

図書館情報

子ども教室情報

3月のおはなし会「春がきた」

春のよるこびをうたった絵本の読み聞かせや、「メッセージカード」を作る切り紙あそびをします。

どうぞ、お気軽においでください。

○日 時……3月23日(土) 午後2:30～

○場 所……中泊町図書館

※他の日も紙芝居や読み聞かせをします。

絵本コーナーのカレンダーを見てね！

今月のMiniコレクション

- 一般コーナー 「災害への備えについて」
地震や津波、風水害などの災害に備える「防災」
関連本の展示
- 児童コーナー 春の絵本の展示

新刊情報 [一般]

- 『思い出し脳活テスト』 ど忘れ現象を防ぐ会 WAVE出版
- 『フランス座』 ビートたけし 文藝春秋
- 『まるわかり記号の大辞典』 太田 幸夫 くもん出版
- 『ミムラン先生のチャレンジ百人一首』 三村三千代 東奥日報社
- 『日本全国おみやげ図鑑 東日本編』 フレーベル館

第17回竜泊ラインウオーク参加者募集のお知らせ

☎ 水産商工観光課 ☎ 1614

◆開催日

平成31年4月20日(土)(雨天決行)

◆場 所

集合・ゴール……折腰内オートキャンプ場(駐車場有)

スタート……眺瞰台・坂本台

(各コーススタート地点までバス移動)

※竜泊ラインの状況によってはBコースのみ開催となる場合もあります

◆コース

Aコース(12.5km) 眺瞰～折腰内オートキャンプ場

Bコース(6.5km) 坂本台～折腰内オートキャンプ場

◆参加料

大人1,000円(中学生以上) 小学生以下無料

※参加取り消し、不参加及び大会が中止になった場合でも、

返金はいたしませんのでご了承下さい

◆申し込み方法

水産商工課窓口または小泊支所にある参加申込用郵便振替用紙に必要事項を記入し、参加料を最寄りの郵便局でお支払いください。

※電話での受付はいたしませんので、お気を付け下さい。

団体・グループでお申し込みの際は、参加料を払い込んだ後、名簿(様式自由)に必要事項(氏名一覧、フリガナ、住所、性別、年齢、参加コース等)を記入の上、事務局へ郵送またはFAXでお知らせください。郵送料は自己負担となります。また、受付ハガキ等は発行いたしませんのでご了承下さい。当日、受付会場で名前を確認の上、ゼッケンとバッジをお受け取りください。

◆申し込み締め切り

平成31年4月10日(水) ※必着

当日の参加申込の受付は行いますが、記念品がなくなりました場合はご了承下さい。

竜泊ライン開通祝い
ヤリイカまつり開催予定!
4/20(土) 4/21(日)



◆冬の企画展「キルトの仲間たち作品展」スーとピリーのくらし♪



日時：3月24日(日)午前9時～午後4時45分(最終日は午後3時まで)／休館日：毎週月曜・第4木曜・祝日／入館料：無料(ただし常設展は通常料金)

◆中里小・小泊小・車力小3年生調べ学習！

このほど、町内外の小学生が相次いで今泉分館を訪れました。冷蔵庫のように冷え込んだ分館ですが、子どもたちは元気いっぱい、各種の運搬具や、木挽鋸の重さなどを体験しながら館内を巡り、昔の道具について調べていました。



小泊小



中里小

◆大相撲特設展示コーナー！

昨年10月に開催された明治神宮例祭奉祝全日本力士選手権で見事栄冠を手にした阿武咲関。このほど町に、優勝杯と賞状が寄せられました。博物館では、ミニコーナーをつくり、関連資料を展示しています。阿武咲関のサインや似顔絵、なかには不世出の大横綱双葉山の力強い揮毫など、レアな資料



も展示していますので、ぜひともご覧ください。

◆中泊町文化財指定書交付！

新たに町文化財に指定された「宮越家離れ」「宮越家庭園」所有者の宮越寛氏(尾別)に、このほど米塚鈴子教育長より、指定書が交付されました。なお、両文化財ともに非公開となっております。詳細等につきましては、博物館までお問い合わせください。



119 消防&救急

救急車の適正利用

近年、全国的に救急車の要請件数と搬送件数が増加傾向にあります。また軽症と思われる救急要請の件数が増加しているのも事実です。さて、皆さんはどういった場合が救急車の適正利用だと思いますか？

- 例えば「今日が入院日だから」、「タクシーだとお金がかかるから」、「自家用車がないから」などといった救急要請は適正だと思いませんか？
- 例えば「頭が急に痛い」、「胸が苦しく呼吸も苦しい」、「事故で大量出血している」などといった救急要請は適正だと思いませんか？

後者が救急車の適正利用です。救急車の台数にも限りがあります。中里管内、小泊管内に救急車は1台ずつありますが、前者の方で救急要請してしまうと、本当に救急車を必要とする人の対応が遅れ救える命も救えなくなる恐れがあります。今一度、救急車の適正利用について、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

※症状は軽症だが「どこの病院に行けばよいか分からない」といった場合は五消本部病院照会を利用しましょう。 ※緊急に医療機関が必要と判断した場合は迷わず119番通報してください。

住宅用火災警報器設置率 100%の町「なかとまり」を目指して！

住宅火災による死傷者が全国で多発している状況です。死傷者のうち6割が「逃げ遅れ」によるもので、特に就寝時に多く発生しています。それを防ぐために住宅用火災警報器の設置が義務化されています。義務化から10年以上経ちましたが、中泊町の設置率は低い状況です。住宅火災による「逃げ遅れ」をなくすため住宅用火災警報器を設置し、ご家族で避難方法について話し合ってみましょう。

義務設置場所

◎寝室：全ての寝室が対象。
◎階段：寝室がある階の階段。
不明な点がありましたら、中里消防署・小泊消防署にお問い合わせください。



むし歯のない子の紹介

3歳児健診にて(1月10日)

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

①毎回仕上げ磨きをする ②津軽弁でお話するのが上手なところ



葛西成治ちゃん (派立上)

- ①仕上げ磨きをしている
- ②明るく活発で優しいところ!!



古川暁人ちゃん (向町下)

- ①仕上げをしつかりする
- ②元気!



佐野蒼生ちゃん (宮野沢)

- ①仕上げ磨きです
- ②明るく優しい所です



鹿内信ちゃん (深郷田下)

- ①毎日忘れずにハミガキすることです
- ②好奇心が旺盛で、怖がらずに何でも挑戦する所です



葛西陽斗ちゃん (八幡)

- ①仕上げ磨きをしつかりやる
- ②誰とでも仲良く遊ぶ



工藤惺太ちゃん (豊島)

- ①仕上げ磨きと定期健診とおそろいのおデコをつむじ♡
- ②パパ



佐藤愛梓ちゃん (長泥)

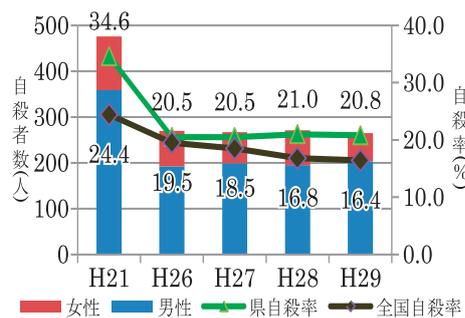
※今回の健診で、むし歯のない子は19人中17人でした。紹介できなかった分は次回に紹介します。

支えて守ろう 「つくるよいのち」

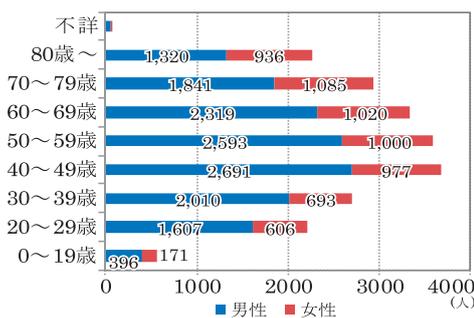
3月は自殺対策強化月間です

日本における自殺者数は、21,321人(平成29年)。その数は交通事故死の約4倍です。3月は生活環境の変化でストレスを蓄積しやすく、自殺者も増える傾向で、国では自殺対策

青森県の自殺の状況(県人口動態調査)



年齢別自殺者数(H29年/人口動態調査)



※栄養士による健康コラム※ 災害に備えた食料備蓄

地震等の大規模災害発生時、食料品の品薄状態や売り切れ状態になるおそれがあります。平成23年3月に発生した東日本大震災では、満身に食料を調達できたのが発生後3日目以降、また電気の復旧に10日以上時間を要した地域もありました。

こうした事態に備えるため、日頃から最低3日分、出来れば1週間分程度の家庭での食料品の備蓄が望まれます。普段の食料品を多めに買い置くのも有効な備蓄方法です。

- 【水】飲料水で1日1ℓ。調理用もとなると3ℓ。
- 【カセットコンロ・ボンベ】簡単な調理が出来ます。
- 【米】主食です。
- 【缶詰】缶切を使用しない、調理不要のものが便利。
- 【レトルト食品】
- 【ロングライフ牛乳】も便利。
- 【梅干し】は殺菌作用、疲労回復が期待でき、【チョコレート等】はストレス軽減・エネルギー補給。
- 【こどものミルク】、いつもの【お薬】も重要。
- 【ウェットティッシュ】も便利です

化月間と定めています。自殺に関する正しい知識を持ち、身近な問題と捉えることが大切です。

■自殺の実態
青森県は265人と前年に比べ6人減少したが、自殺死亡率は全国ワースト3位です。

「働き盛り」の世代で自殺が増えている
自殺が最も多い年代は「40～49歳」で「20～29歳」「30～39歳」の若い世代の自殺の減少幅が小さく対策が急がれています。

原因別では、健康問題が最も多く、それに次いで経済・生活問題、家庭問題、勤務問題、男女問題が多く、働き盛りの世代が自殺に追い込まれています。

■大切なちを守るために私たちができること

- 自分自身が出来ること
- *誰かに話してみよう
- 悩みやストレス、眠れない：そんな時は一人で考えず、誰かに相談しよう。思いを打ち明けホッとしたり、自分では気づかない点を見つけることがあります。
- 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、声をかけましょう。
- 私たちにできることを、考えてみませんか。

まちのイベントカレンダー

3 月			4 月		
16	土		1	月	メバル膳リニューアル 販売開始
17	日	10:00~ ブックスタート対象者読み聞かせ(図書館)	2	火	
18	月	10:00~ 運動教室(中央公民館)	3	水	
19	火		4	木	
20	水		5	金	
21	木		6	土	管内小学校入学式(予定)
22	金		7	日	
23	土	10:00~ 子ども教室 おはなし会(図書館)	8	月	
24	日		9	火	
25	月	メバル膳リニューアル完成披露会(予定)	10	水	
26	火		11	木	
27	水		12	金	10:00~ 高齢者教室開講式(中央公民館)
28	木		13	土	
29	金		14	日	
30	土		15	月	
31	日				

NAKADOMARI PUBLIC RELATIONS MAR 2019.



長利 弘子 66 (上豊岡)
 小山内 敦 62 (今泉上)
 塚本 たまい 92 (下豊岡)



お悔やみ申し上げます

安江 将永 (岐阜県)
 佐藤 里奈 (長泥)
 伊藤 哲哉 (下前上)
 草野 和 (五所川原市)



結婚おめでとう申し上げます

加藤 大翔 (男・登夢) 宮野沢



お誕生おめでとう申し上げます

(1月届出分)

戸籍の窓口



吹田 永一 88 (小泊派立)
 奈良 正賢 41 (下前浜)
 佐藤 エチ 90 (新町1)
 宮原 ヨシ 92 (小泊派立)
 奈良 良一 82 (下前中)
 鈴木 勝子 60 (田茂木)
 今 ミキ 95 (五林)
 富士 タエ 83 (薄市下)

人のうごき

1月末現在(前月比)

人口	11,169人(-9)
中里地区	8,171人/小泊地区2,987人
男	5,247人(-2)
女	5,922人(-7)
世帯数	5,142(-3)
出生	1 / 死亡 15
転入	14 / 転出 9