



# 腕自慢も車の衝撃には耐えられない

8月1日から9月20日まではシートベルト着用推進運動が行われます。車に乗っていて事故に遭い、死亡した人の損傷部位では57%が頭、18%が脳です。車の衝撃事故で怖いのは、車がつぶれることで

## シートベルト着用推進運動

は、放り出され、あちこちにつつかうな効用があります。①車外に放り出されるのを防ぐ、②衝突時に意識不明にならずにすむ、③コーナーで曲がるとき体がホルルドされるので安全な運転ができる。などです。シートベルトを忘れずに。



第1回の8月3日の様子

地域活性化学習活動事業  
健康な町づくり町民講座  
黒埼町公民館では、健康づくり、体力づくり、老人医療を学習し、健康な町づくりを目指そうと「健康な町づくり町民講座」を8月から始めています。第1回は3日(日)に行い、2回目は27日(水)に開きます。ぜひご参加ください。問い合わせ……教育委員会

### 学習計画 (予定、変更することもあります)

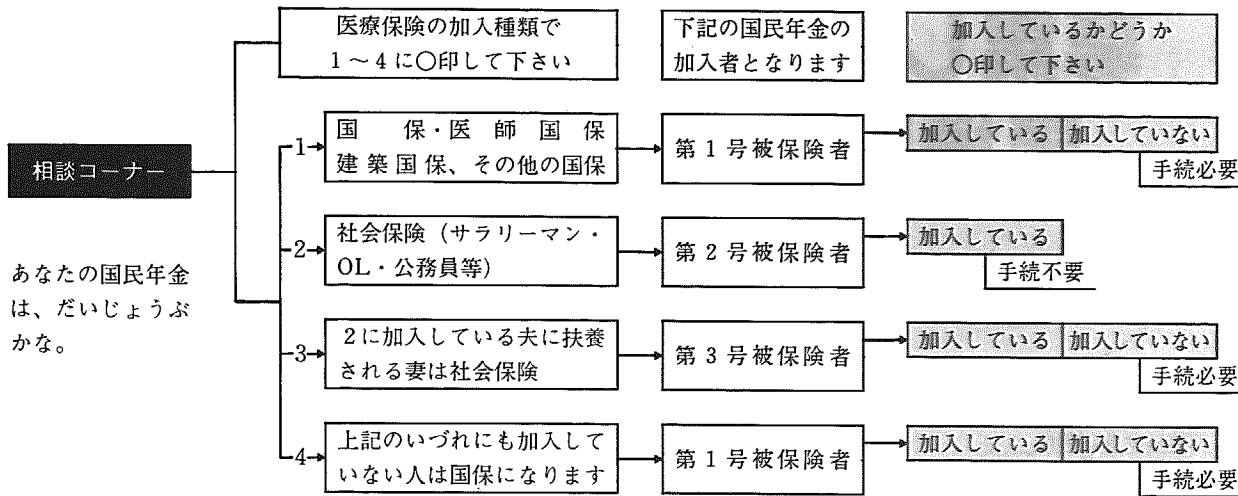
回	日時	事業内容 (学習テーマ)	会場・講師
1	8月3日(日) 9:30 ~ 15:00	開講式 三世代交流会 ※広報9月号でご紹介します。	農村環境改善センター 新潟市教育委員会 社会体育係 主査 金子 淑子氏
2	8月27日(水) 13:30 ~ 15:30	「高齢者の体力づくりと安全な体の動かし方」 「県下一高老人医療について考えてみよう」 ※スポーツのできる服装でおいでください。	農村環境改善センター 国際教養法研究所 教授 尾形 元治氏 国保係長 鷲尾 仁氏 保健衛生課と共催
3	9月17日(水) 13:30 ~ 15:30	成人病予防と医療費について(講義と話し合い) ～中年の成人病予防について～ 医療費のしくみについて考えてみよう	農村環境改善センター 今泉医院 院長 今泉 信作氏 国保係長 鷲尾 仁氏 保健衛生課と共催
4	9月28日(日) 10:00 ~ 12:00	健康な体力づくり(実技) ～親子と一緒に身体を動かし、汗をかいて ふれあいを深めよう～ (若いお父さん、お母さんとその子供)	農村環境改善センター レクリエーション指導員 乙川 哲夫 殿
5	10月19日(日) 10:00 ~ 12:00	健康な体力づくり(実技) ～地域で取り組もう～ 立仏地域の人たちとともに	立仏公民館 社会体育指導員
6	11月中旬 10:00 ~ 12:00	健康な体力づくり(実技) ～地域で取り組もう～ 木場地域の人たちとともに	木場小学校 社会体育指導員
7	11月30日(日) 10:00 ~ 12:00	閉講式(記念講演) ～心の健康～ 心の健康について考えよう	農村環境改善センター 元コロニー白岩の里 所長 花積 正夫氏

お気軽に参加してください

# 知っていますか

# 国民年金

国民年金は自分自身の将来の生活をささえるための制度です。  
今年の4月1日からすべての人達が20歳から60歳になるまで一部の人を除いて国民年金に加入しなければなりません。あなたやあなたの家族の方はだいじょうぶでしょうか。  
下記の相談コーナーで加入していないのに○印がつく人が家族にいる場合、地区の年金委員が役場の住民福祉課年金係へ気軽な気持ちでご相談ください。

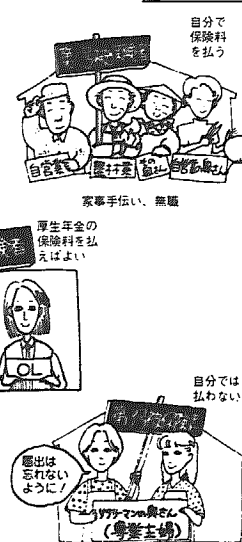


一部の人は……学生と厚生年金、共済年金の老齢・退職年金をもらっている人

まちがわないように……厚生年金・共済年金等の老齢・退職年金の資格期間を満たしている人で現在自営または無職等の場合は国民年金の第1号被保険者となります。手続きしないと基礎年金を受けられない場合があります。

保険料を納めることが困難の人……国民年金の保険料は、その人の家族の所得状況等で現在、納めることがむずかしいと判断されると保険料が免除されます。申請書は役場国民年金係にあります。申請書は役場

奥さんでまだ済んでいない人がいますよ……厚生年金などに加入している夫に扶養されている奥さんで国民年金に加入していない人は住民福祉課に届出してください。



## シートベルトの正しい締め方

シートベルトは、ただ漫然と締めても効果は望めません。正しい締め方をぜひ覚えてください(ここでは3点式シートベルトの着用方法を図解します)。

### ①ベルトは腰の位置で締める

シートは倒さず、深く腰をかけ、ベルトは腰骨の位置で締めてください。腰(骨盤)体の中で最もじょうぶな位置です。お腹はやわらかすぎるので危険です。



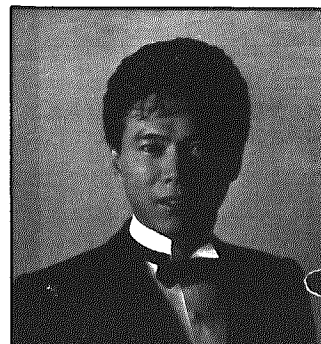
### ②ベルトはよじれていません

ベルトがよじれていると、部分的に圧力が高まってしまい、十分な効果が得られなくなります。また、ベルトが首にかからないようにしましょう。



### ③バックルはカチッと音がしましたか

カチッという音がしっかりと差し込まれた証拠の音です。



森進一

## 社会福祉チャリティショー

9月27日(土) 2時～6時30分～  
総合体育館

前売 2,000円(大人)、1,500円(小学生以下)  
当日 500円増

開催所 黒埼町農協、黒埼町商工会、黒埼町役場、後援団体

主催/黒埼町社会福祉協議会 後援/母子福祉協議会、身体障害者福祉協会、民生委員協議会、老人クラブ連合会、遺族会