



10

月号

No.163



老会祝賀会場にて (いつまでもお元気で)

人口と世帯

世帯数	1,434	(+3)
人口	5,602	(+7)
男	2,818	(+1)
女	2,784	(+6)

昭和59年8月末日現在
(住民基本台帳登録人口)

おもしろな内容

- 2 ……10月7日北海道議会議員補欠選挙の投票日です
- 3 ……目で見る国民年金
- 4 ……利尻町長寿者番付
- 5 ……赤い羽根共同募金
- 6 ……シートベルトの知識
- 7 ……病院だより
- 8 ……りしりの博物誌
- 9 ……長生き祝う敬老会
- 10 ……郵便局だより
- 11 ……利尻町チーム3年連続総合優勝かざる
- 12 ……戸籍のうごき

交通事故死ゼロ記録10月1日現在1111日

10月7日

宗谷支庁所管区域
北海道議会議員補欠

選挙の
投票日です



- 入場券は、届きましたかお確め下さい。
- 投票日には入場券を忘れずにご持参下さい。



十月七日は、宗谷支庁所管区域北海道議会議員補欠選挙の投票日です。あなたの清き一票をむだにしない明るく正しい選挙で、道政をまかせせる人を選びましょう。



投票日に不在の方 は不在者投票

不在者投票の期間は、告示日(九月二十八日)から投票日の前日(十月六日)まで、毎日(土・日、祝祭日も含む)午前八時半から午後五時までです。

不在者投票の場所は、役場(和室)及び仙法志支所です。

なお、不在者投票をしようとする方は、不在者投票に必要な手続用紙を、町選挙管理委員会事務局で用意していますので、印カンを忘れずに持参して下さい。

当日の投票は朝七時から

町内九ヶ所です。

投票日(十月七日)は、午前七時から町内九ヶ所です。

投票所の閉鎖時間は午後六時です。

投票所をまちがわないで

入場券に投票の場所を書いてありますので必ず決められた投票所で投票して下さい。もしまちがって別な投票所へ行っても投票できませんのでご注意下さい。

花火を打上げます

投票日には、投票開始時間と午後五時の二回花火を打上げます。

問い合わせは町選挙管理委員会へ

不明な点、ご相談は町選挙管理委員会事務局まで(役場(四)―三二二三番 支所五―一〇一―番)

字を書けなくても投票できます

なだのいう候補者名を投票用紙に書いてくれます。投票の秘密は絶対に守られます。安心して投票して下さい。

利尻町選挙管理委員会
利尻町明るい選挙推進協議会



寄附禁止

選挙にまつわる贈物は許されません。

政治家や候補者等が選挙区内の人に金品を贈ることは、公職選挙法で禁止されています。

お慶暮、結婚祝い、出産祝いに金品を贈ること、町内会の集會に飲物、弁当などを差し入れることは許されません。

帰省や旅行する人に品物やせん別を贈ること、開店祝いの花輪やお葬式の香典などを贈ることは許されません。

また、有権者の方からそれを求めたり、受け取ることもルール違反です。選挙が先のことだと思い忘れがち、厳しい目でみつめましょう。

日ごろから、心がけましょう、きれいな選挙。

年金でさわやかな老後を。



●世界の長寿国 資料:国連人口年鑑81年版などによる

平均寿命	男	74歳	女	79歳	□女□男
フランス (1977)	77.85				
アメリカ(白人) (1980)	78.10				
スウェーデン (1980)	78.81				
アイスランド (1979~80)	79.70				
日本 (1982)	74.22				

日本人の平均寿命は大幅にのび、老後をおくる期間が大変長くなっています。そのため、長い老後を安心して暮らすうえで、年金の果す役割が重要になっています。

●国民年金に必ず加入しなければならない
農林漁業・商業などの自営業の人



●こんなときには届出を

過去に会社などに勤め、厚生年金などに加入していたことがあるとき、あるいは、今後、会社などに勤め、厚生年金などに加入することになったときは、市(区)役所または町村役場の国民年金係に届出をしてください。

厚生年金保険

船員保険



共済組合



目で見ると 国民年金

国民年金の保険料は決して高くはありません。

月額 **6,220円**

1日たばこ1個分でああなたの年金はOK!!



●A子さんは

私は洋裁学校に通っています。20歳になったので国民年金に加入しました。成人としての当然の義務だと思っています。



20歳から59歳までの人は必ず国民年金に加入することになります。

●自営業Bさんは

私は商売をしているので、年金なんか必要ないと思っていました。

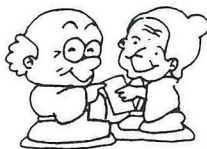
でも、将来のことを考え老後の生活設計として妻といっしょに国民年金に入りました。もっと早く気がつけばよかったと思います。



●こんなとき年金が受けられます。

老齢年金

保険料を25歳以上納めた人が65歳になったとき。



●脱サラC君は

サラリーマンをやめて商売をはじめました。国民年金に加入し厚生年金の期間と合わせて25年以上になると両方から年金がでることので安心しました。



自営業の方は夫婦で国民年金に必ず加入することになります。

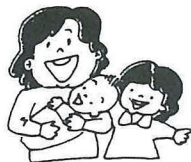
障害年金

病気やけがで障害者となったとき



母子年金

生計の中心である夫をなくし、妻が18歳未満の子供と暮しているとき。



●保険料の免除制度もあります。

収入が少ない人には保険料が免除される制度があります。

会社をやめたら国民年金に加入することになります。



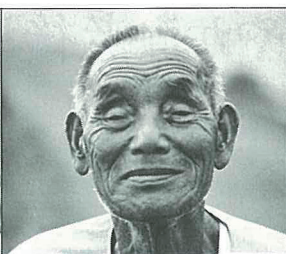
※国民年金についてのご相談・お問合せは、国民年金係が仙法志支所におたずねください。



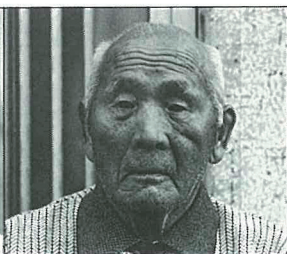
柴田フミ
富士見町(94歳)



桧森キエ
御崎(95歳)



巖家栄松
仙本町(97歳)



安達藤吉
日出町(94歳)

東

西

横綱	御崎	柴田	元村	久連	泉	神居	神居	元村	八講	米脇	ヨノ	上木	シノ	能登	ヨシエ
前頭	久連	成田	益田	山本	安宅	柴田	フミ	キエ	前頭	久連	新湊	泉	神居	元村	能登
御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎
87	87	88	88	89	89	90	91	91	91	92	92	93	94	95	95
前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭
緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑
吉田	佐藤	牧野	伊藤	磯	本	日出	種	熊	児	墨	谷	鉄	蔵	貞	吉
87	87	88	88	89	89	90	90	91	91	92	92	93	94	95	95
前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭
緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑
85	85	85	85	85	86	86	86	86	86	87	87	87	87	87	87
前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭
元	元	元	元	元	元	元	元	元	元	元	元	元	元	元	元
82	83	83	83	83	83	84	84	84	84	84	84	84	84	85	85

利尻町長寿者番付

(59.9.1) 現在

おじいちゃん、おばあちゃん
いつまでもお元気で

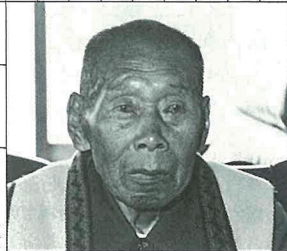
◎年齢は数え年82歳
以上の方を対象に
しました。

横綱	御崎	柴田	元村	久連	泉	神居	神居	元村	八講	米脇	ヨノ	上木	シノ	能登	ヨシエ
前頭	久連	成田	益田	山本	安宅	柴田	フミ	キエ	前頭	久連	新湊	泉	神居	元村	能登
御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎	御崎
87	87	88	88	89	89	90	91	91	91	92	92	93	94	95	95
前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭
緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑
吉田	佐藤	牧野	伊藤	磯	本	日出	種	熊	児	墨	谷	鉄	蔵	貞	吉
87	87	88	88	89	89	90	90	91	91	92	92	93	94	95	95
前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭
緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑	緑
85	85	85	85	85	86	86	86	86	86	87	87	87	87	87	87
前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭	前頭
元	元	元	元	元	元	元	元	元	元	元	元	元	元	元	元
82	83	83	83	83	83	84	84	84	84	84	84	84	84	85	85



安宅すみ
元村(93歳)

前頭	元村	能登	ヨシエ
久連	新湊	泉	神居
古屋	萬屋	石塚	吉田
イト	キヨ	サダ	ナツ
82	82	82	82



草間源次郎
久連(92歳)

交通 安全



輸送繁忙期の交通安全運動

交通安全運動

- ①歩行者、特に子供・老人の交通事故防止
 - ②過労・過積載運転の追放
 - ③飲酒運転の絶滅
 - ④早め点燈の励行とシートベルト着用の推進
- 期間 10月22日～10月31日

(1)歩行者、特に子供・老人の交通事故防止

・子供や老人を見かけたら徐行するなど保護に努める。
 ・母親が手本を示し、「とび出しをしないこと」や「正しい横断の方法」をわかりやすく子供に教える。
 ・学校などから帰宅後の安全確保に気をくばる。

(2)過労・過積載運転の追放

・過労運転・過積載・スピード違反などを誘発させるような無理な運行計画をたてない。
 ・「ゆとり」「ゆずりあい」「思いやり」の運転を励行するよう呼びかける。

(3)飲酒運転の絶滅

「乗るなら、飲ませない」
 「飲んだら、乗らない」
 「乗る人に、飲ませない」
 ・飲酒運転、無謀運転を皆んなで追放する。
 ・酒を飲んだ家族や来客には、絶対に運転をさせない。

(4)早め点燈の励行とシートベルト着用の推進

・薄暮時の事故防止のため、早め点燈を励行するよう呼びかける。
 ・シートベルトの着用率の向上を図るため、現在「シートベルト着用促進特別計画」を推進中であるが、各種会合等、あらゆる機会を通じてシートベルト着用効果の啓発と正しい着用について指導を行うとともに、効果的な広報活動を推進する。

今、締めよう

シートベルトと心の綱を誓います

北の街から事故死ゼロ

共同募金運動

やさしさを隣人に

赤い羽根共同募金

十月一日から十二月三十一日迄、赤い羽根の共同募金運動が始まります。

たすけあいの心——お互いに困ったときはたすけあい、住みよい地域社会をつくるため活動に進んで参加しよう——という一人ひとりのやさしさと、たすけあいの心を表したものが、それが赤い羽根です。

てられています。ちなみに、昨年は全国で二百五億円に上る寄付金が集まりました。
 みんなそろってしあわせにと、あたたかな心を持ちよる国民たすけあいの姿それが共同募金運動です。みんなでこの運動に協力いたしましょう。

まごころありがとう



1984 北海道共同募金会

仙法志警察官

駐在所改築される

六月初旬より、改築工事を進めています。稚内警察署仙法志警察官駐在所が八月二十五日完成しました。



交通事故死〇目標1500日

達成日 昭和60年10月25日

- ・スピード・ダウンで安全運転を！
- ・シートベルトは必ず着用しましょう。



利尻町交通安全推進協議会 沓形・仙法志交通安全協会

シートベルトの知識

シートベルトを着用することによる効果については、テレビ、ラジオ、新聞、パンフレットなどを通じて広く紹介されていますが、シートベルトの構造、正しい着用の仕方については、あまり知らされていないと思いますので、ちょうど今、シートベルト着用推進期間中でもあり、シートベルトに関する知識を紹介します。

一、シートベルトの働き

走行中、車が何かにつつかると乗っている人の体は前方に飛び出して行く。列車とかバスに乗っていて急ブレーキをかけられると、体が進行方向に動いて行くことは日常、皆さんが体験していることです。シートベルトをしていると、この前へ飛び出して行くこうとする力をおさえる効果がある。

タンポリンを例にとると、上から落ちるとタンポリンは下へぐうっと伸びて上へはね上げ、ある程度の高さまで飛び上がることができる。

シートベルトについてこれと同じこと、ベルトがぐうっと伸びたあとで、パチンコのようにもとの速度でシートへ引き戻されるのでは、背中が腰がシートに叩きつけられることになる。

しかし、シートベルトが伸びない、かに鉄の帯でしばりつけていたとすると体が前へ出ようとする力によってベルトが身体にくい込むことになる。したがってシートベルトは適度に伸びることが必

要となってくる。最近の車には、肩と腰のベルトを一本にした三点式ベルトがつけられていて、適度に伸び、伸びながら前へ出ようとする運動のエネルギーをくいとめてくれる。伸びたあとともの状態に戻るのではなく、エネルギーを吸収しながらある程度戻って終る。



二、シートベルトの正しい着用の仕方

シートベルトが体に密着するのをきらつて、ゆるく着用している人を見かけるが、これは正しい着用の仕方とはいえず、車が衝突した際、体の前方への移動が大きく、けがのもとになる。肩からのベルトは、体が前方へ移動するのを防ぐ役目をするシートベルトの特性をよく理解し、正しい着用することが大切です。

- (一) シートバックを倒さずに、シートに深く腰かける。
- (二) 肩ベルトが肩からははずれず、首の

ところ(頸部)にあたらぬように肩の中央付近にできるようにする。

女性の方で、ベルトが首にあたっていやだという人がいるが、シートに座ぶとんなどを敷くなどの工夫をしてベルトが首などにあたらないようにする。さらに、肩ベルトの下端をできるだけ、腰の横に持っていく。

(三) 腰ベルトは、骨盤(腰骨)を巻くようにし、こぶしが入らない程度に締める。

(四) 肩ベルトは、胸の部分にこぶしが入る程度のゆるみがあつてよい。

(五) ベルトがねじれていないかどうか確認する。

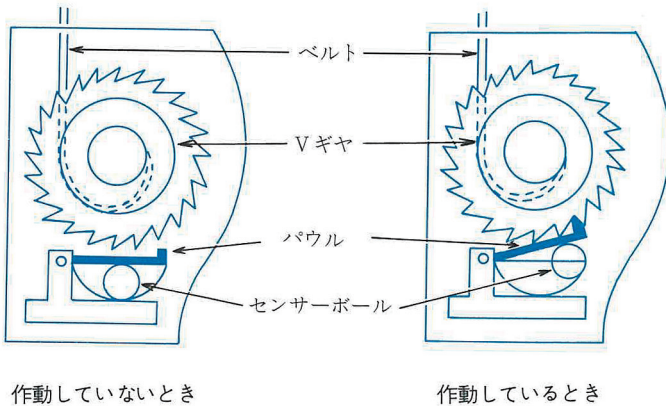
(昭和五八年一月一四日東京都で開催された「シートベルト着用推進のためのシンポジウム」における慶応義塾大学教授、J I S自動車用シートベルト専門委員会会長である佐藤武氏の講演内容を要約したものです)

三、シートベルトの原理

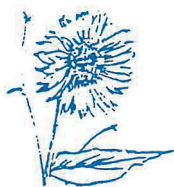
三点式シートベルトには大きくわけて「長さ調節できるタイプ(写真上部、NLRタイプ)」と「長さ調節不用の緊急ロック巻き取り装置付シートベルト(ELRタイプ)」の二種類があり、現在、市販されている乗用車にはELRタイプが多い。

ELR付シートベルトは、ふだん体を自由に動かせるが、万一の時には、ベルトがロックされて乗員を固定する。

ELR付シートベルトのロック機構の原理

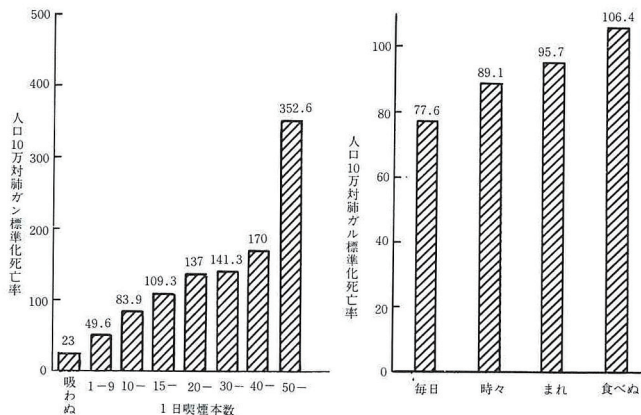


原理は、いわばおわんの中のボール、ショックを感じるとボール(センサーボール)がおわんの面を登ってボールの上のツメ(パウル)を押しあげ、このツメがギア(Vギア)にかみ込み、ロック機構が動いてベルトがロックされる。



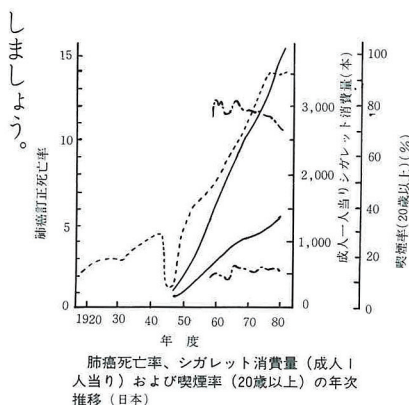
病院だより

近年、日本においてもガン問題は重大化しており、一九八一年には、脳卒中を抜いて死亡原因の第一位になりました。実に四人に一人がガンで死亡していることになります。そこで今回より数回にわたり、ガンによる症状、早期発見、予防などについて述べて行きます。今回は第一回目として、喫煙と肺癌を取上げてみました。肺癌は、日本においても紙巻きタバコの販売数と比例して急増加し、数年後には、胃癌による死亡を上回ると言われております。しかも、肺癌の場合、胃癌ほど集団検診が普及しておらず、症状のである時期は、すでにかなり進行し、手術が不可能な場合も多くみられます。しかし、もし早期にみつければ、手術により完全に切除することが可能であり、やはり早期発見が重要な鍵を握っています。そこでまず肺癌の危険因子をみますと、やはり第一に喫煙が問題になります。凶は一日の喫煙本数別の肺癌による死亡率を比較したのですが、一日二〇本以上タバコを吸う人は、吸わない人の六倍も死亡率が上昇しております。また、本数の



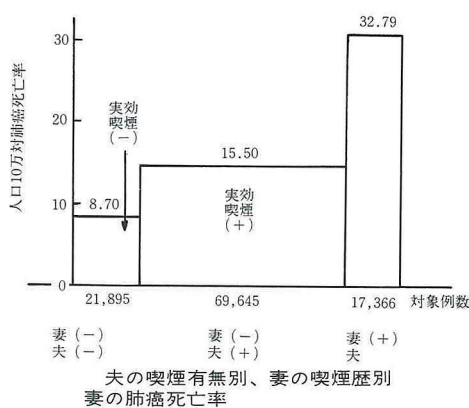
他、喫煙年数、未成年からの喫煙もその死亡率を大きくし、たとえが八〇〇を超える人は、ある種の肺癌の発生率が急激に増大すると言われております。また、近年間接喫煙が問題となっており、間接喫煙する夫をもつ妻は、喫煙しない夫をもつ妻の約二倍肺癌にかかりやすいのです。その他、飲酒家、肉食家、緑黄色野菜をあま

り食べない人が、肺癌になりやすいようです。では、どのような症状がたら危険かという点、やはりせき、たん、血たん、胸痛などがあげられます。そこで、いかに早期発見するかとなりますが、肺癌の検診、診断は簡単で、胸の写真と、三日間たんの容器にあつめるだけでよく、患者さんの苦痛もなくてできます。これは、当病院でも可能であり、現在、外来でも行っております。



もし、貴方が、最近、からせきがでる、朝起きた時、のどにタンがからまっている、タンに血液がまじっているなどの症状があれば、さっそく病院で受診するように

の肺癌の危険も減少する訳であり、今後日本でも、禁煙運動がさかんになると思います。また、最近、緑黄色野菜に含まれるビタミンA、C、β-カロチンが、ガンの発生を予防すると言われ、これらの野菜の摂取も必要となります。最後に、当院でも一〇月より肺癌検診を開始する予定ですが、検査希望の方は、別紙アンケートに答えて、病院にとけて下されば、幸いです。



本四〇年間タバコを吸っていても、五年間禁煙すれば、肺癌の危険はタバコを吸っていなかった人と同じ率になると言われます。これは、自分だけでなく、家族や同僚

(尾畑・記)

りしりの博物誌(五)

殖民公報に紹介された

利尻の記事 ①

(殖民公報第四十三号、前月号からの続き)

漁業に就ては四十年に於ける合計鯨建網二百八十統、鯨刺網二万五千三百四十四放、採藻人員一千五百五十二、鰯釣人員八百七十六、蟹釣人員百三十二、入稼漁夫七千九百四十三人にして之を各村に對照せば左の如し

村	建網数	刺網数	採藻人員
鰯泊村	五	四、九三放	五
鬼脇村	一	三、三三	一
仙法志村	五	三、六五	五
杵形村	五	四、五九	六
合 計	一六	一、九一	一六

村	鰯釣人員	蟹釣人員	入稼漁夫
鰯泊村	一	一	一、〇七九
鬼脇村	一	一	一、〇七九
仙法志村	一	一	一、〇七九
杵形村	一	一	一、〇七九
合 計	四	四	四、〇七六

右表に依り其多数の村より順次せば建網、刺網共に鬼脇、鰯泊、杵形、仙法志とし、採藻人員は杵形、仙法志、鬼脇、鰯泊とし、鰯釣人員は杵形大部を占め蟹釣は鬼脇に限り、入稼漁夫は杵形、鬼脇、仙法志、鰯泊と杵形に於ける入稼

漁夫の多数なるは鰯釣人員の多き為なり

次に各村に就て三十六年より四十年に至る五個年間合計の海産収獲を左に掲ぐ

村	収獲高	価 額
鰯泊村	六、六八石	五、四〇〇円
鬼脇村	三、〇七石	一、九三三
仙法志村	高、六石	四、〇〇〇
杵形村	六、三石	五、〇〇〇
合 計	一六、〇六石	一、八六〇六

右価額の最も多きは鬼脇村、之に次ぐは鰯泊、杵形、仙法志の各村にして前記五個年間の各村の合計額は左の如し

年	収獲高	価 額
三十六年	七、六三石	六、五五円
三十七年	六、四二石	六、九〇
三十八年	六、六石	六、七〇
三十九年	四、九〇石	四、四九
四十年	四、五九石	五、三五
合 計	三、八六石	二、八六〇六

即ち合計三十二万八千三百四十八石、五万七千六百個(蟹鑑詰)、二百八十二万八千六百にして三十八年に於て其価額最も多く三十九年に於て最も少し而して其他の

三個年に於ては年々五十万円に上り更に輸出入価額に就て三十六年より四十年に至る五個年に於ける各村の合計を見るに左の如し

村	輸 出	輸 入
鰯泊村	八、三二円	一、六三二五円
鬼脇村	六、五四	九、九七
仙法志村	五、三三	七、五七
杵形村	五、三三	四、五七
合 計	三、七五、六六	三、七五、三三

右輸出額の多きは鬼脇村之に次ぐを鰯泊、杵形、仙法志の各村にして輸入額の多きは鰯泊村を第一として次で鬼脇、杵形、仙法志の各村とすなお、前記五個年間各村輸出入合計価額を左に示す。

年	輸 出	輸 入
三十六年	八、三二円	八、〇〇六円
三十七年	七、六四	七、九七
三十八年	六、三三	六、五七
三十九年	五、三三	七、三三
四十年	五、三三	四、〇一
合 計	三、七五、六六	三、七五、三三

右表に由て見れば輸出入の最も多きは三十八年、最も少きは四十年、輸入の最も多きは三十六年、最も少なきは三十八年にして輸出入合計三百七十三万四千六百六十四円、輸入合計三百七十九万五千二百五十二円、差引六万五千八百八十四円輸入超過なり而して年々の漁獲価額と輸出入価額と対照するに頗る

均衡を失うものあり又輸出入価額五個年間の合計三百七十三万四千六百六十四円と漁獲価額二百八十二万八千六百と対照せば輸出入価額は漁獲価額より多きこと実に九十万六千六百四十八円に達せり抑も利尻島に於ける輸出品は少額の繭を除き他は皆な漁獲品なることは前に記せる如くなるに拘わらず斯る現象を呈せるは畢竟他に原因あるもの如し工業に就ては鰯肝油製造、蟹鑑詰製造共に未だ幼稚の域を脱せざるか如しと雖も原料欠乏の憂なきを以て之に改良を加えて

擴張するに於ては将来有望なり農業に關しては昨年来既墾反別畑三百二十町、耕作者九百三十七戸、其の作物は概ね馬鈴薯及び其他の蔬菜類に過ぎず而して全島野菜に富み且つ氣候適応の故を以て畜業を営むもの漸次増加の傾向を生し四十年末飼育戸数九十九戸、収獲六十五石九斗に達し各村役場又皆な之を奨励し既に桑園造成、指導教師雇人等を為すに至り将来大に望みを属すべきもの如し

以上で、殖民公報第四十三号明治四十一年)に掲載されている利尻島の概況を五回にわたり紹介してきました。

明治三十六(一九〇三)から明治

四十(一九〇七)の利尻島内の四村の地理、人口、産業などをそれぞれ紹介しています。

この当時、北海道の水産業は、その主流である鯨、鮭、鱒、昆布が漁法、製造法の改善、市場の拡大、漁域の拡大と質的転換をせまられていました。利尻島の水産業も当然、そうした時代の波をかぶり影響されていた訳です。

今回は、殖民公報第六〇号(明治四十四)に掲載されている「テングサ」について紹介します。(利尻町立博物館学芸員)

たばこ消費税は暮らしの中に生かされています

●たばこは地元で買ひましょう。

役立っている国民年金保険料

国民年金保険料は、将来年金を受け取るための資金として積立てられています。この積立金をそのまま年金支払いに備えるのではなく、有利に運用すると共に一部は生活環境の整備を図るための資金として市町村へ融資されます。

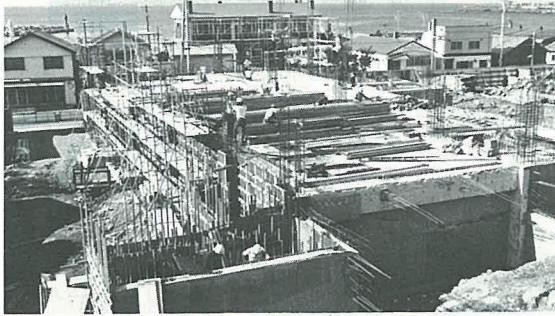
町もこの融資制度を利用して病院、保育所、簡易水道等、地域社会の福祉向上に役立つ施設がこの融資によって建設されています。昭和五十八年度は仙法志簡易水道拡張工事に二四、二〇〇千円、病

院医療機械整備事業に四、六〇〇の還元融資がありました。

本年度は利尻島国保中央病院建設工事に一四九、五〇〇千円の還元融資が予定されています。

このように年金積立金はすべて大蔵省の資金運用部に預託され、財政投資の原資として他の政府資金と共に安全、确实、有利に運用されています。

(財政係)



「建設中の利尻島国保中央病院」



長生き祝う敬老会

去る九月十三日、利尻町民センター大ホールにて、七十歳以上のお年寄が集まって敬老会が盛大に行なわれました。

「我が町の今日を築いてくださいました先輩のみなさん、いつまでもお元気で、幸せな人生を送って下さい」と町長はじめ来賓の方々から祝辞があり、また婦人会員さんたちの接待で、飲み物や料理を食べ、「民謡ショー」などを見て、楽しい一日を過ごしました。



10月10日は「目の愛護デー」 大切にしていますか あなたの目

あなたの目は疲れていませんか。というのも、テレビ、読書、車の運転と、現代社会はとかく目を使う機会が多いからです。

十月十日は「目の愛護デー」です。疲れがみのあなたの目が近視にならないよう、また、近視がこれ以上すすまないように、次のことに気をつけましょう。

★読書は姿勢を正して、目を本から三十三センチ位離して読むようにしましょう。また、暗い所で本を読むのはやめましょう。

★テレビを長時間連続して見るのは避けましょう。一時間見たら、十五〜三十分は目を休ませるのが休憩の目安です。

★視力検査は努めて受けるようにしましょう。視力の低下が分った場合は、速やかに専門医の診察を受けてください。



国を守る若い力 「君のヤングパワーを自衛隊へ」



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
- 待遇…初任給：俸給月額98,000円
・ボーナス：年3回4.9ヵ月分
- 受付…利尻町役場(☎01638-4-2345)
または、自衛隊旭川地方連絡稚内募集事務所(☎0162-23-2721)で常時行っております。
- 資格…心身共に強健な満18歳以上25歳未満の者
- ・現物給与(衣食住)：約47,441円
- ・退職金：1任期目(100日分)約372,000円
2任期目(200日分)約804,666円



一、秋の味覚を郵便小包で

十月は、果物を中心に故郷の味覚が出回るシーズンです。

リンゴ、ナシ、ぶどうなどの果物やじやがいもやかぼちゃ、そしてサンマ、イカと秋の味覚のおいしさは格別です。

故郷を離れて住んでいる親せき、知人、友人の方に励ましの手紙を添えて、秋の味覚を郵便小包で贈ってあげたいものです。

受け取った方も故郷を思出し、きつと喜ばれ感謝されることでしょう。

二、第二十八回国際文通週間(十月六日〜十二日)

十月六日から国際文通週間が始まります。

国際文通週間は、世界各国の人々が、文通によって言葉、思想、習慣等の違いを乗り越え、お互いの知識を交換し、理解を深め、文化を交流していくことによって世界平和に貢献しようという趣旨で、昭和三十二年に設けられたものです。郵政省では、この週間にちな

む郵便切手を昭和三十三年から毎年発行しておりますが、本年も十月六日(木)から発売します。

三、クリスマス・メールの差出しをクリスマス・メールの差出時期になりました。

クリスマス・カードや贈物などを、クリスマスまでに間に合うように届けるためには、送達に要する日数分だけ余裕をみてお出しになることが必要です。

特に船便による場合には、すぐに出さないと間に合わない国もあります。それぞれの国あての差出期限を最寄りの郵便局でお確めのしお出しください。

また、船便の差出期限後に出さなければならぬ場合には、航空便のご利用をお勧めします。

なお、外国あての郵便物にも、リターン・アドレスは忘れずにお書きください。

四、豊かな暮らしと住みよい社会をつくる郵便貯金月間

郵政省では、毎月十月を「豊かな暮らしと住みよい社会をつくる郵便貯金月間」と定め、郵便貯金が手軽で確実な貯蓄手段として、皆さまの毎日の暮らしの安定のために、また、郵便貯金として集められた資金が身近でお役に立っていることについて、広く国民の皆

さん方にご理解いただくためのPR活動を展開しています。

特に、最後の二週間(十月二十四日〜三十一日)においては「郵便貯金週間」として、全国各地の郵便局で、コンサート、演芸会、絵画コンクール、料理教室などいろいろな催しものを実施します。

皆さんからお預りした大切なお金は、国の財政投融资計画の主要な原資として、

- 国・地方公共団体
- 住宅金融公庫・中小企業金融公庫
- 住宅・都市整備公団・公害防止事業団・中小企業事業団
- 公営住宅・上下水道施設の建設

- 医療施設の充実や社会福祉施設の整備
- 各種レクリエーションの施設
- 各種厚生福祉施設の充実
- 学校・図書館など文教施設の充実

○ 中小企業・農林漁業の援助・育成とその近代化など、住みよい社会づくりのために、皆さんの身近で活用されています。

お知らせ

新規学卒求人 早期申し込みを

稚内公共職業安定所では、来年三月中学校・高等学校卒業予定者を対象とする求人受付を、七月一日から開始しております。

最近の新規学卒者の多くは、地元での就職を希望してはいるが、地元企業からの求人申し込みの遅れや求人減少などにより、地元での就職ができずに、他管内へ流

出しています。

企業における有能な若年労働者の確保は、その企業の発展のみならず、強いては地域社会の発展充実にもつながっていくものです。

例年、新規学卒者を採用される事業主の方は、早期に従業員採用計画を樹立され、安定所へ求人申し込みを行って下さい。

なお、求人申し込みについてのお問い合わせは、稚内公共職業安定所(電話〇一六三二一三三四五 一五)

潜在看護婦講習会

講習会

北海道看護センターでは、家庭などにあつて就職していない有資格者や就職して一年未満の看護職を対象に、最近の医学看護に関する再教育を実施して潜在看護婦の再稼働を促進するため、次のとおり研修会を行います。

開催期日 昭和五十九年十月十五日〜十月二十日

開催場所 札幌大通看護研修会館

申込み先 札幌市白石区本通十六丁目北六番一 北海道看護研修会館 社団法人北海道看護センタ



国連デー10月24日

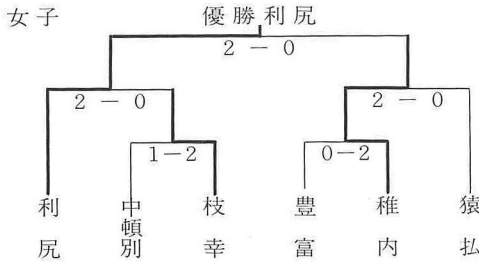
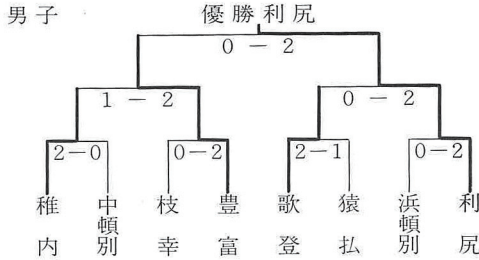
利尻町チーム3年連続総合優勝かざる！

第16回道民スポーツ宗谷夏季大会バレーボール競技

去る九月二日第16回道民スポーツ宗谷夏季大会バレーボール競技が猿払村で開催されました。利尻町チームは、圧倒的強さで他を寄せつけず、男子、女子チームとも優勝をかざりました。



成績表



毎日の生活に取り入れましょう 体力づくり10か条

- ① 3階までの上り下りにはエレベーターを使わない。
- ② 前かがみ姿勢の外股歩きをやめ、腰を押さずようにさっさと歩く。
- ③ 落ちているものを拾う時は、膝のバネを使って拾う。
- ④ まめに動く。
- ⑤ 靴下の脱ぎ履きは、片足立ちで。
- ⑥ 笑いとお歌を忘れずに。
- ⑦ 階段を上がる時は、手すりにつかまらない。
- ⑧ 自然との接触の機会を多く持つ。
- ⑨ イライラ、クヨクヨ、ドキドキは少なくする。
- ⑩ 自分自身に適した健康法を用意する。

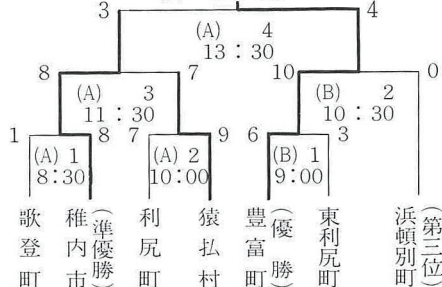
去る八月二十六日(日)、第16回道民スポーツ宗谷夏季大会ソフトボール競技が利尻町運動広場で開催されました。

利尻町チームは、猿払村チームと対戦、激しい熱戦をくりひろげましたが惜しくも敗れました。



第16回道民スポーツ宗谷夏季大会 ソフトボール競技開催される

成績表



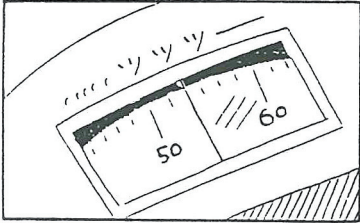
巡回職業相談のお知らせ

仙法志地区 10月11日 (公民館)
午後1時～午後5時迄

沓形地区 10月12日 (福祉館)
午前9時～午後5時迄

さわやか 君

西村 宗



発行 利尻町役場

編集 住民課広報交通安全係 ☎四二三四五番

氏名
矢田 秀喜
田 沢 恵久子
正部川 寛
山上 恭子

住所
富野
本町



木くふしあわて...

いつまでも
お幸せに



戸籍の
うごき

自 8月1日
至 8月31日

おくやみ
申し上げます

氏名 年齢 住所
谷崎美代子 五七歳 泉町
前野 秀一 五五歳 久連

ご厚情に
感謝します

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。



利尻町 利尻園芸愛好会様から
福祉資金として
沓形字新湊 大門武雄様から
寄付金として
沓形字富士見町 荒木健三様から
寄付金として
仙法志字長浜 小林栄蔵様から
母うら様の香典返しを廃して
沓形字蘭泊 野沢 猛様から
病氣見舞返しを廃して
(利尻町社会福祉協議会)

皆さんの苦情や要望

行政に反映を!

ふだんの生活で、何か不便を感じていること、行政上の苦情、要望、意見を聞いて問題の解決に努力し、皆さんのよりよい行政を目指しています。

「行政相談」は、あなたの生活と行政をつなぐパイプです。明るく住みよい社会をつくるために、「行政相談」をご利用ください。

▼行政相談委員

利尻町沓形字富士見町
荒木 健三
電話 四二〇一八

秋の「行政相談」週間

10月14～20日

◎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

今月の納税

保 険 税(第3期)
固定資産税()
(納期10月31日まで)

オアシス運動で 心の通い合う 町づくり

(オ)おはようございます (シ)しつれいしました
(ア)ありがとうございます(ス)すみません

印刷 旭川機軸北海