



愛鳥週間  
(5月10～16日) **5.**

5月号カレンダー（5月10日～6月9日）			
5/10 水	婦人検診(検診棟) 出稼者健康相談 町立診療所 午後2診 整形外科 交通事故移動相談(柏崎市役所)	25 木	乳児相談 年金移動相談日
11 木	機能訓練② 健康相談日 春の全国交通安全運動(~20日)	29 月	基本健康診査・胃がん検診 町立診療所 午後2診 外科
12 金	婦人検診(農協本所)	30 火	基本健康診査
14 日	グランドゴルフ大会	31 水	基本健康診査 町立診療所 午後2診 整形外科
15 月	婦人検診(武石) 町立診療所 午後2診 外科	6/1 木	基本健康診査
17 水	町立診療所 午後2診 整形外科 交通事故移動相談(柏崎市役所)	2 金	基本健康診査
19 金	婦人検診(上粟)	3 土	町立診療所 午前2診 小児科
20 土	町立診療所 午前2診 小児科	5 月	町立診療所 午後2診 外科
21 日	町立診療所 診療日	7 水	婦人検診(検診棟) 町立診療所 午後2診 整形外科 交通事故移動相談(柏崎市役所)
22 月	婦人検診(原小屋) 町立診療所 午後2診 外科	8 木	機能訓練(移動)④
23 火	町立診療所 振替休診 行政相談日(延命荘)	9 金	機能訓練(移動)④ 三種混合①
24 水	機能訓練③ 町立診療所 午後2診 整形外科		

**健康相談**  
☑ 5月11日(木)午後3時30分  
(毎月第2木曜日)  
☑ 医療センター(☎95-2600)  
相談員 町立診療所長他  
(電話相談も結構です。)

**日曜診療**  
☑ 成人健康センター  
法坂 ☎95-3141  
外来受付 9時～正午  
※急患に限ります。

**心配ごと相談**  
☑ 毎週火曜日(午前10時～午後3時)  
☑ 延命荘(☎95-2027)  
相談員 5/16 杉原敏夫  
23 池島千恵子  
30 山崎エイ子  
6/6 杉原敏夫

**補聴器相談日**  
☆ 毎週木曜日 午前9時30分～午前10時  
担当:新潟リオン補聴器販売株  
☆ 第2月曜日 午前10時～午前10時30分  
担当:ニイガタエイド株  
☆ 第1木曜日 午後2時30分～午後3時  
第3木曜日 担当:キコエ補聴器株

**編集室**

◎また今年もゴールデンウィークがやってきます。子供のころ待ち遠しかった休みも、大きくなるにつれて「うれしさも中くらいなり」

という気持ちです。何はともあれ、行楽に行くにしても、農作業をするにしても天候は良い方がいいですね。

◎ところでそのゴールデンウィーク中の3日と4日、山野草盆栽展が開かれます。小国町の貴重な山野草や愛好家の方の自慢の逸品な

どが展示、即売されるそうです。会場は延命荘の前の高齢者コミュニティセンターです。時間は午前9時から午後5時までとのこと。ちょっと時間を作ってのぞいて見ませんか。

新潟県小国町

広報 **おくに**

悪質商法にご用心……………2～3P	税・年金……………7P
春の交通安全運動……………4P	保健について……………8～9P
花いっぱい運動……………5P	健康づくりは食卓から……………11P
くらしと国保……………6P	

1995年  
No.316  
**5/1号**



**春まつりに竜の舞を披露**  
(新町集落)

**町の人口** 平成7年4月1日現在(前月比)

計 8,109人(-32人) 男 3,979人(-15人) 女 4,130人(-17人) 世帯数 2,231(-8)  
平成7年3月の動き 出生 6人 死亡 8人 転入 35人 転出 65人



# 悪質商法があなたを狙っている

# ～被害に遭わないために～

悪質商法の手口は、以前にも増して巧妙になっています。特にお年寄りと若者をターゲットにしているケースが目立っていますが、悪質商法の魔の手はいつもあなたを狙っているといっても過言ではありません。

悪質商法とは、簡単にいえば人の弱みにつけ込んだり、夢や希望を食物にしたりして、言葉巧みに高額な商品やサービス売りつけることです。

今月は主な悪質商法を紹介するとともに被害にあわないためのポイントなどを紹介します。



## 資格(士)商法

相談の中で圧倒的に多いのが、電話勧誘によるものです。その中でも“資格(士)商法”は全体の8割を占め、特に目立っています。

“資格(士)商法”とは、仕事に電話がかかってきて「あなたは全国で100人選ばれたうちの一人です。〇〇士の養成講座に参加してみませんか」、「□□管理士の講習会がある。講習会に参加すれば資格が得られる」などと誘います。仕事で断るつもりで「いいです」といったり、「資料を送って下さい」と返事をすると資料とともに、高額な請求がくるというものです。

資格商法として多いのは、“エネルギー管理士”、“司法書士”、“行政書士”、“電気主任技術者第3種”などの勧誘です。しかし、これらの資格は講習会だけでは資格は取得できず、試験に合格してから初めて取得できるものです。また資格の内容がはっきりしない場合は消費生活センターなどで十分調査しましょう。

## アポイントメントセールス

会社に電話がかかってきて「全国の若者から選ばれました。商品を差し上げますので会ってください」と誘われ、会う約束をします。会うとアンケートをとられ英語カセットなどの高額なローンを組まされてしまいます。

業者は片っぱしから電話をしているので、選ばれたというわけではありません。

特に若者がターゲットにされます。



## マルチ商法

販売組織に入会してカタログの商品を売り、商品が売れたらバック・マージン(金額に応じてお金が売った人に入る)がもらえ、さらに新会員を紹介すると〇万円の紹介料が入ると誘われます。会員になるには高額の会費を払い、さらに商品も購入させられます。

自分で払った会費と商品代を回収するには、多くの新会員を集めたりしなければならず、なかなかうまくいきません。勧誘するのは友人、知人が多く人間関係がこわれることもあります。「絶対にもうかる」などという甘い言葉には、釣られないようにしなければなりません。



## SF(催眠)商法

「ラーメン無料進呈」など無料ということに引かれ、会場にいくと多くの人が集まっており、生活用品が信じられないような値段で並べられています。

「ほしい人は手を上げて」といって早いもの順に販売します。このようにして会場を興奮状態にし、最後に高額な品物売りつけるのが、SF(催眠)商法です。

お年寄りや主婦の方が、狙われやすい商法です。



## 悪質業者撃退ポイント

- ★簡単にドアを開けずに、まず聞こう名前と目的をあまりしつこいときは、「110番しますよ」の一言を。
- ★あやしいぞ、他人のふところ聞く業者  
お金があることが分かったら、だましにかかるのが、悪質業者です。
- ★もうけたいと思う、あなたの心に落とし穴  
甘い話はこの世にないと、肝に銘じてください。
- ★勇気を持ち、はっきり言おういりません  
必要のない商品やサービスは、「いりません」の一言を。
- ★契約書・サインの前に、まずだれかに相談しよう  
契約書へのサインは、慎重にしましょう。身近な人に相談してから契約しても、遅くはありません。
- ★よく考え、うまく使おうクーリング・オフ  
訪問販売は契約書を受け取ってから8日以内、マルチ商法は同じく14日以内に書面で解約を申し出れば、原則として無条件で解約できます。

## 覚えておこうクーリング・オフ

▶ 8日以内なら無条件で解約できます ◀

訪問販売・クレジット販売で、店舗・営業所以外で契約・契約の申し込みをした場合は、契約・申し込みをした日を含めて8日以内に書面で通知するだけで無条件で契約の解除・申し込みの撤回ができます。

アポイントメントセールスやキャッチセールスは、訪問販売法が適用されクーリング・オフできます。また、マルチ商法のクーリング・オフ期間は14日です。

- 支払い済み代金は全額返還
- 商品の引きとりに要する費用は販売業者が負担  
解約通知の有無をめぐるトラブルを避けるために証拠の残る内容証明郵便や簡易書留を利用するのが賢明です。

こんな場合はクーリング・オフできません!!  
一部を使ってしまった消耗品や、クーリング・オフ制度の対象となっていない商品などについては適用されないため、消費生活センターに相談してからにしましょう。

## 覚えておきたい契約の知識

電話でも口約束でも、契約は成立します

契約は、電話でも口頭による話し合いでも、両者の合意があれば成立します。ですから、「契約書にサインをしていない(押印をしていない)から、契約したことにはならない」と主張しても、通用しません。



契約は一方の都合で解約できません

売り手側の契約不履行行などの場合を除いて、原則として、契約は、どちらか一方の都合によって解除することはできません。通常の場合は違約金などを支払って解除ということになりますが、合意に達することは、そう簡単ではありません。例は少ないですが、最終的には裁判になるケースもあります。

## 悪質業者で困った時やクーリング・オフの相談は

- ・新潟県消費生活センター  
〒950 新潟市新光町4番地1  
電話025-285-4196
- ・長岡市立消費生活センター  
〒940 長岡市大手通り1丁目4番10号  
電話0258-32-0022
- ・新潟県警察本部悪質商法 110番  
〒950 新潟市新光町4番地1  
電話025-283-8338

までどうぞ!!

- ・相談は一切無料です。
- ・お気軽にご相談ください。

## 5月は消費者被害防止月間です



# 毎日通る道だけど、とび出し、おしゃべり事故のもと

## —春の全国交通安全運動 5月11日～20日—

- 運動の重点**
- 1 高齢者の交通事故防止
  - 2 子供の交通事故防止
  - 3 シートベルトの着用の徹底

### 1. 車を運転するみなさん、ご家族のみなさん お年寄りを交通事故から守ってください!!

高齢化社会が到来し、交通事故にあうお年寄りが小国町でも急増しています。街で出合った高齢者、身近にいるお年寄りに、暖かい思いやりをもって交通安全を呼びかけてください。若い人も他人事ではありません。だれもが高齢者になるのですから…。

### 2. 新入学・新入園児を交通事故から守りましょう!!

小国の里も春を迎え、新入学、新入園児が町を歩き始めました。

毎年、全国で1万人を超える新入学、新入園児が交通事故で死傷しています。

子供の安全を守るのは大人の責任です。お父さん、お母さん、ドライバーのみなさん、しっかりした指導と保護、やさしい運転をお願いします。

子供にはこんなことを注意しましょう。

- 親が手本を示し、正しい信号の見方、待ち方、道路の渡り方を教えてあげましょう。
- 道路に出るときは、必ずいったん止まって、右・左の安全を確かめることや、道路で遊んだり、ふざけたりしてはいけないことを教えましょう。
- 子供と買物に出かけるときは、立ち話をして子供から目を離したりしないようにしましょう。

### 3. 車を運転するときは必ずシートベルトを!!

今年の3月議会において「シートベルト着用推進に関する決議」がされました。

基本的にシートベルトは自分の身を守るものです。昨年の町内の交通事故21件のうち、シートベルトを確実に締めていれば被害を軽減できたと思われる事故もありました。運転するときは必ずシートベルトをすることを心がけましょう。



## チョット注意

- ◎早朝・夕方は、散歩のお年寄りがいることを想定しましょう。
- ◎夜は、対向車のライトや店の照明にまぎれて横断するお年寄りに注意しましょう。
- ◎横断を始めたお年寄りを見かけたら、まず減速しましょう。
- ◎自転車やバイクは、「止まらない」、「急に曲がる」ことがあります。油断しないで運転しましょう。
- ※交差点で戸惑うお年寄りの車には、徐行や一時停止で道を譲りましょう。



## 新・駐在さん紹介

新町駐在所  
塚田保廣 巡査部長



4月より、「しいたけ」と「織物」の産地である十日町警察署から来ました。

駐在所勤務は初めてです。

出身は高田で、8年前には柏崎警察署の防犯少年課に勤務しておりましたので、小国にも来た事があります。

前の勤務地も雪が多い所でしたので、大抵の“大雪”には驚きません。

家族は、妻と子供2人の4人。駐在所在任中は交通事故の防止、犯罪のない町づくりに励みます。

せっかく小国町の町民となったので、地域のみなさんといっしょに行事等に参加したいと思います。よろしくお願いたします。

## 行政相談委員に 池島千恵子さん

平成7年4月1日付けで、上谷内集落の池島千恵子さんが総務庁長官から行政相談員に再委嘱されました。

行政相談員は、国・県・町が行っている事について困った時などに、住民の良き相談相手となって、解決のため努力していただくことになっています。

ご相談は無料で、秘密は守られます。お気軽にご相談ください。

池島千恵子さんの電話番号は 95-2248です。

## 5月21日(日)～27日(土)は行政サービス強調週間です

政府では、国民の皆さんの声を聴きながら行政サービスの改善を進めていますが、この運動を推進するため、5月を「さわやか行政サービス推進月間」としています。

今年も「国民の立場に立った親切な行政」の実現を一層進めるため、全国一斉に5月21日(日)～27日(土)の一週間を行政サービス強調週間として運動を展開することにしています。

—このような場合はご相談を—  
☆国や県、市町村などの行政機関、公庫、公団など特殊法人が行っている仕事に対して苦情、意見、要望がありましたら、ご相談ください。

次の日程で相談所を開設します。

とき 5月23日(火)

ところ 老人憩の家「延命荘」

相談員 行政相談委員

## ～花好きです～ 花いっぱい運動

花づくりを通して、美しい景観づくりと花を愛する人づくり、及び花づくりの共同作業を行う中から育まれるコミュニティづくりをねらいとした、花いっぱい運動を次の方法で行います。

本年もみなさん方のご参加、ご協力をお願い申し上げます。

### ＊花いっぱいコンクール＊

※対象者は、各集落、会社、公共施設、仲よしグループなどで自主的に行うものです。

※参加申し込みは、5月31日までに住民課福祉衛生係に電話で申し込んで下さい。(去年は39団体の参加でした)

※審査は年2～3回現地を見て行ない、結果は広報に載せ優秀な団体には表彰状を贈ります。

- 花いっぱいコンクール
- 各家庭の花いっぱい運動
- フラワーロードづくり



▲苔野島老人クラブの作業風景

### ＊フラワーロードづくり＊

可憐な花を咲かせるミニコスモスを諏訪井～鷺之島集落間の国道に約7,000m植栽します。

去年は、老人クラブ、上小国小学校の3年生以上の児童、鳴島工業、七日町郵便局、農協、町役場のみなさんへ花植えと3回の除草をお願いし、ご協力をいただきました。

大変ありがとうございました。

今年も5月下旬頃に花植え作業を計画していますので何卒よろしくお願い申し上げます。又、作業中は道路交通に支障がある場合もあろうかと思いますが、安全運転にご協力下さい。



▲昨年の花いっぱい特別賞 桐沢景観創り推進委員会

### ＊各家庭の花いっぱい運動＊

各家庭で花いっぱいを行って、沿道を通る人達の目を楽しませ、美しい景観づくりに取り組んでいる家庭を広報で紹介します。

自薦、他薦を問いませんので、いつでも気軽に住民課福祉衛生係までご連絡下さい。



▲フラワーロードづくり 上小国小学校のみなさん



### 児童扶養手当制度をご存じですか

児童扶養手当は、父と生計を同じくしない18歳未満の児童（20歳未満でおおむね中度以上の障害がある児童）に対し、心身の健やかな成長、福祉の増進を図ることを目的として、児童を育てている母、または母に代わって児童を育てている人に支給されます。

また、父が重度の障害者である場合も支給されます。

#### 【支給要件】

母または養育者が養育している児童が次の要件に該当する場合に手当が支給されます。

- (1)父母が離婚した児童
- (2)父が死亡した児童（遺族基礎年金を受給できない場合）
- (3)父が重度の障害者である児童（障害基礎年金の加算の対象になっていない場合）
- (4)父の生死が明らかでない児童
- (5)父から1年以上遺棄（おきざりに）されている児童

- (6)父が法令等により1年以上拘禁（刑務所等に入所）されている児童
- (7)母が婚姻によらないで懐胎した児童で父の認知を受けていない児童
- (8)棄児などで出生の事情が明らかでない児童
- (9)なお、「18歳未満の児童」とは、「18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある児童」をいいます。

### 特別児童扶養手当制度をご存じですか

特別児童扶養手当は、20歳未満で身体または精神に重度障害または中度障害がある児童を家庭で育てている父母、あるいは父母に代わってその児童を育てている人に、児童の福祉の増進を図ることを目的として支給される手当です。

#### 【支給要件】

次の要件に該当する重度または中度の障害をもつ児童を育てている父母、あるいは父母に代わって

その児童を育てている人に手当が支給されます。

- (1)目や耳、体の不自由な児童
  - (2)日常生活を制限される程度の病気のある児童
  - (3)知恵遅れや情緒障害のある児童
- ただし、児童が肢体不自由施設や精神薄弱児施設などに入所している（母子入所の場合や通園施設を除く）ときは、手当を支給することができません。

### 児童扶養手当・特別児童扶養手当の受給者の方へ

住所変更、金融機関等の変更手続きは、お済みですか？

児童扶養手当・特別児童扶養手当の支払いは、毎年4月、8月及び12月に行われていますが、住所や金融機関の変更があった場合に必要な手続きをされませんと、手当を受給できないことがあります。

住所や金融機関を変更された受給者の方で、まだ手続きがお済みでない方は、できるだけ早く住民課住民係の窓口で必要な手続きを行ってください。

\*手続きなどの詳しい内容については、住民課住民係にお問い合わせください。

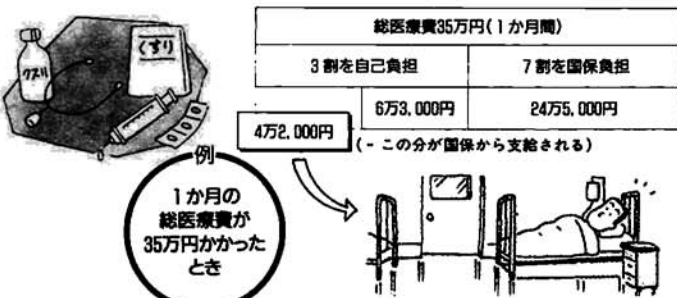
## くらしと国保

### 高額療養費の支給制度をご存じですか

病気やケガで医療費が高額になって一定限度額を超えた場合、請求すると、高額療養費が支給されます。

#### 該当するのは

同じ人が、同じ月内に自己限度額を超えて負担した場合にその超過分が支給されます。



#### 支給申請手続き

領収書・印かん・口座番号を用意して住民課までおいで下さい。(口座振替にて支給されます。)

#### 多数該当

過去12ヵ月以内に同じ世帯で高額療養費の支給が3回以上ある場合は多数該当となって、自己負担限度額がさがります。

#### 自己負担限度額

	住民税非課税世帯	
通常	63,000円	35,400円
多数該当	37,200円	24,600円
特定疾病	10,000円	10,000円

#### 受領委任払

あとで高額療養費が支給されるため、一時的な負担とはいえ、やはり大変です。そこで受領委任払をぜひご利用ください。この制度では、みなさんは医療機関に対して、自己限度額分のみを支払い、高額療養費分は国保が直接医療機関に支払う制度です。受領委任払は、医療機関で手続きをします。はやくめに申し出をして下さい。

#### 注意

- 月の1日から末日までごとに1ヵ月として計算します。
- 同じ病院、診療所でも内科・歯科・入院・外来はそれぞれ別に計算します。
- 総合病院での外来は各診療科ごとに計算します。

## くらしと税

### ＜生命保険金を受け取った場合＞

#### 満期保険金を一時に受け取った場合

イ 保険料を負担していた人が保険金受取人のとき

保険金から、負担した保険料を控除した金額が一時所得として所得税の課税対象となります。

ただし、一時所得には50万円の特別控除があり、これを超える金額の2分の1に対して税金がかかることになります。

なお、一時払い養老保険等の差益（保険期間が5年以下のものや契約期間が5年超のもので契約後5年以内に解約されたもの）については、受け取る時に20%の税率で源泉分離課税されます。

ロ 保険料を負担していた人以外の方が保険金受取人のとき

原則として、保険金受取人に贈与税がかかります。

#### 死亡保険金を一時に受け取った場合

イ 保険料を負担していた人が死亡したとき

保険金受取人に相続税がかかります。

ロ 保険料を負担していた人が保険金受取人のとき

保険金から、負担した保険料を控除した金額が一時所得として所得税の課税対象となります。

ハ イ、ロ以外のとき

保険金受取人に贈与税がかかります。

#### 各種特約に基づく

給付金を受け取った場合 生命保険契約の特約に基づく給

付金で、身体の障害や疾病を原因とする障害給付金や入院給付金等を受け取った場合は、非課税となり、所得税も贈与税もかかりません。

### 国税専門官募集

- [受験資格] 昭和43年4月2日～昭和49年4月1日生
- [試験内容] 大学卒業程度
- [申込期間] 5月8日(月)～5月15日(月) (消印有効)
- [採用予定数] 全国で約550名

問い合わせ先  
〒102 東京都千代田区九段南-1-1-15  
関東信越国税局  
人事第二課試験研修係  
☎03(3221)3911  
(内線)2066

## ゆめあり年金

### 保険料の免除制度をご利用下さい。

経済的な理由等で、保険料が納められない場合は申請することにより保険料が免除されることもあります。年金係までご相談ください。

#### ◆免除には次の2種類があります◆

##### 法定免除

- 生活保護法による生活扶助、らい予防法の生活扶助をうけているとき。
- 障害基礎年金、被用者年金の障害年金を受け取ることができるとき(1・2級のみ)



##### 申請免除 — 届け出れば保険料が免除されます —

- 所得がないとき
- 地方税法上の障害者、または寡婦で年間所得が一定以下のとき。
- その他保険料を納付することが困難な特別の理由があるとき。

### 学生の保険料免除制度

20歳以上の学生さんも国民年金に強制加入ですが、学生さんは、一般的に親元に扶養されていることが通常であることから親元の負担が過大にならないよう学生専用の免除基準があります。

#### 学生の免除基準

- ①学生本人に前年分の所得税が課税されている場合は、免除となりません。
- ②①以外は、親元世帯の所得状況および生活状況により判断します。具体的には、次の生活実態を配慮し、基準額と比較して判定します。

平成7年度、免除を希望される方は**5月26日(金)**までに住民課国民年金係まで印かんを持参の上、申請手続きをお願いします。

学生の場合は学生証のコピーか在学証明書を持参下さい。又、親元から別居している場合は、健康保険証のコピーをお願いします。

### 移動年金相談所 開設のお知らせ

移動年金相談所を下記により開設いたします。国民年金関係で相談を受けたい方は、お気軽に会場へお出かけください。

○保険料の免除制度をご存じですか。

○保険料を免除されていた期間をさかのぼって(10年前まで)納めることができる追納制度をご存じですか。

○通算老齢年金を受ける資格がありながら請求を忘れておられる方はありませんか。

○障害年金制度をご存じですか。年金は、個人的条件により異なります。この機会を是非ご利用ください。

H 時 5月25日(木)  
午前10時～11時30分  
午後1時30分～3時  
会 場 小国町役場 住民相談室  
相談員 柏崎社会保険事務所 役場国民年金係

# 健診をうけよう ②

# 検診に連れ立つ笑顔の町づくり

## 基本健康診査(5月29日(月)～6月2日(金))

健診はからだの総点検をして終わりではありません。その結果を明日からの生活の健康指針として生かしてこそ意義があるのです。成人病の予防は、食生活、運動、ストレス、飲酒、タバコなど、毎日の生活習慣をいかにうまくコントロールしていくかにかかっています。健診結果に応じたあなた独自の生活改善プログラムを作りましょう。また、健診後の医師や看護婦、保健婦からのアドバイスをとりいれることも忘れずに。



### 健診で何がわかるか?

健診の目的は、成人病をはじめとしたからだの異常の有無を発見するほか、受診者が自分の健康状態を知ることにあります。ただし、健診で行われる検査はスクリーニング検査とあって、からだの中に病気の兆候があるかないか、あればそれが軽いものか重いものかを大づかみに判断するふるいわけ検査です。したがって、健診の結果だけではハッキリとした病名を診断することができません。そのため異常が見られた場合は精密検査が必要となります。

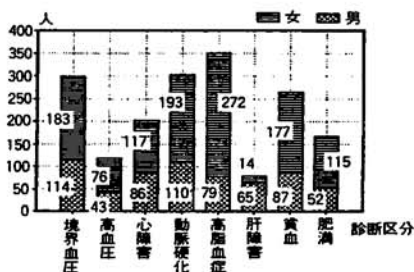
### 正常値は柔軟性をもって考えましょう

正常値というのは、一般に健康であると考えられている人々の年齢や性別に相応した平均的な数値です。人それぞれ個性があるように、検査値にも個人差があります。さらに朝と晩、季節、その日のコンディション、心の状態などによっても違うことがあります。

また、検査を実施する医療機関

や測定法などでも、正常値は異なります。

### 平成6年度基本健診結果状況



### 平成6年度基本健診結果状況 (上段:人数 下段:構成率)

	境界血圧	高血圧	心障害	動脈硬化	高脂血症	肝障害	貧血	肥満
男	114人	43	86	110	79	65	87	52
女	183人	76	117	193	272	14	177	115
男	26.9%	10.3	20.6	26.4	18.0	14.9	20.9	12.0
女	25.7%	10.7	16.7	27.0	37.9	2.0	24.4	15.7

### 基本健康診査日程

会場：小国町農村環境改善センター

月日	曜日	受付時間	対象地域
5月29日	月	午前8:00～10:20	山野田・大貝・三桶・苔野島・原
		午後1:10～2:20	森光・小栗山・小国沢
30日	火	午前9:10～10:20	諏訪井・太郎丸
		午後1:10～2:20	法末・上岩田・檜沢
31日	水	午前9:10～10:20	新町・相野原・二本柳
		午後1:10～2:20	猿橋・金沢・八王子・芝ノ又・サンコーポラス
6月1日	木	午前9:10～10:20	法坂・箕輪
		午後1:10～2:20	桐沢・上村・下村・武石
2日	金	午前9:10～10:20	押切・七日町・上栗・原小屋
		午後1:10～2:20	千谷沢・鷲之島・もれ者(全地域)

※大腸がん検診を同時実施(40歳以上の方)

山野田・大貝・三桶・苔野島・原集落のみなさまへ  
 お願い  
 上記の集落のみなさままで、29日午前においでいただける方(胃がん検診の申込者)については、当日の午前8時より同会場ですべての検診をあわせて実施いたします。前日の午後8時以降の飲食はひかえて、受診くださるようお願い致します。合同検診実施のための試験的な実施となります。ご協力をお願いします。

## 婦人検診(5月1日(月)～6月7日(水))

子宮がんによる死亡率は減少傾向にあります。これは検診の普及と治療法の発達によるものと考えられます。しかしライフスタイルの変化に伴う女性ホルモンのバランス変化により、近年乳がんは、発生率、死亡率ともに増加しています。乳がんはからだの表面近くにできるがんなので、自分でも早い時期に発見できます。定期的な自己チェックと年1回の検診で予防しましょう。

### 婦人検診日程表

月日	曜日	会場	対象地域
5/1	月	旧上小国診療所	大貝・三桶・苔野島・原 森光・諏訪井・小国沢・法末
10	水	小国町立診療所検診棟	小栗山・太郎丸・上岩田 檜沢・八王子・芝ノ又
12	金	小国農協本所	法坂・桐沢 サンコーポラス・箕輪・上村
15	月	武石集会センター	下村・武石・押切
19	金	上栗集落開発センター	七日町・上栗
22	月	原小屋集落開発センター	原小屋・千谷沢・鷲之島
6/7	水	小国町立診療所検診棟	新町・相野原・二本柳・上谷内 猿橋・金沢

### 知って防ごう●子宮がん

#### 子宮がんは頸がん<sup>けい</sup>と体がんがある

子宮がんはできる部位により頸がん<sup>けい</sup>と体がんに分けられます。日本では従来頸がんが多かったのですが、最近体がんが増えてきています。

子宮頸がんは、性生活、出産と関係があり、ヒトパピローマウイルスの感染が関係していると考えられています。また、体がんや卵巣がんは閉経後の女性に多いことが報告されています。

#### 早期なら100%治る頸がん

とくに頸がんは早期であれば100%治ります。恥ずかしがらずに定期検診を受けましょう。

#### 2種類ある子宮がん



### 知って防ごう●乳がん

#### 増加している乳がん

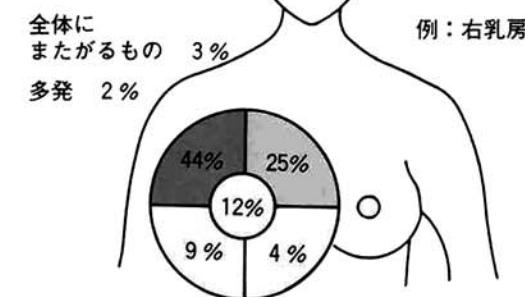
乳がんは、欧米では女性に一番多いがんです。食生活の欧米化などの影響により、今後日本でもさらに増加すると考えられています。

#### 乳がんは自己検診できる

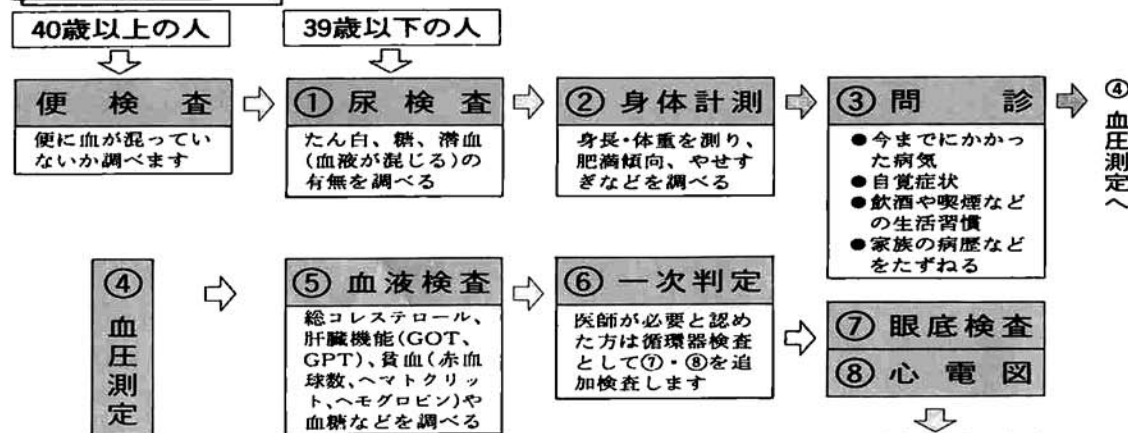
乳がんは小さい、固い、痛みのないしこりとして、自分で見つけられるがんです。またひきつれや血液などの異常な分泌物<sup>ぶんびつぶつ</sup>が出る場合もあります。

月経後1週間以内、閉経後は毎月決まった日に、乳がんの自己チェックをしましょう。

#### ●乳がんの発生部位と頻度



### 基本健康診査の内容



### 5月の予防接種・乳幼児健診

日時 会場 対象者

- \*ツベルクリン検査
  - 5月10日(水) ツベルクリン反応が陰性の場合に接種 (16日)中央保育園 (18日)若草保育園
  - ④ 洪海小学校
  - ⑤ 小学1年生、前年BCG接種 (15日)やまなみ保育園
  - ⑥ 小学2年生
- \*日本脳炎
  - 5月15日(月) 3～90ヵ月児、小学5年生
  - 16日(火) ※予防接種は個別に通知いたしません。保護者の判断でおでください。また会場へは、午後1時30分までにおこしください。
  - 18日(木)
- \*ツ判定・BCG
  - ④ 洪海小学校



### 1日郵便局長をやったよ

4月20日は郵便制度が実施されたことを記念する「通信記念日」です。

太郎丸郵便局では上小国小学校6年生の加藤大輔君、北原優嘉さんを1日郵便局長に任命しました。任命を受けた2人は「雨の日も風の日も頑張ってもらっています」、「笑顔で配達してもらってうれしい」などと挨拶をしました。その後ポストを開いて郵便物を取りだしたり、切手に消印を押すなど郵便業務を経験していました。



### スイスの情報誌に小国町登場

スイスのロマンモティエ町と小国町はご存じのように国際姉妹都市です。お互いに訪問団が往来するなど友好を深めています。

ところでこのたびロマンモティエ町があるスイスのノゾン谷地区の情報誌に小国町が登場しました。

内容は昨年開催された第2回新潟県ビエンナル展にロマンモティエの子どもたちの版画が入賞したことなどを知らせる小国町からの手紙と作品及び紹介パネルです。スイスと日本、遠く離れていても友好的な交流が今後も進められます。

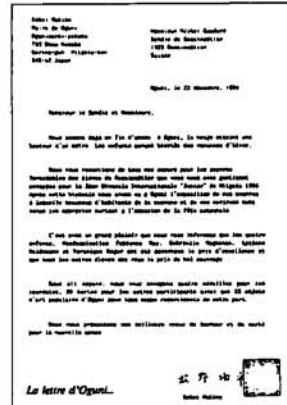
#### Les élèves du valion du Nozon ont exposé au Japon!

Où s'en souvient, l'an dernier, les classes 6/9 DS et 6/9 TD ont réalisé un porte-folio de gravures sur bois sur le thème «Les maisons du valion du Nozon». Ces gravures, tirées sur du papier Japon, ont été envoyées à Opuz (Japon) où elles ont été exposées dans le cadre d'une biennale internationale «Juniors».

Par la gentille lettre que nous reproduisons ci-contre, le «syndic» d'Opuz et sa «Municipalité» ont prié les quatre enfants dont les noms figurent sur la lettre et dont nous publions les gravures sélectionnées par nos amis japonais.



▲町の手紙が載った情報誌(抜粋)



▲町の手紙が載った情報誌(抜粋)

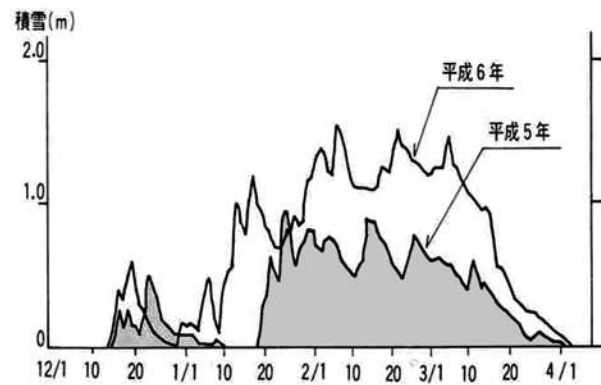
### 平成6年～7年雪の記録

#### —最高積雪 155cm、根雪日数 111日—

平成6年から7年の冬は暖冬との予想でしたが、例年並みに近い降雪がありました。

町立診療所の記録では、12月15日に降雪を記録し4月4日の消雪まで積雪を記録しました(111日間)。この間2月7日には最大積雪深 155cmを記録、累計の降雪量は 652cmでした。

雪下ろしも3回から5回程度やった家が多かったようです。なお県などへ雪の記録を報告する場合は町立診療所の記録を報告しています。



### 「文芸おぐに」発行

文化協会は芸能、文芸など幅広い分野で活躍をしている団体です。その協会内にある文芸部では、このほど第2号となる「文芸おぐに」を発行しました。

内容は会員の皆さんの文章、俳句、短歌から出ています。作品を出された方は、日頃から「文章教室友の会」、「小国短歌会」、「小国町俳句作家連盟」で活動されている方です。約60名の皆さんの作品は56ページにわたって掲載され、読み応えのあるものとなっています。

詳しい内容などお問い合わせは文化協会文芸部(就業改善センター内☎95-3575)までどうぞ。



### 暮らしのポイント

ノリの敵は湿気です。一度しめてしまったら、味も香りも抜けてしまっていて、元には戻りません。

湿気を避けてノリを保存するには、缶に入れて密封し、冷蔵庫に保管します。こうすれば、1年くらいはしけさせないで保存ができます。使うときは、冷蔵庫から出し、しばらく室内に置いて、容器が室温と同じになってから缶を開けます。缶が冷たいままノリを取り出すと、空気中の湿気がノリにつきます。これでは、せっかく冷蔵庫に入れて保存しても、意味がなくなってしまいます。

### 古くなったノリの使い道 佃煮をつくってみよう

味も香りも抜けたうえにしけてしまっても、ノリを捨てるのはもったいないものです。そこで、ノリの佃煮を作ることをお勧めします。半帖のノリを大きくちぎり、目の細かいザルに入れます。水の入ったボールにザルごとつけ、ノリがふやけるまで待ちます。ふやけたら、軽く水気を切ってください。

鍋にしょう油大さじ5杯、酒とみりんを各大さじ2杯、砂糖小さじ1杯を入れ、ノリを入れて弱めの中火にかけます。煮たったらハシでかきまぜ、汁気がなくなる

まで煮ましょう。煮るときに赤唐辛子を1本入れると、風味が出ます。よく冷ましてから広口の瓶に詰めてふたをし、冷蔵庫で保存をしてください。痛みやすいので、4、5日に一度は、煮返しが必要です。

ノリの油焼きも試してみましよう。1枚のノリを、ハサミで8枚に切ります。つるりとした片面にハケでごま油を薄くぬり、赤唐辛子の粉を少しふります。ごま油をぬったほうを2枚合わせ、外側の両面を強めの中火でバリッとあぶりまします。ノリの油焼きは、酒のさかなにもいい一品です。

### 健康づくりは食卓から —子どものおやつを見直してみよう—

#### ◎カリポリ小女子

- <材料> 5人分
- 小女子 70g
- 卵 1ヶ
- 水 大さじ2
- 小麦粉 大さじ3
- ※ スキムミルク 大さじ1
- 青のり粉 大さじ1
- 白すりごま 大さじ1
- 人参すりおろし 30g
- 砂糖 少々
- 揚げ油

#### <つくりかた>

- ①小女子はさっと洗って水をきっておく。
- ②※を全部合わせた中に①を加え軽く混ぜる。
- ③揚げ油を中温に熱し、揚げる。

子どもを取りまく食環境は大きく変化し、こうした中で子どもたちの食と健康の基礎的な知識の不足、食に対する関心のうすれ、食事マナーの乱れなどが指摘されています。また、偏った食による肥満や小児成人病の増加なども懸念されています。子どもたちにとって、食事は心とからだを養うものです。家族全員で子どもと食事のことについて話し合う機会をつくってみませんか。

### 町内企業求人情報コーナー (5月分)

事業所名	所在地	職種	規模	求人数	年齢	就業時間	賃金
ミユキドレス(有) ☎95-3301	相野原	縫製要員	43	女 10	45才位まで	8:10~17:10	120,000~150,000
小国町森林組合 ☎95-4147	法坂	造林作業員 (林業労働力育成センター事業)	12	男・女若干名	18~55	8:00~17:00	組合給与規程による
株 オグテック ☎95-4919	小国沢	組立 プレスオペレーター	20	女 5 男 2	18~50 18~40	8:30~17:30 〃	120,000~ 180,000~250,000
(有)松栄木材 ☎95-2200	法坂	製材士 運転手		男 3	18~60	8:00~17:00	170,000~
小国技研 ☎95-3864	横沢	製造工 製造補助	26	男 2 女 1	20~50 20~50	8:00~17:00	165,000~ 125,000~
(有)広和アセンブル ☎95-4968	上岩田	縫製要員	12	男 1 女 3	18~60 18~50	8:30~17:30	250,000~ 120,000~
(有)笹崎塗装 ☎95-3359	諏訪井	建築塗装工	4	男 2	18~30	7:30~17:30	150,000~300,000
上越工業 ☎95-4111	桐沢	鍛造工	63	男 1	20~40	6:00~14:35 12:25~21:00	200,000~300,000

- ・このコーナーは職安通報済で掲載を希望された企業の情報です。
- ・掲載希望の企業の方は毎月末まで地域振興課商工労働係まで申込み下さい。
- ・柏崎、長岡、小千谷など近隣市町村の最新求人情報は役場1階ホールでござん下さい。

### お役に立っています みなさまの厚生年金・国民年金積立金

厚生年金保険料及び国民年金保険料の積立金は、将来の年金給付の貴重な財源であり、その運用にあたっては、被保険者等保険料拠出者への福祉に還元されるような方法での運用が基本原則とされています。

地方公共団体等を通じ、福祉施設の整備、住宅資金の貸付けなど、福祉の増進と生活の向上に役立てられています。

平成6年度、小国町の場合、法末簡易水道事業、八王子簡易水道事業の財源として3,660万円の年金積立金の還元融資を受けています。

具体的には、年金福祉事業団、



▲八王子地区営農飲雑用水施設

### 5月 おぐにさわやかリポート 番組表

(放送時間 午前7:00、10:00 午後1:00、6:00、9:00)

火曜日	木曜日	土曜日	日曜日	火曜日	木曜日	土曜日	日曜日
5月2日	4日	6日	7日	9日	11日	13日	14日
健康ライフ (赤ちゃんを抱きぐせ)	落語 (花見の仇討)	駐在さんに インタビュー	チビッコ インタビュー	健康ライフ (赤ちゃんとかぜ)	落語 (城木屋)	いちように ついて	消費生活 情報
16日	18日	20日	21日	23日	25日	27日	28日
健康ライフ (赤ちゃんとおフロ)	落語 (高砂や)	サークルを 訪ねて (武石老人歌の会)	相撲 よもやま話	健康ライフ (ストレスとは何か)	落語 (夢金)	成人式の 講演会	たっしやで 長生き
30日	6月1日	※□は午前7時30分から全チャンネルで放送されます。 ※3チャンネルの番組を聞く時は3のボタンを押してください。 ※リクエスト、メッセージ、ご意見などがおありの方は「おぐにさわやかリポート」(役場内) TEL 95-3111、FAX 95-2282までお願いします。					
健康ライフ (ストレスと成人病)	落語 (化物使い)						

### 芸術村オープンイベント ホルスト・ヤンセンの銅板画の最高傑作展 (ラオコーン)

期間/平成7年4月28日(金)～5月28日(日)  
AM10:00～PM5:00  
(毎週月曜休館)

入場料/大人(高校生以上)200円  
子供(小・中学生)100円

主催/小国町

会場/小国芸術村会館

949-53 新潟県刈羽郡小国町

大字山野田20番地

☎0258(95)3135

お問い合わせ先 地域振興課 ☎(95)3111



### 春の小国町山野草・盆栽展

○日時 5月3日～4日 2日間  
午前9時～午後5時まで  
○会場 上岩田 延命荘前 高齢者  
コミュニティセンター

○主催 小国町山野草・盆栽愛好  
会結成準備会・小国町  
雪どけの山野を色どる、かれんな  
山野草は多くの人々のやすらぎ  
をさそいます。

この度、町内の山野草愛好者により  
山野草・盆栽の展示即売会が  
開催されます。小国町は雪国独特

の山野草等があり、多くの愛好家  
がおります。主催者である小国町  
山野草・盆栽愛好会結成準備会では  
愛好家の組織化をすすめ、今後  
地域の新しい産業として行きたい  
と考えています。当日は愛好者の  
育てた逸品の展示・販売及び栽培  
の相談なども専門家の参加で行わ  
れます。多くの出品と参加をお願  
いします。

不明な点は役場農林課(☎95-3111)へおたずねください。

### 求人受理説明会の 開催について

柏崎公共職業安定所では、平成8年3月新規学校卒業者を対象とする求人受理説明会を次のとおり開催いたします。新規学校卒業者の採用を予定されている事業所の方は、是非出席してください。

○日時

(1)第1回説明会 平成7年6月1日(木)午後2時から(事業所名がア～ソで始まる事業主対象)

(2)第2回説明会 平成7年6月2日(金)午後2時から(事業所名がタ～ワで始まる事業主対象)

○会場

柏崎勤労者総合福祉センター  
(ワークプラザ柏崎)

柏崎市田塚3-11-50)

### 「サンコーポラス」 入居状況(4月末)

運営戸数	40戸
前月末入居戸数	34戸
4月中 入居戸数	1戸
退去戸数	1戸
本月末入居戸数	34戸
入居可能戸数	6戸

### おぐに文芸

#### 短歌

脱皮する如はなやかに清らかに  
進学する娘ら制服眩し

今井 昭一

落し板すき間に春の日差し漏れ  
光の筋にほこり舞いたり

小川 行雄

梅干が最高の出来とほめられて  
今宵厨で妻はハミング

大橋てつじ

この朝より園児となりて身の固き  
この子の髪にたんぽぽ挿しやる

松田 薫

春椎のうづくに目ざめ右足の  
けいれん止まずしばらくさする

田中 正衛

#### 俳句

雪解や捲くる去年の農日記

田中 重男

見えて来し畦の縦横雪解風

米岡 とき

土見えて路肩に雪解はじまりぬ

田中 ミイ

鉄塔が足を出したり雪解風

山崎 喜楽

田を売って遠く目をやる雪解霧

若井 とし

### 書道教室

(4月の作品)



### 新潟ロシア村「春の祭典」

○期間 4月29日(土)～5月7日(日)  
○会場 新潟ロシア村

新潟県北蒲原郡笹神村  
・磐越高速道安田IC下  
車国道290号線新発田  
方面へ15分  
・駐車場無料…一般車専用  
駐車場786台

一般車専用駐車場～新潟ロシア村  
間シャトルバス随時運行

○入場料金  
大人(高校生以上) 1,600円  
(団体15名以上 1,300円)

小人(小学生・中学生) 無料  
※小人料金は通常800円です。

○内容 第1回ロシア児童絵画展  
ロシア連邦国立第20小学校の児童  
絵画30点を展示。

### 平成7年第1回 甲種防火管理者 資格付与講習会

○日時 6月8日(木)・9日(金)  
午前9時～午後4時

○会場 柏崎地域消防本部

○定員 50人

(定員になり次第締切ります)

○申し込み 5月15日(月)～19日(金)  
に、テキスト料(3,500円)  
と写真(上半身、脱帽、無背  
景、縦6センチ横4.5センチ)  
1枚を添え、消防本部予防課  
(☎0257-24-1500)まで