

蓬田

広報

yomogita
village

目次

- 村の出来事 1
- こんにちは！保健師です 3
- お知らせ① 4
- 戸籍事務の電算化 5
- お知らせ② 6
- 戸籍の窓口・児童川柳 7

これからも健やかな日々を

敬老会で90歳の顕彰を受けた中沢地区の藤田英子さん。
笑顔で顕彰状と花束を受け取りました。

11

2016 No.523

9 / 14 **長寿を祝う**
平成 28 年度敬老会

老人を敬愛し長寿を祝う、平成 28 年度敬老会がトレーニングセンターで開催されました。久慈村長は「これからも健康で長生きし、皆さんの知恵を地域社会に出してほしい」と挨拶しました。今年度の顕彰者は 100 歳長寿者 1 名、95 歳長寿者 2 名、90 歳長寿者 26 名、88 歳長寿者 39 名、77 歳長寿者 49 名、婚姻 60 年健在夫婦 4 組、婚姻 50 年健在夫婦 11 組で、式典後はアトラクションを楽しみました。

- | | | | |
|---|--|---|---|
| 1 | 100 歳の長寿者顕彰を受けた
稲葉慶五郎さん（広瀬） | | |
| 2 | 婚姻 50 年の顕彰を受けた
坂本重彦さん・アツ子さん
夫婦（中沢） | 1 | 2 |
| 3 | 77 歳で安全杖を贈呈された
坂本萬太郎さん（中沢） | 3 | 4 |
| 4 | 高根老人クラブによる舞踊 | 5 | 6 |
| 5 | 保育園年中児によるお遊戯 | | |
| 6 | 保育園年長児によるお遊戯 | | |



9 / 16 **資源を大切に環境を守る**
小型家電リサイクル

ふるさと総合センター駐車場において、家庭で不要となった小型家電の持ち込みによる無料回収が行われました。朝から多くの住民が家電を持ち込み、回収量はパソコン 500 kg、携帯電話 4 kg、小型家電約 5.7 トンとなりました。小型家電の適正な処理と資源の有効活用に向けて、この事業は今後も継続していきます。



▲回収された小型家電は金属資源として再利用されます

9 / 29 **収穫の喜びを体感**
蓬小 5・6 年生稲刈り体験

6 月に学校田で田植えをした蓬小 5・6 年生が、鎌を使った昔ながらの稲刈りを体験しました。慣れない作業に苦戦しながらも、自分たちの手で植えた稲を丁寧に刈り取って束ねた後、小学校のグラウンドに天日干しにしました。児童は農作業の大変さとともに、収穫の喜びをかみしめていました。



▲作業のコツをつかんで、手早く刈り取る児童もいました

10/13 シニア世代のふれあいの場

高齢者サロンがスタート

ふるさと総合センターにおいて、高齢者の健康づくりや介護予防、交流の場を提供する「高齢者サロン」が始まりました。訪れた方は血圧測定や運動器具を試したり、お茶を飲んでおしゃべりしたりと、思い思いの時間を過ごしました。毎週木曜日の9時～15時に行っていますので、お気軽にお越し下さい。



◀血圧を測り健康状態をチェックします

11月のイベント予定（13時～13時30分）

10日（木） 薬剤師によるお薬相談

17日（木） 地域包括支援センターの活用方法

24日（木） 認知症予防講座

桃太郎さんが村の魅力を発信

10月1・2・4日開催、ピクニックウォーク

桃太郎に扮した役場職員が村を案内するウォーキングツアーが開催され、村内外からの参加者延べ26名が6kmのコースを歩きました。途中、トマト団地や蓬田城址、マルシェよもぎたなどに立ち寄りました。参加者は「秋の山や田園風景がきれいで、歩いていて気持ちいい」と、この時期ならではのウォーキングを楽しみました。



▲秋晴れの中、参加者同士会話を楽しみながら歩きました

新蓬田 アシユリーと行く！再発見の旅 No.2

ALT アシユリーが村内の色々な場所や食べ物を体験して、蓬田を再発見します！

★ピクニックウォークに参加★

中沢駅をスタートして、村内の名所を巡りながらマルシェよもぎたを目指す約6kmのウォーキングツアーに参加しました。



On October 1st, I participated in the Yomogita Picnic Walk. I really enjoyed seeing and visiting places that are within the village. Picking tomatoes at Tomato Danchi and eating anko filled donuts at Mori Okashi shop was very fun. I also visited the Yomogita castle ruins, which I was surprised to see were very close to where I live in the village. I also got to buy fresh fruits and vegetables from Yomotto! I often do not have much time to walk around the village other than going to and from the schools during the week, but I am really happy that I got to walk through the entire village and experience it from a different perspective.



▲坂本信義さんのハウスでトマトを収穫



▲自宅用にフライボールを購入

（意識：10月1日、私はピクニック・ウォークに参加して、村内の色々な場所を訪れたり見たりして楽しみました。トマト団地でのトマトの収穫と、森菓子店であんこの入ったドーナツを食べたのが楽しかったです。蓬田城址は私の自宅からとても近い場所だったので驚きました。よもっとでは新鮮な野菜や果物を買いました。普段は学校と自宅の往復で村内を歩いて回る時間がないので、今回、村全体を歩いて違う視点で経験できたのがとても嬉しかったです。）



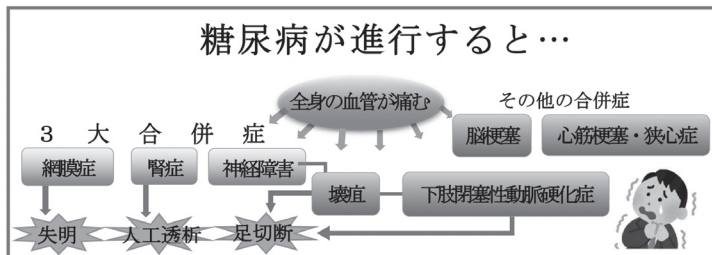
今月のテーマ①

11月14日は世界糖尿病デー 糖尿病予防は正しい知識と理解から

日本では成人の5人に1人が糖尿病または予備軍で、最も多い2型糖尿病は生活習慣が関与しています。

特に怖い合併症

糖尿病の初期は自覚症状がなく、放置して誤った生活習慣を続けると、右図のような合併症を引き起こします。



糖尿病予防のポイント

- ◆適正体重（身長（m）×身長（m）×22）を知り、体重をコントロールしましょう
- ◆バランスのとれた食事（エネルギー・脂肪をとりすぎず、野菜を積極的にとる等）を心がけましょう

- ◆お酒はほどほどに、週2日は休肝日にしましょう
- ◆毎日の生活で、体を動かす機会を増やしましょう
- ◆ストレスをためずに、休息・睡眠をとりましょう
- ◆毎年健診を受けて血糖値を測定しましょう

糖尿病とメタボの関係

メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪の蓄積（腹囲が男性:85 cm以上、女性:90 cm以上）により、高血圧・高血糖・脂質異常症などが重複した状態のことです。自覚症状がほとんどなく、放っておくと動脈硬化が進行し、心臓病や脳卒中、糖尿病になる危険性が高まります。メタボリックシンドロームの方は、そうでない方に比べ糖尿病になる確立が5倍（診療ガイドライン2014-2015）だといわれていますが、メタボリックシンドロームの解消が糖尿病の予防につながります。

メタボに着目した特定保健指導を受けましょう

特定保健指導とは、村の住民健診（特定健診）を受けた後に、メタボリックシンドロームまたは予備軍で、生活習慣の改善によって生活習慣病の予防効果が期待できる方に行われる保健指導のことです。健診結果をもとに、自分の健康状態を把握しながら、イキイキとした毎日を送れるように支援します。対象者には役場健康福祉課より手紙を郵送しますので、是非この機会を通じて「健康」について再確認してみましょう。



今月のテーマ②

家族みんなでインフルエンザ対策を！

秋から冬にかけて、インフルエンザの流行シーズンです。感染を広げないために、一人一人が「かからない」「うつさない」対策を実践しましょう。

- ◆症状：38度以上の急激な発熱、咳やのどの痛み、頭痛、関節痛、筋肉痛など

うつさないために

インフルエンザの症状がでたら、すぐに受診しましょう。すぐに治療することで、薬がよく効き、周りの方への感染拡大も防ぎます。また、インフルエンザに関わらず咳やくしゃみのある場合は、マスクをしたり、口と鼻を覆うなどの咳エチケットを行いましょう。

かからないポイント

1. 流行する前に予防接種を受けましょう。（※予防接種の助成については4ページをご覧ください。）
 2. こまめな手洗い・うがいをしましょう。手指のアルコール消毒も効果的です。
 3. 室内で加湿をし、湿度50～60%を保ちましょう。
 4. 外出時はマスクを着用し、使用後は捨てましょう。
- ※子ども、高齢者、妊婦、持病がある人（心臓病、糖尿病、腎臓病、ぜん息、COPD等）は、インフルエンザにかかると重症化したり、持病の悪化をまねくため、きちんと予防しましょう。



チューブエクササイズ ～自宅で簡単にできるゴムチューブエクササイズをしてみませんか？～

- 日時 11月16日（水）10:30～12:00
- 場所 ふるさと総合センター
- 持ち物 汗ふきタオル、水分補給の飲み物

※ゴムチューブは教室終了後に差し上げます。

▶申し込み・問い合わせ 健康福祉課 保健師

☎ 27-2111（内線233・244）11月14日〆切

インフルエンザ予防接種の助成について



■対象者

- ① 65歳以上の方（昭和26年4月1日以前生まれ）
- ② 60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓等に障害があり身体障害者手帳をお持ちの方

■契約医療機関

- ・蓬田診療所
- ・まちだ内科クリニック
- ・外ヶ浜中央病院
- ・田澤内科
- ・富士胃腸科循環器科内科
- ・中道医院

■接種費用 無料（1回）

■接種期限 平成29年3月31日（金）

■接種方法

1. 左記医療機関へ必ず予約してください
 2. 医療機関で予診票を記入してから接種します
 3. 予防接種費用の支払いは必要ありません
- ※ 左記医療機関以外で予防接種を受けた場合は役場健康福祉課までご連絡下さい。

▶問い合わせ 役場 健康福祉課 ☎ 27-2111

母子・父子・寡婦福祉資金の貸付予約の受付開始

青森県では、母子家庭などのお子さんが、修学・修業などの際に必要な資金の貸付予約の申込を受付しています。貸付の限度額や償還方法、償還期間などの詳細については、東地方福祉事務所までお問い合わせください。

■予約申込期間

平成28年11月1日～平成29年3月31日
（土・日曜日、祝日、年末年始を除く）

■対象者 来春、お子さんが小・中学校、高等学校、高等専門学校、短期大学、大学、各種学校へ進学する母子・父子・寡婦家庭の方（小・中学校の就学支度資金は所得税非課税の場合）※なお、現在修学中の方の修学資金の申込みは、随時受付しています。

▶申請・問い合わせ

東青地域県民局 地域健康福祉部 福祉総室
（東地方福祉事務所） ☎ 017-734-9950

平成29年度に合併処理浄化槽を設置予定の方へ

村では、生活排水による公共用水域の水質汚濁を防止するため、合併処理浄化槽を設置する方に補助金を交付して、生活環境の保全と向上に努めています。平成29年度は10基程度を予定していますが、予定数に達し次第申込みを締め切りますので、お早めにお申し込み下さい。

■申請資格要件

- ①平成29年4月1日以降に住宅を新築し、新たに合併処理浄化槽を設置する方
- ②既存の住宅に新たに合併処理浄化槽を設置する方。なお、具体的な補助金額、必要書類などについてはお問い合わせください。

▶申し込み・問い合わせ 役場 健康福祉課 ☎ 27-2111（※申し込みの際は、印鑑をご持参下さい）

浄化槽を正しく使いましょう

浄化槽は、適正な管理が必要です。浄化槽法では次のことが義務づけられています。

- ①定期的な保守点検
- ②年1回の清掃
- ③法定検査の受検（使用開始後及び年1回）

法定検査は、浄化槽が適正に維持管理され、本来の浄化機能が十分に発揮されているかを判定するもので、一般社団法人青森県浄化槽検査センター（☎ 017-726-9500）が行います。

戸籍事務が

電算化されました

蓬田村では、行政サービスの向上、正確な事務処理と迅速化を図るため、平成28年9月26日(月)(改製日9月24日)から戸籍事務の電算化を実施しております。

◆戸籍の改製について

現在、蓬田村の戸籍数は、1839戸籍(改製日9月24日現在)あり、この全戸籍が今回の戸籍改製の対象となりました。

なお、住所地在蓬田村であっても本籍地が蓬田村にない方は対象ではありません。

◆今までの戸籍は どうなるの？

これまで使用していた戸籍は「改製原戸籍」(電算化へ改製された原本戸籍)として、村に150年間保存されます。

もし、「改製原戸籍」の証明が必要になった場合は、申請することにより交付が受けられます。

◆戸籍事務を電算処理するとどうなるの？

- 戸籍の届出が正確に速く処理され、届出から証明書の発行までの時間が短縮されます。
- 現在の和紙原本から磁気原本に変わりますので、帳簿類がブツクレス化されプライバシーの保護が強化されます。
- 戸籍の謄本・抄本は、今までの縦書き文書形式から横書きの項目化された、非常に見やすいものになります。

◆使用される文字は？

戸籍に記載されている氏・名で使用されている文字が、「現在の戸籍法では表記できない文字」の場合、漢和辞典などに挙げられている正字と俗字(法務省で定められている文字)に改められます。戸籍中の氏・名に該当文字が含まれている方には、既に村から通知しております。



▲電算化後の戸籍証明書を受け取る住民

◆戸籍以外への影響は？

今回の戸籍電算化により文字表記や本籍の地番表示が変更された方は、同じく住民票や印鑑登録の記載も変更されます。改めて手続きは必要ありません。

また、住民基本台帳カードまたは個人番号カードをお持ちの方で、氏名の文字表記等が変更される方は、カードの裏面に変更後の記載が必要となります。変更が生じる方には本人宛通知書をお送りします。

通知書が届いた方は住民課窓口まで住民基本台帳カードまたは個人番号カードと通知書を持参し手続き下さるようお願いいたします。

戸籍のQ&A



- Q 戸籍って何？
A 戸籍は日本人の一人一人の身分関係(夫婦、親子、兄弟、姉妹など)を記載した公簿です。
- Q どんな内容が載っているの？
A 本籍・筆頭者・父母の氏名・父母との続柄・氏名・生年月日・出生などの事項が記載されています。
- Q 筆頭者と世帯主は同じ？
A 筆頭者は戸籍の冒頭に記載された人です。現在の戸籍法では親・子・孫三代に渡る戸籍は禁止されていますので、祖父母と孫が同じ戸籍に入ることはありません。また、世帯主とは一つ屋根の下で住み、生計を共にする人たちの代表者です。
- Q 戸籍謄本と戸籍抄本は違うの？
A 戸籍謄本とは、その戸籍に記載されている全員を書き移したもので、戸籍抄本はその一部を抜き、書き移したものです。
- Q 死亡した人は電算化後の戸籍には記載されないの？
A 平成28年9月24日以前に死亡や婚姻・離婚などによりその戸籍から除かれる場合は、戸籍の筆頭者以外の方は電算化後の戸籍に記載されません。

◆問い合わせ 蓬田村役場 住民課

戸籍・住基担当 室谷・大宮
☎0174(27)2111

従来		新	
本籍	香川県東津和野郡蓬田村字△△△△△	本籍	香川県東津和野郡蓬田村字△△△△△
氏名	室谷 太郎	氏名	室谷 太郎
戸籍事項	【改製日】平成28年9月24日 【改製事由】平成28年度第5回第2回材料集計による改製	戸籍事項	【改製日】平成28年9月24日 【改製事由】平成28年度第5回第2回材料集計による改製
戸籍に記載されているもの	【姓】太郎 【生年月日】昭和40年7月5日 【配偶者区分】共 【性別】男性 【出生地】香川県東津和野郡蓬田村 【出生日】昭和40年7月5日 【出生地】香川県東津和野郡蓬田村	戸籍に記載されているもの	【姓】太郎 【生年月日】昭和40年7月5日 【配偶者区分】共 【性別】男性 【出生地】香川県東津和野郡蓬田村 【出生日】昭和40年7月5日 【出生地】香川県東津和野郡蓬田村
表示事項	【出生日】昭和40年7月5日 【出生地】香川県東津和野郡蓬田村 【出生日】昭和40年7月5日 【出生地】香川県東津和野郡蓬田村	表示事項	【出生日】昭和40年7月5日 【出生地】香川県東津和野郡蓬田村 【出生日】昭和40年7月5日 【出生地】香川県東津和野郡蓬田村
備考	【備考事項】香川県東津和野郡蓬田村字△△△△△ 室谷一太郎	備考	【備考事項】香川県東津和野郡蓬田村字△△△△△ 室谷一太郎

臨時福祉給付金・年金生活者等支援臨時給付金の受付開始

受付期間：平成28年10月3日（月）～平成29年1月10日（火） 午前8時15分～午後5時

●平成28年度臨時福祉給付金

■支給対象者

平成28年度分の住民税が課税されない方
※ただし、住民税において課税者の扶養家族になっている方や、生活保護受給者は除く。
※「高齢者向け給付金」（3万円）の支給対象者も受給できます。

■支給額

一人につき3,000円

●年金生活者等支援臨時給付金

（障害・遺族年金受給者向け）

■支給対象者

平成28年度臨時福祉給付金の支給対象者のうち、平成28年5月分の障害基礎年金や遺族基礎年金等を受給している方。
※「高齢者向け給付金」（3万円）の受給者は除く。

■支給額

一人につき30,000円

▶問い合わせ 役場 健康福祉課 ☎27-2111

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ



◆「いきいき健康づくりのために」リニューアル！

青森県後期高齢者医療広域連合発行の「いきいき健康づくりのために」パンフレットが新しくなりました。

◇掲載内容：

- ・健康状態を確認しましょう ・青森県だし活(減塩)
- ・低栄養を予防しましょう ・あおもりロコトレ
- ・お口の中を健康にしましょう等

◆お薬手帳を一冊にまとめましょう！

病院や診療所から処方されている全てのお薬の情報は「一冊のお薬手帳」にまとめましょう。お薬手帳を見せることで、お薬の重複投薬や危険な飲み合わせを未然に防ぐことが出来ます。病院ごとに使い分けるのではなく、一冊にすることが正しい使い方です。

▶問い合わせ 役場 住民課 ☎27-2111

あたたかい善意に感謝

9月28日（水）、社会福祉法人緑鷗会玉松ホームが、村社会福祉協議会を訪問し、高齢者の会合で使用して下さいと飲み物を寄贈していただきました。いただいた飲み物は、今後行われる福祉事業で使用されます。

☎017-734-4114
労働基準部賃金室

▼問い合わせ 青森労働局
は、青森労働局ホームページからもご覧になれます。
▼問い合わせ 青森労働局労働基準部賃金室

最低賃金改正
時間額716円

お知らせ

東青地域県民局では、平成29年に使用する農業用免税軽油の免税証交付申請を受付します。

農業用免税軽油の
交付申請を受付

■受付期間

平成28年11月14日（月）～

平成28年11月18日（金）の

午前9時～午後4時まで

■場所 県庁北棟1階の東

青地域県民局県税課課税第

一課（青森市新町2-4-

30）

提出書類は申請内容により異なります。詳しくはお問い合わせください。

▼問い合わせ 東青地域県

民局 県税課 課税第一課

☎017-734-9976

アシュリーの Let's enjoy English ♪

英会話教室

次回は11月22日（火）

時間：午後6時00分～

場所：ふるさと総合センター

問い合わせ：教育委員会

☎31-3111



戸籍の窓口

【9月受付分】(敬称略)

■ご冥福をお祈りします

能澤 サチエ 88歳 (宮 本)

川崎 セツエ 73歳 (広 瀬)

■蓬田村の人口 (9月30日現在)

区分	人口	前月比
総人口	2,936	- 8
男	1,425	- 1
女	1,511	- 7
世帯数	1,169	± 0

青森地域広域事務組合より

火災予防条例の一部改正 (案) について意見を募集します

青森消防本部では重大な消防法令違反がある店舗等の事業所名を公表することにより、利用者等を火災被害から守ることを目的として火災予防条例の一部改正をすることとしましたので、下記のとおり意見を募集します。

■改正案の縦覧場所

青森地域広域事務組合消防本部 予防課、蓬田村役場ほか

■意見の提出方法

平成28年12月1日～31日までに縦覧場所へ持参するか、郵送等でお送りください。詳しくは下記までお問い合わせください。

▶問い合わせ・提出先

青森地域広域事務組合消防本部 予防課 (青森市長島2-1-1)

☎ 017-775-0853

11月は住民税4期分、
国保税5期分の納期です

※切り取り

よもぎ温泉 入浴ご優待券

(1枚で5名様限り有効)

大人入浴料 50円引 (350円→300円)

有効期限：平成28年11月30日

☎ 0174-27-2170

定休日：火曜日(火曜祝日の場合は翌日)

児童川柳 ペンシル

No. 172 お題 『遠い』



天位 1年 佐藤 凜音

はねつけてとおくのそらをとびたいな

地位 人位 五客 佳作

カブトムシさなぎみたいなのはるとおいはしつてもまだまだとおいしうらいはうつくしい遠くの山でせみのこえとおくまでボールとぼしてホームランほど遠いきれいな所にゆめがあるどこまでも走っていくよ遠くまで遠い山走っていきうてつペンまでとおいみちあるいていくとちかくなるあそぶところもつとちかくにあればいぼくの家小学校から遠いよ

とおおいなうみのむこうにちへいせんとおいみちどこまでつづくみちだろういとこんちとおいみちでも会いたくないあかとんぼとおいおそらにきえていく東きようのオリンピックははまだ遠いとおいみちあるけばちかいこともある晴れた雲さわれそうだがさわれない

1年 石田恭啓
2年 川内愛理
4年 青木心菜
2年 川内蒼羽
3年 三上望愛
4年 工藤千空
4年 藤本彩聖
2年 片山遥人
1年 細谷龍斗
3年 八幡恋次
4年 稲葉疾風
3年 八戸怜桜
2年 倉谷莉子
1年 八幡瑠南
4年 成田ころ
2年 広田大和
4年 磯部峻也

選評 おかじょうき川柳社 むさし

「いい川柳ってどんな川柳ですか」とよく聞かれます。いい川柳とは、5・7・5音のリズムに乗っていて読む人を感動させることができる川柳です。「どうすればいい川柳が作れますか」とも聞かれます。いろんな作り方があって、一人ずつ一句ずつ違うのでひと口では言えません。川柳をたくさん読んで、自分の作り方をみつけましょう。

人位 大和君、「歩いて行けばどんな遠いところも必ず近くなる」って、それは希望であって、必ずしもそうでないということを見ましたね。「も」の使い方が上手。希望は捨てないでね。

地位 峻也君、「晴れた雲」という言い方が普通じゃないけど、おもしろいところに目をつけましたね。「さわれない」って、雲にさわろうとしたことがあるということだよ。

天位 凜音さん、羽があれば空高く自由に飛ぶことができ、山も川もひとつ飛びだね。きちんと5・7・5音で、書きたいことがちゃんと書けていてステキです。



12月号のお題は「白」です

