



# お風呂はみんな楽しく!

6月28日(土)~29日(月)、ゆきわり荘で行われた「少年教室事前宿泊研修」でのひとコマ。8月4日(月)~6日(水)に行われる、少年教室宿泊研修(国立磐梯青年の家)に向けて、創作活動やカレーライス作り、そして入浴と、にぎやかで楽しい2日間を過ごしました。

平成9年8月1日発行  
発行/和島村役場  
編集/地域振興課  
〒949-45  
新潟県三島郡和島村大字小島谷3434番地の4  
TEL 0258-74-3111  
FAX 0258-74-2791



# よう きなさったね

川端 小黒 広司さん

私は今年の5月に、結婚に伴いまして長岡市からこちらに来ました、小黒広司です。  
和島村に来る前は、良寛さんのゆかりの地として知っていた程度で、特別な印象は有りませんでした。こちらに来てからは、周りの方々が新参者の私に対しても、優しく声をかけてくれて皆様の温かい人柄が感じられます。  
また、良寛さんや数多くの遺跡の発掘、そして緑あふれる豊かな自然など、人として後世に残していかなければならない財産が数多くある、魅力あるところだと思います。

私は長岡市内のパソコンショップに勤務してまして、自家用車で毎日長岡市まで往復していますが、思っていたよりも近くて朝の目覚めの悪い私は大変助かっています。自宅が国道沿いのため、大型トラックが昼も夜も走っていて、にぎやかなのは我慢できますが、路肩を歩くときは大人の私でも怖いと思います。数年後にはバイパスが開通するでしょうから、将来は問題ないとしても、事故の無いようドライバーも歩行者も注意していただきたいと願っています。  
また、私有地に粗大ゴミを捨てられて困っている方の話が伝わってきたこともあり、モラルに反した行動や、自然破壊につながる行為には、先人が残した文化・自然を大切にする意味でも行政と住民が一体となって対策に取り組んでいけたら良いのではと思っています。これからの村づくりの希望としては、豊かな自然を満喫でき、子

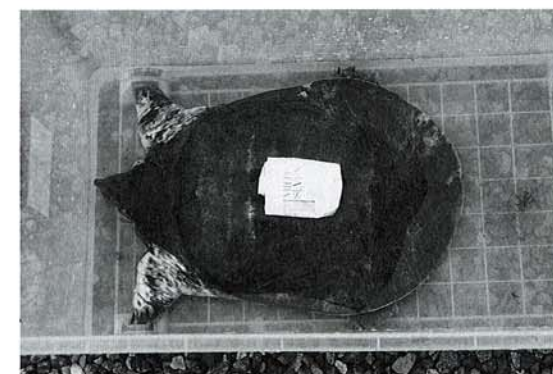
供からお年寄りまで憩えるような公園施設を是非作っていただきたいと思っています。  
まだまだ、何もわからない私ですが、これからもよろしくお願いたします。  
(私がこちらにお世話になってからの友人であります。明るく、元気な竹内史子さんの「あなたからのラタ」もどうぞご覧下さい)

## ◆お詫びと訂正◆

7月号の6ページ「むらの出来事」で東北電力(株)営業所からの街路灯寄贈は、11基ではなく9基でした。  
ここに深くお詫びし、訂正いたします。

## 人口の動き

	6月末人口
人口	5,352人 (-5)
男	2,588人 (-6)
女	2,764人 (+1)
世帯数	1,291世帯(+1)
	( )内は前月比



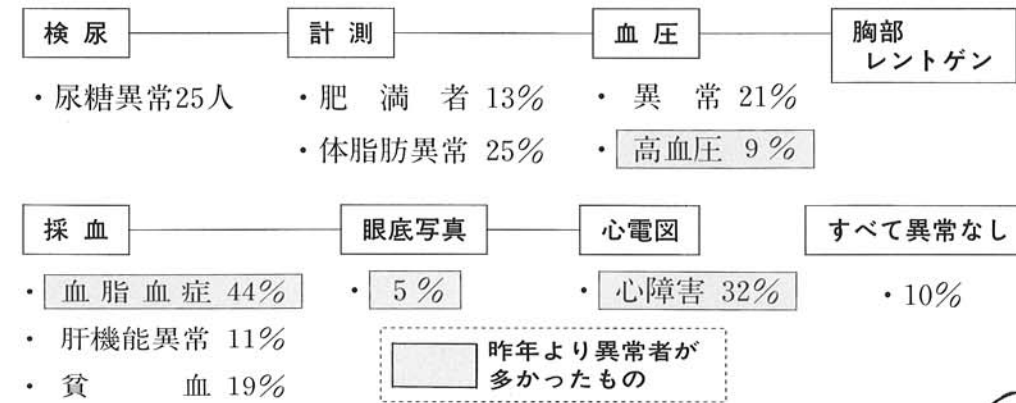
トピックス  
**和島にカメラ出現!**  
両高の良寛堂さん付近の川で、6月中旬頃、久住元さんによって釣りあげられた巨大スッポン。



# 基本検診5002人が受診

(6月5日、6日の結果速報)

図1



**成人歯科指導 40、50代**

- ・歯みがき指導
- ・症状相談

食事以外をとりすぎないように3食しっかり食べましょう

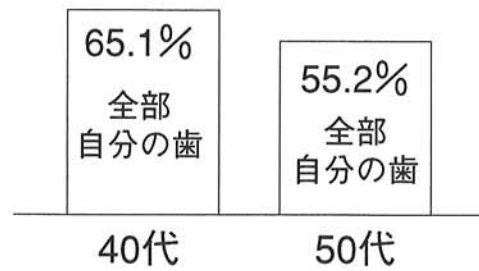
**1800kcalの食事展示**

- ・おやつに含まれる砂糖量の展示
- ・つけもののめやす
- ・アルコールのカロリー展示



## 歯科問診表のまとめ (81人)

### 1.現在の歯の様子

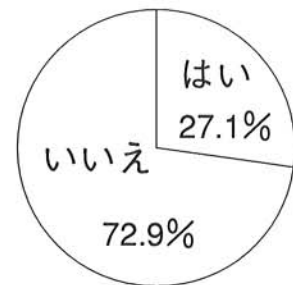


※40~50代では、4割弱がさし歯や入れ歯を持っている

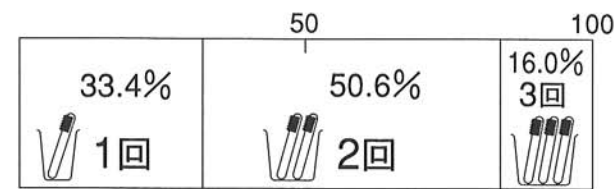
。成人歯科指導結果 住民課

村では、平成8年幼児、学童のフッ素洗口をスタートさせています。が、それに加え平成9年度成人歯科指導を基本検診に導入しました。高齢化が進み自分の歯で食べる事が健康を守る上で、とても大切となってきました。早期予防の目的で四十代、五十代の受診者に歯科問診票とそれに伴う指導を実施しました。―問診票のまとめ―

### 2.自分の口の中に満足しているか

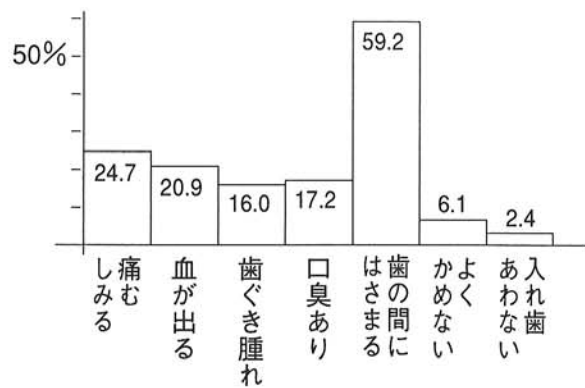


### 3.はみがき回数

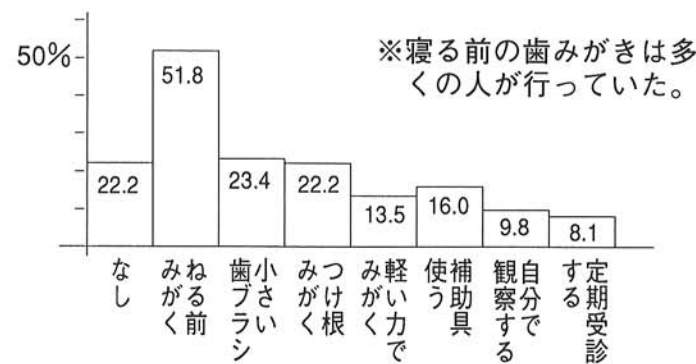


※みがく回数は県平均とほぼ同じだが、強くみがきすぎて歯が減っている方、歯間のよごれの強い人がみられた。

### 4.出現している症状



### 5.健康のために心掛けている事



※寝る前の歯みがきは多くの人が行っていた。

## 県民歯科疾患実態調査(平成5年)より

40~50代で歯を失う人の割合 **58%**  
 歯周炎、歯周疾患を持つ方の割合 **38%**  
 歯石ある人 **70%**

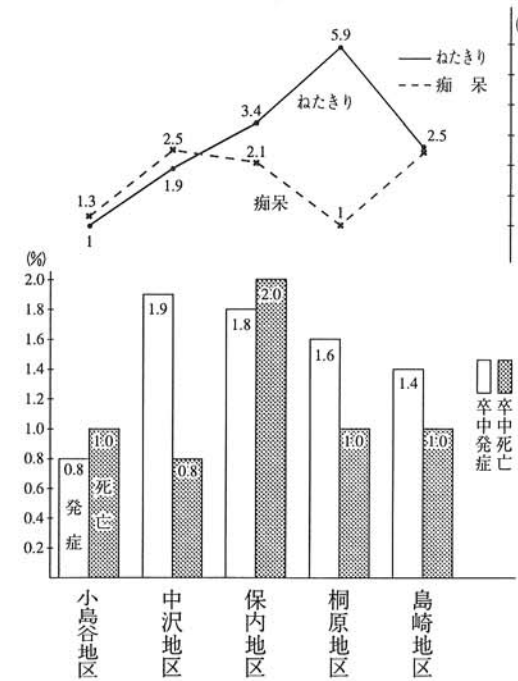


今回実施してみて、歯をみがく回数は県と比較し変わらないが、四十代、五十代という年齢で入れ歯、さし歯は和島でも高かった。また、「しみる」「血が出る」「はぐきの腫れ」が二割以上ありきちんとした歯科検診を実施すればもつと増えると考えられます。総合してみると早期年齢で疾病が出現しており、早期に成人歯科予防についての知識・技術をもつと啓蒙してゆく必要性を感じました。

最後に指導を受けた方々の反応は、「受けて良かった」「91%「少なくとも自分の歯に関心を持った」97%と答えており、充分関心を持っていただけたのではないかと次年度に生かしていきたいと思っております。

〈グラフ1〉

地区別脳卒中発症、死亡率  
地区別65才以上に占めるねたきり、痴呆率



○脳卒中・心臓病・痴呆予防を  
家庭で、地域で取りくみましょう!

村のすすめてきた内容は図2のとおりですが、平成8年までの進展状況は図3のとおりです。今年から健診結果を、事後指導会前に郵送いたしました。要受診の指示のあった方は受診し主治医さんの指示に従ってください。

又、生活のふり返りは事後指導を利用して、目学習、舌学習(見て味わう学習)をしていただくことを目標に7月23日~8月7日まで実施致します。

来年の健診結果を期待して!

### ○健診結果を生かしましょう

脳卒中死は減少してきていますが、他町村に比べて、男性も女性も、まだ多くなっています。地区別にみると、差も出ます(グラフ1)。

家庭ぐるみ、地域ぐるみで、取りくんでいきたいものです。

みそ汁よりの塩分量 **2.5g → 1.2g (H4年)**

つけものよりの塩分量 **3.6g → 2.7g (H8年)**

間食よりの糖分摂取量調査(H7年) **平均18g**

図2  
図3

- ①食事は3食しっかり食べましょう
- ②塩分は取り過ぎないように  
みそ汁よりの塩分量 1g  
つけものよりの塩分量 2g
- ③料理に使う砂糖は1日6gに  
小さじ2  
スティック1本
- ④間食は食べすぎない  
砂糖量として20g以内(80kcal以内)
- ⑤運動を生活の中に取り入れよう

# ロマンと英知で はばたく わしま 第3次和島村総合計画

## 後期基本計画の概要

平成四年三月に策定した「第三次和島村総合計画」も、五カ年を経過することによる社会経済情勢や、住民ニーズの変化に適切に対応していくため、平成八年度、和島村総合開発審議会（高橋均会長）において後期五カ年（平成九年度～平成十三年度）の基本計画を審議、策定しました。

以下、その概要を公表します。

### ● 第一編 序 論

平成七年の国勢調査においては人口五、二二二人、世帯数一、二九三世帯となっており、平成二年の調査と比較して人口は一九〇人、三・五％減少しているものの、世帯数は十五世帯増加しており、高齢者世帯の増加や核家族化の現れと分析しています。

就業者数では、依然として農林業者の減少が続く、若者を中心に希望の多いサービス業の増加が目立ちます。

長岡地域広域市町村圏計画での圏域の発展方向や、地方拠点都市地域整備基本計画の位置づけと、総合計画の基本理念を前提に、住民のニーズを反映しながら、二〇〇一年のむらづくりの方向を次のとおり定めます。〔抜粋〕

【長岡地方拠点都市地域の中心都市まで現在でも自動車で三〇分程の距離に位置し、整備中の国県道の完成によってさらに時

間の短縮が期待され、職場との距離感も解消されます。また豊かな自然と先人の残した文化遺産を活用した独自の資源を活かし、職・住の一体感と地域間の交流促進による定住人口の増加を図ります。】



### ● 第二編 基本計画

#### 一 こころ豊かな村・わしま

先人の残した貴重な文化遺産をむらづくりの一つのテーマとして良寛の里、道の駅と遺跡公園を整備し、地域間交流の拠点として、また地域住民の憩いの場として位置づけます。

新しいむらづくりには、将来を担う子供達や青少年、文字通り大黒柱として一家を支えている中高年と経験豊富な高齢者が三位一体となって取り組んでいかなければなりません。

高齢者の持っている経験を後輩に伝え、世代を超えた心の交流を進めていきます。

健康に対する関心が高まってきていることから、保健指導や事前検診等によるきめ細かな健康づくりを進めていきます。

全国的な長寿社会を迎え、高齢者の生きがい対策を推進します。また、介護を必要とする老人等を持つ家庭の負担を軽減するため、施設に必要な床数を確保し、自宅介護を余儀なくされている家庭へはホームヘルパーの派遣や短期入所措置等による対策を講じていきます。



#### 二 快適で活力のある村・わしま

豊かな自然環境は快適な地域生活をもたらします。自然保護と開発とをバランスよく推進していきます。

和島村に住みたいと言われるような生活環境の整備を、計画的かつ積極的に進めていきます。

住宅地の確保については、官民それぞれの役割のなかで計画的に整備し、他方では住宅取得のための融資制度の完熟をめざします。

現在継続で進めている下水道事業につきましても、公共下水道並びに集落排水事業それぞれの事業基準に照らし、可能な限り村内全

域に敷設していきます。

生活から排出されるゴミ、し尿については、現在一部事務組合で処理を行っており、引き続き共同処理していきます。

住民の生命財産を守るため、火災を始め災害の発生防止と不慮の災害に備えた体制を整えます。

現在は常備、非常備とも消防組織は確立されていますが、更に機動力確保のため計画的に積載車等を整備していきます。

住民の生活圏の拡大に伴い、道路交通網の整備が求められています。村内の国県道については計画的に整備が行われており、それにアクセスする村道についても積極的に整備を進めていきます。

道路交通の発達に比例して交通安全発生の増加が危惧されます。子供や高齢者を中心として交通安全に対する意識の醸成を図ります。

村の基幹産業である農業の振興につきましても、現在実施している圃場整備の進捗により、面積の拡大による大型機械の導入が可能となり、認定農家等への農地の集積が容易となること等を併せて作業の効率化等による生産コストの低減が図られ、農家収入の安定を目指します。

ただ現在は米の消費が滞っていることにより、大変厳しい現状であることから、自ら生産を調整し

て価格の安定と需給のバランスを取っていく必要があることから、水田営農活性化のための施策も引き続き行っていきます。

商工業の振興については、引き続き振興支援を図り、新たに進出して来る大規模な商店や工場と共存していくよう調整を行っていきます。

観光の振興では、既設の良寛の里や菊盛記念美術館が県内並びに中越・佐渡弥彦地区との広域観光ルートの一部を占めることとなっており、引き続き誘客宣伝に努めていきます。



#### 三 郷土愛ではばたく村・わしま

都市と農村、人と人との交流は



その地域を活性化させ活力を与えます。「首都圏ふるさとわしま会」には毎年故郷との交流を求めて多くの出席者があり、また平成七年度から実施している「越後ふるさと地酒塾」も、首都圏から定員いっぱい参加者が交流を求めて訪れて来ます。

将来村を背負って立つ青少年を中心に国際的な視野を広め、体験見聞することによって国際社会に対応できる人材の育成が必要との事から、姉妹提携先のタヒチとの交流を続けています。

これらいずれも、交流者相互のニーズを把握しながら地域間交流の積極的な推進に努めていきます。自らが生まれ育ったふるさとに愛着を感じ、自らが誇れるむらづく

くりを進めていくため、村民一人ひとりがむらづくりに参画することが重要です。

今後とも村民の意志を反映したむらづくりを進めていきます。地域住民の生活に直接結びつく行政は、それだけ健全さを求められます。行政自らが創意工夫によって改革を行い、日々変化する社会経済情勢や住民ニーズに適切に対応できる体制をつくっていきます。

地方が要望し国も実施に向けて進めつつある地方分権が実現されてきます。二十一世紀が地方の時代と言われ、地方も確固たる行政推進体制の確立が求められます。

現在長岡市を中心として一部広域行政事務を共同で行っています。今後においても広域的な見地で行政の執行を進め、引き続き広域行政事務を推進していきます。







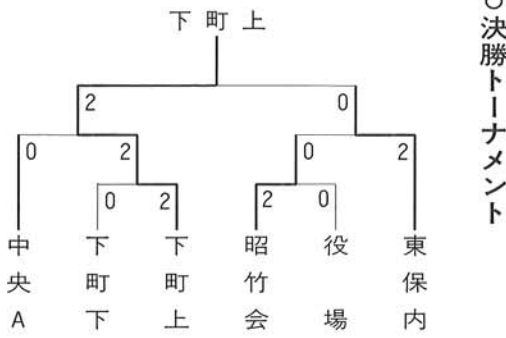
第14回 ナイターバレーボール大会  
優勝 下町上チーム

7月14日から17日の4日間、公民館主催のナイターバレーボール大会が開催されました。  
18チームの参加で、14日から16日まで予選リーグを行い、17日に決勝トーナメントを行いました。  
この結果、下町上チームが東保内チームを接戦の末破り、優勝しました。

◎成績は、次のとおりです。  
優勝……下町上チーム  
準優勝……東保内チーム  
第三位……中央Aチーム  
第三位……昭竹会チーム



第14回 ナイターバレーボール大会  
優勝 下町上チーム



▲平成8年度 成人式の様子

**成人式挙行**  
8月15日(金)午前9時30分より和島村役場(保健センター)において成人式が行われます。  
今年の対象は、昭和51年4月2日生まれから昭和52年4月1日生まれの新成人です。  
当日は、式典の後記念講演が予定されております。

お問い合わせ・お申し込み先  
新潟県教育庁文化行政課  
☎(025)28515511

発掘現場見学  
史跡・資料館巡り

会場 和島村調査現場他  
日時 9月9日(火) 9時~16時30分

**埋蔵文化財講座 入門編**  
新潟県教育委員会の主催で、埋蔵文化財講座が村内周辺を会場に行われます。

**夏の交通事故防止運動**

～8月1日(金)から8月10日(日)までの10日間～

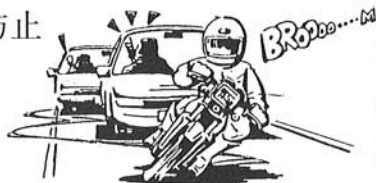


〈運動のスローガン〉

夏の道ゆとりの心でさわやか運転

〈運動の重点〉

- 1.シートベルトの着用の徹底
- 2.若者の事故防止



**和島村運転者講習会**

とき/8月6日(水) 午後7:30~  
ところ/保健センター『検診ホール』  
※安全運転者表彰も合わせて行います。

**和島村街頭指導**

とき/8月5日(火) 午前9:30~  
8月9日(土) 午後2:30~  
ところ/桐島農協スタンド付近

わし麻呂くん



**わし麻呂くんの部屋**

～生涯学習情報～



**レディースセミナー**

**ハーブ手芸(6/20)**

6月20日(金)、台風大接近の悪天候の中、長岡市でハーブ園を営まれている恩田裕子先生を講師に迎え、ラベンダーを使った小物づくりにチャレンジしました。

1回目は「先生～」 「あ～あ」と悪戦苦闘。しかし、休憩でいただいた美味しいハーブティーによってパワーアップした受講生の皆さんは、目を輝かせ、自信をもって2回目の作品を完成させていました。

受講後は、「意外と簡単」「ハーブ園はどこにあるんですか」と大変興味をもたれたようです。ハーブの素敵な香りにつつまれた充実の一時でした。



**ダンベル体操(7/10)**

7月10日(木)、梅雨空の下体育館において刈羽村在住の広川優子先生を講師に迎え、ダンベル体操のオープン講座が行われセミナー受講生の他にも多数の参加がありました。

学習はりズム・ダンベル体操やウォーキング(正しい歩き方)の他、体脂肪計で脂肪の量を測定しました。測定においては、「ウフッ」「オー」などと各々に喜び、驚き、憂愁を感じられたと同時に体操の手軽さと楽しさ、そして必要性を学びました。

皆さんもご家族で少しずつ体を動かされてみてはいかがでしょうか。





6月20日(金)、社会科の授業の一環として、桐島小学校4年生の児童27名が与板郷消防署を見学しました。

### 消防署見学



7月2日(内)役場前において「いきいき夕市」がオープンしました。これはいきいき市場会員の皆さんが丹誠こめて作った新鮮な野菜や果物の直売を行なうものです。

### いきいき夕市 オープン!



7月4日(金)、保育所では子供たちの祖父母のみなさんを招き「たなばたの集い」が行われました。

### 短冊に 願いをこめて



6月30日(月)、村更生保護婦人会の総会がゆきわり荘で開催されました。

### よく笑って成功!?

村更生保護婦人会総会



去る7月4日(金)、ゆきわり荘において、村社会福祉協議会の理事・評議員会が開催されました。

### おめでとうございます!

福祉功労者3名を表彰



梅雨の晴れ間の蒸し暑い7月6日(日)、第35回新潟県身体障害者体育大会第6地区大会が、西山町総合体育館において開催されました。

### 無念!

県身障体育大会



去る7月2日(内)、第14回三古郡老連ゲートボール親善大会が、本村村民運動広場において開催されました。

### 悪天候にも負けず堂々の3位!

三古郡老連ゲートボール大会



### 中学生と赤ちゃん 触れ合い学習スタート



▲6月24日乳児検診での実習場面

少子化の時代をむかえ、赤ちゃんを見たり触れたりする機会が減ってきています。今回は中学生を対象に、生命誕生の神秘や育ててくれた人達の愛情を感じ、自分の体をいづくしむ気持を育てたいとこの事業を実施しました。



▲6月24日講師による「新しい生命のうけ入れ」についての学習場面

思う 男の子は恥ずかしがらずもつと子供に触れて欲しい。初めてで、母としても中学生にどう声かけて良いかとまどった。子供が人見知りして泣いてばかりで申し分けなかった。



## 今月の納税・納入

- ※ 国民健康保険料…………… 8 月 分
- ※ 国民年金保険料…………… 8 月 分
- ※ 幼稚園保育料…………… 8 月 分
- ※ 保育所保育料…………… 8 月 分

※口座振替の方については、納期限3日前より振替させていただきます。

# おしらせ

## information

### 8月の救急診療のご案内

#### 1 休日の救急診療

(1)内科・小児科・外科・歯科の昼間（午前9時～午後6時）

長岡市健康センター内（長岡市西千手2-5-1）  
 ・長岡休日急患診療所 ☎35-8255  
 ・長岡休日急患歯科診療所 ☎33-9644（午後4時まで）

#### (2)産婦人科および夜間

区分	在宅当番医院	午前9時～翌午前9時
診療科目	産婦人科	内科・小児科・外科・産婦人科
3日(日)	山口産婦人科	立川総合病院
10日(日)	明石医院	長岡赤十字病院
17日(日)	斉藤医院	長岡中央総合病院
24日(日)	小林医院	立川総合病院
31日(日)	丸岡医院	長岡赤十字病院

### 海開き

7月15日(火)、落水海岸で和島村・村観光協会により海開きと海難防止祈願祭が行われました。ロシアタンカーナホトカ号の重油流出事故から7カ月がたち、多大な被害を被った落水海岸も、大勢のボランティア及び、役員職員の懸命な除去作業によって、きれいな砂浜を取り戻し、無事海開きを行うことができました。今回の重油流出事故にご協力いただきました皆様へ感謝するとともに、これからもきれいな海と砂浜を守っていききたいと思えます。



## あなたからのラタ

# 私の登山体験記

三瀬ヶ谷 竹内 史子さん



高校生の頃、授業の一環として米山登山がありました。当時はいやでいやで仕方がなく、無理矢理参加した記憶があります。何故人はあんなに苦しい思いをしてまで山に登るのだろうか？ 山を愛する人の気が知れないとずっと思っていました。社会人になり十年余りが過ぎ、ちょっとした距離でも車を利用して身体を動かす機会も殆どなく、何か運動をやりたいと思っていた矢先、知人に登山を勧められました。それでもあまり気乗りもせず導かれるがまま挑戦することにしました。初めの場所を選んだのは、観光でも有名な木曾駒ヶ岳です。二、六〇六Mの千畳敷までバスとロープウェイを利用して、残り三五〇Mを自分の足で踏みしめ標高二、九五六M、いわゆるいきなり三、〇〇〇M級の山を制覇できるといって絶好の場所なのです。正直言って甘く考えて三五〇Mに挑んでみたら、たかが三五〇M、されど三五〇Mの世界でした。真つすぐ歩くのは至って簡単でも、上に登るのは想像を絶する厳しさでした。途中何度も座折感を味わい、周りの年輩者のほうが体力があり楽しそうに登っていました。車に乗れるのをいいことに、ほんの近距離でも歩くことを忘れ、日々「楽」をしているつけがまわってきたよう

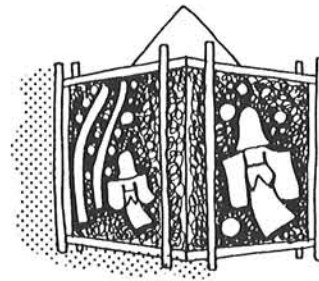
に思いました。けれども、登頂した時の感動は語りようのないもので、大げさに言えば自己との戦いにも似たものでした。久しぶりに充実感に浸ることができたように思います。頂上の景色も素晴らしい自然の偉大さも改めて感じる事ができ、学ぶことの多い貴重な体験となりました。それを機に、幾つか山に登り、歩くという事が逆に新鮮で尊いと感じられるようになりました。また、日々通り過ぎていた身近な景色にも目を配れるようになりました。次はどこに登ろうか？ と考える時間も楽しいもので、久々に自分の趣味を満喫しています。(PS)「ようきなさったね」のページもよろしく！



### 歳時記

ある結婚式での花嫁の父のあいさつ。「……娘の幼い日の姿が走馬灯のように思い起こされ感無量です……」これを聞いた娘さんの友人たちが、「でも走馬灯って同じ絵が回転してまた戻ってくるんですよ。幼い日はもう二度と戻ってこないのに」とこそこそ。走馬灯という言葉はこんなときに何となく使われますが、本物を見たことがある人は、あまり多くないのでは……。走馬灯は、回り灯籠、影灯籠、舞灯籠などともいわれ、江戸時代初期の俳諧にも登場します。灯籠と影絵を組み合わせたようなものです。角型の灯籠の中に円形の灯籠を入れ、その筒に馬や人の絵を張り、筒を回転させて外側で影絵が回るのを楽しみます。筒を回転させるには回転軸に風車のようなものを付け、灯火の熱で風を起こして回転

### 走馬灯



するようにしたようです。これを軒先につるしたり庭に置いたりして、夏の夕べを楽しむのでしょ。昔は夜店で風鈴などとともに売られているのを求めたり、家庭で作ったりしたようです。涼しげな風情が目につくふうです。ところで、夏は海水浴やウォーターフロントのレジャーをはじめ、水への関心が深まる季節です。また、最近はおいしい水の話も相まって水とのかかわりが広まっています。八月一日は「水の日」。八月一十七日は「水の週間」です。この機会に改めて、水の大切さについて考えていきたいと思います。

## 国民年金 ちょっといい話

住民課 ☎74-3111 内線255



### より豊かな老後を保障 『国民年金基金』

- 国民年金基金とは、自営業などの人々のために、老齢基礎年金の上乗せの年金として、より豊かな老後の所得を保障する年金制度です。
- 加入できる人
  - ・ 国民年金の第一号被保険者の人が加入できますが、次の人は加入できません。
    - ・ 国民年金の保険料を免除されている人
    - ・ 農業者年金の被保険者
  - ※なお、国民年金基金に加入している人は、付加保険料を納めることはできません。
- 年金の種類
  - ・ 将来の生活設計に合わせて終身年金二種類、確定年金三種類の五種類の給付の型の組み合わせが可能です。
- 掛金
  - ・ 一口目は必ず終身年金の中から選びます。
  - ・ 加入は口数制で、年金額や給付の型は加入者が自分で選択します。
  - ・ 二口目以降については、年一回、加入口数を変更することができます。
  - ・ 掛金月額額は、選択した給付の型、加入口数、加入時の年齢によって決まります。
  - ・ 掛金の上限は、月額六万八千円です。
  - ・ 掛金の納付は、口座引落としによりです。
  - ・ 一年分の掛金を前納すると、掛金額が割り引きされます。
  - ・ 掛金は、金額、社会保険料控除の対象となります。
- 問い合わせ、加入申し込みは ☎九五〇
  - 新潟市東大通二二一十八
  - タチバナビル五階
  - 新潟県国民年金基金
  - ☎〇二五―二四五一―九三四五

## 国民健康保険の保険証が変わります



9月1日から「桃色」に変わります  
今までの「浅黄色」の保険証は  
8月31日限りで使えなくなります

現在使用している保険証の有効期限は、8月31日(日)となっています。9月1日から新しい保険証となり、区長さんを通して加入世帯にお届けしますので、現在使用している保険証と引き換えに受け取ってください。

なお、現在(○)や(●)の保険証が発行されている世帯には後日案内いたしますので案内に従って役場までおいでください。

### ◎保険証の内容を確かめて!!

まず保険証を受け取ったら、氏名などに間違いがないか確認してください。もし間違いがあったら役場まで届出てください。

### ◎かってに訂正をしないで!!

被保険者、住所などの異動があったときなど自分で書き直したりしないでください。書き直したりすると、保険証は無効となります。

### ◎月に一度は医療機関の窓口へ!!

受診する時は、必ず医療機関の窓口で月一回確認を受けてください。

### ◎長期に家を離れるときは?

旅行や出張などで長期になるときや修学のために家族と離れて暮らすようになったときは、別の保険証を交付することができます。ただし、修学の場合は、在学証明書が必要ですので注意してください。

### ◎失したり破れたときは?

万一保険証を失ったり、破れたりしたときは、申し出てください。再交付、または交換します。

### ◎厚生年金などをもらうようになったときは?

厚生年金や各種共済組合から老齢(退職)年金を受けている人で次の要件のいずれかに該当する人は「退職者医療制度」の手続きをしてください。

1. 加入期間が20年以上
2. 40歳以降の期間が10年以上

### ◎交通事故にあったときは?

保険証を使うときは、必ず役場まで届けてください。

## 保険証

診療を受ける時、必ず提出して下さい。  
「国民健康保険被保険者証」

### 保険証の取り扱い

1 内容を確かめる	2 紛失した時は、再交付を受ける	3 かならず手元に保管する
4 他人に貸したり、借りたりしない	5 家族に異動があった時は、国保の係で訂正してもらう	6 資格がなくなったら返す

交通事故など、第三者の行為によってケガをした場合でも国保で治療が受けられます。

## 『行方不明の人を捜す相談所』(無料)

### 開設のお知らせ

警察では、8月中、「行方不明者を捜す巡回相談所・特別相談所」を次の表のとおり開設します。

皆さんの家族や知り合いの人で

- ☆病気を苦にして家出をした
- ☆外出したまま行方が分からなくなった
- ☆出稼ぎ先から便りが途絶えた

等で、その後消息が知れずお困りの方は、是非とも相談においでください。

相談所では、全国各地で亡くなられ、身元の分からない方の写真や、持ち物などの資料を多数用意してお待ちしております。

#### 1 巡回相談所 (午前9時から午後5時まで)

月 日	場 所
8月5日(火)	長岡警察署 (電話 0258-38-0110)

#### 2 特別相談所 (午前9時から午後5時まで)

月 日	場 所
8月中1ヵ月間 土曜・日曜を除く	新潟市新光町4番地1 (県庁隣り) 警察本部鑑識課 電話 025-284-3131 内線 2532・2533

## 天領まつり～北国街道夢物語～ 巡見使行列参加者募集!

10月10日(金)、出雲崎町で開催される「天領まつり～北国街道夢物語～」にあなたも参加しませんか。

江戸時代、佐渡で産出された金銀の荷揚げと、佐渡金山の見回りに派遣された巡見使の渡海を再現します。

今年は新たに姫行列も加わり、豪華絢爛、華やかな時代絵巻が繰り広げられます。

主役はあなた。

歴史の1ページにあなたの名前を刻んでください。

●お申し込み・お問い合わせは、出雲崎町役場・企  
企振興課まで

☎78-3111

「近藤自動車商会様  
(チャリティーで集められた  
ものです)」



「寄附をありがとう」  
交通安全対策に役立ててほしい  
と寄附をいただきました。  
有効な利用を考えていきたいと  
思っています。  
ありがとうございました。

## 「精神家族会の集い」 家族会事務局からお知らせ

住民の皆さん、村に精神家族会があるのを知っていますか?平成元年に発足し、活動しています。本年度は、二カ月に一回会員が集い、情報交換・研修などを行う予定です。住民の皆さんにも「精神の病氣」について、いろいろな話題を発信していきたいと考えています。

先日、第一回の集いを行ないました。最近の我が子の様子について語り合ったり、病気を理解するためにビデオを見たりしました。今回は、座談での一場面を紹介いたします。

Aさん…「なかなか(病氣は)よーならねーねー。よーなったりわるなったり。具合がわるなったりする時は、何かしら原因があるらしいんだけど…」

Bさん…「ストレスに弱いつて言うかねー、ちっとのこととで具合わるなるみてら。人とのつきあいも下手で、すぐ気にしたり衝突するみてーら」

Aさん…「本人なりにいろいろ悩んでるんだよねー。病氣になつて自分が一番せつねんでー」  
Cさん…「そーいんだ。病氣はおちついても薬はやめらんねーし、薬飲むと眠くなつてつらい言つて

る…」

Dさん…「好きでなつたんじやねーがろもねー。こればっかしやしよーがねー。本人も俺達も負けらんねー強なつてんばならん…」  
Bさん…「そーいがいねー俺達がよくよして休でもわるしたら共倒れだ。あの子らのためにもいつまでも元気でがんばらんばならんて」

家族の方々は、ゆつたりした時間を過ごし、笑顔で帰っていかれました。皆、胸の荷物をちよつぴりおろしていったように思います。こんな集いの和が、もつと広がってほしいと皆願っています。

次の集いは八月に予定しています。家族会に関心のある方はいつでも御連絡下さい。(ビデオの借し出しもできます)

連絡先 和島村家族会事務局  
役員住民課・保健婦  
☎74-3111

## 今年も「寄贈いただき 感謝申し上げます」

新潟県遊技業協同組合様より社会福祉施設に役立ててほしいとゆきわり荘に最新の背折れタイプの車いす一台を寄贈いただきました。福祉センター「いこいの間」にカラーテレビ一台、保健センターに車いす一台と三年連続の善意に厚くお礼申し上げます。



## 特別養護老人ホームかつぼ園 職員採用試験のお知らせ

社会福祉法人長岡東山福祉会では、次のとおり職員採用試験を行います。

- ◇採用時期/平成10年4月1日
- ◇採用職種/生活指導員:3人、看護婦(士):3人、寮父・母:10人程度
- ◇受験資格等/昭和43年4月2日以後に生まれた人で、高等学校以上を卒業または卒業見込みの人
- ◇申込み期間/8月11日(月)までに園所定の申込書を直接持参されるか、郵送してください。(郵送の場合は、8月11日(月)の消印有効)
- ◇試験方法/面接試験、筆記試験
- ◇試験日/8月23日(土)
- ◇問い合わせ先/社会福祉法人・長岡東山福祉会 特別養護老人ホームかつぼ園(☎44-8338)

## 村の入札状況をお知らせします

(単位 千円・消費税抜き)

入札月日	工 事 名	落札金額	請 負 業 者 名
5. 22	日野浦12号線道路改良工事	6,400	丸運建設(株)長岡支店
〃	北野荒巻線道路改良工事	20,500	(株)水倉組和島営業所
5. 30	和島村汚水管渠布設(第3工区)工事	9,300	中元組・関川建設特定共同企業体
〃	和島村マンホールポンプ設備(No.9)工事	6,700	(株)クボタ
〃	和島浄水センター増設(電気)工事	65,000	(株)東芝新潟支店
〃	和島浄水センター増設(機械)工事	80,000	(株)西原環境衛生研究所
6. 9	小島谷辺張線橋梁整備工事	67,000	(株)中元組
〃	第6号農道舗装工事	11,400	(株)関川建設
〃	中沢管路9-1次工事	35,800	丸運・協和特定共同企業体
〃	中沢管路9-2次工事	35,300	水倉・高橋土木特定共同企業体
〃	中沢管路9-3次工事	33,000	植木・早勝特定共同企業体
〃	中沢管路9-4次工事	24,600	寺泊産業・加勢空調特定共同企業体
6. 30	和島村汚水管渠布設(第4工区)工事	15,000	石橋・相村特定共同企業体
〃	桐原地区圧送管仮廻工事	3,500	(株)関川建設
5. 1	林道高畑線測量設計委託	3,100	大原技術(株)
5. 22	地質調査業務委託(その1)	5,600	川崎地質(株)北陸支店
〃	管渠実施設計業務委託(その1)	12,000	日本水工設計(株)



# 長岡広域圏 イベント情報

◇杜々の森名水茶会  
 原生の森に湧く名水でたてた、至福の一服。杜々の森・望岳庵で味わってみてください。  
 【会】栃尾市杜々の森名水公園  
 【日】8月3日(日) 【問】栃尾市商工観光課(☎52-5827)  
 ◇中之島夏まつり  
 中之島音頭による大民踊流し、模擬店等。  
 【会】中之島町役場前【日】8月10日(日) 【問】中之島町企画課(☎61-2011)  
 ◇第46回船まつり

14日午後7時からのおけさ流しと、15日午後7時から大花火大会が開催されます。  
 【会】出雲崎漁港内ほか【日】8月14日(木)～15日(金) 【問】出雲崎町企画振興課(☎78-3111)  
 ◇三島まつり  
 大みこしと子どもみこしが町内を練り歩き、まつりムードを盛り上げます。まつり広場では全国から参加者を募って「全国丸太早切選手権大会」が行われます。そして夜、色とりどりの花火、スターマインが打ち上げられ、まつりのフィナーレを飾ります。  
 【会】三島町脇野町小学校グラウンド、三島町中央公園【日】8月15日(金)～16日(土) 【問】三島町産業課(☎42-2221)

ごぞんじですか！  
**検察審査会**  
 交通事故、詐欺、おどしなどの犯罪の被害にあい、警察や検察庁に訴えたが、検察官がその事件を起訴してくれない。このような不満をお持ちの方は検察審査会にご相談ください。相談や申立てについての費用は一切無料で、秘密は固く守られます。  
 検察審査会では、選挙権を有する一般国民の中から「くじ」で選ばれた十一人の審査員が、検察官が事件を起訴しなかったこと、よしあしを審査します。  
 お問い合わせは、長岡市三和3-9-28 新潟地方裁判所長岡支部内 長岡検察審査会事務局(電話0258-351214)へ。

## 歯の健康 Q&Aコーナー

Q 口内炎の治療法と予防法について教えてください。

A 代表的な治療法として、口の中に塗る軟膏(ステロイド入り)や、口の中に貼る錠剤をよく使います。口内炎用のステロイドは作用が比較的穏やかで、薬局でも販売しています。大人が時々使う程度なら副作用の心配はありませんが、子供は薬に敏感なので勝手に塗ってはいけません。他にもビタミン剤や炎症剤、うがい薬なども有効です。その他の治療法として漢方薬やレーザー治療等がありますが、詳しくはかかりつけの歯科医院でおたずねください。

予防法としては、熱い飲み物や、香辛料、濃味の食べ物、酒、タバコなどの刺激物はひかえ、牛乳、チーズ、レバー、シジミなどをとるようにしましょう。

誘因となる睡眠不足や過労などに注意し、規則正しい正活を送り、自然治癒力を低下させないように心がけることです。「あつてきそうだな」という時に、早めにステロイド軟膏を塗って体調を整えておけば、ひどくならないうちに治すことができ、つらい思いをする期間も短くてすみます。

新潟県歯科医師会

## 剣道部 大健闘!

7月9日(水)、10日(木)中越地区中学校球技大会が行われ、剣道部の団体男子・女子、個人戦男子4名、女子2名がみごと県大会出場を決めました。

結果は次のとおりです。  
 ○バレー部  
 予選トーナメント1回戦敗退  
 北辰中0-2大巻中  
 ○女子卓球部  
 予選トーナメント3位(予選敗退)  
 1回戦 北辰中3-1上郷中  
 2回戦 北辰中1-3青葉台中  
 ○剣道部  
 〈男子〉  
 団体戦優勝  
 決勝トーナメントの結果  
 1回戦 北辰中4-1東北中  
 準決勝 北辰中3-1秋葉中  
 決勝 北辰中4-0下田中  
 個人戦  
 優勝 佐藤 勇樹(3年)  
 5位 大矢 郷(3年)  
 早川 良平(3年)  
 小黒 康弘(3年)  
 〈女子〉  
 団体戦3位  
 決勝トーナメントの結果  
 1回戦 北辰中3-1六日町中  
 準決勝 北辰中2-3秋葉中  
 個人戦  
 2位 高橋 麻美(2年)  
 5位 宮田恵理子(3年)

## 第15回 全国都市緑化にいがたフェア 前売券販売開始!

第15回全国都市緑化にいがたフェア「にいがた緑のものがたり'98」は来年8月1日から10月18日までの79日間開催される花と緑の大イベントです。  
 会場は新潟(県立鳥屋野潟公園)と新潟(新潟県都市緑化植物園)の両会場。  
 感動と驚きに満ちた花と緑のワンダーランドに是非お越しください。  
 ○前売入場券販売期間/平成9年8月1日(金)から平成10年7月31日(金)まで(新潟、新潟両会場に入場できます)。  
 ○販売箇所/JR東日本新潟支社管内の駅又はびゅうプラザ、旅行代理店、有名ブレイガイド  
 ○料金/大人:1,200円、高校生:600円、小中学生:400円、高齢者(満70歳以上):600円、ファミリー券(大人2・小中1):2,500円、全期間:2,500円  
 \*他に一般、学校団体入場券などのお得な券も取りそろえています。  
 ○前売入場券の特典/お楽しみ抽選会及び県内協賛施設の利用料金割引などお得な特典がついています。  
 ○詳しい内容については、販売店でお尋ねください。

## みんなで防ごう住宅火災

夏の日素敵な思い出を残してくれる花火。でも火花が飛んで枯れ草が燃えたり、残っていた火種で火災になることもあるんです。

### 子供だけの花火は、やめよう。

花火遊びは子供たちだけでは絶対にしないこと。必ず大人がそばにいて、水を入れたバケツで必ず消すことも忘れずお願いします。



## 善意をありがとう

社会福祉協議会に次の方よりベットの寄贈がありました。厚くお礼申し上げます。

駅前 中沢 トミ様

募集種目	資格	受付期間	試験期間
一般曹候補学生	18歳以上24歳未満の者	8月1日～9月9日	1次 9月21日 2次 10月8～13日
曹候補士	18歳以上27歳未満の者	8月1日～9月9日	1次 9月21日 2次 10月8～13日
2等陸海・空士	男子	18歳以上27歳未満の者	年間を通じて行ってあります。 受付後に指定します。
	女子	18歳以上27歳未満の者	8月1日～9月12日 9月29～30日
航空学生	高卒(見込)21歳未満の者	8月1日～9月9日	1次 9月23日 2次 10月16～22日(空) 3次 11月16日～12月12日
看護学生	高卒(見込)22歳未満の女子	9月16日～10月14日	1次 10月30日 2次 11月23～26日
防衛高等学校	推薦	高卒(見込)21歳未満の者(推薦については高等学校長の推薦等、別途資格が必要です。)	9月5日～9月10日 9月20～21日
	一般	高卒(見込)21歳未満の者(自衛官は23歳未満)	9月16日～10月14日 1次 11月15～16日 2次 12月16～19日
防衛医科大学校学生	高卒(見込)21歳未満の者	9月16日～10月14日	1次 11月1～2日 2次 12月3～5日

## 平成9年度 自衛官等募集案内

お問い合わせは  
 役場総務課 又は  
 自衛隊新潟地方連絡部  
 柏崎募集事務所  
 柏崎市穂波町1-36  
 ☎0257-24-3000



自衛官募集相談員  
 中小島谷 佐藤 英夫さん  
 ☎74-2008

## 暮らしのワンポイント

夏場、冷房の効き過ぎた室内で体調を崩してしまう人が多いためです。夏風邪をひいたり、おなかをこわしたり、女性は冷え性や生理不順に悩まされることもあります。このような症状を冷房病といえます。冷房病は、外気と冷房した室内の温度差が人体にストレスをもたらし、起こります。人の体は、夏の暑さや冬の寒さなど、その時々々の気候に順応します。せつかく夏場に適合させた体を長時間低温にさらすことで、健康障害が起きます。薄着のまま長時間体を冷やしたり、暑い戸外と冷房の効いた室内との行き来を繰り返したりする人がかかりやすく、風邪のほか、頭痛、神経痛、胃腸障害、疲労感や倦怠感など症状は実にさまざまです。

### 冷房病に気をつけて

かさない場所は室温を二五度以下にしないこともポイントです。また、冷気は床に近いところに集まりやすいので、厚めの靴下をはいたり、ひざ掛けを利用するなど下半身を冷やさない工夫も大切。冷風に直接当たることは絶対に避けるべきです。

### 室外気温との差は7℃以内に

多くの人が健康を害し、特に女性は生理障害など深刻な事態にもなりかねない冷房病。暑がりの人も少し我慢して、部屋を冷やし過ぎない心配りがほしいところです。

