

30	28	26	24	19	18	14	12	5	日
日	金	水	月	水	火	金	水	水	曜
健康 展	予防接種・インフル エンザ(二回目)	犬登録と 狂犬病予防接種	心配ごと相談日 健康相談日 エンザ(一回目)	乳児健診 S 57年12月1日~S 58年6月1日 S 58年6月1日~S 58年7月31日生	「三混」一回目 予防接種	「麻しん」 予防接種	「ポリオ生ワク投与」 予防接種	貧血精密検査	事業名
一般住民	小学生全員	飼育犬全部です	一般住民 午後一時半~三時	生後24ヶ月~48ヶ月 対象者は三回続く予 防接種ですから健康 に留意下さい。	生後18ヶ月~36ヶ月児 (過去に予防接種を受 けた者、はしかにかか った人は申出下さい。)	生後3ヶ月~18ヶ月 児を対象(但し48ヶ 月まで予備期間)	検診結果で必要とさ れた者	対 象	
中学校	小学校	参照 8ページ	月寿荘 保育園	月寿荘	月寿荘	月寿荘	月寿荘	月寿荘	会場

# 保健福祉だより

## ○10月の事業日程

# 年金はじゅずつなぎ

わが国の年金制度は、農業や自営業などの人が加入する国民年金をはじめとして、厚生年金保険各種共済組合年金など八つの公的年金制度があり国民の誰もがいずれかの年金制度に加入し、年金を受けることができるという「国民皆年金」の体制になっています。

これらの公的年金制度から、老齢(退職)年金を受けるためには一定の加入期間が必要です。しかし、職種をさえ、いくつかの年金制度に加入し

た人は、一つの年金制度の加入期間だけでは必要期間を満たすことができないため、どの年金制度から老齢(退職)年金を受けられないという状況になってしまいます。これは「国民皆年金」の意味がなくなり、加入したいくつかの年金制度の期間を合計(じゅずつなぎ)して一定期間以上になれば、それぞれの年金制度から加入期間に応じた年金が受けられるしくみになっていきます。

これが年金の通算制度です。ですから、職種をかえても、

## 国民年金と厚生年金などはつながります!!



老後は年金を受けられることになっていきます。通算年金について疑問をお持ちの方は年金係へおたずね下さい。

## 今月の献立

※煮魚の一品料理を紹介します。  
=さばのみそ煮=  
さばは一度油で焼いておくと、早く魚に熱が通り煮くずれせずに煮ることができます。

材料(4人前)

- さば(切り身) 4切れ
- ねぎ 4本
- 生姜 ひとかけ
- みそ 大さじ8
- ごま油 適宜
- 塩 少々
- しょう油 大さじ4
- 砂糖 大さじ4
- 水 2カップ

作り方

- ①さばは塩少々をふってしばらくおき、身をしめる。
- ②フライパンにごま油を熱し、さばの両面を焼いて取り出しておく。
- 鍋にみそ、しょう油、砂糖、水、薄切りにした生姜を入れて煮たて、この中にさばと5cm長さに切った葱を入れ、火を少し弱めて煮つめる。
- ④でき上がったら器にさばと葱を盛り、煮汁をかける。

さつま とりんご重ね煮

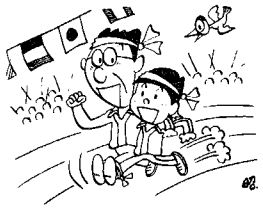
材料(4人前)

- さつま芋 200g
- りんご 中々コ
- 干しぶどう 大さじ3
- 白ぶどう酒 少々
- バター 大さじ1
- 砂糖 大さじ2
- 塩 小さじ4
- 水 4カップ
- レモン汁 少々
- 牛乳 1カップ

作り方

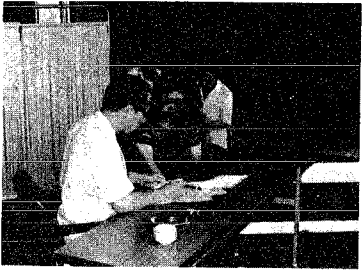
- ①さつま芋は皮つきのまま薄い輪切りにして水にさらし、水気を切る。
- ②りんごは六つ割りにして皮としんを除き、薄いいちょう切りにする。
- 干しぶどうにぶどう酒をふりかけしばらくおく。
- ④鍋にバターを入れ、さつま芋、りんご、干しぶどうの順に重ね入れる。ここに(A)の材料を順に加えて火にかけ、沸騰するまでは強火、その後は中火でゆっくりと汁がなくなるまで煮る。

## 10月16日 村民運動会は



健康相談会をご利用下さい

今、各地域の会場で、健康相談会を行っております。血圧測定、尿検査、栄養相談等を行っていますので気軽においで下さい。



## 佐野、曾屋、渡辺さんが優勝

### 村民囲碁将棋大会

去る八月二十一日、月寿荘において夏季村民囲碁将棋大会が開催され、結果は次のとおりでした。

囲碁の部	優勝 佐野 博行
準優勝	道見 秀雄
三位	深沢 隆平
将棋の部	優勝 曾屋 弘
準優勝	関根 俊一
三位	小林 昭二

### テニス大会

参加者募集

日時 10月9日(日) 8時30分

会場 月瀧村テニス場

種目 軟式混合ダブルス  
硬式ダブルス

みなさんの参加をお待ちしております。詳しくは月瀧村公民館へ(電話七五三〇〇一)月瀧村体育協会 月瀧村テニス連盟

# 公民館だより

## ○10月の事業計画

毎週火	29~28日	23日	20日	日
	日~金	日	木	曜
スポーツ少年団柔道	中之口沿線地区 青年リーダー研修	村内小学生柔道大会	高令者学級	事業名
西公民館	国立警視青年の家	西公民館	月寿荘	会場

## あきつ俳壇

- 母雲は子雲を抱く秋蒨
  - 合掌の形に閉じし蓮の花
  - 金網の垣に昼顔咲き乱れ
  - 吹きやまぬ風の一 日終戦日
  - 支え木に太目の竹や初トマト
  - 靴音へ犬の振り向く芒道
  - 改修の蛇籠の土手や青胡桃
  - 白鷺の羽を休める休耕田
  - 洗われて十葉の根の白さかな
  - 新涼やドアーに猫のくぐり穴
  - 十葉を刈って草履を濡らしけり
  - 露草や首塚という石一つ
  - 茶碗屋も一刻忙し盆の市
  - 紫湯花の広葉に小雨音たてて
  - 秋帽子旅の切符をはさみおり
  - 地下足袋に田芹の花のはさまれり
  - 結納の日取もきまきり障子貼る
  - 絵襖を外し燈籠吊しけり
  - 盆路を刈り昼酒のまわりけり
  - 土手刈って施餓鬼の棚の組まれり
- 堤防の叢に無縁仏の石塚がある。盆供養に有志で周辺を綺麗にし供物棚をつくって無縁の死者を弔う心情を詠む。
- (あきつ九月旬会より転載)

