

No.207 徳地町報

1973、1/5

発行者 徳地町長

編集者 徳地町企画室

印刷所 今澄印刷所



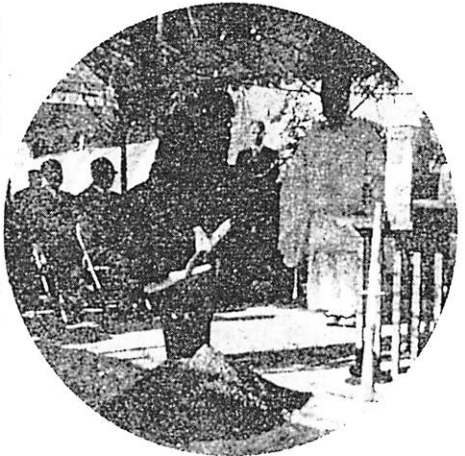
上 (消防出初式分列行進)

山村開発センター 建物内容のあらまし

階別	室の名称区分	面積㎡
1階	大集会室	245
	談話室	20
	町民ホール	125
	軽食喫茶室	41
	事務談話室	38
	相老談話室	22
	老人室	41
	生活改善実習室	59
	管理人員集會室	19
	山村青年集會室	30
2階	農林指導室	31
	農林技術研究室	39
	農林図書室	39
	農林図書室	59
3階	農林図書室	50
	小宿中延會議室	59
	延會議室	77
	延會議室	1,498

山村開発センター起工

徳地町山村開発センターは、旧
ろう十二月八日、請負者岡崎工業
KKの手で起工されました。
鉄筋コンクリート造り二層建て
延一、四九八㎡の建物で、その概
要は左表のとおりで四十八年九月
二十日完成予定です。
四十八年度は、庭園、附属設備
なども完了し、晴れてお目見えす
る予定です。ご期待ください。



(写真は町長のくわ入れ)

成人病予防シリーズ

保健婦たより No. 3

高血圧症の人は

規則正しい生活を

今回は、高血圧についてのしくくりとして、成人病を防ぐ日常生活について、お話しします。

四十歳をすぎた人、とくに高血圧、動脈硬化の強度な人は、日常生活に節制を守り、食生活に注意することによって、高血圧、脳卒中を予防することが可能です。

これからのべる生活上の注意は病気の方だけなら、一般の成人の方の健康法でもなるわけです。

規則正しい生活

またお話をなすことを申し上げます

危険物取扱者に
保安講習実施

このたびは法令の改正により、危険物取扱者免許を取得し、危険物取扱業務に従事している方は、五年ごとに「危険物の保安に関する講習」を受けなければならないとなりました。現在、現任は実務に従事していないので、今後危険物取扱業務に従事しますと、その日から一年以上以内にはこの講習を受けなければならないとされています。

該当者は、至急役場事務課行政

と、わりのない、ゆくりした仕事と生活の計画をたてて、それを規則正しく実行することが、健康維持の根本であります。

危険な人は、もちろんのことですが、高血圧がありましても、あまりだらしのない生活を送ることはかえって健康に悪い結果をおよぼします。

年をとって頭がぼけるのは、動脈硬化のためでもあります。脳にも仕事をせず、頭を使わずにいることも原因になります。

保まてご連絡ください。

なお、実施日時は異報等で公告されますので、その際お知らせいたします。

貯金通帳の盗難

すぐ郵便局と警察へ

郵便貯金通帳、定期貯金証書が盗まれて、預金者が知らない間に貯金を払いかもどされる事件が、いぜんとして増加しています。次の点に注意いたしましょう。

▽ 通帳の保管を慎重にすること

▽ 印鑑と貯金通帳は、別々の場所に保管すること

盗難届は、すぐ郵便局と警察

こんなすぐれた薬も、睡眠と休養にはおまじません。夜ふかしをやめ、おそくても十時ごろには寝るようにならしてしまひませう。

また、テレビでプロレスを見ていて、興奮して脳卒中や心臓発作をおこしたという事件が、マスコミをきわめたことがありました。

成人病には、興奮、イライラやクヨクヨ、ブライブは禁物で、ゆとりのある生活をしましょう。

運動

高血圧の人には、全身運動や激しい運動は、血圧があがるので無理ですが、散歩や体操といった軽い運動は、すずんでやります。

また最近、自家用車を持つ人が多くなりましたが、あまり自動車がかり頼っていませんと、足や心臓が弱くなります。

血圧が高いからと用心ばかりしないで、からだを動かそうという心がまえや姿勢が好ましいわ

△ 犯人は友人、近隣者、親族など預金者の顔見知りが多いそうです。心にもしつかりカギを。

共同募金の成果

昭和四十七年度の共同募金の成果は、四二、三、〇〇円に達し目標の一〇〇%の英賞をあげました。

この貴重な善意を地域の社会福祉に役立てようとして作業を進めています。ありがとうございます。



お風呂の温度は、四十度ぐらいが適当です。長い風呂、あつい風呂はよくありません。時間は十分ぐらいが理想でしょう。

また、湯の中に一度にドボンと

入浴

入浴の際には、湯の中に一度にドボンと

はいるのは危険です。ゆつくりと体を沈めていく方がよいでしょう。

体が冷えるのは、血圧があがったり、脳卒中への危険がありますので、脱衣所や浴槽をあたたくしてからはいって下さい。

寒さと便所

あたいたかい場所から急に寒い場所に出ますと血圧があがります。日本の家庭は、暖房が不十分で寝室はあたたかでも、夜中や便所に起きて脳卒中を起こすこと、このためです。

便所のためためしておくようや寝室で用が達せられるようシリンをおくなど、血圧のよい人は、暖さに体をさらさないよう注意してください。

以上で高血圧については終了ですが、すでに各ご家庭に「成人病予防ガイド」というパンフレットをおくばりしていますので、ご利用ください。

▽ 五十円、徳地ライオンクラブ (代表、福田一さん)

▽ 一万円、堀中学校生徒会

▽ 二千円、佐波高校家庭科クラブ

▽ 千円、大宇船路字下庄

村田 允さん

▽ 九千八百四十一円

徳地町青年団(こいサッカレ 4日クラブ) (ダンスパーティの収益金)

▽ 三千円、愛知県豊川市

▽ 千円、深谷出身 藤本たか子さん

▽ 千円、大宇伊賀字土井

河野千代太さん

いすれもありが、ご意見を、ご意志を体して役立てたいと思えます(徳地町社会福祉協議会長)

- ▽ 五万円、大宇島地字矢井
- 松原トメさん
- ▽ 二万円、大宇山畑字中畑
- 伊藤澄子さん
- ▽ 千八百円、大宇伊賀地字船津
- 山中菜奈子さん
- 大宇柳字才谷、三井美代子さん
- ▽ 五千円、県立宇部工業高校
- 岡 正 哉さん
- ▽ 千円、大宇深谷字御所野
- 田中マスコさん