町報 よぶこ

発行／呼子町／　編集／企画課　印刷／㈱ニオカ印刷

人の動き

（5月31日現在）

総人口	7,240人
男	3,428人
女	3,812人
世帯数	2,139世帯

〝男のまつり〟
たぎる！汗！力水！

呼子町議会 6月定例会が開かれました

去る6月19日から26日まで6月定例議会が開かれ、条例制定議案や、一般会計・特別会計の補正予算審議が行われました。

一般会計は、六、六〇四万五千円が補正追加されて、予算総額は、二六億二、六二五万九千円となり、いずれも原案のとおり可決されました。

補正予算の主なものは、地域振興基金の創設、加部島小学校及び小川小中学校運動場整備、小川島振興調査並びに住宅再生マスタープラン策定委託料追加などとなっています。

町税の納期のお知らせ

★国民健康保険税第Ⅰ期
★国定資産税第Ⅱ期
納期限平成2年7月31日

農業委員の改選が行われます

平成2年7月19日任期満了の農業委員統一選挙が、7月15日(日)に実施されます。

選挙は、「農業委員会等に関する法律」及び「公職選挙法」に基づき実施されますが、選挙の手続きは、おおむね公職選挙法を準用して行なわれます。

呼子町農業委員会は、農業者の選挙によって選ばれる委員10名（選挙委員）と、農業協同組合や農業共済組合の推薦委員各1名（選任委員）議会から選ばれた学識経験者の委員3名（選任委員）の計15名によって構成されております。

農業委員会としての役割は、農地法に基づいた農地行政業務は勿論のこと、農地の売買や転用許可、農地のあっせんや紛争の防止、標準小作料の決定、土地改良法による交換分合、農業者年金業務などの仕事があります。

特に近年では、農用地利用増進事業（農地の貸借り）による計画の決定、更に遊休農地の解消や活用、宅地並み課税から農地を守る制度の確立など、積極的な農地行政を展開しております。

その他には、農地銀行活動事業、地域農政推進対策事業、農地保有合理化促進事業、地域農業の方向づけのための行政庁への答申、経営の合理化、生活の改善に関する各種調査、税制、税務対策、融資関係業務、後継者対策等に取り組んでおります。

このような事業の対策や、集団の相談役としての農業委員に対する評価と期待が高まっております。

来たる7月の改選では、農家のくらしや地域の農業振興に役立てる「農業者の利益代表」として、みなさまの農業委員を選びましょう。

（呼子町農業委員会）

7月 青少年を非行からまもる全国強調月間

第40回社会を明るくする運動

「親の生活を見せる絶好の機会」

夏休みに入ると開放感から子供の心がゆるみ非行にはしりやすく、お子さんをお持ちのご両親には、頭の痛い季節です。

朝から晩まで子供と一緒の夏休みは親、特に母親にとっては、子供にわずらわしさを感ずることもあるでしょうし目ざわりに思えることもあるでしょう。

しかし視点を変えれば、親の日常生活のありのままを見せる絶好の機会であり、構えず、いつもどうりの生活を送り、子供をその中に巻き込むことで、子供は親の観察者となり得るのです。年令が高くなるほど辛らつな眼で見られる覚悟は必要ですが、我家の暮らしが当たり前に動いている背後にある親の存在を子供は必ず感じとるものです。

そしてこれは、子供の非行化を防ぐ家庭の基本的役割でもあります。

「ふれあいと対話が築く明るい社会」

“社会を明るくする運動”はわたしたち1人1人が、犯罪の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、力を合わせて犯罪のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

40回目を迎える今年は、「少年の非行防止と更生の援助のため、地域住民の理解と参加を求める」を重点目標として実施されます。

最近の犯罪情勢をみると、成人の犯罪がほぼ横ばいなのに対し、少年非行は依然として高い水準にあります。例えば昨年の場合、刑法犯全検挙人員の半数以上を20才未満の少年が占めている状況です。

「ふれあいと対話が築く明るい社会」——私達のちょっとした心遣いや気配りが少年を非行から守り又非行に走った少年や犯罪を犯した人達を、立ち直らせるひとつのきっかけになるかもしれませんね。

ゴミを少なくだしてきれいな町づくり

＊チリもつもれば……

年間二、八〇〇万円が灰に！

生活水準の向上に伴って増えると言われるゴミは、平成元年度において一、六四二トンが年間排出され、唐津東松浦広域市町村圏組合で運営する北波多村のゴミ処理場で生ゴミ等の可燃物は焼却されるなど、その後始末には多くの手間がかかっています。

またこの処理には、年間に呼子町だけでも二、八〇〇万円の費用が必要で、これは町予算全体の約一％に達し、その量も増え続けています。

＊ゴミ一トン当り処理費

約一七、〇〇〇円也！

この処理費用は、ゴミの収集焼却、埋め立て等多岐にわたり一トン当り実に一七、〇〇〇円のお金が使われる訳で、この費用を少しでも軽減するためには、各家庭でも処理できる分はなるだけ自分立ちの手でと言う考えにたち、減量のためには、例えば生ゴミの水気を十分切るなどすればその効果があります。

＊ゴミが異常に増えています

呼子町からでるゴミは、現在唐津市に次ぎ二番目に多く、人口比で浜玉町の七割と少ない呼子町（観光入込み客数比もほぼ同様）が、浜玉町のゴミの量を上回る異常な状態となっています。

周辺の鎮西、玄海、肥前町はいずれも年間千トンを切るような量ですので、呼子町は他に比べて約一千万円位余分に支払っている訳です。

＊生ゴミは有機肥料として

貴重な資源です！

台所からでる生ゴミは、土を肥やす推肥として生かせます。決して魚のアラ等を海に捨てないこと。海は汚れて、魚が育たなくなれば漁業の町もお手上げです。

私達一人一人が、ゴミについて考え、町をきれいに、また余分な金を出さなくて済むよう、そしてもっと必要な町づくりに回せるよう御協力をお願いします。

ゴミ減量化に皆さんの良いアイデアがありましたら、どうぞご連絡下さい。

平成元年度ゴミ収集量比較

市町村名	人口	ゴミ収集量	1人当り
唐津市	78,744人	20,297 t	258kg
呼子町	7,221	1,642	227
浜玉町	10,391	1,574	151
相知町	10,280	1,427	139
肥前町	10,960	1,026	94
鎮西町	8,318	956	115
玄海町	7,623	939	123

※人口は60年国勢調査人口

母子家庭のお母さんへ

8月1日から児童扶養手当が変わります

平成2年8月から、母子家庭になって5年以上なるのに手当を申請されていない方は、児童扶養手当を請求できなくなります。まだ申請されていない方はお急ぎ下さい。

児童扶養手当

◎受給資格者

次の条件にあてはまる18歳未満（障害児童は20歳未満）の児童を扶養している母や、母にかわってその児童を養育している人

①父母が離婚した後、父と生計を同じくしていない児童

②父が死亡した児童

③父が重度の障害（国民年金の障害等級1級程度）にある児童

④父の生死が明らかでない児童

⑤父から引き続き1年以上遺棄されている児童

⑥父が法令により引き続き1年以上拘禁されている児童

⑦母が婚姻によらないで懐胎し父から認知されていない児童

⑧すて児など母が児童を懐胎したときの事情が不明の児童

◎手当の額（月額）

区分	全額支給	一部支給
児童1人	三五、一〇〇円	二三、五〇〇円
〃2人	五、〇〇〇円	加算
〃3人目以降	1人増すごとに二千円	加算

特別児童扶養手当

◎受給資格者

手当を受けることができる人は、身体や精神に中度以上の障害のある児童の父もしくは母、又は、父母にかわって児童を養育している人です。

◎手当の額（月額）

1級該当児童1人につき　四二、六〇〇円

2級該当児童1人につき　二八、四〇〇円

又現在、児童扶養手当を受給されている方は、毎年8月11日から9月10日までの間に現況届を提出して支給要件の審査を受ける必要があります。この届を出さないと、8月以降の手当が受けられなくなるのでご注意下さい。

申込み及び問い合わせ先

厚生課福祉係

生涯教育

平成2年度　公民館各講座開講式

六月には、平成2年度公民館講座の開講式が相次いで行われました。

各講座とも、講師紹介や生徒の自己紹介のあと、今後のスケジュール等の説明や話し合いが行われ、一年間の活動のスタートを切りました。

定員にまだ余裕のある講座もありますので、今からでも希望される方は、社会教育課までお問い合わせ下さい。

コーラス教室

三味線教室生徒募集

毎週月・水・金曜日の夜7時半から9時半まで、中央集会所で三味線教室を行っています。興味がある方は左記に御連絡下さい。

82－5660（丸井澄江）

陶芸教室

わんぱく教室

子どもの家　読書教室

豊かな想像力と知識を深めていくには、かかすことの出来ない読書です。

子どもの家では、次のように読書教室を開催致しております。

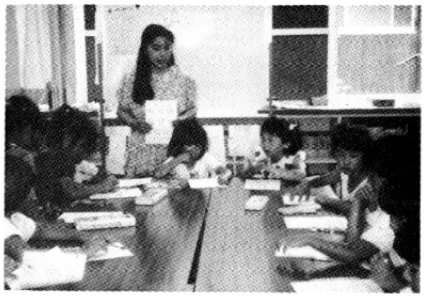
日時　毎月（6月～3月）第4日曜日　午前10時30分～12時

場所　子どもの家（西中町）

内容　本を読んだり聞いたりして思ったことを書いてみる。その他

対象　小学1年生及び2年生

たくさんの子供達が、もっともっと読書の楽しみを知って頂ければと願っております。



読書教室

生涯スポーツ

スポーツで健康づくりを

平成二年度呼子町体育協会総会行わる

さる、5月8日㈫呼子町体育協会（会長藤崎一）は、平成二年度の総会を呼子ロッジで行いました。

平成元年度の事業並びに決算報告、平成二年度の事業計画、予算等が決議されました。

平成2年度呼子町体育協会予算（単位・円）

（支出）

項目	予算額	前年度予算額	増減	内容
1.総務費	360,000	280,000	80,000	事務費 160,000 会議費 80,000 旅費 50,000 研修費 30,000 その他 40,000
2.郡体費	375,000	1,161,000	△786,000	強化費 500×450 保険料 20,000 結団・反省 100,000 その他 30,000
3.県体費	189,000	195,000	△6,000	旅費・弁当45名×(3,700＋500)＝189,000 (鳥栖市、三養基郡)
4.大会費	80,000	80,000	0	ミニバレー1回・卓球1回 グラウンドゴルフ大会 1回 剣道1回 1回
5.活動助成金	360,000	216,500	143,500	体協加盟専門部 @800×450
6.備品費	100,000	1,000	△99,000	親子サッカーユニホーム
7.雑費	1,000	1,000	0	
8.予備費	95,932	19,186	76,746	
合計	1,560,932	1,953,686	△392,754	

（収入）

項目	予算額	前年度予算額	増減	内容
1.会費	380,000	381,000	△1,000	町内19区 @200×1,900戸
2.加盟料(登録料)	135,000	1,000	134,000	
3.参加料	20,000	20,000	0	野球 ソフトその他
4.補助金	696,000	1,462,000	△766,000	町補助 530,000 郡体協 166,000
5.諸収入	1,000	1,000	0	預金利子 他
6.寄付金	1,000	1,000	0	
7.繰越金	327,932	87,686	240,246	
合計	1,560,932	1,953,686	△392,754	

“第41回東松浦郡民体育大会日程・会場”

・期　日　7月29日(日)～8月5日(日)
・会　場　巌木町・相知町・北波多村

○第41回郡民体育大会が相知町・巌木町・北波多村を会場とし、開催されます。

出場選手の皆さんには、練習の成果を発揮し、上位入賞を目ざして頑張っていただきたいと思います。

第41回郡民体育大会日程と会場

期日	競技	種目	会場	開会式時間
7／29（日）	陸上	男女	サンスポーツランド相知	9:30
	ソフトボール	壮年	北波多村岸山運動広場	8:00
	〃	一般男子	北波多村営球場	8:00
	〃	女子	北波多村中G	8:00
	野球	一般・壮年	さよの湖球場・広瀬G	8:00
	柔道		巌木町立柔剣道場	9:30
	バレーボール	婦人	巌木中体育館	8:00
		シニア	本山小体育館	〃
	バスケットボール	男女	相知社会体育館	8:30
	テニス		ロイヤルゴルフテニスコート	8:30
	卓球	男女	北波多社会体育館	9:00
	水泳	一般	相知中プール	9:30
8／5（日）	サッカー	親子	サンスポーツランド相知	8:30
	剣道	一般・中・小	相知中体育館	8:30
	バスケットボール	男女	相知社会体育館	8:30
	バドミントン	男女	北波多社会体育館	8:30
	軟庭	男女・壮年・成年	相知町民テニスコート	8:30
	ソフトボール	壮年・一般・女子	7／29と同じ	8:30
	弓道	遠的	天徳運動広場	9:30
		近的	相知町弓道場	〃
	野球	一般・少年	さよの湖球場・広瀬G	8:30
	相撲	一般・壮年	相知町すもう場	9:30
	バレーボール	一般男女	巌木中・本山小体	8:30
	銃剣道		巌木コミュニティセンター	9:30
	ゲートボール		北波多小G	8:00

※　7／29（日）　開会式　サンスポーツランド相知
※　8／5（日）　閉会式　サンスポーツランド相知

呼子町愛球会ミニ・バレーボール大会前期リーグ終了
“リトルヤング（松浦町）に栄冠”

4月14日(土)から始った、呼子町愛球会ミニバレーボール大会前期リーグ戦が6月16日(土)をもって、全日程を無事終了しました。

リーグ戦は、9日間にわたって九チームの総当りで行なわれ、各チーム日ごろの練習の成果を発揮し伯仲したゲームを展開しました。

優勝はチームワークと総合力でリトルヤング（松浦町）が昨年度の後期リーグに続いて制しました。以下、二位、小友ひまわり、三位、愛宕レディース（セット率）の順でした。

前期リーグを制したリトルヤング

前期リーグ戦勝敗表

チーム	リ	宮	小	レ	殿	中	先	キ	海	勝	敗	順位
リトルヤング		○	●	○	○	○	○	○	○	7	1	1
宮の町	●		○	○	○	○	○	●	●	5	3	4
小友ひまわり	○	●		●	○	○	○	○	○	6	2	2
愛宕レディース	●	●	○		○	●	○	○	○	5	3	3
殿の浦西	●	●	●	●		●	●	○	●	1	7	9
中町	●	●	●	○	○		○	○	●	4	4	5
先方町	●	●	●	●	○	●		○	●	2	6	8
愛宕キャッツアイ	●	○	●	●	●	●	●		○	2	6	7
海士町	●	○	●	●	○	○	○	●		4	4	6

三位の愛宕レディース

惜しくも二位のひまわり

ニュースポーツに挑戦!!

区対抗レクリエーションスポーツ大会

さる、5月27日(日)、呼子町スポーツセンターに於いて、区対抗レクリエーション大会（男子ターゲットバードゴルフ・女子ソフトバレーボール）が開催されました。

◎成績は次のとおりです。

〈ターゲットバードゴルフ〉

団体の部
- 優勝　殿ノ浦浜チーム
- 第二位　愛宕町Aチーム
- 第三位　愛宕町Bチーム

個人の部
- 優勝　木村勝一郎（殿浜）
- 第二位　大石昭博（愛宕町）
- 第三位　大森登志郎（愛宕町）

〈ソフトバレーボール〉
- 優勝　宮の町チーム
- 第二位　愛宕上チーム
- 第三位　愛宕下チーム

7月のスポーツ

子どもクラブソフトボール大会
日時　7月15日(日)午前6時40分
場所　呼子中学校グラウンド

● 7月は「愛の血液助け合い運動」

愛　それは献血

現在、献血方法は二〇〇ミリリットル献血、四〇〇ミリリットル献血、成分献血の三種類があり、どの方法を選ぶかは献血者の自由です。又献血時に使用する注射針や血液バックは一人ずつ取り換えますので、献血によりエイズや肝炎などに感染することは絶対あり得ませんので安心してご協力下さい。また献血することにより、自分の健康状態をチェックすることができます。血液センターでは、献血者の健康管理に役だつようすべての献血者の生化学検査を行っています。これにより肝炎やエイズなどのウィルス感染や梅毒の有無のほか、肝臓や腎臓のはたらきに異常が認められないか、また栄養や健康状態に問題はないかなどわかります。

更に、四〇〇ミリリットル献血、成分献血をした方には、血球計数検査により、貧血の有無やその原因などを判定する手がかりが得られます。

このような献血者への血液検査サービスにより、病気にかかっている心配はないか、からだの全体的な健康状態はどうかなど調べ、献血のつど結果を献血者にお知らせしていますので、定期的に献血するとそのつど貴重なデータが得られ、自分自身の健康管理にも役立てることができます。

科学が進歩した今日でも、血液は人工的につくることができないものです。病気やケガと闘っている方々のため、ぜひ献血にご協力下さい。

献血推進佐賀県民の集い

記念講演

「主張を始めたふるさと佐賀」

住みよい地域づくりを考える

講師　佐賀新聞社　稲田繁生氏

とき　7月18日㈬13時30分～

ところ　佐賀県薬剤師会館　大ホール

※どなたでも参加できます。

在宅福祉サービス

ショートスティ（在宅老人短期保護）事業

寝たきり老人等を抱える世帯の介護者が、疾病、冠婚葬祭、介護疲れ、旅行等の為一時的に居宅で介護が困難となった場合短期間（最高14日間）老人ホーム等でお世話する事業です。

区分		利用料
宝寿荘	生活保護世帯	社会的理由	無料
	一般世帯	私的 〃	一、九二〇
		社会的 〃	一、九二〇
		私的 〃	一、九二〇
	生活保護世帯	社会的 〃	無料
延寿荘	一般世帯	私的 〃	一、四九〇
		社会的 〃	一、四九〇
		私的 〃	一、四九〇

※円／日

巡回入浴サービス事業

家族の介助のみでは、入浴することのできない寝たきり老人に対し、定期的（月一～二回程度）に巡回入浴車を派遣するもので、利用料は無料ですが、希望される方は、申請が必要です。お問い合わせ及び申し込みは役場厚生課まで

「一日保育者」運動

6月11日㈪呼子保育園において「一日保育者」運動が実施されました。この運動は、東松浦郡内の26園の公私立保育園で組織されている東松浦郡保育会にて、住民に身近かな団体に一日園長及び保母を体験してもらうことで、保育所の社会的意義を十分に正しく理解してもらうことを目的として、郡内持ち回りで実施されております。当日は、町助役が園長に、又民生委員、婦人会副会長の方などが一日保母となり、園児と楽しい一日を過ごされました。

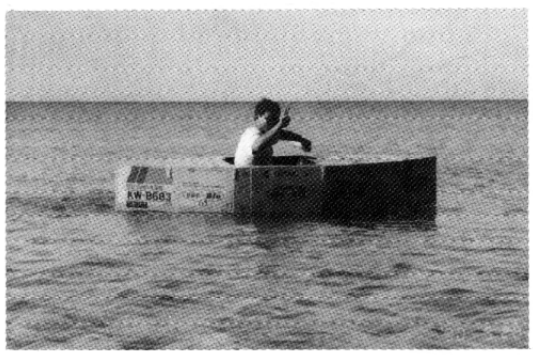
港まつりで海のイベントを

ペーパーシップ大会

呼子町商工会青年部（部長城谷洋一）では、港まつり（7月25日㈬）を盛りあげるために水光呼子にふさわしいイベントとして、ペーパーシップ大会を開催されます。これは、ダンボールなどの紙で作った舟で、呼子湾にて往復二〇〇m程の距離を競い合うものです。材料の提供舟の作り方などは、青年部の方で協力されるそうです。

参加を希望される方、詳しいことを知りたい方は

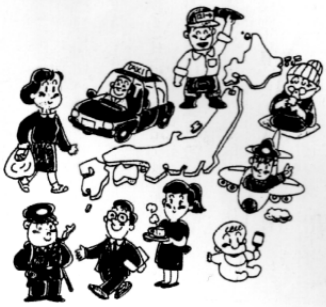
商工会青年部☎82－3826

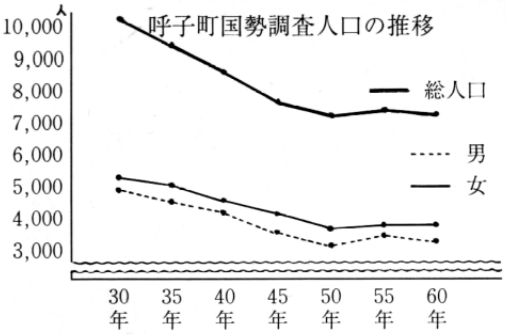


国勢調査にご協力をお願いします

より住み良い明日を

平成2年は国勢調査の年です





10月1日、全国一斉に国勢調査が行われます。この調査は、大正9年から5年ごとに行われ15回目に当たる今回は、特に21世紀の日本を考える基礎づくりという重要な意味があります。今回は、全国で約1億2400万人に及ぶと見込まれています。

調査は、9月下旬に調査員が各家庭に調査票を配布します。調査内容は、全部で22項目。ご家族の氏名、出生の年月、職業状況並びに世帯の種類、居住室の数などです。記入していただいた内容を他に漏らしたり、統計以外の目的に使用することは法律で固く禁じられています。どうぞ安心してありのままを正確にご記入下さい。

調査の目的は、我国の人口を正確に把握するほか、高齢化社会や国際化社会、人口移動実態、母子・父子家庭、高齢者世帯、住宅事業の把握など日本の現在の姿を正確に知ることです。調査の結果は、各種法令の基礎資料に利用されたり、行政施策を推進していく大切な資料となり私達の暮らしのさまざまな分野で生かされていきます。

例えば

- **議員定数の決定基礎**
- **地方交付税交付金の配布基礎**
  （呼子では歳入の三割以上占める）
- **豊かな長寿社会実現施策資料**
- **均衡ある国土づくり、住み良い町づくり施策推進の資料**

このように皆さんの記入された答が国民全体の貴重な財産となり、より快適で住み良い日本を築くための道標となるのです。国勢調査に、ぜひ皆さんのご理解、ご協力をお願い致します。

呼子警察署だより

夏の水難事故を防ごう！

子供達が危険な場所で遊んでいたら「あぶないよ」の愛の一声を。

夏の交通安全県民運動

7月21日～8月20日

- 安全はまず我家から職場から
- 暴走運転を追放しましょう
- 子供やお年寄りを交通事故から守りましょう

呼子町国民宿舎 臨時傭人職員募集!!

一、募集人員　2名
二、性別　女性（18才以上）
三、申込先及び問い合わせ先
履歴書に写真を貼って役場観光課へお申し込み下さい。

「サマージャンボ宝くじ」の予約受付

— 7月19日㈭から —

7月19日㈭からサマージャンボ宝くじ（別称　市町村振興宝くじ）の予約申込が開始されます。この宝くじの収益金は、㈶佐賀県市町村振興協会を通じて災害対策と明るく住みよい街づくり等に役立てられます。申込方法等詳細については、7月19日㈭の新聞（朝刊）紙上に発表されます。

等数	当選金	本数
一等	六、〇〇〇万円	一六〇本
一等の前後賞	二、〇〇〇万円	三二〇本
一等の組違い	一〇万円	一五、八四〇本
二等	一、〇〇〇万円	一六〇本
二等の組違い	五万円	一五、八四〇本
三等	一〇〇万円	一、二〇〇本
四等	一〇万円	四、〇〇〇本
五等	一万円	四万本
六等	三千円	八〇万本
七等	三百円	四千万本
デラックスレジャー賞（特別賞）	五〇〇万円	四、〇〇〇本

短歌

呼子短歌会

風車まふ丘に上ればほのぼのと潮の香匂ふ島の夕暮

◎夏の来しことぶれならん海の面に差す日の光り勢ひを増す

道の上に靴ぬぎ並べ田植えする小学生の声賑やかに

枝打ちのすみし杉山遍路道巡礼の背に日かげゆれゆく

幼き子残してゆきし君が心十七回忌の遺影にしのぶ

はるかなる頂の雲富士山の雪にまぎれて夕べたなびく

◎炬燵しまひて広々とせしわが部屋に五月の風の吹き通りゆく

なぎはてし海上遠く霞みつつ烏帽子の形の島一つあり

初夏の日光あまねき島畑にみかんの花の匂ふしきりに

二日干してわが友に送らんか夏の日差しに烏賊を割きをり

兵たりしわが寒々と仰ぎたる筑波山孫の如何に見てゐむ

雨やみて風にかわりし夕暮れの島岡に見ゆ風車廻ひまふ

◎物忘れしばしばありて失策の多きこのごろ老いつのるらし

淡々とはしり梅雨降る夜の庭もるるほかげに蛾の触れて飛ぶ

◎互選高点歌

松浦町　小宮鉄江
中町　中川さわ
小友　浜口エイ子
松浦町　日野歌子
愛宕町　中野小静
名護屋　矢野京子
松浦町　小笹妙子
宮町　谷口かよ子
松浦町　山下和子
殿西　古賀静
宮町　林猪八郎
中町　天川美代子
名護屋　石井政幸
殿西　久住滋巍

俳句

呼子句会

鯉幟海凪げる日も荒るる日も

金魚売日除えらびて店開き

桐の花仰ぐ高さのありにけり

万緑や丘の風車のお伽めく

金魚買ふ去年と同じ祭店

打水に夕暮の景落着けり

鉄線花むらさき色がやはり好き

菖蒲湯に浸りし腕たくましく

夕凪の鎮めし島の風車かな

アイロンの良くききしシャツ更衣

西瓜苗まづ見て廻る日課かな

坂本裕明
柴田紫田
川崎政江
丸井美津子
浜口竜彦
谷ハルエ
熊本照子
大薗雅明
小宮時生
益岡正秀
鳥越定行

こんにちは保健婦です

「血圧が少し高い」と言われたら…

今年も年に一度の健康診断を6月に実施しましたが、皆さん受診されましたか?!今回から、健診時に気になった事についてお話していきたいと思います。まず、一回目の今回は、「血圧が少し高いですね。」と言われた方の日常生活で注意する点について述べることにします。高血圧療養の基本は、まず薬ではなく生活の改善と食事療法にあるのです。では、具体的に何をどうすればいいのでしょうか。

①食塩の過剰接種をおさえる。

人間の身体が一日に必要とする食塩の量は、2g程度です。ですから、思いきって塩分の量を減らしましょう。酸味・辛味をきかせ、香料をきかせて味を引きたてるようにする。同時にカリウムを含んだ食物（海草、濃緑野菜、果物など）を十分に摂りましょう。これは、腎臓でのナトリウムの排泄を促進する等の働きがあるからです。

②適正な体重を維持する。

これは標準体重（身長－百）×0・9を目安として考えてください。

③温度の変化に注意する。

これは、冬場だけでなく、夏のクーラーにも注意したいものです。

④過労や睡眠不足、過剰なストレスを避ける。

できるだけリラックスした気分を保つことです。また、けんか好き、負けず嫌い、短気、時間に追われている感じ、仕事に没頭する性格等の行動パターンをとりやすい人のことをA型性格と言います。こうした傾向の人は、どうしても高血圧や動脈硬化を招きやすいと言われています。

⑤適度な運動

最近、ごくゆるめのジョギングや、少し早めのウォーキングは、血圧を低下させる効果があることが分かってきました。

このように、まず生活面を見なおし、一つづつ実行していきましょう。

みんなの広場

河川愛護月間

海岸愛護月間

心がけたい　家庭での夏の省エネ対策

限られた資源を大切に

私達の暮らしに欠かすことのできない石油や天然ガスなどのエネルギー。日本は、国内で消費する全エネルギーの約80％を諸外国からの輸入に頼っています。それだけに、限られた資源を少しでも効率良く使うように心がけたいものです。特に夏は、クーラーの使用などで、エネルギーの消費が増える季節でありいくつか夏の省エネに役立つポイントをあげてみましょう。

●クーラー

冷房効果に一工夫

案内の冷やし過ぎは、体調を崩すもとであり、26～27度が室温の目安です。

●冷蔵庫

開閉は素早く回数は少なく

夏場、冷蔵庫を開け放しにしておくと、室内の空気が冷蔵庫内に流れ込むため、再び庫内の温度を下げるには、多くの電力を使うことになります。扉の開閉は素早く、回数は少なくするようにしましょう。又庫内に食品を詰め過ぎないようにし、熱いものはさましてから、冷蔵庫に入れるのもポイントです。

●入　浴

入る間隔をおかずに

できるだけ続けて入浴すれば無駄なエネルギーを使わなくてすみます。又、午前中に浴槽の中へ水を入れておけば、昼間の気温で水が温められるので、早く沸きます。

●洗　濯

すすぎ洗いの前に脱水を

泡切れも良く、すすぎの時間も短くてすみ、水と電気の節約になります。

●照　明

不要な明かりはこまめに消す

必要なときに必要な場所だけ照明をつけ、不要な明かりはこまめに消しましょう。貴重なエネルギーを無駄なく効率良く使うために、まず家庭の中からはじめてみましょう。

佐賀医科大学公開講座

平成2年度より佐賀医科大学では、地域保健医療に貢献するという理念に従い、以下の通り公開講座が開催されますので、御希望の方は、御参加下さい。

◎開講期間
7月14日～8月14日毎週土曜

◎開講時間及び場所
午後1時30分～午後4時40分
佐賀医科大学臨床小講堂

◎募集人員及び受講料
一〇〇名　四、一二〇円

◎申込期間
平成2年6月20日～7月7日
（但し土曜日午後日曜除く）

申込及び問い合わせ先
佐賀市鍋島五丁目一番一号
佐賀医科大学
教務部学生課教務係

7月14日	①老化と細胞	
	②眼の老化	
7月21日	①高齢者の排尿障害	
	②骨と関節の老化	
7月28日	①ぼけと痴呆	
	②糖尿病	
8月4日	①中高年者の口の中の健康	
	②豊かなセカンドライフのために	

※①午後1時30分～3時
②午後3時10分～4時40分

訪問販売にご用心

最近、町内で訪問販売による被害にあわれた方がいらっしゃいます。その手口は、各家庭の老人、主婦などを1ヶ所に集め、まず無料で日用品等を配布します。その後に、もうじきテレビで宣伝するとうそをつき、商品をごまかして売りつけるものです。皆さんも、訪問販売にはその場で品質保証書等を確認するなど十分ご注意下さい。又万が一被害にあわれた場合は、クーリングオフ制度といって、法律上契約をした日を含めて8日間は、契約を無条件で解約できると定められています。（但し代金の全額を支払って商品を受けとった場合適用なし）訪問販売には、十分気をつけるとともに、訪問販売の情報を聞いたり、万が一被害にあわれた場合は、役場商工観光課までご連絡下さい。

平成2年度調理師試験のご案内

一、試験の日時
　平成2年8月3日(金)
二、試験の場所
　県立佐賀西高等学校
三、試験科目
　衛生法規、公衆衛生学、栄養学、食品学、食品衛生学、調理理論
四、受験願書の配布
　各保健所又は県保健予防課
五、受験願書受付期間
　平成2年7月2日(月)～7月6日(金)
六、受験願書の提出先
　受験者の住所地を管轄する保健所に本人が直接持参
　尚詳しいことは、唐津保健所(☎73－4185)又は役場衛生係へお尋ね下さい。

雇用促進のための融資制度について

事業主やその団体の皆さんが人材の確保や従業員の定着を図る目的で社宅・保養所・テニスコート・職業訓練施設等または高年齢の従業員が働きやすくなるように作業場等を改善されるような場合に、その資金を長期低利で融資する制度です。融資には、次の五つの資金がありますのでぜひ御利用下さい。

1、労働者住宅設置
2、福祉施設設置
3、職業訓練施設設置
4、通年雇用設備設置
5、高年齢者職場改善

お問い合わせ御相談は
雇用促進事業団
佐賀雇用促進センター
☎0952－26－9498

こんにちは赤ちゃん

明暗

5月末現在

川嵜　遥奈(達正三女)　宮ノ町
井上　隆幸(善弘三男)　天満町
中里　駿次(源彦三男)　川端町
伊藤　恵美(栄　長女)　愛宕町
松本　貴広(義治長男)　殿浦岡
吉富　杏奈(眞　長女)　殿浦西
牧山　寛(浩二一男)　殿浦浜

おくやみ

太田　留藏	66歳	先方町
戸田　秀夫	81歳	中　町
小宮あやゑ	92歳	天満町
宮崎ヨシコ	50歳	松浦町
加茂　ミサ	76歳	愛宕町
川原　忠	76歳	〃
坂本　優	56歳	〃
松永　堅司	69歳	〃
世戸　年男	76歳	殿浦岡

香典返しお礼

(敬称略)

坂本タケヨ(故夫　優)
戸田　時子(故夫　秀夫)
小宮　正己(故母　あやゑ)
三浦　春海(故妻　歌子)
神田智眞子(故義母　梅子)
川原　隆次(故義父　忠)
太田キヨイ(故夫　留藏)
松永　正道(故父　堅司)

呼子町社会福祉協議会

みんなの広場への投稿及び町報にお気付きの点がありましたら企画課までお知らせ下さい。

7月のこよみ

2日(月)　◇7月定例農業委員会　10時～　社会体育館
　　◇心配ごと相談　10時～15時　〃
3日(火)　◇民生委員会　9時30分　〃
6日(金)　◇乳児健診　13時～14時　社会体育館
9日(月)　◇健康相談・乳児相談　13時～15時30分　〃
　　◇心配ごと相談　10時～15時　〃
10日(火)　◇母親学級　13時～15時　〃
11日(水)　◇機能訓練　13時～15時30分　〃
16日(月)　◇健康相談・歯科相談　13時～15時30分　中央集会所
　　◇心配ごと相談　10時～15時　社会体育館
17日(火)　◇母親学級　13時～15時　〃
18日(木)　◇呼子町農業振興対策協議会　10時～12時　〃
　　◇呼子町農産物を味う会　12時～13時
20日(金)　◇食生活改善健康教室　9時30分～14時　〃
21日(土)　◇レントゲン・住民健診
　　9時30分～11時30分　呼子中学校武道館
　　◇夏の交通安全県民運動　～8月20日(日)
23日(月)　◇健康相談　13時10分～14時10分　加部島開発センター
　　14時30分～15時30分　片島公民館
　　◇心配ごと相談　10時～15時　小川島漁村センター
25日(水)　◇機能訓練　13時～15時30分　特別養護老人ホーム宝寿荘
　　◇水光呼子港まつり
29日(日)
30日(月)　◇加部島夏越祭