



Yokoshiba

広報よこしば

目の前の妙技に拍手喝采

11月19日から3日間、町文化会館を会場に文化祭が開催されました。

写真は、最終日の21日に行われた日本では数少ない女性クラウン(道化師)によるパフォーマンスショー。目の前で繰り広げられる妙技に、会場に集まった大勢の人たちから拍手喝采が沸き上がっていました。

(関連記事は10ページ)

'99
12
No.423

主な内容

- ・'99の主なできごと P 2・P 3
- ・保育所の入所受け付け P 5
- ・農業祭 P 6
- ・ひろば P 10・P 11
- ・横芝町のまちづくり P 12
- ・お知らせ P 16・P 17

人口と世帯	人	口	15,012 (-2)
	男		7,280 (+1)
	女		7,732 (-3)
	世帯数		4,871 (+9)
11月1日現在 ()内は前月比			

ふ り 返 る

の 主 な で き ご と

1999年も残すところあと一か月足らずとなりました。みなさんにとって今年はどういう年だったでしょうか。

今月号では、1900年代最後の年となった今年、横芝町での主なできごとを広報紙から拾ってみました。



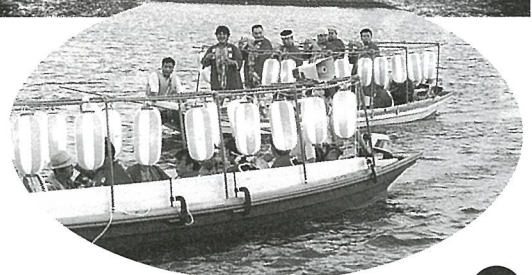
▲かねてから発足が待たれていた『横芝町シルバー人材センター』が今年の5月28日に設立されました。写真は、会員に就業のために必要な技術を取得してもらおうと行われた「ふすま張り」の実技指導。



▶地区の人たちの絆を強め、地域の活性化に大きな役割を果たしている“夏祭り”が今年も各地区で行われ、笛や太鼓の音が町内の隅々まで響きわたりました。写真は、8月7日、8日に行われた「祇園祭り」。



23日に執行され、
果たし
初登庁する實川



▶平成2年からふるさと創生事業の一環として実施されている「横芝町民花火大会」。10回目となった今年には、8月15日に実施され、6万人の大観衆が、音と光の祭典を堪能しました。また、打ち上げ前には屋形船で「湖上でのお囃子共演会」が行われ、雰囲気より一層盛り上げました。



▲長引く経済不況の中、地域経済の活性化を図るために『地域振興券』の交付が決定。当町では、3月21日と22日の両日、文化会館を会場に交付が行われました。



▲今年で30回目を迎えた年に一度のスポーツの祭典『町民体育祭』が、10月10日の「体育の日」に開催され、子どもからお年寄りまで大勢のみなさんが、爽やかな秋空のもと心地よい汗を流しました。

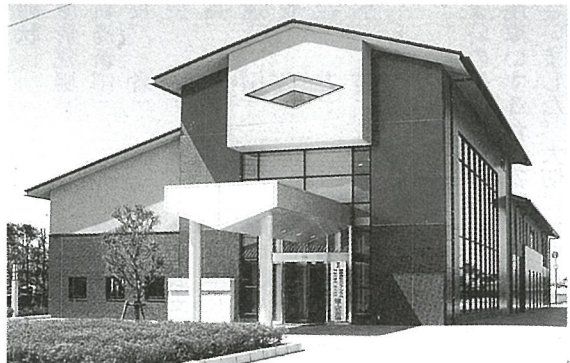


▲上町4にお住まいの伊藤いねさんが、かぞえの100歳を迎えられました。1月6日に沼田武千葉県知事が来訪し、いねさんの長寿を祝いました。

'99を まち



▲任期満了に伴う横芝町長選挙が5月即日開票の結果、實川堅司郎氏かた。5月28日、職員の出迎える中を町長。



▲地域福祉・健康づくりの拠点として建設が進められていた「健康福祉センター『プラム』」が完成。4月30日に関係者多数を集めて竣工式が行われました。完成を祝い祝辞をのべる森英介衆議院議員。



▲日本中の海岸線を歩き、わが国最初の実測地図を作成したことで知られる郷土の偉人「伊能忠敬」を偲んで歩く「平成の伊能忠敬・ニッポンを歩こう」の一行が来訪。2月12日、實川町長をはじめ町内の小学生などが、ウォーク隊とともに「忠敬ゆかりの地」などを歩きました。



町民のみなさん一人ひとりの協力で

なくそう『不法投棄』



廃棄物の不法投棄が、環境問題の一つとして関心を深めています。

日常生活や産業活動から発生する廃棄物は、正しく処理されなければ大きな問題にはなりません。現状は、無責任な人たちによって不法な処理いわゆる不法投棄され、生活環境に弊害を起こしています。

町では、不法投棄防止に關して、不法投棄監視員によるパトロールや看板の設置、啓発標語の募集、広報紙への掲載などのほか、山武郡環境衛生事業振興組合によるゴミの収集も行っています。しかしながら、不法投棄は依然としてなくならないのが実態です。

不法投棄をなくし、クリーンな町づくりのために、町民のみなさん一人ひとりのご協力をお願いします。

新不法投棄監視員決まる

『横芝町不法投棄監視員』に、次の14名の方々が新たに委嘱されました。

不法投棄監視員のみなさんは、担当地区のパトロールや情報の提供など町の環境美化のために活動されています。

—敬称略—

氏名	担当地区
菱木和夫	町原・木戸台・小堤・谷台
実川哲夫	坂田・寺方・曾根合・於幾
伊藤良一	取立・長倉・姥山・遠山
勝股和夫	牛熊・中台
早野清	上町・大島団地
真行寺信孝	本町・古川・両国新田
向後寛	東町
杉持芳司	栗山(南部1・2を除く)
石田三郎	栗山南部1・2
北川哲男	鳥喰
伊藤秀一	屋形(立会・南川岸・海岸を除く)
小川武美	立会・南川岸・屋形海岸
山本尊士	新島
高蝶義高	北清水

土地所有者の方へ

- 雑草の除去等適切な土地管理を心がけましょう。
- 定期的に土地の見回り等を行いましょ。
- 不法投棄防止の看板、柵等を設置しましょう。

受賞おめでとうございます

—敬称略—

▲農林統計情報協力者表彰

- ◆農林水産大臣感謝状
鈴木孝一(新島荒場)

▲千葉県更生保護大会

- ◆関東地方更生保護委員会
委員長表彰
加瀬 正(南部1)

◆千葉県知事感謝状

- 早川 衛(屋形荒場)

◆千葉保護観察所長表彰

- 松岡 斌(牛 熊)

◆千葉県更生保護婦人会

- 連盟会長表彰
行方文江(牛 熊)

▲千葉県統計大会

◆千葉県知事表彰

- 寺田 繁(坂 田)

◆千葉県知事感謝状

- 早川良治(屋形荒場)
- 毛塚靖信(新島新田)
- 吉岡永治(長 倉)
- 伊藤尚明(長 倉)
- 長峯高明(長 倉)
- 伊藤隆郎(遠 山)
- 河野敬一(取 立)
- 瀬理初江(寺 方)
- 永藤貞亮(小 堤)

▲平成11年度納税表彰

- ◆東金税務署長表彰状
石井省三郎(古川)
- ◆東金税務署長感謝状
越川武彦(鳥喰沼)
- ◆山武支庁長感謝状
本莊昇一(新 青)
- ◆社団法人東金法人会長感謝状
株式会社 カイホ
- ◆山武青色申告会長感謝状
小川 勇(栗山2)

寄付

本町4にお住まいの長谷川やすさんから「福祉事業に役立ててください」と介護用車いす3台の寄付がありました。大切に使用させていただきます。ありがとうございます。



保育所への入所

1月13日と14日に受け付け

入所を希望する保育所	定員	受付日	受付時間	受付場所
第1保育所	120名	1月13日(木)	午前9時～正午 午後1時～4時	第1保育所
第2保育所	60名	1月13日(木)	午前9時～正午 午後1時～4時	第2保育所
上堺保育所	90名	1月13日(木)	午前9時～正午 午後1時～4時	上堺保育所
大総保育所	60名	1月13日(木)	午前9時～正午 午後1時～4時	大総保育所
フタバ保育園	120名	1月14日(金)	午前9時～正午 午後1時～4時	フタバ保育園

入所基準

児童の保護者や同居している家族が、次のいずれかの事情で児童を保育することができない場合に限り、
①昼間家庭の外で仕事をすることが普通の場合

町内各保育所の入所受付が、1月13(木)と14日(金)に行われます。来年4月から新たに保育所へ入所させたい方、また、現在入所中で、4月以降も引き続き入所を希望される方は、入所基準をよく読んで手続きをしてください。

申請に必要なもの

- ① 印鑑
- ② 保険証
- ③ 平成11年分源泉徴収票(給与所得者)
- ④ 平成11年分所得税確定申告書、または平成12年度町民税申告書の写しを申告終了後に提出(事業所得者)
- ⑤ 平成11年度前住所地の市町村民税通知書(平成11年1月2日以降に横芝町へ転入した者)
- ⑥ その他、自営業・パート・内職・農業等の証明書

※ 申請用紙は、役場保健福祉課、プラム、各保育所に用意してあります。くわしいことについては、保健福祉課(☎内線255)へお問い合わせください。

- ② 昼間家庭で児童と離れて日常の家事以外の仕事をするのが普通の場合
- ③ 妊娠中や出産後間がない場合
- ④ 病气、けが、心身障害などにより、子どもを保育することができない場合
- ⑤ 長期にわたり、病人や障害をもつ同居の親族の介護にあたっている場合
- ⑥ 災害にあつて、その復旧のため子どもを保育できない場合

第2保育所とフタバ保育園で『延長保育』を実施



働く女性の大きな悩みの一つに「育児との両立」があります。

全国的に共働き夫婦が増加している中で、保育所の開設時間の延長を望む声が高まっておりますが、当町では、右表のとおり町立第2保育所とフタバ保育園で『延長保育』を実施しております。

希望される方は、保育所入所受付の際にその旨を申請してください。

※ 『延長保育』は、上記の入所基準のほか、保護者の就労形態、残業等やむを得ない事情がある方に限ります。

各保育所の開設時間

保育所名	開設時間
第1保育所	月～金・午前8時30分～午後5時15分 土・午前8時30分～午後0時30分
第2保育所	月～金・午前7時30分～午後6時30分 土・午前7時30分～午後4時00分
上堺保育所	月～金・午前8時30分～午後5時15分 土・午前8時30分～午後0時30分
大総保育所	月～金・午前8時30分～午後5時15分 土・午前8時30分～午後0時30分
フタバ保育園	月～金・午前7時30分～午後6時30分 土・午前7時30分～午後4時00分

お餅の無料サービスなどに長蛇の列

横芝町農業祭



町と町農業振興会（伊野武司会長）、J A山武郡市の共催による『第25回横芝町農業祭』が、11月14日の日曜日、爽やかな秋空のもと町文化会館駐車場を会場に開催されました。

『農業祭』は、生産農家と消費者との交流を図り、地域のみなさんに農業に対する理解を深めてもらおうと行われているもので、開会式では、實川町長や伊藤議会議長、伊野振興会長が「厳しさをます昨今の農業情勢ではありますが、今日は生産者と消費者とのコミュニケーションを図りながら、楽しい一日を過ごしましょう」と挨拶。早速、新鮮な野菜や果物、草花や植木、精肉などの即売が行われました。そして、来場したみなさんのお目当て“つきたてのお餅”の無料サービス、大根などの無料配布等が午前11時30分から行われ、長蛇の列ができるほどの大盛況となりました。

このほか、プロ歌手を招いて行われた『歌謡ショー』や子ども向けの『スーパー戦隊アクションショー』、米俵1俵を担ぎ上げる“力自慢大会”など様々な催しに、子どもからお年寄りまで、みなさん楽しい一日を過ごしました。

また、前日に行われた農業改良共進会では、農家のみなさんが丹精込めて作った野菜など58品が出品され、厳選なる審査の結果、次のみなさんが特別賞を受賞しました。

—敬称略—

- 千葉県園芸協会会長賞【トマト】若梅直樹（栗山東部）
- 山武支庁長賞【トマト】鈴木平（古川）
- 山武農業改良センター所長賞【ミニトマト】川島行雄（西）
- 横芝町長賞【ニラ】八角正己（木戸台）
- 横芝町議会議長賞【ネギ】市原康男（鳥喰新田）
- 山武地域農林業振興協議会会長賞【トマト】鈴木源策（栗山東部）
- 山武農業改良普及事業協議会長賞【人参】鈴木正雄（中台）
- 横芝町農業委員会会長賞【トマト】斉藤信子（栗山2）



米俵1俵を担ぎ上げる“力自慢大会”



シクラメンなどきれいな草花も即売されました。



大盛況となった大根の無料配布



お餅の無料サービスには、實川町長も杵をふるいました

トラクター作業技術の向上を図るため

10月13日(木)、新島ライスセンター前の圃場を会場に『第25回横芝町農業トラクター技術競技会』が開かれました。

この競技会は、農作業の安全性とトラクターによる作業技術の向上を図ることを目的に、町農業振興会機会部会(伊藤政信部会長)が主催して行われたもので、町内の農業者25名のみなさんが、ロータリー耕、けん引、プラウ耕の部で技術を競いあいました。

また、この競技会で優秀な成績を修めたみなさんは、10月21日に千葉県農業大学校で開催された『平成11年度乗用トラクター技能交換大会』に参加。県の大会でも大勢のみなさんが上位入賞を果たしました。

主な審査結果は次のとおりです。

横芝町トラクター技術競技会

—敬称略—

- ◆ロータリー耕(男子)の部
優勝 川島俊一(関場)
準優勝 伊藤 知(三島)
第3位 大木幸憲(本町3)
- ◆ロータリー耕(女子)の部
優勝 木島登美子(三島)
敢闘賞 浅野輝代(三本松)
努力賞 早川訓代(三本松)
- ◆けん引の部
優勝 鈴木喜信(中台)
準優勝 伊藤博明(関場)
第3位 伊東 賢(新島新田)
- ◆プラウ耕の部
優勝 五木田平和(遠山)
準優勝 平山 衛(東)
第3位 伊藤 仁(東)

平成11年度千葉県乗用トラクター技能交換大会

—敬称略—

- ◆トラクター道路安全走行の部
技能賞 鈴木喜信(中台)
- ◆トラクター日常保守点検の部
第3位 石橋信宏(中台)
技能賞 石橋敏雄(中台)
敢闘賞 鈴木章仁(中台)
- ◆プラウ耕の部
技能賞 伊藤隆郎(遠山)
敢闘賞 平山 衛(東)
- ◆ロータリー耕の部
敢闘賞 伊藤清一(中台)



11月1日の月曜日、中央公民館を会場に町農業振興会(伊野武司会長)主催による『農業振興大会』が開催されました。

この大会は、各農業者がそれぞれの農業技術や研究成果を互いに発表しあい、今後の農業経営の改善や組織強化を図って行こうと実施されているもので、今年度は、葉たばこ生産組合の伊藤隆郎(遠山)さんの実績発表と、先に実施された農業後継者海外視察研修に参加した7名のみなさんによる体験発表が行われました。

また、グローバル地域研究所の小松光一氏による「面白農民のすすめについて」と題した講演も行われ、参加した農業者のみなさんは熱心に耳を傾けていました。農家のみなさんを取りまく情勢は、依然厳しいものとなっていますが、将来に向けて夢の持てる農業経営を目指し頑張ってください。

これからの農業経営の改善や組織強化を目指し

農業振興大会

特定事業者のみなさんへ

『地域振興券の換金請求』はお済みですか!

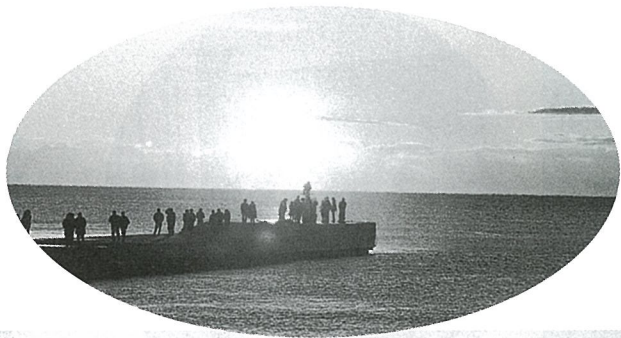
(11月15日現在)

個人消費の喚起・地域経済の活性化を図り地域の振興に資することを目的に実施された「地域振興券事業」は、9月20日をもって交付事務及び使用期間を終了いたしました。

特定事業者のみなさん『地域振興券の換金請求期限』は12月20日までとなっております。まだ換金請求がお済みでない方は、期限までに請求されますようお知らせいたします。

なお、横芝町における地域振興券事業の実績は次のとおりです。

対象者数		交付済分			換金請求受付分	
人数	金額(A)	人数	金額(B)	交付率(%) (B/A×100)	金額(C)	換金受付率(%) (C/B×100)
人	千円	人	千円		千円	
3,955	79,100	3,948	78,960	99.8	77,229	97.8



今年の元旦は大勢のみなさんが屋形海岸に訪れました

2000年の初日は『屋形海岸』で！

町観光協会では、今年も「生き活き横芝まちづくり推進協議会」のみなさんのご協力をいただき、元旦早朝の『屋形海岸』（海岸公園「マリニピア栗山川」）で、初日の出を遥拝されるみなさんにあま酒や紅白餅の無料サービス、お囃子などのアトラクションを実施いたします。
2000年の初日の出、屋形海岸で気持ちも新たに遥拝してみませんか。

年末・年始の 交通事故防止運動

12月10日～1月3日

今年も余すところあと1カ月
足らずとなりました。
年末・年始は、交通量の増加
に伴って道路が大変混み合いま
す。また、忘年会や新年会など
でお酒を飲む機会も多くなりま
す。
先を急ぐあまりついスピード
を出し過ぎたり、お酒を飲んで
運転し、取り返しのつかないこ
とにならないよう家庭や職場で
お互いに注意しましょう。

酔いません
酒にスリルにスピードに

運動の重点目標

1. 薄暮の時間及び夜間における交通事故防止
2. 歩行者・自転車利用者の交通事故防止
3. 飲酒・無謀運転の追放
4. シートベルトの着用の徹底とチャイルドシートの着用促進

横芝町観光協会会員の募集について

横芝町観光協会では、夏の町民花火大会をはじめ、一号線の桜祭り、坂田池のこいのぼり、海水浴場の開設、元旦の屋形海岸での甘酒無料サービス等各種観光事業を開設しておりますが、その内容はまだ十分なものとはいきません。

そこで、多くの皆様の参画を願い組織の充実・強化を図り、より内容のある観光事業の展開に努め、観光事業の振興とともに町の各分野・地域に活力を与えながら活性化を促してまいりたいと考えており、次のとおり会員を募集いたします。

町民の皆様のご理解と積極的なご加入をお待ちしています。

会 員	横芝町に住所を有する者及び事業所の代表者並びに団体で、町の観光事業に積極的に協力できる者
年会費	2,000円（平成12年度から納入）
加入申し込み	「横芝町観光協会会員加入申し込み書」によりお申し込みください。

※ 「申し込み書」は、観光協会事務局（役場産業振興課内）にあります。

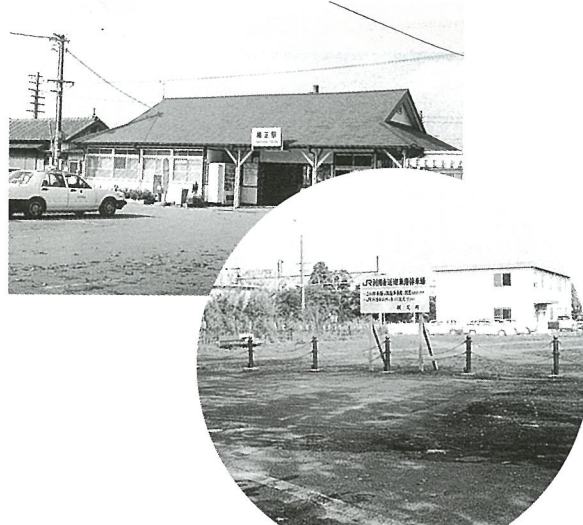


夏の風物詩「横芝町民花火大会」

横芝駅前に送迎専用の『一時停車場所』が完成

横芝駅は、横芝町内からはもとより、光町や蓮沼村など近隣の町村からも通勤・通学のサラリーマンや学生など、多くのみなさんが利用していますが、バスの連絡が少ないことなどから、自家用車で送迎が多く、朝夕の通勤・通学時間帯や雨の日などは、駅前ロータリーは大変混み合っています。

このようなことから、かねてから横芝駅前に送迎専用の停車場所等の設置が望まれておりましたが、このほど、駅前ロータリー東側に約10台分の送迎車専用の『一時停車場所』が完成し、12月4日のJRダイヤ改正にあわせて使用できるようになりました。



駅前ロータリー東側に整備された送迎車専用の一時停車場所

山武郡環境衛生事業振興組合

平成10年度一般会計歳入歳出決算報告

山武郡環境衛生事業振興組合の平成10年度の一般会計決算状況は、収入総額8億8,737万9千円、支出総額7億3,285万5千円で、1億5,452万4千円が翌年度繰越金となりました。

収入

負担金	6億2,600万円	(70.5%)
繰越金	1億5,003万5千円	(16.9%)
手数料	9,547万9千円	(10.8%)
諸収入	1,518万4千円	(1.7%)
財産収入	68万1千円	(0.1%)

支出

衛生費	4億2,212万1千円	(57.6%)
公債費	2億972万7千円	(28.6%)
総務費	9,898万1千円	(13.5%)
議会費	202万6千円	(0.3%)

医療費控除と住宅借入金等特別控除を受けられるみなさんへ

医療費控除や住宅借入金等特別控除(住宅ローン減税)を受けられる方を対象といたしまして、医療費控除や住宅借入金特別控除の制度や必要な書類等についての説明会を次のとおり開催しますので、この機会を是非ご利用ください。

説明会場	月日	時間
大網白里町保健文化センター	12月15日(水)	・午前部 10時開始 ・午後部 13時30分開始
東金市中央公民館	12月16日(木)	
成東町役場大会議室	12月17日(金)	

農業所得者のみなさんへ

平成12年分所得税の確定申告から農業所得水準が廃止されます。これにより、平成12年度以降は、原則として収支計算による確定申告が必要となります。(ただし、当分の間は、「経費標準」を使って計算しても可)

$$\text{総収入金額} - \text{必要経費} = \text{所得金額}$$

平成12年1月分から、総収入金額や必要経費のわかるものを保存(記録)しておかれますようお願いいたします。

詳しくは、東金税務署(☎0475-52-3121)へ。

ひらば

町民文化祭

生涯学習フェスティバル

健康を守る大会

11/19 ~ 21

11月19日から21日までの3日間、町文化会館・海洋センターを会場に町民文化祭・生涯学習フェスティバル・健康を守る大会が開催されました。

初日の19日は、健康を守る大会でエッセイストとして活躍される鈴木ひとみさんの「車椅子からの第2の旅立ち」と題した講演が行われ来場した大勢のみなさんは熱心に聞き入っていました。

文化祭では、会場いっぱい展示された絵画や書道、手工芸の作品のほか保育所や小中学校の児童生徒の作品、そして短歌会・茶会・俳句会が行われました。恒例の芸能大会では、有志のみなさんが自慢の「芸」を披露し、大勢の観客を楽しませていました。また、駐車場を利用して、朝市、フリーマーケット、婦人会、青年団のみなさんによるバザーが来店し、お客さんの対応に追われていました。

そして、20日に行われた「生涯学習フェスティバル」では、日ごろ生涯学習に功績のあった方々の表彰があり、今年度は次のみなさんが受賞されました。

平成11年度横芝町社会教育功労表彰

— 敬称略 —

▼個人

- 川島 せよ (東)
- 布施 ワキ (栗山4)
- 藪崎 みつ代 (古川)
- 石井 とく (古川)

▼団体

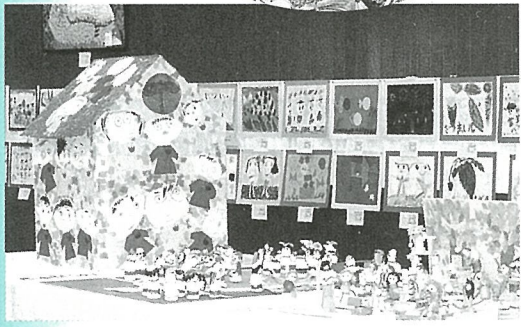
- 上町囃子連
- 東町囃子方
- 本町若連
- 北清水囃子連



車椅子を通しての人生観を語る鈴木ひとみさん



力作がごろごろせましと並ぶ



手作りの品物が売られるフリーマーケット



本町若連のみなさん



北清水囃子連のみなさん

生涯学習フェスティバルで披露されたお囃子

生き甲斐の持てる老後生活を

―上堺地区福祉のつどい―

上堺地区社会福祉協議会（及川有朋会長）では、10月30日の土曜日、上堺小学校に地域のお年寄り約200名を集め「第8回上堺地区福祉のつどい」を開催しました。

この催しは、お年寄りに楽しく生き甲斐のある生活を送ってもらおうと、毎年この時期に行われているもので、子どもたちと一緒にランドゴルフ、合奏やダンス発表、地区有志のみなさんによる芸能発表などを楽しみました。少子高齢化が進む現代社会、お年寄り子どもたちが一緒に過ごす時間が少なくなってきています。このような“世代を越えたふれあい活動”を今後もぜひ続けてもらいたいと思います。



第8回上堺地区福祉のつどい

子どもたちの演奏を目を細めながら観賞



坂田池の水を利用した放水訓練

坂田池公園で放水訓練

―横芝町消防団―

10月31日（日）、町消防団（若梅喜作団長）では、ふれあい坂田池公園を会場にホースの取り扱い訓練や消防車両による放水訓練を行いました。

この訓練は、寒さが増して、火の取り扱いが多くなるこれからの季節に備え、各団員が有事の際でも手際よく消火活動ができるようにと行なったもので、本部役員を含めた約200名の団員のみなさんは、消防署職員の指導のもと朝早くから夕方まで、規律訓練やホース取扱訓練、坂田池の水を利用した放水訓練、ポンプ操法訓練などに真剣に取り組んでいました。

大変ご苦勞さまでした。これからも、地域防災のためにご協力をお願いします。

園児と父兄が「も掘り」に挑戦

―フタバ保育園―

10月16日（土）、フタバ保育園の園児と父兄が同園近くの畑で「も掘り」に挑戦しました。

この「も掘り」は、近所に住む高宮昭夫さん（両国新田）が、子どもたちのためと10年ほど前から土地を提供し、毎年、さつまいもの作付けを行っているもので、春先に苗を植えてから約半年間、今日は待望の収穫日となりました。「ワー大きい！」「わたしの掘ったの見て」と、子どもたちは土まみれになりながら、自分の手で掘った「も」を誇らしげに見せていました。



土まみれになりながら掘り当てた「さつまいも」

秋の『矢切りの渡し』を訪ねて！

第18回横芝町ふれあいウォーク

18回目を数える“横芝ふれあいウォーク”が、11月3日（水）に行われました。

今回は、5歳から82歳までの老若男女176名が参加し、市川市国府台の『里見公園』から東京都葛飾区の『柴又公園』まで約8kmを歩きました。

この日は、文化の日らしく、小説『野菊の墓』の舞台となった矢ぎりを歩き、「矢切りの渡し」で柴又に渡った後、映画の寅さんシリーズで有名な『帝釈天』、『寅さん記念館』などの自由散策を楽しみました。



江戸時代の面影を今でも残す「矢切りの渡し」

良好な住環境の保全や、商工業などの利便の増進を図るために、用途地域内における建物の建築には、次のような制限が行われます。

用途地域による建築物の用途制限一覧表

用途地域内の建築物の用途制限		第一種低層住居専用地域	第二種低層住居専用地域	第一種中高層住居専用地域	第二種中高層住居専用地域	第一種住居地域	第二種住居地域	準住居地域	近隣商業地域	商業地域	準工業地域	工業地域	工業専用地域	備考
住宅、共同住宅、寄宿舎、下宿		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
兼用住宅で、非住宅部分の床面積が、50㎡以下かつ建築物の延べ面積の2分の1未満のもの		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	非住宅部分の用途制限あり
店舗等	店舗等の床面積が 150㎡以下のもの		①	②	③	○	○	○	○	○	○	○	④	① 日用品販売店舗、喫茶店、理髪店及び建具屋等のサービス業用店舗のみ。2階以下。 ② ①に加えて、物品販売店舗、飲食店・積保代理店・銀行の支店・宅地建物取引業等のサービス業用店舗のみ。 ③ 2階以下。 ④ 物品販売店舗、飲食店を除く
	店舗等の床面積が 150㎡を越え、500㎡以下のもの			②	③	○	○	○	○	○	○	○	④	
	店舗等の床面積が 500㎡を越え、1,500㎡以下のもの				③	○	○	○	○	○	○	○	④	
	店舗等の床面積が 1,500㎡を越え、3,000㎡以下のもの					○	○	○	○	○	○	○	④	
	店舗等の床面積が 3,000㎡を越えるもの					○	○	○	○	○	○	○	④	
事務所等	事務所等の床面積が 150㎡以下のもの				▲	○	○	○	○	○	○	○	○	▲ 2階以下
	事務所等の床面積が 150㎡を越え、500㎡以下のもの				▲	○	○	○	○	○	○	○	○	
	事務所等の床面積が 500㎡を越え、1,500㎡以下のもの				▲	○	○	○	○	○	○	○	○	
	事務所等の床面積が1,500㎡を越え、3,000㎡以下のもの					○	○	○	○	○	○	○	○	
	事務所等の床面積が3,000㎡を越えるもの					○	○	○	○	○	○	○	○	
ホテル、旅館					▲	○	○	○	○	○	○	○	▲ 3,000㎡以下	
遊戯施設・風俗施設	ボーリング場、スケート場、水泳場、ゴルフ練習場、バッチング練習場等				▲	○	○	○	○	○	○	○	○	▲ 3,000㎡以下
	カラオケボックス等					○	○	○	○	○	○	○	○	
	麻雀屋、ばちこ屋、射的場、馬券、車券発売所等					○	○	○	○	○	○	○	○	
	劇場、映画館、演芸場、観覧場					▲	▲	○	○	○	○	○	○	▲ 客席200㎡未満
	キャバレー、ダンスホール等、個室付浴場等								○	▲				▲ 個室付浴場等を除く
公共施設・病院・学校等	幼稚園、小学校、中学校、高等学校	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	大学、高等専門学校、専修学校等			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	図書館等	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	巡査派出所、一定規模以下の郵便局等	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	神社、寺院、教会等	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	病院			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	公衆浴場、診療所、保育所等	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	老人ホーム、身体障害者福祉ホーム等	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	老人福祉センター、児童厚生施設等	▲	▲	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	▲ 600㎡以下
	自動車教習所					▲	○	○	○	○	○	○	○	▲ 3,000㎡以下
工場・倉庫等	単独車庫（付属車庫を除く）			▲	▲	▲	▲	○	○	○	○	○	○	▲ 300㎡以下 2階以下
	建築物付属自動車車庫	①	①	②	②	③	③	○	○	○	○	○	○	① 600㎡以下 1階以下 ② 3,000㎡以下 2階以下 ③ 2階以下
	①②③については、建築物の延べ面積の1/2以下かつ備考欄に記載の制限	※一団地の敷地内について別に制限あり												
	倉庫業倉庫								○	○	○	○	○	
	畜舎（15㎡を越えるもの）					▲	○	○	○	○	○	○	○	▲ 3,000㎡以下
	パン屋、米屋、豆腐屋、菓子屋、洋服店、畳屋、建具屋、自転車店等で作業場の床面積が50㎡以下		▲	▲	▲	○	○	○	○	○	○	○	○	原動機の制限あり、▲ 2階以下
	危険性や環境を悪化させるおそれが非常に少ない工場					①	①	①	②	②	○	○	○	原動機・作業内容の制限あり 作業場の床面積 ① 50㎡以下 ② 150㎡以下
	危険性や環境を悪化させるおそれが少ない工場								②	②	○	○	○	
	危険性や環境を悪化させるおそれがやや多い工場										○	○	○	
	危険性が大きい又は著しく環境を悪化させるおそれがある工場											○	○	
自動車修理工場						①	①	②	③	③	○	○	○	作業場の面積 ① 50㎡以下 ② 150㎡以下 ③ 300㎡以下 原動機の制限あり
火薬、石油類、ガスなどの危険物の貯蔵・処理の量	量が非常に少ない施設				①	②	○	○	○	○	○	○	○	① 1,500㎡以下 2階以下 ② 3,000㎡以下
	量が少ない施設								○	○	○	○	○	
	量がやや多い施設										○	○	○	
	量が多い施設											○	○	
卸売市場、火葬場、と畜場、汚物処理場、ごみ焼却場等		都市計画区域内においては都市計画決定が必要												

注) 本表は、改正後の建築基準法別表第二の概要であり、すべての制限について掲載したものではありません。

シリーズ「横芝町のまちづくり」

心をつなぐ「まち」

No.19

ここ数回にわたり、用途地域の種類や、用途地域といっしょに指定される建ぺい率・容積率・高さ制限について説明してきました。今回は、各用途地域で建てられる建築物と建てられない建築物の種類を整理した一覧表を掲載いたします。



広報よこしば '99.12.1

志賀高原スキー教室参加者募集

スキーシーズン間近です。今年もパウダースノーの志賀高原を会場にスキー・スノーボード教室を開催します。
 スキーやスノーボードがはじめての方、大歓迎です。奮ってご参加下さい。
 初心者から上級者までレベルアップ目指して頑張りましょう。

志賀高原丸山スキー場



お申込みはいつでも12月21日から1月23日までの間に町文化会館(82-1351)へ申し込んで下さい。スキー、スノーボードのレンタルを希望する方は、身長、靴サイズ、服サイズなどをお聞きます。

一般の部

と き 2月25日から27日(1泊)
 出 発 午後8時(文化会館出発)
 参加資格 横芝町内に住んでいるか務めている方(16歳以上)
 参加費 19,000円
 定 員 40人(先着順)

親子の部

と き 2月25日から27日(1泊)
 出 発 午後8時(文化会館出発)
 参加資格 小学生以上の親子
 参加費 大人19,000円
 (中学生以上)
 こども15,000円
 定 員 40人(先着順)

野菜や草花作りませんか

町民農園利用者募集

自分の手で野菜や草花を育ててみませんか。
 栗山ファミリーマート前、県道に隣接した1800平方メートルのうちの9区画約117平方メートル(36坪)があいています。

申し込み方法

官製はがきに「町民農園利用希望」と明記し住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記入し町文化会館(82-1351)に申し込んで下さい。

12月20日の消印まで有効です。

利用者の決定

申込者が多数の時は、抽選で利用者を決定します。

こまいったことありませんか

法律相談を開催します

土地や建物の売買・貸借、相続、交通事故の示談など、法律問題で困っていませんか。

相談は無料で、秘密は守られますので、お気軽にお申込みください。

と き 12月25日(土) 午後1時から
 と ころ 文化会館

定 員 12名(先着順)

申込み 予約制になっています。ご希望の方は12月15日までに文化会館(82-1351)へお申し込みください。

ふれあい坂田池公園をスタート・ゴールとする第25回横芝町民駅伝大会が1月16日(日)に開催されます。みなさんのご声援をお願いします。(写真は昨年の大会から)



第25回町民駅伝大会
 1月16日(日)開催



東陽病院産婦人科医師

伊地知 幹雄

健康ウォッチング

みなさん、こんにちは。きょうは、9月より新しく発売になった避妊薬“ピル”の紹介をさせていただきます。避妊、すなわち望まない妊娠を避けるために、ひとは昔からいろいろの工夫をしてきたようです。現在日本で、もつともピュラーに用いられている方法はコンドームですが（避妊をしていないカップルの50%と推定されています）、ノルウエーなど一部の国では避妊リング（子宮内に数センチの器具を入れて避妊する方法）が一般的で、またイギリスやオランダでは、これからお話ししますこの“ピル”が一番好んで使っているそうです。これらの他にも、膈外射精法や荻野式（排卵日前後の性交を避ける方法）、また卵管を縛ってしまう方法や（不妊手術…アメリカや中国で多い）、男性側の輸精管を処置し（パイプカット）避妊する方法などがあります。いずれの方法にもそれぞれ長所短所があり、好みによって使い分けられています。

避妊薬 “ピル”について

さて、ピルは、正確には「経

口避妊薬」といいますが、その最大の特徴は、女性ホルモンを含んだ“薬を飲む”ことにより避妊ができるという点にあると思います。ただし、コンドームなどと違い、いざという場面であわてて服用するものではありません。避妊を希望する女性は医師の処方箋により出された薬を毎日1個ずつ服用しておくわけです。すなわち、卵胞ホルモンと黄体ホルモンという2種類の女性ホルモンが含まれる錠剤を1日1個ずつ21日間飲み続けます。そうするとホルモンの働きで排卵が抑制され妊娠が成立しません。21個飲んだら月経を起こすために7日間休薬します。そしてまた21日間飲み7日間休むというサイクルを避妊を希望する期間ずっと続けます。コンドームやリングなどの避妊法に比べ、ピルによる避妊では、薬をきちんと服用していれば間違つて妊娠してしまうという確率は非常に少ないといわれています。ただし、飲むのを忘れた場合やひどい下痢の時、ある種の薬を併用した時にピルの成分を腸から

吸収できなくなり避妊に失敗することがあるようです。心配な副作用としては、吐き気や頭重感の訴えが比較的多いようで数パーセント以上の人に見られます。また、少量ではありますが不正出血も見られることがあります。しかしながら、これらの症状はわりとはじめのうちには多いのですが、周期を重ねてくるとだんだんなくなってくるそうです。頻度は少ないのですがいったん起こった場合に危険を及ぼす副作用としては、静脈血栓症や心筋梗塞、脳卒中といった循環器の疾患があげられます。特に喫煙者は非喫煙者の5倍もの発症率があるので愛煙家にはピル以外の避妊法をお勧めします。いっぽう子宮癌や乳癌に関しては、ピルのものもホルモンとしての働きや、産婦人科受診による早期発見のためにいくぶん好ましい結果がでています。最後に、性感染症が増えてきている今日、いかなる避妊法を選んだにせよ感染防止のためのコンドーム使用をおすすめいたします。

国民年金保険料は口座振替で！

—今ならプレゼントが当たる！キャンペーン実施中—

口座振替を

ご利用すると…

- 安心…あなたの口座から保険料が自動的に引き落とされるので、納め忘れの心配がなく安心です。
- 便利…納付のたびに金融機関に行く時間や手間がはぶけて便利です。
- 手続き…取扱金融機関にお申込みください。必要なものは通帳、届出印、国民年金保険料納入通知書です。

今なら口座振替をご利用の方の中から毎月抽選で、1等賞品（キャンプセット・1名）2等賞品（自転車・2名）3等賞品（体脂肪計・7名）をプレゼントします。ふるってご応募ください。

開催期間・平成11年11月～平成12年2月

応募方法・金融機関または、役場住民課窓口備付けの専用応募はがき付きチラシをご覧ください。

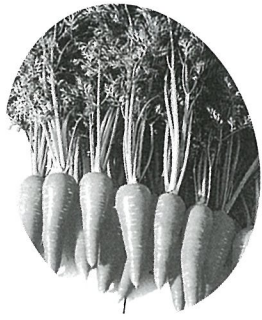
締切り・平成12年3月6日（月）〔当日消印有効〕

応募先・千葉市中央区市場町1-1

千葉県社会部国民年金課「口座振替キャンペーン係」

問合わせ・役場住民課年金係または、千葉県社会部国民年金課（Tel043-223-2389）へ。





◆豊富なβカロチン
子供達にとって、苦手な野菜の常連であるニンジンには、βカロチン(ビタミンA)を豊富に含んでいます。
これが不足すると、骨・歯の発育の悪影響を与え、夜盲症になりやすくなると言われています。

◆ニンジン旬の旬?
ニンジンは、「緑植物低温感応型野菜」であり、一定の大きさになった株は、低温により花芽分化し、その後温暖長日条件で開花する性質を持っています。生育適温は18〜21℃であり、日本国内のどこかで一年を通して生産されています。

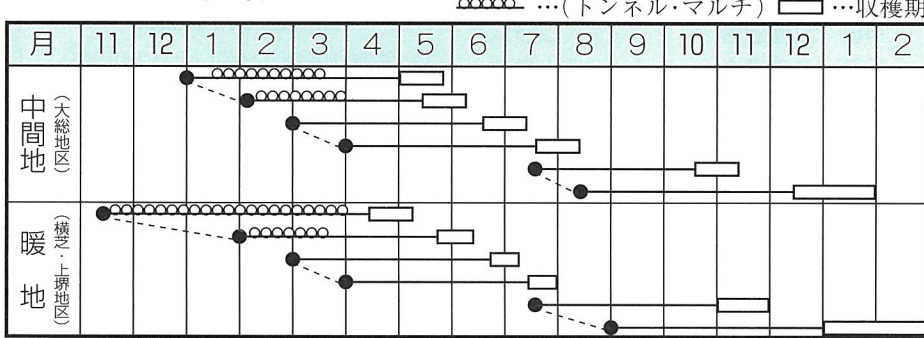
◆ニンジンを作ろう
千葉県山武郡の気象条件から考えて、ニンジンの播種適期は「夏播・秋冬獲り」及び「冬播・春夏獲り」の2作型となります。山武郡は「夏播・秋冬獲り」の産地としては有名でしたが、近年は、経済効率の良い「冬播・春夏獲り」の栽培が広まりつつあります。
春夏ニンジンは、発芽初期生育時に保温(トンネル・マルチ)が必要になりますが、霜害



「ニンジン」のはなし

日本で食される「ニンジン」は、中央アジア原産のアフガンニンジンと、トルコ系ニンジンの交雑種である欧州ニンジンであるといわれています。
これらは、セリ科(ミツバ、パセリなど)に属し、漢方薬の高麗ニンジンなどは、全く別の分類となります。
山武郡におけるニンジン栽培は、全国的にも屈指の産地で600haの栽培を誇っています。

ニンジンの栽培歴



などの気象変動に強く、病虫害も少ないため、春夏野菜の期待品目として注目されています。
普及センターでは、農家の営利栽培から、一般家庭菜園まで、多くの資料を取りそろえて指導を行っていますので、お気軽にご相談ください。
※問い合わせは、山武農業改良普及センター(0475-541027)。

文芸

俳句

墨絵にも一句したたむ秋日和
浅野 茂子
初鴨の日毎に数の増へにけり
伊藤 敬子
椎の実のころげて坂の一番町
岡田 雅美

新涼や机上に源平盛衰期
勝又 和徳
秋風や河津七滝しぶき散る
向後 寛

砂浜に人の影おく名残月
鈴木 繁子
病む窓を開け放したる良夜かな
土屋 栗水

佳き知らせ届きし庭や菊薫る
藤代 ゆう
竹の秀に連なり揺るるからす瓜
渡部 和秋

四十余の賞を得たるや柿たわわ
選者 鈴木 草庵

短歌

大振りの鯉三本下げて来し亡父を
思へり炎暑の中に
秋葉 悦子

語りつつ食べるは美味しと言ふ姉
よ我が手によりて食進みゆく
池田 春江

黄に染みし紅葉は宙を回リつり
ズムを持ちて落ちてゆくなり
宇井 ちい

枯草の色に変わりしバツタ追ふ孫は
手に持つおやつも捨てて
佐瀬 初音

騒げるはテレビばかりと気が付き
てスイッチ切れば夜は妖しき
永藤 滋

敬老会に友と連れだちいそいそと
歩いて行ける我の幸せ
石井 ユク

野の草の伸びに伸びたる山の畑泡
立草は黄にもえ咲けり
掛川 友代

落花生野積みにしたる畑に降りき
じ鳩ひたに落ち実を漁る
鈴木 やす

いつのまに昇りてゐしか臥し床よ
り十六夜の月あかず眺めつ
土屋 栗水

洪水のあとを枯れゆく葦の群今年
の中州はや冬めけり
萩原 信一

五ヶ月余咲きつきくれしポーチュ
ラカを一気に抜けりチューリップ
植ゑむと
向後 房

平安の御代が造りまゐらせし十一
面観音の面の華やぎ
選者 斎藤つね子



県女性センター講座

- ▼とき 平成12年1月13日(木)・19日(水)・23日(金)いずれも午前11～、午後1時30分～の1日2回
- ▼場所 さわやかちば県民プラザ
- ▼対象 県内在住または在勤の方
- ▼内容 健康生活セミナー「健康と食生活を学ぶ講座」女性が健康で生き生きとした生活を送るため、体や心についての基礎知識を深め、健康を維持するための食生活について学びます。
- ▼定員 各回60人(申込多数抽選)
- ▼申込方法 八ガキに希望講座名、受講希望日、住所、氏名、電話番号を明記のうえ、郵送。電話での申し込みも可。
- ▼申込締切 12月25日(土)
- ※申込・問い合わせは、県女性センター 千277-0882柏市柏の葉4-3-1さわやかちば県民プラザ内(☎0471-40-8602)へ。

その他

年賀状はお早めに!

- 12月15日から受付です
- 年賀状を元旦におとどけするためには、できるだけ12月24日(金)ごろまでにお出してください。
- ◆年賀郵便物への押印サービス
12月20日(月)までにお出しいただいた年賀状には「2000.1.1年賀」の記念押印をいたします。
- ◆年賀はがきダブルプレゼント
差出人の郵便番号を7ケタでお書きいただき、12月24日までに年賀状をお出しいただいた方の中から抽選で賞品をプレゼントいたします。
- ※問い合わせは、横芝郵便局(☎82-1411)へ。

歳末たすけあい募金にご協力を!! (12月1日から12月31日)



12月のこよみ

- 2日 あしたばの会 (プラム)
- 3日 年忘れ寿講演会 (文化会館)
- 5日 町内一日清掃
- 6日 灰回収
- 7日 1才6カ月児健診 (プラム)
- 9日 すくすく教室 (プラム)
- 10日 二種混合 (大総小学校)
- 11日 ケーキ作り教室 (文化会館)
城西大学公開講座 (文化会館)
- 12日 町少年剣道大会
- 14日 三種混合 (プラム)
- 15日 二種混合 (上塚小学校)
- 17日 三種混合 (プラム)
- 19日 門松作り教室 (文化会館)
マッサージ講習会 (文化会館)
- 20日 乳児健診 (プラム)
- 21日 あしたばの会 (プラム)
- 25日 法律相談 (文化会館)

航空科学博物館のお知らせ

- ◎空の日・空の旬間
写真コンテスト作品展
- ▼とき 12月1日(水)～26日(日)
- ▼料金 入館料のみ
- ▼内容 9月23日に行われたスチュワード撮影会の作品を中心にスチュワードの方々の様々な表情をとらえた素晴らしい作品をぜひご覧ください。
- ◎航空科学博物館から
一番機と初日の出を見よう
- ▼内容 平成12年1月1日は朝5時に開館し、普段見ることのできない「1番機」とその後の「初日の出」を、当館の5階展望展示室からご覧いただくという恒例のイベントです。
- ※問い合わせは、航空科学博物館(☎78-0557)へ。

商工会伝言板

商工会歳末大売出し

- 各加盟店で、お買い上げ200円毎に補助券1枚進呈、10枚にて1回抽選。
- ▼期間 12月12日(日)～19日(日)
- ▼景品 特等 新橋演舞場『ご存知浅草パラダイス』にペア20組40名様バス(昼食付き)【ご招待日:来年の2月5日(土)】、一等 5,000円の現金、二等1,000円の現金他、(空くじなし)

相談室

1月

健康福祉センター「プラム」

	相談日	時間
健康相談	12日、27日	午後1時30分～午後3時
心の健康相談※	27日	
母子相談	19日	午前10時～午前11時30分
心配ごと行政相談	4、11、18、25日	午後1時30分～午後4時
人権相談	11、18、25日	

※心の健康相談は予約制です。山武保健所松尾地域保健センター(☎86-2411)へ。

- 18日 全国治水大会 東京都
- 17日 市町村長自治研修会 富浦町
- 16日 圏央道建設促進会議 千葉県
- 15日 圏央道建設促進会議 東京都
- 14日 郡町村会定例会 東金市
- 13日 町農業祭 館山市
- 12日 総務文教委員会 野栄町
- 11日 栗山川架橋打合せ 会
- 11日 老人クラブゲートボール大会 蓮沼村
- 9日 環境問題に関する講演会 蓮沼村
- 8日 山武郡環境衛生事業振興組合議会 松尾町
- 7日 山武郡スポーツ・レクリエーション祭 松尾町
- 6日 典 松尾町
- 5日 国保連合会理事会 千葉市
- 4日 松尾高校創立90周年記念式典 松尾町
- 3日 市町村長特別研修会 (5日) 東京都
- 2日 郡農業まつり 九十九里町
- 1日 横芝町農業振興大会 新潟県
- 議会議員視察研修(2日)

町長

町と議会の動き

11月

第7期納入期限は12月28日です。期限内に納入しましょう。



募 集

平成12年度放送大学学生

テレビ、ラジオを利用して大学教育を行っている正規の通信制四年生大学です。「教育訓練給付制度労働大臣指定講座」の実施大学です。

▼募集学生 全科履修生(卒業を目指す学生)、選科履修生(1年間在学する学生)、科目履修生(1学期間「6か月」在学する学生)

▼出願受付 12月15日(水)～平成12年2月15日(火)

※資料請求・問い合わせは、放送大学千葉学習センター〒261-8586千葉市中央区美浜区若葉2-11(☎043-298-4367)へ。

平成12年度国立館山海員学校生徒

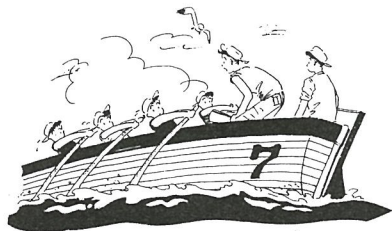
▼募集定員 約40名

▼受験資格 中学校卒業(卒業見込みを含む)

▼願書受付 平成12年1月11日(火)～2月8日(火)推薦入学の受付は平成12年1月11日(火)～1月19日(水)まで。

▼試験日 平成11年2月13日(日)

※問い合わせは、館山海員学校教務課(☎0470-22-1912)へ。



29日	22日	18日	17日	15日	14日	11日	9日	8日	1日	30日	29日	26日	25日	24日	22日	19日														
遺族会靖国神社参拝	三町村議会議員合同研修会	議員全員協議会	産業建設常任委員協議会	議長会(18日)	山武郡町村議会議長会移動	町村議会議長全国大会	小川洋雄議長就任祝賀会	町村議会議長全国大会	町農業者共進会	蓮沼村村制施行110周年記念式典	公団陳情	合議会	山武郡環境衛生事業振興組	新潟県	議会議員視察研修(2日)	横芝中校長文部大臣表彰祝賀会	成田市	成田用水土地改良区顧問会	遺族会靖国神社参拝	環境衛生事業振興組合視察研修(27日)	人権擁護委員第5部会研修	千葉市	千葉県国民健康保険大会	行政組合同議会議臨時会	山武水道企業団会議	三町村議会議員研修会	国保連合会来庁	暫定滑走路に関する説明会	町文化祭	
松尾町	松尾町				東京都			松尾町	蓮沼村					成田市	成田市	成田市	成田市	成田市	成田市	成田市	千葉市	千葉市	成田市	成田市	成田市	成田市	成田市	成田市	成田市	成田市

催し物

新春寄席-芝山文化センター-

▼とき 平成12年2月13日(日)午後2時開演全席指定 開場は公演の30分前

▼出演者 林家こん平、ケーシー高峰 海老一染之助・染太郎他

▼料金 S席(1階)3,000円 A席(2階)2,500円

電話によるチケット申込はできません。 ※問い合わせは、芝山文化センター(77-1861)へ。



東総の第九 '99

▼とき 12月23日(木・祝)午後2時

▼場所 東総文化会館大ホール

▼演目 合唱曲「日本抒情歌曲」

交響曲第9番二短調「合唱付き」

▼指揮 田中一嘉(第九)・井辻紀一(合唱曲)

▼管弦楽 ニューフィルハーモニーオーケストラ千葉

▼料金 全席自由 2,000円

※問い合わせは、東総文化会館(☎64-2001)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、内容は各施設の職員による個別面談等です。

▼とき 12月18日(土)12時30分～15時30分

▼場所 幕張メッセ国際会議場2階国際会議室

※問い合わせは、千葉県福祉人材センター(☎043-248-1294)へ。

山武合併研究創立総会

▼とき 12月5日(日)午後1時30分～3時30分

▼場所 東金市中央公民館講堂

▼費用 無料

▼記念講演 「いま、なぜ市町村合併なのか」(仮)神志名泰裕NHK解説主幹

※問い合わせは、山武合併研究会(☎0475-55-3766)へ。

国立歴史民俗博物館から

国立歴史民俗博物館では、リニューアルのため第2展示室の一部を下記期間閉鎖することになりました。

▼閉鎖期間 12月1日(水)～平成12年1月16日(日)

※問い合わせは、国立歴史民俗博物館(☎043-486-0123)へ。

ふれあい坂田池公園 12月 スポーツ広場の主な行事

5日 中学校関東近県大会 テニスコート

※野球場は、12月1日以降グラウンド整備工事のため3月末まで使用できません。

問い合わせは、公園管理センター(☎82-7256)へ。

こんにちは！保健婦です

もうすぐ今年も終わります。年末・年始には何かとお酒を飲む機会が多くなります。そこで今回は「イキなお酒の飲み方」について、お話ししたいと思います。

イキなお酒の飲み方



どのくらいなのかをみてみますと、肝臓の大きさや働きにもよりますが、一般的に体重60kgの人で、一時間に9〜12mlが処理できるといいます。つまり、

お酒は適度に飲めば血行を良くし、気分を快活にするなどの効用もあります。しかし、現実には、飲む量を自分ではコントロールしにくく、性格さえも変えてしまうアルコール依存症をはじめ、さまざまな病気の原因となります。例えば、食道がん・脂肪肝などの肝臓病、胃炎・胃潰瘍などです。

では、どのくらいの量までならば良いのでしょうか。肝臓のアルコール処理能力が

ビール大ビン1本、または、ウイスキーダブル1杯、または、日本酒一合を飲むと、それが処理されるまでに、三時間かかることとなります。ですから、一日の酒量としては、これらの二

倍量までとすると良いでしょう。そうすれば、夜12時までお酒を飲んでいても、寝ている間にアルコールは処理されて、朝6時にはすっきりと目覚めることができます。

でも、どうしても、それ以上飲んでしまう！という方も多いと思います。深酒をしてしまった時には、その次の日はまったくお酒を飲まない休肝日として、肝臓をいたわってあげましょう。その他に、お酒を飲む時には人と話しながら楽しく飲むことに体が良いおつまみを食べながら飲むこと、飲めない人に無理にお酒を進めないこと、などにも注意しましょう。

以上のことを守って、お酒はイキに、格好良く飲みましょう。保健福祉課保健婦 小関 章子

お誕生おめでとう

10月21日～11月20日届け出分



村井文音ちゃん
思いやりのある、やさしい子に育ってほしいと願っています。
【母：妙子さん談】

氏名	保護者	地区
村井文音	久則直一	新田沼岸部会
田邊優希	義大恒新	鳥喰川山東部
海保亜矢	大恒新	立南1-3
鈴木寛之	泰弘	芝台会
鈴木優哉	信康	大島団地
海寶樹成	宏宏	東三鳥
吉川洸一	将正	新田
伊藤綾	男英	
大池幸介	明伸	
林葵		
崎紗		
小実		
青華		

年末年始の業務

- 燃えるごみの収集業務
年末 平成11年12月30日(木)まで
年始 平成12年1月6日(木)から
- 持込み
年末 平成11年12月27日(月)まで
年始 平成12年1月5日(水)から
- ※問い合わせは、山武郡環境衛生事業振興組合
(☎86-3131)へ。
- し尿収集業務
年末 平成11年12月28日(火)まで
年始 平成12年1月5日(水)から
- 火葬業務
年末 平成11年12月31日(金)まで
年始 平成12年1月5日(水)から
- ※問い合わせは、山武郡市広域行政組合
(☎0475-5410251)へ。
- 焼却残灰業務
年始 平成12年1月10日(月)

休日当番表

とき	内科系	外科系
12月5日	斎藤医院(大網白里町) 0475⑦2802 原田医院(芝山町) ⑦0056	とよだ整形外科(成東町) 0475⑥7800
12月12日	錦織医院(大網白里町) 0475⑦0214 伊藤医院(成東町) 0475⑥2508	とし整形外科クリニック(横芝町) ⑥7770
12月19日	岸本医院(東金市) 0475⑥4885 高橋医院(成東町) 0475⑥2450	東金整形外科(東金市) 0475⑤8002
12月23日 (祝)	佐久間医院(大網白里町) 0475⑦0638 小松医院(山武町) 0475⑥2166	駒込クリニック(大網白里町) 0475⑦8800
12月26日	西田医院(東金市) 0475⑥1393 あきば医院(蓮沼村) 0475⑥3711	大平医院(松尾町) ⑥6012
12月29日	福島医院(大網白里町) 0475⑦4401 宇井医院(蓮沼村) 0475⑥2522	山崎医院(横芝町) ⑥0561
12月30日	みずほクリニック(大網白里町) 0475⑦6000 鈴木医院(山武町) 0475⑥1002	座間泌尿器科医院(東金市) 0475⑥2266
12月31日	はにや内科(大網白里町) 0475⑦1500 石橋医院(成東町) 0475⑥2117	斎藤クリニック(東金市) 0475⑥1110

◎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 ☎0475⑤4137へ。
◎東陽病院は、12月26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。