

お誕生おめでとう

10月21日～11月20日届け出分

| 氏名 | 保護者 | 地区 |
|--------|-----|-------|
| 市原 加奈 | 博 | 鳥喰下 |
| 今井 麻里奈 | 新一 | 東ヶ丘 |
| 中村 太亮 | 良久 | 上町5 |
| 望月 由紀子 | 正雄 | 南部1の2 |
| 齊藤 純 | 光雄 | 鳥喰新田 |
| 鈴木 幾恵 | 茂雄 | 大島団地 |
| 渡邊 眞美 | 敏裕 | 東町1 |
| 伊藤 美里 | 裕児 | 本町3 |
| 大木 徹 | 剛 | 伸和会 |

糖尿病の予防



平成3年度基本健診の結果から①

尿糖陽性・肥満度の高い人などを対象に血糖検査を実施しました。208人の人が検査を受け、そのうち110人(52.9%)が高血糖でした。

しかし、高血糖だからといってすべてが糖尿病とは限りません。正常な人でも食後1～2時間や、食べすぎ飲みすぎなどで一時的に高血糖になることがあるからです。血糖値が高いといわれたことが一時

的なものなのか、さらに精密検査を受ける必要があります。町では血糖値の高い人に糖負荷試験を実施しましたが、ほとんどの人が境界型糖尿病でした。この状態で放置しておくとう糖尿病にかかりやすくなります。

- 糖尿病予防のため、次のことに注意しましょう。
- ① 食べすぎ太りすぎに気を付ける
 - ② 食事は規則正しくとり、間食をしない
 - ③ お酒を飲みすぎない
 - ④ 適度の運動を習慣づける
 - ⑤ 定期的に健診(血糖検査を含む)を受ける

こんにちは！保健婦です

歳末たすけあい募金にご協力を！



12月1日より歳末たすけあい募金が始まります。この募金は、歳末にあたり、めぐまれない方々に明るいお正月を迎えていただくことと行われるものです。みなさんのご協力をお願いします。(福祉課)

自己負担額 900円(外来)に

老人保健法が改正

お年寄りの医療費の自己負担額が、平成4年1月1日から段階的に次のように変わります。

これは、急速に進む高齢化社会に向けて、長期的な老人保健制度の存続を図ろうと改正されたものです。

一部負担金の改正

- 平成4年1月1日から
- 外来 900円/月
- 入院 600円/日
- 平成5年4月1日から

12月のこよみ

- 1日 町内一日清掃
- 4日 人権相談週間(～10日)
- 6日 乳ガン検診(～7日)
- 8日 消防団規律訓練
- 10日 人権デー
- 13日 農業者年金巡回相談
- 14日 閉庁
- 15日 凧づくり教室
- 23日 天皇誕生日
- 27日 御用納め

商工会伝言板

法律、経営講演指導会

○日時 12月11日(水) 午後1時～4時

○場所 横芝町商工会館

○講演テーマ 『売掛金の回収をスムーズに行うための法的知識』

○講師 弁護士 長谷川 康博氏

○講演テーマ 『好況後の経営安定化の対策』

○講師 中小企業診断士・税理士 多田 三郎氏

※講演終了後、法律問題は、弁護士、大型店対策等経営に関する件、税務に関する件は、中小企業診断士・税理士と個別に相談できます。

あとかぎ

広報の仕事のほかに、防災に関することも担当していることから、この一年は、ことのほかはやく過ぎ去ろうとしています。

秋の長雨と台風による徹夜作業は、いまでも脳裏に焼きついていきます。「でも、こんな年はしょっちゅうあるもんじゃないッ」と割り切ることにし、新たな年を迎えることにしました。みなさんも、希望多き、よい年をお迎えください。(Y)