



広報

No.363

平成9年

2月号

# ひかり

## ちっちゃな消防士

まといを持つ手に力がこもる。  
揃いのはっぴで、出初式を見つめる眼は真剣。

「ぼくたち、わたしたち  
火あそびしません。」  
(1/9 消防出初式での中央保育園・幼稚園)

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12,473人(+17) 男6,082人(+6) 女6,391人(+11) 世帯数3,558世帯(+11)



# 新成人

青空が広がった成人の日の15日、人生の門出を祝う式典が町民会館で行われ、昨年より7人多い178人が晴れて大人の仲間入りをしました。

会場は、鮮やかな振袖、スーツ、はかま姿の若者で華やかな雰囲気になりました。

式典で向後町長は「成人の意義をしつかり自覚することが大切、青春の希望に向って精一杯、力一杯頑張つてほしい」と祝辞を述べました。

この後加瀬成子さん（篠本）、齋藤佳織さん（母子）、大木邦俊さん（西高野）、大澤淳一さん（尾垂）の4人が、20歳の決意を発表、社会人として働く大木さんは「自分自身を磨き、一人前の大人になっていきたい」と力強く発表しました。

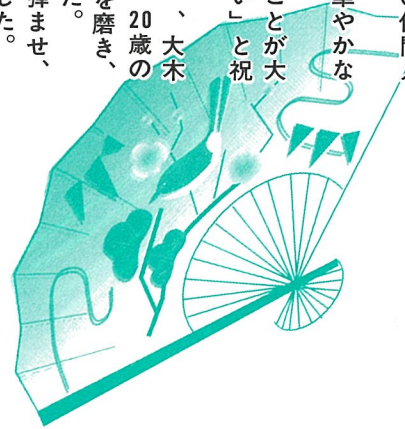
式典後も久しぶりに顔を合わせた友達同士が会話を弾ませ、写真を撮りあうなど和やかなひとときを過ごしていました。



南条地区 22人 (男18人・女4人)



白浜地区 54人 (男25人・女29人)



## 青春の抱負

力強く一歩一歩成長したい



小川 和信 (篠原)

陸上自衛隊  
新潟県新発田駐屯地  
勤務

21世紀を目前に控えた今、私たちは成人の日を迎えました。  
私は高校卒業後すぐに陸上自衛隊に入隊し、2年を終ろうとしています。現在は強い体と精神を鍛えるため日々訓練に励んでいます。  
今、日本国内に目を向ければ、政治面では行政改革等で国の指導者たちが試行錯誤を繰り返しており、一般社会では近年にない痛ましい事件や事故が多発しています。  
一方国外では、あちらこちらで国同志でのトラブルが発生し戦争という最悪の事態になることさえあります。また、食糧不足で飢餓状態となり、伝染病で幼い子供たちまでが多数死亡する等目にあまるものがあります。更に、環境破壊による大気汚染の問題等地球規模で転換期に直面しています。  
このような中で、これからの21世紀を担う私たちに課せられた任務は固り知れない程大きく重大だと、この日を機会にしっかりと胸に刻み込み、一歩一歩力強く成長していきたいと思えます。





# 輝け



笑顔で乾杯



日吉地区 28人 (男13人・女15人)

## ★ 20年前の話題 ★

(昭和51年～昭和52年)

### 町

- \* 226人が成人式
- \* 人口 11,679人
- \* 日吉小開校100周年

### 日本

- \* 鹿児島で5つ子誕生
- \* ロッキード事件明るみに

### 世界

- \* 第21回オリンピックがカナダ (モントリオール) で開催



東陽地区 74人 (男40人・女34人)



増島知子 (篠本3区)

光楽園養護老人ホーム勤務

お年寄りの素敵な  
笑顔のお手伝い

高校を卒業してすぐに高齢者福祉の世界に入  
て、もうすぐ2年が経ちます。  
就職したばかりの、右往左往していた頃とは違  
い、様々な場面で責任を請け負うことも増えてき  
たので、いつまでも他人を頼ってばかりいる訳  
にはいきません。  
また、ここ数年の間に、福祉に関する色々な改  
革や見直しが行なわれていく事や、福祉を利用し  
た事件等があり、よくTVや新聞で報道される為、  
今では国民全体の注目の的となっている職業だと  
思います。常に前進し続けているからこそ私は、  
今の仕事にやりがいを感じています。そして、何  
よりも、お年寄りの方々が素敵な笑顔を持ち続け  
られるように、お手伝いをし続けていこうと思っ  
ています。  
成人式を迎えるにあたり、これからは、何事に  
も責任をもって当たり、寮母として恥ずかしくな  
いような知識と経験を得て行き、頼りにされる人  
間になることを目標としてがんばります。



## 国民健康保険の概況

# 医療費が急増

## 8年度の総額は15億円



日頃から健康チェックを！(毎月第1・第3水曜日、健康相談を実施しています)

人口の急速な高齢化並びに医療技術の高度化や疾病構造の複雑化、受診率の上昇等により医療費が急激に増えています。光町の国保財政はここ数年医療費の著しい伸びに、国保税収入が追いつかない状況にあり、赤字巾が年々大きくなろうとしています。

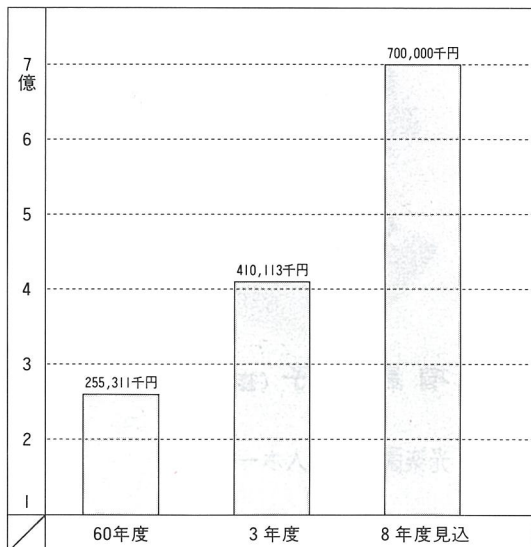
国民健康保険は、助け合いの精神にもとづいて加入者の万一の病気やケガ、事故などにかかる医療費を軽くしようとするものであり、加入者の皆さんが納めた国保税は、全額が医療費の支払財源として使われています。

国保の概況を図解しますと次のようになります。

### 10年前の3倍、老人医療費

高齢化の進展に伴い老人医療費が10年前の3倍、7億円になろうとしています。

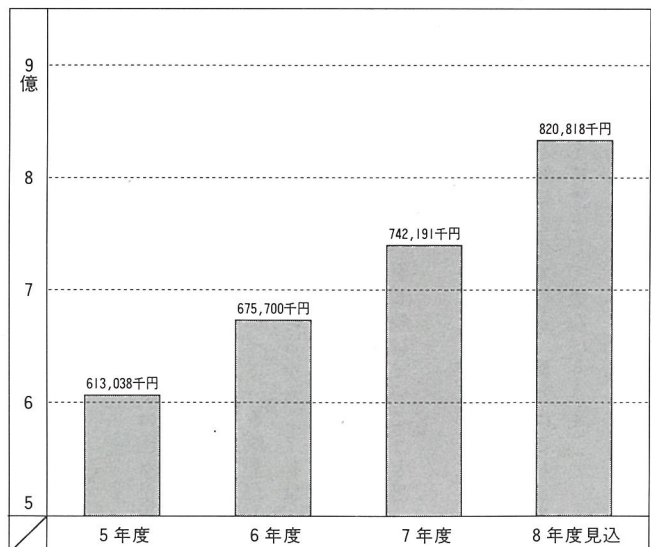
老人分(国保加入者)総医療費(患者負担を含む)



### 驚異的な伸び一般医療費

毎年10%台の驚異的な伸びを続けています。5年度と比べ33.9% 2億8百万円の増になろうとしています。

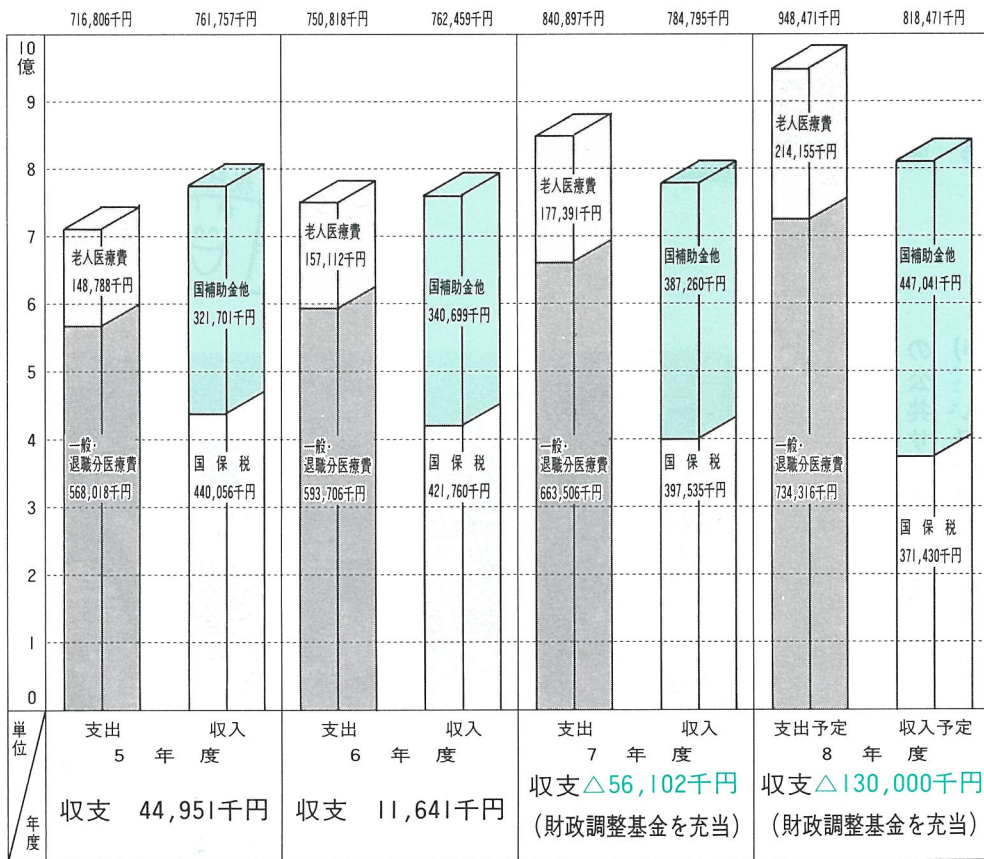
一般被保険者分総医療費(患者負担を含む)



医療費を大切に...



## 年度別医療費収支の状況

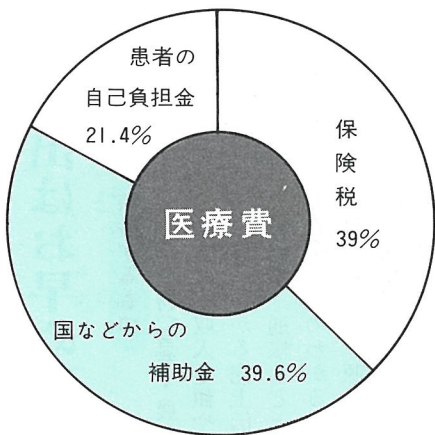


### 国保税はすべてが医療費に

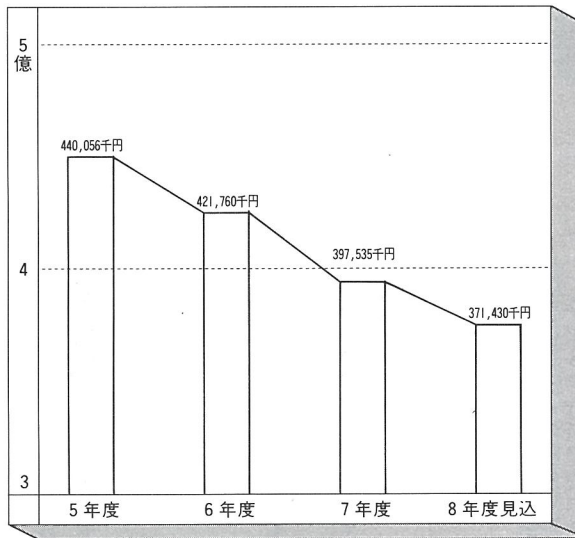
7・8年度で1億8千6百万円が不足！

収支差引金額が黒字のときは、翌年度に繰り越され、赤字の場合には、財政調整基金の取り崩し等の措置をして運営しています。このように国保税は、すべてが医療費の支払に充てられます。したがって、収支バランスが崩れたまま限りある財政調整基金をあてにすることはできません。

### 保険税は国保の大事な財源



### 国保税収入額の推移



### 国保税収入が減少

景気の低迷、農業所得等の落ち込みにより、国保税収入が医療費とは逆に、年々下がっています。

- ☆ 喫煙本数を減らそう
- ☆ ストレス解消を心がけよう
- ☆ 野菜を食べよう
- ☆ 十分な睡眠をとろう
- ☆ うす味習慣で減塩を心がけよう
- ☆ 脂肪のとり過ぎに注意しよう
- ☆ お酒はほどほどにしよう
- ☆ 腹八分目を守ろう
- ☆ 腹八分目を守ろう
- ☆ 適度な運動をしよう
- ☆ 太り過ぎを防ごう



8年度末基金残高  
2億6千6百50万円





# 3月17日まで受付 正しい申告



▲期限間近は大変混みあいます。早めの準備で申告を

私たちの生活は、国や県、市町村の公共サービスと深く結びついており、いろいろな公共サービスを受けながら毎日を暮らしています。これら公共サービスを行うための大切な財源は、みなさんの納めた税金によって賄われています。今年も確定申告・住民税申告の時期を迎え、申告にあたっての手續等についてお知らせします。

## 申告書の提出はお早めに！

今年も申告の時期が近づいてきましたが、決算は済みですか。

今年の申告受付期間は、土・日曜日に当たするため、いつもの年と少しずれ2月17日から3月17日までとなります。

この申告は、平成8年中の所得を申告するものです。

これにより、平成8年分所得税、平成9年度分の町県民税、国民健康保険税の課税基礎になるとともに、各種証明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も必要な大切な資料となります。収入の有無にかかわらず、必ず申告して下さい。

町では、2月17日から3月17日まで次のおり申告の相談を行います。

### 日時・会場

2月17日(月)～2月27日(木)  
2月28日(金)～3月17日(月)  
役場税務課

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。

### 所得税の納付は期限内に

平成8年分所得税の納期限は、申告書の提出期限と同じ3月17日(月)です。必ずお近くの金融機関で納付して下さい。

また、納付に口座振替をご利用されますと、納め忘

### 税理士による無料相談

- ・ 3月3日(月)
- ・ 午前9時30分～午後3時30分
- ・ 役場第1・2会議室

### 税務署の出張相談

- 譲渡・所得税  
2月27日(木)・3月3日(月)
- 所得・消費税  
3月7日(金)・3月10日(月)
- ・ いずれも午前9時30分～午後4時
- ・ 役場第1・2会議室

れなどのうっかりミスが防げ、とても便利です。ぜひ、この機会にお申し込み下さい。

### 申告書提出前に再チェック

- ① 計算間違い、記載もれ、欄違いはないか。
- ② 添付書類の不足はないか。
- ③ 印鑑(2ヶ所)の押し忘れはないか。



2月17日から

# 明るい笑顔で



## 小型特殊自動車の 範囲が改正

速度35km/h未満の農耕車  
固定資産税から軽自動車税に

今年の1月1日から農耕トラクターなどの小型特殊自動車の範囲が下表のように改正されました。

これに伴い、今まで大型特殊自動車であった車の一部が小型特殊自動車へ移行、固定資産税から軽自動車税の対象となり、検査も不要となります。今後の登録、廃車、名義変更の手続きは役場で行います。

問合せ 役場税務課

☎④1211 内線143

新		旧	規格改正の概要
右記以外の特殊自動車	農耕作業用自動車	(一律に規定)	
4.7以下	制限なし	4.7以下	長さ (m)
1.7以下	制限なし	1.7以下	幅 (m)
2.8以下	制限なし	2以下	高さ (m)
15以下	35未満	15以下	最高速度 (km/h)
制限なし	制限なし	1.5以下	原動機総排気量 (ℓ)

■部が今回の改正部分  
農耕作業用自動車とは、トラクター・乗用田植機・コンバインなどが該当



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年の中途で退職し、再就職をしていない場合

◎2月17日以前でも税務署で受付けています。また、郵送による提出もできますのでお早めに。

◎申告書を早期に提出しても、源泉徴収票などの添付書類が足りなかったり記載内容に誤りなどがあったときは、還付金の支払いが遅れますので、ご注意ください。

### こんな時は還付申告を

多額の医療費がかかった時

病气やけがで長期に入院した場合、その時の負担は大変なものがあります。所得税では、自分や親族のために支払った医療費が一定額を超えた場合には、200万円を限度として医療費控除を受けることができます。

◎控除を受けるための方法  
確定申告書に「医療費控除の内訳書」と医療費に係る「領収書」を添付し、提出して下さい。

◎注意  
①その年の1月1日から12月31日までに実際に支払ったものが対象です。  
②病气などに伴って支払ったものでも対象とならな

### 《控除額の計算》

$$\text{医療費控除額} = (\text{その年に支払った医療費の総額} - \text{保険等で補てんされた額}) - 10\text{万円} \quad (\text{所得が200万円未満の人は所得の5\%})$$

③社会保険等から補てんされる高額療養費などや、生命保険等から給付される入院給付金などは、支払った医療費から差し引きます。

いものがあります。



# 寒風つき力走

## 新春マラソン 41人が走り初め

寒の入りの1月5日、第25回新春マラソン大会が役場周辺をコースとして行われました。親子の部から小・中学生まで41人が参加、スタートラインでは「寒いな」と震えていたランナーも、陽光の下を力走、家族の「ガンバレ」の声援を受け元氣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メートル
  - ①土屋大樹(南条) ②森裕紀(南条) ③鈴木健太(南条)
- ▼1年女子 900メートル
  - ①越川あゆ美(南条) ②村越優里(南条) ③小川安(白浜)
- ▼2年男子 900メートル
  - ①吉田俊軌(白浜) ②川島祐希(日吉) ③石川昂(東陽)
- ▼2年女子 900メートル
  - ①越川幸奈(東陽) ②萩原香緒里(東陽) ③加瀬ちさと(日吉)
- ▼3年男子 900メートル
  - ①秋葉雄太(白浜) ②鶴ノ澤一樹(白浜) ③伊藤竜弥(日吉)

### 【中学生】

- ▼3年女子 900メートル
  - ①実川都(白浜) ②鈴木紀子(南条) ③林由布子(東陽)
- ▼4年男子 1.6キロ
  - ①秋葉翔太(白浜) ②萩原克也(東陽) ③向後泰理(白浜)
- ▼4年女子 1.6キロ
  - ①越川綾乃(東陽) ②伊藤友子(白浜) ③林なつき(南条)
- ▼5年男子 1.6キロ
  - ①浅野雅之(南条) ②鈴木弘之(南条) ③江端俊和(東陽)
- ▼5年女子 1.6キロ
  - ①椎名友美(東陽) ②平山理恵(日吉) ③平野由美(日吉)
- ▼6年男子 1.6キロ
  - ①鈴木貞治(南条) ②嘉藤晃央(東陽) ③伊橋和宏(東陽)
- ▼6年女子 1.6キロ
  - ①宮本裕佳(東陽) ②石井晶(東陽) ③鈴木結佳(南条)

### 【小学生】

- ▼男子 2.8キロ
  - ①土井伸悦 ②椎名真人
- ▼女子 1.6キロ
  - ①花澤泉 ②佐藤絵美 ③竹内正子

### 【親子の部】 0.9キロ

- 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



元気いっぱいスタート



## 台湾で親善少年野球



東総地域少年野球の平成8年チャンピオンメンバー17人(写真)が伊藤七郎(千葉県少年野球連盟東総支部長・光町)団長引率の下に、昨年12月24日成田を出発、台湾へ5泊6日の親善試合に行つてきました。光町からは白浜スポーツ少年団上田大輔君ら5人が参加し、嘉義、台北などで6試合を行い親善友好を深め無事帰国しました。

通信員 山辺光男(木戸)

## 敵かに成田山上陸記念法要

尾垂の浜で恒例の成田山上陸記念報恩大法会が12月27日、地区関係者、一般信徒など500人が参加して開かれました(写真)。

法事は本山新勝寺貫首・照碩大僧正が導師となつて祭壇の前で敵かに営まれ、御本尊不動明王に「世界平和、万民豊稔、仏法興隆、町内繁栄」の靈験加護を垂れ給えと、祭文を読み上げ



祈願しました。通信員 山辺光男(木戸)





“宝くじ福祉号”



作業の能率化が図れます。除草機械

☆

## コンサートで 楽しいひととき

東陽病院で昨年のクリスマスに、入院中の皆さんの一日も早い病気の回復を願う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。ツリーの飾られたホールで午後7時過ぎ、ボランテ

ィアグループ「セピア」の皆さんのギター演奏で、「影をしいて」やクリスマスマスのソングが次々と演奏されました。第2回目を迎えるこの心温まるコンサートに、会場から大きな拍手が送られていました。

## 新春初泳ぎを楽しむ 光海洋センター



◆1月5日、新春初泳ぎ無料開放が行われ、冬休み中の多くの子供たちや一般の参加者で賑い初泳ぎを楽しみました。泳ぎ終わった後は暖かい甘酒で新年を祝いました。

◆12月8日、第2回水泳記録会が開催され、町内外から小学生から大人まで50人が参加、日頃の練習成果を発揮し自己の記録に一喜一憂する姿がありました。

公共施設の緑化や道路わきの雑草の除去等、積極的な活動を行っている「光町生きがい公社」に、軽トラツク（名称：宝くじ福祉号）と除草機械が備えられます。

これは、宝くじ助成事業により整備したもので、みなさんの購入した「宝くじ」の売上金が財源となっています。

## 『宝くじ福祉号』発進！

## 立派に子安様が再建



12月20日、篠本一區の子安様の神殿が完成し祝宴が行われました。この神殿は篠本一區の子安様として、明治初期に建てられたもので、老朽化により再建されました。

通信員

行方良子  
(篠本一區)

## 元気で 新春を祝う



宮内の鈴木中さん(92歳)は、眼鏡をかけず新聞を読み、針の穴の糸通しも簡単。好き嫌いのない食生活で大変お元気で、7年前に大病を克服され、現在は家の周りや近所への散歩を楽しみにしています。

いつまでもお元気で長生きをしてください。

通信員 渡辺好子(宮内)

## 新年を語る

毎年玉崎神社(橋場児童遊園地)では、区の役員が年末に境内の大掃除を行い元日を迎えています。

今年も元日の朝は5時過ぎから参拝者には御神酒をふるまい、たき火を囲み新年を語り合いました。

通信員 萩原岩雄(橋場)





# 初春飾る消防出初式

## 防災への決意新たに

初春を飾る消防出初式が、好天に恵まれた1月9日役場前駐車場で行われました。

### 県知事表彰

#### 精勤章

- 本部付部長 川島 透(入)
- 本部付部長 伊藤 久雄(尾垂5区)
- 中央分団長 林 孝次(桑郷)
- 第4分団長 土屋 和夫(虫生)
- 第8分団長 實川 邦夫(辻)
- 八日市場市外三町  
消防組合 消防士長  
江波戸定雄

### 県消防協会会長表彰

#### 功労章

- 第3分団長 村越 重夫(小川台)
- 精勤章
- 第1分団長 森 寛(篠本2区)
- 第2分団長 川野 吉雄(新井)
- 第6分団長 伊橋 一(原方)
- 第7分団長 大木 敬(一関)

### 県消防協会海匠支部長表彰

#### 功労章

- 2-1 部長 鈴木 修文(新井)
- 2-3 部長 大木 文男(二又)
- 3-2 部長 並木 秀樹(小田部)
- 3-3 部長 山崎 定(台)
- 3-4 部長 林 孝信(小川台)
- 6-1 部長 向後 浩一(作間内)
- 6-2 部長 越川 武俊(篠原)
- 7-4 部長 向後 和彦(白磯)
- 8-1 部長 伊藤 孝浩(尾垂6区)
- 8-3 部長 鈴木 武男(五ノ神)
- 8-4 部長 石橋 英一(辻)

### 海匠支庁長表彰

#### 精勤章

- 中-1 部長 大木 良一(橋場)
- 2-2 部長 大木 慎一(宝米)
- 5-3 部長 林 孝志(入)
- 6-3 部長 木原 武志(原方)
- 7-1 部長 實川 直樹(長塚)
- 7-2 部長 椎名 幹夫(木戸)
- 7-3 部長 井戸 豊(関)
- 8-2 部長 仲村 博幸(尾垂6区)

#### 功労章

- 中-2 部長 遠藤 光夫(桑郷)
- 中-3 部長 大木 要輔(西高野)
- 1-1 部長 宇井 剛(篠本1区)
- 1-2 部長 實川 高司(篠本2区)
- 1-3 部長 加瀬 幸男(篠本3区)
- 3-1 部長 中岡 利行(母子)
- 4-1 部長 布施日出男(當下)
- 4-2 部長 伊藤 政行(虫生)
- 4-3 部長 岩澤 泰則(芝崎)

### 消防団長表彰

#### 功労章

- 8-3 副部長 伊橋 清(二五ノ神)
- 8-4 副部長 川野 薫(辻)
- 中-1 班長 林 慎一(橋場)
- 5-4 班長 伊藤 豊(谷中)
- 6-3 班長 鈴木 貴史(原方)
- 第2分団第2部 (玉米)

### 消防友の会表彰

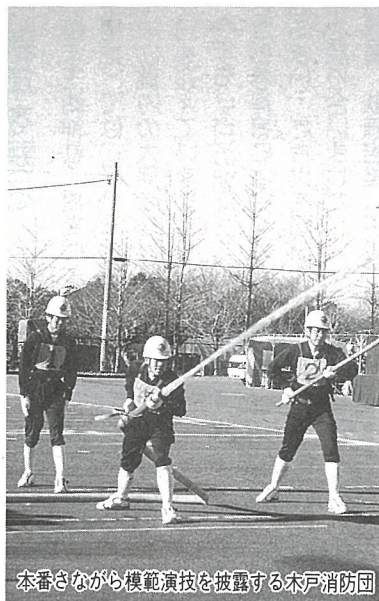
- 第2分団第2部 (玉米)



町長・本部役員らの観閲を受ける団員 三の規律が町を守ります



謝辞を述べる川島透本部付部長



本番さながら模範演技を披露する木戸消防団



## まちを守る。人を守る

## 消防団活動への理解と協力、参加を

## いつ起こるか分からない災害

こんな事態が起きてしまつたら――。

災害や火災が起こった時、すぐ現場に駆けつけて、消防員と一緒に救助や消火にあたるのが消防団です。昨年は町内で11件の火災が発生し、延700人の団員が出動しました。ふだんはそれぞれの仕事を持っている地域住民です。その住民の一人として、まちを守る一員として皆さんの消防団活動への理解と参加をお願いします。



町消防団は、分団数9、部数31で構成されています。

団員数437人。保有している車輛はポンプ車4台、小型ポンプ付積載車27台。



八日市場市外三町消防組合の職員は101人。交替制勤務でみんなの安全を守ります。保有している車輛は消防車8台、救急車4台。

八日市場市、光町、野栄町、横芝町で構成されています。

## 被害を最少限に

「こちらは防災ひかりです。消防署から火災発生のお知らせをします」。町中に流れると消防団の戦いが始まります。

団員の職業はまちまちでもいつも体制がとれている訳ではなく、人員が必ずいるとも限りません。それでも消防団員は出動し、「一秒でも早く」消火活動を行います。119番通報で出動した消防署と共同で消火活動を行い、被害を最少限に食い止めます。

## 地域に奉仕

町の消防機関として消防署、消防団があります。

消防署は第一線の活動部隊として、火災や人命の救助・救命を職業とする組織です。

一方、消防団は仕事を持ちながら消火活動や日頃から防災啓発活動を行っています。また台風の時はその土の復旧作業を行うなど地域奉仕的な団体です。

## 消防団に参加を

地域に欠かせない消防団ですが、ここ数年団員の確保が難しくなっています。

これは都市化、サラリーマン化による連帯意識の低下や、若年層の減少などが原因と思われます。

わたしたちのまちを守る消防団の一員としてあなたの参加をお願いします。

## 町内で初めて 新井地区に『消防留守部隊』発足



放水の操作方法を練習する隊員

新井区で1月26日、日中地元で仕事をしている方を中心に、「消防留守部隊」が発足しました。これは消防団員の大半が会社員などで日中不在となるため、主に日中の火災発生などの緊急時に対処できるように任意隊員27人（隊長郡司勝夫さん）により発足したもので、町内では初めての組織です。この日、栗山川堤防で、消防団員の指導を受けポンプの操作を熱心に練習しました。

## 消防団の歴史

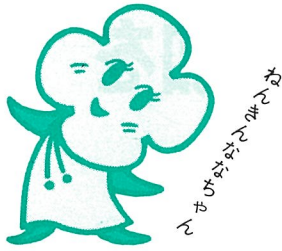
江戸幕府將軍吉宗の時代に、町奉行の大岡越前守が江戸につくったといわれる町人組織「町火消」が、消防団の始まりです。





# あなたの国民年金

パート 60



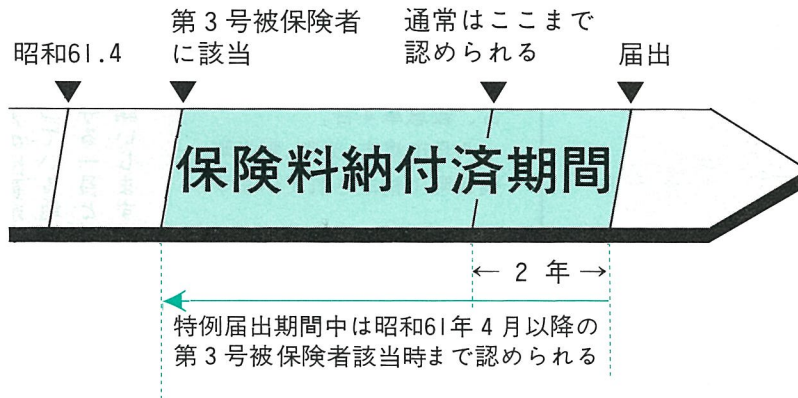
## お急ぎ下さい 3号特例届



3号被保険者の届出が遅れたことで保険料が未納となっている期間、今なら届出をすることにより、昭和61年4月以降すべて納付期間として認められます。

### 第3号特例届出

《期間：平成9年3月31日まで》



### 確定申告の時期です 国民年金保険料を忘れずに

平成8年1月から12月までに納めた保険料は、全額社会保険料控除となります。平成8年1月から12月までの保険料は表のとおりとなっています。

このほか、昨年中に納めた平成7年中の保険料、追納保険料なども控除の対象となりますので、忘れずに申告して下さい。

1年分の定額保険料	145,800円
付加の1年分の保険料	150,600円
8年度前納定額保険料	144,040円
8年度付加前納保険料	148,720円

### 年金を納めるのが困難な方 "免除制度"があります

事故や病気により働けないなどの理由で国民年金の保険料が納められない方。



### 免除申請

手続き 印かんと納付書を持って、住民福祉課年金係までおいでください。  
(免除された期間は、受給額が $\frac{1}{3}$ になります)

問合せ 住民福祉課年金係 ☎84-1211  
内線 154

国民年金保険料は忘れずに納めましょう





4年1組  
石川雄大君

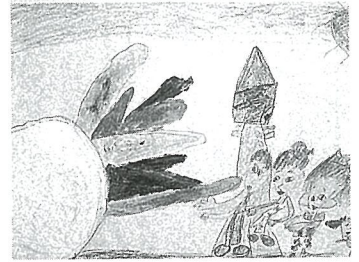


『これが1番大きいな』

※春に植えたへ  
チマが大きく  
育ち、りっぱ  
な実がついて  
うれしかったです。



1年2組  
野中智子さん



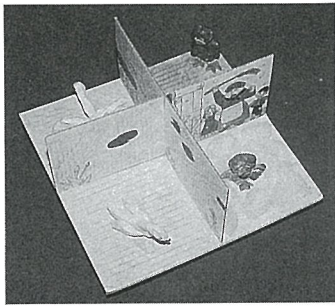
『大きなかぶ』

※かぶをかきま  
した。えのく  
とクレヨンを  
つかいました。  
たのしかったです。

あつまれみんなの力作



5年2組  
椎名友美さん



『みにくいあひるの子』

※あひるの子の  
目がむずかし  
かったけれど  
うまくできた  
のでよかったです。



『へんしん帽子』

2年2組 宮嶋彩子さん

※色紙やさくら紙、シール等  
を使って、かわいいへんし  
ん帽子を作りました。



6年2組  
宮本裕佳さん

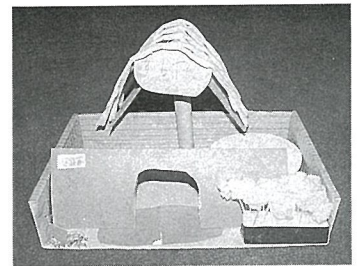
平和の光

宮本 裕佳

※たい所と細い  
所に気をつけ  
て書きました。



3年1組  
椎名兼吾君



『すし屋』

※とろや玉子や  
うになどのす  
しや、おまけ  
のわたあめを  
くふうしまし  
た。

評者吟  
二日の雷未明の闇を切り裂ける

短評

椎名しげる

除夜の鐘汽笛も和して港町

鴨川 篤(尾垂)

微動だもなき杉幹や初御空

土屋 義昭(虫生)

濡縁に猫も糞うお元日

川島 通則(二又)

ままごとも年始の挨拶交しけり

大谷 武彦(木戸)

産土に久の和服や初詣

秋山 一泉(栢田)

注連飾る定年もなき古希の農

大木 素風(二又)

中七が共感を呼んだ高句句。ただ  
「定年もなき」というフレーズは  
諸刃の剣でもある。

雑煮餅卒寿の母を氣遣えり

布施喜美雄(二又)

九十歳という高齢の母上に心を配  
りながら雑煮を祝う。上五の季語  
は雑煮餅が適切。

齋粥湯気のみこうの五十年

布施 和代(二又)

夫に先立たれた作者、齋粥に特別  
な想いがあるのだろう。追憶を詩  
情豊に詠み切った。





# はぐくむ光のびる若芽

154

篠本区 石井秀子

我が家には、5年生の女の子と1年生の男の子がいます。昨年11月に8才になる実母をつれて子供たちとデイスノーランドにいったときのことです。

子供たちはパレードを見るより、乗り物に乗るのが大好きです。前日から子供たちと「デイスノーランドに行つたら何に乗るの」の話題で盛り上がっていました。それと一つのも夏休みに私と子供たちは、スピードのある乗り物をたくさん乗ってきたからです。初めて乗ったスプラッシュマウンテン、ビッグサンダーマウンテン等、皆さんもご存じかと思いますが、スピード感あふれる乗り物です。

このスピード、スリルの味わえる乗り物に祖母を乗せてあげようと相談していたのです。5年生の長女はもう1度全部乗りたいと張り切っていました。1年生の長男は、初めてビッグサンダーマウンテンに乗ったときの経験を思い出して、乗り物から降りたとき体がガクガクふるえて、怖い思いをしたことをおばあちゃんに話していました。本人が自分で体験し

## 優しい気持ちと健康な体、どンドン育て



▲おばあちゃんにスピードとスリルを相談...

う話でまとめ、祖母は2度目のデイスノーランドで初めてスプラッシュマウンテンに乗りました。昭和一桁生まれの祖母にとっては、戦争を思えば何も怖いものはない、面白かつたという感想だったのではないかと思えます。

たことをもとにおばあちゃんを乗せたら心臓が止まってしまうかもしれない...もしかしたら死んじゃうかもと仕切りに心配していました。長男の心配は長女の経験と一言で「スプラッシュマウンテンなら大丈夫」とい

人に優しくしたり、思いやる気持ちは話しを聞いたり教えることも大事ですが自分の経験した実感が何よりだと思いました。長男は、並んで待っている間も「おばあちゃん、本当に大丈夫」と念を押していました。いつも私を相手に戦いだと言つてパンチをしてくる長男も人のことを思いやる心が育っているんだと、少しほっとしました。優しい気持ちも、健康な身体も一緒にどンドン育つて欲しいものです。いろいろな経験を通して育てていきたいと思えます。

# 保健婦メモ

## ボケの正しい知識と予防

### ⑤ 「ボケを防ぐ9原則」(3)

### 6 毎日を明るい気持ちでいきいきと

今回、原則6、9をお伝えして、ボケの正しい知識と予防のシリーズを終了します。予防可能なボケもあるとはいいながら、心身の老化がだれにでも訪れることを考えると、ボケは決して他

人事ではありません。日常の健康管理をしっかり行って、ボケ知らずの毎日を送れるようにしましょう。



### 8 ストレスは乗り越えてこそ

たとえ高齢になっても、いたずらにストレスをかけた生き方はかりしているのは感心しません。ストレスを乗り越えるエネルギーがあるうちは、むしろ積極的にそれ乗り越える努力をすることがボケを防ぎます。くよくよせず、できるところから手をつけながら物事を処理していくことがストレスを上手に乗り越えるコツです。

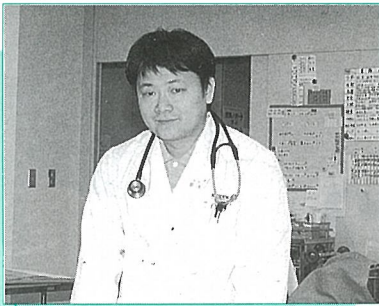
### 7 カゼや骨折で寝たきりにならない

骨折の原因で寝たきりになり、やがて「ボケ老人」とよくいわれますが、高齢者の場合、病氣やケガで寝たきりの状態が三か月以上続くこと、約四十パーセントの人がボケになるといわれています。おとしよりの事故が多いのは、骨折です。その原因として、足腰が弱っていることを指摘する向きもありますが、これは身体のバランスをつかさどる脳が老化したために、若いときほど上手にからだの平衡を保てなくなるためです。いずれにせよ、ふだんから健康に気をつけ、心身のコンディションをよくしておくことが、平凡ではありますが、ボケを予防する近道なのです。

### 9 いつまでも大切にしたい人とのつながり

孤独なおとしよりは、ますますボケやすいものです。人と人とはお互いに支え合って生きてこそ、初めて、それぞれ豊かな人生をおくることができるのです。苦楽を分かちあう家族、相談のできる先輩や友人、いつまでもこうした人たちのつながりを大切にしていきたいものです。





東陽病院 鈴木健士 医師

# 健康への

## メッセージ

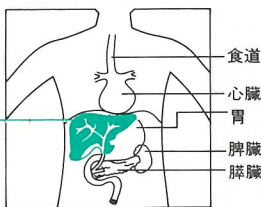
シリーズ ③

### 肝ガンの話

ガンの大部分は  
慢性ウイルス性肝炎

適量の飲酒・休肝日で  
肝臓をいたわる生活を

光町のみなさんこんにちは。今回は体の中では最も大きな内臓、肝臓のガンについてお話したいと思います。肝臓というみなさんがまず考えるのは、お酒との関係ではないかと思えます。お酒を飲み過ぎれば肝臓に負担がかかるのはもう常識といってよいでしょう。過ぎればアルコール性脂肪肝となり、さらに進めば肝硬変になってしまうこともあります。しかし今の日本の肝硬変は慢性ウイルス性肝炎によるものがほとんどで、アルコール性のものは少ないようです。だからといってお酒を奨励するわけではありませんが、深酒をしないで適量に抑えること、週に一日は休肝日(お酒を飲まない日)をつくるのが守れば大きな心配はないかと思えます。ただし、血液検査で肝炎ウイルスが陽性だった人は慢性肝炎か、もしくは今後慢性肝炎になってしまう可能性がありますので、お酒は止めた方がよいでしょう。



さて肝ガンについてですが、このガンは胃や大腸や肺のガンと大きく違う点があります。それは、なる可能性が高い人と低い人がはっきり別れているのです。それは慢性ウイルス性肝炎があるかどうかという違いです。肝ガン

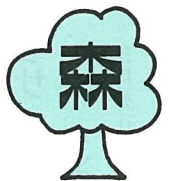
には肝炎ウイルスが大きく関わりがあって、肝ガンの人の大部分はこのウイルスの反応がみられます。つまりウイルス反応のない全く健康な肝臓にガンが出来る率はかなり低いと言えます。肝炎ウイルス反応が陽性の方もおられるかと思いますが、がっかりする必要はありません。ウイルスが体の中に入ってもそれが慢性肝炎を必ず起こすとは限りませんし、起きるとしても長い時間がかかるのが普通です。通常は慢性肝炎から肝硬変に進行した後、その内の何割かにガンが発生するので、この間は10〜13年かかるとされています。まず慌てずに定期的に肝臓の超音波検査を受けて、小さい段階で見するように努めることが重要です。もし肝ガンが発見された場合でも、肝臓の機能がある程度保たれていれば、他のガンより治療法にいろいろな選択肢があります。手術や肝臓に血を送る血管から薬を注入する治療、肝臓に直接針を刺してガンを潰してしまう治療などがあります。特に後の二つの治療は体に負担があまりかからず、高齢者でも可能な治療です。これらの治療により肝臓のガンはたとえ手術が出来なくても数年間ガンをコントロールしていくことが可能な状態となってきました。(最も長い人では、10年以上元気で過ごされている方もいます)ただ病気を恐れずによく知って、きちんと定期的に検査を受けること、肝臓の機能が悪くならないようお酒を飲まずに節制することが重要なのです。

## 1996 貸出しトップ10

一般書

児童書

作品	著者	No.	作品	著者
ソフィーの世界	ヨースタイン・ゴルデル	1	ぐりとぐら	中川李枝子
脳内革命	春山茂雄	2	おばけがぞろぞろ	ささきまき
弟	石原慎太郎	3	エルマーのぼうけん	ルース・スタイルス・ガネット
ふたり	唐沢寿明	4	おおきなおきなおいも	赤羽末吉
神々の指紋	グラハム・ハンコック	5	きかんしゃやえもん	阿川弘之
恋	小池真理子	6	バーバちゃんのおきやくさま	神沢利子
そういうふうにてきている	さくらももこ	7	おやすみみみずく	バット・ハッチンス
記憶の中の殺人	内田康夫	8	ぞうのホートンひとだすけ	ドクター・スース
マザコン刑事とファザコン婦警	赤川次郎	9	はらぺこあおむし	エリック・カール
マークスの山	高村薫	10	モーモーまきばのおきやくさま	マリー・ホール・エッツ



ほんの

＝町立図書館＝  
☎043311



◎ 休館日

(特別整理期間)

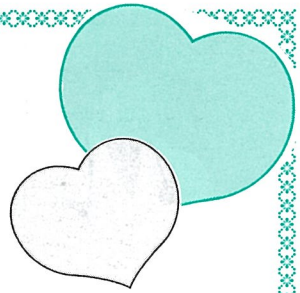
2月3日(月)〜17日(月)

図書館では2月3日(月)から2月17日(月)まで、館内のすべての資料の整理点検作業を行うため、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いたします。



# さわやかハート

## って………何？



ほんの小さな  
心がけから始まる  
だれでもがどこでもできる  
さわやか親切  
思いやり運動。

～おなたのハートで  
“光町”を輝かせてみませんか～

さわやかハート運動とは、県(町)民相互にさわやかな心を育み、心豊かなふるさとづくりをめざす運動で、町も平成8年12月に「さわやかハート推進協議会」を設置しました。

協議会では、さわやかハートということばをPRするとともに、あいさつによる日常生活の場における人間関係の円滑化(あいさつ運動)・公共の場でのゴミの散乱防止と清掃(環境美化運動)等に取り組んでいくことにしました。

さわやかハートをあいさつことばにまじぐるみて、ふるさとづくりを進めていきたいと思いますか。



言われるように、言うように…

僕はいつも「ありがとう」を言われるように、言うように心掛けています。僕にとっては「ありがとう」もあいさつの一つだからです。そして、こういう心掛がさわやかハートだと思います。これからも小さなことにもさわやかハートを忘れずにいたいです。

## 千葉県知事選挙

# 3月16日(日)

### 予定

忘れずに、家族みんなで投票を

## 東陽病院で

# 最新型CTスキャナー導入

昨年11月、東陽病院に新しいCTスキャナー(全身用コンピュータ断層撮影装置)が入りました。

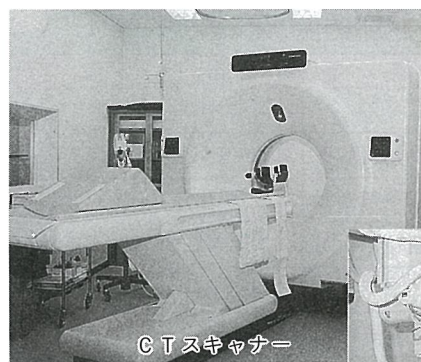
これは、耐用年数が経過し古くなったCTスキャナーを「厚生年金・国民年金積立金還元融資」と県補助金を財源に最新型の機種に更新したものです。

また、昨年度にもこの資金の融資と国庫補助によってX線テレビ診断装置を購入しました。

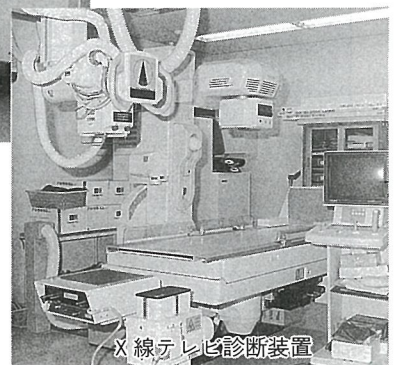
これらの機器で毎日多く

の検査をこなし、地域住民の皆様が最新の医療を提供しています。

(厚生年金・国民年金積立金還元融資施設)



CTスキャナー



X線テレビ診断装置



## リサイクルの日

は  
3月9日(日)が最後  
4月から分別収集スタート

期日 3月9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。

### リサイクルの日は

### 3月で廃止

3月のリサイクルの日を

最後に廃止することになりました。今までリサイクルステーション(集会場等)まで搬入していただいた缶紙類(新聞・雑誌)、衣類等は4月から資源ごみとしてごみステーションへ出していたことになりました。ご協力ありがとうございました。



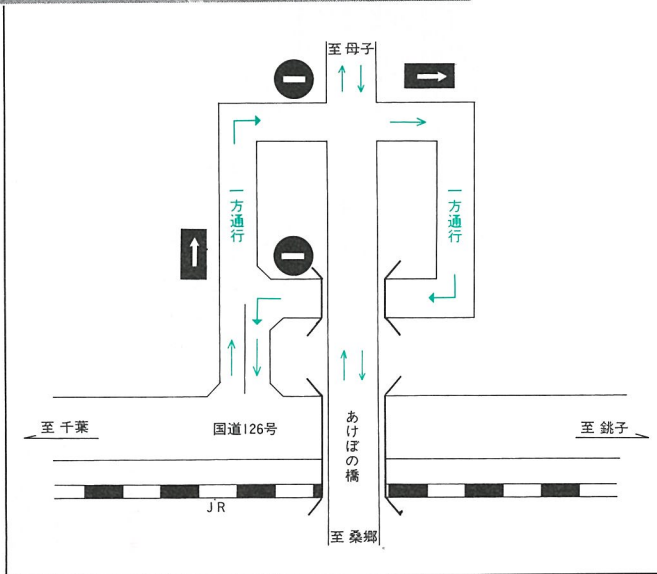
ゴミコン君





# あけぼの橋 一方通行規制実施

母子側・桑郷側から乗り入れできます



母子地先（あけぼの橋付近）で実施していましたが、工事が完成し、母子側から国道への乗り入れ及び、桑郷側からあけぼの橋を通っての国道への乗り入れが可能となりました。

これに伴い車両を円滑に通行させるため、左図のような一方通行の規制の実施がされました。

交通ルールを守り、安全運転に心掛けて下さい。

## 暮らしのガイド

「わが家の家計簿・生活設計」体験談募集

募集期間 2月末日

内容 家計簿をつけた体験や生活設計を立てた経験に基づき作文であれば内容は自由

例）家計簿をつけ始めたきっかけ、記帳するうえで苦心やアイデア、生活

ぶりの変化等

原稿 2000字（B4判400字詰原稿用紙5枚以内）  
トルも入れる

送付先 〒260 千葉市中央区市場町1の1 千葉県県民生活課内貯蓄推進委員会  
☎043(23)2296

## 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	死亡	氏名	年齢
谷中	13	越川 初海	87
老ホーム	14	富山 規矩	87
原方	15	伊藤 のぶ	85
尾垂	16	伊藤 清尊	72
二又	17	川島 要	79
尾垂	18	伊藤たま子	68
橋場	19	小澤 伸三	78
新井	20	川野 なつ	96
宮内	21	林 新太郎	43
谷中	22	越川 虎次	84
篠原	23	大木 弘夫	51
古屋	24	今関 衆男	80
谷中	25	伊藤 モヨ	89
小川台	26	林 實	82
町営住宅	27	鶴澤西治郎	78
関	28	椎名 政治	43
原方	29	伊藤 隆雄	85
篠原	30	大木 静	73
富下	31	加瀬 浅子	68
古屋	32	邊見 平作	97

## 2/9(第2日曜日)は ごみの直接搬入日

八日市場市ほか三町環境衛生組合では、毎月第2日曜日を開庁し、粗大ごみと一般ごみの直接搬入受け入れを行っています。

### 受付時間

☆午前 8時30分～12時  
☆午後 1時～4時30分

料金 100kg毎 400円

問合せ 八日市場市ほか  
三町環境衛生組合

☎23036

## 手作り料理を 食卓に



食生活改善推進員  
山田 惠津(小川台)

### 小松菜ととり肉の ソース炒め

#### ○材料(4人分)

- とり肉.....300g
- 小松菜.....300g
- しめじ.....1パック
- 生揚げ.....1枚
- ショウガ.....1かけ
- ネギ.....20g
- 油.....大1
- 片栗粉.....小1

#### 調味料

- ①酒・正油.....各小1
- 中華調味料.....大1
- 水..... $\frac{1}{2}$ カップ
- オイスターソース.....小2
- 酒.....小1
- ②正油.....大 $1\frac{1}{2}$
- 砂糖.....小1

- 作り方
- ① とり肉は一口大に切り、  
①で下味をつけて片栗粉をまぶす。
  - ② 小松菜は4センチ位の長さに切り、生揚げは熱湯を通して油抜きをし、1センチ厚さに切る。
  - ③ ネギ・ショウガをみじん切りにする。
  - ④ 鍋に油を熱し、③を炒める。①を加えて軽く火を通し②としめじを加えて炒め④で味付けをする。

1日ハローワーク  
移動職業安定所

日時 2月21日(金) 午前10時～午後3時  
場所 光町商工会  
内容 求人・求職の受理・職業相談 他

問合せ 鉦子公共職業安定所 ☎0479@7406



# 健康カレンダー

## ●健診・学級・相談

月日	行事名	対象	時間	場所
7	育児学級	妊産婦	午後1時30分～	保健センター
	健康相談	希望者	午前8時30分～5時	保健センター
2	体を動かそう会	機能訓練希望者	午前9時30分～	町民会館
	母親学級	妊産婦	午後1時30分～	保健センター
28	成人病健康教室	希望者	午後1時30分～	町民会館
3	健康相談	希望者	午前8時30分～5時	保健センター
	乳児健診	H8/7・8・11・12月生	午後1時30分～2時	保健センター

## ●予防接種

月日	行事名	対象	時間	場所
12	三種混合	初回接種後 6ヶ月以上経過した子	午後2時～2時30分	保健センター
	三種混合	H7/7～H8/6月生	午後2時～2時30分	保健センター
2	三種混合	H7/7～H8/6月生	午後2時～2時30分	保健センター
	三種混合	初回接種後 6ヶ月以上経過した子	午後2時～2時30分	保健センター

# おおきく おなあ～れ



ゆうや  
勇哉くん (長男) 平成8年5月11日生まれ  
草場秀己さん (宮内)

ボクは食べる事が大好き。  
こんじんやお魚もたくさん食べるけど、  
ないじゅうだって食べるちゃうんだよ!!

ご婚礼 予約募り中

鵜ノ澤千春さん (光中3年)



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  
一つとして周辺の小中学校から啓発  
作文・標語・ポスターを募集し、次  
の作品が優秀賞に輝きました。

## 栗山川をきれいにしよう! 浄化よびかけ作品展

【最優秀】

川は泣く  
あなたの捨てた  
一つのゴミで

光中一年 藤代京世

捨てないで  
持ち帰ろうよ  
カンやゴミ

東陽小六年 鈴木佑季子

ちよつと待て  
あさかん捨てる手  
拾う手に

日吉小五年 土屋智紀

行方 彩さん (東陽小6年)



H7・11・15 会館ご利用  
美乃梨ちゃん(長女)・万由香ちゃん(2女)  
大木 健さん(木戸)

町民会館 ☎84-1358