

# 蓬田

広報

yomogita  
village

## 目次

- 村の出来事 . . . . . 1
- 生ごみを減らそう! . . . . . 3
- こんにちは! 保健師です . . . 4
- 総合カレンダー . . . . . 5
- よもぎたトピックス . . . . . 7
- お知らせ . . . . . 8
- 夏のイベント案内 . . . . . 11



## 水揚げしたホタテを選別

5月29日(火)、漁業体験学習を行った中学校1年生。漁協の荷さばき施設では、水揚げしたカゴからホタテを取り出して、選別機にかける貴重な体験をしました。

# 7

2018 No.543



### 6 青空に歓声響く

#### 3 蓬田小学校運動会

初夏の好天に恵まれた中、蓬田小学校で運動会が開催されました。気合いの入った応援合戦や抜きつ抜かれつの紅白対抗リレー、白熱した徒競走や保護者も参加した技能走など多種多様な競技が行われました。

児童たちは日頃の練習の成果を発揮しようと、力いっぱい競技に臨んでいました。会場は、応援に訪れた家族や地域の方々からの温かい声援に包まれ、児童たちの笑顔弾ける一日となりました。

1 全力疾走の徒競走		
2 パワフルな応援合戦	1	
3 力を合わせて綱引き		
4 バトンをつなぐ	2	3
紅白対抗リレー		
5 親子で楽しく技能走	4	5



### 5 豊作を願い農家を激励

#### 21 田植え農家を督励

5月中旬に入り、本格的な田植え作業がスタートしたことを受け、久慈村長や工藤副村長、JA 青森蓬田支店の佐井支店長らが村内の水田を巡回して田植え農家を督励しました。忙しく作業する農家の方々に、久慈村長は「忙しい日が続きますが、収穫も米価も良い年になるといいですね」と声をかけました。



▲久慈村長らが農家を激励

### 5 草取りを通じて世代間交流

#### 23 高齢者教室で蓬田小学校の草取り

高齢者教室が開かれ、有志が集まった村内の高齢者約30名が、小学校の校庭の草取りを行いました。参加した高齢者は、草刈り機や鎌を使って慣れた手つきで草取りに励んでいました。児童と高齢者が一緒になって交流を深めながら作業に取り組み、世代を超えて楽しい時間を共有しました。



▲一緒に作業をして楽しい時間を過ごしました

### 5 昔ながらの手植えに挑戦

#### 24 小学校5年生が田植えを体験

澄んだ青空の下、小学校5年生が恒例の田植え体験を行いました。今年度より長科の藤本巖さんの水田を借りて行われ、児童は苗の植え方の説明を受けた後、裸足で手植えに挑戦しました。ぬかるみに足を取られながらも、丁寧に作業を行い、米作りを学ぶとともに農家の大変さを実感していたようでした。



▲泥を気にせず元気よく作業する児童たち

### 5 ホタテ養殖漁業を学ぶ

#### 29 中学校1年生が漁業体験学習

村の基幹産業である漁業を学ぶため、中学校1年生が村漁業協同組合を訪れました。生徒たちは漁船に乗って養殖ホタテの水揚げ作業を行った後、荷さばき施設で選別作業を体験しました。質問の時間では「漁師のやりがいは何ですか」「大変なことは何ですか」など熱心に質問し、漁師の苦労や漁業の魅力について学びました。



▲漁協組合員の方に教わりながら水揚げを行いました

## 新蓬田 アシユリーと行く！ 再発見の旅 No. 16

ALT アシユリー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！

### ★2年目の家庭菜園～その①～★

5月23日(水)、昨年に引き続きアシユリーの自宅の庭に野菜の苗を植えました。今年はどうのように育ち、どのような料理を作るのでしょうか。



This year, I am growing plants in my garden. In addition to tomatoes, basil, cucumbers and green peppers, I am also growing zucchini and eggplant! I am very excited for these two plants, and I hope growing them will allow me to try out new recipes. Some recipes I would like to try out include...zucchini parmesan,zucchini pasta,eggplant lasagna.

A few years ago, there was a very big trend where various vegetables were being used as a substitute for high carb foods, such as pasta and potatoes. As a result, there are a lot of recipes online that can teach you how to make pasta or chips, etc. from vegetables. I have always wanted to try these recipes, and am excited to try them out using the vegetables my garden will grow.



▲支柱のひも結び

(意訳：今年、私は庭でトマト、バジル、きゅうり、ピーマンに加え、ズッキーニとナスを育てています。ズッキーニとナスは特に楽しみで、うまく育てばズッキーニパルメザン、ズッキーニパスタ、ナスのラザニアなどの新しいレシピを試してみます。数年前、パスタやじゃがいもなどの炭水化物の代わりに野菜を使うことがトレンドとなりました。オンライン上には、野菜からパスタやチップスを作るレシピがたくさんあります。これらのレシピを試したいと思っていたので、庭の野菜を使って作るのがとても楽しみです。)



▲1時間で家庭菜園が完成

英語でミニトマトは通じますが一般的ではありません。通常は形状によって cherry tomatoes や grape tomatoes と言います。チェリートマトズ グレープトマトズ  
cherry tomatoes ... よもぎたベビーベビーに似ていて、サクランボのように丸くて甘い小さなトマト。  
グレープトマトズ grape tomatoes ... ブドウのように楕円形で小さく、甘みが少ないトマト。



今月のテーマ



## 7月23日～29日は肝臓週間です

肝臓週間とは、肝臓の病気についての正しい知識、感染予防の重要性についての認識を高める事を目的とした週間です。



### 肝臓の働き

肝臓は体重の1/40～45の重さ（1.2～1.6kg）、約2,500億個の細胞でできている大きな臓器です。栄養分の合成・分解・貯蔵・解毒・ホルモン調整・タンパク合成など、500を超える重要な働きをします。肝臓は、障害が起こってもなかなか症状が現れず、症状が現れた時には既に障害が進行している場合が多いため「沈黙の臓器」とも言われています。

肝臓の機能が低下すると、体のだるさや食欲の低下、嘔吐、皮膚や白眼の部分が黄色く変色する（黄疸）などの症状が出現します。



### 肝臓の病気

#### 脂肪肝



生活習慣の改善が大切です！



肝臓に脂肪が多くたまった状態が脂肪肝です。脂肪肝にはお酒を飲み過ぎた人になるアルコール性の脂肪肝と、お酒をあまり飲んでいないのに、生活習慣の乱れやストレス、運動不足などによって肝臓に脂肪がたまってしまふ非アルコール性の脂肪肝があります。どちらも肝硬変、肝がんへ進行する恐れがあり、早めに生活習慣の改善を行うことが大切です。脂肪肝と言われたら、節度ある適度な飲酒（日本酒なら1合、ビールなら中瓶1本、ワインなら2杯、焼酎なら2/3合）を守り、過食や肥満などを解消するよう努めましょう。

#### ウイルス性肝炎



肝炎ウイルス検査を受けましょう！



肝臓の病気として最も多く、肝臓が炎症を起こすことによって肝炎を起こします。肝炎を起こすウイルスは様々ありますが、中でもB型肝炎ウイルス、C型肝炎ウイルスが慢性化しやすいです。肝炎ウイルスの感染経路は、血液を介しての感染や性交渉、母子感染がありますが、肝炎ウイルスへの感染時期が明確ではない事や自覚症状がない事が多いため、適切な時期に治療を受ける機会が少なく、本人が気づかないうちに肝硬変、肝がんへ進行する恐れがあります。感染を早期に発見し、適切な治療を受けることで肝硬変、肝がんを予防することができるのです。肝炎ウイルス検査は住民健診でも受けることができ、青森県内の医療機関でも無料で受けることができます。これまでに肝炎ウイルス検査を受けたことのない方は検査を受けましょう。



7月の減塩ワンポイント！

味付けを確かめてから塩やしょう油を加えましょう



## 3つの「きる」で生ごみを減らしましょう！

家庭から出る可燃ごみの約5割が「生ごみ」です。生ごみは、毎日のちょっとした努力で減らすことができます。



### 1つめの「きる」食材は使い「きる」

#### ▶食材はムダなく使いましょう

●野菜などを切ったり、皮をむいたりするときは、工夫をして捨てる部分が少ないようにしましょう。

#### ▶食材は必要な分だけ買いましょう

- 買い物前に冷蔵庫の中身などをチェックして、残っているもの、残りそうなものは買うのを控えましょう。また、定期的に冷蔵庫の中身をチェックして、消費期限が近い食材を使いきる日を作ってみましょう。
- 買い物前にメニューを考えて、メモを作ってから出かけると、 unnecessary 買い物が控えられます。また、すぐ使う食材は、期限の近いものを買うことで、店舗での廃棄が減って、地域全体のエコにもつながります。



### 2つめの「きる」料理は食べ「きる」

#### ▶作った料理は残さずおいしく食べましょう

●作りすぎてしまわないよう、家族の予定や人数、それぞれの家族の適量に合わせて作りましょう。ただし、食べ過ぎには気をつけましょう。

#### ▶作り置きができる料理は、毎日少しずつ食べて食べきりましょう

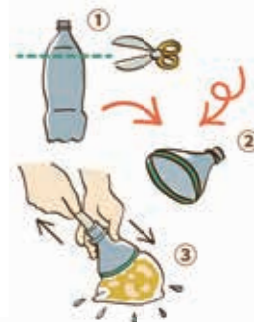
●料理が残ってしまったら、冷凍保存したり、少しアレンジを加えて違う料理にするなどして、食べきる工夫をしてみましょう。



### 3つめの「きる」生ごみは水気を「きる」

#### ▶三角コーナーや水切りネットを使って、生ごみの水気をきりましょう

- 生ごみの重さのうち約8割は水分となっています。きちんと水気をしぼってからごみに出せば、ごみの重量を減らせるだけでなく生ごみを燃やす際のエネルギーも節約できます。余計な水分を含ませないように、生ごみには水がかからないようにしましょう。
- 生ごみの水気を手を汚さずにしぼるための器具なども売られていますが、ご家庭にある物を活用する方法として、不要なペットボトルなどでも水気をきるすることができます。



#### ▶さらに一工夫して生ごみを減らしましょう

●野菜くずや果物の皮は乾かしてからごみに出しましょう。新聞紙に載せて室外の風通しの良いところに置いておくことで早く乾燥します。

3つの「きる」で生ごみを減らそう！



日	月	火	水	木	金	土
1	2 ◆住民税1期分納期限 ◆一般高齢者教室 よ	3 ◆障害者訓練教室 ふ	4 ◆高齢者教室奉仕活動 玉松海岸周辺清掃	5 ◆いきいきなどわどサロンふ ◆子育て相談 10:00~12:00 ふ ◆子育てサークル ふ	6 ◆一般高齢者教室 よ	7
8	9 ◆一般高齢者教室 よ	10 ◆障害者訓練教室 ふ	11	12 ◆いきいきなどわどサロンふ ◆子育てサークル ふ	13 ◆住民健診 (~15日) ト	14 ◆住民健診 ト ◆玉松海水浴場海開き (~8月19日)
15 ◆住民健診 ト ◆第15回よもぎた玉松 ビーチバレーボール大会 海	16 ○海の日	17 ◆障害者訓練教室 ふ	18 ◆英会話教室 18:00~ ふ	19 ◆いきいきなどわどサロンふ ◆子育てサークル ふ	20 ◆一般高齢者教室 よ	21 ◆県民体育大会先行開催 バスケットボール (八戸市)
22 ◆県民体育大会先行開催 バスケットボール (八戸市)	23 ◆一般高齢者教室 よ	24 ◆子ども会リーダー研修会 (~25日)	25 ◆子ども会リーダー研修会	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 ふ	27 ◆一般高齢者教室 よ	28 ◆県民体育大会開会式 (八戸市東体育館) 家庭婦人バレー (南部町) ゲートボール (八戸市)
29 ◆県民体育大会 家庭婦人バレー (南部町)	30 ◆一般高齢者教室 よ	31 ◆国保税1期分納期限 ◆障害者訓練教室 ふ				

○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  
 海 … 玉松海水浴場

○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  
 ※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 ☎27-2111 (内線403)

○一般高齢者教室  
 (毎週月曜日・金曜日 10:00~14:00)  
 対象は65歳以上で、送迎バス有。詳細はお問い合わせください。  
 ▶問い合わせ 住民課 ☎27-2111 (内線302)

○障害者訓練教室  
 (毎週火曜日)  
 障害者手帳をお持ちでバス停まで通える方が対象です。送迎バス有。時間等の詳細はお問い合わせください。  
 ▶問い合わせ 健康福祉課 ☎27-2111 (内線403)

○いきいきなどわどサロン  
 (毎週木曜日 9:00~15:00)  
 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 ☎27-2111 (内線302)

Let's enjoy English♪  
 アシュリーの英会話教室  
 次回は7月18日(水)  
 時間:午後6時~  
 場所:ふるさと総合センター  
 ☎31-3111

※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。

戸籍の窓口

【5月受付分】(敬称略)  
 ■ご冥福をお祈りします  
 村上 さち子 65歳(蓬田)  
 乳井 長吉 88歳(蓬田)  
 ■蓬田村の人口(5月31日現在)

区分	人口	前月比
総人口	2,843	+3
男	1,379	+3
女	1,464	±0
世帯数	1,154	-2

## 国民健康保険被保険者のみなさまへ



### ■国民健康保険被保険者証の更新について

現在使用している「薄橙色の国民健康保険被保険者証」の有効期限は7月31日です。今年度からは、7月下旬に新しい被保険者証（70歳以上75歳未満の方には「被保険者証兼高齢受給者証」）を世帯主宛にお送りします。

ただし、短期被保険者証または資格証明書の方については、住民課窓口での交付となります。

また、有効期限の切れた被保険者証は、住民課へ返還していただくか、ご自身で裁断のうえ破棄してください。

- ◎新しい被保険者証の色は「水色」です。
- ◎新しい被保険者証の有効期限は「翌年7月31日」です。

◎8月に入っても新しい被保険者証が届かない場合や、被保険者証の記載内容に誤りがある場合には、住民課までお申し出ください。

◎修学のため他市町村に住所をおく学生については、在学証明書を提出してください（今年度提出済みの方は不要）。

◆短期被保険者証または資格証明書の方以外で窓口での交付を希望される方は、平成30年7月17日（火）までに役場住民課へご連絡ください。

窓口での交付の時に持参するもの
①現在使用している被保険者証
②印鑑

### ■国民健康保険「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担減額認定証」の更新について

現在お持ちの「限度額適用認定証」、「限度額適用・標準負担減額認定証」の有効期限は7月31日です。8月以降、各認定証が必要な方は7月20日以降に役場で手続きをしてください。

※70歳以上の住民税非課税世帯の方へは、7月20日頃申請書を送付します。

◆「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担減額認定証」とは？  
医療機関に提示することで、窓口でのお支払い

▶問い合わせ 役場 住民課（国保担当） ☎ 27-2111（内線303）

が自己負担限度額までとなります。また、住民税非課税世帯は、入院時の食事代も減額されます。

手続きに必要なもの
①国民健康保険被保険者証
②印鑑
③マイナンバーが確認できるもの
④過去1年間に入院日数が90日を超える場合は、入院日数の確認できる領収書

## 国民年金加入者のみなさまへ



### ■保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除、納付猶予、学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、老齢基礎年金の受け取り額が少なくなります。

保険料は10年以内であれば遡って納める（追納）ことができますが、承認を受けた翌年度から起算して3年度目以降は加算額が上乗せされます。また、次の点にご注意ください。

- ◎一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていない場合は追納はできません。
- ◎「法定免除・申請免除期間」が「納付猶予・学生納付特例期間」より先に経過した月分である場合、どちらを優先して納めるか選択できます。

### ■保険料の「後納制度」について

国民年金保険料は、納付期限から2年過ぎると時効により納付することができません。

しかし、法律改正による時限措置として、過去5年以内に納め忘れた国民年金保険料を納付する「後納制度」が平成27年10月から平成30年9月までの3年間に限り実施されています。

後納制度を利用するには申込みが必要です。

#### ▶問い合わせ

ねんきん加入者ダイヤル ☎ 0570-003-004  
青森年金事務所 ☎ 017-734-7495  
役場 住民課 ☎ 27-2111（内線304）



## 運動サークル紹介 ◇第8回 バスケットボール部◇

昔から学校の体育の授業では人気の種目、バスケットボール。最近では青森ワッツで身近に観戦できるプロスポーツとなりました。小学校のミニバスから中学校の部活まで経験した女性の方も多いのではないでしょうか。今回は村内で練習しているバスケットボール部を紹介します。



### ■練習はいつ、どこで行っているの？

毎週水曜日と土曜日の午後7時から、トレーニングセンターで練習しています。

### ■女性の方もいますか？

人数は多くありませんが、一緒に練習しています。

### ■競技レベルは高いですか？

高校で部活をやっていた方もいますが、中学校の体育の授業のみの方もおり、レベルはまちまちです。楽しく練習していますので、遊びに来てください。

▶問い合わせ 教育課社会教育班 八戸 ☎ 31-3111

### ■会費などがありますか？

保険などに加入する分は負担していただきますが、基本、会費はもらっていません。

### ■バスケットボール部 代表 佐藤大輔さん

「バスケットは一時期ブームにもなり、手軽に始められることから経験者は多いと思っています。多少の技術の差はあっても、ゲーム形式で試合をしながら上達していけます。県民体育大会での上位を目指していますので、やる気のある方の参加をお待ちしています！」



## 武井昭夫氏が東北管区行政評価局長表彰を受賞

本村の行政相談委員・武井昭夫氏の長年にわたる活躍に対し、東北管区行政評価局長から表彰状が授与されました。

同氏は、皆さんが毎日の暮らしの中で、行政が行う仕事についての苦情や意見・要望などがあったとき、もっとも身近な相談相手として活動しています。

- 苦情を直接申し出にくい
- どこへ申し出たらよいかわからない
- 苦情を申し出たがその措置に納得できないなど

相談は無料で秘密を厳守しますので安心です。お気軽にご利用ください。



## 残り1区画 グリーンタウンよもぎた 宅地分譲中

国道280号バイパス沿いで通勤に便利

通勤・買い物に便利な「グリーンタウンよもぎた」は残り1区画となりました。村内外からの申し込みを随時受付しています。

■宅地面積 393.29㎡（118.97坪）

■分譲価格 6,424,392円

### ■申込に必要なもの

- ・住民票（抄本）
- ・印鑑
- ・申込書（総務課企画財政班にあります）

■紹介者には分譲契約が成立した場合、紹介報酬（分譲代金の4%）をお支払いします。（紹介者は村内に住所を有する者、または村内に本社・事業所がある法人に限る）

※契約条件や売買代金の支払い方法等、詳しくはお問い合わせください。

#### ▶問い合わせ

総務課 企画財政班 ☎ 27-2111（内線523）



お知らせ

東青地域県民局  
環境管理部移転

東青地域県民局環境管理部は7月9日(月)に左記に移転します。電話番号も変更となりますので、ご注意ください。

■住所  
〒030-8570  
青森市長島1丁目1-1  
青森県庁東棟4階

■連絡先  
☎017-734-9185  
FAX 017-734-8023

自動車税の納付確認の電子化

平成27年4月1日から、登録自動車については、国の継続検査窓口での自動車税の納税証明書の提示を省略できるようになりました。詳しくは、県庁HP (<http://www.pref.aomori.lg.jp/life/tax/jidosya-denshika.html>) をご覧ください。

お天気フェア  
開催のお知らせ

青森地方気象台では、「お天気フェア2018」を開催します。

■日時 7月22日(日)  
午前10時～午後3時

■場所 青森地方気象台(青森市花園1-17-19)

■内容 お天気クイズ、施設見学、工作、地震体験(午前のみ) 他。

■備考 入場無料、申込不要。雨天等で中止の場合あり。公共交通機関をご利用ください。

▼問い合わせ  
青森地方気象台  
☎017-741-7413

体験してみよう  
裁判員裁判

■日時 7月25日(水)  
午後2時～午後4時30分  
※午後1時30分より庁舎1階で受付開始

■場所 青森地方裁判所(青森市長島1-3-26)

■内容 裁判員裁判体験

■定員 小学5・6年生25人(申込順、保護者同伴可)

■申込方法 7月9日(月)午前9時より電話受付開始

▼申込み・問い合わせ  
青森地方裁判所総務課  
☎017-722-5421

借金に関する  
無料相談窓口

■受付 月～金(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

■場所 青森合同庁舎3階(青森市新町2丁目) 青森財務事務所

■相談専用電話  
☎017-774-6488

※電話のみの相談も可

放送大学10月生  
募集のお知らせ

放送大学では平成30年度第2学期(10月入学)の学生を募集中です。

放送大学はテレビの放送やインターネットを利用して授業を行う通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など幅広い分野を学べます。

■出願期間 9月20日まで  
資料を無料で差し上げています。お気軽に左記までご請求ください。

▼申込み・問い合わせ  
放送大学青森学習センター  
☎0172-38-0500  
八戸サテライトスペース  
☎0178-70-1663

**サマージャンボ7億円**  
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

**サマージャンボミニ7,000万円**  
(1等5千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

**7月9日(日)2種類同時発売!** 発売期間 7/9(日)～8/3(日) 抽せん日 8/14(日)

公益財団法人青森県市町村振興協会 各1枚 300円

民生委員・児童委員は  
**あなたの相談相手**です  
そうたんあいて

広げよう  
地域に根ざした  
思いやり

蓬田村社会福祉協議会  
☎0174-27-2828

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」について

有効期限は7月31日ですが、平成30年度も引き続き非課税世帯と認定された方には、新しい認定証が郵送されますので、更新手続きの必要はありません。

新たに平成30年度の住民税が非課税となった世帯の方は、認定証の交付申請手続きが必要となります。後期高齢者医療被保険者証と印鑑を持参のうえ、住民課窓口で手続きをしてください。

高額療養費上限額の変更について

平成30年8月より70歳以上の皆様の高額療養費の上限額が下表のように変わります。

現行(平成30年7月診療分まで)			平成30年8月診療分から		
区分	外来(個人)	限度額(世帯※1)	区分	外来(個人)	限度額(世帯※1)
現役並み (課税所得145万円以上)	57,600円	80,100円+ (医療費-267,000円)×1% <44,400円>※2	現役並みⅢ (課税所得690万円以上)	252,600円+ (医療費-842,000円)×1% <140,100円>※2	
一般 (課税所得145万円未満)	14,000円 年間上限 14.4万円	57,600円 <44,400円>※2	現役並みⅡ (課税所得380万円以上)	167,400円+ (医療費-558,000円)×1% <93,000円>※2	
低所得Ⅱ (住民税非課税)		24,600円	現役並みⅠ (課税所得145万円以上)	80,100円+ (医療費-267,000円)×1% <44,400円>※2	
低所得Ⅰ (住民税非課税 所得が一定以下)	8,000円	15,000円	一般 (課税所得145万円未満)	18,000円 年間上限 14.4万円	57,600円 <44,400円>※2
			低所得Ⅱ (住民税非課税)		24,600円
			低所得Ⅰ (住民税非課税 所得が一定以下)	8,000円	15,000円

※1 同じ世帯で同じ保険者に属する者  
※2 <>は4回目の該当から負担額を抑える「多数回該当」

高額介護合算療養費上限額の変更について

平成30年8月より70歳以上の皆様の高額介護合算療養費の上限額が下表のように変わります。

現行(平成30年7月診療分まで)			平成30年8月診療分から		
区分	70歳以上 ※2		区分	70歳以上 ※2	[参考] 70歳未満 ※2
現役並み (課税所得145万円以上)	67万円	細分化+ 上限引き上げ	現役並みⅢ (課税所得690万円以上)	212万円	212万円
一般 ※1 (課税所得145万円未満)	56万円	据え置き	現役並みⅡ (課税所得380万円以上)	141万円	141万円
低所得Ⅱ (住民税非課税)	31万円		現役並みⅠ (課税所得145万円以上)	67万円	67万円
低所得Ⅰ (住民税非課税 所得が一定以下)	19万円 ※3		一般 ※1 (課税所得145万円未満)	56万円	60万円
			低所得Ⅱ (住民税非課税)	31万円	34万円
			低所得Ⅰ (住民税非課税 所得が一定以下)	19万円 ※3	

▶問い合わせ 役場 住民課 ☎27-2111(内線304) または  
青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821

※1 収入合計額が520万円未満(1人世帯は383万円未満)の場合及び旧ただし書所得の合計額が210万円以下も含む。  
※2 対象世帯に70～74歳と70歳未満が混在する場合、70～74歳の自己負担合算額に限度額を適用し、残る負担額と70歳未満の自己負担合算額を合わせた額に限度額を適用。  
※3 介護サービス利用者が世帯内に複数いる場合は31万円。



### 県民駅伝ランナー募集 タスキを繋いでみませんか？



開催日：平成30年9月2日（日）  
場所：青森県総合運動公園  
区間と距離：8区間 約33.8km  
募集：高校生以上の男女  
出場資格：村内在住の方  
蓬田中学校を卒業した方  
勤務地が村内の方  
募集締切：7月19日（木）

我こそは！挑戦したい！という方からのご連絡をお待ちしております。

▶申込み・問い合わせ  
蓬田村教育委員会 ☎ 31-3111



### 話題の本、 読みませんか？

ふるさと総合センターの図書コーナーに新刊が入りました。この機会に、ぜひご利用ください。



- 極上の孤独 下重暁子 著
- 6粒と半分のお米 木皿泉 著
- この世の春 宮部みゆき 著
- やめるときも、すこやかなるときも 窪美澄 著
- りゆうがあります ヨシタケシンスケ 著

#### オススメ！1人称童話シリーズ



- 浦島太郎が語る浦島太郎
- シンデレラが語るシンデレラ
- 桃太郎が語る桃太郎

## 夏のイベント案内



### 玉松海水浴場開設期間

7月14日（土）～8月19日（日）  
遊泳可能時間 午前9時～午後4時  
※海水浴場での事故防止のため、離岸堤へは立ち入らないよう  
お願いします。

### 第15回よもぎた玉松 ビーチバレーボール大会

開催日：7月15日（日）  
場所：玉松海水浴場  
時間：受付開始 午前9時～  
参加資格：中学生以上の男女  
チーム編成：1チーム4～6人  
（女子2人以上）  
参加料：1チーム2,000円  
申込締切：7月5日（木）

▶申込み・問い合わせ  
教育課 社会教育班  
八戸 ☎ 31-3111



### 玉松海まつり

開催日：8月5日（日）  
場所：玉松海水浴場  
時間：午前10時～  
内容：宝探しゲーム、○×クイズ、  
トマトジュース早飲み大会  
など豪華景品が当たるゲーム  
が盛りだくさん。また、  
ホタテの無料試食会や玉松  
太鼓の演奏などがあります。

▶問い合わせ  
蓬田村観光協会 ☎ 27-2450

