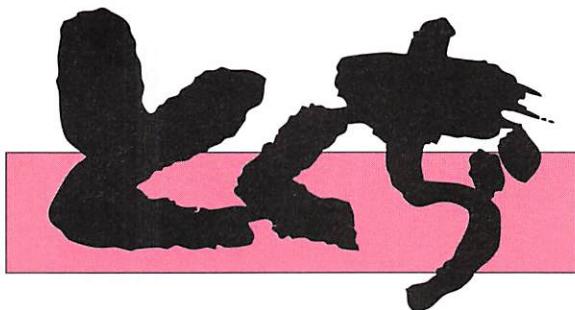




TOKUJI



平成12年 3月号

= No.533 =



主な内容

- 2 介護保険ってなに？
- 3 山口きらら博入場料決定！！ほか
- 4 河村郷己さん・河村愛人さんに文部大臣感謝状ほか
- 5 平成12年度ケーブルテレビの整備予定ほか
- 6 健康のひろば 大原湖ロードレース参加者募集
- 7 むしばのない子
- 8 教育委員会だより
- 9 図書館だより
- 10 ふるさとへの便りほか
- 11 お知らせ
- 12 こよみ

ふれあい かがやき いきいき徳地

護

保

介

険

つ

な

に

?



シリーズ⑧ 介護保険実施直前！何でもQ&A

住民説明会等でみなさんから問い合わせの多かったことについてお答えします。

保険料について

Q 保険料はいつ決まるの？

A 3月中に決まります。4月号の広報等でお知らせします。

Q 介護サービスを受けるようになったら、保険料は納めなくてもよいのですか？

A 医者にかかっている間も医療保険（健康保険）の保険料を納めなければならぬのと同じです。

介護保険料は生涯、納めなければなりません。

Q 今後さらに老人人口が増えると保険料が高くなりますか？

国勢調査のデータから、高齢化率は上がっていくが、65歳以上の老人人口自体は、減少すると思われます。

12年度の保険料は、3年間を見通して推計したものであり、3年ごとに見直しを行います。将来は、利用者増大等で高くなる可能性があります。

要介護認定について

Q 介護が必要な状態になったので、申請をしたいのですが…？

A 健康福祉課または各支所に申請書がありますので、申請してください。

Q 平成12年4月1日時点で特別養護老人ホームに入所している人が要介護状態または要支援状態に該当しない場合はどうなりますか？

A 経過措置として、5年間入所が認められます。



Q 審査によって決まる「要介護度」とは、どのようなものですか？

A 要介護認定は、病気やけがの症状そのものではなく、介護サービスの必要度を判定することが目的です。従って病気の症状の進行と要介護度が一致しない場合もあります。

痴呆があっても寝たきりで問題行動の少ないAさんと、身体状況では軽度の障害でも、痴呆による徘徊などの問題行動があるBさんを比べてみましょう。Bさんの方が身体機能が高い分、見守りや世話を必要とする時間が長く結果的にAさんより介護に時間がかかると判定されます。

介護サービスについて

Q ヘルパー等のサービス体制は整っていますか?

A 町内で可能な限りサービスを提供します。利用者はサービス事業者を選択することができるので、町内で対応できないものについては、ケアプラン(介護サービス計画)を作成するときに介護支援専門員とよく相談して近隣のサービスを利用してください。

Q 「要介護」、「要支援」と認定されると、どんなサービスが受けられますか?

A 各要介護度に応じた限度額内でサービスを選択できます。併せて限度額内でサービス事業者も選択できます。

介護サービス費について

Q 介護サービスを受けている人が、病気で手術等の医療処置を受けたときの費用も介護保険から出ますか?

A 医療保険と介護保険は別の制度です。介護に関して提供されたサービス費用は介護保険の取り扱いですが、例えば風邪を引いて病院に行ったり、質問のような場合などは医療に関する費用となり、医療保険の取り扱いになります。

Q 介護度に応じたサービス費用を超える部分の利用者負担はどうなりますか?

A 限度額以上のサービスは、全額自己負担です。限度額以内でサービス費用が高額になった場合、「高額介護サービス費」という給付制度があります。

※4月号は「介護保険料」についてです。
「介護保険のここがわからない」などありましたら
ご意見やご質問をお寄せください。

※健康福祉課内に「かいごほけん相談窓口」を設けています。お気軽にお越しください。
問い合わせ 健康福祉課介護保険係 ☎52-1121 (有) 2341

「山口きらら博」入場料決定!!

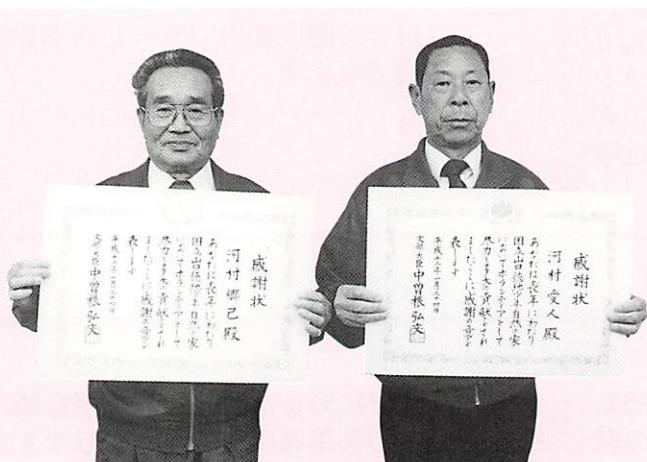
21世紀未来博覧会「山口きらら博」が開催されます。
とき 平成13年(2001年)7月14日~9月30日
ところ 阿知須町



入場券の種類	区分	入場料金(円)		
		第1期前売券	第2期前売券	当日券
普通入場券 ※入場当日1日限り	大人	2,400	2,700	3,000
	シルバー(65歳以上)	1,800	2,000	2,200
	高校生	1,500	1,700	1,900
	小・中学生	1,100	1,200	1,400
パスポート券 ※期間中何度でも通用	大人	7,000	7,800	8,700
	シルバー(65歳以上)	5,200	5,800	6,400
	高校生	4,400	4,900	5,500
	小・中学生	3,200	3,500	4,100

問い合わせ
企画財政課
☎52-1119
(有) 2352

河村郷己さん・河村愛人さんに 文部大臣感謝状



1月24日文部省で行われた「国立青年の家・少年自然の家功労者感謝状授与式」で、河村郷己さん(屋敷)と河村愛人さん(屋敷)に文部大臣感謝状が贈られました。

お二人は平成元年の国立山口徳地少年自然の家開所以来、10年以上の長きにわたり、子どもたちに「わら細工、木工・竹細工」等を指導するなど、国立少年自然の家のボランティア活動に尽力されました。今回、その功績が認められたものです。この感謝状は全国から河村さんお二人を含む8名に授与されました。

国民年金 加入してますか?

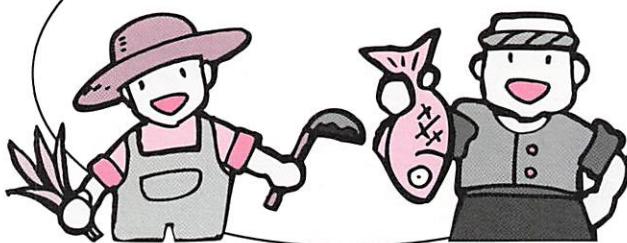


国民年金は、日本国内に住所のある20歳から60歳になるまでのすべての人が加入し、老後や万一のときに備える制度です。

加入者は、職業や保険料の納めた方等により以下のように分けられます。

第1号被保険者

農業や商業などの自営業や自由業の人とその配偶者。20歳以上の学生。無職の人など。



第2号被保険者

会社員や公務員など厚生年金や共済組合に加入している人。



第3号被保険者

第2号被保険者(厚生年金や共済組合に加入している人)に扶養されている配偶者。



国民年金はあなたの未来を守ります

老齢基礎年金の年金額は、保険料を納めた月数等で計算されます。このため、1ヶ月でも加入漏れがあると満額の年金を受け取ることができません。

また、万一事故や病気で障害が残ったり、死亡したとき、国民年金に加入していないと障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられません。将来の自分(家族)のためにも、国民年金に必ず加入しましょう。

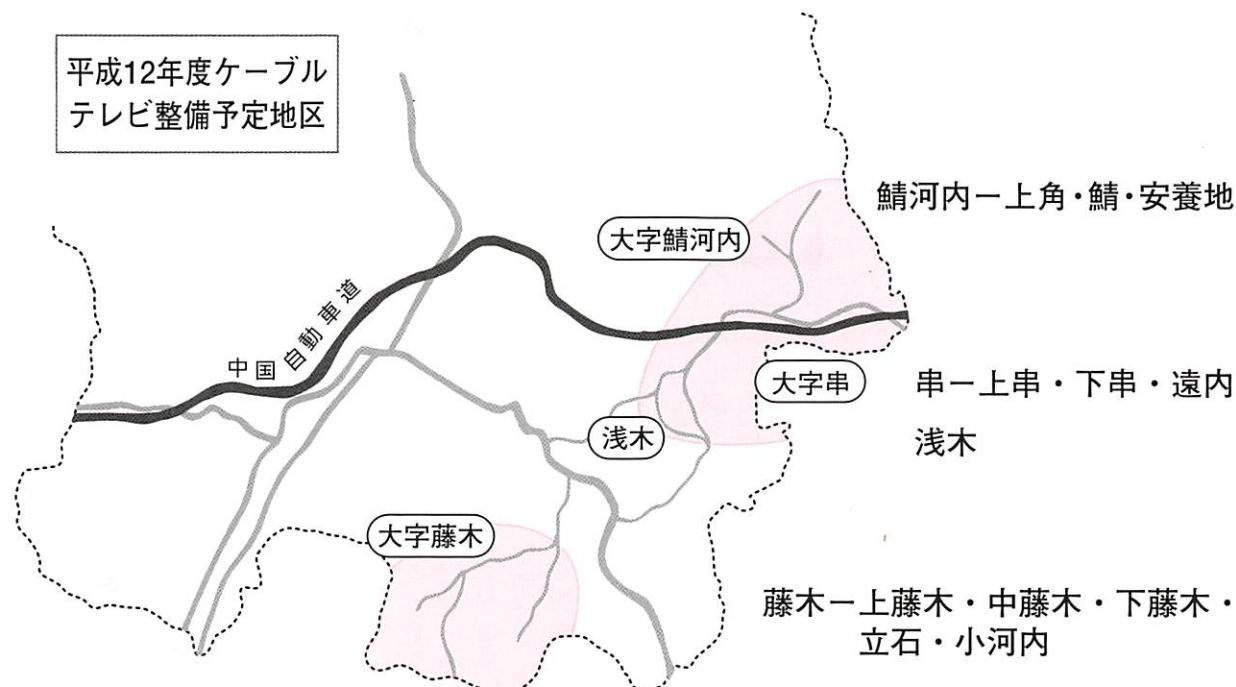
問い合わせ 健康福祉課保健年金係 ☎ 52-1121 (有)2341

平成12年度ケーブルテレビの整備予定

町では高度情報化の基盤整備を図ることを目的に、国・県の補助事業導入（第2期分）を要望しています。

平成12年度（第2期分）整備予定の対象地区は下図のとおりです。

なお、整備予定対象地区への加入申し込みに伴う説明会等は、後日ご案内します。ぜひご協力ください。
問い合わせ 企画財政課企画係 ☎ 52-1119 (有) 2352



固定資産課税台帳確認のお願い

平成12年度固定資産課税台帳の縦覧を行います。

みなさんの固定資産が正しく課税台帳に登録されているかこの期間に確認してください。

縦覧期間

4月3日～4月24日（土・日曜日を除く）

縦覧場所

税務課

出張縦覧は各支所で下記のとおり行います。

串 地区 4月17日（月）9時～11時30分

島地地区 4月17日（月）13時30分～16時

柚野地区 4月18日（火）9時～11時30分

八坂地区 4月18日（火）13時30分～16時

※出張縦覧当日に本庁での出張地区的縦覧はできません。

問い合わせ 税務課課税係 ☎ 52-1115 (有) 2271

鯉来マーケット 出店者募集!!

盛大な鯉のぼりの下で青空フリーマーケットを開催します。

とき 4月30日（日）

9時～16時（雨天決行）

ところ 島地川橋上流部の河川敷公園

出店料・申し込み期限

(1) 飲食・車両販売

出店料 3,000円

申し込み期限 4月7日（金）

(2) (1) 以外

出店料 1,000円

申し込み期限 4月17日（月）

☆☆サポートスタッフも募集中☆☆

問い合わせ・申し込み 徳地町商工会青年部
（鯉来マーケット実行委員会） ☎ 52-0026



元気な毎日を送るために!

健康の黄信号

肥満

肥満を防ごう!

(3)

☆若い頃よりも太ったのはなぜ?

「なぜ太るの?」「太るとどうしていけないの?」

☆なぜ、太るのか考えてみましょう

肥満は、食べることによりからだにとり入れるエネルギー量と、からだを動かすことでの消費するエネルギー量の差で決まってきます。つまり、とり入れるエネルギー量が、消費するエネルギー量を上回れば、からだの脂肪は増え、その逆なら減るわけです。自分の活動に見合った食事をして、エネルギー収支のバランスを正しく保つことが大切です。

$$\text{摂取エネルギー} - \text{消費エネルギー} = \text{余剰エネルギー}$$



若い頃とそんなに食べる量は変わっていないのに太ってしまった」という人が結構いるのではないかでしょう。その大きな理由として加齢による「基礎代謝」の低下があげられます。基礎代謝とは、安静にしているときに呼吸したり、心臓を動かしたりするためなどに消費するエネルギーのことで、1日の全消費エネルギーの約5~6割を占めます。

仮に40代まで20代と同じ食事を続けたとするとき、年齢とともに基礎代謝が低下し、消費エネルギーが減少する分、40代では20代よりも相対的にエネルギーをとりすぎることになってしまいます。したがって、肥満を防ぐためには、加齢に伴う基礎代謝の変化を考慮し、エネルギーの収支バランスが均等になるように気

は変わっていないのに太ってしまった」という人が結構いるのではないかでしょう。その大きな理由として加齢による「基礎代謝」の低下があげられます。基礎代謝とは、安静にしているときに呼吸したり、心臓を動かしたりするためなどに消費するエネルギーのことで、1日の全消費エネルギーの約5~6割を占めます。

肥満には、主に上半身、特にお腹の周りに脂肪がつく「リンゴ型肥満（上体肥満）」と、お尻や太股に脂肪がつく「洋ナシ型肥満」があります。生活習慣病と関係が深いのは、脂肪ではなく、内臓に脂肪がついたリンゴ型が危険で、男性がなりやすい傾向にあります。(1)上体肥満、(2)高血圧、(3)糖尿病、(4)高脂血症の4つ

定されていますが、これら生活习惯病の3~6割は、肥満が原因となっています。さらに肥満は動脈硬化を促進し、心筋梗塞、脳梗塞を招く危険が高いのです。「肥満は万病のもと」とよくいわれますが、これは誇張ではなく、本当のことなのです。

☆肥満は万病のもと

肥満の本当の怖さは、見た目の動きにくさよりも、合併症にあります。

現在、日本には、三、三〇〇万人の高血圧患者、二、〇〇〇万人の高脂血症患者、六九〇万人の糖尿病患者がいると推定されていますが、これら生

☆「リンゴ型肥満」に要注意

生活習慣病と関係が深いのは、脂肪ではなく、内臓に脂肪がついたリンゴ型が危険で、男性がなりやすい傾向にあります。(1)上体肥満、(2)高血圧、(3)糖尿病、(4)高脂血症の4つ

と き 4月16日(日) <雨天決行>
受 付 9時~ (大原湖オートキャンプ場)
コース 大原湖周辺
小学生以下 2km 中・高・一般 3km/5km
参加費 1,000円
申込み期限 3月31日(金) 必着
申込み・問い合わせ 德地町観光協会(南大門) ☎52-1737

スタッフ募集中!!



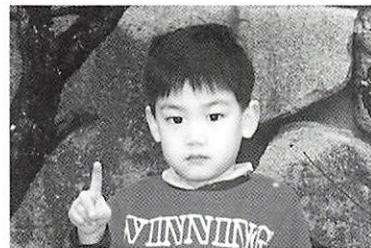
有近祐輝ちゃん

①堀 ②有近好晴
③チョコレート菓子が大好きなので、食べた後は必ず歯みがきをし、外出先でもなるべく食後にお茶を飲ませるようにしています。



植木貴大ちゃん

①堀 ②植木寛之
③あめ、チョコ、牛乳が大好きな子です。寝る前の歯みがきはまず子供にさせ、その後親が仕上げみがきをしています。



岡田和也ちゃん

①柚木 ②岡田米実
③お姉ちゃん、お兄ちゃんがみがくのを見ていて歯みがきが好きになって、自分からすすんで歯ブラシを使うようになりました。

むし歯のない子

平成12年1月27日に行われた3歳児健康診査で、
むし歯のなかった子を紹介します。

①住所 ②保護者名 ③コメント



末常紀哉ちゃん

①上村 ②末常正智
③毎日お兄ちゃんと一緒に歯みがきをしています。ジュースよりも牛乳のほうが大好きです。



永松杏華ちゃん

①引谷 ②永松修
③歯みがきは水遊びの延長…という感じで毎日しています。食べ物では、しらすのような小魚類や牛乳が大好きです。



下瀬衣里ちゃん

①堀 ②下瀬庄造
③歯みがきは、テレビのコマーシャルのまねをして時折するだけで習慣化していませんが、とにかく牛乳はよく飲みます。



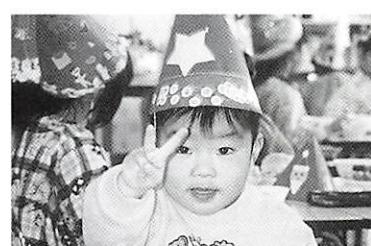
原成美ちゃん

①船路 ②原真也
③自分でみがく練習をさせて、仕上げみがきをするようにしています。



藤村佳奈ちゃん

①野谷 ②藤村佳幸
③やったー！私もむし歯がなかったわよ。いつもお世話してくれるゆかねえちゃんありがとうございます。これからお世話してあげるよ、すなおくん♡



山本翔ちゃん

①堀 ②山本直行
③特に気をつけていませんが、これからはむし歯ができるないように気をつけたいです。

総合的な学習時間の新設

—シリーズ学校改革③—

「総合的な学習の時間」の新設

今回の学習指導要領の改定では、「生きる力」の育成をめざし、各学校が創意工夫をして、これまでの教科の枠を越えた学習などができる「総合的な学習の時間」が新設されます。

「総合的な学習の時間」とは

これまでと全く画一的といわれる学校の授業をえて、
①地域や学校、子どもたちの実態に応じ、学校が創意工夫をして特色ある教育活動が行える時間
②国際理解・情報・環境・福祉・健康など従来の教科をまたがるような課題に関する学習を行える時間

- ◆自ら学び、自ら考える力の育成
- ◆学び方や調べ方を身に付けること

- 「総合的な学習の時間」においては、知識を教え込む授業ではなく、

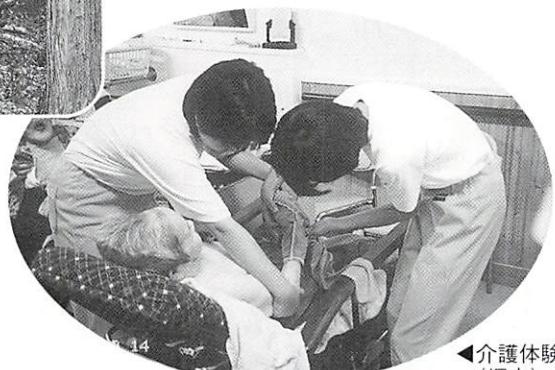
として新しく設けられるものでです。この時間では、子どもたちが各教科等の学習で得た個々の知識を結びつけ、総合的に働かせることができるようになります。

「総合的な学習の時間」のねらいは：

「総合的な学習の時間」の内容は、各学校で決めます。従来の教科のように教科書はありません。

◇自然体験やボランティア活動などの社会体験など体験的な学習や問題解決的な学習が積極的に行われます。

◀森林学習（八坂小）



「総合的な学習の時間」の特色は：

徳地町の小中学校においても、特色ある教育活動に取り組んでいます。



◀英語指導助手と茶つみ（三谷小）

4月1日は「表示登記の日」

表示登記に関する無料相談を行います。

とき・ところ

○山口県土地家屋調査士会館（山口市惣太夫町）—4月1日（土）
○防府地方合同庁舎（防府市寿町）—4月4日（火）

時間はいずれも9時～15時

相談内容 土地一分筆・合筆・地目変更・地積更正等
建物ー新築・増築・減失・分割・区分等

問い合わせ 山口県土地家屋調査士会 ☎083-922-5975

国土緑化キヤンペーン
(3月～5月・林野庁)



図書館だより



新刊到着

海の底から、地の底から
愛才
神の子どもたちはみな踊る
碧玉の女帝 推古天皇
不倫と南米
論語とソロバン

金 石範
大石 静
村上 春樹
三田 誠広
吉本ばなな
童門 冬二

新譜到着

infinity eighteen 鈴木 あみ
GREATEST HITS "THE SOUL"
DREAMS COME TRUE
B'z The "Mixture" B'z
hide BEST～PSYCHOMMUNITY～
hide
コレソソ～ザ・コレクション 小野 リサ

今月の本棚

「介護の本」

いよいよ4月から介護保険制度が導入されます。

そこで、今月は介護に関する本を集めました。

ぜひご利用ください。



ミニ辞典

九牛の一毛 (きゅうぎゅうのいちもう)

中国の「司馬遷伝」という本に出ている言葉で、「九牛」はたくさんの牛という意味。多くの牛がいてさらにその中の1本の毛ということから、極めて少ない一部分、ほんのわずかなことの意味。

3月の休館日 印一休館日

日	月	火	水	木	金	土	
						11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30	31	4/1	
2	3	4	5	6	7	8	
9	10						

開館時
土火・
日金間
9時時
17時時

古い雑誌を払出しします

3月14日(火)より図書館で不用になったいくつかの雑誌(平成8年発刊)を無料で払出します。

ぜひ、お立ち寄りください。

こども映画会

「アンデルセン童話 にんぎょ姫」(70分)



とき 3月12日(日) 10時~/13時30分~
ところ 図書館 視聴覚室
内容 ある嵐の夜、にんぎょ姫は王子様に出会います。さて、二人の恋の行方は…。

ブックリニピック

今年も3月21日(火)から5月30日(火)まで、小学生以下を対象にブックリニピックを開催します。

貸出1冊ごとにスタンプを1つ押し、カードがいっぱいになると抽選で記念品がもらえます。
さあ、みんなで参加しよう!



図書館利用法

Q. 皇室の宝物について知りたいのですが。

A. 当館には毎日新聞社から出版された「皇室の至宝(御物)」という本があります。これは絵画、彫刻・工芸、宸翰(天皇が自ら書かれたもの)、障屏・調度、書跡、中国美術にわかつており、写真入りで皇室の宝物が詳しく載っています。

なお、この本は大型本ですので、はつきりと見ることができます。貸出はできませんが、館内でゆっくりご覧になってはいかがでしょう。



暦・こよみ

●町税は安心・便利な「口座振替」で！
手続きは、山口銀行・防府とくち農協・郵便局の各窓口でどうぞ。

日	月	火	水	木	金	土
<ul style="list-style-type: none"> ●行事は予定ですので変更になることもあります。 ●病院名は日曜、祝日在宅医です。 ●内科、小児科は日曜・祝日とも防府休日診療所 ☎ 24-4172です。 ●石油店名は日曜開店スタンドです。(都合により閉店される場合もあります。) 				<p>第5回むすびの里まつり イベント情報</p> <p>とき 3月19日(日) 10:30～ ところ 八坂公民館 内容 紅白演芸大会・展示・バザー 問い合わせ 八坂公民館 ☎ 56-0301 (有) 2301</p>		
12 +秋本医院 22-5152 ○武石石油(有) ○子ども映画会 「にんぎょ姫」(図書館 10:00～13:30～)	13 ○すぐすぐ子育て学級 (お誕生日) (保健センター13:30～) ○チャリティカラオケ大会 (文化ホール13:00～17:00)	14 ○心配ごと相談 (交通事故・一般) (町社協9:00～12:00)	15 ○一般向図書館講座 「お話を楽しもう」 (図書館10:00～12:00)	16 ○古文書講座 (図書館14:00～16:00)	17	18
19 +岡村医院 22-5756 ○天満石油 ○第5回むすびの里まつり (八坂公民館10:30～)	20 ●春分の日 +河村外科胃腸科医院 22-7520	21 ○心配ごと相談 (法律・人権・一般) (町社協9:00～12:00)	22 ○不要犬の引き取り (本庁・島地支所・八坂 支所8:30まで)	23	24	25
26 +木村整形外科 38-1181 ○(株)土井商会	27	28 ○心配ごと相談 (行政・一般) (町社協9:00～12:00)	29	30	31	4/1
2 +木村脳神経外科・外科 21-5533 ○ナカシマ(有)	3	4 ○高齢者訪問 (八坂地区9:00～) ○心配ごと相談 (年金・一般) (町社協9:00～12:00)	5 ○高齢者訪問 (柚野地区9:00～)	6 ○高齢者訪問 (出雲地区9:00～)	7 ○高齢者訪問 (島地地区9:00～)	8
9 +三田尻病院 22-1110 ○前田産業(株)	10 ○高齢者訪問 (串地区9:00～) ○固定資産税課税台帳縦覧 (本庁税務課)	<p>※心配ごと相談 3月14日(交通事故)、3月21日(法律・人権)、3月28日(行政)、4月4日(年 金)については専門家がお答えします。どうぞ、お気軽にご相談ください。 問い合わせ 徳地町社会福祉協議会 ☎ 52-0100 (有) 2235</p>				

