

しべつ

人口のうごき(2月1日現在)

- ・世帯数 2,220世帯(+9)
- ・人 □ 7,325人(+1)
- (男) 3,636人(+1)
- (女) 3,689人(±0)

()内は前月比

編集発行/標津町民生部町民生活課広報住民係/標津町字標津3-5 ☎2-2131 印刷/標津印刷株式会社



●冬こそ元気に体力づくりを

寒い冬、子どもたちは今日も戸外で元気に遊んでいます。

積雪期間の長い、わたしたちの町では積極的に戸外に出て、スケート、スキーなどのスポーツに親しむ絶好の機会です。寒い寒いと家にとじこもらずに、お子さんと一緒に戸外に出て、雪の中で遊んでみませんか。

標津町民憲章

わたしたちは朝夕国後島をのぞみ悠久の流れをたたえる標津川の恵みに育つた標津の町民です。

1. 健康で働き楽しい家庭をつくりましょう
1. 自然を愛し美しい郷土をつくりましょう
1. たがいに助け合い暖かい社会をつくりましょう
1. 心を豊かにし文化を高めましょう
1. 子どもの夢を育て平和な町をつくりましょう

新学期を控えて



子供の交通事故防止



子供の交通事故の特徴としては、次のような点が挙げられます。

子供の交通事故の特徴

遊びに夢中になつてゐる子供が、ボールを追いかけて、いきなり道路に飛び出してくる「キキキッ」と、車の急ブレーキの音——子供はときどき大人が想像もつかないような衝動的な行動をとります。その結果、思いがけない交通事故の犠牲者となつてしまふことが少なくありません。

周囲に対する注意力がまだ十分でなく、安全に対する知識も不十分、そして心身ともに発達過程にある子供は、今日の交通事情からみて、お年寄りとともに一番弱い立場にあるといえます。

それだけに、保護者、特にお母さんは、子供に対するしつけ教育として、交通ルールや事故防止のための注意事項などを、ふだんから教えることが大切です。

三月ともなると、子供たちも戸外で遊ぶことが多くなり、交通事故に遭つ危険性もそれだけ高くなります。また、この時期は、新入学(園)シーズンを控え、子供に対する交通安全教育が必要な時期でもあります。

子供の交通事故の特徴や行動の特性を理解して、具体的に指導し、子供を交通事故から守つてください。

犠牲者の二人に一人が

未就学児童

中学生以下の子供の死者は八百四十七人。このうち半分以上の五六% (四七四人) が幼児あるいは幼稚園児の未就学児童。なかでも幼児が全体の三二%と多いが目立ちます。

二時～六時—時間帯別 曜日別—土曜日



交通事故の発生を時間帯別にみると、午後二時から六時の間がいちばん多くなっています。

なかでも学校や幼稚園(保育所)から帰宅後の遊んでいる時間四時～六時が、死者数、負傷者数ともに最も多く、子供にとっては要注意の時間帯です。

また、曜日別では土曜日の事故がいちばん多く、次いで日曜日、月曜日と続いています。

自宅付近は要注意

(50メートル以内)

幼児・幼稚園児の事故の多くは、自宅から半径五十メートル以内のところで発生しています。自宅付近が最も多いわけですが

「飛び出し事故」が最も多い

年齢が高くなるにつれて自宅から遠くなる傾向にあります。

路上への飛び出しによる事故が最も多く、全体の六割を占めています。次いで、駐車車中あるいは走行中の自動車の「直前直後の横断」が二八・五%となっています。以下、信号無視、路上での遊び、などとなっています。

一時不停止安全不確認

—自転車乗車中の事故—

自転車乗車中の事故原因をみると、一時不停止が最も多く二八%、次いで、安全の不確認二三%、信号無視八%などとなっています。これら三つの原因が全体の約六割を占めています。

お母さんが先生です

新入学(園)まで、あとわずかです。

いつでも、どこでもお子さんが安全に行動できるようにするためには、日常生活のなかでの日ごろのお母さんの努力こそがものをいうのです。

子供を交通事故から守るために、知ってもらいたいこと、ぜひお子さんに教えてもらいたいことを、まとめてみましょう。

具体的な

教え方を

●実際の体験を通して教えることが大切です。

通学、通園時間に合わせて、お子さんと一緒に通学(園)路を何回か歩いて、信号機の見方、横断歩道の正しい渡り方を指導



するようにしましょう。

また、同じ道でも、時間や曜日によって交通事情が変ることも併せて教えておきましょう。

●子供には「ああしてはいけない」「こうしてはいけない」といっても、あまり効きめはありません。安全な行動を具体的に教えて実行させ、ほめながら教える効果がありません。

●道路を横断する前に、必ずいったん停止する習慣をつけさせましょう。それには日ごろから曲り角では必ず止まるなどの習慣をつけて注意深い子供に育てましょう。

●道路で遊ばないように、ふだんから徹底して注意しましょう。最近では、裏通りを通る車が多くなっています。いつその注意が必要です。

生活にゆとりを

また、子供が毎日の生活で時間のゆとりを持つことも、交通事故に遭わないための大切なポイントです。

●寝る前に翌日の準備をすませるように習慣づけ、登校時間に余裕をもたせるようにしましょう。

あわてて登校し、忘れ物に気づいて家に引き返す途中で、事故に遭うケースが多いのです。

帰宅後の遊び

にも注意を

●帰宅後、遊びに行つてよい範囲や帰宅時間などを決めて、子供にしっかりと守らせるようにしましょう。



ドライバーの皆さんへ

子供を交通事故から守る

ためには、ドライバーの皆さんの安全運転と、子供たちへの思いやりが必要です。ぜひ、次の点を厳守して



ください。

●子供の「飛び出し」は突発的です。子供の姿を見たらスピードを控え目にし、徐行運転を！

●子供が道路を横断しようとしているときは、後続車に合図を！

●発進、後退のときは、周囲に子供がいなかを確認！

●左折するときは、左側に自転車に乗った子供や歩行者がいなことを十分確かめて徐行を！

●子供に自転車を利用させる場合には、子供の年齢や体力に適したものを選び、ときどきお子さんといっしょに点検や整備をしましょう。

*

お子さんが、お母さんとの毎日の楽しい語らいのなかで、正しい交通ルールを理解し、お母さんのお手本によって、安全な行動を身につけられるように、温かい愛情をもって指導してあげてほしいものです。



標津名物

「サケ・ポーション」に大量注文

年間300万食・標津郷土会が一役

標津町の特産品販路開発に、町や漁協、商工会などでは力をいれていますが、このほど東京の大手商社から大量の注文がありました。

注文があったのは、漁協で製造している「サケ・ポーション」

で、ブナ鮭を使った冷凍食品として昭和五十七年に誕生したものです。注文はなんと年間六百万食で、現在の生産量（月産十二・十三万個）の約四・五倍の量です。

この話は、東京にある標津郷土会を通じてあったもの

のですが、一月中旬に町長、副議長らが上京した際に本決まりとなったものです。

漁協では、現在の生産体制では三百万個の生産は無理ということ

で、とりあえず二月には十萬個を出荷、三月には同じく十萬個、四月には十五萬個を出荷する予定で、本格的には今年の秋の鮭の到来を待って生産、出荷するもようです。

▲機械をフル回転させて生産（漁協工場）



横路道知事が提唱している一村一品運動に

よって作られた特産品、これにいかにも販路拡大していくか問われている今「サケ・ポーション」の場合は大成功といったところでしょう。

しかし、「サケ・ポーション」の開発の前に手がけられた「秋アジ鍋セット」や以前からある「鮭トバ」などは年間五・八万個とまだまだ売れ行きはいまひとつ。町をはじめ関係者団体は

北方領土館

入館者数
15万人突破

昭和五十四年十二月にオープンした北方領土館の入館者が昭和五十八年十二月末で十五万人を突破しました。

この北方領土館は、北方領土について正しく理解してもらおうと北方領土復帰期成同盟が建設したもので、管理、運営には標津町があたっています。

北方領土館には、道内はもと

「サケ・ポーション」の大量出荷を足がかりに、他の特産品もPRしたいと話していました。

いづれにしても、今回の成功は地元関係者の努力はもちろんのこと、標津郷土会の積極的な協力が大きなものとなっていました。今後も、東京標津郷土会など関係者と協力して販路拡大、PRしていくことが、標津町の特産品の大量出荷につながり、

より道外からも団体で訪れており、蕨別川のそ上見学と重なって夏から秋にかけては、月二万人近い旅行客が訪れています。

また、その数も年々増加しており、この北方領土館で北方領土返還要求の署名をした人も七万人を数えました。

町では、入館者の増加に伴って駐車場の整備をしたり、北方領土館前に北方領土小公園「北の広場」を建設するなどを行なっているほか、北方領土館を会場に北方領土研修会なども行なっています。

今後は、北方領土館内部の展示物の充実や、北方領土近海に住む魚を集めて北

標津町の景気の浮揚や雇用拡大へと発展していくことが期待されます。

今回の大量引合の話題は、新聞でも紹介され、他社からの問い合わせもあるということですから注文が多くなりそうです。なお、話題の「サケ・ポーション」は町内商店で販売されていますので一度試食をおすすめします。

水族館をオープンするなどといった構想もありますが、まだ具体化はしていません。



第10回

標津スプリント選手権大会

680名が参加

～全国優勝の平塚麻起さんも参加～



二月十一日に町営スケートリンクを会場に第十回標津スプリント選手権大会が行なわれました。

この大会は、町営スケートリンクがオープンした昭和五十年から毎年二月十一日に行なわれたもので、釧路・根室管内では大きな大会として知られているものです。

大会には、地元標津町の選手はもちろん、釧路・根室管内各地から小学生、中学生、高校生一般合せて六百八十名が参加し熱戦がくり広げられました。

大会の開会に先立ち、二月七日から九日まで群馬県伊香保町で行なわれた全国中学スケート大会、女子五百円で優勝、千賀でも二位となった平塚麻起さん（標津中学校三年）の健闘を讃え花束の贈呈式が行なわれました。平塚さんからは「ほんとうにありがとうございます」と、お礼の言葉が述べられ、たくさんの方の拍手が贈られていました。

また、会場では標津スピードスケート少年団育成会のお母さんたちによる甘さけのサービス

も行なわれ参加選手や応援に来た人たちは、大喜びでした。

この日は、雪のちらつく一日でしたが、応援に来た人たちも多く、これを利用し北方領土返還の声を上げようと、関係者による北方領土返還要求署名コーナーが設けられ、約二時間の間に三百名の署名が集まりました。

第十回記念大会ということや全国優勝した平塚さんが参加する全国レベルの大会ということもあって盛大のうちに大会を終えました。

熱戦！老人カルタ大会

優勝は茶志骨Aチーム

二月十四日、標津老人憩の家を会場に第七回標津町老人カルタ大会が行なわれました。

大会は、町内の老人クラブから六チームが参加して行なわれました。

大会は、トーナメント戦で行なわれ、熱戦の末、茶志骨Aチームがみごと優勝を飾りました。

若いときには腕をふるったお年寄りばかりで、読み手が声を出すと同時にあちこちから威勢のいい声があがり、若いものにはまだまだ負けられないといった感じでした。



大会は、午前九時から午後二時まで行なわれ、その

感謝状は、中標津警察署長と中標津地方交通安全協会連合会長から贈られ、二月七日に手渡されました。

町内では、根室標津電報電話局の無事故五千九百二十七日（二月十五日現在）が最高で、これに次ぐものです。

私たちも、町ぐるみで交通安全に取り組み、交通事故を無くしたいものです。

無事故
5,500日
達成

太平洋レミコン
標津工場

太平洋レミコン（標津工場）が無事故五千五百日（二月十五日現在）を達成し、感謝状を受けました。

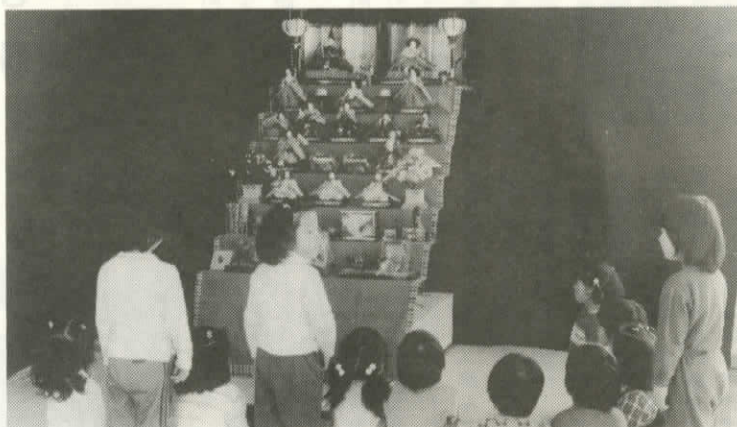
感謝状を受けた太平洋レミコン（標津工場）では、日頃から交通安全に感心を持ち、職場ぐるみの安全管理や学習会を行なっており、これが実りこの記録を達成したものです。

とおります。

- ・優勝／茶志骨Aチーム
- ・準優勝／標津Bチーム
- ・第三位／古多兼チーム

保育所へひな人形プレゼント

太平洋レミコン労働組合から



プレゼントを受けたひな人形飾り

太平洋レミコン(株)標準工場労働組合(前田敏博支部長)では二月十四日町役場を訪ずれ、保育所で役立てと、ひな人形一式を寄贈しました。

太平洋レミコン標準工場労働組合は、運動に使っていたバスが、不用となったことから、その売り払い代金で工場所在地の町に何か役立つものを贈ろうというところから、この日町立双葉保育所

(園児八十六名)に、ひな人形飾り一式のプレゼントとなったものです。

プレゼントを受けた保育所では、いままでひな人形がなく毎年ひなまつりには、保育さんの手づくり人形で祝っていました。この日のおもわぬプレゼントに園児たちも大喜びしています。

交通事故ゼロを訴え

交通安全

職場訪問

ありがたい記録が続いている北海道の交通事故には止めをと、さる二月三日標準町内の職場訪問が、根室地区交通安全推進協議会と根室支庁が行いました。

北海道内の今年に入ってから交通事故発生は、昨年と同じく全国一という最悪の記録が続けていることから、この日全道一斉に各職場訪問が行なわれたものです。

標準町へも、根室支庁長からの「交通安全メッセージ」をたずさえた交通安全関係者が訪ずれ、これからもより一層交通安全と無事故の職場をと訴えていました。この交通安全メッセージは、太平洋レミコン標準工場標準漁協、標準町農協など自動車も多く使う職場にも同様に届けられ、メッセージを受けたそれぞれ職場では、交通安全の誓いを新たにしていました。

下水道あれこれ⑤

「水洗化の改造」

現在、終末処理場の建設と

下水管の布設工事が、昭和六一年夏ごろの完成を目指し、

進められております。この工

事が完成し、下水処理の準備

が整いますと、処理開始の告示(昭和六一年秋ごろの予定)

がなされます。この告示がさ

れますと、下水道処理区域内

に住んでいる方は、下水道法

建設基準法の規定により、そ

の日から六ヶ月以内に、台所

風呂等の排水設備の改造を三

年以内に現在使用しているく

み取式便所を水洗式便所に改

造することが義務づけられま

す。それに要する費用の負担

区分は、概ね次のとおりです。

- (1) 自己所有住宅：所有者
- (2) 公営住宅等：町
- (3) アパート・借家等

アパートにあつては、その所有者、借家にあつては原則

として所有者ですが、永い期

間その家に居住して、所有者

より借家人の受ける利益が著

しく大きいような場合、双方

の協議により借家人の負担となることもあります。

「改造費用」

標準的な住宅を例に、昭和五八年度における単価により

試算すると次のようになります。

なお、この価格は住宅の

立地条件により、又供用開始

時までの物価の上昇により変

動がありますことをご承知下

さい。

便所の水洗化と台所・風呂等の排水設備を同時に改造する場合約四二万円・便所のみを水洗化する場合約三七万円

これらの費用を一度に用意

することはなかなか困難であ

ると思いますので、処理開始

されたら一日も早く快適な生

活ができるように今から積立

をするなどの準備をお願いい

たします。

「水洗化改造に伴う貸付助成制度

町では、一時的に多額の出

費に備え、既に処理開始を行

っている他市町の例により改

造資金の貸付や改造促進のた

め一部助成制度について検討

しております。(つづく)

保育料大幅引き下げ

昭和五十九年四月一日から実施

町では、町立保育所（双葉保育所、つくし保育所）保育料を

昭和五十九年四月一日から、二歳児月額保育料で平均四五、二パーセント引き下げします。(引き下げ率は五十八年度保育料との対比です)。

保育所への入所児童は、母親が勤めているあるいは内職しているといったように一定の入所

要件がないと入所できませんが
入所要件を満している児童でも
父母の経済的理由で、入所でき

ないといったことも生じてくる
と考えられます。

昭和五十八年度の四歳児の保育料を国の示す算定基準で保育料を算定しますと、父母負担は月額四万円を超す負担となります。

このため町は町立保育所開設当初から、国の算定基準を一年遅れで使い父母負担の軽減をはか
つてきました。

しかし、このまま保育料の算定基準を一年遅らせて適用したとしても、昭和五十九年度には

線路は私たちの生命線
みんなで乗って
みんなで守ろう
標津線

いま、私たちの生命線ともいえる、
国鉄標準線が廃止されようとしています。
標準線は昭和12年10月30日の開通
以来、地域の重要な足としていまでも多
くの人に利用されています。

この大切な路線をみんなの力で守り
ましょう。

四歳児保育料で月額四万円を超えてしまうことは明らかです。

このことから、父母負担を軽減し入所児童が一人でも多く入所できるようにしようと、今回保育料の大幅全面改訂をしたものです。この引き下げ改訂によ

り、昭和五十九年度の四歳児入所児童の、月額保育料は二万円（最高額）となり、基準保育料の半額以下となり、父母負担が大幅に軽減されます。

昭和58年度

根室管内住みよい
郷土づくり大会

根室管内から百二〇人参加

うるおいと活力ある住みよい町づくりをすすめよう——をスローガンに、昭和五十八年度根室管内住みよい郷土づくり大会がさる二月十五日に標津町中央公民館で開催されました。

大会には、根室管内一市四町から百二十人余りが参加しました。大会では、住民運動に実践功労のあった根室市、小倉宗治

氏、中標津町、岩田勝喜代氏の二氏が根室支庁長から表彰を受け、その後町内会活動の問題や青少年の健全育成、婦人部活動の活性化といった各地の実践事例や活動の問題点などが、事例発表されました。

この各地からの事例発表をもとに、午後から三分科会に分かれて、冠婚葬祭をはじめとする生活改善をどうすすめるか。家庭や地域における青少年の健全育成や非行防止をどうすすめるか。町内会活動の活発化をはかるにはどうしたらよいかといった問題について、助言者を囲んで熱心に討議しました。なかでも生活改善を話し合った第一分科会では、現在根室管内の農協婦人部と漁協婦人部では、お祝やお見舞の金額を三千円以内にとどめることを申し合せ現在も実践されているとのことでした。

また、中標津町計根別地区においても同様の申し合せをし地域全体で実践しています。標津町においても茶志骨地区で同じ申し合せが実践されていますから各地区においてムリ、ムダのない生活改善の運動の輪が広がっているといえます。

街に笑顔を
あいさつを

広げよう あいさつ運動

あさあさ
あさあさ
あさあさ
あさあさ
あさあさ

川北地区老人 福祉相談員に 川越孝さん(共栄町)

川北地区の老人福祉相談員が
変わりました。

これは、今まで老人福祉相談員を務められていた吉田易夫さんが一身上の都合により退任されたためで、二月三日付で、川越孝さん(共栄町)が新しく川北地区担当の老人福祉相談員になりました。どうぞお気軽にご相談ください。

お気軽に アイディアを

昨年四月に施行した「アイディア買上げ条例」は、町民のみなさんの率直な提言やユニークな案を町政に生かし、町民総ぐるみで町の活性化を目ざすものです。

現在のところ、いくつかの提言、案が寄せられています。昭和五十九年度からはみなさんに気軽に意見を寄せてもらおうと、提案用紙などを作成します。

また、小中学生発明考案工夫展、郷土の素材を利用した料理展などを開催し、町民全員で考えることのできる機会をつくる予定です。

みなさんもぜひ提言、案をお寄せください。

●連絡先

役場(二二二三)

総務課企画係(内線一三五)

ご注意！ 訪問販売

最近、町内に金や株などの販売業者が多く出入りしています。これは、電話を一日に何回もかけてきたり、うっかり訪問を許すと何時間も帰らないといったもので、警察などにたくさん苦情がきています。

電話などでは、必要のない場合ははっきりとことわりましょう。また、訪問してきた場合もあいまいな態度は見せず、帰ってもらうようにしましょう。何回言っても帰らない場合は、その場で警察に電話するなど必要な措置を取りましょう。これからは、金や株以外にも

訪問販売の業者が多く出入するものと思われ、十分注意しましょう。

生ゴミは 水を切って 出しましょう

最近、家庭から出る水分を多く含んだ残飯などのゴミが氷つて、焼却するのに多大な燃料費がかかっています。燃料費はなんと一日三万円、清掃センターや町では経費節減に苦慮しています。

みなさんも次のことを守り、経費節減にご協力をお願いします。

●台所のゴミは水分をよく切って収集日の朝七時三〇分から十一時の間にゴミステーションに出しましょう。

●ゴミステーションに出す場合は、犬やカラスにゴミをちらかせられないよう工夫しましょう。

●燃えるゴミ、燃えないゴミは区分して出しましょう。

●ゴミステーションのまわりがちらかっていると不快なものです。利用する人たちが清掃しましょう。

戦没者遺族に 給付金が 支給されます

戦没者等の妻および戦没者の父母等に対する特別給付金支給法が改正されました。

これによって今まで特別給付金を受給していた方は手続により次の給付金が受けられます。

①戦没者等の妻

第四回特別給付金国庫債券の最終償還を終え、昭和五十八年四月一日において遺族年金(給与金)、公務扶助料を受給されている方に改めて額面百二十万円の国債(十年償還無利子)が支給されます。

②戦没者の父母等
第七回特別給付金国庫債券の最終償還を終え、昭和五十八年四月一日において遺族年金(給与金)、公務扶助料を受給されている方に改めて額面六十万円の国債(五年償還無利子)が支給されます。

●受付は常時行なっていますので該当される方は役場社会福祉係で手続をしてください。(不明な点はおたずねください。)

国鉄だより<No.18>

★オールお座敷列車

恵山つつじ観賞と大沼公園の旅

費用/55,000円 人員員/120名

申込金/5,000円 行程/2泊3日

5/25日 釧路発8:40分~5/27日 釧路着21:26分

●お申込み、お問い合わせは●

根室標津駅2-3119・川北駅5-2038へ

電話局だより<No.31>

●呼び出し音は10回くらいまで
待ちましょう!!

相手の方の都合ですぐに出られないことがあります。呼び出し音は少なくとも10回くらいまではお待ちください。10回といえは時間にして30秒ほどです。

根室標津電報電話局

アフリカ 干ばつ 救援金受付中

現在、アフリカは干ばつによってたくさんの人たちが食糧不足に苦しんでいます。被災国はアフリカ五十一カ国中二十二カ国におよび、被災者もアフリカ全人口の三分の一、一億五千万人以上といわれています。

これに対し赤十字社連盟はジュネーブで開催された第三回総

会において約二十億円の救援資金を送ることを決め、日本でも日本赤十字社が中心となって募金活動を行なっています。

募金は次のように受付していますので、みなさんの暖かいご協力をお願いします。

●募金名称

「アフリカ干ばつ救援金」

●募金先

役場町民生生活課内、日本赤十字標津分区分まで。

※募金は、年内受付する予定です。(延期する場合があります。)

水道凍結に ご注意！

流水も訪れ、寒い日が続きます。水道の凍結にはご注意ください。寝る前や、長期間旅行などで家を空ける場合は必ず元栓をしめましょう。

●もし凍ったら

〈標津地区〉 出口設備(二二四七九) 奥 商店(五一〇三二)

〈川北地区〉 更谷商店(五一〇三六)

地名探究

No.5

(標津町)

(オホーツク海)

マルウシ
トコロ 忠類

—標津から海岸沿を北へ(その2)—

●忠類

ここで海にそそぐ忠類川の名から地名になった。チゥルイは波が荒い意味。知床日誌に「チウルイ番屋蔵四棟、また北岸に番屋一、蔵五棟人家七軒も有、メナシ第四の川小字多く源は舎利のヲンネ岳より来る。魚類多し、其訳汐急の義なり」とある。ヲンネは年老いたことで、長生きしたとか、子孫が多いことに使われる。

●トコロ(To-Kor)

知床日誌をみると忠類を出発して、トコロ、マルウシを経て古多糠へ着いている。トコロはト・コル・ベツの略で沼を持つ川という意味だが沼に該当する場所はみあたらない。

●マルウシ

もとはマウニ・ウシではまなすの沢山あるところの意。

国民年金コーナー



四月から六、三〇〇円

国民年金の保険料

国民年金の保険料は、今年四月から一カ月分六千二百二十円に変わります。

これは、年金額が物価上昇などに合わせて毎年増額されていくために、そのときどきの年金額に見合った保険料を納めているだけかなければならないためです。

四月からの保険料は前納できます！

国民年金の保険料は、四月分から翌年の三月分までを一括して前納できます。

こうすると、三ヶ月ごとに納める手数ははぶけます。また、

保険料も分納なら年に七万四千六百四十円ですが、前納すると七万二千八百四十円と、千八百円の割引になります。

前納する場合は、保険料の納付書を持参の上、出納窓口で、前納する旨を係員にお告げください。

誕生日には現況届をしましょう！



現況届は、国民年金を受けている方が、引き続いて年金を受けられるかどうかを調べる大切な手続きです。その提出を怠ると、年金の支給を止められることがありますから、ご注意ください。

現況届の用紙は、提出時期のおよそ一カ月前に社会保険庁からお送られてきますので、必要な事柄をご記入のうえ役場戸籍係で証明を受けて、社会保険庁へ返送してください。



＜死亡者の三分の二は＞

成人病が原因

健康づくりの三要素は、「栄養」「運動」「休養」であるといわれます。このうち、いちばん身近かなことなのに、意外と軽視されがちなのが「栄養」です。

最近の死亡統計をみると、ガン、脳卒中、心臓病、高血圧症、糖尿病といった「成人病」による死亡が全体の三分の二を占めています。こうした「成人病」の増加は、人口構造の高齢化にも関係していますが、見逃せないのが食生活の影響です。

＜成人病を引き起こす＞

脂肪や食塩のとり過ぎ

例えば、成人病のうち脳卒中、心臓病などの血管や心臓の病気を引き起こすものとして①食塩のとり過ぎ②血液に含まれる「

コレステロール」の増加が、考えられています。このコレステロールを増加させているのは、脂肪、特に動物性脂肪です。また、ガンについても、大腸ガン・乳ガンが脂肪のとり過ぎ、胃ガンは食塩のとり過ぎと密接な関係があるという研究報告も出されています。

医療費の適正化と健康づくり

健康づくりは 食生活の見直しから

では、成人病を予防するためには食生活で注意することとしては、どんなことがあるでしょう。

＜成人病予防の食生活＞

成人病を予防するため、調理や食事のときには次のことに注意してください。

▼塩分を控えるにする（一日十グラム以下）



- ▼脂肪のとり過ぎを避ける
- ▼暴飲暴食を避ける
- ▼野菜、果物、繊維質の食物を十分にとる
- ▼同じものばかりを食べずにできるだけ多くの種類の食物を食べる

健康づくりは、特別な健康法を行うまでもなく、三度の食事に対するちよつとした心がけで十分な成果が得られます。恐ろしい成人病を予防し、健康な毎日を保つしていくことは、個人と家庭の幸せの基本であると同時に医療費の適正化にもつながっていくのです。

歳時記

白 酒

「ここ数年、白酒はあんまり売れなくなりましたね。甘くてトロリとした味がはやらなくなったのでしょうかね。本当の白酒はアルコール分が7、8%あるんですが、ちかごろはお子様用のアルコール分1～2%くらいのもがよく出ます。でも、うちは昔ながらのやり方で、蒸したもち米に焼酎とこうじを加えて60日間くらい寝かせてから御影石の白でひいて作っています」とは老舗の杜氏さんの話。確かに、最近ひな人形はデラックス化する一方ですが、白酒を飲むのがひな祭りの楽しみ、という人は少なくなったようです。

平安時代の桃の節句には草もちを食べることが多く、中世にははは桃の花を浮かべた桃花酒を飲む風習もありました。中世から民間に白酒が広まり出し、節句には桶を天秤でかっいで白酒を売り歩く風習が見られました。今では節句の飲み物としてよりひな壇の供え物としての白酒が一般的なようです。

さて、このひな祭りの3月3日は耳の日でもあります。これ

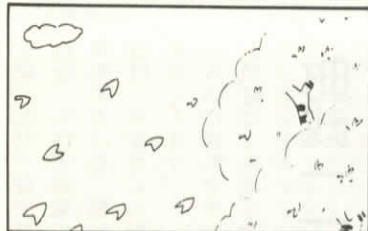
は(社)日本耳鼻咽喉科学会主催厚生省後援の行事で、この日は3月3日の3の字が耳の形に似ていることと、電話の発明者で難聴児教育に力をつくしたグラハム・ベルの誕生日でもあるのです。今年の耳の日のテーマとしては、強烈な音楽による聴覚障害を防ぐことなどが取り上げられています。

なお、顔の造作に関係のある「日」としてはかに8月7日「鼻の日」、10月10日「目の日」があります。

口の日はありませんが6月4日から1週間は「歯の衛生週間」です。

さわやか君

西村 示



生活の知恵

LPガスの事故防止
性質を知って
正しく使おう

LPガス（プロパンガス）の安全管理は大丈夫ですか。

家庭でのLPガス事故の大部分は、ガス漏れによる火災や爆発ですが、その原因は、器具を誤まって操作するなど、ちょっとした不注意によるものがほとんどです。

事故を防ぐためには、まずLPガスの性質をよく知って、正しく使しましょう。

（空気より重い）

ドライアイスの白い霧が下に沈むのは、ドライアイスが空気を

より重いためです。

LPガスは、ドライアイスと同じ重さで、空気の約一、五倍あります。ですから、LPガスが漏れると、低いところにたまります。

（燃焼にはたくさん空気が必要です）

LPガス一立方メートルが燃えるには、二十四立方メートルの空気が必要です。ガスを使うときは換気に気をつけましょう。なお、大型の湯沸器や風呂ガマには、排気筒が必要です。

（おいがつけてある）

LPガスは本来、無色無臭で毒性もないクリーンなガスですが、漏れたときすぐに分かるように「玉ねぎが腐ったようなにおい」がつけられています。LPガスを正しく使おう

①火がついたことを必ず目で確かめましょう。また、天ぷらなどを揚げるときは、その場を離れないこと。特に、ガス器具のそばには燃えやすいものを置かないこと。

②いつも青い炎で使しましょう。黄赤色でゆらゆらの炎は空気不足。反対にゴースと音をたて炎が飛んで消えるときは、空気過多の場合です。

③換気に注意する。酸素不足は不完全燃焼を起こし、一酸化炭素中毒の原因となりますのでたいへん危険です。

④ガスを使わないときは、元栓器具栓を必ず閉めましょう。

⑤ガス器具は必ずLPガス専用の器具をお使いください。

⑥ガス器具は時々手入れをし、特にゴム管は早目に取り替えま

しょう。

（もしも、ガスが漏れたら）

ガス漏れに気がいたら、あわてずに次のことをしてください。

▼元栓、容器のバスの閉める
▼室内の火を全部消し、電気のスイッチやコンセントには手を解れない。

▼販売店に連絡し、点検を受ける。

▼扉や窓を開ける。

LPガスの事故は、そのほとんどがガス漏れによる火災や爆発です。ガス漏れを起こさないことが事故を防ぐ根本です。

ガス漏れ警報器をご家庭でもぜひ設置してください。

近な話題をお寄せください。

また、みなさんが取材した記事でもけっこうです。原稿は、たて書き（一行十四文字）にして書いてください。このコーナーや別の紙面でも紹介したいと思います。あなたも「広報しべつ特派員」になってください。

このコーナーでは、みなさんから寄せられた便りを紹介しています。広報紙に対する意見やクラス会の案内、テレビを見た感想などどんなことでもけっこうです。どしどしお寄せください。

特に、みなさんのまわりにあるおもしろい話や、めずらしい話などは大歓迎です。写真を撮ったり、内容が複雑などで取材が必要な場合などは、みなさんのところへお伺いします。身

●送り先・連絡先

標津町字標津三の五

標津町役場広報住民係まで

☎二二二二二（内線二二二）

お誕生おめでとう

おなまえ	住 所	保護者
池田奈緒美	弥栄町	暢 明夫
豊川和夫	共栄町	秀 春
橋本流布	桜木町	実 一
千葉達也	東川北町	叙弘
遠藤道也	寿緑町	夏 初
早川航	旭 町	
坂本慎一	弥栄町	
四戸未帆		

おくやみ申し上げます

おなまえ	住 所	年 令
田村 正義	寿 町	78
加藤 たつ	西川北	89
加瀬辰次郎	崎 無 異	79

1月16日から2月15日までの届出分です。
(敬称は略させていただきます。)

「北の住まい展」

4月7・8日

中標津町で開催

を使ったり、住宅部品の展示を行なって住宅建築のポイントを説明するほか、相談コーナーを設け、みなさんの悩みや疑問にお答えします。

入場は無料ですので、どうぞお気軽にご来場ください。

町政二〇番のご利用を

北海道建築士会中標津支部では、これから迎える住宅建設期に当って、断熱、省エネルギーなど住宅建築のポイントをみなさんに知ってもらおうと「北の住まい展」を開催します。

この催しは、四月七、八日それぞれ午前十時から午後四時まで中標津町公民館で行なわれます。

会場では、パネルやスライド

「町政などについての苦情や要望・意見があるが、どの係に話してよいかわからない」、「こんなときは、役場を呼び出し、交換手に町政一〇番とおつげください。みなさんのお話しをお聞きます。お気軽にご利用ください。

寄付ありがとうございます

2000円

▼桜木町、渡辺清さんは標準病院で使ってくださいとおむつカバーと紙おむつを寄付しました。

▼寿町、田村エイさんは香典返しをやめて社会福祉協議会へ

▼西川北、加藤勇次郎さんは香典返しをやめて社会福祉協議会へ

▼本町、熊谷ヨシエさんは香典返しをやめて社会福祉協議会へ

▼標準、聖友標準津から活動資金として社会福祉協議会へ

定例町議会

三月九日から

昭和五十九年、第一回標準津町議会が三月九日から始まります。この定例町議会では、昭和五十九年度事業予算を中心に審議されます。

標準津町の財政について知っておいてはいかがですか。議会の傍聴は議会事務局に申し出ることで、簡便にできます。是非

非傍聴しましょう。なお、場合によっては傍聴できないこともありますので、あらかじめ議会事務局におたずねください。また傍聴席は二十五名が限度です。のでお早めに申し込みを。

郵便局

進学・就職のお祝い品は郵便小包で

進学・就職のシーズンが間近に迫ってまいりました。希望を胸に新しいスタートを切る友人や知人の方に、お祝の品を贈ろうとお考えの方もいらっしゃると思います。そんな時には、郵便小包のご利用をお勧めします。

郵便局では、皆様からお預りした心のこもった小包を、グリーンとスピードアップ、サービスアップして受取人の方へお届けしていますので、ぜひご利用ください。

なお、郵便局では、簡単に小包をお出しただけでなく、美しいデザインの包装品「ゆうパック」を発売しておりますのであわせてご利用ください。

—NHK標準津町だより—

〈放送日〉3月8日・3月29日

- NHK総合テレビ
午前8時14分～8時15分
- NHKラジオ釧路第1放送
午後3時56分～4時00分

編集後記

サケ・ポーションの大量出荷標準津町にとってはうれしい話です。これを機会に全国各地から注文が来るような商品になるといいですね。現在のところ漁協だけで生産していますが、注文が増えれば、標準津町内全部の工場が生産することになります。つとオーバーかな。でも、今回取材中に、どこかの会社の社員が「新聞を見たんですけど」といって、サケ・ポーションを買って行きました。これを見ると、ひよつとして現実になるのではと思いました。大成功するといいいですね。(S・Y)