

目次

- 村の出来事 1
- 新型コロナウイルス対応施策 3
- 土砂災害から命を守るために 4
- 総合カレンダー 5
- こんにちは！保健師です 7
- お知らせ 8
- 民生委員・児童委員 11



豊作願い田植え！

5月11日（水）、長科地区の坂本昭榮さんと久保さん夫妻が、田植え作業を行っていました。澄んだ青空の下「今年は、楽しみながらのんびり作業している」と笑顔を見せるお二人でした。

2022 No.591

地域の身近な相談相手「民生委員・児童委員」

■民生委員・児童委員ってこんな人

民生委員は、厚生労働大臣の委嘱を受けて、地域に根ざした福祉活動が無報酬で行っているボランティアで、全ての民生委員は児童委員を兼ねています。常に村民の皆さまの立場に立ち、相談に応じて、行政など適切な機関へつなぐ「パイプ役」として活動しています。

気軽に相談を

「介護のことで悩んでいる」「高齢者の一人暮らしで不安だ」「子育てのことで、どこに聞いたら良いかわからない」など、気軽にご相談ください。



秘密は守られます

民生委員・児童委員には「守秘義務」があり、秘密は守られます。



お住まいの地域の委員に相談できます

相談する方の住所によって、担当委員が決まっています。担当委員を知りたい方は、役場健康福祉課へお問い合わせください。

■今年は任期満了による一斉改選が行われます

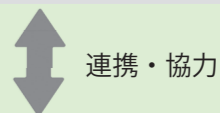
Q & A

- Q** 民生委員・児童委員になるには、資格や知識が必要ですか？
- A** 資格や知識は必要ありません。地域の実情をよく知り、福祉活動に熱意のある方が求められています。
- Q** 一人での活動が不安です
- A** 民生委員児童委員協議会に所属しているため、悩みがあれば仲間に相談することができます。
- Q** 仕事をしながらでもできますか？
- A** 仕事をしながら活動をしている方もいます。ご自身のできる範囲での活動をお願いします。

■民生委員・児童委員の活動内容

関係機関

- ・役場
- ・福祉事務所
- ・社会福祉協議会
- ・医療機関など
- ・児童相談所
- ・保健所
- ・教育委員会
- ・学校
- ・保育所
- ・児童館



民生委員・児童委員



担当地域

- 世帯状況把握
虐待の早期発見、DV等、世帯の抱える問題の把握
- 情報提供
必要とするサービスの提供
- 相談・援助
各種相談、見守り支援など



- ・高齢者のいる世帯
- ・障害者のいる世帯
- ・生活に困窮している世帯
- ・子どものいる世帯
- ・妊産婦のいる世帯
- ・母子・父子世帯など

▶問い合わせ

役場 健康福祉課 ☎ 27-2113
 蓬田村社会福祉協議会 ☎ 27-2828

みつけた！

一面に咲き誇る菜の花畑



5月下旬、広瀬地区のJR津軽線沿線に満開の菜の花が広がっている畑がありました。鮮やかな黄色い絨毯のような菜の花が青空に映えていました。

6 元気いっぱい運動会

5 蓬田小学校運動会

蓬田小学校で運動会が開催され、全校児童は白熱した徒競走や紅白対抗リレーの他、趣向を凝らした応援合戦や技能走などに元気に臨みました。運動会を楽しむ児童の姿に、会場から大きな拍手と歓声が送られました。



5 消防力の強化や充実に尽力

18 令和4年春の叙勲に坂本豊昭さん（長科）

青森県庁で令和4年春の叙勲伝達式が行われ、元蓬田村消防団副団長の坂本豊昭さんが消防功労により、瑞宝単光章を受賞しました。坂本さんは、昭和54年に村消防団に入団し、平成12年から分団長、平成27年から令和2年度末まで副団長を務められ、41年間にわたり村民の生命や財産を守り、消防の発展に大きく寄与されました。



▲青山副知事より叙勲の伝達を受けた坂本豊昭さん

5 田植えに励む農家を激励

20 田植え農家を督励

5月中旬に入り、田植え作業が最盛期を迎えたことから、久慈村長、小鹿副議長、JA青森蓬田支店の開米支店長らが田植え農家を督励しました。一行は、中沢地区から北部に向かって水田を巡回し、苗の状態や田植えの進捗状況を確認し、忙しく作業する農家の方々に激励の言葉をかけました。



▲阿弥陀川地区での督励の様子

5 田んぼに響く児童の歓声

23 蓬田小学校5年生が田植えを体験

藤本巖さん（長科）の水田を借りて、蓬田小学校5年生が田植えを体験しました。泥の感触に歓声を上げながら一人ずつ「コロ（田植え定規）」という道具で田んぼに目印を付けた後、手植えに挑戦しました。児童たちは、苗がまっすぐ立つように一束ずつしっかりと植え、泥んこになりながら米作りの苦勞を学びました。



▲約2時間の田植えを楽しみました

6 交通死亡事故ゼロ3年達成

1 交通死亡事故ゼロ達成知事表彰

蓬田村では、今年の5月23日で村内の交通死亡事故ゼロ継続3年の記録が達成されました。これを受けて、青森県庁で知事表彰が行われ、青森県環境生活部の石坂部長から久慈村長へ表彰状が伝達されました。これからも、村内で交通死亡事故が発生しないよう、交通ルールを守りましょう。



▲石坂環境生活部長（左）と久慈村長（右）

話題の本、読みませんか？

ふるさと総合センターの新刊図書を紹介します。



- ママがこの世にいても 遠藤和 著
- 俺ではない炎上 浅倉秋成 著
- 競争の番人 新川帆立 著
- おしりたんてい
- いせきからのSOS トロル 著
- 日本病 なぜ給料と物価はやすいままなのか 永濱利廣 著
- ズボラさんでもできる なあさんの寝たまま座ったままストレッチ なあさん 著

▶問い合わせ 教育課 ☎31-3111

新任の人権擁護委員に瀬辺地地区山舘徹秀さんが委嘱されました

7月1日付で法務大臣より委嘱され、任期は令和7年6月30日までの3年間です。人権に関する相談は、下記へご連絡ください。

住所：瀬辺地字田浦8
電話：27-2157



新任の蓬田村監査委員に中沢地区坂本亮さんが選任されました

蓬田村監査委員に坂本亮さんが選任されました。6月13日（月）、役場で選任書交付式が行われ、久慈村長から坂本さんに選任書が交付されました。任期は令和8年6月12日までの4年間です。



日頃から住んでいる地域の危険度を把握する

がけや溪流の付近など、土砂災害によって生命や身体に危害を生じるおそれがあると認められる場所は、都道府県によって土砂災害警戒区域等に指定されます。土砂災害のハザードマップ等を参照して、お住まいの場所が土砂災害警戒区域等に当たるかどうか、平時にあらかじめ確認しておきましょう。
※これらの区域等にお住まいの方は土砂災害からの避難が必要です。

雨が降り出したら 気象情報に注意

避難行動を確認

お住まいが土砂災害警戒区域等に該当する方は、雨が降り出したら避難行動を確認し、いつでも避難できるように準備しておきましょう。

警戒レベル1~2 避難準備



出典：国土交通省砂防部・内閣府ウェブサイトより

豪雨になる前に早めの避難行動を

お年寄りは速やかに避難

大雨が降りそうな時、夜間に大雨が予想される場合、お年寄りや避難に時間がかかる方は避難を開始しましょう。

警戒レベル3 高齢者等避難



大雨時には危険な場所から避難

土砂災害発生の危険度が高まった時には土砂災害警戒情報が発表されます。

土砂災害警戒情報が発表されたら速やかに避難しましょう。

警戒レベル4 避難指示



どうしても避難が難しいときは

土砂災害の多くは木造一階で被災しています。豪雨などでどうしても避難所への避難が困難なときは、次善の策として、近くの頑丈な建物の二階以上に緊急避難したり、それも難しい場合は家の中でより安全な場所(例えば、がけから離れた部屋や二階など)に避難しましょう。

警戒レベル5 緊急安全確保

土砂災害から命を守るために

日頃の備えと 早めの避難

こうした現象は土砂災害の前兆現象です

こんな現象を見たら…聞いたら…早めに避難しましょう。

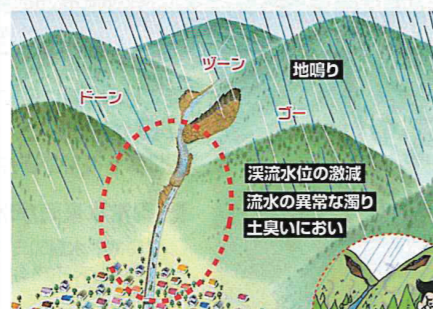
※ここに紹介した現象が、土砂災害発生の前兆現象の全てではなく、また、これらの現象が見られなくても土砂災害が発生する場合があります。

キケンな場所には近づかないようにしましょう。

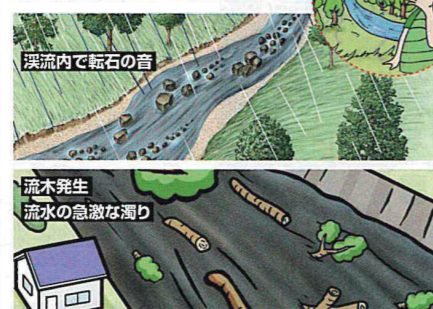
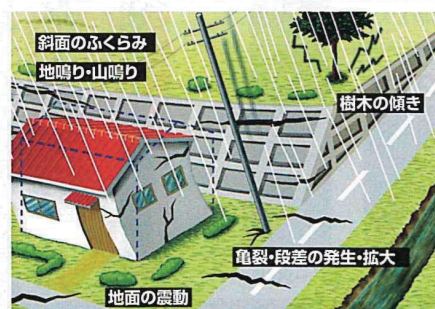
地すべり



土石流



がけ崩れ



新型コロナウイルス感染症対応施策

令和4年度の6月定例議会までに議決された新型コロナウイルス感染症の対応施策をまとめました。事業の詳細については、回覧やホームページ等で順次お知らせしていきます。

全村民によもぎた応援商品券 申請不要

全村民に村内の店舗等で利用できる「よもぎた応援商品券」を交付します。

■対象者(次のいずれかに該当する方)

1. 6月10日時点で村内に住所のある方
2. 6月10日以後に出生し、令和5年2月28日までに住民基本台帳に登録された方

■交付額 1人10,000円(500円券×20枚)

■使用期間 8月1日(月)~令和5年3月5日(日)

■商品券発送時期 7月下旬

▶問い合わせ

役場 総務課 企画財政班 ☎27-2111

水道料金を全額免除 申請不要

7月使用分と8月使用分の一般家庭・民間事業者の水道料金を全額免除します。

▶問い合わせ 役場 建設課 ☎31-0075

村内事業者に支援金 申請が必要

村内事業者の事業継続のため、飲食店に10万円、その他の事業者に5万円の支援金を給付します。

▶問い合わせ 役場 産業振興課 ☎27-2115

未就学児へ臨時給付金 申請不要

子育て世帯の生活支援のため、未就学児1人につき3万円を支給します。詳細は、個別に通知する予定です。

▶問い合わせ 役場 健康福祉課 ☎27-2113

蓬田小中学校の給食費無償化 申請不要

子育て世帯への経済的支援のため、蓬田小中学校の全児童・生徒の給食費を1年間(令和4年4月~令和5年3月)無償化します。

▶問い合わせ 蓬田村教育委員会 ☎31-3111

高校生に給付金 申請が必要

高校生のいる世帯に、コロナ禍でのマスク等の購入経費に対する経済的支援として、給付金を支給します。高校生1人につき3万円を支給します。

▶問い合わせ 蓬田村教育委員会 ☎31-3111

大学生等に給付金 申請が必要

大学・短大・専門学校へ通学する学生に生活支援給付金を支給します。県外の学生には10万円、県内の学生には5万円を支給します。

▶問い合わせ 蓬田村教育委員会 ☎31-3111

蓬田紳装に経営継続支援金

経営継続支援金として1,000万円を支給します。この支援金を活用した工場感謝セールが、7月27日(水)~31日(日)の5日間の日程で行われる予定です。

▶問い合わせ

役場 総務課 企画財政班 ☎27-2111

コミュニティバスを購入

コミュニティバスを、感染対策を施した車両に買い換えます。車内の空気をきれいに保つプラズマクラスターが搭載されるほか、感染予防のための座席仕切り板や乗降口近くに手指用消毒液が設置されます。

▶問い合わせ 役場 総務課 行政班 ☎27-2111

イベント等は中止・延期となる可能性があります。

日	月	火	水	木	金	土
					1 南 燃えるごみ (40cm 未満)	2
3 ※予定は変更されることがありますので、確認をお願いします。	4 北 燃えるごみ (40cm 未満)	5 ◆障がい者生活訓練教室 ふ 北 缶・ペットボトル・ビン 南 燃えるごみ (40cm 未満)	6	7 ◆いきいきなどわどサロン ふ ◆子育て相談 10:00~12:00 ふ ◆子育てサークル ふ 北 燃えるごみ (60cm 未満) 南 缶・ペットボトル・ビン	8 南 燃えるごみ (40cm 未満)	9
10 ◆参議院議員通常選挙	11 北 燃えるごみ (40cm 未満)	12 ◆障がい者生活訓練教室 ふ 北 燃えないごみ 南 燃えるごみ (40cm 未満)	13	14 ◆いきいきなどわどサロン ふ ◆子育てサークル ふ 北 燃えるごみ (40cm 未満) 南 燃えないごみ	15 ◆住民健診 (~17日) ト 南 燃えるごみ (60cm 未満)	16 ◆住民健診 ト
17 ◆住民健診 ト ◆よもぎた玉松ビーチバレーボール大会 9:00~ 海	18 ○海の日 北 燃えるごみ (40cm 未満)	19 ◆障がい者生活訓練教室 ふ 北 缶・ペットボトル・ビン 南 燃えるごみ (40cm 未満)	20 ◆英会話教室 18:00~ ふ 	21 ◆いきいきなどわどサロン ふ ◆子育てサークル ふ 北 燃えるごみ (40cm 未満) 南 缶・ペットボトル・ビン	22 ◆1歳6か月児・2歳児健康診査 12:45~ ふ 南 燃えるごみ (40cm 未満)	23 北 南 古紙類
24	25 北 燃えるごみ (40cm 未満)	26 ◆障がい者生活訓練教室 ふ 北 燃えないごみ 南 燃えるごみ (40cm 未満)	27 ◆子ども会リーダー研修会 (~28日) 北 南 特殊なごみ (電球・蛍光灯・乾電池など) 	28 ◆子ども会リーダー研修会 ◆子育てサークル ふ ◆こころのサロン ふ 北 燃えるごみ (40cm 未満) 南 燃えないごみ	29 ◆けんこう運動教室 9:30~ ト 南 燃えるごみ (40cm 未満)	30
31						

総合カレンダー

2022
7月

戸籍の窓口

【5月受付分】(敬称略)

■お誕生おめでとうございます

中村 玲亜 (女の子) (魁 玲奈 (阿弥陀川))

■ご冥福をお祈りします

福田 幸生 64歳 (郷 沢)
山舘 サダ 99歳 (瀬 辺 地)
相内 キソ 97歳 (広 瀬)

■蓬田村の人口 (5月31日現在)

区分	人口	前月比
総人口	2,621	- 4
男	1,269	- 1
女	1,352	- 3
世帯数	1,145	- 1

○行事開催場所

- ふ … ふるさと総合センター
- 役 … 蓬田村役場
- ト … トレーニングセンター
- 診 … 蓬田診療所
- よ … よもぎ温泉
- 海 … 玉松海水浴場

○ごみ収集日

- 北 … 蓬田・宮本・郷沢・瀬辺地・広瀬・高根
 - 南 … 中沢・長科・阿弥陀川・ぐっと町会
- ※ごみは収集日当日の朝 6:30 までに出してください。
※粗大ごみは収集場所に出さないでください。
▶問い合わせ 健康福祉課 ☎ 27-2113 (内線 402)

○クレアの英会話教室

Let's enjoy English ♪

今回は7月20日(水)

時間：午後6時～
場所：ふるさと
総合センター
☎ 31 - 3111



○障がい者生活訓練教室(毎週火曜日)

※第3火曜日は理学療法士が来ます
障害者手帳をお持ちでバス停まで通える方が対象です。送迎バス有。時間等の詳細はお問い合わせください。
▶問い合わせ 健康福祉課 ☎ 27-2113 (内線 404、405)

○いきいきなどわどサロン

(毎週木曜日 10:00~14:00)
65歳以上のシニア世代を中心にどなたでも利用できます。各自で会場へお越しください。詳細はお問い合わせください。
▶問い合わせ 住民課 ☎ 27-2112 (内線 302)

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ



■「限度額適用・標準負担額減額認定証」及び「限度額適用認定証」の更新

現在認定証をお持ちで引き続き認定される方に、8月から使用する認定証を郵送します。更新手続はありません。新たに交付を希望する方は、被保険者証と個人番号がわかるものを持参し、手続きしてください。

■令和4年度の保険料

○保険料

均等割額 (被保険者全員が納める額)	+	所得割額 (所得に応じて納める額)	=	保険料 (限度額 66 万円)
44,400 円		基礎控除後の所得(※) × 8.80%		※前年の総所得金額等から基礎控除額 43 万円を差し引いた額

○令和4年度保険料の軽減措置

- ・所得が低い方

世帯の所得額の合計	軽減割合
43 万円 + 10 万円 × (年金・給与所得者等※の数 - 1) 以下	7 割
43 万円 + (28.5 万円 × 被保険者数) + 10 万円 × (年金・給与所得者等※の数 - 1) 以下	5 割
43 万円 + (52 万円 × 被保険者数) + 10 万円 × (年金・給与所得者等※の数 - 1) 以下	2 割

※一定の給与所得者要件：給与等収入額が 55 万円を超える者
一定の公的年金等の支給を受ける者：公的年金等収入額が 65 歳未満は 60 万円、65 歳以上は 125 万円を超える者

- ・被用者保険の被扶養者であった方

均等割額が 5 割軽減されます(所得割額の負担なし)。世帯の所得が低い方は、7 割軽減が受けられます。

■保険料の減免等について

災害など特別な事情で納付が困難な場合や、新型コロナウイルスの影響で主たる生計維持者の収入減少が見込まれる場合は、申請によって保険料の減免等が認められることがありますので、ご相談ください。

▶問い合わせ

青森県後期高齢者医療広域連合 ☎ 017-721-3821 または 役場住民課 ☎ 27-2112 (内線 304)

国民年金の加入手続き・保険料免除申請等の電子申請を開始

国民年金第 1 号被保険者の資格取得・種別変更、保険料免除・納付猶予申請、学生納付特例申請について、マイナポータルを利用した電子申請ができるようになりました。申請にはマイナンバーカードが必要ですが、マイナポータルの情報を活用してスマートフォンやパソコンで申請書等の作成ができ、申請結果も確認できます。詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。

用してスマートフォンやパソコンで申請書等の作成ができ、申請結果も確認できます。詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。

▶問い合わせ

青森年金事務所 ☎ 017-734-7495

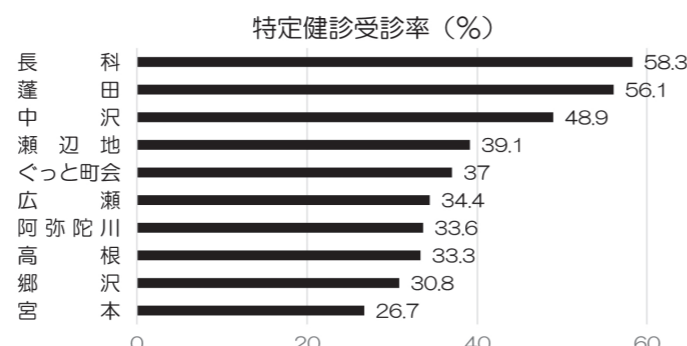
令和3年度地区別特定健診受診率

■特定健診対象者

(40～74歳の国民健康保険加入者) 603人

■特定健診受診者数(率) 250人(41.5%)

令和3年度の特定健診受診率は、令和2年度(41.9%)とほぼ変わらず受診率40%を超えています。受診率の高い長科地区や蓬田地区に追いつけるように、他の地区のみなさんも積極的に特定健診を受診しましょう。今後もみなさんご協力をお願いします。



熱中症に注意しましょう



今月のテーマ

●こんな症状があったら熱中症を疑いましょう

- 軽度：めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い、汗がとまらない
- 中度：頭痛、吐き気・嘔吐、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違う
- 重度：意識がない、けいれん、体が熱い、返事がおかしい、まっすぐに歩けない

●熱中症予防のために

- ①暑さを避ける
- ②こまめに水分を補給する

●熱中症が疑われる人を見かけたら

- ①涼しい場所へ
- ②体を冷やす
- ③水分補給



自力で水が飲めない、意識がない場合はすぐに救急車を呼びましょう！

〈注意〉

- 暑さの感じ方は人によって異なります。体調の変化に気をつけましょう。
- 高齢者や子ども、障害者・障害児は特に注意が必要です。
- それほど暑くない日でも湿度が高い・風が弱い日、体が暑さに慣れてない日は注意していきましょう。
- 節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れないように。

●感染予防と熱中症予防

感染対策による、マスク着用等で熱中症になるリスクも高まるおそれがあります。

マスク着用時は皮膚からの熱が逃げにくい、体温調節がしづらく、気がつかないうちに脱水状態になる事があります。屋外で周りの人と2メートル以上離れている時は、会話を控えてマスクを外しましょう。マスク着用時は激しい運動は避け、のどが渇いていなくても、こまめに水分補給をしましょう。

蓬田村と青森県立保健大学が共同で実施する新たな健診がスタートします

ロコモ・フレイル健診 チェックしよう！「カラダ」と「アタマ」

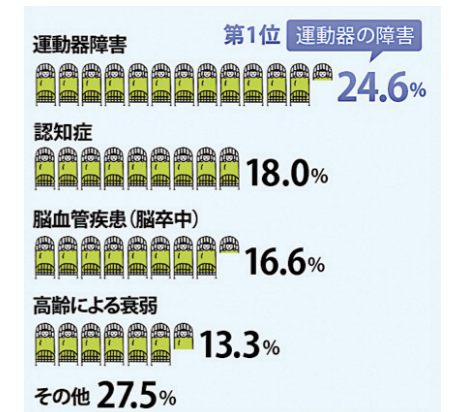
健康寿命の延伸には要支援・要介護化を防ぐことが重要です。そのためには高齢者は当然のこと、働き盛り世代から予防に努めることが必要です。右図のように、要支援・要介護に陥る原因の第1位と第2位は「運動器障害」と「認知症」ですが、これらは一般的な健診では検査しきれません。今回のロコモ・フレイル健診は「筋力」と「認知機能」の検査を目的としています。特に、骨粗鬆症は運動器障害に大きな影響を及ぼします。この健診は青森県立保健大学の教員・大学院生・学生によって実施され、その結果は一人ひとりに住民健診結果説明会で説明します。興味のある方はお申し込みください。

※ロコモティブシンドローム(ロコモ)とは、運動器の機能が衰えて要介護や寝たきりになるリスクが高い状態、フレイルとは心身社会機能の衰えた状態を指します。

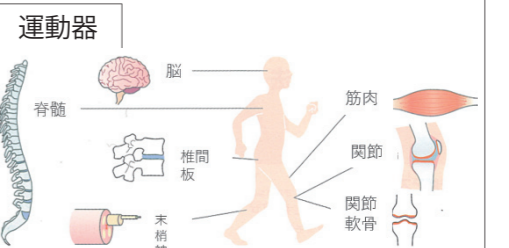


ロコモ

フレイル



<https://www.taisho.co.jp/locomo/op/sp/q3.html>



- 日時 7月17日(日) 12:00～
 - 対象 骨粗鬆症健診を受ける40歳以上の方
 - 場所 農業者トレーニングセンター(住民健診会場内)
- ご希望の方は健康福祉課へご相談ください。

新型コロナウイルス感染症の影響による蓬田村国民健康保険税の減免

新型コロナウイルス感染症の影響により、一定程度収入が減少した国民健康保険に加入している被保険者の属する世帯に対して、国民健康保険税を減額または免除する制度があります。以下の要件等に該当する世帯には申請書を発行しますので、お電話かご来庁ください。

■対象世帯

1. 新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った世帯（全額免除）
2. 新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の事業収入、不動産収入、山林収入又は給与収入（以下「事業収入等」という。）の減少が見込まれ、次の①～③の全てに該当する世帯（「減免額の算定」に記載されている計算式により減免割合を算出）
 - ①世帯の主たる生計維持者の事業収入等のいずれかの減少額（保険金、損害賠償等により補填されるべき金額を控除した額）が、前年の当該事業収入等の額の10分の3以上であること
 - ②世帯の主たる生計維持者の前年の合計所得金額が1,000万円以下であること
 - ③減少が見込まれる世帯の主たる生計維持者の事業収入等に係る所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下であること

■減免額の算定

【表1】で算定した対象保険税額に【表2】の前年の合計所得金額の区分に応じた減免割合を乗じて得た額（ $(A \times B / C) \times (d)$ ）

【表1】	対象国保税額 = $A \times B / C$
A:	世帯全体の国保税額
B:	世帯の主たる生計維持者の減少が見込まれる事業収入等に係る前年の所得額
C:	世帯の主たる生計維持者及び当該世帯に属する全ての被保険者につき算定した前年の合計所得金額

【表2】	前年の合計所得金額	減額又は免除割合 (d)
	300万円以下	全部
	400万円以下	10分の8
	550万円以下	10分の6
	750万円以下	10分の4
	1,000万円以下	10分の2

■減免の対象となる国保税

令和4年4月1日から令和5年3月31日までの納期限のもの

▶問い合わせ 役場 税務課 ☎ 27-2114

国民健康保険被保険者のみなさまへ



■国民健康保険被保険者証の更新について

現在使用している「水色の国民健康保険被保険者証」は令和4年7月31日までの有効期限です。このため、7月下旬に新しい被保険者証（70歳以上75歳未満の方には「被保険者証兼高齢受給者証」）を世帯主宛にお送りします。ただし、短期被保険者証または資格証明書の方は、住民課窓口での交付となります。また、期限の切れた被保険者証は、返還または破棄してください。
 ◎新しい被保険者証の色は「桃色」です
 ◎有効期限は「翌年7月31日」です

- ◎8月に入っても被保険者証が届かない場合や、被保険者証の記載内容に誤りがある場合は、住民課までお申し出ください
- ◎修学で他市町村に住所をおく学生は在学証明書を提出してください（昨年度提出済の方も今年度提出願います）。
- ◆窓口交付を希望する方は、7月12日（火）までに住民課へご連絡ください。

窓口での交付の時に持参するもの	
①現在使用している被保険者証	②印鑑

■国民健康保険「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担減額認定証」の更新について

現在お持ちの各認定証の有効期限は、令和4年7月31日です。8月以降、各認定証が必要な方は、7月22日以降に役場で手続きをしてください。
 70歳以上の住民税非課税世帯の方へは、7月22日頃申請書を送付します。

手続きに必要なもの	
①国民健康保険被保険者証	②印鑑
③マイナンバーが確認できるもの	
④過去1年間に入院日数が90日を超える場合は、入院日数の確認できる領収書	

▶問い合わせ 役場 住民課（国保担当） ☎ 27-2112（内線303）

協会けんぽ加入者（被扶養者）の方へ特定健診のお知らせ

国保以外の協会けんぽ加入者（被扶養者）も、1年に1度特定健診を受診して、自分自身の健康状態のチェックと病気の早期発見に努めましょう。事前予約をした方は以下の内容をご確認ください。

▼この保険証をお持ちの方	▼受診券の見本
対象	40歳（令和4年3月31日までに40歳になる方）～74歳（75歳の誕生日前日までの方）
健診日	7月15日（金）・16日（土）・17日（日）
場所	農業者トレーニングセンター
個人負担	無料
検査項目	・身体測定（身長・体重・BMI・腹囲測定） ・理学的検査（内診）・血圧測定・尿検査（尿糖・蛋白） ・血液検査（血中脂質検査・血糖検査・肝機能検査）
必要書類	・健康保険証・受診券（4月中に自宅へ郵送されています）

▶問い合わせ 役場 健康福祉課 ☎ 27-2113（内線401）

お知らせ

海上保安庁からのお知らせ

「2022海の事故ゼロキャンペーン」

7月16日～31日は海の事故ゼロキャンペーン期間です。期間中はいつも以上に、
 ①小型船舶の事故防止（発航前点検・見張りの徹底）、
 ②大型船舶の事故防止（見張りの徹底・船舶間コミュニケーションの促進）、③ライフジャケットの常時着用・自己救命策の確保を徹底しましょう。

「離岸流に注意！目指せ」

海水浴シーズンには海の事故が増加傾向にあるため、青森海上保安部では、海の事故防止啓発活動を行っています。海水浴をする時は、監視員のいる決められた海水浴場や遊泳期間を守りましょう。遊泳場所によっては沖合に流される離岸流があるので、十分に注意しましょう。

自動車税種別割の納付確認の電子化

登録自動車は車検の際、国の継続検査窓口（運輸支局）での自動車税種別割の納税証明書の提示を省略できます。詳しくは、県庁HP（https://www.pref.amori.lg.jp/soshiki/soumu/zeimu/027-jidousha_denshika.html）をご覧ください。

※次に該当する方は、納税証明書の提示が必要です。
 ○軽自動車、小型二輪自動車の継続検査を受検される方
 ○自動車税種別割を納付後、すぐに継続検査を受検される方

▼問い合わせ 東青地域県民局税務部 納税管理課
 ☎ 017-734-9970

海上保安庁への緊急通報は118番

サマージャンボ7億円
 (1等5億円・前後賞各1億円合わせて)
 サマージャンボミニ3,000万円
 (1等3千万円)
 この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
 7月5日②種類同時発売! 発売期間 7/5②～8/5⑤
 抽せん日 8/17⑤
 公益財団法人青森県市町村振興協会 各1枚 300円

7月 おねがい
 雷がなったら海から低姿勢ですみやかにあがりましょう。

 あんぜん、きづく、あんしん
 東北電気保安協会