



とくち

1975、 8 / 7

発行者 徳地町長

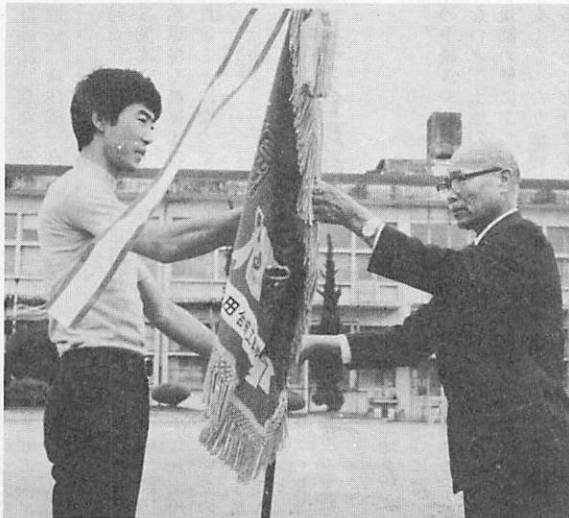
編集者 徳地町企画室

印刷所 今澄印刷



▼大会会長旗（優勝旗）の寄贈

▲プールで水遊びを楽しむ園児たち（30日堀保育園にて）



さる七月六日徳地町体育協会会長旗、争奪野球大会を十二チーム参加のもとに行い、大会会長旗が小田合織工業株式会社山口工場より寄贈されました。

会長旗 寄贈される

本格的な暑さとはいえ、水に親しむ機会が少ない子供達です。なかでも、特に幼児は親といっしょでなくては水に入ることが出来ません。このたび、町内各保育園に子供の健康上からも、また安全教育の面からも、指導の一助として簡易プールが町社会福祉協議会から贈られました。

わあー うれしい

プールにはいれる!!

○（こはとじ穴です）



国民年金だより

たとえば（一般の場合）

① 25年間保険料を納めた人の年金額
 $800 \times 25 \times 12 \times 1.161 = 278.880$

② 25年間保険料を免除された人の年金額
 $800 \times 25 \times 12 \times \frac{1}{3} \times 1.161 = 92.880$

保険料の免除より

納めた方がおとくです

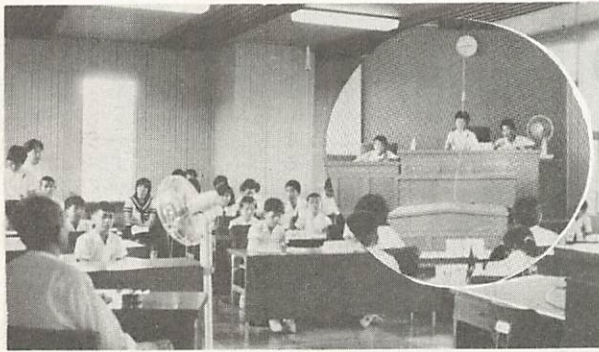
国民年金の保険料は家計が苦しかったり、失業や災害などのため保険料を納めようとしても納められない場合に、手続きをして認められたときは納めることを免除されます。しかし免除された期間の計算は、保険料を納めた場合の三分の一の額で計算されています。上記のようにせっかくの老後の年金額が少なくなります。そこで免除された期間の保険料は十年までさかのぼって、しかも免除された当時の保険料額で納めることができますので、できるだけ将来のことを考えていただき、生活に余

昭和五十年年度 婦人会幹部研修会

佐波郡連合婦人会では、七月十一日山村開発センターに百数名の幹部と指導助言者の参加のもとに、家庭婦人として同和教育問題婦人会活動のとり組みかたと題し有意義な研修会を行いました。

▼子供議会開催

佐波郡補導連盟では、七月十五日町役場議場に町内各小・中学校及び高等学校より二名の代表者が出席し、夏休み中いろいろの行事問題などについて意見の交換会議を行いました。



裕ができたときに保険料を納められることをおすすめします。詳しいことは各部落年金推進員又は町役場町民課国民年金係へおたずねください。

交通遺児に

資金の貸付

自動車事故対策センターでは、交通遺児等に対する資金の貸付けを行なっております。

◎貸付けの対象者

市町村民税を免除されている方
 均等割しか納付されておられない方等、比較的所得の少ない家庭の交通遺児および重い後遺障害が残

っている方の子弟であって、0才から中学校卒業までの方です。

◎貸付け金額

一時金 一人につき
 七〇,〇〇〇円

◎利息

月額 六,〇〇〇円

◎返済

中学校卒業後六ヶ月、又は一年を経過してから二〇年間の均等払いで、又高等学校、大学に進学する場合は申出によって、その期間は返還猶子の制度があります。

◎手続きなど詳しいことは自動車事故対策センター、山口支所（山口市大字朝田一三〇〇番地）三電話 山口四一五四一九番へお問い合わせ下さい。

昭和五十年年度

おかあさんの

読書感想文募集

山口県読書推進運動協議会、県立山口図書館主催で、今年もおかあさんの読書感想文の募集が行われます。

町図書館も課題図書をそろえてたくさんの方の応募、ご利用をお待ちしています。

詳しいことは町図書館（電話四三番、有線二三七二番）へおたずねください。

◎課題図書

▼親の顔がみたい（川上源太郎）

▼女とはなにか（草柳大蔵）▼日本語のために（丸谷才一）▼決をたらしめた神（吉野せい）▼女の一生（モーパッサン）▼かもめのジョナサン（リチャード・バック）▼あの夕陽（日野啓三）▼微笑（近藤啓太郎）▼アラスカ物語（新田次郎）▼風の中の子供（坪田譲治）（カッコ内は著者）

◎出版社 訳者は限定しません。

非行は親の

無関心から



夏休みは誘惑の多い時です

八月の税金

町民健康保険税
 納期は九月一日です。

二期 二期

保健婦だより

夏になると「食欲がない」「夏ヤセする」又、涼し口がたつてから「体がだるい」「元気がでない」など、毎年の夏をいやな季節として迎えられる方が多いのではないのでしょうか？では今年の夏こそ快適に過ごす為に工夫されてみてはいかがでしょう。一番のポイントが、規則正しい生活をする事、暑いから、だるいからと、だらだら過ごす事は、気持ちまでだらけてしまい、かえっていつまでもそのだるさから抜けきれません、また子供さんが夏休みの間、つい夜ふかししたり、夏のいろんな行事にふりまわされて家族皆の生活ペースがくずれてしまいがちです。その中で我々の体力の源である睡眠と食事は、生活の基盤として、できるだけ個々の型をくずさない様にしたいものです。できれば睡眠はいつもより多めに、時間を決めてとることが必要でしょう。また家におられる方なら、昼間三十分で一時間でも横になられると、疲労の回復を早めます。

食事についても、暑いと食欲がおちるのだと決めつけて、水物を多くとったり、あつさりしたものだけですませていませんか？我々の体は、胃の中の胃液の濃度によって食欲を左右され、胃液の濃度が薄くなれば食欲がおちるしくみになっています。したがって胃液の濃度が極度に薄くならない様に

「夏バテ」しないために

気をつけたいのです。その為には、暑いから水物を多くとる。水物をとりすぎるから食欲がおちるといふ悪循環をたぢきつてやることです。また梅干し、柑きつ類、酢のものなど、酢っぽいものは胃液の濃度を高め、胃の働きを助けくれます。次にカロリーの高い油脂類をいかにして多くとるかという点も、夏バテ予防には欠かせないことです。油の味を殺すには酢を使うのが一番よく、意外にあつさり食べられるものです。例えば魚を唐揚げにして酢漬けにする。酢と油をうまく組み合わせる。マヨネーズやフレンチドレッシングをたっぷり使う。あるいは酢豚など中国料理は、油を使った後で酢を使うという点でよい。うことでおいしく食べることが出来ます。こういふ工夫一つで夏ヤセを防ぎ、夏バテからのがれることが出来ます。また、ふだんから血圧の低い方が、夏特に体がきつということがあります。血圧が低いと疲労の回復力が乏しく、とくに暑い季節は、血管が拡張され、血液の循環速度が落ちるため酸欠や栄養を体からすみすみまで運ぶのに時間がかかるので、増々体がきつという状態がおこるのです。こういった人の訴えで多いのが、朝起きにくい、当分気分がしゃんとしない。立ちくらみがする等です。横になった状態や座った状態は、立っている状態より血圧は低くなっており、又急に起き上がった時、立ちくらみすると、一時的に血圧は下がります。そこで、こういった症状

に、特効薬はありませんが、一般的には、無理がきかないということとを自覚した上で、規則正しい生活と、バランスのとれた食事を心がけることです。また、朝が起きにくいことも、目覚めてからしばらく布団の上でごろごろしたり、手足を伸ばしたりして、血圧が少し上がってからゆっくり起きるといふ工夫や立ち上がる時も動作をゆっくりすることで、立ちくらみも防げるのではないのでしょうか。そして、これらの人が、貧血を合わせもつと、一層症状がひどくなります。貧血は、服薬や食事による病気で、お医者さんで正しい診断と適切な治療を受けられるとよいと思います。

10月1日

国勢調査

今回の国勢調査は、大正九年の第一回調査から数えて第十二回めの調査が行われます。今回の調査は、一〇年ごとの大規模調査の中間年に行われる簡易調査で、昭和40年国勢調査の調査事項と同じです。男女の別、出生年月日など人口の基本的なものと同就業状態、産業、職業など経済活動に関する事項、世帯の種類、住宅の種類、居住室数、世帯数など世帯や住宅に関する事項などとなっています。一人もれなく、正確に申告していただくよう、みなさんのご協力をお願いいたします。

徳地音頭

作詩 有近律夫

一 徳地音頭は たれでも踊る
老も若きも 袖ふりあげりや
足は自然と アレついて出る

二 佐波の流れの 若鮎ならば
君は十八 おれだと二十
早く色づけ アレ下り鮎

三 二月観世音 五月の薬師
参拝で願かけや その日を縁に
晴れて結すべる アレ時もくる

四 人は一代 踊子は二代
踊りあかさう 徳地の唄で
こ宵一夜を アレたのしみに

五月は出たく 踊子も揃った
音頭とる手に 色香がまじりや
町に浮名の アレ波もたつ

再交付されたものを社会福祉のため寄付
▼一万円
大字 鯖河内字上角の松田忠臣さんから、ご尊父、故馬之蒸さんの香典返しの一部として寄付
▼五千元
大字 堀字伏野の松本ヒサ子さんから、ご主人、故清治さんの香典返しの一部として寄付
▼一万円
大字 山畑字大久保の吉賀信夫さんから、奥さん、故八代子さんの香典返しの一部として寄付
▼三万円
大字 柚木字高巢の三戸 潔さんから、長男、故俊生さんの香典返しの一部として寄付
▼三万円
大字 伊賀地字古森の山本博明さんから、ご尊父、故嘉七さんの香典返しの一部として寄付

以上、ありがとうございました。町社協福祉事業のため有意義に役立てていただきます。

記事訂正のお詫び

七月号五ページの農委だより中 保険料納付済期間と年金支給額の表のうち、六十歳以降とありますが、六十五歳以降の誤りでした。お詫びして訂正いたします。