



# Yokoshiba

## 広報よこしば



### 主な内容

- ・6月定例町議会（一般質問）……P 2～P 5
- ・横芝町のまちづくり ..... P 11
- ・ひろば ..... P 12・P 13
- ・お知らせ ..... P 16・P 17

“それ一ひっぱれ！”

好天に恵まれた7月20日、屋形海岸では「海の日」の恒例行事となった「海のつどい大会」が開催され、参加した大勢の子供たちがスイカ割りや輪投げ、そしてマリンスポーツなどを楽しみました。

この日は波が高く、楽しみにしていた地曳き網は中止になってしまいましたが、代わりに行われた“綱引き”では、砂に足を取られながらも、やっぱり夢中になつてしましました。

（関連記事は12ページ）

人口と世帯	人 口	15,005 (+16)
	男	7,274 (+6)
	女	7,731 (+10)
世帯数		4,841 (+5)
7月1日現在	( )内は前月比	

# 議論で論戦 (一般質問)



抜本的な改良が必要とされる駅前交差点

## 交通安全対策

問 ①駅前交差点に右折ゾーンの設置はできないか。②この交差点の信号機は、歩行者専用の時間があまりにも短いが時間延長はできないか。③駅前道路の混雑解消のため、千葉銀行駐車場から出る車両を横芝駅方面に迂回することはできないか。

答 ①駅前交差点は、変形十字路になっており、右折車線の設置をする場合は、交差点の抜本的な改良が必要になるため、なかなか難しいのが現状である。今後も、隣接されている方々のご意見やご意向等を十分に伺い、各関係機関と協議を重ねながら安全性の確保につとめてまいりたいと考えている。②成東警察に確認したところ、信号の時間延長は可能であるが、そのためには、歩行者の人数や他の交通量など、前後関係の調査を十分

抜本的な改良が必要とされる駅前交差点

## 銚子連絡道路

問 ①銚子連絡道路には側道が設置されるのか。②当町でも道の駅を設置し、そこにふるさと産品コーナーを設けてはどうか。

答 ①現在ある道路が、銚子連絡道路により分断されるような状況になった場合には、その機能補償として側道整備がされるようだが、町が要望しているインター設置箇所や高架橋との接合部分などの問題もあり、全線にわたっての設置は難しいと思われる。今後も、側道が必要な場所については、県と十分相談しながら要望してまいりたいと考えている。②「道の駅」の登録制度が始まつたのが平成5年からで、現在、全国で470箇所ほど登録されている。近隣では多古町や栗源町などで現在建築が進められているようであるが、道の駅として登録するためには、駐車スペースが小型車にして20台以上、水洗トイレがおおむね

しなければならないとのことであった。今後は、早急に調査を行い、可能であれば信号延長の設置をして歩行者の安全確保に努めたい。③地域のみなさんや千葉銀行駐車場を利用する方々の利便性を十分考えながら、銀行並びに関係各機関と協議し、問題解決に努めてまいりたい。

## JR延伸問題

問 ①現在、成東駅止まりとなる午後11時44分と午前零時30分の2本の電車を、横芝駅まで延伸させることはできないか。②東京駅午後6時45分発の特急しおさい11号は、横芝駅に停車するにもかかわらずドアが開かず利用客は不便をきたしている。この電車のドアを開けることはできないか。

答 ①横芝駅から電車通勤している方々には大変便利になることであり、私もぜひ延伸させたいと願っているが、JR側の話だと、横芝駅には乗務員の宿泊施設が無いことや、終車の清掃業務を行なう職員がいないことなど問題点も多く、最も大きな課題は、乗車人員が若干ではあるが年々減っていることであり、横芝駅を終点として運行しても、

は、非常に難しい状況にあるようである。しかしながら、横芝駅利用者の利便を図るためにも、実際に、ドアを開け乗降できるようになりたい。②先般、千葉の管理事務所で支社長と懇談した際に、ドアを開け乗降できるようになりたが、この特急は、現在便宜上横芝駅に停車しているだけであり、今後、ダイヤ改正が行われると横芝駅に停車するか未定であるとのことであった。しかしながら、利用者の利便を図るためにもこの特急の横芝駅停車を強く要望し、次のダイヤ改正の時点で色々な面から検討してくれることであつた。

## 入札状況

問 ①平成10年度の9月以降の入札状況について伺いたい。②健康福祉センター「プラム」の備品購入については、何店くらい町内業者を利用したのか。

答 ①土木工事、建築工事、舗装工事等の建設工事及び公園管理、測量設計等の業務委託を合わせ、件数で39件、金額で3億4千5百万円ほどの発注をした。率で見ると、9月以降の発注は、件数で63.9%、金額では35.1%であり、全て指名競争入札により執行したものである。②助役を中心として委員会を作り、色々協

# 6議員が14項目

# 6月定例町議会



優良企業6社が操業している横芝工業団地

議しながら必要な備品を購入している。購入した商店数は、合計で12店であり、町内業者育成の見地から、町内業者からが9店で、町外業者が3店となつている。

## 町長の政治指針

問 ①町の産業経済の振興についてどのような施策を行つていいのか。②長寿社会を迎へ、お年寄りのみなさんが安心して健康で生きがいのある余生を送れるような福祉社会の充実をどのように考えているのか。③ゆとりある学校教育の実践についてはどうのようく考えているのか。

答 ①長引く景気の低迷から、昨今の農業、工業、商業など経済社会を取り巻く状況は大変厳しいものがある。町では、昭和

いたいと考えている。商業面については、駅周辺整備などと一体化した商業施設の整備や、国道126号線沿いの大型店との連携を図った魅力的で回遊性の高い活力ある商業地形成に努めてまいりたいと考えている。(2)町では、現在実施している第3次基本計画の中でも、児童福祉、高齢者福祉、障害福祉等の事業の推進を

中學校建設問題

図つてはいるところであるが、特に本年は、来年4月に施行される介護保険制度の円滑な実施ができるよう諸事業を進めている。今後も、高齢者のみなさんが安心して暮らすことのできるよう健康づくり事業の推進や地域ぐるみネットワーク活動の推進、更にはボランティア活動の育成など、地域に根ざした福祉事業の展開を進めてまいりたいと考えている。(③)ゆとりある学校教育については、現在、平成4年にできた指導要領に基づいて授業を進めているところであり、指導内容の精選や指導方法の改善、学校行事の改善等を行なうなどして対応しているところである。また、生きる力を育てるという面においては、自然体験や社会体験を踏まえての指導も考えており、今後も文部省の指導に沿って実践してまいりたいと思つている。



移転建築が望まれている横芝中学校

校舎の耐力度調査を実施するとともに、先進地の視察などを行い、平成8年度に「中学校建設推進委員会」を設置して、その中で建設候補地を4箇所に絞り、現地視察等を行なながら協議を進めています。その後数回にわたって協議を行い、平成10年11月に開催された第7回目の推進委員会において、給食センター裏側区域が予定地として一応内定された。アンケート調査が必要ではないか、という意見もあるが、今までの経緯もあり、内定された給食センター裏側地域で話を進めてまいりたいと考えている。(2)今までも、検討委員会、更に推進委員会の意見等をいただきながら、色々な角度から何度も検討してきており、その結果給食センター裏側が適地であるということなので、ここを建設予定の第1候補地と考えている。

問①中学校建設予定地についてアンケート調査等を実施する考えはないか。②建設予定地を再検討する考えはないか。

から、平成3年度に教育委員会へPTAから移転建築の要望書が提出された。このため町では

## 介護保険

問 ① 来年4月からスタートする介護保険だが、準備状況はどの程度進んでいるのか。②介護認定の審査をするメンバーの構成はどのような人たちなのか。③当町での保険料の支払いはどうぐらいになるのか。

答 ①町では、平成10年に介護保険係を設置をし、約四千人を対象として高齢者の健康調査や介護に対する意向調査、あるいはまた、介護保険の試行的事業など、色々な準備作業に取り組んでいるところである。7月早々には、町内約30箇所で地区説明会を実施し、みんなのござ意見等も伺う予定である。更に、介護保険事業策定委員会委員の選任も近々に行い、諸問題に対する諮詢等をいただくようになっている。また、保険証の交付に関する事務や介護認定審査の準備も進めているところであります。今後もこれらの対応については、実情的確にとらえながら迅速に対処してまいりたいと考えている。②介護認定を行なう審査会については、大きな市などは別にして、町村単位で独自で行なうことはなかなか難しいことであり、当町でも山武郡市の各市町村との共同処理によつて審査を行なつてまいりた



廃止代替バスとして運行されている蓮沼循環線

## 循環バス

問 高齢者の社会参加にはなくてならない、町内循環バスをぜひ走らせてほしいのだが。

答 町内には、廃止代替バスとして多古・水戸線と蓮沼循環線、栢田浜循環線の3路線があり走らせてほしいのだが。

いと考へている。認定審査の地域化のメリットは、一つは委員の確保が容易になること、そしてもう一つは、比較的格差のない公正な認定ができることが上げられる。③県との第一回目の協議中ではあるが、最終的には2,500円前後になるものと思われる。

市町村とともに共同出資して運行されており、このバス路線の維持費としては、平成10年度に年間三百万円足らずを支出している。町内循環バスについては、近隣では八日市場市や栗源町などが町単独で運行を開始しているようであるが、当町では、廃止代替バスとして現在3路線運行しているので、しばらくの間は、この模様等を見ながら方向づけを考えていきたいと思つて

いる。

## 健康福祉センター

問 健康福祉センター「プラム」では、供用開始後に、駐車場の不足や階段から二階ロビーにかけの手すりの強度の問題、透視ガラスやトイレなどに問題が生じているようだが。

答 駐車スペースは、現在52台分であり、各種の検診が行われた場合には若干不足することもあり、先般も会議が重なった時に多少のトラブルがあつたようである。今後は、一部緑地が空いているので、そこを駐車スペースに当てることも考えており、また検診と会議が重複しないように配慮したいとも思つていて。

健康づくり事業の拠点となる  
健康福祉センター「プラム」

## 情報公開及び入札

問 ①情報公開については、平成10年度中に公開を前提として文書整理を完了し、実施する旨を述べたがどこまで進んでいるのか。②入札のあり方、透明化についてはどうのように考えているのか。

答 ①国の行政機関の保有する情報の公開に関する法律が平成11年5月14日から公布され、国の機関では、それから起算して2年内に施行することになつ

ている。市町村においても、この法律の趣旨にのつとり、その保有する情報の公開に関して条例を定めるよう努めなければなければならないと規定されているが、当町では、国的情報公開法の推移を見ながら、文書管理制度の見直し等を進めていたところであり、このようなことから、事務手続きが長引いてしまった。今後は、各課から職員を選出し、役場の中にある全ての文書の洗い出しを行なうとともに、書庫の整理を全庁舎一斉に実施したいと考えている。そして、保全年限の見直し等を行なうとともに、保存文書については目録の作成を行ない、情報公開に對応できる文書の検索方法の検討や情報公開条例の素案づくりを行うなど、2001年の条例制定に向けて準備を進めてまいりたいと考えている。②町発注の公共工事の入札に関しては、建設工事等指名競争入札参加資格審査申請者登録簿に登録された業者の中から、特に大きな工事を除き、町内業者育成の見地から町内業者を中心に指名を行なつていている。入札結果についてまつてはどのように考えているのか。

答 ①国の行政機関の保有する情報の公開に関する法律が平成11年5月14日から公布され、国の機関では、それから起算して2年内に施行することになつ

広報よこしば '99 8 1

資格基準の規定等の問題もあり、しばらくは指名競争入札によつて発注していきたいというが、現状では、透明性の確保、あるいは競争性確保の見地から、今後は、工事金額のより大きなものについては、一般競争入札の方法についても検討してまいりたいと考えている。

町長の政治姿勢

ものについては、一般競争入札の方法についても検討してまいりたいと考えている。

問 他の地方公共団体では、乳幼児の医療費を無料化にしていく市町村がいくつかあるようだ  
が、当町では無料化に至らなかった

問 現代社会は共働き夫婦が多く、子供が学校から帰つても両親がいないという家庭が多い。このような家庭のために、公共施設の一室や地区の集会所等で学童保育を実施している市町村で

で大変困つてゐる所がある。集積場所に金網のカゴを設置するなどの対策は考へていないのか。  
②現行の可燃ゴミの袋のほかに、更に大小2種類くらいの袋を用意してもらいたいのだが。  
③ダニオキシン問題が騒がれてゐる今、町内の公共施設でのゴミ焼却はどうしているのか。また、

決めるわけにはいかないのが現状だが、今後は、生ゴミ用の袋の種類を増やすことを組合に申し込むとともに、これらについて他町村とも十分な検討をしてまいりたいと考えている。(3)当町においては、役場をはじめすべての公共施設の焼却炉の使用を廃止し、現在では環境衛生事業振興組合で処理をしている。各家庭においては、ダイオキシンの発生源となるビニール製品等は分別して環境衛生組合へ出すよう推進するとともに、他のゴミ焼却についてもなるべく自肅してもらうよう指導している。



#### 地区ごとに管理されているゴミ集積所

環境問題

問 ①町内一部のゴミ集積場所では、カラスなどによる被害

で大変困つてゐる所がある。集積場所に金網のカゴを設置するなどの対策は考へていないのである。②現行の可燃ゴミの袋のほかに、更に大小2種類くらいの袋を用意してもらいたいのだが。③ダミエオキシン問題が騒がれています。昨今、町内の公共施設でのゴミ焼却はどうしているのか。また家庭の焼却炉についてはどのように指導しているのか。

答 ①当町でのゴミ処理は、松尾町にある環境衛生事業振興組合で共同処理しており、処分の効率化等を図る上で組合指定の袋によつて分別収集を行なつてゐる。ゴミ集積場所の管理については、総務員さん等を中心に行なつて、各地区ごとに管理してもらつてゐるが、中には、定められた曜日や時間以外にゴミを出す者もいるが、犬や猫、カラス等にいたずらされ大迷惑している地区もあるようである。町では、で生きるだけ定められた曜日、時間以外に出さないよう指導しております。地域のみなさんもお互いが注意しながらご協力いただければ、この問題もある程度は防止められるのではないかと考えている。今後は、他の町村、あるいは先進地等の視察を行い、最も理想的な方法で対処してまいりたいとも考へてゐる。②環境衛生組合は、5町村で運営しておる当町だけの考へで袋の種類を

# 10月1日から『介護保険』の申請受け付けが始まります

介護保険制度が平成12年4月からスタートしますが、保険による介護サービスを受けようとする方の申請が一時期に集中しないように“要介護認定”的申請は平成11年10月1日から受付を始めます。

また、受付時期は、介護サービスを受けようとするご本人の生年月日ごとに割り振らせていただきますので、該当する月に役場保健福祉課に申請してください。

申請できる人	申請できる月
4・5・6月生まれの人	10月
7・8・9月生まれの人	11月
10・11・12月生まれの人	12月
1・2・3月生まれの人	1月
10月～1月に申請のできなかった人 申請月以降に介護が必要になった人	2・3月

いずれの月に申請しても、介護サービスが受けられるのは来年の4月からになります。



☆65歳以上の方（第1号被保険者）で、常に介護が必要な状態や日常生活で支援が必要になった場合に介護サービスを受けることができます。

☆40～64歳までの方（第2号被保険者）でも初老期の痴呆、脳血管疾患など老化が原因とされる病気により介護や支援が必要になった場合に介護サービスを受けることができます。

※申請書が提出されると調査員（町の職員又は町の委託を受けた介護支援専門員）が伺い、心身の状態などについて聞き取り調査をさせていただき、その結果“かかりつけ医”的意見書をもとに介護認定審査会で判定がされることになります。

審査会で要介護（要支援）と判定されると、平成12年4月から介護保険サービスを受けることができます。

詳しくは、役場保健福祉課介護保険係（☎ 82-1111 内線257）へお問合せください。

**加入手続きはお早めに！**  
**交通災害共済に加入しましょう**

交通災害共済は、住民一人ひとりが会費を出し合い相互扶助の立場に立つて、交通事故の被害者に見舞金をおくり救済しようとする制度です。「車社会」の今、万一の事故に備えて家族みんなで加入しましょう。

## ◆申し込みと受付

各地区の総務員さんを通じ、チラシと申込み書が配布されますので、申込書に必要事項を記入のうえ、会費を添えて8月20日（金）までに総務員さんに申し込んでください。

なお、総務員さんへの申し込みが遅れた場合は、8月31（火）までに役場総務課へお申し込みください。

## ◆共済期間と会費

共済期間は、9月1日から翌年の8月31日までの1年間で、会費は700円です。（途中加入もできます）

## ◆事故の届け出

事故に遭ったときはすぐに警察に届け出て、後日、交通事故証明書を発行してもらえるようにしてください。

## ◆共済見舞金

死亡：150万円  
傷害：2万円～50万円

※障害者（1級または2級）  
(治療実日数に応じた額)

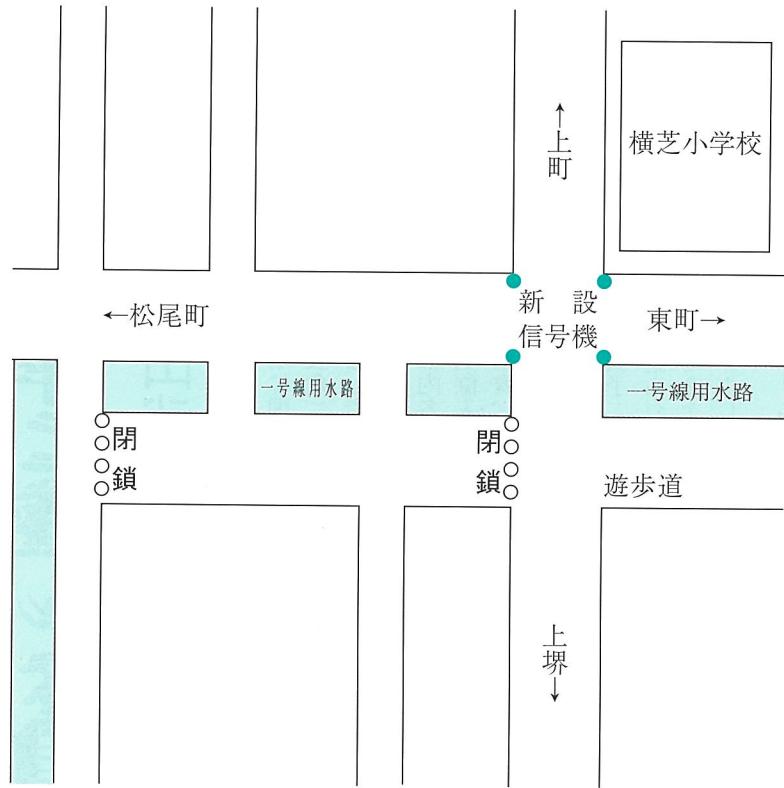
になってしまったときは、傷害見舞金のほかに50万円があるときは、一人につき10万円が支給されます。

## ◆請求に必要な書類

詳しいは、役場総務課へお問い合わせください。  
下表のとおり

見舞金の種別 必要な書類	傷 害	死 亡	身 障	交通遺児
会員証（集団会員は不要）	○	○	○	○
交通事故証明書等	○	○	○	○
診断書（交通災害共済用）	○			
死亡診断書又は死体検案書		○		○
身体障害者手帳			○	
身体障害者診断書			○	
戸籍謄本				○

広報よこしば '99.8.1



\*問い合わせ先 建設課 ☎ 82-1111 内線346

横芝小学校南側交差点につきましては、交通事故の多発地であり、町では道路改良整備を進め事故防止に努めているところですが、この程、危険性の高い交差点として交通信号機が設置されることになりました。  
つきましては、通過車両のスムーズな流れを確保し、交差点における安全性の向上を図るため、「1号線用水路下側道路」の左図に示す箇所を、平成11年8月20日（金）の午前9時をもって閉鎖させていただきますので、皆様のご理解をお願いいたします。  
なお、歩行者及び自転車の通行は可能です。

## 道路閉鎖のお知らせ 信号機の設置に伴い「横芝小学校1号線用水路沿い道路」が閉鎖

# 幕張免許センターまでの直行バス 8月2日から運行を開始

銚子市と幕張免許センターを結ぶ直行バスが、8月2日（月）から運行を開始します。

この路線バスは、東総地区の皆さんのが運転免許証の取得や更新などを行なう際の便宜を図ろうと、千葉交通が運行を始めるもので、月曜日から金曜日までの毎日、銚子市と幕張免許センター間を一往復します。当町での乗降場所は、国道126号畔蒜不動産前ですのでご利用ください。

なお、免許センター行きは乗車のみ、免許センター発は降車のみとなりますのでご注意ください。

### ◆ 運行日

月曜日～金曜日  
(土・日・祭日及び12月29～1月3日は運休となります)

### ◆ 運賃の支払い方法

免許センター行きは乗車時に、免許センター発は降車時に現金にてお支払ください。

(東京行き高速バスの乗車券・回数券は利用できません)

\*問い合わせ先 千葉交通銚子営業所 (☎ 0479-22-8486)



### ◆ 主な停留場所及び運賃

乗車時刻	停 留 場 所	降車時刻	運賃(片道)
10:00 発	銚子市 陣屋町	19:10 着	2,000円
10:33 発	旭市 サンモール前	18:37 着	1,700円
10:49 発	八日市場市 駅前交差点	18:21 着	1,500円
11:00 発	横芝町 畔蒜不動産前	18:10 着	1,300円
11:05 発	猿尾トンネル 入口交差点手前	18:05 着	1,300円
11:10 発	松尾横芝IC 入口交差点手前	18:00 着	1,200円
12:00 着	免許センター	17:10 発	

# 機敏な動作に盛んな拍手

## — 第21回山武消防ポンプ操法大会 —

第21回山武消防ポンプ操法大会が、7月4日の日曜日、蓮沼村のウォーターガーデン駐車場を会場に開催され、当町からは、ポンプ車操法の部に第6分団第1部（長倉）が、小型ポンプ操法の部に第5分団第6部（谷台）が出場しました。

この大会は、消火作業をいかに迅速かつ正確に行なうことができるかを競い合うもので、今年も郡内各市町村から14チームが出場。当町代表の両部は、残念ながら上位入賞には至りませんでしたが、きびきびとした動作に、大勢の来賓、関係者のみなさんから盛んな拍手が送られていました。特に、ポンプ車操法の部に出場した第6分団第1部の五木田選手は、父親の誠二さんも第1大会で同じ2番員として出場した経験があり、親子二代にわたつての町代表選手に地元応援団からは盛んな声援が送られていました。

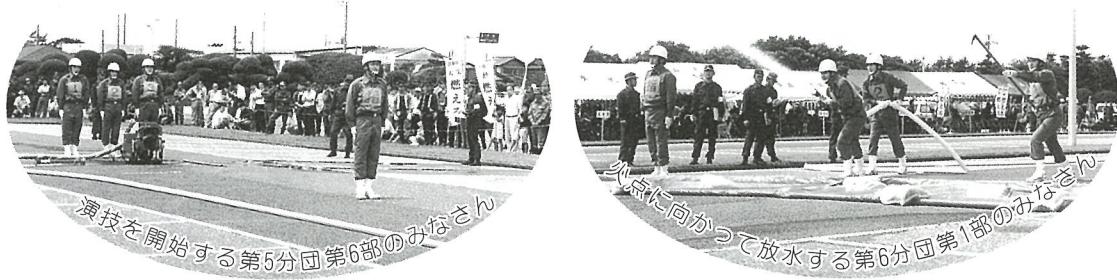
出場した両部は、大会に備えて2ヶ月以上も前から休日返上で、夜遅くまで厳しい練習に励んできました。大変ご苦労さまでした。



演技を前に整列する町消防団幹部と選手のみなさん

【第5分団第6部】		【第6分団第1部】	指揮者	【敬称略】
3番員	2番員	4番員	野本 和久	
補助員	補助員	3番員	柳橋 吉川	
2番員	1番員	2番員	小池清一郎	
行方 行方	行方 鈴木	河野 五木田 康明	河野 小池清一郎	
啓浩	則大	良治 健治	祐貴	
助	実	勤	誠	

### 出場選手



演技を開始する第5分団第6部のみなさん

水柱に向かって放水する第6分団第1部のみなさん

## 本格的な海水浴シーズンに向け ～海岸清掃・安全祈願祭～

本格的な海水浴シーズンを前にした7月6日、町ボランティア連絡協議会や婦人会、船主組合、ペンション民宿組合、町建設協会のみなさん方の手によって海岸清掃が行われました。

今年も海岸に打ち寄せられているゴミ拾いのほか、海岸公園『マリンピア栗山川』内の草刈りなどが行われましたが、ゴミは依然として空きカンや空きビンなどが多く、中にはタイヤを燃やした後の針金や産業廃棄物なども捨てられていました。これでは憩いの場となるはずの公園もだいなしです。

九十九里海岸は、「日本の渚百選」の一つに選ばれている大変美しい海岸で、その中でも蓮沼・横芝海岸は「白砂青松の地」として指定を受けている町の貴重な財産です。一人ひとりがマナーを守り、自然環境を大切にするよう心がけましょう。

また、7月15日には實川町長をはじめ伊藤議會議長、平山觀光協会長など大勢の関係者のみなさんが出席して、海岸での無事故を願った安全祈願祭が行われました。



海岸での無事故を願い



海岸に通じる道路の空きカン拾い

## 栗山川小広場の名称が 『栗山川やすらぎひろば』に決定

「広報よこしば」2月号で募集いたしました北清水地先の栗山川小広場の名称が、上町第4地区にお住まいの浅野茂子さんの作品『栗山川やすらぎ広場』に決まりました。

現在栗山川では、水害から地域の皆様の生命・財産の安全を確保するための河川改修事業と並行して「ふるさとの川整備計画」の施設整備も進められています。

栗山川小広場も、この整備計画に基づいて建設が進められていたもので、まもなく完成しますので“水辺の憩いの場”としてご利用ください。



北清水地先に完成した『栗山川やすらぎひろば』



# シルバー人材センターで 「ふすま張り」講習会

5月に発足した「横芝町シルバー人材センター」では、7月23日に中央公民館で「ふすま張り」の講習会を行いました。

この講習会は、会員に就業のために必要な技術や技能を身につけていただきこうと行われたもので、参加した約40名の会員のみなさんは、講師の手なれた実技指導に熱心にメモを取つたりしていました。

シルバー人材センターでは、さまざまな仕事のニーズに対応できるよう、今後もこうした講習会を実施して行く予定です。

シルバー人材センターの会員になりたい方や、仕事の依頼（発注）のある方は、横芝町シルバー人材センター（☎ 82-17243）にご相談ください。

## 竹之内さんが3年連続優勝 —横芝町肉豚共進会—

7月1日（土）、光町営東陽食肉センターを会場に横芝町肉豚共進会が行われ、町内の養豚家から40頭の肉豚が出品されました。

この共進会は、町内の養豚家のみさんの飼育技術の向上を図ろうと、横芝町農業振興会養豚部会（伊東宏康部会長）が主催して行われたもので、会場には、食肉用に処理されたみごとな肉豚がズラリとならべられ、肉質などが厳しく審査されました。主な審査結果は次のとおりです。

### ▼優勝豚

（千葉県東部家畜保健衛生所長賞）  
・ 鎌倉ハム村井商会賞

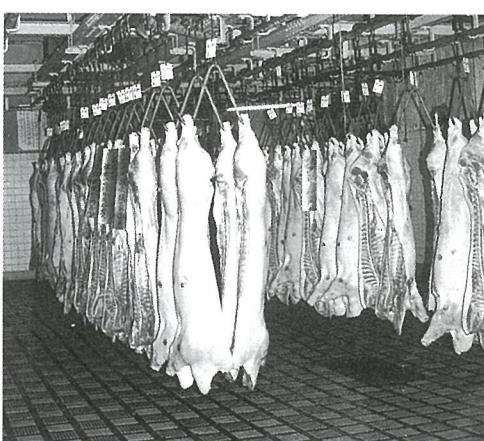
（竹之内信明（鳥喰沼））

（東部家畜防疫運営協議会長賞）  
伊藤弘行（中台）

（横芝町長賞）  
伊藤彰洋（新青）

（横芝町議会議長賞）  
伊藤良一（中台）

（敬称略）  
— 敬称略 —  
（光町営東陽食肉センター長賞）  
伊藤良一（中台）



ズラリと並んだみごとな肉豚

## 「出会いの広場」参加者募集

山武郡市農業後継者等結婚相談員連絡協議会では、次のとおり「出会いの広場」の参加者を募集しています。

参加を希望する方は、参加費を添え役場産業振興課へお申ください。

期　日 平成11年9月18日（土）

午後4時～7時

場　所 リーガロイヤルホテル

募集人員 男性5名 女性5名  
(20歳以上の独身の方)

参　加　費 男性3,000 女性2,000円

締　切　り 8月31日

（定員になり次第締め切ります）

※ お問い合わせは、役場産業振興課  
(☎ 82-1111 内線337) へ。

# 年金だより

## 手帳年金相談サービスセンターのご利用を!

千葉年金相談サービスセンターでは、厚生年金や国民年金など年金に関する相談や年金の請求書の受付など、社会保険事務所と同様の年金相談を行なっています。

相談は無料ですので、年金手帳など年金の番号や職歴のわかるものをご持参のうえ、お気軽におたずねください。

### 相談受付時間

午前9時～11時30分まで  
午後1時～4時まで

### 相談内容

- 厚生年金、国民年金など年金に関する相談

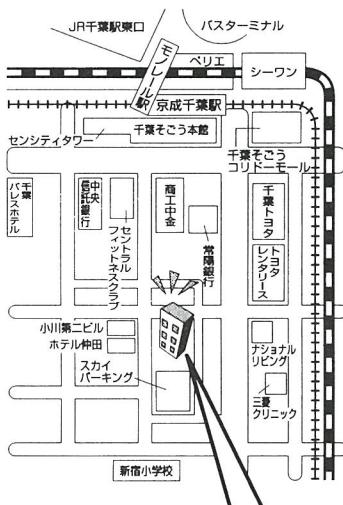
- 年金額の試算

- 年金の請求書の受付

- 年金加入期間の確認

- 源泉徴収票、年金証書、支払通知書、改定通知書の再発行

〒260-0027 千葉市中央区新田町4-22  
☎ 043-241-1165



千葉年金相談サービスセンター

## いざという時のため 8月29日は「防災訓練」です

町では、毎年9月1日の防災の日にちなんで“防災訓練”を行なっておりますが、今年は8月29日の日曜日に実施する予定です。

地震や津波、台風などの自然災害は、尊い人命や財産などを一気に奪う大変恐ろしいものです。

“備えあればうれいなし”いざという時に、適切な行動がとれるよう訓練にはぜひ参加しましょう。

なお、詳しい訓練内容等については、8月中旬頃に地区総務員さんを通じてチラシ等を配布する予定です。



上堺小学校での初期消火訓練  
(昨年の防災訓練から)

## ！ドドーンと一発記念花火を打ち上げませんか

## 「横芝町花火大会」8月14日に開催

毎年大勢の観客で賑う「横芝町花火大会」が、今年も8月14日の土曜日に開催されます。“水中スターマイン”や“尺玉”などが約1時間半にわたって打ち上げられますので、ご家族お揃いで夏の楽しいひとときをお過ごしください。

なお、今回は一口3万円の『記念花火』を募集しています。打ち上げの際にお名前をご紹介させていただきますのでぜひご応募ください。

とき 8月14日（土）午後7時から  
〔荒天の場合は8月15日（日）〕  
場所 ふれあい坂田池公園

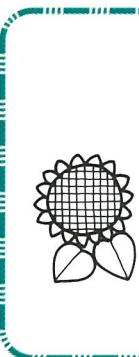
詳しくは、役場産業振興課内観光協会事務局へ。  
☎ 82-1111 内線337



・生涯学習課 貞松雅人（住民課）	・国保課 平澤淳子（総務課）	・環境衛生係 大橋利弘（国保係）	・住民課 宇井兼一（生涯学習課）	・財政係 企画財政課
---------------------	-------------------	---------------------	---------------------	---------------

7月1日付けて、役場職員の一部に人事異動がありました。  
（ ）内は旧任です。

### 人事異動



7月1日付けて、役場職員の一部に人事異動がありました。  
（ ）内は旧任です。

海川廣（東）  
50,000円

海保教之（宮前）  
500,000円

「福祉事業に役立ててください」と、町保健福祉課へ次のお二人から寄付がありました。  
ありがとうございました。  
大切に使わせていただきま

寄付

前回、都市計画には都市施設・土地利用・市街地開発事業の3つの柱があることを説明しました。

そのうち、都市施設とは、道路・公園・下水道等、生活に必要な施設のことです。それらのうち、都市計画法に基づいて都市計画決定したものを、都市計画施設といいます。

今回はこの「都市施設」の中の「都市計画道路」について説明します。

## 1. 都市計画道路とは？

都市計画道路とは、都市計画法の手続きを経て計画が決められた道路をいいます。主として、市街地を通る幹線、もしくは将来幹線となる道路が対象となります。

このような道路は、交通はもちろん、災害時の避難路や防災活動の場となり、上下水道管の埋設や、日照・通風に役立つなど、生活の上で大変重要な施設です。

このため、土地利用に即した計画的な整備が必要となります。

## 2. 都市計画道路は誰が決定する？

都市計画道路は、道路の幅員によって知事または市町村が都市計画決定することになっています。

国道、県道、4車線以上の道路、及び自動車専用道路は知事が、それ以外は市町村が決定します。ただし、都市計画の原案を作成するのは市町村ですので、知事が決定する道路も原案に基づいたものになります。

## 4. 都市計画道路の整備時期は？

都市計画道路は、おおむね20年後の交通体系等を考慮して決定するもので、都市計画決定をしたからといって、すぐ整備されるというものではありません。都市交通体系に必要と考えらる路線のうち、優先度の高い路線から順次整備が進められます。

シリーズ一 横芝町のまちづくり  
心をつなぐ「まち」  
No.15

# ひろば



## 海のつどい大会 IN屋形海岸

この日は波が荒く、せっかく楽しみにしていた地曳き網は中止となってしまいましたがその力を綱引きに集中させ、輪投げでは大人もおおりきりで大きな輪を投げていました。そして、待ちに待った宝さがしでは、みんな砂まみれになつてクジを探し、賞品と取り換えていました。

また、この日漁港ではカヌー、ヨット体験が行われ、ライフジャケットを身につけた子供たちは港内に漕ぎだしていました。

この日は波が荒く、せっかく楽しみにしていた地曳き網は中止となつてしましましたがその力を綱引きに集中させ、輪投げでは大人もおおりきりで大きな輪を投げていました。そして、待ちに待った宝さがしでは、みんな砂まみれになつてクジを探し、賞品と取り換えていました。



▼女子ダブルス	優勝	池内	伸二
準優勝	古沢	三上	孝司
中根	椎名	伊藤	雅宣
かづ江	早知子	布施	靖

主な試合結果は、次のとおりです。

▼男子ダブルス 一敬称略一

好天に恵まれたこの日、みなさん一日中テニスの試合で心地よい汗を流していました。

この大会は、町内の硬式テニスの普及と愛好者の親睦を深めることを目的に行われています。試合はダブルス戦で行われ、男子24チーム、女子6チームが出席し、日ごろの練習の成果を発揮していました。

7月4日(日)、ふれあい坂田池公園を会場に第4回町民親睦テニス大会「硬式」が開催され、町内在住・在勤の方々60名が参加しました。

### 第4回町民親睦テニス大会

## “みんなでつくる栗山川” ボランティアで草刈りや草花の植栽



斎藤さんが植栽してくれた草花  
(北清水地先の堤防)

みなさん、ゴミの不法投棄が多く、雑草が生い茂る殺風景な堤防をなんとかしようと、ゴミの回収や草刈り、草花の植栽などを積極的に展開しており、そのかいあって今では不法投棄も少なくなり、堤防には四季折々の草花が咲き誇っています。

栗山川の豊かな自然を次代へ引き継ぐためにも、今後もご協力をよろしくお願いします。

現在栗山川では、河川改修と併せて『ふるさとの川整備河川』の認定を受け、遊歩道や親水公園などの施設整備が進められています。このようななか、北清水にお住まいの斎藤仁一さんと於幾地区婦人グループ(代表・小川澄子さん)のみなさんは、ボランティアで栗山川の環境美化に取り組んでおられます。

現在栗山川では、河川改修と併せて『ふるさとの川整備河川』の認定を受け、遊歩道や親水公園などの施設整備が進められています。

このようななか、北清水にお住まいの斎藤仁一さんと於幾地区婦人グループ(代表・小川澄子さん)のみなさんは、ボランティアで栗山川の環境美化に取り組んでおられます。

## 横芝町民卓球大会

6月27日(日)横芝町民卓球大会が海洋センター体育館で開かれ、1チーム8人で行う団体戦と個人戦が行われました。

主な試合結果は、次のとおりです。

### ●団体戦

優勝 2ブロック(取立・長倉・姥山・遠山)  
準優勝 7ブロック(栗山)  
第3位 1ブロック(町原・木戸台・中台・牛熊・谷台)

### ●個人戦( )内はブロック

男子 -敬称略-  
優勝 貞松 雅人(7)  
準優勝 速水 純(8)

### 女子

優勝 川島 優子(10)  
準優勝 木村 晃子(4)

### 小学生男子

優勝 野本 英明(2)  
準優勝 斎藤 充大(8)

### 小学生女子

優勝 柳橋 美保(2)  
準優勝 五木田 絵里(2)



ソフトボールで優勝した「大総」のみなさん

●	ソフトボール	優勝	大総
●	準優勝	上堺B	東町
●	第3位	上堺A	鳥喰B
●	ミニバスケットボール	優勝	大総A
●	準優勝	本町	大総B

毎年恒例の子ども会対抗球技大会が7月4日(日)に行われ、男子は横芝中学校運動場でソフトボールが、女子は海洋センター体育館でミニバスケットボールがそれぞれ熱戦を繰り広げました。

主な試合結果は、次のとおりです。



ミニバスケットボールで優勝した「大総A」のみなさん

## 第19回子ども会対抗球技大会



東陽病院内科医師

鈴木 健士

## 健 康 ウ オ ツ チ ン グ

横芝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必要はないですよ」とお伝えすると「それでは心配だから(あるいはせつから)何かの薬をください」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んでください」とお伝えすると、さつきとは逆に「薬はのみたくないのでもう少しちらかという後者の薬をのみたがらない患者さんの方が多いなっています。薬というのは必要な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ふと好ましいと私個人では考えています。

薬の服用

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、早く良くしたい、と考えている方が多いかと思います。(中にはせつから病院まで来ただから何か薬ぐらいもらわないか、という方もいるかもしれません)確かにお気持ちはよくわかるのですが、薬をのんだからと言つ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です。また食事などを頑張つてみたがまり変わりがなかつたという場合には、その時にはじめで薬をのむことで十分間に合うケースの方が多いのです。

次に薬をのみたくないという方ですが、こちらには二通りの理由があります。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、重症になつてしまふ場合もあります。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ひなくあります。薬をのむことによる危険もあるかもしれません、のまこと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みたくないといふ方です。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數ながらいます。薬をのみ続けることは確かにややくらめくらめですが、薬をのめられたままのかもしれない方には、瓦が割れたり、ひび割れないと雨漏りの原因になります。また、トタン屋根にはサビによる腐食の心配があります。屋根の上はときどきチエツクし、不備があれば軒裏まで影響が及ぼないうちに修繕します。

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のむように心掛けていただきたいと思います。

雨どいはほこりや木の葉などがたまりやすいので、こまめに掃除をして通りをよくしておくことが大切です。といでてきた小さなひび割れや穴などは、防水テープで簡単に修理できます。

### 暮らしのワントピア

(54)

住宅の維持・管理

#### 防湿と水回りのチェック

木造住宅は長持ちするといわれますが、

その耐用年数は、構造や周囲の環境によって異なります。最

近の一般的な木造住宅の場合、二三十年で建てかえ時期を迎えることが多いようです。

しかし、住む人の管理が十分なら住宅の寿命をかなり延ばすことができます。普段からの点検や手入れのほか、台風や地震など自然災害の前後の対応によっても大きく差がつきます。九月の台風シーズンに備え、家の内外を点検してみましょう。

屋根は強い日差しや雨から暮らしを守る大切な役割を果たしています。瓦が割れたり、ひび割れないと雨漏りの原因にな

ります。台所の流しや洗面台、洗濯機などの配水管に水漏れがないかチェックすることも大切です。



外壁に破損があると、雨水が進入して内部の腐食につながります。亀裂や傷は小さいうちに補修しましょう。五十年に一度はコンクリートやモルタルの塗装、さびた金属部分の手入れなども行うように心がけてください。

屋内での防湿も大切です。台所や浴室、トイレなどは湿気がたまりやすく、結露やカビが家を傷める原因になります。湿気対策はこまめに換気することが第一です。台所で煮炊きする間や入浴後の浴室は、換気扇を回したり窓を開けたりして湿気を追い出す工夫をしましょう。

室内での防湿も大切です。台所や浴室、トイレなどは湿気がたまりやすく、結露やカビが家を傷める原因になります。湿気対策はこまめに換気することが第一です。台所で煮炊きする間や入浴後の浴室は、換気扇を回したり窓を開けたりして湿気を追い出す工夫をしましょう。

室内での防湿も大切です。台所や浴室、トイレなどは湿気がたまりやすく、結露やカビが家を傷める原因になります。湿気対策はこまめに換気することが第一です。台所で煮炊きする間や入浴後の浴室は、換気扇を回したり窓を開けたりして湿気を追い出す工夫をしましょう。



## 初級手話教室

横芝町手話サークル「つばめの会・小梅の会」では、手話を覚えてみたい方々のために初級の手話教室を開催します。初めての方、大歓迎ですのでぜひご参加ください。

▼とき 9月7、14、21、28日、10月5、13、19、26日(全8回)

▼場所 町中央公民館(役場隣)

▼定員 20名程度

※申込み・問い合わせは、町社会福祉協議会(☎82-6545)へ。

## その他

### 忘れないで! 「現況届」 児童扶養手当、特別児童扶養手当

児童扶養手当・特別児童扶養手当を受けている方は、年1回「現況届」を提出しなければなりません。この届け出は、引き続き手当を受けられるかどうかを決める大切なものです。

8月11日から9月10日までの間に役場保健福祉課で手続きをしてください。  
※問い合わせは、役場保健福祉課(内線256)へ。

### 「行方不明の人をさがす相談所」開設

千葉県警察では、身元のわからない死者の身元をさがすため、次の日程で相談所を開設します。

○8月1日~31日県警察本部鑑識課

○8月10日(火)茂原警察署○8月12日(木)行徳警察署○8月17日(火)君津警察署

○8月18日(水)千葉駅前ビル屋上(RF)「りんどうの間」特設会場○8月19日(木)柏警察署○8月24日(火)佐倉警察署○8月26日(木)船橋警察署

※問い合わせは、千葉県警察本部鑑識課(☎043-227-9131内線770-2339)へ。

## 公民館からのお知らせ

### ◆11月上旬まで文化会館が休館

町文化会館は、現在冷暖房工事が行われており、11月上旬まで全面休館となっています。町民の皆様には、大変ご迷惑をおかけしておりますが、ご了承くださいますようお願いします。

なお、公民館事業については、中央公民館(☎82-1111内線425)等で行っています。

### ◆図書のご利用は上堺会館で

上堺会館では、毎週土曜日の午後1時から5時まで、図書の貸出しを行っています。新刊図書を用意して、みなさんをお待ちしておりますので、ぜひご利用ください。

なお、文化会館の図書室は休館となりますのでご注意ください。

## 『広報縮刷版第2巻』を発刊

町では、広報よこしば400号の創刊を記念して、201号から400号までを一冊にまとめた『広報縮刷版第2巻』を発刊しました。

町のあゆみを回顧し、私たちのふるさとをより一層理解していくための貴重な資料です。みなさんぜひご覧ください。

なお、購入を希望される方は、一冊4,000円で販売しておりますので、役場総務課にお申し込みください。

## 航空科学博物館のお知らせ

### ◎航空科学博物館の10年展

▼とき 8月1日(日)~31日(火)

▼内容 博物館の10年間を年表や写真で紹介します。

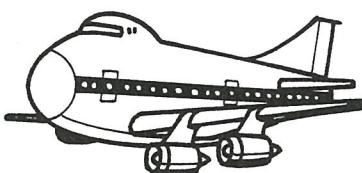
併せて過去の写真コンテストやスケッチ大会などの優秀作品を展示します。

### ◎夜間開館

▼とき 8月毎週土曜日および13、14、15日開館時間を20時まで延長します。(入館は19:30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をぜひご覧ください。

※問い合わせは、航空科学博物館(☎78-0557)へ。



## 商工会伝言板

### 商工貯蓄共済制度

商工貯蓄共済制度は、貯蓄・融資・生命保険が三位一体となった商工業者のための共済制度です。

加入は、隨時で一口2,000円。

※詳しいことは、町商工会(☎82-0434)へお問い合わせください。

相談室 9月	相談日		時間
	健 康 相談	母 子 相談	
健康福祉センター 「プラム」	10、22日	14日	午後1時30分 ~午後3時
心配ごと 行 政 相談 人 権	7、14、21、28日		午後1時30分 ~午後4時

15日	14日	13日	12日	9日	8日	7日	6日	5日	4日	3日
海水浴場安全祈願祭 介護保険計画会議 空港公園来庁	業推進連絡協議会 空港周辺農業集落排水事業 千葉市	千葉市	空港騒音地区部会 防犯指導員連絡協議会総会 日本道路公団千葉事務所落成式 山武郡町村会7月定例会 千葉市	横芝神崎間首都圏中央連絡自動車道建設促進協議会監査 千葉県国保団体連合理事会 千葉市	海岸清掃 新東京国際空港事務所長来 成田市	夏期観光安全対策会議 社会を明るくする運動打合 せ会議 府会 会	成田用水地域営農推進協議会 海岸清掃 新東京国際空港事務所長来 成田市	花火大会実行委員会 山武郡市保健衛生推進協議 蓮沼村	大総地区長寿の集い 山武消防ポンプ操作法大会	
光町	光間事	東金市	千葉市	千葉市	千葉市	千葉市	千葉市	千葉市	蓮沼村	

町議会の動き  
7月

第2期納入期限は8月31日です。期限内に納入しましょう。



## 募集 自衛官

▼募集種目 ◎航空学生…資格高卒（見込）～21歳未満の男女一次試験 9月23日（水）◎一般曹候補学生…資格高卒（見込）～24歳未満の男女一次試験 9月18日（土）◎曹候補士…資格高卒（見込）～27歳未満の男女一次試験 9月18日（土）◎2等陸・海・空士…資格高卒（見込）～27歳未満の男女一次試験 9月16日（木）、17日（金）

▼受付期間 8月2日（月）～9月10日（金）

※問い合わせは、自衛隊千葉地方連絡部成田募集事務所（☎0476-22-6275）へ。

## 見て学ぶ県政教室（バスツアー）

▼とき 9月26日（日）

▼行き先 幕張メッセ（ちば文化祭'99）

▼対象・定員 山武地域にお住まいの満20歳以上の方、50名

▼集合場所 ①横芝町役場前②成東町役場前③山武支庁前（東金市）

▼申込方法 往復はがき（1枚4名まで）に参加希望者全員の住所・氏名・年齢・電話番号・希望集合場所、「見て学ぶ県政教室希望」と明記、返信用はがきのあて先欄に代表者の住所氏名を記入し、9月11日（土）（消印有効）までに申し込みください。申し込み多数の場合抽選。

▼参加費 無料（昼食各自持参）  
※申込み・問い合わせは、山武地域県民センター〒283-8501東金市東新宿1-1-11（☎0475-55-3861）へ。

## 催し物 WOODフェスティバル

▼とき 8月21日（土）午後3時から

▼場所 千葉県木材市場内 東金市山田800番地（季美の森 山田インター近く）

▼内容 木工教室、端材無料サービスコーナー（限定・先着順）、ガーデニング材等の展示（時価即売）

▼主催 千葉県木材市場協同組合

※問い合わせは、千葉県木材市場（☎0475-55-6161）へ。

## 医療従事者就職説明会

県下市町村直営の国保（公立）病院・診療所を会員施設として組織している社団法人千葉県国民健康保険直営診療施設協会では、地方公務員として国保病院に勤務を希望する方のために、保健婦（士）・看護婦（士）・理学療法士・作業療法士免許取得者及び当該学生を対象とした就職説明会を行います。

▼とき 8月22日（日）午後1時～

▼場所 ペリエホール（千葉駅ビル5階）

▼内容 募集病院の概要説明・個人面談

▼年齢 35歳まで

▼参加方法 自由参加

※問い合わせは、社団法人千葉県国民健康保険直営診療施設協会（☎043-256-8801）へ。

## 難病面接相談

手足のしびれやふるえ、ころびやすい、ふらつく、言葉がスムーズに話せない等難病ではないか心配な方、既に神経内科系難病でお悩みの方とご家族のために専門医師による無料相談を行います。

▼とき 9月30日（木）午後1時30分～4時

▼場所 山武保健所

▼相談医 総合病院国保旭中央病院神経内科部長 松永高志医師

▼申込み 9月17日（金）までに電話で予約してください。

※申込み・問い合わせは、山武保健所疾患対策班（☎0475-54-0611）へ。

## 福祉のしごと就職フェア・inちば

社会福祉施設等へ就職を希望する方を対象とした、「福祉のしごと就職フェア・inちば」を開催します。

▼とき 9月4日（土）12時30分～15時30分

▼場所 幕張メッセ国際会議場

▼内容 各施設の職員による個別面談等です。仕事の内容や、疑問点等気軽にご相談ください。

※問い合わせは、千葉県福祉人材センター（☎043-248-1294）へ。

## 8月は通商産業省主唱の 電気使用安全月間です

★ 安全工レちゃんからのお願い ★



KDDI 関東電気保安協会

30日	22日	21日	15日	9日	5日	4日	3日	30日	29日	27日	26日	22日	19日	17日	16日
千葉県及びJRへ陳情 九十九里町	主要地方道飯岡一宮線バイ パス建設促進期成同盟会総 議会運営委員会	来局	大綿地区長寿の集い 海岸安全祈願祭	花火大会実行委員会 新東京国際空港騒音対策 委員会	山武消防ポンプ操作大会 九十九里地域水道企業団	栗山川づくり懇談会 横芝神崎間首都圏中央連絡 区説明会	千葉県町村会町村職員表彰 横芝神崎間首都圏中央連絡 区説明会	横芝神崎間首都圏中央連絡 区説明会	千葉県及びJRへ陳情 成田市	千葉県町村会町村職員表彰 横芝神崎間首都圏中央連絡 区説明会	堪水防除会議 旭市	主要地方道飯岡一宮線バイ パス建設促進期成同盟会総 議会運営委員会	(～21日)	消防団幹部視察研修 静岡県	
千葉市	九十九里町	蓮沼村	蓮沼村	千葉市	千葉市	千葉市	千葉市	光町	光町	光町	光町	九十九里町	旭市	栃木県	社会を明るくする運動
															（～18日）

## 平成11年度集合税（町県民税・固定資産税・国民健康保険税）の

## ここにちは！保健婦です

# お誕生おめでとう

6月21日～7月20日届け出分



米本有香ちゃん

暑くてぐずることが多いけれど、元気いっぱいの有香です。明るく、健康な子に育ってほしいです【母：まゆみさん談】

氏名	保護者	地区
米本有香	喜久雄	鳥喰新田
川嶋力輝	靖弘	新青
若梅亜美	秀彰	栗山2
海保奈那	佳央	道貫
須合真菜	康二	青芝会
斎藤七海	洋	鳥喰新田
柳橋健希	清明	長倉
鯉渕頼	渉	上町5
小野ゆめ	努	新島新田

25日	24日	22日	17日	14日	10日	7日	5日	2日
大雨	日	日	日	日	日	日	日	日
すくすく教室 （プラム）	マザーズクラス（プラム）	町子ども会ジユニアリー（プラム）	山武郡市民体育大会	第10回横芝町花火大会 〔荒天の場合は15日〕	第10回横芝町花火大会 〔11日〕	〔8日〕	〔7日〕	灰回収

31日	30日	29日	26日
日	日	日	日
マザーズクラス（プラム）	乳児健診	防災訓練	胃がん検診 （文化会館）



第一回目の住民健診が終わりました。その場で結果が出るのは、肥満度、血压、尿検査です。なかでも血压はみなさん一番気になるようで、「毎回値が違うんだけど…」「ここに来ると高くなる…」「今日はすごく高かつた…」というような声が多く聞かれました。

では血压ってなうに？

心臓は縮んだり広がったりして血液を全身に送り出しています。心臓が収縮して血液を全身に送り出す時の血管壁に与える圧力が最大血压（上の血压）、体内外を循環して心臓に戻ってきた時の血管内にこもっている圧が最小血压（下の血压）となります。

## 血圧 生かしましょう



すくなっています。

本当に正しい血压って？

一番よいのは、起床して一時間後の朝食前の身心ともにリラックスした安静時がよく、毎日健康手帳などに記録をし、安定

特に減塩、肥満の解消、適度な運動などきちんとした生活习惯を整えることが必要です。健康福祉センターでは月2回健診相談を行っています。健診で気になる方、血压や尿の検査をして欲しい方など、ぜひ来てください、自分なりの健康法を見つけてみてはいかがですか。

保健福課保健婦 宇井 教恵

毎回数値が違うのはなぜ？

心臓は一日に約十万回も血液を送り出しています。一回一回圧も変わり、特に疲れや気分などその時の体の状態で変化します。

正常血压ってどの位？

一番よい状態は130／85mmhg未満とされています。高血压は以前より厳しくなり140／90mmhg以上になると軽症、中等症、重症と分類されます。

正常血压を保つには：

○都合により当番医の変更があります。問い合わせは、消防本部指令課 0475(52)4137へ。  
○東陽病院は、8月22日が当番医になっています。診療時間は9時から17時ですので、事前に電話連絡をお願いします。

## 休日当番表

とき	内科系	外科系
8月1日	西田医院(東金市) 0475(3)1393 笛本医院(横芝町) 0475(5)162	成東医院(成東町) 0475(2)2335
8月8日	福島医院(大網白里町) 0475(2)4401 柳川医院(横芝町) 0475(3)14	日向台クリニック(山武町) 0475(1)491
8月15日	岸本医院(東金市) 0475(2)4885 花城医院(松尾町) 0475(2)2333	古川医院(成東町) 0475(2)202
8月22日	佐久間医院(大網白里町) 0475(2)0638 高根医院(芝山町) 0475(0)017	てらし整形外科(大網白里町) 0475(2)7500
8月29日	斎藤医院(大網白里町) 0475(2)2802 伊藤医院(成東町) 0475(2)508	大網整形外科(大網白里町) 0475(2)3611
9月5日	錦織医院(大網白里町) 0475(2)0214 原田医院(芝山町) 0475(0)056	山崎医院(横芝町) 0561

## 8月のこよみ