

「選挙運動用ビラ」のお知らせ

現在選出されている衆議院議員の任期は、きたる12月9日をもって満了することとなります。

この任期満了に伴う総選挙におきましては、昨年の法改正により、候補者は従来の「選挙運動用通常葉書」のほかに、「選挙運動用ビラ」が頒布できることとなりました。

頒布できるビラは、次のとおりです。

- (1) 県選挙管理委員会に届け出た2種類以内のビラ
- (2) 枚数 千葉県2区では 8万枚以内
(枚数確認のため県選管で交付する証紙を貼付する。)
- (3) 大きさ 長さ29.7cm 幅 21cm以内

なお、このビラは候補者がどの新聞によるか、どの配達区域によるか等により新聞販売店を選択し、その販売店と一般の新聞折込みと同様の契約を締結して、その販売店の配達する新聞へ折込んで頒布されたり、立会演説会場の入口、個人演説会の会場あるいは街頭演説の場所等において頒布されます。候補者を選ぶための資料として御利用ください。



寒さと高血圧

毎年、冬になると、脳や心臓の病気で倒れる人が多くなります。

カンとともにおそろしいこれらの病気は、動脈が弾力性を失って、出血したり、つまったりして起こる病気で、高血圧がその「前ぶれ」となることが非常に多いのです。そこでこの冬をしようすに乗り切るためのチエを――

①まず、気をつけなければならぬ点は、夜間の用便。暖かいフトンからでて、冷たい空気に触れたときの温度の急変は、からだに「ショック」を与えて、非常に危険な状態になります。

②次に注意したいことは、寒い日でも消さずに二十四時間暖かくしておくのがよい。もし、それができなければ、便所にヒーターをつけるか、少しきいたない感じを与えるが、夜間の排尿はシピンですますとかの工夫が必要です。また、便器は日本式よりも、リキまないで用を足せる洋式が理想的です。

火災は人災 防ぐはあなた!!

今年も、寒さと共に火災のシーズンがやってきました。本県上半期の火災の発生状況は昨年同様に比べ出火件数で十三件減の一、六一件ですが死者数は、十二人増の四十一人となっております。昨月には、酒田市であのような

秋季全国火災予防運動

十一月二十六日～十二月二日

- ①塩分を少なめに
- ②動物性脂肪を少なめに
- ③このあいだに、頸部をしめて吐いている場合は、ちっ息の危険を避けるために、頭を横に向けて、異物を口から取り除きましょう。
- ④排便、排尿の不始末を起こしているときは、できるだけ早く清潔に処理しましょう。
- ⑤、ホテル等に宿泊する時は、避難の方法を確かめておこう。
- ⑥全員そろって職場の防火計画をよく理解しておこう。
- ⑦、消火訓練、避難誘導訓練を実施しよう。
- ⑧、火気の使用場所は整理・整頓して安全を確かめよう。
- ⑨、通路や出入口などは、避難しやすくしておこう。
- ⑩、ガソリンや灯油などの危険物は、安全に管理しよう。

- ①まず、気をつけなければならぬ点は、夜間の用便。暖かいフトンからでて、冷たい空気に触れたときの温度の急変は、からだに「ショック」を与えて、非常に危険な状態になります。
- ②次に注意したいことは、寒い日でも消さずに二十四時間暖かくしておくのがよい。もし、それができなければ、便所にヒーターをつけるか、少しきいたない感じを与えるが、夜間の排尿はシピンですますとかの工夫が必要です。また、便器は日本式よりも、リキまないで用を足せる洋式が理想的です。
- ③三番目はフロのはいり方。フロは四十度前後のぬる湯がよく、十二度以上のフロには絶対にはいらないこと。また、脱衣室も事前に暖めておきましょう。
- ④高血圧の人の食事のポイント
- ⑤食事の量は少なめに
- ⑥塩分を少なめに
- ⑦動物性脂肪を少なめに
- ⑧このあいだに、頸部をしめて吐いている場合は、ちっ息の危険を避けるために、頭を横に向けて、異物を口から取り除きましょう。
- ⑨排便、排尿の不始末を起こしているときは、できるだけ早く清潔に処理しましょう。
- ⑩、ホテル等に宿泊する時は、避難の方法を確かめておこう。
- ⑪全員そろって職場の防火計画をよく理解しておこう。
- ⑫、消火訓練、避難誘導訓練を実施しよう。
- ⑬、火気の使用場所は整理・整頓して安全を確かめよう。
- ⑭、通路や出入口などは、避難しやすくしておこう。
- ⑮、ガソリンや灯油などの危険物は、安全に管理しよう。