

広報 浅木

昭和62年

9月25日発行

第419号

発行所 福岡県遠賀郡遠賀町役場 編集 企画調整係 印刷 冷牟田印刷合資会社



夏休み、どんなだったかな～

(始業式の日 浅木小学校で)

人のうごき

(8月の住民基
本台帳から)

| | |
|-----|--------------|
| 人口 | 16,596人(+72) |
| 男 | 7,945人(+36) |
| 女 | 8,651人(+36) |
| 世帯数 | 4,745戸(+15) |
| 転入 | 107人 |
| 転出 | 50人 |
| 出生 | 19人 |
| 死亡 | 4人 |

() 内は前月比

* 10月の税金 *

町 県 民 税 (第3期)

納期 10月16日(金)～10月31日(土)

町税の納税は便利な口座振替で……遠賀信用金庫、遠賀郡農協遠賀支所、西日本銀行芦屋支店、福岡銀行、福岡相互銀行の窓口でお申し込みください。



中年は

心と体の曲がり角

＝人生の変化期を乗り切る＝

働き盛りの四十年代——家庭や仕事の中心になって働く人たちが、ややもすると健康のことなど忘れてしまうことがあります。しかし、働き盛りだからこそ健康に留意しなければならぬ年代でもあるのです。

十月は「体力づくり強調月間」「四十歳からの健康週間（十日～十六日）」「目の愛護デー（十日）」など、健康に関したこよみがたくさんあります。

今回はこの中から特に中年と呼ばれ始める四十歳代に健康の面からスポットをあててみました。



男の厄年は二十五歳、四十二歳、六十二歳と三回あります。昔からの言い伝えで、厄年には災いが起こるとされていますが、健康面については科学的な根拠がないわけではありません。特に四十二歳の厄年ともなると、体力が衰え始めているにもかかわらず、精神的にはまだ若いつもりでいる——このギャップに気付かず、つい二十代、三十代のつもりで無理をすることが多いので、一度病気になる大病になり

やすいのです。生理学的にみても、三十歳代では見られなかった所見が検査で急に現れるのが、厄年のある四十歳代からです。具体的にいいますと、昔ならば脳盗血になりやすいとか動脈硬化が始まるといったものが主流でしたが、最近では肝機能が弱くなるとか心臓病になりやすいといったものです。

四十歳代は、成人病の入口、といわれているのも、生理学的見地からのもので、この、厄年年代、を無事に過ごすかどうか、その後の長い人生に大きな影響をもたらします。

気持は二、三十代でも肉体には衰えが

四十歳代というのは、社会的にいろいろ責任のでてくる年代で、同時にストレスが生まれやすい環境にあるといえます。仕事の面では、中心にな

って働くことが多く、責任が重くなる。と同時に仕事が目白なので多少の無理もいとわぬということがよくあるようです。その際に注意しなければいけないのが、肉体は二十代や三十代のときのように無理がきかなくなっていることです。そこに厄年の落とし穴があるのです。一時的に無理がきいても、あとで体に変調をきたしたり、ストレスが残ってしまうことがあります。それを見逃してしまつと、あとで大病になりやすくなるのです。

肥満も「厄年の落とし穴」



厄年の落とし穴は、成人病と関係の深い肥満にもあります。四十歳代になると運動量は減っているのに、食べ量は三十歳代より増えているということがよくあります。仕事の関係でつき合いが増え、つい食べすぎてしまうといったようなことです。

だからといって、急にジョギングを始めるのはちょっと待ってください。

二十代、三十代から体を鍛えていた人ならいざ知らず、腹が出はじめたからといって急に走り出すのは逆効果です。へたをすると心臓などに負担がかかりすぎて命を落としかねません。運動量を増やすためには、まず歩くことです。汗ばむくらいの速で一日四キロくらい歩くことを考えてください。

四十歳になつたら「厄年検診」を



ストレス、体力の衰え、肥満など、四十代はいろいろな負担が急にかかり始める年代です。

これらの負担をどう軽くしてゆか——ふだんからのヘルスチェックが大切になってきます。特に、四十歳代（厄年）を節目に年一回くらいの割合で検診を受けるようにしてください。今までずっと健康だったからという過信は禁物です。目には見えない体力の衰え、ストレスの蓄積を侮り、後で大病をするのも、厄年を甘くみることによって起こることが多いからです。



女性の四十代というのは、成熟期から老年期への移行期で、更年期を迎える世代です。更年期障害とは、この時期に起る女性特有の肉体的、精神的な障害のことをいいます。

では、更年期を乗り切るには、どんな点に注意したらいいのでしょうか。

女性は誰もが通る道

更年期は卵巣のホルモンバランスがくずれ、機能が低下し、月経が不順になったり、ついには閉経となる、女性であればだれでも通る道です。この時期、女性は休の変調から情緒不安定になり、ほてり、のぼせ、頭痛など人によってさまざまな障害を訴えます。これが更年期障害です。

精神的にパニック状態に

四十代は子どもが生長し親離れし、また、親や知人を亡くしたりする年代でもあります。そうした喪失体験から

「人生は寂しい」「自分は今まで何をしてきたのか」「自分はこの家にとっ て、もう大事な存在ではない」などと思込み、精神的なパニック状態に陥って、いろいろな障害を引き起こすのです。

年に一回検診を

こうした障害は、体の変調や環境の変化によるもので、通常は病気ではありませんので、その点を間違えないようにしたいものです。

しかし、特に生理不順で出血が十日以上続くようなときは、「更年期だから」と自分で判断をせずに、病院へ行って診察を受けてください。子宮がんなどの病気を発見することにもなりかねません。そのためにも、年一回は検診を受けるようにしましょう。

家族の理解が必要



更年期を迎えた女性に障害が起きた場合、家族の接し方で障害の回復に大

きな違いがでます。家族が更年期に対して理解がないと、一年で治る症状も五年、十年と長びいてしまうことがあります。かといって、あまり周りに気を使わずすぎるのも逆効果です。ふだんと変らない会話や態度で接するのが良いと思います。ただ、更年期は女性の試験、ということば理解し、温かく見守ってあげることが、家族にとって大切なことです。



糖尿病が代表的なものです。

糖尿病の視力障害の中で一番恐ろしいのは網膜症による失明です。目の網膜を養っている毛細血管が破れて出血（眼底出血）を繰り返して、最後には失明するといふものです。



糖尿病性の網膜症による失明を未然に防ぐには、出血が起こる前の網膜の変化をつかまえることが大切。そのためには、糖尿病にかかっていることがわかったら定期的に眼底検査を受ける必要があります。

また、糖尿病の人が、急激な視力の低下、目のかすみといった症状を感じたら、内科だけでなく眼科の検診でもきるだけ早く受けるようにしてください。糖尿病性の網膜症による失明は、後天的な失明原因の第一位となっていますが、このほか、動脈硬化や高血圧などの成人病でも、網膜に出血を起すことがあります。このように成人病では、一見、病気とは関係がないように思える病状が現れることがよくあるので、常に全身の健康管理を怠らぬよう気をつけてください。

糖尿病の人は要注意

視力障害が症状として現れる病気はいろいろありますが、成人病の中では

頭痛、吐き気を伴えば 緑内障の疑いも

年々ともにも多くなる目の病気に白内障がありますが、これは比較的簡単な手術で回復することができます。急に視力が落ちた、電灯の光が二重に見える、目が激しく痛むなどの症状に、頭痛や吐き気などを伴うときは、緑内障の疑いがあります。

緑内障は、放っておくと失明の危険がある怖い病気ですが、頭痛や吐き気などの内科的の症状ばかりに気をとられ、眼の受診が遅れることがあります。緑内障は急激に症状が進むので、前記のような症状が現れたら、眼科でも受診した方がよいでしょう。

最近どうも目が疲れやすいと感じても、それを即トシのせい、老眼のせいと結びつけてしまうのは危険です。眼の疲れ以外に体の異常はないか、眼鏡で調節できない眼の異常はないか、よく観察してみましょう。眼は心の窓。ばかりでなく、体の信号、でもあるのです。

アドバイザーは、筑波大学教授 小町喜男先生他の方でした。

国民年金

福祉課
国民年金係

国民年金保養センターを 利用しませんか

国民年金の加入者や受給者とその家族のための健康増進や休養、レクリエーション施設として、国民年金会館と国民年金保養センターがあります。

福岡県には、県民の森、太宰府市四王寺山のふもとに国民年金保養センター

— 太宰府があります。結婚式場、披露宴会場も整い、また、宿泊、日帰り旅行や会議、会合などにも気軽に利用できる施設として好評です。利用の申込は、保養センターへ直接申し込みください。☎092(925)5801

二つ以上の年金が受けられるようになったら 速やかに届け出ましょう

新しい年金制度では、一人一年金の原則により、一人に一つの年金しか受けられない仕組みになっています。そのため、老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金を重複して受けることはできません。二つ以上の年金が受けられるようになったときは、どちらか一つの年金を選択することになります。

この場合、役場または社会保険事務所に年金証書を持参のうえ「年金受給選択申出書」を提出する必要があります。

なお、老齢基礎年金と老齢厚生年金、障害基礎年金と障害厚生年金、遺族基礎年金と遺族厚生年金の組合せのように、基礎年金と同じ支給事由の年金を厚生年金保険または共済組合から支給される場合は、二つの年金が受けられます。老齢福祉年金を受けている人は、他の年金(国民年金)だけでなく、厚生年金、共済年金、恩給なども含みます)が支給される場合は、原則として老齢福祉年金が受けられません。このような人は、厚生年金や共済年金、または恩給などの証書を持参の上、役場年金係にて届出が必要です。

「ごんじですか」行政相談

行政相談週間(10月11日～17日)

行政相談制度は、あなたのために国が設けた制度です。

役場などにかかわる仕事について、「わからない」「こうしてほしい」「どうしたらよいか」「これでは困る」などのときには行政相談を利用しましょう。



この十月十一日から十七日までの一週間は「行政相談週間」です。

この機会に、日頃持っている悩みや要望を申し出て下さい。

もちろん相談は無料で、秘密は守られます。

なお、遠賀町でも次の日程で行政相談(心配ごと相談と合同)を行いますので、お気軽にご利用ください。

▽とき 10月12日(月)

行政相談制度のお問い合わせは、総務庁九州管区行政監察局行政相談係、☎092(431)7081へ

遠賀町の行政相談員は、木守の木村栄さんです。

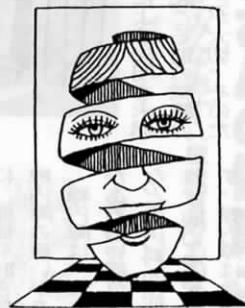
☎(293)0182

覚せい剤は廃人への第一歩

— 麻薬、覚せい剤禍撲滅運動 —

暴力団の資金源になっている覚せい剤が、巧妙な手口でわたしたちの生活に浸透し、個人を、家庭を、そして社会を脅かしています。

覚せい剤の乱用者は、少なくとも全国で数十万人に上るといわれます。そして覚せい剤の中毒者による発作的な凶悪犯罪をはじめ、覚せい剤を買い取らうと欲しがるから窃盗や恐喝を行うなどさまざまな犯罪や事故が後を断ちません。特に最近では青少年や主婦層にまで覚せい剤が広がり、大きな社会問題になっています。



私たちの生活を破壊する覚せい剤

— 白い粉に、面白半分は通用しません。くれぐれも注意を。

「疲れがとれる」はウソ

覚せい剤を使えば、眠気や疲労がとれていくのではありません。このほか幻覚を見たり、中毒が進むと精神障害を起したりします。

心のすき間を突いて忍び寄ってくる覚せい剤の甘い言葉に足元をすくわれないようにするには、ふだんから心のすきを見せず、覚せい剤を近づけないことが何より大切です。

覚せい剤の乱用者は、少なくとも全国で数十万人に上るといわれます。そして覚せい剤の中毒者による発作的な凶悪犯罪をはじめ、覚せい剤を買い取らうと欲しがるから窃盗や恐喝を行うなどさまざまな犯罪や事故が後を断ちません。特に最近では青少年や主婦層にまで覚せい剤が広がり、大きな社会問題になっています。

私たちの生活を破壊する覚せい剤

— 白い粉に、面白半分は通用しません。くれぐれも注意を。

「疲れがとれる」はウソ

覚せい剤を使えば、眠気や疲労がとれていくのではありません。このほか幻覚を見たり、中毒が進むと精神障害を起したりします。

心のすき間を突いて忍び寄ってくる覚せい剤の甘い言葉に足元をすくわれないようにするには、ふだんから心のすきを見せず、覚せい剤を近づけないことが何より大切です。

新入学児童の健康診断



今年の入学式で

昭和63年度小学校入学予定の児童を対象に、健康診断と簡単な知能検査を実施します。対象者はもれなく受けてください。

なお、対象者にはハガキでお知らせしていますが、ハガキが届かないときは教育委員会までご連絡ください。

▷とき 10月20日(火)
受付 12時30分～13時
検診 13時～

▷ところ コミュニティセンター
▷問合せ 教育委員会学校教育課
☎(293)1234

遠賀町ふれあいキャンプ開催

―地域に根ざす子ども集団めとして―

10月17日(土)・18日(日)に、第2回遠賀町ふれあいキャンプを行ないます。
障害をもつ子も、もたない子も、ともに泣き、笑い、ともに生きてゆける地域づくりのさきやかな第一歩としてこのふれあいキャンプに参加しませんか？

**計量器は正確ですか
計量器定期検査を実施します**

今年、三年に一度の計量器定期検査の年です。

▽とき 10月17日(土)・18日(日)
▽ところ 遠賀コミュニティセンター
▽対象者 小学1年から中学1年まで
▽人数 30人(定員になり次第締切)
▽費用 千五百円程度

▽主催 遠賀町社会福祉協議会
▽主管 遠賀ボランティアの会

・病院、薬局の調剤用ばかりなど、計量器を取引や証明に使われている方は必ず検査を受けてください。

当日どうしても検査を受けられない方は、早目にご連絡下さい。
詳細は役場産業課、☎(293)1234へどうぞ

▽検査日 10月8日(木)
10時～16時

▽場所 公民館別館(派出所裏)
▽検査料 一台につき300円～950円
(機種により異なる)

青少年野外スクールの開催します

ナイトOL三十キロ、君はどこまでがんばれるか。応募待ってます。

▽とき 10月9日(金)・11日(日)
2泊3日
▽ところ 福岡県立社会教育総合センター(粕屋郡篠栗町金出)
☎092(947)3511

▽対象 小学校4年生以上の児童、生徒100人

▽内容 オリエンテーリング(スコアOL)
・ナイトOL(ラインOL)
・ナイトOL(ラインOL)

▽経費 三千円(食費、保険料等)
▽申込方法 10月2日までに往復ハガキで、会場の社会教育総合センターへ直接申し込んでください。

▽問合せ 教育委員会社会教育課
☎(293)1234

青少年国際交流会

▽とき 10月17日(土)・18日(日)
▽ところ 福岡県立社会教育総合センター
夕方

▽対象 県内在住の青少年120人(15歳～30歳)、在日外国青少年
▽内容 青年からのメッセージ
・夕食交流会
・もちつき大会
・希望別活動(野外レク他)
・世界の人々と語ろう

▽経費 二千四百六十円
▽申込 10月9日(金)までに教育委員会社会教育課
☎(293)1234へ

CDクラシックコンサートへの誘い

さわやかな秋の夜、CD(コンパクトディスク)で素敵な音楽を聴きませんか。あなたを無料招待。

月例会として今後も続けたいと思っています。
▽とき 10月2日(金)
19時～21時

▽ところ コミュニティセンター視聴覚室
▽曲目・ナナ・ムスクリー
「スペインを唱う」

・ブライムス
交響曲第一番ハ短調
・ラベル
ボレロ

▽連絡先 クラシック愛好会
遠賀川 甲山誠児
☎(293)1148

危険物取扱作業の保安に関する講習

▽とき 11月25日、26日、27日、30日
10時30分～16時30分
▽ところ 北九州市立吉畑市民会館

▽対象 現に危険物取り扱い作業に従事し、免状の交付または受講してから3年を経ている人

▽受付 北九州市消防局で、10月5日と6日の両日、10時～16時の間受付
▽詳細 遠賀郡消防本部予防係
☎(293)1231へ

台風被害に融資

8月末に北九州を襲った台風12号で、住宅に十万円以上の被害を受けた方に、住宅の補修や建設の資金を融資します。

申し込みや詳しいことは、「住宅金融公庫業務取扱店」と表示してある金融機関か住宅金融公庫福岡支所、☎092(712)5555へどうぞ。

一般図書

- 思いやる心を 木谷宜弘著 日本広報協会
- 荒城の月 山田野理夫著 恒文社
- 女の人生いつでもスタートライン 樋口恵子著 有斐閣
- ワンパクの勤め 森末慎二著 ワニブックス
- 乳業マンが書いた乳製品の本 大久保要夫 三水社
- 九州の沢と源流 吉川満著 葦書房
- 愛と別れ 瀬戸内晴美著 講談社
- まちがいだらけの薬の常識 戸田浄著 講談社
- 目は全身をうつす鏡 丸尾敏夫著 ごま書房
- ファニーフェイスの死 林真理子著 集英社
- 子どもがつまずくまえに 子どものしあわせ編集部

児童図書

- 絵本 大相撲 三宅充著 アリス館
- 寒山さん拾得さん 永松耀子著 文化出版局
- 我利馬の船出 灰谷健次郎著 理論社
- くんぺい魔法ばなし 東君平著 サンリオ
- 麻薬探知犬シェリー 岡村啓嗣著 旺文社

- お江戸の百太郎 那須正幹著 岩崎書店
 - 夢をもとめた人びと 1~6 玉川学園編 玉川大学出版部
- 他多数です。

この夏休み、中央公民館図書室では、貸出し冊数が8025冊ありました。読書家が増えています。

「読書は喜びのためにするものであり、苦痛のためにするものではない。」

ディケンズ



町内学校の人権作品

人権

遠賀中学校 一年 末永哲士

ぼくは、ときどき、道で障害のある人たちを見かけることがあります。ある日、こんなことがありました。戸畑に祭りを見に行ったときのこと、階段なしのスロープ付き歩道橋を、障害者がきつそうに登っているところを見ました。その人は、汗を流しながら、一生懸命に車イスの車をこいでいました。ぼくは、登るのを手伝おうと思いましたが、周りに

みんなと同じ学校へ通いたいと思いつつも、いろいろな制約があり、しかたなく盲学校へ。クラスメイトが四・五人しかいない盲学校での生活は、あまり楽しくなかったそうです。

たくさんの方がいたので、どこかなくはずかしくて、何の手助けをすることもできませんでした。家に帰って、その時の光景を思い浮かべてみると、何となくその人に悪いことをしたと反省したのを思い出します。

先日、学校で人権についての授業があり、楠敏雄さんが書いた「障害者と人権」という文章を読みました。楠さんは二歳のとき、結膜炎にかかりました。ふつうならなおすことができるのですが、医者とのミスで両眼を失明、三十数年間、光のない世界で生活しているそうです。



だから、当時、みんなと同じ学校へ行けなくした医者をうらみ、そんな医者のところへ連れて行った親までうらんだそうです。

楠さんにとって、一番なやなこととは進学のこと。目の不自由な人は、健康な人たちが、自由に自分の仕事を選ぶことができます。しかし、楠さんは、いろいろな障害を乗り越えながらも、希望する教師という職業につくことをあきらめませんでした。その努力する姿は、りっぱだと思いました。

ぼくも以前、結膜炎になったことがあります。幸にもその時はよくなつたのですが、

「もし、ぼくも医者とのミスで……。」と考えると、ゾッとします。

楠さんのように、日常的な生活の中で、多くのハンデを背負っている障害者の人たちがいます。ぼくは、こういう人たちに対して、差別をなくし、これからは、深い思いやりと理解をもって、接していきたいと思えます。

さべつせず みんな仲よく
明るい学校
浅木小 四年 寺田由美
はじめをなくす
一人ひとりの 思いやり
広渡小 四年 豊丹生みや子

今月から、町内の小・中学生の作文と標語をのせることにしました。子ども達の「考えていること」や「ねがい」をよくきいて、みんなが人権を大切にするように心掛けてまいります。



問いなおされる親子関係⑥

落ち込むこともあるさ

中学2年の男子生徒ですが、議長に選ばれて議事を進行中、大事な場面でくしゃみが2度続けて出た。とたんにクラス全員の間にも笑いがうず巻き、なかには大声ではやしたてる子もいた。——中学生のクラスではよくある日常のひとつコマですが、この男子生徒は、この「事件」を境に学校に行けなくなりました。一種の登校拒否ですが、そのきっかけは、くしゃみを大笑いされた、そのことにあったのです。たかが、くしゃみを笑われたぐらいで……と大人は思いがちですが、この子にとっては自分を支えている何かが音を立てて崩れたのです。

■学校生活に関心はあるが、足がむかない

彼は、小学生のころから自他ともに認める優等生でした。

勉強がよくでき、先生の信頼はクラスのだれよりも厚く、ふだんこれといったミスをおかすこともない、いわば模範的な生徒でした。それが、「皆に合わせるカオがない」「オレのこと、クラス中でうわさをしているにちがいない」「みっともなくして今さら行けやしない」……と家に閉じ込めってしまったのです。気持ちの落ち込みようはかなりの「重傷」で、周囲が「だれも気にしていない。くしゃみなんて、だれだってするさ、よくあること」と慰めたり励ましたりすればするほど、かたくなに登校を拒みます。かといって、学校生活への関心を投げ出してしまうのかということではなく、授業の時間割に合わせて教科書を開き、自分で勉強します。家において、学校のスケジュールに沿って自習します。しかし学校には足が向けられないのです。

■たくましい適応力を育てる子供世界の人間関係

幼児童期に、子供集団の中での生活体験——遊びを通して——が希薄な場合は、一般に、挫折経験が

少なく、いったん落ち込むと回復に時間がかかるといわれます。ふつう、子供世界の人間関係の中でもまれ、鍛えられ、時には恥をかかされ、がまんを強いられるといった体験が、たくましい適応力（心の復元力）を育てていくことが多いのです。落ち込んでもすぐ立ち直る——挫折からの回復が早く、心のバランスを保つことを自然に会得していくのです。

ところが、大人の世界の価値観の中で育った子供は、親の期待に沿うあまり、子供世界に没頭する機会が少なくなります。友達と遊びたい心を抑えて、親が望む方向に自分の行動を切り替える。自分のしたいことよりも親の目（評価）を優先し、周囲からどう見られているか、そのためには何をどう行えばよいかをまず考えるようになります。こうした子供時代を過ごした子が、中学生になって自主性が要求されてくるころ、いったん落ち込むと元に戻るのに時間がかかることになるのです。

■子供の興味を禁止、強制するのは考えもの

大人から見て、子供のしていることがどんなにつまらないことでも、また、将来何の役にも立たない



と思えても、「やめなさい」と禁止を強制するのはよくありません。子供が目や顔を輝かせて取り組んでいることに、親が一方的に介入するのは考えものです。ましてや、「そんなこといくらやっても成績には関係ない」などというのは暴言もいってこす。大人の世界と子供の世界は、おのずから違います。子供は自分にとって面白く、楽しく、愉快で、そして何よりも「好きなこと」を通して友達との輪を広げ、さまざまな人間関係の中で、たくましい適応力（心の復元力）を養っていくのです。

岩佐壽夫

家庭ケースワーク研究所所長
東京都世田谷区教育委員会生活指導相談員

遠賀俳友句会抄

池田 幸利 選

カンナ燃ゆ朝の給油所洗はるる

三村 妙子

ひとしきり雨の過ぎたる端居かな

未永キミ枝

法師蟬ひときわ高き村はずれ

和多 昭子

ジンジャーの白き香りの露の朝

加藤 栄子

新涼や菓子うす紙指に透き

柴田とも子

おんが短歌会詠草

雑詠 河中 靖喜 選

白き足袋白き脚半にほんのりと紅さし

白石 一夫

わりて妻を送りぬ

大場 房江

真蒼なる海面に航跡曳く船も飛行機ゆ

竹下さつき

見れば動くともなし

河原タツミ

草花も朝の露おきすがすがと色とりど

伊藤アキコ

りに光り輝く

用もなく話もなきに尋ね来し君は人恋

う我も人恋う

如何ような咎め受けしや施設児の編み

レース目正しく揃う

ハチをキュー!!



「こわかったですよ」と吉村さん

お年寄り子どもが刺されると、場合によっては命が危いというスズメ蜂の巣が、別府や上別府であいついで見つかり、殺虫剤やハエたたきなどの近代化学兵器で退治されました。

別府の吉村さんのお宅の巣は、内部が2層になった大人の頭ほどの大きさで、玄関横の軒下で見つかりました。吉村さんは「人に言われるまで気がつきませんでした。知らぬが仏とはこのことですね」とびっくり。また、上別府の白石さん宅でみつかった巣は、家の天井裏に直徐50cmはあろうかという大物。5層に分かれた内部には幼虫やサナギがビッシリ詰まっていた。



吉村さん宅のハチの巣



白石さん宅のハチの巣



県民体育大会(水泳)が8月23日、福岡市の県営総合プールであり、遠賀町からも山浦博美監督と仲摩秀一マネージャーに率いられて山崎昭男、宮路敏明、宮崎道生、近松真吾、永楽朋彦、永楽秀勝、山浦華子、石松慎吾の各選手が出場、県内から集った強豪を相手に熱戦を繰り広げました。特に山崎選手が一般56歳以上の部平泳ぎで大会新記録で優勝、同自由形でも2位に入賞した他、宮地選手が平泳ぎで4位、宮崎選手がバタフライ100mで4位、永楽朋彦選手も平泳ぎ100mで8位に入るなど大活躍でした。

県大会(水泳)で大活躍



9月5日(土)、第3回青少年の主張遠賀町大会

が中央公民館大ホールで行われました。当日ホールは、小学生からお母さん方までで満席になり、15名の発表者は、電車の中でジュースの缶を捨てる非常識な大人への批判や、部活動で培った根性の事、単身赴任の父親の事を切実に述べたものなど、熱のこもった主張を繰り広げました。

熱弁をふるう



あした輝く町に

町長と町の基幹産業の農業、商工業関係の若者とが、町の将来について膝を交えて語りあう未来座談会が、このほど約30人の関係者を集めて開かれました。これは、国際的には円高不況による景気の後退、国内的には米の生産調整の拡大や米価の切り下げなど、遠賀町を取りまく状況にきびしいものがある中で、これからの遠賀町をいかに魅力ある住みよい活気のある町にしていくかを話し合うもので、席上出席者からは特産品の開発とPR、イベントの拡大、関係団体との連絡の強化など、今後の町づくりに向け、たくさんの意見が出されていました。



町内最高齢者で、100歳になられた松ノ本の姫小路篤胤さんの長寿を祝って、このほど内閣総理大臣をはじめ遠賀町からも表彰状や記念品が贈られました。

あにく体の調子をくずされて入院中の姫小路さんでしたが、町長や福祉事務所職員の訪問に目を細め、「来年もまたお祝いに来ますからね」と声をかけられると、うれしそうに手を握って答えていました。姫小路さんをはじめ長寿のみなさん、おめでとうございます。

元気で長生してください



8月30日(日)、勤労者体育センターと遠賀南中学校体育館で、14チームが出場して家庭婦人バレーボール競技が開催されました。接戦の予選リーグ戦からは鬼津、東和苑、中央、上別府が決勝トーナメントに進出。決勝戦は東和苑を下した鬼津と中央を破った上別府で戦われましたが、鬼津チームが競り勝ち、昨年に続いて二連勝しました。

**第5回遠賀町民体育大会
家庭婦人バレーボール競技の結果**

元気な赤ちゃん

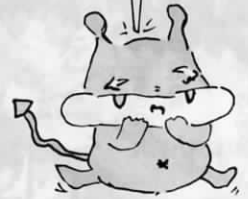


上別府670番地

たまえ 珠栄ちゃん
(富栄 男子 さんの長女)

昭和61年11月21日生
わたし標準より少し小さ
目だけど、すこく元気ノハ
イハイだって、つかまり立
ちだってヘッチャラ。誰に
でもダッコをねだり、水遊
び、イタズラだーい好き。

秋の 予防接種



予防接種の申込方法

予防接種の一週間前から前日までに
印鑑を持参の上、保健衛生係で問診票
と注意事項を受領してください。

六週間以上の間隔を置いて
二回投与

ポリオ予防接種

▽接種日 10月2日(金)

▽時間 受付 13時10分～14時
投与 13時30分～

▽場所 中央公民館

▽対象者 生後3カ月～48カ月未満の
乳幼児

▽接種方法

生後3カ月～48カ月の間に

三種混合

(百日せき、ジフテリア、破傷風)

▽接種日 10月7日(水)

▽時間 受付 13時10分～14時
接種 13時30分～

▽場所 中央公民館

▽対象者 24カ月～48カ月児

▽持参品 問診票、母子手帳

妊婦相談

▽期日 10月5日(月)

▽時間 13時30分～15時30分

▽場所 役場保健室

▽対象者 妊産婦

▽内容 産前産後の過し方、
妊婦体操

▽持参品 母子手帳受領の方は印鑑

▽料金 無料

乳児相談

▽期日 10月6日(火)

▽時間 9時30分～10時30分

▽場所 中央公民館

▽対象者 生後3カ月～6カ月児

▽持参品 母子手帳、バスタオル

▽内容 体重・身長測定
離乳食など指導

▽料金 無料
小児ガン検査セット配布

▽期日 10月13日(火)

▽時間 9時30分～10時30分

▽場所 中央公民館

▽対象者 生後7カ月～12カ月児

▽持参品 母子手帳、バスタオル

▽内容 体重・身長測定
離乳食など指導

▽料金 無料

総合検診

地区巡回検診で都合の悪い方は町内の医院でも
実施いたします。(ただし検査項目が少なくなります)

▷期 10月

▷時 周 医院の診療時間内

医院で受診される方は、事前に役場保健衛生係
窓口にて、総合検診受診表を持参のうえ、基本健康
診査記録票を受領して下さい。

(基本健康診査記録票がないと受診できません)

10月の総合検診日程

| 地区 | 検診日 | 曜 | 場所 | 時間 |
|-----|-------|---|----------|-------------------|
| 東和苑 | 10月8日 | 木 | 東和苑公民館 | 9時～11時 13時～15時 |
| 〃 | 9日 | 金 | 〃 | 9時～11時 |
| 西天町 | 12日 | 月 | 西天町公民館 | 9時～11時 |
| 旧停 | 21日 | 水 | 旧停公民館 | 9時～11時 13時～15時 |
| 老良 | 24日 | 土 | 老良公民館 | 9時～11時 |
| 遠賀川 | 30日 | 金 | 遠賀町公民館別館 | 9時～11時 13時～15時 |

おかあさんの健康メニュー

日本食をみなおす(繊維質のものを食べましょう)

黒豆ごはん



材料(四人分)

米 3カップ
黒豆 3分の1カップ
塩 少々

作り方

- ①米は洗ってザルにあげておく。
- ②黒豆は香りよくいり、皮を取り、手早く水洗いし、カップ2杯の湯に30分くらいつけておく。
- ③黒豆のつけ汁を加えて、塩少々を入れ、普通の水かんで炊く。
- ④茶わんに山盛りで、おいしくいただく。

遠賀町食生活改善推進会



東洋医学について (14)

折尾 田中産婦人科医院長 田 中 壮 介

今回は気と血、特に瘀血を終わって水についてお話ししましょう。

水といえは、西洋医学の水と同じですか。

漢方医学でいう水の起源について話しましょう。

古代では、生活体の基本は気と血であると考えていたことは既に述べました。それが人智の進むにつれて、からだには血液以外に水様物のあることに気づいて、これを区別しないと説明がつかないことが分り、血液と水様物を画然と区別して議論するようになった。

これは古代としては大きな医学的進歩であり、人間の身体を気、水、血で構成されていると考えるに至ったのです。漢方という「水」は、西洋医学的には、体液、各種の分泌液、排泄物、炎症のときの滲出液、その飲んだ水まで含まれていて、体中のすべてを水と表現しています。漢方では病的な水分は「痰」とか「飲」とかの字を用い、生理的な体液を「津液」と呼んでいます。

漢方では「水毒」という字があります。よって起った病的変化をいう場合もあります。

自然界においては、水は空気と共に生命の源であります。水は人類や生物に大きな恩恵を与える反面、水がこれらの生命を奪う場合もあります。人体の60%~70%が水分であるから、水分の変化や変調というのは大きな意義を持っています。天然の水がその変調により自然を破壊することがありますように、身体の水分も大きな変動があります。体液の変調とは、からだの水分の代謝障害のことです。代謝機能が健全であって、水分の吸収、排泄、配分、循環が円滑に行なわれていけば問題は無い。もし体液の変調が起こると、体内に不必要な体液が貯留されることになる。体液の貯留で一番なじみ深いのが浮腫です。体の表面に表れる浮腫は良く見られますが、軽視してはなりません。体内の諸臓器からの赤信号に外ならぬのです。この浮腫をおこした原因が水毒といい、また、水毒によって起った病的変化をいう場合もあります。

10月のし尿収集予定表

| 収集日 | 大型車収集地区 | 小型車収集地区 |
|-------|-----------------------|-------------------|
| 1(木) | 西町、浅木の一部 | 尾崎、若松、虫生津、上別府 |
| 2(金) | 東町 | 広渡 |
| 3(土) | 虫生津(新屋敷を含む)、東町 | 別府、木守、上別府の一部 |
| 5(月) | 虫生津、木守 | 月2回収集家庭 |
| 6(火) | 月2回収集家庭 | |
| 7(水) | 月2回収集家庭 | |
| 14(水) | | 別府、上別府(高家) |
| 15(木) | 旧停、若松、鬼津 | |
| 16(金) | 遠賀川 | |
| 17(土) | 遠賀川、新町 | |
| 19(月) | 新町 | 別府、鬼津、千代丸、鬼津(小島掛) |
| 20(火) | 月2回収集家庭 | 月2回収集家庭 |
| 21(水) | 新町 | 島津、老良、上別府、鬼津 |
| 22(木) | 新町(ユニード前通り一部)、広渡(中牟田) | |
| 23(金) | 新町 | |
| 24(土) | 新町、別府 | |
| 26(月) | 鬼津、若松、別府、上府別、浅木、虫生津 | |
| 27(火) | 別府 | 鬼津、松ノ本、若松、道官 |
| 28(水) | 尾崎、今古賀、鬼津 | |
| 29(木) | 上別府、木守、鬼津、若松 | 老良 |
| 30(金) | 浅木 | 浅木、鬼津、尾崎 |
| 31(土) | 堂塔寺、道官、若葉台 | 今古賀、島津 |

10月のゴミ収集予定表

| | |
|--------------------------|---|
| 燃えるゴミ | 木片類、竹類、木の葉、魚などのパック、残飯類、新聞、雑誌、布きれなど |
| 月曜日 と 木曜日 | 島津、若松、鬼津、尾崎、千代丸、広渡、道官、松ノ本、上別府、虫生津、若葉台、芙蓉、東町、西町、老良 |
| 火曜日 と 金曜日 | 別府、今古賀、遠賀川、新町、旧停、中央、木守、浅木、東和苑、広渡の一部、上別府の一部 |
| 粗大ゴミ (大型家庭ゴミ) | 家具、建具、テレビ、冷蔵庫、ふとん、マット、ベッド、机、いす、自転車など |
| 14日(水) | 鹿児島本線から北側地区 |
| 28日(水) | 鹿児島本線から南側地区 |
| ビン・カン類 | あきカン、あきビン 金属性のナベ、ヤカン、カマ |
| 14日(水)、28日(水) | 町内全域 |
| 燃えないゴミ | 陶器類、プラスチック類、ゴム、蛍光灯類など |
| 24日(土) | 町内全域 |

10月上期の遠賀町主要行事表

行事によっては時間中途からの参加ができなかったり、また、他の参加者に迷惑をかけたりします。事前に確認、遅れないようにしましょう。

| 日 | 曜 | 行事内容 | 時間 | 実施会場 | 担当係名 | 対象や終了時間など | 詳細 |
|--------|--------|-------------------------|----------------------------------|---------------------|-------------|----------------------------------|-------------------|
| 2 | 金 | 和紙人形教室③ | 10:00~15:00 | 中央公民館 | 社会教育係 | 教室申込者 | |
| | | ポリオ生ワク | 13:10~ | 中央公民館 | 保健衛生係 | 生後3ヵ月~48ヵ月の乳幼児 | 10ページ |
| 3 | 土 | 刺しゅう教室④ | 9:30~11:30 | 中央公民館 | 社会教育係 | 教室申込者 | |
| 5 | 月 | 妊婦相談 | 13:30~15:30 | 役場保健室 | 保健衛生係 | 妊産婦 母子手帳交付 | |
| | | 区長会議 | 14:00~ | 役場 大会議室 | 企画調整係 | 各地区区長 | |
| 6 7 | 火 水 | 老人ふれあい一泊の旅 | 1泊2日 | 大分県 天ヶ瀬温泉 | 社会福祉 協議会 | 対象者には通知します。 | |
| 6 | 火 | 乳児相談 | 9:30~10:30 | 中央公民館 | 保健衛生係 | 生後3ヵ月~6ヵ月児 | 10ページ |
| 7 | 水 | 三種混合 | 13:10~ | 中央公民館 | 保健衛生係 | 生後24ヵ月~48ヵ月児 | 10ページ |
| 8 | 木 | 総合検診 | 9:00~11:00 13:00~15:00 | 東和苑 公民館 | 保健衛生係 | 東和苑区 胃ガン検診受付は11時まで | 広報 8月10日号 |
| | | 高齢者学級 (寿大学) | 10:00~15:00 | 中央公民館 | 社会教育係 | 60歳以上の男女 午前:教養コース 午後:選択コース | |
| 9 | 金 | 総合検診 | 9:00~11:00 | 東和苑 公民館 | 保健衛生係 | 東和苑区 | 広報 8月10日号 |
| | | 老人クラブ会長会 | 10:00~ | 老人憩の家 | 福祉係 | 各地区老人クラブ会長 | |
| | | 野草教室⑧ | 13:30~15:30 | 中央公民館 | 社会教育係 | 教室申込者 | |
| 10 | 土 | 第22回 遠賀町民体育祭 | 8:20 集合 8:30 開会式 9:00 競技開始 | 総合 運動公園 グラウンド | 体育係 | みんなできてね | いっしょに入っている チラシ |
| 12 | 月 | 総合検診 | 9:00~11:00 | 西町公民館 | 保健衛生係 | 西町区 芙蓉区 | 広報 8月10日号 |
| | | 行政(と)相談 心配ごと相談 | 10:00~12:00 13:00~16:00 | 公民館別館 | 庶務係 協 | お気軽にご相談ください。 | 4ページ |
| 13 | 火 | 乳児相談 | 9:30~10:30 | 中央公民館 | 保健衛生係 | 生後7ヵ月~12ヵ月児 | 10ページ |
| 14 | 水 | 民生児童委員会 | 9:30~ | 役場 大会議室 | 福祉係 | 民生児童委員 | |

愛がある 愛がある — 赤い羽根共同募金 —

本年も10月1日から、赤い羽根共同募金が、全国一斉にスタートします。

共同募金は、その名の示すとおり、みんなの力で社会を住みよくしてゆこうというとりくみです。

市町村で集められたお金は、福岡県共同募金会へ送金し、配分申請に基づき検討され、民間の施設や、社

会福祉協議会へ配分されます。共同募金は、民間の社会福祉へ還元されてゆきます。

戸別募金、法人募金、パッチ募金など様々な形で募金運動が展開されます。

今年もまた、昨年と同様の熱き思いとあたたかい心で、募金へのご協力をお願い申し上げます。

