

- 福祉と健康まつりから……………2～3
- シニア洋上セミナー……………4～5
- 秋季火防演習・グランドゴルフ大会……6
- 川柳北緯41' /……………7
- 保健コーナー……………8
- お知らせ……………9～10
- み～つけた/行事予定……………11
- けつばる蓬田人/戸籍の窓口……………12

広報

よききた



飯蛸豊漁、タコスミ料理はおつな味!

11月
1994

暑い暑いと騒いだが天地の運行にはいささかの狂いもない。このことは昔の人ほど実感していた。台風の当り年といわれる。「野分にまたの日こそ、いみじうあはれにをかしけれ」と清少納言は台風のある朝の情景をおもしろがった。紅(黄)葉三点セットは青空、雪、もみじだという。「林間に酒を煖めて紅葉を焼く、石上に詩を題して緑苔を掃ふ」(白氏文集)で、苔の緑が加わって更に佳景となる。又、間もなく時雨がくる、山頭火は「うしろ姿のしぐれてゆくか」と自嘲もしたが、「雨ふるふるさとをはだして歩く」「しぐるるや道は一すじ」と愚に生き抜いた。

ここに豊作を喜び、月の異名にこだわり、霜月、霜降月露ごもりの葉月、神楽月、雪見月、雪待月、神帰月と辞書から拾い書きする。



と健康まつり

第一回福祉と健康まつりが「ふれあう福祉・めざせ健康」をスローガンに十月二十一日から二十二日の二日間、村農業者トレーニングセンターにおいて開催され大勢の人が会場を訪れ賑わいました。

初日は、ボランティア講座が行われ県福祉人材センター所長、朝井達雄氏と同センター主任・福祉人材指導員、松浦万里子氏の講義がありました。午後からは、映画「私を抱いてそしてキスして」と「パッチンして！おばあち





第1回 福祉



「やん」が上映されました。また、展示会場では介護用品の実演や歯科保健、食生活改善、機能訓練教室作品展示、はまなすの会作品展示、健康相談の他たくさんのコーナーが設置されました。

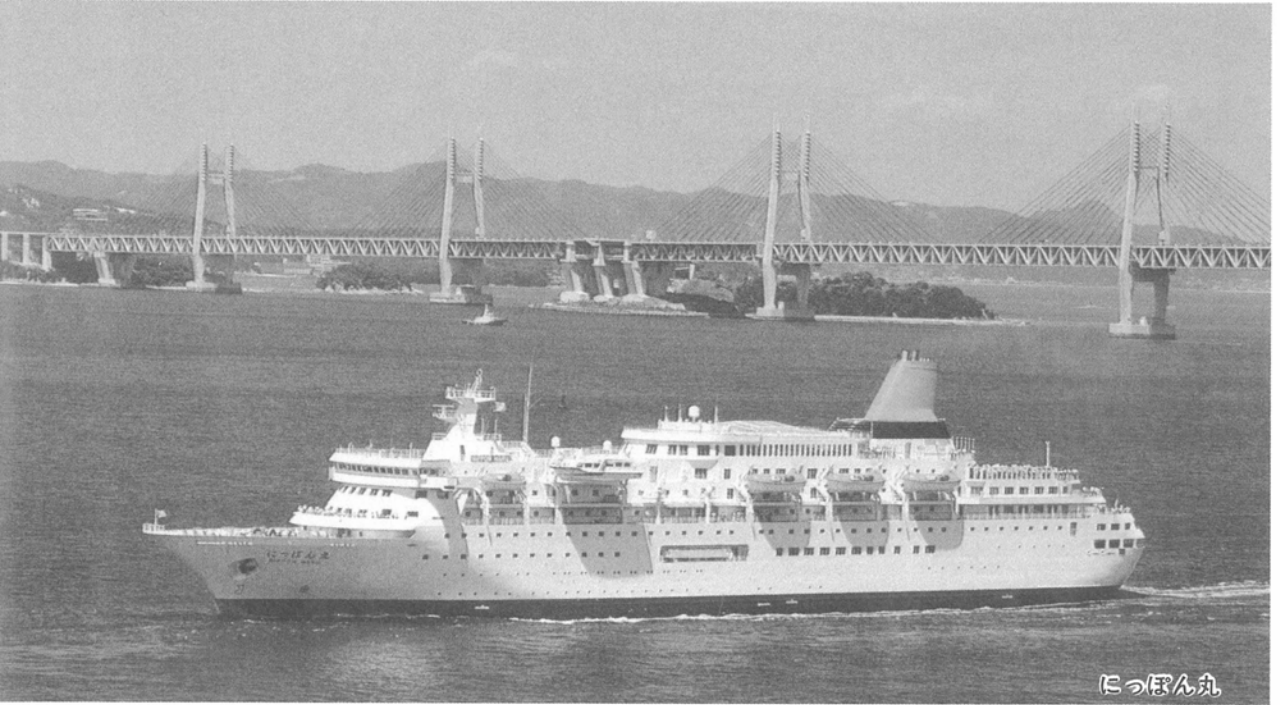
二日目は、蟹田病院院長齋藤吉春氏が「なぜ検診は必要なのか」と題し講演。ひきつづき「検診の受診率向上をめざして」をテーマにシンポジウムが行われ、検診状況や検診受診勧奨の取組等の報告がされました。



午後からは女優であり冒険家でもある和泉雅子さんを招き「笑ってよ北極点」と題し講演がありました。マイナス40度の世界や失敗談、冒険家としての体験談。ユーモアを交えながらのお話に参加者は熱心に聞き入っていました。

第4回

シニア洋上セミナー



にっぽん丸

シニア洋上セミナーに参加して

坂本清江(中沢)



(左から1人目が坂本さん)

れあいの旅 いったらっしやい」の大きな横断幕が掲げられ、日の丸と県旗が振られ、私達はデッキより七色のテープを投げ、それは心に残る美しい光景でした。

ドラの鐘、花火を合図に出航致しました。

好天に恵まれ、船からの夕日がすばらしくきれいでした。夕食は、豪華な和洋食が次から次と運ばれ、すばらしい料理でした。同席に蓬田の事を知った保健婦さんがいろいろと話掛けて下さり大変うれしかった。夜は八戸の方と個室となり、部屋は船とは思われないほど立派でした。

六日の朝、甲板に於いて、全員の体操が始まり、朝食、その日の行事、講話、講演、シニア主張大会等があり、いきいき講座では六つの部門に分かれており、私は健康講座に参加致しました。

保健婦さんからは日常生活の注意、食生活についての発表があり、県病の福士先生から「ガン予防について」と今

出回っている健康食品について

あおもり洋上シニアセミナーが九月五日より八日の日程で行われ、村行政の配慮の陰で参加できました。

五日の十四時、堤埠頭で受けが始まり、日本丸に乗船、出航式が四階のメインホールに於いて行われ、参加団員三百余名でホールは一杯になりました。

県知事から「交流を深め、セミナーでよい体験を」と挨拶があり、来賓の祝辞等がありました。

村長さんも出席下さり、励ましの言葉をいただき有難うございました。

出航の際、岸壁にはたくさん

てのスライド説明があり、大変勉強になりました。

夜、組毎に行うフェスティバルでは、私達の組三十数名で「ドダレバチサンバ」を踊ることになり、知らぬ同志が少しの時間でしたが汗を流して練習しました。これが本当の人間の和、ふれあいなんだと感激いたしました。また、男の方も一生懸命でした。

七日、予定より早めに東京晴海埠頭に到着し、バス八台に分乗、国立歴史民俗博物館を見学、歴史学、考古学、民俗学等の資料が収集・保管・展示され、国立だけに立派な

博物館でした。

四時頃、ハワイアンセンターに到着、記念写真を撮り、夜は歌に舞踊、色々な出し物に笑いながらの楽しい一泊でした。

八日、あぶくま洞を見学、新幹線で盛岡に到着、別れを惜しみ、各地域毎にバスに分乗、帰路につきました。

恵まれた住み良い蓬田に住み、今年喜寿を迎えた私にとって、素晴らしい体験になり、大きな実りのあった三泊四日の洋上セミナー、本当にありがとうございました。

洋上セミナーに参加して

赤平ヤチヨ(阿弥陀川)

に思っています。

九月五日から八日まで三泊四日の日程で青森県長寿社会振興財団主催のシニア洋上セミナーに参加できた事を幸せ

九月五日十三時三十分青森堤埠頭で受付を終え日本丸に乗船する。想像以上の大きさと豪華さに感激の第一歩を踏みしめる。十五時四階メイン

ホールで出航式、団員三百四十名(一班に十二名、十三名三つの班が一组となり八組二十四班の編成)県内各市町村長(八戸良次郎村長出席)多数出席し行われる。北村団長の「県内外の新しい友人と交流を深め、セミナーでの体験

(右から1人目が赤平さん)



をさまざまな社会活動に生かして下さい。」と挨拶。団員を代表して決意が述べられ、男女の最高齢者に花束が送られる等、式は終わる。十六時

よいよ青森港を出航。団員全員に二個ずつ紙テープが渡され、見送りの方々の手へと。どらの音を合図に花火が打ち上げられ、見送りの方々と五色のテープが延々と続く中をゆっくりと出航する日本丸。

あの日と感動は今もなお脳裏に深く焼き付いています。思い出の一ページになることでしょう。船内に戻り、オリエンテーション、組別会議、交換交流会等で団員相互の交流を図るためにも一つ一つのスケジュールをクリアする。

や復元模型等五つの展示室があった。三内丸山遺跡も将来このようになるかと想像した程です。

十九時夕食でホッと一息。豪華なフランス料理に舌つづみ。食事制限されている私にとって全部食べられなかったのが心残りでもあった。夕食後のふれあいタイムを終え、二十

いきいき講座では「健康講座」に参加し、県立中央病院内視鏡部長福士道夫先生により、沢山のスライドの説明と保健婦さんより資料をいただき、蓬田村でも度々開催されているので、とても参考になりました。船上フェスティバルでの各組毎の出し物発表では皆さん若返り、メインホールは笑い声が何時までも響いていました。洋上最後の夜、大浴場に入浴する。洋上とは思えない八階建て、ホテルの様な感じでゆっくりと体を暖められました。

旅の最後の宿ハワイアンズ温泉では、アロハに着替えてくつろぐ。夕食、交流、副団長挨拶。三日目、初めのぎこちなさもなくなり、皆昔からの友人の様に語り合い、年齢差も感じない程自然に交流ができ、一つ大きな輪となったようでした。

二時就寝。少し興奮ぎみでもあったが、まもなく深い眠りに入る。

九月六日、五時波おだやか。美しい日の出。六時起床で二日目が始まる。団長講話「豊かな県土づくりをめざして」に続いて、青森県信用保証協会々長藤川直迪氏の「県

そして勇気と自信を与えていただきました。これからは孤独にならず、健康に気をつけて、人生を明るく過ごしていこうと思っています。このセミナーが今後も続けられることを願っています。

九月七日、日本丸で最後の朝食を終え、八時三十分東京晴海埠頭に到着下船し、ハトバス八台に分乗、福島県いわき湯本ホテルハワイアンズ温泉へ、国立歴史民俗博物館見学する。原始古代から近代に至る歴史と民俗の実物・資料

最後にになりましたが、このたびのシニア洋上セミナー参加にあたり、いろいろと御配慮下さった関係者の皆様深く感謝いたすと共に厚くお礼を申し上げます。自分にとつ

とでも勉強になりました。

健康づくり グランドゴルフと ホームラン大会



“スポーツの秋”健康づくり事業の一環として村体育協会（八幡敏雄会長）は、第2回グランドゴルフ大会とホームラン大会を10月23日（日）、玉松台スポーツガーデン野球場において開催しました。

野球場内にはグランドゴルフの8ホールのコースがセットされ、9時からの競技には子供から高齢者までおよそ60名が参加しました。ゲームのルールは基本的にゴルフと同じで8ホールのコースを回り打数の合計が、いかに少ないかを競います。5～6名のグループでコースに出るとあちらこちらから掛け声や歓声が上がり、参加者は屋外でのゲームを満喫していました。

結果は坂本三千男（中沢）さんが第一位に輝きました。

引き続き、ホームラン大会が行われ、両翼97メートルのフェンス越えホームランに、中学生から成人まで約30名が挑戦しました。

バッティングマシンから次々に飛び出す球を、フェンスめがけ力いっぱいバットを振り切っていましたが、ホームランは残念ながら昨年に続き出ず終いでした。

蓬田野球場はオープン以来、ホームランが1本も出ていません。97メートルは遠い。あなたも挑戦して見ませんか。



秋季火防演習



10月16日（日）村消防団（吉田初男団長）の秋季火防演習が実施されました。

訓練は、午前八時三十分から、「瀬辺地地区より火災発生」の想定で行われサイレンを合図に各分団からポンプ自動車が出動しました。

現場では管下分団長指揮のもと団員はポンプ車を誘導、ホース管の中継から放水と、きびきびした行動で実践さながらに行われ、日頃からの訓練が遺憾なく発揮されました。演習は、服装の検閲や分列行進の後、講評を高田重義副団長、訓示を吉田初男団長、続いて村長（代理・小畑収入役）よりあいさつがありました。その後、ポンプ車八台で村内をパレードし秋の火災予防を呼び掛けました。

村では平成6年度中にコミュニティ消防センターを中沢と広瀬に、警鐘台を中沢、広瀬、高根に建設します。

今年10月末までに村内では4件の火災が発生しています。火災は大事な財産ばかりでなく生命までも奪います。

みなさん火災予防に努めましょう。



和牛地方審査委員に細谷さん



細谷靖信（蓬田）さんが社団法人全国和牛登録協会が主

催した東日本ブロック第百十四回和牛登録地方審査委員認定講習会を受講し、肉牛生産農家として、全国で初めての和牛地方審査委員の認定を受けました。これまで審査委員の認定者は畜産試験場や畜産農協などの公的機関の職員が主でした。

家畜人工授精師でもあり県肉牛経営者会議の役員でもある細谷さんは「村肉牛生産農家は市場性の高い牛を生産して行かなければならない。また、育種交配の改良も進めていかなければならない」と話していました。

二唐さんに感謝状！



二唐美代子（蓬田）さんに労働大臣より感謝状が贈られました。

二唐さんは、婦人少年室協助員として永年にわたり婦人少年行政に協力された功績が認められたものです。

おめでとうございます。

歳時記

おでんに、かん酒の季節になりました。屋台や縄のれんのおでん屋というと、ちよつと若向きでないイメージがあります。でも、おでんは最近の若者にも人気があります。

コンビニエンス・ストアなどで、おかずに買っていく姿を見かけます。

おでん

おでんというのは、煮こみ田楽の愛称のことです。田楽の語源は、田植えのとき豊作を祈って踊った田楽舞いに関係があるといわれています。その田楽は、豆腐を焼いてみそをつけたものが起こりだったようです。

煮こみおでんは、江戸末期ごろから盛んになりました。おでんとかん酒が庶民に広がり、屋台などで売られるようになったのです。関西でも煮こみおでんが売られるようになりましたが、焼き田楽と区別して「関東煮」と呼び、いまもこの名が残っています。その後、おでんは関西のほうが盛んになり、関東は、関東大震災以後、再び復活してきましたといわれています。最近、週休二日制の普及や労働時間の短縮で、家族そろって鍋物を囲む家庭が増えてきました。十一月は「ゆとり創造月間」です。しっかりと働き、ゆとり休み機会をもちたいものです。



なべ物がおいしい季節になりました。家族でなべをつつく。これが青少年の健全育成に役立つのです。

・店員の
・開店の
・開店へ
・朝起きて

声もはずんで
ストアをのぞき
親子と孫も
空を見上げる

花輪ゆれ
手抜きする
嫁運転
開店日

清乃
網枝
和徳
年栄

・開店で
・大型の
・開店の
・開店の

いらっしやいませの
店頭店に
安売りあさる
紅白饅頭

はずむ声
過疎が沸き
ケチな妻
客を呼び

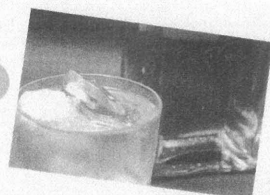
飄子
勝子
昭夫
ちえ子

酒

日本シリーズ優勝祝賀会で互いにビールをかけあうシーンがテレビで放映されています。「何と無駄なこと」「あ〜もったいない、オレに飲ませろ」などと思う人もいるはず。一日の仕事を終えてホッと一杯。何ともこたえられない味ですが、「もう一杯」、「もう一軒」とついつい「はしご酒」になってしまう人はご用心。百薬の長といわれるお酒も限度を超すと毒物に変身するからです。

飲みすぎが招く障害は、肝臓病をはじめ胃腸障害・高脂血症・アルコール依存症など枚挙にいとまがない程。今月はお酒の上手な飲み方について考えてみましょう。

適量のお酒とは？



……1日に

日本酒なら

ビールなら

ウイスキーなら



1合



大ビン
1本



ダブル
1杯

飲酒する女性は20年前に比べて倍増しているとか。が、女性は男性より肝臓への影響を受けやすい傾向があるので、飲みすぎにはご注意ください



ほどを限度に

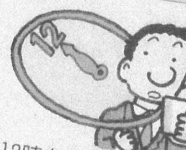
お酒と上手につき
7合う法
か条



日ごろから情性で飲まないで、週2日の休肝日、年に1~2回の休肝週間をもうける。



食べながら飲んでアルコールの吸収を遅くし、血中のアルコール濃度を急激に上げないようにする。



夜12時をすぎて飲まない。夜12時は二日酔い防止と節酒のための「シンデレラ・タイム」。



自分の適量を知り、度をすぎさない。



急ピッチで飲まず、なるべく時間をかけてマイペースで飲む。



濃い酒は、お湯や水で割って飲む。



毎日かなり飲んでいる人は、宴会などでさらにたくさん飲まないようにする。

蓬田村在宅寝たきり老人等介護手当支給について

村では、在宅の寝たきり老人等の介護者に対し、労をねぎらい在宅福祉の向上を図ることを目的に、寝たきり老人等介護手当（年額六万円）を支給しています。

介護手当の支給条件としておむね次の要件を満たしていなければなりません。

- 一、六十五歳以上の寝たきり老人および痴呆性老人を介護している。
- 二、引き続き六カ月以上介護している。
- 三、寝たきり老人と同居し、かつ生計を同じくしている。
- 四、現在蓬田村に居住し、住民基本台帳または外国人登録現票に記載または登録されている。

この他にも資格認定基準がありますので、詳しくは、

【役場、民生課 227-2111】または各地区の【民生委員】にお尋ねください。



自衛官

募集案内

●自衛隊生徒

○対象 中卒（見込）十七歳未満の男子

○受付 十一月一日（火）～七月

※ただし中学卒業予定者受付は十二月一日（木）から

○募集人員

陸上 約二百五十名

海上 約 六十名

航空 約 五十名

◎問い合わせ

○自衛隊青森地方連絡部 青森募集事務所

☎〇一七七（三五）一七五一

○蓬田村役場総務課

☎〇一七四（二七）二二一一

蟹田警察署から運転

免許更新時の講習曜日変更について

蟹田警察署では、現在運転免許更新時の法令講習を毎週火曜日に実施していましたが

十二月十二日（第二月曜日）から毎週月曜日に実施することになりました。ただし十二月六日（第一火曜日）は従来どおり実施します。

こんなとき、こんな年金

保険料を納めましょう

国民年金には、大きく分けて三つの年金給付があります。

◎老齢基礎年金

保険料を納めた期間と免除された期間を合わせて二十五年以上ある人が、六十五歳から受けられます。

全加入期間（二十歳から六十歳までの四十年間）納めた場合に満額の年金が受けられますが、納め忘れの期間や保険料の免除を受けた期間がある場合は、その期間に応じて減額されます。

◎障害基礎年金

病気やケガで、国民年金法で定められた障害の状態になったときに受給できます。

ただし、保険料を納めた期間が加入期間の三分二以上あること、あるいは初診日前の

一年間に保険料の未納がないなどの条件が必要です。

◎遺族基礎年金

国民年金に加入中の人、または老齢基礎年金の受給資格期間を満たした人が死亡した場合、その人によって生計維持されていた妻または子に支給されます。

加入中の人が死亡した場合、保険料を納めた期間が加入期間の三分二以上あること、あるいは死亡前の一年間に保険料の未納がないことが条件です。

以上これらの年金には、完全自動物価スライド制が取り入れられており、物価の上昇に合わせて毎年引き上げられるようになっていきますので、年金の価値が目減りすることはありません。



県最低賃金が改正されました

新青森県最低賃金は、十月八日から効力が発生し適用されています。

新最低賃金は、日額で四千三百二十九円に、時間額は五百四十二円となりました。

最低賃金制とは、最低賃金法に基づき国が賃金の最低限度を定め、使用者は、最低賃金より低い賃金で労働者を働かせてはならないと定められたものです。

このため最低賃金は、産業別最低賃金（4業種）が適用される労働者を除き、県内で働くすべての労働者（正職員、パートタイム労働者、アルバイト）とその使用者に適用されることとなります。

なお、十一月二十一日から「最低賃金周知旬間」です。使用者は、最低賃金について常時見易い場所に掲示をするか、その他の方法で周知してください。

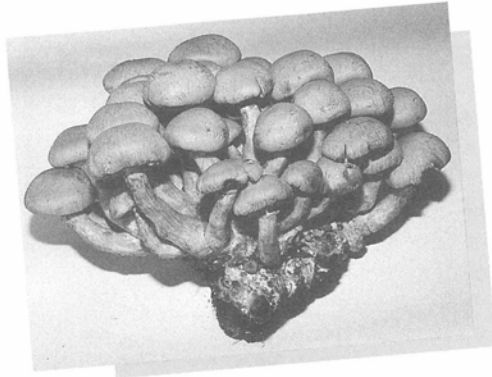
最低賃金に関する問い合わせは、青森労働基準局賃金課（0177-34111）又は各労働基準監督署まで照会してください。

国民年金習字作品展で入賞

第三十回国民年金習字作品展に蓬田小学校の児童が作品を出品したところたくさんのお入賞者がありましたので紹介します。また、入賞作品は来る十一月十九日から二十日の二日間、サンロード青森一階大催事場において展示しますのでご覧ください。

入賞したみなさん

- 金賞 田中けい子(小二)
 銅賞 福浦 望(小六)
 濱名 智章(小五)
 武井 歩里(小三)
 津島友里恵(小二)
 柿崎 有香(小二)
 中村 中(小二)
 越田さと子(小三)
 柿崎誉志生(小四)
 青木 一隆(小四)
 太田 峰仁(小四)
 八戸 智子(小五)
 柿崎砂都子(小六)



村営牧場で見つけた立派なキノコ、実は“おおわらいたけ”という毒キノコでした。カサも茎も黄金色でツバがあります。キノコの図鑑によると、食べると興奮して笑い歌い、わめき踊ったりしているものをぬぎすてるなど大騒ぎするそうです。

み〜つけた
81

ながよし

金賞 田中 けい子(小二)

30	28	21	20	16	14	9	8	7	6	5	2	日曜
水	月	月	日	水	月	水	火	月	日	土	水	行
陶芸教室	書道教室	書道教室	中央公民館開館日	陶芸教室	書道教室	陶芸教室	一、三才児検診 13時(中央公民館)	書道教室	中央公民館開館日	村民祭	陶芸教室	事
9時	13時30分	13時30分		9時	13時30分	9時		13時30分		6日まで(トレセン)	9時	担
中央公民館	中央公民館	中央公民館	中央公民館	中央公民館	中央公民館	中央公民館	民生課	中央公民館	中央公民館	村民祭運営委	中央公民館	当

けつばる蓬田人

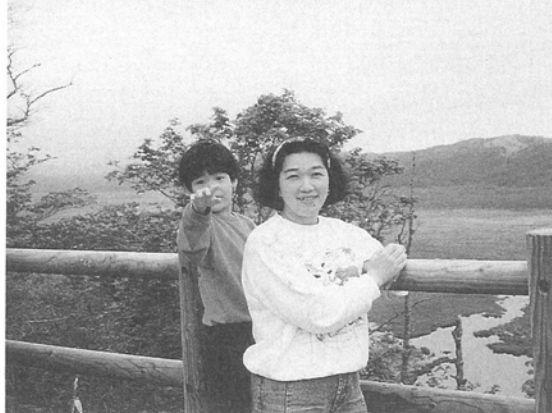
⑦③

ふるさとを愛する蓬田人

大島

純 じゆん

子 こ さん



蓬田村の皆さん、こんにちは。子供達の休みに合わせて里帰りした時は、楽しく読ませていただいております。

さて、私が転勤族の主人と結婚し、故郷を離れて十二年になります。四回目の転勤で宮城県石巻市から釧路市に今年三月に引っ越して来ました。転勤と聞くと、色々な所を見て「いいわね〜」なんてことを言われたりしますが、これが結構、大変でして、一番大変なのが子供達。でも、子供達を勇気付ける言葉がある

んです。それは、「頑張らないとおばあちゃん家へ行けないヨ!!」って言うんです。子供達は、それぞれ、転勤先で産まれ、故郷がありませんが、夏休みになって、陸奥湾で、思う存分泳いで、おばあちゃんに、いっぱい甘えられるのを楽しみにしています。でも、こんなことを書いている私がかつて、子供達にかこつけて、「一番、うんずげで〜いるのかも知れませんね。」

ところで、道東の方は去年に引き続き、震度六という大地震に見舞われました。私は、去年大きな地震があったので、あとしばらくはならないという気持ちでいました。ですから、腰が抜ける位、恐かったです。釧路の方は、殆んど被害もなく済みました。それとは反対に根室の方は、断水や、道路の陥没がいたるところに起きていました。ことわざに、災害は忘れた頃にやってくるという言葉がありますが、忘れなくてもやってくる。村民の皆様も災害には充分気を付けて、お過し下さいませ。

メモ

▶現住所/〒085 北海道釧路市双葉町12-3/☎0154-23-8869 ▶生年月日/昭和31年5月17日/▶出身/広瀬/十衛氏長女▶家族構成/夫・重義・長男・直也・二男・淳也・三男・陽介▶好きなもの/カラオケ・食べること▶経歴/青森県立青森西高等学校卒(昭和50年3月)/青森銀行入行(昭和50年4月)/昭和56年退社〜現在に至る。

戸籍の窓



人口と世帯数 (9月30日現在)

総人口 3,903人
男 1,871人
女 2,032人
世帯数 1,044世帯

9月受付分

お誕生おめでとうございます

越田 恵 (誠一) 長女
柿崎 真優 (真優) 長女

ご結婚おめでとうございます

(坂本 百世 (中沢)
鈴木 千春 (蟹田町))

おくやみ申し上げます

田中 イソ (蓬田 89歳)
木村 與四郎 (蓬田 72歳)
鳴海 サナ (中沢 82歳)

訂正します

本誌十月月号戸籍の窓「お誕生おめでとう」欄で、藤田昂希(長男)くんの名前が違っていました。訂正しお詫びいたします。