

広報



みざか

7

2013年
(平成25年)
No.705
月号

08 特集 地域のチカラⅢ

「協働する」
ということ。



中学生ふれあい体験

6月12日／保健相談センター

将来、父や母になるであろう市内中学生が、9～10ヶ月児の健診をお手伝い。親になることの大変さと、赤ちゃんの愛らしさを改めて知る。

CONTENTS

- 02 Pick Up アメリカンデー
- 04 Pick Up 姉妹都市交流
- 14 市政の動き
- 20 議会だより
- 26 マックチャンネルガイド
- 28 出来事通信
- 31 みさわ情報ネット
- 40 三沢魂



11



13



10

9



1

Pick Up

アメリカンデー 2013

- 9 第25回目の開催とテーマのスポーツを表すTシャツ
10 アメリカの消防車から手を振るスパーキー
11 火花を散らすホットドッグ早食い競争
12 フードブースの至る所にスポーツにちなんだ演出が
13 アメリカンフードを買い求める来場者
14 アメリカ広場のライブステージに踊りだす観客たち
15 豪快に調理されるチキンやソーセージ
16 公会堂前で繰り広げられた、チアリーダーたちによるパフォーマンス
17 18 アメリカ文化を陽気に楽しむ若者たち



- 1 オープニングセレモニーで固い握手を交わす、種市市長とウィリアムス米軍三沢基地司令官
2 パレード中のハーレーと記念撮影
3 観客が詰め寄せるアメリカ村幹線道路をパレードする米軍基地内のガールスカウトたち
4 日米問わず大人から子どもまでパレードに夢中
5 星条旗などの旗を掲げ、さっそうと行進
6 小銃で見事なパフォーマンスを見せる儀仗隊
7 沿道の子どもたちにお菓子のプレゼント
8 パレードでマーチングを披露する三沢商業高校吹奏楽部

6月2日、国際文化都市・三沢が誇る最大の日米交流イベント、アメリカンデーが、今年も盛大に開催されました。

米軍三沢基地内の外国人に日本文化を紹介するジャパンデー。その返礼として毎年開催されているこのアメリカンデーは、今回で25回目。華やかなパレード、そして種市市長とウィリアムス基地司令官が交わす感謝の言葉と固い握手で幕を開けた国際交流の祭典。市内外から訪れた多くの人々は、国籍を越えて互いの文化を楽しみ、友情を育んでいました。

姉妹都市友好親善使節団の主な日程

5月1日	▶三沢駅を出発 → 成田空港 → シアトルに到着 ▶シアトル市内を観光
5月2日	▶シアトル → 東ウェナッチに到着 ▶歓迎レセプション ▶歓迎夕食会
5月3日	▶コロンビア川でカヌー体験 ▶ウェナッチバレー大学を見学 ▶クラシックカーパレードに参加
5月4日	▶アップルブラッサムフェスティバルに参加 ▶オーメガーデン（植物園）を見学 ▶タウントヨタセンターでブルライディング観戦
5月5日	▶パングボーン空港でセスナ機搭乗体験 ▶リバーウエストニアリビング（老人介護施設）で餅つきを披露
5月6日	▶イーストモント中学校を見学 ▶リー小学校で折り紙を紹介 ▶サニースロープ小学校で折り紙を紹介
5月7日	▶ウェナッチバレー博物館を見学 ▶ロックリーチダムを見学 ▶カシミア、アップレツコットレッツ工場を見学 ▶レーベンワースを見学 ▶送別晩餐会
5月8日	▶ウェナッチ → シアトルに到着
5月9日	▶シアトル → 成田空港 → 三沢駅に到着



姉妹都市友好親善使節団 団長 種市一正 市長

まずは、皆さんと無事に帰って来れたことに喜びを感じています。

今回の交流では、中学生大使の体験はもちろんですが、文化的交流を果たしてきました。日本ならではの餅つきは、大変盛り上がり、涙ぐんでお餅を食べてくれた方も。「やつてよかった」。そんな思いがしています。また、披露した三沢音頭も大変な好評を得まして、「人間の感性はどの国でも同じ。楽しいことは楽しいし、感動することは感動してくれる。文化は全て共有できる」そう強く感じました。

ウェナッチの方々からは、お祭りやイベントなども含め、大変なもてなしをしていただきました。驚くのは、それら全てがボランティアで運営されているということです。このことは、日本では、なかなかできなかつことかもしれません。しかし、これからは、求められる時代となるでしょう。三沢市として、その方向性を見いだしていかたいと思っています。

大使の皆さんには、さまざまな体験をして学んできた、文化の違いや人の思いやりなど多くのことを、これから的生活の中で生かしていただきたいと思います。



日本文化を伝える

ウェナッチバレー大学のキャンパスで、中学生大使たちがキューピッドシャッフルと呼ばれるダンスを踊る場面があった。周りに集まり、可愛らしく踊り始める現地の子どもたち。三沢音頭へと続き、大人の大天使も加わって、熟練の踊りを披露した。「三沢音頭はさすがに無理だろう」と始めは諦めていた大使たちだが、ウェナッチの子どもたちは真似をして後に続いた。人が人を呼び、振り付けがわからなくとも次々と輪に入ってくる。最後はもう前に進んで踊れないほどに。現地の子どもたちが交じった、カラフルでにぎやかな輪は感動的な光景だった。

その後に訪れた、中学校と2つの小学校。中学生大使は、小学校の児童に日本文化の一つである折り紙を教えた。たどたどしい英語を駆使して懸命に教える大使の熱意に、笑顔で応える児童たち。この3校への訪問と折り紙は、手厚い歓迎に対する使節団からの感謝の気持ちが込められていた。

さらに、使節団からウェナッチの人々へ、感謝の気持ちを込めた日本文化がプレゼントされた。おいらせ農協の袴田さんを筆頭に「餅つき隊」と呼ばれる3人の大使が、現地老人介護施設で、昔ながらのうすときねを使った餅つきを披露。つきたての餅を初めて食べたという人が多く、大人気だったとのこと。うまくつけるか眠れないほど心配だったという餅つき隊の面々は、大喜び。「行った甲斐がありました」と胸をなでおろした。

忘れられない「もてなしの心」

施設訪問やイベント参加、ホームステイなどで得た経験や思い出は、その全てが貴重な財産であることは言うまでもない。しかし、大使にとって最も忘れられないものは、やはり、ウェナッチの人々の温かい「もてなしの心」だろう。「ウェナッチから8月に三沢を訪れる使節団には、お返しとして精一杯のもてなしで応えたい」と大使たちの決意は固い。多くの人々の強い気持ちが長年繋いできたこの交流は、三沢市の宝であり誇り。三沢市のこれからの発展に、欠かすことはできない。

Pick Up 姉妹都市交流は宝であり誇り

姉妹都市友好親善使節団がウェナッチバレーへ

三沢市の姉妹都市へ「交流」の使命を帯び派遣された15人の親善大使たち。アメリカの文化を体験し、学びながら日本の文化を伝えた。

ワシントン州ウェナッチバレー。カスケード山脈の麓を流れるコロンビア川を姉妹都市であるウェナッチ市と東ウェナッチ市が挟むこの地域は、温暖な気候と豊かな自然や水源に恵まれ、水力発電や、りんごなど果実・ワインの産地として知られている。

1931年に三沢市淋代海岸から飛び立ったミス・ビードル号が世界初の太平洋無着陸横断飛行を成し遂げ、この地に胴体着陸したことをきっかけに、三沢市とウェナッチバレー両市は姉妹都市を締結。長年にわたり、さまざまな交流を続けてきた。その中でも代表的なものが、1982年に始まった、それぞれの市を代表する使節団が毎年相互に訪問し合い、ホームステイをしながら施設見学やイベントに参加する姉妹都市友好親善使節団。1985年からは、10代から国際感覚に優れた人材を育てようと中学生大使も加わり、これまでに延べ613人の大使が、三沢市とウェナッチバレーの交流を深める大役を果たしている。

今回は、種市長を団長に、10人の中学生大使を含む新たな姉妹都市友好親善使節団、総勢22人が5月1日から10日間の日程でウェナッチバレーを訪れた。

広がる視野・受ける刺激

初めての海外、初めての姉妹都市。見るもの聞くもの全てが別世界。本場アメリカで英語を使って買い物をしたり、現地の人々と英語を使ってコミュニケーションをとることができた中学生大使は、喜びと興奮を隠せない。時には失敗したり、体調を崩すこともあったが、それも貴重な経験の一つだ。

東ウェナッチ市に着いた使節団は、レーシー市長をはじめ、現地の人々から手厚い歓迎を受けた。少しでも気持ちよく、一つでも多くの体験をしてもらおうと心を尽くす人々の想いは、使節団に伝わり、その胸を強く打った。翌日からさまざまな施設見学やイベントに参加した使節団。その一つとして訪れたウェナッチバレー大学には今、三沢からの初の留学生、原田彩伎さんが通っている。一昨年前に同じ親善使節団に参加し、この4月、同大学に留学した原田さん。夢を追いかけて大きな一步を踏み出した彼女の生き生きとした姿に、中学生大使は何を感じたことだろう。多くの留学生が通う大学の充実した設備や環境も、将来を夢見る若者に大きな刺激を与えたに違いない。



- 1 コロンビア川が流れる自然豊かなウェナッチバレー
- 2 歓迎レセプションで記念撮影
- 3 三沢初のウェナッチバレー大学留学生・原田彩伎さん（中央）
- 4 コロンビア川でカヌー体験
- 5 クラシックカーパレードに参加した大使たち
- 6 パングボーン空港で、ミス・ビードル号復元機と中学生大使
- 7 大使の「三沢音頭」に、周りの大人口もまでもが踊りだす
- 8 餅つき隊に教えながらウェナッチの人々が餅つきを体験
- 9 小学校で「折り紙」を教える中学生大使



おいらせ農協 萩田 弘子さん

ウェナッチの豊かな自然に感動し、そこに住む人々のボランティア精神に感心しました。餅つきは大盛況で、参加した皆さんが大喜び。「行ったかいがあった」と本当に感じました。一生に一度の経験と心温まる歓迎、心づくしに感動と感謝をしつつ、改めて日本の食文化の素晴らしさを再認識しました。



第五中学校3年 黒澤 優さん

食や衣類など日本との文化の違いを学び、少しずつ英語で会話できるようになるうれしさから、国際交流の良さを学びました。最初、言っていることが分からず戸惑ったホームステイ。ゆっくり簡単な単語を並べて話してくれた、ホストファミリーやウェナッチの人々の優しさに感動しました。



第二中学校2年 長根 那生くん

ウェナッチで学んだことは、衣食住の違い、そして家族のように受け入れてくれたホストファミリーを始めとする人々の優しさです。これから三沢市とウェナッチが姉妹都市として交流していく中で、文化の違いを互いに理解し、体験し合うことが、とてもいい友好関係を築き上げていくのではないかと思いました。



第一中学校2年 岩間 大希くん

初対面でも積極的に話しかける接し方や食生活に、文化の違いを感じました。お互いの国の文化を理解・尊重し合うことで、本当の交流関係が築いていくと思います。旅の中で、まだまだ語学の勉強が必要だと感じました。またアメリカに行って新しい発見をするその時まで、僕のアメリカへの旅は続くのです。



主婦 小笠原 みつ子さん

餅つきをうまく紹介できるか、出発前は期待と不安で眠れず、ご先祖様に手を合わせ、地元神社を参拝しました。でも自分を信じ、仲間に信じて全力を尽くせばうまくいくと思っていました。ハブニングもありましたが、どうにか餅をつくことができ、「ライスケーキ、おいしいね」と言われて大変うれしかったです。



農業 澤村 チヤ子さん

餅つきだけが心配だったのですが、成功してくれて本当に良かった。ウェナッチの方は皆さんが優しく、よくしていたいたことが、頭の中にいっぱい詰まっています。私の一生に残る思い出となりました。
8月にウェナッチの方が三沢にこられたら、いっぱいもてなしたいと思います。



第一中学校2年 齊下 亜美さん

アメリカの学校に興味があり、楽しみにしていたウェナッチの学校訪問。教えた折り紙が完成すると、とても喜んでくれてうれしかったです。また、改めて日本の文化についても考える機会になりました。日本の文化を勉強し、ウェナッチだけではなく、世界中の人たちに興味を持つ欲しいと思います。



かけがえのない 経験と思い出



三沢基地従業員 山崎 瑞子さん

全てにおいて至れり尽くせりの素晴らしい体験でした。相手の気持ちをより深く考えてあげることの大切さを再認識でき、また、もてなされる立場になって初めて気付くことも多くあり、自分自身を振り返るいい機会になりました。
この経験全てが、自分をより成長させてくれる宝物です。



第五中学校3年 米内山 真実さん

この体験で、お互いが楽しめば自然と英語で会話できるようになると、文化を共有し合うのはとても楽しいことを学びました。日本人と違い、素直に気持ちを伝えられるのはアメリカ人の良いところ。「ありがとうございます」「ごめんなさい」。この言葉を言えるように、また、言つてもらえるような行動をしていきたいです。



発見の喜び、失敗の悔しさ。
かけがえのない経験や思い出は明日への成長の糧。
今回、ウェナッチを訪問した15人の親善大使たちは、10日間の旅を終えて、今、何と思うのか。



第一中学校3年 佐々木 秀輔くん

姉妹都市友好親善使節団の一員として、ホストファミリーやウェナッチバレーの人々と十分に交流でき、とても良い経験を積むことができました。慣れない靴を履いたままの生活や、夕食会、晩さん会で学んだ独特の食文化。7日間という短い期間でしたが、たくさんのアメリカ文化を知ることができました。



三沢基地従業員 新堂 善史さん

12年前にウェナッチを訪問したときに、現地で通訳していただいた大和田さんの技術に感動して、少しでも近づけるようこれまで英語を勉強してきました。今回、その大和田さんと一緒に通訳の仕事をさせていただくことができ、その技術を間近で感じることができたことが、自分にとって一番の宝物です。



堀口中学校2年 向川 穂南さん

アップル・ブラッサム・パレードでは、現地の皆さんの心の広さと温かさに触れることができました。訪問した大学で、一番印象に残ったのが医学部。これからたくさん勉強して、留学したいと思いました。優しいホストファミリーとの生活は本当に楽しく、今度は自分の力でウェナッチに行きたいと思います。



第二中学校3年 小比類巻 元希くん

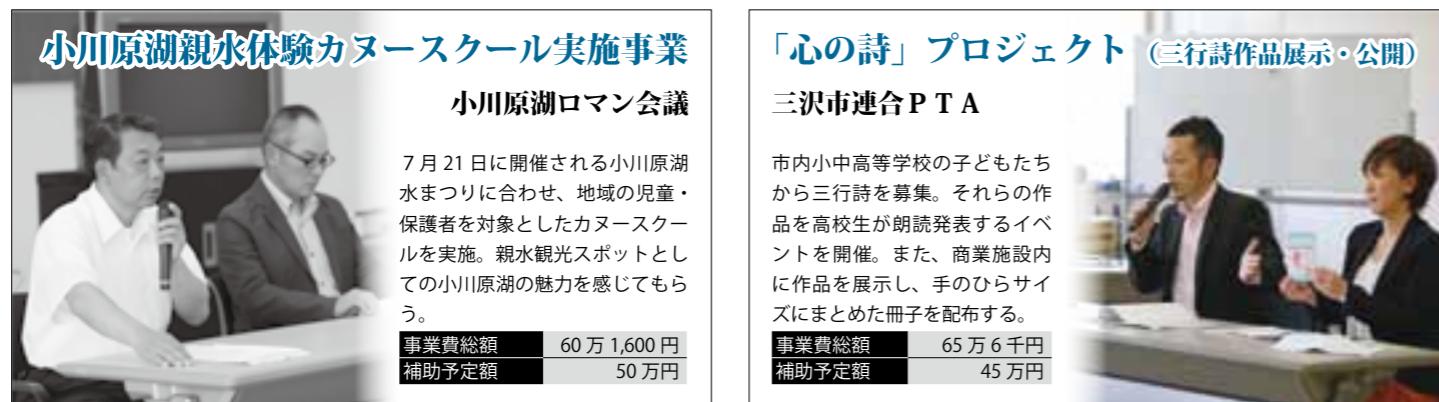
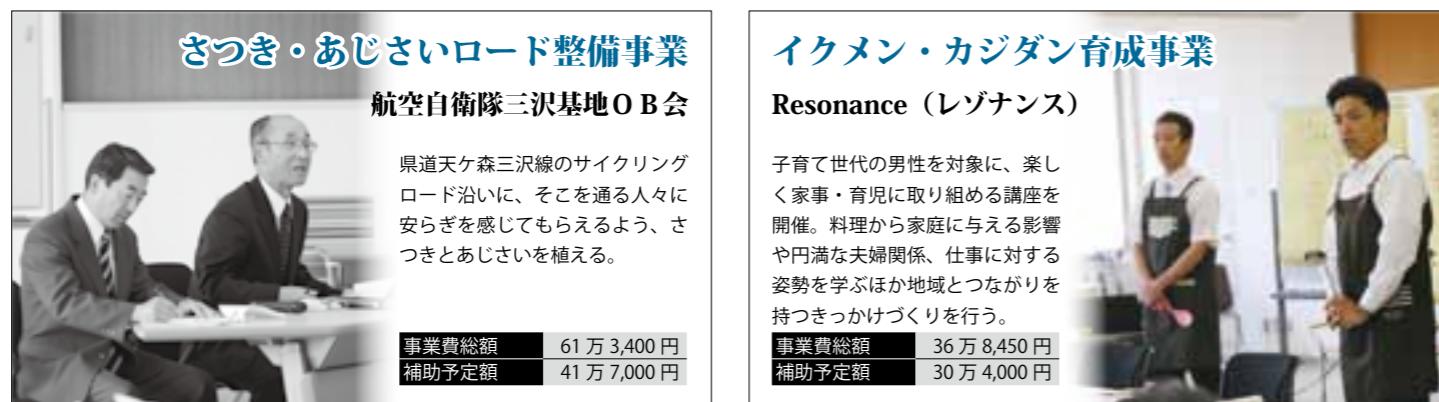
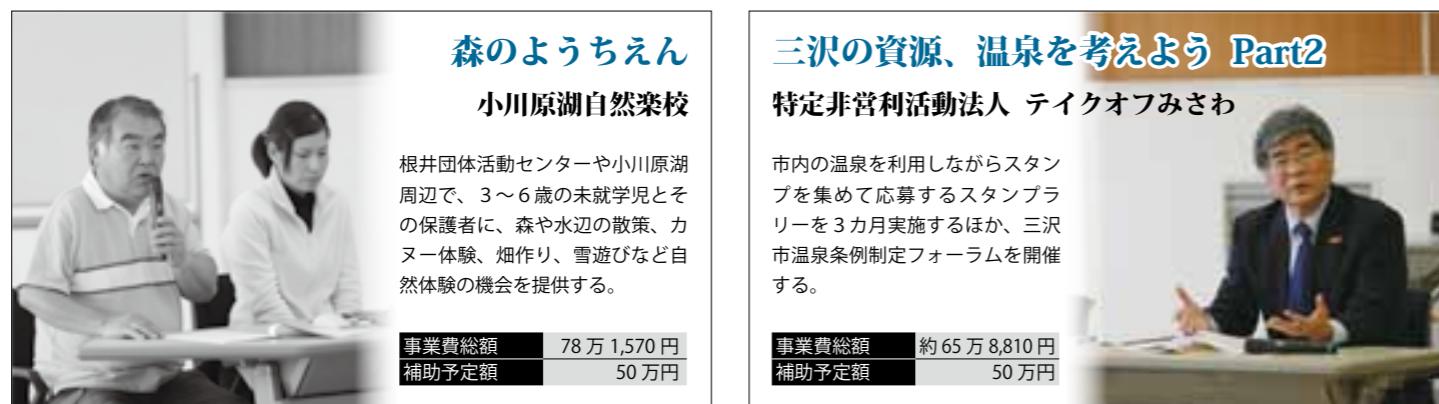
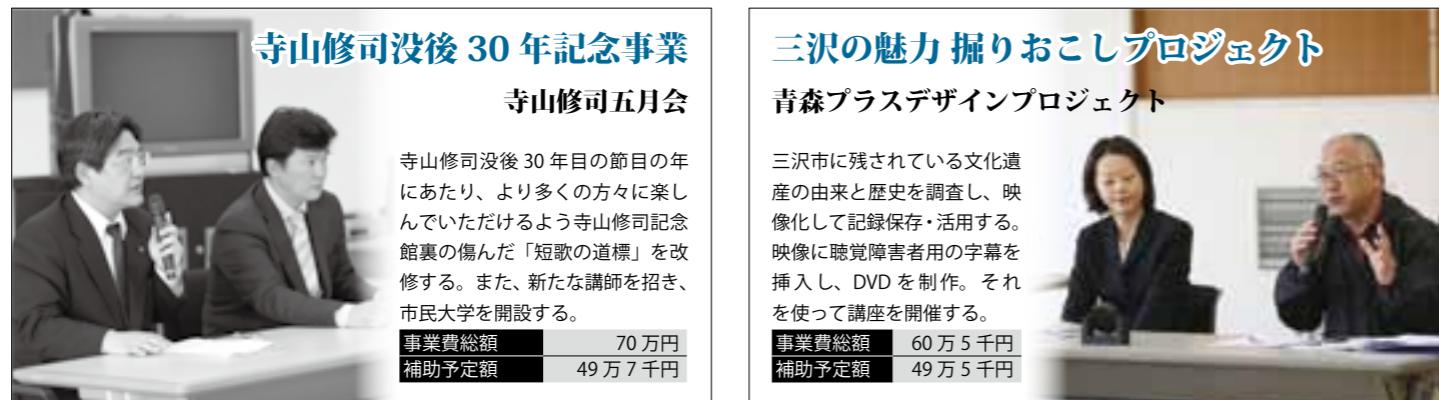
外国人との会話の楽しさや食文化の違いなど、たくさんのことを学びました。パレードで「日本の男性が国旗を持つことで、おじいさんたちが戦争を思い出すかもしれない」と聞いて複雑な気持ちになり、戦争を嫌なものだと思いました。でも、楽しいことがたくさんあったウェナッチに行けてよかったです。



第二中学校2年 坂岡 いづみさん

心優しいホストファミリーと、たくさんの思い出を作りながら、楽しく過ごすことができました。日本や三沢のことを知ろうしてくれたのが嬉しく、私たちもアメリカのことを教えてもらい、もっと知りたいと興味がわきました。このたくさんの経験や学んだことを、将来に生かしたいと思います。

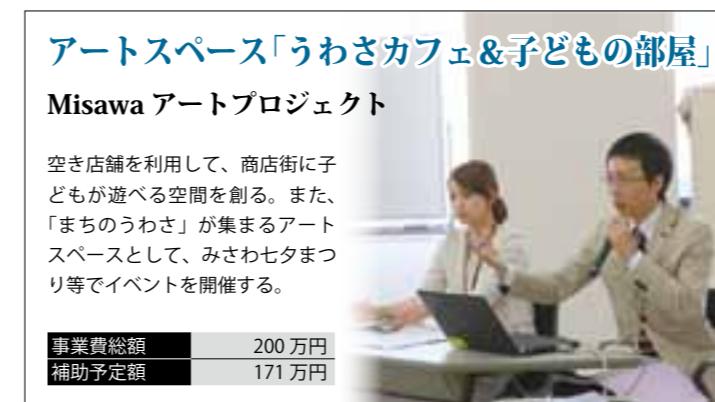
平成 25 年度の「協働のまちづくり市民提案事業」に 10 事業が決定



▼5月 27 日に開催された、協働のまちづくり市民提案事業プレゼンテーション審査会



私たちが提案するまちづくり事業



協働のまちづくり 市民提案事業

『協働』による事業の進め方には、経費の補助や助成、共催、後援、委託など、さまざまな形があります。その中の一つとして三沢市でも行っているものが、市民団体の方が提案した事業に対して補助金を交付する『協働のまちづくり市民提案事業』です。市民団体の活動促進や、団体同士のネットワーク構築、団体の活動状況を情報発信するなど、継続してまちづくりに取り組む団体の活動を支援することを目的としています。平成 21 年度に始めてからこれまでに、延べ 37 団体がこの事業を利用して、さまざまな市民活動を展開しています。

今年度は、4 月 1 日から 30 日までの期間で提案を募集したところ、10 団体が応募。学識経験者や経済団体からの推薦者、市職員など 11 人で構成する審査委員によって、厳正な書類およびプレゼンテーション審査が行われた結果、全ての事業が採択されました。

これらの事業は来年 3 月末までに実施される予定で、その様子は、市ホームページや広報みさわなどで随時、お知らせしていきます。

市民提案事業についての問い合わせ先
広報広聴課（内線 215）



INTERVIEW

三沢市協働のまちづくり推進懇話会 会長
な く い まさひろ
名久井 正廣 さん

**青森県立三沢航空科学館 地域連携グループマネージャー
青森県教育支援プラットフォーム上北地区協議会事務局**
平成 21 年 4 月に設置された三沢市協働のまちづくり市民会議に委員として参加。「協働のまちづくり推進指針」や市民活動ネットワークセンターみさわの設置にも携わる。

大切なのは
理解してもらうこと

『協働』を浸透させるためには、市民のニーズに応える事業であるのかを考えなければならないと思います。ひとつの事業を終えた後に、どのくらいのニーズに応え、効果があり、目標に対してどこまで到達したのか。また、市民の皆さんから、どういった意見や賛同が得られたのか。事業を広く周知しながら、終わった後に、改めて違う観点からの意見を聴くことも必要ではないでしょうか。

事業を主催する人たちも、事業の価値観を改めて見直しすることで、より多くの方たちに賛同いただけるような事業展開をしていくのではないかと思うのです。主催する側の意志や思い入れが強くなればなるほど、どうしても対象は特定・固定化されてしまう傾向があるように思えます。自分たちだけでなく市民の声もフィードバックし、次のステップに繋げる。その積み重ねをしていくことが、「三沢のまちをよくしよう」とする市民提案事業では、特に大事なのではないかと思います。

行政と団体が対等の立場にあるのが『協働のまちづくり』。お互いに意見を言うことも必要だし、周りにいる市民の方から声を真摯に受け止めて、次に生かす必要があると思います。

また、その事業の意義や発展性といったものを、市民の皆さんに理解していただくことも大切だと思います。市民の皆さんからいただいた税金を使ってのまちづくり事業ですから、意義やその成果も伝えなければなりません。そうしていけば、この提案事業を通して『協働』が浸透していくのではないかと思う。もしかしたら、団体同士の連携や協力といった可能性も出てくるかもしれません。そうしていかなければ、いつまでも同じ器の中でしか展開していかないという気はします。最初は対象者が少なくてもいいですよ。参加した人がそれぞれに「いい事業でした」と発信できていれば、そこからまた事業の展開もできてくると思います。小さな積み重ねだと思うのです。そのためには、周知が十分にされていて、合意がとれていて、皆さんに理解いただけていることが重要だと思います。『協働』は対等の立場であることが大前提。理解し合って、より深くお互いを分かろうとする努力を続けていかなければなりません。

必要なもの

「協働のまちづくり」に

『協働』とは同じ目的のために力を合わせて働くこと。これは私の持論ですが『協働』を語る上で欠かせないのが「共同」と「協同」という2つの言葉です。「共同」とは複数の人が同じ目的のために一緒にすること。「協同」とは役割を分担しながら、同じ目的のために力を合わせること。『協働』と『共同』と『協同』。それぞれの言葉の中に「どう協力するか」微妙なニュアンスがありますが、『協働のまちづくり』を実現する要素として、これら3つの言葉は不可欠だと思いますね。

「向こう三軒両隣」と言っていた昔は、良い話も悪い話も伝え合い、全ての情報を共有していました。それは情報に始まり、行動へつながります。子どもを教育するのは親だけの役目ではなく、近所のおじさんやおばさんも大切なことを教えてくれた。一人暮らしの高齢者の様子は、近所みんなが知っていて、困っているときは助け合った。今こそ人間関係を薄れさせず、モチベーションを高くして常に情報を伝え合うことが、まちづくりの第一歩かなと思います。そして問題を解決するためには、問題を抱えている人と一緒になって、考えなければいけないと思うのです。ですから、当事者を含めた情報の共有が、協働のまちづくりには必要なのではないでしょうか。まちづくりというのは、人対人ですよ。

市民提案事業にしても、皆さんの税金が含まれる市の予算から補助金として出すわけですから、趣旨を十分理解した上で、うまく使って広く市民に寄与しなくてはなりません。その事業が、まちや人の為になっているのか。単に「イベントをやりたい」「お金が必要」ではなく、自分たちも汗をかいて努力しなくてはいけない。市は予算を使い、実施団体も汗をかく。そして市民の人も参加する。そういう形が必要ですよね。ボランティアという、見返りなく自分たちで何かやろうかという考え方において、日本は欧米から大きく遅れていきました。やってもらえるものは何でもやってもらおうと考えてしまっていた。しかし、全国的にここ数十年で意識が変わってきています。「自分たちも汗を流す」。その発想を持たなければ、いつまでたっても変わらないのではないでしょうか。



協働のまちづくり市民提案事業 審査委員長 五十嵐 耕司さん

**インターネットプロバイダーサービス 有限会社ヒーロー
ネット代表取締役**
平成 21 年 4 月に設置された三沢市協働のまちづくり市民会議に委員として参加。平成 24 年度から「協働のまちづくり市民提案事業」の審査委員に参加し、今年度は審査委員長を務める。

協働の
カタチ 古間木小学校 学校支援ボランティア

古間木小学校が地域と連携しながら続けている学校支援活動推進事業。地域住民がボランティア・コーディネーターとなり、学習に最適な知識や技術を持つボランティアを地域から探して交渉。日程や教材、学習内容についても学校と地域の人々の間に入って調整します。

未来の三沢を支える『協働』
まちづくりに完成形はありません。『協働』は、課題を解決するための一連の手法を重視した手法のひとつです。話し合いで時間をかけてこの手法は、スピードや成果を求める現代の風潮にはそぐわないものであるかもしれません。しかし、その過程を踏むことで生まれる愛着や連帯感は、地元へのこだわりを生み、未来の三沢を支える地域のチカラとなるはずです。



協働の カタチ 地域きずな・支えあい事業

平成24年4月に始まったこの事業は、一人暮らし高齢者や障害者など、支援を必要とする人々を地域の「ご近所」で支え合い、安心して生活できる環境をつくるうというもの。三沢市社会福祉協議会を中心に、町内会、行政、地域包括センターなどが協力。要支援者一人に対して一人以上設定する地域の支援者「ご近所サポート」や「地域支援マップ」などの作成を、町内会ごとに順次進めています。それぞれが役割を分担して要支援者を災害などから守る、協働のカタチ。



協働の
カタチ 東日本大震災

東日本大震災では三沢漁港をはじめ、沿岸地域を中心に大きな被害がもたらされました。また、市内全域にわたって停電が続き、避難所での生活を余儀なくされた方も大勢いました。

行政はもちろん、米軍、自衛隊、企業やボランティアの方々による、がれきの撤去や避難所への物資提供。そして避難所となつた小学校などでは、地域の人々が炊事や物資運搬などを役割分担。多くの人々が自分にできることで支え合った、一つの大きな協働のカタチです。



市有地を一般競争入札にて公売します

管財課（内線 350・351）



①細谷2丁目101番1418
雑種地 963m² (291.3坪)
最低売却価格 269万6千円

上下水道引込可



②淋代5丁目687番73
宅地 575m² (173.9坪)
最低売却価格 264万5千円
③淋代5丁目687番77
宅地 576m² (174.2坪)
最低売却価格 225万6千円
④淋代5丁目431番1
雑種地 2,281m² (690.0坪)
最低売却価格 565万6千円



⑤新町2丁目121番105
宅地 205.66m² (62.2坪)
最低売却価格 409万円

水道引込および下水道接続可能



⑥六川目5丁目1000番2(建物付)
宅地 1,495m² (452.2坪)
最低売却価格 589万円

水道引込および下水道接続可能

※用途区域：①～④・⑥無指定、⑤第1種住居専用地域
建ぺい率：①～④・⑥70%、⑤60%

指定容積率：200%

※①～④は下水道本管への引込可能（購入者が自己負担）。
住宅以外の用途で下水道を利用する場合は、下水道課（内線 335）にご確認ください。

広告

広告

問い合わせ先

管財課 財産用地係（内線 350・351）

入札参加申込書などの書類の提出

受付期間 7月1日（月）～19日（金）
9:00～17:00（土・日・祝日を除く）

受付場所 管財課（市役所本館2階）

提出書類

- ▶住民票
- ▶身分証明書（法人は登記事項証明書）
- ▶一般競争入札参加申込書
- ▶誓約書
- ▶印鑑証明書

※応募要領および申込書様式は管財課で配布します。
(市ホームページからもダウンロードできます)

入札保証金の納付

入札書を提出する前に、市が発行する納入通知書で入札金額の100分の5以上の額の現金を三沢市指定金融機関等の窓口で納付していただきます。

入札・開札・落札者の決定

日 時 8月12日（月）10:00～
場 所 入札室（市役所別館4階）

契約の締結と契約保証金の納付

落札された場合、落札決定の日から10日以内に契約を締結していただきます。

また、契約を締結するときまでに、契約金額の100分の10以上の額から契約保証金の一部に充当する入札保証金を控除した額を、市が発行する納入通知書で納付していただきます。

売買代金のお支払い

市が発行する納入通知書で、売買価格からその一部を充当する契約保証金を控除した額を一括して市に納付していただきます。

支払期限 9月12日（木）

※詳細については、お問い合わせください。

平成25年度 三沢市職員採用試験案内

総務課（内線 207・208）

平成26年4月1日以降採用

試験職種および受験資格等

試験職種	採用予定人員	受験資格
一般事務	大学卒業者	昭和59年4月2日以降に生まれた者で、大学卒業者（卒業見込者を含む）
	短大・高校卒業者	昭和61年4月2日以降に生まれた者で、高等学校または短期大学卒業者（卒業見込者を含む）並びに高等学校卒業程度認定試験合格者
一般技術（土木・建築・電気・機械）	2人程度	昭和59年4月2日以降に生まれた者で、大学において土木、建築、電気、機械のいずれかの技術課程を修めて卒業した者（卒業見込者を含む）
消防士	3人程度	①昭和59年4月2日以降に生まれた者で、大学卒業者（卒業見込者を含む） ②昭和61年4月2日以降に生まれた者で、高等学校または短期大学卒業者（卒業見込者を含む）並びに高等学校卒業程度認定試験合格者
看護師	8人程度	昭和49年4月2日以降に生まれた者で、看護師の免許を有する者または平成26年4月30日までに免許取得見込みの者
助産師	2人程度	昭和49年4月2日以降に生まれた者で、助産師の免許を有する者または平成26年4月30日までに免許取得見込みの者
薬剤師	2人程度	昭和49年4月2日以降に生まれた者で、薬剤師の免許を有する者または平成26年4月30日までに免許取得見込みの者
臨床検査技師	1人程度	昭和49年4月2日以降に生まれた者で、臨床検査技師の免許を有する者または平成26年4月30日までに免許取得見込みの者

第1次試験日および試験の種類

試験月日	試験の種類
9月22日（日）	教養試験（全職種）、適性検査（一般事務と消防士のみ）、専門試験（一般技術のみ）
9月21日（土）～23日（月）のうち 三沢市が指定する日	面接試験（全職種）



試験会場

市役所会議室、国際交流教育センター、市立三沢病院会議室 他

書類請求申込

7月1日（月）から以下の申し込み先で配布する採用試験受験申込書等に必要事項を記入して、お申し込みください。
申込書は市ホームページからもダウンロードできます。また、請求と申し込みは郵送でも対応できます。

申込受付期間

8月1日（木）～15日（木） ※いずれも8:15～17:00（土・日・祝日は除く）

書類請求・申し込み先と問い合わせ先

（※書類請求の際は、必ず希望する職種をお知らせください）

【一般事務、一般技術、消防士】に関しては…

三沢市役所 総務部総務課人事管理係（☎ 53-5111 内線 207・208）〒033-8666 三沢市桜町一丁目1-38

【看護師、助産師、薬剤師、臨床検査技師】に関しては…

三沢市立三沢病院 管理課庶務会計係（☎ 53-2161）〒033-0022 三沢市大字三沢字堀口164-65

姉妹都市交流事業 ボランティアを募集します

国際交流課 (☎ 51-1255)

姉妹都市ウェナッチャバーから8月に訪れる、友好親善使節団の活動をサポートするボランティアを募集します。



活動内容

ホームステイボランティア	自宅に招き、滞在中の寝食を共にしながら日本文化の理解を深めるサポート
ホームビジットボランティア	自宅に招き、日本の家庭生活に触れる機会を提供
語学ボランティア	通訳やガイドをします
文化紹介ボランティア	日本文化を紹介し、体験をサポート
送迎ボランティア	友好親善団員の送迎のサポート

申し込み・問い合わせ先 国際交流課 (☎ 51-1255)

地域の人々の健康を守る「保健協力員」を紹介します

健康推進課 (☎ 57-0707)

保健協力員とは



各町内会長が推薦し、市から委嘱を受け、地域の人々の健康保持・増進を図ることを目的に『行政と地域をつなぐパイプ役』として活動します。任期は2年。守秘義務があり、相談内容の秘密は守られます。

各町内会長から推薦された以下の方が、平成27年3月31日までの間、保健協力員として活動します。

健康に関して、わからないことやお悩みがありましたら、お気軽にお声掛けください。

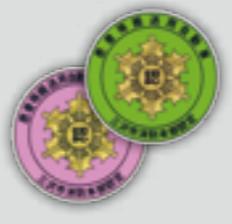
担当町内会	保健協力員	担当町内会	保健協力員
春日台一丁目	武内 弘子	西花園町	宮古 節子
	古田 ミネ子		宮園 玲子
春日台二丁目	鳥谷部 妙子	上久保	工藤 泰子
	是川 哲子		山川 ハルヨ
春日台三丁目	沼山 多枝	中央町一丁目	田頭 八重
	黒澤 秀子	中央町二丁目・中塩通り	中塩 弘子
春日台団地	佐藤 さえ	一、二、三街	小比類巻 薫
古間木一丁目	上野 久美子	銀座連合	武藤 一子
古間木二丁目	三輪 ヒデ	桜町一丁目	天間 一枝
朝日台	吉村 五三子	桜町二丁目	大森 スヅエ
ひばりヶ丘団地	本間 洋子	桜町団地	類家 イミ子
本町一丁目	宮嶋 哲子	松原町	佐藤 昭子
駅前	山田 愛子	美野原一丁目	池田 ゆかり
本町四丁目	工藤 みね子	美野原二丁目	類家 富美子
薬師一丁目	田中 治子	美野原三丁目	林 多恵子
薬師二丁目	小笠原 瑛子		小岩 優子
	小笠原みづ子	附田 シヅエ	
千代田町	久保田 和子	栄町	鈴木 純子
	赤司 あき子		堀野 道子
新町二、三、四丁目	小泉 律子	東町	高松 朝子
	蓼内 道子		川端 美代
大町第一	野坂 ミヤ子	南町	橘 イト
大町第三	福田 親子	緑町	松橋 信子
大町第四	沼山 よし子	松園町一丁目	今泉 節子
松園町一丁目	大池 未子	松園町二丁目	佐々木 则子
松園町二丁目	小比類巻由紀子	幸町一丁目	市川 和子
	荒井 やす子	幸町二丁目	中居 トシミ
松園すみれ	三浦 律子	幸町三丁目	高橋 イキ子
花園町	川村 満子		

担当町内会	保健協力員	担当町内会	保健協力員
平畠 66	瀬川 ノリ	浜三沢	種市 ハナ子
	馬場 キヨ		堀 きゑ
平畠一丁目	坂岡 美和子		木村 淳子
	本居 静子		内藤 暢子
本岡三沢	野々宮 八重子		富田 玲子
	中村 啓子		川村 昭代
下久保	山本 アサ		河村 香子
	山本 愛子		田面木 昭子
岡三沢四、五丁目	山本 博子		根城 瑞恵
	畠谷		中村 洋子
六川目	道場 弘子		畠内 トモ子
	六川目		熊野 邦子
	六川目		宮古 節子
	六川目		二羽 みち子
	六川目		木村 美智子
	六川目		阿部 靖子
	六川目		朝日 節子
	六川目		松ヶ丘 幸子
	六川目		谷地頭
	六川目		姥名 千鶴子
	六川目		皆川 ミチ子
	六川目		柏木 嘉子
	六川目		赤沼 かの子
	六川目		久保山 美代
	六川目		古澤 いつ子
	六川目		虹ヶ丘
	六川目		矢口 尋子
	六川目		泉町第二
	六川目		渡辺 博子
	六川目		岡三沢七丁目
	六川目		山本 廣子

患者等搬送事業者の認定制度を設けました

三沢市消防本部では、緊急性がない患者等の入退院や通院などの搬送事業を行う患者等搬送事業者（車いすも含む）の安全な運行を目的に、一定の基準に適合する事業者を認定する制度を設けました。

認定した事業者には、認定証および搬送車両に貼付する消防本部認定マークを交付します。



問い合わせ先 消防本部管理課 (☎ 54-4275)

公の施設の指定管理者を募集します

行政経営課（内線 221）

指定期間

平成26年4月1日～平成31年3月31日の5年間

申請期間

7月25日（木）～8月23日（金）

（郵送の場合は8月23日の消印有効）

現地説明会

現地説明会への参加は必須条件ではありませんが、施設の管理内容に関する説明等を行いますので、なるべく参加してください。

なお、現地説明会への参加には事前の申し込みが必要です。詳しくは、各施設の募集要項をご覧ください。

※各施設の応募資格や応募方法、施設管理に関する詳しい内容は、三沢市ホームページに掲載する募集要項、業務基準書、申請書・資料編をご覧ください。

応募・問い合わせ先

施設および募集に関することは各施設担当課へ
指定管理者制度の概要などは行政経営課（内線 221）

ひとり親家庭等医療費受給資格証の更新手続きを忘れずに

家庭福祉課 (☎ 51-8772)

ひとり親家庭等医療費受給資格証（オレンジ色）の有效期限は7月31日です。必要書類を持参の上、家庭福祉課窓口で更新の手続きをお願いします。

- 必要書類 ①更新申請書等（7月上旬に郵送します）
②父または母、および児童の保険証
③三沢市ひとり親家庭等医療費受給資格証
④印鑑（認め印可）

※平成25年1月1日現在、三沢市に住民登録をしていなかった方は、前住所地の平成25年度所得課税証明書が必要です。

- 受給資格 ①ひとり親家庭の父または母、および児童
②父母のいない児童

※その他、所得制限があります。
現在、資格証をお持ちでない方の申請も随時、受け付けています。

詳しくは、お問い合わせください。

犬の粪は必ず後始末をしましょう！



犬の粪をそのままにしていく行為は、地域の人々の迷惑になるだけでなく、『青森県動物の愛護及び管理条例』の第7条に違反します。

散歩に行く前に粪を済ませるよう、しつけることも大切です。飼い主としての自覚と責任を持つて、犬の粪は必ず後始末をしましょう。

問い合わせ先 環境衛生課（内線 279）



申請・問い合わせ先

家庭福祉課 児童係 (☎ 51-8772)

▼本定例会で審議された全議案の議決結果

議案番号	件名	議決結果
議案第 30 号	専決処分の承認を求めるについて（平成 24 年度三沢市一般会計補正予算（第 7 号））	承認
議案第 31 号	平成 25 年度三沢市一般会計補正予算（第 1 号）	原案可決
議案第 32 号	平成 25 年度三沢市下水道事業特別会計補正予算（第 1 号）	原案可決
議案第 33 号	平成 25 年度三沢市水道事業会計補正予算（第 1 号）	原案可決
議案第 34 号	平成 25 年度三沢市立三沢病院事業会計補正予算（第 1 号）	原案可決
議案第 35 号	専決処分の承認を求めるについて（三沢市税条例の一部を改正する条例の制定について）	原案可決
議案第 36 号	専決処分の承認を求めるについて（三沢市原子力発電施設等立地地域における固定資産税の特別措置に関する条例の一部を改正する条例の制定について）	承認
議案第 37 号	専決処分の承認を求めるについて（三沢市承認企業立地計画に従って設置される施設に係る固定資産税の特別措置に関する条例の一部を改正する条例の制定について）	承認
議案第 38 号	専決処分の承認を求めるについて（三沢市国民健康保険税条例の一部を改正する条例の制定について）	原案可決
議案第 39 号	三沢市立三沢病院整備基金条例の制定について	原案可決
議案第 40 号	三沢市道路占用料徴収条例の一部を改正する条例の制定について	原案可決
議案第 41 号	三沢市火災予防条例の一部を改正する条例の制定について	原案可決
議案第 42 号	専決処分の承認を求めるについて（上北地方教育・福祉事務組合規約の変更について）	承認
議案第 43 号	青森県市町村総合事務組合を組織する地方公共団体数の減少及び青森県市町村総合事務組合規約の変更について	原案可決
議案第 44 号	青森県市町職員退職手当組合を組織する地方公共団体数の減少及び青森県市町職員退職手当組合規約の変更について	原案可決
議案第 45 号	財産の取得について	原案可決
議案第 46 号	三沢市職員給与の臨時特例に関する条例の制定について	原案可決
議案第 47 号	三沢市固定資産評価審査委員会委員の選任につき同意を求めるについて	同意
請願第 2 号	青森地家裁十和田支部管内の司法の充実に関する請願	採択
議員提出議案第 4 号	青森地家裁十和田支部管内の司法の充実を求める意見書案の提出について	原案可決



議会だより

平成 25 年第 2 回定例会



平成 25 年三沢市議会第 2 回定例会が、6 月 10 日から 20 日までの 11 日間の会期で開催されました。

三沢空港利用促進を図るための負担金や漁港内施設災害復旧事業における移転補償等の予算措置のほか、緊要な一般行政経費の補正。この結果、補正総額は歳入歳出ともに 2 億 2 千 6 50 万円の増額補正で、既定額との累計では 20.7 億 2 千 3 50 万円となつた。

▼三沢市道路占用料徴収条例の一部を改正する条例の制定について

道路法施行令で定めている道路の占用許可対象物件に太陽光発電設備等が追加されたことから、市道の道路占用物件についても同様に追加するためのもの。

▼平成 24 年度三沢市一般会計補正予算（第 7 号）

市税のうち市たばこ税が収見込みとなつたことや特別交付税および震災復興特別交付税等が決定されたことにより、農産物加工施設設置事業債等の市債の調整ならびにその他の財源調整が緊要となつたため、専決処分されたもの。

この結果、補正総額は歳入歳出ともに 1 億 9 千 6 7 9 万 2 千円の増額補正で、既定額との累計では 22.9 億 3 千 3 9 9 万 2 千円となつた。

▼三沢市職員の給与の臨時特例の制定について

三沢市立三沢病院が質の高い医療を提供するために必要なとする知識および技術の取得ならびに基盤整備に要する経費の財源に充てるため、三沢市立三沢病院整備基金を設置するためのも



▲提案理由を説明する種市市長

▼財産の取得について

議会の議決に付すべき財産の取得として提案されたもの。

- ・ 取得の目的／三沢市漁民研究施設等復興整備事業用地
- ・ 取得金額／5 千 5 4 7 万 2 千円

平成 25 年度一般会計補正予算など 19 議案を審議

▼三沢市道路占用料徴収条例の一部を改正する条例の制定について

道路法施行令で定めている道路の占用許可対象物件に太陽光発電設備等が追加されたことから、市道の道路占用物件についても同様に追加するためのもの。

一般質問

6月13日、14日の本会議では、7人の議員が市政に対する一般質問を行いました。

主な質問項目と、それに対する市側の答弁の概要は次のとおりです。



春日洋子議員

Q 風しん予防接種の公費助成を三沢市では実施するのか。また、実施する場合の具体的な計画は?

A 昨年の春頃から大都市部を中心に風しんの患者数が急増し、現在も流行が続いている。最近では免疫を持っていない20～40代を中心とした患者数が増えている。免疫を持っていない女性が、妊娠の初期に風しんに感染すると、先天性風しん症候群の子どもが生まれる可能性が高まるとされている。そのため、風しんの流行を防止するには、予防接種により免疫を持つことが必要とされており、妊娠を予定している女性や妊婦のパートナーなど、身近にいる人が風しんを発症しないよう予防接種を受けることが重要であると認識している。

三沢市としても、妊婦さんが安心して子どもを産める環境づくりを推進するために、予防接種費用の助成を実施する方向で、検討しているところである。また、対象者については、現在、罹患している年代を中心に実施していくと考えている。

※ 上記のほか「福祉問題」「教育問題」の質問がありました。

会議録を閲覧できます

市議会では、本会議の会議録を定例会、臨時会ごとに発行しています。市役所本館1階にある情報公開コーナーで自由に閲覧できますので、ご利用ください。



▲情報公開コーナーは市役所本館1階 市民課窓口に設置されています



奥本菜保巳議員

Q 就学援助制度は、経済的理由で就学に困難を抱えている児童生徒の保護者に対し学用品費や給食費を援助するものであるが、準要保護就学援助の対象となる要件と援助の支給内容は?

A 就学援助については、学校教育法第19条に、経済的理由によって就学困難と認められる児童または生徒の保護者に対して、市町村は必要な援助を与えなければならないとされており、当市では、三沢市要保護・準要保護児童生徒援助費支給要綱で認定要件を定め、援助を行っている。認定にあたっては、要件に基づき、申請世帯の総所得や課税状況、また、世帯人数等における需要額などを算出し、生計の状況を総合的に判断した上で行っている。援助の支給内容については、学用品費、新入学児童生徒学用品費等、修学旅行費、学校給食費となっている。学用品費については、毎年定められた金額、新入学児童生徒学用品費等については、新入学の準備費として定められた金額を支給している。また、修学旅行費および学校給食費については実費分を支給している。

※ 上記のほか「基地問題について」「若者住宅支援制度について」の質問がありました。



高橋武志議員

Q 自主防災組織の組織率の現況は?また、自主防災組織に対する支援状況と町内会未加入者への対応は?

A 自主防災組織の組織率は本年5月末日現在で44.0%となっている。組織率の計算に用いる数値は、その地域に住む住民基本台帳上の世帯数としており、市としては、自主防災組織はその地区に住む住民の自助・共助のための組織と認識している。自主防災組織に対する支援としては、年に何度も開催されているリーダー研修会への参加のあっせんや、防災訓練時の指導員派遣等、要望により災害対応能力向上等の研修を行っている。また、町内会未加入者については、自主防災組織の意義や活動内容を理解していただき、防災訓練等に参加してもらえるよう町内会や自主防災組織と連携して広報活動を行っていく。

※ 上記のほか「高速交通問題について」の質問がありました。



瀬崎雅弘議員

Q 三沢市中心市街地活性化基本計画の一部が変更されたあるが、計画変更に至った経緯とその具体的な内容は?

A 当該計画は、平成11年3月に策定した三沢市中心市街地活性化基本計画の成果と反省を踏まえ、平成19年11月に新たな計画として策定したものであり、策定以後、現スカイプラザミサワの名称変更および事業規模および実施期間の変更等に伴い、4度の修正・変更を行ってきたところである。

本年3月29日に承認された計画変更に至った経緯と具体的な内容は、病院跡地に整備する医療・介護に関する施設の整備手法と、施設整備に関連する国・県との調整に時間を要したため、これら施設に付随する、緑地および駐車場の整備方針の決定が遅れたことから計画期間を延長したことである。

※ 上記のほか「三沢市災害時要援護者避難支援計画について」の質問がありました。



山本弥一議員

Q 本市の中心商店街の復権を図るには、まず交通の利便性や安全性の環境整備が重要である。そのために、未整備の県道三沢十和田線の拡幅を図るべきと考えるがその取り組みは?

A 当該路線は、中央商店街への誘客を図るために路線としてのみではなく、当市の中央地区を往来するための重要な路線であることから、一方通行の解除をはじめ当該路線の改良について関係者や関係機関との協議を行ってきた。その結果、アーケードの撤去や電線類地化等の課題が挙げられており、現時点では地元商店会や関係機関との協議が整っていない状況にある。今後においては、地域住民の意向を確認するとともに、商工会や地元商店会など商業関係団体との協議や、道路を管理する県道路担当部局および交通規制等を担当する警察署交通部局との調整・協議を行い、最善の手法を検討していかたいと考えている。

※ 上記のほか「行政問題」の質問がありました。



太田博之議員

Q 県道八戸野辺地線の本町4丁目の坂道が狭く危険であると感じることから、当該路線における安全対策の現状は?

A この路線は、三沢駅方面から市街地へ向かう幹線道路のため、交通量が多く、通勤および通学の歩行者も多数利用しているが、歩道がないことから、県に対して歩道の設置を要望しているところである。また、本町4丁目の坂道は、道幅が狭く危険であるという判断から通学路には指定していない。しかし、ビードルドームへ分岐する三叉路から大町2丁目の交差点までの区間は、児童生徒の居住人口も多いことから、保護者からのご理解とご協力をいただき、やむを得ず指定しているものである。

今後も、文部科学省、国土交通省、警察庁が連携し、通学路の安全確保に向けた取り組みを推進することになっており、当市でも、道路管理者や保護者および地域住民等の関係者とともに児童生徒の安全確保の推進に努めていきたいと考えている

※ 上記のほか「基地問題」「選挙問題」の質問がありました。



野坂篤司議員

Q 栄町と南町に挟まれたおいらせ町住吉地区との境界線について、市ではこの長靴型の状態を解消するためにどのような努力をし、今後どのような施策を実行していくのか?

A おいらせ町住吉地区の長靴型の状態は、昭和23年に大三沢町が設置された際に、形成されたものである。三沢市に残されている当時の資料を基に調査を行ったところ、設置手続きに係る法的な問題はなかった。

また、住吉地区については、地形的な不自然はあるものの、行政区域を変更するための諸手続きなど、さまざまな問題があることから、慎重に対応してきた経緯があり、今後においても慎重に検討すべき課題と認識している。

※ 上記のほか「除雪・排雪問題」「教育問題」の質問がありました。

委員会活動報告 ほか

6月20日の本会議で報告された各委員会の活動内容などを掲載します。

特別委員会報告（要旨）

委員長 山本 弘一

本委員会は、去る6月14日、基地周辺対策要望について、三沢市議会においては、從来から設置してきた基地対策特別委員会であります。が、基地所在に伴い発生する諸問題の解決は、地方自治体が独自でできるものではなく、国の責任において行われるべきものであるとの認識で一致しております。これに基づき、三沢基地周辺の生活環境の整備や民生安定のためのさまざまな施策を国に対し、強く要望してきました。

そこで、本委員会の活動の柱として行ってきた基地周辺対策に関する要望を今年度も引き続き実施することとし、はじめて執行部から具体的な要望案について説明をしていただき、それを基に委員会で協議しました。

今年度の要望項目については、昨年度からの継続である

▽三沢飛行場第2滑走路の早期着工について

▽防衛施設周辺の生活環境の整備等に関する法律の運用改善について

以上8項目と新規1項目について

▽生活環境施設等の整備に対する支援について

の併せて9項目について実施することとしました。

▽国有提供施設等所在市町村助成交付金及び施設等所在市町村調整交付金の改善について

▽地域振興に対する支援について

▽再編交付金の交付期間の延長について

▽航空機騒音の規制措置について

▽集団移転跡地の有効利用について

▽基地周辺住民対策の充実について

▽エネルギー導入事業について

▽再編交付金の交付期間の延長について

▽エネルギー導入事業について

27 | 広報みさわ 2013・07

市役所代表 ☎ 53-5111 | 26

出来事通信

できごと
つうしん

各市の事例に刺激を受け交流深める

イチ、二のサン！元気な東北発信事業 若手まちづくり交流会 6月1日

岩手県の一関市と二戸市、そして三沢市の3市で交流する機会を設け、情報交換や連携をしながらまちづくりの推進に役立てる『イチ、二のサン！元気な東北発信事業』。その一つとして、一関市と二戸市から各市長と若手まちづくり関係者10数人を招き、種市市長や三沢市の若手まちづくり団体26人と共に、各市の事例を発表し合いながら意見を交わす交流会が、ホテルグランビルつたやで開催されました。

三沢市からは、株式会社Jサポート代表取締役社長の淨法寺さんが、人と人との関わりにまちづくりの手掛けりを求めてきたこれまでの取り組みを発表。その後、質疑の時間も設けられ、参加者は互いによい刺激を与え合っていました。



▲各市の事例発表に、じつと聞き入る若手まちづくり団体などの参加者

救命・消防活動の大切さを伝える

消防フェア・ドクターヘリ劇的救命緊急訓練 5月26日

開館10周年を迎える県立三沢航空科学館が、市消防本部と協力。子どもたちに救急救命や消防活動の大切さを伝えたいと、隣接する大空ひろばで『消防フェア』を開催しました。

親子連れを中心に訪れた多くの来場者は、この日高さ10mまで上昇した、はしご車搭乗や放水などの消防・救急活動を体験し、消防車両を見学。また、仮想の負傷者を搬送する救命訓練では、八戸市立市民病院からドクターヘリが駆け付け、救急救命センタースタッフによる診断やヘリ運搬までの迫力ある訓練の様子を来場者に披露。その後は、質問や記念撮影などの時間が設けられ、来場者は、憧れや尊敬の眼差しでドクターヘリやスタッフの勇姿を見つめています。



▲大観衆が注目する中、大空ひろばに降り立つドクターヘリ

力を合わせて勝ち取った優勝に歓喜

岡三沢小学校 大運動会 6月1日

岡三沢小学校グラウンドで開催された同校の大運動会。4つの組に分かれた全校児童約760人が、優勝を目指し、さまざまな種目で競いました。

個人・団体競技を終え、最終種目は色別選抜リレー。勝利への期待を背負い、全力疾走する駆け足自慢の選手たち。途中、バトンを落として悔し涙する選手の姿に感じる優勝への強い想い。出場できない児童の分まで一生懸命に駆ける選手たちに、見守る応援席からは、この日一番の歓声が上がってきました。全種目を終え、かたすを呑みながら待つ順位発表。優勝が宣言されると、白組の児童たちは、全員で勝ち取った勝利に大声を上げ、その喜びを分かち合っていました。



▲笑顔あり、涙あり。数々の思い出を残した大運動会

おいしい料理と楽しい会話に心若返る

春の一人暮らし高齢者会食会 5月31日

人道博愛の精神のもと、少子高齢化社会に対する老人福祉活動など幅広い奉仕活動を行う三沢市赤十字奉仕団は、春と秋の毎年2回、一人暮らしをする高齢者のために、この会食会を開催。今回も、25人の団員が前日から2日掛かりで料理を準備しました。季節感も味わえる旬の食材を高齢者の好みに合わせた調理法で、見た目も楽しめるよう彩りまで工夫した料理の数々。その一品一品には「参加者に楽しんでほしい」という奉仕団員の温かい気持ちが込められていました。

この日、市民の森老人福祉センターに集まった30人の参加者は、他の参加者や赤十字奉仕団員との会話を楽しみながら、精魂込めて作られた料理に舌鼓を打っていました。



▲おいしい料理や弾む会話、その後の楽しい歌や踊りに心若返る参加者たち

子どもたちを明るい気持ちに

被災保育所に積み木などを寄贈 5月23日

東北地方を中心に、甚大な被害をもたらした東日本大震災。「子どもたちには明るい気持ちでいてほしい。そのため、花や木が力になれないだろうか」。そう考えた青森県緑化推進委員会は、『緑の募金』の復興事業を活用し、大きな被害を受けた県内4市町の保育園・幼稚園を対象として、花や実のある緑化木の植樹や県産材で作った積み木の寄贈を計画。三沢市公園緑化公社『緑の募金』活動委員会と共に、三川目保育所には県産材で作ったプランターに植えたツツジとサツキを、淋代保育所にはエンジュやモミジ、柿などの樹木を4月に寄贈しました。さらにこの日、県産スギ・ヒバ製の積み木を両保育園へ10セットずつ



“おおぞらの田んぼ”に輝く笑顔

おおぞら小学校の田植え 5月24日

毎年、5年生を中心とした総合的な学習として、田植えから米として販売するまでの作業に取り組んでいる、おおぞら小学校。校舎から徒歩約15分、面積約25アールの学校田で、全校あげての田植えを行いました。

田植えの心得を説くおいらせ農協青年部に励まれ、泥に足を入れる児童たち。駆けつけた米軍基地内・カミングス小学校と共に、田んぼの中で横一列に並び、一斉に苗を植えていきました。最初は汚れることを避けていた児童たちでしたが、最後は顔も体も泥だらけ。真っ黒になった児童の姿や不揃いの苗に、先生たちも思わず苦笑。土に触れ農業に親しむ子どもたちの囁きのない笑顔を温かく見守っていました。



▲作業しながら泥を楽しむ児童たち。互いの泥だらけ姿に思わず笑い出す

秋の収穫楽しみに「おおきくなあれ」

三沢空港りんごの木 授粉のお手伝い 5月20日

三沢空港ターミナル株式会社は、空港ターミナル敷地内に約20本のりんごの木を栽培。毎年、市内の幼稚園や保育所、小学校の子どもたちに授粉・収穫作業を体験してもらう取り組みを続けています。

この日、授粉作業を手伝ったのは三沢カトリック幼稚園の年長園児45人。作業の説明をしっかりと聞き、着色された花粉を、花の中心にあるめしに優しく付けました。今年は例年に比べ気温が低いため、花を咲かせている木は、まだ全体の3割ほど。それでも咲いている花を探し、熱心に作業する園児たち。先生や職員の力を借りながら「おおきくなれ」と願いを込めて小さな腕を精一杯伸ばしていました。



▲小さな手でお手伝いした授粉から、どんな大きくなりが育つか楽しみです

みさわ 情報ねっと

市役所 ☎ 53-5111

お知らせ

CO₂削減ライトダウン
七夕の夜に温暖化対策を

全国を対象に、施設や家庭
での消灯を呼びかける「CO₂
削減／ライトダウンキャンペー
ン」を実施します。

全ての照明を消し、普段い
かに照明を利用した生活に慣
れているかを実感して、日常生活
対策を考えてみましょう。
とき 7月7日(日)20時~22時
(任意の1時間以上)

自動車取得税等の非課税措置
震災によって滅失または損
壊した家屋の所有者などが
それに代わる家屋、または敷
地用の土地を平成33年3月31
日までに取得した場合、それ
ぞれ軽減されます。

平成26年3月31日までに取得
した自動車（軽自動車含む）
の自動車取得税および自動車
税（軽自動車税）が非課税に
なります。

全ての照明を消し、普段い
かに照明を利用した生活に慣
れているかを実感して、日常
対策を考えてみましょう。
とき 7月7日(日)20時~22時
(任意の1時間以上)

催し

夏の交通安全市民総決起大会

7月11日~31日の期間で実
施される夏の交通安全県民運
動に合わせ、市民総決起大会
を開催します。

当日は、いちい幼稚園の園
児による交通安全宣言や、青
森県警察音楽隊による演奏な
どを行います。

とこり 入場料 無料 とき 7月19日(金)14時
公会堂 大ホール

懐かしい歌の集い
皆さんで一緒に歌いましょう

とこり 入場料 無料 とき 7月28日(日)
公会堂 桃井和馬 写真展
(☎ 53-18711)

新島八重と斗南
NHK大河ドラマ「八重の
桜」の主人公・新島八重（に
いじまやえ）や、ゆかりの深
い会津藩・斗南藩に関する資
料を中心とした特別展を開催
します。

期間 8月1日(木)~9月29日(日)
入館料 小中学生 50円
(小中学生は毎週土曜無料)
※特別展準備のため、7月22
日(火)は臨時休館

市民無料相談

●法律相談（法テラス青森主催）
問 法テラス青森（☎ 050-3383-5552）
場 市民相談室 ※要電話予約・先着6名・受付条件あり
3日(水)・17日(水) 8月7日(水)
13時~16時

●法律相談（社会福祉協議会主催）
問 社会福祉協議会（☎ 52-3270）
※要電話予約・先着6名
9日(火)・8月6日(火)
13時~16時

●法律相談（市主催）
問 広報広聴課（内345）
場 市民相談室 ※要電話予約・先着6名
23日(火)
13時~16時

●人権・行政相談
問 広報広聴課（内345）
場 市民相談室
8日(月)
10時~15時

●人権・困り事相談
問 人権・困り事相談所（☎ 52-7083）
場 市民活動ネットワークセンターみさわ（旧ふれあいの館）
11日(木)・25日(木)
9時30分~15時

●創業・起業相談（21あおもり産業総合支援センター主催）
問 産業政策課（内224）
場 市役所別館2階 図書室 ※要電話予約
11日(木)・25日(木)
13時~16時

●教育相談
問 國際交流教育センター内教育相談室（☎ 53-6060）
毎週月~金
8時15分~16時

●家庭児童・婦人相談
問 家庭福祉課（内381）
毎週月~金
9時~16時

●育児・子育て支援相談
問 三沢地域子育て支援センター（☎ 53-1176）
毎週月~金
9時~16時30分
毎週土
9時~11時30分

●育児・子育て支援相談
問 みさわファミリーサポートセンター（☎ 50-1518）
毎週月~金
9時~16時30分

●消費者生活相談
問 県消費生活センター八戸相談室（☎ 0178-27-3381）
毎週月~金
9時~17時

●警察安全相談
問 三沢警察署総務課（☎ 53-3145 内217）
随時
電話相談可

●犯罪被害者支援相談
問 青森県地方検察庁被害者ホットライン（☎ 017-722-1234）
毎週月~金
9時~16時30分

●がん・緩和ケア・医療相談
問 三沢市立三沢病院地域医療連携室内（☎ 51-1375）
毎週月~金
9時~16時

●介護・福祉相談
問 三沢市立三沢病院地域医療連携室内（☎ 51-1375）
毎週火
10時~15時

『キコリ』目指して技術や知識を学ぶ 実戦的キコリ養成講座

6月9日

NPO法人青森バイオマスエネルギー推進協議会が、県内初となる、自伐林業方式に必要な技術や知識を学ぶ講座を開催しました。

4日間かけてチェーンソーの扱い方から間伐、木材・林地残材の搬出など、安全でシンプルな林業技術を学ぶこの講座。受講後は、木材伐採作業者「キコリ」として仕事をすることができます。前日にチェーンソーの取り扱いに関する座学を受けた28人の受講者はこの日、字早稻田地内の山林で、世界的な技術・知識・経験を持つ小田桐久一郎氏ら講師による指導のもと、チェーンソーでの木材伐採を実際に体験しながらその技術を学びました。



無くならない不法投棄に立ち向かう 東部地区町内会清掃活動

6月2日

心無い人々によって捨てられるごみ。特に、太平洋沿岸にある松林には不法投棄が絶えず、地域住民を悩ませています。東部地区的町内会で結成する連絡協議会は、自分たちの住む地域をきれいにしようと平成15年から毎年のように清掃活動を実施。この日も、浜三沢、大津、三川目、鹿中、淋代地区の町内会員が早朝から集まり、各地区のごみを拾いました。

東部沿岸の三川目地区や鹿中地区では、それぞれ100人ほどの町内会員が参加。手にしたごみ袋はすぐにあふれ、見つかるテレビや冷蔵庫など大型不法投棄物の数々。集められたごみは、協力する三沢廃棄物事業協同組合の加盟会社によって三沢市清掃センターへと運搬されました。



集められた大量の不法投棄物の中には、テレビなど大型の家電製品も目立つ

三沢市の歴史や文化を学ぼう 歴史民俗資料館 野外学習会

6月15日

歴史民俗資料館の利用促進を図る活性化事業の一つとして、三沢市の歴史や文化、自然の要所をバスで巡りながら学ぶ野外学習会が開催されました。

第1回目となる今回のテーマは「歴史・文化」で、講師を務めたのは、人・自然・教育研究所所長の川村正氏。40人の参加者は、川村氏から解説を受けながら、古間木や薬師神社、浜三沢など昔の文化的要所や、津波被害が大きかった淋代海岸や四川目、三沢漁港などをバスで移動しながら見学。歴史民俗資料館では、発掘された土器や小川原湖に生息する生物の剥製といった展示物の前で、時代を追いながら語られる三沢の歴史や文化に深い興味を示していました。



釣りを楽しみながら、駆除に協力 ブラックバス駆除大作戦

6月8日

小田内沼を管理しているNPO法人マン・パワーは、生態系を壊す恐れのあるブラックバスの繁殖を防ぐため、この作戦を毎年実施。釣りを愛好する人々に釣ったブラックバスを持ち帰るよう協力を呼びかけています。年々、回を重ねるごとに参加者は増えているところで、この日も早朝から多くの愛釣家が参加。ボートに乗って、あるいは岸からブラックバスのいそうなポイントを探っては、水面に針を投げ入れ、それぞれに釣果を上げていました。マン・パワーのメンバーが調査も兼ね事前に釣り上げたブラックバスは、どれも例年より小さいものばかり。担当者は「毎年の活動の効果が表れてきたのでは」と期待の声をもらしていました。



駆除という目的はあるものの、和やかに釣りを楽しむ一日となりました

ルアーア作り&釣り体験 天然素材を使ったルアーア作り

と き 7月14日(日) 9時～15時

と こ ろ 市民の森 小田内沼
対 象 小学生・中学生

定 員 50人
参 加 料 200円(保険料等)

申込締切 7月10日(水)
※釣り具、はさみ、保険証の
写し、昼食を持参ください。

▼申間 NPO法人
日本釣り環境保全連盟青森支部
(☎090-4551-0794)

図書館からのお知らせ
図書館シネマ(上映会)

タイトル 「ピノキオ」
と き 7月13日(土)13時～

と こ ろ 3階第1会議室
夏のおはなし会

と き 7月20日(土)10時30分～

と こ ろ 3階第1会議室
館長＆ライブラリアントトーク

ビブリオバトルに挑戦!
と き 7月22日(月)13時30分～

と こ ろ 3階第1会議室
対象 小学生

写生会
と き 7月23日(火)13時～

と こ ろ 3階第1会議室
定員 20人(先着順)

と き 7月23日(火)13時～

と こ ろ 3階第1会議室
対象 小学生

好きなものを凍らせよう!
液体窒素を使って実験を行
い、調べ、まとめてみよう。

市民大学一般教養講座
「笑いとユーモアで
心豊かな人生を」

と き 7月13日(土)14時～

講師 (株)セミナー青森
野津こうへい 氏

「音楽の散歩道
♪作曲家の横顔と名曲散策♪」

と き 8月3日(土)14時～

講師 前青森大学社会学部
准教授 斎藤久子 氏

ところ 趣味の家ふるさと塾
親子de陶芸教室
と き 7月23日(火)
ところ 趣味の家
定員 各親子10組(先着順)
受講料 500円(材料代)
申込締切 7月17日(水)
※8月16日(金)(中秋)、25日(日)
(引渡し)に参加可能のこと
と き 7月25日(木)
6時20分～7時30分

集合場所 趣味の家
参加料 無料
▼申間 NPO法人マン・パワー(☎57-12322)

と き 7月25日(木)13時～

と こ ろ 3階第1会議室
定員 10人(先着順)

と き 8月7日(水)14時～

と こ ろ 3階第1会議室
定員 10組(先着順)
参 加 料 いざれも無料

と き 8月28日(日) 10時30分～13時

と こ ろ 図書館
(☎53-6040)

さつきコーラスコンサート
今に向かって

さつきコーラス結成40周年
を記念したコンサートです。

と き 7月7日(日)14時～

と こ ろ 公会堂小ホール
夏のおはなし会

と き 7月20日(土)10時30分～

と こ ろ 3階第1会議室
館長＆ライブラリアントトーク

ビブリオバトルに挑戦!
と き 7月22日(月)13時30分～

と こ ろ 3階第1会議室
対象 小学生

写生会
と き 7月23日(火)13時～

と こ ろ 3階第1会議室
定員 20人(先着順)

と き 7月23日(火)13時～

と こ ろ 3階第1会議室
対象 小学生

好きなものを凍らせよう!
液体窒素を使って実験を行
い、調べ、まとめてみよう。

市民大学一般教養講座
「笑いとユーモアで
心豊かな人生を」

と き 7月13日(土)14時～

講師 (株)セミナー青森
野津こうへい 氏

「音楽の散歩道
♪作曲家の横顔と名曲散策♪」

と き 8月3日(土)14時～

講師 前青森大学社会学部
准教授 斎藤久子 氏

ところ 趣味の家ふるさと塾
親子de陶芸教室
と き 7月23日(火)
ところ 趣味の家
定員 各親子10組(先着順)
受講料 500円(材料代)
申込締切 7月17日(水)
※8月16日(金)(中秋)、25日(日)
(引渡し)に参加可能のこと
と き 7月25日(木)
6時20分～7時30分

集合場所 趣味の家
参加料 無料
▼申間 NPO法人マン・パワー(☎57-12322)

航空科学館イベント情報 走れ! ミニ新幹線

ミニ新幹線に乗つて交通
ルールを学ぼう!

プレゼントもあるよ♪

と き 7月25日(木)13時～

と こ ろ 3階第1会議室
定員 10人(先着順)

と き 8月7日(水)14時～

と こ ろ 3階第1会議室
定員 10組(先着順)
参 加 料 いざれも無料

と き 8月28日(日) 10時30分～13時

と こ ろ ガレリア
(☎53-6040)

さつきコーラスコンサート
さつきコーラス

さつきコーラス
豊かな自然と野鳥を観察

と き 7月28日(日)16時～

と こ ろ 三沢病院1階ロビー
出 演 ハートフルトーンズ

と き 7月20日(土) 9時30分～

と こ ろ 仮沼内
(谷地頭郵便局駐車場に集合)

と き 7月20日(土) 9時30分～12時

と こ ろ 仮沼内
(谷地頭郵便局駐車場に集合)

と き 7月28日(日)10時～16時

※送迎バスを利用する場合は
9時に市役所へ集合

と き 7月28日(日)10時～16時

上級救命講習会 初心者ソフトテニス教室

蘇生法や異物除去法、止血法、搬送法、AED使用法など。

と き 7月19日(金) 8時30分～17時30分

と こ ろ 消防本部2階講堂
定員 30人(先着順)

と き 7月22日(木) 8月12日(月) 14時～16時

と こ ろ 南山テニスコート
対象者 小学生以上

と こ ろ 三沢ゴルフセンター
定員 20人(先着順)

と こ ろ 南山テニスコート
定員 1000円

と こ ろ 三沢ゴルフセンター
申込締切 7月20日(土)

と こ ろ 南山テニスコート
申込締切 7月20日(土)

と こ ろ 夏休みにゴルフチャレンジ
対象者 小学生～中学生

と こ ろ 三沢ゴルフセンター
申込締切 7月14日(日)

と こ ろ 夏休み期間中全8回
対象者 小学生～中学生

と こ ろ 三沢ゴルフセンター
申込締切 7月14日(日)

寺山修司記念館フェスティバル 2013/夏

期日	8月3日(土)・4日(日)
場所	寺山修司記念館 屋外多目的スペースほか
3日	13:00～13:50 ▶寺山修司を追いかけろ！ 三上寛ライブ 三上寛(ミュージシャン)、福士正一(舞踏家・オドラスク道路劇場)、佐々木英明(詩人・寺山修司記念館館長)
4日	14:00～15:00 ▶トークショー「寺山修司の素顔」 ハービー・山口(写真家)×三上寛(ミュージシャン) ×九條今日子(寺山元夫人)×佐々木館長
4日	11:00～21:00 ▶TERAYAMA MUSIC MUSEUM vol. 4 地元三沢で活躍する若手アーティストの野外ライブ
3日・4日	11:00～15:00 ▶寺山修司遊びの劇場 「ムシムシコロコロ・パーク Jr」 自由と想像力とアートと遊び！不思議と自然、経験と体験と表現！寺山フェス恒例のファミリー大人気企画！

★問い合わせ先 寺山修司記念館 (☎ 59-3434)

三沢ビードルビーチを開設します



遊泳期間 7月12日(金)～9月8日(日)
9:30～16:00

★問い合わせ先 水産振興課(内線512)

屋内温水プールは夏休み中休まず営業します

期間 7月22日(月)～8月19日(月) 13:00～21:00

★問い合わせ先 屋内温水プール (☎ 59-3850)

滝の沢市民プールがオープン

期間 9月30日(月)までの10:00～21:00

利用料 幼児～中学生 無料、高校生以上100円

※水温が21℃以下の場合は利用できません。

★問い合わせ先 滝の沢市民プール (☎ 52-2151)

ホタル観賞会



幻想的なホタルの舞をお楽しみください。

日時 7月20日(土)19:30～
(雨天の場合は22日(月)に延期)

場所 三沢公園

参加料 無料

※当日は、肌の露出を控えた服装で、虫よけ対策をして駐車場奥(ひょうたん池)に集合してください。

※天候状況により、ホタルを見ることができない場合があります。

★問い合わせ先 三沢市公園緑化公社 (☎ 51-2820)

市民の森 温泉夏まつり



日時 8月15日(木)10:00～17:00

場所 市民の森温泉浴場前広場

- ▶岡三沢神楽▶よさこい▶ベリーダンス▶のど自慢タイム▶bingo大会▶焼き鳥・生ビールの出店
- ▶足湯 他

★問い合わせ先 市民の森老人福祉センター (☎ 59-3388)

中央公園まつり

日時 8月11日(日)9:30～15:00

場所 中央公園

- ▶腐葉土等無料配布▶バルーンアート▶生バンド演奏
- ▶バーベキュー・手作りハム・焼き鳥出店など
- ▶園芸相談▶木工品を使ったゲーム 他



★問い合わせ先 三沢市公園緑化公社 (☎ 51-2820)

三沢まつり

日時 8月22日(木)～25日(日)※前夜祭22日

場所 ミス・ビードルドーム、市内幹線道路

町内会自作による豪華絢爛な山車14台と子どもたちの祭りばやしが市内を練り歩き、三沢の夏を盛り上げます。24日の中日には、大仮装行列や三沢まつり流し踊り、みこしパレードの三沢国際サマーフェスティバルなど、国際色豊かな三沢ならではの催しが盛りだくさんです。

大仮装行列・三沢まつり流し踊り参加者募集

市内はもちろん、市外からの参加も大歓迎！町内会、子ども会など、どなたでもお気軽に参加いただけます。

申込締切 7月31日(水)

★申し込み・問い合わせ先 三沢市商工会 (☎ 53-2175)

三沢国際サマーフェスティバル参加者募集

8月24日(土)のまつり中に、手作りのみこしを持参の上、パレードに参加していただける団体を募集しています！

申込締切 7月22日(月)

★申し込み・問い合わせ先 三沢青年会議所 (☎ 53-3231)

みさわ小川原湖水まつり



日時 7月21日(日)9:15～

場所 小川原湖湖水浴場周辺

- ▶ドキドキ！プリキュアショー&握手会▶2013小川原湖クイーン大抽選会▶フラダンス▶ヒップホップダンス▶カヌー体験▶国土交通省パネル展 他

★問い合わせ先

湖水まつり実行委員会事務局〔観光協会〕 (☎ 59-2311)

※小川原湖畔交通規制

湖水浴場の交通安全と水難事故等発生時の救急車両の円滑な通行を確保するため、車両通行を制限する交通規制を行います。

湖水浴場をご利用の方は、小川原湖観光センター『レークピア』裏の駐車場をご利用ください。

規制期間 7月19日(金)～8月26日(月)

規制場所 小川原湖観光センター前～コテージ前を通る湖畔沿いの市道

★問い合わせ先

湖畔管理事務所 (☎ 59-2830)
観光物産課(内線359)

ガキ大将自然体験教室～ちびっこいかだレース～

キャンプ、野外炊飯、いかだ作り、いかだレース体験 など

日時 8月1日(木)～3日(土)2泊3日

場所 公立小川原湖青年の家、小川原湖湖水浴場

参加料 3,500円

定員 小学3年生以上の男女各20人

申込締切 7月19日(金)

★申し込み・問い合わせ先

公立小川原湖青年の家 (☎ 56-2393)

イベント情報

ファームフェスタin斗南



農業体験、畜産共進会、豪華ゲストによるステージショーなど多数イベントを用意してお待ちしています。三沢産を中心とした野菜や牛肉の直売所、各種模擬店も出店！

家族みんなでファームフェスタを楽しもう！

日時 8月4日(日)9:00～15:00

場所 道の駅みさわ斗南藩記念公園

- ▶歌謡ショー▶抽選会
- ▶大根掘り農業体験(1家族5本程度、要申込み)

定員 50家族(先着順)

参加料 200円(当日徴収)

※申し込みは観光物産課(内線523)へ

- ▶畜産共進会

牛のお乳を搾ってみよう！／トラクターに乗つ

てみよう！／牛乳を無料で配布

★問い合わせ先 先人記念館 (☎ 59-3009)

みさわ七夕まつり



商店街や協賛出展者が趣向を凝らし、作成した色鮮やかな七夕飾りがにぎやかさを演出し、歩行者天国や七夕協賛セール・抽選会を行います。

アメリカ広場イベント会場では飲食ブースや子どもの遊びの広場、特設ステージではダンスコンテスト、3on3大会などを予定しています。

最終日にはbingo大会も！ セール参加店でお買物をして、抽選会やbingo大会で景品をゲットしよう！

日時 7月26日(金)～28日(日)13:00～21:00

場所 中心商店街、アメリカ広場イベント会場 他

★問い合わせ先 三沢市商工会 (☎ 53-2175)

腸炎ビブリオによる 食中毒を防ぎましょう

夏は食中毒が多発する季節ですが、特に腸炎ビブリオによる食中毒は6月頃から発生し、7~8月にかけて猛威をふるいます。

腸炎ビブリオの特徴を知り、食中毒防止のためのチェックをしてみましょう。

腸炎ビブリオの特徴

- ①海水中に生息し、水揚げされた生の魚・貝・イカなどの魚介類に付着
- ②室温で長時間放置するなど 不衛生な環境では他の菌の倍以上の速度で増殖
- ③低温（冷蔵庫内）に弱い
- ④真水（水道水）に弱い



食中毒予防のポイントは？



Check 1 食品の購入

- ▶表示を確認して買いましょう。生で食べる魚介類には生食用、刺身用などと表示されています。
- ▶魚介類は最後に買い、寄り道をしないで帰宅しましょう。また、氷を入れてもらうなど、食品をなるべく冷やすよう心がけましょう。

Check 2 家庭での保存

- ▶持ち帰ったらすぐに冷蔵庫に入れましょう。
- ▶汁が漏れないよう密閉容器に入れましょう。

Check 3 調理

- ▶調理には専用の包丁やまな板などを使い、同時に他の食品を調理しないようにしましょう。
- ▶水道水の流水で十分に洗いましょう。
- ▶使った調理器具は、洗浄後、さらに熱湯で消毒しましょう。

Check 4 食事

- ▶調理後はすぐに食べましょう。特に刺身などの生物は冷蔵庫から出して2時間以内に！
- ▶刺身や寿司が入った仕出し料理を頼んだら、すぐに食べましょう。
- ▶法事などで出された料理（特に刺身など）は絶対に持ち帰らないでください。

問い合わせ…保健相談センター ☎ 57-0707

7月の保健 だより



小比類巻 大和（やまと）くん／9カ月

休日救急診療	
7月 7日（日）	すずき小児科内科クリニック 52-6555
7月 14日（日）	柿崎外科医院 57-1151
7月 15日（月祝）	あいざわクリニック 58-7370
7月 21日（日）	まつぞのクリニック 52-5050
7月 28日（日）	ひぐちクリニック 50-1441
8月 4日（日）	さいとう耳鼻咽喉科クリニック 50-1406
※ 17時以降の夜間救急診療は当番制ではありません。	

健康診査・保健相談

内容・対象	月 日	時 間	場 所
ハローベビークラス（両親学級） 内 容 沐浴実習	7月 22日（月）	13:30～16:00	
プレママクラス（母親教室） 内 容 マタニティピラティス または調理実習	8月 2日（金）	（受付 13:15～13:30）	
*予約制です。当日は母子手帳をお持ちください。			
4カ月児健康診査	7月 16日（火） 8月 6日（火）	受付 12:45～13:15	
*ブックスタート事業（絵本の読み聞かせや絵本のプレゼント）があります。			
親子すくすく広場	7月 16日（火） 8月 6日（火）	（受付 9:30～10:00）	
対 象 5～7カ月児 内 容 計測、ベビーマッサージ、育児相談など *予約制です。当日は母子手帳とバスタオルをお持ちください。			
母 子 9～10カ月児健康相談	7月 17日（水） 8月 7日（水）	受付 9:30～10:00	
1歳6カ月児健康診査 (平成23年11月生まれの幼児)	7月 25日（木）	受付 12:45～13:15	
2歳児歯科健康診査 (平成23年2月生まれの幼児)	7月 17日（水） 8月 7日（水）	受付 12:45～13:15	
3歳児健康診査 (平成21年11月生まれの幼児)	7月 24日（水）	受付 12:30～13:00	
▶乳幼児健診では、母子健康手帳・バスタオルを持参してください。 1歳6カ月児・2歳児・3歳児健康診査では検査票などを忘れずに。 体調不良や感染症などのときは受診をご遠慮ください。			
▶親子すくすく広場、9～10カ月児健康相談では、中学生のふれあい体験 学習が併設されますので、ご協力をお願いします。			
栄養相談	随时受付（予約制）		
成人 一般健康相談	月～金曜日随時	8:30～16:30	
こころのケア相談 電話相談	7月 4日（木） 7月 19日（金）	10:00～12:00 13:00～15:00 10:00～15:00	
*面接は前日までに要予約 ☎ 57-0029（専用電話）			

保健相談センター

献血のお知らせ

日 時	場 所
7月 14日（日） 10:00～12:00 13:00～16:00	スカイプラザミサワ (三沢基地ゲート前)
7月 23日（火） 10:00～16:00	三沢市役所
7月 28日（日） 10:00～11:45 13:00～16:00	ビードルプラザ（北側駐車場）

問い合わせ…保健相談センター ☎ 57-0707

今日からできる こころの健康づくり！

“こころのストレス” チェックしてみませんか？

こころの悩みや心配を“ひとり抱えないでください”

こころの体温計

▼パソコンはどちらからご利用いただけます。

<https://fishbowlinDEX.jp/misawa/>

ためして
みませんか？

携帯・スマート
はどちらから



市では、自殺対策の一環として、携帯電話やパソコンで精神的なストレスの状態をチェックできる『こころの体温計』サービスを開始しました。

右記のURLアドレスまたはQRコードからアクセスしていただき、11個の選択式の質問に回答すると、金魚や猫などのイラストでストレスの状態を確認できます。個人情報の入力は一切不要ですので、お気軽にご活用ください。

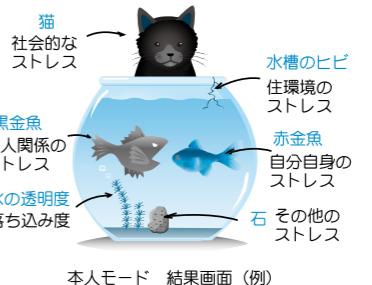
利用料 無料（通信料は自己負担）

※自己診断をするもので、医学的診断をするものではありません。結果にかかわらず、心配なことが続くようでしたら早めに専門家への相談をお薦めします。

★問い合わせ先
健康推進課（☎ 57-0707）

こころの体温計（本人モード）

ストレス度・落ち込み度が分かります。



★「こころの相談」窓口

三沢市健康推進課（保健相談センター）	0176-57-0707	（月）～（金）8:15～17:00
三沢市健康推進課 こころのケア相談	0176-57-0029	毎月 2回 10:00～15:00
上十三保健所	0176-23-4261	（月）～（金）8:30～17:15
県立精神保健福祉センター こころの電話	017-787-3957 017-787-3792	（月）～（金）9:00～16:00

MEDICAL INFORMATION AED（自動体外式除細動器）を貸し出します

主な貸出条件

- ①三沢市民を対象に市内で開催されるイベントであること
- ②イベント実施者が、学校や町内会、市民団体や社会教育団体、その他これに類する団体で、営利を目的としていないこと
- ③普通救命講習や上級救命講習などの講習修了者が、イベント会場に配置されていること

貸出期間 7日以内

※貸出希望日の2週間前までにお申し込みください。



★申し込み・問い合わせ先 健康推進課（☎ 57-0707）

MEDICAL INFORMATION 身体障害者巡回審査

肢体内障害をお持ちの方を対象とした整形外科審査で、無料で医学的判定や更生相談を行います。

身体障害者手帳の申請（新規・再交付）を希望される方や補装具についてお困りの方は、ぜひご来場ください。

日 時 7月 12日（金）9:00～11:00

場 所 総合社会福祉センター2階

※身体障害者手帳（所有者のみ）と印鑑をお持ちください。



★問い合わせ先 家庭福祉課（☎ 51-8772）

MEDICAL INFORMATION

子宮頸がん予防接種を積極的にお勧めしません。接種する場合は有効性と危険性をご理解ください。

4月から定期接種として対象者に接種を勧奨している子宮頸がん予防接種について、接種後の重い副反応が報告されていることから、厚生労働省の勧告を受け、適切な情報提供ができるまで三沢市では積極的勧奨を行いません。

ただし、予防接種は継続しますので、希望される方は個別通知に同封する説明書をよく読み、有効性と危険性を理解した上で接種してください。

★問い合わせ先 健康推進課（☎ 57-0707）



佐々木 和枝 さん

字大津在住の47歳。父親から受け継いだ精米業を営む傍ら、約8年前から米や規格外の野菜を使った加工品の開発・製造・販売を続ける。

市の市場やまちの駅などに商品を卸す『ベジ工房』の従業員は佐々木さんと3人の妹の計4人。東北農政局の六次産業化事業計画認定を受け、年内にも、鹿中地内に農産物や加工品の販売店舗を建設する予定。

▼佐々木さんが作り販売してきた加工品



「昔からある食材で、 体にいい加工品を作っていくたい」

MISAWA SPIRITS

地域で頑張る人々を紹介します

米や野菜を使った加工品作りが六次産業化事業計画に認定

一次産業のみにとどまるのではなく、二次産業や三次産業にまで踏み込むことで農業に新たな価値を呼び込み、お年寄りや女性にも新たな就業機会を創り出す六次産業。東北農政局が進める六次産業化事業計画に、市内で米や野菜の加工品を開発・生産している佐々木和枝さんが認定された。

佐々木さんは、父から継いだ精米業を営む傍ら、約8年前から加工品作りに取り組んできた。手が空く冬、米や規格外の野菜を使って何かできないかと考えたのがそのきっかけ。彼岸団子に始まり、低アミロース米や黒にんにく、トマトジャムなどの加工品を作り、まちの駅や市場などに卸してきた。

そして今、最も力を入れているのが『真菰茶』。マコモダケの効能や加工方法を調べ、お茶としてなら自分でもできるのではと、完全無農薬で生産。手作業で乾燥・加工し、昨年秋から販売を始めた。インターネットで紹介されたこともあり、今では品薄になるほど好評を得ている。

佐々木さんは、父から継いだ精米業を営む傍ら、約8年前から加工品作りに取り組んできた。手が空く冬、米や規格外の野菜を使って何かできないかと考えたのがそのきっかけ。彼岸団子に始まり、低アミロース米や黒にんにく、トマトジャムなどの加工品を作り、まちの駅や市場などに卸してきた。

「昔から土地にありふれている、『こんなもの』って言われるような、誰もが知る食材。でもその優れた効能は意外に知られていない食材。そんな食材を使って、体にいい加工品を作りたい」と、その言葉には、佐々木さんの熱意がこもっていた。

しかし、加工品作りには苦労も多い。開発には時間がかかり、品種選びや加工方法は試行錯誤の連続。手作りであることから、加工費やパッケージ代などにコストがかかり、消費期限や生産量には個人経営としての限界がある。かといって価格が高ければ、なかなか継続して買つてもらえない。だからこそ、苦労した分、売れた時やおいしいと言つてもえた時の喜びは大きいと佐々木さんは話す。「作ったかいがあります」。

最初に作った彼岸団子が売れただときから今でも、その想いは変わらない。

東北農政局に認定された事業では、鹿中地内に店舗を建設。年内にも、農産物や加工品の直接販売を始める。

「昔から土地にありふれている、『こんなもの』って言われるような、誰もが知る食材。でもその優れた効能は意外に知られていない食材。そんな食材を使って、体にいい加工品を作りたい」と、その言葉には、佐々木さんの熱意がこもっていた。

人口と世帯数 — 5月末現在 — ※()内は前月との増減比較

■人口 41,897人 (-33人)・男 20,567人 (-43人)・女 21,330人 (+10人) ■世帯数 18,821世帯 (-17世帯)