

広報 富 津

— 市 の 人 口 —	
(10月1日現在)	(前月比)
世 帯 15.183	(+22)
人 口 56.019	(+20)
男 27.663	(+9)
女 28.356	(+11)

昭和60年11月5日 第163号

編集発行 富津市役所秘書課 〒299-16 千葉県富津市湊260 電話 (0439) 67-0511



皇太子同妃殿下を迎える 小さな妖精たち

(写真＝育樹祭に鼓笛隊として参加する
富津保育園の園児たちの練習風景)

—11月19日は第9回全国育樹祭です—

11月19日に富津岬で第9回全国育樹祭が行われます。
3ページに当日の交通規制と皇太子同妃殿下の歓迎場所
の記事を掲載しました。皆さんのご協力をお願いします。



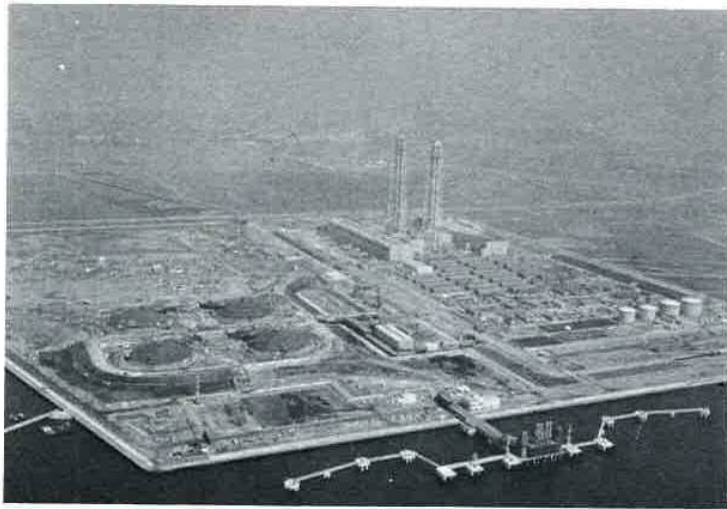
「広げよう
緑育てる愛の輪を」
第9回全国育樹祭 富津岬

11月号

埋立おわる

漁業補償から十七年

埋立着工から七年



東電富津火力発電所の建設も終り、最後の内湾臨海工業地帯としてスタートした埋立地

内湾臨海工業地帯造成の最後の地域として、昭和四十二年九月、富津沖埋立が計画され、翌年漁業補償が行われてから十七年、市民の待望久しかった埋立はほぼ完成しました。この間、高度成長から石油ショック、総需要抑制から計画縮少、そして安定成長へと、いくたびか激しい時代の波をくぐりぬけて来ましたが、昭和五十三年四月の着工から七年余り、いよいよ喜びの日を迎えました。

○埋立地の

あらまし

縮少されたとはいえ、埋立面積は六四四ヘクタール。そこには東京電力用地、新日鉄用地、港湾関連用地、防災施設

設用地、下水処理施設用地、公共施設用地、緩衝緑地帯用地が整然と区画され、それらを結ぶ道路や橋も、既に工事を終っています。

○道路・橋も

整備され

埋立地を通って、国道十六号線につながる道路は、きれいに整備され、木更津まで車で通勤されている方には、大変便利になっています。埋立地と既成地域を結ぶ新井橋、西川橋、青木橋、汐入橋も十月工事をおわり、立派な姿を運河の水に映しています。

○緩衝緑地は



新井橋から東電を望む

既に建設の終わった東京電力富津火力発電所は、いま操業に向けて、最後の仕上げに入っています。9月20日には、待望のLNG（液化天然ガス）船が入港し、発電燃料になるLNG（マイナスイ六二度）約十二万立方メートルが陸揚げされました。出力一〇万キロワットの一部（16万5千KW）が今年末には運転が開始される予定です。発電方式も、コンバインドサイクル発電と呼ばれる、ガスタービンと蒸気タービンを組み合わせたものが最初のもので、公害防止にも最新の設備がな

東電富津火力発電所は 十二月末に一部運転開始

され公害防止協定も県・市・企業の間で結ばれました。発電所をとりまく広大な区域には、驚くほどの樹木が植えられ、十年後には一大樹林となることでしょう。



9月20日、待望のLNG船（テナガサツ号）が入港

緩衝緑地が完成すれば、本来の目的ばかりでなく、さらしい市民の憩いの場となり、ひいては通年型観光にも役立つものとなるでしょう。この地域が一大変ぼうをとげるのは、もう目の前に来ています。



—53年2月— ↓



—55年2月—



—56年2月— ↓



—57年2月— ↓



—60年1月—

富津沖

写真で見る埋立の変せん

育樹祭の交通規制にご協力を

十一月十九日、富津岬で皇太子・同妃両殿下をお迎えし、第九回全国育樹祭が開催されます。

当日は、育樹祭への参加者、自動車等で付近の道路が大変混雑することが予想されますので、下の図の区間で一時的に交通規制が行われます。付近を通行される方は、警察官の指示に従ってください。また、皇太子・同妃両殿下の歓送迎場所が次のとおり決められていますので、多数の皆さんが歓送迎に参加されますようお願いいたします。

- ◎皇太子・同妃両殿下 歓送迎場所
- ① 富津公民館・新井幹部派出所前歩道
 - ② 千葉銀行富津出張所前
 - ③ 富津公園入口
 - ④ 富津小学校前
 - ⑤ 川名集出荷場前
 - ⑥ 平野ユースホテル前
 - ⑦ 大買駅前歩道
- ※歓送迎場所では、係員の指示に従ってください。
- 尚、このことについてのお問い合わせは、経済部農政課へ

☎673121



◎郵便局では、ただいま第9回育樹祭を記念して、切手の販売と記念スタンプの押印サービスをいたしております。最寄りの市内郵便局でご利用ください。

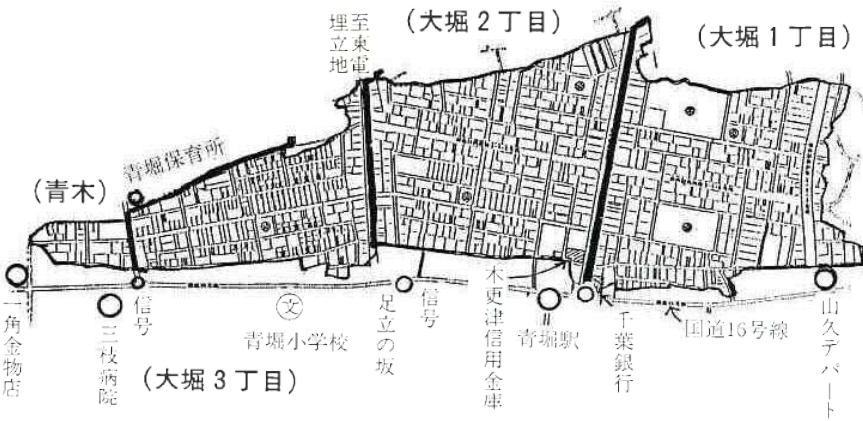
ご厚意ありがとうございます

▽高札1面・龍吐水1台
武次重吉さん(前久保
一)から富津公民館展示
室へ。
◎社会福祉事業に役立ててと
次のかたがたからご寄付があ
りました。

●二間塚交友会代表須藤達也
さん(二間塚
からカラオケ大会時の募金5
万5127円
●謡鶴会代表成田謡鶴さんか
ら老人慰安民謡発表会の寄付
金7万円
ご厚意ありがとうございます。

大堀・青木地区の 一部町名・地番が変わります

大堀土地区画整
理事業の完成が
間近となり、
地区内に住ん
でいる大堀、
青木地区のか
たがたの住所
と土地、建物
等の所在地が
大堀一丁目・
2丁目3丁目・
青木(町界変
更)となり、
それぞれの地
番が「下図のと
おり」60年11月30日
から変更実施され
る予定となりま
した。このため地区
内皆様方の住民登
録の住所が修正さ
れ、これによって
国民健康保険証、
年金手帳、自動車
運転免許等の修正



コミュニティー助成事業で 地域活動にうるおいが...

コミュニティーの健全な発展と
宝くじの普及・広報を設立こと
を目的の1つとして設立された
自治総合センターでは、住みよ
い社会をつくるコミュニティー
活動・事業に対し、助成を行っ
ています。

本市では、昭和60年度に天神
山第4区の山車及び収納庫の製
作事業が該当となり、200万円
の助成を受けることが決定しま
した。これによります盛んにな
るとともに、地域の人々の連帯
感にもとずきコミュニティー活動が、
活性化されるものと期待されます。

家庭看護教室へ 参加を



木更津保健所では、家族に
病人や老人のいる方や家庭看
護に関心のある方を対象に、
家庭看護教室を次のとおり行
います。ふるってご参加くだ
さい。
期日/11月11・18・25日
(3回1コース)
時間/13時~15時30分
場所/木更津保健所会議室
定員/15名(定員になり次第
締め切ります。)
受講料/無料
申し込み方法/ハガキが電話

おわび

10月号市の家計簿を公表し
ますの記事の中で、市民1人
当りに使われた費用及び1世
帯当りに使われた費用は、一
般の有線会計の合計計額であ
り、一般会計の決算額の市民1人
当りに使われた費用及び1世
帯当りに使われた費用は次の
とおりになります。また人口
五五九七七人とあるのは、住
民基本台帳人口五七〇二八人
の誤りです。おわびし訂正し
ます。

市民1人当りに使われた費用	
186,051円	費用
36,251円	民生費
31,056円	教育費
27,552円	保健費
24,779円	総務費
22,717円	農林水産費
43,696円	その他

1世帯当りに使われた費用	
707,860円	費用
137,923円	民生費
118,156円	教育費
104,828円	保健費
94,276円	総務費
86,429円	農林水産費
166,248円	その他

怖いのは「消したつもり」と「消えたはず」

秋の火災予防運動が11月26
日から12月2日まで実施され
ます。この運動は火災が発生
しやすい時季を迎え、火災予
防思想の普及を図り火災の発
生を防止し、死傷事故や財産
の損失を防ぐことを目的とし
ています。



空地の枯草除去のお願い
消防本部では、火災シーズ
ンに備えて、住家に接してい
る空地の枯草刈取り除去の指
導をしています。空地の雑草
の刈取りは早めにお願いま
す。

日本消防協会か
ら消防広報車が
贈られ、消防協
会から、消防本
部へ広報及び防
火指導用として
広報車(写真)が
三菱キヤロウが
寄贈されました。

又去

俳句
石臼といふ古きものちろろ鳴
く 佐野しげ雄
燈台へゆく坂道葛の花
平野ふき子
秋草にふれつつバスを通りけ
り 松本あい子
遅れ来て静かに使ふ秋扇
白石 良子
この店の梨にも猿が来ると云
ふ 池田 せい
「俳句いろいろは」
に。苦手な季節も時には作る
ほ。褒められても心ゆるめず
へ。下手も句のうち
保坂 仲秋
短歌
男結びの要領を覚えて幾百の
畑の枝垂桜を支柱に結ぶ
高梨 愛子
夫送る車窓より見え月見草今
年も咲くなり雨に生き生き
渡辺勢津子
花実誌に一人暮しの方の歌我
も同じと繰り返し読む
山本八重子
橋四つ隔つる友も川縁に住み
て素材の同じ歌多し
加藤 きち
山畑も荒しゆきたる台風を言
ひつつ胡瓜の種子を又播く
伊藤 和子
潮騒に馴れぬか実母は時折に
耳障りらし病床につぶやく
鳥海 良子
虫かこの鈴虫外へ放しやり
今宵は庭に鳴くを聞きをり
大森 すみ

年金だより

国民年金に加入している サラリーマンの奥さんへ

国民年金に加入して 表1)を必ず持参のうえ手続
いるサラリーマンの奥さん(第
3号被保険者)の届出の受付
が11月1日始まりました。
社会保険庁から送られた用
紙に必要事項を記入し、ご主
人の会社の確認を受けてから、
印かんと該当の年金証書等(別

富津地区	富津出張所	9時~15時
大佐和地区	大佐和出張所	9時~15時
天羽地区	本庁(国民年金課)峰上・関豊出張所	9時~15時

表1

大が加入して いる年金制度	持参する書類
厚生年金	①健康保険被保険者証 ②夫の年金手帳又は厚生年金保険被保険者証
船員保険	①船員保険被扶養者証 ②夫の年金手帳又は船員保険年金番号証

《障害福祉年金の 受給権者へ》

障害福祉年金の受給権者が、
お子さん(昭和43年4月2日
以降に生まれた子か41年4月
2日以降に生まれた1級・2
級の障害の状態にある子)を
扶養しているときは、後日記
布される「加算対象者現況届」
に必要事項を記入して提出し
てください。また、昭和61年
8月支払期以降の年金を口座
振替で受けることを希望され
る方は、「払渡方法、払渡機

《政治の「主役」は あなたです》

最近では、選挙の棄権防止
が各地で叫ばれている一方で、
積極的棄権も意思表示である
という意見も一部にあります。
政治をよくしたいという思い

で一票を投じる人もいれば、
選挙で政治はよくならないと
いつて棄権する人もいます。
憲法には崇高な国民主権の
理念がうたわれていますが、
本当の「人民の、人民による、
人民のための政治」の精神は、
民主的な選挙制度及び有権者
の積極的な政治へのはたらき
かけによって保障されていま
す。

今年「国民参政95周年」
普選60周年、婦人参政40周年」
という記念すべき年でもあり
ます。一人一人が手にする一
票には、歴史の重みと、生活
に密着した自治を作りあげる
責任の重みとがあるのです。
これを機会にもう一度、先人
の労苦に思いをはせて、選挙
の原点をふり返ってみてはい
かがでしょうか。

ご冥福を お祈りします

富津市名誉市民であり
元大佐和町長の三平良氏
が肺炎のため、10月13日
午後2時58分永眠されま
した。

葬儀(喪主三平正家氏)
は、10月18日、中央公民
館で行われました。ご冥
福をお祈りします。



アイディア募集

愛してますか天羽!!

天羽商工会では、地域産業
経済の活性化と地域内に若者
の住める魅力ある地域づくり
のために、活性化推進事業(む
らおこし事業)を行っており
ます。この活性化推進事業の
一つとして、広く特産品開発、
アイディア募集係へ

観光開発のためのアイディア
を募集します。
積極的なご応募をお願いし
ます。
《募集テーマ》
農産物加工・栽培・工芸・
観光開発・郷土料理の5テー
マです。
1人で1件と限定せず、用
紙、記載方法は自由です。
※提出先は富津市湊23天羽商
工会アイディア募集係へ
☎(07)0625

飯蛸に足のあるこそおかしけれ

東洋 城

飯蛸は海底の砂地に住む、
体長十五センチぐらいな小さ
な蛸。大きくなっても、二十
センチどまり。いわば赤ちや
んのような蛸、その蛸が丸い
胴体をもたげて、小さな足で
ヨチヨチ歩きをするさまは、
何んともユーモラスなもの。
富津から竹岡にかけて、九
月なかばから釣れ始め、十一
月一杯までが漁期。今年は富
津方面が多いとのこと。十一
月には体内の卵が生熟し、米
粒状になり、それが得も言え
ず美味。飯蛸の名は、そこに
あるのです。



飯蛸

でて醤油で食べても乙なもの。
素人でも釣れるので、飯蛸
釣りは、むしろ家族的なあそ
びだ。

肉質も柔らかく、歯の
弱い人でも楽しめます。
味、すがたともに珍味で
初冬の富津の味覚の一つ
です。俳句では春の季節
になっていますが、富津
では初冬がいいようです。
舟釣りなので、釣舟に申
込めば、誰れでも手軽に
楽しめます。皆さんも一
度やってみてはどうです
ょう。

味の 第11回

あるのです。
よう。丸こ
と甘辛く煮
るのが普通
ですが、ゆ
び。白いものにつく習性があ
るらしく、二本の釣針の上に
固定されたラッキョウにしが
みついてくるところを、ひき

写真!地上をけう姿もユー
モラスな飯蛸
取材協力 鹿島丸

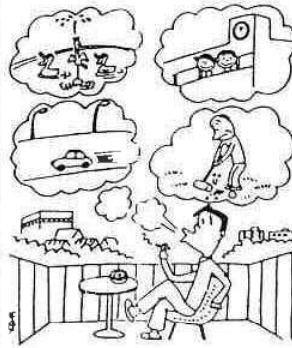
税のメモ

税の一日無料相談開設

11月11日～17日まで
開きます。
での1週間は税を知
る週間です。
近頃の税理士事務所にご相談
を。

木更津税務署管内(木更津市・君津市・富津市・袖ヶ浦町の3市1町)の税理士事務所では、税の1日無料相談を
日時/11月13日(木)午前9時～午後4時
場所/3市1町の各税理士事務所

たばこ消費税は暮らしの中に生かされています



●たばこは地元で買しましょう。

務所

◎当日は、木更津税務署でも国税局の相談官が、税の相談に応じます。

電話加入権

木更津市富士見2-7-18
木更津 (2)6161

のとおりに差押え財産の公売を行います。
公売財産の種類/電話加入権
公売方法/一般競争入札
日時/11月27日(木)午前10時
場所/市役所3階議員控室
※入札の日時までには納税された場合は、公売は中止します。
くわしくは財政部収税課
☎67-0511 内線220

市民文化教養講演会

とき 11月30日13時30分～
ところ 富津市中央公民館
演題 日本文学に現れた「笑」について
講師 作家 山修平先生
※多数のご参加をお待ちし
皆ご来場

森の劇場 富津一の芸術家サロン

潮風のかおる八陸の海近く、木立にかこまれた広い庭に、さながら新劇の舞台のように建つ住いとアトリエ。亀田 浜本義行・高増暁子夫妻のお城です。

第48回



小坂棋子さん

夫君 浜本さんは劇団の舞台装置家。奥さんの高増さんは日展の日本画家。若いビッチとしたお二人です。こだわりのない、あけっぱなしな、自由そのものの生活態度、そこには森に集まる小鳥たちのように、さまざまな芸術家たちが訪れて来ます。さながら意図せずに出てしまった芸術家サロン。こうしたサロンは、富津でもおそろしくここだけでしよう。



(左) 高増さん (右) 浜本さん

が、それだけではなく、お二人は、裏山の林を利用し、グロブシアアター(森の劇場)と名付けて、語りなどを人びとに聞かせ、地域の文化に大きな貢献を果しています。語りは、日本伝統芸能の一つで、浄瑠璃、説教、祭文、琵琶、浪花節などの源流となつていますが、外圍にもストーリー・テイラー・カレッジという学校が各園にあるほど盛んだと聞きました。気どりのないお二人の間には、さうした芸術を通じて、地域の輪がいま次第に広がり始めています。疲れては野外でバーベキューを開き、車座となつて自由な茶会を催し、能舞台のような月見台で月を賞でる集いは、人びとに深い感銘を与えています。砂浜の中にある小さなオアシス、森の劇場はそうしたサロンです。

告知版

相談日

(11月分)

- ▼入権行政相談 10時～15時
- 6日 富津出張所
- 7日 大佐和出張所
- 8日 本庁
- 8日 富津出張所(特設)
- 8日 中央公民館(特設)
- 8日 本庁(特設)
- ▼結婚相談 (敬称略)
- 5日 本庁 10時～15時
- 12日 中央公民館 藤平潔
- 19日 富津出張所 二田みづ
- 26日 本庁 相談員全員
- 26日 本庁 池田るい子
- ▼婦人児童相談 10時～15時
- 15日 中央公民館 藤平潔
- 15日 富津出張所
- 22日 大佐和出張所
- ▼婦人児童課 執務時間中随時
- 7日 年金相談 10時～15時
- 7日 富津出張所
- 14日 中央公民館
- 21日 本庁
- ▼消費生活苦情相談
- 18日 富津出張所 10時～15時
- ▼漁民転業相談 10時～15時
- 21日 富津出張所
- ▼富津出張所 転業相談室
- ▼農地相談 10時～15時
- 19日 富津出張所
- 20日 大佐和出張所
- ▼交通事故相談 10時～15時
- 11日 市民会館2階和室

公民館だより

(11月分)

敬称略

- ◎中央公民館
- ▼市民コース
- 21日 秋葉美恵子 9時30分～11時30分
- ▼陶芸教室
- 12日 吉川豊治郎 9時30分～11時30分
- ▼書道教室
- 29日 吉川豊治郎 13時30分～16時
- ▼絵画教室
- 8日 糴谷孝 10時～17時
- 17日 地3孝作 10時～17時
- ▼茶道教室
- 14日 安井玉峰 9時～11時30分
- ▼健康教室
- 13日 三浦利夫 13時～15時
- ▼さくら婦人学級
- 20日 9時30分～11時30分
- ▼高齢者教室
- 27日 13時～15時
- ▼明日の親のための学級
- 8日 9時30分～11時30分
- ◎富津公民館
- ▼書道教室
- 29日 9時30分～正午
- ▼絵画教室
- 10日 糴谷孝 10時～16時
- ▼茶道教室
- 14日 安井玉峰 13時30分～15時30分
- ▼料理教室
- 8日 9時30分
- ▼市役所健康管理課
- 27日 13時30分～16時
- ▼高齢者教室
- 講師 平野力

雇用保険は正しく 受給しましょう

—木更津公共職業安定所—
11月は「雇用保険受給防止啓発月間」です。
不正な行為によって失業給付金を受ける方が依然としてあつたため、このままの状況を放置しておくことは保険料を納めている事業主や被保険者ばかりでなく、雇用保険制度に対する国民の信頼を失なわせます。

千葉県最低賃金 改正のお知らせ

県内のすべての使用者及び労働者（パートタイマー、アルバイト等も含みます。）に適用される最低賃金が10月1日から次のように改定されました。
使用者は、この賃金額より

低い賃金で労働者を使用することはできません。

日額 三、五六三円（60年10月1日から適用）
時間額 四四六円

○この最低賃金には、益、暮の手当などの臨時に支払われる賃金、賞与など1ヵ月を越える期間ごとに支払われる賃金、時間外労働の増賃金並びに精進手当、通勤手当及び家族手当は含まれません。
○県においては、千葉県最低賃金のほか、食料品製造業、卸売小売業など8つの産業について産業別最低賃金が

昭和61年度入学案内

千葉県保健婦 助産婦 専門学院

入学資格 文部大臣及び厚生大臣の指定した看護婦学校または看護婦養成所を卒業した方（61年3月卒業見込の方）
入学定員 保健学科 50名
助産学科 30名
修業年限 1年
願書受付 60年12月16日～21日正午まで、郵送の場合も同じ、受付時間午前9時から午後5時まで、土曜日は正午まで
試験科目
専門科目—看護学総論・成人、母性、小児看護学

用紙を使用

受験料 二、〇〇〇円（県収入証紙又は定額小為替）
その他 授業料1ヵ月、〇〇〇円、参考図書代（入学時12万円）実習その他に用意する費用約5万円
修学資金 卒業後千葉県内に看護職員として更に県立病院助産婦として勤務する者に対して、病院及び県の修学資金制度がある

試験期日 学科61年1月21日
面接61年1月22日
出願書類 ①入学願書、②履歴書、③内申書、④健康診断書、⑤看護婦学校又は養成所の卒業証明書（見込証明書）および卒業成績証明書（証明校の様式で可）⑥その他受験票に本人の住所・氏名・郵便番号を記入のこと。
①～⑤までは本学院所定

定められております。これらの産業で働いている方にはそれぞれの最低賃金が適用されます。

※くわしいことは、千葉労働基準局賃金課 ☎0472-5211又は最寄りの労働基準監督署にお尋ねください。

家庭教育指導員に 藤平 潔さん

10月1日付で、富津市家庭教育指導員に藤平潔さん（小久保）が任命されました。指導員の主な職務内容は、もっぱら家庭教育に関する相談や指導を行う外、家庭教育学級の企画、運営、学習内容について指導助言をいたします。



藤平 潔さん

君津技能開発 センター文化祭

日時／11月17日(日)午前9時～午後3時
場所／君津市坂田428
君津技能開発センター
催し物／作品展示および即売会・映画上映・パソコン教室・模擬店

61年度訓練生募集

身体に障害のある方
県では身体に障害のある方で、職業訓練の受講を希望する人を次のとおり募集しています。

訓練科目	定員	訓練期間	備	考
一般事務科	10名	1年	高卒以上	
製版科	10名	1年	高卒以上	
電子機器科	10名	1年	高卒以上	
建築科	10名	2年	中卒以上 言語聴覚障害者中心	
建築製図科	10名	2年	中卒以上	

花植木センター

11月の催しもの
研修会
○もみじの造形と手入れ
10日 10時～16時
○五葉松の造形と手入れ
17日 10時～16時
○マツの手入れ
23・24日 10時～16時
○庭木の防寒
※日 10時～16時
○落葉樹のせん定
7・8日 10時～16時
○展示会
○菊花展
※17日
○サツキ盆栽秋期展
20～24日
※開園時間 〇時～16時30分
休園日 日曜日（月曜日が祝祭日のときはその翌日）
入園・受講料無料
連絡先 県花植木センター
成田市天神町字道場80のイ
☎0476-820237

望みの門施設後援

バザー案内
婦人保護施設望みの門学園
特別養護老人ホーム望みの門
寮苑荘、養護老人ホーム望みの門

望みの門施設後援

★内容 新設 中古衣料、雑貨、中古家具、パン、クッキー、ケーキ（当施設手製）、食器、青果物、当日喫茶・軽食店を設けます。

●3種混合 受付時間...13:00~13:30

期日	場所・対象
11月27日	市民会館
12月4日	富津公民館
11日	中央公民館
58年3月1日~9月30日生	

●ポリオ 受付時間...13:00~13:30

期日	場所・対象
11月22日	市民会館
29日	富津公民館
12月6日	中央公民館
59年9月1日~60年2月28日生	

●麻疹(はしか) 受付
乳幼児3種混合

時間...9:30~11:30

期日	場所
12月3日	富津公民館、中央公民館、市民会館、 峰上・関豊出張所
4日	市民会館

<対象>

麻疹=昭和59年5月1日~5月31日生れ
その他12~72カ月の未接種者も受けま
す。接種が好ましいと定められた期間は
18~36カ月の乳幼児です。
乳幼児3種混合=9~24カ月未満の乳幼
児で接種希望者は費用3600円と母子手帳・
印鑑を持参してお申し込みを。24カ月以
上になりますと集団接種の対象となり個
人通知をし、費用も無料になります。

ほけん

このページに関するお問合せは
健康管理課 (☎67-0574) へ

●乳児健康相談 時間...10:00~15:00

期日	場所
12月11日	市民会館
12日	保健センター (大佐和出張所内)
13日	富津出張所

●1才6カ月児検診 受付時間...13:00~13:30

期日	場所
11月18日	市役所3階
20日	中央公民館
26日	富津公民館

●一般健康相談 時間...9:30~15:00

期日	場所
11月21日	市民会館
22日	保健センター (大佐和出張所内)
ク	富津出張所
12月2日	市民会館
3日	金谷公民館
ク	富津出張所
4日	保健センター (大佐和出張所内)

昨年10月1日から
市内医療機関の協力
を得て実施している
休日在宅当番医テレ
ホンサービスは1年
をすぎ、その利用結
果は次のとおりです。
もし休日・祝祭日
に身体は異常があつ
たときは、消防署内

休日在宅当番医 テレホンサービス

「休日在宅
当番医テレ
ホンサービ
ス」午前9
時から午後
5時まで
をご利用
ください。

昭和60年9月30日現在

診療科目	利用件数
内科	85件
外科	88
小児科	39
産婦人科	2
眼科	9
歯科	4
耳鼻科	5
皮膚科	1
合計	233

1年間で233件も

かんちゃせがら



ひてか 秀可ちゃん (2歳6カ月)

川名 森定男・悦子さん長女

かけっこが好きな、はずかしがりやさんです。...とお母さん。

自分で作る自分の健康

顔色でわかる健康度

朝、鏡の前に立って顔をよく見ると、からだの調子の善しあしが出てくることがよくあります。顔を毎日観察することによって心とからだの健康管理がよくできるといふことです。

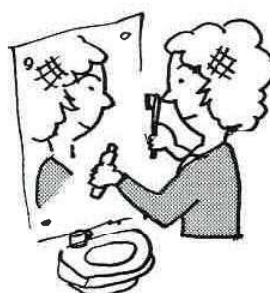
●顔つき全体の観察
うれしいことのあるとき、寝不足のとき、心配ごとなどがあるときの顔はそれぞれ特徴があります。最も調子のよいときの顔を知っておきましょう。

目|| 白い部分が充血したりよんでいるときは、寝不足または神経が疲れて脳充血をおこしており、白い部分が黄色くなっていれば肝臓・胆のう障害の疑いがあります。結膜の赤みが薄すければ貧血の傾向があります。

鼻|| 鼻のまわりに深いしわができるのは、悲観したり意気消沈したりするときのようになります。

口|| 唇の色がいつもと違って黒かったり、カラカラに乾いていたり口角がぎれていたらご用心。ビタミンB群の欠乏です。また舌に白いコケがみられるときは胃炎・腸炎の場合もあり、睡眠不足・タバコの吸いすぎも原因です。

頬|| 頬がこけるのは、体力が弱ったときの症状です。人の顔はみな同じではなく、また同じ人の顔でも、からだの内面的変化とともに変わります。毎日のヘルスチェックでわずかな変化を敏感にみつけだせるよう努力しましょう。笑顔は健康のシンボルです。



腎臓のはたらきがおとろえていたりする場合は多く、顔色が青黒いときは肝臓障害に注意しましょう。また顔の皮膚が荒れている場合は、胃腸や肝臓の疲れ、または睡眠不足の表れです。

眉|| つりあがっている眉は、神経の緊張やいらだちが原因です。

眼|| 眼がけいれんするとき

は疲労の注意信号、眼がはれたりしたら、腎臓と深い関係があります。

福原保健婦