



広報

# よもぎた



平成15年 No. 330



敬老会が行われた9月12日。  
アトラクションで出番を待つ瀬辺地のみなさんです。衣装の浴衣がお似合いですね。

## おもな内容

---

- よもぎた村民祭<sup>㊤</sup>開催…………… p 2～3
  - むらのできごとあれこれ…………… p 4～5
  - 生徒川柳…………… p 7
-

# 蓬田村まるごと！ よもぎた村民祭<sup>23</sup>開催



1世帯に1パックの蓬田牛をプレゼント！引換券のハガキを手に長蛇の列ができた。(右)

漁師のとっちゃとかっちゃんが早くから準備した蓬田産の焼きホタテとホタテ汁を試食。おいしいねと大好評。(右下)

新発売のトマト入りラーメン。鮮やかなピンク色にびっくり。10月からマルシェの店頭にも並ぶそう。(下中)

農協から桃太郎トマトを販売。1箱200円～。超お買い得！(左下)



毎年恒例の村民祭が、今回少し趣向を変え、9月21日(日)、「よもぎた村民祭<sup>23</sup>」と銘打ち、ふるさと総合センターで開かれました。

まつりの目玉のひとつが蓬田牛プレゼント！これまで8月末に開かれていた産業まつりの焼肉部門が昨年で終了したため、住民のみなさんに還元しようとして企画されたもの。ついに幻となつてしまふ蓬田牛に、9時のまつりスタートと同時にたくさんの方が並びました。

## 産業部門

センター前のテント村には蓬田産の野菜や花、各加工グループの商品が並び、ホタテ汁の試食、スタンプ交換、フリーマーケットなどでにぎわいました。

## 福祉と健康部門

ホールでは、介護教室、骨密度測定、食生活改善推進グループの試食、薬剤師や歯科医との相談コーナー、保健師との健康相談、国保や年金、人権擁護関係のコーナーなどがあり、たくさんの方が訪れていました。

## 文化部門

主に2階が文化展のスペース。

# よもぎた村民祭 23



のど自慢大会。歌っている二人は蓬中の校長先生と教頭先生。抜群の歌唱力とハモリで優勝!(左) 普段から仲良しという藤本富子さん、張間英孝さんのペア。曲に合わせて仮装した姿は会場でも大ウケ!!(下)



すてきな作品が並ぶ。手作りのため、もちろん一点物。(上) センター玄関のホールで盆栽展。剪定の実演には黒山の人だけ。(右)



## どこもかしこも大にぎわい!

「簡単に使える福祉用具」をテーマに介護教室。講師の話を熱心に聞く。(右) 血圧測定。保健師とのやりとりに笑顔。(右下) 野菜のポタージュスープを試食。レシピをもらう。(左下)



午後の部は、NHKの番組さながらに、審査員に歌手の蓬かほりさんを迎えたのど自慢大会では、14組の出場者が自慢の歌声を披露しました。最後には、蓬かほりさんの呼びかけで蓬田音頭の輪が広がりました。

拍手や笑顔で包まれました。午前の部は、小中学生を中心に力強いばちさばきで今回、3つ目の演目を初披露した玉松太鼓保存会のみなさん、歳を感じさせない軽やかなステップを披露したダンスクラブ、黄色い衣装も華やかに練習の成果を發揮した商工会女性部のみなさんが登場。

### アトラクション

ホールには、午前、午後の部ともに大勢の観客が詰めかけ、川柳、パッチワーク、陶芸、お茶会、生花…。心を込めてつくった作品がズラリと並び、見る人を引きつけていました。また、その場で撮った写真を入れて、世界で1つのカレンダーを作るコーナーや、特設会場として階段と踊り場を使った八戸むさしさんの「デジカメ写真展」、玄関ホールで盆栽展も行われ、たくさんの方が各コーナーで足を止め見入っていました。

## ●蓬田小学校改築の地鎮祭

9月2日(火)、蓬田小学校改築の地鎮祭が行われました。

土地の神を祭って、工事の無事を祈り祝詞のりがあげられました。

子どもたちの教育環境に配慮し、温かみのある木造2階建ての校舎は来年10月完成予定。待ち遠しいですね。



くわ入れをする古川村長、工事の無事を祈って



感謝状を受けた田中さん(中) これからも頑張ってください!

## ●国保連表彰

9月9日(火)、国民健康保険団体連合会の表彰が行われました。

感謝状を受賞したのは、田中孝光さん(郷沢)。10年間、蓬田村国民健康保険運営協議会委員を務め、国保事業の健全運営に取り組み、4年前からは国保税収納率向上検討委員として尽力された功績が認められたもの。他の模範とも言える田中さんに拍手!!

## ●高齢者交通安全教室

9月17日(水)、各自治会から代表が集まり高齢者交通安全教室がふるさと総合センターで行われました。

蟹田警察署 佐藤交通課長が反射材付きの帽子とキーホルダーを配り、夜間の事故防止をテーマに講演しました。

参加者は熱心に聞き入り、交通安全への意識を高めていました。



自治会に戻ったら、しっかりみんなに伝えてください



## ●第12回デュアスロンinよもぎた

9月14日(日)、デュアスロンinよもぎた大会が行われました。

この大会も今年で第12回を迎え、神奈川県など県内外から160名の選手が参加。

台風の影響が心配されましたが、沿道からの温かい声援に応えるようにマラソン5km、自転車25km、マラソン5kmのコースで自慢の健脚を競い、さわやかな汗を流しました。

村からは、野藤健純さん(阿弥陀川)と坂本忠則さん(中沢)が参加、健闘しました。

男子の部優勝 和田 政明さん(青森市)

女子の部優勝 下山 礼子さん(弘前市)



スタート直後、青空のもと稲穂路を走ります

## ●平成15年度敬老会

9月12日(金)、長寿を祝う敬老会が農業者トレーニングセンターで行われ、お年寄りと関係者400名が出席しました。

88歳到達者夫婦2組〈鈴木留三郎・コヨさん(蓬田)、稲葉幸治郎・みちゑさん(高根)〉に県知事顕彰が伝達されました。90歳以上34名、90歳到達者7名、88歳11名の長寿者、ならびに婚姻60年、50年健在夫婦を顕彰しました。

その後は、恒例の踊りやカラオケなどのアトラクションで楽しみました。



金婚式ですね。お元気そうな高山さんご夫婦

## ●東郡中体連秋季大会壮行式

9月12日(金)、東郡中体連秋季大会の壮行式が蓬中で行われました。

夏季大会で引退した3年生、先生方、家族が見守るなか、選手(1、2年生)は各部違ったテーマ曲で登場し、一人一人、大会への意気込みを述べました。応援団のエールを受けた選手は、頼る先輩がいない不安や緊張と、それ以上の大会に対する気合いが感じられ、頼もしく見えました。16、17日に行われた大会は、卓球部(男子)が優勝、陸上部(男子)が総合優勝、陸上部(女子)が総合2位、県大会に出場します。



力強いエールが体育館に響く

# 健康よもぎた21

## 21世紀における 村民健康づくり運動

(その2)

元気で長生きできる蓬田村を目指して策定した健康づくり運動計画「健康よもぎた21」、今回は健康づくりに関する9領域の内の、栄養・食生活に関して一部紹介します。

### なぜ栄養・食生活が大事ななの？

生涯にわたって健康を維持するためには、バランスのとれた栄養素をとり、規則正しい食生活を毎日の生活に取り入れることが重要です。計画では、重点課題として偏った食生活が引き起こす生活習慣病予防に欠かせない栄養・食生活面での充実を図っていきます。村では皆さんが食生活をうまく改善できるようにと食生活改善推進員さんをはじめ各団体の協力を得なが

ら取り組んでいきたいと考えています。皆さんのご協力をお願いします。

### 対策として

#### ◆食生活を改善しよう

- ①減塩を進めよう  
ア村の現状は？  
13年度基本健診受診者の尿中塩分推定排泄量は11.7g、目標値は10g未満。依然として塩分摂り過ぎの状況です。  
特に循環器疾患に対する最も効果のある対策の一つでもある減塩を更に進めます。

- ②バランスのとれた薄味の食事しよう  
ア生活習慣調査結果は？  
・食生活で関心がある事  
栄養バランスや減塩につ

いて  
野菜の調理法について知りたい  
22・5%  
・食生活面で健康のために行っている事  
バランスのとれた食事や薄味の食事をとる  
34・2%  
関心はあっても実行する人は少ない状況です。  
イ村の食生活指導を担当する栄養士のコメントは？  
新鮮な野菜が豊富にとれる恵まれた環境にありながら、実際には野菜の摂取量が少なく残念に思っているそうです。  
今後は地元でとれる野菜を使ったバランスのとれた薄味の食事を更に普及します。

③食生活改善に必要な事を覚えよう  
ア生活習慣調査結果は？  
・食事の量や内容についてのどのような方法で知りた  
いか  
村広報誌や健康教育事業  
52・1%  
イ村の介護の状況は？  
・脳卒中や痴呆症等の脳血管疾患(循環器疾患)が

原因となり、高齢者の大部分が介護を必要としています。  
元気で長生きできる蓬田村をめざすには、食生活の改善が不可欠です。今後も村の広報誌を活用した情報提供や健康教育事業を継続実施します。

#### ◆肥満を予防しよう

#### ア村の現状は？

13年度基本健診受診者の肥満者は、20歳以上では男女ともに38・7%、特に40～60歳代女性の肥満が38・1%と目立っています。

#### イ生活習慣調査結果は？

・食べ過ぎないよう実行している人 17・1%  
・実際に体重をコントロールしている人 9%  
・仕事以外に普段運動している人 19・3%  
様々な病気の原因にもなる肥満予防対策を進めるために、今後も自分の適正体重を知り自分に見合った適切な食事の量や運動の普及を継続します。

- 【栄養・食生活 重点目標】
- ◇自分の適正体重を維持しましょう
  - ◇食塩摂取量を減らしましょう
  - ◇動物性脂肪摂取を減らしましょう
  - ◇野菜は毎日多く食べましょう
  - ◇食事はバランスよく食べましょう

**肥満度**  
BMIを調べよう

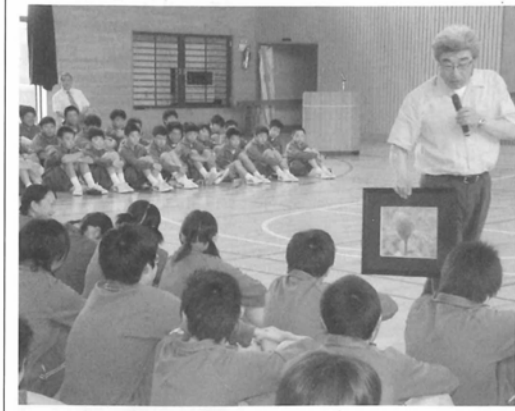
$$BMI = \frac{\text{体重(kg)}}{\text{身長(m)}^2}$$

あなたのBMIは  = 体重  (kg) ÷ 身長  (m) ÷ 身長  (m)

判定  やせ ↓ 正常域 ↓ 肥満

あなたの適正体重は  (kg) = 身長  (m) × 身長  (m) × 22

※BMI2.2がもっとも病気にかかりにくいとされています。



9月2日(火)、蓬中WORLD Iで「蓬田村の草花と川柳」と題し、行われたゲスト・ティーチャー講話会。講師は、児童川柳ペンシルの選者でおなじみ、八戸むさしさんです。

むさしさん本人が撮影した草花の写真や川柳についての話をした後、実際に生徒のみなさんに川柳を詠んでももらいました。

今月は、児童川柳とウェスのコーナーをお休みして、その川柳をご紹介します。

蓬小のときペンシルで入選してた生徒さんもいたりして、素敵な句がいっぱいだったので、むさしさんは「私が育てた!」なんて、にこにこでした。



特選

花というふしぎな城がさいている

2年

川内

拓輝 ひろき

●佳作

どの花もいっしょうけんめい生きている  
箱の中そこへ行ったら小人さん

花だって小さくたって生きている

ただの草よくよく見ると光ってる

生き生きと縮みながらも伸びている

ようせいの影の遊園地おどってる

おまえさんかんむり帽子おにあいで

影の中悪魔の花が咲いている

こんにはゲンノショウコが笑ってた

赤いやり心つきさす炎の花

草原にそびえ立つのは草の城

枯れていいいつかそのうち会えるから

現の証拠闇夜にゆれしろうそくよ

花の城小さな種が住んでいる

真実を現の証拠が語りだす

あらふしぎこんな所におとぎ話

スカートは雨がふつたらもどおり

そよ風によばれて花は顔あげた

手のひらでピンクのドレスとおどりだす

その花よ何を証明してくれる

2年	3年	1年	3年	3年	3年	2年	2年	3年	3年	2年	1年	1年	1年	1年	2年	2年	2年	3年	1年
古川直美	高木美佳	細谷健人	れいか&さおり	武井昭子	清水翼	木村駿一	小鹿裕也	武井優奈	吉田光治	松本駿太郎	清水大	小鹿暢也	柿崎衣里加	小松由佳	小鹿佑斗	大川千景	稲葉絢美	八戸結	小笠原侑子

選評

皆さんの川柳のセンスがいいのは知っていましたが、改めて確認させていただき何故かホッとしています。秀逸の句は、どれも自分の世界があってそれぞれに輝いています。

「おとぎ話」「スカート」「そよ風」「ドレス」という小道具が、題であるゲンノショウコの写真とつかず離れずの微妙な距離感を持っていて感心します。

秀逸5句目の「その花よ…」という直美さんの句は、題を自分の中で十分に消化していて、特選にしても何の不思議もない素晴らしい句です。

特選の拓輝君の句は、「城が咲いている」という発想がダイナミックで私をドキンとさせてくれました。

おめでとう。

みなさん、これから機会をみて川柳を作ってね。

八戸むさし

印象吟題「ゲンノショウコの写真」



# お知らせ

## 情報局

### 特別行政相談所

開設

毎日の暮らしの中で「行政への苦情や要望は直接言いにくい」「どこへ申し出たらよいかわからない」など、困ったことがありますか。このようなときは、住民と行政の橋渡しを行い、行政の改善を促す役割を担っている行政相談委員に、気軽に相談ください。

蓬田村では、秋の行政相談週間に「特設行政相談所」を開設します。たとえば、へ年金、登記、相続、環境衛生、道路の危険、境界、行政への苦情等でお困りの方は、ぜひこの機会をご利用ください。

●日時

10月24日(金)

午前10時～午後3時

●場所

蓬田村中央公民館

●相談委員の森清秀さんと

青森行政評価事務所職員が相談に応じます。

●お問い合わせ先

総務課 行政班

☎2712111

### 浅虫水族館年間

#### パスポート発行

浅虫水族館では年間パスポートを発売しています。

●販売価格

区分	通常入館料	年間パスポート
一般 (高校生含む)	1,000円/回	2,500円/年
小学生・中学生	500円/回	2,500円/年

●こんなにお得!

特典1

1年間入館し放題!

特典2

館内売店のソフトクリームが50円引き!!

(200円→150円)

特典3

駐車場レストハウス

(2階レストラン、1階ドルフィン)のご

飲食が1割引!!!

▼青森県公営企業局で年間パスポートの引換券の販売

もあります。

詳しくは：  
※問い合わせ先

青森県営浅虫水族館

☎017175213377

### 便利で安心!

#### 口座振替

「国民年金保険料をうっかり納め忘れてしまう」という方や「忙しくて保険料を納めに行けない」という方には口座振替のご利用をお勧めしています。

口座振替をご利用になりますと、指定の口座から自動的に引き落とされますので納め忘れがなく安心です。

また、毎月、金融機関や

郵便局などに足を運ぶ手間と時間が省け、とつても便利です。

手続きは簡単です。預貯金通帳、口座の届出印、年金手帳や納付書をお持ちになり、金融機関や郵便局などの窓口で「国民年金保険料口座振替納付申出書」を提出してください。また、申出書は金融機関や郵便局などの窓口にもあります。

国民年金保険料を納め忘れたままにしておくと、将来受け取る老齢基礎年金が減額されたり、支給されなくなってしまうばかりか、ケガや病気で万が一のことが起こったときに障害基礎年金や遺族基礎年金が支給されない場合があります。

将来のため、そして、もしもの時のためにも、納め忘れを防げる口座振替をぜひご利用ください。

※問い合わせ先

青森社会保険事務所

☎017173417490

### 働きすぎていませんか

#### ご相談を

当協会では、「過労死」等の相談に応じています。

仕事の疲れからくる健康のこと、精神的な悩みや、労災保険のことなどの相談に応じています。特に、毎月第二月曜日は「仕事と健康を考える日」として全国一斉相談を実施しています。秘密は厳守、相談は無料です。

●受付日時

毎日

午前9時～午後4時半

●全国一斉相談

第二月曜日

午前9時～午後4時

●フリーダイヤル

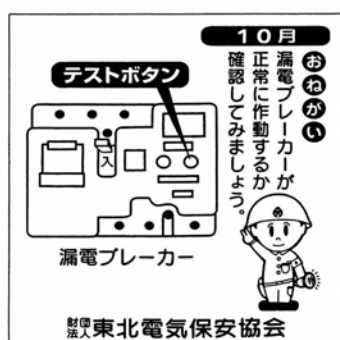
01201603114

※問い合わせ先

(財)労災年金福祉協会

青森労災年金相談室

☎017173417571





# 10月1日は「浄化槽の日」です

## 1. 浄化槽の役割ってなに!?

今、大切な資源である水は、汚染され、自然も破壊されつつあります。その主な原因が私たちが流してきた生活排水。その原因である汚水処理するのが浄化槽です。浄化槽により家庭からでた汚水を処理することとは、自然の回復へとつながり、快適な生活を守ることとなります。

## 2. 浄化槽を維持するためには?

浄化槽を正しく働かせるには、保守点検及び清掃といった維持管理や法定検査が必要です。

### 《保守点検及び清掃》

- ・ 県知事の登録を受けた業者と保守点検のための委託契約をし、定期的に保守点検を受ける。
- ・ 保守点検及び清掃の回数は、浄化槽の方式や規模で違う。
- ・ 保守点検及び清掃後に渡される「保守点検及び清掃の記録表」は3年間保存する。

### 《法定検査》

- ・ 初めての検査（7条検査）使用開始から6〜8か月の間に、浄化槽が正しく設置されているかを調べ

る検査。

- ・ 定期検査（11条検査）毎年1回、日頃の保守点検や清掃が適正に行われ、浄化槽が正常に働いているかを調べる検査。

## 3. 合併処理浄化槽はなぜ必要?

- ・ 浄化槽は、一般的に次の2種類に分けられます。
- ・ 単独処理浄化槽（し尿だけを処理する浄化槽）
- ・ 合併処理浄化槽（し尿と併せて台所、風呂、洗濯などの排水を処理する浄化槽）

川や海などを汚している最も大きい原因が台所や風呂などの生活雑排水であるため、現在、単独処理浄化槽の設置は禁止され、これまで設置された単独処理浄化槽も合併処理浄化槽に転換する方向で進んでいます。し尿だけでなく台所などからでた排水も処理できる合併処理浄化槽に転換することにより、私たちの快適な生活の確保や大切なふるさとの川や海を守ることにつながります。

### ※問い合わせ先

青森県環境保健センター  
青森環境管理事務所  
☎ 017-765-1900

# 傘松川柳同好会

- 空の青拳を上げて切り替える 清乃
- スイッチを押してもつかぬ古電球 絹枝
- 寝顔見てそっと電気のを引く 年栄
- 停電に泣いたスイッチ炊けぬ飯 勝子
- 青空を押すスイッチいつもある 蓬石
- スイッチオン小さな嘘は気にしない 富栄
- スイッチが取り外されたか六十の坂 重彦
- 貴方がいるから明るくなれました 啓子
- 我が頭スイッチ切れて白くなる 貴広
- 体力にスイッチオンも答ええない 悦子

## 10月行事予定表

開催日	曜日	行 事 名	場 所	時 間	担 当
10/1	水	幼児育児教室	ふるさと総合センター	9:30	住民生活課
〃	〃	陶芸教室	〃	9:00	教育委員会
6	月	書道教室	中央公民館	13:30	〃
8	水	陶芸教室	ふるさと総合センター	9:00	〃
15	水	三種混合ワクチン（2回目）	蓬田診療所	13:00	住民生活課
〃	〃	陶芸教室	ふるさと総合センター	9:00	教育委員会
18、19	土、日	蓬中文化祭	蓬田中学校		
20	月	書道教室	中央公民館	13:30	教育委員会
22	水	陶芸教室	ふるさと総合センター	9:00	〃
27	月	書道教室	中央公民館	13:30	〃
28	火	むし歯予防教室	ふるさと総合センター	9:30	住民生活課
29	水	陶芸教室	〃	9:00	教育委員会

# 戸籍の窓



## 人口と世帯数

	8月31日現在	前月比
総人口	3,579人	(-7)
男	1,695人	(-2)
女	1,884人	(-5)
世帯数	1,096世帯	(±0)

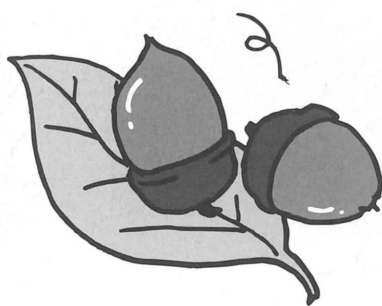
## 8月受付分

お誕生おめでとうございます

坂本 雛李 (悠麻 陸津美) 長女

青木 菜々海 (倉之 瞳) 長女

八戸 勝基 (建栄 いつ子) 長男



# おおきくなるぞ! ⑥

幼稚園のかわいい園児たちを毎月紹介していきます。



小鹿 玲菜 ちゃん  
(小鹿 孝敏さん 長科)

『我が家の人気No1! いつまでも家の中を明るく照らしスターのように輝いてね』



高田ひよい ちゃん  
(高田 一憲さん 徳沢)

『ニコニコ笑顔でみんなを優しくあたたかく包んでね。いつもお手伝いありがとう』



季節はずれの姫リンゴの花を見つけました。見つけたのは持ち主の坂本毅さん(中沢)。普通は花が終わってから実をつけるものですが、今年に限ってかわいい実と同時に真っ白な花が。冷夏の影響でしょうか、植物も春なのか、秋なのか訳がわからないんでしょうね。

みくらつけた

159

## 広報よもぎた

平成15年10月発行 通巻330号  
編集発行 蓬田村総務課企画班  
〒030-1211  
青森県東津軽郡蓬田村蓬田汐越1-3  
TEL 0174-27-2111  
FAX 0174-27-3255  
<http://www.yomogitamura.com/>  
印刷：青森コ口二印刷

▽中体連秋季大会の壮行式の取材で中学校へ。選手のみなさんから、やるぞ!という意気込みと、緊張と、少しの気恥すかしさが伝わってきてなんだか涙目になってしまいました。一生懸命なのって感動します▽みなさん、最後の蓬田牛は召し上がりましたか?今年で本当に幻になってしまいました。寂しい限りです▽最近、秋晴れの日が続いています。青い空に浮かぶ、うろこ雲? いわし雲? が好きな私はよく空を見上げます。夕景も素敵です。ただあまり上を見ていると首が痛くなるので要注意。

編集後記