



冬休み最後の休日は “雪っこまつり”で

鷹巣子供会では、自然に親しみ雪と友だちになろうと、こととして3回目の“雪っこまつり”が、1月19日(日)児童公園で行われました。子供たちは、この日のために父母の手を借りながら、ジャンボかまくらや干支のタイガーなど14の雪像を完成。当日は子供たち4百人余りが参加し、モチつきのおしろこや甘酒を口に運びながら、冬休み最後の休日を楽しんでいました。

人口と世帯数

(住民基本台帳による)

12月31日現在	(前月比)
総人口 24,996人	(11人減)
(出生 15人 転入 36人)	
(死亡 23人 転出 39人)	
男 12,167人	(11人減)
女 12,829人	(0人)
世帯数 7,301世帯	(1世帯増)

ごぞんじですか

ことしの4月から

年金制度が変わります

ことしの四月から年金制度が変わります。今回の改正は、女性や障害者の年金権の確立、向上を図りながら、制度間の不公平を是正し、近づく高齢化社会に対応することを目的としています。大幅な改正ですので疑問をお持ちの方も多いと思います。

あなたの質問にお答えします。

質問1

「一人一年金の原則」とはどういうことですか。二つ以上の年金はもらえないのですか。



答え

▼いままでの日本の公的年金制度は、三種（厚生年金、船員

の基礎年金の受給権を取得したときは、本人が希望する一番有利な基礎年金が支給されます。

▼一方、厚生年金保険は、「基礎年金の上乗せ」の制度として位置づけられていますので、厚生年金の被保険者期間を有する方は、六十五歳から老齢基礎年金と老齢厚生年金を受給することができます。（なお、当分の間、六十歳から六十五歳に達するまでの間、厚生年金保険の独自給付「老齢厚生年金の特別支給」が行われます）また、障害基礎年金と障害厚生年金、遺族基礎年金と遺族厚生年金の受給権を取得したときは、それぞれ

▼そこで、改正法では、「一人に一つの基礎年金」を支給することになりました。そのため、老齢基礎年金や障害基礎年金、遺族基礎年金が重複して支給されることはありません。二つ以上

一口メモ 老齢厚生年金の特別支給

改正後の老齢厚生年金は六十五歳から支給されること

になっていきますが、老齢基礎年金の受給資格期間を満しており、六十歳以上で退職して被保険者の資格を喪失している人には、当分の間、六十五歳になるまで、独自の給付として老齢厚生年金が支給されます。支給額は、定額部分と報酬比例部分を合算した額に加給年金を加算したものです。

在職者についても、報酬月額が一定額以下であれば、減額調整された老齢厚生年金

金が特別支給されます。

なお、受給権者が老齢基礎年金の繰上げ支給を受けている間は、その支給が停止されます。

また、女子と坑内員については支給開始年齢について特例があります。

60歳	老齢厚生年金
65歳	老齢基礎年金
特別支給の老齢厚生年金	

老齢基礎年金 障害基礎年金
遺族基礎年金及び寡婦年金

1人に1つの基礎年金



基礎年金の上乗せ部分

受給できる

厚生年金保険

上下一体となった障害給付または遺族給付を受給することができません。

しかし、老齢厚生年金、障害厚生年金および遺族厚生年金が重複して支給されることはありません。これが「一人一年金の原則」です。

さらに、老齢基礎年金の受給権を有する寡婦が遺族厚生年金の受給を選択したときは、遺族厚生年金と老齢基礎年金は併給されるという特例があります。この場合、若干の経過措置が認められています。

質問2

厚生年金保険の遺族年金を受けながら国民年金に任意加入しています。継続すべきですが、自分の老齢年金は将来どうなりますか。



答え

▼四月一日から国民年金の適用の範囲が拡大され、厚生年金

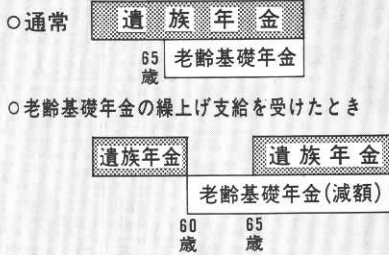
は、六十五歳に達するまで、遺族年金は支給停止になります。

保険の遺族年金の受給権者で、二十歳から五十九歳までの方は必ず加入しなければなりません。したがってこのまま引き続き加入して納入を続けてください。

▼改正前の厚生年金保険の遺族年金を受給している方が、新しい制度の国民年金から、老齢基礎年金の受給権を取得したときは、遺族年金と老齢基礎年金の両方を受けることができます。

▼ただし、受給権者が老齢基礎年金の繰上げ支給を受けたとき

受給できる年金



質問3



厚生年金保険の遺族年金を受けながら厚生年金保険に加入しています。将来、自分の老齢年金も受けられますか。

答え

▼改正前の厚生年金保険の遺族年金を受給している方が、新しい制度の特別支給の老齢厚生年金の受給権を取得したときは、六十五歳に達するまでどちらか一方を選択することになります。

質問4

夫婦ともに厚生年金保険から老齢年金を受給しています。万一、夫が死亡した場合、遺族年金と老齢年金の両方を受けられますか。



答え

▼改正後、あなたが受給できる年金は、六十五歳に達するまでは、遺族厚生年金と老齢年金のいずれか一方、そして六十五歳からは遺族厚生年金と老齢年金の両方です。(この場合、老

▼ただし、受給権者が老齢基礎年金の繰上げ支給を受けたときは、六十五歳に達するまで、遺族年金は支給停止になります。

受給できる年金

60歳から	■特別支給の老齢厚生年金	いずれか
	■遺族年金	
	■繰上げ支給の老齢基礎年金(減額)	
65歳から	■遺族年金+老齢基礎年金	いずれか
	■老齢厚生年金+老齢基礎年金	

遺族厚生年金とは

遺族厚生年金は、厚生年金保険の保険料納付要件を満たしている方や、二級の障害厚生年金の受給権者、老齢基礎年金の資格期間を満たしている方が死亡した場合に支給されます。

範囲は、遺族基礎年金の支給対象となる遺族(十八歳未満の子供のいる妻と十八歳未満の子供)、子供のいない妻、五十五歳以上の夫、父母(支給は六十歳から)、十八歳未満の孫、五十五歳以上の祖父母(支給は六十歳から)です。

支給額は、平均標準報酬月額千分の七・五(老齢基礎年金の資格期間を満たしている方が死亡した場合は、改正法施行時の年齢から千分の十の経過措置あり)かける、被保険者月数(三百月未満は三百月とする)の額の四分の三です。

夫の死亡当時、三十五歳以上の妻にも、四十歳に達した時から六十五歳まで遺族厚生年金が支給されます。



▲ 東レのスパイクが見ご
とに決まる



▲ 日本電気もスパイクで応酬、しかし3枚
ブロックではばまれる



◀ ミュンヘン五輪のゴール
ドメダリスト横田（日本
電気）は監督として采配
をふるった

こととして九回目をむかえた全国実業団バレーボールリーグ鷹巣大会は、一月十三日午前十一時から鷹巣体育館で開催。千人の観衆で館内は沸きかえりました。女子の日本電装対東芝深谷は、東芝が大館柱高出身三人をそろえ健闘したものの、二セットから調子を取りもどした日本電装が、実力どおりの試合を展開して3対1で勝ちました。男子は、鷹巣大会常連の東レ九鱗会と日本電気ホームエレクトロニクスは、接せんてラリーの応酬となり、フルセットの末3対2で東レが勝利を収めました。訪れたバレーボールファンは、五時間半におよぶ熱戦に惜しみない声援を送っていました。

冬期間の踏切事故防止に努めましょう

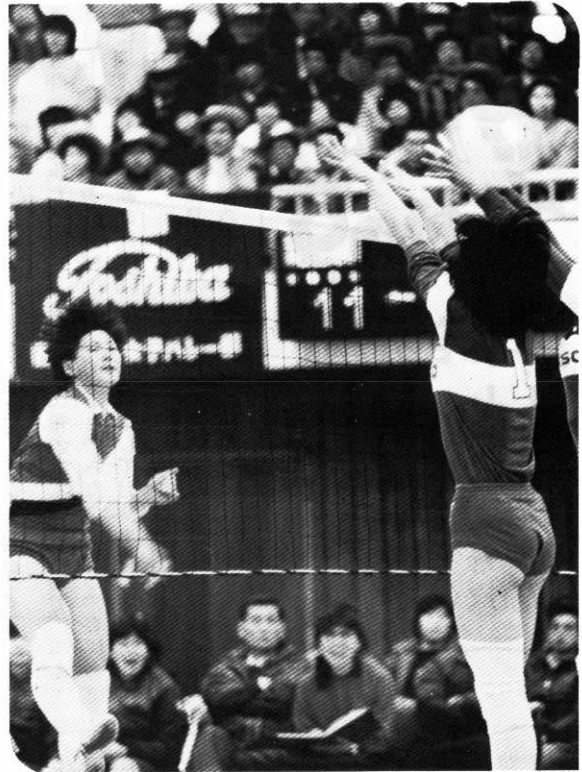
- ▼ 雪道では、車はすぐ止れない、踏切りに近づく前にスピードをおとし、必ず止って左右の安全を確め、速やかに通りましょう。
- ▼ 踏切りで車が動けなくなつたときは、先ず踏切り非常ボタンを強く押して列車を止めましょう。
- ▼ 踏切り非常ボタンがない場合は、自動車に備え付けの発煙筒を燃やすか赤旗（灯）などを円形に振るか、両手を高く上げて走り列車を止めましょう。



◀ バレーボールファンも定着し、館内を埋めつくして観戦

9回目の実業団バレーで

スピードと



▲ 大館桂高出身の小林選手（東芝）の見ごとなスパイクが決まる

◀ 日本電気はチアガールを繰り出し、応援にも熱が入っていました



地域ぐるみで助け合いの

市町村交通災害等共済に加入しましょう

■ 交通災害共済（1人年額300円） ■ 不慮の災害共済（1人年額300円）…作業中の事故から自然災害までの共済です。

■ 死亡100万円 傷害80万～1万2千円、幼稚園から高校卒業まで14年間の奨学援助金付きです。

■ 共済期間は4月1日から翌年の3月31日までです。町福祉係へ早めに申込みましょう。

おしらせ



建設工事入札資格
審査申請を受付

昭和六十一年度において、町で実施する建設工事の入札参加資格についての資格審査の申請を、二月一日から三月三十一日まで受け付けます。

町内の業者で、建設業として登録を受けている方で、建設工事入札資格を希望する方は、所定の申請書に町税の納税証明書添付のうえ、町長あて提出してください。
申請用紙は、役場企画財政課で一式五百円で交付しています。

農業委員会委員
選挙人名簿を縦覧

選挙管理委員会では、毎年選挙があるなしかかわらず、農業委員会から送付された有権者の申請書に基づいて、農業委員

会委員選挙人名簿を二月二十日まで作成します。

縦覧期間は二月二十三日から三月九日までです。確定は三月三十一日です。その後一年間据え置いて、その期間内に行なわれる農業委員会委員の選挙に用いられる定時名簿ですから、有権者の方は登録漏れ等のないよう従覧してください。

場所は選挙管理委員会事務局（役場二階）です。
※詳しくは選挙管理委員会（☎六二一一一内線二七一）へお問い合わせください。

子供の悩みは「すこやか電話相談」へ

最近、児童や生徒の間にさまざまな問題が発生しており、本人はもとより保護者も問題の解決に悩んだり、判断に迷う傾向にあります。

このため県教育委員会では、児童生徒や父母の悩み、困って

いることに気軽に相談できるように、電話による教育相談窓口を設けました。どうぞご利用ください。

■開設場所 北教育事務所

☎六二一一一

■日時 毎週月・金曜日、午前九時から午後四時まで

また、鷹巣中央公民館でも家庭教育相談員（佐藤陽司氏）が、家庭内の諸問題について、適切なアドバイスをしますのでご利用ください。

毎週月、水、金曜日 午前九時から午後四時まで、中央公民館（☎六二一一一三〇）へ。

「ふるさとのみなさんへ」の登壇者募集

広報のみんなの広場で、「ふるさとのみなさんへ」の登壇者を募集しております。遠く離れている知人や親戚の氏名と住所を広報係（☎六二一一一内線二四四）へお知らせください。

広報たかのす
1年分を500円で
製本してみませんか
希望者は2月28日まで
広報係へ
届けてください。

■四日（土） 町役場の仕事始めの日である。交通指導隊（町の非常勤特別職定員二十五人）の新年の訓示は、交通安全の徹底、つまり事故防止の絶滅である。

■五日（日） 消防出初式は、団員及び署員の目抜き通りの行進に対して観閲を行った。中央公民館の式典で、町民の生命財産を災害から守る普段の努力を強調した。昨年の災害等緊急の出動回数は、火災など三十回余りに対して、救急車



町長日誌

出川 禮一 1月4日～14日

の出動は毎日のような三百五回となっている。消防人は火消しのみという時代は遠ざかった。

また、職員に対して年頭のアレ抄を行い、午後から町の商工婦人部による新春交流会があり、まことに忙しい一日であった。

■六日（月） 建設技能組合定期総会。ここ数年、住宅等建築の落込みで組合数は可成り減少した。しかし、懇親会は真年に大きな期待をかけ、意欲を示して盛会となった。

■九日（木） 商工会の新春懇親会に出席。

■十日（金） 郡市町村長会議は、県の招集で大館市で行われた。県の総合発展計画後期実施計画のわが地域案（大館北秋田）は、各市町村の地域振興計画などの素案をたたき台に、副知事、地方部長を交えて懇談した。

■十一日（土） 町の観光協会役員会に出席。

■十二日（日） 第十七回実業団バレーボールリーグ鷹巣大

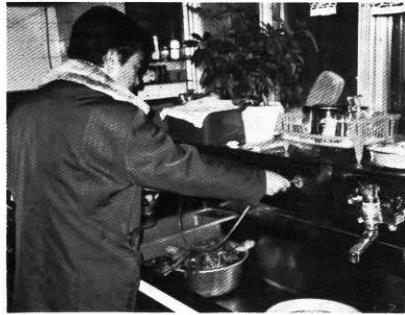
会が開かれた。本町ではこととして九回目。毎年第一週的好成绩に大きな意義がある。

■十三日（月） 交流センターの建設場所について意見をきくため、議会の全員協議会を開いた。このあと各常任委員会と協議して、三月をメドに結論を出すことになった。

■十四日（火） 校長、教頭の合同研修会が開かれた。
全国女子駅伝大会に出場する四選手が、あいさつに見えた。本県は中高生の編成だけにベストを尽くせと激励した。

冷え込みが厳しくなりました

家庭の水道管は大丈夫ですか



や布などを利用して巻き、その上からビニールテープなどで、保温材が漏れないように包んでいただくことです。

▼水抜栓を完全に下げる
水は温度が下がると日中でも凍結することがあります。冬期間の水道の凍結防止には、水抜栓（凍り止め）の操作を常に心がけることです。水抜栓の操作で肝心なことは、蛇口をいっぱいに開け、栓のハンドルを完全に止まるまで回してみてください。

水道管の凍結は

朝夕の冷え込みが一段と厳しくなり、水道管凍結事故も多くなりました。お宅の水道管は大丈夫ですか、もう一度確かめてみたらいかがでしょうか。
水道管は、気温がマイナス4度以下になると気象状況によって管が凍ったり、破裂したりします。ちょっとした気配りで、未然に防止することが出来ませぬ。次のことを参考のためお知らせします。

水道の凍結予防は

▼水道管の保温が先決
水道管や蛇口に保温材を巻くか、毛布

のもとになりますから注意してください。

※水道管の破裂や解水のとときには、次のところへ連絡（依頼）をしてください。

▼水道課 ☎62-1111-1111
浄水場 ☎62-13490
（指定工事店）

- 柴田水道 ☎62-19706
- 成田施設 ☎62-12870
- 大坂ポンプ ☎62-1093
- 和田ポンプ ☎62-12459
- 中島ポンプ ☎62-17779
- 藤島ポンプ ☎62-1086
- 日通プロパン ☎63-1037

破裂や漏水に注意

使用水量に異常を感じたときは、全箇所蛇口を閉めて、メーターの指針を確認してください。指針が変われば漏水であります。

雪降り作業について注意

- 雪降しの目安は五〇〜七〇センチです。
- 雪降り作業は、命綱をつけて安全に注意しましょう。
- 屋根の雪が道路へ直接滑落ないようにしましょう。

悪質な催眠(SF)商法に注意

悪質な催眠商法が横行し、次のよとな手口による被害が急激に増加しております。とくに主婦やお年寄りを相手にした商法が目につきますのでご注意ねがいます。

悪質な手口

- 公民館、集会所、寺の境内などの入口で、番号札を渡し、抽選に当たったと言って用紙に記入押印させ、商品を買わせている。
- 新商品の紹介だから「買わなくてもよい、ただ使ってみただけでいい」と言って、手をあげさせ買わせてしまう。
- 無条件解約（クーリング・オフ…契約して1週間以内）できる期間内に商品を届けない。また解約にも応じない。
- 勧誘がしつこく暴力的言動が多い。

消火器の悪質な訪問販売に注意

積雪地帯における火災防止と称して、近ごろ消火器の悪質な訪問販売による苦情、相談が目立って多くなっております。

- 勧誘方法が詐欺的、強迫的である。
 - ▽消防署（町内会、農協などもある）など公的機関のように装っている。
 - ▽設置義務がないのに設置を強要したり、点検を強引に行い消火器を交換する。
 - ▽隣近所が買ったので、買わないと近所が迷惑する…と危険性を強調する。
- 無条件解約（クーリング・オフ）させないように金額現金払いさせたり、現物の配達を遅らせている。
- 苦情の申し入れに対して水かけ論をくり返し、対応が非常に悪い。

町民スキー大会に 参加しましょう

2月16日(日)



「寒い冬を体力づくりで吹き飛ばそう」と、こととして二十四回目をむかえた町民スキー大会が、二月十六日(日)に開催されることになりました。

北国の雪深い特性を生かした、冬季間のスポーツとして親しまれているスキー大会を、たくさんの方の参加で盛りあげよう、と町、教育委員会、体育協会で行うものです。

ことしは、町営薬師山スキー場開設二十周年ということもあり、一般の方がたくさん参加されるよう呼びかけています。小学生以外の種目と要領は次のとおりです。

(日) 時 二月十六日(日)

- 開会式九時 競技開始九時半
(場所) 町営薬師山スキー場
(種目)
- 中学の部
 - ▽男子距離(三*)
 - ▽女子距離(三*)
 - ▽男子大回転
 - ▽女子大回転
 - 青年男子(高校生含む二十五歳まで)
 - ▽距離(二*)
 - ▽大回転
 - 成年前期(二十六〜三十歳)
 - ▽距離(二*)
 - ▽大回転
 - 成年後期(三十一〜三十五歳)
 - ▽距離(二*)
 - ▽大回転
 - 壮年前期(三十六〜四十歳)
 - ▽距離(一*)
 - ▽大回転
 - 壮年後期(四十歳以上)
 - ▽距離(一*)
 - ▽大回転
 - 一般女子(三十歳まで)

▽距離(一*)

▽大回転

▽一般女子(三十一歳以上)

レディース(初心者・年齢制限なし) 大回転

リレー 成人リレー(三十五歳まで) 一*×三人、地区または職場で編成する 壮年リレー(三十六歳以上) 一*×三人 (参加資格)

鷹巣町に生活の根拠を有する方、リレーの職場は町内に勤務する方も認めます。

▽年齢基準日は昭和六十年四月一日とする。

▽高校生の場合スキー部員を除きます。

▽大回転と距離の選手は兼ねることができません。

▽過去に選手経験があり、県体以上の大会に出場した方は、一クラス年齢区分を繰りあげて出場することができます。

(表彰) 中学生以上は三位まで賞状が授与されます。

(申し込み)

二月四日(火)まで、次の分館長か地区体育主事に申し込んでください。

- 鷹巣 相馬勤 二〇一〇▽七日市 九留島操 二〇一五▽沢口 佐藤実 二六五二▽栄 松尾敏美 三〇二三四▽綴子 高橋喜久男 三九六九四▽坊沢 佐藤茂延 三三七七五▽七座 丹信夫 三二一七

町・県民税申告相談日程表

月 日	申告会場	申告相談時間	
		午前9時〜正午	午後1時〜午後4時
2.3	月 役場大会議室	大町、花園町、米代町	元町
4	火 //	川口、松葉町	住吉町、旭町
5	水 //	材木町、宮前町、東横町	伊勢町、内幸町、幸町
6	木 //	あけぼの町、湯車、小ヶ田、東上網、下家下、西屋敷、北家後、西上網、綴子掛泥向	舟見町、新舟見町
7	金 南鷹巣会館	鷹巣地区西陣場岱	舟場、高村岱、高森岱
8	土 小田会館	松原、田子ヶ沢、小田	
10	月 栄農協	掛泥	高野尻団地、高野尻
12	水 //	摩当	李岱、下大沢、岩坂
13	木 //	太田	田沢
14	金 三ノ渡会館	明利又、松沢、上舟木、黒森	与助岱、三ノ渡
15	土 葛黒林業一	葛黒	大畑、葛黒

※営業者で計算書の必要な方は税務課窓口までおいでください。

夜間当番医(夜間診療)の日程表

(午後6時30分〜9時)

2月	曜日	医療機関名
1	土	戸嶋 医院
2	日	戸嶋産婦人科医院
3	月	近藤 医院
4	火	奈良 医院
5	水	盛岡 外科医院
6	木	佐々木産婦人科医院
7	金	佐藤外科消化器科医院
8	土	北秋 中央病院
9	日	藤原 医院
10	月	鷹巣 病院
11	火	盛岡 外科医院
12	水	戸嶋 医院
13	木	戸嶋産婦人科医院
14	金	北秋 中央病院
15	土	近藤 医院



交流センター建設で議会全協

県で建設する広域交流センターの建設が、62年度に予定されていることから、建設場所について意見を求めるため、1月13日午前10時から町議会の全員協議会が、役場三階大会議室で開かれました。規模は2千平方メートルで各種の研修や学習、交流の場に利用されるもので、鷹小跡地、貯木場跡地、その他について、議会では各常任委員会ごとに3月中に意見を集約するものです。

1月15日町営薬師山スキー場で、第3回薬師山学童スキー大会が開催され、スキーシーズンの幕明けにふさわしく、500人近い豆レーサーが参加し熱戦が繰りひろげられました。当日は天候にも恵まれ、県北一円から選手が会場。小学生ながらことしから解禁になったスケート走法を取り入れるなど、巧なスキー操作で応援に訪れた父母を驚かせていました。

巧みなスケート走法で



まねき猫が贈られ大喜び

テレビで人気を呼んでいる「まねき猫」が中央保育園と綴子保育園に贈られました。まねき猫は住吉町・高坂呉服店が、正月の初売りに使用したもので、従業員が資料をみながら発泡スチロールを加工して作成したという手造りのもの。大きさも180センチメートルとジャンボで、園児はもの珍らしさから触れてみるなど、思わぬプレゼントに大喜びしていました。



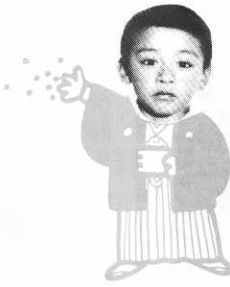
第4回全国都道府県対抗女子駅伝大会が、1月19日京都・西京極競技場を出発決勝が行われ、秋田県代表

として、当町から4選手が出場しました。先の東日本大会で4位の成績を収め上位入賞が期待されましたが、結果は31位に終わりました。区間順位は、2区は㊦前田朋恵さん、5区は㊦相馬裕貴子さん、6区は㊦神成伸子さん、8区は㊦勝又由香さんでした。

全国女子駅伝で4選手が健闘



の広場



東保育園
ふじしま たかのりくん(6歳)



子供のころは、冬になると凧上げや、かまくら作り、それに雪合戦といろんな遊びをしたことを思い出します。



三の渡 三上 一清(37)

自然を活かした遊び場を

今回のテーマ 『寒さを吹きとばせ』

対談 親の意見・子供の意見

その草刈をした場所が、即スキー場に早変わり、村の子供達はそろって山スキーを楽しんだものです。裏の黒森山に三時間もかけて登り、すべり降りるのはたったの三分位で下ったものです。その場所は雑木林となり、今はスキーをするのに、車で出かけるにはなりません。子供の遊びに親も一緒に出かけなければならぬ時代になりました。山で生活して居りながら、とても残念でなりません。

今の子供達はこうした遊びが少なくなり、今流行のテレビゲームに夢中になり、外での遊び



アケボノスギ(メタセコイア)

スギ科

化石では日本の第3紀層から出土する。1945年中国で発見された落葉高木である。

さし木で簡単にふやせるため、各地の公園や庭園樹として植えられている。

(南小学校 畠山 益 穂先生)



国体スキー監督として活躍

埼玉県大宮市 野呂健一(42)

私は、鷹巣農林高校卒業後東京に出て、国鉄に入社して以来ちよūdō二十二年目になりました。

二人の子供に恵まれ、日曜祭日などは、近くの公園や遊園地等で、子供と一緒にテニス、バトミントンなどして元気に日々を過ごしております。

又、私はスキーが趣味で、長年やってまいりましたが、

在住して居る大宮市で、埼玉県代表となり、冬季国体選手として十数年前から引続き、出場させていただいております。

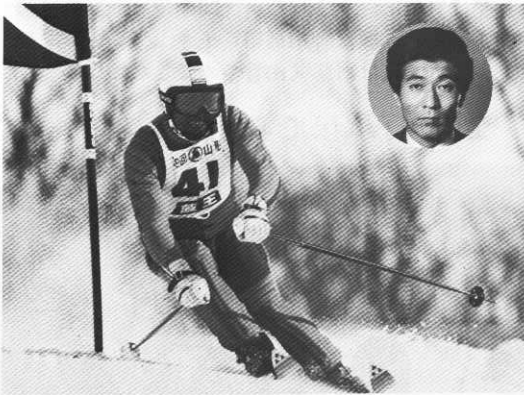
現在はお蔭様で、埼玉県の国体監督の地位におり、活躍しております。

三年前の田沢湖国体においては、秋田の方々と一献かわして、きりたんぼや郷土料理をご馳走になり、ふる

里の思い出話を語りあったのが、今も心のおくに、"ふるさとのやすらぎ"を深く感じております。

どうかふる里鷹巣町が、今後ますますのご発展されますことを、心からお祈り申し上げます。

▽健一さんは、前山・野呂龍吉さんの長男です。





東保育園
さとう まなみちゃん(5歳)



みんな

が少ないように思われます。約四カ月間も、雪と寒さの中で生活しなければならぬ私達大人も子供も、もつと雪の自然を生かした遊びを冬の健康と、体力づくりに頑張つてほしいものです。

私とはだし運動



東小6年 穂成田 千穂

私達の学校は保健目標で去年の春から十一月まではだし運動をしていました。

はだし運動の効果は精神的なねばり強さが付いたり、血液の循環もよくなるといった面でも

~~~~~

## 広報のこぼり

### 成人病予防週間

二月一日から七日まで成人病予防週間です。がん、脳卒中、心臓病、高血圧症、糖尿病といえ、成人病の代表的なものです。

魚介類やアザラシの肉を常食としているエスキモー人には、成人病にかかる人がほとんどいないそうです。これは、魚介類

~~~~~

健康に適している事を耳にしました。それで全校で行う事でもあるしと思い始めました。

書いていたとおり自分自身がねばり強くなったのかわからないのかという面では、はっきり感じていませんが、はだし運動をやっている期間中には、かぜをひくこともほとんどなく、つくづく始めてよかったなあとと思うようになりました。その代わり画びょうの注意、足の清潔にも目を配りました。木造の上をはだしで歩くのは気持ちがいいし、またそれを学校全体で競争して健康くらべをするのはいい事だと思いました。

これからは、はだしの健康法ばかりでなく、自分が身近に出来る健康法を、もつともつと探してみなが、役立てていきたいいなあと思っています。

の脂質に含まれたEPAと呼ばれる高度不飽和脂肪酸が、血液の凝固を起こしにくくし、血栓症や心筋梗塞、脳梗塞などの成人病を予防してくれるからです。

このEPAは、イワシ、サバ、マグロ、アジ、カツオといった背の青い魚の特に脂の乗った部分に多く含まれています。これからは、脂の乗った「旬」の魚を味わい、それが成人病予防にもなるという、この「うまい話」をぜひ実践してください。

鷹巣は秋田杉天然杉の主産地として有名であり、七日市や綴子、摩当沢からは、冬期間馬ノリでの運材が盛んであった。写真は昭和20年代の伐材作業で、作業の安全のため受口切りを行うものであるが、昭和20年頃はオノで力いっぱい刻むため重労働であった。40年代からチェーンソーで作業を行うようになった。



たかのすの昔

おしらせ



一線美術会運営委員 九島寮二氏

二月の健康相談

二月の健康相談は、次のとおりです。

成人健康相談は、十二日と二十六日です。

時間は、午前九時三十分から午後三時まで。血圧測定のほか、尿検査、体重測定など行います。

また、午前中は健康教育で、糖尿病予防の日常生活について、午後は健康体操など行います。

◇ 一歳六か月児健康診査は、十三日、五十九年六月、七月生まれとなつていきます。

◇ 受付時間は、午後一時から一時三十分まで。

◇ 母子手帳、問診票、バスタオルをお持ちください。

◇ フッ素イオンむし歯予防は、十三日です。

◇ 受付時間は、午後一時三十分

から三時まで。対象者は満三歳児以上で、おいでの際は母子手帳を忘れずにお持ちください。

※場所は、いずれも中央公民館保健相談室です。

◇ 乳児健康診査は二十日です。対象者は六十年九月十六日から十月十五日までに生まれたお子さんです。

◇ 受付時間は、午後一時から一時三十分まで。

◇ 離乳食指導と七か月児健康相談は、二十日です。対象は六十年六月十六日から七月十五日までに生まれたお子さんです。

◇ 受付時間は、午前九時三十分から十時まで。おいでの際は母子手帳とバスタオルを忘れずにお持ちください。

◇ つこうで受診できない場合は次回に受診してください。

◇ ※場所はいずれも鷹巣保健所

◇

◇

母親教室

行ないます。

初妊婦を対象とした、母親教室は次のとおりです。

妊娠中から正しい知識を身につけて、充分な健康管理を行い、安心して出産をむかえるようぜひ受講してください。

◇ 日程 二月五日と三月五日の二日間で一コース。

◇ 場所 中央公民館保健相談室

◇ 受講内容 映画（生命創造、すばらしい母乳）、講話、調理と試食、実技（妊婦体操、赤ちゃんのお風呂の入れ方）など行います。

◇ ※菌ブラシ、母子手帳、昼食、ズボン（トレパン）をお持ちください。

二月十一日(火)のゴミ収集は休みます

二月十一日(火)は、祝日のためゴミ収集は行いません。火曜日に当たっている地区の方は、収集所にゴミを出さないようご協力をお願いします。

無線技士の試験

電話級アマチュア無線技士試験を秋田市文化会館で行います。試験申請書の受付期間は、二

月一日から二十五日までです。受験希望者は手数料二千六十円を同封し、申し込みください。※仙台市中央四丁目九一十三、仙台ホリビル「無線従事者国家試験センター、東北支部」へ

善意

鷹巣ライオンズクラブ（会長長崎福二）から四万三千八百六十六円。

町社会福祉協議会へ寄付金がありました。

ご芳志に深く感謝いたします。

香典返し

このほど次のかたから、香典返しにと町社会福祉協議会へ寄付金がありました。

ご芳志に深く感謝いたします。

▽ 川口 中嶋千ヨさんから亡夫真蔵さんの香典返し

▽ 綴子上町 高橋三治さんから亡母ヨシさんの香典返し

▽ 前山 戸沢易造さんから亡父永八さんの香典返し

▽ 掛泥 村上政子さんから亡夫春治さんの香典返し

▽ 舟見町 鈴木兼雄さんから亡父長六さんの香典返し

▽ あけぼの町 長ミヨさんから亡夫連次郎さんの香典返し

▽ 脇神 佐藤辰雄さんから亡夫市五郎さんの香典返し

誕生おめでとうございます

1月1日～1月15日

■ 誕生おめでとうございます

亀山 博光(忠司) 二男(材木町)
小塚 祐太(雄一) 長男(堂ヶ岱)
桜田 吉美(信吉) 長女(舟見町)
佐藤有理子(浩) 長女(元町)
堀部真奈美(純一) 長女(葛黒湯本)
一也(比呂美二男) 南鷹巢

二人の前途を祝福いたします

奈良田 亥甲吉 田子ヶ沢
宮腰 順子 品類
芳賀 博美 比内町
明石 光子 明利又
佐藤 秋則 旭町
山田 幸子 上小阿仁村

おみやみ申しあげます

大川 タミ(73歳) 前山
戸澤 永八(83歳) 前山
岩川 龍三郎(75歳) 大町
高橋 ヨシ(74歳) 綴子上町
長 連次郎(73歳) あけぼの
桜庭 佐市(82歳) 蟹沢
佐藤市五郎(84歳) 脇神
戸嶋 佐吉(72歳) 街道町
戸澤 卯吉(55歳) 伊勢町
畠山 タネ(81歳) 二本杉
河田 恒俊(73歳) 住吉町

