

シルバ－ 江田島



第 11 号

平成10年1月1日

〈発行〉

(株)江田島町シルバ－
人 材 セ ン タ ー
江田島町ふるさと交流館内
TEL (0823)42-5211



親睦旅行 燕趙園前

新年を迎えて

理事長 山佐 一男

明けまして

おめでとうございます

昨年は皆様方にいろいろとお世話になりました。

お陰様で会員も二一九名となり、受託件数九四八件(一一二%)、契約高四三〇〇万円(一一六%)と順調に伸びています。(十一月末現在)特に昨年は、竹細工、組木、面づくり等の工芸品による独自事業が芽ばえたことは喜ばしいことです。

今年、先ずワークプラザが町、県、国等のご尽力により一月末にいよいよ完成することになりました。

これからは、ワークプラザを拠点として、就業の拡大を図るため、公共、一般家庭事業の拡大は勿論のこと、竹細工、組木、面づくり等の工芸品の独自事業をはじめ障子、フスマの張替え、刃物とき、定期的なバザーの開催等が考えられます。

次は補助金についてですが、国の財政構造改革により補助金の減額が検討されています。したがって、これの対応にも迫られています。

このような課題をかかえている今年、「自分の道は自分で切り拓く」という気持が大切だと思います。

皆様と一緒に頑張っていきたいと思っておりますので、どうかよろしくお願いいたします。

迎春のご挨拶

江田島市長
平木 重己

シルバー会員の皆さん、明けましてお目出度うございます。昨年は何かと協力いただき厚くお礼申し上げます。今年は寅の年で、何か勢いのある年になるのではと期待しています。

さて、皆さんの熱いご要望であったシルバーワークプラザも近く完成します。多くの方々のお力添えを頂き、心から感謝しています。今後はこのワークプラザを拠点として、シルバーセンターの益々の御発展を切

新年のあいさつ

江田島町議会議長
浜野 幸敏

シルバー人材センターの皆さん、あけましておめでとうございます。理事長をはじめ会員の皆様の努力により着々と実績を積み重ね、確固たる社会的な位置づけがなされておりますことに敬意を表します。

皆様の広範な活動の中で、私が挑戦してみたいものに、竹細工があります。これには人間の五つの幸せと

にお祈りいたします。ワークプラザの周辺には、新年度から都市公園の建設を具体化したいと計画しています。これが整備されると、ワークプラザの姿も一段と見栄えがよくなってくるでしょう。

二十一世紀初頭には超高齢社会を迎えることになりました。生活スタイルもすっかり変わってきました。晩年の人生の過ごし方が大変大切な意義をもっています。シルバー会員の皆さんが仲良く、明るく、生き生きと社会参加されることを念願します。

本町のシルバー人材センターは近隣市町村でも誇りに出来る存在です。シルバー会員皆さんの責任と自覚あるご活動を期待し、ご健勝をお祈りして挨拶いたします。

感じる基本的要素(作る・働く、知る・研究する、人にものを教えてあげる・喜ばれる、遊ぶ、感じるなど)がすべて含まれおり、竹細工を通して子供とのふれあいの場を持ったり、また、町の特産品づくりにも一役かうことができるからです。

これからの長寿社会、超高齢社会においては、これらの活動を通して自己実現を図る場として、これまでの経験を生かして還元できる場として、人材センターが必要不可欠となって参ります。

一月の末には念願のシルバーワークプラザも完成し、働きやすい環境が整いますので、快適に・楽しく活

動できるものと思っています。新たな事業も生まれることを期待し、最後になりましたが、会員の皆様のご

健勝とセンターの益々のご発展を祈念申し上げ、年頭のごあいさついたします。

平成九年度

「全国経験交流大会」盛大に開催

(財)全国シルバー人材センター事業協会設立十五周年記念大会と併せて平成九年度の全国経験交流大会が、去る十月三十日、東京中野サンプラザにおいて、全国から会員千三百名が参加して盛大に開催されました。記念大会は、午前十時から関会長の開会あいさつに始まり、伊吹文明労働大臣の祝辞をいただいた後、優良シルバー人材センター等の表彰が行われました。

その後、熊本県立劇場館長・鈴木健二さんが「二十一世紀のライフスタイル」―高齢者の生きがい―と題して記念講演がありました。

午後の交流大会では、創価大学教授の小林謙一さんが全国シルバー人材センター会員の意識調査結果を中心に「会員の就業実態と意識について」と題して基調講演があり、続いて、館林市・小金井市・金沢市・大牟田市の四シルバー人材センターから事例発表が行われました。

「独自事業の推進」・「安全就業の徹底」・「福祉・家事援助サービス事業の展開」・「会員による自主的運営の推進」について、先進的な事例発表がありました。事業推進上の事例については今後のセンター管理運営の中で、また、会員意識の問題については、地区懇談会等で生かしたいと考えます。

また、大会会場では、「シルバー人材センター会員手づくり作品展」が開催され、広島県を代表して出展した本センターの竹細工は、全国から集まったセンター関係者の高い関心を集めていました。



山陰親睦旅行に参加して

平成九年十月二日午前八時広島港待合室前で二日間世話になるJRバスに乗り込む。

初日はあいにく雨模様であった。

二日目は幸い好天に恵まれた。いつ来ても砂丘の端迄は行かないが、今回は海辺が下に見える砂丘の端まで行ってみた、短靴の中に砂が入りそうだった。ホテルの宴会は勿論の事、観光バス内の往復はカラオケのオンパレード。往路二十曲、復路二十曲うたった。復路では岡山の手前であうとうカラオケセットが故障してしまった。この様な雰囲気なのでアルコールも不足きみ。酒ワンカップ八十個、缶ビール八十缶、缶チューハイ四十缶を飲みつくした。成年が五十人もいればこんなものだろうか。それにしても、よく飲んだものだ。

予定より約一時間早く宇品港に無事到着した。この為、午後六時三十分発の高速船に乗船することが出来た。二日間存分にリラックスし、はめを外したので所期の目的は十分はたしたと、人生の一ページを



印した旅行だったと思っている。来年の旅が楽しみだ。

初日に絲原博物館を見学し、その後、昼食をとる。昔の製鉄所だ。砂鉄をコークスで溶かし、鍛造して、農機具、刃物等を造った様子を模型、略図等で表現、展示してある。現代

ガイド班 第三回研修の記録

昨年八月十一日(即十五時)ガイド班は、ふるさと交流館二階に総員集合、宇根川 進氏(町文化財保護委員)による講話「海軍兵学校と江田島」と題して研修しました。

「明治初期軍港を瀬戸内海に設置する」ということで、呉、江田島が候補地にあり、当時の文書には江田島を軍港にという文面が至るところに出てきている。まだ航空機はなく新兵器といえは水雷艇の時代で、防備面から考えて島とか山かげに囲まれたところが大いに注目された。明治十八、九年頃フランスの「ペルダン氏」(船内の間仕切りを考えた人で、三景艦を設計した。)は、軍港は呉をメインに江田島をサブとして、高く評価している。

山かげに砲台を設置すれば、防御面は最高であり、港内の安全性は非常に高くなる。湾口が広いと当時の大砲の能力からみて弾が届かない。

は高炉で溶かし、製鉄し、圧延造型してさまざまな鉄製品、鋼鉄品が出来た時代だ。時の経過を実感する一時だった。

二日目は、中国の皇帝の庭園を模した燕趙園を見に行く。東郷湖を隔て、ホテルの対岸にある、いかにも中国風で、不老長寿を願った二十八景は一見に値する。(M・K記)

江田島は、江田内湾入口からみて最高で、兵学校ではなく実戦部隊の設置が考えられて、まず水交館(フランス式煉瓦造り)が建設された。しかし、海軍兵学校と決定になり、明治二十一年東京築地から移転してきて生徒館の建設が始まり、明治二十六年完成、それまでの五年間は、棧橋に係留の東京丸で教育が実施されていた。」と、兵学校移転当時の状況を勉強しました。

次いで、十六時からRCC特別番組「瀬戸内海21」で兵学校当時の江田島でのエピソードや思い出について、約一時間にわたって取材が行われ、各人それぞれ想い出等を話して、これに応じました。

さらに十七時から、久しぶりにガイド班の総員が集合したことでもあり、また新人である切串の古本、井川両氏の紹介もあって、懇親会が行われました。我々の仕事は、該当

日に単独で派遣されており、互に顔を合わせることは、ほとんどなく併せて、ガイド班発足時に大変お世話になった広報展示室の八木信寿氏が、この年度で退職されたので、そのお礼なり、送別の意味もふくめて出席して戴きました。同じ業務にたずさわる者同志で、楽しかったこと真夏の暑い盛り或いは、冬のさ中、寒いなかをガイドした苦労話はずみ、十九時三十分、まだまだ話し足りない(飲み足りない?)といった顔の人もいましたが、ともかく和気あいあいのうちに終了し、研修、取材、最後は懇親会と大変有意義な半日を過ごしました。

新入会員紹介

どうぞ、よろしく願います。

(敬称略)
石下 ャコ(宮ノ原)
小野 朋子(鷺部)
柴本 政幸(秋月)
山原 昭(鷺部)
山原 光子(江)
寺口 文夫(江)
川野 義光(中)
久本 千恵(切)
樽本 賢二(切)
岡田 藤子(小)
川崎 宣一(秋)
岩本 信江(秋)
梶岡 節夫(鷺部)

風が強い中での草刈り



十月三十日、内藤医院の駐車場とその上の段の平地の草刈りの現場を訪ねました。

来ている方は三人。私が着いた時は駐車場の山側にネット張りの最中。張ったかと思うと風に吹かれて倒れます。

「こけてもいい。また起こしてやれば……」

「昼までに上をやり、それから下じゃ」と言って作業にかかります。

一人は上の段の平地を、一人は山側の斜面を、あと一人は駐車場の東側の斜面を草刈り。草刈機の音がぶんぶん響きます。

内藤医院の先生が現場に来られ、「上の段は畑にして、野菜を少し植えようかと思って……」

「ほんまによう草は生えます」と話しかけられます。

上の段で作業をしている方に

「仕事はどうですか」

と聞くと、

「今までは暑いのでえらかったが、これからは寒くなるので……」と答えてくれます。

駐車場の東側の斜面には、さわるに衣服に着くトゲのような種をつけた草がいっぱい生えています。

「これ、何という草ですか」

「オニヤリ」

子どもの頃、草原をとびまわって遊んだあと、オニヤリの種を取るのに大変だったことを思い出し、その場を去りました。

美味な柿を

沢山もらいました

六日、津久茂の鍵田さんの畑の八朔の枯れ木の伐採作業の現場を訪ねました。

学校前のお店で場所を聞きました。

中腹の道を瀬戸の方に向かって行く

と左手にあると教えられ、分かるかなと思っ

たので、簡単に行き

着けました。

現場に着いた時には、一二本くらいあ

った上の段の枯れ木の伐採は終わり、作

業は生きている木に

まわりついている

つるを引っ張って除

いたり、伐った木の

片付けの最中。

「生なら早く伐れる

支える仲間

のに、枯れているので手間がかかって……」

「ご主人が亡くなったので、世話をする人がおらんようになって畑が荒れたんじやろう」

八朔の木にまといついているつるにはアケビの実くらいの大きさの青みがかかった実がいくつもついています。

「ヘチマの小型、何の実じやろう」誰も名前がわかりません。

「上の段が早く終わったので、下の段の草刈りもしてあげよう」と、下の段の作業にかかります。

「柿を貰って帰ったら」

見ると、畑の東側に大きな柿の木。

一人の方がするすると木に登り、

「手の届かない所の柿をもいでくれ」と言われたんじや」

と言いつつ、柿をもいで、下にいる私に渡してくれます。

「沢山持って去にんさい」

「入れるものあるかな」

「ビニール袋がある。これに入れて持って行った

ら」

と別の方が大きなビニール

袋を持って来て

てくれます。

それにいっぱ

い柿を入れ、

「ありがどう

ございました」

と、その場を

去りました。



貰った柿は半分は事務局の皆さんにおすそ分け。皆さん、とても喜んでいました。私も、妻と二人でおいしくいただきました。

ロープで梯子を

固定しての作業

七日、朝九時、奥小路の水源池に着きました。

ちょうど作業にとりかかる直前。

十二人の会員が松の枯木伐採三人、運び手二人、残りは若木の伐採と草刈りに分かれ、それぞれの持ち場に散るところでした。

水源池より一段下の東側、谷に向かって落ちこむ斜面に枯れ松が一本。

「ロープを掛けんにや危ないぞ」幹の中段にロープを掛け、二人で引っ張ります。

班長さんがチェーンソーを持って伐り始めます。

どうもチェーンソーの切れが悪いようです。

最初に土手の側を、次に谷側を切ります。

「引っ張るぞ。よけて」

大声で叫んで、上の二人がロープを引っ張ります。

斜面に倒れた木の枝を落とし、幹を一メートル位の長さ

に切ります。

ロープの一方を土手の上の松に結んで切った松にかけ、も

どってくるロープの中段に積荷を締

める時に使うような輪を作り、それ

に引っ張る方のロープを通して引き

上げます。

その作業を写真に撮り、

貯水池へと向かいました。

その途中、

ネコ車に枯れ葉をいっぱい積んで焼

却場に運んでいる人も「きれいに掃

いておいても、明日はまた落ちてきよる」「まるで賽の河原ですね」と言葉をおかし、貯水池に向かう石段を登りました。

堤防の上の細い道を通り、東側の山裾の道に急ぎました。山裾の道の草はそんなに伸びていません。でも、一段下の土手の護岸には草や若木がびっしり茂っています。

「足場が悪い。梯子を持って来んやあどうにもならん」と梯子を取りに行き、持って来た梯子の一番上をロープでしっかり結んで石垣の上に吊し、もう一方を道の上的木に結びつけて固定します。「刈った木や草が池に落ちないようにせんと……」と言いなから、一人が梯子を足場に山鎌で若木を伐り、上の土手に放ります。もう一人は護岸の上部に生えている草を鎌で刈り取り、もう一人が土手の草を草刈機で刈ります。その作業がとて手際よく進められました。

残りの人は山裾の道の草刈りです。長いこと雨が降らなかったせいか、

貯水池の水位は満水時より一メートル位低く、水面には西側の山の紅葉が映り、とてもきれいでした。写真撮り終え「お気をつけに



われら町を

石が積んであるので
気をつけな

なあって」と言葉をおかし、貯水池を後にしました。



十一月七日、切串の平野さん宅の剪定現場に行きました。着くなり、「毎号載るので来るなと言ったのに」

Dさんは笑いながら言います。

「生け垣の低い所より二〇センチくらい下げる予定。石を積んで高うした所に植えてあるので、足許が悪いけん」

と言いなから脚立の梯子の方を立て、支えの棒を横にして松の枝にかけ、ロープで結んで足場を作ります。

「安全帽をかぶらんと……。二メートル以上ではそうしないといけんから」
とヘルメットをかぶっての作業が始まります。

松は二本、一本ずつ受け持ち、松

の小枝の下葉をつみとり、芽を摘みます。チョンチョンというお二人の鉄の音が秋空に響きます。

「この仕事は一日の予定。剪定が終わったら掃除をして終わりじゃ。それにしても、昨日来ればよかったのに。昨日はスターがおったのに」スターとはどなたのことかわかりません。

「広報紙、年に三回ぐらいほしいのう。社会に対してのP・Rにもなるし……。二回だと忘れた頃に来る。

年三回発行の希望が多かった

アンケート結果

みなさんにお願ひしました「シルバ－江田島」に対するアンケートに三十六名の方がご回答くださいました回答は次のとおりです。

一、毎号読んでいますか

毎号読んでいる

二二名

だいたい読んでいる

一名

あまり読んでいない

二名

二、発行回数は

年三回

一六名

年二回

二名

年一回

二名

年一回(季刊で)

二名

色刷りを一回程度

一名

いいなと思う記事

九名

三、高齢者の健康管理シリーズ

町を支える仲間

六名

地域座談会

二名

それじゃあみんなが関心を持たんよ」

「広報の内容、わしゃあええと思うよ」
暖かい言葉をいただき、現場を去りました。



折にふれて思うこと
旅行記 一名
行事予定 一名
七月号で新役員、班長の紹介を記事に顔写真をつけて
病気に対する予防・治療法など
医療関係の記事
新入会員、物故会員の紹介
安全就業七ヶ条を太文字で毎号
二ないし三項目載せる
広島弁を大事に

回答、ありがとうございます。
寄せられた要望、回答の傾向などを大事に、これらの広報紙を作っていくしたいと思います。「シルバ－江田島」をみなさんが自分の機関紙と思って読んでくださっていることがわかり、とても励まされました。

待たれるワークブラザ

小用地区座談会

小用地区の座談会は十一月十七日にもたれ、西野、稲生、樫野、中下、桂、山田の七氏に下平、新本、司会は森、記録は下谷でした。

新本 今日は座談会へのご参加ありがとうございます。日頃の不満やうっぷん、喜びなどを自由に出してください。

司会 事務局長をやめて三年になります。広報委員会に皆さんの意見がなかなかあがらないので、座談会を持ち、そこで言われた皆さんの気持ち、思いを紹介しようと思ってこの会を始めました。中央、秋月に続いて今回が三度目です。

遊んでいるのもしんきだからシルバーに入った

司会 皆さんがシルバーに入られた動機は？

西野 中下さんや花岡さんが毎朝シルバーの車を待っておられたので、定年になって遊んでいるのもしんきだから入りました。シルバーに入っておかげでいろんな人と知り合いになり、よかったと思っています。

桂 定年になり、一人暮らしで、テレビのお守りをしてた時にシルバーのことを聞き、事務所に行ったら入れてもらいました。今、週二回小用のコミュニティセンターの掃除をして

いますが、とても楽しいです。

稲生 私は江能汽船からマツダに勤めを変え、定年後に誘われて入りました。仕事は、先輩に教えてもらってできるようになったし、それまで船に乗っていたので夜勤き、昼間休む生活であつたので友達ができなかつたのが、ここに入って友達ができ、本当によかつたと思っています。

樫野 平成四年に定年、つばめ交通で働いたが、検札の時、子どもに逃げられるようになった。これでは会社に迷惑をかけると思ったし、また、終便の客の中には酔っぱらった人がいて、船が桟橋に着かないうちに飛び降りるので、これでは勤められないと思つて会社をやめ、稲生さんに頼んで入れてもらいました。

中下 私は体も悪いし、口も悪い。

十五の時から船大工をやつていましたが、世の中が不景気になったので定年前にやめ、岡本組や宇根鉄工で働いていました。そのうちに花岡さんから、「シルバーに入らんか」と



言われました。「仕事は」と聞くと、「草刈りと大工」。それじゃあ大工の仕事でもと思つて入りました。みんなと話ができ、いいことだと思つています。

山田 シルバーに入って一年くらいになります。定年後、家でぶらぶらしていたら誘われたので入りました。私は、本当はホームヘルパーになりたかつたのです。いま、介助の仕事をしていますが、自分が元気なうちはお年寄りを手伝ってあげたいと思つてお世話しています。

新本 商工会に勤めていて定年になり、町長から「シルバーに入れ」と誘われ、森さんからも「仕事がある」と言われて入りました。今、術校のガイド、土曜日のコミュニティの管理、筆耕と三つの仕事をやっています。顔は知っているが名前のわからない人から声をかけてもらえるのが楽しくてこの仕事を続けています。

司会 今日お集りの皆さんの中には班長さんが多いですね。

下平 班長さんにはいろいろとお世話になつています。仕事の分担、対人関係など、いろいろと苦労があると思います。

仕事先で次々と仕事を出される

西野 仕事の面でのトラブルは一回もありません。あの班長だから仕事に行かんと言ふ人もおりませんし。樫野 わしは短気で、班長はつとまらんとしますが、個人宅の仕事の

場合、事務局から言われた所をやっていると、次から次へと仕事を

出されることがあります。事務局との打ち合わせはどうなっているのかと思う時があります。

西野 仕事を請負ったら事務局が現場に行き、きちんと見積りをした方がよいと思いますが。

司会 事務局はそういう方法でやっていると思います。

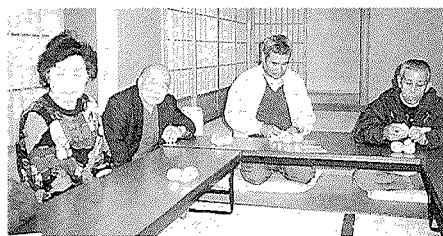
下平 個人宅の場合、ここそこをやつてくれと言われた仕事で見積っています。それ以外の仕事を頼まれた時には「事務局に連絡してください」と言つてほしいのです。

西野 事務局が現場を見に来ているのかと思うような時もあります。

樫野 危険と思われる所は見ればわかるので、注文を受ける時、気を付けてほしい。

司会 剪定、大工仕事の場合は、それぞれの班長さんに一緒に行つてもらつて仕事の見積もりをしています。無理を頼まれた時にはすぐに事務局に連絡するようにしてください。

中下 事務局で言われたのより仕事の量が多い時があります。そういう時には、休みの時間を短くしてやっています。



新本 わずかなことならやってあげてほしい。そうでない時には事務局に話したらと思います。

シルバーに上下関係はない

榎野 草刈りの現場で、刈った後に長い草が残っており、溝の中が刈られていなかったのので、「きれいに刈ってくれや」と言ったら、「班長じゃない者がいらんことを言うな」と言われ、けんかになったことがあります。

西野 それは、班長が仕事の分担をしていない頃の話じゃろう。

司会 班長は上司ではない。お互いが対等で、みんなが力を合わせて仕事をするのがシルバーの理念です。そのの所をしっかりと自覚しないと。下平 その点、もう一度地区研修会等を通して皆さんによく認識してもらおうにしたいと思います。

新本 コミュニティセンターの詰所にテレビがありません。この前の台風が来た時、台風情報がつかめなくて困りました。情報収集のため備えてくれるよう依頼しています。榎野 煙草のホクをその場に捨てるのはやめてほしい。火事のおそれもあり、汚れるので。

仕事の評判はとて面白い

山田 介助の仕事で困ったことは全くありません。亡くなられたお婆さんの時はよくおこなれましたが、今は男性の方の介助をしています。いろいろと話が出来てとても楽しいです。

です。

桂 私はコミュニティセンターと町民グラウンドの掃除をしています。

新本 コミュニティセンターの方はとても評判がいいですよ。

下平 でも、掃除をしてくれる人がいなくて困っています。

西野 武道館下の駐車場の掃除もきれいにしていますね。

下平 掃除は大体週二回してもらっています。どこもきれいにしてもらっていて評判がよく、喜んでいます。

ワークプラザが出来たら仕事楽しくなるだろう……

司会 ところで、これからのシルバーの在り方、皆さんどう思われますか。シルバーは性格上補助金に頼らざるをえないのですが、その補助金が減らされるような情勢です。事業収入をふやさなければと思うのですが。

新本 ワークプラザが出来れば、襖張りなどの仕事ができるのでは。

下平 障子や襖張りの仕事は、女性で一人暮らしの方などから年に何件かあります。障子張りはそのお宅に出向き山田さん、桂さんによっています。

ワークプラザができれば、作業所があり



ますので、仕事が出来ると思いますが。

山田 襖張りは板張りの上に貼る方がむずかしいですよ。

榎野 障子は棧が細いので、折らないようにと気を使います。

桂 紙をはぐ時、棧の表面が一緒にはげて困る時があります。また、紙をはぐ時、障子をまたがなければならぬので股が痛くなります。

司会 ワークプラザが出来たら仕事のグループ分けが必要になりますね。

仕事はきつとやり易くなると思います。また、襖や障子の張り替えの研修も必要になって来ます。

中下 県の仕事はとれないのですか。

司会 県道の草刈りは交通量が多いのでシルバーにはとても無理です。町道の方はシルバーでやっています。

健康はストレスをためないこと

司会 身体がいちばんだと思うのですが、みなさんの健康管理の方法は。

稲生 ストレスをためないこと。私は休みの日には釣りに行きます。ウキを見ていると気が休まります。

西野 ストレスはたまりません。私の場合は絵をかくことですかね。

司会 趣味を持つことが大切だと思います。シルバーでもサークルをつくったらどうでしょう。

新本 私は平成三年から歩くようにしています。一日大体一万歩、今日までずっと歩いています。

司会 ゲートボール大会で東京に行きました。ゲートボールは頭も体も使うので老化防止にはとてもよい。

山田 バトミントンとビーチバレーをやっています。これには八十歳の人も加わっています。体を動かすのがよいと思います。

司会 今日はいろいろな意見が出、本当によかったと思います。これからもお互いに身体をいとい、仲間と仲良く仕事を続けていきたいと思っています。今日はどうもありがとうございました。

地区懇談会 開催のお知らせ

会員の連けいを密にして絆をより強くしましょう

- 1月20日(火)14時から
切串公民館 (切串・大須・幸浦)
- 1月29日(木)14時から
小用老人集会所 (小用)
- 2月3日(火)14時から
秋月公民館 (秋月)
- 2月5日(木)14時から
中郷コミュニティホーム
(中央・鷺部・江南・津久茂・宮ノ原)

保健婦さん
からの
アドバイス

高齢者の健康管理シリーズVI 成人病予防のための基礎知識

Ⅱ 糖尿病Ⅱ

糖尿病とはその名の通り尿に糖が出る病気です。元々はギリシャ語で、甘い尿が多く出るという意味の言葉に由来しています。我が国の糖尿病の患者数は約一〇〇万人とされており、患者数では高血圧、歯や歯周疾患に次いで多い病気です。糖尿病は年々増加しており、特に男女とも年齢が高くなると患者が増えます。食物から体内に取り込まれた糖は、一部はそのままエネルギー源として利用され、残りは肝臓に取り込まれるなど体内に蓄積され、尿に出てしまうようなことはありません。糖尿病では、この調整を行っている体内のホルモンの一つである膵臓のインシュリンが不足する病気です。このため、体内の糖の微妙な調節が出来ませんので、血液中の糖は食事後急に高くなり、その後急に減少するなど非常に不安定になります。

糖尿病の原因ははっきりしない部分もありますが、生まれつき膵臓のインシュリンの働きが弱い人に、食べ過ぎや運動不足による肥満などが加わると、膵臓が疲労して、その結果インシュリンの分泌が少なくなったり、インシュリンの働きが悪くなったりして糖尿病になると言われています。糖尿病は、軽いうちはこのように症状もなく、自分では気づかないのが普通です。しかし、治療をせずに放置すると、脳卒中や心筋梗塞を若いうちから引き起こすほか、腎臓の病気や失明にもつながります。

しかし、糖尿病は規則正しい食生活と運動、医師の指示に従った適切な治療によって病気の進行や余病の合併を防ぎ、普通のひととほとんど同じ生活を送ることが出来ます。したがって、糖尿病は早期に発見し、健康管理を行うことが重要です。なお、糖尿病は早期発見とともに予防に心掛けることが重要です。

予防には次のことに気をつけましょう。

- Ⅰ 肥満に注意Ⅰ
食べ過ぎて肥満を引き起こすと、糖尿病になる危険が高くなります。
- Ⅰ 適切な運動Ⅰ
運動不足の人では、インシュリンの働きが鈍ると言われています。適度の運動が必要です。
- Ⅰ 気分転換Ⅰ
糖尿病の早期発見のための検診は役場で行っています。これは尿に糖が出ているかどうか、また、血液の中の糖は正常かどうかを調べるものです。これらの結果、糖尿病の疑いがあるとされた人は早目に精密検査を受けてください。

配分金収入等に対する所得税の取り扱いについて

所得税の確定申告（2月16日から3月16日）が近づいてきました。

シルバー人材センターで得た配分金収入等に対する所得税の取り扱いは、以下のとおりです。

- 1、配分金収入は、所得税法上「雑所得」に区分されます。雑所得の金額は、原則として雑所得の総収入金額から必要経費を控除した額です。

従って、配分金収入に係る必要経費の額が65万円以上ある場合、配分金収入から必要経費の全額を控除できます。

- 2、公的年金を受給している会員は、配分金収入とは別に公的年金等控除を行えます。

計算例を例示しますと下記のとおりです。

例① 配分金以外所得税の対象となる所得が全くない会員

65歳未満 配分金－(配分金控除65万円＋基礎控除38万円)×適用所得税率＝所得税額

65歳以上 配分金－(配分金控除65万円＋基礎控除38万円＋老年者控除50万円)×適用所得税率＝所得税額

例② 配分金以外に所得税の対象となる所得がある会員

65歳未満 [(配分金－配分金控除65万円)＋(公的年金等－公的年金等控除)]－{基礎控除38万円＋その他の所得控除}×適用所得税率＝所得税額

65歳以上 [(配分金－配分金控除65万円)＋(公的年金等－公的年金等控除)]－{基礎控除38万円＋老年者控除50万円＋その他の所得控除}×適用所得税率＝所得税額

(注) 上記計算中、配分金が65万円未満の場合の控除額はその配当金相当額です。

なお、配分金収入、公的年金等収入以外の収入がある方は、上記の計算例と異なってきますので税務署又は江田町税務課へお問い合わせ下さい。