



7月14日“めだかの学校”

8月号カレンダー (8月10日～9月9日)			
8/10 日	相野原観音堂まつり	26 火	補聴器相談 (役場)
11 月	診療所 午後 外科 補聴器相談 (役場)	27 水	診療所 午後 整形外科
12 火	補聴器相談 (役場)	28 木	補聴器相談 (役場)
13 水	診療所 午後 整形外科	29 金	乳児健診 (検診棟)
14 木	診療所 午後 休診 おくに夏まつり (川下り・大花火大会)	30 土	診療所 午前 診療
15 金	診療所 休診日 町民野球大会 (運動公園7:30～)	31 日	おはようマラソン記録会 1・2・3・4km(6:00就改センター前受付)
16 土	診療所 午前 診療 診療所 午前 小児科	9/1 月	診療所 午後 外科
17 日	診療所 診療日 なじょらい市 野球オープン戦玉川大学VSニチエー (10:30～)	2 火	
18 月	診療所 午後 外科	3 水	診療所 午後 整形外科 交通事故移動相談 (柏崎市役所)
19 火	診療所 振替休診日 はつらつ新世紀塾 (19:30～) 就改センター	4 木	補聴器相談 (役場)
20 水	診療所 午後 整形外科 交通事故移動相談 (柏崎市役所) 刈羽郡社会福祉大会 小国町福祉のつどい(13:30～)	5 金	
21 木	補聴器相談 (役場)	6 土	診療所 午前 診療 診療所 午前 小児科
22 金		7 日	
23 土		8 月	診療所 午後 外科 補聴器相談 (役場)
24 日	少年少女球技大会 (8:30～ 運動公園)	9 火	補聴器相談 (役場)
25 月	診療所 午後 外科		

※成人健康センター (95-3141) では、午前9時から正午まで日曜診療を行っております。〔急患に限る〕

心配ごと相談

☑毎週火曜日 (午前10時～午後3時)

☑延命荘 ☎95-2027

相談員 8/5 中澤・杉原(人権相談日)
12 佐々木 藤枝
19 杉原 敏夫
26 中澤 誠三郎
9/2 山崎 エイ子

補聴器相談日

☆毎週木曜日 午前9時30分～午前10時

担当:新湯リオン補聴器販売㈱

☆第2月曜日 午前10時～午前10時30分

担当:ニイガタエイド㈱

☆第2火曜日 午前10時～午前10時30分

☆第4火曜日 担当:キコエ補聴器㈱

編集室

梅雨に入ったと思ったら日本各地、30度以上の猛暑を記録し、熱帯夜の連続。寝苦しい夜を味わった方も多いのでは。

と思ったら、今度は一転して毎

日が雨・雨の連続で、すっきりしない日々。しかも九州地方では雨による被害は、自然の驚異をまざまざと感じさせてくれましたね。

ところで、表紙の写真にもあるとおり森林公園にローラーリュージュがオープンし、雨の中コース開きのセレモニーが行われました。

せっかくのセレモニーに雨とはがっかり。でも「雨降って地固まる」という見方もありますからね。

さて、みなさんはリュージュ乗ってましたか?乗ってみるとこれが結構、おもしろいですよ。操作は簡単だし、慣れてくると意外とやみつきになるかも。

広報おくに

8月号

平成9年8月1日発行 (毎月1日発行)

発行 小国町役場 (〒949-52 新潟県刈羽郡小国町法坂733)
URL: <http://www.nscs.co.jp/oguni> E-mail: oguni@nscs.co.jp
企画編集 企画商工課企画広報係 ☎0256-95-5906
印刷 長岡市・あかつき印刷㈱

新潟県小国町

広報

おくに

介護支援センターより「寝床生活」について… 2～3P	保健係よりお知らせ…………… 8P
夏の交通事故防止運動…………… 4P	歯の健康Q&Aコーナー……………10P
子供を水から守りましょう……………5P	暮らしのワンポイント……………14P
表彰…………… 6P	INFORMATION……………15～17P
できごと…………… 7P	カレンダー……………18P

1997
AUGUST
No. 343 8月号



待ちに待った一般開放!!



ボクだってできるゾ!!



プロスキーヤー「三浦雄一郎さん」によるサイン会

町の人口

平成9年6月30日現在 (前月比)

計 7,895人 (+1人) 男 3,881人 (-4人) 女 4,014人 (+5人) 世帯数 2,233 (+4)
平成9年6月の動き 出生 4人 死亡 5人 転入 6人 転出 4人

寝床での生活が中心の人のために

小国町在宅介護支援センター TEL 95-5050
事務所 特別養護老人ホーム 「おごしの里」内
相談員と看護婦がおります。いつでもお気軽にどうぞ。

寝床から離れられますか

〈寝たきりのAさんの場合〉

<p>Aさんは80才の男性です。軽い脳卒中の後遺症で、以前から歩行が安定していませんでした。昨年風呂場で転倒し、幸いな事に打撲ですみましたが、家で安静にしているうちに、寝たきりになってしまいました。</p>  <p>1</p>	<p>動かないので、お腹がすかず、食欲が湧きません。寝たままの食事は飲みこみづらく、ムせてしまう事もあります。ひとに食べさせてもらいながら、一人で食べる食事は味けなく、徐々に食べる量も少なくなり、やせてきました。</p>  <p>2</p>	<p>栄養状態が悪くなり体力が低下しました。動かないので筋力も低下してしまい、寝返りもできなくなってしまいました。</p>  <p>3</p>	<p>寝返りができず、あお向けばかりになっていたら、背中やお尻の骨の出張った所に床ずれができてしまいました。床ずれの処置や、向きを変えたりしなければならず、介護の負担が増えました。</p>  <p>4</p>
<p>寝たままでは思うように腹圧がかけられず、便秘になりました。下剤をのませ、洗腸しないと出ません。オシッコをしたあとも、何かスッキリせず、残っているようだと言います。</p>  <p>5</p>	<p>時々37℃台の微熱が出たりします。(誤嚥性肺炎や残尿からくる膀胱炎、床ずれの傷からの感染をおこしやすくなります。)</p>  <p>6</p>	<p>腕や足も動かさないうちに、関節がかたまってしまい、足が伸びたまま曲がらなくなってしまいました。オムツ交換をするにも、とても大変になりました。</p>  <p>7</p>	<p>刺激が少なくなったせいか、物忘れがひどくなり、時々変な事を言います。マヒもないのだから、少しは自分で動いても良さそうなのに、自分からは何もしようとしません。</p>  <p>8</p>

クラクラ



9

介助で起こしても、めまいや吐き気を訴えるため起こす事もできなくなりました。(起立性低血圧)

○寝たきりになっていると

- ・身体機能が低下するだけでなく、寝たきりの状態で身体機能の低下を防止しようとする、大変な介護力が必要となります。介護負担が増す事になります。
- ・寝たきりは、日常生活動作能力を低下させ、それによって本人の気力や意欲の低下、依頼心の増強、さらに介護負担の増加という悪循環になります。
- ・寝たきりでは好きな事もできません。社会性も損なわれ、どんどん閉じこもった生活になっていきます。

〈寝たきりにならなかったBさんの場合〉

<p>Bさんは88才の女性です。脳出血の後遺症で、杖を使って、どうにか歩行をしていましたが、自宅玄関で転倒してしまい、右大腿骨を骨折しました。手術、リハビリ治療を受けましたが、歩くことができないまま、自宅に退院してきました。</p>  <p>1</p>	<p>身体障害者手帳による給付</p>  <p>2</p> <p>下肢不自由で、身体障害者手帳の交付を受けました。それにより、ベッドと車イスの給付を受けました。</p>	<p>Bさんは、周囲の励ましもあり、退院してきて寝てばかりおらず、積極的に起きて、立つ練習をしました。ベッドさくだけでは、立ち上がりが不安定で、再転倒の危険があったので、移動バーを購入し取り付けました。立ち上がりや移動動作が安定し、やりやすくなりました。</p>  <p>3</p>	<p>尿・便意がはっきりしていたので、ベッドサイドにポータブルトイレを置き使用しました。坐っている事で腹圧がかげやすく、重力の働きも影響し、スムーズに排泄ができています。食後決まった時間に腰かけるようにしているうちに、排便習慣もつきました。</p>  <p>4</p>
<p>Bさんは腰が曲がっているため、ベッド上で起きても、テーブルが高すぎて食べづらい姿勢になります。そこで、食事の時は車イスに坐り、車イス用のテーブルをとりつけ食べる事にしました。とても食べやすくなり、食もすすみました。</p>  <p>5</p>	<p>元気モリモリ</p>  <p>6</p> <p>寝たり起きたりの生活ではありませんでしたが、起きて坐っている時間の長いBさんは、床ずれや、関節の拘縮も起きず、筋力・体力も維持されました。退院してからもずっと病状が安定しています。</p>	<p>そのうちにBさんは、自分の部屋に閉じこもっているのがイヤになり、日中くらはトイレに行ったり、食事も家族と一緒に食べたいと言うようになりました。家族は、Bさんが車イスでも移動しやすいように、数居の段差をなくしたり、トイレに手すりをつけたり、簡単な改修をしました。</p>  <p>7</p>	<p>居室にいる事が少なくなり、日中はほとんど茶の間や食堂にいる事が多くなりました。それを見かけた近所の人々が以前のようにお茶のみに来てくれます。Bさんは笑う事が多くなりました。今は、車イスで外出ができないものかと意欲にもえています。</p>  <p>8</p>

○寝床中心の生活はどんなに苦痛か。

寝床中心の生活で、食事・排泄・洗面・着がえなど、これら全てを私達がベッドの上で行わなければならないとしたらどうでしょうか。嚥下したり、排便のためにりきんだりする動作は、寝たままでは元気な人でもかなり困難な事です。

○発想の転換をはかろう

- ・起こせば身体機能も良くなる。介護も楽になる。生活も楽しくふつうになる。
- ・寝たきりの多くは、寝かせきりによる寝たきりです。寝たきりの95%は起きれる、80%は立てると言われています。
- ・当面の問題解決だけに目を奪われるのではなく、発想を転換させ、起こす事ができれば、当面の問題も解決の方向に向かう事を信じて、長期的な視野で支援しましょう。
- ・少しの勇気と工夫です。

夏の交通事故防止運動

— 8月1日(金)から8月10日(日)までの10日間 —

運動スローガン

夏の道 ゆとりの心で さわやか運転

●高齢者の交通事故防止●

近年65歳以上の高齢者が関係する交通事故が多発しています。昨年県内の交通事故による高齢者の死者数は98人で、全死者の約4割を占めています。特徴としては歩行中の事故が最も多く61人の方が亡くなりました。



また、年齢別では、70歳代の方が45人と最も多く45.9%を占めています。お出かけの際は十分気をつけて、特に夕暮れ時には明かるめの服を着よう心掛け、反射材等を身に付け相手から確認しやすいようにしましょう。

高齢者(65歳以上)事故の年別推移

区分	年	4年	5年	6年	7年	8年
発生件数		2,072	2,279	2,360	2,492	2,633
死者数		111	105	108	115	98
傷者数		1,654	1,842	1,808	1,962	2,062



※平成8年中の主な状態別

- 歩行中・自転車乗車中では、77人(78.6%)
- 車・バイク乗車中では、21人(21.4%)

事故に遭った時は 警察署に届けましょう!!

近年の交通事故において、事故に遭ってからすぐに警察に届けなかった例が多く見られるそうです。これは一例ですが、Aさんは事故をおこしてしまい、その時は被害者が「だいじょうぶ!ケガも大した事ない。」と言うので警察には届けませんでした。しかし数日経った後、被害者から体の不調を訴えられ、Aさんは医療費の支払いを請求されました。Aさんは保険で支払おうと思いましたが、警察に届けていなかったために、事故証明書が出ず、大変難儀をしたというケースです。こうならない為にも事故に遭ったら、まず警察署に届けるようにしましょう。

柏崎警察署 交通課 (☎0257-21-0110)

免許証の住所変更は、お早めに!!

住所等の変更がある方は、速やかに免許証の記載変更届を出してください。

- 場 所 柏崎地区交通センター (転出される場合は、行った先の警察署又は、交通センターで手続きをしてください。)
- 受付時間 午前8:30~午後5:00 (年末年始と土曜・日曜・祝日を除く)
- 必要書類
 - ・免許証
 - ・本籍・氏名変更の方— 本籍が記載されてある住民票1通
 - ・県外から転入の方— 免許用写真1枚

※変更届を出さないと、免許証更新の事前通知が届きませんので、注意してください。

ごぞんじですか! 検 察 審 査 会

交通事故、詐欺、おどしなどの犯罪の被害にあい、警察や検察庁に訴えたが、検察官がその事件を起訴してくれない。このような不満をお持ちの方のために検察審査会があります。お気軽にご相談ください。費用は無料で、秘密は固く守られます。お問い合わせは長岡市三和3-9-28 新潟地方裁判所長岡支部内 長岡検察審査会事務局 (電話0258-35-2141) へ

子供を水から守りましょう

痛ましい子供の水の事故は、毎年同じように繰り返して起きており、幼い命が犠牲になっています。これから暑くなってきて、海やプールにでかけることが多くなることと事故の危険性が高まってきます。

また幼い子供たちの場合は日頃生活している中でも危ないことがあります。保護者が注意していることはもちろん、地域ぐるみで悲惨な水の事故から子供たちを守りましょう。



日常生活と水の事故

こんなところが要注意 (家庭内)



好奇心と行動力のかたまりである乳幼児の事故は、周囲のおとなが気を配って、予防する以外に方法はありません。乳幼児は、体に比べて頭が大きく、力も弱いので、バケツなどに頭からおちこむと自分ではなかなか起き上がりません。コップ一杯(鼻と口をおおうだけ)の水があれば、いつでもどこでも事故は

おこりえるのです。乳幼児の身になって家庭内をみなおす必要があります。

- 水の入っている浴槽
- 使用中の洗濯機
- 洗面所、便所
- 水の入っているバケツやタライ
- 遊んだあとのビニールプール
- 庭の池

(水遊びや魚とり)

幼児の水の事故で最も多いのが、川や池での水遊びによるものです。子供たちは、遊びに熱中するほど周囲の状況が目にはいらなくなります。けっしてひとり遊びをさせてはいけません。



- どろ底の池などで遊ばない
- 池や川岸の草のおい茂っているところには近よらない
- 丸太や漂流物の上では遊ばない
- 波の高いときは岩場に近よらない
- 増水に注意する



水泳と安全

泳げることは、水の事故防止策のひとつです。しかも水泳は健康づくりに最適な運動です。水泳の安全について考えてみましょう。

(溺れる主な原因)

- 泳げない人の場合 —
- ・川、池、用水溜、プールなどのふちやボートなどから落ちる
- ・水中で、すべて起きあがれない
- ・急に深いところへ落ちこむ
- ・浮具を手ばなす
- ・浮具の空気がもれる
- ・波にのまれる



— 少し泳げる人の場合 —

- ・泳力を過信する
- ・波にのまれる
- ・パニックを起こす
- ・潮流に流される

— 泳げる人の場合 —

- ・けいれんを起こす
- ・力の限界をこえる
- ・無謀なとびこみや潜水
- ・水中での呼吸に失敗する
- ・抱きつかれる
- ・水草にまきつかれる
- ・潮流に流される

全国人権擁護委員連合会長表彰

猿橋 中澤誠三郎さん

人権擁護委員として活躍されている中澤さんが、永年の功績により、全国人権擁護委員連合会長から表彰を受けられました。今後もますますのご活躍が期待されます。

なお、人権擁護委員は、土地、建物、金銭貸借、人からの嫌がらせ、いじめなど、人権問題の相談相手となって問題解決にあたっています。

相談内容は秘密厳守、お気軽にご相談ください。



毎日書道展でも入選

猿橋 滝沢俊栄さん

第49回毎日書道展（毎日新聞社、財団法人毎日書道会主催）で、猿橋の滝沢さんが、先に行われた県展に続き、見事、連続入選を果たしました。

滝沢さんにとっては、今回が毎日展初挑戦でありました。そして約3万点の応募作品の中から入選されたわけです。



本人は「うれしいのはあたりまえですが、（応募しなければ入らないわけだから）色々挑戦してみるものですね。これでまた欲も出てくるし、新しい作品をもっと書いて、今後もいろいろ挑戦していきたい。書道は奥深いものだし、常に勉強です。」と話していました。

小国町消防団の団長・副団長、新しく決まる！

長年、小国町消防団の団長を勤めてこられた若井一正さんの勇退に伴い、7月2日付けで新団長には青柳喜一郎さん（桐沢）、新副団長には米岡豊さん（諏訪井）が就任しました。



団長 青柳喜一郎さん



副団長 米岡豊さん

「東京小国会」40周年記念総会が開かれる

6月22日、第40回の東京小国会総会が、東京の池袋で開催されました。

今年は、東京小国会の創立40周年を迎えた記念総会であることから、浜海小学校6年生全員による「浜海太鼓」の演奏が行われ、気合いの込められた音に40周年記念も盛り上がり、総会に花を添えていました。また、東京小国会の要望により小国のお土産品販売も会場で行われ、好評だったということです。

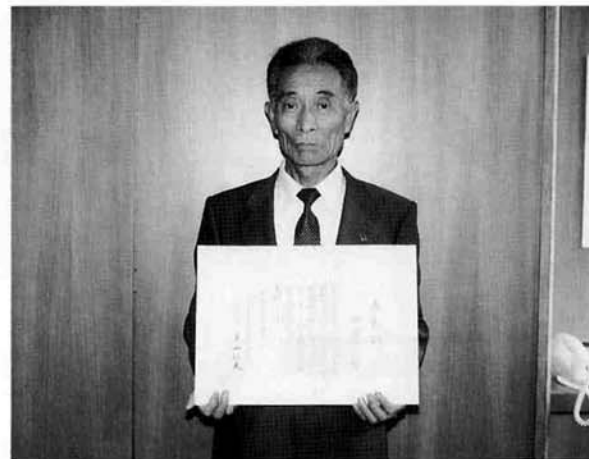


優良運転で表彰されました!!

優良運転者知事表彰
渡辺哲栄さん（上岩田）



優良運転者交通安全対策連絡協議会長表彰
中澤清二さん（金沢）



今回、優良運転者の知事表彰を受けた渡辺さんは、昭和27年3月に越後交通株式会社に入社されました。また、優良運転者の交通安全対策連絡協議会長表彰を受けた中澤さんも、昭和26年6月に同会社に入社されました。

以来、お2人は路線バス及び観光バス等の運転者として勤務し、常に交通法令を厳守し、安全運転に努めてきました。共に今日まで約45年もの間、無事故・無処分を続けており、模範運転者として表彰されたものです。

「小国町租税教育推進協議会」設立総会が開かれました



我が国の税制は、申告納税制度を採用しており、この制度は、納税者自らが所得を計算して期限までに申告・納税することを基本としています。

このため、この申告納税制度を更に一層定着させていくためには、納税者のみならず広く国民に税を身近なものと考え、税の意義や役割を正しく認識していただくことが大切です。

そこで、明日の我が国を担う児童・生徒及び社会人に対する租税教育を推進するため、6月27日「小国町租税教育推進協議会」設立総会が開かれました。

構成員は小国町、柏崎税務署、柏崎財務事務所、町内小中学校、町内各団体です。

なお、役員は次のとおりです。

- ・会長 小国町長 牧野 功平
- ・副会長 小国町教育長 佐藤 浩治
- ・ " 小国町商工会長 平野 保雄
- ・顧問 柏崎税務署長 瀬下 武夫
- ・ " 柏崎財務事務所長 坂爪惣一郎

主な事業

1. 税に関する標語、作文募集
2. 租税教室の開催
3. 定期総会

ヨウ素剤についてのお知らせ

この夏、ヨウ素剤が各戸（希望者）に配備されますが、その取扱いについてお知らせします。

*ヨウ素剤とは…

原子力発電所の緊急時には様々な放射性物質が大気中に放出される恐れがあります。その物質の中に揮発性の放射性ヨウ素があり、呼吸などにより体のなかに入ると喉の甲状腺に集まりやすく、甲状腺がんなどの障害をもたらします。

ヨウ素剤は甲状腺に蓄積する性質があり、放射性ヨウ素が甲状腺に達する前に甲状腺をヨウ素剤で満杯にしておけば放射性ヨウ素から甲状腺を防護することができます。

*服用時の連絡について

町は、ヨウ素剤の服用を必要とした時、直ちにオフワークや広報車などで町民に周知します。

*ヨウ素剤の服用方法と服用上の注意は…？

服用するヨウ素剤は「ヨウ化カリウム丸50mg」という錠剤で、1歳以上の人是一次に2錠を飲みます。また、1歳未満の乳児は一次に1錠を飲みます。



大人・小人1日2錠、乳児は1錠

大人・小人（1歳以上）は2錠、乳児（1歳未満）は1錠、服用してください。



子供には、飲みやすくして

小さな子供には、つぶして粉末にし、牛乳やオレンジジュース、シロップ、ジャムなどと混ぜて飲みやすくして飲ませてください。



発疹、熱がでたら医師に相談

まれに、この程度の微量のヨウ素でも発疹や発熱など、軽度の副作用をおこす人がいます。このような場合、医師の指示をあおいでください。



妊娠、新生児等は、医師の指示を

甲状腺・腎疾患の人やヨウ素アレルギーが明らかかな人、妊娠中の人、または新生児に飲ませる場合は、医師の指示を得ておいてください。

「小国町幼児医療費助成制度」の対象者の範囲が広がりました

町では今年4月1日より、幼児医療費の助成制度の対象者を、1歳から3歳になるまでの幼児に拡充いたしました。（以前は1歳～2歳になるまでの幼児が対象）

*対象となる幼児

満1歳の誕生日の翌月から満3歳の誕生日の月末まで

*助成対象となる医療費

健康保険証を使って医療機関に入院した場合で、支払った医療費のうち自己負担金（初診料1,020円、入院1日710円、但し、金額については、今後改正が予定されています）を除いた額（なお、食事療養費は医療費に含まれません）

*申請方法

入院された時点で幼児医療受給者証交付申請書により「受給者証」の交付を受けてください。（申請書は福祉保健課保健係に用意してありますが、印鑑、健康保険証が必要です。）

幼児医療費助成申請書



（退院する際、医療機関で領収書の部分を記入してもらおう）

幼児医療費助成申請書・印鑑

幼児医療受給者証 振込み指定口座番号 } を持って

福祉保健課保健係へ申請してください。

詳しいことや、不明な点は、福祉保健課保健係（☎95-2600）までお問合わせください。



検診を受けよう⑤

健診を受けて安心 元気もりもり

胸部レントゲン検査のお知らせ

春に都合が悪くて胸部レントゲンを受けられなかった方を対象に次の日程で再度検査を実施します。

個人通知もしますが、この機会をのがさないように、最寄りの会場で、受診して下さい。

□胸部レントゲン検査日程□

検診日時	時間	検診会場
8月21日(木)	午前9:50~10:20	原小屋集落開発センター前
	午前10:30~11:00	上栗集落開発センター前
	午前11:10~11:40	小国町役場公用車庫前
	午後2:20~3:00	武石集会センター前
8月22日(金)	午前10:00~10:35	三桶公民館前
	午前10:50~11:30	上小国小学校前
	午後1:20~2:00	太郎丸農協倉庫前
	午後2:10~3:00	就業改善センター前

☆胸部レントゲン検査は、結核予防法で年1回の受診が定められています。

8月の予防接種・乳幼児健診

日時 会場 対象者

- *三種混合
 - ☑8月5日(火)
 - ☑就業改善センター
 - ☑6~90ヶ月
- *乳児健康診査
 - ☑8月29日(金)
 - ☑小国町立診療所
 - ☑平成9年1~4月生まれ児

0-157を防ぐ

⊕感染から発症まで

○157は感染後、通常4~8日の潜伏期間を経て症状を現します。健康な大人は感染しても症状がなかったり、軽い下痢だけというケースがほとんどですが、子どもや高齢者の場合、重症に至ることもあります。症状は腹痛や下痢で、便に血が混じることもあります。発症後3日ほどで出血性大腸炎、約1週間で溶血性尿毒症候群を併発します。腎臓や脳に機能障害を起こして、最悪の場合、死亡することもあります。

血便が出たらすぐに病院で検査を受けることが大切です。むやみに下痢止め薬などを飲むと、腸の働きを悪くするうえ、病原菌を排せつできず危険な状態を招くことがあります。

⊕病原大腸菌○157とは？

大腸菌は家畜や健康な人の腸の中にもいる1~2ミクロンの細菌です。無害のものが多いが、人に下痢などを起こさせる病原大腸菌と呼ばれる種類があります。○157は157番目に発見された病原大腸菌（現在173種類）の意味です。家畜の糞便から見つかることが多いといわれています。

○157は、病原大腸菌のなかの腸管出血性大腸菌に分類され、毒性の強い「ベロ毒素」を出すのが特徴です。腸炎ビブリオの約1万倍ともいわれる強い感染力をもち、わずか数百個の菌が体内に入っただけでも感染する可能性があります。

*加熱しない食品はよく洗う

*加熱する食品は中心部まで十分に火を通す

「いつ、どこで食中毒が発生してもおかしくない」—○157の汚染は、多くの専門家がそう警告するほどの全国的な広がりをみせています。

○157は感染から発症までの潜伏期間が4~8日と長いので、感染ルートが解明できないことが少なくありません。原因食品と特定できたものも、その種類は牛レバーから野菜サラダまで多岐に及んでいます。

厚生省では、「広範な食品が○157感染の媒体になりうる」としながら、「特に熱を通さない食品の取扱いに注意が必要」と、呼び掛けています。ビニール包装してある野菜やカット野菜は調理前によく洗ひ、肉や魚は中心部まで十分に加熱して食べる必要があります。

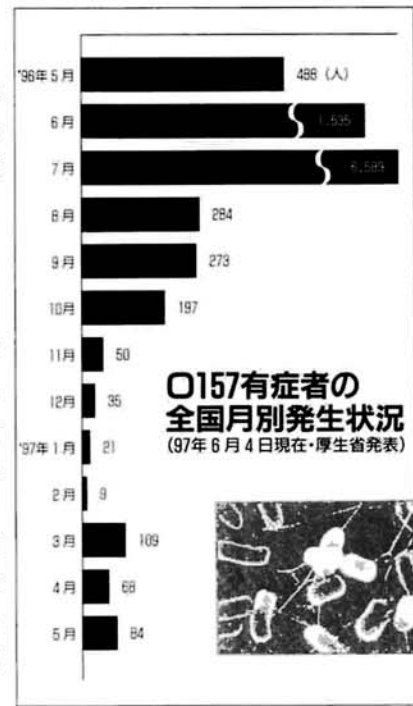
注意すべき食中毒菌

は、○157だけではありません。昨年最も多く発生した食中毒は、サルモネラ菌（肉・魚・卵が原因食品、加熱に弱い）によるもので、報告されているだけでも全国で1630人の食中毒患者が出ています。

気温や湿度が高く、食中毒菌が繁殖しやすいこの時期、食品の保存や調理の方法、台所や調理器具の衛生管理には十分注意する必要があります。

食品を取り扱うときは、その前後に必ず手を洗ひましょう。

◀これまでにすべての都道府県で発生し、9,700人を超える感染者と13人の死亡者が報告されています（平成9年5月末現在）。



歯の健康 Q&Aコーナー

Q.1 歯磨剤は使った方がよいのでしょうか。



Q.2 口内炎の治療法と予防法について教えてください。

酵素入りや薬用など、たくさんの歯磨剤が市販されていますが、どれを使用しても短時間の歯みがきではあまり期待できません。歯磨剤の多くは、研磨剤や界面活性剤、香料、保湿剤等を主成分にしていますので、歯を白くしたり、口の中を爽やかにする効果があります。しかし、歯みがきをする場所が限られていたり、時間が短くなりがちのため、なかなかうまくみがくことができません。また、毛先を使ってみがく感覚がつかみにくく、歯の表面に細かなキズをつけたりすることもあります。1回に5分から10分という歯みがきの時間が必要ですが、初めは歯磨剤なしで、テレビを見ながら、あるいはお風呂に入りながら歯みがきをし、その後歯磨剤を使うというのが理想的な方法です。歯周病予防に薬用歯磨剤は不要ですが、むし歯の予防には、大人でも子供でもフッ素入り歯磨剤の使用をおすすめします。



代表的な治療法として、口の中に塗る軟膏(ステロイド入り)や、口の中に貼る錠剤をよく使います。口内炎用のステロイドは作用が比較的穏やかで、薬局でも販売しています。大人が時々使う程度なら副作用の心配はありませんが、子供は薬に敏感なので勝手に塗ってはいけません。他にもビタミン剤や炎症剤、うがい薬なども有効です。その他の治療法として漢方薬やレーザー治療等がありますが、詳しくはかかりつけの歯科医院でおたずねください。

予防法としては、熱い飲み物や、香辛料、濃味の食べ物、酒、タバコなどの刺激物はひかえ、牛乳、チーズ、レバー、シジミなどをとるようにしましょう。

誘因となる睡眠不足や過労などに注意し、規則正しい生活を送り、自然治癒力を低下させないように心がけることです。「あっ、できそうだな」という時に、早めにステロイド軟膏を塗って体調を整えておけば、ひどくならないうちに治すことができ、つらい思いをする期間も短くて済みます。

キシリトールは多くの野菜や果物に含まれ、生体内でも作られている天然で唯一の五糖類の糖アルコールです。食物では、いちご100g中362mg、ほうれん草100gに107mgほどが含まれています。糖をとりすぎると口中のプラーク(歯垢)は粘着度が増し、歯みがきだけではおちにくくなりますが、キシリトールにより酸性度が低下したプラークは、歯みがきによっておちやすくなります。キシリトールをとり続けると、プラーク形成が約50%抑えられ、この量が多いほど予防効果は高くなります。なお、キシリトールはWHOより安全性を認められています。

Q.3 最近むし歯予防に、キシリトールを使用したガムが有効だと聞きますが、キシリトールとはどんなものなのでしょうか。

くらしと国保

国民健康保険制度・老人保健制度改正のお知らせ



◎平成9年9月1日より外来時の薬剤費が変わります。

内服薬 (1日分)	
1種類	0円
2~3種類	30円
4~5種類	60円
6種類以上	100円

外用薬 (1回分)	
1種類	50円
2種類	100円
3種類以上	150円

頓服薬 (1回分)	
1種類	10円

※外用薬とは、皮膚や粘膜に塗ったり、貼ったりする薬です。頓服薬とは、解熱剤や鎮痛剤など何回にも分けないで、必要なときに1回で飲む薬です。

※住民税非課税世帯等で高齢福祉年金を受けている人のうち、単身か夫婦2人で暮らしている人および6歳未満の乳幼児は、左記の負担が免除されます。

◎平成9年9月1日より老人保健の一部負担金額が変わります。

	改正前	改正後
外来	1か月 1,020円	1回 500円 同じ医療機関において1か月4回まで負担します(最高2,000円)
入院	1日 710円 高齢福祉年金受給者で住民税非課税世帯の人は1日300円(2か月の限度)です	1日 1,000円 高齢福祉年金受給者で住民税非課税世帯の人は1日500円です

※入院時の食事代は別途負担になります。

※外来時の薬剤は上記のとおり、別途負担があります。

※入院時の一部負担金の額は、平成10年度1,100円、平成11年度1,200円となります。また、平成12年度以降の一部負担金の額については、外来、入院ともに医療費の伸びに応じて変わることがあります。

- 計算上の注意
- 医療機関ごとに計算します。
 - 同じ医療機関でも歯科と他の診療科は別々に計算します。
 - 総合病院では診療科ごとに計算します。

外来診療されたときの費用はこうなります

例1 国保加入者(老人保健は除く)が医療機関で外来診療を受け、3種類の内服薬を3日分処方してもらった場合に窓口で支払う費用は

改正前	改正後
診察など 処方された薬 かかった医療費の3割 (退職者医療は2割または3割)	診察など 処方された薬 かかった医療費の3割 (退職者医療は2割または3割)
	+ 薬剤の一部負担 3種類の薬 30円 × 3日分 90円

例2 70歳以上のおとしよりで同じ月に同じ医療機関で4回外来診療を受け、4種類の内服薬を3日分、計2回もらった場合の1か月の費用は

改正前	改正後
1か月 1,020円の一部負担金	1回の外来診療の一部負担金 500円 × 4回 2,000円
	+ 薬剤の一部負担 4種類の薬 60円 × 3日分 2回 360円
	=計 2,360円

ゆめあり年金

サラリーマンの奥さん

こんなとき届け出が必要です。

① 結婚

第3号被保険者該当届
第2号 → 第3号

会社を退職し、厚生年金等の加入者の被扶養者となったときは、第3号被保険者該当届を提出してください。



⑥ 夫が再就職

第3号被保険者該当届
第1号 → 第3号

夫は再び厚生年金等に加入して第2号被保険者になります。被扶養配偶者となった妻は、第3号被保険者該当届を提出してください。

夫が転職により会社が変わって、1日でもその期間があいたときは、改めて第3号被保険者該当届を提出してください。

② パートなどで収入が増えた

被保険者種別変更届
第3号 → 第1号

本人の収入が130万円以上になると夫の被扶養者でなくなり、第1号被保険者となります。被保険者種別変更届を提出してください。



届け出に必要なもの

印鑑

健康保険証

年金手帳

(①④⑤⑥のときは、夫の年金手帳も必要です。)

届け先 町民課



⑤ 夫が退職

被保険者種別変更届
第3号 → 第1号

夫が会社を辞めたら、厚生年金保険等の被保険者でなくなるので、夫婦とも第1号被保険者となります。被保険者種別変更届を提出してください。



③ 就職

被保険者種別変更届
第3号 → 第2号



就職して厚生年金等に加入したときは、第2号被保険者となります。被保険者種別変更届を提出してください。

④ 退職

第3号被保険者該当届
第2号 → 第3号

厚生年金等に加入している夫の被扶養配偶者となるので、第3号被保険者該当届を提出してください。



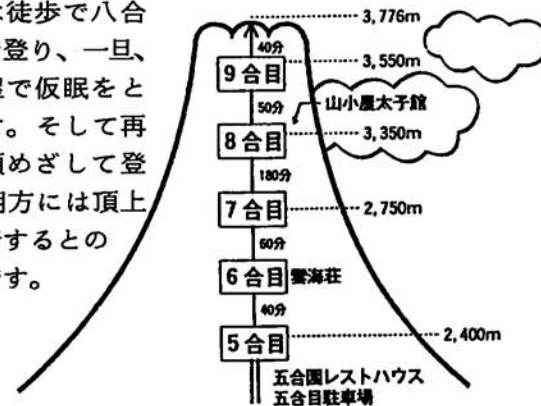
原集落が

8月2・3日 富士登山を計画



原集落では、集落計画実行委員会が、8月2・3日に『富士山に登ろう』を計画しました。参加者数は、小中学生や女性を含め約40名だそうです。地元の原オアシスセンターでは、7月2日に参加者が集まり、結団会と打ち合わせを行いました。参加者は、旅行会社の担当者より富士登山の心構えや準備等の説明を受けました。

計画によれば、五合目まではバスで行き、そこからは徒歩で八合目まで登り、一旦、山小屋で仮眠をとります。そして再び山頂めざして登り、朝方には頂上に到着するとのことです。



平成8年度の優良安全運転 管理事業所表彰に小国町役場が受賞!



戦没者合同慰霊祭が開かれました

平成9年度の小国町戦没者合同慰霊祭(合同としては2年に1回)が7月11日、農村環境改善センターにおいて、小国町遺族会会員を集め開催されました。

慰霊祭は厳粛に行われ、遺族会会長をはじめ町長や来賓の方より慰霊の言葉が述べられ、参加者全員で戦没者のめい福を祈りました。



☆☆8月さわやかリポート番組表☆☆

(放送時間午前7:30、10:00、午後1:00、6:00、9:00)

土曜日	日曜日	土曜日	日曜日	土曜日	日曜日
8月2日	8月3日	8月9日	8月10日	8月16日	8月17日
特選落語会(化物使い)	英会話教室	日本の愛唱歌(海の歌)	校内意見発表	図書館(山の神とこども)	校内意見発表
23日	24日	30日	31日		
民謡特選(最上川船唄他)	たっしゃで長生き	S37年のヒットパレード	福祉のつどい		

※□は午前7時30分から全チャンネルで放送されます。
※3チャンネルの番組を聞く時は3のボタンを押して下さい。
※番組の内容は都合により変更することがあります。

ご注意ください

厚生年金や共済組合の加入・脱退の手続きはそれぞれの事業所が行います。しかしそれに伴う国民年金の手続きは個人で直接役場に届け出なければなりません。(事業所は代行しません。)

第3号被保険者の保険料は...

第3号被保険者の保険料は、配偶者が加入している厚生年金や共済組合が制度全体で負担する仕組みになっています。(夫の給料から天引きされているわけではありません。)個人で保険料を納めなくても納付した期間として取り扱われます。

届け出が遅れると...

第3号被保険者は、変更があるたびに届け出をしないと該当しません。また、届け出を2年以内に行わないとその期間は未納になってしまい、気づいたら年金が受けられなくなっていたり、年金額が減ってしまうことがあります。



高齢福祉年金受給者の皆さん! 8月期の年金は8月11日以降受け取ってください。8月は証書回収月です。早めにお受け取り下さい。

おぐに文芸

俳句

男にてはつきりノーと意志表示
できぬ己れに悔いを重ねる
大橋てつじ

秋祭りに求めし一本ブラムの木
実をいとおしく丁寧に摘む
今井 昭一

無愛想な土工飯場の一升場に
大根の花挿して置かれし
角山 一夫

さやさやと初夏の風吹く吾が住み処
栗の木の花匂い漂ふ
町田 勝治

草いきれ男は無口録を研ぐ
草いきれ巻いてヨヨイ掌に戻る
大久保ヨネ

吾が影が一つあるのみ草いきれ
夏見舞過去にはふれず女文字
山崎 喜楽

草いきれ夫婦の会話押し伏せる
山崎 喜楽

田中 重男

山崎 喜楽

栗林 諸向

大久保ヨネ

町田 勝治

角山 一夫

今井 昭一

大橋てつじ

短歌

暮らしのワンポイント

冷房病に気をつけて 室外気温との差は7℃以内に

夏場、冷房の効き過ぎた室内で体調を崩してしまう人が多いようです。夏風邪をひいたり、おなかをこわしたり、女性は冷え性や生理不順に悩まされることもあります。このような症状を冷房病といいます。

冷房病は、外気と冷房した室内の温度差が人体にストレスをもたらして起こります。人の体は、夏の暑さや冬の寒さなど、その時々々の気候に順応します。せっかく夏場に適合させた体を長時間低温にさらすことで、健康障害が起きるのです。薄着のまま長時間体を冷やしたり、暑い戸外と冷房の効い

た室内との行き来を繰り返したりする人がかかりやすく、風邪のほか、頭痛、神経痛、胃腸障害、疲労感や倦怠感など症状は実にさまざまです。

予防には、室外と室内の温度差をできるだけ少なくすることが大切です。暑い日でも温度差は7度以内にとどめ、除湿機能を活用して暑さをしのぎましょう。オフィスなどあまり体を動かさない場所は室温を25度以下にしないこともポイントです。

また、冷気は床に近いところに集まりやすいので、厚めの靴下をはいたり、ひざ掛けを利用するな

ど下半身を冷やさない工夫も大切。冷風に直接当たることは絶対に避けるべきです。

冷え性になりやすい女性は、体を冷やす食べ物も禁物です。野菜は温野菜を食べ、飲み物もアイスではなくホットで飲むようにしましょう。また夜の入浴はシャワーで済ませず、ぬるめのお湯にゆっくりつかって体を温め、血行を促すことも予防につながります。

多くの人が健康を害し、特に女性は生理障害など深刻な事態にもなりかねない冷房病。暑がりの人も少し我慢して、部屋を冷やし過ぎない心配りがほしいところです。

健康づくりは食卓から

～老化を防ぎ、元気に年をとろう～

◎みぞれ和え

〈材料〉4人分

- 鶏ささ身 160g
- しょうが 少々
- 酒 少々
- しその葉 8枚
- 生しいたけ 4枚
- 大根 160g
- ミニトマト 4ヶ
- しょう油 大さじ1
- レモン汁 小さじ1

〈つくり方〉

- ①鶏ささ身はすじを取り除き、しょうがと酒を加えたお湯の中で茹でる。

②しその葉はせん切り、生しいたけは薄切りにし、さっと茹でる。

③大根はおろして軽く絞っておく。

④①の鶏ささ身は手でほぐし、②③で和える。

⑤ミニトマトを添え、しょう油とレモン汁で食べる。

日本では数十年、一日の総エネルギー摂取量が約2000キロカロリーと変わっていませんが、食事の内容は大きく変化しました。戦前は、肉類をほとんど食べずにごはん中心の食事でした。そ

れが平均寿命が伸び始めた頃から、肉類や乳製品の摂取量が多くなっています。

現在では、肉類と魚類がほぼ同じで、動物性たんぱく質と植物性たんぱく質が合っています。また野菜の量も増え、理想的な食事パターンに近づいています。

年をとったら、生ものや油っこいものは食べない方がいいと言われるかもしれませんが、実際には十分なたんぱく質とたっぷりの野菜が長寿の秘訣でしょうか。

町内企業求人情報コーナー

(8月分)

事業所名	所在地	職種	規模	求人数	年齢	就業時間	賃金
ミュキドレス(有)	太郎丸	縫製社員	40	女 3	45才位まで	8:10~17:00	135,000~160,000
小国町森林組合	法坂	造林作業員	12	男女 若干名	18~55	8:00~17:00	組合給与規定による
備旭産業	新町	組立工	18	女 3	18~45	8:00~17:00	120,000~150,000
備ピーコックジャパン	太郎丸	包装アルバイト	60	男女	18~50	17:30~22:00	時給1,000
備笹崎塗装	諏訪井	建築塗装工	3	男 1	18~30	7:30~17:30	150,000~300,000
備共栄	上岩田	機械工	20	3	60才位まで	8:00~17:00	100,000~300,000
上越工業(有)	桐沢	鍛造工	61	男 2	20~35	6:00~15:30 8:00~17:00 14:50~21:50	167,000~280,000
鳴島工業(有)	七日町	板金・仕上工	52	男 2	18~40	8:00~17:00	185,000~225,000
小国工場	七日町	グラフィック印刷工	2	男 1	18~30	8:00~18:00	161,000~207,000
備オグニ住建	法坂	大工見習	2	男 2	18~30	8:00~18:00	161,000~207,000

・このコーナーは職安通報済で掲載を希望された企業の情報です。
 ・掲載希望の企業の方は企画商工課商工観光係まで申込下さい。
 ・柏崎、長岡、小千谷など近隣市町村の最新求人情報は役場1階ホールでござん下さい。
 ・このコーナーはインターネットでも流しています。

INFORMATION

長岡地方拠点都市地域 イベント情報

インフォメーションFAXサービス

FAX0258-37-6068

ハローダイヤル

ダイヤル回線 0258-34-8600 プッシュ回線 #-8886

期日	曜	イベント名	会場	問い合わせ先
10月まで		信濃川ライン舟下り	川口ヤナ堀発見場	0258-89-2525
8月1日~3日	金日	長岡まつり		0258-39-2221 0258-34-0069 0258-32-4500
8月2日~3日	土日	第9回新潟県スポーツフェスティバル	小千谷総合体育館・白山運動公園ほか	小千谷市社会体育課 0258-83-0077
8月2日~6日	土水	第17回良寛書道展	出雲崎町中央公民館	出雲崎町教育委員会 0258-78-2250
8月3日10:00~15:00	日	杜々の森名水茶会	栃尾市杜々の森名水公園	栃尾市商工観光課 0258-52-5827
8月7日早朝	木	石積み	栃尾市刈谷田川河原	栃尾市商工観光課 0258-52-5827
8月9日	土	ふるさと芸能まつり	小千谷市民会館大ホール	小千谷市民会館内 0258-82-9111
8月9日第1部10:00~16:00第2部16:30~21:00	土	山本山高原SUNSET FESTIVAL97	山本山高原特設会場(山本山山頂)	カフェレストラン・プリティー 0258-83-4144
8月9日	土	今町夏まつり	見附市今町商店街	今町商工会 0258-66-8867
8月9日18:00	土	出雲崎夕日コンサート	天領の里イベント広場	小林功吉 0258-78-3832 高橋達円 0258-78-2457
8月9日~10日	土日	見附小栗山獅子舞	見附市小栗山不動院	見附市生涯学習課 0258-62-1700
8月10日会場18:00	日	魅惑の響き 音の宝島パブリック音楽	見附市文化ホールアルカディア	見附市文化ホール 0258-63-5321
8月10日	日	とうきび観音市	栃尾市観音寺・谷内通り	観音寺 0258-52-2424
8月10日16:00~21:00	日	中之島夏まつり	中之島町役場前	中之島町企画課 0258-61-2011
8月14日~15日	木金	第46回船まつり	出雲崎漁港内ほか	出雲崎町企画振興課 0258-78-3111
8月15日13:00~	金	与板町成人式	与板町民体育館	0258-72-3945
8月15日	金	闘牛大会(牛の角突き)	山古志村虫亀会場	山古志村産業課 0258-59-2331
8月15日16日	金土	三島まつり	三島町野野町小学校グラウンド三島町中央公園	三島町産業課 0258-42-2221 内線224
8月16日13:00~	土	国指定重要無形文化財 牛の角突き	小千谷市小千谷闘牛場(小栗山)	小千谷市商工観光課内 0258-83-3512
8月16日17:00~	土	全米プロバスケットボールOBジャパンツアー-小千谷大会	小千谷市総合体育館	球技バスケットボール部 0258-83-2982 (18:00~21:00)
8月16日	土	六夜祭り(宇奈具志神社秋期大祭)	和島村島崎宇奈具志神社	0258-74-3111
8月17日	日	見附卓球フェスティバル市民みんなでスポーツを	見附市文化ホールアルカディア	見附卓球連盟事務局 0258-62-1700
8月23日~24日	土日	とちお祭	栃尾市街地一円	栃尾市商工観光課 0258-52-5827
8月23日~25日	土月	おぢやまつり	小千谷市本町ほか	小千谷市観光協会 0258-83-3512
8月24日11:00~16:00夜の部19:00~22:00	日	第13回リッパ・遊雪・克雪フェア~サマータリスマスinおぢや・真夏にサンタがやってくる~	錦鯉の里イベント広場(小千谷市内)	小千谷市建設課内 0258-83-3514
8月24日13:00~	日	国指定重要無形文化財 牛の角突き	小千谷市小千谷闘牛場(小栗山)	小千谷市商工観光課内 0258-83-3512
8月24日	日	第16回小千谷ジュニア親善陸上競技大会	小千谷市運動公園	小千谷市社会体育課 0258-83-0077
8月24日10:00~	日	第11回出雲崎おけさ全国チャンピオン大会	出雲崎町民体育館	出雲崎町企画振興課 0258-78-3111
8月24日	日	キャンパス川口カップ(ゴルフ)	キャンパス川口ファミリーゴルフ場	川口町家旅行社振興課 0258-89-4015
8月25日20:00~21:00	月	燈籠押合い	中之島町大字中之島地内	中之島町産業課 0258-61-2015
9月6日13:00~	土	日本歌曲ガラ・コンサートVol.1	長岡リリックホールコンサートホール	0258-29-7711
9月6日13:00~	土	種芋原まつり(牛の角突き)	山古志村種芋原会場	0258-59-3002
9月7日13:00~	日	種芋原まつり(牛の角突き)	山古志村種芋原会場	0258-59-3002

夏だ！お盆だ！おぐに夏まつり

・相野原観音堂まつり

●とき…8月10日午前9時~ ●ところ…相野原観音堂 ●内容…乗馬体験コーナー・もちまきなど

・サマーフェスティバル

●とき…8月14日午前11:00~ ●ところ…双柳橋下の川原 ●内容…手造イカダの川下りレース、魚のつかみ取り、宝さがしなど

・大花火大会

●とき…8月14日午後7時30分~ ●ところ…カントリーエレベーター前広場 「町民の花火」をメインに300発の花火が夜空を彩ります お問い合わせ先 おぐに夏まつり実行委員会事務局(小国町役場企画商工課内) ☎95-5906

おぐに荘 盆踊りのご案内

日時：8月9日(出)PM7:30~8:45
場所：おぐに荘駐車場(雨天の場合は体育館)
夜店：綿あめ、ポップコーン、アイスクリーム、ジュース、ヨーヨー釣り、古本市、その他
福引き：色々たくさん景品を用意しました。

*夜店、福引き共に無料です。
協力：新町一五日会、新町育成会、その他ボランティア
《運行・マイクロバス》
迎え PM7:15 相野原(高校前)
PM7:20 新町局前
PM7:23 上谷内(スナック恵様入口)
PM7:27 檜沢(バス停前)

送り 終了後
*どうぞご利用ください。

天領まつり~北国街道夢物語~ 「巡見使行列」参加者募集!

10月10日(金)開催
(午後1時20分 午後6時終了予定)
☆時代衣装をまとい、北国街道を練り歩きます(約2km)
☆年齢・性別等の制限は一切ありません
☆参加記念として集合写真、個人写真等を贈呈します
申込み締切り 8月20日まで

※詳細については、お申し込みいただいた方にご連絡します
お申し込み・お問い合わせは出雲崎町役場企画振興課まで
TEL 0258 (78) 3111・FAX0258 (78) 4483
お気軽にお電話ください

特設人権相談所開設(無料 秘密厳守)

困っていること、悩んでいることはありませんか? いじめ、体罰、いやがらせ、不当な差別、プライバシーの侵害、私的制裁などの人権問題や、親子、夫婦、扶養、相続、不動産売買、借地借家などの困りごとや心配ごとなどで、お困りの方は気軽に人権相談所をご利用下さい。相談は無料で秘密は固く守られます。
とき 8月5日(火)午前10時~午後3時
ところ 老人憩の家「延命荘」
相談員 法務局担当官・人権擁護委員(中澤誠三郎、杉原敏夫)

INFORMATION

INFORMATION

社会福祉法人長岡東山福祉会 特別養護老人ホームかつぼ園 職員採用試験のご案内

- 採用時期 平成10年4月1日
- 採用職種
生活指導員(社会福祉主事又は社会福祉士) 3人
看護婦(士)(看護婦又は准看護婦) 3人
寮父・母(介護福祉士の資格は問いません。) 10人程度
- 受験資格等
昭和43年4月2日以後に生まれた人で、高等学校以上を卒業または卒業見込みの人
- 申込み期限 8月11日(月)まで
- 試験日 8月23日(土)
問い合わせ先 ☎0258-44-8338

県立テクノスクールより 平成10年度生募集のご案内

- 募集科名
高卒対象科 メカトロニクス科、NC機械科、自動車整備科、電気システム科、電気施設科、土木測量科、OA事務科、ホテルビジネス科、織布科
中卒対象科 溶接科、金属プレス科、建築科、左官科
- 募集期間
・推薦選考(高卒対象科のみ)
9月3日(水)から9月16日(火)まで
・一般選考 10月3日(金)から10月16日(木)まで
お問い合わせ先 柏崎テクノスクール ☎(0257)24-2115

来年4月1日採用予定 柏崎地域広域事務組合職員を募集

- ◎受付期間 8月20日(水)～9月5日(金)
- ◎試験日 第1次試験 9月21日(日)
第2次試験 1次試験合格者に後日通知
- ◎受験申込用紙・募集要項 柏崎市人事課にあります。
広域事務組合

職種	定員	受験資格
調理員 (高校卒程度)	1人	昭和52年4月2日～55年4月1日生まれの方 身体障害者は、調理業務に支障のない程度の障害の方
消防士 (高校卒程度)	男子 1人	昭和48年4月2日～55年4月1日生まれの方 身長160cm以上、視力(裸眼)0.3以上で矯正後視力0.7以上、肢体、色覚正常な方で、採用後柏崎市、刈羽郡町村、出雲崎町に住所を有する方

詳しくは、柏崎市総務部人事庶務課人事係
(☎0257-23-5111内線332まで)

原子力立地給付金について

この給付金は、国の原子力発電施設等周辺地域交付金制度に基づき、原子力発電施設等の立地地域の振興及び地元福祉の向上を図ることを目的としています。

給付金は、毎年10月1日(基準日)に東北電力株式会社と電気需給契約をしている家庭や企業等に対して、下表の金額が東北電力株式会社から年1回支払われます。

一般家庭	企業等
電灯契約1口当たりの交付金額 9,456円/年	契約電力1kW当たりの交付金額 4,728円/年

「おぐに荘」職員募集

- 救護施設「おぐに荘」の職員を次のとおり募集します。
- ▽職種 看護婦または准看護婦
 - ▽募集人数 1人
 - ▽受験資格 昭和42年4月2日～昭和54年4月1日生まれの方で看護婦または准看護婦の資格を有する方
 - ▽受付期限 8月31日(日)まで
 - ▽試験日(面接) 9月2日(火)
 - ▽申し込み 社会福祉法人柏崎刈羽福祉事業協会(0257-24-4101)へどうぞ。

柏崎消防本部よりお知らせ

- 自衛消防隊消防研究会
「防災の日」の行事として、管内の事業所で実施している、日ごろの消防訓練の成果を発表する研究会を開催します。ぜひご覧ください。
▽とき 9月2日(火)の午後1時30分～4時50分
▽ところ 日本石油加工(株)柏崎工場
▽種目 消火栓による消防訓練、レディース消防訓練等
▽問い合わせ 消防本部庶務課(☎0257-24-1500)へ
消防テレホンガイド(☎0257-22-1200)
- 危険物取扱者試験
▽とき 10月1日(水) 午後1時45分～3時45分
▽ところ 柏崎市東本町1丁目3番23号 柏崎商工会議所
▽試験の種類 乙種第四類 ▽手数料 3,400円
▽受験願書 消防本部にあります
▽申し込み 9月4日(水)～12日(金)に、(財)消防試験研究センター新潟県支部(〒951 新潟市関屋新町通2-96-10 関新ビル内)へ
▽問い合わせ 消防本部予防課危険物係(0257-24-1500)へ
- 救急のひろば
消防署では、全国救急医療週間に併せて、「救急のひろば」を開催します。
○とき 9月7日(日)の午後1時～4時
○ところ アイリータウン長崎屋柏崎店
○内容 救急車、救急資器材の展示、応急手当の指導、はしご車の体験乗車、風船プレゼントなど。

97新潟県交通安全運転コンクール (トライ100)のお知らせ

- 実施期間 9月23日(水)から12月31日(水)までの100日間
- 内容
○5人で1チームを編成し、チーム単位で100日間交通ルールを守り、運転マナーの向上に努め、無事故・無違反を競い合い、さらに他のドライバーの模範となって県民の交通安全意識向上に努めます。
○5人全員が100日間無事故・無違反を達成したチームを表彰します。
○参加者には、「参加証ステッカー」を発行し、安全意識の高揚とコンクールをアピールするため、期間中は自動車等の見えやすい所に貼り付けてください。
○参加チーム数は、概ね300チームとします。
- 申込み期間 8月1日(金)から9月1日(月)まで
- 申込み方法
申込みは、役場総務課、警察署、地区交通安全協会に置いてある所定の申込書に必要事項を記入のうえ、下記宛先に代表者が送付してください。
〒950-70(住所記載不要)新潟県環境生活部生活企画課交通安全対策室内『トライ100』事務局宛
TEL 025-285-5511(内線2486) FAX 025-283-5879

新潟県立自然科学館からのお知らせ

各種教室案内

期間	名称	内容	申込締切
8月6日(水) 13日(水) 20日(水)	太陽観測会	太陽の表面の様子を観察します	なし 先着
8月23日(土)	キャリング・ザ・ピンボール工作教室	リモコンで動くピンボールを遊ぶ模型工作	往復ハガキで8月9日までに・抽選
8月24日(日)	第5回キャリング・ザ・ピンボール競技大会	リモコンで動くピンボールを遊ぶ競技大会	往復ハガキで8月10日までに・抽選
8月27日(水)	化石文鎮作り	皆石のでき方のお話や石灰岩で文鎮を作ります	往復ハガキで8月12日までに・抽選
8月28日(木)	手作り乾電池教室	世界で1つしかない乾電池を作ります	なし 先着
8月29日(金)	星空ウォッチング	木星と夏の星座を観察します	なし 先着
8月29日(金) 8月30日(土)	科学教育指導者講習会	植物画の描き方 化石レプリカを行います	電話予約 先着

お問い合わせ先 ☎025(283)3331

柏崎アクアパークよりお知らせ

◎硬式テニス教室◎

▽とき…9月2日～10月7日の毎週火・金曜日、午後6時～8時(祝日は除く)▽ところ…白竜公園テニスコート▽対象…社会人で初心者および未経験者▽定員…25人▽指導料…4500円▽申し込み…8月13日(水)から指導料を添えて、アクアパーク(0257-22-5555)又は、総合体育館(0257-21-3751)へ

◎めだか水泳教室◎

▽対象…25mを泳げない小学生▽定員…各組30人▽指導料…4000円▽プール使用料…1回160円▽申し込み…8月11日(月)～20日(水)の間に、宛名書きされたはがきをお持ちの上、アクアパークへ。

第2回「ホッといい話」募集中!

献血にまつわる楽しい話、忘れられない話などをお寄せください。(思い出の献血、あの時輸血を受けて私は…、看護婦さんの楽しい話、初めて知った血液のこと、血液型の話など。)
◎期間/8月20日(消印有効)まで◆応募方法/四百字詰め原稿用紙一枚以内(作品タイトル、氏名含まず)にまとめ、作品タイトル、氏名(フリガナ)、住所、年齢、職業(学校名、学年)電話番号を明記の上、下記宛お送り下さい。◆応募先/〒951新潟市西堀通三番町 新潟日報広告部「ホッといい話」係 FAX025-379-1566でも受付ます。(問い合わせ/TEL 025-378-9335)

◆賞/大賞(1名)…10万円相当の旅行券/入選(3名)…5万円相当の旅行券/佳作(30名)…テレホンカード50枚数1枚

◆主催/新潟県赤十字血液センター・新潟日報社
問い合わせ先 新潟県赤十字血液センター TEL 025-230-1703

「NHK青春メッセージ'98」スピーチコンクール 1月15日東京・NHKホール 求む、自由なテーマ、自由な表現でのメッセージ

◆参加資格…昭和47年1月16日から昭和57年4月1日までに生まれたかた。性別、職業、学歴、国籍は問いません。◆募集内容…テーマは自由です。自分の体験、思いや考えをさまざまな方法で表現した等身大のメッセージを求めます。前向きで社会性に富むもの、ささやかな体験を深く見つけたもの、ユーモラスなものなどを歓迎します。借り物ではない自分自身の考えをまとめてください。

◆応募方法…1. メッセージを1200字程度にまとめるか、カセットテープまたはビデオテープ(4～5分程度)をお送りください。
2. 必ず発表題をつけてください。発表題も自由です。
3. 応募作には、住所、氏名、生年月日、職業(学校名、学年、会社名)、電話番号を忘れずにお書き添えください。

◆しめきり…9月30日(火)〈当日消印有効〉

◆応募先 〒150-01東京都渋谷区神南2-2-1
NHK「青春メッセージ」係 TEL(03)3465-1111

◆お問い合わせ先 NHK「青春メッセージ」係 TEL(03)3465-1111
または、お近くのNHK各放送局「青春メッセージ」係

第15回全国都市緑化にいがたフェア前売券販売開始

第15回全国都市緑化にいがたフェア「にいがた緑のものがたり'98」は来年8月1日から10月18日までの79日間開催される花と緑の大イベントです。会場は新潟(県立鳥屋野潟公園)と新津(新潟県都市緑化植物園)の両会場。

感動と驚きに満ちた花と緑のワンダーランドには是非お越しください。

実行委員会では、開催1年前の今年8月1日から、お得で特典のついた前売入場券を販売しています。この機会をのがすことなくご利用下さい。

○前売入場券販売期間

平成9年8月1日(金)から平成10年7月31日(金)まで(新潟、新津両会場に入場できます。)

○販売箇所

JR東日本新潟支社管内の駅又はびゅうプラザ、旅行代理店、有名プレイガイド

○料金

券種	大人	高校生	小・中 学生	高齢者 (満70歳以上)	ファミリー割 (大人2名以上)	全期間
前売入場券	1,200	600	400	600	2,500	2,500
当日入場券	1,500	800	500	800	3,200	2,500

*他に一般、学校団体入場券などのお得な券も取りそろえています。

○前売入場券の特典

- ・前売入場券購入者へのお楽しみ抽選会
- ・前売入場券施設割引協賛

詳しい内容については、販売店でお尋ね下さい。

「サンコーポラス」

入居状況(7月末)

運営戸数	40戸
前月末入居戸数	38戸
7月中	入居戸数 0戸
	退去戸数 0戸
本月末入居戸数	38戸
入居可能戸数	2戸

書道教室

(7月の作品)



INFORMATION

新潟県立自然科学館 '97夏の特別展「空気と遊ぶ」

新潟県立自然科学館では、夏の特別展として「空気と遊ぶ」を開催します。

いつもは見えない空気のチカラを、ホバークラフトやペットボトルロケットなど、さまざまな器具を使って遊びながら実験します。

1. 期 日 7月25日(金)～8月31日(日)
2. 会 場 新潟県立自然科学館(新潟市女池20番地15) ☎025(283)3331
3. 交 通 新潟バイパス(国道8号線)桜木インターから約5分、高速道路新潟中央インターから約5分
4. 開館時間 9:30～16:30(入館は16:00まで)
5. 休 館 日 毎週月曜日
6. 料 金 高校生以上 510円
小・中学生 310円 幼児 無料
7. そ の 他 他にもいろいろな教室があります。詳しくは電話にてお問合せ下さい。

ワールドカップ キャッチフレーズ募集中!

2002年に日韓共同開催されるサッカーの世界カップが、国内10会場のひとつとして新潟県でも開催されることになりました。

そこで、大会のPR活動に使用する、本県独自の親しみやすいキャッチフレーズを募集しています。

採用された作品は、2002年まで使用されます。奮ってご応募下さい。

1. 募集期間 8月31日まで【消印有効】
2. 募集方法 官製はがき1枚につき1点
 - ①キャッチフレーズ
 - ②フレーズの説明
 - ③住所、氏名、年齢、性別、電話番号
 その他ご意見等を記入し申し込んでください。
なお、応募作品は未発表の作品に限り、入賞作品の使用権は主催者に帰属します。
3. 応募先 〒950-70 新潟市新光町4-1
新潟県教育庁保健体育課内2002年ワールドカップ新潟県開催準備委員会事務局「キャッチフレーズ」係
☎025(285)5511 内線3947
4. 発 表 10月19日(日)「ワールドカップ新潟フェア'97」にて発表
5. 表 彰 入賞者には、賞状、記念品及び副賞を贈呈
(1)再優秀賞1名…韓国往復ペア航空券
(2)優秀賞2名…5万円旅行券

第33回町民野球大会 参加チーム募集!

毎年恒例の町民の野球大会を下記のとおり実施します。多くのチームの参加をお待ちしております。

1. 日 時 8月15日(金)午前7時30分から(雨天中止)
2. 会 場 おぐに運動公園野球場他
3. 参加資格 小国町に住所又は職業を有する者及び小国町出身者
4. 申 込 先 野球協会事務局(湯本、北原) ☎95-3111
又は小国町教育委員会まで☎95-5911
5. 申込締切 8月8日(金)
6. 打合せ会 8月11日(月)午後8時から
就業改善センター大会議室
7. そ の 他 申し込んだチームの代表者は打合せ会に必ず出席して下さい。

会長杯争奪野球大会


6月22日(月)毎年恒例の会長杯争奪野球大会が行われました。結果は下記のとおりです。

優 勝 バランタイムズ
準優勝 ボラーン

第62回 小千谷市民剣道大会

5月25日(日)小千谷市立片貝中学校で第62回小千谷市民剣道大会が行われました。

成績は下記のとおりです。

年少の部	優 勝	笠原 佑	
	準優勝	藤田 充	
年長の部	優 勝	北原 佳祐	
	準優勝	片桐 広太	
	三 位	相波 春喜	
中学生の部			
団体戦	優 勝	小国中学校(男子)	
	準優勝	小国中学校(女子)	
個人戦(男子)	準優勝	若井 翼	
	三 位	吉野 望	
	(女子) 準優勝	原 麻衣	
高校一般の部	三 位	小川 剛	

【お詫び】

ふれあい7月号P3「町民体育大会」の記事の中で、キャッチング・ザ・スティックで3位入賞チームが『マドンナクラブ(押切)94回』と掲載されていましたが、『法坂チーム104回』の誤りでした。紙面にてお詫びいたします。

ふれあい

平成9年8月1日発行

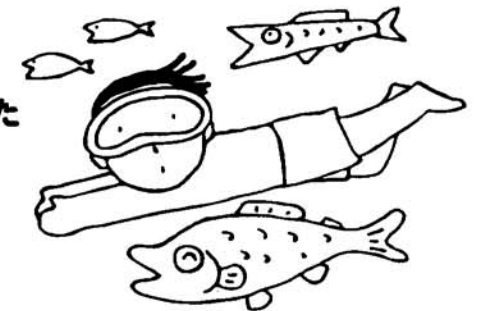
小国町教育委員会

夏休みがやってきました

青少年の生活体験を深めてあげましょう

夏休みは、子どもたちが自由な時間を活かして、さまざまな体験や体力の増進をはかる絶好の機会です。

1. いろいろな人たちと出会い、交流する機会や場をつくってあげましょう。
2. 失敗や挑戦など多様な経験をとおして、子どもたちはたくましく成長します。
3. ありのままの子どもを受け止める、あたたかい家庭、地域のやさしいまなざしが、子どもたちの個性と資質を輝かせます。



一人で悩まず、まず相談!!

いじめ相談ダイヤルをご利用ください

●悩みごとテレホン ☎025-263-5319 ☎025-263-4737 月～金曜日 9:00～17:00	●中越いじめ相談 ☎0258-35-3930 月～金曜日 9:00～19:00
	●子ども・家庭110番 ☎025-382-4152 毎 日 9:00～21:00
	●ヤングテレホン ☎025-283-4970 月～金曜日 8:30～17:15
	●いじめ110番 ☎0257-72-3742 月～金曜日 9:00～16:00
	●新潟いのちの電話 ☎025-229-4343 毎 日 10:00～24:00

いじめに限らず学校生活における悩みごとなど気軽にご相談ください。
小国町ジュニア相談室 ☎95-3104 教育委員会事務局 ☎95-5911

小国町青少年育成町民会議より

「美しい町づくり」

ふれあいクリーン作戦に参加しましょう!

美しい町づくりの運動の一環として「ふれあいクリーン作戦」を実施します。

この機会に、地域の環境について、将来にわたって、美しく住みよい町づくりとはどうあるべきか考えてみましょう。

より多くの皆様のご参加をお願いします。

1. 目的 「美しい町づくり」のため、特に青少年の積極的な社会参加により、住民とふれあいの中で、協力性や連帯感の熟成を目指す。
2. 実施日 8月10日(日)早朝
(集落により異なる場合があります)
3. 清掃場所 集落内の道路・その他公共用地・道路周辺の小川など
4. 参加対象 子供育成会・PTA・老人会などと連携して実施

「明るいあいさつ運動」

標語募集!

住んでよし、訪ねてよい小国町を目指して「明るいあいさつ運動」の標語を募集します。

1. 対象 町内の小学生(4年生以上)・中学生・高校生
2. 応募条件 応募は一人につき一編で、未発表作品であること。
3. 締切 9月12日(金)
4. 作品発表 各小・中・高校別に優秀作品の表彰を行う。
また、優秀作品の一部をPR標語として紹介する。
5. 応募先 小国町青少年育成町民会議事務局
(就業改善センター事務局)

「長岡地域マルチメディアフェスティバル」

インターネット体験教室

会場	内容	月日	コース	対象・定員	機種
長岡インターネット(株) (長岡市袋町3-1101-17)	利用体験	8月5日・6日の いずれか1日	①10:00~12:00 ②14:00~16:00	各一般5名	マッキントッシュ
	ホームページ作成	8月7・8日の 連続2日間	13:00~17:00	一般5名	マッキントッシュ
長岡情報ビジネス専門学校 (長岡市弓町1-8-37)	ホームページ作成	9月1・3・8・10日 の4日間	18:20~20:20	一般20名	ウィンドウズ
長岡コンピュータカレッジ (長岡市殿町1-1-1)	ホームページ作成	7月30日	10:00~16:00	高校生15名	ウィンドウズ
コンピュータカレッジ 信濃川テクノアカデミー (小千谷市上ノ山4-4-2)	ホームページ作成	9月9~12日の 連続4日間	18:30~20:30	一般10名	ウィンドウズ

参加費 インターネット利用体験講座300円・ホームページ作成講座500円(当日会場で徴収します。)

申込先 長岡地域マルチメディアフェスティバル実行委員会事務局(長岡地域広域行政組合 ☎37-6067)へ

いきいき県民カレッジ講座 Windowsワープロ(WORD)入門

平成9年度いきいき県民カレッジの一環として、Windowsワープロソフト「WORD」を、実習中心に学習します。

1. 期日 10月7日~23日(毎週火・木、計6回)
2. 時間 18:30~21:30
3. 会場 小千谷西高校 電子科実習室
4. 実習費 2,000円

5. 定員 30名(18歳以上の県民)
6. 申込方法 官製はがきに、住所・氏名・性別・年齢・職業・電話番号を記入し、9月19日(金)必着で申し込んでください。
7. 申込先 〒947 小千谷市城内3-3-11
小千谷西高校ワープロ入門講座係
☎0258-82-0259

さようなら ジェフさん

小国中学校でALT(語学指導助手)として活躍されたジェフ・リードさんが、1年間の契約期間を終えてこのほどカナダへ帰国されました。

小国を去るにあたり、町民のみなさんへの感謝のメッセージをいただきましたので、ここにご紹介いたします。

To the Townspeople of Oguni

I want to thank everyone in Oguni for making this past year so wonderful for me. People were extremely kind to me wherever I went in Oguni.

I feel very privileged to have lived here & have experienced the "Real Japan" that many other ALT's living in larger cities don't get to experience.

I especially enjoyed teaching the children of Oguni, and I was very impressed with how unspoiled & 'genki' they are.

Special thanks to all the Teachers & Staff at Oguni Chugakko and the Kyoikuiinkai for all their help this year.

Please welcome the new ALT, Richard Ronald, from England, when he arrives at the end of July.

I will never forget all of you. Please don't forget me. Someday, I will return to see you all again. Stay healthy & Take care!



1年かんまりが"とうござい"ました。

Jeff Reid

小国町の皆様へ

私は、この1年間が素晴らしいものであったことについて、小国町のすべての皆さんにお礼を言いたい。小国町では、どこに行ってもみなさんとても私に親切にしてくれました。

私はここに住み、大都市でくらす他のALTたちが経験できないような「本当の日本」を体験できてとても光栄に思います。

私は特に、小国の子どもたちに教えることが楽しかった。そして、子どもたちが害されていない、とても元気な姿に感動しました。

この1年手助けしてくれた、小国中学校と教育委員会の先生や係の皆さんに感謝申し上げます。

7月末にイギリスから新ALT、リチャード・ロナルドが来ますのでどうぞ歓迎して下さい。

私は決してみなさんのことを忘れません。どうぞ私を忘れないでください。いつかまた会いに来ます。お元気で。

