



報 廣

No. 376

平成10年

3月号

ひかり

心をつなぐ

早春の光をあび、華の1区を一斉にスタート。

1本のタスキ…それはチームの絆。

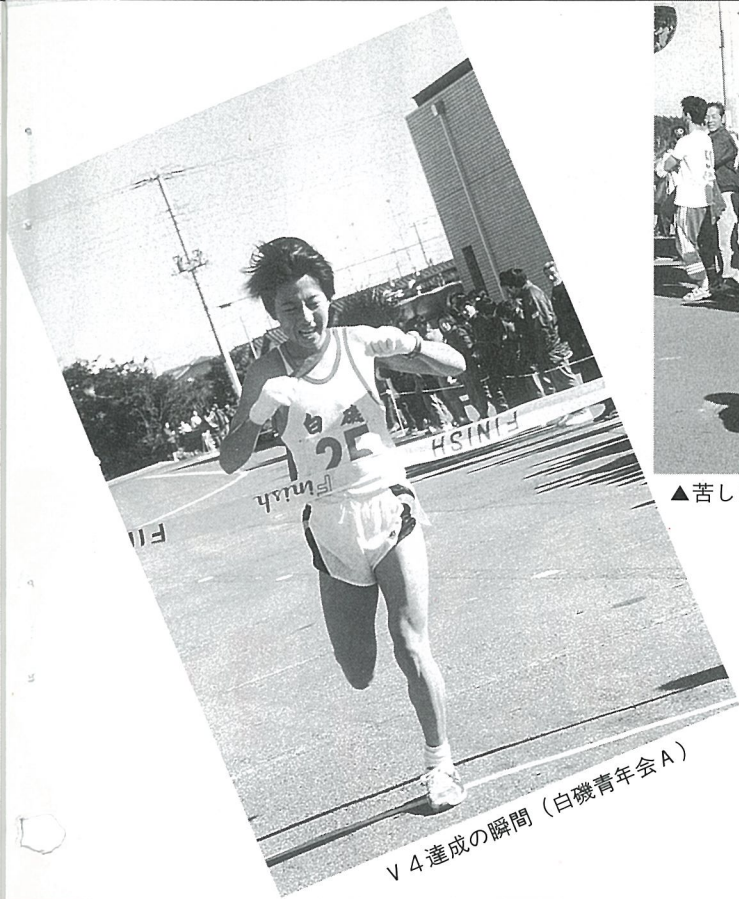
「ガンバレ」の声援を背に、勝利の2文字にタスキをつなぐ。

栄光のゴール目指し
走れ、ランナー!

(2/1 町内駅伝大会)

毎月5日発行・発行編集/光町役場総務課広報防災係・〒289-1793 光町宮川11,902 TEL 0479-84-1211(代)

2月1日現在 町の人口・世帯数 ()内は前月比 人口12,501人(+17) 男6,088人(+15) 女6,413人(+2) 世帯数3,650世帯(+10)



V 4 達成の瞬間 (白磯青年会 A)



▲ 苦しいあけぼの橋をくだり、タスキは第 2 走者へリレー (中学校陸上部 A・桑郷中継所)

総合優勝は中学校陸上部 白磯青年会 A 一般部 4 連覇

好天に恵まれた 2 月 1 日 第 31 回町内駅伝大会が行われました。

一般・中学生男女・小学生の 4 部門に 59 チームが参加、みごと中学校陸上部 A が総合優勝、一般は白磯青年会 A チームが堂々の 4 連覇を飾りました。

日吉小前を午前 10 時にスタート、あけぼの橋を渡り木戸十字路を折り返しゴールの役場をめざす 16・2 キロのコースでタスキをつなぎました。

レースは、1 区で先頭にたった白磯青年会 A を、2 区で辻チームが抜くトップ争いを繰り上げましたが、3 区でトップに立った中学校陸上部 A が堅実にタスキをリレーして堂々の総合第 1 位。2 位は中学校バスケット部 A。V 4 に燃える白磯青年会 A も 6 区で懸命の力走を見せ 3 位 (一般の部・1 位) でゴールしました。沿道や中継所にはおおぜいの人が集まり盛んな声援を送っていました。

一般の部

- 1 位 白磯青年会 A 63分10秒
- 2 位 谷 中 64分07秒
- 3 位 辻 64分54秒



白磯青年会 A

日々の練習の成果が実を結び 4 連覇という偉業を成し遂げることができました。来年もこの記録が継続されるよう 5 連覇に向けチーム全員で頑張っていきます。(向後輝雄さん)

区間	氏名 (チーム名)	記録
1	伊東 浩 (白磯青年会 A)	14分02秒
2	実川 光 (辻)	4分40秒
3	越川 宏樹 (二又 A)	7分09秒
4	倉持 友久 (谷 中)	10分45秒
5	越川 克男 (谷 中)	10分08秒
6	向後 智之 (白磯青年会 A)	12分42秒

区間賞と記録

区間新記録



終了後は、あじさいのみなさんによるトン汁と甘酒のサービス

10・15・20・25回 出場達成者

回数	氏名 (チーム名)
25	実川 通 (辻)
20	鈴木健夫 (小川台)
	越川克男 (谷中)
	大木義之 (西高野)
15	須合 崇 (小川台)
	大木要輔 (西高野)
	向後 甚一 (サファイヤA)
10	鈴木正雄 (二又 B)

(敬称略)



小学生の部

- 1位 白浜スポーツ少年団 A 69分26秒
- 2位 光 JEggs.FC A 70分10秒
- 3位 南条スポーツ少年団 70分15秒



白浜スポーツ少年団A

寒い毎日、いつもみんなと練習した成果がでて、初優勝できました。今度は野球で一番になります。

(椎名亮太郎・6年)

中学生女子の部

- 1位 陸上部 A 71分06秒
- 2位 テニス部 A 76分31秒
- 3位 テニス部 B 77分06秒



陸上部 A

1区から6区までのタスキが来た時に、ゴールまではこべるか心配でしたが、町の人たちの応援が自分の力になりゴールできてよかった。

(佐藤絵美さん・2年)

中学生男子の部

- 1位 陸上部 A 59分57秒
- 2位 バスケット部 A 63分02秒
- 3位 陸上部 B 64分53秒



陸上部 A

59チームも出場した中、全体で優勝できて本当にうれしいです。これも応援してくれたみんなのおかげです。

(越川秀一君・2年)

区間	氏名 (チーム名)	記録
1	郡山 勇 (光JEggs A)	7分18秒
2	伊藤 優太 (東陽スポ少A)	8分52秒
3	仲村 貴宏 (白浜スポ少B)	5分47秒
4	秋葉 雄太 (白浜スポ少A)	7分28秒
5	浅野 雅之 (南条スポ少)	11分35秒
6	向後 雄仁 (東陽スポ少)	11分21秒
7	実川 美邦 (光JEggs A)	13分07秒

区間	氏名 (チーム名)	記録
1	宮本 裕佳 (陸上部 A)	7分37秒
2	椎名 祐香 (陸上部 B)	9分13秒
3	中島 千明 (陸上部 A)	5分40秒
4	川島 美紀 (テニス部A)	8分08秒
5	増島 妙子 (バレー部A)	13分52秒
6	林 あゆみ (陸上部 A)	11分11秒
7	佐藤 絵美 (陸上部 A)	12分47秒

区間	氏名 (チーム名)	記録
1	岩井 進 (陸上部 A)	14分52秒
2	宮川 伸二 (野球部 A)	4分46秒
3	岩澤 昭裕 (陸上部 A)	6分56秒
4	上原 昌也 (陸上部 B)	11分24秒
5	伊藤 康之 (陸上部 A)	9分26秒
6	関 健作 (陸上部 A)	11分45秒



剣道大会で活躍

第27回海匝地区少年少女剣道大会が1月25日、旭市民体育館で行われ、3名が入賞しました。

6年生女子の部

準優勝 鈴木菜生さん（小川台）

5年生男子の部

優勝 大木和樹君（篠本二区）

低学年女子の部

敢闘賞 加瀬千秋さん（篠本三区）



体育の振興に貢献 市原文夫氏（関）に 地方体育振興功労表彰

2月20日、千葉県文化会館で、永年の地方体育振興への功績が認められ、千葉県教育長より表彰を受けました。

市原氏は現在、町体育協会会長、町スポーツ少年団本部長を務め、町社会体育の振興に貢献されています。

地域の防犯

交通安全活動に功労

- 1月19日、八日市場警察署で、八日市場警察署管内で地域の活動に貢献された14名の方に署長より感謝状が贈られ、当町では次の方に贈られました。
- ◇防犯活動を積極的に推進
大木正氏（谷中）
- 光町防犯協会会長
- ◇地域の交通安全活動に多大な尽力
吉田二三男氏（長塚）
- 八日市場交通安全協会 監事
- ◇町内各駐在所等の環境美化に貢献
吉岡武二氏（橋場）

4月 1日 から

残土条例スタート

土地の埋立てにご注意を



パトロールで残土の不法投棄を指導

- 有害物質を含んだ土砂の埋立てによる土壌汚染や、無秩序な埋立てによる土砂崩れなどの災害から、町民の皆さんの快適な生活環境を守るため、県と市町村が協力して全国で初めての（通称）残土条例が4月1日から施行されます。
- これによって、有害物質ごとに設けられた安全基準に適合しない土砂は、埋立てに利用できなくなりま
- た。
- ◇埋立て事業者は
 - 土砂の埋立てによる土壌汚染や、土砂崩れなどの災害の発生がないよう安全に留意して事業を行う。
 - 千葉県内で3,000㎡以上以上の埋立てを行う場合は、新たに知事の許可が、町内で500㎡以上3,000㎡未満の埋立てを行う場合は、新たに町長の許可が必要になります、次のことが義務付けられました。
 - ▽事業開始前に事業区域の地質検査を行うこと。
 - ▽埋立てに使用する土砂の地質、量を県・町へ報告すること。
 - ▽土砂が場外に流出しない
- 千葉県内で3,000㎡以上以上の埋立てを行う場合は、新たに知事の許可が、町内で500㎡以上3,000㎡未満の埋立てを行う場合は、新たに町長の許可が必要になります、次のことが義務付けられました。
- ▽事業開始前に事業区域の地質検査を行うこと。
- ▽埋立てに使用する土砂の地質、量を県・町へ報告すること。
- ▽土砂が場外に流出しない
- 事業完了時に県・町の確認を受けること。
- ▽県に提出した書類等を、周辺の住民などに縦覧すること。
- ◇土地所有者にも責務が
 - 県条例及び町条例共に第4条では、土地所有者責任についても明らかにしています。土地を提供する時は、土砂などの埋立てによる土壌の汚染や災害が発生するおそれのないことを確認し、これらのおそれのある場合は、土地を提供しないよう務めることとしています。
 - 町民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。
 - ◇問合せ
 - 3,000㎡以上
千葉県環境部産業廃棄物課 ☎043(223)2683
 - 500㎡以上3,000㎡未満
役場保健衛生課環境係 ☎(84)1211

(内線) 217・218

会社をやめたら

退職者医療制度

70歳
未満の方へ

長年勤めていた会社や役所を退職し、国保に加入して年金で生活をしている人は、70歳になって老人保健法の適用を受けるまでの間、「退職者医療制度」による医療を受けることになります。

どんな人が加入するのか

- ①国民健康保険に加入している人
- ②老人保健法の適用を受けていない人
- ③厚生年金保険や各種共済組合の年金制度から老齢（退職）年金、通算老齢（退職）年金を受けている人で、これらの年金制度の加入期間が20年以上、または40歳以後の期間が10年以上ある人
- ④退職者医療制度の適用者本人の配偶者（事実上婚姻関係と同様の事情にある人も含む）。退職者医療制度の適用者本人と同じ世帯で、その者の収入によって生活している三親等内の親族＝退職被保険者の扶養家族

いつから資格ができるのか

退職者医療制度への加入資格は、年金受給権が発生した日から適用となります。

届け出

年金証書を受けとったら、14日以内に国保担当窓口へ印鑑、保険証、年金証書を添えて届け出てください。

どのくらいの給付が受けられるのか

届け出により受けた「国民健康保険退職被保険者証」を医療機関の窓口提出して診療を受けてください。

退職者医療制度で診療を受けると、次のような割合で給付が受けられます。

知っておきましょう

特例療養費

退職被保険者の資格が発生してから国保に届け出をする間に、医療を受け、一部負担金(3割)を支払ったとき、退職被保険者の一部負担金(2割)との差額が申請により払い戻される制度です。

退職者医療制度の適用を受けなくなるのは次の場合です。

- 老人保健法の医療を受けることになったとき。
- 退職被保険者本人が亡くなったとき(この場合、扶養家族は一般の国保の被保険者となります)。

本人

入院・通院

8割給付

(自己負担は2割)



家族

入院

8割給付

(自己負担は2割)

通院

7割給付

(自己負担は3割)





福祉だより

パート④

臨時福祉特別給付金が支給されます

所得税等の特別減税に関連し、今年も老齢福祉年金等の受給者や65歳以上（昭和8年2月1日以前に生まれた方）の低所得の方々に、臨時福祉特別給付金が支給されます。支給を受けられる方は3月20日までに申請書の提出が必要となります。

福祉給付金

（年金・手当受給者）

1万円

●対象者

今年の2月1日（基準日）に、今年2月分のいずれかの年金または手当を受給できる方。

- ① 老齢福祉年金
- ② 障害基礎年金等
- ③ 遺族基礎年金等
- ④ 児童扶養手当
- ⑤ 特別児童扶養手当
- ⑥ 特別障害者手当
- ⑦ 障害児福祉手当
- ⑧ 福祉手当（経過措置分）
- ⑨ 原爆被爆者諸手当

※上記の②及び③の受給者の一部の方は、年金の種別により9年度分の町民税が課税されなかった方のみが対象となります。

※基準日に生活保護を受けている方や社会福祉施設に入所中の方は支給されません。

介護福祉金

（在宅で常時介護の必要な方）

3万円

●対象者

基準日に生活保護を受けている方、または9年度分の町民税所得割が課税されなかった方で、次のいずれかに該当する方。

- ① 昨年の8月1日以前（6か月以上）からねたきり、または痴呆等で常時介護が必要な65歳以上の方。
- ② 今年2月分の特別障害者手当、障害児福祉手当、福祉手当を受給できる方。

※本人が他の方の控除対象配偶者や扶養親族となっている場合、扶養者も町民税所得割が課税されなかった場合に限りです。

※基準日に、病院、診療所、老人保健施設に昨年10月31日以前から継続して入院や入所中の方、特別養護老人ホームなどの社会福祉施設に入所中の方には支給されません。

※介護福祉金は、ねたきりのお年寄りなどの在宅介護の支援を目的に支給されますので、同一の方が福祉給付金や特別給付金に該当する場合でも支給されます。

特別給付金

（65歳以上で所得の少ない方）

1万円

●対象者

基準日に65歳以上で、9年度分の町民税が課税されなかった方。（本人が他の方の控除対象配偶者や扶養親族となっている場合は、扶養者も町民税が課税されない場合に限りです。）

※生活保護を受けている方、福祉給付金の支給要件に該当する場合は、支給されません。

支給を受ける手続き

申請書に記入のうえ提出してください



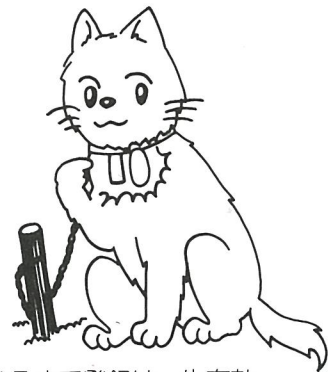
期限 3月20日(金)

提出先 住民福祉課福祉係

(問合せ) ☎84-1211 内線156

支給時期は4月中旬の予定です

愛情と責任をもって正しく飼いましょう

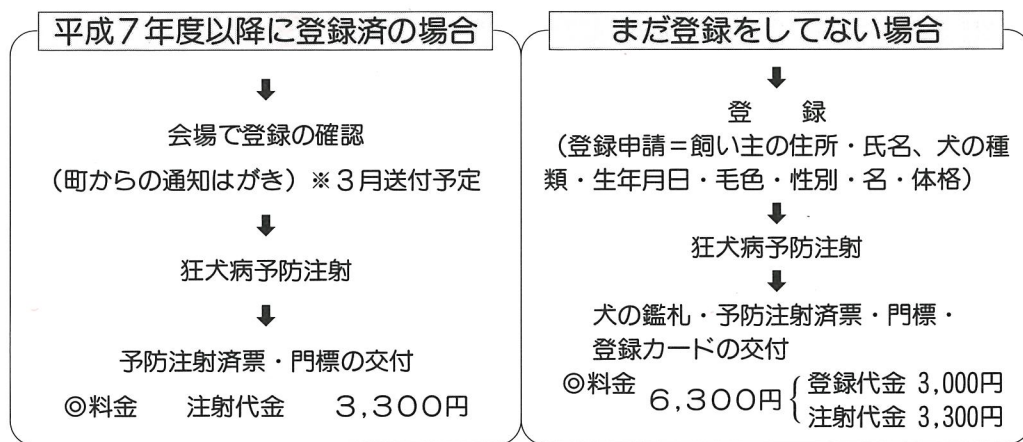


犬の登録は生涯に1回 狂犬病予防注射は毎年1回

犬の登録制度が変わり、1度登録（平成7年4月1日以降）すれば飼い犬が亡くなるまで登録は一生有効です。しかし、狂犬病予防注射は毎年受けなければなりません。

今年も、犬の登録と狂犬病予防注射を実施しますので、お近くの会場で行ってください。

●注射会場での流れ



※ 次の場合、会場では注射ができません。

- 重い病気にかかっていることが明らかなもの（心不全・腎不全等）
- 過去にワクチン等により、アレルギーなどの異常をおこしたものの。
- 人を咬んだことがある。（狂犬病の鑑定が済んでいない場合）

●会場で登録・狂犬病予防注射を受けられなかった場合は、最寄りの獣医さんで予防注射を受け、注射済票交付・登録の手続きは、保健衛生課環境係までお越しください。

●次の場合、犬の飼い主の方は届出をしてください。

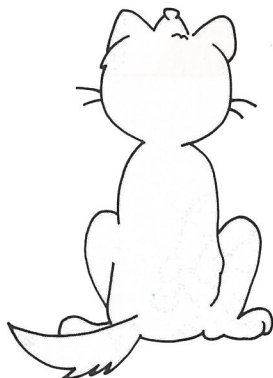
生涯1回の登録により、犬の頭数を正確に把握するため、届出義務が法律で決定されました。

- ①飼い犬が死亡したとき
- ②飼い犬の所在地が変わったとき
- ③飼い主の住所が変わったとき
- ④飼い主が変わったとき

届出先 保健衛生課環境係 ☎84-1211 内線218

犬による 事故をなくそう

- 犬の放し飼いは禁止されています。守りましょう。
- つないである犬は、通路や道路まで出ないようにしましょう。
- 早めにつつけをきちんと行い、飼い主の言うことをよく聞くように訓練する。
- 最後までめんどろをみる。捨てる法律で罰せられることがあります。

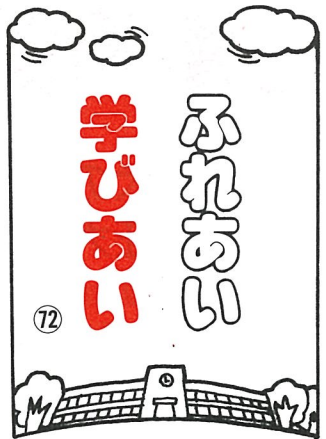


畜犬登録・狂犬病予防注射日程

期日	時間	会場	対象地区
4月6日 (月)	9時30分～11時30分	篠本二区公民館	日吉
	12時30分～14時30分	宝米公民館	
4月7日 (火)	9時30分～11時30分	J A そうさ南条支所	南条
	12時30分～14時30分	小田部青年館	
4月8日 (水)	9時30分～11時30分	J A そうさ東陽支所	東陽
	12時30分～14時30分	入区民館	
4月9日 (木)	9時30分～11時30分	J A そうさ白浜支所	白浜
	12時30分～14時30分	尾垂六区青年館	
4月10日 (金)	9時30分～11時30分	光町保健センター	全地区
4月12日 (日)	8時30分～10時30分	光町保健センター	全地区

手づくりの楽しさを

南条小で竹ぼうき作り



工夫すれば
買わなくても使える

5年 林 なつき

おじいさん、おばあさんに教えてもらって竹ぼうきを3本作りました。

「工夫すれば買わなくても使えるんだな」と思いました。キリで竹に穴をあけるのが楽しかった。

一番楽しかった学習

5年 実川 貴之

ぼくは竹ぼうき作りをしてよかったです。

初めはどう作るのかわからなかったが、だんだん楽しくなってきた。今までの学習の中では一番楽しかった。こういう学習もたまにはいいなと思いました。



竹ぼうき作りのポイントは、穂の並べ方。手ほどきをうけ、子供たちは一生懸命です。



「手づくりの楽しさを子供たちに」と、2月7日、南条地区社会福祉協議会（佐久間英一会長）の協力で、竹ぼうきづくりが行われました。穂の部分になるもうそう竹は、昨年10月に切り取り3ヶ月間天日干しをしたもので、この日、鈴木総男さん（小川台）の指導を受けながら柄となる真竹と組み合わせ80本ほど作りました。子供たちは慣れない手つきで戸惑いながらも物をつくる喜びと大切にす

る心を学びました。竹ぼうきは学校や自宅で使うほか老人ホームや八日市場養護学校へ寄附されます。

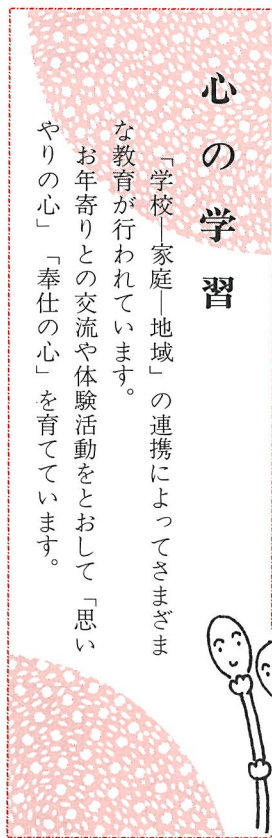
りっぱな竹ぼうきができ
ありがとうございました。

“心のおに”を やっつけろ！

＝ 日吉小で豆まき集会 ＝

心の学習

「学校―家庭―地域」の連携によってさまざまな教育が行われています。お年寄りとの交流や体験活動をととして「思いやりの心」「奉仕の心」を育てています。



「福は内、鬼は外」……

節分のいわれを知ってみんなで楽しいひとときを過ごそうと、1月31日日吉小学校で豆まき集会が行われ、豆まきやゲーム、各学年から「呼びよせたい福」、「心から追いはらいたい鬼」の発表がありました。

1年♡みんな健康でなかよくできる福

● かげおに、なかよくできないおに

2年♡健康で笑顔いっぱい

になる福

● おしやべりおに、病気おに

3年♡健康福

● あだ名おに、悪口おに

4年♡がんばる福

● さばりおに、いたずらおに

5年♡健康福

● 忘れ物おに

6年♡自分の意見をはっきり言える福

● 悪い言葉使いおに





4年 行方真太郎君



『火はこわい』

※色ぬりがむずかしかった。バックの黒をたいらにぬるのは、とても大変だった。



1年 あやせ 齊藤綾瀬さん



『消防車』

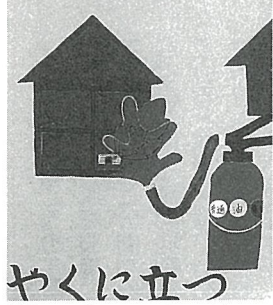
※消防車がむずかしかつたです。クレヨンで水や煙の色を出すのに苦労しました。



あつまれ みんなの力作



火事の時 備えがあって



『備えがあって役に立つ』

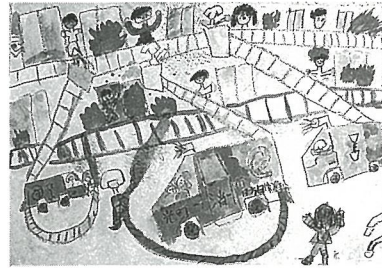


5年 森 優子さん

※色あいを考えたり、バックをむらがないようにぬるのが大変だった。



2年 たくや 石井琢也君



『こわい火事』

※火事でおどろいてる人のようすや、炎と水しぶきの色などをくふうしました。



6年 土屋 誠君



『火事の原因』

※火災の原因をわかりやすく大きくかきました。色の組み合わせを工夫しました。



3年 ゆうき 川島祐希君



『ちよつとした小さな火から 大きな火事』

※ぼくが防火ホスターを書く時一番たいへんだったのは、バックでした。



ひかり歌壇



鈴木甲子幸 (白磯)

千年の歴史もりこむパンフレット

稿書きあげて炬燵温とし

思はず御苦勞様の言葉が出ます。

結句でほっとしました。

伊藤 定男 (尾垂)

豊年の兆と聞けり春の雪

雫となりてリズム奏でる

下旬に春の喜びがこめられまし

越川 福子 (宮内)

荒々しき木肌ゆ直に吹き出たる

梅の蕾の白ささわ立つ

観察の視線がゆき届いているに敬服いたしました。

土屋 好 (虫生)

独り居の友の好物焼き芋を

肌温めて路地を急ぎぬ

日常の事ながら句々に遊びがなくよく活写されて優しい心情が表現されました。

短評 竹内 紀葉

茜色に映ゆる西空澄み渡り 眉月浮ける清浄の宵

評者誌

「眉月、眉のような月、新月」

はぐくむ光のびる若芽

(167)

長塚 渡邊睦子

わが家は、主人、私、中三の長男、小三の二男、小一の三男の五人家族です。

千葉市から光町に越してきて八年、自然に囲まれた環境の中で子供たちはのびのびと育っています。

中三の長男は、ただいま受験生。下の子と年齢が離れているので、一人つ子のように育つたせいかのんびり屋さんです。十四才という大変むずかしい年頃で、だんだん親離れしつつあり、少し淋しい気持ちはありますがこれも成長の一つと思いついて見守っています。

一男は、料理の手伝いなどよくしてくれ、女の子のいないわが家では助かっています。

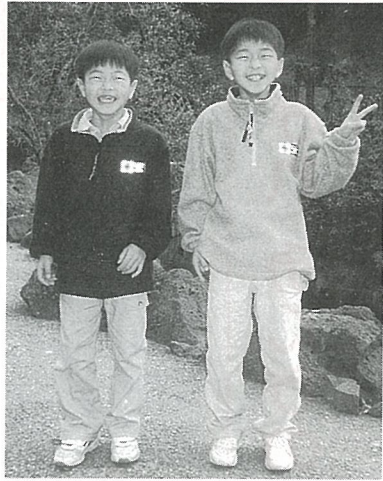
二男は、マイペースで末っ子だけあって要領がよくちゃっかり者です。

主人の仕事が朝早く夜遅い事が多く、平日は子

テレビで近ごろの子供の育ち方や、家庭環境、学校での先生との関わりなどいろいろ意見を聞いていると何が一番いいのかわからなくなり、これから先のことを考えると不安になります。でも、いつまでも素直な気持ちを

持ち、人の傷みや命の大切さをわかつてほしいと思います。子育て十五年、まだまだ

人の傷みや命の大切さを



▲一緒に汗を流し、コミュニケーションを取っています。

いく中で、自分の決めた道を歩いていくことでしょうか。それまでは子供たちが、自分で歩ける体力、気力をつけてやれたらいいなあと思っています。

最近では、ごく普通の子が事件をおこす事が多くなつてきています。

だこれからも続きますが、一年一年子供とともに年を重ね、いつまでも子供たちを見守っていきたいと思います。

保健婦メモ

乳幼児の歯の健康

●乳歯と永久歯

歯の生える時期は個人差がありますが、一般に乳歯は7か月頃から生え始め、3歳頃上下20本が生えそろう、6歳頃から順々に永久歯に生え替わります。

●乳歯の大切さ

「乳歯は生え替わるから虫歯になっても大丈夫」と思っている人はいませんか。これは大きな間違いです。乳歯は次のような働きをしています。

①永久歯の案内役

乳歯を虫歯で抜いてしまうと永久歯が生える場所を見失い、悪い向きに生えてしまいます。歯磨きもしに

くいため、虫歯になりやすい状態になります。

②言葉を整える。

③顔かたちを整える。
④食べ物をおいしく、良く消化して食べる。

このため、健康な乳歯を維持していく必要があります。

●虫歯の予防

虫歯を予防するために、次の点に注意しましょう。
①3度の食事とおやつ後は歯磨きを習慣に。
外出の時は、ブクブクうがいだけでもしましょう。

②ひとり磨きをさせる。
幼児は大人のまねをしたがるので、大人も一緒に歯磨きをすると良いです。ひとりですらたたくさんほめてあげましょう。

※3歳以下では、自分で磨いた後、必ず大人が仕上げ

磨きをしましょう。
③食事やおやつ時間を決める。

だらだらと食べ、いつまでも口の中が汚れていると、虫歯の細菌に栄養を与えていることになりま

④甘すぎるもの、ネバネバしているものは少量に。
甘い飲み物の他、あめ、チョコレート、ガム等、歯にこびりつきやすいものは控えましょう。

⑤歯科検診を定期的に受ける。
虫歯の予防と早期発見につながります。

⑥虫歯ができた時は、早めに受診し、必ず治療をしましょう。

乳幼児期の歯の健康は、8020運動(80才で20本の歯を保つ)につながります。虫歯を作らないように心がけましょう。

3歳児の40%以上が虫歯を持っています



町の虫歯(乳歯)保有状況

	1歳6ヶ月児	3歳児
8年度	6.6%	47.6%
9年度	9.5%	42.9%

8年度と9年度ではあまり大きな変化はみられませんが、3歳児になると虫歯のある子が急激に増加しています。

乳歯が生えてきたら虫歯にならないように心がけましょう。



東陽病院 後藤憲一郎 整形外科医師

痛みはつらいものです。外来では、症状にあわせて痛み止めを処方したり、注射をしたり、リハビリをしたりするようにしています。良くなるまでにかかり長

健康へのメッセージ シリーズ⑫

光町のみなさん、こんにちは。少しずつ暖かくなってきたようですが、いかがお過ごしでしょうか。今回は、五十肩のお話をしたいと思います。外来の患者さんの中には、肩の痛みを訴える方がたくさんいます。病院で受診していない人の中にも、最近、とくに原因もはっきりせずに肩が痛くなり、動きも悪くなったと感じている方が結構いらっしゃるのではないのでしょうか。このような場合の多くは、40〜50歳ぐらいから生じてくる肩関節およびその周囲組織の退行性変化が原因と考えられ、いわゆる五十肩といえます。これは、ひとつの原因から起こるのではなく、肩の周りの筋肉、腱、靭帯、関節包（関節を包んでいる袋）などが、中年以降に変性（小さな断裂や肥厚を生じる）したり、炎症を起こして癒着したりすることにより、肩関節痛と運動制限を主体とする症状が生じるものです。初期には痛み（とくに夜間）が強く、次第に痛みは収まってくるのですが、関節の動きが悪くなります。しかし、その後1〜2年の経過で、だんだん症状が改善してくることが多いようです。もちろん悪い病気というわけ

ではないのですが、肩の痛みはつらいものです。外来では、症状にあわせて痛み止めを処方したり、注射をしたり、リハビリをしたりするようにしています。良くなるまでにかかり長

健康への

メッセージ

シリーズ⑫

五十肩



い期間かかるといわれています。あせらずに根気よく治してもらえればと思います。五十肩というのは誰でもなる可能性がありますが、治療によっては痛みをできるだけ少なくし、治るまでの期間を短くすることができますので、肩に痛みのある方は一度ご相談下さい。それから、外来をやっている、患者さんがよく勘違いされていることにお答え致します。

(1) 湿布は冷たい方がよいか、暖かい方がよいか？

これはどちらでも構いません。湿布には冷やしたり暖めたりする効果はほとんどありません。冷湿布、温湿布という名前がついているために誤解されますが、どちらの湿布を貼っても皮膚の温度はほとんど変化しません。湿布は、そこに塗布されている薬が皮膚を通して浸透していくために効果があるのです。貼り心地の良い方を貼って下さい。

(2) ひびは骨折ですか、骨折ではないのですか？

骨折です。骨折とは、難しくいうと、生理的な骨の連続性を断られた状態をいい、ひびもこの状態にあたるために骨折といえます。何かご質問があればお気軽にどうぞ、よろしくお願

◆東陽病院の休日当番日

3月22日(日) 午前9時〜午後5時

医師2名が待機、来院の際は事前に電話をしてください。

☎(84)1335

☆☆☆ 春休み映画会 ☆☆☆

101……101匹わんちゃん実写版

期 日 3月22日(日)
上映時間 1回目 午前10時30分
2回目 午後2時

定員 各100名
入場

整理券(無料)を
3月7日(土)から
図書館カウンタ
ーで配付。



おはなし会

毎月第1・3土曜日
2時〜2時30分

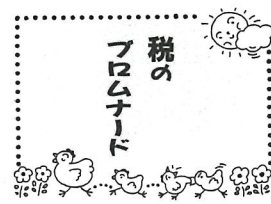
子供たちは、おはなしが大好きです。図書館では絵本の読みかきやおはなしを行っています。こわい話、ドキドキするお話、まほうつかいが出てくるお話など内容はいろいろ毎月第一と第三土曜日、午後2時から2時30分まで。4才以上。おはなしのへやに5分くらい前にきて下さい。これからのおはなし会

○3月7日(土)
「おなかのかわ」ほか
○3月21日(土) 「くまのコールテンくん」ほか
○4月4日(土) 「まほうつかいバーバ・ヤガー」ほか



＝ 町立図書館 ＝
☎843311

軽自動車の届け出は お早めに



軽自動車（原付き、二輪軽四輪など）税は、毎年4月1日現在の所有者または、使用者に課税される税金です。次の場合は、必ず廃車、名義変更の手続きを行ってください。

- ①住所が変わったとき
 - ②下取りなど車を譲渡したとき
 - ③事故や古くなって、車を使わなくなったとき
 - ④所有者または、使用者が亡くなったとき
 - ⑤盗難にあったときなど
- ※警察に盗難届けを出したときには、必ず盗難受理番号を確認してください。町ナンバーの廃車手続きに必要なになります。
- 問い合わせ先
軽自動車四輪
軽自動車検査協会千葉事務局
☎043-245-0163
〈軽二輪・小型二輪〉
関東運輸局千葉陸運支局
☎043-247-3337
〈原付き、農耕作業用車〉
役場税務課 ☎1211

4月1日から

新しい保険証に 変わります

大切に使いましょう

国民健康保険の新しい保険証は、3月末日までに郵送します。保険証が届いたら内容の確認をしてください。

保険証が届かなかつたり、内容に誤りがあった場合は役場保健衛生課国保係にご連絡ください。

☎1158内線216

もう一枚必要な時

保険証は1世帯1枚が原

則ですが、修学などで他の市町村に住む時は、申請するともう一枚保険証が交付されます。

○申請に必要なもの
在学証明書（4月1日以降に発行されたもの）
保険証・印鑑

なお、9年度の保険証は3月31日が有効期限です。有効期限が過ぎたら、各自で処分をしてください。

ふれあいテニス 参加者募集

“初心者大歓迎”



期 間 4月～5月 毎週木曜日（計6回）
時 間 午後7時～9時
場 所 光しおさい公園・テニスコート
参 加 費 無料（講師による指導があります）
対 象 者 18歳以上の未婚男女（町内勤務者も可）
申込期限 3月20日（金）
申 込 先 農業委員会事務局

☎1211 内線167

教室予定表

教室名	曜日	指導時間	対象者	教室名	曜日	指導時間	対象者
幼児教室	日	9:30～11:00	4・5歳児 (未就学児)	一般教室	木	20:00～21:00	16歳以上の男女
学童教室	火	17:00～18:00	小学生		金	19:30～20:30	
	水	17:00～18:00			土	13:00～14:00	
	木	16:00～17:00			土	19:00～20:00	
	金	17:00～18:00			土	20:00～21:00	
	土	16:00～17:00		女性教室	火	11:00～12:00	16歳以上の女性
	土	17:00～18:00			水	19:30～20:30	
日	13:00～14:00	木	10:00～11:00				
初心者教室	木	20:00～21:00	16歳以上の男女	木	19:00～20:00	60歳以上の男女	
				火	10:00～11:00		
				水	19:00～20:00	16歳以上の女性 (10回コース)	
				火	19:00～20:00		

水泳教室生募集



海洋センターでは今年もいろいろな教室を用意しました。

週一回の水中での運動で健康・体力づくりを行ってみたいかがですか。

申込期限 3月25日（水）まで
申 込 先 海洋センターまたは電話で申込みください。

☎3510

暮らしのガイド

国の教育ローンのご利用

子供が大学に合格した、でも入学金や授業料をどうしようか...とお悩みの方、「国の教育ローン」は、手続きが簡単で金利が低いうえに、公的な融資制度で安心して利用できます。

利用できる方

○ 融資の対象となる学校に入学、在学される方の保護者で、年間収入が1210万円（事業所得者990万円）以内の方。
（親族、本人でも利用できる場合があります。）

融資の対象となる学校

○ 高等学校・短期大学・大学・大学院・専修学校・各種学校・盲学校・聾学校・養護学校の各高等部等

融資額 一人につき200万円以内

返済期間 8年以内（在学中の元金返済の据置可能）

使いみち 入学時・在学中の必要な費用

金利 年2.5%

（2月10日現在）

申込窓口 国民金融公庫、銀行、信用金庫、信用組合、農協等

問合せ 国民金融公庫千葉支店 ☎043(27)1171

海田農業改良普及センターが移転

海田農業改良普及センターが、3月23日から移転します。

新所在地 旭市青年の家一階（旭市ニの5127番地）
☎0334 F A X 04482

バイエリア矯正展

犯罪の防止と受刑者の更正復帰、少年の矯正教育にご理解を！

日時 4月18日(土)
午前10時～午後5時
4月19日(日)
午前10時～午後4時

篠本の工業団地 予定地

絶対に入らないで

大型機械が作業中で大変危険です。中に立ち入らないようご協力をお願いします。



場所 幕張メッセイベントホール

内容 ○ 刑務所、少年院、少年鑑別所のビデオ・パネル等による紹介
○ 全国刑務所作業製品の展示即売等

問合せ 千葉刑務所作業部
☎043(23)6079

小型船舶海技免状更新・失効講習会

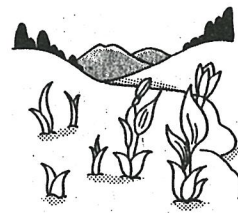
期日 4月7日(火)13時30分
場所 成田国際文化会館

○ 4月19日(日)9時30分
いいおかユートピアセンター

申込締切 各10日前
主催 (財)日本海洋レジャー安全・振興協会
申込先 海事代理士土倉事務所
☎0478(5)3078

旅フェア'98

魅力あふれるいい旅、新しい旅、「旅」の総合見本市



おくやみ申し上げます

2月15日現在受付
(順不同敬称略)

行政区	死亡	氏名	年齢
宮内	24	内田千代子	74
老ホーム	25	石川あい	87
小田部	25	本橋けい	83
篠本三区	28	大木唯夫	68
桑郷	31	越川通司	88
宮内	36	本橋フサ	84
橋場	37	椎名きみ	81
谷中	37	越川輝	77
篠本一区	38	大木猛	89
台	38	山崎ふき子	77
芝崎	39	川野りん	89
新井	39	川野祐菜	0
小田部	39	鈴木輝男	81
橋場	39	伊藤武夫	61
橋場	39	鈴木つね	82
白磯	39	向後四郎	74
橋場	39	館内哲一郎	62

日時 4月22日(水)～26日(日)
午前10時～午後6時
場所 幕張メッセ国際展示場

入場料 無料
問合せ 旅フェア実行委員会事務局
☎03(227)0086

手作り料理を食卓に



食生活改善推進員 川島 きよ江 (入)

(110)

作り方

- 1 さつまい芋の皮をむいて、蒸し、すりつぶす。
- 2 つやを出すためにみりんを加える。
- 3 砂糖・ハチミツ・塩を加えて味を整え、直径2センチ位の大きさに丸める。
- 4 まんじゅうの皮は、むしパンミックス粉に、ぬるま湯（又は牛乳）を加え耳たぶくらいの硬さに練っておく。
- 5 ③のあんを④の皮で包み直径4センチ位の大きさに丸める。
- 6 まんじゅうを6～7分蒸して出来上がり。

さつまい芋まんじゅう

材料 (30個分)

- さつまい芋--- Sサイズ4本
- むしパンミックス---300g
- みりん----- 大さじ5
- 砂糖----- 大さじ2
- はちみつ----- 大さじ2
- 塩----- 少々



うと一層きれい。

○ さつまい芋は、紫芋を使用

健康カレンダー

●健診・学級・相談

月日	行事名	対象	時間	場所	
3	13	栄養教室	受講生	午後1時30分～	町民会館
	16	健康相談	希望者	午前8時30分～5時	保健センター
	18	体を動かそう会	機能訓練希望者	午前9時30分～	町民会館

●予防接種

月日	行事名	対象	時間	場所
3 18 20	三種混合	H8/7～H9/6月生	午後2時～2時30分	保健センター

＝三種混合が個別接種になります＝

4月1日から、麻しん・風しんに加え三種混合が、一人ひとりの体調に合わせ、最も条件のよい時に指定医療機関で接種する個別接種へ変更になります。

他の予防接種との接種間隔に気をつけて、指定医療機関で接種してください。（指定医療機関以外での接種は有料になります。）

※対象月齢になりましたら、通知します。

【指定医療機関】

指定医療機関	所在地	電話番号
越川医院	光町宮川2381	84-0 1 0 3
佐藤クリニック	八日市場市イの2735-4	73-5 5 6 7
椎名医院	イの2943	72-0 0 3 2
城之内医院	東小笹86	72-4 5 1 1
鈴木医院	椿706	72-0 0 1 2
野沢医院	イの2399-6	73-2 2 4 5
福島医院	イの202	72-0 1 7 5
藤田医院	ホの3292	72-0 3 0 8
守 医院	椿1268	73-5 5 1 1
八日市場市民総合病院 (小児科)	イの1304	72-1 5 2 5
はしば医院	野栄町今泉485	67-5 7 2 0

※必ず事前に予約をとってください。



庭先の梅の花がほころびを増した。「梅一輪、一輪ほどの暖かさ」...春の足音が聞こえます。

▽26年ぶりに長野で行われた冬季五輪では、感動のシーンが胸をうった。スケートの金メダリスト清水選手は、「亡き父に勝利を一番先に伝えたい」「苦勞した母を喜ばせてやりたい」と勝利に涙した。スキートの里谷多英選手は「お父さんが見てくれている。だが自分のために滑った」と喜んだ。若しみに耐え、つかんだ栄光。

最近、青少年の問題が毎日聞かれる中、2人の素晴らしい若者に心から拍手を。

(K)

おおきくなあれ



なおと
真人くん (長男) 昭和63年12月9日生まれ
りょう
凌くん (2男) 平成6年7月6日生まれ
まさし
将史くん (3男) 平成9年4月13日生まれ
小川寿也さん (母子)

じいちゃんほ男4人兄弟。
パパは男3人兄弟、おしてぼくたちちやっぴ
り男3人兄弟。どう、すこいでしょ!

ご婚礼 予約募り中

H9・11・9 会館ご利用
翔太君(長男)・祐紀君(2男)
越川重雄さん(谷中)

申込先
社会福祉協議会 ☎843711