広報ふじさき

Fujisaki Town Public Relations

2011
3
平成23年
No. 72

地域の伝統を体験

～ 常盤小３年生が年縄について学習 ～

Contents

まちのわだい	2
平成22年度藤崎町表彰条例による表彰 藤崎町教育委員会表彰	4
青森県議会議員一般選挙	7
女性特有のがん(子宮がん・乳がん)が増えています！	8
元気なうちから介護予防	10
こんにちは国保係です、国民年金のお知らせ	11
消防だより、４月の健康係の予定	12
ふれあいライフ	13
としょかんだより、川柳	14
お知らせ	15
健康な歯のこどもたち 学童保育指導員の登録をしませんか 献血にご協力ください	16

野球協会会長杯 初開催

２月６日、ひらかドーム(平川市)で、藤崎町野球協会会長杯少年野球大会が開かれ、町内３小学校と田舎館村から参加した４チームが熱戦を繰り広げました。この大会は、次代を担う学童が、野球を通じて心身の鍛練とスポーツマンシップを培い、健全育成と選手間の親ぼくを図ることを目的として、町野球協会が初めて開催したものです。結果は次のとおりです。

☆優　勝　田舎館ＪＢＣ　　☆準優勝　ときわＢＢＣ
☆第３位　藤崎中央小

実藤崎校舎でリンゴ剪定

２月７日、弘前実業高校藤崎校舎がリンゴの剪定講習会を開き、りんご科の２年生が剪定の基本的な技術と知識を学びました。県りんご剪定士の太田昌文さん(林崎)が指導に当たり、生徒たちは太田さんのアドバイスを聞きながら、枝切りに挑戦していました。

太田さんは、県りんご剪定士として県内外で講師を務めており、同校舎への指導は19年前から続いているそうです。

受験生へ落ちないりんご贈呈

２月８日、明徳中学校で、「落ちないりんご」の贈呈式が行われました。贈呈は毎年行われており、受験合格への願いを込めて、中学校３年生に縁起物の「落ちないりんご」をプレゼントしているものです。生徒たちは、一人ひとりリンゴを手に笑顔を見せていました。１月25日には、藤崎中学校でも贈呈式が行われました。

なべワン-グランプリ大盛況

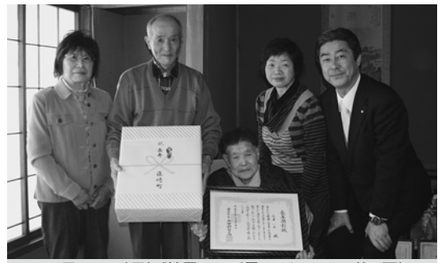
２月13日、藤崎駅通りで、なべワン-グランプリが開催されました。なべワン-グランプリは、藤崎停車場通りけやぐ組主催のイベントで、今回が２回目。エントリーした10店が自慢の鍋汁を販売し、おいしいと思った店の投票箱に割りばしを投票してナンバーワン鍋汁を決定しました。このほかにも、まとい振りや三味線演奏、やかんカーリングゲームなども行われ、会場はたくさんの人で賑わっていました。

95歳おめでとうございます！

１月25日(火) 贈呈　小笠原 せつさん (新町)

１月25日(火) 贈呈　髙木 ミツさん (榊)

２月14日(月) 贈呈　藤本 キエさん (西豊田一)



２月14日(月) 贈呈　石澤 いわさん (伝馬)

交通ルールを勉強したよ

１月20日、藤崎保育所で町交通安全母の会主催による幼児交通安全教室が行われ、この春小学校に入学予定の子どもたちが交通ルールを勉強しました。アニメを使った交通安全のビデオで横断歩道の正しい渡り方や信号の見方などを勉強したほか、交通安全かるたで交通ルールの理解を深めたあと、模擬道路を使用して実際に横断歩道の渡り方を練習していました。

町交通安全母の会は、藤崎保育所のほか、町内の全保育所(園)、幼稚園で幼児交通安全教室を行いました。

全国大会金賞の演奏を披露

２月５日、スポーツプラザ藤崎で、常盤小学校スクールバンドが全国大会での金賞受賞報告を兼ねた感謝演奏会を開きました。常盤小学校スクールバンドは、昨年12月にさいたま市で開かれた「第38回マーチングバンド・バトントワーリング全国大会」に出場し、見事金賞を受賞。この日は、全国大会での演奏曲を元気いっぱいに披露し、地域の人たちのこれまでの応援に感謝していました。

平成二十二年度
藤崎町表彰条例による表彰
藤崎町教育委員会表彰

二月十二日(土)、町文化センターで藤崎町ならびに藤崎町教育委員会表彰式が行われました。行政、教育、スポーツ、文化などの分野で多大な功績が認められた百七十二人に表彰状と記念品が贈られました。

受賞された方々は次のとおりです。

(順不同・敬称略)

藤崎町表彰条例による表彰

☆功労表彰

◇新谷　弘美

平成八年から町農業委員会委員として等、十六年余りにわたり町政の振興発展に寄与された功績

☆善行表彰

◇工藤　武智雄

多年にわたり町議会議員の要職にあって、精進努力した功績により、平成二十二年秋の叙勲　旭日双光章(地方自治功労)を受章され、町の名誉を高めた功績

◇白川　勤

多年にわたり建築設計監理業の要職にあって、精進努力した功績により、平成二十二年秋の叙勲　旭日双光章(建築設計監理業振興功労)を受章され、町の名誉を高めた功績

◇伊藤　正樹

多年にわたり学校教育の要職にあって、精進努力した功績により、平成二十二年秋の叙勲　端宝双光章(教育功労)を受章され、町の名誉を高めた功績

◇五十嵐　睦三

多年にわたり町消防団の要職にあって、精進努力した功績により、平成二十二年秋の褒章　藍綬褒章(消防功績)を受章され、町の名誉を高めた功績

藤崎町教育委員会表彰

☆教委表彰規則第二条　第一号
児童および生徒　スポーツ部門

(県大会優勝・東北大会三位以内・全国大会八位以内の入賞)

◇對馬　静哉

第十六回青森県防具付空手道選手権大会　形の部
小学生中学年男子　優勝

◇對馬　爽一朗

第三十六回青森県少年空手道大会
小学三部男子団体組手　優勝

◇古川　駿

第十六回東北小学生バドミントン大会青森県予選会兼第十六回青森県小学生バドミントン大会
男子六年生以下シングルスの部
第1位

◇常盤ソフトボールクラブ

工藤　舞・中山　知美
吉田　美穂・千葉　美桜
小野美依沙・小田桐綾香
大崎　明里・小田桐ももか
桜田　寧々・須藤　友茄
藤林　咲・鈴木　純玲
保利　雅・對馬　華恋
千葉　真古

・第二十四回全日本小学生女子ソフトボール大会　ベスト8

◇木村　丈二・高谷　竜雅

・(財)全日本リトル野球協会リトルシニア東北連盟第三十二回秋季新人東北大会準優勝チーム「弘前白神リトルシニアチーム」のレギュラー選手

◇米村　隼・三浦　將誓

・第二十九回青森県中学校秋季バドミントン大会
夏季大会バドミントン競技
男子団体　第1位

・第二十九回青森県中学校秋季バドミントン大会
男子団体　第1位

☆教委表彰規則第二条　第一号
児童および生徒　芸術文化部門

(県または東北地区および全国的な大会において、特に優秀な成績を収めた方および団体)

◇三上　千尋

第七十八回全国書画展覧会書写の部
特別賞(中国四川省内江市長賞)

◇長尾　凛香

第十二回民謡民舞少年少女全国大会
民舞団体の部　優勝
(荒田流宝声 会桜組)

◇木村　凪沙

第十三回みちのく発進全国書道展
環境大臣賞

◇常盤小学校スクールバンド

鎌田　美咲・山田　千夏
佐々木莉穂・佐藤　美紅
間山　乃愛・三上　千尋
神　穂乃夏・成田佳奈美
中村　美月・藤林　夏実
鈴木　瞳・成田　周平
長内　美樹・白戸　星七
髙木　百寧・工藤江里子
石塚　結・佐藤　夕茉
間山　千愛・高木　志穂
種市　彩菜・外﨑　遥佳
浅利　芽吹・大柳　琉菜
佐々木詩織・葛西　倫加
小田桐里奈・髙木　倫央
間山　琳・春日　更紗
若松　真歩・田澤　志穂
山田　小雪・髙木　郁美
赤石　晴南・工藤菜々子
對馬さくら・三浦　陸
永井　崇雅・工藤優理子
倉内　雪音・古川　寧子
神　美佑

・全日本バンドフェスティバル
第二十九回東北大会　銅賞

・第三十九回マーチングバンド・バトントワーリング東北大会
優秀賞

・第三十八回マーチングバンド・バトントワーリング全国大会　金賞

◇藤崎中学校吹奏楽部

髙谷　康平・藤本雄太郎
新谷　奈々・石井ことみ
葛西　桃奈・工藤未来理
神　梨菜・阿部　真弥
藤本　陽之・松村　康平
三浦　宏太・草刈　憂菜
工藤那々子・佐藤　紋華
成田未穂乃・工藤　廉
白戸　公大・新谷　正代
小野　鞠萌・平田　綾香
齋藤　絵里・千葉　美佳
町田　愛恵・村上野々花
髙嶋　玲佳・館山　友奏
溝江　遥・浅瀬石雄大
佐藤　正崇・中村　佳祐
阿部　菜穂・新谷佳亜菜
小笠原理紗・長内　樹那
小野　真由・工藤真理乃
浅利　菜摘・伊東明日香
後藤　芹架・米田　有沙
小野舜太郎・原田　聖也
赤平江莉香・阿部　華歩
阿部　美咲・大谷　麻乃
安田　叶・桜庭　洋平
白戸万美子・永田　真子

・第二十三回全日本マーチングコンテスト東北大会　金賞

☆教委表彰規則第三条　第一号
個人および団体　スポーツ部門

(県大会優勝・東北大会三位以内・全国大会八位以内の入賞)

◇中村　李帆

平成二十二年度第六十四回東北高等学校卓球選手権大会
女子学校対抗　第3位

◇古川　綾香

青森県高等学校総合体育大会剣道競技　団体優勝　個人優勝

◇三上　直之

・青森県高等学校総合体育大会
走り幅跳び　優勝
三段跳び　優勝

・東北高等学校選手権大会陸上競技
走り幅跳び　第1位
三段跳び　第3位

◇松橋　湖葉瑠

第四十五回全国高等学校定時制通信制陸上競技大会
女子100ｍハードル　第6位

◇町田　和貴子

第六十三回青森県高等学校総合体育大会
ソフトボール競技　優勝

◇三浦　圭偉

第六十回東北高等学校柔道大会
男子個人90kg級　優勝

◇工藤　奈津美

・第二十八回東北高等学校弓道選抜大会
個人1位　団体1位

・第六十三回青森県高等学校総合体育大会
団体　第1位

・第三十七回東北総合体育大会弓道競技
少年女子　第1位

・第六十五回国民体育大会弓道競技近的
少年女子　第3位

◇佐々木　晃

居合抜刀道第六回東京大会
自由斬個人戦高段者の部　優勝
植木杯団体戦　第3位(青森県抜刀連)

◇佐藤　久子

第十回青森県シニアバドミントン選手権大会一部45歳以上女子ダブルス　第1位

◇阿部　祐己

第二十八回全日本スノーボード選手権大会東北地区予選スノーボードクロス　シニアメン男子　優勝

◇舘岡　唯與志

第二十四回青森マスターズ陸上選手権大会
※M70(70歳～74歳)
M70　60ｍ　第1位　9秒00
M70　100ｍ　第1位　14秒61

４月10日(日) 青森県議会議員一般選挙 投票日

来る４月10日(日)は、青森県議会議員一般選挙の投票が行われます。棄権せずに投票しましょう。

■告示日　４月１日(金)　■投票日　４月10日(日)　■投票時間　午前７時～午後８時

■投票できる人

次の２つの要件を満たしている方で、選挙人名簿に登録されている方は投票することができます。

○平成22年12月31日までに住民登録、あるいは転入届をした方

○平成３年４月11日以前に生まれた方

■転入・転出者の投票

○平成23年１月１日以降に県内の市町村から藤崎町に転入した方は、前住所地で投票できる場合もありますので、前住所地の選挙管理委員会にお問合せください。

○藤崎町の選挙人名簿に登録されている方で、県内の市町村に転出された方は、藤崎町で投票することができますが、「引き続き県内に住所を有することの証明書」が必要です。

○青森県外へ転出された方は、投票することができません。

■投票所入場券

投票所入場券を告示後郵送しますので、当日は入場券を持参のうえ各投票所へご来場ください。

なお、入場券を忘れたり紛失した場合でも投票できます。

■投票所

地区体育館が閉鎖されることにより、次のとおり投票所を変更しますので、お間違えのないようにお願いします。

第２投票所　「小畑地区体育館」→「平成会館」
第３投票所　「西中野目地区体育館」→「西中野目生活改善センター」

■投票所一覧(投票所入場券で自分の投票所をご確認ください)

第１投票所	ふれあいずーむ館ふれあいひろば	第７投票所	明徳中学校１階会議室
第２投票所	平成会館	第８投票所	亀田地区交流センター
第３投票所	西中野目生活改善センター	第９投票所	福島公民館
第４投票所	弘前実業高校藤崎校舎生徒会館(通称：藤高会館)	第10投票所	水木地区ふるさとセンター
第５投票所	藤越研修集会所	第11投票所	富柳老人憩の家
第６投票所	林崎研修集会所		

■期日前投票

投票日当日、仕事や旅行・外出などで投票所に行けない方は期日前投票ができます。

○期　間　４月２日(土)～４月９日(土)　○場　所　藤崎町役場３階「大会議室」

○時　間　午前８時30分～午後８時

■不在者投票　【期間：いずれも、４月２日(土)～４月９日(土)】

①青森県選挙管理委員会が指定している病院・施設等へ入院(所)している方は、入院(所)している施設で不在者投票できますので、その施設へ申し出ください。

②他の市町村に滞在している方は、町選挙管理委員会に不在者投票宣誓書(請求書)により請求すると、郵送により滞在する市町村の選挙管理委員会で不在者投票を行うことができます。

※不在者投票の請求は、告示日前でも受付していますので、特に県外の市町村に滞在している場合は、郵送期間を見越して早めに請求してください。

※「不在者投票宣誓書(請求書)」の様式は、町ホームページよりダウンロードすることができますのでご利用ください。

■郵便等による不在者投票

身体障害者手帳や戦傷病者手帳を所持している一定の級の方と、介護保険の要介護５と認定されている方は、郵便等による不在者投票ができます。

郵便等による不在者投票は、「郵便等投票証明書」が必要となりますので、選挙管理委員会へ申請し、交付を受けてください。申請は随時受付しています。

※投票用紙等の請求を４月６日(水)までに行ってください。

■開　票　○日　時　４月10日(日)　午後９時～　○場　所　スポーツプラザ藤崎

■お問合せ　町選挙管理委員会(内線2261、2610)

◇佐々木　孝尚
第二十四回青森マスターズ陸上選手権大会
※M45(45歳～49歳)
M45　60m　第1位　8秒02(県新・大会新)
M45　100m　第1位　13秒06
◇對馬　慎司
第六十五回市町村対抗青森県民体育大会陸上競技
町村の部　男子砲丸投げ　第1位　14m54(大会新)
◇對馬　猛清
第三回青森県民スポーツ・レクリエーション祭壮年ボウリング競技
50歳男子の部　第1位
◇一戸　八重子
第十回青森県シニアバドミントン選手権大会一部50歳以上女子ダブルス　第1位
◇三浦　隆史
国体バドミントン県予選兼東北ミニ国体バドミントン県予選会
40歳以上男子シングルス　第1位
◇工藤　峰靖
・国体バドミントン県予選兼東北ミニ国体バドミントン県予選会
50歳以上男子ダブルス　第1位
・第三十七回東北総合体育大会バドミントン競技
50歳以上男子ダブルス　第3位

◇工藤　忠良
第十回青森県シニアバドミントン選手権大会一部55歳以上男子ダブルス　第1位
◇加福　孝二
・第十回青森県シニアバドミントン選手権大会一部55歳以上男子ダブルス　第1位
・第二回東北シニアバドミントン競技大会
60歳以上団体戦　第3位
◇三浦　勇悦
・第十回青森県シニアバドミントン選手権大会男子ダブルス(一部)
65歳以上　第1位
・第十一回青森県シニアバドミントン競技大会
65歳以上男子ダブルス　第3位
◇中田　照
・第十八回青森県障害者スポーツ大会フライングディスク　第1位
・第十回全国障害者スポーツ大会フライングディスク　第2位
◇藤崎卓球協会
石澤　宣昭・千葉　柔雄
横山　幸二・髙木　奈那
前田久美子・髙木　秀光
古川　明憲・相馬　小町
山田美香子・町田　悟
吉田　純一
第六十五回市町村対抗青森県民体育大会町村の部　卓球競技　第1位(6年連続)

◇對馬　悟
・役員歴二十五年
常盤スキークラブ副会長(昭和六十年～平成七年)
常盤スキークラブ会長(平成八年～平成十六年)
常盤スキー・スノーボードクラブ会長(平成十七年～現在に至る)
・功　績
常盤スキー・スノーボードクラブ会長として、スキーおよびスノーボードの普及や教育委員会主催の町民スキー教室への協力、また町民スキー大会の主催等町民の冬期間における健康維持増進を目的とした活動の中心的存在である。
◇浅利　昌宏
・役員歴二十三年
陸上競技部長(昭和六十二年～平成十七年)
藤崎陸上競技協会副会長(平成十七年～現在に至る)
・功　績
旧藤崎町体育協会陸上競技部長時代から県民体育大会および県民駅伝大会の監督・コーチとして指導力を発揮してきた。合併後の藤崎陸上競技協会副会長に就任後も協会の運営はもとより、引き続き監督・コーチとしてその役割を果たし、近年の好成績を収めている要因となっている。

◇阿部　ミネ
藤崎町老人クラブ連合会グラウンド・ゴルフ部時代から役員に就任し、平成十八年に藤崎町体育協会へ加盟、藤崎グラウンド・ゴルフ協会設立時より現在に至るまで二十年以上に渡り役員として小学校のクラブ活動や町民を対象とした事業を積極的に推進する等、町民の健康増進と協会の発展向上に寄与した。

☆教委表彰規則第三条　第二号
個人および団体　芸術文化部門
(県または東北地区および全国的な大会において、特に優秀な成績を収めた方および団体)

◇福原　有希・小山　仁美
兵藤　里紅・藍原　悠
全日本マーチングコンテスト
第二十三回青森県大会　金賞
◇世良　啓
第一回東奥文学賞　大賞受賞

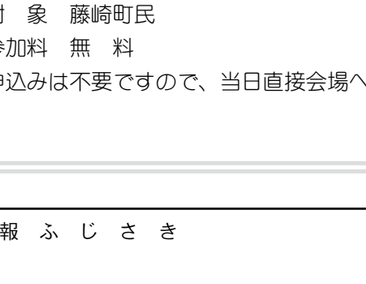
女性特有のがん（子宮がん・乳がん）が増えて います！

検診受診や自己管理で早期発見・予防に努めましょう。
町では、子宮がん検診は20歳から、乳がん検診は40歳から実施しています。

乳がん自己検診法

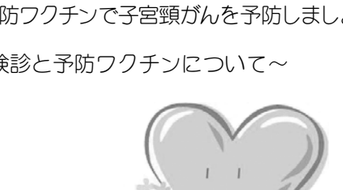
まずは鏡でチェック

両手をおろした楽な姿勢で鏡の前に立ち、乳房の形、大きさ、皮膚の出っ張りやくぼみなどを確認する。



浴室でチェック

左乳房には右手、右乳房には左手でのの字を描くように触れる。お風呂やシャワーの時、石けんがついた手で触れると凹凸がよく分かります。



横になってチェック

調べる側の乳房の下に折ったタオルなどを当て、浴室と同じように触れてみます。

※町では毎年、偶数年齢の方を対象に子宮頸がん、乳がん検診を実施しています。
日程は７月中旬頃を予定していますが、詳細については広報ふじさき５月号に掲載予定です。
不正出血、乳房のしこり、脇の下のしこり等気になる症状があれば、検診を待たずに医療機関を受診しましょう。

☆お問合せ　福祉課健康係(内線2123、2124)

子宮頸がん予防ワクチン接種についての講演会を行います

子宮頸がんは、20～30代の女性に急増しています。
子宮頸がんはすべての女性に起こりうる病気で、その予防や早期発見・早期治療がとても大切です。
正しい知識を身につけ、子宮頸がん検診や子宮頸がん予防ワクチンで子宮頸がんを予防しましょう。

☆演　題　子宮頸がんから女性を守るために　～がん検診と予防ワクチンについて～
☆講　師　弘前女性クリニック院長　蓮尾　豊先生
☆日　時　３月25日(金)　午後７時～午後８時30分
☆場　所　町役場３階「大会議室」
☆対　象　藤崎町民
☆参加料　無　料
※申込みは不要ですので、当日直接会場へお越しください。

☆お問合せ　福祉課健康係(内線2112、2503)

1. 子宮がんには２種類あります

子宮頸がん

〇30～40歳代でピーク
〇40歳以上では年々減少
〇20～30歳代では年々増加

☆なりやすい人
- ヒトパピローマウイルス（ＨＰＶ）の持続的な感染
- 妊娠出産回数が多い方
- 喫煙される方

症　状

初期は無症状。

☆進行すると・・・
- 月経とは無関係な不正出血
- 性行為の際の出血
- 異常なおりもの

⬇
婦人科受診を！

子宮体がん

〇50～60歳代がピーク
〇年々年齢層を問わず増加

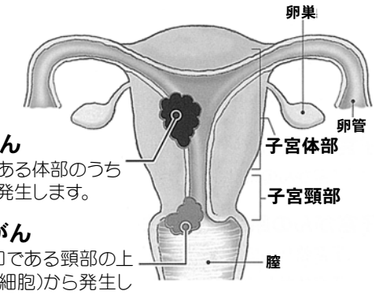
☆なりやすい人
- 月経不順
- 閉経年齢が高い人
- 妊娠・出産歴がないか少ない人
- 生活習慣や食習慣等の欧米化

子宮頸がんは若い人に増えています

ＨＰＶは、風邪のウイルスのようにごくありふれたウイルスで、性的接触などにより女性の約80％が一生に一度は感染するといわれています。感染しても多くの場合、自然に体外へ排出されるのですが、一部の女性で感染が継続すると、子宮頸部の細胞に変化(前がん状態＝異形成)が生じ、数年から10年以上という長い経過を経てがんへと進行します。

しかし最近は、感染予防のためのワクチンがあり、予防効果が期待できます。(町でも現在中学校１年生から高校１年生を対象に予防接種を受けた方に助成を行っています。)

さらに検診を行うことで早期発見・早期治療につながり、早期であれば部分的な切除により妊娠や出産は可能となります。



子宮体がん
子宮の奥にある体部のうちの内膜から発生します。

子宮頸がん
子宮の入口である頸部の上皮(表面の細胞)から発生します。

2. 乳がんは唯一自分で触れて確認できるがんです

乳がんは女性がかかるがん第１位で、年々増え続けています。

最近は、自分で乳房のしこりに気づき、医療機関を受診するケースが増えています。

月に１回は乳がん自己検診を実施しましょう。

☆なりやすい人
- 40歳以上の女性
- 動物性脂肪のとりすぎ
- 過度の飲酒
- 喫煙
- 肥満
- 遺伝　など

症　状

- 乳房のしこり
  (0.5～1cmほどになると自分でさわって分かるくらいになります)
- 乳房の皮膚のひきつれやただれ
- 乳房の皮膚のくぼみ
- わきの下のしこりやはれ
- 腕のむくみやしびれ　など

⬇
乳腺外来や外科受診を！

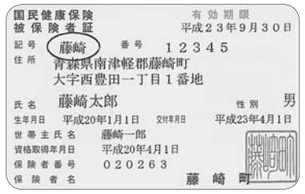
こんにちは国保係です

◆国民健康保険被保険者証の更新のお知らせ◆

新しい保険証を３月下旬に郵送します。
この保険証は平成23年４月から９月まで使用していただくことになります。
この度の更新は、町電算システムの変更によるもので、保険証の記号番号が変わる重要なものとなっています。
つきましては、４月以降に医療機関へ行った際は必ず医療機関窓口での保険証提示をお願いします。

【注意事項】
- ○記載内容をご確認ください。もし間違いなどがある場合は申し出ください。
- ○紛失したり破れたりした場合は届け出ください。
- ○現在お持ちの保険証は担当窓口へ返却するか確実に破棄してください。

【見　本】色は桜色です。



☆新しい保険証の記号
藤　崎
☆新しい保険証の番号
数字５けた

☆お問合せ　住民課国保年金係（内線2132）

国民年金のお知らせ

こんなときには届出が必要です

国民年金は、日本に住む二十歳以上六十歳未満のすべての人が加入しなければなりません。届出は加入するときだけでなく、被保険者種別が変わったときにも必要です。もし、届出されなかった場合、年金額が少なくなったり受け取れない場合もありますので、必ず届出をしましょう。

届出が必要な時	異動の内容	持参するもの	届出先
20歳になったとき（厚生年金や共済年金加入者を除く）	第1号被保険者	○印鑑（本人自署の場合は不要） ○年金手帳	住所地の市町村
退職したとき（厚生年金や共済年金加入者の場合）	第２号被保険者から第１号被保険者になります。（第３号被保険者に該当する場合を除く）	○印鑑（本人自署の場合は不要） ○年金手帳	住所地の市町村
配偶者に扶養されていたが、配偶者が厚生年金、共済年金を辞めたとき	第３号被保険者から第１号被保険者へ	○印鑑（本人自署の場合は不要） ○年金手帳	住所地の市町村

☆お問合せ　住民課国保年金係（内線２１３４）

後期高齢者医療保険料の納め忘れにご注意ください!

納付書で納めている方の最終納期限は3月31日(木)です。納め忘れのないように再度ご確認ください。
保険料を納めることができない特別な事情がないにもかかわらず、保険料を滞納していると、有効期間の短い保険証が交付される場合もあります。災害等により保険料の納付が困難な場合は、担当窓口へご相談ください。

☆お問合せ　住民課国保年金係(内線2132)

広報ふじさき有料広告

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

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

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

１級技能士	４名
２級技能士	１名
２級建築施工技師	３名

元気なうちから 介護予防!

寝たきりのきっかけは身近なこと

介護が必要になってしまったきっかけは「年をとって体を動かすことがおっくうになった」「歯が抜けて食べ物が思うように食べられなくなった」などです。寝たきりとは関係のないことのように思われますが、体を動かさなかったり、入れ歯の調子が悪くなった結果、食欲がなくなり、栄養が不足したりすれば筋力が低下し、家に閉じこもりがちになり・・・といった悪循環をたどってしまうのです。
いつまでもはつらつと過ごすためにも、心身の老化のサインに早く気づき、体の機能を維持・向上させるなど対応していくことが大切です。

ちょっとしたことから生活機能低下の悪循環に

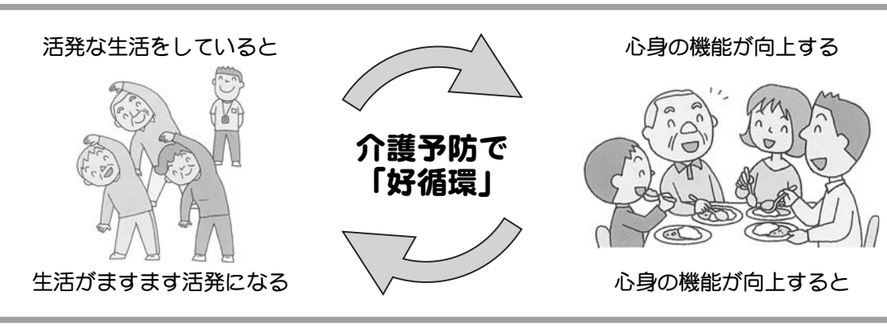
長生きを自分らしく楽しむためには・・・

高齢期は生活習慣病の予防だけでなく、運動器の機能向上、認知症予防といった生活機能の低下を予防する対策が必要です。

40～64歳（中年期）
生活習慣病の予防
（がん、心臓病、脳卒中、糖尿病など）

＋

65歳～（高齢期）
生活機能低下の予防
- ●運動器の機能向上
- ●口腔機能の向上
- ●閉じこもり予防
- ●栄養改善
- ●うつ予防
- ●認知症予防



※町では、平成23年度も介護予防の各種事業を開催する予定です。日程が決まり次第、お知らせします。

☆お問合せ　福祉課介護保険係(内線2113、2114)

平成22年度　全国統一防火標語　消防だより　東消防署北分署 ☎75－3333

「消したかな」あなたを守る　合言葉

もうすぐ春です。今一度防火意識を引き締めましょう！

日増しに陽が長くなり、少しずつ春の訪れを感じる時期となりました。寒さがゆるむと私達の火の元に対する注意もゆるみがちになります。そこで次のことをお願いします。

①出かける時はガスの元栓を締める。
②ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。
③寝たばこは絶対やめる。
④ストーブに給油するときは火を止めてから行い、給油後はポリ缶のフタをきちんと締める。

など、今一度防火に対する意識を引き締めましょう。

ワンポイント応急手当て

寒暖の差が激しい時期になってきました。みなさん風邪を引かないよう気をつけていると思いますが、健康管理が十分でも今はケガが頻発する季節です。特に、雪道は滑りやすく大変危険です。もしものために、滑って転倒し頭を打った時の手当を知っておきましょう。

- 「意識がない」「吐いている」「出血がある」場合はすぐに救急車を呼びましょう。
- 意識がはっきりしている場合は、安静にして様子を見ます。後から症状が出てくることがあるので1～2日激しい運動をひかえましょう。こぶができてきたら、冷たいタオル等で冷やしましょう。

☆お問合せ　東消防署北分署　☎75－3333

4月の健康係の予定

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

区分・対象年齢等	日時	場所	内容
集団予防接種			
ポリオ予防接種 生後３か月～90か月未満児	受付 ８日（金）13:00～13:15	町文化センター	ポリオワクチン投与 ※母子手帳、予診票持参
すこやか健診			
乳児健診 H22年12月～H23年１月生	受付 27日（水）13:00～13:15	町文化センター	身体計測、内科、股関節脱臼検診、保健指導　※母子手帳、バスタオル持参
すこやか教室			
パパ・ママ教室 H22年11月～H23年２月まで妊娠届出の方	受付 28日（木）18:45～19:00	町文化センター	赤ちゃんのお風呂の入れ方、抱き方等を学習します。パパになる方は体験モデルで妊娠疑似体験もできます。 ※母子手帳持参
すこやか相談			
母子健康相談 妊婦・生後３か月以上の乳幼児	受付 21日（木）10:00～10:15	町文化センター	妊娠中のアドバイス、乳幼児の身体計測、育児相談、育児教室 ※母子手帳、バスタオル持参
10か月児相談 H22年６月～７月生	受付 21日（木）9:30～9:45		
健康相談			
こころの健康相談	６日（水）9:00～12:00	藤崎老人福祉センター	司法書士・保健師等を配置し、自殺の大きな要因としてあげられる失業・多重債務等やこころの相談を受けます。
	20日（水）9:00～12:00	常盤老人福祉センター	

☆お問合せ　福祉課健康係(内線2121～2124)

ふれあいライブ

No.150

生涯学習だより

藤沢俊樹・一戸智之　ジョイントコンサート　～チェロ名曲の楽しみ～　が開催されました

二月六日、藤沢俊樹さんと一戸智之さんのジョイントコンサートが町文化センター大ホールで開催されました。

藤沢俊樹さんは、フリーのチェリストで、独奏や室内楽で活躍するかたわら、「宇宙戦艦ヤマト」「もののけ姫」など、多くのヒット作品に関わってきました。

ピアノの一戸智之さんは、地元東北女子大学准教授のかたわら、室内楽アンサンブルやソロリサイタルなど全国各地で幅広い演奏活動を展開しています。

第一部は、一戸さんのピアノで、ショパンのワルツ第一番作品18「華麗なる大円舞曲」や、ドビュッシーの「月の光」、リストの「愛の夢」他六曲を演奏しました。

第二部は、藤沢俊樹さんのチェロと弘前大学医学部在籍中で、弘前市を中心にピアニストとして活躍している小林明恵さんのピアノ演奏。サンサーンスの「白鳥」、エルガーの「愛のあいさつ」他七曲を披露しました。

会場には約三百名が来場し、気持ちが安らぐチェロの音色と、ピアノの豊かな響きを堪能していました。

寒い冬！　キラキラした白銀を滑ったスキー教室

二月六日、平成二十二年度藤崎町民スキー教室がナクア白神スキー&リゾートで実施され、町民四十四名が参加しました。

当日は、天気にも恵まれ、スキー・スノーボードクラブの講師の方々の指導をグループごとに受けていました。

初心者のグループは、午前と午後で参加者一人ひとりの表情やスキーの滑り方も変化していました。各グループとも雪面にシュプールを描き、存分にスキーを楽しみました。

来年度も予定していますので、ぜひご家族で参加してみてはいかがですか。お待ちしています。

◇お問合せ
スポーツプラザ藤崎
☎75－3323

「藤崎フォトクラブ会員展」のお知らせ

毎年恒例となった、町内在住の会員七名による写真展です。

県内の写真愛好家の方々をはじめ、毎回、この写真展を楽しみに来館される方もいらっしゃいます。

昨年のお客様の感想を一部ご紹介します。（アンケートより抜粋）

「中身の充実したい写真展でした」
（六十代女性・弘前市）

「すばらしい。『樹根』の写真に感動しました」
（六十代男性・深浦町）

「みなさん技術が高い」
（五十代男性・黒石市）

今年も、約四十点を展示予定です。みなさまのご来場をお待ちしています。

◇日　時
三月四日(金)～十三日(日)
午前九時～午後四時三十分
（最終日は午後三時まで）

◇休館日　三月七日(月)

◇入館料　無　料

◇会場・お問合せ
常盤ふるさと資料館あすか
☎65－4567

藤崎町いきいき生活大学　閉講式のご案内

◇日　時　三月十二日(土)
午前十時

◇場　所
常盤生涯学習文化会館
「多目的ホール」

◇内　容
式典・事業実施報告
アトラクション
「常盤大正琴サークルによる大正琴ミニコンサート」

◇お問合せ
常盤生涯学習文化会館
☎65－3100

としょかんだより

藤崎町図書館
大夢
☎ 75－2288

◎おはなし会「おはなしのとびら」開催のお知らせ

☆日　　時　３月19日(土)　午前10時～午前11時
☆場　　所　町図書館内　児童室「よいこのくに」
☆話 し 手　わっこの会
☆おはなし　一足早くおはなしの花
・「えりまきの花」
（読み聞かせ）
・「うえきばちです」
（読み聞かせ）　ほか

どなたでも参加できます。
お気軽にお越しください。

◎第144回直木賞・芥川賞受賞作&候補作図書の紹介

☆直木賞受賞作品
・「漂砂のうたう」　木内昇/著　集英社
・「月と蟹」　道尾秀介/著　文藝春秋
☆直木賞候補作品
・「蜿(もぬけ)」　犬飼六岐/著　講談社
・「砂の王国」　萩原浩/著　講談社
・「悪の教典」　貴志祐介/著　文藝春秋
☆芥川賞受賞作品
・「きことわ」　朝吹真理子/著　新潮社
・「苦役列車」　西村賢太/著　新潮社
☆芥川賞候補作品
・「母子寮前」　小谷野敦/著　文藝春秋
・「第三紀層の魚」　田中慎弥/著　すばる12月号
・「あぶらびれ」　穂田川洋山/著　文学界11月号
※候補作品の一部を発注しています。
納品が遅れる場合がありますのでご了承ください。

◎最新着図書紹介

・「苦役列車」　西村賢太/著　新潮社
・「きことわ」　朝吹真理子/著　新潮社
・「盤上のアルファ」　塩田武士/著　講談社
・「トイレの神様」　植村花菜/文　講談社
・「まだまだつづきがあるのです」　ｶﾝﾀﾝ・ｸﾚﾊﾞﾝ/作
・「朝つくらない おべんとうおかず600」　グラフ社
・「有機･無農薬 野菜が甘く育つ土づくり Part２」
・「もじゃらんこ」　きしだえりこ/ぶん　福音館書店
・「今日も自由に、織る」　マリア書房　ほか

◎図書館蔵書点検等に伴う休館日のおしらせ

・２月27日(日)　図書整理休館日
・２月28日(月)　休館日
・３月１日(火)～４日(金)　蔵書点検休館日
蔵書点検期間は、館内全ての本の所在・汚破損等の確認を１年に１回、３月に行っております。ご不便をおかけしますが、ご協力お願いします。
※蔵書点検期間中の本の貸し出しはできません。
※ご返却は正面玄関脇に設置の「返却ポスト」をご利用ください。
※「県立図書館オンラインサービス・遠隔地サービス」をご利用の方は、ふれあいすーむ館窓口へお越しください。

◎３月の休館日

１日(火)・２日(水)・３日(木)・４日(金)・７日(月)・14日(月)・20日(日)・21日(月)・28日(月)・31日(木)
※毎月月末は図書整理のため、休館となります。
休館日は返却ポストをご利用ください。

川柳　紫柳社

紫柳社 新年句会　入選作品抄
題「縁起」「太鼓」「鈴」「明暗」

百八つ憧くも煩悩消え残る　藤井　幹水
栄転も左遷も共に始発駅
ねぶた舞う女を捨てた大太鼓　野呂　文坊
駿足の過信が亀に先越され
万願を叶う日までは鈴を振る
ライバルの太鼓に踊った日の不覚　清水　川魚
縁起物神の御加護か福を呼び
巡礼の鈴へ淋しい雨が降り
党二分一兵卒のデカイ鈴　福井　藤人
総身に傷持つ太鼓音が澄み
仲直りしたけど砂を噛んでいる
縁起みな妻と微妙に食いちがう　成田　波麻
太鼓判押された受験サクラ咲く
七宝のてまり華やか福を呼び
厄払う太鼓に穢れ削ぎ落ちる　福井　朗風
少年の辞書に縁起が見当らぬ
浜で打つ太鼓に海が荒れて来る
鈴付けの役がまわって来た不運　阿部　とき
出征に死線(四銭)越えよと五銭玉
百歳の歴史明暗幾山河
杖に鈴逢いに来ました恐山　加川　炭川
人間の欲を見飽きた神の鈴
心技体櫓太鼓が気を締める
偽善者が叩く太鼓に踊る阿呆　大谷　みつ
八起目に賭けてダルマを買う夫婦
托鉢の鈴煩悩を軽くする
金メダル暗いニュースを吹き飛ばす　木村　羊川
強過ぎるコントラストの作る影
魔を守せぬ守り袋の小鈴鳴る
七五三ふくら雀の鈴の音　田中さち子
暗い道登った先にご来光
みちのくの太鼓ひびかせ人を呼ぶ
茶柱に迷いふっ切れ立ち上がる　野呂　慧子
一桁の一文字違い宝くじ
この時世猫の鈴付け誰がする
この不況益々売れる縁起物

「介護スタッフ就職ガイダンス」のお知らせ

青森県では、青森県地域共同就職支援センターと連携し、就職説明会を開催します。

☆日　　時　３月18日(金)　午後１時30分～午後３時30分
☆会　　場　弘前市総合学習センター「大会議室」
☆対 象 者　介護施設での就業を希望する45歳以上の中高年齢求職者
（介護施設での就業の経験が無い方向けの内容となります）
☆定　　員　申込先着順　40名
☆申込締切　３月16日(水)
☆参 加 費　無　料

☆申込・お問合せ
青森県労政能力開発課　地域雇用対策グループ　☎017－734－9398

敬老おひな茶会のご案内

藤崎町茶華道協会と藤崎町老連茶道部は、合同で「第６回敬老おひな茶会」を行います。当日は雛人形を前に一服のお茶で楽しいひとときをお過ごしいただきたいと思います。
ご近所お誘い合わせのうえ多数のご参加をお待ちしています。

☆日　　時　３月17日(木)　午前10時～午後３時
☆会　　場　藤崎老人福祉センター「ロビー」(椅子席　抹茶・煎茶)
☆参 加 料　無　料
※大広間は一人暮らしふれあい昼食会場となっており、午前10時～午前11時までのあいだに保育園年長児のお遊戯会等があります。
お気軽にご観覧ください。

☆お問合せ　藤崎町茶華道協会　佐藤　☎75－4020

お知らせ

善意ありがとうございます

☆藤崎町の児童福祉に寄与したいため

○ときわ水墨画会講師
横向　好美　様　　47,000円
（藤崎町秋まつり文化祭「似顔絵チャリティー」の売上金）

広報ふじさき有料広告

つがる野短歌会
手の指の油の染みを洗いおれば夕べサイレンの腹にひびき来
●どなたでも入会可。中学生、高校生も歓迎。
●生活の歌、平明な歌つくりを目指す勉強会。
●月に１～２首を投稿。会費は年にハガキ12枚のみ。
【お問合せ】〒038－3802 藤崎町大字藤崎字中村井１－11
清野利保(せいの・としやす)　☎75－3946
※ご連絡をくだされば会則をすぐお送りします。

『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45㎜×横83㎜）　5,000円
●２号広告（縦45㎜×横170㎜）　10,000円
●３号広告（縦100㎜×横170㎜）　20,000円
広告申込は、企業、個人事業主または団体となります。
☆お問合せ　企画課企画係(内線2224)

広報ふじさき有料広告

救急指定病院
医療法人ときわ会
ときわ会病院
院長 荘司貞志
内科・外科・整形外科・消化器内科・消化器外科・神経内科・リウマチ科・麻酔科・和漢診療科

☎ 0172-65-3771

広報ふじさきに関するご意見・ご要望は、企画課企画係までお寄せください。■編集・発行　藤崎町役場企画課
TEL 0172（75）3111（内線2224）　FAX 0172（75）2515　ホームページ http://www.town.fujisaki.aomori.jp　Eメール kikaku@town.fujisaki.aomori.jp
企画係　〒038-3803　青森県南津軽郡藤崎町大字西豊田一丁目1

戸籍の窓
（1月届出分）

お誕生おめでとう

（　）内保護者

西豊田二　佐藤　空（そら）（慎）
福　島　古川　蒼維（あおい）（征道）
榊　鈴木　愛唯（めい）（翔）

お悔やみ申しあげます

藤　越　栩内　ツマ（68）
小　畑　三上　文雄（83）
榊　室谷　テイ（91）
葛　野　船水　政子（79）
徳　下　山内　きみ（90）
小　畑　成田　健二（87）
柏木堰　工藤　なつ（77）
吉　向　永田　壽（83）
榊　宮川　明夫（70）
みつや　藤井　尚幸（50）
伝　馬　髙嶋　秋雄（71）
木挽町　野呂　良子（44）

この欄に載せたくない方は、届け出の時に窓口に申し出てください。

人の動き

人　口	16,150人	（－8）
男	7,590人	（－13）
女	8,560人	（＋5）
世帯数	5,604世帯	（＋4）

1月31日現在、（　）は前月比

3月の町税等の納期

○後期高齢者医療保険料
第9期

納期限は3月31日（木）です

県内の交通事故概況

1月中	件数	死者	傷者
	593（＋28）	1（－3）	740（＋41）

※1月31日現在、（　）は前年比

3歳児健診
（1月27日実施分）

健康な歯のこどもたち

17人中5人が虫歯もなく良い歯のこどもたちでした

中田　晴（はる）くん
（西豊田一）

髙木　大翔（ひろと）くん
（西豊田三）

石田　朔来（さくら）ちゃん
（横　町）

佐藤　有那（ゆうな）ちゃん
（本　町）

白戸　杏樹（あんじゅ）ちゃん
（新　町）

学童保育指導員の登録をしませんか

学童保育とは、放課後や土曜日等に保護者等が留守の世帯の児童を預かり、保育を行うものです。指導員が欠員となったときや人手が不足した場合に、登録をしている方に連絡をすることとなりますので、ご協力をお願いします。

☆勤務時間（下記の時間帯でのシフト制になります）
　○月曜日から金曜日　小学校の下校時間～午後6時
　○学校休業日（土曜日や長期休業等）　午前7時45分～午後6時
☆登録対象者
　子どもが好きな方で、子育てに熱意のある20歳～65歳未満の健康な方
☆賃　　金
　時給700円（※交通費は支給されません）
☆登録期間
　平成23年4月1日～平成24年3月31日
☆登録締切　3月18日（金）
☆登録方法
　登録を希望される方は、履歴書を持参の上、学童保育指導員登録申込書と一緒に下記の問合せ先まで申込みください。その際に、簡単な面接をいたします。

☆申込・お問合せ　住民課子育て支援係（内線2135、2136）

献血にご協力ください

献血していただいた血液は、輸血等で患者さんの治療に役立てられます。現在は血液が不足しています。みなさまのご協力をお願いします！

（※注意）　今回は都合によりふれあいカレンダーに掲載した日時・場所から変更になっています。

☆日　　時　3月25日（金）　○午前10時～正午　○午後1時15分～午後4時
☆場　　所　ジャスコ藤崎店
☆所用時間　約15～30分（200ml・400ml 献血）
※ご協力いただいた方には赤い卵1パックを進呈します。

☆お問合せ　福祉課健康係（内線2112、2503）