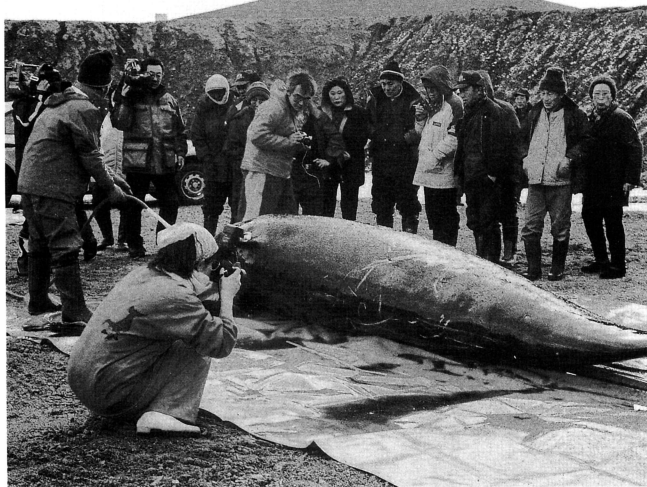




# しら



## 十三地区・七里長浜に オウギハクジラ漂着

### 貴重な資料、解剖調査

2月2日、十三地区の七里長浜にクジラが漂着して死んでいるのが見つかりました。漂着したクジラは、体長が約5メートル、重さが約600キロの雄のオウギハクジラであることがわかりました。

2月4日には、東京都にある国立科学博物館の倉持利明研究官らが来村し、漂着原因などを調べるため解剖調査が行われ、クジラの内臓などを持ち帰りました。

## セーフティ-300事業

## 100万円は若松チーム(相内)が獲得

三十三チームが  
無事故・無違反を達成

▲抽選を行う高松村長

山口康男金大警察署長が抽選機を回し、上位五チームを抽選しました。

五チームを対象として行われた最終抽選の結果、「若松チーム」(相内・代表者小笠原俊治さん)が、研修旅行費として百万円を獲得しました。

チームの代表者である小笠原さんは、「選ばれてとてもうれしい。早くチームのメンバーに知らせたい」と笑顔で喜んでいました。

セーフティ300事業は十人以上の村民で構成するメンバーで三百日間全員無事故・無違反を達成したら百万円のルールで十一年度からスタートすることになっています。

## 若松チームのメンバー

小笠原俊治	小田桐三男
福井十三雄	工藤 颯
今 由里子	一彦
吉田 鉄夫	吉田 悦子
工藤 肇	工藤 良子
工藤 育子	(敬称略)

パーフェクト・ドライブ  
あおもり活動推進事業十三湊みくつけたin商工会  
青年部チームが表彰される

村商工会青年部のメンバー五人が青森県が実施する「パーフェクト・ドライブ」あおもり活動推進事業で、このたび無事故・無違反を達成、三か月間表彰されました。

商工会青年部は、期間中シ



▶商工会青年部のみなさん

トベルトの着用状況調査を行うなど、交通安全実践の輪を広く啓発したことも評価されたのです。

商工会青年部チームは村が実施した「セーフティ300事業」でも三百日間無事故・無違反を達成。

チームの代表者である成田武司さんは「この調子で村のセーフティ300事業の百万円も制覇したかったが……次の300事業でがんばります」と二年度の「セーフティ300事業」に気持ちを切り換えています。

十三湊みくつけた  
in商工会青年部  
チームメンバー

成田 武司	佐藤 勝幸
島津 護	佐藤 孝和
笹山 和信	(敬称略)

(敬称略)

五十チーム五百三十人が登録し、昨年五月一日から今年二月二十四日までの三百日間展開された「セーフティ300事業」の百万円当選チームを選ぶ抽選会が三月六日コミュニティセンターにおいて開かれた。交通安全抑止総決起大会で行われました。大会では、高松村長が「無事故・無違反達成チームが六割といるのはまずまずの成績である」とあいさつ。無事故・無違反チームを代表して「太田やまびこ会Bチーム」の工藤富子さんの交通安全決意表明のあと抽選会に入りました。

抽選会は無事故・無違反を達成したチーム関係者など約百五十人が見守るなか、高松村長や

▶スポーツ賞受賞者のみなさん



市浦村スポーツ賞授与式

平成十一年市浦村スポーツ賞授与式が三月五日、村コミュニティセンターで行われ、スポーツ方面で活躍された個人四名、及び二団体が受賞されました。受賞者は次のとおりです。

平成十一年度市浦村スポーツ賞  
**スポーツ賞は一団体・四人の個人へ**  
 体協インディアカ部にスポーツ奨励賞

## 市浦村スポーツ賞受賞者（団体）

No.	名称	所属	主な受賞理由
1	岡本 聖子	五所川原商業 高等学校 3年	平成11年度青森県高等学校ソフトボール春季選手権大会優勝。 第10回青森県女子ソフトボール選手権大会優勝。
2	三浦 優平	金木高等学校 相内分校 3年	第49回青森県高等学校定時通信制総合体育大会陸上競技内陸投げ1位、砲丸投げ2位で第34回全国高等学校定時通信制陸上競技大会出場。
3	梶 満 武 也	市浦村体育協会	第54回市町村対抗青森県民体育大会陸上男子100メートル優勝。
4	福 田 亨	市浦村体育協会	第54回市町村対抗青森県民体育大会陸上男子200メートル優勝。 同大会男子400メートル2位
5	体協野球部	市浦村体育協会	高松宮臨杯第43回全国日本軟式野球大会1部（B級）県大会優勝。 東北大会Cブロックに出場。
6	体協インディアカ部	市浦村体育協会	平成11年度青森県インディアカ選手権大会Bブロック優勝。

## ソフトスポーツで親睦を深める

第四回町内会親善ソフトスポーツ大会



広げました。

この大会は、村体育協会（笹山精喜会長）が主催、各種目とも、好プレーや珍プレーにひと際大きな歓声や拍手が飛びかいた。会場は熱気に包まれていました。

主な結果は、次のとおりです。

- 三月五日、第四回町内会親善ソフトスポーツ大会が開かれ、各町内会の代表約五十名が、ラージボール卓球、ソフトパレールボールの二種目で熱戦を繰り
- 優勝 太田町内会
  - 準優勝 相内第一町内会
  - 第三位 十王町内会
  - 優勝 ラージボール卓球
  - 優勝 十山子町内会
  - 準優勝 相内第一町内会
  - 第三位 太田町内会

白鳥の鳴き声に元気いっぱい挑戦  
白鳥まつり

二月十二日、十三日の二日間十三湖マリリーナ会場に、白鳥まつりが開かれ、期間中たくさんの人手でごわいました。雪不足で、心配された雪像にも、開催前にまよった雪が降り、商工会青年部の皆さんが丹精込めて完成させ、子ども会やアトム保育園らが持ち寄ったペットボトルの意匠が雪像に飾られ、まつりの雰囲気を盛り上げていました。



▲白鳥の鳴き声に挑戦する子どもたち

## 陶器のひな人形で二日早いひな祭り

### 子育て支援センターサークル事業

子育て支援センターを利用するお母さんたち十名がサークルの一環として、ひな祭りに向け、陶器でひな人形を作成。三月二日、完成したひな人形を飾り、一日早いひな祭りを地元地区にある老人生きがいセンターで開きました。この日参加した親子は、風邪などであいにく三組でしたが、十二月から週一回、生きがいセンターに集まり、延べ二週間かけて完成させたものです。

今回サークルに参加した新開千登利さん(磯松)は「陶器の人形づくりは難しかった。出来栄が不安だった。自己採点は五十点位。でも他のお母さんたちとの交流もできてとても楽しかった」と感想を述べていました。指導にあたった、もや焼き陶芸クラブの小山内文明さんは「人形の陶芸は、粘土が特殊で難しいもの、初めてにしてはよく仕上がっているし、作った

人の個性がよく出ている。機会があればこれからも、いろいろな陶器の人形を作り推進していきたい」と話していました。



▲陶器のひな人形を作成

## 女性の感性を活かした農業を

### ViC・ウーマンに新たに三名を認定



▲ViC・ウーマンとして認定(左から秋田谷さん、高松村長、三和真智子さん、三和敬子さん)

三和 敬子さん(相内)  
三和真智子さん(相内)  
秋田谷催子さん(相内)

農村の女性の組織活動において指導的役割を担い、合理的な農業経営を実践するなど地域農業の振興や農村生活の向上などを目的に活動するViC・ウーマン。二月十六日に県知事からViC・ウーマンに認定された三人がこのたび役場を訪れ、高松村長に認定の報告をしました。今回、市浦から新たに認定されたViC・ウーマンはいずれ

も相内地区の三和敬子さん、三和真智子さんと、秋田谷催子さんから「市浦の農業の女性のリーダーとして頑張ってください」と激励を受けて「農業も年々厳しくなってきているので、女性の感性を活かす形で農産物に付加価値を付けたい。研修会などにも積極的に参加したい」と抱負を語っていました。市浦のViC・ウーマンには工藤富子さん(太田)、三浦さあ子さん(相内)の二人に続き、今回の秋田谷さんら三人が認定されたことにより五人となりました。

## 村の歴史を舞台化

### 阿蘇部族に奨励賞

#### 第十二回あおもり活性化大賞

青森県市町村活性化対策協議会主催の、第十二回あおもり活性化大賞の授与式が二月二十四日、青森市において開かれ、当村の演劇サークル「阿蘇部族」(丁子谷充代表)が奨励賞(歴史の息吹賞)に選ばれました。今年度の活性化大賞には、阿蘇部族を含め県内から二十三事例の応募があり、うち最終ノミネート八事例に絞られたあと各賞が決まりました。阿蘇部族は昭和六十一年に結成。これまで村の歴史や伝説などをすて手づくりで舞台化し、村民に伝えてきたことと高齢者賞が決まりました。

#### 第12回あおもり活性化大賞授与



▲審査員を前に熱演する丁子谷充(左)さんと平野勝彦さん



▲受賞式典に参加した阿蘇部族のみなさん



▲成田副知事から奨励賞の記念品が贈られました

## 農業所得向上をめざして

— 農業講座に70人 —

村の農業講座がこたび、三日間の日程でコミュニティセンターで開かれ、農業生産者七十人が「ゆめあかり」の上手な作り方やソラマメ、ネギの栽培ポイントなどの生産に関する技術を学びました。

講座では、弘前大学農学生命科学部教授の土蔵建氏や金木地区農業改良普及センターの職員らを引き六講座が行われました。「やませと農業」の講義を行った土蔵氏は「やませ地帯にあつたは夏季の気温による収量変動が小さい葉菜類、根菜類を作付けすることによってやませは卒業できる。水稲農家もコメに



▲講義に聞き入る参加者

だけこだわらず収益のある作物に取り組まなければならぬ。観光農園などを作り付加価値を付けることなどが必要」と経営戦略に関する講義が行われ、参加した生産者は真剣に聞き入っていました。

## 看護・介護の技術を学ぶ

まごころケア県民運動介護教室

一月三十日太田老人集会所において、まごころケア県民運動介護教室が開かれ、二十人の参加者は高齢者疑似体験、介護や看護技術の指導を受けました。



▲介護・看護の技術を学ぶ

この講習会は、県が奨めるまごころケア推進運動の一環として、県内全世帯に看護や介護技術を普及させることを目的として開かれたものです。

講習会では、五所川原保健所の後藤保健師を講師に、実際の介護ベッドを使い参加者が互いに介護者と要介護者になり、シーツの交換やベッドでの移動などの技術を学んでいました。

奈良輝子さんは、「実際に手をかけてやってみると普段気づかなかつた部分や介護がいかに大変なのかということがわかった」と話していました。

## ヒバで作った額に卒業証書を

ヒバと親しむ思い出プラン



▲記念の額作りを体験

木材工芸センターで、村内の小学校六年生三十五人がこのたび、ヒバと親しむ思い出プランと称して、自分の卒業証書を入れるため、ヒバの額づくりを体験しました。

この額づくりプランは今年度初めての試みで「青森ヒバの特性などを子どもたちに伝えよう」と、開かれたものです。

このプランの指導には、木工クラブ愛好会の湯浅信一さん（十三）ら五人が担当しました。湯浅さんから作業の説明を受けた生徒たちは、電気のごきりで枠を切断した後、枠の表面を紙やすりで磨きをかける作業を行いました。ボンドでつなぎあわせていました。

参加した生徒たちは、「思い出に残るので、完成が今から楽しみです」と話していました。

## 介護をテーマに開催

第3回生涯学習推進大会

二月二十七日コミュニティセンターで第三回生涯学習推進大会が開かれました。

大会には約百人が参加し、木村教育長が主催者を代表してあいさつ、高松村長が来賓としてあいさつを述べました。

大会は、映画上映とフリートークの二部構成で行われ、映画「黄落（こうらく）」では、九十歳の老父母を六十歳の子どもたちが、さらに二十歳の孫たちが面倒をみるという、急速に進む高齢化社会の介護の在り方を取り上げた物語に、参加者に感動を与えていました。

最後のフリートークでは、映画を観ての感想と看護・介護などについての意見を参加者が話しあっていました。



# 高加入率達成で表彰

## 青森県交通災害共済組合

青森県交通災害共済組合では平成十一年度の加入率達成優良団体を表彰しました。村からは特別団体表彰に脳元婦人会を始めとする三団体が表彰されました。



▲特別表彰(100%達成 3回) 脳元婦人会



▲団体表彰(100%達成) 磯松なかよし会

また現在平成十一年度の加入申し込みを受け付けていますので、ぜひ加入されるようお勧めします。

お問合せ先 役場総務課まで  
(☎六二二二二)



▲感謝状・アトム保育園

### 国民年金情報

#### 国民年金と個人年金

国民年金は、老後の生活保障として世代間の助け合いにより公平に年金を支給する国の社会保障制度のひとつです。また、個人年金は、個人が任意に契約し、豊かな老後を過ごすための貯蓄的なもので、それぞれ目的が違っています。国民年金は財源として、年金額の三分の一を国が負担し、

残る三分の二を保険料と運用利息でまかなっています。さらに、物価変動に応じて年金額がスライドするため、何十年先でも年金の価値が保証されています。

一方、個人年金は、加入者の掛け金とその運用利息から事務費や必要経費を差し引いたものでまかなっており、物価スライド制を採り入れていないため物価が上昇しても加入時に契約した内容の金額のままとなります。

しかも、国民年金は国が責

任をもって長期的に安定するよう運営しているため安心です。税控除についても、納めた保険料は社会保険料控除として金額所得から控除されます。また、受ける年金には「老後の年金控除」があります。

老後の生活設定は、国民年金を基本とし、個人年金はあくまでも補足するものとして組み合わせるようにしましょう。

▼国民年金に関するお問合せ  
役場住民福祉課まで  
(☎六二二二二(内線七二))

## 消防・ネットワーク

火事と救急・救助は一九番

### 『春の火災予防運動』

#### 全国山火事予防運動

平成十二年「青森県春の火災予防運動」が四月十日(明)から四月十六日(日)までの一週間行われます。

この運動は火災の発生しやしい気候となる春季を迎えるに当たり、普段から「火災予防」を心掛けている住民の皆さんに、より一層の普及を図ることに

より火災の発生を防止し、死傷事故や財産の損失を未然に防ぐ事を目的として行われます。

全国の平成十一年上半期(一月～六月)の火災による死者の状況は、死者の総数は若干減少(二、二〇九人)していますが、

死者(特に住宅火災による死者)の中で高齢者等の占める割合は依然として高い状況(五一・七人・四三%)にあります。

当消防署でも、二月末に、高齢者の一人暮らしのお宅へ査察(注)が行われました。

外出中で留守のお宅が有りましたが、おやすみ前や、ちよつとの外出の際には戸締まりや、火の元には、十分注意しましょう。

又、平成十二年「全国山火事予防運動」が三月一日から三月七日まで行われましたが、当村では、山菜採り、野焼きの、シズンのこれらが、気を付けなければいけない、季節です。

全国の平成十一年上半期林野火災を出火原因別にみると、最も多いのが「たきび」五七四件(二七・三%)、次いで「たばこ」三四四件(一六・四%)、火入れ(二〇七件(九・九%))の順となっており、自然発火以外、原因の大半は人為的行為が占めています。

又、林野火災は気象、発生場所等の条件次第では大きな災害になり兼ねません。

そこで、火入れ、たき火を行う際は、消防署に届け出をし、消火用の水、砂等を用意して、監視を怠らないようにしましょう。

全国山火事予防運動 統一標語  
【守ろうよ  
地球の緑を  
火の手から】

【守ろうよ  
地球の緑を  
火の手から】

# 健康増進施設について その六

今回はタラソテラピーにおいて期待できる具体的な効用をご紹介します。

また昨年十一月二十六日にテルムマラン・パシフィックで行われた「市浦村タラソテラピー体験」に参加された村民の方へアンケートをお願いしました。そのアンケートの結果をご報告します。この声を、積極的に村民健康増進施設に活かしていきたいと考えます。

## タラソテラピーで

### 期待出来る具体的な効用

村民健康増進施設では、村民の誰もが、楽しく、無理なく、効果ある施設づくりを目指しています。現在、主にご紹介するサービス内容を検討しています。

### 夏たきりの予防に



高齢者の方々には、夏たきりの大きな原因である転倒による骨折を予防するための、筋肉の強化等の身体機能の向上を目的

とした軽い運動を実施することで、いつまでも自分の足で歩き、晴らしさを感じてもらえる内容にしたと考えます。

日頃の「特」(冬場に多い)運動不足の解消(目的とした年齢や体力に応じた運動や腰痛や膝痛の予防や痛みを伴う症状の改善を目的とした運動を実施し、村民の方々が抱えるさまざまな健康問題に対処していきます。

### 運動不足の解消に



問「施設を利用した満足度は何%ですか」

回答

- 非常に良かった 二七%
- 良かった 六九%
- 普通だった 四%
- 悪かった 〇%

またトリートメントやセラピスト(療法士・専門のスタッフ)の対応の満足度もほぼ同様の良い結果が出ました。

## 高い満足度だった テルムマラン・パシフィック アンケート結果報告



### 腰痛や腰痛の予防に



またストレス解消や気晴らしのためのリラクゼーションに効果的な内容も検討中です。

### イヤラの解消に



▲テルムマラン・パシフィックでタラソテラピーを体験

「施設を利用して気に入った点は何ですか？」の問いに対しては、一位は、「温海水」を利用したアクアトニックプールとその「快適さ」でした。

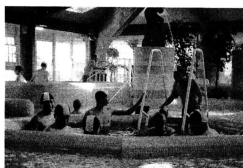
「セラピストの対応」の良さも同様に高い支持を集めました。

### 期待できる

#### 村民健康増進施設

新しい施設に期待することは、「中高齢者が楽しく運動できること」、「いつでも気軽に利用できること」、「同じく一位となり、次いで「専門家からのアドバイス」に続きます。

その他施設へのご要望としては、「料金の安さ」、「トレーニングマシンの設置」、「カタカナでない名称」、「仕事帰りに利用できる営業時間」、「送迎の制度」等がありました。



今回のアンケートの結果から見ても、村民健康増進施設に大きな期待が出来ると考えます。建設中の施設は、好評だったアクアトニックプールがあります。また手摺りなど高齢者の方にも安全に利用できる工夫をします。また専門の指導やアドバイザーが出来るセラピストもいます。

またテルムマラン・パシフィックと比べ、利用料金も安価になりますし、トレーニングマシンも設置する予定です。施設の名称・呼称等もまだ未定ですが、わかりやすい名称にしたいと考えています。

気軽に利用できる、楽しく、安全な、しかも健康に効果のある、そんな施設が「しづら」にもまもなく出来ます。

## 介護保険シリーズ④

# 介護保険導入に 向けた各種制度

介護保険シリーズの最後は市浦村における第1号被保険者の保険料や保険料の軽減措置。及び介護保険の円滑な導入を目的とした制度をご紹介します。

### 1 保険料について

#### ① 第1号被保険者(65歳以上)の保険料について



- ・市浦村のサービス利用者数、サービス水準等により算出された第1号被保険者保険料の基準額は1ヶ月あたり**3,350円**となりました。
- ・保険料は所得等によって異なります。また、住んでいる市町村によってもサービス水準等でも異なっています。
- ・今回決定された保険料は平成12年度から平成14年度までの3年間有効となり、以後3年ごとに状況に応じて変更されます。
- ・老齢(退職)年金の額が月15,000円(年間18万円)以上の方は年金から差し引かれ、それ以外の方は役場から発行される納付書によって納めることになります。また、年度の途中で第2号被保険者から第1号被保険者となった場合も年度いっぱい納付書によって納めることになります。

#### \* 保険料の軽減措置について

介護保険制度の円滑な導入を目的として軽減措置がとられます。

その結果第1号被保険者の保険料は

- ・平成12年4月から9月までの半年間は徴収しない。
- ・平成12年10月から平成13年9月までの1年間は半額を徴収する。
- ・平成13年10月以降は通常額を徴収する。

○軽減措置を含めた保険料は5段階に分類され、**基準額を3,350円**とした場合の1ヶ月あたりの介護保険料はおおよそ以下ようになります。

段 階	条 件	平成12年4月 から 平成12年9月	平成12年10月 から 平成13年9月	平成13年10月 から 平成14年3月
第1段階 基準額×0.5	・生活保護受給者・老齢福祉年金受給者であって世帯全員が住民税非課税の場合	0円	837円	1,675円
第2段階 基準額×0.75	・世帯全員が住民税非課税の場合等	0円	1,256円	2,512円
第3段階 基準額×1.0	・世帯のだれかに住民税が課税されているが、本人は住民税非課税の場合等	0円	1,675円	3,350円
第4段階 基準額×1.25	・本人に住民税が課税され、前年の合計所得金額が250万円未満の場合等	0円	2,093円	4,187円
第5段階 基準額×1.5	・本人に住民税が課税され、前年の合計所得金額が250万円以上の場合等	0円	2,512円	5,025円



## ②第2号被保険者(40歳から64歳まで)の保険料について

・介護保険料の額は加入している医療保険・所得等によって異なります。



勤め先の健康保険等に加入している方	国民健康保険に加入している方
<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康保険の保険料と介護保険の保険料を合せて給料から差し引かれます。</li> <li>・介護保険料の半分は事業主が負担します。</li> <li>・被扶養者の保険料は、被保険者本人の保険料に含まれる形になります。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康保険の保険料と第2号被保険者の保険料を合わせ、健康保険税として納めます。</li> <li>・世帯主が第2号被保険者世帯員の保険料も負担します。</li> </ul>

## 2 サービス費用の負担と軽減措置について

介護保険制度では、要介護認定によって決められた範囲内であれば介護サービスにかかった費用の1割負担で介護サービスを受けることができます。これは残りの9割が介護保険から支払われる仕組みになっているため、介護保険は第1号・第2号被保険者の方々が納めている保険料によって支えられています。しかし、介護保険制度が始まることによってサービスを受ける方の急激な負担増加を緩和するための制度があります。

## ①高額介護サービス費について

高額介護サービス費は、1ヶ月の間に受けた居宅サービス等の利用者負担世帯合算額が一定の金額を超えた場合に支給されるもので、これによりサービスが必要な方の負担を軽くします。

## ◇高額介護サービス費の自己負担上限額◇

①高齢福祉年金受給者で住民税非課税、もしくは生活保護受給者の場合	②世帯全員が住民税非課税の場合	①②に該当しない場合
15,000円	24,600円	37,200円

## ②ホームヘルプサービスにかかる利用者負担の軽減について

生計中心者が所得税非課税で4月1日現在ホームヘルプサービスを利用している方は平成12年4月から平成15年3月までの3年間利用者負担が3%になります。その後段階的に引き上げられ、平成17年度からは10%になる予定です。

介護保健シリーズの連載は今回で終了しますが、今後も各種情報について広報等を通じてお知らせしていく予定です。

介護保険制度を利用するにあたって不明な点がございましたら役場  
住民福祉課までお問い合わせください。 ☎62-2111 (内線46)

## \* 村内小・中・高校生「生活アンケート」報告書② \*

市浦村教育振興会生徒指導部会で村内の小・中・高校生を対象に実施した、生活アンケート結果について、今月号は小学校高学年と中学校・高校の結果をお知らせします。

## 生活アンケート集計結果

(小学校高学年)

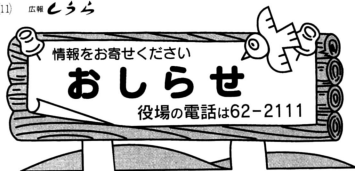
番号	アンケート内容	結 果 (%)	番号	アンケート内容	結 果 (%)
1	毎朝、何時ごろおきていますか	● 5時前……………1 ● 6時30分～7時…45 <sup>+</sup> ● 5時～5時30分…4 ● 7時過……………10 ● 5時30分～6時…4 ● 6時～6時30分…36	6	家の人にあいさつをしていますか	● 毎日する……………48 ● とときする……………36 ● ほとんどしない…16
2	朝ごはんは、食べていますか	● 毎日食べる……………93 ● ととき食べる……………6 ● ほとんど食べない…1	7	夕ごはんは何時ごろ食べることが多いですか	● 5時前……………1 ● 6時30分～7時…29 ● 5時～5時30分…3 ● 7時過……………19 ● 5時30分～6時…12 ● 6時～6時30分…36
3	だれとっしょに朝ごはんを食べることが多いですか	● 親と食べる……………75 ● 1人で食べる……………20 ● その他……………5	8	夜、何時ごろお寝していますか	● 8時前……………3 ● 11時～12時…2 ● 8時～9時…8 ● 12時過……………1 ● 9時～10時…56 ● 10時～11時…30
4	1日何時間くらいテレビを見ていますか	● 見ない……………0 ● 3～4時間…34 ● 1時間以内…4 ● 4時間以上…23 ● 1～2時間…18 ● 2～3時間…21	9	家ではどんな手伝いをする事が多いですか	● 食事前準備・片付け……………50 ● そうじ(部屋、ふろなど)…20 ● しない……………12 ● ベットの世話…5 ● せんたく……………9 ● その他……………4
5	家では何時間くらい勉強しますか	● しない……………8 ● 3～4時間…1 ● 1時間以内…68 ● 4時間以上…0 ● 1～2時間…22 ● 2～3時間…1	10	ふだんどんなことをして遊ぶことが多いですか	● テレビゲーム、パソコン……………50 ● 運動(ボール運動等)…25 ● 自転車……………7 ● ベットと遊ぶ…3 ● 読書……………6 ● その他……………9

(中学校・高校)

番号	アンケート内容	結 果 (%)	番号	アンケート内容	結 果 (%)
1	毎朝、何時ごろおきていますか	● 5時前……………1 ● 6時30分～7時…50 ● 5時～5時30分…3 ● 7時過……………25 ● 5時30分～6時…4 ● 6時～6時30分…17	6	家の人にあいさつをしていますか	● 毎日する……………21 ● とときする……………36 ● ほとんどしない…43
2	朝ごはんは、食べていますか	● 毎日食べる……………65 ● ととき食べる……………22 ● ほとんど食べない…13	7	夕ごはんは何時ごろ食べることが多いですか	● 5時前……………0 ● 6時30分～7時…46 ● 5時～5時30分…6 ● 7時過……………13 ● 5時30分～6時…15 ● 6時～6時30分…20
3	だれとっしょに朝ごはんを食べることが多いですか	● 親と食べる……………38 ● 1人で食べる……………49 ● その他……………13	8	夜、何時ごろお寝していますか	● 8時前……………0 ● 11時～12時…33 ● 8時～9時…0 ● 12時過……………20 ● 9時～10時…10 ● 10時～11時…37
4	1日何時間くらいテレビを見ていますか	● 見ない……………4 ● 3～4時間…23 ● 1時間以内…3 ● 4時間以上…29 ● 1～2時間…19 ● 2～3時間…22	9	家ではどんな手伝いをする事が多いですか	● そうじ(部屋、ふろなど)…31 ● 食事前準備・片付け……………30 ● しない……………13 ● 家の仕事の手伝い…6 ● せんたく……………10 ● その他……………10
5	家では何時間くらい勉強しますか	● しない……………19 ● 3～4時間…1 ● 1時間以内…44 ● 4時間以上…2 ● 1～2時間…27 ● 2～3時間…7	10	ふだんどんなことをして遊ぶことが多いですか	● テレビゲーム……………36 ● テレビ……………8 ● 運動(ボール運動等)…16 ● 友達と会話…7 ● 音楽(楽器、バンド等)…15 ● その他……………8 ● 読書(漫画本、雑誌等)…10

## ※生活アンケートからの考察

- 年齢があがるにしたがって、挨拶、規則正しい生活等ができていない子どもが増える傾向にある。
  - テレビの見過ぎと遊びの内容から、テレビとゲームに子どもたちの生活が左右されているように思われる。
- 以上から、基本的な生活習慣の形成と時間の有効活用の指導で子どもは大きく変わると思う。



市浦村の人口と世帯数 平成12.3.1現在

大字名	前月人口	人口	世帯数
相内	1,263	1,263	419
桂川	63	63	22
太田	264	265	87
脇元	514	515	194
磯松	309	306	109
十三	804	803	261
計	3,217	3,215	1,092

自衛隊幹部候補生募集

▶受付期間 平成12年4月10日(月)～5月12日(金)

▶応募資格

(1)日本国籍を有し、平成13年4月1日現在、22歳以上26歳未満(昭和50年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた者)で大学卒業程度の学力を有する者

(2)学校教育法による大学院修士課程終了者(終了見込みを含む。)については、28歳未満(昭和48年4月2日以降に生まれた者)

(3)海上技術幹部候補生は、22歳以上26歳(学校教育法による大学院において正規の理学又は工学の課程を終了し、理学修士又は工学修士の学位を受けた者)にあっては28歳)未満

▶試験

(1)第1次試験  
ア 試験期日  
5月27日(土)筆記試験  
5月28日(日)筆記式操縦適性検査

査(飛行要員希望者のみ)

イ 試験場  
未定(弘前市を予定)  
ウ 第1次試験合格発表  
6月16日(金)、本人あてに通知します。この通知には第2次試験日及び試験場を指定してあります。

(2)第2次試験  
6月28日(水)～6月30日(金)の指定する1日

▶お問い合わせ

自衛隊青森地方連絡部五所川原募集事務所 ☎0173-35-2305

金木警察署からのお知らせ

運転免許証の記載事項変更は  
交番や駐在所でも  
手続きができます。

▶取扱時間

○警察署  
毎週月曜日から金曜日の午前8時30分から午後5時まで  
(土曜日、日曜日、祝日、年末年始の期間は除きます。)

○交番・駐在所

勤務時間内  
(交番、駐在所の警察官が不在等の場合もありますので、あらかじめ電話等で確認してください。)

○運転免許センター

平日 午前8時30分～午前11時  
午後1時～午後4時まで  
日曜日 午前8時30分～午前11時  
午後1時～午後2時まで  
(土曜日、祝日、年末年始の期間は、業務が休みです。)

\*手数料などの費用はいりません

▶詳細についてのお問い合わせ  
金木警察署又は最寄りの交番や駐在所へ。

善意に感謝します

株式会社 トーサム  
～300万円を寄付～

株式会社トーサム(八木澤淳社長)では、「社会福祉へ役立てて」と村に300万円を寄付しました。村では、社会福祉事業へ有意義に活用することになっています。



八木澤社長が高松村長に目録を手渡す

県内の交通事故概況

青森県交通対策協議会

	2月	累計	死者のうち	高齢者の死者	
				高 齢 者 の 死 者	7 (5)
発生	763件 (719)	1,398件 (1,341)		飲酒運転による死者	5 (4)
死者	5人 (6)	18人 (13)		自動車乗車中の死者 (着けなければならない人)	12 (5)
傷者	936人 (769)	1,767人 (1,646)		非着用死者 (着けていなかった人)	6 (4)

( )内は前年。累計は1月から。

- ▽一級 竹谷 知佳 (辻分珠算学院)
- ▽二級 小山内理佳子 (辻分珠算学院)
- ▽三級 藤田 副門 (辻分珠算学院)
- ▽四級 白川 浩平 (辻分珠算学院)
- ▽五級 成田 綾美 (辻分珠算学院)
- 近藤 佑人 (浦 田 塾)
- 浜田 芽里 (浦 田 塾)
- ▽七級 藤田 英 (塾)
- ▽十級 武田 美穂 (塾)
- 工藤 康敬 (辻分珠算学院)



竹谷 知佳さん  
見事一級合格



第一六回全国商工会決算検定試験が二月十八日、村内各小学校において開催されました。受験者数が三十名で合格者は次のとおりです。



今年も四月に一日ドック(総合健診)が行われます。この一日ドックは、病気や身体の異常を早期に発見し、早期に治療をすることの他に自分自身の健康状態を知っておくという目的があります。一日ドックで行われる検査は身体に病気の徴候があるかないか、もしあればそれが軽いものか重いものかを大まかに判断する「ふるいわけ」の検査です。したがって、一日ドックの結果だけではっきりと病名を診断することはできないので、「要精検」という結果の場合は医療機関で精密検査を受ける必要があります。

一日ドックの結果に異常があっても、本人は痛くも痒くもないし、今日、明日どうなるわけでもないという中でそのまま放っておく人がいます。しかしこれではせっかく一日ドックを受けて身体が危険信号のサイ

### 1日ドックで行われる検査項目

- 基本健診
- 問診・身体計測・尿検査・血圧測定
- 心電図検査・眼底検査・血液検査・診察
- 肺ガン・結核検査
- 胃ガン検査
- 大腸ガン検査
- 乳ガン・甲状腺検査(女性のみ)
- 子宮ガン検査(女性のみ)
- 骨粗鬆症検査(女性のみ)

### 平成12年度の1日ドックの日程

4/4(火)	相内	松元
4/5(水)	十三	磯元
4/6(木)	太田・磯川	松元
4/7(金)	桂川	磯元
4/10(月)	寿健診	(70歳以上対象)
※場所	市浦村B&G海洋センター体育館	

ンを出しているのに全く意味がありません。病気は知らない間にどんどん進行し、気付いた時にはもう手遅れということもあります。

一日ドックで少しでも身体に異常がみつかり、特に結果に「要指導」の項目がある場合には医師の指導を受けたり、保健婦と一緒に食生活や運動、休養などの普段の生活の中での改善す

る点を見つけて解決策を考えて実行していくことが大切です。また、結果が「異常なし」の場合でもすつかり安心して、無謀な生活をするのではなく、健康な状態を維持するために注意していく必要があります。

今年一年、家族みんなが元気に過ごすために、家族ぐるみで一日ドックを受けましょう。

## もうすぐ1日ドックが始まります!!

さて、あなたの健康の成績は?

「要指導」の項目がある場合には医師の指導を受けたり、保健婦と一緒に食生活や運動、休養などの普段の生活の中での改善する点を見つけて解決策を考えて実行していくことが大切です。

- #### ▼お誕生
- 村上 実由 (十三) 健
  - 古川 隆太 (相内) 照雄
  - 小笠原 航輝 (相内) 浩治
  - 木村 文哉 (太田) 貢
  - 笹山 航 (藤元) 善和

- #### ▼ご結婚
- 葛西 央倫 脇元
  - 西村 望千 松元
  - 村元 昭治 磯松
  - 花田 喜代子 青森
  - 中谷 貴美金 木
  - 岡本 瑞穂 磯松

- #### ▼おへやま
- 木津谷 正一 (相内) 87歳
  - 豊島 右里 (相内) 80歳
  - 小寺 義秋 (相内) 78歳
  - 伊南 みち (磯松) 75歳
  - 豊島 つさ (相内) 85歳
  - 三谷 テツ (相内) 65歳
  - 澁谷 和昇 (十三) 46歳
  - 三上 ツル (藍元) 91歳
  - 長谷川 あさ (十三) 79歳
  - 藤田 学 (相内) 44歳



## あとがき

■昨年五月一日スタートした「セーフティ300事業」、百万円を獲得した若松チームの皆さんおめでとうございます。

また、チーム全員が無事故・無違反にもかかわらず百万円を逃したチームの皆さんも、四月からの300事業に気持ちを切り換え百万円をめざして下さい。

■阿蘇部族がおもしろ活性化大賞で奨励賞を受賞。丁子谷代表は「喜んではかりはいられない。今年の日本、キャスト・スタッフの固定化など」とひとり言。

阿蘇部族で演劇をやったみたい方、演劇に興味がある方、裏方さんをやってみたい方は丁子谷代表に連絡してみては。

☎六二一三七五一(教育委員会)

### お詫びと訂正

広報しゅうら二月号ページで誤りがありました。

村議選開票結果

島津典朗

島津典明

関係者のみなさまにご迷惑をおかけしましたことをお詫びいたします。