

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
《テクノロジーと未来》

テクノロジーと未来についての本を集めました。新しい発見やアイデアがあふれ、これからの世界をより良くするヒントが見つかります。一緒に未来を考えてみませんか？

○児童・テーマ
《「ありがとう」ってどんなきもち？》

うれしいとき、たすけてもらったとき…たったひとことだけど、こころがぽかぽかあたたかくなる魔法のことば。「ありがとう」のきもちをつたえたいくなる絵本をあつめました。

新刊情報 [一般]

『分水』 今野敏/著 〈新潮社〉
『カンザキさん』 ピンク地底人3号/著 〈集英社〉
『おまあ推理帖』 諸田玲子/著 〈文藝春秋〉
『遙かな都』 池澤夏樹/著 〈作品社〉
『最後の皇帝と謎解きを』 犬丸幸平/著 〈宝島社〉

新刊情報 [児童]

『わたしのなかのおこりんぼオニ』
北原明日香/作 〈サンマーク出版〉
『おともだちえほん』
林ユミ/絵 〈日本図書センター〉
『アニーのせつぶん』 たちもとみちこ/作 〈文溪堂〉
『くも』 しおたにまみこ/作 〈偕成社〉
『ぶたすけのラッパ』 柴田ケイコ/絵 〈ポプラ社〉

なんでも行政相談

日 時… 3月27日(金) 午前9時～正午

場 所… 役場相談室2

行政相談委員… 太田 忠義、藪田 由比子

※行政相談は、住民から寄せられた苦情や意見・要望を、住民と関係行政機関との間に立って、公正・中立な立場から必要なあっせんを行い、その解決や実現の促進を図ります。
※中止の場合は町公式LINEで周知します。

心配ごと相談 主催 町社会福祉協議会

日 時… 3月18日(水) 午前9時～正午

場 所… 役場相談室2

相談委員… 宮越 優子、古川 節子

《連絡先》

中泊町社会福祉協議会中里本所 電話 57-4841

小泊支所 電話 64-2905

受付時間 平日 9:00～16:00

「第1回中泊町史編集委員会(組織会)を開催」

問 中泊町史編さん室 ☎ 69-1111

2月12日、実際の調査や資料収集・執筆を行う編集委員会が開催されました。組織会では、教育長から委員へ委嘱状を交付し、委員長に瀧本壽史、副委員長に大谷伸治の両氏が選任されました。

議事に入り、事務局から活動報告や「町史編さん基本方針」等の説明を行いました。各委員からは率直な疑問や新たな提案がなされるなど、時間をかけて、より良い町史をつくってきたいとの思いが伝わってきました。

編集委員会内には、①自然・原始・古代・中世、②近世、③近現代、④民俗の4つの専門部会を置きます。新年度に入ると、各部会では方針や刊行計画を協議し、まずはデジタル版「資料編」の完成を目指し、本格的な調査・執筆が始まっていきます。

町史編さん事業は町村合併20周年記念事業の一つとして、令和16年までの10年間をかけて行う予定です。町民の皆さまには、町史編さんについて定期的にお伝えして参りますので、ご理解ご協力の程よろしくお願いたします。



博物館ニュース
Museum News
VOL.173

◆冬の企画展「2016-23

／佐々木高雄トリビュート」ノ

日時：3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！



◆中里小3年来館！

校外学習「昔の道具」で来館。道具の見方や調べ方、主な道具の変化などをパワーポイントで説明した後、常設展示室で、原初～近代の実物資料を見学します。最後は質疑応答で約1時間の学習を締めくくりました。



◆宮越家襖絵調査！

このほど、東北芸術工科大学文化財保存修復学科チーム(杉山恵助教)による詳細調査が行われました。襖絵の精密な実



測を実施したところ、大正11年の購入後、寸法の切り詰めや画面の再構成などの改変を受けていることがわかりました。今後は調査データをもとに、料紙や縁・金具といった材料や、修復の履歴を検討し、修復史の面から襖絵の謎に迫ります。

◆宝寿大学講演！

このほど、町総合社会福祉健康センター(湯らばーく)にて、「宮越家の文化遺産とは？」と題する講演会が行われました。宮越家の歴史を物語る古文書や、日本画家たちとの交流を示す書簡、主屋・離れ「詩夢庵」・達磨堂といった建造物、達磨大師像・ステンドグラス・襖絵といった美術工芸品ほか、国指定名勝となる予定の庭園「静川園」について解説しました。



119 消防&救急

リチウムイオン電池の取り扱いに注意しましょう

三月は新生活に向けて引越しをする方が多くなると思っています。また、引越しに伴って、廃棄するものが多くな

ることも予想されます。廃棄する製品の中に「リチウムイオン電池」は使用されていますか？ 昨今、リチウムイオン電池が起因の火災が増えています。今回はリチウムイオン電池の取り扱い時の注意点をいくつか紹介します。

・どんな製品に使われているの？

- ① モバイルバッテリー
- ② 携帯電話
- ③ ノートパソコン
- ④ コードレス掃除機
- ⑤ 電気カミソリ
- ⑥ ソーラーライトの一部商品

ここで紹介した製品はほんの一部ですので、製品の取り扱い説明書を見て、廃棄する前に再度確認しましょう。

・取り扱いの注意点

① リチウムイオン電池が使用されている製品は衝撃を加えることで発火するおそれがありますので衝撃を与えないようにしましょう。

② リチウムイオン電池が使用されている製品はプラスチックが多く使われているため、誤って資源ごみとして廃棄し、ごみ収集車や処分場で発火することがあります。廃棄する際には使用されていないかを必ず確認するようにしましょう。

③ 廃棄する際には指定されている方法で廃棄するようにしましょう。

三月は空気が乾燥し、火災が発生しやすくなります。リチウムイオン電池による火災だけではなく、日常生活で起こりうる火災にも引き続き注意するよう、ご協力よろしくお願ひします。

【五所川原地区消防事務組合 各種メディアQRコード】

インスタ



X



組合HP





消防本部からのお知らせ

救急車を呼ぶときは「119番」!!

救急車を呼んだあとは以下の準備をしておきましょう。スムーズな搬送につながります。ご協力をお願いいたします。



救急車が来るまでに用意しておくといもの

- ◎マイナンバーカードや診察券
- ◎お金
- ◎靴
- ◎普段飲んでいる薬
(お薬手帳)



乳幼児はさらに

- 母子健康手帳
- 紙おむつ
- ほ乳瓶
- タオル



救急車が来たらこんなことを伝えてください

- ◎事故の状況や体調が悪くなってから救急隊が到着するまでの様子やその変化
- ◎おこなった応急手当の内容
- ◎具合の悪い方の情報
持病、かかりつけの病院、
普段飲んでいる薬、医師の指示など

持病、かかりつけの病院などは、メモにまとめておくとう便利です。



※もしもの時に役に立つ「緊急連絡カード」は五所川原地区消防事務組合ホームページからダウンロードできます。 ※詳しくはこちらから☞



【お問合せ】 五所川原地区消防事務組合 消防本部警防課 Tel35-2023

令和7年10月1日から全国一斉開始

マイナ救急全国実施



※詳しくはこちらから☞



「自然災害による被災者の債務整理に関するガイドライン」について

問 東北財務局青森財務事務所 理財課 ☎017-722-1463
東北財務局理財部 金融調整官 ☎022-263-1111 ☎3714、3750

東日本大震災や平成27年9月2日以降に災害救助法が適用された自然災害により影響を受けられた個人や個人事業主の方は、「自然災害による被災者の債務整理に関するガイドライン」により、住宅ローンなどの免除・減額を申し出ることができます。

詳しくは、ローン借入先の金融機関等にお問い合わせください。

(注)債務の免除等には、一定の要件を満たすことや借入先の同意が必要となります。

○ガイドラインを利用するメリット

- (1)弁護士等の登録支援専門家による手続支援が無料で受けられます。
- (2)財産の一部を手元に残せます。ただし、被災状況、生活状況などの個別事情により異なります。
- (3)債務整理をしたことは個人情報として登録されません。



守りたい大切な命

3月は自殺対策強化月間です。 ひとりで悩まず、まずは相談を！

3月は生活環境の変化などから、ストレスを蓄積しやすい人が多く、自殺者数も増える傾向が見られており、国では自殺対策強化月間と定め取り組んでいます。「誰もが自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指して、自殺に対する誤解や偏見をなくし、一人一人が自殺に関する正しい知識を持ち、自殺を身近な問題として捉えることが大切です。

■大切ないのちを守るために私たちができること

自分自身ができること

＊誰かに話してみよう

悩みやストレス、眠れない…そんな時は一人で抱え込まず、誰かに相談しましょう。思いを打ち明けてホッとしたり、自分一人では気づかない問題点を見つれたりすることがあります。

私たちができること

＊気づき、傾聴、つなぐ

自殺を考えている人は様々なサインを発しています。

- ・口数が減って、元気がない
- ・「消えてしまいたい」「死んだら楽になる」などと口にする
- ・大量のお酒を飲むようになる
- ・身なりや健康をかえりみない
- ・家族や仲間の「いつもと違う」様子に気づいて、声をかけましよう。かけがえのない『いのち』を守るために、私たちにできること、考えてみませんか。

悩みがあるとき・困っているときは、電話やSNSなど相談できる窓口があります。



【相談窓口】

相談窓口	電話番号	受付時間
こころの健康相談(役場町民課)	57-2111	8:15~17:00
よりそいホットライン	0120-279-338 (つなぐささえる)	24時間・365日対応
NPO法人あおもりのいのちの電話相談	0172-33-7830	毎日12:00~21:00 メール相談は左記相談窓口のホームページから入室
「24時間子供SOSダイヤル」 県教育庁学校教育課	0120-0-78310 (017-734-9188)	毎日24時間 ()内電話番号は通話有料

・感染症の流行に注意してください。
インフルエンザなどの感染症の流行に注意するため、「基本的な感染対策」をお願いします。

- 基本的な感染対策
- ・石鹸による「手洗い」、手指消毒
- ・マスクの適切な着用
- ・咳(せき)エチケット
- ・室内の換気
- 症状がある場合
- ・無理をせず、休養につとめましよう。(周囲への感染防止も考慮)
- ・咳・くしゃみが出るときは、マスクを着用しましょう。
- ・鼻水・咳などを含んだティッシュはすぐゴミ箱に捨て、手のひらで受け止めた場合はすぐに手を洗いましよう。

傾聴サロン

～こころの健康相談してみませんか～

毎月 1回
会場 パルナス
開設時間 午後1時～3時

傾聴ボランティアがお話をお聞きます。
相談者のプライバシーは厳守いたします。

3月は、3月18日(水)に開催します。

【野菜摂取量測定機(ベジチェック®)の設置】

中泊町役場：3月18日まで

1月までに2,211人が測定しました

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！

3月は「新玉ねぎ」

新玉ねぎは水分が多く、辛みが少ないため、生でも食べやすいのが特徴です。血流を整える酸化アリルや、免疫を支えるビタミンCがとれる野菜です。

【かんたんレシピ】
☆新玉ねぎの丸ごとレンジ蒸し☆

・新玉ねぎ 1個 ・バター 5g ・しょうゆ 少々

皮をむいた新玉ねぎに十字に切れ目をいれる。耐熱皿にのせ、ラップをかけてレンジ(600w)で5～6分加熱する。仕上げにバターをのせ、しょうゆをたらす。

野菜摂取で生活習慣予防！
今月のおすすめ野菜は「新玉ねぎ」

まちのイベントカレンダー

3 月			4 月		
16	月		1	水	
17	火		2	木	
18	水	13:30~ 15:00 ころの健康相談(パルナス)	3	金	
19	木	町内小学校卒業式	4	土	
20	金		5	日	
21	土		6	月	
22	日		7	火	町内小・中学校入学式
23	月		8	水	10:00~ 11:30 ころの健康相談(ちとせ会館)
24	火	13:00~ 14:00 栄養・運動教室(湯らぱーく)	9	木	
25	水		10	金	
26	木	図書館内整理日(休館日)	11	土	
27	金		12	日	
28	土	9:00~ 12:00 子ども第3の居場所内覧会 (役場駐車場内:青森みちのく銀行となり)	13	月	
29	日		14	火	
30	月		15	水	
31	火				

※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。

NAKADOMARI PUBLIC RELATIONS MAR 2026.

- 木村 正 86 (上高根)
- 伏見 さとみ 61 (宮川)
- 佐藤 ツギエ 91 (今泉下)
- 松江 政次郎 89 (若宮)
- 秋元 俊司 86 (深郷田下)
- 小野 徳昭 58 (薄市上)
- 加賀田 つみゑ 95 (豊島)
- 成田 武正 76 (薄市下)
- 古川 秋子 88 (尾別)
- 越野 トヨ 96 (八幡)
- 鳴海 弘子 77 (二夕見)
- 葛西 サナ 93 (上豊岡)
- 伊藤 精子 88 (浜町)
- 佐藤 よしい 95 (下前浜)
- 磯野 きみ 98 (下前上)
- 佐藤 タケ 87 (下前浜)
- 柏崎 俊男 80 (下前浜)
- 今節 子 93 (派立)
- 磯野 正義 92 (下前浜)
- 荒関 春美 85 (下前中)
- 佐藤 ミツヨ 96 (上町)
- 鍋田 秀行 91 (上町)
- 伏見 直 89 (宮川)
- 大川 賢一 85 (大沢内)
- 青山 弘規 65 (今泉上)
- 小寺 洋子 88 (薄市上)
- 松谷 市孝 73 (深郷田上)

 お悔やみ申し上げます

成田 亜美 (下前中)
齊藤 彪流 (五所川原市)

 結婚おめでとうございます

長利 天仁 (男・領太) 上豊岡

 お誕生おめでとうございます

戸籍の窓口
(1月届出分)

人のうごき

1月末現在(前月比)

人口	9,112人(-24)
中里地域	6,781人/小泊地域2,331人
男	4,282人(-14)
女	4,830人(-10)
世帯数	4,740(-10)
出生	1
死亡	15
転入	14
転出	9