成人病を防ぎましょう

二月一日から予防週間

公衆衛生の進展とともに、かって死因のトップを占めた肺炎、結核等の感染性疾患が大巾に減少し、それにかわって成人病、すなわち中枢神経系の血管損傷（脳卒中）、悪性新生物（がん）、心臓の疾患（心臓病）が国民衛生の大問題になっています。

ちなみに県内の実状をみますと、昭和四十一年度で、がん（男一五八九人、女一二三八人）、脳卒中（男二四一八人、女二一〇六人）、心臓病（男二一〇人、女二四一人）となっていて、とくに最近では他の死因を大きく引はなし不動の順位を占めています。

ところで日本人の寿命は戦後急速に伸びて、昭和二十五年頃と比較して見ますと約十年も伸び、四十一年では男六十八才、女七十三才となっています。

しかしこれは乳児死亡、急性伝染病、結核のような疾病の減少によるもので、人生の後半に大きく立ちはだかっている壁が成人病です。

老令人口の増加とも相まって成人病にかかる者は一そう増加する傾向にあり、家庭にも社会にも重大な損失をあたえる成人病の国民保健上に占める位置は非常に大きなものです。

成人病の多くは長期間にわたり身体内外の諸条件の影響をうけて、慢性的に病気が進行しますが、悪化してしまってからではおそすぎます。

そこで今年も二月一日から七日までの一週間を「成人病予防週間」としています。

今年の目標は、冬期に多発する脳卒中、心臓病の予防に重点をおいて、生活規制と定期健康診断の習慣をつけて、成人病に関する正しい知識を身につけていただこうというものです。ふだんからからだに充分注意するよう心がけましょう。

がんの早期発見十箇条

1、原因がわからず痛みもないのに、やせて顔色が悪くなり、貧血してくることはないか……（すべてのがん）

2、ながらく胃腸の具合がわるくないか。食よくはおとろえないか……（胃がん）

3、おりものが増えたり血がまじったりしないか。不定期出血や接触出血はないか……（子宮がん）

4、乳房のなかに長く消えないしこりはないか……（乳がん）

5、ものをのみこむとき、つかえるような気がしないか……（食道がん）

6、便通の調子がくるったり血がまじったりしないか……（大腸がん、直腸がん）

7、せきが長く続いたり、たんに血がまじったりしないか……（肺がん）

8、声がかすれて長くなおらないことはないか……（喉頭がん）

9、口の中や皮ふに、なおりにくい潰ようはないか……（舌がん、皮膚がん）

10、尿の出がわるかったり、血がまじったりしないか……（腎臓がん、膀胱がん、前立腺がん）

成人病検診風景

高血圧の予防心得

1、疲労や精神的緊張が続かないようにすること

2、睡眠と休養を充分にとること

3、米の偏食をさけること

4、新鮮な野菜、果物をとること

5、塩分をとりすぎないこと

6、酒、煙草をつつしむこと

7、便通をととのえること

8、熱い風呂や長風呂は避けること

本町老人クラブ

雑巾寄付

本町老人クラブでは、会員五十名が暇を見て作ったぞうきんが二百五十枚になったので、この程横芝小学校に寄贈しました。

水道管の凍結防止は？

寒さの厳しい時期になりました。

最近では家庭水道が普及して、大抵の家庭で蛇口をひねると水が出る便利な設備になっていますが、注意を怠ると配管の水が凍って、出なくなることがあります。地下にもぐっている部分は大体心配ありませんが、地上に出ている配管や蛇口の部分は次のような防寒手当をして、凍結破裂を防ぐようにしましょう。

① 露出している水道管は厚地の布を巾二十センチ位に切って、それを巻きつけます。地中でも霜の深い場合は凍るので地を堀って布を巻きつけます。そして布の上に縄をすきまのないように固く巻き、その上からビニールを幅五センチ位に切って巻きつけて下さい。

② 蛇口の部分は厚地の布で袋をつくり、夜寝る前にそれで全体を包んでおきましょう。

③ 水道管や蛇口が凍りついたときは、直接湯をかけると破裂することがありますから、温度の低い、せいぜい五十〜六十度のお湯を数回かける程度にして下さい

④ 防寒のために巻きつけた布やワラ、縄などがぬれて水をふくんでいると逆効果になりますから、水でぬれたり、しめったりする所はビニールなどで厳重に巻いて下さい。

有線加入者の異動

有線放送電話加入者に異動がありましたので、その氏名番号をお知らせいたします。

ご面倒でもお手もとの番号簿の加除訂正をお願いします。

新規加入

部落名	氏　名	番　号
上町1	大矢　米吉	41—5
本町4	伊藤　雅庸	51—15
古川	鈴木　和夫	48-16
東町3	笹川　儀人	67—15
〃	秋葉　利男	67-16
〃	高須　重治	66　17
伸和会	加瀬　忠司	85—12
鳥喰下	押尾　昇	90-13
入間	渡辺　春雄	105—17
屋形荒場	渡辺喜久雄	109-17

廃　止

部落名	氏　名	番　号
上町1	椎名　登	41—5
伸和会	伊藤　勝	85—12

防寒と飼料に留意

冬期の家畜衛生管理

冬場に忘れがちな家畜の衛生管理に心がけることは、生産をあげる上にきわめて重要なことですので、鶏、豚、そして牛などの家畜について留意点の概要を述べてみましょう。

鶏

鶏は寒さに対する抵抗力が強いと言はれていますが、冬には一般に鶏の活動がにぶり、寒さのために栄養分の消耗が大きく、飼料の摂取量が増加し産卵量が低下します。

したがって冬の管理で大切なことは保温のための防寒と体温を維持するために、カロリーの高い飼料を与えることと、日当りの時間が短いので点灯を続けることが大切です。

豚

冬は肥育豚の出荷や子豚の導入が激しいため、伝染病には十分注意しなければなりません。

飼料面でも貯蔵甘藷による黒斑病中毒、ジャガイモのソラニン中毒が多く、さらに飼料の配合不適によるバラケラトージスという皮膚病や骨軟症が発生しやすくなるほか、この時期は伝染性胃腸炎の発生時期でもあります。

寒さのための発育障害、胃腸障害、あるいは呼吸障害なども多いので注意しなければなりません。

牛

春以来与えられて来た青草などの水分に富んだ生草が乾草などの飼料に切りかえられるのと、舎外生活から舎内生活へと生活環境の変化が重なって、栄養と運動の不足によって営養障害や繁殖障害を起します。

飼料はワラ、乾草、サイレージ、糠、麸、麦、根菜類などで、夏の放牧期と違って自由採食ができず、一定の場所につながれて与えられたものだけで満足しなければならないので、給与飼料の適否が乳量や健康に影響します。

従ってこれらの生活環境を十分に考慮し、牛の健康状態に注意すると共に乳牛、役肉牛ともに飼料標準に照して、目的に合った飼料の配分と給与量を考慮しなければなりません。

技能を修得・再就職へ

中高年令者に職業訓練

県内の国立、県立の職業訓練所では、就職が困難とされている中高年令層の転離職者を対象とした転職訓練を行なっていますが、一月十日から二月十日まで四月期の入所生を募集しています。（別項、東金職業訓練所の入所生募集記事参照）

県が昭和四十二年六月現在でまとめた調査によると、県内の技能労働者の不足は、二万三七三二人で進出産業県として、技能労働者の不足に悩んでいます。したがって中高年令者の方で、安定した職業に就くことを希望される方にとっては「職業訓練所で技能を身につけることが就職への近道」といえます。

職業訓練を受ける方には次のような恩典が与えられます。

一、訓練は無料、若干の実費を除き、授業料等は一切不要です。

二、訓練手当が支給される

失業保険金の受給者には、訓練を終了するまで、所定の給付日数をこえて失業保険金が支給されるほか、失業保険金の受給資格者以外の求職者で、公共職業安定所から訓練の受講を指示された方には、月額約一万七千円の訓練手当が支給されます。さらに訓練を受けるために寄宿する場合は月額六千円の寄宿手当が支給されます。なお通勤手当も二千円（ただし二キロまで）支給されます。

三、中高年令者向きの職種が用意されています

中高年令者向きの職種として、例えば、ブロック建築工とか塗装工、謄写印刷工、板金工、配管工など約五十の職種が用意されています。また自動車運転職員、溶接工、電工等の職種もあり、これらの職種の訓練を終了した場合には、職種に応じて就職に必要な資格または、一定の資格取得のために必要な試験の受験資格、もしくは試験免除等の特典が与えられます。

四、三ケ月の短期訓練もある

転職訓練の訓練期間の多くは、一年または六ケ月ですが、訓練所以外の各種学校（例えば自動車学校など）へ訓練を委託するなどの方法により、短かい期間の訓練も実施されています。

五、実習を主にした訓練内容

机の上の学習よりも、実習場等における実際の作業を中心とした訓練が行なわれています。その他転職訓練の詳細については、県の職業訓練課にお問いあわせ下さい。

東金職業訓練所で

入所生募集

県立東金職業訓練所では新しく職業に就こうとする人、または転職希望の人に、職業に必要な基礎的知識及び技能を与えるため訓練生を募集しています。

入所資格

義務教育修了以上の心身ともに健康で一カ年以上の職業訓練に耐えられる者であれば男女、年令を問はない

入所手続

受付は一月十日から二月十日まで、日曜祭日を除き東金職業訓練所または、公共職業安定所で行います。

提出書類

1、入所願書　一通
2、履歴書　一通
3、身体検査書　一通
（以上の用紙は訓練所、安定所にあります）
4、調査書　一通（出身学校発行のもの、または就職相談書）
5、写真一枚（縦四センチ横三センチの半身）
6、十五円切手二枚

選考

一次　二月二十日（火）
学科（国語数学理科社会）
二次　三月二日（土）
面接及び適正検査

入所定員

溶接科　三〇名
電子機器科　三〇名

特典

授業料不要、教材工具は無償貸与、列車バスの学割適用、生活保護法適用、失業保険支給、中高年令者に訓練手当支給等

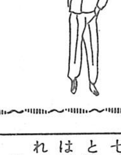
詳しくは職業安定所、県職業訓練課または東金職業訓練所（東金市油井丑子台一〇六二番地、電話東金（〇四七五）三一四八番）へご相談下さい。

酒飲み運転追放県民スローガン

ハンドルを持つときは　酒を飲まない……勇気を

酒を飲んだらハンドルを持たない……良識を

ハンドルを持つ人には酒をすすめない……親切を



あとがき

あけましておめでとうございます。先ずは皆様の御多祥をお祈り申し上げます。

今年は明治改元百年に当るので、各地でいろいろの催しが行はれるようです。しかしただ懐古趣味に止まるだけでよいだろうか、との批判もあります。「故きを温ねて新しきを知る」という古言のとおり、将来の大計も立てたいものです。この町でも何か新しい事実が記録される一年になりそうな気がします。

二月下旬には町長選挙、四月には新国道の全線開通、七、八月には参議院議員選挙と町農業委員の選挙、十月には電話の自動化などが予定されています。

広報も発刊以来七歳を数えましたが、まだまだ皆様のご期待にそえる体裁、内容を備え得ないことを反省し、鋭意研さんに努めております。どうぞ皆様の忌憚のない御批判と懇切なる御教示を頂きたく、年頭にあたりお願い申し上げます。（編集係一同）