



# 春季祭

さる4月20日(金)に恒例の「春季祭」が行われました。

天候不順が続いた中で、当日は五月晴れに恵まれ大勢の人たちが訪れました。



## 広報にしがわ

# 5

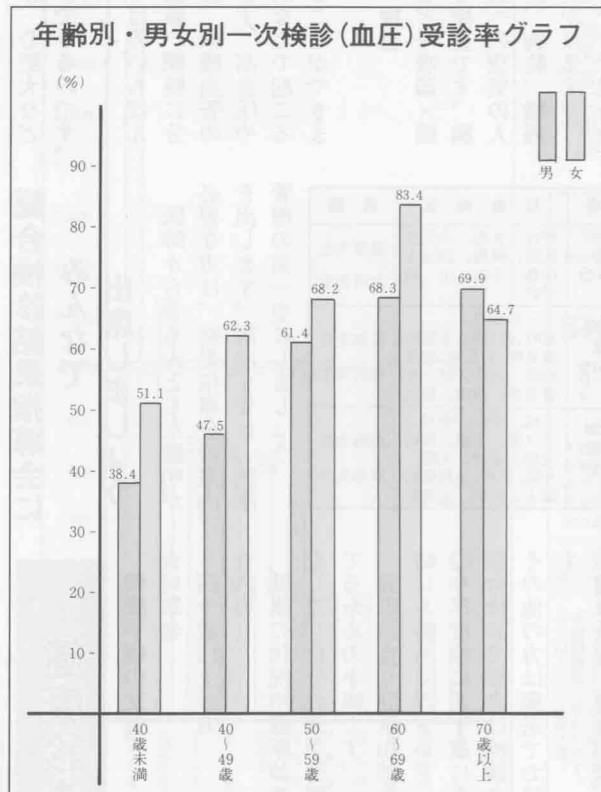
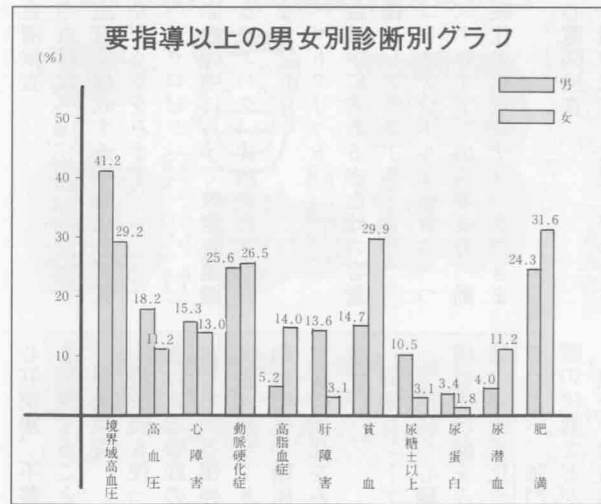
第 463 号 平成 2 年 5 月 10 日

(3月末日現在人口) 男 5,505 女 5,968 計 11,473(前月比-23)  
 転入 39 転出 59 出生 12 死亡 15 世帯数 2,735(前月比-4)

### ▼今号のページ▲

- 総合検診.....②④
- 健康特集.....⑤⑦
- 保健委員.....⑧⑨
- 情報.....⑩⑪
- わたしの作品・赤ちゃん  
 には.....⑫
- 年金コーナー.....⑬
- くらし・情報・市民のこぼ  
 き.....⑭

# 年に一度は家族そろって健康診断



このグラフは、平成元年度の検診結果をグラフに表わしたものです。年齢的に若い人の受診率が低くなっています。若い時期からの健康確認を、今から心がけてください。

## WHO (世界保健機関)の血圧の基準

状態	最大血圧		
	139mmHg以下	140mmHg ~ 159mmHg	160mmHg以上
最小血圧	89mmHg以下	90mmHg ~ 94mmHg	95mmHg以上
血圧	正常血圧	境界域	高血圧

血圧は常に一定の値を保っているわけではなく、運動や労働の最中や終わった直後、あるいは感情がたかぶっているとき、なかには検査を受けるといっただけで血圧が上がってしまう人も多々あります。このように血圧は刻々と変化するものです。しかし、常に血圧が高いということがわかったら、医師の指示に従って血圧を下げる必要があります。

きの参考にしたたり、今後の健康管理の参考にしますから、正確にもれなく記入してください。

**〔検診の内容〕**

- 循環器検診(三十歳以上の男女)
- 身長・体重測定
- 尿検査
- 問診
- 血圧測定
- 血液検査(総コレステロール)
- 肝機能検査
- 心電図検査
- 眼底検査

なお、心電図・眼底検査は医師の判断により必要としない方は検査を省略します。

**結核検診**

- レントゲン間接撮影(十六歳

以上の男・女)

妊娠中の人は受けられません。

**肺がん検診**

- レントゲン間接撮影(四十歳以上の男・女)
- 喀痰細胞診検査(四十歳以上で一定条件に該当する男・女)

当日会場で喀痰検査容器と説明書を渡しますので、説明書をよく読んで痰を取り、指定された日時、場所に必ず出して下さい。

※この検査は肺がんの早期発見に大切な検査です。該当者は必ず検査を受けるようにしてください。

**貧血検査(十六歳以上の女性・三十歳以上の男性)**

**赤血球数検査**

**血色素検査**

へマトクリット検査

**〔結果通知について〕**

血液検査・心電図・眼底検査・貧血検査・結核検診・肺がん検診を受けた者のうち「異常なし」の方は結果通知をしませんので了承ください。

**〔受療中の方について〕**

現在受療中(お医者さんにかかっている)の方は検診の対象とはなりません。受診を希望する方はおいでください。

**検査の内容と検査でわかること**

「健康診断のために検査を受けますが、どんなことが分かるのでしょうか。」という方がたにお答えします。

身体計測

身長・体重を測って、太りすぎかやせすぎかをみる検査です。太りすぎは、成人病の温床といわれるほどで、さまざまな障害をもたらします。「肥満」といわれたら、日常生活に注意し、減量につとめる必要があります。肥満度(+)十九%以内におさえましょう。

**尿検査**

○尿タンパク検査での異常

腎炎やネフローゼなどの腎臓病などの病気が考えられます。

○血糖検査での異常

主として糖尿病

○ウロビリノーゲン検査での異常

肝機能障害や肝炎、溶血性貧血などが考えられます。

○潜血検査での異常

膀胱炎など尿路系の病気が考えられます。

**血圧測定**

血圧は常に一定の値を保っているわけではなく、運動や労働の最中や終わった直後、あるいは感情がたかぶっているとき、なかには検査を受けるといっただけで血圧が上がってしまう人も多々あります。このように血圧は刻々と変化するものです。しかし、常に血圧が高いということがわかったら、医師の指示に従って血圧を下げる必要があります。

# すすんで健康診断を受けましょう



昨年の総合検診風景

「あなたは健康ですか？」

# 幸福はまず健康から!

## 総合検診

健康であることは全てではないが、健康でなければ全てない。健康とは、身体的、精神的、社会的にいずれもその構造と機能が良好な状態であると言われています。

病気には、自覚症状のないものもありますから早目のチェックが必要となります。自分のからだの状態をもう一度確認して健康で充実した毎を送りたいものです。

「自分のからだは自分で守る」ことからすすんで健康診断を受けましょう。

## 総合検診で健康確認

病気の予防と早期発見、治療により、家族全員が健康で過ごせるよう町では、毎年「総合検診」という健康診断を行っています。

今年もこの総合検診を五月十日、十一日、十五日、十六日、十七日、十八日、八月三十一日の七日間実施します。時間及び会場等は別表のとおりです。

今回の受診票は、さきに調査をした「西川町住民検診申込書」の総合検診を受診すると希望された方にお届けしました。受診希望されなかった方でも受診できますので、当日会場へ直接おいでください。

**検査を受けるために大切なものです。**

- 破損したり
- よごしたり
- 折り曲げたり
- しないようにしてください。

胸部検診問診票

レントゲン写真を診断すると

## 検診日程表

月会	日場	午前 (9:00~11:00)	午後 (1:00~2:30)
5月10日(木)	鑑郷小学校	押付・矢島	天竺堂・真田・横島
5月11日(金)	鑑郷小学校	西込上・中島・下山	川崎・平野・新栄町川崎団地
5月15日(火)	福祉会館	東町・朝日町・千隈町藤見町・大正通	新川・上組・中作中村・(役場職員)
5月16日(水)	福祉会館	鮎第一区・鮎第二区鮎第三区	学校町・水道町・旗屋
5月17日(木)	福祉会館	六分・見帯	松崎・善光寺・桑山
5月18日(金)	福祉会館	一番町・二番町・三番町四番町・五番町	六番町・七番町・八番町九番町
8月31日(金)	升湯小学校	三ツ屋・下組・新田大瀨・浦村・大関	升岡・川西・与兵衛野堀上・貝柄・三角野

● 該当の会場で受診できない方は、都合のよい会場で受診してください

### 健康診査以外の保健事業

- 発病のおそれのある方
- ☆ 内容
  - 看護指導、援助
  - 療養指導、援助
  - 日常生活の動作訓練指導
  - 発病のおそれのある方への生活、食事指導など
  - 寝たきり者を家庭で介護している方、どんなことでも結構ですので相談してください。
- ☆ 対象者
  - 機能訓練の必要な方であれば、どなたでも受けられます。希望者は住民課まで連絡してください。
- ☆ 内容
  - 週一回社協センターのリハビリ教室で、その人に合った機能訓練を行います。



### 総合検診結果指導会に

みなんで  
出席しましょう

医師からきちんとした説明が必要な方は、結果指導会の案内を出します。説明を受け、健康管理の第一歩にしましょう。

月日・会場	対象地区	医師
6月28日(木) 福祉会館 午後1時10分	押付、矢島、天竺堂、真田、横島、西沢上、中島、下山、川崎	遠藤先生、吉田先生
6月29日(金) 福祉会館 午後1時10分	1~9番町、東町、朝日町、千原町、藤見町、大正通、旗屋、松崎、六分、見帯、善光寺、桑山、新川	菊部先生、和田先生
9月28日(金) 升海小学校 午後1時10分	上組、中作、中村、三ツ屋、下組、新田、大淵、浦村、大関、川西、与兵衛野、堀上、貝柄、三	遠藤先生、倉品先生

#### 年齢別にみた必要な成人病検診

年齢	20	30	40	50	60	70
検診						
循環器検診						
胃検診						
婦人科検診						
貧血検診						
胸部検診						
糖尿病検診						
総合検診						
人間ドック						

この表を見てもわかるように30歳を過ぎた方は、各種成人病検診を積極的に受診するようにしてください。



健康チェック

**血液検査**  
○ 赤血球数 (男四一〇、五一〇万/m<sup>3</sup>、女三八〇、四八〇万/m<sup>3</sup>)  
血液を構成する細胞成分。貧血かどうかをみます。

○ ヘモグロビン (男一二〇g/l以上、女一二〇g/l以上)  
赤血球中にある酸素を運搬するタンパク。貧血かどうかをみます。

○ ヘマトクリット (男四五%以上、女四五%以上)  
血液中に占める赤血球の容量

○ 総コレステロール (二九九mg/dl以下)  
コレステロールは脂質の一つ。ステロイドの主要成分。動脈硬化の状況がチェックできます。

**心電図検査**  
心臓の収縮・拡張に伴って生じる波形グラフから、冠動脈の硬化、それから起こる狭心症や心筋梗塞、不整脈、心肥大などを発見することができます。

**眼底検査**  
眼鏡を使って目のいちばん奥にある眼底の網膜、網膜に分布している視神経、網膜血管の状態を観察できます。高血圧や動脈硬化、糖尿病などで起こる血管の変化をみることでできます。

**胸部レントゲン検査**  
主に肺や心臓など呼吸器・循環器の状態をみる検査です。胸部の病的変化や肺への空気の入りにくさ、肺門部、胸腔、横隔膜の状態などがわかります。

以上が検査内容です。総合検診にこられる前に、もう一度読んでみてはいかがでしょう。

## じょうぶな歯は健康のみなもと

### 歯の健康づくり

治療から逃げる3つのタイプ  
— あなたは何型? —

『イヤ イヤ』型  
「昔から歯医者さんはどうも苦手」というあなた、自分の健康は自分で守るという発想法が欠けているのでは? 『ヘイキ ヘイキ』型  
「少しぐらい痛くたって大丈夫」というあなた、虫歯も立派な病気です。病気になる早期治療が大切。

『オイソが氏』型  
「仕事が忙しくて歯医者さんに行く暇がない」というあなた、その間にも歯は確実に悪くなり、治療費も高くなります。

〔予防策〕  
食後3分以内に7分くらいかけて歯みがきするとよいのですが、むし歯だけでなく歯槽膿漏が大きな問題となりますので、入浴しながらとか、テレビを見ながらなどしながら歯みがきをおすすめします。

歯みがきは、習慣になれば苦もなく実行できるものです。最初の一週間をがんばりぬきましょう。

詳しい歯みがき方法については、かかりつけの歯医者さんに相談してください。

#### 歯槽膿漏はこう進む

青信号点滅 初期    黄信号 中程度    赤信号 重症    事故発生 末期

- 歯垢(プラーク)が石灰化して歯石ができると、歯ぐきが刺激されて炎症が起こる
- 放っておくと炎症がだんだん広がり、歯ぐきが歯からはがれてゆく
- 歯ぐきが歯からはがれたところからうみのたまったポケットができる
- ポケットがさらに深くなり、歯を支える歯槽骨が破壊され、ついには脱落する

#### 歯槽膿漏 早期発見チェックポイント

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
このうち5つ以上該当するものがあれば歯槽膿漏と見られます。3つ以上ならば要注意。	腐ったような口臭があると人にいわれる	歯ぐきしりやくいしばるくせがある	歯と歯の間にすき間ができてくる	歯がぐらぐらする感じがする	歯肉を押すとうみが出る	朝起きたとき、だ液にねばり気がある	歯ぐきがムズムズとすることがある	歯肉を押しつぶすと出血する	歯肉が暗紫色	歯をみがくと歯ぐきから出血する

### カルシウムを取りましょう

わたしたちの食生活で、以前から不足がちだった栄養素に、カルシウムがあります。その摂取量は少なく、以前にも増して減少しました。

平均栄養所要量を一〇〇%とすると、今年は一七八%、過去十年間で初めて九〇%を割りました。

カルシウムの不足は、最近よく聞く「骨粗しょう症」と密接な関係があります。これは、カルシウムの慢性的な不足によって、骨の中がスカスカになり、骨折しやすくなる病気です。お年寄りに多く、長年のカルシウム不足が続いた食生活が原因ともいわれています。

### 欠かせない小魚や乳製品

これを防ぐには、大人で一日六百ミリグラム、子供(幼児期)では千ミリグラム以上をとる必要があります。例え、牛乳でいえば大人の場合、一日三本以上を飲む計算になります。このほか、小魚や乳製品も欠かせない食品です。

最近健康食品として、カルシウム入り食品が市販されていますが、ほかの食品(栄養素と一緒に補給しないと吸収率が悪いことを、覚えておきましょう。

### よくかむとこんな健康効果がある

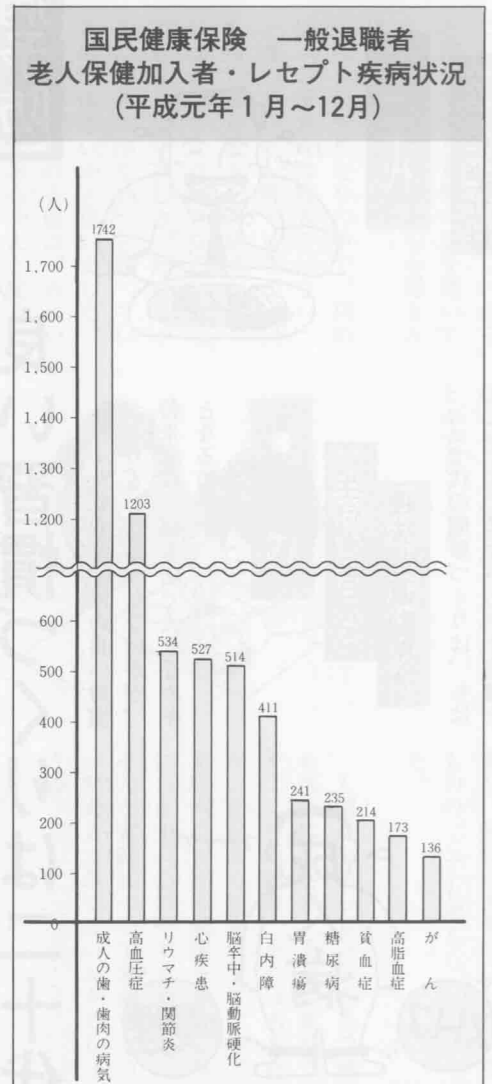
消化をよくする

あごの運動が脳を刺激し、脳の老化を防ぐ

唾液の分泌がよくなり、歯のよれを洗い流す

歯ぐきの血行をよくし、丈夫にする

唾液中の物質が歯の老化を防いだり、発がん物質を中和したりする



成人病は子供の頃から!!

成人病、とりわけ循環器系の成人病は、「年をとってからの病気」と考えられておられる方が多いようですが、決してそうではありません。成人病というのは、若い頃からの、さらには子供のうちからの悪い生活習慣の集積によってなるのです。

危険因子は自分が作っている

悪い生活習慣——具体的には、例えば偏った食生活、たばこの吸い過ぎ、運動不足、ストレス等々といった危険因子が積み重なって成人病を引き起こすのです。これらの悪い習慣は、実は自分で作ったものです。

二十代三十代の患者が増えている

食べたいだけ食べる、吸いたいだけたばこを吸う、そして運動不足……。こうした生活を続けていると、やがては自分の健康に全部ハネ返ってきます。

成人病は習慣病とも言われます。成人病予防は二十代から——健康的な良い生活習慣を年代別にまとめてみました。



●二十代

すでに老化は始まっている。

二十代は気力、体力ともに若さに満ちており、仕事で少々の無理をしたり暴飲暴食をしたりしても、比較的早く回復します。そのため、ふだんの生活が乱れても何とも思わなくなり、いつとはなしに習慣になってしまいがちですが……。

しかし、忘れてならないのは、一般的に体の組織や細胞の変化は二十代から始まるということ。加齢現象——つまり老化は、二十代からすでに進行しているのです。若さにかまかせて無理をし、不規則で不健康な生活を続けていると、やがて三十代、四十代になったとき、そのツケに泣くこととなります。

二十代に日常生活の良い習慣づくりをしたか、しないかが、将来、成人病を防ぐ大きなカギとなるのです。

●三十代

一生付き合える

趣味と運動を。

三十代の健康づくりは、もはや二十代ではないという意識をもつことから始まります。体的には、二十代と比べて確実に低下していますし、家庭でも責任がでてくることから、ストレスも二十代に比べるとそれだけ大きくなります。ストレスは万病のもとといわれます。ストレスと上手に付き合う自分なりの方法を会得することが大切です。ストレスの受け止め方、発散の仕方などを工夫すると同時に、体力と気力を充実させ、一生付き合える趣味や運動を見つけることです。

さらには、仕事や周りの人との調和を図り、働きがいと生きがいを自分のものにするのが、三十代の健康づくりには欠かせないポイントです。



●四十代

定期検診で

早期発見を。

二十代、三十代が成人病の準備期間であるとすれば、四十代は、それらが心と体のうえに現れてくる時期でもあります。その意味では、四十代は成人病年齢といえることができます。

四十代の特徴は、仕事や家庭の面で最も充実した時期である反面、職場では地位と責任からくるストレス、家庭では育児や進学問題にからむ心労など、気苦の多い年代であることです。ふだん自覚症状のない病気——糖尿病や慢性の肝臓障害など、

成人病の基盤となる病気の早期発見につながります。年一回の定期検診にのみ頼ることなく、心配ならもう一歩踏み込んだ成人病検診をもう一度は受けるようにしたいものです。

●五十代

ふだんから健康づくり

五十代は、筋力の衰えをはじめ、いろいろな内臓の働きや消化力が低下してきます。一方、この年代は運動不足になりやすいという傾向があるため、どうしても肥満になりがちです。そこで、例えば、毎朝のバス道を駅まで歩くとか、生活の中で無理しないでできる健康づくりを積極的に心がけたいものです。

また、成人病検診は積極的に受け、隠れた異状を早期に発見することが大切です。その検診結果を、日常の生活に確実に反映させることです。つまり、生活習慣を変えていくのです。一方、五十代は、精神的に円熟していく年代です。自分自身の精神生活が豊かになるよう、積極的な活動を続けていく姿勢が大事です。

心の健康特集

親子のコミュニケーションを考える

「健康」とは体の健康ばかりではなく、心の健康も大きな意味を持っています。いくら体がじょうぶでも、家族の中で親子、夫婦同士の心の通じ合いがなければ、決して健康家族とは言えません。

「心の健康」、今回は親子の心のふれあいを考えてみました。

まず、県婦人警察補導員の体験手記の一つをご紹介します。

お母さん大好き!

初めてA君に会ったのは火事の現場でした。誤って火事を出してしまい、消防・警察等多くの大人に囲まれ、矢継ぎ早に質問を浴び、目に涙をいっぱいためて立っていました。まだ小学校三年生でした。

A君の家庭は、祖父が病気をしたため両親が同居することになり、一カ月前に県外から移ってきたばかりでした。

「ねえ、家族の中で好きな順番を教えてください。」

「一番がおばあちゃん、二番がおじいちゃん、三番がお父さ



ん、四番がお母さん、そして最後が妹だよ」

「そう、お母さんは四番なのね。どうして四番なの？」

「引っ越してきたからお母さんが変わったんだ。妹の面倒ばかりみて僕の方を向いてくれない。学校であつたことを話そうとしても、いつも今は忙しいから」と言っても僕の話聞いてくれないんだ。だからお母さんは好きじゃないよ」

私とのやりとりの中で、初めは「お母さんは好きではない」と言っていたA君でしたが、口を開くとお母さんの話ばかり。私がお母さんが好きなのに分ってもらえない寂しさ、切なさから「好きではない」と言っているのではないかと思えました。

「妹が生まれる前は、おじいちゃん、おばあちゃんと住んでいなかったのね。その頃お父さ

んとお母さんがどれくらい好きだったか絵で示してちょうだいね」

A君は、小さな手で鉛筆の芯が折れるほど力強く握り一生懸命書いてくれました。そして私に差し出してくれた絵は、その大半が「お母さん」で埋まっていました。

「へえー、本当はお母さんが大好きなんじゃないよ。よかった。さつきは心配したよ。お母さんが四番目なんだもん」

するとA君の目からは涙がポロポロとあふれ出てきて止まりませんでした。

「お母さんにもA君の気持ち分かってほしいから、このことを伝えるね」

私がこう言った後のA君のうれしそう顔を今でも忘れることができません。



そして母親に、私とA君とのやりとりやA君の気持ちを説明しました。母親は自分自身に言い聞かせるように話してくれました。

「主人の両親と同居することになったことや、娘が生まれたことで私自身がいらいらしていました。おばあちゃんがいることとですし、私が接しなくなったことは認めます。でももう小学生三年生なのだから、自分のことは自分でできる」と思っていました。あの子が私に対してそんなふうにも思っていたなんて全く知りませんでした。あの子の気持ちを考えてやれなかったことを深く反省しております」と：

自分の気持ちが母親に伝わって分ってもらえたことをA君に話すと、照れくさそうにしていたものの、とても誇らしい気でした。

人間が生活していくうえで最も基本的なもの、それは家庭です。「心の健康」それはあなたか家庭から生まれます。今、家庭内における問題を数多く耳にします。「心のやすらぎ家庭」そんな家庭について家族でもう一度考えてみてはいかがでしょうか。

心のふれあいを大切に

今、生活全体の中で「ゆとり」を感じている人は年々少なくなつてきています。

ゆとり不足の一番の原因は経済的なゆとり不足なのですが、経済的ゆとりがないと精神的にもゆとりがなくなり、わたしたちの生活の中にさまざまなゆがみをもたらします。

ゆとり不足は

働きざかりのゆとりのなさは家庭内で大きな問題となり家族にも重くのしかかってきています。

男性は仕事中心の生活の中で家庭を顧みる暇もなく仕事に打ち込み、そのため家庭では女性が、たとえ職業をもつていても教育問題を含めて家庭内の仕事を一手に引き受け、ゆとりのない生活を余儀なくされています。心のゆとり、それは心の健康につながります。日々の生活にゆとりをもち、健康家族で過ごしたいものです。





町民親善レクリエーション大会

西川中グラウンド (雨天の場合中止)

6月30日(日)

恒例の町民親善レクリエーション大会も本年で二十回を迎え、二十周年を記念し、小学生のメッセージを添えた風船を飛ばす予定です。

年に一度、スポーツを通じて町民が一堂に会する機会です。二十回大会を盛大で、楽しい大会にするため、みなさんのご協力を願います。

今年の上高地 ハイキングです
西川町体育協会では、自然に親しみ、健康増進のために上高地ハイキングを計画しました。

所得証明書等の発行について

平成元年分の所得に対する「所得証明書」、「課税証明書」等の発行は六月十六日以降になります。

町民ゲートボール教室
五月十八日(金)～七月二十日(金)毎週金曜日

公民館教室にご参加ください

公民館の各種教室を次のとおり開催しますのでお誘い合わせのうえ、ご参加ください。

英会話教室(初級)

日時 五月十七日(木)～八月二十三日(木)毎週木曜日

会場 福祉会館 会議室

きもの着付け教室

日時 五月十七日(木)～八月二十三日(木)毎週木曜日

婦人学級学習計画
公民館では、女性が地域社会の中で活動するうえで広い視野と必要な知識を学習するため、「婦人学級」を開催します。

ミセスレディー'90学習計画
公民館では、若いお母さんを対象に知識と教養を身につけてもらうため「ミセス・レディー'90」を開催します。



今年の上高地

西川町体育協会では、自然に親しみ、健康増進のために上高地ハイキングを計画しました。

所得証明書等の発行について

平成元年分の所得に対する「所得証明書」、「課税証明書」等の発行は六月十六日以降になります。

町民ゲートボール教室

五月十八日(金)～七月二十日(金)毎週金曜日

公民館教室にご参加ください

公民館の各種教室を次のとおり開催しますのでお誘い合わせのうえ、ご参加ください。

英会話教室(初級)

日時 五月十七日(木)～八月二十三日(木)毎週木曜日

会場 福祉会館 会議室

きもの着付け教室

日時 五月十七日(木)～八月二十三日(木)毎週木曜日

今年の上高地

西川町体育協会では、自然に親しみ、健康増進のために上高地ハイキングを計画しました。

所得証明書等の発行について

平成元年分の所得に対する「所得証明書」、「課税証明書」等の発行は六月十六日以降になります。

町民ゲートボール教室

五月十八日(金)～七月二十日(金)毎週金曜日

公民館教室にご参加ください

公民館の各種教室を次のとおり開催しますのでお誘い合わせのうえ、ご参加ください。

英会話教室(初級)

日時 五月十七日(木)～八月二十三日(木)毎週木曜日

会場 福祉会館 会議室

きもの着付け教室

日時 五月十七日(木)～八月二十三日(木)毎週木曜日

今年の上高地

西川町体育協会では、自然に親しみ、健康増進のために上高地ハイキングを計画しました。

所得証明書等の発行について

平成元年分の所得に対する「所得証明書」、「課税証明書」等の発行は六月十六日以降になります。

町民ゲートボール教室

五月十八日(金)～七月二十日(金)毎週金曜日

公民館教室にご参加ください

公民館の各種教室を次のとおり開催しますのでお誘い合わせのうえ、ご参加ください。

英会話教室(初級)

日時 五月十七日(木)～八月二十三日(木)毎週木曜日

会場 福祉会館 会議室

きもの着付け教室

日時 五月十七日(木)～八月二十三日(木)毎週木曜日

今年の上高地

西川町体育協会では、自然に親しみ、健康増進のために上高地ハイキングを計画しました。

所得証明書等の発行について

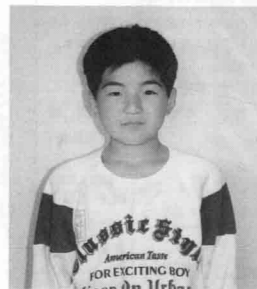
平成元年分の所得に対する「所得証明書」、「課税証明書」等の発行は六月十六日以降になります。

町民ゲートボール教室

五月十八日(金)～七月二十日(金)毎週金曜日

公民館教室にご参加ください

オースチン彗星のイラスト



首根小学校(6年)  
上田 英典さん



【談】ぼくは「銀河鉄道の夜」の話聞いて、ジョバンニとカンパネラの乗った機関車が空を走っているところをかきました。

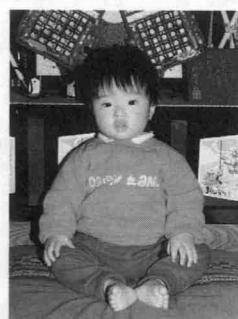
機関車を上からかくところや、月のまわりを明るくするのがむずかしかったです。

空がどこまでもつづいている様子をかくのにくろうしました。

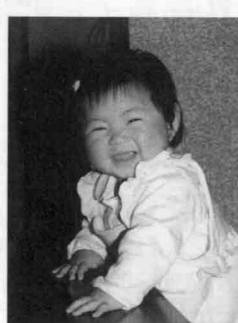
色がまじっていく空の様子や、機関車が月にむかって走っていくところがうまくできました。

りんどうの花を明るくかいたところがよかったです。

赤ちゃんにちはわたしの作品



川崎団地  
古島 健さんの長男



鯉第一区  
秋田 嗣夫さんの長女

尚弥ちゃん

平成元年5月24日生

名前はお父さんが姓命判断で「古島」の名前に一番良い名前をと考えて付けました。

ハイハイとつたい歩きが上手で、家の中じゅうトコトコ回って遊んでいます。また、ラッパを吹くのがとても得意です。

前歯が上下4本ずつ生えてきたので、もうほとんど何でも食べられます。歯みがきが大好きで、食事の後自分で一生懸命磨いています。

人見知りしないので、誰にでも抱かれてかわいがられます。あまり泣かないので、とても育てやすい子です。

(話/おばあちゃんのスミ子さん)

菜美ちゃん

平成元年7月4日生

偶然なのですが、映画「7月4日に生まれて」のタイトルと同じ日に生まれました。

歯が生えてきたので、お菓子を食べるのが上手になりました。人見知りをしてしまつので、知らない人(特に男の人)が来たりすると泣いちゃうんです。

幼稚園に行っているお兄ちゃんがよく面倒をみてくれ、帰って来ると一緒に遊んでくれます。お兄ちゃんもそうでしたが、夜泣きも殆んどしないし、よく寝てくれるのでとても育てやすくて助かります。

兄妹よく、元気で育てています。兄ちゃんもそうです。

(話/お母さんのあけみさん)

善意をありがとう

次のみなさまから善意のご寄付をいただきました。

ご厚志は善意銀行に預託し、町の福祉事業のため有効に活用させていただきます。

- 3月 真島仁助さん(押付) 10万円・紙オムツ
  - 3月 高橋 徹さん(平野) 5万円
  - 3月 的山シズエさん(矢島) ベッド一台
- ありがとうございました。  
西川町社会福祉協議会

西川町住民懇談会計画

日	時	開催地区	会場
5・19日	午後7:30~9:30	地区	鯉公民館
6・26日	*	新栄町・川崎町地区	新栄町公民館
6・9日	*	川崎・横島	川崎
6・16日	*	西込上・中島	西込上
6・23日	*	平野	平野
6・30日	*	下山	下山
7・7日	*	矢島・押付	押付
6・14日	*	天竺堂・真田	天竺堂
6・21日	*	松崎・旗屋	旗屋
6・28日	*	日柄5	日柄公民館
8・4日	*	六分	六分公民館
6・11日	*	見帯	見帯
9・14日	*	水道町・学校町	学校町会館
6・8日	*	曾根町部上	光喜寺
6・15日	*	曾根町部下	金剛寺
6・22日	*	新川	新川公民館
6・29日	*	善光寺・桑山	善光寺村集会所
10・6日	*	上組・中作中・村・ミツ屋	升馬部集会所
6・13日	*	下組・新田・大淵	下組部集会所
6・20日	*	升岡・大岡・浦村	大岡公民館
		20地区	

地域福祉への参加を住民懇談会の開催

町社会福祉協議会では、福祉の町づくりを進めるために、各地区20カ所で「住民懇談会」を開催します。

「団地地区は連帯感が薄い」「老人が倒れた場合、町の近くに病院があれば安心だ」「今後の老人世帯の保護はどうなっているの」「映写を見て老後のこと、家庭のことを考えさせられた」など去年の懇談会ではいろいろなことが話し合われました。

今年は、地域内でさまざまな問題について私たちができること、他へ望むことをテーマに懇談したいと思います。

また、心に残る映画も上映いたしますので、ぜひこの懇談会に参加くださるようお願いしております。次の最寄りの会場へご近所お願い合わせのうえお出かけください。

暴走族を追放しましょう

暴走を・しない・させない・見に行かない

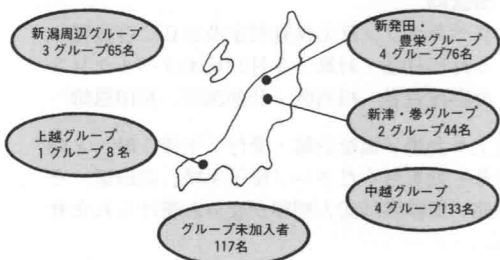


…暴走は他人の迷惑 身の破滅…

暴走族の最近の傾向としては大規模な集団暴走は減少し、その反面小グループによるゲリラ的な暴走行為や騒音をまき散らす暴走事案が多発し、平穏な日常生活に多大な迷惑を及ぼしています。平成元年中に、違反行為で検挙した暴走族構成員を対象とした新潟県警の実施した意識調査の結果は次のとおりです。

○家庭のしつけは普通・甘いのが八十四・二%を占め、夜間外出時に「家の人に話す」と答えている者もいるが実際には家庭の甘さから、無断で外出している。○暴走族に興味を持ち始めたのは中学時代が六十八・四%で、そのきっかけは友人から聞いたり、暴走行為を実際に見て等で

県内の暴走族の現況(平成元年末現在)



合計 443名

このような暴走族の実態を正しく認識し、家庭、学校、職場など地域総ぐるみで暴走族を追放しましょう。

○加入動機は、大勢だと楽しい、格好良く目立つからが半数を占めている。  
○グループ加入期間は二年未満の者が約九十%で大人になったらやめようと思っている者が六十三%となっている。  
○暴走族をやめるには、恋人、親しい友人から言われると一番ききめがあると答えた者が七十%で、仲間、グループ意識が強い。

年金コーナー

国民年金と個人年金

国民年金は相互扶助

国民年金と個人年金は、同じ年金でも性格や役割が異なります。国民年金は、国の社会保障制度のひとつで、国が運営しており、すべての国民が助け合っていく制度です。

これに対して、個人年金は個人と生命保険会社や金融機関との任意の契約で、個人のさまざまなニーズに応じてより豊かな老後をめざすものです。いわば、個人の貯蓄の一種です。

物価スライドで頼れる国民年金  
熟年ライフのかなめとなる年金。でも、物価がどんどん上がっていくのに年金額は変わらない。これでは困ります。インフレから年金を守る。この重要な物価スライドは、若い世代から熟年世代へ、世代間の助け合いによって実現されます。これが国民年金の大きな特色です。

個人年金はこんなしくみ  
個人年金には、基本的に貯蓄型と保険型のものがあります。貯蓄型は、一定年齢まで掛金を積み立て、年金を支給するため一定年齢以降に、この積立金を取り崩していくものです。設計の自由性が特色ですが、終

身にわたり年金を受けとるのは困難です。

保険型は、加入者に終身年金を支給することができます。人口統計などをもちいて、加入者の掛金額と年金額を推計し、バランスがとれるように決めるしくみになっています。

どのタイプの個人年金にも共通しているのは、積み立てられた掛金の元利合計のみによって、年金の支払いや運営費、利潤をまかなうため、物価上昇への対応は難しいといわれている点です。

やっぱり国民年金が基礎  
個人年金は、国民年金と全く違った役割としくみを持ったものです。老後の所得保障としての機能には限界があります。



私はさらに個人年金に加入しています。でも、やっぱり国民年金が土台よ。

しかし、だからといって個人年金の役割を否定することはできません。

国民年金は、老後の生活保障のささえですが、すべての人が満足する水準にもっていくには公的な年金の性格から限界があります。ですから、一人ひとりの老後プランにより国民年金の土台のうえに個人年金を積み重ねて、より豊かな老後を送ろうということは、健全な老後への準備といえます。

ここがこうちがう

	国民年金	個人年金
しくみ	国の社会保険制度のひとつとして、加入者全員が公平に受給者の費用を保障する。	自分に必要な費用は、すべて自分でまかなう。
運営主体	国	生命保険会社など
加入条件	強制加入(一部任意加入もあり)	個人の自由
保険料	1ヵ月8,400円(平成2年度)	個人が契約した額
給付費	年金額の3分の1を国が負担。3分の2を保険料でまかなう。	年金額は加入者の掛金とその利子でまかなう。
年金額の引上げ	物価の変動に応じてスライドするため、何十年先でも年金の実質価値が保証される。	契約した年金額のみ。
税控除	納めた保険料は、「社会保険料控除」として確定申告の際に全額収入から控除される。	○保険型の個人年金は、所得税で最高55,000円(生命保険料控除50,000円+個人年金控除5,000円)までが収入から控除される。 ○貯蓄型の個人年金の掛金には控除制度がない。
事務費	全額国の負担。	保険料の中でまかなう。

## 求人情報

町では工場誘致を推し進める中で働く場の拡大も目指しています。近くて安心、地元の企業で働きませんか。

会社名	住所	募集職種	年齢	求人数
(株)ワイヤープロセス	旗屋	組立加工(女)	18~45歳	10人
新潟高圧工業(株)	升岡(西川第一産業センター)	機械・器具の保守管理係(男)	55~60歳	2人
ホーク電子(株)	新栄町	生産工(女)	40歳以下	5人
(有)高敬工務店	下山	大工(男)	不問	1人
七九郎精肉店	四番町	販売員(女)	20~50歳	2人
		販売員(女)	20~50歳	パート3人
吉田土建	三角野	オペレーター(男)	18~55歳	5人
		経理事務員(女)	30~56歳	1人
		土木作業員	18~60歳	10人
(株)三栄	升岡(西川第一産業センター)	事務員(女)	18~26歳	1人
(有)富士電機	升岡(西川第一産業センター)	自動車・建機・修理工(男)	25~40歳	2人
隆生生コン	升岡(西川第一産業センター)	大型運転手(男)	20~30歳	1人

※就職を希望する人は早めに巻公共職業安定所(☎72-3155)へお尋ねください。

## 忘れないでネ!! (予防接種)

- ◆三種混合予防接種〈初回3回目〉…5月22日(火)・対象/昭和62年7月1日~昭和63年6月30日生まれ、前回未接種者・担当医/倉品医師、吉田医師
- ◆ツベルクリン反応検査…5月23日(水)・対象/昭和64年、平成元年生まれ、前回未検査者・担当医/苅部医師
- ◆三種混合予防接種〈追加〉…5月24日(木)・対象/昭和61年7月1日~昭和62年6月30日生まれ、前回未接種者・担当医/遠藤医師、吉田医師
- ◆ツベルクリン反応検査判定及びBCG接種…5月25日(金)・対象/5月23日(水)ツベルクリン反応検査者・担当医/苅部医師、和田医師

以上●会場/福祉会館・受付/午後1時~2時10分・おもちください/母子手帳、問診票・その他/問診票に記入押印がないと受けられません。

氏名	生年月日	保護者	部落町内
鈴木 高橋 宏祐	4/2	良道	桑山
岡本 拓也	3/2	正一	新栄町
赤川 沙弥香	3/18	好敏	善光寺
土田 千鶴	3/18	敏光	六分
小林 純子	3/14	久哉	新栄町
鈴木 善光	3/9	章広	新栄町
新栄 善光	3/9	善光	善光寺
新栄 善光	3/9	善光	善光寺



氏名(旧氏名)	世帯主	部落町内
椎谷 茂信	椎谷 茂信	川西
(大久保)弥生	大島 龍作	川崎
田中 一雄	田中 虎雄	鯉第一区
(長島)小百合	大島 龍作	川崎
大島 伸吾	大島 龍作	川崎
(渡邊)順子	有坂 文男	西上
有坂 文男	有坂 文男	西上
(渡邊)文江	有坂 文男	西上



氏名	年齢	世帯主	部落町内
豊岡 九二	75歳	政泰	新栄町
本間 義一	75歳	七番	七番町
本間 清一	68歳	六分	六分
細山 三晴	39歳	鯉第一区	鯉第一区
竹石 リウ	86歳	下野	下野
石黒 糸一	82歳	平野	平野



## 青少年健全育成 入選標語

- 深めよう 親子のきずな なたたかさ
- 明るい家庭をつくるのは 家族みんなの 会話から
- ちよつとまで あの道その道 非行の道

西川町青少年育成町民会議  
西川町青少年問題協議会

## ミセスレディー学習計画 の変更について

4月25日号の5月の行事カレンダーの中で、20日(日)に予定されていた「ミセスレディーのソフトラレーボールは、都合により、28日(月)の午後7時30分からに変更になりましたのでよろしくお願ひします。本号11ページをご覧ください。

## スポーツ行事予定表の訂正

4月25日号に折り込みました1990年度スポーツ行事予定表の12月の欄の「ふれあいカップソフトボール大会」は、「ふれあいカップソフトボール大会」の誤りでした。ここに訂正させていただきます。