



広報

No. 454

平成16年

9月号

ひかり

祝 優勝

技・速さ・正確さを競うこの県大会で、第7分団第2部（木戸）は熱の入った演技を展開し見事優勝。光町消防史に新たな1ページを加えました。

（8/3 千葉県消防操法大会 関連記事2頁）

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

8月1日現在 町の人口・世帯 ()内は前月比 人口12,249人(-19) 男6,037人(-4) 女6,212人(-15) 世帯数3,887世帯(-2)

光町ホームページアドレス <http://www.town.hikari.chiba.jp/>

「広報ひかり」は、再生紙を使用しています。

光町消防団50年の歴史的快挙

県消防操法大会優勝

出場団員のみなさんに喜びの声を伺いました

消防技術を競う第40回千葉県消防操法大会が、8月3日県消防学校で行われ、「小型ポンプの部」に出場した第7分団第2部（木戸）が、大会当日の熱さにも負けず、敵しかった練習の成果を十分に発揮し念願の最優秀賞、優勝に輝きました。

また、椎名真人さん、大木和弘さんが最優秀個人賞を受賞しました。



最優秀賞に輝いた第7分団第2部のみなさん
（前列左から 大木和弘さん、椎名真人さん
後列左から 大木幹夫さん、大木健さん、小倉弘業さん）

部長 大木幹夫さん
このたびの県消防操法大会において最優秀賞という名誉ある賞に輝き、とてもうれしく思います。

なおこの間、応援してくださった、光町、光町消防団、消防署の方々をはじめたくさんの方々の協力のおかげだと、心より感謝しております。

この感動を忘れることなく、これからも消防活動に頑張りたいと思います。

最後に、第七分団第二部団員のみなさん、本当にありがとうございました。

指揮者 小倉弘業さん

今回の結果は、「優勝したい！」という団員全員のがんばりが一つになり、大会に挑んだ結果だと思えます。練習にあたり、協力して下



さった、消防署、地元消防団、他大勢のみなさん、本当にありがとうございます。

1番員 椎名真人さん

前回、補助員として県大会に出場させて頂きました。が、今回要員として初出場。そして初優勝という素晴らしい結果になり、本当にうれしいことこの連続でした。

ご指導、ご協力して下さい。たみなさん、ありがとうございます。

2番員 大木和弘さん

「やったー」やりました。ついに県大会念願の最優秀賞、優勝を勝ち取りました。これもひとえに皆様方のご声援・ご協力の賜物と心得ます。これからも光町消防団に栄光あれ。バンザイ！

3番員 大木 健さん

今でも私達、光町消防団の総合得点を聞いた瞬間に身震いし感激したことを忘れることができません。

県大会で優勝できたのも、約3ヶ月の間、共に頑張ってきた要員、団員、また、ご協力、応援してくださった皆様方のおかげと心から感謝いたします。

これからも消防活動に前向きに取り組んでいきたいと思えます。



合併の期日は

平成18年3月27日に

第5回合併協議会

横芝町・光町の合併について協議を行う、第5回合併協議会が8月24日、横芝町文化会館で開催されました。

第5回目の協議会では、これまでの経過と検討小委員会の経過報告、新町建設計画策定方針に基づく住民意識調査の結果報告の後、議事に入り、合併の期日・財産の取扱い、地方税の取扱い、使用料・手数料等の取扱い、補助金・交付金等の取扱い、広報広聴業務、納税業務、窓口業務についての8件が協議され、すべて原案どおり決定しました。

また、合併の期日については、平成18年3月27日に決定しました。

なお、詳しい内容は、協議会開催ごとに発行される「横芝町・光町合併協議会だより」または、ホームページでご覧ください。



お知らせ

第6回横芝町・光町合併協議会は9月21日(火)午後1時30分から光町民会館で開催予定です。

問合せ

横芝町・光町合併協議会

☎⑧1243

E-mailアドレス yh-gappei@yokoshiba-hikari.jp
ホームページ <http://www.yokoshiba-hikari.jp>

“社会を明るくする運動” 街頭広報キャンペーン実施



7月は“社会を明るくする運動”強調月間であることから、保護司会・更生保護女性会のみなさん、婦人会長、民生委員児童委員協議会長、PTA連絡協議会長、青少年問題協議会専門委員会委員長が参加し、7月24日に町内各施設、木戸浜海水浴場、橋場十字路等で街頭広報キャンペーンを実施しました。また、これに先立ち、7月13日には中学校3年生を対象に、暴走族や薬物等非行防止の講演会を行いました。

みなさんも、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪や非行のない明るい社会を築きましょう。

東関東大会初出場！

光ウィンドオーケストラ

7月25日、第46回千葉県吹奏楽コンクールが千葉県文化会館で行われ、光ウィンドオーケストラが一般A

部門で金賞を受賞し、9月12日に宇都宮市で行われる第10回東関東吹奏楽コンクールに千葉県代表として出場します。

東関東大会へは千葉県代表として6団体が出場します。

ですが、創設17年目での初の快挙に、団員のみなさんは大変喜んでいました。

また、さらなる飛躍を目指し、演奏曲の感情や情景を繊細に表現できるように、現在、練習に取り組んでいます。

今後の活躍に期待します。



ふるさとまつり

しらはま夏祭りが7月25日（前夜祭24日）、南条まつりが8月1日にそれぞれ盛大に開催されました。

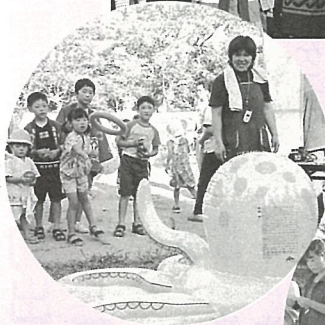
白浜

南条

▶次こそ「ビンゴ」



▶「タコの輪投げ」入るかな？



▶わっしょいわっしょい



▶荒波に負けない気迫で迫力満点



ぼくたちも演奏しました



真夏日が続く8月8日、南条小学校と東陽小学校の児童を対象に、自然観察会が行われました。

南条小の児童は、木戸浜でケカモノハシなどの海浜性植物やアカウミガメの卵などを観察し、木戸浜海岸のすばらしい自然環境を満喫しました。

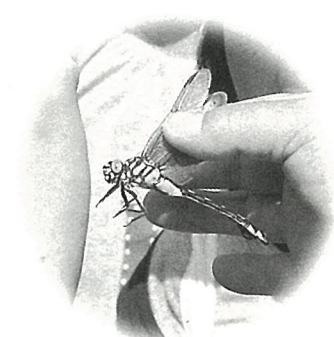
東陽小の児童は、乾草沼

新しい発見

自然観察会



オオマリコケムシを手に…



でトンボ類の観察を行いました。ウチワヤンマやチョウトンボなど、他のところではあまり見ることのできない種類のトンボやイトトンボ類について勉強をすることができました。

また、『宇宙から来た謎の物体?』といわれているオオマリコケムシを発見しました。

オオマリコケムシは、鳥

や魚釣りで使う『びく』などについて運ばれてくる外来種で、水質が悪化すると大量発生をします。

光町のすばらしい自然環境がいつまでも続くように、みなさんもご協力をお願いします。

浄化槽検査を受けましょう

浄化槽の管理が、適正に行われていないと、浄化槽を設置する前よりも汚い水を放流してしまう場合があります。このため、浄化槽を使っている方は、使用開始後6ヶ月を過ぎたら2ヶ月以内に水質検査を、また年1回の定期検査の受検と清掃が法律で義務付けられています。この検査は、保守点検清掃が適正に行われているか否かを判断するためのものですので、必ず受検しましょう。

問合せ 住民課住民環境班 ☎ 1212

カメの産卵 発見!!

今年も、光町の海岸にアカウミガメが産卵のためやってきました。

アカウミガメは、6月下旬から産卵をはじめ、7月27日には、海岸を散歩中の石田武雄さん（尾垂六区）が尾垂浜で発見しました。

元気な子ガメは、9月下旬に海へ帰る予定です。



野球部 2年連続優勝

東総支部総合体育大会



第40回東総支部中学校総合体育大会が、7月21日から23日にかけて行われ、光中野球部が2年連続優勝、剣道部女子が団体戦で準優勝し県大会へ出場しました。また、陸上競技では多くの選手が入賞し、男女総合3位、男子準優勝に輝きました。なお、個人上位の選手が県大会へ出場しました。主な結果は、次のとおりです。

大会結果

東総支部総合大会

●野球	優勝 (県大会出場)
●剣道	準優勝 (県大会出場)
女子団体戦	準優勝
●ソフトテニス	第3位
2年女子の部団体	準優勝
●陸上競技 男女総合	第1位 森 裕紀 (3年) 県大会出場
男子	第4位 鈴木 貴裕 (3年)
○男子	第1位 鈴木 貴裕 (3年) 県大会出場
共通走幅跳	第2位 川野 亜希斗 (3年) 県大会出場
共通走幅跳	第4位 金杉 拓未 (3年)
共通棒高跳	第1位 森 裕紀 (3年) 県大会出場
共通走高跳	第3位 川野 亜希斗 (3年)
共通砲丸投	第4位 布施 和馬 (2年)
共通110mH	第4位 布施 和馬 (2年)
共通110mH	第4位 山下 美桜 (1年) 県大会出場
2年100m	第2位 溝口 理紗 (3年) 県大会出場
共通400m	第1位 溝口 理紗 (3年) 県大会出場
共通4×100mR	
○女子	
1年100m	
高4×100mR	
共通走幅跳	

県大会

●陸上競技	共通走高跳	第2位 (1m86)	川野 亜希斗 (3年)
	共通110mH	第4位 (15秒91)	森 裕紀 (3年)
	1年100m	第3位 (13秒80)	山下 美桜 (1年)
	共通走幅跳	第4位 (5m25)	溝口 理紗 (3年)

〈敬称略〉



光町総合体育大会

光町総合体育大会女子バレーボールの部が6月13日、町体育館で行われ、昨年に引き続き光シャイニングチームが優勝し連覇を達成しました。
また、光町総合体育大会卓球の部が総勢80名の参加により7月24日町体育館で行われ、熱戦が繰り広げられました。各大会の結果は次のとおりです。

◎女子バレーの部

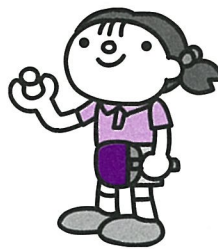
優勝 光シャイニングチーム
準優勝 V(ブイ)クラブチーム

◎卓球の部

○小学生の部 (出場選手36名)
団体戦 優勝
東陽卓球スポーツ少年団

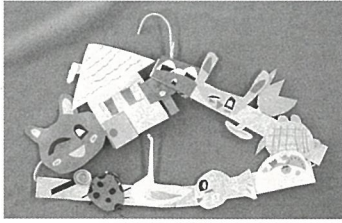
個人戦

- 4年生の部 第1位 伊藤 理菜 (東陽小)
 - 5年生の部 第1位 平山 未咲 (白浜小)
 - 第1ブロック 第1位 小越 双葉 (東陽小)
 - 6年生の部 第1ブロック 第1位 畔蒜 一輝 (白浜小)
 - 第2ブロック 第1位 市川あずさ (東陽小)
 - 一般の部 (出場選手44名)
団体戦
Aリーグ 優勝
翔チーム
 - Aリーグ 準優勝 東陽小チーム
 - Bリーグ 優勝 卓遊Cチーム
 - Bリーグ 準優勝 卓遊Bチーム
 - ダブルス戦
Aリーグ 優勝 實川 隼人・土屋 雅寛ペア
 - Aリーグ 準優勝 橋浦 寛能・赤尾 陽介ペア
 - Bリーグ 優勝 花澤 勇太・鈴木 英之ペア
 - Bリーグ 準優勝 館内 駿介・木内 康子ペア
- 〈敬称略〉





1年 藤井 歩さん

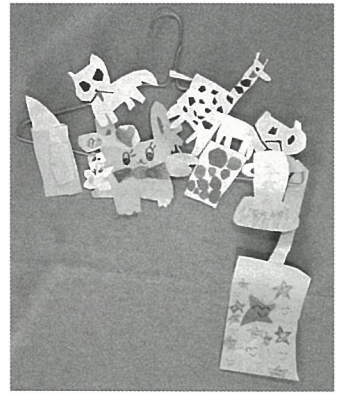


『たのしいかざり』

※動物や家、花
おにぎりなど
をバランスよ
くならべて楽
しいかざりを
作りました。



1年 林 茉莉花さん



『たのしいかざり』

※動物達がみん
なで楽しく遊
んでいます。
きりんの模様
をがんばって
付けました。

あつまれ みんなの力作

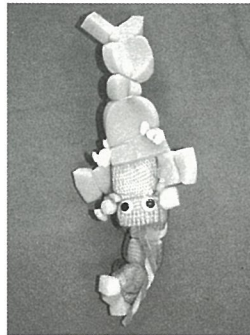


『スーパー人間』



2年 小田切奈々さん

※背中に「くも
くもくん」が
あるので、と
てもパワーの
つよいスーパー
人間です。



『おばけたろう』



2年 岩瀬 優希くん

※「キユツ」を
たくさん作っ
たところと、
頭の上のモー
ルを見てくだ
さい。



3年 越川 優くん



『たけのこ山』

※工夫したところ
は、鳥ブラン
コと月のブラン
コです。
たけのこで楽
しく遊んでいます。



3年 向後 佳奈さん



『たけのこ』

※たけのこを大
きくしつかり
とかきました。
まわりで友達
と楽しく遊ん
でいます。

ひかり歌壇

伊藤 定男 (尾垂)

ハンドルを握れば八十路も
シヤンとして心張り詰め咄嗟に備ふ
八十路の作者も運転時には慎重そ
のものである

越川 福子 (宮内)

波洗ふ五浦岬に吾立ちて
天心惚びなになかなし

五浦海岸に立ち天心の姿に心を打
たれる

鈴木 益郎 (原方)

庭に出てふと見上げれば大空を
飛ぶ飛行機に若き日思ふ

かつての航空兵であった作者の思
い

土屋 好 (虫生)

若葦のそよぐ川辺は夕暮れて
ひそかに語る釣り人の声

夕暮れの川辺に釣り人の声がする

短評 鈴木甲子幸

銃を捨てり連兵のなすがまま
隊列五人雪上に待つ



はぐくむ光のびる若芽

(245)

小川台 林 敬視

我が家は、小学4年の長男、小2の長女、2才半の次男の3人の子供達がいいます。性格は、みごと三人三様です。

友達と遊ぶより祖父母の畑仕事について行き、土いじりが好きで、おとなしく、真面目すぎるくらいで、しっかり者の長男。長男とは正反対の、活発で明るく、泣き虫で甘えん坊の長女は、エレクトーンや水泳、友達遊びにこ、常に動き回っています。そして、次男は、兄姉に鍛えられ、自己主張は絶好調です。この三人が揃うと、大はしゃぎで遊んでいたかと思つて、けんかや泣き声で、目をふさぎたくなる程です。多くは物の取り合いが原因で、長男は、妹に「年上なんだから貸してやれよ。」と言つと、火に油で長女も泣き出す始末です。しかし、少しずつ我慢できるようになり、け

んかをしつつ成長していくものだと思い、見守るようになっています。

この4月から長男は野球を始め、大勢の人と接し行動範囲が広くなり、練習へ出掛ける姿を見るとうれしい反面寂しくも感じます。これが親離れの一歩なのでしょうか。長女は、母親へっ

『一緒に学び助け合えるように』

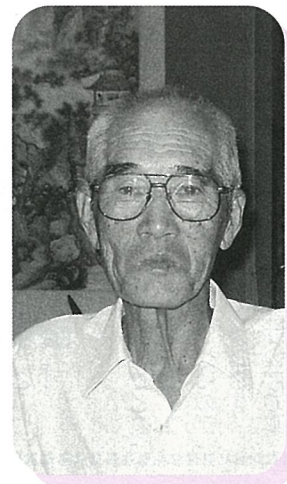


たりという面があり、こちらはいっ親離れすることか心配になることがあります。そんな二人を連れて公園までの散歩は、手のかかる次男と離れ、色々と話せる時間を持てる、私の楽しみとなっています。三年前に椎間板ヘルニアになり再発予防の為なのですが、いやな顔せず、つき合ってくれま

す。当時は、立つのも歩くのもやっとなりで、小2だった長男が、私の手となり足となり手伝ってくれました。長女も競い合つて手伝いの取り合いでした。今でも習慣となり進んで助けてくれます。ある時「ありがたうは？」と長男に言われた時、「ハッ」としました。子供達にはあいさつは必ずしなさい

と言っていたのに。子供に指摘されるとは思いませんでした。少年犯罪のニュースを見るたび不安になります。親も子供も互いに話し合い、一緒に学び成長し、相手の立場にたち、助け合えるようになりたいと思います。

今月の顔 シリーズ ⑦



越川道男さん (82歳)
(谷中)

長寿の秘訣

民生委員さんより推薦のあった越川さんのお家へお邪魔すると、ピンと背すじの伸びた、とても80代とは思えない生き活きとした越川さんが出迎えてくださいました。今回は、越川さんの長寿の秘訣をご紹介します。

◎健診は毎年欠かさずに!

越川さんは毎年欠かさず町の健診を受け、早期発見・早期治療を心がけています。現在は高血圧で薬を飲んでいますが、血圧も安定し、元気に毎日を過ごされています。

◎元気の秘訣は人との関わりを大切にすること・頭を使うこと

越川さんは、農業委員や統計調査員、人権擁護員などたくさん役職をなさつ

てきました。これらの仕事の中でたくさんの人達と出会い、町のためにどうしたらよいかを考え、いろいろな経験ができたそうです。そして、新聞は毎日隅から隅まで読み、広報紙も欠かさず読んでいます。また、実際自分の目で畑の様子や近所の様子を見に毎日自転車で行きます。身の回りのこと、社会で起きていることに常に関心を持つ。これも頭を使うことの一つですね。

現在は、家の農業の支え役として、野菜の袋詰や農作業の手伝いをされています。この袋詰も、大きき別に揃えたり品種別のシール張りなど、頭を使い手先を使う細かな作業があります。

また、越川さんの家は代々神社の鍵元をされており、その管理を任されています。

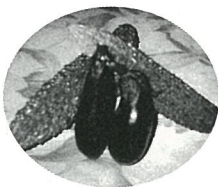
責任ある仕事を持ち、人のかかわりを大切にすることが活き活きとした越川さんの姿につながっているのだと感じました。

◎新鮮野菜は健康の元

実は、越川さんのお母さん、よしさんにも以前この長寿の秘訣に出ていたきました。よしさんは100歳を迎える今でも居間で家族の帰りを待っています。このよしさんも越川家で作る野菜を食べています。越川家の新鮮野菜が健康の秘訣になっているようです。夏野菜は夏バテ防止、冬野菜は体を温めるなどのビタミンがたっぷりです。好き嫌いがなく、おいしい野菜と共に何でも食べる。これが何よりの健康の秘訣のようですね。

みなさんも野菜をたくさん食べて越川さんのように家族みんなで健康で活き活きとした生活作り、してみませんか?

(保健師 山下)





東陽病院 院長 伊藤 文憲

健康への メッセージ

シリーズ 129

糖尿病 (I)

光町のみなさんこんにちは。今回は糖尿病のお話です。前回の高脂血症の際にも述べましたが糖尿病は栄養過多のこの時代を象徴する病気の一つです。平成14年の厚生労働省の糖尿病実態調査によると「糖尿病を強く疑われる人」は740万人、「糖尿病の可能性を否定できない人」は880万人で国民の1割が糖尿病もしくは予備軍であり、年々増加傾向にあります。糖尿病が国民病と言われるゆえんです。

健康な人では食事の摂取により血糖値が上昇すると膵臓の中の内分泌腺であるランゲルハンス島のβ細胞からインシュリンが分泌されます。血糖値が低下すると分泌が止まります。健康人ではこれらが自動制御されています。糖尿病は昔からある病気ですが、ホルモンの不足による血糖値の乱れによると考えられたのは最近です。インシュリンと名付けられたホルモンが発見されてまだ100年になりません。1921年にパンチングとバストにより膵臓のランゲルハンス島からインシュリンが抽出されました。これを重症の糖尿病患者に投与することにより始めて治療が可能となりました。

健康な人では血糖値は自動制御されていますが、膵臓のβ細胞の大半が破壊されインシュリンが絶対的に不足する「1型糖尿病」では発病が幼児期の場合にはその頃よりインシュリンを外部から補う必要があります。その為数十年にわ

たって投与を続けている患者さんいます。原因はβ細胞に対するアレルギーと考えられています。我が国の糖尿病のうち5%以下と少数です。多くの患者さんは「2型糖尿病」という成人になってから肥満を主体として相対的なインシュリンの不足が原因で発病します。濃厚な家族歴が認められその発症に遺伝素因が大きな位置を占めると考えられています。しかし、生活の欧米化に伴い糖尿病の有病率が急激に増加していることから遺伝だけではなく肥満、過食、運動不足、ストレス等の環境因子も影響しているものと思われま

れます。糖尿病の初発症状は、倦怠感や口渇、多飲、多尿、体重減少などです。症状が軽いと気がつかず、無症状の内に健康診断の際に尿中に糖分が検出されることから判明するケースが可成りあります。糖尿病は放置すると三大合併症といわれる失明などの網膜症、手足の感覚異常を起す神経障害、慢性腎不全となる糖尿病性腎症を起します。これらの合併症はいずれも長期にわたる高血糖の影響でありその予防には血糖値の厳重なコントロールが必要となります。尿中に糖分が出る病気が糖尿病以外にもありますので、糖尿病の診断は血液検査が必要です。空腹時血糖値126mg/dl以上、随時血糖値200mg以上、75gの経口糖負荷試験で2時間値200mg以上が糖尿病と診断されます。次回治療についてお話しします。

※東陽病院の休日当番日

9月5日(日)、23日(祝) 午前8時30分～午後6時
医師2名が待機・来院の際は電話を ☎1335
※相談窓口開催日 9月13日(月) 午前9時～正午

図書館開館記念企画映画会

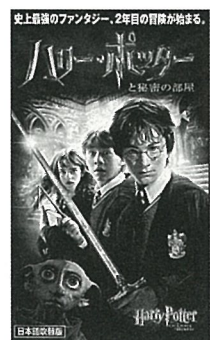


10月24日(日)
『ハリー・ポッターと賢者の石』

10月31日(日)
『ハリー・ポッターと秘密の部屋』

時間 午前10時・午後2時の2回上映
定員 各回120名
入場 整理券(無料)を10月9日(土)から図書館カウンターで配布します。

ほんの
森
=町立図書館=
☎3311



休館日

9月6日(月)、7日(火)、13日(月)、20日(月)、27日(月)、10月4日(月)、5日(火)

康チエック

体のSOSに 気づいていますか？

9月15日～10月3日の12日間、下記の日程で健康診査を行います。
年1回の健診で自分の健康を今一度振り返ってみましょう。そして、体のSOSに早く気づきましょう。

日曜日に 2日間実施

昨年、日曜日に開催したところ、323人の受診者があり、特に18歳から39歳までの若い方の受診が大変多くみられました。

そこで、今年の日曜日の開催を2回に増やし、受診しやすい体制にしていきます。平日は受けられないという方は、ぜひご利用ください。

自分の骨密度、 知っていますか？

骨粗しょう症健診のすすめ
今年の骨粗しょう症健診は、18、20、25、30、35歳の方と昨年受診し、要経過観察であった方に受診勧奨のた



めのはがきを送付します。それ以外の方は、受診を希望される方は、当日健診会場でお申し込みください。
骨粗しょう症の予防には、自分の骨密度を知り、生活習慣を振り返ることが大切です。18、20、25、30、35歳の方は、節目健診として骨粗しょう症健診を必ず受けましょう。

健康診査日程表

月日(曜日)	受 付		健診会場
	午前9時30分～11時	午後1時～2時30分	
	対 象 地 区	対 象 地 区	
9月15日(木)	作間内	入・谷中	町 体 育 館
16日(木)	篠原・原方	宮内・桑郷	町 体 育 館
21日(火)	小川台・台	小田部・母子	町 体 育 館
22日(木)	芝崎	傍示戸・富下・虫生	町 体 育 館
24日(金)	古屋	西高野 橋場(1, 2, 3, 5, 9, 14番組)	町 体 育 館
26日(日)	橋場 (6, 7, 8, 10, 12, 13, 17番組)	橋場(4, 11, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 番組外) 未受診者(15～24日で受診できなかった方)	町 体 育 館
27日(月)	五之神・尾垂五区	長塚	白浜小体育館
28日(火)	白磯	尾垂六区	白浜小体育館
29日(水)	木戸	辻・関	白浜小体育館
30日(木)	宝米	篠本一区・二区	日吉小体育館
10月1日(金)	篠本三区	新井・二又	日吉小体育館
3日(日)	未受診者	未受診者	町 体 育 館

※成人歯科健診は、9月26日・10月3日のみ実施します。希望される方はこの2日間に受診してください。

受診票の 送付について

健診受診票は、「会社・病院で受ける」と以前届出のあった方には、郵送していません。新たに健診を希望される方は、保健センターにお問い合わせください。
また、会社や病院で受診

されている方に受診票が届いている場合は、お手数ですが保健センターに電話を頂るか、受診票を健診会場または保健センターにお持ちください。ご協力をお願いします。

問合せ

光町保健センター
☎1158



健診で健

肺がん検診を 受けましょう

若い世代の 喫煙率が高い！

昨年、基本健康診査を受けた方に、喫煙の状況を調査した結果、40歳以上の喫煙者率は、男性40・9%、女性3・0%でした。年代別に見ると、40代男性の喫煙者率が74・2%で最も高く、年代が上がるにつれて喫煙者率が低下していました。

40代男性については、平均をはるかに上回り、今後の健康状態が心配されます。

「たばこは、百善あって一利なし」

たばこの煙は、多量の発

心臓病	で死亡する危険性	1.7倍
脳卒中	"	1.7倍
胃潰瘍	にかかる危険性	3.4倍
歯周病	"	2.1倍

がん物質を含むため、肺がん以外にも多くのがんの原因になります。その他、表1のような病気にも影響があります。

たばこを吸わない人でも、周囲の喫煙によってがんなどの病気にかかりやすくなります。

町では肺がんの早期発見のために40歳以上の方を対象に、肺がん検診を実施しています。痰がとれる方は、3日分の痰を容器に取り検査します。この容器を基本健康診会場でお渡ししますので、この機会にぜひ受けましょう。

また、痰が取れない方は、胸部レントゲン写真でも、肺がんを早期発見することができますので、胸部レントゲンは年1回必ず受けましょう。

3ヶ月以内に禁煙をした方は、保健センターの保健師が禁煙プログラムによる禁煙指導を行いますので、お問い合わせください。

健 診 内 容

健 診 名	対 象 者	検 査 内 容	検 査 料 金
結核健診	15才以上	胸部レントゲン	全員無料
肺がん健診	40才以上	胸部レントゲン	全員無料
		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。）	回収時 500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 肝機能検査…GOT (AST)、GPT (ALT)、γ-GTP 脂 質…総コレステロール、中性脂肪、HDL-コレステロール 貧 血 検 査…色素量、ヘマトクリット、赤血球数、白血球数 腎機能検査…クレアチニン 血 糖 検 査…血糖値、ヘモグロビンA1c(糖尿病の心配のある方)	全員無料
		◎心電図・眼底検査 当日の結果や医師の診察が必要な方、昨年異常のあった方のみ行います。（異常のない方は行う必要はありません。）	各300円
		◎肝炎ウイルス検診 【内 容】血液検査によるC型肝炎ウイルス検査・B型肝炎ウイルス検査 【対象者】基本健康診の対象者の内、次のいずれかに該当する方 1. 平成16年4月1日現在で40、45、50、55、60、65、70歳の方 2. 上記以外で、次の①～③のうち、定期的に肝機能検査を受けていない方 ①過去に肝機能異常を指摘されたことのある方 ②広範な外科的手術を受けたことのある方 ③妊娠・分娩時に多量に出血したことのある方 ※肝炎ウイルス検診のみの受診はできません。	全員無料
骨粗しょう症健診	18才以上 女 性	超音波伝導法（片足のかかとを機械のにせ裸足で測定）による骨密度測定…治療中の方は病院でお受けください。	全員無料
成人歯科健診	18才以上	口腔内診査（歯周ポケット測定を含む）、歯科保健指導 ※9月26日・10月3日のみ実施。希望者はこの2日間で受診してください。	全員無料

血液検査を受ける方へ：正確な検査結果を出すため、下記のとおり食事に注意してください。

○午前を受診する方・・・朝食は食べない

○午後には・・・昼食は食べずに受診、朝食はなるべく8時までに食べる

※お茶など水分はとってまかまいません。万一、食事を摂っても血液検査は受けられます。

シートベルトの

着用効果はご存知ですか？

自分の命は自分で守る

みなさん、シートベルトはきちんと着用していますか？

道路交通法により着用が義務付けられているにもかかわらず、いまだに着用の徹底が図られていないようです。

千葉県はシートベルトの着用率が全国平均を下回っています。また、その千葉県の中でも光町は、着用率がかなり低くなっています。交通事故にあつてしまつてから後悔しないために今日からでも遅くありません。普段の心がけから始めましょう。



どうしてシートベルトを着用するのでしょうか？

シートベルトは、交通事故にあつた場合の被害を大幅に軽減したり、車外に放り出されるのを防いでくれます。また、運転姿勢が良くなるの確かなハンドル・ブレーキ操作が行えます。交通事故にあつてしまつ

た時、命を落とすか、軽傷で済むかはシートベルトをしてきたかどうかで最後は決まります。後部座席でも同じように着用効果がありますので、車に乗る時は必ず着用しましょう。小さなお子さんにはチャイルドシートを忘れずに。また、次のことにも注意して交通安全に努めましょう。

- 1 飲酒運転は絶対にしてはいけない。
- 2 信号機や標識に従う。
- 3 見通しの悪い交差点では、必ず一旦停止する。
- 4 薄暮時は早めにライトを点灯する。
- 5 携帯電話は、運転中に使用しない。
- 6 夜間は、白っぽい服装と反射材を活用する。

重点目標

- ・高齢者の交通事故防止
 - ・夕暮れ時と夜間の交通事故防止対策の推進
 - ・シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- この運動は、秋の行楽シーズンによる交通量の増加に伴い、事故の多発が予想されることから交通ルールとマナーを守り交通事故防止を図ることを目的としています。



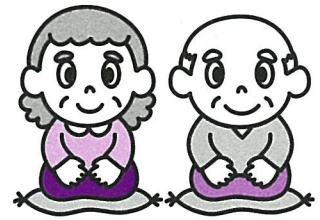
スローガン
横断の
老いの手助ける
みんなの手



秋の全国交通安全運動

9月21日(火)～30日(木)

敬老会



長寿番付

(8月30日現在 敬称略)

順位	氏名	性別	年齢	行政区
1	加瀬くら	女	103	傍示戸
2	加瀬ノブ	女	100	原方
3	伊藤たつ	女	100	尾垂六区
4	越川よし	女	99	谷中
5	清水ハナ	女	99	光楽園老人ホーム
6	越川える	女	98	宮内
7	椎名庄一	男	98	木戸
8	齋藤テル	女	98	傍示戸
9	伊藤いゑ	女	97	尾垂六区
10	猪狩シケヨ	女	97	作間内
11	林田政	女	97	第二松丘園
12	齋藤きぬ子	女	97	第二松丘園
13	加藤末吉	男	97	篠本一区
14	伊藤セイ	女	97	谷中

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、2,449人（男性993人、女性1,456人）です。

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18日午前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。

演芸会で お楽しみください

◇各地区老人クラブの発表

◇殺陣とお笑い サムライ日本

◇演歌 あたりまゆ美

越川 俊爾・ゆき(谷中)
越川 和夫・丈子(谷中)
長崎 清・美知江(橋場)
佐久間 己好・とり子(橋場)
落合 勇治・さく(芝崎)
霞 孝・文子(小田部)
松村 功・志ん(傍示戸)
本橋 巖・二三枝(台)
鈴木 重徳・タカ(台)
川島 通則・邦子(二又)
内藤 昌光・くに(二又)
鈴木 満夫・柳(宝米)
土屋 定男・トヨ(宝米)
布施 千秋・静江(宝米)
土屋 聰・良子(宝米)
土屋 和夫・こと(宝米)
土屋 元男・八重子(宝米)
中川 市郎・ふみ(新井)
菱木 茂・かつ(篠本区)
椎名 健二・いく(篠本区)
加瀬 雅敏・きみ子(篠本区)
大木 康二・八重子(篠本区)
加藤 辰巳・ハナ子(篠本区)
越川 通弘・せい(谷中)
伊藤 甲子男・友江(谷中)
伊藤 孝兄・リツ(谷中)
萩田 恒男・良子(宮内)
川島 守・かつ(入)
安田 弘・和子(作間内)
向後 眞一・千代(作間内)
向後 肇・清(作間内)
竹内 敏恭・貴美子(篠原)
市原 邦俊・千代子(篠原)
伊藤 友男・文子(原方)
伊藤 憲治・照代(五ノ神)
伊藤 泰知・順子(五ノ神)
高梨 政太・キヨ(木戸)
伊藤 忠・知恵(壺屋区)
伊藤 敬止・富子(壺屋区)
伊藤 治男・はる(壺屋区)
伊藤 勝朗・喜美代(壺屋区)
鴨川 篤・せり(壺屋区)
川野 清・芳子(白磯)
川野 幸一・二三江(白磯)
向後 伊三郎・ふさ子(白磯)

(敬称略)

結婚50周年

支え合い励まし
あった50年

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45組です。

町では、毎年敬老会に招待しお祝いをしています。

正しく飼って大切に

動物愛護週間

なかよし動物

フェスティバル

9月20日から26日までは動物愛護週間です。動物愛護と適正な飼養について関心と理解を深めていただくため、今年も「なかよし動物フェスティバル2004」を開催します。

動物に親しむチャンスですので、多くの方の参加をお待ちしています。

期日

10月2日(土) 午前10時から

場所

千葉県動物愛護センター
富里市御料709-1

内容

- ・犬のしつけ方実演
- ・犬のさわり方・手入れ実演
- ・セラピードック紹介・実演
- ・警察犬模範演技
- ・乗馬体験
- ・動物愛護紙芝居
- ・地元特産品販売

問合せ

千葉県動物愛護センター

☎0476-5711



犬・猫の不妊・去勢手術に

助成金

助成額

千葉県獣医師会では、捨て犬・捨て猫など不幸な動物をなくすために不妊・去勢手術の助成を行っています。

助成額

1頭につき5千円

但し、1世帯あたり1頭

応募期間

9月20日(月)～26日(日)

当日消印有効
実施動物

飼い犬・飼い猫(犬は平成16年度狂犬病予防接種済で、登録されているもの)

応募方法

千葉県獣医師会会員の動物病院と相談の上、往復はがきに住所、氏名、電話番号、犬または猫の種別・性別・名前・年齢・毛色・希望する動物病院名、犬については平成16年度狂犬病予防注射済票番号を明記してください。

その他

1 応募者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ございます。

応募・問合せ

〒260-0021

千葉市中央区新宿2-9

1-7 結城野ビル1F

(社)千葉県獣医師会

☎043(242)1047

ゴミと上手に

つき合っていきましょう

知っていますか?

昨年、1年間で八日市場市ほか三町環境衛生組合に搬入されたごみの量は、約15,362tもありました。

そのうち、光町からは、約2,040t(13.3%)も出ています。これは、町民1人あたり、1日に456gのごみを出していることとなります。

光町から出るごみの半分以上(263g/57.6%)が、燃えるごみになっています。その燃えるごみの大半が生ごみです。

この生ごみを減らすために、町ではコンポスターや電動生ごみ処理機の助成を行っています。

助成制度について、詳しくは住民課住民環境班へお

問合せください。

問合せ 住民課住民環境班

☎041212



ゴミゴン君

ごみの出し方などについてわからないことがあれば、お問合せください。

みんなで参加しよう 町制施行50周年記念

第42回 町民体育祭

日 時 10月10日(日) 予備日11日(祝)
午前7時45分集合

会 場 光中陸上競技場

50周年記念にふさわしいイベントの他、ゲーム感覚で誰でも気軽に楽しめるオープン参加種目もありますので、家族・友達お誘い合わせの上、参加してみたいはかがですか。

申込み・問合せ 文化課生涯学習班 ☎④1358



募集します

町営住宅入居者

募集戸数 1戸

間 取 り 6畳2間・台所・風呂場・便所

家 賃 収入により決定

入居資格

- ・同居者または同居しようとする親族があること(50歳以上は単身入居可)
- ・町内に住所または勤務場所があり、住宅に困窮していること
- ・収入が一定基準以下で、税に滞納がないこと等

入居時期 10月

申込方法・締切 都市建設課窓口にある申請書に記入し
9月24日(金)までに提出してください。

問 合 せ 都市建設課管理班 ☎④1216

第8回ひかり健康ウォーク 参加者募集

さわやかな秋の一日を、家族や友達同士でのんびりウォーキングを楽しんでみませんか？

開 催 日 9月25日(土) 小雨決行

集 合 午前8時30分 光スポーツ公園

コ ー ス 約8km(スポーツ公園スタート・ゴール)

ゴ ー ル 午前11時30分頃

参 加 費 無料

申込期限 9月21日(火)

申込み・問合せ 住民課国保年金班 ☎④1212



納期限

9月30日(木)は、固定資産税第3期分、国民健康保険税第3期分、介護保険料第3期分の納期限です。納め忘れのないようお早めに。



総務省から

大切なお知らせです

下総光テレビ中継局の2回目のチャンネル変更が9月1日から10月20日までの予定で行われ「NHK総合」のチャンネルが

33(現)▶32(新)

に変更になります。

なお、今回は全ての光局受信者ではなく、一部の方だけが変更の対象になります。

チャンネル変更の必要なご家庭等には、既にご案内と申請書類等が送付されています。ご不明な点は、下記のセンターまでお問い合わせください。

- ①昨年と同様、ご家庭等日常生活の場でご使用のテレビ受信機やテレビ録画機等のチャンネル変更に関しては国の費用で行われますので、対策工事に係わる費用のご負担は一切ありません。詐欺にはご注意ください。
- ②会社、商店、ホテル、各種事業所等、日常生活の場以外でご使用のテレビ受信機やテレビ録画機等については、自らのご負担で受信チャンネル変更を行って頂くことになります。

ご理解とご協力をお願いいたします。

問 合 せ 千葉地域受信対策センター

平日 9:00~21:00/土日祝 9:00~18:00

フリーダイヤル ☎0120(401)398

携帯/公衆電話受付 ☎044(829)2713

税の一句

税金の口座振替は便利なり

居ながらにして納税さる

参加者募集

八日市場市ふれあいウォーク

八日市場市では、銚子法人会との共催でふれあいウォークを開催します。ぜひご参加ください。

日時 10月24日(日) 小雨決行
 受付 午前9時～ 八日市場市ふれあいセンター前
 出発式 午前9時30分～ 出発 午前10時
 参加費 無料(参加者全員に記念品を差し上げます)
 対象者 小学生以上の健康な方
 申込み 10月8日(金)まで
 問合せ 八日市場市生涯学習課 ☎030097
 銚子法人会八日市場支部 ☎02528

川の防災情報を
iモードで提供



県では携帯電話(NTTドコモのiモード)で、県内河川の水位や雨量の観測情報を配信しています。

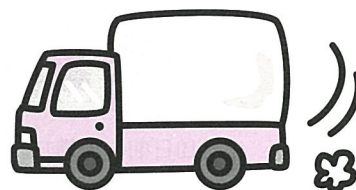
利用方法 iモードメニューから、
<http://i.river.go.jp/chiba/>
 と入力し、接続してください。

利用料金は無料です。

問合せ 県河川計画課 ☎043(223)3156
 E-mail: kawaj@mz.pref.chiba.jp

千葉県粒子状物質減少
装置装着助成事業

県内において1年以上引き続き事業を営んでいる中小企業者(個人事業者を含む)及び公益的法人に助成します。



補助対象車種

次の①～④を満たすディーゼル自動車

- ①県内に本拠地があり、補助対象者が保有する車両
- ②短期規制(平成5年、6年規制)以前の車両
- ③車両総重量が3.5tを超える車両
- ④ア又はイに該当する車両
 - ア 平成16年度国補助対象車両(但し、平成16年9月以降に条例の規制適用を迎える車両)
 - イ それ以外の車両:平成16年9月から平成17年3月までの間に条例の規制適用を迎える車両

補助対象装置 知事が定める粒子状物質減少装置

補助対象経費

- ア 粒子状物質減少装置本体
- イ 付属部品及び取付工賃(自社で装着作業を行う場合は、取付工賃を除く)

補助率 装置装着に要する経費の1/4以内

補助限度額 10万円以内/台

申込期間・受付 9月1日(水)～10月29日(金)
 (但し、初年度登録が平成4年9月又は平成9年9月の車両の補助申請は9月で受付終了)

受付時間 午前9時～正午 午後1時～3時
 ※郵送による受付は行いません

受付場所 県庁本庁舎3階 環境生活部大気保全課

問合せ 環境生活部大気保全課 ☎043(223)3082

暮らしのガイド

赤十字防災ボランティア説明会

日時・会場

第1回	10月2日(土)	午後1時30分から3時30分	成田赤十字病院
第2回	11月21日(日)	午後1時30分から3時30分	千葉県赤十字会館

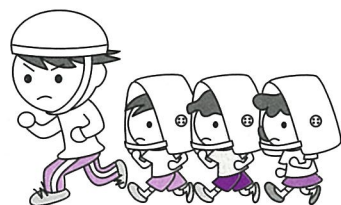
内容 「防災ボランティアとは」ほか

定員 各100人(申込み)

平成16年度
後期技能検定

等級 1級、2級、3級
 (二部職種)及び単一等

職種 機械保全他80職種72
 作業



多数の場合は抽選)

参加料 無料

申込方法 葉書またはファクスで郵便番号、住所、氏名、電話番号、参加希望日(どちらか1日)を明記し申込み(9月24日(金)必着)

申込み・問合せ
 〒260-8509 千葉市中央区千葉港4-1
 日本赤十字社千葉県支部
 防災ボランティア説明会
 係 ☎043(241)7531
 FAX 043(248)6812

無料法律相談

日時 10月19日(火) 午前10時～午後3時

場所 東金市役所
 相談員 千葉県弁護士会八日市場支部所属弁護士

申込方法 相談日当日の午前9時30分から午後1時までの間、相談会場で申込み

問合せ 千葉地方・家庭裁判所八日市場支部
 ☎021300

受験資格 原則として各職種とも所定の実務経験が必要

受験手数料 実技11,500円～15,700円
 学科3,100円

受付期間 9月28日(火)～10月8日(金)

試験実施日程 11月26日(金)
 平成17年2月20日(日)の間の指定する日

合格発表日 平成17年3月15日(火)

問合せ 千葉県職業能力開発協会技能検定課
 ☎043(296)1150
 URL <http://www.chiyada.or.jp>

オータムジャンボ宝くじ

発売期間: 9月27日(月)～10月12日(火)

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよい街づくりに使われます。

難病相談

健康福祉センター（保健所）では原因不明の治りにくい症状でお悩みの方とそ
 のご家族のために次のとおり面接相談を実施いたします。相談は無料で、専門医や保健師が担当します。予約制ですので希望される方は相談日の5日前までにご予約ください。

対象者 原因不明の発熱、関節の痛み、手足の冷え、変色・出血症状などでお悩みの方

期日 9月30日（木）
場所 海匝健康福祉センター
 八日市場地域保健センター
申込み・問合せ
 海匝健康福祉センター八日市場地域保健センター
 ☎012281

特定疾患医療受給者票更新申請のお知らせ

現在特定疾患医療受給者票（小児慢性特定疾患に該当する方を除く）の更新申請はお済みですか。受給者の有効期間は9月末日までです。

更新申請をされない場合は10月以降、公費による補助を受けられません。引き続き受給されたい方は至急、千葉県海匝健康福祉センター八日市場地域保健センターに申請してください。

必要書類
 ・特定疾患医療受給者票交付申請書
 ・臨床検査個人票（千葉県が対象としている特定疾患ごとにある診断書）
 ・特定疾患医療受給者票
 ・その他必要書類（自己負担限度額の認定方法により異なります）

受付・問合せ

海匝健康福祉センター八日市場地域保健センター
 ☎012281

平成16年度原爆被爆者二世健康診断の実施について

県では、原爆被爆者二世に対する健康診断を実施します。

対象者 原爆被爆者の実子で、県内に住所を有し、受診を希望される方。なお、受診希望者が多数の場合は、昨年度未受診者を優先します。

実施期間 平成17年3月10日まで

申込期限 平成17年2月10日まで

申込方法 受診を希望される方の住所・氏名・電話番号・生年月日・被爆者である親の氏名・住所・被爆者手帳番号を明記のうえ援護恩給室まで郵送してください。受診書等が後日送付されます。なお、検査の種類によっては一部自己負担が生じることがあります。

申込み・問合せ

〒260-8667
 千葉市中央区市場町1番1号
 千葉県健康福祉部健康福祉指導課援護恩給室
 ☎043(223)2349



第22回「目の愛護デー」電話相談について

毎年、目の愛護デーを記念して目の無料健康相談を

行っています。是非、この機会に相談ください。

日時 10月10日（日）午前9時から午後5時まで
 ☎043(242)4271
主催 千葉県眼科医会
協賛 千葉県医師会
問合せ 千葉県千葉リハビリテーションセンター
 ☎043(291)1831
 FAX043(291)1857

「生涯学習と地域福祉推進セミナー」の開催

日時 9月27日（月）午前9時50分から午後3時30分
会場 千葉県労働者福祉センター大ホール
内容 「会いたいの、新しい自分」

おこやみ申し上げます

8月15日現在受付（順不同敬称略）

行政区	氏名	年齢
松丘園	石熊登御堂キヨ	87
作間内	齊藤 俊雄	63
橋場	平山 志津	69
辻	川野 勝義	85
老木	鈴木 チヨ	96
橋場	鈴木 登	81
関	大木八重子	54
白磯	川島 榮治	83

定員 300名
参加費 5,000円
申込み・問合せ 千葉県社会福祉研修センター
 ☎043(241)5120

手作り料理を食卓に



食生活改善推進員 郡司美紗子（篠本三区）

豆腐とトマトのじゃこ入りサラダ

材料（4人分）

- 豆腐……………2丁
- トマト……………2個
- 玉ねぎ……………150g
- 青じそ……………15枚
- ちりめんじゃこ……………30g
- 揚げ油……………適量
- ドレッシング
- サラダ油……………大さじ4～5
- しょうゆ……………小さじ2
- レモン汁……………大さじ3/4
- おろしにんにく……………小さじ1/2
- 塩……………小さじ1/2
- 黒こしょう……………適量

作り方
 ①豆腐はざるに置いて、冷蔵庫で冷やし、水けをきる。
 ②トマトはくし形に切り、玉ねぎは薄切り、青じそはちぎってそれぞれ冷水に放して水けをきり冷蔵庫で冷やす。
 ③じゃこは中温の油で香ばしく揚げ紙タオルに広げ置く。
 ④豆腐は一口大に切り、ス鉢に盛り合わせる。
 ⑤のじゃこを散らし、食べる直前にドレッシングをまわしかける。



今月の心配ごと相談

8日（水） 台区民館
 22日（水） ちばみどり農協白浜支店
 15日（水） 町民会館（総合相談）
 29日（水） 町民会館

健康カレンダー

おおきく
なあれ

●健診・学級・相談

月日	行事名	対象	時間	場所
9	6 健康相談	希望者	午前9時～午後4時	保健センター
	8 愛光会	希望者	午前10時～午後1時	町民会館
	4 健康相談	希望者	午前9時～午後4時	保健センター
10	5 パパママ教室①	妊婦と夫	午後1時30分～3時30分	保健センター
	7 さくらぼクラブ	乳児の親子希望者	午前10時～11時30分	保健センター



●予防接種〔個別接種〕

接種名	対象者	接種方法
三種混合	生後3～12か月児	体調の良いとき、委託医療機関での個別接種 ※三種混合・日本脳炎は、追加接種もあります。 忘れず接種しましょう。
麻疹	生後12～15か月児	
風疹	生後12～36か月児	
日本脳炎	生後36～48か月児	

※保護者の方へ
 ・生後90か月未満児で未接種の幼児は早めに接種しましょう。
 ・日本脳炎については、該当児に個人通知をします。
 また、未接種者の方で接種方法のわからない方は、保健センターまでお問い合わせください。
 問合せ 保健センター ☎01158

か れん
夏 恋 ちゃん (長女) 平成14年6月18日生まれ
 向後 浩昌さん (篠原)
 お散歩、お買い物、ドライブ...など外で遊ぶことが大好き。
 元気いっぱいの優しい女の子になってほしいです。

自然の大きな「やまゆり」



須合誠さん (小川台) の庭で、7月下旬に自然のやまゆりが咲きました。
 その花の大きさ・つぼみの数にびっくり。数えてみると、一本の木に146個もの花が咲いたそうです。残念ながら、あまりの重さに花は枝から折れてしまいました。
 「来年もたくさん咲いてほしい」と、須合さんは期待しています。

全国でも珍しい仏教劇を一目見ようと県内外から大勢の人が集まり、暑さと熱気に見入っていました。

地獄絵図再現 鬼来迎



町の交通事故発生状況 7月

人身事故 11件 (42) 物損事故 21件 (102) 死亡事故 0件 (1) ()は16年累計