点検は防火のはじまり、しめくくり

11月26日～12月2日 秋の全国火災予防運動

十一月二十六日から十二月二日までは「秋の全国火災予防運動」の期間です。

ことしは〝点検は防火のはじまり、しめくくり〟を統一標語に一週間、火災予防運動が行われます。年末を控え、なにかとあわただしく、ストーブなど火の気を使う機会も多くなります。気持ちを引きしめましょう。

昭和五十七年中の火災は、全国で六万件。時間にすればほぼ九分に一件の割合で起こっています。

火災による死亡者は約二千人。一日当たり五人の命が奪われていることになります。

死に至った経過の中に一番多いのが「逃げ遅れ」です。死亡した人の四〇％は避難の形跡がなく、①火災にまったく気づかなかった。②気づいたときは、逃げ道がなかった――これらが原因で命を落したと思われます。

標語であるように、防火には、火の始末が大切です。寝る前に、ガスの元栓、風呂、湯沸し種火、ストーブやこたつ、たき火など十分に注意をはらうことが大切です。

お年寄りと心と健康

No. 5

老人はうつ病にかかりやすい

現代社会はストレスが多いことから、うつ病にかかる人が増えており、なかでも、お年寄りは、うつ病にかかりやすいといわれます。

一般に、うつ病にかかると感情の面では落ち込んでしまって憂うつな気分に襲われ何を見ても気持ちが引き立たず人や物に対する興味も薄れ、生命力がなくなったような感じになります。また、不眠、食欲不振や便秘なども起こってきます。

さて、老人性うつ病の特徴としては、

▼身体の機能の低下と結びつきやすい

著しい食欲不振に陥りまったく食事をとらず、このため脱水状態になったり栄養失調状態になったりします。これに不眠が重なるとさらに全身衰弱に拍車をかけることになり、肺炎などの合併症を起こしやすくなります。

▼不安や焦燥感が強い

若い人のうつ病でも不安感が伴うことはありますが、老人では特にこの傾向が強いのです。

▼妄想をもつ傾向がある

妄想とは、ありそうにもない誤った考えを、異常に強く確信することです。老人性うつ病ではよく見られます。特に、貧困妄想（自分は経済的に破産してしまった）被害妄想（自分は殺される。みんなに迫害されるなど）、虚無妄想（自分の心臓や腕がなくなってしまったなど）が見られます。

老人をとりまく環境の変化に注意

お年寄りは、自分をとりまく環境の変化によって、うつ病にかかりやすいといわれています。

うつ病のお年寄りには、まず、本人をとりまく環境の調整や周りの人たちの心くばりや支持が治療の面で大きな意味をもっています。

老人のうつ病は、体の病気をきっかけにして起ることが多いので、常に健康状態に注意をすることが大切です。

また、うつ病の老人には、常に自殺の危険が伴います。一般的には、不安、焦燥感の強い場合、不眠が続く場合などが要注意とされています。

文化財めぐりをしてはいかがですか

わたしたちの周りには、郷土の歴史と風土が生み育ててきた多くの文化財があります。有形、無形のそれらの文化財をいつくしんで守り次の世代に引き渡していくのはわたしたちの責任であり、義務だといえるでしょう。

十一月一日から一週間は「文化財保護強調週間」です。まず、文化財に接することから始めたいものです。これを機会に、家族や友だちと連れ立って、文化財めぐりなどをしてはいかがですか。

横越村では次のような、国・県・村指定の文化財があります。

国指定文化財

・雪村友梅墨跡梅花詩（沢海・北方博物館）

県指定文化財

・高麗白磁四耳壺（沢海・北方博物館）

・太刀（無銘）（沢海・北方博物館）

・賀茂神社大欅（天然記念物木津・賀茂神社）

村指定文化財

・高野槇（天然記念物、藤山・田村家）

・横越組大庄屋建部尚行の碑（横越・いなほ公園）

・日枝神社の大幟（沢海・北方博物館）

・宗賢寺歴世住職肖像画の掛軸一九幅（横越・宗賢寺）

・観音像（横越・横越上観音堂）

訂正

十月号広報九頁の写真説明で「大竹久次さん」とあるは「大竹久蔵さん」の誤り、訂正するとともにお詫び申し上げます。

おめでたびと

(9月届)

新生児	親名	地区
長谷部竜矢	良文	川根谷内
羽賀　健雄	忠司	横越上
国分　優太	信三	川根谷内
永木百合子	昇	木津中
清水　沙織	孝司	沢海上
市村　友紀	正己	横越中
渡辺　太一	英夫	川根谷内
柳　知里	雅文	川根谷内
今井　潤也	英樹	木津上
本間　由美	正	横越中
小武　賢二	善夫	駒込
渡辺　昌樹	一正	横越中

おめでとうございます

(9月届)

新郎新婦		地区
星野　茂夫	「五十嵐」美代子	川根谷内
西脇　和男	「平野」明子	長岡市
		二本木中
		新潟市

おくやみ

(9月届)

	年令	地区
故人		
清野　勉	47	横越中
熊倉　誠作	87	横越中
鈴木ヨシノ	75	小杉下
小柳　庄平	93	二本木上