



1月7日(日)、毎年恒例の「七草がゆを食べる会」が秋穂町コミュニティセンターで開催されました。
秋穂町生活改善実行グループ連絡協

議会の皆さんを中心に作られた、おいしい七草がゆは、コミュニティセンターを訪れたかたに無料でふるまわれ大好評でした。

おいしい
七草がゆを
食べました

もくじ CONTENTS

- 2-3 町県民税の申告・所得税の確定申告
- 4-5 お元気ですか 保健婦です ほか
- 6-7 みんなの公民館
- 8 まちかどフォト
- 9 にこにこ通信 ほか
- 10 マイタウンあいお ほか
- 12-13 暮らしを考える1日教室 ほか
- 14-15 お知らせ

広報

あいお



明るい太陽と青い海の町 秋穂

2

No.386

1996年 平成8年

発行 秋穂町役場

★広報あいおは、地球環境保護のため、再生紙を使用しています。

忘れないうで

町県民税の申告 所得税の確定申告

今年も町県民税の申告・所得税の確定申告の時期になりました。
申告相談は、2月16日(金)から3月15日(金)まで、それぞれの会場で受け付けます。
忘れずに申告しましょう。

所得税の確定申告を しなければならない人

- (一) 一般の人
- ▼ 商業・工業・医業・農業・漁業などを営んでいる人
 - ▼ 地代・家賃・配当・不動産の売却などの所得のある人
- 平成7年中の各種の所得金額の合計額が基礎控除(38万円)・扶養控除(1人当たり38万円)・その他の所得控除の合計額を超える人は、必ず申告しなければなりません。
- (二) サラリーマン
サラリーマン(給与所得者)の所得税は、年末調整によって

町県民税の申告を しなければならない人

- 清算されるのが普通であり、確定申告の必要はありません。しかし、次のような人は申告しなければなりません。
- ▼ 給与の年収が1,500万円を超える人
 - ▼ 給与以外の所得が20万円を超える人
 - ▼ 2カ所以上から給与をもらっている人
- 平成8年1月1日現在、秋穂町に住んでいる人で、平成7年中に所得があった人は、申告をしなければなりません。

所得税の還付申請は お早めに

ただし、町県民税の申告が必須な人でも、所得税の確定申告をした人や、給与所得だけの人で勤務先からの給与支払報告書(源泉徴収票)が町長に提出されている人は、申告する必要はありません。

住宅取得等特別控除や医療費控除などの還付申告は、1月より各税務署で受け付けています。詳しくは、税務署へお問い合わせください。



●写真は昨年の申告会場の様子です

税について詳しく知りたい人は・・・

確定申告に関する相談や税に関する質問など、お気軽にお問い合わせ下さい。

- 税に関するお問い合わせは・・・
山口税務署 (☎0839@1340)
町役場税務課 (☎@8024有線5011)
- 税に関する相談は・・・
山口税務相談所 (☎0839@2774)
町役場税務課 (☎@8024有線5011)

申告相談のときに 準備するもの

- 申告相談を受ける人は、その申告の内容によって、準備するものが違います。それぞれの内容にあったものを申告会場に忘れずに持って来ててください。
- なお、申告相談の日程は、次のとおりです。
- 申告書が届いている人は、その申告書
 - 印鑑
 - 国民年金・厚生年金などの受給者の人は、社会保険庁の発行する源泉徴収票
 - 給与所得のある人は、源泉徴収票
 - 雑損控除を受ける人は、り災証明書(町役場総務課で発行)・写真・被害を受けた住宅家財の見積書又は領収書
 - 医療費控除を受ける人は、支払った医療費の領収・明細書、保険などで補てんされる金額の明細書
 - 生命保険料控除のある人は、支払保険料の証明書
 - 損害保険料控除のある人は、支払保険料の証明書
 - 住宅取得等特別控除を受ける人は、登記簿謄本、住民票の写し、売買契約書、住宅取得に係る融資額の償還金又は年末残高

証明書など
● 申告により税金が還付となる人は、本人名義の預金の口座番号

申告相談の日程

受付時間

午前9時～午前11時
午後1時～午後4時

期日	曜日	会場	午前	午後
2月16日	金	町役場 第1会議室	中道・花香南	花香北・中津江
2月19日	月		屋戸・海岸通	黒瀧北
2月20日	火	町役場 第1会議室	加茂・東本町	黒瀧北
2月21日	水		上本町・本町・紙圍町	西天田
2月22日	木	町役場 第1会議室	黒瀧南	東天田
2月23日	金		金山領・西青江	先青江
2月26日	月	町役場 第1会議室	住宅取得等特別控除者など	
2月27日	火		税務署来庁案内者	
2月28日	水	町役場 第1会議室	下村	宮之旦
2月29日	木		中野	
3月1日	金	町役場 第1会議室	予備日	
3月4日	月		大河内北	大河内南
3月5日	火	町役場 第1会議室	天神町	浜中
3月6日	水		北条	中条
3月7日	木	町役場 第1会議室	井南	浜内
3月8日	金		小浜	赤崎
3月11日	月	町役場 第1会議室	日地	
3月12日	火		割当日に申告が済んでいないかた	
3月13日	水	町役場 第1会議室		
3月14日	木			
3月15日	金			

まめ知識

知っておきたい
税金まめ知識

にせ税理士にご注意!!



確定申告の時期になると、税金の申告手続きなどを税理士に依頼する人もありますが、その際には正規の税理士であるかどうかをよく確かめてください。

税理士資格のない人が、納税者の依頼による税務代理、税務書類の作成、税務相談を行うことは法律で禁止されています。

ところが、特に確定申告の時期には、税務書類の作成などを税理士に依頼する人が多く、いかに便乗して、税理士資格のない人が申告書の作成などをすることがあります。

このような「にせ税理士」は法律に違反するだけでなく、依頼した人に迷惑をかける結果になることが多いのでご注意ください。

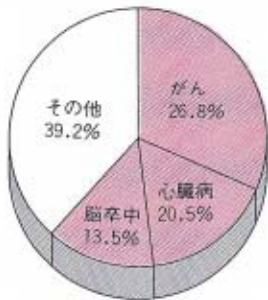
お元気ですか 保健婦です

2月1日～7日

10人のうち6人までが
3大成人病で死亡する
成人病予防週間

2月に脳卒中による患者、死亡者が急増することから、1959年（昭和34年）に厚生省が制定しました。

「人生80年時代」といわれるなかで、老化現象を土台にした病気、「成人病」が増えています。この成人病で特徴的なのは、死亡順位の上位3者（がん、心臓病、脳卒中）だけで6割を占めていることです。顔にシワが寄る、歯が抜ける、記憶力が衰えるなどの老化現象は誰にでも訪れます。ただこ



厚生省「人口動態統計」(1993年)

これだけは守りたい

成人病予防の10か条



- 1 腹八分目を守る 食べ過ぎは肥満を招き、肥満は動脈硬化に結びつきやすい。
- 2 野菜を十分にとる 野菜には血圧を安定させるカリウムのほか、食物繊維など成人病予防効果の高い成分が多い。
- 3 食塩を減らす 食塩のとり過ぎは高血圧の最大の敵。1日10g以下を目標に。
- 4 動物性脂肪を控える 動物性脂肪は血液中のコレステロールを上昇させる。
- 5 酒・タバコは控えめに 酒は日本酒換算で1日1合を目安に。タバコはできればやめる。
- 6 適度な運動を 適度な運動は血圧を下げ、動脈硬化を予防し、ストレスも解消する。
- 7 ストレスをためない 精神的な緊張は血圧を高め、心臓の負担を大きくする。
- 8 睡眠を十分に 睡眠は1日の正しい生活リズムをつくる基本。睡眠不足は老化を早める。
- 9 肥満を避ける 太り過ぎは、心臓に負担をかける 動脈硬化を招くなど、成人病を「育てる」温床。
- 10 定期的な健康診断 病気の早期発見に不可欠なうえ、老化の進行度をチェックして健康生活の指針となる。

で気をつけたいのは、老化現象は個人差が大きいということです。たとえば、30代の後半で運動の衰えを感じる人もいれば、60代になっても活発に運動でき

る人もいます。これは成人病も同じで、若いころから病的になる人とならない人がいます。この差は、その人の歩んできた健康生活の差ともいえます。

梅見月といわれる2月。梅をめでながらの節分もいいですが、そろそろ花粉症が気になる季節です。

健康 歳時記

成人病予防のための

2月

如月

February

2月3日

栄養補助に「おから」を食卓にどうぞ

立春の前日のこと。この日、鰯の頭を柵の小枝に刺して戸口にさし、炒り豆をまいて悪疫退散、招福の行事を行う風習があります。「鬼は外、福は内」

その他の祝日・記念日

- 2月4日 立春（年により移動する）
- 2月11日 建国記念の日
- 2月12日 ペニシリン記念日
- 2月18日 嫌煙運動の日
- 2月22日 猫の日

ルシウムは1000g当たり100mg（牛乳なみ）と、健康食品としてうってつけ。

地域の健康増進や環境美化に貢献しました

11月25日(土)、山口県セミナーパークで、第18回健康づくり山口市・吉敷郡地区大会が開催されました。

この大会で、地域で健康増進や環境美化に貢献されたかたや団体に表彰が贈られましたが、秋穂町からは次のかたが表彰されました。(敬称略)

●山口県山口環境保健所長表彰

■健康増進推進功労者

福島美代子(ほ推)・河谷小夜子(食推)

●山口市・吉敷郡環境衛生組織連絡協議会会長表彰

■環境衛生模範団体

舟倉会・リサイクルハウス・花香南、宮之旦子ども会

■健康増進推進功労者

山本瑞子・江村三

和子・田中禮子

(以上、ほ推)

福田綾子・若村宏

子(以上、食推)

※ほ推…ほけん推

進委員

食推…食生活改善

推進協議会



また、パネルディスカッションでは、リサイクルハウスの横尾三千代さん(黒瀨南)がパネラーとして参加され、日ごろの実践活動を発表されました。

2月16日

花粉症の人たちに
つらい季節となります
天気図記念日

全国11か所の測候所から電報でデータを集めて、1883年(明治16年)のこの日に日本で初めて天気図が作られました。

「梅一輪 一輪ほどのあたたかさ」——こんな春を呼ぶ季節になると、どうしても憂うつになる人たちがいます。そう、花粉症の人です。たいてい成人になつてからかかる人が多く、30〜40歳でピークを迎えます。くしゃみ、鼻水、鼻づまりの三重

苦に加え、目のかゆみ、頭痛、腹痛、便秘、下痢などの症状が出る人もいます。アレルギー性鼻炎の一種で、花粉が原因で起こります。日本ではスギ花粉が原因の8割を占めています。予防としては、花粉が飛び始める前に抗ヒスタミン剤などの薬を服用しておくこと、天気予報の花粉情報をチェックするなどして次のようなことに注意しましょう。
花粉症だからといってあまり神経質になりすぎると、それがかえってストレスになって、症状が悪化することがあるので気をつけましょう。

花粉症予防の日常生活

- ①早目の出勤、遅めの帰宅(花粉は朝6時から午後3時までがピーク)。
- ②晴天で風の強い日の外出もタブー(飛散花粉量が増える)。
- ③外出時にはマスク、メガネ、帽子を。
- ④家に入るときは衣服をよくはたいてから。
- ⑤うがい、目や鼻をよく洗う。
- ⑥家の中に花粉が入り込まないように丹念に掃除機をかける。
- ⑦衣類、頭髮はこまめに洗う。
- ⑧洗濯物・ふんは外にほさない。
- ⑨花粉症の誘因となるものを防ぐ(タバコ、酒、ワサビやしょうがなどの辛い食べ物、精神的ストレスなど)。

食生活改善推進協議会の

おすすめ

味

牛乳(乳製品)

20 元気な子どもの栄養たっぷり献立

牛乳は栄養的にみて、最高の食品のひとつです。
ご飯にスキムミルクを入れて炊く(米カップ2杯に対して大さじ1〜2杯の割合)などの工夫をして、少しでも多くの乳製品を摂るように心がけましょう。

ごはんのチーズ入りコロッセ

●材料(4人分)

- ごはん……………800g
- 鶏肉……………100g
- タマネギ……………1個
- グリーンピース……………20g
- スィートコーン……………40g
- 油……………大さじ1
- とけるチーズ……………80g
- 揚げ油……………適量
- 材料A……………適量
- 塩……………小さじ1/5
- コショウ……………少々
- トマトケチャップ……………大さじ2
- 材料B……………大さじ2
- たまご……………2個
- 小麦粉……………大さじ3
- パン粉……………カップ1

●作り方

- ①鶏肉を5mm角に切り、タマネギをみじん切りにする。グリーンピースは湯通しする。
- ②①とコーンを炒め、さらにごはんを加えて炒め、材料Aで調味する。
- ③5mm角に切ったとけるチーズを芯に、②をボール状に丸める。
- ④③に材料Bの衣を付けて、色よく揚げる。

みんなの公民館

SPORTS
CULTURE
COMMUNICATION

しめ飾り作りに挑戦 ふれあい伝承教室



12月27日(火)、中央公民館と大海総合センターの2つの会場で「ふれあい伝承教室」が開催されました。

今年も、親子連れを含む90人が参加し、日本の伝統的なお正月に欠かすことのできない、しめ飾り作りに挑戦しました。伝承ボランティアグループの皆さんの指導で、わら縄の編み

方や裏白の付け方などを丁寧に教えてもらい、それぞれがりっぱなしめ飾りを完成させました。

最近では、手作りのしめ飾りを飾る家庭も減ってきましたが、この「ふれあい伝承教室」を通じて、古くから日本に伝わる伝承文化を子どもたちに伝え、守りたいものです。

ふれあい青少年健全育成

「自分の部屋ぐらい自分で整頓しなさい」、「人に言われなくても自分から勉強しなさい」などなど・・・子を持つ親なら一度くらいは口にすることがある言葉でしょう。

子どもは親の期待しているとおりに、なかなか行動してくれないものです。そこで親はつい口うるさくなってしまう。さて、子どものことを叱る前に、自分のことを振り返ってみてください。子どもの目から見ると、手本となるような行動をとっていますか。

子どもの手本となるべき親が、いい加減な行動をとっているようでは、子どもに納得させることはできません。

子育ては、親子二人三脚で行うものなのです。親は、日ごろから子どもの手本となるような行動をとるように心がけておくことが大切です。

歴史民俗資料館 図書館

- ・「超」勉強法
- ・ゆで卵
- ・長男の嫁2 (上・下)
- ・濃えど沈まず
- ・「手話」タッチ
- ・記憶の中の殺人
- ・でか足国探検記
- ・子どもに愛が伝わっていますか
- ・スノーボード上達講座 (初級)
- ・スキー上達講座 (初・中・上級編)

- (野口悠紀雄)
- (辺見庸)
- (大石静)
- (中谷彰宏)
- (丸山浩路・山口方史子)
- (内田康夫)
- (椎名誠)
- (近藤千恵)
- (スキージャーナル)
- (スキージャーナル)

本

BOOK

歴史民俗資料館と大海分館に新しい本が入りました

大海分館

- ・新地橋 (北原亞以子)
- ・風の陣 (高橋克彦)
- ・THE X-FILES 2 (クリス・カーター)
- ・スノーボード上達講座 (初級) (スキージャーナル)
- ・スキー上達講座 (初・中・上級編) (スキージャーナル)

INFORMATION

お知らせ

公民館生涯学習のつどい開催

公民館を中心に、幅広い活動を行っている生涯学習グループの発表会、「公民館生涯学習のつどい」を開催します。

生涯学習グループの1年間の活動の成果をじっくりとご覧ください。

また、町内で活動している愛好会・サークル・個人で取り組み製作された洋裁・和裁・編み物・書道などの作品も募集しています。出品の申し込み期限は2月16日(金)までです。詳しくは中央公民館にお問い合わせください。

ひとりでも多くの皆さんに、



●写真は昨年の様子です

おはなしとつたてつてる
金子みすゞの世界

短い一生の間500もの童話を書いた女性詩人「金子みすゞ」。その彼女の詩の世界を、楽しい話と歌で紹介します。

あなたも、心やさしいみすゞの世界に触れてみませんか。

■日時 3月23日(土)午後2時
開演(開場は午後1時30分)

■会場 大海総合センター

■入場料 中学生以下300円
高校・一般700円

■プログラム
「みすゞの詩とわたし」
木本信昭先生

「みすゞを歌う」
佐々木君江先生

郷土小史
「ふるさと秋穂の郷土史と史跡」

秋穂の歴史をひもとく1冊

昭和48年から159回にわたり町広報に掲載され人気を集めた「郷土小史」が1冊の本になりました。

美しい自然に囲まれたふるさと秋穂。「郷土小史」を通して、この地に暮らした先人たちが築き上げた文化遺産や歴史的な出来事などに触れてみてください。

好評
発売中



●原稿執筆
郷土史家/田中穰さん

●販売価格
1冊/1000円

ご希望のかたは
中央公民館へ
お問い合わせ
ください

今月の

「基礎から一步一步着実に」というこれまでの学習法を行っている限り成績はあがらない。

誰もが取り組み、めざましい成果が得られる画期的ノウハウと具体的方法をベストセラー「超」整理法の著者が全公開



「超」勉強法

野口悠紀雄

おすすめの1冊

まちかど
フォト

写真で紹介します



●消防団員・消防車両による勇ましい行進でした（観閲行進）

きびきびと、勇ましく
平成8年秋穂町消防出初式

年の始めの恒例行事となった消防出初式が、1月7日（日）、大海総合センターで開催されました。

今年も町設消防団、自衛消防団、併せて400人の団員が参加し、気持ちも新たに、新年のことはじめに望みました。

出初め式は、町設消防団と消防車、自衛消防団車両による、きびきびと勇ましい観閲行進で幕を開けました。

また、らんらんドームで行われた式典では、町長、消防団長の中元喜好さんのあいさつのあ

と、消防活動に対し功績のあつたかたに表彰が贈られました。

山口県消防協会会長表彰

- 功績章（1名）
- 荒川伝作
- 勤続章
- 30年勤続（1名）
- 時乗要右
- 25年勤続（2名）
- 久保清三・北野恵助
- 20年勤続（1名）

●消防活動の功績をたたえて（表彰伝達式）



- 安井秀明
- 15年勤続（3名）
- 山内知昭・中村泰典・村本和男
- 秋穂町消防団表彰
- 精勤章（3名）
- 藤田雅行・近藤 勝・玉峰 豊
- 勤続章
- 5年勤続（2名）
- 西濱裕士・時繁政彦

秋穂町長表彰

- 功労章（6名）
- 松廣俊行・中田政治・藤山敦文
- 廣海圭祐・岡本秀敏・平田哲夫
- 勤続章
- 10年勤続（2名）
- 岡廣幹夫・内田 清
- 自衛消防団勤続章
- 25年勤続（5名）
- 小野悟郎・道中義春・原田博幸
- 新山紀夫・山縣 博

●20年勤続（10名）

- 小松達二・松永睦治・濱野貞助
- 中尾健一郎・井方哲司
- 里美昭久・古谷谷美・磯部周平
- 安光忠夫・松西一郎
- 15年勤続（24名）
- 大垣信義・西村光人・徳永 久
- 山本 翠・松富設男・時乗二郎
- 安光秋治・安光忠彦・松田博良
- 平田昭一・安光照文・原田康宏
- 安光孝友・原田定昭・山内晴美
- 立水常夫・原田孝二・内田英雄
- 田邊文治・蔵重吉加・西村正治
- 徳永芳夫・藤村廣文・木原 泉

●表彰状（初期消火など）

- 消防活動表彰
- 大河内北自衛消防団
- 消防活動協力者表彰
- 大村義明・岡廣信成・川口嘉郎
- 橋本 貢
- 人命救助表彰
- 富永一久
- 感謝状
- 大河内北区・大河内南区
- 浜中区・北条区

（以上敬称略）

おもち・野菜・魚介類などなど・
あいお道の駅まつり

12月28日（木）、道の駅「あいお」で、あいお道の駅まつりが行われました。

新年を間近にひかえ、正月用のおもちやしめ飾り、新鮮な野菜や魚介類などがところせましと並べられ、おおぜいのひとが買い求めていました。



●これ、いくら？

また、無料で配られたおしるこは、子どもからお年寄りまでたいへんな人気でした。



●おいしいおしるこは大人気でした



●楽しい劇も登場。子どもたちは大よろこび



●りっぱな「ミニ門松」が完成しました。

にこにこクリスマス
パーティー

12月23日(土)、「にこにこクリスマスパーティー」が盛大に開催されました。
当日は、約100人のちびっ子が集まり、楽しい劇やゲームなど、楽しい1日を過ごしました。

■秋穂町コミュニティセンター通信



□お問い合わせ 秋穂町コミュニティセンター
(電話02130 有線2414)

創作教室

12月24日(日)、創作教室が開催されました。
当日は、約20人のちびっ子が集まり、各自りっぱな「ミニ門松」を完成させました。

にこにこクラブ
児童募集

秋穂コミュニティセンターでは、留守家庭などの児童健全育成を図るため、にこにこクラブ児童を募集します。

□対象児童

両親が共働きなどで家庭内で保護育成することのできない児童(小学校1年生～3年生)

□活動内容(目的)

遊びを通して児童の自主性と協調性を養う

□登館曜日・時間

毎週火曜日～金曜日の下校時からセンター閉館時まで

□申込方法・期限

センター備え付けの申込み用紙で、2月29日(木)までにお申込みください。

2月のにこにこ行事

●11日(日)第10回将棋大会

□時間 午前9時30分より

□部門 一般の部・小学生の部

□詳細 一般の部の参加者は参加費1000円(弁当代含む)小学生及び中学生は参加費無料。昼食は各自持参

□申込期限 2月8日(水)まで

●18日(日)にこにこ映画会

●24日(土)創作教室

これからの幼児教育を考えた

失敗も人生経験のうち

子供が何かに失敗すると、「何をしているの。何を考えているの」と、その失敗を非難していませんか。

とかく、大人は物事の結果だけを見てしまい、子どもの気持ちを考えていないで、大きな声でしかってしまいます。

子どもは、失敗をすると心のなかで「しまった・どうしよう」と思っているのです。

そんなとき、その失敗を責められると、自分が失敗したことよりも、責められたことの「不快感」が残り、失敗の後始末を自分で行う能力が育たなくなってしまう。そうならば、少なからず子どもの自立心にも影響を及ぼしてしまいます。

子どもが失敗するのは、当たり前です。大人に比べれば明らかに、知力や能力で劣っているのですから。幼児期には、たくさん失敗を繰り返しながら、身体で感じながら学んでいるのです。失敗も大切な人生経験と思ってあげましょう。

もし、親が気を使わず、

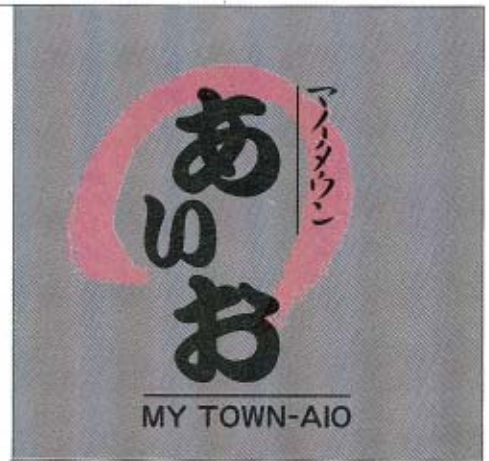
子どもから失敗することを取り上げてしまうとどうなるでしょう。

常に「口出し、手貸し」の育て方をすると、子どもは自発性が育たず、何事にも引込み思案にあってしまうことでしょう。そうすると、将来、友だちと積極的に遊ぶことができなくなり、社交性の欠けた子どもに育ってしまいます。

幼児期の子どもは、親の影響を受けやすいものです。先月もお話しましたが、親が掛ける「しつけ糸」はよほどしっかりしたものが必要です。とは言え親も人間なので、子どもを育て方について不安になったり、わからなくなってしまうこともあるかもしれません。

そんなときは、子どもと一緒に考えてみましょう。子どもの年齢まで若返り、子どもと同じ目の高さになることに解決の糸口が見つかるかもしれません。

下村 高木 芳子



がー 節分のおにだよ
黒瀬保育所 さくら組
.....
みんなで作ったおにの帽
子を紹介します。
材料のカップめんがなか
なかのアイデアですね。
2月3日の節分の日のみ
んなで豆まきをします。



わが家の

プリンス プリンセス

大河内北 のぶひろ
内田さんちの 修宏くん (1歳)
プリンス



わんぱくでもいい
たくましく育ててね。
お母さんの逸子さん

メッセージ
message

ふるさとの便りを 広報にのせて...



ふるさと通信第8期会員を募集
ふるさとを遠く離れた家族や知人に、
ふるさとの便り「広報あいお」を送りませんか？
たのSEA秋穂づくり推進協議会では、
ふるさと通信の第8期会員を募集します。
この会員になると、ふるさとの新鮮な情報を
掲載した「広報あいお」を
1年間(月1回・12回)お送りします。
ふるさとの便りをいち早くお届けする
「ふるさと通信」をぜひ、ご利用ください。

- 申込方法
郵送の希望先とあなたの住所・氏名・電話番号を明記し、郵送料(切手・現金・為替のどの方法でも結構です)を添えて「たのSEA秋穂づくり推進協議会」ふるさと通信係までお申し込みください。
- 送付期間
平成7年4月～平成8年3月
- 郵送料
1500円
- 申込期限
平成8年2月24日(土)まで
- お問い合わせ
町役場総務課
(☎)8021有線2301

協 社 だより

皆さんの あたたかい気持ち が届きました **赤い羽根 共同募金 だより**

10月1日から始まった「赤い羽根共同募金」に、各家庭、団体、法人からのあたたかいご協力ありがとうございました。

また、区長さんをはじめ、福祉推進委員さん、婦人会のみなさんなど、ご多忙のなか、ご協力いただき厚くお礼を申し上げます。

現在、皆さんから寄せられた募金の最終集計を行っています。集



計結果の報告は、もう少しお待ちください。

今月は、昨年の「歳末たすけあい共同募金」のホットなひとこまを紹介したいと思います。

多くの皆さんのご協力ありがとうございました。

写真の紹介

●募金おねがいします（写真上）

12月22日（金）、ショッピングセンターとマルキユウ秋穂店前で、秋穂中学校生徒会の皆さんが、街頭募金を実施しました。

●歌と踊りで募金活動（写真中央）

12月10日（日）、大海総合センターで、公民館歌謡教室主催の歳末たすけあい歌謡大会が開催されました。

●募金が寄せられました（写真下）

12月15日（金）、木原製作所親睦会より、年末チャリティ募金が寄せられました。

歳末助け合いチャリティ歌



協
社
だより

暮らしの ワンポイント

お茶をおいしく飲もう

お茶の葉は空気に触れると酸化し、色が落ちて香りも飛びます。保存するときは、パックの口を固く閉め、密封容器に入れましょう。また、温度が高いと酸化しやすく、湿気が多いとカビが生えますから、そうした場所には置かないことです。さらに、開封後の酸化やカビを防ぐため、半月ぐらいで使い切るこ

とを目安に買いましょう。

また、お茶は種類によってそれぞれ入れ方が異なりますが、注意が必要なのは水です。鉄分や塩分を多く含むカルキ臭の強い水では、おいしいお茶は入りません。水は沸騰させて、カルキを抜きましょう。

ふだん家庭でよく飲まれる煎茶を、おいしく入れるポイント

を紹介しましょう。お湯を一度沸騰させてから、80〜90度に冷まします。茶わんや急須は、あらかじめ温めておきましょう。

3人分で煎茶約10グラム、大さじ1杯半ぐらいのお茶の葉を急須に入れ、静かにお湯を注ぎます。お湯の量は3人分で約150ミリリットル。注ぐときに余分にお湯を入れ過ぎ、急須に残すとおいしくなくなり、残すから、人数分の量だけにします。そのまま1分ぐらいおいて、

お茶わんにつき分けませんが、濃いのが薄いのができないように、少しずつ順番にお茶わんに分け分けるようにしましょう。

急須のお湯は、最後まで絞り切ります。また、初めに入れてから3時間もしたらお茶の葉は蒸れ過ぎて香りが消えて臭くなり、嫌な味もします。全部きれいに捨てて、新しいお茶の葉に入れ替えてください。

味の好みには、個人差があります。基本をベースに、自分が

一番おいしいと感じたお茶の葉、量、お湯の温度、蒸らし時間などを、見つけましょう。



消費生活
モニター
さんの



1 暮らしを 考える 日教室

今月のモニターさん



吉松幸恵さん (西天田)

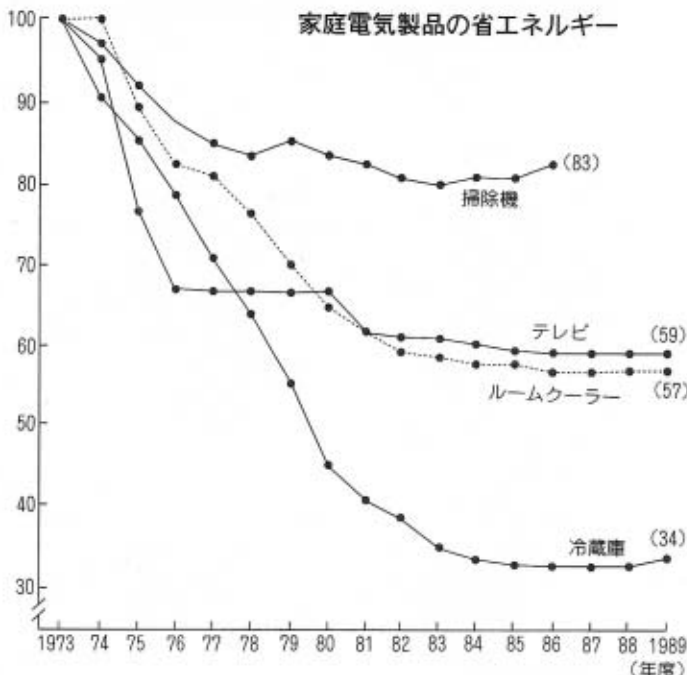
生活がより豊かで快適になつた反面、エネルギーの消費量は増加し続け、環境への影響も心配されています。今月は、「家庭でできる省エネルギー」について受講してきました。

私たちにできる「省エネ」について考えてみましょう。

家庭の省エネ ワンポイント

右のグラフは、1973年の家庭電気製品のエネルギー消費量を100と考へ、その後の消費電力の変化を年代ごとに追つたものです。

1973年当時と比べると、冷蔵庫などは3分の1の消費電力となつており、電気製品の性



単位：1973年度の消費電力を100とした場合

「省エネルギー便覧」より

家庭電気製品の エネルギー消費量

冷暖房を使用するとき、温度計・湿度計を室内と室外に置いて、その温度差を目安に温度調整をするようにしましょう。こうすれば、無駄な冷暖房の運転を防ぐことができ、省エネにつながります。

このように、日ごろの自分の生活を考へ、どんな省エネができるか家族で話し合つてみてはいかがでしょう。押しつけではなく、「わが家の省エネはこれ!」という点をチェックしてみましょう。

省エネで家庭でできる

住防火TOP-J-NET

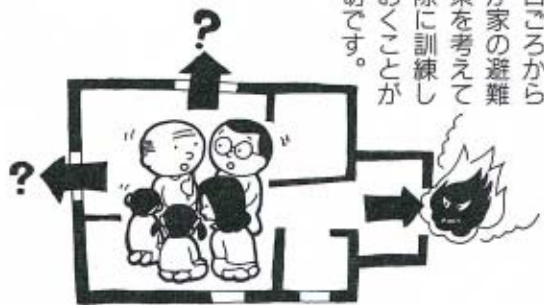
火災がお年寄りを狙つてる

◆犠牲者の多くは高齢者の逃げおくれです

住宅火災の犠牲者は4人に3人が逃げおくれ。その半数が、とっさの行動がとりにくい65歳以上のお年寄りです。

寝室を避難口の近くにして、夜間の暗闇のなかでも、窓やベランダから避難できるようにしておく、いざという時にあわてずすみませう。

日ごろからわが家の避難対策を考へて実際に訓練しておくことが大切です。





大正5年の創業以来、簡単に利用できる生命保険として皆さんに広くご利用いただいている「かんぽ」が、おかげさまで創業80周年を迎えることになりました。

皆さんのこれまでのご愛顧に感謝するとともに、これからも一層のサービスに努める「かんぽ」をよろしく申し上げます。

ご存じですか？かんぽ

- ①入院保障は1日最高15,000円
- ②ご加入は無審査
- ③職業による加入制限なし
- ④保険金は、原則即時払い
- ⑤全国で約24,000のネットワーク

詳しくは郵便局でお尋ねください

平成10年2月から新郵便番号制に

郵政省では、平成10年2月から、現在の3ケタまたは5ケタの郵便番号を7ケタに変更する計画を進めています。

なお、新しい郵便番号簿は、平成9年8月以降、各家庭に配布する予定です。

ご協力とご理解をお願いいたします。



ゆうびん NEWS

町役場玄関前に郵便ポストを設置しました。ご利用ください。

国保 コーナー
治療費の支給
 こんなときは費用の一部が戻ってきます
 次のような場合、とりあえず自分で代金を支払い、あとで国保から国保が査定した額の7割（退職国保の場合は、7割か8割）の払い戻しを受けることができます。

●やむをえない事情で保険証が使えなかったとき、又は非保険医にかかったとき

●医院が必要と認めたギブスやコルセットなどの治療器具代

●輸血をしたときの生血代

●重病のための付添い看護料や移送費



お問い合わせ
 町役場保健衛生課
 ☎8023 有線5001

国民年金の保険料は納めましたか

国民年金の保険料の納め忘れはありませんか。納め忘れのある方は至急納めてください。保険料の納め忘れがあると、将来受ける年金額が少なくなったり、場合によっては受けられなくなったりすることがあります。年金は、年をとったときだけでなく、万一の事故や病気などで障害者になったときや、ご主人

人に先立たれたときなどにも支給されます。しかし、このような年金も、保険料を納めていないと受けられないことがあります。忘れずに保険料を納めましょう。



催し・募集 お知らせ

特別弔慰金の請求は お済みですか

公務扶助料、遺族年金などの受給権を有する遺族がいない戦没者の遺族に特別弔慰金が支給されます。請求手続きのまだの人はお早めに。

■支給対象となるかた 前回の特別弔慰金の受給権を取得したかた・平成元年以降遺族年金などの受給者が死亡されたかた

■お問い合わせ 町役場町民課 (☎8022 有線 2321)

海洋汚染防止推進員 (ボランティア) の募集

徳山海上保安部では、(財)海上保安協会から委託される海洋

汚染防止推進員(略称「海洋汚染防止モニター」)を募集しています。

■モニターの主な仕事 (1)海洋環境保全に関する周知・啓もう活動(2)海洋汚染の監視・通報活動(3)活動報告(毎月)(4)会議への出席(年3回程度)

■応募締切 2月20日(火)まで

■お問い合わせ 徳山海上保安部 警備救難課(☎0834①0110)

特別労働相談の日の お知らせ

県では、労働問題でお悩みのかたに、専門の弁護士が労働に関する法律相談を実施しています。相談は無料ですが、事前に相談内容をお知らせください。

■日時 2月16日(金)午後1時～3時

■会場 サンフレッシュ山口(山口市湯田温泉)

■お問い合わせ 山口東部労政事務所(☎0834②3594)・山口県商工労働部(☎0839③3220)

農業委員会委員 選挙人名簿を 縦覧します



町選挙管理委員会では、本人の申請に基づき、本年1月1日現在で、農業委員会委員の選挙権を有する人について調整した農業委員会委員選挙人名簿を、次のとおり縦覧します。

■縦覧期間 2月23日(金)～3月8日(金)

■縦覧場所 町選挙管理委員会事務局

町税の 納期

固定資産税…第4期分
国保税…第9期分
納付期限…2月29日(木)

※忘れずに
納めましょう。

2月の

当番医

●土曜夜間当番医(午後7時～午後10時)

月/日	内科	系	外科	系
2/3	藤井医院 ☎ ⑧72002		同仁病院 ☎ 0836⑥52130	
10	小野医院 ☎ ⑧42353		三隅外科 ☎ ⑦21003	
17	林病院 ☎ ⑦20411		相川医院 ☎ ⑧62177	
24	同仁病院 ☎ 0836⑥52130		嘉村外科 ☎ ⑦22513	

●休日当番医 (午前9時～午後6時)

やむをえない事情で、当番医を変更することがあります。

吉南医師会

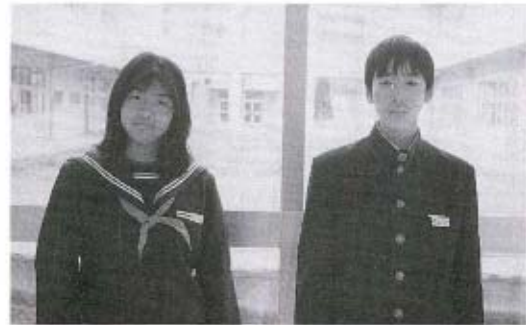
月/日	内科 I	内科 II	外科
2/4	上郷医院 ☎ ⑦20916	徳田医院 ☎ ⑧92512	同仁病院 ☎ 0836⑥52130
11	小橋クリニック ☎ ⑦35000	藤井医院 ☎ ⑧72002	相川医院 ☎ ⑧62177
12	山岸内科 ☎ ⑦22788	同仁病院 ☎ 0836⑥52130	吉武医院 ☎ ⑧42330
18	田辺内科 ☎ ⑦33778	同仁病院 ☎ 0836⑥52130	林病院 ☎ ⑦20411
25	はまもと小児クリニック ☎ ⑦30616	小野医院 ☎ ⑧42353	共立病院 ☎ 0836⑥52200

お知らせ

INFORMATION

● 1月1日現在の町の人口 ●

		(12月中の異動の内訳)			
人口	8457人	+14	増加分	減少分	
男	4053人	+4	出生 1人	死亡 11人	
	4404人	+10	転入 35人	転出 11人	
世帯数	2552	+11	計 36人	計 22人	



●最優秀賞の奥田くんと優秀賞の吉河さんは秋中の2年生です

税の標語決定 最優秀・優秀賞は中学生

昨年のおいお祭りで「税の標語」を募集しましたが、選考の結果、次の標語が入選になりました。

入選した標語は、平成8年度税務課の標語として、各種印刷物などに使用する予定です。

- 最優秀賞 奥田英俊さん(下村)
「税金は みんなの明るい 明日のため」
- 優秀賞 吉河久美さん(日地)
「税金は 見えない未来の 自分のために」

2月の 保健行事

●お問い合わせ●

町役場 保健衛生課(☎8023有線5001)

育児相談

期日・会場 ▶ 6日(火)中央公民館健康相談室▶20日(火)大海総合センター健康相談室
時間 午前9時30分～11時30分
対象 乳幼児及びその育児者

健康相談

期日・会場 ▶ 7日(水)・21日(水)中央公民館健康相談室▶14日(水)・28日(水)大海総合センター健康相談室
時間 午前9時30分～11時30分

内容 成人を対象にした血圧測定など

親子体操

日時 16日(金)午前10時30分～11時30分
会場 コミュニティセンター
対象 保育園にあがるまでの子どもとその育児者
会費 300円

機能訓練「ふれあいのつどい

日時 15日(木)午後1時30分～
会場 大海総合センター
対象 脳卒中の後遺症や老化などにより日常生活において介護を必要とするかた(介護者の参加も歓迎します)

眼の健康教室開催

期日・会場 2月22日(木)大海総合センター会議室

時間 午後2時～3時30分
対象 どなたでも結構です
内容 「眼の健康について」
講師 中村眼科(小郡町) 院長 中村旭男医師
申込期限 2月16日(金)

骨の健康教室開催(3回コース)

期日・内容▶ 2月23日(金)骨粗鬆症検診▶ 3月6日(水)医師による結果説明▶ 3月13日(水)骨粗鬆症の予防
時間 午後2時～4時
場所 中央公民館
対象 30～59歳までの女性で3回とも参加可能なかた
参加費 3,000円(検診料として)
申込期限 2月9日(金)
※ 参加者が20名に満たない場合は中止します

難病相談会

日時 2月14日(水)午後1時～4時
会場 山口環境保健所
対象 山口環境保健所管内の難病患者及びその家族 その他
相談内容 医師、福祉職員、栄養士、保健の生活治療相談
申込方法 事前に山口環境保健所(☎0339②5111)に連絡してください

ご冥福を祈ります(敬称略)

地区	氏名	年齢	逝去の日
天神町	松崎 清	62	12月20日
井南	渡邊トモエ	83	同 25日
東本町	米倉 康二	62	同 26日
井南	内田 充	88	同 26日
大河内南	小野 篤一	69	同 26日
日地	門田 敏輔	80	同 29日
中条	河野 琢磨	84	同 29日
大河内北	濱廣 均	47	同 29日
中条	中村 幸子	81	1月1日
本町	三谷 保	75	同 2日
浜内	道中シズエ	78	同 6日

(12月11日～1月10日届出)

2月のカレンダー

1996.FEBRUARY・**如月** ききらぎ

1 赤口 木		16 先負 金	<ul style="list-style-type: none"> 補聴器の修理⑧ 8:40~9:10相愛 補聴器の修理⑨ 9:40~10:10相愛 親子体操⑩ 10:30~11:30
2 先勝 金	<ul style="list-style-type: none"> 補聴器の修理⑧ 8:40~9:10メガネの田中 補聴器の修理⑨ 9:40~10:10メガネの田中 	17 仏滅 土	<ul style="list-style-type: none"> 読み聞かせの会⑩ 15:30~(低学年向)
3 友引 土		18 大安 日	<ul style="list-style-type: none"> にこにご映画会⑩ 10:00~13:30~(2回)
4 先負 日		19 先勝 月	<ul style="list-style-type: none"> 心配ごと相談⑩ 10:00~15:00
5 仏滅 月		20 友引 火	<ul style="list-style-type: none"> 育児相談⑩ 9:30~11:30
6 大安 火	<ul style="list-style-type: none"> 補聴器の修理⑧ 13:00~13:30補聴器センター中山 補聴器の修理⑨ 13:45~14:15補聴器センター中山 育児相談⑩ 9:30~11:30 	21 先負 水	<ul style="list-style-type: none"> 健康相談⑩ 9:30~11:30
7 赤口 水	<ul style="list-style-type: none"> 健康相談⑩ 9:30~11:30 	22 仏滅 木	<ul style="list-style-type: none"> 眼の健康教室⑩ 14:00~15:30
8 先勝 木		23 大安 金	<ul style="list-style-type: none"> 補聴器の修理⑧ 8:40~9:10県補聴器センター 補聴器の修理⑨ 9:40~10:10県補聴器センター
9 友引 金	<ul style="list-style-type: none"> 補聴器の修理⑧ 8:40~9:10県補聴器センター 補聴器の修理⑨ 9:40~10:10県補聴器センター 心配ごと相談⑩ 13:30~15:00 読み聞かせの会⑩ 10:30~(幼児向) 	24 赤口 土	<ul style="list-style-type: none"> 創作教室⑩ 13:30~
10 仏滅 土		25 先勝 日	
11 先勝 日	<ul style="list-style-type: none"> 建国記念の日 第10回将棋大会⑩ 9:30~ 	26 友引 月	
12 大安 月	<ul style="list-style-type: none"> 振替休日 	27 先負 火	
13 赤口 火		28 仏滅 水	<ul style="list-style-type: none"> 健康相談⑩ 9:30~11:30
14 先勝 水	<ul style="list-style-type: none"> 健康相談⑩ 9:30~11:30 	29 大安 木	
15 友引 木	<ul style="list-style-type: none"> 機能訓練ふれあいのつどい⑩ 13:30~ 		

- ①……町役場(☎④2121) ②……中央公民館(☎④5321・④2132) ③……歴史民俗資料館(☎④5003)
 ④……大海総合センター(大海支所を含む各施設)(☎④2053)
 ⑤……老人福祉センター(☎④2549) ⑥……秋穂中(☎④2114) ⑦……秋穂小(☎④2250)
 ⑧……大海小(☎④2253) ⑨……コミュニティセンター(☎④2130)