

図書館情報

問 総合文化センター「パルナス」 ☎ 69-1111

今月のMiniコレクション

○一般・テーマ

《「今年こそ読みたい本」特集》

いつか読みたいと思っていた小説、新しい習慣づくりのヒント…新しい年のはじめに、自分の“読みたい一冊”を探してみませんか？

○児童・テーマ

《冬のほん、あつまれ！》

雪や冬の動物たちのお話、あたたかい気持ちになる絵本をそろえました。新しい年のワクワクと一緒に絵本の扉をひらいてみませんか？

新刊情報 [一般]

『ひとりでこの世に』	谷川俊太郎/著	〈新潮社〉
『その針がさすのは』	羽田圭介/著	〈新潮社〉
『暁星』	湊かなえ/著	〈双葉社〉
『陽ちゃんからのそよ風』	山崎ナオコーラ/著	〈河出書房新社〉
『アフター・ユー』	一穂ミチ/著	〈文藝春秋〉

新刊情報 [児童]

『ゆきのひのさんぽ』	とりごえまり/作	〈アリス館〉
『あの、ここどうぞ。』	こがめたく/絵	〈偕成社〉
『おもちのおやど』	植垣歩子/作	〈講談社〉
『ハグのうた』	おーなり由子/絵	〈偕成社〉
『わすればんたくん』	柴田ケイコ/作	〈PHP研究所〉

話題

【つくってみよう！正月飾りワークショップ】

11月29日、地域の皆さまに日本の伝統文化に親しんでいただくため、「お正月飾りワークショップ」を開催しました。当日は、講師の指導のもと、親子連れや一般参加者が飾りづくりに挑戦し、会場には終始和やかな雰囲気が広がりました。

完成した作品は、新年を迎える家庭を彩るとともに、参加者それぞれの願いが込められた温かな仕上がりとなりました。参加者からは「楽しく参加できた」「良い思い出になった」との声が寄せられ、図書館を通じた学びと交流の場づくりにつながる催しとなりました。



自動車・オートバイの手続きはお早めに

問 東北運輸局 青森運輸支局 ☎ 050-5540-2008
問 八戸自動車検査登録事務所 ☎ 050-5540-2009

3月中旬から3月末は自動車の検査や登録の手続きが集中し、窓口や駐車場が大変混み合います。自動車等の移転登録(名義変更)、抹消登録等の登録手続きは、お早めにお済ませください。

また、各種の登録手続きに必要な書類等の案内は、**青森運輸支局のホームページ**、又は**自動車検査登録総合ポータルサイト**に掲載しておりますのでご利用ください。

なお、受付時間は8時45分から11時45分、13時から16時までとなっております。

【青森運輸支局ホームページアドレス】

<https://www.tb.mlit.go.jp/tohoku/am/am-index.html>

又は青森運輸支局で検索

【自動車検査登録総合ポータルサイト】

<https://www.jidoushatouroku-portal.mlit.go.jp/jidousha/kensatoroku/>

【自動車手続きヘルプデスク(電話案内)】

・青森運輸支局

TEL 050-5540-2008

・八戸自動車検査登録事務所

TEL 050-5540-2009

※案内時間は、開庁日の8時30分～17時15分
(自動音声は24時間で利用になれます)



博物館「ユース」

Museum News
VOL.171

【691111】

◆「静川園」国名勝指定へ！

このほど国の文化審議会は、宮越寛氏（尾別）所有の庭園「静川園」を国名勝に指定するよう答申を行いました。

国名勝になれば県内では9件目（庭園としては8件目）、国名勝庭園としては本州最北となります。当町では初めてとなる悲願の国指定、幸先の良い一年になりそうです。

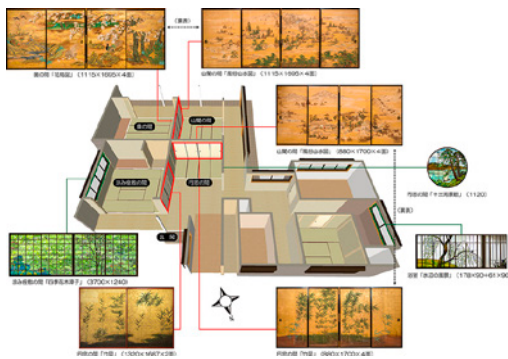
「静川園」は、宮越家9代正治が、離れ「詩夢庵」とともに整備したもので、ステンドグラスと一体化した庭園の構成ほか文化人との交流などで育まれた芸術的趣向が凝らされている点



などが評価されました。

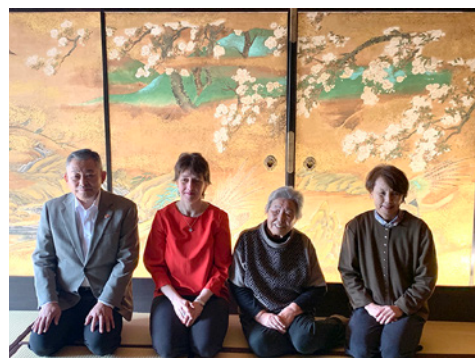
◆新たな町指定文化財誕生！

町教育委員会は、町文化財審議会の答申を受け、このほど宮越寛氏所有の「宮越家離れ襖絵」18面・「宮越家離れステンドグラス」3点について、町有形文化財に指定することを決定しました。町指定文化財としては、51・52件目となります。



◆大英博物館学芸員来町！

このほど、大英博日本セクション長／キュレーターのロジャー・バックランド氏が来町、宮越家離れ襖絵などを調査しました。ロジャー氏は、同襖絵の美しさや保存状態のよさに驚くとともに、今年東京・大阪で開催



される「大英博物館日本美術コレクション展」に出品されることを楽しみにしているとのコメントを寄せました。

◆冬の企画展「2016-23 佐々木高雄トリビュート」

過去10回にわたって博物館で開催された、故佐々木高雄氏のコレクション展の模様や、氏の解説文等を紹介し、世界の庶民文化を幅広く紹介した8年間で振り返ります。

日時：1月17日（土）～3月22日（日）

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！

119 消防&救急

冬場に起きやすいヒートショックにご注意を！

新年あけましておめでとうございます。自宅内の部屋ごとの温度差が激しくなる冬場は、特にヒートショックの危険性が高まる時期です。適切な対策を行い、ヒートショックを未然に防ぎましょう。

ヒートショック予防のポイント！

暖かい居間（20度程度）から寒いトイレや浴室（10度以下）への移動など、急激な温度変化により血圧が大きく変動し、脳卒中や心筋梗塞を引き起こす危険があります。特に高齢者や持病のある方は要注意です。浴室やトイレへの移動はもちろん、朝晩の通勤・通学時など、暖かい室内から寒い戸外に出る際も、温度差による体への負担に気をつけましょう。こまめな室温管理と温度差を減らす工夫が大切です。

予防のポイント

【部屋の温度差を2～3度以内に抑える】

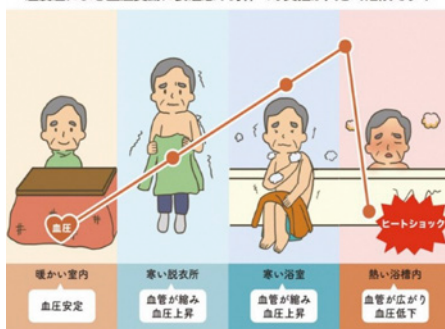
・居間、廊下、トイレ、脱衣所などに暖房器具を置き、温度変化を軽減する

【浴室を暖かく快適に】
・入浴前にシャワーで浴室を暖める

【安全な入浴のために】

・入浴時は、手や足など心臓から遠い場所につけ湯をして身体をお湯に慣れさせる
・お風呂から出る時はゆっくり立ち上がる

温度差による血圧変動に要注意！身体への負担が大きく危険です！



毎年、ヒートショックが原因と見られる健康被害が多く発生しています。室温の管理と家族間の声かけを心がけ、安全な冬をお過ごしください。

Instagram



【五所川原地区消防事務組合各種メディアQRコード】

火事・救急・救助は119番

病院照会 ☎34-4999

災害情報テレビ ☎050-5536-7069

北部中央消防署 ☎57-2370

小泊分署 ☎64-2375

119番通報の受付場所を弘前市に集約！

「弘前・西北五地域共同消防指令センター」令和8年2月運用開始

問 五所川原地区消防事務組合消防本部 警防課 ☎ 35-2023

日頃から、火災予防や救急活動にご理解、ご協力いただきありがとうございます。この度、令和8年2月から『弘前・西北五地域共同消防指令センター(弘前市大字塩分町)』の運用が開始されます。

これまで五所川原地区消防事務組合で受付していた119番通報は、弘前地区消防事務組合及び鰺ヶ沢地区消防事務組合と共同運用する共同消防指令センターで受付します。

1

共同消防指令センターってなに？

3消防事務組合(消防本部)が協力して1つの消防指令センターを設置し、各市町村の119番通報を一括して受信・指令する施設です。

高度な消防指令システムを導入することで、迅速かつ効率的な消防・救急活動が可能になります。

2

消防車や救急車はどこから来るの？

災害の通報を受付すると、災害現場近くの消防署・分署や移動中の消防車、救急車に出動指令が出され、消防車、救急車が出動します。そのため現場到着が遅くなることはありません。

また、共同消防指令センターでは、3消防事務組合(消防本部)の職員が連携して情報を集約し災害対応にあたるため、近隣消防本部の部隊に迅速な応援出動指令を行うことも可能になります。

3

119番通報時のお願い！

119番通報のかけ方はこれまでと変わりませんが、共同消防指令センターで受付する13市町村の中には、**同じ地名があるため**、通報している場所を伝える時には、**必ず「市町村名」から住所を伝えてください**。スマートフォンなど位置情報(GPS)オンにしておく、通報場所の特定がより正確かつ迅速になります。落ち着いて、正確に情報を伝えてください。

注意点 【119番通報の例】

指令センター 『119番です。火事ですか。救急ですか。』

通報者 火事です。(救急です。)

指令センター 『住所を教えてください。』

通報者 **中泊町大字〇〇字〇〇 〇番地です。**
(〇〇アパート〇号室です。)

のように、**指令センターの職員が状況を確認しますので、質問した内容にお答えください。**

共同消防指令センターを構成する消防本部

▶五所川原地区消防事務組合

五所川原市・鶴田町・中泊町

▶弘前地区消防事務組合

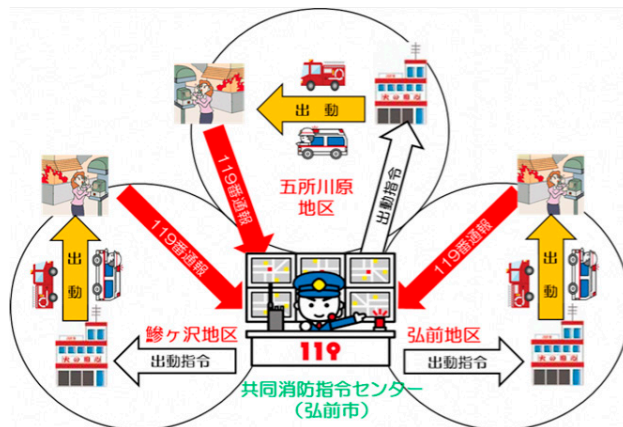
弘前市・黒石市・平川市・藤崎町・板柳町・大鰐町・田舎館村・西目屋村

▶鰺ヶ沢地区消防事務組合

鰺ヶ沢町・深浦町

【お問合せ先】 五所川原地区消防事務組合消防本部(五所川原市中央四丁目130番地)

☎警防課 35-2023



119番映像通報の運用を開始します

問 五所川原地区消防事務組合消防本部 警防課 ☎ 35-2023

もしもの時に、ほんの数秒の遅れが命取りになることがあります。しかし、焦っている時や、状況を正確に言葉で伝えるのが難しい時もあります。そんな時に役立つのが「119番映像通報」です。

これは、通報者に共同消防指令センターから送られるSMS(ショートメッセージ)のURLをタップするだけで、スマートフォンなどのカメラ映像を共有できるものです。映像で正確な状況を伝えられます。

【119番映像通報の手順】



注意点

- ・通報者が承諾した場合のみに使用されます。
- ・個人情報とは特定されないのをご安心ください。
- ・通信料は通報者の負担となります。
- ・救急車や消防車が早く到着するものではありません。



【119番通報】

- ・まずは焦らず119番通報をしてください。

【SMS(ショートメッセージ)が届く】

- ①通信指令員が、映像通報が必要と判断した場合、通報者のスマートフォンにSMSを送ります。
- ②届いたSMSのURLをタップし、カメラ機能へのアクセスを許可すると映像が共有されます。
- ③通報者は、通信指令員の指示に従って、カメラの向きを変えるなどして映像を共有してください。

お問い合わせのご案内

▶ 災害情報案内

五所川原地区消防事務組合管内で、消防隊や救助隊がサイレンを鳴らして出動した場合、災害発生情報を**050-5536-7069**で案内しています。119番でのお問い合わせは、ご遠慮ください。

▶ 夜間、休日の医療紹介

- ・五所川原地区消防事務組合 0173-34-4999(※音声ガイダンスに従ってください。)

▶ 救急車が必要か迷ったら？電話相談できます

- ・15歳未満 青森県子ども医療でんわ相談 #8000
- ・15歳以上 あおもり救急電話相談 #7119

【お問合せ先】 五所川原地区消防事務組合消防本部(五所川原市中央四丁目130番地)

☎警防課 35-2023



新岡 くるみ 来美ちゃん
(福 浦)



外崎 みなと 湊心ちゃん
(宮野沢)



古川 ゆうひ 夕陽ちゃん
(五 林)



今 ゆづき 祐月ちゃん
(五 林)

1歳6カ月児健診にて
(12月4日実施)

むし歯のない子の紹介



11月30日(日)中泊町役場において、青森県立保健大学健康科学部理学療法士木村文佳氏を講師に迎え、『更年期を快適に過ごすためにカラダと向き合い未来に備える』と題し、講演及び運動指導を実施していただきました。またお昼には、中泊町食生活改善推進員会より健康な身体をつくる栄養たっぷりランチの提供がありました。参加者からは、「肩がらくになっ

【女性のための教室を開催】

★家族みんなで虫歯予防！
お子さんのきれいな歯を守ってあげましょう。



久保田 ちかげ 千景ちゃん
(派 立)



奈良 りゅうのすけ 龍之介ちゃん
(今泉下)



た」「身体が軽くなり、ぼかぼかする」「運動で胸郭が広がり、驚いた」「更年期のことを知って、心構えができた」「野菜がおいしかった」という感想をいただきました。

※インフルエンザなどの感染症が流行しています。「手洗い・うがい」「咳エチケット」「換気」など改めて基本的な予防を徹底しましょう。



令和7年度

高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症予防接種

接種期間は、高齢者インフルエンザ令和8年1月31日

新型コロナウイルス令和8年2月28日までとなっております。

接種を検討している方は期限までに接種してください。

※対象者には9月以降順次通知しています。

しゅんやさいだよ
～旬野菜便り～

旬の野菜は栄養がたっぷり！いま食べなきゃもったいない！

1月は「白菜」

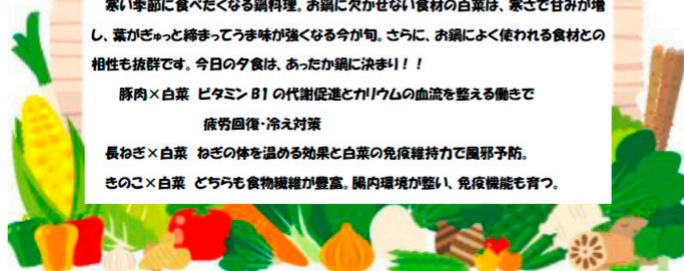
寒い季節に食べたくなる鍋料理。お鍋に欠かせない食材の白菜は、寒さで甘みが増し、葉がぎゅっと締まってる美味が強い今が旬。さらに、お鍋によく使われる食材との相性も抜群です。今日の夕食は、あったか鍋に決まり！！

豚肉×白菜 ビタミンB1の代謝促進とカリウムの血流を整える働きで

疲労回復・冷え対策

長ねぎ×白菜 おぎの体を温める効果と白菜の免疫維持力で風邪予防。

きのこ×白菜 どちらも食物繊維が豊富。腸内環境が整い、免疫機能も育つ。



野菜摂取で生活習慣予防！
今月のおすすめ野菜は「白菜」

まちのイベントカレンダー

1 月			2 月		
16	金		1	日	
17	土		2	月	
18	日	10:00~15:00 新春フェスタ	3	火	
19	月		4	水	
20	火		5	木	
21	水	13:30~15:00 こころの健康相談(パルナス)	6	金	
22	木		7	土	
23	金		8	日	10:00~ 令和7年度中泊町文化賞・スポーツ賞授与式(パルナス)
24	土		9	月	
25	日		10	火	
26	月		11	水	9:00~13:00 第19回中泊町子どもスノーフェスティバル(中泊町宮野沢スキー場)
27	火		12	木	
28	水		13	金	
29	木		14	土	10:00~15:00 イガ米~きてけフェア (青森県観光物産館 アスパム)
30	金		15	日	10:00~15:00 イガ米~きてけフェア (青森県観光物産館 アスパム)
31	土				

※カレンダーには、町が主催・後援するイベントのうち、自由参加が可能なイベント及び学校行事を掲載しています。内容は変更になることがあります。

荒 関 子 81 (宮野沢)
鈴 木 勝 男 74 (芦 野)
木 村 昭 広 72 (上高根)
小 寺 イ ツ 91 (五 林)
成 田 和 子 79 (薄市上)
田 中 忠 幸 76 (富 野)
中 村 美 恵 子 70 (尾 別)



伏 見 愛 (五 林)
成 田 聖 也 (板柳町)

(8月届出分)

杉 本 典 子 (青森市)
工 藤 正 太 (若 宮)
光 井 知 美 (埼玉県)
中 村 竜 太 (尾 別)



結婚おめでとうございます

成 田 多 笑 (女・祐輔) 八 幡



お誕生おめでとうございます

(11月届出分)

戸籍の窓口

磯 野 正 久 75 (下前上)
今 英 治 78 (上 町)
角 田 薫 89 (下前上)
大 澤 久 子 91 (派 立)
藤 田 三 雄 90 (上 町)
長 利 和 夫 85 (二 夕 見)
小 野 敏 雄 77 (宮野沢)
秋 元 金 義 83 (薄市上)
宮 越 孝 康 74 (尾 別)
三 上 ナミ子 73 (芦 野)
小山内 ツルエ 82 (今泉下)

人のうごき

11月末現在(前月比)

人 口 9,136人(-21)
中里地域6,803人/小泊地域2,333人
男 4,296人(-13)
女 4,840人(-8)
世帯数 4,750(-6)
出 生 1 / 死 亡 17
転 入 8 / 転 出 13