

◆秋企画展「漢詩で読み解く  
—宮越家の文化遺産とは?—」!



日時：12月22日(日)まで 午前9時～午後4時45分／休館日：毎週月曜・第4木曜・祝日／入館料：一般200円、高校・学生100円、小・中学生50円※【町民限定】小・中学生及び65歳以上の高齢者は無料!

◆小泊小3年生来館!

地元になんだ小説「津軽」の企画展を見学した後は、常設展示室で調べ学習、縄文土器パズルや自転車タイムマシーン、腰切田体験など、歴史を体感できる展示を堪能しました。



◆中里中3年生職場体験!

大川生真さん・加藤彩姫さん・佐々木蘭さん・坂田多優さん4名が、図書館・博物館で職場体験を行いました。

博物館では、掛軸・焼物・刀剣の扱い方や展示方法、企画展の撤収や準備作業、資料整理などを体験、重い太宰治の石膏原

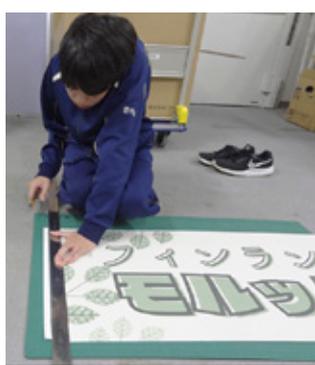


型も、力を合わせて運搬しました。2日にわたる体験は、新聞紙面にまとめ、質問コーナーや編集後記なども添えて発表されました。

◆県立第一養護学校3年インターシップ!

岩川蓮愛君が、2日間にわたって、図書館・博物館でのインターシップ(就業体験)に挑戦しました。

博物館では、分刻みのスケジュールで、開館業務から宮越家庭園の清掃作業、イベント看板作成、新聞切り抜き作業、資料登録など、博物館スタッフの日常の仕事を経験しました。



119 消防&救急

災害に備え防災グッズを準備しよう!!

次に、避難所での生活に備えた持ち出し品を紹介します。

【避難用】

避難所到着までの分として、水500ml 2本と軽量な食品を準備しましょう。

【救急・衛生用品】

絆創膏、包帯、消毒液、ウエットティッシュ、マスクなどを用意しましょう。

【その他】

下着、タオル、防寒用アルミブランケット、ヘッドライト、スリッパなどを用意しましょう。避難所では、プライバシー確保のための間仕切りや、床に敷く段ボールなども有効です。事前に最寄りの避難所の場所と経路を確認しておきましょう。

いつ起きるかわからない災害。今すぐ防災グッズの準備を始めましょう。定期的に内容をチェックし、必要に応じて更新することも忘れずに。家族で防災について話し合い、避難計画を立てておくことも大切です。

【非常食】

レトルトご飯、缶詰、乾パン、チョコレートなど、一人3日以上を用意。調理不要で長期保存可能な食品を選びましょう。

【カセットコンロとガスボンベ】

温かい食事や飲み物は、災害時の心身の健康維持に重要です。

【モバイルバッテリーと携帯ラジオ】

情報収集や通信手段の確保は命を守る上で不可欠です。



なかとまり健康づくり  
MYフェスタ開催

9月7日(土)、町総合文化センターパルナスにて、テーマ「健康な未来へ一歩前進」なかとまり健康づくりMYフェスタを開催しました。

午前の部は、血管年齢測定、ベジチエック、栄養相談、脳の健康チエックなど健康測定コーナーや食生活改善推進委員会による健康食試食コーナー、地域包括支援センターによる認知症カフェを開催し多数の方が来場しました。

午後の部は、保健協力員による健康宣言文の読み上げを皮切りに、Y, S P A R K若松佑弥氏による運動プログラム体験、五所川原市駅前クリニック院長村上宏先生を講師に「糖尿病を知ろう〜今からできる予防と対策」、健生五所川原診療所所長津川信彦先生を講師に「認知症とともに暮らす〜早めの受診のメリットと治療について〜」と題しお話しいただきました。減塩商品をメインとした、お楽しみ抽選会も行われ大変好評でした。



おやこの食育教室開催

8月18日(日)中泊町役場、10月6日(日)日本海漁火センターにおいて、中泊町食生活改善推進委員会によるおやこの食育教室が開催されました。当日は、オリジナルスープ・豚肉とやさいの彩りプレートを作り、減塩・野菜摂取・食育の5つの力について、学びました。また、小泊診療所所長四ツ谷千尋先生から、「元氣いっばいになるお話」と題し講演をいただき、楽しい時間をすごしました。参加した子どもからは、「お料理をしたり、おしゃやさんのお話をたくさんきけたりできてよかったです。楽しかったです」と感想をいただきました。



12月1日は、世界エイズデー、保健所でエイズの相談、検査ができます

世界エイズデーの今年のテーマは「U=U知ることから、もう一度。12月1日は世界エイズデー」です。私たち一人一人がHIV・エイズの事を自分の事として捉え、HIV・エイズに関する検査や治療、支援などの正しい知識を得て、HIVウイルス検査の受検促進や差別・偏見の解消につなげていきましょう。

エイズは、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)というウイルスに感染することでおこる病気です。治療法の進歩により、HIV陽性者は感染の早期把握、治療の早期開始・継続によりエイズの発症を防ぐことができ、感染前と変わらない日常生活を送ることが期待できるようになりました。

まずは検査を受け、感染を早期に見ることが重要です。感染が心配な方は早めに検査を受けましょう。保健所では、匿名・無料で検査を受けることができます。専用電話による予約のほか、インターネットによる検査予約を受け付けている保健所もあります。またご希望によ

り、性器クラミジア感染症、梅毒の検査も同時に受けられます。くわしくは電話または青森県庁HP「相談・検査(青森県STOP AIDS)」で検索してください。  
エイズ相談専用電話の電話番号(左記の保健所では、専用電話のほかインターネットによる予約受付をしています。)

保健所名	専用電話
東地方保健所	017-739-5425
弘前保健所	0172-38-2339
三戸保健所	0178-27-5700
五所川原保健所	0173-33-1090
上十三保健所	0176-23-8450
むつ保健所	0175-31-1808



# まちのイベントカレンダー

11 月			12 月		
16	土		1	日	
17	日	駅フェス&マルシェ	2	月	
18	月		3	火	
19	火		4	水	
20	水		5	木	
21	木		6	金	
22	金		7	土	
23	土	2024イルミネーション&ウィンター花火(役場前特設会場)	8	日	
24	日	2024イルミネーション&ウィンター花火(すすくこども館)	9	月	
25	月		10	火	
26	火	善行功労者表彰式	11	水	
27	水		12	木	
28	木	第12回中泊町少年の主張大会	13	金	
29	金		14	土	エモフェス
30	土		15	日	

NAKADOMARI PUBLIC RELATIONS NOV 2024.

古川 ヤエ 99 (五林)  
 天内 幸雄 83 (下豊岡)  
 高松 トメヨ 92 (田茂木)  
 工藤 冷子 92 (向町下)  
 関根 弘子 77 (宮野沢)  
 横山 セツエ 96 (向町上)  
 青山 藤雄 89 (今泉下)  
 荒関 フミ 95 (派立下)  
 三上 幾代 87 (上豊岡)  
 青山 兼親 64 (今泉下)

 お悔やみ申し上げます

佐藤 圭太 (宮城県)  
 山崎 佳奈 (小泊派立)

 結婚おめでとうございます

今 鳳雅 (男・唯人) 田茂木

 お誕生おめでとうございます

**戸籍の窓口**  
 (9月届出分)



木村 ユキエ 89 (向町上)  
 安田 きや 97 (今泉下)  
 宮越 彌吉郎 91 (八幡)  
 外崎 千萬 95 (宮野沢)  
 廣岡 ヨシメ 94 (上町)  
 櫻庭 明 89 (小泊派立)  
 田中 保 85 (下前上)

## 人のうごき

9月末現在(前月比)

人口 9,462人(-11)  
 中里地域7,027人/小泊地域2,435人  
 男 4,459人(±0)  
 女 5,003人(-11)  
 世帯数 4,827(-6)  
 出生 1 / 死亡 20  
 転入 15 / 転出 7