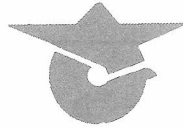


1994 10月  
(平成6年)



No. 302

# 広報せい

## 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 佐井村役場企画財政課 ☎0175(38)2111



今年  
は  
実  
り  
の  
秋  
で  
す



## 今月の紙面

- 2～3 平成5年度決算報告
- 4 むらの話題
- 5～7 おしらせ
- 8 国保のしおり
- 9～10 交母だより
- 11 教育だより
- 12～13 保健婦だより
- 14 税務だより
- 15 年金
- 16 暮らしの情報

# 平成五年度決算報告

## 総額45億5,138万円

は、このように使われました。

平成五年度の決算が、このほど行われた佐井村議会九月定例会で承認されました。みなさんが納めた税金や国からの交付金が、どのくらい入りのように使われたのかお知らせします。

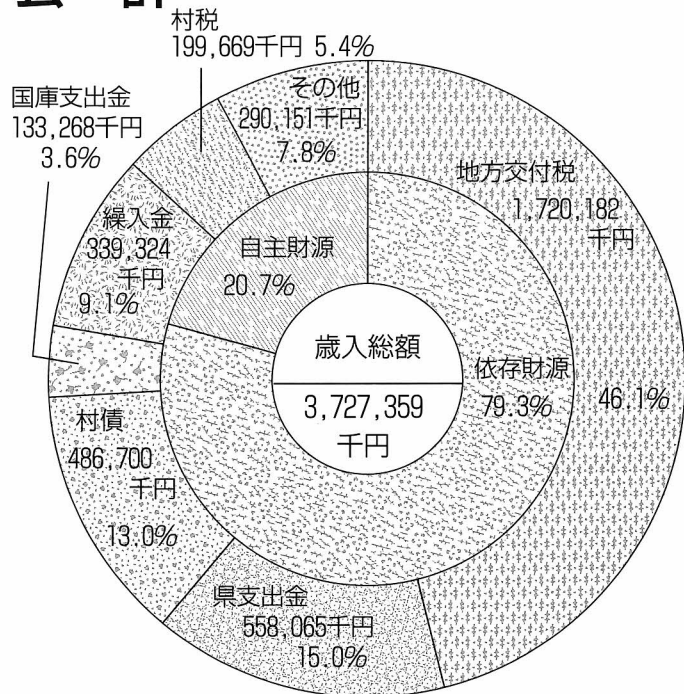
〔総括〕  
五年度決算(一般会計)は、歳入(村に入ったお金)の総額は三億七千二百三十五万九千円、歳出三億九千九百六十二万三千円で、歳入から歳出を差し引くと一億七千七百六十二万六千円の赤字となりました。

### 一般会計36億1,962万円 特別会計9億3,176万円

#### 主な事業 (単位：千円)

〔総務費〕	
○庁舎及び振興センター大規模改修事業	203,038
○川目地区生活改善センター増改築事業	2,021
○福浦地区ゲートボール場改修事業	1,288
〔民生費〕	
○街路灯設置事業	939
○デイサービス用リフトバス購入	7,896
○高齢者生活福祉センター整備事業	128,927
〔衛生費〕	
○保健訪問指導車購入	1,199
○斎場用地購入	6,321
○ごみ焼却場改修事業	7,945
〔農林水産業費〕	
○かんがい排水事業(補助金)	3,695
○土地改良施設適正化事業(補助金)	1,995
○森林総合整備事業	3,017
○間伐促進強化対策事業(補助金)	4,462
○並型魚礁設置事業	9,881
○福浦地区水産物荷捌施設整備事業(補助金)	29,520
○佐井地区水産物処理加工施設整備事業(補助金)	519,549
○長後漁港改修事業	85,933
○漁港負担金	70,166
○矢越漁港埋立排水事業	11,054
○佐井漁港埋立事業	17,201
〔商工費〕	
○願掛公園整備用地購入	19,903
○商工会育成事業(補助金)	3,870
○観光協会育成事業(補助金)	6,867
〔土木費〕	
○村道牛滝線特殊改良事業	23,260
○村道西佐井山手線改良事業	3,028
○県道整備負担金	6,420
○村道整備事業	3,909
○仏ヶ浦港湾整備事業負担金	9,375
〔消防費〕	
○防火水槽整備事業(二基分)	8,858
○小型動力ポンプ購入	1,463
〔教育費〕	
○牛滝小・中学校校舎及び屋内運動場大規模改修事業	62,083
○牛滝小・中学校教員宿舍整備事業(1棟3戸)	26,040
○磯谷小学校改修事業	3,224
○長後中学校屋内運動場改修事業	2,493
○教育用コンピュータ整備事業	6,843
〔その他〕	
○農業施設災害復旧事業	7,486

## 会 計



## 歳 出

283,944千円

339,276千円

258,554千円

229千円

49,757千円

これを前年度と比べると歳入総額で四億三六四万五千円の増、伸率で一二・一％増、歳出総額で三億七五九万五千円の増、伸率で一一・六％の増となり、歳入歳出の決算規模では過去最高となっています。

この増となった要因は、歳入面では新山村地域特別対策事業費補助金、農業用施設災害復旧費補助金の新規増により県支出金が大巾に伸びたほか繰越金、村税などが増となっています。

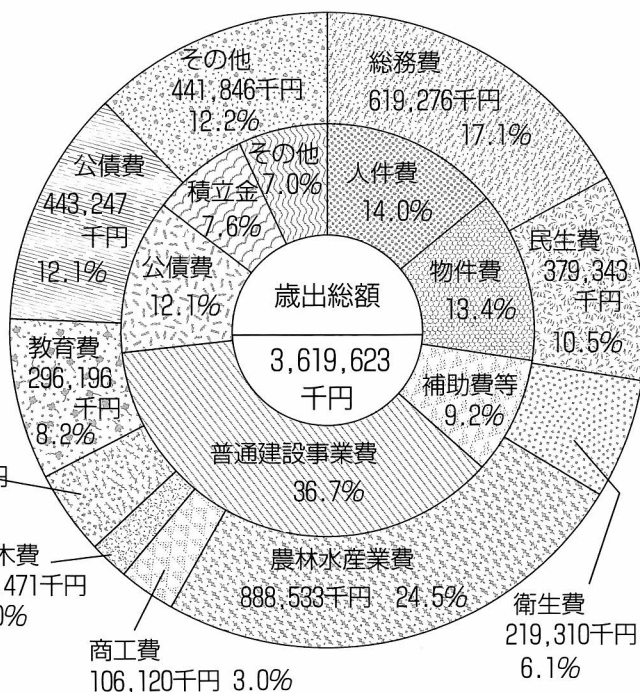
歳出面では、社会福祉関係事務の権限委譲により扶助費が大きく増加したほか、普通建設事業費、物件費、維持補修費などの増によります。

〔歳入〕

歳入に占める主な内容は地方交付税が一七億二〇一八万二千円で歳入総額の四六・一％を占め、次いで県支出金五億五八〇六万五千円一五・〇％で、みなさんが納めた村民税や固定資産税等の村税は、一億九九六六万九千円五・四％でした。

また、村税や財産収入等の自主財源は、財政調整基金等の積立金からの繰入も含め二〇・七％で、村の台所の大部分は地方交付税や国・県支出

一 般



金、村債などの依存財源七九・三％で賄われていますが、自主財源の割合は過去五ヶ年と比較して最も高いものとなっています。

〔歳出〕

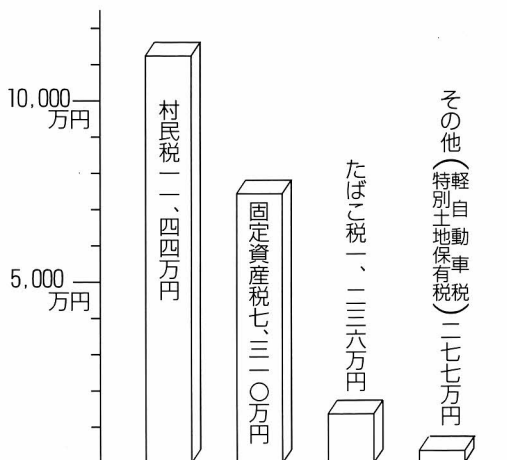
歳出の主な内訳は、農林水産業費が八億八八五万三千円二四・五％、次いで総務費六億一九二万七千円一七・一％、公債費四億四三二万七千円一二・一％の順となっており前年度伸率では扶助費が七四七七万三千円で一七・四％増と大きく伸びています。

村民一人あたりでは

(3,504人 3月末)

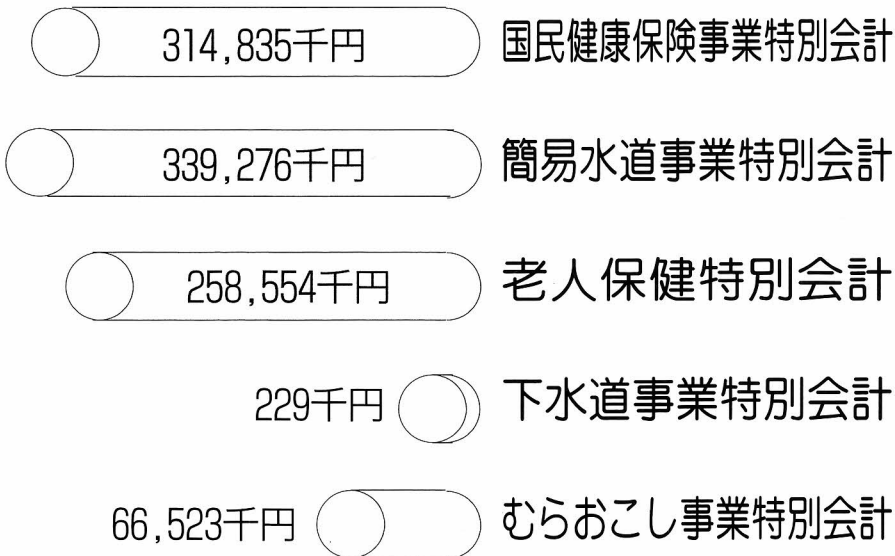


村税の内訳



歳 入

特別会計



# 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、企画財政課まで連絡ください。

## 凜々と、藍友に風友に行く

、94エンルムカップヨットレース開催される、94エンルムカップヨットレースが八月二十七日、佐井港沖出発で実施されました。

このレースは過去二回、函館～室蘭間で行われており、今回は佐井港をスタートし、津軽海峡をぬけ室蘭の大黒島沖にフィニッシュする六十マイルのコースとなりました。

レースに先立ち、選手会が行われ実行委員長の大川原修二氏と、名誉副会長である佐井村長などの挨拶の後祝杯が上げられました。

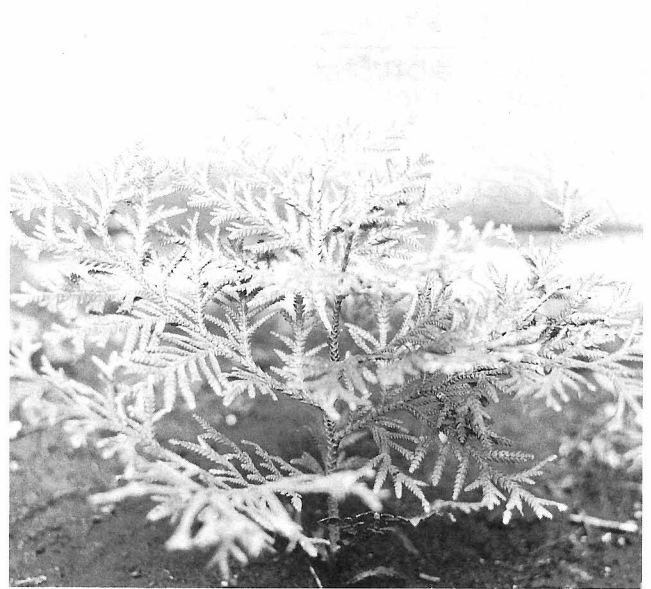
また、各艇長からは力強く、ユーモアのある抱負が述べられ会場を大いに盛り上げました。

当日は曇天ながらも、ヨットレースには程良い波と風で、出艇には問題なく定刻通り午



後一時に、参加十四艇が室蘭大黒島沖目指してスタート、激しいレース展開の中、翌日には全艇がフィニッシュし、二日間わたるレースが終了しました。

## 東京の地で「青森ヒバ」がこんなに大きくなりました



平成四年六月「ラブリーさい」宅配事業で、会員に配付したヒバの苗木がすくすくと成長し、地面から二十五センチメートルと大きくなりました。

東京都世田谷区にお住いの近藤章久さんは「ラブリーさい」の当初からの会員です。庭に植付けた時は約十五センチメートルでしたが、順調に成育し（写真）その成育の早さにおどろいています。

東京と佐井村のかけ橋としていつまでも元気で成長することを願っています。

## 北海道神恵内村 高山庸一村長を迎え

### 「原発講演会」が開催される

八月二十六日午後一時からアルサスしおさいホールに住民の皆さん百余名の聴講者を



庸一村長を講師に招き「原発隣地における地域振興」と題して原発講演会が開催されました。

高山村長は六期二十一年間の在任で、豊富な経験と卓越して行政手腕

を生かした貴重な講話を拝聴することができました。高山村長には公務御多用中、また遠路にもかかわらず来村いただきましたことに感謝と御礼を申し上げます。尚、講話の内容については、広報さい十一月号に掲載する予定です。





### 第11回 佐井村 産業フェア

津軽海峡文化館「アルサス」を会場に十月二十九日～三十日(土、日)の二日間、第一回佐井村産業フェアが開催されます。

これは、農林水産・商工・観光・村の産業が一堂に会し、その現状と将来展望を図るとともに、農林水産物の収穫に感謝し、村の産業の活性化と一層の発展を期することを目的として実施されます。

また、この一年間、村民の皆さんが苦労を重ねて作った農林水産物の共進会、絵画等アイデア工夫展等についての出品応募をお願いいたします。

### ■出品物受付期日等

平成六年十月二十八日(金) 午前中まで

農林産物はJ A下北佐井支所へ。水産物は漁協へ。その他の出品物は役場(地域振興課)へ持参して下さい。

### ■出品要領・規格

出品物には名札をつけて下さい。村内に居住する方などなたでも出品できます。出品規格は別表のとおり出品物は、原則として返却しませんので希望する方は出品時にその旨申し出てください。

### ■表彰

出品物は審査し、優秀なものには賞状及び賞品を贈ります。

佐井森林経営センターでは、佐井村産業フェアに合わせて、薪、細丸太の販売を行ないます。

日時 平成六年十月二十九日(土) 午前十時  
場所 佐井森林経営センター 貯木場

販売予定

**今月の休診日**

**4日** 第1火曜日

**18日** 第3火曜日

= 佐井診療所 =

薪 約二十棚  
細丸太 約四百本(ヒバ)  
その他詳細については、臨時広報によりお知らせいたします。

### 出品規格

部門	区分	数量及び規格
1 農産物展	1. 水陸稲株 米もみ	5株 1株ずつ水洗して根を結束する。 1kg 雑物を除き精選してポリ袋に入れる。
	2. そさい 根菜類	大根3ヶ、カブ5ヶ、菜部3分の2きり捨てる。人参、ごぼう各5本、かぼちゃ2ヶ、長いも3本、馬鈴薯、さつまいも各5ヶ、ユリ3ヶ
		葉菜類
	西洋野菜	ピーマン5ヶ、カリフラワー2ヶ、レタス3株、セロリ、パセリ2株、サラダ菜2株、中国野菜2株
2 水産物展	3. 雑穀	大・小豆、ささげ、なたね、そばその他各1kg、雑物を除き精選してポリ袋に入れる。とうもろこし3本。
	1. 乾物	○海藻(昆布、ヒジキ、若布、モズク) 昆布、若布は県漁連規格とし、ヒジキは100g、モズクは300gポリ袋に入れる。
3 生活改善	2. 加工食品	○スルメ1束5枚 ○その他水産加工品200g以上2袋
	1. 特産物を生かした料理	農林水産物を利用し、地域性を生かした料理、保存食。展示用、審査用各一皿(材料、作り方添付)山菜加工品
4 林産	1. 食品	くり、くるみ各20ヶ、きのこ類300gバット詰、きのこ原木
5 その他	1. 観光物産品 2. アイデア展 3. 盆栽展	手作りのみやげ品(材料作り方添付) 日常生活のアイデア品(説明書付き)

**= 停電のお知らせ =**

東北電力より停電のお知らせをいたします。下記の日程により、停電となります。大変ご不便をおかけいたしますがご理解のうえご協力をお願いいたします。

記

◎停電日時  
10月30日(日) 午前8:00～午後13:00

◎停電範囲  
原田、古佐井、川目、大佐井(八幡堂、大佐井川目、糠森地区の一部)、磯谷、長後、福浦、牛滝  
※停電となるお客さまへのお知らせは、2週間ほど前までにチラシで個別にお知らせいたします。

◎問い合わせ先  
東北電力 大間サービスセンター ☎37-2202

# 行政相談週間

10月16日(日)  
～22日(土)

毎日のくらしの中で、道路、税金、還境衛生、交通安全など、役所に対して苦情、要望がありましたら、行政相談委員にご相談下さい。

行政相談委員は全国の市町村に配置され、みなさんと役所の間に立ってその解決を図るとともに、みなさんの声を行政運営の改善に役立てるものです。

相談は無料で秘密は守られますのでお気軽にご相談下さい。(電話、手紙などいずれの方法でもかまいません。)佐井村では次の方が総務庁から行政相談委員に委嘱されています。

○大石健次郎(☎五四二二)

## 特設行政相談所の開設

行政相談週間中、次のおお「特設行政相談所」を開設します。

○日時 十月十八日(火)  
午前九時半～  
午後二時半

○場所 アルサス二階会議室

○青森行政監察事務所では、

次の日程で「一日合同行政相談所」を開設します。

○十月二十日(木)

午前十時～午後三時  
八戸市庁旧館三階講堂

○十月二十五日(火)

午前十時～午後三時  
青森市アスパム一階イベントホール

## 防犯灯が

## 寄贈されました

青森銀行従業員組合(小山内秀喜執行委員長)では「日頃の業務を通していろいろとお世話になっている地域の方々に『ありがとう』の感謝の気持ちを表したい」と昭和五十五年に組合結成十五周年を記念して、「ありがとう募金」活動が始められました。

その活動の一つとして「明るく住みよい地域社会」を願う、毎年県内各市町村に防犯灯の寄贈を続けています。

このたび、佐井村では昭和六十一年に次いで二回目となる寄贈をいただき、この善意を受けて中道地区に水銀灯四基を設置し、子どもの下校時の安全に役立てています。

## NHK学園の通信教育で

## 自己を高める

## 「生涯学習講座」を!

昭和五十年ごろから叫ばれはじめたわが国の「生涯学習」は年々関心が高まり、カルチャーセンターや通信講座の形で多くの受講者を集めている。

その中でNHKの関連団体であるNHK学園は二十年近い歴史をもって通信講座を実施している。いわば老舗の通信教育団体で、全国でも最高レベルをキープしている。

昭和三十八年に放送を利用して学ぶという画期的な考え方の通信制の高等学校としてスタートした同学園は、昭和五十年に「生涯学習通信講座」を開始する。学園創立当時から

ら名実ともにバックボーンだった故森戸辰男校長(元文部大臣)はつねに「終生学習」ということを提唱しており、

『一生の間には多種多様な学習機会があり、また求めて多様な学習をしてこそ人生である』との考えに基づき、生涯学習講座を開設したものだという。

また昭和六十三年からは、高齢化社会の到来による福祉教育の重要性を考え、地域社会での福祉ボランティアの育成を目指す「社会福祉コース」も開設した。

現在NHK学園では、俳句・短歌・書道・歴史・文学・写真・絵画・ペン字・語学、それに資格の取れる講座など多くの教養、趣味の生涯学習講座を開講しており、毎年、

二十万人の受講者がいる。また社会福祉コースでは、毎年四千人あまりの学生が、社会福祉について総合的に勉強を続けている。

生涯学習講座は随時受講を受けており、また社会福祉コースは十月上旬まで入学を受付けるといふ。あなたもこの機会に自己を高める講座にチャレンジしてみても如何だろうか。

〒一八六〇一  
国立市富士見台  
NHK学園八E〇一係

(代表)  
〇二二〇〇六一八八八  
(フリーダイヤル)

## 青森県立八戸高等技術専門学校 学生募集

### ■コース、定員及び期間

- 制御システム工学科 20名 2年  
(コンピュータ制御システム及び装置の設計・製作の技術者養成)
- 機械システム工学科 20名 2年  
(コンピュータ制御工作機械、溶接ロボット等の技術者養成)
- 設備システム工学科 20名 2年  
(空調設備、衛生設備、電気設備の施工・管理等の技術者養成)

自動車システム工学科 30名 2年  
(二級自動車整備士の技術者養成、取得率100%)

### ■募集対象者

高等学校卒業見込者(平成七年三月卒業予定)または高等学校卒業業者

### ■募集期間

平成6年10月24日(月)～11月18日(金)

### ■選考日時

平成6年11月25日(金)  
9時～(受付 8時～8時50分)

### ■年間経費

- 授業料 無料(国費と県費でまかなっています)
- 教科書等の費用 年間20万円程度
- 学生寮 食費月額2万7000円程度、光熱水費2000円(夏)～3000円(冬)

お問い合わせ

〒039-22

八戸市市川町字長七谷地2-568

青森県立八戸高等技術専門学校

☎0178(22) 6811(代)

# 十月は財形の普及促進月間です

## 財形制度の目的

勤労者財産形成促進制度(財形制度)は、勤労者の貯蓄や持家取得といった財産づくりのための努力を国や事業主が援助・協力することを目的としています。

## ■財形制度の概要

財形制度は、

- ① 勤労者が計画的にお金を貯める「財形貯蓄制度」
  - ② 事業主が勤労者に金銭を拠出し、勤労者の財産づくりを援助する「財形給付金制度」、「財形基金制度」
  - ③ 財形貯蓄をしている勤労者に持家取得のための資金や教育資金を融資する「財形持家融資制度」、「財形教育融資制度」
- からなっています。
- 財形貯蓄制度には
- ① 一般財形貯蓄
  - ② 財形年金貯蓄
  - ③ 財形住宅貯蓄
- の三種類があります。

## ■財形制度の特色

勤労者について

○財形年金貯蓄と財形貯蓄あわせて元本五百五十万円(財形年金貯蓄のうち、郵便貯金、生命保険又は損害保険料、生命共済の共済掛金、郵便年金の掛金等に係るもの)にあつては払込みベースで三百八十五万円)までは利子等が非課税とされます。

○財形年金貯蓄については、年金の支払が終わるまで非課税措置が継続され、老後生活の安定に役立ちます。

○賃金からの控除(天引き)ですから直接銀行などへ出かける手間がはぶけ、知らず知らずに財産づくりができます。

○財形持家融資や財形教育融資を利用することができます。

○財形給付金や財形基金制度を採用している企業においては、その受益者等となる資格ができます。

事業主について

○従業員の生活基盤が安定し、勤労意欲が高まります。

○社内融資制度の資金を公的融資から調達する途がひらかれます。

○従業員の定着性を高め、優秀な人材確保にも効果的です。

財形制度がより一層中小企業において利用されることを目的として、本年十月を「中小企業勤労者財形制度普及促進月間」と定め、制度の導入促進を図ることにしています。

財形制度についてご不明な点がありましたら、雇用促進雇用促進センター

〒〇三〇  
青森市長島二一九一  
青森東京海上ビル七階  
☎〇一七七(七七) 一二三四  
(担当 齋藤)

## 平成6年度 後期 技能検定試験のお知らせ

### ■主な実施職種

さく井・機械保全・農業機械整備・和裁・パン製造・建築大工・配管・型枠施工・鉄筋施工・樹脂接着剤注入施工・バルコニー施工・鋼橋塗装など 34職種

### ■受検資格

受検する職種について特級は一級合格後5年以上、一級は12年以上、二級は3年以上、三級は1年以上の実務経験年数を有する者。

但し、学歴・訓練歴により年数が短縮されます。

### ■受検料

[実技試験] 8,500円～1万3,800円  
(職種によって異なります。)

[学科試験] 2,600円

### ■実施日

[実技試験]

平成6年12月9日(金)～平成7年2月26日(日)までの間の当協会が指定する日

[学科試験]

平成7年2月5日・12日・19日のいずれか指定する日曜日

### ■受付期間

平成6年10月3日(月)～14日(金)まで

### ■合格発表

平成7年3月30日(木)

お問い合わせ・受付

青森市野尻字今田43-1

(県立青森高等技術専門校内)

青森県職業能力開発協会

☎0177 (38) 5561

## 防衛大学校学生等募集

自衛隊では、次のとおり防衛大学校等の学生を募集中です。

詳しくは、  
自衛隊青森地方連絡部  
むつ募集事務所 (☎22-7484)

にお問い合わせ下さい。

### 防衛大学校学生

<受付期間> 平成6年10月3日(月)～10月31日(月)

<試験日(一次)> 11月12日(土)～13日(日)

<資格> 高卒(見込み)21歳未満の者

<記事> 就学年限4年  
卒業後1年で三等陸・海・空尉

### 防衛医科大学校学生

<受付期間> 平成6年10月3日(月)～10月27日(木)

<試験日(一次)> 11月5日(土)～6日(日)

<資格> 高卒(見込み)21歳未満の者

<記事> 就学年限6年  
医師免許取得後二等陸・海・空尉

### 看護学生

<受付期間> 平成6年10月3日(月)～10月31日(月)

<試験日(一次)> 11月9日(木)

<資格> 高卒(見込み)21歳未満の女子

<記事> 就学年限3年  
看護婦免許取得後二等陸曹

～歴史への熱き心～

## 会津若松・むつ下北商工まつり

### 会津藩・会津若松市がやってくる!!

▼10月22日(土)～23日(日)

▼むつ下北観光物産館・イベント広場

# 国保のしおり

## 十月一日から入院中の食事負担が変わります

医療保険制度の改正に伴い、十月一日から入院時の患者さんの食事費用について、定額（一日六百円）の自己負担制がとられることになり、この定額負担分を患者さんが医療機関の窓口で支払うことにな

ります。

なお、市町村民税非課税世帯の方については、村から減額認定証の交付を受け、保険証に添えて医療機関の窓口へ提出しますと、自己負担額が減額されます。

この制度について詳しくは、現在加入している医療保険の保険者（国保・老人医療は役場住民福祉課）にお問い合わせください。

## 負担額はなるの？

(これまで)

診療等 ----- (療養の給付) 給食	一部負担(入院時) 健保本人=1割 健保家族=2割 国保=3割 老人=700円/日
-------------------------------	---

※ 入院時の食事に要する費用は、現在、基準給食で1,900円ですから、この場合の定率一部負担は、健保本人で1日190円、国保で570円です。



(10月1日からは)

診療等 (療養の給付)	一部負担(入院時) これまでと同じ
----------------	----------------------

食事の提供 (入院時食事療養費)	定額負担 (平成6年10月～8年9月)
---------------------	------------------------

- ※
- 一般..... 1日600円
  - 市町村民税非課税世帯等で3ヵ月目までの入院... 1日450円
  - 市町村民税非課税世帯等で4ヵ月目以降の入院... 1日300円
  - 市町村民税非課税世帯等で老齢福祉年金の受給権者..... 1日200円

## 医療費の状況

[6月診療分]

(単位：円)

国保(若人分) 加入者数1,477人

区分	件数	日数	医療費	一件当医療費	一人当医療費
入院	23	369	5,861,560	254,850	3,969
入院外	654	1,117	9,505,930	14,535	6,436
歯科	95	280	1,911,740	20,124	1,294
薬剤の支給	78	109回	629,010	8,064	426
計	850	1,875	17,908,240	21,069	14,125

退職者医療 加入者数 79人

区分	件数	日数	医療費	一件当医療費	一人当医療費
入院	4	137	1,576,240	394,060	19,952
入院外	48	121	1,086,600	22,638	13,754
歯科	6	10	66,470	11,078	841
薬剤の支給	14	18回	155,470	11,114	1,969
計	64	12	267,580	4,181	3,387

(交通事故による損害賠償金に伴う返還金を測定したためマイナスとなった。)

老人医療 対象者数 508人

区分	件数	日数	医療費	一件当医療費	一人当医療費
入院	27	613	9,818,010	363,630	19,327
入院外	489	1,081	10,340,650	21,147	20,356
歯科	25	59	446,690	17,868	879
薬剤の支給	56	86	685,140	12,235	1,349
施設療養費	2	60	550,250	275,125	1,083
計	599	1,899	21,840,740	36,462	42,994

**※お詫びと訂正**  
九月号国保のしおり七ページの、◎誕生日にご注意を!!の中で、「七十歳の誕生日の翌日から」は、「七十歳の誕生日の翌月からの誤りです」でお詫びし訂正いたします。





# 交母だより



佐井村  
交通安全母の会

## 第五回 シートベルト着用推進 キャンペーンクイズ

最近、シートベルトを締めずに車に乗る人が増えていますが、これは大変危険なことです。平成五年に自動車乗車中に事故にあつて亡くなった人の約八割は、シートベルトを着用していませんでした。シートベルトをきちんと締めれば、数多くの人の命が助かったといえるのです。つぎのクイズの答えを考えてください。問題は小・中学生にも答えられるように作ってみました。このクイズを通してシートベルトの必要性和その効果について、ご家族の皆さんで話し合いあつて応募ください。

それでは問題です。

### 問一

運転する人は自分がシートベルトを着用するのは当然ですが、同乗者に対しては、どうするのが最も正しいでしょうか。

- ① 助手席の人だけに着用させる。
- ② 自分だけ着用していればよい。
- ③ 後部座席の人も含めて、全員に着用させる。

### 問二

エアバックを装備する車はシートベルトとエアバックについて、正しいのはどれでしょうか。

- ① シートベルトとエアバックを合わせて使用する。
- ② エアバックがあれば、シートベルトは着用しなくてもよい。
- ③ エアバックの装備もシート

それでは問題です。

10月1日現在  
交通事故死ゼロ  
3,992日

トベルトの着用も必要ない。

### 問三

小さな子供を車に乗せるときは、どのようにしたらよいでしょう。

- ① 助手席に乗せ、大人と同じシートベルトを着用させる。
- ② できるだけ後部座席にあつたチャイルドシートを使用させる。
- ③ 大人のひざの上になつこ

### ○賞品

- A賞 マルチレーザーディスクプレーヤー 三十名
- B賞 CDラジカセ 四十名
- C賞 パーソナルカラーテレビ (十四型) 四十名

### ○応募方法

〒一〇六 東京都港区西麻布 三一二四一二〇 (財)日本交通安全教育普及協会 「シートベルトクイズ」F係まで、お送りください。

### ○応募期間

平成六年九月二十一日から十一月十五日(当日消印有効)クイズに合わせて、シートベルト着用に関するイラスト

やマンガ等も募集しておりますので、御応募ください。抽選のうえ、若十名に記念品(図書券)を差し上げます。

なお、応募いただきました作品については、シートベルト着用推進キャンペーンなどで活用させていただきます。 ※ 当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

### ○主催

シートベルト着用推進協議会 総務庁、警察庁、文部省、運輸省、建設省、日本道路公団、道都高速道路公団、阪神高速道路公団、本州四国連絡橋公団、

全国防犯運動

10月1日~10日

# みんなで つくろう 安心の街





日本自動車三業会、日本損害保険協会、日本自動車連盟、日本自動車販売協会連合会、全日本トラック協会、全日本指定教習所協会連合会、日本自動車輸入組合、全日本交通安全協会、日本交通安全教育普及協会、日本放送協会、日本民間放送連盟、日本新聞協会、日本雑誌協会、日本道路交通情報センター、全国乗用自動車連合会、全国公共農業協同組合連合会、公共広告機構、全国交通安全母の会連合会、日本交通安全科学協議会、日本自動車部品工業会

飲んで乗る あなたは天国 家族は地獄——交通安全は家庭から——

## 県内の交通事故概況

(平成6年)

青森県交通対策協議会

	8月	累計	死者のうち	高齢者の死者	
				20(28)	飲酒運転による死者
発生	831 (766)	5,273 (5,041)	の う ち	シートベルト着用義務者 (着なければならぬ人)	
死者	12 (7)	77 (90)		非着用者 (着けていなかった人)	
傷者	1,025 (1,006)	6,537 (6,181)		着けていれば助かっと思われる人	
				14 (19)	

( )内は前年。累計は1月から。速報値のため後日変更することがあります。

交通マナー・アップ青森'94運動

実施期間(秋季)

10月1日～10月31日

スローガン

～心のゆとりが 身を守る～

毎月1日は交通安全家庭の日

運動の重点

「ゆとり」と「ゆすり合い」のある交通行動の励行

10日、20日、30日は交通事故ゼロの日

事故は瞬間 ベルトは習慣



全国道路標識週間  
(10月1～7日)

## 踏切事故を防止しよう

### (踏切通行時の注意事項)

- 踏切では、必ず一旦止まって、左右の安全を確かめてから通行してください。
- 踏切の中で車が動けなくなったときは、非常ボタンを押すか、発煙筒や手近な上着を振るなどして運転士に知らせ、列車を止めてください。
- 踏切の中で遮断棒に閉じ込められてしまったときは、遮断棒は外側に押し開くことができます。そのまま前にゆっくり進み、車で押し開いてください。
- 警報機が鳴っていたり、遮断棒が下りかかっているときは、絶対踏切の中に入らないでください。
- 交通渋滞などで車が前に進めないときは、踏切の中に入らないで、前に進めるまで外側で待ってください。
- 電化区間では、2万ボルトの高圧電線が上を通っています。車両の制限高さを厳守してください。
- 大型規制のある踏切での大型自動車の通行は絶対しないでください。

# 教育だより

## 第49回 青森県民体育大会

第四十九回市町村對抗青森県民体育大会が八月二十七日～二十八日、五所川原市を主会場に開催されました。佐井村からは五競技に参加、結果は次のとおりです。

◎陸上競技  
(4位以下は記録なし)  
男子百メートルA  
6位 長島 幸雄  
男子四百メートル  
4位 立成 真章  
男子砲丸投げA  
3位 立成 真章

◎ソフトテニス(団体戦)  
1回戦 碓ヶ関3-0佐井  
2回戦 ソフトテニス(団体戦)  
1回戦 碓ヶ関3-0佐井  
2回戦 ソフトテニス(団体戦)  
1回戦 碓ヶ関3-0佐井

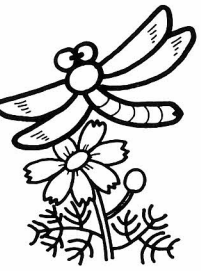
◎卓球  
1回戦 佐井3-0蓬田  
2回戦 柏 3-1佐井

◎ゲートボール  
予選リーグ  
佐井16-10市浦  
碓ヶ関15-8佐井  
大会規定により本選出場ならず

◎バドミントン  
2回戦 碓ヶ関3-0佐井  
2回戦 ソフトテニス(団体戦)  
1回戦 碓ヶ関3-0佐井

◎軟式野球  
準決勝 佐井村3-0三戸町  
決勝 下田町9-0佐井村  
準決勝 バレーボール女子  
東北町2-0佐井村

◎陸上競技  
男子砲丸投げ  
3位 立成 真章  
男子砲丸投げC  
1位 竹内 修  
男子八百メートルリレー  
2位 宮川 洋平  
石戸 貴広  
長島 幸雄  
立成 真章  
女子百メートル  
1分41秒3



## 青森県青年大会

第四十三回青森県青年大会が三八地区を会場に開催されました。佐井村選手団の結果は次のとおりです。

◎軟式野球  
準決勝 佐井村3-0三戸町  
決勝 下田町9-0佐井村  
準決勝 バレーボール女子  
東北町2-0佐井村

◎陸上競技  
男子砲丸投げ  
3位 宮木 岳  
女子百メートル  
1位 山本加奈子  
女子走り幅跳び  
1位 岡本 若子

◎ゲートボール  
予選リーグ  
佐井16-10市浦  
碓ヶ関15-8佐井  
大会規定により本選出場ならず





# ステッキ体操をPR

八月三十一日、むつ市で開催した「I LOVE 下北自然とともに 健康増進 むつ下北大会」で、当村の「ステッキ体操」を紹介しました。紹介してくださったメンバーは、老人クラブ会員、保

健協力員、食生活改善推進員の方々でしたが、昨年青森市で開催した県大会に続いて二回目の披露となり、日常の実践活動をPRすることができました。

# 保健婦だより



～生活の中にスポーツを～

## 10月の保健事業

- 6日(木) 健康相談日
- 12日(水) 受付時間
- 19日(水) 午前9時～12時
- 26日(水) 午後2時～2時30分
- 場所 役場健康相談室
- 電話での相談も受けしますので、お気軽にご利用ください。
- 6日(木) 第1期(2回目)三種混合ワクチン
- 時間 午後2時～2時30分
- 場所 佐井診療所
- 対象児 平成3年9月1日～平成4年8月31日生
- 9日(日) 第5回佐井村社会福祉大会
- 10日(月) 並びに第7回健康づくりフェスティバル
- 時間 午前9時～午後3時
- 場所 アルサス及びその周辺、佐井小グラウンド
- ※後日チラシ等でお知らせします。
- 20日(木) リハビリ教室
- 時間 午後1時～3時
- 場所 あすなろ
- 24日(月) 磯谷地区健康教室
- 時間 午後6時30分～8時
- 場所 漁民研修センター
- 25日(火) 長後地区看護教室及び食生活講習会
- 時間 午前10時～午後3時
- 場所 長後生活改善センター
- 27日(木) 乳児健康相談及び離乳食実習
- 時間 午前10時～12時
- 場所 振興センター和室
- 対象児 平成6年2月生～平成6年6月生
- 28日(金) 福浦地区看護教室及び食生活講習会
- 時間 午前10時～午後3時
- 場所 福浦生活改善センター

## 運動で生活を

### 楽しもう

暑い暑いと過ごした今年の夏は、体を動かすのもおっくうだった方が多かったと思いますが、涼しくなり活発に運動を再開している方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

運動やスポーツは自分の体力にあわせ、「無理なく」「楽しく」「長く続ける」ことが望ましいとされています。今月は、生活の中に運動をとり入れるための具体的方法を紹介いたします。

自分の体力年齢を知ろう  
運動がからだに良いといっても、やり方をまちがえると大事故につながります。又何事もやり過ぎは禁物です。自

分の体力やからだの調子をみきわめることが大切です。昔やっていたから大丈夫という自信過剰も事故や障害を招きやすくします。

次に紹介するのは自分で簡単にできる体力チェックです(図1)。六種目のチェックでそれぞれの得点を合計してください。あなたの体力年齢は何歳代でしたか? 実際の年齢より若ければまずまずといえます。

健康を保つためには、筋力をはじめ、柔軟性、敏しように、持久力、バランス力など様々な要素の体力をまんべんなく養うことが大切です。自分の弱い要素をみつけ、そこを補う運動計画を立ててみましょう。

去る八月二十四日磯谷地区健康教室時男女合わせて二十

名で図1の体力チェックを実施し、結果は表1のとおりでした。

磯谷地区の方は実際年齢に近い体力年齢でしたが、次回チェック時は少しでも若い体力年齢をめざしたいとのことでした。

## ウォーキングのすすめ

一番手軽に、誰にでもすぐ始められる運動法として「歩く」こと、つまりウォーキングがあります。ここでは、スポーツとしての歩き方、エクササイズ・ウォーキングを紹介いたします。図2の正しい姿勢と共に「吸う」「吸う」「吐く」「吐く」を繰り返す四歩一呼吸法

**柔軟性チェック**

からだの軟らかさはどうか？  
 ①両足を伸ばして座り、両手を揃えたまま、上体をゆっくり前に倒していく（足首は伸ばすこと）  
 ②これ以上前に倒れないところまで上体を曲げる  
 <判定>  
 両手の指先がどこまで伸びたか



指先の位置	得点
つま先より前	5点
つま先まで	4点
かかとまで	3点
足首まで	2点
すねまで	1点

**3点以下の人**  
 体操やストレッチを生活の中に取り入れよう

**全身持久力チェック**

どれだけ粘れるか？  
 ①テストを始める前に自分の脈拍を30秒間測り、その値を2倍して1分値とする  
 ②タオルの横に立ち、両足をそろえたまま左右に縄跳びの要領で20回連続して跳ぶ  
 ③運動終了後、すぐに腰を下ろし、運動終了30秒後から1分後までの脈拍を測り、それを2倍する  
 <判定>  
 運動終了後の脈拍が運動前より何拍増えたか



増えた脈拍数	得点
4拍以下	5点
5～9拍	4点
10～14拍	3点
15～19拍	2点
20拍以上	1点

**3点以下の人**  
 タクシーやエスカレーターに頼り過ぎていませんか。努めて歩く機会を

**腹筋力チェック**

おなかの筋肉の強さは？  
 ①ひざを伸ばしたまま、仰向けに寝る  
 ②ひざを曲げずに、両足のつま先で空中に数字を1から順に書いていく  
 ③途中でひざが伸びなくなったり床にかかるとが着いた時は、そこで中止  
 <判定>  
 数字をいくつまで書けたか



書けた数字	得点
25以上	5点
20～24	4点
15～19	3点
10～14	2点
9以下	1点

**3点以下の人**  
 体操、ウォーキング、サイクリングなどを始めてみよう

**敏しょう性チェック**

どれだけ素早く動けるか？  
 ①直立姿勢をとる  
 ②しゃがんで両手をつく  
 ③腕立て伏せの姿勢に戻る  
 ④再び直立姿勢に戻る  
 ⑤①～④の動作をできるだけ素早く5回反復。  
 <判定>  
 5回反復するのにどのくらいかかったか



所要時間	得点
10秒以内	5点
11～12秒	4点
13～14秒	3点
15～16秒	2点
17秒以上	1点

**3点以下の人**  
 バドミントン、テニスなどで敏しょう性を養おう

**バランス能力・脚筋力チェック**

バランス感覚と足の筋力は？  
 ①25本のつまようじ（またはマッチ棒）を足元にばらまく  
 ②片足立ちになり、ひざを曲げながら1本ずつつまようじを拾い上げる  
 ③途中で軸足がずれたり、両足をついた時は中止する  
 <判定>  
 中止するまでに何本拾い上げたか



拾った数	得点
25本	5点
20～24本	4点
15～19本	3点
10～14本	2点
9本以下	1点

**3点以下の人**  
 スポーツやレクリエーションを楽しみながらバランス感覚を養おう

**瞬発力チェック**

とっさに力が発揮できるか？  
 ①結んだタオルを両足首のあたりにはさみ、ジャンプと同時にそのタオルを空中に投げる  
 ②そのタオルを落とさずに両手でキャッチ  
 ③これを5回繰り返す  
 <判定>  
 何回キャッチできたか



成功した回数	得点
5回	5点
4回	4点
3回	3点
2回	2点
1回	1点

**3点以下の人**  
 縄跳びを無理のない範囲で続けよう

**体力年齢判定表**

体力年齢	男(総合採点)	女(総合採点)
20歳代	30点	28点以上
30歳代	25～29点	23～27点
40歳代	20～24点	18～22点
50歳代	15～19点	13～17点
60歳以上	14点以下	12点以下

なるべく正円になり外側に円が描かれるのが理想的です。



を心掛けましょう。  
 先月号でもお知らせしたように、最近町内のあちこちで早足歩きをする人をみかける

**各項目毎点数**

種類	1	2	3	4	5	6	計
説明	柔軟性	全身持久力	腹筋力	敏捷性	バランス脚筋力	瞬発力	
採点	点	点	点	点	点	点	点

**正しい姿勢でウォーキング**

**ポイント1**

あごを引く。でも、うつむかず、数十メートル先の路面を見て。

**ポイント2**

背すじを伸ばす。おなかが出っ張らないように。

**ポイント3**

腕はリラックスさせ、軽くひじを曲げる。足の動きに合わせて前後に大きく振ろう。



**ポイント4**

足を蹴り上げるとき、膝の後ろを十分伸ばすように。

**ポイント6**

①着地はかかとから。  
 ②足の裏の小指側から親指側へと地面に着けていき  
 ③つま先で勢いよく蹴ります



**ポイント5**

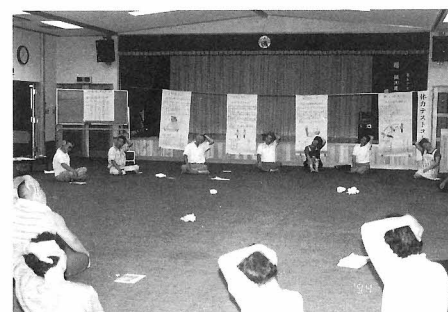
歩幅はできるだけ大きく。身長2分の1よりやや小ささを目安に。

**磯谷地区20人の体力年齢**

平均	性別	
	男性	女性
実際年齢	46.5才	41才
体力年齢	46.8才	42.8才

ことが多くなりましたが、快適にそして安全にウォーキングを続けるためには、無理をしないことが大切です。日暮

れも早まって来ました。夜間歩く時は車に注意して目立つ服装や足元に気を配るなどしましょう。



# 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

## マイホームを 取得したとき

マイホームを取得したときには通常、登録免許税や不動産取得税がかかりますが、一定の要件に該当するときは、それぞれ税額が軽減される特例もあります。

さらに、住宅ローンなどを利用してマイホームを新築したり増改築等して、一定の要件に該当する場合には、入居した年から六年間、住宅取得等特別控除として、最高三十万円（平成五年三月三十一日以前入居の場合は各年最高二十五万円、平成三年三月三十



一日以前入居の場合は各年最高二十万円）を所得税額から控除することができます。

詳しくは、最寄りの税務署や税務相談室にお尋ねください。

なお、タックスアンサーのコード番号は一五五（住宅取得等特別控除のあらまし）です。

## 奥さまと税

最近、家庭の主婦がパートで外に勤めることが多くなっています。

ところで、主婦がパートに出る場合、税金の面で次の二つのことを知っておくと良いでしょう。

- 一、パートで働く主婦自身に、税金がかかるかどうか
- 二、夫の税金を計算するとき、配偶者控除や配偶者特別控除を差し引くことができるかどうかということ

パート収入は、通常、給与所得になります。したがってパートの年収が百万円以下で



## 国民年金制度推進 月間と年金週間

県と市町村では、十一月を「国民年金制度推進月間」と定め、県民のみなさんに国民年金の制度について、より理解していただくために各種の

すと給与所得控除額（最低六十五万円）を差し引いた残額が基礎控除（三十五万円）以下となりますので、所得税はかかりませんし、配偶者控除を受けることもできます。

様に年収が百万円以下ですと所得税はかかりませんし、配偶者控除を受けることもできます。

また、内職などの収入は、収入から必要経費を差し引いた残りが事業所得または雑所得となります。

詳しくは、最寄りの税務署や税務相談室にお尋ねください。

ただし、家内労働者など、特定の人に対して継続して労務の提供をする人については、必要経費として六十五万円（収入金額が限度です）を差し引くことができます。

タックスアンサーのコード番号は、一五二（パート収入はいくらまで税金がからな

したがって、収入が内職だけの場合は、パート収入と同

いからまでなら配偶者控除が受けられるか）です。

広報活動を行います。この推進月間のうち、十一月六日から十二日までの一週間を特に「年金週間」とし、年金制度への参加意識の高揚を図るため、イベントなどを開催する予定です。

「明日のあなたを考えると…年金はあなたが主人公です」

国民年金制度は、働く現役世代が、お年寄りなどの受給者を支える「世代間扶養」の理念のもとに運営されています。

いまは支える側においても、将来は支えられる立場となることを理解し、年金についての認識を深めていただくた



# 出稼ぎと国民年金

国民年金の加入者は、農業や自営業などの第一号被保険者、サラリーマンなどの第二号被保険者、第二号に扶養されている配偶者の第三号被保険者の三種類に分かれています。

農閑期に出稼ぎに行き、そこで厚生年金保険に加入する場合に、第一号被保険者から第二号被保険者になり、配偶者は、健康保険の被扶養者に認定されると第三号被保険者になりますので、種別を變更する届出が必要です。

この届出をすれば、国民年金

金の保険料を納めなくてもよくなります。出稼ぎを終えて帰ってきたときには二人とも第一号被保険者になりますから、再び種別変更の届出が必要になりますので、忘れないようにしてください。

届出先は国民年金係です。

## 国民年金にご加入の自営業者の皆さまへ 国民年金の上積み年金 ＝国民年金基金に加入しませんか

サラリーマンの方は月額20～25万円程度の年金となっていますが、自営業者の皆さまの国民年金（老齢基礎年金）は、ご夫婦で12万円程度となっています。

自営業の皆さまには、新たに国民年金基金に加入することにより必要な年金を上積みすることができます。国民年金と国民年金基金のセットでサラリーマン並みの年金を確保して、安定した豊かな老後を実施しましょう。

国民年金基金は、「国民年金法」に基づく自営業者のための公的制度だから安心！そのほかにも、税制上の優遇措置などのメリットがありますので紹介します。

○受け取る年金、支払う掛金の両方に税制上の優遇措置が

これぞ公的年金のメリット。受け取る年金には「公的年金等控除」が適用され、扶養配偶者のいる65歳以上の方で収入が年金だけの場合、およそ320万円まで所得税がかかりません。また、掛金も全額「社会保険料控除」の対象となり、所得控除が受けられます。

○加入後でも事業状況に応じた掛金の調整ができます

加入後、事業状況に応じて加入口数を増減することにより、掛金を調整できるのも大きな特徴で、自営業者の年金としてはうってつけです。万一、掛金を納められなくなっても、納めた分は必ず年金として支給されますので確実な老後保障につながります。

お問い合わせ

〒030

青森市古川1-21-8

読売青森ビル5F

☎0177(77)1700

青森県国民年金基金



行く秋の 所々や

下り 燕村 茶

紅葉から

下り 茶

まずかかり 築は古くからある漁法の一つで、川の流れに竹簀などを仕掛けて魚をとる方法です。川を下る魚をとるのを下り築、上る魚をとるのを上り築といいます。アユやマス、フナやカジカなどをとるときに、使われることが多い漁法です。

## 下り築

昔は全国各地の川でよく見かけましたが、最近魚の資源保護などを理由に、あまり築を仕掛けなくなってきたようです。

さて、十月は「食生活改善普及運動月間」です。毎日の食事の栄養バランスが悪いと、成人病を引き起こす要因ともなります。毎日の食生活を見直し、偏った食事をしていないかどうか、チェックしてみましょう。



秋になると、川に近い街道などに、「○○名物××築」などと書いたのぼり旗を見かけることがあります。これは、観光用につくられたものです。築で落ちアユなどをとり、その場で料理をしてくれるのです。

塩焼きは、アユ料理の定番



# 足に合う靴を選ぶ

— ペンを小道具に使う —



靴が足に合わずに、痛い思いや靴ずれができた経験をした方も多いでしょう。では、足に合う靴は、どうやって選べばいいのでしょうか。

まず、手で中底を触ってみます。足の裏が直接当たる靴の中底に、しわや凹凸があるものは、足を疲れさせますので避けたほうがいいでしょう。

次に、靴を床に置いてください。かかとの部分がしっかりと地面についている靴が、バランスも安定感もいいのです。ところが女性の履くヒールは、かかとの接地面積が小さいので、安定が悪ければ、履き心地はもちろん、足が疲れやすくなります。靴を選ぶときは、特にバランスや安定感を確かめましょう。

靴の先を指で押すのも、チェック法の一つです。革が厚くて弾力性のない靴や、逆に

革が薄くて反発力のない靴も、足が疲れやすくなるといえます。

次に、靴と足の大きさが合っているかどうかの見分け方です。実際に、靴を履いてみましょう。靴の中で指が動かなくなったり、親指のつめが強く当たる靴は、どんなに気に入ったデザインでも避けるべきです。さらに、足の指先をつま先一杯に押し込みます。このとき一本のボールペンが、かかとの部分に挟まるスペースがあれば合格です。

では、床を歩いてください。立ち止まって両足でかかと立ちや、つま先立ちをしてみましよう。しゃがんだり、足を開閉したりなどもしてみてください。これは、靴が足に当たらないか、靴の中で足が滑らないかのチェックです。見て触り、履いて歩く——ぜひ

実践してみてください。

ところで、靴は夕方を選びましょう。朝と夕方とは、足の大きさに若干の違いがあるからです。朝に選んだ靴は、午後にはきつくなる可能性があります。



## 戸籍の窓口

9月14日現在

◎お誕生おめでとう  
七戸 貴哉 (武司) 古佐井

◎ご結婚おめでとう  
宮川 範彦 大佐井  
三上 貴子 青森市  
金澤 清明 大佐井  
永田 涼子 長崎県

◎おくやみ申し上げます  
田中松五郎 (繁喜) 磯谷  
横濱 ミヨ (壽) 磯谷  
品田 祥枝 (稔) 古佐井  
大畑久四郎 (義隆) 牛滝  
福田 さだ (欽一) 大佐井

※個人のプライバシーを尊重する意味で掲載してほしくない方は、届出の際、係に申し出て下さい。

### ◁おわびと訂正▷

広報9月号の「戸籍の窓口・お誕生おめでとう」の名前の一部が間違っていたので訂正しておわびいたします。

田澤葉奈子→田澤葉名子

### “親子ふれあい村”手作りの秋を楽しもう” 参加者募集

自然の中で深めよう親子のふれあい  
下北少年自然の家では、“親子ふれあい村”手作りの秋を楽しもう”の参加者を募集します。自然の中での活動を通して、親子のふれあいを深めましょう。

■いつ 平成6年11月12日(土)  
午前9時30分～午後3時  
■どこで 青森県立下北少年自然の家  
■だれが ・小学校3年生から高校生までとその保護者100名

※子ども会や育成会等の少年団体でも参加できます。

■なにを 自然の素材を利用して、野山のクラフト(工作)などを作ります。

■参加料 1人500円(昼食代、保険料等)  
※材料費などは別途徴収いたします。

■申し込み 11月4日(木)までに下北少年自然の家まで申込書をお送りください。

☎0175 (34) 5858

### 8月31日現在人口(前月比)

男 1,747 (±0)  
女 1,766 (+3)  
計 3,513 (+3)  
世帯数 1,109 (-2)