



広報

にのみや

第242号 発行日 2月10日

編集 二宮町広報編集委員会
発行 二宮町企画課 二宮961番地 電話71-3311

町民憲章

郷土を愛し、自然をいかす
きれいな二宮町をつくりましょ
う。



血圧測定は健康を知るうえでの目安です

ガン・脳卒中・心臓病

定期的な検診で早期発見を

死因の八割は成人病

わが国は、いまや世界一の長寿国となりましたが、その一方でガン、脳卒中、心臓病など、いわゆる成人病で亡くなる人が年々増えています。これらの病気に共通していることは、四十歳代を過ぎた健康な男女が突然襲うところに怖さがあります。寒さがピークとなるこの時期は、成人病のうちでも脳卒中、心臓病をは

じめとして、血液の通り道にかかわる病気が多くあります。脳卒中、心臓病など血液の通り道（循環器系）の病気が一度かかると治りにくい病気ですが、日常の食事や運動などに気を付けることで、かなり予防できます。病気を正しく知って、予防に努めましょう。

循環器系の成人病には、主に次の二つがあります。

○脳卒中

脳卒中中は、「脳いっ血」「中気」「中風」とも呼ばれ、脳の血管が破れて出血したり、あるいは詰まって血液が脳に行き届かなくなる病気です。この病気がかかると、脳の動きが衰え、急に意識がなくなったり、手足が動かなくなったり、ひどい時には死亡することがあります。

一度脳に障害を受けると、回復は難しく、手足の麻痺が後遺症として残ったり、ときには知覚障害や精神障害をきたします。

このため「リハビリテーション」といって、機能回復のためのいろいろな方法が講じられています。

○心臓病

心臓は、全身へ休みなく血液を送り出すポンプの働きをして、その構造は筋肉からできています。この心臓に、血液が十分に届かなくなり、心臓の筋肉が酸欠不足になって起こります。

一時的に血が流れなくなるのが

①塩分のとり過ぎと油類に注意

脳卒中や心臓病にかからないためには、なんといっても高血圧と動脈硬化にならないことが大切です。

ふだんから、次のような点に十分注意しましょう。

②塩分のとり過ぎと油類に注意

油類は動物性油はなるべく避け、植物油をとりましょう。

③肥満に注意し適度な運動を

④肥満は心臓に負担をかけ、高血圧の引き金になります。

⑤精神的な緊張をほぐす

また、散歩や軽い体操など体に合った適度な運動は、生理的によいばかりでなく、精神的な緊張をほぐすためにも効果的です。

⑥日常生活での注意は

規則正しい生活を、保温、湯か

げん、排便に気を付けましょう。

⑦精神の安定に気を付けて

血圧は精神状態に敏感に反応しま

す。適度な気分転換を図りましょう。

⑧簡単な説明をしましたが、少

なくとも年に一、二回は健康診断を

受けましょう。

町でも定期的に開催していますので

広報やお知らせ版に注意し、健康診

断を受け、早期発見・早期治療に心

がけましょう。

全死亡者数と成人病死者数の推移

昭和40年 40,438 (700,438)

昭和45年 41,648 (712,962)

昭和50年 43,839 (702,275)

昭和55年 47,201 (722,801)

成人病死者数

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

成人病

ガン

脳卒中

心臓病

その他の原因

高血圧性疾患

糖尿病

成人病

全死亡者数

受付二月十六日～三月十五日

確定申告はお早めに

ととき

所得税・住民税の いずれかの申告を

事業を営んでいる人、給与以外に収入があるサラリーマンの方などに
とって、一年の総決算ともいえる、
確定申告の時期となりました。
所得税の申告は、二月十六日から
三月十五日、贈与税の申告は二月一
日から三月十五日まで、もう受け
付けを開始しています。
そのうち、申告をしなければなら
ない方は、昨年の一年間の所得金額
が本人と家族の人数を合せて、それ
におおむね二十九万円を掛けた額より
多い方です。
サラリーマンの方は通常十二月の
年末調整で精算されてますので、大
部分の方は申告の必要はありません。
しかし、サラリーマンの方でも確
定申告をしなければならない場合も
あります。それは次のとおりです。
①給料、賞与の総額が二十万円を越
えるとき
②二か所以上から給与をもらって
いるとき
③給与以外の所得が二十万円を超え
るとき

住民税(町民税)の申告につ
いて、確定申告をしなければ
住民税の申告は必要ありません。
どちらかいずれかを申告すればよ
いことになっています。
もし、町民税の申告用紙が届い
た方で、所得税の確定申告をする方
は、町民税の申告書を破棄してく
ださい。

町民税の申告が必要なのは、昭
和五十八年一月一日現在、二宮町に
居住しており、昭和五十七年中に所
得(給与、配当、事業収入、不動産
収入等)のあった人ですが、不動産
税を毎月給与から引かれていた人
は、給与所得以外に所得がなかった人
は申告の必要はありません。
昭和五十七年中に二宮町に転入さ
れた方で、給与所得だけの方は、所
得税に勤務先の所
在、名称、電話番
号を記入して提出
してください。



正しくお早めにね。

確定申告
所得税の申告と納税
2月16日～3月15日
税務署

また収入のない
方でも、申告書が
届きましたら「入
入なし」と記入し
て提出してください。
(学生の場合は
在学証明書を貼付
するか、学生証を
そ持参ください)
その際は必ず印鑑
をお持ちくださ
い。

次のようなときは 税金がもどります

確定申告をすれば、すでに納めて
いる所得税が戻るときもあります。
それは次のとおりです。
○昭和五十七年中の所得が少い人
で、源泉徴収された利子配当(分離
課税を除く、原稿料などの収入があ
る人)
○住宅を新築したり、新築家屋また
は中古住宅を購入した人。
①面積については、一律一万七千
円です。
②返済金額については、(その年中
の返済金額)三〇万円×五%(最
高三万円)ただし五十八年一月一日
以後は五万円です。
手続きに必要なのは、登記簿
謄本(抄本)、または請負契約書が充
てられます。

春の火災予防運動を実施
火の元に気をつけて

春先は、特に空気が乾燥し強い季
節風が吹き、火災が発生しやすい気
象条件となります。
このため、今年も二月二十八日か
ら三月十三日まで、春の火災予防運
動を実施します。
町でも全消防力をあけて、この運
動に取り組みますが、みなさん一人
ひとり注意して、火災の発生防止と
人命損傷の事故を防ぎましょう。
○統一スローガン
火の用心、心の用心、目の用心
この期間中、消防署や消防団では
火災予防広報、サイレンの吹鳴、危
険物運搬車などへの立入検査、消
防訓練および防火教育の実施、地水
利調査などを行います。
なお、サイレンは三月七日から三
月十三日まで一週間、毎夜九時に一
分間鳴りますので、就寝前の火の元

買契約書(未登記の場合)の写し、
④住民票の写し、⑤源泉徴収票
またロイヤリティ控除を受ける人は、上
記のほか、融資資金の償還金などの
証明書、および家屋の取得価額を明
らかにする書類が必要です。
○病状や出産などで多額の医療費を
支払った人(五万円以上一ただし補
てん金を除く)
○災害などで損害を受けた人
○勤め先を年中途中でやめ、その後
再就職しなかったため、年末になっ
て所得税の精算をしていない人。
○予定納税をしている人で、年中
途中で廃業したことなどにより、前年
に比べて所得金額が減少して年税額
が予定納税より少くなる人。
以上の方は、確定申告をすること
により所得税が還付されることがあ
ります。
なお、くわしいことは税務課に問
合わせください。

税理士による 無料申告相談

二月二十二日、二十三日の二日間
午前十時から午後四時まで、税理士
による無料申告相談を、役場第一会
議室において行います。
おいでください。

を点検し、火災には十分注意しまし
よう。

＝ 新春恒例 ＝

消防初出式を挙行



祝 二宮町消防出初式

はしご乗りの妙技を披露



(下) 本間夕季子さんの作品 (小学生の部)
(左) 藤森明美さんの作品 (中学生の部)



- 一月七日午前十時から、二宮中学
校々庭において、新春を彩る消防出
初式が盛大に行われました。
この日は寒く、あいにくの曇り空
でしたが、会場には消防団員、消防
署員はもとより、来賓、見物の町民
の方など多数が参加し、式典や
アトラクションがありました。
式典では、町長、消防長、来賓の
あいさつや祝辞、消防車と消防器
具の点検などが行われたあと、各
種の表彰がありました。
また、アトラクションとして、町
と消防連合会の方がたの華麗な「は
しご乗り」妙技があり、見物客の感
嘆の声と大きな拍手を浴びていま
した。最後は、消防団、消防署員に
よるいっせいの放水があり、町の消
火体制を披露しました。
なお、長い間消防行政に協力され
賜れて受賞された方がたは、次のと
おりです。(敬称略)
- 消防防協会湘南支部長表彰(優良消
防団員)
- | | | |
|------|-------|-------|
| 最優秀賞 | 藤森 明美 | 二宮中三年 |
| 優秀賞 | 佐藤 浩子 | 二宮西三年 |
| 優秀賞 | 富岡 敬雄 | 二宮西三年 |
| 優秀賞 | 大塚 敬雄 | 二宮西三年 |
| 優秀賞 | 加藤 博人 | 二宮西三年 |
- 市川 正平 副団長
- 〇中学生の部
- | | | |
|------|-------|-------|
| 最優秀賞 | 本間夕季子 | 山西小五年 |
| 優秀賞 | 石川 進 | 山西小六年 |
| 優秀賞 | 阿部 香織 | 山西小六年 |
| 優良賞 | 塚本 毅 | 山西小六年 |
| 優良賞 | 竹内 寿 | 一色小五年 |
| 優良賞 | 山口 健 | 二宮小六年 |
- 〇小学生の部
- | | | |
|------|---|------------|
| 最優秀賞 | 西山 豊弘 | 第一分団副団長 |
| 優秀賞 | 岸 敏明 | 第二分団副団長 |
| 優秀賞 | 柳川 幸男 | 第五分団副団長 |
| 優良賞 | 消防長感謝状(本年にわたり二宮町
消防出初式に協力) | |
| 優良賞 | 田中 薫 | 町と消防連合会副組頭 |
| 優良賞 | 原 孝三 | 町と消防連合会小頭 |
| 優良賞 | 防火ポスター入賞者 | |
| 優良賞 | 町内の小・中学生を対象に、防火
ポスターを募集し、学校選出後、学
校関係者、消防関係者の厳密な審査
の結果、入選されました。 | |

風邪が流行しています
うがいをしてよう!

二宮山西海岸沖に
人工魚礁を設置

山西海岸に大規模な魚礁を設置



また昨年十一月、過去に設置した人工魚礁の魚付状況を調査したところ、イサキ、イナダ、スズキ、インドイ、カゴカキダイのほか多数の魚群を確認しました。

近年多くの太公望が土・日曜日になるといっせいに釣糸を垂れていますが、みなさんの針に十五センチ以下の小さなマダイが釣れたら、速やかに海へ戻してください。

みなさん一人ひとりの心がけで、水産資源の保存・確保にご協力ください。

三月一日から供用開始

昨年十八日に供用開始しました宮崎橋上駅舎事業のうち、旧駅舎を取り壊したあとでなければならぬことができなかった駅北側の東側（大蔵方面）階段「福員九〇」が完成し、三月一日より供用を開始します。

また、雨の日でもカサをささずに通勤・通学時に混雑なく電車に乗換できるためのホーム屋根等工事「総延長一七〇」は、内訳として新設分九〇、既設分四〇、橋上南四〇」も順調に進み、三月中旬頃に完成する予定です。

なお、工事期間中たくさんのご迷惑をおかけしていますが、みなさんの深いご理解とご協力をお願いします。

№	品 目	量 目 規 格	ス ー パ ー			小 売 店			平均	前月比 指数
			最高	普通	最低	最高	普通	最低		
1	灯	油 18ℓ配達料込み				1,890	1,805	1,760	1,809	104
2	合成洗剤 洗剤	2.65kg入り	920	874	598	1,040	919	850	874	99
		3.0kg入り	850	814	789	910	851	780	829	99
3	トイレット ペーパー	65m×4ロール (1枚巻き)	210	166	101	198	154	138	152	102
4	砂 糖	上白 1kg	300	239	138	278	251	198	242	105
5	しょうゆ	ゆめ1ℓパック入り	328	248	158	358	262	220	249	107
6	小麦粉	薄力粉 1kg	198	183	118	210	198	185	187	103
7	サラダ油	700gパック入り	368	285	229	388	305	270	299	100
8	豚 肉	肩ロース 100g	188	159	138	175	151	128	156	98
9	鶏 卵	M 1パック10個入り	220	180	100	243	205	168	190	98
10	プロパンガス	10m³				5,080	4,837	4,296	4,800	101

二月の
家庭園芸



野
菜

ジャガイモの植え付けは下旬
に、春から夏の美しい花壇のなま
め、ブラム、アンズ、ブドウ
モ、キウイフルーツ、ナシ、カキ
ミカンの順に植えつけてます。
整枝は果樹の種類によつて変
化しますが、その目的は樹性の
赤土、山土など飼育虫のおかれ

[illegible]

の切口を下の根に於て、三つの
の間に施す。肥料は種と
種イモの間に覆肥料を〇〇
さゝい施し、覆土は七八分ぐ
らゐります。早く收穫したい場
合には、その間に種イモのルチ
ンをするよりよいです。芽
が出てきたその部分のマルチ
を切つて芽外に出します。

果 樹

施肥 下旬か三月上旬にかけて春
肥の施用の適期となります。
一般に芽生え肥ともいへ、春先
の芽生え作業です。施肥量は
年間施肥量の 割程度とす
ます。この施肥時期は上部の芽
の動きは根の活動はあまりま
だ、地部の根が伸びが動き
出し、水肥料を盛んに吸収し
始めています。施肥根は
土と呼んでは、軟かな断根は
しないよう注意します。

（神奈川県果園芸試験場）

