

村民スキー教室開校!

1月7日(祝)、青森市のモヤヒルズで村民スキー教室が開校しました。参加した小学生は、蓬田スキークラブの方々の丁寧な指導を受け、時間いっぱいまでスキーを楽しみました。

広報 よもぎた 2026 Feb No.634

目 次

- 村の出来事 1
- 税の申告について 2
- こんにちば！保健師です 4
- 総合カレンダー 5
- お知らせ 7

2026 No.634

野菜づくり基礎講座参加者募集

野菜栽培の基礎知識をはじめ、各種野菜の栽培方法を農業振興センター職員が解説します。(座学)

回	開催日	時間：昼の部	時間：夜の部	講座内容
①	3月9日(月)	13:30～15:30	18:30～20:30	野菜づくりの基本、土づくりの基礎、面積と肥料計算
②	3月10日(火)	13:30～15:30	18:30～20:30	トマト、バレイショ、キュウリ、枝豆
③	3月11日(水)	13:30～15:30	18:30～20:30	ナス、ピーマン、サツマイモ、オクラ、大根

※昼の部と夜の部で同一内容の講座を実施しますので、都合の良い方にお申し込みください。

場 所：青森市荒川市民センター2階 会議室A (青森市大字荒川字柴田129-1)

対象者：上記表の全3回に参加可能な方

募集人員：昼の部・夜の部 各48人 (申込多数の場合は抽選になります)

料 金：無料

申込：往復はがき又はメールで、①住所、②氏名、③電話番号、④参加希望(昼の部・夜の部)を第2希望まで記入し、農業振興センター「野菜づくり基礎講座」係へご応募ください。(1人につき1通まで)

締め切り：令和8年2月16日(月)必着

申込先：〒030-1261 青森市大字四戸橋字磯部243-319
青森市農業振興センター
E-mail : nogyo-center@city.aomori.aomori.jp

▶問い合わせ
青森市農林水産部 農業振興センター
☎ 017-754-3596 担当：田中、相馬

～2026年度・2027年度就職予定者の登録募集中～ あおもり若者定着奨学金返還支援制度のお知らせ

若者(35歳未満)が、青森県内に住み登録企業で6年間働き続けたとき、県と企業とで奨学金返還を支援する制度です。若者・企業とも事前登録が必要です。(登録無料)

■対象者

- ・大学・短大等の卒業者で、採用時に35歳未満の方
- ・青森県内で正規雇用されていない方
- ・「日本学生支援機構」、「青森県育英奨学会」の奨学金利用者(給付型を除く)

※青森県外にお住まいの方や、青森県出身者でない方も対象となります。

■対象企業等

- ・県内企業または勤務地を県内に限定した採用を行う県外企業(法人、団体、個人事業者)

■支援額(企業・県が1/2ずつ負担)

学校区分	1人当たり支援額(企業が設定)
4年制大学・6年制大学、大学院、高等専門学校専攻科	150万円、100万円、60万円のいずれか
短期大学・高等専門学校、専修学校専門課程	75万円、50万円、30万円のいずれか

※返還総額・残額の1/2が上限

奨学金返還サポートサイトHP→

▶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

QRコード

◎税務課よりお知らせです

▶問い合わせ 役場 税務課 ☎ 27-2114

令和8年度住民税の申告&令和7年分所得税の確定申告

①住民税の申告

1. 巡回会場での受付

■期間 2月3日（火）～2月10日（火）

※下表「住民税申告巡回受付の日程表」をご確認ください。

2. 役場1階会議室A・Bでの受付

■期間 2月12日（木）～3月13日（金）

※土・日・祝日は除きます

■時間 午前9時～午後4時

住民税の申告が必要な人

令和8年1月1日現在、本村に在住で、次のいずれかに該当する人は、住民税の申告をしてください。

●事業所得、不動産所得、譲渡所得などがある人で所得税が課税されない人

●給与の年末調整が済んでいて、給与以外の所得がある人

●公的年金収入が400万円以下で、その他の所得がある人、または所得控除の追加がある人

※確定申告をした人や、収入が給与だけで勤務先から村へ「給与支払報告書」が提出されている人は、住民税の申告は必要ありません。

※農業分の申告がある方は、参考資料として農業収支を確認できる帳簿等をご持参ください。

※収入がない方も住民税申告をお願いします（未申告の場合、各種証明書（所得証明書、課税証明書等）が発行できないほか、国民健康保険税、介護保険料の軽減措置や各種手当等の行政サービスが受けられない場合があります）。

申告に必要なもの（住民税・所得税共通）

- 源泉徴収票など収入が明らかになる資料（給与・年金収入のある方）
- 国民年金保険料などの控除証明書
- 社会保険の領収書（令和7年中に支払ったもの）
- 生命保険や損害保険の控除証明書、医療費などの領収書または医療費通知書
- 障害者手帳や愛護手帳
- 経営所得安定対策交付金計算書など
- ライスセンターの使用者は精算書（最終のもの）
- 事業所得のある方は収支決算書や帳簿など
- 生命保険会社などから年金を受給している方は明細書
- 個人番号（マイナンバー）がわかるもの（通知カードまたは個人番号カード）
- 本人確認書類（顔写真付き身分証明書など）
- 通帳

②所得税の確定申告

1. 役場1階会議室A・Bでの受付

■期間 2月16日（月）～3月16日（月）

※土・日・祝日は除きます

■時間 午前9時～午後4時

※所得税の確定申告書や手引きは、税務署または役場税務課で配布しています。

※青色申告の方は税務署での申告をお願いします。

※その他、複雑な申告や時間を要する申告の場合は、税務署での申告をお願いします。

※事業を行っている場合は、事業に関する日々の取引を正確に記帳するとともに帳簿や領収書等の書類を保存してください。

所得税の確定申告が必要な人

次のいずれかに該当する人は所得税の確定申告をしてください。

●事業所得、不動産所得、譲渡所得などがあり、各種の所得額の合計額が所得控除の合計額を超える人

●年間の給与収入額が2,000万円を超える人

●給与の年末調整が済んでいて、給与以外の所得が20万円を超える人

●2カ所以上の事業所から給与をもらい、源泉所得税の精算が済んでいない人

※公的年金収入が400万円以下で、その他の所得が20万円以下の人は所得税の申告をする必要はありません。ただし、控除の追加などで所得税の還付を受ける場合には、申告することもできます。また、所得税の確定申告が必要な場合であっても、住民税の申告は必要です。

住民税申告巡回受付の日程表

地区名	会場	受付月日	受付時間
中沢	中沢公民館	2月 3日（火）	午前9時～午後2時
長科	長科旧公民館	2月 4日（水）	午前9時～午後2時
阿弥陀川	役場1階会議室A・B	2月 12日（木）	午前9時～午後4時
ぐっと町会	役場1階会議室A・B	2月 12日（木）	午前9時～午後4時
蓬田・宮本	役場1階会議室A・B	2月 13日（金）	午前9時～午後4時
郷沢	郷沢自治会館	2月 5日（木）	午後1時～午後3時
瀬辺地	瀬辺地民生会館	2月 9日（月）	午前9時～午後2時
広瀬	文化伝承館	2月 10日（火）	午前9時～午後2時
高根	高根公民館	2月 5日（木）	午前9時～午前11時

■詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

<https://www.nta.go.jp>

12/24 親子で楽しむもちつき

もちつき交流会

ふるさと総合センターにおいて年末恒例のもちつき交流会が行われ、約16名の親子が参加しました。子どもたちは大人に手伝ってもらいながら杵を振り下ろし、もちつきを体験。つきたてのお餅は小さく丸め、お汁粉やきな粉、お雑煮にして味わい、和やかな交流のひとときとなりました。



▲杵の重さに振り回されながらなんとかもちつきできました

1/5 海外研修で国際感覚を育む

中学校海外研修

外国の異文化に対する理解を深め、国際感覚を養うと共に郷土への愛着と誇りを深めることを目的に、蓬田中学校2年生15名が、3泊4日の日程で台湾への海外研修を行いました。台湾の歴史や文化に触れたほか、現地の大学生との交流等を通じて多様な価値観を学び、国際的な視野を広げる貴重な機会となりました。



▲台湾銘菓のパイナップルケーキ作り体験をしました

1/6 新年の筆初め

村民書き初め大会

新年を迎え、ふるさと総合センターで村民書き初め大会が開催されました。小学生から一般まで約6名が参加し、年齢別に設定されたお題に挑戦。参加者は講師の福井陽子氏の指導を受けながら何度も練習を重ね、渾身の一筆を完成させました。仕上がった作品は同センターに展示され、来館者の目を楽しませています。



▲お手本を見ながら何度も書き直しました

1/7 滑る楽しさを全力で体験

村民スキー教室

1月7日から3日間、モヤヒルズと青森スプリング・スキーリゾートで村民スキー教室が開催されました。初日は45名の児童が参加し、蓬田スキークラブの方々からクラス別に丁寧な指導を受け、子どもたちはみるみる上達していました。3日間、寒さを吹き飛ばすくらい元気いっぱいにスキーを楽しみました。



▲よろけながらもだんだんコツをつかんでいきました



今月のテーマ

『フレイル予防』と『社会とのつながり』

- フレイル予防の4つのポイント
- 1. お口の健康 年に1回は歯科受診し、お口の状態を見てもらいましょう。しっかりと栄養が取れるように、歯磨きをしてお口の健康を保ちましょう。
- 2. 栄養 肉・魚・大豆製品などのタンパク質の摂取を心がけ、低栄養を防ぎましょう。

フレイルとは「年を取ることで心身が老い衰えた状態」のことです。健康な状態と介護が必要な状態の中間に位置します。フレイルの状態が続くと、病気が悪化しやすくなったり、転びやすくなったりと要介護のリスクが高まりますが、早期からフレイル予防をすることで、元の健康な状態に戻すこと・健康を維持することが期待できます。

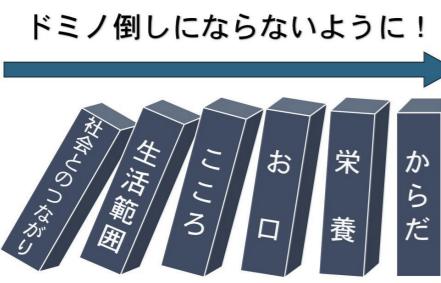
●『フレイル』をご存じですか？

- 「つどいの場」に参加しませんか？
- ◎ いきいきなどわどサロン 会場…ふるさと総合センター 毎週木曜日午前9時～午後1時45分
- ◎ ねまるカフェ 会場…村社会福祉協議会 平日午前9時～午後4時

蓬田村では色々なつどいの場があります。つどいの場では参加者がおしゃべりや趣味活動などを楽しんだり、お互いの近況を話したりと家にいってはできないことができます。

たとえば、「いきいきなどわどサロン」ではこのほかにも参加者の筋力を高める『いきいき百歳体操』や『貯筋トレーニング』、介護予防の講話、季節のイベントなども行っています。誰でも自由に参加できます。また、村の保健師や地域包括支援センターの職員がいるため、健康・介護などの相談にも対応できます。

社会とのつながりを失うことがフレイルの最初の入り口と言われ、外出しなくなるとドミノが倒れるようにフレイルのリスクが高まりますので、つどいの場に参加しフレイル予防に取り組んでみませんか。



▲クリスマスケーキづくり（介護予防）



▲貯筋トレーニング（通年）の様子

●「つどいの場」の活動風景

青森税務署より所得税の確定申告のお知らせ

▶問い合わせ
青森税務署 017-776-4241

令和7年分所得税の確定申告の期間は、2月16日(月)～3月16日(月)までとなっています。
確定申告が必要な方は、必ず申告していただきますようお願いします。



①今年も確定申告は自宅からマイナンバーカードでe-Tax

スマートフォン(又はパソコン)とマイナンバーカードを利用し、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」から24時間e-Taxで申告することができますので是非ご利用ください。
※申告書の作成に当たってはマイナポータル連携をご利用ください！
医療費やふるさと納税等の各種控除証明書等のデータを自動入力することができ申告書をスムーズに作成できます。

確定申告書等の作成コーナーは右記QRコードから→



②申告書作成会場の開設

申告相談が必要な方は、事前予約の上ご来場ください。

期間 2月16日(月)～3月16日(月)《土・日・祝日を除く》(ただし3月1日(日)は開設します。)
時間 午前9時～午後5時(受付時間は午後4時まで)
場所 青森税務署(青森第二合同庁舎)1F共用会議室
(〒030-0861 青森市長島一丁目3番5号)

○持参物

①スマートフォン、②マイナンバーカード、③マイナンバーカードのパスワード2つ(数字4桁、英数字6～16文字)、④源泉徴収票などの申告書作成に必要な書類

申告書作成会場では、ご自身のスマートフォンとマイナンバーカードを使用して、ご自身で申告書を作成し、ご自身でe-Tax送信(提出)していただきます。
※マイナンバーカードのパスワードが分からぬ場合や電子証明書の有効期限が過ぎた場合、e-Tax等がご利用できませんので、早めに市町村窓口で手続きをお願いします。

【ご注意ください！】

●2月13日(金)以前は、令和7年分の確定申告の相談を行いません

2月13日(金)までは、令和6年分以前の申告相談のみ事前予約制で行っています。ただし、ご自宅等で作成した還付申告書は2月13日(金)以前でも提出できます。

●申告書作成会場への入場には「入場整理券」が必要

相談を希望される方は、「国税庁LINE公式アカウント」からオンライン事前予約の手続きをお願いします。

国税庁LINE公式アカウント→



③納付も自宅からキャッシュレス

○振替納税(所得税・個人事業者の消費税)

事前に届出をした預貯金口座(※)から、税務署が指定する振替日に自動で口座引落し、申告後は振替日前に預貯金残高を確認するだけなので、個人事業者は一番便利！

※過去に届出を行っている方は登録済のため、再度の届出は不要です。
(令和7年分の確定申告の振替日)

- ・申告所得税及び復興特別所得税・・・4月23日(木)
 - ・消費税及び地方消費税・・・・・・・4月30日(木)
- 振替納税の手続きについて→



○その他のキャッシュレス納付

その他にもスマートフォンアプリ納付などもありますので、ぜひご利用ください。

振替納税以外の各種キャッシュレス納付について↓



日

月

火

水

木

金

土

総合カレンダー

2026

2

月

1

◆蓬田村消防団出初め式
9:30~ 役

2

3

◆住民税申告（中沢）
◆玉松友の会 ふ

4

◆住民税申告（長科）

8

9

◆住民税申告（瀬辺地）

北 燃えるごみ（40cm未満）

10

◆住民税申告（広瀬）
◆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）

11

○建国記念の日

15

16

17

◆玉松友の会 ふ

北 燃えるごみ（40cm未満）

北 燃えないごみ
南 燃えるごみ（40cm未満）

18



◆英会話教室 18:00~ ふ

22

23

○天皇誕生日

◆玉松友の会 ふ

北 燃えるごみ（40cm未満）

北 缶・ペットボトル・ビン
南 燃えるごみ（40cm未満）

24

◆玉松友の会 ふ

北 南 特殊なごみ
(電球・蛍光灯・乾電池など)

5

◆住民税申告（郷沢・高根）
◆いきいきなどわどサロン ふ
◆子育てサークル ふ
◆子育て相談 ふ

北 燃えるごみ（40cm未満）

南 燃えないごみ

6

北 燃えるごみ（40cm未満）
南 燃えないごみ

南 燃えるごみ（40cm未満）

7

◆麻しん風しん1期予防接種
8:30~11:00 診

12

◆住民税申告
(阿弥陀川・ぐっと)
◆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

13

◆住民税申告（蓬田・宮本）
◆健康れすとらん ふ

南 燃えるごみ（40cm未満）

14

◆乳児健康診査・股関節
脱臼健診 ふ

19

◆乳児健康診査・股関節
脱臼健診 ふ

北 燃えるごみ（40cm未満）

南 燃えないごみ

20

◆蓬田村表彰式・蓬田村教育
委員会表彰式 14:00~

南 燃えるごみ（60cm未満）

21

26

◆いきいきなどわどサロン ふ
◆子育てサークル ふ
◆こころのサロン

北 燃えるごみ（40cm未満）

南 缶・ペットボトル・ビン

27

南 燃えるごみ（40cm未満）

28

北 南 古紙類

戸籍の窓口

【12月受付分】(敬称略)

■ご冥福をお祈りします

森 義光	72歳	(阿弥陀川)
森 繁	89歳	(阿弥陀川)
森 千代恵	76歳	(阿弥陀川)
小野 英雄	74歳	(郷 沢)
小野喜代江	88歳	(郷 沢)

■蓬田村の人口(12月31日現在)

区分	人口	前月比
総人口	2,360	-12
男	1,148	-7
女	1,212	-5
世帯数	1,101	-4

○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
- 公 … 蓬田公民館

○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132)

○エミリーの英会話教室

Let's enjoy English♪
次回は2月18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136)

○いきいきなどわどサロン

(毎週木曜日 9:00~13:45)

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135)

帯状疱疹ワクチン接種費用助成事業について

蓬田村では、帯状疱疹の発症または重症化の防止を目的とし、帯状疱疹ワクチン接種費用助成事業を実施しています。

助成対象者	①予防接種日において、村に住所がある50歳以上の方。 ②過去に帯状疱疹ワクチン接種費用の助成を受けたことのない方。 ※65、70、75、80、85、90、95、100歳の方は、定期接種の対象となっています。
医療機関	蓬田村指定医療機関 ※回覧及び蓬田村ホームページをご確認ください
接種費用と接種回数	・自己負担 生ワクチン 約4,000円×1回 不活化ワクチン 約11,000円×2回 ※生活保護受給者については、無料となります。
接種方法等	<p>【指定医療機関で接種する場合】</p> <ol style="list-style-type: none"> 蓬田村役場で予診票を受け取りください。 指定医療機関へ予約をしてから接種してください。 接種後医療機関から接種済証を受け取り大事に保管してください。 予診票を持参し、上記医療機関で接種した場合、上記接種費用で接種できます。 (※償還払いの申請手続きは不要です。) <p>【指定医療機関以外で接種及び予診票を持参せずに接種した場合】</p> <p>いったん窓口で費用を全額お支払いし、後日、償還払いの申請手続きをしてください。 (生ワクチン 約8,000円×1回、不活化ワクチン 約22,000円×2回) ※領収書、予防接種を受けたことを証明する書類、申請者名義の通帳の写し、印鑑をお持ちになり健康福祉課にて3月末までに申請してください。 ※生活保護の方は受給者証等生活保護を受給していることが分かる書類も必要です。</p>
申請期限	接種した年度内に申請してください。 (令和7年度に接種した分の申請期限は令和8年3月31日まで)

▶問い合わせ 役場 健康福祉課 ☎ 27-2113（内線132）

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、かつて電気機器の絶縁油などに使用されていた有害物質です。現在は製造・使用が禁止されていますが、古い電気機器から今なお発見されることがあります。

低濃度PCBとは、濃度が0.5mg/kg超5,000mg/kg以下のPCBを含む絶縁油等を指し、製造後30年以上経過した変圧器・コンデンサーのほか、分電盤内の低圧コンデンサーや電気溶接機、昇降機などにも含まれている場合があります。古い低圧遮相コンデンサーが配電盤や壁に残されている例も確認されています。事業所内を点検し、低濃度PCB使用機器が発見された場合は、速やかに県へ届出のうえ、期限内に処分してください。処分期限は令和9年（2027年）3月31日です。期限後は処罰の対象となります。

◆留意事項

- 高濃度PCB廃棄物を発見した場合は、速やかに県へご相談ください。
- 感電の危険があるため、確認は必ず専門業者に依頼してください。
- 低濃度PCB廃棄物の分析・処理費を支援する助成制度が、

令和7年4月1日から始まっています。

※詳しくは、（公財）産業廃棄物処理事業振興財団へ
問い合わせください。☎ 098-995-7100



▲青森県HP

▲般問い合わせ

青森県庁資源循環推進課 ☎ 017-734-9584
青森県青森環境管理事務所 ☎ 017-763-5292

医療費通知書の送付・コールセンターの設置について

医療費通知書は、ご自身の受けた医療の状況を知っていただくためのお知らせです。

例年、年1回医療費通知書を送付していましたが、今年度より医療費通知書を活用して医療費控除の申告をされる方々の利便性向上のため、年2回送付します。令和7年分の医療費通知書は下記日程で発送予定です。

	送付時期	記載された診療月
1回目	2月中旬	1月～11月診療分
2回目	3月中旬	12月診療分

※郵便事情等により発送からお手元に届くまで数日要する場合があります。

2月中に確定申告される方は、11ヶ月分の医療費通知書と医療機関発行の領収書（12月診療分）をご活用願います。マイナンバーカードをお持ちの方は、確定申告に活用するための1年分の医療費通知情報を2月9日（例年）からマイナポータルでも取得可能です。

○医療費通知書に関してご不明な点がございましたら下記へご連絡ください

後期高齢者医療費通知書コールセンター ☎ 0120-905-244

受付期間 令和8年2月2日～令和8年3月19日（土日祝を除く。）

受付時間 午前9時～午後5時

※お電話の際は、被保険者番号がわかるもの（資格確認書等）をご用意ください。

※被保険者番号がわからない場合は「住所・氏名・生年月日」をお伝えください。

※「医療費控除の明細書」の記入、確定申告に関することは、最寄りの税務署へお問い合わせください。

▶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121）

赤十字活動にご支援をお願いします。

日本赤十字社青森県支部は、災害・紛争などから命を守り、苦痛を軽減する活動をはじめ、平時は教育現場や自治会などで防災・減災の講習会やボランティア活動などを展開しています。

こうした活動は、毎年2月から自治会・町内会などの赤十字ボランティアが戸別訪問をさせていただき、寄せられた会費や寄付金によって支えられています。本年も引き続き、村民の皆様のあたたかいご支援を心よりお願い申し上げます。

▶問い合わせ

日本赤十字社青森県支部 総務課 会員係

☎ 017-722-2011

日本赤十字社青森県支部蓬田村分区
事務局 健康福祉課

☎ 0174-27-2113（内線132）

