



広報

No.351

平成8年

2月号

ひかり

春よぶ“豆まき”

「福は内、福は内、鬼は外」
元気なかけ声が園内に響きわたり、赤鬼、青鬼めがけ勢よく豆が投げつけられます。たまらず逃げだす鬼。いつも豆をぶつけられ嫌われものの鬼、なかにはやさしい鬼もいるかもね!

2月3日は節分の日、この日を境に暦のうえではひと足早く春の訪れ。

～白浜保育園～

毎月5日発行・発行編集/光町役場総務課広報防災係・〒289-17 光町宮川11,902 TEL 0479-84-1211(代)

1月1日現在 町の人口・世帯数()内は前月比 人口12,388人(+2) 男6,024人(-1) 女6,364人(+3) 世帯数3,507世帯(-2)



記念品を受領する日色さん



笑顔あふれる“20歳”

20歳の門出

大人へのスタート



白浜地区 47人(男25人・女22人)

春を思わせる暖かな陽気の15日、昨年より18人少ない171人が晴れて大人の仲間入り。町民会館は振袖、スーツ、はかま姿の若者で華やかな雰囲気になりました。新成人に向後町長は「自分の行動には自分で責任を持つということを決して忘れてはならない」と式辞を述べ、門出を祝いました。

その後、日色敬行さん(富下)が代表して記念品を受領、小川勝枝さん(宝米)、大木章吉さん(小田部)、上薬希世子さん(県営住宅)、小口久美子さん(木戸)の4人が力いっぱい20歳の決意を発表しました。

最後に成人者を代表して、澁沢宏美さん(桑郷)がお礼の言葉を述べました。式典後も、久しぶりに顔を合わせた友と語りあつたり、記念写真を撮りあうなど和やかなひとときを過ごしていました。



日吉地区 19人(男12人・女7人)

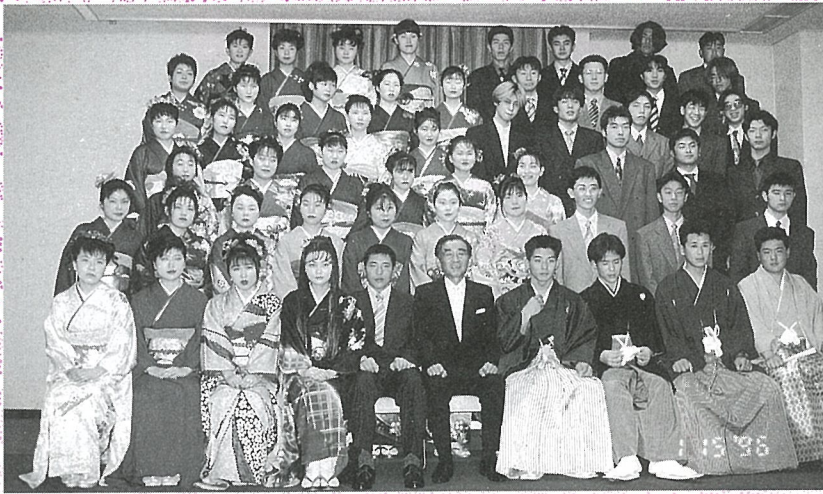


向後重徳 (作間内)

社会人としての誇りと責任をもって行動

昨年を振り返ってみますと、年明け早々からの悪夢のような阪神大震災、また、地下鉄サリン事件をはじめとする一連のオウム真理教の事件、さらに年の瀬には私達の住む光

町においても殺人放火事件の発生。まさに波乱の一年であったと思います。そんな慌ただしい社会の中で、今日ここに成人式を迎える事になった私自身も人生の大きな節目となる出来事がありました。それは「就職」であります。これまでの自由気ままな学生時代とは違う社会人としての大きな一歩。



東陽地区 77人(男33人・女44人)



華やかに

171人が

☆ 20年前の話題 ☆

(昭和50年4月～昭和51年3月)

町

- 234人が大人の仲間入り(成人式)
- 人口 11,612人
- 八匠水道企業団の本管工事(町内)行われる。

日本

- 沖縄海洋博覧会開催
- 3億円強奪事件時効
- 新幹線が博多まで開通

世界

- 30年におよんだベトナム戦争終結



南条地区 28人(男14人・女14人)

あるテレビ番組で、自分は大人であると考えているかどうかの意識調査を行っていました。二十

両親や周りのあたたかい愛情に支えられて、健康やかに成人式を迎えることができました。まだ感覚的には大人になったという気がしませんが、大人になるということは、大人としての権利を獲得すると共に大人としての義務を負うことだと思えます。自分自身の言動に責任を持たねばなりません。

一人前の看護婦となり、社会に貢献したいと決意を新たに致しました。
(看護学校生)

私の両親は共に医療技術者です。私もまた、看護婦になるために勉強しています。これからの医療は、予防の医療だそうですね。高齢化社会の老人医療、特にお年寄りの在宅ケアが家庭内でも大きな問題となっています。看護婦への道は辛いこともありますが、一日も早く



看護婦になり社会に貢献したい

的射場 亜希子

(橋場)

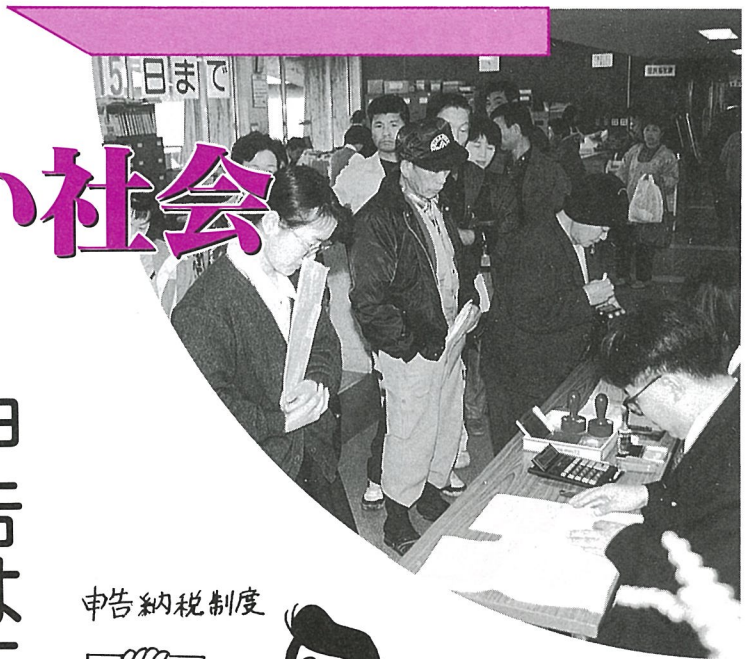
才前期の特に学生に、自分はまだ子供で大人ではないと思っている人が多数ありました。学生で自立していないから、その理由でした。私も両親に依存している学生のひとりです。

成人式を迎えるにあたって、もう一度自分自身を見つめ直し、社会人たる誇りと責任を持って行

動し、私生活、仕事、共に充実させて行きたいと思っております。
(県警察学校在籍)

3月15日まで

税で明るい社会



申告は正しく お早めに

国や県・町がいろいろな公共サービスを行うための経費は、皆さんの税金で賄われています。この税金の基礎となる申告の時期を迎えました。申告は早めに済ませましょう。

申告納税制度



▲期限間近になりますと大変混みあいます。

所得税・町県民税の申告は3月15日まで

2月16日から受付スタート

今年も申告の時期が近づいてきましたが、準備はお済みでしょうか。

この申告は平成7年中の所得を申告するものです。

お手元に申告書が届きましたら、収入の有無にかかわらず必ず申告書を提出してください。

なお、この申告が平成7年分の所得税、平成8年度の町県民税、国民健康保険税の課税基礎となり、各種証明書の発行や国民健康保険税の軽減、老齢福祉年金、老人医療、児童福祉手当などの給付に必要かつ大切な資料ともなります。

町では、2月16日から3月15日まで、次のとおり税の申告相談を行います。

日時・会場

○2月16日(金)～28日(水)
役場税務課

○2月29日(木)～3月15日(金)
役場第1・2会議室
いずれも午前9時～午後4時
(土・日曜日は除く。)

持参するもの

- 事業所得(営業・農業等)の方は、収入金額や必要経費のわかる売上伝票、帳簿類、通帳などと償却資産関係のわかるもの
- お勤めの方は源泉徴収票
- 借地などのある方は、その領収書
- 生命保険料及び個人年金支払証明書
- 損害保険料支払証明書
- 小規模企業共済掛金支払証明書
- 障害者手帳
- 国民健康保険証
- 印かん
- その他申告に必要なもの

◎申告期限間際になりますと大変混雑しますので、申告書は早めに提出しましょう。

今回の申告から ご注意を!

人的控除額や税率の適用区分、白色申告の専従者控除額などが引き上げられています。間違えないようご注意ください。(金額は1月広報をご覧ください。)

税務署の出張相談

- 譲渡・所得税
2月28日(水)・3月1日(金)
- 所得・消費税
3月7日(木)・8日(金)
いずれも午前9時30分～午後4時 役場第1・2会議室

税理士による 無料相談

3月4日(月)
午前9時30分～午後3時30分
役場第1・2会議室

? 税金クイズ

必要な帳簿に記載し、その帳簿に基づいて、正確に所得や税額の申告をする制度を何というでしょうか?

- ① 桃色申告制度
- ② 青色申告制度

2月16日から

正しい申告と納

あなたのマイホームの取得を
税金も応援しています

住宅取得等 特別控除

- マイホームを取得したり、増築をした場合で一定の要件を満たすときは、最初の2年間は各年最高30万円、それ以降4年間は最高25万円の所得税の住宅取得等特別控除が受けられます。
- ◎ 必要な書類
 - ① 借入金の年末残高証明書
 - ② 家屋の登記簿謄本
 - ③ 売買契約書又は請負契約書の写し
 - ④ 住民票の写し
 - ⑤ 増改築の場合は、建築確認の通知書
 - ⑥ 給与所得の方は、源泉徴収票

今年も

「特別減税」

お忘れなく！



所得税の納税について



- ◎ 確定申告をする義務のない方でも、次のような場合は申告をすると源泉徴収された所得税が還付される場合があります。
- ① マイホームをローンで取得した場合
- ② 多額の医療費を支払った場合
- ③ 災害や盗難にあった時
- ④ 年途中で退職し、再就職をしていない場合
- ◎ 郵送による申告書の提出

還付申告はお早めに！

2月16日以前でも税務署で受付

2月末 ころまでに 還付申告書を提出

していただければ、

4月末 ころまでに 還付金を受け取る

ことができます。

青色申告は、自分の収入及び経費を正しく記帳し、その帳簿に基づき申告する制度です。青色申告には、青色申告特別控除や専従者給与など数々の特典があります。

なお、この制度の適用を受けるには、受けようとする年の3月15日までに税務署に申請して承認を得なければなりません。

③ 赤色申告制度

⑦ 最



町の人口は

12,132人

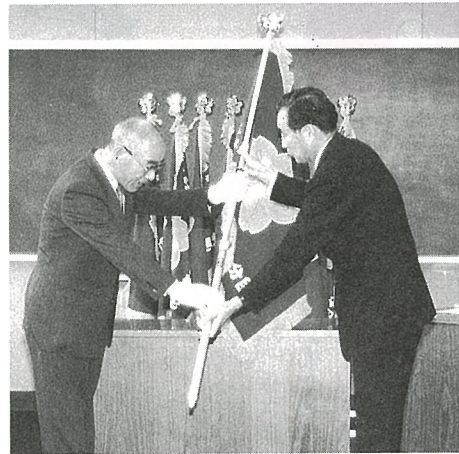
3,290世帯

人口は、増加傾向
世帯は、核家族型

〔前回との比較〕

	平成2年	平成7年	増減	増加率
総人口	11,974 ^人	12,132 ^人	158 ^人	1.3 [%]
男	5,826	5,879	53	0.9
女	6,148	6,253	105	1.7
世帯数	3,085 ^{世帯}	3,290 ^{世帯}	205 ^{世帯}	6.7

国勢調査にご協力いただきありがとうございます。国勢調査の結果は、福祉、雇用、住宅対策など国や県、町行政に利用されます。

平成7年
国勢調査結果公表消防団員の士気高揚に
石川氏より分団旗寄贈

消防団各分団の象徴となる分団旗9旗と、ポンプ操法大会優勝旗4旗が古屋の石川實氏より寄贈され、12月21日役場で引渡式が行われました。

引渡式は、消防団幹部の見守るなか、石川氏から町長に寄贈され、ひき続いて町長から大木消防団長に引き渡されました。

団の発展と団員の士気高揚に大いに役立つことでしょう。

親子で手をつなぎゴール
新春マラソン 495人が走り初め

新春マラソン

快晴の穏やかな天気。1月7日、新年恒例の第24回新春マラソン大会が役場前駐車場で行われました。親子の部から小・中学生・一般男子の部までの16部門に495人が参加、選手たちは家族の盛んな声援を受けながら元気いっぱい完走しました。

入賞者は、次のとおりです。

〔小学生〕

▼1年男子 900位
①吉田俊軌(白浜)②向後保明(白浜)③石川昂(東陽)

▼1年女子 900位
①萩原かおり(東陽)②加瀬ちさと(日吉)③伊藤里恵(白浜)

▼2年男子 900位
①秋葉雄太(白浜)②鶴ノ澤一樹(白浜)③越川忠(東陽)

▼2年女子 900位
①実川都(白浜)②鎌倉君衣(東陽)③村越沙織(南条)

▼3年男子 900位
①加瀬宏樹(日吉)②萩原克也(東陽)③伊橋央礼(東陽)

▼3年女子 900位
①越川綾乃(東陽)②伊藤友子(白浜)③林なつき(南条)

▼4年男子 1.6位
①浅野雅之(南条)②鈴木涼(東陽)③江端俊和(東陽)

▼4年女子 1.6位
①平野由美(日吉)②平山理恵(日吉)③越川由季(東陽)

▼5年男子 1.6位
①土屋裕明(日吉)②嘉藤晃央(東陽)③伊橋和宏(東陽)

▼5年女子 1.6位
①宮本裕佳(東陽)②中村弥生(東陽)③土井由利(日吉)

▼6年男子 1.6位
①椎名隆之(白浜)②宮川伸二(白浜)③鈴木隼(東陽)

▼6年女子 1.6位
①佐藤絵美(東陽)②川島渚(日吉)③行方佳美(日吉)

〔中学生〕

▼男子 2.8位
①椎名克典②越川一也③土井伸悦

▼女子 1.6位
①花澤泉②秋葉真弓③竹内正子

〔一般・5歳〕

①横田一裕②塚本誠③高橋啓太郎

①浅野隆司・雅之(南条)②実川久都(白浜)

③鈴木健夫・陽一(南条)

〔親子・0.9位〕

①浅野隆司・雅之(南条)②実川久都(白浜)③鈴木健夫・陽一(南条)

▼ メダルを胸に喜びの入賞者



“心の憩い”プレゼント

東陽病院でクリスマスコンサート



▲ 150人の人でホールはいっぱいになりました

12月25日、東陽病院で入院中のみなさんに音楽を楽しんでもらおうと、クリスマスコンサートが開かれました。職員が真赤なサンタに扮しクリスマス気分いっぱい。ツリーが飾られたホールは、入院中の患者さんや付添いの人たちでいっぱいになりました。

この夜、クラシックバンドのセピアのメンバーにより「ジングルベル」や「影をしいて」等12曲が演奏され、クリスマスソングの「きよしこの夜」を全員で合唱しました。

この音楽の心暖まるプレゼントに、会場から大きな拍手が送られていました。

頑張った照喜名さん

“房総こどもかるた大会で3位”



第7回房総こどもかるた大会が、川崎製鉄体育館で12月9日に行われました。個人戦に橋場子ども会代表の照喜名由希さん（中学

1年生）が出場、決勝トーナメントまで勝ち進み、みごと第3位という素晴らしい成績をおさめました。

通信員 萩原岩雄（橋場）



成田山上陸記念法要

年の瀬の12月27日、成田山新勝寺由緒の聖地、尾垂の浜で恒例の「御本尊不動明王尾垂ヶ浜上陸記念報恩大法会」がおごそかに行われました。新勝寺で一番偉い鶴見照碩貫首が御本尊由来と尾垂ヶ浜因縁を説き、戦没者の鎮魂・仏果増進・世界平和・万民豊栄を祈られ、その声は朗々として響きわたりました。



通信員 山辺光男（木戸）

お年寄りにあゆみぎのプレゼント



白浜保育園の園児27人が12月20日、光楽園老人ホームのお年寄りを訪問して、あゆみぎを披露しました。振袖や羽織・袴姿のかわいい園児の踊りに、お年寄りは「とても上手だね」「かわいい」と大喜び。園児には、お返しに一早いクリスマスプレゼントが贈られました。

通信員 伊藤洋代（尾垂区）

“初日の出”に歓声



新年1月1日、今年も初日の出を拝もうと、大勢の人たちが木戸浜海岸に集まりました。午前6時50分、はるか水平線上に輝く初日が昇ると花火が打ち上げられ、待ち望んでいた人たちは一斉に歓声を上げ、希望と幸せを祈りました。

通信員 山辺光男（木戸）

正月祭で心あたらに

毎年1月1日に、集落の神社で正月祭が行われています。今年も神主さんにおはらいをしていただき、心あたらに新年を迎えることができました。

通信員 伊藤英子（富下）



あなたの国民年金

パート⑤④



こまめに
お支払いを
してください



人生の節目には 年金も届出を

会社を退職、自営業者と結婚

2号→1号

就職

1号→2号

20歳学生

国民年金加入
1号

子供が大きくなり再就職

3号→2号

女性の場合 (こんな時届出を)

子供ができて会社を退職、サラリーマンの夫の扶養

1号→3号

60歳から

老齢基礎年金請求

夫が定年退職

退職 3号→1号

夫が転職

3号→3号

● 年金を受けている人の手続き

こんなとき	届書名	提出時期
引き続き年金を受けるとき	現況届	毎年誕生日
住所を変えたとき	住所・支払機関変更届	そのつど
年金の受取場所を変えたとき		
年金を受けている方が亡くなったとき	死亡届又は未支給請求届	14日以内
2つ以上の年金が受けられるようになったとき	年金受給選択申出書	受けられるようになったとき

国民年金基金推進員が代わりました

国民年金基金の推進員としてご協力していただいた越川貞子さんから越川毅さんに代わりました。

推進員は、加入希望者の質問や相談をお受けしますので、お気軽にご相談ください。



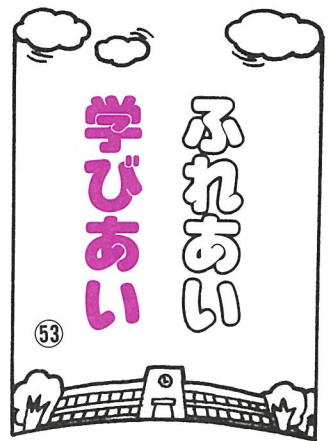
越川 毅^{たかし}さん

二又1208

☎85-0559

平成7年12月

就任



短髪卒業

「清潔感のある髪型」 生徒の念願かなう

中学校の頭髪規定が12月16日に改正され、長髪が認められました。この改正が行われるにあたっては、生徒会を中心に全校生徒が一丸となって、頭髪規定の内容はもちろんあいさつの励行、清掃、服装の徹底、交通ルールを守るなど、基本的な生活ルールの見直しをする「光中生活改善大作戦」を展開し、それが認められ今回の改正となりました。

また、保護者を対象にアンケートを実施したところ改正が必要であるとの回答が67%、どちらでもよいとの答えが22%あり、保護者からも長髪を要望する意見が多くありました。

改正の内容は次のとおりです。

- ※男女とも中学生らしい清潔感のある髪型とする。
- ①男子は、目、耳、襟にかならない程度とする。
- ②女子は、目、肩にかからない程度とし、それ以上長い場合は後ろで1つか2つで結ぶか編む。ゴムやピンは派手でなければよい。

「禁止事項」

- そり込み、パーマ、染色・脱色はしない。整髪料等は使用しない。

生徒自身の努力によって行われた今回の改正が、実りあるものになるよう各家庭のご協力をお願いします。

▼横断幕を張ってのPR



中学生 アメリカを訪問

笑顔で通じた気持ち

2年 鈴木雅美

平成3年度から姉妹校として交流を続けているアメリカ合衆国メイビル中学校を、11月5日から11日まで、中学生4人(濁川光宏君、郡司博久君、鈴木雅美さん、高野万里子さん)と山崎節子教諭が訪問しました。

この派遣研修は今回で2回目となります。ホームステイ先での和やかな交流や様々な体験を紹介します。

私達は、不安な英語と重い荷物を持ち、アメリカへと出発しました。生まれて初めてアメリカの地を踏み、

胸がいつぱいでした。メイビルへ行き、子供達から声をかけられても、話すスピードが速くて聞き取れず、笑顔だけを大切にしていま

したが、「慣れない環境」も最初だけで、徐々に慣れてきました。それは、メイビルの人達の優しさと笑顔があったからこそだと思います。3日間のホームステイも、ホストファミリーの人が私を本当の家族みたいに接してくれて本当に嬉しかった。

言葉は違っていても「笑顔」で気持ちが通じ合える。私はそのことに対し、とても素晴らしいと思いました。

そんな、楽しい日々もあったという間に過ぎ、別れの時がきました。『もう2度と会えない』という悲しさが涙が出てきましたが、またいつか、今度は、不安な気持ちを持たないで、再びアメリカの地を踏みに行きたいと思えます。

この6日間「素晴らしい」という言葉では言い表せないほどの感動を覚えることができました。



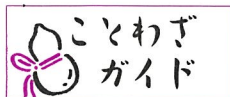
▲メイビル中にて
前列左から山崎教諭、高野さん、鈴木さん、郡司君、濁川君

思い出のメイビル

2年 郡司博久

大きな期待を抱きながらも飛行機に乗ると「大丈夫かなあ」と、少々不安になってきました。しかし、メイビルに着くと、そんな不安など一気に吹き飛んでいきました。なぜかというところ、メイビルの皆さんや、メイビル中の生徒の人達みんなが僕達にわかりやすく、気軽に話しかけてくれたからです。話しかけられているうちに、今度は自分から話しかけてみたりして、どんな話が弾んでいきました。

しかし、自分はまだ、英語の勉強が未熟なので難しい単語などが聞きとれませんでした。だから、どうしても相手の言っていることが分らなくて、あいまいな返事になったり、自分の言いたいことが話せない時、口でぶつぶつつぶやいてしまいました。それがとても残念に思いました。また外国に行かないとも限りません。特に英語に力を入れて勉強し、自分の考えをはっきり相手に伝え、相手の言いたいことをきちんと理解できるようにしたいと思いました。

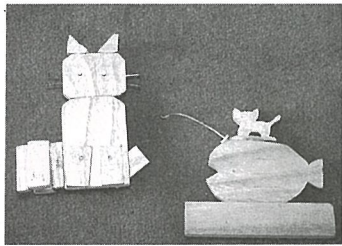


うめ 梅 に 鶯

取り合わせのよいもの、よく似合って調和する
2つのものたとえ
類句 松に鶴 / 竹に雀



4年 関 裕子さん



「ねこのつりと えんぴつたて」

※魚の上にいるねこの形と魚の形が大へんで、さおをたてるのも大変でした。

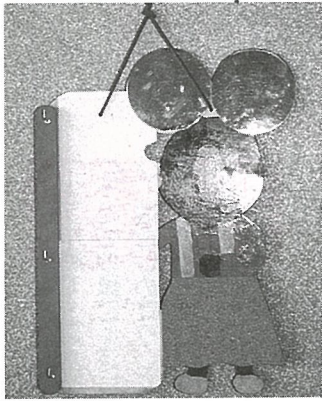


1年 小川 真人くん



※「おれ」はねにきをつけていてねいに書きました。

あつまれ みんなの力作



「ねずみチーズ」



5年 柳橋 君衣さん

※今年は、ねずみどしなのでねずみの伝言板を作りました。よかったです。

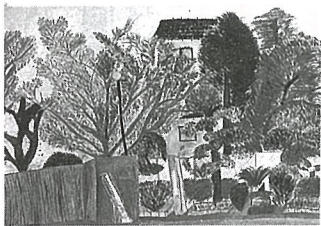


2年 土屋 美奈さん

※冬休みに書きそめを練習しました。「み」という字のまるめるところがむずかしかったです。



6年 伊藤 卓也くん



「秋の校庭」

※木の色をだすのがとてもむずかしくて、葉っぱをいっぱい書くのも大変でした。



3年 大内 恵子さん



「ブレーメンの音楽たい」

※物語の場面をそうそうしてかきました。木や空の色をくふうしました。



秋山 一泉 (栢田) 厄祓ふ獅子舞ひをさむ青嵐

三河万歳、獅子舞、猿回しの門付け、戦前まであった正月の風物詩が懐かしい。

布施 和代 (二又) 買初は七味ときめし門前町

俳句は日常の詩であると言われる。作者の豊かな感性が市井で拾った詩篇の一駒である。

布施喜美雄 (二又) 人の世は塞翁が馬年明ける

人の世の禍福は定りなしの喩えを述懐する齡となり、年頭に当たっての処生訓であろう。

大谷 武彦 (木戸) 初風呂や 齡重ねし肌のみ

椎名 静子 (二又) 初詣中折帽の似あふ人

大木 素風 (二又) 初明り光彩綾なす沖の空

川島 通則 (二又) 大空へ背伸び大きく初仕事

土屋 義昭 (虫生) 初御空希望の二文字新にす

短評 椎名しげる

評者吟 初場所や横綱抛りし力士の目

はぐくむ光のびる若芽

(142)

五ノ神 最上光衛

「子はかすがい」とはよく言ったもので、長い間子どもに恵まれなかつたわが家にとって、長男憲仁の誕生は、家族の心を幸福な気持ちにさせてくれるものでした。長男が初めて歩き始めた時、初めて言葉らしきものを話すようになった時、その度に私達夫婦は新鮮な感動を覚えたものです。子どもが成長していく過程を見ることは、親にとって、とてつもなく楽しく生きがいにもなるのだといつことが、子どもを持つて初めてわかりました。

その長男も今年は2年に進級しますが、明るく元気な子に育っています。わがままで臆病な面があるのは、小さい時から周囲がちやほよと構い過ぎた為かと反省し、今軌道修正しているのですが、なかなか親の思うようにはいきません。ただ、今

年の町の新春マラソン大会には、仲良しの友達に刺激されたらしく、自分から、

「僕も出る。お父さん、一緒に走ろうよ。」と言いついて参加できたことはうれしいことでした。次男裕希も誕生し、最近では弟の面倒も少しづつ見られるようになって

スキンシップ作戦で「交流」



つてきたようです。

私も妻も勤めているので子ども達と接する時間が少ないのですが、夜一緒に入浴した時などに、学校や保育園での出来事を聞いたりして、できるだけ交流を図るようにはしています。次男が保育園で覚えてきた歌を湯船の中で聞くことも楽しみの一つです。妻もスキン

シップ作戦で、何かあると子どもの顔にキスしたり、抱きしめたりしていることがよくあります。長男などはうれさがつていますが、それでも結構うれしそうにしています。また、妻と長男、次男の三人でバタバタ、キヤーカー言いながら、部屋から部屋へと追いか

けっこをしていることもあります。少々うるさいのですが、妻なりの貴重な「交流」の仕方と解釈し、大目に見ています。一人の子どもに恵まれ、私は今、この上もなく幸せです。子どもたちには、体も心も健康に育ってほしいと願っています。



乳幼児には危険がいっぱい

出血や骨折したときの応急手当の方法は?

転落や転倒に出血はつきものです。たいていの出血は傷口に清潔なガーゼを当

てて圧迫すれば止まります。血が止まりにくい場合や、その量が多い場合は救急車を呼んで下さい。一度に体内の血液の3分の1以上を失うと、生命に関わることもありま

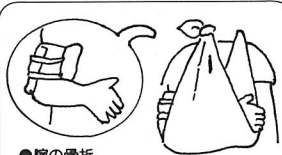
しょう。骨折部分が動かかないように注意して病院へ連れて行ってください。

●**こんな症状があれば骨折を疑おう**

骨折したかどうかは、なかなかわかりにくいものです。こんなときこそ落ち着いて子どもの様子を観察してください。もし、①いつまでも痛がって泣く②打ったところが動かせない③はれたり、青黒くなる、などの症状がみられたら骨折が疑われます。できるだけ、早めに医師の診察を受けましょう。

骨折したときの応急手当

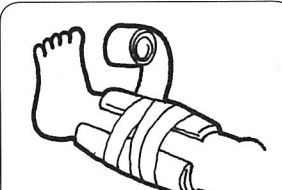
副木の当て方



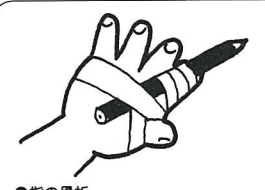
●**腕の骨折**
脇の下にタオルをはさみ、腕の外側に副木を当てて固定する。動かないように、首から三角巾(なければスカーフなど)で縛る(指先がひじより上になるように)。



●**ひざの骨折**
ひざを曲げたままの状態です。ダンボールや板などの副木を当てて固定する。

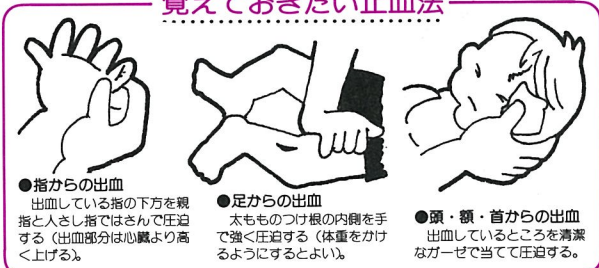


●**足の骨折**
週刊誌や新聞紙などで足を巻いてガムテープで止める。



●**指の骨折**
指から手の甲にかけて鉛筆やわりばしなどを当てて、ばんそうこうや包帯で止める。

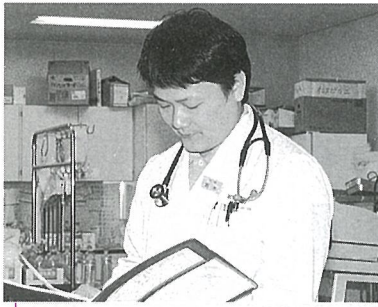
覚えておきたい止血法



●**指からの出血**
出血している指の下方を親指と人差し指ではさんで圧迫する(出血部分は心臓より高く上げる)。

●**足からの出血**
太もものつけ根の内側を手で強く圧迫する(体重をかけるようにするとよい)。

●**頭・顔・首からの出血**
出血しているところを清潔なガーゼで当てて圧迫する。



東陽病院 鈴木 健士 医師

ここで少しややこしい話ですが、ウイルスは細菌とは少し違います。乱暴な言い方で言えば、ウイルスの方がやや下等なものです。しかし悪いことに、現在薬でやつつけることが出来るウイルスというのはごくわずかです。風邪のウイルスをやつつける薬もありません。では、風邪薬とはなにをする薬かというと、これはいろいろな風邪の症状を和らげる薬なので

です。例えば、鼻水が止まる薬とか咳止めや熱さましなどです。薬局に売っている総合感冒薬は、これらの薬を混ぜたものです。しかし、症状をとつてもウイルス自体がどんどん繁殖したら困ると思われる方もいるかもしれません。しかし、ウイルスというのは効く薬はないかわりに、ほとんどのものはからだに勝手にやっつけてくれるのです。ですからそれまでの間、体力を損なわないよう待っていればいいわけです(中には他の病気を引き起こして入院による治療が必要になったり、重症になる場合もありますが)。風邪の時に、抗生物質(細菌をやつつける薬)が処方されることがあります。ウイルスの病気なのに細菌をやつつける薬というのは少し変ですが、これはウイルス感染に引き続き起こる細菌の感染をおさえるためのものです。これだけではウイルスの感染には無効ですからご注意ください。では、風邪の予防は何をすればいいのでしょうか。こういっても私自身がいつも風邪をひいているのであまり説得力がないのですが、まずはからだを冷やさず、無理をしないことでしょうか。また、気道を乾燥させることは感染しやすい状態をつくるようですから、特に冬の乾燥している時は注意が必要です。暖房中などは特に湿度を保つように注意してください。

風邪というのはやっかいて、完全に克服してしまふのは最も難しい病気かもしれません。しかし予防に努め、悪くならないように早めに治療してください。

光町の皆さん、こんにちは。今年もこのコーナーで健康についてお話しさせていただきます。いままでは外来の患者さんに多い成人病についてお話ししましたが、今回は成人病ではありませんが、最も多くの方がかかっている「風邪」についてお話しします。風邪とは、上気道(鼻からのど、気管、気管支ぐらゐの呼吸する通り道の上の方)にウイルスが繁殖する病気で、ウイルスがからだで繁殖することによって熱が出たり頭やからだのふしぶしが痛くなったりします。また、ウイルス感染が胃腸に優位であればおなか痛くなったり下痢したりもします。このような「はらいた」も広い意味では風邪と言っているかも知れません。



す。例えば、鼻水が止まる薬とか咳止めや熱さましなどです。薬局に売っている総合感冒薬は、これらの薬を混ぜたものです。しかし、症状をとつてもウイルス自体がどんどん繁殖したら困ると思われる方もいるかもしれません。しかし、ウイルスというのは効く薬はないかわりに、ほとんどのものはからだに勝手にやっつけてくれるのです。ですからそれまでの間、体力を損なわないよう待っていればいいわけです(中には他の病気を引き起こして入院による治療が必要になったり、重症になる場合もありますが)。風邪の時に、抗生物質(細菌をやつつける薬)が処方されることがあります。ウイルスの病気なのに細菌をやつつける薬というのは少し変ですが、これはウイルス感染に引き続き起こる細菌の感染をおさえるためのものです。これだけではウイルスの感染には無効ですからご注意ください。では、風邪の予防は何をすればいいのでしょうか。こういっても私自身がいつも風邪をひいているのであまり説得力がないのですが、まずはからだを冷やさず、無理をしないことでしょうか。また、気道を乾燥させることは感染しやすい状態をつくるようですから、特に冬の乾燥している時は注意が必要です。暖房中などは特に湿度を保つように注意してください。

健康への

メッセージ

シリーズ⑦

風邪の

はなし

予防は、
体を冷やさず、無理
をしない。湿度を保
つこと。

第114回 直木賞作家

小池 真理子さんの作品紹介

- ☆ 深夜のネコ
- ☆ 唐沢家の四本の百合
- ☆ 怪しい隣人
- ☆ 妻の女友達
- ☆ 記憶の隠れ家
- ☆ 懐かしい骨
- ☆ 死に向かうアタージョ

他にも作品がたくさんあります。ぜひ1度読んでみてはいかがでしょうか。

直木賞受賞作

「恋」

★ある夫婦に恋した女性が、夫婦の仲を引き裂いた男を射殺するまでを連合赤軍浅間山荘事件を背景に描いた犯罪サスペンス。

お知らせ



ほんの

森

＝町立図書館＝

休館日(特別整理期間)のお知らせ

図書館では、2月5日(月)から16日(金)まで、館内のすべての資料の整理点検作業を行います。このため、作業期間中は休館とさせていただきます。ご不便をおかけしますがご協力をお願いします。

栗山川の浄化よびかけ「作品展」



伊藤 麻衣子さん



大木 裕美さん



佐藤 萌さん

一人ひとりが 育てよう ふるさとの川を 愛する気持

栗山川の汚染防止と浄化を目的に、栗山川汚染防止対策協議会では各種の活動を行っています。その活動のひとつとして周辺の小中学校から啓発作文・標語・ポスターが募集され、光町から次の作品が入賞しました。

★中学校標語の部

最優秀賞 加瀬順子(2年)

★小学校標語の部

優良賞 伊藤麻衣子(東陽小5年)

★小学校ポスターの部

優秀賞 花澤直樹(日吉小3年)

優良賞 伊藤麻衣子(東陽小5年)

大木裕美(日吉小6年)

佐藤 萌(白浜小2年)



花澤 直樹さん

栗山の 清い流れは 町の顔

加瀬 順子

さけたちに きれいな川を プレゼント

伊藤 麻衣子

わたしたちに、できることって…

リサイクルの日

期日 3月10日(日)
受付時間 午前8時～9時
回収品目(6品目) 空き缶・古新聞・古雑誌・古着・牛乳パック・ダンボール
回収場所 各集会施設
※小雨は行います。なお中止の時は、防災行政無線でお知らせします。

「古紙のリサイクル」

新聞紙、週刊誌、トイレトーパー、段ボール：あなたの身の回りにある紙製品のなかに、古紙が含まれているものはどのくらいありますか。資源の乏しいわが国では古紙のリサイクルが行われていますが、消費料の増加を考えるとより一層進めなくてはなりません。そこでみなさんに簡単な実践例をご紹介します。

実践① 分別する

不要となった紙を古紙として生かすには、再生(回収)ルートに乗せなければいけません。そのためには新聞紙や雑誌はそれぞれも十字にし、折り、段ボールや紙箱などは、平らに伸ばしまとめます。

実践② リサイクルとは古紙利用製品を使うこと

古紙が回収され、新たな製品として生まれ変わっても実際に購入され、使用されなければリサイクルは成り立ちません。古紙を40%以上使用した製品の多くには「グリーンマーク」を表示されているので目印にしてください。

実践③ 牛乳パックを回収に出そう

丈夫で質のいい紙が使われている牛乳、飲料用パックはリサイクルに最適な紙製品です。ティッシュやトイレトーパーだけでなく、ノートや教科書にも生まれ変わっています。



グリーンマーク

暮らしのガイド



国の教育ローンの利用を

高校・短大・大学・専修学校や外国の学校に入学・在学するお子様をお持ちのご家庭に対する「国の教育ローン」を取り扱っています。

- 融資額 子供一人150万円以内
- 利率 年3.25%（%現在）
- 申込み 国民金融公庫千葉

こんな時、境界確定を

①町道との境界が不明な土地に、生け垣やブロック塀、建物等而建てる時。
 ②町道との境界に、境界杭が入っているが、盛土などをして境界位置が不明になる恐れのある時。
 ※境界が不明なまま工事をすると、将来紛争の元になります。是非とも境界を確定してから、工事を行ってください。

問合せ 建設課管理係 ☎1211内線172

支店 ☎043(227)1171

枯れ草除去で火災を防止

この時期、毎年芝火事が多く発生します。これは、枯れ草を焼却中に燃え広がりに手に負えなくなったり、残り火を完全に消さないで現場を離れたために再び燃えあがる、といったケースが後を絶たないからです。建物の付近に枯れ草が繁茂しているところについては、所有者に刈り取りをお願いしていますが、まだまだ危険と思われる箇所がいくつかあります。土地の所有者はできるだけ早く枯れ草を除去し、火

災の発生防止と延焼防止にご協力ください。
 八日市場市外三町消防組合

ふれあい福祉講座

あなたも在宅福祉について学びませんか。
日時 2月24日(土) 午後1時30分から3時30分
場所 九十九里ホームデイサービスセンター
内容 ◎講話「在宅訪問を考える。作業療法士の立場より」
 ◎実技「身体的清拭・床ずれ予防と手当」
期限 2月22日(木)
申込み・問合せ デイサービスセンター ☎2211

東京電力「サービスマニター」募集

内容 サービスモニター会議、見学会(年4回程度)への出席、アンケートの回答など
期間 平成8年4月～10年3月
資格 光・八日市場・野菜・多古・芝山に住んでいる女性の方(過去に当社

サービスマニターの経験のない方)

人員 10人
謝礼 会議1回につき、5千円

応募方法・問合せ 官製ハガキに「私と電気」(200字程度)の作文を書き、住所・氏名(フリガナ)年齢・電話番号・職業・家族構成を記入の上、☎288銚子市中央町8の20東京電力(株)銚子営業所地域サービス係まで
 ☎0479(25)6306
締切日 3月7日(木)まで

おくやみ申し上げます

1月15日現在受付 (順不同敬称略)

行政区	月日	氏名	年齢
二又	1/16	越川さと	91
古屋	1/18	越川喜久男	63
関	1/23	大瀧 義隆	52
橋場	1/24	千葉 昭記	68
尾垂六区	1/28	伊藤 英男	58
小田部	1/28	鈴木 利夫	78
小田部	1/28	鈴木 愛子	73
辻	1/31	實川 ぎせ	86
長塚	1/31	吉田 光枝	60
白磯	1/31	三橋 房子	74
橋場	1/31	野間 通子	81

立ち入らないように!



光スポーツ公園メロディーブリッジ下は、工事のため大型機械等があり大変危険ですので、立ち入らないでください。

手作り料理を食卓に



食生活改善推進員 宮内 美世子 (虫生)

茶わん蒸し

材料(4人分)

- 卵.....3個
- 出し汁.....カップ3弱
- 塩.....少々
- しょう油.....小さじ2
- 鶏肉.....80g
- エビ.....4尾
- 干し椎茸.....小4枚
- ギンナン.....8粒
- みつ葉.....少々
- 山いも.....8枚切
- かまぼこ.....4切
- ユズ.....少々

作り方
 ①よく冷ました出し汁によく溶いた卵を入れ、塩としょう油を入れて、泡立てないようによく混ぜておく。
 ②蒸茶わんに5ミリ位に切った山いも、一口大にそぎ切りにした鶏肉、ギンナン、しいたけ、エビ、かまぼこ、みつ葉の順に入れ、①の卵汁を器の八分目程へ注ぎ入れる。
 ③蒸器から、湯気が出始めたころ茶わんを入れ、弱火で15分位蒸す。

蒸し上がったら、ユズを少々上にのせる。

遺跡発掘調査補助員募集

対象 18歳以上55歳までの健康な方
仕事 発掘調査の補助的作業
賃金 1日 5,005円(5時間30分勤務)
休業日 土・日・祝日及び雨天の日
勤務場所 主に海邸郡市内(マイクロで送迎)
問合せ 東総文化財センター ☎3368

健康カレンダー

●健診・学級・相談

月日	行事名	対象	時間	場所
2	14 体を動かそう会	機能訓練希望者	午前10時～	町民会館
	22 母親学級	妊婦	午後1時30分～	保健センター
3	1 健康相談	希望者	午後1時30分～	保健センター
	1 乳児健診	H7.7.8.11.12月生	午後1時30分～2時	保健センター
	7 健康づくり運動モデル事業	虫生地区 古屋地区	午前9時30分～ 午後1時30分～	虫生青年館 古屋集落センター

●予防接種

月日	行事名	対象	時間	場所
2	14 三種混合	H5.3月～10月生	午後2時～2時30分	保健センター
	16 三種混合	H5.11月～H6.4月生	午後2時～2時30分	保健センター
	20 三種混合	H6.5月～12月生	午後2時～2時30分	保健センター
	23 三種混合	H7.1月～6月生	午後2時～2時30分	保健センター

おおきく
なあれ



(宮内) 星野武志さん

長男 ^{りゅうた} 颯太くん 平成4年10月10日生まれ
長女 ^{しほ} 志帆ちゃん 平成7年9月17日生まれ

オーレンジャーの大好きな僕。かわい
い妹ができてうれしいよ！
早く志帆といっしょに遊びたいなー。

白浜バレーチーム優勝

バレーボール連盟会長杯が12月2日に町体育館で開催され、接戦の末白浜チームが日吉チームに2対1で勝ち優勝しました。最優秀選手に白浜チームの市原恵子さんが、敢闘賞に東陽チームの佐久間恵美子さんが選ばれました。



「あつた」すばやい闘い

子ども会房総かるた大会

▼札を探す目は真剣



県内の歴史や文化をよんだ楽しい房総子ども会から24チームが参加して開かれました。読み手が札を読みあげると、「あつた、あつた」と大きな声とともにすばやくかるたに手が。大会は熱戦がくり広げられ県営住宅Bチームが優勝しました。

降り始め、タヤみに舞う雪の美しさに、雪は天から送られた手紙。こんな言葉を送りたい。夜空を見上げていた19日、一夜明け一面の銀世界、降りしきる雪に喜んでる娘とは反対に、「写真どうしよう」と思いつつ、真冬ですが、「寒い」思わずこたつに、暖かな春の待ちどおしい一日でした。
2月4日は立春、ホカボカ陽気の成人式でしたが、まだまだ厳しい寒さ、でも、葉を落とした木の枝にはほつぽつと小さな芽が。草木も人も春待つ心でいっぱい。

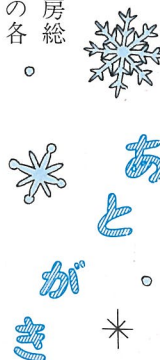
(K)

ハッピーな二人!



♥ 皆様のおかげで素晴らしい記念日になりました。ありがとうございます。

H7.12.3 会館ご利用
平野和美・由香さん
(橋場)

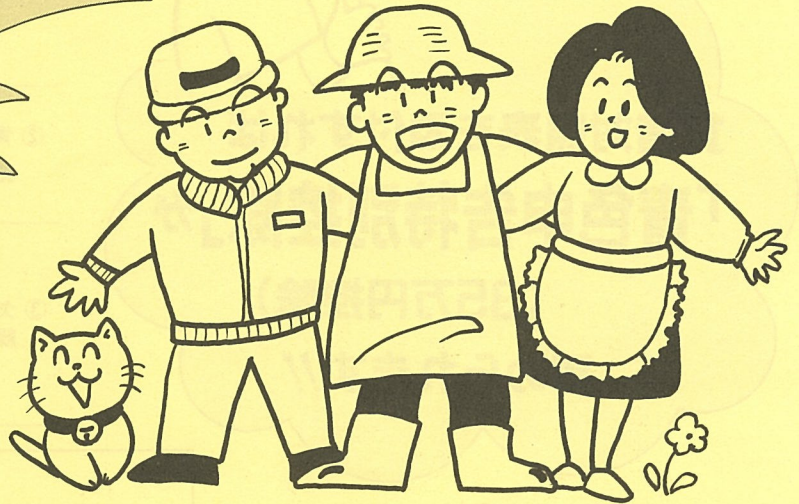


青色申告のご案内

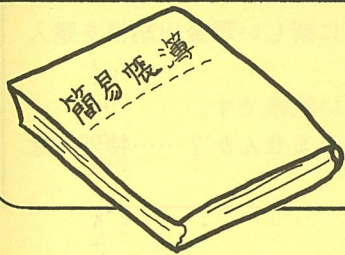
光町青色申告
推進協議会

営業所得者・農業所得者の皆様へ！

今年からは
青色申告



記帳は必要



白色申告の方にも記帳が義務づけられ、消費税の申告をされる方も記帳が必要です。

記帳することによって、事業の収益や資産の状態がよくわかり、経営の改善、合理化に役立つという利点もあることなどから、営業所得者では、5人のうち3人までが青色申告です。



★同じ記帳をするなら特典のある青色申告を是非どうぞ！

(注1) 記帳義務がある方とは、前々年分又は前年分の事業所得、不動産所得及び山林所得の金額の合計額が300万円を超える方をいいます。

(注2) 消費税の申告において記帳がないと、仕入税額控除ができなくなったり、簡易課税制度の適用者の場合にはみなし仕入率が最も低い事業に係る率を適用して計算をしなければならない場合があります。

青色申告とは

毎日の収入や経費などを帳簿に記帳し、その帳簿に基づいて正しく所得や税額を計算し、青色の申告書で申告する制度です。この青色申告書を提出する人は、税金の面でいろいろな特典が受けられます。

★詳しくは……

銚子税務署・青色申告会・そうさ農業協同組合・光町商工会で、いつでも相談に応じておりますので、お気軽にお越し下さい。

記帳は簡単

現金出納帳を中心とした「簡易帳簿」をつければよいことになっていますから、初めての方でも簡単に記帳できます。

青色申告の特典

青色申告には、白色申告では認められていない多くの特典があります。



貸借対照表を添付すれば
「青色申告特別控除」が
(35万円控除)
認められます!!



★特典の主なものには、次のようなものがあります。

① 青色申告特別控除	青色申告をしている人は、最高10万円若しくは最高35万円が特別に控除されます。 最高35万円の特別控除を受けるには、①不動産所得又は、事業所得を生ずべき事業を営む者で②正規の簿記の原則に従い取引を記帳し、③この記帳に基づき作成した貸借対照表を損益計算書とともに期限内提出の確定申告書に添付すること、等が要件になります。 (注)平成9年分までは、「簡易帳簿」をつけている方であっても、損益計算書に加えて一定の要件の下で作成した貸借対照表が添付されている場合、最高35万円の特別控除が認められます。
② 青色事業専従者給与	家族従業員に対して支払った給料も、働きに応じた金額であれば、必要経費にすることができます。ただし、必要経費にするためには、届出書の提出が必要となります。
③ 欠損金の繰越控除繰戻し還付	事業所得などに損失が出たとき、その損失額を翌年以降3年間にわたって、順次各年の所得から差し引くことができます。また、前年も青色申告をしている人は、その損失額を前年の所得から控除して、既に納付している前年分の所得税を還付してもらうこともできます。

青色申告特別控除って何?

戦後の経済的困難の中で産声を上げ、今ではすっかり定着してきた青色申告。その青色申告制度が、今変わりつつあります。

平成5年分確定申告より、「青色申告特別控除額35万円」が認められるようになりました。

「トクベツ控除」といっても、何も特別に新しい現金出納帳を購入する必要はありません。

その基本は、なんといっても日々の正しい記帳です。

あなたも今記帳している帳簿を見直してみませんか?……特別控除を目指して!!

青色申告の手続き

必要な帳簿をつけるとともに「青色申告承認申請書」を、青色申告をしようとする年の3月15日まで(新たに事業を始めたときは、始めた日から2か月以内)に税務署へ提出してください。

★ 青色申告の手続きについて、おわかりにならないことがありましたら、銚子税務署、青色申告会、そうさ農業協同組合、光町商工会にお尋ね下さい。



お知らせ

《ご利用ください! 商工会の記帳機械化システム》

光町商工会ではコンピュータによる記帳をおこなっています。35万円の特別控除に必要な貸借対照表はもちろんのこと、経営に役立つデータをご提供いたします。詳しくは、光町商工会までお尋ね下さい。(TEL 84-1661)