



めざせオリンピック

柔道倶楽部鏡開き (1月15日)

寒さを切り裂くように、元気な掛け声が響く武道場。栃尾柔道倶楽部と柔道教室の児童など80人が参加して、稽古始めを兼ねた鏡開きが行われました。この青い畳の上で育った、中学生や高校生が毎年活躍していますが、目指す目標は将来のオリンピック選手誕生です。

今月のもくじ

データからみる市民の健康	2
自分の歯、何本ありますか	6
まちの話題	8
繊維屑焼却施設が完成	10
119人に米寿のお祝い	11
はなまる・表彰	12
仲間のわ	14
おしらせ	17

このコーナーは、市美術館所蔵作品を紹介しています。ご感想をお寄せください。市美術館へ
 (栃尾市上の原町一十三 ☎五三二六三〇〇)

ふらふらと美術館

23

臨書「蘭亭序」

(王羲之)

丹羽海鶴

軸装・行書(臨)
一三九×二四・五cm

「是の日や、天朗らかに気清く、惠風和暢せり。仰ぎて宇宙の大をみる、俯して品類の盛んなるを察するは、目を遊ばしめ懐いをはする所以にして、以て視聴の娛しみを極むるに足れり。信に楽しむ可きなり。」と訓む。

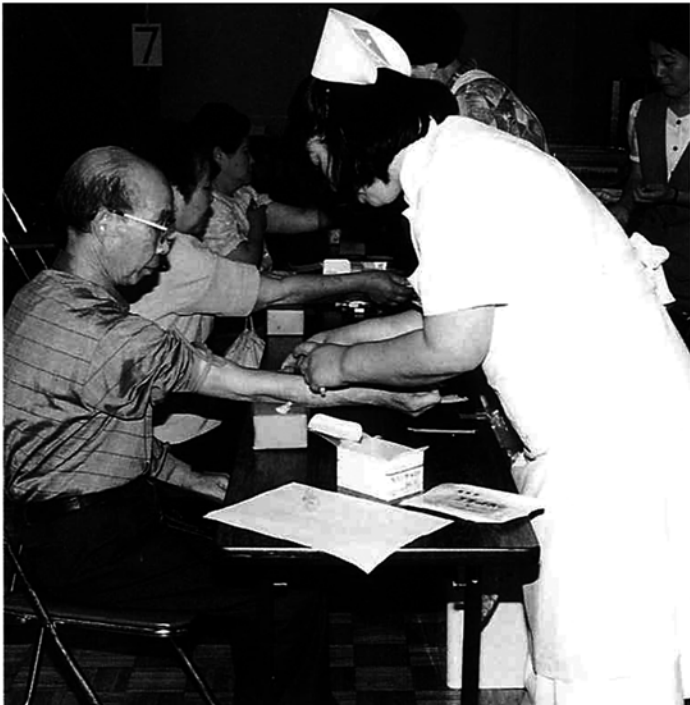
古今第一の書家と目される中国の王羲

之(三二一〜三七九)の「蘭亭序」の臨書である。書家は一度はこれに挑戦するらしい。先に紹介した日下部鳴鶴の高弟で、清新な書風をもって知られる丹羽海鶴(美濃・一八六三〜一九三二)もまたこれをものしているのである。堀愛泉氏寄贈のひとつ。(美術館)

是日也天朗氣清惠風和暢仰觀宇宙之大俯察品類之盛所以遊目騁懷足以極視之娛信可樂也
 海堂生背法



血液検査のための採血。
自覚症状がないから健康だと判断しないで、年に1回は基本健診を受けましょう



基本健診データからみた市民の健康

積極的に受診し、生活習慣の改善を

市が毎年実施している、基本健康診査（基本健診）を集計の結果、異常のある人の割合は八七％でした。なかでも高脂血症、貧血、高血圧の割合が高いことがわかりました。生活習慣病は、初期にはほとんど自覚症状がなく長い年月をかけて進行していきます。健診で定期的にかかる状態をチェックし、それを生活改善に生かすようにしましょう。

生活習慣病を防ぐために

基本健診は、脳卒中関連の病気の早期発見と生活習慣の見直しを目的に実施しています。平成九年度は、五月から七月までの間、市内八会場十三日間行われました。

歳をとってからなりたくないと思っていることに、ボケと寝たきりがあります。ボケも寝たきりも、脳卒中が引き金になっているケースが多くなります。

健やかな高齢化社会を迎えるにあたって、脳卒中の予防はたいへん重要な課題です。脳卒中は、それ単独ではなく、様々なほかの生活習慣病と深くかかわっています。脳卒中を予防することは、ほかの生活習慣病を予防することでもあります。

また近年、全国的に糖尿病が増加していることから、糖尿病についての検査項目が追加されました。

●基本健康診査

老人保健法により、市が実施しているもので、事業所や人間ドックなどで受診していない40歳以上の人が対象。健診の個人負担金は千円。

問診、身体測定、血圧測定、尿検査（糖・蛋白・潜血・ウロビリノーゲン）・血液検査（脂質代謝・肝機能・腎機能・貧血・糖代謝）、循環器検査（心電図・眼底検査）を実施。

18歳から39歳の人でも、希望する人は会場で申し込むことにより受診することができます。

●生活習慣病

成人病（主として脳卒中、ガン、心臓病など四十歳前後から急に死亡率が高くなる、四十〜六十歳の働き盛りに多い病気）の考え方は、死亡数の多い少ないで比較されてきました。しかし、死亡数は少なくとも生活習慣が影響している病気として糖尿病、腎臓病、肝疾患、胃潰瘍、骨粗しょう症などがあり、患者数は年々増加しています。

死亡数ではなく、疾病対策の観点から生活習慣に着目してとらえなおしたものが「生活習慣病」です。

健診で、自分の健康は自分で守る意識を



荒木 優子さん
保健課主任保健婦

健康に対する関心が、年々高くなっていくと感じます。市内でも、仲間同士や夫婦で運動のため歩いていく人を随分見かけます。

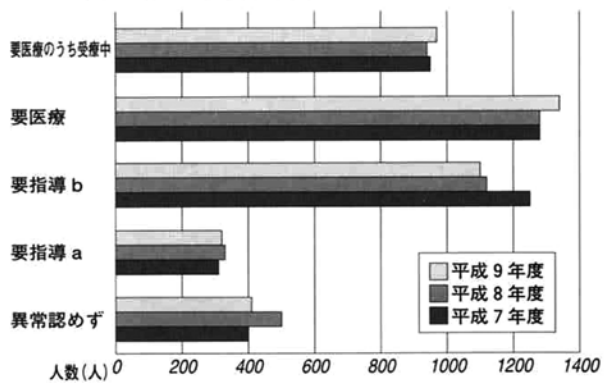
実際、私たちが接する高脂血症教室・糖尿病教室の参加者は、「自分の健康は自分で守る」という意識があり、得た知識を積極的に生活に取り入れて改善しています。

このように健康に気をつける人がどんどん増えれば、超高齢化社会を安心して迎えることができると思います。

しかし、現実では病気になってからはじめて健康の大切さに気づく人が多く、特に働き盛りの人ほど健康を二の次にして無理をしてしまう傾向にあるようです。

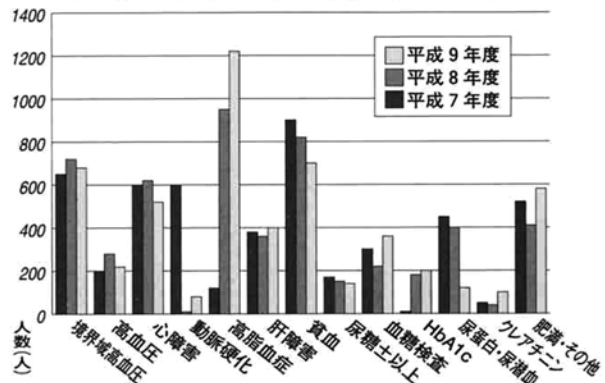
何事も予防が一番です。積極的に健診を受けて、生活習慣の改善の目安の一つにしてほしいと願います。

図一① 基本健康診査 総合判定人数



異常のない人は13%
平成九年度の基本健診対象者は、七千九百五十二人。そのうち約三九％、三千二百二十一人の市民が受診しました。
基本健診の判定結果は、図一①のとおりです。
異常の無かった人は四百十八人、一三％でした。要指導a（疾病までは至らないが適切な日常生活の指導を受ける必要がある）に該当した人は二百八十八人、九％。要指導b（直ちに治療を受けるべきかどうか判定できないが医療機関で今後の療養の方針の指導を受ける必要がある）の人は千八十七人、三五％。要

図一② 同判定区分（要指導以上）別人数



医療の人は千三百二十八人、四三％でした。このように受診者の八七％の人から何らかの異常が発見されました。
また、要医療と判定された人のうち七三・三％の人が、現在、医療機関で治療を受けています。
増えている高脂血症
要指導から要医療までの、異常の内訳をみたものが図一②です。この数年間のデータで、多いのが高脂血症と貧血、境界域も含めた高血圧となっています。
症状別に特徴的な事柄をあげてみます。

□高血圧

血圧は一般的には歳をとるとともに上昇するものですが、年齢と関係なく、最高血圧一六〇以上、最低血圧九五以上のいずれかで高血圧と判定されます。

女性は、年代が上がるに連れて血圧値も上昇していますが、男性は、五十歳代から六十歳代に血圧の高い人が多くいました。

□高脂血症

総コレステロールが二二〇以上、HDLコレステロールが四〇以下、中性脂肪が高い状態をいいます。

男性は、若い年代ほど高脂血症の率が高いのに対して、女性は、五十歳代から六十歳代に高脂血症の人が



基本健診の受付。健診で定期的に健康状態をチェックしましょう



結果指導会では、保健婦や栄養士が健康管理について説明します



血圧測定をする受診者のみなさん

多くいました。これは、閉経とコレステロールの上昇が深く関連していることが影響しているからと考えられます。

市内の地区別で見ると、町部と東谷地区の高脂血症の率が高いといえます。逆に異常の少ない地区は、入東谷地区と上塩谷地区でした。

肝機能障害

GTO四〇以上、GPT四〇以上、γ-GTP六〇以上のいずれかで判定します。男女で比較すると、圧倒的に男性に異常が多く、中でも若年層ほど異常が多くみられました。飲酒との関連がうかがえます。

貧血

血色素量男性一三以上、女性一二以上、ヘマトクリット値男性三九以上、女性三六以上のいずれかで判定。男性は、年代が上がるに連れ貧血の率が高くなります。女性は、四十歳代が一番貧血が多く、五十歳代が一番低く、その後は加齢とともに率が高くなっていきます。

地区別・男女別にみると、貧血が

高脂血症のための コレステロール教室

血液中のコレステロールは、体にとってなくてはならない大切なものですが、一定の量を超えると、血管の壁にたまって動脈硬化を起こします。そのコレステロールについて考えるのが「コレステロール教室」です。

保健所や医療機関から協力をいただいで、二回にわたって開催しています。内容は医師によるコレステロールのお話や、食事療法、運動療法の実演などです。広報紙で募集しますので、希望すればだれでも参加することができます。

糖尿病予防教室

糖尿病は血液中の糖分が多くなりすぎ、そのため全身の血管や神経が

多いのは上塩谷地区の女性、西谷地区の女性、中野俣地区の男性、半蔵金地区の男性でした。

動脈硬化症

眼底検査の結果で判定。平成八年度に激減したようにみえますが、0のみが正常だったものが、一昨年からは1も正常範囲になったためと思われま

HbA1c

五・六未満が正常範囲。糖尿病の

生活習慣の改善が大切

健診後には結果指導会や予防教室を開催

症状別に特徴的なことをあげてきました。その違いには、加齢に伴う生理的な変化が大きく影響しているものもありますが、それぞれに男女差があったり、地区別に偏りがみられたりすることは、労働のあり方や食生活、飲酒などの生活習慣との関連が大きいからではないでしょうか。

そこで基本健診の後、受診者を対象にして結果指導会を各地で開催したり、予防教室を開催したりしています。

64会場で結果指導会

各地域の公民館などを会場に、市



問診で、毎日の健康状態をチェック

侵される病気で、正しい食事と運動療法で、自分で血糖値をコントロールし健康的な生活を続けようという教室です。

内容は「コレステロール教室」と同様で、二回にわたって開催しています。

健康習慣を身につけよう

- アメリカの医学者、ブレスローは健康習慣として次の七つの要素を選び、それを実施している数が多いほど疾病にかかりにくく、また寿命が長かったことを明らかにしました。
- ① 適正な睡眠時間をとっている
 - ② 喫煙をしない
 - ③ 適正体重を維持する
 - ④ 過度の飲酒をしない
 - ⑤ 定期的にかなり激しいスポーツをする

検査として一昨年から追加された検査で、過去、一、二カ月の血糖値の平均を現しています。

全体で二割程度の人が異常値を示しています。年代別みると年齢が低いほど異常が少ないようです。

地区別では町部、入東谷地区、中野俣地区、半蔵金地区の四地域で異常の率が若干高いことがわかりました。

内六十四会場で開催、千四百七十三人の人が参加しました。

健診で病気を早期に見出し、治療することは二次的な予防に過ぎません。基本健診では、結果をみて異常があるか無いかのみで終わらず、ではなく、さらに前段階の一次予防まで踏み込んで生活習慣を改善することで病気になるようにし、健康増進を図るところまで考えてほしいと実施しているものです。

結果指導会では健診結果をお渡しして説明し、要指導・要医療の人に適切なアドバイスを行い、相談にも応じています。

する

- ⑥ 朝食を毎日食べる
- ⑦ 間食をしない

このような休養、喫煙、飲酒、運動、食生活などの生活習慣が疾病予防に有効だということです。

今年も五月から基本健診

平成十年度の基本健診は、五月に市民会館と皆楽荘、その他の地区は七月から八月に実施します。後日、広報とちおで日程をお知らせしますので、学校や事業所で受けていない人は受診してください。

会場の遠い地区には、市の送迎バスが出ますのでご利用ください。

基本健診についてのお問い合わせは保健課 ☎52-5836

大腸ガンが増えています

基本健診の他にも各種ガン健診を実施しています。その中大腸ガン健診は、便を出すだけで簡単なこともあり、大勢の人が受診しています。

大腸ガン検診から発見されるガンは、例年ですと四人前後でしたが、今年度は十五人も見つかっています。栃尾市の死亡統計でも、大腸ガンが年々増加していることから、他人事と思わず積極的に健診を受けてください。

食生活の改善 きっかけは健診と教室



佐藤ミヨシ 金沢2-4-29

昨年五月、久しぶりで基本健診を受けたところ、血糖値が高いことが分かり、さっそく病院に行き食事による治療を始めました。

市が開催する、糖尿病予防教室とコレステロール教室にも参加。教室では、お医者さんや保健婦さん、栄養士さんなどの指導で勉強しました。私は今回こそ意志を強く持ち、頑張ろうと、食事の千六百カロリーを身につけ、食事療法に入りました。主食をしっかりとって、間食を控えることが第一です。それと野菜を多めにとるよう心がけ、今まで食べたことのない色々な野菜を食べるようになりました。

努力の結果、総コレステロールの数値は下がり、体重も十kgほど落とすことができました。主食をしっかりとるため、そう苦にすることなく続けられます。健診で早めに見つかった良かったと喜んでいきます。

大切な自分の体、 すすんで受診を



上村寿雄 栃堀2887

何も自覚症状がなく、自分では健康だと思っていたのですが、今回の健診で初めて心電図に異常が見つかりました。保健婦から医療機関で見てもらうように勧められ、今、抗凝固療法で毎月通院しています。

そんなこともあり、健診の大切さがよく分かりました。自分の体ですから、自分で健康管理をきちんとしないとね。市の健診はお金もそうかかりませんが、遠くの人にはバスで送迎までしてくれれます。私たち高齢者が健康であれば、市の国保会計も助かるんじゃないでしょうか。

近所でも健診で胃潰瘍が見つかり、早めの治療で元気になった人がいます。みんなが、自分からすすんで健診を受けるようにならないといけないと思います。

自分の歯 何本ありますか？

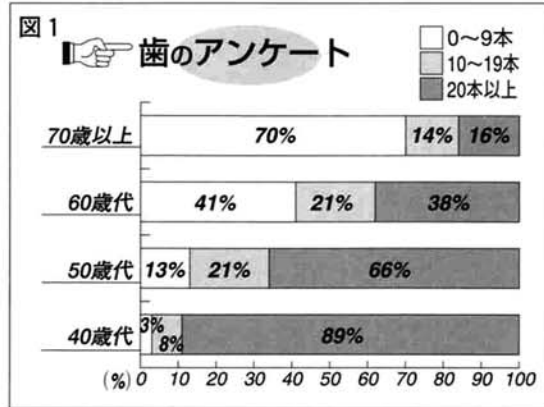
おいしく食べ、健康で過ごすために



人生八十年時代を迎え、歯科の分野でも八十歳で二十本の自分の歯を残そうという「ハチマルニ八〇二〇運動」が提唱されています。ほとんどの人は、おおむね二十本の歯が保たれていれば、たいていの食品を摂取するのに差し支えないとされています。

栃尾の70歳代は わずか16%

今年度の基本健診受診者を対象に、現在自分の歯が何本あるか、聞き取り調査をしました。(四十歳以上の男女、二千六百八十六名回答)
結果は、図1のとおりです。高齢になればなるほど自分の歯が少なくなり、七十歳以上の人では〇〜九本の人が七十パーセントを占めています。
現在自分の歯を二十本以上持つ人の割合は、五十歳代で六十六パーセントと約三人に二人の割合です。しかし、それ以降は急激に減少し、六十歳代で三十



八パーセントと約三人に一人の割合になり、七十歳代では十六パーセントとなります。それでは、全ての人が「八十

歳で二十本 自分の歯を持って」ようにするには、どうしたらよいのでしょうか。

歯を失う原因の 一位は歯周病

日本人が歯を失う原因の一位は歯周病、二位は虫歯です。
歯周病は、歯ぐきと歯の周辺組織が破壊される病気で、初期の場合を「歯肉炎」、悪化した場合を「歯周炎」と呼んでいます。放っておくと、歯を支えている組織が破壊されて、最悪の場合、歯が抜け落ちてしまいま

す。歯周病も虫歯も痛みなどの自覚症状が出てきたときには、症状がかなり進行した状態です。

歯周病や虫歯の予防は、正しい歯みがきと歯の検診を定期的に見し、適切な治療を受けることが大切です。

●歯周病早期発見チェック
・歯ぐきから血が出る



・歯ぐきや食いしぼるくせがある
・口臭があると人からいわれる
・三つ以上当てはまるものがある人は要注意、五つ以上なら一度歯医者さんにも見てもらいましょう。

自分の歯を失わないために

①まず、歯を磨いて、歯垢をた

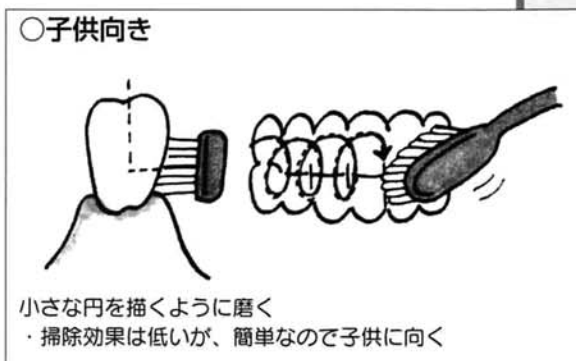
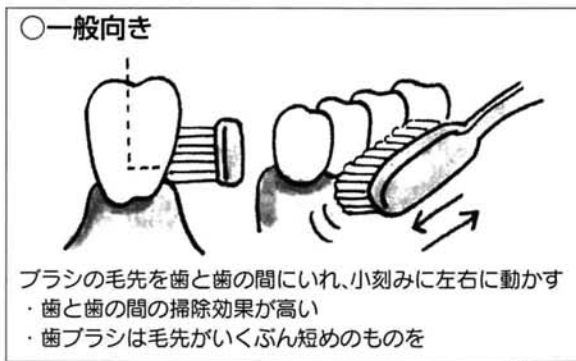
めない

- 毎食後、最低三分間磨く
- 寝る前は、磨いたら食べない
- 力まかせに磨くのは、歯をすり減らすだけで効果がない
- 歯磨き剤は、控えめにする
- 歯ブラシは、自分の口にあった小さめのものを使う
- 糸ようじ・歯間ブラシなどを上手に使用して、歯と歯のあいだも見逃さない
- 入れ歯をはずしてから、自分の歯をきちんと磨きましょう

効果ありません。残っている歯は貴重です。とくに念入りに磨いて、自分の歯を失わないようにしましょう。また、入れ歯は、一日一回は自分の歯と同じように磨いてください。
②スクレーピングを定期的に行う

③規則正しい生活習慣で、健康を維持する
○栄養のバランスのとれた規則正しい食事、適度な運動、十分な休息と睡眠、ストレスの発散などで健康を維持しましょう。
おいしいものをいつまでも、おいしく食べ、健康で過ごすためには、まず、自分の歯を失わないことを心がけましょう。

歯のみがきかた



歯の用心一口メモ

歯の健康 Q&A コーナー



資料提供：新潟県歯科医師会

Q1 歯を磨くと出血するのですが、あまり無理に磨かないほうがよいのでしょうか。

A1 歯肉から出血するのは歯周病のひとつの兆候です。歯周病の検査のひとつに、歯と歯肉のすき間(歯周ポケット)に細い針のような器具(プローブ)を差し込む方法があります。歯周病は歯周ポケットに細菌が増えて歯肉が腫れ、すき間が広く深くなることから始まります。この状態が続くと歯を支えている線維が溶かされ、出血しやすい状態になり、ひどくなると歯が溶けはじめます。歯周ポケットがどれくらい深くなっているか、すき間の壁の内側から出血がないかを調べるのです。

従って、歯肉からの出血に気づいたら、その部分をていねいに磨くように心がけましょう。ていねいに磨いていけば、一週間もしないうちに出血はなくなります。もちろんこれで歯周炎が治ったかどうかは分かりませんが、歯科医院で歯肉の下にかくれているプラークや歯石を定期的に除去してもらいましょう。

Q2 急に歯が痛くなったときには、どうしたらよいのでしょうか。

A2 よくあることですが、まず、うがいをして口の中をきれいにします。そしてどの歯が痛いかをよく確かめ、できれば楊枝やピンセットなどで、その原因となっている歯についている汚れや食べカスなどを取り除きます。次にうがいをするか、または、オキシドールを綿に浸し、歯のまわりをきれいにします。ヨードチンキなどを、穴のあいているところへつめるのもよいでしょう。熱があれば安静にする必要もありますし、腫れていれば冷やしてあげるのもよいでしょう。痛みをたいしては鎮痛剤を用います。

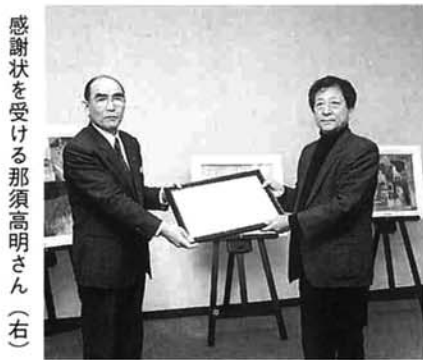
これらにより、いずれ痛みも落ち着いてきますが、歯の痛みの原因は自然には治りません。そうした歯を放置しておくと、いずれ痛みが再発し、最後には歯を抜かなければなりません。そうならないためにも、早期に治療することをおすすめします。



・歯肉が暗紫色になっている
・歯の表面を舌でさわるとザラザラする

・口の中がネバネバする
・歯ぐきがむずがゆい
・歯肉を押すと膿が出る
・歯と歯のあいだにすきまができた

まちの話題



感謝状を受ける那須高明さん(右)

那須高明さん (長岡市)

少年期の東京空襲の体験を描いた平和シリーズから、「天折の町」など心象風景の原点ともいえる作品九点。

那須氏は32年栃尾市生まれ。東京空襲を体験、栃尾に疎開。新潟大学卒業後、中学校、高校の教諭となる。退職後、個展の開催や公募展出品など活躍中、市公民館「油絵教室」の講師。



作品を語る増井和弘さん

増井和弘さん (東京都)

直線と赤や青、緑の色を使って古来からの日本の美を追求した抽象画や、多摩美大在学中に描いた油絵など生涯に渡る作品二百三十六点。

増井氏は29年新津市生まれ。多摩美術大学卒業、美術教師のかたわらモダンアートの創作活動を続け、国内外の美術展に出品し数々の賞を受賞。

モダンアート寄贈

那須高明さん 増井和弘さん

美術館オープン以来、郷土ゆかりの大勢の芸術家から美術作品を寄贈していただいています。一月十六日には、那須高明氏と増井和弘氏のお二人から抽象画をいただきました。

美術館では、順次、常設展示や企画展示などで市民の皆さまから鑑賞していただくよう準備を進めています。

まちの話題



町内を一軒一軒回りました(東町)

獅子舞で一年の厄払い

東町 旭町

東町の獅子舞同好会のみなさんは、毎年元旦に獅子頭をかぶり、賑やかなお囃子にのって、町内の家々を舞い歩いています。獅子にかまれると厄を払うことができ、その年は健康で過ごせるとあって、獅子舞を待っていた人たちは、獅子に快く頭をかまれていました。また、小さい子どもたちは、玄関先ややってきた獅子を見た瞬間から泣き叫びましたが、大きな声でなく子どもほど元気で育つとされています。

縁起のいい獅子舞は、旭町でも行



獅子にかまれて厄払い(旭町)

われていて、今年で四年目になります。こちらも、町内の家を一軒一軒回り、厄払いと家内安全などを祈願していました。

無火災を願って 消防出初め式 1/11



無火災を願って7色の祝賀放水

新春恒例の消防出初め式が市民会館で行われました。式典では、表彰や消防士の今井博さんと消防団の諸橋浩さん(半蔵金)の意見発表などがありました。式典後、市民会館前の西谷川で祝賀放水を行い、無火災を願いました。

早くも1億円達成

(社)栃尾市シルバー人材センター



冬囲いの講習会を行う会員

(社)栃尾市シルバー人材センターの平成九年度の受託金額が、十二月分までに一億円を達成しました。平成二年四月に法人として設立し、その後わずか八年での一億円達成という、すばらしい躍進です。

歳末助け合いにと市老連 12/24



小銭募金を手渡す高橋市老連会長

毎年、栃尾市老人クラブ連合会が実施している小銭募金。今年は1,046,367円もの温かい浄財が会員から寄せられ、県共同募金会栃尾市支会を通じて、歳末助け合い義援金に寄付しました。

ミクロネシアの人たちに会えたよ 東小 1/21



東小学校児童との交流会

栃尾東小学校にミクロネシアの人などが訪れ、ワールドスクールで交流しました。同校は、ふるさと学習で学んだ栃尾とミクロネシアの生活や文化、自然の違いをインターネットで発信していたものです。

法人に認可されました

(社)栃尾青年会議所



祝賀会であいさつする理事長

(社)栃尾青年会議所(理事長石沢雅弘さん)が、昨年十一月に法人として認可されました。祝賀会で石沢理事長は「これからも市民のみなさんとふれあいをもちながら活動したい」と話しました。

寒精進

(塩新町) 12/21



身を切るような寒さの中での水垢離

寒中に塩谷川の清流で水垢離をする伝統の「寒精進」。今年も、小学3年生(水垢離はしない)を含む10人が、お経を上げたあと、下帯一つで塩谷川に入り、村内安全、厄災消除などを祈願しました。

荷頃地域 防犯交通安全キャンペーン 12/17



パンフレットを配布し防犯を呼びかけました

荷頃地域防犯交通安全推進委員会は、12月17日、地域内を巡回し、安全で住みよい地域を作るため、年末年始の防犯と交通事故の防止、雪害事故の防止などを呼びかけました。

下帯に鉢巻き姿の男たちが、「サンヨ、サンヨ」の勇ましいかけ声とともに、福札を奪い合う栃堀巢守神社「裸押合大祭」。今年も小正月の夜に行われ、堂内は勇壮な男たちの熱気でムンムンしていました。

「サンヨ、サンヨ」勇壮なかけ声 栃堀巢守神社 裸押合い祭 1/15



福札を奪い合い、熱気ムンムン

市民文芸 入選作品

昨年十一月に募集した、「市民文芸作品」の入選作品が決まりましたので紹介します。応募数は、俳句三二六句、川柳一四一句、短歌一二首、詩八編、随筆八編、小説一編でした。

〔俳句〕

出人夫の集まるまでの焚火かな
尾を引きし抜菌のうずき鱸雲
花ひとつ付けし茄子苗植えにけり
なつかしき友が木苺手土産に
眼帯のはずせぬ母に百合匂う
雨音がみぞれに変わり昼灯す
大樹まわり蟬の観察小学生
点滴の長き一日雪の夜
風が背にはりつき易し秋の暮

椿 貞七 栃堀
井上 美和 本町
清水 キヨ 北荷頃
川井 志満 泉
諏佐 清子 東町
今井 渥子 北荷頃
小林 忠成 東中野侯
茨木 駒吉 北荷頃
諏佐 キヨ 東中野侯

市日には
東谷 西谷 塩谷と
三つの谷の男衆女衆が
魚をぶら下げ風呂敷包みをしよ
店頭をひやかしながら
行きかう賑わい
電線をまたいで歩いた
豪雪の冬もあった
ぎしぎし軋み
みしみし軋み
それでも雁木は
謙信公の誇りを掲げ
雪から私たちを守る

☆高地点
天位
あてもなき看とり疲れの初鏡
二位 中村 文 上檜出
三位 石井 良涼 栃堀
四位 姉崎 肇 北荷頃
五位 諏佐 清子 東町
六位 前田 安野 北荷頃
七位 佐野 マサ 森上
八位 室橋 真弘 泉
九位 佐藤 游河 本所
十位 井上 美和 本町

消防出初め式で百六人表彰



消防庁長官退職者表彰

佐野 正芳さん(第三分団第三班長)ほか十一人

☆合地点
一位 桐生由美子 滝の下町
二位 中村 文 上檜出
三位 石井 良涼 栃堀
四位 姉崎 肇 北荷頃
五位 諏佐 清子 東町
六位 前田 安野 北荷頃
七位 佐野 マサ 森上
八位 室橋 真弘 泉
九位 佐藤 游河 本所
十位 井上 美和 本町

新潟県知事表彰

佐藤 克巳さん(第四分団団長)ほか十一人

新潟県消防協会長表彰

箕輪 貴一さん(第一分団副分団長)ほか七十五人

栃尾市消防団長表彰

江畑 正人さん(第二分団分団長)ほか五人
第五分団(県ポンプ操法競技会出場)

〔川柳〕
貧に耐え血税に耐え農政に耐え
生涯をお米に捧げて勲無等
あきらめを丸くしたと人は言い
子の帰省待つてる暦の赤丸

多田 良一 平
橘 力 滝之口
古川 長次 天下島
保科 新作 大野町

「路のとう」 松井 ヨシ 田之口
暖かい春の日
路のとうをたくさん取って来た
今日は辛煮を作ろう
路のとうとしよう油の
おいしい香りが
家中いつぱい広がって
ぐつぐつ音がする
出来たらお友達にも上げたい
ゴールデンウィークに来る
子供にも持たせたい
保存もきくつくた煮
あれこれ考えていると

〔短歌〕
敗戦後深く恨みし天皇の
陵に来て掌を合わせおり
ひねもすを土砂かご背負い五十銭
少年クラブ買って終わりき
竹林は千切れぬばかりの風有りて
急がず行けと私の背押す

金内 ミヨ 西中野侯
今井 正敏 大野町
林 ナヲ 原町
諸橋五十鈴 新栄町

湯気の向こうに
知人の顔がわらっている
〔随筆・小説〕
高橋 テル 北荷頃

栃尾市文化協会表彰



表彰状、感謝状を受賞されたみなさん

◎表彰状
松平 元正さん(狹谷神楽保存会)
多田 忠孝さん(北荷頃太々神楽保存会)
木口 春雄さん(栃尾南小学校若草太鼓指導者)
佐藤あやかさん(秋葉中一年)

全国都道府県対抗
男子駅伝大会出場
内田さんは、一月十八日に広島県で行われた全国都道府県対抗男子駅伝大会に、新潟県チームのメンバーとして出場し、健



布施 範史さん(栃尾東小五年)
飯浜実可子さん(栃尾東小三年)
箕輪あゆみさん(刈谷田中三年)
◎感謝状
葛綿 弘義さん
真保 進一さん(栃尾盆栽愛好会)
諏佐 清子さん(すいかずら舎)
増沢 敏雄さん(栃堀彩友会)



内田 竜太
見附市
栃尾高校
3年

北信越高等学校 空手道新人大会出場

栃尾高校空手道部は、県大会男子団体型の部で三位に入賞。十一月二十二日から二十三日に



第15回 栃尾市新春俳句会

入選作品(投句者数45人、百三十五句)

1/25

石川県で行われた北信越大会に出場し、健闘しました。
〈男子団体戦メンバー〉
丸山大貴(二年)・渡辺 弥(二年)
佐藤裕輔(二年)・佐野照明(二年)
高橋則行(二年)・大崎章子(女子)

第17回ミニバス大会

1/18総合体育館、東小学校
参加者 42チーム、六百人
〈男子の部〉
Aブロック
優勝 上塩スーパードリームス
準優勝 荷頃ブラックス
Bブロック
優勝 小・赤S・R
準優勝 T・Tキッズ
Cブロック
優勝 宮・泉
準優勝 ブラックシャドーズ
〈女子の部〉
Aブロック
優勝 上塩ドラゴンキッズ
準優勝 小・赤S・R
Bブロック
優勝 T・Tキッズ
準優勝 西谷MBC
Cブロック
優勝 宮・泉
準優勝 ブラックシャドーズ



仲間のろ

もっと絵本の楽しさを

絵本のへや

ブライアン・ワイルドスマスの絵本を使って、美術館で読み聞かせ（昨年9月）



「絵本のへや」は、子どもたちに絵本の読み聞かせを行っている女性のグループ。毎月第一土曜日と第三土曜日の二回、午後二時から三時まで文化センターで開催しています。

絵本の大好きなお母さんたち十人が集まって「絵本のへや」（山本マキ子代表）を結成したのは、平成七年の夏。

絵本の楽しさを子どもたちに伝え、絵本のお話の中で創造力を働かせたり、体験したことのない世界で遊ぶ楽しさ、ワクワクする気持ちを味わ



つてもらおうと、公民館から協力してもらって読み聞かせの会を始めたものです。「良い絵本を選ぶこと、そして読み聞かせの方法など勉強することがたくさん」あるため、自主的に各地で開催される研修会に参加。昨年は、上越市で文庫活動をしている河野涼子氏を招き勉強会を開催しました。読み聞かせに参加する子どもは、幼児から小学生低学年くらいまで。四冊の本を会員が順番に読んで聞かせます。絵本のあとは、ゲームをして体を動かして気分転換。時には昔話を語って聞かせたりもします。「親子で参加してもらえると楽しいですよ」と山本さん。皆さんの参加をお待ちしています。



「絵本のへや」のみなさん

はやい！ガス衣類乾燥機

ガスと安全

冬場はお天気が少なく、洗濯物はなかなか乾きません。また、家族が大勢だと干すスペースも足りなくなります。そこでお勧めなのが、ガス衣類乾燥機。脱水が終わったら、乾燥機に移してスイッチを入れるだけでしっかり乾かし、ふっくら仕上げ。梅雨時にも大活躍するはずですよ。

電気乾燥機との違い

ガス乾燥機と電気乾燥機との大きな違いは、衣類から出た湿気の処理方法です。電気乾燥機は手軽に設置できる利点がありますが、乾燥機から出る湿気の大部分がそのまま室内に出してしまいます。そのため、部屋の温度や湿度が上昇してカビが生えるなど、室内環境が悪くなるおそれがあります。ガス乾燥機なら湿気を外に出



割安な運転費

多くの方が「ガス乾燥機の運転費は高いのでは」とイメージされているようですが、実際のコストは思っているよりずっと割安です。たとえば、4kgの衣類をフル乾燥した場合でも、約24円しかかかりません。これも電気乾燥機と比べれば約三分の一の金額です。頻繁にご使用になるご家庭ではこの差は大きい

天日干しとの比較

天日干しのメリットは、コストがかからないことや紫外線による除菌ができることです。しかし、曇りの日や夜間には、日光を浴びないため、除菌効果はあまり期待できません。また、外に干すとホコリや花粉が付着するデメリットもあります。一方、ガス乾燥機はコストはかかりますが、日照に左右されず洗濯でき、干す手間や取り込む手間がいらないというメリットがあります。また、肝心の除菌効果は天日干しと同等の効果を得られることが公的機関のテストにより証明されています。

ガス乾燥機は設置の際にガス栓を増設するなどの工事が必要になりますが、経済性・快適性などご使用いただけるものは、その良さが実感できるものと思います。くわしくはガス水道局まで ☎ 52-5820

（ふるさと交流広場） スキー場オープン!



スキー、スノーボード、ソリ遊びができ大盛況です



ナイター営業もやっています

ふるさと交流広場スキーゲレンデは、一月九日にオープンしました。日中はソリ遊びもでき、家族連れには最適です。夜は、冷え込み、ゲレンデのバーンは最高の状態になりますので、若者のスキートレーニングやスノーボードの初心者練習に最適です。ナイター営業は、毎週金・土・日曜日および祭日の夜に行っていますので、どうぞご利用ください。（食堂も営業しています）

◇Tバーリフト料金
大人五百円、子ども（中学生以下）二百円

◇ナイター料金（18時～21時）
大人五百円、子ども（中学生以下）二百円

◇食堂では、そば・うどんなど軽食が食べられます

問合せ ふるさと交流広場 ☎ 53-2390

わが家の防災

「いざ」というときの 応急手当

どんな頑強な人でも、息ができなければ死んでしまいます。のどに物（もち、アメ、肉片など）がつまり息ができなくなった場合は、はやく取り除かなければなりません。

【のどに物がつまったら】

①咳をさせる
咳ができれば、続けさせる。咳は、物を取り除くのに最も効果があります。

②指でかき出す
口の中を調べ食べた物や、吐いた物などがあれば、顔を横に向け、指にガーゼやハンカチなどを巻き、かきだす。※指で物を奥に押し込まないように注意する。



③背中をたたく
頭を低くし、手で左右の肩甲骨の間を続けてたたく。



○意識のない場合は、横向きにして手で肩甲骨の間を強く続けてたたく。



○小児は、抱きかかえ頭を低くし、背中を続けてたたく。



※取り除いた後、呼吸や脈拍がなければ人工呼吸や心臓マッサージを行う。

ちょっと教えて Q&A 市営住宅条例改正

Q1 市営住宅に入居できる基準は、どのように変わるのですか？

A1 今までの基準は、第一種高所得者層住宅は月額収入が十一万五千円超から十九万八千円以下の世帯、第二種低所得者層住宅は十一万五千円以下の世帯と二階層に分かれて

いました。平成十年四月一日からは、二階層の区別が廃止され、月額収入が二十万円以下であれば入居できるようになります。

また、高齢者世帯や障害者世帯については、入居できる基準を緩和して、月額収入が二十六万八千円以下まで入居できます。

ただし、改良住宅(緑が丘)については、月額収入が十三万七千円以下、高齢者世帯や障害者世帯は十七万八千円以下となります。

Q2 市営住宅の家賃の計算方法が変更されるそうですが、どのように変わるのですか？

A2 今までは、市営住宅の棟ごとに固定単価を設定していましたが、平成十年四月一日から入居者の収入を基準とした「基礎額」を決定し、その基準額に入居している市営住宅(棟)の諸条件(立地、規模、建築経過年数、利便性)の係数を掛け合わせて家賃を決定するという、きめ細やかな方法になります。

新しい家賃は、毎年度家賃を計算しますので、入居者の

Q3 現在、市営住宅に入居していますが、家賃の計算方法が変わることによって、今までの家賃より高くなるのですか？

A3 新しい家賃は、その人の収入によって計算されるため、今までよりも高くなる人も安くなる人もいます。

ただし、高くなる人については、急変緩和措置として平成十年年度から平成十二年度までの三年間、負担調整措置が講じられます。

問合せ 福祉事務所社会係
52-5846



緑が丘の市営住宅

栃尾の自然を訪ねて

〜地中から塩が〜 〈塩の井の話〉

栃尾市は「杜々の森の名水」で有名ですが、市内のあちこちに清水が湧き出しています。ところが、清水ではなく塩水が湧き出している所があります。知っている人も多いと思いますが、上塩地区にある「塩の井」です。海の近くでもないのに、塩水が湧き出すというのは不思議なことですね。

「塩の井」は二日町から大野



巢守神社手前の建物

原に向かって進み、上塩橋を渡ってから百五十メートルほど進んで左側、巢守神社のすぐ手前があります。小さな祠のような建物があり、その中に塩水が湧き出している井戸があります。建物の横には、「塩の井」の由来を説明した看板が張ってあります。

「栃尾市史」によれば、次の



井戸から塩水が湧き出ます

ような言い伝えがあります。「旅の僧侶が、塩がないことを理由に一夜の宿をこわられたとき、杖を土中に突き刺したところ、塩水が湧き出した。この僧侶は、旅の途中の空海(弘法大師)であった」

「塩の井」の水を分析してもらったところ、ナトリウムイオンと塩化物イオンが非常に多く、「ナトリウム-塩化物冷鉱泉」という泉質の温泉であることがわかりました。水温は約十七℃です。

この塩水の正体ですが、この付近の地層が西山層という海で堆積した地層であること、近くに東山や見附などの油田があることなどから、どうも油田と関係のある塩水のようなのです。

「塩の井」に一度行ってみませんか。

教育センター 渡辺国宏



おしらせ
今月の税金
納期 3月2日

▶固定資産税
▶国民健康保険税

寄付御礼

次のとおり市に寄付をいただきました。ありがとうございました。
(9・12・10~10・1・20)

愛称を募集します 栃尾市産業交流センター

市は、栃尾市産業交流センターを利用対象者である市民のみならずをはじめ、広範な人々から認識してもらうため、覚えやすく親しまれる愛称を募集します。

栃尾市産業交流センターは、未来の産業人育成と創造的なコミュニティづくりの拠点施設として建設を進めています。施設づくりにあたっては、市民によって具体的な事業展開や運営方法などの検討が行われ、「産・学・民・官の連携とネットワークづくり」を進めながら、多段階成長型の施設となることを目標として定められました。

応募内容 覚えやすく未来生や創造性をイメージさせる明るい響きを持つ名前であること
対象者 限定しない
応募方法

・用紙は自由。用紙1枚に愛称は1点を記入する
・応募用紙には住所、氏名(ふりがな)、年齢、職業、電話

番号を記入する
・応募はハガキ、封書、FAX、持参も可
・応募作品は返却しない
応募期間 2月20日(金)まで
選考および賞

・産業交流センターにふさわしい作品1点を選定し、愛称として採用します
・採用した作品は広報とちおで発表し、作者には賞金(2万円)

こども作品展開催中 美術館開放月間

市内の子どものための図画工作、美術作品約三百四十点を展示しています。
とき 3月1日(日)まで(月曜日休館) 午前9時~午後5時



素晴らしい作品をご覧ください

ところ 美術館 企画展示室
観覧料 無料
問合せ 美術館 53-6300

第17回市長杯争奪 市民囲碁将棋大会

とき 3月1日(日)午前8時30分~
ところ 文化センター
種目 囲碁の部 A級(初段以上)

将棋の部
B級(1級~3級)
C級(4級以下)
A級(初段以上)
B級(1級~5級)
C級(6級以下)

対象 小学生以上
参加費 △一般:千五百円▽高校生以下:七百元(昼食代含む)
大会当日、受付に納入)
申込み・問合せ 2月20日(金)までに公民館 52-2020

各種相談

相談は無料です
お気軽にどうぞ

- 行政相談
○2月24日(火)午前10時~午後3時
- 市役所別館相談室(1階)
- 国民年金相談
○2月24日(火)午前8時30分~午後5時
- 市役所市民相談室(2階)
- 家庭児童相談
○月曜日~金曜日、午前9時~午後4時
- 文化センター相談室
- 心配ごと相談
○毎週水曜日午前10時~午後3時
- 社会福祉協議会(表町)
- 青少年問題相談
○月曜日~金曜日、午前9時~午後4時
- 文化センター相談室

特別土地保有税の申告

(3月2日まで)

毎年1月1日現在で、前の1年間に五平方メートル以上の土地を取得した個人、法人が対象となります。
申告期限 該当する土地取得者は、3月2日(日)までに税務課に申告書を提出してください
問合せ 税務課資産税係 52-5833

農業委員選挙人名簿を縦覧します

(2/23~3/9)

市選挙管理委員会では、栃尾市農業委員会委員選挙人名簿を縦覧します。希望者は左記により選挙人名簿登録を確認してください。
縦覧期間 2月23日(月)~3月9日(月)午前8時30分~午後5時
縦覧場所 市役所総務課事務室(3階)
問合せ 総務課選挙係 52-5815

求人・求職コーナー

ハローワーク
(問合せ) 長岡公共職業安定所
栃尾分室 ☎52-2333

最近の求人・求職情報をお知らせします。
すでに決定済みのこともありますので、面接を希望する場合や情報
内容の詳細については、職安栃尾分室紹介係におたずねください。
(求人情報) (平成10年1月20日現在)

Table with 10 columns: No, 求人職種, 事業内容, 勤務地, 性別, 人数, 年齢, 賃金, 勤務時間, 備考. Lists various job openings such as 縫製工, 建設技術員, 染色工, etc.

◎車で来所の際は、駐車場をご利用下さい。
◎賃金額については、基本給が主体です。

「ご存じですか
小規模企業共済
小規模企業共済制度は、小規模
企業の事業主や個人企業主の人の
ための退職金制度で、国の機関で
ある中小企業事業団が運営してい
ます。
共済加入者は、払い込んだ掛け
金に応じて資金の融資を利用でき
き、また、毎月の掛け金が全額所
得控除になります。
新潟県は「加入促進モデル県」
の指定を受け、ただ今加入促進に

取り組んでいます。
問合せ 栃尾商工会 ☎52-4191
第3回栃尾市
ソフトバレーボール親睦大会
とき 2月22日(日) 受付午前
9時〜開会式午前10時〜競技
技開始午前10時20分〜
ところ 総合体育館
種目 △女子の部▽混成の部
参加資格 市内在住または通勤、
通学する中学生以上の人
参加料 1チーム千五百円(当日)

受付で
申込み・問合せ 2月14日(土)ま
でに総合体育館内体育協会 ☎
52-15571

公民館図書室
からのお知らせ



購入した図書

昨年の秋、市内栄町の佐藤勝さん
から図書購入資金の寄付をいた
だきました。
公民館では、この資金で郷土資
料や自然科学を始めとする二百七
十二冊の本を購入しました。

【栃尾市商工関係融資制度】
不況対策特別資金の改正

市は、平成九年六月五日号の
広報とちおでお知らせしたよう
に栃尾市商工関係融資制度を行
っています。
不況対策特別資金については
は、経済情勢が非常に厳しくな
っている中で、経営努力をかさ
ねている地場産業の繊維業界を
はじめとした工業および商業の
振興支援として、融資対象者の
緩和や融資限度額アップ、利率
の引き下げを改正し、二月融資
分から実施します。

Table with 4 columns: 融資利率, 保証付以外, 保証付, 融資対象者. Shows interest rate changes from 3-4% to 2-9% and 2-4%.

市民のみなさんの利用をお待ち
しています。

長岡短期大学
科目等履修生募集

長岡短期大学生涯学習センター
では、一または複数の授業科目を
履修し単位を修得できる科目等履
修生を募集しています。
科目登録生 科目等履修生開設授
業科目の中から希望する科目を
自由に選んで履修
コース登録生 あらかじめ設定し
た英語コース、情報処理コース
から履修
聴講料 △科目登録生(1科目)

通年科目二万円・半期科目一万
円 △コース登録生 六万円
問合せ 同大学生涯学習センター
☎39-11903 ③39-1956

「ご利用ください
優良運転者特典制度

自動車安全運転センターでは、
より多くの優良運転者を育成し、
交通事故防止に貢献することを目
的として、一定の割引が受けられ
る特典制度を行っています。一定
の割引は、一年以上無事故無違反
の優良運転者が、その証明である
「SDカード」を制度協力店で買
い物などのときに提示すると受け

新潟県都市緑花センター
職員採用試験

採用人員 △事務職員：若干名
△技術職員：若干名
受験資格
事務職員：昭和44年4月2日
から昭和51年4月1日まで
に生まれた人
技術職員：昭和44年4月2日
から昭和51年4月1日まで
に生まれた人で、次のいず
れかに該当する人
①大学の学科および大学院で花

公民館下塩谷分館
芸能祭

公民館下塩谷分館では、新春恒
例の芸能祭を開催します。地区区
民を始め、広く市民のみなさんの
おいでをお待ちしています。
とき 2月22日(日)午前12時〜
ところ 皆楽荘(吉水)
問合せ 下塩谷分館事務局(下塩小
学校服部教頭) ☎52-12496

小学生の国際交流事業
ちびっこ探検学校ヨロン島

在日外国人の子供たちと共同
生活をしながら、いかだこぎ、釣
り、黒砂糖作り、洞窟で一泊する
サバイバルなどを体験します。
とき 3月25日〜4月1日
ところ 鹿児島県与論町
定員 460人(3年生以上)
費用 111,000円
事業説明会 2月22日(日)午後
3時〜新潟県民会館
申込み 3月9日までに(財)国
際青少年研修協会 〒160-
0004 新宿区四谷2-11大村
ビル3階 ☎03-3359-8421

とちお おしらせ版 平成10年 2,18

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カ月児健診、2歳児歯科健診、2歳6カ月児歯科健診、3歳児健診、3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。また、希望者にフッ素塗布を実施します。

※母子手帳、問診票を忘れずに持参してください。



斎藤夏帆ちゃん 東町

2月12日
1歳6カ月児
健診会場

健診名	月日	対象者生年月
4カ月児健診	3月10日(火)	9年11月生まれ
7カ月児健診	3月13日(金)	9年8月生まれ
1歳6カ月児健診	3月12日(木)	8年9月生まれ
2歳児歯科健診	3月19日(木)	8年3月生まれ
2歳6カ月児歯科健診	3月19日(木)	7年9月生まれ
3歳児歯科健診	3月12日(木)	7年3月生まれ
3歳児健診	3月11日(水)	6年10月生まれ

母親教室

月日	会場	時間	対象者
3月3日(火)	文化センター和室(2階)	午後1時30分～4時00分	妊婦

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
3月24日(火)	保健福祉センター	午後1時～午後2時

※総合健康相談においてになる人は、準備の都合上、事前に保健課までご連絡ください。
☎52-5836 内線227

予防接種

会場▶ 市民会館
時間▶ 午後1時～1時10分(時間厳守)

種類	月日	対象者生年月
ポリオ2回目	3月17日(火)	8.11～8.12

※母子手帳を忘れずに持参してください。
※予診票は、必ず記入してください。(体温は会場で測っていただきます)
※別冊の「予防接種と子どもの健康」を必ず読んでください。



トレーニングマシンで楽しくシェイプアップ!

総合体育館

トレーニングルーム利用者講習会

この講習会を一回受講すれば、翌日から自由にトレーニング・マシンのご利用いただけます。
とき ①4月6日(月)②4月20日(月)③5月18日(月)④6月15日(月)⑤

7月21日(火)⑥8月17日(月)⑦9月21日(月)⑧10月19日(月)⑨11月16日(月)⑩12月21日(月)⑪1月18日(月) 時間はいずれも午後7時から午後9時30分まで
ところ 総合体育館(筆記用具と内履きを持参、運動できる服装)
対象 高校生以上の男女
受講料 無料
申込み 講習会前週の金曜日までに総合体育館☎52-5571
※利用許可証の更新
更新手続きは、毎年3月中旬に利用許可証を持参して行ってください。期間中に手続きをしないと登録番号が抹消されます。

早春の奇祭

下衆伝のほだね祭り

3月8日(日)午前11時～

祭りのスタートは、午前11時。ほだね様の横の御神木に二百kgの大しめ縄の奉納が始まります。大じゆずくり、御神酒鏡開き、初嫁厄払い、五穀豊稔祈願などの神事のもと、御神体の御降。地域の若者によって、御神体に初嫁を乗せ村内を練り歩くと、祭りは最高潮になります。参拝者には、富くじなどが用意されています。初嫁厄払い希望者募集
御神体に乗ってみたい初嫁は、はくもに
5312030、商工観光課☎52-5827



200kgの大しめ縄づくり

長岡圏域 イベント情報

- 【小千谷市】**
◇小千谷ジャンプ大会
とき 3月1日(日) ところ 白山ジャンツェ
問合せ 社会体育課 ☎83-0077
◇歩くスキー大会
とき 3月8日(日) ところ 白山運動公園
問合せ 社会体育課 ☎83-0077
- 【見附市】**
◇アルカディアフェスティバル
とき 3月1日(日) ところ 文化ホール
問合せ 文化ホール ☎63-5321
◇「イルカ」コンサート
とき 3月20日(金) ところ 文化ホール
問合せ 文化ホール ☎63-5321
- 【中之島町】**
◇お笑い寄せ(出演:桂 歌丸ほか)
とき 3月6日(金) ところ 文化センター
問合せ 文化センター ☎66-1310
- 【三島町】**
◇綱引大会
とき 3月8日(日) ところ 三島町体育館
問合せ 教育委員会 ☎42-2221
- 【与板町】**
◇近郷社年インドアソフトテニス大会
とき 3月15日(日) ところ 町民体育館
問合せ 教育委員会 ☎72-3945
- 【山古志村】**
◇古志の火まつり
とき 3月8日(日) ところ 四季の里古志
問合せ 総務課 ☎59-2330
- 【川口町】**
◇98スノーフェスティバル
とき 3月1日(日) ところ キャンパス川口
問合せ 教育委員会 ☎89-3111

県政ポストを「ご存じですか?」

県では、広く県民のみなさんから県政についての建設的なご意見やご提言をお寄せいただくために「県政ポスト」を設置しています。所定のハガキは市役所市民課窓口にて用意してあります。
みなさんのご意見、ご提案をお待ちしています。
問合せ 県庁広報広聴課広聴係
☎025128515511内線2116

「宮崎 緑」講演会

とき 3月11日(水)午後6時15分～7時35分
ところ 新潟ユニゾンプラザ(新潟市上野2-1-2)
講師 宮崎 緑さん(元NHKキャスター)
テーマ 地球に優しい国際感覚「環境を考える」
定員 二百人(先着順)
入場料 無料
申込み・問合せ 3月3日(火)必

ミニバスケットボール メンバー募集

対象 小学生新4年生～6年生
参加費 一万三千元(年会費千円、活動費月千円)
練習日 毎週月・木曜日、午後7時～9時
ところ 栃尾南小学校および総合体育館
主催 栃尾ミニバスランドWIZ
問合せ・申込み 3月31日までに

N-IFORUM プレゼンテーション

企業が自社の事業計画などを発表し、金融機関、大手企業や経営者、共同研究のパートナー、業務販売提携などの支援者を募り、新技術やアイデアの事業化を促進するものです。
とき 3月20日(金)午後1時～
ところ ハミングプラザVIP(新潟市上野2-11-33)
参加費 千円(交流パーティー出席者はプラス四千円)
申込み・問合せ 県庁新産業振興課育成支援係☎025128515511

3・4月は電話工事が混みあいます お引っ越しが決まったら お早めにお申し込みを

電話の移転・新設は申込専用ダイヤル
局番なしの「116番」(通話料金無料)へ
電話工事は予約制です。ご希望の日時をお早めに
NTT長岡支店

ギャラリーとちお

(文化センター1階)
▽写生・撮影会作品展
2/28～3/9

市のようす 1月末現在 人口 26,484人 男 12,927人 女 13,557人 世帯数 7,331

交通事故 1月 2件 死者 0人 傷者 3人
10年累計 2件 死者 0人 傷者 3人
～交通安全について家族みんなで話し合いましょう～

国民年金だよ

国民年金の保険料が変わります

四月から一万三千三百円に

国民年金の保険料は平成十年四月分から一万三千三百円に改定されます。付加保険料は今までと同額の四百円です。

国民年金は、被保険者が老齢になったとき、万一の事故や病気で障害の状態になったとき、亡くなったときに、ご本人や遺族に生活の支えとして支給される大切なものです。そして、その基礎年金を支給するのに必要な費用は、保険料収入、運用収入および国庫負担金の三つの収入によってまかなわれています。

そこで保険料と年金のバランスや生活水準などを考慮し、年金制度が健全に運営できるように、保険料は段階的に改定されています。

割引があり

国民年金には、将来の一定期間の保険料を前もって納めることのできる「前納制度」があります。平成11年3月までの間で前納することのできる保険料は次の保険料です。

平成10年4月～平成11年3月までの保険料額		
定額保険料	月額13,300円	
納付期日	1年間	6ヶ月間
月々納めた場合	159,600円	79,800円
前納した場合	155,750円	78,920円
割引される額	3,850円	880円
定額保険料と付加保険料 月額13,700円 (定額+400円)		
納付期日	1年間	6ヶ月間
月々納めた場合	164,400円	82,200円
前納した場合	160,430円	81,290円
割引される額	3,970円	910円

平成10年4月から、平成11年3月分までのすべての保険料
平成10年4月から、平成11年3月分までの間に60歳になる時は60歳になる前月分までの保険料
平成10年4月から、平成11年9月分までの6ヶ月間の保険料
前納を希望する人は、3月2日から4月24日までに国民年金係にお申し込みください。保険料の納付期間は、4月1日から4月28日までの間です。

なお、保険料を平成10年4月に1年間、または、6ヶ月間の保険料

を前納する場合の額は、次表のとおりです。

春は異動の季節

手続きを忘れずに

春は、就職や退職、転勤など、異動の多い時期です。異動によって年金の加入の種類が変わったり、住所が変更したときは、国民年金の手続きが必要になります。

手続きを忘れてしまうと、将来、不利になることがありますので速やかに手続きをしましょう。

国民年金の資格取得・資格喪失種別変更などの手続きは自分でしなければなりません。

手続きに必要なものは
・印鑑・健康保険証・国民健康保険証(世帯にある場合)・退職年月日の確認できる書類・第3号被保険者該当届出書・基礎年金番号通知書。

問合せ 市民課国民年金係
☎5215835

国民年金相談には、必ず「基礎年金番号通知書」を持参ください。

臨時福祉特別給付金が支給されます

政府は平成10年分所得税の特別減税に関連し、昨年同様に臨時福祉特別給付金を支給することとしました。

支給対象者

◎臨時福祉給付金(支給対象者一人につき一万円)

基準日(平成10年2月1日)において、次の年金又は手当を受給できる人

- ①老齢福祉年金②障害基礎年金(年金証書の年金コードの先頭3桁が「635」「265」または「535」「062」)
- ③遺族基礎年金等(年金証書の年金コードの先頭3桁が「275」「285」または「645」「0

72、「082」「102」)
④児童扶養手当⑤特別児童扶養手当⑥特別障害者手当⑦福祉手当(経過措置分)⑧原爆被爆者諸手当

*ただし、全額停止中の人は対象外。また、一部の年金に所得制限があります。

◎臨時介護福祉金(支給対象者一人につき三万円)

平成9年度分の市民税取得割が課されなかった人(扶養親族となつていない場合は、扶養者が市民税所得割が課せられない人)。

①基準日(平成10年2月1日)において、平成9年8月1日以前からねたり又は痴呆などの状態で、常時介護を必要として

地区名	会場	月日	時間
栃尾	文化センター・和室	2/25(水)・27(金)・3/2(月)	10時～15時
下塩谷	皆楽荘	2/24(火)	10時～15時
川谷	川谷公民館	3/3(火)	13時～16時
上塩谷	塩谷開発センター	3/4(水)	10時～15時
東谷	東谷克雪センター	3/5(木)	10時～15時
入東谷	生活改善センター	3/9(月)	10時～15時
荷頃	地区開発センター	3/6(金)	10時～15時
西谷	生活改善センター	3/9(月)	10時～16時
中野保	ふるさと会館	3/10(火)	10時～正午
半蔵金	防雪センター	3/10(火)	13時～16時

※栃尾地区については、できるだけ指定した日において下さい。

リハビリ教室

市は、心身の機能が低下し、社会から孤立しがちな人の生活の質を高めることを目的とし、仲間づくりを図り、閉じこもりによる寝たきりを予防するために、リハビリ教室を開催します。

とき 4月から来年3月までの計15回 午前10時～午後3時
ところ 皆楽荘(通所の困難な人には送迎のバスを用意します)

対象 脳卒中後遺症などで心身機能が低下している人、今後さらに能力の低下が予想される人や家に閉じこもりがちの人。

内容 体操、レクリエーション、バス旅行、講話、作品づくり(毎回、健康状態の確認も行います。昼食は、各自持参する)申込み 保健課に用意してある書類に医師の意見書を添えて、3月23日(月)までに保健課☎5215836

固定資産課税台帳の縦覧

3月2日から

固定資産課税台帳の縦覧は、平成10年度の土地、家屋、償却資産に対する課税内容を納税者から確認していただく制度です。この機会にご自分の資産に対する課税内容を確認してください。

縦覧期間 3月1日から3月20日までの間で、月曜日から金曜日

の午前8時30分から午後5時

縦覧できる人 固定資産の所有者およびその同居の家族、代理権のある代理人または納税管理人(いずれも印鑑が必要です)

縦覧場所 栃尾市役所税務課

問合せ 税務課資産課税係

☎5215837

子どもの心の健康

づくり講演会

「子どもの心の健康づくり」楽しくいきいき子育てするために」をテーマに講演や話し合いによる学習会を開催します。

対象 保育園から中学校の保護者、子どもの健康づくり担当者

相続登記の無料相談

2月28日まで

新潟県司法書士会は、今年も2月を「相続登記はお済みですか月間」として無料相談を実施しています。

親がなくなり、土地や家屋などを相続しても登記はつい忘れがちです。相続登記はいつまでしなればならないとの定めはありませんが、時間が経過すると相続人が増えて死亡したりして相続関係者が増えたり、書類の取り揃えやその他で複雑になります。

そこで、新潟県司法書士会は、2月28日まで相続に関する無料相談を行っています。最寄りの司法書士事務所へお問い合わせください。

「相続」一〇番

県青年司法書士協議会

相続の問題でお悩みの人に、新潟県青年司法書士協議会が電話での相談をお受けし、法律的なアドバイスをいたします。

とき 3月15日(日)午前10時から午後4時

相談料 無料☎025122515650(当日限り)

県立自然科学館

3月の催物

□新展示品「新エネルギーと地球環境保全」

▽3月15日(日)オープン

太陽電池を外壁としたソーラーキャッスル(太陽の城)や乗車体験ができるソーラーカー、風速15メートルの風の力を体験できる装置など、新エネルギーをテーマとした展示品が新しくオープンしました。

□春の特別展「星座の文化史」

▽3月21日(土)～4月19日(日)

西洋や東洋の古星図・天球儀

や、江戸時代につくられた星球儀・望遠鏡等を展示。

□プラネタリウム新番組「タイムマシン アル」の冒険」

観覧料 大人七百円、小・中学生四百円、幼児は無料

□各種教室

▽水の表面張力の観察/3月15日

▽マイルカの話/3月21日

▽鳥の工作教室/3月22日

▽天文講義/3月22日

▽プラネタリウム

▽星空散歩/3月28日

▽天文講義/3月29日