

## いつまでも健康でいたい

# 健康な身体はまず検診から



保健センターで行われた子宮がん検診

「いつまでも健康でいたい」このことは、誰もが願っていることで、す。しかし、私たちは病気になるまで初めて「健康」に気が付き、病気が、知らず知らずの内に進行する場合や、自覚症状が出てからでは、手遅れになる場合があります。今月は「がん検診月間」です。町では年一回(二月、九月)に住民の健康管理として町ぐるみ検診を実施し、みなさんの健康づくりのお手伝いをしていきます。

がんや心臓病・胸卒中・糖尿病などの成人病は、ある日突然発病するものではありません。たゞは昨日まで元気だった、突然、五十歳の人が急に脳出血で倒れた場合、その原因である高血圧や動脈硬化などは、二十あるいは三十歳代から始まっていると考えられます。このようにほとんど自覚されることなく、まさに発病し、しかも慢性の経過をたどります。そのため、発病し、しかも慢性の経過をたどります。そのため、発病し、しかも慢性の経過をたどります。

をを守るための第一歩です。特にがんに対しては、現在のところまだ、がん細胞をくわく止める決め手はありません。しかし、早期に発見したがんは、早期治療によって完全に治すことも可能となります。そのため、発病し、しかも慢性の経過をたどります。

## がんの予防は早期発見早期治療

をたどって病状が進むのが特徴です。成人病時代といわれる今日、定期的な検診を受けることによって、自分のからだの状態の流れをつかみ、からだの異常や病気の早期発見につとめることが、手おくれを防ぎ健康を直すこと。

にも、とにかく検診を受けて早くみつかることが大切で、繊維、抵抗力を高めるカルシウムの多い食品を使った料理を副菜として、野菜に組み合わせ、よくかんで食べるようにすること。

日常生活の中で悪い習慣を改めること、検診を定期的に受けて健康状態を確認する以外に方法はあります。

腸がんの集団検診を保健センターで実施しています。また、決められた日時に受けられない人は、町内およ

## 健康について思うこと



若葉 文明さん

「元気に過ごしています。それは私が健康であるからでしょう。」

健康について思うことは、当地に居る移して四半世紀になります。周囲の良さと、住民の健康に対する行政サービスが行き届いているという点で、心積りでもあります。

## 健康について思うこと



松尾台 八重さん

## 健康へのパスポート

「一時期をいかに上手に乗り切るかが、その後健康な生活を支えます。」

がんや心臓病・胸卒中・糖尿病などの成人病は、ある日突然発病するものではありません。たゞは昨日まで元気だった、突然、五十歳の人が急に脳出血で倒れた場合、その原因である高血圧や動脈硬化などは、二十あるいは三十歳代から始まっていると考えられます。このようにほとんど自覚されることなく、まさに発病し、しかも慢性の経過をたどります。そのため、発病し、しかも慢性の経過をたどります。そのため、発病し、しかも慢性の経過をたどります。

9月15日号の内容

- 1面 一年に一度は必ず検診を
- 2・3面 屋外広告物は届出を、中田武仁さんの講演会から
- 4面 お知らせ

# 屋外広告物の許可申請などは町へ

町民生活、まちづくりの観点から「屋外広告物の規制」は重要な役割を果たしている。許可制が導入された地域がある。

昨年度から地方自治体「統一」によって、屋外広告物の事務担当者(若狭川町)が行ってきた。統一前は、各自治体で異なる規制が行われてきた。統一後は、町が毎年度を六カ月ごとに施行し、さまざまな規制の適用範囲を定めている。

屋外広告物とは、電柱等に設置した、一定期間以上、一定の用途をもち、文字、図形、写真、絵、記号、音楽、音響、照明、その他、視覚的に認識されるもの、及び、その内容が目的活動であることを示すものである。

また、屋外広告物には、町民生活、まちづくりの観点から、規制が必要である。

町では、屋外広告物の規制を、町民生活、まちづくりの観点から、規制が必要である。

## 屋外広告物 法令

屋外広告物とは、電柱等に設置した、一定期間以上、一定の用途をもち、文字、図形、写真、絵、記号、音楽、音響、照明、その他、視覚的に認識されるもの、及び、その内容が目的活動であることを示すものである。

また、屋外広告物には、町民生活、まちづくりの観点から、規制が必要である。

町では、屋外広告物の規制を、町民生活、まちづくりの観点から、規制が必要である。

## 景観の美しいまちを創ろう



景観の美しいまちを創ろう。景観の美しいまちを創ろう。景観の美しいまちを創ろう。

## 禁止地域

屋外広告物の規制を適用しない地域。禁止地域。禁止地域。

屋外広告物の規制を適用しない地域。禁止地域。禁止地域。

## 動物愛護週間です



9月20～26日は「動物愛護週間」です。動物愛護週間です。動物愛護週間です。

## 町内全域給水制限実施中です。ご協力を！

### 町内全域給水制限実施中です。ご協力を！

町民生活、まちづくりの観点から、給水制限を実施中です。ご協力を！

### 中田武仁さんの講演会から



中田武仁さんのプロフィール  
昭和12年生まれ、子思(中田)武仁さんの長男。昨年5月に国議連中ランター、ア活動支援事務所を開設。現在、国議連中ランター、ア名譽大使として、各分野で活動中。(事務所は、大坂市内)

講演会の様子。中田武仁さん。講演会。講演会。

## 地球に平和を

地球に平和を。地球に平和を。地球に平和を。



**法律相談**  
財産の相続や離婚などの日常生活の中で起こっている諸問題について、弁護士が相談に応じます。(無料)

毎月第3火曜日に 日生住民センターで開催

〓 〓 10月18日 (火)  
〓 〓 〓 日生住民センター

毎月10日までに電話で予約を

**いながわハートフルコンサート 参加者募集**

11月3日に、いながわハートフルコンサートを開催します。

参加者募集。参加者募集。

**桂文珍のふるさと丹波**  
FURUSATO TANBA

必見テレビツアー  
9月28日(水)18:00~18:53 桂文珍

**あなたの気持ち伝えてほしい 兵庫県知事選挙**

10月30日(日)

**カメラトピックス**  
たわわに実った稲穂  
町内各地の収穫風景。稲穂が黄金色に輝き、田舎の秋の情景が広がっています。

カメラトピックス。たわわに実った稲穂。

# 秋の全国交通安全運動

## 9月21日～30日

# あしからせいろいろ

九月二十一日から同三十日まで、秋の全国交通安全運動が実施されます。

交通安全推進協議会では、この期間中、広報車による啓発、啓発物の配布など、積極的に交通安全運動を行います。

ドライバーの皆さんは、今一度自分の行動を見直し交通安全に心掛けてください。

### 重点目標

今回の運動では、次の三点を重点目標に掲げ、PR活動を展開します。

☆子供・高齢者などの事故防止

☆迷惑駐車・のり出し

☆無謀運転の追放、シートベルト着用の徹底

### 高齢者の交通安全

高齢者ドライバーが年々増加していることから、それに伴う交通事故が急増しています。



町内での交通事故現場 (写真提供：川西警察署)

が原因です。

交通事故は、ちょっとした心がけで防ぐことができます。高齢者のみならず一人ひとりが交通ルールを守り、事故のない交通ルートを構築していきましょう。

### 高齢者の特徴

高齢者ドライバーの事故の概要を整理してみます。次の順になります。

☆交通事故の約六六%が交差点事故(全事故の約五九%)、特に中規模交差点(四九%)

☆追突事故(全事故の約一八%)

☆高齢者の事故原因として「相手を見落とした」「脇見」「急いでいたので(安全不確認)」「ぼやりと見え」「危険でないと思いついた」「急いでいたので」

☆高齢者の事故原因として「相手を見落とした」「脇見」「急いでいたので(安全不確認)」「ぼやりと見え」「危険でないと思いついた」「急いでいたので」



平尾 佳奈ちゃん (1歳5カ月)

生まれた時は二千六百と小さかったけれど、お兄ちゃんのご飯まで食べて元気一杯の佳奈。素直な女の子に育ちたいです。

父 守・母 千鶴さん (柏原)

## ★わが家のヒロイン★

青少年の健全育成に寄与

### 龍見英樹さんが「若人の賞」受賞



龍見 英樹さん

八月十日、和田山町コンピュータホールにおいて、龍見英樹さんが「若人の賞」を受賞されました。

同賞は、県下の青少年育成活動に長年たずさわってきた青少年に贈られるものです。

龍見さんは、高校在学中から、大崎サッカークラブの指導を続けることにも、県主催の各種事業にも積極的に参加してきました。

今年(ゆとり)の創造月間創設十周年を迎え、労働時間短縮を目指し、作品展の作品を募集します。

## 乳幼児医療の申請を

本年7月1日から乳児医療(1歳未満)の対象者が3歳未満に拡大されました。ただし、1歳から3歳未満の方は下表の所得制限があります。該当される方は、健康保険証と印鑑を持参で健康福祉課へ申請してください。

### 所得制限限度額表

扶養親族及び児童の数	所得制限限度額表	
	幼児保護者・扶養義務者 所得額(控除後)	収入額(総収入額)
0人	363.0万円	515.6万円
1	393.0	553.1
2	423.0	590.6
3	453.0	625.0
4	483.0	658.3
5	513.0	691.7
6	543.0	725.0
7	573.0	758.3
8	603.0	791.7

### 94サマーフェス 写真を掲示

七月三十日、総合公園をメイン会場として開催した、94サマーフェスの写真を文化センターロビーに掲示します。

写真の申し込みも同時に受け付けます。夏休みの思い出を思い出してください。

▽対象 ①年齢20歳程度で療育手帳所持(申請中含む) ②原則として身体処理能力が確立し自力通所できる ③健康で伝染性疾患を持たない ④保護者の協力が得られる

▽募集人数 15名

▽対象 ①年齢20歳程度で療育手帳所持(申請中含む) ②原則として身体処理能力が確立し自力通所できる ③健康で伝染性疾患を持たない ④保護者の協力が得られる

## 「食器具の改善について」

### 学校給食センター 飯田 洋志さん体験発表



学校栄養職員 飯田 洋志さん

本町の学校給食は昭和四十二年に始まり、昭和五十七年には調理能力三千食のセンターを現在の地に移転増築しました。しかし、宅地開発が進み毎年百五十以上の転入増があり、平成三年には調理能力三千食の調理場を増設し、併せて米飯給食の回数増や調理器具の充実、多様化する食内容に合わせた食器具の改善を行うこととしました。

### 契約と遺言は公正証書で

十月一日から同七日は、「公正証書」の期間です。不動産の売買などの重要な取引や、遺言書などの作成には、後日のトラブルを防ぐため公正証書を利用すると安心です。

詳細は、伊丹公証役場(☎72・4646)へ。

## マツタケ狩り(10月1日～11月5日) (9月10日～10月20日) クリ拾い

いよいよシーズン マツタケ狩り かしわすき焼料理8千円から、牛すき焼料理1万円から

★クリ拾い 一人100円 20名以上500円 申し込みは、商工会(☎66・3001)か観光協会(産業課内)へ。