

- ・2面…市政モニター決まる
- ・4～5面…なぎさふれあいセンターと万田デイサービスセンターの概要



●発行 神奈川県平塚市役所
〒254 平塚市浅間町9番1号
電話23-1111・35-1111 FAX23-9467
●編集 企画部広報広聴課/発行部数102,500部

地域福祉と生涯学習の拠点

平成六年から袖ヶ浜に建設を進めていた「なぎさふれあいセンター」が、五月二十八日オープンします。この施設は、地域福祉サービスの拠点としての「南部福祉会館」と「袖ヶ浜デイサービスセンター」、生涯学習の拠点としての「南図書館」と「体育館（花水公民館附属）」の四つの機能を持つ複合施設です。（各施設の内容は四・五面に掲載しています）

なぎさふれあいセンター 八平方メートル、総工費はおよそ三十億円です。地下一階には機能回復訓練用の温水プール、一階にはデイサービスセンターと体育館、二階には老人福祉センター、延べ床面積約四千七百七十

なぎさふれあいセンター 5月28日オープン



なぎさふれあいセンター外観。外装には磁器タイルを使用している

4つの機能の複合施設

三階には図書館が設置されています。外観は、海に近い閑静な住宅街のシンボルとなるよう、また周囲の環境に溶け込むようデザインされました。

ふれあいの場に

玄関は、すべての施設共通となっています。これは、それぞれの施設を利用されるみなさんが、同じ玄関を通って顔を合わせ、あいさつを交わし、「ふれあい」を深めていただくというレイアウトされたものです。

玄関の中に入ると、そこは吹き抜けになっているエントランスホール。ここから様々な施設がどこにあるかが確認できるようになっています。

安心して使うよう

お年寄りや障害を持つ方にとっては、「小さな段差」

が施設を利用するうえで「大きなまげ」になりかねません。そのため、各部屋の入り口には敷居の立ち上りのない「つり戸式の引き戸」を使用するなど、施設内の床から段差を出来る限り取り除きました。

また、若い人にとっては「階段」も「まげ」の一つです。そのため、音声案内付きのエレベーターを設置するとともに、階段はこう配をゆるやかにし、下の階から上の階まで連続して握りやすい太

さの手すりを高低二本取り付けています。

さらに、各階のトイレには身障者用トイレを併設するとともに、すべてのトイレに呼び出し装置と立ち上がり補助する手すりを取り付けています。そのほかにも、洋式便所には暖房便座を、図書館のトイレには赤ちゃんのおむつを替えるためのベビシートを設置するなど、使いやすさと安全性をアップさせています。



▲段差を低く押さえた和室入り口



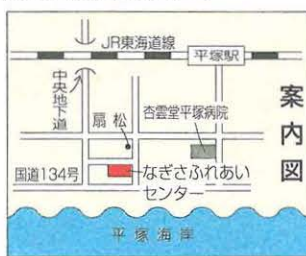
▲のびのびとしたエントランスホール。ここから、各施設の位置が確認できる



▶すべてのトイレに呼び出し装置や手すりなどを設置している



▲階段には暖かみのある木製の手すりが高低二本取り付けられている



市民豆知識 あの人・この人 2 話題を追って

ブラウン管からこんにちは

SCNの市民チャンネルで市からのお知らせを放送している「こんにちは市役所」。今回は、この番組に新しく登場した市民アナウンサーを紹介いたします。取材は中野幸枝さん（豊田本郷）



収録中に。左から落合さんと安間さん

この四月から、新しく市民アナウンサーとして活動を始めたのは、落合こず恵さんと安間利恵子さんのお二人です。

「広報紙の募集記事を見てやってみたい」と思い応募しました」と明るい笑顔で話す姿に、まず好感を覚えました。

二人ともまだ日が浅いため、カメラに威圧感を感じるそうです。最初のころは緊張して笑顔がこぼれていたが、原稿を棒読みしているのが自分でもよく分かる困ったそうです。「最近はおしゃべりな感じが、少しくらいリラックスできるようなりになりました。早く自分の言葉で話せるようにしたいですね」と、心境を話してくれました。

総合公園での番組収録を見させてもらいました。「二人の掛け合いで話すときが

難しい」と話していたお二人から「大丈夫かー」と声を掛けられていました。打ち合わせの時からスタッフと和気あいあいとした雰囲気が進む撮影。番組で見られる二人の笑顔は、生来の明るさとスタッフの温かい見守りの中で生まれているのだと思いました。また、楽しくて仕方がないという二人をうらやましくも感じました。

市民アナウンサーとしての役割をよく理解し「平塚に住んでいるのに、平塚について知らない部分がたくさんあった」「みなさんに、少しでも平塚のことを知っていただければ、分かりやすく紹介し、活気のある街づくりに貢献できたら」と、この仕事への抱負を語ってくれました。

親しみやすさを感じられる番組を作って行きたい。そう話す二人が、二十一歳という若さには、びっくりしました。

将来の夢はアナウンサーと落合さん。周りの人たちに迷惑をかけず自立した人間になりたいと安間さん。お二人に声援を贈ります。

第11次市政モニター名簿

Table with 4 columns listing names and addresses of the 11th Municipal Monitor. Columns include names like 今井 齊, 中里12-6, 菅 正照, 東中原2-15-5-402, etc.

市民のみなさんと市とのパイプ役として活躍していただく第11次市政モニターが決まりました。



市長から一人一人に委嘱状を手渡す

市民と市とのパイプ役 市政モニター決まる

市民のみなさんご意見やご提案などを二十四時間お受けしています。

市では、市政に対する市民のみなさんご意見・ご要望を積極的にお聴きするため、様々な制度を設けています。

みなさんの声を市政に

市民のみなさんご意見やご提案などを二十四時間お受けしています。ファクス番号 0120-7045899

市長への手紙

市の施設や自治会長宅に置いてある郵送料市負担の封書。昨年度は市民のみなさんから百六十四通お送りいただきました。

公文書公開制度と個人情報保護制度の平成7年度の利用状況がまとまりました。

公文書公開制度

この制度は、市が保有する情報(公文書)を市民のみなさんが知りたいときに知ることができるよう平成五年七月一日にスタートしました。

利用状況まとめ

公文書公開・個人情報保護制度

公文書公開審査会に諮問され、一件については審査の結果「公開が妥当である」との答申を受けて公開の決定がされた。

個人情報保護制度。この制度は、市民のみなさんが自分に関する情報がどのように記録されているかを知ることができ、間違っている場合には訂正や削除を求めることができる。

市営住宅の入居者募集

市では、市営住宅の空き家に入居を希望される方を募集しています。六月の申し込みは、六月十日(月)から六月十三日(木)まで。

- 募集住宅の取り分けなどについては、市役所一階受付窓口・四階建築課、駅前市民窓口センター(MNビル十階)...

平成8年度平塚市職員採用試験のご案内

- ◆一般事務14名程度
昭和46年4月2日から昭和50年4月1日までの間に生まれた人で、大学の課程を平成7年3月以降に卒業した人...

- ◆保健婦(士)1名程度
昭和47年4月2日以降に生まれた人で、申し込み時に保健婦(士)の資格を有する人...

- 申し込み受け付け期間
6月3日(月)から6月14日(金)まで(土・日曜日は除く)
●1次試験日
6月30日(日)
●募集案内・申込書の配布
5月15日から市役所3階の職員課などで配布します

お問い合わせは職員課人事担当(内線321、322)へ

お問い合わせ・お申し込みは市役所へ

平塚市役所

電話 23-1111・35-1111(内線番号を交換手へ)
FAX 23-9467(担当課名のご記入を)
住所 〒254 平塚市浅間町9番1号(担当課名のご記入を)

I LOVE PEACE 親子20人を広島へ

平和の尊さ、大切さを学び伝えていくため、市では広島で行われる平和記念式典に参加していただく親子を募集します。これは「I



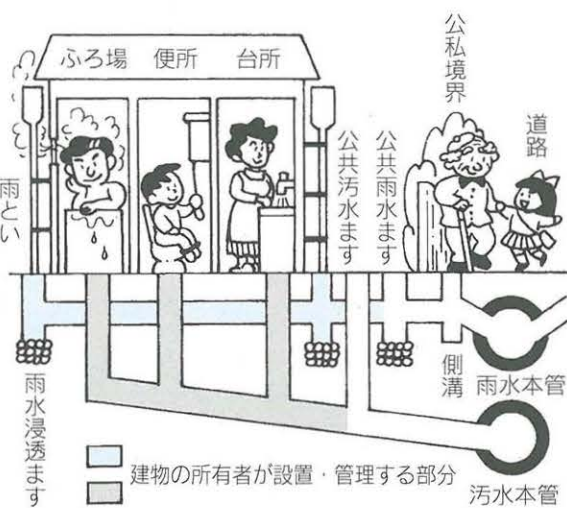
原爆ドームの前で（昨年撮影）

平和の尊さ、大切さを学び伝えていくため、市では広島で行われる平和記念式典に参加していただく親子を募集します。これは「I

平成七年度に公共下水道の整備を行った区域が五月一日から処理開始になりました。

◇処理開始区域（公共下水道に接続できる区域）
南原・南原4丁目・中原下宿・岡崎・豊田本郷・寺田縄・入野・長持・飯島・片岡・南金目の各一部

◇期限内に工事
処理開始区域内にある建物の所有者は、期限内に排水設備を設置し、くみ取り便所は水洗式に改造して公共下水道に接続してください。また、接続すると浄化槽はいらなくなるので、本体を撤去するか一部を壊し、中を清掃・消毒してから埋



貸し付けあっせんと助成金
一般家庭や貸家、アパートの排水設備工事、水洗化工事の費用にお困りの方のために貸し付けあっせんと助成金を交付する制度を設けています。

公共下水道の処理区域広がる お早めに接続工事を

置される方々のために「共同排水設備助成金」制度を設けています。ご利用を。◇問い合わせ先 下水道総務課庶務係（内線447）

浄化槽の訪問販売にご注意を！
悪質な訪問販売業者による浄化槽のマンホールのふたやモーターなどを非常に高い値段で売り付けられる被害が発生しています。

青少年会館で教室開く
受講生を募集中
電話で青少年会館（浅間町十二・四十一・32-7029）へ。なお、いずれも先着順です。

天城山荘の年末年始の申し込み
申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

耐震診断支援制度を計画
市では、建築してから一定の期間を経過した木造の個人住宅を「耐震診断」する場合、その費用の一部を補助する制度を計画しています。詳しい内容については決まりの「広報ひらつか」でお知らせします。

女性情報誌の編集を
市では、市が発行する女性情報誌の編集を行っています。ただ今ボランティアの編集委員を募集します。

ことになっています。対象は、市内にお住まいの小学校四年生から中学校三年生までの児童・生徒とその親十組（二十人）を募集します。

青少年会館を会場に開催する教室・講習会の受講生を募集しています。申し込みは、直接または

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

市では、建築してから一定の期間を経過した木造の個人住宅を「耐震診断」する場合、その費用の一部を補助する制度を計画しています。

市では、市が発行する女性情報誌の編集を行っています。ただ今ボランティアの編集委員を募集します。

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

申し込みは、往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、および宿泊希望日（〇月〇日から〇泊〇日間）を記入して同山

新しい地域福祉の拠点に

- なぎさふれあいセンター
- 万田デイサービスセンター

なぎさふれあいセンター

建設を進めていた「万田デイサービスセンター」が完成し、五月十四日からお年寄りを対象とした給食や入浴などのデイサービス事業がスタートしました。また、五月二十八日には福祉と社会教育の機能を併せ持つ「なぎさふれあいセンター」がオープンします。そこで、この二つの新しい施設について紹介します。

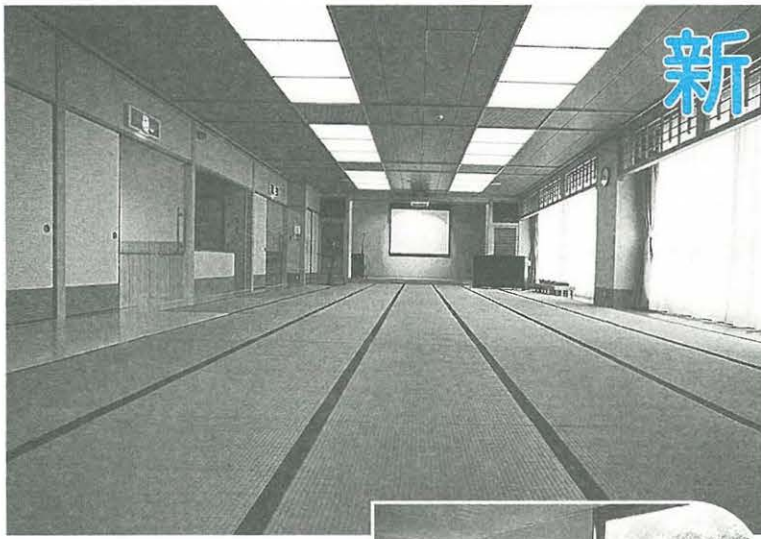
なぎさふれあいセンターは、福祉施設としての「南部福祉会館」と「袖ヶ浜デイサービスセンター」、社会教育施設としての「南図書館」と「体育館（花水公民館附属）」の四つの機能を持つ複合施設です。

南部福祉会館

福祉会館 老人福祉センター・機能回復訓練用温水プールは、市の老人保健

松林の緑が眺められる浴

集会室は日本情緒や和のくつろぎが味わえるよう和室（約五十六畳）となっている。また、カラオケや舞踊が楽しめるよう舞台も設置されている



浴室と脱衣室との境は「つまずき」の原因となる段差をなくすとともに、脱衣室側への水の流れ込みも防止している



座ったままプールに入れる装置



▲プールサイドは段差もなく、床暖房で暖かい

▼やさしい雰囲気のある食堂と日常動作訓練室



▲寝たまま入浴できる特殊浴槽



（十五人）を専用の車で送迎し、給食や入浴などの福祉サービスを提供します。リハビリを行う日常動作訓練室や食堂は、床暖房を導入するとともに木製の内装材を使って家庭的なやさしい雰囲気を作り出しています。また、一般浴室には座ったまま入浴できる装置を、さらに特別浴室には「寝たまま」など重い障害を持つ方が寝たまま入浴できる特殊浴槽などを設けています。

なお、この厨房で調理した食事を、お年寄りの自宅までお届けする「給食サービス」（四十人）も実施します。

室には、浴槽のまわりや出入り口に手すりを取り付けるとともに、脱衣室には腰掛けて着替えられるようにイスを置いてあります。

温水プール

地下一階にある温水プールは、お年寄りや障害を持つ方を対象にした機能回復訓練や健康づくり教室などで利用されます。このプールには、体の不自由な方にも利用しやすいシャワーや手すり付きの入水スロープなどを設置しています。地下一階には、このほか

袖ヶ浜デイサービスセンター

デイサービスセンターは一階です。ここでは、在宅で介護されているお年寄り

にも地域福祉活動の場ともなるボランティア活動室などが配置されています。

問い合わせ先一覧・施設概要

なぎさふれあいセンター

- ・住所 袖ヶ浜20番1号
- ▷南部福祉会館 ☎21-3370 (温水プールは健康課 ☎23-1111内線259)
- ▷袖ヶ浜デイサービスセンター ☎21-3993 (利用に関する問い合わせは高齢福祉課 ☎23-1111内線211)
- ▷南図書館 ☎21-3080
- ▷花水公民館附属体育館 (問い合わせは花水公民館 ☎31-3824)

施設概要

- ＜南部福祉会館＞
 - ▷老人福祉センター……集会室、浴室、教養娯楽室、機能回復訓練室、相談室、会議室など
 - ▷機能回復訓練用温水プール……温水プール（10m×15m、水深1.15m～1.25m）、更衣室、シャワー室、採暖室など
- ＜袖ヶ浜デイサービスセンター＞
 - 浴室（一般・特別）、食堂、日常動作訓練室、介護者教育室、ボランティア活動室など
- ＜南図書館＞
 - 図書室（一般・児童、おはなしコーナー、新聞・雑誌コーナー）、対面朗読室など
- ＜花水公民館附属体育館＞
 - アリーナ、更衣室、ミーティング室、幼児室、放送室など

市民相談室

(市役所1階)

☎23-1111内線293

- ◇人権法律相談・行政相談 5月21日(火)、6月4日(火)13時～16時
- ◇一般法律相談 毎週水曜日13時～16時(予約制)
- ◇登記・供託・測量相談 6月14日(金)13時～16時
- ◇住宅(新・改築)相談 5月21日(火)、6月18日(火)13時～16時
- ◇発明・考案・特許相談 6月3日(月)10時～15時
- ◇労働相談 6月13日(木)13時～16時
- ◇下請け取り引き巡回あつ旋相談 5月16日(木)、6月20日(木)13時30分～16時
- ◇年金・社会保険・労災相談 6月11日(火)10時～15時
- ◇健康相談 5月20日(月)、6月17日(月)9時30分～11時30分(予約制)
- ◇消費生活相談 毎週金曜日9時～



- 16時
- ◇手話案内相談 毎週金曜日9時～12時30分
- ◇一般市民相談 毎週月～金曜日9時～16時

青少年相談室

(市民センター2階)

☎34-7311

- ◇青少年相談 毎週月～金曜日9時～16時
- ◇悩みごとは「ヤングテレホン」 ☎33-7830 毎週月～金曜日9時～18時30分(土曜日は13時～18時30分)

もしもし健康相談

(保健センター)

☎34-1221

・毎週月・木曜日10時～16時

福祉会館

☎33-2333

- ◇専門(法律、金融、住宅、医療)相談 6月13日(木)13時30分～15時30分(予約制)
- ◇生活支援相談 毎週月～金曜日8時30分～17時
- ◇ボランティア相談 毎週月～金曜

日8時30分～17時

- ◇結婚相談 毎週日曜日10時～15時(第3日曜日は除く)
- ◇母子相談 毎週月～金曜日9時～16時
- ◇家庭児童相談 毎週月～金曜日9時～16時
- ◇婦人相談 6月13日(木)10時～15時
- ◇高齢者職業相談 毎週月～金曜日9時30分～16時

子ども教育相談センター

(崇善小学校北側)

☎36-6012

- ・毎週月～金曜日9時～17時
- ◇電話相談 毎週月～土曜日9時～17時(第2・第4土曜日を除く)

子育て相談室

(須賀保育園2階)

☎21-7639

- ・毎週月～木曜日9時30分～16時(木曜日は12時まで)

南図書館

三階には中央・北・西図書館に続き市内四館目となる図書館が設けられます。南側には最上階という利点を生かして大きな窓を配置したほか、所蔵作品は立地場所などを考え合わせ、お年寄り向けの資料や海に関する資料、若い人から要望の多いビデオなどを充実させています。



▲新聞・雑誌コーナー ▲おはなしコーナー

万田デイサービスセンター

旭地区を主な対象地域に

「万田デイサービスセンター」が完成し、五月十四日から旭地区を主な対象地域として事業がスタートしました。施設は鉄筋コンクリート二階建てで、二階には食堂、日常動作訓練室、特別一般浴室、厨房などを、二階に介護者教育室、ボランティアとして、通所や訪問による入浴、給食、日常動作訓練、各種相談などを行います。



▶万田デイサービスセンター外観。右下は完成式でのテープカット

対して安否の確認、生活指導や相談、緊急時の対応のほか、日常生活で必要な援助を行う生活援助員の派遣も実施します。なお、この「万田デイサービスセンター」は市が設置しましたが、事業運営は近くで特別養護老人ホームを運営する社会福祉法人研水会に委託しています。

年金積立金の還元融資を受けて

南部福祉会館・袖ヶ浜デイサービスセンターと万田デイサービスセンターは、厚生年金・国民年金積立金還元融資を受けて建設されました。



お年寄りの介護の相談窓口は



市内3か所にある在宅介護支援センター

花水公民館附属 体育館
バスケットコートなら一面、バレーコートなら二面から見える

取れる体育館は、一階北側部分にあります。この体育館には、小さなお子さんが遊ぶ幼児室（アリーナから見えている）や、ミートングルーム、更衣室などがあります。なお、この体育館の利用申し込みは花水公民館で受け付けます。

質問

市では高齢者の介護についての相談や、市が行っている福祉サービスの利用方法などを紹介する窓口を開いているようですが、事業内容や連絡先などを教えてください。

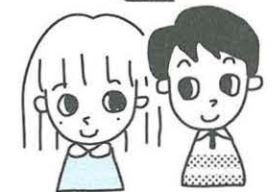
在宅介護支援センターで介護相談や福祉サービスの紹介を

市では「在宅介護支援センター」を三か所（いずれも民間老人福祉施設内）に設置しています。相談内容が多いのは、痴呆症のお年寄りへの接し方や、寝たきりになったお年寄りの介護方法、市が行っている様々な福祉サービスの利用方法などについてです。これらの相談には専門の相談員が対応しているほか、デイサービスや入浴サービスなどの在宅福祉サービスの紹介や利用登録サービス

用申請なども受け付けています。在宅介護支援センターは土・日曜日にも相談を受け付けています（緊急の場合は夜間も可）。どうぞお気軽にご利用ください。

（高齢福祉課）
▽厚生会在宅介護支援センター ☎(36)7400
▽高根台ホーム在宅介護支援センター ☎(31)4972
▽ローズヒル在宅介護支援センター ☎(59)5544
市へのご意見、ご提案はお気軽に広報広聴課広聴担当 ☎(23)1111（内線355）にお寄せください

教育相談



相手の立場で

数年前、体の不自由な人たち五、六人で協力しあって生活している家を訪問した時のことです。ここでは、みなが自分の得意の分野で当番を決め、食事を作ったり、洗濯、掃除などを行っているそうです。仕事にもことから、それぞれ出かけて行くとのことでした。時々、ボランティアの方が来てくれるそうですが、ほとんど自分たちだけで生活しているのです。

この日、足の不自由な男性が、ちょうど買い物に出かけるころでしたので、同行させていただきました。こちらがどう援助したらよいか迷っている間に、その方はほとんど車を操作して、駅まで来てしまいました。これではいけないと思い、「どちらまで切符を買いますか」と、自動販売機で買おうとすると、「自分でできませんから結構です」と断られてしまいました。何と愛想のない人だ、とその時は思ってしまった。しかし、これほどでもない思い上がりでした。「みなさんは親切と思って、何でも手伝ってくれます。でも、自分たちは何もできない訳ではありません。自分でできる事はやらせて欲しいし、もっと認めて欲しいのです。自分たちでできない所を援助して欲しいのです」

電車の中でこのように聞かされた時、初めて自分の考えの未熟さに気づき、相手の立場に立つて思いやることの大切さを知らされました。このことは障害のあるなしに関係なく、子供を始めすべての人に対しても同じではないでしょうか。 ☆子ども教育相談センター 崇善小学校北側 ☎(36)6012

健康診断で自分の健康管理を

質問

健康には自信があるのですが、健康診断を受ける必要がありますか？



お答え

自分では健康に自信があると思っても、診断を受けなければ本当の健康であるかどうかは分からないものです。ですから、健康診断を受けて、常に自分の健康状態を確認しておくことはとても大切なことです。例えば、市の健康診断を受けた人の中で最も多く指摘される項目に高脂

健康 Q&A

血症があります。高脂血症とは、血液中にコレステロールや中性脂肪などの脂質が多過ぎる状態のことをいいます。これを放置しておくと、虚血性心疾患（狭心症や心筋梗塞など）の大きな要因となる動脈硬化が進んでいく可能性があります。しかし、高脂血症には自覚症状がないため、健康診断を受けないと自分では分からないのです。

このように、自分では分からない疾患が多くあるため、健康診断は定期的に受けることが大切です。現在市では、四十歳以上の方で、職場で健康診断を受ける機会のない市民を対象に「基本健康診断」を実施しています。内容は、身体計測・尿検査・血液検査・心電図検査などです。これは、年一回、指定の医療機関で無料で受診できます。ほかに、がん検診も実施しています。胃・大腸・肺がん検診は四十歳以上、子宮・乳がん検診は三十歳以上の方を対象にしています。▽問い合わせ先 健康課 ☎(23)1111（内線667）

第55回 まちぐるみ大清掃 5月26日(日)

午前7時ごろ花火で予告します。雨天の場合は6月2日(日)に延期します。

◇清掃する場所…自宅付近の道路、広場や公園など公共の場所
◇問い合わせ先…環境衛生管理課 ☎23-1111（内線240）