



広報

No. 356

平成8年

7月号

# ひかり

## 初夏の浜辺

海水浴シーズン真近い浜辺  
白い砂浜をピンク色に染め、か  
れんに咲くハマヒルガオ。

漏斗形の花を太陽に向け、咲  
き競います。

波の音、潮風と奏でる三重唱  
が初夏の訪れを告げます。

(尾垂浜)

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)

6月1日現在 町の人口・世帯数( )内は前月比 人口12,385人(+8) 男6,034人(+9) 女6,351人(-1) 世帯数3,514世帯(+13)

# 元気アップ 町民空の旅

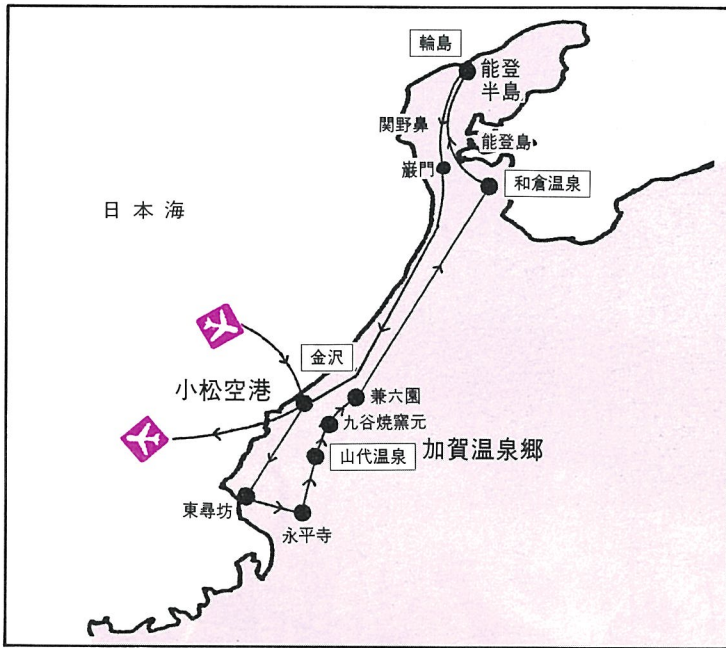
## 潮風薫る能登半島

### 旅よし 味よし 天気よし!



日本海の青さ・アルプスの残雪が  
心に残る旅

今年で9回目となった「町民号」は214人という大勢の参加のもとに、6月5日から2泊3日で能登・北陸方面を訪ねました。北アルプスの残雪と日本海の美しさに感銘を覚えながら、参加したみなさんがふれあいを深めた意義深い旅となりました。



バスツアーやお座敷列車で実施していた「町民号」は、平成3年度から飛行機を使う「空の旅」になりました。

昨年度は、阪神大震災のため取りやめになったものの、北海道(道南)・南九州・西九州・北海道(道東)と回を重ね、今回は「名湯めぐり3日間の旅」をキャッチフレーズに日本海に面した名湯めぐりを実施しました。午前6時に役場を出発し

バスツアーやお座敷列車で実施していた「町民号」は、平成3年度から飛行機を使う「空の旅」になりました。

一行は、羽田空港から一路小松空港へ。初夏を思わせるような日差しが迎えてくれました。

観光バス6台に分乗し東尋坊での昼食、その後バスは曹洞宗大本山である永平寺へ向かい、約10万坪の敷地内にたまたむ山門や傘松閣を探索した後一泊目の山代温泉へ。夜の宴会は、号車ごとの代表者によるカラオケや踊りが披露されました。

二日目は、九谷満月、ゆ



空港ロビーで搭乗を待つみなさんの表情も少し緊張ぞみ



千里浜ドライブウェイではバスで波打ちぎわを快走



断崖が迫力満点  
日本海の青さが神秘的な東尋坊



鳥のさえずりが聞こえてくる永平寺にて



唄におどりに大盛況!

1 泊目の宴会で結婚50周年のご夫婦と男女最高齢者の方々、最低齢者の方1人に記念品が贈られました。

### ◎最高齢者(男性)

平山政雄さん 81歳  
(長塚)

金さん銀さんのように長生きをしたいです。健康なかぎりいつまでも参加したいと思います。



### ◎最高齢者(女性)

椎名園江さん 76歳  
(関)

空の旅に参加し素晴らしい思い出が出来ました。また、思いがけず町から記念品を頂き感激いたしました。来年も是非参加したいです。



### ◎結婚 50周年

小川勝雄さん・せい子さん  
(長塚)

今回初めて参加させていただきましたが、思わぬ賞を頂きとてもうれしく思っています。これからも夫婦仲良く暮らしていきたいと思ひます。



### ◎最低齢者

越川弥枝子さん 42歳  
(篠本3区)

初めて参加しましたが、とても楽しかったです。天気も良く、いろいろな人と知り合うことができて、よい思い出になりました。若い方々もたくさん参加してほしいと感じています。

のくにの森、日本三名園のひとつ兼六園を訪ね、満開のさつきに足を止め、あちらこちらで記念写真を撮る姿が多く見受けられました。「能登は何度も行ったことがあるよ」と言われた皆さんも驚いていたのは、バスが千里浜にさしかかった時でした。なにしろ波打ち際をたたくさんの車が行き来しているのですから、九十九里浜では考えられない不思議な体験をしました。二日目の宿、和倉温泉の窓から

は、能登島を望むことができました。三日目は、とれたての海産物や民芸品などの出店が並ぶ輪島の朝市に立ち寄り、その後日本の荒波によって造りだされた奇勝奇岩が展開する能登金剛を訪れ、その見事な海岸の魅力で満喫し、午後8時半たくさんの思い出とお土産を抱えて、全員無事に光町へ帰ってきました。



つつい日陰を探したくなるほど汗ばむ陽気 —兼六園—

# 生涯学習フェスティバル

'96 in ひかり

## 生きがいがづくりは あなたが主役



千葉大学明石要一教授の講演

### 「あ始めよう！ 好きなこと」

#### 生涯学習とは

自由時間の増大、生活水準の向上、高齢化の進展により、人生をより豊かで充実したものにするため、生涯にわたり学ぶことがますます重要となっております。

**生涯学習とは……**

誰からも強制されないで、自分から進んで人間性豊かな生活を営むために、趣味やスポーツ活動、文化活動、ボランティア活動を生涯にわたって行うものです。

町では、町民会館、図書館、海洋センター、スポーツ公園等の施設も整い、各種学級講座、スポーツ教室が開かれている他、文化・体育協会の各部も活発に活動を続け、各種講座には4千7百人の方が参加しています。

みなさんの生涯学習をより楽しく、意義深いものとするため情報の提供を行っています。

生きがいがづくりはあなたが主役です、無理をせず、好きなこと、興味のあることから始めませんか。

#### 生活に潤いを与えてくれる趣味 あなたはいくつお持ちですか。

昭和62年女性のための祭典として始まったフォーラムが、今年10回目を迎えて生涯学習フェスティバルとし、生涯学習の一環として5月26日、330人の方が参加して行われました。

千葉大学明石要一教授の「生涯学習時代の生きがいがさし」と題した講演で、

三つの大事な事として「① 食べっぷり、飲みっぷりを良くしなさい。② 遊びっぷりを良くしなさい。③ つき合いっぷりを良くしなさい。」と話されました。事例を交えユーモアのある講演に、あらためて生涯学習の重要性を学んだひとときでした。

その後、芸術文化鑑賞の

『ピリーバンバン』コンサート。2時間にもわたり白いブランコ他11曲を優しく、美しいハーモニーで歌う二人のデュエットは、参加者を魅了し、会場からは大きな拍手が送られていました。

#### 青春時代に戻れました。

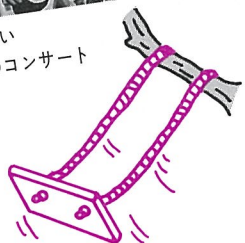
毎回参加しています。講演はわかりやすく、楽しかった。コンサートは当時のハーモニーそのまま、自分もその時代に帰れてすばらしかった。特に生涯学習というものではありませんが、昨年オーストラリアからの学生を2週間ホームステイさせたため、英会話の勉強を始めました。



岩澤初江さん  
(芝崎)



▲なつかしさ、いっぱい「ピリーバンバン」のコンサート



みんなで

## 海

のことを考え、  
に親しみ、  
を大切にしましょう。

7月20日は  
国民の祝日「海の日」です

## ● 祝日「海の日」誕生 ●

私たちの国は、四方を海に囲まれた海洋国で、昔から外国の文化伝来をはじめ、人や物の輸送、産業、生活などの各分野にわたり海に深くかかわってきました。7月20日は、昭和16年以來「海の記念日」として、海の果たす役割と重要性について理解と認識を深めていただくため、全国各地でいろいろな行事が開催されてきました。

今年から「海の恩恵に感謝し、海洋国日本の繁栄を願う」日として、国民の祝日「海の日」とされました。

## 海に囲まれた「私たちの国」

日本は、大小6,852の島々から成り立っています。面積は37万km<sup>2</sup>で米国の約25分の1ですが、海岸線の長さは33,889kmで、米国の約1.6倍です。

## 海は私たちの「暮らしの道」

はるか昔から、海は世界と日本を結ぶ道。海上輸送は、私たちの生活や加工貿易立国である日本の産業を支え、発展させてきました。

## 海は私たちの「食文化」

新鮮な魚介類など豊かな「海の幸」は、私たちの栄養を支え、食文化を発展させてきました。

## 海は私たちの「いこいの場」

海水浴、釣り、潮干狩り、マリンスポーツ、客船クルーズ、文芸、絵画など、海は私たちの心を豊かにしてくれます。

## 楽しかった！

## 船上運動会・カヌー

～ 少年の船沖繩体験航海 ～

B & G財団主催による国内体験航海「少年の船」が3月26日から4月1日まで行われました。

東京港晴海ふ頭から「新さくら丸」で出航し、沖繩で海洋性スポーツや南部戦跡を見学するなどの研修が行われ、白浜小から伊藤淳也君が、東陽小から石川真梨子さんが参加しました。

## 沖繩の歴史を勉強

伊藤 淳也(白浜小)



僕が少年の船に参加したきっかけは、募集を見て、参加した人達の写真がとても楽しそうだったし、沖繩へも行ってみたかったからです。

僕は今までに学校の宿泊研修や母の実家に1人で泊まったりはしたことがあるけれど、行く前は少し心配

でした。でも研修がはじまれば、すぐに友達もできたり、船の中の生活も楽しかったです。

7日間で印象に残っているのは、まず2日目の夜のテーブルマナーの研修で、ファミリーストラップでは1・2本のフォークやスプーンで料理を食べるけれど、たくさんフォークやスプーン、ナイフが並んでいて、はじめはどのようにしようかと迷いましたが、使い方を教えてもらい、これからは役に立ちそうなのでよかったですと思いました。

また、船の上での運動会も楽しかったです。僕達の組は、玉入れで13個入れることができ、途中までは最高記録だったが、最後に他のチームに抜かれてしまい、とても悔しかったです。

夜の星座教室では、いろいろな星座がたくさん見え



石川真梨子さん

中でも今話題になっている「百武すい星」が少しぼやけていたけれど見えて、とても感激しました。

5日目からは伊計島で海洋性スポーツが行われ、特にカヌーやドラゴンボートは楽しかったです。

今年には戦後50年と言うことで、テレビで戦争や沖繩の基地についてのニュースを見ていたし、沖繩では基地返還の要求デモを見た。帰って来てから、母が借りて来た「ひめゆりの塔」のビデオを見たけれど、当時の沖繩の人達は大変な思いをしていたのだなと思いました。

今度の経験はいろいろな意味で、とても勉強になりました。

沖繩へは、もう一度行ってみたいと思うし、またこんな機会があったらぜひ参加したいと思いました。

# 町がきれいになった……日



▲あいかわらず多いポイ捨ての空き缶

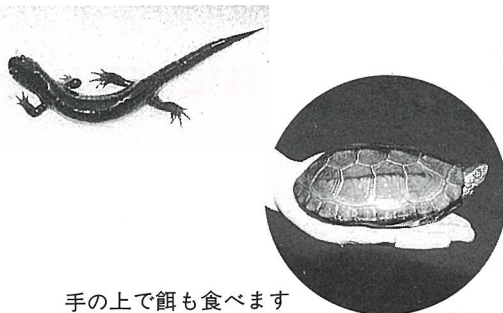
## ゴミゼロ運動

### ご協力ありがとうございました

ポイ捨てで  
心もモラルも捨てないで

6月2日に、町内全域で、ゴミゼロ運動が行われました。これは、県内一斉に行われたもので、早朝からみなさんにご参加をいただき6.4トンのゴミが集められました。  
個人にとっては何気ない投げ捨てでも、全体で見れば大変な量になって、町を汚しています。今後もこの運動をとおして環境美化意識・啓発に加え、捨てることより捨てさせない意識へと展開していきたいと思えます。

## 自然の生物がいつばい



手の上で餌も食べます

芝崎地先の水田で見つけたサンシヨウウオと亀。体長10cm、全身真黒で4本の短足でグロテスクなサンシヨウウオ。好物はミミズ。亀は18cm位の大きさから5cm程のまで7〜8匹、好物は魚の切身とちよつとせいたく。亀は長寿を祝つもの。大事に育てています。

通信員 岩澤初江(芝崎)

## キックに汗



## ハルーフウセン

青少年の健全育成を旨とする第1回海田少年少女サッカー大会が、6月2日長塚GFKグラウンドで開催されました。選手たちは爽やかな初夏の風を切つて、16チームが3コートでリーグ戦を行いキックに汗を流しました。光町チームは6年以下組がAコート3位、2年以下組がCコートでA組(写真)が優勝、B組が準優勝の成績を上げました。



通信員 山辺光男(木戸)

## お年寄りと運動会



白浜保育園の園児25人が5月21日光楽園老人ホームの運動会に参加しました。

加、お年寄りと一緒に大玉ころがしや、ゲームを楽しみました。

保育園では、毎年春には老人ホームでの運動会、秋には園の運動会に招待し交流を図っています。

通信員 伊藤洋代

(尾垂5区)

長いカボチャは長さ40cm、太さ25cm、昨年わが家で穫れた長いカボチャ。つるもあまり出ず、花合わせの必要もなく、食べても柔らかで観賞したりと一石二鳥。

苗、種もありますので、必要な方は電話をください。(無料) ☎18338

通信員 木原正子(原方)



## 栗山川を花街道に!



地域の環境美化運動を進めている「栗山川を花街道にしよう会」(代表・木戸椎名文雄さん)では、5月27日木戸大橋上流光町側堤防に花苗を植えました。当日は大人36人、子供22人が参加し、寄付のサルビアなど3千株と、参加者の持ち寄りの花苗を植えました。

通信員 山辺光男(木戸)



## 福祉だより

パート ⑳

# 心のこもった笑顔の訪問

## 在宅福祉サービス事業

町では、在宅の寝たきりのお年寄り、体の弱いお年寄りに各種サービスを提供し、心身機能の維持向上、介護者の負担軽減を図っています。ご利用ください。

### デイ・サービス事業

- 在宅の体の弱いお年寄りや寝たきりのお年寄り等に、通所または訪問により入浴、給食等を提供し、生活の助長や心身機能の維持向上を図る事業です。

#### 対象者

おおむね65歳以上の方で、体が弱い等のため日常生活を営むのに支障がある方。

#### 内容

日常動作訓練、健康チェック、クラブ、趣味等の活動、入浴、給食サービス等。

#### 費用

通所による各種サービス	1日	900円
訪問による入浴サービス	1回	500円

### ホームヘルプサービス事業

- 身体上または精神上の障害のあるお年寄りの家庭にヘルパーを派遣し、日常生活の世話をを行う事業です。

#### 派遣対象

家庭による介護が受けられない、おおむね65歳以上の体が弱いお年寄り、寝たきりのお年寄り等が居る世帯

#### 仕事の内容

身の回りの世話、住居の掃除、整理整頓、食事の世話、生活必需品の買物等

#### 費用

収入の状況に応じて費用負担があります。  
1時間あたり 0~910円



▲リハビリをかねたレクリエーション  
(九十九里ホームデイサービスセンター)

### ショートステイ事業

- 在宅の体の弱いお年寄り、寝たきり、痴呆性のお年寄りの日常生活の介護に当たっている方が、病気、冠婚葬祭等の理由で一時的に介護できない場合に老人ホームへ入所する事業です。

#### 対象者

おおむね65歳以上の常時介護を必要とする寝たきりや痴呆性等のある方。

#### 費用

特別養護老人ホームの場合	1日	2,120円
養護老人ホームの場合	1日	1,640円

#### ○ 申込み・問合せ

役場住民福祉課福祉係

☎④-1211 (内線 155.156)

## ● 千葉県生涯大学校作品展 展示会 ●

生涯大学校の学生(60歳以上の方)が、日ごろの学習や趣味を通じて制作した作品の展示会を開催します。

- ☆ 期 間 8月26日(月)~29日(木)まで
- ☆ 会 場 千葉県生涯大学校 京葉学園 (千葉市中央区仁戸名町666-2)
- ☆ 展示作品 書・絵画・写真・彫刻工作・俳句・短歌等
- ☆ 問 合 せ 千葉県生涯大学校事務局まで ☎043-266-4705



# 子どもの眼 子どもの心 見えますか。

もうすぐ夏休み。子供たちにとって、学校生活から解放されるこの時期は、自由で楽しい反面、生活のペースが乱れがちになり、ちょっとしたきっかけや弾みで非行に走ってしまう危険な時期でもあります。

少年非行は、成人を含めた刑法犯の総検挙者の半数近くを占めています。

犯罪の内容で最も多いのは万引きですが、恐喝や強盗、放火などの凶悪な事件も増えています。

もう一つの特徴としては、犯罪が集団化することで犯罪の度合が拡大し、凶悪化を招いています。

これらを予防するためには、家庭や地域社会の人達がその兆候を早く発見して対処することがポイントです。



### 〈非行に走る主な兆候〉家庭でこんなサインが出たら要注意

- 行き先を言わず外出したり帰宅時間が不規則で遅くなったりする
- 夜遊びや外泊が多くなる ● 友達が変わり、柄も悪くなる
- 髪を染めたり、ピアスをするなど髪型や服装が派手になる
- 落ち着きがなくなり、うそをついたり家族との対話を避けたりするようになる
- ささいなことで怒るようになり、親に反抗するようになる

### 町内小・中学校 いじめアンケート実施

近年、いじめによる自殺や仕返し殺人が発生しています。町内の小・中学校で実施したアンケート調査の結果、悪質ないじめはありませんでした。

各学校では、いじめの根絶を旨として、道徳の授業や全校集会などで「いじめ」の問題を取り上げて、児童・生徒を指導しています。

学校だけでなく、学校外で発生する場合があります。

家庭や地域の方々にも充分注意して、子供たちを見守っていただかなければなりません。いじめられている兆候の一般的なものは、次のことがあげられます。

#### 〈いじめの場合に注意する兆候〉

- 表情が暗くなり、口数も少なくオドオドする
- 持ち物がなくなったり、壊されている。
- 家から無断で品物やお金を持ち出すようになる
- 衣服が汚れていたり、ケガをしていたりする
- 学校を早退してくる ● 学校に行きたくないなどと言い出す
- 朝突然熱が出るなど、体の具合が悪くなる

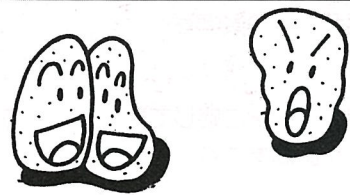
※「いじめ」に関する相談窓口は、いろいろな機関に設けてあります。

昨年の匝瑳郡市青少年補導委員会による補導件数は259件で、小・中学生115件、高校生133件、有・無職少年11件で、喫煙・たばこ所持・怠学・怠業が主でした。また、八日市場警察署の補導件数は223件で、中学生14件、高校生133件、有・無職少年76件で喫煙・深夜

## 管内補導件数は482件

徘徊等でした。

管内では、社会的問題となるような青少年の非行等は見つけられませんでした。青少年の物の見方や考え方ははじめ、非行の広域化、いじめの潜在化等の問題は決して気が許せる状況ではありません。



問合せ 町教育委員会 ☎(84)2460

## 八咫地区小学校 体育大会

八咫管内16校の選手が参加して、八咫地区小学校体育大会が、5月22・24日光中学校で開かれました。3位までの入賞者は次のとおりです。

- 男子の部 ▼ 5年 100 m 3位 鈴木 諒 (東陽) 15秒3
- ▼ 6年 男子 100 m 2位 渡辺 孝一 (南条) 14秒2
- ▼ 4年 600 m 2位 伊橋 央 (東陽) 2分4秒0
- ▼ 6年 1000 m 2位 土屋 裕明 (日吉) 3分30秒0
- ▼ 走幅跳 3位 渡辺 孝一 (南条) 4 m 21
- 女子の部 ▼ 4年 100 m 3位 伊藤 舞 (白浜) 16秒5
- ▼ 6年 100 m 1位 市原 久美子 (白浜) 14秒9
- 中村 弥生 (東陽) 15秒1
- ▼ 6年 1000 m 1位 宮本 裕佳 (東陽) 3分42秒3
- ▼ 60 m H 2位 市原 久美子 (白浜) 11秒0
- 伊藤 淳美 (白浜) 11秒0
- ▼ 走幅跳 1位 鈴木 結佳 (南条) 4 m 01
- 村 弥生 (東陽) 3 m 96
- ▼ 走高跳 1 m 20 宮本 裕佳 (東陽) 1 m 20



む 盾 (ほこ) じゆん 盾 (たて)

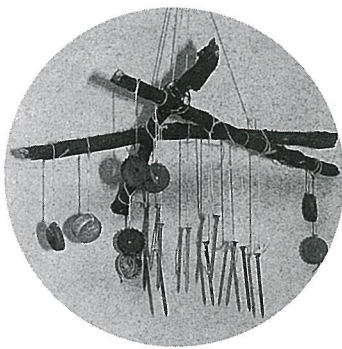
言うことやすることに食い違いがあり、つじつまの合わないこと。矛は槍のように敵をつく武器。盾は矛を防ぐ武器。中国で矛はどんな物もつき破る、盾はどんな鋭い矛も防ぐと両方を売り歩いた故事から。





4年 越川文恵さん

※工夫したのは、  
ビンのふたで  
す。きれいな  
音が出るよう  
に作りました。

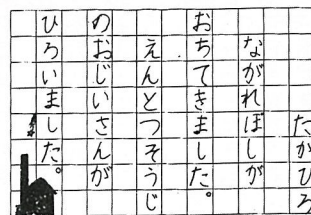


『風の音(風鈴)』



1年 すずき たかひろくん

※ひとつひとつ  
のしを、てい  
ねいにかきま  
した。



『けむりのきしゃ』



あつまれ みんなの 力作



『三びきのくま』



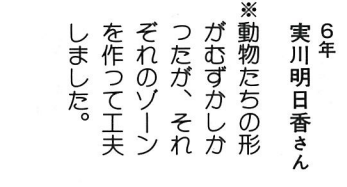
5年 越川由香さん

※この絵をぬる  
時、どんなく  
ふうをしよう  
かまよつたが  
よく書けまし  
た。



2年 布施沙弥香さん

※ボタンの色を  
変えたり、色  
を工夫して、  
好きな絵をた  
くさんかきま  
した。



※動物たちの形  
がむずかしか  
つたが、それ  
ぞれのゾーン  
を作って工夫  
しました。



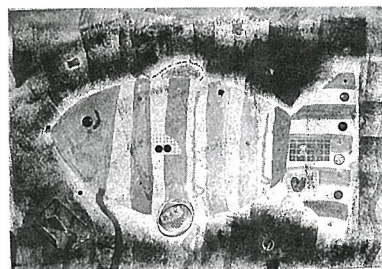
6年 実川明日香さん

『動物たちの公園』



3年 山ノ先千翼さん

※ローラーを使  
つて、光るイ  
メージで作り  
ました。すな  
えのすなも使  
いました。



『しましまっぼ』



ひかり歌壇



鈴木甲子幸 (白磯)  
奇岩海に並びつき出ず走り  
岩潮ひく浅瀬熊野路を行く

目新しい景が鮮明に表現され結  
句がきえています。

伊藤 鏡子 (虫生)

提防の日向なだりに犬ふぐり  
瑠璃色楚々と魁けて咲く

早春の路傍を飾る犬のふぐりに作  
者の優しい眼差しが注がれました。

越川 福子 (宮内)

一本に五輪の牡丹綺羅きそひ  
花芯あらわに咲きしずもれり

庭の牡丹による深い愛着がよく  
表現されています。

土屋 好 (虫生)

若草のすくすく伸びる葦群に  
雛の居るらし葦切りの声

開発に追はれて葦切り居場所がな  
くなりかの饒舌も聞かれなくなり  
ました。

評者 竹内 紀葉

曾て吾が掌に馴染みたる鉄鎌も  
使ひこなせず八十を過ぐ

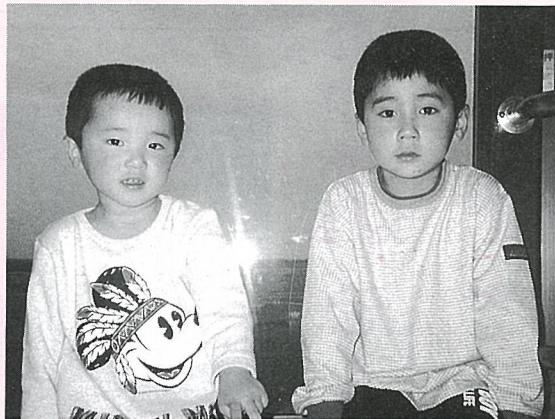
# はぐくむ光のびる若芽

(147)

尾垂6区 石田雅美

わが家は8人家族。祖母、父、母、主人と私、そして子供が2人と毎日賑やかな生活を送っています。この大家族の中で2人の息子が学ぶことはたくさんあるのではないかと思います。長男洋平は小学3年生。何んでも物言がきちつとしていないと気がすまないように、弟への指導はちよつと厳しいものがあります。次男の祥太は白浜保育園の年中さん。もつぱらマイペースで楽家という感じです。この2人、寄るとさわるとすぐケンカになります。そして私の力ミナリが落ちてケンカは終了。でも兄弟つて不思議なものですね。私自身1人つ子なので、兄弟という感覚がよくわかりません。さつきまで泣いてケンカをしていた2人が、今度は笑いながらキラキラした目をして遊び始めます。何て変り身の早い

## 会話と笑いのある親子でありたい



▲2人寄るとすぐケンカ、でもまたすぐに遊ぶ兄弟つて不思議なもの……。

子供達でしよう。洋平が鼻血を出してティッシュを鼻につめ遊んでいると、弟の祥太もティッシュを鼻につめてその横にちよこんと座っています。そんな姿を見てみると、怒っていた私の顔も、

を言つて笑いあえるような親子関係、それが私の理想です。これから2人は、どんな人生を歩むのでしょうか。勇気をもち、思いやりのある、希望に満ちた人生を歩んでほしいと思います。(ちよつとよくばりかな?)そんな

いつのまにかほころんでしまいます。『男の子はいずれ親から離れ無口になり友達第一になつてしまつ。』よくそんな言葉を耳にしますが、私は子供達がいくつになつても会話のある親子でありたいと思います。冗談

なことを考える今日この頃です。



## 保健婦メモ

### ボケの正しい知識と予防を ①

◎自分の言動自体を忘れてしまふのがボケ

「さつきまでであったのどこに置き忘れたのだろうか?」以前、一度お目にかかったはずだが、名前は……?」といった「置き忘れ」や「忘れ」は、お年寄りに限らず、若い人にもよくみられます。

これらは、正確には「健忘」と呼ばれるもので、その特徴としては、①物事の部分を忘れてしまう②頻度に差はあるものの、もの忘れにとどまる、③本人自身が健忘の状態を自覚している点がみられます。

ところが、ボケ老人特有の痴呆状態では、①体験した全部を忘れる。②もの忘れだけでなく、判断力が低下し、時間や自分が現在いる場所もわからなくなる。



性痴呆」の二種類があります。「老年痴呆」とは脳の神経細胞が急激に減つたり、脳細胞の質が変化するため起こるもので、70歳以上の方に多くみられます。

ときには、45歳から50歳くらいの働き盛りにも現れることがあり、油断は大敵です。まだ、本当の原因はわかっていませんが、やっかいなのは治りにくいという点です。

◎早期の治療でよくなる「脳血管性痴呆」

日本人のボケ老人の大半は、「脳血管性痴呆」で、これは原因が脳血管障害とほつきりしています。症状は、まず高血圧があり、頭痛、めまい、記憶力の急速な低下というパターンが一般的で、ときには脳卒中や骨折、カゼで寝込むといったことがきっかけになることもあります。早期に発見して治療を受ければ、回復は可能です。

◎精神保健相談の利用を

専門医による相談が、毎月2回八日市場保健所で行われています。予約制です。ので詳しいことはお問い合わせ下さい。

### ボケは二種類

◎原因不明・治りにくい「老年痴呆」

ボケには、大きく分けると「老年痴呆」と「脳血管

内容 言葉がスムーズに話せない、歩きづら、手足のしびれや筋肉のヤセ、めまい、ふらつき、パーキンソン病、脊髄小脳変性症の方のリハビリと交流の場  
日時 8月1日(木) 1時30分～3時30分 担当専門医 場所・申込 八日市場保健所 ☎1281

難病相談 (予約制)

八日市場保健所 ☎1281  
町保健センター ☎1158



東陽病院 鈴木健士医師

# 健康へのメッセージ

シリーズ 32

## 気管支喘息の話

その①

気管支がれん縮して  
呼吸が苦しくなる病氣

原因は家の中の塵・ダニ  
の死骸・花粉

光町のみなさんこんにちは。今回は丁度今時の季節  
の変わり目に出やすい気管支喘息についてお話しした  
と思います。

気管支喘息とは、呼吸するときの空気の通り道であ  
る気管支がれん縮(縮んで細くなること)して、空気が  
通りにくくなり呼吸が苦しくなる病氣です。喘息は、  
発作がおさまってしまうと短時間のうちに症状がすつ  
かりとれて、患者さんはケロツとしていたというのが  
特徴といわれています。(しかし、実際には完全には  
症状がなかなかとれ切らないことが多いのですが)

気管支がれん縮を起こす原因は、  
主としてアレルギーによるとされています。  
います。何らかのアレルギーを起こ  
す物質(アレルギーといいますが)が  
体内に入ってくると過剰な反応が起  
こり、気管支をれん縮させる物質が  
放出されるため、喘息の発作が起こ



た呼吸音が周りの人にも聞こえます。息をはく時間が  
長くなり、咳や冷や汗を伴うこともあります。また風  
邪をひいている時は、特に発作が起きやすいですから  
気をつけてください。点滴などで治療すると軽い発作  
の場合にはそれこそ嘘のようにケロツとおさまってし  
まいます。

喘息の発作の予防はなかなか難しいですが、まずは  
アレルギーから遠ざかることです。例えばじゅうたん  
などを敷いている場合には、ハウスダストがより出に  
くいフローリングなどに変えるとか、  
こまめに掃除をするとか、空気清浄器  
などを使ってみるなどの方法もあるか  
と思います。アレルギーから完全に逃  
れるのはかなり難しいかと思いま  
すが、アレルギーを出来るだけ減らすと  
いう努力は大事だといえるでしょう。  
喘息の発作は、はたで見てもかわ  
いそうになる程苦しくつらいもので

るわけです。アレルギー  
ンで多いのはハウスダ  
ストとよばれる家の中  
の塵、ダニの死骸など  
です。他にはいろいろ  
な種類の花粉などがあ  
ります。  
喘息の発作の特徴は  
呼吸がゼイゼイして、  
時にヒューヒューとし

るわけです。アレルギー  
ンで多いのはハウスダ  
ストとよばれる家の中  
の塵、ダニの死骸など  
です。他にはいろいろ  
な種類の花粉などがあ  
ります。

次回喘息の治療についてお話ししたいと思います。

## テレビで放映

千葉テレビの教育番組「わたしたちの町」  
で、町立図書館が放映されます。  
是非ご覧下さい。

放送日時 7月9日(火)  
午前10時25分～10時40分  
7月11日(木)  
午前10時45分～11時00分  
(再放送)

ほんの森  
— 町立図書館 —  
☎843311



スヌーピーとチャーリー

期日 7月27日(土)

上映時間

1回目 午前10時  
2回目 午後2時30分

ロボコップ3

期日 7月28日(日)

上映時間

1回目 午前10時  
2回目 午後2時30分

◎定員は各回100名。入場整理券(無料)を7月6日(土)から図書館で配布して  
いますので、図書カウンターでお求め下さい。



テレビ撮影風景

7月1日～

# 社会を明るくする運動

31日

## ふれあいと対話が築く

## 明るい社会

生きる輝きを求めて  
今、少女は歩みはじめる……。

# スタート



非行に陥った少女が暖かい人々の援助を受けながら、自分の生きがいを見出し自らの力で立ち直っていく。

「犯罪のない明るい社会」を築くため、犯罪防止及び罪を犯した人の更正援助活動に役立てる募金です。  
婦人会、行政区等できりまじめますのでよろしくご協力をお願いします。  
主催  
光町  
光町保護司会

- 推進大会
- 講演会  
演題 「少年矯正の現場」  
講師 茨城農芸学院長 野口一夫氏
- 映画上映 「スタート」
- 日時 7月31日(水)  
午後1時30分～4時
- 場所 図書館ハイビジョンホール (入場無料)

「社会を明るくする運動」はすべての国民が、犯罪の防止と罪を犯した人たちの更正について理解を深め、犯罪のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。町では次の行事を行います。

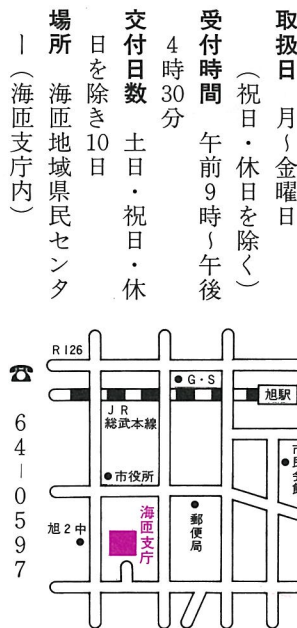
### 7月中

## 募 金

- キャンペーン  
季節の球根等配付 (1人1袋、300個限定)
- 日時 7月21日(日)  
午前9時30分～10時30分まで
- 場所 図書館

## 新しい旅券窓口 スタート!

～海匝県民センターでパスポートの申請と受取りができます～



### だいじょうぶですか?

## 海外旅行

### 安全情報の準備を

この夏、海外旅行を計画している方も多いことでしょう。しかし旅先での事故やトラブルにはくれぐれもご注意を。治安のよい日本に暮らしていると、安全対策に無頓着になりがちですが、安全な旅をするための第1歩は目的地の情報収集から。安全情報の準備もお忘れなく。

◎ 海外の安全に関する問合せ・相談  
外務省「海外安全相談センター」  
03-3581-3749

海外で、パスポートの紛失や盗難が増えています。このなかには明らかに日本のパスポートを狙った犯罪が多く、海外で信頼が高いうえ、ビザなしで入国できる国が多いのが狙われる原因です。パスポートは、国籍や身元を証明する唯一の「公文書」で、「何より大切なもの」と考えましょう。むやみに人に見せたり預けたりせず、しっかり管理しましょう。



# 国保税は大切な財源



## 国保はお互いに

## 助けあう制度です

税の  
fromナード



**所得割** / 前年の所得により計算

**資産割** / 土地・家屋の固定資産税により計算

**被保険者均等割** / 加入者1人に対し均等に計算

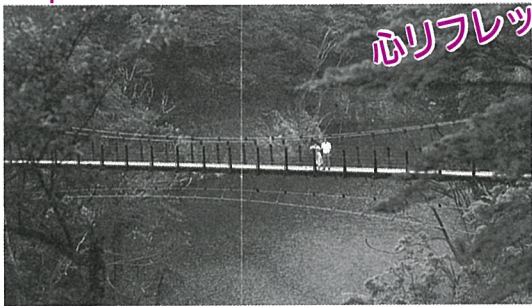
**世帯別割** / 各世帯ごとに平等に計算

みなさんが病気やけがでお医者さんにかかったとき、その医療費を負担するのが国民健康保険です。みなさんが国民健康保険で診療を受けた場合、かかった医療費の3割(退職者⑤は2割)を自己で負担し、残りの7割は町で負担しています。この支払いのための財源は、国・県などの負担金や補助金などのほか、みなさんが納めている国民健康保険税が大切な財源となっています。

額となっています。また、前年の所得が一定額以下の世帯については、税の負担を軽くするため、被保険者均等割、世帯別平等割が減額されます。病気やけがは突然やってきます。国民健康保険は、そんなときのための大切な医療保障制度です。国民健康保険は、みなさんの暮らしをあたたく見守っています。⑤退職者とは、長い間勤めていた会社等を退職してから国民健康保険に加入し、70歳になるまでの間「退職者医療制度」による医療を受ける人。

高原の夏 **満喫ウォーク**

心リフレッシュ



### ハイキング参加者募集

期日 8月18日(日)~19日(月)

場所 塩原方面

参加費 14,000円

人数 30人

期限 7月27日(土)

申込先 町民会館生涯学習課

☎84-1358

## 明るい選挙

### 啓発作品募集

未来のための  
きれいな一票



【ポスター】  
内容 明るい選挙の推進を表すものであればどなたでも応募できます。(1人1点、自作のもの)  
画材と大きさ 描画材料は自由、大きさは45cm×30cm、55cm×40cm

【標語】  
内容 きれいな選挙の推進を表すもの、棄権防止の呼びかけを表すもの

資格 小・中学生、高校生、一般(1人2点以内で自作のもの)

字数 20字以内

締切日・提出先(標語、ポスター共)、9月6日までに  
役場選挙管理委員会 ☎1211 内線132

## 川の異常時には 連絡を!

私たちが毎日飲んだり手を洗ったりする水道の水は、川の水が多く使われています。川の水は人間が使うだけでなく、そこに棲む魚や生物にとっても大切なものです。

もし、みなさんが川の近くに行ったとき、油が沢山浮いていたり、色が変わっていたり、魚が死んだり苦しんでいるなど、異常をみつけたら、すぐ役場保健衛生課環境係☎1211内線218へご連絡下さい。

納税

7月31日(水)は、固定資産税第2期分・国民健康保険税第1期分の納期です。

散布予定時間

午前5時～9時30分頃

- 1回目 7/ 9(火) 日吉・南条地区
- 7/10(水) 東陽・白浜地区
- 2回目 7/26(金) 日吉・南条地区
- 7/27(土) 東陽・白浜地区

※ 天候により、順延される場合があります。

水稲空中散布  
を実施します



# 木戸浜海水浴場海開き

7月20日(土) 海の日

同日 イベント開催 (雨天順延)

- 10:00 ビーチクルーザータイムトライアル
- 11:00 宝さがし
- 13:00 ビーチフラッグ大会
- 14:00 宝さがし

景品も  
いっぱい



さあ!  
みんなで参加しよう

開催期間 7月20日～8月21日

## 毎月第2日曜日は ごみの直接搬入ができます

八日市場市ほか三町環境衛生組合では、毎月第2日曜日を開庁し、粗大ごみと一般ごみの直接搬入受け入れを行っています。

- 受付時間  
午前8時30分から12時  
午後1時から4時30分
- 料金 100kg毎400円
- 7月の開庁日 14日(日)
- 問合せ 八日市場市ほか三町環境衛生組合  
☎23 0 3 6

## リサイクルの日

期日 7月14日(日)

受付時間 午前8時～9時

回収品目(6品目) 空き缶

・古新聞・古雑誌・古着・

牛乳パック・ダンボール

回収場所 各集会所

※小雨は行います。なお中止の時は、防災行政無線でお知らせします。

○5月12日(日)に行われた、

リサイクルの結果については下表のとおりです。ご協力ありがとうございました。

古	新	聞	11,440kg
古	雑	誌	7,420kg
古		着	2,210kg
	ダン	ボール	940kg
	空き	缶(アルミ)	350kg
		(スチール)	3,040kg
		計	25,400kg



## 草や木の枝の伐採を!

みなさんの土地の草や木の枝は道路へ出ていませんか? 町内の県道や町道へ樹木が枝を伸ばし、通学する児童・生徒がよけて通る姿や、また怪我をしたこともあります。

みなさんの道路です。通り易い安全な道路環境づくりには、ご協力をお願いします。

## 篠本の工業団地 予定地



"立ち入らないでください"

工事中のため地盤が緩い場所があり、大型機械も稼動しており大変危険ですので、工業団地予定地と二又交差点側県道バイパス予定地には入らないでください。

## こんな時、境界確定を

- ① 町道との境界が不明な土地に、生け垣やブロック塀、建物等を建てる時。
  - ② 町道との境界に、境界杭が入っているが、盛土などをして境界位置が不明になる恐れのある時。
- ※境界が不明なまま工事をする、将来紛争の元になります。ぜひ境界を確定してから、工事を行ってください。

問合せ 建設課管理係  
☎23 1 2 1 1 内線172

# 暮らしのガイド

## 経営改善計画認定 制度活用方策説明会

そうさ農業経営改善支援センターでは認定農業者を  
目指す方を対象に、経営改  
善計画認定制度の活用につ  
いての説明会を行います。

日時 7月30日(火)  
午後1時30分～

場所 八日市場市民ふれあ  
いセンター

申込み JAそうさ本所

営農部営農推進課 ☎7  
114または役場産業課  
振興係 ☎1211 内  
線164

## 中小企業労働相談所 のご利用を

県では、海匠支庁商工勞  
政課に中小企業労働相談所  
を開設し、賃金、労働時間、  
採用、解雇、労働組合の設  
立など労働関係全般につい  
ての相談に応じています。

相談時間 月～金曜日午前  
9時～午後5時

問合せ 海匠中小企業労働  
相談所（海匠支庁商工勞政  
課内） ☎8050

## 1日ハローワーク開催 (移動職業安定所)

日時 7月19日(金) 午前10  
時～午後3時

場所 光町商工会

内容 ○求人・求職の受理○  
職業相談・紹介○各種助  
成金制度の相談○雇用保  
険の手続きについての相  
談

問合せ ハローワークちょ  
うし（銚子公共職業安定  
所） ☎04797406

## 自衛官募集

区分 2等陸・海・空士、  
曹候補士（27歳未満）、  
一般曹候補学生（24歳未  
満）、航空学生（21歳未  
満）

資格 来春高校を卒業見込  
みの男女、または各種目  
の資格年齢に該当する方

身分 特別職国家公務員  
初任給 158,800円  
（衣食住は、支給または  
貸与）

受付 8月1日～9月9日  
試験 9月中旬から下旬

問合せ 自衛隊旭募集事務  
所 ☎0971

## 県民体育大会 参加者募集

第49回千葉県民体育大会  
が佐倉市を中心に北地区で  
開催され、光町ではソフト  
ボールとテニスの競技が行  
われます。匝瑳郡市体育協  
会では、各種競技に選手、  
役員を多数派遣いたします  
ので、参加希望者は早めに  
ご連絡ください。

期日・実施競技  
（夏季大会）8月31日・  
9月1日 ヨット・水泳  
（秋季大会）9月28日・  
29日 陸上競技他31種目

問合せ・連絡先  
町民会館 ☎1358

## 毒物劇物取扱者試験

試験の種類 ①一般毒物劇  
物取扱者②農薬用品目毒  
物劇物取扱者③特定品目  
毒物劇物取扱者

試験日 8月6日(火)  
会場 神田外語大学 千葉  
市美浜区若葉1の4の1

受付期間 7月8日・9日  
受付場所 千葉市中央区千  
葉港5の25 県医療セン  
ター

問合せ 県衛生部業務課  
☎0432614

## 消防職員募集

受付期間 7月29日(月)～8  
月9日(金)まで

試験日 9月22日(日)

会場 旭市青年の家  
人員 若干名  
対象者 上級 昭和47年4  
月2日～昭和50年4月1  
日生まれの男子  
初級 昭和50年4月2日  
～昭和54年4月1日生ま  
れの男子

問合せ 八日市場市外三町  
消防組合 ☎0119

## おやみ申し上げます

6月15日現在受付  
(順不同敬称略)

行政区	月日	氏名	年齢
新井	7/10	中川 清	72
橋場	7/10	霞 フサ	82
尾垂六区	7/10	岩澤 一樹	4
入	7/26	浅野 三郎	77
宮内	7/30	藤代 あき	81
白磯	7/30	蓑輪 薫	71
篠本一区	7/30	加藤 志枝	72
橋場	7/30	平山 俊雄	73
関	7/30	渡邊 ツル	70
芝崎	7/30	關き江子	65
原方	7/30	鶴澤 喜雄	85
小田部	7/30	佐久間 明	49

## 狩猟免許試験

回数	試験期日	試験時間	受付期間
第2回	8月6日(水)	午前9時～午後4時30分	7月16日～23日
第3回	9月3日(火)	"	8月13日～20日

会場 千葉県射撃場（市原市古敷谷2620番地）  
申込み・問合せ 海匠支庁産業課林産係 ☎0156  
（土・日除く）

## 手作り料理を 食卓に



食生活改善推進員  
伊藤ハル子(尾垂6区)

## しらすとアーモンドの 炊き込みご飯

材料 (6人分)

米	3カップ
水	3カップ
酒	大さじ2
だし昆布	10cm
しょうゆ	大さじ2½
塩	小さじ1
アーモンド	40g
油あげ	1½枚
(しらす干し)	40g
酢	少々
かぶの茎	少々

④炊きあがったら  
すぐにしらすを  
入れて蒸らし、  
最後にかぶの茎  
を散らす。

作り方  
①米は洗って水気を切り  
②油あげは熱湯をかけて  
油抜きをし、細切りに  
③①に調味料、アーモン  
ド、油あげを入れて炊  
く。昆布は途中で取り  
出す。しらすは酢洗い  
する。かぶの茎はさつ  
とゆでて刻む。

## 商業統計調査 ポスター募集

内容 商店が商業統計調査（卸売・小売業）への理解を深め、調査への協力が得られるもの  
※作品の規格等詳細は、企画財政課企画係までお問合せください。 ☎1211  
期限 9月10日(火)

# 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	15 健康相談	希望者	午後1時30分～3時	保健センター
	17 体を動かそう会	機能訓練希望者	午前9時30分～	町民会館
7	23 1歳6カ月児健診	H6.10.11.12月生れ	午後1時30分～2時	保健センター
	25 健康づくり運動モデル事業	木戸地区	午前9時30分～	木戸公民館
		宝米地区	午後1時30分～	宝米公民館
8	5 健康相談	希望者	午後1時30分～3時	保健センター

## ●予防接種

月日	行事名	対象	時間	場所
7	9 日本脳炎	4年生	午後2時～	東陽小学校
	12 日本脳炎	4年生	午後2時～	南条小学校

# おおきくなあれ



おおきくなつてね

「苗は、船の底のように  
ななめに植えるんですよ」と

りょうすけ  
**亮介**くん 平成7年9月16日生まれ

椎名 雄一さん(関) 長男

ニコリ笑いと目がなぐさつちやう亮介くん。あふるでは、お父さんの顔に“バシャバシャ”あ湯をかけて大はしゃぎ。ごはんを食べるときもホントに幸せそう顔。

この頃“バイバイ”をする亮介くんは、なわい(A)アイドルです。



▲ どうして苗からいもになるのかな？

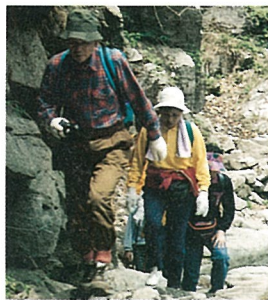
先生の指導を受けながら、日吉小学校の児童が5月7日、体験農業学習の一環としてさつまいもの苗植えを行いました。始めて体験する子供たちもいて、畑の中は大賑い。秋の収穫を楽しみに一本一本ていねいに植えていました。



## 新緑を満喫

春のハイキングが5月18日、新緑の西沢渓谷で行われ、52名の方が参加しました。

西沢渓谷沿いの滝を眺めながらのハイキングは参加者の目を楽しませ、さわやかな森林ウォークをすることができました。



梅雨の合間、ハマヒルガオの撮影に。初夏の海は人影も少なく一面に咲くハマヒルガオに感動！「最近はずで海まで乗り入れ、踏まれるので、花が減っています」と近所の人の話。ご注意を！

毎月の取材を通し、新しい発見や美しい自然との出会いに、ますますこの町が好きになりました。

(K)



## ご婚礼 予約済み



H7・11・4 会館ご利用

のりよ  
**紀世**ちゃん

鈴木惣一さん(橋場)長女