

休日夜間在宅当番医のお知らせ

1月下旬から2月の休日夜間在宅当番医は下表のとおりです。内、外科とも原則的には午前9時から午後5時までです。その時間内に受診してください。

時間外でやむを得ないときは、当番医の変更の有無を役場へ確かめてから受診してください。

〈内科〉 〈外科〉

月/日	医院名	電話番号	医院名	電話番号
1/2	小林医院	(2)0562	岩崎医院	(2)1122
1/4	堀医院	(6)2133	金井医院	(2)0116
1/8	杏仁堂医院	(2)0123	寺師医院	(2)0137
1/11	富田医院	(6)2226	石川医院	(6)2140
1/15	星野(弘)医院	(2)0998	佐々木医院	(2)2357
1/22	山喜医院	(2)0646	岩崎医院	(2)1122

◆照会は中之島村役場 ☎02586-6-2002
 ◆救急車の要請は与板郷消防署 ☎025872-2572

地方産業育成資金

12月20日より貸付利率を引き下げ

- 県保付 現行 年7.50% → 年6.75%
- その他 現行 年8.00% → 年7.25%

働きながら 高等学校教育を

働きながら高等学校教育を受けることができる
 定時制・通信制課程の生徒を次により募集します。

■募集する学校

- 定時制 県内の公立高等学校26校
- 通信制 新潟高等学校(新潟市関屋下川原町二)
高田南城高等学校(上越市南城町三)の2校

■応募資格

- 昭和56年3月に中学校若しくはこれに準ずる学校を卒業する見込みの者
- 中学校若しくはこれに準ずる学校を卒業した者
- 中学校を卒業した者と同等以上の学力があると認められる者
- ※ 年齢・性別を問わない。

■願書提出

- 次の期間内に応募する学校へ
- 定時制 2月2日～2月9日(正午)
- 通信制 2月20日～4月10日

■学力検査(定時制課程だけ)

- 昭和56年3月16日(月)
- 国語・数学・英語・社会・理科にいつて全日制と同時に実施する。

■その他

- 定・通両課程とも修学奨金の貸与及び所得税勤労学生控除の制度等がある。
- 通信制課程では、希望する一部科目のみの学習もできる

■問い合わせ

- 出願手続……出身中学校
- 学習内容等……出願する高等学校
- その他……県教育庁高等学校教育課
(新潟第一番堀通町5924)
☎0252-23-5511
(内線 3664・3665)

広報 なかのしま

1月号 南蒲原郡中之島村役場

編集と発行 中之島村役場企画課
 〒954-01 ☎02586(6)2002

人回のうごき

12月31日現在
 () 内は前月比

人口	11,256人 (+9)
男	5,515人 (+4)
女	5,741人 (+5)
世帯数	2,233戸 (+2)

今月の納税

- ▷ 固定資産税(第4期分)
- ▷ 国民年金保険料(第4期分)
- ▷ 保育料(1月分)

村内交通事故状況 7内4月分

	件数	死者	傷者
55年	25 (2)	2 (0)	24 (2)
54年	28	0	30
53年	31	3	32

心配ごと相談
 (行政・人権相談も含む)

- 毎週火曜 午後1時～4時
- 中之島村公民館

新春を

輝しい昭和五十六年の年頭にあたり謹んで新年のごあいさつを申し上げます。村民の皆さまもおそろいで新春を迎えられ、それぞれの目標と希望に向けて想いを新たにされていることと思います。顧みますると、昨年は、本村にとって多年の懸案でありました県営用水計画をはじめ、中之島川改修、猿橋川改修、農村総合整備モデル事業等の課題が、確実に前進をみたほか、中央小学校に引き続き信条小学校の鉄筋化改築をみたことは、まことにご同慶にたえません。さて、本年は財政再建を至上命令とする国の財政運営は、一段ときびしく推移するものと予測され、地方財政もお一層きびしい対応を迫られるものと考えられます。このような財政環境のなかで、本村の行政運営は困難が予想されますが、限られた財源の中で何をなすべきかが、施策の内容を洗い直し、整理・合理化を要するものは整理するとともに、長期的展望に立った計画的、効率的な行政運営を行うことが何よりも期待されており、村民の意志を代表して団体意志を決定する立場にあるわれわれ議員の責務は、これからますます重要になってくるものと考えます。

こうしたなかにあつて、本村のかかえている重要な課題はいくつかありますが、特に本年は、本村の基幹産業である農業などの伝えるところによりますと、更に厳しい環境にあり、憂慮しておるところであります。新年度の施策の中でその指針を明確にして参る所存であります。本村も、明治三十四年十一月八ヶ村が合併して満八十年を迎えます。悠久なる流れの一時点にこの郷土に生を受けたものとして、古きを尊ね新しきを知る機会を得ることは意義深いものと考えます。何れ機会をみて記念行事を計画いたしましたと思います。

私事ですが、年末に体調を損ね目下自宅静養の身であります。その後の経過も順調に快癒に向いつつあります。全快の上は更に心身を新たに精進いたす所存であります。この間村民の皆さまには大変ご迷惑をおかけいたしました。本当に申し訳なく思っております。今後とも村政発展のため、より一層のご協力と、ごべんたつをお願い申し上げます。ご多幸をお祈り申し上げ新年のご挨拶といたします。



中之島村長

斎藤 恭三

迎えて

輝しい昭和五十六年の年頭にあたり謹んで新年のごあいさつを申し上げます。村民の皆さまもおそろいで新春を迎えられ、それぞれの目標と希望に向けて想いを新たにされていることと思います。顧みますると、昨年は、本村にとって多年の懸案でありました県営用水計画をはじめ、中之島川改修、猿橋川改修、農村総合整備モデル事業等の課題が、確実に前進をみたほか、中央小学校に引き続き信条小学校の鉄筋化改築をみたことは、まことにご同慶にたえません。さて、本年は財政再建を至上命令とする国の財政運営は、一段ときびしく推移するものと予測され、地方財政もお一層きびしい対応を迫られるものと考えられます。このような財政環境のなかで、本村の行政運営は困難が予想されますが、限られた財源の中で何をなすべきかが、施策の内容を洗い直し、整理・合理化を要するものは整理するとともに、長期的展望に立った計画的、効率的な行政運営を行うことが何よりも期待されており、村民の意志を代表して団体意志を決定する立場にあるわれわれ議員の責務は、これからますます重要になってくるものと考えます。

こうしたなかにあつて、本村のかかえている重要な課題はいくつかありますが、特に本年は、本村の基幹産業である農業などの伝えるところによりますと、更に厳しい環境にあり、憂慮しておるところであります。新年度の施策の中でその指針を明確にして参る所存であります。本村も、明治三十四年十一月八ヶ村が合併して満八十年を迎えます。悠久なる流れの一時点にこの郷土に生を受けたものとして、古きを尊ね新しきを知る機会を得ることは意義深いものと考えます。何れ機会をみて記念行事を計画いたしましたと思います。

私事ですが、年末に体調を損ね目下自宅静養の身であります。その後の経過も順調に快癒に向いつつあります。全快の上は更に心身を新たに精進いたす所存であります。この間村民の皆さまには大変ご迷惑をおかけいたしました。本当に申し訳なく思っております。今後とも村政発展のため、より一層のご協力と、ごべんたつをお願い申し上げます。ご多幸をお祈り申し上げ新年のご挨拶といたします。

村議会議長

大久保兵三郎



十二月例会

道路改良・下水路工事など

六千六百万円を補正

十二月定例村議会は、十二月十七日に開催され、四日間の会期中に閉会しました。この定例会には、昭和五十五年年度の一般会計・国民健康保険特別会計の補正予算や村固定資産評価審査委員に館入米秋氏を選任するなど村長提出議案十三議案が審議され、いづれも原案どおり可決されました。その主な内容はつぎのとおりです。

補正予算

■昭和五十五年中之島村一般会計補正予算について
補正額は、専決処分も含めて六千六百九十二万四千円を追加し、総額二億八千八百二十万八千八百円となりました。
主な補正内容は――
●土木費
物件等移設補償料 千四百万円
中央都市下水路工事請負費 九百六十四万七千円

条例関係

■三条・燕・西浦・南浦広域養

衛生費

下水路整備事業補助金 百五十六万九千円

給与改定

千八百八万五千円

特別会計補正予算

■昭和五十五年国民健康保険特別会計補正予算について
補正額は、四千八百四十四万一千円を追加し、予算総額四億八千二百三十八万九千円となりました。

請願

一部を改正したものです。

▼村道改良促進に関する請願 (採択のみ)
▼果樹振興事業に対する助成についての請願 (二件)

そのほか

▼村道の路線認定について――三路線を認定
▼中之島村固定資産評価審査委員の選任について――任期満了による固定資産評価審査委員に、館入米秋氏(真野代新田・五十七歳)の選任を同意されました。

臨時議会

昭和五十六年第一回中之島村議会臨時会が、一月十日に開かれました。

この臨時会には、工事請負契約の変更が二議案提出され、原案どおり可決されました。
■工事請負の変更について
▽中央都市下水路第十次工事の請負金額の変更
▽中之島線道路改良工事の請負金額の変更

おわび

都合により、延期しておりました村政懇談会を、今年度は中止いたします。
ご了承ください。

企画課



個人住宅建設資金申込受付開始
1月27日(火)～2月26日(木)

住宅金融公庫

詳しくはお近くの公庫業務取扱金融機関でご相談を!



はばだけ……

年男・年女

産まれる喜び 生きる喜び

宮内 真野美江子 農業

みなさん、明ましておめでとございます。

今年が酉年、産まれて生きて36年目、ほんとうに月日のたつのは早いものです。昨年は私にとって、これほど健康のおそろしき、また、ありがたさを感じた事はありませんでした。いろいろな面で、悲しみや喜びが身にしみた年でした。

しかし、考えてみると人生のまんなか、子供たちはもう中学生。今年こそは、健康に十分注意し、私にとって最良の年となりますよう祈らずにはいられません。



昭和20年生まれ

感謝の日々を

中之島第4
岩崎正弥 自営業



私たちの回りには、すべての物が充分すぎるほど満たされているので、私たちが、それでも不足だ、不満だと思わないで済むのか。そういう望む気持ちの方が多くなりすぎて、現在の淋しい世相を写し出しているように思っています。

私は、こんな年こそ仕事と生活を通して、お互いに喜べる心と感謝の一日一日でありたい、努めて行きたいと思っています。

また、中之島村が中之島町になるのが私の夢です。それと合わせて、高速道、新幹線等が変わりつつある郷土の益々の発展と、村民が村内の産業に従事できるように変わってほしいと思っています。

次ページへ続きます

人の方から、抱負や希望、村に望むことなどを一言づつ寄せていただきまして、新春特集として四ページにわたり掲載いたします。(敬称は略させていただきます。)

今年も良い年にしたいですね。なお、特集を組んだため、「村民広場」は休ませていただきます。



ご承知のように消防士は、火災・救急等に伴う救助活動が主な仕事のため、人一倍の体力と精神力が要求されます。

そこで今年も、体力増強に重点をおき、野球・ランニング等で汗を流し、肉体の鍛練と精神の鍛練を共に、今までの自分に欠けていた忍耐力の鍛練にも、心がけていきたいと思っております。そして、健康で明るく、村民のために有効な人間になるよう、努力したいと思っております。

中之島村に住みついて二十二年。村の実態について聞かれても何一つ答える事が出来ません。私に限らず、たぶん村内に住むほとんどの若者達が村の財政状態、農業問題や色々な環境設備などについて聞かれても即答する事が出来ないんじゃないでしょうか。

村に興味や関心がないのではなく、そういう事を考える話し合いの時間がないのです。

中之島村の象徴と誇りでもある「農業と自然」を主体としながら、村民が安心して働ける職場を村内にも誘致し、私達若者が自信を持って住みやすい村だと言える明るい村づくりを望みます。

……1981年

新春を語る

新年おめでとうございます。最近ではめずらしい雪のある正月を迎えましたが、この冬型は三十八年の豪雪型に似ているそう、この先が少し心配されます。

さて、今年がトリ年。みなさんそれぞれ抱負を持って新年をお迎えのことと思います。そこで、トリ年生まれの男女十二人、



ぼくの抱負

灰島新田
池上直樹 上通小5年

ぼくが一番の楽しみは、日曜日に川や池でつりをする事です。今年こそ、30センチぐらいのコイをつりたいと思います。

また、ぼくは柔道もやっています。今年3級に合格するよう、練習にはげみたいと思います。

学校では、野球をしています。ぼくはBチームでしたが、Aチームが村の球技大会で優勝しました。今年Aチームのように、チームワークを良くし、みんなと力を合わせてがんばっていききたいと思っています。

今年がんばりたいこと

中野中
浅野章子 中央小5年



私が今年力いっぱいがんばりたいことは二つあります。

その一つは、毎年行われている球技大会のポートボールで優勝することです。それにはまず決められた練習時間を守って、みんながまとまって練習することが大切だと思います。私は6年生になるのでみんなと協力して進めていきたいと思っています。

二つめは勉強のことです。私は特に算数が苦手なので先生の話をよく聞き、習ったものはその日のうちに復習して、忘れないようにしたいと思います。

この二つの事を特にがんばってよい年にしたいと思います。

昭和32年生まれ

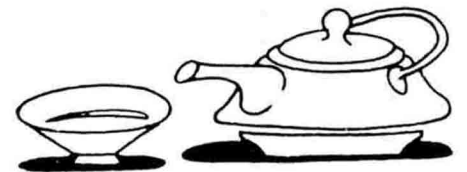
体力増強を 重点に

中条中
本間和宏 消防士

私は、与板郷消防署に勤務して、今年で五年目になります。

明るい 環境づくりを

西高山
羽賀紀由江
会社員



～第3回中之島村青年スキーの集い参加者募集中～

- 期日/3月7日～8日
- 会場/南魚沼郡六日町ミナミスキー場
- 募集人員/45名
- メ切/2月28日(出)
- 詳細及び参加申込書/中之島村公民館 村上まで ☎6-2002内線30

はばたけ……
…1981年



年男・年女
新春を語る



酉年に思う

赤沼 成 沢 重 夫 農業

常勝日本が負けて終戦、もう36年も前になる。当時、小学校6年生だった私は、大きくなったら軍人になるという目的がなくなった。そして国民学校から昭和23年学制改革で新制中学と、目まぐるしい動きの中で何を求めて歩んだか……。

思えば哀れなヒナ酉誕生であった。それでも当時の酉は、粗食であったが放し飼いをされ、トリ小屋の中を

かけめぐることができた。世の中が一変した、放し飼いの酉も当世流行のバタリ一式配合飼料をタップリ与えられ、一夜明ければ必ず産卵を強制される。

しかし、振り返ってばかりおれない、48才を避けて通れぬ問題が山積みしている。空砲に驚いて禁猟区で羽根を休める野鴨になりたくない。自分の羽根を信じて飛び立ちたい。

昭和8年

生まれ



高畑
今泉 朝子
農業

新年を迎えて

新年おめでとーございませう。私は、昨年から一番苦手な事に挑戦しようとして通い始めました。左右を見ても私の様に下手な人は一人もおりません。情ない思いをしながらも三月には卒業式ですが、ペン習字だけでなく、いろんなマナーも教えて頂き大変プラスになりました。また、生徒の中に七十才くらいのおばあさんが趣味で習いに来ておられ、時々みんなを笑わせてはとも楽しそうです。必要に迫られてやるのは苦しいものです。今年からは趣味に変えて行こうと決めました。人の噂話しか話題の無いおばあさんにならない様に、今から少しずつ努力して行きたいと思っております。

はばたけ…
…1981年



年男・年女
新春を語る

充実した老後を



猫興野
雪 松 キ セ (72才)
無職

昨年は身内で不幸があり、最悪の年でした。今年は、昨年の分もあわせて良い年であるよう祈っています。

わたくしのモットーは“観る、読む、書く、聞く、話す”で、楽しみにしているのは村の老人大学講座と旅行、そして、現在450願ほど書き上げた般若心経を、1,000願目標に筆を走らせていることです。

健康には十分気をつけてその日、その日を生き、若い者の重荷にならないよう老後を送りたいと思っています。

明治42年生まれ



酉年に思う

参賀記録

狐興野 藤 塚 弘 農業

「餅を持って行ってやれや。」と親父に言われ、男子供二人が住込みで働いている東京へ餅を持って行ったのが、昭和四十四年酉年。子供達は年始に出かけたし、寝正月では……と、参賀を思い立った。それから始まった私の参賀記録。途中、親父の死去と若夫婦が子供を連れて上京したので二回休んだが、今年も参賀できて十一回となった。この二桁の参賀記録、どこまで伸ばせて行けるか。七度目の酉年を迎えた恍惚親爺、できる事なら次の酉年までもと思ふ愚老である。

私も一言



大口
荒 川 ハ ナ
無職

私は、今年六十才になる老女でございます。振り返れば、短かくも長い歳月でした。早くして夫と死別し、一人で子供達を育てなければならなかった時から今日迄、本当に無我夢中でやってきたのでございます。今では、その子供達も皆成人して、それぞれに幸福な家庭を築いてくれましたので、やっと私も、荷が降りた思いが致します。そして還暦も近くなった今、子供や孫達と共に、この幸福がいつまでも続いてくれることを願っております。

大正10年生まれ

年頭に思うこと

下沼新田
安 達 豊 作
農業



明けましておめでとうございます。私も、酉年生まれで、6回目を迎えたわけでありませう。

さて、我々農村をとりまく情勢は年々きびしく、特に今年は水田利用再編対策の第2期目に当たり、米産村の中之島村にも約15%近い配分があると伝えられています。しかし、食管堅持のためには何としても、この配分目標は達成しなければなりません。

この難関を突破するには転作物の選択、集団化や団地化に踏み切り、奨励補助金プラス転作物の収益をいかに上げるかにかかると思われます。

このような事から、今年は農村経済の確保を、真剣に考えなければならないような気がいたします。



に用いられたり、また、ヨーロッパやアジア各地では闘鳥として娯楽用に飼われていたことが多く、どちらかというところオンドリが主役でした。もちろん、肉や卵も食べられていたようです。ところで今では、多くの人とって卵が朝食に欠かせないものになり、メンドリ主役の時代になりました。特に日本では、このところ卵とトリ肉が物価の優等生として歓迎されています。そのわりには、ニワトリは「集団生活」を強いられるようになってしまっ、今はニワにニワトリの姿を見ることはまれになりました。かといってニワトリのいる動物園は少ないし、ニワトリの声をテレビやラジオでしか聞いたことのない子どもが増えているようで、ちよつとさみしい気もしますね。ともあれ、よい年でありませう。


今年
は
下
り
年

サル年が去ると次はトリ年。トリ年は、十二支の十番目の「酉」にニワトリをあてはめたものですが、考えてみるとちよつとゆかしいのは、昔「酉の刻」といわれた時刻が、今の午後六時頃と、その前後約二時間で、どうしても夜明けを告げるニワトリにはふさわしくないことですね。また「酉の方角」というのは西の方だそうですが、ニワトリというとなんとなく日の出る方向、つまり東の方が似合うように思えるのですが……。それはともかく、ニワトリと人間のつき合いはきわめて古く、インドでは紀元前一七〇〇年頃にはすでに家畜化され、その後各地に広まったといわれています。日本には中国、朝鮮半島を経て伝わり、有名な天の岩戸の神話にニワトリが登場していることはよく知られております。天照大神（あまてらすおみかみ）が、岩戸にたてこもった時、ほかの神がみかみ困って常世の長鳴鳥を鳴かせたりして、天照大神を岩戸から出さうとした話しがそれです。それにしてもニワトリは、昔は暁を告げる霊鳥として宗教的

停電のお知らせ

○2月13日(金)9:30~13:00
高畑の一部・横山の全部

ヨーロッパ
農業研修
体験記
(その一)



横山
大久保武実

新潟県農業士海外研修派遣団の一員として、ヨーロッパ諸国を訪問してこられた横山の大久保武実さんから、感想を寄せてもらいましたので二回にわたり紹介します。

初めに、今回の研修に参加できたことを、関係機関、各位に感謝申し上げます。
さて、十一月二日、一行十七名は日本時間の午後九時三十分成田から、ドイツのハノーバへ飛び立ちました。途中、アンカレッジ(アラスカ)で給油し、約十八時間かかって到着(ドイツ時間の十一月三日午前十時頃)。
ドイツEIL(国際生活体験協会)のリンデン夫人から暖かい出迎えを受けた後、目的地ルーベ

ツケまでのバスに乗るため空港を出た。とたん、「ウアーツ」全員が驚きの叫びをあげた。何と気温がマイナス四度だったのです。
そして、バスは目的地ルーベツケに着いた。やっぱり寒さは同じで、朝の最低気温はマイナス七度とか。ここで、我々を一週間受け入れるホストファミリーが迎えに来られ、それぞれに別れた。
私のお世話になった「グッター家」は非農家(研修生十七名のうち、約半が非農家で残りは農家に滞在した)で、主人三十八才(学校の先生で教会の歴史や道徳を教えている)、夫人三十六才、長女クリスティーナ十才、長男フロリアン七才、二男ベンジャミン五才の五人家族であった。

フランスのベルサイユ宮殿広場



家は三階建ての白い館で、地下室もある。「さすがだなあ」と考えさせられたのは、その地下室にジャム、マーマレード、ビクルスなどの保存食用の食料貯蔵室があることでした。自然災害や戦争などに対する自衛手段かと思うのだが、学ぶ必要があると思う。暖房は、セントラルヒーティングで快適でした。
また、掃除が行き届いており、チリなど一切なし。掃除好きは、町の中も同じ。たばこを吸いな

がら道を歩く人はなく、私はクセでつい吸ったとき、そのたばこを捨てようにもあまりにも回りがきれいいため、しかたなく自分の服のポケットにしまったくらいである。
ルーベツケに着いた翌日から四日間は朝六時起床で、朝食後作ってもらった弁当を持って車でバス停へ送ってもらい、バスで研修(農場、農家、農業施設)し、夕方六時頃バス停まで迎えに来てもらい、帰宅するといったスケジュールであり、いかにホストファミリーのお世話になったか計りしれない。もちろん滞在家庭は無報酬である。
その好意に報いるべく六日目の土曜日の午後、町のスポーツクラブを借り、会場と料理(カレーライス、やきとりなど)の準備をし、全員のホストファミリーを招き、楽しくパーティを開催した。
ホームステイ最後の日は日曜日、家族と過ごした日はその日だけ。それだけに、その日を鮮明に思い出す。



グッター家の家族

と認識不足を感じた。帰宅後、食事。終わったのが午後二時すぎ。その後出発のための準備。四時頃、奥さんの焼いたパイ(ドイツでは、菓子とはほとんど自家製のもの食べる)で、全員で食事。食後、居間でゲームなどで遊び、八時頃、子供たちは眠りに部屋に引きあげた。私も子供たち一人ひとりの部屋に行き、別れを告げた。その後、昨日の約束通り、パーティーの残りごはんを使い、奥さんと私の二人で焼飯を作り、グッター氏と三人で食事をする。終わったら九時を過ぎていたが、その後十一時まで談笑。
一週間という短期間であったが、言葉より心の触れ合いが大切なのだということ、その時感じた。午後十一時すぎ、眠ることにし、居間を引きあげた。これでホームステイは終わった。翌朝四時起床。軽い朝食後、バス停へ。グッター氏と夫人の二人で見送りしてくれた。「出会いがあれば、別れがある」。別れのその時、「ダンケ・シェーン」のことばの他に何も話せなかった。その時の私は、感謝の気持ち一杯で、感激していたのである。「グッター家の皆さん、ありがとうございました。」

二月号は、農業編を掲載いたします

2月1日は省エネルギーの日



暖房機器の置き場所に工夫を

毎月1日は「省エネルギーの日」です

成人病予防週間 一月一日～七日
脳卒中と心臓病の「元凶」
高血圧と動脈硬化
予防と対策

脳卒中や心臓病にからなないためには、なんといっても高血圧と動脈硬化にならないようにすることが大切です。そのためには、ふだん次のような点に十分注意しましょう。

塩分をとり過ぎないように

塩分のとり過ぎに注意し、偏食を避け、栄養のバランスに気を配りましょう。
また、油類はバター、ラードなどの動物性油はなるべく避け、ゴマ油やコーン油、植物性マーガリンなどの植物性油をとる習慣をつけましょう。

適度な運動を続けよう

散歩や軽い体操など体に合った適度な運動は、生理的によいばかりでなく、精神的な緊張をほぐすためにも効果的です。
その日の体の調子に合わせて、長続きするように心がけましょう。

肥満をなくそう

肥満は、心臓に負担をかけ、高血圧のもとになりますから、十分気を配り、一日当たりの摂取カロリーの必要量を超えないように注意しましょう。

酒はほどほどにしよう

酒は適量を守る習慣をつけましょう。一週間に一日か二日の「休肝日」を設けるのも、飲み過ぎを防ぐ意味でよいことです。そして、飲むときはタンパク質、脂肪、ビタミン類など、さかなの補給をお忘れなく。

日常生活での注意

- ①規則正しい生活を
仕事と休養のバランスを考えて、疲れがたまらないように睡眠をよくとり、規則正しい生活を送りましょう。
- ②精神の安定を
血圧は、精神状態に敏感に反応します。突発的に起こる感情的な動揺——興奮や怒り——や、心配ごとで悩んだりするのはよくありません。適度な気分転換を図りましょう。
- ③保温の心がけを
冬の夜、便所などで脳出血の発作を起こす人が多いように、暖かい所から急に寒いところに体をさらすのは、よくありません。気をつけましょう。
- ④湯かげんの調節を
風呂の脱衣場は暖める一方、湯の温度は熱すぎないようにしましょう。浴室内では水圧の影響も受けるので、十分注意しましょう。
- ⑤排便の工夫を
便秘は不快感やイライラのもとになり、血圧によくありません。適度な運動と、野菜やくだものなど繊維の多いものを食べ、便秘にならないように。

また、排便のとき、りきむと血圧が上がりますので、なるべく腰かけ式を使用し、ゆつくり時間をかけましょう。

◎定期的に健康診断を
少なくとも年に一、二回は健康診断を受け、病気の早期発見・早期治療を心がけましょう。

身体障害者 職業訓練生募集

国立石川県身体障害者職業訓練校では、昭和56年度職業訓練生を募集しています。

■訓練科目は「電子機器科」「洋裁科」「製版印刷科」「陶磁器科」「トレース科」「一般事務科」の6職種で、授業料は無料です。

■訓練期間は1年で寄宿舎もあり、希望者は入寮できます。

■応募資格等詳細については

国立石川身体障害者職業訓練校

石川県石川郡野々市町字未松西1

(☎0762-48-2235)

または、最寄りの公共職業安定所までお問い合わせを。

昭和56年は 国際障害者年



完全参加と平等

今年「国際障害者年」です。わが国では、約三百五十万人以上の人(大きく分けて身体障害者約二百二十万人、精神障害者約四十万人、精神障害者約百万人)が心身に障害をもっている。推定されます。しかし、平均寿命が延び、高齢化社会が進むにつれて脳卒中の後遺症などによる障害者が増えるとともに、交通事故や労働災害などによる障害者が年々増加する傾向にあります。わたしたちのだけれども、障害者になる可能性をもっているといっても言い過ぎではありません。

「国際障害者年」のテーマは、「完全参加と平等」です。障害をもつ人に対する理解と関心を深め、みんなが参加し、みんなが平等に暮らせるよりよい社会づくりをしようという年です。「国際障害者年」に当たって、みんなで考えましょう。

年金コーナー 農業者年金

大正五年生まれの人 今から受給資格の確認を

農業者老齢年金

今年の一月から農業者老齢年金の裁定請求の受け付けが始まりました。

この年金は、後述する一定の資格のある人が、六十五歳に達したときの請求に基づいて支給されるもので、今年この請求をすることが出来るのは、大正五年生まれの人です。該当する人は、いまのうちから受給資格を確認しておく、六十五歳に達したならば、すぐに受給権の裁定請求ができるようにしておくようにしましょう。年金は、資格があっても本人の請求がないときは支給されません。

受給資格要件

そこで、「一定の資格のある人」とは、次の三つのいずれかに該当する人です。

①経営移譲年金の受給権者であること。これには、現に経営移譲年金を受給している人のほか、経営移譲年金の受給権者であって、年金の支給停止中または

は支払い差し止め中の人も含まれます。②経営移譲年金の受給権者ではないが、六十歳に達した日の前日において農業者年金の被保険者(同時に国民年金の被保険者であること)であり、さらに保険料を納めた期間などが年金受給資格期間(大正五年生まれの人は五年です)を満たしている人。これには、保険料を納めた期間のほか、出稼金などで厚生年金など被用者年金に短期間加入した一定の期間などを合算します。

③経営移譲年金の受給権者ではないが、一定の要件(たとえば、五十九歳以後に出稼金などに出で、被用者年金に加入し農業者年金の被保険者資格を喪失している間に六十歳に達した人は、その被用者年金期間は八か月を超えていないこと、および農業者年金基金に所定の届け出をしていないことなど)を満たしており、さらに保険料を納めた期間などが年金受給資格期間を満たしている人。

年金額の計算式

農業者老齢年金額の計算式は次のようになります。
六五〇円×保険料を納めた期間の月数×一・二六五(年金額)
〔注〕一・二六五は、五十二年、五十二年、五十四年および五十五年の物価スライド率を合わせたものです。

詳しいことは

農委・農協で

以上により農業者老齢年金の受給資格があると確認されたときは、六十五歳到達後すみやかに農協の窓口で裁定請求の手続きをとってください。裁定請求書の用紙は農協にあります。農業者年金についての詳しい内容は、農業者年金・最寄りの農業協同組合にお問い合わせください。



税務コーナー

生命保険と税金

「健康家族」には明るい笑顔がいっぱい。でも、いつどんな不幸に見舞われるか誰にもわかりません。そんな万が一のときのために、生命保険が利用されているようにです。

ところで、生命保険と税金は深い関係にあります。納税者本人が家族を受取人とする保険料などを支払ったとき、その年の支払額に応じて「生命保険料控除」として、その年の所得金額から控除されます。また、保険契約が満期になったり、被保険者が亡くなったときの保険金の課税関係は、下の表のようになっていきます。なお、傷害特約付生命保険でその特約により、受け取る給付金には税金はかかりません。くわしくは、税務署・税務課へおたずねください。

保険料負担者	被保険者	保険金受取人	課税関係
夫	夫	妻	妻に贈与税
夫	夫	夫	夫に所得税

保険料負担者	被保険者(死亡者)	保険金受取人	課税関係
夫	夫	妻	妻に相続税
夫	子	妻	妻に贈与税
夫	子	夫	夫に所得税

～たばこは村内で買しましょう～

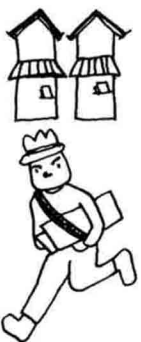
進学は毎日奨学制度で

毎日新聞社では高校卒業生(見込者)を対象に新聞配達をしながら、自力で進学できる毎日奨学制度を設けております。

この制度は、大学生、短大生、専門・各種学校生、予備校生にそれぞれ各コースの奨学制度を適用し、必要な学費、返済不要の奨学金を支給のほか、食費、住居など一切をお世話するものです。

現在、五十六年度生を募集しております。詳しい案内書を無

料でお送りしますので、左記へ高校名、氏名、住所、電話番号を書き添えてお申し込みください。
〒一六〇
東京都新宿区大久保三二一四一四
毎日新聞社早稲田別館内
毎日育英会K係
☎〇三(二〇九)一七一(代表)



「今町と戊辰戦争」再発行

亡 久保宗吉氏が、大正15年3月に発行した「今町と戊辰戦争」を、このたび、みのむし会の手で再発行(A5版、104ページ、価格1,000円)することになりました。

中ノ島村に関する記事も多く掲載されていますので、この機会にお求めください。

〈問い合わせ先〉

- 藤印刷内みのむし会 ☎6-2231
- 中ノ島村公民館 ☎6-2002 内線30

おどくばさい

第七回 村民作品展

出品ください

開催期間 二月十八日(水)～二十二日(日)

会場 中之島村公民館

出品作品

書道・日本画・洋画・写真・工芸(たこ・はりえ・和紙人形・彫塑など)

特別出品コーナー(各地の作品展に入賞した作品を展示)を設けて村展の充実を図り、みなさんのおいでを待ちしています。

出品者へ……出品作品の規定などは広報十二月号十五ページを参照ください。なお、くわしくは教育委員会へ…… ☎六二〇〇二(内線三〇番)