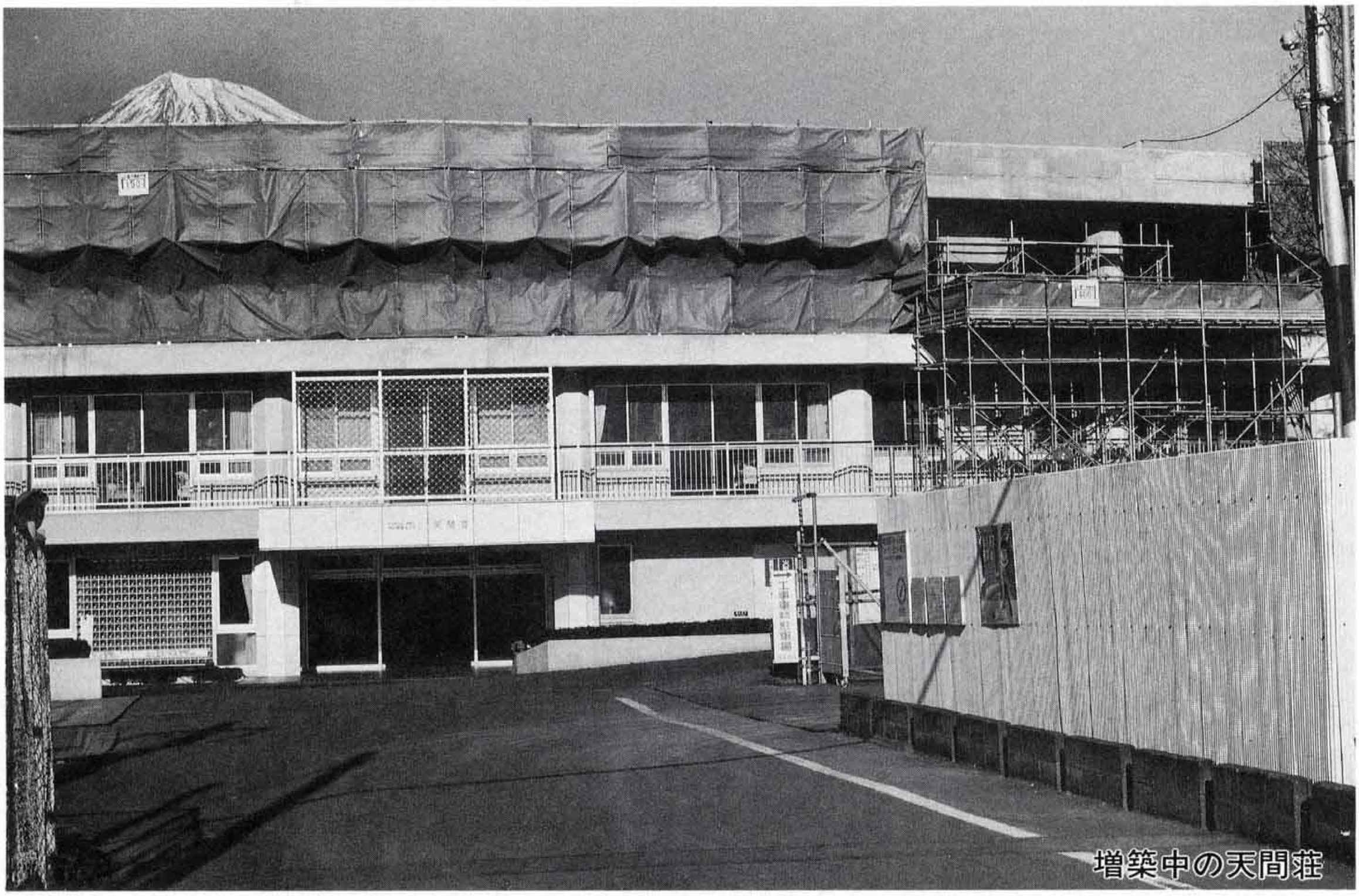
広報
ふじ

No.541
平成 3.1.20（毎月5日・20日発行）

“今が最盛期”
（伝法・宮川さんのイチゴ畑で）

2・3　自分から 痴呆になりたい人はいないと思います
4・5　カメラルポ
6　市県民税・所得税の申告はお早目に
7～9　暮らしのたより
10　個性派の道具たち「猫ごたつ」

たい人はいないと思います


増築中の天間荘

「なんとなく、ぼんやりしていることが多い」、「新しいことや知らないことに、ほとんど関心がなくなった」。これらは〝痴呆老人の最初の兆候〟としてあらわれる精神状態や症状の一部だと言われています。寿命が延び、第二、第三の人生となる老後、だれも自分から、痴呆老人になりたいと思っている人はいないと思います。

現在、痴呆老人専門の特別養護老人ホーム「天間荘」が増床されるなど、痴呆対策の充実が図られていますが、まず第一に痴呆について関心を持ち、痴呆にならないよう心掛けることも必要ではないでしょうか。人は皆、年をとるのですから。

天間荘が四月一日から八十床に

痴呆老人専門の入所施設として、昭和五十九年にオープンした天間荘。現在五十人が入所していますが、三十床増床のため二階建を三階建に増築工事中で、四月からは八十人収容の施設になります。県内にある同様の施設は、焼津の「あおい荘・九十人収容」だけ。二つの施設で県内全域の入所希望に対応しています。

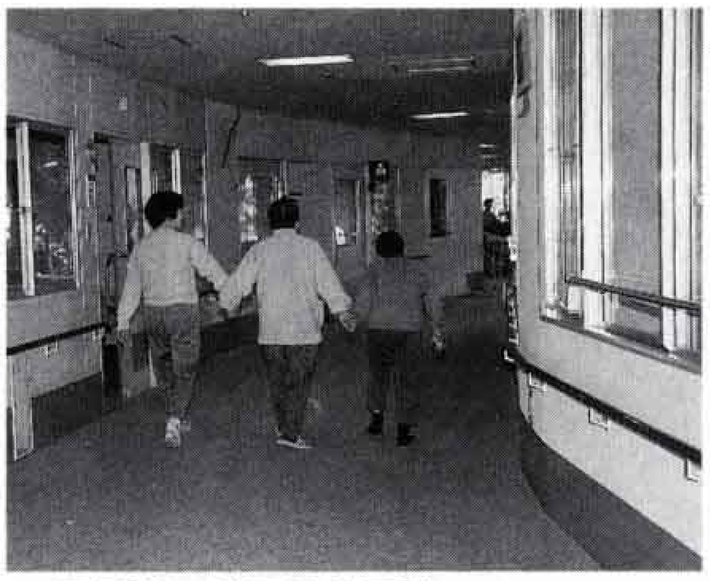
市は毎月、駿河荘、富士楽寿園、天間荘など老人ホームの入所審査をしていますが、対象者は毎回十人前後。内二割ぐらいが痴呆老人で、天間荘の入所対象者です。しかし、空室がなくすぐ入所できないため、増床の必要性に迫られていました。

ショートステイなど他の機能も向上

痴呆老人や寝たきり老人を抱える家族のために、老人を一週間ぐらい施設でお預かりするショートステイ制度があります。この制度は、介護者が病気、出産、冠婚葬祭などで介護できないとき、また、介護疲れをいやすときなどに利用でき、費用は一日、千八百九十円です。現在、天間荘、富士楽寿園、岩本園、鑑石園に合計十六床ありますが、天間荘では今回の増築で

自分から痴呆老人になり

問い合わせ 福祉課 内線2318



△天間荘の廊下は楕円型

ショートステイのベッドを十四床ふやし、需要に応えます。

また、週一・二回、十時から十五時まで施設を利用するデイ・サービスが、天間荘でも始まります。

内容は、血圧測定、入浴、給食などですが、理学療養士によるリハビリも行われる予定です。定員は二十人。利用者は、バスで送迎します。

家族そろってチェックチェック

（県民生部・おじいちゃんのひみつより転載）

次の一から二十は、「ボケの最初の兆候」としてあらわれる精神状態や症状です。当てはまると思う番号に○をつけてください。

一、考えてみると、なんとなくボンヤリしていることが多い。
二、一日に一度も笑わないことがある。
三、「新しいこと」や「知らないこと」にほとんど関心がなくなった。
四、自分から率先して仕事をすることは、ほとんどない。
五、「その話は三度目だ」と言われたことが、一週間に何度かある。
六、昨日の夕食の内容が、どうも思い出せない。
七、以前は自分でやっていたが、つい人にやってもらうことがある。
八、以前より随分、話し方や動作がのろくなった。
九、人の話に同意できないことが多くなった。
十、何をやるにも、なんとなく意欲がわかなくなった。
十一、途中で嫌になって、やりっ放しになっている仕事がある。
十二、最近、冗談やしゃれを言って人を笑わせたことがない。
十三、テレビのリモコンなど、新しい道具はどうも苦手だ。
十四、一つの用事をしている間に、他の用事を忘れてしまい、失敗したことがこの一ヵ月の間に二・三度ある。
十五、最近、化粧や身だしなみに気を使わなくなった。
十六、人が感動して涙を流していても、自分は何も感じないことがある。
十七、「考えること」や「すること」が、毎日ほとんど変わらない。
十八、一日に何度も同じことを、人に尋ねることがある。
十九、このところ、異性にはまったく関心がない。
二十、さらに頑固で自己中心的になった気がする。

いかがでしたか。もちろん○の数は少ない方がよいです。結果については、それほど神経質に受け止める必要はありませんが、○の数が半分以上あるような場合は、ちょっと注意が必要かもしれません。ぜひ自分の生活様式の改善に取り組んでください。

痴呆にならないために

梶原先生は、天間荘に隣接する鷹岡病院の院長さん。天間荘の嘱託医もしています。痴呆に詳しい先生のお話です。

痴呆がふえています

「最近、痴呆の患者さんがふえていますね。でもこれは、家庭内でなんとか看病してきたけど、できなくなって病院へ来る人がふえたんだと思います。

痴呆の症状は、家族の名前や顔を忘れたり、家を出て歩き回る徘徊（はいかい）などがありますが、脳が壊れるのが原因です」

痴呆にも種類があります

「痴呆には、高齢者の脳が萎縮する原因不明の『アルツハイマー型痴呆』と、脳梗塞などで脳が壊れる『脳血管性痴呆』があります。いずれも症状が進行し、根本的な治療は難しいですが、適切な介護や医療で進行を遅らせることができます」

鷹岡病院院長　梶原　晃先生

痴呆になりやすいのは

「生活に刺激の少ない老夫婦だけや、一人暮らし老人が痴呆になりやすいですね。また家族と一緒でも、『じいちゃんは、ぼけているからほっときなさい』なんて、相手にしなかったりします。これでは症状が、ますます進んでしまいます。家族の人に痴呆の知識がないんですね」

受診と仲間づくり

「おかしいなと思ったら、専門医などに相談してほしいですね。それと、痴呆老人を抱える人たちなどが『すぎなの会』をつくっています。仲間になると心強いと思いますね。

だれでもみんな年をとり、ぼけたり寝たきりになります。在宅介護を基本として、家庭を壊さないために、ショートステイやデイ・サービスを上手に利用してもらいたいと思います」

ぼけないための七カ条

ぼ　ぼんやりしないで動きましょう
け　けんこう診断を忘れずに
な　なんでも教えてあげましょう
い　いつもおいしく腹八分
た　たのしいグループ活動いたしましょう
め　めんどうがらずに挑戦しよう
に　にこにこひがまず腹立てず

神戸公民館「なんでも挑戦教室」

縄文土器とさつまいも上手に焼けた

△熱いけど、まきをたくさんくべて

冬休みも最後の一月七日、神戸小学校の高学年生が参加した「なんでも挑戦教室」で、土器の野焼きが行われました。野焼きは、縄文時代の土器づくりを再現したもので、粘土でつくったつぼなどを、五時間ほどかけて焼き上げます。

作品は、ひもなどで模様をつけたつぼや花瓶十五個。上手に焼けた子はにこにこ顔で土器を手にしました。残念ながら割れてしまった子は寂しそうでしたが、「接着剤で張れば」との先生の言葉に、にっこり。

△ついでにサツマイモを焼いて「おいしい！」

日本語の勉強楽しいよ

日本語講座始まる

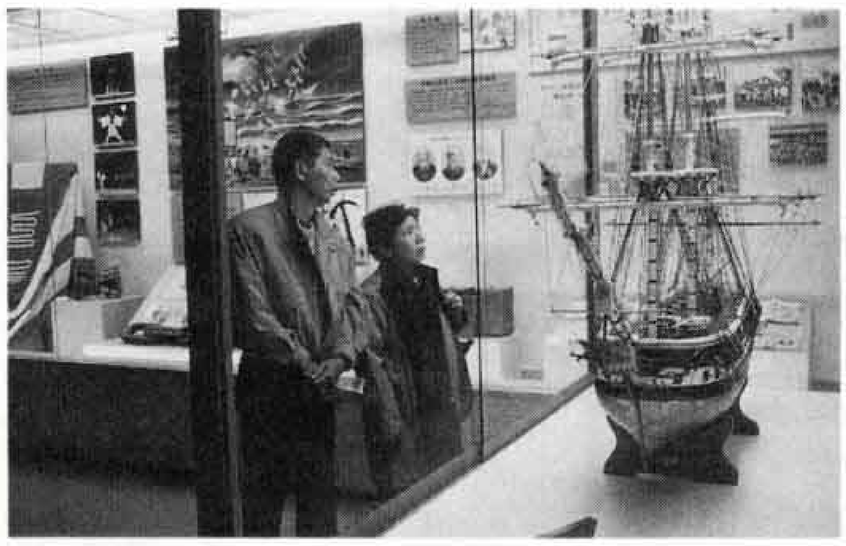
△目、鼻、口と順番に勉強

昨年の十一月から、市内在住の外国人を対象に、日本語講座が始まりました。受講生は、アルゼンチン共和国など九ヵ国出身の男女十五人。三月まで毎週一回、初・中・上級の三クラスに分かれ、勉強に励んでいます。

中華民国から茶道と華道の勉強に来ている王麗琴（オウレイキン）さんは、「小学五年生の教科書で勉強中。漢字の発音もなんとかわかるようになったし、友達もでき楽しく勉強しています」と話してくれました。

ロシア軍艦ディアナ号

博物館で模型を展示中



△けっこう大きいね

ロシア軍艦ディアナ号の模型が、市立博物館に展示され、入館者の人気を集めています。

ディアナ号は、幕末に日本へ開国と通商を求めて来航しましたが、嘉永七年（一八五四年）下田港で安政地震に遭い大破しました。その後、三四軒屋沖で沈没しましたが、そのときの地元民の献身的な救助活動は、日ソ国際交流として今に伝えられています。

模型の縮尺は四〇分の一、全長二・三㍍、高さ一・六五㍍です。

高校総体をみんなでPR

ポスター図案も決定

△鈴木市長から表彰状が

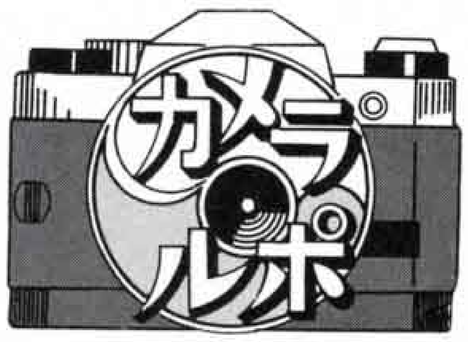
漆畑恭子さん

一月九日、高校総体バドミントンPR用の、ポスター図案表彰式が行われました。応募作品は、中学、高校から二百二十五点。最優秀賞には、富士高二年、漆畑恭子さんの作品が選ばれました。図案には、高校総体などの文字が入れられ、印刷されますが、二月中に駅や学校など公共的な施設に掲示する予定です。

また一月一日には鈴川の毘沙門さんの境内で、富士地区生徒推進委員会の皆さんが参拝者にパンフレットなどを配り、PRに努めました。

△最優秀賞となった漆畑恭子さんの作品

△雨の中、参拝者にPR「寒かったなあ」



おもいっきり走ったよ

第二十一回 元吉原子ども会元旦駅伝大会

△負けないぞ！

小雨が降り肌寒かった一月一日、毎年恒例の子供会元旦駅伝が元吉原で行われました。コースは、小学校をスタート、ゴールにしての十・四㌔。十二人の選手で中継します。参加したのは十九チーム。結果は、桧・田中・西田中Aチームが、ゴール寸前で今井本町Aチームを抜き、四十二分二十八秒で優勝しました。三年ぶりの優勝に選手たちは、「おもいっきり走った。来年も頑張りたい」と話してくれました。

新たな友好都市提携を目指して

アメリカ合衆国オーシャンサイド市

△オーシャンサイド市の海岸線

中国の嘉興市に続く二番目の国際友好都市提携先として、アメリカのオーシャンサイド市が候補に上がっています。同市は、カリフォルニア州南部の海浜リゾート都市で人口十二万五千人、面積は当市の約半分です。また、平均気温は十八度Cと当市より二度以上高く、大変温暖な気候です。

昨年十一月に、富士市議会の調査団が訪問しましたが、これから都市提携の検討が始まります。

市役所 ☎51－0123

16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28

市県民税・所得税の申告はお早目に

◆平成2年分の所得税・市県民税の申告時期になりました。申告期限はいずれも3月15日㈮です。申告期限間近になりますと会場は大変混雑しますので、お早目に申告してください。

この期限に遅れたり、内容が違っていたりすると、加算税や延滞税という余分な税金がかかりますので十分に注意してください。なお、確定申告をした人は市県民税の申告は必要ありません。

●問い合わせ●
富士税務署
☎ 61－2460
税務相談室
☎ 64－2330
市・市民税担当
内線 2351～55

【無料税務相談所】

税の専門家である税理士が申告の相談を行います。

この無料相談所は、市民の皆さんに気軽に御利用いただけるよう開催するものです。

なお、その場で確定申告書の提出もできます。

会場＼月日	2/26(火)	27(水)	28(木)	3/1(金)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	開設時間
富士市役所10階北側予備室	○	○	○	○	○	○	○	○	○	9:30～16:00
鷹岡商工会				○	○	○	○	○	○	9:30～16:00
大淵公民館				○	○	○	○			9:30～16:00
税務署内税理士コーナー	○	○	○	○	○	○	○	○	○	9:00～16:00

【市県民税申告の出張受付をします】

※各会場の受付時間は午前9時～午後4時までです。

吉原地区

月日	場所
2月18日(月)	元吉原公民館
2月19日(火)	富士市農協須津支所
2月20日(水)	東公民館
2月21日(木)・22日(金)	大淵公民館
2月25日(月)	吉永公民館
2月26日(火)	原田公民館

富士・鷹岡地区

月日	場所
2月18日(月)	富士公民館
2月19日(火)・20日(水)	富士西農協岩松支所
2月21日(木)・22日(金)	田子浦公民館
2月25日(月)	富士駅南公民館
2月26日(火)・27日(水)	鷹岡商工会

市役所での受付は・・・・

10階、予備室。2月16日～3月15日

（日曜日と第2・第4土曜日、それに第1・第3土曜日の午後は除きます。）

サラリーマンのための

所得税還付申告説明会

とき　2月4日(月) 9:30～15:00

ところ　県富士総合庁舎

◆サラリーマンの人で、平成2年中に医療費の支払いがあったり住宅を取得した場合、また、年の途中で退職をした場合で所得税の還付を受けられる人のために、説明会と申告書の受付を行います。

※給与の源泉徴収票、印鑑、筆記用具、電卓と申告者名義の預金口座番号を持参してください。

☎ 富士税務署 61－2460

対象区分	税金が還付となるための条件	必要書類
医療費控除	平成2年中に医療費を10万円か所得の5％を超えて支払った人	・医療費の領収書・健康保険等で給付された金額のわかる書類
中途退職者	平成2年の途中で退職し、再就職などしていない人	・生命保険料、社会保険料などを支払った証明書や支払保険料のわかる書類
住宅取得等特別控除	自分で住むために借入金によって住宅を新築（40平方㍍以上）したり中古住宅を購入した人、または増改築等(100万円超）をした人	・住民票の写し・登記簿謄本(抄本)や請負契約書の写し・借入金の年末残高証明書・増改築の人のみ建築確認通知書（検査済証）の写し

暮らしのたより

2月－1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15

－第2回健康づくり－

作文コンクール結果発表

☎ 国民健康保険課　内線 2336

【小学生の部】　‥健康賞‥

氏名	学校名	題名
米永健児	富士二小4年	ぼくの健こうづくり
‥優秀賞‥		
長谷川　朋	広見小6年	私の健康の秘けつ
福島愛子	富士二小5年	健康家族
飯田淳子	富士二小6年	私の体力作り
田中里奈	富士二小6年	早起き
山口昌利	岩松小6年	早朝マラソン
小島あきひろ	須津小1年	いいきぶんになるよ

【中学生の部】　‥健康賞‥

氏名	学校名	題名
米山江里	田子浦中3年	我が家族の健康維持法
‥優秀賞‥		
鈴木麻記子	田子浦中2年	自分の将来を考えて
内田智子	田子浦中3年	健康づくり
渡辺勝己	田子浦中3年	家族の健康
渡辺　芳	大淵中2年	夏休みのマラソン
加藤理絵子	大淵中2年	健康
町田友昭	大淵中3年	体力づくり

酒害相談

☎ 富士保健所　65－2155

アルコール問題で困っている人に、専門医と断酒会会員が相談や援助をします。

とき　2月14日　13:30～15:30
ところ　富士保険所
申し込み　電話で予約してください。

ダイヤル市政案内
☎52－1111

－第10回－

市民インディアカ大会

☎ 文化体育課　内線 2723

とき　2月24日　8:30～
ところ　富士勤労者体育センター
参加資格　市内在住在勤の人
参加料　無料（保険は各チーム負担）
種目　男子壮年（30歳以上）の部、男子青年（20歳代が一人でもいるチーム）の部、女子の部
登録　1チーム7人まで
申し込み　2月14日までに事務局（市内三ッ沢660-40山田方）へ☎21－0519

一時的保育を受け付けます

☎ 児童課　内線 2328

市内の保育所は、保育園入園の対象とならない児童の中で、親が仕事や病気などのため保育できない小学校入学前の児童を一時的・緊急的にお預かりします。

実施時期　1月1日から
保育時間　原則として8:30～16:30

ごみにご注意

◎ごみは必ず朝8時30分までに！

〔燃せるごみ〕・ビニール、プラスチックは燃せるごみです。・新聞紙、ダンボールは資源回収へ
〔埋め立てごみ〕・危険な刃物は、刃先を包んで、割れたガラスは箱詰めで出してください。
・金属類は資源ごみへ
〔資源ごみ〕・コンテナは八分目に
・金属類はコンテナに入れないこと
・びんはコンテナに横に並べること

20歳（はたち）になったら国民年金

☎ 国民年金課　内線 2346

国民年金は、すべての人に共通の基礎年金を支給する制度です。20歳になったら、日本国内に住所のあるすべての人は、国民年金に加入しなければなりません。サラリーマンはその上で厚生年金等に加入する二階建ての仕組みになっています。(学生は3月まで任意)また、厚生年金や共済組合に加入している人は手続きの必要はありません。

●●市民れんらく版●●

★「親子で名曲を楽しむコンサート」★
とき　2月10日　13:30～　**ところ**　富士文化センター　前売券500円(当日券800円)　☎64－4488（高塚）

★ボーイスカウト団員募集★　今春、小一になる子どもはビーバースカウトに、小三になる子どもはカブスカウトに、小六になる子どもはボーイスカウトに入団できます。☎71－4596(鈴木)

★福祉をすすめるみんなのつどい★
テーマ　「地域のふれあいささえあい」
とき　1月28日　10:00～　**ところ**　保健婦人センター　参加料600円　☎53－6123（松本）

車は、駐車場へ

放置駐車違反の罰則が大幅に引き上げられました。

罰金10万円以下➡15万円以下

☎富士警察署　52－2543（内線325）

2月 自動車文庫ふじ号の巡回日程

●問い合わせ　市立中央図書館 ☎52－2825

日	場所と貸し出し開始時刻
2日(土)	岳鉄須津駅前広場(10:00) 自由ヶ丘県営住宅北駐車場(13:45) 旭化成西もちつき広場(15:00)
3日(日)	神谷緑町公園(10:00) 桑崎公会堂前(13:45) 間門橋入口(15:00)
6日(水)	大淵第二小学校(10:00) 芙蓉会(13:45) 富士見台市営住宅集会所前(15:00)
7日(木)	市役所東側駐車場(10:00) 湯沢平団地市営住宅前(15:00)
9日(土)	中丸スーパーマルイ駐車場(10:00) 城山町公会堂前(13:45) 桜ヶ丘南大橋宅東側(15:00)
10日(日)	砂山日産弘済会前(10:00) 高山県営住宅団地内(13:45) 広見町大昭和アパート前(15:00)
13日(水)	老人ホーム駿河荘(10:00) 旭ヶ丘団地北駐車場(13:45) 三ッ沢公会堂前(15:00)
14日(木)	東海電化(10:00) 厚原本照寺前(13:45)
16日(土)	岳鉄須津駅前広場(10:00) 自由ヶ丘県営住宅北駐車場(13:45) 旭化成西もちつき広場(15:00)
20日(水)	岩倉学園富士楽寿園、和光学園(10:00) 吉永第二小学校(13:45) 富士見台市営住宅集会所前(15:00)
21日(木)	市役所東側駐車場(10:00) 滝戸団地内(13:45) 湯沢平団地市営住宅前(15:00)
23日(土)	中丸スーパーマルイ駐車場(10:00) 城山町公会堂前(13:45) 桜ヶ丘南大橋宅東側(15:00)
24日(日)	砂山日産弘済会前(10:00) 高山県営住宅団地内(13:45) 広見町大昭和アパート前(15:00)

＊都合により日程を変更することがあります。
＊休館日は、4日、11日、12日、18日、25日、28日です。

市役所 ☎51－0123

16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28

小学生水泳教室

☎ 温水プール 36－2131

とき 3月2日～17日 毎週土・日曜日 15:30～17:00 計6回
ところ 富士総合運動公園温水プール
対象 市内の小学校3年生～6年生の男女
定員 30人
受講料 3,000円（保険料を含む）
申し込み 2月10日 8:30～9:00までに保護者同伴で受講料と印鑑を持参して申し込んでください。
（ただし、受講希望者多数の場合は9:00から抽せんとします）

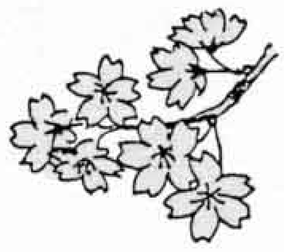
勤労者水泳教室

☎ 温水プール 36－2131

とき 3月4日～19日 毎週月・火曜日 19:00～20:30 計6回
ところ 富士総合運動公園温水プール
対象 市内に在住、在勤の勤労者の男女
定員 30人
受講料 3,500円（保険料を含む）
申し込み 2月17日 8:30～9:00までに本人が受講料と印鑑を持参して申し込んでください。（ただし、受講希望者多数の場合は9:00から抽せんとします）

桜の苗木をあっせん

☎ みどりの課 内線 2418



あなたの家庭や町内で花見をしてみませんか。
静岡県さくらの会は、桜の苗木のあっせんをします。

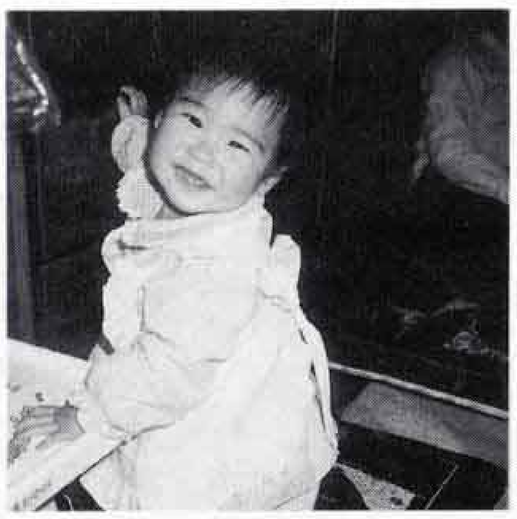
品種 染井吉野、八重桜、大島桜、山桜（各1年生～3年生）
価格 380円～2,500円です。
配布予定 3月中旬
申し込み 2月8日までに、電話で申し込んでください。

我が家のアイドル

応募写真が多いため、掲載がおくれています。しばらくお待ちください。

伊賀彩美（あやみ）ちゃん H.1.5.10生
父・聡 母・裕子（森島）
「わたし、パパと二まわり違いの巳年生まれです」

大見恭輝（よしき）ちゃん H.1.1.13生
父・登 母・ちづる（宮島）
「ぼく、ミッキーさんが大好きなんだ」



二木優梨菜（ゆりな）ちゃん H.1.7.11生
父・泉 母・エリ（比奈）
「パパが、わたしのこと目に入れても痛くないって」

松永紘毅（こうき）ちゃん H.1.6.19生
父・秀樹 母・信子（中央町）「いつも、元気に外で遊んでいます」

小川祐季（ゆき）ちゃん S.61.3.28生
晃奈（あきな）ちゃん S.62.10.22生**洸平**（こうへい）ちゃん H.1.7.22生 父・敬一 母・友代（今泉）「なかよしです」

有川ゆうこちゃん H.2.2.9生
父・光留 母・ひろみ（川成島）「みて、わたし、いつもベルトであんしんヨ」

帯金亜由美（あゆみ）ちゃん S.61.9.17生
祐里（ゆり）ちゃん H.2.1.27生 父・章太郎 母・弘子（蓼原）「私たち、なかよし姉妹です」

長船貴行（たかゆき）ちゃん H.1.6.15生
父・慎二 母・早苗（比奈）
「ボク、おうたがじょうずだもん」

2月の水道料金・下水道使用料納入地区

鷹岡（厚原全区・久沢北区、東区）、富士見台、駅南、岩松、原田、大渕（大渕1.2.3・八王子1.2.本・穴原1.2・中野1.2・落合・片倉・三ッ倉・末広・富士本中、西・大富・次郎長・境・希望ヶ丘・大峰・一色）、今泉、伝法

納入期限は2月末日まで（納入はお早目に、お忘れなく）
納入は手続が簡単、便利な指定金融機関等の口座振替で

問い合わせ 水道部業務課 内線2533、2534

暮らしのたより

2月－1 2 ③ 4 5 6 7 8 9 ⑩ ⑪ 12 13 14 15

2月の健康だより

☎ 保健婦人センター　64－8993

☆**乳児相談**
該当児　平成2年4月と10月生まれ
☆**離乳食講習会**
該当児　生後2～5ヵ月の赤ちゃんを持つ母親や祖母
☆**1歳6ヵ月児健康診査**
該当児　平成元年7月生まれ
☆**むし歯予防教室**
該当児　2歳～3歳の幼児
☆**3歳児健康診査**
該当児　昭和63年1月生まれ
★日時、会場は健康カレンダーをごらんください。

ふれあい教養セミナー

☎ 東海大学　0543－34－2385

と　き　2月16日(土)　14:00～
ところ　静岡労政会館（静岡市）
テーマ　「歴史に書かれなかった海辺の風景」（仮題）
講　師　陳　舜臣（作家）
定　員　500人（多数の場合は抽せん）
申し込み　2月8日までに、〒424 清水市三保2389　東海大学社会教育センター「ふれあい教養セミナー」へ。

民話テレホンサービス

1/28～2/11
初　午　　吉原北中

犬、猫の引き取り日

☎ 環境衛生課　内線 2432

飼えなくなった犬、猫の引き取りは各会場15分です。当日は愛犬手帳をお持ちください。なお、飼えなくなって出した犬、猫はお返しできませんので御注意ください。また、野良猫の捕獲、引き取りはいたしません。

◆2月1日(金)、15日(金)
吉永公民館9:00、市役所西口9:30、広見公民館10:00、大渕公民館10:30、鷹岡公民館12:00
◆2月8日(金)、22日(金)
田子浦公民館9:00、富士公民館9:30

2月の歩く会

☎ 文化体育課　内線 2723

と　き　2月17日(日)　雨天は24日
ところ　下曽我梅林（神奈川県）
集　合　富士駅改札口前　8:00
コース　富士駅8:14発＝沼津駅＝下曽我駅～下曽我梅林　行程約5キロ
持ち物　弁当、水筒、雨具など
問い合わせ
事務局（桑原方）　☎52－2764

2月の献血

☎ 社会課　内線 2312

日	場　所	時　間
15日(金)	保健婦人センター	9:30～15:30
21日(木)	市役所西口	9:30～15:30
23日(土)	JR富士駅前	10:00～16:00

進学ローンの御利用を

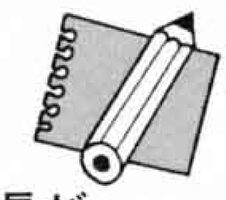
☎ 商業労政課　内線 2592

市は、高校、短大、大学、専修学校などへ進学に必要な資金を融資します。
対　象　①市内に1年以上居住する勤労者　②年収が1,000万円以下
融資額　1人当たり最高150万円以内
返済期間　5年以内
利　率　年5.4%
返済方法　毎月元利均等返済
申し込み　静岡県労働金庫へ　富士支店☎61－0808、吉原支店☎53－2525

感動は
ひとりでは
ない
熱意

【全国高校総合体育大会スローガン】

市長相談



市政全般について市長が直接お聞きします

と　き　2月14日(木)　13:00～14:00
受　付　市民相談室　内線 2243

くすの木学園
作品展示即売会
と　き　2月21日(木)～27日(水)
ところ　ユニー吉原店

健康コーナー

子供の成人病

成人病とは、本来は大人がかかる病気の意味で、がん、心臓病、脳卒中、糖尿病、胃・十二指腸潰瘍等があげられます。

子供の成人病とは①糖尿病、胃潰瘍等**すでにかかっているもの**、②動脈硬化が**体の中で静かに進行しているもの**、③肥満、高血圧、高コレステロール等の**成人病の危険因子をもっている予備群**に分けられます。

胃潰瘍はストレスによることが多く、ストレスに弱い今の子供は、兄弟の数が少なく親が過保護にしているためといわれています。糖尿病は学校検尿で生徒2万人に約1人の割合で見つかっています。動脈硬化は10歳代で既に始まり、血中コレステロールが200ミリグラム(1デシリットル中)以上の高い子供が増えています。

肥満児もふえ、高血圧、糖尿病、脳卒中にかかりやすい肥満成人になっていくこともあります。肥満児になる原因は、体質、過食、運動不足と過保護などがあげられます。とくに家族の影響が大きく、両親とも肥満の子供は80%、母親のみ肥満の子供は60%が肥満児となっています。運動不足、運動嫌いの子供には好きな運動を続けさせ、食生活では脂肪、糖分、塩分を控え、蛋白質、カルシウム、植物繊維を十分にとり、栄養のバランスに気を付けましょう。朝食はきちんととり、三回とも家族団らんで楽しく食事をし、**小児期から成人病の予防をすることが大切です。**

（富士市医師会）

レーダー通信

忘年会や新年会で、飲み過ぎ、食べ過ぎて体重超過になってしまった人も大勢いると思いますが、寒さに負けずに**適度の運動**をして、もとの体重にもどすように努力をしましょう。

個性派の道具たち ⑧

寒い夜の一家団らんは、なんといっても、こたつ。

おじいちゃんもおばあちゃんも子供たちも、みんなそろってこたつに当たれば、家族のぬくもりが伝わります。

ミカンを食べたり、かるたをしたり、昔話を聞いたり、こたつを囲んでそんな楽しいお正月を過ごしたお宅も、多かったのではないでしょうか。

猫ごたつ

富士岡の本多澄江さんのお宅からは、昭和二十九年に買ったという「猫ごたつ」を、市立博物館へ寄贈していただきました。

猫ごたつは、電気で暖をとるのではなく、中に、まきの燃え残りの「おき」を入れます。このおきの入れ物が、ちょうど猫が背を丸めているような形なので、こう呼ばれているようです。

やぐらは、三十四センチメートル四方で、ヒノキでつくられています。小さなこたつですから、持ち運びには便利です。

澄江さんがお嫁に来たとき、家族は十三人。長男だったご主人の兄弟は、男ばかり七人。一番下の子供は、まだ六歳でした。猫ごたつは、もっぱら子供たちの専用。学校から帰ると、杉の葉っぱを燃やして、消し炭に火をおこします。母家にもこたつはあったのですが、子供たちはいんきょ部屋で、猫ごたつに当たりました。

「勉強したり、けんかもしたり、そりゃあにぎやかでした。だから、今でも兄弟仲はいいですよ」と、澄江さんは、とても楽しそうに話してくれました。

▷小さな猫ごたつと澄江さん

いきいきグループ ㉔

手探りのサッカー指導

「ジャトコ・サッカー部」

△養護施設の子供たちと楽しみながら

私たちサッカー部は、練習・試合の合間を見て、これまでにも地元高校生チームを指導したことがありました。しかし、ボランティアとして本格的な技術指導講習会を開催したのは、県養護施設協議会とのおつき合いが始まった昨年の秋口からで、実績もまだ2回に過ぎません。

1回目は昨年9月、県内養護施設の指導員や保母さんを対象に、2回目は11月で、県東部地区の5つの養護施設の児童60人を対象にしたものです。

「楽しみながら学ぼう」をスローガンに講習を始めたものの、子供たちの指導は、監督を初め選手全員が初体験。何もかも手探りでしたが、アップ、パス、ドリブルなど練習メニューが進むにつれ、お互いすっかり打ち解けて、最後には、別れを惜しむシーンもありました。

「教えることで自らも学ぶ」…私たち自身大いに勉強させていただき、今後とも定期的に開催して行きたいと思います。

問い合わせ ジャトコ株式会社サッカー部事務局(安全厚生課内) ☎53－9605

こちら編集室

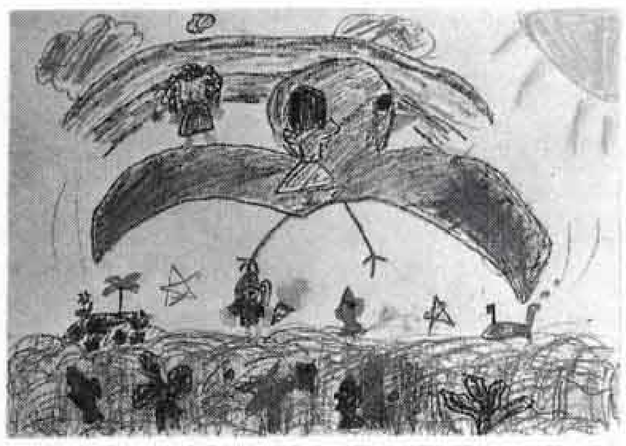
二〇日号に連載中の「いきいきグループ」、今回初めて企業のグループに登場していただきました。編集室はこれを契機に、企業・事業所のクラブ活動を紹介したいと考えています。活動内容は、ボランティアに限りません。

電話や手紙による申し込みをお待ちしてまーす。

ぼくの作品 わたしの作品

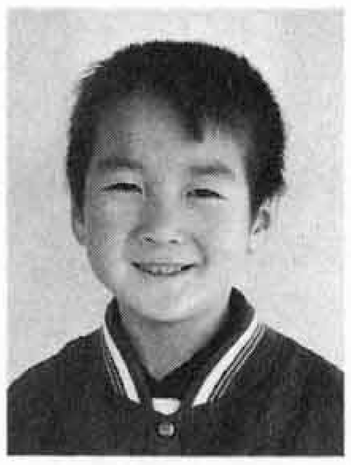
岩松北小の一年生は、どんなものにのってみたいか、ゆめを話し合いました。

自分がのってみたい、「とり」と「きょうりゅう」の絵です。



たちやまひとみ

大きなとりのせなかにのって、空をとんだら気もちがいいだろうな。そして、にじの上にいきたいよ。みなみのしまで、バーベキューをしたら、たのしいだろうな。



しみずいさむ

ぼくは、きょうりゅうにのって、がいこくへいってみたいよ。ともだちといきたいな。いろいろな人にもあいたいよ。

やさいをたべる、やさしいきょうりゅうだよ。

発行・富士市役所 富士市永田町1丁目100番地 ☎51－0123
編集・総務部広報広聴課
人口 225,665人 男 112,298人 女 113,367人
世帯数 67,176世帯 (1月1日現在)