

1994 2月
(平成6年)



No. 294

広報さかい

佐井村 村民憲章

- 1. 学ぶ意欲をもち、知性と良識のあふれる村をつくります。
- 1. 健康と安全を心がけ、明るく楽しい村をつくります。
- 1. 勤労を喜び、力を合わせて豊かな村をつくります。
- 1. 自然を守り、人を愛し、心やさしい村をつくります。
- 1. 心身ともに健全な子の育つ、暖かい家庭と村をつくります。

編集と発行/〒039-47 青森県下北郡佐井村大字佐井字糠森20 佐井村役場企画財政課 ☎0175(38)2111



防火の輪

つなげて広げて

なくす火事

佐井村消防団出初式



今月の紙面

- 2～3 むらの話題
- 4～5 お知らせ
- 6 国保のしおり
- 7 出稼ぎ現地のみなさん
- 8～9 交母だより
- 10～11 保健婦だより
- 12～13 税務だより
- 14 戸籍の窓口

◎今月の「中央公民館選短歌と俳句教室」はお休みです。

むらの話題



むらの情報を広く掲載いたします。身近な情報がありましたら、企画財政課まで連絡ください。

佐井村消防団出初式

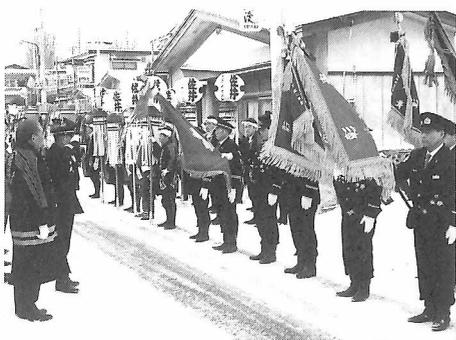
無火災、無災害を

願って

新春恒例の佐井村消防団出初式が一月七日、大佐井浜町を会場に盛大に開催されました。
当日は、悪天候に見舞れましたが、団員はきびきび



とした行動で各分団ごとに整列。消防団長らの観閲を受けたあと、まとい部隊を先頭に分列行進が行われました。
続いて、消防団長の年頭



の辞、村長の訓示、議会議長、大間警察署長の祝辞を受けた団員のみなさんは、今年一年の無火災・無災害を願い、万才三唱を行いました。

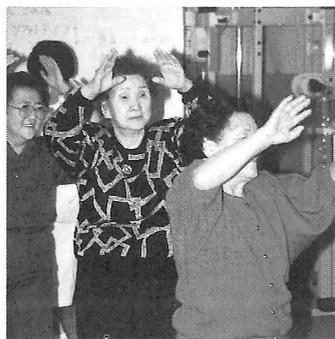
また、出初式にあたり、十二名の団員が表彰を受けました。表彰された団員は次のとおりです。



楽しいひととき —あすなるでクリスマス会—

十二月二十一日から三回に分けてクリスマス会が行われました。

この日は、デーサービスの人たちがたくさん集まって、カラオケで自慢の喉を披露したり踊りをおどったりして楽しいひとときを過ごしていました。



原田老人クラブ総会で 手打ちそばをごちそう

1月15日、原田地区生活改善センターで原田老人クラブ総会が開催され、そのときに手打ちそばをごちそうしました。

この手打ちそばは、原田地区でとれたそば粉を使い、老人クラブ婦人部のみなさんが心を込めて作ったもので、総会に参加した人は手打ちそばに舌鼓を打っていました。



表彰を受けた みなさん

精勤章

- 第一分団団員 内田 豊美
- 第二分団団員 鹿島 義秋
- 第三分団団員 岡本 文雄
- 第四分団団員 和田喜久男
- 第五分団団員 万谷 安雄
- 第六分団団員 館脇 修
- 第七分団団員 中村久美義
- 第八分団団員 福田 昭則
- 第九分団団員 五十嵐清晴
- 第十分団団員 大石 光仁
- 第十一分団団員 田中 明
- 第十二分団団員 長谷川秀仁



平成六年度前期

技能検定試験

■主な実施職種

造園・建築板金・建設機械整備・建具製作・印刷・とび・左官・防水施工・内装仕上げ施工・熱絶縁施工・サッシ施工・塗装・塗装・広告美術仕上げ・フラワー装飾 など三十六職種

■受験資格

受験する職種について一級は十二年以上、二級は三年以上以上の実務経験年数を有するもの。但し、学歴・訓練により年数が短縮されます。

■受験料

〔実技試験〕

一万円～一万三千八百円
(職種によって異なります)

〔学科試験〕

一律 二千六百元

■実施日

〔実技試験〕

平成六年六月十日(金)

平成六年九月十一日

(日)までの間の当協会が

指定する日

〔学科試験〕

平成六年八月二十八日・

九月四日・十一日のいずれ

か指定する日曜日

■受付期間

平成六年四月四日(月)

～十五日(金)まで

■合格発表

平成六年十月六日(木)

■お問い合わせ・受付場所

青森市野尻字今田四三一

一(県立青森高等技術専門

学校内)

青森県職業能力開発協会

☎〇一七七―三五―五五六

一



「あおもりイメーリアップ 推進大会」を開催します

私たちの青森県をもっと
素晴らしい、魅力ある地域
にしたい。そんな願いを込
めて、イメーリアップ推進
大会を開催します。

この大会を通して、いま
一度私たちの住んでいる青
森県を見直し、これからの
青森県について考えてみま
せんか。さあ、青森県のイ
メーリアップが始まります。
多数のご参加をお待ちし
ております。

大会内容

日時

今月の休診日

7日、14日、21日、28日
(月) (月) (月) (月)

=佐井診療所=

平成六年二月十七日(木)
午後二時～四時(開場午後
一時)

場所

ホテル青森 三階「孔雀
の間」
青森市提町二丁目一―二三

プログラム内容

- ・イメーリアップ宣言
- ・三浦雄一郎氏(本県が誇るアドベンチャー・スキーヤー)と沢田としき氏(本県出身の若手イラストレーター)によるトークタイム
- ・アトラクション
- ・シンセサイザー・太鼓・

三味線による創作曲の演奏
※青森県の物産、工芸等の
展示やミニパフォーマンス
の実演

参加費用

無料

問い合わせ先

あおもりイメーリアップ
推進協議会事務局
青森県企画部調整課 総
合調整担当
TEL〇一七七一―二二―
一一―内線二二四八・二
一四九

あなたの声を 県政に!

―県政モニター募集―

県では、県政について「こ
うしたらどうか?」「こうい
うことをやって欲しい?」
というご意見、ご提言を寄
せてくださる県政モニター
を募集しています。

県政に関心のある方、県
政に協力する熱意のある方
の応募をお待ちしています。

応募資格

県内に居住している満二
十歳以上の方であればどな
たでも可。

ただし、議員、公務員、
行政相談委員、国やその他
の公共団体のモニターにな
っている方や今後なる予定
の方、平成元年度以降に県
政モニターを経験した方は
除きます。

募集人員

三十二名

委嘱期間

平成六年五月一日から二
年間

仕事

- ①アンケートに対する回答
(年約四回)
- ②県政に対する意見や提言
の提出(随時)
- ③県政モニター会議への出
席

謝礼

一年ごとに記念品を差し

上げます。

応募方法

官製はがきに、必要事項
を記入して平成六年二月十
日(木)までにお送りくだ
さい。

結果通知

応募者の中から地域、職
業などの割合を考慮して決
定し、三月中に応募者に対
し結果を通知します。

問い合わせ先

青森県広報広聴課広聴班
県政モニター係
〒〇三〇 青森市長島一
丁目一―一
電話 〇一七七一―二二―
一一―内線二二〇八



交通災害共済に

加入しましょう

—— 一日二円でご家族の安心を ——

現在加入されている方は、三月三十一日で共済期間が満期になります。ただいま新規加入申込みを受け付けていますので、ご家族そろってぜひ加入されるようおすすしめします。

加入の方法は、各家庭に配布されました交通災害共済の加入票に必要事項を記入の上、会費一人三五〇円を添えて二月二十八日まで

行政連絡員及び地区総代に申込み下さい。(学童団体については、各学校等で取りまとめします。会費一人三〇〇円) 尚、二月二十八日以降は、役場総務課まで申込み下さい。

交通災害共済についての問い合わせは、役場総務課まで ☎三八二二一一

二月は「赤十字社員増強月間」

日本赤十字社青森県支部佐井村分区長

石 澤 多佳樹

毎年二月は、赤十字社員増強月間であり、村民の皆様には赤十字社員として社資を賜わり厚くお礼申し上げます。

ご存知のとおり日本赤十字社は、法律に基づいた特殊法人で民間の団体であり、社員からの社資で事業がまかなわれています。ご記憶に新しく、身近な災害として北海道南西沖地震には、奥尻島をはじめ被災地には、日本各地の赤十字職員、医師、看護婦がいち早くかけつけ、積極的な援助活動を展開しました。また、その際村民の皆様には、多額の義援金を寄付していただきました。

昨年、鹿児島県においては度重なる豪雨災害、世界に目を向ければネパールでは、大雨のため「今世紀

最大の災害」といわれる大規模な洪水がおこっています。旧ユーゴスラビアの難民、干ばつの南部アメリカ、バングラディシュ、パキスタン、カンボジア等劣悪な環境におかれた人々のため、赤十字は人道博愛の精神を基本とし、一生懸命援助活動を行っています。

さて、昨年県立八戸西高等学校、ボランティアサークルの部員九名が、三上剛太郎先生と赤十字について

「三上家」を訪れ研修しています。「剛太郎没後三十年、彼の崇高な精神が若い世代に受け継がれていけばこの研修は、大変意義深い」と担当の教師が申し述べています。

このような赤十字の使命についてご理解下さり、誠に恐縮に存じますが、当分区の奉仕団員が伺いましたら、ご協力賜りますようお願い申し上げます。

共済見舞金の額

災害の税度		等級	金額
死亡した場合		1	1,000,000円
実治療日数180日以上	入院180日以上を含む	2	150,000円
	入院90日以上180日未満を含む	3	130,000円
	入院90日未満又は入院なきものを含む	4	110,000円
実治療日数90日以上180日未満	入院90日未満	5	80,000円
	入院90日未満又は入院なきものを含む	6	60,000円
実治療日数60日以上90日未満		7	45,000円
実治療日数30日以上60日未満		8	35,000円
実治療日数10日以上30日未満		9	25,000円
実治療日数10日未満		10	15,000円

大間病院では、3月から毎週土曜日が休みとなります。ご理解とご協力をお願いします。

※入院部門、救急外来は従来どおり診療いたします。

大間病院

国保のしおり

保険税を長い間滞納すると……

保険税を納めないでいると、国保の運営が危機に陥ってしまわないとも限りません。災害など政令で定めた特別の事情がないのに、長い間保険税を滞納し、納付相談などにも応じない世帯には、次のような措置をとる場合があります。

① 保険証の返還

災害など政令で定めた特別の事情がないのに、長い間保険税を滞納している世帯からは、保険証を返してもらうことがあります。

保険給付の全部または一部が差し止められる場合があります。

④ 差し押さえ

財産差し押さえなどの処分を行う場合があります。

② 診療費の全額自己負担

保険証なしで受けた診療の費用は、一旦全額自己負担となります。

⑤ 保険証の交付

滞納した保険税が定納されたとき、額が著しく減少したとき、また特別の事情が認められたときは、改めて保険証が交付されます。

③ 保険給付の差し止め

療養費、高額療養費、助産費、特定療養費などの保

険給付の全部または一部が差し止められる場合があります。

◀ 医療費の状況 ▶

〔10月診療分〕

(単位：円)
加入者数1,488人

国保 (若人分)

区 分	件 数	日 数	医 療 費	一件当医療費	一人当医療費
入 院	17	361	5,843,970	343,763	3,927
入 院 外	626	1,149	7,934,720	12,675	5,332
歯 科	91	246	1,304,290	14,333	877
薬 剤 の 支 給	78	109回	639,170	8,194	430
計	812	1,865	15,722,150	19,362	10,566

退職者医療

加入者数62人

区 分	件 数	日 数	医 療 費	一件当医療費	一人当医療費
入 院	4	85	1,555,240	388,810	25,085
入 院 外	39	86	696,050	17,847	11,227
歯 科	5	12	56,770	11,354	916
薬 剤 の 支 給	3	3回	23,950	7,983	386
計	51	186	2,332,010	45,726	37,613

老人医療

対象者数491人

区 分	件 数	日 数	医 療 費	一件当医療費	一人当医療費
入 院	21	420	8,054,010	383,524	16,403
入 院 外	472	1,178	11,251,730	23,838	22,916
歯 科	23	45	310,540	13,502	632
薬 剤 の 支 給	54	88回	618,840	11,460	1,260
施 設 療 養 費	2	41	365,200	182,600	744
計	572	1,772	20,600,320	36,015	41,956

連絡先

困難な方は、早めにご相談を。

企画財政課税務係
住民福祉課保健衛生係



お元気ですか

出稼ぎ現地のみなさん

遠くふるさとを離れて仕事に励んでおられるみなさん、現地の生活はいかがですか。

このページは、現地とふるさとを結ぶ、みなさんとのかけ橋です。

現地での情報、お便り、写真などをお待ちしています。

佐井村季節労働者協議会

定期大会・激励懇談会

一月五日、厳しい寒さの中、新春恒例の佐井村季節労働者協議会主催による「安全祈願祭」が箭根森八幡宮で厳かに行われました。

続いて第二十九回定期大会及び村主催の激励懇談会がアルサスで開催されました。

定期大会では、季節労働者を取りまく状況は、バブル崩壊による不況続きで、自動車業界や製造業を中心に求人減少、労働時間短縮による賃金減収、雇用関係及び外国人労働者問題等が山積みしていることから、

これらに対処し、労働者としての権利と生活を守ることを決意しました。

激励懇談会に入り、村議会議長から、高齢化が進み出稼者は苦しい立場になってきている雇用期間も長期化されてきているので健康を第一に安全就労につとめて下さい。また村長からは

就労先からは、こまめに電話をするなど、留守家族を大切に、健康診断は必ず受けて、安全で明るい出稼ぎをしてほしいと激励しました。

佐井村出稼留守家族主婦



の会のみなさんが、日頃家族のために、一生懸命働いているお父さん方へ、心をこめて作った手料理と、カラオケを披露しました。参加されたみなさんも、カラオケや情報交換をして交流を深め、次の再会を約束し和やかなうちに終了しました。

年貢の納め時

「口に税はかからぬ」「口に年貢はいらぬ」ということわざは、気ままな放言をするときに、よく使われました。すぐ消えてしまうおしゃべりに、税金をかけることはできないからです。

二月から三月にかけての確定申告期間は、「税」という文字を目にする事の多い時期。もともとは稲を意味する「禾」と、抜き出す意の「兌」を組み合わせてできた漢字でした。

田畑を耕作する農民が、年間の収穫物を一定の比率で抜き出して納めたもので、「年貢」という言葉の使用は、室町時代以後とされています。

「年貢いらすの畦豆」は、田と田の境界にまいた大豆には年貢がかからないため、ただで手に入るものたえに使われました。「年貢の納め時」は、年貢の滞納を清算するときのこと。

重ねてきた悪事を償うべきときの意から転じて、物事に見切りをつけて覚悟を決めるべきときという意味にも用いられます。「口に年貢はいらぬ」と失言してばかりいると、「年貢の納め時」がくるかもしれせん。

臭気判定技士

人の嗅覚で、悪臭の測定に活用しようという資格制度。

悪臭は、嗅覚で感じる空気中のおい物質です。そのため、基本的には機器を使っておい物質の濃度を測定し、おいの強さを知ることができます。しかし、いくつかの物質が混じった場合などには、人間の鼻に頼る「官能試験法」が行われています。



官能試験法は、すでに埼玉県や新潟県など、三十八の自治体の条例や要綱に採用されており、臭気判定技士は、この官能試験法を実施するプロとして、平成四年に環境庁長官により認定された民間資格です。そして、(社)臭気対策研究会が実施する試験に合格した人に、「臭気判定技士」の称号が与えられます。

嗅覚の試験では、バラの花の香り、カルメラの焦げたにおい、はいいた靴下のおいなど、五種類の基準臭を判別することが要求されます。

臭気判定技士は、これらの自治体の支援や脱臭装置メーカーなど、悪臭防止に貢献する企業での活躍が期待されています。

交母だより



佐 井 村
交通安全母の会

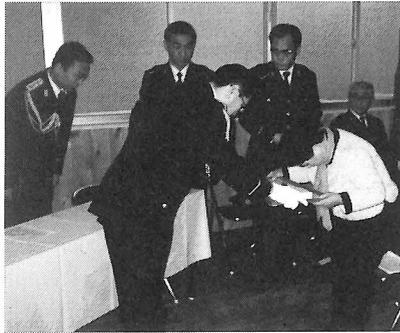
警察協力者表彰を受けて

佐井村交通安全母の会

一月七日・大間警察署において、警察協力者・優良警察職員の表彰式が行われました。

その席で、佐井村交通安全母の会は警察協力者団体として感謝状を受けました。

村民に対して年間を通じて交通安全を呼び掛け、佐井村の交通死亡事故ゼロの日三、五〇〇日達成に多大な貢献をしたほか、家庭訪問等の事業を積極的に実施し、老人等の交通事故防止にあたった功労に対してのものでしたが、これは村民の皆様のご理解とご協力があつ



てこそで、私達が皆様に代わってお受けしてきたと考え、母の会の活動の糧としてゆきたいと思っております。今後とも母の会の活動ご協力をお願いします。
なお、個人の表彰では、竹内英輝さん、小谷定男さん



んが感謝状、また、佐井駐在所の附田部長さんも優良警察職員の表彰を受けております。

2月1日現在
交通事故死ゼロ
3,751日

飲んで乗る あなたは天国 家族は地獄 ——— 交通安全は家庭から

県内の交通事故概況

(平成5年)

青森県交通対策協議会

	12月	累計	死者のうち	飲酒運転による死者	19 (37)
発生	842 (734)	8,159 (7,796)		高年齢者の死者	49 (45)
				着用義務者 (着なければならぬ人)	69 (77)
死者	9 (8)	147 (152)		シートベルト 着用者	57 (59)
傷者	1,017 (893)	9,910 (9,486)	非着用者	25 (21)	
			着けていれば 助かったと思われる人		

()内は前年。累計は1月から。速報値のため後日変更することがあります。

平成6年使用交通安全年間スローガン

- 運転者(同乗者を含む)に対するもの 事故は瞬間 ベルトは習慣
 - 歩行者・自転車利用者に対するもの 止まるはず 老いの甘えが 招く事故
 - 小中学生自身に交通安全を呼びかけるもの とびだす子 はしるくるまが かみつくぞ
- 毎月1日は交通安全家庭の日 10日、20日、30日は交通事故ゼロの日
シートベルト しめる心が 身を守る

路上駐車はやめましょう

最近、雪が降ったせいかなど通行を妨げることに路上駐車による交通障害が目につきます。このような違法駐車は単に交通の障害になるだけではなく、緊急時における救急車や消防車の妨げになります。絶対によめましょう。

新しい年に寄せて



大間警察署長

成田 伸治

明けましておめでとうございませう。

輝かしい新年を迎え、佐井村交通安全母の会会員の皆様には益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

交通安全母の会の皆様には、日頃から何かとご協力いただいております。誠にありがとうございました。本誌の原稿を依頼され、ご挨拶を申し上げます。機会を与えて頂きましたことに、この誌をお借りいたしました。厚くお礼を申し上げます。

「交通安全は家庭から」と言われますが、皆様にはこのことをよく理解され、家庭婦人としての立場を生かし、高齢者や子どもの交通事故防止のため、きめ細かい保護誘導活動や呼び掛けを行い、さらには家庭内

の車を運転される方々に対しては飲酒運転の防止等効果的活動を積極的に行っており、佐井村の「死亡事故ゼロ三、五〇〇日達成」の大きな原動力となられました。

死亡事故ゼロの記録は現在も継続中ですが、皆様の諸活動への感謝の気持ちといたしまして、本年一月七日、松谷会長さん大間警察署までおいで頂き、ささやかではございますが私の感謝状をお贈り申し上げた次第であります。さて、昨年の交通事故の発生状況ですが、幸いにして当署管内では死亡事故の発生はなく、前年と比較してマイナス三名と大変よい成績でありました。しかし、発生した事故のほ

とんどが、死亡してもおかしくないような重傷事故であり、新年に入りましても油断できない状況にあります。

全国的には、六年連続死者一万人を突破しており、さらに青森県では死者が前年に比べマイナス五名でありましたが、高齢者の死者が四九名と激増し、全国・青森県とも大きな社会問題になっております。

交通事故の防止は、道路を利用するすべての運転者、歩行者が、相手の立場を考え、「やさしさ」と思いやりをもって行動することにより達成できるものと考えます。

家庭婦人としてのやさしさと思いやりをこめて、家庭を中心に交通安全を進められている皆様方の活動が運転者はもとより子どもや高齢者等、道路を利用するすべての人を網羅していることを考えますと、皆様方の活動に益々期待が寄せられるところであります。

どうか会長さんを中心に「交通安全は家庭から」を合い言葉に、今後益々活躍され、佐井村からの交通事故の減少と、佐井村の死亡事故ゼロの記録をさらに継続して頂きますようお願い申し上げます。

終わりに、佐井村交通安全母の会の益々のご発展と、会員の皆様のご健勝とご多幸をお礼いたしました。新年のご挨拶といたします。

飲酒運転のおそろしさ

3 飲酒運転をしたらどうなるか

これまでみてきたように、飲酒運転はそれだけで交通事故を起こす可能性が十分高いことから、処罰も厳しいものになります。現在、飲酒運転で摘発されると、10万円以下の罰金や、場合によっては2年以下の懲役が課せられることもあります。また、違反点数として、「酒酔い運転」で15点、「酒気帯び運転」で6点が付されます。つまり、飲酒運転で摘発されると、免許停止を免れることはできないのです。



保健婦だより

かぜにご用心



～ か ぜ は
怖 い 病 気 ～

冬の寒気団がまだ居すわっています。かぜやインフルエンザが多く発生するのもこの時期です。

青森県のインフルエンザの発生は、平成四年から平成五年にかけての冬期間、A香港型及びB型が大流行し、小中学校及び高等学校で約2万5千人の罹患者が報告されました。

今年はまだ大きな流行の兆しはみられないものの、寒さが厳しいこの時期、自分を、家族をかぜから守る方法をとっていきましょう。

普段「健康には自信がある」といっても身近な病気がかぜという方も多いのではないのでしょうか。「たかがかぜ」「ただのかぜ」などと軽視されがちですが油断は禁物です。かぜは場合によっては気管支炎や肺炎をひきおこすきっかけになってしまいますし、これは悪化すると大変危険です。また、かぜとよく似た症

状をもつ重大な病気がいくつかありますが、かぜだと思っけていてもそれに気づくのが遅れたりするのにもいろいろなことです。このように決してあなどれないかぜですが、意外にも決定的な予防方法や特効薬はありません。そこでかぜの性質を知り積極的に予防対策をとることが決め手となります。

かぜとは何？

くしゃみ・鼻水・鼻づまり・のどの痛み・せき・たん・だるさ・頭痛・発熱などの症状を示す、鼻からのど（上気道）にかけての炎症を総称して「かぜ」とよびます。

かぜの原因は？

かぜの80～90パーセントはかぜウイルスの感染によるもので、あとの10～20パーセントは、細菌やマイコプラズマ（ウイルスより大きく細菌より小さい微生物）の感染、アレルギー反応、寒さに対する過剰反応などによるものです。

どうしてかぜをひくの？

かぜをひいている人の気道（鼻から気管までの空気通路）の粘膜にはウイルスが侵入しており、ウイルスは粘膜の細胞の中で増えます。ウイルスは鼻水やたんにまじって出てきますが、

せきやくしゃみによってまわりに飛び散られます。くしゃみの水滴の中にはごく小さくて軽いものもあり、空中をフワフワと浮遊したりします。それをまわりの人が吸い込んで↓気道粘膜にウイルスがくつつく↓ウイルスが増える↓かぜをひくという感染経路ができてきます。ですから、かぜの流行期には、人が多く換気の悪いところに出かけたりますと、ウイルスに感染する危険度が高まるわけです。

ウイルスは

寒さが好き

ウイルスの多くは低温や低温気が大好きです。だから寒い冬は空気が乾燥しているため寿命が長く元気が出てインフルエンザが発生しやすくなります。

人の側ではこの時期、気道の表面をおおっている粘膜の下にあるウイルスの侵入を防ぐ細胞の働きが少し鈍くなるため、かぜウイル

2月の保健事業



3日(木)	健康相談日
10日(木)	
17日(木)	午前9時～12時
24日(木)	
場所	役場健康相談室
電話での相談も受けれますので、お気軽にご利用ください。	
2日(水)	リハビリ教室
時間	午後1時～3時
場所	あすなる
10日(木)	川目地区ふれあい交流会
時間	午前11時～午後2時
場所	川目地区生活改善センター
15日(火)	磯谷地区健康教室
時間	午前1時～3時
場所	磯谷地区漁民研修センター

スが侵入しやすくかぜにかかりやすい状態になります。

その上、外に出るより家の中にいることが多く換気が悪いところにかぜをひいた人がいると、ウイルスはまき散らされ、いっぺんにかぜが広まることになるのです。

かぜに似た

病気にご用心

「かぜだな」と思っていた症状が、ひどいせきやたん、胸の痛み、息苦しきなども示すようになれば、ウイルスが奥深く入り込んで、急性気管支炎や肺炎をおこしている可能性があります。

またいわゆる中枢神経症状とよばれている頭痛、めまい、頭がボーッとする、はき気や嘔吐、四肢のしびれや脱力がみられるのは、ウイルス性髄膜炎の疑いがあります。こうした症状を自分で安易にかぜと判断するのは大変危険なことです。必ず医師の診察を受けましょう。

かぜをひかないために気をつけることは

①かぜが流行している時は人混みの中に行かないようにする。

②かぜウイルスを洗い流す。かぜウイルスの感染経路は

空気感染だけでなく手を介して移る接触感染も多いた

め、うがいはもちろん、せっけんでよく手を洗う。

③休養と睡眠を十分にとり生活のリズムをくずさないようにする。

万一、かぜウイルスに感染しても、体の抵抗力が強ければ、ウイルスの増殖を

おさえることができます。

規則正しい生活とバランスのとれた食事が大事です。

夜ふかしなどほどほどにし、十分な休養と、適度な運動をし、かぜウイルスに負けない体力をつけましょう。

④汗をかいたあとは、すぐ着替えをするなど体をあまり冷やさないようにする。

⑤室内の気温を極端に変えて体調をくずさないようにする。

特に暖めすぎ、冷やしすぎは体の温度への適応力を

弱めます。

⑥換気をこまめにする。暖房を使う上、外気も乾燥気味である。一時間に一回位の割で換気をする。

⑦かぜの症状が出たら早目に医師にみてもらいましょう。

⑧マスクを使用する。ウイルスをまわりに飛び散らすことを少なくする効果があります。

((子どものかぜ))

気をつけてあげたいこんな症状

子どもは自分の体の調子をうまく伝えることができない場合が多いものです。しっかり様子を見て早く気づいてあげましょう。

●急な熱、下痢や発熱。



●正しい呼吸が行われているかどうか。



((お年寄りのかぜ))

気をつけてあげたいこんな症状

お年寄りのかぜは、本人も気がついていないことがあります。周囲の人たちの心配りが大切です。

●持病なのかぜなのか、様子をしっかりと見てあげよう。



●元気がなさそうだったら肺炎を疑おう。



内容	18日(金)	18日(金)	22日(火)	28日(月)
一年間のまとめ及び閉講式	矢越地区看護教室	献血(移動採血)	乳児・3才児健診	牛滝地区救急法及び食生活講習会
時間	午前10時～午後3時	午前10時30分～午後4時頃まで	午後12時30分～12時45分受付	午前10時～午後3時
場所	矢越地区生活改善センター	後4時頃まで	午後 役場庁舎前	牛滝地区生活改善センター
対象			(乳児)	
			平成5年10月生	平成2年7月生
			平成5年7月生	9月生
			平成5年2月生	4月生

税の相談は
お気軽に
税務相談室へ

税務だより



〈税務相談室青森分室〉

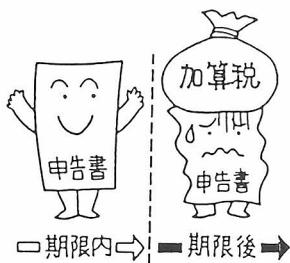
☎0177-23-2379

所得税の申告と納税は

三月十五日まで

平成五年分の所得税の申告と納税はもうお済みでしょうか。申告も納税も期限は三月十五日(火)です。なお、個人事業者の消費税の申告と納税は三月三十一日(木)までです。お遅れのないように、申告をしなければならぬ人が申告しなかったり、誤って少なく申告したりしますと、後で不足の税金を

納めるだけでなく、加算税や延滞税を納めなければならぬこととなります。期限内に正しい申告と納税をしましょう。

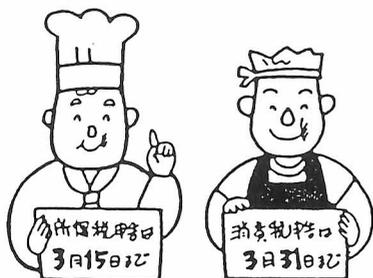


消費税の

申告と納税は

三月三十一日まで

個人事業者の方の平成五年分消費税の確定申告と納税はもうお済みでしょうか。申告も納税も期限は三月三十一日(火)までです。申告をしなければならぬ人が申告しなかったり、誤って少なく申告したりしますと、後で不足の税金を納めるだけでなく、加算税や延滞税を納めなければならぬこととなります。期限内に正しい申告と納税をしましょう。



二つ以上の年金を受けられるときは

届出を

新年金制度では、二つ以上の年金(同一支給事由による基礎年金と厚生年金または共済年金は一年金とみなす。)を受けられるときは、本人の選択により一つの年金が支給され、他の年金は支給停止となります。たとえば、障害基礎年金

と障害厚生年金を受けている人が、老齢基礎年金を受けられるようになったときは、障害給付と老齢給付を同時に受けることはできず、どちらか有利な方を選び、「年金受給選択申出書」を提出しなければなりません。この提出が遅れると、年

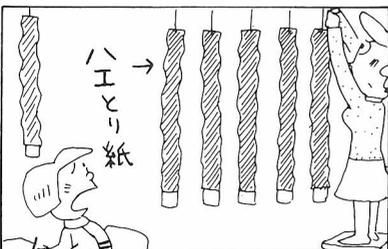
金の支払いが保留されたり、過払いになって、あとで返納になるという不都合が生じますので、ご注意ください。

ただし、老齢基礎年金(受給権者が六十五歳に達している人に限る。)と被用者年金制度の遺族給付の間には特別の併給調整が定められており、遺族厚生年金または遺族共済年金を受けている人が老齢基礎年金を受けられるようになったときは、老齢基礎年金と遺族基礎年金または遺族共済年金の組み合わせを選択することができません。

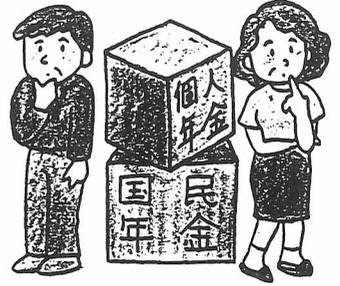
なお、付加年金は、老齢基礎年金と一緒に支給されるものですから、老齢基礎年金が他の年金と併用されるときは付加年金も支給され、老齢基礎年金が全額支給停止されている間は付加年金も支給停止となります。二つ以上の年金が受けられるときは、市町村役場の年金係が社会保険事務所に相談ください。

わが家

西村 宗



ここがちがう！ 国民年金と個人年金



国民年金と個人年金は、同じ年金でも性格や役割が異なります。具体的な違いはつぎのとおりです。

	国民年金	個人年金
し く み	世代間のたすけあいにより公平に年金を支給する国の社会保障制度の一つです。	個人が任意に契約し、老後に受け取る一種の貯蓄です。
運 営	国	生命保険会社など
保 険 料	1カ月10,500円	個人が契約した額
年金の財源	年金額の3分の1を国が負担、3分の2を保険料でまかっています。	加入者の掛金とその運用利息でまかっています。
年金額の引上げ	物価変動に応じて年金額がスライドするため、何十年先でも、年金の価値が保障されます。(完全自動物価スライド制)	契約した時の年金額、物価スライド制を取り入れていないため、物価が上昇しても契約した内容の年金額です。
税 控 除	納めた保険料は、「社会保険料控除」として全額所得から控除されます。受ける年金は、「公的年金控除」により全額無税です。	最高5万円までの控除です。税の控除がなく、全額課税対象となります。
事 務 費	全額国が負担します。	加入者の掛金の中でまかないます。

作り方はいろいろあるようです。江戸時代の『本朝食膳』(一六九七年)には、こうじを使うとあります。また『料理物語』(一六四三年)には、玉子をときながら冷酒を加え、塩味をつけて燗あかをするとあります。

最近の作り方は、酒に砂糖



かりに着る 女の羽織 玉子酒 高浜虚子

冷え込みの厳しい夜、寒気がするといってありあわせの女物の羽織を羽織って、玉子酒をすすっている姿を句にしたのでしょうか。

与謝蕪村にも、玉子酒の句があります。

いざ一杯 まだきにゆる 玉子酒

昔から風邪に効くといわれている玉子酒は、冬の季語です。最近では、玉子酒という言葉は聞いたことがあるけれど、どうやって作るのか分からないという方も多いようです。

玉子酒

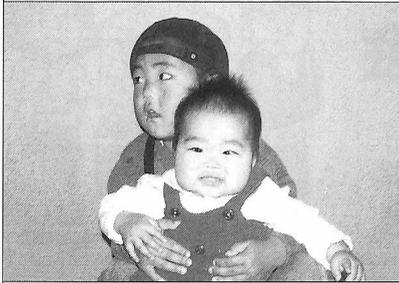
を加え、よく煮立たせ、玉子を割り入れてかき混ぜるというものがあります。また、玉子と砂糖をかき混ぜ、熱燗あかの酒を注ぐやり方もあります。実にさまざまな作り方があるものです。自分流でいいのかもしれない。

玉子酒と同じように、風邪のときに飲むといいといわれているものに、しょうが酒やしょうが湯などもあります。

風邪を引くのが心配な季節ですが、冬は成人病の一つである脳卒中が多い季節でもあります。二月一日〜七日は、「成人病予防週間」です。これを機会に、成人病について正しい知識をもち、予防に努めたいものです。



満1歳になります



木部 優子ちゃん
(秀秋・真砂子)
原 田

戸籍の窓口

1月14日現在

◎お誕生おめでとう

田中 賢人 (昌幸) 磯 谷
工藤 彩 (倉司) 大佐井

◎ご結婚おめでとう

(宮田 康紀 原 田
(岩田 歩子 東 京 都
(小林 忠夫 古 佐 井
(寶福美弥子 神 奈 川 県
(松本 進 磯 谷
(清慶 ユミ 東 京 都
(遠藤 博一 宮 城 県
(太田 鈴子 古 佐 井
(茶木 洋一 野 平 町
(角井 有子 川 内 町
(藤 佐 勇 大 間 町
(畠中 設子 大 佐 井
(田中 保彦 原 田 市
(甚洲 富子 大 阪 市
(竹内 幸則 大 間 町
(竹内 朋子 牛 滝
(新田 春美 古 佐 井
(衛藤 未 散 神 奈 川 県

◎おくやみ申し上げます

加藤 りよ (長作) 川 目
宮川 とよ (福一) 矢 越
田中 まる (忠弘) 福 浦
若山 君夫 (みき) 古 佐 井
川岸 糸つ (佐藤光弘) 原 田

12月31日現在人口(前月比)

男	1,778	(-2)
女	1,793	(-7)
計	3,571	(-9)
世帯数	1,109	(-1)



皮革衣料品の手入れ

— 皮の弱点は熱と水 —

皮のジャンパーや皮のコート、皮のジャケットなどの皮革の衣料品は、家庭での手入れが木綿や化繊の衣類に比べてやっかいです。皮の弱点は、熱と水です。五十度を超える熱に当たると、硬くなったり、縮んだり、縮んだ

りすることがあります。水気にも弱く、湿気をもつと表面にカビが発生しやすくなります。皮革衣料品が雨に当たったらすぐにふき取るようにしてください。

と、硬くなったり、縮んだりすることがあります。水気にも弱く、湿気をもつと表面にカビが発生しやすくなります。皮革衣料品が雨に当たったらすぐにふき取るようにしてください。

濡れタオルで、その後を乾いたタオルでよくふきます。皮革専用のクリーナーでも汚れを落とせますが、色落ちの危険がありますから、皮革に合うかどうかを必ず試してから使用しましょう。皮革衣料品の保管ですが、型崩れをしないようにし、湿気を含ませないことが大切です。ハンガーにかけ、

をしてみてください。特に梅雨のときはジメジメしています。皮革衣料品は湿気に弱いですから、陰干しだけでなく、表面を乾いた布でふき、ブラッシングをしてください。

汚れや染みも、カビの発生原因になります。外出先から帰ってきたら、時間を問わずに皮をブラッシングをするか、柔らかい布でふくようにしましょう。えりやそで口は汚れやすいので、丁寧にふいてください。眼鏡のレンズふき用の布を使うと効果的です。少しぐらいの汚れでしたら、まず固く絞った濡れタオルで、その後、乾いたタオルでよくふいてください。ひどい汚れを落とすには、水一リットルに液体中性洗剤小さじ半分を溶かし、水溶液に浸したタオルを固く絞り、少しずつ丁寧にふきます。さらに、固く絞った

濡れタオルで、その後を乾いたタオルでよくふきます。皮革専用のクリーナーでも汚れを落とせますが、色落ちの危険がありますから、皮革に合うかどうかを必ず試してから使用しましょう。皮革衣料品の保管ですが、型崩れをしないようにし、湿気を含ませないことが大切です。ハンガーにかけ、

布カバーをして、防虫剤と乾燥剤を入れて、洋服ダンスにかけておきましょう。ときどきタンスから出して陰干しをしてください。特に梅雨のときはジメジメしています。皮革衣料品は湿気に弱いですから、陰干しだけでなく、表面を乾いた布でふき、ブラッシングをしてください。

献血であなたの健康管理を!

やさしい思いやりで育まれて、貴い生命が救われる献血。人間としての大切な思いやりの心とやさしさを、さらに大きく実を結ぶことを願って、移動採血車による献血を行ないます。血液型の判別のほかに、病気の早期発見や予防に役立てていただくため、採血した血液の一部分で生化学的検査をして、その結果をお知らせします。この機会に健康チェックしてみたいかがですか。

採血場所及び時間は次のとおりです。みなさんの御協力をお願いします。

2月18日(金)

10:30~12:00 役場前
13:00~16:00 アルサス前