



広報

No. 382

平成10年

9月号

ひかり

鬼婆に抱かれ虫封じ

虫気の起こらないように願いを込める「虫封じ」。古くからの言い伝えで、鬼婆に抱いてもらうと健康に育つという。

願いがかない、みんな元気に育ちますように。

(8/16・広済寺「鬼来迎」)

毎月5日発行・発行編集/光町役場総務課広報広聴係・〒289-1793 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12,467人(+19) 男6,086人(+13) 女6,381人(+6) 世帯数3,673世帯(+8)

'98 ふるさとまつり

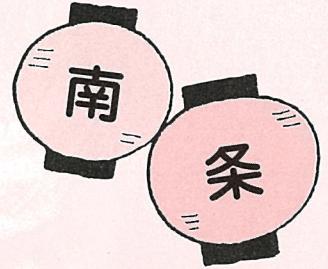


夏を彩る恒例のふるさとまつり。今年も7月26日に白浜地区(25日には前夜祭)で、8月2日に日吉、南条、東陽地区で盛大に行われました。

暑さを吹き飛ばす笛や太鼓、勇ましい「ソーレ、ソーレ」の掛け声に勇壮なみこしが踊ります。また、夜はカラオケや工夫を凝らしたゲーム、盆踊りなど多彩な催し物が行われ、活気と笑顔のあふれる感動の1日となりました。



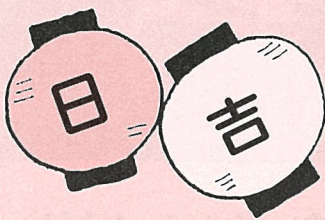
夏だまつりだ 完全燃焼



若者パワー、全開



ビンゴゲーム
リーチはまだかな?



ジュースの早飲み
「ぼくが一番!」



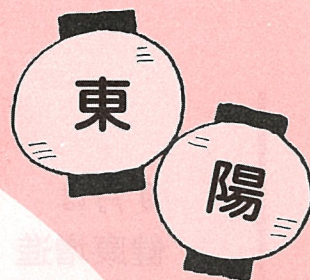
こどもみこし
「ワッショイ、ワッショイ」



せ〜の、ジャン・ケン・ポン



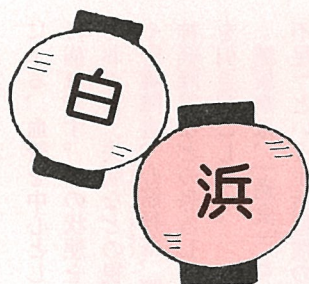
まつりも最高潮



笛もパイヒャラ



人・ひと・・・長いみこしの隊列



まつりを盛りあげます



威勢のいい「さくら太鼓」



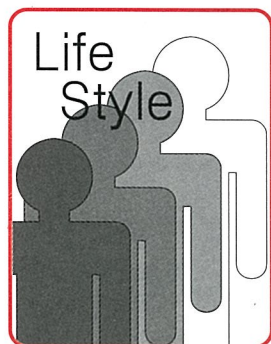
『船みこし』荒波にも負けず

あなたは自分の生活習慣にどのくらい気を配っていますか。食事や身体活動（運動）、休養の取り方、お酒やたばこなどの嗜好——これら生活習慣が、さまざまな病気の発症や進行に深くかかわっていることが明らかになっていきます。毎日の何気ない習慣の積み重ねが、未来のあなたの健康を左右します。



わたしたちを取り巻くさまざまな病気のなかで、最近、身近な存在になってきているのが糖尿病です。糖尿病は、血液に含まれるブドウ糖の量が異常に多く（血糖値が高く）なる状態が続くこと

未来の健康は 毎日の習慣の 積み重ね



9月は 健康増進 普及月間 です

元気で充実した生活を送るには健康が第一です。その健康を維持するためには、健康づくりの三要素である栄養・身体活動（運動）・休養を、毎日の生活のなかでバラ

による、血管を中心とした全身の病気です。この状態を放置しておくと、失明などの視力障害や腎臓障害、心筋梗塞、脳卒中、神経障害などの恐ろしい合併症を引き起こします。

糖尿病は、「過食」と「運動不足」という生活習慣の繰り返しが大きく関係しています。ある日突然発症するのではなく、若いころからの日ごろの生活習慣のなかで、ひっそりとほとんど自覚症状なく進行します。

厚生省が実施する国民栄養調査によると、糖尿病の危険因子である「肥満」の割合が、若い年代、特に三十代の男性で増えています。

自分の欠点を知る

糖尿病をはじめとする生活習慣病を防ぐには、自分の生活習慣の欠点を知り、その内容を改めていくことが大切です。生活習

慣を知るためのポイントを挙げてみると――

▼一日三食、バランスよく食べていますか……毎日、その日の食事の内容を振り返ってみてください。

▼体重は適正ですか……ボディ・マス・インデックス(BMI)※
体重(kg)÷身長(m)²の値はいくつですか。「標準」は22・0、「普通」は19・8以上24・2未満です。

▼運動をしていますか……特別にスポーツをする必要はありません。生活のなかで運動（身体活動）を取り入れてみましょう。

▼間食やお酒、たばこが多過ぎませんか……間食のし過ぎは肥満の原因になります。

また、お酒は飲まないに越したことはありませんが、飲むなら適量にとどめるなど、飲み方を考えましょう。たばこは吸わ

ないのが一番です。生活習慣病は、毎日の生活習慣の積み重ねに大きく左右されます。逆にいえば、これら習慣を改めていくという一つ一つの積み重ねが、将来の健康にもつながっていくのです。

※BMI (Body Mass Index)＝
肥満の判定に用いられる体格指数
例 身長170cm (1.7m)、体重60kgの
人の場合
 $60\text{kg} \div (1.7\text{m})^2 \approx 20.8$



り、また健康を自分で獲得するための動機付けが必要です。健康増進普及月間の九月には、健康づくりに関するさまざまな行事が行われます。例えば、家庭健康教室や

体力テスト、食生活相談や栄養改善指導です。こうした催しに積極的に参加し、自分の生活習慣を変えていくための説得材料にしてみたいかがでしょうか。

「健康は、日々の努力の積み重ね」

検診で自分の体を

チェックしよう

18歳以上の男性も対象に

9月22日から10月12日まで下記日程表により健康診査を行います。今年から、受診対象者を拡大し、男女とも18歳以上の方から健診が受けられます。健診を受け、健康管理に努めましょう。

◎増えている糖尿病、健診でチェック！

厚生省が初めて行った糖尿病実態調査（H9）では、「糖尿病が強く疑われる人」と「その可能性を否定できない人」は、合わせて1,370万人にも上っています（表1）。また、「糖尿病が強く疑われる人」のうち

「健診を受けたことのある人」は半数以上が治療に結びついています。健診を受けたことがない人は93・1%が治療を受けていませんでした。糖尿病は自覚症状がないことが多く、健診でみつかることが多い病気です。町の健診結果でも糖尿病の疑いのある人は、全体の14・3%で平成8年

の11%と比べ増加傾向にあります。血液検査では、血糖値を含めた生活習慣病が簡単にチェックできますので、ぜひ受診しましょう。

◎血液検査は、健診前の食事とらないで受けましょう。

検査結果をできるだけ正確な値にするため、健診前の食事はとらないようにしてください。ただし、お茶や水、薬はかまいません。また、胸部レントゲン・骨粗しょう症健診のみの方は食事をとられても結構です（万一、食事をとられても検査は受けられます）。

◎集落から送迎バスが出ます。

各種健診票の申込みをも



とに、受診票を郵送します。新たに希望される方は保健センターへご連絡ください。受診票を受け取った方で健診を辞退する方は、理由を記入し当日の会場または保健センターへお返し下さい。

日程表

☆受付時間 午前9時30分～11時
午後1時～2時30分

日 程	対 象 地 区	健診会場
9月22日(火)	午前 小川台 午後 小田部、母子	南条小学校
9月24日(木)	午前 芝崎、台 午後 傍示戸、富下、虫生	南条小学校
9月25日(金)	午前 篠本3区 午後 篠本1・2区	日吉小学校
9月28日(月)	午前 宝米 午後 新井、二又	日吉小学校
9月29日(火)	午前 辻、木戸 午後 〃	白浜小学校
9月30日(水)	午前 五ノ神、長塚 午後 〃	白浜小学校
10月1日(木)	午前 関 午後 白磯	白浜小学校
10月2日(金)	午前 尾垂5・6区 午後 〃	白浜小学校
10月5日(月)	午前 桑郷、西高野 午後 橋場(4・11・15・16・18・19・20番組・番組外)	町体育館
10月6日(火)	午前 橋場(6・7・8・10・12・13・17番組) 午後 橋場(1・2・3・5・9・14番組)	町体育館
10月7日(水)	午前 谷中 午後 篠原、原方	町体育館
10月8日(木)	午前 古屋 午後 宮内	町体育館
10月9日(金)	午前 入 午後 作間内	町体育館
10月12日(月)	午前 未受診者 午後 〃	町体育館

※表1

糖尿病が強く疑われる人	690万人
上記にその可能性を否定できない人を含めた場合	1,370万人
(参考) 糖尿病総患者数(H8患者調査)	218万人

また、送迎バスの運行時刻は、受診票と合わせ郵送しますので、ぜひご利用ください。

連絡先 保健センター
☎(84) 1158

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
肺がん検診	40才以上	胸部レントゲン 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日間の痰をとり後日回収します。)	無 料 回収時に400円
基 本 健 康 診 査	18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
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



昨年の敬老会、今年も内容もりだくさんです

9月15日敬老会 今年は 1996人を招待

長 寿 番 付

(8月31日現在 敬称略)

順位	氏 名	性別	年	集 落	順位	氏 名	性別	年	集 落
1	石井 むめ	女	100	橋 場	6	椎名 たけ	女	97	木 戸
2	鎌形 花	女	99	作間内	7	鈴木 よし	女	96	第二松丘園
3	大木 章	男	97	西高野	8	實川 サタ	女	96	長 塚
4	加瀬 くら	女	97	傍示戸	9	鶴澤 よし	女	95	作間内
5	田川 常次	男	97	光楽園	10	越川 操	男	95	古 屋

演芸会

漫才や歌謡ショーなどでお楽しみください。

マジック ダーク史郎
漫才 昭和のいる・こいる
演芸 ニューマリオネット
演歌 斉藤優美子



長年、社会で活躍されてきたお年寄りを敬い、長寿を祝う「敬老の日」。今年町内で70歳以上になれる方は1,996人(男性773人、女性1,223人)で、昨年より65人増えています。町では、みなさんの長寿をお祝いし記念品を贈ります。敬老会は、9月15日10時から町体育館で行われますので、ぜひご出席ください。

結 婚 50 周 年

記念すべきご夫婦44組

いつまでもお幸せに

戦後の復興が始まった頃に結婚され、50年という長い間苦楽をともにされてきた二人。今年めでたく結婚50周年を迎えられたご夫婦は44組です。

町では、毎年敬老会に招待しお祝いをしています。なつかしい人との再会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。

野村 昇	齋藤惣四郎	大木 彦重	林 正士	本橋 衛	越川 勇	鈴木 真清	並木 輝夫	椎名 知足	土屋 幸雄	川野 信男	鈴木 正夫	古西 弘志	森 和男	大木 榮子
キヨ	ま	英子	豊子	たつ子	い	通	とみ	静子	みち子	てる子	文子	とせ	まさ	榮子
芝崎	傍	傍	小川	台	母子	母子	母子	二又	宝米	新井	新井	新井	新井	榮子
大木 恒吉	大木 勝己	川島 己義	藤代 信雄	川島 清市	林 誠也	林 誠也	越川 正壽	古山 亥良	齋藤正次郎	椎名 茂	土屋 隆嗣	伊藤 紀	諸澤 三郎	秋葉 總夫
入	入	入	宮内	古屋	谷中	谷中	谷中	桑郷	橋場	橋場	橋場	橋場	橋場	芝崎
8月31日現在	向後 重雄	向後 保雄	仲村 光雄	畔蒜 治	大木 文雄	實川 功司	秋葉 功司	伊藤徳次郎	伊橋 寛	加瀬 朋平	加瀬 真清	鈴木 照彦	林 和	日置 一
敬称略・順不同	ヨシ	松枝	ス	松枝	か	と	あ	静子	こ	朝子	重子	みの	入	入
	白磯	白磯	白磯	白磯	木戸	木戸	長塚	長塚	原方	原方	原方	原方	原方	原方



9月21日～30日

秋の全国
交通安全運動反射材
光るあなたの
心がけこんにちは
シヨン・サンダースです

光中学校にA.L.T（外国語指導助手）として、シヨン・サンダース先生が着任しました。1969年生ま

学校教育に寄附

光ライオンズクラブ

学校教育の振興に、7月30日、光ライオンズクラブ（会長・椎名章博氏）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。



光中学校にA.L.T（外国語指導助手）として、シヨン・サンダース先生が着任しました。1969年生まれで、アメリカ合衆国インディアナ州の出身です。これから中学校での授業のほか、公民館のハロー・イングリッシュ（英会話教室）でも指導にあたってくださいます。世界を身近に感じるよい機会ですので、気軽に話しかけてみてください。

剣道大会で3位入賞

青少年と警察官の交流を目的とした「タッチヤング県青少年柔道・剣道大会」が7月24日県武道館で開催され、剣道の部（参加31チーム）に八日市場警察署チームとして、日吉地区の小中学生が出場し、3位に入賞しました。



優勝 東陽クラブ

第27回老童野球大会の準決勝、決勝が7月19日スポーツ公園野球場で行われました。決勝戦は東陽クラブと二新クラブの対戦となり、10対1で東陽クラブが優勝しました。また、東陽クラブ

で投打に活躍した向後雅生さんが最高殊勲選手賞に選ばれました。

最高殊勲選手賞

向後 雅生（東陽クラブ）

敢闘賞

川島 昇（二新クラブ）

打撃賞

鶴ノ沢敏男（東陽クラブ）

ながいヒョウタン

宮内の鈴木幸子さんの庭に、長いヒョウタンが実っています。長さはなんと180センチにも。昨年からはじめたヒョウタン作りは、今年もスクスクと育ちました。「収穫したヒョウタンは、中身をくりぬいて置物を作っています。」とのこと。

通信員 渡辺 好子

（宮内）

開局60年
グラウンドゴルフ大会

8月2日、光スポーツ公園で日吉郵便局長杯女子グラウンドゴルフ大会が開催されました。大会では、日吉局開局60年を記念し、還暦賞も出てにぎやかに行われました。

優勝

大木 とも（宝米）



還暦賞

越川 さく（二又）

通信員 青柳 光子

（篠本二区）

ソフトテニスで

県優勝



5月10日、松尾高3年の布施智子さん（富下・写真中央）が柳下英恵さん（松尾高2年）とペアを組み、関東大会ソフトテニス県予選会で優勝し、全国大会へ出場しました。顧問の宮川先生は「布施さんは頑張り屋で、練習に取り組み姿勢は下級生のお手本です。」と話してくれました。全国大会では健闘及ばず、3回戦で敗退しました。

通信員 伊藤 康雄

（作間内）



みんなで考えるまちづくり

先月号は、「都市計画区域」「都市マスタープラン」と都市計画の3本の柱の1つ「地域地区」の中の「用途地域」について勉強しました。

今月は、2番目の柱の「都市施設」について勉強してみたいと思います。



都市計画
ってなに？

都市施設



都市施設とは、「都市にある施設」という意味ではありません。まちで生活する上で、みんなが共同で利用する道路、公園、下水道などの根幹的な施設のことで、まちの骨組みを形づくっています。

都市計画では、将来のまちづくりを考え、これらの都市施設の位置や規模、構造などを定め計画的に整備をしていきます。



安全で快適な幹線道路 ～都市計画道路～

都市計画道路は、都市計画法の手続きを経て計画が定められた道路のことで、まちの骨格となる施設です。

都市計画道路は、人と車が安心して通ることができるよう、歩道が整備された快適な交通空間としての役割のほか、火災や地震などの災害が発生した時の避難路や防災活動の空間としての役割があります。また、電線や上下水道などの収容空間、見通しや明るさ、開放感などを確保する環境としての空間、景観形成など重要な機能を果たします。

光町では、銚子連絡道とインターチェンジの整備効果を有効に受けとめるため、この都市計画道路を検討していきます。

うるおいと憩いの防災空間 ～都市公園～

都市公園は、くつろぎやスポーツ・レクリエーション、コミュニティの形成など、人々にうるおいをもたらす場としての役割、環境の保全や災害時の避難地としての役割を担う重要な施設です。

都市公園には、身近なレクリエーションのための公園や広域的な公園、歴史や自然環境の保全のための公園などがあり、必要に応じて都市計画で定めます。



快適環境と水質保全 ～下水道～

下水道は、雨水による浸水の防止や家庭・工場からの汚水を排除し、悪臭や害虫・伝染病などの発生を防止するなど、生活環境の向上や海・川などの汚染防止といった重要な役割をもっています。

しかし、下水道の整備には膨大な費用と期間を必要とします。整備にあたっては、人が多く住んでいる市街地については都市計画による公共下水道などで整備を行い、その他の地域については、農業集落排水の整備や合併処理浄化槽の設置をするなど、地域の状況に応じ、投資効果を考えた整備手法の検討をしていく必要があります。

【公共下水道】

市街地の生活污水を処理したり、雨水を排除する施設で、用途地域の定められた区域を中心に整備します。

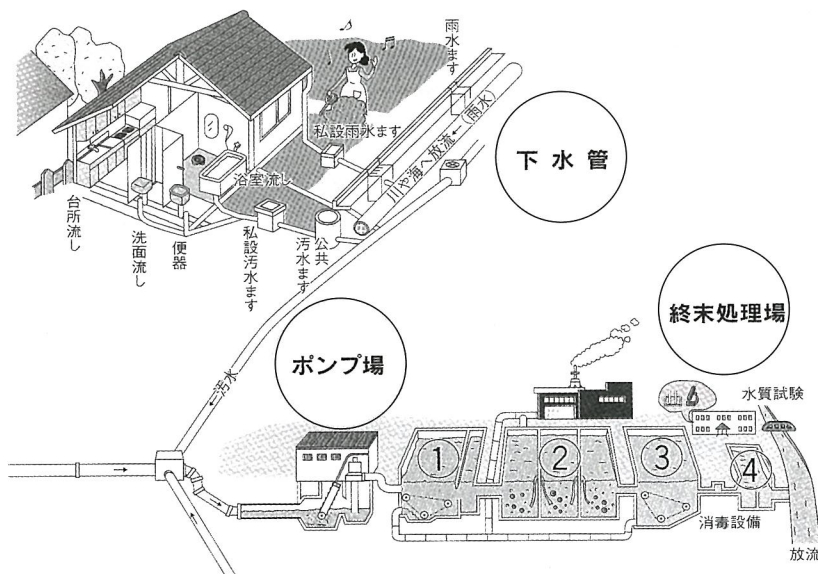
【農業集落排水】

農業用水の水質保全のために農業集落やその周辺のし尿、生活雑排水などの汚水や雨水を処理するための施設です。

【合併処理浄化槽】

し尿と生活雑排水を個人で個別に処理する方法で、住宅の密集していない地域でも設置することができる身近な污水处理施設です。

《下水道のしくみ》



①最初沈殿池

この池では、比較的沈殿しやすいまざりものを沈殿させます。

②エアレーションタンク

ここでは、最初沈殿池で一次処理を終えた下水に、さらに活性汚泥をくわえ、空気を吹き込んで長時間かきまわします。

③最終沈殿池

この池では、沈殿しやすいかたまりになった微生物(活性汚泥)と水を分離させます。

④塩素混和池

うわずみ水は滅菌して放流します。

都市施設の計画区域内に建物を建てたい場合には…

道路や公園などの施設をつくるときは、そこにあった建物を別の場所に移転しなければならない場合が出てきます。もし、計画している場所に新しい建物が建ったりすれば、整備の時に余計な費用がかかることになり、建てた人もすぐに移転しなければならないなど、いろいろな問題が生じてきます。

そこで、都市計画では施設を効率的に整備するため、あらかじめ計画している区域を公表し、区域内に建築物を建てることを制限しています。

【建築制限の内容】

区域内に建物を建てようとする場合は、知事の許可が必要になります。また、その場合でも、2階以下の木造のように、簡単に移転または除去できるものでなければ許可になりません。

みなさんの意見を お寄せ下さい

都市計画に関するご意見やご質問、提案がありましたら、電話・FAX・手紙のいずれかで下記までお寄せ下さい。

役場都市整備室

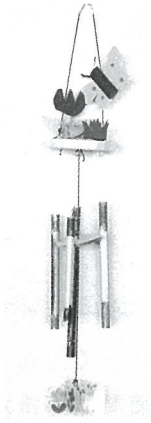
〒289-1793 光町宮川11902

T E L (84)1211

(内線221・222)

F A X (84)2713

『風の音』



4年 鈴木のぞみさん

※音が鳴るところを、きれいなもようにして、上にちゅうとチューリップをつけた。



1年 あきひろ 佐久間亮拓くん

※はじめて、絵の具を使い色をぬりました。きれいにできて、うれしいです。

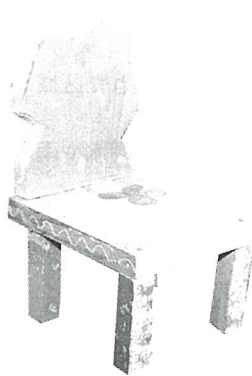


『はり絵』



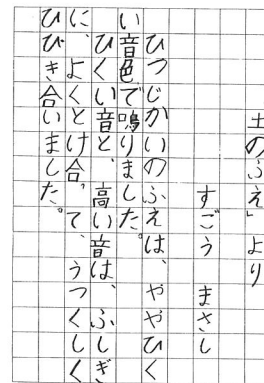
5年 鈴木 紀子さん

※私は、ボンンドで絵をかくてそこに木かすをはりつけて絵をかきました。



『お花のイス』

あつまれ みんなの 力作

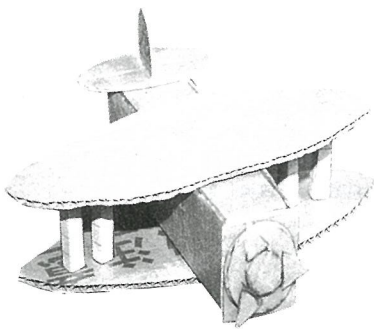


『土のふえ』



2年 須合 真士くん

※とめやはらいに気をつけて書きました。かん字がむずかしかったです。



『プロペラ機』



6年 土屋 光弘くん

※ダンボールや厚紙だけで作り上げました。型作りが丁寧で美しい仕上がります。



3年 土屋 大樹くん

※コガメキングはネットです。さをつかまえます。強い感じを出す工夫をしました。



『コガメキング』

ひかり歌壇



藤代 敏子 (宮内)
里帰りの曾孫三人駈けめぐり

我が家俄かに子供天国

伸び伸びと元気に遊ぶお孫さんを見るも楽しい限りですね

越川 福子 (宮内)

炎天に泡立つ池のほてい草

青涼やかに咲き立ち匂う

素直に表現されてほてい草が見えるようです

高梨 キヨ (木戸)

休耕田にあまた咲きいる向日葵の謀反はなきや向きを描へて

よく視られて下句に深い想ひが込められました

土屋 好 (虫生)

寝苦しく身のやり場なき熱帯夜

いつか夜明けや蝸の鳴く

寝苦しい熱帯夜を巧くまとめられました

評者詠 竹内 紀葉

歌一首詠み得ぬ夜更け執拗に
首にまつわる音の細き蚊が

はぐくむ光のびる若芽

173

木戸 椎名 京子

私は、両親と主人、子供二人の六人家族です。共働きをしていますので母が主に家事を担当してくれています。主人と私は、仕事から帰ってからの、子供たちとの会話を毎日楽しみにしています。

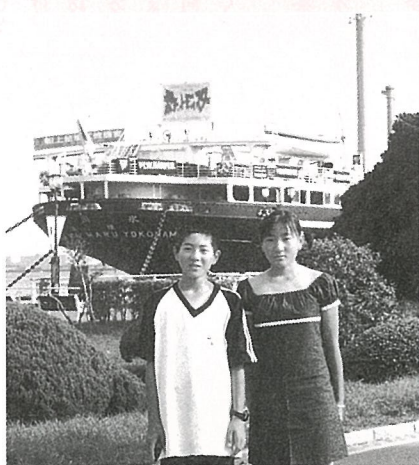
娘は、中学三年です。ちょっと勝ち気で、何でも納得するまでとことんやる性格で、頑張り屋です。陸上部に入部し、毎日朝練習から一日が始まっています。この八月でクラブ活動が終わり、最後に、県総合体育大会へ出場することができた事は、中学校での大切な思い出の一つになったようです。

おっとりとした性格で、いつもマイペースな息子、は、中学一年です。小学三年から、スポーツ少年団の野球部に入部し、中学校でも野球部で頑張っています。小学校の頃は、

自転車でグラウンドまで往復するのも危なっかし、随分心配しましたが、近所の先輩達に恵まれ、毎日嫌がりもせず練習に出かけていきました。試合の日になると、親の方が緊張し、ドキドキしている事が多かった様です。

姉弟ですが、中学校での

最後まで諦めずに頑張る



共通の話題があるせいか、私が見ても、羨ましい程に、仲良くしている姿が目立ちます。お互いが、良き相談相手となり、時には良きツイバルとなって、成長していつてほしいと思います。

子供達は成長と共に親離れが始まり、自分達の世界

が広がってきています。

子離れのできない主人と私は、ちょっと淋しい気もしますが、一つ一つの経験を大切に、何事にも最後まで諦めずに頑張る、と思っています。

私自身未熟ですが、両親や主人に助けられ、家庭や仕事に忙しい中にも明るく、楽しく過ごしていきたいと思います。そ

健康だより

シリーズ⑥
今月の顔

田山宇平さん(89歳)
(篠本二区)

長寿の秘訣

田山さんは、食生活改善推進員をしている家族の方から、89歳になっても元気に植木の手入れをしているとの紹介があり、訪問しました。

「背筋がピンと伸びて、89歳とは思えないなあ。」というのが最初にお会いしたときの印象でした。田山さんの長寿の秘訣をご紹介します。

◎早寝早起き・健康体操

一番の秘訣は、「早寝早起き」と話していましたが、朝は6時に起床、夜は8時に就寝という生活をずっと続けています。そして、朝起きる前には、

布団の中で手足を動かし、体を目覚めさせてから起きます。また、夜はぬるめの風呂に入り、ゆっくりと首回しや手の曲げ伸ばしをして、一日の疲れをほぐします。このように早寝早起きと健康体操を毎日続けるといふ習慣は、健康づくりとしてとても良いと思います。

◎健康管理は自分の手で

今までに、胃潰瘍や白内障で病院に入院したことがあり、現在も高血圧などで通院しています。そのほか、風邪をひいたり、ちょっと体調がおかしいなという時は、悪くならないように、すぐ病院で受診するように心がけています。驚いたことに、八日市場市にある病院まで、自転車で約35分かけ、月に6回通院しています。今後でもできる限り、自転車で通いたいと話しています。

た。

昔はたばこも良く吸っていたそうですが、20年前に胃潰瘍になってからは、きっぱりと止めたそうです。お酒については、毎晩一合飲んでいて、楽しみの一つになっているようです。

◎植木の手入れと草取り

植木は昔から大切にされていて、脚立に乗ったりしながら、今でも自分で手入れをしています。

また、庭の雑草を取るだけでなく、家の周りの高い崖に生えた草も、長いはしごをかけて刈っています。自分では、「はしごの上り下りも良い運動だ。」と話してくれました。

これが毎日の自分の仕事になっているようでした。

◎読み書きは毎日

毎日、新聞や本を必ず読んでいます。また、字を書くのも好きで、小学校を卒業してから、ずっと日記を書くことを続けています。

田山さんの生活を伺うと、毎日の生活そのものが、長寿につながっていると感じました。これからも、お元気で！ (保健婦 石毛)

健康への

メッセージ

シリーズ ⑤

訪問看護について

光町のみなさんこんにちは。東陽病院訪問看護室です。7月号で、鈴木先生から訪問看護（在宅診療）についてお知らせしました。今回は、もう少し詳しく訪問看護について、みなさんにお話ししたいと思います。平成10年8月現在、訪問看護を受けている方は、19名います。私達がみなさんのお宅へ訪問するのは、週に1回の方がほとんどですが、その方の病状、治療内容により、週2、3回となる方もいます。

では、私達がみなさんのお宅へ訪問してどういった事を援助させて頂いているのか、いくつかお知らせします。

- ① 血圧や脈拍、全身状態、病状の観察
- ② 寝たきりの方などの床ずれの予防方法や床ずれのある方の治療と治療方法の指導
- ③ 尿や栄養チューブをつけている場合、酸素療法を受けている場合の管理や注意点等の指導
- ④ マヒのある方や寝たきりの方等へのリハビリ指導
- ⑤ 入浴サービスの利用やベッド・車椅子の貸し付け等の案内



東陽病院 訪問看護室

左から 鈴木 綾子看護婦
江ヶ崎由美子保健婦
小川 一夫看護士

⑥ 家族への介護指導と介
護相談
以上のよう
な事を主とし
て、訪問看護
を行っています。

訪問看護を受けるにあたり

ては担当の先生からの指示と、月に一度、先生がみなさんのご自宅に診察に行く必要があります。今現在は、東陽病院の患者さんを対象としています。訪問時間は、月々金曜日の午前9時から午後4時。今後訪問看護室において、24時間対応できるようにしていきたいと思われすが、現状ではかなり厳しく、夜間は救急外来で対応しています。

今後高齢者が増えていく中で、在宅療養を希望される方、また介護を強いられる方が増えてくる事と思います。人が最も人間らしく、そして遠慮なく生活できる場所は自宅であると思います。そういった中で私達訪問看護スタッフは、医療の視点から、身体的、精神的状態を把握し、適切な援助、処置を行い、対象者がより快適で人間らしい生活を送る事ができるように援助していきたいと思っています。また介護している家族のご苦労を受けとめ、共にがんばっていききたいと思っています。

※東陽病院の休日当番日

9月6日(日)・10月4日(日) 午前9時～午後5時
医師2名が待機・来院の際は電話を ☎ 841335



夏休み 人気のあった本

- ベスト1
『たんたのたんけん』
- ベスト2
『エルマーのぼうけん』
- ベスト3
『きかんしゃやえもん』

夏休みにすすめる本のコーナーで紹介したこれらの本は子供達にたいへん人気がありました。まだ、読んだことがない方は、ぜひ一度読んでみてください。



文学講演会のお知らせ

11月3日(祝日)に、『ぐりとぐら』の作者、中川李枝子先生が光町図書館に来られます。詳細は、来月号でお知らせします。

- 中川李枝子著作の本
『たんたのたんてい』(学研)
『ぐりとぐら』(福音館書店)
『あひるのバーバちゃん』(偕成社)
『こぎつねコンチ』(のら書店)
他にもたくさんありますので、ぜひご利用下さい。



＝町立図書館＝
☎ 843311

9月の休館日

4日、7日、14日、15日、21日、23日、28日、30日

スポーツの秋 さわやかな汗を流そう

第36回 町民体育祭

日 時 10月4日(日)
8時10分 入場行進
予備日 10日(土)
会 場 光中学校陸上競技場

秋のハイキング “溪流とモミジの里”

期 日 10月25日(日)
場 所 養老溪谷
参 加 費 1,000円
募集人員 先着50名
受付期間 10月1日(木)～10月11日(日)
申込・問合せ 町民会館内生涯学習課

☎(84)1358

日 時 11月8日(日) 8時
場 所 日吉地区
対 象 町内外問わず
参 加 費 小学生以上 200円
申込期限 9月30日(水)
申 込 み 1チーム2～5人で、申込み用紙に記入し、参加費を添えお申し込み下さい。
申込・問合せ 町民会館内生涯学習課
☎(84)1358

平成10年住宅・土地統計調査のお知らせ
▼10月1日に行われます▲
住宅・土地統計調査は、暮らしやすい住宅、ゆとりある生活環境を実現するための重要な資料となります。9月23日以降、千葉県知事から任命された調査員が対象区域(抽出による)のお宅に伺いますので、協力をお願いいたします。
問合せ 企画財政課企画係
☎(84)1211 内線123

聴覚等障害者の方のために、緊急時の119番通報専用のファクシミリが消防署に設置されました。利用を希望される方は、説明会を開催しますので、保健福祉課へ申込みください。
申込み 保健福祉課福祉係
☎(84)1211 内線217
*とり急ぎ希望される方は、直接八日市場市外三町消防組合へおたずねください。
☎(72)01119
緊急通報専用FAX番号
☎(72)11119

納税

9月30日(水)は、固定資産税第3期分、国民健康保険税第3期分の納期です。

保険金も課税される?

生命保険会社からもらうお金は非課税だから税金は関係ないと考えがちですが、課税されるものがあるのをご存じですか。

例えば、生命保険の満期で受け取る一時金。保険料払込者と保険金受取人が同じ場合にはその人の一時所得として所得税が、払込者と受取人が違う場合には、受取人に対して贈与税が課せられる場合があります。この他にも相続税が課税される場合などいろいろなケースがあります。



ご不明な点は、銚子税務署(☎0479(22)1571)または、役場税務課(☎(84)1211 内線143)までご相談ください。

たばこは町内で買しましょう

たばこ税は、たばこ1箱(20本入り230円の場合)当たり48.68円が、買った場所の市町村等の収入として納められます。たばこは地元光町で買しましょう。

9月6日～12日 救急医療週間

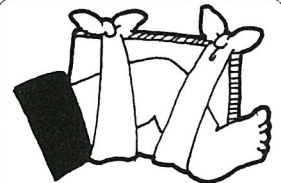
9月9日は『救急の日』

骨折したときの 応急手当

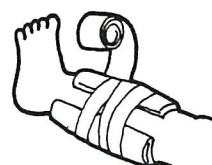
■副木の当て方



●腕の骨折
腕の下にタオルをはさみ、腕の外側に副木を当てて固定する。動かないように、首から三角巾(なければスカーフなど)でつる(指先がひじより上になるように)。



●ひざの骨折
ひざを曲げたままの状態にダンボールや板などの副木を当てて固定する。



●足の骨折
週刊誌や新聞紙などで足を巻いてガムテープで止める。



●指の骨折
指から手の甲にかけて鉛筆や割りばしなどを当てて、ばんそうこうや包帯で止める。

覚えておきたい止血法



●指からの出血
出血している指の下方を親指と人さし指ではさんで圧迫する(出血部分は心臓より高く上げる)。



●足からの出血
太もものつけ根の内側を手で強く圧迫する(体重をかけるようにするとよい)。



●頭・額・首からの出血
出血しているところを清潔なガーゼで当てて圧迫する。

暮らしのガイド

地域子育て相談・セミナー

～子育てでお悩みの方へ～

子育てに関するシンポジウム、個別相談を行います。

日時 10月14日(水)

午前9時30分から受付

場所 旭市総合体育館

対象 乳幼児をもつ親、祖父母等

日程

シンポジウム 午前10時～11時30分

個別相談 午前11時30分～午後1時50分

講師

○千葉赤十字血液センター 所長 船橋 茂先生

○前習志野市立津田沼幼稚園長 田中由紀子先生

○すこやか家庭教育電話相談員 洲崎和代先生

期限 10月2日(金)

申込み 町民会館内生涯学習課 ☎(84)1358

大気汚染防止推進月間ポスター募集

12月は「大気汚染防止推進月間」です。そこで、青い空の大切さや空気をきれ

いにするアイデア、あなたの描く美しい空などを自由な発想で表現してください。作品は未発表のものに限り

応募方法 ハガキ大B3の用紙を使用し、裏面に住所・氏名・性別・年齢・電話番号・職業(学校名・学年)を明記の上郵送。作品は原則として返却しません。

締切 9月15日(火)(当日消印有効)

応募・問合せ 〒105-0003 東京都港区西新橋1-17-4 西新橋YKビル6階 (財水と緑の惑星保全機構「大気汚染防止推進月間」ポスター募集B係

☎03(350)0506

犬猫の不妊・去勢手術助成金

助成額 1頭につき5千円
応募期間 9月20日(日)～26日(土)(当日消印有効)

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10年度狂犬病予防注射済で、登録されているもの)

の)

応募方法 千葉県獣医師会会員の獣医師と必ず相談し、往復ハガキに住所・氏名・電話番号・犬又は猫の種別・性別・名前・年齢・毛色・希望する病院名(犬の場合)10年度狂犬病予防注射済票番号を明記

その他 ①応募多数の場合は抽選となります。②ワクチン未実施及び検査が必要な場合は別途料金が加算される場合があります。

応募・問合せ 〒260-0021 千葉市中央区新宿2-9-7 結城野ビル1階 (社)千葉県獣医師会

☎043(242)1047

泣き寝入り防止暴力団被害110番

暴力団らによる民事介入暴力や、その被害者救済のための無料相談(秘密厳守)主催 千葉県警察、千葉県弁護士会、(財)千葉県暴力団追放県民会議

日時 9月22日(火) 午前10時～午後5時

申込み ☎0120-1089354または043(254)8930

げんきフェスタ千葉'98

日時 10月18日(日)

午前10時～午後3時

会場 成田市中央運動公園

入場無料

内容 手づくりサークル(健康・体力づくりを实践するグループ)の実践発表会

○健康づくりコーナー

○親子で楽しむニュースポーツ教室

○ネイチャー工作教室(竹トンボ、凧づくりなど)

○県内特産品、農産物海産物の即売会など

問合せ 千葉県社会部青少年女性課

☎043(223)2332

音楽仲間集まれコンサート

日時 10月18日(日) 午後1時30分開場 2時開演

場所 東総文化会館

内容 ①部「歌のカレンダー」ひらつかやすこ&青島広志&地元コーラス

②部 深沢亮子ピアノリサイタル

前売り券発売所 東総文化会館ほか

問合せ 東総文化会館 ☎(64)2001

(仮称)芝山グリーンヒルゴルフ倶楽部の環境影響評価書の縦覧

芝山グリーンヒル株式会社から千葉県環境影響評価の実施に関する指導要綱に基づき、(仮称)芝山グリーンヒルゴルフ倶楽部の「環境影響評価書」が提出されましたので縦覧します。

縦覧場所 光町役場住民課・千葉県環境部環境調整課・芝山町役場環境衛生課・横芝町役場住民課・多古町役場地域振興課

縦覧期間 9月22日(火)～10月7日(水)(土日・祝日は除く。)

縦覧時間 午前9時～午後5時

問合せ 光町住民課環境係

☎(84)1211

内線154・155
千葉県環境部環境調整課
☎043(223)4138

銚子連絡道路の環境影響評価書の縦覧

千葉県環境影響評価の実施に関する指導要綱に基づき、銚子連絡道路の「環境影響評価書」が提出されましたので縦覧します。

縦覧場所 光町役場住民課・千葉県環境部環境調整課・横芝町役場住民課・松尾町役場住民課

縦覧期間 9月11日(金)～28日(月)(土日・祝日は除く。)

縦覧時間 午前9時～午後5時

問合せ 光町住民課環境係

☎(84)1211

内線154・155

千葉県環境部環境調整課

☎043(223)4138



燃えるごみ
収集の休み

9月15日(火)は祝日のため、燃えるごみの収集は休みです。
今回は、9月18日(金)です。

米穀販売業(卸売業・小売業)の登録

対象 新規に米の販売を始めたい方

申請期間 9月16日(水)～10月30日(金)

種別	卸売業	小売業
登録要件	年間販売見込数量が4千精米トン以上で袋詰精米を製造するためのとう精施設を有していること等	お米の販売を行うための売場その他の常設の事業所を有していること等
申請先	千葉県農林部農政課	役場産業課
申請手数料	10万円	9,000円、2店舗目以上は1店舗につき5,000円を加算

申請用紙の配付 海匝支庁産業課または役場産業課

問合せ 千葉県農林部農政課 ☎043(223)2814

役場産業課 ☎(84)1211 内線165

千葉県女性センター
出張ウイメンズセミナー
ナー受講生募集

日時 10月29日(木)

午後1時30分～4時15分

場所 佐原市文化会館ホー

内容

①講演会

テーマ「わたちの子育て、自分育て」

講師 渥美雅子(弁護士)

②講演

講演師 宝井琴嶺
演題「細川玉女・霊名ガラシヤ」
③筆曲講演
講演師 渥美右枝左枝
演題「聴いて美人になる術」

受講料 無料

申込期限 10月15日(木)

申込・問合せ

千葉県女性センター

☎0471(40)8602

佐原市役所総務課

☎0478(50)1201

さわやか県政ふれあい事業(さわやかバスツアー)

日時 10月18日(日)

午前8時集合

午後4時30分解散予定

集合場所 海匝支庁

見学先 さわやかハートちば10周年記念の集い(千葉県文化会館)

募集人員 50人

費用 無料(昼食付き)

申込方法 往復はがき(1人4名まで)に全員の氏名、住所、年齢、職業、電話番号を記入の上「さわやかバスツアー」希望と明記

期限 10月2日(金)消印有効
申込・問合せ 〒289-12504 旭市二199-7-11 海匝支庁海匝地域民センター
☎(64)0597

海匝地区労働教育講座開催

講座開催

日時 10月22日(木)

午後1時30分～3時

場所 東総文化会館

テーマ「どうなるこれらの政治と暮らし」

講師 中村慶一郎(政治ジャーナリスト)

参加費 無料

募集人員 300名

申込期限 10月8日(木)

申込・問合せ 海匝支庁商工労政課労政係

☎(63)8050

ウォーキング講座開催

講座開催

生活習慣病予防のため、ウォーキング講座を開催します。

期限 10月2日(金)消印有効

申込・問合せ 〒289-12504 旭市二199-7-11 海匝支庁海匝地域民センター

☎(64)0597

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	氏名	年齢
長塚	島田 嘉子	73
木戸	大木 ヒナ	62
篠原	伊藤 あき	86
県営住宅	岩田 える	90
篠本一區	宇井 とめ	81
宝米	平野 かね	79

9月18日(金)、25日(金)

午前9時30分～11時30分

9月18日(水)、10月6日(火)

午後1時30分～3時30分

会場 八日市場ドーム

申込み 海匝保健所八日市場地域保健センター

☎(72)1281

不動産無料相談

相続、境界、税務など不動産に関する無料相談

日時 9月23日(木)

午前10時～午後5時

場所 エイトピア(八日市場市)

問合せ (株)千葉県宅地建物取引業協会銚子支部

☎0479(23)5573

手作り料理を食卓に

①(116)

②(116)



食生活改善推進員 江波戸孝枝(篠本三區)

納豆とチーズのワンタン包み

(つけ合せ)一口大に切ったさつま芋を油で揚げ、ハチミツをからめる。

※からし正油をつけて食べると良い。

①プロセスチーズ、納豆、万能ネギを細かく刻んで混ぜる。
②ワンタンの皮で包み、高温の油でカラリと揚げろ。

作り方

材料(4人分)

ワンタンの皮	20枚
納豆	40g
プロセスチーズ	40g
万能ネギ	4本
○たれ	
洋からし	少々
正油	少々
○つけ合わせ	
さつま芋	1本
ハチミツ	少々
揚げ油	適宜

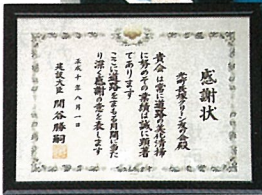
健康カレンダー

●健診・学級・相談

月	日	行 事 名	対 象	時 間	場 所
9	7	健 康 相 談	希 望 者	午前8時30分～5時	保健センター
	11	体を動かそう会	機能訓練希望者	午前9時30分～	町 民 会 館
	14	乳 児 健 診	H10/1.2.5.6月生	午後1時30分～2時	保健センター
	21	健 康 相 談	希 望 者	午前8時30分～5時	保健センター

●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～	南条小学校



その活動に対し、
8月6日、千葉市
で行われた「ロー
ドフェアちば'98」
の席上で建設大臣
からの感謝状が贈
られました。

「長塚クリーン友の会」
のみなさん(会員12名、代
表・木内こうさん)は、長
年にわたり、道路の空き缶
拾いやグリーンベルトに四
季の花を植えるなどの道
路愛護活動が続けてきま
した。

道路愛護活動で 建設大臣から感謝状

おおきく なあーれ



オック 杜くん (長男) 平成6年11月7日生

まいこちゃん (二女) 平成9年9月19日生

竹下真一さん (長塚)

『かわいいまいちゃん、オックのまい
ちゃん』

これならち、ずーっと妹思いのあ兄ち
やんでいてネ。



栗山川のロゴマーク決定

自然と寄りそえた『夏の草木湖』

夏のハイキングが8月9
日、10日に群馬県草木湖方
面で行われました。

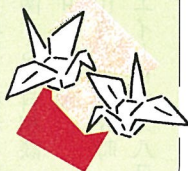
緑豊かな草木湖周辺を歩
き、水彩の詩画を通して生
命の尊さを語りつづける作
品を公開する富弘美術館や
歴史のまち足利の足利学校・
ばん阿寺を見学しました。
とても楽しい2日間を過
ごすことができました。



千葉県・光町・横芝町が共
同で募集した、栗山川川づ
くり事業のPR用ロゴ(愛
称)マークが決定しました。
応募総数160点の中か
ら選ばれたのは、宮内在住
の橋浦芳朗さんの作品で、
栗山川に古くからかわり
の深い「サケ」を图案化し
たものです。
今後、このロゴマークは
川づくり事業の啓発・推進
に活用されます。

申込先
社会福祉協議会 ☎3711

結婚・七五三
いざ約承中



町の交通事故発生状況 7月

人身事故 10件 (41)

物損事故 18件 (106)

死亡事故 0件 (0)

()は10年累計