

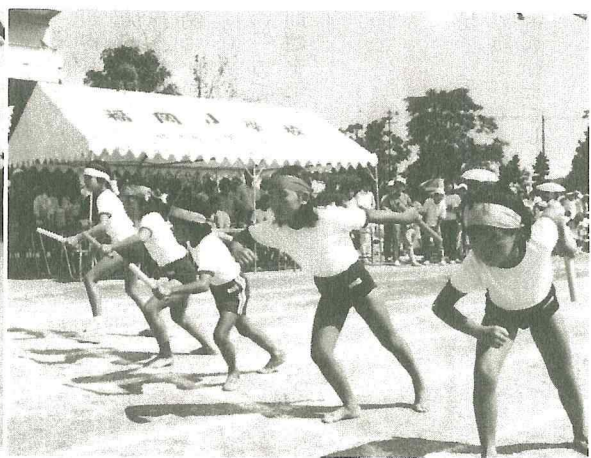
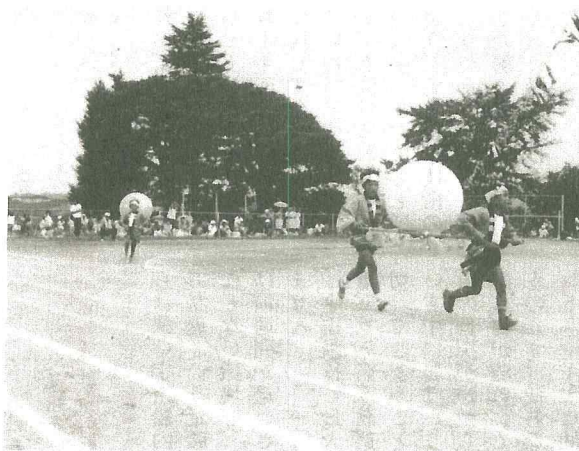


しろいし

10

59年

編集と発行 白石市役所総務課・宮城県白石市字桜小路35・印刷 鈴木印刷所



今月の主な内容

- 老後への備え健康も忘れずに……………P2～P3
- 10月28日は白石市長選挙の投標日です……………P4～P5
- 高額療養費の支給制度の変更と退職者医療制度……………P7
- 全国防犯運動、畜犬届と予防接種……………P8～P9
- トビックス、わが家の味……………P10～P11
- 市民登場、地名アレコレ、市民文芸……………P12～P13
- おしらせ、公民館だより……………P14～P17
- カメラ・ニュース、休日急患当番医……………P18

秋の大運動会

9月15日（敬老の日）、福岡小学校（服部利雄校長、児童426名）の大運動会が、さわやかな秋空のもとにぎやかに行なわれました。福岡小学校4分校の児童60名も、本校の児童たち（378名）と一緒に各プログラムに一生けんめい取り組み、元気いっぱいの演技を披露していました。応援にきたお父さん、お母さんも、子どもたちと一緒にさかんな声援をおくり、にぎやかな秋の一日となりました。

老後への備え 健康も忘れずに

40歳からの健康週間10月10日～16日

10月10日は「体育の日」、またこの日から16日まで1週間は「40歳からの健康週間」です。今年から始まるこの週間は、壮年期からの健康づくりと成人病予防のための週間です。

老後の準備は40代からといわれますが、これは経済面に限ったことではありません。健康についても、老後への備えが必要です。かけがえのない財産、健康を失わないようにしましょう。

運動しないと生きていけない

人間は動物ですから、動いているのが本来の姿です。食べ物を得る、水をくむ、火を起こす……ほんの数十年前まで、こういったことに對して今よりも「体を動かしていた」はずで、

ところが、人間はこれらの作業を「嫌なこと」と感じていたようです。科学技術の進歩は、こういった労働から逃れようとした努力の積み重ね、と言っても言い過ぎではありません。

宇宙飛行最大の危険は運動不足

運動不足——その際立った例は、病気で寝ている人を別にすると、宇宙飛行士でしょう。彼

らは狭い宇宙船内、しかも無重力状態という足腰の負担がほとんどない環境で、何日間あるいは何週間か過ごさなければなりません。



宇宙飛行で最大の危険は、体重ゼロという状態に人体が慣れ切ってしまうこと、といわれています。こういう状態では、重力の負担がからず足腰の筋肉に血が流れにくくなってしまふのです。使わない自転車のハンドルやギヤに油が通わなくなつたことを思い浮かべてください。放っておくと動かなくなつてしまふはずで、これを防ぐためには、絶えず動かしてやらなければなりません。一九七八年に「サリュート六号」で百四十日間の宇宙滞在をしたソ連の宇宙飛行士の例で言えば、午前八時起床、午後十一時就寝という日課の中で、毎日二～三時間はランニング・ロード（ベルトコンベアの上で走る）や車輪のない自転車を使った運動に割り当てられていた、という記録があります。また、アメリカ合衆国の宇宙船、スペースシャトルでも、ランニング・ロードを使った運動時間が設けられています。

運動時間を日課に入れよう

マイコンが温度調節するエアコン、デジショナー、声の出る電子レンジ……わたしたちの生活空間は以前にも増して、宇宙船に近づいています。そして、自動車やエレベーターなどの利用によって負担が軽減されたわたしたちの足腰は、無重力状態と同じ「ぬるま湯」に浸されています。わたしたちにも、宇宙飛行士を見習って日課に運動時間を組み入れなければならぬときがやってきた、といえるでしょう。

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、腰を押し出すようにさっさと歩く。
- ③ 落ちているものを拾う時は、膝のパネを使って拾う。
- 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。文部省「スポーツを生涯の友に」(中高年編)より

長生きするにはどうするか

健康づくりの三本柱は、「運動」「栄養」「休養」といわれています。全国に住む百歳以上の人全員を対象とした調査、「長寿者保健栄養調査」(健康・体力づくり事業財団)の結果からも、そのことを確かめることができます。

長生きの秘訣は運動とバランスのとれた食事

まず、長寿者が一番長く従事した仕事を見てみましょう。過ごした生活環境の良し悪しも考えられますが、体を動かすことが健康に結びつくと思われる結果が出ています。

- ① ④の食事について詳しくみると、気をつけていたとすることは次のような事柄です。多い順に挙げてみましょう。
- 栄養が偏らない
- 三回の食事を規則正しくとる
- 暴飲暴食をしない
- 食物の好ききらいをしない
- 塩分をできるだけとらない

長寿者が好きな食べ物

順位	料理名	(%)
1	野菜の煮物	33.6
2	刺身	20.6
3	寿司	17.2
4	煮魚	15.2
5	酢のもの	12.2
6	味噌汁	8.6
7	カレーライス	8.3
8	餅類	8.3
9	麺類	8.2
10	天ぷら	7.4

複数回答、11位以下略
「長寿者保健栄養調査」
(健康体力づくり事業財団)

健康は自分で手に入れるもの



あなたは健康ですか——こう聞かれたとき、ためらいなく「はい」と答えられる人が何人いるでしょうか。同じ質問を全国の二十歳以上の一人、三千人に問いかけた調査があります。(総理府広報室「体力・スポーツに関する世論調査」昭和五十七年十月)。

それによると、「自分は健康である」と答えた人は、半数以下の四六・五%にすぎません。

また、昭和五十八年の「国民健康調査」(厚生省)によれば、国民の八・一人に一人が、何らかの病気にかかっています。

健康とは、単に「病気がないこと」ではなく、さらに一歩進めて、「体を常にベスト・コンディションに保つ」という、積極的な健康づくりに努めたいものです。

積極的な健康づくりを

健康とは何か——「西暦二〇〇〇年までに全人類の健康を」これを目標とするWHO(世界保健機関)は健康を次のように定義しています。

WHO憲章の前文によれば、健康とは「単に疾病又は病弱の存在しない状態を表現するものでなく、広く肉体的精神的及び社会的に完全に良好な状態」です。

健康とは単に「病気がない状態」に満足するのではなく、さらに一歩進めて、「体を常にベスト・コンディションに保つ」という、積極的な健康づくりに努めたいものです。

明るい選挙で住みよい郷土

10月28日(日)は白石市長選挙の投票日です。

任期満了に伴う白石市長選挙は、十月二十一日(日)に告示され、二十八日(日)に投票が行われます。

白石市の方向をゆだねる最も大事な選挙です。棄権することなく、みんなできれいな選挙を行い、大切な一票を投じましょう。

一、今回の選挙に投票できる人

次の要件により選挙人名簿に登録を行います。

住所。昭和五十九年七月十九日以前に転入届出(住民票作成)をした方。また、選挙人名簿に登録されている投票日当日白石市に住所がないと投票できません。

年齢。昭和三十九年十月二十九日以前に生まれた方(当市に三ヶ月以上住所を有する方)

なお、十月一日以降に転居された方(市内の住所異動者)は、従来の投票所で投票することになります。

二、入場券

郵便によりお届けします。一枚のハガキに二名連記されておりますので切り離してお持ち下さい。

なお、入場券をなくしたり、しまい忘れたりしたときは、投票所で受け付けに申し出て下さい。

三、投票時間

十月二十八日は、午前七時から午後六時までですが、次の投票区は時間を繰り上げます。

四、不在者投票

投票は、投票所で当日投票するのが原則ですが、この例外として不在者投票の制度があります。この事由として

(1) 投票日に投票区の区域外で職務または業務に従事する場合

(2) 止むを得ない用務又は事故のため市外に出かける場合

「投票所の一部変更」

白石第二投票所は、従来の白石市図書館から白石市立第一小学校体育館に変更いたします。

「投票区の区域の一部変更」

本郷第二行政区の投票所は、従来白石第二投票区(白石市図書館)でありましたが、今度の市長選挙から、白石第五投票区(白石市中央公民館)に変更いたします。

五、開票

午後七時三十分から白石市民体育館で即日開票を行います。

市長選挙の立候補予定者説明会

市長選挙の立候補予定者説明会は、十月九日(火)午後一時三十分から市役所第四会議室で行います。

選挙についての問い合わせは

白石市選挙管理委員会事務局
電話 五二二二一
内線一六〇～一六一

選挙運動について

選挙運動期間

選挙運動期間は選挙の期日の告示日(十月二十一日、立候補届出受理後)から投票日の前日までの期間に限られておりそれ以前のいわゆる事前運動はすべて禁止されております。

選挙運動をしてはならない人

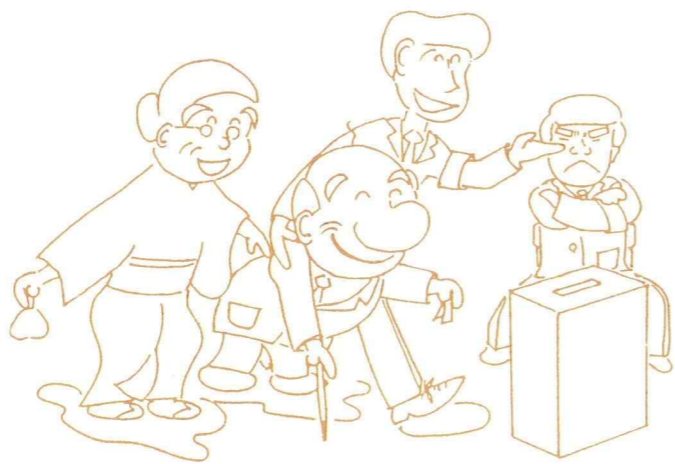
- 選挙事務関係者として投票管理者・開票管理者は選挙運動が禁止されています。
- 特定公務員として選挙管理委員会の委員及び職員、警察官等。
- 法令により制限される公務員として
一般職の国家公務員及び地方公務員、地方教育公務員。
- 公務員等の地位利用による選挙運動
- 教育者の地位利用による選挙運動
- 未成年者の選挙運動

すべての人に禁止されている選挙運動

公選法が「何人も……することができない」と定めている禁止事項のうちその主なるものは次のとおりです。

- 戸別訪問
- 署名運動
- 人気投票の公表
- 飲食物の提供
- 氣勢を張る行為
- 候補者、候補者となろうとする者(公職にある者も含みます)に対して寄附を勧誘したり要求すること
- 選挙後の挨拶行為

明るく正しい選挙



白石市長選挙は明るく正しい選挙で

明るい選挙推進協議会は平素市民の皆様とともに正しく明るい選挙の推進運動を行っており、白石市長選挙を前にして、あらためて有権者の皆様並びに立候補者に次の運動を提唱いたします。

- もらわない
- 求めない
- この三つです。みんなが「三ない運動」を実践すればおのずと明るくきれいな選挙が達成されます。
- 「三ない運動」で新しい市長を迎えましょう。
- 白石市明るい選挙推進協議会

所得税の 記帳・記録保存制度の あらまし

1 記帳制度

事業所得等のある人（青色申告者を除きます）で、次の(1)または(2)のいずれかに当てはまる人は、帳簿を備え付け、その年の取引のうち、総収入金額や必要経費について簡易な方法により記帳を行うとともに、その帳簿を七年間（書類は五年間）保存しなければならないこととされました。

(1) その年の前年十二月三十一日において、前々年分の事業所得等の金額が三百万円を超える人

(2) その年の三月三十一日において、前年分の事業所得等の金額が三百万円を超える人

したがって、昭和五十八年分の事業所得等が三百万円を超えている人は、昭和六十年一月一日の取引から記帳することになります。



3 総収入金額報告制度

その年の事業所得等の総収入金額が五千万円を超える人、（その年分の確定申告書を提出している人を除きます）は、その収入金額の合計額などを記載した総収入金額報告書を翌年三月十五日までに提出しなければならないこととされました。

したがって、昭和五十九年分の確定申告書を提出する必要がある人でも、五十九年中の事業所得等の総収入金額の合計額が五千万円を超える場合は、昭和六十年三月十五日までに、総収入金額報告書を提出しなければなりません。

2 記録保存制度

1の記帳をしなくてもよい人でも、次の(1)または(2)のいずれかに当てはまる人は、その業務に関して作成し、または受領した帳簿や書類（決算関係書類、請求書、納品書、領収書など）を整理して五年間保存することとされました。

(1) その年の前年十二月三十一日において、前々年分の確定申告書などを提出している人や前々年分について決定を受けている人

(2) その年の三月三十一日において、前年分の確定申告書などを提出している人や前年分について決定を受けている人

したがって、昭和五十八年分の確定申告書を提出している人などは、昭和六十年一月一日の取引に関するものから保存しなければなりません。

4 収支内訳書添付制度

事業所得等がある人（青色申告者を除きます）が確定申告書を提出するときは、その年の総収入金額や必要経費の内容を記載した収支内訳書を確定申告書に添付しなければなりませんこととされました。

したがって、来年、昭和五十九年分の確定申告書を提出するときは、収支内訳書を添付することになります。

なお、お分かりにならない点がありましたら、お気軽に最寄りの税務署（所得税担当）にお問い合わせください。

昭和59年10月1日スタート

退職者 医療制度

高額療養費の支給 制度が変わります

どんな場合に支給されるか

①被保険者本人と家族が医療機関にかかり、一部負担金（三割分）の額が一人、一ヶ月五万円（低所得者の場合は三万円）を超えるときは、その超えた額について国保の窓口に請求すれば「高額療養費」として払い戻しが受けられます。

②同一世帯の人が、同一月内に医療機関にかかり、自己負担額が一人、三万円（低所得者二万円）を超えた場合、その額の合算が五万一千円を超えていれば、その超えた分について払い戻しが受けられます。

③一年以内に四回以上の高額療養費の支給を受けた場合、四回以降からの自己負担額が三万円（低所得者二万一千円）を超えた分について払い戻しが受けられます。

④特定の病気で、高度な治療を長期間受けなければならない場合、厚生大臣が指定したものに、一ヶ月一万円を超えた医療費は、あとから払い戻しを受けることができます。

どんな給付が受けられるか

退職医療制度で治療を受ける場合には、次のような給付が受けられます。

① 扶養家族 ④ 外来受診 ⑦ 七割
（自己負担三割）

② 本人 ⑤ 入院 ⑧ 八割
（自己負担二割）

③ 退職者本人 ⑥ かつた医療費
の八割（自己負担二割）

お医者さんにかかるとき

診療を受けるときには、退職者医療制度被保険者証を窓口へ提出してください。ただし、本市の場合、新しい保険証が間に合いませんので、これに該当する方には「退職被保険者等証明書」を市役所保険課で交付いたしますので、現在使用の保険証とこの「証明書」を医療機関窓口へ提出してください。

詳しくは、市保険課 ☎ 五二二



どんな人が加入するのか

国民健康保険の加入者で

① 厚生年金、船員保険あるいは各種共済組合から老齢（退職）年金の支給を受けている人（被保険者の期間が二〇年以上）。

② 被用者年金制度に四〇歳以後に一〇年以上加入し、通算老齢年金の支給を受けている人。

③ 被保険者本人の配偶者（事実上婚姻関係と同様の事情にある人も含む）、三親等内の親族で、被用者保険本人と同世帯で、主として被保険者本人により生計を維持している人。（ただし、年間収入が九〇万円以上ある人は被扶養者にはなりません。）



昭和59年度犬の登録(追加分)
第2回狂犬病予防注射実施日程表

地区	月日	曜	実施場所	実施時間
白石	10月8日	月	健康センター	9:00~9:50
			図書館	10:10~10:50
			八幡神社前	11:10~11:30
			田町会館前	13:10~14:00
			中央公園	14:20~14:50
白石	9日	火	中央公民館	9:10~9:30
			観音崎公園前	9:50~10:20
			郡山集会所	10:40~10:50
			寿山児童公園脇	11:10~11:30
			上郡山集会所	13:10~13:20
大平 福岡 越河	11日	木	緑が丘コミュニティセンター	13:40~14:00
			我妻商店脇(高架橋下)	14:10~14:20
			大平公民館	9:30~10:00
			大平5区集会所	10:20~10:40
			城南ヤギサワ商会	11:00~11:10
大鷹沢 白川 小下倉	12日	金	滝下会館	11:30~12:00
			越河公民館	13:30~13:40
			越河部落集会所	14:00~14:10
			越河9区集会所	14:20~14:30
			越河駅前ポンプ置場	14:40~15:00
大鷹沢 白川 小下倉	13日	土	大鷹沢公民館	9:10~9:40
			大鷹沢4区公民館	10:00~10:20
			大鷹沢6区集会所	10:30~10:35
			耳取停留所	10:45~10:55
			犬卒都婆公会堂	11:15~11:30
福岡	15日	月	津田 小野商店前	11:40~11:45
			白川公民館	13:10~13:30
			内親生活センター	13:50~14:00
			小下倉集会所	14:20~14:30
			中斎川集会所	9:30~9:40
福岡	16日	火	斎川公民館	10:00~10:30
			上原集会所	9:10~9:20
			川原子停留所	9:35~9:40
			不忘研修センター	10:05~10:15
			蔵王 岡部捨雄様宅前	10:35~10:40
小原	17日	水	下ノ集乳所前	10:45~10:50
			三住元開拓農協	11:10~11:30
			深谷公民館	13:40~14:20
			北区 木須商店向	14:40~14:50
			東区 平林商店脇	15:00~15:10
小原	17日	水	福岡公民館	9:30~10:10
			西区上集会所	10:30~10:40
			八宮生活センター	11:00~11:20
			大綱担手センター	13:30~13:40
			弥治郎集会所	14:00~14:10
			鎌先消防詰所	14:30~14:40
			滝上 古山肇治様宅前	15:00~15:10
			上戸沢集会所	9:25~9:30
			下戸沢公会堂	9:40~9:50
			冷清水集会所	10:00~10:10
木村商店スタンド前	10:20~10:30			
大熊集会所	10:40~10:50			
小原保育園駐車場	11:10~11:20			
小原公民館	11:30~11:40			
古山春一様宅脇中田入口	13:20~13:30			
赤坂集会所	13:40~13:50			
大浦けさよ様宅脇小日向入口	14:00~14:10			
明戸集会所	14:20~14:30			
かつらや駐車場	14:40~14:50			

都市に緑と公園を

都市における緑豊かな生活環境を確保するためには、都市公園などの公的緑地の整備を積極的にすすめる、地域住民の方々や関係諸団体の参加と協力により総合的な都市緑化の推進が必要とされています。

そこで国及び地方公共団体は都市の緑化、都市公園、街路樹などの整備保全を促進するとともに住民参加による緑豊かな街づくりを推進するため、今年も十月いっぱい「都市緑化月間」と定め、全国的に緑化推進運動を展開されます。

白石市では、その一環として園芸業、植木業の方々の協力により庭木や鉢物を格安にて販売していただくほか、球根の無料配布を予定しております。

市民多数のご来場をお待ちしております。

▽日時 十月二十六日(金) 十月二十八日(日)

▽会場 中央公園内

▽催し

(1)植木市 三日間
(2)球根無料配布(チューリップ、球根など)

配布個数五百個(先着順により一戸二個のみ)

十月二十六日(金) 午後十二時二十分~一時二十分

10月は都市緑化月間

全国防犯運動

10月11日~20日

考えて！
ぼくらの育つ環境を

十月十一日から十月二十日までの十日間「全国防犯運動」が行われます。運動の重点は、「少年を取り巻く社会環境の浄化」とし、次代を担う少年に悪影響を及ぼしている社会環境を浄化し、少年の健全な成長をはかるうとするものです。

悪化する
少年を取り巻く環境

最近の少年を取り巻く社会環境は、
○アダルトショップ等の急増
○少年のたまり場となるゲームコーナー、深夜飲食店等の増加
○有害図書類の氾濫
等により著しく悪化しております。

少年は、心身ともに未成熟であり、様々な社会環境に支配されやすいものです。地域ぐるみで次のことを実践し、少年に有害な環境を浄化しましょう。

◇有害図書の3ない運動(売らない、買わない、見させない)

検査日程

月日	時間	対象地区	検査場所
10月15日(月)	11:00~12:00	越河	越河公民館
〃	13:30~14:30	斎川	斎川公民館
10月16日(火)	11:00~12:00	小原	小原公民館
〃	13:30~14:30	小原	下戸沢公会堂
10月17日(水)	11:00~12:00	大鷹沢	大鷹沢公民館
〃	13:30~14:30	白川	白川公民館
10月18日(木)	10:30~12:00	福岡	福岡公民館
10月19日(金)	10:30~15:00	白石(南町、田町、本町、中町、長町、亘里町、短ヶ町)	市役所
10月22日(月)	10:30~14:30	白石(新町、西益岡、中益岡、東益岡、清水小路、寿町、柳町)	〃
10月23日(火)	10:30~14:30	白石(本郷1、2、3、4、鷹巣、上郡山、郡山、小下倉)	〃
10月24日(水)	10:30~14:30		

正しい計量・豊かな暮らし

〔計量器定期検査〕
年に一度の計量器定期検査が十月に行われます。この検査を受けると、今後計量器の使用ができなくなり、期間中に必ず検査を受けてください。計量は、私たちの生活のなかに欠かせないものです。

※運搬には十分注意を

か大切な役目をはたしていません。正確な計量器を正しく使って正しく計りましょう。

詳しくは、商工観光課 ☎五二二二(内線二〇一)までどうぞ。

五十九年度第二回(秋) 畜犬届と 予防接種

犬を飼うことになると、狂犬病予防法という法律にもとづいて「犬鑑札」と「注射済」の二つの鑑札を受けなければなりません。

最近咬傷事件が多発しております。放し飼いはやめましょう！

予防接種の受け方

畜犬登録をした犬は、春と秋の二回、狂犬病の予防接種を受けなければなりません。

期間中に注射を受けることができなかった場合は、獣医師が戸別に訪問して注射することになりますので料金の外に二千五百円を負担していただきます。

この法律により、市役所へ飼い犬の登録をします。血統書などの有無にかかわらず、生後三カ月以上のすべての犬です。手続が済むと、鑑札(登録票)が交付されますので、それを首輪などにつけておかなければなりません。

種を受けると保健所から注射済票が交付されます。この鑑札も登録票といっしょに犬につけておかなければなりません。

▼料金 注射料一匹につき千七百円。未登録の方は登録料として一匹二千円加算されます。

鑑札を受けていない場合
飼い犬に必要な鑑札をつけていない犬は、全部無条件で抑留されることになっていきます。取り締まれる側から考えると、非常にきつそうにみえますが、万一のことを思うと、ぜひ二つの鑑札だけは受けて責任を果しましょう。

なお、犬の死亡および所有権を放棄する場合は必ず市衛生課または各出張所、分室までご連絡ください。

トピックス



水上こどもまつり

○一白川小学校

9月12日、白川小学校（安藤正一校長、児童数 189人）で7回目の水上こどもまつりが開かれ、学校前の高田川を会場に勇壮な川下り競争が繰り広げられました。最初は段ボールや発泡スチロールなどを素材に自作した船による渡河競争。児童たちの苦心の作も途中で沈没したり、バラバラになったり的一幕もあり、土手で声援を送るお母さんたちもハラハラ顔。続いて竹にタイヤチューブを取り付けた大型いかだに上級生が乗り、川下りのスピードを競い合い、兩岸の下級生や父兄たちの大声援がさわやかな秋空にこだましました。



ゲートボール大会

○一市営球場

去る8月28日、白石市老人クラブ連合会主催のゲートボール大会が市営球場で繰り広げられました。大会では、市内34チーム（1チーム8人）300人が出場、5コートに分かれ老人パワーが爆発、熱戦を展開していました。また審判には、「やまぶき会」のボランティア6名が審判に協力していました。大会成績は、優勝田町相生会、準優勝内親米寿会、三位柳町東長寿会、四位大鷹沢第三長寿会。

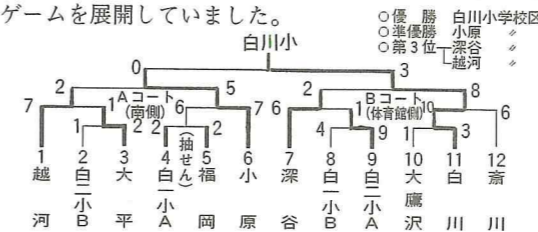
わだい



チビツ子の大会

○一白石第二小学校

去る8月26日白石市子ども会育成会連合会主催の第8回子ども会ソフトボール大会が行われ、熱戦の好ゲームを展開していました。



今年も孫の手をプレゼント

○一白川中学校

9月14日、白川中学校（室橋終治校長、生徒数75名）の代表同中学生会長小野雅行君と副会長内海淳さんが市役所を訪れ、白川地区のお年寄り130人に今年も手づくりの「孫の手」をプレゼントすることになり、報告をかねて関谷市長に表敬訪問、同プレゼントを贈りました。生徒代表は、「この行事も今年で5年目を迎えます」関谷市長から「お年寄りたちが長生きできるように励ましてください」とねぎらいの言葉に、っこりしていました。

わが家の味

変わりフライ



阿部八千代さん（小原）

【材料】（四人分）

木綿豆腐二丁、卵黄一個分、のり二枚半、カレー粉小さじ二杯、小麦粉少量、塩少々、パン粉適量、青じその葉八枚（またはししとう）、揚げ油適量。

【作り方】

①豆腐はふきんに包んで軽い押しをしてしばらくおき、くずれない程度に水気を切る。

②①をマッチ箱大（八等分）に切り、指先で塩をなすりつけ、下味をつけるとともに豆腐の表面を固める。

③カレー粉と小麦粉を半々に合

わせて豆腐にまぶし、のり（横六等分、帯状に切る。約3.5cm巾）で巻く。

④卵黄を同量の水でといたところに③をくぐらせ、パン粉をまぶし、中温よりやや高めの揚げ油でさっと揚げる。

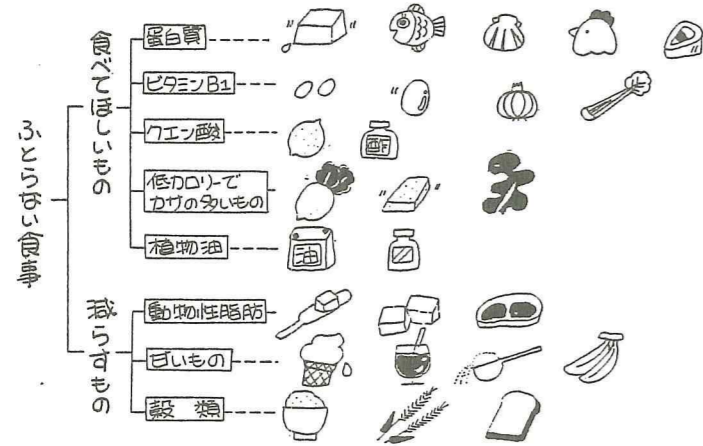
⑤残りの卵黄のとき水に小麦粉少量を加えて衣を作り、青じその裏にだけ衣をつけて、さっと揚げて添える。（ししとうの場合、から揚げにする。）

※衣をつけたらすぐ揚げることに揚げたてをウスターソース、しょうがじょうゆ、からしじょうゆなどを好みでいただくことがおいしく食べるポイントです。

ご存知ですか？

秋の食生活……お腹いっぱい食べて 太らない食事

減量食は、満腹感がないのでともすればすぐもとに戻ってしまいます。



消費生活モニター調査結果

調査日：昭和59年9月1日 白石市

品名	銘柄・規格	最高値	最低値	平均値	前月平均価格	対前月価格比	備考
1. 砂糖	上白糖 1kg	288	268	271	272	△ 0.4%	上昇品目：しょう油、マーガリン、牛乳、バター、ラップ、プロパンガス、灯油、レギュラーガソリン、軽油、重油 下降品目：砂糖、サラダ油、食パン、ティッシュペーパー、カレーライス、理髪料、灯油、横ばい品目：小麦粉、パーマメント料
2. しょう油	本醸造上級濃口 1.8ℓ (びん代込み)	550	418	456	455	0.2	
3. サラダ油	ポリ容器入り 1kg	590	445	502	527	△ 4.7	
4. 小麦粉	薄力粉 1kg	240	205	220	220	—	
5. 食パン	並食 1斤	170	140	151	153	△ 1.3	
6. マーガリン	ソフトカルトン入り 225g	258	163	203	200	1.5	
7. 牛乳	紙容器入り 1,000cc	280	198	237	236	0.4	
8. バター	カルトン入り 225g	480	377	399	398	0.3	
9. ティッシュペーパー	400枚(200組)紙箱入り	158	118	145	149	△ 2.7	
10. ラップ	幅30cm長さ20m(一巻)	238	118	192	185	3.8	
11. プロパンガス	10㎡	5,150	4,800	5,038	4,994	0.9	
12. カレーライス	並 皿	450	370	424	426	△ 0.5	
13. 理髪料	小学生調髪(洗髪を含む)	1,600	1,300	1,483	1,485	△ 0.1	
14. パーマメント料	コールドショートカット及びセット含む	6,000	4,500	5,212	5,212	—	
15. 灯油	(店頭価格 18ℓ) (配達料込み 18ℓ)	1,550 1,600	1,390 1,430	1,429 1,465	1,431 1,461	△ 0.1 0.3	
16. レギュラーガソリン	1 ℓ 現金	155	142	148	144	2.8	
17. 軽油	1 ℓ 現金	115	100	103	102	1.0	
18. A重油	1 ℓ 現金	90	75	81	79	2.5	

市民登場

わが家の健康づくりは

テニスで

廣瀬清明さんご一家

スポーツの秋、さわやかなシーズンがやってきました。早起きテニスをやりはじめ約九年という廣瀬清明さん(五十三歳)ご一家は、テニスを通じ健康づくりを努めているご一家です。



▽住所 白石沖 八九八番地。
廣瀬さんの家族は、奥さんの必子さん、長女の康子さん、長男の清文さん(学生 県外在住)の四人家族です。ご主人の清明さんは、白石市庭球協会の副会長としてテニスの発展向上に幅広い活躍をしています。かつては、団体における教員の部団体戦で優勝を経験し、夫人の必子さん

も、同じく団体優勝の経験を持ち、再びはじめた早起きテニスをきっかけに、朝日新聞主催のレディース・テニス宮城県大会ゆり組で二回第一位を得ています。娘の康子さんは、学生時代の軟式テニスから職場に勤め硬式テニスに変更、最近ペアーを組んで好成績を記録しました。数日前に帰省した学生の清文さんは、県レベルで戦う第二十五回素野杯記念選手権大会で個人選ダブルで第三位の入賞に喜んでいました。そう、スポーツの腕もご一家の自慢の数々と言えそうです。

清文さんは、「同じスポーツを通じて家族で話題がはずみ、なごやかな雰囲気です。早起きテニスを行い大病もありません」とにっこり、「早寝早起きも健康づくりに大いに役立っています」、「実行してみても、壮快さと気分さわやかさは、毎朝のリズム、体調が良い、朝めしうまき、などがあります」と話し、一家のご満悦の表情に拍手したのがありました。

最後に、早起きテニスをやりはじめ、よかった質問では、「いろいろな人と出会い、新しい親睦の輪もできました。だれでも参加できますので気軽にどうぞ」とご家族そろって話してくれました。

水田地帯などの地名には面積で名付けられるものがよくある。山野や複雑な場所と違って、とくに目にするもない。平坦地では地名をつけるのに苦労する。そこで開田したときの面積で名がつけられる。

二反田(蔵本)、三反田(中目)、下四反田(斎川)、五反田(上斎川・森合・郡山)、八反田(小下倉・五賀・坂谷)、一丁田(中目)など水田地帯には珍らしくない。田を町におきかえた六反町(白石沖・鷹巣、北六反町(中目)なども同じ意味である。だが一反田はないし、一丁田以上の地名もほとんどない。一反では一つの小字地域としてはあまり小さく、また一町歩以上は目測もきかなくなるから別な地名になるであろう。これとは別に収穫量や播種の量で地名をつける場合もある。八斗蒔(長袋、四斗蒔(平)というのがある。一区域の田に対し蒔を八斗(四斗)播く広さの土

地名アレコレ

(42)

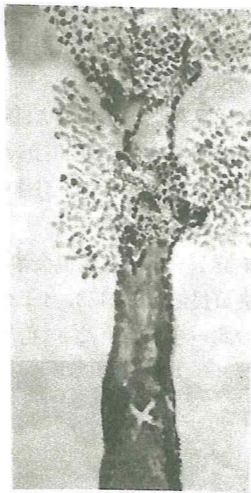
水田の広さや収量と地名

地なのでそういう名がついたらしい。この面積単位は町反以前のもので、一反当たりの種蒔は五斗六升だというから、八斗蒔は一町五反ぐらいの広さの土地になる。また蔵本に三合田という地名がある。これは坪刈りや玄米三合の収穫だから、反当たり九斗、つまり二俵余であまりいい土地ではない。また千刈田(五賀、南千刈田(森合)というのもある。刈は水稲の収量を計算する単位で、刈りあげた稲束一握り分を一刈といつた。三刈を一把、百刈は京枳で八斗四升、千刈一町と俗に計算している。だから千刈田は一町歩ぐらいの広さの土地をいうのである。この外に二百田(三沢)、五百田(八宮)というのがある。おそらく藩政期の二百文(五百文)の田のことで、収量二石(五石)の土地ということであつたらしい。(市史編さん室)

わが家のアイドル

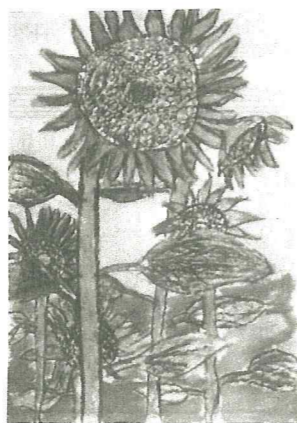


小室友秋ちゃん
俊一さん、元子さんの長男
ママからひとこと
「賢くてたくましい思いやりのある子に育ってほしい。」



「樹」
黒田千絵子(白川小5年)

わたしのケツサク



「ひまわり」
平間涼子(白小2年)

市民文芸

歌壇 川股兵三選

梅雨晴れをそよ吹く風にさゆらぎて釣鐘草の花は咲きつぐ
伊藤 久子
背戸に咲く山百合見よと病むわれに写真添えたる友の文読む
草野 美沙
ほの淡き合歓の花咲く山あいにひぐらし鳴きて夕べとなりぬ
太田 敏子
今は亡き姑が愛でたる白桔梗真盛りとなりて盆近づきぬ
高橋千代子
山脈は静かに暮れて風も風も白石川に夕霧なびく
甲斐 邦男
子等達の皆集い来て盆迎ふ二人暮らしの茶の間はせまし
高子 橋

〔投句される方へ〕
毎月十五日までに一人三首、
封書またはハガキに住所、氏名を明記のうえ市総務課広報係(白石市桜小路三五)へ。
短歌・俳句の併記は不可。

じゃが芋の薄紫の花をめぐり白き蝶舞ふ梅雨の晴れ間を
石沢 敏子
土に生きる喜びかみしむ刺のある今もぎたてのさうり食みつづ
山田 濱
月影のさやけく照りて前畑の唐黍渡る風早や立秋
川村 静恵
みたされしコップの水にキシキシと水とけゆく音のかそけき
山崎 とく
我が愛でし花とりどりに競い咲きみ霊迎える
佐藤 ひで
盆を待ちをり
阿部みさ子
新らしき生命は日々手に重く孫の湯浴の湯
豊がえしたる明るき部屋隅に孫が忘れし赤き車あり
赤柄 とし
アパートの窓のガラスを赤々と染めて没りゆく日に向いをり
太田みつよ
合歓の花にそよ風吹きて川面にゆらげる影をうつす閑けさ
遠藤 省三

俳壇 鈴木貞二選

われ澄めば銀河も澄みて流れけり
佐藤周子
休日や焦げつく庭に油照
大庭良子
通院の度青さ増す青田かな
岡崎澄子
汗拭いて見上げる花や凌霄花
阿部みさ子
亡き夫に感謝しをりぬ月見草
高橋和歌子
戸を開けて涼風ぬける藁家かな
勅使瓦令造
見事なる岩魚を掲げて友来る
佐藤善夫
早朝に小鳥鳴きあて響くなる
近内キヨ
しおれるて摘めるに惜しきクレマチス
太田敏子
子ら帰りものと暮しや油蟬
川村静恵
孫つれて蜜追いつつ畦道に
遠藤省三
ひまわりや一雨ほしき午後一時
鈴木貞二
梅漬けの香の一ぱいに土用干
草野美沙
こまごまと母のせ仕事盆用意
鈴木貞二
浴衣着て孫の背丈の大人びし
石沢敏子
霧かくす蔵王の嶺に秋立ちぬ
高子 橋
※十月例会は十月二十八日(日)十二時半より調練場真二居で行います。題 紅葉、鉦叩、虫。

官公庁だより

サラリーマンの 給与所得控除

大河原税務署

サラリーマンの給料などに対する所得税は、その年中の給与収入から「給与所得控除」を差し引いた残りの金額に対し課税されます。この給与所得控除は、サラリーマンの勤務に伴う必要経費などの概算控除として、給与所得の計算上認められているもので、事業所得の必要経費に相当するものです。詳しくは、最寄りの税務署や税務相談室へどうぞ!!

■昭和59年度 青年海外協力隊員秋募集

協力隊はアジア・アフリカ・中近東など南太平洋の開発途上にある国々に対して、経済・社会発展のために技術・技能を身につけた、必身ともに健全な日本の青年を派遣して、各国の国づくりに協力しています。

59年度秋募集については、次により説明会を開催いたします。

▶日時 昭和59年11月1日(木)午後6時～8時

▶会場 白石市民会館

詳しくは、国際協力事業団東北支部 ☎0222-23-5151まで。

■屋外広告物講習会

県では、屋外広告物等の表示及び設置に関する必要な知識の習得を目的として、屋外広告物講習会を次により開催いたします。

▶開催期間 昭和59年11月8日～10日(3日間)

▶開催場所 仙台市上杉一丁目4番20号 建設会館中会議室(4階)

▶申し込み期間 昭和59年10月11日～31日(郵送の場合は10月31

FMリクエストアワー LIVE公開録音が白石で

NHKでは、来たる10月18日(木)午後6時から白石市中央公民館において「FMリクエストアワー」の公開録音を行います。

ゲストには、ザ・グッバイ、原真祐美、菊池桃子のヤングアイドルのみなさんを迎え、またレギュラーの中條真一・及川徳子さんの楽しいディスクジョッキーを交えての公開録音です。



ザ・グッバイ



菊池桃子

日付け消印のものまで有効)

▶申し込み先 宮城県土木部都市計画課

▶手数料 3,000円(宮城県収入証紙により納入する)

▶申し込み書配布場所 宮城県土木部都市計画課または各土木事務所行政課

▶問い合わせ先 宮城県土木部都市計画課 ☎0222-(63)-4281～2 または各土木事務所行政課まで。

この公開録音に参加ご希望の方は、往復はがきに住所、氏名、電話番号を書いて10月8日(日)まで届くようNHKまでお申し込みください。応募多数の場合は抽選のうえ、入場整理券をお送りいたします。

▶応募先 〒980 仙台市錦町1丁目11の1 NHK仙台放送局「FMリクエストアワー公開録音」



原真祐美

■文化財講演会

市教育委員会では、市民のみなさまの文化財に対する認識の高揚にとともに、それに応えるため文化財講演会を開催いたします。

▶日時 10月13日(土)午後1時30分

▶会場 白石中央公民館

▶講師 宮城県立白石女子高等学校 校長氏家和典氏

▶演題 「仙台平野の古墳について」

■白二小創立30周年 記念講演会

白石第二小学校創立30周年を記念し、次により講演会を開催しますので、市民の皆さんお誘い合わせの上ご来場ください。

▶日時 昭和59年11月1日(木)

午後2時30分～3時30分

▶場所 白石第二小学校体育館

▶講師 中新田町長 本間新太郎氏

▶演題 「新しいふるさとづくりと教育」

公民館だより

■ブロンズチャリティ 第15回市民文化祭

▶期間 11月2日(金)～5日(月)

▶展示の部 11月2日午前9時～5日午後3時

▶芸能の部 11月4日(日)[昼の部]午後1時～4時 [夜の部] 午後6時～9時

▶会場 白石市中央公民館

▶主催 白石市文化協会

■市民文化祭出品募集

文化協会では、一般市民の方々から次により作品を募集します。ふるって出品してください。

▶品目 絵画、書道、写真、手芸 その他陳列可能なもの。

▶応募資格 高校生以上の白石市民に限る。

▶出品料 1点につき500円

▶締め切り 10月20日(土)12時まで

▶作品搬入 11月1日(木)各自中央公民館へ搬入。

※詳しくは、文化協会事務局(中央公民館 ☎6-2453、4-5377)までお問い合わせください。



■オリエンテーリング大会

オリエンテーリングとは、山野を歩き、走り、早く正しく決められたポイントを見つけながら体力づくりをすすめる競技です。

中央公民館では、次により開催いたしますので、ふるってご参加ください。

▶日時 10月30日(火)午前9時集合(雨天中止)

▶場所 益岡公園(片倉公の碑前)

▶対象 小学4年生～6年生及び一般の方

▶持ち物 赤ボールペン、メモ用紙

▶申し込み先 市教育委員会 ☎5-2111 (内線411) または中央公民館 ☎4-5377へ10月23日まで申し込みください。

※4人1組で申し込んでください。お父さん、お母さんも参加できます。



■特別休館日のお知らせ

館内の整理とばく書(本の虫干し)のため、10月1日(月)～10月10日(水)までお休みします。

図書館

■子どもの本の展示会 〔図書館内〕

昨年の4月～今年の3月まで発行された本のうち、子どもにすすめたい本、約500冊を展示いたします。お子さんと一緒に、ぜひお出かけください。

大切にしたいお気に入りの本に出会えるかも知れませんね。

▶期間 10月18日(木)～10月20日(土) 午前9:00～午後4:30 ※無料です。

「秋です、本です、 読書です」

★いま、読書に絶好の時――

秋の夜長に、あなたの楽しいひとときを、旅行記、旅のエッセー、風土記、冒険記などで過ごされてみてはいかがでしょうか。

「旅」に関する本、ただいま特集中、どうぞご利用ください。

■「手づくり絵本」 作品展示会

県図書館が募集した「手づくり絵本」の展示会が開催されます。

優しさあふれる、楽しい作品がいっぱい。ぜひ、お出かけください。※白石市からの作品も約30点、展示されます。

▶会場と期間

〔宮城県図書館〕10月20日(土)～10月27日(土) ※21日(日)は休みです。

〔大河原町公民館〕11月21日(水)～11月23日(金)

<p>旅の絵本4冊 さよなら、先生―被爆少年の手記― 識井 青吾</p>	<p>私の妹は耳がきこえません まほうつかいメルリクのはなし 全6冊 デイビッド・マッキー 目で見える世界の古代文明 全8巻 ミラード・アン外</p>	<p>熊野集 熊野 健次</p>	<p>子どもの本 ジーン・W・ビクターソン 全6冊 デイビッド・マッキー 目で見える世界の古代文明 全8巻 ミラード・アン外</p>	<p>最後の子どもたち グイドルン・パウゼヴァング 中上 健次</p>	<p>愛のごとく、上・下 渡辺 淳一 宮原 昭夫</p>	<p>牡丹の庭 芝木 好子</p>	<p>牛がいて、人がいて。 田辺 聖子</p>	<p>ぼくの人間手帖 いっしょにお茶を 森本 義郎</p>	<p>佐藤忠良のクロッキー入門 朝日新聞社</p>	<p>ザ・ヒーロー(ロスアンゼルス・オリンピック) 朝日新聞社</p>	<p>くだもの栄養学 三木 順一</p>	<p>生活美人のらくらくハウスワロッキー 川島 四郎</p>	<p>女赤ひげ下町に純情 小原秀雄外 生活美人のらくらくハウスワロッキー</p>	<p>樹海に生きて 高橋 延清</p>	<p>「浅田彰」知のアイドルの研究 読本「イルカの本」編集部 PTAほほえみ発見記 平田圭子</p>	<p>現代の小さな神々 朝日新聞社 迷いを超える「法句経」 松原泰道 ひとりひとりの戦争・広島 北畠 宏泰</p>	<p>みちのく文化私考 山形 敏一</p>	<p>女のひとりごと 週刊朝日</p>	<p>現代の小さな神々 朝日新聞社 迷いを超える「法句経」 松原泰道 ひとりひとりの戦争・広島 北畠 宏泰</p>	<p>「浅田彰」知のアイドルの研究 読本「イルカの本」編集部 PTAほほえみ発見記 平田圭子</p>	<p>樹海に生きて 高橋 延清</p>	<p>女赤ひげ下町に純情 小原秀雄外 生活美人のらくらくハウスワロッキー</p>	<p>樹海に生きて 高橋 延清</p>	<p>「浅田彰」知のアイドルの研究 読本「イルカの本」編集部 PTAほほえみ発見記 平田圭子</p>	<p>現代の小さな神々 朝日新聞社 迷いを超える「法句経」 松原泰道 ひとりひとりの戦争・広島 北畠 宏泰</p>	<p>みちのく文化私考 山形 敏一</p>	<p>女のひとりごと 週刊朝日</p>
--	---	----------------------	--	---	--------------------------------------	-----------------------	-----------------------------	---------------------------------------	-------------------------------	---	--------------------------	------------------------------------	--	-------------------------	--	---	---------------------------	-------------------------	---	--	-------------------------	--	-------------------------	--	---	---------------------------	-------------------------

おしらせ



10月

市役所の所在地
白石市字桜小路35

〒989-02 85-2111 (代表)

国民年金

免除を受けた保険料は追納ができます

国民年金には、経済的理由などでどうしても保険料を納めることができない、というときのために、他の公的年金制度にはみられない保険料の免除制度があります。

免除を受けていますと、年金を受ける権利は確保されますが、将来、老齢年金を受ける場合、免除を受けた期間についての年金額は、納めた場合と比べると3分の1で計算されることになります。

そこで、国民年金制度では、免除を受けた方でもその後経済的にゆとりのできたときは、10年前の免除期間までさかのぼって、その当時の保険料額で納めることのできる、有利な「追納制度」を設けています。

将来、より多くの年金を受け、ゆとりある老後を送るためにも、免除を受けた期間はできるだけ追納するように心掛けましょう。

★行政区長の変更★

10月1日付けで斎川四一区長さんは、遠藤吉雄さんが委嘱されましたのでお知らせします。

—消費生活展— 〔不用品活用会〕

「健康食品を考えよう」をテーマとして第14回消費生活展を開催します。同時に不用品活用会を行いますので、市民の皆さんお誘い合わせの上ご来場ください。

- ▶期日 10月23日～10月24日
- ▶場所 白石市民会館
- ▶出品方法 10月12日(期限厳守)までに市民課市民相談係(内線162)へ希望価格を記入してお持ちください。

※詳しくは、市民課市民相談係へお問い合わせください。

★札幌白石親交会設立10年記念★ 札幌雪まつりの旅 — 会員募集 —

- ▶期日 昭和60年2月9日～11日
- ▶募集人員 50名
- ▶募集期間 10月22日～11月末日
- ▶会費 65,000円
申込時30,000円納入し、残金は、1月末日まで
- ▶主催 札幌白石振興会
- ▶申し込み 札幌白石親交会事務局秘書企画課(3階)へお申し込みください。

■悩みや苦情はまず相談

—秋の行政相談週間—

10月14日(日)から10月20日(土)までの1週間は「秋の行政相談週間」です。

総務庁では、行政相談制度のより一層の利用を促進するため、この一週間は「秋の行政相談週間」として全国一斉に各種の行事を実施します。

行政相談は、国をはじめ県や市(町村)などの行政機関や公社、公団などの仕事についてみなさんがお持ちになっている苦情や要望・意見などを「無料」で「親身」に相談に応じ、その解決や実現のお手伝いをするものです。

この期間中、市の行政相談委員は、いつでも自宅でみなさんからのご相談に応じています。お気軽にご相談ください。

行政相談委員名簿

氏名	住 所	電話番号
小関利雄	白石市字中寺前67-2	(6)-2106
佐藤三雄	〃 字番丁10	(5)-2246

■女性のための生涯教育講座

—秋のコンサート—

宮城学院では春秋2期にわたり生涯教育講座を設けております。その一環として今秋は「秋のコンサート」と題し美しい音色をおとどけいたしますので、お気軽にお出かけください。

- ▶日時 昭和59年10月27日(土)午後2時
- ▶場所 柿崎医院3階ホール
- ▶入場料 無料
- ▶演奏 ソプラノ独唱：佐藤潔子、フルート独奏：山司美恵、ピアノ独奏・チェンバロ伴奏：菊地明子、解説：千田ふみ
- ▶主催 学校法人宮城学院
- ▶後援 白石市教育委員会
- ▶問い合わせ先 宮城学院同窓会 白石支部 又 ☎6-2500まで。

募集

■文化財めぐり参加者募集

私たちの郷土には、たくさんの史跡や民俗文化財、天然記念物があります。市教育委員会では、身近な文化財に親しんでいただくため、第2回県内文化財めぐりを実施します。前回(7月)参加された方は参加できません。なお定員に満たない場合は中止いたします。

- ▶期日 10月23日(火) 雨天決行
- ▶集合時間及び場所 午前8時30分 市役所前
- ▶募集人員 35名
- ▶参加料 1,500円
- ▶見学予定地 築館町：双林寺(薬師杉)、一迫町：山王団遺跡、花山村：仙台藩花山村寒湯番所跡、岩出山町：旧有備館
- ▶講師 市文化財保護委員長中橋彰吾氏
- ▶申し込み受付期間 10月8日(月)～10月12日(金)
- ▶申し込み先 市教育委員会社会教育課 ☎5-2111内線411まで。

働く婦人の家・後期受講生募集

働く婦人の家では、59年度後期の受講生を募集いたします。みなさんふるってご参加ください。

- ▶期間 11月～昭和60年3月
- ▶対象 市内在住の婦人、在勤婦人

講座名	募集人員	実施内容	実施曜日	実施時間
料理教室	20	季節の料理	第1・3水曜日	午前10:00～12:00
七宝焼講座	20	アクセサリーの製作	第1・3金曜日	〃
着付教室	15	和服の美しい着方	第1・3木曜日	〃
パッチワーク講座	20	基礎から小ものまで	第1・3水曜日	〃
籐手芸講座	20	初級コース	第2・4金曜日	〃

※婦人の家では託児の施設もあります(3才～就学前までのお子さん)

■みんなで走ろう クロスカントリー

市陸上競技協会では第20回記念クロスカントリー(断効競走)大会を次により実施します。田、畑などに設けられたいくつかの関門を通過し最短距離で完走します。小学4年生以上の方ならどなたでも参加できますので、みなさんお誘い合わせのうえお申し込みください。

- ▶日時 11月11日(日)午前9時、雨天の場合11月23日(勤労感謝の日)
- ▶会場 福岡小学校(スタート、ゴール)
- ▶種目
[2,500m] 一般ペア(夫婦ペア、男子ペア50才以上、女子ペア30才以上)、小学女子、一般男子50才以上、一般女子30才以上。
[3,500m] 一般男子40才代、女子30才未満、小学男子、中学・高校女子。
[4,900m] 一般男子30才代、中学男子。
[8,900m] 一般男子30才未満、高校男子。
- ▶申し込み先 10月31日(木)まで市

働く婦人の家・後期受講生募集

働く婦人の家では、59年度後期の受講生を募集いたします。みなさんふるってご参加ください。

- ▶期間 11月～昭和60年3月
- ▶対象 市内在住の婦人、在勤婦人

講座名	募集人員	実施内容	実施曜日	実施時間
料理教室	20	季節の料理	第1・3水曜日	午前10:00～12:00
七宝焼講座	20	アクセサリーの製作	第1・3金曜日	〃
着付教室	15	和服の美しい着方	第1・3木曜日	〃
パッチワーク講座	20	基礎から小ものまで	第1・3水曜日	〃
籐手芸講座	20	初級コース	第2・4金曜日	〃

※婦人の家では託児の施設もあります(3才～就学前までのお子さん)

教育委員会社会教育課 ☎5-2111 内線411番へお申し込みください。

- ▶問い合わせ先 白石市字番丁8市陸協会長細田栄郎宅 ☎6-3143 まで。

■子どもたちに人気! かるた絵合わせの遊び方教室

仙南かるた同好会では、中古の時代より伝わる絵合わせの遊び方教室を次により行います。

- ▶家族そろってご参加ください。
- ▶期日 10月14日(日)
- ▶時間 午前10時～12時 午後1時30分～3時30分
- ▶場所 中央公民館第1講座室
- ▶講師 利仁流百人一首指導協会 会長 高橋輝生氏
- ▶講座内容 絵合わせ、冠合わせ、四季合わせ、恋歌合わせ、雪月化、坊主めぐりなど。
- ▶受講料 500円(なお、一部益金を青少年のために寄附を予定しております。)
- ▶申し込み 高橋輝生会長宅 ☎6-3238へお申し込みください。

■11月各種講習受講者募集

初心者の方、これから基本を覚えたい方、資格取得のための知識としたい方が対象です。

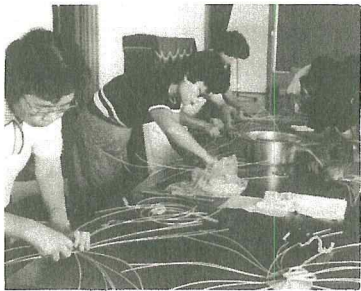
- [1級技能士訓練コース]
 - ▶機械加工科(施盤加工法)[技能向上訓練コース]
 - ▶建築士基礎講座(建築施工法)
 - ▶高圧電気工事基礎講座
 - ▶プレス加工入門
 - ▶建築屋内壁面塗装
 - ▶木工品、室内木部の塗装
 - ▶塗装用機器の取扱いと使用方法
 - ▶半自動溶接技術検定試験予備講習(炭酸ガス及びノーガスアーク溶接)
 - ▶パーソナルコンピュータ(I)基礎
- ※講習日程・申し込み・受講料等の詳細については、宮城技能開発センター開発援助課 ☎02236-1(2)-2254までどうぞ。

カメラ・ニュース



秋の交通安全運動 (9月21日~30日)

安全運動の初日(21日)、交通安全白石支部・母の会役員が、白石駅前周辺で、通勤・通学生を対象に、「事故防止」の願いを込め、黄色い羽根や安全標語の入ったチラシを手渡しました。市長をはじめ市幹部等も一緒に呼びかけに一役。



籐手芸講座

9月21日働く婦人の家で籐手芸講座が開かれました。講座では、講師鶴岡玲子先生の指導のもと行われ、参加した主婦25人は、長い籐を編む作業に挑戦、製品づくりでは、慣れない手つきも時間が経過すると一層向上していました。



蔵王の道標を設置

9月9日白峰会(山岳愛好グループ)のメンバー20人は、雨と風のなか、蔵王の五カ所(かもしか温泉、追分など)に、ボーイスカウト連盟から贈られた道標を立てました。また同日は蔵王自然保護協会会員による清掃も行われました。

休日急患当番医

月日	内科	外科
10/7	大沼医院(5)2502	刈田病院(5)2145
10	広瀬医院(5)0238	加藤(大)医院(5)4701
14	三浦クリニック(5)6854	堤医院(5)1181
21	笹医院(5)2410	刈田病院(5)2145
28	加藤(司)医院(5)2001	斎藤医院(5)1222

※都合により変更になる場合もあります。

定例相談 (10月分)

相談区分	相談日	時間	場所	内容
人権擁護相談	15	10:00~15:00	白石市役所 2階会議室	結婚、離婚、遺産相続、借地借家、雇傭、差別待遇問題等
行政相談	15	10:00~15:00	同上	国や県、市など役所の行う仕事について困っていることや希望等
生活相談	15	10:00~15:00	同上	市民の日常の生活上の困りごと
	5・25	10:00~12:00	健康センター 2階相談室	
高齢者職業紹介	2・16	10:00~13:00	健康センター 2階相談室	60歳以上の方の職業斡旋
社会保険相談	15	9:30~15:00	白石市役所 第3会議室	健康保険、船員保険、厚生年金など
税務相談	15	10:00~16:00	白石市役所 2階会議室	相続や贈与、土地の売買に関する税金、法人の税金などの相談
消費生活相談	15 毎週月・火・水・木・金	10:00~15:00	白石市役所 1階消費生活相談室	買物苦情、消費生活一般
補聴器巡回サービス	リオン 3・19	13:00~14:00	福祉事務所	補聴器の修理、調整など
	トウホク 25	10:00~12:00		
	ニホン 26	10:00~11:00		
婦人相談	15	10:00~15:00	白石市役所	家庭内の人間関係や異性との問題等で悩んでいる女性の方
無料法律相談	15	10:00~15:00	白石市役所 4階会議室	法律についての困りごと
身障者相談	9	10:00~15:00	白石市役所 第三会議室	身体障害者の生活、職業、結婚等