

広報

まっだい

1984

2月

■発行 新潟県松代町総務課 電話 松代7-2220番 昭和59年2月23日

第291号



ゴールをめざし

力走する松代町小学校

スキー大会

《人口の動き》 男3,182(-1) 女3,233(-4) 計6,415(-5) 世帯数1,742(+1)
2月1日現在 出生2 死亡8 転入6 転出5

寒冷と血圧

保健衛生シリーズ

98



四季を通じて、12月1月2月という寒い時期には、脳卒中や心臓病が、きわめて多く起こります。これは、きびしい寒さが血圧を上げるためです。寒さが血圧にどうひびくかを、わかりやすく説明するには、「寒冷昇圧試験」という簡単な方法があります。この方法は、摂氏4度の水を、バケツか洗面器に入れ、そこに手や足を1分間だけつけておくわけです。そうすると、たちまち血圧に変化が起こります。正常血圧の人でも、血圧はいくぶん高くなります。だが、高血圧の人では、もっと大幅に上がってきます。



たとえば、150から160だった最高血圧が、いっきよに200以上にはねあがる場合もめずらしくありません。なぜこうなるかといえますと、寒冷刺激のために、血管が収縮、つまり縮まって、血圧を上げるのです。とくに血圧の高い人は、冷たい刺激に対して鋭敏に反応するため、上昇の幅も大きくなります。

寒冷刺激による影響は、もちろん、冷たい水にさわったときだけ起こるものではありません。私たちの生活をすっぽりおおっている、気候そのものが関係してきます。冬には血圧が高くなる季節変動も、そして脳卒中で倒れる人が増えるのも、こうした理由からです。高血圧体質の人は、急激な血圧上昇を予防する意味で、寒さには十分な注意を要します。むろん正常血圧の人とて同じです。

冬の明け方、トイレに起きた人が、途中で脳卒中を起こす例はしばしばみられます。ぬくぬくしたふとんの中に比べ、トイレの方はあまりに寒く、その温度差のショックが、発作の引き金になるわけです。

東北地方は、ほかの地方よりも、高血圧及び脳卒中が非常に多いのは前述の通りです。この要因としては、塩分のとりすぎ

という食生活と、気候的な寒さという環境的な因子があげられています。

ところが、塩分のことでは、九州地方は東北に負けないくらい多くとっています。だが、脳卒中はぐっと少ないのです。それは九州の気候が、東北よりずっと温暖であるからです。また、寒さの点では、北海道は東北より、もったときびしいものです。

だが、脳卒中の発生は東北ほどではありません。この差は住宅の構造のちがいにあるということです。北海道の場合、気候がきびしい土地だけに、部屋の保温など、防寒によく注意が払われています。東北地方の住宅は、防寒のことでは不十分でした。それが少なからず影響していたのです。こうした住宅も、いまでは改善されつつあり、効果もあらわれています。

1月2月に脳卒中が多いのは、



なわとび健康法

①まず準備運動

中高年者で急激に二重とびなどをすると、アキレス腱を切ることがありますので、足が少し暖かくなるまで、その場とび、かけ足足ふみをしてください。

②その場飛びの連続

その場で両足とびを一分間連続し、歩きながら三〇秒休んでください。

③パートナーと共に

家族ぐるみで組をくんで、いろいろなとび方で、ひと汗かくまでとんでください。



なわとびは全体的な運動です。すから、走る運動と同様、呼吸循環機能や筋の持久性を高めますが、二重とび、三重とびになると、瞬発力の訓練になります。

④自分の力に合ったとび方

なわとびは、高度な技術を要するいろいろなとび方があります。やはり、体力に応じて量や質を変えるべきです。慣れてきて体力がついたら、自分で量を増してみてください。

⑤なわ

あまり軽い材質だととびにくいので、ビニール製のロープを選ぶとよいでしょう。

参考文献

五島雄一郎著

血圧の恐怖

2月17日現在、県内の18箇所の積雪量の平均は、ついに56豪雪を上回った。(役場裏の積雪量は4m70cm、2月17日現在) 2月1日(快晴)恒例の松代町小学校スキー大会が開催されました。回転、大回転は少林寺山スキー場、距離競技は松代中学校付近で、選手の手力走が展開され、毎日のように屋根除雪で疲れきった顔に笑がみえました。成績は次のとおりです。



第29回松代町小学校スキー大会 開催される



《回転》

学年	性別	順位	氏名	学校名	タイム
5	男	1	相沢直樹	松代	29秒46
		2	村山政仁	"	31"07
		3	柳一則	"	31"17
		4	柳志朗	"	31"69
		5	小堺一男	蒲生	32"23
		6	柳直人	松代	32"66
6	男	1	富沢直宗	松代	27秒92
		2	関谷敏郎	"	28"83
		3	関谷恵一	"	29"23
		4	柳克美	"	29"64
		5	万羽博樹	"	29"86
		6	山賀英二	"	30"83

《大回転》

学年	性別	順位	氏名	学校名	タイム
5	男	1	相沢直樹	松代	36秒43
		2	村山政仁	"	37"28
		3	小堺一男	蒲生	38"10
		4	柳直人	松代	38"60
		5	若井孝幸	"	40"20
		6	柳一則	"	40"26
5	女	1	小堺明美	儀明	20秒32
		2	佐藤美由紀	孟地	20"45
		3	若月美華	松代	21"98
		4	山岸愛	蒲生	22"07
		5	小島美恵子	孟地	22"43
		6	富沢一子	松代	22"60
6	男	1	関谷恵一	松代	35秒51
		2	関谷敏郎	"	36"10
		3	柳克美	"	36"55
		4	山賀英二	"	36"66
		5	富沢直宗	"	38"26
		6	小堺光博	儀明	39"94

《大回転》

学年	性別	順位	氏名	学校名	タイム
6	女	1	柳珠美	松代	18秒58
		2	米持麻利	室野	19"33
		3	斉木篤子	松代	20"00
		4	佐藤紀子	室野	20"00
		5	柳広子	孟地	20"35
		6	西潟陽子	室野	20"62

《距離》

学年	性別	距離	順位	氏名	学校名	タイム
5	男	3km	1	斉藤真也	松代	11分26秒
			2	佐藤政秀	峠	11"52"
			3	牧田幸樹	"	12"22"
			4	宮沢幸男	松代	12"28"
			5	西片栄一	"	12"45"
			6	山賀淳市	"	13"28"
5	女	2km	1	柳明美	松代	9分41秒
			2	宮沢幸子	"	9"52"
			3	宮沢千香子	"	10"00"
			4	市川佐久美	"	10"42"
			5	宮沢由紀子	"	10"51"
			6	宮沢みどり	"	11"43"
6	男	3km	1	柳高浩	松代	10分36秒
			2	寺崎貴光	清水	12"02"
			3	宮沢典郎	松代	13"05"
			4	高橋基雄	"	13"13"
			5	関谷圭二	"	13"20"
			6	山岸真志	海老	13"34"
6	女	2km	1	柳久美子	松代	9分12秒
			2	宮沢るみ子	"	9"46"
			3	菅井文代	"	9"53"
			4	菅井良子	"	10"01"
			5	高橋由紀子	"	10"02"
			6	高橋久美子	"	10"13"

松代町の 農業を考える

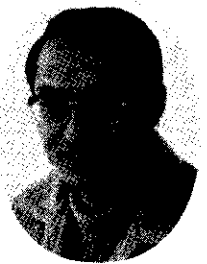
私の意見 ⑧

産業シリーズ

③⑧



建設中の「花立きのこ園」、通称「殿杉」地内



事務局長
若井 明夫

私達の「やぶこざきの会」が発足したのは五十七年十一月のことでした。

過疎に抵抗するために何とかやってみようではないか、という考えのもとに、集まった仲間には二十二人。職業も違い、部落も違うなかで共通しているものは、松代が好きで、ここで暮らしたいということでした。

年一回総会、毎月一回研究会を開いています。研究会では、各自がいろいろな情報や、考えを出し合いながら、いま実行可能なものは何か、どのように実現させていくのか、と検討し合っています。

そういう中から出てきたのがきのこ園造り、そして早稲田大学協力会への参加、都会との交流というようになりました。

これら三つの事業は、大して資金がなくても始められるようなことばかりです。我々の現在の資金源は、会員からの月々千円ずつの会費(投資)であります。きのこ園構想は、そういう状

況の中で超目玉的な事業であつたわけですが。手間さえ出し合えば、原本は今の時代だから当面は会員宅のものを無償でもらえるだろう、そうすれば、あとはきのこのコマを売るだけで済みます。そして毎年の売上金をそつくり投資していけば、将来は大規模なものにしていけるのではないかと考えたのです。

その成果が還元されるまでは、皆が無報酬で頑張らなくてはなりません。このせちがらい世の中に、実際正気の沙汰ではありません。

このきのこ園は、名称を「花立きのこ園」とし、蓬平、会沢、松代と三村の交わる比較的景勝の地、通称「殿杉」といわれるところにしました。

昨今、経済の低成長と共に、余暇の過ごし方も、至れり尽せりのレジャーから、自分で参加する手作りのレジャーへと転換してきている、と言われております。

きのこ狩りで市価よりも安くきのこを手に入れ、秋の一日を仲間や、家族といっしょに、なめこ汁を作つて食べたり、展望台や遊園施設で楽しめるなら、この町をはじめ近隣市町村からも利用してもらえるのではないかと、という構想です。それに、

近くに天然ガスが出ているので、これを利用して、薬草風呂、あるいは冬には温室栽培、また、山菜畑を造成し、お客さんから自分の手でそれを取ってもらう、というようなことも考えられます。

なにしろまだ始まったばかりで不確定な要素が多すぎて、しつかりとした大きな計画は立てにくいのが事実であります。

しかし、当面の目標は、去年ホダ木を千三百本程入れて見た経験から、今年はその倍の二千六百本位、そして今後四年間に、ホダ木保有数を一万本程度にしたいものと計画しております。

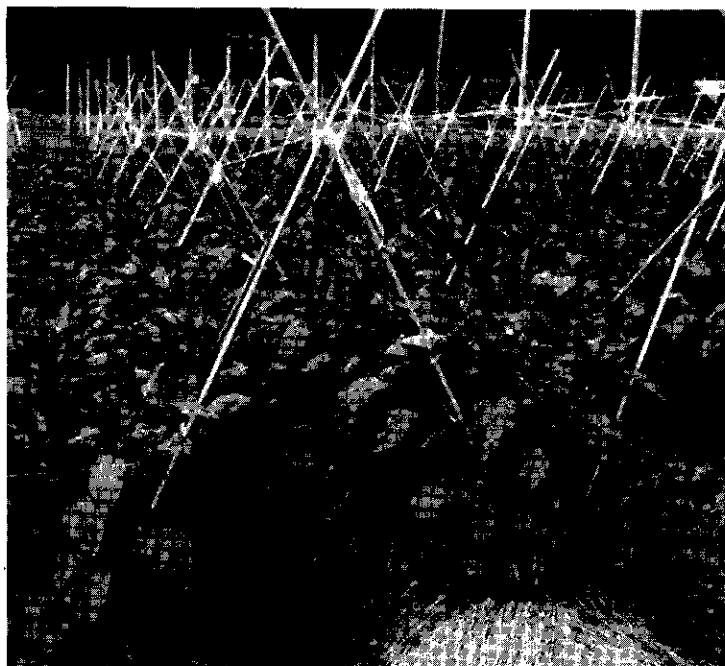
第二の早稲田大学協力会への参加については、昨年、野球部来町に際し、わずかながらお手伝いをさせていただきました。松代のもつ新しい可能性として大いに期待を持てることではないでしょうか。

また、都会との交流については、この三月に八王子の父母の会「きしゃばっぼの会」の方々が来町する予定となっております。雪の田舎を十分満喫してもらつて、この交流を発展させていくことによって、松代を都市に對する田舎としての役割を考えていつてみたいものと思ひます。以上まだまだ夢の域を脱して

4 ページより

いないようなことばかりですが、これらを松代の農業として関連づけた場合、新しい一つのころみとなるのではないかと考え、夢だけに終らせないで、現実のものとするため、会員一同努力していききたいものと話し合っております。

発足当初からいろいろとご指導くださっている方々、町の当局、また土地、立木等でご協力くださった方々には深くお礼を申し上げ、今後ともよろしくご指導くださるようお願い申し上げます。



年々作付の増える「転作ナス」

水田利用三期対策

昭和59年度 90.2ha
部落別転作面積を配分

表一 目標面積の配分

(単位: ha)

	第 3 期		昭和 59 年度		昭和 58 年度	
	目標面積	うち他用途米	目標面積	うち他用途米	目標面積	比較
松代町	91.1	8.7	90.2	8.7	92.4	△ 2.2
新潟県	20,820.0	1,943	20,820.0	1,943	21,150.0	△330.0
全 国	600,000.0	56,000	600,000.0	56,000	600,000.0	—

水田利用再編対策は、本年度から三年間、第三期対策として制度内容の一部改訂を行ない実施されます。

県から当町への目標面積は、第三期間として九一・一haが固定配分されましたが、本年度については、県内調整があり、九〇・二haと、前年度より二・二ha軽減されて配分がありました。(表1)

表二 奨励補助金の改訂額

	現 行	改 訂	比 較
	特 定 作 物	4.5 万円	3.7 万円
転 作	永 年 性 作 物	4.5	4.5
	一 般 作 物	3.0	2.2
	(野 菜)	2.5	1.7
保 全 管 理	3.0	1.7	△13,000
土 地 改 良 通 年 施 行	3.0	2.0	△10,000

奨励補助金は、全国一律に八千円〜一万三千円減額され、当町の基本額の水準は表2のとおりとなりました。

第三期対策より他用途利用米制度が新設されました。これは転作面積の枠内で、加工用原料(みそ、せんべい等)となる他用途米を作付けできることとなったのですが、生産された米は食糧制度の枠内で自主流通米扱いとなると、現行の

検査規格による一〜三等までのうるちと規定され、価格は政府助成を含め農家手取りで一俵当たり一万八千円と安いものです。

町では去る一月二十六日、水田利用再編対策推進協議会を開催し、本年度の転作等の推進について協議をしていただき、次のとおり決定しました。

◎他用途利用米については、当町の土地条件、労働力、転作形態、限度数量等いろいろの条件を検討した結果、作付けが困難であり、他用途米は取り組まないことに決定しました。

◎部落別目標面積については、県から配分された第三期間の目標面積の九一・一haについて、各部落の水田面積を基準として一定率で配分し、これを三期間固定することにしました。

◎配分面積は、当町の転作形態が定着化傾向にあるところから(表3)前年度の実績を配分面積とすることにいたしました。

したがって、今年の転作については前年どおり実施していただくようお願い致します。(表4)

なお、期間切れとなる十一、二haについては、極力、水稻への作付け転換するか、転作作目

表一3 目標面積と転作の実態について

目 標 面 積 90.2ha		(転作 81.5)		(他用途米 8.7)
58年の実績から推計		実績計87.7ha		
定着カウント26.4ha (58まで16.7、59年9.7)	永年性作物等20.8ha (果樹19.6 林地1.2)	預託・養魚 (期間内) 9.9ha	一 般 転 作 30.6ha (大豆5.6 飼作5.4 そば1.4 レンコン9.4 小豆2.9 野菜5.9)	
土地改良通年施行 1.5ha				不足分 1.0ha

●59年に期間切れとなるもの

56年の水田養魚 2.52ha
 保安全管理(56年) 6.8 ha (55年) 1.91ha } 計 11.23ha

・他の転作作物に変更
 ・水稻の作付けに転換

表一4 部落別転作面積配分表

(単位:アール)

字 名	第 3 期 目 標 面 積	昭和59年度 配 分 面 積	期 間 切 れ	字 名	第 3 期 目 標 面 積	昭和59年度 配 分 面 積	期 間 切 れ
松 代	623	612	100	中 子	40	47	—
小 荒 戸	157	252	7	苧 島	186	96	73
太 平	140	111	—	田 野 倉	293	252	26
菅 刈	163	172	20	仙 納	138	75	26
田 沢	150	103	31	田 代	94	49	12
小 屋 丸	95	121	—	筋 平	232	295	16
池 之 畑	158	81	8	小 貫	57	57	3
下 山	233	134	80	諏 訪 峠	19	83	—
千 年	398	460	114	寺 田	270	355	19
池 尻	155	98	17	名 平	116	111	6
会 沢	177	118	27	蒲 生	621	609	66
清 水	231	278	74	儀 明	559	554	16
桐 山	143	331	21	福 島	228	125	10
蓬 平	517	282	72	奈 良 立	88	78	18
東 山	76	45	9	室 野	727	1,105	126
海 老	203	239	22	竹 所	270	353	—
犬 伏	353	315	5	濁	101	157	29
孟 地	113	114	—	峠	512	358	37
片 桐 山	80	82	4	木和田原	267	189	29
滝 沢	127	124	—	合 計	9,110	9,020	1,123

④「期間切れ」欄の数は、本年度奨励金の交付期間の切れる「保安全管理」と「水田養魚」の面積で、配分面積(前年の実績)には含まれていません。

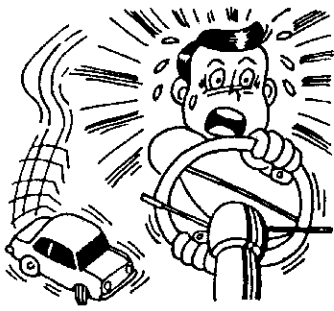
表一5 昭和59年産米事前売渡申込限度数量

(単位:袋)

	59年限度数量	58年売渡実績	比 較
う る ち	81,288	72,823	8,465
も ち	3,612	2,398	1,214
計	84,900	75,221	9,679

◎限度数量については、県から配分のあつた数量は表5のとおりであります。町では農家からの予約に基づき配分する予定です。特に年々減少している「もち米」の作付けについて御協力を得ることにしております。

の変更による再利用で収益を得られるよう、産業課では農家へ依頼することになりました。

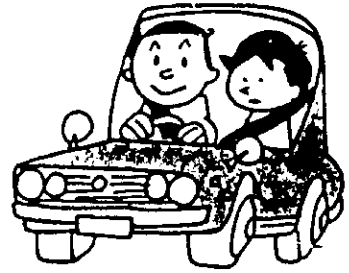


冬の積雪(圧雪)、凍結路面は、夏場の舗装路面に比べ、三倍から五倍も滑りやすく、車はブレーキを踏んでもタイヤが滑って、なかなか止まる事ができなくなったり、車がふいに横す



シリーズ⑧

安全運転



ペリをしたりして、ハンドルが効かなくなる等の危険なスリップ現象が発生しやすくなります。ドライバーは、スピードをひかえ目にして急加速、急ブレーキ急ハンドルなどの急激な操作を避けることがスリップ防止の決めです。

冬期車両管理のポイント

1 ガソリンタンクは常時満タンに

冬は水蒸気が凝固してガソリンタンク内に水となって混入しやすいので、タンク内の空間を極力少なくすることが必要です。また、タンクのキャップをしつかり締め、雪などが入らぬよう心がけましょう。

2 バッテリーは、完全充電状態に

ヒーター、ワイパー、ライトの使用度が高くなり、車の消費電力が最も多くなる季節ですが逆にバッテリーの性能は温度の低下とともに減少します。常に点検して、常時完全充電状態にしておくことが大切です。

3 スターターは短く

冬はバッテリー性能が減少するうえに、エンジンは冷たくクラッキングが重くなります。しかもガソリンの気化も悪く始動が困難なため、どうしてもスターターが無理します。長時間回さず、しばらく時間を置いて回しましょう。

4 急発進は厳禁(暖気運転)

人間もウォーミングアップしないで運動するのは体によくありません。エンジンが始動したからと言って急発進すると、エンジンに良くありません。

5 サイドブレーキは解放

サイドブレーキライニングが濡れていたり、サイドワイヤー内部に水が入っていると凍結する場合があります。格納または長時間駐車する時は、ギヤを入れておくなどサイドブレーキを解放しておく必要があります。

6 フェンダー内の雪

フェンダー内部に雪が付着凍結すると、タイヤと接触してハンドルの切れが悪くなり、思わぬ重大事故につながります。フェンダー内部をよく点検して、付着した雪は必ず落しておきま

子供と電話



対応マナーもしつけの一つ

リンと電話のベルが鳴ると、子供に受話器を取らせる

家庭が72%。

小学校入学前の子供のいる家庭を対象にした電電公社の調査によるものですが、平均年齢が五歳といえますから、電話は子供達の世界に抵抗なく受け入れられているといえます。また、小学生は平均して週に三回電話をかけています。

そうした半面、身につけていないのが電話の応対マナー。かけた先の子供が受話器を取ったものの、どうも要領を得ない・・・といった経験は一度ならずあることでしょう。

春休みは、子供達が家にいることから、電話に出る機会も多くなります。この機会に、電話のマナーを身につけさせてはいかがですか・・・。

電話のマナー

- ☆かけるときは、相手の電話番号をよく確かめて。
- ☆ベルが鳴ったら、すぐに出て名前をいう。
- ☆取り次ぐときは、相手の名前を聞いて、素早く。
- ☆留守番中は、相手の名前、用件などのメモをとる。
- ☆受話器は静かに、きちんと置く。

禁物

8 フロントガラスに熱湯は

凍結したガラスに熱湯をかけるとはいけません。ワイパー、ガラス周辺のゴムをいためまぬるま湯にしましょう。

7 タイヤチェーンの点検

タイヤチェーンは事前に着装して、その良否を確認しておく必要があります。また、チェーンを正しく着装しないと、走行中にゆるんだり、はずれたりして事故につながる恐れがあります。

所得税、事業税、住民税

正しい申告 胸張るわが家

申告は2月16日から3月15日まで

所得税 特集

所得税の申告は早め!!

○よく確かめて正しい申告を!!

所得税(国税) 事業税(県税)

住民税(町税)は、あなたの一年間の所得を自分で正しく計算して申告することになっており、あなた自身の一年間の総決算ともいえます。この申告は2月16日から3月15日の間に行うことになっています。

○期間を過ぎて申告しますと!!

3月15日を過ぎて申告した場合、通常の税金のほかに10%又は、5%の加算税が課税されます。

○正しくない申告をしますと!!

正しくない申告をした場合は、5%の加算税が課税されますし、故意に不正な申告をしたりしますと35%という重い加算税が課税されることとなっています。

☆納税相談必携品

- 1、確定申告用紙
- 2、所得の計算に必要な帳簿書類
- 3、給料、年金等受給者は「源泉徴収票」(原本のこと)
- 4、印鑑
- 5、その他申告に必要なもの

☆控除を受けるために 必要な書類

所得控除や税額控除を受けるには、確定申告を行うときに領収書や支払証明書などの添付や提示が必要とする場合があります。

次のような控除を受ける場合は、必要な書類をあらかじめ用意して確定申告を行ってください。

一、雑損控除

被害を受けた住宅や家財の損害の明細書や災害等に関連して支出した金額の領収書

二、医療費控除

あなたや家族が病気をしたりけがをしたりして、支払った医療費の領収書

三、生命保険料控除

一契約につき支払った保険料が九、〇〇〇円を超えるもの(年間)については、その支払った保険料の証明書

四、損害保険料控除

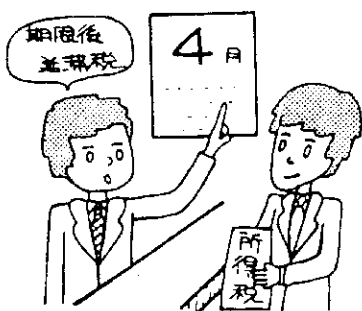
損害保険料として支払った証明書(建更又は短期の火災保険)

五、住宅取得控除

控除額及び計算方法が改正されましたので、該当される方は

早めに税務課に相談してください。なお、次の事項に留意してください。

- 1、55年から58年までの間に建築や購入した住宅で一六五平方メートル以下でかつ、四十平方メートル以上の住宅であること。
- 2、あなたが居住する家屋であること。
- 3、従来の家屋の増築でないこと。



―税金は期限内に納税を―

確定申告による所得税は、申告期限と同じ3月15日までに納税することになっています。全額期限内に納税できないときは、確定された税額の1/5以上を3月15日までに納めると残りの税額は5月31日まで延納することができます。

ただし、延納期間中は年七・

三パーセントの利子税がかかります。

―振替納税のご利用を―

所得税の便利な納税方法として、振替納税の制度があります。あらかじめ、税務署と金融機関に依頼しておくと、銀行、農協などの預金口座から納税できます。納税のための手数料が少なく大変便利です。この機会に是非振替制度を利用されるようお勧めします。

申告納税相談について

確定申告が始まっております。当町は、税務署が遠く又、豪雪等出向くのが大変ですので、これらの人について松代町では毎年一定の期間を定め、その期間中、町役場税務課職員が相談に応じ受付けています。

今年の納税相談日は次のとおりです。案内された日時にお願いいたします。

指定日にどうしても都合がつかない方は、2月25日(土)午前中受付を致しますので電話等で連絡してください。

還付申告は

2月28日(火)に

還付申告は、すでに始まっています。税務署では、いつでも受付けています。確定申告と同様に税務署まで出向くのは大変ですので、これらの方の便宜をはかり、特に日を定め、2月28日(火)にまとめて受付けを致します。用紙は税務署、役場、商工会にあります。

なお、還付申告者は、出来るだけ自分で申告書を記入するように願います。



還付金は
振込制度で!!

還付金受領の手間が省ける口座振込みは安全で確実です。銀行、農協等の申告者自身の預金口座への振込還付制度の活用をお願い致します。

保険料 **5,830円**から**6,220円**に
改められます

59年4月から

適正負担にご理解とご協力を!

国民年金加入者のみなさん

この四月から定額保険料が、今までの一ヶ月五、八三〇円から六、二二〇円に改められます。「また上がるのか……」と思われるでしょうが、これは将来の年金額の充実や受給者数の増加による給付費の増大などを考慮したうえでの必要な措置なのです。

国民年金の財政は、受給者のみなさんがこれまでに納めてきた保険料と、現在働く若い世代の人たちが負担する保険料、国の負担などによってまかなわれていますが、ご承知のようにわが国は、年を追うごとに老人が増えていく傾向にあります。

これは、加入者に比べて受給者が増えていき、それに伴って給付費もどんどん増えていくことを意味しています。このためこれからも円滑に年金が支払われるためには給付費の確保、とりわけ保険料額の引き上げが不可欠な要件となってきます。

しかし、給付費が不足だからといって受給者本位で保険料額を引き上げた場合、加入者のみなさんに一層の負担を強いることになるため、急激な負担増を避けた段階的な引き上げにより円滑な年金財政を図ろうとして

います。

国民年金をよりよい制度にするために、また制度を将来にわたって健全に運営していくために行われる今後の保険料の改正について、加入者みなさんのご理解とご協力をお願いします。

保険料はどのように決まるのか?

国民年金の加入者は、所得の高い人や低い人などその階層は非常に複雑となっています。

このような特殊性を考慮して国民年金の保険料は、定額制をとり、昭和五十八年四月からは月額五、八三〇円になっています。

これは五十六年度の保険料額四、五〇〇円を基本として、毎年三五〇円ずつ加算した額に、以後の物価上昇によるスライド率を乗じたものが、その年度の保険料額となります。

このように三五〇円加算してくると五十九年度の保険料は五、五五〇円になりますが、五十八年度までの物価スライド率が一・一二二であるため、六、二二〇円(十円未満の端数は切り捨て)になるものです。

保険料の控除申告も忘れずに!! 確定申告

自営業やサービス業などを営むみなさん!!国民年金の保険料は、税法上、社会保険料控除として所得から差し引かれるしくみになっています。

あなた自身の保険料はもちろんのこと、配偶者や家族の分の保険料をあなたが支払った場合は、その年に支払った金額が所得から控除され課税の対象にならないこととなります。

このため、二月十六日から三月十五日までに行なう所得税の確定申告の際は、あなたが支払った保険料は、忘れずに申告しましょう。

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。

①定額保険料 五十八年一月から三月までは、一ヶ月につき五、二二〇円、四月から十二月までが、一ヶ月につき五、八三〇円。(定額保険料を一年間納めた場合は、六八、一三〇円)

②付加保険料 一ヶ月につき四〇〇円。(付加保険料を一年間納めた場合は四、八〇〇円)

③その他の保険料 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を納めた人で、保険料額がわからない人は役場の国民年金係におたずね下さい。

部落紹介シリーズ

⑩

下山部落紹介

(紹介者 宮沢甚吉氏)



松代・海老・東山線より下山部落をのぞむ

我が下山部落は、松代町の南部地区という呼名が定着しました。小屋丸、池之畑、下山、海老、東方に越道川を挟んで南北に

老、東山五部落の中央に位置しております。

やや長めに耕地も割合と纏まって、高低差も余り無く、盆地形の中央に部落が有り、この耕地を横切るように、南部線が通り昨年全線開通した下山、田沢間の林道が幸い耕地を縦断した形で部落の真ん中を通りましたので農作業には恵れた部落です。この点両線の為にご配慮ご協力下さいました、町当局と関係者各位に厚く感謝致して居ります。全部落、同姓の宮沢ですのでこれも珍しく、便、不便双方の場合がございます。ともすると世評には部落内の近親結婚も多いのではとの悪評も耳に致しますが、決してそんなことはありません。町内は勿論、他町村や郡外他県との縁組もあり、他部落と同じ姿であろうと思っております。この宮沢の姓はどこから何時の時代に移り住付いたものかと、色々調べて見ますが今のところ全然わかっていません。宮沢の姓を名乗っている者は全国で約一万六千世帯あるといわれています。その分布も広く、陸前、会津、能登、信濃、甲斐、武蔵、上総、下総、摂津、因幡、伯耆等広く渡っていることです。姓の起りも数多く、桓武平氏の塩田流の宮沢、清和源氏、武田流の宮沢、源行家流の宮沢、陸奥の国の宮沢、上野の国の宮

沢、信濃の国の宮沢、武蔵の国の宮沢、(以上日本系譜出版社著より)等々その何れが下山の宮沢の本流か、到底私如きの調べ得べくもありませんが、地形から推して信濃の宮沢の末ではないかと推測しています。部落も、また何時の時代から生まれたものかも定かではありません。下山の総本家であります通称親家さん(現戸主、義孝)と呼んでおりますが、同家にも三百年以前のものは、ほんの一部しか見当りませんが、幸い天和三年と、安永九年に行われた時の検地帳及び、キリシタン宗取り締まりの為に行われた宗門人別、ご改帳が文化、文政、元治のものが、各一部あつて難を免がれて残っております。

東頸城郡誌に依りますと、長命寺さん過去帳にある最古の戒名の中に、心山道安居士、明暦三喜月七日、下山興十郎父と明記されております。然しこの長命寺も寛文年間俗に言い伝えられる五鬼の大火という不審火で類焼し、それまでの過去帳は全部焼失した(祖心老僧の話)とのことですので、焼失した中にも下山の仏もあつたかも知れません。これら郡誌や検地帳を併せ考えてみますと、三百年以前に少ないながらも、何戸かの小部落が形造られていたことは想像されます。

明暦三年は一、六五七年ですからこの仏の在生中におそらく一、六〇〇年に行われた、豊臣、徳川の天下分目の戦い、関ヶ原の合戦もあり、越後では佐渡の金鉱開発が盛んな頃と思われまします。そして一、六二〇年五月八日大坂夏の陣では、秀頼、淀君が討死となり遂に豊臣氏滅亡の年になりました。越後では石油王国を誇った、新津草生水採掘の盛んな頃でありました。このように考えてみますと、昨年毎週テレビで放映されておりました、大河ドラマの徳川家康も遠い昔の人でなく、ホンノこの間の人であつたかのような錯覚を起します。

検地についても、部落紹介として触れずにいられません。我が下山、池之畑両部落は何時の頃からか大字小屋丸として抱括され現在至っておりますので、色々の面で不都合があります。古文書を調べる場合など特に感じます。小屋丸と有つても池之畑、下山の文字がみあたらないのです。当時は姓が許されてない時代ですから、例えば、天和の検地帳の中から下山の土地を調べ出したいと思つても、地名から位置を考えて判断するより

10 ページより

仕方なく推測の域を脱しません。以上の事情ですので私の調査したものを記します。

天和三年の検地当時、小屋丸三区の田の合計は、七反四畝二十八步、畑は、一町四反七畝二十三步、うち下山分、田、二町一反一畝十步、畑 五反九畝十一步に拡大開拓されました。(以上松代町郷土誌には、石高で記されてありますが、小屋丸区の検地帳には石反双方書てあります。石高は郷土誌と一致していません。)

その後約206年の間に日本の上にも色々の出来事が起りましたが、特に何度もあった外国との戦争です。殊に最後となった今度の戦争では国政全般は勿論ですが、取り分け農政は勝敗に伴ってその都度揺れ動きました。高度成長とは工業成長の言葉で代表されるようになり、逆に農政はNo政と言われる程に落こんでしまいました。増産を強いられた時代には、下山部落でも全耕地約二十三町二反、他に、海老地内の耕地約六町二反(海老地内の農地は昔から、自小作共ありましたが殆んど下山の耕地になりました。)合せて約二十九町五反を当時、三十八戸の部落民が真剣に死守して参りましたものが、減反農政と共に

津波にも劣らない恐ろしい過疎の波が押寄せてまいりました。そして昨年五十八年には遂に十八町七反、戸数も二十七戸に激減してしまいました。

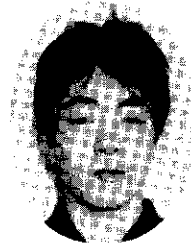
近年農機具や、農薬の開発が進み農作業の省力化をもたらした有難い面も多くありますが、一面以前程、若者の労力をそれ程必要としなくなりました。従って若者の通年出稼者が多くなり、やがてはその土地に居付いてしまふ者も多く、これも過疎の要因となっています。我が下山部落も昭和二十三年に、それまで昔の寺小屋風の雪中派出所は廃止されて、小学校六年生までの通年分校が設置されました。公民館も立派なものを建てて頂き道路も全部舗装化され、水道も全戸に敷設されております。昔日の感では予想も出来ない便利になりましたが、如何、せん若者の職場不足と減反農政の続く限り過疎の歯止めとなる目途は見えて来ません。

昨年町の公民館で、南部方面を歩いてみませんか?といううれしい企画がされましたが、雨の為中止となつて残念でした。本年もまた計画されましたら、是非、皆様方のご参加をおねがい致します。そこで先ず二ヶ所程ご紹介致します。

南部線が池之畑と下山の間、標高約三百米程の所を五、六百米通ります。その間の眺めたるや、まさに絶景と申しておきます。東に松代町一番の高山、俗に壁山と呼びますが、この山背に越後三山の一つ、八海山を想像にみる光背のように背負い、その裾に東山部落共同耕作の煙草畑が緑のジュータンを敷広め、秋ともなれば黄金の畑と化します。西はこれまた妙高山を背景に郡内一の高峰を誇る菱ヶ岳、その手前に杉之山の大杉山、大権寺原の一部も見えます。南を眺むれば、苗場山、谷川岳、更に目を北に転ずれば、刈羽黒姫山とならんで霊峰米山も指呼の間に見ることが出来ます。これらの名峰霊山を居ながらにして一眺の中に収められる所もまれなものと思われれます。いま一ヶ所は、下山、田沢線林道の途中に架けられた、平内橋とその橋上からの眺めです。新緑の候は言わずがな、紅葉の季節の美観たるや如何なる山水の名幅とてもある生の実景には遠く及ぶべくもありません。

道路の沿線は山菜の宝庫でも有ります。季節の盛りともないますと、魚沼方面からの車も多く、家族づれの笑声が平内の沢にひびきます。

二年生から 三年生へ



松代中2 A
佐藤 洋

今は我々生徒にとって、それぞれの学年最後の最も大切な時期であります。しかも、三年の中では、高校受験をひかえて最後の追い込みの真最中である人ものと思ひます。

このように大切な時期までの、自分のあらゆる角度から思い返してみますと、まだ二年生という考えの方が強く、もうすぐ三年生という実感はほとんどなかったやうでした。このような考えが、今までの自分の学習面や生活面、その他のことに、色々な影響したのだと思ひます。

たとえば、学習面から例を挙げてみると、学習態度が悪かった。家庭学習をあまりしなかったという事です。

学習態度では、その日一時間、一時間の集中力に欠けていた事です。隣りの人と話をしたりして、とにかく口数が多かった

ようです。ひどい時は、ノートを取ることを忘れたりしました。家庭学習では、普段、家での学習する習慣が、まだ完全に身に付いていないという事です。予習、復習はあまりせず、いざテスト一週間前くらいになると、夜遅くまで必死になつてやりました。このテストの為の短い学習を利用して、なんとか身に付けようと思つたこともありましたが、たかが一週間や十日くらいでは出来るものではありませんでした。

これらは、学習面だけのほんの少しだけですが、まだ他の点からの反省の例を挙げればきりありません。しかし、反省するだけなら簡単です。最も大切なのは、それを改善するという事です。

このような、まだ二年生という「まだ」を改善する為に、次の事を頑張つて行きたいと思ひます。

一、家での行動は計画を立て計画的に行う。

二、毎日一日の反省を書く。

三、毎日真剣に取り組む。

これは大変難しいことです。

しかし、何ごとにも努力をしてみても、二年生から、三年生への一歩をきちんと踏みしめてみたい。

青少年
育成町民
会議から

非行病予防 の十則

松代中学校
赤川 四郎

- 今日の青少年非行問題に対する明確な療法はないといつてよいでしょう。病気に對する療法がないとしたら、まずその病氣にかからぬための予防しか方法はありません。また、子どもには非行という病氣にかかり易い子と、かかりにくい子がいるようであり、そこで病氣にかかりにくい子とは、どんな子であらうかを次のように十か条にまとめてみました。この十か条に該当しない子が非行病にかかり易いと考えてよいと思います。
- 1、きまりのよい生活をして
いる子に非行生徒はいない。
・ 一日の生活をキチンとき
まりよく送っている子は病
氣になりません。
 - 2、服装のキチンのしている
子に非行生徒はいない。
・ 生活のみだれは先ず服装
の変化から初まります。非
行病の初期症状です。
 - 3、家庭内で自分の仕事をも
っており、働くことを余り
苦にしない生徒に非行生徒
はいたい。
 - 4、言葉使用の正しい子に非
行生徒はいない。
・ 言葉使用が乱暴になるこ
とも非行病の初期症状です。
 - 5、よい友人をもっている子
に非行生徒はいない。
・ 非行に走る子は大てい弱
虫でグループをつくらない
ものごとをやれません。
 - 6、スポーツを好み、よく運
動する子に非行生徒はいな
い。
・ 部活動で汗を流し、ヘト
ヘトになって帰る子は非行
病にかかりません。
 - 7、物を大切にしている子に非
行生徒はいない。
・ 非行と浪費はつきもの。
金使用の荒い子は非行に走
りやすい傾向がみられます。
 - 8、他人のことを考えて行動
する子に非行生徒はいない。
・ 非行生徒の特徴は自分本
位。

はの百科

シリーズ ⑩
室岡 齒科医

義歯(入れ歯)について

義歯を入れたら、次のことに
ついて注意が必要です。

人工のものは、天然のものに
優るものはひとつありません。

ですから、義歯を入れて十分慣
れるまでは、快適に使えるなど
と期待してはいけません。初め
のうちは義歯が大きすぎたり邪
魔になりますが、練習期間をお
くと、やがて少しづつ苦になら
なくなります。

就寝時には義歯をはずし、ま

位の考え方をつねにすると

いうことができます。今は
やりの「気くばり」のでき
ない子です。

10、守るべきことは厳しく守
らせ、つねに温かい愛情で

子どもに接する親をもつ子
に非行生徒はいない。

・ 子どものできる事まで先
き取りをしてやってやる親
の甘さが問題です。

皆さん、いかがでありまし
うか。

ず、残っている自分の歯がある
場合は、普通のブラッシングの
要領で良く磨きます。特に、義
歯のかかっている歯は念入りに
磨く必要があります。

次に義歯の清掃を行います。

熱湯を使用すると変形をおこす
ことがあるので注意します。

また、万一落とした時、これれ
る危険を少なくするために常に
タオルを敷くか、水の入った洗
面器の上で行ないます。できた
ら食事のあとに義歯をはずし、
強い流水下で洗浄をした方が望
ましいです。そして、就寝時に
ははずしておきましょう。

左記の様な不快症状があつた
ら、齒科医に相談しましょう。

一、疼痛

○ 軟組織(歯肉など)

○ 残存歯

○ 舌、頬

二、良く咬めない

三、いつまでも全体に発音が
不明瞭

四、吐き気がする

五、灼熱感

ひな節供

五月の男子の節供に對する女
子の節供として、ひな人形に桃
の花や白酒、ひしもちなどを供
えて遊ぶ習わしが一般化したの
は、江戸時代のことです。

しかし、その源はずっと古く
中国の三月上巳(じょうし)の
影響を受けて平安時代に、貴族
たちの間で三月三日に行われて
いた上巳の祓にさかのぼります。

この祓は、人形(ひとがた)
で身体をなでて身の汚れを移し、
そのあと人形を川に流すという
ものでしたが、初めは紙や草、
布切れなどで作られていた人形
が、室町時代に胡粉(ごふん)
を使って作られる人形に変わるよ
うになって次第にすたれていき
ました。

江戸時代に飾りびなの習慣が
定着した理由の一つは、人形製
作技術が向上したことによるも
のですが、このころはまだ都市
部が中心で、全国的にゆきわた
ったのは、人形が商品として売
られるようになった明治以後の
ことです。



ナダレに注意を!

今冬は断続的な降雪となり、2月に入っても依然として降雪量、積雪量ともに上昇を続けています。今後、ナダレの多発時期を迎え注意をお願いします。

松代町では、ナダレ発生危険箇所は下表のようになっています。なお、ナダレ発生危険箇所以外でのナダレ発生もあるので特に注意して下さい。

番 号	種 別	位 置		番 号	種 別	位 置		番 号	種 別	位 置	
		大 字	字			大 字	字			大 字	字
1	林	大 伏	舟渡坂	23	林	助 平	ヌゲマ	45	土	蓬 平	岩 清 水
2	〃	池 尻	居 村	24	〃	福 島	上 久 保	46	〃	田 代	越 管
3	〃	中 (字島)	カラミ岩	25	〃	寺 田	城 平	47	〃	中 子	板 岩
4	〃	仙 納	岩ダタラ	26	〃	太 平	太 平	48	〃	〃	〃
5	〃	小 屋丸 (下山)	沢 田	27	〃	松 代	源 太	49	〃	〃	〃
6	〃	蓬 平	山ノ越	28	〃	海 老	北 田	50	〃	〃	〃
7	〃	海 老	峠	29	土	儀 明	山 入	51	〃	〃	〃
8	〃	千 年	東ノ脇	30	〃	〃	平兵久保	52	〃	〃	〃
9	〃	小 荒 戸	水 上	31	〃	千 年	夕間ノ下	53	〃	〃	障 子 峯
10	〃	田 沢	小 川 向	32	〃	〃	四ツ割	54	〃	芋 島	宮 浦
11	〃	小 屋丸 (池之堀)	水 上	33	〃	松 代	熊 越	55	〃	〃	栃 山
12	〃	松 代	大 久 保	34	〃	太 平	倉 下	56	〃	孟 地	葛 平
13	〃	〃	善 宗 塚	35	〃	〃	ナギノ	57	〃	〃	三 十 刈
14	〃	菅 刈	万 代	36	〃	犬 伏	後 倉	58	〃	蓬 平	大 久 保
15	〃	蓬 平	神 林	37	〃	〃	向 林	59	〃	清 水	ア フ キ
16	〃	小 屋丸	倉 下	38	〃	〃	伊良久保	60	〃	〃	フツ田沢
17	〃	菅 刈	トコロ平	39	〃	名 平	外 名 平	61	〃	桐 山	ガンドウ
18	〃	中 子	家ノ浦	40	〃	〃	桂 沢	62	〃	池 尻	下 山
19	〃	片 桐 山	浦 田	41	〃	松 代	寺ノ外	63	〃	田 野 倉	湯ノ下
20	〃	滝 沢	清 水 沢	42	〃	蓬 平	道 田	64	〃	室 野	川 向
21	〃	仙 納	ヌゲ	43	〃	〃	〃	65	〃	海 老	峯
22	〃	諏 訪 峠	諏 崎	44	〃	〃	岩 清 水	66	〃	〃	〃

今日も今夜も

防災シリーズ ②



の用心

火事と煙と毒ガス

火災によるいたましい焼死事故は、直接火に包まれてというより、煙や毒ガスに巻かれた結果だと考えられています。猛煙に包まれて酸素不足になって昏倒する、あるいは建材の出す有毒物質に神経系がやられて動けなくなるというものです。

煙と有毒ガスは混然としていて区分はしにくいのが実際で、煙のあるところには有毒ガスもあると考えておくべきでしょう。

〔煙〕

煙は空気より軽いので上方へ動き、しかも動きが早い。横への動きは1秒間におよそ1m、上方へは3m、階段など空気の流れのあるところでは5m。しかし、上方へ動くだけに床の部分には酸素が残っているため、煙にまかれたら床に顔をつけるようにして這えば、一酸化炭素中毒の難はまぬかれやすくなる。

〔有毒ガス〕

毒ガスも煙と同じような性質をもって移動する。新建材は一般に、発火するまでの時間は長く、煙の量は木材の2倍から5倍にもなる。この有毒ガスは、2～3回吸うと神経系の障害でたちまち呼吸困難におちいるというものです。

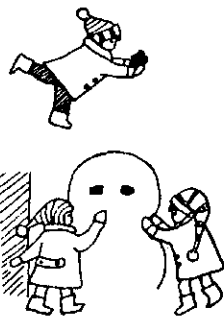
煙が出たら、タオルなどをぬらして鼻、口に当てがうとよいと言われるのは、ある種の有毒ガスは水分によってその毒性を失うため、また、熱せられた空気が冷却されるので熱い空気を吸わなくてすむから。

このように火災で一番恐ろしいものは煙や毒ガスです。大雪で避難口の確保すらできないような状況下で、生命、財産を守るには、1人1人の注意が必要です。

あなたです!

火事を出すのも 防ぐのも

戸籍の窓口



一月受付分

げんきなよい子に(誕生)

小堺さやか 父繁憲 母輝子

(二女・儀明・長之助)

柳 麻奈美 父一則 母厚子

(長女・犬伏・林年)

ご冥福を祈ります(死亡)

関谷泰平	74歳	松代 飯野屋
山岸ウメノ	81歳	蒲生はかん堂
宮澤マツ	73歳	下山 大上
山岸伊松	75歳	寺田・小松倉
石田タケ	76歳	犬伏 加藤
関谷嘉弘	29歳	松代善左エ門
小堺マサ	83歳	蓬平 政院
柳 キセ	93歳	孟地 友善

おわびと訂正

一月号で掲載しました、「げんきなよい子に(誕生)」の中で数井友里ちゃんは、数井友理の間違いでした。おわびして訂正します。

文芸



しぶみ句会

元旦や大炬に火の入る洞泉寺
元日やみそかの雪の降りつゞく
悠歩
隠居にも賀客一人を喜べり
年古りて腕の痛さよ寒灸
炳史
請われたる友への一句筆始め
初夢に幼な馴染の君と逢う
嘉橘
鶏足山並ぶ校舎や初景色
母も逝き妻と二人の年酒酌む
立石
初詣回り参道雪の道
雪卸し終えればなぜか心安
紅茶
降り続く雪を口説きつ礼者来る
送り出す女礼者の背に吹雪
静風
旧年に少し悔ある湯舟かな
道を踏む背に大雪の降りしきる
静舟
年賀状配りし人の顔赤し
元朝の子連れ礼者の真顔かな
草人
初春をかざる秘蔵の鷹の軸

年始客漸くとだえ寺静か

八千代

凍てる道日向日向を小さきぎみに
かけ込みし若妻の髪 玉霰

きく代

標の跡美しく雪を踏む

新暦 柱にかけて年用意

美根

元朝やかかあも一寸薄化粧

かしわ手も今朝神棚にこだまし

て 常仙

身だしなみととのえて発つ初詣

明けの春大きな輪になれ瀬海会

一元

冷酒に身の引きしまる寺年始

一步除け二歩譲られて初詣

公明

初詣雪に燭立て標とす

人日も雪堀り人夫として終る

枯水

その性をかくすことなく年始会

年酒にほどよく酔いて妻古りぬ

淡水

雪壁も丈余となりて村眠る

クラス会句会と分かち初座敷

六花

蒲生句会

標の雪打ち落とす門暗し
目の下に我が家の灯り夜道踏む
鐵堂
雪やまず窓の灯りの絶えく
豪雪や臨時休校伝言す
折人

静けさよ闇夜に積もる雪二尺
生き残る蜂が訪い来し寒椿

嘉橘

若水を入れて身軽に舞う金魚

雪堀って休む苺に牛乳甘き

ふさ女

冬の灯に七人の頭揃う部屋

今朝の富士眠れる山と言うべき

か (在川崎) 月 日

寒灯を点すや狭き小屋住い

軒氷柱太り民宿客満てり

(在湯沢) 耕 山

短歌

歌の屑籠

下山 埋れ木

一字毎心して書く投票紙国政に
与るたまゆらなれば

太陽の如く電波の如く野山超え

遍くどけ国政治

年寄りて牛を養う力尽き今手放

しぬ心切なく

我れに優る飼主に就けと祈りつ

つ惜しき別れの手綱放てり

四十年飼い聞き慣れし牛の声今

日の鳴き声最期となれり

風寒き鈍き雪空後にして涅槃浄

土に急ぐわが老友

園芸一口メモ

|| 松代園芸愛好会 ||

スハマソウ

(ユキワリソウ)

特性

山地の樹下に生える多年草で
す。根茎は斜めに生え、細長く
て節が多く、暗色のヒゲ根を出
します。葉は基部より生え、長
い柄があつて斜めにのび、冬で
も枯れません。早春に古い葉の

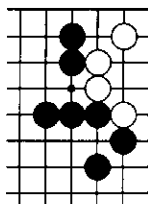
間から二、三個あるいは数個の
花を開きます。新葉は内側にた
たまれて白い絹毛をかぶり、花
がすんでから開いて伸びます。
早春雪を割って咲くことから
雪割草とも言います。

育て方

腐葉土五、黒土三、砂二、位
いの割合で用土を作り鉢に植え
る。真夏七、八月頃の直射日光
をさけることが第一番の秘決で、
春秋は、日光に充分にあてるこ
とです。

詰碁

出題 九段 武宮 正樹
白先活 315手まで
● ヒント：別々に二眼を作
る守り方を考える
5分で2級 1分なら有
段者



● 問題 2. 5月14日 第1回
1日 15時 第2回 15時 第3回 15時
(各回15分)

