

第3回 農業祭



▶ 昨年の農業祭から

- 期日 11月12日(土)~13日(日)
- 会場 村民体育館
- 内容
 - 農林産物展示即売会
 - 乳製品展示即売会
 - しいたけ即売会
 - 養蜂産物即売会
 - こうじ、漬け物即売会
 - たまご即売会
 - 米を原料とした手づくり弁当の展示会
 - カラオケ大会
 - 牛乳、コシヒカリのおにぎり、綿あめ、ポップライスなどの無料サービスコーナー
 - その他楽しい催しがいっぱいです。みなさんお問い合わせ、お出掛けください。

日本の主食・米——(8)米と老人の食事



カロリーオーバーは長寿の赤信号。

体の老化を防ぐには、良質のタンパク質を毎日十分にとることが望ましく、事実「長寿者は比較的タンパク質を多くとっている」という報告が出ています。60歳以上の人の一日に必要な総カロリーは、体重1kg当たり30*カロリーが目安です。タンパク質の一日の理想摂取量は、

体重1kg当たり11~1.5gです。

老人の食事としては、まず必要なタンパク質とある程度の脂肪、それに若い人よりもビタミンを多くとることが第一。そして残りのカロリーを、消化のよいごはんやパンで補う、という食事パターンが理想とされています。

生活知の

領収書の保管期間

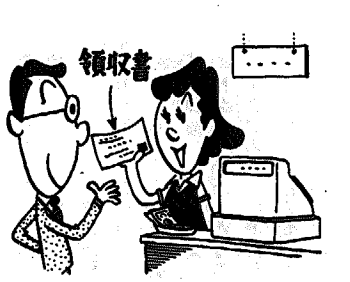
効力がなくなるまで大切にしましょう

領収書は金銭の支払い、品物の受け渡しなどの証拠となるものです。借金を返すときや代金を支払うときは、必ず領収書を受け取り、大切に保管しましょう。

保管しておく、毎月定期的な支払うものについては、二重払いなどを防ぐことができます。また、品物に欠陥があった返品したいときや、買った品物が送られてこないときなどにも役立つとあります。

がなくなるまで保管しておくべきです。領収書をいつまでとっておくかは、支払い代金の種類によって違います。主な領収書の保管期間は次のとおりです。

- シリーズ・4*
 - 税金の申告に欠かせないのが領収書で、必要経費の証明になります。
 - 領収書は、代金の支払い義務金の支払い義務がなくなるまで保管しておくべきです。



- 一年間―飲食代、宿泊料、タクシー代、旅客や貨物の運賃、大工、左官の手間賃など。
 - 二年間―電気・ガス料金、クリーニング代、パーマや散髪代、
 - 三年間―医療費、建築工事費など。
 - 五年間―国税・地方税、水道料金などの公共料金、地代、家賃、利息、月賦代金、商売上の貸借金など。
- ただし、国民年金保険料の領収書は、年金を受けるときまで必要です。
- 大切な領収書です。きちんと整理し、保管しておきたいものも、なくしてしまったときは、できるだけ再発行してもらおうようにしましょう。



間瀬小学校が 火事だ!?

午前九時、一階調理室付近から出火。先生方はただちに南部消防本部岩室分署に通報し児童を誘導して屋外へ避難。その間消火と非常持出品の搬出―通報を受けた分署では、はしご車、消防車、第四分団員(間瀬地区)を急行させ児童らの救助、消火の両面作戦を開始……。

これは先月二十六日に行われた間瀬小学校と消防団、南部消防本部岩室分署合同の火災避難訓練での一コマです。

これは突発的に起こる火災に備えて実施されたもので、児童らが見守る中、本番さながらに行われました。

一方中央保育園、和納保育園の園児たちの避難訓練も同日行われました。

「点検は防火のはじまりしめくり」を合言葉に、秋の防災週間が今月(二)日まで行われています。これからの季節、火気を扱う機会が多くなります。火の元には十分注意してください。

● 指名手配犯人の検挙にご協力を ●



11月は 指名手配被疑者捜査強化月間

- 全国的な指名手配されている被疑者は、58年9月1日現在で4,662人にのぼっています。中には、殺人、強盗、などを働いた凶悪犯もあり、同じような犯行を繰り返す恐れもあります。
- 駅や駐在所に張られるポスターなどの写真に見覚えがありましたら、ためらわず警察(110番)へご連絡ください。
- 石瀬の渡辺岩夫さんから「母ミナさん」のご冥福を祈られ金五万円のご寄付がありました。
- 和納六区の竹内勝衛さんから交通安全表彰の金一封三千元のご寄付がありました。
- 交通安全施設充実のために
- 岩室村農協(本間正組合長)からカーブミラー五基と横断旗一四〇本を
- 和納農協(大岩安平組合長)から幼児用交通安全教育セット一セットと横断旗一四四本を
- 間瀬農協(田川正邦組合長)から児童用雨傘二十二本のご寄付がありました。



東北電力が防犯灯を寄贈

先月十七日、東北電力巻営業所から村に省エネ型防犯灯が寄付されました。これは毎年いただいているもので今年も三十基(三十一万円相当)です。当日は星巻営業所長らが来庁され、金子村長に目録が手渡されました。これからさらに日の入りが早まる時期。ほんとうに役に立つ贈り物です。

善意をありがとう

交通安全施設充実のために

- 岩室村農協(本間正組合長)からカーブミラー五基と横断旗一四〇本を
- 和納農協(大岩安平組合長)から幼児用交通安全教育セット一セットと横断旗一四四本を
- 間瀬農協(田川正邦組合長)から児童用雨傘二十二本のご寄付がありました。