



蓬田村幼稚園豆まき

2月3日(木)、蓬田幼稚園の園児13人が役場を訪れ、豆まきをしました。

園児は、鬼の面をつけた役場職員に「鬼は外、福は内」と大きな声で豆をぶつけていました。

おもな内容

蓬田村豪雪対策本部設置	P 2
蓬田村消防団出初め式	P 3
むらのできごとあれこれ	P 4～5
児童川柳	P 7
お知らせ情報局	P 8～9

蓬田村豪雪対策本部設置



一人暮らしの老人の家を除雪する職員



村では、2月7日（月）に古川村長を本部長として「蓬田村豪雪対策本部」を設置しました。

これは、村内の雪害防止のための情報収集と村民への迅速な情報提供を行うために設置したものです。

また、村職員や蓬田中学校生徒、民生委員等がボランティアで一人暮らしの老人の家や、公民館、駅、スクールバス停の周辺などの除雪作業をしました。



役場玄関に設置された看板

蓬田村消防団出初め式



2月6日（日）、蓬田村消防団出初め式が行われました。

朝7時30分のサイレンで農協米倉庫前に集合した団員140名は、佐藤信彦副団長の指揮のもと、古川村長や久慈村議会議長の検閲を受け、役場まで分列行進を行いました。

会場を役場に移した後、機械器具点検を行いました。その後、優良分団として、第8分団（高根）が表彰されました。

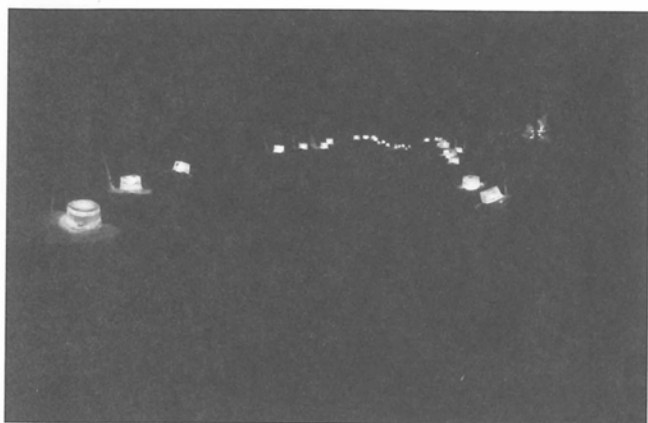
木戸鐵雄団長の訓辞、古川村長あいさつ、来賓祝辞があり、団員は災害から住民の生命、財産を守るため決意を新たにしました。



優良分団で表彰された第8分団



機械器具点検をする消防団員



広瀬八幡宮に 氷雪灯ろう

広瀬子ども会は、広瀬子ども会育成会と広瀬母親クラブの協力のもと、広瀬竜神様の橋付近から八幡宮まで氷雪灯ろうを100基作り、12月31日、夜11時頃にあかりが点されました。

これは、子供達に昔からの初詣の心を伝え、初詣へ楽しく出向く事の出来ることを目的に作成したそうです。



1月30日(日)、蓬田村ふるさと総合センターにおいて村商工会青年部主催の第4回蓬田村村民トランプ大会が開催されました。

大会は、ゴニンカンを蓬田村トランプルールで行われ、村内の参加者45人が優勝を目指し白熱したゲームが繰り広げられました。

入賞者は次のとおりです。(敬称略)

- 1位 中村真一 (蓬田)
- 2位 工藤俊久 (中沢)
- 3位 稲葉孝太郎 (阿弥陀川)
- 4位 青木豊治 (阿弥陀川)
- 5位 乳井与一 (蓬田)

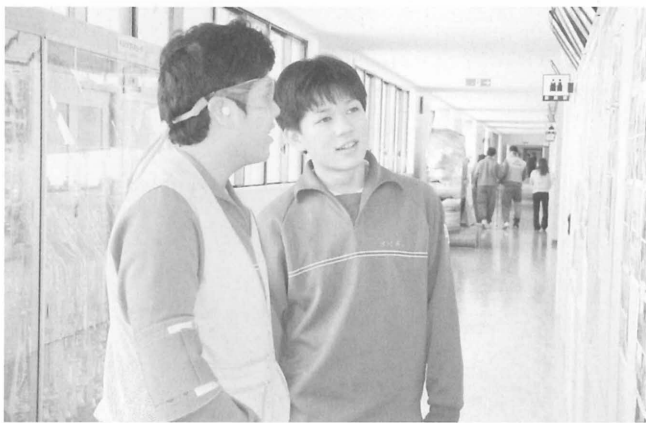
第4回蓬田村 村民トランプ大会

1月27日（木）幼児安全講習会が日本赤十字社青森県支部の講師を招き、ふるさと総合センターにおいて開催されました。

今年のテーマは幼児の救命蘇生法です。村内の幼児を持つお母さんや子育てサークルのお母さん達12名が参加し、いざという時のために心肺蘇生訓練人形などを使って心肺蘇生法の正しい知識を学びました。



幼児安全講習会開催

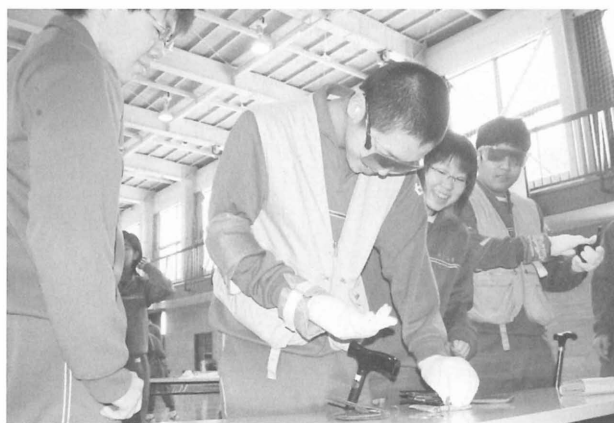


高齢者疑似体験

1月26日（水）、蓬田中学校において高齢者疑似体験が行われました。

浦島太郎セット（耳栓、眼鏡、サポーター、おもり等）を身につけ、校内を一回りしたり、電話帳で自宅の番号を調べ、実際にかけてみると高齢者のような感覚を体験しました。

体験した生徒は、「お年寄りの大変さがよくわかった。これからはもっとお年寄りを大切に、すすんで助けていきたい」と感想を話していました。



毎日の雪片づけ作業ご苦労様です。元気で長生きできる蓬田村をめざし、昨年皆さんに紹介してきた健康づくり運動計画「健康よもぎた21」栄養・食生活の領域では、改善の手だての一つとして広報誌で健康食について皆さんにお知らせする事を約束しておりました。そこで、1月から行なっている生活習慣病予防教室で調理する様々な健康食レシピについて何回か紹介していきたいと思えます。健康食のテーマは次の4つです。

- ① 肥満予防の食事について
 - ② 血液サラサラの食事について
 - ③ うす味の食事について
 - ④ 食物繊維たっぷりの食事について
- 今回は、1月28日に行った①肥満予防の食事について皆さんに紹介します。

~~~~~

## ▶～肥満予防の食事レシピ～◀

### 【ゆで豚の大根おろし添え（4人分）】

#### 〈材料〉

- ・豚もも肉す切り 240g → 肉に酒をかけておく
- ・貝割れ大根 1パック → 根もとを切る
- ・トマト 120g → くし型に切る

#### 〈調味料〉

- ・酒 大さじ2
- ・たれ
  - しょうが 20g → みじん切り
  - 大根 200g → すりおろしてざるにのせ水気を切る
- しょうゆ 大さじ1と1/2弱
- レモン汁 20g

#### 〈作り方〉

- ①沸騰したお湯に肉を一枚ずつ広げながら入れてゆで、冷水にとり、冷めたらざるに上げて水気を切る。1枚を1口大に切る。
- ②しょうが、大根、しょうゆ、レモン汁を混ぜ合わせてたれをつくる。
- ③器に貝割れ大根を敷き、上に豚肉を盛り②をかけ、トマトを添える。

### 【とーふとシメジのとろみスープ（4人分）】

#### 〈材料〉

- ・絹ごし豆腐 1/2丁 → 1cm×4cmの短冊切りにする
- ・ぶなしめじ 1パック → 石づきをとり小さく分ける
- ・片栗粉 大さじ1と1/3 → 大さじ3の水でとく

#### 〈調味料〉

- ・固形コンソメ 1個 水 2カップと2/5
- ・酒 大さじ1 ・しょうゆ 小さじ1強
- ・こしょう 少々

#### 〈作り方〉

- ・鍋に水、コンソメ、酒を入れて温め、豆腐、シメジを加え一煮立ちさせ調味する。水とき片栗粉でとろみをつける。

### 【1人分の栄養価】

- ・エネルギー 457カロリー
- ・脂質 8.4g
- ・蛋白質 24.0g
- ・塩分 2.4g

### 【ブロッコリーのヨーグルト和え（4人分）】

#### 〈材料〉

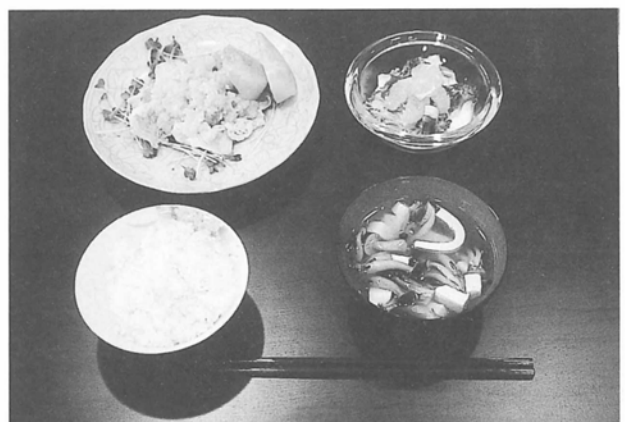
- ・ブロッコリー 240g → 小房に分けてゆでる
- ・みかん 120g → 小袋から出す

#### 〈調味料〉

- ・ソース
  - マヨネーズ 大さじ1強
  - プレーンヨーグルト 80g
  - 塩 少々

#### 〈作り方〉

- ・マヨネーズ、ヨーグルト、塩を合わせてソースをつくりブロッコリーを和える。上にミカンを飾る。



肥満は「死の四重奏（肥満・高脂血症・高血圧・糖尿病）のベース奏者」と言われ、その他の様々な健康障害の原因にもなります。人生80年代自分のやりたい事ができる健康と活力を保持して豊に生き抜きたいですね。

題「穴」



おかじょうき  
川柳社  
八戸  
むさしさん

選評

315句というすごい数の川柳が集まりました。ありがとうございます。絵の入ったのもあって楽しかった。多かったのが「穴の中に宝物がある」という句。ふむふむ…。

人位 人間はいろんな目的があって穴を掘ります。「秘密の物」をかくすのは昔からありました。でも「秘密の話」をかくすのは舞子さんだけかな？

地位 慶仁くん、よく気がついたね。心にはいろんな穴があるんだよね。人間はそれをふさいだり、違う穴をあけたりでいそがしいんだ。「心には」を「心にも」にしたらどうなるのかな？

天位 この句はリズムがいい。発想がいい。みんなでドーナツの落とし穴を作るのは楽しいだろうな。

☆人位  
☆地位

心には穴があるからふさごうよ  
あなほってひみつの話かくしたよ

そらたかくあなをみつけたなんのあな  
冬の空穴があいたらもう春だ

●五客

ありのあなたいせつそうにつかっている  
あなのなかあさはもぐらもいそがしい  
おとしあなおちたらそこは未来都市

わたしのおいばれきんぎょ穴の中  
穴の中生き物たちのマンションだ  
おとしあないつもみんながはまっている

穴をほるタイムカプセルうめてみる  
あなのなかよもぎたむらがあったぞう  
穴ほって未来へ続く道つくる

●佳作

落とし穴作った自分が落ちている  
落とし穴作った人がむかつくよ  
昨日まであったかまくらとけっちゃった

天位 5年 木浪 柚香さん  
おとしあなみんなできつくるドーナツ

|    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 5年 | 4年 | 4年 | 1年 | 5年 | 1年 | 2年 | 6年 | 5年 | 6年 | 1年 | 4年 | 5年 | 4年 | 6年 | 1年 | 2年 | 2年 | 3年 | 4年 | 5年 | 5年 |
| 細谷 | 古川 | 福士 | 小松 | 八戸 | 清水 | 寺田 | 森田 | 久慈 | 田中 | 吉本 | 坂本 | 稲葉 | 青木 | 細谷 | 高田 | 小川 | 坂本 | 木浪 | 佐井 | 山館 | 大川 |
| 慶仁 | 舞子 | 辰将 | 愛可 | 孝聡 | 梨央 | 美理 | 円花 | 円佳 | 里佳 | 小沙 | 麻織 | 衣和 | 奈和 | 幹ひ | より | 護央 | 夢叶 | 麻里 | 千香 | 祐晶 | 千也 |

ミシェールの日記



今月は、アメリカと日本の文化の違いについて書きたいと思います。2月14日はバレンタイン・デイです。日本では、この日に女の子の人が男の人にチョコレートをあげることになっています。このことを初めて聞いた時は、私はちょっとびっくりしました。アメリカでは、バレンタイン・デイはとても違います。義理チョコがありません。2月14日、女の子でも男の子でもどちらからでもチョコレートをあげることが出来ます。そして、恋人と友達と親類にあげればいいです。それも、チョコレート以外に色々なものをあげます。例えば、私の小さい頃は、両親からキャンディとかプレゼントとか貰いました。アメリカでのバレンタイン・デイのテーマは愛です。カップルはデートします。男の子は女の子の人に花をあげて、外食して、映画やコンサートなどを見たりします。

2月14日のことを英語では「Happy Valentine's Day」と言います。愛する人に「I Love you」と言えます。アメリカでのバレンタイン・デイは義務ではないので、3月14日のホワイト・デイはありません。

# お知らせ

## 情 報 局

### 4月から国民年金保険料 が変わります

国民年金保険料  
(平成17年4月～18年3月)  
一ヶ月分 13,580円  
一年分 162,960円

### 若年者納付猶予制度 が新設されます

これまでは所得の少ない30歳未満の方が所得の多い世帯主と同居していることで、免除に該当しない場合があります。

30歳未満の年金受給権を確保するために、同居している世帯主の所得と関係なく、本人及び配偶者の前年の所得が基準額(全額免除基準)以下であれば、国民年金保険料の納付が猶予さ

れる制度が新設されます。  
▽承認されると

○納付猶予期間中に、障害、死亡などの不慮の事故にあった場合は、一定の要件を満たせば、障害基礎年金、遺族基礎年金を受給することができず。

○将来老齢基礎年金を受給するために必要な期間として扱われます。

○納付猶予期間から10年以内であればさかのぼって納めることができます。

将来受給する老齢基礎年金の年金額を増やしたい方は、ぜひ追納をご利用ください。

※ただし、2年を過ぎた保険料には加算金が増えさせていただきます。

### 問い合わせ

青森社会保険事務所  
☎017-734-7490  
役場住民生活課  
☎27-2111

### 水道料金値上げ

蓬田村簡易水道使用料金が値上げされます。

平成17年4月1日から平成18年3月31日までの使用料金は、基本料金が1㎡に

つき30円値上げされ左記料金表のとおりとなります。利用者のみなさまのご理解をいただきますようお願い致します。

### 問い合わせ

役場産業振興課  
☎27-2111

### ◎蓬田村簡易水道事業料金表

| 料 金<br>用 途 | 使用料 (1ヶ月につき、消費税別) |        |                 |             |
|------------|-------------------|--------|-----------------|-------------|
|            | 基本水量              | 基本料金   | 超過料金<br>(1㎡につき) | メーター<br>使用料 |
| 一 般 用      | 10㎡               | 1,900円 | 130円            | 100円        |
| 営 農 用      | 10㎡               | 1,900円 | 130円            | 300円        |
| 工 業 用      | 50㎡               | 9,500円 | 130円            | 1,000円      |
| 臨 時 用      | 10㎡               | 2,800円 | 220円            | 500円        |

## 自衛官募集

### ○種 目

幹部候補生

(一般・技術、歯科・薬剤科)

### ○概 要

・幹部候補生(一般・技術)部隊の指揮官となる幹部自衛官を養成

・幹部候補生(歯科・薬剤士科)

・免許取得者を採用

○応募資格(男女)

※17年4月1日現在の年齢  
・幹部候補生(一般・技術) 大学卒業程度の学力を有し20歳以上26歳未満、大学院修士課程修了者(見込み)は、28歳未満

・幹部候補生(歯科・薬剤士科) 専門の大卒30歳未満(薬剤科は26歳未満、薬学修士取得者は28歳未満)

○受付期間

平成17年4月上旬～5月上旬

○試験期間

平成17年5月上旬

問い合わせ

自衛隊青森地方連絡部  
青森募集案内所  
☎017-783-2995

## 引越しをされる 皆さんへ

自動車税の納税通知書は、原則として自動車検査証に記載されている住所にお送りすることとなります。引越し等で住所が変わったときには、運輸支局等において住所の変更登録の手続きが必要となります。

すぐに変更登録が出来ない場合は、村役場の窓口へ備え付けの専用はがき等により県税事務所にご連絡いただければ、納税通知書を新しい住所にお送りすることが出来ます。

また、県税インフォメーションの中の「自動車税住所変更届」からも、自動車税の住所変更の届出をすることが出来ます。事務処理の都合上、4月上旬までに御連絡をお願いします。

### 問い合わせ

▽県税インフォメーション  
<http://www.pref.aomori.jp/zei/mw/>

青森県税事務所課税第三課  
☎017-734-9974



# BCG予防接種が変わります

## BCG予防接種のどこが変わるの？

結核予防法の一部改正に伴い平成17年4月1日からBCG予防接種は生後6ヶ月以内に接種しなければならなくなりました。今までの4歳未満からの年齢の引き下げられたことにより、平成17年4月にはBCG予防接種が受けられない子どもが出てくる可能性があります。BCG予防接種は、幼児期に1回の接種機会しかなく、これ以降は接種する機会がありません。

そのため、村では3月中にまだBCG予防接種未実施の子どもに臨時的に接種する事を検討（日程は未定）しています。4月以降は年4回とBCG予防接種機会を増やす予定です。予防接種の対象になる方へは個別に通知をしていく予定ですのでご理解ご協力をお願いします。

※BCG・その他の予防接種に関するお問い合わせは役場住民生活課健康班（TEL27-2111）までお願いします。

| これからのBCG                                                  | 今までのBCG                                 |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| ○対象年齢<br>生後6ヶ月未満までにBCG接種。<br>※生後6ヶ月を過ぎてまだ未接種の方は任意接種となります。 | ●対象年齢<br>1歳～4歳までにツベルクリン反応検査陰性の場合にBCG接種。 |

## 3月行事予定表

| 開催日 | 曜日 | 行 事 名    | 場 所        | 時 間   | 担 当   |
|-----|----|----------|------------|-------|-------|
| 3/2 | 水  | 陶芸教室     | ふるさと総合センター | 9:00  | 教育委員会 |
| 7   | 月  | 書道教室     | 中央公民館      | 13:30 | 〃     |
| 9   | 水  | 陶芸教室     | ふるさと総合センター | 9:00  | 〃     |
| 14  | 月  | 書道教室     | 中央公民館      | 13:30 | 教育委員会 |
| 15  | 火  | 蓬田中学校卒業式 | 蓬田中学校      |       |       |
| 16  | 水  | 陶芸教室     | ふるさと総合センター | 9:00  | 〃     |
| 18  | 金  | 蓬田幼稚園卒園式 | 蓬田保育所ホール   |       |       |
| 23  | 水  | 陶芸教室     | ふるさと総合センター | 9:00  | 〃     |
|     |    | 蓬田小学校卒業式 | 蓬田小学校      |       |       |
| 28  | 月  | 書道教室     | 中央公民館      | 13:30 | 〃     |
|     |    | 蓬田保育所終了式 | 蓬田保育所ホール   |       |       |
| 30  | 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 | 前月比  |
|-----|---------|------|
| 総人口 | 3,510人  | (-2) |
| 男   | 1,671人  | (+1) |
| 女   | 1,839人  | (-3) |
| 世帯数 | 1,097世帯 | (+4) |

## 1月受付分

### ご結婚おめでとうございます

(坂本 真吾 (長 科)  
亀田 夕子 (平内 町))

### おくやみ申し上げます

工藤 キヨ (中 沢 85歳)  
泉谷 きぬ (長 科 85歳)  
八幡 政秀 (広 瀬 76歳)  
柿崎きみゑ (広 瀬 71歳)  
八幡 精治 (高 根 47歳)  
稲葉幸治郎 (高 根 93歳)



## 今月の納税

平成16年度固定資産税、村民税・  
県民税、軽自動車税、国民健康保  
険税の納入を忘れていませんか。

もう一度確認しましょう

役場総務課 税務係  
電話 27-2111 内線 220,222

## 広報よもぎた

平成17年3月発行 通巻347号  
編集発行 蓬田村総務課企画班  
〒030-1211  
青森県東津軽郡蓬田村蓬田汐越1-3  
TEL 0174-27-2111  
FAX 0174-27-3255  
<http://www.yomogitamura.com/>  
印刷：青森コロン印刷

## 蓬田村体育協会長杯 ラケットテニス春季大会開催のお知らせ

と き 平成17年4月～6月(3ヶ月)  
期間毎週木曜日 午後7時から午後9時まで  
と ころ 蓬田村農業者トレーニングセンター  
種 目 ラケットテニス  
ダブルスリーグ戦方式  
・3組を1チームとしいくつかのチームを編成。  
・総当たり戦を行います。  
(組は女子同士か男女混合による。男子同士は不可)  
対 象 一般住民(子どもから大人まで)  
保険加入 なし  
そ の 他 当日は、運動しやすい服装、屋内用シューズ、  
タオルを持参してください。  
(道具は事務局で準備します。)



問い合わせ先  
蓬田村教育委員会  
社会教育班 遠田一仁  
電話 31-3111

## 県内の交通事故概況

青森県交通対策協議会

|    | 1月中             | 年累計             | 死者の<br>状態 | 飲酒運転による死者                 | 2人<br>(+2)          |            |
|----|-----------------|-----------------|-----------|---------------------------|---------------------|------------|
| 発生 | 850件<br>(+77)   | 850件<br>(+77)   |           | シートベルト                    | 高齢者の死者<br>～65歳以上の人～ | 1人<br>(-1) |
|    |                 |                 |           |                           | 自動車乗車中の死者           | 4人<br>(+2) |
| 死者 | 5人<br>(-2)      | 5人<br>(-2)      |           |                           | 非着用死者               | 2人<br>(0)  |
| 傷者 | 1102人<br>(+100) | 1102人<br>(+100) |           | 着用していれば助<br>かったと思われる<br>人 | 0人<br>(-2)          |            |

※( )内は前年比。累計は1月から。速報値のため後日変更することがあります。

## 傘松川柳同好会

学童の夢を抱える新校舎  
好物を並べて待つてる子の  
帰青 清乃  
おれおれだ孫が可愛い振り  
込んだ 森勝  
愛の鞭手加減忘れた親がい  
る 年 栄  
大卒の溺愛息子職がない  
悦子  
お年玉愛しい孫に自腹切る  
国代  
夕焼けを高く見せたい肩車  
勝美  
ゴシゴシと頭を拭いてくれ  
る夫 啓子  
川の字に寝れる幸せ愛の歌  
勝子  
突き放し唇かんで子信じ  
鎌田