



ユウ

2 月号

No.119



除夜の鐘と同時に参拝で賑う北見富士神社

人口と世帯

	前月比
世帯数	1,456 (-4)
人口	6,021 (-7)
男	3,003 (-7)
女	3,018 (0)

昭和55年12月末日現在
(住民基本台帳登録人口)

主な内容

- 2. 議会だより
- 4~5. 昭和54年決算の状況
- 6~7. 昭和54年度主な事業
- 8~11. 沿岸漁業資金制度のあらまし
- 12. あなたと保健室
- 14. 税務だより
- 16. 戸籍のうごき

交通事故死ゼロ記録2月1日現在932日



議会だより

昭和五十五年度第六回利尻町議会「定例会」は、十二月十七日招集され、会期を三日間と定めたと、諸般の報告行政報告にひきつづき、補正予算案六件、条例案四件他について審議し原案どおり可決いたしました。

その内容は次のとおりです。

◎昭和五十五年度利尻町一般会計補正予算(第四号)

これは、これまでの予算額に、歳入、歳出共に九千六百五十万円を追加し、総額を二十億八百六十六万円とするものです。

歳入の主なもの、地方交付税繰入金、町税などです。

歳出の主なもの、衛生費(病院費)、総務費(総務管理費)、商工費などです。

◎昭和五十五年度利尻町簡易水道特別会計補正予算(第二号)

これは、これまでの予算額に、歳入、歳出共に四百十万円を追加し、総額を七千八百三十万とする

ものです。

歳入の主なもの、諸収入です。歳出の主なもの、施設費です。

◎昭和五十五年度利尻町国民宿舍特別会計補正予算(第一号)

これは、これまでの予算額に、歳入、歳出共に五十四万五千円を減額し、総額を一億五千三百六十六万二千円とするものです。

歳入は、営業収入の減額です。歳出は、営業費用を百四十四万五千円増額し、繰上充用金を百九十九万円減額したものです。

◎昭和五十五年度利尻町国民健康保険事業特別会計補正予算(第一号)

これは、これまでの予算額に、歳入、歳出共に三百二十万円を追加し、総額を二億二千九百四十五万三千円とするものです。

歳入は、国庫支出金、繰越金です。歳出は、総務費、諸支出金です。

これは、これまでの予算額のうち、収益的収入に百九万七千円を追加し総額二億六千五百六十四万三千円とし、収益的支出に三十一万七千円を追加し総額二億五千五百三十七万二千円とするものです。

又、資本的収入の予定額より九十三万四千円を減額し総額六千四百九十二万五千円とし、資本的支出の予定額より八十四万五千円を減額、総額六千六百四十四万四千円とするものです。

◎昭和五十五年度利尻町国民健康保険施設事業会計補正予算(第二号)

これは、これまでの業務の予定量に二万三千立方メートルを追加し、生産量を十二万立方メートルと共、収益的収入に八千四十六万六千円を追加し、総額四億七千五百六十二万四千円追加し、総額四億二千六百三十六万九千円とするものです。

又、資本的支出の予定額に二千九百三十三万五千円を追加し総額一億二千四百九十二万八千円とするものです。

◎昭和五十五年度利尻町砕石事業会計補正予算(第二号)

これは、人事院が給与の改善について行なった勧告に準じて、職員給与に関する条例のうち、給与、扶養手当、通勤手当、寒冷地手当が改正されました。

◎利尻町職員の給与に関する条例の一部を改良する条例

これは、人事院が給与の改善について行なった勧告に準じて、職員給与に関する条例のうち、給与、扶養手当、通勤手当、寒冷地手当が改正されました。

◎特別職の給与に関する条例の一部を改正する条例

この条例は、特別職の給与に関する条例のうち、寒冷地手当が改

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

正されました。

◎利尻町教育委員会教育長の給与及び勤務時間等に関する条例の一部を改正する条例

この条例は、利尻町教育委員会教育長の給与及び勤務時間等に関する条例のうち、寒冷地手当が改正されました。

◎退職料、退職給与金、遺族扶材料条例の臨時特例に関する条例

これは、現に受ける遺族扶材料の基礎となる仮定給料年額を現在の給与水準に改定したものです。

旧 俸	仮定給料年額
月額一、五〇〇円	四、三三、三〇〇円

◎利尻島総合医療センター設置促進委員会委員の委嘱について

これは、利尻島総合医療センター設置促進委員会条例第二条第二項の規定によって、議会の同意を得、次の方が委嘱されました。

住 所	氏 名	生年月日
利尻町杓形字富士見町	谷口 稔	大正五年一〇月二〇日
利尻町杓形字日出町	大塚金治郎	大正六年三月一日
利尻町仙法志字本町	原崎 竹治	大正二年一〇月二九日

◎昭和五十四年度利尻町各会計歳入歳出決算の認定について

これは、次の昭和五十四年度利尻町各会計歳入歳出決算を、地方自治法の規定により、議会の認定を求めたものです。

- 一、利尻町一般会計
- 一、利尻町簡易水道特別会計
- 一、利尻町国民宿舎特別会計
- 一、利尻町国民健康保険事業特別会計

以上の会計決算が決算特別委員会に附託され、議員全員による決算特別委員会で審議の結果、これを認定すべきものと決定、本会議で委員長報告のとおり認定されました。(内容別掲)

◎人権擁護委員の推せんにつき意見を求めることについて

任期満了にとまないと、次の方が推せんされました。
利尻郡利尻町杓形字泉町八番地
松野 義男 七十二歳

◎専決処分した事件の承認を求めることについて

○工事請負契約の変更について
これは、昭和五十五年七月十九日議決を経た、新湊海岸線道路改良工事請負契約のうち

契約金額「三千六百万円」を、「三千六百四十五万七千円」に変更したものです。

◎選挙管理委員会委員並びに同補充員の選挙について

これは、任期満了による利尻町選挙管理委員会委員と同補充員の選挙を行い、次の方が選ばれ、承諾を得ました。

- 選挙管理委員
中原日出城 杓形字本町
木村 正一 仙法志字本町
谷永 栄一 杓形字日出町
杉田 茂 仙法志字元村
- 同補充員
伊藤 育雄 杓形字緑町
鈴木日出博 仙法志字政治
佐伯真知子 杓形字本町
高村 千ヤ 仙法志字政治

◎決議第一号

北方領土早期復帰実現に関する決議について
原案可決

尚 議事日程三日目は繰上げ閉会により休会となりました。

冬道の交通事故防止

―スピードを落とそう

車間距離は十分に

二月は、本格的な降雪と寒さが続き、吹雪等により道路環境が一段と悪くなります。

冬道は、交通事故が多いので運転者も歩行者も「すべる」ことを忘れずに、お互いに相手の身になって交通事故をふせぎましょう。

《運転者の皆さんへ》

- 冬道での整備不良車の運転は交通事故につながります。仕業点検は忘れずにしましょう。
- 車間距離は夏の二倍以上はとりましょう。
- ブレーキを踏むときは小さきみにして、止まるときは十分余裕をみて減速し、早めにブレーキを踏むようにしましょう。

●雪陰からの歩行者の飛び出しを予測して、スピードを控えて慎重に運転しましょう。



●身の安全を守るシートベルトの着用を習慣づけましょう。

●雪陰からの飛び出しや路上での遊びをやめましょう

《歩行者の皆さんへ》

- 路上でのスキー、スケート、ソリ遊びは非常に危険ですから絶対にやめましょう。
- 除雪された雪陰などから、道路上へ出るときは左右の確認を忘れずにまた、子供たちにもよく言い聞かせましょう。



昭和54年度、利尻町の一般会計はじめ、各会計の決算が、12月18日の第6回利尻町議会（定例会）で認定されました。その内容をご紹介します。

一般会計で12,745千円の黒字

入ったお金

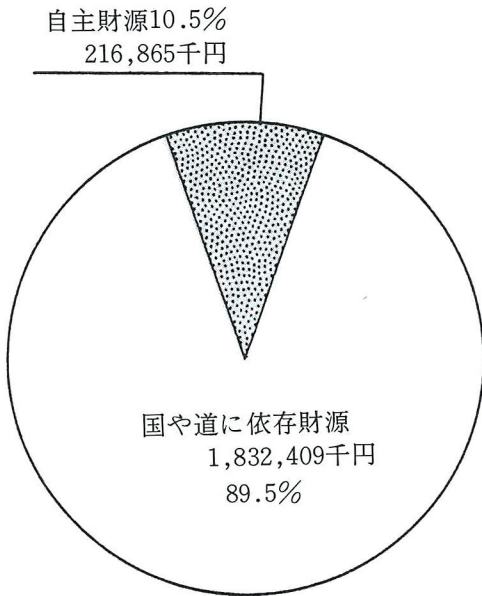
一般会計

歳入総額 2,049,274千円

歳入の状況

(単位 千円)

区 分	決 算 額	構 成 比
町 税	100,058	4.9%
地 方 譲 与 税	23,369	1.1
自動車取得税交付金	14,367	0.7
地 方 交 付 税	951,468	46.4
分担金及び負担金	—	—
使用料及び手数料	18,079	0.9
国 庫 支 出 金	174,004	8.5
道 支 出 金	154,501	7.5
財 産 収 入	11,031	0.5
寄 附 金	4,805	0.2
繰 入 金	35,000	1.7
繰 越 金	9,971	0.5
諸 収 入	37,921	1.9
町 債	514,700	25.1
計	2,049,274	100.0



昭和54年度

町 税 の 実 績

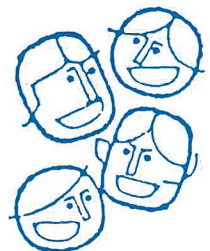
(歳入全体の4.9%)

区 分	決 算 額	構 成 比
町民税(個人分)	44,226千円	44.2%
町民税(法人分)	8,474千円	8.5%
固定資産税	27,220千円	27.2%
たばこ消費税	16,117千円	16.1%
電気ガス税	3,667千円	3.6%
軽自動車税	354千円	0.4%
合 計	100,058千円	100%

※町税を昭和55年3月末の世帯数 1,477戸、人口6,137人で割ってみますと下記図表の数字になります。

◎町税の一人当り負担

16,304円



◎町税の一世帯当たりの負担

67,744円












昭和54年度 決算の状況

＝ 目的別にみた ＝

出したお金

歳出総額 2,036,529千円

(単位 千円)

議会費 40,740  2.0%	総務費 393,418  19.3%	民生費 124,958  6.1%	衛生費 182,128  8.9%
農林水産業費 245,026  12.0%	商工費 80,353  3.9%	土木費 282,670  13.9%	消防費 88,964  4.4%
教育費 436,529  21.5%	災害復旧費 7,133  0.4%	公債費 154,610  7.6%	諸支出金 0 0%

＝ 性質別に出されたお金 ＝

(単位 千円)

科目	人件費	物件費	維持補修費	扶助費補助費	普通建設費	災害復旧費	出資投資貸付金	積立金その他	計
支出金	331,972	185,378	38,254	374,334	874,891	7,133	25,901	198,666	2,036,529
構成比	16.3	9.1	1.9	18.4	42.9	0.4	1.3	9.7	100%

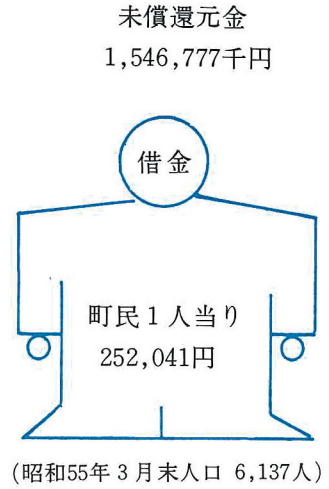
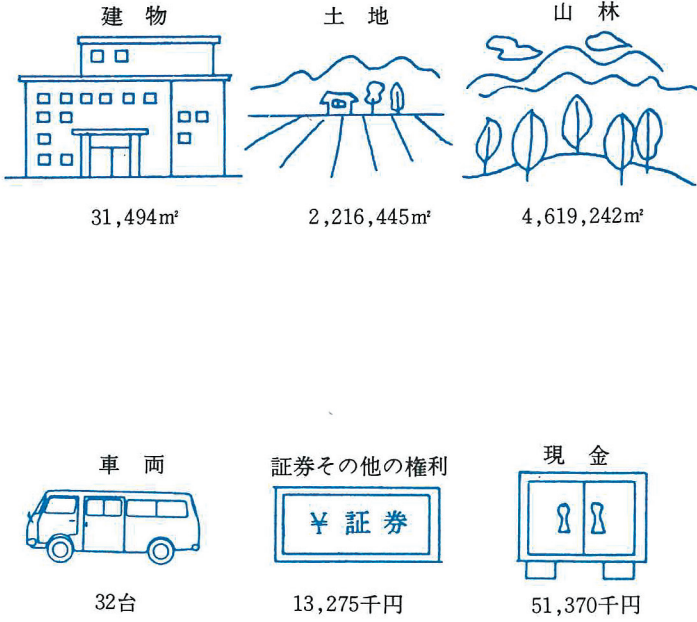
(単位 千円)

特別会計

区 分 会計別	予算額	歳入 歳出		歳入歳出 差引額
		収入済額	支出済額	
国民健康保険事業	215,094	214,575	211,223	3,351
国民健康保険診療施設事業	250,934	249,271	240,704	8,567
碎石事業会計	372,365	381,637	342,538	39,099
簡易水道事業会計	65,370	61,401	65,225	△ 3,824
国民宿舎特別会計	100,439	99,185	105,694	△ 6,509

◎町有財産の状況

◎町債の状況



- | 事業名 | 事業費(千円) |
|------------------------------|---------|
| ○町民センター増改築工事一七七、九四五 | 五、二五六 |
| ○神居第一自治会館建設費補助 | 二、九五〇 |
| ○町有林造林事業 | 五、八八〇 |
| ○小規模治山事業 | 二、三六〇 |
| (船揚場整備事業) | |
| ○富士見町 | 九、〇〇〇 |
| ○神居第一 | 八、六六〇 |
| ○久 連 | 四、六〇〇 |
| ○長 浜 | 五、〇三〇 |
| ○政 泊(宮下) | 三、五八〇 |
| ○仙法志本町 | 五、四八〇 |
| ○政 泊(ワンド) | 一、四〇〇 |
| ○沓形船揚場 | 一、三、六〇〇 |
| (水産振興対策事業) | |
| ○調査船購入事業 | 三、一、二〇〇 |
| ○栽培センター、ウニ、アワビ、人工採苗事業費補助(沓形) | 二、八六〇 |
| ○種苗センター、ウニ人工採苗事業費補助(仙法志) | 二、六、七七五 |
| ○岩礁爆破事業費補助 | 二、八六〇 |
| ○チェーン振施設設置事業費補助 | |

昭和五十四年度の主な事業

事業費二百万以上掲載



調査船りしり



町民センター

- チエーン振雑草駆除事業費補助 二、七二二
- 昆布養殖施設設置事業費補助 二六、六二五
- アワビ種苗移植放流事業費補助 六、二五〇
- 杓形冷凍工場増改修事業費補助 一九、九〇〇
- 投石事業費補助 一〇、八五〇
- 富士見地区側溝改修工事 四、一〇〇
- 杓形小学校グラウンド排水側溝改修工事 三、一〇〇
- 種富町地区流末処理工事 二、四一〇
- 泉町側溝新設工事 二、〇二〇
- 御崎漁港取付道路擁壁工事 四、九二七
- 新湊地区側溝改修工事 二、六九〇
- 仙法志本町山の上線道路改良舗装工事 三、一〇〇
- 神居糠北浜三線道路舗装工事 二、二五〇
- 神居糠北浜六線道路舗装工事 二、一五〇
- 美也古呂学校道路舗装工事 二、三五〇
- 元村山の上線舗装工事 二、八〇〇
- 天望山道路舗装工事 二、三四〇



神居糠線舗装



泉町側溝工事



チエーン振り

- 利尻登山線舗装工事 一〇、九八〇
- 新湊海岸道路改良工事 三五、三〇〇
- 市街西二条通特殊改良四種工事 一五、〇五〇
- 種屯内北浜五線特殊改良四種工事 二〇、六五〇
- 仙法志鬼脇線特殊改良四種工事 一〇、一九九
- 防雪棚設置工事 八、三五〇
- 日出町地先砂浚渫工事 四、五〇〇
- 杓形港整備管理者負担金事業 四四、二八八
- 小学校屋内体育館暖房機購入 三、二〇〇
- 新湊小学校屋内運動場新築工事 七一、九八四
- 杓中教員住宅新築工事 五、五四五
- 利尻町博物館新築工事 一五三、八九三
- 町民運動場増築工事 七、六三三
- 総合研修センター床張替工事 三、九三〇
- シサントマリ川災害復旧工事 七、一三三



博物館



新小体育館



新湊道路工事

沿岸漁業資金制度のあらまし

1 漁業近代化資金

目 的

この資金制度は漁業者に対し、水産業協同組合、農林中央金庫が行う長期かつ低利の施設資金等の融資を円滑にするために、国が道の行う利子補給等の措置に対し助成し、漁業者の資本装備の高度化を図り、経営の近代化に役立せようとする制度で、町でも別表により利子補給を行っております。

参考までですが、昭和55年中（1月～12月）の近代化資金を利用した方は131件で貸出資金額は74,730千円で本年末の融資残高は234,810千円となっております。

また、資金の種類及び貸付限度額等については別表のとおりです。

漁業近代化資金（利子補給）関係一覧表（個人施設）

資金区分	資 金 の 種 類	基 準 金 利	利子補給率		貸付利率 (未端金利)	償還期限	据置 期間	摘 要
			道	町				
1号資金	総トン数20トン未満の漁船の改造、建造又は取得に要する資金	9.5%	3%	1%	5.5%	12年	2年	
	総トン数20トン以上70トン未満の漁船の改造、建造又は取得に要する資金（農林大臣が漁業種類を指定して70トンを超えるトン数を定めたときは、そのトン数未満のもの）	9.5	2.5	1	6.0	木 船6 機器取得5	2	
特認資金	漁船取得資金	程度 10.0	—	2	8.0	金融機関が 承認した期間	同左	
2号資金	漁船漁具保管修理施設、漁業用資材保管施設、漁船用油水分給施設、養殖池、蓄養池、水産種苗生産施設、養殖用作業舎、水産物処理施設、水産物保蔵施設、水産物加工施設、製氷冷凍施設、水産物等運搬施設又は漁業用通信施設の改良、造成又は取得に要する資金（1号、3号、4号資金を除く。）	9.5	3	1	5.5	12	3	
3号資金	漁場改良造成用機具、漁船用油水分給用機具、水産種苗生産用機具、養殖用餌料調製供給用機具、養殖用肥料薬剤施用機具、養殖水産物収穫用機具又は水産物等運搬用機具の取得に要する資金	9.5	3	1	5.5	7	2	
4号資金	漁具、又は養殖いかだその他養殖施設（はえなわ式、仕切網、ひび建、浮流式のり及び小割式の養殖施設）の取得に要する資金	9.5	3	1	5.5	5	2	
5号資金	指定水産動植物の種苗の購入又は育成に要する資金	9.5	3	1	5.5	5	2	
6号資金	有線放送施設、有線放送電話施設、漁船船員臨時宿泊施設、漁業者研修施設、集会施設、託児施設、診療施設又は水道施設の改良、造成又は取得に要する資金（共同利用施設に限る）	—	—	—	—	—	—	共同利用施設
7号資金	漁場改良造成施設の改良、造成又は取得に要する資金、共同利用に供する船舶の改造、建造又は取得に要する資金	9.5	3	1	5.5	12	2	

2 沿岸漁業構造改善事業推進資金

この資金制度は昭和54年度地域指定を受けた地域沿岸漁業構造改善事業に係る単独融資事業で昭和56年度利尻町の融資枠は73,340千円となっております。

単 独 融 資 事 業

<p>融資の対象となる事業</p>	<p>「第2次沿岸漁業構造改善事業促進対策要綱」(昭和45年12月12日45水漁第8089号、農林事務次官通達)「地域沿岸漁業構造改善事業実施要領」(昭和54年6月27日、54水振第1834号農林水産事務次官通達)に定める「沿岸漁業構造改善計画」に基づく次の事業。</p> <p>1 漁 船……総トン数20トン未満の漁船(船体・機関・ぎ装)の建造・取得または改造および発電機・無線機・魚群探知機・膨脹型救命筏等の総トン数20トン未満漁船用の機器の設置</p> <p>2 漁 具……漁網網(漁網網と一体となって漁具を構成する浮子、沈子、オッターボード等を含む)及び漁場に敷設する漁網網以外の漁具 漁船漁業の漁具は数トン数20トン未満(複船経営にあつては、主船トン数)の漁船で営む漁業に使用するものに限る。</p> <p>3 漁場改良造成施設</p> <p>4 海面養殖施設……養殖用筏設備(つり籠および母貝を含む)・養殖池・蕃養池・養殖作業用船舶・作業場・給餌施設・処理加工施設・人工採苗施設・倉庫・運搬船等</p> <p>5 漁船漁業用施設……水産物処理加工施設・倉庫・染網施設・作業場等</p> <p>6 漁業生産環境施設……水産廃棄物処理施設・漁業近代化施設関連道・駐車施設・漁村環境改善総合センター・漁村広場施設・生活廃棄物処理施設・生活安全保護施設・情報連絡施設・簡易給水施設</p>
<p>融資を受ける資格</p>	<p>沿岸漁業を営む個人 沿岸漁業を営む協業法人 指定中小漁業者</p> <p>注1 協業法人とは、漁業生産組合、合名会社、合資会社、有限会社ですが、その構成員について、沿岸漁業を営む者または、これに従事する者が過半を占めることなどの制限があります。</p> <p>注2 指定中小漁業者とは、総トン数10トン以上20トン未満(複船経営にあつては、主船トン数)の漁船を使用して漁業を営む者をいいます。</p>
<p>利率(年利)</p>	<p>3.5%</p>
<p>償 還 期 間</p>	<p>15年以内(3年以内の据置期間を含みます。)</p>
<p>融 資 限 度</p>	<p><最高限度> 1 融資対象事業費×0.8 2 個人 1,800万円 法人 3,600万円 } いずれか低い額</p> <p><最低限度> 1件あたり 10万円</p>

3 沿岸漁業改善資金

制 度 の 目 的

昭和54年から新しくスタートした沿岸漁業改善資金は、200海里時代における沿岸漁業振興策の一つとして、沿岸漁業者等が、操業の省力化・安全の確保、新技術の導入・習得、漁家生活の改善、漁業経営の自立等をするために必要な資金を無利子で貸し、漁業経営の健全化、生産力の増大及び福祉の向上に役立せようとする制度です。

制 度 の 内 容

1 貸付けの対象となる漁業

- (1) 10歳未満の漁船を使用し、又は漁船を使用しないで行う漁業
- (2) 定置漁業
- (3) 養殖漁業

(以上の漁業を、この制度では沿岸漁業といいます。)

2 貸付けの対象者

- (1) 沿岸漁業の従事者（沿岸漁業を営む個人及び沿岸漁業に従業する者）
- (2) 沿岸漁業の従事者が組織する団体
- (3) 常時使用する従事者が20人以下の沿岸漁業を営む会社

3 資金の種類・貸付限度額等

別表のとおりです。

沿岸漁業改善資金の種類・貸付限度額等

資金の種類		貸付けの内容	貸付限度額		償還期間	据置期間
			千円	千円		
経 営 等 改 善 資 金	操船作業省力化 機器等設置資金	自動操だ装置設置費用	1台 1,000	2,400	7年以内	1年以内
		遠隔操縦装置 "	1台 500			
		可変ピッチプロペラ "	1台 1,500			
	漁ろう作業省力 化機器等設置資 金	動力式つり機設置費用	1セット800	2,200	7年以内	1年以内
		ラインホーラー等揚縄機設置費用	1台 600			
		ネットホーラー等揚網機 "	1台 600			
		動力式網さばき機	1台 700			
補機関等駆動機 器等設置資金	補機関設置費用	1台 4,000	4,000	7年以内	1年以内	
	油圧装置 "	1台 1,000				
燃料油消費節減 機器等設置資金	低燃費機関の設置に要する費用 定速装置の設置に要する費用		4,000	7年以内	1年以内	
新養殖技術導入 資金	養殖施設設置費用 種苗購入費又は生産費用 餌料購入費用		4,000	4年以内	2年以内	
乗組員安全機器 等設置資金	転落防止用手すり設置費用 すべり止め設置費用 安全カバー装置設置費用 歩み板設置費用		500	5年以内	1年以内	
救命消防設備購 入資金	救命胴衣購入費用 救命浮環又は救命浮輪購入費用 信号紅炎購入費用 消火器購入費用		100	2年以内	—	

	漁船転覆防止機器等設置資金	漁獲物横移動防止装置設置費用 甲板口コーミング設置費用 甲板口閉鎖装置費用 甲板下魚そう設置費用	300 300 300 1,000	1,000	5年以内	1年以内
	漁船衝突防止機器等購入等資金	レーダー反射器の購入又は設置費用 無線電話設置費用 音響信号設備設置費用		400	5年以内	—
	漁具損壊防止機器等購入資金	漁具の標識購入費用	個人 → 700 団体、会社 → 1,300		5年以内	—
生活改善資金	生活合理化設備資金	し尿浄化装置又は改良便そう設備資材購入費用		300	3年以内	—
		自家用給排水施設設置資材購入費用		100	2年以内	—
		太陽熱利用温水装置設置資材購入費用		100	2年以内	—
ごみ焼却設備の設置資材購入費用			80	2年以内	—	
	住居利用方式改善資金	居室の改善費用 炊事施設の改造費用 衛生施設の改造費用 家事室の改造費用		800	5年以内	—
金	高齢者活動資金	機器等（漁船用機器、漁具、養殖施設、加工用機器等）の設置に要する費用 前項の機器等を使用して行う生産活動に要する費用（種苗費、餌料費、加工用原材料費、資材費等）	1 団体	800	3年以内	—
後継者等養成資金	研修教育資金	研修受講費用（旅費、教材費、視察費等）	国内研修150 国外研修500	650	3年以内 5年以内	1年以内 1年以内
	漁業経営開始資金	10歳未満の漁船を使用し、又は使用しないで行う漁業又は定置漁業の経営開始費用（漁船の建造、購入費用を除く） 養殖業漁の経営開始費用（土地の購入費用、漁船の建造、購入費用を除く）		3,200	7年以内 4年以内	1年以内 2年以内

以上沿岸漁業の資金制度について説明しましたが、融資枠等の規制もあり申込みしても借り受け出来ないこともあります。

又、申し込みについては沓形、仙法志漁協信用部にて行っておりますので申し添えます。

水産課水産係

あなたと保健室

食物繊維

最近、新聞や雑誌で時々みられるようになった言葉に「ダイエターリー・ファイバー（食物繊維）」というものがありません。皆さんも目にして、さて、これはどういうものだろうかと思われた事もあると思います。そこで、今話題のこの物質について少し学習してみましよう。

食物繊維とは

繊維というと、長ネギや白菜などにある、細くて長いスジのようなものを想像されると思いますがここで話す繊維は少し意味が違います。植物の中で人の胃、腸などの消化管内の消化液で消化されることのない物質を食物繊維といいます。

食物繊維は、なぜ必要か

白米や白パンの糖質を食べて、動物性のタンパク質、脂肪を好んで食べるという食生活では、どうして不足しがちになるのが食物繊維です。

食物繊維が不足すると成人病の

発症要因になることは、欧米諸国

で証明済みで、糖尿病、肥満、血液脂質異常などの代謝性疾患に密接な関連をもっています。その他便秘、大腸憩室症、大腸ガン、胆石などの消化器疾患をも多発させることが明らかにされています。

昔は穀類や野菜に含まれる繊維は、便通をよくする程度の効果しか考えられていませんでしたが、現在では各種疾病異常と、密接な関連があると言われています。

食物繊維の摂取の現状

一日を通じて普通の食事を食べていると、食物繊維の量はおよそ15g、19gは摂っているようです。表一は、19gの食事内容です。これを諸外国と比較してみると、およそ開発途上国の1/2以下。西欧諸国の3倍位。しかし、日本でも昔から比べると摂取量が落ちてきていますし、穀物類の精白技術も進んできているので、現状以下に食物繊維が落ちないように気をつけなければなりません。現に糖尿病、高コレステロール血症、大腸ガン等の病気が年々増えてきて

ているのですから。

食品の食物繊維含有量

実際に食物の中に、どれ位の食物繊維が含まれているか表二に書いてみました。皆さんの食事ではどの位の食物繊維を摂っているか調べてみましょう。

次回から食物繊維と糖尿病、コレステロール代謝等について書いてみたいと思います。

保健婦 平野・記



表2 食品の100g中食物繊維含有量

食品名	g	食品名	g
りんご果肉	1.33	みかん果肉	0.94
さやいんげん	1.28	大根	0.89
人参	1.16	トマト	0.86
キャベツ	1.12	白菜	0.84
なす	1.11	玉ネギ	0.80
ピーマン	1.10	きゅうり	0.64
長ねぎ	0.99	ひじき	41.0
レタス	0.95	わかめ	21.0
ほうれんそう	1.70	皮むきじゃがいも	0.5
かぼちゃ	1.70		

表1

	献立名	主材料名	食物繊維量(g)
朝食	ご飯 大根のみそ汁 さつま揚げの素焼き にら入りいり卵 一夜づけ	米 大根、みそ、(他) さつま揚げ にら、卵(調味料) 大根、しその実(調味料)	4.11
昼食	ご飯 白身魚フライ タルタルソース せん切りキャベツ ほうれん草と油揚げ じゃが芋の甘辛煮 りんご	米 メルルーサ、パン粉、小麦粉、卵、(調味料) 玉ねぎ、パセリ、セロリ、マヨネーズ、卵 キャベツ、にんじん ほうれん草、油揚げ、みそ じゃが芋(調味料) りんご	9.06
夕食	五目とり飯 すまし汁 酢みそあえ 甘夏みかん 落花生	米、とり肉、にんじん、干ししいたけ、ごぼう、油揚げ、しょうが汁(調味料) ほうれん草、うずら卵、板麩、(他) キャベツ、にんじん、きゅうり わかめ、みそ、(他) 甘夏みかん 落花生	6.32

国民健康保険高額療養費貸付制度 についてお知らせ

国民健康保険加入者で、医療費が高額なため、医療機関への一部負担金の支払が困難な方々にに対し、安心して適切な医療が受けられるよう必要な資金を貸付する高額療養費貸付事業を北海道国民健康保険団体連合会が、昭和五十三年十月より行っており、その内容は次のようになっています。

※ 貸付対象者
国民健康保険加入者で高額療養費の支給を受けることができる世帯

とど駆除事業の実施について

当地区の沿岸に例年とどが出現し、これによる各種魚族資源の食害並びに漁網具に対する被害が発生し、漁業生産を阻害している処であり、これが被害を最小限に防除し、沿岸漁業の振興と漁家経済の安定を期するため、本年も次によりとど駆除事業を実施することになりました。つきましては駆除実施期間中のり、ふのり等採取に海岸に出られる方々については、沖合船上より陸岸に出現すると

帯主のうち次に該当する方

- 所得税が課税されない世帯
- その他、医療費が著しく高額である等特別な理由がある方

※ 貸付額
高額療養費支給見込額の九十%以内、ただし、その金額が一万円以上であること。

※ 貸付利息 無利息

※ 償還時期及び方法
高額療養費のうち貸付を受けた額の受給を国保団体連合会理事長に委任することにより償還する。

※ 資金の使途

医療費の一部負担金支払資金

※ 貸付手続
貸付申込みは、役場で受付ます
手続に必要なもの

※ 貸付方法
貸付申請は、町を経由して、国保団体連合会に対して行われ、貸付決定がなされると直に借入者が指定する金融機関口座に振り込まれます。

この制度を利用されたい方は、民生課保係係へ連絡してください。

へ猟銃を発砲する場合がありますので、駆除船の動向を確認の上災害が発生しない様充分御留意願います。又身体に着用する服装は、なるべく黒地系統の物でなく、目につきやすい色の服装を着用して下さい。

記

- 一、駆除実施期間 十二月二十一日から三月二十日まで
 - 一、駆除実施漁船 廣朔丸(二・七八屯)
- 作業の時は、町旗(赤旗)を掲げています。

(水産課水産係)



郵便局からのお知らせ

◎ 進学資金のご準備は進学積立貯金で

最近、家計に占める教育費の割合が増加していると言われますが、お子さまの進学資金のご準備は、お済みでしょうか。

郵便局では、進学の際に必要な資金を、確実にしかも容易にご準備いただくため、進学積立貯金のお取扱いをしております。

この進学積立貯金は、毎月一定の金額を進学時期に合わせて、一年から三年にわたって積み立て、いただき、積立てが終わりますと、積立金額と同額まで貸付を受けることのできる貯金です。

お子さまの希望あふれる明日へのご計画に、是非お役立てください。

◎ 明るいくらしの設計

簡易保険新加入運動

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。

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、多くの方が生活設計に關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、皆様に対して生活設計の必要性と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。

この機会に、ご家庭の豊かな明るい暮らしづくりのプランに、郵便局の簡易保険をお加えください。

!!ご家庭に郵便受箱を!!

大切な郵便物を保護するため、郵便受箱をお付けください。郵便受箱は、なるべく郵便局からお勧めしている、標準規格のものをお付けくださるようお願いいたします。

なお、同姓や、お子様あての郵便物などは、誤配達の原因になりますので、郵便受箱や表札には、ご家族全員の名前をお書きくださるようお願いいたします。

◎ 毎月二十三日は「ふみの日」
出稼の方へふるさと便りを出しましょう。

税務だより

所得税法並びに地方税法の規定に基づき、毎年2月16日から3月15日までを法定申告期間として全国一斉に申告事務、納税相談が行われます。

当町においても、次の日程により各自治会、各納税貯蓄組合へ税務職員が参りまして、申告受付事務納税相談を実施いたしますので当日は最寄りの会場へ必ずおおいでのうえ、申告を済まされますようお願いいたします。

この申告は、必ず期限内に申告をしなければならぬ規定であり無申告や期間が遅れると特典控除が認められなくなり、罰則を受ける事になります。

主人が出稼に出て留守の方でも配偶者や責任者の方は是非おいで下さい。

どうしても申告の出来ない方は申告書を主人に送って書いてもらって期間内に役場税務係に提出願います。なお、申告書用紙は当日会場で配付いたしますので当日は、次の書類を必ず御持参下さい。

(1) 漁業者の方は、販売物の精算書並びに油代や船外機、漁道具類

昭和56年度、町道民税申告受付相談日程表 (所得税・事業税)

香 形 地 区

受付巡回月	受付時間・場所	受付時間・場所
2月16日	栄浜地区 13:30~16:00	栄浜自治会館
17日	新湊4地区 9:30~12:30 新湊自治会館	新湊3地区 13:30~16:00 新湊自治会館
18日	新湊2地区 9:30~12:00 新湊自治会館	新湊1地区 13:30~16:00 新湊自治会館
19日	種富町3地区 9:30~12:00 小玉好己宅	種富町2地区 13:30~16:00 後藤吉春宅
20日	種富町1地区 9:30~12:00 伊藤栄作宅	日出町2地区 13:30~16:00 保健福祉館
21日	日出町1地区 9:30~12:00 保健福祉館	
23日	緑町2地区 9:30~12:00 保健福祉館	緑町1地区 13:30~16:00 保健福祉館
24日	富士見町・港地区 9:30~16:00	営業者相談 商工会館
25日	本町地区一円 9:30~16:00	所得税相談 商工会館
26日	泉町1,2地区 9:30~12:00 泉町自治会館	泉町3,4地区 13:30~16:00 泉町自治会館
27日	神居1地区 9:30~12:00 神居1自治会館	神居2地区 13:30~16:00 神居2自治会館
28日	蘭泊地区 9:30~12:00 蘭泊自治会館	
3月2日	香形地区一円 (当日部落で申告できなかった方) 9:30~16:00 保健福祉館	

仙 法 志 地 区

受付巡回月	受付時間・場所	受付時間・場所
3月3日	久連地区 9:30~12:00 久連自治会館	長浜地区 13:30~16:00 長浜自治会館
4日	神磯地区 9:30~12:00 神磯自治会館	政治地区 13:30~16:00 政治自治会館
5日	御崎地区 9:30~12:00 御崎自治会館	元村地区 13:30~16:00 元村自治会館
6日	仙法志本町地区一円 9:30~16:00	営業者申告相談 公民館
7日	当日部落で申告できなかった方 9:30~12:00 公民館	

(2) の買入れ修繕等の領収書
の明細書等
の領収書、雑損控除該当者はその診療等の領収書、雑損控除該当者はその明細書並びに見積金額書等

(3) 印鑑及び国民健康保険証
(4) 生命保険掛金の領収書又は、その証明書、火災保険の領収書、

(5) 出稼者等給与所得のある方は、会社からの源泉徴収票

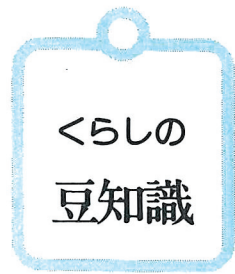
★ 申告書の提出期限は

3月15日です。





- 1日 NHK本放送開始 (昭28)
- 2日 日航、国際線開設 (昭29)
- 3日 節分、豆まき
- 4日 全日空機東京湾に墜落 (昭41)
- 5日 造幣局開設 (明1)
- 6日 八幡製鉄所の設置 (明30)
- 9日 日本プロ野球第一戦巨人対金鯱との間で行われた (昭11)
- 10日 裁判所構成法公布、司法権の独立(明23)
- 11日 帝国憲法発布 (明22)
文化勲章令公布施行 (昭12)
- 12日 ソ連人工衛星から金星ロケット発射に成功 (昭36)
- 13日 地方公務員法施行 (昭26)
- 14日 バレンタイン・デー
中ソ友好同盟相互援助条約調印 (昭25)
- 15日 西南戦争始まる (明10)
- 16日 カストロ、キューバ首相就任 (昭34)
- 18日 東京、長崎間の電信線完成 (明6)
- 20日 第一回普通選挙施行 (昭3)
ソ連樺太・千島の正式領有を布告(昭21)
- 21日 日本最初の日刊紙「東京日日新聞」創刊 (明5)
- 23日 石橋道相、病気のため在任62日間で内閣総辞職 (昭32)
- 24日 日本社会党結成 (明39)
- 25日 新・旧円の交換 (昭21)
- 26日 西独、再軍備法案可決 (昭29)
- 28日 全国火災予防運動
吉田石松老に無罪の判決 (昭38)



学習機の選び方

小学校入学シーズンの前に、学習機が各種出そろっています。付属品つきのスチール製に代わって、この数年はシンプルで手ざわりも柔らかく、あきがこない木製タイプが主流になっているよ

です。子供の成長に合わせて、机とイスの高さを調節できるものがほとんどです。
現在市販されているものは、机が四〜五万、イスが一万円前後だそうです。かなり値が張る上に長い間使うものですから、できれば各社のカタログを集めて、見くらべてみましょう。
昔ながらの平机では、本立てをのせたスペース節約型、片側を本だなに組み込んだ家具風など。寸法は大小あるので、置き場所を計っておくことです。

選ぶコツは、まず、大すじのところは、親の意志で選ぶこと、机もイスの高さの調節が何段階か、その操作は楽かどうかを調べます。子供は、小学一年から六年の間に座高が平均十七センチ伸びるといわれます。上下の調節は、机の場合は天板を金属ネジで調節する方式がほとんどですが、安全性、機能性、情緒安定性といういろいろ考えて選んだものの、多くの親は、後での上下の調節を忘れている例が多いということです。シンプルでしっかりした平机で、調節段階の多いものを選んで、中、高校まで大切に使うという考え方もあります。



交通事故死^{ゼロ}目標1,000日

達成日 昭和56年 4月10日

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



自12月1日
至12月31日

このたび次の方から愛情銀行に金一封が預託されましたので、紙上を借りてお礼申し上げます。

沓形字本町 沓形商店会様から
寄付金として

沓形字種富町 阿保 絃様から

夫淳一様の香典返しを廃して

仙法志字政治 駒井十一郎様から

妻マツ様の病氣見舞返しを廃し

小樽市 松竹中劇池田純一様から

巡回映画会利益金の一部を

仙法志字長浜 加藤世恵子様から

病氣見舞返しを廃して

沓形字神居 古川勝也様から

父恵治様の香典返しを廃して

母サト様の香典返しを廃して

(利尻町社会福祉協議会)

行政相談員

利尻町沓形字富士見町

荒木 健三 〇四一〇一八



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

◇不親切なめにあった

◇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。

○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、一般許可のほかに国鉄、電々、専売等のことについての相談。

○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答、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。

○旅行等で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。



道夫一家 工藤 直樹



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。