

1995 6月
(平成7年)



No. 310

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 佐井村役場企画調整課 ☎0175(38)2111



▲ 一面に広がるこうなごのじゅうたん

こうなごの大漁

活気に沸く浜

磯谷漁港

(五月七日)



▲ 作業に大わらわ。でもうれしい悲鳴

今月の紙面

- 2~4 わいどの広場
- 5 フォトライブラリー
- 6~7 交母だより
- 8~9 保健婦だより
- 10~11 お知らせ
- 12~13 税務だより・年金
- 14~15 Dr. 吉岡の健康談話室
- 16 暮らしの情報

わ い どの 広 報



村の中での話題、行事などありましたら、役場、企画調整課までご一報下さい。

災害に「備えて日頃の火の用心」

佐井村消防団定期観閲式

五月二十一日、佐井村消防団（横浜松雄団長）の皆さんが日頃の練習の成果を発表する定期観閲式が、アルサス前広場を会場に、団員のほか川



また、佐井漁港岸壁では、分団ごとに本番さながらの一斉放水が練り広げられ、七色の色あざやかな水が空高く放水されると、来賓や観客から盛んな拍手が送られました。

また、佐井漁港岸壁では、分団ごとに本番さながらの一斉放水が練り広げられ、七色の色あざやかな水が空高く放水されると、来賓や観客から盛んな拍手が送られました。

による観閲者の入場から始まり、部隊整列する団員の姿勢や機械器具の点検が行われたあと、勇壮な纏いふりに続いて、息の合ったポンプ操作が演じられました。
なかでも、川目婦人消防協力隊の消火演技や、福浦少年消防クラブの消火栓操作がきびきびと演じられると、来賓や観客から盛んな拍手が寄せられていました。
続いて、会場をしておさい橋通りに移しての分列行進が行われ、団員達の毅然とした行進が目を見はるものがありました。

表彰を受けたみなさん

- 消防功労者表彰
 - 消防庁官表彰
 - 永年勤続功労章
 - 前第7分団 田中正行
 - 青森県知事表彰
 - 永年勤続功労章
 - 第1分団 菊池春美
 - 第2分団 加賀紀代志
 - 青森県消防協会会長表彰
 - 功労章
 - 前第6分団
 - 分団長 大石義一
 - 部長 池田喜一
 - 団員 大石公之
 - 第6分団
 - 副分団長 大坂隆
 - 部長 滝本清昭
 - 班長 大石光明
 - 前第7分団
 - 分団長 田中正行
 - 副分団長 田中忠弘
 - 第7分団
 - 副分団長 田中久志
 - 勤功章 内藤弘志
 - 第4分団
 - 分団長 川畑勲夫
 - 第6分団
 - 班長 大石光明
 - 永年勤続章二十五年以上
 - 第1分団 菊池春美
 - 第2分団 加賀紀代志
 - 永年勤続章二十年以上
 - 第7分団 金井豊美人
- 表彰を受けたみなさん
 - 永年勤続章十五年以上
 - 第1分団 竹本純三
 - 第4分団
 - 団員 田中勝勲
 - 第8分団
 - 分団長 船越勝彦
 - 副分団長 坂井一尚
 - 永年勤続章十年以上
 - 第1分団
 - 団員 内田豊実
 - 前第3分団
 - 団員 能登三樹
 - 第3分団
 - 団員 加藤雪夫
 - 第6分団
 - 団員 石黒秀秋
 - 第8分団
 - 団員 内田誠一
 - 青森県消防協会むつ下北支部長表彰
 - 優良団員章
 - 第1分団



青空の下で空き缶拾い

はまなす子ども会

五月晴れに恵まれた七日、はまなす子ども会（横浜千明会長）により国道の空き缶拾いとストップマークつけが行われました。

朝八時三十分、矢越地区生活改善センターに大人十人子ども二十人の会員が集まり、二班に分れがんかけ公園まで空き缶を拾いながら歩きました。連休最終日とあって交通量が多くなることが心配されましたがさほどではなく、子どもたちも遠足気分楽しんでいました。

最初はおもしろがって拾っていた子どもたちも、路肩や草むらに無造作に捨てられた



空き缶の量にドライバーのマンナーの悪さを実感し、またストップマークをつけている横を猛スピードで通りすぎる自動車に恐怖を感じていました。十一時前にすべて終了し、がんかけ公園に到着。一休みしたあと、自分たちで掃除されたいになった道路を、すがすがしい気分の家まで歩いて帰りました。

子どもたちは汗を流して空き缶を拾い集めることによりマナーの大切さを、危険箇所にもストップマークをつける

ことにより道路がいかに危険であるかを認識し交通安全の重要性を体験していました。



太田杯野球大会

行われる

五月十四日、佐井中グラウンドにおいて、第二十回太田杯野球大会が行われ、小雨のぱらつく中、熱戦がくり広げられました。

結果は次の通りです。

○一回戦

竹内自工 4-0 佐井中

とんねるず 7-2 細川建設

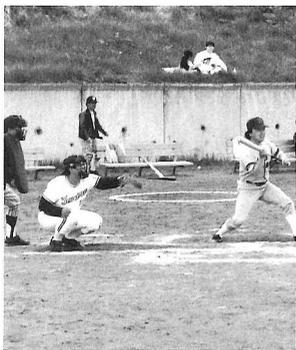
○二回戦

役場 8-2 竹内自工

愛球会 3-2 とんねるず

○決勝戦

愛球会 10-1 役場



お役に立っています

郵便局の簡易保険 積立金

みなさんが加入している郵便局の簡易保険や厚生年金・国民年金の積立金は、村の公共施設の整備資金として村に還元融資され、住民福祉の向上に役立てられています。

平成六年度には、次の各事業に融資を受けています。

◎郵便局の簡易保険積立金

・水産廃棄物等処理施設整備事業 八、八〇〇千円

・佐井地区簡易水道施設整備事業 一一、二〇〇千円

◎厚生年金・国民年金積立金

・斎場整備事業 一七八、八〇〇千円

・佐井地区簡易水道施設整備事業 三三、六〇〇千円

・牛滝地区簡易水道施設整備事業 二七、一〇〇千円

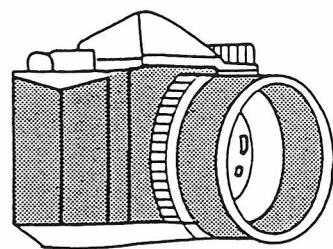
◀ 斎場整備事業



▷ 水産廃棄物等処理施設整備事業



フォト ライブラリー



八幡堂遺跡発掘調査



八幡堂の遺跡発掘現場では連日、十人ほどが手作業で土中の土器などをさがしています。

先日、佐井小の児童が発掘をお手伝い。もちろん歴史の勉強をかねてですが……。

児童たちは、土器や矢じりを見つけるたびに「先生ーっ。あったーっ。」

この発掘作業は六月末まで続く予定なので、興味のある方は見学してみては？



まちかどウオッチ

▷ぼくの・わたしの
おいもちゃん
元気に育つかな？



▷保育所のいもまき
大にぎわい！



◁これはめずらしい
ヤリイカの卵との事



◁アルサス前にて
仕事に精が出ます



交母だより



佐井村
交通安全母の会

交通安全活動によせて

目に青葉 山うぐいすや
浜こうなごー

良い季節になりました。

交通安全運動には、平素より格別なご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

また、母の会の皆様には、お勤めに、海に、農作業にとお忙しい中、新入学児童の登下校のお手伝いにご協力いただき、心より感謝申し上げます。

おかげ様で、ピカピカの一年生も温かい御指導のうちに安全歩行ができる様になりました。どうぞ、これからも温かいまなざしと、愛の一声をかけて下さい。

さて、先日の春の交通安全運動期間中は、シートベルト着用の徹底と、子供・高齢者の交通事故防止を重点目標



に、ふれあい号で呼びかけ作戦を行い、また、駐在所の野宮部長さんと母の会で手作りのマスコットとチラシを持ち、各事業所を訪問しシートベルトの着用をお願いしました。観光シーズンに入り、交通量も増加しています。ドライバーはもちろんのこと、道路

6月1日現在

交通事故死ゼロ

4,235日

を歩いている子どもやお年寄りを見かけましたら、「車に気をつけて」とやさしい一声をお願いします。



自動車に乗ったら シートベルト

●シートベルトとヘルメット、どちらも命を守る大切なものです。忘れずに正しく着用しましょう。



バイクを運転するときは
ヘルメット

ご利用ください 交通遺児等育成資金制度

自動車事故対策センターでは、交通遺児をすこやかに育成するための資金を無利子でお貸しします。

○利用できる方

自動車事故で保護者を亡くされた子ども、または重度後遺障害者(自賠責保険の一級〜三級)に認定された方の子どもを現在扶養している保護者

○対象者

0才から中学卒業までの子供

○貸付金額

- 一時金 一五一、〇〇〇円
- 月額 一九、〇〇〇円
- 入学支度金(小・中学入学時) 四三、〇〇〇円

○返済方法

最終学校卒業後、割賦(月賦・半年賦・年賦)による二十年以内の均等返済

※自動車事故により、頭部または脊髄に損傷を受け、常時介護を必要とする重度後遺障害者に対しては、介護料支給制度もあります。

くわしい事は次の所までお気軽にお問い合わせください。

□お問合せ先
〒〇三〇

青森市大字浜田字豊田

一三九一二一

自動車事故対策センター

青森支所

TEL 〇二七三九一〇五五一

青森県交通安全母の会連合会 定時総会に出席して

会長 東 出 ミ ヤ

去る五月八日、青森県交通安全母の会連合会の総会が、青森市のはくちよう会館で行われ、平成七年度の事業案が次の通り承認されました。

- 創立二十五周年を記念して二千人規模の県大会を開催
- シートベルト着用、チャイルドシートの普及促進
- 高齢者世帯の訪問及び、夜間の事故防止に効果的な夜

光反射材の普及等
また、県内支部会会長を三年以上務め、常任理事を退任する松谷三枝前会長に感謝状が贈られました。長い間、本当にご苦勞様でした。

ところで、去る四月二十八日の春の褒章で、全国交通安全母の会連合会会長及び青森県交通安全母の会連合会会長である間宮安子会長が、永年の交

通安全活動が評価され、母の会ではじめての藍綬褒章を受賞されました。

この受賞は、私達全国の母の会会員の誇りと励みになりました。

間宮会長、誠におめでとうございます。これからも健康に留意されまして、ますますのご活躍を心よりお祈り申し上げます。



シートベルトを正しく 着用しましょう

昨春秋の全国交通安全運動の期間中、青森県のシートベルト着用率は約七十パーセントで全国ワースト七位、東北では最下位という不名誉な結果を出しています。

また、昨年一年間の自動車乗車中の死者数は六十二人ですが、うち五十三人はシートベルトをしておらず、着用していれば助かったと思われる事故も相当数みられます。シートベルトを着用しない

着用しましょう

理由として、「目的地が近い」「面倒」「窮屈」などが上げられていますが、交通事故の約四割は運転開始後二十分以内に発生していますし、ベルトなしに自分の力で耐えらる衝撃力は時速七十キロが限界といわれています。

また、自分が安全運転でも相手から衝突されることもあります。自分の命を守るためにも、必ずシートベルトを着用しましょう。

無料

交通事故
ご相談

●電話のご相談もお受けします

☎0177-22-1025 (直通)

相談日：月曜から金曜午前9時半～12時
午後1時～4時40分(祝祭日を除く)

◎専門の相談員が親身になってご相談に応じます
◎弁護士相談日：毎月第4水曜日午後1時～4時

社団法人 日本損害保険協会

青森自動車保険請求相談センター

青森市堤町2-1-7日産火災青森ビル4階(青森文化会館向い) 青森調査事務所内 ☎0177-76-4391

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

平成7年暴走族追放運動

—暴走族追放はみんなの手で—

運動の重点

- 1 暴走行為を許さない世論の醸成
- 2 暴走行為をさせないための環境づくり
- 3 車両の不法改造の防止

スローガン

～スピードを きそい合うより
ゆずり合い～

県内の交通事故概況

(平成7年)

青森県交通対策協議会

	4 月	累 計	死 者 の う ち	高 齢 者 の 死 者		
				高 齢 者 の 死 者	6 (12)	
発 生	527 (547)	2,412 (2,347)	死 者 の う ち	飲 酒 運 転 に よ る 死 者	4 (5)	
				シ ー ト ベ ル ト	着 用 義 務 者 (着 け な け れ ば な ら ない 人)	14 (18)
					非 着 用 者 (着 け て い な か っ た 人)	10 (14)
死 者	6 (22)	30 (35)		着 け て い れ ば 助 か っ た と 思 わ れ る 人	4 (5)	
傷 者	657 (673)	2,981 (2,971)				

() 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。

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

カチッとベルト キチッとルール

保健婦だより

歯は年とともに
弱り抜けるもの？



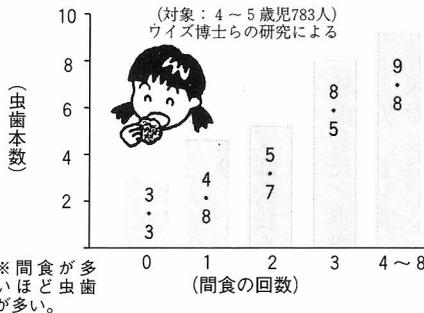
生涯「自前の歯」で通そう
6月4日～10日は
歯の衛生週間

虫歯予防はまず間食を 減らすことから始めましょう

歯の衛生週間にちなんで虫歯の話題を。

虫歯といえば砂糖が大敵。砂糖が口に入ると、歯垢の中の細菌が酸を作り、歯の表面が三〇分ほど強い酸性になって歯の表面のカルシウムが溶け出します。しかし、砂糖がなくなると酸性度はしだいに元に戻り、唾液の中のカルシウムが歯に沈着して、溶けていた歯が自然に修復されます。三度の食事で、この程度の繰り返しなら虫歯の心配はないのですが、問題は間食。間食で砂糖をとると、歯のカルシウムが溶け出す速さに比べて、その修復時間が手間どおり、そのうち、ついには溶け出した歯に穴があいて虫歯に

●間食の回数と虫歯の関係



なるという次第。虫歯予防には子どもの頃から、まず間食を減らす、これをモットーに。当村では、幼児の虫歯罹患率がむつ・下北管内平均に比べ高率に推移しています。

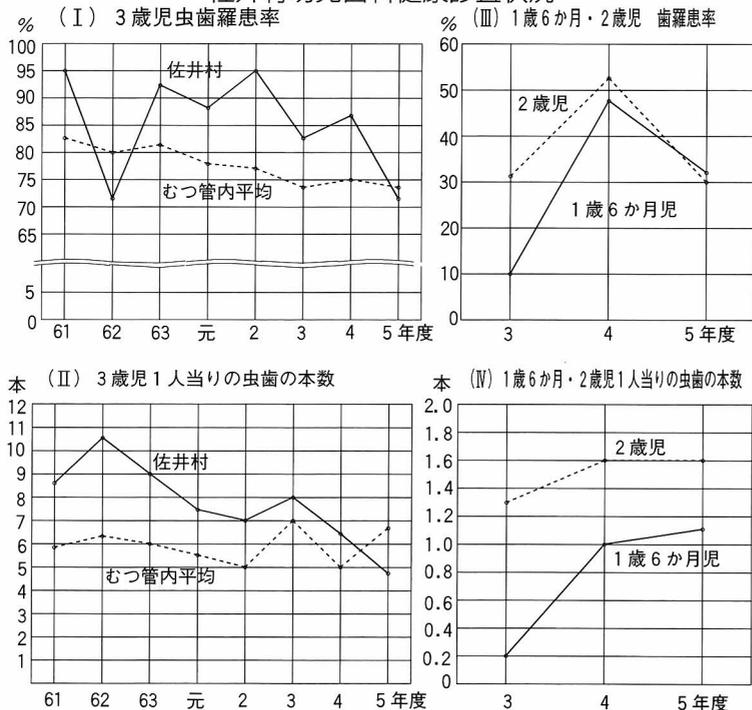


◀保育所虫歯予防教室



そこで、小さい頃から口腔衛生への関心を高めることを目的に、毎年保育所の年長児を対象に虫歯予防教室を開催しています。歯科衛生士、保健婦による歯みがき指導、歯科に関する講話、歯の汚れ具合をみるための染め出しを行っていますが、園児たちは鏡で自分の歯を見ながら、染めだしのピンク色が落ちるまで一生懸命がきます。

佐井村幼児歯科健康診査状況



歯の生え方別歯磨きレッスン

- 1 下の前歯が出たら**
とくに何もなくてよい。
離乳食のあとに水を飲ませる。
- 2 上の前歯が出て、さらに上下8本になったら**
歯ブラシでサツと軽くこする。歯ブラシは小さく柔かめ。食後、コップのトレーニングもかねて、コップで水を飲ませる。
- 3 第1臼歯が出たら**
歯ブラシできちんと磨く。歯ブラシは2本用意し、1本はオモチャがわりや興味を覚えさせるため。もう1本はお母さんが磨いてあげるためのもの。寝かせ磨きで。
- 4 犬歯も第2臼歯も出て全部そろったら**
ひとりで歯磨きできるように、練習をさせる。お母さんの仕上げを忘れずに。フックうがいをマスターさせる。
- 5 3歳をすぎたら**
自分から積極的に歯磨きができるように。忘れずに歯磨きをしたらほめてあげる。まだ、お母さんの仕上げが必要。

三〇歳以上は

ほとんどが歯周病に關係

平均寿命でも歯を二〇本残そうという目標は合理的。しかし、容易ではありません。八〇歳で残っている歯の平均本数は四本程度、二〇本残っているとなると五〇歳代というのが現状です。

では、なぜ人は歯を失うの

歯の最大の敵

歯垢って何？

歯周病の原因は、歯に付着する歯垢(プラーク)です。朝、歯をみがく前に鏡を見ると、歯の表面や歯のすき間に、臭くて白いネバネバがついていますが、あれです。この歯垢は、口の中の細菌が、食べ物の中の糖分と出会って作り出したもの。細菌がウジャウジャいて、これが歯についたままだと虫歯に、また、歯垢が歯と歯ぐきの境につくと歯周炎の原因になります。歯垢は時間がたつと唾液のカルシウムと結合して硬くなり、歯みがきではとれない歯石になります。この歯石のついた歯

の表面はザラザラになり、さらに歯垢がつきやすくなります。その表面はザラザラになり、さらに歯垢がつきやすくなります。その表面はザラザラになり、さらに歯垢がつきやすくなります。

歯周病早期発見チェック		歯周病を予防する8つのポイント	
1 歯を磨くと歯ぐきから出血する	6 歯肉を押すとウミが出る	歯槽膿漏は、心がけ次第で食い止められます。歯科検診とともに、毎日以下のことに注意を。	
2 歯肉が暗紫色になってきている	7 歯がぐらぐらする感じがする	1 食べた後磨く習慣をつける	2 外出先や磨く場所がないときは、せめてうがいをする
3 歯垢や歯石がついている	8 歯と歯の間にすきまができる	3 定期的に歯医者さんで歯石をとってもらう	4 歯ぎしりの原因となるストレスをためない
4 朝起きたとき、唾液に粘り気がある	9 歯がしりやうかいばるくせがある	5 バランスのとれた栄養を心がけ、とくに歯垢をつくりやすくする糖分をひかえる	6 歯ぎしりのひどい人は早めに治す
5 歯ぐきがムズムズすることがある	10 腐ったような口臭がある人になれる	7 歯と歯ぐきを鍛えるため、よく噛んでゆっくり食べる	8 歯ぐきのマッサージなどで、歯ぐきの血行をよくする
3つ以上該当するものがあれば要注意、5つ以上なら歯槽膿漏とされます。歯医者さんでみてもらいましょう。			

の歯周病に、三〇歳代になるとほとんどの人が何らかの形でかかわっているというから、怖い話です。

歯周病は大別すると歯肉炎と歯周炎の二つ。歯肉炎は歯ぐきが赤くはれるだけの炎症です。それがさらに進み、歯の感覚が過敏になり、出血を繰り返すようになるのが歯周炎。治療をしないと最後には歯が抜け

す。

そこで歯垢対策ですが、歯をみがくことに尽きます。毎食後、歯をみがく習慣をつけ

6月の保健事業

対象(乳児)

- 健康相談日
- 7日(水) 受付時間
 - 13日(火) 午前9時～12時
 - 20日(火)
 - 27日(火)

役場健康相談室
電話での相談も受付しますので、お気軽にご利用ください。

基本健康調査の結果報告及び事後指導

- 1日(木) 川目地区
 - 23日(金) 古佐井地区
 - 28日(水) 磯谷地区
 - 30日(金) 大佐井地区
- 時間・場所等詳しいことは後日連絡します。

- 15日(木) リハビリ教室
- 時間 午後1時～3時30分
- 場所 あすなろ
- 26日(月) 食生活改善推進員研修会(母と子の料理教室事前研修)
- 時間 午前10時～午後2時
- 場所 振興センター和室
- 27日(火) 一歳半・二歳児健診
- 受付時間 午後12時30分～12時50分
- 場所 振興センター和室



平成6年11月～
平成7年2月生
(一歳半児)
平成5年10月～12月生
(二歳児)
平成5年4月～6月生



今月の休診日

6日 第2火曜日

20日 第4火曜日

= 佐井診療所 =

お待ちせしました!

野菜無人市・六月中旬より開催

川目ほほえみ生活改善グループ(代表 工藤アサ)は川目集落内の県道沿いに面した荒川政勝さん宅前で、また、農協婦人部はアルサス前でそれぞれ無人市を開催します。村民の皆さんのご利用をお待ちしています。

時間等については次のとおりです。

○川目無人市

毎週火・木・土開催

午前九時から午後四時まで

○アルサス前無人市

毎週月・水・金

午前八時半から午後四時まで

※時期に応じて山菜や花もあります。



熊に御用心!

近年、人里に熊が出没する事が多くなっています。

昨年は人的な被害はなかったものの、畑作物(トウモロコシ)等が荒らされ、二頭が捕獲されています。

すでに、今年も森林体験館付近の県道で車と衝突した事故が発生しています。これから農繁期を迎えるにあたり、畑作業には十分注意して下さい。また、山菜採りに出かける時は数人で行くようにしましょう。

山火事防止にご協力を...

春は空気が乾燥し、山火事が発生しやすい季節です。山での火の取り扱いには十分注意してください。

また、農作業等で火入れをする時は佐井消防分署の許可が必要となりますので許可を得てから行いましょう。

お問い合わせ

佐井消防分署

三八―二二六六

人権擁護委員制度を

御存知ですか?

六月一日は、人権擁護委員法が施行された日です。

昭和二十三年にまず政令に基づいて人権擁護委員制度が設けられ、二十四年六月一日に人権擁護委員法が施行され、国民の基本的な人権を擁護し見守る、いわば民間人による人権の番人の機関が誕生したのです。これが人権擁護委員制度の始まりです。

いじめ、体罰、不登校児など子どもをめぐる人権問題が大きな社会問題となつていますが、次代を担う子どもの人権を積極的に擁護することが必要です。そこで、全国人権擁護委員連合会では「子どもの人権を守ろう」「いじめをしない・させない・見逃さない」を啓発活動重点目標に掲げ、積極的な啓発活動を展開しています。

人権は、人間が平和に生きていく上で、最も大切な権利です。自分だけでなく、あなたも私もみんな人権が尊重されなければなりません。全国人権擁護委員連合会では、六月一日を「人権擁護

委員の日」と定め、この日を中心として皆さんとともに一層の人権思想の啓発に努めることを申し合わせております。

佐井村では、村長から推薦されて、法務大臣が委嘱した次の人権擁護委員がおります。

相談は無料で、秘密は守られます。お気軽に御相談ください。

○山本 正(38)―二六六二

○三戸 重一(38)―二四三二

○佐々木寛昭(38)―二二七五
永年の活動に対し、佐々木委員は「仙台法務局長賞」、また、山本委員は「青森地方法務局長賞」を受賞されました。



相続放棄について

人が死亡すると、相続人が死亡した人(被相続人)の遺産を相続します。しかし、遺産といっても、財産よりも借金の方が多い場合や借金しかない場合もあります。

このような場合にも、必ず遺産を相続しなければならぬといふと、相続人が被相続人の借金を返済する義務を負うことになり、相続人には気の毒な結果になることがあります。そこで、相続放棄といつて、被相続人の遺産を一切相続しないようにすることができ

ます。相続放棄をするには、相続の開始があったことを知った時から、三ヶ月以内に、被相続人が住んでいた土地を管轄する家庭裁判所に相続放棄の申述書を提出する必要があります。家庭裁判所の窓口には簡単に記入できる申述書の用紙が備え付けてありますから、これに必要な事項を記入し、戸籍謄本等の必要書類や若干の収入印紙と郵便切手を添えて提出してください。

家庭裁判所は、相続放棄の申述書の提出が期限内にされたものであり、本人の真意に基づいたものであると判断すれば、これを正式に受理します。家庭裁判所が申述書を正式に受理することによって、初めて相続放棄が法律上有効なものとなるのです。

不法電波をなくそう

よ、ごすまい 情報社会の電波環境

私たちの生命や財産を守るため、不法無線局を一掃しましょう。

電波は、私たちの身の周りから公共的分野まで幅広く利用され、社会生活に役立てられています。しかし一方で、国民の生命、財産を守るための無線通信

赤十字有功章 社員を募集

日本赤十字社青森県支部では、平成七年九月二十七日、宮様ご臨席による『青森県赤十字有功会結成十五周年記念平成七年青森県赤十字大会』を青森市文化会館にて開催いたします。

本大会では、その年に赤字の金色有功章社員(五十万円抛出社員)並びに銀色有功章社員(二十万円抛出社員)に加入された方々を中心に、宮様から有功章が伝達されます。また、式典終了後には、有功章社員で組織されている青森県赤十字有功会主催による宮様を囲む懇親会も挙行されます。

この機会に有功章社員に加入されるは如何でしょうか。お問い合わせ並びに申し込みを希望される方は、七月十五日まで、役場住民福祉課までご連絡ください。



地域安全運動実施中です

四月二十一日に、大間警察署と防犯指導隊が協同で、地域安全運動実施を周知する看板を立てました。幸いなことに、佐井村では重大な犯罪は発生していませんが、地域ぐるみで防犯に努め、明るく住み良い村にしましょう。



「みなつき」、または「みなづき」と読みます。旧暦六月のことで、新暦では七月ごろです。俳句では、晩夏の季語になっています。語源についてはいろいろな説がありますが、水が枯れる季節という説がよく知られています。それで、六月の異名として、「水待月」という言葉もあります。晩夏、暑さにあえいで風を待つところから、「風待月」ともいわれています。新暦七月は、まだ梅雨のころですが、その後にくる猛暑を水無月といったのでしょうか。

水無月

水無月や風に吹かれに古里戸口から青みな月の月夜かな 鬼貫 一茶
一茶の句の「青みな月」とは、青葉がこんもりと生き生きと茂る様なので、水がないというイメージとは違うような気がしますね。水無月という言葉で思い出すのは、去年の猛暑による水不足、そして一昨年の天候不順による不作です。このような異常気象の原因は、地球環境の悪化と無関係ではないようです。六月五日は「環境の日」、六月は「環境月間」です。わたしたち一人一人が環境問題に対する理解を深め、責任を自覚したいものです。



水無月の埃積れる芭蕉かな 鈴木花叢

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

自動車税の納期限について

六月三十日は自動車税の納期限です。

納税は、お近くの銀行、信用金庫、信用組合、郵便局のほか、県で指定した農協及び漁協の窓口でも納めることができます。

納税貯蓄組合に加入している方は、組合を通じて納めてください。

(車検を迎える皆さんへ)
納税証明書(納付した後の納税通知書は、納税証明書となります。)

必要となりますので、自動車検査証と一緒に大切に保管し

てください。

※納税通知書が届かない場合や、自動車税に関するご相談は、お気軽にむつ県税事務所まで。

むつ市中央一丁目一の八
むつ県税事務所 納税課
(電話二二一三二〇五)



申告納税制度を 支えるために

我が国の税制は、納税者が、自ら税法に従って自分の所得と税額とを正しく計算・申告して納税するという、申告納税制度を採用しています。

税務所では、申告納税制度の基本である「正しい申告と納税」のために、広報、相談、指導、調査を通じて、正しい知識の普及や税負担の公平

確保に努めています。

また、地方公共団体や税理士会など関係民間団体との連携や協力を得ながら申告納税制度の定着に努めています。納税者の皆さん、税を正しく理解し正しい申告と納税をしましょう。

税務職員(税務大学校生)の 募集について

募集について

人事院・国税庁では、税務職員(税務大学校生)を募集しています。

まで

■受験申込先

税務職員は、国家公務員採用Ⅲ種試験(税務)に合格した人の中から採用されます。

希望する受験地の人事院地方事務局

■受験資格

昭和五十年四月二日から昭和五十三年四月一日までに生まれた人

■試験日と試験内容

■試験の程度

高校卒業程度

第一次試験(教養試験・適性試験・作文試験)
平成七年九月十日(日)
第二次試験(面接・身体検査)
平成七年十月十八日(水)
から十月二十五日(水)までの間の一日

■受験申込受付期間

平成七年六月三十日(金)
から平成七年七月七日(金)

■合格者発表

第一次試験合格者発表は、



なお詳しいことについては、仙台国税局人事第一課(☎〇二二一三二六三一―一―一・内線三三三六)または最寄りの税務署総務課にお尋ねください。

高校生の 税の作文募集

国税庁をはじめ国税局、税務署では、全国の高校生の皆さんから税に関する作文を募集しています。

■応募資格

高校生

■テーマ

税について、日ごろ考えていることや意見など、税に関するものであれば何でも結構です。

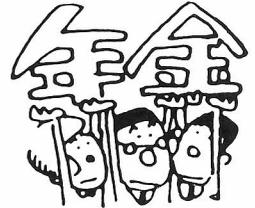
■応募数

一人一編、三千字以内

■締切

九月八日（金）まで最寄りの税務署で受け付けています。

詳しくは最寄りの税務署総務課にお尋ねください。



こんな時に

こんな年金

国民年金には、大きく分けて三種類の年金給付があります。

◎老齢基礎年金

国民年金の保険料を納めた期間、免除された期間、及び厚生年金保険や共済組合に加入した期間の合計が二十五年以上ある人が六十五歳から受付けられます。

ただし、二十歳から六十歳までの間に、国民年金の保険料を納め忘れたり、免除された期間がある場合には、その期間に応じて年金が減額されます。

◎障害基礎年金

国民年金の加入期間中に、病気やケガで法律に定められた障害等級表の一級または二級に該当したときに受けられます。

◎遺族基礎年金

国民年金に加入中の人や、老齢基礎年金を受ける資格を満たしている人が死亡したとき、子のある妻、または子に支給されます。
妻の場合には、死亡した人により生計を維持されていたことが条件になります。
また、「子」は年齢その他の条件が該当していることが必要です。
これらの年金は、完全自動物価スライド制が取り入れられていますので、物価の上昇に合わせて年金額も引き上げられるようになっていきます。
年金についての詳しいことは、市町村役場の国民年金係または、社会保険事務所にお尋ねください。



四十歳以上の方

あなたの年金は大丈夫？

加入期間が足りず年金が受けられない人も特例によって受けられるようになりました。

高齡任意加入の特例

従来の六十五歳までの高齡任意加入によっても加入期間が足りず、老齢基礎年金を受給できない場合は六十五歳以上七十歳未満の間、国民年金に任意加入することができるようになりました。（ただし昭和三十年四月一日以前に生まれた人に限ります。）



※ 恩給欠格者、引揚者の皆様へ ※ 書状などの請求はお済みですか

総理府の認可法人・平和祈念事業特別基金では、山軍人などで年金恩給や共済年金を受けていない恩給欠格者のうち、外地勤務経験があり、加算を含めた在職3年以上の方に対して、平成元年度から慰労の書状と銀杯などの贈呈事業を行っています。さらに、平成7年度からは対象者の範囲を、外地勤務経験があり加算年を含めた在職年が3年未満で、実在職年が1年以上の方まで拡大することになり、これらの方々には、書状、銀杯までの贈呈をいたします。

また、戦後外地から引き揚げてきた方のうち、引揚者特別交付金を受給した方を対象に、平成3年度から慰労の書状の贈呈を行っています。この引揚者に対する書状贈呈事業については、請求期限が平成8月31日となっておりますので、早めに請求してください。

請求書類は、恩給欠格者、引揚者とも、平和祈念事業特別基金はもちろん、都道府県・市区町村の窓口にも用意してありますのでご利用ください。どちらの場合も、対象となる方は早めに請求してください。

■請求・問い合わせ先■
〒112 東京都文京区大塚5-3-13
平和祈念事業特別基金
業務第1課（恩給欠格者関係）
☎03-3945-4704
業務第2課（引揚者関係）
☎03-3945-4707



Dr.吉岡の



健康談話室(第1回)

村民の皆さんの健康を 願ってこのコーナーが スタートします

寄せください。

赴任された、吉岡秀樹先生のご好意により「広報さい」の新ページとして「Dr.吉岡の健康談話室」を始めることになりました。

村民の皆さんの健康に、少しでもお役に立てればと考えています。

どうか、ご愛読くださるようお願いいたします。

また、このコーナーに関してのご質問・お問い合わせは企画調整課の広報担当までお



○サイレントデイズとは？

村の広報に文章を書く機会をいただきました。

皆さんとともに健康について考えて行きたいと思えます。

第一回は「サイレント デイズ (Silent disease)」

■サイレント デイズ (Silent disease)とは

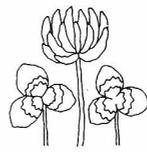
日本語でいえば「静かな病気」です。高血圧、高脂血症、糖尿病、ガンなどのことをいいます。では、何が「静か」なのでしょう。

これらの病気は、症状がないうちに進行しているために、このようにいわれるのです。これらの病気になって、無症状のまま何年も経ってからそれらの合併症というかたちで症状が出現し、やっと病院にやってくる。そうして初めてそのような症状が出現してからの遅い。それ以上進行するのを抑えるのがやっとであることが多いのです。

検診で引っかけたり、たまたま別の病気で病院に行っただけに検査をしてひっかけた時がチャンスです。そんなときは積極的に詳しい検

査を受けて見てください。それで、病気でなければそれはそれで安心できますし、病気だったから早く見つかってよかったと思ふべきです。

それでは、それぞれの疾患について考えて行きましょう。



■高血圧症

人間の血圧は変動します。心配事や痛みによるストレス、運動、過労などによって血圧は簡単に上昇しますが、びっくりしたり怖いことがあつたりすると簡単に血圧は下降します。

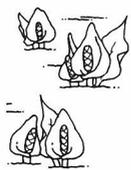
高血圧症として降圧剤を病院からもらって飲まなければならぬのは、いつも血圧が高い状態にある人です。自宅に血圧計がある人は、自宅で安静にしているときに朝、夕二回血圧測定を一週間続けてみてください。上が常に一六〇以上、下が常に九五以上の人は降圧剤を飲まなければなりません。上が常に一四五、一六〇、下が常に九〇、九五

の人は将来的に高血圧症となる可能性があります。

前述したように、高血圧症の人は特に症状はありません。「肩が凝る」という人がたくさんいますが、ストレスや姿勢から肩が凝って、血圧上昇を来している場合が多く、それらをなくすことによって、降圧剤を飲まなくても血圧が安定してしまうこともよくあります。

高血圧を放っておくとどうなるのでしょうか。動脈硬化が進んで、心筋梗塞や脳梗塞、脳出血の原因になるのが一番怖い。先天的に脳動脈瘤がある人であれば、破裂してクモ膜下出血になることもありま。そのほか、眼底出血を起こして、最悪の場合は失明してしまふこともあります。高血圧性の腎症というのがあります。

■糖尿病



日本人四十歳以上の十人に一人が糖尿病にかかっているとの調査があります。実際には糖尿病で通院している人はもっともつと少ない。つまり、

糖尿病を罹っていることを知らずに社会生活を送っている人がかなりの数がいるということ。

糖尿病もまた、自覚症状がな

く進行する病気です。何となく眼がチラチラするとか、視野が狭くなったような気がする、といった症状が表れて精査してみると糖尿病だった、というときがあります。

また、やせてきた、喉が渇く、おしっここの量が多いといった症状がでて仕事も忙しいといった、しばらくしてから受診したときにはすでにある程度腎障害が進んでいるときがあります。糖尿病のコントロールが悪ければ、将来的に透析を受けることになりかねません。

さらに、指先の感覚が鈍くなるとか、指先が腐ってくるという合併症も有名なものです。

このような合併症も、症状が出る前に診断をつけてきちんとコントロールすることで防ぐことができます。

自分は検診で尿糖(一)だったので、糖尿病じゃない、と安心していている人はいませんか？糖尿病は初期の段階や、食事の関係で尿糖(一)の時も多いのです。糖尿病かどうかは空腹時に専用のジュースを飲んでいただいて、三十分

おきに採血することで正確に診断されます。尿糖(十)ならもちろんのこと、尿糖(一)でも何かの機会に採血した際に平均値より高値のときには、この検査を受けてみましょう。



■高脂血症

いわゆる高コレステロール血症というものです。

血液の中に脂肪が高くなる、その脂肪が血管の内壁に付着してきます。だんだんと血管の内腔が狭くなりますし、脂肪が結晶化してきて弾力性がなくなつてきます。すると、血管は血圧の変動に耐えられなくなり破れやすくなります。また、血管の内腔がとうとう狭くなって血液が通ることが出来なくなつたら、心筋梗塞や脳梗塞になってしまいます。

やはり、そのようになるまでは症状が出ないので怖いものです。

これは、長期間の偏った食事と運動不足が原因でなる病気です。

朝食を食べないで診療所へおいでください。空腹時の採

血で簡単に検査ができます。



■ガン

ガンもいろいろとありますが、日本ではガンⅡ死のイメージであつてあまりよいイメージでとらえられていないのが現状です。

しかし、ガンも初期のものであれば治るのです。その初期のものを発見するのが大変なのです。そのためにガン検診というものがあるわけです。その是非については次回考えてみたいと思いますが、ガン検診では初期のガンは見逃される場合があります。胃ガンでは、やはり胃カメラが確実な診断方法ですし、大腸ガンでは検診の便潜血だけでは血液が混ざっているかしかわかりませんから、大腸透視が大腸カメラが必要です。

初期のガンは特異的な症状に乏しく、強い症状があるようなときはすでに末期の状態だったり手術が出来ない状態だったりすることが多いのです。何かちよつとした症状が

あつたり、機会があつたら前述のような検査を受けて見ることが大切です。

以上、サイレントデ이지ズについて簡単に説明いたしました。医者はこのように脅かし半分のことを言います

が、それを判断するのは、皆さんです。自分の健康を守る

次回は

「検診の良いこと、悪いこと」についてお話しします。

どうぞご覧ください。

第十一回がんかけ祭ののご案内

- ・日時 平成七年六月四日(日) 午前九時より
- ・場所 願掛岩公園 ケビンハウス前広場 (雨天の場合 アルサスしおさいホール)
- ・当日は、無料送迎バスが運行されます。
- ・詳しくは、佐井村観光協会(☎三八一四五一五)までお問合せ下さい。



