広報ふっつ 5月号

No. 217
1990（平成2年）5月2日

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

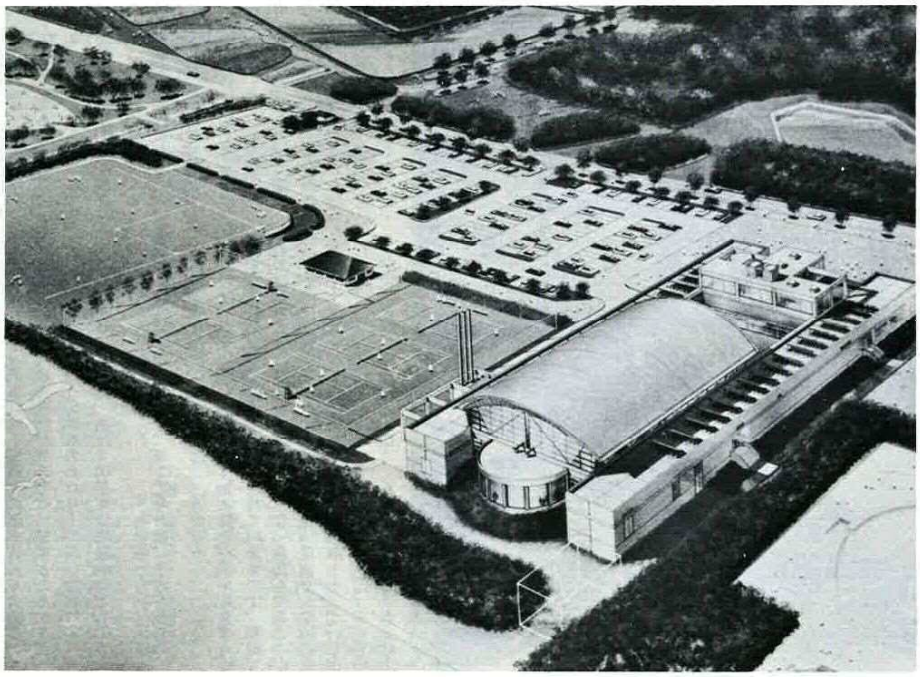
市の人口

	（4月1日現在）	（前月比）
世帯	15,529	（±0）
人口	55,557	（－87）
男	27,716	（－50）
女	27,841	（－37）

完成予定は来春
富津公園屋内温水プール

今、富津公園内に温水プールの建設が、県の都市整備課の手によって進められています。

このプールは富津公園の拠点施設として、またフィットネス機能も備えて多くの目的に利用できるように設計されており、夏期以外にも水に親しむことのできる施設として期待されています。



屋内温水プール完成予想鳥かん図

温水プールはジャンボプールの6つ日のプールとして個人利用を主としています。プールの規格は25メートル×17メートル、コース巾員20メートル、コース数8コース、深さは0.8～3.0メートルで可動床になっています。これはシンクロ・水球・潜水にも利用できます。

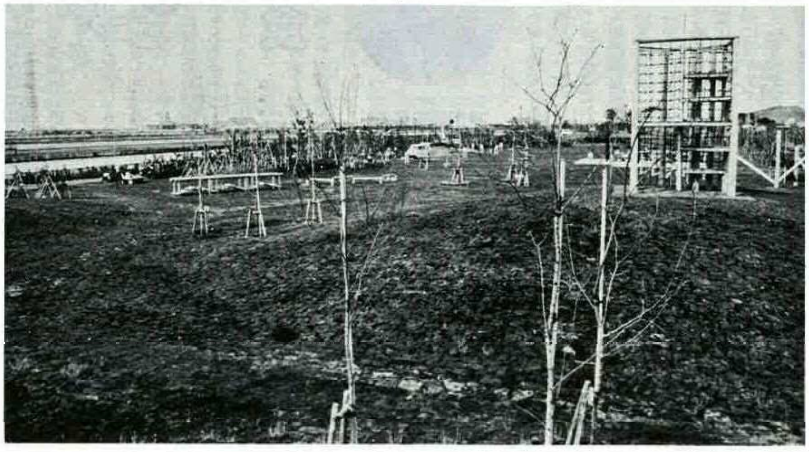
その外の施設としてはプールに付属する利用者の更衣、ロッカー室、シャワー室、便所洗面室、管理事務室、医務室、放送室、器具室等が設けられ、また付帯施設にはレストラン・喫茶室・売店やフィットネス・アスレチック器具が設備されるトレーニングルームなどが設置されます。

完成予定は来春、3月となっています。公園内に新しい施設が加わり、より多くの人々の利用が期待されます。

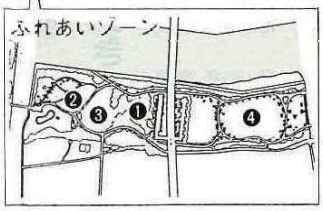
金曜利用の一つとして、体力づくり、美容、健康維持のために水泳も加えてみてはいかがですか。

←（着々と工事がすすめられている富津公園内の温水プール）

↓（スポーツコミュニティゾーンのアスレチック広場）



富津緩衝緑地の新しい施設
（市民ふれあい公園 富士見グリーンテニス公園）



❶プレイロット　❸芝生広場
❷展望広場　❹多目的広場

この緑地は富津市北部海岸埋立地に位置し北東から南西にのびる延長約4キロメートル、巾員50メートル～300メートル、面積52・4ヘクタールの緑地です。

市が公害防止事業団に対して業務委託をし、共同積利施設建設事業として整備を図りこのたび第2期事業が3月31日に終了しました。主な施設としては当年サッカー場広場、ローラースケート広場です。

また県企業庁は緑地を整備し、すでに利用されている施設「富士見グリーンテニス公園」にひきつづき第2期事業として、多目的広場、芝生広場、展望広場などほかが6月末にふれあいゾーンとして完成される予定です。

富津市東京湾口道路建設促進議員連盟結成!!

富津市議会議員28名が市民の総意を結集し、富津市と横須賀市を結ぶ東京湾口道路の早期実現化に向けて、富津市東京湾口道路建設促進議員連盟を結成しました。

今後の運動としては、国・県、関係機関に実現に向けての積極的な働きかけをしていきます。

毎日の献立の見直しを！

―― 子どもにまで成人病が ――

〝成人病〟、読んで字のごとく成人の病い。それも40歳・50歳台の働きざかりの壮年の人に多く見られた病気でした。ところがこの〝成人病〟が最近では、若年どころか子どもの世界まで入りこんできています。運動不足のうえ洋風のカロリーの高い食事によって肥満傾向がおき、高血圧・高コレステロール血症、あげくの果ては糖尿病などを引き起こす原因になっています。

飽食の時代になった今、理想的な食生活とはなにか…、そこで今月は、子どもたちの家庭での食事と学校給食について考えてみましょう。

みなさんの家庭での食事はどうでしょうか。子どもは親のつくった食事を食べて成長します。油っこいものが好きな親の献立で育った子どもは脂肪分をとりすぎ、塩辛いものが好きな親の献立で育った子どもは、どうしても血圧が高くなりがちです。また、子どもの好きなものばかりをつくっていては、親が子どもに偏食をすすめているように思われます。

学校給食は、成長期に大切な栄養のバランスを考え献立されていますので、家庭では食べない食品もでることがあります。親自身が学校給食にもっと理解をもっていただき、成人病の予防は、子どものうちから―とりわけ食生活上のしつけが大切です。それには、親自身、毎日の食事の献立をいま一度見直してみることが先決です。

栄養のバランスを考えた学校給食「残さず食べよう」　（環南小で）

成人病を引き起こす原因

わたしたちが食べる食品の栄養素を大きく分けると、たんぱく質、脂肪、糖質の3つになります。これらの割合はたんぱく質は15パーセント程度、脂肪は20～25パーセント、糖質は60パーセント程度というのが理想的とされています。

ところが、厚生省から2月に発表された「昭和63年国民栄養調査報告」では、脂肪の割合が初めて25パーセントを超えてしまいました。これは米などの穀類に代わって、肉類や油脂の増えたことが原因といわれています。

エネルギー全体に占める脂肪の割合が、25パーセントを超えたからといって、すぐに悪影響がでるわけではありません。しかし、脂肪のとり過ぎは心臓病などの成人病を引き起こす原因になるばかりでなく、がんの発症にも密接な関係があります。そこで、脂肪の割合を減らすことで、成人病は防げるのでしょうか。

●理想とされる栄養素の割合●

たんぱく質	脂肪	糖質	(%)
15	25	60	2,019kcal

食物繊維を含む食品を食べよう

1977年に、アメリカで「マクガバン報告」が発表されました。これは、どのような食事をし、どのような運動をすれば健康を維持できるかを表わしたものです。当時、アメリカ人は、エネルギーの4割を脂肪からとっていました。そこで、この報告書では「30パーセントまで に落とせ」と宣言したのです。これを多くのアメリカ人が実践したところ、心臓病は大きく減るという効果を生みました。

いま日本は、脂肪摂取の面で以前のアメリカのように増えつつあります。これ以上脂肪をとり過ぎないよう、歯止めをかけることが大切です。

また、食物繊維（ダイエタリー・ファイバー）が多く含まれる食品（海草・大豆製品・野菜など）を食べることにより、血液中のコレステロール値を下げ、血管をつまらせないようにしたりします。専門家の中には、「野菜は1日に300グラム、そのうち緑黄色野菜を100グラムとるようにしましょう」と提言している人もいます。

―栄養士から―

栄養のバランスを考えおいしい食事を

学校給食の全般的にいえることは、小学生低学年はよく食べてくれて、中学生は全体に残量が多い。特に3年生が受験期になると残量が多くなります。また、給食で好まれる食品は、かまなくてもすぐ飲みこめるやわらかい脂肪分の多いものが多く、野菜きらいが目立ちます。

私たち栄養士は、子どもたちがどうしたら毎日の給食を残さず食べてくれるのか、栄養の面とあわせて献立をつくっています。家庭でも栄養のバランスを考えて、おいしい食事ができるように工夫してください。

医師から

家族と食

神田勝夫先生

（清和女子短期大学教授
君津中央病院顧問医）

食生活は家族の健康にかかわる大きな要因の一つです。そこで、家族と食について考えてみましょう。

家族の食生活を実際に担っている調理者は、多くの場合その家庭の主婦ですので、従って、食生活のあり方は主婦によって左右される面が大きく、ここではこれを前提に話をすすめます。

近年、仕事をもつ主婦が増加していますが、雪崩の仕事についていると、料理の品数が減り、多様性も乏しくなる傾向にあり、仕事を持っていない人の方が持っている人に比べて調理に多くの時間をかけているといいます。

かつてない高齢化現象にともなう家族の年齢構成の変化によって、著しく食生活に差が生ずることが指摘されています。夫婦と子どもの世帯をみても、子どもの成長（年齢）によって食事内容も大きく変化していくことも当然で、これが3代家族になると、子どもの成長とともに老人夫婦も年をとるので、どの部分に重点をおいて調理計画をたてるかにより、栄養的配慮も調理内容もかわってくるという問題もあります。一般的には食べやすくするなどの配慮をすれば、高年齢になるにつれ少食となるので、子ども（中・高校生）中心に調理してよいとするものが多いようです。また、お年寄りには高血圧や糖尿病などの病気をもつ方が多く、この場合には病気を考慮した食事が要求されます。

平成元年度 善行見聞記を紹介

作文・標語 ①

富津市民憲章推進協議会公衆道徳部会で、昨年7月に市内小・中学生、一般から募集した「善行見聞記」の作文と「愛の一声」標語には併わせて56件の応募がありました。この中から作文3点、標語3点を今月から1点づつ紹介します。

作文　小さいののちゃん

富津小学校2年　白石けん三くん

お昼のかねがカーンコーンとなると、はたけで草とりをしている小ちゃいののちゃんをリヤカーでむかえに行きます。休が自ゆうにうごかないからです。でも、天気のよい日はまい日、はたけにすわりこんで、いっしょうけんめい草をとっています。あそんでいるのがきらいだからです。

ぼくのいえには、ののさんが二人います。おじいちゃんのお母さんとお父さんです。ぼくたちは、おじいちゃんのお父さんを大きいののさん、お母さんを小ちゃいののちゃんとよんでいます。小さいののちゃんのとしは八十さいです。こしがまがって、せなかがまんまるです。立ってあるくときは、頭がいちばんのところまでできてしまいます。体は、この前びょうきをしてから、よわくなってしまいました。左の手は、そのときのびょうきのためにきかなくなってしまいました。手のひらもむかしやけどをしたのでうまくにぎれません。あさおきてからようふくをきるまで30分かかります。ぼくたちよりずっと早くおきてきがえても、あさごはんを食べるのがみんなよりおそくなってしまいます。

てつだってやれば早いけど、うんどうのためだから一人でできます。じぶんでできることはなるべくじぶんでやっていますけど、できないこともあります。そんなときは、ぼくもてつだいます。おふろに入るときや、高いところやおくのものをとるときや、でん気をつけるとき、はきものをはくときもそろえてやったりします。このあいだのように、雨がふったときは、かさをさしてたき場までつれていってあげます。そんなときは、ありがとうと言って、とてもよろこびます。ぼくたちにはかんたんにできることでもどうでもたいへんです。かわいそうだなあとおもいます。たべたいものやのみたいものがあれば、ぼくたちは、じぶんでれいぞうこや、とだなをあけてたべられるけど小ちゃいののちゃんは出してもらわないとたべられません。見たいテレビがあるとぼくたちにすぐ見られるけど、ののちゃんは、ぼくらみがはじまってしまいます。おふろも体をあらってもらわなければいけません。びょうきのときは、とくにかわいそうです。赤ちゃんみたいにあむつをやって、くすりものませてあげます。びょうきのときは、ぼくがてつだってあげられることはあまりないけど、早くよくなるように大きいのきんとかみさまや、ごせんそさまにおいのりします。少しよくなると、またはたらきます。ボケないように本もよみます。ぼくたちのてつだいもふえます。

あそびに行きたいときや、おもしろいテレビをみているときに、ようじをたのまれるといやなこともあるけど、いつまでも元気でいられるように、ぼくはこれからも小ちゃいののんちゃんにしんせつにしてあげたいとおもいます。

ひまわり園スタッフも増え 施設充実に向って

（改築が予定される岩瀬のひまわり園）

平成元年4月に富津市心身障害児者を守る親の会作業所施設部会では本格的な障害児（者）の自立と社会参加をと作業所を設け活動を続けてきました。このたび県・市の補助で作業所も改築されることになり、今まで指導員でした神子達夫先生（相川）が「ひまわり園」の園長として、また指導員には今井裕美（市原市五井）先生を加えスタッフもあらたにより一層の施設充実に向かってがんばっています。

東京消防庁消防官募集

東京消防庁では次の日程表のとおり消防官の募集をします。詳しくは東京消防庁人事部入事課採用係　東京都千代田区大手町1～3～5　☎03（212）2111内線4435～4437まで。

対象	試験区分	採用予定人員		試験地	第一次試験	第二次試験	申込受付期間	
平成3年3月卒業見込者・既卒者	専門業	約10名		東京	6月30日(土) 発表7月27日(金)	口述6月6日(月) 身体8月7日(火) 発表8月10日(月)	郵送	5月21日(月)～6月1日(金)
							持参	6月4日(月)～6月5日(火)
	I類	約120名		東京	7月1日(日) 発表7月27日(金)	身体8月7日(火) 8月9日(木) 口述8月8日(水) 発表8月27日(月)	郵送	5月21日(月)～6月1日(金)
							持参	6月4日(月)～6月5日(火)
				東京	9月9日(日) 発表10月5日(金)	身体10月15日(月) 口述10月16日(火) 発表10月31日(水)	郵送	7月30日(月)～8月10日(金)
							持参	8月13日(月)～8月14日(火)
	II類	約30名	男子	東京	7月22日(日) 発表8月17日(金)	身体8月28日(火) 口述8月29日(水) 発表9月17日(月)	郵送	6月4日(月)～6月15日(金)
							持参	6月18日(月)～6月19日(火)
		約20名	婦人	東京	7月22日(日) 発表8月17日(金)	身体8月30日(木) 口述8月31日(金) 発表9月17日(月)	郵送	6月4日(月)～6月15日(金)
							持参	6月18日(月)～6月19日(火)
	III類	約140名		東京	9月23日(日) 発表10月24日(水)	身体11月1日(木) 口述11月2日(金) 発表11月30日(金)	郵送	7月9日(月)～8月22日(水)
							持参	8月23日(木)～8月24日(金)
				全国	9月26日(水) 〔旭川・札幌・青森 秋田・盛岡・仙台 郡山・新潟・松本 広島・福岡・長崎 熊本・鹿児島〕 発表10月24日(水)	※ 11月7日(水) 〔秋田・郡山・福岡〕 11月9日(金) 〔札幌・盛岡〕〔長崎・熊本・鹿児島〕 発表11月30日(金)	郵送	7月9日(月)～8月22日(水)
							持参	8月23日(木)～8月24日(金)

※1　日本国籍を有しない者及び地方公務員法第16条の欠格条項に該当する者は受験できません。
2　出題程度は、I類～大学卒業程度、II類～高人～短大卒業程度、III類～高等学校卒業程度の内容です。
3　III類全国試験の第二次試験は身体検査、口述試験とも同一日に実施します。

最低賃金のお知らせ

千葉労働基準局から最低賃金が次の表のとおり発表されました。

最低賃金一覧表

最低賃金の名称等	最低賃金額 日額（円）	最低賃金額 時間額（円）	発効年月日
食料品・飲料・飼料製造業	4,275	535	63.11.28
繊維産業	4,050	507	64.1.1
木材・木製品・家具・装備品製造業	4,361	546	63.12.7
出版・印刷・同関連産業	4,259	533	64.1.1
金属製造業	4,897	613	1.1.10
窯業・土石製品製造業	4,343	543	63.12.19
機械・金属製品等製造業及び自動車整備業	4,415	552	1.1.27
一般機械器具製造業	4,560	570	2.3.25
電気機械器具製造業	4,520	565	2.2.18
精密機械器具製造業	4,454	557	2.2.18
卸売業	4,341	543	1.1.27
小売業	4,132	517	1.1.27
各種商品小売業	4,300	538	2.3.23
自動車小売業	4,430	554	2.3.24

最低賃金についてくわしくは千葉労働基準局賃金課☎047252521または木更津監督署☎0438(22)6165までお問い合わせください。

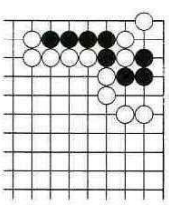
不正大麻・けし撲滅運動（5月1日～6月30日）

有段を目指して

詰碁

出題　九段　武宮正樹

●ヒント：黒の攻合いは負けだが目ナシにする工夫を。5分で1級、3分以内で有段者。



詰将棋

出題　八段　北村昌男

●ヒント：歩は使わないほうがよい。10分で2級、5分で初段。

持駒　なし

平成3年 歌会始のお題は「森」

詠進歌の詠進要領

○自作の歌で一人一首、未発表のもの。
○用紙は半紙（和紙）とし毛筆で自書のこと。
○病気又は身体障害のため自書することができない場合は代筆でもよい。代筆の場合は理由、代筆者の住所・氏名を書き添える。
○書式は半紙を横長に用いる（書式図を参照）
○詠進の期間は9月10日まで
○郵送先　〒100東京都千代田区千代田1番1号　宮内庁。封筒に「詠進歌」と書き添える。
お問い合わせは直接宮内庁式部職あてに郵便番号、住所、氏名を書き返信用切手をはった封筒を添え8月31日までに。

（書式図）

（約24センチメートル）

森

、、、、、、、、、、

郵便番号、住所
氏名ふりがな
職業　年月日生

（約33センチメートル）

県民の日記念 バスツアー
参加者の募集

6月15日は「県民の日」です。郷土を知り、ふるさとを愛する心をはぐくむために定められたこの日を記念して、県では今年も「県民の日記念バスツアー」を実施します。気軽に参加してください。

期日／6月10日
行先／幕張メッセ（県民の日中央行事会場）、千葉県立中央博物館
参加費／無料（昼食食糧持参）
募集人員／150人（バス3台）但し、申し込み多数の場合は抽選
申し込み資格／木更津市・君津市・富津市・袖ケ浦町在住の方（但し、小学生以下は父兄同伴）
申し込み方法／往復はがきに氏名・住所・年齢・電話番号を明記。1枚で4名まで申し込めます。
申し込み期日／5月18日まで
申し込み先／〒292木更津市貝渕3－13－34　君津支庁総務課（「バスツアー係」まで）
☎0438(23)1111

九十九里を――はだしで歩こう!!

県では、「健康で明るい県民づくり」を目指し、次のとおり九十九里はだしで歩こう大会を開催します。
すばらしい大自然の中、はだしになって健康・体力づくりにチャレンジしてみてはいかがでしょう。

日時／5月27日(日)小雨決行
11時受付け、12時出発
コース／太東漁港―一宮海岸
（完歩賞めざして頑張ろう　途中、アトラクションあり）

ご厚意ありがとう

昼食は各自で用意のこと。当日、現地までバスを運行します。
参加希望者（先着50名）は教育委員会保健体育課まで。
☎65)1113～5

▽野球用バックネット（20万円相当）
湊少年野球クラブ代表西村稔弘さんから湊小学校の体育教育振興にと
▽ホットプレート4台（3万5000円相当）
湊婦人会（会長廣田賀芳恵さん）から湊小学校教育振興にと
◎社会福祉事業費として次の方から寄附がありました。
神田音楽教室（下飯野11－59番地の3）から3万2856円
◎交通遺児義援金として
新日鐵君津交通安全推進会会長宍戸部昌彦さん（君津市君津1番地）から2万円

催しもの

植木センター 5月の催しもの

●研修会
5月12日　午前10時／午後4時　松のみどり摘み
5月19日　午前10時／午後4時　植木でおもしろい形を作ろう（トピアリー）
5月26日　午前10時／午後4時　造形木の手入れ

●展示会
5月29日～6月3日　サツキ花季展
6月9日～6月17日　ハナショウブ展
お問い合わせは〒286－01成田市大神峰字道場80－1☎0476(32)0237千葉県花植木センターまで

俳句

わが心なぜか安らぐ花すみれ　吉田　文女
鑑あられ子のポケットに粉微塵　溝口　春子
逝く人も見えず一湾春霞　池田　せい
散る梅も帝の梅も関広し　松本あい子
木の芽吹く親しき山をめぐりけり　平野ふき子

短歌

アメリカへ出張するとふる里の電話帳の如くに吉野みじかき　塩崎　千枝
いつか見し古きふすまの絵のごとく九十九谷は霧に包まる　星野　シズ
人住むと聞けど灯ともに衛門の高嶋ぐらと荒波を噛つ　池田　宏
野路菊は昔のままに楚々と咲く花白々と風にたゆたひ　岡本　吉輪
ほのぼのと金婚祝ふ友の短歌　美しみにつつ冬至見上ぐ　加藤　きち

旬味風味(2)
初鰹（はつがつお）

初ガツオとは厳密に言いますと、陰暦の4月1日から7日（太陽暦で4月25日から5月1日）までの間に関東沖で獲れたカツオのことで、江戸時代にはべらぼうに高いねだんで取り引きされたそうです。とりわけ江戸も中期、天明のころ（今から約200年前）にはもっとも持てはやされ一尾のねだんが二両強、今日の価格に換算したらいったいどのくらいになるのでしょう。ともかく
"鰹縞の魚縞（あわせ）より値が高い"
と、いうくらいですから実に大したものです。初物好きは江戸っ子の習いとはいえ、どうしてこうまでねだんが高かったかといいますと、そのころ一般の需要が多くなったばかりでなくカツオにありつくにも順番があったからです。初ガツオはまず将軍家の台所のものとなり、次

カツオの土佐づくり

に高家（江戸幕府の役職名のひとつ、老中の下に属し官位は、大名に準じ多くは一万石未満。幕府の儀式典礼をつかさどり足利氏以来の名家、世襲で名高い吉良家もそのひとり）のお膳をにぎわし、そのお余りが一般に売られるというしきたりになっていて当時、金の面では高家も及ばぬほどの地力をつけていた豪商たちが、なんとか高家に並び立とうと高い金を出し、われ先にと初ガツオを買い求めそれが店の格付けにもなり一種の誇りともなって、ねだんを釣り上げるもとになりました。
それにしても、こうまで江戸っ子をとりこにした初ガツオの魅力とはなんでしょう。冬から春にかけて出回るシビマグロ、酒の肴としては不向きなマグロで我慢してきた江戸っ子、肉のいたみの早いメジマグロにあきあきしていた江戸っ子たちが、さわやかな青葉を見て浮き立ち、なにかうまい肴はないかと望んでいるところへいきといなせを絵にしたような縞の衣装を身にまとった初ガツオがきっと登場する。ウン、これだとばかり狂喜するさまはうなずけなくもありません。それがまた柔肌にふさわしいそう快な味の持ち主というのですからたまりません。
"小声にてよばれぬものか鰹売り"
という次第になり、つい財布のひもがゆるみ
"女房にいふなと　下女に鰹の値"
ということになります。
女はとかく計算が細かいので、女房がいない留守に手に入れたものの、買い値がバレると面倒なので、下女に口止めをします。とは申せ隠すより現わるるはなし、ついうっかりしゃべられてしまい、
"初鰹女房に小一年言はれ"
という仕儀に相成り、なにか物入りのたびごとにぼやかれます。
"河豚よりも人殺しけり初鰹"とは、哀れにも真実のこもった皮肉です。
"春の味銭にからしをつけて食ひ"
"初鰹鯰とからで一度泊"
辛味には辛子が本格だったようです。辛子はカツオの生臭味を消し、殺菌のはたらきもするからそまことに時宜にかなっています。
江戸っ子のひとみになら い土佐づくりを肴にまず一献といきやしょう。

食物史家　平野雅章

募集

警察官

人員／200名程度で大学卒業見込みまたは既卒者、高校既卒者
受け付け／5月7日～6月6日
第1次試験／6月17日
試験会場／運転免許本部
第2次試験／7月11日～13日
採用期日／既卒者は9月～10月を予定、卒業見込み者は来春3月～4月に予定
詳しくは高津警察署か派出所へお問い合わせください。

国税専門官

受験資格／昭和38年4月2日から昭和44年4月1日までに生れた方
試験の程度／大学卒業程度
申込受付／郵送の場合は5月1日から18日まで、持参の場合は5月10日から18日、いずれも東京国税局人事第一課試験係まで
試験日と会場／第1次試験　7月7日・8日、日本大学商学部校舎（世田谷区砧5－2－1）
第2次試験、9月6日・7日のうち指定する1日で東京国税局
発表／第1次合格者8月20日
第2次合格者9月27日
いずれも人事院事務総局・人事院各地方事務局と各国税局
詳しくは、木更津税務署総務課〒292木更津市富士見2－7－18☎0438(23)6161か東京国税局人事係第一課試験係〒100東京都千代田区大手町1－3－2☎03(216)6811まで

家内労働 旬間の実施

家内労働手帳の交付の徹底と家内労働における災害防止

5月21日から31日まで家内労働旬間です。委託者には委託状況届の提出と家内労働手帳の交付などが義務づけられています。
詳しくは、労働基準監督署または千葉労働基準局賃金課☎0472(54)5211まで

年金だより

保険料は便利な口座振替で

国民年金の保険料は毎月金融機関で納めるようになっています。気をつけているようでも、うっかり忘れることがあります。これが重なると保険料額も多額になって納めづらくなり滞納に結びついてしまうことがあります。

そんなことにならないようにあなたの預金口座から自動的に振り替える口座振替にしてはいかがですか。毎月納めに行く手数にはぶき納め忘れもなく安心です。

手続きは、あなたの預金口座のある金融機関へ市役所から送られた納付書、預金通帳、印かんを持って申し込みをしてください。

お問い合わせは市役所国民年金課☎67－0511まで。

消防だより

火災予防条例が改正

富津市火災予防条例が改正され5月23日から施行されます。

◎危険物の範囲および指定数量が見直されたこと

◎危険物の貯蔵および取り扱いの技術上の基準が改正されたこと。

◎指定可燃物（わら製品、木材加工品、合成樹脂類等）の貯蔵および取扱いの規定が新たに設けられたこと。

危険物（ガソリン、灯油、軽油、重油）を家庭用および農業用などに用いる際の貯蔵と取り扱いは次のとおりです。

◎届け出が免除されていた個人の住居で、暖房用燃料などを次にあげる数量を貯蔵および取り扱う場合は届け出が必要になります。

例＝灯油、軽油の場合
500リットル以下
999リットル以下

ガソリンの場合
100リットル以上199リットル以下

重油の場合
1000リットル以上1999リットル以下

◎農業用ハウス栽培、海苔乾燥設備の貯蔵および取り扱い基準が改正され既存の施設についても新基準の適用を受けることになりました。

※くわしくは消防本部予防課☎65－1721まで。

手話教室のお知らせ

5月から手話教室の昼の部が水曜日から毎週木曜日に変わりました。時間は午後1時30分～3時、夜の部は毎週第1・第3土曜日で午後7時～8時30分

昼・夜の部とも場所は中央公民館です。

耳のきこえない人の情報交換、障害をのりこえてのびのび生きられる地域づくりをめざして活動しているサークルです。みなさんもこの手話サークルに参加してみませんか。

連絡先／大堀　平野百合子まで。

福祉だより

福祉の新事業について紹介します。

▽デイ・サービス事業

問　デイサービスってなんですか？

答　65歳以上の身体の弱い、不自由な老年寝り、ねたきり老人や痴呆老人のかたがたを、車イスのまま乗れるバスで自宅までむかえに行き、デイ・サービスセンターでいろいろなサービスを提供したうえで夕方には再びバスで送ります。

このような事業です。

問　どんなサービスをしてくれるのですか？

答　血圧測定などの健康チェックで始まり、機能回復訓練や入浴サービス、給食サービスと楽しみながら必要なサービスが受けられます。

問　月に何回位利用できますか？

答　日曜日は休みで、一日おきの週3回です。月、水、金、とか火、木、土です。もちろん週1回とか、月1回でも可能です。

問　利用料は？

答　1回につき、昼食代の実費程度ですから500円位になります。月に10回、利用すれば5000円位になるわけです。

問　いつから利用できますか？

答　今年の10月から、飯野のつつじ苑デイ・サービスセンターで実施する予定です。

▽難病患者療養見舞金事業

問　難病ってなんですか？

答　原因が不明で治療の方法も確かでない慢性にわたるものです。次の31疾病（表1）が指定されています。また、18歳未満の下の疾病（表2）も入ります。（一部18歳以上でも対象になります）

（表1）

1 ベーチェット病	20 パーキンソン病（本態性でありYahrの分類のStage Ⅲ以上で、かつ生活機能程度Ⅱ、Ⅲ度のもの）
2 多発性硬化症	21 アミロイドーシス（原発性）
3 重症筋無力症	22 後縦靭帯骨化症（黄色靭帯骨化症）（生活機能程度Ⅱ、Ⅲ度のもの）
4 全身性エリテマトーデス	23 ハンチントン舞踏病
5 スモン	24 ウイリス動脈輪閉塞症
6 再生不良性貧血	25 ウエゲナー肉芽腫症
7 サルコイドーシス	26 突発性拡張型（うっ血型）心筋症
8 筋萎縮性側索硬化症	27 シャイ・ドレーガー症候群
9 強皮症・皮膚筋炎・多発性筋炎	28 表皮水泡症
10 特発性血小板減少性紫斑病	29 膿疱性乾癬
11 結節性動脈周囲炎	30 広範脊柱管狭窄症
12 潰瘍性大腸炎	31 原発性胆汁性肝硬変
13 大動脈炎症候群	
14 ビュルガー病（バージャー病）	
15 天疱瘡	
16 劇症肝炎	
17 クローン病	
18 難治性の肝炎のうち慢性肝炎	
19 悪性関節リウマチ	

（表2）

1 悪性新生物
2 内分泌疾患
3 糖尿病
4 先天性代謝異常
5 慢性呼吸疾患
6 ぜんそく
7 慢性心疾患
8 腎不全
9 血友病等血液疾患

問　その制度の内容は？

答　保健所で特定疾患（難病）と認定されていて現に治療を受けている市民か、その方を保護している市民に見舞金を支給します。

問　1日でも通院していれば月3500円　20日以上の入院ならば月7000円です。

問　その手続きはどうするのですか？

答　保健所から交付されている特定疾患の受給者票あるいは小児疾患の受給券の写しをそえて申請書を市の窓口に提出してください。

問　通院や入院の届けはどうしたらよいのでしょう。

答　9月と3月の10日までに療養証明書（3～8月分と9～2月分）を市の窓口に提出してください。

デイ・サービスと難病見舞金についてのお問い合わせは福祉事務所☎67－2322か670－511まで。

公民館だより

—敬称略—

◎**中央公民館**　☎65－2251

陶芸教室　日時＝6月6日　午後1時～正午　講師＝吉川豊治郎

絵画教室　日時＝5月20日　午前9時～正午　講師＝川名演

工芸教室　日時＝6月6日　午前9時～正午　講師＝渡邊恵美子

生花教室　日時＝5月25日　午後1時～4時　講師＝小柴春子

茶道教室　日時＝5月10日　午前9時～正午　講師＝安井玉峰

健康教室　日時＝5月11日　6月1日　午後1時～4時　講師＝吉本光

市民コーラス　日時＝5月10日　6月14日　講師＝秋葉美恵子

英会話教室　日時＝5月10日　6月7日　午後1時～4時

料理教室　日時＝5月15日、6月8日　午前9時～

書道教室　日時＝5月30日　午後1時～4時　講師＝横谷孝

親子映画会　日時＝5月27日　午後1時30分～4時

◎**富津公民館**　☎87－8381

書道教室　日時＝5月30日　午前9時30分～正午　講師＝横谷孝

絵画教室　日時＝5月20日　午前10時～午後4時　講師＝宗方麗

茶道教室　日時＝5月10日　午後1時～3時　講師＝安井玉峰

料理教室　日時＝5月17日　午前9時30分～正午　講師＝市栄幾七

俳句教室　日時＝5月20日　午後1時～3時　講師＝堀村藝花

婦人学級　5月25日

◇**人権行政相談**　時間＝午前10時～午後3時

相談日

—敬称略—

◇**婦人児童相談**　時間＝午前10時～午後3時

5月18日　富津出張所　5月25日大佐和出張所　婦人児童課では執務時間内随時

◇**消費生活苦情相談**　時間＝午前10時～午後3時

5月15日　市民会館、6月1日富津出張所、6月15日　大佐和出張所

◇**漁民転業相談**　時間＝午前10時～午後3時　5月17日、6月7日　場所＝富津出張所

転業対策室

◇**交通事故巡回相談**　時間＝午前10時～午後3時　5月14日、28日　場所＝第2庁舎

心配ごと相談所開設

・**弁護士による相談**　5月18日　午前10時～午後3時　中央公民館。予約制ですので相談される方は電話で申し込みください。☎67－0539

・**民生委員による相談**

5月11日　富津地区は富津公民館、大佐和地区は中央公民館、天羽地区は社会福祉協議会で、受け付けは当日。

年金積立金還元融資で医療施設が充実

君津中央病院では、年金積立金の還元融資を受けて次の事業をしました。

○医療機械整備事業

事業費9111万7千円

うち年金融資額6000万円、年金積立金は公共施設の整備など幅広く皆さんの福祉向上に役立っています。

第26回市民ゴルフ大会

—体育協会ゴルフ部—

市民ゴルフ大会が次の日程で行われます。皆さんの参加をお待ちしています。

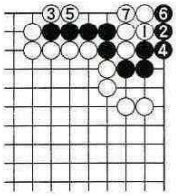
日時／5月18日、午前7時30分スタート

場所／総丘カントリークラブ

申し込み／当日会場で受付

参加費／3000円

プレー費／10450円（食事、消費税抜き）



〈詰将棋正解〉（1）と（2）の交換をしてから外より3のハネから詰め。最後は7で注留める。

〈詰将棋解答〉1五銀、1三玉、1四銀、同玉、2五竜、1三玉、2三飛成、同金、1四歩、同金、2二竜まで11手詰め。

〈解説〉初手1二飛成は、2四玉から3三玉と逃げられます。銀を活かして2五竜とし、7手目の2三飛成が妙手です。玉方の金を1四まで誘い出して2二竜まで。

富津市水道事業では、平成2年度の責任技術者試験を6月下旬に予定です。問い合わせは水道部業務課☎66－1111まで。

電波利用保護旬間
6月1日～10日

ハイパワー市民ラジオ、不法アマチュア局、不法パーソナル無線、不法コードレス電話等の電波法の技術基準に合わない無線機は、テレビ、ラジオや消防、救急、警察無線への妨害をおこし、国民生活に重大な支障を及ぼします。

いつでも良好な電波を能率よく利用することができるように無線機はルールに従って、免許を受けて正しく使いましょう。

問い合わせは関東電気通信監理局受信障害（テレビ・ラジオ）☎03(243)4723、混信妨害（業務用通信）☎03(214)1622、不法電波発射（電話機、コンピューター）☎03(214)1610まで。

平成2年度 調理師試験の実施

調理法第3条の2の1項に規定する調理師試験を次のとおり実施します。

試験期日／7月20日
試験会場／木更津市民会館
　木更津市貝渕2－13－40
受け付け期間／5月28日～30日

問い合わせは木更津保健所保健指導課栄養担当☎0438(22)3743まで。

千葉県低公害車フェア開催

千葉の祭りと千葉県環境月間行事の一つとして低公害車フェアを次のとおり開催します。

期日／6月9日・10日
場所／蘇我メッセ
内容／低公害自動車（電気自動車、メタノール自動車および天然ガス車）の展示と試乗

入場は無料です。

栄養教室受講生募集

成人病の食生活をおもに子供から老人までの食事に関する講話、運動、調理実習を楽しく学習します。

記

日時／　5/8、5/15、5/22、5/29、6/5、6/12、6/19、6/26、7/3、7/10
　午後1時20分から
場所／富津公民館、中央公民館、市民会館
申し込み／6月19日までに電話で申し込みください。
☎670574健康管理課まで。

自分で作る自分の健康

顎の骨を発達させ歯並びをよくする
―硬い食品―

いま、硬いものをかめない子供が12パーセント、よくかまずに丸のみしてしまう子供が14パーセントもいるといわれています。

たしかに最近はタクアンや、サキイカ、生のニンジン、セロリなどの歯ごたえのある硬い食物をとらなくなっているように思われます。

歯の寿命を延ばす

子供のころに軟らかいものばかり食べていると顎の骨の発達が悪く、歯並びが乱れてきます。その結果、歯の清掃がうまくいかなくなり、歯周炎が増えている報告されています。その歯周炎の症状の一つに歯槽膿漏があります。これは、歯と歯茎の間にポケット状の嚢ができ、そこに膿がたまるものです。

歯の病気といえば、もう一つ忘れてはならないものに虫歯があります。いまでも子供の9割以上にみられる虫歯ですが、最近ではやや減りつつあります。逆に歯周炎が増えつつあり、そのうえ若年化の傾向となっています。これが中年以降の歯の脱落に大きな影響を与えています。

わたしたちの歯は、50歳で5本、60歳で12本、70歳で20本も抜け落ちます。いまや平均寿命が世界一になった日本人ですが、歯の寿命のほうは残念ながらほとんど延びていません。自分の歯で食事をしたほうが何でもおいしく食べられ、老後の生活を豊かにすることにも役立つでしょう。

虫歯でボスの座を失った猿

動物では歯が丈夫かどうかが直接、生存競争に影響します。

ある猿のグループで、ボス猿が大歯に出産をつくってしまい、ものがよくかめなくなったら、途端にボスの座を追われてしまったのです。しかし、この猿に歯の清掃をしてまたかむことができるようにしたところ、再びボスの座に返り咲いたというおもしろい話があります。

歯の清掃にも役立つ

硬い食物は、顎を発達させるだけでなく、歯の清掃にも役立ちます。

学校給食でも、週に一回から二回硬い食べ物をだして、子供にカミカミ運動をさせているところも現れてきました。

お母さん方も子供が好きだからといって、ハンバーグやオムレツなど軟らかいものばかりを食べさせないで、タクアンやサキイカ生の野菜といった歯を丈夫にする食品にもっと目を向けてほしいと思います。

ほけん

このほけんに関するお問い合わせは健康管理課☎67－0574へ

- 予防接種は、接種前1週間の検温と母子手帳がないと受けられません。
- 保護者は、医師の問診にこたえられる方がおいでください。
- 予防接種問診票つづりをご覧ください。

●3種混合　受付時間…13：00～13：30

期日	場所
5月30日	市民会館
6月5日	富津公民館
19日	中央公民館

＜対象＞62年10月1日～63年2月28日生れ

●ポリオ　受付時間…13：00～13：30

期日	場所
5月16日	市民会館
15日	富津公民館
22日	中央公民館

＜対象＞　元年3月1日～8月31日生れ

●乳児相談　時間…10：00～15：00

期日	場所
5月14日	富津出張所
〃	保健センター
16日	市民会館
6月11日	富津出張所
〃	保健センター
13日	市役所

＜対象＞　生後12カ月までの乳児

●1歳6カ月児健康診断　受付時間…13：00～13：30

期日	対象
5月16日	富津公民館
17日	中央公民館
18日	市民会館

＜対象＞　昭和63年9月～11月生れまで

●乳児健康診断　受付時間…13：00～13：30

期日	場所
6月5日	富津公民館
6日	中央公民館
7日	市民会館

＜対象＞　平成2年2月～3月生

●日本脳炎　受付時間…13：00～13：30

期日	場所
5月9日	市民会館
17日	〃
22日	富津公民館
25日	市民会館
30日	富津公民館
6月8日	〃
13日	中央公民館
21日	〃
28日	〃

＜対象＞　61年5月1日～62年4月30日生れ

- この他3歳～就学前の未接種者も受けられます。初回接種を1～2週間あけて2回、翌年追加接種1回で基礎免疫となります。
- 指定された期日、場所においでください。

●母親学級　受付時間…13：00～13：15

期日	内容
5月9日	妊娠中の栄養、産後の食生活
23日	妊娠中の生活、妊娠体操
30日	分娩・補助動作、産後の生活

＜場所＞　中央公民館
＜対象＞　妊婦

●一般健康相談　時間…9：30～13：00

期日	場所
5月22日	富津老人憩いの家　9：30～15：00
24日	富津出張所　9：30～13：00
〃	保健センター　〃
25日	第2庁舎　〃
6月1日	第2庁舎　〃
4日	富津出張所　〃
〃	保健センター　〃
〃	金谷コミュニティセンター　9：30～15：00

●心の健康相談　時間…14：00～16：00

期日	場所
5月24日	市役所第2庁舎

＜対象＞　心の病で悩んでいる方

●麻しん・MMR受付　受付時間…9：30～11：30

期日	場所
6月1日	富津公民館、中央公民館第2庁舎

＜対象＞　・18カ月～72カ月

- 麻しんは、麻しんにかかったことのない幼児です。保護者の希望で12カ月からも接種できます。
- MMRを希望される方はお申し出ください。

テレホン健康相談

☎67－2040

毎週月曜日午前9時から11時30分まで（月曜が休日の場合は火曜日になります）

休日在宅当番医

テレホンサービス

☎65－2141

（消防署内）　9時～17時

問い合わせは千葉県環境部大気保全課自動車公害係☎0472(23)3857まで。

やんちゃざかり

祐平（ゆうへい）くん（1歳3カ月）

富津
小川浩・紀子さんの長男

1歳のお誕生日を前に歩きはじめた祐平くんは、スポーツ好きのご両親に似てとても元気印！。「将来は何かのスポーツ選手になって欲しい」……と。お父さんと、お母さん。