



広報

# よもぎた



平成17年 No. 349



## 蓬田保育園入園式

4月1日（金）、蓬田村保育園で入園式が行われました。

保育園が民営化され初めての入園式で、入園児達は、やや緊張した顔で園長先生や古川村長の話を聞いていました。

## おもな内容

---

むらのできごとあれこれ……………	P 2
母子保健事業年間計画……………	P 3
健康情報便……………	P 4
児童川柳……………	P 5
お知らせ情報局……………	P 7

---

## 春季火防演習



3月27日（日）、蓬田村消防団は有事に対応できる体勢を整えるため、中沢地区で「強風下に火災が発生、延焼の恐れあり」と想定し、春季火防演習を行いました。

地域の人が見守る中、訓練は、午前8時30分に火災発生の通報があり、役場からのサイレンの報知で村内8分団の消防団員が出動しました。

消防団員は、きびきびとした動作で消火活動にあたり見守る地域住民に安心感をあたえました。

この後、団員は中沢地区さくらパーク前の通りで分列行進を行いました。

演習後、高根から中沢までパレードを行いながら火災予防を呼びかけました。

## 子供会廃品回収

4月24日（日）、子ども会の廃品回収が行われました。

各自治会の子ども達と父兄約150名が集まり、各家庭から出された古新聞、古雑誌、空ビンなどを回収し、ふるさと総合センターに運びました。

子ども達は駐車場いっぱいを集められたゴミを疲れた表情も見せず、一所懸命分別しゴミ運搬車に積み込んでいました。



## 交通安全マスコット配布



春の交通安全運動実施中の4月10日（日）、玉松海水浴場前の国道で道行くドライバーにチラシやマスコットが配布されました。

曇り空の中、村交通安全母の会、古川正隆村長、蟹田警察署長をはじめ関係者34名が集まり「安全運転お願いします。」と呼びかけていました。

# 平成17年度母子保健事業年間計画

## ○健診関係

事業名	実施月日	受付時間	会場	対象年齢	該当者
乳児健康診査 ・ 股関節脱臼検診	H17. 4.27 H17. 8. 3 H17.12. 7	13:00～13:30	ふるさと 総合センター	3か月～12か月	H16. 3.27～H17. 1.26 H16. 7. 3～H17. 5. 2 H16.11. 7～H17. 9. 6
1歳6か月児 健康診査	H17. 5.25 H17. 8.24 H17.11.30 H18. 2.22	12:45～13:15	ふるさと 総合センター	1歳6か月～ 1歳8か月	H15. 8.25～H15.11.24 H15.11.25～H16. 2.23 H16. 2.24～H16. 5.21 H16. 5.22～H16. 7.21
2歳児健康診査	H17. 8.24 H18. 2.22			2歳6か月～ 2歳11か月	H14. 8.25～H15. 2.23 H15. 2.24～H15. 8.21
3歳児健康診査	H17. 5.25 H17.11.30			3歳3か月～ 3歳8か月	H13. 8.25～H14. 2.24 H14. 2.25～H14. 8.29

## ○育児教室関係

事業名	実施月日	受付時間	会場	該当者
乳児育児教室	①H17. 7. 1②H17.10. 5 ③H18. 2. 8	9:30～10:00	ふるさと 総合センター	3か月～12か月
幼児育児教室	①H17. 6.20②H17. 7. ③H17. 9. 5④H17.12. 5 ⑤H18. 1.	①9:00～9:30 ②③④⑤ 9:30～10:00	ふるさと 総合センター	2歳児育児サークルの メンバー
むし歯予防教室	H17.10	9:30～10:00	ふるさと 総合センター	乳幼児を持つ保護者

## ○予防接種関係（接種済みの場合は除く）

予防接種名	実施月日	受付時間	会場	該当者
ポ リ オ	H17. 5.13(1回目) H17. 6.22(2回目)	13:00 ～13:30	蓬田診療所	3か月～90か月
B C G	①H17. 4②H.17. 6 ③H17. 9④H.17.11 ⑤H18. 2	13:00 ～13:30	蓬田診療所	3か月～6か月
3種混合ワクチン (ジフテリア、百 日せき、破傷風)	H17. 9. (初回①) H17.10. (初回②) H17.11. (初回③)	13:00 ～13:30	蓬田診療所	3か月～90か月 ※前年度以前に初回接種を受けたお子さま には追加接種をあわせて行います
2種混合ワクチン (ジフテリア、破傷風)	H17. 4.19	午後	蓬田小学校	小学6年生全員
麻 し ん	H18. 1.	午前中	蓬田診療所	12か月～90か月
風しん（乳幼児）	H18. 2.	13:00～13:30	蓬田診療所	12か月～90か月
第Ⅰ期日本脳炎	H18. 3(初回①) H18. 3(初回②)	13:00 ～13:30	蓬田診療所	I期初回→3歳児 ※前年度以前に初回接種を受けたお子さま には追加接種をあわせて行います
第Ⅱ期日本脳炎	H17. 4.20	午後	蓬田小学校	小学4. 5年生全員

※予防接種は医師の都合上、接種日の約1ヵ月前にならなければ、月日を決定することが出来ないため、接種を行う月のみの記載となるところがあります。予防接種を行う2週間前には個別通知を致しますので、ご了承下さい。該当者なのに、通知が来ないというようなことがありましたら、住民生活課 健康班（27-2111）までご連絡下さい。

※むし歯予防教室はまだ、日程が決定していませんが、乳幼児を持つ保護者に広く参加して欲しいので、公開講座にする予定です。近くなりましたら、回覧板を出しますので、該当者に関わらず、乳幼児のいる保護者は是非参加して下さい。

### ☆乳児育児教室の該当者生年月日

- ・ H17. 7. 1 → H16. 6. 1～H17. 4. 1
- ・ H17. 10. 5 → H16. 9. 5～H17. 7. 4
- ・ H18. 2. 8 → H17. 1. 8～H17. 11. 7

### ☆幼児育児教室の該当者生年月日

- ・ H17. 6. 20 → H14. 6. 21～H15. 6. 20
- ・ H17. 7. 20 → H14. 7. 21～H15. 7. 20
- ・ H17. 9. 5 → H14. 9. 6～H15. 9. 5
- ・ H17. 12. 5 → H14. 12. 6～H15. 12. 5
- ・ H18. 1. 26 → H15. 1. 27～H16. 1. 26



# 健康情報便

元気で長生きできる蓬田村をめざした健康づくり運動計画「健康よもぎた21」では、生活改善の実践として3月号から「健康食レシピ」の紹介をしております。今回は、2月25日に行った生活習慣病予防教室での健康食「血液サラサラの食事メニュー」を皆さんに紹介します。

(サラサラ血液をつくる

生活のポイント)

- ①うす味の食事をとる
- ②甘い物はひかえる
- ③肉料理より魚料理を食べる  
(特に青背魚)
- ④野菜と海藻をたっぷり食べる
- ⑤たばこはやめる
- ⑥ストレスをうまく発散する
- ⑦できるだけ運動を心がける

## 【1人分の栄養価】

- ・エネルギー 555カロリー
- ・コレステロール 47g
- ・蛋白質 23.2g
- ・塩分 1.9g
- ・脂質 13.0g

## ▶～血液サラサラをめざそう～◀

### 【鮭の香り蒸し (4人分)】

〈材料〉

- ・サーモン 4切れ → 塩・酒をかけて10分おく。
  - ・にんじん 80g
  - ・長ネギ 60g
  - ・エリンギ 80g
- } 4cmのせん切り

〈調味料〉

- ・塩 小さじ½
- ・酒 大さじ1強
- ・ごま油 小さじ2
- ・たれ (しょうゆ 大さじ2
- ・酢 大さじ1強
- ・細ネギ (小口切り) 8g
- ・アルミホイル 20cm × 4枚

〈作り方〉

- ①アルミホイルの真ん中に長ネギを半量敷いて鮭をのせ、残りの長ネギ、にんじん、エリンギを上になべてからごま油をかけて包む。
- ②フライパンに水をアルミホイルの半分位入れ、10分位蒸し煮する。
- ③たれをあわせ、②にかけてから細ネギをちらす。

### 【ほうれん草のごまみそ和え (4人分)】

〈材料〉

- ・ほうれん草 280g → ゆでて水に入れ、水気を絞ってから3cmに切る。
- ・黒すりごま 6g

〈調味料〉

- ・しょうゆ 大さじ½
- ・砂糖 大さじ1弱
- ・みそ 小さじ2

〈作り方〉

- ・黒すりごま、しょうゆ、砂糖、みそをあわせ、ほうれん草をあえる。

### 【さつまいものリンゴ煮 (4人分)】

〈材料〉

- ・さつまいも 中1本 → 洗って皮付きのまま輪切りにし水にさらす。

- ・りんご 小1個 → 洗って皮付きのまま8つに切りいちよう切り。

- ・レーズン 10g
- ・砂糖 小さじ2
- ・水 適量

〈作り方〉

- ・鍋にさつまいも、りんご、レーズン、砂糖、ひたひたの水を入れ、ふたをして中火で煮る。

### 【ごはん 160g】



血液のドロドロ  
口化が進むと、  
血管がもろくな  
って傷ついたり  
血流が停滞し血  
栓ができて血管  
を塞いでしまい  
ます。そうなる  
と、寝たきりや  
突然死につなが  
る脳梗塞・心筋  
梗塞を引き起こ  
すので、起きる  
サラサラ血液で  
硬化の危険度を  
ぐっと減らしま  
しょう！

題「春」



おかじょうき  
川柳社  
八戸  
むさしさん

選評

天位 龍之介くんのこの句は問題です。575じゃなくて77だよ。「まんねん」は「万年」で、「いつまでも」とか「変わらない」とか意味かな？それにしても、この句はいい。むかし西行（さいぎょう）という人がいましたが、その人の桜の歌に近いかも知れない。

地位 俊くん、春の初めて言葉にならないくらいいいよね。それに桜が咲いていればやっぱり「やりました！」だよ。すなおに表現してくれました。

人位 亜紀さん、桜から桜の赤ちゃんが生まれたんだね。それはかわいいに決まってる。最後の「よ」って、それをみんなに知らせたい意味だね。「よ」の使い方に気をつけてね。

今回は問題のある句を2句選びました。天位の句と佳作の佐井翔哉くんの句です。でも、この形でしか心を伝えられないと考えたとしたら、それはそれでいいと思います。

●佳作  
世の中は花よりだんこの季節だな  
春にはねいつもお花がしゃべってる  
桜咲き心あらたに6年生  
春が来たスケボーのつてずっこけた  
さくらでもちればちるほどかなしいよ  
春がくる動物たちの朝がくる  
さくらはねはるのおしらせはるがきた  
春がきた春の足おときいてない  
春の空さくらもようのくもみつけ  
はるやすみさくらのきがねさくんだよ

3年	6年	6年	2年	6年	3年	6年	6年	5年	6年	6年	2年	3年	4年	6年	4年	3年	3年	2年	5年	6年	6年
木村	蝦名	稲葉	福井	青木	小川	稲葉	久慈	細谷	細谷	佐井	坂本	坂本	青木	八戸	福井	寺田	砂田	小松	福士	八戸	清水
比奈	沙織	奏子	真実	岬野	護央	麻衣	也美	樹里	慶仁	翔哉	夢廉	讓叶	沙織	海青	美理	佳菜	愛可	か	か	か	か
奈子	織子	子実	実野	野央	中央	衣美	美里	里仁	仁哉	哉廉	廉叶	叶也	也織	織青	青理	理菜	菜可	可	か	か	か



天位 3年 渡辺 龍之介 くん  
はるはまんねんさくらみにいく

☆地位 やりました！やつとさくらがさきました  
桜からかわいい赤ちゃん生まれたよ  
☆人位 クロッカスカれの庭に春が来たよ  
●五密 はるのかぜさくらがたびをはじめるよ

ミシェールの日記



最近忙しかったです。卒業式、歓送迎会、新任式、入学式など色々な行事がたくさんありました。入学式と始業式は今年始めて参加しました。アメリカで中学の時に始業式と入学式がありませんでした。日本の中学校とアメリカの中学校を比べれば、違いがあることに気がつきます。例えば、自分の中学校は2学期制でした。1学期は8月の末から次の年の1月までです。それで、2学期は1月から6月までです。夏休みは6月の末から8月の末までです。夏休みのうち、部活がないので、生徒は学校にきません。夏休みの終わった後に、新しい学校の年が始まります。

だから、アメリカでは紅葉の季節に学校が始まります。桜の季節に始まる日本の学校、とてもすてきだと思います。

# 五年に一度の一大イベント!

## 今年为国勢調査の年です



- 住民登録とは関係なく、十月一日現在、ふだん住んでいる場所で、調査票に記入していただきます。
- 国勢調査は日本に住んでいるすべての人が対象となり、回答が義務づけられています。
- 調査員が皆さんのお宅へ、調査票の配布・受け取りにうかがいます。
- 国勢調査は未来の羅針盤として、私達の生活にいかされます。
- 国勢調査員をはじめとする調査関係者には、守秘義務があり、調査内容の秘密は保護されます。



# 国勢調査

平成17年10月1日(土)

総務省統計局

<http://www.stat.go.jp/>

# お知らせ

## 情報局

### 受講者募集のお知らせ

#### ・受講対象者

県内に住む満18歳以上の方で、要約筆記学習歴がない者等のうち将来、要約筆記活動をする意志があり、次年度応用課程の受講が可能な方。

但し、パソコンコースは、タッチタイピングまたは1分間に60字程度の入力可能な方を条件とします。

※お子様を同伴しての受講は出来ませんのでご了承ください。

#### ・受講期間

7月3日(日)～  
11月19日(土)の土、日  
開催(全9日)

#### ・受講料

無料。ただし、テキスト代1,000円は自己負担となります。

#### ・受講定員

手書き・パソコンコース  
各20名

#### ・申し込み方法

往復はがきに、「基礎課程〇〇コース希望」と明記し、氏名(ふりがな)、住所、電話・FAX番号、職業、受講動機を記入の上、6月10日(金)必着でお申し込みください。

なお、6月10日以前に定員に達した場合は、その時点で募集を締め切りとしますのでご了承ください。受講の可否は返信はがきにてお知らせします。

#### ・申込み・問い合わせ

〒030-0944  
青森市筒井字八ッ橋76-9  
青森県聴覚障害者  
情報センター

☎ 017-72812920  
FAX 017-72812921



### チャイルドシート

#### 無償提供

保育・幼稚園児に使用していた「チャイルドシート」の中古品を村民の皆様方に無償で提供します。必要な方は役場までご連絡ください。

・幼児用 15個  
・保育用 29個

### 問い合わせ

役場 総務課 監理班  
☎ 27-2111

## 5月行事予定表

開催日	曜日	行 事 名	場 所	時 間	担 当
5/2	月	書道教室	中央公民館	13:30	教育委員会
4	水	陶芸教室	ふるさと総合センター	9:00	〃
9	月	書道教室	中央公民館	13:30	〃
11	水	陶芸教室	ふるさと総合センター	9:00	〃
13	金	ポリオ	蓬田診療所	13:00	住民生活課
16	月	書道教室	中央公民館	13:30	教育委員会
18	水	陶芸教室	ふるさと総合センター	9:00	〃
23	月	書道教室	中央公民館	13:30	〃
25	水	陶芸教室	ふるさと総合センター	9:00	〃
		1歳6ヶ月・3歳児健診	ふるさと総合センター	13:30	住民生活課
30	月	書道教室	中央公民館	13:30	教育委員会

# 戸籍の窓



人口と世帯数	
3月31日現在	前月比
総人口 3,489人	(-20)
男 1,658人	(-12)
女 1,831人	(-8)
世帯数 1,094世帯	(-2)

## 3月受付分

お誕生おめでとうございます

木村 大輝 ( 智 二男 )  
          ( 香 織 )

ご結婚おめでとうございます

( 渡辺 鉄也 ( 郷 沢 )  
  越田 さやか ( 青 森 市 )

## おくやみ申し上げます

坂本 トコ (中 沢)	84歳
藤田 千代 (中 沢)	94歳
松本 勉 (長 科)	78歳
藤本みつゑ (長 科)	79歳
青木 ちさ (阿弥陀川)	93歳
高田 健悦 (郷 沢)	52歳
福井 一春 (郷 沢)	60歳
越田 義雄 (瀬 辺 地)	94歳
山口武四郎 (瀬 辺 地)	74歳
木戸 靖夫 (瀬 辺 地)	43歳

## 今月の納税

平成16年度村・県民税、固定資産税、軽自動車税は、納めましたか。  
行政が行う事業やサービスは、皆さんが納める税金で賄われています。  
また、国民健康保険税は、納めましたか。  
医療費は、加入している皆さんが納める税金で支払いされています。  
まだ、納めていない方は、速やかに納めましょう。

役場総務課 税務係  
電話 27-2111

## 広報よもぎた

平成17年5月発行 通巻349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：青森コロニー印刷

# 育児サークル 「プレイランド・スマイル」

蓬田村では、乳幼児を対象とした健診や育児教室を行っていますが、もっとみんなで集まる機会が欲しいという乳幼児を持つお母さんの有志でこのサークル「プレイランド・スマイル」を結成しました。活動の詳細は、以下のとおりです。活動内容は主にサークルのメンバーが話し合いながら決めていきます。サークルに興味のある方は下記連絡先までご連絡ください。



12月のクリスマス会の様子

- 目的 ①保育園や幼稚園に入る前の子ども達が同年代の子ども達と一緒に遊べるようになる。  
②お母さん同士、日頃の育児に関する悩みや不安を話し合い、ストレスを解消する。
- 対象 ①乳幼児を持つお母さん方や妊娠中の方も大歓迎。  
②お子さんが保育園や幼稚園に入園したお母さんも大歓迎。
- 場所 蓬田村ふるさと総合センター 2階 和室  
(内容によって場所が変更になる場合もあります)
- 日時 基本的に毎週木曜日 午前10時から午前11時30分頃まで  
※ただし、場所の確保が出来ない場合には別の曜日に変更になる場合もあります。また、役場で行う乳児育児教室が併設になる場合もあります。

連絡先 蓬田村役場 住民生活課 健康班  
TEL: 27-2111

## 県内の交通事故概況

青森県交通対策協議会

	3月中	年累計	死者の 状態 シートベルト	飲酒運転による死者	2人 (0)
発生	737件 (-3)	2370件 (+160)		高齢者の死者 ~65歳以上の人~	3人 (-9)
死者	1人 (-11)	12人 (-12)		自動車乗車中の死者	8人 (-4)
				非着用死者	4人 (-5)
傷者	914人 (-30)	2980人 (+173)		着用していれば助 かったと思われる 人	1人 (-5)

※( )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

春彼岸除雪作業で活気づく  
雪かきで老いたふたりは木修  
ダルマ 森 勝  
大雪に負けじと腹に段が  
く 清 乃  
除雪車は年寄り泣かせの山  
を置く 国 代  
転んだママ雪を払って迎り  
見る 年 栄  
待ちきれずハウス除雪急  
ピッチ 悦 子  
春遠く五穀豊穰気にかか  
ゲレンデでも海の上でも勝 美  
は君 啓 子  
豪雪も春の匂いとふきのと  
う 久 子  
降る雪を横目で睨み除雪す  
る 樫 吾