

広報

# のほろへつ

## 市の人口

7月末現在

総人口 54,605 (203増)

男 27,234 (96増)

女 27,371 (107増)

世帯数 16,565 (45増)

( ) 内は前月との比較増減



空手スポーツ少年団の合宿練習のもよう—8月12日鉾山レクリエーション村—

## 体を鍛えよう

最近の子供たちの体位の向上ぶりには、目覚ましいものがあります。昭和四十年の小学校六年生の平均身長は、男一三八・五センチ、女一四〇・四センチでした。ところが五十二年には、男が一四二・六センチで、女は一四四・九センチにもなっています。体重も男女とも三キロ以上もふえています。

ところで、体格に比例して体力もついたのかというと、残念ながら「ノー」といわざるをえません。

筋力は十年前に比べると劣っています。とくに背筋や投力、懸垂力は著しく低下して、子供の世界にも、半健康人が、はばこり始めました。その原因は運動きらいと偏食です。

現在、登別市体育協会には十九種目の加盟団体があり、それぞれスポーツ技術の向上や普及活動を行なっています。

運動きらいや偏食は、とりもなおさず、成人病予備軍を育てていることになります。

次の世代を担う若者たちを、成人病から守るためには、本人の自覚はもちろんのことですが、家族の方は食生活のバランスを考えてやるなど、十分な配慮が必要です。

今年の四月に体育協会に加盟した空手協会では、日本古来の武道である空手を広めようと、スポーツ少年団を結成、登別青少年会館で指導を行なっています。

写真は、同協会が鉾山レクリエーション村で行なった合宿練習のもようです。

9.1 1978



# シリーズ「あなたの地区の施設ができあがるまで」③幌別地区

## 市民負担を抑えて積極的マチづくり

今回はシリーズの三回目、幌別地区の公共施設として、公営住宅工業団地、幌別駅の三力所を紹介いたします。

幌別地区は、中央地区とも言われ、登別市の市街地の中央に位置して、幌別川、来馬川の流域が広く、平坦地が他の地区にくらべて大きく形成されて、人口も大いいため、各種の公共施設が特に集中しているところですよ。

公営住宅の建設では、幌別地区の件数が最も多く、最近では経済的な街づくりを行なうため、他市町村では見られない、土地のレンタル方式による、ユニークな方法によって、柏木団地公営住宅が誕生しています。

また、職住分離といって、働く場所（職場）と住む所を、分離して、公害のない工場を誘致するため、道の了解を得て、河川敷地を埋め立て、川上工業団地を造成、分譲しています。さらに、国鉄の赤字財政下における、厳しい状態の中で、幌別駅舎の改築が行われ



### 敷地、借りた方がトク

室蘭市の約三倍という広大な行政区域をもつ登別市ですが、市有地で空いている所は、ほとんどなく、公共施設の建設の時には、いつもこの用地の確保に悩まされてきました。

ところが、レンタル方式ですと年間わずか三百五十万円の出費で済み、無理をして多額な買収費を工面することもいらず、年ごとに公住入居者から部屋代、市民税が入ることを考え合わせると、ダンと得ということになります。

この土地は、国鉄室蘭本線の山側にあつて、市役所まで車で約五分、柏木町一丁目。

公営住宅団地の造成では、特に広い用地を必要とし、買取するとすると莫大な財源が必要となります。不況下で地方財政硬直の中では、財源難で住宅建設を見合わせる市町村が多くなっています。

現在、登別市土地開発公社が、工業用地として造成、好評分譲中の川上工業団地の構想は、すでに昭和四十五年十二月の都市計画区域内の用途地域指定の時にあつて、市が工業専用地域として決定していたことから、市内の工業振興をはかるため工場誘致を積極的

市内唯一の幌別東団地は、昭和四十七年から本格的に建設がはじめられ、昭和五十二年で終了しましたが、結局、四階建てが十四棟（うち道営三棟）三百三十六戸平家と二階建て十棟四十戸が建てられました。

市では、今後もレンタル方式を応用して、住宅用地の提供なども行なっていく方針です。

### 土地開発企業の完全はりつけに期待

好評分譲中の川上工業団地

日鉄、旧河川敷地などの土地を、買取、交換、または払い下げを受けるなどの方法で、先ず用地を確保していくわけですが、特に道からの河川敷地の払い下げでは、幌別川の河川改修に伴う、用途廃止の手續きに、一年以上も手間がかかり、建設費まで出向いていかなければなりません。

それは、河川改修が完全に終わっていないほか、防潮堤の設備がないという理由から、検討期間が長い



敷地を借りて建てた柏木団地公営住宅

方式を導入しました。道内では初めての試みとして、

昭和三十九年四月から、市民有地（亀田実業）、砂利組合、新

市出先機関と工事予定地の視察を行なう。▽8月1日第三回臨時市議会を召集。▽同2日室蘭市関係行政機関へのあいさつまわりを行う。▽同3日懸案事項について担当職員と打合わせを行なう。▽同4日幹部職員と各種事項について協議する。▽同5日第二十九回北海道婦人大会実行委員会解散式に出席。諸準備に奔走した委員の労をねぎらう。▽同6日登別市子供会夏季スポーツ大会開会式に出席。参加者を激励する。引き続き、陸上自衛隊幌別駐とん地創立記念式典に出席。創立二十五周年を祝う。さらに苫小牧市で開催された第十回道民スポーツ胆振夏季大会の各種競技場をまわり選手を激励する。▽同7日市役所内部をまわり、職員と懇談する。▽同8日定例記者会見を行なう。▽同9日相次ぐ来客と面会。幹部職員と諸問題について協議する。

### 市長動静

7月26日～8月9日

▽7月26日 室蘭児童相談所長と面会。九月に当市で行なわれる「里親激励のつどい」について懇談する。▽同27日 登別中学校を主会場として開かれた、第二十九回北海道婦人大会開会式に出席。全道各地から参集した婦人を激励する。▽同28日第三十二回むろらん港まつり開祭式に出席。▽同29日 八月一日開催予定の臨時市議会の内部打合わせを行なう。▽同31日



びき、市の議会に対する行政報告の内容も、公有水面の埋め立てか用途廃止かで、二転、三転したものです。また、埋立て用の土砂が非常に多く必要としたことから、山をけずって持ってきたり、公共事業の残土を運ぶなどで行なったわけです。この工業団地は、市街地内にある工場などを移転することにより、市街地の住宅環境を良くしたり、他の民間企業を誘致し、市内でただ一カ所の工業地帯として計画造成したもので、国道36号線の幌別橋から西へ一・八キロの海岸側で、立地条件は絶好の場所。



立地条件にめくまれた川上工業団地  
新しい駅は、国鉄利用債の

途中、市から土地開発公社に売却し、全敷地は約十六畝で、すでにアスファルト工場や、重機整備工場が創業を開始しており、市内四社、市外一社が売買契約を終えています。  
中でも、昭和五十五年創業予定の新日鉄系列の金属工業会社は、新日鉄室蘭で生産される鉄材を原料とし、地元の新日鉄や日鋼の技能退職者を雇用する方針を打ち出しているため、進出すると、新日鉄等退職者の再就職の道が開けるものと期待されています。  
今後完全に企業がはりつくよう土地開発公社では力を注ぐことにしています。

国鉄利用債の新改築が決まったのは、昭和五十二年二月。この年の二月十七日、国鉄道総局から市に入った連絡によると、国鉄利用債二億一千七百万円を、三月までに市が購入すると、昭和五十二年度中に幌別駅舎を橋上駅に新改築することが認められたということでした。  
永年、幌別駅舎の改築を要望してきた市では、早速、臨時市議会で行政報告を行い、国鉄利用債購入の手續きを済ませ、契約の締結を行なっています。

橋上駅に改築  
幌別駅  
ほかに、歩道橋(自由通路)建設資金として、五千四百万円を市が負担、総額二億七千万円を建設費としたが、赤字経営に悩む国鉄を相手にして、駅舎改築を望む形のため、改築費を一時立替える形、国鉄利用債購入と、自由通路部分の工事費負担は、止むを得ないとの判断から、新しい橋上駅の実現となったものです。



新しい橋上駅となった幌別駅

九月一日は、防災の日です。いざというとき、被害を最小限にいとめるには、日ごろの心がまえと準備が何よりも大切です。「天災は忘れたころにやってくる」——この機会に、いまだ一度、わが家の防災対策について考えてみましょう。

### わが家の防火対策を考えよう

9月1日 防災の日  
なつて命を落とされた方が、十三人もいたことです。

仙台市の郊外住宅地区では、全体の六割近くがブロックべいをめぐらせていますが、そのうち四割近くが、倒れたか、倒壊寸前となったのです。  
地震直後に、現地を訪れて調査にあたった建設省建築研究所第二研究部無機材料研究室長の支沢史紀さんは、次のように話していました。

「倒れたブロックべいは、鉄筋が入っていないか、入っていても基礎の部分にしっかりとつながっていないものが大部分です。それにブロックと鉄筋を接着させる詰

**第2回登別消費者大会**

- 主催 登別消費者協会
- 後援 登別市・登別市婦人団体連絡協議会

昭和53年9月8日(金) 9:30~15:00  
登別市中央公民館2階ホール 1・2号和室

※どなたでも参加できます。  
※とうきびの即売コーナーを開設します。



### 老人福祉週間

# 私たち自身の老人問題

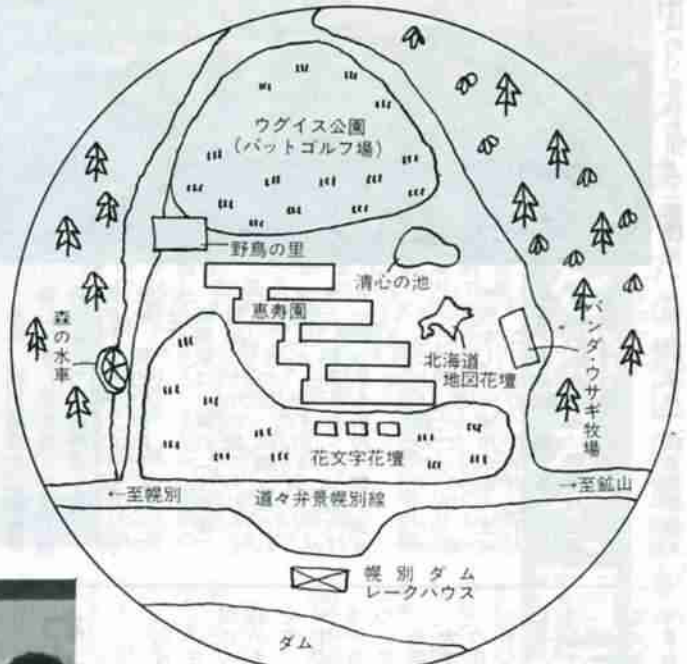
～みんなで築こう豊かな老後～

9月15日は「敬老の日」です。この日から恒例の老人福祉週間が始まります。

日本は世界でもトップクラスの長寿国で、登別市内には65歳以上のお年寄りは3千2百人います。年々進む高齢化社会に備え、私たちひとりひとりが、豊かな老後を過ごすためにはどうしたらよいか。世代を超えた連帯と話し合いの輪を広げる必要があるといえるでしょう。

養護老人ホーム恵寿園では、お年寄りとともに、積極的な生きがい対策事業に取り組んでいます。今号では、恵寿園の生きがい対策事業を中心に、お年寄りを取り巻く問題について特集を組んでみました。

### 恵寿園周辺図



## 楽しみと喜びの 生きがい対策

### 養護老人ホーム 恵寿園

養護老人ホーム「恵寿園」は、昭和四十九年五月一日に定員百人で開園しました。

人造湖幌別ダムを見おろす景色のよい閑静なところに建てられた同ホームでは、入園中のお年寄りと職員の手によって、市民の憩いの場を目指す菜園づくりが進められています。

お年寄りの生きがい対策のひとつとして始められた菜園や花壇づくりも、今は手慣れたもので、大輪のダリアやグラジオラスは訪れた人の目を惹きつけてくれます。

自然に恵まれた環境を生かして、昨年はパンダウサギの牧場をはじめ野鳥の里、森の水車、清心の池が完成しました。

園の横を流れる小川に、直径三寸の水車が回っています。この水車には、オルゴールの装置が付けられていて、四季折々のメロディーを奏でており、森の水車として親まれています。

今年、園の奥にある丘にパット専用のゴルフ場が作られました。緑のじゅうたんは体力づくりや交歓の広場としても利用されています。春の芝の吹付をすればいいませんが、来春には本格的に楽しむことができそうです。



清心の池でだんらんするお年寄りのみなさん



パンダウサギは園の人気物、9月10日の市民まつりで展示即売されることになっています。



「おじいちゃん、おばあちゃんいつまでも元気だね。」一園児の訪問にお年寄りも大喜び

### 心のプレゼント

#### お年寄りに便りを

年老いたご両親へ、あるいはお孫さんからおじいさん、おばあさんへ、お知り合いのひとり暮らしのお年寄りなどにも、心こもった敬老の便りを出しましょう。

一通の便りにこめられたやさしい心は、お年寄りへのすばらしいプレゼントとなるでしょう。

現在、焼き物施設(陶芸)の作業場設計画が進められています。温室、機能回復訓練器具を備え、冬期間の運動不足解消に役立てることにしています。

また、この施設が完成しますと、市内の陶芸愛好家にも開放して多くの人たちとの交流を図ることにしています。

これまでの知識や経験を生かして、より明るく楽しい生活と充実した人生を歩んでいるお年寄りに、一度ご家族連れで恵寿園を訪ねてみませんか。



# ふえ続ける老人世帯

## ひとり暮らしは六十六万人

明治時代の日本人の平均寿命は、男性四十二・八歳、女性四十・四歳でした。それから約百年、男性は七十二・六九歳、女性七十・九五歳と、世界の長寿国のトップクラスへ躍り出たのです。

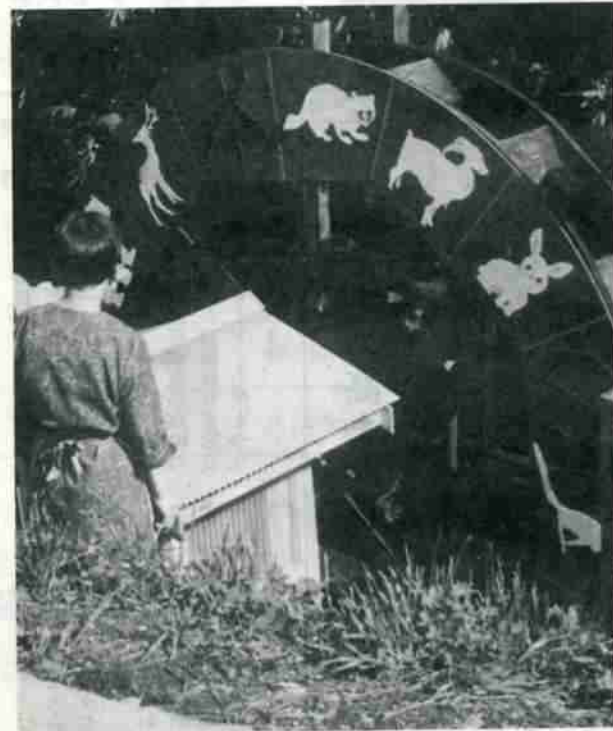
もはや「人生七十年」はあたり前のことなのです。つまり、日本は高齢化社会への第一歩を踏み出したといえます。しかも、そのスピードは速いのです。



「腕はまだまだ、でもゴルフって楽しいね」  
—ウグイス公園、パットゴルフ場—

昭和五十年は、十五歳から六十四歳までの働き手八・五人に対し、老人（六十五歳以上）一人の比率でしたが、三十年後の昭和八十年には、働き手四・一人に対し老人一人となります。

問題は、単なる老人人口の増加だけではありません。核家族の増加、扶養意識の変化などから、高齢者世帯の増加も目立っています。現在、ひとり暮らしのお年寄り



森の水車二回転でオルゴール装置が働きメロディーが流れます。

# 年金に加入していますか

## 国民年金は老後のささえ

年金制度には、サラリーマンを対象とした厚生年金や、各種共済年金などがあるほか、農業、漁業、商業など自営業者を対象とした国民年金制度があります。あなたは年金制度に

加入していますか。六十歳から六十歳未満の方で、農業や漁業に従事している方、商店主など自営業に従事している方は、必ず加入しなければなりません。

また、サラリーマンの奥さんや他の年金制度の年金受給者とその奥さんは、希望により加入することができます。

保険料は、一カ月二、七三〇円で、老齢年金を受ける資格を得るには、二十五年以上の期間が必要です。

年金額は、消費者物価の変動に応じて、自動的に改定されることになっていきますので、将来、年金額の価値が減価しても心配はありません。

将来の生活設計にはまず、国民年金へ加入し、安心と安全のよりどころとしてください。

◎加入申込 保険年金課国民年金係各支所でできます。



人医療の無料化、住宅問題、福祉サービスなど、社会保障の充実を図るとともに、老後をいかに生きるか、という面にも目をむける時を迎えているといえます。

長い持ち時間、を豊かに過ごすための「生きがい対策」がより重要になります。

この問題はお年寄り本人の課題であることはもちろんですが、周囲の人たちも、お年寄りの生きがいについて、アドバイスをしたり、相談にのってあげてください。

要な意味をもってくるのです。

加入対象者は、二十歳以上六十歳未満までの方で、農業や漁業に従事している方、商店主など自営業に従事している方は、必ず加入しなければなりません。

また、サラリーマンの奥さんや他の年金制度の年金受給者とその奥さんは、希望により加入することができます。

保険料は、一カ月二、七三〇円で、老齢年金を受ける資格を得るには、二十五年以上の期間が必要です。

年金額は、消費者物価の変動に応じて、自動的に改定されることになっていきますので、将来、年金額の価値が減価しても心配はありません。

将来の生活設計にはまず、国民年金へ加入し、安心と安全のよりどころとしてください。

◎加入申込 保険年金課国民年金係各支所でできます。



加入していますか。二十歳から六十歳までの方で、加入していない場合は、国民年金に加入しなければなりません。国民年金は年をとった時、病氣や傷で働けなくなった時、ご主人を亡くし母子家庭になった時、両親が亡くなり遺児になったというような時に、一定の年金を支給する制度です。

加入対象者は、二十歳以上六十歳未満までの方で、農業や漁業に従事している方、商店主など自営業に従事している方は、必ず加入しなければなりません。

また、サラリーマンの奥さんや他の年金制度の年金受給者とその奥さんは、希望により加入することができます。

保険料は、一カ月二、七三〇円で、老齢年金を受ける資格を得るには、二十五年以上の期間が必要です。

年金額は、消費者物価の変動に応じて、自動的に改定されることになっていきますので、将来、年金額の価値が減価しても心配はありません。

将来の生活設計にはまず、国民年金へ加入し、安心と安全のよりどころとしてください。

◎加入申込 保険年金課国民年金係各支所でできます。



行こう!

踊ろう!

参加  
しよう!

### 第4回登別市民まつり

前夜祭 9月9日(土) 市内3地区  
(幌別・鷺別・登別)

本祭 9月10日(日) 幌別中学校グランド  
(まつり広場)



市民のみなさんが、心をひとつにして、積極的に参加しよう。と、昭和五十年に第一回目の市民まつりが始められ、毎年成功のうちに開催されていることは、みなさまご存知のとおりです。

第一回目は初めてということで市長が実行委員長となり、市が主体となって開かれましたが、まつり



三十二年振りといわれる猛暑が続いた今年の夏も終りをづけ、快適な季節を迎えましたが、市民のみなさまお変わりありませんか。

さて、今年も、年に一度の全市あげでの行事、市民まつりの時

人々の心がかよい合う「全市的なまつり」の声を聞き、今年で第四回を迎える登別市民まつりが幌別中学校グランドを主会場に九月九日(土)・十日(日)の二日間にわたり開催されます。

今回は、昨年から実施された前夜祭の行事をさらに充実しようとする「緑日コーナー」がまつりの両日とも

に出店されるほか、各地区で郷土芸能や市民おどりがひろわうされます。

また、まつり気分を盛り上げようとして前夜祭のパレードでは、今年六月に結成された登別大谷高校のバンドワラサーが自衛隊音楽隊などと市内をパレード、市民まつりの参加を呼びかけます。

本祭の芸能ショーでは、今回初登場のカラオケ歌謡大会、特別コーナーのパンダウサギの運動会が話題を呼びそうです。

登別はこれから秋にかけて一年中で最も過ごしやすい時期を迎えます。初秋のひととき、ご家族そろって市民まつりに参加しましょう。

### 連帯感の高まりを期待します

名誉実行委員長 田村 仙一郎

期が参りました。

いままでもなく、この行事は、市民総参加の中で郷土意識を高め市民連帯を肌で感じ、文句なしにみんな楽しんで、ただ一つのお祭りです。

まつりに市も助成金を増額、各団体、役員はじめ関係各位のご協力、提携のもと、着々と予定の行事も進められ、また市民のみなさまにおかれては、市民まつりを契機に一層市民意識の高揚と、和を深められることにより、郷土の発展推進に大きな力となるよう期待し、盛況のうちに有終の美を飾るよう祈念申し上げる次第であります。

### 市民まつり定着をねがって

実行委員長 上田 邦男

りの趣旨としては、民間が主体となつて実施することが、望ましいという民間各層の意見もあって、第二回目からは、みなさまの要望により、私が商工会議所会頭として実行委員長の重責をおひき受けし現在に至っています。

の市民まつりも成功のうちに終了するものと確信しています。

昨年は各地区毎にも、まつりの輪を広げ地域住民の方にも楽しんでいただくよう実施しましたが、本年もひき続き三地区で前夜祭を開催することとなりました。

いままでもなく、私一人の力は微力で、各位の協力がなければ成功は期しがたいところです。

各実行委員さんは裏方としての努力をいただき、多数の市民の積極的な参加協力と相まって、本年

市民の連帯感と人の和を目的に実施している、市民まつりの意義を充分理解され、今後も回を重ねて、全市的なふるさとまつりとして定着することを、心から願うものです。





## 第4回 市民まつりプログラム

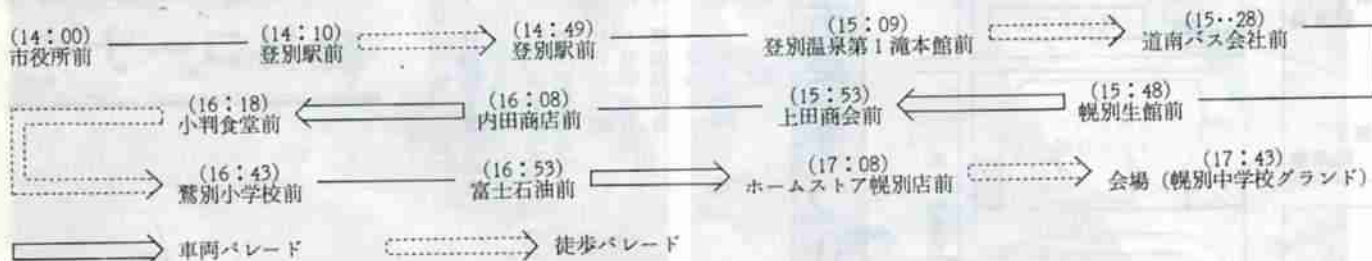
前夜祭 9月9日(土)

プログラム	時間	会場	内容
パレード	14:00~17:45	市内各地区	自衛隊音楽隊、高校 brassバンド、バトントアラール、仮装隊で市内各地区徒歩および車両でパレード。
縁日コーナー	15:00~19:00	幌中グラウンド(まつり広場)	飲食店および各種売店、植木市、老人農園即売会、消費者協会即売会、海産物即売会、その他。
地区別行事	幌別地区	15:00~19:00	幌中グラウンド 北海太鼓(15:00~15:20)、湯鬼神かぐら(15:25~15:45)、フォークとエレキバンド演奏(16:00~17:00)、民謡大会(17:00~18:00)、高校、自衛隊 brassバンド演奏(18:00~19:00)
	鶯別地区	17:00~20:00	新和デパート前 ◎市民おどり(17:00~18:00)——浜鷺町内会バトントアラール、鼓笛隊を先頭に市民約300人参加—— ◎芸能大会(18:00~20:00)、——鶯別しし舞(18:00~18:20)、民謡、舞踊コーラス、詩吟(18:20~20:00)
	登別地区	13:00~14:00	登別駅前~登別支所前 市民おどり——市民約250人参加

本祭 9月10日(日)

プログラム	時間	会場	内容	
縁日コーナー	10:00~17:00	幌別中グラウンド	飲食店および各種売店、植木市、老人農園即売会、消費者協会即売会、海産物即売会、その他。	
特別コーナー	12:00~15:00		◎パンダウサギの展示と即売会——牧場を作りパンダウサギ約30羽を放すほか、希望者に子ウサギ1羽2,000円で即売する—— ◎ウサギの運動会——アトラクションとして、ウサギの運動会を行う。親ウサギと子供(小学生以下)にゼッケンをつけて、入賞の子供に賞品を贈る。	
芸能ショー	民謡ショー		10:00~10:40	登別民謡連合会および登別文化協会舞踊部による共演フェスティバル。
	舞謡ショー		10:40~11:10	陸上自衛隊7師団の音楽隊による演奏会。
	brassバンド演奏		11:10~11:50	フォークおよびロックバンドグループによる演奏会。
	フォークとロックコンサート		11:50~12:50	北海太鼓、湯鬼神かぐら、鶯別しし舞、幌別しし舞。
	郷土芸能ショー		12:50~13:30	小供の部5人、大人の部15人による歌謡大会。(参加者は事前に、参加申し込み必要)
市民おどり	16:00~17:00	市内各地区から約600人が参加。まつり広場中央ヤグラを中心に、文化協会振付による市民おどり。唄、鳴物は民謡連合会が担当。		

### 前夜祭大パレードコース・時間



# 幌別中学校

(※校内は立入禁止です。)



(※ゴミはくずかごに入れましょう。)

## 第4回 市民まつり

前夜祭 9月9日(土)13時~20時  
本祭 9月10日(日)10時~17時

## 縁日コーナー

- |       |          |       |            |
|-------|----------|-------|------------|
| 21・22 | ライオンズクラブ | 49・50 | 登別市職員自治振興会 |
| 17・19 | ヤクルト     | 46・48 | 登別温泉商店会    |
| 14・16 | 鷺別商店会    | 42・45 | 富士橋大通商店会   |
| 9・10  | 上鷺別商店会   | 41    | 手話の会       |
| 6     | 鉄南商店会    | 38・40 | 鷺別飲食店組合    |
| 5     | 須田傘装工業所  | 35・37 | 登別温泉飲食店組合  |
| 4     | 登別消費者協会  | 29・34 | 幌別飲食店組合    |
| 1・2・3 | 登別漁業協同組合 | 27・28 | 登別飲食店組合    |
|       | 日中友好協会   | 24・26 | 老人クラブ連合会   |
|       | 登別漁業協同組合 | 23    | 母子の会       |

## 市民まつり駐車場







祭夜前



前夜祭

地区別行事

パレード

第三回  
市民まつりの  
スナツプから



まつり

広場



縁日コーナー

ーナ





成人病検診のまよう

# 高医療・高負担時代にそなえて 医療費を節約しよう

## —負担はあなたの肩に—

病気になって診療をうけても、窓口で払うのは、かかった費用の三割ですみます。このように国保に加入していると、多額の治療費を支払わないですみますが、ともすると、安易にお医者にかかるということはないでしょうか。年々医療費は増える一方で、国保の台所は苦しくなるばかりです。医療費は大切に使いましょう。

### ◎大幅にふえる医療費

今年2月1日から医療費が実質9.6%引き上げられました。(医科9.3%, 歯科12.5%)その他、

1. 人口構成の中で老人の占める割合がふえてきている。
2. 医学、薬学が進歩し、高度の内容の治療や検査が保険に採用されるようになってきている。
3. 生活水準の向上による受診率の増加。などの要因で自然に10%程度ふえる自然増があり、年率20%もの勢いでふえ続けています。

—医療費を大切に—

### ◎高医療費を負担するもの

このように、ふえる一方の医療費を負担するのは、ほかならぬ国民保険加入者の皆さん

方です。

医者にかかった医療費のうち3割はかかった時窓口で皆さんが納めています。

残りの7割は市が負担するのですが、その内4割が国残り3割は皆さんからの保険税で負担している訳です。

### ◎医療費に関心をもとう

高度経済成長時代には、所得も伸びその所得から一定の割合で納められる税金も伸び、国も大きな自然増収に支えられていたため、これらの医療費の増高を充分吸収することができました。

## —負担はあなたの肩に—

しかし、今は情勢は一変しました。低成長下の折、国の財政は巨額の赤字をかかえ、又所得の伸びも考えられない状況下の中で、医

療費のみが年20%もの増高率で伸びている訳です。

### ◎今こそ医療費節約を

日本人は、世界でも無類の医者好き、薬好きと言われていました。

あなたは、次のような医療費のムダづかいをしていませんか。

1. 必要もないのに医者に行ったり薬をほしがったり。
2. 一つの病気で転々と医者を変えたり。
3. 休日、深夜、時間外に受診し多額の割増料金をとられたり。

もう一度、私たちの何気なく行なっている行動を見直し、私たちの創意と工夫により医療費の節約に努め、負担増を防ぎましょう。

(税務部保健年金課)

食生活の変化が大きなウェイトを占めています。この調査では、皮下脂肪(肩甲骨下部と上腕背部の両方を合わせた数値)を測定して、男性で四十九歳、女性で五十歳を超える場合を「肥満傾向者」と呼んでいます。さて、その「肥満傾向者」ですが、男性の場合、三十歳～五十九歳で十六%、女性は三十歳代で二二%、四十歳代で二八%、五十歳代では三一%にのぼっています。こうした肥満増加の背景には、

この数字は、最近めだつ運動不足の傾向と考えると、栄養取りすぎの危険ライン、すれすれです。栄養過剰に加えて運動不足—この生活パターンは、知らず知らずのうちに、成人病に通じる道に足を踏み入れていることになるのです。自分の健康は自分で守る—そのために、栄養、運動、休養のバランスのとれた生活を心がけることが大切です。

脳卒中や心臓疾患、腎臓障害などの成人病です。これらは高血圧や動脈硬化が主な原因ですが、その元凶は、なんといっても肥満です。国は毎年「国民栄養調査」を実施していますが、その結果は、残念ながら、肥満ニッポンの姿を浮き彫りにしています。

占めています。ちなみに、食品摂取量を昭和三十年に比べてみますと、牛乳、乳製品は約八倍、肉類、卵類が約五倍、油脂類が四倍にも増えていました。この結果、健康的にも望ましい標準栄養摂取量に比べ、エネルギーとしては数%の取りすぎとな

## 肥満は万病のもと

### 栄養と運動のバランスを

いま日本は、世界でも指折りの長寿国に仲間入りしています。ところがです。厚生省が行なった「国民健康調査」によりなんと八人に一人が医者にかかったり、売薬を飲んだり、あるいは治療はしないものの床についたこ

とのある有病者であることがわかりました。昭和四十年の調査では十六人に一人だったことを考えますと、この十年間で病人が倍増した勘定です。その理由は何なのか—九月の「健康増進普及運動」を機会に考えてみましょう。

## 健康増進普及運動

# 八人に一人は 有病者

9月1日～30日

### 動物愛護週間(9月20日～26日)



動物との触れ合いの機会を多く持ち、動物に対する愛護の心を養おう。

風水害の季節です。事前の準備と早目の避難を。



- 台風が来る前に、屋根を補修し、排水溝のゴミを取り除こう。
- いざ、避難という時は、火の始末や戸締りを完全に。



道楽さん一家



登別地区は、長年一投票区のみで投票を行ってききましたが、有権者数も年々増加の傾向にあり、これ以上増加すると、現在の投票所（登別公民館）では、朝夕の投票時間帯に相当混雑することが予想されるので、市婦人センター開設を機会に、次回選挙から投票所を分設することにしました。

なお、昭和五十三年九月十日現在、選挙人名簿定時登録者の総覧期間は、九月十一日から十五日までの五日間、市選挙管理委員会事務局にて名簿の閲覧ができます。

分設後の投票区域

投票区	投票区の区域
第8投票区 (登別公民館)	登別港町1丁目、2丁目
	登別本町1丁目～3丁目
	登別東町1丁目、2丁目 富浦町の一部、 札内町の一部
第23投票区 (登別市婦人センター)	登別東町3丁目～5丁目 中登別町の一部

行方不明者相談所を開設します

みなさんの家族や親族の方で、家を出したり、出張や出張先から突然、所在が不明となった人はありませんか、道内では昭和三十一年から現在まで約一万人の人が行方不明となっております。

北海道警察本部

慣れすぎて省く注意が火事のもと

暑かった夏もそろそろおわりに近づき、夏のあいだ、虫から私たちが

網戸の汚れは スポンジで

また、この方法は手が荒れるのでゴム手袋をしてやるとよいでしょう。

網戸の汚れは スポンジで

くらしの知恵

▼日時 9月12日・13日  
午前9時30分～午後4時まで  
▼場所 室蘭警察署(室蘭市新富町一番地)

網戸の汚れは

また、台所の網戸の場合、ゴミと油がいつしよにこびり着いていますので、この方法では、ちょっと歯が立ちません。この場合は、布にアルコールか石油をふくませ軽くふくようにすると汚れが落ちます。

石村すず枝  
中村 肆郎  
客四、五人あとは空気を運ぶ  
汽車 連結の音伝えつつ止まる

白井長流水  
沢路を刈れば心より音立てて  
水噴きあぐる断末の声  
小林 房子  
夜の更けを生あるもの音ひそとアンスの花の車に散りたり

渡辺 澄江  
化粧水の冷たきをビシヤツと  
膚に締めそれより主婦の車輪はまわる

猪狩てつ子  
つば広の帽子かぶりてベタル  
踏む友は常より若やきて見ゆ  
指折りて何を待ちいる九十の  
父ほそぼそと日めくりを剥ぐ

原 タメ  
咲き初めて夜目に明るき月見  
草手折る人もなく露に光れり

原 タメ  
咲き初めて夜目に明るき月見  
草手折る人もなく露に光れり

原 タメ  
咲き初めて夜目に明るき月見  
草手折る人もなく露に光れり

原 タメ  
咲き初めて夜目に明るき月見  
草手折る人もなく露に光れり

原 タメ  
咲き初めて夜目に明るき月見  
草手折る人もなく露に光れり

原 タメ  
咲き初めて夜目に明るき月見  
草手折る人もなく露に光れり

原 タメ  
咲き初めて夜目に明るき月見  
草手折る人もなく露に光れり

原 タメ  
咲き初めて夜目に明るき月見  
草手折る人もなく露に光れり

原 タメ  
咲き初めて夜目に明るき月見  
草手折る人もなく露に光れり

訪問販売における苦情の中で、健康食品などを薬のように、特定の病気に効くと宣伝されて、高価な商品を買ってしまった代金を支払ってから、相談窓口で苦情を言ってくるケースが目立っています。

訪問販売をする時には、その相手方に対し前もって氏名、業者名、商品名、種類を明示することが法律で義務づけられていますので、うまい話に惑わされないように、買う前に調べる余裕がほしいもの

また、契約してから四日以内(クーリングオフ制度)ですと解約できることになっていますので、代金を支払わないで、この間に態度をはっきり決めることが大切です。

訪問販売で不審な点がありましたら、契約前に市の市民相談所か、観光商工課消費経済係に問合せください。

訪問販売うまい話にご用心 四日以内なら解約できる

いま、手足の不自由な人たちは全国で約四十万人以上と推定されています。

最近では障害者への理解も深まってきましたが、まだ十分でない場合がみられます。

とくに子供たちは、優しい心づかいを忘れがちです。私たちがおとなは、次の心得を、必ず子供たちに守らせるよう心がけたいものです。

▽街で障害者に出合ったとき、立ち止まったり、ふり返ったりして、特に注目しないようにする。

▽障害者を病人扱いしたり、本人が望まないのに、手を貸したりすることは控え、困っているときや援助を求められたときに手を出してあげよう。

▽子供たちが、なぜ障害者になったか原因を聞いたり、障害者の生活に関心をもったときは、身体の不自由にもかかわらず、一生懸命に勉強したり、働いたりしていることを教えてください。

手足の不自由な人たちに優しい心づかいを

手を出してあげる。

▽自動車やバスなどで降りるときは、障害者を押し下したり、追い越したりしない。

▽自動車やバスなどで席をゆずる場合は、降りるときに便利な出口

このなかには、不幸にも犯罪の被害者となったり、すでに死亡して身元がわからないために無縁墓地に淋しく葬られている人もあります。

このような人を少しでもなくしたいということから今年も次の日程で「行方不明者相談所」を開設いたします。

個人の名誉と秘密は厳守いたしますので、その消息を案じておられる方は、気軽に相談においでください。

文芸



短歌

猪狩てつ子  
つば広の帽子かぶりてベタル  
踏む友は常より若やきて見ゆ  
指折りて何を待ちいる九十の  
父ほそぼそと日めくりを剥ぐ

渡辺 澄江  
化粧水の冷たきをビシヤツと  
膚に締めそれより主婦の車輪はまわる

白井長流水  
沢路を刈れば心より音立てて  
水噴きあぐる断末の声  
小林 房子  
夜の更けを生あるもの音ひそとアンスの花の車に散りたり

石村すず枝  
中村 肆郎  
客四、五人あとは空気を運ぶ  
汽車 連結の音伝えつつ止まる

原 タメ  
咲き初めて夜目に明るき月見  
草手折る人もなく露に光れり



# 私達の健康は私達の手で

## 食生活改善グループ

健康づくりというと、運動というイメージにすぐ結びつきますが、健康のもとになる食生活を見直していこうというのが、私達の活動の主題です。  
例えば、3種類の食物を朝・昼・晩に1種類ずつ食べるのと、3種類を混ぜて食べるのとでは、健康や発育に大きな違いがでてきます。



やはりバランスの取れた食事を取ることが一番大切です。

私達の活動は、まだ日が浅く、私達自身も勉強不足なので、保健婦さんや栄養士さんから教えていただいたものを伝えていくだけで精一杯なのですが、地域によってはおばあちゃん方と話し合いをもったり、町内会婦人部とタイアップして会合を開いています。これからも、地道な活動を続け健康増進に努めたいと思っています。

(常盤町1-1-1 加藤道子さん)

お知らせ

お知らせ

お知らせ

### 予防接種

◎接種上の注意 ・母子健康手帳を持参すること ・接種前日は入浴し、当日は清潔な肌を着用すること ・体温は必ず家で計っていただくこと ・子供の健康状態の良好な時に接種すること ・接種前後に激しい運動をさせないこと ・できるだけ母親が付き添うこと ◎次に該当する場合は、予防接種を受けることができません ・発熱している方または、著しい栄養障害者 ・心臓、じん臓、肝臓の病気がかかっている方 ・アレルギー体質または、副反応をおこしたことがある方 ・種痘、BCG、はしか、ポリオの予防接種を受けて1カ月を過ぎている方、風疹、はしか、水ぼうそう、おたふくかぜが治って1カ月を過ぎている方。  
◎対象児 ・三種混合 第1期…生後24カ月から生後36カ月未満の方 第2期…生後36カ月から生後48カ月未満の方 ・ポリオ(生ワクチン) 生後3カ月から生後48カ月未満の方

場 所	時 間	予 防 接 種 名	
		三種混合	生ワクチン
ひまわり園	1:00~1:30	9月13日 10月4日	10月18日
鷺別公民館	1:45~2:15	9月13日 10月4日	10月18日
富浜児童館	1:00~1:30	9月12日	10月3日
登別公民館	1:00~1:30	9月13日 10月4日	10月18日
登別温泉公民館	2:00~2:30	9月12日	10月3日
中央公民館	1:00~1:30	9月7日	10月12日
		9月21日	
		9月28日	
		10月5日	
商工会館	1:00~1:30		10月19日 10月26日

### 赤ちゃん(3ヵ月児)相談

◎内容 医師による診察・計測・生活指導・栄養指導  
◎用意するもの 母子健康手帳・換えオムツ・バスタオル ◎日程 ●9月26日…鷺別公民館(受付時間12~12時15分・鷺別地区の昭和53年6月生児) ●9月27日…中央公民館(受付時間12時15分~12時30分・中央地区の昭和53年6月生児) ●9月29日…登別公民館(受付時間12時~12時15分・登別、登別温泉地区の昭和53年5月、6月生児)  
※当日の終了時間は15時頃になります。

### 股関節脱臼検査

◎対象児…生後3ヵ月以上6ヵ月未満の乳児 ◎実施月日…9月13日 ◎実施場所…中央公民館 ◎受付時間…午前の部 10時30分から11時まで、午後の部 13時から14時まで ◎受付定員…午前25名、午後25名 ◎受診料金 670円 ◎用意するもの…母子健康手帳、換えオムツ ◎申込先…市保健衛生課(電話②111内線279)、なお定員になり次第しめぎります。

## 「愛車整備実習講座」を開きます

市教育委員会では、女性ドライバーや免許を取得して間もない方のために、実際に車を使って実習などし、車についての知識を深めていただくため、「愛車整備実習講座」を、次の日程で開きます。

▼日時 9月11日・12日・13日 午後6時30分~8時  
▼場所 中央公民館前車庫  
▼講師 常盤幸男氏、保険会社自動車損害保険担当者  
▼定員 30名(定員になり次第締め切ります)  
▼受講料 無料  
▼持参する物 筆記用具  
▼内容 11日:日常の整備と点検 12日:誰にでもできる故障の発見と修理 13日:方が一、交通事故を起こした場合の保険、示談の一般知識  
▼申込受付期日 9月5日から



### 家庭木彫教室

を開きます

初心者のために次のとおり開きますので、申込みください。  
▼日時 9月11日・13日・18日 20日・25日 午前10時~12時  
▼場所 鷺別公民館  
▼講師 川村 節さん  
▼定員 20名(定員になり次第締め切ります)  
▼受講料 無料

### 7月新着図書案内

市立図書館  
●公園通りの午後 渡辺淳一  
●木村玉子の崩壊 吉田慎一  
●愛は絶ちがたく、モーガン・エヴァの日記 フォレスト・富家刑事  
●高井康隆・水の都 庄野潤三  
●旅行靴はひとつ 永六輔  
●芽ぶき 小沢清  
●中年ちゃらんぼらん 田辺聖子  
●致死海流 森村誠一  
●あゝイタリヤ 大西克寛  
●もう一つの戦後史 江藤淳  
●動物子育て物語 中川志郎  
●無罪 大岡昇平  
●天井知らず 藤本義一  
●ひめぐと 津村節子  
●虚空王の秘宝 I 半村良  
●我が坐禅修行記 横尾忠則  
●イスラエルの鷺ダヤン 阿  
●ある海軍予備学生の自画像

### 不用品ダイヤル市

5局2111内線216  
補助輪付自転車(4/5歳用)  
自転車用補助イス、歩行器、反射式石油ストーブ、石油用風呂ガマあみ機

川弘之・一茶 藤沢周平・日本最後の戦い・希望との旅ノリ・ハドル・探訪大航海時代の日本(1)・永川丸物語 高橋茂・イラストからの発想 真鍋博  
●たったそれだけの人生 深沢七郎  
●狂気ビノ殺人事件 上前淳一郎  
●決断の時 三好徹  
●NKH新日本紀行・新アメリカ見聞録 小原信

### 家庭児童・母子相談

◎相談日・場所 9月21日(木) 中央公民館和室、定例日1毎月第三水曜日  
◎受付 午後一時~三時三十分  
◎相談内容 子供のしつけ、知能のおくれ、非行相談、視覚聴覚相談、言語障害、心身障害、児童虐待、入所、母と子の悩み、その他  
◎相談内容により特に必要と思われる児童は、児童相談所に紹介し、知能、性格、医学的診断(心身など)、それそれ検査指導を受ける場合があります  
相談希望者は事前に、市福祉事務所に電話して相談日時または、市福祉課に直接相談してください。(電話②111内線333) ●鷺別支所②6111 ●登別支所②1131 ●登別温泉支所②1438 ●2068

### ご寄贈ありがとうございます

◎物品寄贈 佐藤学、小原ラッセ、店、ヤクルト、豊原正、青年会議所グリーンパトロール会  
市立図書館へ  
◎図書寄贈 岩崎邦磨

### 義老老人ホーム恵寿園へ

義老老人ホーム恵寿園へ  
◎物品寄贈 佐藤学、小原ラッセ、店、ヤクルト、豊原正、青年会議所グリーンパトロール会  
市立図書館へ  
◎図書寄贈 岩崎邦磨