



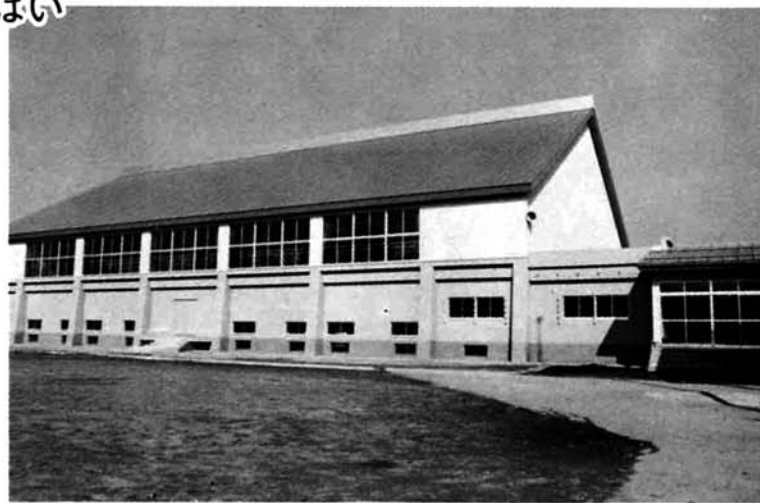
# 広報あしひ

1982  
12/1  
No. 213

■ 発行 / 越路町役場 (新潟県三島郡越路町) TEL (02589) 2-3111 ■ 印刷 / 大川印刷株式会社



待望の塚山中学校体育館が完成し、11月19日に竣工式が挙行され地元出身の歌手三波春夫さん、豊和さんのアトラクションに地元住民は大喜びで会場の体育館は拍手でいっぱいでした。



### 町の人口

住民基本台帳人口 (10月末日現在)

		前月比
世帯数	3,335戸	+ 4
人口	14,545人	± 0
内訳	男	7,107人 - 2
	女	7,438人 + 2



## 12月 広報カレンダー

1 水	歳末助け合い運動	17 金	三種混合 (2:00~3:00岩塚農協)
2 木		18 土	
3 金		19 日	
4 土		20 月	
5 日		21 火	心配ごと相談 (1:30~4:30福祉センター) 国民年金相談 (9:00~4:00 役場) 行政相談 (9:00~2:00 役場) 献血 (10:00~15:00 役場)
6 月		22 水	冬至
7 火	心配ごと相談 (1:30~4:30福祉センター) 乳児検診 (1:30~2:30 塚野山集落センター)	23 木	
8 水	乳児検診 (1:30~2:30岩塚農協)	24 金	クリスマスイブ
9 木	乳児検診 (1:30~2:30福祉センター)	25 土	
10 金	乳児検診 (1:30~2:30浦区事務所)	26 日	
11 土		27 月	
12 日		28 火	御用納め 心配ごと相談 (1:30~4:30福祉センター)
13 月		29 水	
14 火	心配ごと相談 (1:30~4:30福祉センター) 三種混合 (2:00~3:00福祉センター)	30 木	
15 水	高齢者職業紹介 (1:00~4:00福祉センター) 三種混合 (2:00~3:00浦区事務所)	31 金	年越し
16 木	三種混合 (2:00~3:00 塚野山集落センター)		

### ◎乳児検診

昭和五十六年十一月から昭和五十七年七月までに生まれた者

### ◎三種混合

第一期終了後一年を経過し昭和五十二年七月以降に生まれた者

### ◎停電のお知らせ

十二月十七日(金)九時三十分から十二時三十分まで十楽寺中島が停電いたします。

町債の現在高及び借入先の状況(昭和57年 9月30日現在)

(単位：千円)

Table showing debt status by lender type (Postal, Provincial, etc.) and amount. Includes columns for lender name, number of items, and amount.

昭和57年度一般会計予算の推移

(単位：千円)

Table showing the progression of the general account budget from the start to the end of the fiscal year, including supplementary budgets.

財産の現在高

Table listing current asset values for land, buildings, securities, and funds.

昭和五十七年度上半期 財政状況のお知らせ
越路町の財政がどのように運営されているか、町民のみなさんから知っていただくため、今年上半期の予算と収入・支出の概要をお知らせいたします。

一般会計 昭和57年度 予算執行状況

4月1日～9月30日

歳入 (単位：千円)

Table showing budget execution status for general account income, including items like taxes and fees.

歳出 (単位：千円)

Table showing budget execution status for general account expenses, including salaries and administrative costs.

特別会計 昭和57年度 予算執行状況

4月1日～9月30日

歳入 (単位：千円)

Table showing budget execution status for special account income, including national health insurance and gas fees.

歳出 (単位：千円)

Table showing budget execution status for special account expenses, including national health insurance and gas fees.



# 交通安全は「ゆとり」と思いやりの心から

街は人の波、道路は車の「洪水」。街全体が何となく気ぜわしくなるのが十二月です。  
その気ぜわしきのなかで、ややもすると、わたしたちは「心のゆとり」を見失いがちです。

年末から年始にかけての交通事故を防止するためにも「ゆとり」と思いやりの心をもって安全運転、安全歩行を心掛けましょう。

③スピードの出し過ぎは「自殺行為」  
最近の交通事故死亡原因のなかで目立つのは、制限速度を超えた、スピードの出し過ぎによる事故が大幅に増えていることです。

自動車の制限速度というのは、自動車の種類や道路の状況などを考え、危険を未然に防止し、交通の安全が保てる速度ということに指定されているのです。  
スピードの出し過ぎは自から危険を冒し、死への道を進んでいるのと同じことです。ドライバーの皆さんは「スピードの出し過ぎは事故につながる」ということを心に銘記し、制限速度内で走ることを心掛けましょう。

④飲酒運転防止は「三不運動」の実践から  
年末から年始にかけては「忘年会」や「新年会」などがあり、何かとお酒を飲む機会も多くなります。この時期、ドライバーの方に特に注意してもらいたいのが飲酒運転による事故です。



お酒を飲むと、自分では酔っていないかと思っても、感覚は麻痺し、素早い判断や行動ができなくなり、具体的な、前方の人や車の確認が遅れたり、見落としたりするほか、気が大きくなると運転できることだと言われていたまま、年末のあわただしさなかで、時間に追われての運転中、ついほ

り危険を危険とも思わなくなってしまうなど非常に不安定な心理状態になります。つまり飲酒運転は交通事故の背中合わせになっているのです。  
飲酒運転の防止には、ドライバー自身が気を付けるだけでなく、家族、地域、職場ぐるみの注意も必要です。  
そこで、ぜひ次の「三不運動」を実践してください。  
▽飲んだら乗らない  
▽乗るなら飲まない  
▽乗るなら飲ませない  
また、酒類を提供する飲食店経営者の方は、車で来ているお客さんには十分配慮し、酒類は絶対に出さないとか、お酒を飲んだ場合は、車のキーを預かるなどして、真の思いやりで飲酒運転を防止しましょう。

⑤安全運転の励行は「ゆとり」から  
ベスト・ドライバーの条件とは、走行中、特に先を急いでいるようなときでも、はやる気持ちを抑えて運転できることだと言われていました。  
年末のあわただしさなかで、時間に追われての運転中、ついほ

かのことを考えたり、わき見運転するのは大変危険です。ちょっとした心のスキが重大事故を招きます。安全なスピードで、十分な車間距離を保ち、前方の安全を確認し、どんな事態にも対応できるように常に「ゆとり」をもって運転しましょう。



## 相手の立場を考えて豊かな人間関係を

相手の立場を考えて豊かな人間関係を——  
十二月四日から十日までの一週間は「人権週間」です。

人権と言うと、何か難しいものと考えがちですが、決してそうではありません。わたしたち一人ひとりが社会のなかで幸福な生活を営むために必要な、人間としての当然の権利——それが人権です。そして、子供からお年寄りまで、わたしたち一人ひとりの、基本的な権利は、憲法によって保障されているのです。

しかし、わたしたちの身の回りには、家庭内のいざこざをはじめ、近隣騒音など隣近所のもめごとから、人権にまつわるいろいろなトラブルが起きています。  
そこで、こうした人権をめぐるトラブルで悩んでいる方が気軽に相談できる窓口として、人権擁護委員の自宅で毎日受け付けているほか、全国の法務局、地方法務局とその支局にも、常設相談所があります。また、週間中は、市町村役場やテニスコートなどに特設相談所を設ける地区もありますので、そちらのほうもご利用ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

相談は、人権擁護委員の自宅で毎日受け付けているほか、全国の法務局、地方法務局とその支局にも、常設相談所があります。また、週間中は、市町村役場やテニスコートなどに特設相談所を設ける地区もありますので、そちらのほうもご利用ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

相談は、人権擁護委員の自宅で毎日受け付けているほか、全国の法務局、地方法務局とその支局にも、常設相談所があります。また、週間中は、市町村役場やテニスコートなどに特設相談所を設ける地区もありますので、そちらのほうもご利用ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

## 待望の塚山中学校 体育館が完成

天井が低いため体育の授業に苦勞していた塚山中学校の体育館が生徒や、地元の人々の強い要望と地元の大きな協力により新しく生まれ変わりました。

新しい体育館は、バレーコート二面、バドミントンなら六面もとれる広さは充分のフロアと、ステージ、更衣室及びトイレ等を備えた立派な体育館です。

十一月十九日には竣工式が行なわれ、地元出身の三波春夫さん、三波豊和さんの公演というプレゼントもあり盛大に式を盛りあげていただき地元では大喜びで、会場は、はちきれんような拍手でいっぱいでした。

この体育館の総工費は一億四千



## 中山遺跡発掘調査

このたび帝国石油㈱が越路町朝日原の台地にガス資源採掘プランを建設する計画がなされ大規模開発事業として計画の申請がなされその面積は約四万五千㎡であります。

朝日原台地は、昭和三十八年から開始された越路原開拓事業で原野や畑地等の各種の土地を含めてその面積は三百二十ヘクタールに達する地域の大部分を水田に土地改良されたものです。

この地域は上並松、下並松、百塚、たてぼこ等の縄文時代の遺跡と朝日百塚等が含まれ、一部発掘調査がすすめられたものです。

このたび帝国石油㈱の事業計画地内に中山遺跡が含まれていることが果より指摘されて発掘調査をすることとなったもので、本年九月二十七日から三十日までの四日間県文化行政課から確認調査がすすめられ、この中山遺跡の範囲が確定されました。

この確認調査に基づいて十一月九日から十九日までの十一日間、

果文化行政課から中山遺跡発掘調査が実施されました。発掘調査の結果、遺構、土橋、石組、土器片等が出し、この結果については後日報告書で発行いたします。

この事業区域にはあと、ヶ所遺跡が残っており、来年度統一発掘調査を実施する予定です。

この発掘調査に当って帝国石油㈱及び関係者、作業従事人夫さん等の方々にご協力をいただき大変ありがとうございました。



## 簡易保険の 積立金は大きな 役割を果たしています

町では町民の健康増進と明るい生活のための屋外レクリエーションの場として、浦地内の河川公園に五十六年度にテニスコート四面が完成されました。今年度も引き続き野球場・面が完成致しました。この事業費の中には五十六年度

相談できる窓口として、人権擁護委員の制限があります。

人権擁護委員は、それぞれの地域のなかで、人権問題の相談に応じたり、人権が侵害されていると思われる事件の調査などをする人で、現在一万一千五百人（うち婦人委員一千五百人）が法務大臣から委嘱されています。

毎日の生活のなかで、これは人権問題ではないかと感じたり、法律上どのようなことになるのか分からなくてお困りの場合は、気軽に人権擁護委員に相談してみたいかかでしょうか。

相談は、人権擁護委員の自宅で毎日受け付けているほか、全国の法務局、地方法務局とその支局にも、常設相談所があります。また、週間中は、市町村役場やテニスコートなどに特設相談所を設ける地区もありますので、そちらのほうもご利用ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

## 十二月四日 第三十四回人権週間

毎年十二月十日を「人権デー」として、この十日を最終日とする一週間を「人権週間」と定め、人権の理解と人権意識を高める行事を行うことになっております。

お互いの人権を尊重して、住みよい社会をつくりましょう。  
当町の人権擁護委員は次のかたがたです。  
井上直樹 飯塚三七、二五番地  
安原 晃 米迎寺甲二、二六九番地

## みんなそろって 明るい正月を

歳末たすけあい募金で、みんなそろって明るいお正月を、をキャッチフレーズに、今年も十二月一日から年末まで全国一斉に歳末たすけあい募金運動が開始されます。  
この運動は各市町村内の恵まれない生活を送っている方がたが少しでも明るい年末、お正月が

## 水道使用料は 暫定料金で

東部水道利用者の水道使用料は冬期間（十二月―三月）積雪で検針ができないうえ、過去の使用料に基づいて推定で徴収させていただきます。  
なお、精算は来春（四月）の検針時に行いますので、ご協力ください。



年末調整

サラリーマンにとって十二月は年末調整の月です。

年末調整は、月々の給料から引かれていた源泉徴収税額の合計を年間の給与総額に対する年税額と照らし、税金の過不足を調整し精算するものです。

年末調整は、サラリーマンにとって確定申告に代わる大切な手続きであり、大部分のサラリーマンはこの年末調整によって、その年の納税が完了することになります。

①扶養控除や配偶者控除を受けられる扶養親族等に異動があった人
②今年中に支払った国民健康保険、国民年金の保険料などの社会保険料控除や生命保険料控除、損害保険料控除などを受けようとする人
③前年ないし前々年に確定申告により住宅取得控除の適用を受けている人
④住宅貯蓄控除を受けようとする人

「住宅貯蓄証明書」
「住宅取得控除証明書」
「住宅貯蓄控除を受けようとする人」

公給領収証完全交付 受領強調月間

12月10日～19日

料理飲食等消費税は、みなさんが旅館や飲食店、料理店やバーなどを利用された際に、納めていただく県税のひとつです。

税金の性格上、店の経営者が責任をもって税金の徴収を行い、県に納める特別徴収の制度をとっています。

このように、公給領収証は県とみなさんをつなぐ重要な役割をになっています。

Table with columns: 区、分、現行免税点、改正免税点. Rows include 料理店・小料理店、ホテル、旅館、宿泊客の追加飲食、夜食、間食など、宿泊客の昼食、日帰り客の休憩及び飲食、飲食店・喫茶店など.

また、公給領収証は、支払った料金内容があらかになるように作成されていますので、受け取ることに伴って明細書にもつながらります。

これから、忘年会、新年会などで飲食の機会も多くなることと思いますが、会計の際には、公給領収証を受けとりましょう。

「とりあつかい」
税率は、一人一回の料金の10%です。

年末の窓口事務は 31日午前中まで 行います

役場の一般事務は12月29日から1月3日まで休みとなります。ただし12月31日の午前中までは印かん証明、住民票、戸籍謄抄本の交付を行います。

柏崎・刈羽原子力発電所の原子炉の設置変更(二号及び五号原子炉)の増設に係る意見聴取に関する資料の縦覧を左記によりおこなっております。

縦覧場所：越路町役場・会議室
縦覧期間：昭和五十七年十一月二十六日から十二月二十三日まで

工業に関する統計調査にご協力を
製造業の皆さん、通商産業省では昭和五十七年十二月三十一日現

在で、昭和五十七年工業統計調査を実施します。この調査は、製造業を営む事業所を対象として、製造品の出荷額、原材料使用額、従業者数、有形固定資産額などを調査し、工業活動の実態を明らかにすることを目的としています。

この統計調査の結果は、通商産業省が全国的な規模で、業種別、従業者、規模別、品目別など細かに集計し、工業統計表として発表しています。そしてわが国工業の実態を把握することに役立つとともに各種行政施策の立案、計画および国民所得統計、指数などの基礎資料として広く利用されています。

当町では、およそ八十の事業所が調査対象となります。調査員が記入依頼のためにお伺いしましたらご協力ください。

なお、皆さんから提出された調査票は、統計法により、統計以外の目的には使用されることはありませんので、ありのままを記入してください。
(2) 12246
(2) 12220

電波は正しく有効に

ハイパワー市民ラジオ撲滅旬間 12月1日～10日

トラックや自家用車に取り付けられる無線機には、法律で定められた出力(電波を飛ばせる力)を超え、「電波障害」を起しているものが見受けられます。このような「ハイパワー市民ラジオ」を撲滅するため、郵政省では、来年一月ごろからの実用をめどに電波障害の心配のない「パーソナル無線」利用の準備を進めています。

電波障害の原因の八割は不法電波

道路沿いの家に住んでいて、テレビの画像が突然乱れたり、ラジオの音声がかえりなくなったりした経験はありませんか。電波障害―これは不法電波のしわざです。昨年一年間で、無線による電波障害は二万件近くに達し、そのうち約八〇%がトラックや自家用車に取り付けられた不法電波局(ハイパワー市民ラジオ)から放射された不法電波です。

この不法電波は、テレビやラジオの受信に障害を与えるだけでなく、陸上や海上の無線にも混信を

新潟県最低賃金

県内で働くすべての労働者に適用する新潟県最低賃金が、次のとおり改正されました。

一日 三、〇五三元
(ただし時間給の労働者は一時間 三・八二元)

新年度の日昭和五十七年十月十日

1 昭和三十七年十月十日以降は、前記の最低賃金額以上の賃金を支払わなければならない。
2 時間額の最低賃金が適用される労働者は、賃金支払形態が一時間当たり〇〇〇円という形での時間給契約の場合のみを指す。従って短時間労働者(パート)であっても一日〇〇〇円という日額による契約の場合は、労働時間の如何にかかわらず、日額の最低賃金が、そのまま適用されます。

3 次の賃金は最低賃金から除かれます。
(1) 交通費、家族手当、精進手当
(2) 時間外労働などの割増賃金
(3) 賞与など臨時の賃金
4 以上の最低賃金の適用を受ける場合には、金額の高い方の最低賃金が適用になります。

5 精神又は身体の障害により著しく労働能力の低い労働者について

冬のガス事故防止にご協力を

冬期間は暖房器具の使用時間が長くなり、また湯沸器の使用も多くなります。近年生活の高度化によりガスの消費機器が大型化、多様化し、また家屋の気密性が良くなっており、このため酸欠、一酸化中毒事故が毎年十二月から二月にかけて多発しています。ガスを使用される際は十分ご注意ください。

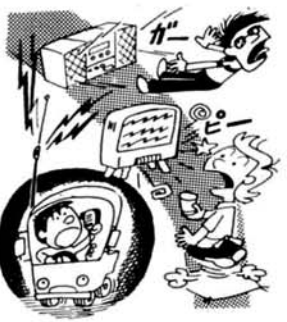
◎長時間ガス器具を使用される部屋は必ず換気扇を回すか、時々窓を開けて換気が心がけて下さい。

◎雪により排気筒がはずれたり、吸気口がふさがらないよう注意をして下さい。

◎屋根の除雪の際はメーター器や露出しているガスパイプの破損のないよう事前に十分な防備を施した後除雪をして下さい。また除雪後はガス施設に圧雪がある時は排除をして下さい。

第六回町民卓球大会結果

- 11月7日(日) 町民体育館
一般男子 Aクラス
一位 伴 進
二位 白井 一二
三位 清水 修
四位 友田 幸夫
五位 大石 巧
六位 馬場 賢司
七位 長谷川和貴
八位 大矢 正明
九位 一般女子
一位 永井 春美
二位 滝沢 博子
三位 金子 光子
四位 伴 美智子



◎電波障害でお困りの方は左記のところに相談下さい。
信越電波障害防止協議会
信越電波監理局内
〒380 長野市地町1108
新潟県電波障害防止協議会
NHK新潟放送局内
〒950 新潟市弁天1-4-15

電話 554-4444





### 町文化祭行事終る

文化芸術の秋に参加しましたかぬけるような青空の日が多かったこの秋、文化・芸術・スポーツの行事も十一月一日から三日の文化祭を中心に各種の催し物が開かれ多数の町民の方々が参加されてすめられました。ここに町公民館事業の結果をお知らせします。

### 町民将棋大会

文化祭行事のトップを切って、十一月二十四日町福祉センターでたくさんの参加のうちに、一日中熱戦が繰りひろげられました。町の王将名人は次の方です。

- (主審 町将棋連盟)
- 優勝 大塚 信衛
- 二位 斎藤 秀雄
- 三位 内藤 登市

### 第五回豊年民謡まつり

年々盛大になってきました豊年民謡まつりも第五回目を迎え、会場持ち廻りで今年も塚山小学校を会場に十月二十四日開催されました。町民謡協会々員総出演によりオープニングの後、三部にわたって五十曲に及ぶ唄・踊の競演が続き、レベルの高い民謡の味をたっぷり楽しませてもらい満員の会場を魅了させていました。

### 町美術展

文化祭の中心行事であります美術展が十一月一日から三日まで町福祉センターで開催され、美術・芸術の秋を代表する大作、力作が展覧されました。

日本画・洋画の部では十八人の参加と三十一点の出品、写真の部では二人の参加と三十三点の出品、書道の部では二十四人の参加と二十八点の出品、手芸の部では二十七人の参加と四十九点の出品がありました。次の優秀作品に奨励賞が授与されました。(主審 町文化協会)

### 町民生花展

各流派が一同に集まって華道のところを披露しました町民生花展は十一月一日から三日まで町福祉センターで開催されました。小原流から四名、成月流から一名、草月流から六名、池の坊から十四名、古流松籙会から四名の豪華な生花の展覧がありました。

### 高齢者教室焼物展

町高齢者教室の焼物クラブ会員二十八名による陶芸作品展が十一月一日から三日まで町福祉センターで開催されました。

一で開催されました。本焼窯によるさまざまな作品は焼物を始めてまだ二年でありながら作品は芸術的にも実用的にも価値の高いものであります。今後の一層の技術の向上が期待されます。

### 町民菊花展

秋の代名詞にされている菊に魅せられた菊作り名人が毎年腕を競い合う町民菊展も今年も三十二人の方が自慢の菊を出品しました。十一月一日から七日まで町福祉センターを会場に展示されその成績は次の通りです。(主審 町菊の友会)

- 総合優勝 西脇忠一郎
- 二位 山崎 福松
- 三位 杉本順一郎
- 一本立新明月の部
- 一位 田中 英輔
- 二位 永井 正一
- 一本立大芳桃月の部・六本花壇の部
- 一位 西脇忠一郎
- 二位 山崎 福松

### 第二回町民文芸大会

秋の町文化祭の中心行事の一つとして町民文芸大会を十一月七日町福祉センターで開催しました。たくさんの方々が一日中各部門に分かれ熱心に大会をすすめていきました。その結果は次の通りです。

(主審 町文芸協会)

- 自由詩の部 応募者 六名
- 作品 六編
- 入賞者 一位 長谷川草里
- 二位 堀井ひとし
- 三位 小野塚先二
- 短歌の部 応募者 三十名
- 作品 五十九首
- 入賞者 一位 平石富士夫
- 二位 深井 芳春
- 三位 金子 敬女
- 俳句の部 応募者 四十九名
- 作品 二百四十五句
- 入賞者 一位 高橋 雨峰
- 二位 福島 一笑
- 三位 村山 北斗
- 川柳の部 応募者 十名
- 作品 三十句
- 入賞者 一位 金子 夢庵
- 二位 安藤 聡目
- 三位 本田 理生

### 町民囲碁大会

町民囲碁大会が十一月十四日町福祉センターで開催されました。参加者は初心者から六段・五段位の方がたまで実力に見合った対戦で、日中石の音が室屋に響き熱戦が続きました。その結果は次の通りです。(主審 町囲碁連盟)

### 町民謡曲大会

竣工したばかりの浦中央公民館を会場に十一月十四日町民謡曲大会が開催されました。各流派の謡曲愛好者が一同に競演をくりひろげ味わいの深い曲詩が流れ参加した町民の方々をうっとりさせていました。(主審 町謡曲連盟)

### 町民詩吟大会

第一回の町民詩吟大会が十一月十四日町福祉センターで開催されました。詩吟についてはまだあまり知られていないようですが、詩を吟じ、詩を理解し、腹から声を出して健康とストレス解消となり一人でも唄うことの出来る非常に楽しみやすいものであることを参加者から理解されたようです。当日飛び入り出場者もたくさんあり絶句・律詩を独吟・合吟・連吟と詩吟のよさをたっぷり味わったようでした。(主審 町詩吟連盟)

今年の秋の町公民館事業を以上のように実施しましたが多数の参加ありがとうございました。今年度参加出来なかつた方は来年はぜひ参加していただきたいと思っております。

### あなたも 検察審査員 に選ばれます

成人の日を迎えると選挙権を有することはよく知られておりますが、検察審査員に選ばれることのあることはあまり知られていないようです。そこで、検察審査会制度についてお知らせします。

「窃盗、詐欺、暴力、交通事故その他の犯罪で被害を受けた人で告訴しても、検察官が、その事件を裁判にかけてくれない(不起訴処分)ために、犯人が処罰されず、どうも納得がいけない」こんな不満のある人のために検察審査会制度があります。

検察審査会は、全国の地方裁判所と主な地方裁判所の支部の所在地二〇七箇所に置かれ、その地域内の市町村の選挙人名簿からくじで選ばれた十一人の審査員が、民間人を代表し、住民としての健全な常識に従って、検察官がした不起訴処分が正しく行なわれているかどうかを審査するのを主な仕事として行います。

この審査会で審査した結果、当初の不起訴処分が覆され、改めて起訴された例は少なくありません。あなたが検察審査員に選ばれたときは、検察審査会の役割を理解



自転車の盗難が最近激増する交通量のなかで悲惨な事故があとをたちません。そこで出来るだけこれに対処するため、町内四農協では毎年交通安全施設を寄付されております。これは組合員多数の方がたから農協の自費共済に加入していただいたことにより、全共連から自

され、進んでこの務めを果たされるようお願いいたします。検察官がした不起訴処分に対する不満を持つておられる方や、検察審査会についても詳しくお知りになりたい方は、お気軽に左記にご相談ください。

長岡市三和三丁目九番地二八  
裁判所構内  
長岡検察審査会事務局  
(☎0561-513342)

### 計量に関する歴史的資料調査にご協力を

国及び(株)日本計量協会、日本計量史学会では計量の今日に至るまでの歴史的経過等について研究資料を整えるため、遺物・文書等の計量関係資料の所在を明らかにする調査を行うことになりました。皆さんのところに該当するものがありましたら役場商工係までご連絡ください。

- ◎ 調査対象資料
- 一、度量衡器・計量器
- 二、戦前までの度量衡器・量器・衡器及び水道メーター・ガスメーター
- 三、ガソリン量器・温度計・圧力計
- 四、浮秤など、特に近代計器については、幕末以降輸入されたもの
- 五、初期の国産品など。
- 六、度量衡・計量に関する文書、文献・資料

では、越小の生徒に正しい乗り方を指導するため、子供用自転車、また、岩塚農協では、ハンドマイクを、石津、塚山の各農協では、昨年と同じく町道の危険ヶ所にカーブミラー等を設置していただきました。



これらは交通事故防止対策の一環として贈られたものであります。みなさん一人一人が交通ルールを守り事故を起こさないようにいたしましょう。

### 水道管にも 暖かい思いやりを

冬期間は温度の変化が激しく、極端に気温がさがることがあり水道管が破裂する恐れがあります。このように水道管が破裂すると無駄水が多くなるばかりでなく、修理代もばかになりません。

- ◎凍結、破裂防止のため次のことについて注意いたしましょう。
- ◎屋外にあつてむき出しになっている所
- ◎北向きの寒い所にあり、日照時間の短い所
- ◎風当たりの強い所
- ◎このような場所にある水道管については、早めに発泡スチロールなどを巻きつけて凍結防止に心がけましょう。
- ◎また、氷点下四度以下になるようなときには、特に注意をし、蛇口から少しづつ水を出しておき、水道管の破裂防止に努めましょう。
- ◎万一、家屋内で水道管が破裂した場合は、メーターボックス内の止水栓を閉めて、指定工務店に連絡をし直してもらいましょう。
- ◎そのためには、自分の家のメーターボックスの位置を確認しておくことが大切です。



みんなのスポーツ

健康は家庭の宝 スポーツで健康を!!

12月のスポーツカレンダー

- 2, 9, 16, 23(木).....昼間の婦人スポーツの集い AM10:00~ 町体
○4, 11, 18, 25(木).....剣道教室 PM3:30~ 町体
少年少女柔道教室 PM2:30~ 町体
○12(日).....(来迎寺トリムの会) クリスマス子ども大会 AM9:00~ 町福祉センター

一口トリム 申し込み・問い合わせは町教委へ。 ☎2-4655 ~各種大会や教室のご案内~

みんなで楽しく汗流そう!!

剣道教室 少年少女柔道教室 少年少女柔道教室 少年少女柔道教室

軽スポーツの集い ~広~い床の上で いい汗流しませんか!~

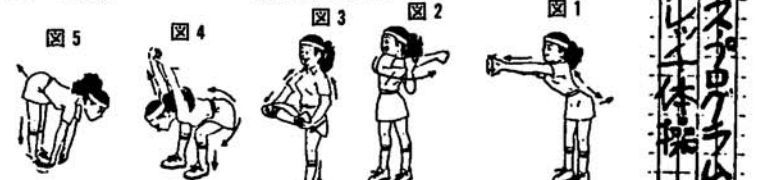
みんなで楽しく汗流そう!!

~各種大会の結果~

第4回 近郷バスケットボール大会 (10/24 町体) 男子の部 準決勝 越路ク60-39見附ク
第15回 町民バドミントン大会 (10/31 町体) 1位 2位 3位

スポーツクラブに 加入しませんか! 私たちと一緒に軟式テニスを楽しんでみませんか。

第3回 婦人バレーボール大会 (11/14 町体) 優勝 白山 2位 塚山 3位 ヤングバレー 婦人体育教室



①手首、腕の筋... ②肩... ③立ったまま膝を横にあげて... ④腰、肩、モモ... ⑤肩、膝... 筋肉痛はじつとじているだけでなかなか治りません。

12月分有線放送番組予定表

Table with columns: 月・日, 曜, タイトル, 内容, 放送者. Lists broadcast programs for December.

俳句 高齡者教室

豆菊の鉢を溢れて咲きにけり 木の実菓子茶うけに届く木曾の宿
刈田来て水銀灯の下に出る 高橋嘉四次
昏れてなほ人影動く刈田かな 勝 はる

電話線にご注意を!!

雪おろしのシーズンになりました。雪おろしのさいに建物に引き込んである電話線を、切断しないように注意してください。

第25回町民駅伝大会 11月3日 塚中OBが優勝

十一月三日秋のスポーツの総仕上げともいうべき第二十五回町民駅伝大会が町内一周コースで開かれ三十九チームが参加して行なわれた。

中学生男子

Table showing results for middle school boys' relay race, including team names and times.





# 越路 広報

1982  
12/1  
(特集号)

発行 / 越路町役場 (新潟県三島郡越路町) TEL (02589) 2-3111 ■ 印刷 / 大川印刷株式会社

## 栄養教室閉講

昭和五十七年度栄養教室が十一月五日閉講式を迎えました。終了生は町の生活改善推進員として、各部落において、健康づくり推進に活躍されることになっています。

新たに推進員になられた方々は次のとおりです。

釜ヶ島	伊佐多喜子	浦	菊地栄子	飯島	高橋清子	西野	大石和江	朝日	福原ムツ子	永井芳	大平サダ子	小林リク	内藤久子	中静ハツエ	田中晴子	西沢幸子	馬場キノ	五十嵐マキ子	浅井久恵	山岸トヨ	山カズエ	米山記久子
-----	-------	---	------	----	------	----	------	----	-------	-----	-------	------	------	-------	------	------	------	--------	------	------	------	-------

## 検診 終る

### みんな確認・みんな安心

#### 循環器検診

今年の循環器検診は町内六会場で八日間実施されました。受診者は昨年にくらべ、四百五十人ほど少なくなっていますが、すでに医療機関を受診中の方もおり、いちがいには判断できませんが、まだまだ年に一回は、自分の健康をチェックしてみようという関心が薄いようです。

検診では、何等かの異常があり二次検診を受けられた方が、受診者の四十%ありました。その方々には後日検診結果判明のあと、町内四会場場で事後指導会が開催され、成人病予防の映写と医師講話、保健婦、栄養士の個別指導、食改推進員の作った減塩料理の試食が行なわれました。

昭和五十六年の死因調査では、依然として成人病が独占しています。高血圧や動脈硬化は病気が軽いうちに、できるだけ早く治療を始めることが肝心です。

#### 胃がん検診

胃がん検診については町内八会場場で十五日間実施されました。

受診者は千三人で昨年より六十人増で、年々増加しています。がんの中で代表的なのは胃がんで死亡者も増加の傾向にあります。予防対策としては、集団検診による、早期発見、早期治療以外に、年一回の検診は是非受けたいものです。

#### 子宮がん検診

子宮がん検診は七会場場で八日間実施されました。受診者は三百九十三人で昨年より十一人の増加。子宮がんは乳がんと共に、女性特有のがんで、放置しておく、周囲の組織をおかし、ついには全身症状をひきおこして死につながるります。早期発見で死亡ゼロになる日もいつか夢ではありません。三十五歳をすぎたら是非検診を受けましょう。



昭和57年 循環器検診結果表

区分	一次検診	平均年齢	二次検診	心電図異常	眼底異常	断名					指導区分			二次検診割合	
						検尿異常		高血圧	動脈硬化	心障害	肥満	要観察	要指導		要医療
						蛋白	糖								
出稼	289	56.2	142	70	54	2	23	112	53	69	20	15	42	80	49.1
一般	558	53.5	193	112	67	4	16	150	66	111	57	31	71	86	34.6
計	847	54.4	335	182	131	6	39	262	119	180	77	46	113	166	39.6

越路町死亡者死因順位

年	順位	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
54		脳血管 26	がん 19	心臓 15	老衰 8	肺炎 5	事故 3	高血圧 2	循環器系 2	腸閉塞 2	自殺 2
55		" 29	" 28	" 18	" 7	高血圧 6	肺炎 5	肝臓 4	" 2	肺気腫 2	" 2
56		" 36	" 24	肺炎 14	心臓 13	" 7	糖尿病 5	老衰 5	事故 3	自殺 3	循環器系 2



1歳半検診

## 健康かるた(2)

- ㊦ 献立は目につくものより身につくものを
- ㊧ 爽やかな朝の目覚めは早寝から
- ㊨ 知っていて病気のもとを作るまい
- ㊩ ストレスを減らすよい趣味よいレジャー
- ㊪ 生活のリズムにしよう健康づくり
- ㊫ そのうちにやるでは遅い健康づくり
- ㊬ 万歩計 今日東に明日は西
- ㊭ 見るよりもするスポーツで得る健康
- ㊮ むねを張りひろげる両手が健康マーク
- ㊯ メモしようからだによいこと悪いこと





# 冬の カゼ対策

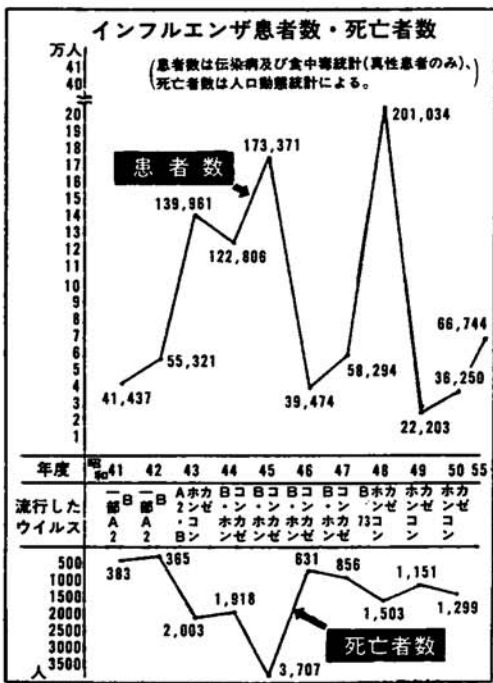


## カゼ知らずの毎日を!

寒さの到来とともに増えるのがカゼ患者。頭痛・発熱・クシャミ鼻づまりなど、病院の待合室が混雑し始めるのもこのころ。とくに十二月から翌年の二月にかけてはカゼ患者がいちばん多くなります。一説にはこのカゼ、病気ではない、ともいわれていますが、カゼをひいた身には、やはり治るまでの苦痛と不快感はいやなもの。いやなおもいをしないためには、なによりもカゼをひかない工夫が

### こわい インフルエンザ

インフルエンザの流行は、大正七年に世界的に猛威をふるったスペインカゼをはじめ、昭和三十三年のアジアカゼ、四十三年のホンコンカゼなどその感染力の強さと死亡率の高いことで有名です。また、かかったら、その症状もカゼのなかでは最も激しく、高熱が数日続いたり、関節痛や腰痛、頭痛が伴うなどの全身症状に苦しみます。なにか持病があったり、からだに欠陥のある人、とくに心臓病や糖尿病などを患っている体力的に弱い人たちにとっては危険なカゼといえます。



必要です。どうしたらカゼ知らずの健やかな毎日を過せるか、またたとえひいても少しでも早く治すことができるように、あなたの日常生活をチェックするのも決してムダではありません。とくにカゼのなかでも、インフルエンザの感染力と、かかったときの症状の激しさは有名です。悪性のインフルエンザから身を守るためにも、積極的なカゼ対策が必要です。

寝不足のとき、残業や徹夜マージャンで疲れているとき、また混雑した列車やパートから寒い戸外に出たとき、入浴のとき、背すじがブルツと身ぶるいして、あとになって、あのときに「カゼをひ

### 予防接種が有効

インフルエンザの予防には、現在のところ予防接種がいちばん効果があります。しかし予防接種をしたからといって、一〇〇パーセント防げるというわけではありません。確率として六〇パーセント、八〇パーセントの人のみ効きめがあるのです。インフルエンザは、

その年によって流行する型が違います。しかも感染力が強いので流行のスピードが速く、流行しはじめてからワクチンを作ったの間には間にあいません。このため今後流行すると予測されるA型とB型を組み合わせたものを接種します。効果の期間は三ヶ月で、受けた接種と同じ型のウイルスが流行した場合に予防接種の効果があるということになるのです。

### どんなときにカゼをひくか

いたとおもひあたることはよくあるものです。

このことは個々にチェックしてみると、もしかしたらひかないで済んでいたかもしれない。心のすきまがカゼをよぶ、といわれるゆえには、こういう日常生活の小さな配慮が、ふとしたはずみに忘れられてしまうことをさしているのかもしれない。

このように、わたしたちの日常生活にはちょっとした用心すればカゼにとりつかれたり、それがもとで余病を併発するなどといったことは防げる場合はたくさんあります。しかし、なんといってもカゼの予防には健康なからだづくりと規則正しい生活がいちばんです。

## カゼを早く治す法



### ○ 安静第一

カゼをひいてしまったら、なによりも安静にして、ウイルスの力が衰えるのを待つ以外ありません。鼻水、クシャミ、のどの痛みや熱、からだのふしぶしの痛みなど、カゼ特有の症状にみまわれたいりますが、それら個々の症状をやわらげるクスリはあっても、カゼそのものに効くクスリは現在のところありません。

カゼをひいて熱があるとき、からだを暖め、汗を出して熱をとるといのもひとつの方法です。民間療法では、にんにくをすって飲んだり、卵酒を飲むといった方法が昔から引き継がれています。これはからだを暖め発汗作用を促進させるという意味では有効です。

### カゼをひいてもへばらない体力を

カゼをひくひかないは、結局のところ、その人のからだにある抵抗力と、外部から入ってくるウイルスとの戦い、ということになります。このためにも、ふだんからバランスのとれた栄養をたっぷり摂り十分な運動と休養をとった健

### ○ 汗を出そう

カゼをひいたらなによりもスタミナのある食事をとり、暖かく安静にして自然治癒を待つのがいちばんです。

康なからだであればカゼをはじめとした病気を防ぎ、たとえかかってもへばらないですみますので日ごろの健康への配慮がこうゆうときにもをいいます。

### ① 偏食をするな

「生命は食にあり」とのたとえもあります。朝食ぬきや、インスタント食品ばかりということのないように、主婦の頭で考え、栄養のバランスのとれた食生活をこころがけてください。

### ② 十分に睡眠を

睡眠は、一日の心身の疲れを解消する最良の方法です。これが妨げられるとからだの機能がうまく働かず、疲れもたまります。こんなときにカゼのウイルスが侵入しやすくなりますので用心してください。

### ③ からだをきたえよ

冬の寒さは、わたしたちのからだの血管を締め、そのためにからだの各機能の活動が低下しがちです。加えて、寒さに慣れるまでは「寒い」という気持が先に立つため、暖かい室内でからだをまるめてじっとしていることが多く、からだに柔軟性がなくなっています。ところが食生活はこれまでどおりのとりかたのため、需要よりも供



### カゼの

### ひきはじめの食事

カゼをひいたら、食事は次のような点に気をつけましょう。

① 食欲減退きみとなるので、口あたりのよいものを選ぶ。

② 消化の良い食品を選び、消化に良い調理法で食べる。

③ 栄養価の高いものを食べる。この三つの条件にあった料理としては、暖かい鍋物やシチュー、茶碗むし、プリンなどがあります。定期的な手に入りやすいミカンやゼヒとりたい食品です。あればイチゴもよいでしょう。

また、柿の好きな人はカゼをひかないといわれます。これは柿のビタミンCがストレスや寒さに対する抵抗力を強めるためです。

### クスリの乱用はさけよう

カゼをひくと、のどの痛みが激しい、頭痛がひどい、咳がとまらないというように人によってその症状はさまざまです。クスリの使用はこれらの症状にあわせて使わなければなりません。しかしできることなら安静と栄養たっぷりの食事で自然に回復させたいところです。カゼをひいたらすぐ抗生物質をのむ人がいますが、こういったクスリの乱用はその効きめが強いだけにいざ生命にかかわるようなケガや病気をしたときなどにはまったく効かなくなったり、副作用を起しやすいため体質になることがあります。しかしカゼの症状がひどいときには、かかりつけの医師の診断を受けることが大切です。





# 誤解されている 酸性食品・アルカリ性食品

## 酸性食品は

### 血液を酸性にするか？

よく酸性食品ばかり摂っていると、血液が酸性になるなどといわれ、健康食品と銘打った食品の中には、アルカリ性食品は健康上すぐれているといった誇大表示をよく目にしますが、体質の酸性、アルカリ性の話しの中にはかなり誤解されていることが多いようです。

私たちがからだは酸性食品を多く摂ったからといって、すぐに酸性体質になるようなことは決してありません。

そうかといって酸性食品だけを偏って食べてよいというのではなく、酸性食品に偏った食生活をつづけていますと栄養摂取のアンバランスからいろいろの弊害が起ってきます。例えば体が疲れる、カゼをひく、おできができる、ヒフ病にかかる、からだの抵抗力が衰え、病気をひき起こしやすくなります。これは体質が酸性化したためではなく、栄養素摂取のアンバランスからくる弊害です。



## 食品の酸性・アルカリ性

食品の酸性・アルカリ性は食品を焼いて灰にした場合の無機成分の種類と量によって決まります。アルカリ性を示す元素が酸性を示す元素より多いときはアルカリ性食品ですし、その逆に酸性を示す元素がアルカリ性の元素より多いときは酸性食品となります。一般には肉・魚・卵などの動物性食品や穀類・豆類などは酸性食品、野菜・果物・牛乳・海藻類がアルカリ性食品といった区分で食事のバランスを保つのがよいと思います。

## 酸性食品は

### エネルギー源・タンパク源

酸性食品というと何か悪いように思われがちですが、一般には体をつくったり、活動したりするのに欠かせないたんぱく質・脂肪・炭水化物をふくむ食品で、人間が活動的に生きるために欠くことのできない食品です。

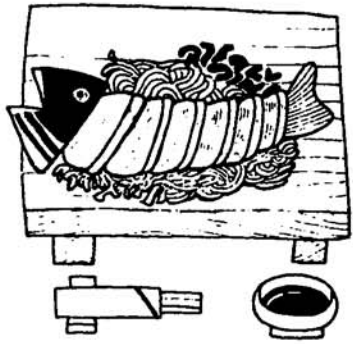
主食である米・パン・めんはすべて酸性食品、主菜として用いる肉類・魚貝類・卵黄などのほか砂糖を使った菓子類や日本酒・ビールなども酸性食品です。

## アルカリ性食品は

### ビタミン・ミネラル源

アルカリ性食品は、栄養素としてはビタミン・ミネラル中心の食品ですから、私たちの体の調子をととのえる上では大切な食品です。

そのほかミネラル自体の栄養的な働きも大切で、特にカルシウムは骨や歯などを作ったり、強くする上で不可欠のもので、カリウム・ナトリウムは体液の浸透圧を調節します。また鉄分は血液をつくる上で欠かせないもので、私たちが貧血から守ってくれます。このようにアルカリ性食品は私たちの体の組織やコンディションに絶対



欠くことのできないものです。アルカリ性の最も高い食品は海藻・きのこ類・それに摂る分量からいって野菜類・果物類などがアルカリ性の供給源ということができます。

## なぜ刺身にツマが…

以上のとおり酸性食品もアルカリ性食品もともに大切、両者を組み合せることが栄養素のバランス維持には大切です。刺身のツマに海藻がついたり、ピフテキを食べる時も野菜がつくといった具合に世界中でこの料理でも酸性食品と、アルカリ性食品のバランス組合せが基本となっています。

図は酸性食品とアルカリ性食品の組み合わせによる献立づくりの基本を示したものです。

魚、肉、卵料理には必ずアルカリ性食品の野菜、果物を添えます。

酸性食品	アルカリ性食品
肉類 	野菜類・果物類 
卵黄 	海藻類 
魚貝類 	いも類 
穀類 	茶・コーヒー 
豆類(そらまめ、落花生) 	豆類(大豆・あずき・いんげん) 
アルコール飲料 	牛乳 

酸性・アルカリ性食品のバランスをとりましょう

## 酸性食品

## アルカリ性食品

主なエネルギー源に

おかずの主体に(主菜)

おかずのつけ合わせに(副菜)

毎日忘れずに

ごはん、パン、めん、うどん



穀物だけに偏らないよう

魚、肉、卵、大豆製品(卵白トーフはアルカリ性食品)



主菜はまずたんぱく質、肉類は脂身に注意

いも類

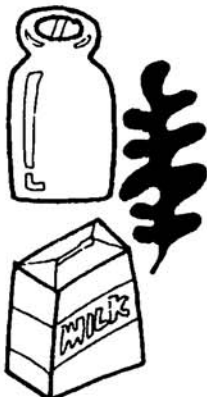


野菜、果物



野菜不足にならないよう、いも類は毎日、時々果物を

牛乳、スキムミルク、海藻



牛乳は毎日1本、時々海藻を

酸性・アルカリ性食品の組み合わせによる献立づくり



# 「救急処置」これだけは知っておきたい 意識を失って倒れたとき

意識を失う状態にも、ウトウトして名前を呼んだりすると反応を示すものから、どんな刺激を与えても反応をみせないものまで、けいれんを起したり、暴れたりするものなど、さまざまな状態があります。いずれも大至急医師の診断と手当が必要なのはもちろんです。その前に共通していえることは、患者を危険な状態のままにしておかないということ。火のついたストーブのそばならストーブを片づける。海や池などの近く、階段の途中やトイレ、風呂場の中などなら、最小限、安全な場所へ移すといった注意が必要です。また、絶対にやってはならないことは、意識のない患者に薬や水を与えることです。

## 脳卒中

脳へ血液を送る血管が破れてしまったり、細くなって血液が通らなくなってしまうために、脳の細胞が破壊されてしまい、そのために突然発作を起こして倒れる病気。

- 絶対安静にすること。しかし倒れた場所が、階段の途中とか寒い戸外など危険な場所なら、最小限の範囲で静かに注意深く移す。とくに頭をゆり動かさないように気をつける。
- 冷たいタオルとか氷枕は刺激となるから、勝手に用いないこと。
- ふとんなどをあてがって上半身をやや高くすること。

- 身をやや高くすること。で気道の確保につとめる。その際、頭だけ高くしようとして枕をさけると、首が前に曲って呼吸の妨げになる。首はややうしろにさせる。
- ネクタイ、ベルトなどをゆるめて呼吸をらくにし、嘔吐にそなえて横を向かせる。
- ×してはならないこと

- ① 絶対に刺激を与えてはならない。ふだんから動脈硬化や高血圧症のあることがわかっていても、突然意識を失って倒れると



周囲の人は驚いて、大声で名前を呼んだり、ゆすぶったりしようとするが、これはやってはいけない。

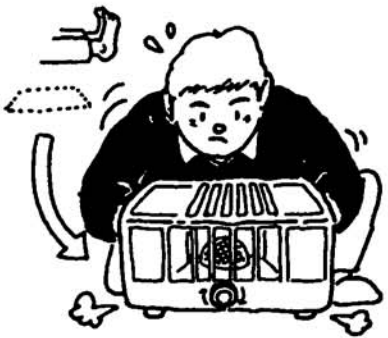
## 心臓発作

心臓をとりまく動脈血管の血液の流れが悪くなると、酸素と栄養の補給が不十分となり、心臓は発作を起こす。

- 絶対に安静にすること。

- ふとんを背中当てなどして、上半身をやや高くしてやる。
- ネクタイ、ベルト、おびなどをゆるめて呼吸がらくにできるようにしてやる。
- 意識があれば薬を与え発作をしずめることができる。(日頃心臓発作のおそれのある場合については救急薬の使用法について周囲の人はよく知っておくとか、紙に書いて張出しておくことよい。)
- このようにしてから、医師に連絡をし、その指示を受ける。

- ×してはならないこと
- ① 苦しんでいるのを見て、驚ろいて大声をあげてさわいだり、とりすがってゆきぶったりしてはいけない。
- ② 意識を失っているときには、薬を飲ませてはいけない。



## ガス中毒

一酸化炭素は血中へヘモグロビンと容易に結びつき、その酸素運搬能力を失わせて、まっさきに脳細胞がやられ、からだが大まじし、意識を失い、呼吸が弱まり、やがて死に至る。

- 都市ガス、プロパンガスなどは、まず元栓をしめる。
- 急いでドアや窓を開け放つ窓など開けにくいときは、ガラ



- スを割る(開くこと)にこだわらない)
- 患者をできるだけ新鮮な空気のところに移す。
- 呼吸がなければすぐに人工呼吸を始める。呼吸が弱ければそのリズムに合わせるようにして行なう。
- 救助者が一人のときは近所の応援を大声でもとめ、救急車の連絡をたのむ。
- ×してはならないこと

# むし歯の予防

子供の歯は、生後六〜八か月ごろから乳歯が生え始め、二歳でだいたい生え揃いますが、この頃からむし歯予防に最も大切な時期です。町では、一歳六か月、三歳児健康診査のさい歯の健診をしています。昨年の健診結果をみると、一歳六か月からむし歯がふえはじめ三歳では、り患率が八十%に達するほどです。三歳児でむし歯の予防をはじめるにはおそすぎます。むし歯の予防には、

- ① 歯の清潔
  - ② 糖分の制限
  - ③ 歯の強化
- むし歯は口のなかにいる細菌がつくりだすものですから、歯の汚れをとって、細菌の住めないようにすること、その細菌は糖分を栄養素として増殖し活動しますからその栄養素を少なくすることが、むし歯がきき、まだひとりではできない子供



## 子供の歯みがきは お母さんが……

3歳から遅くとも4歳くらいまでには自分でできるよう指導してあげてください。

がいでいしょうからお母さんの指導が大切です。強制するだけでは効果はありません、家族みんなで一緒に歯みがきをする習慣をつけましょう。おやつは子どもは大好きです、甘いお菓子は極力少くし、あたえたならば、食べたあと口のなかをきれいにするために、水でうがいさせるようにしましょう。

むし歯は  
治すものでなく  
予防するもの

## 昭和56年度歯科健診状況

	受診者数	う歯所有者数	り患率	処置率
1才6ヶ月児健診	214人	46人	21.5%	0.0%
3才児健診	214	171	79.9	5.0

町立保育所	年少	137	109	79.6	11.6
	年中	194	181	93.3	20.6
	年長	208	193	92.8	30.4
	計	539	483	89.6	22.8

こばと保育園	年少	13	9	69.2	61.8
	年中	14	11	78.6	38.1
	年長	23	20	87.0	48.2
	計	50	40	80.0	48.1

町立小・中学校	越路小学校			75.8	69.7
	塚山小学校			67.1	71.6
	東谷小学校			66.0	59.8
	岩塚小学校			70.5	68.9
	越路中学校			96.0	85.0
塚山中学校			95.1	78.5	



- ① 歯が生えてきたら、歯の表面のヌルヌル(食べカス)をとつ

- ② 歯がふえてくると、歯ブラシ(幼児用)が必要になります。歯みがき剤はつけないで、歯肉を傷つけないようにみがいてあげましょう。



このように、子どもの頭をヒザにしっかりと固定して行なうと、口の中が十分にのぞけます。