

1996

(平成 8 年)

2 月

No. 318

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。

広報せい

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



佐井村消防団出初式

佐井村消防団



出初式

～火災・災害のない村を願って～

新春恒例の佐井村消防団出初式が大佐井仲町を会場に行われました。

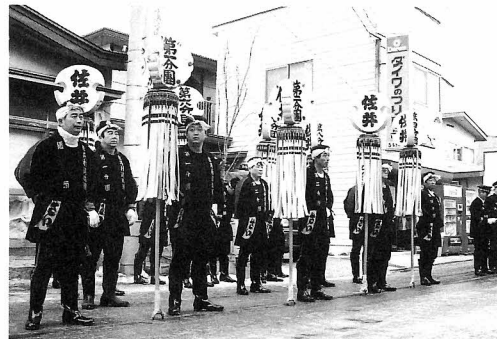
当日は肌を刺すような寒風の吹きつける天候でしたが、団員は寒さをものともせずいきいきとした行動で各分団ごとに整列。関係者らの視閲を受けたあと、まとい隊を先頭に力強い分列行進を披露しました。

この後に、消防団長の年頭の辞、村長



の訓示、村議会議長や大間警察署長の祝辞を受け、消防団歌を斉唱し、今年一年の無火災・無災害を願って万才三唱が行われました。

この出初式にあたり、十二名の団員の方々が表彰を受けました。表彰された方は次のとおりです。



○佐井消防団長表彰

・精勤章

第1分団

団員	樋口	達也
〃	若山	真一

第2分団

団員	島野	優行
〃	岡本	正行

第3分団

団員	萬谷	雅之
----	----	----

第4分団

団員	舘脇	信義
〃	舘脇	正

第5分団

団員	横浜	芳彦
〃	東出	章二

第6分団

団員	木下	優
----	----	---

第7分団

団員	田中	孝一
----	----	----

第8分団

団員	山本	秀志
----	----	----



い

の

場

情報を
ています。
調整課
2111
まで

1/5

佐井村季節労務者協議会 定期大会・激励懇談会行われる

新春恒例の佐井村季節労務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なわれました。

続いて第31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、労働時間短縮による賃金減少、厳しい求人の減少及び雇用関係等問題が山積みしており、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長から村民の福祉、福利厚生が第一と考えており、これから温泉源を見つける為の探査を実施することにし、探査結果



をふまえながら順次方策を進める事に致しております。季節労働者のみなさんには、まだ厳しい状況にありますが健康を第一に安全就労につとめてほしいと激励の挨拶がありました。

来賓の挨拶後、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。



わ

ど

広

第18回 佐井村小学生卓球大会 第26回 佐井村卓球選手権大会 参加者募集

2月25日(日)午前9時から、佐井中学校体育館を会場に「第18回佐井村小学生卓球大会」及び「第26回佐井村卓球選手権大会」が開催されます。

参加料は1人500円、当日も受付しますので、冬季の運動不足解消のため、卓球でいい汗を流してみませんか。

申し込み・問い合わせは次の方々まで。

- ・川 岸 一 彦 ☎38-2019
- ・坪 井 敏 明 ☎38-2107
- ・坂 本 芳 博 ☎38-2078
- ・田 澤 亮 一 ☎38-2262
- ・渡 辺 章 子 ☎38-2111

1/18

白鳥 お帰りなさい!

今年の冬も白鳥が古佐井川にやってきました。

僕たち皆待っていたんだよー。と保育所の子供たちとの交歓風景です。



HOTな
お待ちし
役場企画
TEL38—

むらの話題

交母だより



佐 井 村
交通安全母の会

母の会の交通安全活動

について

日頃より、母の会の交通安全活動にご理解、ご協力をいただき、誠にありがとうございます。

近年、高齢者の交通死亡事故の原因別では歩行中（横断中）が一番多く、約八十パーセントを占めていることから、昨年は「生き生きシルバー高齢者交通安全」に重点を置き、村内でも交通量の多い磯谷地区を「シルバー交通安全モデル地区」に指定、佐井駐在所の野宮部長さんを講師に参加・体験型の交通安全指導を行いました。

夕方の忙しい時間帯でしたが多数の方々が参加され、交通事故撲滅のために必要な



「安全は見えること」を身をもって体験し、また夜間外出の時の明るい色の服装や反射材の着用の大切さを理解していただきました。

この指導をきっかけに、反射材などを使いたいとのこと

2月1日現在
交通事故死ゼロ
4,480日

で三十六件の申し込みがあったことは、とてもうれしく思います。

悲惨な交通事故にあわない・あわせない気持ちを心にも持ちながら、明るい毎日を通してほしいと願うと同時に、ご協力いただいた各理事の方々、関係者の皆様に心より感謝を申し上げます。

これからも、母の会に対するご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。



交通死亡事故
ゼロの日
4,500日
目標達成日は
2月21日
です

交通安全母の会に

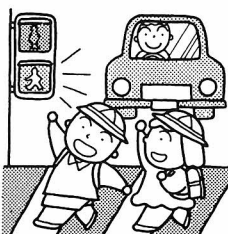
感謝状

一月十二日に大間警察署において、母の会の交通安全活動に対して感謝状が送られました。

これは、昨年行った母の会のマスコット作戦などが高く評価されたもので、会員の日頃からの交通安全活動の賜と感謝しております。

「我家から悲惨な交通事故を出さない」との願いで行っている活動が、このように警察の評価に結びついたことはとてもうれしく思います。

これからの「交通安全は家庭から」をモットーに、より一層母の会活動を推進していきたいと考えています。



冬道の交通事故を防止しよう

昨年の冬期間の交通事故を見てみると、平成六年十二月十五日から平成七年三月十五日までの三カ月間で、人身・物損事故を合わせて一万一千件以上の交通事故が発生し、その内、五千件余りがスリップによるもので、発生件数の半数を占めています。

めまぐるしく変化する道路環境に的確に対応し、冬期間の交通事故を未然に防止するために、次のことに注意しましょう。

○「冬道の急ブレーキはスリップの危険」

○「発進時はゆっくりと 慎重に」

○「カーブは手前で 十分に減速を」

○「下り坂はローギアで ゆっくりと」

○「尻振りスリップに 急ブレーキは禁物」

これらのことは、冬道を安全走行するために最も基本となるものです。

☆一割のスピードダウン

☆二倍の車間距離

☆三分早めの出発

を心掛け、安全運転をお願いします。

カーブミラーをきれいに！

寒さもいよいよ厳しく、全国では交通事故が多発しています。佐井村では重大な事故の発生もなく胸をなでおろしています。

母の会では年頭行事として村内全地域のカーブミラー清掃を行いました。

「みんなで進める交通安全」を合言葉に、各地区において自分の家の近くのカーブ

ミラーを、会員が無事故の願いを込めて丁寧に磨き上げました。

次はあなたもやってみませんか？

四千五百日達成は二月二十一日です。

“気をつけて

みんなでなくそう
交通安全”



平成8年使用交通安全 年間スローガン

- 運転者に対するもの
運転は ゆったりハートに
しっかりベルト
- 歩行者・自転車利用者に対するもの
つけようね わが身を守る
反射材
- 小中学生自身に交通安全を
呼びかけるもの
“まいったー、そんな気持ち
が 事故のもと！

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7年)

青森県交通対策協議会

	12 月	累 計	死 者 の う ち	高 齢 者 の 死 者	35 (39)
発 生	861 (720)	8,322 (8,106)		飲 酒 運 転 に よ る 死 者	19 (22)
死 者	8 (18)	137 (136)		シ ー ト ベ ル ト	
傷 者	990 (869)	9,991 (9,856)		着 用 義 務 者 (着 け な け れ ば な ら な い 人)	69 (62)
				非 着 用 者 (着 け て い な か っ た 人)	57 (53)
				着 け て い れ ば 助 か っ た と 思 わ れ る 人	27 (20)

() 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

危い！乳幼児の誤飲



乳幼児の事故を防ごう

「節分の豆まきは要注意」

もうすぐ節分。「福は内、鬼は外」と大声を出してやる豆まきは、家族だんらん楽しいひとときです。しかし、乳幼児のいる家庭はちょっと気をつけて下さい。豆をほおばっていて激しく泣いたり、転んだりした拍子に、気管に

ピーナツは控えて

気管にものをつまらせて受診する中で多いのは、五才未満の子ども。それも「はいはい」「よちよち歩き」の頃が一番多い。食べながら走っていて転んだ時とか、上の子にドンと背中をたたかれた拍子にというのが目立ちます。

入ってしまうと、片方の気管支で呼吸できるから咳は静まります。しかし、気管支に残った豆はしだいにふやけて炎症をおこし、ひどくなると無気肺の原因になることがあります。



豆まきのアドバイス

一、乳幼児のいる家庭では豆まきにピーナツを使わない
二、豆をほおばっている時は食べ終わるまで静かに見守り、驚かせるようなことはしない
三、激しく咳こんだ時は、咳が治っても病院に連れて行く

き、医師に豆を詰まらせたかもしれないことを話す。

以上、豆類を与える時に気をつけることを紹介しましたが、この他にも、硬貨類、あめ玉、ボタン、電池、碁石、おはじきなどが、気管異物や

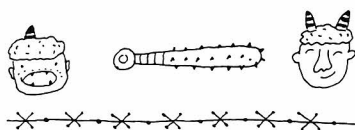
応急手当は落ちついて冷静に！

誤飲した時の応急手当の方法は、飲みこんだものによつてちがいますが、今回は乳幼児ののどに異物がつかえた場合の手段について紹介します。

三、もし出なければ、子どもを小脇にかかえて、人差し指をのどの奥に入れて吐かせる。(図3)

四、以上の手当を手早く行っても回復しないとか、あるいは回復しても呼吸が苦しい時は、早く病院に連れていきましよう。

飲みこんだ異物が①ごく小さなもの②丸いもの③無毒のものであれば、まず安心です。そしてちゃんと息をしてケロツとしていれば心配ありません。しかし、異物が気管をふさいでいる時は、
一、頭を深くさげ、平手で背中を強くたたく(図1)
二、子どもを抱きかかえ、頭を前に倒して胃のところをグツと押す(図2)



(図3)



(図2)



(図1)

食道異物となつて最悪の場合は死ぬこともあるので、事故防止としては、何でも口に入る子どもの周囲に小さい物を置かない注意や、口に物を入れて歩いたり遊ばせないしつけをするのが大切です。

1 9 9 6

2月村民カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1 ㊦古佐井	2 ㊦川目	3
4 	5 ㊦新町・浦町	6 ・診療所休診日 ・乳児三歳児健診 (役場、12：30～) ㊦仲町・浜町	7 ・心配ごと相談 ・デイ・ケア ㊦全村	8 ・健康相談日 ・川目地区食生活講習会(10：00～) ㊦糠森・台場	9 ㊦谷地町	10
11 ・建国記念日	12 ・振替休日	13 ㊦原田	14 ・心配ごと相談 ・デイ・ケア ㊦全村	15 ・健康相談日 ・リハビリ教室 (あすなろ13：00～) ㊦大町	16 ・矢越地区食生活講習会 (10：00～) ㊦磯谷	17
18 	19 ㊦古佐井	20 ・診療所休診日 ㊦牛滝・福浦	21 ・心配ごと相談 ・交通死亡事故「0」 4,500日達成日 ・デイ・ケア ㊦全村	22 ・健康相談日 ㊦川目	23 ㊦新町・浦町	24
25 	26 ・あすなろ 一般入浴休み ・介護者教室 ㊦全村	27 ㊦原田	28 ・心配ごと相談 ・健康相談日 ・デイ・ケア ㊦全村	29 ㊦仲町・浜町	☆ナイター卓球は毎週 火曜日、金曜日です。	
☆くわしいお問い合わせは役場の各担当課等をお願いします。 ㊦…あすなろデイサービス（横に該当地区名が記載されています） ㊦今月は、診療所の休診日が変わります。ご注意ください。 （第2・4火曜日→第1・3火曜日になります。ただし、2月のみの変更です。）						

お気軽にご相談ください。

——心配ごと相談所——

悩みや心配ごとをもつ人ならば誰でもどんな人でも相談に応じます。

例えば……『住宅改造』『家族』『財産』『苦情』『老人福祉』など

相談者の立場になって問題解決にご協力いたします。

☆相談は無料・個人の秘密は絶対守ります。

『相談日』 毎週水曜日 午後1時より午後4時まで

『場 所』 佐井村高齢者生活福祉センター【あすなろ】

税務・国民年金 情報コーナー



・税金・年金のご相談は
役場の各窓口までどうぞ

給与所得者の 還付申告はお早めに！

平成七年分の所得税の確定申告は、三月十五日(金)までですが、確定申告をする義務のない人でも、マイホームをローンなどで取得した人・高額な医療費を支払った人などは確定申告をすると所得税が戻ることがあります。

還付申告は一月からすでに受け付けております。
三月に入ると税務署の窓口も大変混み合いますので、申告はできるだけ早めに済ませてください。

**消費税(個人事業者)の
確定申告のお知らせ**

個人事業者の方で、前々年中の課税売上高が三千万円を超える方は、「消費税課税事業者届出書」を提出する必要があります。

平成五年中の課税売上高が三千万円を超える方及び課税事業者選択届出書を提出された方は、四月一日(月)までに平成七年分の「消費税確定申告書」を提出し、その消費税額を納付しなければなりません。

なお、手続き等についてお分かりにならない点がありましたら、最寄りの税務署又は役場、財政課税務係にお問い合わせください。

財産を もらったとき

個人から財産をもらったときには、もらった人に贈与税がかかりますが、一定の要件に該当する場合には、次のとおり贈与税が軽減されます。

○夫婦の間で居住用不動産などの贈与があったとき……最高二千万円の配偶者控除があります。

○特別障害者の生活費に充てるために、特別障害者を受益者とする財産の信託があったとき……

六千万円までは贈与税がかかりません。○父母又は祖母から住宅取得資金の贈与を受けたとき……

三百万円までは贈与税がかかりません。

なお、これらの適用を受けるためには一定の手続きが必要です。



二つ以上の年金を受けられる ようになったら届出を！

「一人一年金」が年金制度の基本です。すでに年金を受けている人が、さらに他の年金の受給権を得た場合には、どちらか一つの年金を選択することになります。

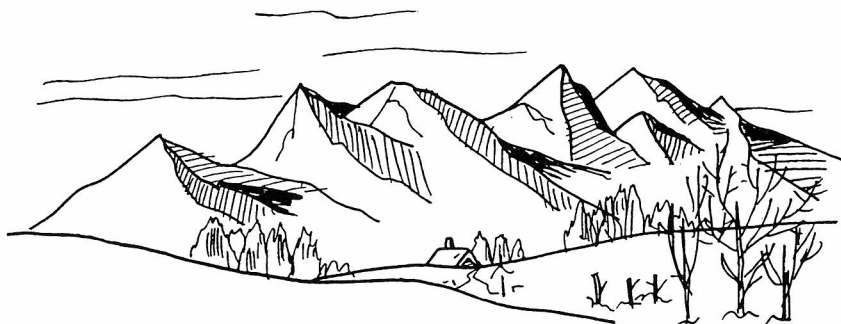
たときにも、両方受けることができます。

詳しくは役場住民福祉課か社会保険事務所へご相談ください。

たとえば、障害基礎年金を受けている人が、遺族基礎年金や老齢基礎年金を受けられるようになった場合、どちらか有利な方の年金を選んで、「年金受給選択届出書」を提出しなければなりません。この届出が遅れると年金が過払いとなって、返納しなければならなくなったり、決められた支払日に年金の受け取りができなくなったりすることがあります。

ただし、老齢基礎年金と老齢厚生年金、障害基礎年金と障害厚生年金のように、同一の理由による年金の場合は両方とも受けることができます。

また例として、遺族厚生年金を受けていた人が、六十五歳になって老齢基礎年金を受けられることができるようになります。



国民年金保険料は 社会保険料控除の対象に なります。

所得税の確定申告の時
期がやってきました。

平成七年一月から十二

月までの間に納められた

保険料は、「社会保険料控

除」として全額所得から

差し引かれます。

申告できるのは、平成

七年分の保険料だけでな

く、過去に未納になっ

いた以前の分の保険料な

ども含めて、平成七年中

に納めた全部の額です。

自分の保険料だけでな

く、家族の分として納め

た保険料も控除の対象に

なりますから忘れないよ

うにしましょう。

○平成七年の保険料額

・定額保険料

一月～三月

月額 一一、一〇〇円

四月～十二月

月額 一一、七〇〇円

・付加保険料

月額 四〇〇円



土地や建物を売ったとき マイホームには特例があり、

税負担が軽減

土地や建物を売ったときの

利益（譲渡所得）には、税金

がかかります。所得税は、す

べての所得を合計して計算し

ますが、土地や建物を売った

ときの譲渡所得は、ほかの所

得と分離してその税金を計算

するなど、特別の計算方法を

採用しています。

では、土地や建物を売った

ときにかかる税をみてみま

しょう。

課税譲渡所得の計算

土地や建物を売ったときの

利益（譲渡所得）にかかる税

金は、給与所得など、ほかの

所得と区別して計算します。

課税対象となる譲渡所得（課

税譲渡所得）の計算式は次の

通りです。

課税譲渡所得＝売却代金－

（取得費＋譲渡費用＋特別控

除）

取得費：売った土地や建物

を買い入れたとき

の購入代金や購入

手数料。

譲渡費用：土地や建物を売る

ために支出した費

用。

特別控除：長期譲渡所得は一

〇〇万円、短期譲

渡所得はゼロ、ま

た自分の住んでい

る土地や建物を

売った場合は長

期・中期に関係な

く三、〇〇〇万円。

また、物件を売った年の一

月一日現在で、土地や建物の

所有期間が五年を超えていれ

ば長期譲渡所得に、五年以下

なら短期譲渡所得になり、税

額の計算方法が次のように大

きく変わります。

長期譲渡所得の税額計算

①課税譲渡所得が四、〇〇〇

万円までのとき

課税譲渡所得の二五％が所

得税、七・五％が住民税。

②課税譲渡所得が四、〇〇〇

万円を超えるとき

一、〇〇〇万円＋（課税譲

渡所得－四、〇〇〇万円）

×三〇％が所得税、三〇〇

万円＋（課税譲渡所得－四、

〇〇〇万円）×九％が住民

税。

短期譲渡所得の税額計算

次に挙げる①と②のどちら

か多い額となります。

①課税譲渡所得の四〇％が所

得税、一二％が住民税。

②（A－B）×一一〇％Ⅱ所

得税（または住民税）

A：（そのほかの課税所得

＋課税譲渡所得－五〇万

円）×所得税（住民税）の

累進税率

B：そのほかの課税所得×

所得税（住民税）の累進税

率

マイホームを売ったときの特例

住んでいる土地と建物を

売ったときは、①三、〇〇〇

万円の特別控除②軽減税率の

特例③買い換えの特例があり、

通常の場合に比べ税負担

が軽減されています。しかし、

これらの特例の適用を受ける

には、一定の要件を満たす必

要があります。詳しくは、最

寄りの税務署、税務相談室に

お知らせ コーナー

働きながら学べる 高校通信課程

青森県立野辺地 高等学校

仕事の都合で全日制・定時制に通えない人のために月二回程度の出校（日曜または月曜）と四年間（三年でも可）の通信学習で高等学校卒業の資格を得ることができます。学費は年間三万円程度、年齢や職業を問いません。あなたも通信制で学んでみませんか。

○募集人員 男女二〇〇名

○出願資格 県内に住所または勤務地のある人で、中卒または中卒以上の学力があると認められる人



○出願用紙の交付

二月一日(木)より交付します。願書の請求は、必ず返信用封筒（角型二号）を同封してください。返信用封筒には自分の郵便番号・住所・氏名を書き、一九〇円切手を貼ってください。

○願書受付

三月一日(金)～四月五日(金)

○選抜方法

書類選考で筆記試験は行いません。ただし、特に必要と認めた場合は面接を実施する場合があります。

○お問い合わせ先

〒〇三九一三一

上北郡野辺地町字松の木

一〇六一一

青森県立野辺地高等学校

通信制課程 入学係

☎〇一七五―六四―二二四九

(ファックスも同番号)

雪害事故を なくしましょう

佐井村では、毎年この時期が最も降雪量が多くなりま

す。

スキーやそりで遊んだり、雪だるまを作ったりしている子供たちの姿は微笑ましい限りですが、心配されるのは雪による事故です。

昨冬（平成六年十二月～平成七年四月）の県内における雪害発生件数は二十五件、うち、一名が亡くなっており、原因別では屋根の雪下ろし中に転落したものが半数近くを占めています。

さらに年齢別にみると、五十歳以上が大半を占め、圧倒的に中・高年の事故が多くなっています。

○屋根の雪下ろしをする時は必ず命綱をする。

○屋根の雪下ろしやブルトーザーでの除雪は複数の人で行い周囲に十分注意する。などに気をつけ、雪害事故から身を守りましょう。



交通災害共済に加入しましょう

現在、交通災害共済に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。ただ今、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めします。

加入の方法は、各家庭に配布された交通災害共済の加入票に必要事項を記入の上、共済費一人三五〇円を添えて二月二十九日まで行政連絡員または地区総代にお申込みください。（学童団体については各学校などで取りまとめます。共済費は三〇〇円です。）

なお、二月二十九日以降は

現在、交通災害共済に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。ただ今、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めします。

役場総務課まで直接お申込みください。



共済見舞金の額

災害の程度		等級	金額
死亡した場合		1	1,000,000円
実治療日数で 180日以上	入院180日を含む以上	2	150,000円
	入院90日以上180日未満	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
	入院90日未満又は入院なきものを含む	5	80,000円
実治療日数 90日以上180日未満	入院90日未満又は入院なきものを含む	6	60,000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

やってみよう！ バードウォッチング

下北少年自然の家では、「やってみよう！バードウォッチング」の参加者を募集しています。

冬鳥のバードウォッチングには絶好の季節を迎えました。バードウォッチングの初心者の方にも「下北野鳥の会」の皆さんが、わかりやすく親切に教えてくれます。

双眼鏡などの道具も貸し出していきますのでお気軽にご参加ください。

○日時 平成八年三月九日(土) 午前九時から日帰り
○場所 下北少年自然の家
○対象 小学三年から高校生
までとその保護者

○参加料 五〇〇円

○締切り 二月二十九日(木)

○お問い合わせ

下北少年自然の家

☎三三四一五八五八



国道三三八号線の 整備状況について

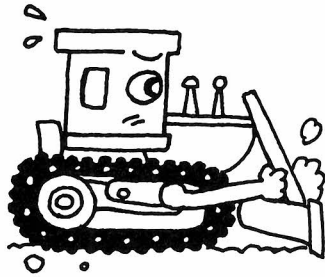
①国道三三八号線道路改良工事(長後バイパス)は平成元年度に着手し、平成四年度から工事着工しました。

しかし、工事中に大規模な地滑りが発見され、昨年度より工事を中止しています。

現在は調査中で、工事再開の見通しは立っておりません。

②国道三三八号線道路災害復旧工事(長浜工区)は地滑り防止工事として平成五年度に着工し、今年度中に完了の予定です。

③国道三三八号線特殊改良第一種工事(穴澗工区)は平成三年度に着手し、平成四年度から工事着工しました。今年度中に完了の予定です。



県水産修練所 修練生募集

県水産修練所では、県内の漁業後継者となる青少年を対象に修練生を募集します。

○募集人員 四〇名

○受験資格

中学校卒業以上の身体健全な男子で平成八年四月一日現在で二十五歳未満の方。

○願書受付

平成八年二月 一日から

二月十五日まで

○提出書類

入所願書・履歴書・最終出身学校の成績証明書・身上調査書・健康診断書

○入所選考について

平成八年二月下旬より、むつ市等で筆記試験及び面接を行い選考します。

○合格発表

平成八年三月八日

○問い合わせ先

〒〇三一 八戸市大字鮫町字下盲久保二五一一三一

青森県水産修練所

☎〇一七八一三三三〇〇四九

お宅の水道は大丈夫？

給水管の凍結にご注意！

気温が氷点下四度以下になると、給水管や蛇口が凍って水が出なくなったり、破裂したりする水道の凍結事故が多くなります。

寒さは水道の大敵です。気象情報、特に異常低温注意報などが出たときは凍結に十分気をつけましょう。

◎凍結を防ぐポイント

・給水管や蛇口には布切れ、毛布、あるいは専用の保温材を巻き、その上から濡れないようにビニールテープをすき間なく巻いてください。

・水抜き栓・不凍水栓を使用の家庭では、お休み前や留守にするとき、忘れずに水抜きをしましょう。

もし、凍結してしまったら、蛇口を開けて、凍った部分にタオルか布をかぶせ、蛇口の方からぬるま湯をまんべんなくゆつくりとかけてください。熱湯を急にかけてたりすると、ヒビ割れや破裂をおこすことがあります。

もし、破裂してしまったら水道業者にご連絡ください。

・東出水道設備

☎三八一〇九二

薪を販売いたします

佐井森林経営センター

○販売(抽選)日
2月20日(火曜日)
午前10時

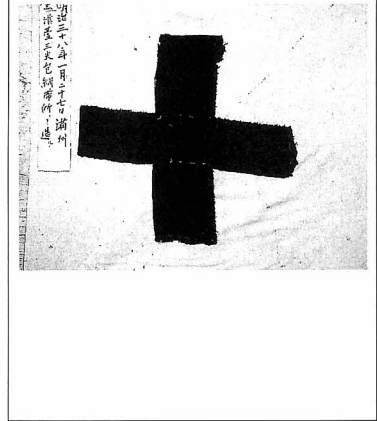
○販売(抽選)場所
佐井森林経営センター
(旧土場)

○販売数量及び樹種
およそ30棚(広葉樹)

○販売価格
一棚17,000円から

○詳しくは佐井森林経営センター
副所長 川村まで
TEL0175-38-2211

赤十字の里づくり 検討委員会だより (NO. 4)



赤十字精神の理解を 深めるために

赤十字の基本的な姿

一、赤十字精神と活動

赤十字精神は、人びとの胸のうちにある人類愛の心「われ人と共にあり」という人類の連帯感から出発し、これを社会生活のあらゆる分野で具体的な行動にうつして実践することであります。赤十字運動の基盤は人道で、みんながこの赤十字精神によって、国内的にも国際的にも相互に理解を深め、助け合って人間の生命と健康を守り平和な社会を維持することにあります。

二、行動する赤十字

人命の救助をはじめ、すべての赤十字活動には、たくましい行動力が要請されます。

いつ、いかなる時にも直ちに活動に移れる訓練と準備が必要で、つねに人的、物的両面も点検整備し、「行動する赤十字」を目標としてあらゆるところで真価が発揮できるよう心がけなければなりません。

三、公的施策の進展と赤十字活動

今日わが国においては、福祉国家の建設をめざして、各種の施策が積極的に取りあげられておりますが、更に顕著な成果を期待するためには、多くの理解と協力がなければなりません。社会的基盤の育成のためには、人道・博愛の赤十字精神の普及と赤十字活動による分野が多いと思われる。公共団体の支援団体として赤十字本来の使命にふさわしい血の通った、きめ細かなボランティア対策の強化が望まれます。

赤十字の

基本原則

一、人道

赤十字は、戦場において差別なく負傷者に救護を与えたという願いから生まれ、あらゆる状況下において人間の苦痛を予防し軽減することに、国際的および国内的に努力する。その目的は生命と健康を守り、人間の尊重を確保することにある。赤十字はすべての国民間の相互理解、友情、協力および堅固な平和を助長する。

一、公平

赤十字は国籍、人種、宗教、社会的地位または政治上の意見によるいかなる差別もしない。赤十字はただ苦痛の度合いにしたがって個人を救うこ



とに努め、その場合、もっとも急を要する困苦をまつさきに取り扱う。

一、中立

すべての人からいつも信頼を受けるために、赤十字は戦闘行為の時いづれの側にも加わることを控え、いかなる場合にも、政治的、人種的、宗教的または思想的性格の紛争には参加しない。

一、独立

赤十字は独立である。各国赤十字社は、その国の政府の人道的事業の補助者であり、その国の法律にしたがうが、つねに赤十字の諸原則にしたがって行動できるようにその自主性を保たなければならない。

一、奉仕

赤十字は利益を求めない奉仕的救護組織である。

一、単一

いかなる国にもただ一つの赤十字社しかありえない。赤十字社はすべての人に門戸を開き、その国の全領土にわたって人道的事業を行わなければならない。

一、世界性

赤十字は世界的機構であり、そのなかにおいてすべての赤十字社は同等の権利を持ち、相互援助の義務を持つ。

— 赤十字事務の手引き —
日本赤十字社青森県支部
発行より抜粋



こんにちは！

社会福祉協議会 です

(第二号)

老人福祉施設いろいろ

老人福祉施設には、様々な施設がありますが、その中から身近なものをいくつかご紹介します。

養護老人ホーム

六十五歳以上の老人で、身体上又は精神上の理由あるいは環境上、経済上の理由で自宅で生活することが困難なものを入所させて、養護する施設です。

△むつ市「釜臥荘」etc▽

特別養護老人ホーム

六十五歳以上の老人であつて、身体上、又は精神上の著しい障害のため常時の介護を要し、居宅において介護を受けられないものを入所させて保護する施設です。

△むつ市「みちのく荘・恵光園・桜木園」・川内町「せせらぎ荘」・大畑町「延寿園」etc▽

軽費老人ホーム

低額な料金で老人を入所させ、心理的、医学的配慮のもとに給食等の日常生活の便宜を共し、健康で明るい生活を送らせることを目的としています。

利用できる者は、身寄りのない者、又は家庭の事情で家族と同居できない事情がある六十歳以上の者(六十歳以上の配偶者とともに利用するときは六十歳未満でも利用できます)。

△青森市「和幸園」・弘前市「コーポはるな」etc▽

在宅介護支援センター

在宅の要援護老人の介護者等に対し、在宅介護に関する総合的な相談に応じ、在宅の要介護老人及びその介護者の介護等のニーズに対応した各種保健福祉サービスが受けられるよう調整し、在宅介護の

支援を行います。

△むつ市「みちのく在宅介護支援センター・在宅介護支援センター桜木」etc▽

老人福祉センター

地域の老人に対して、各種の相談に応ずるとともに、健康増進、教養の向上及びレクリエーションのための便宜を総合的に供与し、老人に健康で明るい生活を営ませる施設です。

△「大畑町老人福祉センター」etc▽

◎入所手続

養護老人ホームと特別養護老人ホームは市町村へ、軽費老人ホームは直接施設へ申し込みます。

詳しくは、住民福祉課又は社会福祉協議会へお問い合わせ下さい。



福祉用語一〇メモ

・ここでは、福祉によく使われる用語を説明します。

・ノーマライゼーション

「どのような障害をもつていても偏見をもたず一人の人間として生活できる社会があたりまえ」とする福祉の理念

・マンパワー

介護に関する専門的知識と技術をもち、相談や助言、食事・排泄・入浴などの介

護サービスを行う人々

・ショート・ステイ
六十五歳以上の在宅のお年寄り、介護疲れや冠婚葬祭など家族が何かの理由により、一時的に自宅で介護ができない場合に短期間入所させる施設です。

車イス寄贈される

この程、矢越水蓮クラブ(会長 川畑春義)より障害者の方々へ役立てほしいと、社会福祉協議会へ車イス二台が寄贈されました。

この寄贈された車イスは、あすなる利用者や障害者高齢者対象事業等に活用させていただきます。ご好意に感謝申し上げます。



Dr. 吉岡の



健康談話室(第8回)

知っているようで 知らない医学知識

世の中にはいろいろな情報が散乱しています。自分が正しいと思っています。自分も、時代の進歩によって間違っているかもしれないこともあります。逆に、間違っていたことも正しいことになってしまっている場合があります。

医学の進歩は非常に早く、数年前の教科書が今では全然通用しなくなっていることもよくあることです。皆さんの中で常識とさ



コレステロールは 低ければよいのか?

今年、私はコレステロール

の高い人を、すなわち高コレステロール血症(高脂血症)の人をしらみつぶし的に探してきました。これは、コレステロールが高い人は動脈硬化を招き、将来的に心筋梗塞や狭心症などの心臓疾患、脳梗塞などの原因となってしまうからです。実際、高脂血症の薬を飲んでいない人と飲んでいない人では二十パーセントほど、飲んでいない人の方が死亡率が低くなる。この最近の研究が報告されています。

コレステロールというのは身体

今月の休診日

6日 第1火曜日

20日 第3火曜日

=佐井診療所=

なるものですから心要以上に低くなるのも問題なのです。コレステロールが低すぎる人は血管が弱くなって脳出血の原因になりやすいとの研究報告もあります。高すぎてもダメ、低すぎてもダメというコレステロールですが、コレステロールが低すぎるといいう人は減多にいません。検査結果でコレステロールが低すぎると、医者は強度の肝障害か極度の栄養不良状態があるのでは?と疑います。

ですから、一般の人はコレステロールが高くなるな

いようにすることだけを気にしてほしいと思います。コレステロールが低い人については、医者側で対策を考えます。少なくとも普通の食事をしている人はコレステロールが低くなりすぎることはありません。コレステロールを気にするあまり、栄養不良になることだけは避けてください。コレステロールも身体に必要な栄養分なのですから。



睡眠薬は くせになるか?

高齢になったり、ストレスが多い人は眠れないという訴えをしてくる人が多くなってきました。そういう人には睡眠導入剤という薬を処方します。現在処方されている薬は、ほとんど習慣性はありませんから安心して飲んでください。ただ、リバウンド現象といって、一部の薬にはやめたあと一時的に眠れなくなるものがあります。そのようなときは医者に相談してください。

余談ながら、それではなぜ「睡眠薬はくせになる」ということが広まったのでしょうか?

かつては、バルビツール系という睡眠薬が主流でした。この薬は極度の習慣性があり、くせになったのです。

現在はこの系統の薬は一般の不眠症の人には処方しません。「睡眠薬はくせになる」ということは、もはや過去のものです。

漢方薬には

副作用がない?

佐井診療所でも漢方薬を処方します。漢方薬は副作用がないといわれていますが、しっかりと副作用があります。

一番多いのは腹部の不快感ですが、一番危険なのは意識消失です。これは、カンゾウと言われる成分が含まれている漢方薬をたくさん飲んでときに起こります。いろんな病院から漢方薬をもらってひそかにたくさん飲んでいて人が、意識消失発作を起こして救急車で運ばれてくるのがよくあります。

漢方薬だって薬です。副作用がないからいくら飲んでもいいというのは間違いです。



日光浴不足は骨粗しょう症に

なるのか?

日光浴によってビタミンDが合成されます。このビタミンDはカルシウムの吸収に不可欠なものです。骨粗しょう症は、このビタミンD不足の場合とカルシウムの摂取不足の場合と大きく二つ考えられますが、その多くはカルシウム不足から起こります。カルシウムの摂取が不足すると、身体に必要な分のカルシウムをどこかで補おうとします。

そこで、骨の中のカルシウムが失われて骨粗しょう症になってしまいます。日光浴をする人としらない人の血液中の活性型ビタミンDを測定した研究結果があります。どちらも変わらなかったという報告でした。つまり、普通の食事をしていない人にはカルシウム不足はあっても、ビタミンDの不足はほとんどありません。

健康祭りなどで骨粗しょう症と言われて日光浴を薦められた人がいましたが、むしろカルシウムの摂取に励むべきです。普通の生活をしている人で、日光浴不足によって骨粗しょう症になる人はいないといってもいいのです。

イカはコレステロールが

高いのか?

イカはコレステロールが高いものと思われています。高コレステロール血症の食事指導ではイカはよくないものと言われてきました。しかし、最近の研究ではイカには善玉のコレステロールが多く含まれてお

り、むしろコレステロールの高い人には薦めるべき食品だとわかってきました。かといって、イカばかり食べていけばいいとは言えません。何でもバランスよく食べることが大切です。

あとがき

この健康談話室もお陰様で八回の連載を重ね、また皆さんが読んでくださっているとのことで大変励みになります。ありがとうございます。

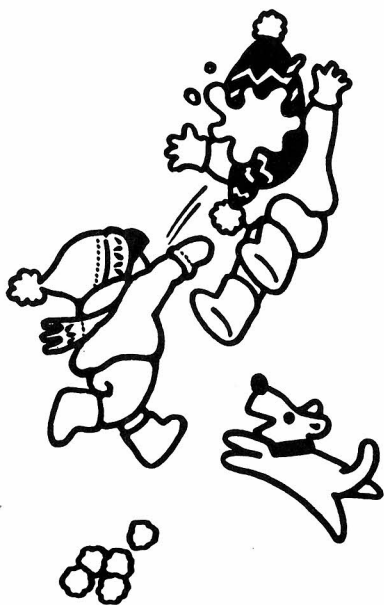
書くネタは、普段の診療の中から気がついたものをメモしておいて、後でまとめて書くようにしています。それでも、皆さんの興味ある内容を選ぶのには大変苦労します。

皆さんからの要望がありましたら気がねなく教えてください。私にとっても勉強になりますし、皆さんにとっても興味深い内容になるはずだと思います。よろしくお願ひいたします。

先日、テレビ東京系列で

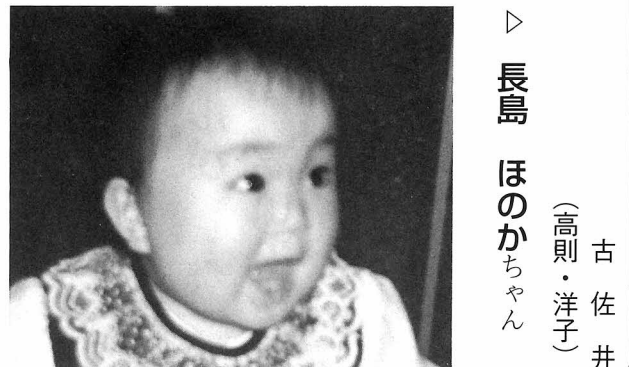
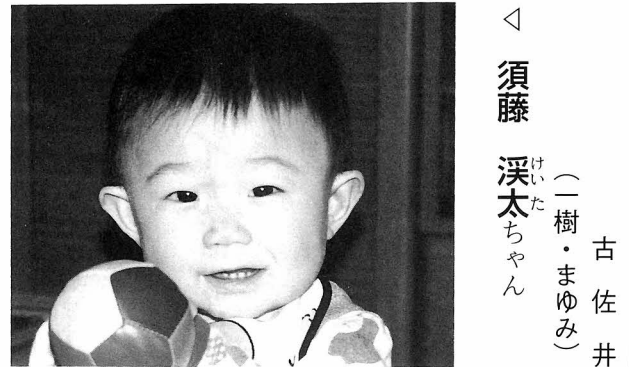
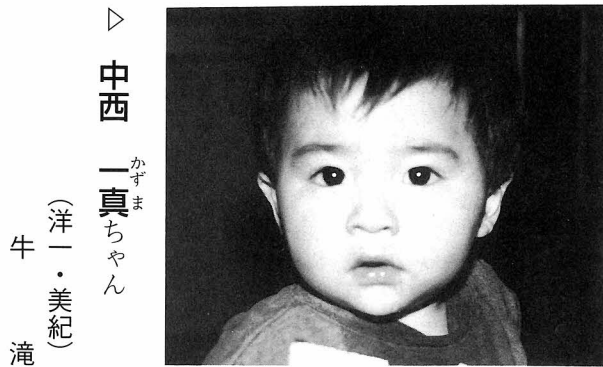
佐井診療所の日常を取り上げていただける機会がありました。皆さんの中には番組を見られた人も多かったと思います。私自身にとっては照れくさかったのですが、佐井村の宣伝にもなり、まあよかったかな、と思っています。これから高齢化社会が進むにつれて、佐井診療所の地域における役割がますます大きくなっていくと思われるます。また、同時に人的にも、設備的にも不十分な面が多くなってくると思います。

これからの診療所のあり方を考えるためにも、皆さんの建設的なご意見を心からお待ちしています。



村の動き インフォメーションSAI②

満一歳おめでとう！



2月の記念日

3日 節分
4日 立春
7日 北方領土の日
11日 建国記念日
14日 聖バレンタインデー



佐井村の人口

1月1日現在

(前月比)

男	1,715	(△ 0)
女	1,746	(△ 2)
計	3,461	(△ 2)
世帯数	1,112	(△ 2)

戸籍の窓口 (1月15日現在)

○お誕生おめでとう

長島 楓 (幸雄) 大佐井
葛西 友恵 (崇) 大佐井

○ご結婚おめでとう

(中村 昭彦 古佐井
宮澤かすみ 矢 越
中村 正人 古佐井
板橋 恵子 川内町)

○おくやみ申し上げます

田中志賀吉 (彰男) 福浦

※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。