

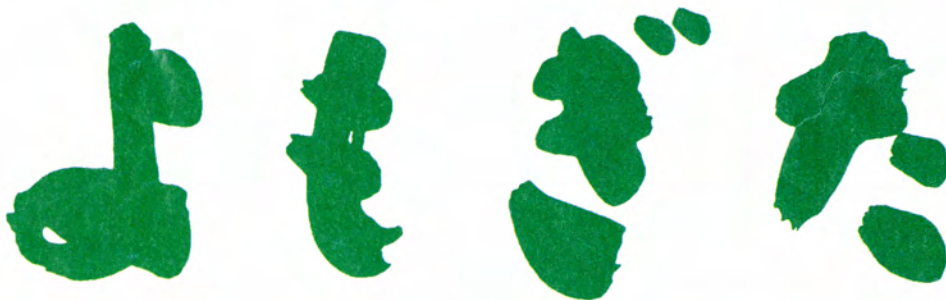


# 村民スキー大会

## CONTENTS

- 地域懇談会
- 消防団初午祭
- 村及び村教育委員会表彰式
- 講演会・地域座談会
- カメラアイ／川柳北緯41°
- 保健コーナー
- お知らせ情報局
- 児童川柳<sup>㊸</sup>
- 行事予定表
- みくつけた／戸籍の窓口

広報



2001 No. 300

# 行政運営に 住民の声 地域懇談会開催

十一月十三日から二十八日まで、村内八公民館に村長、村三役、各課長が出向き、地域住民と意見交換する地域懇談会が開催されました。  
※なお「Q」は住民からの要望・質問で「A」は村からの回答です。



## 【高根地区】

- ◎市町村合併についてどのように考えているか。  
 ①蓬田村としては反対の立場である。合併した場合、行政サービスが低下することが予想されるので、合併しなくてもいいように役場としても今後努力していきたい。住民の皆さんのご理解をお願いしたい。
- ◎高根地区入口の村道のカーブを解消できないか。  
 ①高根入口村道カーブについては、長い間の検討課題であり難しい問題である。現状を拡幅・改良する方法をとるのか、別ルートにするのか等、早期に住民の皆さんの意見を聞く機会を設けて対応策を検討したい。
- ◎広瀬―高根間の村道の舗装について部分的な補修工事は行われているが、大分傷みがひどいので全面改修できないか。  
 ①部分的な補修工事については随時対応している。舗装の全面改修工事について

- ては、予算的に難しい。  
 ◎高根公民館前が舗装されていないため、公民館に車いすで入るのがたいへんだ。入口付近だけでも舗装できないか。  
 ①検討したい。

## 【広瀬地区】

- ◎玉松以北の国道二八〇号バイパスの計画はどのようになっているのか。  
 ①平成十四年度に県より国へ事業認可申請され、平成十七年度ころから事業に着手されるのではないかと。
- ◎市町村合併について、県と国の方針と今後の見通しはどうなっているのか。また、最終年度は何年なのか。  
 ①国や県は行政改革の一環として市町村合併を促進している。県では先般合併のモデルを発表し、合併推進協議会の結成を奨励している。期限については、平成十七年三月までの時限立法である。
- ◎幼稚園跡地の利用について

- て、どのように考えているか。  
 ①村としては建物を解体せず利用したいと考えている。広瀬自治会と瀬辺地自治会と協議して、方向性を決定したい。

- ◎粗大ゴミの回収を来年度も行う予定はあるのか。また、使用済み乾電池はどのように処理したらよいか。  
 ①予算が許せば、粗大ゴミの回収は年一回実施したい。乾電池については、役場に持ってきてもらえば役場で一括で処理する。少量であれば、燃えないゴミの回収日に他のゴミと分けて袋に入れて出してもよい。
- ◎バッテリー等の今回回収しなかった粗大ゴミの対応を考えていただきたい。  
 ①今回、回収対象外の粗大ゴミについては、基本的に自分で業者に依頼して処理してもらおうことになる。要望が多い場合は今後検討したい。
- ◎平成十三年度予算の目玉となる事業はなにか。

## 【瀬辺地地区】

①十三年度の大きな事業の一つとして、今年度に造成する宅地の販売があげられる。その他については、今後の予算編成によって決定する予定である。

- ◎漁港区域の側溝の穴が砂で詰まり排水が海に流れず、衛生上非常にきたない状態なので何とかならないか。  
 ①前に排水の箇所を掘ったことがあるが、すぐに砂で埋もれ、もとの状態に戻ってしまい、頭を悩ませているところであるが何とかしなければと思っている。
- ◎当面は、応急処置で対応したい。また、漁港事務所と協議して、後日返事をしたい。
- ◎牧場までの途中にあるため池を買収するという話があるので何のために買収するのか行政の方では、把握しているか。  
 ①農業委員会には、溜め池払い下げの件と田の転用申請について相談があります。田を転用し、ゴルフの練習場を作り、隣接の溜め池は景観をよくするのと休憩施設を作るという内容です。現在この場所は農用地区域となっております。

許可が必要である。許可を得るには村からの申請が必要となり、その計画等を村が了承した場合申請するが、現在のところ具体的に申請が来ていない。また、農業委員会では田の取得時に本人と確約した事項が履行されていらないことから、今後は地元自治会とも協議しながら田の転用について委員会の中で検討することになる。

◎村に子どもの遊べる公園を作ってほしい。

例えばスポーツガーデンの中に遊具とかでもいいので作ってほしい。

◎今後検討したい。

◎小学校通学路の地下道は、

どうなっているか。

◎平成十三年度で完成予定である。

### 【郷沢・宮本地区】

◎浜の道路の舗装の件ですが、現在穴ほこ状態であり、砂利だけでも敷いてもらいたい。

◎夏前に一回砂利を入れて補修したが、また穴が開いたのであれば対処します。

◎公共事業を役場でやる場合、業者に対して地域に迷惑をかけないように指導しているかどうか。

◎業者には住民に迷惑かけるなど指導している。例えば田の工事をやるとすれば石が入ったとか役場に必ず苦情がくるので、きちんとやるようにと言っている。

◎100円バスが走っているが、運行経費はどれくらいか。

◎四月一日から、日曜・祝日の運行も付け加えました。

(午前と午後一回ずつ。)月

曜日と土曜日については、

診療所への通院、JR線への接続を考慮して運行しています。乗務員の賃金や運行経費を合わせると年間一千万円ぐらいになります。

収入としては、約二百万円の乗車賃収入があります。

◎バスにお金かけるより、

介護問題に金をかけたらどうか。

◎自家用車のない人は非常に助かっています。上磯地区の現状ですが、青森市営バスへの負担金が二千万円、三千万円かかっていると聞きました。平館村では蓬田方式を取りたいという話が出ています。

◎中学校前の十文字はかなり事故がある。ここに信号をつけられないものか。

◎中学校前の交差点については蟹田警察署に聞いたこ

とがあり、農道なので面倒ではないかということですが、バイパスが(株)蓬田紳装の下を通ることにより、ここに信号がついたとしたら、さらにすぐ下の中学校の交差点につけることは、困難であると思う。

◎中学校向かいの団地の件ですが、土留がかなり壊れている。以前にも杭等を持ってきて個人で補修しなさい

ということでしたが、今後

ますます目に見えて崩れて

くると思う。

◎団地が全体的にどういう

状態なのかどうか。大きな

問題なので、役場に持ち帰って

検討する。

◎中学校前の養鶏所のお

いをもう少し押さえられない

ものか。最近、十二月

に入っても風のない時には

おう。

◎業者にもその都度現地で

指導をしています。

業者も多額の費用をかける

ことを消す努力をしてい

ることを理解いただきたい。

県の補助金を活用しながら

村としては周辺に住む住

民の環境整備のためにも利

子補給とかの方法で考えた

い。

◎蓬田村に新しい団地ができる

ら何年か後に、宮本団地のところ

に新しい団地を造成する計画があるかどうか。

◎今造成しているのは阿弥陀川地区です。

この団地の売れ具合によ

って、次はどこへ展開するか

検討していく必要がある。

今後公営住宅も考えなければ

ならない。最近、行政側が

土地を貸し、そこに業者が

マンション等を建てる方式

がある。バイパスができた

ことにより、蓬田村にも

マンション建てたいとい

う話もきている。

取りあえず、今は阿弥陀

川団地を完売する目標で取

り組んでいます。

### 【蓬田地区】

◎国道二八〇号バイパスの

一部使用開始に伴い、延長

線上にある農免農道でも交

通量が増加しているのでは、

速度規制等をできないもの

か。

◎蟹田警察署の公安委員会

と協議し、規制を行う方向

で検討いたします。

◎小中学校の通学路を大型

の工事車両が走行しており、

大変危険である。規制はで

きないのか。

(阿弥陀川地区、旧稲葉商店、郷沢地区、昭ちゃんラーメン間)は歩道があるため、スクールゾーンとしての認定は無理。

◎蓬田八幡宮への道路を拡

幅できないか。

◎村の施設等がないため、

その部分だけの工事は予算

的な問題もあり困難ではあ

るが、県が行う農道整備事

業には申請中。

◎村の継続、繁栄のために、

企業誘致を行ってほしい。

◎他の自治体との競合があ

り容易ではないが、積極的

に早い段階での誘致に向け

努力します。

◎減反に伴う転作で作付け

した蕎麦を有効活用し、又

収量の向上を図るために何

らかの施策を行ってほしい。

◎今年度は作付け時期のズ

レも大きいことから、刈り

取りの計画が上手く運ばな

かったが、次年度以降は、

刈り取りの機械も増設し、

計画的に収穫を行う。又、

年内での蕎麦打ち機の購入

を計画しており、作付けか

ら、加工販売までの見通し

を付けたい。

◎ごみ回収車の収集時間が

早く不便なので、何とかな

らないものか。

業者と、処理能力が不足しているために、どうしても早朝の業務時間となってしまうので、理解いただきたい。

◎河川（阿弥陀川等）の主流付近に埋塞している、土砂、流木等を除去してほしい。

◎以前より県の方に申請はしているものの、先送りとなっているため再度依頼を行う。地域住民の方で、その河川において、増水、氾濫があった際は建設課の方に連絡いただくか、洪水写真等を提出していただければ助かります。

### 【阿弥陀川地区】

◎冬期における中学生の送迎をバスで行えないか。

◎人員及び車輛の不足により、早急な対応は無理。公安委員会との協議を行いスクールゾーンや時間帯別の交通規制も検討したが困難と思われるため速度制限等で安全を促す。

◎現在農免農道と通学路の交差点部分で行っている生徒の乗降はどうなるのか。

◎教育委員会と協議はするが、無くする予定ではない。生徒には、徒歩通学を指導していく。

◎宅地造成の工事で残土運搬等で生ずる道路の損傷の補修対策は。

◎損傷部分については村と工事業者とで検査終了後補修にとりかかります。

◎稲作の冷害対策用に集積してある廃タイヤの処分をしてほしい。

◎廃タイヤは再処理、再利用の方向で機械の購入も含めて検討中である。

◎宅地造成に伴い団地の家庭排水が団地下部にある水田に流入しないか。

◎家庭用排水は合併処理浄化槽を義務づけ、当然汚染濃度の少ない水質とするが、排水溝も設けて農業用水と区別する。

◎介護保険料が当村は県下でも高いがその理由を教えてください。

◎たぶん今後他の市町村も見直しは必要となり高くなる兆候はある。当村も見直し後、若干の上下変動はあるかと思うが、現在の財政上、またサービスの質から見ても決して、高くはないと考える。

### 【長科地区】

◎中学校通学路（農道）の防犯灯の増設を希望する。

◎防犯灯の増設は今年度予定している。また、バイパス開通に伴い通学路（農道）の交通量が増え危険なので、警察と協議している。警察では、スクールゾーンの指定も考えられるが、いろいろ問題があるので来年四月から速度制限で対応したいと考えている。

◎今後の水道事業の予定はどうなっているのか。

◎平成十三年度内で中沢・長科地区のメーター前までの工事を終了し、平成十四年度にメーター接続、給水開始の予定となっている。

◎村では今年度、景観形成基本方針を策定する予定になっているが、景観保全の観点から海岸の漁具の放置に対して指導等考えていないのか。

◎海岸は建設省の管轄であるが、海岸出張所では整理して使用する場合は可としている。見苦しい場合は、海岸パトロール等で注意・指導しているとのことである。

◎もっと細部まで除雪の対応ができないか。

◎除雪機械が入れる部分については対応しているが、入れない場所は難しい。ただ、防災上（消防活動）の観点からも、現在は入って

いない場所でも道路の樹木の枝の伐採等の協力が得られ、スペースが確保されるのであれば、消防団と協議しながら対応を考慮したい。

### 【中沢地区】

◎バイパスから中沢、長科地区に降りる場合、各地区の降り口がわかりにくいので、わかるような標識をつけてもらえないか。

◎バイパスには、地区を示す標識を付けているが、大変小さく見逃しがちであると感じている。設置するとすれば、地域の皆さんが設置するか、役場が設置するか。他の所をみると、地域の自治会が設置しているのがほとんどです。

◎土木事務所が設置すれば、必要になります。農免道路の敷地内が占用許可がいらす設置できます。この件については、今後、関係機関と協議しながら、標識の経費をどこが持つかということ

◎バイパスに木を植えたことで、木の陰になれば車が全然見えない。木を植え直して見通しをよくすることは出来ないものか。

◎木については、可能であれば対処する。

◎今後農免道路冬期間の除雪はどうなるのか。

◎幹線については、幅員がないと対向車のすれ違いができず、危険であると判断されるため、冬期間の除雪をしない予定です。

◎宮本団地には、子供たちが十五、十六人いる。これまでは蓬田地区の子供会と一緒にやっていたが、今年の夏から宮本子供会をつくり連合に参加し事業をやっている。来年からは九団体として、宮本子供会にも予算をつけて補助金の交付をお願いしたい。

◎子供会は四月から活動しているの、なるべく早く補助金を交付して、活動に支障のないようにしていただきたい。

◎宮本自治会からも要望が出されているので、内部で詰め対処します。補助金の交付についても、検討します。

◎村では教育立村を掲げかなり経過する。県の高校長や県教育長との懇談会の時、高校生の中退者が結構多いとのこと。村でも教育に力を入れてきているが、途中退学が増えてきている。これについて村としてはどの

ように受けとめているか。

④ 高校に入るまでの指導は学校がやっているわけですが、今年も何人か退学があるようです。その事情についてはわかりませんが、大きな問題ですので、高校、中学校とも連携を取りながら、今後十分検討していきたい。

◎ 減反について、村ではどのように考えているか。

④ 米で生きてきた村としては、かなり前からその対策に取り組んできたが、これといった決め手となるものがない状態である。今まではトマトがすごく良い時期があったが、今、若干過剰気味で価格が低迷している状態にある。トマトにかわるこれだと言う作物が見つからない状況である。やはり、年間を通して作れる作物が必要だと感じている。

◎ 村として4割の減反というのは大変なことであり、所得が4割落ちることになる。これに対し村ではどのような対策をたて、農地を有効利用させていこうとしているのか。

◎ 中沢では、ほ場の大規模整備を進めている。このように整備を進めているときは、休耕配分を落とすとしてもええのか役場から県に

要望していただきたい。

④ 転作そのものは個人に転作配分することになるので、村としては中沢だから3割、広瀬だから4割ということではできない。ただ総体的には多く転作するところがあれば地区間で調整がつく場合が考えられる。

④ 転作している所というのは、どちらかと言うとあまり良い所は休んでいない。実際畑をやるとすれば、もつとよいところを休むとか、どこか一緒に集めて休むとか、そういう方向でいかなと、これからは野菜なり、何をやるにしてもなかなか難しい。良い条件の所に転作作物を選定することが、結局農地の有効利用につながるかと考える。地区的に休めば良いのか、どういう形がよいのか、農協、振興組合等とも十分検討させてい

④ いずれにしても、4割の転作をどのようにやっていこうというのか。

④ 米については、今の状態よりはもっと米を作れというのではないだろうと考えられる。外国から入ってくるものもあれば、米を食べなくなってきたという現状もある。作っても食べなけ

れば値段も下がるし、そういうバランスを取るためにも、どこかで切り替えていかないと、米しかだめだということであれば、村の農業は将来的にも厳しいものがある。村はもちろん、皆さんからも良い知恵を出してもらい、将来のことを真剣に考える時期にきている。

◎ 玉松の野球場は整備も良く、素晴らしい球場で時々使っているが、できるかぎり村民を優先して使わせてもらいたい。

④ 野球場の使用については、特に小学校や中学校に使用させるように指示しています。青森の大きい大会や連盟では、試合が決まってい

ない段階で申込書を出しています。担当者は試合があるものと思つて許可を出しています。

できるだけ村民が活用できるように取り組んでいきます。

◎ 村の行事ですが、村民体育祭とか産業まつりとか見

直しをかける時期にきていると感じているが。

④ 会議を開いて検討しますが、一旦止めてしまふと再開するのはかなり困難になるので、問題はありますが、続けていこうという方向で進んでいます。

◎ 回覧板が毎日のような状態。月に何回かにまとめられないものか。

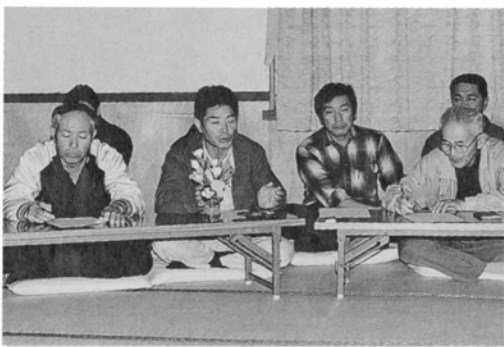
④ 自治会長・行政連絡員会議でもたびたび出されている問題ですが、すぐ対応の必要な緊急な回覧もありま

す。一週間ぐらいで回らない地区もあるようなので、この件については、役員内の課長会議等で検討していきたい。

◎ 蓬田村ではホームページが出ていない。県で出しているのには蓬田村が紹介されている。これからは村外に村の情報発信が必要だし、パソコンを持っていく人たちに多少なりともそういう情報を取り出せる体制をと

られないものか。

ページ数の都合上、内容の一部を掲載させていただきました。



ジを開設しています。最近特に県外からホームページを設けているかと問い合わせがきております。県の基幹ネットと商工会のホームページに蓬田村の情報をのせていますので、当面の間活用願いたい。

防災の決意新たに

# 初午祭



二月十二日(月)、村消防団(八幡敏雄団長)は今年一年の防災を祈念して、初午祭(出初め式)を行いました。

午前七時三十分、サイレンの合図で団員は村内八地区から出動、農協米倉庫南側に百三十五名が集合しました。そして直ちに出動人員を報告し、殉職消防団員に黙とうを捧げました。

引き続き、古川正隆村長、成田義敬蟹田警察署長、清水信造村議会議長、神山久志県議会議員から姿勢・服装の検閲を受けました。

この日は、吹雪の中のあいにくの天気でしたが、寒さもものともせず、来賓、住民が見守る中、米倉庫前を堂々と分列行進し、士気を高めました。

役場前に移動してからは機械・器具の点検が行われ、係員がきびきびした動作で点検、異常がないことを報告しました。最後に八幡敏雄団長が「今年も無火災を目指して一致団結してがんばろう」と訓辞を述べ、古川村長が「日頃からの防災活動に敬意と感謝を申し上げ

げます。今年一年、皆様のご協力をお願いしたい」とあいさつ、昨年一年間の出動状況が良好で機械・器具等の管理が模範と認められた第五分団(郷沢)を優良表彰し、初午祭を終りました。

この後、ポンプ自動車で村内をパレード、団員は毎戸を巡回して火災予防を呼び掛けました。



# 平成12年度村及び村教育委員会表彰式

## 長年の功績をたたえて



一月二十四日(水)、平成十二年の自治功労表彰と教育表彰式が村ふるさと総合センターで行われました。

本年度の村特別功労表彰及び功労表彰には長年、政治、経済、社会、各般にわたって活躍された九人が、また、村教育委員会表彰には、スポーツなどの分野で功績のあった二人、二団体がそれぞれ受賞しました。式には受賞者をはじめ関係者が出席し、式の後、記念写真を撮影、懇親会で受賞者を囲みお祝いしました。受賞された方々は次のとおりです。(敬称略)

### 村表彰

#### 【特別功労表彰】

- ▼工藤太一郎 (蓬 田)
- 村農業協同組合長、村社会教育委員及び村老人クラブ連合会長を務める等、地方自治の振興、住民福祉の向上並びに本村農業振興に多大の貢献。

#### 【功労表彰】

- ▼坂本 毅 (中 沢)
- 長年にわたり、村納税貯

蓄組合長及び書き初め大会講師を務め、自らも書道教室を主催する等、地方自治の振興と村文化発展に多大の貢献。

- ▼松本 シゲ (長 科)
- 長年にわたり、小中学校において茶道の作法指導にあたられ、人材育成等本村教育活動に対して多大の貢献。

- ▼森 仁 (阿弥陀川)
- 長年にわたり、村民生委員及び村子ども会育成連絡協議会長として住民福祉の向上と人材育成に多大の貢献。

- ▼清水 専逸 (蓬 田)
- 長年にわたり、村行政連絡員及び村国民健康保険運営協議会委員及び村消防団員として地方自治の振興と民生安定に多大の貢献。

- ▼畠山貞次郎 (郷 沢)
- 長年にわたり、村民生委員及び村漁業協同組合理事として住民福祉の向上と本村産業発展に多大の貢献。

- ▼木村 芳美 (瀬 地)
- 長年にわたり、瀬地自治会役員及び村商工会理事として地方自治の振興と本村産業発展に多大の貢献。

- ▼川崎 みわ (広 瀬)
- 長年にわたり、村連合婦人会副会長及び村食生活改善推進員として地方自治の振興と住民の健康増進に多大の貢献。

- ▼稲葉 幸雄 (高 根)
- 長年にわたり高根農事振興組合長として地方自治の発展と本村の農業振興に多大の貢献。

### 村教育委員会表彰

#### 【スポーツ賞】

- ▼石田 明信 (中学一年)
- 第十回県中学校新人陸上大会走り高跳びの部において第二位。
- ▼山館 雅弘 (高校三年)
- 第八十二回全国高校野球選手権大会において、ベスト4。

- ▼村体育協会野球部
- 第五十五回県民体育大会軟式野球の部において、優勝。

- ▼村体育協会陸上部
- 第五十五回県民体育大会陸上競技の男子四〇〇mリレーの部において、第三位。

## 農業・農村男女共同参画 講演会

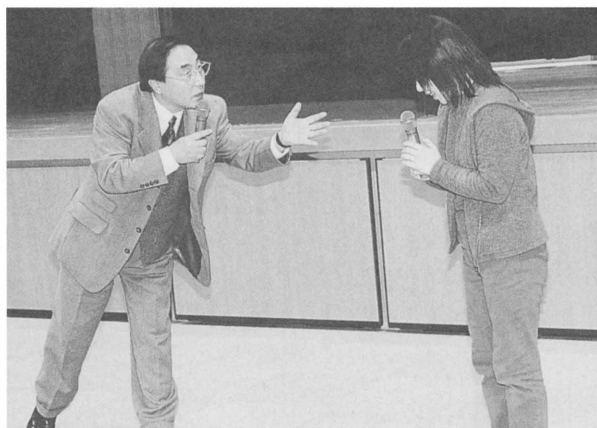
「農業・農村を多角的にとらえた男女共同参画社会の実現」を目指した男女共同参画推進事業として講演会が1月23日（火）、ふるさと総合センターにおいて村内から70人が参加し開催されました。

講演に先立ち、県事業「あすなる農村女性ホープ21ふれあいの翼推進事業」に参加された藤本富子さん（長科）による海外体験調査報告会（ドイツ・スイス）がおこなわれ、ドイツ農家でのホームステイ体験や農村の生活・交流などを報告してくれました。



講演では、タレントの野津こうへいさんを講師に迎え「いつも明るく健康に」と題し、自分の体験談をまじえながら演劇との出会いやタレントになるまでのエピソードを語り、参加者からは野津さんの楽しい語り口に笑い声が絶えず時間のたつのも忘れ楽しみました。

また、村物産品・加工品の販売やドイツ料理の試食会のほか蓬田産ソバの無料試食会、物産品のPRも行われとても好評でした。



## 原子燃料サイクル 地域座談会



1月30日（火）、ふるさと総合センターで原子燃料サイクル地域座談会が開催され、特別講演にタレントの黒石八郎さんを講師に迎え、村民約140人が巧みな話術を楽しみました。



「笑顔はしあわせを感じさせる」と題した講演では、「人から笑顔をいただこうと思って各地を回っている」というとおり、楽しいトークで会場を沸かせ、自慢の歌声も披露しました。

その後原子燃料サイクル事業の説明会が行われ、参加者に安全性についての理解を求めました。



# カメラ アイ



- 真白で 吹雪の中に 居る自分
- 梓の中 空間乱れ 気も乱れ
- 雪花舞う 白紙のまま 二〇〇一
- 元旦に 妻のおどろく 夢を書く
- コップ酒 呑めぬ口でも 酌に酔う

絹 貴 富 重 昭  
枝 広 栄 彦 夫

- 酒蒸 コップに入ては 味みする
- 美術展 ガラス細工が すばらしい
- コップ酒 呑めば昔の 顔が見え
- クリスタル 政治に期待の 票重い
- 飾られた 言葉四角な 紙の中

久 増 藤 悦 蓬  
子 吉 正 子 石

連日の雪かたづけに四苦八苦していると思いますがくれぐれもケガにはご注意ください

## 元気に「豆まき」



2月5日(月)、保育所の児童40人による豆まきがよもぎ温泉でおこなわれました。温泉には老人クラブの会員が週に一度の入浴日とあって、たくさん集まっており、最初に児童による元気な踊りを披露すると、お年寄りも大喜びでした。つづいて、大きな赤鬼が登場すると泣き出す児童もいましたが、鬼に向かって、「鬼は外、福は内」と大きな掛け声で力いっぱい豆をぶつけていました。

## ふれあい体験

2月6日(火)、蓬田小学校児童1・2年生62名が老人クラブとのふれあい体験学習を行いました。この日は、2年生が団子づくりに挑戦し、「きび、よもぎ、あんこ」たくさんつくりました。

1年生は、「コマ回し、あやとり、ゴム飛び、お手玉など」昔ながらの遊びを体験、大はしゃぎでした。この体験学習は、毎年1・2年生が対象に行われています。



## 子ども会冬季スポーツ大会



2月4日(日)、農業者トレーニングセンターにおいて村子ども会冬季スポーツ大会が行われました。これは健康づくり推進事業の一環として、スポーツやゲームをとおして健全な精神と身体の育成と各地域子ども会の交流と親睦を図る目的で毎年開かれています。今回は子どもと育成者、合わせて100名が集まり、坂本勇一会長の手作り用具でゲームに汗を流しました。

今年度の村子ども会の行事は今回で終わりですが、来年度もいろいろな楽しい行事を計画しておりますので、たくさん子どもたちと育成者の参加をお願いします。

生活習慣病は日常の悪習慣、特に食習慣が積もり積もって起こる病気です。この生活習慣病を予防するために心がけたい食生活のポイントにはバランスのとれた食生活を送ることで。つまり、たんぱく質・カルシウム・カロチン（ビタミン

## 薄味でもおいしい健康食



あなたも  
いかがですか？

A) ・ビタミンCやミネラル・糖質性エネルギー・脂質性エネルギーといった6つの食品群を過不足なく食べることが重要です。また、塩分の取りすぎにならないように、いかに薄味でもおいしく食べることができ

### 薄味でもおいしい料理、挑戦してみよう！



かも大切なことです。ここでは、栄養バランスがよく、薄味でもおいしいメニューの一例を紹介しますので、今夜のおかずの参考にしてみてください。

【イワシの味噌焼き】  
材料一人分  
イワシ70g、酒3cc、生

姜汁2cc、青じそ1/2枚、白味噌3g、みりん3cc、油2cc、小麦粉2g、ブロッコリー20g、トマト20g、レモン10g、醤油小1/2  
〈作り方〉  
①3枚におろして水洗いし、酒、生姜汁をかけ15分程おく。  
②みそ、みりんを合わせて

おく。

③イワシの水気をふいて身の方に②をぬり、縦半分に切ったしそを乗せて2切れの魚肉ではさみ込む。小麦粉を全体に軽くまぶしてはがれないようにしっかりと押さえる。  
④フライパンに油を入れて熱し、ふたをして両面を弱火でゆっくり焼く。  
⑤ブロッコリーをゆでる。トマト、レモンを添える。

### 【炒りどり】

材料一人分

鶏もも肉20g、角こんにゃく30g、ごぼう20g、にんじん30g、さやいんげん10g、花かつお1g、さとう1g、酒3cc、みりん2cc、醤油5cc、水30cc  
〈作り方〉

①鶏もも肉は一口大に切り、ざるに入れ熱湯をかけておく。角こんにゃくは半分にしてから三角に切り、さつとゆでる。ごぼうは乱切りにし、水にさらしてゆで、再び水につけておく。にんじんは皮をむいて乱切りにし、塩ゆでにする。さやいんげんは

すじをとり塩を入れた熱湯で色良くゆでる。花かつおは沸騰した湯に入れてだしをとる。  
②鍋に油を熱し鶏肉、いんげんを除く野菜を炒め、だし汁、砂糖、酒、醤油を加え中火で煮る。途中でさやいんげんを加え、みりんを入れ強火で煮る。

### 【なめこのおろし和え】

材料一人分

なめこ5g、醤油5cc、砂糖3g、大根おろし50g  
〈作り方〉

①なめこはざるに入れて熱めの湯をかけてぬめりをとる。  
②鍋に水、しょうゆ、砂糖を入れ火にかけ沸騰したら火を弱め、なめこを入れて煮る。

このメニューにごはん1杯分を加えた献立の一人分の栄養価

・エネルギー	557kcal
・タンパク質	27.1g
・脂質	16.8g
・塩分	2.0g

## 老人保健制度のお知らせ

70歳（一定の傷害のある人は65歳）以上になると老人保健制度で医療を受けることになります。70歳の誕生日を迎えたら、必ず14日以内に市町村へ届け出て、「健康手帳」の交付を受けましょう。

### ●老人保健で医療を受けはじめるとき

70歳の誕生日の翌月から老人保健で医療を受けます。ただし、誕生日が月の初日である場合は、その月から適用が開始されます。

○例えば同じ10月生まれでも

△10月1日が誕生日の人→10月から適用開始

△10月2日～31日が誕生日の人→11月から適用開始

### ●お医者さんにかかるとき

医療機関の窓口で保険証・健康手帳・医療受給者証を提示してください。

○国保への加入はそのままです

老人保健制度の対象となっても、国保を脱退するわけではなく、医療については老人保健で診療を受けるということで、国保加入者の資格はそのままです。

※医療費を大切にするため「食生活の改善や適度な運動」をして、健康づくりに努めましょう。

## 恩給や共済年金の受給者の皆さまへ

国民生活金融公庫では、恩給や共済年金を受けていらっしゃる方を対象に、年金を担保とする融資を取り扱っています。

制度の概要は次のとおりです。

ご融資額	250万円以内（ただし年額の3年分以内）
お使用みち	住宅・教育・レジャーなどの資金や事業資金
利 率	年2.0%（平成12年9月8日現在）
連帯保証人	1名以上
担 保	恩給または年金の証書をお預かりいたします。
ご返 済	ご返済金としてお客様の恩給や年金を公庫が受け取ります。

### 【お問い合わせ先】

国民生活金融公庫 青森支店 恩給係

TEL 017-723-2331



# お知らせ

# 情

# 報

# 局



## 回収します！ あなたの家の古い電話帳

NTT東日本では地球環境保護のため、古くなった電話帳を積極的に回収して、資源のリサイクルを図っています。

新しい電話帳（3月中にお届け予定）を受けとられた際に、古い電話帳を配達員にお渡し下さい。

また、配達員に渡せなかった方は後日改めて回収に伺いますので、下記「タウンページセンタ」までご連絡ください。

ご協力をお願いいたします。

### 《問い合わせ先》

タウンページセンタ

フリーダイヤル 0120-506309

## 小さな掛け金・大きな補償 スポーツ安全保険

スポーツ安全保険は、傷害保険と賠償責任及び共済見舞金を組み合わせた総合補償制度で、グループの皆様や指導者の方々が安心して活動できるようにとの願いを込めて開発しました。スポーツ活動だけでなくコーラス、料理教室、地域活動などの文化活動も対象となります。

万一の事故に備えて、ぜひこの保険へのご加入をお願い申し上げます。

【受付期間】 平成13年3月より

【保険期間】 平成13年4月1日～平成14年3月31日

【掛 金】 中学生以下の団体……………450円  
大人の団体……………1,400円

【補 償 金】 入 院……………1日につき4,000円  
通 院……………1日につき1,500円

\*この他、老人クラブ団体等の加入も扱っております。

### 《お問い合わせ先》

青森市大字安田字近野234-7

(財)スポーツ安全協会青森県支部

☎017-782-6984

# 忘れないで！

## 第三号被保険者の届出

このようなときは届が必要です

届け出が必要なとき	第3号被保険者の関係	届出の種類	健康保険証の提示
会社員や公務員に扶養される配偶者が20歳に達したとき	年金未加入者→第3号被保険者	資格取得届	必要
結婚等により、会社員や公務員に扶養される配偶者となったとき	第1・2号被保険者→第3号被保険者	種別変更届	必要
本人の離職により、会社員や公務員に扶養される配偶者となったとき	第2号被保険者→第3号被保険者	種別変更届	必要
扶養者の離職などにより、会社員や公務員に扶養される配偶者でなくなったとき	第3号被保険者→第1号被保険者	種別変更届	不要
本人が会社員や公務員として勤めたことにより、扶養される配偶者でなくなったとき	第3号被保険者→第2号被保険者	種別変更届	不要
扶養者の転職などにより、加入する厚生年金や共済年金が変わった人、再加入の手続きがあった人の配偶者となったとき	第3号被保険者→第3号被保険者	種別変更届	必要

会社員や公務員に扶養される

配偶者になった場合や既に第三号被保険者になっている人の配偶者が、例えば公務員から企業の会社員に転職して共済年金から厚生年金へと加入種別が変わった場合など、二十歳以上六十歳未満の人は手続きが必要です。

これは、住所地の市区町村役場に国民年金被保険者資格取得・種別変更・種別確認(第三号被保険者)届書と言われるものです。届出をしなければ、第三号被保険者の資格を得たり、継続することはできません。

届出をする場合は、配偶者の健康保険被保険者証及び年金手帳等が必要となります。なお、第三号被保険者の届出が遅れた場合は、原則として、第三号被保険者該当期間のうち直近二年までの期間は遡及して国民年金の保険料納付期間に算入されますが、それ以前の期間は算入されません。

保険料については、配偶者の属する被用者年金制度全体が負担することになるため、第三号被保険者本人が保険料を直接納める必要はありません。

【国民年金のお問い合わせは、役場国民年金担当窓口へ】

☎二七二一〇〇

### マイホーム資金は年金住宅融資で

◆申込みできる方

厚生年金保険に三年以上加入している方。

◆使い道

住宅の新築や購入、リフォーム資金。

◆受付期間

平成十三年一月二十二日(月)から

平成十三年三月二十三日(金)まで。

◆融資利率

年二・七二％。

(年金バリアフリー住宅の場合)

◆お問い合わせは

社団法人 青森県厚生年金勤労者住宅協会

(電話)〇一七二七三二二〇七七)

### 住宅金融公庫からのお知らせ

住宅金融公庫の住宅ローンをご返済中で、最近不況に伴う失業や収入の減少などで返済にお困りの方に対しては、次のような返済方法の変更を実施しています。

- 一 返済期間の延長(最長十年)
- 二 元金据置期間の設立(最長三年)
- 三 元金据置期間中の金利引き下げ

お取扱いは期間は、平成十四年三月末までです。

詳細については、住宅金融公庫東北支店(電話)〇二二二二七二一五〇〇三)又はご返済中の金融機関の相談コーナーまで。



題「かがみもち」

天位 かがみもちみかんをのせてゆめのせて

6年南 将 俊 くん

●佳作

おおきくはやくたべたいかがみもち  
かがみもちおもちがふたつにだんばら  
かがみもちさんだんばらのおれのはら  
かがみもちみかんをとれば雪だるま  
かがみもちみてるとなんだかはらがへる  
もちだるまみかんのほうしかぶつてる  
まつ白なざぶとんにすわるみかんさん  
お父さんおなかの肉がかがみもち  
かがみもちはしっこ少しかけてるぞ  
かがみもちうえのおもちをだれ食べた  
かがみもち今年のけんこうはらの中  
かがみもち自分の顔がうつるかな  
かがみもちにだんのつてふたごもち  
かがみもちおそなおわつてピザにする  
かがみもち上のみかんが香ってる  
かがみもちプレゼントならちよいしょック  
正月はかがみもちよりお年玉  
かがみもちみかんどうゆう仲なんだ  
かがみもち目とはなつけてゆきだるま  
つくろうよアリも小さなかがみもち

1年 細谷 功一  
5年 山舘 康代  
5年 青木 彬  
4年 大宮由紀子  
1年 八戸 早織  
2年 山谷暁希奈  
6年 南 将俊  
5年 八戸有佳李  
5年 稲葉 夕菜  
6年 高田 圭介  
5年 稲葉 絢美  
5年 松本駿太郎  
5年 小 鹿 裕也  
6年 森 千佳子  
6年 稲葉 夕菜  
6年 森 千佳子  
6年 森 千佳子  
5年 三浦 正嗣  
5年 大川 千景  
6年 高木 美佳

●五客

☆人位  
☆地位



選評 おがじょうき川柳社 八戸むさしさん

ええつと、これからみなさんの句をえらぶことになりました。  
202句あつまつたけど、いつもより少なくえらんじやった。  
だって、おもしろいの少なかつたんだもん。おじさんをどつきりさせ  
るような、たのしいのや、きれいなを出してちょうだい。おもしろい  
句をまつてるからね。

人位

きれいにまとまりました。同じようなのに大宮由紀子さんの句  
があります、千景さんの句に元気があります。

地位

アリスさんがつくるかがみもちって、かわいいだろうな。こんな、  
だれも考えないような句がおじさん大すきです。

天位

へえ、かがみもちのみかんって夢(ゆめ)だったんだ。将俊く  
んの21せいきの夢のはなし、おじさんきいてみたいな。

テレホンガイド

- 役 場 27-2111 よもぎ温泉 27-2170 ●
- FAX 27-3255 中央公民館 27-2076
- 教育委員会 31-3111 保 育 所 27-2180
- FAX 31-3112 幼 稚 園 27-2042
- ふるさと総合センター 31-3200 小 学 校 27-2069
- トレセン 27-3010 中 学 校 27-2038
- たままつ海の情報館 社会福祉協議会 27-2828
- 31-3061 マルシェよもぎた31-3040 ●

3 MARCH

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



3月行事予定表

開催日	曜日	行 事 名	場 所	時 間	担 当
3/5	月	書道教室	中 央 公 民 館	13:30	中 央 公 民 館
7	水	陶芸教室	ふるさと総合センター	9:00	"
12	月	書道教室	中 央 公 民 館	13:30	"
14	水	陶芸教室	ふるさと総合センター	9:00	"
"	"	蓬田中学校卒業式	蓬 田 中 学 校		
19	月	書道教室	中 央 公 民 館	13:30	中 央 公 民 館
21	水	陶芸教室	ふるさと総合センター	9:00	"
22	木	日本脳炎ワクチン	蓬 田 診 療 所	13:00	蓬 田 診 療 所
23	金	蓬田小学校卒業式	蓬 田 小 学 校		
26	月	書道教室	中 央 公 民 館	13:30	中 央 公 民 館
28	水	陶芸教室	ふるさと総合センター	9:00	"

# 戸籍の窓



## 人口と世帯数

(1月31日現在)

総人口 3,668人

男 1,743人

女 1,925人

世帯数 1,094世帯

## 1月受付分

お誕生日おめでとうございます

坂本 美亜 (孝 磨 二女  
和 美)

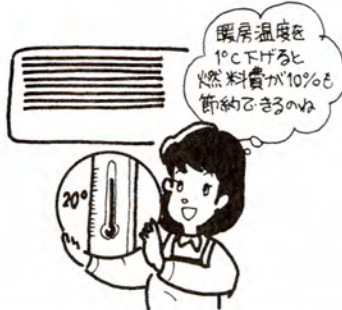
中川 智敦 (孝 治 二男  
めぐみ)

## おくやみ申し上げます

越田三之吉(瀬 辺 地 88歳)

青木 由雄(阿弥陀川 91歳)

山館 くり(瀬 辺 地 78歳)



# ありがとう 除雪ボランティア



2月11日(日)、除雪ボランティアが村内各地で行われました。この日は村建築組合と村商工会建設業部会が主体となり、関係者20名が参加、1人暮らしのお年寄りの家など7軒の屋根の雪下ろしをしました。

一段と寒さの増したこの日、参加者は寒さも忘れ汗だくになりながら雪下ろしに精を出しました。又、雪下ろしをしてもらった家は一安心と胸をなで下ろし感謝していました。

ボランティアご苦労さまでした。



ふるさと総合センターで立派なつららをみつけた。もう少しで地面に届きそうです。今年の冬の寒さを物語ってますね。

# みつけた

# 141