

大根占大根占

1



謹賀新年

今年もよろしくお願いします。

12月8日、だいこんジョギング大会が開催され、324名のランナーが集いました。

(6面に関連記事)



年頭のぞ挨拶

大根占町長
野元良一



明けまして
おめでとーございます。

皆様には、ご家族お揃いで新年を迎えられたことと存じ、心からお祝い申し上げます。

昨年は、ご家族お揃いで新年を迎えられたことと存じ、心からお祝い申し上げます。

また、政府は「改革なくして成長なし」を旗印に国債発行三十兆円を目標としてきましたが、税収の減少により三十六兆円の大規模な国債発行を余儀なくされる中で、更に公共投資、地方交付税の削減などが言われております。

一方、町内におきましては、梅雨、台風の影響はなかったものの、第一次産業を基幹産業とする本町におきましては、長引く景気低迷、海外からの輸入農産物の増加による価格低迷により、大打撃を受けています。このような厳しい状況の中でありましたが、葉たばこ作におきましては、県下一の販売額を達成出来ました。

また、昨年の今頃は狂牛病の発生による、価格暴落で畜産農家が大変心配致しておりましたが、現在では狂牛病発生以前の状況に回復を致しており喜んでるところです。

このような厳しい状況にも関わらず、今までの智慧と経験を生かした農家の方々の常日頃の努力の賜物であり、深甚の敬意を表わすものであります。我が町は、他町からも羨ましがられる

ような農業の町として知られており、自信と誇りを持って、営農に取り組まれるよう期待いたします。

本町としましては、基幹産業としての「農林水産商工業の繁栄なくして町の活性化なし」という考えのもと、経営の維持拡大につながるよう基盤整備に取り組んできたところであります。

また、今後も町政の指針となる町総合振興計画に基いた事業を中心に積極的に推進し、自信と誇りを持てるよう町政の振興を図っていく所存でございます。

さて、本町が抱える大きな課題として、過疎化していく人口減少に少しでも歯止めをかけるための定住化促進対策を、引き続き宿利原校区の住宅建築、大根占森林管理署跡地の宅地分譲、神川校区の住宅建築を始め、少子高齢化対策や生活環境の整備等の推進に努めます。

平成十四年度で完了します国営総合農地開発による畑かん施設で、水を利用した新しい営農体系による所得の向上に期待をいたしているところであります。

また、中山間整備事業の継続と新規事業として、大根占水田

のパイプライン事業に着手したところと進め、従来から進めて参りました適地適作を推進し、上場地帯におきましては大型機械導入による省力化及び規模拡大を推進し、一方海岸線におきましては、就農者が希望を持てるような環境整備を図って参りたいと思っております。

低迷する林業につきましては、公益的、多面的機能を高める除間伐の推進と特に特用林産物の振興に努め、漁業につきましては、作り育てる漁業を主体に、引き続き間伐材を利用した漁礁設置事業を導入し、経営の安定化に努めたいと考えております。

商業におきましては、次々に進出する大型店に加え、二十四時間営業という新たな商法等による影響も危惧されているところですが、商工会を中心に関係者の智慧と工夫に御期待申し上げる次第です。

少子高齢化時代と言われる中、高齢化対策として、サンドームの利用による健康増進、介護保険制度、デイサービス、宅配給食等の充実、青山荘、そよかぜ等の民間活力によります施設の拡充を図り、少子化対策として

しても子育て支援、学童保育の支援を推進して参ります。

生活環境の整備は、引き続き中山間整備事業の導入、合併浄化槽設置及び生ゴミ処理機の推進を図って参りたいと思っております。

市町村合併につきましては、国が推進しております地方分権の受け皿としての市町村合併は避けて通ることは出来ない大きな課題です。近々南陽四ヶ町任意合併協議会が設立されますが、町民の生活の安定、福祉の向上、そして、町民の利益を最大限に守るための努力をしたいと考えているところであります。

本年度におきましても、益々厳しくなる財政運営ですが、職員一体となり健全財政を堅持しつつ町民の福祉の向上に努めて参りたいと思っております。

また、議会を始め、町民の皆様方の更なるご協力をお願い申し上げますとともに、皆様方のご健勝を祈念申し上げ新年の挨拶といたします。

経営規模の拡大、農業生産性の向上と経営の安定化を図る

国営総合農地開発事業完工



水管理センターで行われた記念碑除幕

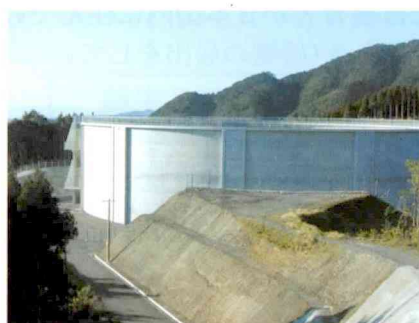
国営総合農地開発事業（南部開発）の事業がこのほど完了し、十一月二十日、完工式が大根占町農村勤労福祉センターで行われました。

当日は、根占町花ノ木にできた水管理センター前で、完工記念碑の除幕の後、センター内で各地区の調整水量が表示できる監視操作卓の起動を行う通水開始式がありました。

会場を農村勤労福祉センターに移した完工式では、約二百人の南部四ヶ町の関係者などが参加し、町長が「南陽四町を魅力的な農業地域として発展させてほしい」と挨拶しました。その後、南部開発をテーマにした、こども絵画展の表彰式や郷土芸能を楽しむ祝賀会がありました。

事業内容

南部四町の畑かんと農地造成、区画整理を目指し、昭和六十一年に着手された国営南部開発事業は、完了まで十七年の歳月を経ています。総事業費は、三百八十二億円で、受益面積六百四十八ha、農地造成四百一ha、と区画整理百四十三ha、農業用水貯留施設などを整備しました。また、大根占町の造成面積は百九十五ha、畑かん面積は二百七十九haとなっています。



とても大きな調整池



魅力ある農業地域に

南部開発事業（大根占町）の水の道

半下石頭首工で採取された水は、池田調整池、厚ヶ瀬調整池、島浜城元調整池に貯留され、幹支線用水路を通り、各団地に配水されます。

畑地かんがいのメリット

十五年度から、南部開発事業地内の圃場では、給水栓をひねるだけで、水を使った営農ができます。①収量の増大、品質の向上、②気象災害の防止、③管理作業の省力化、④労働配分の合理化、新技術の導入において効果が期待されます。



開発された池田団地



絵画展の表彰を受けた松山さん（左）と鎌ヶ迫くん（右）



水の使用も便利に



半ヶ石調整水槽

4. 児童扶養手当の支払日

4月分～7月分の手当は8月11日
8月分～11月分の手当は12月11日 に受給者本人の金融機関口座へ振込まれます。
12月分～3月分の手当は4月11日
※上記の支払期月でない月であっても支払われる場合があります。
なお、11日が支払金融機関の休日のときは、繰り上げて支給されます。

特別児童扶養手当制度について

1. 特別児童扶養手当を受けることができる方

20歳未満で、身体または精神に重度または中度以上の障害がある児童を監護している父もしくは母（所得が多い方）、または父母にかわってその児童を養育している方（養育者）が手当を受けることができます。

ただし、次のような場合は手当が受けられません。

- ①児童や手当を受けようとする父もしくは母、または養育者が日本国内に住んでいないとき
- ②児童が障害を支給事由とする公的年金を受けることができるとき
- ③児童が児童福祉施設等（保育所、通園施設、肢体不自由児施設への母子入園を除く）に入所しているとき

2. 特別児童扶養手当の額（月額）

児童数	障害1級該当児	障害2級該当児
1人	51,550円	34,330円
2人以上	1人のときの 手当額×障害児数	1人のときの 手当額×障害児数



3. 所得の制限

前年の所得が下表の額以上の方は、その年度（8月から翌年の7月まで）の手当が支給停止になります。

扶養親族等の数	請求者（本人）	配偶者及び扶養義務者
0人	4,596,000円	6,287,000円
1人	4,976,000円	6,536,000円
2人以上	以下380,000円ずつ加算	以下213,000円ずつ加算

（注） 所得税法に規定する老人控除対象配偶者、老人扶養親族又は特定扶養親族がある場合には、上記の額に次の額を加算した額。

- （1）請求者の場合は、老人控除対象配偶者・老人扶養親族1人につき10万円、特定扶養親族1人につき25万円
- （2）配偶者及び扶養義務者の場合は、老人扶養親族1人につき6万円

4. 特別児童扶養手当の支払日

4月分～7月分の手当は8月11日
8月分～11月分の手当は11月11日 } に受給者本人の郵便貯金口座へ振込まれます。
12月分～3月分の手当は4月11日
※上記の支払期月でない月であっても支払われる場合があります。

なお、11日が郵便局の営業日でない場合は、直前の営業日から支払われます。

※ 制度の詳細につきましては役場保健福祉課福祉係までお問い合わせ下さい。

児童扶養手当制度について

1. 児童扶養手当を受けることができる方

次の条件にあてはまる児童（18歳に達する日以後最初の3月31日まで）を監護している母、または母にかわってその児童を養育している方が手当を受けることができます。

また、心身におおむね中度以上の障害がある場合は、20歳未満まで手当が受けられます。

- 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父が重度の障害の状態にある児童
- ④父の生死が明らかでない児童
- ⑤父に1年以上遺棄されている児童
- ⑥父が引き続き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た児童
- ⑧棄て子などで、母が児童を懐胎した当時の事情が不明である児童



ただし、次のような場合は手当が受けられません。

- ①対象児童や手当を受けようとする母または養育者が、公的年金（老齢福祉年金を除く）や労働基準法等に基づく遺族補償を受けることができるとき
- ②児童が里親に委託されたり、児童福祉施設等（通園施設は除く）に入所しているとき
- ③児童が、障害を有する父に支給される公的年金の加算の対象となっているとき
- ④児童や、母または養育者が日本国内に住んでいないとき
- ⑤母が婚姻しているとき（婚姻の届出をしていないが事実上婚姻関係と同様の事情にあるときを含みます）
- ⑥児童が父と生計を同じくしているとき
- ⑦支給要件に該当してから5年を経過しても請求しなかったとき
- ⑧養育者の場合は児童と別居しているとき

2. 所得の制限

前年の所得が下表の額以上の方は、その年度（8月から翌年の7月まで）の手当の一部または全部が支給停止になります。

扶養親族等の数	本人		孤児等の養育者、配偶者、扶養義務者
	全部支給	一部支給	
0人	19万円	192万円	236万円
1人	57万円	230万円	274万円
2人以上	以下1人につき38万円加算		

（注） 1 所得税法に規定する老人控除対象配偶者、老人扶養親族又は特定扶養親族がある場合には、上記の額に次の額を加算した額。

- （1）本人の場合は、
 - ①老人控除対象配偶者又は老人扶養親族1人につき10万円
 - ②特定扶養親族1人につき15万円
- （2）孤児等の養育者、配偶者及び扶養義務者の場合は、老人扶養親族1人につき6万円

3. 児童扶養手当の額

全部支給は月額42,370円、一部支給は所得に応じて月額42,360円から10,000円まで10円きざみの額です。具体的には次の算式により計算します。

手当額 = 42,360円 - (受給者の所得額 - 所得制限限度額) × 0.0187052

なお、第2子については月額5,000円、第3子以降については1人につき月額3,000円が加算されます。

だいこんジョギング大会

第十六回大根占だいこんジョギング大会が、十二月八日、宿利原地区で開催されました。

当日は、朝から小雨がぱらついていましたが、スタートする頃には雨も上がり、走りやすい天候の中、三百二十四人の参加者がジョギングを楽しみました。年齢を見ると三歳から六十八歳まで幅広い参加でした。

コースは、例年の3km、5km、10kmコース、1kmのファミリークース、事前にゴールの予想時間を申告し、実際のタイムと比べて誤差の少ないところが優勝するミニ駅伝があり、冬の風物詩であるだいこんピラミッドが、少ししか見られなかったのは残念でした。



やっぱりいました



外国人もミニ駅伝に



見事な選手宣誓



まだまだ元気



好評のストラックアウト

3kmコース部門別優勝者

種目	総合順位	氏名	年齢	タイム
小学生男子	7	増田 悠大	9	12分59秒
小学生女子	17	小川 詩織	12	13分57秒
中学生男子	3	小倉 俊一郎	14	11分29秒
中学生女子	11	小倉 愛子	12	13分29秒
高校生~30歳未満男子	1	宮田 俊哉	19	10分31秒
30歳~50歳未満男子	18	茜ヶ久保 堅二	44	13分57秒
30歳~50歳未満女子	75	東 和代	40	17分25秒
50歳以上男子	4	中原 信一	54	11分38秒

5kmコース部門別優勝者

種目	総合順位	氏名	年齢	タイム
小学生男子	11	菖蒲 清也	11	21分36秒
中学生男子	1	新久保 伸吾	14	19分18秒
高校生~30歳未満男子	16	川辺 誠	27	22分41秒
30歳~50歳未満男子	4	二之宮 憲一郎	46	20分09秒
50歳以上男子	6	山口 正徳	68	21分01秒
50歳以上女子	39	永田 京子	51	28分06秒

10kmコース部門別優勝者

種目	総合順位	氏名	年齢	タイム
小学生男子	19	東 優輔	10	53分43秒
中学生男子	5	家長 和久	15	42分51秒
高校生~30歳未満男子	2	徳留 和弘	24	40分48秒
30歳~50歳未満男子	4	脇田 幸夫	46	42分41秒
50歳以上男子	1	増田 三郎	53	36分20秒

ミニ駅伝結果

	チーム名	申告タイム	実走タイム	誤差	着順
優勝	宿小 A	28分30秒	28分29秒	1秒	7
準優勝	宿利原中学校 PTA	26分10秒	26分15秒	5秒	2
3位	宿利原小学校	27分00秒	26分52秒	8秒	4

だいこん座公演

素人劇団だいこん座の第十回記念自主公演が十二月一日、町文化センターで行われ、多くの観客が集まりました。

今回の作品の「されど故郷」は、故郷の温かさや親子の絆をテーマにしており、故郷があることの素晴らしさを時には笑い、時には涙を誘いながら団員が熱演しました。観客からも主人公に対して「頑張れ」と声がかかるなど、観客も満足し、大きな拍手を送っていました。

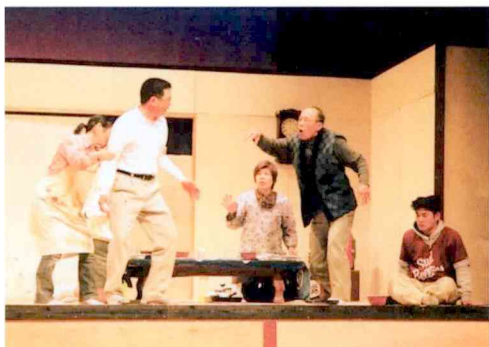
だいこん座は平成七年に結成し、今回四十五人で活動しています。九月より練習を始め、色々大変ではあったと思いますが、素人とは思えないような完成度を誇っています。これからも、町民を元気付ける公演を楽しみにしています。



迫真の演技



爆笑シーン



親子の絆を表現



おいしい豚汁に夢中



翠明さんとデュエット

人権週間

十二月四日から十日までは人権週間でした。本町でもこれに伴い、十二月六日、鹿屋法務局支局長より、町長に一日人権擁護委員の委嘱状が手渡され、その後、街頭啓発活動がタイヨ大根占店前で行われました。また、十三日には十四年度「人権の花」の運動指定校に選ばれた池田小学校で、締めくくりに式が行われました。



餅つきを体験



1番大きいのを



感謝状の贈呈



1日人権擁護委員として

式では、人権の花運動に協力し、人権思想の普及高揚に努めたとして池田小学校に感謝状が送られました。これからも、このような運動を続けることによって、優しい心や思いやりの心を持つ人に育ってもらいたいものです。

情報交差点

HOTで新鮮な情報を

110番の日

●大根占警察署

0994(22)0110

一月十日は、110番の日です。110番制度の理解と、正しい利用をお願いします。

県内における110番通報の件数は、平成十四年九月末現在約四万七千件（前年比十千件）にも及び、事件・事故等の早期解決に大きく貢献しています。

しかし、一方では、携帯電話やPHS等の移動電話の普及に伴い、110番に馴染まない各種相談、照会、いたずら電話等がなされるなど、制度に対する理解不足も見受けられ、本来至急に対応すべき事件・事故に支障を来すこともあります。

そこで、警察に対する要望・苦情・相談・各種照会等は、ブッシュ式電話にあてては、「#9110」

ダイヤル式電話にあてては、「099(206)0110」をご利用ください。

なお、県本土の110番通報をすべて県警察本部で受理しています。

落ち着いて内容を説明してください。

外来休診日のお知らせ

●県民健康プラザ

鹿屋医療センター

0994(42)5101

鹿屋医療センターは大隅地区の中核病院として地域が必要とする高度医療・二次救急を担っています。

重症入院患者さんに対応するために、現在まで、火曜日（整形外科）、水曜日（外科・脳神経外科）、木曜日（内科・耳鼻咽喉科）、金曜日（産婦人科）に外来休診しておりますが、小児科ならびに整形外科の入院が増えて



冬の風物詩
だいこんやぐら

きたため、病院受入れ体制充実のため、平成十五年一月から小児科は水曜日に、整形外科は火曜日に加えて木曜日にも、外来休診日にすることに致しました。

○平成十五年一月からの

外来休診日

火曜日 整形外科
水曜日 外科・小児科・脳外科
木曜日 内科・整形外科・耳鼻咽喉科
金曜日 産婦人科

健康かごしま21推進 セミナーのご案内

●鹿屋保健所保健予防課

0994(43)3121

健康づくりに関するセミナーを開催します。

入場は無料ですので、皆様のご来場をお待ちしています。

○開催時期

平成十五年一月二十九日（水）
午後一時より



○開催会場
鹿屋市文化会館
○内容
基調公演
「鹿児島県の健康づくり運動健康かごしま21策定の背景と目指すもの」
シンポジウム
「みんなが進める地域の健康づくり」

平成15年4月からはじまる

支援費制度支給申請の受付を 1月20日から開始します。

4月から始まる障害者福祉施策「支援費制度」についての概要については、町報9、10月号にて掲載しましたが、制度を利用する際に利用者本人又は保護者の方が「支援費支給申請」を行わないと、サービスが利用できない場合があります。（現在、サービスを利用されている方も申請が必要です。）早めの申請をお願いします。

① 支給申請が必要な方

- ・ 居宅生活支援（デイサービス、ホームヘルプ、ショートステイ、グループホーム）を利用している方
- ・ 施設支援（更生施設、授産施設、療護施設）に入所されている方
- ・ 居宅生活支援を希望される方
- ・ 施設支援を希望される方、現在入所待機となっている方

② 申請方法

- ・ 役場に申請用紙がありますので記入し、提出してください。
- ・ 申請受理後、役場職員が訪問し本人家族の方と面談を行い、障害の状況、生活状況などを調査します。
- ・ 支給が必要と認められたときは「受給者証」を交付します。
- ・ 受給者証の内容により施設、事業者と契約してサービスを利用します。

施設受給者証	
番号	1234567890
氏名	日本太郎
生年月日	昭和○○年○月○日 男
住所	鹿児島県○○市○○△丁目○番○号
受給者	日本一郎
交付年月日	平成15年4月1日
交付場所	〇12345 〇〇市役所 〇〇県〇〇市〇〇△丁目〇番〇号 〇〇〇〇課 電話〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇 〇〇市

受給者証見本

③ 申請に必要なもの

- ・ 印鑑
- ・ 課税証明書等
- ・ 医師の診断書（必要と認めるとき）

④ 申請についてお願い

- ・ デイサービス、ホームヘルプ、ショートステイ、グループホームを利用されている方は支給申請を提出されないと4月以降サービスが受けられなくなりますので、希望される方は必ず提出してください。
- ・ 但し、特例として現在、施設に入所されている方は今回支給申請されなくても、平成16年3月までは支給決定されたものとみなされ、引き続き利用する事もできます。
- ・ 支給申請から受給者証交付まで時間がかかりますので早めに手続きをしてください。

※ 現在、サービスを受けられている方は個別に案内します。

詳しくは、役場保健福祉課福祉係（22-0511内線114）までお問い合わせください。

町民文芸

短歌

拉致されて二十年余りを死亡した
とは納得出来ぬ身内なりき
奥様は希望の星と魔法かけ
夫は仕事に出て行きたり
雨繁く濡れたる窓に日の射して
輝く雨滴二重に映りぬ
鉢巻をきりと締めて園児らの
叩く太鼓のドームを圧す
窓の辺に我身寄すれば煌々と
夜空を照らす十六夜の月
小包と馳せ出て見れば横浜の
婿の送りし健康食品
番園 キミ

俳句

初春や棚田再生里息吹く
つわの花今我が春としたり顔
うるわしき初春迎え豊かなり
若水の清き流れに清められ
すがすがしシラスの狭庭門の松
石油基地タンク白々初明かり
南無阿弥陀日の出拝んで寝正月
柚子の香に心癒され湯に浸る
四宮 愚子

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
山中盛秀 ユミエ
赤江勝 エダ
広報紙送付謝礼
荻富士信(大阪府)
寺田武彦(神奈川県)
中村悦雄(兵庫県)
一般寄付
アキホ総合葬祭
以上のみなさんから寄付をいただきました。
(敬称略)
ありがとうございました。

平成15年度 保育園児募集

役場保健福祉課では、平成15年度保育園入園児を募集しています。入園を希望される保護者の方は、申込書等を保健福祉課福祉係及び入所希望保育園まで提出して下さい。申込書は町内の各保育園、または役場保健福祉課にあります。

※ 募集保育園

保育所名	ひかり保育園	法輪保育園	めばえ保育園
所在地	城元4750の3	城元777	神川3141-26
入所定員	60名	60名	45名
開所時間	7時～19時	7時～18時30分	7時30分～18時

※ 申込受付期間 平成15年2月3日(月)から平成15年2月14日(金)まで

※ 入園基準

両親のいずれもが次のいずれかの事情にある場合であり、かつ同居の親族等がその児童を保育することができない場合

- ①家の外で仕事に従事するので、その児童の保育が出来ない場合
- ②家庭で児童と離れて家事以外の仕事に従事することを常としている場合
- ③妊娠中であるか、または出産後間もない場合
- ④疾病にかかり、若しくは負傷し、または心身に障害があり保育出来ない場合
- ⑤家庭で長期にわたる病人や心身に障害がある人を常時介護している場合
- ⑥親の死亡、行方不明等で母親がいない場合
- ⑦火災等の災害にあって、その復旧のあいだ児童の保育が出来ない場合

※ 現在入所中の方も提出する必要があります。



第41回肝属地区青年団駅伝大会

今年で第41回になる肝属地区青年団駅伝大会を開催します。

駅伝を通して、元気のある青年団を住民の方々へアピールしたいと思いますので応援のほどをよろしくお願いいたします。

大会期日 平成15年1月26日(日)
出発時間 10時スタート
駅伝場所 田代町役場～(県道鹿屋吾平佐多線)～吾平町営グラウンド

キバレ!
大根占町青年団



休日在宅のお医者さん

月	日	病院名	電話番号
1	5	津崎医院	根占 24-2153
	12	長浜医院	麓 22-0137
	13	肝属郡医師会立病院	島浜 22-3111
	19	じょうさいクリニック	根占 24-2977
	26	濱畑クリニック	田代 25-2575
2	2	藤崎クリニック	塩屋 22-2238
	9	二川内科胃腸科	木場 22-2033
	11	阿久根医院	根占 24-2100

1月&2月 2003

JANUARY FEBRUARY

まの行事

SUN (日)	MON (月)	TUE (火)	WED (水)	THU (木)	FRI (金)	SAT (土)
1月 5 官公庁仕事始め 消防出初式	6 南日本10km通信競争大会肝属大会(串良町)	7 成人の日	8 母子相談 9時(老人センター)	9 2歳児歯科健診 13時(老人センター)	10 肝属地区教育振興大会(東串良町)うさちゃんち 10時(根占町保健センター)	11
12 健康相談 9時(役場ロビー) 13時30分(神川地区公民館)	13 たんぼぼ教室 9時(老人センター) 妊婦教室 13時(老人センター)	14 心配ごと相談 9時(老人センター)	15 2歳児歯科健診 13時(老人センター)	16 3歳児健診 13時(根占町保健センター) 高校生スキーツアー19日まで	17	18
19 文化財防火デー(県下一斉)	20 カミカミ教室 10時(中央公民館)	21 心配ごと相談 9時(老人センター)	22 子宮・乳・骨検診 8時30分・12時30分(文化センター)	23 子宮・乳・骨検診 8時30分(神川地区公民館) 12時30分(池田診療所)	24 7～8ヶ月児健診 13時(根占町保健センター)	25
2 第14回生涯学習県民フェア(大口市)人権・同和問題県民のつどい たんぼぼ教室 9時(老人センター)	3 心配ごと相談 9時(老人センター)	4 子宮・乳・骨検診 8時30分(神川地区公民館) 12時30分(池田診療所)	5 2月 1 県下一周駅伝チーム団結式(鹿屋市)	6 2 3 4 5 6 7 8	7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31



今年の干支は「未」です

南部消防署の職員が九月より防火の願いを込め、作成しました。
左側は羊くん 右側は羊子さんです。
一年間よろしくお願ひします。

健康メモ

栄養士
だより

基本健診結果を活かして

十月、十一月に基本健診の結果報告会を要指導の方を中心に、計十回行いました。会には要治療の方も自主的に来られ、約三百六十名の方が参加しました。内容は
・結果表から何が解かるのかを中心に話をしました。

さらに各病態別に詳しく知る為、また、生活習慣病予防には不可欠な自分にあつた運動、歩くことを正しく理解してもらう為、看護師兼、健康運動指導士の前野睦子先生を招いて十一月二一日(木)から毎週木曜日に全三回シリーズで健康作り教室を開催しました。延べ五十五名の方が参加され、口の中の健康管理、各病態の知識、食生活のポイントを勉強しました。参加者からも体験談が出て、問題点はどこだったのかを知る機会になっていました。

運動では病気を防ぐための運動として、自分の今までの運動習慣、体調等に合せ、まずは一



生活習慣病とは深い関係が



腕の振り方でも消費カロリーが違います

日五分を目標に行うことが大切なことを学びました。

今年も皆様の健康増進に役立つ事業を企画していきますのでご活用下さい。又、ご要望がございましたらお寄せ下さい。

わが町の人口

人口	7,459 (△ 9)
男	3,474 (△ 6)
女	3,985 (△ 3)
世帯	2,991 (+ 2)
() 内は前月号比	
平成14年12月20日現在	



●新年明けましておめでとうございます。本年も「広報大根占」よろしく願ひします。●正月と言えば元旦、元旦と言えば「一年の計は元旦にあり」と言われます。皆さん、それぞれ人生の目標は持たれていると思いますが、一年間の目標を立ててみるのも良いのではないのでしょうか。あまり難しい事を目標にしても長く続かないので、身近で出来るものにしましょう。●今年は未年です。南部消防署の方が消防署前に干支である羊を飾っていますが、これは、昭和六十一年の丑年より始まり、今年でなんと十九年目となります。休憩時間や休日を利用して作っているとのことですが、年々その出来映えには驚かされます。消防署前を通るときは是非とも見ていただければと思います。