

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

《寝不足のまま、生きていない?》

睡眠、疲労回復、時間の使い方、忙しい毎日をリセットするヒントを。

秋の夜長に、自分を整える読書をどうぞ。

○児童・テーマ

《おいしいって しあわせ》

たべものの絵本+食育。おなかもころもまんぷくに。



新刊情報 [一般]

- 『さよなら探偵』 綾崎 隼/著 〈ポプラ社〉
 『鋼鉄のレガシー』 堂場瞬一/著 〈講談社〉
 『はじまりのスープ夏ゼリー』 瀬尾まいこ/著 〈新潮社〉
 『おにがわらう』 畠中 恵/著 〈新潮社〉
 『傾斜のマリア』 恩田 陸/著 〈双葉社〉

新刊情報 [児童]

- 『てんことぼんきちきみのために』 Riku(りく)/著 〈小学館〉
 『せかいをみてきたペンギン』 M.&H.A.レイ/作 〈好学社〉
 『にじのたね』 ボコヤマクリタ/作 〈アリス館〉
 『ライオンのおばけキャンプ』 さかとくみ雪/作 〈中央公論新社〉
 『かいじゅうスプルはこうやってげんきをとりました』 新井洋行/著 〈バイインターナショナル〉

イベント情報

◆ハロウィンウィーク◆

・日時 令和8年10月18日(日)~10月31日(土)

・時間 午前9時から午後4時45分まで

期間中に本を借りてくれた子どもたちにハロウィンのお菓子をプレゼントします!読書の秋に、ちょっぴり楽しいハロウィン気分を味わってみませんか?

※お菓子の数には限りがあります。なくなり次第終了します。

ヨガやアロマで リラックスのひととき

問 教育課 生涯学習係 内 1923

子育てしやすい環境づくりを目的として、弘前大学で小児看護を研究する高間木先生、橋本先生、北島先生指導のもと、第二回「リフレッシュ講座」が9月10日、中里こども園で実施されました。

前半はヨガのポーズを教わり、それぞれのペースで心地よく体をほぐしました。後半は、オレンジやフランキンセンスなど数種類の精油の香りを楽しんだ後、好みの香り・固さを選び、オリジナルのハンドクリームを作りました。

参加者からは、「寝る前など、子どもに添い寝しながらできそうなポーズがあったので今日から取り入れた」「これから乾燥する時期なので、ハンドクリームを塗る度に香りに癒されたい」などの声がかきかれました。

赤ちゃん連れが約8割を占めた今回の講座。途中で「ママがいい!」と泣いてしまった子もいましたが、保育士による保育付きで、みなさん安心して受講できました。

子育てにかかわるみなさんが安心して中泊町で子育てできるよう、引き続き講座を企画予定ですので、子育てに奮闘する方々のご参加お待ちしております。



町史だより

第7回

〔問〕町史編さん室
〔答〕69・1111

「くずし字」の読解～近世部会の編さん作業～

近世部会では主に「くずし字」で書かれた江戸時代の古文書を解読していくことで、『中泊町史』の編さんを進めています。「くずし字」とは、簡単に言えば、筆墨で書かれた草書体文字のことです。私たちが普段使う日本語と同じですが、「^{そうろうぶん}候文」であることから、ある程度の訓練を積まなければ読むことができません。私も大学3年生のときに初めて「くずし字」に触れました。ある地域の^{しょうやもんじょ}庄屋文書だったと記憶していますが、自力では全く歯が立たず、指導教員の解説を受けて、ようやく数行程度読めたものでした。

令和8年(2026)5月に第1回近世部会会議をオンラインで開催しました。近世部会は他の部会とは違って、青森県外の在住者が半分を占めています。全員の予定を合わせるのが困難であったことから、オンラインで会議を開催することになったのです。そこで決まった作業内容は、①弘前市立弘前図書館で保管される「弘前藩庁日

記(国日記)」の中から中里・小泊関係の記事を抜き出すこと、②中里の宮越家文書・井沼家文書・加藤家文書、小泊の磯野家文書といった、いわゆる^{ちかたもんじょ}地方文書の解読を進めていくこと、③弘前図書館と国文学研究資料館(東京都立川市)に保管される津軽家文書^{もんじょ}の中から中里・小泊関係の古文書を見出すこと、④北海道(札幌・函館など)にある中里・小泊関係の古文書を見出すこと、⑤中里・小泊地域にあるモノ資料の実見調査を行うこと、の5つでした。

①は国日記だけでも3,310冊があり、これらを古文書担当の部会員で均等割して調査することになりました。②はそれぞれの地方文書を、青森県内在住者1名と県外在住者1名を組み合わせた班＝〈宮越家文書班〉〈井沼家文書班〉〈加藤家文書班〉〈磯野家文書班〉を編成して対応することになりました。③は主に青森県内在住者を〈弘前班〉として、県外在住者を〈東京班〉として臨むことにしました。

④は北海道在住の部会員1名を中心に調査計画を立ててもらうことにしました。⑤は美術史専門の部会員1名を充てて、所在地に赴きながらの調査を行うことにしました。①～⑤の作業は部会員1名につき一つというわけではありません。部会員の人数は限られており、いくつも掛け持ちをしながらの対応となります。加えて、編さん期間も定まっていることから、全ての作業を同時並行的に進めていかなければなりません。部会員全員が別に仕事も有していますから、時間をやり繰りしながらの作業が必至となります。私は部会長として、調査の実務に携わりつつ、全体のマネジメントも行っています。



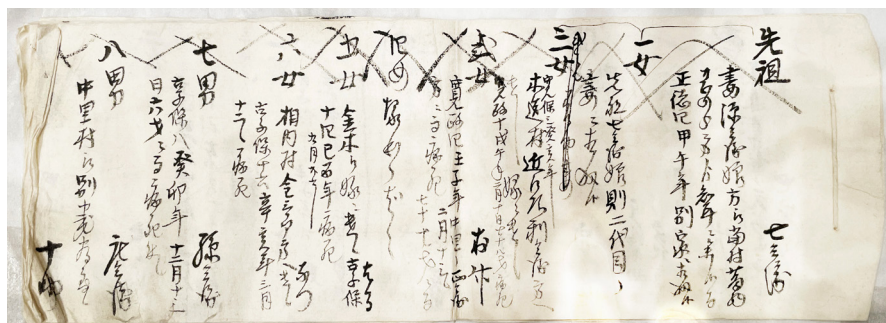
近世・近現代部会合同調査の様子

令和8年(2026)8月には近世部会員全員が中泊町博物館に集結しました。年に一度はこうした調査を実施する予定です。しかし、作業は博物館で行うものばかりではありません。大半は町民の皆さまの目の届かないところで行われています。もし私たちを見掛けることがありましたら、一言お声掛けいただけますと幸いです。部会員一同、中泊町のために、全力で取り組んでいます。

(近世部会部会長

弘前大学人文社会科学部講師

古川 祐貴)



宮越家文書の中の系譜



まちの健康だより ～もの忘れが気になったら 認知症と介護保険のお話～

問 小泊診療所 ☎ 64-2117

みなさん、こんにちは。小泊診療所の小成田です。

「最近、もの忘れが増えた」「同じことを何度も聞くようになった」一年齢を重ねると、認知症について心配になる方も多いと思います。今回は、認知症、特に多いアルツハイマー型認知症と介護保険についてお話しします。



認知症とは？

さまざまな原因で、記憶や判断力などの認知機能が低下し、日常生活に支障が出てくる状態です。

一番多いアルツハイマー型認知症は、全体の約6～7割を占めます。



アルツハイマー型認知症の主な症状は次の4つです



物を置いた場所
が分からない



日にちや場所
が分からない



同じ話を
繰り返す



買い物・料理・
薬の管理が難しくなる



認知症の
約6～7割が
アルツハイマー型
認知症です



治療と介護保険の利用は次のことに気をつけましょう

治療について

認知症の治療薬はありますが、基本的には症状の進行を緩やかにするもので、元の認知機能に戻すことは難しいのが現状です。

介護保険を利用しましょう

生活に支障が出てきたときは、介護サービスを利用することが大切です。

訪問介護・デイサービス
福祉用具 など

相談の目安

介護保険の申請やサービスの相談は、地域包括支援センターや役場が窓口です。

地域包括支援センター
役場

ただし、次のような場合は
早めに医療機関へご相談ください。

- 数日～数週間急にもの忘れが進んだ
- 急に歩けなくなった
- 意識がおかしい など

一つひとつは
軽い変化でも、
少しずつ進行し、
日常生活に
支障が出ます。

一人で
抱え込まず、
早めに相談
しましょう。

認知症は、本人や家族だけで抱え込まず、医療と介護を上手に利用しながら、地域みんなで支えていきましょう。

気になることやご不明な点があれば、どうぞお気軽に診療所でご相談ください。
みなさんの健康づくりを、これからもお手伝いしていきます。

令和8年度弘前大学北日本考古学研究センター企画展 『津軽半島の考古学』開催のお知らせ

弘前大学では、長年にわたり津軽半島域の考古学的研究を進めてきました。本企画展では、中泊町史編さん事業のスタートを記念し、中泊町教育委員会との協力のもと、未公開を含む貴重な考古資料を展示し、調査・研究の成果を通して、津軽半島に暮らした人々の歴史と営みをたどります。

開催期間 令和8年10月16日(金)～11月16日(月) 10:00～16:00

※入場無料 ※10月30・31日、11月1日休館

場 所 弘前大学北日本考古学研究センター展示室(総合教育棟2F)

問合わせ先 センター担当 福田 TEL0172-39-3187



◆秋の企画展「静川村莊好日」！

日時…12月20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！

◆小泊十二景⑤「羅漢石」！

怪石削成大羅漢 参差雲表共奔騰
似像五百為十六 雪壓頭顱半倒崩

(荒川秀山)

【意訳】 奇怪な石が削られて大羅漢の姿となり、それぞれに入り組みながら雲の上までそびえ立っている。まるで五百羅漢では物足りず、十六羅漢になったかのようだ。雪が頭やあごに重く積もり、半ば倒れ崩れている。

突起した岩山が林立する「羅漢石」は、前回紹介した経島や小泊北灯台の近くにありま。す。「羅漢」とは、仏教で修行を完成させ悟りを開いた聖者のことをいいます。その名の通り、遠くから見ると聖者が並んでいるように見えます。



漢詩に登場する十六羅漢とは、釈迦の教えをインド各地で広めた16名の高弟です。一方、五百羅漢は、釈迦が亡くなった後に、仏教を後世に伝えることを誓った500人の弟子を指します。秀山は、羅漢石の格式高い重厚さを強調するため、五百羅漢というよりは十六羅漢と詠んだのでしょう。

また、江戸時代末期に小泊へ来遊した平岡惟寅は、「小泊十二勝節録」として羅漢石の景勝について次のようにうたっています。「仰ぎ見れば、絶壁が海辺に懸かるようにそびえ、いくつもの羅漢像が高い峰に立っている。怒っているようにも、笑っているようにも、また戯れているようにも見える。さらに、静かに黙ったまま、それぞれ口を閉ざしている。」こちらからも、羅漢石に口をつぐんだ貫禄のある面持ちを見出していることがわかります。

いつの日か船に乗って海上から羅漢石を眺め、200年前から変わらない威容を漢詩とともに味わってみたいものです。

◆宮越家町民無料公開！

宮越家庭園「静川園」が国名勝に指定されたことを記念した町民無料公開が行われ、応募した約120名が数々の文化遺産を堪能しました。

「中里にもこれほどすばらしい歴史があることにびっくりしました」「ガイドさんの楽しい説明と素晴らしい庭に感動しました」「チケットが取りづらい中、見学できて良かったです」「中泊町の誇りであり、国の宝だと感じました」など、宮越家を初めて訪れた方が多く、文化遺産のすばらしさと、ガイドの技量の高さに、驚きと興奮を隠せない様子でした。



119 ー消防&救急ー

秋の火災予防運動

10月19日(月)から10月25日(日)までの1週間、県内一斉に秋の火災予防運動が行われます。

火災予防運動に伴い、北部中央消防署では10月19日(月)午前10時から総合福祉健康センター湯らば一から津軽中里駅までをパレードコースとして火災予防運動防火パレードを実施します。

中里こども園、富野こども園の園児たちが地域住民の方々に火災予防を呼びかけながら元気いっぱい歩く姿をぜひご覧ください。

パレード終了予定時刻は午前10時25分頃です。パレード実施中は湯らば一から津軽中里駅間が片側通行または徐行していただくこととなりますのでお急ぎの方は迂回して下さるようご協力をお願いいたします。

また、空気が乾燥し火災が発生しやすい時期となりますので、火の元や火の取り扱いには十分注意して下さい。

～全国統一防火標語～

「火の確認

いい日を支える

いい習慣」

【五所川原地区消防事務組合各種メディアQRコード】

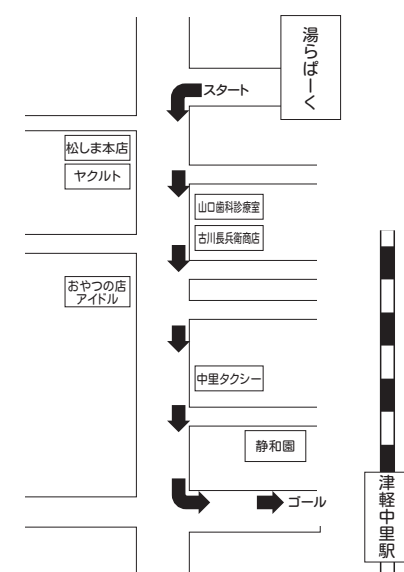
インスタ



X



組合HP



パレード開始から終了までは10時00分から10時25分を予定しています。その間、片側通行となり徐行または通行できない場合がありますので、お急ぎの方は迂回して下さるようお願いいたします。

消防車両を売却します

問 五所川原地区消防事務組合消防本部総務課 ☎ 35-4382

売却物件(車両)

番号	車両	年式	ミッション	予定価格(円)	車検満了日、車両状態
1	三菱 パジェロ	H4.1	MT	66,764	車検切れ 経年劣化や使用に伴う傷や錆、汚れ等あり。走行距離 135,809km
2	トヨタ ランドクルーザープラド	H8.4	AT	217,204	車検切れ 経年劣化や使用に伴う傷や錆、汚れ等あり。走行距離 241,165km
3	日野 レンジャー	H8.3	MT	832,619	R10.3.24 経年劣化や使用に伴う傷や錆、汚れ等あり。走行距離 28,569km



売却の方法…一般競争入札により売却します。

* 予定価格以上の最高額で入札した方に、その金額で売却することを決定します。

入札参加受付および物件の説明等…入札参加を希望される方は入札参加申込書を提出し、物件の説明と関係書類の配布を受けてください(物件の説明等を受けた後に申し込んでも構いません)。

* 入札参加申込書は五所川原地区消防事務組合消防本部総務課(以下「消防本部総務課」という。)から交付を受けるか、または右下にありますQRコードからホームページを開きダウンロードしてください。



期限…11月6日(金)まで(閉庁日を除く)

時間…9:00~12:00 13:00~16:00

場所…消防本部総務課

* 入札参加申込書を提出していない方(物件の説明を受けていない方)は、入札に参加することができません。

【入札および開札】

日時…11月12日(木) 10:00~

場所…消防本部2階 会議室

* 詳細については、お問い合わせください。なお、売却内容については、消防本部ホームページでもご覧になれます。

問い合わせ・申込先…消防本部総務課
35-4382

健康ひろば



《高齢者のインフルエンザ・新型コロナウイルス感染症予防接種について》

接種を希望する方は、町の指定医療機関に直接お申し込みください。

【対象者】※令和8年12月31日時点の年齢計算による

- ①65歳以上の方
- ②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能及びヒト免疫不全ウイルスで免疫機能に障害がある方(障害者手帳内部疾患1級相当の方)

インフルエンザ：1,000円(令和8年10月1日から令和9年1月31日まで)

新型コロナ：5,000円(令和8年10月1日から令和9年2月28日まで)

※生活保護を受給されている方は無料です。

《むし歯のない子紹介》

☆《1歳6か月児健診》(9月10日実施)



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！



前田 千笑優ちゃん
(派立上)



福士 聖空ちゃん
(宮 川)



伊藤 楓ちゃん
(下前上)



☆《3歳児健診》(9月17日実施)

- ①日頃むし歯をつくらない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？



濱舘 蓮ちゃん
(派立上)

- ①仕上げみがき
- ②元気いっぱいなところ



三上 心咲ちゃん
(上豊岡)

- ①最後の歯みがき
- ②やさしい所、笑顔がかわいい所



加賀田 心菜ちゃん
(下豊岡)

- ①仕上げ磨きを丁寧に
する事とフロスをやる
- ②元気いっぱいであわ
いけておもしろいところ



大西 雫ちゃん
(上 町)

- ①寝る前は必ずしあげみがきしています。
- ②いっぱい食べて、いっ
ぱい寝て、いっぱい
笑う所です。

《10月はピンクリボン月間です》

ピンクリボンは、乳がんに関する正しい知識を広め、
早期発見・治療を推進するシンボルマークです。
この機会に検診を受けてみませんか？

【弘前市くりたクリニックからのお知らせ】

～日曜乳がん検診のお知らせ～

10月18日(日)は乳がん検診日です。自治体の乳がん
検診のみでクリニックへの予約が必要です。

受診券が必要ですので、無い方は、町民課健康推進
係までお問い合わせください。(昨年度乳がん検診未受
診の方が対象です)

高校1年生相当の方へ ～子宮頸がん予防接種～

接種の受け忘れはありませんか？

11月末までに1回目の接種を行うと最
短4か月で全3回の接種を完了できます。

広報9月号 訂正のお知らせ

「広報なかどまり9月号 健康ひろば」での『アピ
アランスケア用品購入費助成事業』の記載情報に誤
りがありましたので、訂正してお詫びいたします。

誤)人口乳房 → 正)人工乳房

まちのイベントカレンダー

10 月			11 月		
16	金		1	日	9:00～ なかどまり町民文化祭(中里会場)
17	土	こどもり学園祭			宮越家・静川園 秋公開最終日 (9月25日～)
18	日	10:00～ なかどまり町民文化祭(小泊会場) 9:00～ ハロウィンウィーク(図書館) 10月31日まで	2	月	
19	月		3	火	
20	火		4	水	
21	水	10:00～12:00 献血(役場駐車場) 13:15～16:00 13:30～ 15:00 こころの健康相談(パルナス)	5	木	
22	木	12:50～ 乳児健診 14:30～ ブックスタート(図書館)	6	金	
23	金	中里中学校文化祭	7	土	
24	土	中里中学校文化祭	8	日	
25	日	7:00～ 9:00受付 集団健診(パルナス) 12:00～ 13:00受付 女性検診・骨密度検診	9	月	
26	月		10	火	
27	火		11	水	
28	水		12	木	12:00～ 3歳児健診
29	木		13	金	
30	金		14	土	
31	土	武田小・薄市小学習発表会	15	日	

※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。

戸籍の窓口

(8月届出分)



ご結婚おめでとうございます

(三 上 隆 成 (五 林)
工 藤 奈津子 (青森市)
宮 越 晃 一 (尾 別)
寺 本 光 里 (板柳町)
川 山 大 地 (温泉町)
蛭 田 夏 美 (神奈川県)
藤 田 一 輝 (温泉町)
牧 野 陽 紗 (宮城県)



お誕生おめでとうございます

葛 西 星 杏 (女・拓帆) 派立上
台 丸 谷 燈 果 (女・雄太) 五 林



お悔やみ申し上げます

青 山 宏 72 (今泉下)
相 馬 今日光 83 (深郷田上)
佐々木 茂 則 81 (下高根)
工 藤 豊太郎 86 (深郷田上)
加 藤 和 子 79 (向町下)
高 松 ナ ツ 98 (若 宮)

成 田 正 81 (向町下)
角 田 京 子 97 (下前上)
三 橋 暁 子 81 (下前浜)
叶 健 司 66 (浜 町)
高 杉 ひとみ 59 (派 立)
山 田 イ ツ 78 (下前上)
金 澤 千 ヤ 101 (温泉町)

人のうごき

8月末現在(前月比)

人 口 8,906人(-16)
中里地域6,663人/小泊地域2,243人
男 4,200人(-8)
女 4,706人(-8)
世帯数 4,686(±0)
出生 2 / 死亡 15
転入 15 / 転出 18