



広報

No. 393

平成11年

8月号

ひかり

ワァー、つめたい

梅雨のわずかな晴れ間。
プールで水遊びする子供達は元気
いっぱい。
水しぶきをあげながらはしゃぐ声
がとても楽しそう。

(日吉保育園)

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)

7月1日現在 町の人口・世帯数 ()内は前月比 人口12,424人(+11) 男6,083人(+5) 女6,341人(+6) 世帯数3,717世帯(+6)



「広報ひかり」は、再生紙を使用しています。

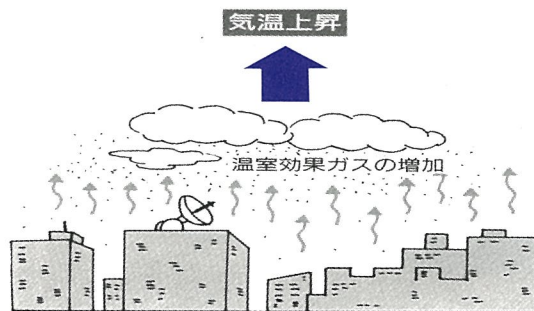
省エネは地球温暖化防止への第一歩！

地球温暖化問題は私たち人類だけでなく、
地球に生きる全ての生命にとって深刻な問題です。
それは“人”が原因です。
そしてこの温暖化をとめられるのも
私たち人間です。

地球温暖化って何？

地球をおおう大気の中には温室効果ガスと呼ばれる二酸化炭素などのガスがあり、地上の熱を逃げにくくして気温を適正な温度に保っています。人間活動の活発化によってこの温室効果ガスが増え、気温が上昇しています。この現象を地球温暖化といいます。

温室効果ガスのうち、地球温暖化に与える影響の最も大きなものは二酸化炭素です。これは私達の家庭での電気、ガス、ガソリンなどの使用はもちろんのこと、普段使っている製品の製造、流通、廃棄などの各段階でも発生しています。



(人間活動の活発化)

なぜ省エネが必要か

地球温暖化は、地球環境問題の中で最も深刻な問題です。それは、人類の文明の基盤そのものを壊しかねない問題だからです。今、私たちが対策をとらないと手遅れになってしまうので

す。私たちが省エネルギーを心がければ、家計の節約になるばかりでなく、二酸化炭素の排出量を減らすことができ、地球温暖化防止にも役立ちます。

ると予測されています。この気温の上昇に伴い、南極等の氷がとけて海面が最大50 cm上昇し、多くの土地が失われることとなります。また、マラリアやコレラなどの熱帯性伝染病の流行、水不足、気候の変動による生態系や農業被害の深刻化等、日常生活や産業活動への重大な影響が予想されます。

地球温暖化が進んだら

今後、地球温暖化のため、特別に対策をとらない場合には、2100年までに地球の平均気温は2℃上昇す





省エネのやり方をカエルぞ！

コップ(COP)君

- キッチンライフをカエル
冷蔵庫に詰め込み過ぎないようにしよう。
冷蔵庫内の温度を上げないように開け閉めを少なくしよう。
コンロの炎は、鍋底からはみ出さないようにしよう。
食器洗いは、流しっぱなしではなく「ため洗い」をしよう。

リビングでの生活をカエル

- エアコンの設定温度をこまめに調節しよう。(冷房時で28℃、暖房時で20℃が室温の目安です)
- エアコンの使用を1日、1時間短くしよう。フィルター掃除はこまめに。
- 室外機は風通しのいい場所に置きましょう。
- 見ていないテレビは、こまめに消しましょう。
- ムダな明かりはOFFに。

お風呂の入り方をカエル

- シャワーは、こまめに止めましょう。
- お風呂は冷めないいうちに続けて入りましょう。

洗面所の使い方をカエル

- 歯磨きは水を流しっぱなしにせず、コップを利用しましょう。
- 洗濯物はまとめて、洗

家族で考えよう

エネルギーの節約

地球温暖化防止に不可欠

たくさんのエネルギー消費に支えられているわたしたちの暮らし。しかし、エネルギーには限りがあり、地球温暖化など環境への悪影響も現れています。いま必要なのはライフスタイルの再点検と、ちょっとした工夫による省エネルギー。1年で最も電力消費の多い8月、家族みんなで省エネに取り組みましょう。

新・省エネ ライフスタイル チェックリスト



100～80点
今の新・省エネ
スタイルで、
これから。

79～31点
新・省エネ
スタイルをもう少し
考えましょう。



30～0点
もっとも
新・省エネスタイルに
カエル必要が...

チェック項目		はい	ときどき	いいえ
キッチン	冷蔵庫の庫内は整頓し、ものを詰め込みすぎないように気をつけている。	5	3	0
	冷蔵庫の扉の開け閉めを少なくし、開けている時間を短くするようにしている。	5	3	0
	食器洗いのときは、「ため洗い」をするようにしている。	5	3	0
	食器洗いのお湯の温度は、できるだけ低くするよう気をつけている。	5	3	0
リビング	冷房・暖房の機器を不必要につけっぱなしにしないように気をつけている。	5	3	0
	エアコン（冷房時）の設定温度は28℃を目安にしている。	5	3	0
	暖房時は室温が20℃を超えないようにしている。	5	3	0
	テレビをつけっぱなしにしたまま、他の用事をしないようにしている。	5	3	0
お風呂	テレビの主電源を切る、スチーマーやパソコンのコンセントをこまめに抜くなど、待機時電力の無駄な消費をしないようにしている。	5	3	0
	人のいない部屋で電灯がついていることがないよう、こまめに消灯を心がけている。	5	3	0
洗面所	シャワーはお湯を流しっぱなしにしないよう気をつけている。	5	3	0
	お風呂は、家族で間隔をおかずに入るようにしている。	5	3	0
	歯磨きのときは、水を流しっぱなしにしないよう心がけている。	5	3	0
	洗濯をするときは、風呂の水を使うよう心がけている。	5	3	0
カーライフ	洗濯物はまとめて洗濯している。	5	3	0
	洗濯は、すすぎの前に脱水し、節水、省電力に努めている。	5	3	0
	不要なアイドリングはしないよう心がけている。	5	3	0
	無駄な荷物を積んだままにしないよう気をつけている。	5	3	0
カーライフ	通勤時などできるだけクルマに乗らず電車、バスなど公共機関を利用するようにしている。	5	3	0
	洗車をするときは、バケツを使うよう心がけている。	5	3	0

*該当しない項目は、5点としてください。

- 濯機容量の8割をめやすにしましょう。
- 洗濯には、お風呂の残り湯を活用しましょう。

カーライフをカエル

- 洗車はホースでなく、バケツを利用しましょう。
- 自家用車はなるべく使

- 駐車場のアイドリング、空ぶかしや急発進はやめましょう。
- わす、公共交通機関を利用しましょう。

叙勲

森正夫氏に勲五等瑞宝章

学校教育に貢献

今年の春の叙勲で森正夫氏（橋場）が勲五等瑞宝章を受章されました。

森氏は戦中から戦後へ、極めて変化の激しい教育界にあつて時代を担う生徒のため、教育活動に専念してまいりました。また後進の育成にも熱心で多くの優秀な人材を育てあげ学校教育の進展に大きく貢献いたしました。

退職後も光町教育委員をはじめ多くの要職につかれ豊富な経験と持ち前の指導力を発揮し、現在も社会教育、社会福祉、地方教育行政の振興発展にご活躍されています。



（喜びの声）

生きるとは、あらゆる人や物との出逢いの積み重ねであるといえる。長い人生をふりかえると、もしあの人々との出逢いがなかったら全く違った自分であつたかもしれない。今度の叙勲は皆様方のおかげです。ありがとうございます。

永年の活躍に 厚生大臣特別表彰

前民生児童委員2名の方へ、永年の功績を称え、厚生大臣特別表彰が贈られました。

前民生児童委員総務

22年在職



伊藤 清志氏
（尾垂6区）

前民生児童委員

22年8月在職



土屋 隆嗣氏
（橋場）

選挙管理委員・ 補充員紹介

7月9日の光町議会臨時会で選出された選挙管理委員会委員・補充員の皆さんを紹介いたします。



榮島 栄氏
（芝崎）

職務の重大さを痛感いたし町民の皆さんを始め、関係者の力強い御指導御協力を心からお願いいたします。



関川 忠司氏
（篠本2区）



伊藤 定利氏
（尾垂5区）

再度議会の御推薦を戴き、非力乍ら委員長を中心に厳正中立に職務に励みたいと思ひます。宜しく御指導御

選挙は「民の声」。その重要性を再認識し、厳正な管理執行に努力致しますので、よろしく願ひします。



代喜 昌喜氏
（宮内）

鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

私は有権者の皆様方に一票の大切さを認識していただき、棄権者のない町にする努力をいたします。宜しくお願い致します。

補充員

大川 宏氏（新井）
鈴木 英夫氏（小川台）
浅野 肇氏（入）
鈴木 庄示氏（五之神）

関（第7分団） （第3部）

作間内（第6分団） （第1部）健闘

海匠支部消防操法大会

また、個人賞では、ポンプ自動車部で並木良二さんが最優秀3番員を受章しました。



最優秀3番員
並木 良二さん

今回の受章は訓練の成果が発揮できたからだと思ひます。又これを契機に、より一層消防活動に励んでいきたいと思ひます。

7月4日、海匠支部消防操法大会が八日市場市で行われました。各部とも力強い演技が展開される中、町の代表としてポンプ自動車の部に出場した第7分団第3部（関）が2位、小型ポンプの部では第6分団第1部（作間内）が3位の好成績を収めました。

新農業委員決まる

19人の委員紹介

任期満了に伴う改選で、新しい農業委員が決まりました。第1選挙区は立候補者が定数を超えないため無投票でしたが、第2選挙区は7月11日に選挙が行われ決定しました。また、7月26日に初の農業委員会議が招集され、会長に伊藤敬二氏、副会長に大木忠良氏が選出されました。

今後3年間、皆さんの代表として地域農業発展のために活躍される委員の皆さんを紹介します。

第1選挙区

(日吉・南条地区)



土屋 喜男氏
(芝 崎)

光町農業発展の為、農業委員としての職務を全うすべく、微力ながら誠心誠意努力致します。



加瀬 信雄氏
(篠本 2 区)

責任の重大さを感じています。

先輩のご指導を頂きながら精一杯頑張ります。



田山 治男氏
(篠本 2 区)

厳しい農業情勢の中で



鈴木 茂昭氏
(傍 示 戸)

『物を言う・行動する農業委員会』が今求められています。私も精一杯頑張ります。

目前に迫った21世紀新農基法の成立等、変革期の今日、光町農業発展の為に頑張ります。



鈴木 照夫氏
(宝 米)

農業情勢の厳しい中、農業委員として身の引締る思いです。地域農業の発展に微力ながら頑張ります。



大木 一男氏
(篠本 3 区)

農業委員として、与えられた職責の大きさに身が引き締まる思いです。初心を忘れず地域農業の発展に努力致します。



越川 素夫氏
(二 又)

責任の重大さに身の引き締まる思いです。町農業に寄与できる様、誠心誠意努力致します。

第2選挙区

(東陽・白浜地区)



伊藤 澄氏
(谷 中)

農畜産物の自給率向上が重要だと思います。ご指導宜しくお願い致します。



越川 勇氏
(篠 原)

難しい農業情勢の中、農業委員の大役を受け、責任の重さを感じます。又先輩委員方のご指導を受け精一杯頑張ります。

議会推薦



大木 忠良氏
(台)

農政変革期に責務の重大さを感じます。皆様の御指導を仰ぎ、町農業発展に微力ながら誠意努力します。



伊藤 敬二氏
(尾垂 6 区)



鈴木 清正氏
(関)

責務の重大さを強く感じています。先輩委員のご指導を頂きながら精一杯頑張りたいと思います。



大木 武士氏
(西 高 野)

農業の発展のため、後継者が進んで専念出来る様、精一杯努力致します。

努力致します。

農業共済組合推薦



浅野 肇氏
(入)

農業政策が目まぐるしく変貌する中、責務の重大さに身の引き締まる思いです。地域農業発展の為に精一杯頑張ります。



川島 通則氏
(二 又)

町農業の発展と合理化を目指して微力ながら精一杯



大木 久幸氏
(入)

農業も貿易自由化の波に呑み込まれようとしている今日、微力ながら地域農業発展を目指して務めます。



鈴木 光矩氏
(宮 内)

農業委員の仕事の内容を、農家の皆様に本音で情報公開し活動をしていきたいと思ひます。



向後 憲治氏
(白 磯)

厳しい農業情勢をよく理解し、適切な対応ができるよう努力致します。



海保 勝氏
(長 塚)

厳しい農業情勢、又変革期を迎えた今日、農業発展のため微力ながら精一杯努力致します。

スポーツ



がんばれ!

全国大会

今夏3名の高校生が出場決定



岩澤 昭裕君
(東京学館高2年)

岩澤昭裕君は、千葉県高等学校総合体育大会陸上競技の部で、110mハードルで4位入賞、関東高等学校陸上競技大会で5位入賞を果たし、岩手県で行われる全国高等学校総合体育大会に出場します。



秋葉 真弓さん
(成田高3年)

秋葉真弓さんは、千葉県高等学校総合体育大会陸上競技の部及び、千葉県高等学校中長、混成陸上競技大会で3,000m競歩で共に1位となり、岩手県で行われる全国高等学校中長・混成陸上競技大会に出場します。



塩本 幸枝さん
(匠瑤高定時制)

塩本幸枝さんは、千葉県高等学校校定通体育大会で、剣道の部女子個人で優勝し日本武道館で行われる全国高等学校校定通体育大会剣道の部に、2年連続出場します。

長塚チームが優勝



優勝した長塚チームのみなさん

22チームが参加した第38回光町軟式野球大会の準決勝、決勝が7月20日光スポーツ公園野球場で行われました。

決勝戦は、西高野対長塚の戦いとなり、0対5で長塚が優勝しました。

最高殊勲選手賞

平野 佳秀(長塚)

敢闘賞

大木 昭浩(西高野)

打撃賞

大木 弘吉(西高野)

右から大木(昭)さん、

平野さん、大木(弘)さん



光海洋センター好成績

B&Gスポーツ大会

7月4日、千葉県B&Gスポーツ大会が睦沢町で行われ、県内13海洋センターが水泳・剣道・カヌーの種目で技を競いました。

光海洋センターでは、日頃水泳教室で頑張っている子供達が水泳の部に参加し練習の成果を発揮しました。

背泳ぎ中学生女子50mで、神尾末幸さん(松尾町)が優勝、平泳ぎ小学生女子50mでは川嶋恵理さん(入)が3位入賞。小学生女子100mリレーでは、川嶋恵理さん(入)、伊藤聡子さん(尾垂5区)、神尾真美さん(松尾町)、若本理乃さん(谷中)のチームが3位入賞を果たしました。



前列右から神尾(真)さん、川嶋さん、若本さん、後列右から神尾(末)さん、伊藤さん

総合体育大会結果

各種目で熱戦

卓球の部

7月4日、町体育館で行われました。

●団体戦

優勝 高校生Cチーム

準優勝 なかよしチーム

3位 光中Fチーム

3位 光中Gチーム

●混合ダブルス

優勝 伊藤哲夫・星川勇人組

準優勝 阿部典光・山崎耕司組

3位 鈴木博之・実川俊子組

3位 関川 哲・伊藤 勇組

●小学生(4年生以下)

優勝 齋藤 美咲(東陽小)

準優勝 三橋佑季子(東陽小)

3位 久保田桂丞(白浜小)

●小学生(5・6年生A)

優勝 市原実可子(白浜小)

準優勝 三橋久美子(白浜小)

3位 吉川 晴奈(東陽小)

●小学生(5・6年生B)

優勝 向後みどり(白浜小)

準優勝 川野 千尋(白浜小)

3位 伊藤有加(白浜小)

ゲートボールの部

7月7日、文化の森公園で行われました。

優勝 光條会

準優勝 尾垂友の会

3位 虫生

女子バレーボールの部

7月17日、町体育館で行われました。

優勝 光中B(ブラック)チーム

準優勝 南条チーム

3位 東陽ママチーム

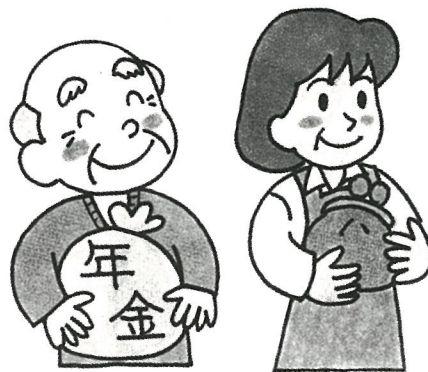
3位 白浜チーム

よくわかる 介護保険制度 Q&A ⑩

(平成12年4月スタート)

Q 夫婦ともに65歳以上ですが夫が受けている年金は月額3万円以上で妻の年金は月額1万円以下です。この場合、保険料の納付の仕方はどうなるのでしょうか？

A 第1号被保険者の介護保険料は、年金額が年額18万円以上の人は年金からの天引きになります。年額18万円未満の人は、町に個別に納めることになります。したがって、この場合、ご夫婦であっても夫は年金からの天引き、妻は、町へ納めるということになります。



Q 80歳以上で年金を受けていますが医療保険にも加入しています。こんな場合、保険料の納付の仕方はどうなるのでしょうか？

A 年齢が80歳以上ですので、加入者区分としては第1号被保険者となります。第1号被保険者の場合は、医療保険に加入している場合でも、介護保険の保険料は年金からの天引きになります。

問合せ 保健福祉課介護保険係 ☎(84)1158

どうする?! こんなとき

応急手当●おなかが痛くなったとき 強い痛みが続くときは早めの診察を

急におなかの辺りが痛くなる——子どもも大人もよく経験する症状です。食べ過ぎや飲み過ぎなど腹痛の原因に思い当たる筋があれば、しばらく安静にしたり薬を服用したりするなどして対応できます。しかし、時には今まで経験したことのない激しい痛みで襲われるときもあります。

腹痛の原因や症状はさまざまで

す。顔が青ざめる、腹部が緊張して硬くなる、繰り返して吐く、転げ回って痛がる——こんなときは、迷わずすぐに医師の診察を受けましょう。それまでの応急処置としては、次のような手当を行います。

●**安静にして寝かせる**……ズボンのベルトを緩めたり膝を曲げて立てたりするなど腹部が緊張しないように楽な姿勢で寝かせます。

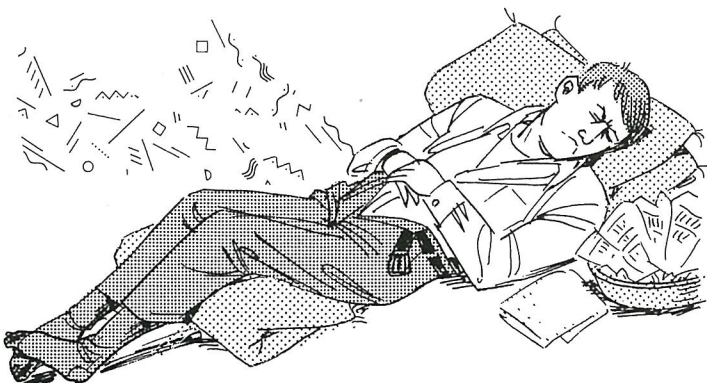
●**様子をみる**……原因がよく分からないうちは、おなかを温めたり冷やしたり、水や食べ物、薬などを与えたりすることは避けましょう。

●**吐いたときは顔を横向きに**……吐いたもので気管を詰まらせないように、洗面器などを用意して顔を横に向かせます。

●食中毒予防は日ごろから

夏場に限らず、食中毒の被害は年間を通して発生しています。食中毒にかかるとう腹痛や吐き気、吐く、下痢などの症状を起こします。

食中毒の疑いがあるときは勝手な家庭療法は行わず、早めに医師にみせましょう。その際、いつ、どこで、どんなものを食べ、いつごろから症状が始まったかなどを話します。また、残った食べ物や吐いた物があれば持参しましょう。食中毒は予防が第一。手や調理器具、水や食品を常に清潔に保ち、加熱すべき食品は十分に加熱するなど、日ごろからの心がけが大切です。



福祉ガイド

ご存知ですか？

児童扶養手当・特別児童扶養手当



児童扶養手当

児童扶養手当とは、父母の離婚などにより、父親と生計を同じくしていない児童を養育されている母子家庭などの生活の安定と自立を助け、児童の福祉の増進を目的として支給される手当です。

受給資格者

手当を受けることができる方は、次の条件にあてはまる18歳に達する日以後の3月31日までの児童を監護している母親、または代わりにその児童を養育している方です。児童が心身に基準以上の障害がある場合は、20歳になる誕生日まで手当が受けられます。また外国籍の方は外国人登録し、一定の在留資格がある方に限ります。

- ①父母が離婚した後、父と一緒に生活をしていない児童
- ②父が死亡した児童
- ③父が重度（国民年金の障害等級1級程度）の障害にある児童

④父の生死が明らかでない児童

⑤父から引き続き1年以上遺棄されている児童

⑥父が法令により引き続き1年以上拘禁されている児童

⑦未婚の子

⑧捨て子などで、生まれたときの事情が不明である児童

上記に該当する場合でも、日本国内に住所がないとき、公的年金を受給しているとき等、支給されない場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

手当を受けるための手続き

保健福祉課で次の書類を添えて請求の手続きをしてください。

- ①請求者と対象児童の戸籍謄本（外国人の方は在留資格の明記された登録済証明書）
- ②請求者と対象児童が含まれる世帯全員の住民票の写し
- ③その他必要書類

※印鑑を必ず持参してください。

手当の基準額

	全額支給の場合	一部支給の場合
児童が1人のとき	42,370円	28,350円
児童が2人のとき	47,370円	33,350円
児童が3人以上	1人につき 3,000円加算	1人につき 3,000円加算

特別児童扶養手当

特別児童扶養手当とは、家庭で介護されている心身に障害のある児童（20歳未満）の福祉の増進を図り、その生活に寄与することを目的として、児童の父母または養育者に対して支給される手当です。

受給資格者

手当を受けることができる方は、身体や精神に重度の障害のある児童（20歳未満）を監護している父若しくは母、または代わりにその児童を養育している方（養育者）です。

父母が共に児童を監護している場合は、主として生計を維持している方に支給されます。

また、日本国内に住所がないとき、障害を事由とする年金を受給しているとき等、手当が支給されませんので詳しくはお問い合わせください。

手当を受けるための手続き

保健福祉課へ次の書類を添えて、請求の手続きをしてください。

- ①請求者と対象児童の戸籍の謄本または抄本
- ②世帯全員の住民票の写し
- ③障害認定診断書（用紙は保健福祉課福祉係にあります）
- ④その他必要な書類

※印鑑を必ず持参してください。

児童1人あたりの月額

1級（重度障害児）	2級（中程度障害児）
51,550円	34,330円

お忘れなく！ 現況届の提出

現在、児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給している方は、全員必ず現況届を提出してください。現況届を提出しないと、手当が受けられなくなることがあります。

提出期間は8月11日から9月10日までです。

問合せ先

保健福祉課福祉係 ☎841211 内線1732

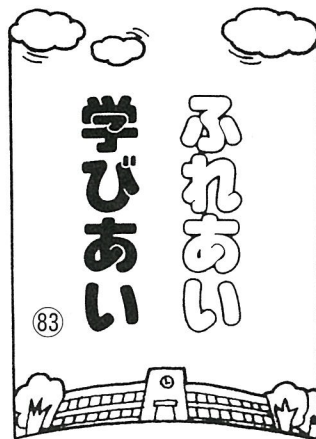
第24回 少年少女つどい大会



楽しい2日間

友達いっぱいできたよ

町内の小学校6年生を対象に、「少年少女つどい大会」が7月10日・11日に光町体育館で行われました。



当日はあいにくの雨で、スポーツ公園でキャンプをすることができませんでしたが、テント張りを見学したり、キャンドルサービスで各班の寸劇を披露したり、スポーツ大会をしたりして、楽しい2日間を過ごしました。

初めは不安そうだった児童も、青少年相談員や子ども会役員の指導を受けながら、班ごとに活動しているうちに親しくなり、友達もたくさんできました。

▲飯ごうでつくったカレーライスはとてもおいしかったよ

有意義な

つどい大会



光町子ども会 会長 子田 幸雄
光町子ども会 副会長 子田 幸雄

今回のつどい大会は残念ながら雨天であったため、野外でのテント生活体験が出来ませんでした。しかし、体育館内での団体生活は非常に有意義で

▶テント張りの実演を見学しました。



あったと思います。特にキャンドルサービスでの歌への積極的な参加は、今まではなかったことでした。寸劇の内容も例年にもまして素晴しかったです。このつどい大会は、友人をつくり、社会の団体行動と責任意識を学ぶという意味で非常に効果があると思います。次代を担う子ども達よ、立派な大人に成長してほしいと願ってやみません。

白浜小学校が優勝

ミニバスケットボール大会

町内の各小学校が参加してミニバスケットボール大会が7月18日に光町体育館で行われました。

大会はリーグ戦で行われ各試合とも大きな声援がおくられていました。

結果は、白浜小が優勝し、海浜地区大会への進出を決めました。



自分達の海岸をきれいに

白浜小 海岸清掃



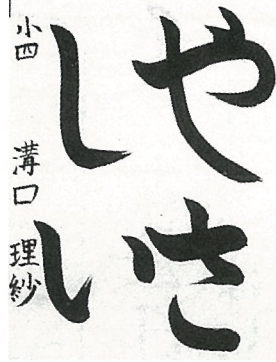
本格的な海水浴シーズンを前に、6月28日白浜小4・6年生の児童が、白浜地区社会福祉協議会とクリーン友の会の皆さんと一緒に、木戸浜の海岸清掃を行いました。

当日は、小雨のパラつく中の作業となりましたが、自分達のきれいな海岸を守るために、子供達はゴミ拾いに一生懸命でした。



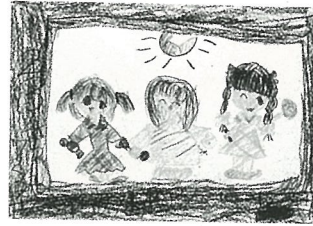
4年 溝口 理紗さん

※ひらがなの
で、やわらか
い感じを出す
のと、全体の
バランスに苦
劳しました。



1年 下田香織さん

※わたしは人気
アイドルです。
すてきなおよ
うふくをきて
テレビでうた
います。



『テレビにでたら』

あつまれみんなの力作



『布を生かして』



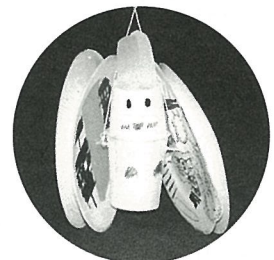
5年 木原 敬大くん

※おかあさんの
使わなくなっ
たストッキン
グを利用して
ふしぎな生き
物を作しまし
た。



2年 菅野 舞さん

※ひもを引くと
うさぎがユラ
ユラゆれなが
らコロコロ転
がります。か
わいいですよ。



『うさぎのコロコロ』



6年 伊藤 優太くん

※キャベツの色
ぬりとニスぬ
りをするとこ
ろがたいへん
でした。



『本物そっくり
『ぼくの朝食』』



『海の中』



3年 向後 夏紀さん

※魚たちの楽し
そうなようす
をイメージし
て作りました。
タコの足が、
大変でした。



ひかり俳壇



越川せつ子 (篠本)

緑蔭に魚ひそみ居て波立てず

深緑りの樹影を敷く湖水、水草の
下には雑魚が静止して動く気配も
ない静穏な一刻を詠む

水須ゆき子 (橋場)

緑蔭や足裏見せて吾子眠る

冷暖房完備で総べてが都会的とな
った現代の農村では余り見かけら
れず、郷愁を誘う

山崎 てい (二又)

強引な新聞拡張梅雨寒し

断る間も与えぬ拡張員の舌鋒に、
辟易した心情を表白した下五の季
語は動かし難い

伊藤 幸枝 (尾垂)

夏めきて白衣の衿の糊つよし

椎名 静子 (二又)

夏足袋の乙女草津の太鼓

伊藤 雅子 (尾垂)

幼児の頬に映ろう合歓の花

鈴木とし子 (宝米)

緑蔭に地蔵の顔もふくよかに

川島 通則 (二又)

舟人となる錦江湾に風薫る

大谷 武彦 (木戸)

緑蔭や吾が影一つ坂の道

短評

評者吟 緑蔭に入るたび覗く万歩計

はぐくむ光のびる若芽

184

篠本一区 加藤 治子

私の家族は、祖父、両親、夫の妹、私達夫婦、子供の七人家族です。長男の直人は、遊び一番、勉強は……元氣な小学2年生です。スポーツも好きで1年生から習っている空手は、昨年の10月、初めての試合で3位。ふだんの練習の送り迎えはお母さんに任せているので私達はノータッチ。たまに家で形を見せてもらうくらいで、初めての試合の時は、子供も私達も大分緊張しましたが、トーナメント戦で、一人二人と勝ち抜いて私達もびっくり。「こーなったら優勝だ！」なんて思ったくらい。でもまだまだ上には上がいました。本人は「今度は2位」なんて言うていたけど、始めてまだ一年ちょっと、まだこれからです。そして2年になつてからは野球も始めました。土・日は野球、平日週3日は空手と、私

達も「すごいよ頑張るな」と感心するほど。でもいつまで続くかわかりませんが、中途半端で終わらせないで自分が納得するまで頑張ってもらいたいと思います。直人は一人っ子なのでとてもわがまま。でも、優しい所もあり陽気で何ごとにもよくよい息子です。私達夫婦は共働き、特に私は直人が1歳の時から働

てものがまま。でも、優しい所もあり陽気で何ごとにもよくよい息子です。私達夫婦は共働き、特に私は直人が1歳の時から働

夢に向って
一日一日を大切に

き始め(当時は土・日も仕事)、休みの日はほとんど一緒に遊んであげられなかったような気がします。だから今でもいいちゃん、ばあちゃん子。私が働けるのも両親のお陰、とても感謝しています。「お母さんは嫌い、すぐ怒るから。」と言われませんが私はそれでも仕

ものです。そして息子の夢はプロ野球選手、何年か前までは「ウルトラマンになる。」なんて言うていたのに。これからが楽しみです。夢に向かって親と一緒に一日一日を大切に過ごしていきたいと思います。

健康だより

シリーズ⑰
今月の顔椎名正三さん(85歳)
(関)

長寿の秘訣

今月の顔は、保健センターで実施した「さわやか介護&健康講座」に毎回参加していただいたなかで、唯一男性で一番高齢、そして体力測定では、一番柔軟性があり若々しかった、関の椎名さんにお話を伺いました。

◎椎名さんと保健婦の出合い

もう10数年も前になりましたが、「寝たきりの母の介護について相談したい」と電話があり、保健婦の訪問が始まり、それから健康相談や健診など、お付きあいのはじまりました。

◎健康への強い願い

89歳で寝たきりになったお母さんは、床ずれもあり、ひどい状態でしたが、椎名さんと奥さん達の手厚い介

護で97才まで長生きすることができました。また平成8年にも、お姉さんが脳梗塞で倒れ、病院にいつしうけんめい介護に通ったそうです。

そんな経験から、脳卒中などの病気になりたくない。倒れて、周囲、特に家族に迷惑をかけたくない。そして自分の生きがいのために、寿大学や健康教室、健診等に積極的に参加するようにながけてきたそうです。

◎健康に気を付けていること

「食事・運動・趣味を生かして」とすぐ答えてくれました。

食事は、健康教室で習った一日30食品を、バランスよく、よく噛んで、間食はとらないそうです。実際に、ミソ汁の具は野菜をたっぷり入れ、とり肉や、豚肉も

野菜と煮て食べるそうです。そして自分でできることは何でもやり、調理もするそうです。

運動は、毎日(雨の日以外は)尾垂の浜まで行き、軍隊の時に行っていた基本体操9種をかかさず行っているそうです。そのため体は柔軟性があり、背中はいつもピンとしており、外出する時は自転車でもこまでも行くなど、私たち顔まけの体力を持っています。

趣味は、多才な趣味の持ち主ですが、今は読書が一番楽しいそうです。単行本、文芸春秋など週刊誌もかさず読むそうです。昔の仕事から、日本の将来、政治経済、教育などがどのようになつていくのか、いつも心配しながら読んでいます。

病気がちなので、取材を拒んでいた椎名さんですが、少しの症状でも敏感にとらえ、健康相談に来所したり健康教室に参加し、自分の健康にまがきをかけてきました。これからも、元氣な姿で参加してくれることを期待します。

(保健婦 早川)

募集

このコーナーで、ご紹介する方を募集しています。ぜひ、ご連絡を。
保健センター ☎(84)1158

健康への

メッセージ

シリーズ 69

薬の服用

光町のみなさんこんにちは。今回は薬の服用についてお話ししたいと思います。

外来を患者さんが受診されたときに「これなら特に薬をのむ必要はないですよ」とお伝えすると「それで何か薬をください」と言われることがあります。また「この状態でしたら薬をお出ししますからのんでください」とお伝えすると、さつきとは逆に「薬はのまないのでもう少し薬ナシで様子を見させてください」と言われることもあります。最近はこちらかというところ後者の薬をのまない患者さんの方が多くなっているような気がします。薬というのは必要ときにだけ服用すべきものですから、どちらが良いわけでもないのですが、薬にばかり頼らない「薬漬け」の傾向でない状況はどちらかというと好ましいと私個人では考えています。

何か薬をくださいという方は、薬なしでは良くならないのではないかと、早く良くしたい、と考えている方が多いかと思いますが、(中にはせっかく病院まで来たのだから何か薬ぐらいもらわないと、という方もいるかも知れませんが)確かにお気持ちちはよくわかるのですが薬をのんだからと言って必ずしも早く良くなるとは限りませんし、高血圧や糖尿病などの慢性の病気の場合は食事や運動など

の生活習慣を改善することで薬なしでもよくなる場合も多いのです。また食事などを頑張ってみたがあまり変わりがなかったという場合には、その時にはじめて薬をのむことで十分間に合うケースの方が多いのです。次に薬をのむたくないという方ですが、こちらには二通りの理由があるように思います。一つは薬の副作用がこわいという方です。確かにどんな薬にも副作用の可能性はありますし、重症になってしまいう場合もあります。しかし薬をのまなければ改善することが難しい病状は間違いなくあります。薬をのむことによる危険もあるかもしれませんが、のまずに放置しておくことの危険の方がはるかに高いからこそ薬をお出しするのですから。

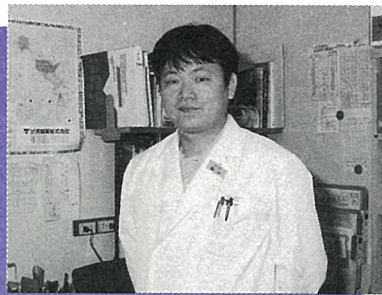
もう一つは高血圧などの慢性の病気に薬をのみ始めると、もう一生薬をのまなければならぬのでのまないという方です。慢性疾患で薬をのみ始める方は、やはりその後継続して服薬を続けるケースは多いです。しかしその中には徐々に安定してきて薬を止められる方も少数ながらいいます。薬を飲み続けることは確かにおっくうですし、憂鬱なものかも知れませんが、放置して過ごす危険を考えれば、必要な薬はやはりのんでいた方がいいと思います。

不要な薬をのむことは厳に慎むべきです。それと同時に必要な薬はきちんとおむように心掛けていただきたいと思います。

※東陽病院の休日当番日

8月22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 ☎84 1335

東陽病院 鈴木 健士 内科医師



夏休みに読もう！ =おすすめする おもしろい本=



●低学年

『番ねずみのヤカちゃん』 リチャード・ウィルード／作 福音館書店
『なぞなぞの好きな女の子』 松岡享子／作 学研
『ピーナッツなんきんまめらっかせい』 こうやすすむ／文 福音館書店

●中学年

『けっこんをしたがらないリスのゲルランゲ』 J・ロッシュ＝マソン／作 福音館書店
『盲導犬グレイ誕生物語』 パトリシア・カーチス／文 小学館
『河童よ、出てこい』 武田正／文 福音館書店

●高学年

『冒険者たち』 斎藤惇夫／作 岩波書店
『トイレまちがえちゃった！』 ルイス＝サッカー／作 講談社
『イワシの話』 平本紀久雄／著 らくだ出版



＝町立図書館＝
☎84 3311



自由研究の本も
たくさん用意してあります

8月の休館日 9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月)

光スポーツ公園進入道路 の通行止めのお知らせ

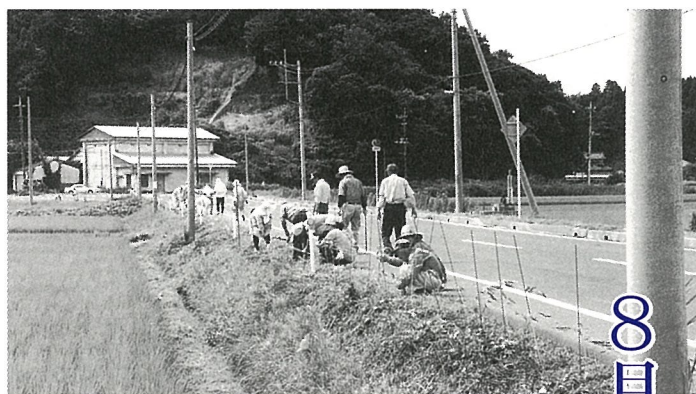
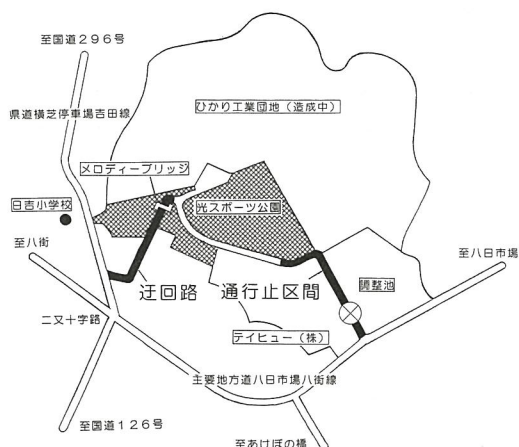
光スポーツ公園進入道路(町道1497号線)は、ひかり工業団地の造成による、道路改良工事を行いますので、通行止めといたします。工事期間中、ご迷惑をおかけしますが、迂回にご協力をお願いいたします。

また、重機が作業し危険ですので、付近には近づかないようお願いいたします。

通行止期間

平成11年9月1日から平成12年2月29日まで
問合せ

企画財政課都市整備室 ☎(84)1211 内線2411



フラワーロード0103号実行委員会の皆さんが7月20日に、にちなん橋からあけぼの橋の道路脇にひまわり2,000本を植えました。

8月は道路をまもる月間で、8月10日は道の日です。

道は私たちの生活になくてはならないものです。

知っていますか？道の役割。私たちの生活になくてはならない「電気」「電話」「水道」これらも道がなければあなたの家へは届きません。私たちのゆとりある暮らしをささえ、快適な空間をつくり出してくれるこの道をやさしく大切に使うよう心がけましょう。

★(注)道路に木の枝等が出ていると交通の妨げになり大変危険です。事故のない安全な道路環境づくりにご協力を！また、町道に面したブロック塀や生け垣等をつくる時は境界確認が必要になり、打たれた境界標を抜いたり壊したりすると法律で罰せられますのでご注意ください。

8月は「道路を守る月間」

困っていませんか？

交通事故巡回相談

交通事故に遭った場合、「誰に対してどのくらい損害金を請求したらよいのか」「自動車損害賠償責任保険金はどのようにして請求したらよいのか」などわからないことが多いため、僅かなお金を受け取って泣き寝入りしているようなケースが多く見られます。このため、被害者になった方々を早くかつ正しく救済するため専任相談員と顧問弁護士による交通事故相談を実施します。

日時 8月20日(金) 午前10時～午後3時

会場 町民会館B会議室

問合せ 総務課地域安全係 ☎(84)1211 内線2231

個人事業税の納税は口座振替で

個人事業税の納税に口座振替を使用しませんか。便利で安全な制度で手続きも簡単です。

今、申し込みをすると第2期分(11月30日納期限)から口座振替ができます。

詳しくは、海匝支庁税務課 ☎(62)0772

ホームヘルパー養成研修

3級
課程

研修期間 10月6日(水)～11月10日(水)

研修場所 海匝支庁

受講定員 50名(定員になり次第終了)

研修費用 テキスト代5,200円

受付期間 8月3日(火)～8月31日(火)

申込・問合せ 保健福祉課福祉係 ☎(84)1211 内線1732

特別弔慰金の支給

対象者 戦没者死亡当時の3親等内親族で次の要件をすべて満たす方

①第6回特別弔慰金国庫債券の受給権を取得していないこと

②平成11年4月1日現在、公的扶助料、遺族年金等の受給権を有する遺族がいないこと

支給内容 額面24万円

6年償還の記名国債

請求期間 平成14年3月31日まで

請求・問合せ 保健福祉課福祉係 ☎(84)1211 内線1732

納税

8月31日(火)は、町県民税第2期分、国民健康保険税第2期分の納期です。
納め忘れのないよう お早めに

暮らしのガイド

国民年金生きがい講座 受講生募集

日時 10月21日(木)～22日(金)
(1泊2日 現地集合)

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
ゴルフなど)の各講座と
健康相談、年金相談

募集人員 60名(申込者多
数の場合は抽選、20歳以
上の方)

費用 1人9,000円

申込方法 官製はがきに生
きがい講座希望と明記の
上、住所、氏名、年齢、性別、
電話番号を記入して郵送

申込期間 9月1日(水)～24
日(金)必着

申込・問合せ 〒26001
8691 千葉市中央区

市場町1-1 千葉県社
会部国民年金課庶務係い
さがい講座事務局

☎043(223)2382

第15回国民年金写真 コンクール作品募集

募集内容 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。カラープリントでキ
ャビネ以上4つ切りまで。

締切 9月30日(木)必着

送り先・問合せ 〒26001
8691 千葉市中央区

市場町1-1 千葉県社
会部国民年金課内千葉県
国民年金協議会

☎043(223)2389

エイズ予防ポスター コンクール募集

表現内容 エイズ予防の正
しい知識の普及やエイズ
問題についての県民の意
識向上に役立つもの

応募規格 4つ切り画用紙
等(38cm×54cm)。画材は、
水彩画・パステル画等自
由。

応募資格 県内に在学、在
勤、在住の中学生以上

応募方法 作品の裏面に氏
名、年齢、住所、電話番
号、学校名及び学年(ま
たは勤務先)を記入

締切 9月10日(金)

募集・問合せ 〒26001
8667 千葉市中央区

市場町1-1 千葉県衛
生部保健予防課エイズ・
感染症対策班

☎043(223)2693

寝たきり防止の知恵 体験談の募集

募集対象 県内に在住、在
勤、在学の方

募集内容 400字詰原稿
用紙3枚以内に、寝たき
りを克服した人、家族で
協力して寝たきりを予防・
克服した体験談等。

応募方法 作品に表題、住
所、氏名、年齢、電話番
号を明記。1人1点まで。

締切 9月15日(水)消印有効

募集先 〒26001085
5 千葉市中央区市場町

1-1 千葉県衛生部保
健予防課

ちばのおいしい魚 料理コンテスト

募集料理 アジやマダロを
使い、調理時間90分以内
で家庭で簡単に作れるも
の

応募方法 材料・調理方法
を明記して郵送。(写真
かイラストを添付)

締切 8月31日(火)消印有効

募集・問合せ 〒26001
8667 千葉市中央区

市場町1-1 県庁水産
課内フォーラム事務局

☎043(223)3045

「行方不明の人をさがす相談所」開設

全国各地で死亡後、身元がわからないため無縁仏として葬られて
いる身元不明者の身元を確認するため、千葉県警察では「行方
不明の人をさがす相談所」を、次の日程で開設し相談に応じます。

相談日	場所	時間
8月10日(火)	茂原警察署	午前9時～午後4時
8月18日(水)	千葉駅前ビル屋上(RF)「りんどうの間」特設会場	午前10時30分～午後5時
8月24日(火)	佐倉警察署	午前9時～午後4時
8月1日～31日	千葉県警察本部鑑識課(分庁舎)	午前8時30分～午後5時

問合せ先 千葉県警察本部鑑識課(県警察本部分庁舎2階)

☎043(227)9131 内線770-2339

千葉県職員採用試験

区分	採用予定人員	受験資格
初級	一般行政 10名程度	S53.4.2～S57.4.1生
	電気 4名程度	S53.4.2～S57.4.1生
市町村立学校事務 10名程度		S53.4.2～S57.4.1生
資格免許試験	管理栄養士 1名程度	S44.4.2～S53.4.1生 管理栄養士の登録者または見込みの者
	栄養士 11名程度	S44.4.2～S55.4.1生 栄養士の免許取得者または見込みの者
	診療放射線技師 3名程度	S44.4.2～S54.4.1生 診療放射線技師の免許取得者または見込みの者
警察事務 10名程度		S53.4.2～S57.4.1生

受付期間 8月17日(火)～9月1日(水)

試験日・会場 9月26日(日) 千葉工業大学

申込・問合せ 千葉県人事委員会事務局任用課 ☎043(223)3713

おかげさまで10周年

～航空科学博物館記念イベント～

航空科学博物館は、平成元年開館以来、10周年
を迎えました。これを記念して下記の行事を行います。

◎航空科学博物館の10年展

期間 8月1日(日)～8月31日(火)

場所 2階エアラインコーナー

内容 博物館の10年間を年表や写真などで紹介

◎夜間開館

日時 8月毎週土曜日および13、14、15日

開館時間を午後8時まで延長(入館は午
後7時30分まで)

内容 離発着する旅客機、滑走路の誘導灯など、
普段見ることのできない成田空港の美し
い夜景がみられます。

◎折り紙飛行機教室

日時 8月13、14、15日

午後1時30分から1時間

参加費 入館料のみで参加費は無料

内容 簡単でよく飛ぶ折り紙飛行機を作って、飛
ばし方のコツなども説明します。

問合せ先 〒289-1608 山武郡芝山町岩山111-3

航空科学博物館 ☎0479(78)0557

わが家の犬・猫写真
コンクール作品募集

応募資格 県内在住の方

応募作品 応募者の飼犬・

飼猫の写真(サイズEC

判、裏に番号と氏名を記

入、1人3枚まで応募可)

と飼育についてコメント

(400字以内)

締切 8月31日(火)必着

※原則として作品は返却

しない。

応募先 〒260-0855

6 千葉市中央区亥鼻2

15-13 県庁亥鼻別館

内(財)千葉県動物保護管

理協会

☎043-221-2364

平成11年度環境
カウンセラー募集

申請期間 9月1日(水)～30

日(木)(当日消印有効)

申請資格 環境保全に関す

る資格・経歴や環境保全

活動実績のある個人また

は事業者

選考方法 申請書と論文に

よる一次選考(簡易書留

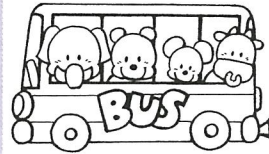
郵便による郵送)、面接

による二次選考

申請・問合せ (財)日本環境

協会 〒105-0000

1 東京都港区虎ノ門1

15-8 オフィス虎ノ門
1ビル
☎03-3508-126
51

県政教室バスツアー

日時 9月26日(日)

午前8時30分集合

午後6時30分解散予定

集合場所 海匠支庁

見学先 ちば文化祭(幕張

メッセ)

募集人員 50人

費用 無料(昼食は各自用意)

対象者 満20歳以上の方

申込方法 往復はがき(1

枚2人まで)に全員の氏

名、住所、年齢、職業、

電話番号を記入の上、「県

政教室バスツアー希望」と

書いて申し込み下さい。

申込期限 9月11日(土)

申込・問合せ 〒289-1

2504 旭市二の19

97-11 海匠支庁海匠

地域県民センター
☎0597ポリオ(小児まひ)の
予防対策について

ポリオ(小児まひ)の発

生を防ぐため、次の事に注

意してください。

特に昭和50年から52年に

生れた方は他の年齢層に比

べ、免疫を保有している割

合が低いのでご注意ください。

1、お子さんがポリオワク

チン投与を受けた時

投与されたポリオウイル

スは腸管の中で増殖し、約

一ヶ月位にわたって大便中

に排泄され、きわめて稀に

家庭内感染の可能性があり

ます。

このため、オムツ交換を

した後は、よく手を洗いま

しょう。又、菌は乾燥に弱い

のでオムツ等、よく乾かし、

清潔に気をつけてください。

2、ポリオウイルス常在国

に渡航される時

インド・アフリカ地域・

パキスタン・バンングラディ

シュ・ベトナム・カンボジ

ア・イラン等へ渡航される

時は特に注意し、再度ポリ

オワクチンの追加投与をお

勧めします。

◎追加投与を希望される方

は、事前予約が必要

実施医療機関 千葉県予防

衛生協会港湾診療所

☎043-242-6131

問合せ 保健センター

☎(84)1158

法務局の人権相談

日時 毎週水曜日(当日が

祝日の場合は翌日)

午前9時～午後4時(た

だし、12月28日から1月

4日までを除く)

場所・問合せ

千葉地方法務局八日市場

支局

☎(72)0334

明るい選挙啓発
作品募集

【ポスター】

内容 明るい選挙の推進を

おくやみ申し上げます

7月15日現在受付
(順不同敬称略)

行政区 死亡 氏名 年齢

尾垂区 伊藤 慶治 94

長塚 小川 とよ 91

松丘園 若梅恒次郎 72

芝崎 土屋 茂 71

西高野 石井 てる 91

木戸 椎名 かつ 91

美奈 渡邊 清一 89

関 椎名 弘明 74

新井 中川 とく 94

宝米 大木 寛治 62

表すもの

画材と大きさ 描画材料は

自由、大きさは45cm×30

cm×55cm×40cm

【標語】

内容 きれいな選挙の推進

と棄権防止の呼びかけを

表すもので、20字以内

締切日・提出先 9月3日

(金までに町選挙管理委員

会

☎(84)1211内線21

11

手作り

料理を

(127)

食卓に

食生活改善推進員
鈴木スエ(白 磯)

じゃが芋の

きんぴら

作り方

①じゃが芋とにんじんは

皮をむき、せん切りにす

⑤器に盛り、七味唐辛子

をふりかける。

さらにサツと炒める。

しょうゆを加えひと混ぜ

し、ピーマンを加えて、

④柔らかく炒め、みりん、

じゃが芋とにんじんを炒

め、酒をふりかける。

③熱した鍋にごま油、サ

ラダ油を入れてなじませ、

②ピーマンはヘタと種を

取って、せん切りにする。

材 料(4人分)

じゃが芋……………2コ
にんじん……………1/2本
ピーマン……………2コ
七味唐辛子……………少々
ごま油……………大さじ1
サラダ油……………大さじ1
酒……………大さじ2
みりん……………大さじ2
しょうゆ……………大さじ2～2 1/2

健康カレンダー

●健診・学級・相談

月	日	行事名	対象	時間	場所
8	10	3歳児健康診査	H 8 / 2 ~ 4 月 生	午後1時30分~2時	保健センター
8	16	健康相談	希望者	午前8時30分~5時	保健センター
8	18	体を動かそう会	機能訓練希望者	午前10時~	町民会館
9	6	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	3	風しん	1 年 生	午後2時~	日吉小学校
9	7	風しん	1 年 生	午後2時~	南条小学校

おおきく
なあれ



まいか
舞華ちゃん (長女) 平成9年9月2日生

ゆうか
優華ちゃん (二女) 平成11年4月20日生

大木 康明さん (関)

妹の面倒をよくみるお姉ちゃんは、力
×うに向かってポーズをとるのが得意。

いよいよ
夏到来!

梅雨明け間近の7月18日、
木戸浜海水浴場の海開き

梅雨明け間近の7月18日、
木戸浜海水浴場の海開き
開きが行われました。
海の安全祈願祭のあと、
各種イベントが行われ、地
元さくら太鼓愛好会の皆さ
んによる勇壮な和太鼓の披
露は、広い海と空に大きく
響きわたり、海開きを盛り
上げました。

また、宝探し、ビーチフ
ラグ大会で、豪華景品を
当てた子供達は楽しい一日
に笑顔いっぱいでした。

真夏の太陽の下、ひまわ
りの似合う季節となりまし
た。海に、山にと夏本番を
楽しんでいらっしゃいます
か。
7月から広報担当になり
ました。皆さんに親しまれ
る広報を作っていくたいと
思いますのでよろしくお願
いします。



あ
と
が
き

青空に
ナイスショット!



7月8日、新千葉カ
ントリー倶楽部で、町
民の親睦と福祉へのチ
ャリティを目的とした
チャリティゴルフ大会
が、42名の参加で行わ
れました。
当日は、絶好のゴル
フ日和となり、青空の
下で好プレーが続出。
日焼けした顔も満足気
でした。
なお、参加者からの
チャリティ募金は町社
会福祉協議会を通じ活
用されます。