



# 広報さし

## 佐井村 村民憲章

1. 学ぶ意欲をもち、知性と良識のあふれる村をつくります。
1. 健康と安全を心がけ、明るく楽しい村をつくります。
1. 勤労を喜び、力を合わせて豊かな村をつくります。
1. 自然を守り、人を愛し、心やさしい村をつくります。
1. 心身ともに健全な子の育つ、暖かい家庭と村をつくります。

編集と発行/〒039-47 青森県下北郡佐井村大字佐井字糠森20 佐井村役場総務課 ☎0175(38)2111

## さわやか清掃奉仕



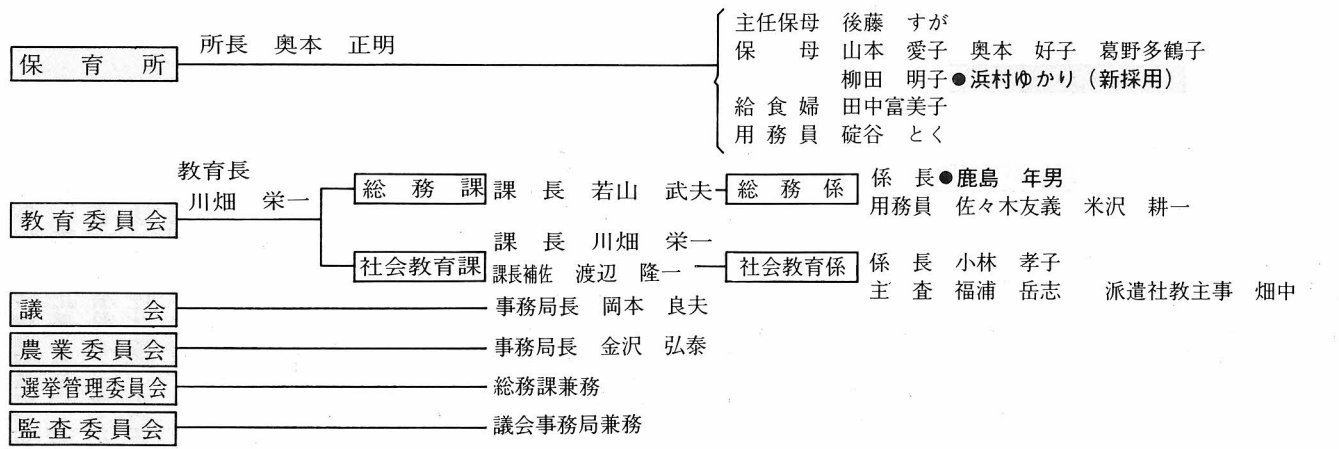
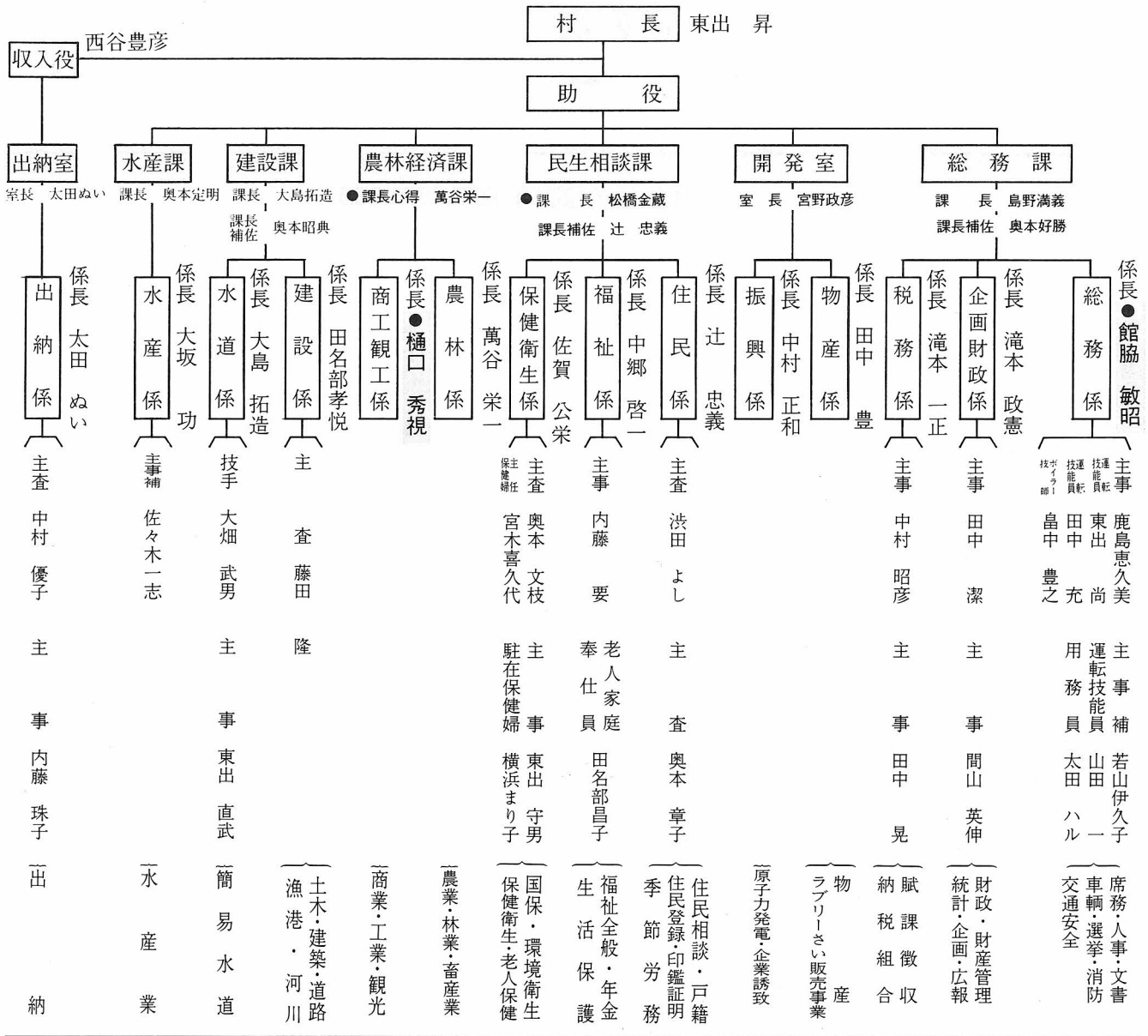
### ▲主な内容▼

- 2 村の行政機構図
- 3 悪質業者の手口
- 4～5 むすの話題
- 6～7 教育だより
- 8～9 保健婦だより
- 10～11 交田だより
- 12～13 税務だより
- 14 年金だより
- 14 歳時記
- 14 戸籍の窓口

佐井村身体障害者福祉協議会（東出正義会長、会員八十名）の会員十三名が、このほど大佐井橋、古佐井橋の清掃奉仕を行いました。入学シーズンに合わせ、冬の間にはまったゴミや泥などで汚れた中心街をきれいにしようと、毎年実施しているもので今年で十一年目になります。

同協議会では、日頃から他人に頼らず、自らの自立、自助を実践しており、この清掃奉仕活動が認められ、県土木部、県道路愛護利用者協議会などから表彰されています。

# 平成元年度 佐井村行政機構図



※●印は、平成元年4月1日付で異動のあった者。



■消費者被害防止月間■

# 悪質業者の手口の全容

## あなたは狙われるタイプ？ それとも……

海外先物取引や証券取引などに名をかりて、言葉巧みに「儲け話」に引き込み、金銭をだましとったり、NTTや消防署の職員であるなどと身分を偽って物品を送りつけたりするなど、さまざまな手口で消費者の皆さんを狙う悪質商法は、まだまだ後を絶ちません。

また、このような悪質商法の被害は、昭和六十三年中だけでも、被害者約九万人、被害総額約五百億円に上っています。悪質業者は、どのようにして、皆さんを契約に誘い込むのでしょうか。警察に検挙された悪質業者自身の告白を聞いてみましょう。

### 悪質業者の告白



私たちが、契約をとりやすかったのはこんな人たちでした

### ■利殖に関心の強い人

このタイプの人は、自分の知らない利殖方法にも興味を示しやすく、儲かる話にすぐのってきました。

### ■銀行、証券会社で不愉快な思いを経験した人

まず、銀行や証券会社をほめることから始めます。すると、このような人は銀行などの悪口を言いだしますので、そこで徐々に話を合わせていきます。

最後にはお互いに銀行などをけなして、銀行ばなれをさせ、こちらの契約に持ちこんでいきます。

### ■明るく、おしゃべり好きで人をあまり疑わない人

世間話をした後、こちらの勧める利殖方法についてこちらに都合のいい新聞や雑誌の記事を見せながらいろいろ説明していくと、何の疑いもなく信じてもらえます。むしろ、本人のほうから契約に積極的になってくれることもありました。

### ■都会に出てきて間もない人

素朴で、他人の意見や考え方に影響されやすく主体性のない人が狙い目で、このような人には、主体性をもたせる話をします。相手が主婦のときには、「家庭の財産管理は奥さんの仕事ですよ」などと言って、主婦が財産管理の実権をもたなければい

けないというように思わせて、契約させてしまうのです。

### ■ヘソクリをしている主婦

このような主婦は、必ずといっていいほどヘソクリをうまく活用する方法を探しています。世間話をしながら、ヘソクリをしていることをうまく聞きだして「銀行に預けるより証券会社の方がいいですよ」と話をします。もちろん、こちらの本心ではありません。

そこで、「でも、株は難しいですからねえ」と言ってこちらの本当の目的である先物取引を徐々に勧めていきます。このように人はご主人に相談するどころか、自分のほうから、「主人には内緒にしてください」と言ってくるから驚きです。

### ■相手によって変わる手口

このようにして、悪質業者は、話をしていく間に皆さんの性格などを巧みにつかみ、それに合わせて、手を変え、品を変えて、契約に誘い込もうとしているのです。

被害にあっているのは、この告白にあるタイプの人だけとは限りません。

皆さん、ご注意 ご注意！

## 悪質商法のいろいろ こんな契約に注意

悪質商法の被害にあわないため、その内容についてみてみましょう。

### ◆海外先物取引商法

香港、ロンドンなどの海外の商品市場で行われている大豆、石油などの先物取引の契約をしながら、実際は取引を行わず、金銭をだましとるなどのやり方です。

### ◆現物まがい商法

金やゴルフ会員権など、現物がないのに、これ売り、現物のかわりに「預り証」などの証書を渡し、金銭をだましとるやり方です。

### ◆証券取引商法

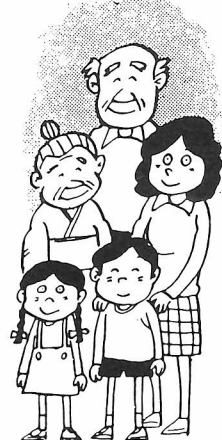
「一割の資金を出せば残りは融資します」などと言ってお金を出させるが、指示された株の売買は行わずに金銭をだましとるやり方です。

### ◆原野商法

「将来必ず値上がりする」などと言って、ほとんど価値のない原野、山林を法外な値で売りつけるやり方です。

最近、この原野商法の被害者に対し、所有している原野を転売するには測量が必要だなどと言って測量代金をだましとるやり方もみられます。

# むらの話題



むらの情報を広く掲載いたします。  
身近な情報がありましたら、総務課まで連絡ください。

## 地道な活動で全国表彰

### 福浦少年消防クラブ

昭和五十六年の結成以来、地道に火の用心を呼びかけた活動が認められ、このほど東京で、特別優良クラブとして、福浦少年消防クラブが、全国表彰を受けました。



▲役場を訪ずれたみなさん

浦小・中学校の子供たちが全員参加する決まりで、これまで一日も欠かさず福浦地区の夜回りを続けてきたほか、消火栓を使った初期消火訓練や消火器取り扱いの勉強、山火事防止PRの立て看板設置など、火の用心を呼びかけた活動を行ってきました。

少年消防クラブは、全国に約六千ありあります。今回の特別表彰に輝いたのは二十一団体、東北では福浦を含めて三団体しかありません。表彰状と表彰旗を持って役場を訪ずれた建川委員長(田名部高進学)は「みんなで力を合わせて頑張った成果です」と話し、小学一年生から九年間メンバーとして活躍してきた田中譲君、山本学君(ともに青森の高校に進学)も「一生懸命やってきてよかった」と大喜び。全国の模範クラブとして、これからも火の用心を呼びかけていくことを誓っていました。

## お元気ですか

### 出稼ぎ現地のみなさん

遠くふるさとをはなれて、仕事に励んでおられるみなさん、現地での生活はいかがですか。  
このページは、現地とふるさとを結ぶ、みなさんとのかけ橋です。

現地での情報、お便り、写真などをお待ちしています。

村では、平成元年度村内における季節労働者問題、求人情報の提供ならびに留守家族の相談等の業務に従事していただくため

▼長尾金三郎さん  
▼今 修一さん  
を地域相談指導員に委嘱しました。  
就労先において事故や病気、留守家族における問題等が生じた時には、お気軽にご相談ください。



☎0175(38)2370



☎0175(38)4137

### 行政相談委員は身近な相談相手です

私たちの日常生活で、行政が行う仕事について苦情や要望、意見があったとき、もっとも身近な相談相手になるのが、行政相談委員です。

相談は無料で、口頭や電話、手紙でもかまいません。内容は行政に関するものであれば、どんなことでもよく、相談を受けた行政相談委員は、秘密を守って親切にお世話することになっています。

また同時に、受けた相談は、それぞれの事例や寄せられた意見を、その後の行政運営に生かすという大切な役割も担っています。

＝ 村の行政相談委員 ＝

大石 健次郎

佐井村大字長後字長後 6 ☎38=5422

### 心配ごと相談所を開設します

＝ 佐井村社会福祉協議会 ＝

心配ごと相談所は、福祉に関する生活上での悩みごと、心配ごとを持つ人ならばどなたでも、気軽に相談のできる窓口として、次のとおり開設します。

村民のみなさん、お気軽にご利用ください。

3月7日	2月14日	1月18日	12月22日	11月22日	10月25日	9月27日	8月22日	7月26日	6月28日	5月24日
28日	28日	31日	22日	22日	25日	27日	22日	26日	28日	24日

時間は午後1時～5時まで  
場所は農業研修センター

### 使用料・手数料徴収条例が改正になりました

＝ 佐井診療所 ＝

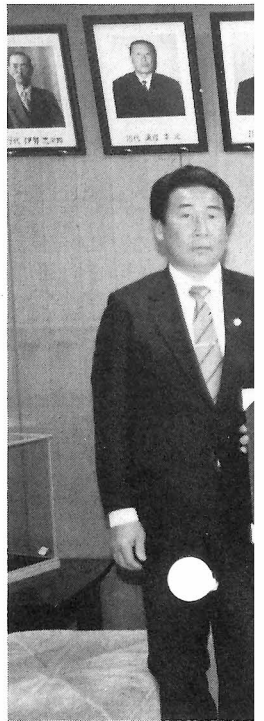
死体検案料	診療施設内に(時間内)	1体につき	10,300円
	おける検案(時間外)	1体につき	13,390円
死亡診断書	診療施設外に(時間内)	1体につき	17,510円
	おける検案(時間外)	1体につき	20,600円
死体検案書		1通につき	2,060円
年金等受給資格認定関係診断書		1通につき	5,150円
保険金等受領関係診断書		1通につき	5,150円
その他の診断書	複雑な診断書	1通につき	2,060円
		1通につき	5,150円
診察料領収済証		1通につき	1,030円
診察料明細書	交通事故	1通につき	4,120円
	その他	1通につき	1,030円
その他の証明書		1通につき	1,030円
自動車使用料		片道1kmまで	227円
		500m毎に	72円を加算した額

## 交通事故死ゼロ

## 二、〇〇〇日達成

春の全国交通安全運動の期間中、車によるパレードで交通安全を呼びかけてきました。また、村民のみなさんの交通安全に対する協力により、去る四月十七日

に、交通事故死ゼロ二千日を達成することができました。これを記念して、このほど青森県知事及び県警本部長より表彰状が贈られました。



▼春の交通安全パレード



今回の表彰を期に、これから三千日、四千日と新たな目標に向けて、村民が一丸となり、交通安全運動に取り組んで行きましょう。

## 佐井村地域婦人団体

## 連合会設立される

会長 浜中 よん

野山の草木も芽吹き、すっかり春めいたこの頃です。去る三月三十日、婦人会館において、各婦人団体の代表者会議が開催され、佐井村婦人団体連合会が設立されました。

私が、微力ながら連合会長を務めることになりました。今後とも、ご支援、ご協力を得て、佐井村婦人の親睦の輪(和)を大きくしていきたいと念じています。絶やしてはならぬ「親睦の灯」を、共に燃やそうではありませんか。

# 教育だより

## 新しい家族・夫婦で子育て

### 「スポーツに親しみを」

東京都立大学教授・心理学

詫 摩 武 俊

走る・投げる・跳ぶ・泳ぐというような動作を基本とするスポーツは、生活の余裕と心のゆとりがなければ始められません。生きることが精いっぱい生活であったり、多忙であったりした場合、スポーツをする気にはなりません。

最近の若い人の特徴のひとつは、スポーツに親しみをもつ人が多くなったという点にあります。ひとつのスポーツに夢中になるというよりは、色々なスポーツをします。スキーもすればサーフィンもする。テニスもすれば登山もする。という青年が増えています。ドライブ、魚釣りなどもス

スポーツに含められるかも知れません。現在、五十歳以上の世代の人と比較すると大変な違いです。体力があり、時間とお金のゆとりのある若者がうらやましいという初老の人もいます。

勤労時間が短縮されるのは、世界的な傾向です。今の子どもたちが青年になり成人になっていく時代には、余暇時間をどう過ごすかが大きな関心事になると思います。

子供には、スポーツに親しむことを教えてほしいと思います。

体の機敏性をつくるとか健康増進のためというだけでなく、いい仲間をつくり

## 佐井村婦人

### 交流会に参加して

福浦漁協婦人部 田 中 栄 子

とても有意義な一日を過ごさせていただきました。私たち地区の婦人にとりましては、他の地区の婦人たちと交流や親睦を深めたいと思いましたが、自分たちだけでは、どちらにも都合の良い日時は、なかなか見つけれませんし、今日のように

うに公民館、または教育委員会とかがバックアップしてくださると、とても参加しやすいからです。

また、下北連合婦人会長の講話は、とても興味深く聞かせていただきました。地区に生活してきますと、講話とか講演などは、なか

でつなごう」のスローガンの元に結集した、佐井村初の記念すべき婦人団体全部の集会だったので。私はもう、踊る約束をしたことを、すっかり後悔し始めていました。

### 牛滝漁協婦人部 一 部 員

「踊りを踊ってくれませんか」と、部長さんに頼まれました。漁協婦人部の一員なのですが、務めていて日頃何一つ部活動に協力できず、申し訳なく思っていたので、ちようど日曜日ですし、漁協婦人部だけの集会だろうと、詳しいことも分からないまま、簡単に「OK」してしまいました。

村の名士の方々の話しや郡連合婦人会長の素晴らしい講話があり、その中で、「誰にでも平等に訪れる老」という言葉が、今も耳に残っています。私にも七十歳を越えた両親が居り、他人ご

ところが、会場は農業研修センターで「婦人のつどい」と称して「信頼の輪(和)





明るい人生観をもつようにするという意味でも、スポーツの楽しさ、おもしろさを経験できるようにしてください。スポーツを見ること、スポーツの話をする事と共に、自ら戸外に出て体を動かす機会をつくるようにするのです。

気の弱い子供は怖がることとありますが、親と一緒にやることで不安は軽減されます。スポーツには我慢することが必要とされます。苦しくても頑張ることです。

ルールを守ることも要求されます。力いっぱい努力して負けたときは、さっぱり負けることも大切です。

ほとんどのスポーツは仲間が必要です。チームをつくって争うこともあります。一緒にスポーツをした仲間には強い連帯感と豊富な話題があります。スポーツの好きな青年は、たいてい子供の時からスポーツに親んでいます。そして家庭の中にスポーツを好ましく思う空気があるのです。

とは思えず、これを機会に改めて両親の、そしてやがては自分にもやってくる「老」を真剣に考えてみようと思います。

いよいよアトラクションに入り、踊りの大先輩の皆さん方を目の前にして踊るなんて、緊張で震えがちな手足や胸の鼓動を押えるのにやっとだった私に、帯を結んでくれ、勇気づけてくれた方、下手な踊りに拍手を送ってくれた皆さん。本当にありがとうございます。楽しいアイデアいっぱい佐井婦人会の「祭りばやし」が、今も見えるようです。

帰りは、前日の雨天が信

▼婦人のつどいにて



じられない程のやわらかい春の日射しの中、バスに揺られながら、同じバスなのに今朝とは一味違う、同じ時を過ごした福浦、長後の皆さんに、今までにない親しみを覚え、なごやかな会話が飛び交い、牛滝までの距離を、こんなにも短かく

感じたことはありませんでした。 終始、後悔していた私ですが、今思えば参加して良かったと、しみじみ思っています。こんな機会を与えてくれた関係者の方々に、心からお礼申し上げます。

## 第 1 回 べに花杯 卓球大会

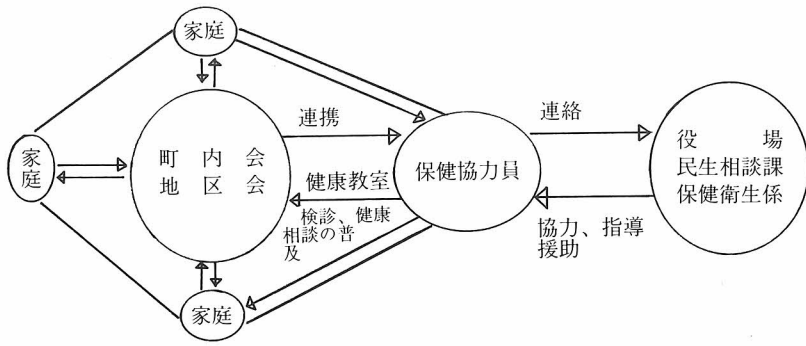
3月20日～21日にわたり、山形県河北町で開催された「第一回べに花杯卓球大会」に、佐井中学校卓球部（男子）が参加してきました。

決勝戦で、地元山形県の長井北中学校と対戦し、3対1で惜しくも敗れたものの、準優勝という立派な成績でした。

これからもご声援をよろしく願います。

### 【出場選手】

工藤 修、島野 学  
能登 誠、竹内 一  
辻 政信、浜野忠春  
太田直樹、松谷比佐志



# 保健婦だより

## 健康づくり推進に 協力している 主な組織と仕事



保健協力員  
食生活改善推進員

▼保健協力員 (34名)

村民の健康の保持増進を  
図るための、行政と家庭を

つなぐパイプ役です。  
保健協力員は、町内会や  
地区会からの推せんで選ば  
れます。

・仕事・

一、自分の町内の情報を保  
健婦に知らせる。

妊婦、産婦、乳幼児  
成人病、ねたきり者  
など

二、成人病検診など検診を  
住民に知らせ、積極的に  
健康づくりを進めていく。

三、健康づくりをみんな  
話しあいながら進める。

(町内会、婦人会など)  
四、健康教室、健康相談に  
みんなが参加できるように

呼びかけ、会場準備を行  
う。

五、保健衛生カレンダー、  
健康カレンダー、健康手



# 血圧なんどいせつQ&A

## ① 検診のとき血圧が高めに出るのはなぜ?

Q 職場の検診、地域の検診  
の際、血圧が普段より高  
めに出るのですが、どう  
してでしょうか。

A 検診日には、今日は検診  
だという不安、緊張、かま  
えのようなものがあつたり、  
大勢の人の中で待っている  
間イライラしたりしている  
と、精神が緊張するため交  
感神経が刺激されます。

交感神経は、血管の末梢を  
収縮させ、一方、心臓の筋  
肉の収縮力も高めるので、  
血圧が一時的に上がるので  
す。一般に、医師より看護  
婦さん、さらに家族のもの

## ② 血圧を測る前の注意事項

Q 血圧を測る前にはどんな  
ことに注意したらいいで  
しょうか。

A 血圧はちよつとしたこと  
でも変動してしまいます。  
正しい値を知るためには、  
測定の前には次のような点  
に注意してください。

緊張したり不安な精神状  
況、睡眠不足や便秘のとき、  
心配ごとや、イライラがあ  
るとき、また軽い運動や食  
事によつても血圧は高くな  
ります。ですから、食後一  
〜二時間後のゆったりした  
気分になれるときに測定

あるということ。つま  
り基礎血圧に近いのです。

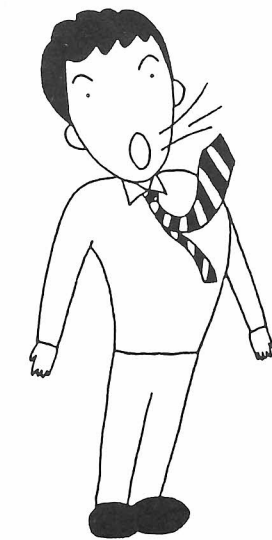
平常の自分の基礎血圧値  
を知るためにも自分で血圧  
を測定することをお勧めし  
ます。平素自分で測ってお  
れば、何かストレスが加わっ  
たときにも血圧が高くなる  
ことが自分でわかるよう  
になります。

## ③ 血圧を測る前の注意事項

Q 血圧を測る前にはどんな  
ことに注意したらいいで  
しょうか。

A 血圧はちよつとしたこと  
でも変動してしまいます。  
正しい値を知るためには、  
測定の前には次のような点  
に注意してください。

緊張したり不安な精神状  
況、睡眠不足や便秘のとき、  
心配ごとや、イライラがあ  
るとき、また軽い運動や食  
事によつても血圧は高くな  
ります。ですから、食後一  
〜二時間後のゆったりした  
気分になれるときに測定



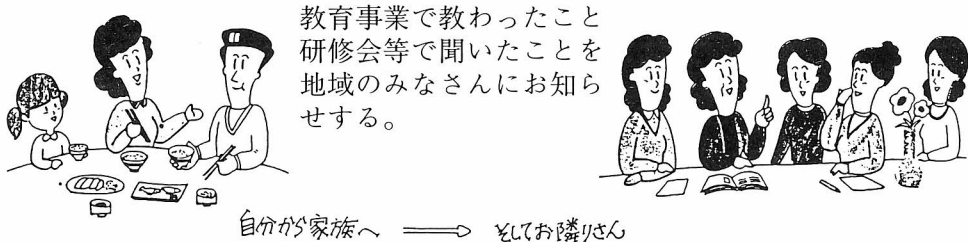
深呼吸を4〜5回してリラックス



各地区の保健協力員  
食生活改善推進員の人数

	保健協力員	食生活改善推進員	保健協力員と兼務
古佐井	9人	11人	5人
大佐井	8	18	5
原田	4	2	2
川目	2	2	0
矢越	3	1	1
磯谷	2	2	2
長後	2	3	2
福浦	2	4	2
牛滝	2	2	2
	34	45	21

- 帳の活用を進める。
- 六、研修会、講演会に参加し、町内の人達に機会あるごとに知らせる。
- ▼食生活改善推進員(45名)
- 食生活改善を中心とする組織的な活動を進める人たちです。
- 食生活改善推進員は、村で行う教育事業の修了者でなければできません。
- ・仕事・
- 一、栄養に関する知識と技術を、みなさんに知らせる。
- 二、食事や生活面の相談をうけ、健康づくりの案内役をつとめる。
- 三、調理実習を含む、講習会の開催。



教育事業で教わったこと  
研修会等で聞いたことを  
地域のみなさんにお知らせする。

自分が家族へ → おいてお隣りさん

子宮がんを  
早くみつけましょう

がんは、早くみつければ正しい治療を受けられ、治すことのできる病気です。しかし、発見が遅れると、生命をうばう怖い病気となります。

体の色々の部位にがんはできますが、子宮がんは、早期のうちでも容易にみつかることができ、したがって治すことのできるがんの一つです。

子宮がんを治すためには健康だと思っている人でも定期的に検診を受け、早い時期にみつかること。そして正しい治療を受けることが必要です。

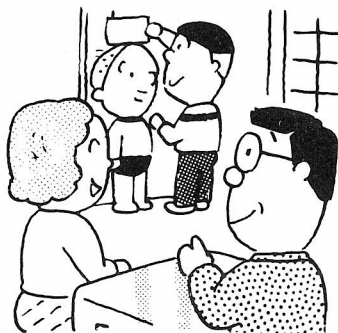
まだ子宮がんが小さいときは症状がなく、自分で気づかない場合が多いのです。そういう時期でも、細胞診ならば、がんをみつかることができますので、年に1回～2回は検診を受けましょう。

対象 昭和63年2月1日～

- 1日(月) 子宮がん検診
- 15日(月)
- 29日(月)
- 8日(月) ツベルクリン反応
- 10日(水) BCG接種
- 対象 昭和61年4月1日～
- 昭和62年3月31日生
- 場所 佐井診療所
- 時間 午後1時
- 17日(水) 小児マヒ生ワクチン

23日(火) 献血

- 18日(木) 春の清掃指導
- 19日(金)
- 20日(土)
- 場所 佐井診療所
- 時間 午後1時
- 平成元年1月31日生



29日(月) 役場健康相談室

- 1日(月) 健康相談日
- 8日(月)
- 15日(月)
- 29日(月)
- 場所 役場健康相談室
- 時間 午前9時～11時

1日(月) 午後12時30分

- 25日(木) 学校結核検診
- 26日(金)
- 30日(火) 乳児、三才児検診
- 対象 昭和63年5月～7月
- 昭和60年10月～12月
- 場所 役場センター和室
- 時間 午後12時30分

好機です。また、夕食後に測定する場合は、入浴、飲酒をしないときに測りましょう(ゆつくりする時間のない時には、食事直後でも、入浴後でも、血圧を測つ

て記録値を書いておく。その時に、食後とか入浴後とかの説明語をつけておく(参考になります)。尿意があると血圧が高まるので、排尿をすませ数分

後に測りましょう。寒さは血圧を上昇させるので、室温は二十度前後に保って測りましょう。コーヒー・紅茶を飲んだり喫煙した直後は、血圧が高めに出ます。



# あき缶拾いに参加して

佐井村交通安全母の会では、例年この時期に、道路の空き缶拾いを行っています。今年も四月三日に、矢越がんかけ方面と川目方面の缶拾いを実施しました。今回は、参加した方々の声を紹介します。

大佐井 長島トミエ

日頃交通安全運動に協力する機会が少ない私ですが、このたび川目方面まで、道路のあき缶拾いに参加しました。

子供たちとお話しをしながら、燃えるゴミ、燃えないゴミと分けながら拾っていました。最初のうちは張り切っていました。が、あまりにもゴミが多いにはおどろいてしまいました。

二時間ほどで、ゴミ袋に

# 交母だより



佐井村  
交通安全母の会

5月1日現在  
交通事故死ゼロ  
2,014日

二十個以上も集まり、一度に疲れが出てしまいました。でも、自分たちの手できれいにした道路を帰る足どりは軽く、子供たちとルンルン気分でした。

大佐井 加賀紀人

道路へのあき缶ポイ捨てはやめましょう。  
ぼくは、藤田君と遅れて行ったんだけど、みんなの所に着くまでに、道路のすみの方にゴミ袋を三個くらい見ました。みんなから離れて、大人や子供たちが残していった缶を拾ったので、ぼくと藤田君が手伝っていき、一緒になって拾っていききました。ここまでするのに、何十個という缶を拾いました。そして先頭の人たちは、川目と合



## 家族で話し合おう

## 交通安全・高速道路編

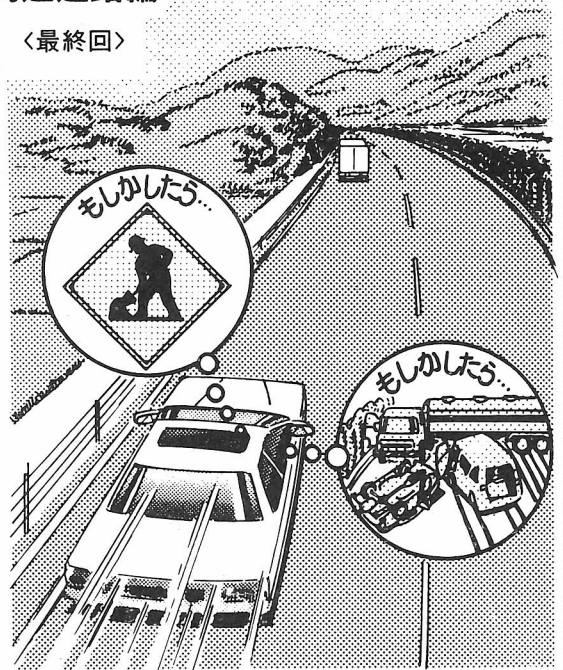
〈最終回〉

暖かい春の日差しに誘われて、家族や気の合う仲間たちと車で出かける機会も多いことでしょう。脇見運転やスピードオーバーに気をつけるのは当然ですが、本線車道への出入口付近や進路変更などでの「見込み違い」にも気をつけたいものです。

「相手の車がよけてくれるだろう」とか、「進路を譲ってくれるだろう」といった見込み運転は絶対にやめましょう。また、ゆるやかだと思ったカーブが意外に急だったり、すいていた道が道路工事や事故などで、急に流れが悪くなったりすることもあります。見込み違いによる事故を防ぐためにも、常に「もしかしら」  
**常に「疑う気持ち」でハンドルを**

危険な見込み運転

常に「疑う気持ち」でハンドルを



流する所までできていました。川目の方からも大人や子供が、カンを拾いながらやってきました。いっぱい拾ってきました。

ぼくは、この「カン拾い」に行つて、どんなにドライブーの人たちがポイ捨てしているかを知りました。こういうことをしているから自然が汚れてしまうので、カンのポイ捨てはやめてほしいと思います。

大佐井 松谷耕次

ぼくは、お父さんからかん拾いのことを聞きました。ご飯を食べて達也君と一緒に行ききました。健二君や有君も一緒になって、自転車で川目の方に行きました。

するとお母さんたちがゴミを拾っていたので、ぼくたちもゴミ袋をもらつて一緒に拾いました。すこし歩くとすぐに袋が重くなるほど拾いました。また袋をもらつてゴミを拾いました。車を運転する人は、あき缶などを投げないでほしいです。

矢越 館脇昌子

「矢越地区交通安全母の会より会員のみなさん並びにはまなす子供会、父母の方々、婦人部のみなさんにお知らせします。本日午後一時からあき缶拾いを行いますから、生活改善センター前まで集合してください。」  
放送が流れる中、子供会会

員三十五名、父母、母の会會員、婦人部から二十名が、手に手にゴミ袋などを持ち集まつてくれました。背中に赤ちゃんをおんぶした人、小さい子供の手を引きながら参加した人も何人かありました。車を配車し、拾ったあき缶をすぐにゴミ捨て場まで運ぶ人、家の仕事をやめて駆けつけた人、それぞれの役割分担をして、テキパキと活動開始です。

がんかけ公園まで足を延ばしたのが良かったのか、草が生い茂っていないのが幸いたのか、投げすてられたあき缶の多いことにはただびっくりしてしまいました。ゴミ袋になんと四十袋もありまし

◀みなさんよろしく▶



佐井警察官駐在所 越前義晴部長

このたびの異動で、七戸警察署から佐井駐在所に勤務することになりました。佐井村に来たのも初めて、駐在所勤務も初めてですが、住民のみなさんと力を合せて頑張りたいと思います。みなさんよろしく申し上げます。  
年齢・33歳  
趣味・釣り  
家族・妻、長男。8月には一人増える予定です。

自動車に乗ったらシートベルト



●シートベルトとヘルメット、どちらも命を守る大切なもの忘れずに正しく着用しましょう。

バイクを運転するときはヘルメット

青森県交通事故相談所 定期巡回相談所開設日程

五月十八日(木)

午前十時三十分～午後三時

むつ市市民相談室

た。路肩はもちろん、果ては沢の方まで範囲を広げて、みんなで競争しながら拾い集め、奉仕活動に心地良い汗を流したことは、とてもすがすがしく、素晴らしく思いました。この活動に参加してみても、めてあき缶公害の実態をまのあたりにして、びっくりしている方もたくさんいたようです。車の窓からポイ。道路で飲み歩きながらのポイはやめましょう。あき缶は持ち帰るよう心がけましょう。最後に、このあき缶拾いに参加したみなさん。本当にご苦労さまでした。

# 税務だより

税の相談は  
お気軽に  
税務相談室へ



〈税務相談室青森分室〉

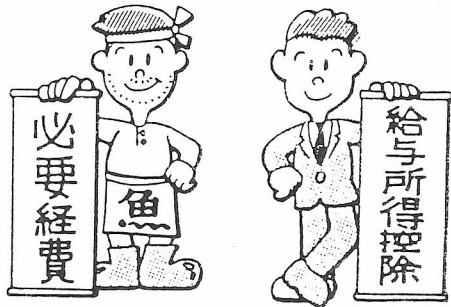
☎0177-23-2379

## サラリーマンと税

サラリーマンの所得税は、毎月のボーナスから源泉徴収されます。

サラリーマンには、必要経費が認められていないと誤解している方もおられますが、サラリーマンには勤務に伴う費用などを概算的に控除する給与所得控除があります。

この給与所得控除は、給与所得だけに認められているもので、事業所得などの必要経費に相当するもので



です。詳しくは、最寄りの税務相談室や税務署にお尋ねください。

## 税務署の処分に対する不服があるときは

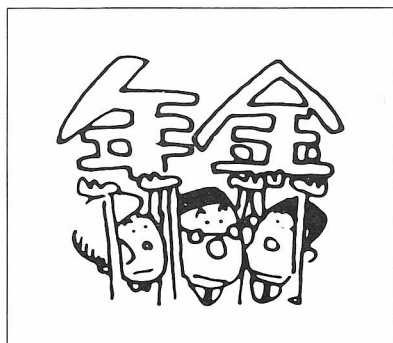
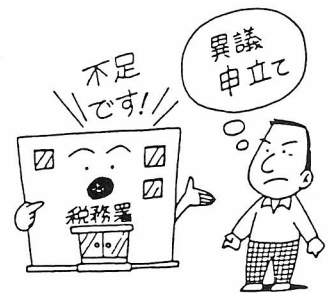
税務署長の行った税額の更正や決定、あるいは財産の差押えなどの処分に対して不服がある人は、税務署長に対する「異議申立て」や国税不服審判所長に対する「審査請求」をすることができます。

詳しくは、最寄りの税務署や仙台国税不服審判所に

お尋ねください。

▼仙台国税不服審判所

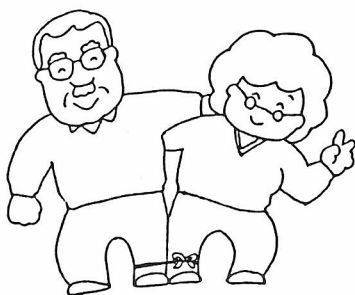
☎〇二二(三二)七五六一



## 国民年金と個人年金

国民年金は、加入・納付が義務づけられている公的年金制度です。

個人年金は、生命保険会社や銀行・郵便局などで作っ



た商品であり、それぞれの人の必要性にあわせて加入するものです。

「国民健康保険や社会保険に加入しないで、民間の疾病保険だけに加入する人はいない」と同じで、公的年金制度である国民年金に加入しないで、個人年金だけ

に加入することはできません。

国民年金などの公的年金制度は、老後や万一のときの生活を支える基礎となるものです。まず始めに国民年金に加入し、保険料を納め、そのあとで個人年金について考えるようにしてください。

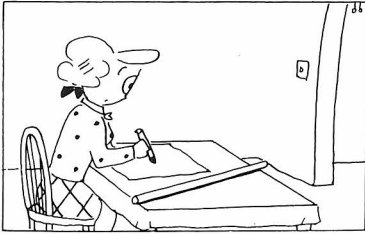
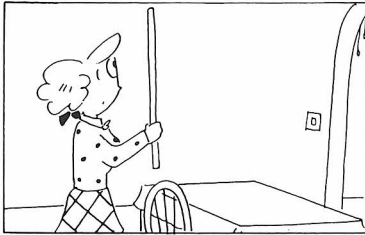
## 住所が変わったら届出を

年金を受けている人が、引越など住所が変わったときは「年金受給権者住所・支払機関変更届」

**5月31日は**  
軽自動車税の納期限です。  
納期内納付にご協力ください。

# わやか 君

西村 宗



に、年金証書の記号番号、生年月日、変更後の住所、氏名を記入し押印のうえ、十四日以内に変更後の住所を管轄する社会保険事務所へ提出してください。

この届出をしないと、支払通知書や振込通知書が届かないなど、年金の受け取りができないことにもなりかねませんので、忘れずに提出しましょう。

## 国民年金の納付組織に加入しましょう



どんな方法で国民年金の保険料を納めていますか。サラリーマンの厚生年金保険料や公務員の共済組合

なお、変更後の住所は、番地や「〇〇アパート〇号室」などの方書まで、はっきりと記入してください。

あなたも、国民年金の納付組織に加入し、保険料を完納しましょう。

この納付組織は、〇〇婦人会や××納税貯蓄組合などの名称で、係の人が個々の事情に合わせて集金するなど、何かと便利です。

一人一人が納めに行く手間を省くために、地域の人たちが集まって作ったのが、「国民年金保険料納付組織」です。

掛金は、給料から天引きされるので安心ですが、農業や漁業、自営業の方など、第一号被保険者の国民年金保険料は、自主納付のためともすれば納め忘れることも考えられます。

そこで納め忘れを防ぎ、一人一人が納めに行く手間を省くために、地域の人たちが集まって作ったのが、「国民年金保険料納付組織」です。



## ちまき



端午の節句の供え物は柏餅とちまき、という風習はほとんど全国共通のようです。

柏餅は量産しやすいため、五月の節句の時期以外にも出回っていますが、ちまきは手作りです。

一般的にちまきは、餅米を主な材料として円錐型に形づくり、笹や竹の皮などで巻いたあと、はがれないようにイグサでしばった食品で、せいろうで蒸して食べます。もともとは中国から伝来したのですが、『伊勢

物語』(十世紀前半)や『古今和歌集』(十世紀初頭)にも出てくるように、日本でも古くから親しまれてきた食べ物です。

現在、市販されているちまきの代表的なものには、ういろちまきや羊かんちまき、葛粉で作った水仙ちまきなどがあります。

また、昔は家で手作りしていたので、地方によってさまざまなきまきが伝統食として生き続けています。なかでも餅米を笹で巻いた三角ちまき、餅米をあく汁にひたして竹の皮で巻いたあく巻、干しえびや豚肉をまぜたご

とて、昔は家で手作りしていたので、地方によってさまざまなきまきが伝統食として生き続けています。なかでも餅米を笹で巻いた三角ちまき、餅米をあく汁にひたして竹の皮で巻いたあく巻、干しえびや豚肉をまぜたご

とて、昔は家で手作りしていたので、地方によってさまざまなきまきが伝統食として生き続けています。なかでも餅米を笹で巻いた三角ちまき、餅米をあく汁にひたして竹の皮で巻いたあく巻、干しえびや豚肉をまぜたご

とて、昔は家で手作りしていたので、地方によってさまざまなきまきが伝統食として生き続けています。なかでも餅米を笹で巻いた三角ちまき、餅米をあく汁にひたして竹の皮で巻いたあく巻、干しえびや豚肉をまぜたご



### ●乗り物酔い・ 振動の少ない 場所を選ぶ

目には青葉 山時鳥 初鰹——五月は若葉のさわやかな行楽シーズン。家族でのドライブや友達同士の旅行と楽しい季節ですが、観光バス、遊覧船、あるいは車の中で気分が悪くなり、周囲に迷惑をかける「乗り

物酔い」も心配です。

でも、人はなぜ乗り物に酔うのでしょうか。だれでも揺れや動きを感じとり、平衡感覚を保つ機能をもつ「三半規管」が耳の奥にあります。通常は、乗り物に揺られると三半規管の働きで、揺れや動きに対して平

衡感覚が保たれるように調節され、ふだんと変わらない状態でいられます。ところが、三半規管が正常に働かないと平衡感覚のバランスが崩れ、終始、体中が揺れ動いているよう気分が悪くなるのです。では、乗り物酔いは、どうすれば防ぐことができるのでしょうか。乗り物に乗るときは、できるだけ振動の少ない場所、例えばバスなら前の方、船ならエンジンからなるべく離れたところの席を選びましょう。さらに乗っているときに本などを読んだりすると、揺れを強く感じて酔いやすいので、やめた方がよいです。

しょう。

### 薪炭材(マキ)を 販売しています

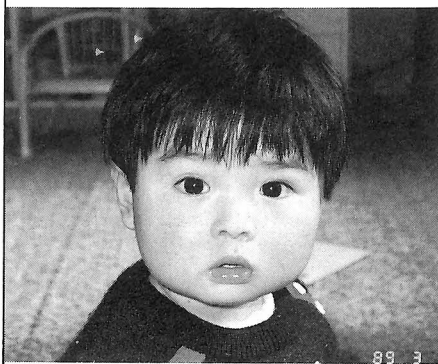
- 1間(ヒトタナ) 19,000円
- 樹種 広葉樹込み
- 売渡現場 大佐井川目 旧苗畑沿い
- 受付期日 6月末日まで
- その他 炭焼用の寸法で切り込んでいますのでお徳用です。
- 連絡先 「ラブリーさい」販売事業協議会事務局 (役場開発室) ☎38-2111

ことも大切です。

また、気分転換をはかっ  
てはいかがでしょうか。遠く風景を眺め、歌ったりおしゃべりしたりして、気分をまぎらわせるのも一つの方法です。その日の体調が、乗り物酔いに大きく影響します。前日の睡眠不足や暴飲暴食は避け、体調を整えておく

しかし、それでも酔うという人には、事前に「酔い止めの薬」を飲むことをおすすめします。乗り物酔いを防ぐ薬には、三半規管を含めた平衡感覚の中樞機能の反応をにぶらせる効果があるので、服用してから乗ると効き目があります。

### 満1歳になります



鹿嶋 竜之介くん  
年男・恵久美  
(大佐井)

### 戸籍の窓口

4月14日現在

#### ◎お誕生おめでとう

佐々木 学 (一彦)	大佐井 浦
田中 優衣 (和雄)	福 越
野田 翔太 (基行)	矢 越
奥本亜津沙 (勝博)	大佐井 谷
前田 朋宏 (寿昭)	大佐井 谷
磯川 成子 (正彦)	磯 谷

#### ◎ご結婚おめでとう

工藤 孝行 函館市	市 古
(中村 周子 古佐井	市 青
(中村 亮吉 大佐井	市 大
小笠原 久男 古佐井	市 小
(東出 百合 小郡市	町 大
(井上 小守 大間町	古 大
(泉川 晴明 大佐井	東 大
(北藤 高さとみ 東通村	

#### ◎おくやみ申し上げます

東出 たこ(元)磯 谷
齊藤 やな(松三郎)古佐井
竹内 きさ(勇吉)古佐井
宮木 健(清一)大佐井
内田 勇(真一)古佐井

#### 3月31日現在人口 (前月比)

男	1,886	(-30)
女	1,927	(-43)
計	3,813	(-73)
世帯数	1,106	(-14)