# 心のスキが火事のもと

## 暖房器具の取扱いにご注意を

毎年冬になると、県内各地で暖房器具の取り扱いミスによる火災が多く起きています。ストーブの近くに洗濯物を干しておいて火がついたり、石油ストーブのカートリッジタンクのキャップの締め付けが悪くて出火したりなど、『ちょっとしたミス』や『うっかり』が火災の原因になっています。

ストーブに給油するときは火を完全に消してから行い、カートリッジタンクへの給油はキャップを十分に締めて、本体にセットするときにもう一度キャップを確かめる余裕が必要です。

今まで大丈夫だったから、今まで何もなかったからと安心していると、その油断が火災の原因になります。あの時こうしていれば、あの時もっと良く確かめておけば…では遅いのです。

日ごろのほんの少しの心がけや気配りで、火災を未然に防ぐことができます。暖房器具の取り扱いに気をつけるのはもちろん、次の点に注意することも忘れないでください。

① 非常口は、いつも通れるようにする。

② お年寄りや小さな子どもは、一階などの避難しやすい場所に寝かせる。

③ 暖房器具の手入れや点検をときどき行う。

④ 消火器や風呂に水の汲みおきなどの準備をしておく。

祝成人

# 大人の第一歩は 国民年金へ加入

成人式の季節がやってきました。新成人の皆さん、おめでとうございます。

新成人として新たに認められる権利はいろいろありますが、大人としての義務を負うことも忘れてはなりません。国民年金に加入することも、大切な義務の一つです。

若い皆さんは、「年金なんてまだまだ先のこと」と思われているでしょう。しかし、若い皆さんにも老後は必ずやってきます。人生八十年時代といわれている現在、国民年金は老後生活の基盤です。長い人生に、何の保障もないようでは困りますね。

また、不幸にして病気やけがで働けなくなることもあります。国民年金は、老後だけでなく、障害や死亡についても年金を支給する制度です。

新成人になるのを機会に、自分の生活設計の一つとして、必ず「国民年金」に加入しましょう。二十歳以上の学生の皆さんも、市役所市民課で、印かんを持参のうえ加入の手続きをしてください。

なお、お勤めになっていて厚生年金や共済組合に加入している方は、届け出の必要はありません。

くわしいことは、市民課国民年金係（☎24－2111内線118）へお問い合わせください。

### 国民年金には免除制度も

国民年金に加入すると、毎月保険料を納めなければなりません。

国民年金保険料は、収入のある人も無職の人も同じ額のため、経済的理由で納めることが困難であるときは、免除される制度があります。学生の場合は、親の負担も考慮にいれて、一般の場合とは別に免除基準が設けられています。

保険料を未納のままにしておくと、将来、年金が受けられなくなることもありますので、免除制度を利用してください。

また、免除が承認された期間の年金額を計算する際、納めた期間の三分の一として計算されます。十年以内であれば、後で納めることもできます。余裕ができたときは、できるだけ納めるようにしましょう。

### 乳児保育を受付 さくら保育園で

さくら保育園（南町）では、乳児保育を次のように受け付けています。

□対象…生後4か月以降の乳児

□定員…6人

□申込み…さくら保育園（☎22－0404）へ。

入園を希望される方は、お申し込みください。

お買物、ご用命は市内で

'93春のご婚礼衣裳展
1月16日(土)～23日(土)～19日(火)～26日(火)新津(本町3)展示場
Bridal Salon 伝 丸伝
新津店 本町一丁目☎(24)3855㈹ 新潟店 古町九番町☎(228)5881

襖、壁、障子、天井、カーテン
ブラインド、カーペット、クッションフロアー
美術表装、額、掛軸
表具 一心堂
本町3 ☎22－2035



# 保健

### 新しい老人医療受給者証を郵送

市では、一月三十一日で有効期限の切れる老人医療受給者証に替わり、新しい受給者証（五年間有効）を今月中に郵送します。

二月一日から診療を受けるときは、病院の窓口に新しい「老人医療受給者証」と「保険証」を忘れずに提示してください。

なお、新しい受給者証は、一月十四日現在の内容で作成したものです。その後の転居などで記載内容に変更がありましたら、市役所保健課窓口⑩番へお越しください。

□問い合わせ…市役所保健課保険給付係（☎24－2111内線138）へ。

### 新津保健所のテレホンサービス

□電話番号…22－5175

□サービス時間

・月曜日～金曜日…午後5時～翌日の午前8時30分

・土曜日、日曜日、祝日…終日

□1月～3月の内容

・月曜日…家事をしながらシェイプアップ！

・火曜日…寝たきりゼロへの道「骨粗しょう症の予防」

・水曜日…上手に外食してますか？

・木曜日…子どもの夜泣き

・金、土、日曜日…ボケとつきあう法（1月）、ステキな思秋期むかえませんか？（2月）、クシャミ・鼻水・花粉症（3月）

## 健康のまど

(145)

### 精神障害者を持つ家族の集まり「あすなろ会」

精神障害者というと、社会では常に別扱いと考えられ、あたりまえの生活や権利が奪われる中で、家族はいろいろの悩みに直面しています。こうした家族が同じような悩みを話し合い、解決していきたいと集まったのが「あすなろ会」です。

これまで、病気に理解を深めるための勉強会や経済的負担の大きい医療費の軽減のための運動、社会的自立を目指した作業所の建設・運営などの活動を行ってきました。

また、年何回かの交流会では、お互いの気持ちを語り合い、今後の活動方向を模索しています。

現在の活動の柱は、患者の社会復帰の足がかりの場「いしずえ作業所」を充実させることです。そのため、運営資金にとバザーを開いたり、作業所でボランティアとして働いたり、公共機関へ援助のお願いをしたりしています。その歩みはゆっくりですが、障害者が住む社会へ向けて少しずつ進展しています。

共にがんばってみようと思われる方は、新津あすなろ会事務局（市役所保健課内☎24－2111内線131）へご連絡ください。

### 献血の日程

献血車「ゆうあい号」が、次の日程で来市します。愛の献血にご協力ください。

・1月17日(日)の午前10時～正午と午後1時～3時30分…長崎屋新津店（本町4）

□成分献血（予約制）

・2月4日(木)…県総合庁舎（山谷南）

成分献血は一人一時間ほどかかるため、予約制になります。市役所保健課（☎24－2111内線133）へお申し込みください。

### 当番医の変更

夜間当番医が、次のように変更になります。ご注意ください。

□1月22日（金）…にいつ眼科（本町3）→加藤医院（本町3）

### 福祉

#### 寝たきり老人の寝具をきれいにします

市では、寝たきりのお年寄りに快適に生活してもらおうと、寝具の乾燥、消毒サービスを行っています。ご利用ください。

□対象になる人…自宅で寝たきりの65歳以上の人

□内容…毎月一回、市と契約している業者がご家庭を訪問し、敷ぶとん二枚、掛ぶとん一枚、毛布二枚の乾燥と消毒を行います。

□費用…無料

□申込み…市社会福祉事務所高齢福祉係（☎24－2111内線233）へ。

### 還付申告説明会を開催

2月3日(水) 市民会館会議室

所得税の申告は2月16日から3月15日までですが、還付を受けるための申告は期間前でも受け付けています。

関東信越税理士会新津支部では、次のように還付申告の無料説明会を開催します。税金の計算方法などでお困りの方は、ぜひご利用ください。

▷とき…2月3日（水）

▷ところ…市民会館第2会議室

▷内容および時間

・午前10時から…年金受給者、医療費控除

・午後1時30分から…住宅取得控除

お買物、ご用命は市内で

花キューピット 花に託して心を贈る 全国どこにでもお届けします
小林生花店
新町1丁目 TEL22－1080 22－5707(夜)
(各流いけばな教室御案内します)

スーパーソフトニング クリニックパーマ
パーマをかけながら髪を健康にする
¥ショート 10,000 ロング 10,500
スーパーソフトニング ストレート
ウエーブヘアを軟らかなストレートヘアに
¥ショート 10,000 ロング 11,000
ハッピー美容室 本町二丁目11-3 ☎22-0797