

'92

No.258号

3月号



星野哲朗先生からの祝辞

「水平線の見える町」を
小学生と合唱



ビデオテープは2,500円で発売中です(教育委員会まで)



噴火湾網おこしを歌う
鹿部おなじみの
原田ひろしさん

自らを高める、鹿部町民をめざして

生涯学習のすすめ

生涯学習情報№.2

～かしこく 楽しく 健康に生きる～

ご意見やご要望がありましたら、
社会教育課までお問い合わせください。
(電話 7-3124番)



健康づくり講演会 ～丸山先生の話は「脱パンツ」～

前号では、「生涯学習」についての説明をしました。が今月号では、なぜ生涯学習が必要なのだろうか

現代の社会は、科学技術の急速な発達や情報化、国際化の進展などで大きく変化しています。このような社会の変化にのこされることなく生きていくためには、私たちは常に新しい知識や技術を習得することが必要になっていきます。また、所得水準が向上し、自

由時間が増大するなかでの心の豊かさを求め、学習自体を楽しもうとする傾向が強くなってきています。

余暇を活用して趣味やスポーツを楽しむこと、読書や芸術鑑賞で時を過ごすこと、地域づくりの活動に参加することなど様々な学習に積極的に取り組むことよってわたしたちの人生は、より充実した生きがいのあるものになるでしょう。

かつて「人生50年」といわれていた時代には、子育てを終えたり、定年退職した後の人生は比較的短いものでした。しかし現在、日本は世界一の長寿国になり、「人生80年」といわれています。長くなった老後の人生を健康に過ごし、いかに生きがいあるものにしていくか、生涯学習は高齢者の生きがいとしても大

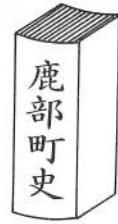
人生80年へむけて

きな意味を持っています。長い老後にそなえて若いときから余暇を活用する態度を身につけることが必要になっていきます。

二十一世紀に向けて、心豊かで充実した人生を送るために生涯にわたって学び続けることが、いま、すべての人にとって必要になってきています。



鹿部町人材バンク事業 ～和菓子づくり講習会より～



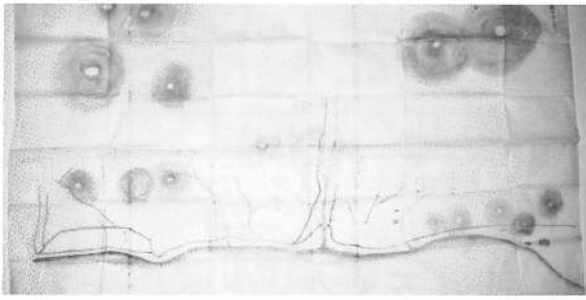
編集室だより

北海道開進会社

鹿部村開拓を願

道立文書館に鹿部村の明治十四年七月の地図が二枚ありました。

株式会社組織で北海道に移民を送り大規模な農業開拓をすすめた開進会社が明治十四年七月に鹿部村の広い山野の開墾を目的に割渡(払下げ)を願ひ出たときの手書きの附



割 渡 出 願 附 図 (第一)

図です。

現在の五万分の一の原形は、大正四年測量、大正五年発行のものが始まりですが、この明治の割渡出願の附図(第一図)には本別の森見浜と大川西の草生場が二二万歩(坪)宇小川に草生場として十五万歩(坪)鹿部野十萬歩(坪)城部沢・ザル石野に十萬歩合計五十四万歩 約一七八町歩の農地払下げを出願されてい

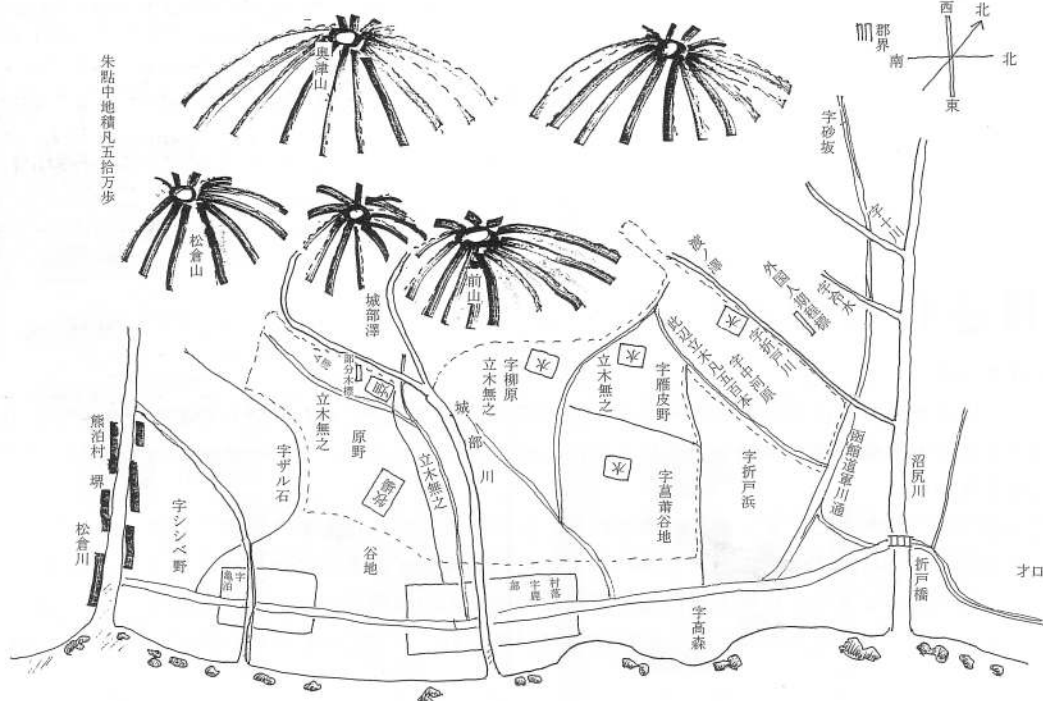


割 渡 出 願 附 図 (第二)

ました。この時の二つの地図は不思議なことに現在の折戸川にあたる河川に第一図は鹿部川と記し、第二図には沼尻川と記されていてその橋には折戸橋とあります。この第二図の函館道軍川通の冷水川のところ境界柱が示され外国人期程標と記されています。安政年間函館が開港されてから明治の初めまで外国人の往来する地域が制限されていたときの標柱標があったようです。

開進会社は第四十四国立銀行頭取岩橋徹輔が創立し社長となり全道三八地区を出願、農民を移し住宅・農機具一切を貸与して十五年間を目途にすすめました。下湯川村に第一会所を設け軍川に出張所を置いて開墾に入りました。今の東大沼辺に、もと開進舎の地名があつたのがこれです。

鹿部村割渡の附図は三八番目の出願でしたが、明治十七年資金調達が困難となり開進会社は解散したので鹿部の開拓は成りませんでした。



第二 附 図 の 説 明

健康へのページ

～ビタミンと健康～

水溶性ビタミン

前回は脂溶性ビタミン（ビタミンA・D・E・K）についてとりあげましたので、今回は水溶性ビタミン（ビタミンB・C）についてです。

＜水溶性ビタミンのはたらきと欠乏症＞

名 称	は た ら き	欠 乏 症
ビタミンB ₁	◎糖代謝に関与する 糖分が体の中でエネルギーとして発生するとき必要	かっけ（足を中心にだるい、疲れやすい、動悸・息切れ、手足のしびれやむくみ、食欲低下、胃腸の調子が悪いなどの症状） イライラしたり、消極的で不安定な精神状態になる 機敏性がなくなる
ビタミンB ₂	◎成長促進作用 ◎糖質、たんぱく質、脂肪が体内でエネルギー源として燃焼し、代謝のときに関与	成長障害 口内炎・口角炎・口唇炎 角膜炎・結膜炎・疲れ目
ビタミンB ₆	◎たんぱく質の代謝に重要な働き	皮膚炎、貧血、けいれんを伴う神経障害
ビタミンB ₁₂	◎貧血を予防する因子	悪性貧血
ビタミンC	◎毛細血管・歯・軟骨など結合組織を強くする	壊血病（歯ぐきから出血する、全身がだるい、貧血無気力になる）

＜水溶性ビタミンの特徴＞

- 文字どおり水にとけやすい
- ビタミンB₁：熱に弱い
- ビタミンB₂：光に弱い
- ビタミンB₆：光により分解
- ビタミンB₁₂：光により分解
- ビタミンC：熱に弱い、空気によっても破壊されやすい

※熱や光に弱いので調理の工夫が必要

- ・調理の際、炊めものは強火でサッと
- ・煮物はむやみに長く煮込まない
- ・果物はジュースにしたらずぐ飲む
- ・てんぷらはビタミンCが破壊されにくい調理法

＜注目されているビタミンC＞

◎カゼとビタミンC

ビタミンCにはウイルスに対抗する作用があり、細胞と細胞の間をしっかりと固める働きをもっているため細胞内に侵入しようとするウイルス粒子の移動を妨げる役割をします。カゼの予防に効果があります。

◎タバコとビタミンC

タバコを吸うと、体内のビタミンCが破壊されるという報告がたくさんあります。その一部を紹介すると、1日に必要なビタミンCは50mgですが、「タバコ1本で約25mgのビタミンCが破壊される。」また、「1日1箱のタバコを吸う人にビタミンCを大量に与えても吸わない人の血液中のビタミンC量まで達しなかった」という報告があります。このような事実は、症状は出ないまでも、ビタミンC不足の状態を示しているといえます。

この他、ストレスや疲労などにもビタミンCは有効とされています。

成人1人1日当たりビタミンB₁所要量
 男子1.0mg 女子0.8mg (可食部100g中)
 (IU)

ビタミンB・Cの 多く含まれている食品

横綱	 強化米 ————— 125		
大関	 小麦はいが ————— 2.10		
大関	 ひまわりの種 (乾) ————— 2.10		
関脇	 豚(ヒレ)大型種 ————— 1.34		
関脇	 あまのり (干しのり) ————— 1.15		
関脇	 豚(もも)大型種 ————— 1.13		
前頭	ごま(乾)  0.95	同六	りしりこんぶ(葉干し)  0.80
同二	乾燥大豆(米田産)  0.88	同七	豚(肩)大型種  0.77
同三	豚(ロース)大型種  0.86	同八	きなこ  0.76
同四	落花生(乾)  0.85	同九	うなぎ(生)  0.75
同五	焼き豚  0.85	同十	たらこ(生)  0.60

ビタミン名	食品名
ビタミンB ₁	米ぬか・小麦胚芽・レバー・豚肉・やつめうなぎ・落花生 ごま
ビタミンB ₂	小麦胚芽・レバー・肉・卵黄 大豆・さば・玄米・緑黄色野菜
ビタミンB ₆	レバー・肉・魚・卵・牛乳・豆類
ビタミンB ₁₂	レバー・肉・魚・チーズ・卵 貝
ビタミンC	パセリ・ブロッコリー・菜の花・ピーマン・いちご・かぶの葉・小松菜・ほうれん草・さつまいも・カリフラワー・さやえんどう

成人1人1日当たりビタミンB₂所要量
 男子1.4mg 女子1.1mg (可食部100g中)
 (mg)

成人1人1日当たりビタミンC所要量
 男子50mg 女子50mg (可食部100g中)
 (mg)

横綱	 やつめうなぎ (生、干し) ————— 6.00		
大関	 強化米 ————— 5.00		
大関	 豚(肝臓) ————— 3.60		
関脇	 あまのり ————— 3.40		
関脇	 牛(肝臓) ————— 3.00		
関脇	 水前寺のり (すき干し) ————— 2.30		
前頭	鶏(肝臓)  1.80	同六	まつ茶  1.35
同二	豚(じん臓)  1.75	同七	はちの子缶詰  1.22
同三	干しいたけ(乾)  1.70	同八	わかめ(葉干し)  1.15
同四	脱脂粉乳(田産)  1.60	同九	アーモンド(いり)  1.10
同五	レバーペースト(豚)  1.45	同十	どじょう(生)  0.80

横綱	 パセリ ————— 200		
大関	にがうり (生) ————— 120	同六	ほうれん草 (生)  ————— 65
大関	にがうり (油いため) ————— 110	同七	パパイア 完熟果(生)  ————— 65
大関	 あまのり (干しのり) ————— 100	同八	ネーブル (生)  ————— 60
関脇	 芽キャベツ (ゆで) ————— 90	同九	さやえんどう (生)  ————— 55
関脇	 ししとうがらし (油いため) ————— 80	同十	ブロッコリー (ゆで)  ————— 50
関脇	 ピーマン (油いため) ————— 80	同五	いちご (生)  ————— 80
前頭	こまつな (生)  ————— 75	同四	甘がき  ————— 70
同二	だいこん (生)  ————— 70	同三	さんかん (果皮)  ————— 70

季節勤労者援護事業

- ★テレホンカード配布
- ★町広報紙送付事業

この度、町では、出稼者を対象として「ふるさと一声だより」を目的としたテレホンカードを配布することになりました。

住みなれた鹿部をはなれ、出稼されます皆様と家族や友人との連絡等にご利用下さい。

尚、現在出稼中で役場から「出稼手帳」の交付を受けていない方の出稼先の住所がわからないためテレホンカードを送付できません。出稼先住所を役場民生課までお知らせ下さい。

また、町では、出稼者が遠く離れていても安心して働けるよう、鹿部の近況などをお知らせする事業（町広報紙の送付事業）なども実施しております。

これらの事業は、出稼中の住所がわからなければ実施できませんので、できる限り出稼される方の住所・氏名をお知らせ下さい。

在宅栄養士さん・保健婦さんをさがしています

在宅栄養士・保健婦さんをバンクに登録!!

北海道では、各種の健康づくり事業と保健事業を推進するため、事業に協力してくださる在宅栄養士さんと、在宅保健婦さんをさがし、バンクに登録することになりました。

登録についてのご協力をお願いいたします。

連絡先 森保健所予防課

森町字上台町330番地 ☎(01374) 2-2323

労災保険(労働保険)実務講習会の開催

講演会会場	実施月日	所要時間	対象業種
函館市民会館 小ホール	4月23日(火)	9:30~12:00	建設業
		13:30~16:00	建設業を除く 全業種

申告書の作成指導並びに申告書収集、保険料の領収についての相談等開催

会場	実施月日	時間
函館労働 基準監督署	4月1日	9:00~15:00
	5月15日	但し土曜日は 9:00~11:00
鹿部商工会	5月7日	10:00~15:00

持参書類等

1. 労働保険申告書
2. 労働保険料
3. 事業主の印鑑
4. 平成2年度確定保険料
算定基礎賃金集計表
5. 賃金台帳
6. 建設業にあつては工事
請負契約書、見積書、
工事台帳

平成3年4月~
平成4年3月ま
でに関するもの

道内の公立高等学校へ入学を予定されている方へ

公立高等学校に学ぶ生徒に対する 「授業料免除」が受けられる制度があります。

生徒の家庭が次のいずれかに該当する場合、授業料の免除が受けられます

- (1) 地震、水害、台風、冷害等の災害または火災に遭い、授業料の納付が困難となった家庭で次のいずれかに該当する場合
 - ア. 年収が一定の基準以下の場合
例) 給与所得世帯で夫、妻、高校生、中学生の4人世帯の場合→年収371万円程度
 - イ. 事業所得者にあつては、地方税法に規定する市町村民税の所得割が課税されない場合
- (2) 生活保護を受けている家庭
- (3) 保護者等が自動車事故により死亡し、または自動車損害賠償法施行令に規定する後遺障害に該当し、授業料の納付が困難となった家庭
(生徒が生活保護法に規定する被保護者または要保護者の場合や生徒または生徒を扶養する人が、地方税の非課税者であるか若しくは均等割のみを課税されている場合など)
- (4) その他特別の理由により授業料の納付が困難となった場合
(授業料の納付が困難となった場合とは、(1)のア、イと同じ)
(問い合わせ先)
詳しくは、最寄りの道立高等学校へお問い合わせください。

暴力団対策法の施行 「暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律」が3月1日に施行されました。

この法律は、公安委員会が、一定の要件を満たす暴力団を「指定暴力団」と指定し、従来の法律では罰することのできなかった

- | | | |
|--------------|-------------------------|---------------|
| 1. 口止め料の要求 | 2. 借金踏み倒し行為 | 3. 寄付金・賛助金の要求 |
| 4. 金銭貸し付け要求 | 5. 下請け参入等の要求 | 6. 地上げ行為 |
| 7. あいさつ料の要求 | 8. 利得示談介入行為 | 9. 用心棒代の要求 |
| 10. 高利債権取立行為 | 11. 因縁をつけての物品買取り要求・金品要求 | |

の11種類の暴力的要求行為の禁止をはじめ、

- ◎ 対立抗争時の組事務所の使用制限
- ◎ 少年に対する指定暴力団への加入強要・脱退妨害の禁止

など各種の規制をすることができ、暴力団の動きを封じ込み、町民生活の安全と平穏を守りながら暴力団を壊滅していこうとするのが狙いです。また暴力的要求行為の被害者に対して、被害回復のための暴力団員への連絡など必要な援助も行うことができます。

警察では、この暴力団対策法を生かしていくためにも、広く道民の皆様方のご理解とご協力を得て、暴力団の実態を解明し、壊滅を図りたいと強く考えております。

★暴力団の被害に遭った時は、勇気を出して警察へ届け出するとともに、暴力団に関する情報は、電話・手紙
その他どんな方法でも結構ですので、安心して警察までご相談ください。

◆暴力団相談専用電話 道警函館方面本部捜査課 ☎(0138) 53-0300

平成4年4月分から国民年金の 保険料額が変わります。

月額 9,000円 → 9,700円

4月に1年分をまとめて納付すると、
表のとおり保険料が引きされます。

	前 納	通常納付	割引額
定 額 保 険 料	円 113,590	円 116,400	円 2,810
付 加 保 険 料	円 4,680	円 4,800	円 120

便利で
お得な
前納制度を
ご利用ください。

▽便利で安心な口座振替

毎月の保険料納付を「仕事
が忙しくて「ついついっかり」
納めるのを忘れていると、年
金を受けられなくなる場合が
あります。
口座振替にすると、あなた
の預金口座から自動的に保険
料が納付されますので、「うつ

かり」の納め忘れが解消され
ます。
「まさか」のときのために、
確実に訪れる「老後」のため
に毎月の保険料はきちんと納
めましょう。
●口座振替の手続き先は、市
区町村指定の金融機関です。

手続きは、かんたんです。

銀行や郵便局に、印かん、預金通帳、納
付案内書をお持ちになれば、簡単に手続き
ができます。



待ったなし
二十歳になったら
国民年金

「国民年金に加入中の学生さんや、
就職（厚生年金や共済年金）で加
入せずに国民年金の資格喪失の
手続きをしましょう。」

学生さんや、農業・漁業・
商業などに携わっている自営
業者の皆さん、国民年金の加
入手続きを忘れていませんか。
年金は老後の生活設計や、
万一事故にあった場合の生活
保障にかかすことができない
制度です。
加入の手続きをされていない
方は、住民票のある市区町
村の国民年金窓口で早めに届
出をしましょう。

「ご寄付のお礼

○元鹿部村町 吉田金次郎氏
の遺族より生前の町民のご
厚情に感謝し、町の老人福
祉に役立ててくださいと、
三十万円
の寄付が町へありました。
○福地かほるさん（字宮浜）
から 十万円
○萩原登喜子さん（字本別）
から 一万円
が町社会福祉協議会へご寄
付がありました。

世帯と人口

平成4年2月29日現在
()は前月比です。

世帯数	1,460世帯 (-1)
男	2,501人 (-5)
女	2,504人 (-3)
計	5,005人 (-8)

戸籍の窓

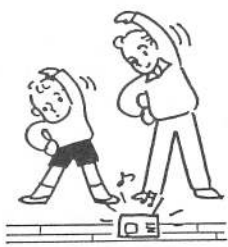


おたんじょう
おめでとう



おくやみ
もうしあげます

吉田 健太	父	住所	鹿部
福地 亮太	父	住所	宮浜
川村 末松	享年	住所	宮浜
伊藤 トミエ	七七歳	住所	鹿部
福地 一郎	四七歳	住所	宮浜



世界保健デー
(4月7日)