

市政だより

おおむら

昭和62年

10月号

—人口の動き—

(前月比)

人口(男) 34,111 +135

(女) 37,036 +135

(計) 71,147 +270

世帯数 21,274 + 70

9月1日現在



(9/14・清和園)

おじいちゃん・おばあちゃん いつまでも元気でね!

敬老の日を前に、本町保育所の園児21人が

清和園を慰問。おじいちゃん・おばあちゃんに

これからも元気でいてくださいと、花束、手型

を入れた寄せ書きを贈りました。そのあと全員で

フォークダンスを踊ったりして、楽しいひとときを過ごしました。

特集 足

足は“第2の心臓”

歩いてつくりよう 自分の健康



人間は2本の足だけを使って歩く唯一の動物です。人類が誕生して以来、何万年という年月の中を2本の足を使って大地を踏みしめ、歩く歴史を積み重ねてきました。そこには、単なる移動のための機能としてだけでなく、足を使うことによつて健康のバランスを保つ節理を培ってきた、と考えることができます。

しかし現代、自動車の普及や交通機関の発達によつて、わたしたちの生活は大きく変わりました。昔では考えら

れないほど遠い距離を実に簡単に移動できるようになりました。しかしその一方で、車や機械が人間から歩く動作を奪つてしまつた、といえなくもありません。

人間にとつて歩行とは、そして歩行と健康との関係は——10月10日は「体育の日」です。スポーツの秋にちなみ、「第2の心臓」といわれる「足」について考えてみました。

肩こりや腰痛は

なぜ起こるのか

体を動かしたくても動かせない社会——それが現代社会であると思います。

たとえばサラリーマンの仕事を考えてみてください。デスクワークに連日の会議、ちよつとした連絡は電話ですませ、移動には車やエレベーターを使う……。

このような静かな仕事が増えたせい、最近では肩こりや腰痛などの局所的な体の疲労を訴える人が増えました。これは、体を動かさない環境の中で、筋肉を一種の緊張状態——輪ゴムにたとえていえば、軽く引つ張つたままの状態を保っていることから起こる疲

勞です。

このような状態を長く続けていると、筋肉の中の毛細血管は圧迫されるので、血液の循環が悪くなります。新鮮な酸素やエネルギーは補給されません。それどころか、血液中の老廃物も

自分に合った運動を

長く続けよう

東京学芸大学教育学部助教授

宮崎義憲

運ばれず、筋肉の中にたまってしまいます。これが筋肉の疲労となり、肩こりや首すじのこり、腰のだるさなどになって現れるのです。

このような症状を訴える人の中には、指圧やマッサージで疲労を解消している人を見かけま

す。しかし、それよりはむしろ、何か軽い運動をされたほうが、より効果があり、健康にもよいと思えます。緊張していた筋肉は、運動によってほぐしてやるのがベストだからです。

いま、わたしたちに求められているのは、車や機械の便利さに慣らされることなく、動物としての機能をどこかで使い続ける——ということです。そのためには、現代は体を動かしたくても動かせない時代なんだということ、肝に銘じて、意識的に体を使うようにすることが大事でしょう。とはいっても、何も激しいスポーツをする必要はありません。細く長くできる自分に合った運動をみつけて、毎日続けていけばいいのです。年齢や体力に合った運動、栄養、休養の三つのバランスのとれた生活を日ごろから心がけてほしいものです。

機械の便利さに

慣らされるな

現代のような機械万能の社会に生きていると、人間が動物でしなうて忘れて植物になってしまつてはいませんか？と危惧して

(談)

特集 足



足

の動きに隠された秘密

心臓の補助ポンプの役割

わたしたちは立っているとき、無意識のうちに右足に重心をかけたなり左足に重心をかけたなりしています。いすに腰かけているときも、足を組んだり投げ出したりします。皆さんは、この無意識のうちに右足の動きに、どんな秘密が隠されているかご存じですか。

筋肉の50%が足に

心臓は血液の循環を行う大切な役目を担っています。心臓から送り出された血液は、大動脈、動脈、細動脈、毛細血管へと流れ、静脈を通じて心臓に戻っていきます。ところが、この心臓の働きだけでは、血液の循環が円滑に行われないうところがあるのです。

わたしたちの筋肉を調べてみ



ると、数百本から数千本の筋繊維が束になっており、その1本1本の繊維の間には無数の毛細血管がまわりついています。この毛細血管の中の血液の流れをよくしているのが、実は筋肉の動きなのです。

つまり、心臓の動きの及ばない毛細血管の中の血液は、筋肉が伸びたり縮んだりすることによってしぼり出され、血液循環が円滑になるといわれます。この仕組みは、牛の乳しぼりにたとえて「ミルクング・アクション」と呼ばれています。

これでお分かりでしょう。わたしたちが無意識のうちに足を動かしていたのは、ミルクング・アクションによって血液の循環をよくしていたのです。

このように筋肉は、心臓の働きをフォローする「補助ポンプ」の役割を果たすのですが、なかでも足の筋肉は全身の筋肉の50%以上を占めており、心臓の補助ポンプとしての役割も非常に高いといえます。足は第二の心臓といわれるのは、このためなのです。

足を使って健康維持を

足を積極的に使うことが血液の循環をよくし、若々しさを保ち、ひいては動脈硬化や糖尿病などの成人病予防に有効なこと、は言うまでもありません。そのうえ、足を使うことは脳にも刺激を与えるため、ボケの防止にもなることも医学的に立証されています。足を使うことは、いわば「健康維持の基礎」。積極的に足を使いたいものです。

とはいっても、必ずしも激しいスポーツをしなければならぬ、ということではありません。むしろ中・高年の方は、瞬発力を必要とする運動は避けたい、が無難のようです。大切なのは、足をまめに動かすことであり、

●年代別、体重別の歩行距離の目安●

あなたは何キロ歩けばいいか

一般に、40代の方は1日200キロカロリー、50代の方は150キロカロリー、60代の方は120キロカロリーを歩いて消費するのがよいといわれています。

歩行による消費カロリーは、次の計算式によって簡単に割り出せますので参考にしてください。

$$0.5 \times \text{体重(kg)} \times \text{距離(km)} = \text{消費カロリー}$$

たとえば、体重60kgの50代の方が150キロカロリーを消費するためには——
 $0.5 \times 60\text{kg} \times 5\text{km} = 150\text{キロカロリー}$
 つまり、5キロ歩けばよいということになります。

つまり歩くことなのです。

では、健康を維持するために、わたしたちはどれくらい歩行を目安にしたらいのでしょうか。

▼手を振って

サッサと歩こう

1日最低30分間、手を振ってサッサと歩きましょう。行き15分、帰り15分の目的地を決め、分速80メートルから100メートルの速度で歩けば、少し汗ばむ程度の適度な運動となります。

▼距離と速度は

少しずつ増やす

いくら歩行が大切といっても、

今まで全く動かなかった人が、いきなり長時間歩き続けるのは考えものです。

始めは短い距離をゆっくりとした速度で歩き、次第に距離と速度を増やしていきましょう。

▼歩くことを日課の一つに

体力は使わなければ衰えていきます。衰えを防ぐには、毎日継続させることが大切です。そのためには、歩くことを生活の一部にしてしましましょう。食事や睡眠、入浴などと同じように歩くことを日課にしてしまえば、忙しくて時間がとれないということもなくなりそうです。

年金と税金

老後の生活の支えとして、年金は重要な役割を果たしています。年金についてどのように課税されるのかよく分らないという人もおられると思います。

●国民年金法などによる障害年金
なお、年金や恩給が支払われる際には、通常の給与と同様に所得税の源泉徴収が行われます。年金や恩給の支払者に「扶養控除等申告書」を提出している場合には、源泉徴収された税額が年末調整により精算されますが、提出していない場合、または、年末調整を行っていても他に所得のある場合は、確定申告を行って税額の精算を行うこととなります。

年金にかかると税金

①給与所得として所得税が課税されるもの

●過去の勤務に基づき勤務先から受ける年金

●国民年金、厚生年金などの公的年金

●適格退職年金などの企業年金

②雑所得として所得税が課税されるもの

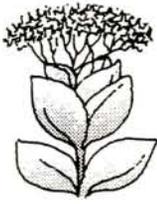
●郵便年金、生命保険会社の個人年金

③利子所得として所得税が課税されるもの

●銀行、信託銀行、証券会社などの個人年金の利子相当額

④税金がかからないもの

●遺族年金（死亡した人の勤務に基づくもの）



●**老年者年金特別控除**
老年者（65歳以上で、年間所得が1千万円以下の人）が受ける公的年金や恩給については、これらの収入金額から「老年者年金特別控除」として78万円（収入金額が78万円より少ないときは、その額）を差し引くことができます。

そのほか、源泉徴収の特例などがありますが、詳しくは諫早税務署（☎21370）にお尋ねください。

医療費を

お知らせします

国民健康保険では、家族の皆さん（国保被保険者）が、7月中に受けられた医療費を10月にお知らせします。

このお知らせは健康についての関心を高め、健康管理の必要性をより一層目覚めてもらうためのものです。

なお、個人の秘密を守るために、親展文書で世帯主あてお送りします。

お問い合わせ 保険年金課保険係

子供に関する悩みごととは 早めに相談してみませんか

～秘密を守り、費用は無料です～

☆児童福祉に関する相談

○母親が入院などで子供を育てられない

○子供を育てるのに経済的に困っている

○妊婦の福祉に関することなど
家庭児童相談 市福祉課（☎4111内線226）

☆知能・心理などの相談

○障害をもつ子供の就学問題で困っている

○知恵おくれではないかと悩んでいる

ご協力ください！ 全国都市

パーソナリティ調査

9月から10月にかけて、全国の代表的な都市（131都市）において、一斉に、人（パーソナリティ）の動き（トリップ）に関する交通実態調査が行われます。

この調査は、人の動きに着目し、平日（火・水・木曜日）のいずれか）と休日（日曜日）における

道路・鉄道・バスなどの交通利用実態を調査し、将来の総合的な町づくりに生かすものです。

本市も調査対象都市として選ばれており、市内に住んでいる人の中から住民基本台帳により無作為に360世帯を選ばせていただきます。選ばれた家庭におかれましては、5歳以上の人全員に、期間中の平日と休日のある一日について、「いつ、どこで、どのような目的で、どのような交通機関をどのように利用したか」をお聞きします。

選ばれた家庭には、調査員が伺いますので、ご協力をお願いします。

なお、調査に関するご意見、ご質問は、土木課都市計画係（☎4111内線213）

開設します 休日納税相談

諫早県税事務所では、納税者の便宜を図るため、休日納税相談窓口を開設します。どうぞご利用ください。

日時 10月4日（日）
午前10時～午後4時
場所 諫早県税事務所（諫早市永島東町 ☎1032、☎0508）

4歳未満の第2子から

児童手当

児童手当は、国、都道府県、市町村と事業主が費用を持ちあい、児童を養育する人に児童手当を支給することによって、家庭生活の安定と次代を担う児童の健全育成、資質の向上を図ることを目的としています。
対象は？

4才未満（昭和62年4月1日現在）の第2子から児童手当が支給されます。手続きがお済みでない方は至急手続きをしてください。

児童手当の支給はいつ？

10月・2月・6月の年3回です。各支給月の前4か月分が支給されます。

※詳しくは、市民課児童手当担当へお尋ねください。

ご利用ください わたしたちの行政相談委員

行政相談週間 10月11日～17日

毎日の暮らしの中で、道路や河川の整備、環境衛生など役所や公団などの仕事に苦情や要望意見はありませんか。「苦情はあるが、直接役所に行つて言いくらい」「どこへ申し出たらいいのかわからない」という方は、行政相談委員に申し出てはいかがでしょうか。

役所や公団などが行っている仕事に対する苦情や要望・意見を住民から受け、

問題解決の促進を図る国民と行政とのパイプ役です。

取扱いは無料です。お気軽にご相談ください。

行政相談委員（敬称略）

江口善芳 皆同町526

北野松代 東本町279

松本健次 三城町622

定例行政相談日 ☎0155

毎月第2木曜日、午前9時30分～正午、市役所市民相談コーナー（広報公聴課）

持ってくるもの 印鑑

手数料 種類、能力によって異なります。



ご存知ですか

シルバー人材センター

高齢化社会が急速に進む中で、就職は望まないが、経験、技能を生かして、社会に役立つ仕事をしたいという、健康で働く意欲のある高齢者が増えています。このため、これまでの知識、技術を生かし、高令者の能力、体力にふさわしい仕事を行うシステムが必要となってきました。

こうした高令者のニーズに応えるために生まれたのが「シルバー人材センター」です。シルバー人材センターは、地域社会の発展に寄与することを目的として、運営している団体

シルバー人材センターの

説明会のお知らせ

会員になりたい人、仕事を依頼したい人など、誰でも参加できます。お気軽にお問い合わせください。

時間 午後2時
問い合わせ 商工観光課

はかりの定期検査

取り引き用・証明用はもれなく受けましょう

商店、病院、官公庁などで販売や証明などに使用するはかりは、年に1回、検査を受けなければいけません。

検査日程

月日	場所	時間
10. 12(月)	市役所	10:00～15:00
10. 13(火)	市民会館	10:00～15:00
10. 14(水)	中地区公民館	10:00～15:00
15(木)		
10. 16(金)	竹松出張所	10:00～15:00
10. 19(月)	松原出張所	10:00～15:00
10. 20(火)	萱瀬出張所	10:30～12:00
	福重出張所	13:30～15:00
10. 21(水)	三浦出張所	9:30～10:30
	鈴田出張所	11:00～12:00

12:00～13:00は休みます。

シルバー人材センター説明会日程表

地区	日程	会場
三浦	10月19日(月)	三浦出張所
鈴田	10月20日(火)	鈴田出張所
萱瀬	10月21日(水)	萱瀬出張所
西大村	10月22日(木)	西大村出張所
竹松	10月23日(金)	竹松出張所
福重	10月26日(月)	福重出張所
松原	10月27日(火)	松原出張所
大村	10月29日(木)	コミュニティセンター

★道路標識について
ご意見をお寄せください！
全国道路標識週間
10月5日～11日

宛先 諫早土木事務所道路課
(諫早市東永昌町25-8)
☎20010

大村市総合文化会館 建設準備懇話会委員を募集

市は、市制施行50周年記念事業の一環として大村市総合文化会館（仮称）の建設を計画しています。

この会館建設にあたり、皆さんの意見を反映した理想的な会館とするため、次のとおり、その委員を募集します。

応募資格

- ① 住所：市内に居住する人
- ② 年齢：20才以上の人
- ③ 性別：男女を問いません

応募方法 『大村市総合文化会館建設構想について』の意見を400字づつめ原稿用紙1枚

程度にまとめ、住所、氏名、年齢、性別を明記のうえ提出してください。

締め切り 10月31日(日)

公募委員 書類選考及び面接のうえ、若十名

応募・問い合わせ 市総務課（玖島1丁目25番地）



大村市モーターボート競走事業 売上げ対策懇話会委員を募集

市はモーターボート競走事業存続発展のため、ボート事業に関心のある皆さんの意見を反映する大村市モーターボート競走事業売上げ対策懇話会を設置することとし、次のとおり委員を募集します。

応募資格 年齢20歳以上で性別は問いません。
応募方法 「モーターボート競

走事業」に関する意見を400字づつめ原稿用紙1枚程度にまとめ、住所、氏名、年齢、性別を明記のうえ提出してください。

応募締切 10月31日(日)
応募・問い合わせ 競艇事業部（玖島1丁目15番地1） ☎541111

農地に関することは 農業委員会へ

農地法において「農地」とは「耕作の目的に供される土地」をいうこととされています。農地は、土地登記簿の地目が田・畑と記載されているか、いないかによって判断されるものでなく、土地登記簿で宅地や原野・雑種地などとなつていても、耕作の目的に供される土地であれば農地になります。

このような土地を売買、賃借、転用するときは次の許認可等を受け、農地法違反とならないよう注意しましょう。

- ① 農地を農地として売買、賃借等により権利を設定、移転する場合（農地法第3条の許可）
- ② 農地を、所有者自ら農地以外の目的（宅地等）に転用する場合（農地法第4条の許可）
- ③ 農地を、農地以外の目的（宅地等）に売買したり、賃借等の権利の移転、設定をする場合（農地法第5条の許可）
- ④ 昭和30年以前から引続き農地以外の目的に供している場合

農地法において「農地」とは「耕作の目的に供される土地」をいうこととされています。農地は、土地登記簿の地目が田・畑と記載されているか、いないかによって判断されるものでなく、土地登記簿で宅地や原野・雑種地などとなつていても、耕作の目的に供される土地であれば農地になります。



イメージポスター(上)とシンボルマーク(下)

、90長崎「旅」博覧会
65年に開催される長崎「旅」博覧会のイメージポスターとシンボルマークが決まりました。
イメージポスターは、海・旅・未来を表現。シンボルマーク

は、長崎くんちの龍踊りをベースに、博覧会の開催年次1990年を組み合わせられています。今後は、これらを活用して、広域的な広報・宣伝が展開されます。

イメージポスター シンボルマーク 決まる

（非農地証明）
⑤ 田や畑を、耕作の合理化のため埋立等をして利用する場合（造成届）
※ 許可を受けない無断転用の場合は、違反転用事案に対する工事中の中止や、原状回復をせよという場合がありますので特に注意してください。

大切な資源である農地が、無断転用されたり、荒されたりしますと、農業の健全な発展と良好な街づくりに大きな支障をきたします。

夜間の立ち入り禁止

長崎空港 10月1日から

夜間における、空港施設の安全管理体制の強化を図るため、10月1日から夜間（午後10時1分前6時30分）の空港内立ち入りおよび通行を禁止します。

皆さんのご協力ををお願いします。
お問い合わせ 長崎空港派出所 ☎9669

屋外広告物の掲出は！

屋外広告物指導強張旬間 10月16日～25日

屋外広告物を掲出しようとするときは、次の点に十分注意してください。

許可を受けていますか
 県が定めた都市計画区域など許可を必要とする地域に掲出しようとするときは、諫早土木事務所ですべての許可を受けてください。
 禁止物件に掲出していませんか

街路樹、電柱、ガードレール、街路柱などには、はり紙、はり札、立看板を掲出できません。道路上に掲出してはいけません。道路上には、道路法と道路交通过法により、道路の維持管理・交通保安のため掲出が禁止されています。

※詳しくは、諫早土木事務所 総務課管理係 ☎20010

台風12号被災 災害復興 住宅資金

台風12号により住宅に災害を受けた方に対して、災害復興住

融資条件

	建	設	新築住宅の購入	中古住宅の購入	補	修
融資限度額						
耐火の住宅		910万円	1,410万円	980万円		450万円
簡耐の住宅		910万円	1,410万円	900万円		450万円
木造の住宅		800万円	1,300万円	800万円		400万円
土地取得費		500万円	—	—		—
整地費		250万円	—	—		250万円
移転資金		—	—	—		250万円
金利	年 4.00%					
返済期間	25～35年以内	25～35年以内	20年以内	20年以内		
	3年以内の据置可。その期間、返済期間を延長。			1年以内の据置可		

宅の建設・購入資金（建物の5割以上の被害を受けた場合）または補修資金（10万円以上の被害を受けた場合）の融資を行います。
 募集期限 昭和62年12月25日（金）
 申込先 各金融機関
 問い合わせ 金融機関および住宅金融公庫福岡支所サービス相談室 ☎092-7121555

ご利用ください 設備近代化資金貸付制度 設備近代化資金貸付制度 設備近代化資金貸付制度 設備近代化資金貸付制度

設備近代化資金貸付制度
 設備設置額の1/2以内の資金を無利子でお貸しします。

貸付対象業種・設備
 機械金属工業・農林水産業・繊維工業等36業種、180品目（対象企業）、528設備

貸付条件

- ① 貸付限度額
 原則として50万円以上3千円以下
- ② 貸付率

③ 貸付利率
 無利子

④ 償還方法
 1年据置き4年均等年賦償還

⑤ 担保等
 原則として不動産を提供していただきます。

原則として保証人2名

法は民主主義社会の生命

法の日 10月1日・週間 10月1日～7日

個人の自由が保障されていることは、民主主義社会の生命ともいべきものです。その自由は、各人が勝手気ままに振る舞う自由を意味するものではなく、他の人々も、自己と同じだけの自由を持っているのですから、すべての人の自由が平等に尊重されるよう、各人の自由の共存が図られなければなりません。法は、このような各人の自由の共存を図るために重要な役割を果たしています。

また、我が国が政治、経済、文化等のあらゆる分野において発展し、国際社会においても民主主義国家として信頼と尊敬を受けるためには、法の支配の原則が国民の間に行き渡っていることが必要です。このような法の支配の重要性を国民一人一人に浸透させることを目的として制定されたのが10月1日の「法の日」なのです。

長崎地方裁判所大村支部
 長崎家庭裁判所大村支部

設備譲渡制度

要望される機械を（財）長崎県中小企業振興公社で購入しこれを譲渡（割賦返済方式）もしくはリース（月払）いたします。条件等（別表のとおり）受け付け・問い合わせ
 大村商工会議所 ☎4222

種別	項目	対象業種・設備	限度額 (万円)	損料(利息) リース料率(%)	返済(支払) 方法	担保等	保証金
一般設備譲渡		設備近代化資金とほぼ同様	100～2,500	年 4.5	半年据置き 4年均等年賦償還	有	価格の10%
新技術体化設備譲渡		コンピュータ作動の物	1,500～5,000	年 4.5	半年据置き 6年均等年賦償還	有	なし
設備リース		機械器具製造業、中小造船業、印刷業等	100～5,000	月3.105～1.492 リース期間による	3年～7年 月払	有	なし
大型機械譲渡		機械器具製造業、中小造船業、印刷業等	2,000～4,000	年 4.2	1年据置き 5年均等年賦償還	有	価格の5%

健康で人生80年 ①

狭心症

現在、心疾患がわが国の死亡順位の2位を占めています。それは近年、狭心症や心筋梗塞などの冠動脈疾患が増加したことによるものです。そこで今回は狭心症について述べることにします。

狭心症は、心臓の栄養を司る冠動脈が動脈硬化やもしくは縮小によってその血管内腔が狭くなり、その結果、心臓を灌流する血液が減少するためにおこるもので、35〜50%と高い死亡率を有する心筋梗塞へ移行しやすい病気です。したがって狭心症は早期に適切な診断を受け、適切な治療を受ける必要があるわけです。

狭心症は、狭心痛といわれる特徴的な胸痛発作があります。その特徴的な胸痛とは、(1)胸痛の性状は痛みというよりは重苦しい感じ、しばられる感じ、圧迫感、不快感、つまる感じ、焼ける感じ、えぐられる感じなどと表現されるもので、(2)胸痛を感じる部位は、前胸部が多く、胸骨裏面という表現がよく使われます。(3)発作の誘因は急いで

歩いたり、坂を上ったりの労作により起こりやすく、冠動脈の縮小による場合は深夜や早朝の一定した時間に起る場合が多いようです。また(4)発作の持続時間が短いのが特徴で、大部分は5分以内でおさまります。15分以上続く場合は心筋梗塞が考えられます。

以上のような症状があった場合、狭心症と診断してよいわけですが、診断を確定するためには心電図検査(安静時、負荷後)が必要です。しかし狭心症の重症度は発作の程度や心電図の変化とは必ずしも一致しない場合が多く、したがって狭心症が疑われた場合は、是非設備のある病院で冠動脈造影検査を受け、内科的治療でよいものか、それとも外科的治療が必要であるかの確かな診断をしてもらう必要があるかと思えます。特に高血圧や高コレステロール血症、過度の喫煙、肥満、糖尿病などを有する人で狭心症様症状のある人は、心筋梗塞にからならないように一度専門医を受診されるようおすすめ致します。

市立病院院長 藤原 恒夫

親から子供への贈りもの

文の中で述べています。



親の後ろ姿 最大の財産

障害者への理解を広げ、その自立化を援助しようと「ふれあいグルメの会」を組織したYさんという一人の主婦がいます。そのYさんに、アメリカへ留学している息子さんから手紙が届きました。「僕はお母さんのような優しく、そして家庭の中だけで

淑徳短期大学教授
前全国ボランティア活動振興センター所長
木谷 宜弘

健康ファミリィ ⑬

子供の食生活

子供の食生活が急速に進み、ものを食べる時に適切な力を借りる機会があまりなくなりました。『あの退化が話題になっていきます。特にそれで顕著なのが、パンの耳さえ食べ残す現代の子。あくびをした、かたいものをちよっとかんだ程度であ



ぼくのわたしのたからもの

⑮

CONJUN

内田裕子ちゃん
(12歳・古町2丁目)



「昔は色々な物があったので、こんなわらわらうりをはいていたよ」といながら、作り方を教えてくれました。このぞうりを見ると、おばあちゃんのことや、昔の思い出がうかんできます。

今はちよとよくなりました。よそのおばあちゃんを見ると、まだ生きていてほしかったな一と思えます。これからも、このわらわらうりを大切に持っておきたいです。



佛田里美ちゃん(植松3丁目)
S61. 8. 20 生まれ

アイドル登場

おじいちゃん、おばあちゃん子の里美ちゃん。1日1日、知恵がついて、少しもじっとしていません。思いやりの心を伸ばし、健康な心と体をもった子どもに育ってください。(田・ヒロ子さん)

こんなグループ知ってる? ⑮

健康クラブ木よう会



若さと健康を、をモットーに発足してから15年。家庭の主婦の集いで、会員40人。30歳代から60歳代と、平均年齢50歳。発足当時から続いている会員も数名います。

松尾、白浜、両先生の指導をうけながら、レクダンス、リズム、バレエ、バスケット、インテアカ、卓球、バトミントン、ローンボール、ミニバレー、山登り、またバスを利用しての野外活動、チョッピリですけれどリッチな気分になります。それに年に1回の高齢者クラブとの親善試合……

今年も、ミニバレーの試合を

しました。お互いに和気会々の時間を過ごし、両チーム共満足感で一杯でした。//もつとそこに小さな秋がやってきました。

会員一同健康保持と、親睦を深めると共に、明るい家庭、郷土づくりに、寄与することを目的とし、健康クラブ木よう会の歴史を一枚づつ、綴りながら、大切に育て、いきたいと願っています。

仲間に入りたいと思われる方は連絡をお待ちしております。

例会日 毎週木曜日 午前10時〜12時

連絡先 ☎0875 (井手)

健康テレホンサービス

0958・26・5511

- 月 老人のせきとたん
- 火 スポーツ障害 膝の痛み その③
- 水 膀胱炎
- 木 めまいの応急対策 その②
- 金 歯が痛い! — どうしよう
- 土・日 子どもと薬

市民映画会

視聴覚ライブラリー

10月3日(土) 午後2時~4時
西大村コミュニティセンター
(フィルム名)
春を呼ぶ瀬戸の小島 (劇映画53分)
私たちの井戸端会議 (家庭教育31分)

ポリオ(小児マヒ)生ワクチンの投与

該当する乳幼児 ○生後6か月～48か月までの初回投与を受けてない乳幼児

○2回目投与を受けてない48か月までの幼児

受けられない乳幼児

○発熱もしくは下痢を伴う急性疾患、重症結核、心臓血管系疾患、病後衰弱栄養障害などの乳幼児

○麻しんなど生ワクチン接種後1か月を経過してない乳幼児

○1年以内にひきつけ(けいれん)をおこした乳幼児

帳をご持参ください。
○体温を計ってきてください。
ポリオについて一言
ポリオ生ワクチンはどうして2回飲むのか
ポリオをおこすウイルスにI型、II型、III型の3つがあり、ポリオワクチンは、この3つの型のウイルスを弱毒化したものです。これを飲むと3つの免疫ができることが多いのですが、なかには1つか2つの型だけしかできないこともあります。6週間以上はなしてもう1度飲むと前回つかなかった型に対して免疫がでかかります。

日程表

会場	月 日
市役所出張所	10月6日(火)
西大村コミュニティセンター	10月7日(水)
三浦出張所	10月8日(木)
鈴田出張所	10月8日(木)
竹松出張所	10月8日(木)
福重出張所	10月8日(木)
中地区公民館	10月9日(金)
松原出張所	10月9日(金)

時間は：午後2時から3時まで
6週間以上はなすのはなぜ？
その間は前に飲んだウイルスが増えている最中なので、新しく飲むのを妨げるからです。また、接種期間がはなれてしまっても、必ず48か月までに2回は受けるようにしてください。間隔がはなれても免疫のきかたに差はありません。

麻しん(はしか)予防接種

該当する幼児 生後18か月～72か月までの麻しんにかかったことのない幼児
○麻しん予防接種を受けたことのない幼児

接種方法 個人接種です。直接指定された医院で接種を受けてください。

料金 無料
接種期間 10月1日～11月30日

お願い ○接種時は、母子健康手帳をご持参ください。

○麻しん予防接種を受けると前後約1か月間は、他の予防接種が受けられませんので各医院で相談ください。

麻しん予防接種指定医院

医院名	住所	電話番号
松井医院	久原2丁目	☎6624
寺井医院	玖島1丁目	☎3574
松尾医院	玖島1丁目	☎4412
田川小児医院	東本町	☎4000
近藤医院	東本町	☎1166
朝長医院	杭出津2丁目	☎5000
上田医院	諏訪1丁目	☎3505
出口小児科医院	諏訪3丁目	☎2252
与那城医院	池田新町	☎5575
沢田医院	小路口本町	☎1507
野口医院	西大村本町	☎2339
榊本医院	大川田町	☎8355
原医院	宮小路1丁目	☎8427
牧山医院	宮小路2丁目	☎7831
長崎医院	寿古町	☎8615
渡辺医院	松原1丁目	☎8275

老人教養講座

作品展示会

老人福祉センターで開講している講座の受講生が、日頃の勉強の成果を発表します。

期間 10月30日(金)～11月1日(土)

場所 福祉センター大会議室
展示品 盆栽、書道、生け花

社会福祉大会

社会福祉協議会では、第14回大村市社会福祉大会をつぎのとおりに開催しますので、皆さんのご参加をお願いします。

日時 10月27日(火)午後1時～
場所 市民会館大ホール
講演 21世紀の高齢者社会を支

える地域づくり。
講師 国立療養所長崎病院
浜村明徳先生

問い合わせ 福祉センター
☎1351

注意！

墓地および納骨堂の建設

墓地および納骨堂を建設するときは、県知事の許可をうけなければなりません。

許可を受けていない施設には焼骨等を埋蔵(葬)することはできません。

もし違反した場合は、処罰されます。

竹松町地区

民生・児童委員が決まりました

皆さんの福祉増進のために活動していただいています。

お気軽にご相談ください。
民生・児童委員(敬称略)

南 初市 竹松町904
☎0298



ご存知ですか？

急病・けがの応急手当

急病やけがの とき、応急措置が分からなくて困ったことはありませんか？
これは、たとえ病院や診療所の近くに住む人であつても多くの人が体験することです。なぜなら「いつ」「どこで」「だれに」おこるか予測できないときにやってくるからです。特に小さい子供やお年寄りをもつ家庭では頻度が高く、不安は大きいと思います。そこで、いざと言う時のために、病状にあつた正しい応急手当の知識を身につけておきましょう。

応急手当の心得
1、あわてず、さわがず、おちついて
手当をする人が慌てたり、騒いだりすると手当の方法を誤ったり、患者の不安を一層高めたりますこととなります。患者は楽に安静に、手当は落ち着いて正しく、手際よくしましょう。

2、救命を最優先に
重病や重傷と思われる時は、医師や救急車を呼ぶ必要があり

ますが、それまでの間、患者を放っておいたのでは手遅れになることがあります。息を止めているか、脈は触れられるか、出血がひどいか等を見て、人口呼吸心臓マッサージ、止血などの適切な応急手当をします。

3、備えあれば憂いなし
日常特によく見られる病気やけがの応急手当は必ず知っておきましょう。また、応急手当の本や救急箱(袋)も備えておきたいものです。

4、かかりつけの医師をもちましょう。

かかりつけの医師をもつことは、今までかかった病気や健康状態をよく知っていてくれる事、信頼関係がより親密に保たれることなどの利点があり、いざというときに非常に助かります。ぜひ、かかりつけの医師をもつことをおすすめします。

「明るく、やすらぎにみちた生活」、その第一条件は、家族みんなが健康であることです。家族そろって健康づくりと応急手当を学んで不安をなくしましょう。

元気な赤ちゃんを育てるための妊婦教室(明日の親のための教室)へ参加しませんか

これからお母さん、お父さんになるあなた。結婚前の若いあなた。元気な赤ちゃんを育てるため、幸せな家庭をつくるために参加してみませんか。女性はもちろん、男性も大歓迎!!

期間 10月7日～10月30日
(水曜日)

計5回 午後1時～4時
場所 市コミュニティセンター
受講料 無料
受付締切 10月3日(土)
定員 30人
申込方法 電話で市コミュニティ

イセンターへ(☎3161) ※定員になり次第、締め切りします。

もつお済みですか？
成人病健康診査
一般健康診査と婦人ガン検診(子宮ガン・乳ガン)は10月31日まで市内の病(医)院で受診できます。(市立病院での婦人ガン検診は10月12日まで)
まだ受けていない40歳以上の(婦人ガン検診は30歳以上の女性)は早めに受診しましょう。

犬の登録と狂犬病予防接種日程表

月日	会場	時間
10. 7 (木)	三浦出張所	10:00~10:30
	鈴田出張所	11:00~11:30
	市役所	13:00~14:30
10. 8 (木)	中地区公民館	10:00~10:40
	西大村コミュニティセンター	11:00~11:40
	萱瀬出張所	13:00~13:30
	竹松出張所	14:00~14:40
10. 9 (金)	松原出張所	10:00~10:30
	福重出張所	10:50~11:30
	保健所	13:00~15:00

登録手数料 2100円(頭)
注射手数料 1800円
注射済み票交付料 400円
合計 4300円

犬の登録と狂犬病予防注射

生後91日以上
の飼い犬は、1年に1回の登録と狂犬病の予防注射を受けるよう義務づけられています。昭和62年度の登録と狂犬病予防注射が済んでいない犬は、必ず登録と予防注射を受けるようにしてください。

秋季慰霊祭

日時 10月20日(火) 午前10時30分～12時
場所 県忠霊塔(三城町)
※遺族章は、各地区遺族世話人を通じて配布しますが、届かない人は、福祉課、各出張所または遺族会でお受けとりください。
●なお当日は、忠霊塔周辺の道路は、一般車両の通行を制限しますので、ご協力をお願いいたします。(福祉課)

秋の全国防犯運動

10月11日～20日
最重点事項 自動車盗・侵入盗等の盗犯の防止併せて

- 少年非行の防止
- 覚せい剤等薬物乱用の防止
- 悪質商法による被害の防止



友好の輪強まる（％～％・中国上海県）

大村市訪中団（団長・松本市長、7人）は、9月4日～7日上海県を中心に、蘇州市・無錫市を視察。市長と郭祖光上海県長の間で、経済、文化交流などについての協議書も取り交わされました。

今後、ますます、中国との交流が深まることでしょう。



1日婦人議会（8/26・市役所）

地方自治のしくみを学び、住みよい大村をつくらうと、行われました。1日議員は、大村市生活学校のメンバー22人と、市側も市長、各部長ら、総数100人が出席、文化会館の建設、市政推進に婦人の登用と政策参加などについての質疑応答がなされました。



市政懇談会終る（％～28・市内8地区）

8月4日から28日まで、市内8地区で行われた市政懇談会。道路に関する問題、教育に関する事など、多くの要望、貴重な意見などが出されました。



交通安全を祈つて（％・市役所）
「みんなですすめる交通安全」をテーマにした全国キャラバン隊が市役所に到着。長崎県キャラバン隊（県交通安全団の会連合会）と佐賀県キャラバン隊の引継ぎ式が行われた後、交通安全標語のついた風船を飛ばしたり、シートベルトの着用などについて認識を深め交通安全を呼びかけました。



編物技術を修得（％・福祉センター）

母子家庭の母および寡婦の皆さんは、自立促進をめざして、必要な知識、技術の修得をする、あみもの技術講習会を開いています。7月から週1回（木曜日）始めた講習会、もうかなり上達しました。

長崎県スポーツフェスティバル ファミリンピック'87

日時 10月18日(日) 午前9時30分～午後5時
場所 県立総合運動公園（諫早市宇都町）

歌手のさだまさしさん、原田知世さんがゲストとして参加、教室コーナーでは稲尾前ロッテ監督、旭化成の宗兄弟などが指導にあたるなど、楽しいイベントがいっぱい。家族そろって参加しましょう。

- オープニングセレモニー
- アトラクション
- スポーツコーナー
- 教室コーナー
- ふれあいコーナー
- 体力測定相談コーナー
- プレイコーナー
- 展示サービスコーナー
- 食品サービスコーナー

※ 詳しくは、教育委員会体育課へ

近世長崎のあけぼの展

南蛮船の来航から鎖国まで

期日 10月9日(金)～11月3日(火)

場所 長崎県立美術博物館

和度 昭63年 市立・私立幼稚園の園児を募集

市立幼稚園

私立幼稚園(3園)

対象となる幼児 昭和57年4月2日～58年4月1日生まれ

※三浦幼稚園は昭和58年4月2日～59年4月1日生まれの幼児も受け付けます。

募集人員 三浦40人、鈴田40人、大村160人、三城80人、西大村120人、中央80人、竹松160人、松原40人、福重40人、放虎原80人

願書配布 10月20日(火)～31日(土) 願書受付 11月2日(月)

※詳細は各園にお尋ねください。

受け付け 10月15日(木)～31日(土)

申込方法 各幼稚園にある願書で申し込んでください。

問い合わせ 教育委員会庶務課

昭和63年度 入学予定児の就学時健康診断を行います

来春、小学校へ入学する児童の健康診断を行います。該当する家庭には、健康診断通知書を送付します。

対象 昭和56年4月2日～57年4月1日生まれ

実施日

三浦小学校 10月30日(金)
鈴田小学校 10月30日(金)

大村小学校 10月27日(火)
東大村小学校 11月2日(月)
三城小学校 10月28日(水)
中央小学校 10月19日(月)
西大村小学校 10月21日(水)
萱瀬小学校 10月16日(金)
黒木小学校 11月2日(月)
竹松小学校 10月16日(金)
福重小学校 10月28日(水)

松原小学校 10月29日(木)
放虎原小学校 10月13日(火)
旭が丘小学校 10月26日(月)
富の原小学校 10月15日(水)
問い合わせ 学校教育課

就業構造基本調査

10月1日現在で実施

この調査は、国民の皆さんの就業・不就業などの実態を把握して、雇用対策など、行政の基礎資料となる統計を作るために全国的規模で行われるものです。調査のために、大村市では、約350世帯が統計的な手法によって選ばれます。選ばれた世帯には、知事により任命された調査員が伺いますので、ご協力をお願いします。

なお、この調査は、法律に基づいて行われるもので、個人や世帯の秘密は完全に守られますので、ありのままをお答えくださるようお願いいたします。

問い合わせ 企画課



市民球技大会

各地区予選を勝抜いてきたチームが優勝の栄冠を目指し、日頃の練習の成果を競い合います。ご声援ください。

健康フェスティバル
健康な人なら誰でも参加できます。さそい合って参加してください。

内容 楽しいダンス・ゲーム。お楽しみコーナー(輪投げ・ローンボール・親子ゲーム・大声競争・体力テストなど)

場所 ソフトボール 市営野球場、補助グラウンド、バレーボール 市民体育館、大村小学校体育館

★出場チーム

ソフトボール(男子)

三浦：今村

鈴田：内倉・陰平下

大村：木場A・木場B

西大村：松並2丁目

昭和通り

竹松：小路口・大川田

福重：福重・今富

松原：橋本

萱瀬：荒瀬

バレーボール(女子)

三浦：日泊

鈴田：陰平下

大村：木場・下久原

西大村：植松3丁目・下諏訪

竹松：竹松・鬼橋

福重：立福寺・今富

松原：浦2区

萱瀬：北川内

※雨天時(ソフトボール)は10月11日に実施します。

10月10日 体育の日

市民球技大会 健康フェスティバル

※全員で軽い運動をしてから、各コーナーで別れて楽しみます。

場所 大村市宮陸上競技場

その他 運動のできる服装で参加してください。

○弁当を用意してください。

○参加される人は必ず、自治会保険に加入しておいてください。

申し込み 10月6日

(仮までに、電話または、はがき(氏名・年齢・電話番号を明記してください)で申し込んでください。

問い合わせ 教育委員会体育課

(玖島1丁目25番地)

※雨天時は10月11日に実施

あしらせ

昭和63年版

県民手帳予約受付中

ふるさと長崎県の情報がいっぱいの便利な手帳です。

規格 9.3cm×17.3cm 208ページ
頒価 一冊400円

締め切り 10月17日(土)
申し込み 市企画課

第32回 大村市児童

読書感想発表会

市内の各小学校から推せんされた児童21人が発表します。

日時 10月25日(日) 午前9時
会場 市民会館3階大会議室
問い合わせ 市立図書館 ☎2457

市民文化祭

★市民美術展 大村市美術協会
日時 10月31日(土)～11月3日(火)
午前9時30分～午後5時

場所 市コミュニティセンター
《作品を募集》

資格 市内に住んでいる人で高校生以上

出品点数 各部門1人2点以内
出品料 各部門1人500円

※高校生は300円

受け付け 10月9日(金)～20日(火)
申し込み・問い合わせ 社会教育課

★盆栽展示会 大村盆栽会

日時 10月31日(土)～11月3日(火)
午前9時30分～午後5時
場所 市コミュニティセンター

第8回 コミセンまつり

期間 10月17日(土)～19日(月)
内容 舞台発表の部(合唱・民謡・歌謡・ダンス・バレエ・演奏ほか)

展示発表の部(書・陶芸・絵画など作品展)
場所 市コミュニティセンター
入場料 無料

健康教育講演会

期日 10月21日(水)
場所 中地区公民館
講演会
時間 午後1時30分
演題 成人病について

講師 牧山医院 牧山喜代美先生
健康相談 (市保健婦) 午後3時

第28回 市民音楽祭

日時 10月24日(土)

午後6時30分開演

場所 市民会館
出場団体 邦楽：規友会・若水

会・筑紫会・和公会

器楽：大村高校吹奏楽部・西

大村中学吹奏楽部・桜が原中

学吹奏楽部

合唱：市民合唱団(歌う会)

個人：クラリネット独奏・ソ

プラノ独唱・ギターデュオ

入場料 300円

問い合わせ 社会教育課

大村少年合唱団

第13回 定期演奏会

日時 10月11日(日)
午後1時30分開演

場所 市民会館

曲目 ミュージカル「ひなぎく」ほか

入場料 500円

問い合わせ 高杉早苗

☎4397

ほしめ

視聴覚ライブラリー

16ミリ映写機

操作技術認定講習会

終了者には、県教育委員会から「技術認定証」が交付されます。この認定証があればフィルム、映写機が無料で使えます。

日時 10月28日(水)～29日(木)

場所 市コミュニティセンター

定員 30人

受講料 無料

申込方法 電話で市コミュニティセンターへ

受付開始 10月19日(月)

※定員になり次第、締め切り

ます。

第26回 長崎県勤労者

美術展作品募集

展示会場および会期

長崎県立美術館

昭和63年1月26日(火)～31日(日)

佐世保市博物館島瀬美術センタ

昭和63年2月10日(水)～14日(日)

出品部門 洋画・日本画・南画

書・写真(未発表のもの)

出品資格 県内に住居を有して

いる勤労者

応募期間 12月14日(月)～19日(土)

午前9時～午後5時

応募・問い合わせ

長崎労政事務所 長崎県勤労福

祉会館内(〒850長崎市桜町9-

6 ☎長崎21456)

佐世保労政事務所 佐世保市労

働福祉センター内(〒857佐世保

市矢岳町1の2 ☎佐世保224

439)

発電所と唐津城

を訪ねて

「ふれあい旬間、87」の一環として、玄海原子力発電所と唐津

城の見学会を実施します。

ふるって応募ください。

日時 10月20日(火)

午前8時30分出発

定員 50人(申し込み多数の場合抽選)

費用 無料(弁当、水筒は各自持参)

申込期限 10月5日(月)(当日消

印有効)

申込方法 1人1枚のがきに住所・氏名・年齢・電話番号

を明記してください。

申し込み・問い合わせ

九州電力(株)大村営業所(〒856

東三城町13 ☎2171)

第22回 スポーツ少年団

バレーボール大会

日時 10月17日(土)～18日(日)

場所 市民体育館ほか

申込期限 10月6日(火)

申し込み・問い合わせ 体育課

※申込書などは、登録少年団へ直送します。

出場資格 大村市スポーツ少年団に登録している団体で、その団員であること。

※転入生以外の追加登録は認め

ません。

参加費 1チーム1000円

抽選会 10月12日(月) 午後5時

30分 市コミュニティセンタ

第3講 講座室

市営住宅 既存空屋の入居者

種別	住宅名	戸数	間取り	家賃(月額・円)
1種	小路口第1	1	6・6	3,000
	古町	1	6・4.5	4,700
	竹松	3	6・6・5(板)	13,000
	池田	1	6・6・5(板)	13,000
	久原	5	6・4.5・3	6,800
	久原第2	5	6・6・5(板)	21,800
2種	松並第1	1	6・6・6(板)	30,000
	小路口第2	1	6・4.5	2,000
	旭	1	6・4.5	5,500
	竹松	2	6・4.5	5,400
	池田	3	6・4.5・2(板)	7,000

受け付け 10月5日(月)～12日(月)
申し込み・問い合わせ 建築課住宅係
※収入などに制限があります。

サン・コーポラス(寿古)入居者

家賃 月額27,300円、共益費2,300円
規模 3棟80戸(3DK)

入居できる人 ①勤労者で雇用保険の被保険者②家賃の支払能力がある人③本人を含めた同居家族が2人以上(婚約中も可)④確実な連帯保証人がある人(事業主で可)

申し込み・問い合わせ
大村公共職業安定所(☎22101)

ほしゅう

自衛官・学生

防衛大・防衛医科大学校生
資格 高卒(見込みも含む)で
21歳未満の人

受け付け 10月3日(木)～24日(土)

一次試験

防衛大 11月3日(火)～4日(水)
防衛医科大 11月7日(土)～8日(日)

試験場 大村駐屯地

看護学生

資格 高卒(見込みも含む) 22歳未満の女子

受け付け 10月1日(木)～11月10日(火)

一次試験 11月15日(日)

試験場 大村駐屯地

申し込み・問い合わせ
自衛隊大村募集事務所
(☎26217)

健康ヨガの会会員

開催日 毎月第2・4水曜日

午前10時～12時

場所 市コミュニティセンター
会費 月額2000円

申し込み(☎0709 佐々木寛子)

※初心者の方も大歓迎です

大村ギター合奏団

団員(初級より)!

練習日 毎週金曜日午後7時より

講師 山下 亨氏

場所 市コミュニティセンター
申し込み・問い合わせ
(高階ヒロ子 ☎0328)

県営住宅

既存空屋入居者

植松、久原団地を除きます

受け付け 10月5日(月)～9日(金)

申し込み・問い合わせ 県住宅供給公社大村事務所(☎26825)

ご寄付
ご好意
ありがとうございます

〔香典返し〕敬称略

社会福祉基金へ

▽宮崎秀雄(武留路町) 10万円

▽小田貞則(久原2丁目) 3万円

社会福祉協議会へ

▽三宅金吾(植松3丁目) 5万円

▽中尾政義(東本町) 5万円

▽岩松ツヤ(諏訪1丁目) 5万円

〔一般寄付〕敬称略

総合文化会館建設費資金へ

▽田崎真珠(株)、中村扇雀を
囲むおむらの集い実行委員
会 60万円

市内福祉施設入所者85名へ

▽田崎真珠(株)、中村扇雀を
囲むおむらの集い実行委員
会 中村扇雀主宰近松座第6
回定期公演招待

福祉基金へ

▽昭和62年先輩と語る夕べ実行
委員会 3万7千709円

▽田崎真珠(株)、中村扇雀を囲む
大村のつどい実行委員会
62万9千810円

▽大村商工会議所婦人部協議会
2万7千850円

▽大村市民憲章推進協議会へ

▽大村商工会議所婦人部協議会
青年部 10万円

清和園へ

▽藤紅会 日本舞踊・カステラ
慰問

▽一瀬組 盆踊大会組織立奉仕

▽宗徧流茶道 慰問

▽親奉会・森安太郎・中島松一
岩井勝・末永辰夫 理容奉仕

社会福祉協議会へ

▽新城老人会 6千500円外

▽片町長店商店会 1万円

老人福祉センターへ

▽彗星流扇舞会 慰問ほか

泉の里へ

▽田中健二(久原1丁目) 5万円

▽好田・井手・鈴木・和田理容
院、大川田老人会、大村高校
家庭クラブ 奉仕

大村子供の家へ

▽赤水清春(本町) 1万円

慈恵荘へ

▽古賀スズ(諏訪1丁目) 2万円

▽光山 稔(西大村本町) 10万円

▽木下千代(松並2丁目) 5万円

▽林田民子(杭出津3丁目) 3
万円

▽板橋養鶏場 冷凍卵

▽古城老人クラブ 石けんほか

▽花満(徳京川内町) 花束

▽大村民謡愛好会 慰問ほか

▽大村高校家庭クラブ 奉仕

▽原生花店(古町1丁目) 花

10月の保健カレンダー

1日 (木)	機能訓練根気の会 福祉センター 13:30~15:30	14日 (木)	妊婦教室(2) 市コミュニティセンター 13:00~16:00
2日 (金)	成人の健康相談 福祉センター 13:00~15:00 ④40歳以上 ⑤血圧測定ほか	15日 (木)	機能訓練根気の会 福祉センター 13:30~15:30
4日 (日)	当番医 (内) 早田内科医院 竹松本町 ☎⑤3530 (整) 車田整形外科医院 古町2丁目 ☎⑤4501	16日 (金)	成人の健康相談 福祉センター 13:00~15:00 ④⑤…2日(金)と同じ
5日 (月)	安産教室 市役所 9:30~11:00 ②9:00~9:30 ③母子健康手帳、ズボン 一般健康相談 市役所 13:00~16:00 ④⑤…2日(金)と同じ	18日 (日)	当番医 (内・小) 琴尾医院 西三城町 ☎⑤2056 (外・肛) 山道医院 桜馬場2丁目 ☎⑤2305
6日 (火)	乳幼児健康相談 松原出張所 ②13:30~15:00	20日 (火)	乳幼児健康相談 萱瀬出張所 ②9:30~11:00
7日 (水)	妊婦教室(1) 市コミュニティセンター 13:00~16:00	21日 (水)	妊婦教室(3) 市コミュニティセンター 13:00~16:00
9日 (金)	1歳6か月児健康診査 市コミュニティセンター ②13:00~13:30 ④昭和61年3月生まれ(60年10月~61年2月生ま れで、まだ受けていない人も受診してください) ⑤母子健康手帳、問診票、お子さんの歯ブラシ	22日 (木)	3歳児健康診査 市コミュニティセンター ②9:30~10:00、13:00~13:30 ④昭和59年4月生まれ、(58年10月~59年3月生ま れで、まだ受けていない人も受診してください) ⑤母子健康手帳、問診票
10日 (土・祝)	当番医 (内) 川本内科医院 久原1丁目 ☎⑤5675 (整) 松永整形外科医院 西大村本町 ☎⑤4300	23日 (金)	1歳6か月児健康診査 市コミュニティセンター ②13:00~13:30 ④⑤…9日(金)と同じ …
11日 (日)	当番医 (内・呼) おおつか内科医院 西三城町 ☎⑤8080 (耳) 海江田医院 東本町 ☎⑤3329	25日 (日)	当番医 (内) 近藤医院 東本町 ☎⑤1166 (外・内) 牧山医院 宮小路2丁目 ☎⑤7831
12日 (月)	乳幼児健康相談 竹松出張所 ②9:30~11:00、 13:00~15:00 ④0~6か月の乳児、7か月以上の乳幼児 ⑤離乳食教室 10:30~	28日 (水)	妊婦教室(4) 市コミュニティセンター 13:00~16:00
13日 (火)	乳幼児健康相談 市コミュニティセンター ②13:30~15:00 ⑤離乳食教室	30日 (金)	妊婦教室(5) 市コミュニティセンター 18:30~20:30
		略号の説明 ④…対象 ②…受け付け ⑤…持ってくるもの ⑤…内容 当番医の診療時間 9:00~18:00	

10月は固定資産税(3期)国民健康保険税(4期)の納期です。

10月の定例相談日

市民相談コーナー(広報公聴課)ですべて無料で行っています。
お気軽にご相談ください。

人権相談	(1日 10:00~15:00)
行政相談	(8日 9:30~12:00)
法律相談	(21日 10:00~15:00)
不動産相談	(23日 13:00~16:00)
交通事故相談	(27日 10:00~15:00)
年金相談	(28日 10:00~15:00)

*受け付けは午前8時30分より行っております。

秋は読書の秋というように、本を手にとることが多いのではないですか。それだけに、目に負担がかかるのでは…。

10月10日は目の愛護デーです。最近、子供にも目が悪い子が多いとのこと。また、糖尿病、高血圧などから視力障害になることもあるそうです。これを機会に目のチェックをしてみてもいかがですか。

編集室雑話