



広報

No.370

平成9年

9月号

ひかり

実りの秋

黄金色の稲穂が波打ち、町が活気づく米の収穫期。

照りつける暑さのなか、コンバインの音が鳴り響きます。

味は最高！ おいしい「光町米」がもうすぐに食卓に。

(8/21 西高野地先)

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)

8月1日現在 町の人口・世帯数 ()内は前月比 人口12,513人(△5) 男6,087人(△4) 女6,426人(△1) 世帯数3,641世帯(△2)



長寿

おめでたいお正月です

9月15日は「敬老の日」。
 多年にわたり社会に尽くされたお年寄りを
 敬愛し、長寿を祝う日です。

今年町内で70歳以上になられる方は193
 1人(男性743人、女性1188人)で、
 昨年より127人増えていきます。町では記念
 品を贈り長寿をお祝いします。

敬老会は、9月15日10時から町体育館で行
 われ、その後演芸会でお楽しみいただきます。

生きがいと健康づくり

日本は現在、世界一の長寿国で、平均
 寿命は男性が77歳を超え、女性は83・59
 歳になりました。

総人口に占める高齢者(65歳以上)の
 割合は、町21・8%、県12・3%、国15
 ・1%と高齢化が一段と進んでいます。

長寿社会を迎え、老後を生きがいのあ
 るものとするため、趣味やスポーツなど
 積極的に活動するお年寄りが増えていま
 す。健康であればこれからもなお豊かな
 人生を送ることができます。

生きがいを見つけ、日々の健康づくりに
 努め、いつまでもお元気でお過ごし
 ください。

長 寿 番 付

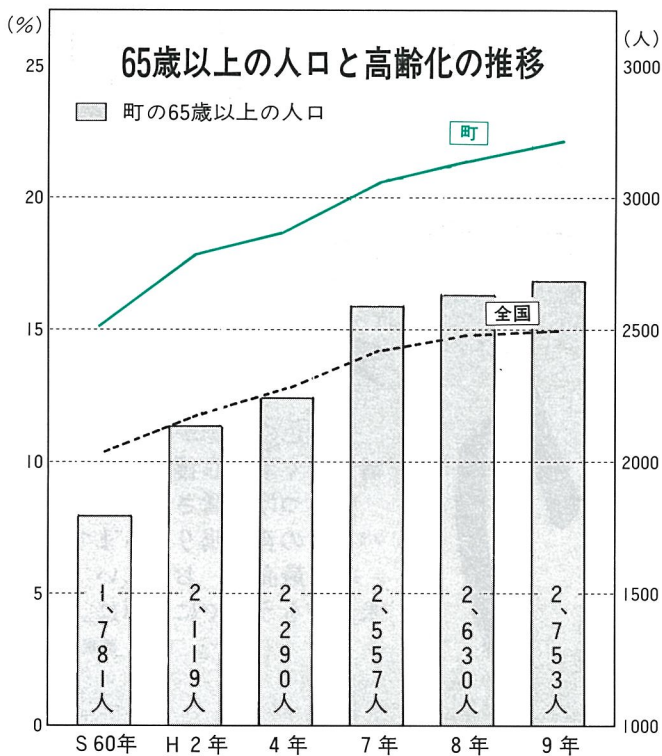
(8月31日現在 敬称略)

男 性				女 性			
氏 名	年 齢	集 落		氏 名	年 齢	集 落	
竹内文藏	98	白 磯		石井むめ	99	橋 場	
林 寅次郎	97	入		鎌形 花	98	作間内	
大木 章	96	西高野		加瀬 くら	96	傍示戸	
田川常次	96	白 磯		椎名たけ	96	木 戸	
近藤 剛	96	橋 場		鈴木よし	95	古 屋	

90歳以上の方は、95人(男25人・女70人)です。



笑って、楽しんだ敬老会(昨年) 今年も歌謡ショーなど盛りだくさん



結婚50周年

これから仲良くお過ごしください

今年めでたく結婚50周年を迎えたご夫婦は49組です。

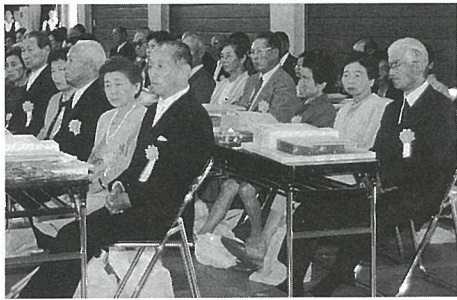
町では、毎年敬老会に招待してお祝いしています。

終戦直後にご結婚され、日本の復興と共に50年を生きてこられたお二人。なつかしい人との出合いがあるかも知れません。

楽しいひとときをお過ごしください。

大木 浩・茂子	篠本二区	齋藤一民・ひろ子	傍示戸
菱木堅治・さく	篠本三区	信田 静・節	虫 生
関口 章・たか	篠本三区	岩澤 廣・静子	虫 生
増島紀信・悦子	篠本三区	飯島 榮・アイ	芝 崎
越川正巳・君子	篠本三区	松原芳之助・照代	橋 場
高梨一郎・春子	篠本三区	大木 智・クニ	西 野
鈴木武夫・りん	新 井	平山央由・のぶ	谷 中
佐久間岩夫・ヨシ	新 井	大木 登・静子	古 屋
郡司芳三郎・久子	新 井	林 英男・みさを	入
大木 清・名知	宝 米	音部廣藏・好子	泉宮住宅
小川治男・君江	宝 米	越川五郎・京子	篠 原
土屋彦雄・ヒ子	宝 米	加瀬 功・成子	方 方
土屋 尠・しげ子	宝 米	鶴澤義夫・富美子	原 方
大木淺治郎・文代	二 又	伊藤喜平・さじ	原 方
越川壯一・信子	二 又	椎名 輝・八重子	五ノ神
鈴木莊一・まさ	小川台	小川 寧・よし子	長 塚
村越重平・たけ	小川台	秋葉 薰・千代子	長 塚
林 勇・ミヨ	小川台	椎名 桂・初江	木 戸
加瀬重雄・久子	小川台	岡田健夫・喜美代	木 戸

伊藤 博・千代子	尾垂五区
後藤光司・タキ	尾垂六区
伊藤 昇・徳子	尾垂六区
川島重一・わか	尾垂六区
川島 榮・とし	白 磯
小倉 清・つね	白 磯
鶴ノ澤多嘉美・せん子	白 磯
實川榮次・喜代子	白 磯
向後四郎・ひろ子	白 磯
椎名弘明・さき	白 磯
飯高武・ふく	関



村越重平・たけ夫妻 (76歳) (73歳) (小川台)

二人で力を合わせて働いた 今、最高の幸せ……

今、最高の幸せ……

は健康で本当によく頑張ってきましたので助かりました。

2人の子供を育てる為に2人で力を合わせて働いてまいりました。やれやれと思ううちに結婚50周年を迎えて驚きと喜びで一杯です。

いまさらながら、よく働いてくれた女房に感謝しています。これからは2人の人生なので今までの以上に力を合わせ頑張っていきたいと思っています。

これは自分の好きな事をして余世を送りたいと思います。

私は、多趣味な方で現在グラウンドゴルフ、釣、庭木の手入れなどで楽しんでおります。女房は民謡、カラオケが大好きで一生涯懸命です。

私共も揃って元気なので、自分の力なりにボランティアに参加して社会の為にになりたいと思っております。

豊かな日本、人情味豊かな光町に居住している事を最高の幸と思っています。

光陰矢の如しと申しませんが、終戦後50有余年、私達の時代は正に破乱万丈の青春でした。唯、勝つ

為勝つ為の言葉だけに動かされ、私は昭和17年22歳の時赤紙1枚で佐倉64部隊に入隊。3ヶ月間教育を受け、すぐ戦場に送られ中支で4年の歳月を送り、約1年の捕虜生活を

を送りました。1日2回のおかゆをすすり戦友達

は栄養失調で毎日何人か死んでいきました。

幸にして私は生きて夢

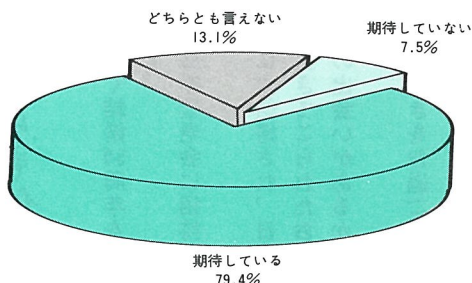
にみていた故郷の土を踏み事ができました。その時のうれしさはとても口



戦地の中国で

8割の人が町の保健事業に期待

《今後、町が行う保健事業に対する期待》



男性は60歳を、女性は50歳を境にして、保健事業への期待の割合が高くなります。全体で「保健事業に期待している」とする者が約8割(79.4%)に達しています。

《性別・年齢階層別の保健事業への期待》

男 性	保健事業に期待している		女 性	保健事業に期待している	
	人	%		人	%
全 体	3,542	79.4	全 体	3,542	79.4
男性20～24歳	105	54.3	女性20～24歳	105	60.0
25～29歳	87	62.1	25～29歳	108	68.5
30～34歳	128	69.5	30～34歳	108	76.9
35～39歳	138	75.4	35～39歳	148	81.1
40～44歳	143	76.2	40～44歳	156	84.0
45～49歳	221	74.2	45～49歳	194	81.4
50～54歳	121	82.6	50～54歳	129	85.3
55～59歳	118	80.5	55～59歳	136	86.0
60～64歳	176	86.9	60～64歳	197	90.4
65～69歳	168	86.3	65～69歳	189	83.6
70～74歳	125	87.2	70～74歳	177	86.4
75～79歳	87	85.1	75～79歳	85	77.6
80歳以上	74	85.1	80歳以上	119	72.3

- 健康についての意識を伺う保健ニーズ調査の概要は次のとおりです。
- ① 町民の意識や生活習慣、事業の利用状況は、性別・年齢階層によって大きな差があります。
 - ② 町民全体の約7割が、自分のことを健康だと自覚しています。
 - ③ 町民全体の約8割が、町の保健事業に期待しています。
 - ④ 男女とも20代を中心とした若い世代の生活習慣に問題があるように見受けられます。
 - ⑤ 全般的に健(検)診事業が町民によく知られ、また利用されています。
- 町では今回の調査結果をもとに、今後の保健事業を進めていく上での、住民主体の健康づくりに役立てていきます。

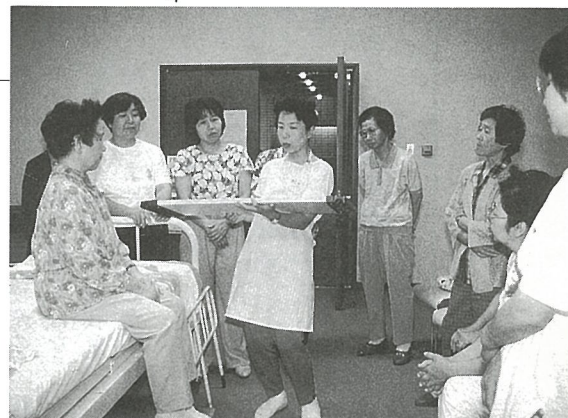


パパ・ママの子育てを応援

新しく今年から始まったパパ・ママ教室と子育て教室、核家族化、女性の社会進出等でパパの協力はより大切です。講話や実習を取り入れ、パパ・ママ同士が交流を図りながら安心して育児がおこなえます。

家庭介護教室に参加して

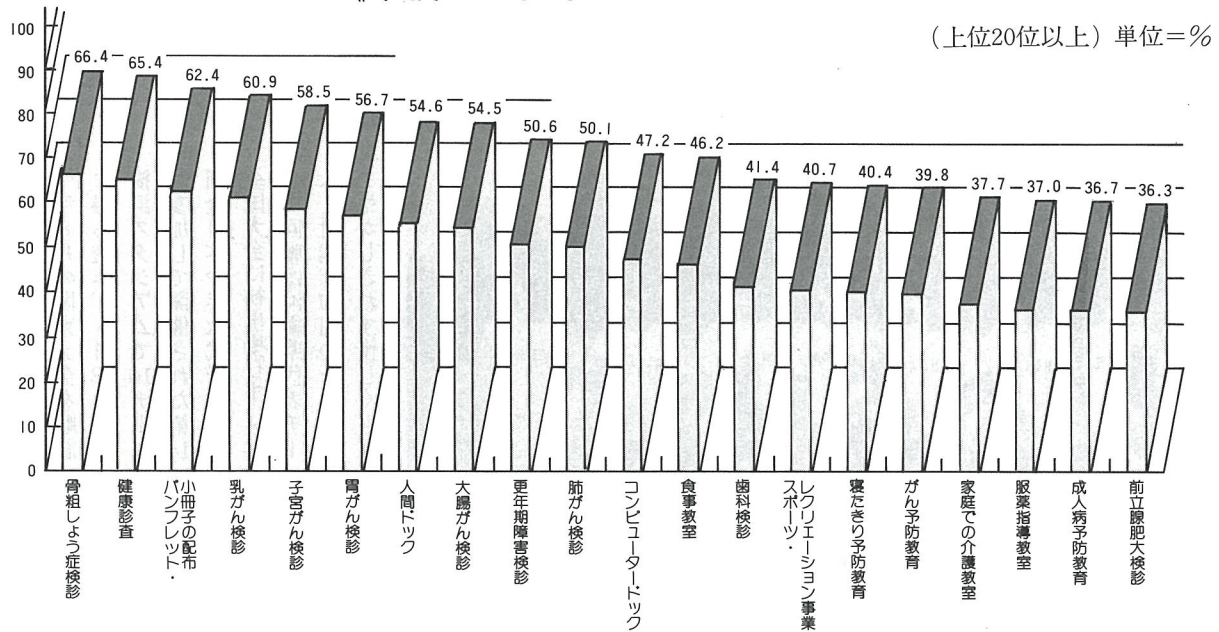
鈴木喜久子さん
(新井)



今現在、祖父が入院中です。祖母に介護をまかせきりで、たまに病院に行ってもどうすればよいのかわからずにいました。家庭介護教室に参加して介護の仕方を教えていただき、体を横向きに変えたり、少しの時間でも足を屈伸させようとか腕を曲げるよう手助けしようとか思うようになりました。

保健ニーズ調査結果

《今後の保健事業の利用意向》



《性別年齢階層別の今後の保健事業の利用意向》

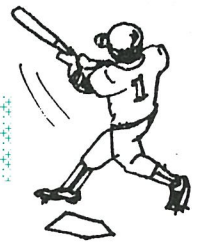
(単位=%)

	骨粗しょう症検診 人	66.4	総合的な健康診査 人	65.4	パンフレット・小冊子の配布 人	62.4	乳がん検診 人	60.9	子宮がん検診 人	58.5	胃がん検診 人	56.7	人間ドック 人	54.6	大腸がん検診 人	54.5	更年期障害検診 人	50.6	肺がん検診 人	50.1
全体	1675	66.4	3176	65.4	3185	62.4	1677	60.9	1666	58.5	3204	56.7	3192	54.6	3130	54.5	1604	50.6	3160	50.1
男性20~24歳			92	35.9	93	29.0					92	26.1	92	22.8	88	22.7			93	25.8
25~29歳			84	63.1	84	53.6					84	56.0	84	59.5	81	54.3			84	54.8
30~34歳			115	56.5	113	47.8					114	56.1	116	54.3	113	52.2			115	55.7
35~39歳			132	64.4	129	55.8					132	59.8	132	60.6	126	59.5			131	63.4
40~44歳			132	67.4	135	55.6					133	67.7	134	67.2	129	62.8			133	66.2
45~49歳			207	62.3	210	58.6					210	59.0	211	61.6	201	58.7			209	57.9
50~54歳			108	75.0	114	62.3					113	67.3	115	69.6	109	60.6			115	58.3
55~59歳			109	68.8	107	64.5					111	62.2	112	59.8	101	57.4			111	65.0
60~64歳			163	69.9	160	63.8					168	68.5	165	62.4	155	66.6			165	65.5
65~69歳			145	67.6	141	70.9					148	68.9	144	57.6	143	63.6			144	63.9
70~74歳			99	74.7	102	80.4					99	71.7	104	62.5	96	69.8			97	69.1
75~79歳			66	51.5	65	63.1					66	47.0	60	33.3	64	46.9			66	45.5
80歳以上			54	44.4	55	58.2					53	30.2	52	26.9	47	34.0			53	32.1
女性20~24歳	107	45.8	106	60.4	106	54.7	106	48.1	106	50.0	107	29.0	106	47.2	107	29.0	104	33.7	107	29.0
25~29歳	106	60.4	105	64.8	106	59.4	106	59.4	106	62.3	106	42.5	104	50.0	106	43.4	105	42.9	106	40.6
30~34歳	104	75.0	105	76.2	105	63.8	104	75.0	104	76.0	104	56.7	105	60.0	104	53.8	102	62.7	104	55.8
35~39歳	145	74.5	143	71.3	143	72.7	146	68.5	145	68.3	144	54.2	144	63.9	144	56.3	145	62.1	143	51.7
40~44歳	149	82.6	152	75.0	151	73.5	150	74.7	150	72.0	152	62.5	152	55.9	151	60.3	151	82.1	152	53.3
45~49歳	183	73.8	182	68.1	182	68.7	187	74.3	188	72.3	179	55.3	183	61.7	181	57.5	187	77.0	174	42.5
50~54歳	117	76.9	118	70.3	120	72.5	118	71.2	117	67.5	119	58.0	119	58.8	117	59.0	116	69.0	117	41.9
55~59歳	125	75.2	123	71.5	121	70.2	126	72.2	124	67.7	127	68.5	128	63.3	126	60.3	121	57.0	120	48.3
60~64歳	179	72.1	175	74.3	175	66.9	180	72.8	177	69.5	180	68.3	179	54.7	178	65.7	160	45.6	176	50.0
65~69歳	162	64.2	161	70.8	163	66.9	160	61.9	157	52.2	167	64.7	157	52.9	164	60.4	143	34.3	156	47.4
70~74歳	144	59.0	145	61.4	146	65.8	137	38.0	137	35.0	144	54.2	140	40.0	144	49.3	127	22.8	137	37.2
75~79歳	66	39.4	67	52.2	66	50.0	62	12.9	61	9.8	64	28.1	65	30.8	67	31.3	60	10.0	63	23.8
80歳以上	88	31.8	88	36.4	93	43.0	85	8.2	84	7.1	88	22.7	89	15.7	88	17.0	83	3.6	89	20.2

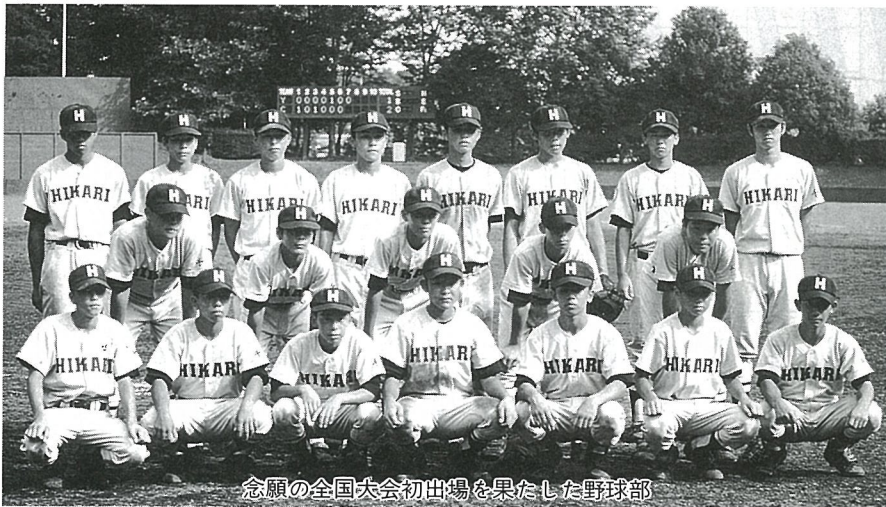
- ・骨粗しょう症検診は、女性の30~64歳（特に40~44歳82.6%）で利用意向が高い。
- ・総合的な健康診査は、特に女性の30~34歳（76.2%）で利用意向が高い。
- ・パンフレット・小冊子の配布については、男性の70~74歳で利用意向が高い。
- ・乳がん検診は、女性の30~64歳で利用意向が高くなっています。（特に30~34歳75%）

光中野球部・陸上（大内君・棒高跳）

全国大会出場



野球部



念願の全国大会初出場を果たした野球部

一点を争う好ゲーム

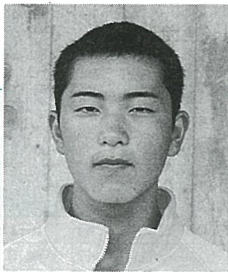
野球部は昨年の県大会、今年8月の関東大会を順調に勝ち進み、8月18日から横浜スタジアムで16チームが参加して開催された第14回全日本少年軟式野球大会全国大会に初出場しました。

- 1 回戦は沖縄県代表チームと対戦、初回のチャンスを生かされず惜しくも敗
- 1 回戦 1-2 (嘉手納中クラブ・沖縄県)
- 2 回戦 2-1 (下吉田中クラブ・山梨県)
- 1 回戦 7-2 (川口市立戸塚中・埼玉県)
- 2 回戦 1-1 (下吉田中クラブ・山梨県)

輝 < 汗
輝 < 青春



陸上部

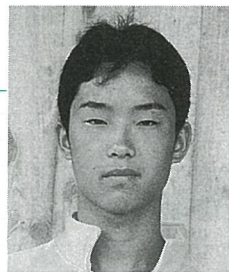


岩澤昭裕君(3年)

110MH 千葉県 第1位
関東大会 第6位

夢は
オリンピック

僕の夢は、オリンピックや世界陸上などの大会で、金メダルをとることです。関東大会では、おしくも6位で終わってしまいました。関東大会での経験を生かして、これから陸上競技者として頑張りたいと思います。



大内崇夫君(3年)

棒高跳 千葉県 第2位
全国大会出場

一番の思い出

僕は、22日に行われた全国大会の共通男子棒高跳に出場しました。大会では自分の思うような跳躍ができず予選落ちしてしまいました。全国大会出場を目標に三年間頑張ったので、中学生生活で一番の思い出になりました。

中学生陸上の最高峰「全日本中学校陸上選手権大会」が8月22日から高知県で開催され、大内崇夫君(3年)が棒高跳に出場しました。棒高跳には、全国から全国標準記録(4m)を突破した35選手が出場。惜しくも予選突破はなりませんでしたが、レベルの高い千葉県大会を勝ち抜き、千葉県代表として立派に競技しました。

また、7月26〜27日開催の千葉県総合体育大会陸上競技大会で、岩澤昭裕君(3年)が110メートルハードルで15秒54、長友誠君(3年)が共通男子三種競技(100m、走高跳、砲丸投)で274得点の好記録で、それぞれ千葉県第1位となりました。岩澤君は、8月8〜9日開催の関東大会に出場、みごと第6位に入賞しました。



左から小野田君・大木君・市原君

空手大会で活躍

総合体育大会空手の部が7月20日、町体育館で行われ、次の3名が入賞しました。

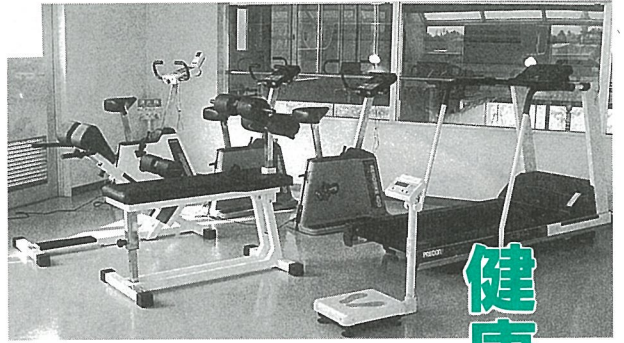
組手小学1・2年生の部

準優勝 小野田貴仁君(橋場)

3位 市原弘樹君(篠原)

組手中学生生の部

優勝 大木孝雅君(橋場)



健康器具で

楽々トレーニング

光海洋センター2階に「健康づくり器具」が設置されました。この器具は、宝くじ助成事業により整備したもので、みなさんの購入した『宝くじ』の売上金が財源となっています。

テニスや水泳のあい間に



体カトレーニングに励んでみませんか。海洋センターでは、みなさんの利用をお待ちしています。

◎器具の紹介

「ランニングマシン」1台
膝や関節への衝撃を柔らげる機能のついた大型ランニングマシン。

「多機能エアロバイク」

3台
自転車をこぐのと同じ感覚で体力アップができ、体力測定もできる多機能付。

「クラッチ・ベンチ」

「ロウアーバック・ベンチ」

各1台
腹筋、背筋をきたえる定番のマシン。

「デジタル体重計」1台
体重を正確に計測できます。

（ご利用される方は、室内用運動靴をお持ち下さい。）

学校教育に寄附

光ライオンスクラブ

学校教育の振興に、8月5日、光ライオンズクラブ（会長・鈴木唯夫氏）から20万円の寄附をいただきました。ありがとうございました。

ふれあいと 対話が築く 明るい社会

＝社会を明るくする運動＝

7月に実施しました社会を明るくする運動は、講話・映画・キャンペーン・愛の募金・慰問品収集等、町保護司、更生保護婦人会、婦人会、中学校をはじめ大勢のみなさんにご協力をいただき盛会裡に終了しました。ありがとうございました。

光町実施委員会

ハローつうしん 砂浜にビーチパラソルの花



「海の日」の20日、木戸浜海水浴場の海開きが行われました。梅雨明け一気に夏本番、好天風波も穏やかで、砂浜にはカラフルなビーチパラソルが花開き「写真」、スイカ割り、ボール蹴りに歓声がはずみまわりました。観光協会主催の催しも盛り沢山で、人気の宝さがしでは特賞の高級自転車車が5人に当たりました。

通信員 山辺光男(木戸)

豪快に波乗り渡御

白浜地区恒例の「しらはま夏祭」が7月26・27日行われました。前夜祭は小学校校庭のステージで歌謡ソニーに大勢の観客が集まりました。2日目は子供、女船みこしのパレードで、神官の御祓いを受け、道中コース、スイカの差し入れとホースの水掛けにワッショイ、ワッショイの掛け声で木戸浜まで威勢よく練り、豪快な波乗り渡御「写真」でフィナーレを飾りました。

通信員 山辺光男(木戸)



'97夏

今年も燃えた!

ふるさとまつり総集編

真城地区のふねやしあいのつが、
 7日(日) (能登地区) 日登地区
 8日(月) 能登地区にじあまがこ
 9日(火) 能登地区にじあまがこ
 10日(水) 能登地区にじあまがこ
 11日(木) 能登地区にじあまがこ
 12日(金) 能登地区にじあまがこ
 13日(土) 能登地区にじあまがこ
 14日(日) 能登地区にじあまがこ
 15日(月) 能登地区にじあまがこ
 16日(火) 能登地区にじあまがこ
 17日(水) 能登地区にじあまがこ
 18日(木) 能登地区にじあまがこ
 19日(金) 能登地区にじあまがこ
 20日(土) 能登地区にじあまがこ
 21日(日) 能登地区にじあまがこ
 22日(月) 能登地区にじあまがこ
 23日(火) 能登地区にじあまがこ
 24日(水) 能登地区にじあまがこ
 25日(木) 能登地区にじあまがこ
 26日(金) 能登地区にじあまがこ
 27日(土) 能登地区にじあまがこ
 28日(日) 能登地区にじあまがこ
 29日(月) 能登地区にじあまがこ
 30日(火) 能登地区にじあまがこ
 31日(水) 能登地区にじあまがこ



お父さんも活躍



ラムネの早飲み



「夢を運んで
幸せのせて」
ひかり音頭に
踊りの輪



東陽

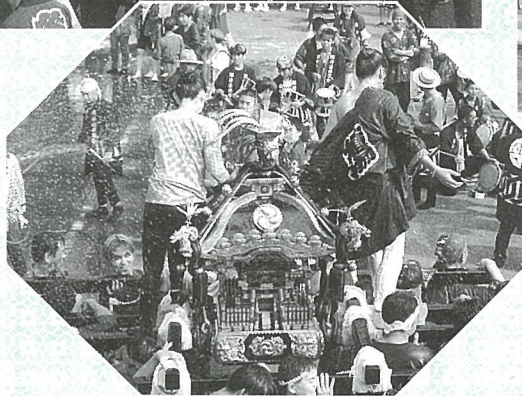


東陽まつりは、みこし一色



男気あふれる「はやし連」

ソーレーソレ、ソレ
まつりも最高潮



自旗



パワー全開



疲れたのでちょっと休憩……



300Kの船みこし、太平洋に挑む！



ゆかた姿が
ステキな2人

はぐくむ光のびる若芽 (16)

谷中 平山 漸

我が家は、母、私たち夫婦、小6の長女、小2の2女、幼稚園年長の3女、メス犬1匹、オス猫1匹、ウサギ1匹、セキセイインコ1つがいの6人と5匹の家族です。

長女は割とのんびり屋だが、社交的で物おしせず、くよくよしないカラツとした性格です。動物が多いのは子供たちが好きな為だが、とりわけ長女は大好きで将来の夢は、「北海道のムツゴロウ王国に行きたい」と言っている位です。動物好きは良い事で、私も忘れていたが子供の頃同じ様な夢を見た事があつたので、その辺は以ているのかも知れない。

せめて世話がちゃんとして出る様になつてもらいたいものである。

2女はとりわけ元気で1人で3人分位元気で、そのくせ1番寂しがり屋でもあつた。物を自分で考えて作つたり、絵を書くのが好きで

思い出を一緒に作る



この辺は両親に似ず長所になつている。今の夢はアイドルになる事らしい。

3女は素直で聞き分けも良く一番おとなしいが、精神的に弱い所が有り、親としては子供のこれからの事を思えば、健康で元気で精神的にも強いのが一番安心出来

るので、この点がちよつと心配である。

私が子供たちに出来る事はあまり無いが、せめて思い出になる様な事は出来るだけ一緒にしてやり、普段は近くで見守る事位かも知れない。あと一番困つているのはしつけ関係です。とにかく全然な

ていない。怒つても優しくほめても一向に身に付かない。前にラジオか何かで一つの良い例を憶えている、それは一番上の子にちゃんとしつけが

出来ればあとは下の子達にも伝わっていくものだと云つた。まあそれが出来なかつた私たち親の責任だが、いまさら言つてもしかたがないので、これからまた、一緒になつて出直したいと思ひます。

食中毒を

防ぼう

シリーズ III


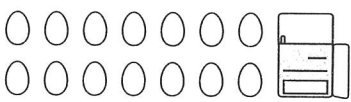
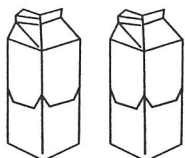

保菌湯とモ

◎食品を保存するときの注意ポイント

- ①早く食べきる(表) 処理を
- ◎密閉して冷凍庫へ
- トレイなどについでいるものは、他の容器に移して冷凍する。
- 冷凍したものは長く保存せず1か月位で使う。
- ◎調理用具はいつも清潔に
- ①洗剤で洗ひよくすすぐ
- ②熱湯で殺菌(まな板等)

- ③煮沸で殺菌(包丁・ふきん・その他の調理用具)
- ④漂白剤で殺菌
- ⑤乾燥させて保管
- ◎調理用具の扱い方(まな板)
- 肉・魚用と野菜用の2枚を常備
- プラスチック製の方が傷つきにくく汚れが落ち、乾燥しやすく衛生的
- 調理の度に熱湯をかけて殺菌、黒ずみが出たら漂白剤で消毒
- 汚れにくいものを選ぶ
- 材質に合わせた殺菌を
- (包丁・鍋・フライパン類)
- 柄の方が汚れやすいので念入りに殺菌
- (ふきん・タオル)
- 清潔なふきんを常備
- 手を洗つてもタオルが汚れていると菌がつくため1日1回は替える
- (その他の調理用具)
- 材質の違うところは、つなぎ目などに汚れがたまりやすい

食品別 食べきる期限一覧

<p>肉・魚類 その日中に使いきるのが基本(最長でも次の日まで)</p> 	
<p>野菜・くだもの類 2~3日(長く置くと栄養価も低下)</p> 	<p>卵 冷蔵保存で2週間</p> 
<p>油揚げなどの豆製品 未開封で4日、開封したらその日中</p> 	<p>牛乳 開封したら次の日中</p> 
<p>ハム・ソーセージ・ベーコンなど 開封したら2~3日</p> 	<p>ねりもの類 開封したらその日中</p> 

※製品によっても違いますので、賞味期限を必ず確認しましょう。



1年4組
中川絵里香さん

中一の海松辺
中川絵里香

※止めやはらいに注意して書きました。



1年1組
岩澤真純さん

中一の海松辺
岩澤真純

※四文字をいれなければならぬので、小さくならないように注意して書きました。



あつまれみんなの力作



1年4組
宮本裕佳さん
※線の力強さとやわらかさを工夫して書きました。

中一の海松辺
宮本裕佳



1年2組
鈴木初美さん
※「女」を書くのにも苦労しました。全体的には、バランスよく書けたと思います。

桜
鈴木初美



1年5組
椎名麻紀子さん
※一文字なのでバランスよく書き、「ツ」と「女」がつながるように書きました。

桜
麻紀子



1年3組
藤井奈々絵さん
※桜の花をイメージして書きました。きれいな線が書けるようにがんばりました。

桜
藤井奈々絵



ひかり歌壇



伊藤 定男(尾垂)

老いの身の動作すべてが緩慢に心ばかりが逸る此の頃

お気持ちは解りますがこれからの貴重な総仕上げの人生です、頑張ってください。

藤代 敏子(宮内)

台風の進路警報しきりにて

乾ける道を葬列が行く

状況がよく解ります。下句で一首が引きまりました。

青柳 フミ(橋場)

車椅子に患者を乗せて病院内

学びしばかりの介護役立つ

自信に充ちた思いが現れています。

高梨 キヨ(木戸)

見はるかすパッチワークの丘なら

大地のパノラマ息のみ眺む

大自然のパノラマは長く印象に残るでしょう。

評者 竹内 紀葉

評者 詠

夕焼けの名残りの雲の紅く刷く空に半月照り初めにけり

船上と南の島で交流

～少年の船グアム・サイパン体験航海～



B & G財団主催の、海外体験航海「少年の船」が7月22日から29日まで行われました。

東京晴海埠頭から「ふじ丸」で出航し、グアム・サイパンで8日間の洋上研修と交流会が行われ、光中から小川猛効君と斉藤浩子さんが参加しました。



友達との絆が
深まった

小川 猛効 (2年)

「少年の船」に参加した理由は、船上での生活を体験し、全国の地域から参加の友達との輪を広げるためです。

洋上運動会の応援合戦はみんなが心を一つにして、うまくいきましたがおしくも優勝できませんでした。グアムの中高校生との交流会、きれいだっ景景色、友達と過ごした時間、一週

間で友達との絆が深まり、思い出がたくさんできました。家に帰ってふり返えるところの八日間が短かく感じられました。心に残る一生の思い出になると思います。

身ぶり手ぶりで

話はずいぶんだ

斉藤 浩子 (2年)

この航海には、全国並びにグアム在住などの中高校生448人の仲間達が参加しました。

グアムでは、現地の中高校生を船に招待して交流会を行いました。私は、このチャンスに積極的に話しか



友達できたよ！(右が斉藤さん)

け16才の友達を見つけることができました。「英語の授業のように話せばいいんだ」と思っていたけれど、簡単に話しても通じて、身ぶり手ぶりもまぎって会話はずみました。洋上での生活や交流などの体験を通じて、日常生活ではできないことを学ぶことができとても良い研修になりました。



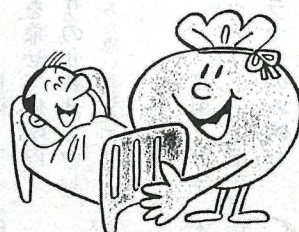
洋上運動会

税のプロムナード

知っていますか

医療費控除

所得税の確定申告の時、誰でも利用できる医療費控除という制度があります。今年、入院等で多額の医療費を支払った人、また、診療、治療等でお医者さんにかかった場合など、一年間に支払った医療費が控除の基礎となります。



医療費控除の計算式

$$\text{医療費控除額 (最高200万円)} = \left\{ \begin{array}{l} \text{(その年中に)} \\ \text{(支払った医療費)} \end{array} \right\} - \left\{ \begin{array}{l} \text{(補てんされた)} \\ \text{(金額)} \end{array} \right\} \\ - 10\text{万円 (所得が200万円未満の人は所得の5\%)} \end{array}$$

(例)

支払った医療費(入院費等) 25万円
 保険会社、高額療養費等から支払われた入院費 4万円
 所得金額の合計額 300万円

(医療費控除額)

$$11\text{万円} = (25\text{万円} - 4\text{万円}) - 10\text{万円}$$

省資源に

ごみの減量に
マイバックキャンペーン



10月1日～12月31日

(具体的内容)

①消費者

- 買い物には、買い物袋を持参する。
- レジ袋・不要包装・過剰包装等を辞退する。
- 簡易包装商品・詰め替え用商品・再利用できる容器商品を選択する。

②スーパー・商店等

「千葉県ごみ減量化推進県民会議」は、毎年度、県民、県民会議構成団体、その他の団体がその年に重点的に取り組む具体的な統一行動プログラムを作成し、一斉行動を行っています。

- レジ袋が必要かレジでの声かけを実施する。
- 店内放送等で簡易包装への協力、買い物袋持参等を呼びかける。
- 包装材の少ない商品の販売や簡素化等により包装材の削減に努める。
- キャンペーンポスターの掲示、キャンペーンの自主広告を実施する。

(実施時期)
通年

(具体的内容)

- すぐごみになるものもとめず、簡易包装商品や再利用できる容器の商品を積極的に選択する。
- 容器の自身は最後まで使い切り、分別して排出する。
- 定められた排出方法に従い適正に排出する。
- トレイ等の店頭回収、資源ごみの回収に協力する。

②事業者

- 容器や包装の工夫等により、ごみの発生抑制に積極的に努める。
- 分別しやすい容器包装商品の開発、販売に努める。
- 資源化しやすい材料の使用に努める。

- ③市町村は次のことを実施します。
- 自らの業務においてごみの削減を図る。
- 商店等へ協力を求める。

できることからひとつでも行動を共にしていただければ幸いです。

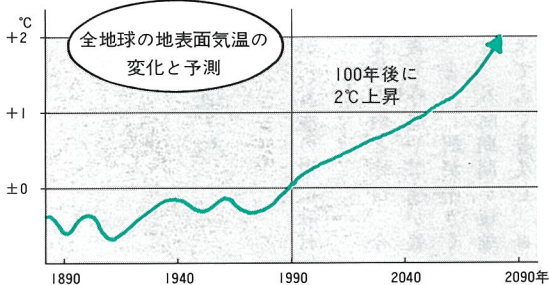
○マイバックキャンペーン
(包装廃棄物減量キャンペーン)
(実施時期)

○分別排出・分別収集推進運動

地球が発熱

～あなたが止める地球温暖化～

エコライフ 100万人の誓いに
参加しよう



- 100万人の誓いは、国民一人ひとりが日常生活の中で実施する地球温暖化防止行動を宣言し、参加登録して自主的に実践していただくもので、多くの方に参加していただき、地球温暖化防止の取り組みに弾みをつけていこうとするものです。
- 参加方法
電話・ハガキのいずれかにより、ご自分の「誓い」と氏名を登録します。
- 「誓い」の選択肢
- ① レジ袋やブックカバーを断り、自分の買い物袋やカバンなどを利用する。
 - ② 缶、ビン、スチロール、トレイなどは分別し、リサイクルする。
 - ③ 冷暖房の温度設定を夏は28度以上、冬は20度以下にする。
 - ④ 蛍光灯や電気機器はこまめに消し、使わない時には主電源を切り、コンセントも抜く。
 - ⑤ 近くの買い物などには徒歩

- ⑥ 洗面や歯磨きをするときなどは、こまめに水をとめる。
 - ⑦ 食器洗いなどの給湯の温度は冷たく感じないギリギリの低めの温度に設定する。
 - ⑧ 日用雑貨や台所用品などにはエコマークのついた商品を購入する。
 - ⑨ 食材をむだなく使い、省エネを心がけて調理するエコッキングを行う。
 - ⑩ 環境家計簿をつけて、環境にやさしい日常生活となっているかチェックする。
 - ⑪ 人を待つ時や荷物の積みおろしをする時は、自動車のエンジンを切る。
 - ⑫ 3階程度の昇り降りはエレベーターを使わず、階段を使う。
- 電話の場合
誓いの番号を選び、音声ガイダンスに従って下さい。
☎031535410477
- ハガキの場合
誓いの番号と住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記入して郵送して下さい。
〒102 東京都千代田区九段南4の7の24 環境情報科学センター 「エコライフ100万人の誓い」係

9月23日(火)は、祝日のため燃えるゴミの収集は休みです。
次回は9月26日(金)です。

可燃ゴミ
収集の休み



東陽病院 佐野隆久 外科医師

健康への

メッセージ

シリーズ ④

胆嚢摘出術に腹腔鏡下手術の導入

胆石症や胆嚢ポリープの患者さんに対して、以前は腹部を大きく切開して開腹し、胆嚢を摘出していました。近年の医療機器の進歩は目覚ましく、CCDカメラを使った電子内視鏡やビデオシステムの普及により、小さな切開創で胆嚢を摘出することが可能となりました。

具体的にどのように行うかという点、臍の下に4cm程度の切開を加え、トラカールという器具を挿入して、そこから二酸化炭素を注入し気腹(お腹を膨らませる)します。そうすることにより、トラカールを介して挿入した電子内視鏡で、お腹の中を観察することが可能となります。次に、腹部に2cm足らずの小さな切開を3か所加え、そこから手術器具(鉗子、電気メス、クリップ等)を挿入して胆嚢を摘出します。胆嚢を摘り終えるまでの一連の操作は、テレビモニターを見なが



ら行うわけで、手術をする者の手が、お腹の中に触れることはありません。

このような手術法を腹腔鏡下胆嚢摘出術と呼び、今までの開腹手術と比較して、手術後の疼痛や苦痛が軽く、入院期間も少なくて済みます。また、創が小さく美容上も優れています。その方法は、入院期間が短縮されることから、医療費の高い欧米で広く普及し、日本では1990年に第1例目の手術が行われました。その後本邦においても爆発的に普及し現在に至っています。このように、一般に普及してから数年余りの新しい手術法ではありますが、現在では他の臓器を摘出することも可能です。また、自然気胸という肺に穴があく病気の治療法としても一般的に行われています。今後はさらに改良が加えられ、様々な病変の治療法として、腹腔鏡下手術は発展していくものと考えられます。

当院でも、世間のニーズに合わせるべく、今年度これらの機器を導入いたしました。今後は、この腹腔鏡下手術に限らず、新しい治療法を積極的に取り入れ、地域住民の皆様の治療に貢献していきたいと考えて居ります。



なつやすみ ぼくたちのえらんだ本 ベスト 10

- ①エルマーのぼうけん ガネット/作
- ②たんだのたんけん 中川季枝子/作
- ③あおい目のこねこ マチーセン/作
- ④うさぎのおうち こうだのりこ/作
- ⑤みどりいろのたね たかどのほうこ/作
- ⑥はじめてのキャンプ 林明子/作
- ⑦なぞなぞのすきな女の子 松岡享子/作
- ⑧いやいやえん 中川季枝子/作
- ⑨きかんしゃやえもん 阿川弘之/作
- ⑩番ねずみのヤカちゃん ウィルバー/作

夏休みにたくさんのお友だちがよんだ本です。
みんな、なんさつよみましたか?

ほんの **森**
— 町立図書館 —
☎043311

今月の展示

新刊

きのご狩りに行こう
——きのこの見分け方、料理の本など——

話題コーナー

- 災害の昭和史
——台風・水害・事故など災害を検証する——
- 住まいのリフォームしてみませんか?
——より暮らしやすい住まいにするための本いろいろ——

健康診査

9月16日から13日間

年1回 受けて安心 健康診査

9月16日から10月8日まで健康診査を行います。
この診査は下表のとおり5つの健診を同時にを行い、皆さんの健康状態を確認する大切な健診です。

受けよう

婦人の健康診査

昨年からはじまった婦人の健康診査（18歳～39歳）の受診率は24・8%で、基本健康診査（40歳以上）の受診率62・9%と比べ、まだまだ低い状態です。今年度は保健活動推進員から、申し込みのなかった30代の女性に受診を勧めています。この機会に是非お受けください。個人負担は200円です。（町では一人当り8、480円を負担します。）

骨粗しょう症健診は

18歳以上の全女性

今年から18歳以上の全女性を対象に行います。すでに申し込みをした方は、日時を指定した葉書をご覧の上、受診票を記入し受診してください。

集落から

送迎バスが出ます

各種検診調査票の申し込みをともに、受診票を郵送

日程表

☆受付時間 午前 9時30分～11時
午後 1時～2時30分

☆集落から会場まで送迎バスがでます。

健診日	対 象 地 区	会 場
9月16日 (火)	午前 桑郷・西高野	町体育館
	午後 橋場(1,2,3,5,9,14番組)	
9月17日 (水)	午前 橋場(6,7,8,10,12,13,17番組)	町体育館
	午後 橋場(4,11,15,16,18,19,20番組、番組外)	
9月18日 (木)	午前 谷中	町体育館
	午後 入・原方	
9月19日 (金)	午前 古屋	町体育館
	午後 宮内	
9月22日 (月)	午前 篠原	町体育館
	午後 作間内	
9月24日 (水)	午前 台・小川台	南 条 小 学 校
	午後 傍示戸・富下・虫生	
9月25日 (木)	午前 芝崎	南 条 小 学 校
	午後 小田部・母子	
9月26日 (金)	午前 木戸	白 浜 小 学 校
	午後 尾垂5区・6区	
9月29日 (月)	午前 白磁	白 浜 小 学 校
	午後 辻・関	
9月30日 (火)	午前 五ノ神・長塚	白 浜 小 学 校
	午後 //	
10月6日 (月)	午前 宝米	日 吉 小 学 校
	午後 新井・二又	
10月7日 (火)	午前 篠本1区・2区	日 吉 小 学 校
	午後 篠本3区	
10月8日 (水)	午前 未受診者	町体育館
	午後 //	

します。新たに希望される方は、保健センターへご連絡ください。また、受診票を受け取った方で健診を辞退する方は、理由を記入して、当日の会場が保健センターまでお返しください。
なお、各集落から会場までバスを運行しますので、ご利用ください。運行時刻のお知らせは受診票と一緒に郵送します。
連絡先 保健センター
☎1158

骨粗しょう症検査は測定器に足をのせるだけ



健診内容

健診名	受ける人 (対象年齢)	検 査 内 容	検査料金
住民検診	15才以上	胸部レントゲン	無 料
		胸部レントゲン	無 料
肺がん検診	40才以上	喀痰検査 (タバコを吸う量の多い人、痰の出る人に容器を配布、3日間の痰をとり後回収します。)	回収時に 400円
基 本 健 康 診 査	40才以上	問診 身長、体重測定、尿検査、血圧測定 診察 保健指導、血液検査	200円
		※必要な人のみ 心電図、眼底検査、ヘモグロビンA1C (糖尿病の心配のある人)	500円
婦 人 の 健 康 診 査	18才～ 39才女性	問診、身長、体重測定、尿検査、血圧測定、診察、保健指導、血液検査 骨密度測定(骨粗しょう症健診と同じ方)	200円 無 料
骨粗しょう症健診	18才以上 女性	超音波伝導法による骨密度測定 片足のかかとを機械にのせて測定します	無 料

第35回

町民体育祭

スポーツの秋
さわやかな汗を流そう

日時 **10月5日(日)**
予備日 10日(金)
会場 **光中学校陸上競技場**

※前日(4日)に町内小・中学生による町旗リレーが行われます。



平成9年10月1日
就業構造基本調査にご協力を



この調査は、我が国の就業・不就業の実態を把握するもので、国や都道府県が雇用政策などの施策を考えていくための基礎資料となります。

選ばれた世帯の15歳以上の皆様には、ぜひご協力くださるようお願いいたします。

企画財政課

ウォークラリー大会

日時 11月3日(月)
8時30分受付開始
場所 白浜地区
スタート・ゴールは白浜小学校
対象者 町内外、年齢問わず
参加費 小学生以上 200円
申込期限 9月30日(火)
申込方法 1チーム2〜5人で編成し、申込用紙(町民会館に用意)に記入のうえ、参加費を添えて申込みください。
申込み・問合せ 町民会館生涯学習課
☎ 1358

※姉妹町の長野県上山田町からも参加されますので、大勢の方の参加をお待ちしています。

秋への誘い

期 日 10月26日(日)~27日(月)
場 所 栃木県日光方面
参加費 13,000円
募集人数 30人
申込期限 9月28日(日)
申込み先 町民会館 生涯学習課
☎ (84) 1358

※申込み人数が30人を越えた場合は、抽選とさせていただきます。

秋のハイキング

ご利用ください
文化の森公園にマレットゴルフコース
文化の森公園芝生広場の外周に9ホール、パー27、全長240mのマレットゴルフコースができました。用具は町民会館生涯学習課に用意してあります。

暮らしのガイド

環境シンポジウム 千葉会議

日時 10月18日(土) 午前10時~午後4時30分
会場 シャープ幕張ビル
(千葉市美浜区中瀬1の9の2)
定員 350名
入場 無料
申込期限 9月25日(木)
申込み・問合せ (財)千葉県環境財団環境学習推進室
☎ 043-224-2691

海浜地区労働教育講座

日時 10月22日(水) 午後1時30分~午後3時
場所 旭市働く婦人の家
(旭市ニの2787)
テーマ 「心身の健康チェック」
講師 矢端正克氏(医師)
参加費 無料
募集人員 100名
申込期限 10月9日(木)
申込み・問合せ
海浜支庁商工労政課労政係
☎ 8050
FAX 2932

ふれあい福祉講座

日時 9月27日(土) 午後1時30分から3時30分まで
場所 九十九里ホーム
デイ・サービスセンター

内容 介護体験教室
「救急法」実技
申込み・問合せ
9月25日までに同センターへ
☎②2115

国民年金生きがい講座

期日 一班 10月14日～15日
二班 10月15日～16日
場所 夷隅郡岬町国民年金保養センター「そとぼう」

内容 年金、教養、健康、趣味(園芸、グラウンドゴルフ)の各講座、健康相談、年金相談
募集人員 各班60人
費用 8,000円

申込方法 はがきに生きがい講座希望と明記し、一班・二班の別、園芸・グラウンドゴルフのどちらかを選択し、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入して郵送。
申込期限 9月24日(水)
申込み・問合せ ☎260-91
千葉市中央区市場町1の

1千葉県社会部国民年金課庶務係生きがい講座事務局 ☎043-223-2382

建設業退職金共済制度(建退共)

建設業で働らく皆さんへ
この制度は、建設業で働く限り、事業所を変えても事業所に雇用された期間全部を通算して退職金が支払われる、建設労働者のための退職金制度です。
問合せ 建退共千葉支部 ☎043-246-7379

犬猫の不妊・去勢手術に助成金

助成額 1頭につき5千円
応募期間 9月20日～26日まで(当日消印有効)
※応募多数の場合は抽選
実施期間 利用券の交付後12月26日までに手術を実施
対象動物 飼い犬・猫(犬は9年度狂犬病予防注射済で、登録がされているもの)
応募方法 獣医師と必ず相談し、往復ハガキに住所・氏名・電話番号・犬・猫及び雄雌の別・名前・年齢・毛色・希望する病院名・狂犬病予防注射済番号を明記
応募先・問合せ ☎260千葉市中央区新宿2の9の7

大利根土地改良区職員募集

結城ビル1階(社)千葉県獣医師会 ☎043-242-1047
職種 事務及び用排水施設管理職員
人員 男子1名
資格 9年度新規高卒者で管内(旭・八日市場市・野栄町・光町・飯岡町・海上町)に居住し、通勤可能な人
申込期間 10月1日(水)～13日(月)
試験日 11月下旬予定
問合せ 千葉県大利根土地改良区総務課 ☎71506

おくやみ申し上げます

8月15日現在受付(順不同敬称略)

行政区	死亡日	氏名	年齢
白磯	7/17	西川 なか	73
宮内	7/20	藤代 進	70
五ノ神	7/22	鈴木いと子	42
宝米	7/23	土屋 よう	84
橋場	7/23	向後 なか	77
小田部	7/28	鈴木 英夫	67
橋場	7/28	向後 正夫	61
長塚	7/28	小松 公	70
尾垂六区	7/31	小林 せい	74

国民年金写真コンクール作品募集

応募要領 四季を通じての県内の風景、行事、名所旧跡、文化財、スポーツなど広報紙の表紙に適したものを。(キャビネ以上四切り、カラープリント) 締切り 9月30日(火)まで
応募先 ☎260-91 千葉市中央区市場町1の1 千葉県社会部国民年金課内国

無料調停相談所

民年金協議会

プラザ研修室
相談者 八日市場調停協会
所属の調停委員

不動産無料相談

境界、相続、税務など不動産に関する無料相談
日時 9月23日10時～5時
場所 エイトピア(八日市場市)
問合せ (社)千葉県宅地建物取引業協会銚子支部 ☎0479-235573

手作り料理を食卓に

104



食生活改善推進員 江波戸孝枝(篠本3区)

材料(4人分)

- ストリングチーズ-----2本
- 切り干し大根-----30g
- 昆布-----5g
- きゅうり-----1本
- かに風味かまぼこ-----5本
- 青しその葉-----5枚

酢みそ

- 酢-----大さじ5
- みそ-----大さじ2
- 砂糖-----小さじ1
- ゴマ油-----小さじ1



チーズと切り干し大根の酢みそ合え

作り方

- 1 チーズは長さ半分に切り、包丁でマツチ軸の倍位の大きさに切れ目を入れて、さいておく。
- 2 切り干し大根はざっと洗い、昆布と共に水に15分つける。食べ易い長さに切り、水けをきり、昆布
- 3 きゅうりは斜めうす切りにしてから、せん切りにしておく。
- 4 かまぼこは半分の長さに切り、はぐしておく。
- 5 青しその葉はせん切りにしておく。
- 6 ①～⑤の材料はよく混ぜ合わせておく。
- 7 ボールに④の材料を入れ混ぜ合わせ、食べる直前に⑥を加えて和え、器に盛る。

一口メモ

切り干し大根は、カルシウムや食物せんいがたっぷりです。

健康カレンダー

●健診・学級・相談

日	月	行事名	対象	時間	場所
10	1	体を動かそう会	機能訓練希望者	午前10時～	芝生広場

●予防接種

月	日	行事名	対象	時間	場所
9	11	風しん	1年生	午後2時	南条小
9	1 30	麻しん	平成7年9月～ 8年8月生まれ	接種を希望する指定医療機関で、 週間前までに予約をとり、受けてく ださい。	
			※平成2年3月～7年8月生まれの未接種者で接種を 希望される方は、保健センターまでご連絡ください。		

※昨年まで越川医院で行っていた麻しん・風しんの予防接種が、今年から下記の指定医療機関であればどこでも接種できるようになりました。(該当児には通知します)
詳しくは、保健センターまでご連絡下さい。

保健センター ☎84-1158

指定医療機関	所在地	電話番号
越川医院	光町宮川2381	84-0103
佐藤クリニック	八日市場市イの2735-4	73-5567
椎名医院	// イの2943	72-0032
城之内医院	// 東小笹86	72-4511
鈴木医院	// 椿706	72-0012
野沢医院	// イの2399の6	73-2245
福島医院	// イの202	72-0175
藤田医院	// ホの3292	72-0308
守医院	// 椿1268	73-5511
八日市場市民総合病院	// イの1304	72-1525
はしば医院	野栄町今泉485	67-5720

おおきく なあれ



まき
真 妃ちゃん(長女)

平成9年5月10日生まれ

越川 安広さん(古屋)

私、ただいま3ヶ月。

特技は寝返り。

次は何をしてパパ達をあどろませよう
かな？

ご婚礼 予約済み申

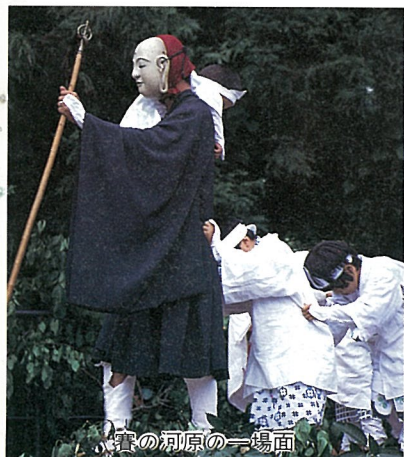


H8・11・10 会館ご利用

理佐ちゃん(長女・左) 瑠美ちゃん(2女・右)

秋山 茂さん(篠原)

申込先
社会福祉協議会 ☎843711



伝統を伝える『鬼来迎』

山すその虫生広済寺に、
鏡鉞の音が響きます。

遠く鎌倉時代から伝わる
全国でも大変珍しい「鬼
来迎」。

生前に罪を犯した亡者が

地獄で釜でや鬼の責め苦
を受け、地蔵や観音菩薩が

救う様を描いた仏教劇。鬼
に追われ逃げまどう子供た
ちを地蔵菩薩が救う賽の河
原の一場面は、集まった観

客の涙を誘い
ました。

毎年8月16

日、地元保存

会により演じ

られる伝統の

劇は、素朴で

温もりが伝わ