



よい年に
なりますように

よう
きなさったね

東保内 外山 和明さん一家



東保内団地「第一号誕生」という事で、感激しております。去年、主人とドライブの途中、この「良寛の里」を訪れたのも、オープンの日でした。興味ある私は、のんびりと館内を覗いて回り、また和島村を走り回りました。景色が素敵で、海も近く、また来たいなと感激して、帰宅しました。そんな中、和島村分譲の話があり、希望通りの場所を確保する事ができ、新居にてお正月を迎えることができました。今考えると、和島村には縁があったような気が致します。

私達が引越して来てから、早いもので、二十日間が過ぎようとしています。この村に住んで、全然違和感がないことが不思議です。というのも、近所の方々が、やさしく、いろいろと教えてくださったり、採れたての新鮮な野菜を頂いたり、私達、野菜好きは大喜びです。休日には、近所の広い畑に案内され、沢山作っている野菜を見せて頂いて、食べたい時は、もっていきなさい。なんて。もう何年も、ここに住んでいるような錯覚さえ感じてる、心温まる会話を嬉しく思え、なにかもが新鮮で、ここに住んで良かったと家族一同喜んでおります。特に夏には、海水浴の帰り道、我が家はよ賑やかになりそうです。



福太郎様

この度は、ご寄附をいただきありがとうございました。

お寄せいただきました、ご厚情は、社会福祉に有効に活用させていただきます。

社会福祉に今後ともご協力をお願い申し上げます。紙面をもってお礼にかえさせていただきます。



和島村社会福祉協議会

毎年心あたたまる善意をありがとうございます。毎年十二月になると、小島谷福太郎なる匿名様より「福祉ニ役立つ下サイ」と現金書留にてご寄附をいただいております。

人口の動き

	12月末人口
人口	5,432人 (-6)
男	2,637人 (-3)
女	2,795人 (-3)
世帯数	1,278世帯(+3)
	()内は前月比

みんなの力で

和島村を

守りましょう

平成六年一月十日の議会において
清野村長は次のことを宣言しました。

宣言

国民の生活水準の向上と産業構造の変化、高速交通網の整備等を背景に都市の産業廃棄物等が越境移動されたり、不法投棄などによる環境汚染が大きな社会問題になっている。和島村においても、これらごみ等の不法投棄が相次ぎ、自然破壊や環境汚染の恐れも引

き起こしている。又、これらを処分することを目的とした土地取得の動きもみられる等、豊かな生活環境の保全と村民の健康を守ることは緊急の課題である。

豊かな水と緑、清澄な空気につつまれたこの和島村を次の世代に引き継いでいくことは現代に生きる我々の責務である。

和島村は村民の健康と生活環境を保全するため、将来にわたり村外からの産業廃棄物の搬入、処理施設の設置に対し、慎重に対応するとともに、安易に用地提供などしないよう村一体となり取り組むことを村内外に宣言する。

平成六年一月十日

和島村長 清野 精合

人々の生活水準が向上し、便利になるにつれ、それに伴う、産業廃棄物も日々増えてきています。みなさんも御存知のとおり、産業廃棄物は様々な公害の原因となり、人々の体に害を及ぼす有害な物質を多量に含んだものです。

それらは、増えはしても決して減ることはありません。しかも、増えるだけ増えた産業廃棄物は、地方の山々へ捨てられることが、非常に多くなっています。

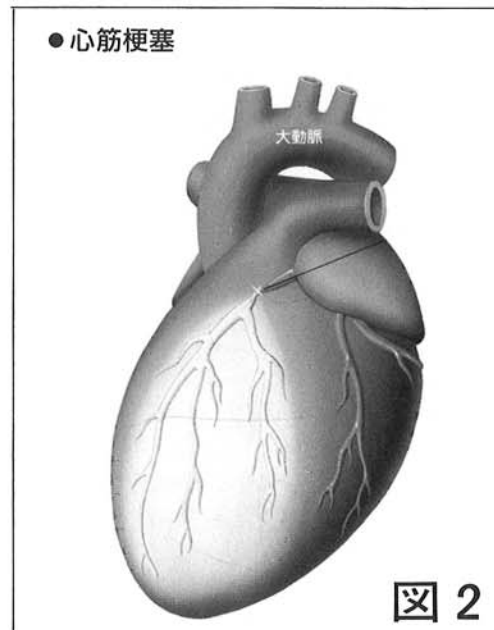
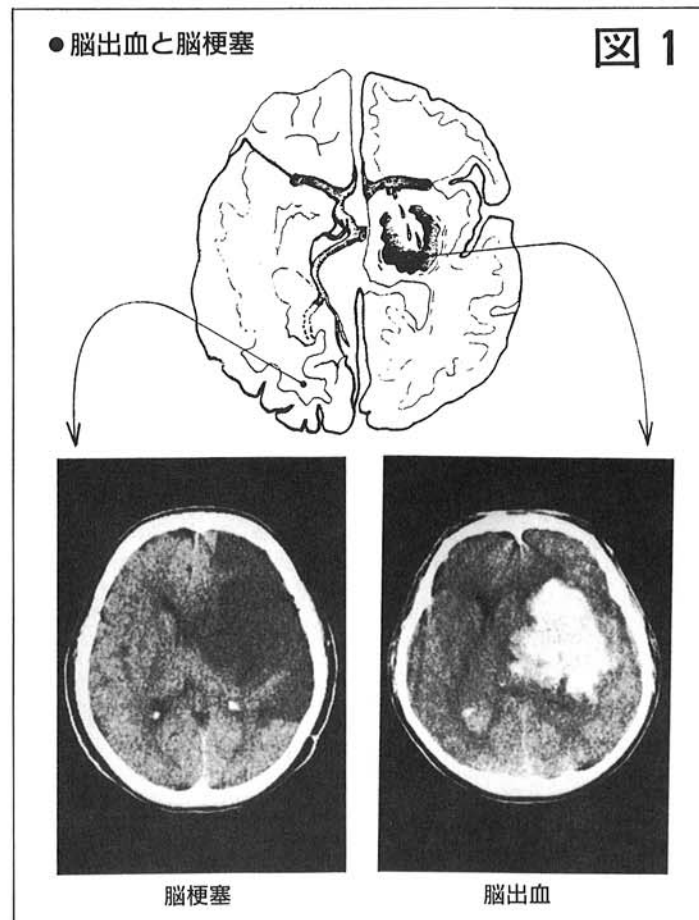
しかし、それらが埋め立てられ、山々、そして、その近隣に生活する人々には、数年後、数十年後、かも知れませんが、長い年月を経て、なんらかの変化が起きてくるでしょう。自然環境に、そして、人々の人体に。

そんなことが起きないため、そして起こさないために、安易に用地提供などせず、和島村の自然と、この住みよい生活環境をみんなの力で守りたいものです。

寒い冬...

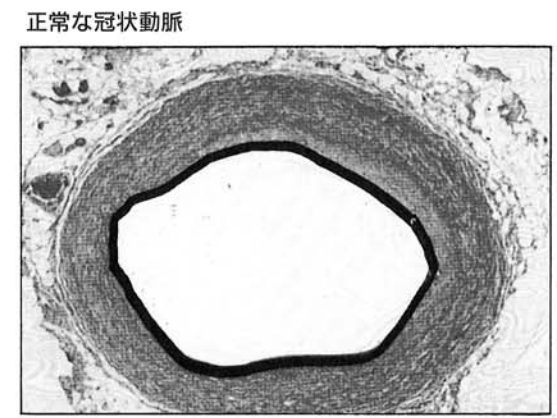
脳卒中・心筋梗塞に注意

冬も本番を迎え、最近ではいつそう寒さが身にしみるようになりました。寒いから運動もなかなかやる気にならず、ついこたつでゴロゴロなんていう人はいませんか。しかし、そんな生活を続けていると、大変なことになります。寒い時期になると、寒さで血管が縮みがちになり、それに加え、暴飲暴食や、運動をしないといった不規則な生活が続くと、血管がつまりその結果、脳卒中や心筋梗塞などを起こしやすくなります。そんなことにならないよう、しっかりと知識を身につけ、日々正しい生活を心がけたいものです。



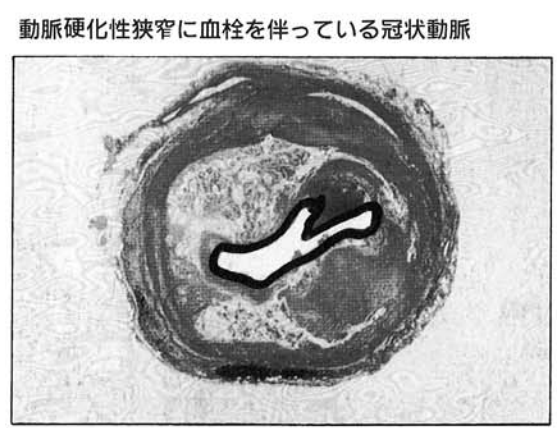
脳卒中も心筋梗塞も血管がつまりたり(梗塞)、破けたり(出血)と、どつちも血管の病気です。

血管を若く



(量、バランスのとれた食事
血圧の管理、血糖の管理、運動がしっかりされている。)

たばこ
運動不足
飲みすぎ
食べすぎ
塩分のとりすぎ



運動のめやす

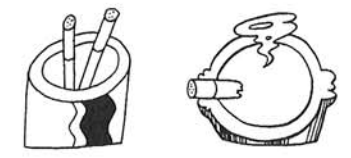
- ニコニコペースで一日1万歩。
- 毎日すること、長続きさせることが大切。
- 楽しむためには家族や仲間と。
- 記録をつけて目標をもって。
- ときには意欲的にイベントにも参加して。
- 体調の悪いときはむりをせずやめる決断を。

職業別一日平均歩数	
主婦	1,500歩
運転手	2,400歩
教師	4,700歩
OL	5,100歩
会社員	5,900歩
主婦(外出する日)	6,000歩
学生	8,000歩
保険集金人	12,600歩

(出) 日本万歩クラブによる

たばこの喫い方チェック

HDLコレステロールが40以下



運動不足チェック

HDLコレステロールが40以下
(血管にたまりやすいコレステロールを外へ運び出す)
塩分のとりすぎのチェック
血圧 140/90以上



食べすぎ、飲みすぎチェック

肥満度 20%以上
総コレステロール 220以上
中性脂肪 150以上
随時血糖 120以上
ヘモグロビンA_{1c} 17以上
γGTP 60以上



あなたは
大丈夫?

年に一度の検診は受けていますか? 受けていない人は、まず受ける事が大切です。受けている人は、その結果からチェックしてみてください。



マナビーくんの部屋

～ 生涯学習情報 ～

B & G スケート教室



海洋教室では、海洋性スポーツ活動のできない冬期間に、体力づくりのため各種活動を行っています。

今回は、12月19日アイススケート小出レインポータウンにおいて、スケート教室を行いました。

30名の参加で行われた教室は、専門のインストラクターから基本滑走を指導していただき、その後自由滑走となりました。

はじめ、上手に滑れなかった子も、帰る頃にはみんなうまく滑れるようになりました。

海洋教室では、今後スキー教室などの活動を行う予定です。



《お知らせ板》

家庭教育研修会開催の御案内

子供達の成長において、いかに家庭生活が大切であるか等、家庭生活の重要性と親の子供に対する接し方等を学ぶ「家庭教育研修会」の開催について御案内いたします。

和島村青少年育成村民会議では、教育委員会の後援及び関係団体の協力をいただき、今年も和島村の将来を担う青少年の健全育成を目的に、下記の日程にて「家庭教育研修会」を開催いたします。

教育の第一線で活躍され、和島村の子供達の状況を的確に把握されている校長先生方のお話を御聴講され、子供をより深く理解し、伸ばしていく親の在り方を学んでいただければと思います。

親の方にかぎらず、祖父母の方又、これから親になる前の若い方々も遠慮なく参加して下さいますよう御案内申し上げます。

- ◆ 2月15日(火) 19時30分～ 「ゆきわり荘」
桐島小学校長 藤田 剛 殿
「これからの子供のしつけをどうしたら良いか」
- ◆ 2月16日(水) 19時30分～ 「ゆきわり荘」
島田小学校長 小野 正敏 殿
「家族から学んだこと ― 家族に支えられて ―」
- ◆ 2月23日(水) 19時30分～ 「ゆきわり荘」
北辰中学校長 原田 忠雄 殿
「これからの中学校教育と我が子の進路」

第2回 ソフトドッジボール大会 参加チーム募集!!

公民館主催のソフトドッジボール大会が、2月20日に開催されます。

この大会は、柔らかいボールを使用しますので、ボールが当たっても痛くありません。

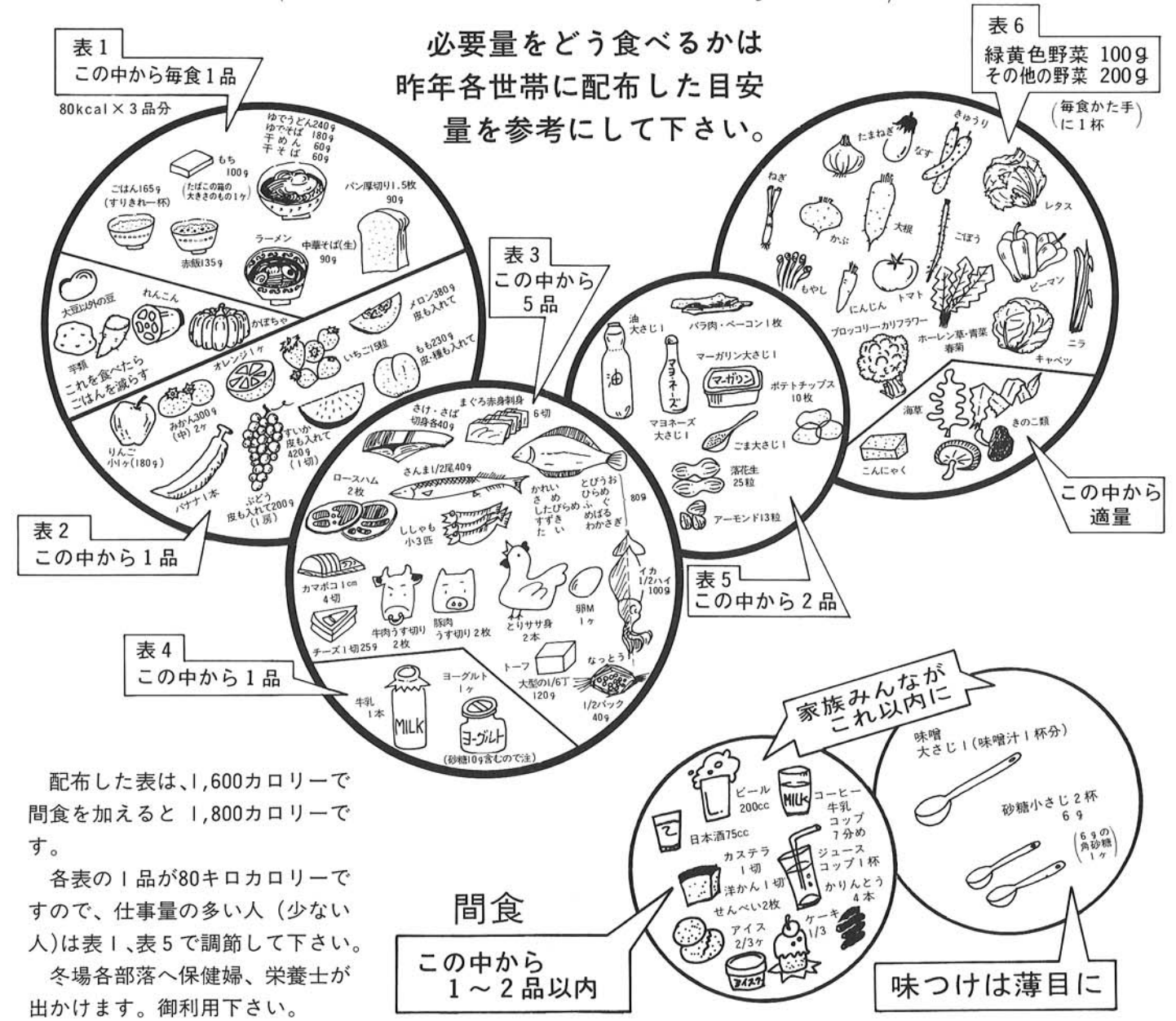
誰でも手軽にできますので、多数の方の参加をお願いします。

- ・期日 2月20日(日曜日)
- ・会場 農村勤労福祉センター (変更の場合あり)
- ・申込 2月10日までに公民館へお申し込み下さい。

※ 詳しくは、体育指導委員、社会教育推進員、又は公民館へお問い合わせ下さい。

1日にとりたい食事の目安量

・1,600kcal (間食を含むと1,800kcal)
・表1以外は一品が80kcalです。



配布した表は、1,600カロリーで間食を加えると1,800カロリーです。

各表の1品が80キロカロリーですので、仕事量の多い人(少ない人)は表1、表5で調節して下さい。

冬場各部落へ保健婦、栄養士が出かけます。御利用下さい。

年代別必要量

		20～40	50	60
事務員	男	1,800kcal	1,700kcal	1,600kcal
	女	1,600kcal	1,500kcal	1,400kcal
工員	男	2,200kcal	2,000kcal	1,800kcal
	女	1,700kcal	1,700kcal	1,600kcal



+ プラス +



自分の食べる食事のめやすを見つけて食べよう!!

必要量は、安静時の必要量(心臓などは休みなく働いています)と仕事量で決まります。

“よい年を”と、門松づくり

良き新年を迎え、活気あふれる村づくりの一環にもと、老人クラブ「趣味の会」のみなさんは、正月用門松をつくりました。

毎日弁当持参で、朝から晩まで平沢竜平さん(中沢)のお宅に集まり、竹を切ったり、縄をしぼったりと、楽しく作業を進めました。

「趣味の会」は、色々な趣味の持ち主の意見交換の場として、四、五年前から活動をはじめ、今では小学校の里親学校で、「わらし造り」などを行い、孫との親睦を深めながら、進んで会に参加しています。

「高齢化社会の進歩中、健康保持に専念し、元気で楽しく暮らせる事を共に励まし合って、活動しているんですよ。」と会員のみなさんは話して下さいました。

今年の門松は、全部で四十八組。この門松は正月に村内の駅や学校、事業所などへ、かざられました。



先生、ほくにもちよ〜だい



ちよつと大人になった気分!



あつたー!!

ぼくらの「新年会」楽しいよ。

1月14日、和島幼稚園と保育所では恒例の「新年会」が行われました。

幼稚園と保育所の子供達みんなで「マジック松井」の手品を見たあと、幼稚園では「お茶会」、保育所では「お楽しみ会」が行われ、子供達は1日楽しく過ごしました。



新聞紙に水を入れます…

さあ、どうなるでしょう。



ふしぎだなあー。

おらがむらの出来事

リハビリで交流会開かれる

～これからも、あたりまえの地域づくりと一緒に考えて下さい。～

12月11日、ゆきわり荘ではリハビリを行っている人々と、一般住民、それに島田小学校の4年生とで交流会が開かれました。

手を貸したい!! ボランティアが自然に手を貸すことのできる地域づくりを…



たくさんの方のリハビリへの参加をお待ちしています。

家族だけでなく、他人(ボランティア)の手も借りられる地域づくりを!!



年をとっても、足が不自由でも車いす等で出かけることのできる地域づくりを…

巧労働表彰

和島村の村政の振興に尽くされた方に和島村表彰条例に基づき、十一月二十一日、議会本会議の席上、表彰式が行われ、表彰状と記念品が授与されました。表彰を受けられた方々とその功績を紹介いたします。



八子八十吉さん

農業委員、議会議員として通算十二年在職



関川百合子さん

和島村職員として三十年在職



大矢 猛雄さん

和島村職員として三十年在職



こころの情報発信～良寛



齢五十四歳の真心尼を襲った柏崎の大火は、見る影もなく町中を焼き尽くし、多勢の人々が成すすべもなく焼け出されてしまいました。 「庵主さま、これからどうなさいますか。」 長岡の高頭家から付いて来た下男が心配そうに聞きます。 「柳橋の関矢様のお宅へ行ってみましょう。」 関矢大之も以前から何くれとなく配慮をしてくれる解者として後の貞心の庵、「不求庵」の建立に多大な功績を残された方です。 関矢家から、妙藏寺境内にある観音堂に一時仮住いをしていた貞心に朗報がとびこんできました。 広小路、今の柏崎市西本町にある真光寺の境内に新しく貞心のた

めの庵が建てられることとなったのです。 「露の身にあまりて今日はうれしさの置き所なき草の庵かな」 「仮初めの草の庵も言の葉の花咲く宿となるぞ嬉しき」 (写真右、中ほど)

しき 嘉永四いのとし 神無月 貞心尼 不求庵



村長室の黒板から

和島村長 山本 啓

一月一日 明けましておめでと
うございます。今年も雪のない年
明けである。本年もよろしくお願
いします。
四日 仕事始め 議場で年賀の
挨拶を交わし、職員各位に公務員
としてのサービスに徹するようお
願います。長岡地区年始あいさつ
五日 出県 関係部課に年始あ
いさつ
六日～七日 上京 議員会館
農水 文部 建設各省その他年始
あいさつ 特別報酬審議会
九日 消防出初式 放水を行う
十日 臨時議会招集
十一日 商工会工業部 建築組
合同総会 午後東欧視察反省会
十四日 水田富農活性化対策部
会協議会
十七日 民生委員会会議出席
十八日 オートキャンプ場工事
の施設内容について計画を聴取
十九日 県農産所得協議会地区
会長会議開催
二十日 午前水田富農活性化対
策に係る区長農区長会議 午後は
区長会議
二十一日 農業所得協議会主宰
午後は農団との協議

あなたからの ラタ Lata (たより)



退職まで園芸への興味など全然
なかった。友人も「おまえがバラ
を作るとは」と、世も末だと言わ
んばかり。約五十種八十株のバラ
を育てて十年。
何でも十年位はまだ幼稚園。私
も分からない事だらけ。だが、育
て方の相談もぼちぼち。さて、育
て方など皆本に書かれているが、妙に
間違えられる所は同じ。その点を
少し書いてみます。
「苗」バラは良い品種程根が弱い
ので、のばらの台木に接いで売ら
れている。だから根はのばら。挿
し木の駄目な理由。挿し木はつく
が二・三年で根が持たなくなる。
十一月末頃大苗(大きいと言ふ意
味でなく苗の種類上の名前)を買
い冬前に植える。
「肥料」肥料を呉れ過ぎない事。
窒素少なめ、燐・カリ十分。
「剪定」放置したバラ以外見てい
ない人に、剪定を説明するのは困
難。だんだん高くなり二階から見
る株にする人、何の感違いか、古
枝を残し「古木(こぼく)だ」と
いう人。正しく手入れされたバラ
の年間各月の株を見た事が無い人
はまずそれを見てほしい。これは

バラ愛好者のかたがたへ

東保内 宮田 一也さん

実物で見ると他はない。本や口では
なかなか。だから、講習会も剪定
を題材に開かれる。どんな枝に良
い花が咲くか知るだけなのだが。
「防除」これも初期防除がこつ。
薬剤の使い方は慣れ。
「花もち」水揚げの原理(綺麗な
水・水切り・温度と時間)を守る
のが先。薬品・焼く・潰すなどは
その後の話。
「余談」洋蘭・菊などに比しバラ
は簡単な花である。新潟市の講習
会の手伝いで、都市部の婦人に人
気があると知った。農村では園芸
講習会は向かないのか頼まれたこ
とはない。一般に花作りは矢張り
下越で、水栽培のバラ業者もある
とか。新潟バラ会が新潟市にある
為か、指導者・同好者も多い。中
越は寂しい。
花作り関連の話で、イギリスの
編物研究から帰った教え子の賀状
に「先生の言われたように物を聞
く時、重宝しました」と礼文があっ
た。知らない土地でそこが良い所
かどうか見分ける方法は、花が丁
寧に作られているかどうか見れば
良いと教えた。遠いイギリスでも
役立つのでしよう。旅人のため
に花をしっかりと手入れする村。道
路は自分達の生活の為としか考え



ご協力ありがとうございました

赤い羽根共同募金実績報告

十月一日から全国一斉に実施さ
れました、赤い羽根共同募金運動
につきましては、村民の皆様さまを
はじめ、各方面の方々のご協力に
より、総額百七十一万六千七百九
十円もの善意をお寄せいただきま
した。
ここに心から厚くお礼申し上げ
ます。
○歳末たすけあい募金
五一〇、五〇〇円



地域名	共同募金額(円)	歳末募金額(円)
上小島谷	(34) 23,800	(34) 13,900
中小島谷	(42) 29,400	(42) 17,500
下小島谷	(55) 38,500	(56) 24,500
駅前	(111) 77,700	(105) 44,600
下富岡	(57) 39,900	(54) 22,800
若野浦	(15) 10,500	(15) 6,100
阿弥陀瀬	(31) 21,700	(31) 12,300
高畑畑	(22) 15,400	(21) 8,500
日野浦	(46) 32,200	(46) 18,800
中沢	(56) 39,200	(57) 23,800
梅田	(19) 13,300	(19) 7,600
東保内	(67) 46,900	(63) 25,650
村田	(61) 42,600	(61) 25,500
城之丘	(39) 27,300	(39) 17,100
両高	(75) 52,500	(70) 28,200
上桐	(92) 64,400	(84) 34,700
三瀬ヶ谷	(15) 10,500	(15) 6,000
北野	(47) 32,900	(50) 20,000
根小屋	(21) 14,700	(21) 8,600
荒巻	(54) 37,800	(54) 22,400
新田	(24) 16,800	(24) 9,600
中央	(39) 27,300	(40) 16,000
下町上	(57) 39,900	(57) 22,800
下町下	(63) 44,100	(64) 25,600
川端	(38) 26,600	(37) 14,800
道城下	(30) 21,000	(28) 11,050
法善町	(23) 16,100	(23) 9,300
寺町	(25) 17,500	(25) 10,000
小谷	(7) 4,900	(7) 2,800
合計	(1,265) 885,400	(1,242) 510,500

回収運動の御礼

北辰中学校では、9月から古紙やアル
ミ缶などの回収運動を行ってまいりま
したが、村民の皆様からも御協力いただき
たくさんの回収物が集まりました。大変
有り難うございました。
〔皆様から出していただいた回収物〕
・アルミ缶 3.1 kg
・古紙 2.3 kg
・牛乳パック 266 枚
・発泡スチロール 212 枚
尚、まだ御家庭に回収物がありましたら
お近くの中学生を通して、お願いいたし
ます。



新潟県公立高等学校定時制課程 通信制課程生徒募集

◇募集している学校

定時制 県内の公立高等学校 17校

通信制 新潟高等学校 高田南城高等学校

◇応募資格

○平成6年3月に中学校もしくはこれに準ずる学校を卒業する見込みの者

○中学もしくはこれに準ずる学校を卒業した者

○中学校を卒業した者と同等以上の学力があると認められる者

※年齢・性別は問いません。

※高田南城高等学校の単位制による定時制課程に入学を希望する者のうち、過去に高等学校に在籍し、修得した単位数が20未満の者については一般の出願者と同様にし、出願する必要があります。

◇問い合わせ

○出願手続き 出身中学校

○学習内容等 出願する高等学校

○その他 県教育庁
高等学校教育課

東北電力ホームコンサルタント 講習案内

（“おひな様”をつくりませんか）

- 期 日 平成6年2月15日(火)
- 時 間 午後1時30分～3時30分
- 会 場 寺泊町公民館
- 募集人員 15名
- 参加料 無料
- 内 容 はまぐりと和紙でつくるおひな様
- 申し込み 平成6年2月10日(木)まで
東北電力(株)燕営業所お客さまサービス課
TEL (0256)－66－3256

広報わしま1月号のお詫びと訂正

19ページの、北辰中学校2年生早川奈緒子さんは、北辰中学校3年生の間違いでした。26ページのうぶごえ欄の、池浦隆太郎さん宅隆馬くんは、隆真くんの間違いでした。お詫びして訂正します。

新潟県の最低賃金

産業別最低賃金が次のように改正されました。

最低賃金の名称	最低賃金額		効力発生年月日
	時間額	日 額	
新潟県最低賃金	563円	4,496円	平成5年10月1日
電気機械器具製造業	643円	5,144円	平成5年12月17日
各種商品小売業	610円	4,880円	平成5年12月24日
自動車小売業	640円	5,112円	平成5年12月22日

最低賃金には、時間外労働、休日労働および深夜の賃金並びに臨時に支払われる賃金(結婚手当など)、1カ月を超える期間ごとに支払われる賃金(賞与など)、精皆手当・通勤手当・家族手当は算入されません。

最低賃金の時間額はパートタイマーなど時間給制の労働者に、最低賃金の日額はそれ以外の労働者に、それぞれ適用されます。

使用者は、現に雇用している者に対して、産業別最低賃金から適用除外となったことを理由に現在支払っている賃金を一方的に引き下げてはなりません。

県労働基準局

今月の納税

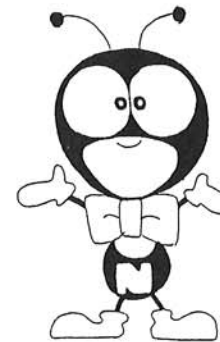
- ※ 固定資産税……………第4期分
- ※ 国民健康保険料……………2月分
- ※ 国民年金保険料……………2月分
- ※ 幼稚園保育料……………2月分
- ※ 保育所保育料……………2月分
- ※ 水道使用料……………2月分

※口座振替の方については、納期限3日前より振替させていただきます。再振替は、翌月の7日になります。

お知らせ

忘れずメモしよう!

国民年金



国民年金の保険料は納めましたか

国民年金の第一号被保険者(自営業者や学生等)は、市町村で発行する納付書によって保険料を納めることになっていきます。

平成5年度分の保険料は、四月末日を過ぎますと、お手元の納付書では納めることができなくなり、本年度の保険料をまだ納めていない方は、この期日までに必ず納めてください。

保険料を納めないでいると、老齢基礎年金だけでなく、病気やケガで障害になったときの障害基礎年金や、母子家庭になったときの遺族基礎年金も受けられないことがあります。

納め忘れはありませんか、一度チェックしてみてください。大切な国民年金保険料ですから、忘れずにきちんと納めましょう。

便利でお得な「前納制度」を利用しませんか

国民年金には、一定期間分の保険料を前もって納めることで、役場の国民年金係で手続きをして「前納制度」が設けられています。

来年度の前納を希望する方は、役場の国民年金係で手続きをしてください。

前納制度を利用すると、毎月保険料を納める手間が省けるうえ、納め忘れる心配もありません。また、一定の割合で保険料の割り引きがありますのでお得です。



◎60歳になる人

昭和九年二月二日から昭和九年三月一日生まれの人は、掛け金を掛け終わりました。

老齢基礎年金の繰上げ請求を希望する人は請求できます。



◎60歳以上65歳未満の人

受給資格期間を満たすことができず、または過去に保険料の未納や免除があるため、掛け金をして年金額を増やしたい人は、任意加入することができます。

任意加入を希望する人は、必ず役場へ届け出てください。

◎現況届を出す人

今月生まれの受給者は、現況届のハガキが郵送されてきたら、忘れずに証明を受け、自分で切手をはって出しましょう。

期間まで提出しない場合は、年金が一時差し止めになります。ハガキを紛失した時は、国民年金係に申し出てください。

お知らせ

忘れずメモしよう!

児童手当の支払について

二月十日は、児童手当の支払日です。指定された金融機関の口座へ次のとおり振込みます。

支給期間
平成五年十月から平成六年一月分まで

支給額
一人目及び二人目の児童については、月額五千元
三人目以降の児童については、一人月額一千元

特別給付も同額です。

支給対象者
○第二子以降の場合、平成三年一月一日以後に生まれた児童(三歳未満)を養育している者
○第一子の場合、平成三年一月二日以後に生まれた児童を養育している者
○前年の収入が一定額に満たないこと。

2月の救急診療のご案内

1. 休日の救急診療

	内科	外科	小児科	産婦人科	歯科
6日(日)	昼(午前9時～午後3時) 長岡休日急患診療所(健康センター内)	長岡休日急患診療所(健康センター内)	長岡休日急患診療所(健康センター内)		長岡休日急患診療所(健康センター内)
	夜(午後6時～)	中央総合病院	中央総合病院	立川総合病院	
11日(祝)	昼(午前9時～午後3時) 長岡休日急患診療所(健康センター内)	長岡休日急患診療所(健康センター内)	長岡休日急患診療所(健康センター内)		長岡休日急患診療所(健康センター内)
	夜(午後6時～)	立川総合病院	立川総合病院	長岡赤十字病院	
13日(日)	昼(午前9時～午後3時) 長岡休日急患診療所(健康センター内)	長岡休日急患診療所(健康センター内)	長岡休日急患診療所(健康センター内)		長岡休日急患診療所(健康センター内)
	夜(午後6時～)	長岡赤十字病院	長岡赤十字病院	中央総合病院	
20日(日)	昼(午前9時～午後6時) 長岡休日急患診療所(健康センター内)	長岡休日急患診療所(健康センター内)	長岡休日急患診療所(健康センター内)		長岡休日急患診療所(健康センター内)
	夜(午後6時～)	中央総合病院	中央総合病院	立川総合病院	
27日(日)	昼(午前9時～午後6時) 長岡休日急患診療所(健康センター内)	長岡休日急患診療所(健康センター内)	長岡休日急患診療所(健康センター内)		長岡休日急患診療所(健康センター内)
	夜(午後6時～)	立川総合病院	立川総合病院	長岡赤十字病院	

2. 平日夜間の救急診療

曜日	月曜日及び木曜日	火曜日及び金曜日	水曜日及び土曜日
診療科目	外科	外科	外科
病院名	中央総合病院	立川総合病院	長岡赤十字病院

◇お問い合わせは
長岡市健康センター内
(長岡市西千手2丁目5番1号)

長岡市休日急患診療所 ☎ 35-8255
長岡市休日急患歯科診療所 ☎ 33-9644
長岡市市民環境部健康課 ☎(代)32-5000
長岡市医師会 ☎ 32-1900
長岡市歯科医師会 ☎ 32-1430

2月の保健衛生行事

日程	曜日	内容	対象	時間	場所
2	水	健康相談	希望者	午前10時～13時	荒巻公会堂
3	木	健康相談	希望者	午前10時～13時 午前9時30分～11時30分	北野公会堂 日野浦集落センター
8	火	糖のつどい 精神保健相談	血糖異常のある方及び家族 痴呆が心配、夜眠れない、気持がおちつかない等なんでも相談をうかがいます(三島病院医師)	午前9時30分～12時30分 午後1時～3時	ゆきわり荘 福祉センター
10	木	乳児検診	H4年2月、3月、6月、7月、10月11月生まれの乳児	午後1時～3時	〃
15	火	健康相談	希望者	午前10時～13時	下町公会堂
18	金	1.6ヶ月検診	H4年1月～6月生まれ幼児	午後1時～3時	福祉センター
22	火	リハビリ	希望者	午後1時～4時	ゆきわり荘
23	水	療育相談	言葉の発達・情緒面で心配なお子さんの相談	午前9時30分～12時	与板保健センター

年金相談所

年金相談所を開きます。

日時：2月9日(水曜日)
午前10時～午後3時

場所：ゆきわり荘

相談官：長岡社会保険
事務所係官

所得税の確定申告は、正しくお早めに

平成5年分の所得税の確定申告は、2月16日(水)から3月15日(火)までとなっています。申告期限終了間近になりますと大変混雑し、落ちついて相談できなかったり、長時間お待ちいただくようなことにもなりかねませんので、できるだけ早くお済ませください。

《正しい申告を!》

所得税は、自分の所得の状況を最もよく知っている皆さん自身が、税法に従って自分の所得と税額を正しく計算し、期限内に申告、納税するという「申告納税制度」を採用しています。

確定申告をしなければならぬ方が申告しなかったり、誤った申告をしますと、後で不足の税金を納めるだけでなく、不足税額の15%又は10%の加算税が課され、更に、年利14・6%の延滞税も納めなければならないこととなります。

《確定申告をしなければならぬ場合》

- ① 事業をしている場合、不動産収入のある場合及び土地や建物を売った場合などで、平成5年中の所得金額の合計額から所得控除等の合計額を差し引き、その金額を基に算出した税額が配当控除額を超えるとき
- ② サラリーマンで、給与の年収が、1,500万円を超えるとき、給与所得や退職所得以外の所得金額の合計額が20万円を超えるとき

《納税は期限内に、振替納税制度》

平成5年分の確定申告による所得税の納期限は平成6年3月15日です。できるだけ早めにお済ませください。

また、振替納税をすでに利用されている方は、指定された預金口座の残高を確認しておいてください。振替納税をまだ利用されていない方は、納税のための手数が省け、うっかり納期限を忘れてしまうこともない振替納税が、大変便利です。是非御利用ください。

所得税の確定申告は、正しくお早めに



地域名	氏名	地域名	氏名
両高	山口庄衛	島崎	本間政一
城之丘	関本猛	小谷	長谷川秀郎
村田	小黒莊市	寺町	桑原富男
東保内	源川猛男	法善町	木村猛
梅田	田村吉雄	道城下	本間伍策
中沢	大矢多茂津	川端	本間隆夫
日野浦	佐藤才智	下町下	早川吉重良
高畑	大矢博	下町上	早川熊次郎
阿弥陀瀬	藤田功	中央	早川富一
若野浦	細山春海	新田	阿部八五治
下富岡	新保勇雄	荒巻	中野隆
小島谷	田村作治	根小屋	羽入正一
駅前	神子義彦	北野	笠原芳雄
下小島谷	山崎眞市	三瀬ヶ谷	加勢光政
中小島谷	久住憲保	上桐	矢島茂春
上小島谷	久住昇一		

平成六年の区長さんが決まりました。今年一年間皆さんとの連絡をお願いしますのでよろしくお願いたします。

新 区 長 紹 介