

1997 3月
(平成9年)



No. 331

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。

広報さし

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



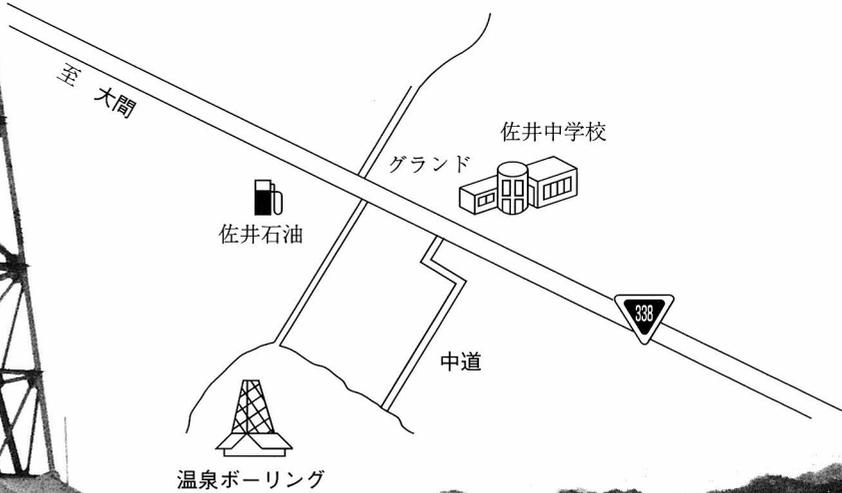
今度こそ温泉を

温泉実現を目指し、一月十三日から中道地区でボーリング工事が始まりました。

温泉開発は、平成元年度川目地区でボーリングを実施しましたがゆう出量が少なく実用化は無理でした。

平成七年度、今度は中道地区で電磁探査により温泉ゆう出の可能性を調査し、再挑戦。

二月十八日現在で二百五十二メートルまで掘り進んでおり、今年の夏ごろまでに、千メートルまで掘り進め、結果が出る予定。
村民の長年の夢がかなえられますように！



広 場

村の中での話題、できごと、情報などをお待ちしています。
佐井村役場企画調整課広報担当
までどうぞ。

☎38-2111

郷土芸能発表会

二月二日、下北文化会館で郡内各市町村から九団体が出演し、郷土芸能発表会が開催されました。

ほぼ満員の観客の中、仲よし子ども会の内藤淳君が出演者代表としてあいさつし、目名子ども会を皮切りに次々と素晴らしい郷土芸能が披露されていきました。佐井村は第二部のトップとして、日の出、はやぶさ、仲よしの各子ども会が合同で佐井の神楽を上演しました。毎日夜遅くまで行った打ち習いの成果を存分に発揮してみごとに神楽を演じていました。



保育所・冬の運動会

「わあーやったー雪だ!!」
子供達は、大喜び。
前日までは雪がなく、子供達はもちろん関係者は心配していたにもかかわらず当日、一月二十九日は真っ白に雪が降りました。開会式の後、オーピングでは、元気にダンスを踊り、そのを使った親子競技等が行われ、体がポカポカになる程楽しめました。その後、おにぎり汁をいただき、たくさんの歓声の中で、寒さがふつとぶような一日でした。



ナイター卓球

去る一月二十一日から二月十四日まで、佐井小学校体育館を会場に「ナイター卓球大会」が開催されました。

今年は、十二チームが参加し、毎週火・金曜日仕事を終えて疲れているにもかかわらず、午後七時から試合を始めました。冬の運動不足を解消する意味でも、有意義で楽しい三週間でした。

試合結果は左の通り。

- 一位 中道ポッチーズ
- 二位 ファミリー
- 三位 若品本



福浦小中・校舎お別れ会

一月二十六日、福浦小中学校では、九年度からの校舎改築に当たり、四十年余風雪に耐え児童生徒を励まし続けた校舎に、感謝をこめた「校舎お別れ会」が行われました。

東出村長、内藤教育委員長の祝辞に続き、全校十五名の児童生徒が、校舎の輝かしい歴史と実績に感謝を込めて呼び掛けました。午後の懇親会は、会場を地区センターに移動して、懐かしい旧職員との再会に時を忘れ、学校生活の思い出を語り合い終始和やかに、そしてまたの再会を約束し別れを惜しんでいました。



の ど い わ

福祉入門 教室

ふれあい

保健 医療 福祉



こんにちは！
社会福祉協議会 です
 (第十五号)

去る二月十日に磯谷漁民研修センターを会場に今年度第二回目の福祉入門教室が開催され、夜間にもかかわらず約四十名の方が福祉について学びました。

講師には、佐井診療所 所長 吉岡秀樹先生をお招きして「住みよい地域づくりと住民の役割」と題してお話していただきました。内容は次のとおりです。

- ・ 高齢化に伴い、介護する人、介護される人が増え施設入所待機者の増加が見込まれる。
- ・ 保健、医療、福祉の連携の取れたサービス実施が重要になる。
- ・ 介護者の負担を軽減させるために在宅サービスがある。

ということを重点に話され参加者は熱心に受講していました。社会福祉協議会では、住民の方々に身近で親しみやすいテーマを取り上げて社会福祉に関心を持っていただくために、今後この教室を開催したいと考えています。

在宅サービスは介護する人の負担をすくなく！

技能

を身に つけませんか

県立母子福祉センターでは、母子家庭、寡婦などの方で、和裁、洋裁、編物、手芸などの受講希望者を募集しております。

▲場 所▼

青森市大字石江字江渡 九七の一

母子福祉センター白百合荘

▲期 間▼

四月から翌年三月まで

なお、短期講習（昼間部）もあります。

▲受講料▼

無料（教材は自己負担ですが、負担できない場合は貸与します。）

▲受 付▼

平成九年三月十九日までに社会福祉協議会にお申し込みください。（短期利用を希望する方は、いつでも申し込みできます。）

▲講習日▼

和裁科、洋裁科、編物手芸科共に月曜日から金曜日の九時三十分から十六時まで

▲問合せ▼

母子福祉センター

☎0177-661069

使用済みテレホンカード

回収にご協力を！



社会福祉協議会では、使用済みテレホンカードを回収しております。ボランティア活動を目的とする団体・個人が収集した場合は、「回収協力金」として換金されます。社会福祉協議会では、この回収金を二十四時間テレビ「愛は地球を救う、へ募金したいと考えておりますので回収にご協力下さい。社会福祉協議会で平成九年七月末まで受付てます。

赤十字の里づくり 検討委員会だより (NO. 11)



思いがけない事故から 人命を救う救急法

私たちの日常生活の中には思いがけない大けがをしたりレジャーの多様化により海水浴場で水難にあつたり、家庭において急病人がでることがあります。

このようなときに、正しい

救急法の知識と技術を身につけていたならば、尊い命を救うことができたかも知れません。もしも災害の現場に出会った、路上を歩いていたら近くの人が急に倒れた。こんなとき機敏な応急手当があれば被害者の危機は最小限に引き止めることができます。

みんなで学んで

知っておきたい 役立つ 生活の知恵

救急法の講習では、思いがけない病気、交通事故、災害などから自分自身をまもり急病人やけが人を正しく救助して、医師または救急隊に引き継ぐまでの一時的な応急手当の方法を学びます。

救急法の講習内容は、応急手当での基本学習、心肺蘇生法、傷の手当て、止血法、包帯法、骨折などの固定法、傷病者の運び方などの適切な方法を身につけることができます。

講習会は、傷の手当てや包帯法など基礎的な内容を中心とした講習と心肺蘇生法と止血法などを内容とした講習があります。救急法のすべての知識と技術を身につけた方は、二つの講習を連続して受講することもできます。

講習会で全日程を修了された方には、日赤青森県支部から「修了証」が授与されます。このほかに応急手当の基本を学ぶための短期講習会もあります。

せっかく授かった生命、一度きりしかない人生だから、自分の夢を実現するために

健やかに、安全に過したいものです。

そのためにも必要な知識と技術を救急法講習会での体験を通じて身につけていただくことを目的として「救急法」の普及を図ることにしています。

覚えている人が増えれば増えるほど身内はもちろん他人同士でも助け合うことができます。

救 急 法 講 座

このほど、磯谷地区漁民研修センターで日本赤十字社青森県支部榎我登救急指導員による救急法基礎講習会が開かれました。

地区公民館活動の一環として企画した救急法講座には、約五十名が参加され、傷病者の状況をすばやく観察する手法や救急車への通報と救急車が到着するまでの間に何をすべきかなど応急手当での基礎知識を学びました。

実地訓練では、傷病者を観察する手順や実際に三角巾を使用する固定の仕方を学んだ。受講者からは、止血法や蘇生法の知識と技術を身につけたいとの声も聞かれ、救急法の大切さが理解されたようでした。



佐井村高齢者生活福祉センター

あすなろ あつたか笑顔で

高齢者保健福祉推進十か年戦略（ゴールドプラン）では、過疎地域等の高齢者に対して、介護支援機能、居住機能および交流機能を総合的に提供するための施設として、デイサービスセンターに居住部門を合わせた小規模多機能施設（高齢者生活福祉センター）が、平成五年に当村にも設置されました。

以来「あすなろ」と称し、村の委託による社会福祉協議会の運営で、デイサービス事業等、様々な事業を実施し、皆さんに親しまれながら、はや四年が過ぎようとしています。

新年度からは、デイサービス事業もB型からA型に変換され、訪問入浴、配食サービスが、デイサービス事業の中で行われることになりました。

そこで、改めて佐井村高齢者生活福祉センター「あすなろ」の利用方法等について紹介します。



送迎



健康チェック



入浴サービス



給食サービス



レクリエーション

詳しいことは下記にご相談ください。

- 役場住民福祉課福祉係 ☎(38)2111
- 社会福祉協議会 ☎(38)4181
- 在宅介護支援センター ☎(38)4187

老人デイサービス(A型)

事業内容

- 一、基本事業
 - ① 生活指導
 - ② 日常動作訓練
 - ③ 養護
 - ④ 家族介護者教室
 - ⑤ 健康チェック
 - ⑥ 送迎
- 二、通所事業
 - ① 入浴サービス
 - ② 給食サービス
- 三、訪問事業
 - ① 入浴サービス
 - ② 配食サービス

利用対象者

おおむね六十五歳以上の高齢者で、ねたきり、痴呆、虚弱など日常生活を営むのに支障がある方が対象となります。

利用方法及び費用

一、基本、通所事業

▲申請▽所定の申請書に医師の意見書を添えて、役場住民福祉課に申し込みします。社会福祉協議会、在宅介護支援センターでも受付できます。

▲決定▽申請内容について、高齢者サービス調整チームで検討し、調整チームで検討し、

内容、回数等を決定します。対象者は、この決定通知書を受けてから、サービスの利用開始となります。

▲費用▽一回 六〇〇円
(おやつ、昼食代)

その他、日常動作訓練などに伴う原材料費の実費が必要です。

二、訪問事業

・訪問入浴サービス

▲申請▽所定の申請書に医師の意見書を添えて、役場住民福祉課に申し込みします。社会福祉協議会、在宅介護支援センターでも受付できます。

▲決定▽申請内容について、高齢者サービス調整チームで検討し、内容、回数等を決定します。対象者は、この決定通知書を受けてから、サービスの利用開始となります。

▲費用▽一回 四〇〇円



訪問入浴車

・配食サービス

▲申請▽所定の申請書により役場住民福祉課に申し込みします。社会福祉協議会、在宅介護支援センターでも受付できます。

▲決定▽申請内容について、高齢者サービス調整チームで検討し、決定します。対象者は、この決定通知書を受けてから、サービスの利用開始となります。

▲費用▽一食 四五〇円



配食サービス

居 住 部 門

事業内容

高齢等のため居室で生活することに不安のある方に対し、一定の期間居室を提供します。

利用対象者

おおむね六十五歳以上の一人暮らしの方および夫婦のみの世帯であって、高齢等のため独立して生活するのに不安のある方が対象となります。

利用方法及び費用

▲申請▽所定の申請書に医師の意見書を添えて、役場住民福祉課に申し込みします。社会福祉協議会、在宅介護支援センターでも受付できます。

▲決定▽申請内容について、高齢者サービス調整チームで検討し、内容、期間等を決定します。対象者は、この決定通知書を受けてから、サービスの利用開始となります。

▲費用▽下記のとおり、所得に応じた利用者負担額をおねがいします。

区分	対象収入による階層区分	1カ月当たり利用者負担額
A	1,200,000円以下	0円
B	1,200,001円～1,300,000円	4,000円
C	1,300,001円～1,400,000円	7,000円
D	1,400,001円～1,500,000円	10,000円
E	1,500,001円～1,600,000円	13,000円
F	1,600,001円～1,700,000円	16,000円
G	1,700,001円～1,800,000円	19,000円
H	1,800,001円～1,900,000円	22,000円
I	1,900,001円～2,000,000円	25,000円
J	2,000,001円以上	30,000円

その他、光熱水費等の実費が必要です。



居室

保健婦だより

ストレスが元気の素？



～上手にストレスとつきあおう～

暦は三月。まだまだ寒い日が続いています。しかし、今月は春分の日もあり、少しずつ春の匂いが漂ってきている感じがします。春が近づくにつれて、心も体もウキウキしてきませんか。

ところで皆さんは、心をウキウキできる状態にありますか。悩み事、気にかかることなどがあった、とても楽しい気分になれないという方もいるのではないのでしょうか。

そこで今回は、心の健康に目を向けてみたいと思います。

ストレスためこんでいませんか

心の健康がいろいろなことで害されると病気になることがあります。現在心の病気で治療を受けている人は、がんや心臓病など成人病の約二倍にもものぼるといわれています。

ストレスという言葉をよく耳にします。心の健康にはこ



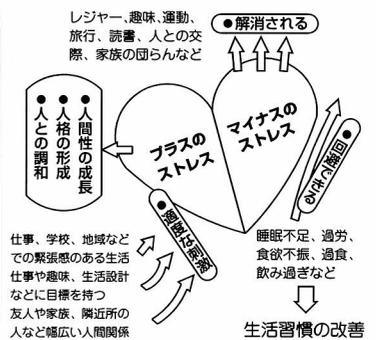
のストレスが関わっています。ストレスは生きていくうえでなくすことができないものがあり、誰もが多少かれ少なかれ抱えています。仕事・人間関係、または天候や騒音など心理的に不快と感じることはすべてストレスとなります。つまりストレスとなる原因は、私達の生活している環境のいたるところにあるのです。

ストレスマイナスイメージ

ストレスといえばマイナスイメージが思い浮かびます。しかしストレスには、生活を活性化させるプラス面もあるのです。例えば責任ある仕事を任された時、その緊張感からストレスが生じます。そのストレスをバネにさらにやる気を出せたとしたら、ストレスがよい刺激になったといえるのです。私達の心にはストレスを跳ね返すだけでなく、それを利用して防衛能力を高めることのできる力が備わっています。適度なストレスは、生きていく上で欠かせない刺激になります。

また「私にはストレスなんてないよ。」という人はいませんか。前に述べたとおり、ストレスの原因は生活環境にありません。まったくストレスのない人なんていません。ストレスに気づいていないだけなのです。しかし、ストレスに気づかないことは大変危険なことです。小さなストレスはどんどん蓄積されると、やがて大きなストレスに成長してしまいます。心または体に自分なりのストレスサインがでたら、すぐに対応するようにしましょう。

ストレス注意報



不規則な生活が続くと、気づかないうちに疲労やストレスがたまっていきます。このような心にゆとりのない状態の時ストレスを受けると、人はストレスに負けてしまいます。特に休日の翌日や季節の変わり目は、からだのリズムが乱れやすくなるので要注意。食事や睡眠の時間をできるだけ規則正しくとり、一日のリズムを整えることが大切だといえます。

生活環境の変化により心が不安定になった時は、ストレスに注意しましょう。

心はこうして切り換えよう

- 人の評価は気にせず「自分は自分」とマイペース。
- 「別に殺されるわけではない」と開き直る。
- 明日できることを今日するな。
- 気に入らないことを誰もいないところで大声でどなる。
- めいつたときは趣味や家族のことを考える。

ゆとり時間をいじろう

働いている人は、仕事や人間関係など気を使うことが多いです。また仕事が多くなると疲労がたまり、ストレスが高まり無気力になることさえあります。そこでいつでもリフレッシュした気分であるためには、「自分だけの余裕の時間」をつくる必要があります。「忙しいのでそんな暇はない」と決めつけず、忙しいスケジュールの中にもほんの少しでも自分の時間をつくりだすことが大切です。その余裕が仕事への集中力を高めることにつながります。

私達は毎日、いろいろなストレスを受けています。ストレスの感じ方には個人差がありますが、ストレスをどう受けとるかには私達の考え方が大きい。心も体も健康に生き生きとした生活を送るためにも、自分にあつたストレス解消法をみつけ、上手につきあっていくべきです。



平成九年度交通安全母の会総会



交母だより



佐井村 交通安全母の会

二月九日アルサスのしおさいホールで、例年より多くの会員の出席のもとで、平成九年度交通安全母の会定時総会が行われました。来賓の方々には日曜日の休みにもかかわらず佐井村長をはじめ、たくさんの御出席を頂き有難うございました。

交通安全犠牲者に対する追悼の黙祷にはじまり、母の会の歌斉唱と昨年むつ市の下北文化会館で行われた「交通安全フェスティバル」で受賞された方への表彰の伝達、村の交通安全運動に功績があつた方への感謝状の贈呈、そして会長の挨拶の後、来賓の方から祝辞があり、その後大間警察署山田交通課長から管内事故状況について報告がありました。そのあと早速議事に入り平成八年度事業報告、会計報告、会計監査報告、平成九年度事業計画案が協議され、承認されました。今年度は二年に一回の役員改選の年ですが、現役員がそのまま留任となり次のとおりの役員となります。

- | | |
|-----|-------|
| 会長 | 東出ミヤ |
| 副会長 | 工藤せつ子 |
| 書記 | 宮野寿美子 |
| 書記 | 奥本昌子 |
| 会計 | 島野敦子 |
| 監事 | 柳田則子 |
| | 長尾千代子 |
| | 斉藤まさ子 |
| | 大久保玲子 |

平成九年度の基本姿勢として、「交通事故のない明るい住みよい村づくり」
一、子供と老人の事故防止
一、新入学児童に対する下校時の安全確保並びに歩行指導
一、家庭の中からの飲酒、暴走運転の防止
一、シートベルト着用を重点目標として、家族ぐるみでの交通安全運動を進めていくことが確認されました。

私たち一人一人が交通安全に対する認識を深め、自覚ある行動をする事が大切です。私達は、母親の立場から特に子供と老人と若年運転者から交通事故から守るとともに家族ぐるみで交通安全思想の普及に努め交通事故のない明るい村づくりに寄与することを誓い、最後に力強く大会宣言し総会を閉じました。

カーブミラー 清掃 ＝古佐井地区＝



冬道の交通安全を願って、カーブミラーの清掃を行いました。二十二ヶ所のカーブミラーがピカピカに磨かれ、改めて無事故を祈る思いでした。

青森県交通安全母の会 常任理事会に参加して

会長 東山 ミヤ
二月三日青森市はくちょう会館で、青森県交通安全母の会常任理事会が開催され次の事を審議しました。
・平成八年度収支予算補正
・平成九年度事業計画案
その他、間宮会長と県警本
部交通部長から昨年の交通事故死者数の状況について話がありました。

昨年は、全国で交通事故死者数一万人を割ったものの、青森県は交通事故死者数が百三十九名に増加しました。その中で、
◎三人に一人が高齢者の死亡事故
◎四人に一人が飲酒による死亡事故

青森県は、飲酒運転とシートベルト着用率が全国で最低だそうである。交通安全は、家庭の中から本気で取り組まなければならないとつくづく感じさせられました。

私達の佐井村もマナーアップ運動を実施し、シートベルト着用、飲酒運転ゼロを目指して頑張りましょう。

お知らせ コーナー

印鑑登録事務

電算化について

〓四月十五日から

再登録を行います〓

昨年の七月から窓口業務のうち、住民登録や住民票の発行業務が電算化されましたが、四月十五日からは、印鑑登録事務も電算化される事になりました。それに伴い、現在使用している印鑑手帳に記載されている登録番号も変わります。また、これを機に印鑑登録台帳を整理し、正確な状況を把握するためにも再登録を行います。村民の皆さんには大変ご面倒をおかけしますが、ご協力お願いします。

◎登録替えが必要です。

現在登録している印鑑は、切替期間（平成九年四月十五日～平成十年二月十五日）中に登録替えして下さい。これは、現在使用している印鑑登録原票を新たに作成し、コンピュータに印影を入力するためです。同じ印鑑を使う場合でも登録替えが必要です。

◎登録替えの手続き

本人が、登録している印鑑又は、登録したい印鑑と印鑑手帳をご持参下さい。切替期間は十ヶ月ありますが、出稼ぎや入院中などやむを得ない事情で本人が来れない場合は、代理人に委任する事ができます。

この方法を取る場合、代理人の方に各自分の印鑑と登録する印鑑を持参していただき申請書を書いてもらいます。そして、役場から直接本人に照会書を郵送します。これは、代理人の方によってなされた申請が、本人の意志に基づくものかを確認するためです。照会書が本人によって回答され、その回答書と登録する印鑑と印鑑手帳を持参していただければ、代理人の方によっても登録替えできます。

◎印鑑手帳の交付

以上の手続きが終わると、現在使用している手帳を回収し、新しい手帳を交付します。印鑑登録証明書の発行を受ける際、手帳は必ず必要です。大切に保管して下さい。新しい手帳の交付は無料です。ただし、手帳をなくされた方、初めて登録される方は、二百円かかります。

◎印鑑登録証明書の発行

再登録すると、直ちに電算化された新しい印鑑登録証明書の発行が受けられます。証明書の発行を受ける際、印鑑手帳を必ずご持参下さい。手帳をお持ちいただければ本人は勿論、代理人の方でも委任の旨を証する書面の必要なく、証明書の発行が受けられます。実印を持参する必要はありません。ただし、代理人が来る場合は、代理人の方の印鑑が必要です。

◎新しく登録する印鑑

今まで印鑑登録をした事がなく、初めて登録する場合も手続は同じです。なお、印鑑登録できるのは佐井村に住所のある方で、十六歳以上で禁治産者でない方に限ります。又、次のような印鑑は登録

できません。

- ・ゴム印・プラスチック印など変形しやすいもの。
- ・印影の一边の長さが八ミリメートル以下、二・五ミリメートル以上のもの。
- ・印影がかけていて不鮮明であったり、文字の判読がでないもの。

この他にも、機械製造により大量に生産されているものは、不正使用防止の点から登録する印鑑としては、好ましくありません。

印鑑登録の再登録については、村民の皆さんに十分理解していただくため、各家庭に再登録の方法、申請書と書き方のひな形を、三月中旬までにお配りする予定です。

四月中は窓口が込み合いますから、申請書はご家庭で書いて来て下さるようお願いいたします。

◎問い合わせ

役場住民福祉課住民係



水道使用料

納め忘れていませんか！

〓一ヶ月間滞納すると
給水停止されます〓

村では、平成九年度から、コンピュータの導入に伴い、全世帯を対象に水道料金の納入方法を口座振替に移行する計画を進めています。

この口座振替は、現在八〇〇世帯が加入しており、納税組合等団体を除くと約一〇〇世帯が個人私となっています。

このため、納め忘れや、滞納により給水停止を余儀なくされている世帯があります。毎月の水道使用料が一ヶ月間滞納すると、自動的に給水停止となります。

なお口座振替の場合でも残高不足のため引き落としが出来ず不納となった時も給水停止となります。

毎月安心して支払できる
口座振替制度をお勧めします。

- △口座振替取扱金融機関▽
- ・青森銀行大間支店
- ・下北信用金庫佐井支店
- ・佐井郵便局

◎問い合わせ

役場建設課水道係

臨時福祉特別給付金

支給されます

消費税の引上げに伴い

- ・臨時福祉給付金(福祉給付金) 支給対象者一人につき一万円
- ・臨時介護福祉金(介護福祉金) 支給対象者一人につき三万円
- ・臨時特別給付金(特別給付金) 支給対象者一人につき一万円

本年四月から消費税率が引上げられることとなりましたが、これに伴って、高齢福祉年金、特別障害者手当の受給者や、低所得の在宅ねたきり老人、六十五歳以上の低所得の方々に対し、臨時福祉特別給付金が支給されることとなりました。

具体的な支給対象者や支給の方法などは、先に配付したパンフレットのとおりですが支給を受けようとする方は申請書の提出が必要となります。申請書は役場住民福祉課が代理申請で作成することになります。申請書への押印が必要となります。三月二十五日まで役場住民福祉課窓口で手続きをして下さい。

◎問い合わせ

役場住民福祉課福祉係



ごみの不法投棄

やめましょう

最近、古佐井地区海岸へのごみの不法投棄が数多く見られます。

ごみの不法投棄は、海岸の景観を損ね観光客のみならず悪い印象をあたえるだけでなく、水産物や自然に大きな悪影響を及ぼしかねませんので、絶対にやめましょう。

◎問い合わせ

役場住民福祉課

苗木の申し込み

受付中

北通地方森林組合では、平成九年度春造林用苗木及び林業肥料等の申し込みを受けています。希望者は左記により申し込みください。

◎申し込み品種

杉、赤松、黒松、カラ松、桐、林業肥料、きのこ種駒その他林業資材一切

◎申し込み場所

- | | | |
|-----|-----|--------|
| 原田 | 岩清水 | 芳宅 |
| 古佐井 | 大佐井 | 川目 |
| 矢越 | 長後 | 磯谷 |
| 福浦 | 牛滝 | 横浜 |
| | | 繁雄宅 |
| | | 田中 |
| | | 太吉宅 |
| | | 竹内庄次郎宅 |

◎申し込み締切

平成九年三月三十一日

◎配布予定

平成九年五月上旬頃

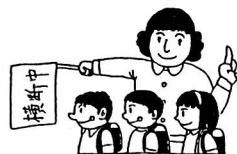
◎問い合わせ

北通地方森林組合

☎0175-342520

交通災害共済

加入しましょう



一日一円で

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し込みを受け付けています。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三月十日まで行政連絡員又は地区総代に申し込みください。(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)

◎問い合わせ

役場総務課

☎2111

国民年金保険料

納めましょう

国民年金の保険料を納めることは、自分の将来の年金を確保するだけでなく、現在年金を受けている人の暮らしを支えていることにもなります。これは、国民年金が世代と世代の助け合いの制度だからです。

また、県や市町村では、国民年金の保険料の積立金から融資を受け、医療設備や簡易水道設備・学校建設などに利用しています。

皆さんの納めた保険料は、地域社会の福祉にも役立てられています。

平成八年度分の保険料の納付期限は、四月末日までです。保険料が納められていない場合、万一の事故や病気で障害者になったとき障害基礎年金が受けられなかったり、将来、老齢基礎年金が受けられなくなることもあります。

納め忘れを防ぐためには、口座振替を利用したり、お住まいの地区の婦人会や納税組合などの納付組織に加入することをおすすめします。

◎問い合わせ

役場住民福祉課福祉係



私が佐井村に赴任してから早いことに二年が経過しました。その前には大間病院におりましたから、佐井村の方々のお付き合いは三年になります。

佐井診療所で働いたことは私にとって今後医者続けるにあたって大きな糧となることだと思います。

患者さんを始め、職場の方々や関係各所の方々、個人的なお付き合いをさせていただいた方々など、佐井村の方々には沢山のことを学ばせていただきました。本当にありがとうございます。

佐井診療所に来るまでの三年間は、医療技術の習得に偏重した三年間だったと思いま

す。言い古された言葉ですが、患者さんを診ているというより、病気を診ていたのではないかと思います。

恥ずかしいのですが、珍しい病気を自分で見つけたりすると自分の中のどこかで誇らしさを感じてたのではないかと思います。

今でも患者さんを一人の人間として診ているとは自信がありません。でも、少なくとも昔の自分よりは、患者さんを生活背景（嗜好、職業、同居者、習慣など）や過去の病歴などを考えながら診るようになっていっていますから少しは成長したでしょうか。

今回は私が気がついたキーワードをいくつか紹介させて

いただきます。自分自身解決できていないキーワードもあります。患者さんの側になる方々にも一緒に考えていただきたい言葉です。

「痛み」について

訴えの中で難しいのは痛いという訴えだと思います。これは数字で表せませんし、人によって全然違うからです。中には痛くないのに「痛い」と訴えてくる人もいます。詐症というのですが、精神的なものとして片づけるにはそれなりの根拠も集めなくてはなりません。精神的な「痛み」だったとしても、それはそれで病気ですからそれをやわらげてあげるのも仕事です。

余談ながら、戦後腕や足を不幸にも切断した人が沢山いましたが、ないはずの腕や足が痛む「幻肢痛」というものがありました。当時は切断された腕や足に対する執着心からの精神的な痛みだと考えられました。現在は科学的にその痛みは説明されており、切断のときの手術操作の未熟さからくるものだったのです。

これも、簡単に精神的なものと片づけてしまう危険さを表している一例でしょう。痛みを正確に客観的に測定

できる機械を發明できたら、それこそノーベル賞ものではないでしょうか。

原因と結果

患者さんが何らかの症状を表す時、必ずそこには原因があるはずです。

前述の「痛み」と重なりますが、結果である症状を決して無視してはいけないと思います。

ただし、患者さんの訴え（結果）を一方的に聞いて診断（原因）を決めるのはあまりにも能がありません。それですむなら、診断はコンピューターに任せて、技術的な部分だけを医者がすればよいことになります。

患者さんにとって何でもない情報が、実は診断につながる重要な情報だったりします。医者は聞き上手であると同時に、頭の中で整理して重要な情報を聞き出す、聞き出し上手でもある必要があるわけです。

非常に人間臭い行為であり、そこが医者として難しいところだと痛感しています。

知識は本で学ぶことが出来るし、そこそこの頭があれば整理して考えることも出来ます。しかし、人間として活動

する部分は生い立ちや、環境、性格などが複雑にからまって出来る上がるわけで、足りない部分は先達の師から学び取るしかないのでしょうか。

受験一辺倒の教育を受けてきた私たちにとって、難しい事だと思えます。生意気な意見だと御立腹の方もあられるかもしれませんが、知識量を点数で表して重視する今の教育は間違っているのではないのでしょうか。（ちよつと話が脱線してしまいました。）

医療過誤

医者は医療ミスを非常に恐れています。患者さんも当然恐れます。

医者だって人間です。いつミスをするか分かりません。ミスと言わないまでも、結果的に不幸な結果になることもありえます。

医者の行為はうまくいって当然で、百万回のうち一回だけでも残念な結果になった場合、残りの九十九万九千九百九十九回も悪い評価になりかねません。

だからと言って医者が患者さんを思いがけない不幸な結果に陥れた場合の責任を免れるものはありません。

医者の一言や一行為は非常

に重く、常に緊張感を持ちながら行わなければならないと思います。

出来ることなら、私自身忙しただけ忙しくて責任の重い医者稼業なんぞ辞めたいところですが、患者さんの喜んでくれる顔を見たり、自分の手助けで患者さんが命をとりとめたりしたときの充実感を思えば、もう少し続けてみるかという気になってきますから不思議なものです。

研 修

現在、月の第二と第四火曜日を研修日とさせていただいています。

当然その日は休診にしていますから、御立腹の方も多いかと察します。

しかし、これにはご理解をいただきたいのです。私自身も青森市まで朝早く出発して、県病で一日中立ったままの仕事をして夜遅く帰るようなことは出来るだけしたくないのです。だいいち、不在にする間に何かあったら、と思うと気が気ではありません。

医者は常に現在の治療の主流を、目と耳をアンテナにして頭と手にたたき込まなければなりません。そのために研修が必要なのです。

専門の先生に直接相談したり、教えてもらったりすることは教科書を読むよりも目からうろこが落ちる思いをすることがあります。

医者が学んできたことを診療所の診療に反映できれば、結果的に患者さんのためにもなります。それまで医者の無知のせいで簡単なことも専門医に紹介していたのが、診療所でやってもらえたらしたら患者さんの手間が省けます。

医者のためだけの自己満足の研修ならばどうかと思いますが、患者さんのためにもなる研修ならば最小限は寛大に見守ってほしいと思います。

医者がいてくれればいいという時代は終わって、これからは地域にどれだけ良い医療（最先端の医療ということではない）が行われているかを誇る時代になっています。

あいまい

医者はとかくあいまいなものの方をしがちです。

「適度な運動をしてくださいね」

じゃあ、適度というのはどの程度なんじゃい。と聞きたくもなるでしょうが、下手に聞くと怒る医者もいて、しまいは、「適度」というのは、

無理のない程度ということですよ」と、また抽象的な言い方で逃げられてしまいます。

私自身も「無理のない程度」とか「適度に」とか「程々に」とかいうあいまいな抽象的な言い方をするのがよくあって、これはいけないと思うことがよくあります。

あいまいな言い方をする時は、一つにはよく分からないからでしょうね。反省しなくてはいいけません。私も勉強不足のところがあります。

ただ、こういうときはしっかりと問いただしてください。そうすれば、次回までに勉強して運動療法や食事療法の処方せんを書いてお渡しします。

医学は科学です。あいまいさは厳に慎まなくてはなりません。出来る限り抽象的な表現は少なくしなくてはなるまいと、自分を戒める次第です。

これを書いているのは二月十三日ですが、今の時点では私の異動は不明です。異動するにせよ、残留するにせよ、私自身はこの二年間の皆さんから勉強させてもらったことを糧に私なりに医療を模索して行きたいと思えます。

Dr. 吉岡似顔絵コーナー



原田小学校2年

松本 純介くんの作品

3月の休診日

11日・25日

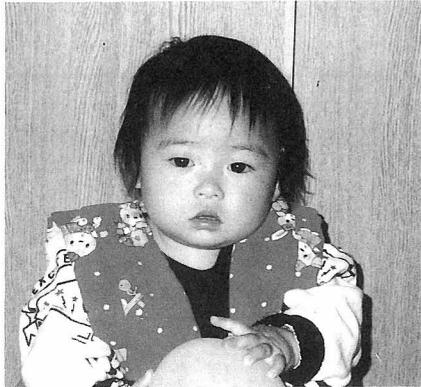
(火) (火)

= 佐井診療所 =

☎38-2261

村 の 動 き

満一歳おめでとう!!



◁福田

真桜ちゃん
(博・みゆき) 大佐井

戸籍の窓口

2月15日現在

◎お誕生おめでとう

奥本 翔(太郎) 大佐井
田畑 孝大(孝信) 古佐井

◎ご結婚おめでとう

(加藤 等 川目
泉山 るみ子 川内町)

◎おくやみ申し上げます

長島 喜代司(さこ) 大佐井

※個人のプライバシーを尊重する意味で、掲載して欲しくない方は届出の際、係に申し出てください。

佐井村の人口

1月31日現在

男 1,686 (+ 6)
女 1,695 (- 3)
計 3,381 (+ 3)
世帯数 1,116 (+ 2)

() 内は前月比

佐井村ゴニンカン選手権大会

第一弾
カツサイ
活佐井

佐井村レクリエーションサークル主催佐井村観光協会の後援で、第1回佐井村ゴニンカン選手権大会が、2月11日アルサスしおさいホールで9チームが参加し開催されました。

入賞者は次のとおり (敬称略)

個人の部	団体の部
♣ 1位 島野芳弘	♠ 1位 村役場チーム
♦ 2位 藤田 隆	♣ 2位 島野自転車チーム
♥ 3位 内藤 要	♦ 3位 ファミリー大畑

第二弾
カツサイ
活佐井

佐井村カラオケ選手権大会 参加者募集

佐井村レクリエーションサークルでは来る4月27日(第四日曜日)にアルサスしおさいホールで「第1回佐井村カラオケ選手権大会」を開催いたします。

3名1チームとし20チーム60名を先着順に受け付けます。競技内容は、個人戦、団体戦
参加費用は1チーム4,500円です。

問い合わせ、申し込み

佐井村レクリエーションサークル
事務局 ☎2220 千葉まで



第15回むつ・下北地区バスケットボールまつり

中学校 男子の部 (5チーム参加)	1/26
準決勝 佐井 66 (25-22) 38 大畑	
	(41-16)
決勝 田名部 59 (25-24) 44 佐井	
	(34-20)
準優勝 イブリースイスポーツ少年団	

大感謝 セール

御卒業・御入学

祝

春です

村民の皆様へ日頃からの
ご愛顧に感謝し、3月10日から
4月10日まで「感謝セール」を
開催致します。

超目玉

・ひば石鰯 1,200円 → **700円**
・ホットバス 1,500円 → **800円** (消費税別途)

佐井定期観光株式会社(アルサス内) ☎38-2255

ギフト箱・包装
サービス

商業広告の申し込みは企画調整課まで