



こしがや

2.15

昭和62年

No. 775

発行/越谷市 343 越谷市越ヶ谷4丁目2番1号 ☎0489(64)2111 編集/企画部広報広聴課 発行日/毎月1日・15日

あなたと市政を結ぶかけ橋 KOHO KOSHIGAYA

越谷市民憲章
 市の木：ケヤキ 市の花：キク (昭和53年11月3日制定)

わたしたちは、越谷市民であることに誇りと責任を持ち、水と緑と太陽に恵まれた豊かなまちを築くため、限らない願いをこめて、ここに市民憲章を定めます。

1. 教養を豊かにし、人間性あふれる文化のまちをつくりまします。
1. きまりを守り、信じあい、心豊かな明るいまちをつくりまします。
1. 自然を愛し、お互いに助けあい、きれいなまちをつくりまします。
1. 健康で楽しく働き、明るいスポーツのまちをつくりまします。



きょうは中華料理です。

左から乾焼蘿蔔、酸辣湯、豆沙麻球、糖醋荷包蛋

ねぎと大根

今回の料理には、ねぎと大根が使われています。派手な素材ではありませんが、どちらとも寒いときにうまみを発揮します。料理の名脇役といましようか。

ねぎには、有名な「深谷ねぎ」というのがありますが、実は、越谷もねぎの名産地なんです。県内二大産地の一つで、昭和60年には149ヘクタールで作られ、3938トンの収穫、各方面に出荷されています。この「越谷ねぎ」、通称「千住一本ねぎ」と呼ばれ、白根が長く、太く縮まりがあって、スキヤキや鍋ものには最適とか。

大根は、原産地は地中海地方ともソ連のコーカサス地方ともいわれます。日本では「古事記」に



越谷市農業祭から

立春を過ぎて、一步一步春に近づいています。でも、肌を感じる風はまだ少し冷たいようです。そんな日にアツアツの手料理。いいなあ。

「遊富泥(おほね)」としてその名が出てきます。大根でつくるとは、たくあん、ふるふき大根、大根おろしに刺身のつま、春の七草のスズシロも大根だといわれます。夏の大根は辛みが強く煮物に向かないといわれます。寒くなると甘くおいしくなっています。量は多くありませんが、大根も越谷で作られています。60年には12ヘクタールで457トン収穫されました。大根にはジアスターゼという成分が含まれていて、胃腸に効き、消化を助けてくれます。まさに「二石鳥です」。

カンシャオルウ ポ 乾焼蘿蔔

(大根の煮しめ)
 材料 大根600g/むきえび大さじ2/ねぎ少々/油大さじ5/しょうゆ大さじ3(1・5%塩分)/砂糖大さじ1/スープ(むきえびのつけ汁)大さじ4

①大根は細長に乱切り、むきえびはぬるま湯でもどし、ねぎは粗切りにする

②なべに油を熱し、ねぎ、むきえびをいため、大根を加えて少し揚げ目がつくくらいにいためる。しょうゆ、砂糖、酒を入れて調味し、スープを加え、煮立つたらごく弱火にして30分ふたをして煮る

酸辣湯

材料 卵1個/絹ごし豆腐す/きくらげ5枚/たけのこ30g/しいたけ3枚/とろろ芋少々/片栗粉少々/みつば15g/スープ(中華だし大さじ1)6カップ/塩小さじ1・しょうゆ小さじ2(0・6%塩分)/酒大さじ1

①豆腐をシロップでこれ、直径2センチに丸めて延ばし、あんを包んで、こまをまぶす

②こしあんをラードでいため、好みに砂糖を加え甘味を出し、直径1センチに丸める

③白玉粉をシロップでこれ、直径2センチに丸めて延ばし、あんを包んで、こまをまぶす

④120度の油できつね色になるまで4~5分揚げる

豆沙麻球

(あずきあん入り揚げだんご)
 材料 白玉粉200g/シロップ(水2カップ、砂糖100g)/あずきあん(こしあん100g、ラード大さじ2、砂糖少々)/白ごま適宜

①水、砂糖を合わせて1カップになるまで煮つめ、少しシロップを作る

②こしあんをラードでいため、好みに砂糖を加え甘味を出し、直径1センチに丸める

③白玉粉をシロップでこれ、直径2センチに丸めて延ばし、あんを包んで、こまをまぶす

④120度の油できつね色になるまで4~5分揚げる

糖醋荷包蛋

(半月卵の甘酢煮)
 材料 卵4個/油大さじ2/砂糖大さじ2(卵の2・2%) /しょうゆ大さじ1(卵の1・5%塩分) /酢大さじ1/酒大さじ1/パセリ適宜

①中華なべに油の量を熱し、卵を1個落とし入れ卵黄が中心より少しずれるようにして焼く。卵白がやや固まったら半分に折り、少し色がつまくらい両面を焼く(半熟状がよい)。

油を補いながら残り3個も焼く

②砂糖、しょうゆ、酢、酒を合わせておき、中華なべに入れて煮立て、①を入れ、汁をからませる

③器に放射状に盛り、パセリを飾る



今回は、南越谷公民館の料理クラブをのぞかせていただきました。クラブの皆さん、早速覚えたての料理でご家庭の食卓をにぎわせたことでしょう。おいしいものは市民の皆さんにもご賞味を——と紙上で紹介します。

税の申告が始まります (2・3面)

4月に統一地方選挙 (3面)

公民館フェスティバル (4・5面)

児童手当・特例給付の支給対象が変わります (7面)

キャンベルタウン見てある記 (8面)

公民館コーナー、みんなの情報は4・5面/市のお知らせは6・7面/ホームドクターは7面

今号の主な内容



市の人口

(2月1日現在)

総人口	26万2845人	375人増
男	13万2582人	176人増
女	13万0263人	199人増
世帯数	8万1229世帯	125世帯増

住民税 所得税 住居税

税の申告が始まります

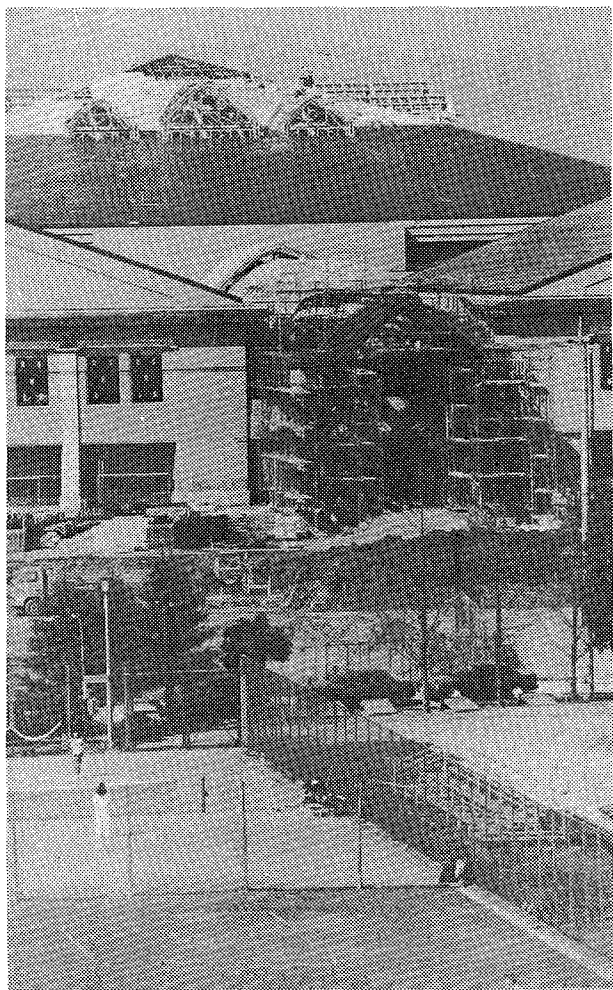
申告受け付けは2月16日～3月16日

住民税(市・県民税)、所得税、事業 申告期限が過ぎてしまったりすると、余分 税の申告受け付けが2月16日(月) から 3月16日(月)まで行われます。...

住民税(市・県民税)の申告

住民税の申告を していただく方

昭和62年1月1日現在、越谷市内に 住所・居所があり、61年中に所得があ った方や、越谷市内に居住していな...



税金は暮らしを守る貴重な財源です(写真は建設が進む総合体育館)

た、給与所得だけで勤務先の会社や事 業所等から給与支払報告書(61年中の 源泉徴収票)を提出した方は、住民税...

年中に所得がなかった場合でも、その 旨を申告書の裏面に記入してご提出く ださい。...

住民税(市・県民税) 申告出張受け付け日程

Table with columns for Date (月日), Day of Week (曜), and Venue (申告会場). It lists dates from Feb 16 to Mar 6 and corresponding venues like '蒲生公民館' and '市役所5階会議室'.

*2月16日(月)から3月16日(月)ま で、市役所5階会議室でも受け付けて います...

問合せ 住民税について 市役所市民税課 電話20411211 内線2041・2044

お持ちいただくもの 印鑑 給与所得者は給与支払報告書(61年 中の源泉徴収票)、または事業主か...

申告はお近くの会場で

市役所と公民館では、申告期間中、駐車場の混雑が予想されます。できるだけ電車やバス、自転車などでお越しください。

申告会場案内

A collection of 12 small maps showing the locations of various municipal offices and public facilities across the city of Yokosuka, such as '大袋公民館' and '川柳公民館'.

昭和61年分 農業所得標準

昭和61年分の農業所得標準が2月2日、越谷地区農業所得事務協議会から次のとおり公表されました。

1、田畑所得 (10アール当たり)

水稲	78,800円	野菜畑	413,400円
普通畑 1級	135,600円	2級	122,200円
転作田	40,200円		
①麦畑	40,200円		
②陸田に作付けられたもの	86,800円		
③その他	37,200円		
④飼料作物 (青刈稲)	収入金額-13,500円=所得金額		
(その他)	収入金額-10,600円=所得金額		

2、特殊田畑 (10アール当たり)

(10アール当たり経費)			
はす田	収入金×73%	88,000円	
くわい田	収入金×88%	89,000円	
梅畑	収入金×82%	18,000円	
柿畑	収入金×80%	6,000円	
桃畑	収入金×66%	48,000円	
栗畑	収入金×77%	16,000円	
すもも畑	収入金×77%	29,000円	
ぶどう畑	収入金×74%	63,000円	
花き畑	収入金×74%	44,000円	
温室	収入金×65%	560,000円	
ビニールハウス	収入金×65%	510,000円	
露地	収入金×65%	39,000円	
チューリップ	ハウス加温	実査	
	ハウス無加温	実査	
その他	温室	実査	
花き混合	ハウス加温	実査	
	ハウス無加温	実査	
	露地	収入金×67%	69,000円
花木(苗木)畑	収入金×72%		
植木(苗木)畑	収入金×72%		

3、施設園芸野菜等 (10アール当たり)

(10アール当たり経費)			
温室	収入金×76%	833,000円	
ビニールハウス	収入金×76%	582,000円	
無加温	収入金×69%	153,000円	
なす	収入金×77%	296,000円	
きゅうり	収入金×67%	582,000円	
無加温	収入金×69%	153,000円	
その他の施設野菜(無加温)	収入金×71%	151,000円	

4、副業所得

肥育牛	和牛	実査	
	乳牛	実査	
乳牛の子牛	めす(販売1頭当たり)	25,200円	
	おす(販売1頭当たり)	17,000円	
肉豚	(販売1頭当たり)	実査	
繁殖豚	普通飼育(飼育1頭当たり)	実査	
	一貫飼育(飼育1頭当たり)	実査	

5、乳牛所得 (1頭当たり)

113,100円

6、養鶏所得 (10羽当たり)

採卵鶏	1,000羽未満	実査	
	1,000羽以上 5,000羽未満	実査	
	5,000羽以上10,000羽未満	実査	

7、標準外経費

- ①大農具費および雇人費のうち、標準に組み入れた一定額を超える金額
- ②土地改良費
- ③小作料のうち固定資産税、都市計画税相当額を超える金額
- ④特定借入金の利子
- ⑤農業用機械および農業用自動車の費用

(一定経費)		(比例経費)	
(1台当たり)		(10アール当たり)	
耕うん機(トラクターを含む)	減価償却費等	—	—
田植機	減価償却費等	—	—
刈取機(コンバインを含む)	減価償却費等	—	—
自走式脱穀機	減価償却費等	—	—
大型穀物乾燥機	減価償却費等	—	—
普通自動車	貨物	5,600円	
	ライトバン	4,400円	
軽自動車	貨物	3,200円	
	ライトバン	2,300円	
普通乗用自動車	他の自動車(有)	—	
	他の自動車(無)	2,700円	
軽乗用自動車	他の自動車(有)	—	
	他の自動車(無)	1,400円	

4月に統一地方選挙が行われます

埼玉県議会議員選挙投票日 4月12日(日)

越谷市議会議員選挙投票日 4月26日(日)

統一地方選挙告示・投票日・開票日程

県議会議員選挙	市議会議員選挙
告示 4月3日(金)	4月19日(日)
投票日 4月12日(日) 午前7時~午後6時	4月26日(日) 午前7時~午後6時
開票 即日開票 午後8時から 市立第一体育館	即日開票 午後8時から 市立第一体育館

この日改選される県議会議員と市議会議員の選挙日程が決まりました。

これらの選挙は最も身近な選挙です。皆さんの一票一票が、明日の埼玉・明日の越谷をつくります。棄権することなく、必ず投票しましょう。

県議会議員選挙 立候補予定者への説明会

とき 3月5日(木) 午後1時30分から

ところ 春日部市民文化会館3階大会議室

市議会議員選挙 立候補予定者への説明会

とき 3月7日(土) 午後2時から

ところ 越谷市役所5階大会議室

*立候補を予定されている方は、立候補用紙等をお渡ししますので必ずご出席ください。なお会場の関係上、1候補者につき3名以内の出席としてください。

所得税の確定申告

所得税の確定申告をしていただく方

商売をしている方や不動産収入などのある方で、61年中(1月~12月)の所得の合計額が配偶者控除や扶養控除などの所得控除の合計額より多い方は確定申告が必要です。

サラリーマンで給与以外の所得が20万円を超えたり、給与を2ヵ所以上から受けている方や、給与の年収が150万円を超えるなど、一定の要件にあてはまる方は所得税の確定申告をしなければなりません。越谷税務署では、申告の必要があると思われる方には、すでに申告用紙を送付しました。申告用紙が届かない方も、先にあげた一定の要件にあてはまる場合は申告の必要がありますので期限内に申告してください。なお、申告用紙が届いていない方も、申告期限を過ぎると延滞税などの余分な税金を納めることとなりますのでご注意ください。

なお、還付を受けるための申告は、すでに税務署で受け付けていますので早めに申告してください。

所得税の確定申告出張受け付け

午前9時30分~午後4時

業種	受付期間	申告会場
営・庶業	2月19日(木)	市役所5階
および農業	20日(金)	大会議室

*上記期日には、越谷税務署員が来庁しています。なお、並行して2月16日から3月16日まで、越谷税務署で受け付けています

申告は早めに済ませましょう

61年中に土地や建物を買った方は申告が必要です。該当する方で税務署から申告の通知がない場合でも、税務署から申告してください。

税金がもどる方

確定申告を必要としない方でも、次のように源泉徴収税額や予定納税額が納め過ぎになっている場合には、申告をして還付を受けることができます。

▽年中の途中で退職した後、就職しなかつた方

▽源泉徴収票(給与所得者のみ)

▽必要書類

①源泉徴収票の写し

②家賃登記簿原本の写し

③融資額の償還金等証明書・住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書(住宅取得特別控除を受ける場合)

△受付期間

2月16日(月)~3月16日(月)

午前9時~午後4時

*土曜日は正午まで、日曜日は休み

確定申告をすれば

贈与税は1月から12月までの1年間に60万円を超える財産を個人からもらった場合に、かかる税金です。

例えば、親などから財産(預金、株券、土地、建物など)をもらった場合は贈与税の申告が必要です。

住宅取得特別控除

自分か居住するために住宅を新築または購入した方で、それぞれ一定の要件に該当する方は、その住宅に居住した日から3年間、住宅ローンなどの返済額による控除を受けられます。

これらの控除を受けるには、その年の源泉徴収票、または確定申告書に必要書類を添えて税務署に還付申告をしなければなりません。サラリーマンの方は、最初の年に還付申告をすれば、2年目、3年目は勤務先で年末調整をする際に控除を受けられます。

事業税の申告

61年中に個人で事業を営んだ方は、確定申告か住民税の申告のどちらか一方をすれば、個人事業税の申告を必要とありません。

青色申告者の確定申告は商工会へ

越谷市商工会と青色申告会では、青色申告の決算指導と確定申告の受け付けを次のとおり行います。

△受付期間

2月16日(月)~3月16日(月)

午前9時~午後4時

*土曜日は正午まで、日曜日は休み

問合せ	▽国税(所得税・贈与税)関係
	越谷税務署 65-8111
	▽事業税関係
	越谷市税務所 62-2191
	△税金についての相談
	越谷税務署内税務相談室
	64-7318
	*経験豊かな相談官が皆さんの相談に応じます。相談は無料で、匿名や電話でも結構です。秘密は守ります

無料納税相談

越谷税理士会では、所得税の確定申告の申告指導と受け付けを行います。お気軽にご利用ください。

△受付期間

3月2日(月)・3日(火)・4日(水)・5日(木)

△受付時間

午前9時30分~午後4時

△受付会場

越谷市税務所(市役所北側)

問合せ 越谷税務署第一部門

65-8011



去年の12月28日から10日間、青少年使節団として5人の若者が、キャンベルタウン市を訪問しました。越谷市都市提携委員会が越谷の青少年に国際的視野を広めてもらおうと主催したもので、103名の応募者の中から選ばれた5人です。今回はこの5人の中から2人の感想文(抜粋)をご紹介します(ほかの3人は次回にご紹介します)。この事業はこれからも続けられる予定です。皆さんも一度挑戦してみてくださいは。

市立図書館

新着案内

新聞書評欄に取り上げられた図書のうち、4冊をご紹介します。



立花 隆著「脳死」

- ゼロ・サム社会 解決編
レスター・C・サロー著
金森久雄監訳 東洋経済
新報社
問題の核心をスバリ指摘。
- 脳死
立花隆著 中央公論社
判定基準に疑問。
- 巡礼の道、星の道
ピエール・パレ他著
五十嵐ミドリ訳 平凡社
歴史的考察に体験を重ねた貴重な成果。
- ラブ・ソングが聴こえる
部屋
川西蘭著 集英社
「マイ・シュガー・ベイブ」を含む4つの短編。

キャンベルタウン 見てある記 Part II

朝はコーンフレイクのようなもので、お皿を並べたり、紅茶を入れたり……。私がシャワーを浴びて髪をかかわしているとき、お父さんがラジオをつけて口笛を吹きながら、ガチャガチャと用意しています。



「コシガヤパーク」で全員そろって記念撮影(写真左から引率の鈴木さん、中本さん、岡田さん、町田さん、田中さん、浅川さん)

キャンベルタウン市を訪問したのは岡田美恵子さん、町田朋子さん、浅川真紀さん、田中純子さん、中本茂さんの5人。あつという間の10日間、キャンベルタウンの人たちのやさしさを肌で感じたみんなは、感激で胸がいっぱいだそうです。よかったですね。

みんなとても優しくかった

岡田美恵子(19歳)

「男の人ですごく丁寧に動きまわります。私のホストファミリーのお父さんは、お母さんより早く起きて朝ごはんの支度をします。支度といっても朝はコーンフレイクのようなもので、お皿を並べたり、紅茶を入れたり、その程度ですが。私が朝シャワーを浴びて髪をかかわしているとき、お父さんがラジオをつけて口笛を吹きながらガチャガチャと用意しています。日本では男の人が台所に立つことはめったにないと言つと、うちは共働きだからこれと平等なのとお母さんが教えてくれました。

夢のような10日間

中本 茂(13歳)

「オーストラリアへ行って僕は、今まで感じなかったことに、あらためて感じる事ができたというような気がします。それは、「生きている」ということです。みんな生きています。生きていくから、いろんなことに挑戦できるのです。自分も持っている一つの命を、思いきり輝かせてみようと思ひました。」

増林小学校の男松

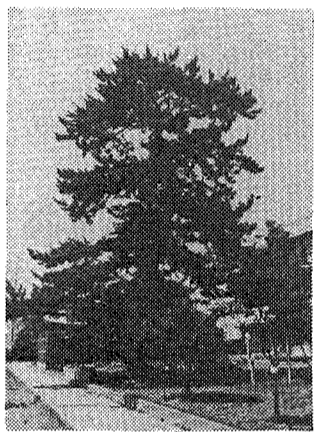
増林小学校の校庭に枝ぶりの良い一本の松の木が枝葉を広がっています。この松は今からおおよそ一五〇年前の天保五年(一八三四)ごろ、増林中組の須賀氏が友だち七人とともに成田の不動に参詣(さんげい)したその帰り道、流山で男松と女松を買入れ、友だち一同でこれを肩にかついで持ち帰り、須賀家の庭に植えられたものといわれています。

この須賀氏は明治八年、ある事情から家産(いえやしき)を同村の今井氏にゆずり渡しましたが、今井

越谷のれきし

(97)

家でもこの松を大切に手入れを怠りませんでした。しかし明治十七年、一本の松のうち女松は枯れてしまいました。男松は女松の分まで元氣よく育っていました。それがいままで七〇余年の歳月(いけつ)が流れ、増林小学校の敷地(しきち)一帯(いちたい)に現存(げんぞん)しています。この松は学校の移り変わりを温かく見守ってきました。これが



増林小学校の男松



「中学2年生としての自覚を持つ」2年 岩崎 裕子

私は、去年の4月、中学2年生から1年生という大きな階段を登り始めた。そして今となって、ずっと登ってきた階段を見下ろし、いろいろな経験をしたものだ、あらためて感じていた。

2年生になったのは、部活でもクラスでも、一つ一つのこと、緊張する思いであった。例えば部活、1年生が入学したので、私たちは「先輩」としての自覚を持つて行動できたのだろうか……)

確かに経験はした。が、2年生という形だけだったのかもしれない。これで良いのかと思うことも少なくはなかった。わが2年11組では去年、「虎年に誓う」ということを思っていた。(果たしてこれまで中学2年生としての自覚を持つて行動できたのだろうか……)

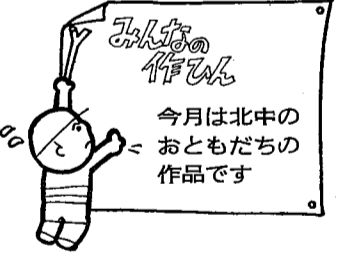
「後輩」という存在から「先輩」という立場に変わってしまった。同時に、「先輩に教える」という指導者になった。そして1年生から「先輩」

と呼ばれるようになった。これらをしていざ知らずするたびに、何度かはだの立つ思いをしただろう。今ではそんな緊張感はないが、あのころを思い返すと、何となく懐かしい。そしてクラス、友達とのかわり方、考えなどが急に大人びてきたように感じられた。

それからある日、心の隅に残っていた一つのことを思っていた。(果たしてこれまで中学2年生としての自覚を持つて行動できたのだろうか……)



「人物」3年 松江 誠司



2年 峯岸 宏明

伝統の美

今年 峯岸 宏明

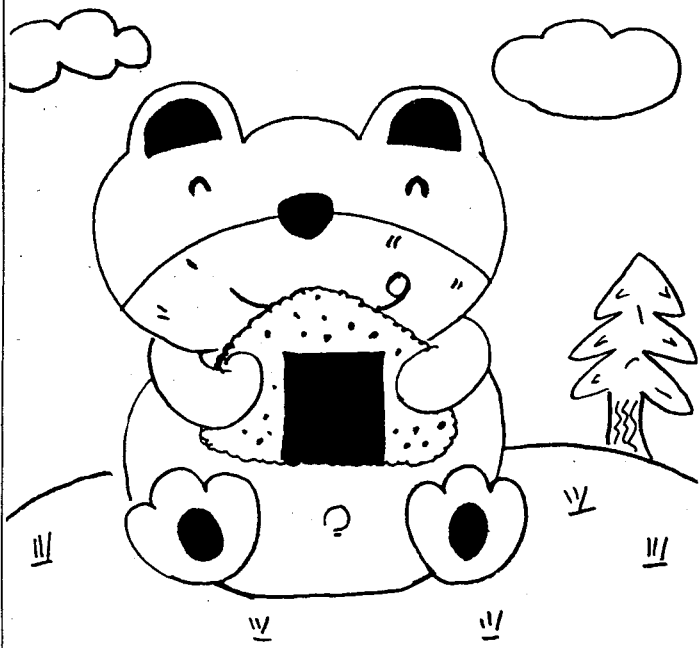
楽屋裏

昭和33年生まれの私は、今年で29歳。私と同じ年代の人は、自分より年下の人と話をするとき、以前は東京オリンピックを知っているかないかで、自分と話題が合うかどうか判断したそうですが、今は万博だそう。ちなみにパンパクとは、昭和45年に大阪で開かれた万国博覧会のこと。この年に生まれた人は、今年17歳。もうすぐ30歳の私はもうオジさんかな。「論語」の中に「三十にして立つ」とあります(オジンくさい)。これは30歳で社会的立場と自分の将来をかためるといいうことだそう。私にはまだまだのよう。ところで、越谷市も私と同じ昭和33年生まれ。誕生日は11月3日。63年には30歳を迎えます。

- 1月1日号(第174回)
- こどもクイズ当選者
- 応募 394通 正解 376通
- こたえ おとしだま
- 当選者
- 阿部 洋介くん 大袋北 小1年
あわたたかゆきくん 西方 小2年

- | | | | |
|----------|---------|----------|---------|
| 飯島 正之くん | 大相模 小5年 | 下遠野 廉代さん | 大沢北 小6年 |
| 岩崎 聖子さん | 千間台 小4年 | 菅 麻由子さん | 千間台 小2年 |
| 岩谷 真由子さん | 桜井南 小3年 | 須田 穂くん | 桜井南 小5年 |
| 岩元 智子さん | 西方 小6年 | 中村 絵美さん | 増林 小1年 |
| 植田 万有美さん | 富士 中2年 | 二宮 広隆くん | 平方 中1年 |
| 大井 剛くん | 南越谷 小4年 | 松沢 義昭くん | 北越谷 小5年 |
| 加藤 裕美子さん | 大袋北 小4年 | 松野 美由貴さん | 明正 小1年 |
| 唐沢 志光くん | 南越谷 小3年 | 松柳 憲明くん | 大袋東 小3年 |
| 柴田 和彦くん | 大袋 小5年 | 緑川 彰一くん | 中央 中3年 |

ちゃんのお



↑お子さんの名前を記入してください。

わが家のホーム・ドクター

病・医院

休診日

診療時間 午前 時 分～ 時 分
午後 時 分～ 時 分

タクシー

☎ —

検

診

1977													
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4						
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
1978													
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4						
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			
'88													
日	月	火	水	木	金	土	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
25	26	27	28	29	30	31							

4カ月児相談

人間形成の土台を作る大切な時期です

月	日	曜	該当児	月	日	曜	該当児
3	26	木	61年 11.11~20生	10	8	木	5.11~20生
4	2	木	11.21~30生	15	15	木	5.21~31生
5	7	木	12.1~10生	22	22	木	6.1~10生
	14	木	12.11~20生	29	29	木	6.11~20生
	21	木	12.21~31生	12	12	木	6.21~30生
6	28	木	62年 1.1~10生	19	19	木	7.1~10生
	11	木	1.11~20生	26	26	木	7.11~20生
	18	木	1.21~31生	10	10	木	7.21~31生
7	25	木	2.1~10生	17	17	木	8.1~10生
	9	木	2.11~20生	24	24	木	8.11~20生
	16	木	2.21~28生	14	14	木	8.21~31生
8	23	木	3.1~10生	21	21	木	9.1~10生
	30	木	3.11~20生	28	28	木	9.11~20生
	6	木	3.21~31生	4	4	木	9.21~30生
9	20	木	4.1~10生	18	18	木	10.1~10生
	27	木	4.11~20生	25	25	木	10.11~20生
	10	木	4.21~30生	10	10	木	10.21~31生
17	木	5.1~10生	17	17	木	11.1~10生	

●お持ちいただく物
オムツ

●内容
観察、育児相談

●受付
身長・体重・胸囲等の測定

●会場
全日程 福祉会館
午前9時30分～10時30分

神経芽腫(小児ガン)の尿検査用紙を配布

*はがきは出しておりません

乳幼児育児相談

毎週月曜日 9:00~11:00
13:00~15:30
保健課 保健相談室で。

大切です歯ミガキ習慣

- 上の歯が生え始めたら
水を含ませた清潔なガーゼを指先につけて歯の表面を軽くふき取ります。
- 1歳を迎えたら
朝晩の2回は小さなやわらかい歯ブラシで歯面を軽くこすってやります。
- 2歳を過ぎたら
一人で歯ブラシを持ってみがく練習を。みがき残しを捜しお母さんがお手伝い。
- 3~4歳過ぎたら
不十分ながら一人でみがくようになります。みがいたときは忘れずにほめてやり、時々、お母さんの点検が必要です。



1歳6カ月児健診

乳児期の冊と子のさすなの結果が現れます

月	日	曜	該当児	月	日	曜	該当児
4	2	木	60年 9月生	10	23	金	3月生
5	7	木	//	30	30	金	//
	22	金	10月生	5	5	木	4月生
6	29	金	//	11	27	金	//
	9	火	11月生	3	3	木	5月生
7	23	火	//	12	8	火	//
	2	木	12月生	12	12	火	6月生
8	24	金	//	29	29	金	//
	11	火	61年 1月生	9	9	火	7月生
9	28	金	//	26	26	金	//
	8	火	2月生	3	3	木	8月生
22	火	//	8	8	火	//	

●お持ちいただく物
はがき

●内容
指導

●受付
身体測定・診察・保健

●会場
全日程 越谷保健所
午後1時15分～2時15分

通知はがきがなくても来所ください。

3歳児健診

子ども時代の節目。能力が発揮される時期です

月	日	曜	該当児	月	日	曜	該当児
4	7	火	59年 3月生	10	6	火	9月生
5	28	火	//	27	27	火	//
	12	火	4月生	10	10	火	10月生
6	26	火	//	11	24	火	//
	2	火	5月生	12	1	火	11月生
7	30	火	//	12	22	火	//
	7	火	6月生	18	18	月	12月生
8	28	火	//	26	26	火	//
	4	火	7月生	2	2	火	60年 1月生
9	25	火	//	23	23	火	//
	1	火	8月生	1	1	火	2月生
29	火	//	29	29	火	//	

●お持ちいただく物
はがき

●内容
歯科・保健指導

●受付
身体測定・診察(内科)

●会場
全日程 越谷保健所
午後1時15分～2時15分

通知はがきがなくても来所ください。

〔保健所案内〕 ☎64-1266 (代)

- 乳幼児健康相談 ▶ 乳幼児の健康診査、個別栄養指導
- 優生保護相談 ▶ 結婚による遺伝、受胎調節等の相談
- 離乳食実習及び相談 ▶ 7カ月未満、7カ月~12カ月

十万一に備え応急手当法

軽いやけどなら15~30分程度流水で冷やす。水泡やただれができたらずぐ受診。

やけど予防のため、ポットや汁ものはテーブルの中央に。ストーブの上にやかん類をのせない。ハチに刺されたらまず針を抜き、アンモニア水をつけ冷水で冷やす。毒ガ・毛虫の場合は、かいたり、こすったりせず流水で毒毛を洗い流す。涼しい所で頭を高くして寝かせ衣服をゆるめて頭と体を冷やす。けいれんを起こしたり、意識のないときは受診。日射病予防のため真夏の外遊びは、午前中か夕方を選ぶ。

枯れ木や古クギが刺さったら、かとうや破傷風が怖いので、すぐに抜き取って消毒し、受診する。ガラスの破片は抜かずにそのまま受診する。ブランコ・スベリ台などから転落して頭を打った場合、すぐ大声で泣きじきに泣きやむようなときはあまり心配ないが、意識がなかったり、吐く、ひきつける等、異常な症状が現れたらずぐ受診。



*お母さんへ一言

お子様のケガや病気に対しては安易な素人判断はせず、変だな!と思ったら、すぐに医療機関で受診してください。



筑波中毒センター ☎029600-1521-9999

1'87 ストップガン成人病

越谷市役所
保健課 ☎64-2111

大切です！ガン検診

胃ガン集団検診 4月に右表の日程で胃ガン集団検診を行います。ガン年齢と言われる40歳以上の方や一度も検診を受けたことのない方はぜひ受けましょう。

検診方法 ①……食道・胃・十二指腸カメラ検査(レントゲンは撮りません)
②……内視鏡・X線併用検査

検診受付時間 午前8時15分～9時

検診料 2,500円(当日会場にて)

申込み方法 2月16日(月)～3月5日(木)までの間に①を希望の方は直接保健課へ。
②を希望の方は町内回覧の申込み書にご記入ください。

*申込みされた方は後日「はがき」で詳しく、ご通知いたします。

胃ガン施設検診 4月の集団検診を受診できない方や、医療機関での検診をご希望の方は6月1日(月)～30日(火)までの間、市内指定医療機関での胃ガン検診をお受けください。

*詳しくは、5月15日号広報をご覧ください。

子宮ガン施設検診 5月～7月に30歳以上の婦人を対象に市内指定医療機関で子宮ガン検診を行います。ぜひ受診してください。

*詳しくは4月15日号広報をご覧ください。

月	日	曜	会 場	検診方法
4	6	月	福 祉 会 館	(A)
7	火	"	"	(A)
9	木	"	"	(A)
10	金	"	"	(A)
11	土	大 沢 公 民 館	(B)	
13	月	大 袋 公 民 館	(B)	
14	火	"	(B)	
15	水	狭 島 公 民 館	(B)	
16	木	北 越 谷 公 民 館	(B)	
17	金	川 柳 公 民 館	(B)	
18	土	蒲 生 公 民 館	(B)	
19	日	"	(B)	
20	月	"	(B)	
21	火	大 相 模 公 民 館	(B)	
22	水	出 羽 公 民 館	(B)	
23	木	"	(B)	
24	金	増 林 公 民 館	(B)	
25	土	桜 井 公 民 館	(B)	
27	月	"	(B)	
28	火	新 方 公 民 館	(B)	
29	水	福 祉 会 館	(B)	
30	木	"	(B)	

ガンの危険信号 8カ条

- 1、胃……胃の具合が悪く食欲がなく好みが変わったりしないか
 - 2、子宮……おりものや、不正出血はないか
 - 3、乳……乳房の中にシコリはないか
 - 4、食道……飲み込むときに、つかえることがないか
 - 5、大腸・直腸……便に血液や粘液が混じっていないか
 - 6、肺・喉頭……咳が続いたり、タンに血が混じったり、声がかすれたりしないか
 - 7、舌・皮膚……治りにくいかさやうはかないか
 - 8、腎臓・膀胱・前立腺……尿の出が悪かったり血が混じったりしないか
- ふだんから健康チェックを！

次のような症状があったら
ためらわず、すぐ専門医へ

母 親 学 級

妊娠16週～
23週までの
妊婦



- 個別相談
- 妊娠中の栄養
- 分娩・妊婦体操
- 歯科保健
- 新生児の保育
- 沐浴の実習
- 質疑応答・座談会

毎月15日から受け付け

恐ろしい妊娠中のタバコの害

タバコの胎児に与える影響は甚大です。タバコに含まれるニコチン(毒素)の作用によって、胎児とお母さんをつなぐ命の綱である「へそのお」が収縮します。そのために、胎児の生命・発育に必要な酸素や栄養が流れにくくなり未熟児や、流産、早産、奇形などの原因になります。

妊婦本人はもとより、家庭や職場においても喫煙は控えましょう！



乳ガンの自己検査法

乳ガンの症状でいちばん多いのはシコリです。しかも、痛みを感じないために発見が遅れて手遅れになります。自分でできる乳ガンの検査法パンフレットを差し上げます。



救急医療情報案内 ☎0488(24)4199(代)

緊急に医療機関の受診が必要ときに診療のできる病・医院を24時間体制で案内！

ホーム・ドクター

○月×日 検診

休診日 診療時間

午前 時 分～時 分
午後 時 分～時 分

40歳以上の希望者に「健康手帳」を差し上げます！



子どもの食生活上の注意

- 子どもの肥満は成人病へ移行します。太り過ぎに注意
 - 偏食は健全な発育を阻害します
 - 子どものころから薄味に慣らすことが成人病予防につながります
 - 軽い負荷による骨折は、運動不足とカルシウム不足が原因です
- ◀カルシウムを多く含む食品▶
牛乳、脱脂粉乳、小魚類、チーズ、凍り豆腐、ひじき、ごま、切り干し大根、しじみ、豆腐、わかめ、小松菜
- 買い食いの習慣は、規則正しいバランスのとれた食生活を崩します

お母さんの食生活上の注意

- 食事は3食バランス良く食べ、腹八分目に
- ジュース、菓子などの甘いものは控えめに
- インスタント食品や加工食品は控える
- 新鮮な野菜、海藻はたっぷり
- 鉄分の多い食品を十分とる(レバー、貝類、海藻、大豆製品)
- 緑黄色野菜、ひじき、煮干し、ごま、切り干し大根、ハツ目うなぎ、卵黄
- 植物性の油を適量とる

高血圧の予防

- 塩分のとり過ぎに注意
- エネルギーのとり過ぎに注意
- 果物のとり過ぎに注意
- 熱い風呂、長風呂はさける
- 酒はほどほどに
- タバコはやめる
- 規則正しい生活
- 冬場は十分な保温
- 便通を整える
- ストレスは早めに解消
- 定期的な血圧の測定
- 動物性の脂肪をとり過ぎない

塩分含有の目安

塩サケ 55g 小1切	4.4g	梅干し 10g 1個	2.1g	ロースハム 50g 3枚	1g	かまぼこ 60g	2.4g
たらこ 50g 小1腹	3.3g	きゅうり 50g 1/2本	1.4g	プロセスチーズ 23g 2枚	0.4g	あきた煮 30g	2g
焼ちくわ 60g 1/2本	1.4g	たくあん 30g	2.1g	せんべい 20g 大1枚	0.3g	うぐいす煮 30g	4g
はんぺん 100g 1枚	1.5g	白菜塩づけ 50g	0.9g	カツ丼 1人前	3.7g	たくあん 30g	2.1g
ウインナー 50g 3本	0.9g	食パン 1/2個	0.68g	にぎりずし 1人前	6g	シューマイ 200g	1.2g

住民結核検診は11月に行います！

相 談 日	第1・3水曜日	市役所ロビー	9時～11時、13時～15時
第2水曜日	蒲生、南越谷、川柳、大相模の各公民館	13時30分～15時30分	
第3水曜日	増林、北越谷の各公民館		
第4水曜日	出羽、狭島、大沢の各公民館	9時30分～11時30分	
第4金曜日	桜井公民館		
第3水曜日	新方公民館	9時30分～11時30分	
第4水曜日	大袋公民館		

■内容 保健婦による健康相談、血圧測定

'87年健康教室

テーマ	内 容	時期
健康を考える	講演、体操、体力測定	5月
婦人の健康	身体測定、血圧、尿、貧血等の検査、映画、講演、実習	6月
家庭看護	講演、実技、食事指導	7月
上手にシェイプアップ	講演、血液・尿検査、身体測定、体操	9月
正しい食生活について	講演、栄養実習	10月
健康展	パネル展示、健康よろず相談、血圧測定、食生活よろず相談	10月
高血圧とその予防	講演、映画、食事実習	11月
ガン予防	講演、映画	'88年2月

*詳しくはそのつど広報でお知らせします

献 血

献血できる人は
16歳～64歳までの
健康な方

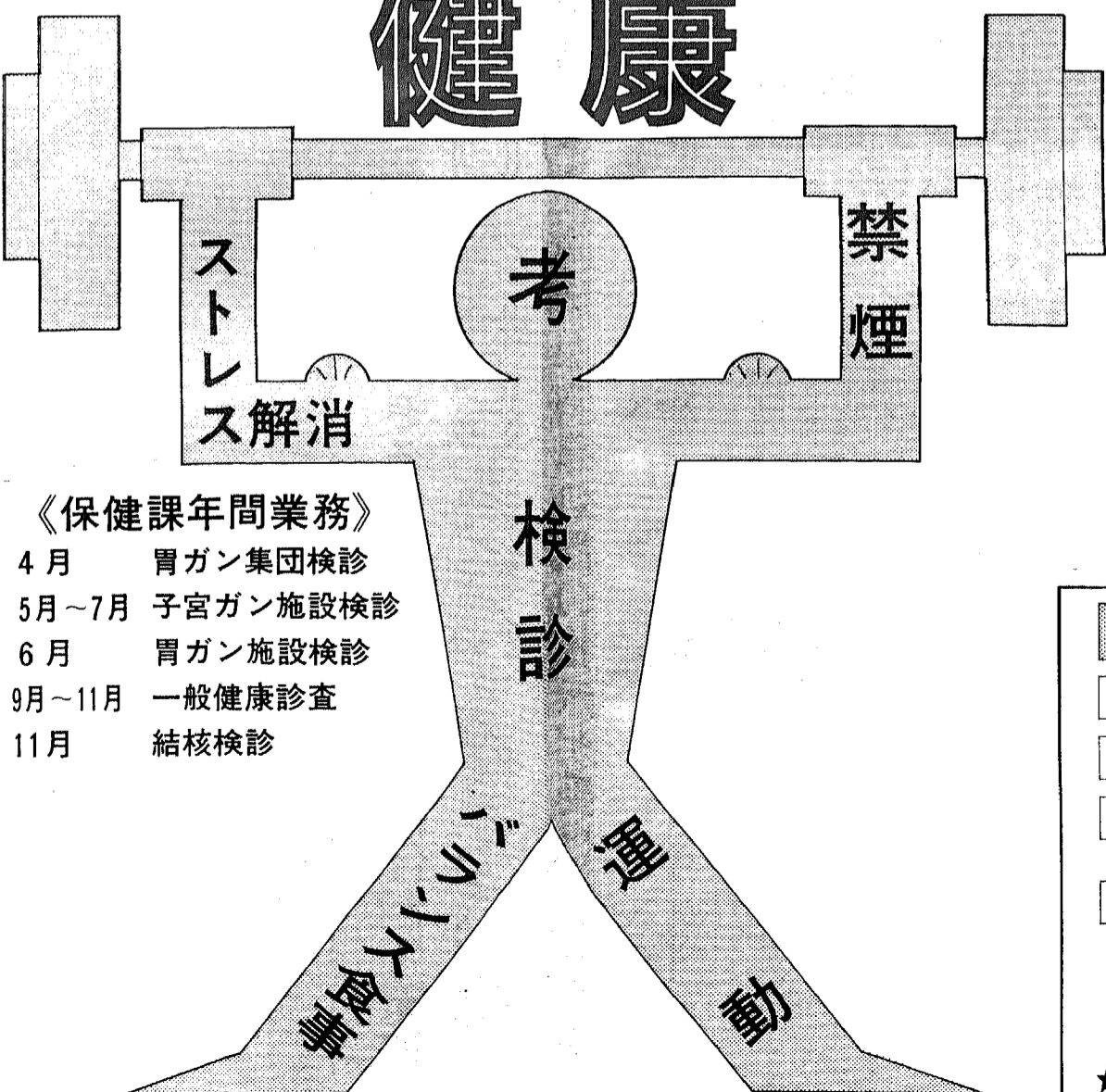
献血の特典

- 肝機能検査
- 腎機能検査
- コレステロール
- 梅毒
- エイズ、成人T細胞白血病
- 血液型、血圧、貧血

*献血の日程は、新聞、広報毎月1日号に掲載！

あなたの愛で多くの命が救われます

健康



《保健課年間業務》

- 4月 胃ガン集団検診
- 5月～7月 子宮ガン施設検診
- 6月 胃ガン施設検診
- 9月～11月 一般健康診査
- 11月 結核検診

祝日曜日当番医は新聞に掲載

成人健康相談

越谷保健所 保健所インフォメーション

一般健康診査

- 対象** 40歳以上の市民
- 期間** 9月1日～11月30日
- 費用** 無料(精密検査を要する人は自己負担あり)
- 内容** 問診、打聴診、血圧、尿検査、総コレステロール、肝機能検査(GOT、GPT)

★年に一度は健康診断を受けましょう

- 一般健康相談** 健康診断、血液・尿検査、便検査
- 結核相談** 結核患者およびその家族、その他結核に関すること
- 乳幼児健康相談** 乳幼児の健康診査、個別栄養相談
- 精神衛生相談** 不安、イライラ、心の悩みについて、医師による相談
- 優生保護相談** 結婚による遺伝、受胎調節等の相談
- 離乳食実習及び相談** 7カ月未満、7カ月～12カ月

☎64-1266(代) (所在)越谷市越ヶ谷4-2-26 市役所のうしろ(北側)

カレンダー 87 越谷市役所 保健課 ☎64-2111(代)

カレンダー

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

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

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

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

予防接種

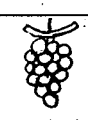
赤ちゃんインフォメーション

乳児医療費支給制度 1歳未満の乳児の医療費の一部を、市が負担します **障害・児童課へ**

未熟児の養育医療 出生時に体重が2,000g以下か、体重に関係なく他の疾病を伴う赤ちゃんは指定養育医療機関に入院すれば正常に発育するまで入院(治療)費を公費で負担します **保健所へ**

小児慢性特定疾患医療 悪性新生物、慢性腎疾患、ぜんそく、慢性心疾患、内分泌疾患、膠原病、糖尿病、先天性代謝異常、血友病等血液疾患にかかって治療している児童を対象に医療費を給付します **保健所へ**

結核児童の療育医療 結核にかかっている児童の入院治療費および学習、療養生活に必要な物品を無料支給 **保健所へ**



緊急に医療機関の受診が必要なときに診療のできる病・医院を24時間体制で案内

各種の予防接種は種類や病気によって一定の期間をあけなくてはならない「接種間隔」というものが決められています。この間隔が守られていないと予防接種を受けることができません。下の表をよくご覧のうえ、接種してください。

インフルエンザ 日本脳炎 三種混合	1週間 1カ月	ポリオ生ワクチン おたふく、はしか BCG、風しん
日本脳炎、三種混合、インフルエンザはお互い1週間以上あける		
ポリオ、おたふくかぜ、BCG、風しん、ましんはお互い1カ月以上あける		
三種混合		日本脳炎
1期→3~8週間間隔で3回接種 2期→1期3回日終了後、1年~1年半の間に1回接種 3期→小学6年で1回接種(ジフテリアと破傷風)	基礎免疫	初回→1~2週間隔で2回接種 追加→初回接種後おおむね1年後に1回接種 *基礎免疫終了後はおおむね4年に1回追加するとよい

予防接種時の諸注意

- 予防接種は子どもを病気から守り、伝染病の流行を防ぐものです!
1. 子どもの健康状態の良いときに受けてください。
 2. 接種後24時間は病人と思って注意してください。
 3. 母子健康手帳は必ずお持ちください(忘れると受けられない場合があります)。
 4. 予防接種年齢表(下表)の当市該当児年齢で受け漏れた方や転入者でも、受けられる年齢内であれば接種できます。
 5. 予防接種に関する問合せは午前中に保健課へ。

学童予防接種実施月別表

種類	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
対象	小学1年、中学1年生と前年度陰性者(小2、中2)	小学1、2、6年生	小学1、2、6年生	小学1、2、6年生	小学1、2、6年生	小学1、2、6年生	小学1、2、6年生	小学1、2、6年生	小学1、2、6年生	小学1、2、6年生	小学1、2、6年生	小学1、2、6年生

会場	62年						63年					
	ポリオ生ワクチン	三種混合一期3回目	日本脳炎1回目	日本脳炎2回目	ツベルクリン反応	判定BCG	三種混合二期	ポリオ生ワクチン	ツベルクリン反応	判定BCG	三種混合1回目	三種混合2回目
福祉 4/1	蒲生 4/9	福祉 5/18	5/25	大沢 7/1	7/3	福祉 9/3	福祉 10/5	福祉 1/11	1/13	福祉 2/8	3/7	4/11
蒲生 1	大沢 10	蒲生 19	26	蒲生 1	3	蒲生 11	蒲生 5	蒲生 12	14	大沢 9	8	12
桜井 2	福祉 13	桜井 20	27	福祉 6	8	福祉 14	大袋 6	桜井 18	20	蒲生 10	9	13
大沢 2	桜井 14	大沢 21	28	大袋 7	9	桜井 16	福祉 6	出羽 19	21	大袋 12	10	14
出羽 3	大袋 15	大袋 22	29	出羽 8	10	大沢 17	大沢 7	大沢 20	22	福祉 15	11	18
福祉 3	福祉 16	福祉 6/1	6/8	桜井 14	16	大袋 18	桜井 7	福祉 25	27	大沢 16	14	19
大袋 6	蒲生 17	蒲生 2	9	大沢 14	16	蒲生 21	出羽 8	大袋 26	28	桜井 17	15	20
福祉 6	大沢 20	出羽 3	10	蒲生 15	17	出羽 22	福祉 8	蒲生 27	29	蒲生 18	16	21
桜井 7	福祉 21	大沢 4	11	福祉 15	17	大沢 24	大沢 9	大沢 2/1	2/3	出羽 19	17	22
大沢 7	出羽 22	桜井 5	12			桜井 25	桜井 9			福祉 22	18	25
蒲生 8	桜井 23	福祉 15	22			福祉 28	蒲生 12			大袋 23	22	26
福祉 9	大袋 24	大袋 16	23			蒲生 29	福祉 12			桜井 24	23	27
	大沢 27	蒲生 17	24			大袋 30				蒲生 25	24	28
	蒲生 28	大沢 18	25			大沢 10/1				大沢 26	25	5/2
	福祉 30	福祉 19	26			福祉 2				福祉 29	28	6

凡例 福祉・福祉会館。その他の会場はすべて各地区の公民館

種類	月齢		受ける回数
	6ヵ月	12ヵ月	
結核(ツベルクリン反応とBCG)	6月	12月	1回
小児マヒ(ポリオ生ワクチン)	6月	12月	2回
百日ぜき ジフテリア(三種混合) 破傷風	第1期	6月	3回
	第2期	12月	1回
ましん(はしか)	12月	12月	1回
日本脳炎	初回	6月	2回
	追加	12月	1回

ましん(はしか)の接種

対象 生後12ヵ月以上72ヵ月までの乳幼児、すでにましんにかかった子は受ける必要がありません。 *個人通知はいたしません

方法 市内指定医療機関に問合せ、子どもの健康状態の良いときに母子健康手帳・保険証をお持ちのうえ受けてください。

料金 保護者負担3,800円(指定医療機関のみ)

*指定医療機関の問合せは午前中に保健課へ