

新潟県立松代病院  
改築完成さる

報 廣  
ま  
つ  
だ  
い



(1)

(高橋多一郎氏 撮影)

昭和52年9月10日発行

第214号

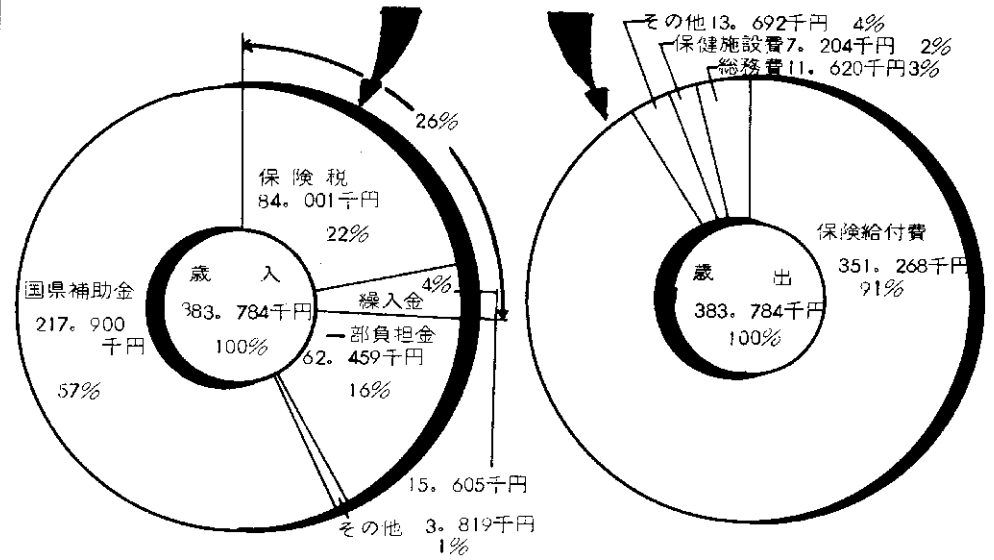
新潟県松代町公民館

電話松代 7-2301番

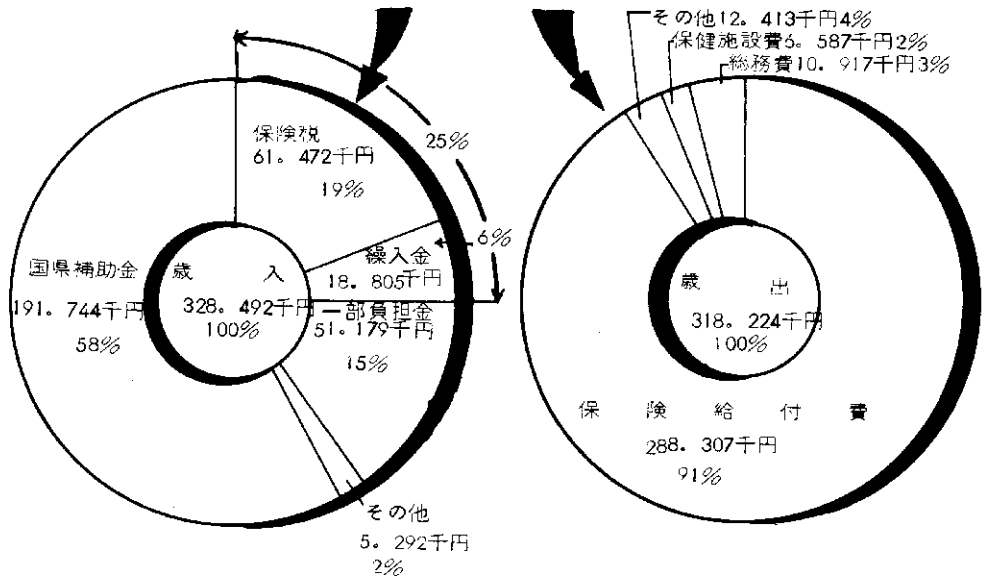
印刷・松代印刷所

# ◇松代町国民健康保険の状況◇

## 昭和52年度予算の状況



## 昭和51年度決算の状況



相互助け合いが基本です。

52年度

国保の負担

一世帯当り  
平均六万円  
一人当り  
平均一万五千八百八円

《国保税のしくみ》

医療費によって

税負担がきまる

国民健康保険は、お医者さんにかかるとき保険証を出し、そのときの医療費三割を負担するという制度です。  
私たちは、いつ病気になったりケガをするかわかりません。そんなとき、経済的、精神的な不安におちいることがよくあります。国保制度はこんな場合、私達一人の力ではどうにもならないとき、みんなの力で少しでも負担を軽くしていこうという相互の助け合いを基本としています。

この国保事業に使う費用は、被保険者（国保に加入している人）からの保険税と国・県の補助金及び町からの繰入金などによって、賄われています。  
お医者さんに支払う医療費が多くなれば、国の補助金も増えます。しかし、当然のことながら皆さんからも多くの保険税を負担してもらわなければなりません。

年々医療費が増大しています。これは一人一人がお医者さんにかかる回数が多くなる（受診率の上昇）とともに、老人医療の無料化・高額療養費支給制度の実施等に伴うものです。  
五十二年度の医療費見込額は、総額にして三億七千七百万円の巨額が見込まれ皆様から負担していただかなければならない保険税は、八千四百万円の多額なものとなりました。これを世帯平均にすると一世帯当り六万円になり、一人当り平均になると一万五千六百八円の負担になります。

国保事業は、国の団体委任事務ですから、事業を運営するために人件費や物件費等の事務費はほとんど国や県の補助金等でまかっています。  
したがって国保税をどの程度納めていただくかは被保険者の皆さんがかかる医療費の多少によってきまります。医療費が少なければ少ないほど国保税の負担も軽くなるわけです。

納税は被保険者に

なった日から

※

## 昭和52年度の税率は下記のとおりです

区 分		本年度	割合	前年度	割合	地方税法で定める標準割合
応能割	所得割	$\frac{36}{100}$	40	$\frac{26}{100}$	40	40%
	資産割	$\frac{52}{100}$	10	$\frac{45}{100}$	10	10%
応益割	均等割	6,000円	35	4,200円	35	35%
	平等割	9,800円	15	7,200円	15	15%

※国保税は被保険者となったその日から納めなければなりません。  
 ※被保険者となった月というのは、職場などの健康保険をやめた時あるいは、他の市町村から転入してその居住地に住みはじめた時などをいいます。届出がおくられてもこの被保険者となった時までさかのぼって国保税を納めなければなりません。

**国保税の  
きめ方**

国保税は  
 ◎所得割額  
 前年の総所得金―基礎控除  
 ◎資産割額  
 52年度の固定資産税額（土地・家屋）  
 ◎均等割額  
 被保険者一人当たり  
 ◎平等割額  
 一世帯当り  
 の四つを基礎に算出されます。  
 ただし年額は最高十七万円までです。

## 月割課税が全面 実施されます

国保税の賦課期日（四月一日）後に被保険者の異動があった場合の月割課税は、昨年度から一部異動についても行うように改正されましたので月割課税が全面的に実施されます。

## 納税通知書は年二回 送付されます

国保税は、毎年四月一日現在で計算されますが、実際には、課税の対象となる前年の総所得金額はこの時期には、確定しておりません。そこで次の方法により暫定課税（仮決定）し確定（本決定）後に更正されるため、年二回通知書が送付されます。

## 税 法の改正

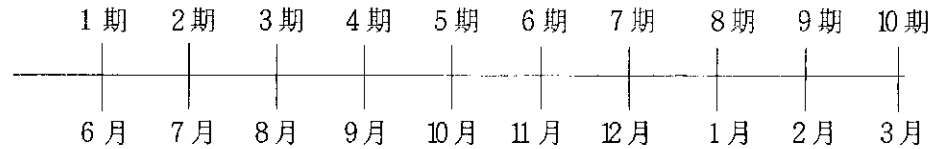
今年からは、国保の世帯主で、被保険者の資格のない人（国保以外の健康保険に加入している世帯主）の保険税は、所得割額・資産割額ともに算定の対象からはずすことになりました。しかし納税義務者であることには従来と変わりありません。今一度納税通知書を確認してわからない点がありましたら税務課国保係に電話でも結構です。連絡ください。

## 保険税は納期内に

皆様から納めていただく保険税は毎月の医療費を支払うために欠くことのできない財源ですので必ず納期内に納めてください。

## 昭和52年度郡内国保税負担状況

町村名	平均世帯当り	平均1人当り
浦川原	83,659 円	23,811 円
安塚	75,083	21,512
松の山	73,982	21,324
牧	70,441	19,182
松代	60,000	15,608
大島	52,324	11,194



○前年度の国保税額を納期10の数で除して得た額  
 ○6月に通知書を送付し6～8月まで納めて頂きます。

本年度確定税額から1期2期3期分を差引き9月に通知書を送付します。これを4期～10期の7回に分けて納めていただきます。



○この調査をやって下さった方は次の方々です。

食生活改善推進員名簿

部 落	氏 名	部 落	氏 名
松代	井木 子イ	伏見	山本 ノ子
"	ユキ子	"	キクニ 優子
"	秋津美子	島倉	清カ子
太菅田	美恵子	野納	カツ子
"	律ヨ子	代平	カツ子
小池下千	橋川 子イ	貫崎	ノエ子
"	川 喜枝	田平	子ノエ子
池会清	川 喜枝	生	子ノエ子
"	田岡 子イ	野	子ノエ子
桐	野島 子イ	所	子ノエ子
よもぎ	山原 子イ	"	子ノエ子
東海犬	若岸 子イ	濁	子ノエ子
	松山 子イ	和	子ノエ子
	山松 子イ	原	子ノエ子
	山松 子イ	"	子ノエ子

食生活改善協助力員名簿

部 落	氏 名	部 落	氏 名
松代	関谷 ミツ子	山納	柳 ユ子
"	高山 橋ハ子	桐仙	トカ子
小菅	山相 賀サ子	田あ	厚キ子
"	柳高 正キ子	小諏	シズ子
山下千	宮高 正キ子	寺	ヒツ子
"	武関 正キ子	蒲	征カ子
会桐	関五 米チ	儀福	多美子
"	桑原 智タ子	"	良都子
よもぎ	小若 智タ子	奈室	伊合子
東海犬	若石 智タ子	"	立野 江子
う	山石 智タ子	濁	" 幸子
	山石 智タ子	尻	" 幸子

食生活改善推進員 協助力員の仕事について

健康は私達の生活の基礎です。よりよい健康の確保を図るために公衆衛生活動が行われていますが、個々の健康な体をつくるには、栄養のある食物をとることが第一の条件です。つりあいのとれた正しい食生活が望まれるわけです。幼時から老人まで年代に従い、又は肉体労働をする人としていない人等、それぞれ必要とする栄養は違うと思いますが、それぞれに適切な食物が必要となります。農村においては、昔はとかく量を多くとることに気をつかい、栄養のつりあいはおろそかになっておりました。近ごろは昔に比べれば、大変向上はして来ておりますが、バランスのとれた食生活にはまだ努力されねばならないと思えます。

松代町では昭和47年から、栄養教室を開き、若い主婦の皆さんから参加して頂き、終了された方に食生活改善推進員を委嘱し、食生活の改善を進めるためにこの推進員の方々から、その指導をして頂いております。推進員を何年もやって頂いた方には、更に協助力員を委嘱して引続いて指導にご協力を頂いております。

(社会課)

20才と国民年金



成人となって大人の仲間入りすると、多くの権利が与えられると同時に義務や責任も課せられます。一つです。わが国では20才になった人はすべて、厚生年金や各種共済組合など、いわゆる公的年金と呼ばれるいずれかの年金制度に入ります。「国民皆年金」の仕組みがとられています。人の一生には、たとえば、年をとると働けなくなる、また、病気や事故で障害者になれば働くことが無理になる。それに、一家の大黒柱を失えば収入がなくなるなどの時に備え、これを個人の力で準備しておくのは、生やさしいことではありません。

そこで国が中心となり個人の生活や老後を社会全体の責任で保障する制度が、いわゆる年金制度です。国民年金は、他の年金制度加入者およびその配偶者、あるいは昼間部の学生を除いた人を対象とした年金制度で現在会社や官庁などに勤めていない人は必ずこれに加入する義務があります。若い人にとって老後は未来のことでしょう。しかしお宅にはお年寄はおられないでしょうか。これらの人たちの老後生活や扶養の問題などを考え合わせればみなさんにも老後や年金が身近なものとして理解していただけることと思います。

# 若いもんには 負けないぞ!!

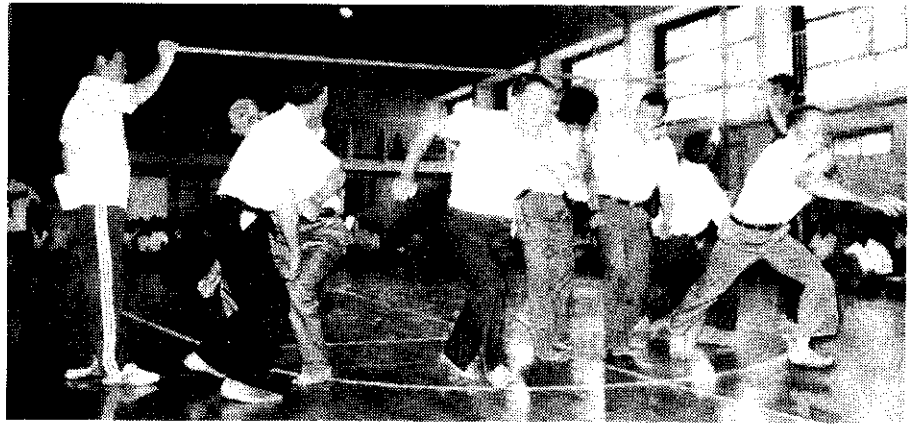
## 第2回 老人スポーツ大会

8月9日、松代高校体育館で第2回老人スポーツ大会が開催されました。この大会は、町がお年寄りの健康増進対策の一環として、軽スポーツの普及を目的に開催しているもので、風船割り、パン食い、パン喰い、輪投げ、ピゲン、スーパーストレス等の競技が行なわれました。

町内各地区より選手・応援団・五百人が参加、老人パワー爆発の老人スポーツ大会でした。  
来年もまた元気で会いましょう。



←ピゲン競争



→パン喰い競争



←風船割り競争

### 戸籍の窓口から

八月受付分 (受付順)

おめでとう



室岡久喜 室岡秀子 仙納 森下  
高橋勝美 柳芙美子 筋平 ぬげ

おたんじょう  
おめでとう



小沼恭子 父幸夫 長女 松代奥村組  
母順子

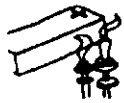
相沢星子 父幸一 長女 太平よねだ屋  
母敏子

草間妙子 父郁夫 五女 松代東建設  
母サツ子

村山洋子 父友一 長女 室野 桃や  
母京子

小松千恵子 父和夫 長女 室野わんや  
母清子

おくやみ  
(死亡)



小林吉蔵 九三才 滝沢 津倉

若月兼松 五六才 海老 きいん

秋山シヨ 八〇才 清水 惣七

柳ヨミ 六一才 孟地 はしほ

小堺定一郎 七二才 儀明安兵衛

山岸ハマ 八七才 蒲生 宮の脇

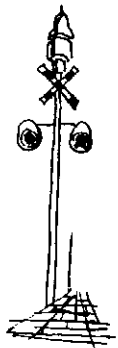
小塚通治 八七才 室野じろえん

堀川理平 七五才 奈良立

おおでまち

### 人口のうごき 9月1日現在

世帯数	2,006 (— 2)	出生	5	死亡	8
人口男	3,914 (— 10)	転入	21	転出	27
女	3,961 (+ 1)	増減	26	計	35
計	7,875 (— 9)				



😊 あなたは見えても

車は見えない夜の道 (1)

# 秋の全国交通安全運動はじまる

運動期間 9月21日～9月30日まで

## ●運動の目的

この運動は、すべての人に交通安全思想を普及徹底し、正しい交通ルールの実践を習慣づけることにより、交通事故防止の徹底を図ることを目的として実施されるものです。

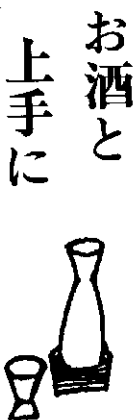
## ●運動の重点

一、歩行者・自転車利用者、特に

- 子どもと老人の交通事故防止
- 二、シートベルト着用の推進
- 三、夜間における交通事故の防止

## ●運動のスローガン

あなたは見えても  
車は見えない夜の道  
特に雨の日の歩行には、十分ご注意下さい。



## お酒と

## 上手に

## つきあいを

## 体と食物 (5)

酒と人類のつきあいは古く、有史以前とされています。エジプトでは紀元前三千年位から、ぶどう酒が飲まれていたといわれます。世界各地でその土地の材料で固有の酒を造り、楽しんでいたようです。

アルコールは、麻酔薬や睡眠薬同様、神経への薬理的作用を持ちますが、薬ではありません。体内に入れば一グラムが七カロリーのエネルギーを発生する栄養源でもあるし、昔から食品として親しまれてきているものです。

## ○体内でのアルコールのゆくえ

体内に入ったアルコールは、胃の粘膜から腸で吸収されます。胃腸管から吸収されたアルコールの大部分は肝臓に運ばれて分解されます。まず、アルコールは酸化分解され、アセトアルデヒドになります。これがさらに分解され酢酸に変わり、血中に入って体中の筋肉や臓器に運ばれ、TCAサイ

クルという代謝経路によって完全に炭酸ガスと水に分解され、ここでエネルギーとなるわけです。

肝臓でのアルコール代謝は体重一キログラム当り一時間一〇〇ミリグラム。もっともこれには個人差がありますし、常飲者と飲み慣れない人では違います。アルコールの血中濃度が高くなるにつれ、酔いはいろいろの形で現われます。

## 血中アルコール濃度

0.102%	ほろ酔い
0.202%	深酔い
0.302%	泥酔
0.403%	こん睡から死へ

また、糖質や脂質は寒冷時や運動したときには代謝時間が早まりますが、アルコールはこうしたことに影響を受けず、いつもと同じ早さで代謝します。これが他の栄養素と異なる特徴です。

## ○酒は食べてから飲むべし

夕暮れ近くになると、酒がまぶくなるからといって、いっさい食べない人がいます。また近頃は少なくなりませんが、一合ますの縁に塩をのせてこれをなめなめ酒を飲む、塩辛やなめみそだけで飲むといったふうには、酒の好きな人ほどおかずに食べない傾向があります。食べないで飲むのは酒飲みの悪いクセ。胃や肝臓に悪いうえ、脳卒

交通のきまりを守りましょう

- ◎わき見運転など無暴な運転はしない。
- ◎酒酔い運転はしない。
- ◎歩行者も、きまりを守りましょう。

中やアルコール性脚気心(ビタミンB1欠乏による)の原因になります。

まず、食べながら飲むこと。宴会に出かける前に牛乳一本飲むこともよいでしょう。牛乳は胃壁を保護しますし、脂肪分はアルコールの吸収を遅らせます。

肝臓の働きをよくするには、良質蛋白質のほか糖質も必要です。ビタミン類、特にビタミンCが大切です。ご家庭での晩酌には、冷ややっこあるいは湯豆腐とか。

また油揚げの中に刻み葱や削りガツオをはさんで醤油を塗り、網でかりっと焼いたものなど、日本酒にも洋酒にも喜ばれます。納豆があれば、さっと湯がいたニラとあえたり、せん切りの長いものにせて辛子をきかせたものとか、蛋白質もビタミンもといった酒のさかなはいくらでもあります。

また、穀類や油を全くなくしてアルコールをエネルギー源とするような変え方はいけません。油も穀物も必須脂肪酸や蛋白質、糖質の補給源ですから。

## ○ビールのあとにお酒を

お酒を飲んだ後、ビールやコーラ飲料を飲みたいとかいいますが、このことはあまり感心したことはありません。というのには、このようなガスを含んでいる飲み物を飲むと、すでに胃の中にあるアルコールの吸収に、ガスが拍車をかけるからです。ガスの刺激によってアルコールがすっかかりまわってしまい、悪酔いを招きます。「ビールの後で、お酒を」これが上手な飲み方です。



8月21日 少林寺山スキー場において、松代山岳スポーツ少年団のキャンプが実施されました。団長の万羽卓司さんや有志の皆さんの指導による、日ごろの訓練の成果を結集。テントの設営、レクリエーションのあとは楽しみながら「飯ごう炊さん」。この日の献立はカレーライス。じゃがいも切って、たまねぎぎざんで、豚肉入られて、もう一人で出来るようになりました。

夜は、キャンプファイヤー。火を囲んで、ゲームや合唱など健康な一日を過ごしました。



松代山岳スポーツ少年団  
キャンプファイヤー



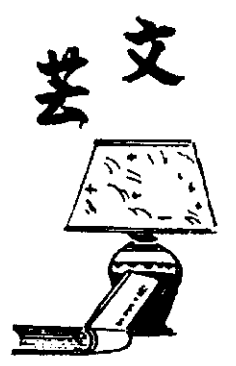
はやく



「キャンプファイヤー」

自然と親しみ  
友情を育てる

「キャンプ・飯ごう炊さん」



俳句「夏季雑詠」

千年柳 茶水

眠る子に声かけながら花火待つ  
もぎたてというもてなしの  
茄子なます  
雑草に風ありながらむし暑し  
蒼然と夏の天指す大櫛  
喜雨至り一本の酒のうまさかな  
妻愛しあじさい愛し六十年  
朝顔や棚のますめに広く咲く  
朝顔や詩情豊かに咲きつづく  
朝顔の色やうすく今朝の雨  
滝しぶきうなじの汗を吹きちらす

「国道行進曲」

作詩 小池 馬場行道

- 一、昔名に負う小池が丘に  
奴奈川姫の降臨すれば  
茂る草木もなびき伏し  
平和に輝く郷に開く
- 二、竜鳳山の夜明けの鐘に  
たなびく雲霧からりと晴れて  
薬師岳に城山や  
黒姫山の眺あり
- 三、鯖石川の源も  
流れも清き笹清水  
浦沢滝にこだまして  
日本海へとそゞぐなり
- 四、音に聞いた穀倉  
命の綱とうたわれし  
洋々はてなき土婦池に  
おどらん近し錦鯉
- 五、待にまちたる三五三に  
声高らかに口笛吹けば  
広く四方八に山彦響き  
進む我等の望は高し