

いまべつ

468



写真提供：高木 悟さん
（今別小学校勤務）

今別小学校の「きらめき講座」（関連記事 4ページ）

みんな明るく輝いてるね!

第49回町民体育祭

カメラ・ルポ

3連覇西部チーム

第49回町民体育祭が6月22日、今別中学校グラウンドで行われ、13チームの地区住民が競技や応援を通じ親睦を深めました。



堂々の入場行進



3連覇の西部チームの皆さん



なかなか立ってくれません



お孫さん達は早いです



どきどきのスタート

結果は次のとおりです。
▼西部 中部 二股
砂ヶ森 大川平 浜名
▼さわやか杯……二股子ども会



応援も一生懸命



あーさっぱりした



イチ、ニー、イチ、ニー



タイヤも絶好調!



女子リレー決勝スタート



バトンもスムーズ



はいれー



そーれ、いくぞー

住民の財産と生命を守るため

士気高らかに今別町消防団定期観閲式

6月7日、今別町消防団（木村正徳団長）の定期観閲式が海峽あすなろ公園で開催されました



晴天に恵まれた当日は、今別町西部漁業協同組合前から其田商店前まで、総団員231名によるパレードで幕を開け、会場には青森県防災消防課長、東郡各町村長、岩手県西根町消防団など約100人の来賓が出席しました。

式典では、人員・服装や機械器具の点検など検閲したあと、本部分団（自動車ポンプ操法）・第2中隊（第6分団）・第3中隊（第12分団）による小型ポンプ操法を披露。続いて全分団一斉による放水訓練では、棒状・噴射放水が次々繰り出され見学者の注目を集めていました。

威風堂々の分列行進、消防功労者に対しての表彰のあと、観閲者の小鹿正義町長は「各分団員の堂々たる行進、消防人としての機敏さを要求される操法技術を見て心強く感じた」と講評。木村団長からは「今年に入り発生した火災には、消防団員諸君の迅速な消火活動により隣家への類焼を未然に防ぐなど、日頃の訓練のなせる業である。今後とも自覚と自信を持って任務にあたってほしい」と訓辞を述べ士気を高めていました。

消防功労者表彰

◎青森県知事表彰

▼功労賞

副団長 横岡 亘

▼永年勤続功労賞

本部分団長 小山内幸雄

本部分団長 澤田 俊文

第4分団団長 嶋中 耕三

第7分団団長 佐々木哲郎

第1分団団員 小嶋 俊洋

◎青森県消防協会長表彰

▼有功賞（2名）

団長 木村 正徳

副団長 横岡 亘

▼勤功賞

第2分団分団長 嶋中 耕三

他2名

▼永年勤続功労賞

（25年勤続章）

本部分団長 澤田 俊文

他4名

（15年勤続章）

第1分団班長 堂端 弘隆

他16名

（10年勤続章）

第3分団団員 木村 一生

他10名

◎青森県山岳遭難防止
対策協議会感謝状

今別町消防団

◎青森県消防協会

東青支部長表彰

▼東青支部長章

第6分団団員 村川 昭信

他9名

◎今別町長表彰

▼今別町長章

第5分団班長 相内 郁夫

他11名

◎今別町消防団長表彰

▼今別消防団長章

第7分団団員 小鹿 浩嗣

他6名

◎退職消防団感謝状贈呈

元第1分団団員 宮本 正道

他7名

（敬称略）



開かれた学校をめざして

「きらめき講座開講」

今別小学校（塩谷彰宏校長全児童133名）では、同体育館において児童や保護者を対象とした「きらめき講座」を開講しました。

これは今年度から始めた講座で、地域の人材を活用し地域の方のお話を聞く機会をとおして地域社会の理解を図るとともに、地域社会に根ざした開かれた学校づくりを目的として行われるものです。

講座は、九回を予定しており、第一回目は5月23日に「森を知ろう」と題して、町の自然環境保護グループ「十五日会」の澤田瑞穂代表を講師に、第二回目は6月5日、町歯科医の住吉千明先生を講師に「歯を大切に」と題しそれぞれ行われました。



児童は、わかりやすく趣向をこらした講師の話に「楽しくてとても勉強になる」と真剣に聞き入っていました。

また、校長先生は「地域の協力を得ながら、学校から輝きを発信したい」と話していました。

栄養ポスター見てね!



今別保育園は、5月27日園児らが作成した栄養ポスターを、今別診療所と特別養護老人ホームなかやま荘に贈りました。

このポスターは食品の栄養を、赤いポスター「じょうぶな体を作る」黄色のポスター「強い力が出る」緑のポスター「病気から守ってくれる」白いポスター「おいしい味のお手伝いしてくれる」と四分類し、それぞれに該当する食べ物が描かれています。今別診療所の田中裕文事務長は「とてもわかりやすく描き、非常に見やすい」とさっそく壁に貼り利用することにしました。

一戸美夜子園長は「園児らが、ポスターを作成することにより、栄養の分類を知ることができる」と話していました。

稔いの秋が楽しみ!



大川平小学校（佐藤博校長全児童23名）で5月23日、学校田の田植えを行いました。佐藤校長先生から苗の植え方を教えてもらい、児童らは早速、裸足で田んぼに入りました。「ぶによぶによして歩きにくい」といいながらも、お母さん方から苗を投げてもらい、上手につかんだ一つひとつ丁寧に植えていきました。

田植えの後、昨年収穫した餅米で繭玉を作った時のお餅を乾燥し、保存していたのでそれを使い、PTA母親委員会の方々が午前中に「あられ」を作り全員で食べました。

お天気にも恵まれ、とても楽しい田植えとなりました。

管内小学校運動会

○今別小学校
フリースレー赤組自組



雨で一週間順延となっていた今別小学校の大運動会が6月7日、清々しい青空の下盛大に行われました。当日の入場開始は、校長先生のファンファーレ。子どもたちの堂々の入場行進で幕を開け、いよいよ競技開始。特に今年は、二股小学校が統合して初めての大運動会、子どもたちは各競技や荒馬に生き生きとした姿を見せていました。

また、保護者の皆さんのあたたかな声援と積極的な協力もあり、順調にプログラムを進めることができたのも楽しい運動会でした。

○大川平小学校
最後の大運動会

6月1日、大川平小学校最後の大運動会が行われました。

この日は、あいにくの雨となり、外ではできませんでしたが、125メートルの長い廊下を利用しながら体育館で行いました。「最後の力「ふりしぼれ」のテーマのもと、体育館と廊下を5往復する持久走など、工夫した競技が行われ、最後に参加者全員でフォークダンスや荒馬を踊りました。学校と保護者、地域が一体となった思い出に残る運動会でした。



男女団体優勝！「長崎ゆめ総体」へ出場決定！

6月7日～9日まで町立体育館で行われた、平成15年度青森県高等学校総合体育大会で今別高校フェンシング部が3年連続の団体優勝を果たしました。(男子は3年連続22回目、女子は3年連続25回目)

また、女子個人フルーレで阿部遥選手(3年)が第1位、下川知夏選手(2年)が第2位となりました。

この結果、男女団体戦及び女子フルーレで、長崎県森山町で行われるインターハイ(8月4日～8日)への出場が決まりました。

結果は次のとおり

- ・個人男子フルーレ 第3位 伊藤 直哉(3年)
第4位 大馬 義明(1年)
- ・個人女子フルーレ 第6位 阿部 美樹(1年)
- ・個人男子サーブル 第3位 伊藤 直哉(3年)
- ・個人女子エペ 第2位 本間絵里佳(1年)
第3位 下川 知夏(2年)



今小ナイン!!チームワークで優勝!

青森県スポーツ少年団フェスティバル軟式野球東郡予選会が6月14日～15日まで三厩村で行われ、今別小学校荒馬っ子スポーツ少年団が優勝しました。

このたびの優勝は初めてとあって、児童・保護者・関係者一同は喜びに沸いています。指導者の小笠原真一先生は、「普段の力が充分発揮された試合だった。県大会もぜひ頑張らせたい」と、またキャプテンの泉谷優斗君(6年)は「みんなが声を出し合い、チームワークがよかったからだと思う」と笑顔で話していました。

児童たちは今、7月5日～6日に六ヶ所村で行われる県大会をめざし、一生懸命練習に励んでいます。



東郡中体連で今中生大健闘！

第54回東津軽郡中学校体育大会夏季大会が6月14日～15日、蟹田・蓬田地区を会場に行われました。

今別中学校選手団は、団長松浦巨樹先生、旗手平野康人さん（男子バレーボール部部長）を先頭に堂々の入場行進を行い、その後各競技に熱戦を繰り広げました。結果は次のとおりです。



【野 球】

1 回戦：今別 2－3 蓬田

【男子バレーボール】 優 勝

リーグ戦：今別 2－0 三厩 ・今別 2－1 小湊
（平野康人、高桑瞬、木村昌平、三國優輝、太田竜平、小鹿元、田中昭平、岡野翔太、木村翔司、相内裕太、伊藤拓、栗木亮介）

【女子バレーボール】 優 勝

リーグ戦：今別 2－0 蓬田 ・今別 2－0 三厩
決勝トーナメント：今別 2－0 西平内 ・今別 2－1 東平内
（新岡美津江、武知花菜子、蛭名春奈、須藤綾弥、本郷有希、宮本里香、小山内未来、相内麗香、木村真梨子、都甲菜美、嶋中江美）

【ソフトテニス】

団体戦：優 勝 今別 2－1 小湊
（小鹿しのぶ、坂本南、阿部磨優子、神菜々穂、山田有真、山口裕子）
個人戦：第1位 小鹿しのぶ、山田有真 ・第3位 阿部磨優子、神菜々穂
・第5位 牧野園子、田村麻衣 ・第5位 坂本南、山口裕子

【陸 上】

男子：総合 準優勝

個人	年 次	得 点	位 次	姓 名
1 年	1 0 0 M	第2位	宮本拓馬	
1 年	1 5 0 0 M	第1位	澤田伸也	
1 年	1 5 0 0 M	第3位	小鹿裕樹	
2・3年	1 5 0 0 M	第1位	上山 勝	
リレー低学年		第2位		
共 通	2 0 0 M	第1位	阿部 新	

女子：総合 第3位

個人	年 次	得 点	位 次	姓 名
2 年	1 0 0 M	第1位	阿部琴美	
共 通	2 0 0 M	第3位	小鹿美香	
共 通	8 0 0 M	第3位	村川友美	
共 通	1 5 0 0 M	第2位	嶋中由佳	
共通走り幅跳び		第3位	木村友香	
リレー共通		第2位		

【卓 球】

団体戦：今別 2－3 蓬田 ・今別 0－3 小湊
個人戦：第3位 蝦名真衣

平成15年度「あおもり教育フォーラム」 一般参加者募集案内（東青地区）

県教育委員会では、県民の皆様から教育についての御意見をお聴きし、今後の本県教育行政に反映させることを目的に、「あおもり教育フォーラム」を行います。

◎開催日時等

対象市町村	開催日時	場 所	テ ー マ
蟹 田 町 今 別 町 三 厩 村	8月23日（土） 午後1時～3時	風のまち文化会館 （蟹田町中師字宮本80-1） ☎0174 - 22 - 3175	これまでの本県学校教育について皆さんが感じること、そして今後の本県学校教育に皆さんが期待すること。

◎応募資格・応募方法等

応募資格	今別町に居住している、またはお子さんが今別町内の学校（小学校・中学校・高等学校）に在籍している20歳以上の方。
応募方法	官製ハガキに「あおもり教育フォーラム一般参加者応募」と記載し、郵便番号・住所 氏名（ふりがな） 性別 年齢 電話番号 FAX番号 お子さんが今別町内の学校に在籍している場合は、その学校名を記載の上、下記申込先あてに郵送するか、同内容を記載したものをFAX送信、または持参。
応募締切	7月11日（金）（郵送の場合は、同日必着）です。
申 込 先	今別町教育委員会（☎35 - 2157）
そ の 他	参加決定後、テーマに沿ったご意見等があれば、その提出をお願いします。 詳しい募集案内は青森県教育委員会のホームページ（アドレス http://www.pref.ip/education/ ）に掲載。 その他、ご不明な点等については、青森県教育庁教育政策課政策企画グループ（☎017 - 734 - 9867）まで

教育委員に小倉さん

6月11日、欠員となっていた教育委員に、小倉稲子さん(裏月)が選任されました。



小倉稲子さん

善意ありがとうございます

「時計ネットワーク・青森で時計寄贈」

6月10日、デービスセンターひより(田中良光所長)に壁掛け時計が寄贈されました。

寄贈者は、技術ある時計専門店で組織したグループ「時計ネットワーク・青森」(会長福士清治)で、年に一度、時の記念日福祉事業として施設に時計を寄贈しているとのこと。田中所長は「大事に使わせていただきます」と話していました。



不法投棄は、絶対やめて!!



町内の不法投棄が目立っています。
廃棄物の不法投棄は法律で禁止されています。違反すると厳しく罰せられます。

写真は、国道280号バイパス沿いでのコンクリート等の不法投棄です。現場を確認し、不法投棄者の特定調査を行っています。その他、小国峠などの不法投棄も確認しています。

町では不法投棄が発見されたときは、警察、土地所有者等の関係者と共に投棄者の特定に努めています。誰も見ていないから、お金がかかるから、面倒だからといった身勝手な理由で行うケースがほとんどです。

不法投棄をした場合、法律によって厳しく罰せられます。皆さん、不法投棄は絶対しないでください。

※環境福祉課 (☎35-2001)

—— 宮様御臨席の青森県赤十字大会を開催 ——

～赤十字有功章社員を募集中～

日本赤十字社青森県支部では、支部創立115周年を記念して、平成15年10月1日、青森市文化会館にて名誉副総裁宮妃殿下の御臨席を仰ぎ「青森県赤十字大会」を開催します。

現在、本大会で表彰される赤十字有功章(銀色有功章20万以上、金色有功章50万以上)を募集しています。

この機会に、是非、申し込みされては如何でしょうか。申し込みの締め切りは7月末日までとなっておりますので、お早めにお願ひします。

大会並びに表彰に関するお問い合わせ：環境福祉課まで (☎35-2001)

こんにちは。保健師です。

～ できることから はじめよう 健康づくり ～



今月のテーマは「新型肺炎(SARS)について」です。

サース SARS(重症急性呼吸器症候群)

新型肺炎とは、現在、東南アジア地域を中心に流行している重症急性呼吸器症候群(SARS)のことです。原因は新しいタイプのウイルス(SARSコロナウイルス)であることも分かりました。このウイルスは、患者のだ液、鼻汁等の中に出てきて、主に咳やつば等による飛沫で人から人へと感染するといわれています。

《感染が心配される場合》

1. 38度以上の急な発熱がある。
2. 咳や息苦しさなどの呼吸器症状がある。
3. 中国・台湾・シンガポール・カナダなどから帰国して10日以内か、発症した方と接触した。

この3点に該当する方は、まずは電話で保健所または医療機関に連絡してから指示に従って受診して下さい。



《SARSの予防法》

- ・伝播確認地域への不要不急の旅行は延期しましょう。
- ・外出から帰ったら、流水と石けんで、手洗い・うがいを励行しましょう。
- ・十分な栄養と睡眠で免疫力を維持しましょう。



● SARS相談窓口

東地方健康福祉こどもセンター(青森保健所保健予防課) 017-741-8116

〈7月の環境福祉課の行事予定〉



事業名	日時	受付時間	会場
乳児健診	7月3日(木)	13:00~13:30	開発センター
基本健診	7月8日(火)	8:30~9:30	二股福祉会館
	7月10日(木)		褒月地区集会所
	7月11日(金)		奥平部集会所
基本健診・婦人科検診	7月9日(水)	8:30~9:30	中央公民館
		12:45~13:30	
複合健診	7月13日(日)	6:30~8:30	町立体育館
予防接種 (日本脳炎1期・風しん)	7月17日(木)	13:00~13:30	開発センター
基本健診事後指導	7月28日(月)	9:00~11:00	大川平文化会館
	7月29日(火)	9:00~14:00	町立体育館
	7月30日(水)	9:00~11:00	浜名公民館
		13:00~15:00	西田集会所
	7月31日(木)	9:00~11:00	鍋田会館
		13:00~15:00	関口会館

夢物語

今別町教育委員会
0174-35-2157
今別町立中央公民館
0174-35-3757

公民館講座・教室、前回に続き紹介いたします

ふるさと炉端講座



郷土を探る楽しいです。

ブルーアップルサークル



まわりがブルーで夜の練習もいいですよ。

一般書道教室



筆使ってむずかしい。

七宝焼教室



いい色に焼きあがったよ。

コーラス教室



腹式呼吸最高だよ。

公民館講座・教室へ、お気軽に見学に来てください。お待ちしております。

荒馬大好き！

このほど中央公民館に、宮城教育大学大学院生の西桃子さんが「ねぶたまつり」について修士論文作成のための調査で、中央公民館を訪れました。西さんは、平成10年から毎年八幡町地区の皆さんと共に、「ねぶたまつり」に参加していた経緯もあり、修士論文は「ねぶたまつり」しかないという思いで、このたびの来町となりました。



ビデオの学習（跳ねたい。）

したり、ねぶた絵の制作現場に行き阿部正先生から仕上げまでの過程の説明を受けたりしました。調査が終了した西さんは、「大変貴重な資料を拝見でき、論文作成の意欲がわいてきました」と喜んで話していました。



ねぶた絵制作説明（先生すばらしいですね。）

春季ナイターソフトバレーボールリーグ

5月13日から23日まで4日間に行われ、町立体育館で12チームが熱戦を繰り広げました。

結果は、次のとおりです。

☆一般の部

- 1位 カンパニーズ 2位 たけのこ
 - 3位 チャフローズ 4位 ポップコーン
 - 5位 マーフル 6位 サインはにぶい
 - 7位 どんどこん 8位 ふうせん
- ☆ファミリーの部
- 1位 バファローズ
 - 2位 ホワイトホース
 - 3位 ジャイアンツ
 - 4位 クマのプーさん



ソフトバレーを楽しむ皆さん

「近くの山の木で家をつくるための勉強会」参加者募集

東青地域にお住まいの方を対象に森林・林業の役割と環境保護について学習しながら、県産の木で家をつくる意味を理解していただくことを趣旨に開催する。

- 募集対象者 これから新築・改築の予定の方
- 開催日程と各回のテーマ（主に青森市で開催）

開催月日	テーマ
7月13日(日)	木の育て方を学ぼう
8月24日(日)	丸太流通、製材の仕事を学ぼう
9月21日(日)	大工の仕事を学ぼう
10月5日(日)	木の家を体験しよう
11月30日(日)	木の家暮らし方を学ぼう

- 参加費 無 料
- 参加者募集枠 25家族で最大50名（なるべく全回参加できる方）
- 申込・お問合せ 青森県木造住宅普及推進共同組合（☎017-764-3000）
- 主催 青森県木造住宅普及推進共同組合
- 共催 青森県東地方農林水産事務所・青森県森林組合連合会・東青流域林業活性化センター

「青森ねぶた祭」は正装で！カラス族は参加できません

今年も8月2日から7日までの6日間「青森ねぶた祭」を開催します。

青森市では、平成13年「青森ねぶた保存伝承条例」を制定し、市民一丸となって「ねぶた祭」を正しく伝承することにしました。

しかし近年、花火の打ち上げや桟敷席に乱入するなど、ねぶた祭を乱す『カラス族』が問題になっています。

■カラス族による危険行為などは、県が指定した「青森県迷惑追放等防止条例」（平成13年7月1日施行）が適用となり、罰せられることとなります。

各地に伝わる祭はみんなの大事な財産です。参加する側も、観る側もルールを守り楽しい祭りにしましょう。

- ◆お問合せ：青森市産業部観光課（☎017-734-1111 内線3533）

自衛官募集のお知らせ

◆募集種目・応募資格

- 航空学生…高卒（見込含）21歳未満の者
- 一般曹候補学生…18歳以上、24歳未満の者
- 曹候補士…18歳以上、27歳未満の者
- 2等陸・海・空士…18歳以上、27歳未満の者
- ※年齢は、いずれも平成16年4月1日現在

◆受付期間

平成15年8月4日(月)～9月10日(水)

◆試験日

- 一般曹候補学生及び曹候補士 平成15年9月20日(土)
- 航空学生 平成15年9月20日(土)
- 2等陸・海・空士（男子） 平成15年9月16日(火)・17日(水)
- 2等陸・海・空士（女子） 平成15年9月26日(金)

※2次試験の日程等は別にお知らせ致します。
試験場所は、いずれも青森市内

◆お問合せ先

自衛隊青森地方連絡部青森募集案内所
(☎017-783-2995)

放送大学学生募集

放送大学では、平成15年度第2学期（10月入学）「教養学部」「大学院修士科目生」及び平成16年度「大学院修士全科生」の学生を募集します。

【出願期間】

- 教養学部・大学院修士科目生 6月15日(日)～8月31日(日)
- 大学院修士全科生 9月1日(月)～9月16日(火)
- ※募集要項は6月15日から無料で配付します。

【お問合わせ先】

- 放送大学青森学習センター
〒036-8560 弘前市文京町1
弘前大学創立50周年記念会館内 ☎0172-39-0500
- 八戸サテライトスペース
〒039-1102 八戸市一番町1-9-22
八戸地域地場産業振興センター「ユートリー」内 ☎0178-70-1663
- 放送大学ホームページ <http://www.u-airr.ac.jp/hp>
※ホームページからも資料請求、出願ができます。

＜ 55年を迎えた検察審査会 ＞

検察審査会は、今年7月12日に検察審査会法施行55年周年を迎えます。検察審査会制度とは、検察官が被疑者（犯人と思われる人）を裁判にかけなかったこと（不起訴処分）のよしあしを、国民の中からくじで選ばれた11人の検察審査員が審査するという制度です。これまで、検察審査員として活躍された方は、49万人を数え取り扱った事件は14万件にも上がり、その議決に基づいて検察官が起訴した事件も1,200件に及ぶなど大きな実績を残しています。

検察審査会制度について詳しいことは、青森検察審査会事務局までお尋ねください。

(☎017-722-5353 内線2300・2301)

◆行政相談所開設のお知らせ◆

相談は無料で秘密は守ります。

*** 行政相談内容 ***

- ・困っていることがある。
- ・このようにしてほしい。
- ・制度や仕組みがわからない。
- ・どこへ相談したらよいかわからない。

などは下記の相談所をご利用ください。

と き 平成15年7月12日(土)

午前10時～午後3時

ところ 中央公民館

行政相談委員 成田りせ子

当日、用事などで来所できない方は自宅でも相談を受けますので、お気軽にご利用ください。

●人権相談所開設のお知らせ●

相談は無料で秘密は守ります。

と き 平成15年7月9日(水)

午前10時～午後3時

ところ 開発センター

人権擁護委員

高名和丸

藤田光雄

相内光穂

吉田せつ

当日、用事などで来所できない方は自宅でも相談を受けますので、お気軽にご利用ください。

被害一ひとりで悩まず相談を ～犯罪の被害にあわれた方へ～

犯罪の被害に遭い、一人でお悩みではありませんか？勇気をもって、下記の窓口へご相談ください。その勇気があなたの問題を解決する第一歩となります。

- 警察相談室(☎017-735-9110) ... 覚せい剤等の薬物事案、悪質商法、交通事故、困りごと等の相談。(受付時間：終日)
- 性犯罪被害110番(☎0120-89-7834) ... 性犯罪等の被害に関する相談(女性警察官が対応。夜間、休日男性の警察官が対応することもある)(受付時間：終日)
- ヤングテレホン・少年課(☎0120-58-7867)・青森(☎017-776-7676) ... 少年の被害等に関する相談。(受付時間：土・日・祝日を除く午前8時30分～午後5時まで)
- 女性被害相談所・鉄道警察隊(☎017-722-4746)・青森中央交番(☎017-777-3743)・青森堤町交番(☎017-734-1373) ... 女性の被害に関する相談(受付時間：毎月第1水曜日、第3日曜日の午後3時～午後7時まで)
- 暴力相談電話・(財)暴力追放青森県民会議(☎017-723-8930) ... 暴力団からの被害等に関する相談。(受付時間：土・日・祝日を除く午前8時30分～午後5時まで)

お問合せ：蟹田警察署(☎22-2211)または警察本部犯罪被害者対策室(☎017-723-4211 内線2642-2643)

まちの行事予報 7 / 1 ~ 8 / 10

イ

マ

ダ

ス

日 曜	行 事 予 定 場 所
6 日	第13回県民生涯スポーツフェスティバル<青森市>
12 土	今別保育園運動会
13 日	県民体育大会郡予選<今別町>
18 金	管内小・中1学期終業式
19 土	今高祭(～20日)
20 日	県中学校体育大会夏季大会(～22日)
21 月	<海の日>
22 火	荒馬っ子スクール(野外活動～24日) 管内小・中学校夏休み(～8/23日)
25 金	今別高等学校夏休み(～8/24日)
29 火	ジュニアボランティアスクール(平内町白鳥ホーム～31日)
31 木	介護保険料第1期納期限 国民健康保険税第1期納期限
8 月	
4 月	荒馬まつり(～7日)

相内 中井 小嶋 村上 中嶋 新井
修一 よし 鹿み 又由 久吉 田
(85)(76)(91)(92)(84)(66)

二 今 村 大 今 浜
股 別 元 川 別 名
平

お悔み申し上げます

阿部 美薫(みく) (力)
今別

お誕生おめでとうございます



戸

籍

の

窓

口

(5月1日から31日の届出分)

今別の姿(平成15年5月31日)

面 積 125.26km²
人 口 4,281人 (－13)
男 2,026人 (－8)
女 2,255人 (－5)
世帯数 1,670世帯 (－1)
() 内は前月比

掲載を希望されない方は、届出の時住民保険課へ申し出て下さい。また、東奥日報・東奥ウエブについても同様に申し出て下さい。

ひっそりと 梅雨の晴れ間の 水ひかる
川面に竿を のぞかせてゐし

嶋 中 賢 一

今別川にて - 7月1日アユ釣り解禁 -

めばるの野菜あんかけ

釣って楽しい、食べておいしい、めばる料理はいかがですか。



●材料（4人分）（1人前エネルギー505カロリー）

- | | |
|----------------|--------------------|
| ・めばる……………4尾 | ・A酒……………大さじ3 |
| ・A塩……………小さじ1/2 | ・A片栗粉……………適量 |
| ・揚げ油……………適量 | ・ピーマン……………2個 |
| ・セロリ……………1本 | ・にんじん……………1/3本 |
| ・ねぎ……………1本 | ・Bだしの素……………小さじ2 |
| ・B水……………カップ2 | ・Bみりん……………大さじ4 |
| ・B酒……………大さじ2 | ・Bしょうゆ……………大さじ2 |
| ・しょうが……………少々 | ・B片栗粉大さじ1と……………1/2 |

●作り方

- 1 めばるは3枚におろし、皮側に十文字の切り込みを入れ、A塩をふり2～3分おき、水気をとる。両面に薄くA片栗粉をつけ、横に竹串を刺す。
- 2 油を180℃に熱し、1のめばるを揚げる。
- 3 ピーマン、セロリ、にんじん、ねぎをせん切りにしてサッとゆでておく。
- 4 鍋にB材料を入れて火にかけ、木べらで混ぜながらトロミがつくまでよく煮る。
- 5 器に3の野菜の半分を敷き、2のめばるをのせ、更に野菜を上からのせて4のあつあつのあんをかけて、しょうが汁をふりかける。

健康料理コーナー

「青少年の非行問題に取り組む全国強調月間」 7月1日～31日まで