



広報

No.307

平成4年

6月号

ひかり

マル
“丸もらっちゃった。”

「人指し指と中指で前をおさえて」先生から筆のもち方を聞き、手習いの1歩。ドキドキしながら点や線の練習を始めました。「みんなしっかり止めてね」「先生できた」「みんなじょうずだね、今日は、100点」「疲れたけどおもしろかった」

～光町中央保育園～

毎月5日発行・発行編集/光町役場総務課広報防災係・〒289-17 光町宮川11,902 TEL 0479-84-1211(代)

町の人口・世帯数<5月1日現在> 人口12,118人(-4) 男5,908人(-5) 女6,210人(+1) 世帯数3,272世帯(+2)

未来の町に耳を傾け 心リフレッシュ!



女性フォーラム'92
in ひかり

女性のための祭典「第6回女性フォーラム」が、5月17日に町民会館大ホールで開かれました。「21世紀の光町」と題して町長の講話、また参加者から数多くの要望や意見が出されました。その後は、ハーモニー豊かなデューク・エイセスコンサートで心リフレッシュしました。

このフォーラムには、450人の女性に参加し12時30分に開会しました。

主催者あいさつの後、

町長の講話の中で「21世紀は本町の豊かさの基本要素、緑に焦点を集めた町づくりを目指したい。また働き過ぎの問題、21世紀は余暇活用の時代になる。町が急いでやらなければならないことは、余暇の受け皿をどう作るか。本当の充実感とは「老いたるは麗し」端正の美である。日常生活にとけ込

ませるため、町はスポーツ公園に続き図書館の建設など、21世紀までに形づけた」と話されました。

その後の町執行部とのフ

リートーキングでは、女性ならではのきめ細かな要望や意見が数多く出されました。また、文化鑑賞では数々の音楽賞を受賞しているデューク・エイセスが女ひとり、慕情のテーマなど知っている歌、なつかしく思い出に残る歌を披露、参加者を楽しませました。



鵜ノ澤春美(関)

町長の言葉に感銘

デューク・エイセスのライブを聴きたくて、女

性フォーラムに参加させていただき、歌にも感動しましたが、町長の「老いたるは尚麗し」の言葉に感銘し、私もそう生きたいと思います。隣町の友人たちから「光町は文化活動がいいね」と言われます。



▶ティータイムのひとつ



早川文子(入)

回を重ねる毎に充実

風薫る5月。町のこの今年、ハーモニーの素晴らしいデューク・エイセスでした。回を重ねる毎に充実され継続は力なりと言いますが、これからも続けていく事が、文化の香り高い光町発展に、大いに寄与する事と思いません。

私たちも 町づくりに参加



＊加瀬さとさん（橋場）

問。栗山川（橋場地区）の拡幅工事の進捗状況について伺いたい。

答。現在、関係者説明会を1度開催しました。これからも、関係者と地権者のご協力を得ながら取り組みたいです。

＊大木悦子さん（尾垂六区）

問。尾垂野球場の整備と北岸県道南側の野球場周辺の排水溝を設置していただきたい。しおさい道路は、どこへつながるのでしょうか。

答。野球場整備に併せて計画的に進めていきます。
尾垂南岸から飯岡片貝線・一の宮線とドッキングさせる予定です。

＊鈴木一江さん（西高野）

問。町のバスをもう1台購入し東陽病院などへの送迎用に使用していただきたい。

答。町内巡回バスは、陸運事務所への許可が必要であり、競合路線がある現状では、巡回バスの運行は不可能です。

＊鈴木康子さん（小川台）

問。町民会館の2階へ料理を運ぶのに、料理運搬用のリフトを設置していただきたい。

答。建物の構造上無理ですのでみなさんのご協力をお願いします。

＊椎名とくさん（芝崎）

問。芝崎に建設予定のゴルフ場の見通しはどうなっているのか教えていただきたい。

答。6月10日までに、100%の同意が必要であり、現在89%の同意が得られれば、H7・10月頃オープン予定です。

＊木内こうさん（長塚）

問。ゴミの収集所がどこも汚いので町でも道徳意識のPRをしていただきたい。

答。広報・防災無線でPRしてありますが一層PRします。

。ゴミ袋が値上がりしたので

。ゴミ袋節約のため空缶潰し機を各家庭、ゴミ収集所に1台ずつ設置していただきたい。

。空缶潰し機を各小学校に1台ずつ置く予定です。また簡易焼却炉設置については町で半分補助いたします。

◀デューク・エイセスの歌声に大きな拍手が送られた



伊藤揚子（尾垂）

手作りの食品を味わって

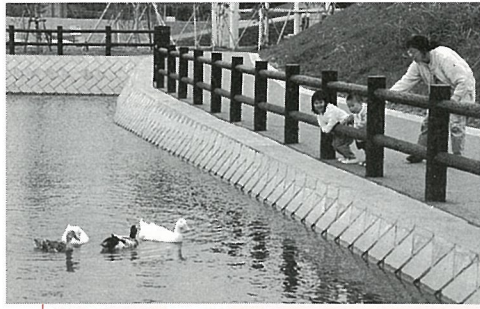
5月のふれあい市は、女性フォーラムに併せて開かれました。食卓を預かる主婦の方が多かっただけに、いつにも増して賑わいました。丹精こめて作った野菜や真心一杯の手作り食品を安心して味わってもらおう事が、私たちの喜びです。ご利用をお待ちしています。

おじいちゃんとおばあちゃんと一緒にであれしい

白浜保育園合同運動会

白浜保育園年長児26人が、5月11日に光楽園老人ホームでお年寄りとの運動会を楽しみました。毎年老人ホームから招待を受け、お返しに秋の保育園の運動会にはお年寄りを招いて交流をはかっています。

ジュース飲み競争など、6種類の競技をしました。指導員の田中さんは、「子供と一緒にいるとおじいちゃんおばあちゃんの顔にもどりますね」と、しいなたかゆきくんは「おばあちゃんおじいちゃんといっしょでうれしかった」と話し



光スポーツ公園にあひるの寄贈

光スポーツ公園のホタル池に、五ノ神の椎名優さんからあひるの寄贈がありました。あひる(白が2匹、茶が1匹、三毛が1匹)は、大きな池で、訪れる人たちを楽しませてくれています。人が近づくと人なつこく近づいてきます。【写真】みなさんも光スポーツ公園にお出かけの際は、ホタル池のあひるもご覧ください。

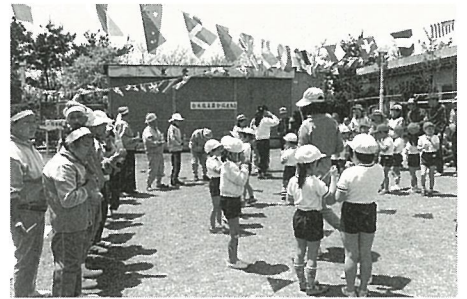
体操大好き

光町中央保育園 幼稚園

光町中央保育園・幼稚園では、5月から保育にサツカー、習字、体操を取り入

れました。

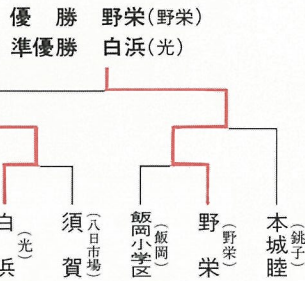
1回目の体操のレッスンは5月14日に南条の「遊びの広場」の教室で行われ、年中児がおもいっきり体を動かしました。当日は河合の体操教室から講師を招いて始められ、園児たちはだいいこん体操でダルマさんのようにマットをゴロゴロ転がったり、マットをだいいこん畑にたとえ、園児たちのだいいこんをぬいていきます。「ぬかれたら食べられちゃうぞ。ぎゅっとマットにかまっつて！」みんなキャーキャー夢中ですがみつきます。「おもしろいね」「またやりたいね」。顔を真っ赤



ジュース飲み競争に挑戦

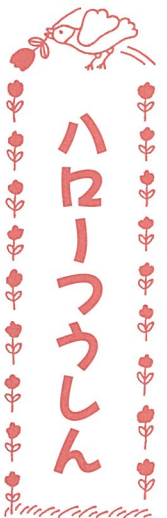
白浜スポーツ少年団が準優勝 東総地区スポーツ少年団軟式野球

第14回東総地区スポーツ少年団軟式野球大会が、4月19・25・26日に開催されました。各市町1チームずつのトーナメント戦で行われ、白浜スポーツ少年団が準優勝しました。



にした園児たちの声が聞かれました。

必死でマットにしがみつきます

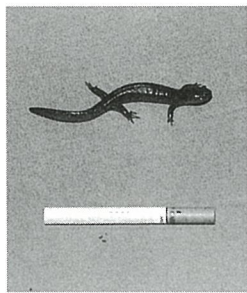


あら！ 1本の茎に2つの花



虫生の伊藤ことさんが、3年前に農協で買ったチュウリップの球根が茎わかれして幾つもの花をつけました。現在は、淡いピンクの八重の花が2つと1つのつぼみをつけています。この球根は、10月に植えかえし鶏糞を入れ育てていたものです。
通信員 深田久子(虫生)

トウキョウサンショウウオ発見



篠本の育苗ハウスで、トウキョウサンショウウオを見つけました。イモリの小型で、表裏黒色で、全長11cm・胴体2cmに可愛い足が前後についています。近年珍らしく、みなさんも動植物保護にご協力ください。
通信員 平山治布(篠本一区)

雑巾を小学校に寄付

83歳で目も目も達者、横芝に自転車で行くなど、元気な古屋の鈴木スミさん。6年前から農業の合間に雑巾を縫い、現在まで60枚を東陽小学校に寄付し喜ばれています。

通信員 遊馬とし子(古屋)

今日も廊下で精を出しています



町長

ひとりごと

65

斉藤

譲



わが家のすぐ近くに小さな野菜畑があって、その一角には路が群生している。春まだ浅い頃、ここに顔を出す路のとうに春の訪れを覚え、その青い香りとほろ苦さに春の味覚を味わうのが、私の秘かな楽しみの一つであり、それはまた田舎に住む幸福を実感するときでもある。この路が大きく葉を広げる頃になると、その葉柄を摘んで塩辛く煮ると結構な箸休になる。

実はこれを作るのは専ら母の仕事で、自分でもその味付けにはいささか自信を持っているのか、たまに余所の人から味がいいとお褒めをいただくことがある。それが嬉しくてかどうかは知らないが、結構まめにこの路の煮付を作っている。

ある日、母はいつものように摘んだ路を抱えて畑から帰ってきた。そして窓の外から、何かを踏みつけてしまったと興奮して話すのであるが、はじめのうちは何を言っているのかわからなかった。よく聞いてみると、路畑の中で卵を抱いていた雉子を、知らないで踏みつけてしまったというのである。足もとから鳥が立つ聲ではないが、母はびっくり仰天してしまったようであるが、踏まれた雉子のほうもさぞかし驚いたことであろう。巣には九個の卵が残されていたということである。よりによって腰曲りの年寄りに踏まれるとは、何ともだらしのない奴だとい瞬思ったが、よく考えてみると迫りくる足音に怯えながらも、最後のギリギリまで卵を守ろうとしたこの雌鳥の健気な勇氣と態度には胸を強く打たれた。こ

きじ さいなん
雉子の災難

の雌鳥はそばの山の中に逃げこんで、悲しく哀れな声で鳴き続けていたという。▼母もたいへんショックであつたらしく、可哀想なことをしてしまつたと、反省と気づかいをくりかえしていた。偶然の出来事だから仕方がないと、家族皆も母を慰めたが、それにしてもこの雉子にとっては災難なことであり、申し訳なかつた。何とかいま一度帰ってきて、無事に雛に孵してほしいものだと思つた。願っているのであるが、その後卵

を抱いている気配も無く心配をしている。このことをある人に話したところ、一度卵に人間の臭いが付いたら、親鳥は絶対にその卵を抱かなくなるかと教えてくれた。また、卵を抱いた鳥は、雉子に限らずどんな鳥でも決して簡単には逃げたりしないよう、事実町内でも卵を抱いたカ

に巣を作るとは思つてもいなかった。これは雉子の習性なのか、またこの区域が休猟区に指定されていることが原因なのかは私には分からない。この休猟区も、聞くところによると今年の猟期からは解禁になるという。解禁を心待ちしているハンターや農作物を荒される農家の皆さんには申し訳ないことであるが、私は心情的にはこの休猟期間が延長されれば、更に出来ることなら禁猟区になればいいと思つている。鳥や動物たちと共存できる世界の実現こそ、私達人間が追い求めなければならぬ永遠のテーマではないだろうか。

▼こんな出来事があつてから暫くして、ある本を読んでいたところ、次のようなことわざが出てきた。

焼野の雉子夜の鶴

この意味は、およそこういうことである。

きじの親は、巢のある野原が焼けると、身の危険を顧みず、子を助けようとし、鶴の親は、自分の翼で夜の寒さから子を守る。子を思う親の情を表わしたことばである。

またしても、先日あの雉子の雌鳥のことが思い出された。私はこの一羽の鳥に、私達人間がいま失いかけている何か大切なことを教えられたような気がした。

野に生きる動物や鳥たちは、常に与えられた環境の中で生かされるままに生き、その環境に自ら手を加えることは決してない。それをするのは総て人間であり、それによって動物や鳥たちの住処はますます狭められ、住みにくくされている。しかし、悲しいかな彼らはこれに抵抗したり、主張したりする術を持たない。こんな哀れな鳥たちでさえ、親子の絆はわが身を賭してまで守ろうとする。

それに引換え、万物の霊長だと嘯く人間さまの生き様は、果たしてどうであろうか。

胸が締めつけられるのは、私一人ではあるまい。

老齢基礎年金

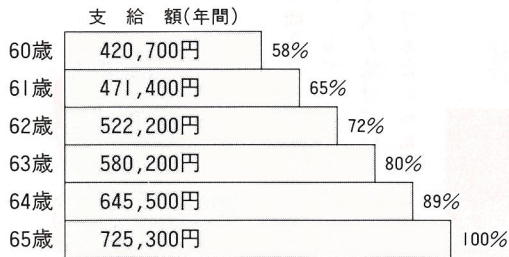
“繰上げ請求”は慎重に！



老齢基礎年金は、65歳から受けることが原則ですが、60歳を過ぎれば繰上げて受けることができます。

「もらえるものなら、できるだけ早くもらいたい…」
誰でも思うことです。
しかし、繰上げで受け取ると次のような不利な面もあります。

- 受け始める年齢によって年金額が減額され、減額率は一生そのままです。



80歳までに受け取る年金の総額



60歳からの場合

※ 年金額は平成4年度価額で計算してあります。



65歳からの場合

- 厚生年金や共済組合の加入期間のある人は60歳から特別支給の厚生年金・共済年金が受けられます。国民年金の繰上請求をすると特別支給の厚生年金・共済年金の支給が65歳までとめられます。
- 遺族厚生年金など受けているか、また受けられるようになったときは、65歳まではどちらか一つしか受けられません。
- 65歳になるまでに、万一障害者になっても繰上げて受けている人は障害年金が受けられません。
- 65歳になるまでに、万一ご主人が死亡し寡婦年金を受けられる条件があっても、繰上げて受けている人は寡婦年金が受けられません。

「人生80年と言われる時代」老後は確実に長くなっています。

若いときから積み重ねてきた年金ですので、安易に繰上げ請求して後悔することのないよう、よく考えて請求しましょう。

60歳で請求される方

町では (平成3年度) 60%

年金手帳を確認してください

● ● ● ● 年金を受けるときに必要です ● ● ● ●

手帳の確認

いままで国民年金だけの方は、ほとんどが役場に預かっておりますが、お確かめください。

厚生年金加入期間のある方は、手帳をもう一度再確認してください。

手帳をなくした場合

再交付申請をしてください。

国民年金……役場住民福祉課年金係

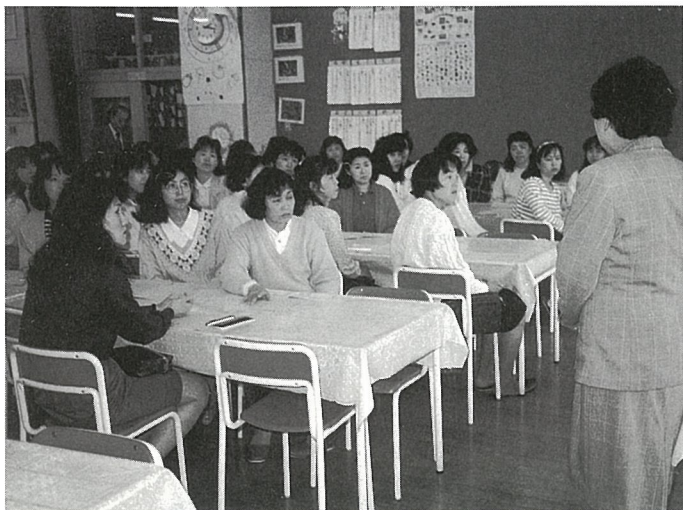
厚生年金……佐原社会保険事務所または役場

記号番号の違う年金手帳を2通以上持っている場合

国民年金……役場住民福祉課年金係

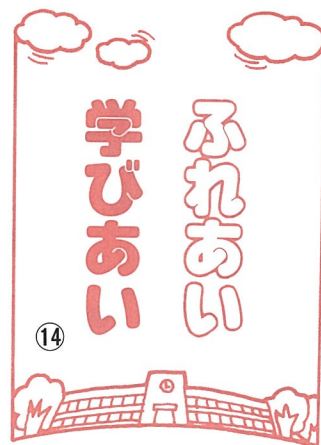
厚生年金……佐原社会保険事務所、または勤務先でも申請することができます

問合せ……役場住民福祉課 ☎941212



日吉小学校の「ひまわり学級」

1・2年生の保護者が開級式に出席しました



家庭教育学級で 子育てを考えよう

家庭教育は、子どもが生まれた時から1日も休まず、親が行う教育です。それは日常生活そのものです。

社会や家庭の環境は、自分たちが育ってきた時と大きく変化し、人びとの考え方も変わってきています。子

どもは親の背を見て育つとよく言われます。子どもの成長に合わせて親も成長して行かないと過保護、過干渉、無関心になってしまいます。家庭教育学級のような機会を利用して子育てを考えてみませんか。

家庭教育学級は、幼児・小学校・中学校と成長に合わせて開級しています。難しい講義だけでなく、親子のふれあいを大事にした料理教室、コンサートやミュージカル鑑賞会、ゲーム大会や親の成長のための講演会、視察旅行などそれぞれ



南条小学校の「やまゆり学級」松井安俊先生の講演

の学級が楽しい計画を作っています。是非参加してみてください。

ませんか。

5月9日、南条小のやまゆり学級と日吉小のひまわり学級の開級式がありました。やまゆり学級では「明るくたくましい子どもを育てていく親の役割」と題した松井安俊先生の講演がありました。

方は子どもの成長にマイナスである。

子どものきげんをとったり、つらいことなど耐えたりがまんせず親が代わってはいないか。人への奉仕、感謝を体験させないと人の痛みがわからない性格になる。

●叱ることも大事だが、ほめることも大事

欠点はすぐに目につくものです。怒るばかりだと子どもは逃避したり、うそをついたりする。

以上の2点に心掛けて家庭教育を考えてください。

陸上3年連続優勝成る

— 近隣中学校招待総合体育大会 —

強い風が吹きちよつと肌寒い5月3日、中学校と町体育館で、第29回光町近隣中学校招待総合体育大会が開かれました。

主な成績は次のとおりです。

陸上競技・軟式野球・軟式テニス・排球・籠球・剣道・卓球の7種目に25校、1740人の選手が参加して熱戦が繰り広げられました。

▼陸上 男女総合優勝
男子総合優勝

3年100m 1位 越川高志 (11秒7) / 共通200m 1位 越川高志 (23秒8)

新) / 共通800m 3位 野表孝 (2分10秒7) / 2年1500m 1位 土屋和也 (4分23秒9)

田雅利 (12m78)

女子総合3位

2年100m 2位 市原由加里 (13秒3) / 3位 実川和美 (13秒4) / 共通200m 2位 実川和美 (28秒0)

▼剣道 女子団体準優勝
女子個人優勝 佐久間恵子 / 準優勝 毛利陽子

▼卓球 男子3位

同 市原由加里 (同) / 共通100m H 1位 長妻絢子 (16秒7) / 高学年400mリレー 1位 大木ゆう子・実川和美・林久美子・市原由加里 (54秒5) / 走高跳 2位 岩沢裕美 (1m30)

はすまな

小四 石井庸平



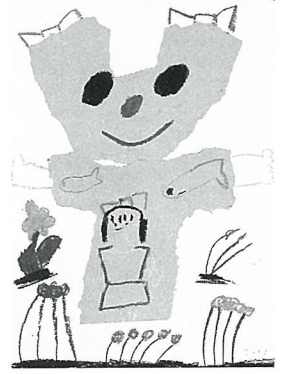
4年1組 石井 庸平くん

※「県民の日」書道展に出そうと、頑張って書きました。



1年1組 越川 香利ちゃん

※わたしは、大きなうさぎさんになつて可愛いです。とても気持ちがいいです。



『ちぎつたかみから どうぶつさんが…』

あつまれ みんなの力作



2年1組 宮内 容美くん

※「ウモロシ」を、口いっぱいほおばっているところですよ。



『とうもろこしをたべるほく』

花

鶴澤 徹



5年1組 鶴澤 徹くん

※はらいや曲がり気をつけ書きました。曲がりの部分が、難しくても書き直しました。

夢

小六 石井敬子



6年2組 石井 敬子さん

※私の夢は、まだはつきりしていませんがこれからゆつくり決めたいと思います。



3年1組 林 宙子さん

※みんなの心づかいで、きれいな町づくりを願って描いた作品です。



『明るい町づくり』



夜蛙や言ひそびれるる妻の顔

秋山 一泉 (栢田)

黙したまま対峙している夫婦の微妙な心理の綾が、夜の蛙によって暗示を深める。

いつも茶の沸き居るくらし藤の花

越川せつ子 (篠本三区)

長かった職場を退職された作者には日々の起き臥しが何より得難いものに見える。

藤房に頸つき出して老夫婦

椎名 静子 (二又)

ユーモラスでマンガチックとも見える作品だが老人に注がれる作者の眼は暖かい。

山のもの野のもの作る春厨

鈴木とし子 (宝米)

春は筍・芹・蕨など新鮮な惣菜に事かかない。夕餉の準備に急かれるも心は弾む。

ほのかなる色のほぐるる若楓

伊藤 幸枝 (尾垂六区)

あえかなる淡紅色を帯びた葉芽が若葉へと変り行く過程をよく観察している。

評者吟

短評 椎名しげる

老春の心を藤に灯したり

我が家の家庭教育

台 鈴木篤子

我が家には、2人の息子と1人の娘がいます。人は十人十色と言いますが、三人三様、親でさえも不思議に思うほど性格が違います。同じ様に育てているのに、何故、どうしてと思う毎日でした。上の子と同じ様に、下の子も育ててくれるものだと思います。思い込んでしまいが、違っていて当然なんです。子供たちだって一人ひとり個性があり性格も違います。頭の中では分かっているつもりでも、現実には変わっていく子供への不安と焦りから悩み苦しみ、親としての自信を失いかけた時期もありました。幸いにも、主人は子供たちの教育に熱心であり、とても協力的です。(それを良い事に頼りきっている私ではありませんが)主人の協力があつたからこそ、ここまでこれたことを感謝しています。

2人の息子たちのとくみ合いのけんかも卒業し、親離れの年代になり、親よりも友達との交流を大切にしようになりました。親が怒鳴る事も無くなり、語らう事も少なくなってきた今日此の頃、親としてはちよつと寂しい気がします。近づき過ぎず、離れ過ぎず

最近、テレビや雑誌など、いろいろな情報や知識が飛びかう中、いやがうえにも子供の目につき目に入る事ばかりで、確かに子供への教育には難しい点がたくさんありますが、私たち親としてこれからは、いろいろな面で勉強して行かなければいけないと感じています。

巣立ちゆく子供たちへ



「親として大らかな気持ちを持って、温く見守っていききたい」

子供たちに接し、我が子供たちが子の親となつた時少しでも親の思いを分かってくれば、それでよいと思います。自分の利益ばかり考へる人間でなく、人の心の傷みを分かる、また、他人への思いやりのある人になつてほしいと願っています。

長男19歳、一男17歳、長女12歳、これから年齢に応じた悩みや心配に直面する事、多々あると思います。子供たちの考え、意見を束縛する事なく、親として大らかな気持ちを持って、温く見守っていきます。



子どもの成人病予防シリーズ④

「こんな食事が成人病から子どもを守る」

●和食を見直そう

肥満児や高脂血症児など成人病予備軍の子どもがふえている原因の1つに、食生活の洋風化があります。牛乳・バター・肉食など動物性脂肪中心の食生活は高コレステロールにつながります。幼児期は嗜好のかたよつていない時期だけに、米食中心の食生活を見直してください。

●幼児期から減塩で

日本人が1日にとる食塩の量は平均11・7g、10g以下が目標とされています。幼児の頃からうす味になりし、塩分のとりすぎに注意しましょう。

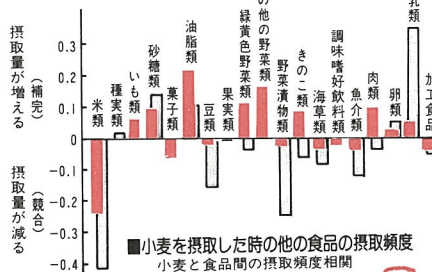
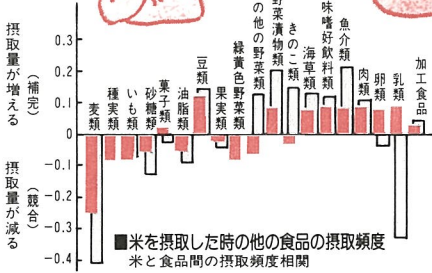
●1日30品目のすすめ

各食事の長所として「洋食」高コレステロールですが塩分が低く蛋白質が多いというように、それぞれを考へて食品の数を1日30品目週100品目を目標に数多くとるようにしましょう。

野菜の種類がたくさんとれる

ビーフン

- 材料 ビーフン40g、豚肉20g、ピーマン5g、キャベツ20g、ニンジン10g、干しいたけ1枚、油小さじ2、酒・しょうゆ各小さじ1杯、こしょう少々。
- 作り方 ①ビーフンは熱湯につけてもどし、ざるにあげる。②具をすべてせん切りにし、豚肉は、酒としょうゆ少々で下味をつけておく。③フライパンに油小さじ2杯で豚肉を炒め、野菜も加えて炒め、さらにビーフンを加え、しいたけのもどし汁大さじ1杯と酒小さじ1、しょうゆ、塩、こしょう少々を入れて味をつけ、全体にまぜあわせてできあがり。



※東京都衛生局「幼児栄養調査」より



40歳を過ぎたら年1回の検診

「集団検診を受けよう」

6/8~20

実施の通知について

近年、がん死の増加に伴い、がんに対する関心が高まってきました。ちなみに、男女別の死亡率は、胃がんがトップです。さらに、男女ともに、40歳を過ぎたころからがんになりやすいという傾向も見られます。40歳になったら、あなたも胃がん・大腸がんの要注意年齢圏内です。進んで検診を受けましょう。

2月に行いました各種がん検診調査票で胃・大腸集団検診を希望された方には、問診票、採便容器等全員の方に郵送します。なお調査票をまだ提出していない方で検診を希望される方は、保健衛生課までご連絡ください。

申込み・問合せ 保健衛生課 ☎11558

胃集団検診及び大腸集団検診容器回収日程

(◎の日は検診車が2台来ます)

検診日	検診場所	地区名
◎ 6月8日(月)	篠本三区青年館	篠本一区・二区・三区・二又
6月9日(火)	宝米公民館	新井・宝米・傍示戸
6月10日(水)	小田部青年館	小川台・台・母子・小田部
6月11日(木)	農協南条支所	富下・虫生・芝崎
6月12日(金)	谷中集落センター	入・谷中
6月15日(月)	農村協同館	古屋・作間内
6月16日(火)	〃	宮内・篠原・原方
6月17日(水)	長塚青年館	長塚
6月18日(木)	農協白浜支所	五ノ神・木戸
◎ 6月19日(金)	〃	辻・尾垂五区・六区・白磯・関
◎ 6月20日(土)	保健センター	橋場・桑郷・西高野

- ・受付時間・午前8時30分～10時
- ・当日都合の悪い方は他の会場でも受けられます。
- ・大腸がん検診は、2日間指定の容器に便を採り検診会場まで持参してください。

記帳指導制度

青色申告をされた方の中で、いざ記帳を始めようと



税の プロムナード

したら思うように帳簿がつけられなくて、決算・申告の時に大変苦労した、という経験をされた方はいませんか。こんな時に役に立つのが「記帳指導制度」です。

この制度は、小規模な事業者に対して税務署をはじめ税理士会、青色申告会、商工会議所及び助日本税務協会の記帳指導員が、正しい記帳から決算に至る方法を、年間を通じて無料で個別に指導する制度です。

記帳で不安をお持ちの方は、今すぐ最寄りの税務署へお申し込みください。

問合せ 銚子税務署 ☎0479-11571



献血にご協力ください

日時 6月25日(木) 午前9時30分～12時
午後1時～3時30分

場所 保健センター

◎今回は、200mm・400mmの全献血と合わせて成分献血も実施します。



胃がん検診の手順

①バリウムを飲む

(体には害はありません。量は250gです。)



②発泡剤を飲む

(ゲップはエックス線撮影がおわるまでがまんする)



③エックス線撮影

(間接撮影しまわ。7枚撮影します。)



④口をすすいで下剤を飲む



胃検査を受ける準備
夕食は8時頃までに終る

●検査の前夜●

●夜10時以降は水も飲まない

写真がきれいにうつるために禁酒



何も飲食しない

(薬も飲めません)

●検査日の朝●

●金属がついていない肌着の着用

検査終了まで禁煙



県大会及び研修会

第21回千葉「腎炎・ネフローゼ」を守る会



腎臓病に関心をお持ちの方
 あなたも参加しませんか！
日時 6月20日(土) 午後12時30分～4時
場所 千葉市民会館小ホール
内容 体験発表、研修会
講師 国立療養所下志津病院院長 森和夫先生／元全日本バレーボール選手 田村悦智子先生／国立療養所千葉東病院小児科医長 倉山英昭先生 他

「均等推進セミナー」
主催 千葉婦人少年室・千葉県・(財)女性職業財団
対象 企業の機会均等推進責任者、その他人事労務担当者(150人)
日時 6月30日(火) 午後1時30分～4時20分
会場 千葉商工会議所 第1ホール(千葉中央ツインビル2号館14階) 千葉

'92 親子ファミリーコンサート
 公演 『オズのまほうつかい』
 ミッキージュニアコーラスによるミュージカル公演が行われます
日時 6月21日(日) 午後2時～
会場 町民会館大ホール (入場無料)

第7回 男女雇用機会均等月間
 労働省では、雇用の分野における男女の均等な機会と待遇の確保など女子労働者の福祉の増進に関する法律(男女雇用機会均等法)の公布日(昭和60年6月1日)を記念して、6月を「男女雇用機会均等月間」と定め、雇用における男女の均等な機会と待遇の確保などについて、労使をはじめ社会一般の認識と理解を深めるための活動を全国的に実施しています。
 本年は、「パワーアップ! 女性の能力 企業の未来」をテーマに次のような特別活動を展開します。

おくやみ申し上げます
 5月15日現在受付(順不同敬称略)

行政区	死亡	氏名	年齢
長塚	16	平林よし江	80
古屋	19	邊見 ゆき	83
白磯	12	仲村 とみ	93
白磯	12	龍順	84
篠本二区	16	行方 晴一	72
古屋	10	今関ふさ子	73
白磯	10	渡邊 一郎	86
白磯	10	三橋 福治	80
谷中	10	伊藤 省一	87

市中央区中央2の5の1
 ☎043-227-4101
内容 「女子の能力活用と人事管理」「均等法時代」期待される育児休業制度
〔千葉県女子労働問題講座〕
主催 千葉婦人少年室・千葉県・千葉県中小企業集団連絡協議会
対象 女子労働者・その他の女子労働問題に関心のある方(150人)
日時 7月7日(火) 午前10時15分～午後3時25分
会場 千葉県自治会館 大ホール(6階) 千葉中央区市場町1番3号 ☎043-227-6181
内容 「働きやすい環境づくり」

手作り料理を食卓に
 ④1
かぼちやのミルク煮
 ●子供からお年寄まで喜ばれます
 (一人分のカルシウム165mg)
作り方
 ①かぼちやは種とわたを取り、煮くずれしないよう大きめに切る。
 ②①にひたひたの牛乳、バター、砂糖、塩を入れ、煮立つまでは強火、あとは中火でふたをしなくて煮含める。
 ③煮あがったら器に盛り、シナモンをふる。

材料(5人分)
 かぼちや-----700~800g
 牛乳-----3.5カップ
 バター-----30g
 砂糖-----80g
 塩-----小さじ1
 シナモン-----少々

篠本三区 郡司美紗子 栄養改善推進員

くりに育児休業制度、介護休業制度等について」
 「新しい女性の働き方」
 「職場の母性健康管理」
〔第7回男女雇用機会均等推進全国会議〕
主催 労働省
日時 6月26日(金) 午後1時30分～午後4時30分
会場 中央合同庁舎第5号館講堂(2階)
内容 基調講演「我が国の経済社会と女子労働」シンポジウム「パワーアップ! 女性の能力 企業の未来」
参加申込 千葉婦人少年室 ☎260 千葉市中央区松波3の11の3 ☎043-251-4347

健康カレンダー

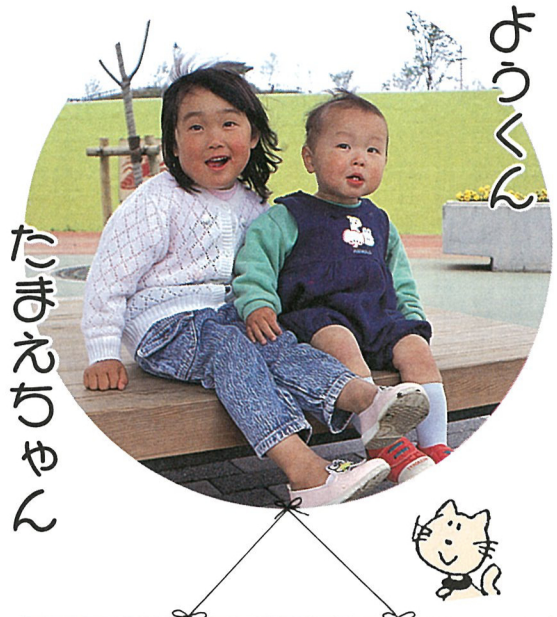
●健診・学級・相談

月	日	行事名	対象	時間	場所
7	1	健康相談	希望者	午後1時30分～3時	保健センター
	7	育児学級	妊産婦	午後1時30分～	保健センター
	9	1歳6ヶ月児健診	H2・11月・12月生	午後1時30分～2時	保健センター

●予防接種

月	日	行事名	対象	時間	場所
6	23	ツベルクリン	H3・3月～8月生	午後2時～3時	保健センター
	24	ツベルクリン	H3・9月～H4・2月生	午後2時～3時	保健センター
	25	B C G	ツベルクリン反応者 陰性	午後2時～3時	保健センター
	26	B C G	ツベルクリン反応者 陰性	午後2時～3時	保健センター
7	2	日本脳炎	2年・6年	午後2時～	白浜小学校
	3	日本脳炎	3年	午後2時～	中学校
	8	三種混合	H2・4月～6月生	午後2時～3時	保健センター

わが家の プリンス・プリンセス



たまえちゃん

ちゅうくん



(篠本三区) 加瀬 芳一さん

長女 ^{たまえ} 瑶恵ちゃん 平成元年2月5日生まれ
長男 ^{ちゅう} 陽一くん 平成3年4月17日生まれ

おじいちゃん、おばあちゃん子の瑶恵ちゃんは、お休みの日には田んぼ・畑についていってお手伝い。また、弟の陽一くんの面倒を見るやさしいお姉ちゃんです。

おもしろい！またやりたい

東陽小で田植え体験

東陽小の5年生50人が5月11日、校舎裏の田んぼで田植えの体験学習をしました。

前日の学年集会では、「15cm間隔で4・5本ずつ植える。足跡がつくので歩かないなど」を事前に勉強し、また古屋集落の方のご協力を得て、3畝の田んぼにコシヒカリを植えました。担任の半田先生は、「お



横一列に並んで
馴れた手つきで

室では、やれるよね、やりたいなの声と同時に大きな拍手がおこり、みんな楽しみにしていたようです。この体験は、植えつけまでご協力いただいた方への感謝と勤労の喜びを味わうのが目的です」と、また上原広嗣くんは、「裸足で気持ちが悪かったが、初めての田植

えは楽しかった。」と話してくれました。
秋の収穫時に、老人ホームの慰問と親子レクリエーションで賞味する予定です。



▼一年で一番素晴らしい時期、なかなか青空とお目にかかれませぬ。晴れば最高の季節！

あともがき