



夏の日の思い出

夏の日射しが、いつになく透とお
つて降り注ぐ。

光と風に運ばれて、まだあどけな
さが残る女性が一人降り立った。

ワンピースの裾を川風にひるがえ
しながら気持よさそうに岸辺に遊ぶ。

何万年もかかって形どられたのだ
ろう、いろいろな顔をした石コロ達

が、白い乾いた川原となってどこま
でも広がる。

流れは、岩肌につっかり、渦を巻
き、転がりがながら岸辺に遊ぶ。

確かな流れがここにある。
流れが音をかき消した。……時間

が一瞬止まったような感覚を誘う。
動にして静。

このとき、この夏の日、心を洗う
ふるさとの川に、一人の女性がさわ
やかな思い出とともに訪れた。

平成元年を記念して町勢要覧の作成作業
に入っています。秋頃、各ご家庭にお届
けできるよう頑張っています。

(写真はモデルによるロケ―立岡)

町のうごき

平成元年6.30現在

人口	男	4,462	計	9,224	出生	6	転入	6
	女	4,762	世帯数	2,148	死亡	5	転出	7

副議長に北川正平氏(田口)を選出

夏まつりなど一般会計に7,502万9千円を補正

- 国保会計 53万8千円追加
- 簡水会計 54万2千円減額
- 老保会計 598万2千円追加

第二回定例町議会は、去る七日二十五日に招集され四日間の会期により開催されました。会期第一日目の二十五日には議長に西井宣貞氏を副議長に北川正平氏を投票により選出し、また各常任委員会と活性化対策特別委員会などの役員を議長指名により選出しました。

役員改選に引続き、町長から予算関係四議案、条例改正二議案それに中川小学校の改築に伴う工事請負契約関係議案が提案され、いずれも原案どおり可決・承認されました。

改選された議会役員

議長 西井宣貞



副議長 北川正平



常任委員会・特別委員会

◎は委員長 ○は副委員長

〔総務財政〕

◎ 山西幸郎

○ 尾崎幸男

小岸政裕

濱岡房一

西井宣貞 中村泰敏

〔産業土木〕

◎ 中村順一 ○ 中西啓起

杉本光郎 北川正平

西村敏男

〔教育民生〕

◎ 山中清久 ○ 横井元生

岩本忠義 山下茂雄

中井利正

〔活性化対策特別〕

◎ 小岸政裕 ○ 中村泰敏

岩本忠義 山下茂雄

中井利正

〔農業共済組合委員〕

山中清久 山西幸郎

監査委員 中村順一



可決された議案

一般会計補正予算(第三号)

七千五百二十九千円を追加し、歳入歳出予算の総額をそれぞれ三十一億千三百六十二万二千円としました。

主な内容(数字は概数)

- 職員共済組合追加負担金一、九四三千元
- 庁舎用地測量業務委託一、〇〇〇千円
- 用地取得事業負担金(新庁舎用地関連)一、九一〇千円
- ふるさとわたらい夏まつり実行委員会補助金一四、五〇〇千円
- ボラントピア事業補助金一三〇〇千円
- 在宅老人短期保護委託一八七五千元
- 集会所等整備補助金一、五〇〇千円
- 簡易水道事業特別会計繰出金一減額一、七二二千元
- 園芸特産物ブランド化推進事業(母生産施設)補助金一、三三三千元
- ほ場整備済道路舗装工事(柳地内町道関連分等)一五、〇〇〇千円
- 農村基盤総合整備事業(内城田東部地区、小川郷下地区)設計・換地・農道・ほ場整備等一四、四三三千元
- 新農業構造改善事業(北沖地区基盤整備等)一、九四二千円
- 土地改良総合整備事業(わんだ地区・黒土地地区)設計・換地・ほ場整備等一五、三六二千元
- 優良木材安定供給補助(わたらい森林組合展示施設等)一四、二六九千元
- 県単林道開設・舗装工事一、九七〇千円
- 林道標識設置委託料一八八四



第2回定例会

議長に西井宣貞氏(上久具)



●庁舎用地の計画測量, 農林事業の実行予算, 小川郷小屋体の用地測量, ふるさとわたらい

千円
 ●町道改良測量設計委託料一三〇〇〇千円
 ●消防団員退職報償金一七八〇千円
 ●小川郷小学校屋内運動場測量等委託料一八〇〇千円
 ●国民健康保険特別会計補正予算(第一号)
 五十三万八千円を追加し、歳入歳出予算の総額を四億七千六百四十六万八千円としました。

人事異動に伴う人件費の減額と前年度の国県支出金の精算返環金が主なものです。
 簡易水道事業特別会計補正予算(第一号)
 五十四万二千円を減額し、歳入歳出予算の総額を一億五千三百二十六万千円としました。
 人事異動に伴う人件費の減額とは場整備に伴う水道工事業費が主なものです。

老人保健特別会計補正予算(第一号)
 五百九十八万二千円を追加し、

歳入歳出予算の総額を三億八千七百三十二万三千円としました。国県支払基金への前年度の精算償還金が主なものです。
 度会町消防団員等公務災害補償条例の一部を改正する条例
 非常勤消防団員等に対する損害補償の補償基礎額を引き上げました。
 度会町非常勤消防団員に係る退職報償金の支給に関する条例の一部を改正する条例
 非常勤消防団員の退職報償金を増額しました。また分団長と

ごあいさつ

議長 西井宣貞

暑中御見舞申し上げます。皆様には益々御壮健で御精采のこととお喜び申し上げます。さて、去る七月定例町議会におきまして議会議員の改選が行われ、はからずも私が議員多数のご推挙により町議会議長の要職を拝命することになりました。誠に身に余る光栄であるとともにその責務の重大さを痛感している次第でございます。もとより浅学非才の身であります。副議長の北川正平様を始め皆様の御指導を得ながら度会町発展のため全力を尽す所存でございます。

町政においてもその状況は決して樂觀の許されるものではありません。議会におきましてもこのことを十分認識し、目前に迫った二十一世紀に向けて町民の福祉向上のため公平にして堅実な歩みを進めることが必要であります。

近畿自動車道関伊勢線の開通を大きな手がかりにして、町道路網の整備を進めていくことが最も多くの可能性を導くものと思えます。

同時に、今年度の完成をめざす中川小学校の校舎の改築を始め、小川郷小学校の屋内運動場と南中村保育所等の施設整備の

副分団長の階級区分の改正を行いました。
 工事請負契約の締結について
 ◇契約の目的―度会町立中川小学校校舎改築工事
 ◇契約の方法―指名競争入札
 ◇契約金額―三億三千三百七十二万円(うち消費税九百七十二万円)
 ◇契約の相手方―伊勢市河崎一丁目十一番四号、伊藤・古古建設工事共同企業体、代表者 株式会社伊藤工務店代表取締役 伊藤孝

充実、各地区で行われている市場整備事業また、久具都比売橋の架橋、所有者のご理解をいただいで取得しました新庁舎用地の総合利用計画の実行等々、当面する町政には幾多の重要案件が山積しています。

議決機関と執行部とは立場は違っても、目的はひとつで町発展のため与えられた任務の遂行に当ることが必要です。町民各位の総意を十分尊重し、円満な議会運営により度会町の未来を展望しながら懸命の努力をして皆様のご期待にそいたいものと考えています。

時節柄ご自愛をお祈り申し上げますとともに、今後とも変わぬご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

高額療養費の 自己負担額引き上げ(一部据置)

私たち国民健康保険の被保険者が、病院等で診療を受けたとき、自己負担を病院に支払います。

この自己負担が一定額(以下「自己負担限度額」という。)以上を支払ったとき、その自己負担額を超えた分については、国保が全額負担することになっています。

国保で診療を受ける場合、私たちは医療費の三十パーセント(退職医療本人二十パーセント)を負担するだけですみますが、最近では医学の進歩に伴って高度な技術が開発され、高額な医療費を必要とする場合も少なくなりました。

三十パーセント(又は二十パーセント)を負担するだけといっても、その額は大きくなり負担することが困難な場合も生じてきます。

このような場合に対処するため、自己負担の限度額を定め、それ以上の医療費については、国保が負担することにきめられています。(あとから払い戻し)これが、高額療養費制度の概

要です。

この自己負担限度額が、六月一日診療分から引き上げられました。(一部据え置き)

高額療養費には四つのケースがあり、このうち「高額療養費」と「年四回以上の世帯」のケースについては、自己負担が引き上げられました。しかし、「二人以上の患者の場合」、「特定疾病」のケースについては、現行のまま据え置きされました。



で、五万七千円(旧五万四千円)〔住民税非課税世帯三万一千八百円(旧三万円)〕に改正されました。

なお、この自己負担額を超えた額は国保から全額払い戻します。

(イ)年四回以上の世帯(多数該当世帯)

一つの世帯で(イ)に該当する自己負担を年四回以上支払った場合、四回目以降三万三千元(旧三万円)〔住民税非課税世帯二万二千二百円(旧二万一千円)〕に改正されます。

この自己負担を超えた額は国保から全額払い戻しされます。

(ウ)二人以上の患者の場合(世帯合算)

一つの世帯で、一ヶ月三万円〔住民税非課税世帯二万一千円)〕の自己負担金の支払が二回以上ある場合は、合算して五万七千円〔住民税非課税世帯三万一千八百円)〕を超えた額は、国保から全額払い戻しされます。

(エ)長期療養に要する病气(特定疾病)

血友病、人口透析が必要な慢

性じん不全については、「特定疾病療養受療証を医療機関の窓口で提示すると、一ヶ月一万円以内の支払いですみます。(注)

○一ヶ月とは

この場合の一ヶ月とは、暦月計算で月の初日から末日までをいいます。

○一つの医療機関とは

例えば、一人の人がAの病院とBの病院へ同時にかかり、一ヶ月に自己負担分としてAに八万円、Bに二万円を支払った場合は、Aについては高額療養費が支給されますが、Bについては支給されません。

ただし、二人以上の人が、それぞれ三万円以上支払ったときA四万円、B三万五千元を支払ったとき合算した七万五千元から五万七千円を控除した額一万八千円が高額療養費として支給されます。(世帯合算)

○総合病院の扱い

各診療科は、別の病院として取扱います。

ただし、入院患者が他の科の診療を受けたときは合算します。なお、この場合でも歯科の診療は別扱いとされます。

○自己負担に計算されない医療費

保険診療の対象とならない差額ベッド代や基準看護の病院に

入院した場合の付き添い看護料、あるいは、歯科の差額分などは、高額療養費の計算に入りません。

○高額療養費の申請

高額療養費の該当世帯主に對し申請書を送付(診療月より約二ヶ月遅れ)しますから所要事項記入捺印の上提出していただくこととなります。

なお、詳しくは、役場町民課国保係までおたずねください。

	一般		低所得者	
	現行	改正	現行	改正
自己負担限度額	54,000	57,000	30,000	31,800
多数該当世帯	30,000	33,000	21,000	22,200
世帯合算	30,000	据置き	21,000	据置き
特定疾病	10,000	据置き	10,000	据置き

(単位・円)

投票結果

投票所		第一 (注連指)	第二 (麻加江)	第三 (大久保)	第四 (上久具)	第五 (棚橋)	第六 (中之郷)	第七 (駒ヶ野)	第八 (脇出)	第九 (南中村)	計
投票者・率 (人・%)	男	142	533	359	264	1,062	179	219	295	224	3,277
	女	146	567	381	272	1,158	198	228	346	238	3,534
	計	288	1,100	740	536	2,220	377	447	641	462	6,811
投票者数	男	112	363	275	210	725	137	139	185	124	2,270
	女	111	382	270	192	769	147	143	229	116	2,359
	計	223	745	545	402	1,494	284	282	414	240	4,629
投票率	男	78.87	68.11	76.60	79.55	68.27	76.54	63.47	62.71	55.36	69.27
	女	76.03	67.37	70.87	70.59	66.41	74.24	62.72	66.18	48.74	66.75
	計	77.43	67.73	73.65	75.00	67.30	75.33	63.09	64.59	51.95	67.96

七月二十三日執行
参院選の結果
——度会町投・開票

比例代表選出選挙——開票結果——選挙区選出選挙

政党等名	得票数	候補者等	得票数
ちきゅうクラブ	23	神 阪 美 代 子	184
世界浄霊会	1	水 谷 力	2,255
社会主義労働者党	12	井 上 哲 夫	2,062
税金党	29	※無効票	128
大行社政治連盟	3	計	4,629
日本社会党	1,343		
スポーツ平和党	82	教 育 党	1
日本共産党	133	日 本 青 年 社	3
年金党	56	自 由 民 主 党	1,770
人間党	2	福 祉 党	32
太陽の会	11	サ ラ リ ー マ ン 新 党	30
U F O 党	6	原 発 い ら な い 人 び と	22
新政クラブ	2	第 二 院 ク ラ ブ	66
大日本誠流社	0	公 明 党	363
主権在民党	0	雑 民 党	0
新自由クラブ	18	民 社 党	177
新自由党	23	国 会 議 員 を 半 分 に 減 ら す 会	15
全婦会救国党ミニ政党悪税消費税反対大連合	8	日 本 世 直 し 党	5
進歩党	10	政 事 公 団 太 平 会	3
みどりといのちのネットワーク	3	環 境 党	1
エイズ根絶性病撲滅国民運動太陽新党	2	日 本 国 民 権 利 擁 護 連 盟	1
老人福祉党	4	計(有効票)	4,270
道州制推進会議	2	※無効票	359
M P D ・ 平 和 と 民 主 運 動	3	投 票 総 数	4,629
緑の党	5		

ねんきんだより

公的年金60歳までは全員加入

問 私は、昭和16年5月生れの48歳の男性です。この4月に28年間勤めた会社を退社しました。

答 現在の法律では、厚生年金の受給資格を満たしている方も60歳までは、いずれかの公的年金に加入しなければなりません。

あなたの場合は、まだ48歳ですので、60歳になるまでの12年間は、国民年金に加入する必要があります。

加入して保険料を納めると65歳からの年金額が、現在の価格で約18万円増額になります。

加入しないしていると、不慮の事故等で障害者になったときの年金が受けられません。自分の将来の年金のためにも、また年金受給者の財源のためにも、60歳までは必ず加入し、保険料を納めていきたいと思います。

福祉年金(老齢)

国民年金証書を

提出しましょう

国民年金の老齢福祉年金を受けている人は、8月期分の支払いを局で受けたあと、速やかに証書を役場へ提出してください。これは、今年の八月から一年間年金が受けられるかどうかを審査

して、証書に支給額を記入するためです。

同時に、公的年金受給状況等申立書も提出してください。

事故をこの世

からなくそう

七月十一日交通事故撲滅をねがい、交通安全協会支部(支部長玉村哲さん)十二名、商

工会職員四名、商工会婦人部六名、婦人会の四地区の会長、警察官一名(棚橋、脇出駐在所)、町長、助役、町職員二名の計三十二名が、大野木の交差点で、午前七時半から人形(人型百個、犬型百五十個)と、曇り止め千個を、配布しました。

みなさん事故は、一人一人の心掛けしだいで、撲滅させることができます。ルールを守って、今日も安全運転に心掛けましょう。

簡易課税制度

消費税には、簡易課税制度といて課税期間の課税売上高だけ基礎として、納付税額を計算できる制度があります。この制度を選択すると左の式のように、課税仕入高の計算を行う必

要がありません。

なお、簡易課税制度は基準期間(個人事業者は前々年、法人は前々事業年度)の課税売上高が五億円以下の事業者に限って選択できるものです。

限界控除制度

消費税には、小規模事業者等の納付税額の特例として「限界控除制度」が設けられています。この制度は、課税期間の課税売上高が六千万円未満の課税事業者について、課税売上高に応

じて納付税額の一部を軽減するというものです。

具体的な計算の方法は左のとおりですが、この制度の適用にあたっては、届出の必要はありません。

シリーズ 消費税

(算式)

$$\text{納付する消費税額} = \frac{\text{課税期間の課税売上高}}{\text{課税売上高}} \times 0.6\%$$

(卸売業者は0.3%)

(注) 卸売業者とは課税期間の

課税売上高に占める卸売業に係る課税売上高の割合が50%を超える事業者とされています。

$$\text{納付する消費税額} = \frac{\text{本来納付すべき消費税額}}{\text{課税期間の課税売上高} - 3,000\text{万円}} \times 3,000\text{万円}$$

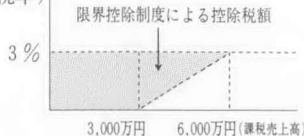
(計算例)

例えば、課税期間の課税売上高(税抜き)が5,000万円、課税仕入高(税抜き)が4,000万円である場合には、本来納付すべき消費税額は、 $(5,000\text{万円} \times 3\%) - (4,000\text{万円} \times 3\%) = 30\text{万円}$ となりますが、限界控除制度を適用することにより、納付する消費税額は、

$$30\text{万円} \times \frac{5,000\text{万円} - 3,000\text{万円}}{3,000\text{万円}} = 20\text{万円}$$

となります。

(税率)





余暇時代にむけて

豊かさをめざす余暇の創造

心と体を休める、リラック
スすることから一歩進めて、
積極的な健康づくりをするこ
とも、余暇の効用の一つです。

現代社会の特徴として、人
間が以前に比べて長生きする
ようになったことが挙げられ
ます。これまでの人生は、五
十年とか六十年という道のり
でした。しかし今では、人生
八十年は普通のこととなり、
九十年もそう珍しいものでは
なくなりつつあります。そこ
で、考えなくてはならないの
が、健康の問題です。

関心を呼ぶ ゆとりある生活

人生五十年、あるいは六十
年の時代には、定年後、退職金
などで悠々自適の生活を送る
こともそう難しいものではあ
りませんでした。老後がそれ
ほど長くなかったことも背景
にあります。

しかし、寿命が伸びた現在、
長い老後を快適に過ごすには、

若いときからの健康づくりが
とても大事になってきます。
がむしやりに働くだけの毎日
では、長い人生の
途中で、くたびれ
果てないとも限り
ません。そのあげ
く、病気がち、あ
るいは不健康な老
後を余儀なくされ
るのでは、たまた
まものではありません。

■余暇の効用■ 健康づくりで老後に備える

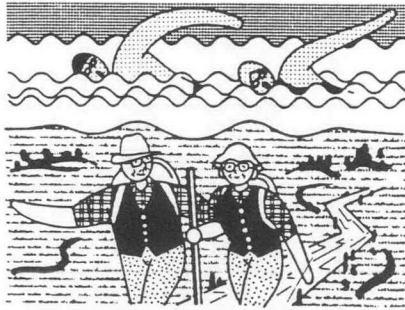
最近では、ゆとり、
潤いといった言葉
がよく使われるよ
うになりました。
若いときから、ゆ
とりをもつて働き、
余暇を楽しむ生活
パターンが多くな
っています。

できるだけ体を 動かす習慣を

健康づくりは昔から、運動、
栄養、休養のバランスが大切

と言われてきました。いかに
医療が発達しても、この基本
が変わることはないでしょう
なかでも、余暇を利用しての
健康づくりといえば、やはり
運動です。余暇には、できる
だけ体を動かす習慣をつける
ようにしたいものです。

しかし、生活の中に運動を
取り入れ、エンジョイしてい
る人は、まだまだ少ないよう
です。ふだんの生活の中に、ど
う運動の時間を織り込んでい
くかを考えてみたいものでは
ないでしょうか。工夫次
第でいくだけでもできます。自
分に合ったやりかたを考え、
余暇を有効に活用して、長い
老後に備えたいものです。



歳時記

あなたは暑中見舞いを、何
通くらいおだしになりますか。
今年の暑中見舞い用郵便はが
きの発行枚数は、三億四千万
枚。年賀はがきのおよそ一割
です。

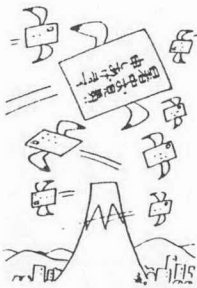
暑中見舞い

くじ付き暑中見舞い用
郵便はがきは、「かもめ」
の愛称でおなじみ。
今年も六月十五日から販
売されています。今年の
絵は、いちご、イルカ、
エノコログサとシジミチ
ヨウの三種類のほかに、
地方版も五種類あります。
例えば北海道はマリモ、
九州は日南海岸などです。
ところで、暑中見舞いはいつま
でにだすかですが、土用があ
けると、残暑見舞いと書く人
が多いようです。

一方、夏のあいさつに品物
を贈る場合は「お中元」、そ
して、その時期を過ぎると「暑
中伺い」とするのが一般的な
ようです。中元はもともと土
用、すなわち七月二十日から

八月七日までぐらいに贈る習
わしでしたが、最近では、東
日本では六月十五日から七月
十五日、西日本では七月十五
日から八月十五日というのが
一般的なようです。
デパートでもこの時期に合
わせて、売場を特設します。
ところが、近年はこの時期が
全国的に前後にずれて、平均
化する傾向がでてきているよう
です。

さて、夏は食中毒の多
い季節でもあります。今
年も、食中毒を防止し、
健康な食生活をするため
に、八月一日から七日ま
で、「食品衛生週間」が
実施されます。食品製造
販売業者はもちろん、家
庭でも衛生管理に注意し
たいものです。とくに冷
蔵庫の過信は禁物、また、冷凍
食品の取り扱いなども、よく
知っておきたいものです。



度会町 体協主催 スポーツ行事

● 昨年の覇者リバース再び ●

度会町体育協会主催、町バレーボール連盟が主管する第16回度会町家庭婦人バレーボール大会が、7月9日の日曜日ひ内小体育館と町民体育館を会場として開催され、参加6チームでの熱戦が繰り広げられました。参加チームと成績は、下記のとおりです。



- 優勝 リバース
- 準優勝 ソフトリー
- 三位 セト
- 四位 マミーズ
- 五位 OMV
- 六位 ラブリー

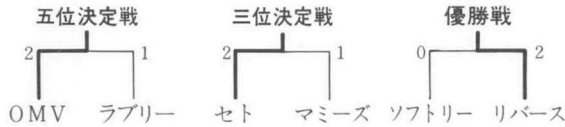


Bブロック

	勝	負
ソフトリー	2	0
マミーズ	1	1
ラブリー	0	2

Aブロック

	勝	負
セト	1	1
OMV	0	2
リバース	2	0



真夏の太陽の下

少年ソフトボール大会

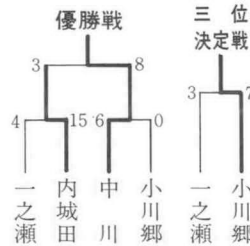


度会町体育協会主催の町少年ソフトボール大会が7月16日小川郷小運動場で開催されました。日頃からこの日のために、指導者のきびしい練習にたえ、うでをみがいてきた男子4チーム、女子3チームが参加し、炎天下のグラウンドで熱戦が展開されました。優勝は、男女とも中川小でした。



大会の組合せ及び結果

(男子の部)



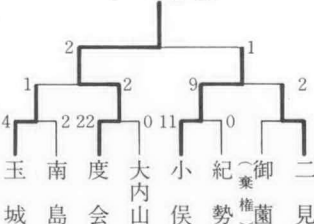
(女子の部)

	内城田	一之瀬	中川
内城田	○	×	×
一之瀬	○	○	×
中川	○	○	○

オール度会 都市大会へ

7月16日、若宮信生さん率いるソフトボールチーム「オール度会」が、郡大会でみごと優勝しました。8月6日には、県大会出場を賭けて「オール伊勢」と決定戦をおこないます。ガンバレ 度会!

オール度会



茶の実句会抄 野田翠楊選
組の音響かせて南瓜切る

- 麻加江 北村 槽江
- 眼をそらす一瞬の隙 隙 蛸 蛸 消ゆ
- 立花 北村 仲子
- 独り居の老の豆飯よろこばる
- 麻加江 辻本久美子
- 田廻りや田亀今年もろて嬉し
- 茶屋広 河村 鈴
- 小蜥蜴や熊野しるへの碑をのぼる
- 麻加江 中村 和代



飽食時代の 栄養不足

血液中の「鉄」が不足すると、貧血を起こすことはよく知られています。疲れやすくなり、息切れ、どうき・めまいといった症状がでます。鉄が不足すると、なぜ貧血になるのでしょうか。鉄は、その大部分が血液中の血色素に含まれています。血色素というのは、肺から取り入れた酸素を全身の組織に運ぶ大事な役割を担っています。この酸素運搬の働きは、血色素の中にある鉄が、酸素と結合することによって可能となるのです。ですから、鉄が不足すると血色素の働きが弱まり、酸素が十分に運ばれなくなつて貧血が起こるのです。

ダイエット・ブームと 無関係ではない

昭和六十二年の国民栄養調査（厚生省）によりますと、一人当たり平均でみた鉄の摂取量は、昭和十五年以来七年ぶりに栄養所要量を下回り、九八％に後

貧血

食品を組み合わせて 「鉄」を取ろう

退しました。これは一つには、最近のダイエット・ブームと無関係ではなく、各栄養素とも減る傾向にあるのですが、鉄も例外ではないというわけです。また、栄養所要量の八割以下しか取っていない人が、四人に一人いることも分かりました。

鉄不足は、食物中に含まれる鉄の摂取が少ない場合や、消化管のかいよう・女性の月経など、

出血が継続する場合に起こります。鉄が不足するとまず、消化管内で鉄の吸収が増え、それでも足りなければ肝臓中に蓄えられている鉄が動員されます。鉄不足が続き、体内に貯蔵さ



れている鉄が減少している状態を、「潜在性鉄欠乏」と言います。月経のある女性ではその四〇％が、この状態にあると報告されています。

肉や魚などに 多く含まれている鉄

鉄は肉や魚、穀類や野菜など、いろいろな食品に含まれています。しかし、食品の種類によつて、その吸収率には大きな差があります。肉や魚などに多く含まれている鉄は、吸収率が良く、三五％です。これに比べ、穀類や野菜などの鉄は、わずかに五％程度ですが、

たんぱく質やビタミンCと一緒に取ると、吸収率は上昇します。逆にお茶や卵の中には、鉄と結合して吸収を阻害する物質が含まれています。このため、鉄の吸収率は、食品全体として約一〇％にとどまっています。

一般に、鉄の供給源として最も良いのがレバーですが、レバーばかり食べているわけにもいきません。貧血予防には、いろいろな種類の食品を組み合わせて、できるだけ鉄を取るようになるのが、最も良い方法です。



暮らしのワンポイント

夏を迎え、家庭では冷蔵庫の必要性がますます大きくなります。冷蔵庫内は、冷気が上から下へと循環し、上段ほど温度が低くなりやすくなります。詰め込み過ぎますと、冷気の流れが悪くなり、冷やす力がおちます。また冷蔵庫の大きさにもよりますが、室温が三十度のとときドアを十秒開けると、冷蔵庫内の温度は五度上がると思います。ドアの開閉は、なるべく少なくするようにしましょう。

冷蔵庫を上手に使おう

おいがちです。お湯一リットルに重曹大きじ一杯を溶かした水溶液で、まんべんなく庫内をふき、さらに水ぶきすれば嫌なにおいはなくなります。庫内の脱臭にも、重曹は大いに活躍します。空瓶に約五百グラムの重曹を入れ、ふたを開けた状態で下段に置いておくと効果的です。

詰め込み過ぎると腐る

冷蔵庫は、家庭の電力消費の中でも、大きな割合を占めるものです。電気代の節約からも、冷蔵庫の置き方に気をつけましょう。冷蔵庫の放熱を妨げると、庫内が冷えにくくなります。放熱効果を妨げないために、後ろ側はびったりと壁につけないように、また左右や上にも空間をつくるようにしましょう。このほか、ストーブのそばや直射日光の当たる場所を避け、風通しのよい涼しい場所に置くことも心がけたいものです。



このように、冷蔵庫に入れておけば安全とばかり、頼り過ぎるのも危険です。中に入れていく食べ物腐ることも少なくありません。まとめ買いで冷蔵庫に入れるときは、冷気の流れを考慮して詰めるとともに、在庫一覧表を付けておくと、取り出すときに便利です。

庫内の掃除には、薬用のアルコールが効果的です。霧吹きに入れて隅々までまんべんなく吹きかけ、ふき取るようにしましょう。また、夏場は冷蔵庫をこまめに手入れしないと、嫌な

お知らせ版



食中毒警報 つて？

食中毒が発生しやすい気象条件になると「食中毒警報」が発令されます。

発令期間

七月一日から九月三十日まで

発令基準

①気温三十度C以上が十時間以上継続することが予想される場合。

②気温二十五度C以上、相対湿度九十%以上が十時間以上継続する場合または予想される場合。

③二十四時間以内に急激に気温が上昇し、その差が十度C以上の場合。

④食中毒警報発令後四十八時間後に自然解除されます。

⑤食中毒警報発令中は、

①生ものはなるべく避ける。
②冷蔵庫を過信しないこと。
③台所用品、特に包丁、まな

板等は、時々熱湯をかけた後、日光に当てて消毒をするが良い。

高齢者住宅

整備資金

お貸しします

高齢者の居室等を増改築又は改造する場合に必要な経費の貸し付けを行う制度があります。

貸し付け対象

県内に住所を有し、六十歳以上の高齢者と同居しているか、同居しようとする世帯

貸し付け条件

(1)貸し付け限度額 百八十万円
・増改築及び改造を実施する場合 百八十万円
・増改築のみを実施する場合 百二十万円

・改造のみを実施する場合 六

- 十万円
- (2)利率 年三・五パーセント
- (3)償還期限 十年以内
- (4)償還方法 元利均等の半年賦
- (5)連帯保証人 二人
- ◇受付期間 九月一日(金)～九月十四日(木)
- ◇受付窓口 度会町社会福祉協議会

申請手続き等詳しいことは、受付窓口又は県社会福祉協議会 千五十四 津市桜橋二―一三―一 県社会福祉会館内 ☎0592・27・5145へお問い合わせください。

8/13 ふるさとわたらい夏まつり

ヘルシー三重

県では、健康づくり運動十年の記念イベント「ヘルシー21イン三重」の一環として、栄養、運動、休養、医療をテーマとした「89健康フェスティバル」を開催します。ご家族そろってご参加ください

県職員募集

平成元年度三重県職員初・中級採用試験が実施されます。
・受付期間 平成元年九月四日～九月十四日
・試験日 一次試験：十月十五日(日) 二次試験：十一月中旬
※試験申込書の交付及び請求先等は、もよりの県民局総務課、三重県人事委員会事務局 〒514 津市栄町一丁目一四五ノ五 三重県勤労者福祉会館内 ☎0592・24・2932までお問い合わせください。



六月中に届出のもの

おめでた

氏名	父名	続柄	字名
伊藤 昌哉	道輝	三男	駒ヶ野
若宮重由美	晃	長女	大野木
北村 太視	憲生	長男	長原
西井さあ	正樹	二女	上久具
坂本 武大	裕	長男	大久保
浦田 洵	由一	二男	大久保

おくやみ

氏名	年齢	字名
森下はなゑ	79歳	大野木
久納 主計	88歳	脇出
岡村 佐平	85歳	棚橋
岡村 みわ	83歳	棚橋
長谷川まちゑ	65歳	南中村

警察官募集

三重県警察では、今、正義感

と情熱に燃える若い警察官を募集しています。あなたの能力を三重県警察で発揮してみませんか
・受付期間 平成元年八月二十五日～九月四日
・試験日 平成元年九月二十四日
・試験地 津市 伊勢市 尾鷲市
※詳しいことは、近くの警察署派出所、駐在所へお問い合わせください。