



佳作

六年生しゅうがく旅行待ってるよ
てつどうでまってるあいだ山を見た
えーとえーとぼくがいうまでまってるね

5年 松本 花
3年 川内幸音
3年 福田 強

やっとなるわくわくうきうき夏休み

3年 八戸 叶

暑いから今日は日かげでバスをまつ

4年 村上優花

暑い夏速くすぎるの待っている

5年 渡部朔也

待つじかんもつたないからスマホみる

4年 堀 叶空

こうこくをまつのがきらいだゆーちゅーぶ

1年 福井舞飛

まちあわせ一人もこないまちぼうけ

3年 下山海未

ぼくのこと親はいつでも待っている

6年 越田 耀

待っていたゲームの約束やぶられた

5年 佐々木凜生

うなちゃんときいひつ会えるたのしみだ

2年 工藤星空

あかしんごうにひっかつたよ

1年 木村紘奈

待ちきれんリーダー研修の焼肉が

5年 木村亮朝

待つつって時間が長かんじるね

6年 村上千尋

待っている人の気持ちを考える

4年 坂本心珠

天位

お母さん 少しまっつが 口ぐせだ



4年 工藤 新 さん

みなさん、いつもの年より暑い夏でした。元気に過ごせましたか？今回は、夏休みのことを書いた作品が目立ちましたが、正月を待っていたり、クリスマスを待っていたりする人がいて驚きました。

ここで、お願いがあります。書いた句を消して上に書き直すときは、先に書いた字を見えなくなるまできれいに消して下さい。よろしくね！

人位 千尋さん、同じ5分でも、そのときによって長く感じたり短く感じたりします。待つときは10分くらいに感じることもあります。おもしろいところに気がつきました。

地位 心珠さん、待ってくれているひとの気持ちを考えることができるってすばらしい。ずっとそういうひとでいてください。

天位 新くん、思っていることを素直に句にすることができましたね。体験したことを上手に切り取って句にできるのはすごいことなんだよ！



11月号はお休みです
12月号のお題は「歌」です

第42回よもぎた村民祭にて蓬田川柳選評会を開催しました

8月の1か月間募集をしていた蓬田川柳ですが、なんと日本全国385名から971句の応募がありました。企画に参加していただき大変ありがとうございました。令和6年9月8日(日)に行われた村民祭にてステージ発表いたしました選評結果について下記のとおりお知らせします。

お題『トマト』



- 五客 1. 蓬田産トマトで元気をチャージする みーちゃんの愛娘。さん(神奈川県)
2. おがてきたトマトカラスも見でるべな ミクロコスモスさん(岡山県)
3. 「これ食えよ」トマトをぽんとくれた君 島根のぽん太さん(島根県)
4. 出身地トマトの村と言う自慢 はるやすさん(大阪府)
5. トマト入れ急に華やぐお弁当 ルークさん(東京都)
- 人位 もぎたてのトマトのような私です 館田史麻さん(青森県青森市)
- 地位 水をやり今日もトマトと会話する ポプランさん(神奈川県)
- 天位 百まではトマト齧って生きてやる 山田明さん(千葉県)

蓬田 第42回よもぎた村民祭

Yomogita
village

目次

- 村の出来事 1
- 総合カレンダー 5
- こんにちは！保健師です 7
- お知らせ 8
- 児童川柳 11

代表

副代表

実行委員会

モルック
モルックでつくる村
メンバー
代表者 小川由香 藤本真直
副代表 佐藤由香 藤本真直

第42回よもぎた村民祭

9月8日(日)、ふるさと総合センターで開催されたよもぎた村民祭。ステージイベント「子どもみらいプレゼン会議」に出演した蓬田中学校3年生の皆さんが村の将来について、自由な発想でプレゼンしてくれました。

2024 No.618

9/4 交通安全思想の普及に貢献

泉谷一博さんが交通安全功労者表彰を受賞

昭和 54 年から交通指導隊員として村の交通安全推進活動に尽力し、交通事故防止及び交通安全思想の普及・高揚に多大な貢献をしたため、泉谷一博さん（長科地区）が交通対策本部長（加藤内閣府特命担当大臣）より「令和 6 年度交通安全功労者表彰」を受賞しました。



▲賞状は久慈村長より授与され、記念撮影をしました

9/11 大自然を堪能しながら

蓬田小学校 4 年生による黒滝散策

蓬田小学校 4 年生が黒滝散策に出かけました。大倉山好会のメンバーが案内役を務め、午前 9 時過ぎに登山道を出発しました。林道を歩き進め、途中からは沢の中を歩いて上流を目指し、午前 10 時頃に全員で黒滝に到着しました。子どもたちは、滝の近くで迫力ある水流を体感したり、滝を眺めながら昼食を食べたりして自然を満喫しました。



▲黒滝に着いて大はしゃぎの子どもたち

玉松友の会（障がい者訓練教室）の活動をご紹介します

○旬のおいしいトマトをパック詰め

トマトの収穫が最盛期を迎え、毎週火曜日に活動を行っている玉松友の会で、ミニトマトのパック詰めを行いました。良品選別・計量を丁寧かつ楽しみながら作業しました。

この教室では、障がい者手帳を取得している方や、病気や治療により後遺症がある方がリハビリや体力づくりを行うため、そして仲間との交流を目的に集まり、自身でできることを伸ばしています。月に 1 度、理学療法士による運動指導も行っております。興味のある方は、お気軽に健康福祉課にお問い合わせください。

▶問い合わせ 役場 健康福祉課 ☎ 27-2113



生活習慣病予防教室のお知らせ

村では令和 7 年 2 月まで、「生活習慣病予防教室」として、“けんこう運動教室”と“健康れすとらん”を開催しています。その都度、毎戸回覧をしていますので、ご参加していただき生活習慣の改善にお役立てください。お待ちしております。

▶問い合わせ 役場 健康福祉課 ☎ 27-2113



8/23 消防技術の向上を目指して

第 34 回青森県消防操法大会

消防団員の消防技術向上と士気の高揚をはかり、消防活動の充実発展に寄与することを目的として、第 34 回青森県消防操法大会が弘前市運動公園にて開催されました。

本大会には、蓬田村消防団第 2 分団（長科地区）の皆さんが村消防団の代表として小型ポンプの部に出場し、見事出場 8 チーム出場中 4 位という好成績を収めました。



▲蓬田村消防団第 2 分団の皆さん

8/24 蓬田村を舞台に移住体験

大学生による移住促進に向けた体験事業

青森公立大学経営経済学部の学生 11 名が蓬田村の大自然、特産品のトマトやホタテを活かして、村を舞台に移住体験事業を実施しました。実際に体験モニターを募集し、学生自らアテンドしながら、海水浴場でのスイカ割りや B B Q、トマトの収穫体験など、村の夏を満喫できるプログラム構成になっていました。



▲青森公立大生が BBQ おもてなししてくれました

8/29 結果を聞いてからが大事です

住民健診結果説明会

7 月に実施した、住民健診の結果説明会が 8 月 27 日～29 日の 3 日間に渡ってふるさと総合センターにて開催されました。最終日の 29 日は、青森県立保健大学栄養学科おかず味噌汁健やか力向上委員会の学生による、減塩で具だくさんのおかず味噌汁の試食も行われ、訪れた村民の皆さんは、健診結果を聞いた帰りに試食し、自身の健康を見つめ直していました。



▲会場ではおかず味噌汁の試食も行われました

9/2 地産地消の精神を子ども達に

蓬田産たまねぎの無償贈呈

蓬田たまねぎ生産組合が本年 9 月から 11 月までの 3 ヶ月分の学校給食で使用するたまねぎについて、蓬田産たまねぎの無償提供を行うことを吉崎教育長へ報告し、目録を贈呈しました。吉崎教育長は「村の特産品を子どもたちが知る良い機会だし、地産地消の精神を学ぶ事のできるため大変ありがたい」と感謝しました。



▲目録の贈呈は教育長室にて行われました

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 ◆玉松友の会 ふ ◆行政相談 10:00～15:00 ふ 北 燃えないごみ 南 燃えるごみ（40cm 未満）	2	3 ◆子育て相談 10:00～12:00 ふ ◆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	4 南 燃えるごみ（40cm 未満）	5 ◆日本脳炎第2期予防接種 8:30～11:00 診
6 ◆子ども会・自治会合同 廃品回収	7 北 燃えるごみ（40cm 未満）	8 ◆玉松友の会 ふ 北 缶・ペットボトル・ビン 南 燃えるごみ（40cm 未満）	9	10 ◆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（60cm 未満） 南 缶・ペットボトル・ビン	11 南 燃えるごみ（40cm 未満）	12 ◆日本脳炎1期初回（1回目） 予防接種 8:30～11:00 診
13	14 ○スポーツの日 北 燃えるごみ（40cm 未満）	15 ◆玉松友の会 ふ 北 燃えないごみ 南 燃えるごみ（40cm 未満）	16 ◆英会話教室 18:00～ ふ 	17 ◆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	18 南 燃えるごみ（60cm 未満）	19 ◆日本脳炎1期初回（2回目） 予防接種 8:30～11:00 診
20	21 北 燃えるごみ（40cm 未満）	22 ◆玉松友の会 ふ 北 缶・ペットボトル・ビン 南 燃えるごみ（40cm 未満）	23 ◆健康れすとらん ふ	24 ◆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	25 南 燃えるごみ（40cm 未満）	26 ◆日本脳炎1期追加予防接種 8:30～11:00 診 北 南 古紙類
27 ◆蓬田村消防団秋季火防演習	28 北 燃えるごみ（40cm 未満）	29 ◆玉松友の会 ふ 北 燃えないごみ 南 燃えるごみ（40cm 未満）	30 北 南 特殊なごみ （電球・蛍光灯・乾電池など）	31 ◆こころのサロン ふ ◆子育てサークル ふ ◆村・県民税3期分納期限 ◆国保税4期分納期限 北 燃えるごみ（40cm 未満） 南 燃えないごみ	※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。	

- 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
 - 蓬 … 蓬生園
 - 小 … 蓬田小学校

- 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）

○ノラの英会話教室
Let's enjoy English ♪

次回は 10 月 16 日 (水)

 時間：午後 6 時～
場所：ふるさと
総合センター
☎ 31 - 3111

○玉松友の会（毎週火曜日）
※第 3 火曜日は理学療法士が来ます。

障がい者手帳がある方や病気や治療による後遺症があり、リハビリや体力づくりの機会が欲しい方等が対象となります。

▶問い合わせ
健康福祉課 ☎ 27-2113（内線 404）

○いきいきなどわどサロン
（毎週木曜日 9:00～14:00）

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）

総合カレンダー

2024
10月

戸籍の窓口

【 8 月受付分】（敬称略）

■ご冥福をお祈りします

稲葉 亮兵衛 84 歳（高 根）

■蓬田村の人口（8 月 31 日現在）

区分	人口	前月比
総人口	2,448	－ 7
男	1,183	－ 6
女	1,265	－ 1
世帯数	1,118	－ 1

「赤い羽根共同募金」にご協力をお願いします



赤い羽根共同募金運動が、皆さまのやさしい心に支えられて、令和6年10月1日から全国一斉に行われます。皆さまから寄せられた募金の配分金は、これまで村内の様々な福祉活動に役立てら

れています。共同募金の趣旨をご理解いただき、社会福祉事業推進のためご協力をお願いします。

▶問い合わせ 蓬田村共同募金委員会
事務局：蓬田村社会福祉協議会 ☎ 27-2828

PCB廃棄物の期限内の処分をお願いします

ポリ塩化ビフェニル（PCB）は、かつて事業用の電気機器の絶縁油などに使用されていました。しかし、人体に有害であることが分かり、昭和47年に製造が中止されたものの、今でもPCBを含んだ機器が発見されています。

PCBが使用された電気機器には、変圧器やコンデンサー、照明器具に組み込まれている安定器などがあります。これらは主に事業用の建物で使用され、安定器についてはかつて事業を営んでいた古い建物（事務所、商店、理髪店など）の照明器具から発見される例が確認されています。

また、古いX線発生装置や溶接機、昇降機の制御盤にも小型のPCBを含んだコンデンサーが使用されていた例が確認されています。

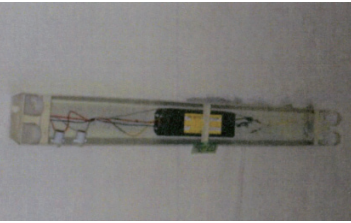
PCB廃棄物は、期限内に処分することが義務付けられており、期限までに処分しなかった場合、法律により罰せられることがあります。PCBが使用された電気機器がないか確認し、発見された場合は、県などへの届出や処分をお願いします。

◆PCB廃棄物の処分制限

種類	処分期限
低濃度PCB廃棄物	令和9年（2027年）3月31日



コンデンサー



安定器（蛍光灯用）



溶接機

※通電中の電気機器などに近づくと、感電のおそれがあり大変危険です。
必ず専門の業者に依頼して確認してください。

詳しくは、青森県HP

PCB

検索

【問い合わせ】 青森県環境保全課 ☎ 017-734-9584
青森県東青地域県民局環境管理部 ☎ 017-763-5292

生活習慣病について



●生活習慣病とは？

生活習慣病とは、食事や運動、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が深く関与し、それらが発症の要因となる疾患の総称です。日本人の死因の上位を占める、がんや心臓病、脳卒中は、生活習慣病に含まれます。

このがんや心臓病、脳卒中は令和5年度の蓬田村の死亡した人の死因の約半数を占めており、特に働き盛りの若い世代ではこの割合がより高くなつてしまっています。

蓬田村の患者を千人あたりとすると、そのうち生活習慣病患者数は、高血圧患者が五百人以上と多く、次いで脂質異常症・糖尿病・がん患者の順となつており、特に高血圧・脂質異常症患者数が青森県平均より多い状況です（令和5年度蓬田村国保データシステムより）。この高血圧・脂質異常症に加えて糖尿病は心臓病

や脳卒中の原因にもなり、特に自覚症状がないことが多いため、いつの間にか病気が進行してしまう危険があります。動脈硬化として全身の血管にダメージを与えた結果、死に繋がったり、重い後遺症が残ったりする恐れがあるのです。

生活習慣病は若い人から高齢者であっても生活習慣の改善により予防・改善が可能です。特に子どもの頃から良い生活習慣が身につくよう、家族や地域で生活習慣について考えていくことが重要です。

●予防・改善策



①栄養バランスのよい食事や減塩、腹八分目を心がけ、一日三食きちんと食べる

②運動や普段の生活の中で

今より＋10分でも多く体を動かすようにする

③たばこの害を正しく知り、禁煙や受動喫煙防止に努める



④お酒を飲む場合、週に2日は休肝日をもうけ適量飲酒を心がける
適量飲酒・ビール500ml、日本酒180ml、焼酎110ml（水等で割る前）、缶酎ハイ5%500ml（7%であれば350ml）など

※女性や高齢者は適正飲酒の半分

⑤規則正しい睡眠や自分に合うストレス解消法を見つける

⑥肥満（BMI25以上）やメタボ体型（腹囲男性85センチメートル以上、女性90センチメートル以上）を解消する

※すでに治療している方は、主治医の指示どおり内服等を行い、生活習慣の改善も併せて行う

⑦定期的な健康診断で身体の状態を知り、生活習慣見直しのきっかけとする（異常値のある場合は病院受診しましょう）

※蓬田村個別健（検）診で受けられる内容

・特定健診（40～74歳蓬田村国保加入者、後期高齢者健診（75歳以上）村国保・後期高齢者保険加入以外の方は、加入している保険者に問合せ下さい

・大腸がん検診（40歳以上）

・子宮頸がん検診（20歳以上）

乳がん検診（40歳以上）

※和暦偶数年生まれ

詳細が気になる方は、役場健康福祉課・住民課までお問い合わせください。なお、いずれの個別健（検）診も令和7年2月28日までとなっておりますので、まだ各健（検）診を受診していない方はこの機会に受診してみませんか？

▼問い合わせ

役場 健康福祉課

☎ 27・2113

役場 住民課

☎ 27・2112



お知らせ

農業用免税軽油の
免税証交付申請

東青地域県民局県税部では、令和7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ています。

■受付場所 東青地域県民局 県税部 課税第一課（青森市新町二丁目4番30号 県庁舎北棟1階）

■受付時間 午前8時45分から午後5時

※令和6年11月15日（金）までに申請された場合は、免税証の交付日は令和7年3月3日（月）となります。令和6年11月18日（月）以降に申請された場合は、免税証の交付日は令和7年3月17日（月）以降となります。なお、提出書類は申請内容により異なります。

▼問い合わせ 東青地域県民局県税部課税第一課
☎017-734-9976



後期高齢者医療被保険者の皆さまへ

■保険料が年金から天引き（特別徴収）されている方へ

年金から徴収される保険料は次のとおりです。

○4月・6月・8月

→年金振込時に本年2月と同額を徴収済（仮徴収）

○10月・12月・2月

→本年7月に決定した保険料の年額から仮徴収した額を差し引いた残額を分割して徴収（本徴収）

※徴収額は、7月にお送りした保険料額納入通知書等でご確認ください。

▶問い合わせ

青森県後期高齢者医療広域連合

☎017-721-3821

役場 住民課

☎27-2112（内線304）

国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です

国民年金保険料は所得税法及び地方税法上、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除されますが、控除の対象となるのは、令和6年中（令和6年1月1日から令和6年12月31日）に納められた保険料の全額です（令和6年中に納められたものであれば、過去の年度分の保険料や追納された保険料も控除の対象となります）。

本年中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告の際に、保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要です。

このため、日本年金機構から、右記のスケジュールで「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が対象者宛てに送付されますので、お手元に届きましたら、大事に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」は、e-Tax で利用できる電子版の交付も行っています。

マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録をすると、マイナポ

タルの「お知らせ」で電子版を受け取ることができます。（登録をすると郵送されなくなります）。

	対象者	送付方法	送付時期
①	令和6年1月1日から令和6年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方	電子送付	令和6年10月中旬から下旬にかけて順次
		郵送	令和6年10月下旬から11月上旬にかけて順次
②	令和6年10月1日から令和6年12月31日までの間に国民年金保険料を納付された方	電子送付	令和7年1月下旬
		郵送	令和7年2月上旬

なお、ご家族（配偶者やお子様等）の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合は、ご自身の国民年金保険料に加え、その保険料についても控除が受けられます。

▶問い合わせ

役場 住民課 ☎27-2112（内線304）

青森年金事務所 ☎017-734-7495

令和7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。令和7年度は7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ください。※申込みの際は、印鑑をご持参ください。

■申請資格要件

- ①令和7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。

▶申込み・問い合わせ

役場 健康福祉課 ☎27-2113（内線402）

青森県最低賃金
改定のお知らせ

青森県最低賃金が、令和6年10月5日から時間額953円に改定されます。青森県最低賃金は、県内すべての事業所で働く労働者に適用されます。

詳しくは、青森労働局労働基準部賃金室にお尋ねください。

▼問い合わせ 青森労働局労働基準部賃金室
☎017-734-4114

里親家庭の
募集について

社会福祉法人藤聖母園若葉乳児院フオスターングわかばでは、虐待や経済的理由など、さまざまな事情により親元で生活できない子どもたちを家族の一員としてあたたく迎え入れ育ててくれる「里親家庭」を募集しています。

借金に関する
相談窓口

相談員が借金の状況等をお伺いし、必要に応じて、弁護士等に引継ぎます。秘密厳守・相談無料です。

■受付時間 月～金曜日（祝日・年末年始除く）
午前8時30分～正午、午後1時～午後4時30分

■相談専用電話
☎017-774-6488

▼問い合わせ 東北財務局青森財務事務所理財課
☎017-722-1463

移住イベント
開催のお知らせ



▼問い合わせ 社会福祉法人藤聖母園 若葉乳児院フオスターングわかば
☎080-9254-8993

青森県内の「暮らし」「仕事」「住まい」など、移住に関する情報を直接見て、相談できる本県最大級の移住イベント「青森県♡UITAインフェア2024」をおもろき、来い（恋）へ」を東京都で開催します！

今回は県内産業の動向を聞くことができる県内企業ブースも設置予定です。若手UITAイン起業家の方とお話しできる「カフェコーナー」も設置予定！入場無料！来場いただいた方にはプレゼントを御用意！

「青森県に戻りたい」「青森県に興味がある」「青森県が好き」な方など、どんなでも大歓迎ですので、ご家族、ご友人など皆様にぜひお知らせください。

■日時 10月20日（日）午前10時～午後4時30分

■場所 東京交通会館12階ダイヤモンドホール

※イベント詳細は、左記QRコードよりご確認ください。（蓬田村もブース出展を予定しています）



▼問い合わせ 青森県こども家庭部若者定着還流促進課
☎017-734-9174

自衛官募集

■種目 陸上自衛隊高等工科学校生徒（①推薦・②一般）

■応募資格 ①男子で中卒（見込含む）17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動等に顕著実績を修め、学校長が推薦できる者

②男子で中卒（見込含む）17歳未満の者

■受付期間 ①10月1日（火）～11月29日（金）
②10月1日（火）～令和7年1月16日（木）

■試験日・試験会場 ①②受付時にお知らせします。

▼申込・問い合わせ 自衛隊青森地方協力本部青森募集案内所
☎017-783-2995