

# 蓬田

広報

yomogita  
village

## 目次

- 村の出来事 ..... 1
- 蓬田再発見の旅 ..... 3
- こんにちは保健師です ..... 4
- お知らせ ..... 5
- 戸籍の窓口、児童川柳 ..... 7

## 昔遊びで楽しく交流!

2月17日(火)、蓬田小学校でふれあい体験学習が行われました。老人クラブの方々が講師となり、お手玉やあやとり、コマ回し、竹馬、縄ないなどで児童たちと交流しました。

# 3

2015 No.503



2  
1

一年の安心・安全を祈願  
平成27年蓬田村消防団出初め式

新春を飾る平成27年蓬田村消防団出初め式が役場前で挙行され、消防団員128名、消防車両8台が出動しました。消防関係者が見守る中、観閲者である久慈村長から検閲を受け、一糸乱れぬ分列行進や機械器具点検などが披露され、地域の防災を担う強固な消防体制をアピールしました。

1月から団長となった吉田常逸さんは「昨年12月に起きた火災では、被害を最小限に食い止めることができ、団員に感謝している。これからも地域の安心・安全の確保に努めてほしい。」と訓示し、団員の士気を高めました。また、久慈村長はあいさつの中で「消防団員が年々減っている中で、皆さんの存在は安心安全の村づくりには不可欠。今後、も団員の確保や消防団活動を支援していきます」と決意を述べました。

団員たちは昨年の火災や大雨の被害を踏まえ、防災への気持ちをより一層引き締めていました。

蓬田村消防団  
吉田 常逸 団長



各地域の団員は住民の一人であり、隣近所顔見知りの住民の仲間で、高齢者世帯などの状況も把握しています。地域を良く知っている消防団の存在が地域を守っています。火災や自然災害から村民の生命及び財産を守るため、消防活動に対する村民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。



▲神社で一年の地域の安全を祈願する第一分団



▲機械器具点検を見守る久慈村長と吉田団長



▲整然とした分列行進を行う団員たち

消防団にあなたの力が必要です！

蓬田村の消防団員数は、平成17年に171人でしたが、高齢化などの理由から平成27年は128人まで減少しています。村を災害から守るために、新しい団員を募集しています。蓬田村に在住する、または勤務する18歳以上の方であれば入団できます。

▶問い合わせ 総務課 ☎ 27-2111

消防団の待遇

- ・身分は、法律に基づいた「非常勤特別職の地方公務員」です。消防団員に必要な制服は村から貸与されます。
- ・消防団員が公務上の災害によって被った損害を補償するため公務災害補償等の制度が設けられています。
- ・一定期間以上勤務し退職した場合には、階級及び勤続年数に応じて退職報奨金が支給されます。
- ・功労多大な消防団員は表彰されます。



▲例年にない晴天のもと、キビキビとした態度で士気の高さを示す蓬田村消防団



1

蓬田の登坂たよさんが満 100 歳

30

## 100 歳おめでとうございます

大正 4 年 1 月 9 日生まれの登坂たよさん（蓬田）が満 100 歳の誕生日を迎え、村から顕彰状と目録が贈られました。村で唯一の 100 歳となったたよさんは入院中ですが、元気に過ごされているとのこと。久慈村長は「登坂さんは信念の強い方で、高齢でも元気に役場に来ていた印象がある。まだまだ長生きして欲しい」と思い出を語りました。



代理で顕彰状を受け取る登坂正義さん

2

蓬田保育園豆まき会

3

## 鬼を追い払ってニッコリ！

2 月 3 日の節分に合わせ、蓬田保育園で豆まき会が行われました。園児たちは鬼のお面を被り、和やかな時間を過ごしていましたが、突然鬼が登場すると、園内は大騒ぎ。果敢に向かって豆を投げつける園児や、あまりの怖さに泣き叫ぶ園児もいました。「鬼は外！福は内！」とみんなで豆を投げつけ、鬼は保育園から逃げていきました。



鬼の登場に泣いて逃げ回る子どもたち

2

玉松太鼓・保育園が音楽イベントに参加

12

## 蓬田の伝統芸能を魅せる

郷土あおもりを元気にしたいという目的で青森市アウガで開催された「第 2 回じゃわめぐ音の会」に玉松太鼓保存会と蓬田保育園年長児が出演しました。保育園児はピアノや打楽器の演奏を披露し、玉松太鼓保存会は息のあった迫力ある和太鼓演奏を披露。蓬田村の伝統芸能で、集まった多くの観客を魅了しました。



太鼓に対する熱意が伝わる迫力ある演奏

2

平成 26 年度冬期品目拡大実証圃現地検討会

12

## 冬に美味しい野菜を作る

県指定の冬期品目拡大実証圃としてほうれん草を中心に、からし菜やルッコラなど様々な冬野菜の生産に取り組む坂本信義さん（中沢）のハウスで、村内外から 20 人ほどが集まり現地検討会が行われました。坂本さんは寒さを利用し肥料・農薬をほぼ使わずに冬野菜を作っており、その工夫を目の当たりにした参加者は終始感心した様子でした。



坂本さんから真剣に話を聞く参加者





華麗に舞う諏訪淳子さん「津軽三下り」



今別町から参加し会を盛り上げてくれました



日頃の練習の成果を発揮した高根百寿会「皆の衆」



## 第8回村民ふれあい芸能発表会

2月15日、社会福祉協議会主催の第8回村民ふれあい芸能発表会がふるさと総合センターで開催されました。村内外から集まった26組の出演者が、華麗な舞や美しい歌声を披露し集まった観客を魅了しました。



子どもたちの舞踊に大歓声「花笠音頭」



会場を笑顔にする瀬辺地婦人会「異国の丘」



熟練の舞で魅了する角山鈴子さん「関東春雨傘」

## 蓬田 再発見の旅 No. 25

メリッサと行く!

ALTメリッサ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!

### 玉松太鼓の魅力

近年、祭り太鼓だけでなく舞台演奏でも注目されている太鼓。メリッサも和太鼓の演奏に魅せられ、玉松太鼓保存会で練習しています。先日アウガでのイベントに玉松太鼓保存会の一員として出演しました。



精神を集中し、周りと呼吸を合わせて太鼓を叩きます

### (玉松太鼓保存会で太鼓を演奏してみたの感想)

I started practicing taiko in September 2013 after I saw the performance at the Umi Matsuri. It's a little difficult for me to learn the songs, but after I practice taiko I often feel more energetic. It's also interesting for me to learn about a Japanese cultural art. I enjoyed seeing some different styles of taiko performances at the Auga event. We played "Sanaburi." I didn't play it perfectly, but I was happy I didn't make any big mistakes. Now, I'm still concentrating on playing the right rhythms, but I hope if I keep practicing I can eventually relax and enjoy performing.



▲外国人の和太鼓演奏者は珍しい、とインタビューを受けるメリッサ

(意識：私は2013年の海まつりで玉松太鼓の演奏を見た後、9月に太鼓の練習を始めました。私にとって曲を学ぶことは少し難しいのですが、太鼓の練習後にはより活力に満ちた感じがします。また、私にとっては日本の文化芸術を学ぶことも興味深いです。先日のアウガでのイベントでは、いろんなスタイルの和太鼓演奏を見て楽しみました。私たち玉松太鼓保存会は、「さなぶり」を演奏しました。完璧な演奏とはいきませんでしたが、大きなミスは一つもなく幸せでした。今はまだ正しいリズムで演奏することに集中していますが、練習を続けて、最後にはリラックスして楽しく演奏することができるようになりたいです。)

メリッサに体験してほしいイベントなどお寄せ下さい。役場総務課企画財政班 (☎27-2111)



知っておきたい  
女性のヘルスケア



# 3月1日～8日は女性の健康週間です

無理なダイエットによる「やせ」は、無月経や低体温などの原因になります。食事や運動などの生活スタイルを見直し、BMI値を目安に体重のコントロールに気をつけましょう。また、「やせ」や妊娠中の過度な体重制限は赤ちゃんにも大きな影響を与えてしまうので注意が必要です。「肥満」は生活習慣病の原因になるばかりではなく、ホルモンの分泌リズムを狂わせ、月経不順や不妊の誘因になることもあります。

## ○「やせ」と「肥満」

「女性の健康週間」は女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを支援するため、3月3日ひな祭りを中心に3月8日までと定められています。女性の健康は女性ホルモンの影響によって変化し、このホルモンのバランスが崩れると健康状態の悪化につながります。しかし女性には思春期・妊娠出産期・更年期などバランスが崩れやすい時期が多く、女性という視点での健康づくりが必要です。

## ○乳がん・子宮がん

がんは日本人の死亡原因第1位です。乳がん・子宮がんともに20～30歳代で診断されることもあります。乳がん・子宮がんともに早期に発見して治療を行えば直すことができます。乳房のしこりや乳首からの分泌物、月経以外の出血（不正出血）がある場合はすぐに受診するようにしましょう。また、村では乳がん検診は30歳以上・子宮がん検診は20歳以上のそれぞれ隔年を対象に7月に行われる住民健診にて行っています。対象となる人は受診しましょう。

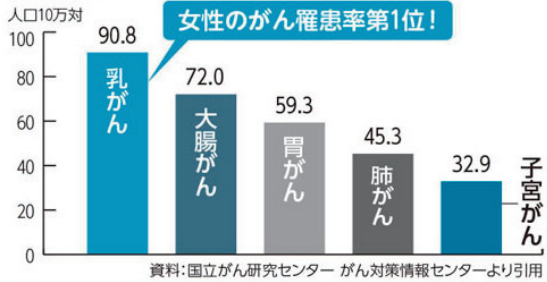
## ○骨粗鬆症

閉経後や加齢によって骨密度が減少してきます。骨密度が減少し、骨がもろくなった状態を骨粗鬆症といいます。症状は骨折しやすくなること、はもろいですが、身長が縮み、進行すると腰や背中が痛むようになり、気づかないで骨折している場合もあり、回復に時間がかかってしまいます。予防として、若いうちからカルシウムやビタミンDの多い食品（きのこ類や魚など）をとり、適度な運動をしましょう。また、村では骨密度検査を40歳以上を対象に7月に行われる住民健診にて行っていますので積極的に受診しましょう。

## ○更年期障害

閉経を迎える50歳前後の誰にでも更年期障害は起こり得ます。しかし、ほてり・のぼせ・発汗・冷え・肩こりなど症状の出方や程度は人によって様々です。日常生活に支障をきたしてしまう場合は、ひとりで悩まずかかりつけ医や更年期外来、産婦人科、心療内科の医師に相談しましょう。

代表的な女性のがん・部位別罹患率の比較 [全年齢2008年]  
※グラフ中の数字は1年間に10万人あたり、何例がんが診断されるかを表しています



資料：国立がん研究センター がん対策情報センターより引用

1/28

## 食生活改善委員も活躍しています 健康れすとらん

日本人の成人にすすめられている1日の塩分の摂取量の目安は、男性9g未満、女性は7.5g未満。今回の健康れすとらんでのメニューの塩分量は2.8g。だしにカツオ節や昆布、煮干し粉を使用することで、おいしく塩分を減らすことができます。

今回参加した30人は、講師にアドバイスを受けながら調理するなど楽しく高血圧対策メニューを学びました。

塩分控えめで味が薄いと思っていたが、だしのおかげでしっかり味がついており、素材の味が生きていてとても美味しいです。

試食レポート



減塩メニュー「炒めかわりそば」



参加者は楽しく調理を学びます



◎よもぎたアシスト株式会社よりお知らせです

## よもぎたアシスト株式会社で働きませんか？



トマトが好きな方、蓬田村のために働きたい方を募集しています。未経験者もOKです！

## ■トマト事業パート募集要項

トマト栽培管理者（1名）

時給700円～（社員登用あり）

トマト選果作業、トマト管理作業現場の指導的役割を担って頂ける方

作業時間 6時～18時（終了時刻は日によって前後あり）

作業場所 JAライスセンター近辺

トマト選果作業（3名程度）時給700円～

トマトの選果（大きさ、キズで選別）を行い、パッケージに詰める等の軽作業を行って頂ける方

作業時間 8時～12時（終了時刻は日によって前後あり）

作業場所 JAライスセンター近辺

トマト管理作業（3名程度）時給700円～

トマト栽培に必要な日次作業（わき芽取り作業、受粉作業、収穫作業等）を行って頂ける方

作業時間 6時～12時、13時～16時（終了時刻は日によって前後あり）

作業場所 JAライスセンター近辺

※上記作業は6月20日前後から11月上旬まで

※トマト選果作業とトマト管理作業は重複申し込み可

## ■物産館マルシェよもぎたパート募集要項

営業、企画、運営管理者（1名）

時給700円～（社員登用あり）

物産館業務の指導的役割を担って頂ける方

作業時間 8時～19時（季節変動あり）

作業場所 物産館マルシェよもぎた

物産館の一般業務（2名程度）時給700円～

物販、カフェコーナーの業務を行って頂ける方

作業時間 8時～13時、13時～19時

作業場所 物産館マルシェよもぎた

## 注意事項

- ◆休暇については作業員内で調整してローテーションを作成いたします。
- ◆3/16締め切り（履歴書をよもぎ温泉までお持ちください）
- ◆3/23～3/27で面接を行います。
- ◆3月末 採用通知

## ▶申し込み・問い合わせ

よもぎたアシスト株式会社 ☎ 27-2170

◎住民課よりお知らせです

## 国民年金の追納制度について

保険料の免除、若年者納付猶予、学生納付特例の承認を受けた期間は、保険料を全額納付したときに比べ、老齢基礎年金の受け取る金額が少なくなります。そこで、10年以内であれば、保険料の追納（後払い）ができるようになっています。

追納することにより、保険料を納付したときと同じ年金額で老齢基礎年金を受け取ることができます。将来受け取る年金額を増額するためにも、追納することをお勧めします。

▶申し込み・問い合わせ 住民課 ☎ 27-2111 又は  
国民年金保険料専用ダイヤル ☎ 0570-011-050

## ■追納に関する注意点

- 追納できる期間は、追納申し込み前10年以内の期間です。
- 免除等の承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納するときは、承認を受けた当時の保険料額に、経過期間に応じた加算額が上乗せされます。
- 追納するときは、先に経過している月の分から順に納めなければなりません。
- 一部納付が承認された期間中の一部納付額を納めなかったときは、免除期間に該当しないため、残りの保険料の追納はできません。



お知らせ

定例労働相談会  
(3～5月) 開催

青森県労働委員会では、労働者と事業主の間の労働条件トラブルについて迅速かつ自主的な解決を促進するため「あつせん」を行っています。その一環として労働相談会を毎月第1火曜日に開催しています。次回は次のとおりです。

- 日時・場所
  - ①3月3日(火)  
午後1時30分から午後4時  
青森市 アスパム5階
  - ②4月7日(火)  
午後1時30分から午後3時30分 青森県労働委員会(国道県庁向い みどりやビル7F)
  - ③5月12日(火)  
午後1時30分から午後3時30分 青森県労働委員会
- ▼問い合わせ 青森県労働委員会事務局 審査調整課  
☎017-734-9832

自動車の引っ越しも忘れずに！

自動車税の納税通知書は、自動車検査証に記載されている住所にお送りします。住所が変わったときには、運輸支局などにおいて住所の変更登録の手続きが必要となります。

すぐに変更登録ができない場合は、役場の窓口に備え付けの専用チラシなどにより地域県民局県税部にご連絡をいただければ、納税通知書を新しい住所にお送りすることができます。

また、県税・市町村税インフォメーション (<http://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/top.html>) の中の「自動車税住所変更届」からも、自動車税の住所変更の届出ができます。都合上、4月上旬までにご連絡をお願いします。

▼問い合わせ 東青地域県民局県税部 課税第三課  
☎017-722-1111  
内線6616・6617

多重債務相談窓口を設置しています

東北財務局青森財務事務所では、多重債務相談窓口を設置しております。相談員が借金の状況などをお伺いし、必要に応じて弁護士などの専門機関に引継ぎを行います。相談は秘密厳守・無料です。お気軽にご相談ください。

- 相談専用電話  
☎017-774-6488
- 場所 青森財務事務所(青森市新町2-4-25 青森合同庁舎3階)
- 受付 平日(祝日・年末年始を除く)午前8時30分から午後5時15分まで

赤十字活動資金にご協力ください

村では3月に「赤十字社員増強・社資増収運動」が実施されます。赤十字の様々な活動は皆さんから寄せられる活動資金(社費・寄付金)によって支えられて

ています。

ご支援いただいた活動資金は、国内外で災害救助活動、赤十字奉仕団によるボランティア活動、救急法等講習普及活動などに役立っています。ご協力、よろしくお願い申し上げます。

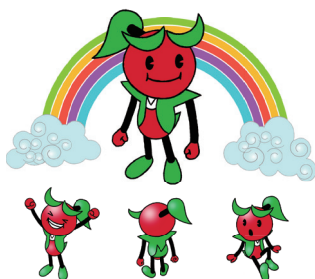
- ▼問い合わせ 健康福祉課  
☎27-2111

国家公務員採用試験のお知らせ

人事院では、国家公務員採用総合職試験(院卒者試験・大卒程度試験)及び一般職試験(大卒程度試験)を実施します。

- 申込みはインターネットにより行ってください。
- 総合職試験
  - 【インターネット申込み受付期間】4月1日(水)午前9時から4月8日(水)午前9時から
  - 【第一次試験】5月24日(日)
- 一般職試験
  - 【インターネット申込み受付期間】4月9日(木)午前9時から4月20日(月)

広告や販売にヨモット君のマークを使いませんか？



物産品販売や個人で使用する広告などに、ヨモット君のマークを使用しませんか？役場では無料でデジタルデータを配布しています。興味のある方は、データを入れるものをご持参の上、ご来庁ください。

- ▶問い合わせ 総務課 広報担当まで  
☎27-2111

【第一次試験】6月14日(日) 申込み方法や受験資格等の詳しい内容については、HPをご覧ください。左記にお問い合わせ下さい。

▼問い合わせ  
人事院東北事務局第二課  
☎022-221-2022  
<http://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyohun>



## 戸籍の窓口

【1月受付分】(敬称略)

### ■お誕生おめでとうございます

- 村上 ゆうか 優花 女の子 (昭博 香織) (蓬 田)
- 工藤 あず 杏珠 女の子 (大助 美穂子) (郷 沢)
- 福井 ゆきと 雪兎 男の子 (秀一 由佳) (郷 沢)

### ■ご結婚おめでとうございます

- (三上 琢義 (中 沢)  
 熊谷 真澄 (青 森 市))

### ■ご冥福をお祈りします

- 坂本 ミヤ 78歳 (中 沢)  
 八戸 タケ 77歳 (阿弥陀川)  
 稲葉 チエ 79歳 (高 根)

### ■蓬田村の人口 (1月31日現在)

区分	人口	前月比
総人口	3,037	-8
男	1,469	-2
女	1,568	-6
世帯数	1,169	-2

## 村社会福祉協議会への 善意に感謝いたします

瀬辺地地区権現様保存会・氏子総代の越田守さんが、地域住民の福祉の向上のために役立ててほしいと、権現様の地区内お祓いによる収益の一部を社会福祉協議会へ寄付されました。

社協の田中武会長は「善意を無駄にしないよう、住民のために、大切にに使わせていただきます」とお礼を述べました。

▶今年も各地区の権現様が村内をお祓いして廻りました



※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27年3月31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.157 お題 『ボタン』

天位 4年 八戸 翔夢



## ぼたんおすタイムスリップしてほしい

- |           |  |           |  |
|-----------|--|-----------|--|
| <b>佳作</b> | クイズのね早おしボタンいたそうだ<br>心のねボタンをおして考えよう<br>ボタンはねとれたらつけてもどどうり<br>ねむいんだだからボタンをまちがえる<br>ボタンのねあなの部分が顔みたい<br>イラついてゲームのボタン連打する<br>ボタンをねパチッとパチッとときもちいい<br>チャックよりボタンの方がオシヤレだな<br>「ボタン」ってつけると大人みたいだな<br>制服のボタンをつけてさあ行こう<br>あるかなあようかいボタンつけたいな<br>じつはぼくぼたんのパジャマがほしいんだ<br>エレベーターボタンをおせばのれるんだ<br>ようふくのまんなかいつもいぼつてるボタン<br>ボタンはねくつきいみたいにおいしそう<br>ボタンつけばつちりきめるおとうさん<br>ボタンはねたんぼぼのことがすきなんだ | <b>五位</b> | 5年 中川歩美<br>4年 佐井俊介<br>4年 山館日菜<br>3年 坂本夢翔<br>4年 福井奏愛<br>6年 越田 諒<br>5年 八戸勝基<br>5年 溝江鈴太郎<br>6年 吉田小花<br>6年 木村晃瑛<br>5年 山口瞳弥<br>3年 田中海斗<br>4年 藤本悠来<br>1年 中村桜子<br>1年 八戸 勅<br>3年 久慈美咲<br>5年 小野寺誠 |
|-----------|--|-----------|--|

選評 おかじょうき川柳社 むさし



今月の題は「ボタン」です。漢字で書くと「釦」か「鈕」のことで「衣服、鞆、靴などに止め具として使用される服飾物」「機械などを作動させるために指で押す、突出した部分」という2つの意味があります。他に「牡丹」と書く花があつて、川柳を作るときは「服のボタン」「機械のボタン」「花のボタン」のどれでもいいのです。題のことをよく考えてみてください。

**人位** 美咲さんのお父さんすてきですね。「ボタンつけ」をばつちり決められるお父さんてなかなかいいんですよ。きちんと5・7・5音で気持ちのよい川柳です。

**地位** 「たんぼぼ」が好きな「ボタン」って、とってもすごい発想です。「ことが」を「こと」にすれば簡単に7音になりすつきりしたリズムになります。

**天位** シャツの第2ボタンを押し「タイム、スリップ」と叫ぶ翔夢君が見えるようです。過去へ行きたいんだろっか、それとも未来へ行きたいんだろっか。おもしろいなあ。



4月号のお題は「引き出し」です。