女性の社会進出を後押しする。今まで以上に女性の活躍の場は広がることだろう。その先陣を切り、新たな風を吹き込んでくれた2人の今後の活躍に期待したい。

女性が活躍できる場所！ 五戸消防署初、女性消防士の誕生！



五戸消防署では平成31年4月から女性消防士2名が配属になり、五戸町の安心安全を支えています。平成30年7月23日に竣工を迎えた新庁舎には、女性用トイレや仮眠室を整備しており、女性も働ける環境が整備されています。

近年までは消防士は男の仕事というイメージがありました。取材をし、彼女たちの話を聞いていく中で、女性にしかできない働き方があるということに気づかせてくれました。体力が劣るならほかの長所でカバーし、仲間と補い合う、そんな環境が五戸消防署に根付いていることがわかりました。

4月から署長として勤務している松本昌博署長は「今回配属になった2人には、女性ならではの目線で町民の皆さんに接してもらいたい。」と激励。今後の2人の活躍に期待しましょう。

五戸消防署 消防副士長 老久保 優衣



救急救命士の資格を取得後、現職に就き5年目を迎えました。女性隊員であることに自信と誇りを持ち、「まずは挑戦してみる」をモットーに日々の業務に奮闘中です。

新しい環境に少しの不安は感じますが、頼もしい同僚と共に、町民の皆さんのために安心安全な町づくりに努めたいと思います。よろしくお願いいたします。

一問一答 Q&A

- ①五戸消防署に配属になってよかったことは？
- ②職員数が少ない分、広く業務を見なければならぬ。その分いまままでできなかったことに取り組めるようになり、勉強になっています。

五戸消防署 消防士 小松 優花



五戸消防署初の女性職員ということもあり、プレッシャーを感じていますが、五戸町でのイベントや行事等を通し、町民の方々に「女性も消防で働ける」ということを伝えながら、交流を深められればと思っています。

ちなみに、私はお肉が大好きなので馬肉をたくさん食べて頑張りたいと思います！初めての土地で不安もありますが、「私にしかできないこと」「女性職員だからできること」を武器に頑張りますので、よろしくお願いいたします。

一問一答 Q&A

- ①消防士になったきっかけは？
- ②父が陸上自衛官で、その背中を見て育ってきたからか人の役に立ち、人を助けられる仕事がしたいと考えていたからです。

五戸地区消防連絡協議会 観閲式



◆ラッパ隊による見事なドリル行進

◆三浦町長による観閲



◆機械器具点検



◆分列行進



◆玉落し大会



三八地区消防協会五戸地区消防連絡協議会（大沢博協議会長）観閲式が4月28日（日）に行われ、五戸町と新郷村から参加した団員約500名と消防車両40台が、日頃の訓練成果を存分に披露しました。

団員らは午前8時に町中心街に整列。三浦正名町長から服装や規律などの観閲を受けた後、堂々の分列行進を行いました。

引き続き五戸小学校を会場にして行われた式典では、永年勤続者や功労者などに表彰状が贈呈されました。

その後、五戸小学校北側の用水路沿いに会場を移して恒例の「玉落し大会」が行われ、ポンプ操法の技術を競い合いました。団員らは、高さ9メートルの柱の先に結び付けられた玉をめがけて下から一斉に放水。一面を水壁で飾り、大勢の観客から拍手と声援が送られました。

五戸町教育の主要施策を明らかに

五戸町教育大会

「第56回五戸町教育大会」が4月19日、町立公民館で開催されました。教育関係者らが今年度の五戸町教育主要施策を確認したほか、各種表彰が行われました。

大会では、柳町靖彦教育長が主催者を代表してあいさつ。その後、教育施策の方針と学校教育・社会教育それぞれの主要施策を説明しました。

この後、文化・スポーツの各分野で活躍した方々を表彰しました。



感謝状		
東北三吉工業株式会社 代表取締役 田沢 英治	五戸町人材育成基金	金員を寄附
奈良 直次	ごへの郷土館	看板の寄贈

文化功労賞	
【五戸町文化協会】 佐々木 和弘	昭和26年における五戸地方菊花同好会設立に参画し、その後、後進者を多数指導した。平成18年からは門松作りも開始し、体験教室や自作の門松を役場に寄贈するなどの活動を行っている。また、長年青森ごのヘグリーン・ツーリズム協議会の会長を務められるなど五戸町の文化の発展に多数貢献している。
【五戸町文化協会】 軽米 嘉吉	昭和50年に日本習字五戸支部を設立、一般町民や児童生徒の指導を現在もやっている。また30年にわたり書初め大会、産業と文化まつりにおける作品審査に携わり、昭和55年から15年間公民館講座の講師として受講生に指導を行うなど、町の文化発展に貢献している。
【五戸地方芸能保存会】 藤村 イノ	昭和51年に芸能保存会に入会し、平成5年には副会長兼倉石支部長に就任。平成30年に退任されるまで40年以上、手踊りと民謡の伴奏者の指導に努められ、町の文化発展に貢献した。

文化賞	
【三沢商業高等学校】 川口 七瀬	第46回青森県高等学校珠算競技大会 伝票算競技 電卓の部 優勝
【三沢商業高等学校】 佐藤 羽夏 村越 摩穂 高橋 瑠奈	第47回マーチングバンド・バントワーリング 東北大会 金賞 第46回マーチングバンド全国大会 銀賞
【八戸東高等学校】 高橋 美羽 大久保 汐音	第71回全日本合唱コンクール全国大会 中学校・高等学校部門 銀賞

文化奨励賞	
【五戸中学校】 榎本 聖姫	平成30年度「心の輪を広げる体験作文」 中学生部門 最優秀賞
【倉石中学校】 今川 留那	第71回青森県児童生徒理科研究発表大会 青森県教育委員会教育長賞
【五戸中学校】 佐々木 大輝	あおもりの中学生・高校生による「大切なあなたへ贈る青春の一冊」 中学生の部 最優秀賞
【五戸中学校】 菊地 悠斗	第18回全国中学生「防火防災に関する」 作文コンクール 優秀賞
【五戸小学校】 関口 美月 鳥谷部 乃音 大山 アリアン 古川 妃織 川崎 珠知 小泉 貴代来 小林 志乃 福田 愛結 藤倉 寧久 大澤 千夢来 田中 聖菜 三浦 柚乃 和田 実悠 深畑 百花 鳥谷部 天 川村 星七夕 鳥谷部 花音 佐々木 菜緒 田中 みこと 山部 七海 石倉 優河	第18回マーチングステージ全国大会 優秀賞

スポーツ賞	
【五戸陸上競技協会】 三浦 國靖	第32回青森マスタース陸上競技選手権大会 M65クラス 棒高跳び 優勝 三段跳び 優勝 第2回青森マスタース陸上競技記録会 M65クラス 男子 棒高跳び 優勝 第19回東日本マスタース陸上競技大会 M65クラス 棒高跳び 2位
【八戸学院大学】 田中 美貴	東北女子サッカーリーグ2018 優勝 2018年度東北地域女子サッカーリーグ 2位
【三本木農業高等学校】 川崎 諒 和田 龍星	第5回全国高等学校7人制 ラグビーフットボール大会 青森県予選会 第1位
【柴田女子高等学校】 志村 紫月 大山 美夢	第71回青森県高等学校総合体育大会 バスケットボール競技 女子 優勝
【八戸工業高等学校】 佐々木 綾乃 木村 凜	第71回青森県高等学校総合体育大会 弓道女子 団体の部 優勝
【専修大学北上高等学校】 稲村 沙希	第27回全日本高等学校女子サッカー選手権大会 東北地域大会 3位
【千葉学園高等学校】 木村 茉紘	第71回青森県高等学校総合体育大会 サッカー競技 女子 優勝

スポーツ奨励賞	
【上市川小学校】 類家 美紅	第45回JSCA 新年フェスティバル 水泳競技大会 女子 50m バタフライ 優勝 50m 平泳ぎ 優勝 第41回全国JOCジュニアオリンピックカップ 春季水泳競技大会県予選会 10歳以下 女子 200m 個人メドレー 優勝
【五戸小学校】 中島 夢雲	キャンオン ガールズエイト 第16回JFA 東北ガールズエイト (U-12) サッカー大会 優勝
【五戸小学校】 猪内 和奏	第37回青森県小学生交流陸上競技記録会 小学女子ジャベリックボール投 第1位
【五戸サッカー協会】 榎本 聖姫 三浦 夏海 稲村 なつめ	JFA 第23回全日本U-15 女子サッカー選手権大会青森大会 優勝 2018青森エンジェルリーグ 優勝
【五戸サッカー協会 五戸中学校】 山部 心晴 榎本 美月 古川 怜奈	JFA 第23回全日本U-15 女子サッカー選手権大会青森大会 優勝 2018青森エンジェルリーグ 優勝 第61回青森県中学校サッカー秋季新人大会 優勝
【五戸中学校】 三浦 礼桜 町屋 侑 川村 颯吾 川村 紅羽 赤坂 大樹 川村 美咲 巴 疏羅 佐々木 大輝 佐々木 翔平 小館 啓汰 太田 壮亮 戸未 淳人 高橋 優心 高橋 勇偉 赤坂 康樹 平 勇斗 佐々木 悠 川村 透生	第61回青森県中学校サッカー秋季新人大会 優勝

通いの場など介護予防に役立つ 活動を行う団体を応援します

五戸町では、生涯にわたってできるだけ自立して、自分らしくいきいきと住み慣れた地域で暮らしていくことを目指して、元気な高齢者が要介護状態とならないように、そして介護が必要な人もそれ以上悪化させないために、通いの場を提供する自主的な活動を応援します。

概要

1 対象となる活動 … 気軽に参加できる場所での実施

- ・実施回数 月1回以上で、年度内に6か月以上継続して実施
- ・実施時間 1回2時間程度（準備・後片付けを含む）
- ・参加者 1回当たり平均10人以上（参加者の年齢は問いません）

※ただし、65歳以上の高齢者の参加が5人以上であること。

2 活動内容 … 必ず①と②を行い、高齢者が楽しく活動できるような内容

- ①体操や軽い運動（転倒骨折予防）
- ②レクリエーション（認知症予防）
- ③茶話会（お茶を飲みながら、くつろいでおしゃべり）
- ④会食（料理教室、料理を持ち寄っての昼食会など）
- ⑤趣味の活動（カラオケ、手芸、踊り、囲碁、園芸など）
- ⑥その他（参加者の希望を取り入れた介護予防に役立つ内容）

3 助成額（1会場あたり）

- ・1回あたり 2,000円（1月につき4,000円を上限とします）

対象となる経費は…

会場費、消耗品費、会場の光熱水費、連絡用切手代、講師謝礼金など。

*食事代、参加費、記念品代などは対象外です。

4 手続きについて

- ・申請書の受付期間は、令和元年5月7日（火）～7月31日（水）までです。
- ・五戸町地域包括支援センター（役場福祉課内）にお問い合わせください。



問い合わせ先 五戸町地域包括支援センター（役場福祉課内） ☎ 62-2111 内線 147

人権擁護委員の選任 及び表彰が行われました。

人権擁護委員を務めてきた高谷善信さんがこのたび退任し、4月1日付けで柳沢一範さんが新たに委嘱されました。

また、4月26日に開催された八戸人権擁護委員協議会定時総会の席上において、多年にわたり国民の人権擁護と人権思想の普及高揚に貢献したとして、五戸町から佐々木ノリ子さんが青森地方法務局長表彰されました。

法務大臣が委嘱する同委員は、戸籍・登記・金銭・子供や女性の人権問題などの身近な相談相手です。秘密を守り、問題解決の手助けをします。お気軽にご相談ください。

新任の人権擁護委員

柳沢 一範 さん
☎ 77-2427

青森地方法務局長表彰

佐々木 ノリ子 さん





五戸総合病院では、今年度も研修医（地域医療研修）の受け入れを行います。
 大阪市立大学医学部附属病院 6月・7月・10月・11月：各1名
 順天堂大学医学部附属浦安病院 6月・7月・10月・11月・1月・2月：各1名
 青森市民病院 6月：1名 青森県立中央病院 9月：1名
 禁煙外来の診療科が内科から外科に変更になりました。

五戸総合病院医師一覧表 (外来診療) 令和元年6月1日現在

診療科	氏名	職名・派遣元	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科	蝦名 宣男	名誉院長	○	○	6/5・19 倉石診療所	○	
	新井田 修久	院長代理	消化器検査	○	○	○	○
	佐藤 和則	副院長	○	○	○	消化器検査	○
	高木 望	医師	○	○	○	○	○
	岡本 一雄	十和田市	○			○	
	応援 医師	八戸市市民病院		6/25			
	五十嵐 昌平	弘前大学			消化器検査		
	坂本 拓矢	八戸市民病院				○	
	坂本 拓矢	八戸市民病院				予約制	
	松橋 昭夫	公立置賜長井病院					6/14・21 予約制
【糖尿病外来】	三浦 昌人	東北大学教授		6/11・25 予約制	6/5・19 予約制		
【糖尿病外来】	三浦 昌人	東北大学教授		6/4・18 午後予約制			
【循環器内科】	蝦名 宣男	名誉院長	午後 乳腺・甲状腺外来				○
【精神科】	安藤 敏典	院長	○		○		
外科	小林 実	医師		○		○	
	【泌尿器科】	安藤 敏典	院長	午後 予約制			
	【禁煙外来】	安藤 敏典	院長	○ (新患は予約)		○	
	【無呼吸(いびき)外来】	井戸川 敏彦	特別参事	○	○	○	○
産婦人科	応援 医師	東北大学					6/7・28
	笹野 拓也	科長	○	○	○	○	○
小児科	弘野 浩司	弘前大学					6/14
	三上 靖隆	科長	○	○	○	○	○
整形外科	深瀬 栄一	副院長	○	○	○	○	○
脳神経外科	伊藤 梓	東北大学		○			
	鈴木 哲章	東北大学				○	
眼	袴田 真理子	八戸市	○			○	
	原 隆太郎	弘前大学		○			
	工藤 玲子	弘前大学			○		
耳鼻いんこう科	小野 彩	東北大学		○			○
	皮膚科	小野 彩	東北大学		○		

○診療日・担当医等の予定は、都合により変更する場合がありますので、「五戸ちゃんねる」「五戸総合病院ホームページ」でご確認ください。
 【受付時間】再来 7:30~11:00 新患 8:15~11:00
 ●糖尿病外来 (第2・3金曜日).....受付時間 7:30~14:00
 ●眼科外来 (毎週火・木曜日).....受付時間 10:00まで
 ●小児科予約診療 (月曜日~金曜日).....診療時間 15:00~16:30
 (ただし、健診等のため午後の診療をできない日がありますので、電話でご確認ください。)
 ○他医療機関で受診している方は、紹介状をご持参ください。◎22時以降の救急外来で点滴を要する患者さんは、入院とさせていただきます場合があります。

文藝ひろく

●皆さんの作品を「文芸このへ」に発表してみませんか。
 川柳・俳句・短歌の区別を明記し、企画財政課広報係へ。
 ※俳句の応募が減少しておりますので、奮ってご応募ください。

〓 川柳 〓
 人並に花見したいとバス旅行 三浦マサ子(豊間内)
 衣替えてさわやかな風を着る 大釜丸子(竹原)
 食べるもの食べて生きてるのが命 藤田雪魚(川原町)
 どきどきは狭心病とと思う齡 向山健(石沢)
 〓 俳句 〓
 五月晴れ令和幕開けさわやかに 根岸セツ(下大町)
 桜散るまばたきせずに見送りぬ 根岸セツ(下大町)
 豊作を夢に精出す初田植え 田代十志男(上市川)
 〓 短歌 〓
 ひたすらに縫い続けた若い日よ 藤村ナヲ(鍛冶屋窪)
 まだまだいける手のろなれども
 満開の桜の下に歩みより 新井田久美子(博労町)
 両手を伸ばし花びらを待つ
 なんとなく正月迎える思いして 畑山房子(中市)
 和服で迎えし令和の朝
 平成の最後の春は下北の 遠藤加奈子(博労町)
 桜を愛でて下風呂の湯へ

雇用・募集

町臨時職員の募集について

- 職種及び採用予定人数 1名
- 一般事務臨時職員
- 受験資格 18歳以上（学生は除く）の通勤可能でパソコン操作ができる方
- 勤務時間 月曜日から金曜日 午前8時15分から午後5時
- 主な業務内容 一般事務補助
- 配属先 五戸町教育委員会
- 賃金 月額6400円
- 雇用保険・社会保険あり
- 雇用期間 令和元年8月1日（木）～令和2年7月31日（金）
- 申込手続 臨時職員・非常勤職員登録申請書及び履歴書を五戸町教育委員会教育課に提出してください。用紙は、五戸町教育委員会教育課、川内・浅田・倉石各支所にあります。（五戸町ホームページからもダウンロードできます。）

シロードできます。）

■受付期間

令和元年6月3日（月）～6月28日（金）

■採用について

面接（7月上旬）後に採用の決定をします。

〒五戸町教育委員会 教育課
☎62-7964（直通）

八戸圏域市民後見人養成研修受講者募集

認知症や障がい等により判断能力が不十分になった人を支援する市民後見人を養成します。

■期間

9月中旬～10月下旬までの10日間（週1～2回）

■場所

八戸市総合福祉会館
（はちふくプラザねじょう）

■対象

おおむね25歳～74歳以下

■定員 50人

■事前説明会

▽7月24日（水） 午後1時30分～午後3時
▽7月25日（木） 午後1時30分～午後3時

※受講希望者は、どちらかに

1回参加が必要です。

■申し込み・問い合わせ先

八戸市成年後見センター
☎0178-24-1324
FAX 0178-47-1881

青森県民体育大会 選手募集

五戸町体育協会では、下記のとおり弘前市を主会場に開催される、青森県民体育大会に選手を派遣する予定です。

五戸町体育協会の各競技協会では、五戸町を代表して各種大会に出場する新たな力を求めていますので、ぜひご参加ください。

大会に参加するには、町の各競技協会に入会する必要がありますので、興味のある方は、下記までお問い合わせください。担当をご紹介いたします。予選結果等により参加しない競技もあります。

五戸町体育協会では競技力向上だけでなく、五戸町の掲げる町民の健康維持・増進の目標実現のため、町民の皆さんのスポーツの機会拡充を図っています。



協会名	主会期	
	7月27日(土)	7月28日(日)
陸上競技	○	○
野球	○	○
バスケットボール	○	○
卓球	○	○
ソフトテニス	○	○
バレーボール	○	○
サッカー	○	○
柔道	○	○
相撲	○	○

協会名	主会期	
	7月27日(土)	7月28日(日)
剣道		○
バドミントン	○	○
ソフトボール	○	○
ママさんバレー	○	○
ボウリング	○	○
ゲートボール	○	
硬式テニス	○	
グラウンド・ゴルフ	○	

※平成31年2月号に掲載しました体育協会加盟団体一覧に、ソフトボール協会が抜けていました。お詫びして訂正いたします。

〒五戸町教育委員会 教育課
☎62-2111 内線517

農業

農業委員会農地利用最適化推進委員の委嘱

欠員となっておりました、第3地区（大字豊間内、扇田、浅水及び手倉橋）の農地利用最適化推進委員2名について、平成31年4月10日（水）の農業委員会総会において承認され、同日付で委嘱しました。

任期は委嘱の日から令和2年7月19日です。

■農地利用最適化推進委員

第3地区 石田 弘文
窪田 耕蔵

（敬称略）

〒五戸町農業委員会

☎62-2111 内線272

雇用・募集

五戸町成人式実行委員募集

令和2年五戸町成人式実行委員を募集します。

みなさんの手で『五戸町成人式』を創ってみませんか？

《募集要領》

■対象

来年1月に開催される「五戸町成人式」について、実行委員として企画や準備、当日の運営等に協力していただける方(新成人以外の方も可)。

※前回(平成31年)成人式から、新成人以外の方も募集

対象としています。成人式を経験した方、まだ経験していない方どなたでもご応募できますので、成人式にご協力いただける方をお待ちしております。

■成人式実施予定日

令和2年1月12日(日)

※実行委員の活動は6月頃からを予定しています。

■成人式対象者

平成11年4月2日から平成12年4月1日生の方(平成31年度)

新成人)で、五戸町内の中学校を卒業された方か、五戸町在住もしくはかつて居住していた方。

■募集人数 20名程度

■応募締切

随時募集

※募集人数に達し次第終了させていただきます。

■応募方法

次の事項を記入し、「封書」

又は「メール」により、五戸町教育委員会教育課へご応募ください。「メール」での応募の場合は、件名を「五戸町成人式実行委員応募」としてください。

①現住所(〒・住所)

②氏名(ふりがな)

③性別

④生年月日

⑤連絡先(日中つながる電話番号・メールアドレス)

⑥卒業中学校名(新成人で町内中学校を卒業した方のみ記入)

■申し込み・問い合わせ先

五戸町成人式実行委員会事務局

五戸町教育委員会 教育課

社会教育班 担当…山田

〒039-1513

五戸町字古館21-1

☎62-7965

福祉

五戸町子育てメイト子どもフェスタ「セタまつり会」

子育て奮闘中の皆さん、子育てメイトと一緒に親子で楽しいひとときを過ごしませんか。

■期日

令和元年7月6日(土)

午前10時～正午

■場所

五戸町立公民館 小ホール

■対象

0歳～就学前のお子さん

と保護者(兄弟・祖父母の方も大歓迎)

■定員

おおむね25組

※子どもの人数が30人になり次第締め切り。

■参加費

子ども一人100円(おやつ代)

■申込期間

6月13日(木)～27日(木)

の間に各地区の子育てメイト、又は役場福祉課までお申し込みください。

■申込期間

6月13日(木)～27日(木)

の間に各地区の子育てメイト、又は役場福祉課までお申し込みください。

■申込期間

6月13日(木)～27日(木)

の間に各地区の子育てメイト、又は役場福祉課までお申し込みください。

Mail FAX 62-2114
shakaiyoku@town.gonhe.comori.jp

令和元年度身体障害者巡回診査及び更生相談

■対象者

肢体不自由のある方で、次のいずれかに当てはまる方

①身体障害者手帳の交付を受けているため診査を必要とする方

②身体障害者手帳をお持ちの方で、町から要再認定の通知を受けた方、又は障がい程度に変化があり、等級変更を希望する方

③補装具の処方が必要とする方

※当日の診察で得られる情報のみでは判定が困難な場合がありますので、あらかじめご了承ください。

■日程及び場所

令和元年7月4日(木)

午前9時～午前10時30分(受付時間)

八戸福祉体育館

■持参するもの

身体障害者手帳(持っている方)、印鑑、個人番号

■診査及び相談料

無料

介護用品の給付について

【介護用品の給付】

在宅で介護している家族の経済的負担を軽減するため

に、紙おむつ・尿とりパットなどの購入用の引換券を、年間75000円を限度に発行

します。(今年7月～翌年6月までの1年間)

■対象者

町内に住所を有し居住している町民税非課税世帯の方

で、介護保険の要介護度が4又は5に該当し、介護用品を必要とする65歳以上の高齢者を在宅で現に介護している家族。

■手続きに必要なもの

申請書、はんこ、介護保険被保険者証

※6月1日から随時受付しますので、該当すると思われる方は申し込みください。

(申請書等は福祉課地域包括支援センターにあります。)

■地域包括支援センター

〒039-1513

五戸町字古館21-1

☎62-7956

お知らせ

第27回青森県障害者スポーツ大会について

■日程・会場

日程	競技名等	会場
令和元年8月25日(日)	開会式・陸上 フライングディスク	県総合運動公園陸上 競技場・補助競技場
令和元年9月1日(日)	ソフトボール	青森市屋内グラウンド (盛運輸サンドーム)
令和元年9月8日(日)	水泳・卓球・アーチェリー バレーボール	新青森県総合運動公園 メインアリーナ他
令和元年9月14日(土)	ボッチャ(オープン競技)	青森県身体障害者福祉セン ターねむのき会館 体育館
令和元年9月22日(日)	ボウリング	アオモリボウル

■参加資格

平成31年4月1日現在12歳
以上で、

- ①身体障害者手帳を所持する者
- ②原則として愛護手帳を所持する知的障害者

- ③原則として精神障害者保健福祉手帳を所持する者
- ※チャレンジクラスの実施も
あります。

■参加費

無料(ボウリング競技のみ
ゲーム代・貸しシューズ代が
かかります)

■申込期間

令和元年5月1日(水)
～6月14日(金)

■申込先

役場福祉課

☎0178-62-7955

青森県障害者スポーツ大会
実行委員会事務局

(ねむのき会館内)

☎017-738-5033

FAX 017-738-0745

このへ郷土館開館1周年
感謝デーについて

「このへ郷土館開館1周年
感謝デー」を令和元年6月30
日(日)に開催いたします。

当日はセレモニーを予定し
ております。個数限定で記念
品を配布いたしますので、ご
来館をお待ちしております。

☎このへ郷土館

☎62-5965(月曜休館日)

なくそう山菜採り等の遭難事故
山菜採り等遭難防止の心得

遭難者のほとんどは、山菜
採りに夢中になって迷った
り、無理をして崖等から転
落しています。楽しい山菜
採りも危険と背中合わせと
いうことを決して忘れない
てください。自分だけは夫
丈夫と思っている油断が遭
難事故の要因の一つです。

■山での遭難は、残された家
族の悲しみはもろろんのこと、
地元の警察・消防関係
者や地域の方々に大変迷惑
をかけることとなります。

そのうえ、捜索にかかった
費用は、家族の大きな負担
となります。

【遭難しないため、必ず守っ
てほしいこと】

■事前に天気予報を確かめ、
天気が悪くなりそうな時は
中止する。

■入山する地点、駐車場所、
帰宅時間を家族に知らせて
おく。

■食糧・防寒具・携帯電話等
は、必ず持参する。

■単独での入山は止める。お

互い声を掛け合い、位置を
確認して行動する。

■目先の収穫よりも安全第
一。崖や急斜面などの危険
な場所は避ける。

■決して油断しない。自分の
体力や体調にあわせて無理
せず行動し、早めに下山す
る。

【もし遭難してしまったら】

■むやみに歩き回らず、大木
や岩陰で助けを待つ。日没
後の行動は危険です。

■捜索のヘリコプターの音が
聞こえたら、広い場所で白
いたオルなどを振って合図
する。

☎役場総務課 行政防災班
62-2111 内線212

☎青森県危機管理局防災危機管理課
危機管理対策グループ
017-734-9180

「土砂災害から身を守るために」
6月は土砂災害防止月間です!

土砂災害から身を守るため
に、日頃の備えと早めの避難
が必要です。土砂災害は、台
風などの大雨の時期に特に多
く発生します。身の危険や周
囲に異変を感じたら、ただち
に避難するとともに、役所な
どへ連絡しましょう。

土砂災害警戒情報や土砂災
害警戒区域等マップなど、土
砂災害に関する情報は、青森
県庁ホームページから、「防
災情報(砂防)」で検索する
とご覧いただけます。

☎役場総務課 行政防災班
62-2111 内線216

☎青森県 県土整備部
河川砂防課 砂防グループ
017-734-9670

社会福祉センター「ふる」の
休業のお知らせについて

社会福祉センターのふるは
設備故障のため、6月末まで
休業いたします。

☎役場福祉課
62-7955(直通)

町発行物の和暦表記について

町発行の書類(住民税、国
保税、固定資産税、五戸ケー
ブルテレビ利用料等)で「平
成」で表示している部分は、
必要に応じて新元号「令和」
と読み替えてください。

☎五戸町役場
62-2111(代表)

今月の地域おこし協力隊

こんにちは、地域おこし協力隊の山口です。

ピクニックマーケットが掲げる開催趣旨のひとつ「暮らしを一緒に遊ぼう」。自分の役割をこなすことで精いっぱいのせわしない毎日に、ひと息つける時間を持つ、という提案です。

私たちの時間は有限です。あれもこれも、忙しいと心のゆとりがなくなりますよね。そんな時こそ心に余白が必要だと感じます。ゆとりがないと感じたら、ほんの5分だけでも息抜きしてください。

ピクニックマーケットでは余白時間を提供しています。わいわい賑やか、というよりはほっと息抜きする時間。責任ある役職に就いている方や、同居が少しだけ息苦しいお嫁さんお婿さん、介護中の方など、公園でお弁当を食べるだけでも、少し気持ちが軽くなります。ぜひお弁当持ってマーケットに遊びに来てくださいね。

《今後の開催予定》

6/23 (日)・7/21 (日)・8/25 (日)

山口隊員!



五戸町地域おこし
協力隊 Facebookへ

健康づくり伝言板

～健康知力アップで健康寿命アップ!～

今月のテーマ「抗酸化作用とは？」

近年よく「抗酸化作用」という言葉を耳にします。

私たちが生きていくうえで必要な酸素は、身体の中で一部が活性酸素という物質に変わります。活性酸素が多くなると、老化を促し、動脈硬化やがん細胞を増殖させると言われています。

抗酸化作用には、活性酸素の発生や働きを抑制したり、除去するので老化予防やがん予防に効果があると言われています。食品では、野菜類に多く、特にトマトに含まれるリコピンには強い抗酸化作用があります。

抗酸化作用をもつ栄養素

- ・βカロテン…人参 など
(リコピンはβカロテンの中の一つ)
- ・ビタミンC…レモンやブロッコリー
- ・ビタミンE…アーモンド など

活性酸素を増やすもの

- ・タバコ
- ・紫外線
- ・アルコール
- ・脂肪 ・ストレス



★トマトときくらげの卵炒め

材料 (2～3人分)

トマト	大2個	オイスターソース	大さじ1
きくらげ	7g	塩	少々
卵	3個	ごま油	大さじ1
中華スープの素	小さじ1/2	サラダ油	大さじ2



リコピンは、加熱により吸収率が3～4倍高くなります。

作り方

- ①きくらげは水で戻し、よく洗って硬い部分を切り落とし適当な大きさに切る。卵は、溶いて中華スープを加えておく。
- ②トマトは、皮のまま8等分のくし切りにする。
- ③フライパンでサラダ油(大さじ1)を熱し、卵を半熟になるまで炒める。
- ④③を一度取り出し、フライパンを拭いてきれいにし、サラダ油(大さじ1)を熱して中火できくらげとトマトを炒める。
- ⑤トマトの形が崩れてきたらオイスターソースと塩を加える。
- ⑥⑤に卵を加えて炒め合わせ、最後にごま油をたらす。
- ⑦器に盛り付け完成。

【問い合わせ】 役場健康増進課 ☎ 62 - 7958 (直通)

◆図書館新着 Books◆

●開館時間 平日 10:00～19:00、土・日・祝日 9:00～17:00
 ●6月の休館日 3日、10日、17日、24日、28日
 ●問い合わせ先 五戸町図書館 ☎61-1040

【今月のおすすめ】



図解巣箱のつくり方かけ方

(飯田知彦/著 創森社)

一般的で基本となる小鳥用巣箱のつくり方かけ方から、応用範囲の広い万能巣箱、農業への貢献が著しいフクロウ用大型巣箱のつくり方かけ方まで、多くの図表を用いて詳しく解説。巣箱の観察と維持・管理、活用法も紹介する。



たいよう 1,000 おくにひとつのたいせつなほし

(スティーブ・パリス/絵 スイシー・マカナルター/原作 小学館)

銀河系には 1,000 億個以上の星があるけれど、地球に住む人たちになくてはならない星といえば、そう、ぼく、太陽！太陽本人が語る宇宙科学絵本。自分で考える力を育みます。

■一般 ■ヤングアダルト

天皇という「世界の奇跡」を持つ日本 (ケント・ギルバート)
 大学的青森ガイド (弘前大学人文社会科学部)
 池上彰が聞く韓国のホンネ (池上彰)
 子どもと作れる 12 か月のパン (吉永麻衣子)
 市民農園 1 区画で年間 50 品目の野菜を育てる本 (福田俊)
 ドナルド・キーンのおペラへようこそ！ (ドナルド・キーン)
 教養のある大人になるための一生ものの語彙力 (神永暁)
 ゆうゆうヨシ子さん ローボ百歳の日々 (嵐山光三郎)
 中野のお父さんは謎を解くか (北村薫)
 見えない靴 心療内科医・本宮慶太郎の事件カルテ (鍋木蓮)

■児童

国籍の？がわかる本 (木下理仁)
 都道府県別につぼんオニ図鑑 (山崎敬子)
 人間の役に立っているありがた〜い生き物たち (石田秀輝)
 世界をうごかした科学者たち 工学者 (ゲリー・ペイリー)
 災害にあったペットを救え (高橋うらら)
 旅するこどもの英語 ニューヨーク編 (コンテックス情報研究所)
 こちら妖怪お悩み相談室 (清水温子)
 ブランの茶色い耳 (八束澄子)
 ぱぱぱぱんつ (うえだしげこ)
 ぺんぎんのびむとぼむ (ディック・ブルーナ)

【五戸ちゃんねる】

～6月の見どころ(予定)～

●平成 31 年度五戸地区消防連絡協議会観開式
 五戸町消防団及び新郷村消防団の日ごろの訓練の成果を披露。玉落としなどの競技の様相がご覧になれます。

※5月17日時点の情報です。
 ※番組名は全て仮称です。また、番組内容は予告なく変更する場合がありますので、テレビ番組表(五戸ちゃんねる 11ch)にてご確認ください。

◆五戸ちゃんねる、(11ch)は五戸ケーブルテレビにご加入の全ての方々に無料で提供しています。
 五戸ケーブルテレビは加入者全員から集める利用料でその施設の維持管理を行っております。
 五戸ケーブルテレビの運営について、ご理解とご協力をお願いします。
 なお、ケーブルテレビ利用料にはNHK受信料・BS受信料等は含まれておりません。各自でNHKに受信料をお支払いください。

〈ケーブルテレビ故障受付〉
 0120-506-016
 24時間 365日受付

〈五戸ちゃんねるに関するお問い合わせ〉
 62-7952(役場企画財政課直通)
 平日 8時15分～17時00分

このへ★スポーツナビゲーション

★青森県民スポーツ・レクリエーション祭

7月6日(土)、倉石スポーツセンターにおいて第12回青森県民スポーツ・レクリエーション祭3B体操が開催されます。

3B体操とは、ボール・ベル・ベルダー(3B)を使用した体操で有酸素運動や筋力づくり運動、柔軟性を高めるストレッチングなどの効果がある体操です。

初めての方でも無理なく始めることができるので、この機会に是非体験してみてください。



- ◆日時 令和元年7月6日(土)13時から15時30分まで
- ◆会場 倉石スポーツセンター(五戸町大字倉石中市字幸神94番地1)
- ◆実施内容 ①ボール・ベル・ベルダーを使用して運動する。
②ゲームで楽しみながら交流を図る。
- ◆参加料 一般…無料 会員…300円
- ◆問合せ先 〒030-0915 青森市小柳6-22-12
(公社)日本3B体操協会 青森県支部
支部長 西川 悦子
電話:080-1828-8942 FAX:017-744-3368

★6月休館日

五戸ドーム:5日、12日、19日、26日
 倉石スポーツセンター:19日

【問合せ先】

公益財団法人五戸町スポーツ振興公社
 五戸町スポーツクラブ
 ☎62-2301 FAX 62-2365

桜沼の小さなおまつり♪

元号が令和に代わり、初めての子ども目。川内地区にある桜沼で小さなおまつりが開催されました。

今年再結成された桜沼を守る会の主催で開催されたこの祭りは、約200匹のこいのぼりが泳ぐ桜沼公園でワークショップや屋台を開き、地域の皆さんで端午の節句をお祝いしようというものでした。

今回は子ども目の特別企画として、カヤックインストラクターであるそといあきさんをお招きし、カヤックを漕ぎながらこいのぼりを見上げる贅沢ツアーを企画。カヤックを体験した大沢颯太君(5歳)は「漕ぐと前にすごい進むのが楽しかった。こいのぼりもきれいだっ！」と元気いっぱい。子供たちにとって最高の子どもの目になったのではないのでしょうか。



以前、父親が桜沼を守る会の事務局を担当しており、桜沼の良さは昔から知っていました。

桜沼は、子どもも大人も含めた地域の人々の憩いの場であり、こいのぼりの時期に限らずいつでも立ち寄れる場所にしたいです。

桜沼を守る会 中里 智 会長

町内企業・団体の求人情報掲載について

雇用対策及び地域経済の活性化を図ることを目的に、広報ごのへまち誌面及び五戸ちゃんねる(データ放送)において、町内の会社等の求人情報を掲載します。掲載を希望する会社・団体は、求人情報掲載申込書(申込書は町ホームページから取得可能)に必要な事項を記入し提出してください。

■掲載内容

職種、採用人数、賃金、就業場所、就業時間、休日、申し込み・問い合わせ先等

■掲載料 無料

■申込期限 令和元年6月11日(火)

■掲載予定日

「広報ごのへまち6月号」6月28日発行

■申し込み・問い合わせ先

申し込みはFAX又は郵送にて役場企画財政課広報担当まで。

▽住所 五戸町字古館21-1

▽電話 62-7952(直通)

▽FAX 62-6317



町の人口			
		(前月対比)	(前月出生数)
男	8,298人	(-2)	4人
女	8,897人	(-7)	3人
総人口	17,195人	(-9)	
世帯数	7,043世帯	(±0)	

令和元年5月1日現在

国民健康保険からのお知らせ

国民健康保険（国保）とは、職場の健康保険や、後期高齢者医療制度など、他の公的医療保険に属さない人が加入する保険制度で、国保加入者の皆さんでお金を出し合い、個々の医療費の自己負担を軽減しようという助け合いの制度です。

国保に加入するとき、脱退するときなどは、14日以内に届け出をお願いします！

こんなとき		必要なもの
加入するとき	ほかの市町村から五戸町に転入してきた	印鑑、転出証明書（転入手続用）
	職場の健康保険をやめた 職場の健康保険の被扶養者でなくなった	印鑑、社会保険資格喪失証明書など
	子どもが生まれた	印鑑、母子健康手帳
	生活保護を受けなくなった	印鑑、保護廃止通知書
脱退するとき	五戸町からほかの市町村へ転出する	印鑑、転出する人全員の保険証
	職場の健康保険に入った 職場の健康保険の被扶養者となった	印鑑、国保の保険証、職場の保険証
	死亡した	印鑑、保険証
	生活保護を受けるようになった	印鑑、保険証、保護開始通知書
その他	町内で住所が変わった 世帯主の氏名が変わった 世帯を分けた、又は一緒にした	印鑑、世帯全員の保険証
	保険証をなくした	印鑑
	汚れて使えなくなった	印鑑、使えなくなった保険証

※いずれの届け出の場合でも、世帯主と届け出対象となる方のマイナンバー（個人番号）がわかるもの、窓口へ来る方の本人確認書類（免許証など）が必要です。

問い合わせ先 役場住民課（国保班） ☎ 62-2111 内線 115～117

交通事故にあったとき（第三者の行為によるケガ・病気のと きなど）

交通事故や暴力行為など、第三者の行為によるケガの治療に保険証を使う場合、住民課への各種書類の提出が義務づけられています。本来、被害者に過失がない限り、加害者が医療費の全額を負担することになりますが、保険証を使うことによって、窓口でお支払いいただく一部負担金以外の医療費（保険給付分）は医療機関から町に請求がきます。その場合は、町が加害者に代わっていったん立て替えて支払い、後日、加害者へ請求します。提出書類の記載は、現在ご加入の保険会社が代行する場合がありますので、ご確認ください。

◎各種様式は、五戸町ホームページからダウンロードできます。ご不明な点は、役場住民課までお問い合わせください。

問い合わせ先 役場住民課（国保班） ☎ 62-2111 内線 111

日	記念日等	行事等
18 火		
19 水	食育の日	 4か月児健康診査（平成31年2月生） 12:30～12:45 受付 五戸町立公民館
20 木		● まち・カフェ 10:00～12:00 五戸総合病院
		● みんなの保健室 13:00～15:00 役場健康増進課
21 金		● トコトコ教室（川内地区） 9:30～11:30 瑞穂館
22 土	ボーリングの日	
23 日		
24 月	UFO 記念日	● ホットセンターあ・そ・ぼ 10:00～12:00 町立公民館 児童室
		 四種混合〔ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ〕予防接種 12:20～12:45 受付 五戸総合病院
25 火		● 健診結果説明会 12:40～13:00 受付 五戸総合病院
		● 行政相談 13:00～15:00 町立公民館 児童室
26 水		 麻しん・風しん混合予防接種 12:20～12:45 受付 五戸総合病院
27 木		● みんなの保健室 13:00～15:00 役場健康増進課
28 金	パフェの日	● トコトコ教室（豊間内地区） 9:30～11:30 豊間内地区コミュニティセンター
		● 移動献血 9:30～12:00 受付 五戸町役場
29 土		
30 日		● 普通救命講習会 9:00～12:00 ひばり野スポーツ交流センター AVホール・学習室

7月の主な行事

日	行事等
1 月	ホットセンターあ・そ・ぼ 10:00～12:00 町立公民館 児童室
	四種混合〔ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ〕予防接種 12:20～12:45 受付 五戸総合病院
2 火	
3 水	1歳6か月児健康診査（平成29年12月・平成30年1月生） 12:30～12:45 受付 町立公民館
4 木	移動図書館巡回日 9:00～12:00 地区巡回
	身体障害者巡回診査及び更生相談（肢体不自由） 9:00～10:30 受付 八戸福祉体育館 みんなの保健室 13:00～15:00 役場健康増進課
5 金	トコトコ教室（浅田地区） 9:30～11:30 浅水活性化センター
6 土	五戸町子育てメイト子どもフェスタ「七夕まつり会」 10:00～12:00 町立公民館 小ホール

日	行事等
7 日	
8 月	ホットセンターあ・そ・ぼ 10:00～12:00 町立公民館 児童室
	BCG予防接種 12:20～12:45 受付 五戸総合病院
9 火	暮らしの相談会 10:00～12:00 館コミュニティセンター 1階
	健診結果説明会 12:40～13:00 受付 五戸総合病院
	行政相談 13:00～15:00 館コミュニティセンター 1階
10 水	
11 木	とことん元気教室（石沢地区） 9:30～11:30 石沢地区公民館
	みんなの保健室 13:00～15:00 役場健康増進課
12 金	6か月児・10か月児健康診査（平成30年11月～12月・平成30年8月～9月生） 9:30～9:45 受付 町立公民館
	トコトコ教室（旧町内地区） 9:30～11:30 13:30～15:30 町立公民館

2019年 6月 令和元年度

今月の納期

納期限 7月1日(月)

町県民税

第1期

日	記念日等	行事等
1 土	県民交通安全の日	
2 日		● 選挙投開票日 👤 2019 キッズスポーツフェスティバル 9:00～12:00 五戸ドーム
3 月		● ホットセンターあ・そ・ぼ 10:00～12:00 町立公民館 児童室 👤 四種混合【ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ】予防接種 12:20～12:45 受付 五戸総合病院
4 火	虫歯予防デー	● 人権相談 13:30～15:30 町立公民館
5 水		👤 3歳児健康診査(平成28年2月～3月生) 12:30～12:45 受付 五戸町立公民館
6 木		● みんなの保健室 13:00～15:00 役場健康増進課
7 金		● トコトコ教室(浅田地区) 9:30～11:30 浅水活性化センター
8 土		
9 日	ロックの日	👤 おはなし会 10:30～11:15 図書館
10 月		● ホットセンターあ・そ・ぼ 10:00～12:00 町立公民館 児童室 👤 BCG予防接種 12:20～12:45 受付 五戸総合病院
11 火		● 行政相談 10:00～12:00 倉石コミュニティセンター 作法室 ● 健診結果説明会 12:40～13:00 受付 五戸総合病院
12 水		
13 木		● 移動図書館巡回日 9:00～12:00 地区巡回 ● みんなの保健室 13:00～15:00 役場健康増進課
14 金		● トコトコ教室(旧町内地区) 9:30～11:30 町立公民館 13:30～15:30
15 土	高齢者交通安全の日	
16 日	無重力の日	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">6月は環境月間です</p> <p>テレビ・ゲーム・パソコンなどを消して読書・読み聞かせに取り組みましょう! ※この取り組みは、北海道・青森県・岩手県・秋田県の共同行動として行っています。 6/1～30 環境関連図書の特設展示 6/9(日) 環境絵本の読み聞かせ(10:30～11:15)</p> </div>
17 月		● とことん元気教室(倉石3地区合同) 9:30～11:30 五戸町保健福祉センター

第51回五戸町民登山

「焼山」 秋田県

標 高 / 1,366m

所要時間 / 往復で約 4 時間

行 程 / 五戸町役場出発 (午前 5 時 45 分) ~ 後生掛温泉出発 (午前 9 時) ~ 焼山 (午前 11 時) ~ 昼食 ~ 玉川温泉到着 (午後 2 時) ~ 入浴 (午後 4 時 30 分) ~ 五戸町役場到着 (午後 7 時 30 分 (予定))

申込期間 : 5 月 27 日 (月) ~ 6 月 10 日 (月)

申込場所 : 五戸町役場教育課、五戸町立公民館、川内支所、浅田支所、倉石支所 (土・日曜日は受け付けておりません。)

受付時間 : 午前 9 時から午後 5 時まで (全ての申し込み場所共通)

募集対象 : 五戸町に在住又は勤務し、体力・健康に自信がある高校生以上の方

参加料 : 3,200 円 (申し込み時は不要。登山当日にいただきます。)

定 員 : 50 名 (参加希望が定員を超えた場合は五戸町在住者を優先します。それでも定員を超えた場合は事務局が抽選により決定します。)

申込方法

- ①各申込場所で参加希望者の氏名、生年月日、住所、電話番号を記入していただきます。(代理申し込みは可) 町外の在住者は勤務先名を記入して下さい。
- ②電話、FAXでのお申し込みはできません。
- ③1 個人につき 1 件までの申し込みになります。重複しての申し込みがあった場合はどちらも無効となります。
- ④グループでの申し込みは、1 グループ 3 人まで可。抽選になった場合は 1 グループで 1 件の取り扱いになります。(例) 1 グループ 3 人で申し込んだ場合には当選も落選もそのグループ 3 人となります。
- ⑤参加者全員が保険加入となるため、本人以外の参加はできません。

☎五戸町教育委員会 教育課
担当：社会教育班 千田
☎ 62 - 2111 内線 518

※写真は平成 28 年度のものです



「令和元年度五戸町民大学講座」開催のお知らせ

五戸町教育委員会では町民の皆さんの生きがいや潤いのある生活を目指し、五戸町民大学講座を開催しております。今年度は 6 月 24 日 (月) に合同開講式を実施します。たくさんのお受講生をお待ちしております。

事前申込は不要です (初めて受講される方については、当日の受付にて住所、氏名等を伺います)。

■対 象 町内居住の成人

■受 講 料 無料。ただし、講座内容によって、教材購入費・見学科などが必要な場合は自己負担となります。

■講座内容 第 1 回 合同開講式・記念講演

日時 令和元年 6 月 24 日 (月) 13:30 ~ 15:00 受付 13:00 から

場所 五戸町立公民館 1 階 小ホール

講師 坂本 弘子 氏 (八戸学院大学 健康医療学部 看護学科 助教)

内容 よりよく生きるための方法

※送迎バスを用意しますのでご利用ください。

バス停名	出発時刻	経 由 地
上市川中央バス停	12:15 発	(川内中学校前バス停、粒ヶ谷地バス停、切谷内下バス停、兎内バス停、下石仏バス停経由)
志戸岸交差点	12:45 発	(豊間内コミュニティセンター経由)
浅田支所	12:55 発	
倉石診療所	13:10 発	(倉石支所前バス停、小渡平公園入口バス停経由)

(備考) 第 2 回以降の講座内容につきましては、第 1 回講座の時にお知らせいたします。

問い合わせ先 五戸町教育委員会教育課 (社会教育班) 担当：千田 ☎ 62 - 7965 (直通)