

参議院へ
行くぞ私のこの一票

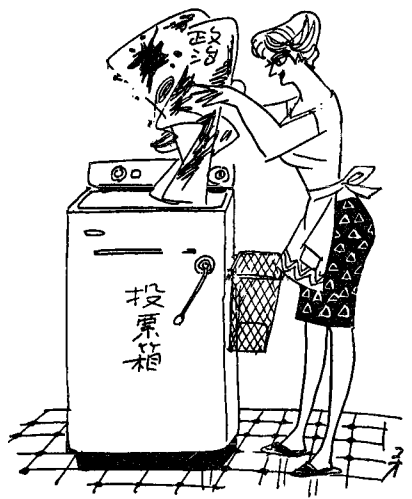
七月七日は

参議院議員の投票日

七月七日は第十回参議院議員通常選挙の投票日です。今回の選挙は参議院議員の半数の任期満了に伴い行われる選挙であり、地方選出議員については全国で七六八、本県選挙区では二人、全国選出議員は五四人を選挙する国民の注目すべき選挙であります。すでに有権者の皆様には投票所の入場券がお手元に届いた事と思います。(入場券が届いておられない場合には至急選挙事務局まで御連絡下さい)

その入場券を投票日当日、指定された投票所へ持参して投票することになっております。今回の投票は地方区と全国区とに区分されておりますが投票用紙は地方区が薄黄色(黒色刷)全国区は白色(赤色刷)の投票用紙になっておりますので間違つて候補者の氏名を記載しないでください。

一票でママは政治のお洗濯



七月七日は第十回参議院議員通常選挙の投票日です。今回の選挙は参議院議員の半数の任期満了に伴い行われる選挙であり、地方選出議員については全国で七六八、本県選挙区では二人、全国選出議員は五四人を選挙する国民の注目すべき選挙であります。すでに有権者の皆様には投票所の入場券がお手元に届いた事と思います。(入場券が届いておられない場合には至急選挙事務局まで御連絡下さい)

尚六月十五日発行の公民館報にお知らせした通り、第六投票所(新保、竜玄地域)だった新保公民館が取り壊しになりましたので今月から当分の間新保公会堂を投票所に変更いたしましたのでお間違いない様に入場券をお確かめの投票して下さい。

交通安全県宣言12周年
来る七月十日は、新潟県が「交通安全県宣言」をしてから十二周年を迎える記念日です。この日は、県民が交通事故による死亡者の冥福をお祈りしあわせて交通安全防止の自覚を新たにすするため、午後二時三十分を期して一分間の「もくとう」にご協力をお願いいたします。職場で休んでいる方も、道路を通行中の方も、家庭におられる方も、交通安全を期して、

所得税第一期分の納税は7月31日まで

七月は所得税の予定納税第一期分の納税をする月です。納税額は六月中旬に税務署から通知されますので、この金額を七月一日から七月三十一日までに納めていただくことになっております。

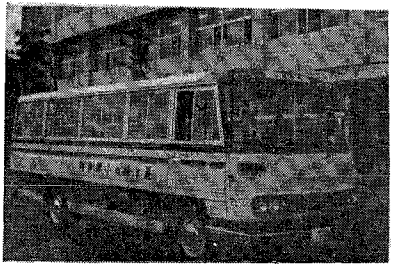
振替納税制度のご利用を
納税の際には、電話料やNHKの受信料の払込みと同じように、預金口座から自動的に支払われる振替納税制度を利用されますと、手数料がかなり便利です。

まだ利用されていない場合は、あなたが預金をしている金融機関または税務署にご相談ください。

雨期の備えは万全ですか

七月は、大雨の降る月です。そして、この雨が夏の到来の知らせでもあります。知らずとも、お家の雨期の備えは万全ですか。特に、山手のかたは注意が必要です。最近、山の土をけずり取り、その所に家を建ててこのような家がが増えていきます。このような家のかたは、大雨のときは、常にガケの状態に注意を払わなければなりません。ちよつと危険だと思つたら早めに役場に連絡し、避難するなどに、災害を未然に防ぐようにいたしましょう。

カメラスポット



町にマイクロバスが入りました。「花と緑の小須戸町」の文字も鮮やかな26人乗りです。

消費者の相談は消費生活改善推進員が護身

県では、消費生活行政を推進するため、四月から「消費生活改善推進員制度」を実施することになりました。県下に二〇〇人の推進員を一般消費者の中から知事が委嘱し、早速業務を開始いたしました。

本町からは、次の方が委嘱されましたので、生活必需品関係のことについて、苦情要望、ご意見等がありましたら、お気軽にご相談ください。

消費生活改善推進員
小須戸町新保
箕和キイ

くらしと健康

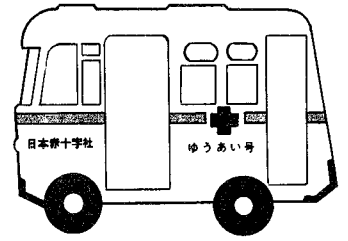
一日一個のトマトを

トマトの盛りです。トマトは赤い色をしているので人参の仲間の緑黄色野菜と思っておられる方はいませんか。

ビタミンAはわずかで、大根やキャベツの仲間ですが、ビタミンCが豊富で、大きめのトマト一個で私達の体が一日に必要なビタミンCを満たしてくれます。

また、トマトには肉や油物の消化を早めて、胃の負担を軽くしてくれる働きも有ります。おいしそうなたんかつやフライの脇に添えられたまっ赤なトマトは見た目が美しいばかりでなく、栄養的にも配慮されたものですね。また、疲れやすい方、便秘がちの方には、トマトジュースをおすすめします。豊富に含まれる酸が疲労を回復し、便秘を防いでくれます。特にトマトの皮が便秘を防いでくれますが、近頃は農薬が心配されますが、近頃は農薬が心配

献血車「ゆうあい号」がきます



とき 7月26日(金)
午前9時30分 ~ 午後3時
ところ 小須戸町公民館前

なのでよく洗ってから食べるようにしましょう。
//新鮮なトマトを一日一個ぜひどうぞ!!

「たちくらみ」と「めまい」
たちくらみは梅雨あけのむし暑いときによくおこります。急に起きあがったり、立ちたりすると一瞬くらっつとして目の前が真暗になる症状です。

貧血気みの人、低血圧の人、病みあがりの人、睡眠不足、過労のとき等に起り易いのです。

急激な動作をさけること、軽い体操をして、血管の反射を訓練すること、充分な休息をとって過労を防ぐこと等が予防になります。

社会を明るくする運動実施月間

青少年の非行防止とみんなの力で犯罪のない明るい町を築くため七月は全国的に社会を明るくする運動が展開されます。進んで協力いたしましょう。

実施月日	時間	会場	対象	種別
7月24日	PM 1:00~2:00	武道館	S48年6月~49年4月	百シ破混合
今月の不燃物収集日				
◇ ガラス類		◇ 鉄類		
収集日 火・木・土地区	7月3日(水)	収集日 火・木・土地区	7月17日(水)	
収集日 月・水・金地区	7月4日(木)	収集日 月・水・金地区	7月18日(木)	

今月の保健だより
問診票及び母子健康手帳を忘れずにお持ち下さい。

みな相談室
(問) 私は先回の選挙当日お産入院中で投票が出来ませんでした。不在者投票の制度について教えてください。
(答) 不在者投票は選挙当日お産入院中から投票出来ない人のため認められた制度です。これには会社の用務や旅行中、病気があわせて五つの事由があります。あなたの場合は入院先の病院が不在者投票の指定病院でなかったものと推定されます。その場合はあらかじめ不在者投票を済ませておく心ごまが必要です。
(問) 私は身体不自由のため投票が困難です。その場合の方法を教えてください。
(答) 身体不自由や文盲の方の為に代理投票の制度があります。この制度は字の書けない選挙人のため投票管理者が定め二人の補助者が選挙人の投票をお手伝いするもので投票の秘密は固く守られますが投票所に行つて投票しなければなりません。