



みどり

3年 7月



子どもたちの応援団

給食婦さん頑張る

限りない未来に向かって、毎日すくすくと成長を続ける子どもたち。その源になる食生活は、健康な体を作るうえでとても大切な役割を果たしています。

学校給食もそのひとつで、栄養豊富なおいしい献立が、衛生的な給食室で調理されています。

ここ壬生東小でも、4人の給食婦さんが朝から手際よく調理を行い、3時間後には617人分のサラダやスープなどができ上り、配膳室へ運ばれました。

仕事から、全員が月1回の検便や「うがいを励行」するなど、健康には特に気をつけているそうで、一番うれしいのは、「給食祭で、子どもたちから作文や似顔絵などをもらった時」と答えてくれました。

ください

力でゴミの減量を』

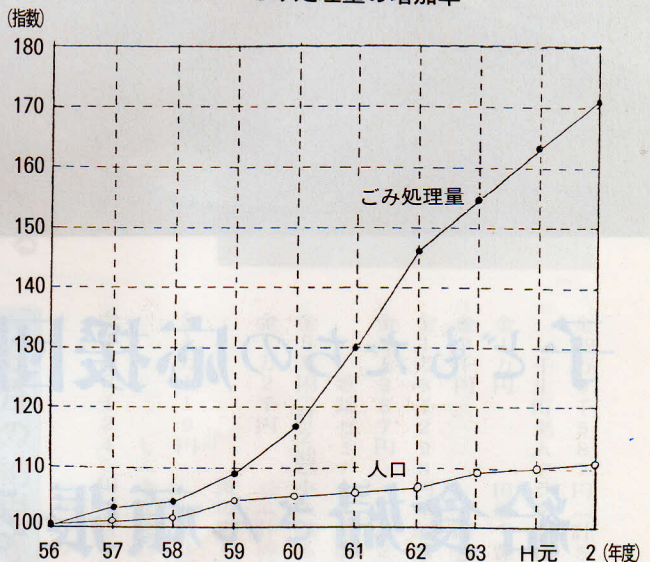
年々、増え続けるゴミ。生活の中で必ず出るものですが、このゴミをどうにかして減らせないものでしょうか。
私たち一人ひとり力が合せて美しく住みよい町にするため、ゴミの減量を考え、みましましょう。



平成2年度に町が収集したゴミの量は、燃えるゴミ7千684トン、燃えないゴミ（ガラス・ビン類含む）1千867

トンで、合計9千551トンになりました。なお、直接町清掃センターへ持ち込まれた量は、1千533トンです。
収集したゴミのうち、9千637トンを焼却処理しました。そのゴミ処理費用の総額は、2億2千300万円余りで、1トンのゴミを処理するのに、燃えるゴミで約1万6千200円、燃えないゴミでは約4万800円かかった計算になります。

人口・ごみ処理量の増加率

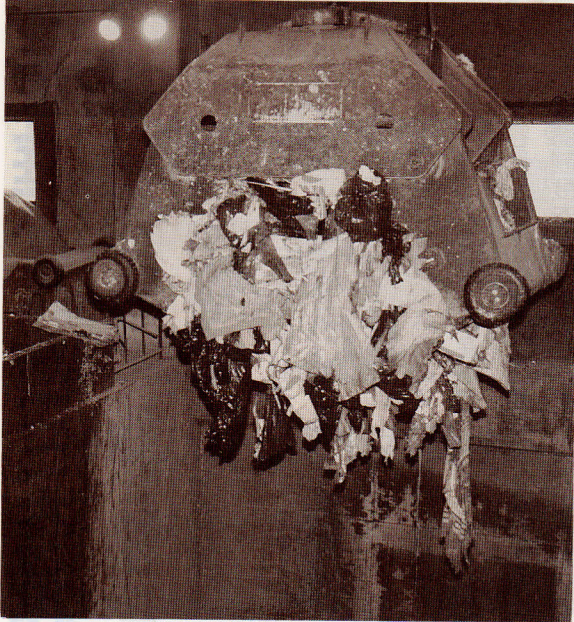


急増するゴミの年間で1.7倍に

昭和56年度から昨年度までの9年間の人口とゴミの増加率を右表のグラフを見て比較してみましよう。

昭和56年度の人口とゴミ処理量を100とすると、平成2年度の人口増加は111に対し、ゴミ処理量は171にも増加しています。いかにゴミが急増し

ているかが分かります。どうしてこんなにもゴミが増えているのでしょうか？ いろいろな要因が考えられますが、好況な景気や生活環境の変化、商品の過大包装など、わたしたちの生活が豊かになってきたことが、使い捨て時代を象徴するゴミ問題を引き起こしているのではないのでしょうか。



考えて

『一人ひとりの』

ゴミの出し方しだいで 6600トンの減量が

町では、毎年4回、季節ごとに燃えるゴミの種類別内訳を集計しています。

この集計結果からゴミの種類別内訳を見ると、紙・布類が46%、厨芥類（生ゴミ）が24%、ビニール・合成樹脂類が15%、その他が15%となっています。

燃えるゴミの中の約半分にあたる紙・布類には、再利用できる新聞、雑誌、ダンボールなど、

相当の量が含まれています。このうち、仮に10%を資源化に

合わせれば、昨年度の処理量に当てはめてみると約768トンのゴミが減量（資源化）できる計算になります。さらに、厨芥類（生ゴミ）の10%を生ゴミ処理器で減らせれば、190トンの減量になります。これを処理費に換算すると、実に1千868

資源ゴミ回収運動で

ゴミ減量と資源化

ゴミの中には、再利用できるものがたくさん含まれています。

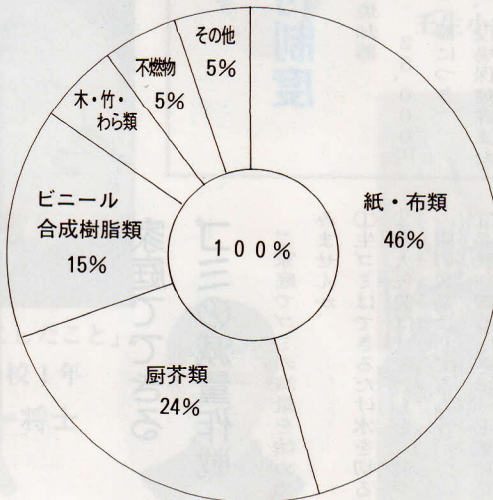
そこで始まったのが資源ゴミ回収運動です。新聞、雑誌、ダンボール、鉄くず、空きびん、空き缶、布類は、資源として再利用することができます。一人ひとりのちよつとした心がけて、ゴミを減らすことができ、また、貴重な資源を生かすことにもな

万円を節減することができます。皆さんの出し方しだいでゴミにもなり、資源にもなるゴミ。いらなくなった新聞、雑誌、段

ボール、缶びん類はゴミとして出さないで、地域の資源ゴミ回収や、古紙回収業者へ出すよう一人ひとりが心がけてください。

ごみの組成

(平成2年度 燃えるごみ)



ります。

町では、資源ゴミ回収運動に

協力した団体に対して報償金を出しています。あなたの地区でも始めてみませんか。資源ゴミ1回の回収で500トン以上を共同回収し、資源ゴミ回収業者に売却した団体には、回収重量10kgにつき30円と1回の回収につき2千円がでます。

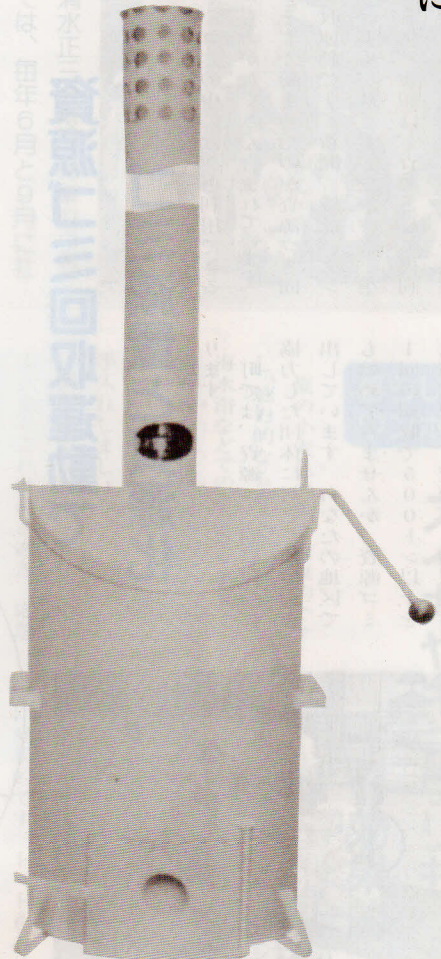


くわしくは、町清掃センター（☎(82)3424）へお問合せください。

家庭からゴミを減らそう

家庭用ゴミ処理器設置に 補助金を交付します

台所から出る生ゴミを、入れておくだけでたい肥に変える「生ゴミ処理容器」を存じですか。たい肥は、花壇や家庭菜園などの肥料に使えますし、ゴミの減量化にもつながりますので、一石二鳥です。町では、ゴミの減量化推進事業の一環として「生ゴミ処理容器」と「家庭用ゴミ焼却器」の設置者に対し、補助制度を設けました。多くの方がこれらの生ゴミ処理容器を利用し、家庭からゴミの減量化をしていただけるよう願います。



家庭用ゴミ処理器 設置事業補助金交付制度

一般家庭で「生ゴミ処理容器」及び「家庭用ゴミ焼却器」を購入設置した場合、本体の購入価格の2分の1を補助します。ただし、限度額があります。

〈限度額〉
○生ゴミ処理容器 4,000円

○家庭用ゴミ焼却器 25,000円
(※いずれも一器につき)
くわしくは、役場保健課または清掃センターへお問合せください。

家庭でできる

ゴミの減量作戦

- ご家庭でゴミの減量を始めませんか。
- ①生ゴミはできるだけ水を切る
 - ②過大包装はゴミのもと。最少限の包装にしよう。
 - ③品物を買うときは、必要に応じ長く使える良いものを選び衝動買いはしない。
 - ④物を大切に使い、いらなくなった物は再利用を心がける。

夏休みを有意義に 親子で考えてみよう

夏休みがやってきます。子どもたちは、解放感から心がゆるみ、夜遊びや不規則な生活をしたり、あるいは非行に走ったりまた、交通事故や防犯など、お子さんを持つ親にとっては、心配なことがたくさんあります。

また、夏休みは親子のふれあいを深めたり、各種行事に参加していろいろな体験をさせるよい機会でもあります。

そこで、お子さんを持つお父さん、お母さん、親子で夏休みの過ごし方を考えてみましょう。

親子のきずなを 深めよう

夏休みは、親子の接する時間がたくさんできます。親の日常生活のありのままを子どもに見せる絶好の機会でもあります。親の態度や生き方が、子どもの手本にもなっていることを忘れないで、構えず、いつものとお

り生活を送り、子どもをその生活の中に巻き込むことが大切です。それによって子どもは、親の観察者となり、当たり前のように動いている生活の中に、親の存在を感じとることでしょう。

また、積極的に地域の子供会や行事に親子で参加したり、家族で旅行やキャンプに行ったりすることを勧めましょう。同じ体験の中から親子の会話はずみがつきますし、子どもにとってもよい思い出にもなり、親子のきずなもさらに深まることでしょう。

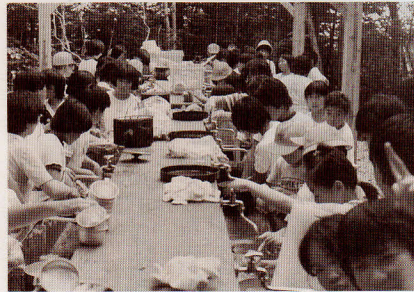
子どもたちの まほう

体験の場を

親子で参加するほか、子どもたちだけが参加する行事などにも行かせましょう。
さまざまな人と出会い、そして、多様な体験を積むことは、子どもたちにとって大きな財産

になりますし、人間形成においても良い影響を与えます。

この夏、貴重な体験の場を子どもたちに与えてやりたいものです。



スポーツで 体力づくり

体カづくり

夏は暑いからといって、クーラーのきいた部屋に閉じ込めていませんか。

若い時にこそ体力づくりをしましょう。暑さに負けない体力をつくり、長い人生を乗り切るためにも何かスポーツをして体を鍛えてほしいものです。
スポーツが嫌いな人でも、何かあるはずですよ。この夏、体力づくりを心がけてみましょう。

非行を防ぐ

夏休みは、非行に走ったり家を出をしたりする少年が多くなります。

家庭では、お子さんが健やかに成長できるように、特に次に挙げる点に気をつけ、温かい心くばりをしましょう。

- ① 何でも話せる雰囲気、家庭の中でできていますか。
- ② 社会のルールを正しく教え、子どもの手本になる行動をしていますか。
- ③ 子どもの良さを認め、子どもの話に耳を傾けていますか。
- ④ しかるときでも、ゆとりと愛情を心にもっていますか。
- ⑤ 子どものことについて、家庭でよく話し合っていますか。

防犯の九か条

- 一、夜道の一人歩きはさける。
- 二、夜道は遠回りでも明るい人通りの多い道を通る。
- 三、夜遅くなるときは、家の人に迎えにきてもらう。
- 四、夜道は、周りに気をつけて歩く。

五、変な男につけられたら、近くの家に逃げ込む。

六、通りすがりの人に「車で送ってあげよう」と声をかけられても、はっきり断る。

七、自宅近くでも油断しない。
〈おそわれたら〉
八、相手のスキを見て、大声で助けを求めろ。

九、スキを見つけて逃げだし、近くの家に助けを求めろ。

家族で交通事故 を話し合おう

交通事故を防ぐには、子どもからお年寄りにいたる家族みんなが、交通安全について正しい認識を持つことです。

それには、家族でそれぞれの立場から交通安全について話し合い、理解を深め合うことにより、正しい交通ルールとマナーを実践することです。

「交通安全は家庭から」と言われるように、あなたの家庭から、交通事故の被害者や加害者を一人も出すことのないよう、早速、家族みんなで話し合いをしてみてはいかがでしょうか。

壬生町職員募集

町では、平成4年度に採用する職員を次により募集します。

職種及び採用人員

○一般事務 若干名

昭和41年4月2日から昭和49年4月1日までに生まれた方

学歴は問いません

○司書 1名

司書の資格を有する方または平成4年3月までに司書の資格を取得する見込みの方

昭和43年4月2日から昭和47

年4月1日までに生まれた方

住居要件

通勤時間がおおむね50分以内の方

手続き

職員採用試験案内及び申込書は、7月22日(月)から役場総務課で配布します。

受付期間

7月22日(月)～8月20日(火)

受付時間

平日は午後5時まで、土曜日は正午まで(第2・第4土曜日は除く)

試験日

9月22日(日)

問合せ先

総務部総務課庶務人事係

役場の宿直が9月1日から廃止となります

役場では、これまで職員が宿直勤務をしていましたが、平成3年9月1日から宿直業務を廃止することになりました。

9月1日以降は、宿直に代わり警備業者が町民の皆さんの間

い合せや緊急の場合に対処しますので、ご協力くださるようお願いいたします。

なお、土曜日、日曜日、祝祭日などの日直業務については、従来どおり行います。

雲仙・普賢岳噴火災害被災者の義援金を受付けています

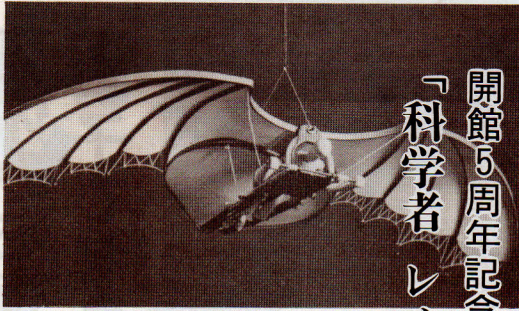
雲仙・普賢岳噴火災害による被災者援助のため、救援金の受付をしています。また、役場住

民課窓口にも募金箱を設けましたので、みなさまのご協力をお願いいたします。

◇受付期間 7月31日まで

◇受付先及び問合せ先

日本赤十字社壬生町分区分
壬生町保健福祉センター
内壬生町社会福祉協議会
☎(82)3588



開館5周年記念

「科学者」レオナルド・ダ・ヴィンチ展

7月21日(日)～8月25日(日)
午前9時～午後5時
入館料100円(小学生以上)

町資料館では、国立科学博物館のご協力をいただき、第三回特別展「科学者」レオナルド・ダ・ヴィンチ展を開催します。

◇展示解説

展示内容は、科学者としてのレオナルドの業績を紹介するとともに、レオナルドの研究者、ガツテリ博士が製作した標本模型53点を展示します。夏休み期間中でもありますので、ご家族おそろいでご来館ください。

- 「科学者」レオナルド・ダ・ヴィンチの世界
- 講師 横浜商科大学教授 中川 徹氏
- 日時 8月17日(土) 午後2時より
- 会場 資料館展示室

◇問合せ先 町歴史民俗資料館 ☎(82)0108(代)



8年の歳月をかけ

中泉圃場整備が完了

中泉土地改良区（中村重作理事長）の竣工式及び記念碑の除幕式が5月27日、関係機関の方々をはじめ、清水町長ほか町職員ら来賓多数の出席のもと行われました。

町では、農業の近代化を目ざ



して昭和43年から町内全域を対象にした圃場整備事業を推進してきましたが、この3月に中泉土地改良区が8年間の歳月を要し、事業の竣工を迎えました。

中泉地区は、町の北部に位置する丘陵の多い地域で、その中をぬって流れる沢に発達した水田のため、区画形状や道水路などが未整理でした。

この圃場整備事業により区画整理、農地の集団化がなされ、経営の合理化、機械化による生産性向上に寄与し、近代的な農業が行われるようになりました。

■中泉地区圃場整備事業

○期間 昭和58年度～

平成2年度（8年間）

○事業量

- 整地面積 28・20 ha
- 水路延長 11・968 km
- 道路延長 4・761 km
- 暗渠排水 26・70 ha

○事業費

4億1千620万4千円

○組合員

88戸

同和対策推進県民運動強調月間(8月)

差別のない

21世紀に向けて

すべての人たちは、生まれながらにして平等であり、わたしたち一人ひとりの基本的な権利は、永久の権利として憲法によって保障されています。しかしながら、わたしたちのまわりには、さまざまな人権侵害や不当な差別がみられます。女性に対する差別、職業や貧富による差別、人種や民族についての差別など、その人自身にとつては、まったく責任のないことで、その人の権利や願いが不当に侵されている現状があります。

す。

このようなさまざまな差別のなかで、最も深刻で不合理な差別が同和問題なのです。

同和問題を解決するためには、行政が各種施策を通じ取り組む

ことはもちろんですが、町民の皆さん一人ひとりが、社会に残っている偏見や不合理を見抜いて、お互いに人として尊重しあい、一日も早く差別のない明るい社会を築きましょう。

同和対策推進県民運動

啓発ポスター・図案を募集

内容 同和問題の早期解決をめざしたもの

応募資格

県内在住の中学生以上の方

応募規定

大きさはB3判（高校一般の部はB2判も可）、パネル使用は不可）で未発表のもの。裏面に氏名、年齢、職

応募問合せ先

宇都宮市瑞田1-1-20

栃木県県民生活部同和対策課

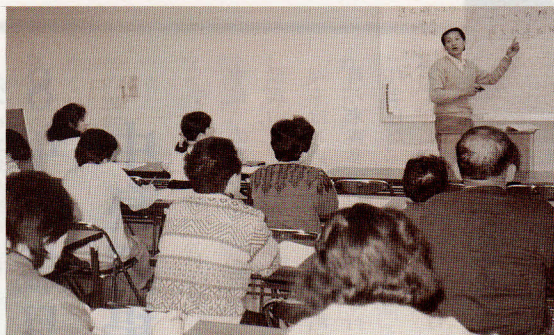
☎0286(23)3026

利根川上流部と渡良瀬川 防御対象氾濫区域図を作成

建設省では、住民の皆様が洪水から氾濫区域を守る治水対策、堤防の重要性についてご理解をいただくとともに、土地利用計画や建築計画の作成、洪水時の水防活動や避難対策などの参考に広く活用できる「直轄河川防御対象氾濫区域図」をつくりました。



利根川上流部と渡良瀬川の防御対象氾濫区域図を入手希望の方には、建設省の出先機関や役場建設課で無料配布します。



今後の生涯学習を 考える

第1回準備委員会を開催

第一回壬生町生涯学習準備委員会が6月11日、役場の会議室において、同準備委員会委員18名が出席して開催されました。

町教育委員会では、高齢化社会を迎え、社会変化と価値観の多様化など、現代社会の著しい進展の中で、生涯学習の意義と必要性が叫ばれている今日、町の生涯学習の進むべき方向を探るため、町内各層の有識者(18名)に同準備委員会委員としてお願いしました。

会議では、楡木 恒氏(前教育長)を会長に選出。その後、下賀教育事務所副主幹、渡辺明先生の「生涯学習の推進について」の講話で知識を深め、続いて今後の活動について協議されました。

町民の生涯学習に対する意識や要望を把握するため、実態調査を最初に実施することに決定し、この調査から得られた基礎資料をもとに、今後の生涯学習のあり方を検討していくことになりました。

なお、同準備委員会は一年間の予定で、平成4年度からは実施段階として、本格的な事業を展開していく考えです。

「」まできた

過激派狂気のテロ

多発する凶悪なゲリラ事件で多くの市民が犠牲に・過激派の壊滅に皆さんのご協力を

過激派(極左暴力集団)は、平成2年中、過去最高の143件のテロ・ゲリラ事件を引き起こし、一般市民を含む死者3人、重軽傷者17人を出すなど、凶行の限りを尽しました。

主な事件(平成2年)

◎あわや大惨事・新幹線沿線を爆破(東海道新幹線、11月26日)

◎都心部に次々と発射された迫撃弾・14発(11月11日)

◎神社を次々と焼打ち(栃木県の乃木神社別邸など全国で25か所)

◎一般市民を対象に無制限・無制約の「テロ・ゲリラ」
——住宅に放火し婦人を殺害、収容委員会会長を襲撃、言論人も標的に

過激派の

ゲリラ組織とは

過激派の全体勢力は約3万5千人、その中で一握りの者が秘密部隊を組織し、凶悪な「テロ・ゲリラ」を敢行しています。しかも、犯行前には徹底した調査活動を行い綿密な計画を立て、盗難車を使用し偽造ナンバーを取り付け、現場での逮捕を免れるため時限装置を使用するなど、大変巧妙な手口です。

皆さんの周りに

秘密のアジトが

過激派の秘密部隊員は善良な市民を装い、偽名で借りたアパート・マンションや貸家などをアジトとして使用し、旅館・ホテルを転々とするなど隠密化の傾向を一層強めています。

怪しいおかしい!

ピンときたら

110番

過激派は、背広姿でサラリーマンを装うなど、市民の皆さんから不審がられないように、用心して生活しています。しかし、よく見るとどこか違う生活態度です。例えば、

●レンタカーなどを使ってひっそりと引越している。極端に家具類が少ない。

●部屋への出入りの際、周囲を警戒する。または、周囲を異常に気にしている。

●昼間でもカーテンをしている。洗たくもの・ふとんなどを干さない。

●夜中に金属音などの物音がする。変な臭いがする。

●単身のはずが数人の者が出入り。夫婦と言っているが様子不自然。

過激派について

情報をお願いします

★極左110番

☎0286(27)0110

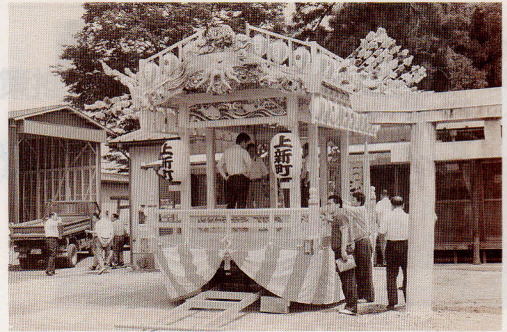
★栃木警察署☎(22)2345

2300年前の彫刻が

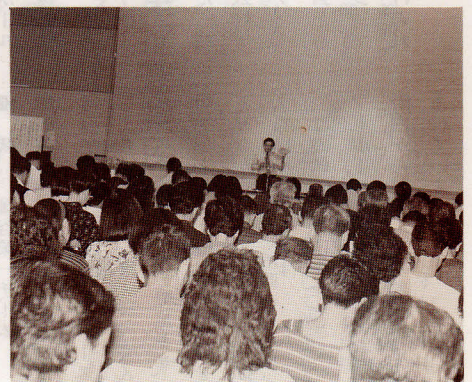
上新町の山車に復活

上新町自治会（小林久生自治会長）では、八坂祭に繰り出す山車（彫刻屋台）を新調し、5月30日、八幡神社境内において自治会関係者ら40名が出席して安全祈願祭がとり行われました。この山車には、壬生寺大師堂に保存されていた彫刻5点（上り竜、鳳凰、亀、欄間飾り）が使われましたが、その一つに「明

和4年（一七六七年）野州富田住人「磯辺信秀」の銘を発見。磯辺一族の出身地の大平町教育委員会と日光東照宮に鑑定を依頼し、本物と確認されました。これを島田幹男さん（中央町）が、当時の色彩に再現し、山車の正面に取り付けられ、2300年の時を経て、再び名工の彫刻が復活されました。



安全と信頼を目的に 食品衛生講習会開かれる



自転車競技大会で

安塚小が団体優勝

第20回町交通安全こども自転車大会が6月13日、町総合運動場で町内小学校から8チーム32人（1チーム4人）が参加し、日ごろの練習成果を披露しました。

◎団体の部
競技は、学科と実技の総合得点で争われ、団体では安塚小が個人の部では中川宗栄君（安塚小）が、それぞれ優勝しました。

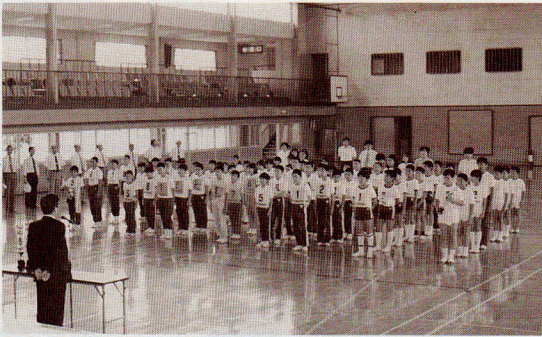
- 優勝 安塚小学校
準優勝 壬生小学校
三位 壬生北小学校
（なお、上位2チームは栃木地区大会へ出場）
- ◎個人の部
優勝 中川 宗栄（安塚小）
準優勝 大久保卓哉（〃）
三位 大塚 学（壬生小）
四位 大久保貴生（安塚小）
五位 蓬田 樹（壬生小）

食品取扱いの7則

- ① 冷却保存は5度C以下に、加熱保存は65度C以上にする。
- ② 食品は清潔な場所できれいな手で扱い、できるだけ触れない。
- ③ 食品の露出は禁物。必要に応じて、必要量を迅速処理する。
- ④ 調理加工は清潔をモットーに。ネズミ、ハエ、ゴキブリを退治。
- ⑤ 健康に注意。異常があれば早期受診し、食品は取扱わない。
- ⑥ 有毒物や食品添加物はハッキリ表示し、食品と離して保管。
- ⑦ 食器、包丁、まな板、ふきんなどは絶えず消毒殺菌し、包装用具なども清潔に保つ。

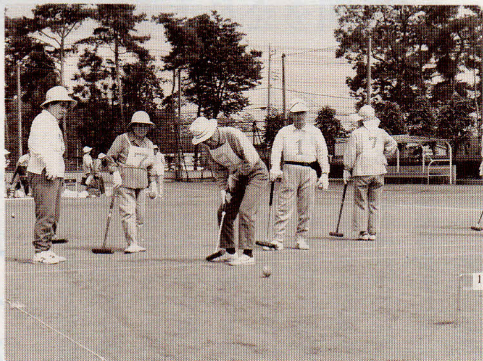
食品衛生協会栃木支部壬生分会（橋本 茂会長）では、食中毒などの食品衛生管理の徹底を図り、消費者に安全と信頼の食品提供を目的として食品衛生講習会を6月5日、壬生中央公民館で開催しました。大会席上、「味道園」と「大昌園」の2店が優良店として表彰されました。

なお、昨年の11月29日の県公衆衛生大会では、「南光苑」が優良施設として県本部表彰をされたほか、2月6日の栃木保健所の大会では、功労者として高柳一夫氏、高木 武氏、三上知有氏の3名が、優良施設として「マルモ3世」、「スナックチャコ」が、菓子製造で青木 茂氏がそれぞれ表彰されております。



国谷西南城が 総合優勝

第2回町長杯ゲートボール大会



◎コート別優勝

- 第1コート 東下台チーム
 - 第2コート 安塚緑チーム
 - 第3コート 東雲チーム
 - 第4コート 国谷西南城チーム
 - 第5コート 上通町チーム
 - 第6コート 北小林第一チーム
 - 第7コート 舟町チーム
 - 第8コート 国谷外道チーム
 - 第9コート 上長田Bチーム
- ◎総合成績
- 総合優勝 国谷西南城チーム
 - 総合準優勝 上長田Bチーム
 - 総合3位 上通町チーム
- ※総合優勝した国谷西南城チームは、秋に行われる県民スポーツ大会出場となりました

50チームが参加して 老人ゲートボール大会行う

第12回老人クラブゲートボール大会が6月6日、町総合運動場で50チームが参加して開かれました。

競技は、9ブロックに分かれブロック優勝をかけて熱戦が展開されました。梅雨の合間の蒸し暑さにも負けず、元氣いっぱいプレーしていました。

◇成績(ブロック優勝)

- 1ブロック 城内 チーム
- 2ブロック みどりの会
- 3ブロック 安塚第三
- 4ブロック 城東町
- 5ブロック 至宝町
- 6ブロック 仲通町
- 7ブロック 下町
- 8ブロック 松原
- 9ブロック 西高野



ママさんソフト国谷第一

が優勝

壬生町ソフトボール協会主催の第10回ママさんソフトボール大会が6月9日、町総合運動場で開かれました。

町内在住者編成による7チームが参加、若いママさんの活気に満ちた大会となりました。特に決勝戦の国谷第一チーム対下馬木ホワイト・スターレディースとの対戦では、両チームともに投手、捕手がリリーディングを発揮し、熱戦が繰り広げられました。

試合の結果

優勝 国谷第一チーム
準優勝 下馬木ホワイト

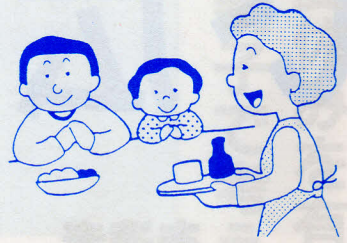
スターレディース

この大会において、ママさんソフトボール委員会を発足させ、町ソフトボール協会との調和をとりながら、チームの育成・拡大をはかる方針です。

この秋には、秋季ママさんソフトボール大会を予定しており、町内から11チームの参加が見込まれています。



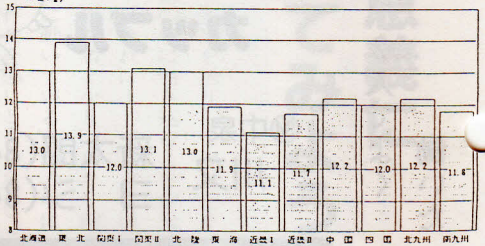
食事と健康 27



塩分を減らそう

平成元年の国民栄養調査結果のうち、食塩の摂取状況を表したものが次のグラフです（栃木県は、関東IIブロックに入っています）。

地域ブロック別食塩摂取量



全国平均 1人1日あたり 12.2g

厚生省では、一人一日あたり

10g以下という1ステップめの目標を掲げています。それでも、まだまだ10gのラインをクリアできないようです。

こんなことを心がけると、ずいぶん食塩摂取量が減ってくる

でしょう。

○つけものは、浅づけにして大食しない。

○加工食品に頼らず、生の素材から調理する。

○できあがった料理に、やたらに塩やしょうゆ、ソースなどをかけない（まず、味をみてもから……）。

○食卓での調味料は、かけないでつける習慣をつくる。

○離乳のころから、薄味に慣れさせる。

栃木県は、脳卒中死亡率が全国ワースト1です。食塩の摂取を控えるとともに、良質（脂肪の少ない）のたんぱく質も積極的に摂り入れましょう。

ニュースポーツ紹介

④ダーゲット

バードゴルフ

ダテゲットバードゴルフは、ゴルフボールにバドミントンの

羽根に似たものを取り付けて、普通のゴルフクラブで打つゲームです。パシッと打ってフワリと落ちてくるボールを、傘を逆さにしたような網ネットに入れるまでの打数を競うものです。

コースは、広場、運動場、空地、体育館など、どんな場所でもできます。狭い所ではニアピン競技、広い場所では本格的な18ホールといろいろ楽しめます。

ダーゲットバードゴルフは、文部省の生涯スポーツに推奨されているレクリエーション・スポーツでもあり、全くゴルフの経験のない人でも、小学生からお年寄りまで、老若男女を問わずプレーできます。

用具は、町総合運動場に用意してありますのでお楽しみください。くわしくは、町教育委員会社会体育課 ☎(82)2345へ。

身近な税のいろいろ 30

ゆとりある老後を支えるために 退職金の税金を軽減

差し引いた残額の、2分の1に税金がかかります。退職金の額が退職所得控除額よりも少ないときは、税金はかかりません。退職所得控除額は、退職した人の勤続年数によって異なります。勤続20年以下の場合には、その後1年ごとに70万円が控除されることになります。勤続年数に1年未満の端数があるときは、1年で切り上げて計算します。

わたしたちが老後の生活設計を考えるとき、まず気になるのがお金、つまり生活資金のことです。そのなかで大きな役割を占める退職金や年金には、税金が軽くなるよう配慮されているのをご存じでしょうか。これらの軽減措置はゆとりある老後の生活を支えるための、強い味方となっています。

今回は、退職金についてお話ししましょう。

退職金

退職金には所得税と住民税がかかります。しかしこれは、退職金の額そのものに対してかかるものではありません。退職金の額から「退職所得控除額」を

例えば、29年4か月勤続した人の場合では、勤続年数が30年になり、退職所得控除額は1千500万円となります。退職金にかかる税金は、退職金をもらうときに源泉徴収されていますので、ふつう、確定申告をする必要はありません。

お詫びと訂正

先月号のふれあい広場、第一回町民ゴルフ大会成績中、女子グロスの部優勝（同ネットの部 準優勝）鈴木敬子さん（六美北 部）は、鈴木啓子さん（上長田）の誤りです。お詫びして訂正いたします。

い広場

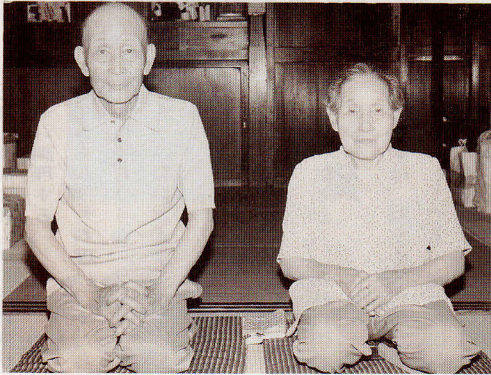
青春スケッチ ④

お達者
カップル

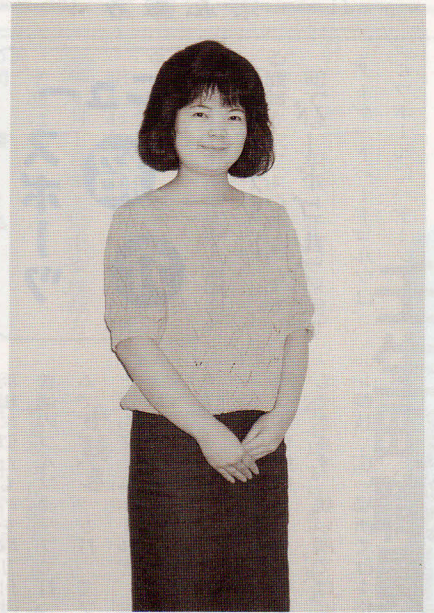


③④中泉 新太郎(84) さん夫妻
川又 ヨ シ(84)

2人でよく
働いた



「昔はみんなクワで耕したから、二人でよく働いた」と話す新太郎さんですが、現在は、せ



沖縄の海に潜ってみたい

国谷一 渡辺澄江さん

「なんにでも興味をもち、広く浅くがモットー」の澄江さん。今、夢中なのが「手編み。で、きょうのセーターもご覧のとおり。

スポーツは、得意の水泳で「今年こそ沖縄の海に潜ってみたい」と、スキューバダイビングに挑戦中。

獨協医大の医局秘書として、「毎日が楽しい」という、明るく健康的なお嬢さんです。

チビっ子アルバム

成実ちゃん(3歳 長女)

(父) 鈴木 登

(母) " フサ子 さん(東下台)



お母さんから一言

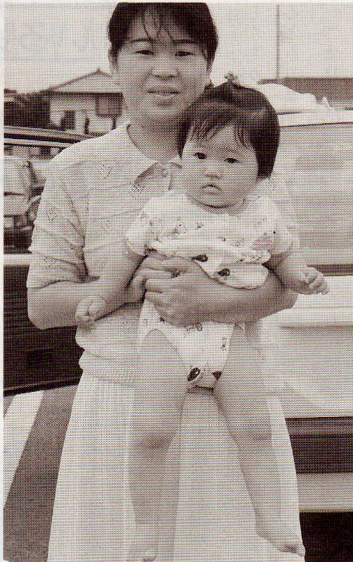
笑顔を忘れないでね。

思いやりのあるやさしい女の子に育ってください。

悠佳ちゃん(1歳 長女)

(父) 別井 重和

(母) " スミエ さん(羽生田中央)



お母さんから一言

明るくて笑顔のかわいい子になってね。



20組のカップルが誕生

町商工会青年部がふれ愛パーティー

6月29日、町商工会青年部（長 正幸部長）主催の『ふれ愛パーティー』がアップルおもちゃのまち店で開催され、町内をはじめ塩谷町や結城市などからも平均年齢24歳という男女、合せて140人余の若者が参加しました。

この日は、主催者あいさつに続き、来賓の清水町長も「一生に一度の出会いを大切にしてください」と激励のことばを贈りました。

会場には軽快な音楽が流れ、楽しい雰囲気の中でふれあいの場をという主催者の趣向をこらした設定

に、参加者たちは自己紹介のあとフリータイム、握手ゲーム、ビンゴゲームへと進むにつれ、緊張もほぐれて意気投合した相手と会話をはずませていました。途中、お気に入りの相手を選ぶ“恋人選び”の投票が行われ、クライマックスを迎えました。

投票の結果、20組のカップルが誕生。お祝いの東京ディズニーランド招待券などがプレゼントされるなど、盛況のうちにパーティーが終了しました。

ふれあ

んそくの持病があるので、元気がい時だけ農業の手伝いをしたり、植木や草花の手入れをしているといいます。また、どこへ行くのも自転車で出かけ、今でも町内はもちろん、鹿沼へも行かれるそうです。

ヨシさんは、都賀町大柿の直井家から20歳の時に嫁がれ、今年で64年目になりました。「仕事一方だった」といいますが、その間、6人のお子さんを育てられました。

このごろは、血圧が高いため屋敷周りの畑の草むしりや家の中の

ことをしているヨシさんです。昔、新太郎さんは、中泉五段

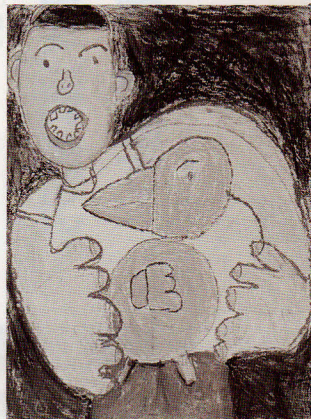
ばやしの太鼓をやっていて、鹿沼や宇都宮へ何回も行ったそうです。笛、太鼓、カネと3つある中でも、特にカネがいい音かして、このカネの音のよさで、ほかの屋台のおはやしを負けしたといいます。

お二人とも食べ物好き嫌いがなく、何でも食べますが、新太郎さんは、酒とタバコはやめられず、酒は医者から1日2合と決められ、それを5回に分けて飲んでいるそうです。

私の作品

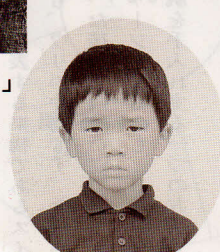
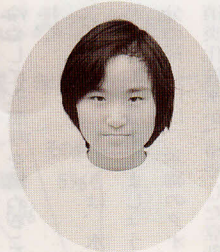
「シクラメン」

壬生小学校5年
宇賀神幸子

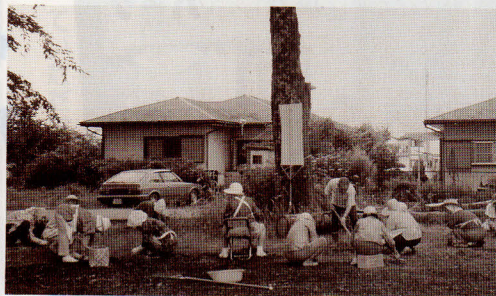


「ひよこをだっこしたこと」

壬生小学校1年
大栗 将士



老人クラブで 社会奉仕活動



町老人クラブ連合会（清水正三会長、68単位クラブ、会員3千100人）では、毎年6月と9月に社会奉仕の日を設け、道路や公園などの清掃をはじめ、友愛訪問などの奉仕活動を行っています。

今年も6月15日を中心に、町内各地で単位老人クラブによる社会奉仕活動を行いました。

壬生郷友会が 春季総会行う

在京の本町出身者が一堂に集い、壬生郷友会（太田金吾会長）の春季総会が、6月8日、東京で開催され、町から清水町長、議会から桑川副議長が出席しました。

この日は、議事のほか町長らより町の近況が報告され、その

後懇親会も開かれて、盛会のうちに終了しました。

郷友会は、戦後まもなく発足した伝統ある会で、春と秋の2回懇親会を催すほか、郷里壬生町への支援、協力など幅広い活動をしています。

本会は、壬生町出身の方であ

ればいつでも気軽に入会できますので、町民の皆さまの家族、ご親せきの方など一人でも多くの方々の参加をお待ちしています。

入会の申込みは、役場または左記の事務局へお申下さい。

〔事務局〕

〒181東京都三鷹市新川5-18-

21 フラワーハイツ1-201号

小森 芳次

☎0422-4516568

暮らしの ワンポイント

日焼けの手入

スイカやキュウリも

効果的

夏の小麦色の肌は健康的ですし、魅力的なものです。しかし、海水浴などでの肌の焼き過ぎは、紫外線の影響でシミを残す原因となります。できるだけ早く、手入れしましょう。

肌が赤くなり、ヒリヒリするようならこれは焼き過ぎ。応急手当の最善策は、冷たいタオルを顔にのせるなどの冷湿布やシヤワーを浴びるなど、とにかく冷やして火照りを鎮めることです。

肌がカサつくときは、水と油をたっぷり補給しましょう。水分の補給には、木綿のタオルに消炎化粧水か、冷やした豆乳（塩分を含まない）を浸し、たたくようにして肌に当てるのがよいでしょう。油の補給には、ベビー用オイルを日焼けした箇所に、まんべんなく塗ると効果的です。

浜辺などでの日焼けには、キュウリ1本をおろし金ですりおろしてガーゼに包み、顔や首す

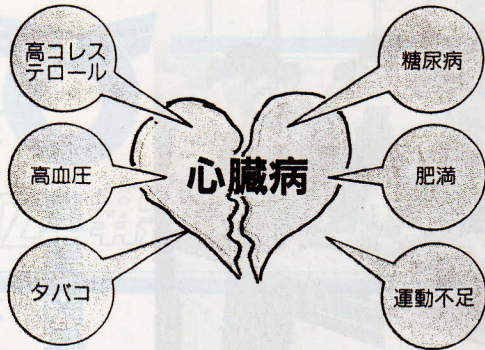
じなど日焼けした箇所を、まんべんなくたたくのも効果的です。キュウリなどのウリ類には、肌の塩分を中和する働きがあるカリウムが多く含まれています。また、これらに含まれている豊富なビタミン類が、日焼けした肌にも効果的です。トマトをみじん切りにして、同じようにするのもいいでしょう。

夏を代表する果物であるスイカも、ウリの仲間です。食べ終わった後に、残った皮で肌のマッサージをするのも、日焼けした肌を手入れする一つの方法です。

日焼けした肌は、外側からだけでなく内側からの手入れも欠かせません。そのためには、新鮮な野菜や果物をたっぷり食べることが大切です。ビタミンCが補給され、体の新陳代謝が活発になり、はりのある肌に戻ってきます。

らしてガーゼに包み、顔や首す

心臓病の危険因子



いま、心臓病が増えている

生活を見直そう

最近、新聞やテレビなどで話題になってきている過労死——ビジ

ネス最前線で活躍している青・壮年層に目立っています。健康に注意したいと思っても、仕事と家庭に追われているこの世代は、とかく自分の健康を過信し、むとんちやくになりがちです。しかも、高度情報社会のなかで

最近、新聞やテレビなどで話題になってきている過労死——ビジネス最前線で活躍している青・壮年層に目立っています。健康に注意したいと思っても、仕事と家庭に追われているこの世代は、とかく自分の健康を過信し、むとんちやくになりがちです。しかも、高度情報社会のなかで

さまざまなストレスを抱えています。このような働き盛りの世代を、がんや心臓病、脳卒中などの成人病が襲います。なかでも最近、特に心臓病が増えてきています。

昭和62年の心臓病の患者数は、心臓にいく血液量が少なくなる虚血性心疾患が78万人、心筋梗塞が約9万5千人。合計すると約87万5千人もの患者数になります。昭和47年と比べると、虚血性心疾患は約3倍、心筋梗塞は約9倍近い伸びとなっています。

心臓病の総患者数は、ほかの3大成人病のがんと脳卒中の患者数を大きく上回っていて、死因でも脳卒中を抜いて、第2位になっています。

3大成人病のなかで1番多い患者数

昭和62年の心臓病の患者数は、

心臓病はがんと異なり、遺伝子の異常で細胞が突然悪くなったり、血管が急にもろくなって破裂し、脳卒中になったりすることはありません。徐々に進行していくのです。これを予防するには、日ごろの生活習慣を改善することが大切です。そのためには、生活習慣に問題があることを、自らが「知る」「実感すること」が必要で、そして「行動を変える」ことが求められます。

さらに怖いのは、子どもたちの将来です。血清コレステロールが、アメリカの子どもたちよりも増えてきていることが分かりました。心臓病を激増させる要因になるのではないかと問題視されています。

心臓病は

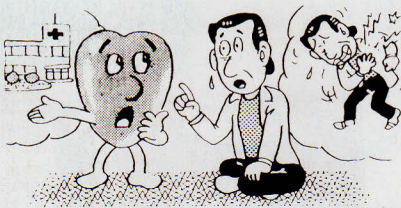
徐々に進行する

心臓病はがんと異なり、遺伝子の異常で細胞が突然悪くなったり、血管が急にもろくなって破裂し、脳卒中になったりすることはありません。徐々に進行していくのです。これを予防するには、日ごろの生活習慣を改善することが大切です。そのためには、生活習慣に問題があることを、自らが「知る」「実感すること」が必要で、そして「行動を変える」ことが求められます。

健康ハートの日 8/10
健康ハート週間 8/10 ~ 8/16

心臓病の主な症状は、①息切れ ②むくみ ③胸痛 ④動悸 ⑤脈の不正が挙げられます。「息切れ」と「むくみ」は、心臓の働きが悪くなったときに起こります。また、「胸痛」は、心臓の筋肉が酸素不足のときに感じられます。「動悸」は「息切れ」と一緒に感じられることもあり、また、脈の乱れがあるときにも感じられます。

8月10日は「健康ハートの日」この日から1週間は「健康ハート週間」です。この時期に、家族みんなで生活習慣を見直してみませんか。また「心臓がちよつとおかしいな」と思ったら、病院へ行って精密検査を受けてください。



文芸



文化協会文芸部選

短歌

糸川こま子

肩並べアイスクリーム食べている寡婦のわれにはすこし眩しく
孫のさす黄の傘くるくる明るく
薔薇に降る雨夏を兆せり
和久井 香
手折りたき気持おさえて通り過ぐ露にぬれ咲く野辺の薊を
糸川 ヤス

水鳥も見えぬ渡良瀬遊水池
早春の陽は范々と照る
伊沢 克明

俳句

大正に生まれて好かぬサンガラス
自転車に乗り初めし児や青田風
茎持ちて紫陽花の雨払いやる
鈴木 木兎
梅漬けて妻の一日が終りけり
鈴木 ヒロ

エプロンを身につけて 農業関係者が料理教室



男性の農業関係者を対象にした料理教室が7月2日、町保健福祉センターで行われ、壬生町農業者健康づくり連絡協議会(三上義市代表)の会員ら37名が参加して減塩とバランスの料理づくりに挑戦しました。
町では、県のヘルシーふるさと推進事業を受けて平成元年12

月に、町内の農業関係団体9組織による壬生町農業者健康づくり連絡協議会を発足させました。そして、昨年度、健康についての意識調査を行ったところ、大部分の男性は健康管理に関心が薄いことが分かりました。そこで、今年度は料理の実体験を通して減塩とバランス食の大切さを認識し、健康管理の出发点にしておらおうと、農業関係者が参加して、男性の料理教室を開催しました。
エプロンを身につけた男性37人は6班に分かれ、「牛肉の韓国風炒め」、「いかの味噌焼き」、大根と豚肉のスープ」の3品の料理を、慣れない手つきながらも和気あいあいと楽しく取り組んでいました。
試食会では、「うす味でもおいしい」と上々の様子で、「初めての経験したが最高」、「奥さんの大変さがわかった」と参加者たちに好評でした。

学童ソフト 稲葉小クラブが 初優勝

町ソフトボール協会主催の栃木県学童ソフトボール大会町予選会が、6月23日、30日の両日町内8チームが参加して行われ、稲葉小クラブが決勝で壬生東小クラブを5対1で敗り、初優勝しました。

なお、稲葉小クラブは8月1日から3日まで行われる県大会に出場します。



お稲荷様の お祭に 園児も訪れる

ボンバック(株)の敷地内にある笠間稲荷大明神のお祭が6月20日行われ、近くのありんこ保育園児も訪れてお菓子の袋をもらって喜びました。

ご寄付

ありがとうございます
ごぞいます

- 社会福祉協議会寄付者
金1万2千970円(計7回)
- トミー労働組合様
金3万円 匿名様
- 金1万6千400円(計4回)
- 壬生町歌謡会様



8月の納税等

- 町県民税(2期)
- 国民健康保険税(2期)
(納期限9月2日)
- 平成3年度特別土地保有税取得分
申告納付期限8月31日
- 国民年金(5期)
(納期限8月30日)

- 金29万5千587円(計5回) 壬生町老人クラブ連合会様
- 金1万円 田辺 豊吉様
- 金2千円 匿名様
- 金1万8千293円 匿名様
- 金2万3千87円 (計2回) 歌謡ゼミナル演歌道様
- 金5万円(計2回)小久保延二様
- 金1万2千円 (計19回) 渡辺岩五郎様
- 金1万1千19円 (計3回) しんきん旅行会様
- 金1万8千245円(計4回) アップル様

まちのうごき

7月1日現在
総人口39,792人(+27)
男 19,679人 (+24)
女 20,113人 (+3)
世帯数11,704世帯(+15)
()内は前月比