



Yokoshiba

広報よこしば

'97
10
No. 397

主な内容

- 9月定例町議会……………P2・P3
- 平成8年度決算……………P4・P5
- ひろば……………P10・P11
- 公民館コーナー……………P12・P13
- お知らせ……………P16・P17

目を奪う妙技

ひっそりとした杉林の中にたたずむ中台・大宮神社、境内の大銀杏に立て架けられた梯子の上で妙技を披露する『梯子獅子』。

8月31日、中台地区の「鎮風祭」では、悪霊払い・火伏せ・息災延命を祈り、若獅子会のみなさんによる全国でも珍しい『梯子獅子』が奉納されました。

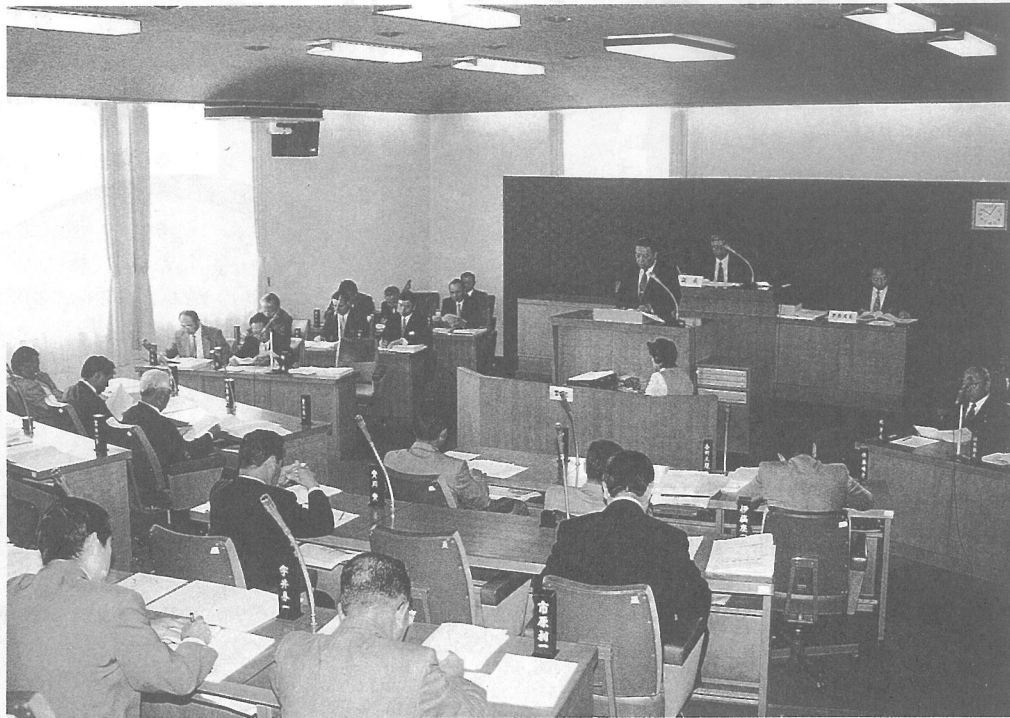
(関連記事10ページ)

人口と世帯	人口	15,056(-24)
	男	7,297(-12)
	女	7,759(-12)
	世帯数	4,738(-6)
	9月1日現在 ()内は前月比	

役に川島英夫氏を再任

案件など11議案が可決

9月定例町議会



9月定例町議会が、9月11日から19日までの9日間を会期として開かれました。今議会では、人事案件のほか、補正予算や決算の認定など11議案が審議されましたが、いずれも原案どおり可決承認されました。(一般質問については来月号に掲載します。)

◆山武郡環境衛生事業振興組合 規約の一部変更に関する協議 山武郡環境衛生事業振興組合の共同処理する事務に、容器包装廃棄物の分別収集計画の策定、し尿を除く一般廃棄物の処理計画の策定等に関する事務を加える規約の変更について、同組合から提出された協議事項が承認されました。

◆平成9年度横芝町一般会計補正予算議定について 分担金及び負担金、県支出金や繰越し金などを財源として、町道の維持補修や農道、排水路整備の工事費、都市計画策定に向けての地形図修正業務委託等に6,017万円を追加し、予算総額を55億4,515万5千円としました。

◆平成9年度横芝町老人保健特別会計補正予算議定について 平成8年度分として超過歳入した、県支出金及び一般会計繰入金金の返還を行なうため、国庫支出金及び前年度繰越金を財源として2,832万1千円を追加し、予算総額を11億8,591万5千円としました。

◆平成9年度横芝町農業集落排水事業特別会計補正予算議定について 汚水処理場用地購入面積の変更に伴う事業費の増額にあたり、一般会計からの繰入金金を財源として、251万7千円を追加し

予算総額を4億8,403万7千円としました。

◆契約の締結について 5,000万円以上の議会の議決に付すべき次の2つの契約が議決されました。

その1

◎契約事項 農業集落排水事業木戸台地区管路施設工事総合管理業務第二工区

◎契約の相手方 千葉市中央区中央四丁目十三番二十八号 社団法人 千葉県農業開発公社 理事長 石橋 暎 壽

◎契約金額 5,394万5,850円

◎契約の方法 随意契約

その2

◎契約事項 農業集落排水事業木戸台地区管路施設工事総合管理業務第四工区

◎契約の相手方 千葉市中央区中央四丁目十三番二十八号 社団法人 千葉県農業開発公社 理事長 石橋 暎 壽

◎契約金額 8,089万5,150円

◎契約の方法 随意契約

◆助役の選任について 平成9年9月16日をもって任期満了となる川島英夫氏(北清水)が引続き助役に再任され、9

助

一人事

- 月17日付けで就任されました。
- ◆平成8年度横芝町一般会計歳入歳出決算承認について
- ◆平成8年度横芝町国民健康保険特別会計歳入歳出決算承認について
- ◆平成8年度横芝町老人保健特別会計歳入歳出決算承認について
- ◆平成8年度横芝町農業集落排水事業特別会計歳入歳出決算承認について

監査委員の意見

役職員一丸となつて 行き届いた行政運営を



横芝町助役

川島 英夫

この度、9月17日付けをもちまして町長さん始め議会の皆様の御高配を賜り、二期目の助役として大任を拝命頂きました川島でございます。

過去四年間を振り返ると、ただ徒らに月日の過ぎ去った思いでございます。この間、町長さん始め議会の皆

様、そして多くの先輩の皆様から御寛大な御理解と有り難い御指導を賜り衷心より感謝を申し上げます。私にとりまして身に余る光栄であり、この上なき喜びでございます。

しかしながら、これからの四年間を考えると私は大変な四年間であると考えます。いわゆる二十一世紀への架け橋ともなる大事な時期と思えます。今世紀最後の総仕上げの年度でもあり、二十一世紀へのスタートの基礎づくりの時期でもあるわけであります。

折も折、今、国も県も一番難しいと云われております行政改革の推進中でもあり、当然横芝町においてもさけては通れない大きな問題であります。このような大変な時期を考えると、その責任の重さに身の引き締まる思いでございます。

もとよりこの任にあたる器ではございませんが、一旦お引受け申しましたからには、過去四年間の貴重な経験とその反省のうえにたつて、自分の置かれた立場を十分に理解し、新しい時代を迎えるに当たり過ちない横芝町の将来像をより確かなものにするために、実川町長のもと役職員一丸となつて公約の実践と行き届いた行政運営を進めて参りたいと思ひます。

どうぞ諸先輩の皆様、そして町民の皆様の一層の御指導と御鞭撻を心からお願ひ申し上げまして就任の御挨拶と致します。

●一般会計

①町税収入は前年度と比較して3.6%の増となっているが、徴収率は年々低下傾向にあり、平成8年度も前年度を0.9ポイント下回っている。この要因は長引く景気の低迷等による影響と思われるが、税収入は町の貴重な自主財源であり、今後も更に徴収体制の強化を図り、徴収率の向上に尚一層の努力を期待する。

②歳出は前年度と比較して9.9%の増となっているが、これはスポーツ広場整備事業、横芝小学校並びに第一保育所の空調設備機能回復工事等の大型事業等により増額になったものと考えられる。また、経常的経費が前年度よりも3.7%増加しているが、これは、地方債の増額による公債費の大幅増を始め、人件費、扶助費の義務的経費の増によるもので、この経費は今後も増えることが予測されるため、経費の節減に十分留意し、合理的かつ効率的な行政運営を図る必要がある。今後の予算編成に当たっては、あらゆる情報を察知し、的確な判断のもとで限りある財源を有効に活用できるよう努力願ひたい。

③現在、保健福祉センターや中学校の建設等大規模事業が計画されているが、

将来に向け総合的視野に立ち、財政面等も考慮しながら計画的な事業推進を期待する。また、高齢化社会の進展に伴う福祉サービスの実現等、住民の行政に対する要望は年々高まっている。このような状況を踏まえ、事業の見直し、組織・機構の見直し等を行い、最少の経費で最大の効果が上がるよう一層の行政改革に務められたい。

●国保会計

収入未済・不納欠損額が調定額の26.3%にもなっており、収入率は、年々低下の傾向にある。一方、国保会計の約74%を占める保険給付費は今後も増加の傾向にあるため、被保険者の健康に対する意識の高揚を図るとともに病気の早期発見、早期治療を実現するため、予防衛生の周知の推進を図るなど国保財政の健全な運営に努められたい。

●老人保健会計

高齢化が進む中、今後も老人医療費は増加することが予想されるが、引き続き保健衛生の指導と老人医療に対する認識を深め、それぞれが自己管理に努めることよつて老人医療費の抑制を推進し、疾病予防対策を図る必要がある。

平成8年度決算

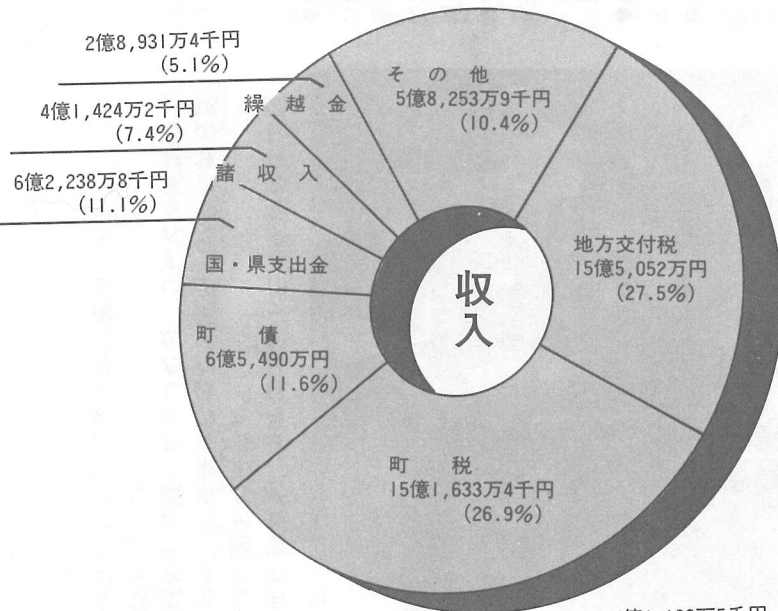
9月定例町議会において、平成8年度の一般会計及び特別会計の決算が承認されました。

一般会計における収入面では、私たちが納めた税金をはじめ、国や県からの補助金・交付金などで総額56億3,023万7千円となり、一方支払われたお金は53億9,237万9千円で、差引き2億3,785万8千円の繰越となりました。

今月号ではその概要についてお知らせいたします。



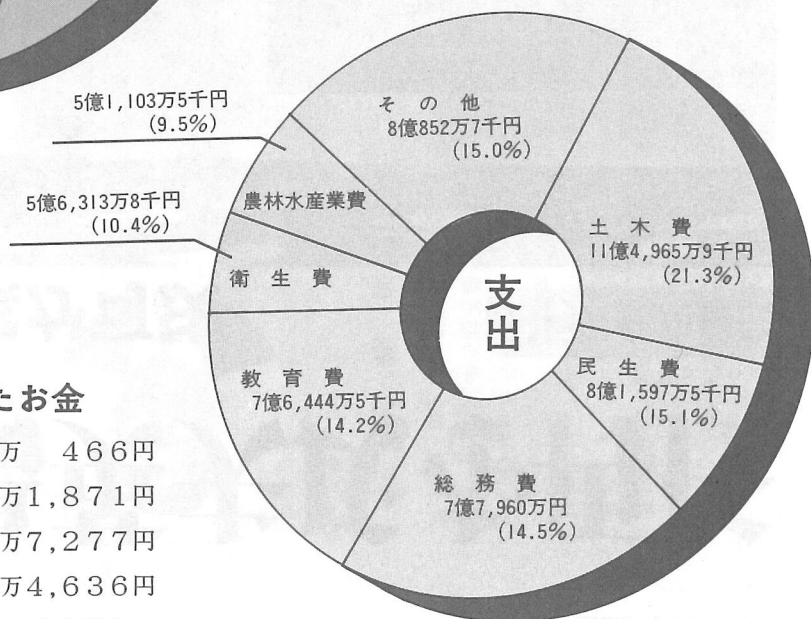
順調に進む陸上競技場整備工事



一般会計

収入 56億3,023万7千円

支出 53億9,237万9千円



町税負担金額と使われたお金

- ▼一人当たりの町税負担額 10万 466円
 - ▼一世帯当たりの町税負担額 32万1,871円
 - ▼一人当たりの使われたお金 35万7,277円
 - ▼一世帯当たりの使われたお金 114万4,636円
- (平成9年3月31日現在の人口、世帯数により算出)

平成8年度に実施した主な事業

都市環境の整備

- ◆スポーツ広場整備事業 524,013千円
- ◆道路維持補修・改良事業 356,953千円
- ◆広域水道事業 115,398千円
- ◆公園等維持管理事業 30,908千円
- ◆駅前広場整備事業 10,658千円
- ◆ふれあい坂田池公園整備事業 9,571千円



中台地区道路改良工事
(道路維持・補修改良事業)

教育・文化の向上

- ◆学校施設整備事業 235,171千円
- ◆学校給食事業 91,055千円
- ◆スポーツ・レクリエーション事業 11,571千円
- ◆公民館活動事業 8,291千円
- ◆社会教育及び体育施設整備事業 7,155千円
- ◆外国人講師招致事業 5,384千円



1月19日 町民駅伝大会
(スポーツ・レクリエーション事業)

福祉の向上

- ◆児童福祉事業 310,441千円
- ◆老人福祉事業 170,660千円
- ◆心身障害者福祉事業 42,613千円
- ◆コミュニティ事業 18,984千円
- ◆社会福祉事業 12,932千円



12月14日 三本松集会所落成式
(コミュニティ助成事業)

産業の振興

- ◆農業生産基盤整備事業 284,630千円
- ◆農林業振興対策事業 83,811千円
- ◆商工観光対策事業 20,849千円
- ◆水産業振興事業 11,038千円



8月10日 横芝町花火大会
(商工観光対策事業)

消防・防災の強化

- ◆消防組合の運営 167,517千円
- ◆消防施設整備事業 28,608千円
- ◆防災対策事業 8,646千円



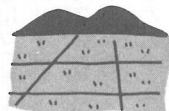
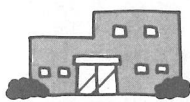
11月10日 消防団放水訓練

その他

- ◆廃棄物処理対策事業 159,700千円
- ◆山武郡環境衛生事業振興組合の運営 158,179千円
- ◆東陽病院組合の運営 109,565千円
- ◆航空機騒音対策事業 69,614千円
- ◆山武郡市広域行政組合の運営 68,852千円
- ◆各種疾病予防事業 41,707千円
- ◆合併処理浄化槽設置事業 24,700千円
- ◆町をきれいにする運動事業 6,492千円
- ◆交通安全・防犯施設整備事業 4,420千円

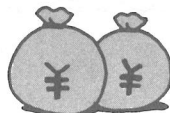
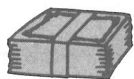
町の財産

建物 39,866㎡ 土地 391,254㎡



町債 3,238,459千円

基金・債券等 3,038,633千円

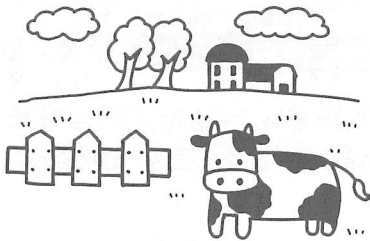


特別会計

区分	国民健康保険	老人保健	農業集落排水
収入金額	10億7,413万6千円	10億2,275万1千円	収入金額
支出金額	9億9,147万8千円	9億8,788万3千円	6,985万3千円
歳入歳出差引	8,265万8千円	3,486万8千円	支出金額
被保険者数	7,410 人	1,930 人	6,896万3千円
保険給付件数	43,439 件	29,437 件	歳入歳出差引 89万円

北海道の自然と ふれあって

—児童生徒県外研修—



夏休み期間を利用して、8月1日から2泊3日の日程で行われた県外研修。たくさんの思い出をつくり、北海道で体験した多くのことは、将来の財産になるでしょう。今月は、9月号に続き中学生の感想文を紹介します。

県外研修にについて

横芝中 3年

鈴木麻美



私は、この研修で初めて、北海道にいきました。北海道は、想像よりも多くの緑に恵まれていて、すばらしい所でした。千葉県では考えられない、馬や牛の放し飼いがみられました。北海道では、その他に、鹿や鶴も見ることができました。

私の中で、一番印象に残っているのは、大自然の中でのカヌー体験です。長い距離をカヌーで渡るのは、とてもつかれました。途中、岸にぶつかってしまったり、カヌーの中に水が入ってきてしまったりと、大変だったけど、とても良い体験でした。

それに、北海道名物「鮭のチャンチャン焼き」は、格別でした。とても、おいしかったです。千葉県でも食べられないのが残念です。あの味は、忘れません。その上、多くの友達ができました。ほとんどが、学年の違う人達だったけど、みんな、明るく親しみやすい人達ばかりで、

すぐに仲良くなれました。夜おそくまで、話を聞いて、なかなか寝れなかったな。私のカメラの中には、友達と写した、たくさんの写真が納まっています。このような数々の体験は、友達とお世話してくださった引率のみなさんのおかげだと思えます。私は、この研修で学んだ事を、これからの学校生活に生かしていきたいと思っています。



釧路湿原でのカヌー体験

研修旅行

横芝中 3年

石毛美穂



私がこの研修に参加した理由は、北海道にまえから行ってみたいと思っていたというのと、普段はあまり交流する機会のない他の学年の人と仲良くなれる

と思ったからです。

私は行く前からカヌーがとっても楽しみでした。雨でできないかもしれないと思ってたけど、乗ることができました。三人乗りで、ゴールまでこぐのは、けっこうつかれました。でも三人で力を合わせてついたら、景色がきれいでした。あと景色がきれいだったので、自然がいっぱいで感動しました。自然がいっぱいで広々していていいところでした。それと森の中で鹿や馬に会えたのはびっくりしてしまいました。鹿も立ち止まってこつちを見ていてかわいかったです。

北海道の人はみんなとても優しく、親切にしてくださいたいとても感謝しています。引率の方にもお世話になりました。夏休みのいい思い出ができました。



大自然の中で放し飼いの馬と

長寿おめでとうございます



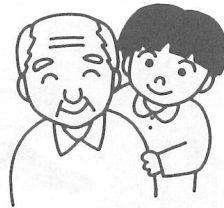
「千葉県内で最も長寿」
107歳の伊藤常次さん

町では9月15日の「敬老の日」を前に、70歳以上のお年寄りに長寿のお祝いとして記念品を贈りました。

町内の70歳以上のお年寄りは、平成9年9月15日現在で、001人(男754人・女1,247人)昨年同時期に比べ、84人の増となっています。これは、町の総人口の13.29%(昨年は0.59%増)に当たり、その割合は年々増加しています。

健康で幸せな老後生活を送ることは、私たち一人ひとりの願いでもあります。みなさん、今後もお体を大切にいつまでも長生きしてください。

今月号では、町内の91歳以上のお年寄りのみなさんをご紹介します。



「健康で幸せな老後生活を」
町からの記念品を受ける伊藤貴代司さん。よしさんご夫妻

91歳以上のみなさん 一敬称略一

- 107歳 伊藤常次(道貴)
- 99歳 伊藤とよ(中台)
- 98歳 子安はつ(於幾)
- 97歳 伊藤いね(上町4) 高宮てる(両国新田) 早川あず(上町5)
- 96歳 高嶺いき(東) 綿貫きせ(於幾) 伊橋ゆき(西) 瀧田あさ(鳥喰上) 大谷哲(本町3) 秋葉源作(関場) 岩澤つき(老人ホーム) 小川つね(鳥喰新田) 平山なか(於幾) 小川ゆづ(寺方)
- 95歳 佐久間彦英(小堤) 伊藤こう(屋形荒場) 田子きせ(本町2) 早川さと(宮前) 小川ちよ(上町2)
- 94歳 伊藤せき(新青) 片山あげ(上町4) 浅野のぶ(曾根合) 五木田左京(遠山) 伊藤兼吉(老人ホーム)
- 93歳 小林環(東町1) 久保田倉吉(古川) 土屋源吾(東町1) 國井よね(長倉)
- 92歳 田口ソノ(上町4) 土屋重雄(町原) 横山よ志(上町4) 奥島いと(本町4) 鈴木志茂(本町1) 井上正三(鳥喰新田) 鈴木欽子(上町3) 押尾ひせ(長倉) 大木隆(鳥喰上) 海保なを(南川岸)
- 91歳 椎名せえ(栗山3) 中村とく(本町2) 佐藤よね(東町4) 伊藤貴代司(木戸台) 宮腰喜榮(老人ホーム) 越川せえ(鳥喰下) 菅原あゆ(新島新田) 若梅久(栗山1) 越川次郎(東町1) 佐瀬浅次郎(南川岸) 海保志て(宮前) 柳橋もる(長倉) 山崎まつ(古川) 内田保司(老人ホーム)

(※スペースの関係上91歳以上の方々を掲載、平成9年9月15日現在)

人事異動(警察官)

平成9年9月18日付けで警察官の人事異動が行われ、横芝交番で次の方々が入れ替わりました。

一敬称略一

● 転入

巡査部長 石田勝治(千葉西警察署)

巡査部長 大野 誠(県警本部自動車警ら隊)

巡査部長 志村 富士夫(県警本部交通機動隊)

巡査 油谷伸一(県警本部新東京国際空港警備隊)



石田巡査部長



大野巡査部長



志村巡査部長



油谷巡査

● 転出

巡査部長 吉田精三(成東警察署)

巡査部長 山田 聡(成東警察署)

巡査部長 渡辺松男(成東警察署)

巡査 森 政義(成東警察署)

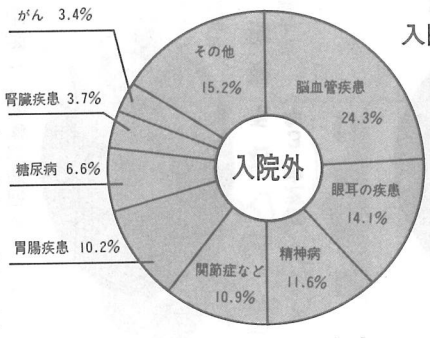
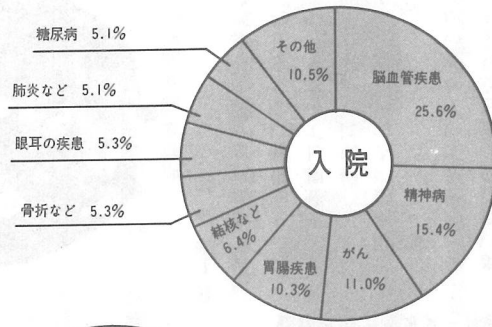
※転入者の()内は旧任署、転出者は新任署です。

国保からのお知らせ

人間ドックで生活習慣病予防

生活習慣病(成人病)は、ある日突然にかかるのではなく、長い年月をかけて徐々に進行してきたものがほとんどです。偏った食生活、運動不足、ストレス過多、酒の呑み過ぎやタバコの吸い過ぎなど、日頃の悪い生活習慣の積み重ねが発病の大きな誘因となっています。

ひとくちに病気といっても、さまざまなものがあります。日本人の疾病別分類をグラフにしてみました。



入院による疾病

入院外による疾病

《入院・入院外の疾病別分類表》

厚生省「国民健康保険医療給付実態調査報」より

このような病気にかからないためには、健康的な生活習慣を心がけることが大事なことです。加えて病気の早期発見、早期治療に努めることも大切です。

人間ドックでからだの異常を早期に発見しましょう。

横芝町国民健康保険短期人間ドック指定医療機関

医療機関名	電話番号	利用者負担額	検査費用
東陽病院	(光町)0479-84-1335	10,950円	73,000円
国保成東病院	(成東町)0475-82-2521	9,150円	61,000円
浅井病院	(東金市)0475-58-5000	9,000円	60,000円
亀田総合病院	(鴨川市)04709-2-2211	32,000円	95,000円
亀田総合病院附属専攻クリニック	(千葉市)043-296-2711	32,000円	95,000円

【検査費用の85% (63,000円を限度) は町が負担します】

◎利用できる要件は……
 ①横芝町国民健康保険の被保険者
 ②満3歳以上70歳未満の方
 ③人間ドックを利用して1年以上経過した方

町では、次の5病院を人間ドック医療機関に指定しています。

※東陽病院以外を受診される方は、事前に希望する期日を病院に直接予約した後、住民課国保係の窓口へご来庁ください。利用承認書を発行します。

くわしくは、役場国保係(内線246)へご連絡ください。

ご協力ありがとうございました 第8回横芝町花火大会収支決算(見込み)

科目	金額	説明
補助金	8,000,000	町補助金
寄付金	8,556,000	商工会関係 4,007千円 企業等 2,776千円 各地区個人 1,773千円
繰越金	3,450,602	前年度繰越金
雑収入	242,398	ご芳志、預金利子
合計	20,249,000	

科目	金額	説明
煙火代	9,700,000	4,100発(尺玉、4号玉、スターマイン他)
印刷費	807,660	ポスター、新聞折り込、チラシ等
工事費	941,952	電気設備工事、仮設電話設置
謝礼	991,440	各関係機関等
委託料	741,300	駐車場、危険区域等の警備委託
その他諸経費	2,396,648	備品購入費、借上料、弁当代等
合計	15,579,000	

20,249,000円(収入)-15,579,000円(支出)=4,670,000円(翌年度繰越金)



地域に誇れる観光イベントに
『横芝町花火大会』

8月9日に開催しました第8回横芝町花火大会は、強風の中での開催となりましたが、皆様のご協力により盛会のうちに無事終了することができました。

水中スターマインをはじめ、横芝ならではの花火を十分お楽しみいただけたものと思っております。

これからも地域に誇れる観光イベントとして継続してまいりたいと考えておりますので、今後ともご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

つきましては、第8回横芝町花火大会の収支(見込額)について左表のとおりご報告いたします。

横芝町観光協会長 平山 敬 止

山武郡市広域行政組合 平成8年度一般会計決算報告

山武郡市広域行政組合（山武郡市1市7町1村で組織され、共同で火葬やし尿処理、電子計算機による情報処理業務等を行っている組合）の平成8年度の一般会計決算状況は、収入総額52億9,804万円、支出総額51億3,110万円で、1億6,694万円が翌年度繰越金となりました。

なお、収支額の前年度比較は、収入が62.9%増、支出65.0%増となっておりますが、要因としては、し尿処理施設の建設事業が主なものです。

収入

分担金及び負担金	23億3,271万7千円(44.0%)
組合債	13億6,260万円(25.7%)
使用料及び手数料	6億8,192万1千円(12.9%)
国・県支出金	4億5,020万9千円(8.5%)
諸収入	2億4,230万3千円(4.6%)
繰越金	1億4,244万6千円(2.7%)
財産収入・寄附金・繰入金	8,584万4千円(1.6%)

支出

清掃費	25億9,109万4千円(50.5%)
消防費	16億8,996万4千円(32.9%)
議会費・総務費	3億6,344万7千円(7.1%)
民生費	2億3,658万円(4.6%)
公債費	1億4,052万9千円(2.8%)
保健衛生費	8,750万円(1.7%)
教育費	2,198万6千円(0.4%)

テレカが義肢になります！
町婦人会では、日本赤十字社千葉県支部に使用済みテレホンカード一千枚を贈呈しました。日頃から使用済みテレカ、切手買い物袋の持参運動などおこなっていましたが、テレカ一千枚で義足が一足作れることを知り、約一年がかりで会員や家族、友人、親類の協力を得て集めました。

今後、婦人会では締め切りの12月まで、引き続きテレカの収集をしていくそうです。

400号記念号について

「広報よこしば」は、来年の1月号で第400号を迎えます。そこで、記念号として町民の皆様からの「広報よこしば」に対するご意見、ご要望等の特集を計画しております。

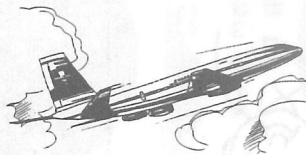
ご意見等のある方は、400字づめ原稿用紙(2枚まで)に内容を記載し、住所、氏名、年齢を明記のうえ、11月末日までに役場総務課へ提出してください。
※くわしくは、総務課広報防災係(☎内線218)へ。

「NANAお天気情報」が開始されました
電話・FAXでご利用を

NANA(空港公団)では、空港周辺の皆様に係る諸情報だけでなく、幅広い情報の発信基地としてお役にたきたいと考えています。そこで、平成9年9月29日から空港周辺地域の気象情報を、電話やFAXで情報提供するサービスを開始しました。

これは、(財)日本気象協会からの情報をNANAが地域のみなどに提供するもので、内容としては、風向・風速・気温・降水量等の気象情報や、翌日、週間

の天気予報等です。
是非、お仕事やレジャーなどに幅広くご利用ください。



●ご利用方法
電話または、FAX機能付電話からそれぞれの番号へおかけください。
音声ガイダンスに従い、プッシュ・ダイヤルすることで、その地域の気象データを音声やFAXで入手できます。

横芝町・光町
蓮沼村・富里町
大柴町・下総町
の各町村からは

- ・電話によるサービスが
0476-34-8111
- ・FAXによるサービスが
0476-34-8113
です。

東京湾アクアラインの完成記念イベント入場者募集

東京湾アクアラインの完成を記念して、「ふれあいロードフェスティバル イン ちば」を開催します。

花で飾ったゲート、公開結婚式、伝統芸能披露、音楽祭、橋梁部1キロメートルにわたるフラワーロード、5キロメートルロードレース、物産販売などを予定しています。

▼開催日 11月21日(金)～24日(月)

▼会場 東京湾アクアライン(料金所、橋梁部、海ほたる)

▼募集人員 各日2万人(応募者多数の場合には抽選)

▼参加費 無料

▼応募方法 往復はがきに入場希望者の住所、氏名、年齢、電話番号、会場までの交通手段(徒歩、JR袖ヶ浦駅からのシャトルバス、JR木更津駅からシャトルバスのどれか1つ)、希望日(1日のみ)を明記の上、返信用はがきにあて先を記入し、郵送。はがき1枚で4名まで記入可。

▼応募締切 10月15日(水) 当日消印有効

▼申し込み・問い合わせ先 〒260千葉市中央区長洲1-9-1 千葉県庁内郵便局留置千葉県東京湾アクアライン完成記念イベント実行委員会事務局(☎043-223-3284)へ。

びらば



獅子の妙技に割れんばかりの拍手 大宮神社で「梯子獅子」を奉納

8月31日(日)、中台の大宮神社で行われた「風祭り」では、恒例の「梯子獅子」が奉納され、町内外から訪れた大勢の人たちが獅子の妙技に目を奪われました。

祭りは、午前中に子ども御輿とお離子が地区内を練り歩き、正午過ぎからは大國主命を祭る村社・大宮神社に地区民のほとんどが集合。紅白の幕をめぐるした舞台の上で、歌や踊りのにぎやかな演技が続き、そして、太陽が西に傾きかける時刻から奉納された「梯子獅子」では、境内の大銀杏に立てかけられた約15メートル・33段の梯子に、同地区若獅子会の青年(怒賀利英さん・秋葉憲一さん)の扮した獅子が、横になつたり逆立ちしたりする妙技を次々に披露。二人の呼吸の合った空中アクロバットのようなこの獅子舞いに、多くの見物客からは大きな拍手が送られていました。

中台の「梯子獅子」は、悪霊払い、火伏せ・息災延命を祈り行われるもので、平成3年12月に幕張メッセで開催された「食と緑の博覧会」でも披露された全国でも大変珍しい獅子舞いです。今後も、由緒あるこの伝統芸能を後世にまで伝えていただきたいと思います。

大総地区で 避難誘導訓練



大切なのは日頃からの防災意識

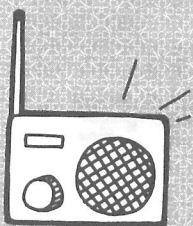
防災行政無線に 加入しましょう

加入しましょう

町では、台風や地震、津波などの災害時に、的確な情報をより迅速にみなさんに伝達し、災害などから身を守ることを目的とした防災行政無線事業を行っています。この防災行政無線は、台風情報などの災害状況のほかにも、町の各種行事や各学校、保育所の連絡事項も伝えていきます。加入費用は5千円(約4万円のうち3万5千円を町が負担)ですので、未加入の方はぜひ加入申込みしてください。

くわしいことは、役場総務課(☎内線218)へお問合せください。

※ 防災行政無線の戸別受信機は、アンテナやコードが汚れていると、雑音などにより受信状態が悪くなりますので、日頃からよく掃除しておくようにしましょう。



今年で18回目を迎えた「町防災訓練」が、8月31日(日)の早朝、大総全地区を対象に実施されました。

今年の訓練は、地震や大雨などによる土砂災害が発生した場合に備え、日頃から防災意識を深めておこうとするともに、有事の際に適切な行動が取れるようにと行つたもので、大総地区のみなさんや消防団員など約550名が参加しました。

主会場となった大総小学校と寺方青年館では、避難訓練のほか、消防署職員の手導のもと、初期消火訓練や緊急時の担架の作り方など実践ながらの訓練も行われ、参加したみなさんは熱心に取り組んでいました。

災害はいつ起こるか分からないものです。普段から家族ぐるみで防災対策について話し合っておきましょう。

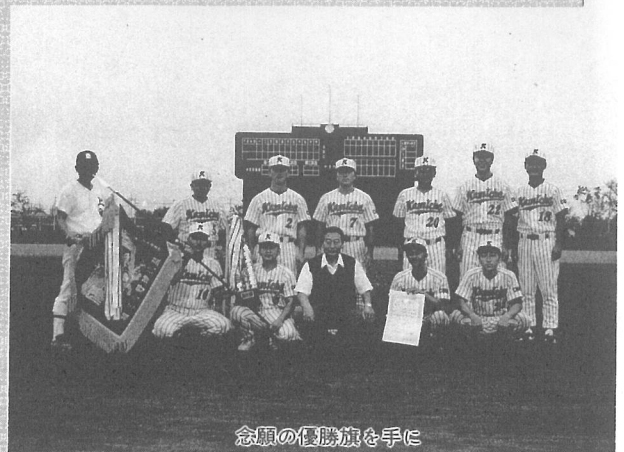


20年ぶりの優勝に思わず胴上げ

ヤッター念願の優勝だ！

上町クラブ

～夏季野球大会～



念願の優勝旗を手に

9月14日、ふれあい坂田池公園野球場を会場に、夏季野球大会の準決勝・決勝戦が行われました。

あいにくの天気模様の中、午後から行われた決勝戦では、久々に決勝まで駒を進めた「上町クラブ」と、ここ数年力をつけた「ミヤスズファイターズ」の対戦となり、順調に点を加えていった「上町クラブ」が13対7で、ほぼ20年ぶりの優勝を決めました。

主な大会結果は次のとおりです。

- 優勝 上町クラブ
- 準優勝 ミヤスズファイターズ
- 第3位 紫季
- 第3位 フェニックス



父を偲ぶ80年前の稲穂

80年前の稲を発見

横芝の歴史を顧みる資料に

このほど、鳥喰上にお住まいの大木富さん宅で、80年以上も前に栽培されたと思われる稲が見つかり話題になりました。

この稲は、大木さんが土蔵の整理をしているうちに、和紙に包まれ柱に吊り下げられていたものを発見したもので、種類などを調べてもらったところ明治時代から昭和初期にかけて主に作付けされていた「愛国」という品種と判明。もみはやや赤み

がかかり、穂長は現在の「コシヒカリ」などに比べるとやや長め。病虫害などは全く見られず、ほぼ当時のままの状態で保存されていました。

大木さんの説明では、当時この地を開墾した父親（故・大木平一郎さん）が、水田となった耕地で、初めて栽培した稲を記念に保存したもので、今後は、町に寄贈し、横芝の歴史を顧みる資料として保管してもらえれば」と話していました。

横芝中学校運動部 全国大会の結果

8月22～24日、四国で開催された全国大会に、千葉県の代表として出場した横芝中学校運動部、剣道の部の長谷川憲吾君、熱田博美さん、そして、ソフトテニスの部の加瀬博則君・林千博君組は、それぞれに健闘しましたが惜しくも上位入賞はなりませんでした。

みんなでつくる文化祭

おもな催し会場 (町文化会館・海洋センター体育館)

11月1日

- 短歌会 午前9時30分から (和室)
- 俳句会 午後1時30分から (和室)
- 茶会 午前10時から (茶室)



11月2日 午前9時から

- ◆青空市 (朝市・横芝マーケット)
新鮮な野菜や果物、漬けもの、海産物
日用雑貨などいろいろあります。
- ◆千葉コープバザー
- ◆健康コーナー (骨密度検査(要予約))



あめ細工

11月2日 午前11時・午後1時30分

大阪市国際交流課の“庶民大使”としてアメリカ、ドイツ、オーストラリア、香港などに派遣され、日本伝統技術の紹介に情熱を傾けている。

平成8年にはドイツで開催された料理オリンピックC部門 (お菓子) でウサギ細工により銅メダルを受賞。

文化祭では、60個の「あめ細工」を作る予定です。お楽しみに。



あめ細工師 石割定治氏

11月1日 午後2時から

◆健康を守る大会講演会

テーマ「健康万歳! ときには翼を休めて」

講師 放送キャスター 押阪 忍氏
エッセイスト、ジャーナリストと巾広く活躍するフリーアナウンサー。
著書は「関白宣言! 25年... ~共働きアナウンサーのふたり言~」

11月2日 午後2時~3時

ギター・タイの民族楽器
ピアノによるコンサート

篠田恭子と障害者グループ
三田のトーク&コンサート

ガンジー首相歓迎会の司会をはじめとして松竹映画「男はつらいよ・ハチ公物語」など多数の舞台挨拶の司会をつとめた篠田恭子さんと芸能コンクールで各種の賞を受賞している、障害者のグループ「三田」との、心温まるトークと音楽を心ゆくまで楽しんでいただきたいと思います。お誘い合せの上おいでください。



とん汁おいしいね

フウフウいいながら食べる「とん汁」は格別です。これは、今年で第4回目を迎えた「よこしばふれあいまつり」のひとコマ。子どもからお年寄りまでの三世代が交流を深めていただこうと9月13日、町がふれあい坂田池公園を会場に開いたものです。

当日は、台風19号の影響であいにくの雨模様でしたが、グランドゴルフや宝さがし、軽スポーツで楽しいひとときを過ごしていました。

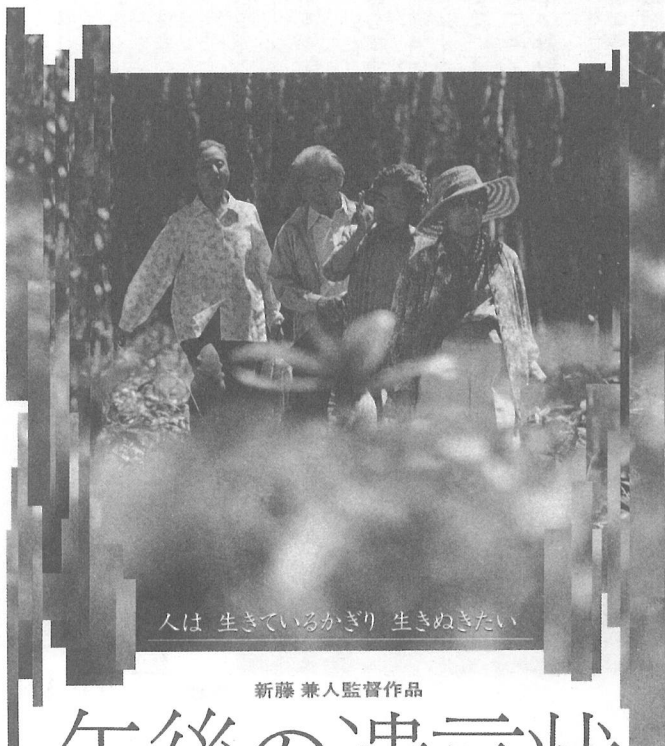


映画観賞会

「午後の遺言状」を上映

11月22日 午後1時・7時（2回上映）

「人は突然老いるわけではありません」生きて生きぬいて人生を重ねてきたのです。大女優、杉村春子と乙羽信子が人生の輝く『いま』の一瞬を見事に演じた感動作です。ご期待ください。



人は 生きているかぎり 生きぬきたい

新藤 兼人監督作品

午後の遺言状

ほいけんたのお笑いバラエティーショー

11月3日 午前10時30分～・午後1時30分～



二代目引田天功のアシスタントをつとめた他ミュージカルや日本ものまね大賞などに出演マジック・歌なんでもござれです。

フリーマーケット出店者



自宅にあるもので捨てるにはもったいないでも使えない。売りたいけどチャンスがないという方いませんか。そんなあなたのために耳寄りな情報。

町文化会館においてフリーマーケットを開催します。自分の好きな値段を付けて売ってみてはいかがでしょうか。

出店希望者は、10月19日までに下記へお申込ください。

記

日 時 11月3日午前9時～午後3時まで
 会 場 町文化会館 駐車場
 区 画 駐車スペース一区画
 募集人員 40人（定員になり次第締切）
 お問合せ先 町文化会館 事業係
 電 話 82-1351

おもしろ野菜 テクニック



今回は野菜づくりが楽しくなる、裏ワザを紹介します。

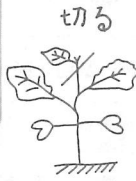
ブロッコリー2花蕾穫り

栽培が容易で栄養価が高いブロッコリーは、収穫後に側枝が発生し、枝蕾も収穫できることは良く知られています。この習性を利用して、苗の時点で生長点を2本にすると2花蕾収穫することができます。2本以上の収穫も当然可能ですが、多くなるほど小型化して収穫が遅くなることを念頭に入れてくだ



さい。この場合畝間・株間とも通常より広めに定植してください。

キャベツの2回穫り



幅広い調理法を持つキャベツは、いくらあってもうれしい野菜です。キャベツは再生能力が高い植物ですので、収穫後の切り株からたくさんの芽が再生してきます。この芽のうち最も大きな芽を一つ残して全て掻き取ります。するとその芽が成長し結球してキャベツとなります。このとき追肥を必ず実施し厳寒期であれば保温をおこなうと更によいでしょう。

根深と葉ネギ



関東地方ではネギといえば根深一本を指し、土盛りにより軟白された部分を利用します。このネギの根元(茎盤といいますが)を土に植え付けると再生して葉ネギとしては薬味に利用できます。九条系の分けネギでは更にこ

の傾向が強く、茎盤が残っていれば完全に再生します。株分けがすむと次第に株が劣化してきますので、概ね4回(1株/16本)の株分けが終了したら植え替えます。

トウモロコシの密植栽培

トウモロコシを栽培する場合、通常の栽培ではマルチ穴(株間27×30cm)に3粒の種を播きますが、これはマルチ穴を一つ飛びに4粒播種して2本立ちに仕立てる方法です。この方法は、種子量を節約するほかに、トウモロコシは根群域が広いため、絡まった根が倒伏を防止し、受粉状況を良くし先端不稔を少なくする効果があります。ただし、アブラムシ等の発生には十分注意が必要です。なお収穫後の茎は、地上より50cm程度残して切断し、後作であるナス等の支柱として利用します。

この技術は、個人が野菜づくりを楽しむためのものであり、当利用には適しません。もし失敗したら笑ってごまかしましょう。

野菜科 佐瀬 善浩

※問い合わせは、普及センター 松尾駐在(86)412112へ。



文芸

俳句

娘の帰る昼餉の支度蟬しぐれ 福田 幸子

遠く聞く祭囃子や婆々留守居 若梅あやめ

音も無く我が肩に来て初とんぼ 小林 順子

研ぐ時に握りて見たし今年米 土屋 栗水

葬列の後埃立つ秋暑し 藤代 ゆう

青柿や少年の罪許し乞ふ 玉虫たけし

晩夏光五百年経し大銀杏 戸村 静華

古沼や妖精のごと睡蓮花 今関 茂生

睡蓮や主を語らず捨小舟 福田 晴一

賜るや隣の人の団扇風 鈴木 草庵

睡蓮のほのぼの白し薄月夜 選者 山口 一秋

短歌

夕食を共にする子も減りゆきてコロッケのじゃが芋四箇だけ剥く 八角 三枝

わが願ひふつくら包みくるるがに桔梗のつばみ育ちゆくなり 永藤 滋

朝明けの山頂に立ち聞きるたりあふれんばかりの小鳥のさへづり 池田 春江

蛭汁健康によしとの料理番組見しあとさっそく真似てつくれり 掛川 友代

白き霧這ふがに上りたちまちに茶臼岳の稜線消えてゆきたり 鈴木 やす

妹が送りくれたる新米を古里惚びしんみりと食む 石井 ユク

御所の道に皇后様を拝せしと京都を旅する子よりの電話 渋谷 静子

住む人の絶えたる今も隣り家ののうげんかづら朱く咲きぬつ 中越美代子

我を呼ぶ声に目覚めり夜の部屋に逝きたる妻の笑める面ざし 萩原 信一

憧れの歌誌と久しく崇めしがアララギもつひに廃刊と聞く 土屋 栗水

神棚のお神も替へ亡き夫のみ霊待つなり盆の夕べを 向後 房

薙刀を再び三度振りくれぬからくりの弁慶拍手に心へ 選者 斎藤つね子





東陽病院産婦人科 平井真紀子

健康ウォッチング

横芝町のみなさん、こんにちは。今回は、婦人科の癌検診についてお話ししたいと思います。現在、子宮癌の検診が広く行われていますが、子宮癌は二種類あって、子宮の頸部(膣測の出口)に発生する子宮頸癌と子宮の内腔に発生する子宮体癌(子宮内膜癌)があります。一般的に子宮癌の検診という場合は、子宮頸癌の検診を行います。両方の検診をする場合もあります。

子宮頸癌の検診の方法は、ヌメアテストと呼ばれる子宮頸部の細胞を擦過(こすってとる)して調べるもので、この意義は癌を初期もしくは無症状のうちに診断するだけでなく、前癌状態(癌に変化してゆく可能性があるが、そうならない場合もある段階)であることからわかる時もあります。いずれの場合も、もう少し多くの細胞を調べる組織診(バイオプシー)が必要となる場合があります。近年、子宮頸癌の発生要因としてウイルス(ヒューマンパピローマウイルス)の関与が示唆されていますが、この場合、定期的な検診により、適切な治療時期、方法を判断することができ、早期に診断、治療を行うことが良いのは言うまでもありませんが、治療方法もその患者さんの状態やご希望により、選択できる場合もあります。

さて、次に子宮体癌のお話をします。子宮体癌は子宮の内腔に発生するため、頸癌

婦人科の癌検診

に比してやや検査が困難であると言えます。子宮内に小さな細胞を採取する器具を入れて検査を行います。内腔は超音波や内視鏡を併用しなければ見ることができないために、これらのガイド下に検査を行うこともあります。子宮体癌は癌の中では良性の方にはいる癌ですが、最近日本で増加の傾向にあります。ホルモン(エストロゲン)が病態に関与していることが示唆されていますが、この癌にもやはり前癌状態と

言える段階があり、検診によってこの時期から経過を見ることが、理想的です。最後に卵巣癌の検診についてお話ししますが、これは外から細胞を調べるのが簡単でなく、血液検査(腫瘍マーカー)でも早期に高い診断率を得ることができません。超音波(もしくはCT、MRI)の検査では、卵巣が腫大しているかどうかはわかりませんが、良性、悪性の判定は困難な場合があります。よって現在ではいろいろな検査を行い、総合判定でもしくは経過も考慮して治療の方針を決定しています。いずれの癌にも言えることですが、癌は早期に診断、治療した方が治癒率が高い病気ですから、そこに検診の意義があると言えます。

※昨年の4月からご活躍いただいた平井先生ですが、10月1日付で千葉県がんセンターに異動となりました。短い間でしたが、たいへんお世話になりました。

国民年金を受けている人

こんなときは届け出を!

国民年金の老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金、寡婦年金等を受けている人は、次のような場合にはすみやかに届け出をしてください。

この届け出を忘れて遅れたりすると、年金の支払い月になっても年金が受けられなかったり、年金を受け取り過ぎてしまい返していただく場合もありますのでご注意ください。

事	由	届け出先
年金を引き続き受けようとする時(毎年1回)	現況届	社会保険業務センター
住所や氏名を変えたとき		千葉社会保険事務所
年金を受け取る金融機関や郵便局を変えるとき		
年金を受け取るための通知書をなくしたり、汚したりしたとき		
年金を受けていた人が死亡したとき		
年金を受ける権利がなくなったとき(遺族基礎年金受給者が結婚したときなど)		役場住民課年金係
2つ以上の年金を受ける権利を得たとき		
子の加算を受けている人で、その子に異動があったとき		
年金の支給が停止される事由がなくなったとき		

詳細については、役場住民課年金係までお尋ねください。(☎82-1111 内線247)



「申告は青色で、納税は振替で」

東金税務署では、10月1日から10月31日までの期間を『青色申告と振替納税の推進月間』としてキャンペーンを行っています。

『商売の第一歩は、記帳から！』青色申告は、あなたの商売の発展、合理化にも、お役に立ちます。

簡単な帳簿もあり、初めての方でも記帳できます。また、帳簿のつけ方のわからない方には、無料で指導を行っています。更に、いろいろな特典もあり、所得税・地方税とも大変有利になります。

振替納税は、お忙しいあなたに代わって、口座振替で税金を納付することができ、『つい納め忘れ』ということのない大変便利な制度です。

是非、この機会に「青色申告」と「振替納税」をご利用ください。お問い合わせは、東金税務署、町税務課、または町商工会、山武青色申告会へ。

平成9年分給与所得に対する年末調整ならびに法定調書等に関する説明会

▼とき 11月12日(水)午後2時～4時
▼場所 松尾町農村環境改善センター
※問い合わせは、東金税務署(☎0475-52-3121)へ。

乗る人のマナーと義務違反です自賠責

今年も無保険(無共済)車対策協議会では、今年度についても「無保険(無共済)車をなくそうキャンペーン」を行います。

無保険車の中には車検切れとともに保険(共済)の期限切れに気づかないケースや、車検がないミニバイク等の場合では、保険(共済)の期限切れに気づ

かないケースも多いようです。無保険(無共済)で死傷事故でも起こしたら、それこそ大変です。

また、自動車及びバイクには自賠責保険(共済)への加入が法律で義務付けられており、無保険で走ると罰金、さらに減反点数6点となり、免許停止処分の対象となります。

もし、契約切れになっていたら最寄りの損害保険会社、代理店、農協へ行きましょう。

千葉県最低賃金改正のお知らせ

10月1日から県内のすべての使用者及び労働者(パート・アルバイト等含む)に適用される地域別最賃「千葉県最低賃金」が次のとおり改正されました。

- ▼日額 5,190円
- ▼時間額 650円
- ※詳しくは、千葉労働基準局(☎043-221-4311)24時間テレホンサービス043-221-4700へ。

建設のあゆみ

- 【工事中】
- ふれあい坂田池公園
陸上競技場ウレタン舗装工事 0.9ha

- ゲートボール場・駐車場整備工事 0.3ha
- 植栽工事 0.3ha
- 進入路整備工事 202m
- 道路排水整備事業
- 横芝上町地先 80.0m
- 【完成】
- 道路排水整備事業
- 木戸台地先 105.5m
- 栗山宮脇地先 168.3m
- 栗山南部2地先 21.7m
- 北清水関場地先外
- (1工区) 135.9m
- (2工区) 101.5m
- 道路舗装新設工事
- 横芝本町地先 48.7m

商工会伝言板

経営講演会
(どなた様も聴講無料)

▼とき 10月20日(月)午後1時20分～3時

▼場所 町商工会館二階ホール

▼テーマ 街づくりによる振興策
—今後の展望を踏まえて

▼講師 城西国際大学 助教授
小島 照男氏

	相談日	場所	時間
健康相談	12日	(大総会館)	午後1時30分
	26日	(文化会館)	～午後3時
子供相談ダイヤル ☎6330	毎週	(月曜～金曜)	午前9時 ～午後4時
心配ごと 行政相談 行人権	4.11.18.25日	(中央公民館)	午後1時30分 ～午後4時

※心配ごと相談所では、毎月第3火曜日に司法書士による「専門相談」を行っています。

29日 議会視察研修
28日 町内各保育所運動会
26日 町内各保育所運動会
18日 町内各保育所運動会
11日 町内各保育所運動会
5日 町内各保育所運動会
2日 町内各保育所運動会

29日 議会視察研修
28日 町内各保育所運動会
26日 町内各保育所運動会
21日 町内各保育所運動会
18日 町内各保育所運動会
13日 町内各保育所運動会
11日 町内各保育所運動会
5日 町内各保育所運動会
2日 町内各保育所運動会

29日 議会視察研修
28日 町内各保育所運動会
26日 町内各保育所運動会
21日 町内各保育所運動会
18日 町内各保育所運動会
13日 町内各保育所運動会
11日 町内各保育所運動会
5日 町内各保育所運動会
2日 町内各保育所運動会

29日 議会視察研修
28日 町内各保育所運動会
26日 町内各保育所運動会
21日 町内各保育所運動会
18日 町内各保育所運動会
13日 町内各保育所運動会
11日 町内各保育所運動会
5日 町内各保育所運動会
2日 町内各保育所運動会

第5期納入期限は10月31日です。期限内に納入しましょう。16



募 集

山武地区政治学級のお知らせ

この学級は、有権者の皆さんに、政治や選挙あるいは社会の情勢に関心を深めていただくために毎年開催しています。

「政治・選挙」の部に、千葉テレビ放送(株)中野康男報道部長と「一般教養」の部に、大網白里町社会教育指導員木島肇先生を講師に迎えて講演会形式で行います。

参加を希望される方は、当日会場へおいでください。

- ▼とき 10月28日(火) 午後1時～3時
- ▼場所 横芝町文化会館
- ▼定員 200名(入場無料)
- ※問い合わせは山武支庁総務課又は各市町村選挙管理委員会へ

'97「さわやかハートちば」の集い

「出会い・交流 さわやかハート」をテーマに、宮田修さん(NHKアナウンサー)の司会でアグネス・チャンさん(歌手)、石井苗子さん(キャスター)、ジョン・海山・ネブチューンさん(尺八奏者)を特別ゲストに迎え、沼田知事を囲み「さわやかハートちば」を語り合います。また、島田祐子さんと地元コーラスグループの「さわやかコンサート」・「北之幸谷の獅子舞」などの楽し

い企画でいっぱいです。ぜひ、ご参加ください。

- ▼とき 11月14日(金)午後1時～3時30分
- ▼場所 東金文化会館
- ▼申し込み方法 往復はがきの往信面に全員(1枚5人まで)の氏名、代表者の住所、電話番号を、返信面に代表者の住所、氏名を記入してお申し込みください。(応募者多数の場合抽選)
- ▼締切り 10月21日(火)当日消印有効
- ※申し込み・問い合わせは、〒260 千葉市中央区市場町1-1 県庁県民生活課内さわやかハートちば推進協議会事務局(☎043-223-2069)へ。

16ミリ映写機操作講習会

- ▼とき 10月13日(月)午前9時30分～午後4時まで
- ▼会場 振興センター2階第3会議室(東金市中央公民館隣)
- ▼内容 16ミリ映写機操作に関する理論及び実技
- ▼対象者 学校教育及び社会教育関係者(子供会・青少年相談員等)及び一般
- ▼定員 35名
- ▼携行品 講習会終了後修了書発行のため顔写真1枚(タテ3.0cm×ヨコ2.5cm)筆記用具
- ※申し込み・問い合わせ先は、山武郡市視聴覚教材センター 東金市東岩崎1-17(☎0475-54-0251・内線71)へ。

家庭介護教室の開催

山武保健所松尾地域保健センターでは、家庭介護に関する基本的な知識の普及を図るため、家庭介護教室を開催します。どなたでも参加できます。

- ▼とき・内容 11月6日・八日市場市民総合病院院長 中村仁氏による講演「老いるとは、」14日・救急法講習会

- 21日・特別養護老人ホームやすらぎ園の見学及び副施設長 田辺波津枝氏による講演「痴呆老人の介護の実際」、27日・千葉盲学校教諭 金子進氏による実技指導と講演「家庭で行う腰痛予防体操、指圧、マッサージのコツ」
- ▼場所 松尾地域保健センター他
- ▼募集人員 30名程度
- ▼参加費 無料
- ※問い合わせ・申し込みは山武保健所松尾地域保健センター(☎86-2411)へ。

その他

行政に対する悩みお聞きします 10月12日～18日…行政相談週間

行政相談週間は、行政に対する皆さんからの苦情や意見・要望を受けて、その解決を図ろうと定められた週間で皆さんに広く承知・利用していただくために、全国的に行っているものです。行政や特殊法人の仕事、例えば事務の手続きや制度について教えてほしい補修してほしいといった苦情や、役所の手続きや制度について教えてほしいなど、お気軽にご相談ください。

- 相談は無料で、秘密は厳守されます。
- ★行政相談員 行方 正一さん
横芝町谷台405 ☎82-1660
- ★相談日 毎週火曜日午後1時30分～4時(横芝町中央公民館)

学校一般公開 県立東金養護学校

- 東金養護学校では、住民の方や障害児を持つ保護者のみなさんに、養護教育を理解していただくために学校の一般公開をします。
- ▼とき 10月24日(金)午前9時30分～正午
- ▼申し込み・問い合わせ 東金養護学校(☎0475-52-2542・今別府、平島)へ。

浄化槽は生きている。維持管理が必要です！

浄化槽は、水中の微生物の働きで汚物を分解する装置で、常に良好な状態に保つためには定期的な保守点検や清掃が必要です。

合併浄化槽の維持管理の回数(法定)

※法定検査は、(財)千葉県浄化槽検査センターが実施します。

保守点検は、千葉県知事登録業者に、清掃は、市町村長の許可を受けた業者にそれぞれ依頼してください。

処理対象人員	20人以下	21～50人
保守点検	4か月に1回以上	3か月に1回以上
清掃	1年に1回以上	
法定検査	使用開始後6～8月以内に1回 その後1年に1回	

ごみのリサイクルにご協力を

10月はリサイクル推進月間で、25日は千葉県リサイクルの日です。

最近、ゴミの焼却によるダイオキシン問題が騒がれています。ゴミは家庭での焼却をなるべく控え、山武郡環境衛生事業振興組合が毎月行っている「不燃物の収集」に、分別して(指定の袋で)出し、リサイクルにご協力をお願いします。

こんにちは！保健婦です

脂肪をへらして きれいな血液
 ◎高脂血症とは
 高脂血症とは、血液中の脂肪の量が多い病気です。血液の中にはコレステロール、リン脂質、中性脂肪、遊離脂肪酸という4つの脂質があります。これらの脂質の一種類以上が異常に増えた状態を高脂血症といいます。

高脂血症は、自覚症状がない為に、つい放置してしまいがちですが、甘くみてはいけません。なぜなら、生活習慣病の原因となる動脈硬化を引き起こすことでもあります。

◎高脂血症を防ぐ食生活
 もし、高脂血症となってしまうとしても、日常生活で注意すれば改善することができます。

高脂血症

野菜をたくさん食べましょう

- (1) 動物性脂肪の多い食品を減らす
脂身の多い肉をとりすぎないようにしましょう。
- (2) 植物性油脂を使う
バターよりマーガリン、マヨネーズよりドレッシングを使いましょう。
- (3) 青背の魚を積極的に食べる
善玉コレステロールが多く含まれている、サバ・イワシ・サ

生活の中に運動を

- (4) 野菜をたっぷりとる
野菜に含まれている食物繊維や葉緑素には、血中コレステロールを低下させる働きがあります。
- (5) 大豆製品を毎日食卓に
大豆には、血中コレステロールを下げる働きがあります。納豆、豆腐などを毎日食べましょう。
- (6) 食事はゆっくり、腹八分目
早食いは肥満の元になります。食事はゆっくり、よくかんで食べ、量も腹八分目におさえましょう。

◎生活の中に運動を
体を動かすと、善玉コレステロールが増えます。車やバイクをやめて歩いたり、毎日20〜30分の散歩をするように心がけましょう。

休日当番表

とき	内科系	外科系
10月5日	日吉台クリニック(東金市) TEL0475③0510 吉田クリニック(成東町) TEL0475②0481	東金整形外科(東金市) TEL0475⑧8002
10月10日(祝)	西田医院(東金市) TEL0475③1393 伊藤医院(成東町) TEL0475②2508	高根医院(芝山町) TEL⑦1133
10月12日	福島医院(大網白里町) TEL0475②4401 石橋医院(成東町) TEL0475②2117	両総病院(東金市) TEL0475②2700
10月19日	岸本医院(東金市) TEL0475③4885 鈴木医院(山武町) TEL0475③1002	成東医院(成東町) TEL0475②2235
10月26日	佐久間医院(大網白里町) TEL0475②0638 字井医院(蓮沼村) TEL0475③2522	日向台クリニック(東金市) TEL0475③1491
11月2日	斎藤医院(大網白里町) TEL0475②2802 小松医院(山武町) TEL0475③2166	古川医院(成東町) TEL0475②2202
11月3日(祝)	錦織医院(大網白里町) TEL0475②0214 あきば病院(蓮沼村) TEL0475③3711	てらし整形外科(大網白里町) TEL0475②7500

◎都合により当番医の変更がある場合があります。問い合わせは、消防本部指令課TEL0475⑤4137へ。
 ◎東陽病院は、10月19日が当番医になっています。診療時間は9時から17時です。事前に電話連絡をお願いします。

お誕生おめでとう

8月21日から9月20日まで届け出分



大櫃美侑ちゃん

優しく、元気に、そしてみんなに可愛がられるような女の子に育ってほしいです。
 【母：純子さん談】

氏名	保護者	地区
大櫃 美侑	明 人	川熊会
勝田 慎也	忠 司	立上町3
小川 千博	佳 男	上本町1
志謙 頼智	雅 彦	栗山町4
伊藤 大貴	秀 樹	上上町5
五十嵐 摘	春 樹	上上栄和
鯉淵 怜	涉 治	上上栄和
佐藤 香	功 正	上上栄和
伊藤 子	明 宏	上上栄和
小川 佳峰	明 宏	上上栄和

お詫びと訂正

9月号“お誕生おめでとう”コーナーで、牛熊の藤田真奈美ちゃんは、勝田真奈美ちゃんの誤りでした。お詫びして訂正します。

10月のよみ

10月1日	寿学級教養コース (文化会館)
10月6日	少年芸術教室 (文化会館)
10月7日	金婚式 (横芝小学校) 1歳6ヶ月健診 (文化会館)
10月8日	ポリオ (文化会館) 灰回収 (文化会館)
10月9日	あしたの会(文化会館) 第28回町民体育祭 (横芝中学校)
10月10日	
10月15日	骨密度健診(文化会館)
10月16日	献血(中央公民館)
10月19日	敬老会(横芝中学校) 中学校北総テニス大会 (ふれあい坂田池公園)
10月22日	灰回収
10月25日	母と子の料理教室 (文化会館)
10月26日	町民バレーボール大会 (海洋センター)
10月28日	乳児健診 (文化会館)