

広報 しんち

2月1日現在
()内は前月比

🏠	2,046世帯 (+4)
♂	4,373人 (+4)
♀	4,542人 (+7)
合計	8,915人 (+11)

165号
60/3



健康と美容に一役

エアロビクスダンス講座

青少年ホーム講座として初めて開講したエアロビクスダンス講座が二月五日から福田の勤労青少年ホームで始まり、好評を博している。

講座は、二十代から四十代のOLや主婦四十人が参加。荒千鶴子講師の指導で、デイスコリズムに乗ってエアロビクスダンスに挑戦。始めのうちは、早いテンポの音楽に乗り切れず、ぎこちなかったが次第に慣れ、講師の手振り身振りをまね、額に汗を浮かべながらシエープアップに励んでいる。

エアロビクスダンスとは、リズムカルな手・腕・足の運動の組合せによって軽やかに心臓や肺を刺激して若がえりを図る運動とされている。

最近、余暇を利用した健康づくりとプロポーションのとれた美しい女性になりたいという願いもあって全国的に人気の的となってきた。

家庭でしつけよう 新入学(園)児の交通安全



保育所の交通教室

三月——もうすぐ新学期です。新入学(園)児をおもちのご家庭では、期待に胸をふくらませながら、何かと準備にお忙しいことでしょう。入学準備のなかで、忘れてはならないのがお子さんに対する交通安全教育です。

これまで比較的、家の近所で遊んでいた子供たちも、通学(園)するようになると、行動範囲がグンと広がります。行き帰りはもとより、新しい友達の家へ遊びに行ったり……ここで気を付けなければならぬのが交通安全教育は、家庭での「しつけ」の一つとして、ぜひ実行してください。

具体的な教え方を

○実際の体験を通して教えることが大切です。

通学・通園時間に合わせて、お子さんと一緒に通学(園)路を何回か歩いて、信号機の見方、横断歩道の正しい渡り方を指導するようにしましょう。

また、同じ道でも、時間や曜日によって交通事情が変わることも併せて教えておきましょう。

○子供には「ああしてはいけない」「こうしてはいけない」といっても、あまり効きめはありません。安全な行動を具体的に教えて実行させ、ほめながら教えると効果があります。

○道路を横断する前に、必ずいったん停止する習慣をつけさせましょう。それには日頃から、曲り角では必ず止まるなどの習慣をつけて注意深い子供に育てましょう。

○道路で遊ばないように、ふだんから徹底して注意しましょう。



生活にはゆとりを

子供が毎日の生活で時間のゆとりを持つことも、交通事故に遭わないための大切なポイントです。

○寝る前に翌日の準備をすませるように習慣づけ、登校時間に余裕をもたせるようにしましょう。

あわてて登校し、忘れ物に気づいて家に引き返す途中で、事故に遭うケースが多いのです。

帰宅後の遊びにも注意を

○帰宅後、遊びに行つてよい範囲や帰宅時間などを決めて、子供にしっかり守らせるようにしましょう。

○子供に自転車を利用させる場合には、子供の年齢や体力に適したものを選び、ときどきお子さんといっしょに点検や整備をしましょう。



交通安全母の会より ドライバーの皆さんへ

子供を交通事故から守るため、交通安全母の会では、保育園児に交通安全の紙芝居や小・中学生に反射テープ等を配って注意を呼びかけています。子供を交通事故から守るには、ドライバーの皆さんの安全運転と思いやりが必要です。

ぜひ、次の点を厳守してください。

○子供の「飛び出し」は突発的です。子供の姿を見たらスピードを控え目にし、徐行運転を!

○子供が道路を横断しようとしているときは、後続車に合図を!

○発進、後退のときは、周囲に子供がいなければ確認!

○左折するときは、左側に自転車に乗った子供や歩行者がいなくても十分確かめて徐行を!

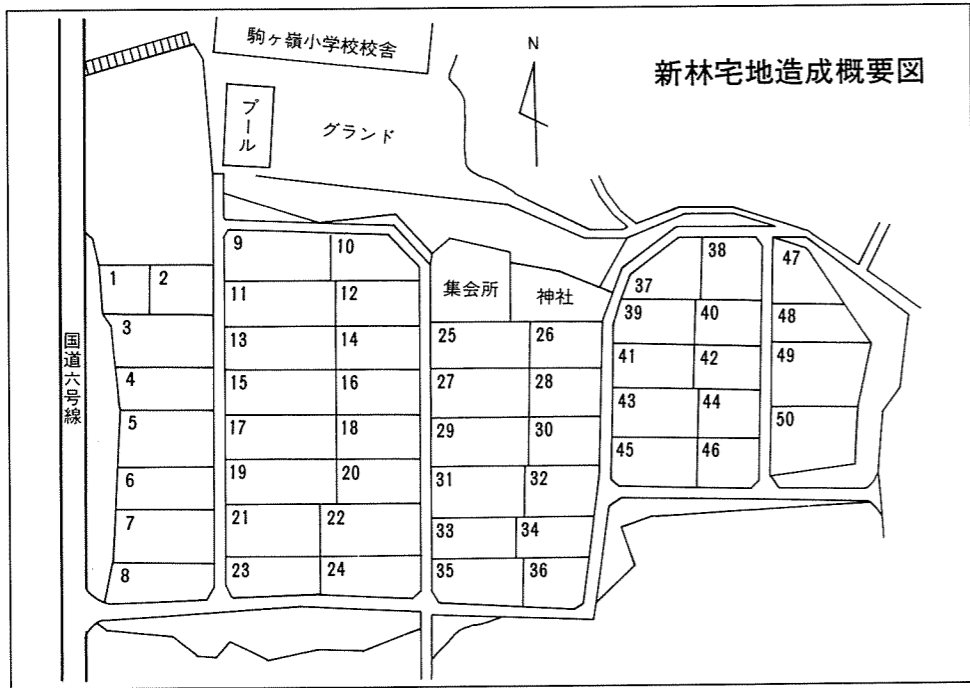
新林宅地造成へ

相馬開発関係の代替宅地

相馬地域開発事業を進めるに当って生活再建対策の重要課題であった集団移転者代替宅地用地を、このほど、土地所有者のご協力をいただき買収を完了し、いよいよ造成工事が始まります。代替宅地は、駒ヶ嶺小学校校庭南側の畑及び山林の丘陵地帯(新林地区)面積五万六千平方メートルで、一月に立木の伐採作業を終え、三月中には福島県住宅供給公社によって造成に着手の予定です。

同団地は、国道六号線から取付道路ができ、幹線道路及び宅地内道路とも幅員五メートル、四メートルの舗装整備を行います。

宅地は、一区画六百平方メートル、千平方メートルで、まさに勤労者から農家住宅向けの近代的な団地になる予定です。同団地には、すでに今神・干拓地区の地権者ら二十二世帯が集団移転を希望しています。造成工事が完了すれば、移転希望者に売渡し、地権者の生活再建が図られます。



ている方に対しても、町では、代替宅地のあつせんを積極的に、八月末までには中核工業団地内の用地買収百パーセントを目指していますので関係地権者の皆さんのご協力をお願いします。

かしこい消費者になろう SF商法・訪問販売にご用心

健康機器や健康食品等の新製品の普及とか、説明会という名目で人を集めるやり方を新製品普及のローマ字の頭文字をとって「SF商法」、また群集心理を利用し、理性的判断力を失った状態にしてしまったため「催眠商法」とも呼ばれています。

最初は、安価な日用品や食料品などを無料で配るとか格安な値段で販売するなど、閉め切った場内で買わなければ損をするような雰囲気づくりをして、まるで催眠術にでもかかっているように消費者を話に引き込みます。そして最後に「本日の最高のお買得品

SF商法

最近町内において、SF商法、訪問販売などの苦情が多くなっています。

契約する前によく見、よく考え、賢い消費者になろう。

訪問販売

セールスマンが家庭や職場を訪問して、商品の購入申し込みを受けたり、売買契約を結んだりする販売方法を言います。また、路上などで行われる販売行為も訪問販売とみなされます。

代金は全額支払わず 解約の権利を 残しておきましょう

SF商法や訪問販売で契約が成立した後でも、一定の条件下でなら書面により売買契約の解除などができるクーリング・オフ制度(冷静になって考える期間)が認められています。

クーリング・オフの条件

- ① 契約日から七日以内であること。
 - ② 代金を全額支払っていないこと。
 - ③ 政令で指定する商品(消耗品)でないこと。
- 契約する前に、本当に必要なものか、品質は大丈夫か、支払いが可能か、もう一度考えてみましょう。

●成人の1人1日当たりの目安量 (6つの基礎食品)

1群	(目安量) 魚・肉 120g 卵 50g 大豆・大豆製品 100g	魚1切分 肉1切分 卵1コ とうふ $\frac{1}{2}$ 丁
2群	(牛乳に換算して) 牛乳・乳製品 200g 骨ごと食べられる魚 2g	牛乳1本(200ml) (スキムミルクなら20-22g) しらす干し、 こうなご、 あみなど
3群	緑黄色野菜 100g	にんじん小 1/2本 青菜 片手1杯(50g程度)
4群	そのほかの野菜 200g 果物 200g	キャベツ きゅうり 大葉2枚 1本 長さ5cm (りんご1コ程度)
5群	米・パン・めん 300g (米に換算して) いも 80g 砂糖 20g	じゃがいも 中1コ ごはん 1日4-5杯 ごはん1杯に相当する量は食パン1枚(60g)、 うどん $\frac{2}{3}$ 玉(190g)
6群	油脂 25g	植物油 大さじ1-2杯

私たちは毎日の食事から身体に必要な栄養素を取っています。一つの食品で栄養素を完全には含んである食品はありません。そこで、正しい栄養の知識を持ち、食生活に注意をはらうことが必要です。

成人の一人一日当りの摂取目安量は、性別・年齢・労働条件などで個人差がありますが、普段の自分の健康状態や体重、肥満度などを考えに入れて、なるべく腹八分目に食べましょう。また、左表の基礎食品群の各群から少なくとも毎日一、二品以上必ず組み合わせて食べましょう。今回は特にガンと食生活について

述べて見たいと思います。最近十年間で日本人の胃ガンによる死亡が減り、大腸ガン・乳ガンの死亡が増えています。原因に食生活があげられています。日本人の食生活が漬物・つくだ煮・干物にこはん、お茶漬けという胃に負担がかかり、塩分の多い日本式から、動物性脂肪を多く含む食物繊維の少ないステーキやケーキなど多く食べられる西洋式に変わってきています。今後は、和風・中華風・洋風のミックスしている現在の日本型食生活を守ることが必要とされています。

- ガン予防の常識十二カ条
- ①栄養価から見ても味から見てもバランスのとれた食事を摂る。
 - ②なるべく同じ食品を繰り返して食べない。
 - ③食べ過ぎを避ける。脂肪のとり過ぎを控える。
 - ④深酒をしない。
 - ⑤禁煙が望ましい。
 - ⑥適量のビタミンA(レバー・人参) ビタミンC(野菜や果物) ビタミンE(大豆・胚芽米など) 繊維質のものをとる。
 - ⑦あまり塩辛いものや、熱い飲み物はとらない。
 - ⑧こげ過ぎた部分は食べない。
 - ⑨かびのはえた食物は食べない。
 - ⑩強い日光浴を避ける。
 - ⑪過労を避ける。
 - ⑫からだを清潔にする。
- ガン予防十二カ条のうち食事に関するものが八カ条を占めています。以上のことからガンにかからないためのカギは、毎日の食事が握っているとも言えるのではないのでしょうか。
- 尚、ガンによる新地町の死亡者は五十八年十六・三パーセント五十九年十九パーセントト増えています。

正しい栄養の知識で健康な家庭を

保健婦の健康メモ

ガン予防の常識十二カ条

※4ページの続き



医療費が軽減されます

退職者医療制度

昭和五十九年十月一日からスタートした「退職者医療制度」という新しい制度をご存じですか。これは、退職者とその家族がお医者さんにかかる場合に利用する医療制度で、七十歳になって老人保健に移るまでのあいだ適用されるものです。

人口動態調査にご協力を

保健福祉の向上に役立たせます

厚生省では人口動態調査を毎年実施しています。この調査は皆さんからの出生・死亡・死産・婚姻・離婚の各届書をもとに人口の動きを調べるものですが、国勢調査の行われる年だけは、そこに職業名を記入していただくことになっていきます。また、死亡届には、併せて産業名も記入していただきます。

調査結果は今後の保健福祉の向上に役立たせるための統計資料として利用されます。今年国勢調査の年に当たするため、記

入についてご面倒をかけますがご協力くださるようお願いいたします。

調査方法、内容は次のとおりです。

〔調査期間〕
昭和六十年四月一日から六十年三月三十一日まで

〔調査対象者〕
出生・死亡・死産・婚姻・離婚届を出されるかたがた。

〔調査方法〕
各届書を出すときに、それぞれ職業名を記入していただきます。



ます。職業名は具体的に記入してください。例えば「会社員」のかたは「一般事務・設計技師」というように、「工員」のかたは「製鉄工、自動車整備士」というように書いていただきます。また、「公務員」のかたも、郵便外務員、会計事務員というように具体的にお願いします。

死亡届には、農業、建設業、サービス業といった産業名も併せて記入していただきます。

退職者の医療費負担を改正

退職者医療制度が受けられる方

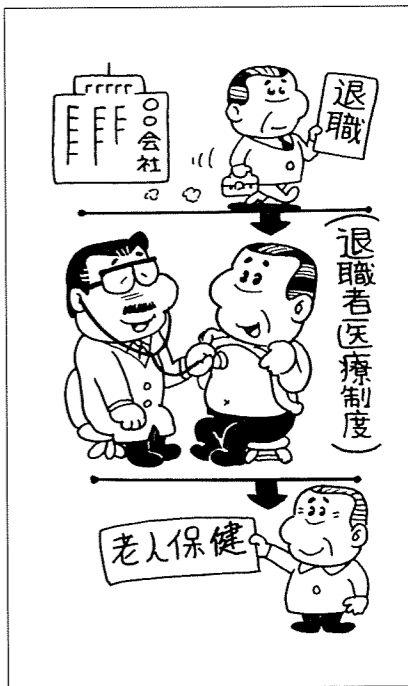
会社や役所などを退職したサラリーマンは、一般的に国民健康保険(国保)に移行し、医療費を受けることになっていきます。しかし、これでは、若い元気がうちに負担金の少ない職場の健康保険に加入し、病気が多くなりがちな老後に、それよりも負担の多い国保に移ることになってしまいます。また、退職者の医療費は、国庫と国保の加入者に依存することになります。その不合理性が指摘されてきました。

今回の「退職者医療制度」はこの点を改めたもので、医療費は対象者の保険税と被用者保険からの拠出金で賄われます。また、対象者の負担金も二割(被

次の方)の条件に当てはまる方が「退職被保険者」となり、この制度の適用が受けられます。

- ①国民健康保険の被保険者
- ②老人保健の適用を受けていない方
- ③厚生年金や共済組合などから老齢(退職)年金の支給を受けられる方、または被用者年金保険の被保険者などであった期間が、原則として二十年以上の方、または被用者年金保険に四十歳以降に十年以上加入して、通算老齢(退職)年金の支給を受けられる方

※5ページへ続く



参議院福島県選出議員補欠選挙結果

★得票数	無効24票		
候補者	阿部裕美子	宍戸 利夫	添田増太郎
得票数	264票	1,895票	2,068票

★投票率

投票所	有権者数	投票率
第1(新地保育所)	1,139人	71.91%
第2(岡公会堂)	823	61.24
第3(大戸公会堂)	936	57.69
第4(駒ヶ嶺保育所)	1,096	68.07
第5(菅谷公会堂)	541	75.60
第6(福田保育所)	974	63.35
第7(作田公会堂)	509	65.82
第8(今泉公会堂)	413	68.04
合計	6,431	66.10

退職者の被扶養者となる方

退職被保険者の被扶養者となるのは、退職被保険者と生活を共にしている次の範囲の方です。

- ①退職被保険者の直系尊属(両親など)、配偶者(内縁関係でもよい)
- ②その他、三親等(ひ孫など)内の親族

資格は年金受給権の発生日から

退職被保険者となる日は、年金の受給権の発生した日です。年金受給権が発生すると保険

診療のうけ方

「国民健康保険退職被保険者証」を持参して診療を受けて下さい。その時、次のような一部負担金を医療機関に支払わなくてはなりません。残りは、退職者医療制度が支払ってくれます。

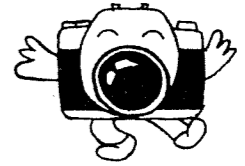
○退職被保険者本人…医療費の二割

○被扶養者…外来は医療費の三割、入院は医療費の二割

詳しくは、役場住民課におたずねください。

トピックス

トピックスは、町内での話題をカメラレポートするコーナーです。みなさんのまわりにある話題を、役場総務課までお寄せください。



▲高湯スキー場でスキー教室開く

公民館と体育協会が毎年開催しているスキー教室が2月24日福島市の高湯スキー場で開かれ、家族づれや若者たち37名が参加。参加者の多くは初心者が多く、思うように滑れないスキーに悪戦苦闘しながらも楽しい一日を過ごしていました。



▲元気いっぱいこあげ大会

冬休み中に作ったこをあげながら、親子のふれあいを図る親子たこあげ大会が、1月27日、福田小学校で行われました。

この日は父親を対象とした授業参観や、家庭教育の講演会が開かれたこともあり、会場にあてられた中里の広い田んぼは童心に帰って張切のお父さん達で一杯。競って挑戦はしたものの、思うようにあがってくれないこに悪戦苦闘している姿が印象的でした。



▶町長賞に選ばれた菊地君の作品

二月二十八日から始まる火災予防運動にちなみ、防火ポスターコンクール審査会が二月二十日開かれ、町長賞に菊地一幸君(新地小五年)の作品が選ばれた。コンクールには町内の小・中学校から七十九点が寄せられ、特別賞十一点、佳作九点が選ばれた。これらの作品は三月いっぱい町内の金融機関のロビーに展示されています。



▲かわいい手づくりの雛人形

3月3日は、女の子の健やかな成長を願い、お祝いする桃の節句、ひな人形も最近では少々様変わりし、流行に合せた変りびなども登場していますが、新地小学校には、一体一体丹精込めて作り上げた、手づくりのひな人形が今年も飾られ、子どもたちの人気を集めました。

このひな人形は、観海校の創設者である氏家閑存先生の孫、参頭氏夫人からの贈り物で、加茂川人形と同じ「木目込雛」という手法で作られています。贈られた時期は不明とのことですが、何十年の間ほほえみを絶やさず、たくさん子どもたちの心をなごませ続けています。

町内をめぐり子どもを守る会 新地町子供を守る会

今回から二回にわたり、新地町在住で、かつて教育界に校長として尽力なされた方々から寄稿いただきました。「家庭づくり」「人づくりへの願い」を掲載いたします。前回までの調査と合わせ更に広い視野に立って、皆で子ども健全育成について考えてみましょう。

一堂に会し話し合いを 橋本正一

小・中・高PTA組織ぐるみの「新地町子供を守る会」が結成された事は、子供達の健全育成のため誠に喜びに堪えません。ややもすると最近の子供の教育については教育制度によるものは申せ、学校は学校の枠内では、家庭は家庭の枠内で悩み、社会は社会でなんらの効率的施策も出来ず非難するだけがいざい。一歩も二歩もその枠を踏み越えて互いに手を取り合せて、膝をつき合せ、その実情を話し合い、語り合い、その改善にお互いの立場で役割を分担し、取り組んで行くことなしに効果は期待できないと存じます。校長先生の顔は勿論、受持ちの先生に一度もお会いしたこともないお父さんや、授業参観もしたことのないという方はないでしょうか。このようななまかせであって、子供のすこやかな成長が期待は無理ではな

いでしょうか。これからは「子供を守る会」が中心となって、先生方も父母の皆さんも青年の皆さんも当の子供達も一堂に会し、種々の問題

「新地町子どもを守る会」のアンケートの結果を広報十一月号で見ましたが集計にあたられた方々ご苦労さまでした。わが新地町の家庭はま

まず家庭づくりから 菅野八重子

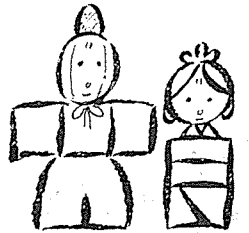
「親、親たらずとも子、子たらずべからず」と論語の中にあるが、これはどんなに時代遅れの頼りない親であっても、子供は子供として親に孝養をつくさなければならぬという教えである。子供の親に対する務めの最も大切な徳目を言っているのである。各御家では如何されてましようか。またこれを逆に言うことが出来る。「子、子たらずとも、親、親たらずべからず」と考えてみる。つまり子供がどんなに愚かであっても、よくない子供であっても、親たる者は親として責任をもって子供を養育すべきであるということにな

点聞いてきました。が、労働者の指導は電力の方でよくなされ心配はないとのことでした。最近起きた地下鉄千代田線間の少年の暴力事件も、あの少年の母親は離婚し、少年は母が内縁の夫と同棲を始めた中二時代より登校拒否をはじめ現在には家に寄りつかないの事です。子どもの非行は家庭の不和が大きな要因です。子どもにとって仲の良い温かい家庭というのがいかに大切であるかということをお話しています。理想の家庭についていろいろ考えた方があると思いますが、何とんでも父親が優位であること、妻は夫の苦勞や偉さを子どもにわからせようと努力し、先祖や年寄りを大切にする家庭ではないかと思ひます。また現在、子どもに欠けているものには耐性を養うため苦勞をさせること、働くこと、勤儉の精神等があります。小さいうちから植えつけることが大切です。アンケートでも高いパーセントがでてましたが、子どもも嫌については夫婦で充分話し合い正しい家庭教育、明るい家庭づくりを努力され、自信と希望をもって火災の着工を迎えたいものです。

二つの願い 遠藤 傅

という諺がある。これは言葉使用によって、その人の生れた所がわかるということ。つまり「お里が知れる」また「育ちが知れる」ということである。しいていうならその人の人柄がわかる

お知らせ



国民年金保険料改正

四月から六、七四〇円に

国民年金の保険料が四月から定額保険料六、七四〇円、付加年金加入者の方は七、一四〇円となります。

これは、年金額が物価上昇などに合せて毎年増額されていくために、年金額に見合った保険料を納めていただかなければならないためです。

保険料を納め忘れてしまうと、将来、老齢年金や不慮の事故にあったとき障害年金や母子年金が受けられなくなってしまう

すので保険料は納期限に納めましょう。

なお、生活が苦しくて、保険料を納めることが困難な方には、保険料の納付が免除される制度があります。

自動車をお持ちのみなさん 廃車・異動届は速やかに

自動車税は毎年四月一日現在の所有者に対して課税されます。そのため、自動車等の異動や

住所移転の際は 各機関への届け出を

三月、四月ともなると、暖かい日射しの訪れとともに、転勤・就職・入学のシーズンを迎えます。

ところで、この転勤等に必然的に伴うのが引越です。これら慌ただしい引越しの中に忘れがちなのが各機関への住居移転届けです。

親元に住んでいた人が大学に

廃車等の届を三月三十一日まで完了させないと、新年度分も前所有者に課税されることとなります。

毎年、五月になると「納税通知書がまだ届かない」あるいは「持っている自動車納税通知書が届いた」等の問い合わせが相次いでいます。このようなトラブルを防ぐために、三月三十一日までに必ず済ませてください。

入学したり、就職したりして親元を離れ、下宿や寮に住む場合あるいは、転勤などで住所を移す時は役場に必ず転出の手続きをしてください。

また、町内で住所を移した時は転居届を、世帯主が変わった場合は世帯主変更届をお忘れなく、これら役場への届け出のほか、郵便局・電力会社・電話局・またテレビをお持ちのかたはNHKへ（電話又はハガキで結構です）の連絡が必要となります。

住居移転の際は、各機関へのご連絡も忘れずに協力ください。

なお、NHKの連絡先は次のとおりです。

〒960福島市五老内町一―五
NHK福島放送局
☎〇二四五―三五―一一九一

ご寄付ありがとうございます

○新地カラオケ歌謡連盟から
五千元



届 出 1/21~2/20

▷出生（届出は14日以内に）
おめでとございます。

(子供)	(親)	(部落)
清人	布施哲朗	田川川島
恵美	櫻井武夫	小今泉
裕美	佐藤智彦	小中島
裕司	阿部好一	岡 岡
隼人	斎藤崇淳	杉 杉
紹美	高橋正彦	中 中
杏康	太井上敏夫	光 光
晴彦	早坂勝信	謙 謙
健文	水戸次	新地
智子	加藤勝男	杉 杉

▷死亡（届出は7日以内に）
おくやみ申しあげます。

(死亡者)	(年齢)	(部落)
本田 三七	87	上真弓
横山ハツノ	85	明 地
鈴木カツヨ	75	藤 崎
加藤 英男	74	下真弓
平間憲太郎	73	上ノ町
橋本 慧三	94	今 泉

休日当番医院

(相馬市内)

3月	3日	10日	17日	21日	24日	31日
野田医院	今野医院	三田医院	大井医院	大石医院	金子医院	井口医院
☎5432	☎3355	☎2627	☎3451	☎3202	☎2422	

1月	25日	28日	29日	30日	1月	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	12日	13日	14日	15日	18日	19日	20日
社会福祉評議員会、今神干拓地権者会	原町中高年齢者福祉センター落成式	相馬港則法特別委員会	町政懇談会(杉目)	町政懇談会(岡)	入札、定例課長会、事務改善委員会、今神干拓地権者会	町政懇談会(菅谷、高田)	文教厚生常任委員会	広域圏組合管理者会、市町村会、土地開発公社役員会、町政懇談会(富倉)	総務常任委員会、町政懇談会(藤崎)	相馬地域開発建設促進委員会、町政懇談会(駒ヶ嶺中区)	産業常任委員会、町政懇談会(今泉)	県企画調整部長と懇談、町政懇談会(大戸浜)	衛生組合特別委員会、文教厚生常任委員会、町政懇談会(釣師)	町政懇談会(小川)	定例課長会、農業委員会	町政懇談会(町、中島)	入札、火葬場建設促進調査特別委員会	町政懇談会(作田)	今神干拓地権者会、町政懇談会(福田)

町長日記
荒 和英