

私の好きな風景 (46)

わたしの童舎

土ケ谷分校



今井フミ子 土ケ谷

同級生七人とともに、本校(栃尾小学校)へ行くまで三年間学んだところ。一年から三年生まで同じ教室、同じ先生から習いました。先生は神保(見附市)のお寺のご住職で、葬式の日には自習。後でみんなにお菓子を持ってきてくれました。

ここはまた子供の天国でした。学校が終わるとまた来ました。ここに来れば必ず友だちがいて遊ぶことは事欠きませんでした。そして暗くなって夕飯まで、目一杯遊びました。雨の日には遊び場、運動場や教室で遊んだり本を読んだりオルガンをひいたり、学校中が遊び場でした。



あなたの好きな風景を水彩画で紹介します。描くのは、新町の河井清六さんです。

五年生のころ、ここに土ケ谷初のテレビが入りました。村中がご飯を早めにすませ、狭い六畳間で相撲や力道山の活躍に食い入りました。冬は毛布の豆炭あんか持参でした。わが家の二人の子供たちも、冬だけ二年間ここで勉強しました。近いので朝はゆったりできるし、お母さんの弁当が食べられるって、嬉しいことを言ってくれました。今年の冬からもう一人、またここに通います。

わが家のおすすめ料理 46



たらこスパゲティ 海老と帆立でのグラタン イタリアンサラダ

学生時代にアルバイト先で覚えたという本格派のご主人。今日はアシスタントで、買い出しと不意の来客どきのマリネを担当の奥さん。友達夫婦といったお二人のご紹介のメニューは、やっぱりグラスを手にしたくなる男の料理です。力仕事の毎日、親父と飲む上がり酒は格別うまいとおっしゃいます。



小林健策 陸の下の町

料理の腕を振るうことは、一年に何回もありませんが、休日には朝食をよく作ったりします。

「たらこスパゲティ」

- ①スパゲティは、塩少々を入れたお湯でゆで、バターで炒めます。
- ②生たらこは、皮を取り除き白ワインを加えて混ぜます。
- ③スパゲティとたらこを混ぜ合わせ皿に盛り、残りのたらこ、かいわれ大根、のり、いくらで飾ります。いかやあさりなどでアレンジできます。

「海老と帆立でのグラタン」

- ①海老と帆立では塩コショウし、白ワインを振ってくさみをとばし、表面をさっと焼きます。
- ②市販のホワイトソースの素を牛乳でとき、パニライスクリームまたは生クリームを大さじ1杯ほど加えて混ぜます。
- ③海老と帆立を皿に盛り、ホワイトソースをかけ、粉チーズを振ってオーブンで軽く焼きます。

「イタリアンサラダ」

- ①レタスは洗って水切りし、小さくちぎります。セロリ、きゅうりは短冊の薄切りに、たまねぎも薄切りにして、それぞれ水にさらします。トマトは輪切りにします。
- ②スモークサーモン、帆立でのスライスしたもの①を市販のイタリアンドレッシングで和えます。
- ③市販のドレッシングやホワイトソースの粉末・缶詰などをストックしておく、お客様との楽しいおしゃべりタイムがもてます。

平成 3 年 5 月 3 日 No.434

No.434

とちお

1993-3

発行 新潟県栃尾市長 編集

尾市総務課 (0258) 52-5815

〒940-02 新潟県栃尾市金町2丁目1番5号

広報

とちお



雪、天国

パラダイス



●今後、胃がん検診を受けようと思いませんか？

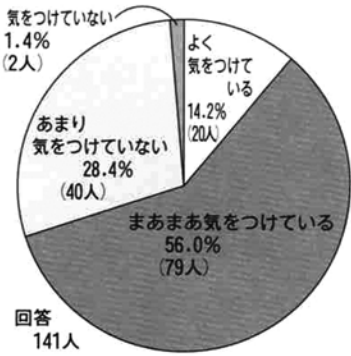
計	受けたと思う	65.9%	思わない	34.1%
男		65.6%		34.4%
女		66.2%		33.8%

回答 135人

●「特に理由がない」、次いで「以前検査して何ともなかった」「健康に自信がある」「バリウムがいや」などでした。

予防について

●「よく気をつけている」「まあまあ気をつけている」など、約7割の人が自分の健康に気をつけています。男女別では、男性58・5%に対し女性は80・3%が健康に気をつけています。気を付けるきっかけとなったのは「自分が病気になるから」44・4%「家族・親戚・知人などが病気になるから」31・3%など、七割以上の人が自分や周囲の人の病気に興味をもつようになりました。



「よく気をつけている」「まあまあ気をつけている」など、約7割の人が自分の健康に気をつけています。男女別では、男性58・5%に対し女性は80・3%が健康に気をつけています。気を付けるきっかけとなったのは「自分が病気になるから」44・4%「家族・親戚・知人などが病気になるから」31・3%など、七割以上の人が自分や周囲の人の病気に興味をもつようになりました。

胃がん

について

医療の進歩や公衆衛生の向上で、日本人の平均寿命はいまや世界のトップクラスです。しかし、死亡の原因を見ると、長い間死因のトップだった脳卒中を昭和五十六年からがんがこれに代わり、以来死因第一位となっています。

現在、年間死亡者の、およそ四人に一人はがんで亡くなっています。そして、今後もがん死亡は増え続けるだろうと予想されます。今月は、この増え続けるがんとその予防について紹介します。

胃がん予防の知識・意識と行動調査

昨年夏から秋にかけて、金沢地区で抽出調査が行われました。これは県公衆衛生看護学校で保健婦をめざす二人の学生が、学習と保健活動に役立てるために行ったものです。まず、この調査の主な結果を紹介します。

自分の健康意識・行動と比べて、どうでしょうか。

回答者の構成 (%)

	男	女
40代	24 (17.0)	27 (19.1)
50代	21 (14.9)	26 (18.4)
60代	20 (14.2)	23 (16.3)
計	65 (46.1)	76 (53.9)

●回収状況
回収百四十五(回収率96・7%)
有効回答百四十一(無効四)

●調査方法
調査票は、区長さん、各班长さんを通じて配布・回収する。留め置き法により調査しました。

●調査の対象
金沢地区に住む四〇代・五〇代・六〇代の健診申込み者五百三十四人から、男女百五十人を無作為抽出しました。(抽出率28・1%)

調査の結果から

1. 胃がん検診状況と今後の受診の意識
受診者は、女性より男性が多く、年代別には大きな差がありませんでした。未受診の理由では、検査の苦痛や健康への過信は少なく、今後検診を受けようという意識が高くありました。

2. 健康の意識とがん予防の知識
男女とも、日常自分や家族の健康が最も大切なものと考えています。が、ふだんは女性の方が健康について気をつけています。健康に関する知識も、女性の方が多く持っていました。

3. 健康の意識とがん予防の行動
ふだんから健康に気をつけている人たちが、がんの一次予防・二次予防の行動を行っています。健康に気をつけるようになったきっかけは、自分や家族など身近な人の病気になることが多いようでした。

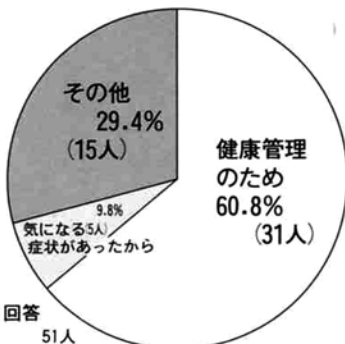
4. がん予防の知識と行動
がん予防の知識は、年代が高くなるほど多くもっていて、実行もされています。また、がん予防の食事の知識は女性の方が高く、実際に実行され

●平成3年9月～4年8月の間に胃がん検診を受けましたか？

計	受けた	37.0%	受けない	63%
男		46.2%		53.8%
女		28.8%		71.2%

回答 138人

●胃がん検診を受けた理由は？



男女とも半数以上が「健康管理のため」ということでした。このほか「気になる症状があったから」という人が、約一割もいました。

5. 予防への今後の保健婦活動
男性に比べなぜ女性の検診受診率が低いのか、理由を求めていかなければならない。

○ふだん健康に関心のない人には、意識を高めるための動機づけを行う。
○胃がんは誰もがかりうる病気であること、そして検診が身近かな予防行動として受け入れられるよう、健康教室などを通して知ってもらおう。



この調査で、健康意識や胃がん予防の知識の現状などを知ることができました。今後は、女性だけに健康管理を任せるのではなく、男性もこの重要性を理解し、自らの健康保持を心がけるよう働きかけていく必要を感じました。

また、胃がんの予防行動が継続して行われるよう、胃がんの死亡率、受診状況などを絶えず把握し、現状にあった保健婦活動を展開していきたいと考えております。

ご協力いただいたみな様、ありがとうございました。

誰にでもある がんの危険

がんの発生

私たち人間の体は、約六十兆個の細胞からできています。そして、そのすべての細胞に遺伝子が入っていて、普通は細胞の増殖をコントロールする役割をしています。ところが、イニシエーターと呼ばれる発がん物質(たばこ、排気ガスのタール成分、アスベスト)、ウイルスなどの刺激によって、正常な遺伝子が突然変異を起こします。そこへプロモーターと呼ばれる促進物質(たばこ、アルコール、脂肪、強い塩分など)が作用す

ると、その細胞ががん化します。

最初は一箇のがん細胞ですが、二〜三十年の長い年月の間に約三十回の分裂を繰り返してがん組織をつくり、十億個〜一グラム、大豆ほどの大きさに成長します。このあたりで、ようやく検査で見え始める大きさになります。

さらに、約四十回の分裂で一兆個〜一キロ、こぶし大になつてしまうと、生命の危機です。がんという病気は、がん細胞誕生から死までの期間、なんと四分の三が潜伏期間なのです。

がんの特性(悪性とは)

人間の体には、よくコブのようなものができることがあります。手にできるイボはその一種です。また体の内部にも、子宮筋腫とか脂肪腫とかいわれるものがありますが、これらは成長があるところで止まり、がんのようにあちこちに飛火(転移)しないので、命に関わることはありません。

しかし、がんは腫瘍の仲間ですが、悪性の腫瘍といわれるコブなのです。がんが悪性といわれる主な理由は、

- ①がん細胞やがん組織は、人間の新陳代謝にあわせず勝手に増殖を続け、止まることがない。
- ②がん組織は、ほかの正常な組織が摂取しようとする栄養をどんどん取ってしまう。ついには重度の全身衰弱になってしまう。
- ③体のあちこちに飛火(転移)して、次々と新しいがん組織を作ってしまう。の三点です。

ふだんよく耳にするいくつかのがんを紹介します。

胃がん

日本人のがんの特徴は、胃がんが多いことです。胃がんの死亡率は以前に比べ低下してきましたが、現在でも年間約五万人が死亡し、がん死亡全体に占める割合は約22%と、男女とも第一位になっています。胃がんは四十歳ごろから増え

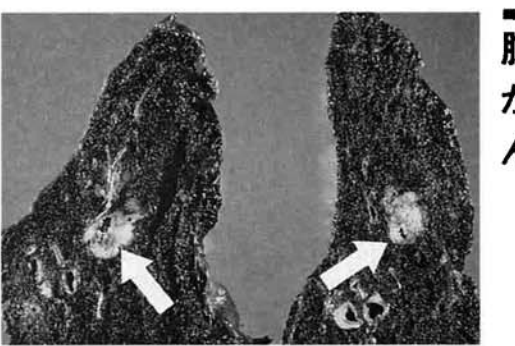
てきます。

※ 胃がんの注意信号

- ごくたまに、胃のあたりが少し痛む。
- 空腹時や食後に胃が痛む、吐き気がある。
- 時々胸やけ、げっぷ、胃の不快感がある。
- 胃がはるような感じがする。
- 時々下痢をしたり、吐きもどす。
- 食べ物が飲みにくくなった。
- みぞおちの下あたりがひっかかる感じがする。
- 貧血
- 体重が減ってくる。
- みぞおちが痛む。
- 手でふれるとしこりがある。
- 急に食べ物の好みが変わる。

現在では、わが国の胃がんの診断法・治療法は、世界最高のレベルにあるといえます。現在胃がんは、自覚症状のない時に発見された人の治療率(五年生存率)は96・6%となっています。早く見つければ完全に治る病気になっているわけです。

肺がん



欧米では男性のがん死のトップが肺で、日本でも最近増加の一途で、西暦二〇〇〇年には男女とも死因の第一位になるといわれています。

肺がんは、たばこ深い関係があります。四十歳以上の日本人男性十二万人以上を対象にした調査によれば、毎日二十五本以上タバコを吸う人は、吸わない人に比べて、喉頭がんが九倍以上、肺がんは七倍以上の死亡比になることがわかりました。

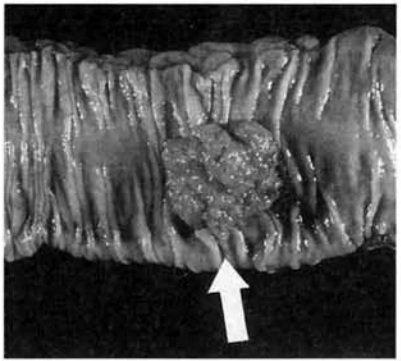
※ 肺がんの注意信号

- 咳が続いたり、痰に血がまじったりする。
- 最近、吸わない周囲の人に与えるたばこの害が問題になっています。また、たばこを吸い始める年齢が低いほど肺がんにかかりやすいことも明らかです。

大腸がん

近年、大腸がんが増えている。年間の死亡者は二万人を超えています。これは十年ほど前の二倍です。

もともと日本人の食生活は繊維質の多い食事で便通がよく、大腸内に滞留する時間が少ないため、発がんを防ぐ大きな働き



をしてきました。しかし、食生活が欧米化して動物性脂肪の摂取量が増え、繊維質の摂取が減ったため大腸がんが増えてきたといわれています。大腸がんは脂肪の摂取量が多い欧米諸国に多くみられるがんの一つです。脂肪を多量にとると、胆汁酸代謝の異常がおこりがんの促進因子が増し、発生しやすくなるといわれています。

※ 大腸がんの注意信号

- 初期症状は、便に血が混じったり、便の表面に血液や粘液が付着するというような血便が出る人が多い。
- 便秘、下痢、腹痛などがあるが、初期はむしろ無症状のことが多い。

肝臓がん

肝臓は、消化に役立つ胆汁を作り、また小腸で吸収した栄養分をたくわえ全身へ供給したり毒物を分解するなど、五〇〇以上の機能をもち重要な臓器です。日本人の消化器のがんでは、胃がんは減少していますが、大腸がんとともに肝臓がんは増えています。肝臓がんでの死亡は胃がん、肺がんに次いで三番目に多くなっています。男女別にみると、男性の死亡者は女性の約三倍です。

肝臓がんは、直接肝臓にできる原発性がん、ほかの臓器のがんから移ってくる転移性がんの二つがあり、転移性のがんを占めています。

原発性のがんは、何らか

の肝障害のあとにおこります。なかでもB型肝炎ウイルスに感染した人は危険グループに入り、肝炎や肝硬変を起こしている人も要注意です。がんを防ぐには、肝障害を早く治しておくことが大切です。また、アルコールの過飲も危険因子です。適量の飲酒、休肝日の厳守を心がけましょう。

※ 肝臓がんの注意信号

- 肝炎や肝硬変と共通するものが多い。比較的初期では食欲不振、全身倦怠感、体重の減少、上腹部の重苦しさが出てくる。
- がんが進んでくると、黄疸症状がでたり、食道の静脈が破れて(食道静脈瘤破裂)大量の吐血をみることもある。これは緊急手術を要する。

子宮がん

子宮がんは、子宮頸部(子宮の入り口)にできる頸がん(子宮の奥の内臓にできる体がん)があります。日本人では子宮頸がんが圧倒的に多いが、最近では体がんがやや増え、頸がんの10%ぐらいになっています。

頸がんの原因の一つに、ある種のウイルスが介在するといわれ、性生活と深くかかわりをもっています。

また、体がんは女性ホルモンと関係があるといわれています。四十五歳ぐらいから急増し、五十歳以上の閉経後の女性に多く、比較的早くから大部分の人に不正出血などがみられます。

※ 子宮がんの注意信号

○初期症状としては、不正出

私のがん体験

市内女性(40歳)

私は一昨年の秋に、乳がんの手術を受けました。手術と言われた時、私はがんなのだとなり、言葉では言い表せないくらいのショックでした。それまでしこりがあることは分かっていたのですが、まさかという気持ちの方が強かったので、涙が止まりませんでした。

私は、あとどれくらい生きられるんだろう、私に何かあったら子供たちや主人はどうなるのか。考えは悪い方へ悪い方へと向かい、外来の別室で泣き続けました。

でもその後、先生の「早い方だから取ってしまえば心配ないよ」という言葉を信じて、とにかく早く手術してもらおう。家のこと、仕事、しっかりやっておかなければ。メソメソなんてしてられない、と気持ちは変わってきました。

入院までの6日間は、感傷にひたっている時間もなく目まぐるしく過ぎ、いつもよりよく眠れ、食欲が落ちることもありませんでした。

入院した次の日に手術。その翌日にはどんどん動きなさい、手の運動をしっかりやるようにとの指示を守り、早く退院したいばかりに模範生のような入院生活をおくりました。入院中はたまたま同病者が多く、病状の情報交換がさかんで、心強く楽しく過ごすことができました。10日ほどで退院となり、その後は薬も必要なく、思ったよりずっと早く以前の生活に戻れました。3か月毎に診察には行っていますが、経過も順調で、これも発見が早かったからと喜んでます。

大げさかも知れませんが、人生観が変わったように思えます。再発も気になりますが、あれこれ心配するよりも楽しく生き生きと生活することが予防になるということなので、そんな毎日を心がけています。

生きることの意味を考えさせてくれたこの病気に、今は感謝したい気持ちです。

がんを防ぐ心がけ

血、おりのなどがあるが、早期の頸がんでは無症状の場合も多い。
最近の研究で、女性の喫煙と頸がんの関係も考えられてい

乳がん
乳がんは女性ホルモンの乱れが原因といわれ、高齡初産、未經産、栄養過多による肥満の人がかかりやすいといわれています。
欧米では昔から乳がんにかかる人が多く、女性のがんのトップです。日本でも年々増加を続けていて、近い将来女性のかかるがんのトップになるといわれています。

ています。これは、女性の高学歴化による活躍の場が増え、高齡出産や未婚の女性が増えたこと、初潮年齢が早い、閉経年齢が遅い、食生活の欧米化による肥満が多くなったことなどが考えられます。
しこりのすべてが、がんではありませんが、自分で注意すれば発見しやすく、早期に治療すれば一〇〇%近く治すことができます。

1 バランスのとれた栄養をとる
栄養のバランスがくずれると様々なかたちで体に支障があらわれ、病気の原因になります。がんも例外ではありません。
食べ物のかたよりと発がんの関係は科学的に明らかになってきました。分かってきたのは、毎日食べている食品群の中に、がんを引き起こす物質を抑える物質がともに存在しています。

「長生きの秘けつは腹八分目にあり」といわれますが、がんにも同じことがいえそうです。食べすぎの中でも、特に脂肪のとりすぎが問題です。脂肪の摂取量は、乳がんや大腸がん、前立腺がんなどの発生と関連することが指摘されています。

3 食べすぎをさげ 脂肪をひかえめに

「長生きの秘けつは腹八分目にあり」といわれますが、がんにも同じことがいえそうです。食べすぎの中でも、特に脂肪のとりすぎが問題です。脂肪の摂取量は、乳がんや大腸がん、前立腺がんなどの発生と関連することが指摘されています。

4 お酒はほどほどに

お酒の害というところ一般に肝臓を考えます。飲み過ぎの悪影響は肝臓だけでなく、口腔がん、喉頭がん、食道がんに関係するところ調査結果があります。飲み過ぎのうえにたばこが重なると、悪い因子が相乗的にはたらくて、がんの危険が増加します。

がんを 防ぐための 12カ条

私たちが生きていくうえで、まったくがんにかからないようにするのは無理ですが、「できるだけがんの原因を追放していく」ということから生まれたのが、この十二条です。
これを積極的に実行すれば、がんの約60%が防げるだろうと専門家たちは考えています。

2 毎日、変化のある食生活を
多くの人は食べ物に嗜好があるので、好きなものを繰り返し食べがちです。
食物中の発がん物質の濃度はたいしてそれほど高くありません。でも同じ食品ばかり食べ続けることは、体をいつもがんの危険にさらすことになります。できるだけバランスよく、そ

11 適度にスポーツする

疲労がたまりストレスが続くと、体の生理機能が低下し、病気になるやすく、がんになる危険も高くなります。
最近、一日中いすに座って仕事をしている人々の間に大腸がんが多いという研究結果もだされています。

12 体を清潔に

毎日シャワーや入浴したりして体を清潔に保つことで、皮膚がんや陰茎がん、子宮頸がん

どがある程度予防できます。清潔は健康の基本、いつも心がけましょう。

一見、どれも平凡に思えるかもしれませんが、統計や実験データをもとにつくられています。

この十二カ条は特別なことではなく、日常少し気をつければ誰にもできることです。定期的ながん検診とあわせて、身のまわりから少しでもがんの原因を遠ざけて、明るい健康的な生活をお送りしましょう。

がん検診追加申込み受付
各検診の前であれば追加申し込みを受け付けます。
申込み・問合せ 市保健課
電話 52-5836

がんは、他の病気のように一つの原因で発病するものではない、いくつかの原因が重なって正常な細胞を狂わせてしまう複雑な病気です。現在、がん遺伝子の研究などを中心に、がんの正体の解明も治療も大いにすすみましたが、「なぜがんになるのか？」は、分かっていません。
国では、昭和五十九年十月から「対がん十九年総合戦略」をすすめています。がんの本態解明に大きな成果をあげ、対がん戦略はさらに十年延長されることになりました。

5 たばこを少なくする 新しく吸いはじめることのないように

四十歳以上の日本人男性、十二万人以上を長期に調査した結果、一日二五本以上たばこを吸う人は、吸わない人に比べて、喉頭がんは九十倍以上、肺がんは七倍の死亡比になることがわかっています。しかし、禁煙すれば危険はそれ以上増えず、禁煙後五年くらいでほとんど吸わない人と同じ状態に近づきます。

6 食べ物から適量のビタミンと繊維質のものを多くとる

緑黄色野菜に多く含まれるベータ・カロチンやレバーなどのビタミンAは発がん促進物質の効力を低め、発がんを防ぎます。パセリやピーマン、いちごなどにも多く含まれるビタミンC、落花生や胚芽米などのビタミンEは、体内で反応しあってつくられる発がん物質を抑えます。食物の繊維質は、大腸の働き



7 塩辛いものは少なめに あまり熱いものはさましてから

塩分の摂取と胃がんの発生には、密接な関係があるとされています。塩分の取りすぎはいろいろな病気と関係があります。一日の望ましい食塩量は十g。また、熱い食べ物は、がんが発生しやすい状況をつくり出します。あまり熱い物はさましてから

8 焦げた部分はさける

魚や肉の焼け焦げに含まれる発がん物質は、調理温度が高く、調理時間が長いほど量が増えます。特に肉や魚、野菜などを直火で焼いたり、フライパンの上で焦がした場合に多くできます。でんぷんや糖など炭水化物のお焦げにも含まれています。神経質になる必要はありませんが、焦げた部分は多量に食べないようにしましょう。

9 かびの生えたものに注意

かびにもいろいろ種類があり

健康ちえつく

だいちよう 大腸がん



昨年栃尾市では、がんで71の方が亡くなりました。そのがんを部位別にみると、多い順に胃がん22人、大腸がん13人、肺がん10人でした。

市内では、このところ大腸がんで亡くなる人が急増しています。大腸がんは、比較的進行がゆっくりで転移しにくい性質なので、早期発見と適切な治療でほとんど治ると言われているだけに、たいへん残念なことです。

大腸がんが増加した原因として、食生活の欧米化つまり動物性脂肪の取り過ぎと、植物繊維の摂取不足が考えられます。植物繊維を十分とり、便秘を予防することが大切です。植物繊維は、緑黄色野菜、いも類、海藻、ごぼうなどに多く含まれています。

市保健婦だより

吹谷子供会



▲新山子供会

新山・吹谷子供会に「小さな親切」運動本部から実行章が

新山子供会は、昭和63年から「火の用心」の巡回を行い火災予防に大きく貢献しています。吹谷子供会は、昭和59年頃から道路沿いの空き缶・ゴミの回収、また不法投棄防止看板を設置するなど環境美化に努めています。「小さな親切」運動本部から実行章が贈られ、2月1日栃尾警察署長から伝達されました。



昨秋、秋山郷での写生・撮影会に参加の方が市民会館で作品展を開きました。水彩画、日本画、写真など40点を展示、思い出を語り合いました。

秋山郷作品展 2/6-8 写真・絵画で思い出を語る



久しぶりでお父さんと遊びました



おいしいお茶でした



▲赤谷

まちの話題

杜々の森で「冬・まつり」 2/14

初釜茶会などで 通年観光を目指す

地元組合では、通年観光を目指すそうと2月14日「冬まつり」を行いました。若水を汲み、訪れる観光客の安全祈願祭、雪だるまつくり競争や宝探しなどのゲームで楽しみました。また地元組合員が作った温かなコンヒカリおにぎりやおしるこなどが好評で、参加した観光客は終日雪と遊びました。



品種比較調査圃



農村主婦講座～一年間がんばりました

山間地の条件を生かし 特色ある農村を目指します 農村主婦講座は、農業の課題を基礎に生産技術の習得、仲間づくりをとおして村づくりの中核的婦人を育成しようとして、昭和54年から三古農業改良普及所が主催、JA栃尾市市が後援し開講しているものです。受講期間は1年間、昨年の2月から「育苗のポイント」「野菜栽培技術、収穫・出荷方法」「味噌やこうじづくり」など実際に即した講義や現地指導研修、市外先進農家視察など個人やグループで勉強をしてきました。最終日の2月22日、皆勤賞も含め23人に修了証書が渡されました。

雨よけほづれん草視察

花の苗ありがとう

私立保育園の 保母さんたちが

お礼に人形劇を上演

2月6日、私立保育園の保母さんたちが、更生施設守門の里で「三匹の子ぶた」や「ねずみの嫁入り」などの人形劇を上演しました。これは毎年入所者が育てた花の苗をいただいているお礼にと、私立保育園連絡協議会の保母部会のみなさんが演じたものです。



ペーパースーツ(紙人形劇)を 熱演する保母さんたち

ボランティア友の会

「新春お楽しみパーティー」 2/14

市内各地域で奉仕活動をしているボランティア友の会14団体が、体の不自由な人を招待し「新春お楽しみパーティー」を開きました。ゲームやかくし芸などで交流し、地域福祉のため協力を誓いあいました。



京橋郵便局でとちおをPR



売れ行き好調「とちお特産品」

「とちおふるさと物産展」が2月15日から19日まで京橋郵便局で開催され、油揚げや地酒、甘酒、味噌などが飛ぶように売れました。入場者は一日五百人ほど、越後栃尾を大いにPRしました。



さいの神行事

昔から伝わるさいの神行事。各地域で健康と豊作を祈願しました。赤谷は初めてのさいの神、繁窪では雪上運動会を楽しみました。

▲赤谷



(金沢・大手高校2)

全国高等学校 柔道選手権大会に出場 ガンバレ!

蔵本千春さん(金沢・大手高校2)が第15回全国高等学校柔道選手権大会・女子個人戦56kg級以下に出場します。(3月19日・東京武道館にて)蔵本さんは、昨年県大会個人戦で準優勝、今年は優勝と同クラスでは県下No.1。パルセロナ五輪の田村亮子さん(48kg級以下)とはクラスが違うため対戦しませんが、新潟県期待のホープ。必勝を期待しています。

栗山沢小学校が 環境美化実践で表彰

石峠トンネル開通の記念でコスモス街道づくりや、国道沿いに桜の植樹、地区全戸に七夕飾りの配付など児童が発案し、地区民と一緒に環境美化を続けていくことが認められ、(財)食品環境美化協会から表彰状が贈られました。2月10日市長が伝達しました。



表彰を受ける 児童会長の井田大輔君と長崎校長



市文化センターで110人が競う



(敬称略)

第30回 市民かるた大会 2/7

- 小学生低学年の部 優勝 飯塚 歩(半蔵金小3)
- 小学生高学年の部 優勝 山内直子(半蔵金小5)
- 中学生の部 優勝 樺沢智美(秋葉中3)
- 高校・一般 優勝 二平方信(半蔵金小教員)

第32回 市民書初め展

審査員長に堀愛泉先生をお迎えして、2月6日審査を行いました。出品した全作品は、



- 第一部 小学生 教育長賞 多田麻美(栃尾南小1) 佐藤あやか(栃尾南小2) 多田千絵(栃尾南小3) 増井辰徳(栃尾南小4) 石井翠(栃尾南小5) 片山由佳里(栃尾東小6)
- 第二部 中学生 教育長賞 川上香織(秋葉中1) 西方千佳子(刈谷田中2) 福王寺由香(秋葉中3)

優秀のつけがたい力作との講評がありました。特別賞のみ掲載しました。



- 第三部 高校生・一般 市長賞 羽賀光助(大町) 公民館長賞 藤野トク(大野町) 書道会長賞 酒井久美子(上の原町)



- 文化協会賞 松田強(栄町) タイムス社賞 蕪沢アツ子(泉) 刈谷田新報社賞 多田豊美(山田町) (写真は受賞順)





老人クラブといっしょに健康教室

様々なことに興味がわき、食べ物おいしい、毎日が楽しい。これにはまず健康であることが基本です。でも健康である時は忘れがちなんです。今月紹介するグループは、糖尿病、そして予防と健康管理を勉強している繁窪のみなさんです。

昔から言われる「一病息災」案外長寿の秘訣かも知れません。お正月、春先の農耕が始まるころ、お盆、そして秋の稲刈りのころは、おいしいものを食べたり、体を使うのでつい食べ過ぎたり、要注意です。昭和六十年に市の健康診断で「糖が出ています」と指摘され、健康に注意するようになりました。

仲間のあつ健康が一番

繁窪健康友の会

お正月、春先の農耕が始まるころ、お盆、そして秋の稲刈りのころは、おいしいものを食べたり、体を使うのでつい食べ過ぎたり、要注意です。昭和六十年に市の健康診断で「糖が出ています」と指摘され、健康に注意するようになりました。



米山朝三 繁窪

私たちの集落は、お医者さんが遠く、行くとうとう半日下手をすると一日がかりになってしまいます。これは年を取るほど大変です。だから、やっぱり日頃の健康は自分で管理しなければなりません。また大勢で集まることはいいことです。他のいろいろな話題も出ます。明るい地域づくりの基本ですね。今後は大勢の人に利用してもらうため、老人クラブとの合同勉強会などもすすめる予定です。問合せ 米山朝三 2171-1



快適...やすらぎ...

金沢新市営住宅

『ハイツひがし』完成 3/1 完成式

昨年7月6日に起工式を行った金沢新市営住宅『ハイツひがし』は、事業費約2億7千9百万円を投じ、3月1日完成をお祝いしました。完成した住宅は、鉄筋コンクリート造3階建、3DKの間取りで18世帯が入居できます。プライバシーや日照に配慮した快適な住居です。『ハイツひがし』という名称は、みなさんから応募いただいた中から選びました。



「あかりの優秀賞」を受賞

大布橋～備橋間の都市計画道路 2/17

昨年12月に完成し、イルミネーションが素敵だった本町側都市計画道路が「あかりの優秀賞」で2月17日優良事業の表彰を受けました。

この「あかりの優秀賞」は、新潟県電気活用協議会、商工会議所連合会などが共催したもので、照明が生活環境に大きく貢献し、地域づくりに貢献した景観照明を表彰したものです。



悠々・快適ロードになりました

新装—市道山葵谷線完成 3/31

平成2年度から用地買収と改良工事を進めてきた市道山葵谷線は、全体事業費1億9千5百万円を投じ、延長1200m、幅員8mの快適な道路になり、1月31日完成式を行いました。

Hello Merrill メリルです



ところ 変われば...

How are you? ハウアーユー(おげんきですか?) 日本とオーストラリアでは、多くの習慣の違いがあります。たとえばオーストラリアでは、コーヒーやスープを飲んだりおそばなどを食べる時、ズーと音をたてることは、お行儀が悪いとされています。日本では習慣なので、まったく自然なことですね。

私たちはまた、カゼをひいたとしても鼻をすすすることは、お行儀が悪いとみなされます。その代わりに鼻をかみます。日本人では、この悪いマナーもさしつかえありません。

バレンタインデーも、また違います。私の国では少年と少女が、また男性と女性がカードとかプレゼントやチョコレートと交換します。しかし、愛する人たちの間だけで行われます。



(義理...はありません) 私たちは、外国文化のエチケットを理解するとき、しばしば「お行儀が悪い」はまったく違うことが分かります。私たちは、自分たちと異なったものについて判断を下す前に、違いや問題をお互いに話しあうべきです。たぶん異なった興味深く新しいことを知ることができるでしょう。今月は、そんなマナーの違いなどで謝るときのことばです。I'm sorry. 74m 31- Pardon me. バードン ミー(すみません 失礼しました) そんな時、相手の人はやさしい心で That's OK. ヌツ オークイ That's alright. ヌツ オールライト (いいですよ さしつかえありません) と言ってあげましょう。See you later (またあいましょう。)

- 諏大 嶋嶋 稲山 山口 小渡 河今 大酒 関吉 星大 藤西 蕨
佐川 田田 橋田 口口 林邊 田井 橋井 根田 崎井 川川 澤
正一 辰ス トハ ヨン チヨ セキ ヤカ 國健 千静 藤井 スミ ホ 西川 ヨシ ノ 蕨
次郎 ミト スハ ヨン チヨ セキ ヤカ 國健 千静 藤井 スミ ホ 西川 ヨシ ノ 蕨
原原 金金 金金 土土 金金 本本 東旭 谷大 大野 大新 榮
町町 沢沢 沢沢 谷谷 町町 町町 町町 町町 2町 町町 町町
佐長 長飯 飯大 飯飯 五十 渡中 棚 稲 杵 矢大 矢大 青 酒 大 高
藤谷 谷谷 橋橋 橋橋 十風 邊村 村田 田田 沢澤 崎崎 柳柳 井井 崎崎 橋橋
源川 川川 ソソ フフ 栄二 新新 寅太 久助 ママ 秀金 七次 平平 権権 原原
太郎 ミヨノ マソ フ六 二ツ 下下 上上 上上 水水 水水 天天下 平平 平平 原原
入滝 滝之 下二 熊熊 下下 上上 上上 水水 水水 天天下 平平 平平 原原
塩塩 塩之 日日 袋袋 上上 上上 水水 水水 天天下 平平 平平 原原
川川 口口 袋袋 屋屋 上上 上上 水水 水水 天天下 平平 平平 原原

いつまでもお元気で 米寿63人をお祝い



これからもお元気で(嶋田ミチさん・金沢)

今年88歳(数え年)をお迎えになられた63人の方にお祝い品をお届けしました。いつまでも健やかに。(明39・1・2～明40・1・1)

公職選挙法・政治資金規正法が改正されました!!

昨年末の第125回国会において、緊急的政治改革実現のため、公職選挙法及び政治資金規正法の一部が改正されました。

また、選挙区間の定数格差を是正するため衆議院議員の総定数も「9増10減」により、511人に改正（当県は、変更ありません。）されましたので、その主な内容をお知らせします。

公職選挙法関係

- ◆選挙運動期間が短縮されました◆
 - ・衆議院選挙 14日間(改正前15日間)
 - ・参議院選挙 17" (" 18")
 - ・知事選挙 17" (" 20")
- ◆供託金が引き上げられました◆
 - ・衆議院議員 300万円(改正前 200万円)
 - ・参議院選挙区 300" (" 200")
 - ・参議院比例区 600" (" 400")
 - ・都道府県知事 300" (" 200")
 - ・県議会議員 60" (" 40")
 - ・市長 100" (" 50")
 - ・市議会議員 30" (" 20")
- ◆法定選挙費用が引き上げられました◆
 - ・市長 概算 483万円(改正前 295万円)
 - ・市議会議員 " 274" (" 180")
 (なお、国・県で行われるそれぞれの選挙も引き上げられました。)

- ◆選挙運動費用が公営化されました◆
 - 【国政選挙】
 - ・選挙運動用ハガキの作成費用（無料）
 - ・各種法定看板等作製費用（無料）
 - 【県・市政選挙】
 - ・選挙運動用ハガキの代金（無料）
 (その他、選挙運動用ポスターや選挙運動用自動車も国政選挙に準じて、その条例化により公営化することもできます。なお、上記いずれも、供託物が没収されない場合に限りです。)
- ◆選挙運動従事者の実費弁償・報酬の額の基準が引き上げられました◆
 (詳しいことは、市選挙管理委員会事務局にお尋ねください。)
- ◆収賄罪の処罰者は、公民権停止です◆
 公職にある間に犯した収賄罪により刑に処せられ、その執行猶予中の者は、公民権が停止されます。

よい政治 選ぶあなたが 責任者



安部富男 画

- ◆政治活動用ポスターの掲示規制◆
 公職の候補者等及び後援団体の氏名等を表示する政治活動用ポスターについては、全てその表面に掲示責任者及び印刷者の氏名・住所を記載しなければなりません。
- ◆選挙運動費用収支報告書の収入の部の記載金額が引き上げられました◆
 ・収入で、1件1万円以下(改正前5千円未満)のものは、種別ごとに各収入日における合計額で一括記載できます。
- ◆当選人等にかかる刑事裁判が、更に、迅速化されることになりました◆
 当選人などの裁判は、現在でも百日以内に判決をするように努めなければならないことになっていますが、今度は、確実に百日以内に判決が出されるように改正されました。

よく見 よく聞き よく考えて



東 セツオ 画

政治資金規正法関係

- ◆政治資金パーティーについて規制が強化されました◆
 (詳しいことは、市選挙管理委員会事務局にお尋ねください。)
- ◆政治資金の運用は、規制されます◆
 政治団体はその有する金銭等を、次の方法以外に運用してはなりません。
 - ・郵便局、銀行など金融機関への預貯金等
- ◆匿名寄附禁止措置が、緩和されました◆
 今まで匿名での寄附は一切禁止されていましたが、街頭又は一般的に公開される演説会や集会の会場において政党又は政治資金団体への寄附で、その金額が1千円以下のものは、適用されません。

★★公職選挙法及び政治資金規正法は、この他にも改正された点があります。詳しい内容を知りたい方は、市役所内選挙管理委員会事務局(☎52-2151内線362)にお尋ねください。

★★市選管は、今回の改正点を要約したリーフレット(資料)を無償配付いたしますので、希望者は、選管事務局(市役所・3階)にお出でください。

いじりは文化

栃尾語探訪

語源は土地の歴史

植物の名にみる生活のにおい

「孫が腫れもんでかしたんなが、ゲエルツバを貼ろうとしたら、嫁におこらいたてー」そんな話を聞いた私、さっそく生物の先生をたずねました。「そうゆう昔からの体験的知恵は大事なんだよなあー。」オオバコ(大葉子)は栃尾では、ゲエルツバ(蛙葉)や相撲とり草などと呼んでいます。一つの植物でもいろんな呼び名があるんですね。しかも土地が変わるとまた変わってきます。「植物の名は、学名をもって正式名としている。オオバコは、"Plantago asiatica L."(プランタゴ アジアティカ リンネが学名)。でもこれでは

「死んだカエルを葉で包むと生きかえる。という説からで(そういえば、オオバコは漢方薬だった。)その薬効を期待したのでしょうか。また、葉を火であぶるとカエルの腹に似て、膨れてくるからという説もあり

一般の人は使いこなせないのが、日本語の全国に通じる名前が必要になってくる。これが標準和名で、それ以外の別名を方言とされている。・・・」(でましたノ方言が)だそうで、オオバコは標準和名でした。「栃尾の植物」にも方言がいろいろあるのでもとめてみるのも面白いですね。でもなんでゲエルツバ? 「死んだカエルを葉で包むと生きかえる。という説からで(そういえば、オオバコは漢方薬だった。)その薬効を期待したのでしょうか。また、葉を火であぶるとカエルの腹に似て、膨れてくるからという説もあり

昔の人の観察力の鋭さには驚いてしまいます。考えてみると名前は、その物とどのように接したか、例えばオオバコは広い葉にちなみ、ニドイモは年に二度採れることかなど、花や茎、根、性格といろいろなところに着目されて名付けられた。・・・日々の生活に深く関わり、その中で生まれたのでした。ですから、その方言を調べることは、学問的にもたいへん価値があることなんです。

歴史と文化のある栃尾の、植物の方言とその語源、分布、民族を調べて後世に残すことが、今私たちのしなければならぬことかもしれません。(今回の内容は生物の、鷲尾先生に聞きながらまとめました。)

栃尾の自然をたずねて ④



スギ花粉の話

毎年、この時期になると花粉症に悩まされる方も多いのではないのでしょうか。スギ花粉の飛散は、各地で観測されています。飛散し始める時期を示す「スギ花粉前線」も作られています。市内のスギ花粉の飛散は、2月から3月にかけて始まるようです。

スギの受精は、2月から4月にかけて行われます。雄花でつくられた花粉は、風の助けをかりて、雌花の胚珠に運ばれます。花粉症は、この時空中を飛散するスギ花粉によって発生します。スギ花粉のひと花あたりの量は、他の植物に比べて特に多くはありません。しかし、わが国ではスギの数が多いため、花粉症の原因となっているのです。

スギは大きくなります。長寿の木です。各地に大木や並木があり、保護されています。市内でも、「下米伝の大杉」・「半蔵金の大杉」が市の天然記念物に指定され、保護されています。



下米伝の大杉



半蔵金の大杉



スギの雌花(中央下)と雄花(上)

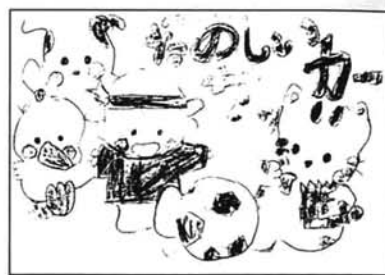
植物の受精は、風の助けをかりるもの(風媒花)、昆虫の助けをかりるもの(虫媒花)などがあります。スギ花粉はスギの花でつくられます。スギの花は、雄花と雌花が別々になっています。「花」のイメージとは程遠いものです。

スギは、昔から人々の生活に利用され、役立ってきました。しかし、人々の生活様式の変化とともに、そのかわりも変わってきているようです。

市立教育センター 池田清治 写真・「栃尾の植物」より



文・栃尾高校郷土研究部 絵・杉野輝子さん



こばやしゆうこちゃん(6歳)本町



小林弘明くん(10)本町



ペンネーム私はだれ(13)

送水管布設工事のため
3/15~3/31まで
全面交通止
日曜日を除く毎日
(8:00~17:00まで)

が交通止区域

お知らせ ページ



今月の税金 納期3月31日

国民健康保険税

献 血

とき 3月10日(水) 24日(水)
(10:00~12:30 13:30~15:30)

ところ 市民会館

第45回 成人式の案内状は届きましたか

新しく成人とられた皆さんを祝福する『栃尾市成人式』を4月4日(日)に開催します。...

就業・就職などで市外に転出していても実家が栃尾にある人は、実家に案内状を送付しました。...

本年度工業技術センター・各試験場で研究した成果の発表会及び技術職員研修会(講演会)を開催します。...

工業技術研究発表会のご案内

本年度工業技術センター・各試験場で研究した成果の発表会及び技術職員研修会(講演会)を開催します。...

環日本海新潟賞「制定記念特別賞」授賞式・記念講演会を開催

新潟県では、環日本海交流圏の形成、発展に貢献されたかたの功績を顕彰する「環日本海新潟賞」を昨年創設しました。...

国際料理フェスティバル

あなたも国際的な味の冒険をしてみませんか。新潟県内に住む外国人が作った各国の珍しい料理を楽しく味わい、交流してもらおう会です。...

各種相談

- 国民年金相談
税金相談
家庭児童相談
心配ごと相談
青少年問題相談

栃尾ウインドアンサンブル 3rd Concert



日時 3月21日(日) PM 2:00~
会場 市民会館 大ホール
入場無料

家庭教育講演

第1回 3月7日(日) 「子どもの心、知っていますか」
★市民会館小ホール

主催: 明るい社会づくり栃尾支部
後援: 栃尾市教育委員会
栃尾市小中学校P.T.A連絡協議会

ギャラリーとちお 「写真展」

ギャラリーとちお ●市文化センター展示室
フォーカス栃尾・栃尾写真クラブのみなさんの作品

平成5年度 能力開発セミナーのご案内
雇用促進事業団では、勤労者の技能と技術の向上の習得を図るため、能力開発セミナーの受講をご案内しています。...

強制抑留された方またはそのご遺族に、書状、銀杯を贈呈していただきます。...

新刊の書棚から

「家族がガンにかかったとき」

国民の4人にひとりがガンで死ぬ時代。これは他人事ではない。病気が最初にわかった時、本当のことを言うか言わないか。...

笹子三津留著 築地書館

「妬まずにはいられない症候群」

はたから見るほど、いい人生なんてないのに...。なぜ、そんなに他人のことが気になるの? 目立ってはいけない社会で、足を引っ張る時だけ元気になる心理とは?...

加藤節三著 PHP研究所

新刊紹介

- 文学・小説
再婚トランプ/青木裕子
砂の沈黙/斉藤栄
透明な遺書/内田康夫
フルールの少年/新井満
生活・実用
子供の愛し方がわからない親たち/斉藤学
知識・教養
アメリカの日本語教室から/三浦宏一

図書館だより
●開館日~月曜・祭日を除く毎日
●土・日曜日にも開館しています。ご利用ください。

広報とちお おしらせ版

平成5年 3,18

発行 新潟県栃尾市長 編集 栃尾市総務課 ☎(0258) 52-5815

乳幼児健診

会場▶ 保健福祉センター
時間▶ 午後1時までに集合
◎1歳6か月児健診、3歳児健診、2歳児歯科健診では歯科健診がありますので健診前に歯を磨いておいてください。
◎3歳児健診では事前に母子推進員が視力検査セット、検尿セットを配布します。自宅で実施し、当日持参ください。
※母子手帳、問診票を忘れずに持参してください。



大崎佳紀くん
上来伝
3月10日
3歳児健診
会場

健診名	月日	対象者生年月
4か月児健診	4月13日(火)	4年12月生まれ
7か月児健診	4月9日(金)	4年9月生まれ
1歳6か月児健診	4月8日(木)	3年10月生まれ
2歳児歯科健診	4月15日(木)	3年4月生まれ
3歳児健診	4月14日(水)	元年11月生まれ

母親教室(後期)

月日	会場	時間	対象者
4月6日(火)	文化センター 学習室 (2階)	午後1時 ～ 4時30分	5月・6月 に産予定 の人

総合健康相談

◎赤ちゃんのことからお年寄りのことまで、健康について相談のある人は、おいでください。
相談担当者▶ 医師、保健婦、栄養士

月日	会場	時間
4月27日(火)	保健福祉センター	午後1時～午後2時

予防接種

会場▶ 市民会館
時間▶ 午後1時30分～2時

種類	月日	対象者年月日
三種混合1期1回目	4月6日(火)	2・9～3・3
三種混合1期2回目	4月27日(火)	2・9～3・3
麻疹	4月7日(水)	3・4～3・6

※三種混合2期は、1期完了後1年から1年半の間に受けてください。
※母子手帳を忘れずに持参してください。
※問診票は、必ず記入してきてください。



昨年のしだれ桜まつりから

大募集 ミスさくらまつり



栗山沢のしだれ桜まつり実行委員会では、今年もミスさくらまつりを募集します。
「やってみようかな」と思う方、「あの人が」と推薦してくる方、ぜひ応募ください。
対象 市内在住またはお勤めの18歳以上の明るい女性。
選出 ミス・準ミス各1名を、予選・本審査で選出。
賞品
ミス：Nツアー旅行券、栗山沢のコンヒカリ、副賞
準ミス：旅行券、副賞
参加者全員に参加賞
応募方法 所定の申込用紙に次の事項を記入のうえ写真を添えて応募ください。
●氏名 ●住所 ●勤務先 ●年齢

応募・問合せ 4月9日(金)までに、観光物産コーナーはくもに ☎53-2030、JA旅行センター ☎53-2345、JA栗山沢出張所 ☎58-12589または市商工観光課 ☎52-5827へ
おいでください栗山沢のしだれ桜まつり
とき 4月17日(土) 午後7時～

日	内容
4/4(日)	成人式 午後1:30
4/5(月)	入学式 午前中学校 午後小学校
4/14・15(木・金)	栃尾守神社春季大祭 14日夜大燈籠押15日昼祭行列
4/17(土)	しだれ桜まつり 春風と桜と...ミスは誰? 春風と桜と...ミスは誰?
4/20(火)	杜々の森名水公園 オープン とどハウスもオープンします
4/28・29(木・金)	諏訪神社春季例大祭 楽しい夜店、大名行列も必見
5/1~5(土・日・月・火)	日本一の3000個展示即売 5/3・4 てまりまつり 5/3・4 てまり教室

春の火災予防運動 4/1~4/7 実施

「火事になったらどうするか!」家族で定期的な話し合いを

「点検を 重ねて築く 火災ゼロ」

県下統一標語
昨年、栃尾市内での火災件数は激減しましたが、高齢者の方の尊い命が奪われています。そのほか、発見が遅れたら火事につながった事故が6件もありました。
消防署や消防団が防火指導など火災の被害を少なくする努力をしていますが、それに加えて、市民一人ひとりが火災をおこさない工夫や、万が一火災が発生してもできるだけ小さいうちに消火や避難することが大切です。
四月一日から七日までの一週間、「点検を 重ねて築く 火災ゼロ」を統一標語に春の火災予防運動が県下一斉に行われます。
この機会にあなたのご家庭で、



住宅の 防火安全対策のポイント

- ガス、石油器具は安全性の高い過熱防止装置、耐震自動消火装置の器具を使いましょう。また、いくら良い器具でも間違った取り扱いや、故障の器具などで、事故につながるケースがあります。正しい使い方をしましょう。
- 幼児や高齢者の寝室は、避難・救出が容易な一階や出入口付近または、できれば二方向に避難が可能な場所が適当です。
- 幼児や老人だけを残して外出しない。外出する場合は近隣に声をかけておきましょう。
- 喫煙時には特に注意をし、寝たばこはしないようにしましょう。
- 寝具類は防火性能のあるものを使用しましょう。
- 火気使用器具などの周囲は、整理整頓し、近くに燃え易いものを置かないようにしましょう。
- 火事を早く感知したり、また消火する簡易火災警報器、自動消火装置やガス漏れ警報器など、住宅防災機器などの設置を図りましょう。

火災予防運動中の主な行事

- 一般住宅防火指導 皆さんのお宅に消防団員が伺いますので協力ください。
- 高齢者住宅訪問 高齢者世帯住宅に消防職員が一部の区域を防火指導に伺います。婦人防火クラブ員による街頭広報をします。
- 消防車による防火広報パレードを3月28日に実施します。
- 多数の人が多く働く対象物に対し、防火避難・消火訓練の指導を行います。



4月1日 8時30分、消防署、ポンプ場のサイレン、半鐘を鳴らします。

- 「できることから 家族ぐるみで」
 - ① 煙突、屋根上立ち上がり不備
 - ② ガスコンの周囲の整理不備
 - ③ LPGボンベ転倒防止設置の不備
 - ④ ガスホースのひび、ホースバンド不備
 - ⑤ 灯油貯蔵方法不備
- 毎年、消防団員の方が防火指導に伺っており、不備箇所も年々改善されていますが、良い器具を備えれば大丈夫というものではありません。点検を重ねて毎日の心掛けと行動を継続させることが何より大切です。

無火災記録 二九〇日達成
昨年5月2日、今年2月26日まで
栃尾市内で、昨年5月2日の住宅火災発生以来2月16日まで二九〇日間無火災と、2月26日までに焼死者なし四〇〇日の記録を達成しました。
火は慣れと油断が大敵、火気使用場所を離れる時、および電熱器具などの使用後の切り忘れ、消し忘れのないよう日頃の積み重ねが大切です。今日から更に次の記録を伸ばすよう一人ひとりの火災予防に対する理解をお願いします。

4月1日から 老人医療の自己負担額 が変わります

老人保健法の改正により
次のようになります。

- ◆老人医療(70歳以上の方の医療)
- ◆県単4医療(県老・県障・県親・乳児)

◎外来 各月の最初の受診日に

900円→1,000円

◎入院 1日につき

600円→700円

問合せ 市保健課 ☎52-5836

県および中小企業振興公社では、中小企業者の設備の近代化を支援しています。ご利用ください。

▽設備近代化資金(設備を導入する際、その購入代金の50%以内を県が無利子で融資する制度)

- ・利用限度額 百万円〜三千万円
- ・償還期間 1年据置4年
- ▽設備貸与制度(公社が代わって割賦販売またはリースする制度)
- ・利用限度額 百万円〜五千万円
- ・貸与期間 3年〜7年
- ・割賦販売料 割賦販売年利4.5%〜5%
- ・リース月額リース料率1.507%(現行)

問合せ 県商工企画課 ☎025-285-5511(あるいは)中小企業振興公社 ☎025-285-0025、または市商工観光課 ☎52-5827

中小企業の設備近代化を バックアップ

持ち家住宅を応援します 新潟県持家住宅建設資金

貸付対象者 ・県内に自ら居住するための木造住宅(住宅金融公庫で定める木造住宅に該当するもの)であること。

- ・住宅金融公庫個人住宅貸付金の融資額を満額借りられること
- ・貸付金額 新築(建設・購入) 一戸当たり10万円単位で五〇万円〜四〇〇万円まで
- ・増改築 10万円単位で五〇万円〜二〇〇万円まで
- ※公庫融資でなおかつ不足額
- 貸付利率 3世代同居居住などの特別貸付 年利3.45%、普通貸付 年利4.45%
- 返済方法 20年以内で元利均等毎月償還(繰り上げ返済可)

問合せ その他、詳しくは市内金融機関か市商工観光課 ☎52-5827

公民館 問合せ・申込み ☎52-2020

手づくりのおもちゃ(布製)を 貸し出します

公民館の「手づくりおもちゃ教室」では、受講生のみなさんがアイディアを出しあい、工夫しあって布のおもちゃを作っています。このおもちゃを、市民のみなさん、学校、保育園などに貸し出します。フェルトやタオル地などで作られた手づくりおもちゃは、やわらかな手触りが、母のやさしさ、暖かさ、快さに似て、子供の遊びや身体障害のリハビリなどにもご利用いただけます。お気軽にご利用ください。

おもちゃ名	対象	遊び方
さかなつり	誰でも	マジックテープで釣り上げる
なかよし村	子供	動物人形でかくれんぼなど
大へび	子供	首に巻いたり、だっこしたり
くつつく	誰でも	ボールを投げて点数を競う
楽しい トンネル	子供	トンネルくぐりほかいろいろ
かおあそび	誰でも	くつつく福笑い
動物 色あわせ	子供	かわいい動物マトリックス
ジャンボ くじら	子供	くじらのおなかに入るよ
手袋指人形	子供	楽しいキャラクターいっぱい

ほか11種類があります。

積極健康・あ・ら・か・る・と 問合せ ☎52-5571

市民健康づくり教室

健康を守るだけでなく、つくるもの。毎朝、散歩感覚で城山に登りラジオ体操をして、さわやかな汗で健康な一日をスタートしましょう。

期間 4月1日〜10月31日
集合 諏訪神社(表町)
朝6時に集合、講師の先導で城山に登り、6時30分から山頂でラジオ体操を行います。
講師 城山630の会会員
参加費 千三百円(保険料)
申込み 随時(参加費を添えて)その他 百人以上参加された方には、体力づくり県民会議から「体力づくり100日運動」の認定証が交付されます。

柔道教室生徒募集

けいこ 4月13日(火)から毎週火曜日の午後7時30分〜9時
・木曜日の午後7時30分〜9時
ところ 市総合体育館武道場
対象 小学一年生以上
参加費 月額千円
説明会 4月8日(木)午後8時〜
総合体育館ミートینگルーム(1階)
申込み 市総合体育館または栃尾柔道倶楽部北村 ☎52-11373

剣道教室生徒募集

けいこ 4月28日(木)から毎週水曜日の午後7時〜8時
・金曜日の午後7時〜8時
曜日(随時) 午前9時〜10時



募集 トレーニングルーム 利用者講習会

総合体育館のトレーニングルームは、高校生から60代まで健康づくりに利用されています。ご希望の方は、利用者講習会を1回受講してください。翌日から自由に利用できます。

講習会(5月分まで) 4/5(月) 4/19(月)、5/17(月)
対象 高校生以上
保険料 1,300円(加入翌日〜3/31)
申込み 保険料を添えて4月2日までに。4月19日以降は講習日の前週の金曜日午前中に。

学用品を 援助します

経済的に困っているご家庭に対して、小・中学校での勉強費用の一部を、市と国で援助する制度があります。

援助する主なものとしては、学用品費や給食費などです。この制度の利用を希望される方は、お子さんの通学している学校から市教育委員会に申し込みください。

受付期間 4月5日〜4月20日
問合せ 市教育委員会学校教育課 ☎52-1157

労働保険の 申告納付はお早めに

平成5年度の労働保険料の申告と納付の受付が、4月1日から行われます。保険料申告書に保険料を添えて申し込んでください。

なお、労働基準監督署では、4月・5月中に各地で説明会、集合受付などを行いますので、ご利用ください。

期間 4月1日(木)〜5月17日(月)
申込み 最寄りの銀行・郵便局・長岡労働基準監督署・新潟労働基準局
問合せ 長岡労働基準監督署 ☎33-8711

青年海外協力隊募集

開発途上国でのボランティア活動に、あなたの可能性を試してください。(説明会4月28日長岡ほか)

対象 20歳から39歳までの青年
職種 農林水産、土木建築、保健衛生、教育文化、スポーツなど
7部門16職種
募集 4月15日〜5月31日
派遣 原則として2年
選考 1次/筆記試験(技術・英語・適正テスト)
2次/面接・健康診断
問合せ 県国際交流課 ☎025-285-5511

リサイクル

4月再開

牛乳パック アルミ缶 リンクフル

4月4日(木)から 栄町公民館へ
毎月第1日曜日 お持ちください。

4月18日(木)から 総合体育館下へ
毎月第3日曜日 お持ちください。

4月から年金額がアップされます

国民年金制度は物価スライド制を導入しています。昨年1月から12月までの消費者物価上昇率は1.6%でしたので、年金額も4月から1.6%引き上げられます。主な年金の額は、次のとおりです。

種別	年金額	
	平成4年度	平成5年度
国民年金	(月額) 60,442円	(月額) 61,442円
老齢基礎年金	60,442円	61,442円
障害基礎年金(1級)	75,550	76,800
障害基礎年金(2級)	60,442	61,442
遺族基礎年金(子1人)	77,867	79,150
10年年金	36,725	37,325
5年年金	31,258	31,775
障害年金(1級)	75,550	76,800
障害年金(2級)	60,442	61,442
母子年金(子1人)	77,867	79,150
老齢福祉年金 収入600万円未満	30,925	31,442
収入600万円以上 876万円未満	25,292	25,467

学生も強制加入

20歳以上の学生のみなさんは国民年金に加入が義務づけられています。ただし、保険料の納付については、世帯の収入などにより免除制度もあります。

また、4月に就職されたときは、原則として届出が必要です。

問合せ 詳しくは、市市民課 国民年金係 ☎52-5835

老齢福祉年金を受け 取ったら年金証書の提出を

老齢福祉年金を受けているみなさんは、4月期分の年金を受け取りましたら、忘れずに国民年金証書をそれぞれの郵便局の窓口へ提出してください。

これは物価スライド後の新年金額で計算した、4月から7月までの支払い年金額を打ち込むためです。

空き缶・空きビンを収集します 4月~11月・毎月回

リサイクル事業にご協力を……

比礼の埋め立て処分地は、搬入される不燃ゴミが毎年増え続けています。そこで、不燃ゴミの減量対策と資源の再利用をはかるため、これまで不燃ゴミとして収集していた空き缶・空きビンを分別収集いたします。

月1回の収集日を確認して！

市では4月から11月までの間、毎月1回各町内のステーションを回って、空き缶・空きビンを収集します。収集箱は、前日に収集場所へ配置しますので、下の表で場所を確認してから出してください。



空き缶・空きビン収集日程表（4月~11月）

	水曜日	木曜日	金曜日
毎月第1週	田之口 公民館脇 西野俣 消防庫前 中山 神社脇 木山 消防庫前 森上 橋のたもと 西中野俣 集会所脇 新繁山 旧公民館前 繁津 五郎助下	滝之口 集落センター前 入塩川 ソウデン場 本所 公民館前 島田 消防庫脇 山葵谷 三太郎商店より30m下 律谷 雁沢橋脇 橋倉 橋倉標識脇 大倉 張戸架次より200m程度 塩川寄	栄町 公民館脇 山田町 ①星野織物脇 ②浅野自動車脇 新町 区民会館前 大町 桶小宅脇 表町 諏訪神社前、大和屋前 大野町 金石前丁字路 小貫 羽黒神社下 土ヶ谷 下の原（部落入口）
毎月第2週	北荷頃 ①理容銀バリー脇 一之貝 ②猪俣保温前 軽井沢 冬期駐車場前 比礼 分校脇 本津川 浦の山池端 半蔵 石田光二宅前 田代 防雪センター駐車場 村のはずれ県道脇	二ツ郷屋 ゴミ集積所脇 人面 農協倉庫脇 文納 区公民館脇 山一 危険物集積所 明戸 ゴミ集積所前 陶山 ゴミ集積所前 ガ島 木口進宅脇 水沢 お宮前 岩野 農協川谷支所脇 楡原 ①区公民館前 ②農協川谷支所脇	谷内1 栃尾郵便局前 谷内2 消防庫前（信金脇） 滝の下町 区民会館前 上の原町 市営住宅前 （電話ボックス付近） 旭町 区民会館脇 仲子町 区民会館前（出雲小路） 東町 区民会館前 本町 神社脇
毎月第3週	下上来 山神社前（ほだれ様） 上伝 田中昭一宅登り口（上） 松尾 消防庫前 栗山 農協栗山沢出張所脇広場 寒沢 佐藤作一宅脇 吹谷 浅井栄一宅前	吉水 佐藤 亘宅脇 上出 お宮前広場 下出 公民館前 山口 下塩小学校前 熊袋 ゴミ集積所脇 日町 ライスセンター脇 下塩 区公民館前	平が丘 地藏堂脇 東下島 高見屋宅脇 宮沢 白山神社境内 泉 バス停前（小路） 公民館脇
毎月第4週	大川戸 火の見やぐら付近 菅畑 グランド脇 赤谷 赤谷橋より30m上 （来伝側） 小向 区公民館前 橋堀 区事務所広場	平中野俣 公民館前 九川 神社前 塩中 神社前 梅野俣 神社前 塩新町 佐藤征一宅前 天平 由松前 沖布 集落開発センター裏 大野原 開発センター前	新栄町 いさみや駐車場 金町 区集会所前 金沢 ①上消防庫前 ②下消防庫前 原町 ①東小前（林宅脇） ②北町消防庫前 巻淵 ①公民館前 ②磯部工業前

* 表の見方 (例) 田之口の場合 毎月第1週目の水曜日に、公民館脇の収集箱に入れてください。

空き缶・空きビンを出すときのお願い

- 水で洗って、ビンの栓は除いてください。
- たばこの吸殻など中味の入ったものは、出さないでください。
- 薬品や油を使用したものは、出さないでください。
- スプレー缶・せともの・ガラス板・プラスチック・電球・割れビンなどは、不燃物収集日に出してください。
- ビニール袋などから出して、収集箱に入れてください。
- 空き缶は青い容器に、空きビンはオレンジの容器に入れてください。
- 小売店（自動販売機を含む）、飲食店などから出る空き缶・空きビンは、直接環境クリーンセンターへ持ち込んでください。（毎週月曜日）

空き缶は、青い容器に
空きビンは、オレンジの容器へ

問合せ 市環境衛生課
☎53-2477へ





社協だより

たすけあう心を大切に

第40号

平成5年3月5日

編集 発行

社会福祉法人
栃尾市社会福祉協議会
新潟県共同募金会栃尾市支会
栃尾市ボランティアセンター
〒940-02 栃尾市表町1-7
電話 0258 (52) 5895



「はい、どうぞ。おいしいですか？」

栃尾高校1年被服科の生徒さん全員で
いずみ苑へ慰問

(社会福祉研究普及校の活動より)

内容は6ページへ

たくさんの方々の 善意をありがとう

次の方々より、社会福祉のために心あたたまる善意をたくさんお寄せいただきました。厚くお礼申し上げます。

【福祉のために】

- 桐生末造 三、〇〇〇円
- 秋葉中学校生徒会 四〇、五〇六円
- 荷頃地区42厄払いの会 八、三五〇円
- 荷頃小学校六年PTA 一六〇円
- 仲子町壮年会 一八、四〇八円
- 匿名 四、三六五円
- 中沢 仁 一、七〇〇円
- 酒井国子 一〇〇、〇〇〇円
- 長岡地域農業共済組合 一六、七三九円
- 藤野トク 一、〇〇〇円
- 栃尾カラオケ協会 会長上村千秋 二六、五九六円
- 匿名 一〇、〇〇〇円
- 倉田てい 五、〇〇〇円
- 匿名 五〇、〇〇〇円
- 大川戸老人クラブ 五、〇〇〇円
- 匿名 三、二〇九円
- キリスト教団 栃尾教会 一一、〇〇〇円

【更生守門の里へ】

- 東が丘青年会 二四、二九三円
- 栃尾カラオケ協会 会長上村千秋 五〇、〇〇〇円
- 匿名 五、〇〇〇円
- ゆせきよう肉店 五、〇〇〇円
- ゆいろは肉店 五、〇〇〇円

【栃の木の家へ】

- 栃尾キリスト教団 栃尾教会 二四、〇〇〇円
- 市仏教会 会長小杉龍一 一七三、六五三円
- 松平キヨノ 一〇、〇〇〇円
- 栃尾高校三年八組 五、七〇四円

【ボランティア友の会へ】

- 関根松男 五〇、〇〇〇円
- ゆせきよう肉店 五、〇〇〇円
- ゆいろは肉店 五、〇〇〇円
- 秋葉中学校生徒会 七二、一六一円

【物品】

- 松本 孝 一〇、四三〇円
- 県社協 渡辺豊 一五、〇〇〇円
- 熊倉サウ 一〇、〇〇〇円
- 大橋 昇 一〇、〇〇〇円
- 佐藤仙松 さらし7反
- 清水ナオノ 紙オムツ1箱
- 川谷老人クラブ チョッキ10枚
- 酒井一夫 おしめ60枚
- 西谷老人クラブ 紙オムツ1箱
- 東町東寿会 紙オムツ2箱
- さらし4反

【古切手】

- 羽賀光士・稲田美穂子・井上実枝
- 諏佐・今井・大港捲二・今井ミキ
- 双葉保育園・市民課・鈴木・佐藤
- 清次・西川清・木藤織物(株)・稲正
- 織物(株)・山井秀次・東谷小学校六
- 年柳組・福祉事務所・秋葉中学校
- 東小学校・新潟中央銀行・陶山組
- 青少年育成センター・加藤武志・
- ゼンセン同盟・三崎屋醸造(株)・倉
- 重商店(株)・今井ヨキ・市農協婦人
- 部・三沢自動車(株)・内山正子・い

心配ごと相談

毎週水曜日に心配ごと相談所を開設しています。(祝日の日は次の日になります。)財産、土地、その他生活の中で困ったときなど気軽にご相談下さい。相談は無料です。秘密は固く守ります。

【場所】栃尾市表町1-7 (栃尾郵便局あと)

【時間】午前10時から午後3時まで。お気軽にどうぞ。

まとも・佐吟織物(株)・港屋(株)・商工観光課・J-A 栃尾支所・農業委員会・猪俣保温(株)・大崎貞子・栃尾タイムス社・大要設備(株)・税務課・協同公社・鈴倉織物(株)・食品衛生協会・斎藤清・喜久屋(株)・大港一・にしたつ商店(株)・総務課・ムツ薬局・石橋刷製(株)・92 女性のための教室・椿建設(株)・内山豊作・農林課・笠井正男・会慶商店・石原会計事務所・渡三工業 栃尾織物工業協同組合・アッセン 所天下島配送センター・曹源寺保 育園・東洋縫工(株)・建設課・紺栄 (株)・越銘醸(株)・渋谷スミ・新町新 和会・大町愛和会・大崎銀一・小 林書店・稲葉正雄・星好・玉源(株) 那須清与・矢沢輪店・高橋手芸店 住田屋呉服店・西片時計店・酒井 美子・(株)小林組・佐藤セツ・石原

福祉入門日曜教室を実施

高齢化社会に対応する在宅福祉向上のため、高齢者や障害者を抱える家族及び介護業務に関心を持つ方を対象に次のとおり、くらしに活かす介護教室を実施、参加者は熱心に受講しました。

日	平成5年2月21日
時	10時～12時
場	いずみ苑
会	◆講師及び研修内容◆
横本四男也	福祉施設の役割
重沢村雄	生活指導員
早川 直樹	父
西片 晴子	母
大崎美穂子	保 健
田辺恵子	なたきり
渡辺 幸夫	福祉サービ



早いもので、社協だよりは40号を迎えました。今回は、新しい試みとして高校生の声を入れました。一層みなさんに親しまれる社協だよりになりたいと思います。

編集/集/後/記

平成4年度の赤い羽根共同募金、歳末たすけあい募金に寄せられたお金は、総額8,120,153円になりました。市民のみなさまをはじめ、各方面の方がたからご協力いただき、ほんとうにありがとうございました。

平成4年度 共同募金実績報告

目標額 7,291,000円
 実績額 8,120,153円
 達成率 111%

ありがとうございました。

(順不同 敬称略)



愛ちゃん と 希望くん

赤い羽根共同募金 (明細) 4,833,735円

- 戸別募金 2,983,929円 (6,836世帯)
- 職域募金 177,514円 (26か所)
- 学校募金 294,044円 (30校)
- 法人募金 1,158,000円 (500社)
- 個人募金

渋谷利一 1,500円
 星野千代 500円

- 預金利子 346円
- 過年度募金 8,696円
- その他の募金 209,206円

内訳 (募金箱設置分)

- 栃尾市農業協同組合 69,194円
- 栃尾郷病院 7,581円
- 栃尾商工会 335円
- 栃尾織物工業協同組合 1,110円
- 栃尾警察署 3,994円
- 越後交通(株)栃尾営業所 2,365円



- 栃尾郵便局 428円
- 第四銀行栃尾支店 8,220円
- 北越銀行栃尾支店 283円
- 新潟中央銀行栃尾支店 1,512円
- 長岡信用金庫栃尾支店 5,499円
- 市役所 (2か所) 1,041円
- いづみ苑 6,467円
- 守門の里 9,784円
- 皆楽荘 786円
- 栃尾市老人クラブ連合会 (芸能祭分) 会長 高橋清二郎 81,105円
- 社協事務局 9,502円

▼ 栃尾市老人クラブ連合会芸能祭より



歳末たすけあい募金 (明細) 3,286,418円

- 戸別募金 2,076,455円 (6,833世帯)
- その他の募金 1,209,963円

内訳

- 栃尾歌謡クラブ 会長 今井源作 190,116円
- 坂井喜代 2,968円
- 匿名 3,000円
- 金沢敬和会 1,200円
- 大野町鶴城会 500円
- 栃堀歌声クラブ 会長 武士俣哲夫 42,630円

- 栃尾市老人クラブ連合会 会長 高橋清二郎 937,240円
- 共栄建設(株)交通安全協議会 代表 本田 秀春 15,500円
- 栃尾市農協婦人部 人面支部 16,809円



栃尾歌謡クラブ歳末チャリティーショーのようす。

栃尾市老人クラブ連合会のみなさん
 ご協力ありがとうございました。

- 市芸能祭の募金 81,105円
- 小 銭 募 金 937,240円

合 計 1,018,345円

共同募金に100万以上のご協力、心より感謝申し上げます。今後ともよろしくお願ひします。

市老連会長より募金を
 いただく支会長(市長)



第40回 たすけあい作文コンクール

主催 新潟県共同募金会

NHK新潟放送局長賞

病院で助けられたこと



栃尾市市立栃尾南小学校
 四年 佐藤 ひろみ

わたしが足をねんざして、おじいちゃんと病院に行った時、おじいちゃんが、「ちよっと、受けつけてくるぞ。」と言って、急いで行きました。わたしは、げんかんの階だんの所で、(どうしよう。右の足を着くと、とてもいたくありません。)と、こまっていたら、わたしより一つ年上ぐらいの、知らない女の子が、わたしに、「大じようぶ?」と、言っ、自分のかたをかして助けてくれました。わたしは、(ああよかった。でも、この女の子、わたしのこと、知っていないのに、どうして、助けてくれたんだろう。)と思いましたが、わたしは、その子に、「ありがとう。」とお礼を言いました。その時、おじいちゃんが来て、「ありがとう。ごさいました。」と、その子のお母さんに、何回も、お礼を言いました。わたしは、「えらい子だな。知らない子、知らない人にも、こうやって、助けてあげているんだな。」と、感心しました。何日かして、シッパがなくなつたので、また病院に、おじいちゃんと、行きました。待っている時、おじいちゃんが、「テレビの所にいるから、よばれたら、かんごふさんに言っ、よびにこい。」と、言われました。わたしがよばれるのを待っていたら、急にトイレに行きたくなりました。わたしは、「なんとかがまんしようかな。」と思っ、行きましたが、やっぱりできません。トイレに、行くことにしました。おじいちゃんがいらないから、(ようし。一人で、ケンケンで行こう。)と思っ、ケンケンで

行きました。(かた足で行くと、つかれるな。)と思っながら、ケンケンをしていたら、いすにすわっていた女の子が、「かた、かしてあげようか。」と、声をかけられました。わたしは、「いいんですか。」と、言いました。そうしたら、その子は、「いいです。」と、言っ、わたしの手を握りました。わたしは、「じゃあ、お願いします。」と、言っ、わたしはその子のかたに手を握りました。わたしは、「ああ。また助けられたな。」と思っ、わたしはその子に、「どこまで。」と、聞かれました。わたしは、「トイレまで。」と、答えました。わたしは、水を流して、ろう下を見たら、まだその女の子が立っていました。わたしは、「すごいな。まだ、わたしのこと、待っていたんだな。」と、思っ、ほつとしてうれしくなりました。わたしは、その子が、すわっていたいすまで来たら、わたしは、「ここで、いいです。ありがとう。」と、お礼を言いました。その女の子の横を見たら、その子のお母さんがすわって、いました。わたしは、「ありがとう。ごさいました。」と、その子のお母さんにも、お礼を言いました。わたしは、さつきすわっていたいすに、もどると、(この間の子と、今日の子は、えらいな。わたしのこと知らないのに、声をかけて、自分から助けてくれるなんて。)と、思っ、人にほめられようと思っ、やっ、ことではないの(と、思っ、わたしも、この二つを見なら、この女の子のように、こまっている人を見たら、進んで助けてあげようと思っ、そして、人を助けるという事は、思いやりの言葉で、それに合った実行がだいじなんだなと思っ、わたしに、助け合いの心をおしえてくれた二人の女の子、どうもありがとう。

あなたの共同募金は、こんなところで役立っています。

子どもたちのために▼

母子・父子家庭のために▼

からだの不自由な方のために▼

おとしりのために▼

ヘルパー車として活躍

毎年みなさんから協力いただいている赤い羽根共同募金の還元としてホームヘルパー活動用に軽自動車一台が配置されました。

共同募金委員会名簿				
任期 平成3年8月1日～平成5年7月31日 新潟県共同募金会栃尾支会				
役職名	氏名	所 属	摘 要	
会 長	杵淵 衛	市社会福祉協議会長	栃尾市長	
副会長	橋 仁三郎	・ 常務理事	栃尾市助役	
委 員	嶋田憲之進	市 区 長	会 長	
	大塚 一夫	市 議 会	議 長	
	高山 忠男	栃 尾 商 工 会	会 長	
	大橋 厚夫	市 農 業 協 同 組 合	会 長	
	永井 茂	栃 尾 高 等 学 校	校 長	
	桑原 正夫	市 校 長 会	会 長	
	鈴木 実	市 民 生 委 員 協 議 会	会 長	
	高橋清二郎	市 老 人 ク ラ ブ 連 合 会	会 長	
	小林 信子	市 ボ ラ ン テ ィ ア 友 の 会	会 長	
	佐藤 光一	市 区 長 会	副 会 長	
	若杉 万治	・	・	
	武士俣十一	・	・	
	諸橋 清	・	・	
	松平 健一	上 堀 谷 地 区 区 長 会	会 長	
	坂内 一男	入 東 谷	・	
	多田 重雄	西 谷	・	
	藤佐 喜一	中 野 保	・	
石丸 金次	半 蔵 金	・		
佐藤三男次	市 社 協 事 務 局	局 長		
保科登志夫	市 福 祉 事 務 所	所 長		
監 事	佐藤 織江	市 保 育 所 連 絡 協 議 会	会 長	

ふれあい教室より

在宅の身体障害者を対象に、社会参加を高めていただくようと「ふれあい教室」を開催しました。

教室は、手話・点字・歌声・栃尾歴史探訪・手芸・グランドゴルフ・リハビリ・野外の集いとバラエティに富んだ教室を開催し、参加者の方々に大変喜んでいただき、特に野外の集いは六日町まで足をはこび1日楽しんでいただきました。

▶点字教室より



▼歌声教室より



▼栃尾歴史探訪より



▼手話教室より



第8回 チャリティーバザール 10月23日開催 (巡回相談および福祉機器展示会を同時開催)

売上 502,770円に!! 市民のみなさんの協力により大成功

市民のみなさんのご協力により502,770円の売上になりました。たくさんの品物を提供して下さった方、品物を買っていただいた方ほんとうにありがとうございました。売上の一部は、いずみ苑・とちの木の家・更生守門の里・通所守門の里へ寄付させていただきました。



▼福祉機器の展示会より



◀さあ栃尾甚句を踊ろう



◀お楽しみ抽選会

10月29日、老人福祉センター 皆楽荘にて、ひとり暮らし老人昼食招待会を行ない、55名の参加があり、昼食を食べながらボランティアさんの寸劇や歌、踊りを見て、一日楽しく過ごしていただきました。

ひとり暮らし老人 昼食招待会



◀募金活動のようす



とちお祭りに合わせてチャリティー募金を行ないました。みなさんのご協力により募金総額は、三五三、二九九円となりました。その内、五〇、〇二五円は、青少年ホームのみなさんから協力いただいたものです。

24時間チャリティー
キャンペーンより
8月22〜23日原信
栃尾店前にて

老人ディケア教室より H3.4月〜12月開催



月に二回集合!!
毎月一回保健福祉センターに集合し、その日の健康チェックを行ない、その後歌や踊りレクリエーションをみんなが仲良く楽しく一日を過ごします。今日はダンスです。



食すいの3人さん
いつもありがとうございます
毎月、おいしいごちそうを作ってくれる、河野さん、藤田さん、葛綿さんほんとうにありがとうございます。みんなの大好物ばかりで、とてもうれしいです。

ボランティアに、参加してみませんか?

☆ボランティアに興味のある方 ☆ボランティアを必要としている方
☆どんな活動があるのか知りたい方 ボランティアに関する事柄何でも結構です。社会福祉協議会へお問合せ下さい。 ☎52-5895

栃尾市ボランティア友の会

(社会福祉協議会内)

No.	グループ名	代表
1	手話サークル活動グループ	酒井博子
2	点訳専任「ほほえみの会」	橋田芳子
3	愛のハガキ運動グループ	熊倉サウ
4	ねたきり老人介護者の集いグループ	中野洋子
5	チャリティーバザールグループ	星野千代
6	専任きかねたレクリエーショングループ	星野信行
7	明るいまつくり花いっぱいグループ	桐生正吉
8	守の里協力グループ	名児耶 恵和子
9	朗読専任「小鳥の会」	稲田美穂子
10	地域福祉カラオケグループ	上村千秋
11	リフト付バス運転ボランティアグループ	高橋伊松
12	啓蒙啓発委員会	布施重一
13	栃尾アルミの会	藤本重雄
14	施設ボランティア「かたくりの会」	真田きみ



栃尾アルミの会 いずみ苑へ車いす4台寄贈



あき缶22万個回収 目標15万個を上回る

市民のみなさんのご協力により目標を上回るあき缶が回収できました。今年度は、いずみ苑へ車いすを4台寄贈しました。来年度も下記の日程でアルミ缶の回収を行ないますので、ご協力よろしくお願ひします。

4/5/6/7/8/9/10/11/12/18/16/20/18/15/19/17/21/19 第3日曜日

市総合体育館協にて朝8時〜10時まで回収作業をしています。あき缶を持つてくる時は、必ず洗って下さい。缶の中にゴミが入っていないようにして下さい。

笑顔を育むお手伝い

いきいきライフ

生活福祉資金貸付制度

この制度は、事業を始めたい、進学が決まった、家族の急病、家を増改築したいなど、生活のいろいろな場面での必要な資金をご利用いただく制度です。



◎ご相談は
社会福祉協議会または民生委員まで

資金の種類	貸付限度	償還期限	内容
更生資金 身体障害者更生資金	228万円以内 400万円以内	7年以内 9年以内	生業を営む経費・就職に必要な経費・生業就職に必要な知識技能の習得に必要な経費
生活資金	月額 9万4千円以内	5年以内	知識技能習得の期間中、または負傷、疾病のため療養をしている期間中の生活を維持するのに必要な経費
福祉資金	180万円以内	6年以内	冠婚葬祭に必要な経費・老人や身体障害者等の日常生活の便宜を図るための器具や福祉機器等の経費・身体障害者のための自動車の経費
住宅資金	200万円以内	7年以内	住宅の増築、改築、補修の経費・ねたきりの方や身体障害者の生活改善のため改造等の経費
修学資金	月額最高 4万1千円以内	10年以内	高校・短大、専修学校、大学等に就学するのに必要な経費
療養資金	38万円以内	5年以内	負傷または疾病の療養に必要な経費
災害援護資金	150万円以内	7年以内	災害を受けたことによる困窮から自立更生するのに必要な経費

ホームヘルパーさんはこんな仕事をしています。 No.3

ていただきました。
寝たきりのお年寄りや、身体障害者の方がいるご家庭での入浴、身の回りのお世話、また、一人暮らしや老人世帯の方々のお話や、相談相手、買物、食事のお世話にと二人一組のコンビで、上下紫のジャージを着て走り回っています。
これからの高齢化社会にむけ、よりよいヘルパーとなるためヘルパー養成研修、勉強会等に出させていただき、介護の技術をみがかせてもらいガンバっています。寝たきりの方のいるご家庭の苦勞はある程度わかっていたつもりですが、ヘルパーになりあらためて大変さを知りました。介護者は寝ている人のすべての日常動作に時間をとられ、自分の時間の余裕さえなく、想像以上の労働となります。そんな時ヘルパーを利用し、一時的に心休まる時を持つていただければと思います。



ホームヘルパー
植村 京
ヘルパーという職業につき、はや三年が過ぎようとしています。この間に多くの人に出逢い、多くの事を学ばせていただきました。

ひとり暮らしの方の寂しさ、寝たきりの方々の精神的苦痛、毎日介護しておられる方々へのやさやかな助力と心の触れ合いが私達の大切な仕事です。訪問して、話合いの中から又、介護の方法などヘルパーが教えて頂くことが本場に多いです。毎日介護しておられる方々のご苦勞を見る時、頭の下がる思いですが、その後ろ姿を見て育つ子供達は、何より尊い教育を受けてもらっていると思ひ、そのお手本こそ貴重な宝と思っております。そしてご家族で協力して介護しておられる様子に接すると、心から嬉しくなります。
人は、誰でも年を取ります。支えあって生きてゆける世の中こそ大切だと思います。私達の紫のユニフォームを見かけましたら、お気軽に声を掛けて下さい。



ホームヘルパー
高林 ヨリ子
私達ホームヘルパーの業務は、ご家庭で生活しておられるお年寄りや障害者の方々のお手伝いをする事です。

栃尾高校 (県社協指定 社会福祉普及校)

平成3年度より、県社会福祉協議会の社会福祉研究普及校に指定され各種事業に取り組んでいただいています。期間は3ヶ年、目的は、生徒会・委員会・クラブ活動等の中で社会福祉についての学習を取り入れ、理念と制度について理解を深め、社会奉仕の自主的活動にむすびつけていくことです。
平成3年度には、ブラスバンド部がいずみ苑、更生守門の里へ慰問、1年被服科の生徒さんがいずみ苑へ紙しばいや歌など発表して下さいました。平成4年度もいずみ苑、更生守門の里への慰問の他ボランティア研修などに参加しています。



いずみ苑への活動

★ボランティア活動に参加した感想★

24時間チャリティーに参加して、黙ったままの優しさもあることを知り、またその気持ちを行動に移すためにも、ボランティア活動に取り組みたいと思います。

去年の8月22、23日に原信栃尾店前でチャリティーがあり、私は22日の日だけ参加させて頂きました。募金箱を肩に下げ、元気な声で「募金をお願いします」と通りすがりの人に声を掛けたり、たくさんの方が快く募金してくれました。募金をしてくれた人の中には私達に優しく声を掛けてくれた人や、何度も募金してくれてきた人や、何度も募金してくれてきた人など、とても励みになりました。人の温かさを感じる事ができ、このチャリティーに参加して、人とのふれあいを身近に感じることができて良かったです。



24時間チャリティーに参加して。
三年 島 百恵

自分の気持ちを誰かに伝えるには、言葉や形として表さなければ本心に伝わらないのかと考えましたが、顔には自分の気持ちが全て映し出されるんですね。子供達が、手に手に持つ風船を見て、「笑顔の募金」だなあなんて、幸せな気分になってしまいました。24時間テレビに参加して、黙ったままの優しさもあることを知り、またその気持ちを行動に移すためにも、ボランティア活動に取り組みたいと思います。



24時間テレビに参加して。
三年 鈴木 みちる

ボランティアとは、本来は自然なおこないを言うのだと思います。それは、対する人を低い所に見るのでもなく、ふと気付いたことを素直に行なえることだと思います。けれども、その「自然」「同じ」を平素に感じることは、あたりまえではできないことです。けれど、大切なことなのです。
私は高ボラで、この「同じ」「自然」を感じることができました。そしてこれからも、繰り返し感じる機会を持って行きたいと思ひます。最後に、多くの人にこのような研修に参加してほしいです。



高校生ボランティアスクールを修了して
三年 佐藤 和海

夏休み中の小国町小国荘での3日間のワークキャンプは、私にとって貴重な体験だったと思います。初めは、中学生ばかりで戸惑いでしたが、自然と打ち解けることができました。職員の人達も温かく迎えてくれ、親切に下さったので本当に感謝しています。入居者の人達は、とても素直で純粋な心を持っていました。私達の来るのを楽しみにしていたと聞いた時うれしくて涙が出てきました。最後は皆、涙の別れだったことを今でも覚えています。本当に行ってよかったです心からそう思っています。



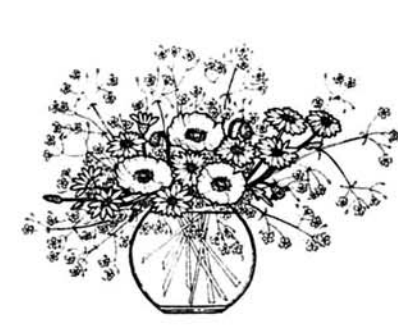
貴重な三日間
三年 矢沢 恭子



ねたきり老人介護者 昼食会 9月8日



在宅介護者の集い 12月2、3日 長岡市



「愛のハガキグループ」
第42回県民福祉大会において、「ふれあい福田基金」表彰を受賞しました。この功績は、暑中見舞や年賀状によるお便り、友愛訪問などの活動が認められたものです。今後も、ひとり暮らし老人の方を中心に、ボランティア活動を積極的に進んでいきたいと思ひます。

☆花いっぱい運動グループ
とうちお花企画による第一回目の花いっぱいコンクールが開催され友の会の花グループが優良賞をいただきました。
日頃の花づくり活動が認められた事は、大変うれしですね。花グループのみなさん、今後も体育館前、文化センター前、皆楽荘ときれいな花を咲かせて下さい。

愛のハガキグループ