くらしと健康

衣

夏の衣類は、木綿とタオル地が一番良いものです。特に乳児の場合、今、流行のテトロンや、ナイロン地のものを着せておくと、汗が発散されず、熱が出る事もあると云われています。だからといって、まっぱだかにしておくと、汗を吸いとるものがなく、汗モが出来やすいので、肌着一枚位は、着せておいて、時々、とりかえてあげて下さい。

食

私たちの食生活は年々多様化し、その内容も豊かさたのしさが加えられ、改善向上されて来ました。

しかし、良質たんぱく質および鉄分等摂取不足から血液の低比重や、特に女性の貧血が問題となって来ました。

これらの問題を解消するため、県では県民の健康増進の一環として〝みどりを食べる県民運動〟を実施しております。

私たちもこの運動に参加して、人参、ピーマン、かぼちゃ、ほうれん草等色の濃い野菜を食べ、健康な体をつくりましょう。

健康管理

夏の太陽が照りつける。汗が流れる。これからは水がのみたくなる季節です。汗まみれになった後、一杯の水のうまさは格別です。

しかし、のどがかわいたからといって水をいくらのんでもいいというものではありません。かえって疲れたり体をこわしたりします

私達の体の60パーセントが水分です。この水分の中には塩分が含まれ、それがいつも一定の割合で保たれていないと調子がうまくいかないものです。汗が出ると体の水分が減る。すると塩分が濃くなる。のどのかわきは、一定の水分を体に保つための信号です。

1、水のガブのみはよくない。コップ一杯で十分。

2、水をのみすぎると夏バテになる。

3、のどのかわきにかくれた病気もある。

例えば糖尿病など。

水ののみ方にも気をつけて、元気でこの夏をすごして下さい。

行方不明の人を捜す
相談所開設のお知らせ

警察では、次の日程により、「行方不明の人を捜す相談所」を開きます。

- 自殺するといって、家出された方
- ノイローゼや病気等を、苦に家出された方
- 水死、交通事故等に遭遇しているおそれのある方
- その他の理由で、家出された方

等で、その後の消息が知れず、お困りの方は、ぜひご相談においで下さい。

当日は、警察本部員が、出張して、全国各地で死亡し、今もって身元のわからない方々の写真、着衣、所持品などの記録をもとに、ご相談に応じます。

- 八月九日
  午前九時から午後四時
  新津警察署
- 八月十日
  午前九時から午後四時
  長岡警察署
- 八月十二日
  午前九時から午後四時
  上越北警察署

なお、当日相談所を、利用できない方は、新潟市寄居町、新潟中央警察署四階県警察本部鑑識課においでになれば、いつでもご相談に、応じます。

新潟県警察官 交通巡視員 募集中

一、期間　昭和四十六年八月二日(月)から九月三十日(木)

二、受験資格

(一)警察官A
- 昭和四十七年四月一日現在で十八才以上二十八才未満
- 大学を卒業した者、又は昭和四十七年三月末までに卒業見込みの者
- 男子に限ります

(二)警察官B交通巡視員
- 昭和四十七年四月一日現在で十八才以上二十八才未満の者
- 学歴は問いません
- 警察官Bは男子に限ります

三、交通巡視員は性別は問いません

そのほか、くわしいことは巻警察署、または、派出所、駐在所にお問い合せ下さい。

巻警察署
電話巻二局二三三六

お盆の臨時休業

役場と農協

役場と各農協では、次の予定で、お盆の臨時休業をさせていただきます。よろしくご協力下さるよう、お願い申し上げます。

役場（窓口はOK）
十六日、全日

岩室村農協	十七日、全日
十六日、全日	
十七日、全日	
和納農協	
十六日、全日	
十七日、全日	

8月の休日急救病院

1日	県立吉田病院
8日	町立巻病院
15日	県立吉田病院
22日	町立巻病院
29日	分水町榊原医院

おめでた　おくやみ　7月19日まで

出生の部

氏名	出生月日	保護者	部落
山上英	6・10	忠正	夏井
三富純	6・11	巧正	樋曽
阿部幸男	6・17	寅蔵	和納6
山上渉	6・18	勇	夏井
八木勝彦	6・19	正行	北野
竹内みどり	6・20	徳男	西中
棚橋雄次	6・21	忠光	石瀬
山田橋美	6・23	栄	西中
小林栄子	6・26	洋助	和納7
中原寿賀子	6・28	武司	和納4
中村恵	6・28	公義	和納1
山崎純一	6・29	正	岩室
高山誠一	7・11	登志男	石瀬

婚姻の部

氏名	前住所	新住所
阿部静雄（樋口）俊子	新津市	岩室
鈴木則夫（鈴木）スワ子	岩室	石瀬
小林誠一（川崎）マサ	夏和納井8	和納8

死亡の部

氏名	年令	死亡月日	世帯主	部落
若杉タイ	85	6・22	フクヨ	間瀬3
阿部トワ	74	6・26	文雄	間瀬7
竹内仁太郎	73	6・30	進	夏井
田中ユキ	91	6・30	猛	岩室
樋口末太	61	7・6	宏	和納4
山田フミカ	80	7・13	市郎	和納2
月岡ミカ	51	7・17	藤一	石瀬
風間タマ	79	7・17	広子	間瀬3
本間十郎	62	7・18	敦夫	石瀬