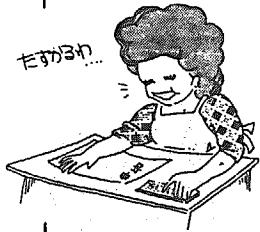


国民年金の保険料は 年末調整されます



今年、一年間に納めた国民年金の保険料は、サラリーマンの年末調整や自営業者などが確定申告をすると、その額が所得額から控除されます。十二月は、年末調整の月ですから、該当する人は、この手続きを忘れずに。

昭和五十八年一月から十二月までに納めた、つぎの保険料が控除の対象になります。

- 定額保険料
 - 五十八年一月から三月までは、一か月につき、五千二百二十円、四月から十二月までが、一

か月につき五千八百八十円（定額保険料を一年間納めた場合は六万八千三百三十円）

□付加保険料

- 五十八年一月から十二月まで一か月につき四百円（付加保険料を一年間納めた場合は四千八百円）
- *五十八年一月から十二月の間に未納保険料、前納保険料や追納保険料など納めた方で、保険料額などがわからない人は役場住民福祉課年金係（☎④四一一一内線一七）へどうぞ。

また、この期間以外でもタイヤチェーンに替えて使用するようすすめています。

道路の損耗防止と生活環境を守るためドライバーのみなさんのご協力をお願いします。



善意を——ありがとうございます

▽油島の山田三芳さんから「父平蔵さん」のご冥福を祈られ金二十万円のご寄付がありました。

▽横曽根の成田正雄さんから「父茂さん」のご冥福を祈られ金十万円のご寄付がありました。

ご注意を——冬の踏切事故

冬は雪と凍結のため、自動車が踏切でスリップして、列車と衝突することが非常に多くなります。踏切の手前では必ず一旦停止を、また踏切中ではギアチェーンをしないなど心掛けてください。

年末年始は休みます

下記の期間、役場や村の各施設は年末・年始の休みになります。年末は窓口が混み合いますので、お早目に……。

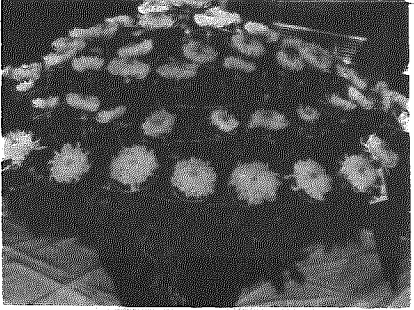
- 役場……12/29→1/3
ただし、29日と30日は午前中のみ戸籍の窓口事務は行います。
- 公民館・村民体育館……12/29→1/3
- ごみ・し尿の収集
 - ごみ……12/31→1/3（31日の午前中は平常どおり行います）
 - 糞井埋立地……1/1→1/3
 - し尿……12/29→1/3
- 妙有院（火葬場）……元旦

知事へのたより

県政ポストをご利用ください

県では、広く県民の皆さんから県政についての意見や要望をお聞きするために、手軽にご利用いただける県政ポスト（知事へのたより）制度を設けています。どうぞご利用ください。

▽設置場所：役場窓口に、専用はがき（切手不要）を備えてあります。▽意見・要望の記載：わかりやすく簡潔に書いて、郵便ポストへ。▽回答：寄せられた意見や要望には、原則として回答することになっています。ただし、政治問題や身分関係または他人の中傷などは、取り扱いませんので注意してください。

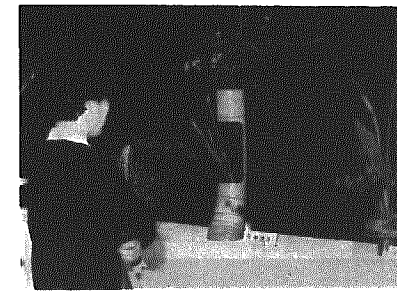


力作、勢ぞろい 菊花展

先月三日、公民館を会場に行われた「菊花展」は、いずれもすばらしい作品のなか総合部門で竹内以知司さん、指定花部門では堀越栄夫さんがそれぞれ優勝しました。

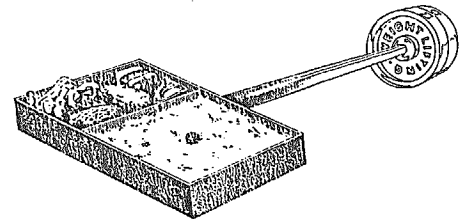
結果は次の通りです。（敬称略）

- 総合部門：①竹内以知司（西中）②阿部元安（西中）③金子栄（橋本）
- 指定花部門：①堀越栄夫（石瀨）②竹内以知司（西中）③大岩太四郎（原）④小林平太郎（七）⑤阿部元安（西中）⑥永塚藤一郎（富岡）
- 審査委員長賞：堀越栄夫（石瀨）——一般花細物一幹（岸の笛吹）



日本の主食・米 9米と外食の栄養

昼に差をつける、弁当パワー。



厚生省が行った「国民栄養調査」（昭和52年）によると、男性の59%、女性の44%が昼食を外で食べています。外食は手軽で便利ですが、栄養面ではかなり問題があります。

国民栄養研究所の分析データから、外食の代表的メニューをみると、●かけそばなどのめん類はカロリーも脂肪も少ない。

●カレーライス、ちらしずしは糖質が多く、脂肪が少ない。

●チャーハン、カツどんは脂肪が多い。ということを指摘できます。昼食がめん類やどんぶり物では、満腹感は得られても、栄養満点とはいえません。

健康を考えると、昼食は手づくりの弁当が一番です。ごはんを主に、いろいろな食品をうまく組み合わせることができ、栄養バランスの面で合格、しかも経済的です。



腕を試す……

先月6日、公民館で行われた将棋大会。各クラス別に熱戦につく熱戦が展開されました。結果は次の通りです。

- 王座戦…優勝・川崎光男（夏井） 2位・池上利久（和3） 3位・佐藤豊（和3）
- 新人戦…優勝・大森成治（西船越） 2位・本間竹雄（和12）
- 小学生の部…松本忠奉（新谷） 2位・加藤正和（和9） 3位・井田貢（新谷）……（敬称略）

村民体育館 一般開放日

【12月】

- * 3日 ⊕
- * 10日 ⊕
- * 17日 ⊕
- * 18日 ⊕
- * 24日 ⊕
- * 25日 ⊕

12月29日から1月3日までは休館です。

いい汗流して 体力づくりを

村民バスケットボール大会

□とき…十二月十一日⑩ 午前九時

□ところ…村民体育館 □チーム編成・資格…中学生以上の村民（村内に勤務される方を含む）でチーム編成

□申込み…九日⑩までに公民館（☎②四四四四）へ。