

広報

ふじさき

みんなで築く 希望に満ち、
活力があふれるまち ふじさき



大きなりんごが実りますように!

2020

8

No.185

町内小学校りんご栽培体験学習



名誉町民 吉田豊さんの
記念品が寄贈されました

町の名誉町民で弘前大学元学長の吉田豊さんが、所蔵していた勲章、瑞宝重光章や書画、医学書など68点を町に寄贈しました。

吉田豊さんの略歴

昭和5年生。藤崎町水沼出身。東奥義塾高校から弘前大学に入学し、アメリカファイオフ州のコーネル・カレッジへ留学した後、32年に同大医学部を卒業しました。50年に弘前大学医学部第一内科教授となり、平成8年に学長に就任。その後は東奥義塾高等学校理事長や青森県総合健康センター理事長等を歴任し、教育や医学の発展に尽力しました。医学の分野では、食事制限なしで大腸がんスクリーニング検査ができる便潜血検査の免疫法を開発するなど大腸疾患の権威者として大きな業績を残しました。ほかにも、町内で健康増進に向けた講演会や地元小学生への特別授業を行うなど、町の発展にも貢献しました。平成19年に瑞宝重光章を受章し、27年に名誉町民の称号が贈られました。



町文化センターに展示されている記念品

7月6日に町文化センターで行われた贈呈式では、吉田さんに代わり、次女の吉田弘子さんが寄贈に協力した工藤睦男弘大名誉教授、笹森建英弘前学院大学客員教授らが出席しました。弘子さんは「父は長年弘前市に住んでいるが、本籍は藤崎町のまま変えなかった。藤崎町出身であることは誇りだと思っていた。たくさんの人に見てもらって、何かの力になればと思う」と話していました。町長は「貴重な作品を贈っていただきありがとうございます。吉田先生の功績は、町民に勇気と希望を与えたと感謝しました。寄贈品は、町文化センターのほか、ふれあい館やお館や藤崎中央小学校にも展示されます。

『広報ふじさき』に広告を掲載しませんか

町内の各世帯に配布される広報紙をご活用ください

広告の規格・掲載料等（1回あたり）

- 1号広告（縦45mm×横83mm） 5,000円
- 2号広告（縦45mm×横170mm） 10,000円
- 3号広告（縦100mm×横170mm） 20,000円

広告申込は、企業、個人事業主又は団体となります。

■お問合せ 経営戦略課企画調整係 ☎88-8258

Makeup-Paint 五所川原塗装工業会会員「心・技・色」

ペンキのお化粧屋

藤一美装

fujichi.bisou
一級建築塗装技能士
一級鋼橋塗装技能士
単一等級調色技能士
職業訓練指導員

(代表) 藤田一哉
登録建設塗装基幹技能者

地域密着型塗装店！お気軽にご連絡ください。
※1、2カ月先の予約・来年の塗装予約もOK！

つがる市森田町森田月見野300-3 つきみの団地37
電話0173-26-4341 携帯080-6001-1760

広報ふじさき有料広告

7/1 社会を明るくする運動

場所：役場・JR北常盤駅周辺



7月1日、南黒地区保護司会藤崎支部の会員の皆さんが来庁し、「社会を明るくする運動」への協力を求める内閣総理大臣からのメッセージを町長に伝えました。

この「社会を明るくする運動」は、すべての国民が犯罪や非行の防止と犯罪や非行をした人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、安全で安心な地域社会を築くための全国的な運動です。町長は「保護司を始め地域の皆様が中心となり、共に手を携え、温かな励ましの笑顔にあふれた「明るい社会」を構築するために、よろしくお祈りします」と話していました。その後、会員の皆さんで役場周辺とJR北常盤駅周辺に啓発のためののぼり旗を設置しました。

7/5 楽しく競いました

場所：今別川



7月5日(日)、今別川で葛野鮎会の大会(毛ばり)が開催されました。結果は次のとおりです。

- 優勝 木村 元則 30匹
 - 準優勝 村上 弘二 27匹
 - 第3位 野呂 光夫 26匹
 - 大物賞 五十嵐 安弘 18cm
 - 小物賞 三浦 正秀 6cm
 - ピタリ賞 阿部 晃己 12匹
- ※会員募集中 初心者大歓迎(竿等あります)

■お問合せ 天内 ☎090-2272-2187

6/23 町の地域活性化のために

場所：役場応接室



藤崎ライオンズクラブ(会長 芦田 豊昭)より、町へ寄附金が贈られました。芦田会長は「町の地域活性化のために役立ててほしい」と話し、町長は「大変ありがたい。町のために有効に活用させていただく」と感謝しました。

6/29 医療用ガウンの寄附

場所：役場応接室



I Aネットワーク株式会社(代表取締役 三浦 順子)より、町へ医療用ガウンが寄附されました。三浦代表が、町内で内科・小児科医院を営む関場さんに相談し、町への寄附が決まりました。三浦代表は「新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受けて、今足りないものは何かを考えて寄附をした」と話していました。寄附されたガウンは、町内の医療機関に配布されます。

藤崎町が紹介されます!!

「奇跡体験!アンビリバボー」放送のお知らせ

- ◆放送日 9月6日(日)
- ◆放送時間 午後0時54分~午後1時57分
- ◆放送局 青森テレビ(ATV)
- ◆内容 平成3年9月28日の台風19号による最大風速53.9メートルの暴風に耐えたりんご「落ちないりんご」にまつわる感動のエピソードを再現ドラマ化!



新型コロナウイルス

感染症対策事業

町内事業者向け支援のお知らせ

町では、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により影響を受けている町内事業者に対し、次の支援を行っています。

藤崎町中小事業者経済対策支援金事業

- ◆支援内容 町内の商工業等中小事業者(飲食業者除く)に対し、事業継続のための経済対策支援金を支給します。
- ◆給付額 法人20万円 個人事業者10万円(1回限り)
- ◆対象事業者 次の要件全てに該当する事業者
 - ・令和2年1月31日までに町内で開業、事業所を有し、営業実態がある中小事業者であること
 - ・支援金受領後も事業活動を継続する意思があること
 - ・原則として令和2年2月以降のいずれかの月上高が、前年同月比で30%以上減少していること

藤崎町飲食業者緊急対策支援金事業

- ◆支援内容 町内の飲食業者に対し、事業継続のための緊急対策支援金を支給します。
- ◆給付額 20万円(1回限り)
- ◆対象事業者 次の要件全てに該当する事業者
 - ・令和2年1月31日までに町内で飲食店を開業し、営業実態がある飲食業者であること
 - ※「飲食業者」とは、日本標準産業分類に掲げる飲食店に該当する業種を営む事業者
 - ・支援金受領後も事業活動を継続する意思があること
 - ・令和2年2月以降のいずれかの月上高が、前年同月比で30%以上減少していること

藤崎町新型コロナウイルス感染症対策持続化給付金事業

- ◆支援内容 町内の事業者に対し、国による持続化給付金の給付を受けて、なお不足する額に対して上乗せして、事業の維持・継続のための給付金を給付します。
- ◆給付額 国給付金で算定した収入減少分から国給付金の額を差し引いた額
 ※法人等20万円、個人事業者等10万円を上限とします。
 (例)法人の場合 収入減少分150万円－国給付額150万円…町給付額0円
 収入減少分250万円－国給付額200万円…町給付額20万円(上限)
 個人の場合 収入減少分60万円－国給付額60万円…町給付額0円
 収入減少分105万円－国給付額100万円…町給付額5万円
- ◆対象事業者 次の要件全てに該当する事業者
 - 町内に事業所を有し、営業実態がある事業者
 - 国給付金の給付を受けた事業者

藤崎町新型コロナウイルス感染症感染拡大防止協力金事業

- ◆支援内容 町内の事業者に対し、県による休業要請等の協力金に上乗せして、事業の維持・継続のための協力金を支給します。
- ◆支給額 一律5万円
- ◆対象事業者 次の要件全てに該当する事業者
 - 町内に事業所を有し、営業実態がある事業者
 - 県協力金の支給を受けた事業者

【共通事項】

- ◆申請方法 原則郵送
各事業の詳細や申請書類等については、町ホームページ(<http://www.town.fujisaki.lg.jp/>)をご確認ください。

■お問合せ 経営戦略課企画調整係 ☎88-8258

国民健康保険税・介護保険料の減免

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した方等がいる世帯で、次の要件に当てはまる方は国民健康保険税・介護保険料が減免となります。

◆減免の対象者と減免区分

対象者	減免区分
新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡、又は重篤な傷病を負った場合	国保税・介護保険料の全額減免
新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の収入減少が見込まれ、次のア～ウの要件のいずれにも該当する場合 ア 事業収入や給与収入など、収入の種類毎に見た収入のいずれかが、前年に比べて10分の3以上減少する見込みであること イ 収入減少が見込まれる種類の所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下であること ウ 前年の所得の合計額が1,000万円以下であること	国保税・介護保険料の全部又は一部減免 ※詳細は広報ふじさき7月号を参照してください。

※介護保険料においては、ア・イのみに該当すれば対象となります。

※国保税において、「主たる生計維持者」は世帯主のことです。

◆減免の対象となる国保税・介護保険料

令和元年度分及び令和2年度分の国保税・介護保険料であって、納期限が令和2年2月1日から令和3年3月31日までのもの

※手続方法や対象の可否などはお問合せください。

■お問合せ 国民健康保険税について 税務課住民税係 ☎88-8124
介護保険料について 福祉課介護保険係 ☎88-8198

ひとり親世帯臨時特別給付金について

令和2年8月以降、低所得のひとり親世帯を支援するため、臨時特別給付金が支給されます。令和2年6月分の児童扶養手当の支給を受けている方には、申請不要で児童扶養手当の振込口座に支給されます。新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変した方への追加給付や、児童扶養手当の支給を受けていない方で要件に該当し、給付を希望する方については、町役場で申請する必要があります。

申請期間は、令和2年8月3日(月)から令和3年2月15日(月)までです。詳しくは、住民課子育て支援係までお問合せいただくか、県ホームページ(<https://www.pref.aomori.lg.jp/life/family/hitorioyakyufukin.html>)をご覧ください。



県ホームページはこちらから↑

■お問合せ 住民課子育て支援係 ☎88-8184

藤崎町で暮らしませんか？ 移住・定住促進事業のお知らせ

若者移住すまいづくり事業

町内に転入し、新築住宅又は中古住宅を取得する若い夫婦の方に補助金を交付します。

◆補助内容

交付対象者	購入区分	補助金の金額
住宅を新築	住宅	50万円
	土地及び住宅	80万円
中古住宅を購入	住宅	30万円
	土地及び住宅	60万円

◆申請期限 令和2年12月21日(月)まで

◆対象者(夫及び妻が次のいずれにも該当する方)

- 平成29年4月1日～令和3年3月31日に転入していること。ただし、平成28年12月1日以降に転出し再転入していないこと
- 申請日現在において、満45歳未満であること
- 前年度分の市区町村税で滞納がないこと
- 5年以上定住すること
- 町内会に加入していること
- 本事業による補助金を受けたことがないこと
- 令和3年3月31日までに登記の完了などを含め、すべての必要書類を提出できること



◆対象住宅(次のいずれにも該当する住宅)

- 住宅を新築する場合は、建物登記の原因及びその日付が平成29年4月1日以降の新築月日で、実績報告までに登記が完了するものであること。中古住宅を購入する場合は、令和2年4月1日以降に売買契約したものであること
- 住宅(土地を購入した場合は住宅と土地)の所有権が夫か妻のいずれか又は共有の名義であること
- 住宅の床面積(玄関、居室、台所、風呂、トイレを有する居住用部分)が全体面積の2分の1以上で75㎡以上であること
- 住宅の建築又は購入に係る費用が申請者が購入した土地の取得費を含めて新築の場合は1,000万円以上、中古住宅を購入する場合は700万円以上であること
- 建築又は購入の契約相手が、夫及び妻の3親等以内の親族でないこと
- 本事業による補助金を受けたことがないこと

◆必要書類(交付申請書提出時)

- 若者移住すまいづくり補助金交付申請書
- 住宅の建築又は住宅・土地の購入に係る契約書
- 住宅の居住用面積が確認できる書類
- 新築の場合は住宅の位置図、平面図、立面図
- 中古住宅を購入する場合は住宅の間取り図
- その他町長が必要と認める書類等

◆その他

交付申請書のほかに実績報告書や交付請求書などの提出が必要です。事業の詳細は町ホームページ(<http://www.town.fujisaki.lg.jp/>)をご覧ください。各種様式もダウンロードできます。

■申込・お問合せ 建設課建設係 ☎88-8285

自立支援医療(精神通院)の有効期間延長及び精神障害者保健福祉手帳の更新手続の臨時的な取扱いについて

新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえ、自立支援医療(精神通院)と精神障害者保健福祉手帳の更新申請について、次のとおりの取扱いとします。

◆自立支援医療(精神通院)について

- 令和2年3月1日～令和3年2月28日の間に受給者証の有効期間が満了する方は、**有効期間を1年延長します。**
- 更新申請手続は不要です。現在、お持ちの受給者証の有効期間を1年延長して読み替えてご使用ください。
- 新規や変更の場合は、通常どおり申請してください。

◆精神障害者保健福祉手帳について

- 令和2年3月1日～令和3年2月28日の間に手帳の有効期限を迎える方のうち、**更新申請時に医師の診断書を提出する必要がある方は、手帳の有効期限の日から1年以内は診断書の提出を猶予します。※診断書の提出を免除するものではありません。**
- 猶予期間内に診断書を提出しない場合、更新が無効となります。
- 更新申請は必要です。診断書を用意できる方は、通常どおり申請することも可能です。
- 障害年金証書等による更新及び新規や変更の場合は、通常どおり申請してください。

◆自立支援医療(精神通院)及び精神障害者保健福祉手帳の同時申請について

医師の診断書を添付して同時申請するときは、自立支援医療(精神通院)の診断書提出時期にずれがないよう、通常どおり申請することが可能です。

■お問合せ 福祉課福祉係 ☎88-8195

令和2年度藤崎町「長寿顕彰式」を開催します

長年にわたり社会に貢献された長寿の方や、婚姻後満60周年及び満50周年の節目を迎えられるご夫婦を顕彰する「長寿顕彰式」を、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮しながら開催する予定です。

なお、例年合同で開催している町老人クラブ連合会主催の「健老の集い」は中止となります。楽しみにしていた皆さんには大変申し訳ございませんが、ご理解くださるようお願いいたします。

- ◆日 時 9月12日(土) 午前10時(受付 午前9時からの予定)
- ◆会 場 町文化センター「大ホール」
- ◆内 容 ○長寿顕彰式 最高長寿、99歳(白寿)、95歳、88歳(米寿)、ダイヤモンド婚(60周年)、金婚(50周年)

※顕彰対象者には案内状を送付しますが、転出入により婚姻日などが確認できない場合には案内が届かないことがありますので、8月中旬までに対象となる方で案内状が届かない場合は福祉課福祉係にお申し出ください。

■お問合せ 福祉課福祉係 ☎88-8195

地元だから安心!! 塗り替えは第二のマイホームづくりです。

 (有)木村塗装

旭硝子 フッ素塗装(最高級塗料)登録施工店 認定番号 G0102015
光触媒 その他にも各種仕上材 お気軽にご相談ください。

藤崎町大字西豊田三丁目2-4
TEL 75-5101 FAX 75-5102
代表取締役 木村 悦穂

1級技能士	2名
2級技能士	2名
2級建築施工技師	2名

広報ふじさき有料広告

◆ 国保税は国保を支える大切な財源です ◆

こんにちは
国保係です



○ジェネリック医薬品を利用して医療費の節約に努めましょう

ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは、最初に開発された新薬(先発医薬品)の特許期間が過ぎた後に製造・販売される、新薬と同じ有効成分・効果を持つ医薬品のことです。

ジェネリック医薬品は、新薬と同様に薬事法に基づいて厳正に審査された後、厚生労働省の認可、承認を受けた安全なお薬です。

※病気の症状や治療内容によってはジェネリック医薬品に切り替えることができない場合があります。

また、病院・薬局によっては、ジェネリック医薬品の取扱いを行っていない場合があります。

ジェネリック医薬品の処方希望される方は、必ず医師、薬剤師にご相談ください。また、お薬の内容(効果や効果、副作用など)についても担当の医師、薬剤師にご相談ください。

■お問合せ 住民課国保年金係 ☎88-8179

国民年金のお知らせ

◆国民年金保険料免除等の申請について

保険料を納め忘れた状態で、万一、障がいや死亡などの不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。

経済的な理由等で保険料納付が困難な場合には、保険料納付を免除・猶予する「保険料免除制度」や「若年者(50歳未満)納付猶予制度」がありますので、住民課国保年金係で手続きしてください。(申請書は窓口へ備え付けてあります。)

令和2年度の免除等の申請については、令和2年7月1日から受付し、令和2年7月分から令和3年6月分までの期間を対象として審査を行います。また、2年1か月前分まで遡及して免除申請をすることができます。

失業等により保険料を納付することが経済的に困難となった方や、申請を忘れていたために未納期間がある方は、住民課国保年金係又は弘前年金事務所にご相談ください。

■お問合せ 住民課国保年金係 ☎88-8179、弘前年金事務所国民年金課 ☎27-1339

夏季休業中の学校閉庁実施のお知らせ

8月13日前後の期間は学校業務の閑散期です。この期間を学校閉庁日とすることは、児童生徒及び教職員の心身の健康増進と休暇取得促進を図り、夏の省エネルギー対策にも効果的と考えています。

については、学校閉庁を次のとおり実施しますので、本趣旨をご理解いただき、ご協力くださるようお願いいたします。

- ◆対象 町内全小中学校
- ◆閉庁期間 8月12日(水)~14日(金) ※毎年同月日にて実施しています。
- ◆閉庁日緊急連絡先 町教育委員会学務課
- ◆その他 ○緊急時は、町教育委員会学務課を通じて学校長へ連絡します。
○閉庁期間中は、やむを得ない場合を除き、学校に勤務者を置きません。
○閉庁期間中は、部活動等は実施しません。(大会参加等やむを得ない場合を除きます。)
○学童保育は実施します。

■お問合せ 町教育委員会学務課 ☎69-5010

成年後見制度研修会を開催します

弘前圏域8市町村(藤崎町、弘前市、黒石市、平川市、板柳町、大鰐町、田舎館村、西目屋村)では、4月から「弘前圏域権利擁護支援センター」を共同で開設・運営し、成年後見制度利用などの相談支援を行っています。

弘前圏域権利擁護支援センターでは、次の日程で研修会を開催しますので、成年後見制度への理解を深めてみませんか。秋には「市民後見人」の養成研修も予定しています。

- ◆場 所 町文化センター「大ホール」
- ◆日 時 9月5日(土) 午後2時~(約1時間)
- ◆テ - マ 成年後見制度(市民後見人・法人後見・専門職後見人)
- ◆講 師 弘前学院大学福祉学部教授 小川 幸裕 氏
- ◆参加料 無料 ※事前申込が必要です。
- ◆申込期限 8月28日(金)
- ◆申込方法 電話、FAX又はEメールでお申込みください。
※住所、氏名、電話番号、研修場所を記入してください。
※研修は圏域の別の会場でも開催しますので、詳しくはお問合せください。

◆申込・お問合せ

弘前圏域権利擁護支援センター
(ヒロロ3階 ヒロロスクエア内)
☎26-6557 FAX55-0891
Eメール: h8-kenri@titan.ocn.ne.jp
○受付時間 午前9時~午後4時
(相談料無料・予約優先)
○休 館 日 日曜日、月曜日、
12月29日~1月3日

◎成年後見制度とは…

認知症・知的障がい・精神障がいなどによって物事を判断する能力が十分ではない方の権利を守る援助者(成年後見人等)を選び、本人を法的に支援する制度です。

市民課
総合行政窓口
向かって左側奥
にあります。



広報ふじさき有料広告

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 無料個別相談会
給付金について

9/3(木) ヒロロスクエア 多世代交流室1
青森県弘前市大字駅前町9-20 ヒロロ3階

9/4(金) 五所川原市中央公民館 サークル室
青森県五所川原市字一ツ谷504-1

9/5(土) リンクモア平安閣市民ホール 会議室2
(青森市民ホール) 青森市柳川1丁目2番14号

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

弁護士費用
着手金・相談料 無料
成功報酬制
※訴訟実費別途

完全予約制 ☎

☎0120-013-621

〈ご予約受付時間〉
平日 9:00~18:00

個別面談なので、他の方と顔を
合すことはございません。


無料電話相談
も同時受付中!
お気軽にお電話下さい。

弁護士法人 弁護士 豊庭亨一「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
プレシャ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/

今回は圏域の身近にある素敵な風景写真を紹介します。全ての写真の中には岩木山が写っています。岩木山は、時期・時間・場所によって様々な表情を見せてくれます。新型コロナウイルス感染症の影響で遠方へのお出かけを控えがみですが、小旅行気分でお気に入りの風景を探しに出かけてみてはいかがでしょうか。なお、掲載写真は津軽広域連合ホームページでも紹介していますので、ぜひご覧ください。

弘前市 / 岩木山の裾野に映るシルエット


出来秋(できあき)の喜びが広がる田園の朝、色づくお山に、仲良く手を繋いでいるような雲が浮かんでいます。そこにいたずらな朝日が幾何学模様のシルエットを映し出す光景は、優雅で美しい装いのイチオシ・コレクションです。



平成30年10月/弘前市大字高屋付近で撮影

黒石市 / 金平成園 (別名: 澤成園)


黒石市には、古くから残る建造物が数多くあり、金平成園内にある旧加藤家住宅もその1つです。金平成園は、今年度から通年で公開されているので、ぜひこの機会に訪れてみてください。



令和2年5月/金平成園内で撮影

平川市 / 弘南鉄道柏農高校前駅と岩木山


SNSなどで夕景の写真や動画が大きな話題となっているスポットで、岩木山は広がる青空と水田にも映えます。平川市には、志賀坊高原や猿賀公園など、四季折々の美しい岩木山を撮影できるスポットがあります。



令和2年5月/弘南鉄道柏農高校前駅で撮影

藤崎町 / 夏の唐糸御前史跡公園


唐糸御前史跡公園は、鎌倉時代の「北条時頼の回国伝説」にまつわる「唐糸御前の伝説」を今に伝える公園です。春は桜、夏は新緑と色鮮やかな花々、秋は紅葉、冬は雪景色と、岩木山とともに四季折々の風景を楽しめます。



平成26年8月/唐糸御前史跡公園で撮影

板柳町 / 岩木川河川公園の桜


板柳町ふるさとセンターでは、りんごの品種見本園や資料などを見学できるほか、りんごを使った陶芸・お菓子作りなどの体験、秋にはりんごもぎ体験もできます。宿泊施設や温泉もあり、1日中楽しむことができます。



平成27年4月/岩木川河川公園で撮影

大鰐町 / 茶臼山公園のつつじと岩木山


茶臼山公園は、大鰐温泉街を眼下に、遠くは岩木山を望み、5月下旬には色鮮やかなつつじが咲き誇ります。毎年この時期に開かれる「大鰐温泉つつじまつり」の会場として、県内外から観光客が訪れ、賑わいをみせます。



令和2年5月/茶臼山公園で撮影

田舎館村 / 冬の津軽富士


道の駅いなかだて「弥生の里」(田舎館村の第2田んぼアート会場)では、広大な田んぼの平野、弘南鉄道、岩木山、夏・冬の田んぼアートを一望できます。冬の田んぼアートは令和3年2月開催に向けて計画中です。



平成31年2月/道の駅いなかだて「弥生の里」で撮影

西目屋村 / 目屋溪谷ふるさと展望台公園からの眺望

西目屋村の夏は「白神山地」、「水陸両用バス」、「ラフティング」が楽しめます。中でも、ラフティングは岩木川をガイド付きでゆったりと下るツアーです。水遊びやダイビングスポットで飛び込みも体験できます。



令和2年5月/目屋溪谷ふるさと展望台公園で撮影



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、要介護認定審査・障害支援区分判定審査のほか、各種ソフト事業などのさまざまな事務事業を共同で実施する特別地方公共団体です。



津軽広域連合HP



救命講習のご案内

◎甲種防火管理新規講習 ～該当する施設は受講を！～

- ◆日時 9月2日(水)・3日(木) 午前10時～午後4時 ※2日間の受講が必要です。
- ◆場所 岩木文化センター「あそべる」(弘前市賀田一丁目18番地4)
- ◆申込期限 8月5日(水)～8月19日(水)
消防本部予防課又は東消防署北分署で受付します。なお、申し込み受付期間内であっても定員(70人)になり次第、受付を終了します。
- ◆受講料 講習料は無料ですが、事前に書店等でテキストを購入していただきます。
※講習についての詳細は弘前地区消防事務組合のホームページ(<http://www.hirosakifd.jp/>)をご覧ください。
- ◆その他 新型コロナウイルス感染症対策のため、講習会はマスクの着用をお願いします。

■お問合せ 弘前消防本部予防課 ☎32-5104

自衛官募集のお知らせ

次のとおり自衛官を募集します。

募集種目	資格	受付期間	試験日
航空学生	高卒(見込み含) 航空: 21歳未満 海上: 23歳未満	7月1日 ～9月10日	9月22日(火) (弘前医療福祉大学)
一般曹候補生	18歳以上 33歳未満		9月19日(土) (弘前医療福祉大学)
自衛官候補生(男子)			9月26日(土)～27日(日) (自衛隊 弘前駐屯地)
自衛官候補生(女子)	18歳以上 34歳未満	7月1日 ～9月11日	9月15日(火) (自衛隊 青森駐屯地)
予備自衛官補(一般)			10月3日(土) (自衛隊 弘前駐屯地)
予備自衛官補(技能)	18歳以上 55歳未満 (国家免許を有する者)		

※受験資格等の詳細は、自衛隊弘前地域事務所へお問合せください。

■お問合せ 自衛隊青森地方協力本部弘前地域事務所 ☎27-3871

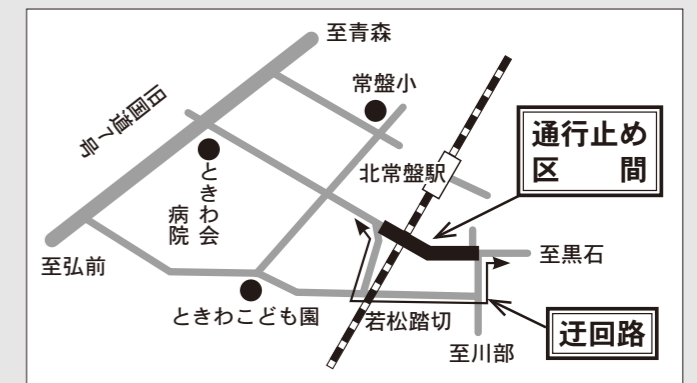
常盤地下道車輛通行止めのお知らせ

常盤地下道は、施設の補修工事のため通行止めとなります。(歩行及び自転車の通行は可能です。)

町民の皆さんにはご不便をおかけしますが、迂回路で対応くださるようご理解とご協力をお願いします。

- ◆通行止め期間 9月1日(火)～11月20日(金)
※土・日・祝日含む終日

■お問合せ 建設課建設係 ☎88-8285



9月 健康係 カレンダー

満1歳のお誕生日を迎えたらMR(麻しん・風しん)の予防接種を受けましょう。

また、すこやか健診等の日程一覧表は、町ホームページに掲載しています。

※新型コロナウイルス感染症の状況により延期や中止となる場合があります。ご了承ください。

すこやか健診

9月10日(木)【1歳6か月児健診】

- 対象 H30年10月～12月15日生
- 受付 個別に通知します。
- 場所 ふれあいずーむ館
- 持ち物 母子手帳、子どもノート、問診票、バスタオル、ミルクやおむつ等外出時に必要なもの

9月24日(木)【3歳児健診】

- 対象 H28年10月～12月生
- 受付 個別に通知します。
- 場所 ふれあいずーむ館
- 持ち物 母子手帳、子どもノート、問診票、バスタオル等

すこやか相談

9月30日(水)【母子健康相談】

- ◆個別相談 ※事前予約制
- 対象 妊婦・生後3か月以上の乳幼児
- 時間 午前中のみ開設
- 場所 町文化センター
- 内容 育児や発育発達について保健師や栄養士との個別相談ができます。
- 持ち物 健診時の持ち物と同じ

◆子育てママサロン ※予約不要

- 時間 10:00～11:30
- 場所 町文化センター
- 内容 子供たちを遊ばせたり、子育て親子同士の交流や情報交換ができます。

健康相談

9月2日(水)・16日(水)【こころの健康相談】

- 時間 9:00～12:00
- 場所 (2日) 常盤老人福祉センター
(16日) 藤崎老人福祉センター

9月11日(金)・18日(金)

【傾聴サロン おしゃべり&オレンジカフェ】

- 時間 13:00～15:00
- 場所 (11日) 藤崎老人福祉センター
(18日) 常盤老人福祉センター

■お問合せ 福祉課健康係 ☎88-8197

中南地域農産物直売所 プレゼントキャンペーンのお知らせ

新型コロナウイルス感染症の影響を受けた農産物生産者を応援するため、中南地域(藤崎町、弘前市、黒石市、平川市、大鰐町、田舎館村、西目屋村)の産地直売施設等で、プレゼントキャンペーンを実施しています。

◆内容 中南地域産品を含め税込1,000円以上のお買い上げにつき1回くじを引き、当選者にその場で農産品等をプレゼントします。

◆期間 8月10日(月・祝日)まで
※プレゼント商品がなくなり次第、終了します。

◆参加店舗 ふじさき食彩テラス
農産物直売施設「ふじの里」
ときわかあさんの店

その他の参加店舗については
こちらからご確認ください



■お問合せ 中南地域県民局地域農林水産部農業普及振興室
☎33-2902

プロカメラマンと行く 「古津軽のカメラ旅」参加者募集

古津軽(こつがる)コンテンツを、プロカメラマンと撮影しながら巡るイベントを開催します。スマホもOK、撮影後は「津軽あかつきの会」の郷土料理を食べながら、昔語り等により古津軽の世界をご案内します。

◆日時 9月5日(土) 午前10時～午後2時

◆場所 弘前市石川
弘南鉄道「石川駅」集合
〈石川八幡宮(鳥居の兔コ)、大仏公園、祥風園(食事・懇談)〉

◆定員 県内在住者20名

◆参加料 無料 ※昼食代1,500円は自己負担
◆応募方法 メール(ch-renkei@pref.aomori.lg.jp)
又は電話でお申込みください。

◆募集期間 8月1日(土)～20日(木)

※行程等の詳細は、中南地域県民局地域連携部ホームページ(<https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kenmin/ch-renkei/kotsugaru.html>)をご覧ください。



■申込・お問合せ 中南地域県民局地域連携部
☎32-2407

藤崎町公民館講座のお知らせ ～9月開催講座～

○防災講座

「仮設トイレはどこに置く?」「具合の悪い人は?」「動物は?」「更衣室は?」等々、もしもの時に備えて、マニュアルだけではわからない避難所の運営を皆さんで考えてみませんか。避難所での出来事や対応をカード型ゲーム(HUG)で模擬体験できます。

- ◆日時 9月25日(金) 午前10時～正午
- ◆場所 町文化センター3階「多目的ホール」
- ◆内容 避難所運営ゲーム(HUG)を使った講習
- ◆講師 青森県防災士会弘前支部 工藤 廣道 氏
- ◆参加費 無料
- ◆募集定員 20名
- ◆申込締切 9月15日(火)

■申込・お問合せ 常盤生涯学習文化会館 ☎65-3100、町文化センター ☎75-3311

No.
261

生涯学習だより
ふれあいライフ



自転車はルールやマナーを守って安全に利用しましょう

- 「自転車安全利用五則」を守りましょう。
- スマートフォンやイヤホン使用等の「ながら運転」はやめましょう。
- 整備・点検された自転車に乗りましょう。
- 自転車利用者が加害者になり高額な賠償金を請求されるケースもあります。万が一に備え、損害賠償責任保険等に加入しましょう。

自転車安全利用五則

- 1 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- 2 車道は左側を通行
- 3 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- 4 安全ルールを守る
 - 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
 - 夜間はライトを点灯
 - 交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
- 5 子どもはヘルメットを着用



■お問合せ 総務課防災係 ☎88-8295

夏場の食中毒に注意!

夏場は、食中毒が多発します。食中毒予防の三原則「①付けない②増やさない③やっつける」を言葉に、次のことを守って家庭での食中毒を予防しましょう。

①付けない
・調理前と食事前はしっかりと手を洗いましょう。

②増やさない
・肉、魚などの生鮮食品を購入したら保冷に努め、すぐ持ち帰りましょう。

・調理品をすぐに食べない場合は、冷蔵庫で保管しましょう。
・テイクアウトした料理は早めに食べましょう。

③やっつける
・加熱調理食品は、中心部までしっかりと加熱しましょう。

■お問合せ 弘前保健所
☎33-8521

◎最新着図書

☆一般図書

- 「図解でわかる品目・栽培特性を活かす土壌と施肥」猪股 敏郎 著
- 「商う狼」江戸商人杉本茂十郎 永井 紗耶子 著
- 「せきれいの詩」 村木 嵐 著
- 「憂き夜に花を」 吉川 永青 著
- 「あめつちのうた」 朝倉 宏景 著
- 「夢は捨てたと言わないで」 安藤 祐介 著
- 「全部ゆるせたらいいのに」 一木 けい 著
- 「囚われの山」 伊東 潤 著
- 「バケモンの涙」 歌川 たいじ 著
- 「夜の向こうの蛹たち」 近藤 史恵 著
- 「語らいサンドイッチ」 谷 瑞恵 著
- 「透明な夜の香り」 千早 茜 著
- 「ないものねだりの君に光の花束を」 汐見 夏衛 著
- 「鈴木家の嘘」 野尻 克己 著
- 「君に読ませたいミステリがあるんだ」 東川 篤哉 著
- 「幸福行きの切符」 巻嶋 清一 著
- 「音速の刃」 末須本 有生 著
- 「俺の残機を投下します」 山田 悠介 著
- 「すべて内なるものは」 エドウィージ・ダンティカ 著
- 「言葉の守り人」 ホルハ・ミゲル・ココム・ペッチ 著
- 「まんがでわかる妻のこと」 根本 裕幸 監修
- 「今こそ持ちたい手作りのエコバッグ」 プティック社 出版
- 「もちぶるレシピ」 柳瀬 久美子 著

☆児童図書

- 「ほくはにんげん」 スーザン・ヴェルデ 文
- 「かなわね」 大橋 美沙 作・絵
- 「手話でつながる世界のあいさつ」 クリエイトかもがわ 出版
- 「うれしいほんおどり」 すとう あさえ ぶん
- 「かくれているよ海のなか」 高久 至 しゃしん
- 「あなふさぎのジグモンタ」 とみなが まい 作
- 「ぐうたらとけちとぶー」 加瀬 健太郎 作
- 「鬼滅の刃 1 しあわせの花」 吾峠 呼世晴 原著
- 「スーパー図解工作図鑑」 かざま りんぺい 著

☆郷土

- 「絵図で見る弘前城のうつりかわり」 弘前市立博物館 発行
- 「はなげせんばい」 花田 栄治 文

※都合により一部納期が遅れることがあります。

◎新刊等児童書が寄贈されました！

新しく約150冊の児童書が仲間入りしました。
絵本、童話、クイズや占いなどいろいろな種類の本がありますので、この夏休みにぜひ読んでみてください。



◎特集のご案内

☆一般

- 「日本再発見！」
- 「若い人に贈る読書のすすめ」

☆児童

- 「土の中の生き物」
- 「第66回青少年読書感想文全国コンクール課題図書」



◎絵本をプレゼントしています

図書館では、町にお住まいの赤ちゃんの心豊かな成長を願って絵本をプレゼントしています。

令和2年4月15日に実施予定であった町乳児健診の対象者の方は図書館にお越しください。

○対象者 令和2年4月15日町乳児健診対象者(令和元年11月から12月生まれの赤ちゃん)

○持ち物 母子手帳

○お問合せ 図書館・ブックスタート友の会
☎75-2288



◎休館日のお知らせ

☆8月の休館日

3日(月)・11日(火)・17日(月)・24日(月)・28日(金)・31日(月)

※28日(金)は図書整理のため休館となります。

※休館日に図書返却する場合は、正面玄関脇の返却ポストをご利用ください。

弘前地区環境整備センターからのお知らせ

◎廃品おもしろ工夫展 in プラザ棟
作品募集のお知らせ

身の回りにある様々な紙箱を使った、子どもたちの創意工夫された作品を募集します。

◆対象 弘前市、平川市、大鰐町、藤崎町、板柳町、西目屋村の小学生および特別支援学校の児童(個人又はグループ)

◆応募規定

- 材料 メインの部分が紙箱であれば、他の部分の材料の種類は問いません。
※牛乳パック・段ボールはテーマ対象外。
- 大きさ 40cm×40cm×40cm以内
- その他 他のコンテスト(学校内のものを除く)に出品したことがないもの

◆応募方法

規定の申込用紙に必要事項を記入し、8月25日(火)～9月6日(日)の午前9時～午後4時に、弘前地区環境整備センタープラザ棟へ、個人・グループ・学校ごとに作品を持ち込んでください。申込用紙及び募集要項は弘前地区環境整備センタープラザ棟で配布しているほか、ホームページ(<http://www.city.hirosaki.aomori.jp/kankyoseibi/plaza/>)からダウンロードできます。

◆展示・一般投票

9月12日(土)～11月8日(日)の期間、弘前地区環境整備センタープラザ棟に展示します。一般投票期間は9月12日(土)～10月31日(土)です。優秀作品には特別賞を授与します。また、応募者全員へ参加賞を贈呈します。

※投票期間中は、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のための対策を実施します。また、表彰式は中止又は内容を変更する場合があります。

◎藍染め体験教室 参加者募集

できるだけ水の使用をひかえた環境にやさしい染めの技法でお気に入りの布製品をオリジナルにリメイクしてみませんか。

◆日時 型紙作り：8月22日(土)

午前9時30分～正午

藍染め体験：8月29日(土)

午前9時30分～午後0時30分

※2日間で1セットの講座です。

◆講師 NP0法人青森県環境パートナーシップセンター会員 齊藤 サツ子 氏

◆定員 10人(小学校5年生以上)

※両日参加できる方
※小学生の参加は保護者の同伴が必要

◆持ち物 模様を入れたい木綿製品1点
(ハンカチ、布製バッグなど)

◆申込受付 8月7日(金) 午前9時～

◎共通事項

◆参加料 無料

◆開催場所 弘前地区環境整備センタープラザ棟
(弘前市町田字筒井6-2)

■お問合せ

弘前地区環境整備センタープラザ棟 ☎36-3388
(受付時間 午前9時～午後4時)

※月曜日休館日、ただし月曜日が祝日の場合は翌日が休館日。

※詳細は弘前地区環境整備センタープラザ棟ホームページ(<http://www.city.hirosaki.aomori.jp/kankyoseibi/plaza/>)をご覧ください。

川柳

六月例会 入選作品抄
題「ポケット」「鍵」

「転ぶ」「肉」

殴りたい拳をポケットで押え 清水 川魚
同棲すあなた信じて渡す鍵
父に似た遺伝子肥満もてあまし

苦しみをポケットで握り締めて生き 成田 波麻
鍵っ子の母待つ影が揺れている
朱肉印押せば眠れぬ日が続く

ポケットに夢のかけらを温める 福井 藤人
鍵だけが子供の嘆き知っている
転ぶたび生きる答えをまた捨てる

鍵かけぬ平和な暮らしいま何処 小笠原みなみ
転んでもタダでは起きぬした、かさ
久々の焼肉なのに歯を忘れ

壁掛けのポケットカラフル常備薬 佐々木トミ子
捨て難い廃車のキーは走馬灯
苦勞の身転ぶ度事バネにする

お土産はポケに隠したい、話 小林ちよちよ
たんぽぽの毛に鍵をかけた忘れ
叛逆の転ばぬ男一人酒

還暦を越えても母のポケ恋う 野呂 文坊
転覆の報に港は無事祈る
失敗にめげず若さが明日目指す

そのはなしわごとポケに置き忘れ 木村 羊川
湯上りの私を夫は見えないふり
解決の鍵は深い海の底

ポケットの砂が元氣さ物語る 福井 朗風
つまづいた過去を責めない母の愛
賞味期限迫り安売りしてる肉

ポケットのこぶし開いて握手する 田中さち子
肉親の争い悲し喪主の席
肉親の争い悲し喪主の席

互選句 出席者全員選 高点心句
題「いちご」 小笠原みなみ

召し上がれ高級いちご 桐の箱

青天農場で農作業を学びませんか

県では、農業における深刻な労働力不足を踏まえ、新たな人材確保のため、農作業未経験者の講習の場「青天農場」を設置しました。

「青天農場」の講習では、農業者から1日〜2日程度の実技指導を無料で受けることができます。農業に関心がある方、農作業未経験でもパート等で働いてみたい方はお問合せください。

■お問合せ
中南地域県民局地域農林水産部 農業普及振興室
☎33-48221

青い森林業アカデミー 研修生募集のお知らせ

県では、林業の担い手を育成するため、県内で林業への就業を希望する方を対象とした研修「青い森林業アカデミー」を令和3年4月に開講します。

- ◆対象者 県内で林業への就業を希望する18歳以上43歳以下の方
- ◆募集人員 10名 (高校推薦7名、一般3名)
- ◆研修期間 令和3年4月から1年間
- ◆受講料 11万8千800円/年
- ◆研修拠点 県産業技術センター(林業研究所内(平内町))

津軽でつながる広域 応援プロジェクト 「エール津軽!!」第1弾 魅力発見！津軽応援フェア

津軽広域8市町村が連携し、地域を応援するプロジェクト「エール津軽」が開始します。

◎魅力発見！津軽応援フェア
8市町村の魅力ある特産品等を持ち寄り販売する「魅力発見！津軽応援フェア」を開催します。魅力ある商品を購入して、みんなで津軽を応援しましょう！

- ◆日時 8月1日(土)・2日(日)、8日(土)・9日(日) 午前10時〜午後4時
- ◆場所 旧弘前偕行社 (弘前市御幸町8-10)
- ◆入場料 無料 ※駐車場有(50台) ※混雑緩和のため、なるべく公共交通機関等をご利用ください。
- ◆参加店 藤崎町・弘前市・黒石市・平川市・板柳町・大鰐町・田舎館村・西目屋村の物産販売店、製パン業者・クワフト販売業者(予定) ※各日、先着100名様(ミニプレゼント)あり。
- ◆その他 詳細は弘前市ホームページをご覧ください。

※来場の際は、マスクの着用をお願いします。

取得資格

チェンソー操作や車両系建設機械運転など計6種類

◆主な就業先
○植栽や下刈、伐採などを行う民間企業
○地域の森林を管理する森林組合

◆給付金制度
安心して研修に専念できるように、給付金制度があります。詳しくは、県ホームページ(<http://www.pref.aomori.lg.jp/sangyo/agri/academy.html>)をご覧ください。

■お問合せ 公益社団法人あおもり農林業支援センター 青い森林業アカデミー担当
☎017-1732-15288

空き家、登録しませんか？

藤崎町を含む弘前圏域8市町村では、「弘前圏域空き家・空き地バンク」事業を実施しています。この制度は、空き家・空き地を売りたい、貸したいという「所有者」の方と、買いたい、借りたいという「希望者」の方との橋渡しを行います。

また、ホームページ(<http://www.city.hirosaki.aomori.jp/aktivabank-8/>)は利用登録に限りず、誰でも自由に閲覧できます。制度について詳しく知りたい方は、お問合せください。

■お問合せ

○経営戦略課戦略推進係
☎88-18236

○弘前圏域空き家・空き地バンク協議会事務局(弘前市建築指導課) ☎40-10522

個人事業税は忘れずに納税してください

◆納税義務者
物品販売業、製造業、請負業など一定の事業を営む個人の事業主の方で、前年の事業収入から必要経費・事業主控除額(年290万円)等を差し引いた後の所得がある方に対して個人事業税が課税となります。

◆納税
中南地域県民局県税部から郵送される納税通知書により、8月と11月の2回に分けての納税となります。税額が1万円以下の場合には、8月に全額納税となります。

◆納税方法
コンビニエンスストア、金融機関をご利用ください。口座振替の申込みも受け付けています。詳しくは、青森県庁ホームページ「県税・市町村税インフォメーション」(<http://www.pref.aomori.lg.jp/itfe/>)

弘前大学教育学部附属幼稚園児募集のお知らせ

◆募集人員 男女合わせて30名
◆出願資格
○平成29年4月2日〜平成30年4月1日に生まれた子
○保護者と同居し、保護者又はこれに準ずる方の送迎による通園時間が片道1時間以内の子

◆募集期間
○募集要項交付期間 9月4日(金)〜18日(金)
○入園願書受付期間 9月29日(火)〜10月9日(金)

○受付時間
午前9時10分〜午後4時30分 ※土・日・祝日を除く

◆申込書類等
○入園願書 ○幼児調査書 ○健康診断書 ○受験票 ○入園検定料振込領収書

◆選考日時
10月15日(木) 午前9時
10月16日(金) 午前9時
※詳細はお問合せください。

◆申込・お問合せ
弘前大学教育学部附属幼稚園
☎32-16815

消防職員募集のお知らせ

◆募集人員
消防職(A)(B)合わせて10名
◆受験資格
○消防職(A)
平成4年4月2日〜平成11年4月1日に生まれた者

○消防職(B)
平成11年4月2日〜平成15年4月1日に生まれた者

◆共通事項
○身長(男子) 概ね160cm以上
○身長(女子) 概ね155cm以上
○視力、矯正視力を含み、両眼で0.7以上、かつ一眼でそれぞれ0.3以上あること
○聴力・言語その他身体に職務遂行上支障がないこと

◆受験申込期限 8月21日(金)
※郵送による場合は8月21日(金)の消印までが有効

◆第1次試験日・場所
9月20日(日)
弘前医療福祉大学
弘前市大字小比内三丁目18番地1

※試験の詳細についてはお問合せください。

◆お問合せ
弘前地区消防事務組合消防本部 人材育成課人事係 弘前市大字本町2-1-1
☎32-15109

戸籍の窓 6月届出分

～お誕生おめでとうございます～

()内保護者
水 沼 三 好 煌 翔(幸広) 水 木 水 木 陽 葵(瞬)
小学校通リ 伊丸岡 実 来(道)

～お悔やみ申しあげます～

富 柳 三 浦 登喜夫(88)	水 木 高 木 久 (86)
館川町 浅瀬石 初 枝(82)	藤 越 木 村 トミ工(72)
水 沼 野 呂 勇 一(63)	水 木 浅 利 勉 (80)
水 木 猪 股 清 光(74)	舟 場 小 杉 勇 一(90)
矢 沢 久保田 石太郎(98)	中 島 成 田 政 光(73)
水 木 水 谷 岑 生(75)	新 町 木 村 き み(86)

※この欄に載せたくない方は、届出の時に窓口に申し出てください。

ふとがき

6月上旬、矢沢にお住まいの新谷弘美さんのリンゴ園に、四つ葉や五つ葉のクローバーがたくさん生えていたそうです！新谷さんは「早く新型コロナウイルス感染症が終息してみんなに幸運が訪れてくれれば」と話していました。(K)



町の人口と世帯数

		6月30日現在	前月比
人口	男	6,968人	-12
	女	7,923人	-6
合計		14,891人	-18
世帯		6,093世帯	+6

8月の町税等の納期

- 納期限は8月31日(月)です
- 介護保険料 第2期
 - 後期高齢者医療保険料 第2期
 - 町県民税 第2期
 - 国民健康保険税 第2期

県内の交通事故概況

(令和2年1月1日〜6月30日現在)

	件数	死者数	傷者数
藤崎町	21件	0人	27件
(前年比)	-7	-1	-5
県内	1,125人	11人	1,365人
(前年比)	-187	-10	-214

新型コロナウイルス感染症が収束しない中でも、
災害時には、**危険な場所にいる人は
避難することが原則です。**

知っておくべき5つのポイント

- 避難とは[難]を[避]けること。
安全な場所にいる人まで避難場所に行く必要はありません。
- 避難先は、小中学校・公民館ではありません。安全な親戚・知人宅に避難することも考えてみましょう。
- マスク・消毒液・体温計が不足しています。できるだけ自ら携帯して下さい。
- 市町村が指定する避難場所、避難所が変更・増設されている可能性があります。災害時には市町村ホームページ等で確認して下さい。
- 豪雨時の屋外の移動は車も含め危険です。やむをえず車中泊をする場合は、浸水しないよう周囲の状況等を十分確認して下さい。

内閣府（防災担当）・消防庁



表紙の説明

小学校りんご栽培体験



6月下旬、町内の小学校でりんご栽培体験学習が実施されました。児童たちはりんごの実すぐりを体験し、「なぜ赤いところとそうでないところがあるんですか」「どうして実すぐりをするんですか」と質問しながら楽しそうに作業をしていました。



1日3食、野菜を食べよう!

ふじさキッチン

■お問合せ 福祉課健康係
☎88-8197

「夏野菜ときのこのさっぱりサラダ」



■材料（4人分）

ミニトマト	12個
とうもろこし	1/2本
好みのきのこ（マッシュルーム、エリンギなど）	100g
穀物酢	大さじ1
しょうゆ	大さじ2
砂糖	大さじ1

エネルギー	44kcal
食塩相当量	1.3g

■作り方

- ①とうもろこしを皮付きのままラップで包み、電子レンジ(500W)で5分加熱する。粗熱がとれたら皮をむき、実をほぐしておく。このとき芯は捨てずにとっておく。きのこは食べやすい大きさに切る。
- ②水200mlにとうもろこしの芯を入れて火をつける。
- ③沸騰したら、ミニトマトときのこを入れ、3分ほど煮る。
- ④火を止め、とうもろこしの芯を取り除く。
- ⑤とうもろこしと調味料を入れて混ぜ合わせ、冷蔵庫で冷やす。
*とうもろこしの芯には旨味が詰まっているので、捨てずにだし取りに使用します。
*きゅうりやレタスを加えても◎。

■とうもろこしの栄養ポイント

とうもろこしの主な成分は炭水化物ですが、そのほかにもタンパク質、ビタミンB1、B2、E、カルシウム、食物繊維などバランスよく栄養素が含まれているのが特徴です。発芽部分に栄養素がたくさん詰まっているので、包丁で実をほぐして食べずに、手でおしって食べると良いでしょう。大切な栄養素も逃げず無駄なく食べることができます。