

# 赤い羽根共同募金

暖かい善意

ありがとうございます

お寄せいただいた募金は、県共同募金会を通じて社会福祉協議会の活動費として還元され、光町にもこれまでに町民会館屋上や、傍示戸遊園地の遊具、光楽園老人ホームのバスなどとして役立てられています。



## 昭和60年度赤い羽根共同募金明細(順不同)

(単位：円)

お名前	金額	お名前	金額
戸別募金	1,297,500	商工会	5,000
光町役場	55,896	総武ドライブイン	5,000
町議会議員	18,000	ダイシン工業	10,000
東陽病院	20,457	食科学研究所	5,000
光町農協	30,000	大島電機	10,000
光楽園老人ホーム	27,291	阿部工作所	10,000
畔蒜工務店	60,000	新英紙工所従業員一同	2,010
新英紙工所	10,000	光中学校	13,531
実川メリヤス	15,000	日吉小学校	3,580
伊勢化学	5,000	南条小学校	6,818
神山食品	10,000	東陽小学校	11,403
同心工業	10,000	白浜小学校	7,119
ひかり食品	10,000	合計	1,658,605

## 保健婦メモ

40歳からの健康管理

「たばこ」

あなたも禁煙に挑戦してみませんか。

現在、高校生七割、中学生五割、小学生三割の者が喫煙経験があるそうです。

はつきりした動機もなく、ただ「みんなが吸うから」と好奇心から「たばこ」を吸っているようです。

### (煙の中の有害物質)

たばこの煙には、二〇〇種類以上の有害な物質が含まれているといわれています。その中には、ベンツピレン、ベンゾアントラセンなどの発がん物質、または発がん性を促進する物質も含まれています。

一本のたばこに含まれる有害な物質の量は、わずかですが長年吸い続けると相当な量になります。

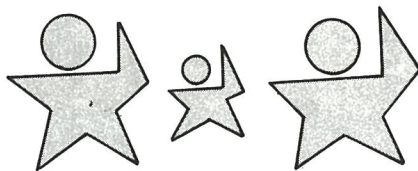
では、長年たばこを吸い続けている人は、もう手遅れなのではないでしょうか。そんなことはありません。たばこをやめれば確実に病気になる率は低くなります。

(周囲への影響)

## お元気ですか

あなたの健康の秘訣を一言

24



たばこの煙は、たばこを吸わない人にまで悪影響を及ぼします。たばこを吸う人がいる家では呼吸器の弱い乳幼児が多いようです。また、たばこを吸う人の奥さんは本人は吸わなくても、肺がんになる率が二倍以上も高くなっています。

### (禁煙のすすめ)

統計によると、実は喫煙者の三人に二人までがたばこをやめたいと思っているとか。禁煙は簡単にできないと思われがちですが、自分の健康と家族の健康を考え、強い意志をもって成功します。あなたも禁煙に挑戦してみませんか。



宝米  
平野千代さん  
昭4.1.1

食事は、なるべく多くの食品を取り入れて作るようにしています。家にとじこもらずに、旅行や婦人会・栄養改善等の活動に参加しています。



西高野  
大木弘子さん  
大15.3.18

早起きをします。体をこまめに動かし、野菜づくりに精を出します。旅行が好きで、よく出かけます。おおらかな気持ちで、毎日をお過ごししています。



桑郷  
小林一衛さん  
大11.1.28

適度な晩酌と夜更かしをしないこと。常に、自分の健康状態を把握しておくこと。