



ユウ

3 月号

-No. 108



町内排雪作業たけなわ（沓形にて）

人口と世帯

	前月比
世帯数	1,477 (-1)
人口	6,148 (-3)
男	3,063 (-4)
女	3,085 (+1)

昭和55年1月末日現在
(住民基本台帳登録人口)

主な内容

- 2……第4回道民の船参加報告
- 4……昭和54年度水産振興事業のあらまし
- 6……春の全国火災予防運動はじまる
- 7……国勢調査について
- 8……国民年金保険料の改定について
- 9……利尻町の文化財
- 10……あなたと保健室
- 13……町村交通傷害保険の加入について
- 15……税務だより
- 18……戸籍の窓口

交通事故死ゼロ記録3月1日現在595日

中国を訪問して

第四回道民の船参加報告

利尻町教育委員会
社会教育主事 大腰 敏

幸運にも「第四回道民の船」に参加し、中国、香港、フィリピンのアジア三ヶ国を訪問することができ一生忘れ難い事のできない思い出として、二度と経験する事のできないであろう貴重な機会を私に与えていただいた事に心より感謝を申し上げると共に一度しかやってこない青春時代に夢と希望をもち見聞する事すべてが血となり肉となる意義ある研修に参加できた事を心から嬉しく幸福に存じます。



上海での歓迎

夜が明けると、そこには中国があった。十一月二十三日午前六時半、私たち第四回道民の船の最初の訪問国である中国の上海に到着した。小樽港を出航して以来四日目の朝である。
始めての外国しかも中国とあつてか昨夜は昂奮してよく

眠れずいつもより早く目が覚めた。朝の五時半よりまだあたりが薄暗にもかかわらず、コーラルのデッキに出て迎りの景色を見渡していた。船は静かにゆっくりと揚子江を上つていたのである。突然船内放送がはいり「写真撮影は船が港に着いて中国政府の許可がおりるまでは駄目！」という内容の放送であった。その船内放送が何故か異国を感じさせ、近くて遠い中国に来たことを教えてくれたのである。

中国は、約四千年の歴史を持ちわが国との交流もおよそ二千年を数え、現在十億の人口と広大な領土を有する大国である。しかも上海は、中国最大の世界的都市で中央直轄市の一つであり、中国の南北海岸線の中心で、人口が一、一五〇余万人。国際航運上重要な寄港地で経済的にも非常に活気があ

る。船が横付けされた港には、熱烈歓迎日本国北海道民の船訪問団と書かれた紅に白字の文字の歓迎の横幕がかけられ、約百人はいたであろう子ども達の出迎えを受けた。この熱烈な歓迎を受けながら私たちはタラップを降り、中国大陸に記念すべき第一歩を印したのである。

上海三日間の限られた日程の中で、青年との交歓会を通じ、またそれぞれの施設等の視察訪問を通じて、相互理解と友情を深めることができた。

いうまでもなく、現在の中国は一九四九年の解放以来、故毛沢東前主席の基本路線にのっとり、「国のため、人民のため」をスローガンに、国民あげて社会主義国家の建設と四つの近代化実現のために力を合せている最中である。このことは、「私たちは、発展途上国ですから、………」という、中国人

通訳の言葉にも裏付けられるように、文化的な生活水準では、私たちの生活水準よりずっと低いようだった。しかし、人民の解放前と解放後の生活、文化等について語る彼らを見ると、そこには私たちが共鳴するいくつかの点がある。私たちが訪れた労働者新村という労働者の住宅集団がある。解放前には住む家もなく、その日の朝食は口にできても、昼食、夕食の保障はどこにもないという生活をしてきた彼らにとって、解放後いち早く国家の手で集落的に建設されたのがこの新村である。また完全雇用制になったことにより、食べる事の心配もなくなった訳である。

彼らは言う、「これもみな故毛前

利尻町のシンボル

(昭和54年 7月 19日 指定)

花



チシマザクラ

木



エゾカンゾウ

鳥



ハイマツ



リシリコマドリ



主席のおかげです」と熱く私たちに話してくれた。

これら労働者の生活は、夫婦共働きがほとんどであり、子どもたちは託児所、幼稚園に預け、一日八時間の労働をしている。夫婦二人の平均収入は、一ヶ月百二十元から百五十元（日本円で二万二千五百円）であり、充分生活が出来少しの貯金もできるとの事である。勿論、生活必需品は極めて安く、ぜいたく品が非常に高い。このためか、家に案内され、家具の少ない事にはびっくりしたし、ぜいたく品というものがほとんど見当らず、生活の必需品だけがならべられている。ちなみに、日本で十

万円位のステレオが中国では約百二十万円位するとの事である。

さて、市の効外にバスを走らせると、農村地帯になっており、中国人民への食糧の供給地である。人民公社と呼ばれ、経営方針は農業を基礎とし、畜産、林業、工業など内容も多角的な経営を行なっている。

人民公社を訪問して感じた事は技術的な面、あるいは機械利用の面では確かに日本のものより遅れてはいたが、農業が中国を支えている重要な産業であることを、農民もその他の労働者も自覚を持ち各自が分担する仕事に誇りを持って、農業発展のため、国家建設促進のための日々であることに幸いを感じ、またかみしめ、明日への希望へとつながっているようであった。

次に中国の子供達の生活であるが、私たちは少年宮と呼ばれる青少年施設を訪問することができた。この少年宮は課外活動の場であり、学校が終ると皆がこの少年宮に集り様々な活動が行なわれている。あの爛々とした目の輝き、声の張り、事に取組む真剣さ、日本の子ども達との違いをあら

る面を感じた。反面「故毛主

席の理論を学び社会主義国家建設のために努力します」と、小さな少女から出た言葉に、選ぶことのできない思想の中で育った子供たちが世界の自由諸国を知った時、彼らはどう思うであろうかと痛々しく感じたのである。

短かい三日間で、中国を充分に理解する事はできないが、どこへ行っても、どの様な人々に会っても、その口から出る言葉は、共産主義への感謝と、全体への奉仕を通して、国のために頑張るのだという強い意志が感じられた。

だれ一人の姿を見ても皆同じく飾り気のない素朴なものであったが、仕事に対する喜びがあふれ出ていた。

国情の違いにより、日本と比較して考える事は非常に危険ではあるが、中国を訪問してそのすばらしさを感じる事ができたし、又義務と責任はあるものの、だれに遠慮する事なく、自由に自分の好きな事ができる、日本のすばらしさを中国を訪問して改めて認識した。

公の施設

地方公共団体の施設のうち、

主に条例で定めることとされています。

暮らしの中の自治用語

住民のみなさんの福祉の増進を図るために設けられている学校や公民館、公園などは、地方自治法上「公の施設」と呼ばれて

住民のみなさんの利害に深い関係があります。そのため、利用の許可や取り消しをはじめ、使用料金および徴収方法、管理の委託など、管理についての基本的事項については、法令の定める場合を除いて、条例で定めることになっています。

これら「公の施設」は、庁舎や試験・研究機関などの施設とは、管理・利用の面で、次のような異なった取り扱いがされています。

〔設置〕公の施設を設けるには、法令に特別の定めのあるものを除いて、自治体が自

〔利用〕地方公共団体は、正当な理由がない限り、住民のみなさんの利用を拒むことができません。また、利用について不当な差別扱いをすることは禁止されています。



昭和54年度 水産振興事業のあらまし

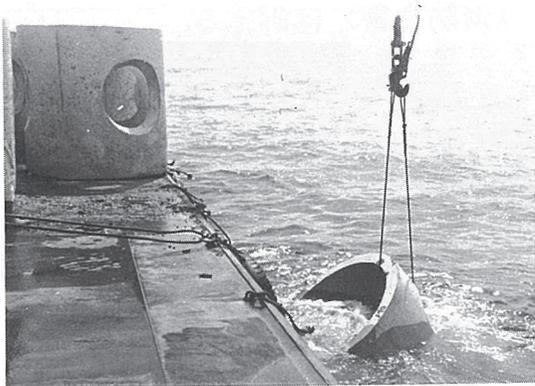


漁業者教育講座 (調査研究事業)

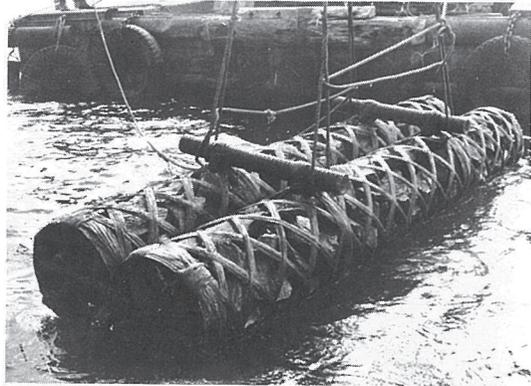
水産振興については、漁家経済の安定と、水産資源の維持、増産を図るために、諸事業を計画して実施してきました。

これらは、ほとんど完了（一部実施中のものもある。）しており、すが、五十四年度の主なものを、ご紹介いたします。

事業名	事業量	事業名	事業量
栽培漁業センター アワビ・ウニ 人工採苗事業	運営費 施設等改修、備品購入等	雑草駆除事業	沓漁 [㊟]
種苗センター ウニ人工採苗事業	運営費 施設等改修、備品購入等	冷蔵庫改修事業	沓漁 凍結12 ^ト →19.2 ^ト /日 冷蔵 457 ^ト →408.3 アンモニヤ圧縮機 2基→3基
アワビ中間育成 試験事業	アワビ稚貝 (大成産15%サイズ)	アワビ移植放流 効果調査	町 標識放流 2,000粒 (蘭泊 1,000粒) 神磯 1,000粒)
築いそ 岩礁爆破事業	沓漁 894 ^m (17,224 ^m ²) 仙漁 1,656 ^m (31,905 ^m ²)	" 追跡調査	町 神磯地区
築いそ 投石 (自然石) 事業	沓漁 2,360 ^m (2,360 ^m ²)	FRP製 ウニ・アワビ礁 試験設置事業	町 沓 形 (蘭泊) 6基 (2基1組) 仙 法志 (本町) 6基 (2基1組)
チェン振 施設設置事業	沓漁 50台 仙漁 50台	浅海漁場開発調査 (仙法志地区)	町 概定調査 底生生物調査 浮遊生物調査外
チェン振 雑草駆除事業	沓漁 160台×10回移動 仙漁 80台×10回移動	漁業研究会	町 漁業者研修会 (コンプ・ウニ・アワビ) 教育講座 (栽培漁業の在り方と漁業者) の心がまえ
コンプ養殖施設 設置事業	沓漁 A型 4基 仙漁 B型 2基	ヒトデ駆除事業	沓漁 [㊟] 44,000個 仙漁 [㊟] 44,800個
アワビ種苗 移植放流事業	沓漁 奥尻産60%サイズ50,000粒 仙漁 " 50,000粒	トド駆除事業	町 町
柴ウニ移植放流事業	沓漁 57,500粒 仙漁 64,000粒	水産資源調査船等 整備事業	町 調査船3.17 ^ト 水中テレビカメラ装置一式 レーダー・無線・魚探一式
ウニ天然採苗 施設設置事業	仙漁 50m12連 採苗施設 4基	大規模増植事業 (調査事業)	道 試験調査事業 (駕泊大磯地区)
コンプ施肥事業	仙漁 [㊟] 固型尿素10 ^ト	人工礁設置事業	道 ポリコン 8基 円筒型魚礁 940個



円筒型漁礁設置



ウニ・アワビ礁試験設置



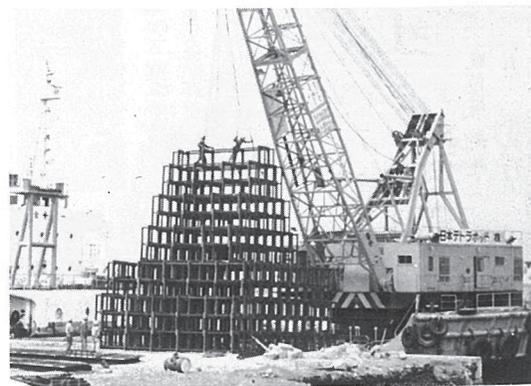
アワビ移殖放流



岩礁爆破



水産資源調査船「りしり」



ポリコン漁礁設置 (漁場造成事業)

「1年間で1,800人におよぶ尊い人命と1,300億円の財貨が炎の中で失われた」

昨年秋に発表された消防白書は、こう伝えています。

ところで2、3月は空気がカラカラに乾燥して風も強く、いわば火災シーズンの「本番」ともいえる「危険な季節」です。

2月29日から2週間「春の全国火災予防運動」が行われますが、お宅の火の元は大丈夫でしょうか。

<消防白書> は訴える

1,300億円が灰に

2月29日～3月13日

春の全国火災予防運動

火災

日本列島のどこかで
7分28秒に一件の割合で発生

消防設備の近代化や消防職員の増員などによって、火災一件当たりの損害額は以前に比べて減ってきています。

ところが、半面、出火件数は横ばいもしくは増加の傾向をたどっています。五十三年は前年に比べて一〇%増の七万四千二十三件、全国にもおぼろげに、昭和四十八年の七万三千七十二件に次ぐ戦後二番目の不名誉な記録となりました。

一年間に七万四千二十三件といえますと——日本のどこかで七分二十八秒ごとに火災が起きている勘定になります。そして毎日二十八・九人が火事で死傷し、三億五千八百万円の財産がむなしく灰になっ

ています。なんとも痛ましく、もったいない話です。火災の中で一番多いのは、なんといっても建物火災で、前の年に比べて六十件増の約四万件。次

いで林野火災の七千二百八件です。前年に比べて約二千件(三三%)も多くなっているのが目立ちます。これは、春から異常乾燥が続い

たことなどが影響し、たき火の不始末やたばこの投げ捨てが原因になっていることはいままでもありません。



春の全国火災予防運動2月29日～3月13日

出火原因

一年間に千三百億円を灰にした最大の「元凶」は何だったのでしょうか。

失火——出火原因の七六%まで

が、わたしたち自身のちよっとした不注意、つまり火の不始末によるものです。その出火原因のナンバーワンは、今年もやはりたばこで、九千九百二十件、全火災の一四・一%。これで昭和三十五年以來、十八年間連続して、たばこは

18年間たばこがトップ

「たき火の不始末」も急増

出火原因のトップの座にあります。愛煙家のみなさんにとつては、他人事ではありませんね。

たばこに次いで二番目に多いのは、「たき火」の九千八百七十七件(一四・〇%)、三番目が「子供の火遊び」六千三百三十五件(九・〇%)となつています。

この出火原因の順位は、例年と変わりませんが、五十三年の特徴

としてあげられるのは「たき火」の不始末による火災が急増したことで、前の年に比べて三千二十七件も増えています。

また、新聞などで騒がれている「放火」は、疑いも含めて五千三百六十九件もありました。全火災の七・六%を「放火魔」が占めるというのですから、ゾッとします。同時に、全く関係のない他人の家に火をつけて不幸のどん底に陥れるという、これほど憎むべき犯罪はほかにないといつてよいでしょう。



国勢調査のはなし

昭和五十五年——ことしの十月一日には、全国いっせいに国勢調査が行われます。

国勢調査は、国内に住んでいるすべての方を対象とした、国の最も基本的で大規模な統計調査です。

大正九年、「文明国への仲間入り」を合言葉に初めて実施されて以来、五年ごとに行われ、ことしの調査は十三回目に当たります。



国と郷土を考える

国勢調査のはなし①

十月一日は何の日でしょう？

赤い羽根共同募金の始まる日

法の日

新幹線の開業記念日

それに、大事なことがもつひ

とつ、ことしは

五年に一度の「国

勢調査の日です。

国勢調査は、ことしで、十三回目を迎えました。大正九年の第一回以来、ずっと十月一日に行われてきました。この大規模な調査を実施するにあたって、一年三百六十五日——ことしは一日多いですが——のうちで、十月一日を選んだ理由はなんだ

全国で約七十五万人の調査員が四千万五百万枚の調査票を全世帯に配布し、ご記入願う——というこの国をあげて

の一大統計調査によって、人口や世帯数はもちろん、年齢別・配偶者別・産業別・職業別にみた人口構成や世帯構成なども明らかにされます。その結果は、都道府県や市町村別にまとめられ、行政をはじめ広い分野にわたって活用されます。

今回から七回にわたって、国勢調査にまつわる身近な話を紹介します。

つたのでしょうか。気候のよい秋だから——いいえ、違います。その辺の事情について、大正九年の第一回調査の報告書を見てみましょう。

なぜ「十月一日」なのか

まず、年末・年始ですが、この時期は「取引の決算、年賀の風習がある」うえ、地域によっては「積雪が深く不適当」。また、夏は「炎熱が激しく」これまた適さない。残るのは春と秋ですが、春は「旅行・遊山する人が多い」ので、調査時期としてはふさわしくない。

こうしたことから「人々の職業的活動が盛んで、全人口の大半を占める農業従事者にとつては、かならずしも農繁期ではなく、かつ一年の四分の三を経過した十月一日」に決めたとのことです。

なるほど、とうなずける話ですが、他にもう一説あって、四月から始まる会計年度の中央の日であることから、調査結果は「年度の平均値」として、行政上の利用に便利だから、といういずれにしても、大正九年以来十三回、毎月十月一日に行われてきたということ、やはりわたしたち国民の暮らしのリズムからいっても、国勢調査の日として「最もふさわしい日」ということなのでしょう。



春分の日

今年の春分は三月二十日の午後八時十分です。——なぜ時刻まで決まっているのか不思議に思われる方もおられるでしょう

が、春分とは天文学の上では太陽が赤道を横切る点（春分点）、つまり一瞬なのです。そして、この日が「春分の日」として国民の祝日に定められているのは、よくご存じのとおりです。その趣旨は、「自然をたたえ、生物をいつくしむ」。春分の日といえば、ぼたもち——ことさら甘党の人でなくても春の彼岸の「風物詩」としてぼたもちをすぐ思い浮かべます。



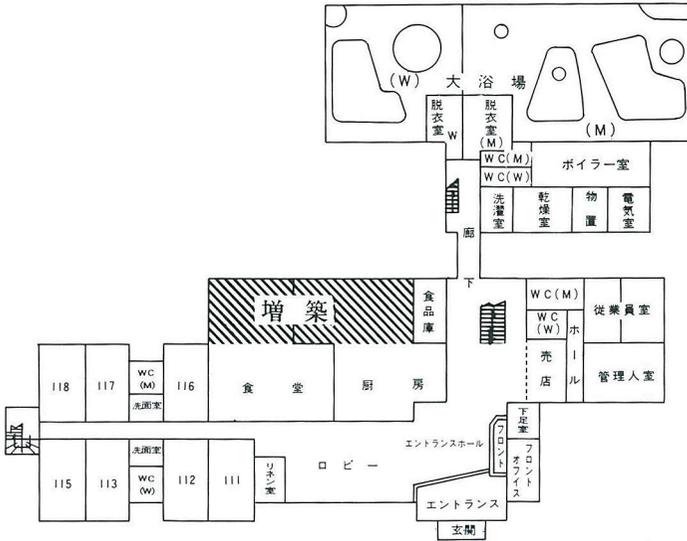
「ぐっかりがくれた時」
「太陽の頭が束」
「西」

「え、気持ちがよくあらわれているといえましょう。ところで、春分の日の昼と夜の長さが等しいことはだれでも知っています。本当にそうかと日の出、日の入りの時刻を調べてみましたら、東京を例にとると、日の出が午前五時四十五分、日の入りは五時五十三分——オヤオヤ、昼の方がちよつと長いようですね。

同じはずなのに、どうして違ってくるのか、理由はこうです。日の出は「太陽の頭が現れたとき」なのに対し、日の入りは「太陽がすっかり隠れた瞬間」を記録するためです。つまり「太陽一つ」だけ量が長くなる、というわけです。そのほか、光の屈折で太陽が浮き上がって見えることも、そのぶん日の出が早く、日の入りが遅くなる原因の一つだということです。

国民宿舎「りしり」平面図

利尻郡利尻町沓形字富士見町90番地
電話 沓形局 (01638) 代表4~2001番



昭和四十八年八月にオープンした国民宿舎「りしり」も今年で七年目を迎え、この間住民の保健休養施設として、又、島外観光客の宿泊施設として喜ばれておりますが、最盛期には、これまでの厨房室や食堂では狭隘で不便なため、今年度厨房と食堂を増築しました。総事業費約一千六百万円で、このうち、国民年金積立金還元融資が八百七十万円利用されております。

国民宿舎りしり増築に 国民年金積立金還元融資を利用

4月から国民年金の 保険料が改定されます

四月から、国民年金の保険料が一月三千七百七十円に改定されます。

老後の生活の支えとなる国民年金は、その値打ちが下がらないように、物価の変動に応じて年金額のスライドを行うなど、毎年のように給



付額の改善が行われています。昨年も三・四%の給付アップが実施されましたが、これらのお金

は、みなさまが納付される保険料の積立金と、国庫金などによってまかなわれています。

国民年金制度が、長期間にわたって健全に維持されるためには、年金額のアップなどにもなつて払い込む保険料も改定していかなくてはなりません。

こうしたことから、保険料の額が四月から三千七百七十円に改定されることになったのです。

国民年金制度をより充実したものにするために、ぜひご協力ください。

原動機付自転車 (50cc以下)

試験実施について

このたび、東利尻町交通安全協会の主催により、公安委員会の原動機付自転車 (50cc以下のバイク) の試験を実施する予定です。

これには、島内で七十名の受験者が必要であるため、受験希望者は、各地区の安全協会へ申込みれますようご案内いたします。尚、予定日等は次のとおりですが、受験者が少ない場合は中止となります。

- 一、試験予定日 五月十四日
- 一、試験場所 東利尻町
- 一、申込受付場所

- ・沓形地区 沓形交通安全協会
- ・柿元正宏 四一三〇九
- ・仙法志地区 仙法志交通安全協会
- ・仙法志郵便局内 石垣純一 五一二一六〇

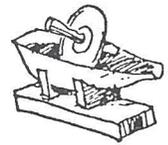
街を自然を美しく
吸いがらの投げ捨てはやめましょう。

Smokin Clean



教育委員会たより

利尻町の文化財(其)



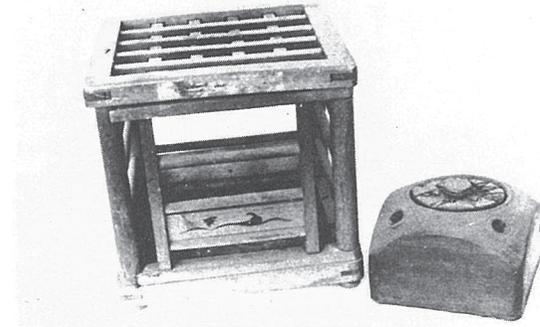
「こたつ」

東利尻町鬼脇

谷村清之助氏提供

ストーブのなかった時代の暖房法というのは、炉でまきをたき、煙にむせながら暖をとるといのが普通であり、すこし進んで、こ

たつであるとか、行火(あなか)が使用されるようになりました。もともと、こたつというのは座敷に切った釜の上をやぐらを置き



その上から蒲団をかけ、四方から足を入れ暖をとるようなもので、写真のようなものではなかったようです。写真は、本来、行火と呼ばれる物で、こたつよりも実用的であったことから多く使用されていました。道内においては、写真のものは形が少し違う行火が広く使用されていました。そのようなことから、行火や火おけ(行火と同じようなもの)が、広く普及するようになると、しだいに行火とこたつの区別がはっきりしなくなってしまう、行火がこたつと呼ばれたりするよ

うになりました。ともかく、こたつ一つだけで過す長い冬は、きびしいものであったと想像できます。

お知らせ

「利尻町の文化財」は今回の16回をもちまして休ませていただきます。4月号からは、「誌上博物館」として内容をあらためてお目にかかることにいたします。

利尻のあゆんできた過程を正しく客観的に科学的にとらえ、理解しなければならぬのはもちろんのことですが、今月号まで紹介してきた生活用品や漁撈用具などはすべてそのなかに正しく位置づけられ、とらえられなければならない。

町立博物館の展示テーマにそいながら、博物館のもっている資料や研究の成果を組みあわせて構成させてゆきたいと考えております。今後とも、よろしくお願い致します。

利尻町社会教育関係行事

町民の豊かな生きがいのある生活の実現をめざして

◎基本方針

住民のひとりひとりが生涯にわたり生活課題や地域課題を自ら解決できる、自主的で創造的かつ意欲的な人間づくりをめざした社会教育の推進につとめる。

◎推進目標

- 一、生涯の各時期にわたる学習の場の充実促進につとめる。
- 二、地域ぐるみの社会体育推進につとめる。
- 三、地域にねざした文化活動の推進につとめる。

3月行事予定

1日~2日	婦人一夜研修会	国民宿舎
16日	スポーツ少年団交歓大会	天望山スキー場
22日	少年文化教室	研修センター
	公民館講座	
	家庭教育学級	
	婦人学級	

◎社会教育(体育)のお問い合わせは……

利尻町教育委員会 ☎4-2445
利尻町公民館 ☎5-1049

あなたと保健室

―食事のとり方について―(二)

先回は、食品を四つのグループに分けて、それぞれに出されている点数分の食事を取れば良いと書きました。しかし、内容を見て少なすぎるのではないかという声も聞かれました。一日20点というのは1600カロリーで、事務職や家事をする人にあてはまりません。男の人で普通の労働をする人では5点増やしてもいいですし、やや重い労働の人では12点まで増やしてもいいでしょう。ただ、一群から三群までの点数は必ずとりた

いものです。

食品名	重 量
ビール	2級 85g 1級 80g 特級 75g
焼酎	20度 70g 25度 60g 35度 40g
ウイスキー	2級 40g 1級 35g 特級 32g
サイダー	(大サジ2強) 230g

1点カロリー当りの食品重量

1 群		2 群		3 群		4 群	
食品名	重 量	食品名	重 量	食品名	重 量	食品名	重 量
牛乳	140g (¾カップ)	かき	85g (1カップ強)	春菊	400g (1束)	めし(精白)	55g (菜わん軽½)
脱脂粉乳	23g (大'4弱)	ずわいがに	110g 身だけ	ピーマン	300g (12個)	もち	33g (4×3×10mm)
プロセスチーズ	23g (厚さ4.2枚)	まだこ	115g	ほうれん草	300g (小1束)	うどん	70g (½玉)
鶏卵	50g (1個)	生いか	95g (中½個)	にら	250g (2½わ)	食パン	30g (½枚)
うずら卵	50g (5個)	なまこ生	450g (中3匹)	にんじん	160g (1切れ)	乾めん	24g (1人分では15点)
		かれい類	70g (1切れ)	きゅうり(生)	900g	即席ラーメン	17g
		まいわし(生)	65g (大1尾)	レタス	600g (中2個)	砂糖(上白)	21g (大'1+小'1)
		ほっけ	70g (小'2強)	白菜(生)	550g (小'3弱)	植物油	
		さんま(生)	50g (½尾)	もやし	450g (カップ10杯)	バター・マーガリン	
		にしん(生)	55g (大'1弱)	キャベツ	350g (½本)	マヨネーズ	1/2個
		鶏肉	40g (1個)	大根(生)	350g (1/2本)	だいふくもち	1/2個
		豚ロース	25g (1枚)	玉ネギ	200g (1/2本)	シュークリーム	1/2個
		豚ばら肉	20g (1枚)	じゃがいも	100g (1個)	ショートケーキ	1/2個
		とうふ	140g (約½丁)	さつまいも	70g (直徑8cm2枚)	塩せんべい	17g (3個)
		揚げ豆腐	25g (1枚)	さつまいも	210g (大1個)	かりんとう	17g (3個)
		揚げ豆腐	45g (1枚)	みかん	200g (大2個)	チョコレート	16g (3かけ)
		みそ	45g (大'2½)	りんご	180g (中1個)	ポテトチップ	15g (1/2個)
				バナナ	95g (1本)	蒸しまんじゅう	1/2個
						キャラメル	5粒

では、各群の一点当りの種類と量を少しだけ試してみよう。ついでに飲み物も少し書いてみる。

最後に一日の献立の例を上げますので参考にして下さい。

例えば、にしんを一匹食べてしまつと5点位になってしまいますし、豚肉を100g食べると4.5点になってしまふのです。

飲み物は全て4群に入ります。

例えば、にしんを一匹食べてしまつと5点位になってしまいますし、豚肉を100g食べると4.5点になってしまふのです。

飲み物は全て4群に入ります。

例えば、にしんを一匹食べてしまつと5点位になってしまいますし、豚肉を100g食べると4.5点になってしまふのです。

保健婦 平野・記

献立・料理名	材料・食品	重量(g)	1群点数	2群点数	3群点数	4群点数
朝	トースト	食パン(1枚) 60 バター(小サジ1強) 5 はちみつ(小サジ1強) 8				2.0 0.4 0.3
	ブレインオムレツ(玉子だけのオムレツ)	卵1個 50 油(小サジ½) 2	1.0			0.2
	野菜サラダ	レタス(中½個) 60 きゅうり(½本) 20 ドレッシング(大サジ½) 8			0.1(+α)	
	ミルク	牛乳 200	1.4			
昼	煮こみうどん	乾めん 70 鶏肉 60 白菜(½株の½) 60 長ねぎ 10 油揚げ 10		1.0		3.0
	つけ物	小かぶ(1個) 35 かぶの葉 30		0.4		0.1 0.1
	焼きいものミルク紅茶	さつまいも(½本) 70 りんご(中½個) 90 牛乳(½カップ弱) 85 砂糖(小サジ2) 6	0.6			1.0 0.5
晩	ご飯	ごはん(茶わん軽1½) 165				3
	みそ汁	とうふ(½丁弱) 40 わかめ 2 みそ(小サジ2杯半) 15		0.3		(+α)
	ほっけのから揚げ	ホッケ 70		1.0		
	五目あんかけ	玉ネギ(中½個) 20 にんじん(中½本) 10 なましいたけ(中1個) 10 たけのこ 20 砂糖(小サジ2杯) 6 油(小サジ2½杯) 10				0.1 (+α)
	お浸し	ほうれん草(小½束) 90				0.3
	くだもの	みかん(大1個) 100				0.5
合 計			3点	3点	3点+α含む	11点

漁船の海難を防止しよう

稚内海上保安部では、海難防止について七つの鉄則を定めて注意を喚起しており、この七つの鉄則を次に述べます。

海難防止七つの鉄則

一 気象、海象の確認と早期避難
出漁する前に家庭で、テレビ、ラジオによる気象状況を確認して下さい。また出漁後もラジオ等を時々聞いて天気の様様を確認し、荒天になりつつある場合は、すみやかに帰港する等、早

めに避難しましょう。
二 集団操業の励行、相互助け合い。
操業する場合は単独でなく、必ず二隻又は三隻以上の船で

集団操業し、万一故障等の際には付近操業船がこれを救助するように心がけて下さい。
三 救命具の安全着用
出港するときは必ず救命具（安全作業衣）を着用しな

う。
先日礼文島船泊沖で、一人乗りの刺網漁船が、無人のまま航走しているのを付近の漁船が発見、付近海域を搜索した結果、安全作業衣を着用し海上に漂流していたのを発見救助しましたが、これは最もよい事例であります。

四 出港前の整備点検

これから寒くなりま

てから出港して下さい。

また燃料の搭載を忘れず常に燃料の保有量を調べて下さい。

これは、初歩的なことでありますが、案外この初歩的なミスが多く、燃料切れのため、僚船に曳航されて帰港した船が数多くあります。

五 定時通信の励行

出漁したならば、少くとも一時間毎に所属する漁業無線局に通信連絡をとって下さい。

最近、無線連絡がないため、海上保安部の巡視船や、航空機が出動捜索するに至った事例がありますので、特にこの点に注意して下さい。

六 航海ルールの厳守

航行中は、見張りを十分に

して航走すること。
最近自動操舵船が流行しており、自動操舵にしたまま、船内作業中衝突した事例がありますので、この点十分に留意して下さい。

七 無理せず転覆防止

魚を甲板上に積むのと船舶に積むのと船の安定性は、大いに違います。荒天のとき、又は大漁のときは必ず船舶内に漁獲物を入れて下さい。

以上七つの鉄則を守り海難のない明るい街づくりにはげましょう。

稚内海上保安部鰯泊分室

はしか “早期発見” を

カゼに似ている初期症状



はしかは春先に流行することがよくあります。

初期症状がカゼに似ているために軽く見て、その結果、病気を重くしてしまうことがよくあります。春先の乳幼児のカゼには十分ご注意ください。

「感染の『早期発見』を」

はしかは、感染して初期症状が現れるまで十一日前後の潜伏期間があります。ですから、熱が出て、せきやくしゃみをし、目が充血したり目やみが出たり

いわゆるカゼの症状がみえたら、近所にはしかにかかっている子供はいないか、はしかの子供と接触しなかったかどうかなど、振り返ってみましょう。

初期症状が始まるころ、口の中をのぞくとほおの粘膜に又カザのぼつぼつが見られます。この時期にガンマグロブリンと

はしかは春先という注射をしてもらっておくと、はしかは軽症ですみます。

「高熱と発疹が出たとき」

高熱が続くと、体は衰弱します。「はしかは冷やすな」と昔からいうようですが、頭部は水の中や氷まくらで冷やした方がよいでしょう。ただし、体は冷えないようにして、快い暖かさを保ち、安静第一を心がけ、部屋の保温にも気を配りましょう。

また、発疹は皮膚の表面だけでなく、消化器の粘膜にもできて、消化力は衰えます。ですから体力維持のために、栄養があり消化のよいものを与えましょう。

「ワクチンで予防も」

母親から受け継いだ免疫が切れるのは一歳前後ですので、このころ予防接種を受けることがはしかの難を逃れる方法です。一歳半から三歳ぐらいまでの間に汗ばむ季節を避けて、子供の健康状態のよい時期を選びましょう。

冬道の交通事故防止

覚せい剤の乱用防止

スピードは控えめに
車間距離は十分に

人間をだめにする
覚せい剤を追放しよう

二月は、路面の凍結や吹雪等のため道路が一段と悪くなりますので、より慎重な運転をすることが大切です。次のことを守って交通事故をおこさないようにしましょう。

◆スピードは控えめに

冬道でスピードを出して運転すると、急ブレーキをかけてもすぐには止まりませんし、カーブでは横すべりをしたり、バランスを失って事故を起こします。路面の状態を考えて控えめな速度で運転しましょう。

◆急のつく操作はやめよう

雪道や凍結している道路で避けなければならないのは、「急発進」「急加速」「急ハンドル」「急ブレーキ」「急クラッチ」などの操作です。これらはスリップや横すべりの原因となり、事故に結びつきます。ゆっくり慎重に運転することが冬道の安全運転のコツです。

◆車間距離は二倍以上

雪道や凍結した道路では、夏にくらべて制動距離が伸び急ブレーキや急ハンドルで追突をさけることは無理です。夏の二倍以上の車

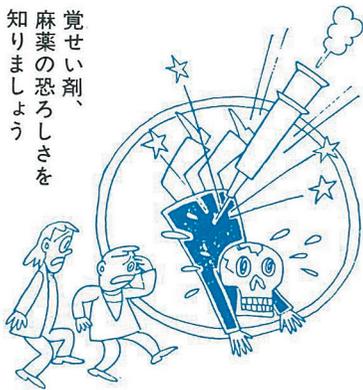
間距離をとって運転しましょう。
◆追越しは危険がいつぱい
冬道はスリップしやすいうえに路面状態が悪くなり追越しをすることは非常に危険です。片側一車線の道路では、追越しは控え安全運転に心がけましょう。

◆吹雪時の「めくら運転」をやめよう

吹雪や地吹雪で前方の見通しが悪くなったときは、
○確実にスピードダウンし、スノーポールに沿って左側を歩行者に注意して走る。
○場合によっては、運転を中止し天候が好転するのを待ちましょう。

◆シートベルトは必ずつけよう

すべりやすい冬道では、スリップなどによって予期できない事故が起きます。
このような場合に被害を軽くし、身の安全を守るために効果があるのがシートベルトです。車に乗ったら運転者はもちろんのこと、同乗者もシートベルトをつけましょう。



覚せい剤、
麻薬の恐ろしさを
知りましょう

社会を乱し平和な家庭を破壊する覚せい剤犯罪が、地域や各階層に広がりを見せております。恐ろしい覚せい剤を追放して、明るい家庭を守りましょう。

◎身も心もおかす覚せい剤

覚せい剤を注射すると一時的に疲れがとれたように感じますが、薬分が切れると前に増して激しい疲労感におそわれ、また、使用する」という悪循環をくり返し、やがては身もおかされ、一日に何回も注射をしないではいられない中毒者になってしまいます。

◎見たら聞いたら通報を

もし、家族で覚せい剤に関係して困っている場合はもちろん、覚せい剤を売っている人、使っている人、中毒者などを見たり聞いたりしたときは、警察へ連絡してください。

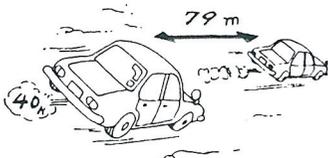
また、最近中毒者による殺人、

なお、覚せい剤相談コーナー
札幌市中央区北2条西6丁目
北海道警察本部保安課

(白電話)

〇一一二四一一四六一〇を、ご利用ください。

冬はスピード半減、車間距離2倍



- ブレーキ操作を慎重にしましょう。
- 安全な速度で運転しよう。
- カーブにかかる前に速度をおとしましょう。

出張受付日程表

月 日	受 付 場 所	受 付 時 間	対 象 地 区
3 18	栄浜自治会館	午前10時～正午	栄浜 一円
" "	新湊自治会館	午後1時～4時	新湊 一円
" 19	宮崎安太郎宅	午前9時30～10時30	種富町一部
" "	畑中節男宅	午前10時30～正午	種富町一部野
" "	保健福祉館	午後1時～4時	日出町1、2円
" 21	保健相談所	午前9時30～11時	富士見町、本町
" "	菊地清七宅	午後1時～2時	緑町 1
" "	酒井義男宅	午後2時30～4時	緑町 2
" 22	泉町自治会館	午前9時30～正午	泉町 一円
" 24	蘭泊自治会館	午前10時30～正午	蘭泊 一円
" "	利尻町商工会館	午後1時～4時	本富士見町
" 25	神居第1自治会館	午後1時～2時	神居 一円
" "	神居第2自治会館	午後2時30～4時	神居 一円
" 26	久連自治会館	午前10時～正午	久連 一円
" "	長浜自治会館	午後1時～3時	長浜 一円
" 27	御崎自治会館	午前10時～正午	御崎 一円
" "	元村自治会館	午後1時～3時	元村 一円
" 28	神磯自治会館	午前10時～正午	神磯 一円
" "	政泊自治会館	午後1時～3時	政泊 一円
" 29	仙法志寿の家	午前9時30～正午	仙法志本町一

町村民交通傷害保険

加入のすすめ

一日二円（一口加入）
 一日二円（二口加入）で

あなたを守る

現在加入しております町村民交通傷害保険は、三月三十一日で、期限が満了になります。
 交通事故の補償は住民の総力で

ということ、この町村民交通傷害保険ができております。
 ひとりでも多く加入できるように

掛け金も安くなっており、昨年、交通事故による死亡はありませんでした、傷害を受けた方が五名あり、この内の保険

に加入されていた方は一名でした。今年も全町民の加入をめざして各地区に向きますので、手続きをされますようご案内いたします。加入申込みの際は、氏名、年齢をお聞きしますので当日はこれら

がわかるものと、掛け金一人一口三百六十円、二口の場合は七百二十円を持参して下さい。
 （町内に居住している方ならなくても一人二口まで加入できます）各地区での受付は次の日程によ

交通傷害保険加入状況

沓形地区

仙法志地区

55年2月15日現在

地区名	53年度	54年度	地区名	53年度	54年度
栄 浜	25	44	久 連	83	117
新 湊	101	137	長 浜	58	69
種 富 町	139	164	神 磯	46	69
日 出 町	136	172	政 泊	70	99
本 町	210	188	本 町	162	175
富 士 見 町	83	88	元 村	102	100
緑 町	194	196	御 崎	88	86
泉 町	168	217			
神 居	75	136			
蘭 泊	64	44			
小 計	1,195	1,386	小 計	609	715
合 計	1,804	2,101			



り行いますが、都合により当日加入手続きを出来ない方は、住民課広報交通安全係または、仙法志支所窓口でいつでも受付しておりますのでお出で下さい。

町村交通傷害保険 利札三町加入状況

昭和54年度

町村名	人 口	加入者	加入率
礼 文 町	5,995	3,152	52.6%
東利尻町	6,448	3,386	52.5%
利 尻 町	6,157	2,101	34.1%

郵便局だより

◎進学・就職のお祝いをお便りでお進学・就職のシーズンを迎えています。希望を胸に新しいスタートを切る友人や知人にお祝いや激励のお便りを送りましょう。

美しいデザインや愛らしい絵などの入ったグリーティングカードも喜ばれるものです。

◎誤って配達されたとき—誤配達郵便物についてのお願い—

郵便物は、正確に配達するよう十分注意していますが、もし、誤って配達された場合には、お手数ですが、その旨を適当な紙に書いて郵便物にはり、最寄りのポストへお入れくださるようお願いいたします。この場合、単に「誤配達」と書かれただけでは、どここの家へ誤配達されたか分からず、再度同じ所に配達されてしまうおそれもありますので、お手数でもお宅の住所、氏名をお書き添えくださるようお願いいたします。

◎「毎月二三日は ふみの日」で

「す」
親しい友人、知人、離れて暮している親・兄弟にお便りしましょう。

◎お子さまの進学資金のご準備は

ローン付進学積立貯金で
郵便局では、高校や大学などに進学を予定されているお子様をお持ちの方のために、進学積立貯金の取扱いを行っています。この貯金には、便利なローンが付いており、貯金の積立が終了しますと積立額と同額までの貸付けを受けることができ、積立額の最高は五十四万円まで、これと同額の貸付けを受けますと、一〇八万円までの進学資金が確保できます。

お子様の希望あふれる明日へのご計画に進学積立貯金をお役立てください。
くわしいことは郵便局へお問い合わせください。

◎明るいくらしの設計—簡易保険加入運動

郵便局の簡易保険は、皆様の生

活の安定と福祉の増進を図ることを目的として、大正五年に創設された国営の生命保険です。

創業以来六十余年の間、皆様に親しまれ、大きく成長し、現在では、保有契約件数は五二〇万件契約高は四三兆円、資金量一二兆円を超えております。

ところでこの一月から三月にかけては、新しい年を迎えたり、入学（園）卒業、就職など、人生の過程での大きな出来事が多くあり多くのかたがたが、生活設計に関心を抱かれる時期であります。

そこで、簡易保険では、この時期にみなさまに対し、生活設計の必要性和その中で果たしている簡易保険の役割についてお知らせし理解を深めていただくとともに、簡易保険のより一層の普及を図るため、関係機関の協力を得て「明るいくらしの設計、簡易保険新加入運動」を展開しています。

○あなたの生活設計に
簡易保険を！

みなさまの生活設計のお役に立つよう、簡易保険では数多くの保険を用意しています。

。豊かなくらしのプランに
普通養老保険、財形貯蓄保険
。お子さまの学資金の準備に

学資保険

。お子さまの独立、結婚資金の準備に—成人保険

。明るい老後のために

特別終身保険、普通養老保険

。万一の場合の保障を重点に

特別養老保険、普通終身保険

個人定期保険

。家族そろっての保障に

家族保険

。明るい職場に

集団定期保険

これらの保険は、保険期間別などで更に細かく分かれており、また、財形貯蓄保険を除き、病気やケガも保障する疾病傷害特約を付けることができます。

みなさまのくらしの中で生きています

加入者のみなさまから払い込んでいた保険料は、保険金や配当金、入院保険料の支払いで、直接加入者のみなさまのお役に立っているばかりでなく、地方公共団体などに融資され、住宅・学校・道路などの公共施設の充実を図るために活用されています。

ゼロ 交通事故死〇目標800日

期 間 昭和53年7月16日から昭和55年9月22日まで

スピード・ダウンで安全運転を

利尻町交通安全推進協議会

税務だより

◎ 所得税の申告と納税は

三月十五日まで

所得税の確定申告の期限は三月十五日ですが、もうお済みでしょうか。期限間近になりますと税務署は大変混雑しますから、早めに申告をおすませください。

申告書の書き方については、「申告書の書きかた」や「確定申告の手引き」などに説明してありますので、これらを参考にして、御自分でお書きください。なお、もっと詳しく知りたいときや、よく分からない点については、お気軽に税務署にご相談ください。

所得税の確定申告とは、一年間の所得とその税金を計算して申告し、納税する手続です。

申告しなければならぬ人が申告をしなかつたり、誤った申告をしたりしますと、後で不足の税金を納めるだけでなく、加算税なども納めなければならないことになり、また忘れず正しい申告をしてください。

所得税の計算をするときには、いろいろな控除を受けることがで

きますが、これらの控除を受けるには、確定申告をするときに、領収書や証明書などを添付したり提示したりすることになってい

る場合があります。その主なものは次のとおりですから、申告の際にはあらかじめご用意ください。

- 一、雑損控除を受けるときは、被害を受けた住宅や家財の損害の明細書
- 二、医療費控除を受けるときは、支払った医療費の領収書
- 三、生命保険料控除を受けるときは、支払保険料が一契約につき年間九千円を超えるものについて、その支払保険料の証明書
- 四、損害保険料控除を受けるときは、支払保険料の証明書
- 五、住宅取得控除を受けるときは、①建物確認通知書の写し、②登記簿謄本、③住民票の写しなどの書類

簿謄本、③住民票の写しなどの書類

なお、昭和五十三年分から受けられることになった、住宅ローンに係る割増控除を受ける人はこれらの書類のほか、④家屋の取得価額を明らかにする書類、⑤住宅取得に係る融資の償還金額等証明書を添付することが必要です。

ただし、昭和五十二年分、五十三年度の確定申告のときに住宅取得控除を受けた人は、⑤の住宅取得に係る融資額の償還金額等証明書だけを添付すればよいことになってい

います。

六、住宅貯蓄控除を受けるときは、積立をしている金融機関などから交付される住宅貯蓄証明書

七、サラリーマンが確定申告をするときは、勤務先から交付される給与の源泉徴収票

〈延納の方法〉

確定申告による所得税は、申告期限と同じ三月十五日までに納めることになっていますが、一度に納められないときは、確定申告で納めることになる税額の二分の一以上を三月十五日まで納めると残りの税額は五月三十一日まで延納することができます。この延納を利用する人は、確定申告書の一面の右下の欄に、延納する税額を記入してください。延納期間中は年七・三パーセントの利子税がかかります。

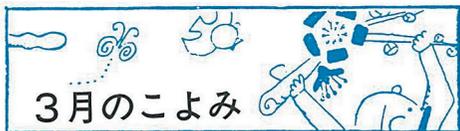
〈振替納税〉

所得税の便利な納税の方法として、振替納税の制度があります。この制度は、あらかじめ税務署と金融機関に依頼しておく、銀行などの預金口座から振替によって納税することができますから、納税のための手数料が少なくて済み、大変便利です。この機会に振替納税制度を利用されるようおすすめします。



あなたの善意を 利尻町愛情銀行へ

利尻町社会福祉協議会



3月のこよみ

- 1 日 選挙人名簿登録日
東京、京都、大阪間に郵便開始（明3）
- 3 日 耳の日、ひなまつり
新元生活はじまる（昭21）
- 4 日 北海道、三陸地方に大地震（昭27）
- 5 日 日本初の博覧会が東京で開催（明11）
- 6 日 皇后誕生日
- 7 日 消防記念日
新警察制度発足（昭23）
- 8 日 国際婦人デー
- 10 日 東京大空襲（昭20）
- 12 日 運動会の始め（明37）
- 14 日 外国人と結婚許可（明6）
日本ユネスコ加入（昭26）
- 15 日 3.15事件起こる（昭3）
- 18 日 民主自由党の脱党者が自由党を結成（昭28）
- 19 日 東京駅新築落成（大3）
- 20 日 上野動物園開園（明13）
- 21 日 春分の日
- 22 日 放送記念日
日本銀行新築落成（明29）
- 23 日 世界気象記念日
- 24 日 度量衡法公布（明24）
- 27 日 労働基準法成立（昭22）
- 28 日 市川房枝新婦人協会結成（大9）
- 29 日 日本俳優協会発足（昭32）
- 30 日 リレー衛星を利用した初の国際電話、日本、
ブラジル間に成功（昭34）
- 31 日 会計年度末

くらしの 豆知識

プロパンガスの 事故防止

プロパンガスはわずかに二十年前で消費生活上のクリーンエネルギーとして定着し、道内では約百十八万世帯において消費されてお

ります。しかし、プロパンガスの爆発事故も跡を絶たず、被害状況も年々大規模化している現状です。過去七カ年に起きた道内の事故原因をみると、①自殺未遂等が九一件で一八・八割、②元栓の締め忘れが五八件で一・一割、③未使用コックの開放が四五件で九・三割、④ゴム管のはずれが三五件で七・二割となっております。

以上のとおり消費者の責任によるものが大半ですので、次のことに十分心がけてください。

一、点火したときは必ず、着火しているかどうか確かめましょう。

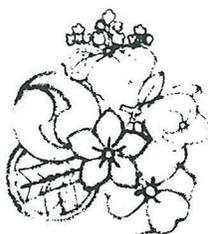
二、ガスを使用しているときは、ときどき炎の状態を確かめ、立消えを起さないように。

三、プロパンガスの使用後は元栓を必ず締め、外出するときや寝る前には再度確認しましょう。

四、ゴム管にホースバンドで締めつけてあるか、はずれていないか確認しましょう。

五、配管、ゴム管、コック等の接続部には、ときどき石けん水をかけガス漏れの有無を確認しましょう。

六、ガスを燃焼させるときは、ときどき窓を開けるなど換気に十分



気をつけましょう。

七、爆発事故を防ぐため、ガスもれ警報器を取り付けましょう。

八、現在プロパンガス設備の総点検を実施中ですから調査員に対しご協力をお願いします。

自 衛 官 募 集

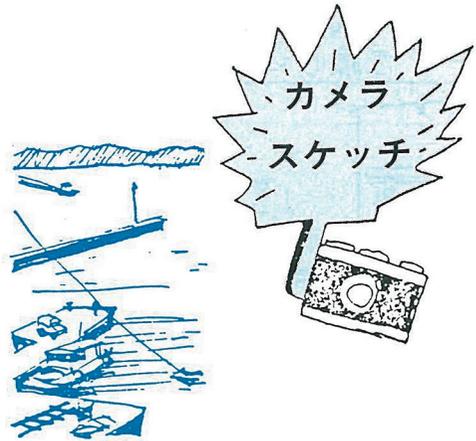
◎ 2 等陸士 ◎ 2 等海士 ◎ 2 等空士



- 身分…国家公務員・特別職 ○ 資格…心身共に強健な満18歳以上25歳未満の者
- 待遇…初任給：俸給月額83,700円 ・現物給与（衣食住）：約37,000円
・ボーナス：年2回約5ヵ月分 ・退職金：1任期目 315,333円
- 受付…利尻町役場（☎ 01638-4-2345）または、自衛隊旭川地方連絡部稚内募集事務所（☎ 01622-3-2721）で常時行っております。



1月25日 島内で只1ヶ所のスケート場がオープン、豆スケーターで賑っていました。



1月26日 町内職域によるカルタ大会がおこなわれ、八チームにより熱戦が続いていました。



1月20日 スキー場開き
冬のスポーツとして賑っていました。



2月15日 沓小3年生が役場を訪問、役場の仕事の内容などを質問していました。



1月20日 港では寒風の中刺網の陸揚げが見られました。

道産子一家



納税は便利な 口座振替で

詳しくは税務係へおたずね下さい

〇旅行等留守の場合もあるので相談を希望される方は前もって電話・手紙等でお知らせ下さいますようお願い致します。

〇どこへどのような方法で相談するのか
各市町村におかれている、行政相談委員または旭川行政監察局に口頭、電話、手続等いずれの方法でもかまいませんので、お申し出下さい。

〇どんなことを相談するのか
恩給、年金、登記、国税、保険生活保護、環境衛生、農地、郵便、道路、交通、公営住宅、河川、公害、一般許認可のほか国鉄、電々、専売等のことについての相談。



このたび次の方から愛情銀行に金品等が預託されましたので、紙上を借りてお礼申し上げます。

行政相談員
利尻町沓形字富士見町
荒木 健三 四四一二〇一八

沓形婦人団体協議会より
布団乾燥機 二台
沓形字泉町 米田慶子殿から
夫末松様の香典返しを廃して
(利尻町社会福祉協議会)

お誕生おめでとう
いっさいます



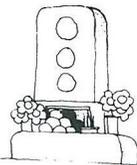
戸籍の づいぎき

いつまでも
お幸せに

自 1月10日
至 2月16日

氏名 住所
藤井 司 一神磯
米谷幸江

おくやみ
申し上げます



ご厚意に
感謝します



行政 相談

―(役所への苦情 意見を承ります)―

- ◇早く処理してもらいたい
- ◇処理に納得できない
- ◇不親切なめにあつた
- ◇手続きがわからない
- ◇など役所のことでお困りの方はどんな小さなことでもお気軽にご相談下さい。親身になってお世話致します。