

1994
(平成6年)

8月



No.300

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



「融和・親睦・連帯」

第三十三回

村民体育大会

(七月十九日 佐井中グラウンド)

今月の紙面

- 2～5 むらの話題
- 6～9 おしらせ
- 10 国保のしおり
- 11～12 交母だより
- 13～15 教育だより
- 16～17 保健婦だより
- 18 税務だより
- 18～19 年金
- 20 くらしの情報





六月二十六日、テーマ「みんなで広げよう友だちの輪」のもとに、牛滝、福浦地区の友だちと一緒に運動会で楽しい一日を過ごしました。

元気いっぱい 保育所大運動会

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。



ニユースポーツ講習会

開催される

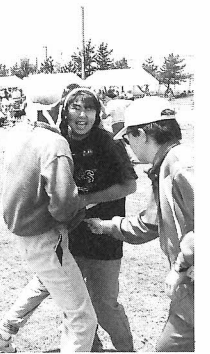
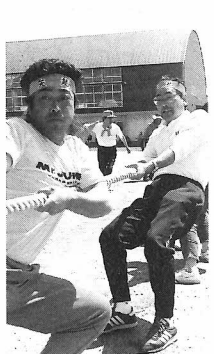
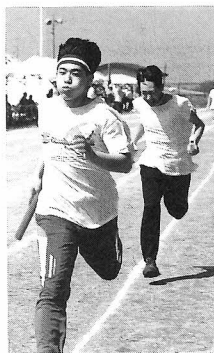
六月二十二日佐井小学校を会場にランドゴルフとペタンの講習会が行われました。今回の企画は、(財)青森長寿社会振興財団が県内三ヶ所(佐井村、中里町、名川町)で開催し、ニユースポーツの振興と高齢者の健康を目的としています。

当日は大間町からも老人クラブ十名が参加し、総勢六十名で講師の指導を受けました。ランドゴルフもペタンクも手軽でルールも簡単なスポーツですが、楽しく飽きのこないスポーツで今後、増々普及されていくと思われます。ペタンクの道具は、九月から住民福祉課で貸し出しますので申込み下さい。

第三十三回 健康づくり

佐井村民体育大会

天気が心配されましたが、お昼近くからは初夏の青空が広がった七月三日、佐井中学校グラウンドを会場に「融和・親睦・連帯」の大会スローガンのもと、第三十三回佐井村民体育大会が盛大に開催されました。
原田地区から牛滝地区までの十三チームから徒走やりりレー、団体競技など二十種目に熱戦が繰り広げられました。



伸びよう伸ばそう青少年

青少年育成

佐井村民会議

青少年育成佐井村民会議では、あすの佐井村の発展を担う青少年が心身ともに健やかに成長することを願い、次のような活動をしています。

①「明るい家庭づくりを進めよう」

「第三日曜日は家庭の日」健全な家庭づくりを進めるための普及運動や「明るい家庭づくり」の啓蒙活動をしています

②「非行防止とよい環境づくりを進めよう」

育成関係団体や地域の皆さんの協力を得て、青少年を非行・事故から守るための運動をしています。

③「青少年の自立と社会参加活動を進めよう」

青少年が自立心と社会性を身につけるよう集団活動、地域活動への参加を奨励、支援しています。

④「活力と連帯のある地域活動を進めよう」

青少年育成関係者をはじめ広く村民へ呼びかけ、村民会議総会や健全育成推進大会な



事故のない夏休みを

夏休み期間中は自然に親しみ、体力づくり、仲間づくりに絶好の機会です。

反面、生活が不規則になり、思わぬ事故や問題が発生しがちです。

有意義な夏休みを過ごすため、家庭、地域が一体となって子どもたちを見守っていきましょう。

◎夏休みは心身に適度な休養をとり、自主的で節度のある生活態度、習慣が身につく

「ふれあいと対話が築く明るい社会」

第四十四回

社会を明るくする運動



今年で四十四回目を迎えた「社会を明るくする運動」は、すべての国民がそれぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

青森県実行委員会では青森県知事が実施委員長となり、県内各市町村の協力を得て「少年の非行防止と更生の援助のため、地域住民の理解と参加をもとめる」ことをスローガンに本運動を展開しています。

去る七月十二日、「社会を明るくする運動」の一環としてむつ下北地区保護司会による「第十五回下北一周愛のキャラバン」が来村し、途中、

役場を訪れて法務大臣からのメッセージを伝達しました。

保護司とは：

保護司は法務大臣から委嘱された社会的信望の厚い民間篤志家です。

保護司は、専門官である保護観察官と協働して保護観察対象者と常に接触を保ってその生活状況を把握し、相談を受けたら、問題解決について助言するなどの保護観察を行っています。

また、少年院等の矯正施設の入所者の帰住予定地を訪問して、釈放後、本人が再び非行や罪を犯すことにならないよう、あらかじめ調査するなどの活動を行っています。

佐井村の保護司は次の方々です。

○吉田 順一 (38二二九八)

○岩清水秀一 (38二二二三)

第十回 がんかけまつり

第10回目を迎えた「がんかけまつり」は、六月十九日好天に恵まれ、飛入りで踊る人が出るなど盛況のうちに実施されました。

当日は、矢越地区の御神

楽の奉納から初まり、RAB杯カラオケ選手権、ゲストに歌手の藤圭子さんを迎えて、また各地区から婦人部のみなさん、中村輝登美江社中のみなさんの踊りが「ま

原田小・佐井小学校 青少年赤十字登録式厳粛に行われる

原田小

原田小学校(柴田憲孝校長)では五月十一日、本校体育館において平成六年度青少年赤十字登録式を挙行了しました。

青少年赤十字は、小・中・高等学校において、「健康・安全」「奉仕」「国際理解・親善」の目標に基づく活動を通して子どもたちの望ましい人間形成を図ることが目的であります。

最近の子どもたちを取り巻く社会環境は激変し、子どもたちの健全育成を図る上では必ずしも好ましい状況ではあ



りません。社会性を欠如、人間関係の希薄などの問題点が指摘されています。

今後、子どもたちが生活していく社会は、国際化、価値観の多様化、情報化などの傾向が一層著しくなると考えられます。予想されるこれからの社会において、友人と協力し励まし合い、助け合って生活する子どもを育成することが青少年赤十字の大きな目的であり、青少年赤十字の活動は、青少年の健全な育成を図る上で極めて有意義な役割を果たすものです。

当日は、全校児童十三人で「青少年赤十字の歌」を合唱し、赤十字の父といわれるアンリ・デュナンの肖像画に献花し、十三人の児童一人ひとりが誓いのことを述べました。

最後に児童を代表し、児童会長の田中育美さんが力強くこれからの心がまえを発表、登録式が終了しました。

原田小学校では、昭和六十三年に青少年赤十字へ加盟し、平成五年度から三年間、

青少年赤十字活動の研究指定校に委嘱を受け、今回心を新たにすることから登録式を行いました。

増々のご活動を期待します。

佐井小

佐井小学校(奥本算人校長)では、四月に青少年赤十字に新規登録し、六月二十九日登録式を挙行了しました。

現在在校生は百七十名、代表が赤十字の父といわれるアンリ・デュナン像へ献花、登録署名、またバッチの授与などを行い、力強く青少年赤十字旗を受けとり、最後に六年の島野裕明君が決意を述べ式を終りました。

準備にあたられた先生方に敬意を表し、今後の活躍をお願いいたします。



つり」に花を添え、村内外からおとずれた約千五百人の子どもからお年寄りのみなさんは、思い思いの手料理や酒に舌つづみを打ちながら初夏の一日を満喫したようです。



ラフリーさい

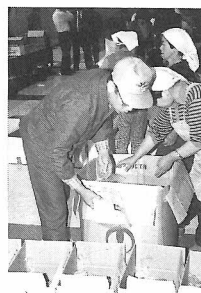
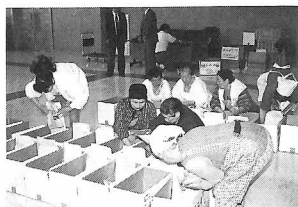
発送式

ふるさとの味をお届けして10周年目の「ラフリーさい」古里パッケージの本年度第一回目の発送作業が二十二日、津軽海峡文化館「アールサス」で行われた。

ここ数年会員数が減っているが三〇三個の古里小包がラフリーさい販売協議会関係者の手で、サケの加工品、天然わかめなど九品目をていねいにこん包し発送した。

「ラフリーさい」は年間、二万円の会費で会員になった村出身者や都会の人に、年三回お届けしています。

次回の古里パッケージの発送は九月で、この季節に



収穫される海や山の幸、特産品などを宅配便でお届けします。

会員の申込はいつでもお受けいたしています。



平成6年度 後期 技能検定試験

■主な実施職種

さく井・機械保全・農業機械整備・和裁・パン製造・建築大工・配管・型枠施工・鉄筋施工・樹脂接着剤入施工・バルコニー施工・鋼橋塗装など三十四職種

■受検資格

受検する職種について特級は一級合格後五年以上、一級は十二年以上、二級は三年以上、三級は一年以上の実務経験年数を有する者。
但し、学歴・訓練歴により年数が短縮されます。

■受検料

〔実技試験〕
八千五百円～一万三千八百円

(職種によって異なります。)

〔学科試験〕

二千六百元

■実施日

〔実施試験〕

平成六年十二月九日(金)～

平成七年二月二十六日(日)

までの間の当協会が指定する日

〔学科試験〕

平成七年二月五日・十二日・

十九日のいずれか指定する日曜日

■受付期間

平成六年十月三日(月)

～十四日(金)まで

■合格発表

平成七年三月三十日(木)

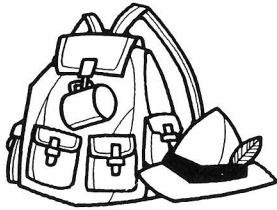
※お問い合わせ・受付

青森市野尻字今田四三ー一

(県立青森高等技術専門校内)

青森県職業能力開発協会

☎〇一七七(三八) 五五六一



—あなたが考える—

男女のあり方

〈テーマ〉

一、私が考える男女平等
家庭・職場(学校)、地域社会など、身近における男女平等について。

二、男女が共に家庭科を学ぶことについて
男女が自立して生活できる力をつけていくために、平成六年度から高校の家庭科が男女とも必修になったことについて。

三、高齢化社会における男女の役割
これからの高齢化社会に向けて、男女がどのような役割を担っていけばよいかに

ついて。

四、自由課題

あなたの実体験をもとに、女性が抱える問題について。

〈応募資格〉

県内在住者(性別、年齢は問いません。)

〈応募方法〉

二千字以内にまとめ、原稿には必ず住所、氏名、性別、

意見募集

職業(学生の場合は学校名、学年)、電話番号を明記した表紙を付けて下さい。
原稿は未発表のものに限り

〈募集期間〉

平成六年九月十六日(金)まで。(当日消印有効)

〈発表等〉

結果は本人あて通知します。入選者には、賞状を授与し記念品を贈るほか、入選作品をまとめて作品集を発行します。

〈応募先〉

〒〇三〇

青森島長島一ー一ー

青森県青少年女性課

☎〇一七七(三二)一一一

内線二二一六



野菜無人市の利用

アルサス前と川目地区で無人市を開いています。

朝収穫された新鮮な野菜を安く提供して好評いただいています。どうぞお気軽に御利用下さい。

・アルサス前：月・水・金
(午前八時三十分～午後四時)

・川目地区：月～土
(午後九時～午後四時)



NTT大間営業所からの

お知らせ

NTT大間営業所は、昭和四十九年十月、大間電報電話局として開局以来、約二十年間の長きにわたり地域の皆様からご愛顧をいただいてまいりましたが、この度、電話受付業務及び電話料金業務はNTT青森支店に、営業窓口業務はNTTむつ支店にそれぞれ統合することになりました。

このことに伴い、統合後における電話工事等のご注文・お問い合わせ並びに電話料金のお支払い等につきましては、次によりお取り扱いすることになります。

△統合する年月日△

平成六年九月五日(月)

(現営業所は九月二日まで営業いたします。)

△電話のご注文、お問い合わせ△

一一六番 無料

(今までどおり変わりませんが、受付はNTT青森支店になります。)

△電話料金のお問い合わせ△

〇一七七(三四)二二〇〇

無料

△電話料金のお支払い先△

金融機関、郵便局、NTT営業窓口等

△営業窓口△

NTTむつ支店

(〒〇三五

一十八) むつ市小川町二丁目十

△営業時間等△

・電話のご注文、お問い合わせ

九時～十七時

電話料金のお問い合わせ

九時～十七時

・営業窓口、電話料金の支払

九時～十六時

(なお、土曜・日曜及び祝日は休ませていただきます。)



ふしぎ科学館

入場無料

■期間▶8月5日(金)→7日(日)

午前10時～午後7時

■会場▶横浜中学校体育館

・主催＝横浜町、財団法人大阪科学技術センター

・後援＝青森県、青森県教育委員会、横浜町教育委員会

・お問い合わせ

横浜町役場企画係

☎0175-78-2111

(内線332)

水稲伝言板の設置について

昨年は異常気象により、皆無作の大冷害でありましたが水稲管理の情報提供として、むつ地区農業改良普及所で中道地区(紀伊紀子さん)、原田地区(佐藤修逸さん)、川目地区(坪谷龍悦さん)の水田に水稲伝言板を設置しました。

これからは、出穂期に向けての水管理がより重要となります。水稲農家の皆さんは、今後の水稲管理に必要な情報が記載されますので、伝言板をご覧ください。



「行方不明の人をさがす相談所」を開設

あなたの身近や近所に

- ◎ 病気を苦にして、家出した。
- ◎ 突然居なくなり、自殺でもしているのではないか。
- ◎ 出稼ぎに行き、途中から音信が途絶えた。

など、心配されている方はおりませんか。

警察署では、八月中「行方不明の人をさがす相談所」を開設しています。

この期間中は、特に行方不明者の所在確認や事故、自殺などで死亡して身元が分からないまま無縁仏になっている方の身元確認に応じております。

「半島&半島ツアー」参加者募集!

○フェリーで渡る超お得な一泊旅行

この秋、下北から津軽に「津軽から下北に」フェリーで渡ってみませんか。

津軽・下北両半島の関係市町村と県で構成する「半島&半島ツアー実行委員会」では、この秋の限定版「半島&半島ツアー」への参加者二百名を募集しています。

一人五千円の参加料で一泊二日、飲食付き、ガイド付き、お土産付きで、参加料の何倍

ものお得なツアーとなっております。当村との共催ですので、ふるってお申込みをお待ちしています。

募集は全部で五コース。各コースとも四十名の定員です。

申込み多数の場合には、抽選となりますが、抽選に外れても残念賞としてむつ湾内航路(「ほくと」、「かもしか」)の利用割引券がもれなく進呈

されます。

詳しい内容の記載された専用の応募用紙が役場窓口にありますので、お早めにごうぞ。なお、応募締切は八月二十四日(水)(当日消印有効)です。

(募集コース)

- ①青森ー仏ヶ浦ー川内ー恐山コース
- ②青森ー下風呂ー尻屋コース
- ③中里ー恐山ー佐井ー仏ヶ浦コース(白鳥ドライブイン、蟹田フェリー発着場経由)
- ④むつー童飛ー市浦コース
- ⑤脇野沢ー蟹田ー童飛コース

佐井村特産

「ラブリート」

ラブリート「キタアカリ」の馬鈴薯は黄肉質で、ビタミンCが多く含まれている

早生品種であります。数量限定で販売しておりますので贈答品として御利用下さい。

○特性

球形で芽がピンク、黄肉、粉質、良風味、高ビタミンC

○用途

ふかしいも、コロツケ、

○販売価格

一箱3kg入 六百元

(消費税別途)

○取扱店

アルサス内スーバニアハウス



“建設業で働くみなさん” 建設業で働く労働者のために国でつくった

《建設業退職金共済制度》

(略称 けんたいきょう)

をご存じですか!!

※この制度は、全国どここの建設現場で働いても事業所に雇用された期間を通算して退職金を支払うという、業界退職金制度です。

この制度について詳しいことは、

建退共青森支部

青森市安方二丁目九番十三号 (建設会館三F)

☎0177 (22) 7611

1日260日の掛金で退職金は次のとおりとなります。

年 数	退 職 金 額	年 数	退 職 金 額
2 年	131,040円	25年	4,413,140
5 年	382,758円	30年	6,359,620
10年	1,006,244円	35年	8,963,876
15年	1,872,092円	37年	10,237,478
20年	2,958,870円		

*この早見表は、掛金納付の252日分を1年と換算して計算した退職金額です。

自 衛 官 募 集

自衛隊では、次のとおり2等陸士、2等海士及び航空学生等の自衛官を募集中です。

詳しくは、自衛隊青森地方連絡部むつ募集事務所(電話 22-7484)にお問い合わせ下さい。

	受 付 期 間	試 験 日	資 格	そ の 他
2 等 陸 士 2 等 海 士	～8月17日(水)	8月19日(金)	18才以上 27才未満の男子	・県内の募集人員 2等陸士 5名 2等海士 1名
航 空 学 生		1次 9月23日(金)	高卒(見込み) 21才未満の者	・入(校)隊 7年3月下旬～4月上旬 ・平成7年3月高校卒業予定者の受付は、9月5日(月)以降です
一 般 曹 候 補 学 生	8月1日(月) ～9月9日(金)	1次 9月18日(日)	高卒(見込み) 27才未満の者	・2等陸・海・空士(男子)の募集については、むつ募集事務所にお問い合わせ下さい
曹 候 補 士				
2 等 陸・海・空士(女子)	8月1日(月) ～9月14日(水)	9月20日(火)	27才未満の者	

「世界中の子どもたちの幸せのためにー 児童の権利に関する条約」

平成元年の国際連合の総会で「児童の権利に関する条約」ができました。条約とは国と国との間の約束です。

この条約は、子どもの人権や自由を尊重するとともに、保護と援助を促進することを目指しています。わが国は平成六年四月にこの条約に入りました。

世界には、貧困、飢え、武力紛争、虐待などのひどい状態におかれて苦しんでいる子どもが数多くいます。この条約は、各国がこうした現実に向き、子どもたちの人間としての権利を尊重し、保護していくために作られたものです。

もちろん、国によっていろいろ違った考え方、文化、伝統や法律がありますが、この条約は、その中で各国が協力していくことを目指したものです。

☆すべての子どもが差別なく大切にされる世界

☆すべての子どもが自由に考え、自由に意見を述べ、自由につどえる世界

☆子どもの立場から何が最も

良いことを考えてくれる世界

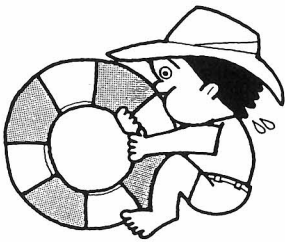
☆子どもが暴力の犠牲とならない世界

☆不幸な境遇にある子どもたちに救いの手がさしのべられる世界

☆すべての子どもが遊び、学び、育っていくことができる世界

児童の権利条約は、このような幸せな世界を築くために世界各国がそれぞれ努力することを約束したものです。そのために大人も子どもも地球に住む仲間としてまわりの人たちのことを考え、道徳を守ることが必要です。

そして、日本の人たちのみならず外国の人たちも含め、人類全体の幸せを願い努力することが求められています。



青森県点字図書館からのお知らせ

点字図書館では、平成六年七月一日から「個人向点訳・録音等サービス事業」を実施することになりましたので、お知らせします。

■サービスの種類

- 対面朗読サービス
来館者への対面による朗読サービス
毎週金曜日十三時から十六時まで
- 点訳サービス
印刷物を点訳するサービス
- 録音サービス
印刷物を録音するサービス

■利用対象者

県内にお住まいの視覚障害者で、身体障害者手帳の交付を受けている方。

■対象となる印刷物

利用者がお持ちの広報、パンフレット、その他日常生活に関するもの、点字図書館が所持する資料など。

■利用方法

対面朗読は、利用日の四日前までに、点訳・録音サービスは随時、点字図書館へお申

し込みください。

■利用料

無料。ただし、点訳の場合は点字用紙、録音の場合はカセットテープが必要です。詳しくは、点字図書館へお問い合わせください。電話番号は、〇一七七(八二)七七九九です。



今月の休診日

9日 第2火曜日
23日 第4火曜日
= 佐井診療所 =

= 停電のお知らせ =

東北電力より停電のお知らせをいたします。下記の日程により、停電となります。大変ご不便をおかけいたしますがご理解のうえご協力をお願いいたします。

記

- ◎停電日時
- | | | |
|------|-----------|----------------|
| 1 回目 | 9月4日(日) | 午前8:00~午後12:00 |
| 2 回目 | 10月30日(日) | 午前8:00~午後13:00 |

◎停電範囲
原田、古佐井、川目、大佐井(八幡堂、大佐井川目、糠森地区の一部)、磯谷、長後、福浦、牛滝
※停電となるお客さまへのお知らせは、2週間ほど前までにチラシで個別にお知らせいたします。

◎問い合わせ先
東北電力 大間サービスセンター ☎37-2691

国保のしおり

保健診療が

受けられない場合

次のような場合は、受診時に保険証を提示しても、保険診療の対象となりません。全額自己負担となりますので、ご注意ください。

△病気とみな

されなないもの▽

- 健康診断や人間ドック、予防注射
- 正常な妊娠、出産
- 経済上の理由による人工妊娠中絶
- 美容整形
- 歯列矯正や金歯などの歯科治療
- 日常生活に支障のない程度のソバカス、アザ、シミなど
- 治療しても回復の見込みがない近(遠)視、斜視、色盲など
- 医師の指示なくかかったあんま、はり、マッサージの費用

△業務上のケガや病気▽

労災保険の対象、あるいは雇用主の負担となる(労災保険の手続きを忘れずに)

△その他▽

- 差額ベット料
 - けんかなど、患者自身の責任による傷病
 - 医師の指示に従わない場合
 - 医師の処方せんでない売薬など
- ※ 詳しくは、国保係へお問い合わせください。

◀ 医療費の状況 ▶

〔4月診療分〕

保険税の納め方



保険税は、国保の被保険者となった月の分から納めます。被保険者となるのは、職場の健康保険をぬけたとき、あるいは、他の市区町村から転入したときです。加入の手続きをしたときではありません。したがって、

届け出が遅れると、さかのぼって保険税を納めなければなりません。

保険税の決め方・納め方

(単位：円)

国保 (若人分)

加入者数1,510人

区分	件数	日数	医療費	一件当医療費	一人当医療費
入院	12	193	2,671,520	222,627	1,769
入院外	585	961	7,441,380	12,720	4,928
歯科	98	270	1,781,050	18,174	1,180
薬剤の支給	61	85回	578,400	9,482	383
計	756	1,509	12,472,350	16,498	8,260

退職者医療

加入者数 81人

区分	件数	日数	医療費	一件当医療費	一人当医療費
入院	2	49	856,390	428,195	10,573
入院外	53	104	894,390	16,875	11,042
歯科	6	13	88,040	14,673	1,087
薬剤の支給	9	14回	85,950	9,550	1,061
計	70	180	1,924,770	27,497	23,763

老人医療

対象者数 504人

区分	件数	日数	医療費	一件当医療費	一人当医療費
入院	26	476	8,303,830	319,378	16,476
入院外	492	1,089	11,400,780	23,172	22,621
歯科	13	34	311,000	23,923	617
薬剤の支給	46	72	635,330	13,812	1,261
施設療養費	3	55	510,570	170,190	1,013
計	580	1,726	21,161,510	36,485	41,987

交母だより



佐 井 村
交通安全母の会

第十五回交通安全母の会青森県大会 第二十一回北海道・東北ブロック

指導者研修会に参加して

佐井村交母会 東出 ミヤ

「北国の交通安全マインドを育てよう。」をテーマに七月十二日、第十五回交通安全母の会青森県大会が青森市文化会館で行われ、佐井村母の会からも十数名参加しました。

今年度は第二十一回交通安全母の会北海道・東北ブロック指導者研修会も併せて行われ、北村知事始め松尾県警察本部長他御来賓の方々、そして北海道、東北各県の母の会の指導者を迎え、県内約二十人もの会員が一同に集まり会場をうめつくし、盛大に開会されました。

間宮会長から、「今年は国際家族年でもあり、行政に家族問題に対してもっと関心を

高めてもらい、家族の重要性を強調し、『交通安全は家庭から』を基本理念に活動が続けてきた母の会にとっても幼児から高齢者までの生活にわたる交通安全教育、活動のあり方を見直し、最近の社会の価値感の多様化が交通事故の重大要因になっており、家庭の要である母親がもっと視野を広げ、家庭の多様な価値観を理解しその上で効果的な活動の展開を試みたい。」とあいさつされました。活動及び意見発表では、「高齢者の交通安全を考える。」と題して岩手県の代表の方から「環境に、ついていけない人が殆どであり、事能防止にと

8月1日現在
交通事故死ゼロ
3,932日

りくむ意識の低下が問題である。又、高齢化が進み身体が不自由になればなる程、車に依存する現象は非常に恐しい、規制があってもいいのではないか。北海道の代表は、「シートベルトを着用推進」に関し活動経過を発表し最初の頃は、大変よく実行されていたが、最近はダウソウ傾向にあると発表されました。地元からは、野辺地の母の会の代表が「子供の交通安全教育に思うこと」と題し、コマシヤルに反応しやすい子供の順応性をうまく利用し、感受性の強い時期に意識の中に定着させることが出来るのではと発表されました。交通課長が話された中で「交通課では「カッブヌードル式」の安全教育を提言しているという話があり、内容は早すぎではスーブ（安全教育）がメン（幼児）に浸透しない、かといって三

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6年)

青森県交通対策協議会

	6 月 累 計		死 者	高 齢 者 の 死 者	
	発生	死者		飲 酒 運 転 に よ る 死 者	シ ー ト ベ ル ト 着 用 義 務 者 (着 け な け れ ば な ら ない 人)
発生	710 (671)	3,710 (3,598)	の う ち	9 (11)	30 (35)
死者	13 (21)	57 (74)		非 着 用 者 (着 け て い な かつ た 人)	23 (32)
傷 者	861 (819)	4,626 (4,374)		着 け て い れ ば 助 か っ た と 思 わ れ る 人	12 (15)

() 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。

運動の重点

8月19日はバイクの日

～みんなで二輪車の安全を話し合いましょう～

二輪車を運転する方は次のことを守りましょう。

- ① 一時停止、徐行を確実にこなす。
- ② 安全な速度を保持し、カーブの手前ではスピードを落とす。
- ③ 交差点ではまわりの車や対向車に注意する。
- ④ 進路変更や追越しは、無理をせず余裕をもって行なう。
- ⑤ ヘルメットを正しく着用する。

シートベルト しめる心が 身を守る

分を超えるメンが伸びきつてスーブの味が失われてしまう」とのことでした。最後に、記念講演で、「地域づくりと交通安全」と題し、佐々木青森市長の講演がおこなわれ、「町づくりは、生活の場をどのように高めていくかという所であり、生活のゆとりや余暇時間の過ごし方ではない分違ってくる。意識改革を担って無意識のうちに交通安全が身についていくのが望まし

い。心のゆとりが交通事故を少なくする足元をみつめ日成の中から宝物をさがし趣味をいかし地域の中で活躍してほしいと結びました。
今、交通安全運動はマンネリ化しつつあると言われがちですが、操返し続けていく所に、当り前となつて身につくしつかりとした活動になると思っています。今回のお話しの内容を今後の活動役立てたいと思いました。

母の会会長 松谷 三枝

第二日目「青少年の交通安全のために」をテーマに、青森公立大学に会場を移し、北海道・東北ブロックの各代表者、県内会長、青森市の父母の方々二百名の参加でおこなわれました。

公立大学学長の講話があり将来を背負って立つ世代を育てることは難しい。今日本の大学はレジャーランドとなっている。改革にむけて昨年ゼロから出発して優越厳しくインターナショナルをもって各国から講師を呼び、新しい大等像を搜索しこれらの大学に対する思いを持って取り組んでいまずと講話がありました。

次に総務庁交通安全対策室参事官補のお話しに入り、全国では六年連続で交通事故死者が一万人を越えている。特に初心者が多いので、交通规则やマナー・運転技術をしつかり取得し車は安全に生活するためのものだということを知ってほしいと話され、県警本部交通部首席参事官の話しでは事故の四一名は若者でスピードの出しすぎが多く、子供の事故では全国第二位と悪い結果となっていると話されました。その後、公立大学助教授・ヤマハ交通運輸

推進本部事務局長と続き最後に全交母連合副会長がお話しになり、母親が交通安全の知識を得て模範を示し、年代に見あった教育をしなければならぬ。

子供に自動車をもたせるのに、オモチャを買い与える感覚でやっていないか。自動車は色々な装備がありべんりだを使う人次第では危険な道具になるということを「交通安全は家庭から」というように原点は家庭教育だということ

をわすれず大切にしていほしいと話しました。私自身も反省することが多々あり、考えていかなければと思いました。少しでも事故が減少していく事を願っています。

スローガン

飲んで乗る

あなたは天国 家族は地獄

最近北通り地区で交通事故が多発しています。夏になりこれから益々暑くなり気がゆるみがちになります。車を運転するときは、身も心もシートベルトでひきしめ、安全運転に心がけましょう。

交通事故相談

事故は瞬間 ベルトは習慣
止まるはず 老いの甘えが 招く事故
とびだす子 はしるくるまが かみつくぞ

青森県交通出故相談所

一日も早く相談を

突然、交通事故にあうと慌ててしまいます。損害賠償の請求その他についてどうしたらよいのか、とまどうのは当然です。

こんなときは、一日でも早く、県の交通事故相談所へご相談ください。

県交通事故相談所の所在地

所 別	住 所・電 話 番 号	相 談 員 等
本 所	青森市新町二丁目3-1 県庁舎別館1階(県警本部内) 電話(0177)22-1111代表 内線5440・5441	交通事故 相談員3名 顧問弁護士1名
弘 前 支 所	弘前市蔵主町4 県弘前合同庁舎別館(中央高校向かい) 電話(0172)36-8721直通 (0172)32-1131代表 内線213	交通事故 相談員2名 顧問弁護士1名
八 戸 支 所	八戸市尻内町鴨田7 県八戸合同庁舎2階 電話(0178)27-5111代表 内線313	交通事故 相談員2名 顧問弁護士1名

弁護士相談

本所は毎週月曜日。午後十時から正午まで。
弘前支所は毎月、第一・第三金曜日。午後十時から正午まで。

八戸支所は毎月、第一・第三水曜日。午後一時から三時まで。

巡回相談

場 所	相 談 日	時 間
八 戸 市 民 室	毎月第2火曜日	10:00 ~ 15:00
八 戸 市 民 室	毎月第4火曜日	
黒石市市民生活サービス課	毎月第2金曜日	
五所川原市総合サービス課	毎月第2火曜日	10:00 ~ 15:00
十和田市市民室	毎月第3火曜日	
三 沢 市 民 室	毎月第2金曜日	10:30 ~ 15:00
三 沢 市 民 室	毎月第2金曜日	
む っ 市 民 室	毎月第3木曜日	

相談に来られるまえに

相談に来られる方は、次のことを予め、確かめて来られると相談をすすめやすくなります。

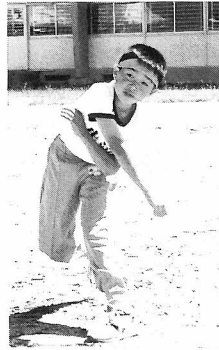
- ・事故の日時・場所
- ・事故の状況
- ・ケガの程度と入院・通院の日数
- ・被害者の氏名・年齢・月収または年収
- ・加害者の氏名・年齢・職業
- ・自動車の持主と自賠責保険および任意保険会社名
- ・交通事故証明書の写し

教育だより

第二十二回佐井村小学生

陸上競技大会

六月二十二日、佐井村小学生陸上競技大会が佐井中学校グラウンドを会場に開催されました。
記録は次のとおりです。(三位まで)



◎一年男子六十メートル	一位 西谷 和海(佐井) 12秒0	二位 磯谷 学(佐井) 12秒3	三位 樋口 和太(佐井) 12秒6
◎一年女子六十メートル	一位 五十嵐香織(磯谷) 12秒3	二位 内田 綾華(長後) 12秒8	三位 間山 友紀(佐井) 13秒0
◎二年男子六十メートル	一位 山本 伸一(佐井) 12秒0	二位 藤田 剛広(佐井) 12秒1	三位 須藤 哲也(佐井) 12秒1
◎二年女子六十メートル	一位 奥本友理子(佐井) 11秒8	二位 佐々木智子(磯谷) 12秒2	三位 和田 郁美(佐井) 12秒2
◎三年男子百メートル	一位 池田貴亜樹(原田) 17秒7	二位 館脇 慶彦(佐井) 18秒0	三位 磯谷 啓介(原田) 18秒9
◎三年女子百メートル	一位 太田 園香(佐井) 18秒0	二位 磯川あずさ(佐井) 18秒7	三位 竹内 瞳(佐井) 18秒9
◎四年男子百メートル	一位 宮部 正徳(牛滝) 17秒5	二位 金沢 偉人(原田) 17秒6	三位 佐藤 俊彦(原田) 17秒9
◎四年女子百メートル	一位 福田奈津子(磯谷) 17秒9	二位 田中 悦子(福浦) 18秒2	三位 大沼ちえみ(佐井) 18秒3
◎五年男子百メートル	一位 船越 一也(牛滝) 16秒8	二位 大坂 賢志(佐井) 17秒4	三位 中村 泰士(佐井) 17秒4
◎五年女子百メートル	一位 鹿島かおり(磯谷) 17秒3	二位 横浜かおり(磯谷) 17秒6	三位 加藤裕美子(原田) 17秒8
◎六年男子百メートル	一位 福田 賢一(磯谷) 15秒6	二位 福田 佑太(佐井) 16秒0	三位 山崎 英臣(佐井) 16秒4
◎六年女子百メートル	一位 内藤 春菜(佐井) 16秒3	二位 山口 美雪(佐井) 16秒6	三位 能登留美子(佐井) 17秒0
◎一年男子千メートル	一位 磯谷 学(佐井) 1分10秒7	二位 西谷 和海(佐井) 1分18秒8	三位 館脇 寿也(佐井) 1分19秒4
◎一年女子千メートル	一位 五十嵐香織(磯谷) 1分15秒6	二位 新田 恵利(磯谷) 1分19秒0	三位 西谷香乃子(佐井) 1分19秒4
◎二年男子三百メートル	一位 山本 伸一(佐井) 1分07秒5	二位 磯川 優太(佐井) 1分08秒9	三位 須藤 哲也(佐井) 1分10秒9
◎二年女子三百メートル	一位 山口 智恵(原田) 1分11秒9	二位 奥本友理子(佐井) 1分12秒3	三位 館脇 夏紀(佐井) 1分13秒1
◎三年男子八百メートル	一位 池田貴亜樹(原田) 3分00秒2	二位 磯谷 啓介(原田) 3分10秒8	三位 館脇 慶彦(佐井) 3分14秒8
◎三年女子八百メートル	一位 磯川あずさ(佐井) 2分29秒2	二位 竹内 瞳(佐井) 2分32秒9	三位 太田 園香(佐井) 2分36秒2
◎四年男子千メートル	一位 宮川 修平(佐井) 3分54秒5	二位 金沢 偉人(原田) 3分56秒8	三位 館脇 力哉(佐井) 4分07秒7
◎四年女子千メートル	一位 田中 悦子(福浦) 3分22秒3	二位 横浜 春美(佐井) 3分23秒4	三位 大沼ちえみ(佐井) 3分24秒0
◎五年男子千メートル	一位 菊池 晃一(佐井) 3分39秒2	二位 宮本 豊(佐井) 3分48秒6	三位 菊池 一春(佐井) 3分50秒7
◎五年女子八百メートル	一位 鹿島 淳子(佐井) 3分08秒3	二位 池田 彩子(原田) 3分17秒0	三位 竹内 信子(牛滝) 3分23秒3
◎六年男子千メートル	一位 金井 伸行(福浦) 3分49秒8	二位 下斗米 満(原田) 3分56秒8	三位 西谷 拓海(佐井) 4分00秒0
◎六年女子八百メートル	一位 山口 美雪(佐井) 3分02秒6	二位 館脇 恵里(佐井) 3分07秒2	三位 内藤 春菜(佐井) 3分08秒6
◎四年男子ソフボール投げ	一位 福田 知彦(磯谷) 42m71cm	二位 館脇 力哉(佐井) 36m87cm	三位 坂井 健人(牛滝) 36m55cm
◎四年女子ソフボール投げ	一位 田中 悦子(福浦) 27m55cm	二位 加藤 美雪(原田) 27m52cm	三位 横浜ゆかり(磯谷) 26m25cm
◎五年男子ソフボール投げ	一位 船越 一也(牛滝) 49m04cm	二位 館脇 健二(佐井) 42m78cm	三位 松本 正弘(磯谷) 39m09cm
◎五年女子ソフボール投げ	一位 横浜かおり(磯谷) 32m99cm	二位 船越 幸子(牛滝) 32m20cm	三位 大石 真希(佐井) 28m45cm
◎六年男子ソフボール投げ	一位 福田 佑太(佐井) 52m38cm	二位 七戸宗一郎(佐井) 46m53cm	三位 大畑 恭平(牛滝) 45m38cm
◎六年女子ソフボール投げ	一位 山口 美雪(佐井) 42m00cm	二位 坂井 千雪(牛滝) 39m58cm	三位 金沢 美佳(磯谷) 32m16cm
◎四年男子走り幅跳び	一位 宮川 修平(佐井) 3m22cm	二位 宮部 正徳(牛滝) 3m16cm	三位 内藤 淳(佐井) 2m86cm
◎四年女子走り幅跳び	一位 田中 一世(福浦) 3m06cm	二位 横浜 春美(佐井) 3m01cm	三位 正村麻衣子(佐井) 3m00cm
◎五年男子走り幅跳び	一位 船越 一也(牛滝) 3m71cm	二位 大坂 賢志(佐井) 3m60cm	三位 菊池 晃一(佐井) 3m50cm
◎五年女子走り幅跳び	一位 竹内 信子(牛滝) 3m28cm	二位 鹿島 淳子(佐井) 3m16cm	三位 加藤裕美子(原田) 3m07cm
◎六年男子走り幅跳び	一位 山崎 英臣(佐井) 3m86cm	二位 七戸宗一郎(佐井) 3m66cm	三位 福田 周作(佐井) 3m50cm
◎六年女子走り幅跳び	一位 能登留美子(佐井) 3m73cm	二位 坂井 千雪(牛滝) 3m46cm	三位 内藤 春菜(佐井) 3m41cm

第一回むつ・下北地区小学校

陸上競技大会

小雨の降り続く肌寒い中、第一回むつ・下北地区小学校陸上競技大会が七月十日、むつ市運動公園陸上競技場で開催されました。

佐井村からは総勢三十一名が参加し、各種目で健闘しました。

記録は次のとおりです。

◎五年男子百メートル

第三位 船越 一也(牛滝)
14秒83

◎女子ソフトボール投げ

第一位 山口 美雪(佐井)
47 m 40 cm

◎男子走幅跳

第六位 山崎 英臣(佐井)
4 m 10 cm

◎女子走幅跳

第一位 坂井 千雪(牛滝)
3 m 76 cm

第五位 内藤 春菜(佐井)
3 m 67 cm

県民体育大会郡予選会

野球

7月9日(土) 風間浦村野球場

1	① 佐井村
2	② 風間浦村
0	③ 脇野沢村
2	④ 東通村

バスケットボール 7月15日
風間浦中学校体育館
風間浦村 40-30 佐井村

バレーボール 佐井中学校体育館

女子

7月7日(木)

2	① 東通村
0	② 佐井村
0	③ 風間浦村
2	④ 脇野沢村

男子 7月12日(火)

0	① 東通村
2	② 脇野沢村
0	③ 風間浦村
2	④ 佐井村

◎平成6年度成人式

日時 八月十五日(月曜日)

午前十時から

場所 津軽海峡文化館

対象者 昭和四十九年四月

二日から昭和五十

年四月一日生まれ

の方

◎子供会合同ねぶた運行

八月十三日(土曜日)に子

供会の合同ねぶたを午後七

時から大佐井・古佐井地区

を運行いたします。

三郡(下北・上北・三八) 青年団体指導者研修会

七月九日～十日、脇野沢村リフレッシュセンターを会場に三郡青年団体指導者研修会が開催されました。

この研修会は青年団体のリーダーとして必要な基本的知識と技能の習得を図るとともに、団体活動上の問題について理解を深め、青年団体のリーダーの資質の向上を図ることを目的としています。

開会式終了後、地元、脇野沢村地域振興課長が「現代における青年への期待」をテーマに「やろうとする気持ちが大切!! やらないなら口を出すな!! 地域の活性化のために頑張ってほしい」と講演されました。

夜はゲームを交じえた懇親会が行われ、遅くまで他地域の青年達と交流を深めました。

次の日は、グラスボートでの海づり等を予定していましたが、天候が悪く、残念ながら全ての日程が中止となりました。

次回は三八地区で開催されます。



海

作詞 未詳
作曲 未詳



四方を海に囲まれた国、日本。われわれ日本人が慣れ親しんできた海を歌った童謡・唱歌は、数多く生み出されています。「うみはひろい大きな……」で始まる「うみ」や「われは海の子」など、広く愛唱されているものばかりです。千変万化、つまり、季節や天候、時間により、無限の変化を見せる海には、創造力を無尽蔵に駆り立てる力があるからなのでしょう。

今回紹介する文部省唱歌「海」は、大正二年(一九一三年)、『尋常小

学唱歌(五)』に発表されました。これは、日本で初めて、学年別に編集された小学校唱歌の教科書で、発表当時は作者に関する記述はありませんでした。後

年になって、作詞・作曲者が明らかにされた曲も多いのですが、この曲についてはいまだ特定されていません。

明るい昼の海と、漁火が淡く映える夜の海とをうたい上げるといった、情景描写のなかに時間的な対比を織り込んでいく手法は、同じ唱歌集にある「冬景色」などにも用いられているものです。長音階で書かれた旋律は、自然で伸びやかな流れをもち、「見よ昼の海」を繰り返すことにより、曲全体がおおらかに締めくくられています。

ところで蛇足ですが、「海」には有名な替え歌が存在しています。音楽的にも高い評価を受けるこの調べを、「松原とーちゃん 消ゆるかーちゃん……」とロザさんだ人も多いのではないのでしょうか。

—— 佐野 靖 ——

(東京芸術大学助教授)



町内対抗

ナイターソフトボール大会

第六回健康づくりナイターソフトボール大会が七月六日開幕しました。

連日、佐井小学校グラウンドでは熱戦が繰りひろげられています。

七月十九日までの結果は次のとおりです。

◎男子の部

川目	14	9	川台B
磯谷	19	4	川台A
日の出	6	2	川原町
大新緑A	4	13	新浦
原田	13	7	大新緑B
川原町	1	5	川台B
大新緑A	9	13	川台A
原田	18	7	矢越

◎女子の部

矢越	2	9	大新緑
日の出	2	10	新浦
川原町	8	1	矢越
日の出	7	4	川台
矢越	21	6	新浦
日の出	9	16	大新緑
矢越	8	6	川台
新浦	1	16	川原町
大新緑	4	3	川台

佐井村連合子ども会

球技大会

七月十七日(日)佐井小学校グラウンドを会場に、連合子ども会球技大会・体育館ではロープ・ジャンピングの記録会が行われました。

結果は次のとおりです。

◎フット・ベースボールの部

優勝	牛滝子ども会A
準優勝	あすなろ子ども会
第三位	はまなす子ども会A
第三位	青空子ども会B

◎ロープ・ジャンピングの部

第一位	牛滝子ども会C
第二位	日の出子ども会B
第三位	あすなろ子ども会B

●子どもの水の事故を防ぐ●

親が必ず付き添って目を配る

夏になると増えるのが、水の事故です。波にさらわれたり、急流にのまれたり、思わぬ深みにはまったりして命を失ったというニュースが少なくありません。こうした悲惨な水の事故は、自らの不注意や周囲の目が行き届かなかったというケースで起ることが多いのです。

親の注意で

防げることが多い

周囲の目が行き届かなくて、幼い命を失ってしまっただ例もあります。親がちょっと目を離したすきに、園児四人が川で足を滑らせて転落してしまい、そのまま流されて、全員が亡くなるという痛ましい事故がありました。また、子どもたち三人で川へ魚釣りを見に行き、一人が足を滑らせ転落し行方不明となり、八日後に遺体で発見された悲惨なケースもあります。

子どもの水の事故は、親が注意していれば防げることが多いものです。子どもたちだけで、海や水辺に行かせないでください。また、子どもたちが水辺に行くときは、親が必ず付き添って目を配ってください。

海水浴や川遊びに行くときは、飲酒を控え、体調を万全に整えておいてください。また、遊泳中にけいれんが起きないように、十分に準備体操をしてから水に入るようにしてください。



保健婦だより



＝しのびよる歯周病＝
若いうちから
歯ぐきを丈夫にしよう

歯と健康

①一生自分の歯で食べよう

日本は世界一の長寿国となつていますが、年令の長寿に比べ歯の長寿はそれほどでないといわれています。

歯は私達の健康にとつても重要です。いつまでも自分の歯でおいしく食べられ、健康で豊かな人生を送るために『歯』には十分注意しましょう。

②「8020運動」

80歳になっても20本の歯を残そうという「8020運動」がすすめられています。

これは、歯はものを食べるだけでなく、全身の健康に影響

響していきます。たとえば歯が20本以上ある人は、年をとってもボケや寝たきりの人が少ないといわれ、歯を失わないようにすることが長寿時代に入りますますます大切になってきました。

③歯槽膿漏のこわさ

歯の病気には、大きく分けてむし歯と歯槽膿漏があります。むし歯は歯の病気で、歯槽膿漏は歯ぐきの病気です。多くの日本人は、40才を過ぎると歯を失いはじめます。その原因の多くは歯槽膿漏といわれています。

歯ぐきの中味は骨です。この骨に歯の根が埋まっています。歯と歯ぐきの間にある歯

垢（ブラーク……いわゆるハクソともいう）から膿漏歯が出、骨に入りこむと長年の間に歯ぐきの骨が溶けていき、歯の根は支えを失ってグラグラになり、ついには抜けてしまいます。これが歯槽膿漏でむし歯と違って自覚症状が弱く、知らぬ間に進行する怖い病気です。

●歯槽膿漏の自己チェック法



- | | |
|------------------|------------------|
| ①歯を磨くと歯ぐきから出血する | ⑦歯が長くなったように思える |
| ②歯ぐきが暗紫色をしている | ⑧歯ぐきがムズムズすることがある |
| ③歯肉を押すとうみがでる | ⑨歯ぐきが赤くはれている |
| ④歯がグラグラする | ⑩朝起きたと、唾液がねばつく |
| ⑤腐ったような口臭がする | |
| ⑥歯と歯の間にすき間ができてきた | |

8月の保健事業

3日(水) 健康相談日
10日(水) 受付時間
17日(水) 午前9時～12時
25日(木) 役場健康相談室
電話での相談も受け付けますので、お気軽にご利用ください。

24日(水) リハビリ教室
場所 あすなろ
時間 午後1時～午後3時30分まで

24日(水) 磯谷地区健康教室
場所 漁民研修センター
時間 午後6時30分～午後8時30分まで

30日(火) 乳児・三歳児健診
場所 振興センター
受付時間 12時30分～午後1時まで

対象児
(乳児) 平成5年8月生～平成5年10月生
平成6年1月生
平成6年4月生
(三歳児) 平成3年1月生～平成3年3月生

④歯ぐきのはれと出血は

注意信号

歯槽膿漏は、歯のまわりの歯ぐきのはれで、出血する病気（歯肉炎）からはじまります。この段階ではまだ抜けませんし、正しい治療やブラッシングによって、ほとんど健康な状態にもどすことができます。

まだしこのままにしておくと、炎症は少しずつ歯の根もとのほうに進みはじめます（歯周炎）。

歯周炎のおもな症状は、歯のまわひに深いみぞができることです（歯周ポケット）。このみぞは、歯を支えている組織が壊されてきたもので3～5ミリメートル以上、重症になると10ミリメートル以上の深さになります。このみ

ぞの中に細菌がすみつき、ますます炎症が強くなり、口臭も強くなり、出血やうみがたまったります。またみぞの中に細菌の死がい石灰化した歯石ができて、細菌のたまり場になってしまいます。こうなると自然になおすことはできません。ブラッシングを一生懸命やっても中の部分はそのまま残ってしまい、歯ぐきをつくっている組織はみぞの中の細菌が出す毒によって壊され、歯を支えている部分が少なくなっていくます。重症になると、ひとりで歯が動き、位置が変わったり、固いものをかむと歯が抜けるなどしていきます。

⑤ 歯垢・歯石を

予防しよう

歯をとり巻く病気（歯周炎）の原因は、歯の表面にすみついた細菌の集団、つまり歯垢（プラーク）です。歯垢をつけないようにすることを「プラークコントロール」といいます。プラークコントロールを心がけるためにも図2①～④のことを注意しましょう。

また歯石は、いったんついてしまうと自分ではとれません。歯科医で年に一～二回とってもらうようにしましょう。

⑥ かみごたえのある

食べ物をよくかもう

よくかむことは健康になることにつながります。かみごたえのある食物を一口20～30回以上かみましょう。

かむことの効用は次のとおりです。

1. 食物の消化を助ける
2. あごの発達をよくする
3. 脳の働きを活発にする
4. 味や歯ごたえを楽しみ、満足感をえる
5. 気分が落ちつき、イライラを解消する

※ 歯科相談に
応じています。

村ではねたきりや、体が不自由で歯科診療所まで来られない方の歯科治療についての相談を受けつけていますのでご利用ください。

① 朝、昼、夜と食事が終わったら、ブラッシングをする習慣をつけましょう。



② バランスのとれた食事をしましょう。



③ 新鮮な野菜もたくさん食べましょう。



④ 間食はやめましょう。



固いものをしっかりかじる

最近の食べ物はやわらかいものがばかり増えてきました。果物類も固いものよりやわらかいもののほうが売られているそうです。たとえばリンゴが減って、オレンジやメロンなどが増えています。梨などもやわらかいものが好まれているようです。



しかし、アゴの发育や歯の健康のためには、かみごたえのあるものを食べるのが一番よいのです。セロリやキャベツ、ニンジンを生で生のままですっきりかじってみませんか。

歯を保護する「だ液」



だ液は1日に1リットルから1.5リットルも分泌されています。だ液には抗菌作用や殺菌作用がみとめられています。しかし一般に一番大きな作用をしているのは、歯や口腔粘膜に対する保護作用です。薬や緊張によってだ液の分泌がとまると、口はかわき、正しい発音すらできなくなってしまいます。

犬にもある歯の病気

みなさんは犬やねこを飼っていますか。最近のペットは人間と同じやわらかい食事をとっているため、ムシ歯や歯槽膿漏がとて増えています。もしペットがいたら、一度その歯を見てください。歯石ががっちりついているのにおどろくはず。アメリカではもうとつくに、犬の歯ぐきの矯正装置までつくられています。歯ならびが悪いと犬のコンテストには勝てないそうです。犬も人間なみになってきましたね。



歯のみがき方

(1) ヨコみがき



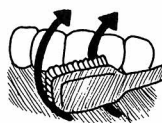
十分には汚れがとれない。歯や歯ぐきを傷めやすい。

(2) スクラッピング法



ブラシの毛先を歯に直角にあて、小刻みに振動させて磨きます。

(3) ローリング法



上の歯は上から下へ、下の歯は下から上へ、上下別々に磨きます。歯ぐきの方から歯の方に向かって、回転させて磨きます。

(4) バス法



歯と歯ぐきの境目にブラシを45度にあて、小刻みに振動させて磨きます。歯と歯ぐきの間の溝の中も清掃できます。

税務だより

税の相談は
お気軽に
税務相談室へ



〈税務相談室青森分室〉

☎0177-23-2379

消費税(個人事業 者)の中間申告

個人事業者で平成五年分の消費税額が六十万円を超える方は、中間申告と納付を年一回又は年三回行うこととされています。

平成五年分の消費税額が六十万円を超え五百万円以下の方は、平成五年分の消費税額の二分の一を八月三十一日まで、五百万円を超える方は四分の一を乗じた金額を五月・八月・十一月の末日まで申告と納付が必要となります。

保 険 と 税

「保険料を支払った場合」
あなた自身やあなたの家族を受取人とする生命保険料、簡易生命保険料、生命共済の掛金などを支払ったときは、その年中の支払い額に応じて一定額(最高十万円)が生命保険料控除として、その年の

お忘れなく。
詳しくは、最寄りの税務署や税務相談室にお尋ねください。
タックスアンサーコード番号は七八二(中間申告の方法)です。

所得金額から控除されます。

「保険金を受け取った場合」

生命保険契約に基づき、一時金や年金を受け取った場合は、その保険料をだれが負担していたかによって、相続税若しくは贈与税又は所得税が課税されます。

詳しくは、最寄りの税務署や税務相談室にお尋ねください。

タックスアンサーのコード番号は、四二六番(生命保険料控除)、二六四(死亡保険金と税え)です。

財産の運用と税

財産の運用による所得は、その所得の内容によって、利子所得、配当所得、事業所得、譲渡所得、一時所得、雑所得に区分され、その課税の方法もさまざまです。

このうち、利子所得(預貯金や公社債の利子及び貸付信託や金銭信託等の収益の分配金)については、原則として二十%の税率で源泉徴収され、これで納税が完了する「源泉分離課税」が適用されます。

なお、お年寄りの方などに對しては、利子所得の非課税制度があります。

詳しくは、最寄りの税務署や税務相談室にお尋ねください。

タックスアンサーコード番号は一〇二(配当所得の課税



老齢福祉年金を受け取ったら

国民年金証書を提出しよう

老齢福祉年金を受けている方は、八月の支払いを受けたら国民年金証書を自分の住んでいる市町村役場へ提出してください。

老齢福祉年金は、金額が国の負担で支給されていますので、その年齢の全ての人に支給されるものではありません。

本人が他の公的年金制度から年金を受けることができるときや、本人や配偶者、扶養義務者の前年の所得が一定額以上であったときは、支給停止になります。

このため、本人や家族の前

税に不服のとき



のしくみ)、一一五(利子所得の課税のしくみ)です。

年の所得状況などを調査して、今年の八月から来年の三月までの支給額が決められ、証書に記入されます。提出が遅れると、十一月に年金が受けられなくなりますので、お早めに提出してください。

福祉年金の受給者は
年金証書の提出を



国民年金の加入 手続きをしましょう

国民年金は、国が責任を持って運営している公的年金制度で、二十歳以上六十歳未満であれば誰もが加入しなければなりません。

国民年金の加入者は職業により三種類に分けられています。

○第一号被保険者
学生、農業、自営業などの人と、その配偶者。

○第二号被保険者
厚生年金保険や共済組合に加入している人。

○第三号被保険者
第二号被保険者に扶養されている配偶者。

国民年金は老後はもちろん、病気や不慮の事故で体が不自由になったとき、一家の働き手を失ったときなどにも

年金を支給して、本人や家族の生活を支えてくれる制度です。

二十歳になったら、住所地の市町村役場で加入の手続きをしてください。

また、会社を退職するなどして、先にあげた被保険者の種別が変更になり、第一号や第三号に該当した場合にも、忘れずに加入（種別変更）の手続きをしてください。

年金標語大募集！

青森県では、県民の皆さまから「年金」をより身近なものに感じていただくため、「標語」を募集します。

入賞者には、青森県知事からの賞状と、記念品を贈呈します。

県内にお住まいの方であれば、どなたでも参加できます。ふるってご応募ください。

■テーマ

「暮らしと年金」

※標語には必ず「年金」の文字を入れてください。

■応募方法

ハガキに①標語②住所③氏名④年令⑤職業⑥電話番号を明記して、
〒〇三〇

青森市長島一丁目一ー一
青森県生活福祉部国民年金課
年金標語募集係
まで送ってください。

※作品の数は一人何点でも結構です。

■応募締切

平成六年八月三十一日

■発表

十一月に青森市で開かれる「国民年金展」会場で発表します。また、以後の各種広報に活用させていただきます。

なお、応募された作品は主催者に帰属します。



夏の夕暮れどき、庭木などにまいた水が、露になって木の葉の上をころがり落ちる様はさわやかで、昼の暑さを忘れさせてくれます。

太祇

打ち水

打ち水のころがる玉を見て通る 飯田蛇笏
打ち水は、もともと街路や路地のほりが舞い立つのをしずめるためのものです。「水をまく」ともいいますが、バケツとひしゃくを使って勢よくまくために、「水を打つ」という表現となったのでしょうか。

いまでも、夏の暑い盛りや夕暮れ時には、家の前の道や庭などに打ち水をされる方は少なくないようです。こうすると、ほりが舞わなくなり、地面の温度が冷やされて、涼しさを感じます。

料亭などでは、庭の飛び石や灯籠に水をかけ、さわやか

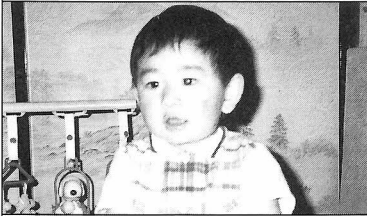
さを演出しています。また茶道では、水を打ってお客様を迎える作法があります。

都会の道路や公園などでは、散水車がゆっくりと走る風景が見られます。散水車が登場する前は、木の車に水槽を乗せ、散水する人が開閉機を使って後部から水を出して散水していたようです。最近はその道のりが舗装されているので、散水車をあまり見かけなくなりました。

ところで、夏は水不足になりやすい時期——打ち水どころか、生活用水にもこと欠くことがあります。八月一日は「水の日」、この日から一週間が「水の週間」です。一人一人が水の大切さを考え、工夫して利用したいものですね。



満1歳になります



後藤 駿平 ちゃん
(重城・小巻)大佐井



辻 梨央 ちゃん
(敏明・淳子)糠 森

シャワーでリフレッシュ

＝温水なら血行をよくする＝



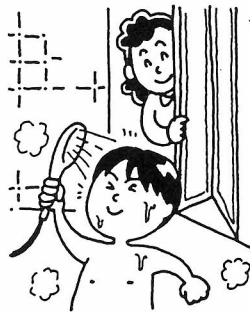
体から汗が出るのは、体温をいつも一定に保とうとする体の機能です。さらに、体から出るさまざまな老廃物を排せつするという作用もあります。ところが、汗は皮膚をべとつかせ、気持ちのいいものではありません。

最近ほとんど見られませんが、お湯や水を入れたたらいに入って体を洗う行水は夏の風物詩でした。体の表面に流れた汗やホコリを簡単に洗い流せるうえに、手軽に涼感を味わえました。行水は、先人が考えた夏の生活の知恵だったのです。

さて、いまは行水に代わって、シャワーを浴びる人が多いのではないのでしょうか。シャワーも行水と同様に汗線や毛穴を清潔にし、涼感が味わえる効果があります。また、温水シャワーで体を温めると血行がよくなり、新陳代謝を

高めます。

シャワーを効果的に使えば、ひざの痛みや腰痛をやわらげる手段として使うことができます。温めてはいけない場合もあるので、医師に相談してみましょう。まず、三十八度ぐらいの湯の浴槽に十分前後つかって、体を温めます。次に十七度ぐらいのシャワーを一分間ほど痛みのあるひざや腰に集中してかけます。温まった痛い部分に刺激を与えて、血管の収縮や拡張を促し、血行をよくします。その後、お湯に五十分ほどつかります。これを五回ほど繰り返します。



シャワーとは違いますが、日本には昔から「打たせ湯」というのがあります。岩の割れ目などから落ちる、自然にわき出るお湯や水に打たれるものです。温度や落下する圧力の作用を、肩凝りや腰痛などの治療に利用します。これによって、痛い部分の血行がよくなるといわれています。

「自然の大型シャワー」といえるでしょう。

むつ総合病院

休診日のお知らせ

8月18日(木曜日)は、病院創立記念日のため、休診となります。ご注意ください。

ただし、救急患者については、受け付けします。

戸籍の窓口

7月14日現在

◎お誕生おめでとう

能登 郁恵(秀樹) 古佐井
宮木 祐斗(岳) 大佐井
石川原 望奈(義一) 矢 越
加藤 雅昭(文昭) 原 田

◎ご結婚おめでとう

(柳田 修 福 浦
(湊谷 育美 川内町
(内田昇次郎 長 後
(庄子 典子 宮城県
(宮川 亮一 大佐井
(釜田 美幸 大畑町
(小谷 勝美 古佐井
(小田二三代 東京都
(月岡 秀明 東京都
(横浜江利子 磯 谷
(須藤 一樹 古佐井
(館脇まゆみ 大佐井

◎おくやみ申し上げます

川越 レツ(正一) 古佐井

※個人のプライバシーを尊重する意味で掲載してほしくない方は、届出の際、係に申し出て下さい。

6月30日現在人口(前月比)

男 1,746 (±0)
女 1,765 (±0)
計 3,511 (±0)
世帯数 1,109 (+1)

観光リフレッシュ

——ゆとりとマナーで楽しい旅——



8月1～7日は「観光週間」です