

# 健康ガイド

詳しいことは保健センター(☎4300)へおたずね下さい

## 母子検診指導

受付時間：午後1時～2時

内容	とき	対象者	会場
1歳6か月児	2月17日	56年8月生まれ	保健センター
3歳児	18日	55年1月生まれ	
6～7か月児	16日	57年7月生まれ	保健センター
3～4か月児 ツベルクリン注射	22日	57年10月生まれ	
ツベルクリン注射 B・C判定G	24日	22日にツ反注射した子	

## 安産教室

午後1時までにお集まりを

とき	対象者	会場
2月14日	妊娠初期の人	保健センター
21日	妊娠中期の人	
27日	妊娠後期の人	

## 健康相談

□2月7日 白根(保健センター)、新飯田、茨竹根、白井、鷲巻(地域生活センター) □2月9日 庄瀬、小林、大郷、根岸(地域生活センター) □受付時間 午前9時30分～11時30分、午後1時～3時

## 献血にご協力ください

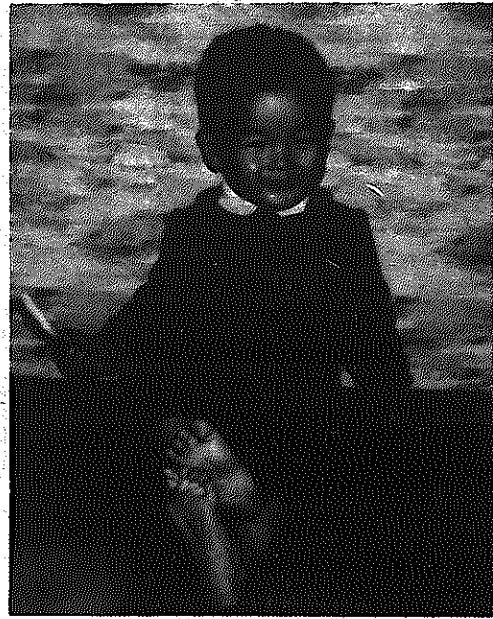
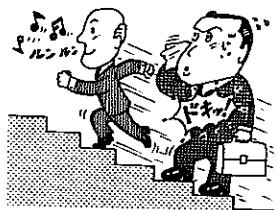
移動献血車「ゆうあい号」が、次の日程でやってきます。

□2月7日 午前9時30分～11時30分＝丸辰ニット(茨竹根) 午後0時30分～3時＝台和(新飯田)

## 成人病予防週間 2月1日～7日

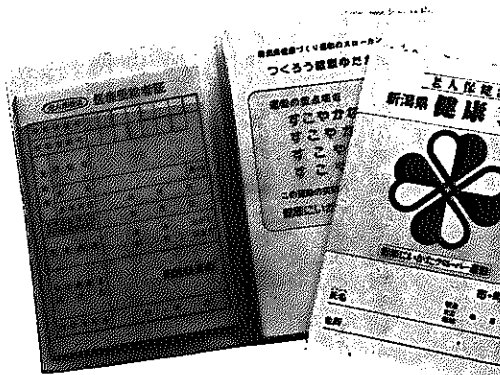
ガン、脳卒中、心臓病は昭和13年以後、病死原因の上位3位を占めています。これらの病気に共通しているのは、社会や家庭で重要な地位につき始める40歳前後の人から、次第に多く見られるようになる、ということです。成人病とは、特定の病気をさすのではなく、このような働き盛りの人を襲う病気の総称です。

2月1日から7日までは「成人病予防週間」。寒さがピークとなるこの時期は、成人病のうちでも脳卒中、心臓病をはじめとして、『血液の通り道』にかかわる病気が多くなります。かかってからより、かかる前に病気を正しく知って、予防に努めましょう。



わが家のアイドル

中丸成人くん(2歳)  
文吉さん・ちえ子さんの二男(庄瀬下町)



## 健康手帳と保険証をお忘れなく

今月から新しい老人保健制度がスタート

七十歳(ねたきりの人は六十五歳)のお年寄りのみなさんは、二月一日から新しい老人保健制度で診療を受けることになりました。

### 健康手帳と保険証を提示

お医者さんにかかる場合は、必ず「健康手帳」と「保険証」の両方を、病院や診療所の窓口へ提示して診療を受けてください。

### 医療費の一部は自己負担に

□外来受診 一つの医療機関(病院、診療所)に一月四百円の一

部負担金を、最初の診療の日に支払います。これは毎月支払うことになりません。  
□入院 一日三百円の一部負担金を二か月間支払ってください。  
詳しくは、広報しろね新年号の六(六)か、市民生活課(☎2111)へ、おたずねください。



## 男の職場に働く紅一点

吉沢葉子さん (公務員・南新町)



白根地区消防事務組合に働く七十三人の職員のうち、女性には吉沢さんただ一人。消防本部庶務係主事として勤務しています。

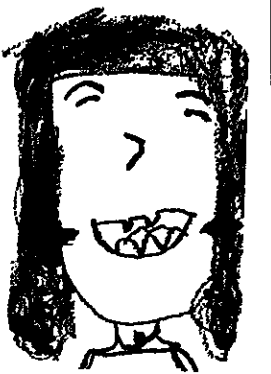
「二十四時間、休むことなく働く制服の職場は、消防士の命をかけた戦場のようなものです。ベルが鳴る。緊張した空気の中、瞬間的な決断と行動が要求されるこの仕事は、まさに男でなければできない仕事ですね。現場に出動するたびに、けがをしないようにと、折らずにはおられません」

「若い消防士から見れば、頼もしいねえさんであり、おふくろさんです。消防署にとって、欠くことのできない貴重な存在ですね」と、渡辺消防長は語っています。

花を飾るなど、細かい所まで心を配り、ホットな職場づくりに努める吉沢さん。「私はこの職場を誇りに思います。チームワークの良さ、仕事にかけける情熱はどこにも負けないと思いますね」

編み物のほかは、園芸と魚釣りなど、割りと男っぽい趣味を持ち、昨年の消防職員釣り大会では、大魚賞を獲ったと、笑顔いっぱいに話す吉沢さんです。

## 母と子の会話



わたしのおかあさん  
五十嵐みゆきちゃん(5歳11か月・根岸保育園) 恵子さん(34歳・山崎興野)

## ほうび

### 何かをやるには手帳にしない

「ごほうびをあげるから」と言って、子供に用事を頼んだり、勉強させようとするのがあります。逆に「言うことを聞かないと何も買ってもらえませんよ」などとしかる場面も少なくありません。

親にしてみれば、子供を励ませよう、あるいは自分の言うことを聞かせるため、お金や品物を賞罰に利用しているといえます。

ところが、こうした習慣が続くと、子供はお金や品物を目標としてお手伝いしたり、勉強をするようになりがちです。

幼い子供には、良い事をしたとか、約束をきちんと守ったという理由で、ほうびを与えることも必要です。

子供が何かを成し遂げたとき、

タイミングよくほめてやったり、ごほうびを与えることは、次の行動への「刺激剤」として、非常に効果があるものです。しかし、「ほうびをやるから、これをしろ」などというやり方は好ましくありません。これが変じてくると、ほうびの品が気に入らなかつたり、もらえる約束がないと何もしないということになりかねないからです。

ほうびは、お手伝いや勉強など何かをさせる手段にするのではなく、困難に打ち勝ったときの信念、という意味あい、なるべく品物で与えるようにしたものです。別に高価な品でなくても、親と子供の生涯の思い出となるのでしたら、最大の贈り物といえるでしょう。