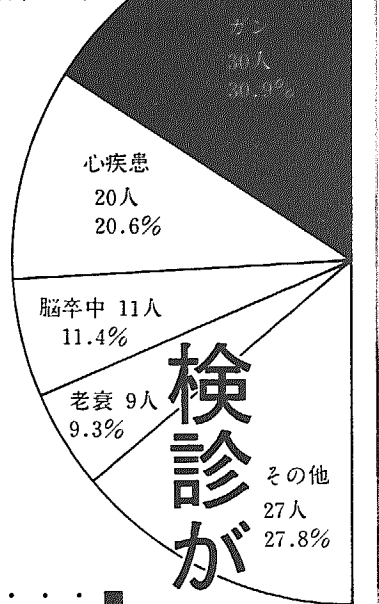


昭和63年の死因別  
死者数(総計97人)



# 検診がガンから命を守ります

ガンが死亡順位の第1位におどり出て8年になりました。黒埼町でも、もちろんトップはガンで、昨年は30人がガンで亡くなっています。3人に1人がガンで亡くなっていることになりました。

日常生活の中でガンから身を守ろうと、「ガン予防12か条」が皆さんの間で広まっています。しかし、環境汚染や未知の発ガン因子などによって生ずる「12か条」では防ぎきれないガンがあります。どこに、いつから潜んでいるかわかりません。ガンは「初期症状は無症状」といわれています。予防も大事ですが、ガンを初期のうちに発見する積極的な努力が大切です。

▼「子宮ガン」——女である以上、年をとっても安心できません。婦人検診は日本人の子宮ガンの8割以上を占める子宮頸ガンの検診です。30歳になったら、年1回は検診を受けましょう。

▼新潟県は、全国でも胃ガンで死亡する人が最も多い県です。胃部検診は胃ガンの早期発見に役立ちます。発見が早ければそれだけ長生きできます。ぜひ受診され、早期発見に努めてください。

ガン予防の12か条：①バランスのとれた栄養をとる ②同じものを繰り返して食べない ③食べ過ぎを避け脂肪は控える ④お酒はほどほどに ⑤タバコは少なくする ⑥適量のビタミンと繊維質のものを多くとる ⑦塩辛いものは減らす ⑧魚や肉の焦げた部分は避ける ⑨カビの生えたものは口にしない ⑩日光に当たり過ぎない ⑪適度に体を動かす ⑫体を清潔に

■婦人検診(5月9日・13日)  
対象 職場検診のない人  
料金 400円  
順番 ①受付番号 ↓ ②問診票の記入 ↓ ③問診 ↓ ④検診車。車の中はカーテンで仕切られ人と顔を会わせる必要がありません。検査法は子宮の入口にある細胞を綿球で採取して検査します。

■胃部検診(5月16日・19日)  
対象 職場検診のない人  
料金 500円  
順番 ①受付番号 ↓ ②問診票の記入 ↓ ③検診車。造影剤を飲みながら胃のレントゲンを5〜6枚撮ります。  
注意 ①前日の夕食は軽くすませ、夜8時以降は食べべた飲んだりしないでください。当日は一口の水も飲まないでください。②ボタンや金具のない下着一枚でレントゲンを撮ります。  
※結果はどちらも3週間後精密検査の必要な人にだけ連絡。※料金は、平成2年3月31日までに満70歳に達する人は無料です。

③月に検診申込書を提出されなかった人も、当日受付しますので、受診してください。

## 婦人検診日程

検診月日	曜日	会場	対象地区	受付時間
5月9日	火	黒埼町公民館	山田校区、大野町部立仏校区、板井校区	午前 9:00~10:30
5月13日	土	黒埼町公民館	黒鳥、本場地区、金巻、興野、鳥原新田、小平方、鳥原本村、蓮方、大明、鳥原新地、川原	午前 9:00~10:30

※検診当日は体を清潔にしておいてください。

## 胃部検診日程

検診月日	曜日	会場	対象地区	受付時間
5月16日	火	立仏公民館	立仏(第1~第3)	午前 7:30~9:30
		北部地区公民館	山田(第1~第4)寺地地区、下山田地区	午前 7:30~9:30
17日	水	黒鳥公民館	黒鳥校区(緒立、北場合む)	午前 7:30~9:30
		柳作公民館	善久、柳作、焼餅団地	午前 7:30~9:30
18日	木	板井公民館	板井校区	午前 7:30~9:30
		木場公民館	木場校区	午前 7:30~9:30
19日	金	黒埼町公民館	大野校区、川原、金巻、興野(1~4区)、小平方、鳥原新田	午前 7:30~9:30
		鳥原本村公民館	鳥原(本村、新地)、大明、蓮方、各団地	午前 7:30~9:30

※検診当日は朝食をとらず、お茶、タバコもいっさい口の中に入れてください。検診料は当日会場で受け付けます。

婦人検診5月9日・13日  
胃部検診5月16日・19日

## 消火器による事故

が最近、多発しています。皆さんの家庭でも消火器が設置されていると思いますが、維持管理を怠ると事故の原因となります。次のことに注意ください。

- ①できるだけ通風がよく、目につきやすい場所に設置する。
- ②直射日光を受ける場所、ひんぱんに水を使うなどして湿

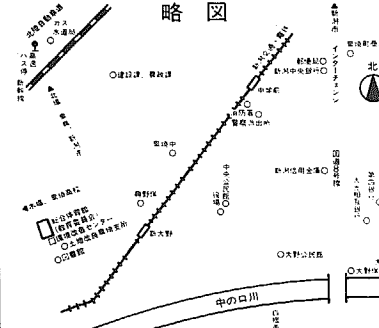
あなただけの日本のおうた  
ふるさとのうた  
明日へ伝え残したい、私たちの心のうたを募集しています。

ぜひ「この歌は」と思う一曲とその曲にまつわる思い出をハガキに書いてお送りください。▼送り先 〒951 新潟市川岸町1の49 NHK新潟放送局「日本のうたふるさとのうた」係。氏名・住所・年齢・性別・職業・電話番号も忘れなく。詳しくは ☎233-1111まで。※しめきりは5月31日(当日消印有効)

## 情報クリップ

献血 ▼5月31日(火) 午前9時30分から正午まで 大野町郵便局、午後1時から3時30分まで 柳大富▼6月7日(火) 午前9時から正午まで 新潟小松販売、午後1時から3時30分まで エプリス・ベイトフード ※献血にご協力を。 健康なんでも相談毎月第1火曜日 5月22日・6月6日(日)午後1時~3時(中央公民館1階会議室)健康に関する相談。電話でも相談できます。(☎373-3101内線30) 心配ごと相談毎週火曜午後1時半 場所は役場内 ※相談無料・秘密厳守・民生委員が相談を受けます。 社会教育テレホン ☎373-3330 各種講座、教室、催物など社会教育に関する情報を常時流しています。 図書館・土曜日は午後5時まで 広報くろぞき印刷版1冊2900円 4年前発行の残部です。お申し込みは企画開発課へ。電話でもよいです。 弁護士会などで法律相談センター開設 (☎)金午後1時~4時(新潟地方裁判所弁護士会館)相談料5000円(交通費は無料)電話で相談日の予約が必要(☎373-3705) 交通事故の無料相談 ☎225-11851 (☎)平日午前9時30分~午後4時40分、土曜は正午まで(第2第3は休み) ※専門の相談員が相談に応じます。(☎)日本損害保険協会

役場 377-3101  
教育委員会(総合体育館) 377-5211  
農村環境改善センター 378-7807  
北部地区公民館 232-0077  
皆さんの情報も掲載しますのでご希望のかたは連絡してください。締め切りは発行日の20日前です。



親子探鳥会 5月14日(日) 午前6時~8時(午前5時30分までに総合体育館前に集合) ①新潟市海浜公園 ②町内在住の親子20組 ▼参加費は無料です。※双眼鏡をできるかぎり持参ください。 ③町教育委員会社会教育課(☎377-5211) ④北部地区公民館(☎232-0077)

書道教室 募集します。 5月25日から毎月第2、4木曜の午後1時30分~3時30分(1年間実施します) ④中央公民館2階 ▼会費 年4000円(教材費は実費) ▼講師は柄沢光峰さん、内容は趣味の書道 (☎)☎377-124

行政相談員 柄沢光平さん(木場、☎377-2266)が委嘱されました。 行政相談員は、国県町、公社、公団などについての苦情・要望を受けて、その解決や実現を図るお手伝いをしていきます。相談は無料で、秘密は守られます。 行政相談会：毎月第3月曜の午後1時から3時まで、役場1階宿直室で行っています。

## 年齢を意識せずやりたいことに情熱を

仕事を通じて 女優さんたちに会うたびに感ずるの、皆さん、実際の年齢よりもはるかに若く、はじりつとしていらつしやることとです。 たとえば赤木春恵さん、音羽信子さんは確か私より一つ年上で、杉村春子さん、沢村貞子さんは七十歳を優にこえていらつしやるのに



感が精神的なうらおいとなつて いるような気がしてなりません。 年を重ねることにはマイペースで悠々自適の生活を送るのは理想かもしれませんが、時には大勢の人の前に出て緊張感を味わうことも、とても大切なことだと思ひます。 私の信条は自分の年なんて考えない、という事です。年齢を意識したららつし臆病になり、やりたいことにも手がでなくなるから

その演技は衰えを知りません。 三十代のころから、いわゆる老け役をこなしてこられたベテランですが、その素顔の初々しさには驚きよりも、尊敬の念さえわいてきます。 どうしてなのだろうと考えるてみますと、やはり仕事の場で、常に緊張した毎日を送つていらつしやるからだと思うのです。 絶えず衆目にさらされていられるという職業的な緊張

に向かいっぱなしのものは、ぜひ見習わなくてはと思つて、とまどき積極的にでかけるようにしています。 橋田壽賀子(脚本家)