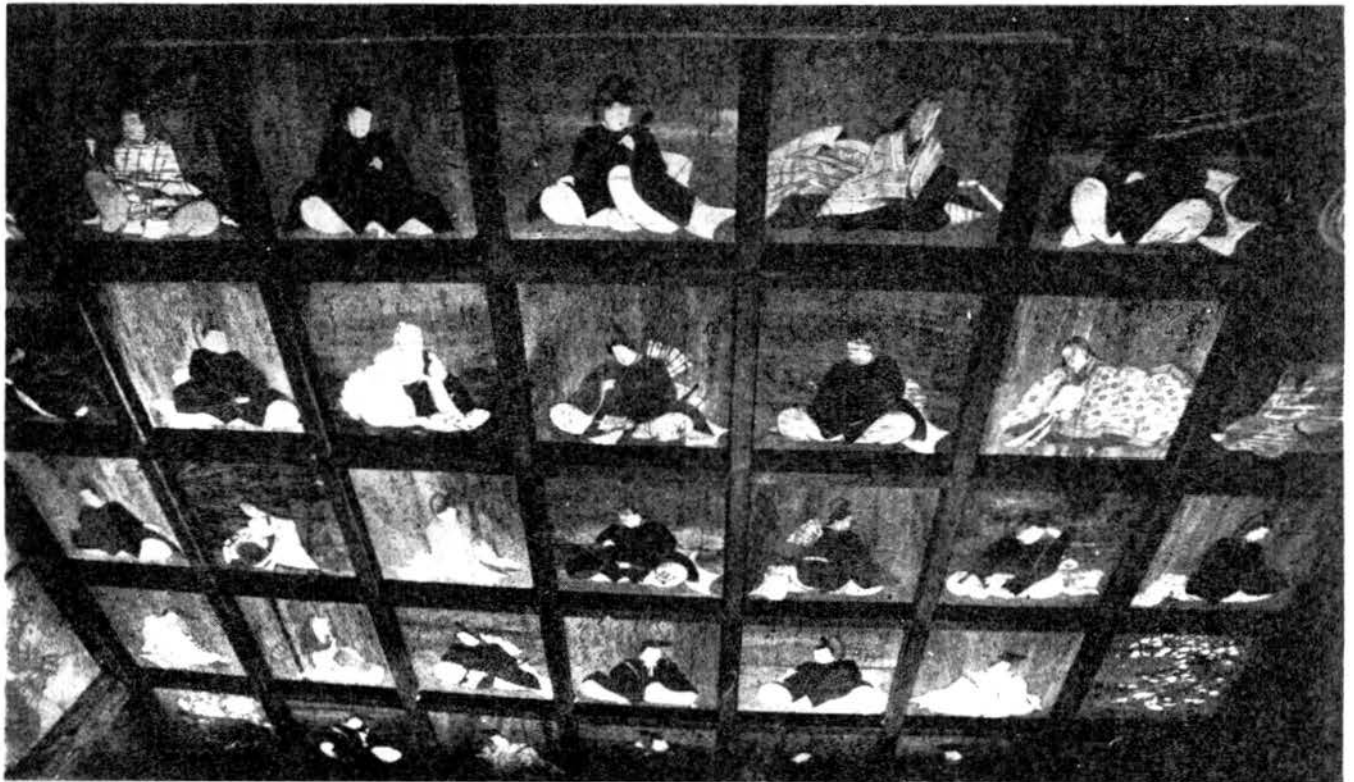


広報あさひ

今月のおもな記事

- ・ 統合中学校建設きまる(2)
- ・ 朝日町が保健文化賞
受賞……(2)
- ・ 東海北陸公民館大会
表彰の栄……(4)
- ・ 秋の全国交通安全運動(5)
- ・ 朝日町職員採用
試験公告……(6)
- ・ 循環器健康診断から……(9)

昭和54年9月10日発行 発行所 朝日町役場 ☎ 07658-3-1100 (千939-07) 昭和32年8月8日第3種郵便物認可 定価25円 印刷 岡越印刷



三十六歌仙図

絵馬拝見

格天井に描かれた絵

江戸時代になると歌仙図の絵馬奉納は一般にひろまり、盛んになった。

一枚の板に描かれた一人の歌人画や六歌仙図の他に、三十六歌仙図の絵等、いろいろと描かれ奉納された。

池の原・石谷神社に奉納された歌仙図は、格天井に張られた天井板に描かれた三十六歌仙図である。

六列と七列に張られた計四十二枚の板に、極彩色に三十六人の歌人の絵と併せて、その歌人の歌が書かれている。

描かれた時代は不明だが、作者は泊町の住人双川祐斉である。

朝日町には、このような天井絵の歌仙図は他に数カ所あるが、この天井絵の四隅には、青龍・白虎の絵が描かれている。

記憶も生々しい飛鳥の高松塚古墳の壁画にあったあの青龍・白虎である。

高松塚では、東に青龍・西に白虎・南に朱雀・北に玄武の四神だったが、三十六歌仙の天井絵は、東・白虎、西・朱雀、南・青龍、北・玄武が描かれている。

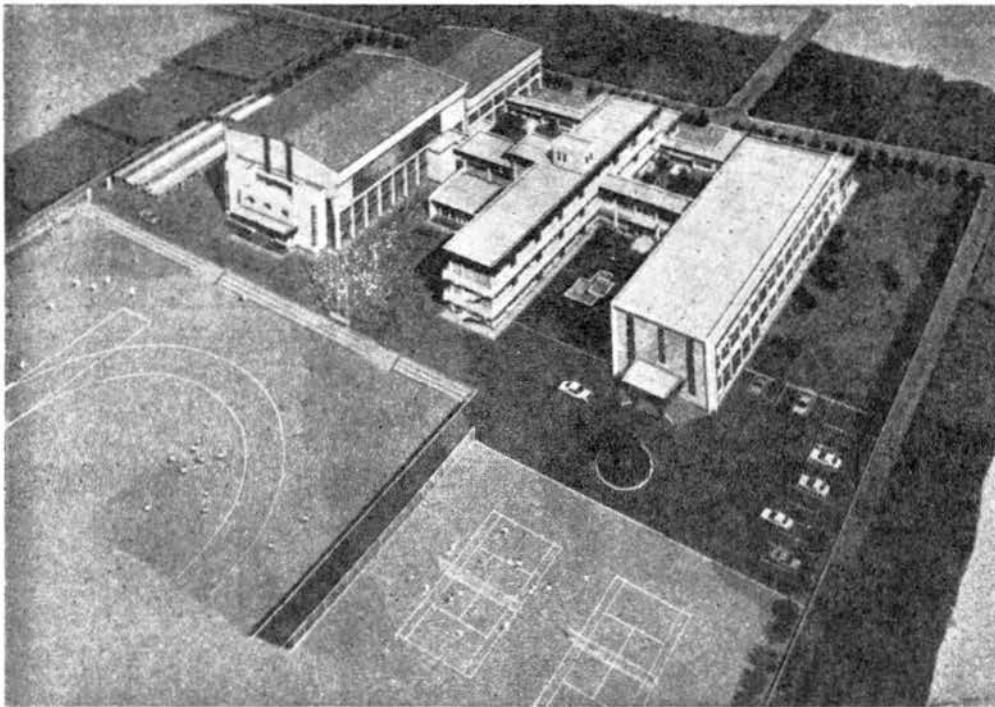
四神を描いた珍しい天井絵馬といえよう。

池の原・石谷神社

統合中学校建設決まる！

昭和五十四年度から三年計画

町では、かねてより計画していたことになりました。
統合中学校々舎等の建設が、このほ 着工は10月の予定です。
ど国の認可を受けて建設に着手する 建設は、校舎を昭和54年度と昭和



55年度の2年度、屋内運動場は、昭和56年度に建設し、昭和57年4月から朝日中学校として開校します。

統合中学校の規模は、普通教室23特別教室は、理科、音楽、美術教室が各2教室、木工、金工、調理、被服礼服、視聴覚兼アンサー、L.L、図書室、生徒会室、相談室が各1教室、管理室として校長室、職員室、事務室、保健室、印刷室、放送室が各1室からなり、校舎は、鉄筋コンクリート三階建、面積は、7、379平方メートルとなります。
屋内運動場は、鉄骨造り、面積1121平方メートルとし、この階下に給食調理室と食堂を設け、より近代的な学校の建設を進めていくことにしています。

会社などをやめたら 国民年金に 加入手続きを

勤め先を途中でやめたら、国民年金に加入しなければならぬ場合もあります。

そのとき配偶者がまだ国民年金に加入していなければ一諸に手続をしてください。

そうすれば、今まで加入していた厚生年金などつながり、将来それの加入期間に応じた通算老齢年金が受けられることになります。

この加入期間は、20歳以上60歳未満です。

通常、老齢(退職)年金を受けるには、その制度に15年から25年加入

していることが必要です。

しかし、職業により加入する年金制度が異なっているため転職・退職などにより他の年金制度に移ったりして、一つの制度だけで必要な期間を満たすことの出来ない人は、いくつかの制度の加入期間を合算して一定の期間があると、通算老齢(退職)年金が受けられます。

1 一定の加入期間は

原則として、一つの年金制度に1年以上の加入期間があり、かつ昭和36年4月1日以降の加入期間であることが条件です。

イ 国民年金と他制度の合算期間は25年以上です。

ロ 厚生年金と他制度(国民年金を除く)の合算期間は20年以上です。

ハ 他の制度から年金を受ける資格があるか、受けているときは合算する制度の加入期間です。

この一定期間は、加入者の生年月日により短縮されています。

2 受給開始年齢は

通算老齢(退職)年金の受給開始年齢は、国民年金は65歳から、厚生年金などは60歳からです。

なお、くわしいことは、地区国民年金委員か町国民年金係(☎311100内線29)または、魚津社会保険事務所(☎0765-241149)へお問い合わせください。

朝日町が保健文化賞受賞

町ぐるみ健康づくり活動の
成果が認められる

保健衛生の向上に功績のあった団体・個人に贈られる第31回保健文化賞(第一生命主催、厚生省・朝日新聞社・NHK後援)の受賞者に朝日町が選ばれました。

保健文化賞は、保健衛生部門の文化勲章とも言える権威のある賞で、

今回朝日町が受賞するのは、結核予防活動、成人病予防活動を中心とする町ぐるみの総合的健康づくり活動の取り組みの成果が認められたものです。

表彰式は、9月27日に東京で行われることになっています。

盛会だったふるさと講演会



8月18日
老人福祉センター



若くして故郷を離れ、今日県外に
おいて活躍されている方々で旧盆に
墓参のため帰省される方にお願ひし
ふるさとについての講演会を、去る
8月18日、老人福祉センターで開催
しました。

初めての試みでしたが、旧盆の多
忙な中、多くの聴衆者が参集し盛会
のうちに終わりました。
当日講演された方は次の方々でし
た。

東京神田予備校理事長
長崎 真寿夫氏
東京渋谷加藤クリーニング代表
加藤 与幸氏

ふるさととは遠きにありて思うもの
とか、長崎氏の話は、人間同志の出

無 料 法 律 相 談

日 時 10月17日(水)
午前10時～午後4時
場 所 朝日町福祉センター
主 催 富山弁護士会
魚津調停協会
富山地方裁判所魚津支部
家庭裁判所
朝日簡易裁判所
富山家庭裁判所朝日出張所
相 談 民事・商事・家事・交通な
事 項 どの一般法律問題全般につ
いて

相談を受けられる方には、制限が
ありませんので、気軽にご来訪くだ
さい。

第6回全国一斉 登 記 無 料 相 談

富山県司法書士会では、登記制度
の普及と地域住民への奉仕の一環と
して、次のとおり登記等の手続およ
び司法書士業務全般について、気軽
に相談に応じますので、みなさんの
ご来訪をおまちしています。

記
日 時 10月1日(月)
午前10時～午後3時
場 所 老人福祉センター
主 催 富山県司法書士会

本 町 の 人 口

男	9,097
女	10,227
計	19,324
世帯数	4,974

54年9月1日現在

『心身障害者雇用促進月間』

9月1日から 9月30日まで

下新川郡朝日町431
☎076581210198

新しい16ミリ映画を

楽しみましょう

朝日町視聴覚ライブラリー

魚津公共職業安定所では、9月1
日から9月30日までの1カ月間を、
心身障害者雇用促進月間と定め、潜
在求職者の把握およびその労働能力
に応じた職業のあっ旋並びに雇用率
未達成事業主への雇用奨励等に、積
極的にとりくむことにしていますの
で皆さま方の一層のご協力を、お願
いいたします。

なお心身障害者を雇用される事業
所には、雇用奨励金制度等があり、
また障害者の方々には就職を容易に
する技能養成制度等もありますので
ご利用ください。

詳細につきましては左記へお問い
合わせください。

連絡先 魚津公共職業安定所

魚津市本町一丁目4-32

☎076512410365

フィルム名	対象	時間
テニス教室	青少年・成人	20分
趣味のある老後	成人	30分
叱れない親	一般・婦人	30分
叱れない親	一般・婦人	30分
エベレスト	青少年・成人	25分

○楽しいキャンプ
のために 青少年・成人 30分
○ごん太と森の
動物たち(マンガ) 児童 20分
○ニコタンぼくの
およめさん(マンガ) 児童12分
利用希望の方は、朝日町視聴覚ラ
イブラリー(☎310279)に申
し込みください。
なお、映写には16ミリ映写機操作
免許が必要です。

寄 附 ・ 寄 贈

東京都 長崎真寿夫氏より「広報
あさひ」の編集の一部に
と5万円

訂正とおわび

8月号2ページの教育長の略歴の
うち、最終が「富山市教育センタ
次長」となっていました。富山
市教育センター所長の誤りでした
ので、訂正しておわびいたします。

東海北陸公民館大会表彰の栄

境公民館長 水島近太郎氏



朝日町境
水島近太郎氏

去る8月27日、28日の両日にわた

って富山県民会館において東海北陸
公民館大会が開かれ、この席上、境
公民館長水島近太郎氏が、永年勤続
および優良公民館長として表彰の栄
を受けられました。

氏は昭和39年4月、境公民館長に

就任以来、15年余にわたって地域社
会の教育文化の向上に努力され、特
に近年は新生活運動に力を注ぎ、生
活改善による住民の保健と体位の向
上につとめ、その顕著な成果により
、国、県の新生活運動協議会よりの
表彰を受けられました。

また、地域住民の協力のもと、待
望の境公民館の建設を成し遂げ、住
民のニーズにこたえて公民館活動を活
発にし、地域づくりに努力された功
績は顕著であり、このたびの表彰の
運びとなったものです。

狩猟講習会・狩猟免許試験

昭和54年度の初心者狩猟免許試験
および講習会がつぎのとおり行われ
ますので希望者はお申し込みくだ
さい。

(甲、乙、丙種)

初心者講習会

1期日、会場

・9月29日～30日(2日間)

富山県民会館705号室

・10月6日～7日(2日間)

高岡総合庁舎

2受講科目

開係法規、猟具学科、鳥獣判別、
距離目測、猟具取扱実技

3受講料、テキスト代共

3,700円

狩猟免許試験

1期日、会場

・10月4日 県民会館401号室

・10月12日 県民会館401号室

2試験科目は講習科目と同じ

3免許手数料等

・手数料2,850円

・医師の診断書

・写真1枚(ライカ版)

◎狩猟免許、講習会手続きは9月19
日まで役場産業課へ申し込んでく
ださい。

8月4日 河川美化パレード



きれいな心で

きれいな川を!!

「川にゴミを捨てないように」と8
月4日午後河川美化パレードを行い
町民に河川愛護を呼びかけました。
町の美化運動のひとつとして、河
川へのゴミ捨て防止および衛生思想
の向上を図り住みよい町づくりを推
進するために行われました。
この日のパレードには保健衛生協
議会、保健衛生委員地区代表、町連
婦、町連青、町職員等約40名が参加
し「川はともだち」「川を大切に」
の横幕をつけた12台の自動車に分乗
して町一円を広くPRしました。

台風シーズンと

火災予防

これから台風シーズンを迎えます
が台風通過時には当地方特有のフェ
ーン現象で空気が異状に乾燥して火
災が発生しますと大気になりやすい
気象条件になりますので火の取り扱
いには充分注意してください。

また稲作の収穫期になり乾燥機を
使用されると思いますが乾燥機の取
り扱いには充分注意し、乾燥機より
の火災に備えて、消火器を準備しま
しょう。

また田圃等で火を使用する場合は
事前に消防署へ届け出なければなら
ないことになっていきますので、無届
けで行わないようにしてください。
なお、夜間および風の強い日、空
気が乾燥している時の火の使用は禁
止されています。

危険物取扱者試験

昭和54年度第2回危険物取扱者試
験が次の要領で実施されます。

▽試験の実施種別

・甲種危険物取扱者試験

・乙種危険物取扱者試験(全類)

▽試験実施日

・昭和54年11月4日(日)

▽試験場所

・富山市五福 富山大学教養部

▽受験願書受付

・昭和54年9月12日(水) から9
月22日(土) まで

詳細については、朝日町消防署(3110009)へお問い合わせくだ
さい。

紅葉の

朝日岳登山会

紅葉の朝日岳の風景を満喫しようと、この
たび大連華山保勝会では、下記により登山会
を開催しますので多数の参加をおまちしてい
ます。

記

期 日 9月29日(土)～10月1日(月)
2泊3日
会 費 15,000円(宿泊費、交通費、その他)
コース 泊駅集合→平岩→蓮華温泉(泊)
→滝見屋根→カモシカ原→五輪尾
根→朝日岳→朝日小屋(泊)
夕日ヶ原→北又小屋→小川温泉元
湯(解散)
定 員 30名(定員次第締め切り)
申込先 朝日町山崎大連華山保勝会事務所
雲(昼)4-8852 山崎郵便局
雲(夜)4-8917 事務局

児童クラブ野球大会

優勝旗でできる

——小沢浩氏寄贈——

朝日町児童クラブは、昭和40年まではわずか10クラブの結成しかみなかったが、昭和41年以降急速に増加し、本年8月現在26クラブが結成さ



れ、児童数も1千200名を数えるに至っており、それぞれの地区において熱心な指導者のもとに活動が行われています。

従来からクラブではその主要行事として野球大会を行っていますが、この大会の優勝者に授与する優勝旗がありませんでした。

従来他市町村では、県、郡大会に出場する際は、クラブの連合会旗と共にこの優勝旗も先頭に掲げて行進を行うのが例になっており、朝日町ではこれがないため常に淋しい思いをしていたところ、本町の小沢浩さん(社会教育委員会議長)が、これを聞き、国際児童年を記念してこのたび朝日町教育委員会を通じて立派な優勝旗が寄贈されました。(価格約18万円)

(写真は寄贈された優勝旗)

選挙一〇メモ

学生の

選挙法上の住所

学校所在地の寮、下宿、アパート等にあつて修学する学生の公職選挙法上の住所は

① 郷里に妻子があるか

② 郷里に管理すべき財産があるか

などの特段の事情がない限り、住

子供とお年寄りを守ろう

秋の全国交通安全運動

9月21日～30日

今年も9月21日から30日までの10日間、秋の全国交通安全運動が繰り広げられます。

今年に入ってから交通事故で亡くなった方は、6月末日で3千223人(全国)で、昨年と同じ時期に比べて212人(5.1%)減っています。

交通事故の発生件数および負傷者の数は、逆に増えているのが特徴です。また、亡くなった方では、相変わらず子供とお年寄りが多く、原動機付き自転車の事故による死者も含めて、道路交通の上で「弱い立場」

所は修学地にあるとされています。

したがって郷里に住氏登録がなされ、選挙人名簿に登録されていても学生については、郷里では投票ができないことになっています。

このようなことから学生については、どこにも選挙権がない等の事態が生じます。

こうしたことのないためにも、みなさんの家庭で学生の方がおられましたら修学地の方へ住民票を移されるようお勧めください。

なお、詳細については朝日町選挙管理委員会(電話311-1000、内線45)へお問い合わせください。

にある人々の犠牲が目立っています

こうした死亡事故の原因をドライバーの側から見ると「スピード違反」をトップに「わき見運転」、「酒酔い運転」と続き、この傾向はこの数年まったく変わっていません。

このようなスピードへの慣れや、ちょっとした油断などドライバーとしての基本的事項をきちんと実践してこそ、「事故のない明るい社会」への第一歩といえるでしょう。

このような背景から、今年は、

▽子供と老人の交通事故防止

▽自転車および原動機付き自転車の安全利用の促進

▽安全運転の確保とシートベルト着用の推進

の3項目を重点テーマに、国民総ぐるみで秋の全国交通安全運動が行われます。

△今月の税金▽

国民健康保険税(第二期分)
忘れずに納めましょう。

ヘルメットをかぶろう



自動二輪車による死亡事故の72%は、頭部損傷によるものです。

ヘルメットはJIS規格のものなど良質のものを選び、あごひもをきちんと結んで正しくかぶりましょう

法定速度を守ろう



原動機付き自転車は、時速30キロ以上で走ってはいけません。

スピードの出し過ぎは、急ブレーキの原因となり、転倒する危険性が伴います。

また、急発進も事故のもとです。

交差点では一時停止を



事故の約3割は、交差点での出合いがしらに起きています。

交差点では、いったん停止して、左右をよく確認してから渡りましょう

昭和54年9月10日

朝日町職員採用試験公告

朝日町長 中 川 雍 一

この試験は、朝日町（本庁、出先機関）において事務的業務に従事する職への採用候補者を定めるために行うものです。

1 試験区分と採用予定人員

一 般 事 務 上 級 若 干 名 初 級 若 干 名

2 受 験 資 格

区 分	学 歴	年 齢	男女の別	そ の 他 の 要 件
上 級	学校教育法による大学(4年制)卒業の学歴を有する者(昭和55年3月卒業見込みの者も含む。)	昭和31年4月2日から昭和33年4月1日までに生まれた者	男 子	(1) 朝日町に居住する者 (2) 必要学歴はこれと同等と認められる学歴資格を含む。
初 級	学校教育法による高等学校卒業の学歴を有する者(昭和55年3月卒業見込みの者も含む。)	昭和34年4月2日から昭和37年4月1日までに生まれた者		

(注) 上記に該当する者でも、次のいずれかに該当する者は受験できません。

- (1) 日本の国籍を有しない者
- (2) 禁治産者及び準禁治産者
- (3) 禁こ以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで又はその執行を受けることがなくなるまでの者
- (4) 日本国憲法施行の日以降において、日本国憲法又はその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党、その他の団体を結成し、又はこれに加入した者

3 試験の日時、場所、方法及び合格発表

区 分	日 時	場 所	方 法
第 1 次 試 験	昭和54年10月28日(日) 受 付 8:45～9:15 試験説明 9:15～9:30 教養試験 9:30～12:00 作文試験 13:00～14:00	富山市立 芝園中学校 (富山市芝園町)	(1) 教養試験 公務員として必要な一般知識及び教養について、択一式筆記試験を行います。 (2) 作文試験 文章による表現力、まとめ方等について行います。
第1次試験合格発表	11月中旬	朝日町役場前掲示場に氏名を掲示して発表します。なお、合格者には書面で通知します。	
第 2 次 試 験	12月上旬(試験日時、場所等は、第1次試験合格通知に併せて通知します。)		(1) 面接試験 主として人柄などについて、個別面接により試験を行います。 (2) 身体検査 職務遂行に必要な健康を有するかどうかについて検査を行います。 (3) その他 上記のほか、職務遂行に必要な検査等を行う場合があります。
身 上 調 査	第1次試験合格者について、受験資格の有無、申込書記載事項等について調査を行います。		
第2次試験合格発表	12月下旬	朝日町役場前掲示場に氏名を掲示して発表します。 なお、受験者には合否にかかわらず書面で通知します。	

4 合格者の決定から採用まで

- (1) 合格者は、採用候補者名簿に記載され、この中から成績順に採用する者を内定します。名簿は、昭和55年9月30日まで有効です。
- (2) 採用は、名簿の有効期間中において必要に応じて決定されるので、合格者全員が採用されるとは限りません。

5 受験申込手続

- (1) 申込用紙請求先、受験申込先及び問合せ先
朝日町役場総務課
〒939-07 朝日町沼保810の5
(TEL 07658 (3) 1100 内線16)
- (2) 申込用紙の請求
ア 申込用紙は、朝日町役場総務課において交付します。
イ 申込用紙を郵便で請求する場合は、「朝日町職員採用試験申込用紙請求」と朱書きし、50円切手を貼ってあて先明記の返信用封筒を同封して下さい。

(3) 申込方法

- ア 申込用紙に必要な事項を記入し、朝日町役場総務課へ提出のうえ、受験票を受領して下さい。
- イ 申込用紙を郵送する場合は、封筒の表に「朝日町職員採用試験申込」と朱書きし、受験票送付のために20円切手を同封して下さい。
- ウ 受験票には、受験申込前6カ月以内に撮った本人と確認できる写真(上半身、脱帽、正面向たて 6.0センチメートル、よこ 4.5センチメートル)を貼って試験当日持参して下さい。

(4) 受付期間及び受付時間

昭和54年9月25日(火)から同年10月5日(金)まで
平日午前8時30分から午後5時まで、土曜日午前8時30分から正午まで、なお、郵送による申込は、昭和54年10月5日までの消印のあるものに限りします。

郷土の伝説 西 東

(42)

清左エ門如来 腰掛石

光照寺 月山

話は遠い昔、400年程前、南保河
原の岩の土族であった月山・光照
寺の先祖は、越後より攻めてきた
上杉勢に追われ小川の河原に逃れ
剃髪して命を救われた。

その後、石山合戦の時、本願寺
に助けを送った際、寺の代理とし
て水野清左エ門等数人が行き、功
をたて阿弥陀如来絵像を頂き帰り
、自宅に安置していた。

ある年の田植頃、清左エ門家の
あらくりのときの話である。

馬が疲れたのか動かず、鼻
の取り手もなくなった。

そこへどこからともなく来
た小坊主が馬の鼻を上手に取
り、あらくりをおわらせ、付
近の「中の川」でよごれた
足を洗っていた。

しばらくして家の者がお礼
を言うため呼びに行ったが、
どうしたことか姿が見えず、
あきらめて家に帰って来た。

家に着くと、誰のものなの
か玄関から点々と濡れた足跡
が家の中へつづいていた。

足跡は座敷へと続き、仏壇
に安置してあった如来様の前
でぶつくりと消えていた。

小坊主は阿弥田様の化身だ
ったと気づいた清左エ門家



△清左エ門如来腰掛石▽

は、この絵像を光照寺に寄進し
た。

寺では今もこれを清左エ門如来
様とって大切に保管している。

また、小坊主が川で足を洗った
とき腰掛けていた石を寺に運び、
清左エ門如来掛石として、子供達
もこの石に上らないよう大事に保
存されている。

10月1日は 法の日



全ての人の自由が平等に
尊重されるように。

なりません。
さらに、「法の支配
」が確立されることは
我国の繁栄と世界平和
樹立の重要な基盤にな
るといえます。

このために、私達は
、「法の支配」の重要
性をよく認識し、国民
一人ひとりが自ら「法
」を守る必要があります。

おしらせ

広報あさひ縮小版の注文を
忘れてはいませんか？

広報あさひの縮小版の注文を先
月配布しましたが、注文を忘れて
おいでの方は、電話での注文で結
構です。役場総務課広報係
(☎31100内線16番)へ申
し込んでください。

県民手帳の注文は 済みましたか？

県民手帳の注文を忘れておいで
の方は電話で結構です。役場総
務課統計係(☎31100内線
15番)まで申し込んでください。

泊駅から 全国駅ゆき

“いい日旅立ち”
国鉄泊駅の利用に
協力しましょう

理化や旅客長距離列車の輸送力の増
強に重点が置かれています。

こうした合理化に伴う列車や小荷
物取り扱い発着駅の決定は各駅の利
用実績が大きなウェイトを占めるも
のと考えられます。

わが町、泊駅は、立地条件や利用
実績もかなりありますが、さらに定
期バスや団体旅行時の窓口として、
また小荷物輸送等にも一層利用され
るよう協力しましょう。

10月1日は、「法の日」です。
「法の日」とは、「法」を尊重し、
基本的人権の擁護と社会秩序確立の
精神を高揚することを目的とした日
です。

民主主義国家においては、国民す
べてに個人の自由を保障していま
す。しかし、その自由は、各人が勝手
気ままに振る舞うことができる意味
ではありません。

他人も自分と同じ自由を持つてい
るのです。各人平等に各人の自由の共
存が図られなければなりません。

そこで「法」によって各人の自由
の限界を定め、また、万一人や国
からなど不当に国民の自由が侵害さ
れたときその侵害から自由を保護す
ることを保障しているわけです。

このように、個人の基本的権利を
擁護し、社会秩序を確保していくに
は「法の支配」が確立されなければ

道路事情や交通機関の発展に伴い
ここ十数年来国鉄利用者が減少し国
鉄側でもこれに対処するため「快適
な旅行」をスローガンに近代化が進
められています。ちなみに利用客
は泊駅でも同様に昭和51年の63万2
千人をピークとして昨年は62万5千
人と減少しています。

国鉄では毎年定期的にダイヤ改正
が行われますが、特に貨物輸送の合

海上保安 大学校 学生募集

▽受付期間△

9月26日～10月9日

▽受験資格△

昭和31年4月2日(大学校学生は昭和34年4月2日)以降生れの者で、次のどれか一つに該当する者

(1)高等学校を卒業した者または、昭和55年3月までに卒業する見込の者

(2)高等専門学校の第3学年を修了した者または昭和55年3月までに修了する見込みの者

(3)大学入学資格検定に合格した者等、人事院が(1)と同等の資格があると認める者

▽試験日△

第1次試験

大学校学生

相談ごとご案内

△行政相談

日時 第2火曜日
午前10時～午後3時
場所 朝日町福祉センター
相談員 川上嘉一(☎3-0050)

△人権法律相談

日時 9月18日②
午後1時～午後4時
場所 朝日町福祉センター
相談員 人権擁護委員
上田憲二(☎2-0127)
在田祐芳(☎2-2164)
草野三郎(☎2-1034)

△心配ごと相談

日時 毎週火曜日
午前10時～午後3時
場所 朝日町福祉センター
(☎3-0756)

△交通事故巡回相談

①日時 第3月曜日
午前10時～午後3時
場所 黒部市中央公民館
②日時 第3水曜日
午前10時～午後3時
場所 県魚津総合庁舎内
魚津地方県民相談室

郵便局だより

おとしよりにお便を

9月15日は敬老の日

心のこもったお便りは敬老の日の何よりの贈り物です。

おじいさんやおばあさん、お知り合いのおとしよりへ敬老の便りを出しましょう。

暮らしにお役立てください
みなさんのゆうゆうローン

貸付限度額が70万円に引き上げられました。

ゆうゆうローンは定額貯金などを担保とする郵便貯金の預金者貸付制度で担保になる貯金額の90%以内でお一人様最高70万円までご利用できます。

お子様の進学資金準備に

進学積立貯金を

この貯金をご利用になりますと積立額と同額まで資金の貸付を受けられますから積立貯金が2倍に活用できます。

高校、専門学校、大学を予定されている方は大変便利です。

積立期間 1年から3年
積立額 月1万円から4万円まで
(5千円きざみ)

詳細は郵便局の窓口でお尋ねください。

善意の預託

朝日町善意銀行

社会福祉のために、次のかたがたから善意の預託がありました。

▽月山 笠原恵水さんよりトロフィ

一二基を見聞クラブへ指定寄付

▽大家庄 とく名さんより古切手

280枚

▽普明会教団高岡支部より5万円
▽東京都三鷹市 細川常次郎さんより亡兄直次郎さんの供養のため香典返しの一部10万円を舟見寿楽苑へと指定寄付

▽岩崎 山本武夫さんより1円、5円玉硬貨を4千434円

▽朝日町商工会青年部よりあさひまつりチャリティー利益金を4万4千円

おめでたとおくやみ

(昭和54年8月15日現在)

おすこやかに

(赤ちゃん誕生)

神田町	大菅	克二	長男	洋介
大屋	今西	秀司	長女	由佳
本町	梅津	拓光	長女	悠香梨
幸町	中島	昭雄	二女	敦子
東草野	寺崎	泰夫	長女	礼
東草野	佐渡	昇	長女	真弓
栄町	安達	竹則	長女	瞳
中道下	岩田	光博	長女	百合子
桜町	山田	実	長男	謙一
桜町	湯上	谷隆之	長男	仁
旭ヶ丘	道下	幹夫	長男	直幸
草野	吉江	志信	長男	秀雄
小在池	安達	実	長男	一也
下山新	梅沢	義弘	長男	健

○境	水島	スサ	(72)
○宮崎	口岩	倫治	(57)
○上横尾	島端	ふさ	(91)
○上町	入江	謙治	(62)
○松涛町	山田	照子	(36)
○荒川四	愛場	久太郎	(72)
○中道下	平崎	勇蔵	(88)
○月山	前田	三吉	(77)
○草野	折戸	良美	(41)
○高田	中島	やそ	(84)
○長野	川上	勝治	(69)
○谷	堀地	いそ	(83)
○窪田	石井	とく	(86)
○窪田	小森	つね	(93)
○西下町	氷見	すい	(90)

おしあわせに

(結婚)

○神田町 小森 哲哉
本町 坂東 民子

おくやみ

(死亡)

表1 全体でみた肥満度測定の結果

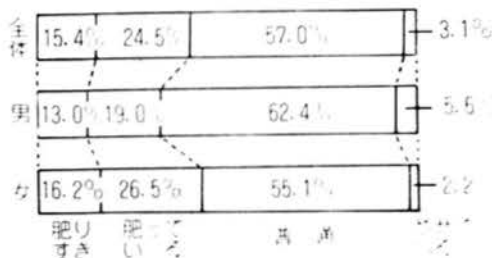
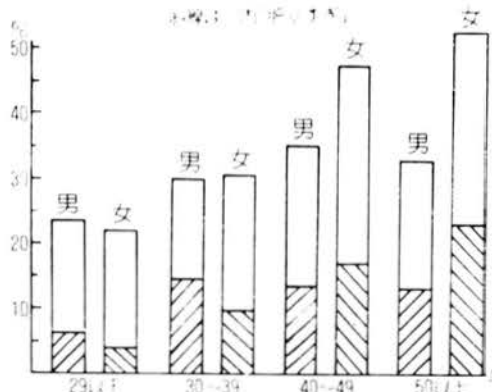


表2 年齢階級・性別にみた肥満者の割合



しても肥満の人が増えてきます。
検査結果は、全体では39・9割(2.5人に1人)、性別では、男性は32・0割(3.1人に1人)、女性は42・7割(2.3人に1人)が肥満者(「肥っている」+「肥りすぎ」)でした(表1)。



昭和53年度の 循環器健康診断から

肥満度

女性は今よりも肥満に
6人に1人がふとりすぎ

生活が近代化され、豊かな食生活と、それに運動不足が加わって、どう

これを年齢階級別にみると、全体に年代を追って肥満者が多くなっていますが、特に女性にその傾向が強く、40歳代では2.1人に1人(うち「肥りすぎ」が5.8人に1人)、50歳以上では1.9人に1人(同じく4.4人に1人)が肥満者でした。(表2)

肥満は長生きの大敵

ベルトが伸びれば命が縮むと言われるように、肥りすぎの人は、糖尿病、高血圧、心臓病などの成人病にかかりやすく、統計からみても、肥

満は短命のもと、長生きの大敵です。一度肥満になると、なかなかやせることはむずかしい、そのためにもふだんのちょっとした肥満予防の心がけがなによりも大切です。

肥満予防の心得

1. 「肥る」のは、食べた量(カロリー)がからだで消費される量を上まわるからです。そこで、肥満の予防として次のことについて注意しましょう。
2. 肥満の弊害を認識して体重に注意し、週一回、朝起きて排尿後体重を測定する。
3. 食欲にまかせて無計画に食べない。「口で食べず、頭で食べる」の心がまえ。
4. 甘いものをひかえ、間食しない。飲物は甘いジュース類に注意。
5. 肥満治療の主眼は減食療法。ただし欠食、絶食は禁物。
6. 減食をやらなくても運動療法だけでは効果はうすい。

10月は食生活改善 普及運動月間です

普及運動月間です

「健康はバランスのとれた食事から」。今一度、わが家の食事を見なおし、特に次のことに心を配りましょう。

- こどもの偏食を予防しましょう。
- こどものうちからうす味になれさせましょう。
- おやつのある方を正しく理解しましょう。

幼児期に身につけた正しい食習慣は、一生の健康の土台を作ります。

また成人病なども、成人後の生活だけが原因ではありませんから、幼児期からの注意が必要です。個人差を考慮してきこまかい注意をしながら、おいしく楽しく食事ができるように作り方や環境づくりが大切です。

手をきれいに

食事やおやつをいただく前には水道の水で、手のひら、指先、指の間をこしこしこすり洗いをしましょう。手を洗ったら、必ずきれいなハンカチやタオルで手をふきましょう。

食後の歯みがき

「スプーンを持つようになれば歯ブラシを与えましょう。」

乳児のときはガーゼや脱脂綿でふいてやる。お誕生をすぎると食後やおやつ後はブクブクうがいをする。2才位になると歯みがきの習慣をつけましょう。

食事は生活時間の中心に

時間を決めておくと、遊びも寝るのも一日の生活のリズムにのります。食事は満腹するまで食べて次の食事まで食べることに気にしないで遊べるようにしましょう。一定の時間内(30分以内)に食べ終わるようにすることも大切です。

「いただきます」、

「ごちそうさま」のあいさつを

子供の心と体の健康づくり

食事やおやつは前後に、正しい食事のあいさつをしましょう。食事が終わってもしばらくは静かにしましょう。

おやつは

時間や量を決めて

幼児のおやつは一回の食事と考えましょう。回数や分量が多いと、食事のとき空腹感がないので、あまり好きでない食べものは敬遠され、偏食やむら食い、わがままなどを助長します。

牛乳や果物を豊富に、お母さんの手づくりのおやつをせひ。

組合せのよい献立を

美しい幼児食器をそろえて、それぞれに盛りつけられたよい食事を与えましょう。7〜8カ月になり、離乳食を2回与えるようになると、穀類やいも類、卵、豆腐、魚、乳製品それに野菜や果物などを組合わせて与えるようにしましょう。

好ききらいを言わずに

親自身の偏食が子供に影響している場合が意外に多いようです。自分がきらいなために子供に食べさせる努力をしなかつたり、初めから作らうとしなかつたり、心と体の健康づくりのうえから偏食のないように。きらいなものがあったとしても少しは食べるように、愛情をこめた工夫が大切です。

みんなの保健

10月の事業案内

事業	対象者	日(曜)	時間	会場	対象地区	備考	
母子保健	母親学級	妊婦	26 ㊟	午後 1:00~3:00	保健センター	全地区	母子手帳持参
	股関節脱臼 検査	54年7月生	25 ㊟	午前 9:30~11:00	泊病医院 整形外科	〃	検査料 1,500円
	1歳6カ月 検査	53年4月生	25 ㊟	午後 1:30~3:00	保健センター	〃	母子手帳持参
	3歳児検診	51年5月生	18 ㊟	午後 1:30~3:00	〃	〃	〃
成人病予防	胃集団検診	希望者	18 ㊟	午前 9:30~11:00	大家庄農協	大家庄地区	検査料 800円
	婦人検診	〃	23 ㊟	午後 1:30~3:00	中央農協 五箇庄支所	五箇庄地区	〃 650円
	乳房検診	〃	23 ㊟	午後 1:30~3:00	〃	〃	〃 750円
予防接種	健康体操教室	希望者 (婦人)	2 ㊟ 16 ㊟	午前 9:30~12:00	保健センター	全地区	
	小児麻疹 生ワクチン	通知のあった者	17 ㊟ 17 ㊟	午後 1:30~3:00	農業センター 保健センター	山崎保、大家庄五箇庄、 南境、宮崎、川南保、五箇庄	母子手帳持参

10月の健康相談

場所 保健センター

時間 午後1時~3時

気軽に御利用ください。
左記の定期相談日以外でも、保健婦、栄養士が駐在している時は相談に応じます。

保健センターの電話番号は
3-3309です。

育児相談 11日(木)

乳・幼児の発育・発達、栄養方法(離乳食等)、生活態度、しつけその他健康のこと

成人病相談 5日(金) 23日(火)

満64歳以下の方
高血圧症などにおける日常生活の過ごし方、成人病の予防等

老人相談 15日(月)

満65歳以上の方
日常生活の過ごし方、病気の方の療養相談等

栄養相談 17日(水)

肥満等と栄養のとり方、糖尿病・高血圧症等の食事療法等

献血功労者12氏に

日赤から表彰状

このほど、過去10回以上「献血」に協力された次の方々に、日本赤十字社から、献血功労者として表彰状と記念品が贈られました。

仕事です。表彰を受けられた方々に深く感謝するとともに、あわせて町民各位の献血事業に対する一層の御協力を願います。

献血功労表彰者

大浜清光、水島俊雄、水島清信(以上宮崎)、勝田誠一(笹川)、近江聰(元屋敷)、伊藤美雪、吉江勝弘、河村正人(以上松崎町)、高松隆則(三浦町)、広田慎一郎(草野)、近藤益美(長野)、仙名恒好(羽入)

愛の献血

協力者芳名 7月末施行

境地区 水島あみ
宮崎地区 大浜清光、水島光久
笹川地区 竹内義明

宮崎海岸で食生活改善推進員の交歓学習会

食生活改善推進員が相互に研鑽する中から食生活改善に関する知識と技術を高めようと、朝日町、入善町の食生活改善推進員による合同交歓学習会「黒部保健所保健栄養学級」が8月20日、宮崎海岸馬場キャンプ場で約80人が参加して行われました。

「わが家の、わがグループの食生活改善」をテーマの討論会では、金井幾美枝さん(赤川)らの活動事例発表を中心に熱心な意見が交わされ、また、野外科理やレクリエーションを通じて親睦を深めあい、今後一層

地域の食生活改善普及に努力することを確認していました。
(写真は交歓学習会の風景)



泊一区 横山義高、石田富夫、清水順一、坂東昌春、吉田清美
泊二区 上沢慎一、高塩六男、大村茂、山田登喜男、舟見恵一
泊三区 越坂隆一、古谷元定、浜田治美、上原豊、矢野由美子、森山敦子、成田綾子、木村礼子、平野清彦、西岡清、柳下紀子
五箇庄地区 浜川朗、南茂妙子、吉井秀樹、西村敏雄、笹原久美子、浜宏信
南保地区 大森裕一、谷口智、谷口宗次、北山丸子
山崎地区 山本二三代、草原庄一、安達菜穂子、七沢なおみ、牧野久雄、小山実
大家庄地区 長能光俊、由井幸久、西島敏明、小川幸治、山崎久夫、藤田朱実、石井重二、藤田絹子、小新家二郎

8月の町内交通事故

件数 5 (本年累計 30) 死者 0 (1) 負傷者 10 (42)