



広報

No. 387

平成11年

2月号

ひかり

大きな希望と
夢に向かって

再会した懐かしい同級生。
「今、何してるの」「元気だった？」久し振りの友との会話。
大きな希望と夢を抱く、みんなの輝かしい未来に、祝福のエールを！

(1/15 成人祝賀会)

毎月5日発行・発行編集/光町役場総務課広報広聴係・〒289-1793 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12,448人(-8) 男6,088人(-2) 女6,360人(-6) 世帯数3,685世帯(+1)



胸躍る 20歳の旅立ち

新成人に176人



20歳の抱負

目標に向かい、自分の道を進みたい



實川和美さん
(長塚)

ることで、子どもたちの世界の面白さに魅かれ、思わず子どもの口から出たさりげない言葉のなかに、素晴らしい真理の一端を知らされることもありました。

「なぜ」「どうして」と聞く新鮮な驚きのなかには、無限の優しさがあり、思いやりがあるように思います。そして私も、子どもたちの視点に立ち、子どもの心に少しでも近づきたいと思えます。それが今の私の目標です。

私はここまでを、時には、何につながるのかもわからない努力をし、時には、目標へ続く道を外れては後戻りといった回り道をして、人の何倍もの長い道を歩いてきたように思います。そのため、今の私にはまだやりたいことがたくさん残り、手に余る程です。また、親元から二年間離れて暮らしていたことで、気分ばかり大人でいましたが、人間として相変わらず成長していない自分を見つけ恥ずかしく思います。

現在、保育について勉強しています。教育実習や行事への参加により、子どもとの触れ合いを何度も重ね

今年卒業を迎え、今また人生の岐路に立ち、悩んだあげく再び進学を選びました。それがまた、間違った選択なのか、回り道となるのかはわかりませんが、悔いのないように、自分の考えや目標に自信を持って自分の道を進みたいと思っています。

最後になりましたが、今

生まれた年には、こんな事が… (昭和53～54年)

光町

- ・町体育館が完成
- ・給食センター完成、米飯給食スタート

国内

- ・新東京国際空港（成田空港）開港
- ・東京サミット開催
- ・宮城県沖で大地震発生、1万人を超える死傷者
- ・日中平和条約が締結

海外

- ・アメリカでスリーマイル島原発事故
- ・アメリカ・中国の国交樹立



▶新成人を代表して謝辞を述べる
大木美忠さん



人生の新たな門出を祝う成人祝賀会が、成人の日の15日町民会館で行われ、晴れて176人(昨年より13人減少)が大人の仲間入りをしました。会場は、鮮やかな振り袖、スーツ、はかま姿の若者で華やかな雰囲気になりました。式典では、向後町長から「青春の希望に向かってそれぞれの道を切り開き、若い力をまちづくりに活かしてください。」とお祝いの言葉が贈られました。

その後、行方友之さん(篠本1区)ら4人が希望に満ちた「20歳の決意」を発表、また新成人を代表して大木美忠さん(篠本2区)がお礼の言葉を述べました。

式典後も、久しぶりに顔をあ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ました。

辛いことを乗り越え精一杯頑張る



岩澤俊充さん
(芝 崎)

日まで愛し、育ててくださった両親をはじめ家族に深く感謝いたします。そして、素晴らしい友達や先生方に巡り会え、また、優しさに包まれていることを実感し、今とても幸せです。誰に支

えられ今の幸せがあるのかを心に止め、成人となったこれからの道、未熟ながらも私なりに一生懸命目標に向かい頑張っていきたいと思っています。

私は、現在空港の関連会社で仕事をしていますが、この二年間でたくさんのかつとを学んだと思います。高校卒業後、社会という舞台に立ち学生生活では体験したことのない責任感、緊張感の中で毎日を過ごしています。やはり、社会に出ると学生の頃のような甘えは許されません。社会に出たら、自分の責任は自分で取らなければいけないと言うことを改めて感じています。

また学生時代は同じ年頃の人達との関わりが殆どでしたが、社会の中では上司、

先輩、後輩達との人間関係や社会人としてのマナーや言葉づかい、相手の立場にたった心遣いなど、日々の仕事の中で教えられました。私は、高校時代剣道を通して精神面、身体面を鍛えてきました。今思い出すと辛いことの方が多いのですが、辛いことがあったからこそあの頃楽しかったこと、よかったことが倍になって思い出されます。

これからの長い人生で辛いことはたくさんあると思いますが、それを乗り越えて成長していけるように、毎日精一杯頑張ろうと思います。

税で明るい社会

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います。そして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。

これらの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で賄われています。

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続き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。

今年の申告書提出期間は、2月16日から3月15日までです。

この申告は、平成10年中の所得を申告するものです。これにより、平成10年分の町県民税、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資料となります。収入の有無にかかわらず、必ず申告してください。

町では、2月16日から3月15日まで次のとおり申告相談及び申告書作成のお手伝いを行います。

日時・会場

2月16日(火)～2月25日(木)
 2月26日(金)～3月15日(月)
 役場第1・2会議室
 いずれも午前9時から午後4時(土・日を除く)

2月は4地区に分けて

重点的に

2月中については、地区ごとに相談日を指定し、重点的に行います。なお、指定日に都合がつかない方については、他の日でも順次相談を行います。

地区	相談日
日吉地区	2月16日(火)・24日(水)
南条地区	2月17日(水)・25日(木)
東陽地区	2月18日(木)・22日(月)
白浜地区	2月19日(金)・23日(火)

3月になりますと大変混雑しますので、お早めにご来場ください。

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
- 印かん

○その他申告に必要なもの
 ※なお、還付申告書は、2月16日以前でも提出することができます。

税務署からのお知らせ

確定申告相談(指導)方法が変わります

税務署では、平成10年分の確定申告から、個別相談(代筆)から自分で記載をしていただく自書作成指導に変わり、「自書作成コーナー」などを設けて書き方のアドバイスを行いますので、早めのご来署をお願いします。

特別減税を忘れずに!

- ・本人……………38,000円
 - ・控除対象配偶者と扶養親族1人につき……………19,000円
- (所得税額を超える場合は、その所得税額が限度となります。)

税務署の出張相談

- 譲渡・所得税・消費税
- ・2月26日(金)・3月10日(木)
 - ・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1日(月)
- ・午前9時30分～午後3時30分
- ・役場第1・2会議室

所得税の納期限は3月15日(月)です。お近くの金融機関で納付してください。納付には便利な口座振替をご利用ください。

●身近な財政支出 (平成7年度の国と地方公 共団体の負担額の合計額)

- 公立学校の児童・生徒1人当たりの年間教育費負担額



- 私たちの生活や安全をまもるための
警察・消防費は5兆1,076億円
国民1人当たりでは
約40,700円



- 市町村のゴミ処理費用2兆4,822億円
国民1人当たりでは
約19,800円



- 国民医療費の公費負担額8兆5,398億円
国民1人当たりでは
約68,000円



(注)人口：平成7年10月1日現在 125,570千人(総務庁統計局推計)

自分の土地・家屋を
確認しませんか



固定資産課税台帳 の縦覧

平成11年度固定資産税の基礎となる課税台帳の縦覧を行います。

課税台帳の閲覧は、自分が所有する固定資産について確認するための機会です。適正な課税を行うためにもぜひ、この機会にご確認ください。

○期 間

3月1日(月)～3月23日(火)
(土・日を除く)

午前8時30分～午後5時

○縦覧できる人

固定資産税の納税義務者、納税管理人及び代理人(代理人については、委任状が必要です)

○場 所

役場税務課



固定資産税は、1月1日が賦課期日です。

正しい申告と納

申告受付

2月16日(火)から

3月15日(月)

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 源泉徴収票や生命保険料控除などの証明書等は、申告書3枚目に添付してあるか。
- ③ 決算書、収支内訳書は申告書にホチキスやのりで止めず、申告書に挟み込むかクリップで止めてあるか。
- ④ 申告書、決算書、収支内訳書などは、折り曲げていないか。
- ⑤ 印かん(2ヶ所)の押し忘れはないか。



※詳しいことは、銚子税務署(☎0479-221571)または、役場税務課(☎841211内線143)へお問い合わせください。

平成10年分から改正された人的控除額等

区 分	改正前	改正後
特 定 扶 養 控 除 額	53万円	58万円
特 別 障 害 者 控 除 額	35万円	40万円
同居特別障害者扶養控除額	68万円	73万円
同居特別障害者特定扶養控除額	83万円	93万円
同居特別障害者老親等控除額	88万円	93万円
同居老親等以外の特別障害者老人扶養控除額	78万円	83万円
青色申告特別控除額	35万円	45万円

新春恒例の消防出初め式

防災活動へ 新たな決意



町長・本部役員らの観閲を受ける消防団員

新春を飾るにふさわしい好天に恵まれ、伝統ある消防出初め式が1月9日、役場前駐車場で行われました。

団旗の入場で始まった式典に411人の団員、消防職員が参加、向後町長から「町民の生命・財産を守るため一層の精進をしてください」と式辞。続いて、大木団長のあいさつ、観閲、第7分団第3部（関）、同第2部（木戸）によるポンプ操法模範演技、勇壮な分列行進が披露されました。また、席上、長年にわたり消防業務に功績のあった方々に各種の表彰がありました。

受彰者を代表し、謝辞を述べる齋藤英雄本部付部長



被表彰者は次の方々です。（敬称略）

県知事表彰

功労章

本部付部長 齋藤 英雄（母 子）
本部付部長 川島 透（入）
八日市場市外三町消防組合
消防司令 大木 信夫

精勤章

第3分団長 山ノ先清一（台）
第5分団長 行木 栄一（入）
第7分団長 向後 正一（白 磯）
第8分団長 鈴木 睦夫（五ノ神）

県消防協会会長表彰

功労章

本部付部長 椎名 孝次（木 戸）

精勤章

中央分団長 椎名 宏之（橋 場）
第1分団長 椎名 静男（篠本3区）
第2分団長 土屋 一幸（宝 米）
第6分団長 竹内 壯文（篠 原）
中-2部長 齋藤 正憲（桑 郷）
八日市場市外三町消防組合
消防士長 菱木 博

海匠支庁長表彰

1-1部長 行木 敏博（篠本1区）
5-1部長 渡辺 智和（古 屋）
5-3部長 鈴木 憲昭（入）
6-1部長 向後 清和（作 間 内）
7-1部長 平山 雅英（長 塚）
7-2部長 大木 和弘（木 戸）
7-3部長 椎名 雄一（関）
8-1部長 伊藤 竹春（尾垂6区）
8-2部長 伊藤 敬一（尾垂6区）

県消防協会海匠支部長表彰

功労章

中-1部長 齋藤 千春（橋 場）
1-2部長 實川 憲司（篠本2区）
2-2部長 小川 正夫（宝 米）
2-3部長 藤代 洋伸（二 又）
3-1部長 大木 信幸（母 子）
3-3部長 鈴木 義文（台）
3-4部長 鈴木 康文（小 川 台）
6-3部長 加瀬 理一（原 方）
7-4部長 向後 功（白 磯）
8-3部長 林 栄一（五ノ神）
8-4部長 早川 義勝（辻）

精勤章

中-3部長 大木 隆弘（西 高 野）
1-3部長 石井 信一（篠本3区）



本番さながらの操法模範演技

- 2-1部長 鈴木 照充（新 井）
- 3-2部長 伊藤 正卓（小 田 部）
- 4-1部長 布施 学（富 下）
- 4-2部長 信田 淳一（虫 生）
- 4-3部長 佐藤 忠雄（芝 崎）
- 5-2部長 藤代 淳也（宮 内）
- 5-4部長 平山 雅唯（谷 中）
- 6-2部長 押尾 和男（篠 原）
- 中-1副部長 石川 豊計（橋 場）
- 2-3副部長 齋藤 孝一（二 又）
- 3-3副部長 鈴木 智（台）
- 5-3副部長 鈴木 甚智（入）
- 6-1副部長 館内 敏亘（作 間 内）
- 7-1副部長 吉田 昌弘（長 塚）
- 7-2副部長 大木 武（木 戸）
- 7-3副部長 大木 利男（関）
- 8-1副部長 伊藤 孝勇（尾垂6区）
- 8-2副部長 岩澤 新治（尾垂6区）
- 8-3副部長 大木 智晴（五ノ神）
- 8-4副部長 秋葉 寛（辻）

町長・団長連名表彰

第7分団第2部（木 戸）
7-2部長 大木 和弘（木 戸）

町長表彰（感謝状）

新井消防災害留守部隊

団長表彰

功労章

1-1副部長 平山 勤（篠本1区）
中-1班長 八角 晃男（橋 場）
5-3班長 伊橋 昌光（入）
5-4班長 川野 俊幸（谷 中）

消防友の会表彰

第4分団第2部（虫 生）

民生委員児童委員

氏名	電話	担当地区
青柳光子	85-0604	篠本1区・篠本2区
関口とき	85-0045	篠本3区
片岡鉄夫	85-0034	新井・二又
土屋元男	85-0355	宝米
鈴木三郎	85-0081	台・小川台
布施修	85-1336	富下・虫生・傍示戸
並木武	85-0646	母子・小田部・町営団地
佐久間英一	85-1019	芝崎
小倉康子	84-0852	橋場3・4・11・18・19・20番組
加瀬正雄	84-0674	橋場1・2・5・9・15・16番組
櫻田定枝	84-1609	橋場6・7・8・10・12・13・14・17番組
田中茂夫	84-1012	宮内・入
鈴木登美枝	84-0551	古屋・桑郷
越川良一	84-2066	作間内・県営団地
伊藤眞一	84-1915	谷中・西高野
向後幸治	84-1878	原方・篠原
平山雅己	84-0348	長塚・五ノ神
大木弘之	84-2455	木戸・辻(丘)
向後義夫	84-0346	白磯
稗田甲子悦	84-0705	五ノ神・尾垂5区(6区一部)
岩澤巖	84-0109	尾垂6区
椎名昌	84-0169	関・辻(浜)

新しい

民生委員児童委員
母子福祉推進員

をお知らせします

母子福祉推進員

氏名	電話	担当地区
岡島俊枝	85-0059	篠本1区・2区・3区
鈴木良子	85-1100	新井・宝米・二又
須合波留子	85-0886	台・小川台・母子・小田部・町営団地
飯島紀美子	85-1174	傍示戸・富下・虫生・芝崎
越川弘子	84-0337	橋場
若梅麻友美	84-0101	桑郷・古屋・宮内
浅野一子	84-0475	谷中・入・西高野・原方
鎌形みち	84-1606	作間内・篠原・県営団地
大木あき子	84-2455	辻・木戸・長塚・五ノ神
川野二三江	84-1685	白磯・関
伊藤美津	84-0732	尾垂5区・6区

民生委員主任児童委員 (児童福祉に関する事項を専門的に担当)

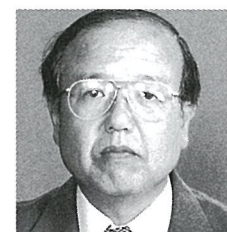
氏名	電話	担当地区
萩原岩雄	84-0323	光町全域
伊藤朝子	84-0624	〃

新しい人権擁護委員を紹介

平成10年12月1日付けで、次の3氏が人権擁護委員として法務大臣から委嘱されました。



浅野 肇氏
(入・再任)



山下 徳造氏
(辻)



大木 順氏
(篠本3区)

町の人権擁護委員は越川鍊三氏(橋場)、深田正治氏(虫生)とあわせ5名で、みなさんが幸せな生活を送れるよう身近で良き相談相手になってくれます。主な活動は、毎月第3水曜日(祝日の時は翌日)午後1時から3時まで人権相談所を開設し、子どもの人権を含めた人権相談・啓発を行っています。

栗山川をきれいにしよう!

小中学生作品コンクール

栗山川汚染防止対策協議会では、栗山川の汚染防止と浄化を目的に、周辺小中学校から募集した栗山川をきれいにする啓発作文・標語・ポスターについて審査をした結果、次の方が入選しました。(敬称略)

優良 大内 恵子(南条小6年)

【標語】
優秀 土屋 英雅(日吉小5年)

優良 齊藤 裕子(光中3年)

【ポスター】
優秀 行方 和樹(日吉小6年)

優良 鈴木 和久(南条小4年)

齊藤優美子(日吉小6年)

関川 香里(光中2年)

【作文】
優秀 伊藤 僚子(東陽小6年)

よくわかる 介護保険制度 Q&A ④

(平成12年4月スタート)

Q 介護保険のサービスを受ける
手順は？

A 次の手順により、サービスを受けることができます。

1. 申請書の提出

本人または家族が町に申請書を提出（申請は平成11年10月1日からできます）

2. 町の調査

申請に基づき、町の職員等が家庭を訪問し、食事や入浴、排泄など日常生活の調査をするとともに、主治医に意見を求めます。

3. 判定

保健・医療・福祉の専門家で構成される介護認定審査会で、訪問調査の結果と主治医の意見書を参考にして、介護が必要かどうか、必要な場合には、その程度（介護度）についての判定を行います。



4. 介護サービス計画の作成

審査の結果、介護が必要と認定されると介護支援専門員（ケアマネジャー）が介護サービス計画（ケアプラン）を作成します。ケアプランはどの介護サービスを利用するのか決めるもので、本人や家族の希望を十分に尊重しながら作成します。また、ケアプランは自分で作成することもできます。

5. 介護サービス

ケアプランが決まれば、それに基づいて介護サービスが受けられます。

問合せ 保健福祉課介護保険係 ☎(84)1158

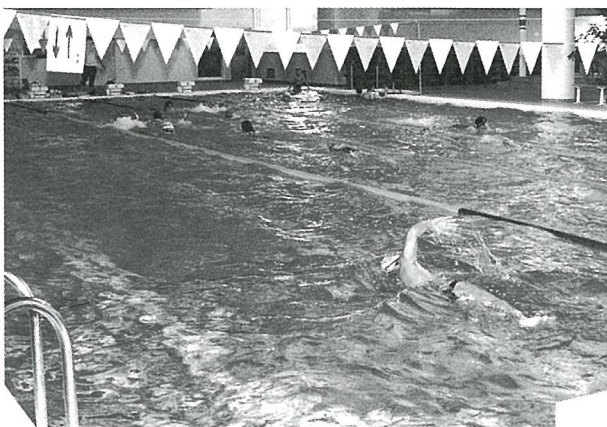
内線 213

新春初泳ぎを楽しむ

▷光海洋センター無料開放◁

海洋センターで、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。

この無料開放は、これからも行われます。来年は、ぜひみなさんも来てみてください。



初泳ぎにはたくさんの方が来場しました。

民事訴訟法 施行後1年が経過して

千葉地方裁判所

新しい民事訴訟法が施行されて1年が経過し、民事裁判に変化が表れています。

新しい民事訴訟法は、裁判の早い段階で紛争のポイント(争点)を明らかにした上で、その争点に絞って集中して証人等の尋問を行うことを大きな柱としています。実際、各裁判所では、当事者から内容の充実した書面が早期に提出されるようになり、よりスムーズな争点の整理、集中した証人等の尋問が行われ、裁判の進行も早くなっています。

その他、電話・テレビ会議装置といった情報通信機器を利用することにより、当事者や証人が裁判所に出向く時間的、経済的負担も大幅に軽くなりました。

今後も、みなさんに利用しやすく判りやすい手続きをめざし、より正しくより早い紛争の解決に取り組んでいきます。

海匠初のフットサル大会開催

5人制室内サッカー「フットサル」の大会「第1回 KAISOカップ'99ニューイヤーフットサル大会」が、1月5日八日市場ドームで開かれました。

出場チームは24チーム。光中からの4チームは善戦し、2チームが予選を通過しました。決勝トーナメントでは、光中OB（平10年卒・高1）の小林FCチームが、準決勝まで進出し健闘しました。また、同チームの小林久晃くんが15得点をあげ、見事得点王に輝きました。



通信員 山辺光男（木戸）

初日の出に願いを

初日の出を拝もうと未明から大勢の人が木戸浜に集まりました。マイカーで訪れた人たちは約3千人、駐車場は満車となり、海岸入口のしおさい道路にも長い駐車車の列ができました。

午前6時47分、水平線上に真紅の太陽が浮かぶと火花が打ち上げられ、集まった人たちは「今年も良い年に」なるようお願いの願いを込め、手を合わせていました。

通信員 山辺光男（木戸）



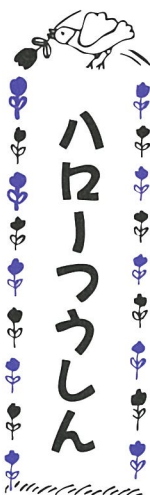
ホールインワンが続出



ンワンは計20個、きん差を争う熱戦が繰り広げられました。成績は次のとおり（数字は2ラウンド通

生きがい対策委員会白浜支部の第2回親善グラウンドゴルフ大会は、町営野球場で60人が小春日和絶好のコンディションに、腕を競い大盛況でした。ホールイ
算総合、同点は高齢者上位、敬称略）
①仲村庄司・52②仲村巖・57③中村正夫・57④鈴木益郎・57⑤佐藤公夫・60
通信員 山辺光男（木戸）

野焚きで古代土器再現



11月20日、古代ロマン発見教室が行われ、古代土器の野焚きを行いました。

教室では、東総の旧石器時代講座として、佐倉市にある国立歴史民族博物館の見学や石器（ヤジリ、小刀）作りを行い、今回土器作りを体験しました。

通信員 伊藤嘉映（篠本三区）

お汁粉・お雑煮に大満足

白浜小恒例のもちつき大会が、12月5日開かれました。集まったPTA、老人会の人たちが、もち米90kgを校庭に用意した七つのうすでつき、元気な児童たちも一緒にもちをつきました。

もちはその場でお汁粉やお雑煮にし、児童たちは一足早いお正月のもちに満腹しました。



通信員 山辺光男（木戸）

みんなでパンジーの花植え

虫生ゲートボールチームのみなさんが、青年館の庭にある花壇に、パンジーの花を植えました。みなさんは、この花壇脇のゲートボール場で、週3回練習をして楽しんでるそうです。また、各大会にも参加し、チームワークはとてよいそうです。

通信員 深田房子（虫生）



りっぱに浅間神社落成

老朽化のげげしかった新井の浅間神社がこの度竣工し、12月23日落成式典が行われました。浅間神社は富士山を神体として信仰するもので、この日集まった氏子たちは、真新しい神殿に玉串をそなえ、その後完成を記念し祝宴が催されました。

通信員 川野千鶴子（新井）





あなたの国民年金

パート⑦



ねんきんななちゃん

公的年金制度ってなに？

若いころは老後のことは気になりませんが、いつまでも若く元気でいられるわけではなく、老後は必ず訪れます。

その日が来る前にどう貯えておくか、貯金をしたり、不慮の事故に備えて生命保険に入ったりします。しかし、個人の力には限界があります。それを補おうとするのが年金制度です。

働ける世代が保険料を出し合い、お年寄りの世代に年金を支給することで、生活の安定を図る世代と世代の助け合いの仕組みです。

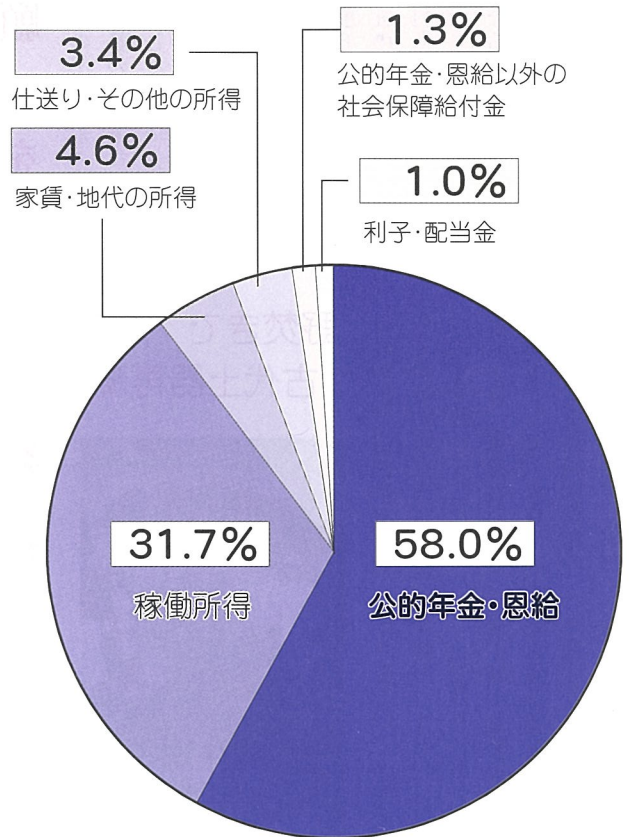
公的年金

日本に住所を有する20歳以上60歳未満のすべての人が加入する年金です。

(国民年金・厚生年金・共済組合)

公的年金の種類

	年をとったとき	病気やけがで障害が残ったとき	一家の大黒柱を失ったとき
国民年金	老齢基礎年金	障害基礎年金	遺族基礎年金
厚生年金保険	老齢厚生年金	障害厚生年金	遺族厚生年金
共済組合	退職共済年金	障害共済年金	遺族共済年金



高齢者世帯の収入状況

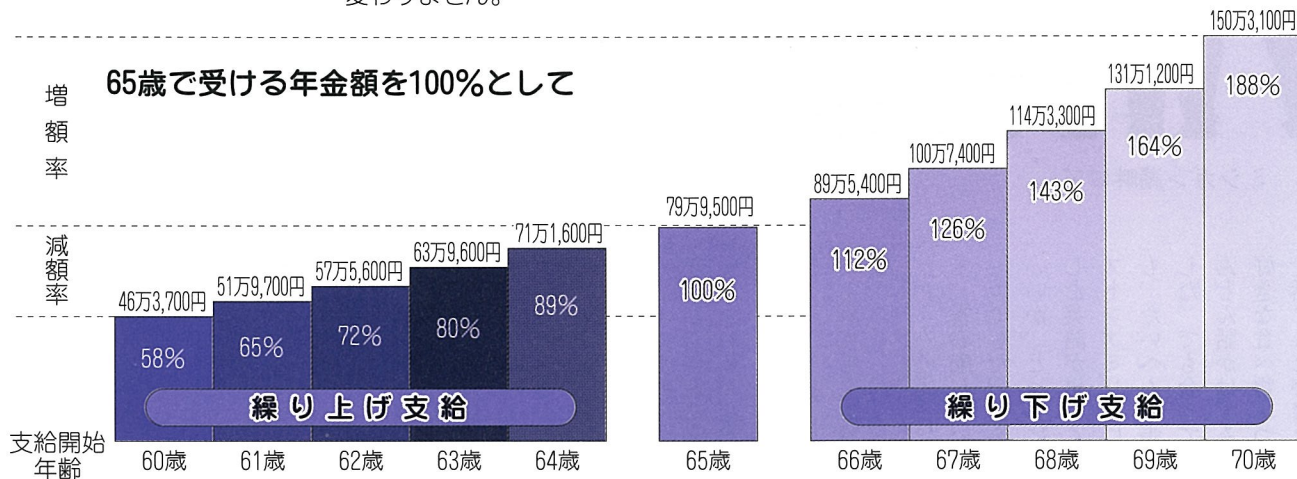
子供のためにもやっぱり年金は必要だね！



老 齢 基 礎 年 金

老齢基礎年金を受けられる年齢は65歳からですが、60歳をすぎれば希望により繰り上げて受けることができます。

ただし、一度年金の受け取りを開始すると減額率は一生変わりません。



●80歳までに受け取る年金の総額



60歳からの場合



65歳からの場合

(注意) 年金額は平成10年度の年金額で計算してあります。

光町の受給者の状況

問合せ
住民課
国保年金係
☎(84)1211 内線156
157

老齢基礎年金	2,594人
障害基礎年金	162人
遺族基礎年金	31人
寡婦年金	16人
老齢福祉年金	62人
合計	2,865人

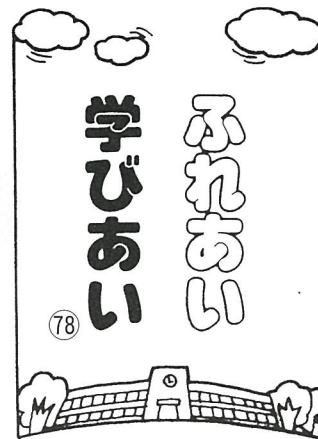
こんなにたくさんの方が年金を受けているのね。
終身年金だから、老後も安心だし、私もよく考えなくちゃ。



姉妹校メイビル中訪問



ミシガン湖畔にて



平成3年度から姉妹校として交流を続けている、アメリカ合衆国のメイビル中学校を、中学生5人(写真右から鈴木絵理さん、関川香里さん、石井晶さん、久保田峻輔君、土屋裕明君)と高岡宏章教諭が訪問しました。

この事業は、中学校教育振興の一環として町が行っているもので、今回で5回目となりました。

2年 鈴木 絵理

私は、11月8日から14日までの1週間、アメリカのウイスコンシン州にあるメイビルミドルスクールという学校へ行ってきました。初めての海外体験だったので英語がきちんと聞き取れるか、伝えられるか心配でした。しかし、行ってみるとみんな親切で、とても優しく接してくれました。

学校の生徒もみんな歓迎してくれて、日本の遊びや料理などを教えてあげた時なども、興味しんしんという感じで真剣に聞いていました。また、日本の歌の「さくらさくら」や「はとぽっぽ」などを日本語で歌ってくれてとても感激しました。

ホームステイは、私にとって一番心配していたことの一つでした。何を話したらいいか、とつさにきちんとした英語が出てくるか、ホストファミリーに会う当日も、たいへん緊張していました。でも会ってからほとんど話はずみ、趣味や好きな食べ物について楽しく話すことができました。

2年 土屋 裕明

また、全員のホストファミリーの方が歓迎パーティーを開いてくれてとてもうれしかったです。ステイをしている時も、大きなデパートやレストランにつれていって、アメリカの広大さにびっくりしました。学校内でも、驚いた事がありました。それは、広い事、カフェテリアがある事、掃除をしない事、おかしを食べながら勉強したり話をしたりしている事です。アメリカだからできる事だなと思いました。

アメリカ最後の日は、お別れパーティーなど開いてくれてたいへんうれしかったです。セサミストリートやホストファミリーのお母さんが料理を作ってくれたり楽しい事がたくさんありました。たいへん歓迎してくれましたので、別れる時はたいへん悲しくみんな泣いてしまいました。長いようで短い1週間にとってもいい経験ができたと思います。最後に私に親切にしてくれたアメリカのみなさんに「ありがとう」と言いたいです。

僕は11月8日から14日にかけて、姉妹校のメイビルミドルスクール訪問団の一員として、アメリカに行ってきました。僕達一行は、成田からシカゴそしてミルウォーキーへと飛行機で行きました。機内から見たシカゴの夜景は、とてもすばらしかったです。アメリカの11月の気候は、日本の2月と同じくらいなのでとても寒かったです。道路はとても広く、ある物みんな日本より大きかったです。

メイビルはミルウォーキーにある田舎町で、町の中心部からちょっと離れると広大な土地に牧場などがあって、とてものびのびした感じのする所でした。学校では、生徒のみんなや先生達がとても明るく出迎えてくれたので安心し、緊張が和らぎました。学校は1階建てで校内はとても広く、ドアが多くそれぞれの教室がいろいろな所でつながるようになっていました。日本の学校と違い放課後の掃除、部活もありませんでした。

んでした。

さて、学校の説明はここまでで、次はホストファミリーの紹介です。僕のホームステイ先はスコットという男の子の家でした。家は町の中心から少し離れた所にあつて、周りに余計な建物がないので景色は最高でした。庭に池があつてたくさんのおアヒルがいました。

また学校の話しに戻ります。学校では、剣道、人形作り、料理、授業の見学などをしました。給食もけっこうおいしかったです。毎日とても疲れたけれど、その分いろいろ楽しいことがありました。

ホームステイ最後の日は、学校が終わった後、みんなのホストファミリーと一緒にボウリングに行きました。夜は学校でさよならパーティーを開いてくれ、生徒の演奏を聞きながらホストファミリーと楽しく食事をしました。この滞中で、数えきれないほどたくさんのお話を学びました。まだ書きたらないことがたくさんあります。僕はこの思い出を一生忘れないと思います。

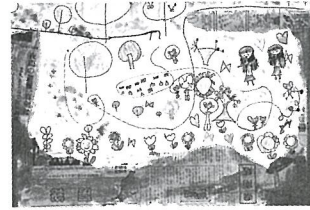


4年 大木 卓真くん



『クリスマス』

※四年生になつて、初めて彫刻刀を使いました。雪の感じができるようにしました。



『土の中のおはなし』

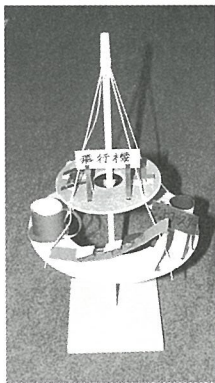


1年 鈴木 春菜さん

※土の中のたのしいよつすを、いっしょにけんめい絵にかきました。

あつまれ みんなの 力作

『楽しい遊園地』



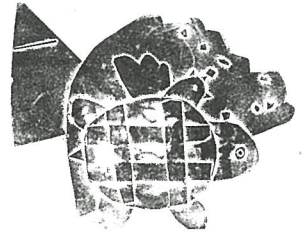
5年 渡邊 智洋くん

※ジェットコースターとヒーカップを作り、楽しい感じにしました。



2年 古川 和明くん

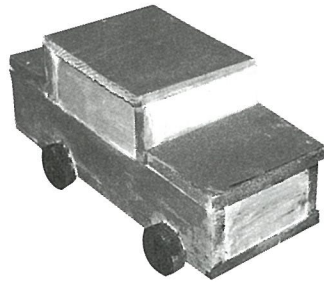
※かめのつめや、なみのつばなど、細かいところに気をつけて作りました。



『海をおよぐかめ』

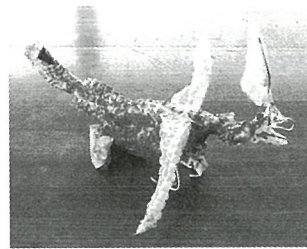


6年 實川 貴之くん



『スポーツカーの小物入れ』

※自動車の屋根が開き、そこに小物入れのスペースをくりました。



『ドラゴン』



3年 藤代 洋喜くん

※頭の部分を作るのがむずかしかったです。角を長くしてかっこよくしました。



ひかり俳壇



みあかしの揺るる内陣淑気満つ
淑気とは、俳句の世界だけの用語で新春の和気。内陣に揺るる御灯りに清新な気を新たにしました

節くれの柏手にある淑気かな
布施喜美雄(二又)

実直な精農家であらう。節くれ立つた指で打つ柏手の音にも年改まるの感が深まる

座布団をぼんと叩いて四日かな
水須ゆき子(橋場)

単に四日と言えば正月四日と言う。仕事始めの心意気が中七に籠められている

直筆の賀状明治の気骨あり
川島 孝夫(二又)

健やかに老いの初湯に浸りけり
秋山 一泉(栢田)

三ヶ日仕来り略す代替り
伊藤 定男(尾垂)

仏前を拝して古希の鋏始め
大木 素風(二又)

初詣り結納すみし二人連れ
大木 静水(篠本)

子供等を追いかけるごと初掃除
土屋 義昭(虫生)

短評

椎名しげる

はぐくむ光のびる若芽

178

篠本2区 関川光江

我が家は、母、私たちが夫婦、1男1女の子の5人家族です。私たちは共働きなので子供たちと接する時間が限られるため、子供と一緒に過ごせる時間は大切にしようと思っかけています。家族揃っての親子の会話は、私たち家族の楽しみです。

高校2年の長男亮一は、小学校低学年から始めた剣道をいまでも続け、生活の大半が部活動で占められる毎日を送っています。帰宅時間はいつも7時から8時ごろ、夏休みも冬休みも練習試合、合宿、遠征と親の目から見ると休む間もないほど頑張っています。このような姿を見ていると10年以上続けている剣道を、怪我や体調を崩さずに最後まで全うしてくれることを祈っています。また剣道に掛ける情熱の一部を、学業にも割いてもらいたいと思う今日この頃です。

いるようです。

中学2年の長女香里は、小さい頃から兄のすることと同じようにしてもらわないうと気の済まない性格で、兄が習っていた剣道を「私もやりたい。」と言ってきたのは小学校入学前でした。最低でも小学校6年間は続けるという約束で始めたものの、動機がすっかりして

諦めずに最後まで



を叱ったり小言を言ったりのまだまだだめな母親ですが、親離れして行く子供たちと共に考え成長していきたいと思えます。

いなかだったため、夏冬の稽古の厳しさに耐えられず休むことが多くなり、1年近く練習に行かないこともありました。しかし、小学校の高学年になると先輩や先生方の励ましもあり、試合にも出して頂けるようになりました。中学校に入学してから剣道部に入部したことには、私も主人も驚きました。今は中学生生活最後の県大会を目指し頑張っているようです。

健康だより

シリーズ⑪
今月の顔



伊橋芳二郎さん(83歳生年)
(橋 場)

長寿の秘訣

9・10月に行った基本健診(2,291人受診)では、80歳以上の方が66人受診されました。

今回御紹介する伊橋さんもその一人であり、脳梗塞の他に、もう一つ病気を経験されたことから「二病息災」を心に毎日を暮らしています。シベリア抑留の辛く厳しい体験を持ちつつ、過去にとらわれない前向きな伊橋さんに、長寿の秘訣を伺いました。

で、多くの人との交流を心掛けています。橋場長寿会

長のほか、寿大学など、人とのつきあいを多く持ち、また、週3回のゲートボールを欠かさず、少し前まではグラウンドゴルフなど毎日のように出ていました。そして外出する時は、20年以上愛用の自転車を使い、自動車は殆ど乗りません。

◎第二は「早寝・遅起き・快食」

三年前に脳梗塞を起こしたこと、朝はゆっくり人より2時間遅く起きるよううにしています。毎朝、起きる前に、手・足・首の体操や腹式呼吸を行い体を温めながら、血液が固まらないよう、起きてすぐコップ一杯の水を飲みます。食事は好き嫌いなく何でも食べ、特に堅く噛みごたえのある

物を好みます。自分の歯は13本あり、義歯もあります。自分の歯で噛むと味わいがとても良いと、歯を大切にしています。牛乳も50年前から欠かさず、また、166cm 60kgの体重を50年間殆ど変らず維持しているのは、流石だと感じました。

◎第三は「今を生きること」

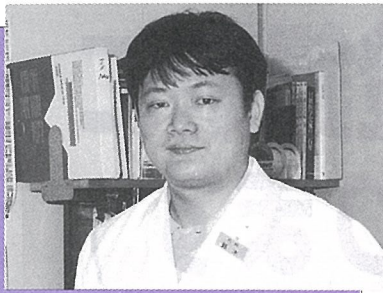
伊橋さんに、人生の先輩から何か一言をとお願したところ、「前例は必ずしも好例の例にあらず、常に創意工夫を凝らし、積極的に物事に当たるべし」という処世術を教えていただきました。昔の事は参考程度に今の時代にあわせて生きないとだめというお話は、どの年代にも共通する姿勢ではないでしょうか。

書くことが好きな伊橋さんは、光町民憲章・光しおさい公園の命名者としても知られています。また取材にあたり「長寿の秘訣で紹介された10人の内8人と交流がある」との話には驚きました。これからお元気気で、ますますのご活躍を期待しています。

(保健婦 土屋)

◎第一の秘訣は「人とのふれあい」

一番のモットーは「出会いはふれあい・助け合い」



東陽病院 鈴木健士 内科医師

健康への

メッセージ

シリーズ 63

アルコールと健康

光町のみなさんこんにちは。お正月も過ぎ、新年会なども一段落した頃かと思いますが、このところ何かとお酒の入り機会も多かったかと思ひます。今回はお酒（アルコール）についてお話ししたいと思います。お酒を飲みすぎると肝臓に悪いというのはもう誰でもご存知かと思ひます。過度のアルコールは肝臓に脂肪を沈着させ（脂肪肝）、それが高じるとアルコール性肝障害となります。そしてさらに進めば肝硬変に至ります。肝硬変というのは肝臓に炎症が繰り返すことにより、繊維化（傷が治るときにひきつれの様な変化）が起きて肝臓が文字通り硬くなってしまふ状態です。

こうなると肝臓には血液が流れにくくなり、機能が悪くなります。また肝臓に流れにくくなった血液が食道の血管をこぶのように太くし（食道静脈瘤）出血を起こしたりします。またお腹に水がたまったり（腹水）、皮膚が黄色くなったり（黄疸）と、いろいろやっかいな症状が出ることも多い病気であります。

しかし1年や2年お酒を飲んだからといってすぐにこのような病気になるわけではありませぬ。長年の飲酒によって徐々に肝臓をむしばんでいくのであります。また日本人の場合、大酒を飲む度合いというものが欧米の人と比べますとそれ程でもないように、お酒だけで肝硬変にまでなってしまう

うことはあまり多くないようです。中には日本人の酒量ではアルコール単独による肝障害はあまり心配するには及ばないと言っている肝臓病専門家もいらつしやるようです。現在肝臓病の方のほとんどは肝炎ウイルスに感染して肝炎を起こし、それにアルコール性障害が加味されている状態のよう

です。このように書くとお酒飲みの方に免罪符を与えてしまふような印象があるかもしれませんが、決してそういう意味ではありません。アルコールは肝臓に間違いなく負担をかけますし、慢性肝炎のある方には少量のアルコールでも禁物です。またアルコールは肝臓だけでなく脳にも影響し、思考、判断力を鈍らせます。車の運転はもちろん、機械などを扱う時も厳禁です。体調が悪いときには避けておいた方が良いでしょう。ただ少量のアルコールは血液の循環をよくするといわれまふ。しかしこれはあくまでも少量の場合です。お酒飲みが一番良くない習慣は、いついつい量が過ぎてしまふことですから十分気をつけて、ほどほどで健康的にお酒を楽しんでいただきたいと思ひます。

※東陽病院の休日当番日

2月14日(日) 午前9時～午後5時
医師2名が待機・来院の際は電話を ☎ 1335



休館日

(特別整理期間)

2月15日(月)～25日(木)

館内のすべての資料の整理点検作業のため、2月15日(月)～25日(木)まで休館します。

本を返却する場合は、返却ポストをご利用ください。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

子供に聞かせたい

▷ 今月の一冊 ◁

「だいくとおにろく」

松井 直 再話
赤羽 末吉 画
福音館書店

何度橋をかけてもたちまち流されてしまう川に、橋をかけてほしいと頼まれた大工は、川の中からでてきた鬼に、橋をかけてやるかわりに目玉をよこせと言われます。鬼は、2日で橋をかけてしまい、大工の目玉をとろうとしますが、名前を当てたら許してやると言いました。

さて、大工は鬼の名を当てることができるでしょうか。



ほんの

＝町立図書館＝
☎ 84 3311



2月の休館日

1日(月)、8日(月)、11日(木)、15日(月)～25日(木)

年に一度の『がん検診調査』が登録制に変わります！

がん検診

区分	対象者	通知方法
胃・大腸がん	40歳以上	・一度登録をされた方へは、毎年個人通知します。 ・新たに対象年齢となった方へは、登録申込みの通知をします。
肺がん (喀たん細胞診)	〃	
婦人科・乳がん	30歳以上の女性	

調査期間 2月12日(金)～2月26日(金)

毎年行っていた各種がん検診(胃・大腸・子宮・乳房・肺(喀たん検査))の検診希望調査を、登録制に変更します。

登録のための調査は、2月中旬頃各地区行政委員を通して(一部郵送有)調査用紙を配布しますので、ご記入ください。

今回申し込まれ、コンピュータに登録された方には、実施時期近くになりましたら、毎年個人通知をします。

また、勤め先や病院で受ける、寝たきりで受けられない等、未受診の理由もあわせて調査します。

希望の有無にかかわらず全世帯回収しますので、2月26日までに各地区行政委員か、直接保健センターまで提出(郵送でも可)して下さるよう協力をお願いします。

問合せ 保健センター ☎(84)1158

その他の検診

区分	対象者	通知方法
住民検診 (胸部レントゲン)	15歳以上	・平成11年、12年は、昨年の資料を基に通知します。 (会社で受ける方、寝たきり者等は除く) ・次回の調査は、平成13年の予定です。
基本健康診査 (血液、血圧等)	18歳以上	
骨粗しょう症	18歳以上の女性	・毎年希望調査し、希望者へ通知します。

※今回登録しなかった方でも、登録は随時受け付けます。

食肉センター 臨時職員募集

☆仕事は施設の整備、清掃等です。

◎対象者 45歳位までの健康な方
(長期に勤務できる方希望)

◎勤務

- ・平成11年4月1日から
- ・食肉センターサービス規程による

◎申込み

2月22日(月)～3月5日(金)(土、日を除く)
役場総務課へ履歴書を持参してください。

◎問合せ

役場総務課庶務係 ☎(84)1211 内線113
114

光町が紹介されます

▷千葉テレビ教育番組◁

◎放送日 3月7日(日)

午前10時20分～45分

◎番組名 『であい・ふれあい・まなびあい』

町の紹介や公民館の生涯学習講座の様子が放映されます。ぜひご覧ください。

『栗山川の小広場』名称募集

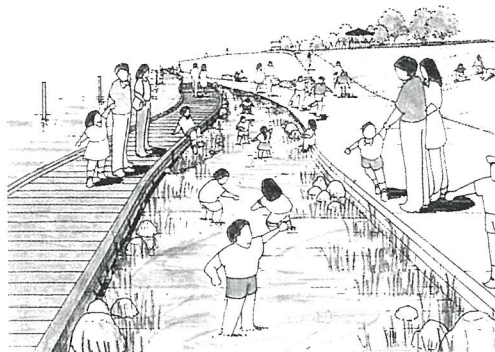
「ふるさとの川整備計画」により、現在光クリーンパーク東側に整備を進めている小広場の名称を募集します。

この広場は、散策、サイクリング、ジョギングなど遊歩道利用者の休息の場、周辺のみなさんが利用できる憩いの場として設置する川辺の小さな広場です。

〈小広場としての主な役割〉

- ・地域の人たちと栗山川来訪者へ快適な休憩空間を提供する。
- ・河川の自然環境と周辺の緑との調和を図る。
- ・光クリーンパークとの一体的な施設とする。

【イメージ図】



応募方法

施設の名称、住所、氏名、電話番号を記入した用紙を提出。
(用紙指定なし)

締切り 3月10日(水)

応募・問合せ

役場建設課管理係

☎(84)1211

内線172・173

たくさんの応募をお待ちしています。

暮らしのガイド

精神保健相談のお知らせ

痴呆や心の病で困っている、一度相談してみたいがどこへ相談したらよいかわからない方のために、専門医による相談を行います。

日時 3月9日(火)
午後1時30分

場所 光町保健センター
※予約制ですので、光町保健センターへ申し込みください。

☎84-1158

心のふれあい
フェスティバル開催

心の病をお持ちの方の社会復帰を支援するため、音楽と作品展示のつどいを開催します。(申込み不要)

日時 2月24日(水)
午前10時～午後3時

会場 千葉市民会館
内容 手工芸品などの作品展示、手品、バンド演奏、ビンゴ大会、心の健康相談コーナー

問合せ 千葉県精神保健センター調査研究課
☎043-263-3891

第11回腎臓病を考へる会

腎臓病と移植について、それを取り巻く様々な問題に行政・専門医・移植コーディネーター・患者が、それぞれの立場から発言・情報を提供しあいます。

腎臓病・移植に感心のある方なら、どなたでも自由に参加できます。この機会に移植医療について学び、理解を深めてください。

日時 2月14日(日)
午後1時

場所 千葉市民会館小ホール
内容 シンポジウム
腎臓病を考へる「移植について」

座長 国立佐倉病院長
横山健郎先生
問合せ 千葉県腎臓病患者連絡協議会

☎043-256-4661

町づくり文化講演会

日時 2月28日(日)
午後1時30分

会場 JR千葉駅ビル6階
ペリエ大ホール
演題 「わがまちを子供や孫にたくすには」

講師 萩原茂裕氏(まちづくりプランナー)

応募方法 郵便番号、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記の上、往復はがき又はFAXで申し込む

応募・問合せ 千葉県土地家屋調査士会「文化講演会」係 〒260-1000
13 千葉市中央区4-13-10

☎043-224-8084
FAX 043-227-7839

県立東部図書館歴史講座

演題 「人生を二度生き、天命を全うした伊能忠敬」
講師 佐久間達夫氏(前伊能忠敬記念館長)

日時 第1回 2月18日(木)
第2回 2月25日(木)
第3回 3月4日(木)

※各回とも、午後1時30分

場所 県立東部図書館
3階研修室
定員 60名(入場無料、申込み先着順)

申込方法 電話、はがき又は直接窓口へ
申込・問合せ 県立東部図書館 〒289-1252
1 旭市ハ349
☎62-7070

航空科学博物館行事のお知らせ

◎世界の航空博物館展
期間 2月2日(火)～28日(日)
内容 世界の主要な航空に関する博物館の展示物等をパネルで紹介

講演 「世界の航空博物館について」 2月28日(日)
午後1時

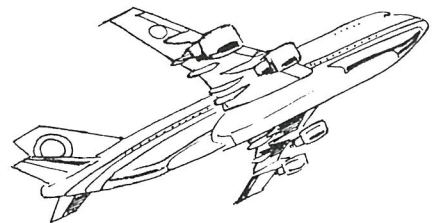
◎やさしい航空の話「航空整備士になるには」
日時 3月7日(日)

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
作間内	12	22	岸部 郁子	64
宝米	13	13	土屋 梅子	67
橋場	17	22	椎名 勤	65
橋場	17	22	鶴川 進	60
長塚	22	22	實川 はつ	95
白磯	26	26	向後 将雄	85
尾垂六区	30	30	池邊 いん	78
篠本三区	30	30	伊藤 正夫	66
作間内	3	3	向後長治郎	92
入	9	9	川島 己義	72
谷中	11	11	伊藤 虎男	70
小田部	12	12	佐久間 輝	82
屋垂六区	13	13	庄司外之松	83
篠原	13	13	越川 光二	62
篠本二区	14	14	伊橋 武治	61

午後1時
内容 航空整備士についての仕事などプロのメカニックが説明
以上の開催場所等
場所 航空科学博物館(芝山町)
料金 入館料のみ
問合せ 航空科学博物館
☎0479-78-0557



手作り料理を

食卓に

(121)



食生活改善推進員
深田 房子(虫生)

豆腐の卵とじ

材料(4人分)

- 絹ごし豆腐.....1丁
- 三つ葉.....50g
- 卵.....大2個
- 削りがつお.....少々
- のり.....〃
- 煮汁
- だし汁.....1カップ
- 薄口正油.....大さじ2½
- 酒.....大さじ2

作り方

- ①三つ葉はざく切りにし、卵は溶きほぐしておく。
 - ②のりは、さっと焼いてハサミで細く切る。
 - ③鍋に煮汁を煮立て、豆腐は小さく四角く切って入れる。
- 弱火の中火でゆらゆら動く程度まで煮、溶き卵をまわし入れ、三つ葉を散らして、すぐ火を止める。

- ④汁ごと器に盛り、削りがつおとのりをのせる。

☆寒い日に手早くできます。

健康カレンダー

●健診・学級・相談

月日	行事名	対象	時間	場所
9	1歳6ヶ月児健診	H9/5～7月生	午後1時30分～2時	保健センター
2	15 健康相談	希望者	午前8時30分～5時	保健センター
	19 離乳食教室	産婦と夫	午後1時30分～	保健センター
	24 体を動かそう会	機能訓練希望者	午前10時～	町民会館
3	1 健康相談	希望者	午前8時30分～5時	保健センター

●予防接種

月日	行事名	対象	時間	場所
2	12 二種混合	小学6年生	午後2時～	白浜小学校



寒さを吹き飛ばし
400人が走り初め

おおきく
なああ～れ



まなちゃん(長女)平成8年1月6日生

みなちゃん(二女)平成9年3月2日生

矢田部 博行さん(関)

いつも元気で、すこやかに育ててもら
いいたします。

ご婚礼 予約承り中



H10・11・15 会館ご利用
光ちゃん(長女)・翼くん(長男)・柔くん(二男)
椎名正幸さん(五ノ神)

▼6年女子1.6* 伊藤 友子(白浜)

【中学生の部】

▼男子2.8* 関 健作(3年)
▼女子1.6* 佐藤 絵美(3年)

【親子の部】

▼90分 伊藤義男・文人(干潟町)

快晴の1月10日、新年恒例の第27回新春マラソン大会が行われました。親子の部から小・中学生まで400人が参加、選手たちは家族の声援を受けながら、力いっぱい走りさわやかな汗を流していました。優勝者は次のとおりです。

【小学生の部】

- ▼1年男子900トイ 鈴木 雅也(日吉)
- ▼1年女子900トイ 加瀬奈保子(日吉)
- ▼2年男子900トイ 堀越 陽介(日吉)
- ▼2年女子900トイ 磯部 由香(東陽)
- ▼3年男子900トイ 市原 弘樹(東陽)
- ▼3年女子900トイ 溝口 理紗(東陽)
- ▼4年男子900トイ 吉田 俊軌(白浜)
- ▼4年女子900トイ 越川 幸奈(東陽)
- ▼5年男子1.6* 秋葉 雄太(白浜)
- ▼5年女子1.6* 林 みづ穂(東陽)
- ▼6年男子1.6* 秋葉 翔太(白浜)

あ
と
が
き

寒さが厳しいですが、みなさん風邪など引きませんか。私は今のところ健康で、広報の編集にあたりつつあります。この広報が、みなさんのお手元に届くころは立春も過ぎ、暦の上では春になります。まだまだ寒い日が続くことと思えます。健康に気を付け、今後も広報「ひかり」を愛読してください。

(修)