

占根大 広報

おお

ね

びめ

こんジョギング大会 1月15日成人の日
宿利原中学校前スタート



寒空に「走」を楽しむ元気人

成人の日、宿利原ダイコンロードを舞台に、
だいこんジョギング大会が開催されました。

(2面に関連記事)

平成10年

2

第541号

大根占町特定公共賃貸住宅サンセットコーポ芝山団地 入居者募集案内



- ◎団地名 特定公共賃貸住宅 芝山団地
 ◎所在地 肝属郡大根占町馬場431番地1 (旧葉たばこ取扱所)
 ◎募集戸数 世帯用9戸/世帯・単身用9戸
 ◎入居予定日 平成10年4月1日予定
 ◎申込受付期間 平成10年2月16日(月)から平成10年3月13日(金)まで
 ◎問い合わせ・申込先
 大根占町役場 企画課 管財係(2F)
 ☎893-2302 肝属郡大根占町城元963番地
 ☎09942-2-0511 内線126

◎住宅の概要

団地名	構造	用途	間取り等	家賃	戸数
サンセットコーポ 芝山団地	RC-3F	世帯用	3LDK 和室(6帖)1間・洋間2間・ LDK・洗面所・バス・トイレ	A42,000円 B45,000円	9戸
	RC-3F	世帯・単身用	2DK 洋室1間・居間・K・洗面所・ バス・トイレ	A27,000円 B30,000円	9戸

※今回の募集は町内外居住者並びにUターン者を対象としておりますが、町外居住者及びUターン者を優先とします。又、戸数に満たない場合は町内居住者を対象に抽選で決定致します。

※家賃は入居者の所得により2段階家賃となっております。

※駐車場は世帯及び単身用とも1台駐車できます。

なお、9台分予備がありますので、世帯で2台以上所有している入居者の中から抽選で決定致します。

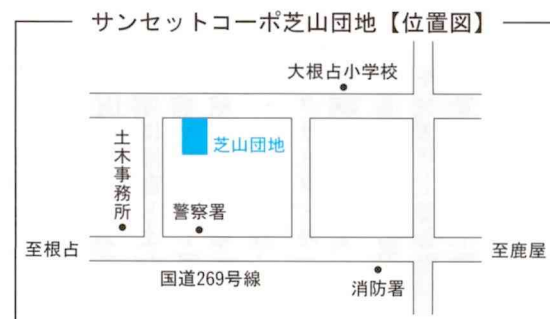
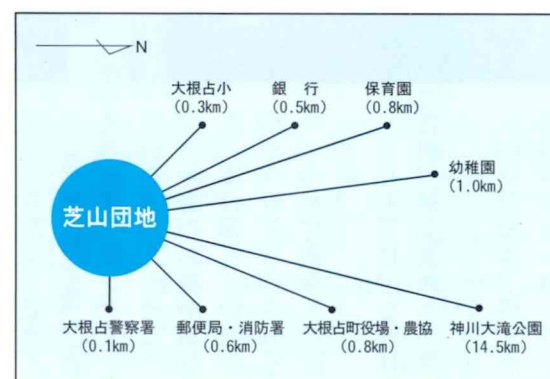
間取図



世帯用



世帯・単身用



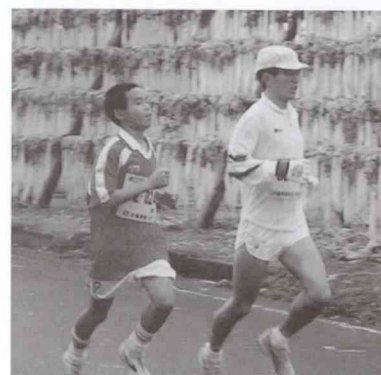
第十一回大根占だいこんジョギング大会 六五〇名が健脚を競う



一月十五日成人の日、恒例となった大根占だいこんジョギング大会が盛大に開催されました。今回は新たなスタートの年として、過去十回の大会を振り返り、大根占町ならではの特色を生かした大会にしたいと、役員もこれまでとは違った意気込みで準備に取り組んでいました。前日からの雨のため、当日はいにくの曇り空で、参加者の減少が心配されましたが、それでも三歳から七十六歳の方まで六百五十名ほどのランナーが集い例年と変わらぬ盛況ぶりでした。ファミリールコースでは、親子で手をつないで走る姿が多く見られ、走ることを通じて親子の絆が深まっている様子でした。三キ、五キ、十キコースでは、



記録に挑戦したり、仲間と一緒にマイペースで走ったりと、それぞれの楽しみ方を満喫しているように感じました。その中でも、三キ、五キにダブルエントリーしていた通山裕樹君(枕崎市)は、両方で部門別一位になるなどその健脚ぶりを余すところなく発揮していました。またアトラクションとして、神川中の生徒による自作の打楽器演奏と、鹿屋体育大学体操部による体操競技をもとにしたダンスなどがあり、参加者は食い入るように見つめ大きな拍手を贈っていました。閉会式では、上位入賞者の表彰の他、ファミリール賞、夫婦円満賞、最高年齢者賞、団体賞など各種表彰が行われました。



ふるさとをいっ

体験研修

一月号に引き続き、当事業により、ホームステイを体験した中学生の作文を紹介します。

ホームステイに行つて

長濱恵市郎

初めて国外に出るというので、とても不安でしたが、逆に、楽しみという感じもありました。実際に行つて見て、まず、アメリカという国はとても広いというのにびっくりしました。一つの家の庭はとても広いし、プールがあるところもありました。家は家でとても大きいのにびっくりしました。

僕が行つたホームステイ先はおばあちゃん、おじいちゃん、お母さんとクリスティーという女の子と犬で、すんでいました。初めて行つた時はとてもとまどいがありました。でも、そのとまどいもだんだんとなくなり、だんだんとその人たちと話すようになりました。

次の日は、日曜で午前中は教会に行つて、午後は動物園に行つたりしました。アメリカですることはなんでも初めてなので、



とても不安ばかりでしたが時間がたつにつれてその不安もとけてだんだんなんでも自分からしてみたいと好奇心がわいてきました。でもアメリカ人はみんないつでも積極的で、そういう所はみならわれないといけないと思いました。

月曜日からクリスティーといっしょに、学校に行きローカを歩いていたら、前からいきなり声をかけられました。初めての時は、「誰こいつ」と思いましたが、毎日学校に行つているとそういうのにもなれて、それが普通になってきました。今思うと日本はそういうことがなく、なんか小さいなと思ひました。なんかいろいろあつて、あつという間の一週間でした。

声の宅配便

契約栽培等の推進

(山口、九州さつま会の活動)

鹿児島県福岡事務所

大根占役場総務課付

久保伸一

以前に町報で紹介したが、山口・九州さつま会は鹿児島県産系統青果物の販売を促進するため、流通の諸問題について研究協議し産地と会員青果会社との連帯を深め相互の発展に寄与することを目的として、十一指定青果会社、県福岡事務所、経済連福岡営業所で構成されている。さつま会は、県内の野菜産地育成の具体策として契約的栽培を推進しており、今年度はJAいぶすきのグリーンボールを取扱っている。

平成九年度(九年十一月から十年四月)のグリーンボールの取扱にあたり、青果市場と経済連福岡営業所は取扱業務の円滑化を図るために実施要領を定めている。期間や、数量、規格の他に価格、荷受場所、事故処理、責任出荷と責任販売について事細かく明記してある。前回、さつま会では大根の契約的栽培を

たつた一週間でしたが、なんかいろいろと体験したような気もしました。とても心をうたれたのが、一週間しかいなかったのに、みんなして、泣いてくれました。やっぱりこういうところは、やっぱり日本になくてアメリカ人は、心が広いと実感しました。アメリカに行つて、いろいろ感心することがいっぱいあつて、とても帰りたくありませんでした。いろいろ思い出が残つてよかったです。 END

アトランタの夏

日高 将士

僕は、七月二十七日から、八月二十日まで『MBCトラベル中高生ジョージア州ホームステイ』の企画に参加して、アメリカ合衆国のジョージア州アトランタ近郊に滞在しました。ステイ先は、キンズブリー家で、父がグリーン・キンズブリー、母がトウリッツ・キンズブリー、二十一歳の姉がクリスタ・キンズブリー、十七歳の姉がメラ・キンズブリー、そして十四歳の男の子がアレン・キンズブリーでした。

父の仕事は、電気技師で、アポロ十一号が月に行つた時使用したムーンカーも造つたそうで



す。去年はアトランタオリンピックのトーチリレーをしたと聞きました。母は、僕達を通つたアメリカの学校の先生でした。授業では、発音の仕方や舌の動かし方など教えられました。オリンピックでは華やかな開会式のパレードで、緑色の輪の仲間になったそうです。

七月三十日は、アトランタ市内見学をさせてもらいました。州庁舎に訪問したり、コカコーラミュージアムに行つたり、MBCのテレビスタジオにも行かせてもらいました。スタジオはとても広く、コンピューターテレビがたくさんありました。一つのスタジオに、四、五個のセットがありました。

八月一日、この日はストーンマウンテンパークという場所へ行きました。そこには、とても大きな岩が目前にありました。大きすぎたので、電車を使わないと周りを回りきれないほどでした。これほどの岩をみたのは初めてだったので、感激しました。

八月十一日、授業が終わつた後、みんなで昼食をアトランタ地下街で食べました。その後は、キングセンターに行きました。そこにはキング牧師のお墓がありました。実は僕はこのキング牧師が何をしたのか知らないで改めて勉強したいと思っています。

八月十三日、この日は一日中、シックス・フラッグス・オーバー・ジョージアという遊園地で遊びました。僕はジェットコースターが

健康メモ

保健婦
だより

生活習慣病を 予防する

生活習慣病でポイントとなるのは、「食事・運動・休養」となっています。今回は、この中の「運動」にスポットをあててみたいと思います。

あなたは大丈夫？

こんな症状は 運動不足のサイン

- ① 動悸・息切れがして、体が重い
- ② 姿勢が悪い。肩こりや腰痛が
- ③ 体が硬い。動作が鈍い。
- ④ 太ってきた。汗をかきにくくなった。
- ⑤ 疲れがたまりやすい。体調が悪い。



体を動かすことには

こんな健康効果があります

- 生活習慣病予防になる。
- 血液の循環がよくなる。
- 筋肉の衰えを防ぎ、体力を強化する。
- 骨の老化予防になる。
- 体の抵抗力をつける。
- ストレス解消になる。

年代別運動メニュー

年代別におすすめの運動メニューを紹介します。

高齢期	青・壮年期	成長期
日常生活…散歩、掃除、買い物、料理等 趣味・レジャー…日曜大工、園芸、ハイキング、カラオケ、ボラン、ティア活動、釣、登山等 スポーツ…ストレッチング、ウォーキング、ジョギング、ゲートボール、体操、ゴルフ等	日常生活…通勤や買い物での歩行等 趣味・レジャー…日曜大工、園芸、ダンス、ハイキング等 スポーツ…ウォーキング、ジョギング、水中運動、サイクリング、各種球技等	日常生活…通園・通学での歩行、自転車等 趣味・レジャー…屋外で行うプランコ、ボール遊び、鬼ごっこ、ハイキング、海水浴等 スポーツ…体操、ジョギング、水泳、スキー、各種球技、武道等

資料：厚生省「健康づくりのための年齢・対象別身体活動指針」より抜粋改変

フォトニュース

身近な情報を広報係まで

「ドラえもん」も 応援!!

第八回すこやか長寿社会づくり推進大会及び第十二回大根占町健康づくり大会が、一月二十五日町文化センターで行われました。

大会の中では、五歳児で虫歯が一本もなかった子どもや、8020運動実践者（八十歳で歯が二十本残っている）、健康優良世帯などが表彰されました。

また、漫画『ドラえもん』の声で全国の子供たちの人気者である大山のぶ代先生が、講演を

行ってくださいました。先生は、ご自分の家庭を題材にお年寄りをうやまう心、お年寄りの知恵を生かした健康づくりなどを体験談をまじえてお話しくださいました。参加者も先生の言葉を聞き逃さないようにと一生懸命聞き入っているようでした。

午後からは、神川大滝公園では神川中の生徒が先生に「かわごろも」の研究について報告し、ほんの一時でしたが交流を深めました。また、大根占中のグラウンドでは健康づくりの実践としてゲートボール大会が行われ、球を打ったびに大きな笑い声と歓声が上がっていました。



今年こそ豊作を

平成十年度の葉たばこの種まきが一月二十日、耕作者及び関係者によって行われました。

昨年、一昨年と台風による大きな被害を受け、思うような結果が得られなかっただけに、今年にかける意気込みは大変なものがあります。より高品質の葉たばこを目指し、この日をスタートとして入念に種が播かれました。

またこの日は葉たばこ耕作の基本指導や、講演なども行われました。



町民の生命と財産を守るため

新春恒例の消防出初め式が、1月6日大根占中学校のグラウンドで行われました。町内の消防団員が全員集まり、パレードや小隊訓練、放水演習など日頃の訓練の成果を披露しました。

また、池田小学校少年少女消防クラブと、法輪保育園幼年消防クラブも参加し、式典に華を添えてくれました。

団員らは、火災ゼロを目指して頑張ると決意を新たにしていました。



楽しいな 親子でたこ上げ

一月十六日池田小学校恒例の親子たこ上げ大会が、行われました。

このたこは冬休みの宿題として、児童が父母と協力して作ったもので紙で作ったやつだこやビニール製のものが目立ちました。また、アニメのキャラクターなどが描かれた色鮮やかなものも目を引きました。

晴天には恵まれましたが、肝心の風が余りなく親子ともに苦労していました。うまく風に乗り高々と舞いあがる風を見るとおおきな歓声が上がりました。伝統的な遊びを通じて寒さに負けない元気な子供たちが育つことを願います。



畜産の振興を目指して

1月29日町文化センターにおいて第23回大根占町畜産振興大会が開催されました。

輸入肉の増大や飼料価格の高騰、疫病等の発生により畜産をめぐる情勢は厳しいものがありますが、その中で町内畜産農家の規模拡大、経営の安定を図ろうと企画されたものです。

大会では、昨年全国和牛共進会に出場し、農水産大臣賞を受賞して日本一の座を獲得した安水義昭さんが、苦労話や失敗談などを笑いを交えながら発表しました。

このほか、表彰や胃カメラの權威である種子田哲郎先生による講演がありました。講演では、肉、卵、牛乳といった畜産物と肝臓との関わりを面白おかしく話してくださいました。



情報交差点

●HOTで／新鮮な／情報を

『純手打ちそば』
始めました。
ご賞味ください。

大滝の茶屋

正しい確定申告を お早め

●鹿屋税務署

☎0994(42)3127

所得税の確定申告は、二月十六日から三月十六日までとなっています。

所得税は、あなた自身が所得や税額を正しく計算して納税をするという申告納税制度をとっています。

確定申告は、あなたの昨年一年間の事業や収入の総決算ともいえるものです。事業をしている方はもちろん、サラリーマンの方でも確定申告をしなければならぬ方は、できるだけ早めに申告をお済ませ下さい。

確定申告で、お分かりにならないことがありましたら、鹿屋税務署にお気軽にお尋ねください。

町奨学資金 貸付について

●大根占町教育委員会 教育総務課

☎0517

町では平成十年四月一日から、能力があるにもかかわらず、経済的理由によって就学困難な方に対して奨学資金の貸付を行います。

対象者は高等学校以上の学校に在学し、学資の支弁が困難と認められる本町在住の者（申請の年の一月一日現在で本町に三年以上在住する者の子弟であること）となっております。

職員募集

●南隅銃砲保安協会 (大根占警察署内)

☎20110内線235

南隅銃砲保安協会では、女性職員を募集しています。

勤務時間 九時から十六時
(土日祝日休み)

性別 女性

(十六歳〜四〇歳くらいまで)
詳しくは、南隅銃砲保安協会までお問合せ下さい。

小学生のための 国際交流事業

「ちびっこ探検学校」

ヨロン島

●財国際青少年研修協会

☎03(3359)8421

青少年の国際交流を進めている文部省所管の財団法人国際青少年研修協会では、「ちびっこ探検学校ヨロン島」の参加者を募集しています。在日外国人の子供たちと共同生活をしながら、イガダこぎ、釣り、サトウキビから黒砂糖作り、ヨロン焼き(焼き物)、ハーレー船大会の他、洞窟で一泊する特別サバイバルコースなどを体験し、言語・習慣の違いを超えて友情を深め、国際感覚を身につける第一歩となります。(選択コース制)

期間 平成十年三月二十五日

町民文芸

短歌

風に乗り餅焼く匂ひ流れ来て
餅を頬張るうまご等浮かびく
露しとど大根引けば今朝着けし
チエックのエブロン泥にまみるる
山本アツ子
舞立ちし山鳩の群は突風に
洲上神社の樹になだるる
徳留 民子
沖を航く白き船体ゆるやかに
見えかくれする朝の窓辺に
朝光に耀ふ桜島のほれぼれと
祖父の口癖偲ぶフェリーに
飯屋 文

俳句

落ち葉と死おなじさだめの生きた日日
荒平 貢作
寒椿紅の一際映ゆる今
木下 てる
菊薫る今日の幸せ金婚式
養田 栄
今日も又花壇の手入れ北風の中
坂元 満香
薪風呂の湯もちの良さや秋夜長
山下 良治
吹きつる風に枝葉の舞ふあした
木下 輝夫
かじかみて信号待ちの登校児
原口マサ子
たわなる葉を押し分けて大根引く
逆瀬川 綾子
宇宙より素敵な笑顔冬の朝
馬込 八重
寒の瀬に鵜の羽根干すを見届ける
中村 尚幸

通信制課程 生徒募集

●県立鹿児島西高等学校 通信制新入生係

☎099(229)3744

から四月一日
場所 大島郡与論町
定員 四百六十名(小三以上)
締切 平成十年三月九日
事業説明会
平成十年二月十五日(日)
鹿児島市鴨池新町七十四
その他詳しいこと資料・申込書の請求などはお問合せください。

かごしま優良 住宅制度

●県庁住宅課

☎099(286)2111

内線3739
県産木材を活用した優良な木造住宅、降灰対策を講じた住宅、浸水地域における浸水対策として高床構造を講じた住宅等建設、又は購入する方に対して住宅金融公庫の割増融資(五十〜二百万円)と合わせて五〜十五万円の補助金を交付します。

申込みは、住宅金融公庫の融資申込みを行った日の翌日から起算して一ヶ月以内に行ってください。

わっしょい 半島フエスタ

●半島フエスタ実行委員会 事務局(枕崎市役所企画調整課内)

☎0993(72)1111

薩摩・大隅半島の二十三市町が、半島地域の魅力や地域の特産品を紹介し、「半島の元氣」をPRします。

燃焼器具 一斉点検事業

●県庁消防防災課

☎099(286)2262

●(社)鹿児島県LPガス協会
☎099(250)2535

プロパンガス使用中の一酸化炭素中毒事故防止のために、全国一斉に各家庭等の燃焼器具の点検が行われています。

点検は無料です。進んで点検を受け、事故の未然防止に努めましょう。

点検対象燃焼器具
・屋内に設置している開放式湯沸器
・廃気筒を有する燃焼器具で、不完全燃焼防止装置のついていない器具

交通事故の相談に無料で応じます

社団法人日本損害保険協会鹿児島自動車保険請求相談センターでは、交通事故の相談に無料で応じています。交通事故でお悩みの方はお気軽に相談して下さい。

◎受付時間・平日(月曜日から金曜日)の午前9時30分から午後4時40分迄。
◎弁護士相談・毎週木曜日の午後1時から。(前日までに予約の上面接相談)
★専門の相談員が親身になって相談に応じます。
★電話での相談も受け付けています。

◎センターの所在地：鹿児島市中央町12-2 明治生命西鹿児島ビル5階
◎電話番号：099-252-3466

求人情報

(1月9日現在)

性別	職業	年齢	賃金	性別	職業	年齢	賃金
	大根占町				根占町		
女	事務員	18~30	130,700~160,000	女	水産加工作業員	18~45	111,000~120,000
"	一般事務員	18~35	110,880	"	医療受付事務	18~30	125,000~140,000
共	作業員	18~60	170,000~230,000	"	縫製工	18~50	111,120~160,000
"	4tトラック運転手	20~55	170,000~230,000	"	看護婦	23~55	150,000~200,000
女	鮮魚加工	20~55	時給610~630	共	ガソリンスタンド店員	18~35	120,000~150,000

※詳しくは鹿屋職業安定所「ハローワークかのや」(☎04135)へ、早く知りたい人はテレホンサービス(☎7844)でいつも案内しています。
※この求人は1月9日現在で有効のものです。掲載には充足している場合もございますのであらかじめご了承ください。

休日在宅のお医者さん

月	日	病院名	電話番号
2	15	じょうさいクリニック	根占4-2977
	22	浜畑クリニック	田代5-2575
3	1	二川内科胃腸科	木場2-2033
	8	津崎医院	根占4-2153
	15	黒木医院	佐多6-0013
	21	肝属郡医師会立病院	鳥浜2-3111
	22	大根占医院	麓2-2658

※肝属郡医師会立病院は、在宅当番日も含め毎日、緊急その他やむを得ない患者さんについて救急外来（時間外外来）を受付けております。



消子ちゃんのお年寄りに、
どんなアドバイスをしたい住宅防火

Q 一人暮らしのお年寄りに、
どんなアドバイスをしたいの？



A たばこによる火災で亡くなるお年寄りが、毎年たくさんいらっしゃいます。火災の実態と、火災から命を守る「防災製品」や「住宅用火災警報器」を教えてください。

みんなのまど

12月16日～1月20日

戸籍に関する情報は
ホームページ上では
掲載していません

各種の善意

香典返し寄付
遺族 故人 区名
西尾 妙子 禎蔵 麓
原田 利子 鐵夫 半下石
白川 ミチエ 助太郎 鼻戸区
永田 スミエ 文哉 六反田
鳥井ヶ原キサエ 光男 寺前
久津輪 洋海 出田 神芝区
永井 吉夫 マス 神川上
荒田 豊道 ハツエ 鼻戸区
新留 フジ子 兼二 大橋下
井上 ふたえ さん(愛知県)
園田 睦子 さん(大阪府)
嘉茂 一男 さん(埼玉県)
川越 盛雄 さん(大阪府)
河村 安海 さん(神奈川県)
中村 イツ子 さん(大阪府)
前田 美樹朗 さん(奈良県)
協和 和子 さん(奈良県)
錦江園へ寄付
染川 金蔵 さん(弓場下区)
以上のおみなさんから寄付をいただきました。
また、一月に法輪保育園の園児が錦江園を慰問に訪れてくれました。
ありがとうございました。

2月は「省エネルギー月間」です
冬の省エネ



- わたしたちの毎日の生活は、電気をはじめとするエネルギーの消費によって支えられています。しかし、エネルギーは無限にあるわけではありません。また、大量の化石燃料（石油や石炭など）を使用すれば大気中の二酸化炭素（CO₂）が増え、地球温暖化が進んでしまいます。わたしたち消費者としては、エネルギーを大切に使うことで消費量を抑えることが必要です。家庭で省エネルギーを実践することで地球環境を守り、また家計の節約にもなる賢い生活、スマートライフを始めてみませんか。
- 省エネで
スマートライフ
- ① 暖房温度は20度以下に
 - ② 電気こたつを上手に使う
 - ③ 不要な暖房機器の使用をやめる
 - ④ お風呂は湯が冷めないうちに連続して入浴
 - ⑤ 入浴時のシャワーの一分間短縮
 - ⑥ 給湯温度を下げる
 - ⑦ テレビの使用を一日一時間控える
 - ⑧ 冷蔵庫を効率よく使用する
 - ⑨ 洗濯機を効率よく使用する
 - ⑩ 掃除機のゴミをこまめに捨てる
 - ⑪ 電気製品の主電源をOFFに
 - ⑫ 白熱電球を蛍光灯に切替えて、こまめな消灯を

2月 & 3月 1998 FEBRUARY MARCH							●まちの行事	
SUN (日)	MON (月)	TUE (火)	WED (水)	THU (木)	FRI (金)	SAT (土)		
2月 8	9	10	11	12	13	14		
	健康相談 9時(老人センター) 13時30分 (神川地区公民館)		建国記念日	母子相談 9時(老人センター) 妊婦教室 13時15分 (老人センター)				
15	16	17	18	19	20	21		
生涯学習推進大会 13時30分 (文化センター)	所得税の確定申告 (3月16日まで)			たんぽぽ教室 9時(老人センター) ドレミの会 14時(老人センター)				
22	23	24	25	26	27	28		
					乳児健診 13時(老人センター)			
3月 1	2	3	4	5	6	7		
			2歳児歯科健診 13時(老人センター)					
8	9	10	11	12	13	14		
		1歳6ヶ月児健診 13時(老人センター)		母子相談 9時(老人センター) 妊婦教室 13時15分 (老人センター)				

水道係からのお知らせ

大根占簡易水道水道管敷設替事業は、平成六年度から九年度までの四年間で、老朽化した石綿セメント管約一四、〇〇〇mを鑄鉄管又は塩化ビニール管に敷設替えし事業を完了しました。これにより漏水事故が減り、皆様にご迷惑をお掛けすることも少なくなることと期待されます。

しかしながら、水資源は有限との意識を持ち、節水を心掛け、水の有効利用にご協力をお願いします。

なおこの事業は、厚生年金・国民年金積立金還元融資により実施されました。

一枚の写真

今年町内では、百十二名の若者が成人式を迎えました。

新成人として、決意を新たにされた若者達の表情、いかがでしょう。式典のなかでも、来賓の方々の励ましの言葉に、成人としての義務と責任をしっかりと自覚すると誓いの言葉を述べました。

今後は、成人としていろいろな責任が重くのしかかって来ますが、地域社会に対する貢献と立派な人格形成を目指して、大きくはばたいて欲しいものです。

今月の画廊

題 名 「ストレッチャ」

作 者 古市あけみ（木場区）
大根占絵画同好会



わがまちの人口

人 口	7, 972 (9)
男	3, 699 (4)
女	4, 273 (5)
世 帯	3, 032 (9)

()内は前月号比

平成10年2月1日現在



●あの阪神大震災から三年が経ちました。我々にとっては大分前のことのように感じますが、現地には今だに仮設住宅等で苦しい生活を強いられています方が数多くいらしゃいます。私たちに出来る事は、被害者の冥福を祈ること、後世にこの震災を伝えていくこと、そして日頃から災害に対する心構えと準備を怠りなくすることだと思っています。

●早いもので一月もあっという間に終わってしまいました。立春も過ぎ、春の足音が聞こえてきそうですが、まだまだ寒い日もあります。かぜも流行っているようです。油断大敵！外出後の手洗いやうがい励行で、自分の健康は自分で管理しましょう。