

【☎69-1111】

◆企画展「一布のつながり一針を持つ悦び」開催中！



「水辺の風景」と製作者の秋田景子氏

日時：7月2日(日)まで 午前9時～午後4時45分／休館日：毎週月曜・祝日・第4木曜日／入館料：…通常料金(一般200円、高校・学生100円、小・中学生50円)

◆貴重な資料の寄贈！

このほど、柳澤良知氏(小泊)より明治時代に描かれた蓑虫山人画「岩手山図(町有形文化財)」、岩田章太郎氏(中里)からかつて山仕事で使用された山樵具一式が寄贈されました。

蓑虫山人は、天保7年美濃国(岐阜県)生まれ。生涯にわたって諸国を放浪、とくに青森県をはじめとする北奥に長期逗留し、



蓑虫山人画「岩手山図」

名勝や文化財、寄留先の様子などを詳細に記録に残しています。町では、中里の古川・加藤家、小泊の秋元家に滞在し、住宅や庭園、宴会の様子などを描いています。町内には29点の蓑虫山人画が伝来しており、うち25点が町有形文化財に指定されています。

中泊地域の山樵具は、平成24年に353点が「津軽の林業用具」として国登録有形民俗文化財に登録されるなど、津軽地域を代表する民俗資料と注目されています。新たな資料が加わることで、よりコレクションの重要性が増すことと思われれます。



岩田章太郎氏と山樵具

◆ボランティアガイド説明会！  
宮越家離れ・庭園一般公開までの流れや最新の研究成果を踏まえた宮越家の歴史などを解説する説明会が開催されました。



119 消防&救急

熱中症対策を紹介

6月に入り、少しずつ気温が高い日が多くなってきました。今年の夏は例年より暑さが厳しくなると予想されています。夏本番が来る前の熱中症対策として、暑熱順化があります。

暑熱順化とは、個人差もありますが、数日から2週間程かけて暑さに慣れておくことを言います。

暑熱順化をすると低い体温でも汗をかきやすくなり、汗の量は増えます。さらに皮膚の血流も増加します。汗の量が増え、皮膚の血流が増加する事で熱が逃げやすくなり体温の上昇を防ぎます。

消防職員は熱中症を発症しないように、5月上旬から防



火服を着てランニングをしたり、階段の登り降りをするなど暑熱順化し、暑さに負けない体づくりを行っています。

ポイントとして、やや厚めにウエアを着込み、ある程度の時間、運動をして汗をかき続けることです。これを週3回、2週間程行うことで順化は完成します。

本格的に暑くなる前から余裕をもって暑熱順化を行い、無理をせず水分補給を心掛けながら発汗機能を向上させ、熱中症を発症しないように備えましょう。

火災予防

ちよつとした不注意で火災は発生します。住宅火災の出火原因の多くはコンロ火災です。他には寝たばこによるたばこ火災や、電気コンセントのトラッキングによる電気火災などがあります。小さな気配りが火災予防に繋がります。また、万が一火災が発生した場合、少しでも被害を軽減させるよう住宅用火災警報器を設置し、日々の点検を行いましょう。



「町民の健康づくりの応援隊」  
食生活改善推進員の  
皆さんを紹介します！

食生活改善推進員(食改さん)は、食生活改善を通しての健康づくりを目的に活動しています。だしを活用することや野菜の摂取による減塩を推進する取り組みである「だし活+だす活事業」や、町で行っている各種事業への協力、地域での健康食の普及など、積極的に活動しています。

地区	氏名
派立上	今博子
宮川	古川節子
宮川	秋田富士子
深郷田下	木村広子
芦野	秋元智子
田茂木	鈴木澄子
下豊岡	長利富士子
薄市上	福士あや子
今泉上	三上つま
今泉下	青山聖恵子
新町1	高橋鈴子
派立	秋元英子
派立	成田順子
派立	山田千春子
派立	福井晶子
派立	田名部暁子
上町	澁谷鶴乃
浜町	橋本美保子
浜町	駒井昭江
入舟	今野柳子

地区	氏名
下前上	成田やよゑ
下前上	成田つり子
下前上	太田裕子
下前上	角田志保子
下前上	角田麻由子
下前中	磯野とし子
下前中	佐藤美恵子
下前浜	佐藤由比子
温泉町	越野由美子

伝達講習会開催

\*テーマ「男性料理教室」  
男性だけでなく、どなたでも参加できます。食改さんと一緒に健康メニューを作ってみませんか。

日時：6月30日(金)  
午前10時から午後1時  
場所：すくすくしたまえ館  
持ち物：エプロン、三角巾、マスク、筆記用具  
申込先：町民課健康推進係 栄 養士

むし歯のない子の紹介

3歳児健診にて

(5月11日実施)

- ①日頃むし歯をつくらぬよう気をつけていることは？
- ②わが子の自慢できることは？

- ①ジュースを飲ませないようにしている
- ②笑顔がステキ



藤崎 令ちゃん (派立上)



長利 珠杏ちゃん (派立上)

①どんなに遅くなっても必ず丁寧に歯磨きすること ②よく食べること/すくすくとも仲良くなること/元氣いっぱい!



工藤 吉平ちゃん (若葉町)

- ①仕上げ磨きをすること
- ②かわいい笑顔



大西 紬ちゃん (上町)

- ①仕上げ磨きをすること
- ②歯磨きは毎日夜10分以上やっている

風しんから未来のいのちを守る

風しん(三日はしか)は、風しんウイルスの感染によつて起こる感染症です。症状は発疹や発熱、リンパの腫れなどがみられ、大人が感染すると重症化することがあります。また、妊娠初期に感染すると、先天性風しん症候群の子どもが生まれる可能性が高くなります。風しんの予防には予防接種が最も有効です。対象の方は、早めに受けましょう。

■予防接種対象者

- ①生後12月から生後24月に至る

新型コロナウイルス感染症の5類感染症移行後の対応

厚生労働省では、特設ウェブサイトを開設し、5類感染症への移行に伴う各種対応の変更などをお知らせしています。

○厚生労働省ウェブサイト(特設ページ)  
<https://www.mhlw.go.jp/stf/corona5rui.html>

- ②までの間にある者(第1期)
- ② 小学校就学前の1年間(第2期)
- ③ 風しんの抗体価が低い妊婦(出産後、予防接種を受けてください)
- ④ 風しんの抗体価が低い妊婦の同居者
- ⑤ 妊娠を希望する女性とその同居者
- ⑥ 昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性：抗体検査、予防接種の無料クーポンが送付されています。
- ④⑤⑥は、抗体検査後、必要な方に予防接種を行います)
- ※ 接種する予防接種は「麻しん風しん混合ワクチン」です。
- ※ ③④⑤は、町民課健康推進係に申し込んでください。

# まちのイベントカレンダー

6 月			7 月		
16	金		1	土	中里B&G海洋センター 営業開始
17	土		2	日	宮越家春公開最終日
18	日	青森県民体育大会西北地区予選	3	月	
19	月		4	火	
20	火		5	水	
21	水		6	木	
22	木	15:00~ 館内整理による休館日(図書館) ブックスタート(図書館)	7	金	
23	金		8	土	
24	土		9	日	
25	日	町民大運動会	10	月	
26	月		11	火	
27	火		12	水	
28	水	13:30~15:00 こころの健康相談・傾聴サロン (パルナス)	13	木	
29	木		14	金	
30	金		15	土	第28回ビーチサッカーフェスタ (~16日)

NAKADOMARI PUBLIC RELATIONS JUN 2023.



今 藤 三 伏 小 成 白 古 猪  
 藤 上 見 寺 田 石 川 股  
 隆 一 85 (今泉下)  
 明 子 92 (小泊派立)  
 幸 芳 74 (富野)  
 恭 一 81 (薄市下)  
 京 子 93 (薄市下)  
 ミ キ 90 (福浦)  
 時 夫 74 (派立上)  
 ト キ イ 92 (宮川)

お悔やみ申し上げます

谷 大 西  
 まりあ (女・祐樹) 尾 別  
 雫 (女・史晃) 上 町

お誕生おめでとうございます

(4月届出分)

## 戸籍の窓口



### 人のうごき

4月末現在(前月比)

人 口 9,867人(-25)  
 中里地域7,303人/小泊地域2,564人  
 男 4,647人(-10)  
 女 5,220人(-15)  
 世帯数 4,947(+2)  
 出生 3 / 死亡 9  
 転入 19 / 転出 38