

市報 とす 2.1

No.607

昭和63年

■ ■ ■ 主な内容 ■ ■ ■

- ウオッチャングラリー発表会 2
- おめでとう新成人 2
- とすの長崎街道② 4
- コスモス通りに休憩所 5
- グループ訪問④ 6
- 児童手当 7
- 生命の貯蓄体操 8

ほんげんぎょうで
無病災息を祈る



魔除けの正月行事「ほんげんぎょう」が1月7日早朝、八坂神社境内で本町P.T.A.の手で行われました。同町老人クラブ百年会と協力して、老人、父兄、子供三代のふれ合いをしようと8年前に復活。持ち寄った正月のしめ飾りを焼いたり、モチを焼いて食べ無病息災を祈りました。



楽しむ我が街再発見 個性、伝統を持った愛さ 13グループが観察

消費者の意見・提言を、商店街の魅力再認識と活性化に役立てる「楽しむ我が街再発見—ウォッチングラリー」の発表会が1月17日、約90人が参加して鳥栖商工会館で開かれました。

同事業は県、市、鳥栖商工会議所、鳥栖市商店街連合会が実施、現在計画が進んでいる鳥栖駅周辺市街地整備事業による駅周辺をはじめとする商店街の環境の変化に対応するため、現状と今後の方策を明らかにしようとするもの。

市内の消費者各層が編成する5人一組のラリー隊13グループが、昨年11月20日から3日間にわたって商店街を観察した結果を、コーディネーターの中原弘二佐賀大学教授を交えて、若者、主婦、高齢者などの立場

から発表しました。

発表内容は報告書にまとめられ、各商店街で活用されます。

商店街見直し の視点

ラリー隊の発表内容からは、市内にもセンス、個性、信頼のある店の存在が確かめられ、経営者の努力や工夫が消費者の好感を呼ぶことが分かりました。また、鳥栖商店街への先入観を捨て、新しい目で見ることから、商店街を見直す次のような視

点がでてきました。

①必ずしも大都市に追随する必要なく、郷土の店として個性や伝統を持ち、地元の人に愛される店づくりが望ましい。

②フィーリングやセンスなどのソフト面の占める割合が大きくなっているため、専門店になるほど高い知識や売買行為の中の人間的なものが要求される。

③消費者は商店街を連続したものと見ているため、全体の中の一商店ということを考え、全体としての統

あめでとう新成人

848人の新成人を祝って、成人式が1月15日、市民文化会館で開かれました。あいにくの雨模様にもかかわらず、華やかな着物や新しいスーツに身をまとった656人が出席。久しぶりに会う同級生との話に花を咲かせしていました。

式典では、山下市長が「夢と希望は若者の特権です。より一層、教養と英知を身につけ、高い理想を掲げて燃えるような情熱でアタックして下さい」と激励。また、今年、成人への記念品として市独自に作成した陶器製の銅鐸形風鈴にふれ「郷土の

パイオニアとして、先人に負けない新しい伝統を創出して下さい」と、代表の中隈由美子さん（桜町）に手渡しました。

成人の発表では原安伸さん（儀徳町）、佐藤雅子さん（今泉町）、中島美弘さん（神辺町）がそれぞれの決意を述べ、3人に下野園の園児が花束を贈呈。アトラクションでは深山流民踊舞踊の会による踊りを楽しみました。



人生は冒険。
失敗しても、私たちにはやり直す時間が十分にあります。
目標を持って力の限り挑戦してみようではありませんか。私たち一人ひとりが大きく育つことが、社会を大きく育てていくことになります。

原 安伸さん

「ウォッチングラリー」 れる店づくりを 結果を発表

一やまとまりをつくる必要がある。

コーディネーター からの提言

このような視点に立って、中原教授は商店街の今後の方針について次のような提言をされています。

①消費者へのサービスと親しみを込めたセンス、ユーモア、遊び心にあふれた案内図が駅前やバス停、市内中心部に欲しい。

②こんな所にこんなお店が——といった消費者への情報伝達手段としてのガイドブックを作ってみては。

③東町商店街は旧長崎街道筋の街として発展してきたが、逆に古いものを活性化に役立てられないか。

④今の商店街にはあまりにも遊びがない。くつろぎや遊びの場を。



佐藤雅子さん

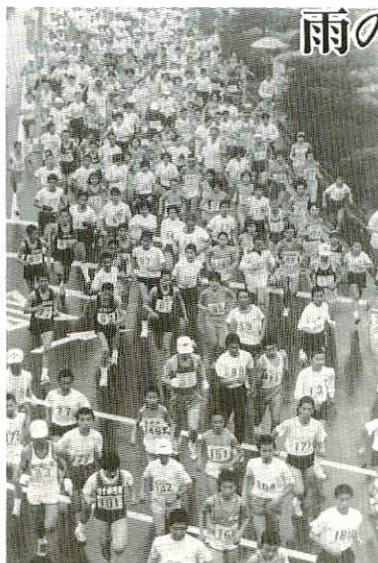
社会が必要とする人間になるため、初心に返って努力を重ねていきたい。同世代の人が社会人として立派に活躍しているの

を見ると、いつまでも学生だからと自分を甘やかしてはいけないと痛感させられます。



中島美弘さん

社会に出て仕事に就けば、毎日が同じ事の繰り返し。しかし、そこには責任という重みがのしかかってきます。まず自分の体を大切にし、この鳥栖で地道にコツコツと何かをやっていきたいと思います。



雨の中を873人力走 祝成人口ードレース大会

ンナーに、沿道からは「ガンバレ」の声援が飛び交っていました。

一般の部(10.8%)で飛松一郎さん(26歳、基山町)、中学生の部(5%)で脇弘人くん(15歳、養父町)が優勝。高校生の部(10.8%)では大牟田高校が上位を独占しました。10位までの市内入賞者は次の通りです(敬称略)。

【一般=10.8%】③古賀照章(19歳、土井町、34分10秒41)⑧山津茂樹(37歳、加藤田町)⑨飛松忠文(29歳、田代本町)【市内一般=同】①古賀照章②山津茂樹③飛松忠文④中島政三(38歳、加藤田町)⑤沼田剛彦(27歳、田代外町)⑥真子純孝(36歳、山都町)⑦楠瀬洋也(20歳、松原町)⑧江島誠(33歳、布津原町)⑨宮下陽一郎(22歳、田代本町)⑩今村博(19歳、東町)【壮年=5%】⑨有馬徳次(51歳、田代大官町、18分46秒)【中学生=同】①脇弘人(15歳、養父町、15分54秒)⑤大石純男(同、平田町)⑥山田真(13歳、鎌田町)⑧古川英樹(同、真木町)⑨舟木正明(15歳、養父町)

新成人を祝う第26回祝成人口ードレース大会は1月15日正午、宿町平塚交差点をスタート。鳥栖筑紫野有料道路10.8%と5%をコースに、女子149人を含む過去最高の873人が参加して健脚を競いました。

参加者のうち最高齢は久光製薬㈱の中富正義会長(82歳)、また、遠くは埼玉県からの参加もあり、降りしきる雨の中を全力を尽くして走るラ



はたちになつたら国民年金

ただし、加入している年金制度の方で必要な手続きがなされていますので、あなたが改めて手続きをすることはありません。

国民年金は、20歳になった日から加入が義務づけられています。



①強制加入の人

②農林漁業や自営業などを営んでいる人…農林漁業、自営業、自由業などの給与得者でない人、サラリーマンでも厚生年金などに加入している人、無職の人。



③会社や役所などに勤めている人

…会社や役所などに勤めるサラリーマンは、厚生年金や共済組合などに自動的に加入しますが、同時に国民年金にも加入することになります。

◎サラリーマンの妻…厚生年金などに加入しているサラリーマンの妻(専業主婦)。ただし、個別に保険料を納める必要はありません。

◎任意加入の人
海外に居住している日本人や大学の学生など。

『おことわり』1月1日号7ページ「ねんきん」の記事中、6行目の「来年2月から」は「今年2月から」の誤りでした。おわびして訂正します。なお、支給日も11日から15日に変わります。

とすの
長崎街道

②今町—赤坂



今町は、街道沿いに軒を連らねるように町並みが続きます。今町という地名は新しく町がつくられた所に多くつけられており、新町などと同じ意味・由来です。

慶長4年(1599)、基肄郡と養父郡は対馬藩の領地になりますが「対馬藩領有時には街村あり、合計30戸ばかり」という記録がみられ、その頃までには町並みがつくられています。

街道は、八ツ並から南に延びる丘陵上の尾根筋を通っています。今町

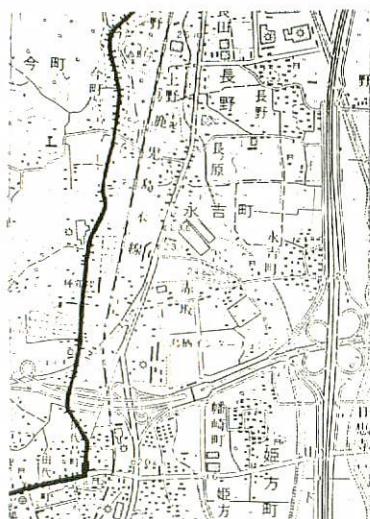
の集落を過ぎ、坂を下ると本川川に行きあたります。川を渡り、坂を登ると赤坂村で、今町と同様、永吉村の枝村です。ここは田代本町からの丘陵の先端部にあたり、地名が示すように下り坂になっています。赤坂の赤は、鳥栖地域の丘陵が火山灰の堆積した赤土が地盤となっていることからくるもので、「鳥栖ローム」と呼ばれています。

街道はこの丘陵先端部を横切って

います。享和2年(1802)に街道を通った尾張の商人菱屋平七が残した旅行日記「筑紫紀行」には、「赤坂村、農家20軒計。茶屋なし。少し坂を下れば小川あり。かちより(歩いて)わたら」とあります。小川は前述の本川川のことです。現在の全酪連飼料工場あたりに、茶屋が戦後まで残っていたそうですが、江戸時代以降につくられたものでしょう。

赤坂付近の街道筋には見事な松並木が戦時中まで残っていました。六本松という地名はその名残です。また、この付近にはハゼの木が多く、田代黄櫨として有名でした。

赤坂から約1キロで田代昌町の追分石へ至ります。



杓子ヶ峰で初日の出参拝

63年新春歩こう大会が1月1日に行われ、944人の市民が市役所と田代八坂神社から杓子ヶ峰まで歩き、頂上で初日の出を拝みました。雲と雲のすき間からちょっぴり顔をのぞかせた初日に、それぞれの一年の計を込めて手を合わせていました。参加者全員には山下市長自筆の色紙が贈られたほか、記念品が当たるラッキー抽選会が行



われ、当選番号発表のたびに歓声がわき上がっていました。

県営住宅入居予備者を募集

鳥栖市・三養基郡内十四団地の空き家の入居予備者を募集。申し込みは鳥栖土木事務所(元町総合庁舎内)へ。(83)4176)へ。

鳥栖子ども劇場第48回例会 芹洋子のアミーリーコンサート 歌のディズニーランド

二月十四日(日)午後二時、市民文化会館。ディズニーの映画音楽をはじめとするすばらしい歌のかずかず。当日の入会もできます。入会金二百円、月会費七百円。詳しくは同劇場事務所(大正町)(83)7415)へ。

鳥栖郷土研究会・探鳥会

「とすの冬鳥をたずねて」

二月七日(日)午前八時半、旭小学校校門前集合。江島町、朝日山周辺の冬鳥を観察します。正午解散の予定。メモ帳、双眼鏡、図鑑などをお持ちの方は持参下さい。詳しくは藤瀬頼博(市教育委社会教育課内)(83)352)

実年キャンペーン作品募集

五十年代の「実年」をテーマとした作文、短歌を募集。作文は四百字詰原稿用紙五枚以内、短歌は一人五首以内。応募締切りは二月十五日。応募先や応募方法など詳しく述べた福井事務所老人福祉係(83)553)へ。

コスモス通りに休憩所 工配補助金で

安良川コスモス通り左岸に、このほど休憩施設が3カ所完成しました。同施設は、中央に木製のシェルターとイス、床はカラーレンガ張りで、外周にツバキ、サザンカ、サツキ、ツツジなどを植えており、工事費は968万円。このうち760万円は、通産省の工業再配置促進費補助金でまかなわれています。

同補助金は、工場の従業員と地域住民との融和、地域の環境保全を図るために、工場が進出した場合に交付されるものです。今回は59年に鳥栖商工団地に進出した伊藤ハム(株)佐賀ミートセンター、(株)京食九

州支社の2社
が補助対象となっています。

これまで
同補助金によ
り、市民球場
照明施設や市
民運動広場の
新設などが行
われています。



少年スポーツ指導者めざして

少年スポーツの指導者や、指導者をめざす人を対象にした「少年スポーツ指導者養成講習会」が1月10日、中央公民館で始まり、女性30人を含む250人が受講しました。同講習会は少年期の健康・体力づくりの基礎理論を修得させ、少年スポーツ指導者の資格を認定するもので、佐賀大学教授などによる講義が同日と31日、2月14日の3日間行われます。この日は社会体育概論など4講義が行われ、終了後も熱心な質疑応答が交わされました。



観光協会

シンボルマーク決まる



鳥栖市観光協会

鳥栖市観光協会のシンボルマークに、平川省二さん(27歳、曾根崎町)の作品が選ばれました。

同協会が活動のシンボルにと、縦貫・横断の両高速道が交差するクローバー形ジャンクションをテーマにした作品を一般から募集していたもので、応募数37点の中から12月25日に決定。



平川さんの作品は、1本のリボンをねじってクローバーを表現し

たデザイン。太い主ラインはブルー、細い縁ラインはグリーンで、鳥栖の豊かな水と緑の自然を表わし、下に赤色で「鳥栖市観光協会」の文字が入っています。

平川さんは鳥栖基山農協神辺出張所勤務。「1週間ほどかかって描き上げましたが、絵は小学校の頃に水彩画を習ったことがある程度。1位に選ばれ、とてもうれしい」と話される。

祝ワンセー

小正月の予祝行事として鳥栖地方に伝えられてきた「もぐら打ち」。だんだん薄れていく伝統や



風習を残したいと、陣内勝義さん(69歳、古野町)が1月14日、近所の子供たちをつれて庭先をたたいて回りました。陣内さんの「祝ワンセー」の歌声に合わせて、2㍍ほどの竹の先にわらをまいた棒で地面をたたく子供たちは「とっても楽しい」と大喜び。18年前から続いているため、近所の人にもすっかり定着。近くの幼稚園にも約50本の棒を贈り、園児にも楽しんでもらっています。

スポーツ大会成績

■鳥栖市卓球選手権大会 (12月13日、市民体育館)

日、市民体育館。参加50人。1位入賞者のみ)

【男子団体】鳥栖クラブ 【同女子】
レディースクラブ A 【男子ダブルス】
半田利晴・青木哲司 【同女子】大塚
文子・松尾勝子 【男子シングルス】
木下英雄 【同女子】大塚文子 【男子】
シニア】半田利晴

鳥栖高校・鳥栖工業高校 定時制生徒を募集

鳥栖高、鳥栖工高いずれも四十人を募集。出願期間は2月16日から

同十八日まで。学力検査と面接は3月10日・11日で、発表は同十六日。定時制には教科書無償給付、修学奨励金の貸付・給付、完全給食などの特典があり、教科内容や卒業資格は全日制と変わりありません。また、中学卒業後、年数を経過している方も受験できます。詳しくは鳥栖高校(☎ ⑧③②②①①)または鳥栖工業高校(☎ ⑧③④①③④)へ。

JR九州に時刻改正

JR九州では地域に密着した運営を行ったため、通勤・通学列車五十本の増発を含めた時刻改正を三月十三日付で行います。時刻表は鳥栖駅で配布しています。

* グループ訪問 ④

おはなし文庫 「ぐるんぱ」

本を読んで子供の夢をふくらませようと、おはなし文庫「ぐるんぱ」が12月19日、田代公民館で誕生。田代地区の子供たち約50人が参加して、絵本の読み聞かせ、お話し、歌、クリスマスプレゼントで楽しいひとときを過ごしました。

「ぐるんぱ」の名前は、ひとりぼっちだったゾウのぐるんぱにたくさんの友達ができる「ぐるんぱのようちえん」からとったもので、発足させたのは藤瀬栄子さん（39歳、神辺町）はじめ田代小学校区のお母さん

たち11人。田代公民館を対象に、図書の充実と親子読書会の育成を図る社会教育施設モデル事業による補助と、個人の持ち寄りで、絵本300冊をそろえ、借し出しも行います。

「市立図書館まで遠くて、なかなか行けなかった子供たちも、これで好きな絵本を自由に借りることができます。将来は大人の本もそろえ、地区の子供や老人みんなが親しめる文庫に発展させたい」と藤瀬さん。

同文庫は毎週土曜日、午後1時半から3時まで活動しています。



農業簿記帳講習会

農業経営の改善を進めるため、農業簿記帳講習会を開きます。定員を30人で締め切りますので、お早めに市農業委員会事務局（☎⑥3569）へお申し込み下さい。受講料無料。

とき／2月10日(水)午後1時半～4時

ところ／市役所2階第1会議室

内容／①簿記帳の仕方②青色申告制度について 講師／県農業会議担当官・東島氏

食料品消費モニター を募集

2名

九州農政局では、63年度食料品消費モニターを鳥栖市から2名、募集します。

業務内容はアンケート調査が中心で、依頼期間は4月から1年間。謝礼として年間12,000円が支払われます。(ただし、他の消費生活関係モニターと重複しないこと)。

申し込みは2月13日までに市民相談室市民相談係（☎⑥3576）へ。



交通災害共済 へ加入を

63年度交通災害共済の加入申し込みを受け付け中です。

2月末までに各町区の嘱託員（区長）へお申し込み下さい。

詳しくは市民相談室交害・交通係（☎⑥3577）へ。

鳥栖北公民館 管理人を募集

市では、古野町に建設中の鳥栖北公民館の管理人を募集します。

管理料／月額4万円 委託期間／

4月1日～64年3月31日（更新可）

条件／住み込み可能な人 申込み／

2月29日までに市教委社会教育課

（☎⑥3521）へ。

子）▽大島勘次（同、亡母ナツ）▽大石ナカ（真木町、亡夫恒蔵）▽成富輝男（田代外町、亡父軍二）▽原辰夫（三島町、亡妻母ツヤ子）▽天本悟（河内町、亡母ヌイヲ）▽
●歳末助け合い 社会福祉協議会
▽五千円：大松昌子（山浦町）▽一万六千三百九十八円：中央軒従業員一同（京町）▽五千七百五十五円：さかい輪業一同（古野町）▽一万一千百十円：四七菊会（代表皆良田ナツエ）▽五千百六十円：西鉄三和タクシー従業員一同▽八千五百円：樋口賢治（轟木町）▽一千万九千五百円：J.R鳥栖駅▽一万七千六百七十円：鶴田恒子（柳園地）▽二万五百万円：NTT鳥栖電報電話局▽四万一千九百八十八円：鳥栖商業高校インタークラブ▽七千三百二十円：福山書店鳥栖支店一同

ハンディークリーナー 30台を寄贈

九州松下労働組合佐賀支部（支部長田嶋英彦）が十二月二十六日、市社会福祉協議会へハンディークリーナー三十台（五十九万四千円相当）を寄贈されました。
同支部は十五年前から「愛の運動」を展開、施設慰問、バス停や公園の清掃、愛の募金などで地域への奉仕を続けています。同日も全員による愛の齊行動日と決め、市民公園などの清掃、洗心寮の慰問を行いました。

児童手当 3月31日までに手続きを

4月から、児童手当が2人目も3人目以降も小学校入学前まで支給されます。

4月1日現在、18歳未満のお子さんを2人以上育てている家庭で、そのうち1人以上が小学校入学前であれば支給の対象になります。支給額は第2子分が月額2,500円、第3子以降分が同5,000円です。



次のいずれかに該当する家庭は3月31日までに福祉事務所で手続きをして下さい。

なお、公務員の方は勤務先で手続きをお願いします。



修学資金を融資

社会福祉協議会では、修学資金の融資申し込みを2月15日まで受け付けています。

詳しくは同協議会（社会福祉会館内☎3555）へ。

都市計画課（☎3603）

園芸教室	2月10日(水)	午前9時半～11時	市役所別館男子教養室
《園芸実演会》 松の植え替え	〃9日(火)	午後1時半～4時	旭公民館
肥料のやり方	〃18日(木)	〃	鳥栖北公民館
松の植え替え	〃19日(金)	午前9時半～11時	基里老人福祉センター
松の植え替え	〃17日(水)	〃	田代老人福祉センター

●一般寄付 旭小学校へ▽ぞうきん百枚：幸津町老人クラブ（代表宇木實）▽綱引きロープ・巻き取り器、むかで板掲示板（二十四万七千円相当）：同小PTA（代表陶山賢治）社会福祉協議会へ▽みかん四百枚（若柳療育園、洗心寮へ指定）：城戸備、松尾元春、松本安雄（福岡県山門郡山川町）▽一万円：緒方応嗣（元町）▽二万円（手をつなぐ親の会へ指定）：古賀菊枝（秋葉町）原憲正（幸津町、亡妻キヨノ）▽長仙次郎（袖比町、亡妻トキワ）▽野田和子（同、亡夫彪）▽永済太一郎（佐賀市久保泉町、亡父母徳次・サタ）▽横山貢三（藏上町、亡父平田勇）▽水上藤吉（曾根崎町、亡妻節子）▽太田千代子（山浦町、亡夫政光）▽庄司安彦（同、亡母リヤウ）▽日山軍記（大正町、亡父松次郎）▽坪口正則（同、亡妻サチ）▽古澤一郎次（同、亡妻サカエ）▽中島義孝（村田町、亡父善造）▽大石ユキエ（水屋町、亡夫治美）▽馬場文雄（同、亡父伊六）▽峯松義六（姫方町、亡妻輝男）▽山下昇（牛原町、亡妻マサ子）▽最所民枝（山都町、亡夫マサ子）▽中川太郎（永吉町、亡妻マサ子）▽山下昇（牛原町、亡妻マサ子）

寒さから 水道管を 守りましょう

気温がマイナス4℃以下になると、水道管や水道メーター、じゃ口が凍ったり、破裂したりします。次のようなところは特に注意して下さい。

- ①水道管がむき出しになっている
- ②水道管が北向きにある
- ③風あたりの強いところにある

★水道が凍って出ないとき

タオルをかぶせ、その上からゆっくりとぬるま湯をかけてとかします。熱湯をかけると、破裂があるのでご注意下さい。



★水道管が破裂したら

止水せんを閉めて水を止めて下さい。そして、破裂した部分に布かテープをしっかりと巻きつけて応急手当をし、水道課（☎3538・3539）または指定水道修繕当番店へご連絡下さい。



● 一般寄付 旭小学校へ▽ぞうきん百枚：幸津町老人クラブ（代表宇木實）▽綱引きロープ・巻き取り器、むかで板掲示板（二十四万七千円相当）：同小PTA（代表陶山賢治）社会福祉協議会へ▽みかん四百枚（若柳療育園、洗心寮へ指定）：城戸備、松尾元春、松本安雄（福岡県山門郡山川町）▽一万円：緒方応嗣（元町）▽二万円（手をつなぐ親の会へ指定）：古賀菊枝（秋葉町）原憲正（幸津町、亡妻キヨノ）▽長仙次郎（袖比町、亡妻トキワ）▽野田和子（同、亡夫彪）▽永済太一郎（佐賀市久保泉町、亡父母徳次・サタ）▽横山貢三（藏上町、亡父平田勇）▽水上藤吉（曾根崎町、亡妻節子）▽太田千代子（山浦町、亡夫政光）▽庄司安彦（同、亡母リヤウ）▽日山軍記（大正町、亡父松次郎）▽坪口正則（同、亡妻サチ）▽古澤一郎次（同、亡妻サカエ）▽中島義孝（村田町、亡父善造）▽大石ユキエ（水屋町、亡夫治美）▽馬場文雄（同、亡父伊六）▽峯松義六（姫方町、亡妻輝男）▽山下昇（牛原町、亡妻マサ子）▽最所民枝（山都町、亡夫マサ子）▽山下昇（牛原町、亡妻マサ子）

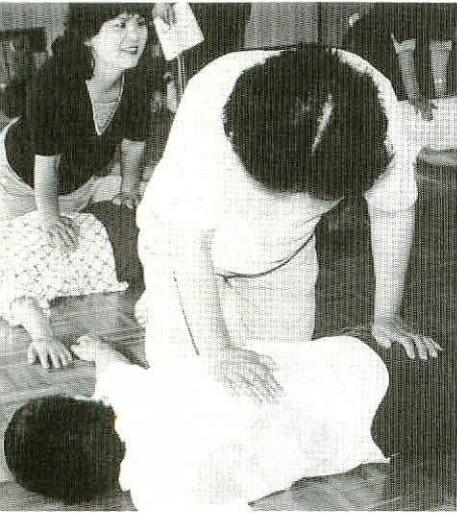
12月31日現在
(敬称略)

健康づくりに効果バツグン！

▷生命の貯蓄体操◁

健康づくりに、あなたも「生命的貯蓄体操」をやってみませんか。

環境衛生課では、毎週水曜日の午後1時半から同3時まで鳥栖北公民



献血

血

とき／2月9日(火)午前9時半～午後3時（正午から午後1時までは休み）ところ／市役所職員玄関前 主催／鳥栖市献血推進協議会

育児のことなら 母子健康相談へ

赤ちゃんの発育は順調ですか？環境衛生課では、毎週月・水曜日の午前9時から同11時まで、保健婦による身体測定や予防接種、離乳食など日常の育児に対するアドバイスを行っています。母子手帳を持参のうえお出かけ下さい。

2月の納稅

固定資産税
(4期分)
国民健康保険税
(9期分)

納期限・2月29日



人 口

昭和62年12月31日現在

総 数 55,734(+86)

男 26,617(+41)

女 29,117(+45)

世帯 16,158(+17)

()内は前月との比較

胃ガン・子宮ガン・農協検診

今回は麓、旭、基里各地区の方を対象に行います。胃・子宮ガン検診と同時に農協検診も行われ、ガン検診のほかに尿、血圧、血液、心電図の検査受けることができます。

日程

2月19日(金)	農協麓支所
2月23日(火)	農協旭支所
2月29日(月)	農協基里支所

受け付け／午前8時半～同11時 料金／◎Aコース（尿・血圧・血液検査）一部負担金1,000円◎Bコース（Aコース+心電図）同2,500円◎胃ガン検診500円、子宮ガン検診400円（いずれも70歳以上は無料）持参品／健康手帳 申し込み／各実施日10日前まで環境衛生課保健予防係（☎3559）へ

成人病は習慣病

生活様式をチェックしよう

成人病は習慣病ともいわれ、長い間の生活様式と深い関連があり、40歳を過ぎた頃から急増しています。

昨日までバリバリ働いていた50歳の人が脳出血で倒れた場合、その原因となる高血圧などの病気の芽は、既に20～30歳代にはあったといわれます。こうした病気の芽をもっている人が、日常の不健康な生活習慣を続けると、これが引きがねとなって、病気の発生につながります。

★食生活に注意 甘いもの、塩辛いもののとりすぎに注意し、コレステロールをコントロールするために、

バランスのとれた食事を心がける。

★ゆとりをもって健康づくり イライラ、カリカリして精神的なゆとりがないのは不健康的バロメーター。アルコール、たばことも上手につきあい、ストレスをためこまないこと。

★根気よく健康管理 どんな病気でも早期発見、早期治療が肝心。そして健康管理を根気よく続けることが、成人病予防には大変有効です。

■栄養のバランスを考えたフードモデルの展示と健康相談を、2月1日(月)から6日(土)まで市役所市民ホールで開きます。ご来場下さい。

水道の修繕

管工事協同組合
蔵上町☎35038

午後5時以降と日曜・祝日は次の当番店へ。

2月1日～15日／吉山ポンプ店
(田代外町☎32924) 16日～29日／高倉工務店 (原古賀町☎4358)