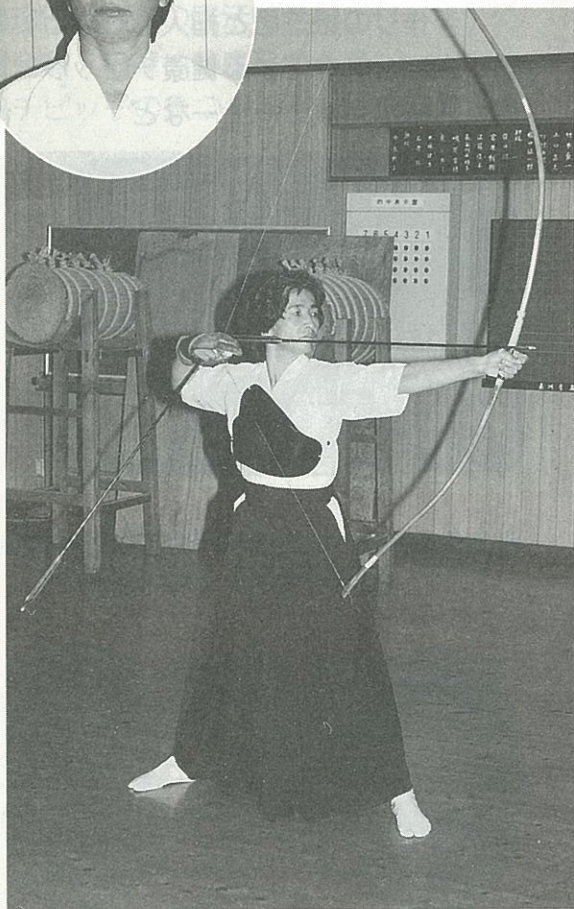


快拳！弓道始めて4年で国体へ

長洲弓友会の佐々木真理子さん〈平原〉



▲最後の調整に熱が入る佐々木さん

来る10月4日から、山形県で開かれる第47回国民体育大会秋季大会に弓道成年女子1部に出場する長洲弓友会（秋富達会長）の佐々木真理子さん（44・平原）。

4年前の夏、何気なく弓道教室に通ったのがきっかけで始めたこの弓道も今では3段の腕前。その上達ぶりには周囲も驚き、さらに今回の出場には大喜びしています。

なかでも、一番喜んでいるのはご主人の敏信さん(44)では。5段の腕前の敏信さんも長洲弓友会に所属し、2人は弓道が取りもつ縁で2年前にめでたくゴールイン。しかも敏信さんは、その年の秋にとびうめ国体に出場しました。

昨年の台風の影響で町の弓道場が使えなかったときも、2人は週6回荒尾市の弓道場へ通い、練習を欠かすことはなかったそうです。

先月から弓道場も使えるようになり、練習はさらに熱が入っています。

「とにかく一生懸命がんばり、予選通過をめざしたいです」と佐々木さん。皆さんもご声援をお願いします。

夏が終わっても、まつりは続く— 秋のまつりは色と

りどりり！

読書の秋、スポーツの秋、文化の秋
—何をするにも秋は最高の季節です。
として、長洲町では今年も秋を彩る
盛りだくさんの祭りが開催されます。
皆さんも気軽に参加して自分流に楽し
んでみては—。

'92金魚と鯉の郷まつり

第24回金魚・錦鯉品評会

と き 11月8日(日)

午前8時30分～午後3時30分

※出品魚の受付は午前10時30分
まで！

ところ 中道児童公園
(文化センター前)

- 珍しい金魚の展示
- 金魚・錦鯉・特産品の販売
- チビっ子の魚つかみ取り(2回)



町養魚漁業協同組合

組合長 中島 秀雄さん〈大明神〉



今回は、文化祭と一緒に行くことで、より多くの皆さんがお越しになることでしょう。今年も天候もよかったので、品評会にはよいものが出品されると思います。

金魚は飼育しやすいので、皆さんも気軽に飼って、出品してみてもいい。そのためにも、まず見に来てください。

熊本県芸術祭参加・生涯学習発表会

第36回 活力ある豊かなまちづくり 長洲町文化祭

[芸能の部]

と き 10月24日(土)～25日(日)

※日舞のみ11月3日(火)

ところ 町民研修センター

〈開会式〉10月24日午前10時

[展示の部]

と き 11月7日(土)～8日(日)

ところ 長洲共同福祉施設

文化センター・町体育館

〈テープカット〉11月7日午前10時



町文化協会

事務局長 中尾 義雄さん〈下東〉



毎年、皆さんの熱演ぶりと力作には感心させられます。参加者の多くは、その年の文化祭が終わると同時に翌年に向けて練習や製作に入ること。

皆さんもこの感動に見て、触れてみませんか。

将来、文化ホールが完成し、そこで開催できれば、さらに町文化は発展するでしょう。

平成4年度 町民体育祭

と き 10月10日(土)午前8時30分開会

※雨天の場合は10月18日(日)に
延期

ところ 総合グラウンド

- 4人5脚
- 人間ばんば
- 長なわとび
- 小・中・高生対抗リレー
- 子ども会对抗リレー
- 職場対抗リレーなど



町体育指導員協議会

会長 高松 貞喜さん〈東荒神〉



競技出場には、前もって各行政区の体育委員さんに取りまわっていただいておりますが、当日でも飛び入り参加できるレクリエーションなどがあります。

地域の親睦を深めるためにもご家族そろって参加され、体力づくりについて考えてみてください。きっと楽しい一日が過ごせると思います。

第8回 健康まつり

と き 10月7日(水)

ところ 長洲共同福祉施設(役場横)

- 健康家庭表彰式(9時開会)
- 講演(熊本体力研究所 井本岳秋先生)
- 食生活改善推進員コーナー
(食事量チェック、試食など)
- 母子推進員コーナー
(手作りの紙芝居と指人形劇など)
- コンピュータによる健康チェック
- 生活排水対策コーナーなど



先着300名に参加賞、牛乳と健康弁当を呈呈します！

町食生活改善推進協議会 腹赤校区推進員

松野千代子さん〈清源寺〉



今年は基本に戻り6つの基礎食品をテーマにしています。例えば、アンケートに答えていただき、どんな食べ物をどれだけ食べたらいいか、またどれだけ運動したらよいかをアドバイスします。

ご自分とご家族の健康を考えるために、まずは会場へ来てください。

骨粗しょう症にならないために

中高年層、特に女性は「注意を」



ここ数年、骨の中がスカスカになってくる「骨粗しょう症」という病気が話題になっています。中高年、特に女性に多い病気です。骨がもろくなっているため、ちょっとしたたわみで骨折しやすく、寝たきりの原因にもなりかねません。高齢化が進む日本では、骨粗しょう症になる中高年の割合が、ますます増える心配されています。

目安となる三大特徴

お年寄りのなかには、背中が

曲がったり腰が曲がったりしている人がいます。これは、従来「年のせい」と考えられていて、

お年寄りはもちろん、医師や保健関係者も当たり前のことと思っていました。しかし最近になって、これは単なる骨の老化ではなく「骨粗しょう症」であることが分かってきました。

空洞部分が多くなる病気です。こうなると、骨全体の硬さが失われてもろくなり、つぶれやすくなります。このため、背中が曲がったり、腰が曲がったりしてくるのです。このとき、背中や腰に急激な痛みを伴うことがあります。

③腕の付け根 ④太ももの付け根です。なかでも太ももの付け根の骨折は、そのうち二割前後の人が寝たきりになるといわれています。

女性に不利な三つの条件

骨粗しょう症は、圧倒的に女性に多い病気です。男性の場合は八十歳で約半数なのに、女性には六十五歳で約半数が骨粗しょう症になるといわれています。それは、女性に不利な三つの条件があるからです。

●最大骨量が少ない

体内のカルシウムの九割は骨のなかに蓄積されています。この蓄積量が一番多いときが三十〜四十歳で、男性の平均が千グラム、女性の平均が七百〜八百グラムです。これを最大骨量といいます。骨格や体型が違いますから当然ですが、女性は男性よりも二百〜三百グラムもカルシウムが少なく、これが骨粗しょう症になる一因です。しかし、カルシウムをたくさん

とれば、男性の最大骨量に近づけることができます。

●出産・授乳で減る

女性が体重三キロの子どもを出産したとすると、子どもに二十七グラムのカルシウムを分け与えたこととなります。また、授乳で一日二百ミリグラム以上を子どもにとられます。一年間授乳を続けると、八十四グラムのカルシウムが体内からなくなることになります。

●閉経がある

女性の生理は、女性ホルモンの分泌によってうながされています。このホルモンはまた、骨をつくるのに重要な働きをし、カルシウムの吸収を助ける働きをすることが分かっています。

思春期のダイエットは怖い

若者の間で「太らないように」「やせたい」という理由で、ダイエットをする人がいます。栄養のバランスを考えたダイエット

なら問題はないのですが、そうでない人が多いようです。特に怖いのは、思春期のダイエットです。思春期は、身長が伸び骨格が決まる大切な時期です。このときにダイエットをすると、カルシウムが十分骨に蓄積されず、骨だけ膨張し、中身がスカスカになってしまいます。将来、骨粗しょう症になる危険性が大きいといえます。思春期には、ダイエットなど考えずにカロリ

シウムを十分骨に蓄積されず、骨だけ膨張し、中身がスカスカになってしまいます。将来、骨粗しょう症になる危険性が大きいといえます。思春期には、ダイエットなど考えずにカロリ



のカルシウムを蓄えましょう。



登録チーム募集

長洲町婦人ビーチボールバレー協会

※詳しくは、総合スポーツセンター(☎784777)へ！



なぜウォーキングなのか

「健康維持のためにも運動は欠かせない」「さあ運動しよう」となったとき、気を付けてほしいことがあります。それは、運動不足を解消するには、息の切れるような運動でなければ効果がないと錯覚してしまうことです。

運動不足といっても運動の強さが不足しているわけではなく、運動の量が不足しているのです。

そこで、軽い運動で、長く続けることができるものとしてウォーキングが注目されているのです。一キロメートル走っただけでへたばってしまう人でも、

HOW TO ウォーク

歩くのにルールはありません。こういった気楽さがウォーキングの良いところでもあるのです。むずかしく考える必要はありません。そう、歩ける距離だけ歩けばいいでしょうし、歩きたいとき、歩けるときに歩けばいいのですから。

また、歩く速度も自由です。散歩するときのゆっくりした歩行から、グングン歩く速歩まで、そのときの体調や気分にあった速度で歩いてみましょう。ただし、食事のすぐあとの運動はあ

最近、大活躍のエアロビクスクラブ

『ふれあいウォーク』11月15日(日)開催

歩くことの楽しさ、親子、友とのふれあいを深めながら、長洲町をウォークしませんか？
詳しくは次号にて！

最近、美容と健康にエアロビクスが見直され、再びブームを巻き起こし、全国各地でコンテストが開かれています。その中で、本町のエアロビクスクラブより三名の方が三つのコンテストで活躍しました。



▶今回、活躍したエアロビクスクラブの皆さん(左から山田めぐみさん、福田久美子さん、山田みのりさん)

第一回九州エアロビクスコンテストのジュニア部門で準優勝しました。また、同クラブの代表者である福田久美子さん(53・梅田)は八月三十日に福岡市で開催された第四回全日本エアロビクスコンテスト北九州大会のシニアシングル部門で優勝し、十月十日に東京で開催される全国大会へ出場します。

「九州の中で熊本県はトップクラスに入りますが、とにかく苦戦しました。クラブの子供たちの上達ぶりはなかなかのもの、これから楽しみです」と福田さん。現在、同クラブでは軽い運動を主体にし、幅広い年齢層の方の入会を呼びかけています。

TOPICS 町のわだい

身近な話題、出来事などありましたら、
お気軽に企画課(☎78-3111内線221)へ。

▼長洲クラブのメンバーの皆さん



本町から12年ぶりの 国体ソフトチーム

長洲クラブがべにばな国体に出場

このほど別府市で開かれた国体九州ブロック大会ソフトボール競技(成年2部)に熊本県代表として出場した本町の長洲クラブが、決勝で
大分県代表チームを3対0で破り優勝し、来る
10月4日から山形県で開かれる第47回国体秋季
大会へのキップを手に入れました。なお、本町
から国体ソフトボール競技に出場するのは、昭
和55年の栃木国体に出場した宝クラブ(成年1
部)以来のこと。

長洲クラブはこれまで全日本壮年ソフトボ
ール大会に2回出場し、2回戦まで勝ち進んだ経
験もあり、またチームの中には国体出場経験者
が3名おり、上位入賞も期待されます。皆さんの
ご声援をお願いします。

長洲クラブのメンバーは次のとおりです。

▷監督…濱津正(上沖洲)、▷コーチ…宮原利
興(今町)、▷主将…村本建明(上沖洲)、▷選手
…藤枝光博(腹赤)、松枝三男(宝町)、橋本孝明
(下東)、濱北正至(葛輪)、浜田孝幸(腹赤)、高
野稔(平原)、北原貢二(新山)、浜口剛(上沖洲)、
坂崎昇(腹赤)、碓野勲(八代郡千丁町)、小俣弘
志(平原)、池端峯明(清源寺)、村上孝良(平原)、
西林昌幸(腹赤)、馬場美彦(清源寺)

(敬称略)

大地震を想定

「防災の日」を前に防災体制
の充実強化と住民に対する防災

▼消火器による初期消火訓練



意識の高揚を図ろうと、熊本県
総合防災訓練が八月二十六日、
関係者千五百人の参加により玉
名市の菊池川河川敷、岱明町の
松原海岸および本町の長洲港野
積場で行われました。

訓練は台風接近に伴い県北部
に大雨、洪水、暴風警報が発令
された想定として進められ、長
洲町会場では地震に伴う津波襲
来に備え町消防団を非常召集し、
海面監視、避難誘導訓練を行っ
たあと、有明海を震源とする震
度六の地震が発生したと想定し、
町内各機関へ情報伝達訓練が行
われました。



「人と川と海—ふれあい、ともに生きてい
くために」をテーマに、熊本県、県教育委員
会、県漁連が提唱する「くまもと・きれいな
川と海づくりデー」を8月23日に指定し、県
内各地の河川と海岸で清掃作業が行われまし
た。

メイン会場となった本町の海岸には10団体、
約500人が集まり、開始式では宮田町長、水
産庁の水谷宏研究部長があいさつ、長洲漁協
の津田悦司組合長が「感謝の気持ちを忘れず、
きれいな海を次の世代に引き継ぐため、一致
団結して海を守ろう」と宣言文を読み上げま
した。その後、参加者は海岸に落ちているゴ
ミやあき缶を拾い、2時間ほどで可燃物を2
トントラック60台分、不燃物を15台分集めま
した。

本町海岸をメイン会場に一斉清掃

きれいな川と海づくりデー

▶開始式の様子

風水害と火山爆発が発生？

自衛隊が名石浜で実動訓練

「防災の日」の九月一日、風
害に備える陸上自衛隊第八師

▼病院用テントの中



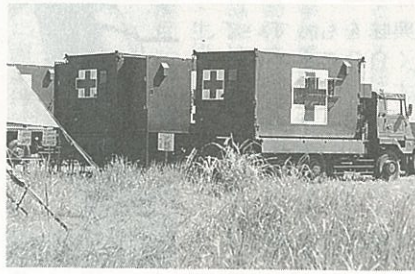
団の実動訓練が玉名市の菊池川
河川敷と本町の名石浜工業用地
で行われました。

訓練は、熊本県中部と鹿児島
県の離島で風水害と火山爆発が
同時に発生したという想定で進
められ、千七百人、車両千五百
台、航空機十六機が参加しまし
た。

野外救護訓練が行われた長洲
町会場では約二百人が参加し、
病院用テント五張りが設営され、
手術車、滅菌車、手術準備車、

衛生補給車からなる野外手術
システムなどにより、負傷者
の手当てをする訓練や大型ヘ
リによる負傷者の搬出作業な
どが行われました。

▼野外手術システムの車両



腹赤区チームが優勝

腹赤校区バレーボール大会

八月三十日、腹赤小学校体育
館において腹赤校区バレーボ
ール大会が開催され、腹赤区チ
ームが優勝しました。

本大会は、校区内の親睦を図
るために行われており、昨年に
引き続き腹赤小職員とPTAの
混成チームもオープン参加し、
熱戦が繰り広げられました。



▲コート内では熱戦が繰り広げられた



▶金婚夫婦表彰を受けた皆さん

苦楽をともに半世紀 ●第34回金婚夫婦表彰式●

第34回金婚夫婦表彰式が9月14日、健康福祉セン
ターで行われました。

これは、天皇・皇后両陛下のご成婚を記念して始
められたもので、毎年長洲町社会福祉協議会と熊本
日日新聞社の共催で行われているものです。

今年の受賞者は、昨年より19組少ない23組でした。
式典では、1組ずつに表彰状と記念品が手渡され、
受賞者を代表して清源寺区の浦田正行さん(76)が謝辞
を述べました。

金婚夫婦者名簿

行政区	氏名(夫)	年齢	(妻)	年齢	結婚年月日
中町	浜口 義人	79	福江	72	S17. 1.23
〃	久山 信勝	82	ユリ	72	S15.12.24
〃	松永 秋光	83	マシエ	78	S16.12.11
駅通	三村 正人	73	ミキエ	70	S17. 7. 8
折地	児玉 清春	77	ヨシ子	70	S17. 5.25
大明神	塘岡 国雄	74	清野	77	S17. 7.11
塩屋	浜田 武男	78	セツ	72	S17. 2.20
腹赤新町	板倉 太	77	光子	74	S17.10. 2
西新町	一木 賢士	85	フジエ	81	S17. 3.24
鷺巣	島田 学	80	歳子	76	S17. 2. 5
〃	大角 納島	77	マコ	75	S17. 3. 4
〃	黒田 忠次	77	ツタ子	71	S15.11.15
赤崎	藤本 春生	76	サダ	74	S17. 2. 5
上沖洲	上田 敬止	78	チヨ子	77	S17.12.22
下磯	島崎 千次	71	静子	69	S16. 8.20
新町	藤木 亀代司	80	ミサエ	75	S17. 9.16
出町	樋口 繁久	82	春江	80	S16. 7.31
清源寺	浦田 正行	76	ヤス	73	S17. 5. 6
〃	宮本 誠之介	77	シュ子	72	S17. 6.15
建浜	寺岡 幸男	77	ヤエ	78	S16. 4.16
〃	上野 勇次	76	久恵	74	S17. 9.28
新山	森崎 信義	81	ツヤ	75	S16. 2.15
向野	久次 義高	79	敬子	73	S17. 6.15

みんなの広場

広報の題字を書きました



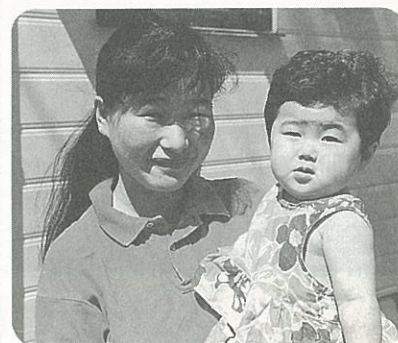
楠田 智則くん

腹栄中三年

〈向野〉

好きな科目は社会科で、歴史の中では鎌倉時代に興味があります。
趣味は、CDを集めること。
将来は、コンピュータのプログラマーかアナウンサーになりたいです。

もうすぐ1歳



坂上 美冴(みさえ)ちゃん
清実さん・直美さんの長女
〈大明神〉

「テレビのCMの音楽にあわせて踊ったり、歌ったりします。明るく、やさしい子になってね」

城戸 美紀さん

〈赤崎〉

府本幼稚園勤務



ほほえ美さん

★仕事について—

幼い子供を預かる仕事なのでとても責任を感じていますが、可愛い子供たちばかりで楽しい毎日を過ごしています。

★休日には—

スポーツが大好きで、最近ボウリングに凝っています。

★興味のあることは—

今、郷土料理に興味をもっていて、昔なじみの味を早く自分のものになりたいと思っています。

★将来の夢は—

結婚して、温かく楽しい家庭を築くことです。

★町に作ってほしいものは—

みんなが安心して遊ぶことのできる公共施設など。

ルールを守って 住みよいまちづくり

10月11日～17日は
違反建築物防止週間

建設省と県では、十月十一日から十七日まで「違反建築物防止週間」として、十四日に一斉公開建築パトロールを実施し、期間中(十四日および土・日曜日を除く)、玉名土木事務所内に建築相談所を開設します。お気軽においでください。
詳しくは、玉名土木事務所景観建築課(☎742111)まで。

私の会社

西日本富士リバー(株)

工場長

中川 正之さん



当社は、大正15年に創業した(株)新出光〔IDEX〕の100%出資会社です。
昭和63年10月、熊本県の誘致企業としてこの長洲町名石浜工業団地で操業を開始しました。

当社は、塗装剥離専門事業として、業界では日本で一番規模の大きな排水処理設備を構えた会社です。

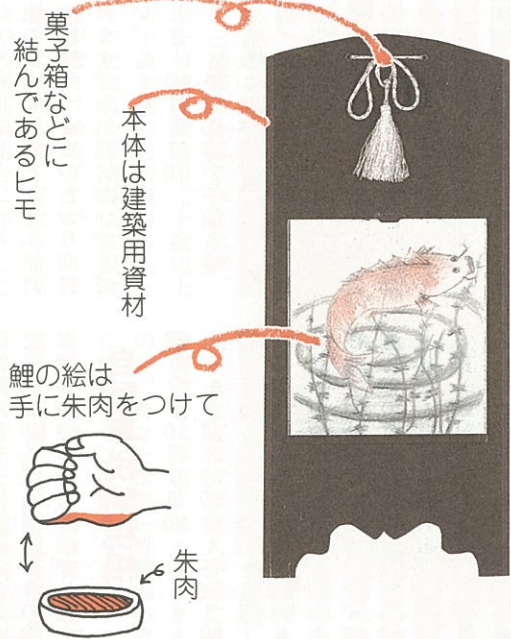
主な仕事は、①アルミサッシクリアー脱膜及びアルマイト発色電着塗装 ②塗装製品、治具剥離などです。

当社の社是の第一に『社会がよりよく、明るくなるために』があります。当社はこの10月で操業5年目を迎える経験の浅い会社ですが、これからも社員全員が一致団結し、技術の向上を図りながら公害防止に努めていきたいと思っています。そして、社会に貢献できる会社として寄与し、労使関係においても相互信頼の中から『和』を育てていくよう努力していきたいと思っています。

私のアイデア作品

『リサイクル額縁と手形絵』

小宮 博へ建浜



菓子箱などに
結んであるヒモ

本体は建築用資材

鯉の絵は
手に朱肉をつけて



朱肉

参加者募集

町長杯テニス大会

- ◆とき 10月25日(日)
午前9時開会
- ◆ところ 総合スポーツセンター
(テニスコート)
- ◆参加資格 町内に在住、または勤務する人および長洲町テニス協会に登録している人。(学生・生徒は除く)
- ◆種目 △男子ダブルスの部
▽女子ダブルスの部
- ◆参加費 1組11,000円
- ◆申込方法 総合スポーツセンターに備え付けの申込用紙に参加費を添えて、10月19日(月)までに申込みください。

町長杯弓道大会

- ◆とき 10月25日(日)
午前9時30分開会
- ◆ところ 総合スポーツセンター
(弓道場)
- ◆参加資格 一般男女
- ◆競技種目 近接競技とし、団体競技、個人競技の2種目とする。
- ◆参加費 団体13,000円
個人11,000円(昼食費を含む)※参加申込みと一緒に納入。
- ◆申込先 〒869-01玉名郡長洲町大字姫ヶ浦1番地 総合スポーツセンター
- ◆申込期限 10月12日(月)必着

スポレクフェア

- ◆とき 11月29日(日)
午前9時開会
- ◆種目及び会場
○グラウンドゴルフ大会(年齢・男女の制限なし) 玉名市桃田運動公園
○ビーチボールバレー大会(40才以上の男・女別) 荒尾市民体育館ほか
○ターゲットバードゴルフ大会(年齢・男女の制限なし) 玉東町宮グラウンドほか

暮らしのワンポイント

■食パンの切り方
包丁を遠火や熱湯で温める



「食パンは、パン屋さんかスーパーで、スライスパンを買う」という家庭が、最近は多くなっているようです。しかし、焼きだてのフワフワした柔らかい食パンを丸ごと買ってきて、食べるたびに切るのも、風味があり

ます。ところが、焼きだての柔らかい食パンは包丁がスムーズに通らず、きれいに切るのが意外にむずかしいものです。無理に切ろうとすると食パンの形が崩れ、ペチャンコにつぶれてしまい、

見た目にもよくありません。柔らかい食パンをきれいに切るコツは、包丁を温めるのがポイントです。ガスコンロなどで包丁を火にあぶって温めます。あまり火に近づけると包丁の刃を傷めるので、遠火で温めてください。包丁に熱湯をかけて、温めるのもいいでしょう。温めた包丁を食パンに当て、前後にこまめに動かしながら切ると、パン屋さんにあるスライ

サー顔負けの切れ味を発揮します。何枚も切るときは、何度も包丁を温めながら切ってください。こうすれば、食パンは最後まできれいに切れます。食べ残した焼きだての食パンは、ポリ袋からラップフィルムで密封したあと、冷凍庫に入れ保存します。食べるときに解凍すれば、焼きだて同様の風味で、おいしく食べられます。山型の食パンはもちろん、四

角い食パンにも、上下があります。上のほうより下のほうが、固くてしっかりしています。焼きだてでない食パンを切るときは、この特性を生かし、下になる固い一辺を手前にして、その角から包丁を入れます。こうすれば包丁の刃が入りやすいし、食パンの固い部分が支えになつて、つぶれずスムーズに切れま

日	月	火	水	木	金	土
*	*	*	*	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

※第2・第4土曜日は、役場の土曜開庁日です。

役 場	☎78-3111
■文化センター (中央児童館)	78-0053
■長洲共同福祉施設 (中央公民館)	78-0053
■浄化センター (下水道課)	78-3515
■総合スポーツセンター	78-4777
■健康福祉センター (社会福祉協議会)	78-1037
■シルバー人材センター	78-4642
■町民研修センター	78-5226
■長洲岱明清掃センター (長洲町岱明町清掃組合)	78-0660

平成4年8月末現在	
人 口	18,087 (+13)
男	8,763 (+6)
女	9,324 (+7)
世帯数	5,491 (+5)
※ () 内は前月比	

休日在宅医		
月 日	在 宅 医	☎
10月4日	古 庄 医 院(岱明町)	57-0013
10日	有明成仁病院(驚巢)	78-1133
11日	嶋 田 医 院(上沖洲)	78-0209
18日	福 本 医 院(岱明町)	57-2811
※診療時間は、原則として午前9時から午後5時までです。		

無料法律相談

法の日週間行事として「無料法律相談所」が次のとおり開設されます。お気軽においでください。

【とき】 10月5日(月)
午前10時～午後3時

【ところ】 熊本地方裁判所玉名支部・熊本家庭裁判所玉名支部(玉名市繁根木54-8)

【相談員】 裁判所、検察審査会、法務局各職員および弁護士、調停委員

【相談内容】 一般法律問題、家庭問題、人権問題、登記、戸籍、その他

【とき】 10月7日(水)
午前10時～午後3時

【ところ】 荒尾市役所3階
31号会議室

自動車税納税相談

【とき】 10月6日(火)
午前9時30分～午後3時

【ところ】 長洲町役場
(県事務所税務課職員が出向き、自動車税の納税窓口の開設および納税相談を行いますので、印鑑持参のうえおいでください。)

※詳しくは、県玉名事務所税務課(☎2111)まで。

農地相談室

農業委員会では、農地の売買、貸借・転用などについて農業委員による農地相談室を次のとおり開設します。農地のことについて心配・相談のある方は、お

行政相談所

行政に対して思うことはありますか？

【とき】 10月11日から10月17日まで、毎日10時から12時

【ところ】 町民研修センター
※相談委員は、谷久子さん(驚巢区)です。

年金ゼミナール

【Q】 私は厚生年金に加入していましたが、結婚退職し国民年金の第三号被保険者になりました。この第三号被保険者は、一度加入した後もいろいろな届出が必要だと聞きまして、どんなときにどのような届出が必要なのでしょう。

【A】 国民年金では保険料の負担の仕方などで区分する必要があるため、被保険者を次の三種類に分けています。
(一)第一号被保険者：二十歳以上六十歳未満の自営業等の人とその配偶者(保険料は被保険者が個々に納めます。)

(二)第二号被保険者：厚生年金保険や各種共済組合に加入している人

(三)第三号被保険者：第二号被保険者の奥さん(被扶養配偶者)で二十歳以上六十歳未満の人(保険料は第二号被保険者が加入している年金制度から負担することになりますので納める必要はありません。)

このため就職・退職・転職・結婚・離婚などをして被保険者の種別を変更したときは、被保険者がそのつど届書を提出しなければなりません。

サラリーマンの奥さん 種別変更の届出をお忘れなく

あなたの場合ですと、たとえばあなたが会社などに就職され、厚生年金保険や各種の共済組合の被保険者または組合員になられたときは、第二号被保険者となりますので、第三号被保険者から第二号被保険者への種別変更の届出が必要となります。また、ご主人が会社を退職したときなどは、ご主人が第二号被保険者に該当しなくなりますので、あなたは第一号被保険者に該当することになります。このほかにも、あなた自身が百二十万円以上の年収を得るようになり、第三号被保険者の要件の一つである被扶養配偶者でなくなったときには、第一号被保険者となりますので、第三号被保険者から第一号被保険者への種別変更届が必要となります。また、第三号被保険者は配偶者の転職によって届出が必要となります。

第三号被保険者であることには変わりないのですが、配偶者の年金制度が変わったときは、どの年金制度に属する第三号被保険者であるかを明確にしてお

産業廃棄物による 埋め立ては法律違反です！

住民課

最近、産業廃棄物の不法投棄がマスコミなどで論じられていますが、不法投棄のうち最も多いのが、コンクリート破片などの建設廃材です。

投棄された産業廃棄物によって、地下水など周辺環境に影響を及ぼした事例もあります。特に最近問題になっているのが、産業廃棄物による埋め立てが行われていることです。農地

薬の正しい使い方 10月17日～23日は薬と健康の週間

病気によく効く薬も使い方を誤れば毒にもなります。薬を使うときは次のことを守って使いましょう。

- ①説明をよく聞き、説明書や薬袋をよく読みましょう。
 - ②用法・用量を守りましょう。
 - ③正しい服用時間を守りましょう。
 - ④薬の種類ごとに正しく使いましょう。
 - ⑤アルコール類で薬を飲むのはやめましょう。
 - ⑥飲み残した薬があっても他人に譲ってはいけません。
 - ⑦直射日光を避け、高温多湿の場所で保管するのはやめましょう。
 - ⑧容器を移し変えるのはやめましょう。
 - ⑨食品といっしょに保管するのはやめましょう。
 - ⑩小さな子供の手の届かない所に保管しましょう。
- ※薬についての疑問は、最寄りの薬局あるいは荒尾保健所(☎630222)まで。



の所有者自身も「産業廃棄物処理業の無許可営業違反」となる場合もありますので注意してください。
※詳しくは、荒尾保健所(☎630222)か長洲町農業委員会および役場福祉課まで。



おめでとう

(9月10日受付分まで)

住 所	保 護 者 名	出生児	性別	誕生日
向野北	岩 下 哲 郎	真 也	男	8 . 4
塩 屋	宮 島 弘 明	明日美	女	8 . 7
向野北	中 島 生 男	里 姿	女	8 . 9
立 野	原 田 誠 吾	創 史	男	8 . 17
立 野	佐 藤 隆	僚 介	男	8 . 20
向野北	安 達 秀 実	潤	男	8 . 21
清源寺	松 野 忠 和	祐 里	女	8 . 24
松 原	立 山 洋 治	紋 子	女	8 . 27
清源寺	竹 本 英 明	圭 佑	男	9 . 4

※対象者は、町内に住所のある方のみです。

第13回文化講演会

長洲ふるさと寄席

主 催 長洲町商工会青年部
 入 場 料 無 料
 出 演 者 桂 文 福 桂 小 福 露野団四郎
 場 所 町民研修センター
 時 間 10月18日(日) 午後1時30分開演 午後1時開場



▲桂 文福

※詳しくは、長洲町商工会 (☎780410) まで!

保健・衛生だより

◆詳しくは、福祉課(内線142)まで。※大切なことは、メモしておきましょう!

行 事	日 時	会 場	備 考
三種混合種 予防接種 (百日咳) ジフテリア 破傷風	10月9日(金)	清源寺公民館	対象者/第Ⅰ期接種(3週～8週の間隔で3回接種)生後12ヵ月～48ヵ月まで 第Ⅱ期接種(1回接種) 第Ⅰ期接種終了後12ヵ月～18ヵ月 (注)第Ⅰ期接種終了後18ヵ月を過ぎても追加免疫の効果は期待できますので第Ⅱ期を接種してもかまいません。ただし66ヵ月までの子供に限ります。
	10月13日(火)	向野集会所	
	10月15日(木)	町民研修センター	
インフルエンザ 予防接種	10月20日(火)	清源寺公民館	当日は体温を測定し、印鑑をご持参ください。 なお、料金は450円です。
	10月22日(木)	向野集会所	
	10月27日(火)	梅田公民館	
	10月30日(金)	町民研修センター	
育児相談	10月13日(火)	町民研修センター	対象者/乳幼児 持参するもの/母子手帳
	10月27日(火)		
母子手帳交付	10月14日(水)	役場福祉課窓口	持参するもの/印鑑、みそ汁 ※みそ汁は、コップ1杯(汁のみ)をご持参ください。
	10月28日(水)		
1歳6か月児 健 診	10月23日(金)	町民研修センター	対象者/平成2年4月～5月生まれの幼児 持参するもの/母子手帳、おしっこ