



広報

こしじ

1981

10/1

No. 199

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



町敬老会が町民体育館で開かれ元気なお年寄りが集まり町民謡協会のアトラクションに拍手で答える



町の人口		
住民基本台帳人口 (8月末現在)		
		前月比
世帯数	3,312戸	0
人口	14,476人	0
内訳		
男	7,070人	-4
女	7,406人	+4



10月 広報カレンダー

1 木	全国労働衛生週間	17 土	
2 金		18 日	家庭の日
3 土		19 月	
4 日	国際交通週間	20 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) 三種混合接種 (2:00~3:00浦区事務所)
5 月		21 水	高齢者職業紹介 (今月にかぎり13日に変更) 三種混合接種 (2:00~3:00岩塚農協)
6 火	心配ごと相談 (1:30~4:30福祉センター)	22 木	1歳6ヶ月児健診 (2:00~3:00福祉センター)
7 水		23 金	電信電話記念日 1歳6ヶ月児健診 (2:00~3:00岩塚農協)
8 木	生ワク投与 (2:00~3:00福祉センター)	24 土	
9 金	三種混合 (2:00~3:00 塚山集落開発センター)	25 日	
10 土	体育の日 十三夜	26 月	原子力の日 献血 (10:00~3:00塚山小学校)
11 日		27 火	読書週間 心配ごと相談 (1:30~4:30福祉センター)
12 月		28 水	1歳6ヶ月児健診 (2:00~3:00浦区事務所)
13 火	生ワク投与 (2:00~3:00浦区事務所) 生ワク投与 (2:00~3:00 塚山集落開発センター)	29 木	
14 水	鉄道記念日	30 金	
15 木	生ワク投与 (2:00~3:00岩塚農協) 三種混合接種 (2:00~3:00福祉センター)	31 土	ガス記念日
16 金	1歳6ヶ月児健診 (2:00~3:00 塚山集落開発センター)		

三種混合接種対象者
昭和五十三年九月生まれから昭和五十四年八月までに生まれた者
生ワク投与対象者
昭和五十五年七月生まれから昭和五十六年六月までに生まれた者
一歳六ヶ月児健診対象者
昭和五十四年十月生まれから昭和五十五年三月までに生まれた者
町報九月号の訂正について
町報九月号の一四ページ、おぐやみの欄で山岸ハスさんと記載してありましたが山岸ヤスさんの間違いですので訂正しておわびいたします。
飼育犬は必ず登録と注射を
昭和五十六年度
の犬の登録と第二回狂犬病予防注射を、次の日程により行います。
犬を飼育されている方は、最寄りの会場で登録と狂犬病予防注射を受けてください。

実施月日	時間	会場
10月28日 (水)	10時00分~10時30分 10時45分~11時30分	塚山集落開発センター 岩塚農協
10月29日 (木)	9時30分~10時00分 10時30分~11時30分 13時00分~14時00分	石津保育所前 神谷公民館 越路町役場

料 金 登録料 2,100円 (未登録犬のみ)
注射料 1,500円

町議会 第三回定例会

一般会計・特別会計 補正予算と決算の認定

新議員構成も決まる

昭和五十六年、第二回定例町議会が、九月七日に招集され、正副議長と議事関係各種構成委員選任等の議案が審議されました。つづいて九月十七日再開され、一般会計補正予算・ガス水道会計補正予算など十五議案が上程され、原案どおり可決されました。昭和五十五年度決算については、次号でお知らせいたします。

一般会計

農村基盤総合整備事業費や道路維持費、道路新設改良費、下水道費、都市下水道費に大巾な増額

一般会計の今回の補正は、歳入歳出総額にそれぞれ一億七千八百十八万九千九百の増額が議決され、総額で二十七億四千五百九十九万九千円となりました。そのおもなものは、交通安全推進大会、町民号協賛金、前納報奨金の増額です。
◎民生費では、百十五万五千円増額して、三億四千九百九十九万九千円となりました。おもなものは保育所消費施設改善であります。
◎衛生費では、百七十一万九千九百の増額で、一億七千六百三十三万二千円となりました。このおもなものは、小国町、越路町水道企業団繰入金であります。
◎農林水産費では、二千六百六十六万三千円増額して四億五千六百三十三万七千九百円となりました。このおもなものは、農道改良事業費、中野島地区集落排水施設設計委託料等であります。
◎土木費では、一億一千五百四十四万六千九百の増額して七億七千二百二十五万九千九百円となりました。このおもなものは、町単防雪事業工事費、

委員会等の 構成決まる

この議会で、正副議長及び各委員会の構成が次のように決まりました。(敬称略)

- ◎今井 恒樹 西脇栄治郎
- 堀 信次 大石仁太郎
- 田中四正八 内山徳三郎
- 宮沢 実
- ▽議会運営委員会(八人)
- ◎大谷 勇 山崎 敬一
- 高橋 文英 白井 孝
- 内山徳三郎 白井勲次郎
- 西脇栄治郎 白井 忍
- ▽水道企業団議会議員(六人)
- 長束 健三 大谷 勇
- 田中四正八 佐藤六三郎
- 永井 好一 白井勲次郎
- ▽長岡地区衛生処理組合議員(二人)
- 白井勲次郎 白井 忍
- ▽議会推せん農委員(二人)
- 内山徳三郎 山崎 敬一
- ▽国保連協委員(四人)
- 堀 信次 藤沢 茂俊
- 西脇栄治郎 宮沢 実
- ▽監査委員(二人)
- 関矢孝次郎



副議長 白井 忍



議長 白井勲次郎

特別会計

昭和五十六年度越路町ガス事業会計補正予算は、千二百一十二万九千九百の増額で、総額で七千七百五十六万二千円となりました。おもなものは、ほ場整備導管移設工事費、サンモア団地本管工事費、無線設備費等であります。
昭和五十六年度越路町水道事業会計補正予算は、八十六万三千円を増額し、一億六千四百三十三万九千九百円となりました。このおもなものは修繕費等であります。

◎印は委員長 ○印は副委員長 (敬称略)

- ▽総務文教委員会(八人)
- ◎平石 英一 大谷 勇
- 佐藤 照雄 藤沢 茂俊
- 関矢孝次郎 白井勲次郎
- 山崎 敬一 白井 忍
- ▽経済社会委員会(七人)
- ◎長束 健三 白井 孝
- 野上 公平 永井 好一
- 佐藤六三郎 大矢 栄一
- 高橋 文英
- ▽建設企業委員会(七人)

町教育委員の選任

越路町教育委員会の委員の任期満了により次の方が議会の同意を得て選任されました。(敬称略)

- 越路町大字飯塚 井上 直樹



町議会

人生に定年なし

お年寄りの生きがいを考える

いま、百人のうち九人が六十五歳以上のお年寄り——これが三十四年後の昭和九十年には十八人と二倍に増えると予測されています。三十四年後に六十五歳になる人、つまりお年寄りの仲間入りをするのは、いま働き盛りの三十一歳。同時に、わが国人口の高齢化は、諸外国に例を見ないテンポと規模で進むことも、あわせて考えておかなければならない問題です。
人生には定年なし——この機会に老人の生きがいと、よき老後について考えてみましょう。

「思いやり」が

生きがいを奪うことも ある家庭の話です。おじいさんは、畑仕事で唯一の楽しみでした。近くの農家から借りた、狭いながらも「自分の畑」に通い、四季折々の野菜づくりにいそむことと日々の喜びを感じていました。娘夫婦と三人の孫にいつも新鮮な野菜を食べさせたい——これがおじいさんのなにより生きがいであったのです。

ところが、ある日、娘から「少しは体のことも考えてください」と、野菜づくりを禁じられてしまいました。娘にしてみれば、おじいさんが、畑仕事には直接ひびかないものの軽い腰痛を訴え、それに下痢きみだつたことから、しばらくのんびりしてらおうと考えてのことです。
この日以後、おじいさんは部屋に引きこもりがちになり、その上、生来の持病まで再発してしまつたそうです。
これは極端な例かもしれませんが、この話には、わたしたちが高齢者問題を考える上での貴重な教訓が含まれています。
「お年寄りに対する思いやり」が逆に「生きがいを奪う」結果を招く場合が、往々にしてあるということです。
総理府が行った「高齢化問題に関する世論調査」昭和五十五年十月によりみると、「老後はどのようなことを境に始まるか」に対する主な回答は、次のようになっていました。
体の自由がきかない時 30%
仕事をやめた時 23%

年金をもらう時 21%
これを男性だけにしてみますと「仕事をやめた時」が三十八%でトップを占め、定年後グッとふけこむということになります。
わたしたちが心したいのは「積極的に生きようとする意欲を奪ってほならない」、これが基本です。
「老いる」のではなく「暮す」のです。
よき老後とは、「まず健康で、暮らして困らなくて、グチを言わなくてすむ生きがいのある生活を送れること」と、だれもが口をそろえて言います。
衣・食・住だけでなく、医・職それにプラス生きがいが保証された暮らしこそ、よき老後ということになります。
総理府統計局の「老年人口の現況」、昭和五十五年によると、六十五歳以上のお年寄りが「職に就きたい」と思う理由としてあげているのは、次のようなものです。
生活をより豊かにしたい 29%
生活費を得たい 17%
余暇ができた 14%
知識や技能を生かしたい 8%
この回答からわかるように、職を求めることによって日々の生活を充実させ、これまでに身につけた知識や技能を社会に役立てたいという積極的な意欲がうかがえます。

敬老会

元気なお年寄りの笑顔がいっぱい

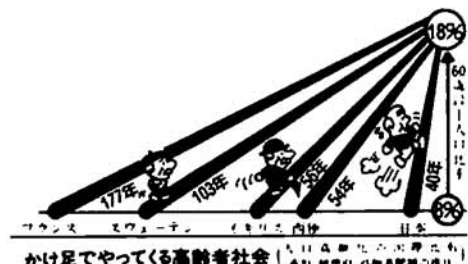
良い天候に恵まれた九月十五日の敬老の日に、町民体育館において町の敬老会が開かれました。

今年の対象者は千二百八十八名でその約七十二%にあたる千名近い元気なお年寄りの方が出席されました。

今年七十五歳以上の七百五十四名のみならず、祝賀が、また九十歳以上の方々九名には長寿を祝って座とんを、そしてめでたく金婚式を迎えられた二十九組のご夫婦に県知事の寿と書かれた色紙が、県知事代理の阿部三吉社会福祉事務所長から贈られ、また町から記念品と祝賀がそれぞれ贈ら



れました。お年寄りは、用意された赤飯を食べたり、久しぶりに会った仲間と話したり、酒を飲みながら、町民協会のアトラクションの歌や踊りにまた、思考をこらしたとび入りコーナーで元気な歌声にと楽しい一日をすごされたようです。
これからも健康に留意され、来年の敬老会をたのしみにお過ごしください。



かげでやってくる高齢者社会

健康体力づくり

十月十日は体育の日

健康・体力づくりのカギは、「栄養・運動・休養」のバランスを保つことにあります。

運動をしないで栄養をとりすぎると肥満になり、逆に栄養・休養が不十分のまま運動を続けると、体が消耗するのは当然です。

自分の体に合った運動を行い、バランスのとれた食事をし、自分に適した休養を生活の中に取り入れる——マイペースの体力・健康づくりを実践しましょう。

十月十日は「体育の日」、そして十月は「食生活改善普及運動月間」です。

◎心身のバランスを崩す運動不足
と答えた人は約六割にのぼって
体力は二十代の半ばから低下す
ると言われます。

今日では、職場はもちろん、家庭生活の面でも電化や機械化が進み、わたしたちの暮らしはたいへん便利になり、同時に楽になりま
した。

しかし、その反面、わたしたちの体を動かす機会は、以前に比べて極端に少なくなっていることも事実です。その結果、知らず知らずのうちに運動不足に陥り、体力の低下に一段と拍車をかけるという悪影響をもたらします。

運動不足は、単に筋肉の動きを衰えさせるばかりでなく、神経、心臓や血管などの循環器系にまで悪影響を及ぼし、心身のバランスを崩す原因になります。

健康で豊かな生活を築いていく土台となるもの——それはあなたの体力です。いますぐ、体力づくりを心がけましょう。

献立づくり、六つの基礎

◎献立づくり、六つの基礎
食品を組み合わせよう。
食生活改善普及運動月間

十世帯のうち、二・五世帯がカロリーをとりすぎており、一世帯が不足している。

年々、わたしたちの食生活は豊かになり、質量ともにバランスのとれたものになってきています。

しかし、これはあくまでも平均すればの話で、世帯別にみますと、まだまだ、かなりのバラつきがあります。

国が毎年行っている「国民栄養調査(昭和五十四年)」によりみると、四分の一の世帯がカロリーをとりすぎており、つまり、成人男子の一人一日当たり(二千五百カロリー)に換算して、所要量を(割)も上回る世帯が約二十パーセントあります。

栄養のとりすぎに運動不足が重なると肥満を招き、脳卒中や動脈硬化といった成人病の原因になります。一方、栄養が不足すると貧血や脳出血などの病気のもとになります。

十月は「食生活改善普及運動月間」です。健康で快適な生活を送るために、バランスのとれた食生活は何よりも大切です。

そのためには、献立づくりには表の「六つの基礎食品」を組み合わせて、過不足のない栄養摂取を心がけましょう。

食品の類別	食品の例示
1	魚、肉、卵、大豆 魚、肉、卵、大豆、豆腐、納豆、肉類、鶏肉、豚肉、牛肉、魚類、鶏卵、大豆、豆腐、納豆
2	牛乳、乳製品 牛乳、乳製品、ヨーグルト、チーズ、バター
3	野菜、果物 野菜、果物、海藻類、きのこ類
4	そのほかの野菜、果物 豆類、干果類、海藻類、きのこ類
5	米、パン、めん類 米、パン、めん類、雑穀類
6	油類 ごま油、菜種油、サラダ油、マーガリンなど

毎日の食事に必ず六つを組み合わせましょう

あいまいな金取引に注意

金取引をめぐるトラブル、被害が相次いで起こっています。最近の金をめぐる悪質な取引には二種類あります。

一つは、香港商品取引所での金、大豆などの売買などと称して、悪質業者が大金をまきあげるケースです。もう一つは国内で、「延べ取引」「現物条件付き売買」「予約販売」などという、現物を伴わない先物取引に類似した取引にさいこむものです。

これらの取引は、現物の受け渡しは数ヶ月後というのがほとんどで、その間に、保証金や予約金を積み増しさせます。しかも、契約書には、特別な付帯条件がついていて、途中で解約できないように

なっていることが多く、あげくのほぼは客に大損させるといえるものです。

このような、あいまいな金取引の勧誘の手口は次のようなものです。十分注意しましょう。

①電話やダイレクト・メールなどでしつこく勧誘したうえ、セールスマンが訪問して言葉巧みに誘う。

②必ずもうかるかのような説明をして取引を勧める。

③財産形成の手段として、あなたが国が推奨しようとしているようなことを言う。

④もっともらしい金価格の相場表のようなものを見せる。

金を購入したい方は、うまい話にまどわされず、信頼出来る金の現物販売業者から買うようにしましょう。

米との上手なつきあい方

保存方法を工夫しておいしく食べよう

人間が空気を呼吸して生きているのと同じように、米も生きています。つまり、「呼吸」しているのです。

米をおいしく食べるには、米の「生命」を長持ちさせるとともに、できるだけ古くならないうちに食べることです。保存方法などについてみてみましょう。

(一)精米された米は、だいたい十日から二十日間は風味は変わりません。ですから二十日間くらいで消費できる量の米を、こまめに買うことが、おいしい米を食べる基本です。

(二)生きている米は、直射日光が苦手です。理想的な置き場所は、直射日光の当たらない風通しの良い冷暗所です。

(三)米を上手に使うには、上から入れて、下から出す循環式保存容器を用いるのが便利です。上から入れて、上から出す箱型の米びつですと、どうしても箱のすみに古い米が残りがちで、新しい米を入れても、古い米のせいで風味が落ちたり、虫のわく原因になります。

(四)冬眠密着包装米——ちよっと聞きなれない言葉ですが、これは米袋に炭酸ガスを封入して米を完全密閉のうえ冬眠状態にさせ、米の風味を長く保たせるようにしたものです。

この方法で包装された米ですと、半年から一年間ぐらいいは、新米と同じ風味が保てます。この保存がきくという利点を生かして、冬眠密着包装米をイザという時の家庭の「備蓄米」として役立てるのも一つの利用法です。

以上の色々な条件を満たした米との上手なつきあい方をし、おいしい米を食べましょう。



お宅の防犯チェックは

十月十一日〜二十日 全国防犯運動

行楽の秋、家族そろって出かける機会も多くなりますが、留守宅のカギはかかっていますか。

全国平均で見ると、約一分五秒ごとに、一般住宅や事務所、店舗などが、いわゆる侵入ドロボウの被害にあい、一件当たり約十萬円の損害を被っています。

昨年一年間の被害件数約二十九万件的のうち、約六割を一般住宅が占めています。

ところで、侵入盗には三つの犯罪手口があります。

空き巣……昼間、留守の間に侵入する。

忍び込み……夜間の就寝時に侵入する。

居空き……在宅時に侵入する。

十月十一日〜二十日まで、「全国防犯運動」が行われます。この機会に、もう一度、わが家の防犯チェックをお忘れなく。

家庭の防犯 四か条

◎出かけるときは必ずカギをかけよう。

家庭が最も被害を受けやすいのは「空き巣」と「忍び込み」によるものですが、これらの約半数は

カギをかけたところから侵入しています。また、場所別にみると、全体の約四割近くが玄関から入っています。出かけるときは、必ずカギをかけましょう。

◎玄関にはCPマーク付のカギを

空き巣や忍び込みを防ぐためには、丈夫なカギを選びたいものです。そんなとき役に立つのがCPマーク。

このマークは、警察庁長官がカギの強度、カンヌキの強さはもとより、カギの精巧度にもおおよぼ厳しい検査により優良防犯機器として認定したカギだけに付けられるものです。

カギ選びにはCPマークを参考に

隣り近所で防犯体制を

外出するときは、近所に声をかけ、また、声をかけられたお宅では、留守宅にだれかきたら「どちらにこ用ですか」と声をかけ、物件を確かめるようにしましょう。

侵入ドロボウは人との接触を極端にきらいますので、このひと声が防犯に役立ちます。

◎長く家をあけるとき、新聞などは配達中止を



牛乳や新聞が玄関にたまっているのは、留守を教えているようなものです。長く家をあけるときは配達を中止させるようにしましょう。

カギかけは、家族みんなの合言葉

「みのわの里」花だん 作りに御協力を

みのわの里では、施設環境整備のため来年度から園内に花だん作りをしたいので地域のみなさんから球根のご寄附をお願いいたします。水仙、チューリップ、グラジオラス等の球根を少しでもよろしいですから御願います。

植込みは十月下旬までに終了いたします。

949 54 三島郡越路町大字不動沢 (電話 0549-211-2500)



防犯映画を見て

越小六年 高橋信子

私達飯島部落では、子供と大人が大勢集まって防犯映画を見せていただきました。

最初に区長さんと、婦人警察官が子供の非行についてお話しをされました。私達もいろいろお話しされたことをよく守って悪い仲間に入らないようにしたいと思ひます。映画を見て私が思ったことは子供を大学へ進学させるためにお父さんやお母さんが「勉強、勉強」とノイローゼになっているのが気になりました。

私はまだ六年生ですが試験がたくさんあります。なかでもソロボンの三級が何回か落ちました。試験は決して簡単なものではありません。私の家ではよく母が「宿題やったか?」とよく言われますが内容までは干渉いたしません。この親も同じなのだろうか。映画の主人公の子供は塾までかよって勉強させられるのだからさぞ大変だと思いました。

私だったら自分なりに一生懸命勉強して、あんな不良の仲間には絶対に入りたくないです。お父さんや、お母さんも無理に勉強を押しつけて大きな期待をかけるのは良くないと思います。私も授業が終ってから水泳部で練習して帰っ

てからソロボン塾に通っていますし、それからちよっと休んで宿題をやるともう疲れて眠くてたたくたです。

「勉強のない国へ行きたいなあ」と思うことさへあります。シンナーって何だ? テレビや新聞で聞いたり見たりしますがどのような遊びで何が楽しいのかはまったく私にはわかりませんが、悪い遊びだということは聞いてわ

かります。あの主人公が意志が強かったら反対に不良仲間には注意したかも、是非そうしてもらいたかったです。私もやがて中学。高校の受験となります。良い友達を多くもって先生のお教えや、親の言い付けを守り自分なりに一生懸命努力したいと思ひます。



防犯映画を見て

越小五年 金安信子

私達は、八月二十六日の夜飯島事務所において、お父さんやお母さんと一緒に防犯映画を見せてい

ただきました。最初に区長さんと、婦人警察官から非行防止の話がありました。私も悪い仲間にはいらないようにしたいと思ひます。

私は映画を見て思ったことが三つあります。まず最初に思ったことは、正一君のお父さんや、お母さんが正一君が小学生や、中学生のころより成績が少し下がったので口うるさく「勉強すれ、勉強すれ」と言うことが良くないと思ひます。あんなに言わなくても自分では、わかっているのではありませんか? でもよいと思ひました。

二番目に思ったことは、私はシンナーは何だかわかりません。ただ恐ろしい麻薬だということは聞いてわかってはいますが、正一君がシンナーを吸ったことです。吸った理由は、お父さんとお母さんがあまりうるさく言ったから勉強もなにもかもういなくなって塾へ行くのをサボってシンナーを吸ったのだと思ひます。もう少し正一君の意志が強かったら自分でシンナーを吸わないばかりか悪い仲間に入らないで注意をしてほしかったと思ひました。

最後に思ったことは、正一君のおじいさんがいろいろ細かいところまで気が付き正一君の気持ちを一番よく知っていたのだと思ひました。

国民年金や厚生年金および各種共済組合などの公的年金と呼ばれるいづれかの年金制度に必ず加入する「国民皆年金」の仕組みがとられています。しかし、サラリーマンの奥さんは、ご主人が勤務先で加入している公的年金から、将来、老齢年金などを支給されるために、国民年金の「義務加入」の対象になっていませんが、希望(任意加入)すれば国民年金へ加入できる道が開かれています。国民年金の老齢年金を受けるには、原則として保険料を二十五年間掛けることが必要ですが、サラリーマンの奥さんの結婚期間(任意加入できた期間)については「国民年金の加入期間(ただし、年金額の計算には含まれません)」とみなされます。また、結婚以前に、OLの経験(一年以上の厚生年金の加入期間)があれば、その期間も、二十五年の期間に算入されます。奥さんが国民年金に加入すれば、夫婦そろって老齢年金を受けられますし、まさかの時には奥さんに障害年金や母子年金などが支給されます。国民年金保険料は一月四、五〇〇円、より高額の年金を希望される場合は付加保険料一月四〇〇円を合せて掛けることができ

国民年金

奥さん!!国民年金に加入しましょう。



あなたの老後は大丈夫 奥さんと国民年金

最近、サラリーマンの奥さんの間で、国民年金に対する関心が急速に高まっています。これは、わが国も欧米のように核家族化や長寿といった生活環境の変化の中で、サラリーマンの奥さんが老後の頼りになるのは「年金」と考えたからでしょう。わが国では、二十歳以上の人は、

私もこのような非行には絶対に入らない良い友達を多く持ち先生や両親の言われることを守り一生懸命勉強したいと思ひます。

職員募集 昭和五十七年みのわの里更生園の職員募集が次の要領で行なわれます。

- ◎採用職種、採用人員並びに受験資格
 - ◎生活指導員 男子七名、女子六名
 - ◎業務 人所者の介護、生活指導、作業指導等の業務に従事する。
 - ◎資格
 - ①住所 長岡市又は三島郡、古志郡内に本籍又は住所を有し、生活の本拠が管内にあり通勤可能な者
 - ②年令 昭和二十一年四月一日以降に生まれた者
 - ③資格
 - ◎学校教育法に基づく大学において、心理学・教育学又は社会学を修めて卒業した者
 - ◎学校教育法第五十六条第一項に規定する者であつて、二年以上精神薄弱者の福祉に関する事業に従事した者
 - ◎保母又は社会福祉主任任用資格を有し、精神薄弱者の更生援護に相当の学識経験を

有すると認められる者 ◎受験手続

○申込受付場所 三島郡越路町大字不動沢 二一六番地二 社会福祉法人 中越福祉会

○受付期間 昭和五十六年十一月二十一日(日)祝祭日除く十一月二十日までの消印は有効

○提出書類

- ◎履歴書(市販の用紙に記載し写真を貼付すること)
- ◎六十円切手を貼った宛先明記の返信用封筒を必ず提出すること

なお、詳細についてはみのわの里療養園にお問い合わせください。 ☎〇二五八九二二一五〇〇 ☎〇二五八九二二一五〇〇



(無料)

掛けた保険料は、すべて社会保険料としてご主人の所得税の控除対象となりますのでお忘れなく。こうしてみますと、国民年金は奥さんにピッタリな年金と言えましょう。奥さんが国民年金に加入して将来に備えましょう。

出稼ぎをされる みなさんへ

まもなく出稼ぎに出かけるみなさん!国民年金係から年金について三つのお願ひがあります。

その1 年金手帳は忘れずに 持参しましょう

出稼ぎ先の職場に出向いたら、その労務担当者に「年金手帳」を必ず提出してください。

なお、初めて厚生年金に加入する人は、あなたの年金手帳に「厚生年金の記号番号と加入年月日」を記入してもらってください。

また、職場をやめたときは年金手帳にある記録欄に、勤務した事業所名とその所在地ならびに喪失年月日を忘れずにメモいたしましょう。厚生年金に再び加入する人も事業所名、所在地ならびに喪失年月日を忘れずにメモいたしましょう。厚生年金に再び加入する人も事業所名、所在地、加入年月日

喪失年月日をしつかりと記録しておいてください。 あなたが出稼ぎして厚生年金に加入した期間は、国民年金の加入期間と合算して、将来、「通算年金」として受けることになります。



保険料の納付と年金の手続きは忘れずに

その2 国民年金の届けは そのつと速やかに 出稼ぎ先の職場で厚生年金に加入したときは「国民年金の喪失届」を、また出稼ぎ先から戻ったときには、「国民年金の加入届」をそのつと速やかに手続きをいたしましょう。

その3 忘れずに掛けましょう 国民年金の保険料を掛け忘れていたら、年金が受けられないことでもありますので、出稼ぎ前の保険料は出発前に掛け終るようになっています。また、「年金手帳」はあなたの年金歴の証人ともいえるものですから、大切に保管いたしましょう。

行政相談



今年も広く住民の理解と認識を深め、その利用を促進し、一層の発展と行政の民主的な運営をはかるため、「行政相談週間」が十月十一日から十七日まで行われます。今年度は「親切、迅速な窓口をめざして」というテーマで、全国いっせいに実施されます。

日常生活で困っている問題は、この機会に「行政相談制度」をご利用ください。 当町では次の日程で実施されます。

◎合同相談

十月十三日 午後一時～午後四時まで 越路町総合福祉センター

◎行政定例相談

十月十六日 午前九時～正午まで 越路町役場

文芸欄

俳句 越路俳壇

若林 雲峰
巡視する鍵束鳴らす流れ星
決断を迫る話一葉落つ

大矢銀風子
夜半目覚め闇の底なるち、ろ聞く
桐一葉落ちて物憂き秋の昼

五十嵐宇声
花市に着きし一荷に遺ふち、ろ
残響光噴井のしぶき風にのる

永橋 雷人
老いては活れぬ吾れやち、ろ鳴く
水草に蜂の来てゐる残響かな

島島 冬山
退勤の踏切にして流れ星
桐一葉拾ひ文学少女めく

米山 節子
肩で知る吾子の重みや遠花火
火花に顔照らされてはにかめる

平石 あき
肩車して子に見せる大花火
火花消ゆ闇に押さる、俤椅子

上田ひろ子
ち、ろ鳴く昼も小暗き庫裡の土間
桐一葉残照低き 山畑

白井 久蔵
豊作の穂田にこだます朝花火
桐一葉曇り日一と日暮れんとす

松井 登代
伐採の電鋸猛ける残響かな

人混みを避けて河原の蓮花火

平沢 たづ

蓮花火仔猫からまる川の土堤
読経の長く身に沁む残響かな

高橋 雨峰

屋形船灯を消して待つ大花火
桐一葉農協前の茶碗店

郷 泰

絵日記やどの子も火花書いてゐる
桐一葉杜氏の発つ日迫り来る

小林満寿子

蟬のせて落ちし一葉や句碑の前
ふくよかな稲穂の上の花火かな

高野 市良

行楽の車がつゞく浜残響
赤き日のしづかに沈む残響かな

番場 春二

振り向けば桐の一葉の落つる音
桐一葉落ちて夕日のかけりかな

高橋嘉四次

桐一葉ひるがえりつ、雨上がる
溝の草刈るや残響の草いきれ

横 助蔵

今掃きしばかり一葉の庭に落つ
火花見る人数多立つ川の土堤

吉岡 トキ

音もなく行手に落ちし桐一葉
友とるて話しは尽きじ遠花火

大矢 銀潮

流星や一人ぼっちの田水引く
桐一葉落ちて山門そびえ立つ

災害復興住宅建設等

資金貸付受け開始

住宅金融公庫では、今回の台風十五号により住宅に被害を受けた方に対し、次の要領により融資申込みの受け付けを行います。

●受付期限 昭和五十六年十一月三十日(月)まで

●災害復興住宅建設資金の場合
●申込資格
今回の台風により、被災直前の建物の価額の五割以上の被害を受けた家屋の所有者、賃借人又は居住者

●融資が受けられる住宅
住宅部分の床面積が二〇〇平方メートル以下であること。ただし、滅失した家屋の一戸当りの住宅部分が二〇〇平方メートルを超えていた場合で滅失した家屋の住宅部分の床面積に相当する面積とする。

●融資限度額
木造住宅 七百二十万円
他に土地取得費又は整地費にも融資する制度があります。

●利率 年五・〇五%
●返済期間
木造の住宅 二五年以内
●災害復興住宅補修資金の場合
●申込資格
今回の台風により住宅部分の補修に要する額が十万円以上で、

建物価額の五割未満の被害を受けた家屋の所有者、賃借人又は居住者
●融資限度額
木造住宅の場合 二百六十万円
●利率 年五・〇五%
●返済期間 十年以内
●申込場所
住宅建設場所と同一県内の「住宅金融公庫業務取扱店」と表示した金融機関
詳しいことは、住宅金融公庫北関東支所(〇二七二二二二一六六五五)又は、近くの公庫業務取扱金融機関にご相談ください。

危険物取扱者試験を実施

昭和五十六年度第二回危険物取扱者試験を、次のとおり行います。

●試験の種類
乙種危険物取扱者試験(全類)
丙種危険物取扱者試験

●試験期日
十一月十五日(日)午前九時三十分から

●試験場所
長岡市会場

●受験資格
長岡工業高等学校

●受験資格
乙種 製造所等において危険物取り扱いの実務経験六ヵ月以上有する者。

丙種 学歴、実務経験等は問わない。

●願書受付
昭和五十七年二月十日(水)

●願書受付
昭和五十七年二月十日(水)

公共職業安定所の窓口

手続が簡単になりまし
公共職業安定所を訪れる事業のみなさんは、雇用保険の窓口手続きが以前に比べてずいぶん簡単になり、待ち時間も短くなりました。

今年七月六日からコンピューター導入による「雇用保険トータル・システム」の実施によって、適用給付関係の窓口業務が即時処理されるようになりました。

このシステムは、センターのコンピューターに雇用保険の適用事業所、被保険者、受給資格者に関するデータがすべて登録されており、処理結果を即時に安定所に通知します。ですから、これまで日時を要した番号の照会なども安定所からでも直ちにできるようになりました。

また、被保険者関係の手続きは、資格取得の手続きさえ済ませておけば、次回の手続きはいたって簡単になりました。

その後の転勤などに伴う転出入届、結婚などによる氏名変更届、資格喪失届などの事務は、いくつもの事項を書き足したりするだけでよいのです。

給付業務も、受給資格の事務手続きさえしておけば、あとはコンピューターがわずかな時間で処理してくれます。

してくれま
なお、このシステムの運用時間は、平日が午前九時～午後二時三十分、土曜日は午前九時～十一時です。

やすらぎが

いで湯の里として知られている北魚沼郡湯之谷村に、国民年金保養センター「こしじ」があります。

国民年金保養センターとは、国民年金の加入者や年金受給者およびその家族のみなさんが、健康増進やレクリエーションに役立てていただくために、建てられた公営の宿泊施設です。

しかし、「こしじ」は国民年金に関係なく、だれでもが気がるに利用できます。また、ここは「やすらぎ」をテーマにしており、家族連れやグループの行楽には格好な施設と言えましょう。

四季おりりの自然が美しい湯之谷郷ですが、いま山々は燃えたつような紅葉におおわれ、すばらしい景観です。

この機会にあなたも「こしじ」を拠点にして、秋を思いきり楽しんでみませんか。
(申込み先)
北魚沼郡湯之谷村大字薄沢、国民年金保養センター「こしじ」
TEL小出局(〇二五七九)二

二月二十八日(日)
●試験日
昭和五十七年三月十日(水)
●合格発表
昭和五十七年二月二十日(土)

●試験地
本校・富山市、金沢市、新潟市、大崎市、札幌市

●受験料等
受験料 九千円
授業料 十万二千円(現行年額)
入学金不要

詳しいことは次へ問合せください。
〒997富山県魚津市川緑二二八九一(〇七六五)一四一五五五(一)

昭和五十六年度 後期技能検定と 技能五輪地方大会

新潟県職業能力開発協会では、県知事の委任を受けて技能検定職種ごとに一級、二級と単一級に分かれ、実技試験と学科試験を次の要領で行ないます。またこの実技試験に併せて、新潟県技能競技大会と技能五輪地方大会を行ない、

優秀者には新潟県職業能力開発協会長から表彰され、技能五輪地方大会で成績優秀な方は県知事から県代表として全国大会出場が推せが受けられます。

●日程
●申請受付

●申請受付

一六二一又は二一六二二
(利用料金)
国民年金の加入者や年金受給者
★その家族 四、五〇〇円
★一般の人 四、九四〇円
※一人一泊一食付税込み料金

赤い羽根共同募金

赤い羽根でおなじみの共同募金運動が、今年も十月一日から全国一斉に開始されます。

この募金運動も、みなさんの暖かい善意とご協力により今年で三十五回目を迎えました。

集められたお金の大半は、町社会福祉協議会に還元され、在宅福祉サービスの促進、老人、心身障害児者対策の促進、児童の健全育成の促進など地域福祉の増進を図り、明るく住みよい町づくりに使われます。

みなさんの暖かいご協力を今年もよろしくお願いいたします。
なお募金封筒は、部落区長さんを通じて配布しましたのでご協力下さい。
また役場窓口でも受け付けています。



共同募金 10月1日から

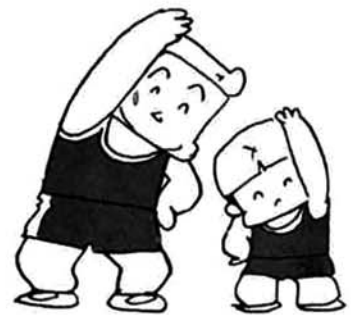
昭和五十六年十月八日から十月二十七日まで

●実技試験
問題公表 昭和五十六年十一月三十日
実施 昭和五十六年十一月十日から昭和五十七年二月二十八日まで

●学科試験
昭和五十七年一月十七日、一月二十四日、一月三十一日

●合格発表
昭和五十七年三月十九日

●申請手続
申請用紙は新潟県職業能力開発協会にあります。
なお、実施職種、手数料、受験資格、試験の免除、実施期日及び実施場所等職種により異なりますのでお問い合わせください。
新潟県職業能力開発協会
(〇二五一一)二二二五五



税金

土地や建物を売ったときの税金

建物や土地を売ったときには、売却代金からその取得費と売却のためにかかった費用を差引いた譲渡所得に対して税金がかかります。

この譲渡所得は、売却した土地や建物の購入時期の違いにより、昭和四十三年十二月三十一日以前から持っていた土地や建物を売った場合の長期譲渡所得と、昭和四十四年一月一日以降に買った土地や建物を売った場合の短期譲渡所得とに分けられます。

昭和五十七年歌会始のお題は「橋」

昭和五十七年歌会始のお題は、「橋」と定められました。次の詠進要領により詠進してください。

- 一、詠進歌は、自作の歌で一人一首とし、未発表のものに限ります。
二、用紙は、習字用の半紙(白紙)とし、毛筆で白書する。
三、病氣又は身体障害のため毛筆で白書することができない場合は、他人が代筆してもよい。代筆の場合は、その理由書を添付すること。



四、書式は、半紙を二つ折りにし、開いて右半面にお題と歌、左半面に郵便番号、住所、氏名(本名・ふりがなつき)、生年月日及び職業を記入する。
五、詠進の期間は、九月一日から十月十二日までとし、郵送の場合は、消印が十月十二日までのものを有効とする。
六、郵送のあて先
〒100東京都千代田区千代田一番一号 宮内庁
封筒に「詠進歌」と記入する。

心豊かな秋ですこそつて参加を

今年度、秋の公民館事業を次のとおり実施いたします。多数のみさんからの参加をいただきますよう、お待ちしております。

町文化展 作品募集

十一月一日から三日まで、町の文化展を町総合福祉センターで開催いたします。

次により作品を募集しておりますので多数出品して下さい。
◎作品 出品作品は二点以内
既発表作品でも可(ただし受賞対象としない)
◎種目 洋画、日本画、書道、写真

◎申し込み 十月二十三日(金)まで町教育委員会へ
◎搬入 十月二十日(金)から二十一日(土)まで
◎搬出 十一月四日(木)

◎搬入場所 町総合福祉センター
児童福祉手当の支給
十月九日に受給者の指定口座に振込みます。

秋の公民館関係事業

Table with columns for date, event name, and venue. Includes events like 'Youth Sports Meeting', 'Overseas Sports Meeting', 'Town Sports Meeting', etc.

10月分有線放送番組予定表

Table with columns for date, program title, content, and station. Lists various news and entertainment programs.

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!!

- 後期トレーニング教室
●期日 1.8.15.22.29日 夜7:30~
●場所 町民体育館
●対象 主に成人男女
●活動内容 若返り体操、簡単なトレーニング等
●申込み 会場で随時受付
●参加料 千円(保険料含む)

- 寿健康教室
●期日 22日(水)午後1時~
●場所 越中Bグラウンド
●対象 主に60以上の男女
●内容 ゲートボール
●参加料 無料
●申込み 当日会場で受付

- 第3回 越路町近郷バスケットボール大会
●期日 10月25日(日)
●会場 町民体育館
●対象 近隣市町村の職域又はクラブチーム男女
●参加料 1チーム2,000円
●申込み 10月18日までに申込書で町教委へ

- 第14回 町民バドミントン大会
●期日 11月1日(日)
●会場 町民体育館
●対象 高校生以上の男女
●参加料 1人150円
●申込み 10月26日までに電話で

- 第24回 町民駅伝大会
●期日 11月3日(祝)
●コース 町内全城一周
●対象 町内居住者又は職域を有する中学生以上の男女
●チーム編成 男子9人、女子は12人で男女別に
●申込み 10月20日までに申込書で町教委へ

- 第2回 ママさんバレーボール大会
●期日 11月15日(日)
●会場 町民体育館
●対象 ミセスであればどなたでも
●申込み 11月7日までに申込書で
●参加料 1チーム千円

- 第5回 町民卓球大会
●期日 11月8日(日)
●会場 町民体育館
●対象 小学生以上の町内居住者又は職域従事者
●参加料 小、中、高、一般とも1人150円
●申込み 10月31日までに電話で

学校施設開放制度をご存じですか?
町教委では、皆さんの地域の身近な体力づくりの場として、塚小、岩小、越小、越中の体育館を夜間開放しております。

丸山・関君 全国大会に出場!!
越中陸上競技部の丸山敏昭・関一仁の両君は、9月初旬に新潟市で行われた記録会で見事に標準記録を突破し、10月31日から東京の国立競技場で開かれる第12回ジュニアオリンピック大会のボール投げの部に出場することになりました。

みんなのスポーツ (10月)

健康は家庭の宝 スポーツで健康を!!



- 10月のスポーツかれんだー
○第1回町民体育祭 10日(祝) 越中
○第2回町民テニス(硬式)大会 11日(日)
○第3回近郷バスケット大会 25日(日) 町民体育館
○婦人バレーボール 7日、14日、21日、28日
教室 越小、岩小、塚小
○トレーニング教室 1日、8日、15日、22日、29日 町民体育館
○寿健康教室 22日(木)
○スポーツ講演会 10日(祝) 町民体育館
○町体育指導委員会 30日(金) 福祉センター

- 各種大会の結果
○県青年大会(バスケット女) ●8月23日(日) ●堀之内
岩船ク 22-21 越路ク
○第2回町民テニス大会(軟式の部) ●8月30日(日) ●越中
△一般男
1位 安部・橋 2位 田中・立 3位 西脇・米山
△一般女
1位 白井・金子 2位 山口・西沢 3位 若井・佐藤
△中学女
1位 菊地・大石 2位 杉本・番場 3位 桑原・高橋
△中学男
1位 松井・田中 2位 佐藤・松井 3位 細川・高橋
△中学男(1年の部)
1位 宮沢・小野塚 2位 平田・木根 3位 山崎・日崎

家族そろって参加しよう

第1回越路町々民体育祭

~だれもが気軽に参加できる越路町ギネスオリンピック大会に出場してみませんか!~

- 種目
○団体種目 部落対抗つなひき 公開演技 みんなで踊ろう「越路盆唄」
○個人種目
A種目...のっぽくらべ 体重くらべ 握力くらべ
B種目...100m ボールなげ ロードレース
C種目...50m うしろ向き走、逆立歩き 竹馬競走、夫婦2人3脚 なわとび(時間)、輪なげ 腕ずもう、大声くらべ ゲートボール、幼児レース

安田監督と甲子園を語ろう
秋の越路原を走ろう! ~ロードレースに~
参加しませんか!
○コース・種目
●小男女...2km 越中~ 農免道路入口
●中女...一般女(40歳以上)...3.5km 越中~稲荷神社
●中男...一般男...7km 越中~不動沢桑園



越路 広報

1981

10/1

国保特集号

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

日頃の健康 日頃の努力

食べる 動く 休む

健康づくり3つの柱

栄養 量より質を



食べ物と栄養は、とかく混同して考えられがちで、おいしいものを腹いっぱい食べることが栄養満点の食事だと考えている人があれば、それは間違いです。

要は量より質ということ。ご飯やめん類のほか、肉、魚、たまご、大豆製品などのたん白質のものや、緑黄色野菜、海苔、海藻などの食品もとるようにしましょう。

栄養がたまりすぎますと、成長はとまり健康がそこなわれ、病気になるか、元気がなくなります。つまりバランスのとれた健康に必要な栄養素を含んだ食品を二度の食卓に上手にとり入れるようにしましょう。

運動 全身の適度な運動を

毎日続けることが大切です。なぜなら全身運動をすることで心臓や肺の働きを強くし、栄養を充分たぐわせた新しい血液を、からだの

みなさんの年齢や、からだの状況にあった適度な全身運動を

すみずみまで送り出してくれるので、いつまでも若々しいからだであることができるのです。ただし、そうはいってもあまり激しい運動を急に行なうと、かえってからだに害になりますので、あくまで自分のからだの状態に合った運動をこころがけましょう。



運動をする上の注意

- ① 軽いものから始め、いきなり激しい運動はしない。
 - ② 必ず、準備体操を行なう。
 - ③ 運動量は自分のペースにあわせてする。
 - ④ 運動は継続して行ない、決してムリをしないで気楽にやれるように実行する。
 - ⑤ 健康にあまり自信のない人は、運動を始める前に一度お医者さんに相談する。
- 健康増進のための運動は生活のなかで習慣として毎日楽しく、しかもかさず続けられるようなものでなければ効果がありません。

休養 充分な睡眠を



一日の疲労は充分睡眠をとって、翌朝までに回復してしまわねばなりません。

健康なときには、人間、よく眠れるものです。安眠できない、寝つきが悪い、早く目がさめる、寝起きが悪い、などの症状は、いろいろな病気が原因の場合もありますので、治療しなければなりません。

睡眠が不足して疲労が蓄積されると、からだの抵抗力が弱くなり、病状にかかりやすい非常に不健康な状態となります。とくにふだんから病状にかかりやすい素質のある人は、こうした場合に発病することが少なくありません。



休養とくに睡眠を充分とって体力を充実させ毎日の疲労はその日のうちに回復してしまいうように心がけましょう。

充分な睡眠をとるには

- ① きまった時刻に床につこう
人間のからだは、夜九時過ぎると体温は急に下がり、胃腸の方もその頃から消化の働きよりも吸収の方が主になります。ほんとはこの頃寝るのがいちばんよいことです。たとえその頃寝ることができなくても、毎日時間をきめて床につくようにすれば、からだの調子も自然とその時刻になると眠りの体制になり、寝つきもよく、ぐっすり眠れるようになります。
- ② 十二時前に寝よう
十二時前の一時間の睡眠は十二時過ぎの二時間の睡眠に匹敵するといわれます。ぐっすりと内容のある睡眠をとるには十二時前に床につくことが必要です。
- ③ 八時間は眠ろう
睡眠は時間より深さだといわれますが、一晩の睡眠は深い眠り、浅い眠りのくりかえしです。ですから八時間も床についていれば、そのうち深い眠りを何回かかむことが可能です。
- ④ 軽い運動、入浴、少量のアルコールは、快い眠気をさそいます。

「秋」……

積極的な健康法で

静かなる高まりが心の奥底からわいてくる時——それは秋、気温が下がると食欲が回復する。しかし、たくさん食べたならば、それに見合う運動が必要。栄養ばかりとって運動しないと、からだに変調をきたし肥満となります。運動不足の初老の人に胃腸病や糖尿病が増加するのも、これと無関係ではありません。

全般的な運動は、筋力を高め、循環機能を良くし、さらに気分転換になりますので健康にとっては、これほど効果を上げるものはありません。冬にそなえて、栄養のバランスをととのえ、はつらつとして活動するときは、いよいよ秋も深まり、やがてくる厳しい冬に耐える準備をする季節でもあり、おたがい、健康には十分注意しましょう。





国民健康保険 のしくみ

○ 制度の目的と趣旨

国民は誰でも病気やケガをしたときは、保険によって医師（保険医）の診療を受けられるようになっています。

ところが、この制度にもいろいろ種類があつて、ここで話している国民健康保険（以下「国保」といいます）も、そのひとつです。このほか、会社や官庁などの職場に働く人達には、健康保険や共済組合などの医療保険制度があるのをご承知のことと思

います。つまり、国保は職域の健康保険などに加入していない人を対象にした保険制度ということになるわけです。

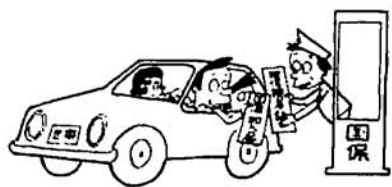


○ 国保の運営は市町村
国保の運営は、私たちの住んでいる越路町が行います。これを保険者といひます。
また、同一都道府県内の美容・理容・建設などの同一業種が集まってつくっている国保組合も保険者として、国保の運営に当たります。

○ 国保の仕事

国保の仕事は、わたくしたちがお医者さんにかかったときの医療費を負担してくれることです。わたくしたちは国保でお医者さんにかかる時、その日にかかった医療費の三割を自分で負担して支払います。残り七割は国保が負担して支払ってくれます。

そのほか国保では、療養費や高額療養費の支給制度、助産、育児、葬祭費等の支給もあります。

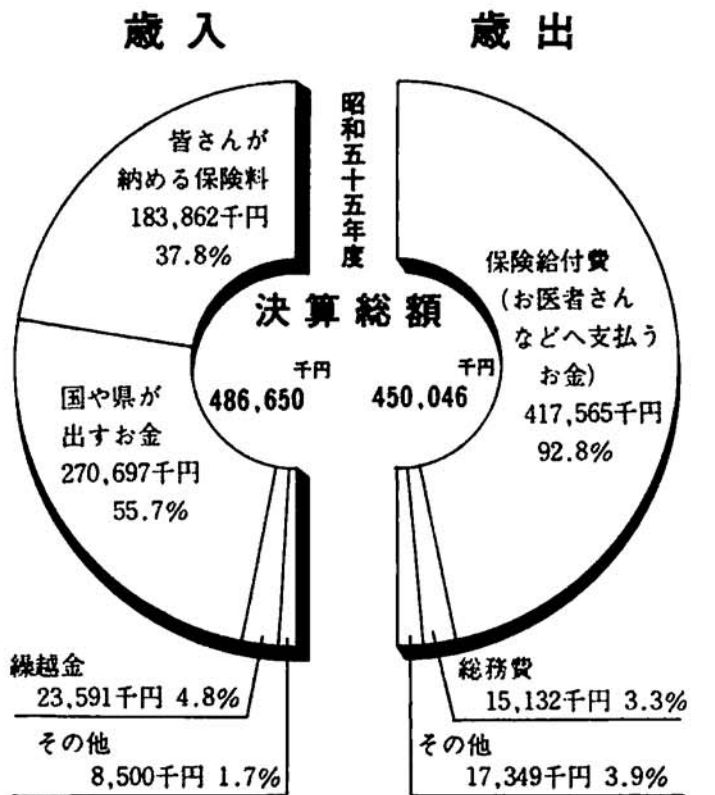


保険給付費の内訳

項目	金額	件数
療養給付費	三五、七二五円	三六二、八二九、四八二円
療養費	一、四九四円	七、五七〇、〇五五円
審査手数料	三六、七五七円	一、二六五、四六七円
高額療養費	七六七円	四一、二四六、六八五円
助産費	三三二円	一、五六〇、〇〇〇円
葬祭費	六三三円	一、八九〇、〇〇〇円
育児手当金	三七七円	二〇三、〇〇〇円

昭和55年度の決算まとまる

支出の93%が保険給付費



医療費が四億一千七百万円

昭和五十五年度の国保会計の決算がまとまりました。収入の状況を見ますと医療費の補助などとして、国からきたお金が二億六千九百二十九万八千円で総額の五十五・四パーセント、次いで皆さんから納めていただいた保険料が、一億八千三百八十六万二千円で三十七・八パーセントとなつて

支出では、病院などに医療費の七割分として支払われた額が、四億一千七百五十六万五千円で支出全体の九十二・八パーセントを占めており、いかに給付費に主体がおかれているかわかりのことと思ひます。
昭和五十五年度は国保加入者皆さんの協力により、三千六百六十万四千円の内黒字となり、昭和五十六年度へ繰越し、保険料の引上げを最小限におさえることができました。

国保会計の収入及び支出の状況は下表のとおりです。

歳入			歳出		
科目	決算額	構成比	科目	決算額	構成比
保険料	183,862	37.8	総務費	15,132	3.3
一部負担金	-	-	保険給付費	417,565	92.8
使用料及び手数料	16	0	保健施設費	120	0.1
国庫支出金	269,398	55.4	基金積立金	17,154	3.8
県支出金	1,299	0.3	公債費	-	-
財産収入	2,064	0.4	諸支出金	75	0
繰入金	3,000	0.6			
繰越金	23,591	4.8			
諸収入	3,420	0.7			
歳入合計	486,650	100.0	歳出合計	450,046	100.0
			被保険者1人当り		
			円		
			34,341		2,826
			50,317		77,991
			243		3,204
			385		-
			560		14
			4,406		
			639		
			90,894		84,058

○ 被保険者

☆ 一人一人が被保険者
国保に加入し、保険料を払って保険の利益をうける人を被保険者といひますが、国保では、世帯主であろうと家族であろうと、一人一人がみんな被保険者です。ただし、国保では世帯ごとに入ることになってますから、家族一人一人が被保険者であるといひて、それぞれが単独で加入の手続きをしなければならない、世帯主がまとめてしなければなりません。

☆ 加入は世帯ごと

国保では世帯ごとに入ることになり、そして、一世帯に一枚の被保険者証が交付されます。同じ住居に住んで家計がいつしよの人は同じ世帯となり、ふつうは肉親同士ということになります。

住込みの店員や使用人・お手伝いさんなどは同じ住居に生活していても、賃金が支払われているかどうか、あるいは成年者であるかなどに関係なく、雇い主とは別の世帯となり、それぞれが世帯主となります。

☆ 十四日以内に届出を

世帯主のかたは、自分の世帯に属する被保険者の資格に異動があったときは、十四日以内に届出をしなければなりません。世帯主は加入や脱退などいろいろの届けを



したり、保険料や医療費の一部を支払ったり請求したりする責任があります。

☆ 届出がされると

国保の被保険者であるかどうかは世帯主の届出によってはじめてわかります。したがってこの届出がされると、いろいろな面で困ることになります。

① 加入の届出がされると

国保に加入しなければならぬのに、届出がされると保険料をさかのぼって納めなければならなくなったり、保険証がないため、その間の医療費は全額自己負担となります。

② やめる届出がされると

国保の資格がなくなったのに届出がされると、保険証に氏名がのって居るため、うっかりそれを使ってお医者さんにかかると保険者が負担した医療費（かかった費用額の七割分）は、あとで返していただくこととなります。

おとしよりの医療費と健康

ホントは国保が負担

昭和四十八年からおとしよりの医療費が無料化されました。

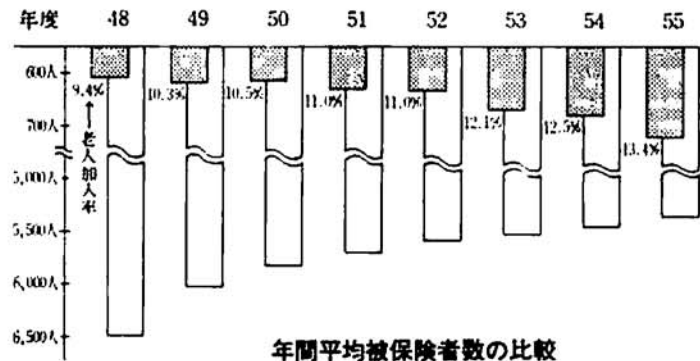
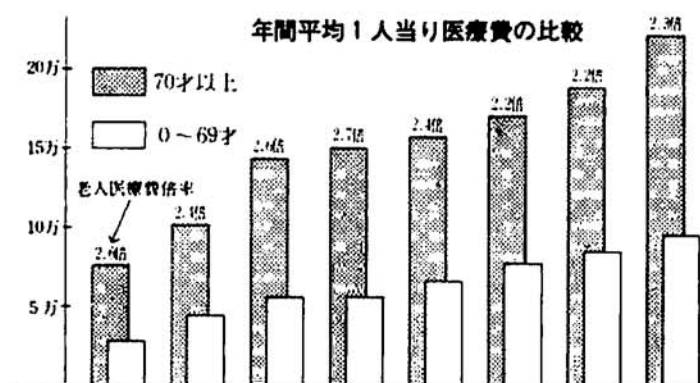
無料というと、国が県が医療費を支払ってくれるのか、あるいはお医者さんがタダで診てくれるのか、などと思いがちですが、ホントは無料でもなんでもありません。医療費の七十パーセントは国保が負担しているのです。ただ、ふつうの人は、受診するとき医療費の二十パーセントを自己負担しますが、おとしよりの場合は、この分つまり三十パーセントについてだけ、国が三分の二、県と町がそれぞれ六分の一の割合で負担してくれるのです。(それも負担してくれるのは一ヶ月、一人三万九千円までで、三万九千円をこえると、こえた分は全額国保が負担しなければなりません)

このように、医療費の七十パーセントは国保が負担するわけですから、医療費がかさんで、国保の財政が苦しくなれば、負担は当然、保険料値上げという形で、おとしよりも含めて私たち被保険者自身にはね返ってくるわけでホントは無料でもなんでもないわけです。



おとしよりの医療費

年をとれば体の方々に故障がでてくるのは当然の生理的現象です。したがって又医療費がかさむのも当然です。おとしよりの医療費は無料化の始まった昭和四十八年度から毎年増えつづけ、昭和五十五年年度についてみると、一年平均一人当りの医療費では次のグラフでもわかるように、七十才未満の人は一人当たり九万六千円、老人は一人当たり二十二万一千円であり、老人は二・二倍もの医療費がかかっています。又越路町には現在国保に加入している被保険者のかたは、五千二百二十人おりますがそのうち老人医療費の対象者は七百



三十人おり、十三・四パーセントの割合です。その割合も毎年少ずつ増えており当然医療費も増えつづけることとなります。このようなおとしよりの医療費の増大が、国保財政を苦しめてくる原因の一つであることは確かです。しかし、だからといって、おとしよりに、お医者さんにかかるな、などというのではありません。病気になるたらとんどん診療をうけ、健康ですこやかな生活を送ることが、私たちの願いです。日ごろから健康には十分注意し、病気に負けない体力づくりが心がけましょう。

幸福な老後を過ごすためには、経済的条件もさることながら、なんと健康であることが欠かせない条件です。○栄養に気をつけて年をとると胃腸がだんだんかたくなり、そして小さくなっていき、その食事量も少なくなってきます。そこで大切なことは、栄養をまんべんなくとることです。ひとつの食品にかたよらないように注意すること、主食を少めにし副食に意を用いるようにしましょう。

○ぐっすり眠ろう 一日の疲れは、ぐっすり眠れば翌朝には残らないものです。しかし、そうはいってもぐっすり眠れないことがあります。心配があれば家族や友人に相談して早く身軽になることが必要です。昼寝をして夜眠れないというのは、昼寝ボケの運動不足です。早寝早起きをモットーとして空気のいい朝を満喫すれば、一日中快適で夜はぐっすり眠れるでしょう。○家族みんなが協力を おとしよりの健康は、まわりの人々の協力があるはじめて守られるものです。おとしよりはちよつとしたことを気にしたり、ぐちつぽくなったりしますが、家族みんなが、おとしよりの気持を理解し、いたわりをもって接することが大事です。



保険料は家族みんなの

けんこうをまもります

みなさんが病気やケガをしても、病院等保険医の窓口へ保険証を提示すれば、かかった医療費の三割を負担するだけで、安心して治療が受けられます。

さらに、三割の負担額が多額になると、その負担を軽くするための制度もあり(高額療養費制度)いまや、みなさんの健康な暮らしに、国保は、なくてはならない制度となりました。

この大切な国保をささえているのは、ほかならぬみなさんが納められる保険料ですが、医療費アップに悩む現在、保険料について、みんな考えてみましょう。



国保をささえる

保険料

国保に加入すると、保険料の支払い義務を負わなければなりません。納めていただいた保険料は、国や県からの補助と合わせ、みなさんが病気やケガをしたときの医療費をはじめ、子供が生まれたら、家族のだれかが亡くなったときの給付に必要な費用にあてられます。つまり、保険料は、国保を運営するための重要な財源なのです。



良い医療を

うけるために

国保にはいっていると、だれもが、いつでもお医者さんにみてもらえます。しかし、昭和五十五年



に越路町の国保のみなさんがお医者さんにかかった医療費は、実に五億二千万円余りにもなりました。昭和五十二年の三億七千万円から二年間で四十一パーセントも増えてしまいました。この医療費の増加に比べて、皆さんが納められる保険料の収入は横ばいの状態ですから、国保財政はかなり苦しい状況においこまれています。かつて多くの人々がそうであったように、水に限りがあるとは考えもみませんでした。いまや、その水さえも限りがあることが現実の問題となっています。ましてや国保はもとと限られた財源の中で、より多くのかたに、必要なき、その必要な医療が受られるようにしようという相扶共済を目的とした制度です。安易にお医者通いをしていないか、薬や注射ねだりをして、お医者さんを困らせていないか、皆さんも真剣に考えてみてください。

保険料の計算方法

みなさんから納めていただく保険料は、次にあげる四つの方法によって計算した額の合計額です。この合計額が一年間の保険料となります。

- ① 世帯の収入に応じて計算する額(所得割)
- ② 世帯の資産に応じて計算する額(資産割)
- ③ 加入者の数に応じて計算する額(均等割)
- ④ 一世帯にいくらと定額で計算する額(平等割)

保険料のきめかた

保険料を軽減する措置があります。これは、年間の保険料から(前年度の均等割・平等割)六割が減額される世帯と、四割が減額される世帯があります。○六割が減額される世帯 一世帯で、前年の所得の合計額が二十万円以下の世帯。○四割が減額される世帯 その世帯の前年の所得の合計額が、世帯主を除いた被保険者数に十七万五千円を乗じて得た額に二十万円を加算した額より少ない世帯。

昭和56年度の保険料

区分	料	率
所得割	前年度の所得	3.97%
資産割	土地・家屋にかかる税額	35.22%
均等割	被保険者1人につき	14,045円
平等割	1世帯につき	18,130円
保険料の賦課限度額		合計額で最高26万円まで

医療費を大切に



病状の回復が思わしくないからといって、すぐに他の病院へ移る人がいます。あるいは、同じ病気で二つ三つもの病院にかかる人がいます。このようなシゴ受診は、医

お医者さんの上手なかかりかた

神が治し、治療費は医者がかうけると、という有名なフランクリンの言葉があります。神とはつまり自然、病気を治すものは医者でも薬でもなく、人間のからだの自然の回復力であるという意味です。

人間のからだは、自然に病気やケガを治す力を持っています。軽い病気なら、二三日安静にしていれば自然と治るようになってくるのです。外来で来る人のうち、七割は放っておいても治る患者、といっている有名なお医者さんもいるくらいです。しかし、素人が、この病気を放っておいても大丈夫かどうか、などを軽々に判断するのは危険です。ただ、誰がみても大丈夫な病気というものはありません。それが私たちの、今まで積み上げて来た生活の知恵です。

暴飲暴食など自分で原因のはっきりしている腹痛や下痢などの場合、あるいは、いつものカゼと同じような症状の場合、二三日安静にして節制を守り寝ていけば治ります。二三日寝てみて、よくなる様子がない、いつものカゼと違うと思ったらそれから医者へ行って手遅れになることはまず考えられません。

要は、医者にかかる場合は賢明であれということをお願いしたいのです。

〇むやみにお医者さんを変えない

療費のムダ使いになりかねません。つまり、お医者さんを変えることに、同じような診療や投薬などを受けることになり、そのたびに医療費を多く支払わなければなりません。

自分で決めたお医者さんを信頼し、むやみにお医者さんを変えないことが、よい医療への近道です。

〇薬にたよりすぎないよう

昔から薬より養生といわれ、いくらよい薬をのんでも、養生を怠ったれば療費の効果はありません。日本人は世界中で一番薬好きな国民といわれており、医師に注射や薬をねだったり、勝手に薬を服用する人がいますが、薬だけが病気をなおすものではありません。病気をなおすのは、人体がもっている自然の回復力が大きく働き薬はそれを援助するにすぎません。



医療費の節約を

心ず診療時間内に診てもらおう

きまった診療時間をはずして受診すると、大幅な割増料金をとられます。

緊急の場合ならしかたがありませんが、少し注意すれば、あわてて深夜や時間外にお医者さんをお呼びする必要がない場合も多いようです。

たとえば、夜中にとつぜん子どもが発熱する場合でも、昼間から少し様子がいつもと違っていることに気づくはずですよ。

〇家庭医をもちましよう

家庭医というのは、自分の身近にいて、一家の健康のことはなんでもうちとけて相談できるお医者さんのことです。

ふだんから家族のからだの状態をよく知っていて、一家の健康を管理してくれる家庭医をつくっておくことはきわめて大切です。

からだの具合が悪いときは、まず家庭医にみてもらう。そして、まず家庭医を通して専門医、あるいは大病院へ紹介してもらう、というのが望ましい診療のうけ方です。



〇早期発見・早期治療を心がけましよう

病気は早いうちに発見し、早く治療するのが理想的です。健康診断の機会があったら、おっくうがらずに積極的に受けるよう心がけましよう。中年を過ぎたら一年に一回は、ガンの検診や成人病の検査は受けたいものです。

保険証を正しく使いましよう



子供が自転車でごろんでケガをした。おじいちゃんが階段をふみはずして腰をうった。お母さんが料理の途中でヤケドをしたとか私たちの暮らしの中には、予測できない事故や病気がたくさんあります。そんなとき、二割の自己負担金を払うだけで必要な医療を受けられるのが国保です。

そして、国保に入っていることの大切な証明

書が国民健康保険被保険者証(国保証)です。このように大切な保険証をあなたは粗末にしていますか。

保険証の正しい知識

〇保険証の交付は一世帯に一枚が原則

国保に加入すると、皆さんのお手元に保険証が交付されます。保険証の交付は、一世帯に一枚が原則となっていますので、一世帯に何人被保険者である家族がいても原則として保険証は一枚しか交付されません。

〇三割の自己負担で医療が受けられます

保険証は、国保の被保険者であるという証明書であると同時に、病気やケガをしたとき保険医である医療機関の窓口へ出せば、かかった医療費の三割を負担するだけでみてもらえらる大切な受診券でもあります。

保険証がなければ、被保険者であることを証明できませんから国保の診療も受けられません。このようなことがないように、お医者さんにかかる時には必ず保険証を提出し、診療が終わったら返してもらう習慣を身につけておきましょう。

- ① 健康診断を目的とした診療や検査
- ② 予防注射
- ③ 正常な妊娠や分娩
- ④ 美容のための整形手術など

- ⑤ 歯ならびをなおす
- ⑥ 経済上の理由による妊娠中絶

- ② ケンカやよっぱらいなどでおこしたケガや病気
- ③ 医者の療養指導に従わなかったり、不当に拒んだとき
- ④ サギなど不正により医者にかかろうとしたとき

老人医療を受けるとき

老人医療を受けるには役場から老人医療費受給者証をもらい、お医者さんにかかるときは保険証と、その受給者証を必ずお医者さんの窓口に見せて受診してください。





福祉だより

町社協

こしじ

1981 10/20 第8号

発行 / 社会福祉法人 越路町社会福祉協議会
新潟県三島郡越路町(越路町役場内)
〒949-54 ☎02589-2-3111(代表)
印刷 / 小千谷市 大川印刷株式会社



老人スポーツ大会各地区で

郡老人スポーツ大会 堂々第二位(団体)

スポーツの秋、各地で運動会が開催されています。

老人クラブにおいても、八月二十四日山古志村中学校体育館において三舌郡老人スポーツ大会が開催されました。昨年は六位でありましたが躍進著しく今年は二位の好成績を収めて来ました。

尚町内においても、十月二日に町民体育館を会場に来迎寺・朝日

部落の老人クラブが、翌三日には岩塚小学校を会場に岩塚地区老人クラブが、そして十一日には塚山小学校を会場に塚山・千谷沢地区の老人クラブがスポーツ大会を実施いたしました。風船割りゲームや宝運びゲームなど珍プレーの中にも好チームワークを見せてたりで楽しい一時を過ごしました。



国際障害者年記念事業「味覚のつどい」 小国町森林公園で開かれる

秋晴れにめぐまれた十月十八日(日) 国際障害者年記念事業「味覚のつどい」が小国町森林公園を会場に開催されました。

このつどいは、町社会福祉協議会がはじめて企画したもので、参加された方は身体障害者福祉会及び心身障害児者親の会の会員と付添いの方で三十余人が参加された。

このレクリエーション事業は、日頃参加にめぐまれない方から大いに楽しんでもらうという趣旨でカラオケ、ゲームソング、ゲートボール、輪投げなど和気あいあいのうちにひとときの汗を流した。味覚のつどいのメインは、きのこならぬ豚汁づくり、なれない手つきで結構うまい汁ができました。

楽しかったつどいの運営は、町内のボランティアの協力を得て行われ、その献身的な活躍の姿は、参加者から大へん喜ばれた。来年、また元気で再会することを約束し、盛会のうちに終了した。



ミニコロニーみのわの里へ

水仙・チューリップ等球根の寄附をお願いシマース

ミニコロニー・みのわの里は今年の四月一日から、中越地区三千七ヶ市町村を基盤として、大字不動沢地区みのわの高台に開所し、現在五十人の重度身体障害者の人達が生涯の福祉生活の場として迎えられ、ミニコロニー療護園で日々の生活を送っています。そして来年四月からは長岡市と三島、古志郡八ヶ市町村から、精神薄弱者の人達五十人を迎え、更生生活を指導するミニコロニー・更生園が併設開所されます。この工事は只今九割方進捗し、来る十月末に竣工の予定です。この福祉施設は国と県の六億円近い補助金と地区内住民各位の募金並びに特別高額の附者の方々の寄附金によって、完成が急がれ運営が社会福祉法人中越福祉会によって開始されておる次第ですが、何事にも新世帯のため内容品類や外庭の整備に、多くの資金が不足し地区民各位の温かい御支援が待望されています。その中でも各家庭から離れてここで新しい生活を初めた人達が出るだけそれぞれの家庭状況に近い環境で安らかな日々が過ごせるようにとの、園長以下全職員の間で計らい、施設周囲の空き地

の花壇づくりが計画されその整備が始められています。しかし余りにも広大な規模の施設であるため、先づ花の種や球根類の入手に資金もなく苦勞しています。両園では基盤全地区内に球根類の寄附の呼びかけをしていますが、当町内の皆さんからも水仙やチューリップの球根をできるだけ多く恵んで下さるようお願いいたします。届けて下さる所は役場の福祉課又はミニコロニーみのわの里又はミニコロニーへ通動している職員宅へお願いします。数量は幾等でも結構です。

毎月第三日曜日

家庭の日

家族みんなで明るい談話を



目次

- 赤い羽根共同募金……………一
- 愛の協力募金……………二
- 国際障害者年記念大会…三
- 社協会費納入結果……………四
- 親の心子の心……………五
- 郡老人スポーツ大会……………六
- 国際障害者年記念事業……………六
- みのわの里から球根寄附お願い……………六

誰もしあわせを願う気持ちに変わりありません。しかしその努力もむなく社会に適應できず恵まれない日々を過ごしている人々が少なからずいます。こうした人々に明るく楽しい日々をすごしても過ごせるよう園をあげて運動するのが赤い羽根助けあいの心です。

秋はスポーツの季節です。十月二日に来迎寺朝日老人クラブ十月三日は岩塚地区老人クラブ、十月十一日は塚山地区老人クラブの大運動会が開催され、若さを発揮されました。

また町の全世帯と特別会員の方から、予定額の社協会費を納入いただき、心より感謝申し上げます。



赤い羽根募金

昭和56年度 部落別愛の協力募金結果

部落	戸数	金額					合計		
		100円未満	100円	101円~700円	1,000円	戸数	金額		
岩野		103	10,300	19	4,800		122	15,100	
仲島		2	200	9	2,800	2	2,000	13	5,000
釜ヶ島		73	7,300	22	5,700	3	3,000	98	16,000
浦	1	50	29,600	20	4,695		317	34,345	
神谷	1	50	11,000	8	2,300		119	13,350	
中島		5	500				5	500	
篠花				27	9,300		27	9,300	
飯島		11	1,100	46	13,501		57	14,601	
西野		37	3,700	30	9,400		67	13,100	
中沢		42	4,200	8	2,000		50	6,200	
来迎寺	16	800	88,600	7	2,100		909	91,500	
朝日		24	2,400	36	9,650		60	12,050	
沢下篠		76	7,600	5	1,400	1	1,000	82	10,000
飯塚	2	105	31,200	17	3,800		331	35,105	
岩田		24	23,400	2	400		26	23,800	
不動沢		114	11,400	8	2,800		122	14,200	
西谷		107	10,700	68	18,360		175	29,060	
東谷		85	8,500	19	4,500		104	13,000	
塚野山	1	50	17,000	46	13,300		217	30,350	
小坂		65	6,500	2	500		67	7,000	
菅沼		3	300	9	2,900		12	3,200	
計	21	1,055	275,500	408	114,206	6	6,000	3,190	396,761

防ごう非行、助けよう立ち直り、を重点スローガンとして今年も第二十二回「社会を明るくする運動」が、七月一日から一ヶ月間にわたり展開されました。

愛の協力募金の収納終了

この運動は、すべての国民が、犯罪の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞの立場において力を合わせ、犯罪のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

り、非行のある青少年の立ち直りを助けるため、地域に理解と協力の輪を広げましょう。こんな趣旨で皆さま方からご協力頂いた温かい愛の募金は次のような結果となりました。ここに部落別にお知らせいたします。尚部落総代さんには大変ご苦勞をかけ、厚くお礼申し上げます。

この手でしあわせをみんなに

～ 10月1日から年末まで ～

赤い羽根 共同募金

今年の赤い羽根共同募金は「あー小さな胸に火がついた」をキャッチフレーズに、今年も赤い羽根の共同募金運動が10月1日から3ヶ月間にわたり全国一斉に行なわれます。

この共同募金運動は、たすけあいの精神をもって、明るい社会を築こうという私たち一人ひとりの善意のしるしです。

皆様方から寄せられました浄財は、社会福祉向上のために、大いに役立てられております。恵まれない人たちの生活を向上させるために、皆様方の暖かいご協力をよろしくお願いいたします。

共同募金はABC方式
共同募金は、その使いみちをABCの三つに区分され、目標によって集められます。集められたお金は県の共同募金会に送り、ABCと、その目的によって配分されます。

A配分(十月募金)
全県的な目標に使われます。各種福祉施設や団体の助成、市町村協会の育成指導、中央募金の分担金、募金事務費等です。(町の本年度の目標額は、四六万三千元です。)

B配分(十月募金)
市町村協会の翌年度配分されるお金です。町の本年度の目標額は九〇万円です。

C配分(歳末たすけあい募金)
これは市町村ごとに目標を定め、



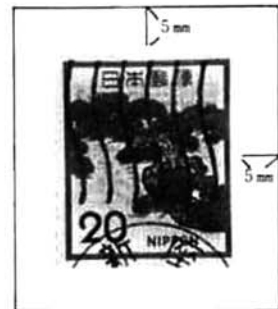
金額町社協に配分され、「恵まれない人達に明るいお正月を」という目的の歳末慰問に使われます。(町の目標額は百万円です。)

今年も部落総代さんを通じ、封筒をお渡ししましたので、一世帯四百円程度の募金をお願いいたします。

愛の古切手運動にご協力を

いつでも、どこでも、だれにでもできるボランティア活動に古切手集めがあります。古切手を集めて不幸な人々の援助にと、多くの人々が協力しています。盲老人の施設の拡充整備や、ネパールをはじめ、アジア、アフリカの子供達を結核から救うための事業資金として大いに役立てて下さい。

町でも無記名で相当数送られて来ており、又窓口にも事業所や団体個人の方々からも沢山届けられ、その整理に大変といった処です。皆様方の善意を感謝すると共に、これからもどうぞよろしくお願い致します。



善意のご寄附

ありがとうございます

次の方々から社会福祉に役立てて下さいと、善意の寄附がありました。ありがとうございます。

浦 西脇日本画教室 (ミニコロニーの事業に) 四五、〇〇〇円
飯塚 平石スイ 二、〇〇〇円

国際障害者年記念大会開かれる 当町から9名が参加

去る九月二〇日(日)「国際障害者年」の県の記念大会が新潟市の県民会館で開催され、障害者やその家族ボランティア、福祉団体関係者ら千九百人が参加し、障害者年のテーマである「完全参加と平等」の誓いを新たにしました。大会では主催者を代表して君知事があいさつをしたあと、記念講演や身障者の体験発表などが行われた。この中でも感動させられたのは、十年前に失明しながらハンディを克服し、県立高田盲学校の教諭として同じ障害を持つ後輩の指導に当たっている関根秀治さんと、難病で下半身が不自由ながら、長野市の福祉工場で働く村上幸枝さんの体験発表、関根さんは「あんまをしてあげた患者さんのありがたさの一言が私を失望の底から救い、社会に参加す

る勇気を与えてくれた」と述べ、村山さんは、車イスの上から「私の二本の足は不自由だけれど、私にとってはかけがえのない足。不自由な二本の足を支えるものは精いっぱい生きようとする私の心であり、多くの仲間達の励みです」と切々と訴えた。また、記念講演のなかで厚生省の板山賢治厚生課長は、障害者の完全参加と平等を実現するには、建物や道路構造など物理的なカベと、法や制度のカベ、われわれ自身のなかにある障害者への視の心のカベの三つを乗り越えなくてはならないと強調した。

救い、社会に参加す



