

目次

- 村の出来事 1
- 住民健診等のお知らせ 3
- ロコモ・フレイル健診のお知らせ 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
- 児童川柳 11



6 息を合わせて大ジャンプ!

5月16日(土)、蓬田村総合グラウンドで行われた蓬田中学校運動会の長縄跳びの様子です。限られた時間でより多く跳ぼうと、息を合わせて挑戦する様子に、会場は大盛り上がりでした。

児童川柳 ペンシル

第二百二十六回 お題『かさ』

佳作	五客	地位	人位	天位
アンブレラヤマセふいたらあんぶねな 雨の日に傘松の下に入りたい あめのなかいそいではしってかさをもち 強風だかさ逆さまにコウモリがさ かさわすれおかささんくるこうもんへ つゆがきたかさを広げてさあいこう 雨の音何か不思議帰り道	ある日雨がふりかさがとんでいった にじいろだそらのけしきとかさのから かささしたドキドキしたよにゆうがくしき 風にのってとんでくかさをおいかける ルンルンでかさをにぎってバスをまつ かさをさすとかさない人がよってくる かささしたないたそらがわらったよ	2年 石田珠己 4年 坂本知恵里 1年 佐々木碧生 6年 細谷睦生 4年 稲葉みち香 6年 山内梨愛 6年 三上 樂	6年 稲葉柊玖 2年 木村昂雅 1年 今 琥珀 6年 越田瑠維 6年 村上優花 6年 工藤 新 1年 川崎琉叶	雨がふり かさといしよに ながめてた



6年 工藤 杏珠 さん

選評 おかじょうき川柳社



今回の「かさ」の川柳、いつもより少なかった。どうしたのでしょうか。次はいつばい来るのを楽しみにしています。

人位 寄ってきた人をちゃんと「かさ」の中に入れてあげるやさしい新くんが見えて来ました。みんなにやさしくしてあげようね。

地位 琉叶さん、雨のことを、空が泣いていると思うって、誰もが感じていることではありません。泣いている空が笑った、というのもすてきです。

天位 「かさ」を人間のように書いているところが杏珠さんらしく、この句のよいところです。「かさ」とながめる雨はきつと美しかったことでしょう。

7月号はお休みです。
8月号のお題は『夏』です。
お楽しみに。



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。



- ショッピング・イン・アオモリ 能町みね子 著
- 月がきれいな夜に、誰かに思い出してほしかった 川代紗生 著
- すべてが円くなるように 原田マハ 著
- 書きたいことがない人のための日記入門 pha 著
- 暮らしの図鑑 朝ごはん 朝時間.jp 著
- 12歳までに知っておきたい語彙力図鑑クイズ 齋藤孝 著
- 有名人の愛読書、読んでみました。 ブルボン小林 著
- ビバリウム Ado と私 小松成美 Ado 著

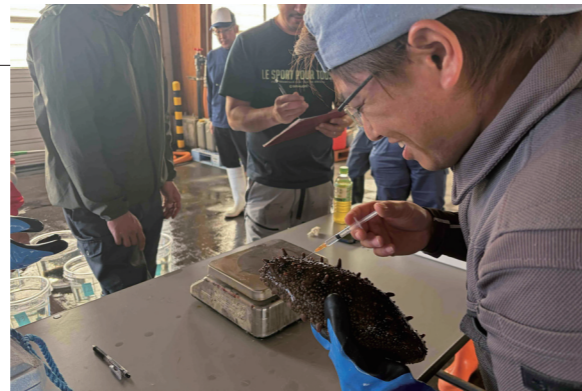
※この他にも取り揃えています。

▶問い合わせ 教育課 ☎ 31-3111

5 ナマコ増殖へ採苗試験開始

13 ナマコ増殖事業・人工採苗試験を実施

蓬田村漁業協同組合では、ナマコの増殖に向けた人工採苗試験を行いました。事前に採捕した親ナマコに産卵誘発剤を注入し、産卵を促す作業などを実施しました。今後は採取した受精卵を採苗器に収容して育成する予定です。資源増殖や安定した漁業につながる取り組みとして期待されています。



▲ナマコの採苗試験で誘発剤を注入する様子

～夢中になれる趣味、一緒に始めませんか？～

蓬田村文化協会 活動紹介

蓬田村文化協会では、所属するそれぞれの団体が様々な文化活動に取り組んでいます。また、全体活動として、村民祭での作品展示による成果発表や、各団体間での交流、文化的教養の向上を目的とした交流会の開催など積極的に活動しています。活動にご興味ある方は、教育委員会までお問い合わせください。

団体名	活動日	活動場所	活動内容
すいぼかい 酔墨会	不定期	正法院	書道
しょうふうかい 松楓会	不定期	個別	盆栽
赤いとまと	月1～2回程度	ふるさと総合センター・蓬田小学校	絵本読み聞かせ
ふれんど 布連人パッチワーク	月1～2回程度	ふるさと総合センター	パッチワーク
たままつだいてほぞんかい 玉松太鼓保存会	不定期	ふるさと総合センター	玉松太鼓演奏
とうこうげい 藤工芸教室	月2回程度	ふるさと総合センター	藤工芸
わふ 和布の会	月1回程度	ふるさと総合センター	和布工作・裁縫
さきおり 裂織教室	月2～3回程度	文化伝承館・ふるさと総合センター	裂織

～いつでも、どこでも、だれでも、いつまでも気軽にスポーツ～ よもっと元気スポーツクラブ 活動紹介

よもっと元気スポーツクラブはスポーツ活動を通じて、村民の健康づくりと、気軽にスポーツを楽しむことができる環境づくりに取り組んでいます。令和8年度は下表の教室を開催予定です。他にも単発教室を不定期で開催予定なので、興味がある活動がございましたら教育委員会までご連絡ください。

教室名	活動日時	活動場所	年会費	参加料	対象
フットサル教室	月2回 木曜日 17:30～19:00	トレーニングセンター	3,000円	無料 ※非会員1回200円	小学生
ラケットテニスサークル	毎週木曜日 19:00～20:30	トレーニングセンター	3,000円	無料 ※非会員参加不可	村民
貯筋トレーニングサークル	月1回 13:15～14:15	ふるさと総合センター	3,000円	500円 ※非会員1回1,000円	村民(成人)

▶問い合わせ 教育課 ☎31-3111

5 笑顔あふれる運動会

16 蓬田中学校運動会

好天に恵まれた初夏の一日、蓬田中学校運動会が開催されました。「共創」の生徒会テーマのもと、生徒は紅白の組に分かれ、徒競走や応援合戦などで競い合いました。

各種目で生徒たちの一致団結する姿やお互いを励まし合い、健闘をたたえ合う姿が見られました。生徒たちの一生懸命な姿に、応援に駆けつけた家族や地域の方々から大きな拍手が送られていました。



4 人権の擁護と思想普及に尽力

30 法務省人権擁護局長より感謝状を贈呈

青森地方法務局で開催された令和8年度青森人権擁護委員協議会定時総会において、蓬田村人権擁護委員の石田善信さん(広瀬)が、多年にわたり国民の人権擁護と人権思想の普及高揚に尽力された功績が讃えられ、感謝状が贈呈されました。村では、人権に関する特設相談所を、年3回(第1回目は6月1日(月))開設しています。相談料無料、秘密厳守ですので、お気軽にお越しください。



▲受賞会場にて表彰を受け取った石田善信さん(広瀬)

蓬田村・青森県立保健大学

ロコモ・フレイル健診のお知らせ



日時：6/27（土）12：00～
 対象：骨粗鬆症健診を受ける40歳以上の方
 ご希望の方は骨粗鬆症検診にお申し込み下さい
 場所：農業者トレーニングセンター
 （住民健診会場内）



フレイルとは、わかりやすく言えば「加齢により心身が老い衰えた状態」のことです。早く適切に対処すれば元の状態に戻る可能性があります、**進行すると様々な合併症を引き起こし、要介護状態に移行**します。



体組成検査



口腔機能検査



筋力検査



食事・質問調査



- 結果は、**住民健診結果説明会**で個別にお伝えします。
- 住民健診結果説明会では**おかず味噌汁すこやか力向上委員会**の実演・実食もごさいます。

ご質問はこちらまで→ 青森県立保健大学 理学療法学科 新岡大和
 tel: 017-765-2066 mail: y_nioka@ms.auhw.ac.jp

住民健診・個別健（検）診・ フォローアップ健診のお知らせ

蓬田村では6月25日（木）～6月27日（土）に住民健診を実施します。当日の申込でも受付しております。詳しくは毎戸配付しました「令和8年度住民健診のお知らせ」をご確認ください。

ご都合により住民健診を受診できない方を対象に個別健（検）診・フォローアップ健診を行います。

○特定健診・後期高齢者個別健診

対象者：40歳以上の国保加入者および後期高齢加入者で、今年度の住民健診で特定健診・後期高齢者健診を受診していない方



健診期間：令和8年5月1日～令和9年3月31日まで

※令和8年4月2日付毎戸配付しました「令和8年度住民健診のお知らせ」には、実施期間を「令和8年5月1日～令和9年2月末」と記載しておりましたが、上記期間に訂正いたします。

受診方法：特定健診・後期高齢者健診受診券に同封の「医療機関一覧」に記載されている医療機関に、ご自身で予約をして受診してください。

○大腸がん・子宮頸がん・乳がん個別検診

<対象者>

大腸がん検診：40歳以上で、今年度の住民健診で大腸がん検診を受診していない方

子宮頸がん検診：20歳以上の和暦偶数年生まれで、今年度の住民健診で子宮頸がん検診を受診していない方

乳がん検診：40歳以上の和暦偶数年生まれで、今年度の住民健診で乳がん検診を受診していない方



検診期間：令和8年8月1日～令和9年2月28日まで

受診方法：令和8年6月の住民健診で大腸がん検診・子宮頸がん検診・乳がん検診を受診しなかった方にクーポン券を送付予定です。クーポン券に同封の「医療機関一覧」に記載されている医療機関に、ご自身で予約をして受診してください。

○フォローアップ健診

青森県総合健診センターにて、住民健診と同内容の健診（特定健診・後期高齢者健診・胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診・肝炎ウイルス検診・子宮頸がん検診・乳がん検診・骨粗鬆症検診）を受診することができます。

詳細につきましては、決まり次第回覧等にてお知らせします。

▶問い合わせ 役場 健康福祉課 ☎ 27-2113

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 ◆人権特別相談所 ふ 10:00～15:00 北 燃えるごみ (40cm 未満)	2 ◆玉松友の会 ふ 北 燃えないごみ 南 燃えるごみ (40cm 未満)	3	4 ◆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	5 南 燃えるごみ (40cm 未満)	6
7	8 ◆親と子の歯科相談 ふ 北 燃えるごみ (40cm 未満)	9 ◆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)	10 ◆第2回村議会定例会(～13日) ◆もの忘れ・認知症相談会 ふ ◆狂犬病集合予防注射 (※詳細は9ページ)	11 ◆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	12 南 燃えるごみ (40cm 未満)	13 ◆ヒトパピローマウイルス 予防接種 8:30～ 診
14	15 北 燃えるごみ (40cm 未満)	16 ◆1歳6ヶ月児・2歳児・ 3歳児健康診査 ふ ◆幼児歯科健康診査 ふ 北 燃えないごみ 南 燃えるごみ (40cm 未満)	17 ◆英会話教室 18:00～ ふ 	18 ◆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	19 南 燃えるごみ (60cm 未満)	20
21 ◆蓬田村消防団定期観閲式 ク 	22 北 燃えるごみ (40cm 未満)	23 ◆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)	24 北 南 特殊なごみ (電球・蛍光灯・乾電池など)	25 ◆子育てサークル ふ ◆こころのサロン ふ ◆住民健診 ト 北 燃えるごみ (40cm 未満) 南 缶・ペットボトル・ビン	26 ◆住民健診 ト 南 燃えるごみ (40cm 未満)	27 ◆住民健診 ト 北 南 古紙類
28	29 北 燃えるごみ (40cm 未満)	30 ◆玉松友の会 ふ ◆高齢者教室 (玉松台清掃 奉仕活動)  北 燃えないごみ 南 燃えるごみ (40cm 未満)				

総合カレンダー

2026

6月

戸籍の窓口

【4月受付分】(敬称略)

■蓬田村の人口(4月30日現在)

区分	人口	前月比
総人口	2,318	- 4
男	1,122	- 3
女	1,196	- 1
世帯数	1,092	+ 2

○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
 ク … 総合グラウンド

○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 132)

○エミリーの英会話教室
 Let's enjoy English ♪
 次回は 6月17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。
 障害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 9:00～13:40)
 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)

～国保の窓口～

国民健康保険で受けられる給付について



国保に加入している方が病気やケガで病院にかかったり、出産や死亡があった場合には、治療等（療養の給付等）や現金の給付（療養費の支給）が受けられます。

これを「保険給付」といい、下記のような事例が対象となります。

1. いったん全額自己負担したとき（療養費の支給）

次のような場合には、いったん全額自己負担となりますが、住民課の窓口で申請をし、審査を経て支給決定されれば自己負担分を除いた金額が支払われます。

〈医療の内容〉

- ① 急病などのやむを得ない事情で、保険の取扱いをしていない病院で治療を受けたとき
- ② マイナ保険証または資格確認書を持たずに治療を受けたとき
- ③ 国保を扱っていない柔道整復師の施術代（骨折・捻挫・脱臼など）
（例）・医師から指示された、はり・きゅう・あんま・マッサージ代
・治療用装具（コルセット、義足など）を購入したとき



2. 子どもが生まれたとき（出産育児一時金）

国保に加入されている方が出産したときに、50万円（産科医療補償制度加入の病院で分娩した場合）が支給されます。

支給を受ける方法として、蓬田村が直接病院に出産育児一時金を支払うことにより、国保の加入者の方は、出産費用から出産育児一時金を差し引いた金額を病院で支払えばよい「直接支払制度」が利用できます。

なお、出産費用が出産育児一時金の金額未満で納まった場合や、直接支払制度を利用しない場合は、住民課の窓口で申請をしてください。

※直接支払制度が利用できない病院などで、「受取代理制度」が利用できる場合があります。詳しくは病院にお尋ねください。



3. 亡くなられたとき（葬祭費）

国保に加入されている方が亡くなった場合、葬儀を執り行った方に葬祭費として5万円が支給されます。なお、葬儀を行った日の翌日から2年を経過すると、時効により申請できなくなりますのでご注意ください。

▶問い合わせ 役場 住民課 ☎ 27-2112

今月のテーマ



6月4～10日は歯と口の健康週間です



● 歯科受診していますか？

令和7年度の蓬田村での国保歯科受診率は青森県・全国より低い状況です。特に、青森県と比べると8割、全国と比べると6割ほどの受診率しかありません（国保データシステムより）。
むし歯やお口のトラブルがあったら歯科受診すると考えている人も多いですが、症状がなくても定期的に受診することが大切です。定期的な受診で、自宅の歯みがきだけではどうしてもケアしきれない口腔内の状況をプロがしっかりと点検します。



● 定期受診のメリット

- ① 口腔内を専門の技術と器具で綺麗にするため、気分爽快・スッキリ。
- ② 歯周病やむし歯の予兆を見抜き、「予防」が出来る。
- ③ 歯みがきでは落とせない歯石もキレイに落とし、口の中の汚れを徹底洗浄するので、気になる口臭を解消できることも。
- ④ 分かりやすく、その人の特徴やクセを捉えて歯みがき指導をするため、毎日の歯みがきがより上手になる。



蓬田村歯周疾患検診・後期高齢者歯科健診をうけましょう！

東青地域（平内町は除く）の対象医療機関にて蓬田村歯周疾患検診・後期高齢者歯科健診を行っています。対象の方は蓬田村歯周疾患検診・後期高齢者歯科健診をうけて、お口のチェックとともにプロケアをうけましょう。

○期 間：令和8年4月1日～令和9年3月31日

○対 象 者：＜歯周疾患検診＞

今年度満20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる方
対象の方には受診券を送付しています。

※ご自身の歯が全くない方（総入れ歯の方など）は受診できません。

＜後期高齢者歯科健診＞

75歳以上および後期高齢者医療広域連合の被保険者の方
案内は対象者に送付しています。

○費 用：無料（但し、治療が必要となった場合は、別途治療費の自己負担があります）

○受診方法：ご自身で対象医療機関に電話で予約してください。



▶問い合わせ：＜歯周疾患検診＞ 役場 健康福祉課 ☎ 27-2113
＜後期高齢者歯科健診＞ 役場 住民課 ☎ 27-2112

▼問い合わせ先
青森県中央県税事務所
課税第三課
☎017-734-9974



自動車税の納付は
お早めに
県では6月上旬に、4月1日現在の自動車の所有者の皆さまへ、自動車税納税通知書をお送りしています。今年度の自動車税の納期限は6月30日(火)です。お近くの金融機関、コンビニエンスストアまたは各県税事務所へ納付することができます。スマートフォン等を利用して、クレジットカード、インターネットバンキングまたは電子マネーによる納付も可能です。詳細は、左記ホームページから「県税・市町村税インフォメーション」内の「自動車税」のページをご覧ください。

お知らせ

自動車税の納付はお早めに

法務局では、社会人経験をいかして働きたい方を募集しています。これまでの経験で培ったスキルを、法務局で発揮してみませんか。

法務局職員の募集(社会人採用)

■仕事内容 法務局が所管する不動産登記、商業・法人登記等の業務
なお、応募資格等の詳細については、左記にお問い合わせください。

▼問い合わせ先
青森県方法務局 総務課
☎017-776-9017

見え方等の悩みに関する相談教室

見え方で困っている方の相談をお受けします。ご本人はもちろん、ご家族、園や学校の先生など、ごなたでもお気軽にご相談下さい。

■日時 電話またはメール受付で日時を決定します。
■場所 青森県立盲学校ロビージョン相談支援センター(青森市矢田前字浅井24-2)
■対象 0歳から成人の方まで
■内容 板書が苦手、音読がうまくできない、物を斜めから見るなど目の使い方の対処、見え方に配慮した育児方法や便利グッズの紹介、学級における指導方法等
※費用無料、秘密厳守
▼申込・問い合わせ先 青森県立盲学校ロビージョン相談支援センター
※事前にお電話またはメールで「見え方の相談」と御連絡下さい。
☎017-726-2239
(平日午前9時~午後4時まで)
メール sodan-moush@asn.ed.jp

■日時 7月3日(金)午後1時45分~午後3時30分
■場所 青森市農業振興センター
■募集人員 20名(抽選)
※青森市役所本庁舎駐車場はご利用になれません。
■料金 五百円
※ハーブ寄せ植えに係る材料費
■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本庁舎発着送迎バス利用希望の有無を記入し、農業振興センターまで応募してください。
※1人につき1通まで
■申込期限 6月12日(金)必着
▼申込・問い合わせ先 青森市農業振興センター

薬草ハーブ観察会開催のお知らせ

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ



■振込口座の変更届出について

高額療養費等の給付申請の際に届出した振込口座に変更(解約・金融機関の店舗統廃合等)があったときは、必ず役場住民課へ届出してください。届出がないと振り込みができなくなりますので、お早めの届出をお願いします。

■マイナ保険証の利用について

マイナンバーカードをお持ちの方は、保険証利用登録をすることでマイナ保険証として資格確認が可能です。また、マイナポータルを利用した医療費控除申請も可能ですので、マイナ保険証の利用をご検討ください。

▶問い合わせ 役場 住民課 ☎27-2112(内線121)

狂犬病集合予防注射のお知らせ

年に1度の狂犬病集合予防注射を右記日程で実施します。飼い犬が登録済みの方には案内ハガキを送付していますので、当日各会場へご持参ください。来場される際は、隣との間隔を空けての待機にご協力願います。

■接種代等

- ①犬登録料.....3,000円(既に登録済みの場合は不要)
- ②狂犬病予防注射代.....3,050円
- ③注射済票交付手数料.....550円

▶問い合わせ

役場 健康福祉課 ☎27-2113(内線132)

忘れずに受けてわん



■日時・会場 令和8年6月10日(水)

時間	会場
8:50~9:00	高根消防屯所前
9:10~9:20	広瀬公民館前
9:25~9:35	瀬辺地民生会館前
9:40~9:50	郷沢消防屯所前
9:45~10:05	トレーニングセンター前
10:15~10:25	中沢公民館前
10:30~10:40	長科新公民館前
10:45~11:00	阿弥陀川屯所前
11:05~11:15	蓬田村役場前

高齢者向け肺炎球菌ワクチン接種について

村では、予防接種法に基づき、高齢者肺炎球菌予防接種事業を実施しています。この事業では、これまで高齢者肺炎球菌ワクチンを接種したことがない方を対象に、定期接種の機会を設けています。対象となる方には、個別に通知と予診票を送付していますので、接種を希望される方は、この機会にぜひ接種してください。

対象者	村に住居登録があり、以下のいずれかに該当する方 ①接種時に65歳の方(65歳に達した日~66歳に達する前日まで) ②60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害のある方(身体障害者手帳をお持ちで、内部障害1級に該当する方)
費用	自己負担額 1,000円 ※生活保護受給世帯は、自己負担はありません。

▶問い合わせ 役場 健康福祉課 ☎27-2113(内線132)



▲水揚げされたトゲクリガニ

今月のもう一枚

1年ぶりに試験的に解禁されたトゲクリガニ漁。期待して取材へ向かいましたが、水揚げは少なめでサイズもやや控えめ。今回は残念ながら掲載見送りとなりました。来年は誌面いっばいに紹介できる水揚げを期待しています。

(〒030-1261) 青森市大字四戸橋字磯部243-319
☎017-754-3596
メール nogyo-center@city.aomori.aomori.jp