

糖尿病を侮るな

▼全国糖尿病週間 十一月七日～十三日▲

糖尿病は、すでに古代エジプト時代に「多尿」を特徴とする病気として知られていました。その原因が何であるか分からない時代が長く、「死の病」として恐れられてきました。しかし、一九二一年にカナダのトロントに住む青年医師バンチングと医学生ベストが「インスリン」を発見し、人類に光明をもたらしたので

原因は
インスリンの分泌不足

すい臓でつくられるインスリンは、糖尿病と深い係りのあるホルモンで、血液中のブドウ糖を体内で有効なエネルギーに変える働きの一端を担っています。

ところが、インスリンの分泌が不足すると、血液中のブドウ糖は有効なエネルギーとして体内で利用されなくなり、余分なブドウ糖は血液中に残るようになります。そうなる

と、余分なブドウ糖は尿の中にあふれ出るようになります。これが「尿に糖が出ている」という状態です。

日常生活を振り返り
健康チェックを

糖尿病は、インスリンの発見によって進行に歯止めをかけることも可能になりました。さらに現在では、食事療法や運動療法により、糖尿病は治療することができるようになりました。しかし、患者数は年々増える一方で、現在わが国では二百万人とも二百五十万人ともいわれています。

このような背景には、栄養過多や運動不足、肥満、不規則な生活やストレスなどがあると指摘されます。

糖尿病で一番怖いのは、病気を放置して進行した場合の合併症です。腎不全や失明、心臓病や脳血管障害、神経障害

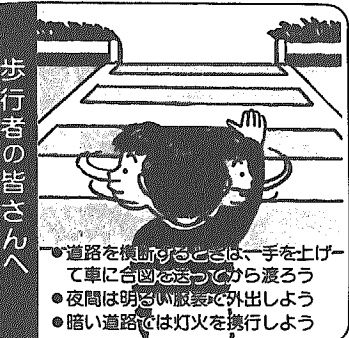


や足の壊疽などがあり、死に至ることも少なくありません。そこで、もう一度日常生活を振り返って、健康チェックをしてみましょう。糖尿病の特徴である空腹感やだるさ口の渇き、多飲・多尿などの自覚症状はありませんか。

糖尿病はあなたの生活をおびやかすだけでなく、最悪の場合には、命を奪うことにもなります。日ごろから、地域や職場での検診をすすんで受けましょう。また「おかしいな」と感じたら、直ちに病院へ行き、検診を受けるようにしてください。

国民年金移動相談所開設
相談日 十一月十八日(金)
午前九時三十分～正午
場所 横越村役場
一階研修室

夕暮れは最も危険な時間帯



歩行者の皆さんへ

- 道路を横断するときは、手を上げて車に台図を渡すから渡ろう
- 夜間は明るい服装で外出しよう
- 暗い道路では灯火を携帯しよう



自転車に乗る皆さんへ

- 前照灯・尾灯を整備しよう
- 夕暮れから夜間は必ずライトを点灯しよう
- 右左折は必ず台図をしよう



車を運転する皆さんへ

- 右左折の台図はブレーキの前に行おう
- ライトは早目に点灯しよう
- ブレーキはホンビノクで踏もう

ライトを早目に点けて正しい台図と安全確認を

夕暮れ時の交通事故防止運動

10月21日～11月20日

ナイスふ〜ど新潟'89 食と緑の博覧会 キャラバン隊が来村



ミスふ〜ど新潟のみなさん

「食は新潟、豊かな緑」をテーマに来年七月十四日から新潟市で開かれる「ナイスふ〜ど新潟'89 (食と緑の博覧会)」のキャンペーンガール「ミスふ〜ど新潟」(五人)

らによるキャラバン隊が、十月十二日に来村しました。キャラバン隊は、午前十時半に横越村役場を訪問。博覧会会長(君知事)のメッセージが佐藤助役に手渡され協力

新潟雇用促進センター 10月にオープン

雇用促進事業団では、雇用に関する援助業務の拡大と組織の充実強化を図り、新たに地方組織として新潟雇用促進センターを十月一日から新潟市にオープンしました。

業務内容は、配置、職業務内容の雇入れ、

要請があった後、ミスふ〜ど新潟から博覧会のPRが行われました。

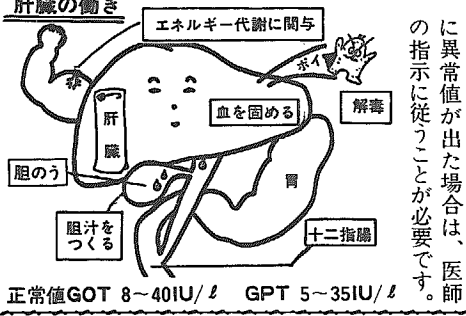
なお、この博覧会の第一次前売り券が十一月二十五日まで発売されています。ご希望の方は、役場経済課の窓口でも取り扱っていますのでお求めください。

GOT・GPTって何?

基本健康診査の血液検査から

肝臓は私達の体にとって欠くことのない臓器ですが、肝臓病は二十一世紀の国民病と言われているくらい、年々増加しています。肝臓は、かなり障害があっても、正常な細胞が機能の代行を行うために自覚症状が現われにくく、気づいた時には病気が進行しています。そこで、肝臓病を早期発見する方法として、GOT・GPTを調べます。

GOT・GPTは肝臓の細胞に含まれている酵素で、何らかの原因で細胞が壊れると血液中に放出されます。しかし、肝臓が正常であっても、さまざまな条件(肥満、飲酒、常習者など)で正常値を上まわることがあります。明らか



に異常値が出た場合は、医師の指示に従うことが必要です。

雇用促進事業団

場への適応など雇用管理についての相談、援助

○従業員 求職者等の職業能力の開発向上についての相談、援助

○建設労働者の雇用改善の相談、援助及び各種助成金の支給業務

地方自治法施行四〇周年 自治制公布一〇〇年記念懸賞論文募集

地方自治法施行四〇周年・自治制公布一〇〇年記念懸賞論文を自治省等が募集しています。テーマは、「二十一世紀をめざす地方自治」(同趣旨であれば題名は自由)です。

賞金は一席一〇〇万円、二席五〇万円、三席二〇万円、佳作(五席)五万円。タテ書四〇〇字詰原稿用紙二〇〜三〇枚で、はじめに目次をつけ、住所、氏名、生年月日、電話番号、職業を明記し、本年十二月末日までに、自治総合センター(〒一〇一五 東京都港区西新橋一七七一)へ。

詳細は、財団法人自治総合センター(☎三三三三三三三三)へ問い合わせください。

新しい家族 夫婦で子育て

東京都立大学教授・心理学 詫摩 武俊

生活の中の儀式

な行事が多いように思います。以前はもっと多かったでしょう。地方によって独自の行事もあり、いずれも多くの人が一つの場所に集まって飲食を共にするところに特徴があります。相互の連帯感を高め、ある場合にはひとりの人を褒めたたえ、激励し、ある場合にはそこにはいない人を慰むことによって、その人と自分との関係を考えるという意味があります。

近年このようなきまざまな行事が一方においては省略化され、廃止されつつあります。結婚式、社長の就任式、七五三などは前者であり、節分の豆まき、紅葉狩りなどは後者になります。自然との接触の少ない都会型の生活が主になっただけで、針供用とか灯笼流しなどは知らない人も多くなりました。

子供を中心としたとき、私は人生のそれぞれの節目にあたる儀式、一年の季節の移り変わりと関係の深い行事は、家庭の中で、できる範囲内でやってほしいと思います。親子が同じ場所において体験を共にし、その日のいわれについて親が子供に話すことが大切なのです。

親と一緒に七夕の夜を楽しんだり、秋のお月様を眺めながらおだんごを食べたりした記憶は子供の心の中に鮮明に残るものです。そしてその日の親の言葉や動作もふだんの日は違ったものとして忘れ難いものになります。

○雇用促進融資の相談業務 などとなっております。

お気軽にご利用ください。

新潟市万代四丁目一番六号
新潟日産生命ビル 5階
新潟雇用促進センター
☎二四七―五三二二



俳句

第一句 句題 ○薄 ○秋刀魚 ○稲

第一句 秤られて 秋刀魚の青き 光りけり (木津) 坪谷十九一

第二句 芒野に 一佛濡れて おわりしけり (二本木) 小林 竹生

第三句 芒野に 来てまん丸き 月が欲し (木津) 坪谷 耕雨

第四句 秋刀魚焼いて 夕餉明るき 共稼ぎ (横越) 神田 初鳥

第五句 稲刈られ 素顔にもどる 部落の貌(かほ) (二本木) 小林 竹生

第六句 秋刀魚焼く 单身赴任 にも慣れて (木津) 坪谷十九一

第七句 稲刈りて ずしりと重き 穂が光る (横越) 神田 初鳥

第八句 稲刈るや すでに農繼ぐ 面構え (木津) 佐藤 志残

第九句 健やかか 何より夕餉の さんま焼く (二本木) 藤崎 春月

第十句 稲刈って 刈って晴天 暮れにけり (木津) 坪谷 耕雨

事件・事故は110番