



広報

FUKAURA

ふかうら

No.479

発行／青森県深浦町

編集／総合戦略課

弘南バスICカード メゴイカの更新について

深浦線を100円で利用できる
深浦限定の記名式ICカード「メ
ゴイカ」の利用期間は、3月31日
(月)までとなっています。

既にメゴイカをお持ちの方に
は、更新方法を送付しております
ので、引き続き利用される方は、
忘れずに更新手続きをお願いしま
す。

また、新規でICカードの利用
を希望する方は、申込書に必要事
項を記入し、本人確認書類を添付
して申請してください。

◆既にメゴイカをお持ちの方
送付済の更新方法に従って手続
きをお願いします。

◆新規でメゴイカを希望の方

総合戦略課、大戸瀬・岩崎両支
所にある申込書に必要事項を記入
し、本人確認書類（運転免許証、
保険証、マイナンバーカードなど
のうちの1枚の写し）を添付して
申請してください。

※新規での申請は随時受け付けま

すが、3月中の使用予定がない場
合は、4月以降の発行となります
のでご了承ください。

□問合せ先

総合戦略課 地域政策係

TEL 74-2122

山火事に

注意しましょう



青森県では、4月から6月ま
で、山火事防止運動強調期間とな
っています。

春の野山は空気が乾燥し、地面
には落ち葉が堆積していること
から、山火事が起きやすく燃え広
がりやすい環境になっており、岩
手県では山火事により死者や住
宅の焼失も発生しています。

大切な生命や財産、森林を火事
から守るために、次のことに注意
してください。

○枯れた草など火災が起こりや
すい場所ではたき火をしない。
○農作業時など火の取り扱いに
は十分注意し、強風時や乾燥注意
報が出ているときは、火入れなど
は絶対にしない。

○ごみの野焼きは林野火災や原
野火災につながる恐れがあるだ
けでなく、法律で禁止されていま
す。

○たき火などをするときは、周囲
にも知らせ、一人で行わない。ま
た、完全に消火するまではその場
から離れない。

○タバコは必ず消し、絶対に投げ
捨てない。

○火遊びはしない。

山火事の原因は、たき火やたば
この不始末などが多いことから、
火の取り扱いには十分に注意し、
多くの動植物が育まれている大
切な森林をみんなで守りましょ
う。

□問合せ先

農林水産課 林業振興係

TEL 74-4411

**沿道美化清掃に
ご協力をお願いします**

今年も町内会など各種団体の協力のものと、全町において沿道・海岸及びJR沿線付近の一斉清掃を実施します。

高齢者や体調がすぐれない方などは無理せず、できる範囲でご参加くださいようお願いいたします。

自然を大切に、さわやかで、きれいな町にするためにも皆さんのご協力をお願いします。

◆実施日

4月19日（土）

□問合せ先

町民課

Tel 74-22115

**ふかうらげんき倶楽部の
ご案内**

ご案内

週1回、全身を動かし健康的な生活を送りませんか？

◆対象者

町に住む概ね65歳以上のシニア世代

◆場所

リハビリ特化型デイサービス
リハジム らしかる

※送迎はありません。

◆期間

第1期 4月5日～6月21日

毎週土曜日 9時30分～11時

第2期 7月5日～9月20日

毎週土曜日 9時30分～11時

◆参加人数 先着10名

◆利用料 1回 500円

◆持ち物

手ぬぐい・運動靴・飲料水

※動きやすい服装でお越しください。

◆第一期申し込み開始日

3月14日（金）から

※定員に達した段階で締め切ります。

□申込・問合せ先

リハジム らしかる

Tel 0173-82-0551

**愛車の住所変更は
お忘れなく**

自動車税種別割の納税通知書は、原則として4月1日現在での

自動車登録の住所（車検証に記載されている住所）にお送りいたします。引越など住所が変わったときは、運輸支局で住所の「変更登録」を行う必要があります。

3月中に変更登録の手続きができない場合は、自動車税種別割の住所変更を行いますので、最寄りの地域県民局県税部までご連絡ください。

また、「青森県電子申請・届出システム」から届出することもできますので、詳しくは県ホームページをご覧ください。

HPはこちらから▼



※車検証の住所は別途変更が必要です。運輸支局での変更登録も忘れずに行ってください。

□問合せ先

西北地域県民局県税部

納税管理課

Tel 0173-34-3141

**令和7年度
協会けんぽ青森支部の
保険料率について**

全国健康保険協会（協会けんぽ）青森支部は、主に県内の中小企業にお勤めの従業員とその家族が加入する健康保険です。

令和7年度における青森支部の健康保険料率及び全国共通の介護保険料率は次のとおりです。

○健康保険料率 9・85%

（現行 9・49%）

○介護保険料率 1・59%

（現行 1・60%）

各都道府県の健康保険料率は、主に地域の医療費水準に基づき算出されますが、青森支部は全国に比べ、医療費の伸びが大きかったことから健康保険料率は3年ぶりの引き上げとなりました。加入者及び事業主の皆さまのご理解の程、よろしく申し上げます。

□問合せ先

全国健康保険協会 青森支部

Tel 017-721-2799

**地域子育て支援センター
新年度利用者募集の
お知らせ**

地域子育て支援センター「ほほえみ」は、地域の方々に親しまれ、気軽に遊びに来て、子育てを通して笑顔あふれる日々を過ごせる温かい居場所となることを目指しています。これからお母さんになる妊婦さん、お父さん、「子育てに悩みや不安を持っている方や困っている方」などを応援します。

お母さん同士で子育ての情報交換やおしゃべり、おもちゃで遊んだりフレッシユできますので、どうぞご利用ください。

◆新年度歓迎会

申し込みは必要ありません。お子さんの必要なものを持って気軽に遊びにおいでください。（飲み物・少しのおやつ・着替え等）

○日時・場所

☆4月8日（火）

9時30分～11時30分

会場 めぐみ子ども園内

「子育て支援室」

☆4月10日（木）

9時30分～11時30分

会場 深浦町公民館

◆保育体験

「保育園、子ども園ってどんなところ？」、「近くに友達がいないと・・・とお考えのお父さん、お母さん、一度のぞいてみませんか？

○日時・場所

☆第1・3・5火曜日

9時30分～11時30分

会場 めぐみ子ども園内

「子育て支援室」

☆第1・3・5木曜日

9時30分～11時30分

会場 深浦町公民館

◆サークル活動

お母さんが中心になって、「手作りおやつ」「簡単な手芸」などみんな楽しんでいきます。材料費がかかることがあります。

○日時・場所

☆第2・4火曜日

9時30分～11時30分

会場 めぐみ子ども園内

「子育て支援室」

☆第2・4木曜日

9時30分～11時30分

会場 深浦町公民館

◆ほほえみ広場

子育て中のお父さん、お母さん、お子さん、妊婦さんのために、めぐみ子ども園内「子育て支援室」や園庭、深浦町公民館の施設の一部を誰でも気軽に遊びに来られるように開放しています。

○日時・場所

☆火曜日、水曜日

9時30分～14時

会場 めぐみ子ども園

「子育て支援室」

☆木曜日

9時30分～14時

会場 深浦町公民館

◆子育て相談

今、子育て中のお父さん、お母さん、お子さんのことでお困りのことはありませんか？

一人で悩むより、まずは相談してみましよう。

○相談受付日時

☆電話相談・面接相談・訪問相談

毎週月～金曜日 9時～17時

土曜日 9時～12時

☆手紙相談

随時受付しています。

※ただし、面接相談・訪問相談は予約が必要です。また、電話相談は匿名でも受付いたします。

相談電話番号 76-2039

◆子育て研修会（月1回）

子育てが楽しくなるお話や子育ての参考になる遊び、料理作り、ミニコンサートなどを開きます。日時、内容などは、ほほえみ通信やポスターなどでお知らせいたします。

研修会の参加は、基本的に無料です。（活動内容により別途負担有り）

□問合せ先

地域子育て支援センター

『ほほえみ』

TEL 76-2039

FAX 76-2063

令和7年度から 65歳以上の方などを対象に 帯状疱疹ワクチンの 定期接種を実施します。



対象者と接種費用助成について

《定期接種の対象者》 ※対象者には後日、予診票等を送付します。（4月上旬ころ）

- ①年度内に65歳を迎える方
- ②60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害があり、日常生活がほとんど不可能な方
- ③令和7年度から5年間の経過措置として、その年度に70、75、80、85、90、95、100歳になる方も対象となります。100歳以上の方は令和7年度に限り、全員が対象となります。

※①～③に該当する方でも、既に帯状疱疹ワクチンを接種したことがある場合は対象外となります。

《町助成額》 ※自己負担額は接種費用から町助成額を差し引いた残りの額となります。生ワクチンへ4,000円の助成、組換えワクチンへ1回10,000円×2回分を助成する予定です。接種費用から町助成額を差し引いた残りの額が自己負担となります。



帯状疱疹ワクチンは2種類あります

■帯状疱疹ワクチンには2種類あり、接種方法や、効果とその持続期間、副反応などの特徴が異なりますが、いずれのワクチンも、帯状疱疹やその合併症に対する予防効果が認められています。

	生ワクチン（阪大微研）	組換えワクチン（GSK社）
接種方法	皮下に接種	筋肉内に接種
接種回数と間隔	1回	2回（2か月以上の間隔をあける）
接種条件	病気や治療によって、免疫の低下している方は接種できません	免疫の状態に関わらず接種可能
接種費用（見込み）	8,000円ほど	1回あたり20,000円～22,000円ほど

■帯状疱疹に対するワクチンの予防効果

	生ワクチン（阪大微研）	組換えワクチン（GSK社）
接種後1年時点	60%程度	90%以上
接種後5年時点	40%程度	90%程度
接種後10年時点	—	70%程度

注 帯状疱疹後神経痛に対するワクチンの効果は、接種後3年時点で、生ワクチンは6割程度、組換えワクチンは9割以上と報告されています。

带状疱疹は、痛みを伴う皮膚の病気です

- 带状疱疹は、水痘带状疱疹ウイルスが再活性化することにより、神経に沿って、痛みを伴う水疱（水ぶくれ）が現れる皮膚の病気です。
- 合併症の一つに、皮膚の症状が治った後にも痛みが残ることがあり、日常生活に支障をきたすこともあります。



带状疱疹ワクチンの安全性

- ワクチンを接種後に以下のような副反応がみられることがあります。
- 頻度は不明ですが、生ワクチンについては、アナフィラキシー、血小板減少性紫斑病、無菌性髄膜炎が、組換えワクチンについては、ショック、アナフィラキシーがみられることがあります。

主な副反応の発現割合	生ワクチン（阪大微研）	組換えワクチン（GSK 社）
70% 以上	—	疼痛※
30% 以上	発赤※	発赤※、筋肉痛、疲労
10% 以上	そう痒感※、熱感※、腫脹※、疼痛※、硬結※	頭痛、腫脹※、悪寒、発熱、胃腸症状
1% 以上	発疹、倦怠感	そう痒感※、倦怠感、その他の疼痛

（※）ワクチンを接種した部位の症状 各社の添付文書より厚生労働省にて作成

他のワクチンとの同時接種について

- 带状疱疹ワクチンは、医師が特に必要と認めた場合に、インフルエンザワクチンや新型コロナワクチン等と同時接種が可能です。
- 生ワクチンについては、他の生ワクチンとは 27 日以上の間隔を置いて接種してください。



予防接種健康被害救済制度があります

予防接種は、感染症を予防するために重要なものですが、健康被害（病気になったり障害が残ったりすること）が起こることがあります。極めてまれではあるものの、副反応による健康被害をなくすことはできないことから、救済制度が設けられています。

制度の利用を申し込むときは、健康推進課（以下お問合せ先）までご相談ください。

带状疱疹ワクチンについてもっと詳しく知りたい方はこちら
厚生労働省ホームページ

厚生省 带状疱疹ワクチン 検索



□お問合せ先

深浦町健康推進課 Tel: 82-0288

ふかうら文学館図書室 新着本のご案内

<p>《一般書》 タイトル：禁忌の子 著者名：山口 未桜</p> 	<p>《一般書》 タイトル：謎の香りは パン屋から 著者名：土屋 うさぎ</p> 	<p>《一般書》 タイトル：変な絵 著者名：雨穴</p> 
<p>《児童書》 タイトル：おめんです 著者名： いしかわ こうじ</p> 	<p>《児童書》 タイトル：おめんです2 著者名： いしかわ こうじ</p> 	<p>《児童書》 タイトル：おめんです3 著者名： いしかわ こうじ</p> 
<p>《児童書》 タイトル：おかしのまち のおかしなはなし 著者名： いわさき さとこ</p> 	<p>《児童書》 タイトル：ようかいむら のふしぎとしょかん 著者名： たかい よしかず</p> 	<p>《児童書》 タイトル：ようかいむら のだいうんどうかい 著者名： たかい よしかず</p> 
<p>《児童書》 タイトル：はたらくるる またちのはたけしごと 著者名： シリー・ダスキー・リカー</p> 	<p>《児童書》 タイトル： おとしましたよ 著者名： マスダ ケイコ</p> 	<p>《児童書》 タイトル：ふくろをかえ たいおせんべいくん 著者名： ホソカワ レイコ</p> 
<p>《児童書》 タイトル：ブンブンくる まちがうのど～れだ？ 著者名： しみず だいすけ</p> 	<p>《児童書》 タイトル：パンダ くんのおにぎり 著者名： いしかわ こうじ</p> 	<p>《児童書》 タイトル：おせんべ やけたかな 著者名：こが ようこ</p> 
<p>《児童書》 タイトル：ぎゅうぎゅうぎゅう 著者名： おーなり 由子（文） はた こうしろう（絵）</p> 	<p>《児童書》 タイトル：ノンタン はみがきはーみー 著者名： キヨノ サチコ</p> 	<p>《児童書》 タイトル：やさいさん 著者名： tupera tupera</p> 
<p>《児童書》 タイトル：パンツのはきかた 著者名： 岸田 今日子（作） 佐野 洋子（絵）</p> 	<p>《児童書》 タイトル：おべんとうバス 著者名：真珠 まりこ</p> 	<p>《児童書》 タイトル：おしりたんてい かいとうUの おとしもの 著者名：トルル</p> 

ご希望の本が町内施設にない場合は、青森県立図書館などから取り寄せて借りることができます。なお、大戸瀬支所、岩崎支所でも貸出・返却が可能です。

□問合せ先 ふかうら文学館 TEL 84-1070