

広報 まつだい

明日へはばたけ若者たち

— 5月3日松代町成人式 —



今年の町成人式は、5月3日、
 逞しく成長した95名の新成人を迎え、
 総合センターを会場に行われました。
 式は午前10時から行われ、島田公民館長のあいさつ、秋山町長をはじめ来賓の方々からそれぞれお祝いと励ましの言葉があり最後に、成人者を代表して村山良一君の誓いの言葉がありました。
 式典後、記念撮影、会食と続き楽しいお祝いの時をすごしました。青年は、だれもが無限の可能性を秘め、それに挑む勇気を持っています。新しい時代を担う活力として、大きくはばたいほしいものです。



昭和55年 5月15日発行
 第246号
 新潟県松代町公民館
 電話 松代 7-2301番
 印刷・松代印刷所

別表

◎補助金の額

区 分	事業費の限度額		補 助 率
新 築 (増築)	3 頭以下	1 頭につき30万円×頭数	40%
	4 頭以上	1 頭につき30万円×頭数	50%
改 造	30万円 (飼育頭数が増となる場合に限る)。		50%

◎畜舎の大きさ (標準)

	牛 床	育成室	厩肥舎	その他	計	備 考
3 頭	13.2㎡	—㎡	6.6㎡	3.3㎡	23.1㎡	2間×3.5間=7坪
5 頭	27.6㎡	11.0㎡	12.4㎡	6.9㎡	57.9㎡	2.5間×7間=17.5坪

※二階を飼料置場として利用しても良い。

材質は古材を使用してもよく、構造は木造でも鉄骨造でも良い。

＜畜産だより＞ ＝個人の畜舎建設に 補助金を交付＝

米の生産調整が年々強化されて来ますが、松代町でも本年度は、六九・五ヘクタール（昨年度は三五ヘクタール）という大幅な転作目標面積の配分がありました。町ではその転作への対策の一環として、畜産のうち特に将来性のある繁殖牛の飼育を推進して、飼料作物の転作と、厩肥の有効利用による複合経営の促進をはかっていくことになりました。

そこで町では、本年度より繁殖牛を飼育するため畜舎を新築したり改造するための建設費に対して補助金を交付することになりました（概要は別表のとおり）。

＝一戸当り二頭の 貸付牛制度＝

町と農協では、家畜導入事業により、和牛雌牛の貸付けを実施しており、本年度は五十頭を予定しています。現在、助平で共同畜舎を建設することにより三十頭の申込みがありますが、あと二十頭は未定となっています。

町の貸付け牛の制度を次により、簡単に説明します。

- 一、五年以内におおむね三頭以上の肉用牛経営が見込まれる者。
- 二、一人当たりの導入頭数は、二頭以内とする。
- 三、貸付け牛は、五年間飼養する。
- 四、飼養期間（五年）が満了したときは、町は貸付け牛を譲渡し、その対価として町が購入したときの金額を町へ納入する。
- 五、借受人は、貸付け牛を善良な飼育管理を行ない、飼料作物を栽培し、大部分を自給しなければならぬ。

以上がこの制度の概要となっていますが、農協の制度も町と同条件となっています。

この二つの制度を利用していただき、和牛の飼育を大いに増やしていただきたいと思います。希望される方は、役場の産業課か農協へ御相談下さい。

印紙税

契約書や領収書をつくるときにかかる税

私たちは毎日の生活の中で、文書を作ったり、もらったりしますが、その文書の中には印紙税のかかるものがあります。

不動産売買契約書や借用証書、領収書などがそれです。

印紙税は「財産の移転」「取引」の際に作られる文書に対してかかる税金で、その文書を作った人が、定められた額の収入印紙をはり、文書と印紙の両方にかかるように消印をして納めます。

印紙税のかかる 文書

印紙税のかかる文書には、不動産売買契約書、借用証書、領収書のほかに、手形、商品券、株券、預金証書、地代・家賃通帳、金銭の受領に関する委任状などがあります。

印紙税がかかるか、かからないかは、その文書の内容によりますので、文書の標題や名称にとらわれないようにしてください。

次のような場合は間違いやすいので注意しましょう。

- ①請求書に「相済」または「了」などと書いたものは、領収を意味しますので、金銭の受取書として印紙税がかかります。
- ②仮領収書を出し、後で正式な領収書を発行する場合でも、金銭を受け取ったという証明ですので、収入印紙が必要です。
- ③一つの契約について、何通も契約書を作る場合、全部に収入印紙をはらなければなりません。契約の立会人や保証人が持つものとして作る契約書についても、収入印紙が必要です。
- ④不動産の売買契約の場合、契約書の一通を「正本」とし、他のものを「写」「副本」「謄本」などと示しますが、契約する人の署名や押印があるものは、正本と同じように収入印紙をはらなければなりません。
- ⑤覚書、念書、差入書などの名称の文書でも、契約内容を証明するものは、契約書として収入印紙が必要です。
- ⑥金銭の受取書でも、個人間の借金、受取など、営業に関係ない場合や、金額が三万円未満のものは、印紙税はかかりません。

誤ってつけた 収入印紙

間違えて収入印紙をはったり、定められた税額よりも多い収入印紙をはった場合は、その文書を税務署に提示し、還付の請求手続きをすれば、誤って納めた印紙税の還付が受けられます。

老令年金を請求するまえに

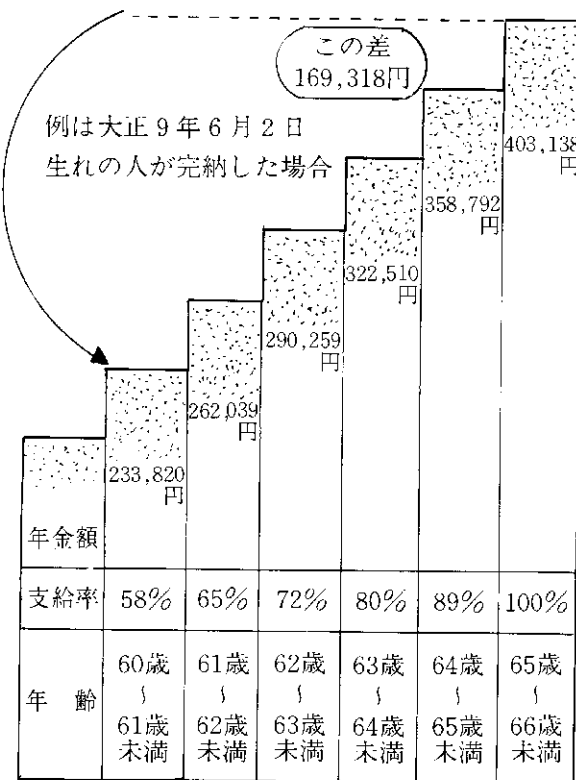
国民年金の老令年金は、原則として65才からうけられますが、年金は本人が請求しないともらえない仕組みになっていることを意外と知らない人が多いようです。

年金をもらうには、役場の国民年金係の窓口で「裁定請求」の手続きをとらなければなりません。手続においてになる前に、支払金融機関（年金を受け取る所、松代では松代農協、第四銀行支店、郵便局、で受けられます。）を決めておいて下さい。

65才—これは国民年金の老令年金の支給年令ですが、本人の希望により60才から64才までの間ならいつでも年金を繰上げて請求する

ことが出来ます。しかし、この場合の年金額は一生減額されたままです。年金額が増額されるたびに、65才からの満額年金との差は広がる一方となります。また、日本人の平均寿命は男72.9才、女78.3才と延びて、世界の一、二を争う長寿国になったことはだれでもが長生きする時代を迎えたことを意味します。長い老人期に頼りになるのは年金ではないでしょうか。健康に全く自信がない……という方は別として、やはり満額年金をもらったほうがよさそうです。このことをよく考えてから年金の請求をしても遅くないと思いますか、いかがなものでしょうか。

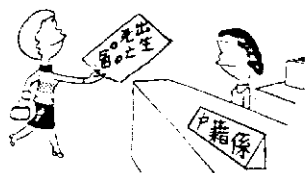
繰上げ請求はよく考えてから…
どちらが得かよく考えましょう…



出生届・婚姻届
死亡届・死産届
離婚届

をされる方
に
お願い

届書に職業を
記入して下さい



- ▲期間 昭和55年4月1日から
昭和56年3月31日まで
- ▲対象 出生届・死亡届・死産届・婚姻届・
離婚届
- ▲記入する内容
届書に、「職業(死亡届については産
業を含む)を記入していただきます。
- ▲目的 国勢調査の結果とともに我が国の人口
に関する基本的な資料として広く
利用するため。

※尚、届書の記入にあたりわからない点につ
いては窓口でお聞き下さい。(戸籍係)

戸籍の窓口から

四月受付分(受付順)

ごけつこん、おめでとう

相羽 信良・金井敦子 菅刈

五十嵐光雄・恩田博子 会沢天京

松澤喜久男・石曾根みゆき 儀明

早稲田

おたんじょう、おめでとう

父國栄

小堺 瞳 長女 儀明 上州

父光司

小堺強司 長男 松代

母恵子 善宗塚住宅

父孝

中村孝幸 長男 儀明 与善

母メイ

池田さよ子 父千代二

母弘子 長女 田野倉 大横

父繁

小嶋ひろみ 長女 太平

母美江子 結城屋

父譲

柳 直行 長男 孟地 新宅

母たまき

父満

柳 英樹 二男 松代 柳屋

母美智子

父芳雄

高橋孝幸 二男 池之畑

母啓子 山口屋

おくやみ(死亡)

中村群平 七三才 松代 うぜん

佐藤キン 六八才 清水 仙年

宮澤タイ 七三才 下山 新屋

永井三長 七二才 室野よろず屋

宮澤ケイ 六六才 下山 蟹平

若山哲次 八二才 蒲生 元町

牧田秀作 七〇才 峠 墓原

寺崎タイ 六九才 桐山佐治エ門

室岡清次 七六才 池尻 二前田

高橋モミ 七〇才 儀明 はづれ

高橋モミ 七五才 儀明 はづれ

山岸政五郎 八九才 室野又左エ門

富澤正義 七一才 太平 勝院

柳 永榮 七四才 小貴 (3) 隠居

昭和46年の出稼検診重点訪問者 九年後の結果

長かった冬もようやく去りました。が忙しい季節になりました。

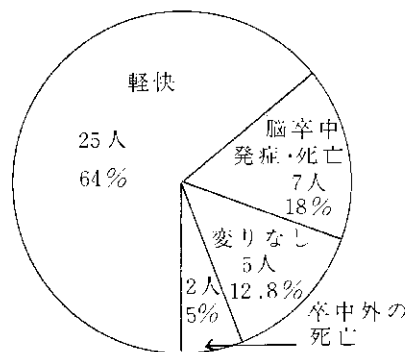
出稼された皆様も元気で帰りのことと存じます。昨年の検診で治療をするようにいわれた方は、お医者さんにゆかれたでしょうか。若しまだでしたら、なるべく早く受診して頂くようお願いします。

54年の総死亡80人のうち、脳卒中、心臓病、がんで死亡した人は50人もいました。このうち70才までの死亡は25人。その内男の人が17人と%を占めています。

これらの成人病予防のために、出稼や胃がん検診が実施されています。早期に治療し、元氣になった人も大勢います。しかしせっかく受けた検診を、まさか自分が倒れるとは思わず、放つという病気を悪くし死亡する人もいます。

46年の出稼検診での、最低血圧100以上の人について、54年まで9年間の治療や日常生活の注意について、どう変化したかをみました。

(表1)46年最低血圧100以上の人の9年後の結果(39人)



46年検診時最低血圧100以上の人は43人いましたが、転出や他の理由で9年間経過をみられた人は39人でした。

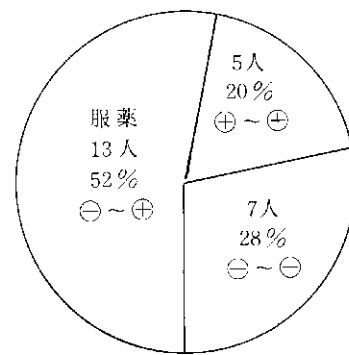
25人は最高血圧150前後、最低80前後になり、よい状態になっていました。

7人は脳卒中になり4人は発症後数日以内に死亡しました。うち3人は30代の人でした。残る3人のうち2人は、自分の用は何んと

か出来ますが、入浴は家族の助けを必要とします。1人は家の中のことを、何とか出来るまでになりました。

2人の卒中外の死亡は、1人は心筋硬塞、1人は事故死でした。5人の人は相変らずの状態です。

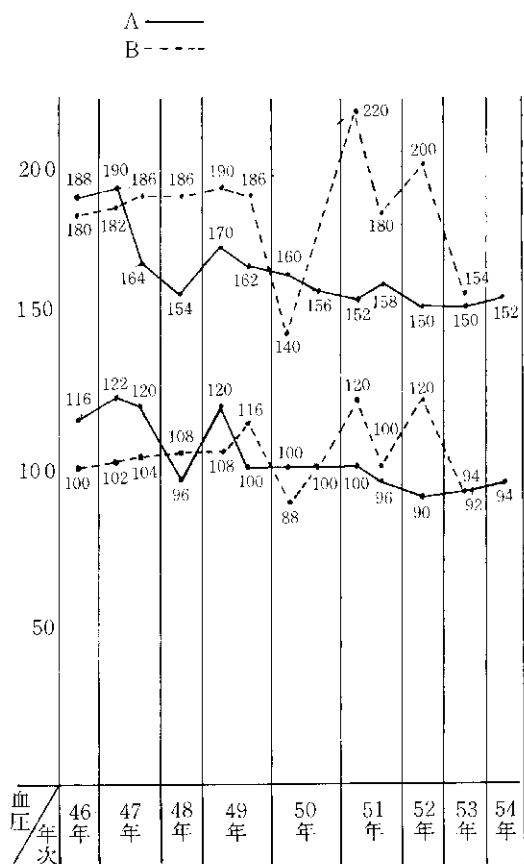
(表2)軽快した人の治療状況



軽快した人の服薬状況は表2のとおりで、13人は検診後から服薬をつづけていました。5人は検診時すでに服薬しており、引続きくすりをのんでいます。残る7人は、くすりはのみませんがよい状態でした。このうち数人は日常生活に氣をつけていました。

みそ汁は46年とくらべて、平均一杯少く2.6杯になっていました。酒、煙草は少くなった人もやめた人もいましたが、中には反対に多くなった人もいて、39人の平均では少くなりませんでした。

(表3)注意した人としらない人の血圧の変化



人口のうごき

5月1日現在

世帯数	1,876	(+ 2)
人口男	3,574	(-18)
女	3,630	(-20)
計	7,204	(-38)
出生	8	死亡 14
転入	36	転出 68
増計	44	減計 82

つた人の血圧を比較してみました。

(表3)

Aの人は、はじめは最高、最低共Bの人より高かったのですが、規則的に服薬し、煙草も塩も少くしました。又、酒も多くのみませんでした。

Bの人は、くすりをのんだりやめたり、又、酒も煙草も多い人でした。

検診後一年や二年では分りませんが、長い間には注意すると、死に分れます。

これは血圧だけでなく、心電図、尿検査にもいえる事です。

自分の健康は自分で守る事です。「命あつての物種」という諺もあります。仕事も大事ですが、くすりをのんでいる人は、何を食べても月一回の受診日をきめ、食事や日常生活に十分氣をつけて下さい。なお今年も、左記により出稼検診が実施されます。仕事のやりくりをして、欠席しないようにお願いします。

6月9日(月) 蒲生小学校
6月10日(火) 松代町総合センター
6月11日(水) 松代町総合センター
6月12日(木) 午後清水小学校
6月13日(金) 午後孟地小学校
松代町克雪センター

わが家のスケッチ ②

“心のふれあい”

松代(大和) 上村操子



国民の祝日として、新たに家庭の日が話題になっておりますが、私も毎日の家庭生活を振り返り更に深く反省できるチャンスだと思ふ賛成者の一人です。私の家では家族のふれ合いの目的として、費用のかからない身近かにできる行事として、新緑の季節には、早起きして浦田の山にハイキングを兼ねて弁当持参の山菜取りに行きます。収穫は期待はずれに終りなが

らも、ウグイスの美声、水ばしうの美しさに見とれ、日頃の運動不足の解消にと自然に親しみ、改めて多くを語らずとも「今日は楽しかったネ」の一言に子供心にも感じ、得ることがあるように思われます。そしてカン／＼と太陽の輝く八月の第一日曜日は夏休みの課題の薬草取りに親子ででかけることにしています。買って持つていくと云う話も聞きますがとんでもないと云うのが我家の方針です。……かと云って親もドクダミの生えている場所を知らず、あっちこっちと探し歩き、苦勞して取つてきます。反面、農作業のない私達の生活には、汗水流しての労働の尊さを理解させるよい機会でもあります。また、家族談らんの場として子供の誕生日を利用しております。これから子供の成長に伴い益々むずかしくなる問題だと思ひますが、平凡な生活にも気分転換を求め、母親のアイデアで心に残る暮しをと願っております。

囲碁例会のお知らせ

松代町囲碁同好会

発会以来毎月第2日曜日、洪海荘に於いて碁会を開いておりますが、本年度は会員名簿を作製と、段・級位の認定をし、その成績を記録していくため、逐次大会を開いてその腕前を競い合うべく計画をいたしております。同好の皆様ならびに初心の方々もお気軽にご参加くださるようご案内申し上げます。

○例会日時

毎月第2日曜日

午前9時30分～午後5時

○会場

洪海荘

○会費

年額千円

○連絡先

松代高校 高橋 清

(電話 七二〇六四)

内弁慶

自主的な 気持ちを持たせよう

学校生活や友だちとの間では、人のめんどろみもよく、自分のことは自分でやるが、いったん家に帰れば、何をするにも親の手をわずらわし、とかく自分勝手なことばかりする——これが、俗に「内弁慶」といわれる子供のタイプです。

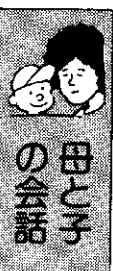
「内弁慶」は、いわゆる泣き虫とか弱虫といわれる子供に多く見られます。

集団生活や友だちとのつきあいには、それなりのルールがありまゝです。自分の主張もするが、相手の言い分もきき、ときにはがまんもする——といった一定のルールの中で、自分の欲求実現や不満の解消などをうまくコントロールできない子供が、内弁慶になりがちだといわれます。

つまり、外での不平不満を家庭に持ち帰って、親や兄弟など身近な人のそばで、自分の主張をガンコなまでに押し通そうとするのです。

内弁慶になる原因はいろいろあるようですが、甘やかされて育つた子供に多いといわれます。また、年ごろの子供と遊ぶ機会が少なく、そのために遊び方や集団生活のルールが十分身についていない子供も、内弁慶になりやすいといわれています。

周囲が子供のいいなりになっていると、いつまでたっても自主的な行動がとれず、ますます外と内とのギャップが大きくならないともかぎりません。家庭では、自分のことは自分でする自主的な気持ちを持たせるようにしましょう。



つくろう健康!!

— 生活の中にスポーツを —

6月22日
6月23日
6月24日
6月25日
6月26日
6月27日
6月28日
6月29日
6月30日



△一般バレーボール

会場 松代中体育館

△婦人バレーボール

会場 松代小体育館

△卓球

会場 松代高校格技場

○開会式は8時30分から

会場 松代小学校

○閉会式は各会場ごとに競技終了
しだい行ないます。

あなたも

走りませんか



マラソン協会では本年も、五月四日の日曜日から毎週日曜日に定例の早朝マラソンを行っています。内容は全員で準備体操の後三十分位の軽い練習を行っており、だれでも楽しく無理なく参加出来るようになってきています。走ってみようかな?と考えておられる方は是非、日曜日朝六時三十分、町総合センター前にお集り下さい。

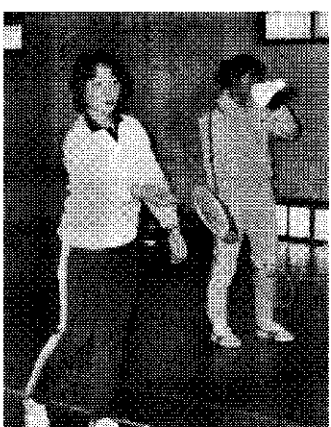
(雨天中止)

他にも月一回を目安としてレクリエーションを兼ねた楽しい練習を予定しています。



バドミントン

教室の開設



当協会では、主婦、職場の方、小学生等を対象とし、技術の向上と仲間作りを旨として開設いたしますので、気軽にどなたでも参加して楽しんで下さい。

〈練習日〉 毎週火曜日

〈練習時間〉 午後七時半から

午後九時半まで

〈会場〉 松代小学校体育館

※ ラケット等は協会を用意してありますが運動靴を持参して下さい。

第1回 町民体育祭は
7月27日
7月28日
7月29日

△種目

◎小・中学生百メートル競争

◎ボール運びレース

◎二人三脚レース

◎紅白玉入れ競争

◎風船わり競争

◎綱引き競争

◎地区対抗リレー、等を計画しています。

△競技方法

7地区による地区別対抗

△会場

松代中学校グラウンド

2段剣士

3名誕生



新潟県剣道連盟主催の昇段審査会が十日町市民会館で行われました。十日町市で審査会が行われるのは8年ぶりということで、松代町からも3名が受験しました。審査は、型、実技、筆記試験が行われ、3名全員、二段に合格しました。合格者は次のとおりです。

柳 一則 二段合格
柳 茂 二段合格
柳 久 二段合格

運動

成人病を防ぐ 「妙薬」

成人病は、典型的な「現代病」の一つといわれます。

職場と家庭の両面で機械文明の恩恵に浴し、便利な生活を送っているわたしたち現代人がかかる病気——それが成人病だといわれています。そして、現代病の「正体」が、カロリーのとり過ぎと運動不足なのです。

成人病が、一方で「運動不足病」などといわれるのもそのためで、中高年者にとって運動は健康を保持する上で大きなカギをにぎっているのです。

老化を防ぐ

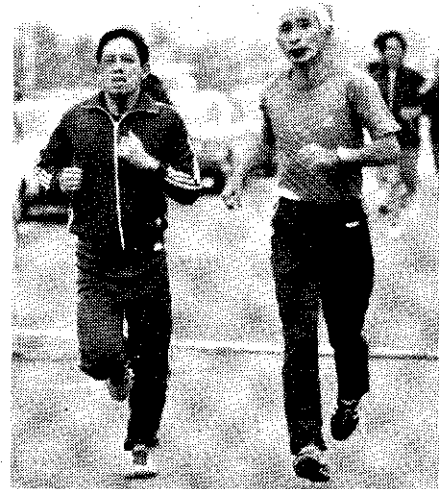
適度な運動は、血管の拡張と収縮によって新陳代謝を促進し、また血液中的のコレステロールなどの脂質を低下させるともいわれています。

このように適度な運動は老化を防ぐ「妙薬」の一つといえます。

ちよつとした油断が死を招く



子供たちの水の事故は、そのほとんどが、本人はもちろんのこと保護者のちよつとした油断や不注意によるもので、それがとりかえしのつかない事故につながっています。



血圧を正常に保つ

脳卒中、心臓病の原因で、動脈硬化と並ぶもう一つの「元凶」は高血圧症です。

ところで体力づくりに励んでいる人は、一般の人に比べて血圧の正常者が比較的多いといわれています。その理由としてあげられるのは、運動による血管の拡張で血液の流れがスムーズになるということです。

逆に運動不足で栄養もよく、その上動物性脂肪もとり過ぎが目立つ管理職タイプの肥満者は、心配ごとなどの精神的なストレスが加わると、血圧が上がりやすくなります。

ふだんから適度な運動によって体調を整え、ストレスを解消し気分転換を図ることは、一般に血圧管理の上からもよいことです。

脳卒中や 心臓病を予防



脳卒中とは、脳の血管が破れて出血を起したり（脳出血）、血管がつまって血液が循環しなくなり脳の組織が破壊される（脳梗塞）など、脳の血液循環障害によって起こる病気です。

また、心臓病として知られる心筋梗塞や狭心症も、心臓をとりまく冠状動脈の血液の流れに障害が起るものです。つまり、冠状動脈を流れる血液の量が少なくなったり止まってしまふのが「狭心症」で、その結果、栄養の補給が行われず心臓の組織の一部が破壊されてしまふのが「心筋梗塞」です。

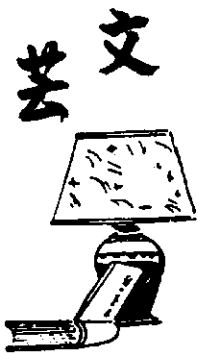
このように、脳卒中も心臓病も共に血液の循環障害によって起こることが多く、その大きな原因の一つが動脈硬化なのです。

動脈硬化は、高血圧や高脂血症が促進因子としてはたりますが、適度な運動は動脈硬化の予防にはじまり、その効果は脳卒中、心臓病の防止へとその「効きめ」を広げていくことになるのです。

とくに次の点に注意して、子供を水の事故から守ってください。

- ◎ 幼児のひとり遊びは危険です。常に目を離さないように。
- ◎ 家の近くに、ため池や用水そう、溝などが危険な状態のまま放置されているときは、警察に連絡するか、所有・管理者に申し入れて、サクやフタをしてもらう。
- ◎ 子供たちだけで水遊びや水泳に行かさないようにし、必ず大人がついていく。
- ◎ 危険な水辺で遊んでいる子供を見かけたときは、進んで声をかけ、安全な場所で遊ぶようにさせましょう。

子どもの 水難事故防止に ついて



文芸 しづみ句会

4月16日 枯水居にて

葬場の一刻の寂 梅句う

枯水

雪割つて村の分校始まりぬ

六花

下宿の先生送別一句

三ト歳や今宵の宴 別れ雪

立石

暮れなずむ弥生の空を我は好き

紅茶

おだやかな陽射しの中や種おろす

公明

花冷えの村は静かに戸を鎖し

静風

山ざくら昔の小径そのままに

茶水

隣り家の声近くして春の宵

善一

雪垣をとりし窓より鶏足山

静舟

雪入れて止まる流れに子ら遊ぶ

きく代

雪解間の大地の香り黄水仙

八千代

のがれ得ぬ縁と知れど春の雪

金男

山桜咲きそめたるや春時雨

常仙

春がすみ振る手に未練の上野駅

喜沙

晩酌に妻の手料理田螺和え

嘉橘

雑詠 “早春譜”

小堺 章 光

病める身の冴えかへる寒さに

たいかね春まだ浅からじと思ふ

丈余の雪両側に壁を築きあげ

黒き舗装の道のうねり細し

病めること知るよしもなきこの

私よる年輪をかぞへ見る

鉢植の桜の花三月に入りて

花一杯開き我が心なごます

蒲生句会

——群馬県太田市の飯場から——

咲く梅に柱目古びし門構え

種時くや指の先より歩みつ

耕山

老夫婦鋤を杖とも薯を植う

春愁や名も知らぬ駅通り過ぐ

静峯

揚雲雀霞にのぞむ浅間かな

あたたかやバス待ちの辺に犬ふぐ

泥水

——たまさか帰郷して——

豪雪を守りて主婦らの白き歯よ

雪卸す妻をねぎらう言葉少なに

——愛知県安城寮から——

霜深く辛夷の蕾まだ固く

山茶花の花色あせて梅開く

紫煙

——千葉市石田組宿舍から——

ずり落ちし雪の畦間に露のとう

雪間より採りし虎杖活けてみる

鉄堂

三人の老友の死を悼む

歌の屑がごより

下山 埋れ木

大住生遂げたる君はきさらぎの

豪雪止みて叩うごとし

——一生生き慎ましかりし君なるに

春にさきがけ何故散り果てし

幼なかりし髪にリボンを頂きて

童謡をきかせし君は今亡き

大いなる地はよみがえり花咲けど

三人の老友は逝きて還らず

俳句 “さくら”

千年 柳茶水

満月をあげて高田のさくらかな

さくら咲く山のとがりに五日月

花の下泰然として他石句碑

夜さくらや昔をしのぶ大手門

大ざくら昔の小径そのままに

計量器の

定期検査を

実施します。

正しい計量が行われるために、取引上又は、証明上に使用する計量器は原則として、検定証印のあるものでなければならぬことになっていきます。そのため計量法では、取引上又は、証明上に使用している計量器の使用量に對し県知事が行う定期検査を受けなければならぬことが義務づけられていますので、取引上又は、証明上に使用される計量器は全て検査を受けて下さい。検査日時、場所は次のとおりです。

旧松代地区

5月27日午前9時～3時30分

松代町役場

旧山平地区

5月28日午前9時～11時

蒲生ライスセンター

旧奴奈川地区

5月28日午後1時30～3時30分

松代町克雪管理センター

停電のお知らせ

5月29日

午前9時から

午後4時30分まで

左記の地域が停電になりますのでお知らせします。

○奴奈川地区全域

○田代を除く山平地区

○千年・池尻

○峰方地区