

広報

おおだて

1991年3月1日号 (No.528)

住民登録

(2月1日現在)
 人口・69,458人(-18)
 男32,861
 女36,597
 世帯数・22,436世帯(+8)
 ()内は前月比

編集と発行

大館市役所総務部企画調整課 ☎49-3111

—「小さな親切」実践宣言都市—

市の木・秋田杉 市の花・キク



娘や孫に愛情料理

桃の節句を前に、婦人会館では「節句料理教室」が開かれました。参加者たちは、「娘や孫に手作りの節句料理を」と、ちらしずしやはまぐり潮汁、煮物づくりなどにチャレンジ。彩り鮮やかに盛られた料理からは、娘や孫の健やかな成長を願う気持ちを感じられました。

わがまちの情報案内

市では2台の電話を使って、各施設などで行われる1週間分の行事や情報をお知らせするテレホンサービスを実施しています。どうぞご利用ください。

- ◇文化・体育情報は ☎43-2211
- ◇市の各種行事は ☎43-3300

「育てはじめて七年目です。一鉢から株分けしていったって、今では十鉢にもなりました。見事な花が咲いたときもうれしいです。が、高校生の孫が好んで自分の部屋に飾ってくれていることが何よりもうれしいです。」

成田雅弘さん
(大森)



シンビジウム

「花の好きな方を募集」——広報「花歳時記」に登場していただく花の好きな方を募集しています。自薦、他薦を問いません。どうぞ広報統計係 (49-3111内線268) へお知らせください。

第3次大館市総合開発計画



21世紀への懸け橋

自然と産業が調和した文化創造のまち“おおだて”

二十一世紀に向かって、本市が進むべき方向を示した「第3次大館市総合開発計画」がこのほどまとまりました。市民活動の指針となるこの計画は、平成三年度を初年度に、十年後の十二年度（西暦二〇〇〇年）を達成目標としたものです。大館の現状と優位性、時代の流れ、国や県の方針など、基本的認識を踏まえたうえで、「自然と調和し市民相互の連帯にささえられた理想的な中核都市」の実現をめざします。

基本理念

新計画を貫く基本理念は、「自然と調和し市民相互の連帯にささえられた理想的な中核都市」をつくることです。

大館には美しい自然があります。その自然と巧みに調和を図りながら、市民の英知と活力を結集し、二十一世紀に向けた魅力あるまちづくりを総合的に推進しなければなりません。

21世紀初頭の望ましい大館の姿

近年、時代の流れの中で高齢化、国際化、情報化及び地球環境の悪化というのは、次第に市民生活に、あるいは経済、産業の活動に影響を及ぼしてきています。

こうした社会の変化に的確に対応し、二十一世紀に向けて躍進するため、本市は市民共通の

目標として、計画に次の五つの都市像を掲げています。

- 健康で明るく、うるおいのある福祉都市
- 若さと活力に満ちあふれている産業都市
- 自然と調和し、住みやすさが保たれている快適環境都市
- 学習の機会が保障され、芸術文化の香り高い生涯学習都市
- 広域圏の中核として、都市機能

能が高度に蓄積されている情報・交流の拠点都市
このような「望ましい大館の姿」を実現するため、前期五カ年（平成三―七年度）の計画では、十一の課題とこれを解決するための二十一の戦略プロジェクト（左表）を設定しています。総合開発計画は、毎年の実施計画にしたがって、具体的に推められます。

実現には市民参加が必要

新計画に盛り込んだ目標を達成するためには、市民の皆さん一人ひとりがこれに参加していただかなければなりません。市では、この計画のダイジェスト版を作成し毎戸配布します。

11の課題と21の戦略プロジェクト

◎ 主要課題	◎ 課題解決のための21の戦略プロジェクト
1. 活力ある長寿社会の形成	①人生80年、健康づくりと医療の充実 ②心のかよいあう福祉の推進 ③ふれあいと生きがいのある相互信頼に結ばれた地域社会の形成
2. 地域資源を生かした産業の振興	④自立できる農林業の確立と地場ブランドの育成 ⑤蓄積された技術を生かした鉱工業の振興 ⑥自然と資源と文化を生かした広域観光ネットワークの形成
3. 魅力ある商店街の形成	⑦個性と魅力ある商店街づくりの推進
4. 労働環境の整備と若者の定住促進	⑧若者に魅力ある労働環境の整備
5. 快適な生活環境の創造	⑨安全でうるおいのある都市環境の整備 ⑩地球にやさしく住みやすい知的居住環境の整備
6. 高速交通体系の確立	⑪全国1日交通圏参入と県内90分交通体系の確立
7. 情報発信機能の向上	⑫高度情報ネットワークの構築
8. 創造性豊かな人材の育成	⑬明日の大館を担う感性豊かな青少年の育成 ⑭高等教育機関を核とする新しいまちづくりの推進 ⑮いきいき生涯学習の推進 ⑯伝統文化の継承と新たな文化の創造
9. 自由時間活用のための環境の整備	⑰スポーツのメッカづくりの推進
10. 大館らしさの確立と交流の促進による地域活性化の推進	⑱地域文化を生かした国内外交流の展開 ⑲調和と連携による広域行政の推進
11. 近代的行政運営の推進	⑳近代的行政運営の推進 ㉑開かれた市政運営の推進

市長メモ



No.48

今、改めて4H

四Hクラブ。そうです農業基本法が制定されるころまでの農業後継者クラブのことです。ヘッド（頭）、ハンド（手）、ハート（心）、ヘルス（体）の頭文字をとり、この四つの条件を整えようとするものでした。

その四Hを耳にしなくなつて三十年が経過しましたが、今改めてこの思想を再現し、農業だけに限らず、すべての後継者に訴えたいと思います。

時代感覚あふれる頭脳、積極果敢に取り込む技術、感性豊かな心、苦難に負けない健康体。この四つのHを整えることは至難の技かもしれませんが、人材を求め側からすれば、とことん追求してほしいことです。

今、激動する社会、経済環境などだけに、その変化に対応できるのは、四Hを整えた人ではないでしょうか。それをだれが、どこで、どうして育てるかは、それぞれ知恵も、口も出し合つて具体的にしていきたいと思います。

名と假名

4月7日

〔県知事選挙〕
〔県議会議員一般選挙〕

投票日

4月21日

〔市長選挙〕
〔市議会議員一般選挙〕

●一票がつくる 秋田・大館の新時代●

4月7日(日)
知事・県議選挙
告示日 知事選挙・3月18日
県議選挙・3月29日

☆投票できる人

▽年齢・4月7日現在で満20歳以上の人(昭和46年4月8日までに生まれた人)

▽転入・3月28日現在で、3

カ月以上大館市に居住して

いる人(平成2年12月28

日以前から大館市に居住し

ていて、住民基本台帳に記

録されている人)

▽2年12月29日以降に県内の

市町村から大館に転入した人

転入前の市町村で投票するこ

とになります。この場合「現

在地住民登録証明書」が必要

ですので、投票日の前に本市市

民課で交付(無料)を受けてか

ら、投票所へ行ってください。

▽3月11日以降に

市内で転居する人

事務処理上、三月十一日以降

に転居の届け出をした人につ

いては、入場券は転居前の住

所へ郵送されます。入場券に
記載された投票所で投票して
ください。もし入場券が届か
なかったら、市選管へご連絡
ください。

▽入場券は2回使えます

▽今回の入場券はハガキです。

三月中旬、個人ごとに郵送し

ますのでお確かめください。

▽入場券は県知事・県議選挙及

び市長・市議選挙のどちらに

も使えます。

▽入場券に記載されている「投

票所名」を確認のうえ、投票

当日は忘れずにご持参くだ

さい。入場券を紛失した場合、

当日投票所で再発行します。

▽投票所が変わります

杉沢投票区の投票所が次のと

不在者投票

▷対象者・投票日当日、勤務地の関係や仕事の都合で不在の人、病気などで投票が困難と予想される人。

▷期間

①知事選挙 3月18日～4月6日

②県議選挙 3月29日～4月6日

③市長・市議選挙 4月14日～4月20日

▷場所・市選管事務室(市役所第2会議室)

▷持参するもの・印鑑(ハンコ)、入場券

▷宣誓書・不在者投票する人は、不在期間、行き先の住所、用務内容、本人の職業などを宣誓書(用紙は選管事務室にあります)に書かなければなりません。

○出稼ぎ等の場合・・・出稼ぎなどで他市町村へ滞在中の人は、滞在中の市町村で不在者投票できます。この場合は大館市の選管へ投票用紙等を請求しなければなりませんから、早めに手続きしてください。

○指定病院内での不在者投票・・・県指定の病院(市立総合病院、労災病院、石田病院、今井病院、東台病院、西大館病院)に入院中の人で、歩行困難な人はその病院内で投票できます。

○郵便による不在者投票・・・身体障害者手帳か戦傷病者手帳を持っている人で、重度障害(両下肢、体幹1、2級、内部疾患1、3級及び同項症)の人は郵便で投票できます。この場合、市選管に郵便投票証明書等を請求してください。

4月21日(日)
市長・市議選挙
告示日・4月14日

☆投票できる人

▽年齢・4月21日現在で満20

歳以上の人(昭和46年4

月22日までに生まれた人)

▽転入・4月13日現在で、3

カ月以上大館市に居住して

いる人(平成3年1月13

日以前から大館市に居住し

ていて、住民基本台帳に記

録されている人)

選挙人名簿を縦覧できます

選挙時登録で選挙人名簿に登録した人の住所、氏名、生年月日を記載した書面を、つぎにより縦覧できます。

▽県知事選挙
期間・3月18日～19日
(平成3年3月17日・選挙時登録)

▽県議選挙
期間・3月29日～30日
(平成3年3月28日・選挙時登録)

▽市長・市議選挙
期間・4月14日～15日
(平成3年4月13日・選挙時登録)

※時間
8時30分～17時
(土、日もできます)

※場所・市選管事務室

広報市民リポーターだより

平成2年度の「広報市民リポーター」による執筆は今号が最終回です。これまでリポーターの皆さんには、独自の視点でとらえたいろいろなことを取材・報告してもらいましたが、今回は、市民リポーターという仕事をとおして感じたことや考えたことなどを、自由に書いてもらいました。

親しまれている広報

島内国男

昨年四月以降市民リポーターになってからこれまで、たくさんの方たちの広報に寄せる声を聞きました。「市内にユニークな企業があるから紹介して」、「広報紙面の一部を一般市民のために開放できないものか」、「漫画やイラストをもっと多用したら」、「などなどです。市広報紙としての公的性格やスペースの関係などから、実現はむずかしいものが多いようでしたが、これも広報が市民に広く親しまれ、生活の中に定着していることのあらわれだと思えます。

九月一日号から、広報の表題欄に市役所の代表電話番号を入れてもらいましたが、私としては高齢者など目の不自由な方たちの利便を考へての提言でもあったので、もっともっと大きな活字にしてほしいと思います。

ともあれ、さきに参考のため全国数十市町村の広報と比較してみ、大館市の広報はたいへん明るく、見やすい編集になっていることを改めて実感し、関係職員の努力に敬意を表します。

今後、女性スタッフ起用の検討も含め、フレッシュなアイデアとインテリヤ的センスをさらに発揮され、広範多彩な市の情

島内国男リポーター

(大町)



報をよりソフトな紙面で市民に届けていただけるよう期待しています。

市議会の傍聴

野村裕子

若輩者としてはちよつと行けないところでも、市民リポーターということで思い切って出かけたところがあります。

二日間、市議会を傍聴。テレビで国会中継を見るたびに、大館市の議会はどのようであらうかと思っていました。少し緊張しつつ傍聴席に着きましたが、国会のようなやじもなく静かだ、市長、議員の熱弁に聴き入りました。議会の内容は、固定資産税のこと、教育委員会の答弁、市立総合病院の話など、とても身近で興味深いものばかりです。

野村裕子リポーター

(川口)



た。周りを見て感じたのは、傍聴人が少ないなということでした。市議会がある日は市役所の前へ看板でも出せば、市民の関心はもっと高まるだろうと考えます。ぜひまた出かけた場所です。

今後の「リポーター」に望むことは、二十代の人にもリポーターになっていただきたいということ、また取材をなさる方には若い人や女性を取り上げてほしいということでした。

市民の集りにも参加しましたが、いろいろな立場の方の意見を拝聴する機会に恵まれ、リポーターをやって本当に良かったと思います。保健所長さん、市役所のみなさんには取材の申し込みに快く承諾をいただき、また私には過ぎた大事なお話しをしてくださったことに、心よりお礼申し上げます。

高松イクリリポーター

(十二所)



一市民の声として

高松イクリ

私は、市民リポーターになって二つの記事を書かせていただきました。一つはショートステイを併設した神山荘の紹介、二つめは燃やせないゴミの行方についての追跡レポートでした。

前者については、高齢化社会の到来で、家庭療養の老人を抱えている家庭にとって、家族のリフレッシュのためにもいかに待望の施設であったかを痛感させられました。施設長はじめ職員の方々の親切な応対に接し得たことは、私にとってありがたいことでした。

後者の不燃ゴミの行方については、行政の指導、啓蒙によって、今以上にリサイクル率を高

めることができるのではないかと
思いました。四国の普通寺市
では行政と市民が一体となつて
ゴミの資源化に取り組んでいる
とNHKテレビで紹介していま
したが、大館市でも分別回収を
強化したらと考えました。

他の方たちのリポートにも、
環境保全やゴミの資源化、高齢
者の生きがい等、現状を踏まえ
たうえでの提言があり、問題意
識を感じるものができました。
私たちのリポートが直接、解決
への道を開ききっかけにならな
かったとしても、一市民の声と
して、広報作りに参加させてい
ただきありがたかったです。

言うは易し

行は難し

若松京子

リポーターが一人足りないの



若松京子リポーター

(白沢)

「でやってみませんか？」の依頼
に、「自分の勉強だ」と思い軽く
引き受けてしまった私でしたが、
これが大変な失敗でした。リポ
ートしたことを短時間で、限られ
た字数でまとめなければならず、
文章を書き慣れぬ身にとっては
かなり苦痛な作業となりました。

牛乳パック問題については、
満足の結果を得られないリ
ポートとなりましたが、先日、
生協のグループの方々が回収を
始めたというニュースを新聞で
読みました。私自身もはがきを
作ってみたり、回収のことを考
えてみたりしたのですが、足を
踏みだして実行するに至らない
状態でしたから、よくぞ始めて
くれた！とうれしい気持ちです。
協力の方法を提示していただき
ば、大勢の方々から協力を得ら
れるものと期待しています。



橋本昇リポーター

(御成町一丁目)

それにしても、牛乳パックの
ことも安全な学校給食のことも、
良いことは分かっているながら、
実行に移すことの何と難しいこ
とでしょうか。一人ではできず、
また時間がなければできず…。
リポーターとしての数カ月間
に、自分たちには何ができた
ろうかを考えさせられました。
「言うは易く行は難し」まさに
実感です。

酸性雨

橋本昇

私は大館天文クラブを取材し
て初めて酸性雨を知り、二回目
のリポートではその正体を知ろ
うと大館保健所を訪ね、実態を
調査しました。

大館を含め、この東北地方は
自然に恵まれ、子供たちはのび



小林大樹リポーター

(三井田)

のびと育ち、自然を大切にしま
うという気持ちでいっぱいです。
そんな中で生活している私たち
は本当に幸せだと思います。

しかしこの幸せの中で、徐々
にはありますが確実に、酸性
雨による環境破壊が進んでいる
ことを実感しました。北欧には
魚影が消えた湖沼があり、ドイ
ツでは緑がどんどん破壊されて
います。こんな環境で子供たち
に自然を、生物を大切にす
る心が芽生えるのでしょうか？
この酸性雨問題は、他のだれ
の問題でもないことを痛感しま
した。今、昭和四十年代の日本
と同様に、高度成長を目指して
いる国々がありますが、では日
本がその時期に排出した汚染物
質はどこへ行ったのでしょうか。
県も今年から調査網を確立さ
せますから、情報量は増えるこ
と思います。でも、一番重要なこ
とは、次代を担う子供たちに酸性
雨の実態を知らせること。そう
することで、将来地球規模での
対策が可能になるのではないで
しょうか。

小林リポーター

奮戦記

小林大樹

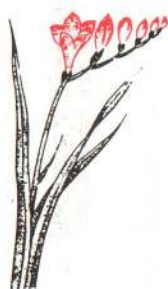
この私が市民リポーターを引
き受けた(というより、前任者
から押し付けられたといった方
が正しいと思う)のは、一農家

の立場から農業に関したことを
リポートし、市民の皆さんに少
しても農業を理解してもらいた
いと思ったからです。

ところが、文章を書くのが大
の苦手で、手紙はもとより、年賀
状さえ絵で間に合わせようとす
るくらい筆無精の私にとって、
年数回ばかりのリポートをまと
めることが思った以上に大変な
作業でした。しかし、その大変
さが、自身の農業に対する考
え方を見直す機会になったこと
も事実ですから、貴重な体験だ
ったと思っています。

今ほど農業が話題になってい
る時はかつてなかったと思いま
すが、それとは裏腹に、農家が
農業に関心を示さなくなつてき
ているのも事実です。今後大館
で農業が他の産業に取って替わ
られることのない位置を占める
ためには、農家自身がそれを強
く意識していかなければなりま
せんし、市民の皆さんのより大
きな理解を得ていく必要がある
と考えています。

苦勞をかけた広報担当者に感
謝とおわびをしつつ、終わりに
します。





老壮大学生募集

対象・4月1日現在で満60歳以上の市民
 入学金(受講料及び資料代) 4,000円

入学受付期間

3月1日(金)～3月15日(金)
 ※入学金を添えてお申し込みください。
 申し込み及び問い合わせ
 中央公民館 ☎42-4369

忘れずに 水道料金精算

三月、四月は、就職や転勤などで転出等の移動が多い時期です。引越しをするときは、水道料金精算のご連絡を忘れずにお願います。
 届け出がないと、いつまでも元の住所へ料金の請求がいつてもしまい、アパートなどでは次の入居者に迷惑をかけることにも

なりかねません。引越しの四五日前までに検針票や領収書などで「使用者番号」をお確かめのうえ、水道課(内線295)へご連絡ください。

不動産鑑定士 無料相談会

地代や家賃、地価相場、その他不動産にかかわることについて悩んでいませんか。
 日本不動産鑑定士会では、不動産鑑定士無料相談会を開催します。どうぞお気軽にご相談ください。
 と き・3月30日(土) 9時～15時
 ところ・市役所第1会議室

あなたの車は あなたのもの?

最近、自動車の登録手続きの怠りによるトラブルや苦情などが増えています。
 登録手続きは、所有者または使用者が行わなければなりません。が、手続きが遅れると名義変更、廃車等が非常に面倒になります。場合によってはできなくなったりすることもあります。
 また、譲渡したつもりでも納税通知が届いたり、事故や犯罪等で思いもよらない事態が生じたりする場合がありますから、登

録手続きは早めにしてください。
 なお、登録手続き等は業者へ依頼するケースが多いようですが、自分の車の検査証が正しい名義になっているかどうか、よく確認してください。
 問い合わせ
 秋田陸運支局登録課
 ☎0188-63-5815

ご利用ください 字幕入りビデオ

県身体障害者協会では、耳の不自由な人がビデオを見て楽しめるように、字幕をつけたビデオカセットの貸し出しを始めました。ご利用ください。

貸出対象

- ①身体障害者手帳の交付を受けた聴覚障害者(耳)とその家族
- ②聴覚障害者団体と手話サークルなどの関係団体
- ③社会福祉施設、学校
- ④その他

貸出日

毎週月・水・木・金曜日

料 金・無料(ただし、郵送

の場合の返却料は自己負担)

申し込み及び問い合わせ

▽県身体障害者協会
 〒010秋田市旭北栄町1-5
 ☎0188-64-2780
 0188-64-2781
 (ファックス)

新しくなります

国民健康保険証

四月一日から国民健康保険の被保険者証(保険証)が新しくなります。今までの保険証は三月いっぱいまで無効になり、四月以降に病(医)院で診療を受けるときは新しい保険証が必要となります。三月十五日から各地区出張所等で新・旧保険証を交換しますから、忘れずに更新手続きをしてください。

- ◇時間 9時～16時
- ◇持ってくるもの
 ・保険証・印鑑・通知ハガキ

問い合わせ

保険課国保係 (内線235)

期日	対 象 地 区	会 場
3/15(金)	長 木	長木出張所
	花 岡 (本郷上、本郷下、繫沢、土目内、 観音堂、鳥内、十三森、大森)	花岡出張所
16(土)	花 岡 (花岡地区で上記外の町内、並びに 矢立地区の粕田)	花岡出張所
	矢 立 (※粕田を除く)	矢立出張所
18(月)	十二所 (大滝、平内、軽井沢、曲田、道目木)	大滝集会所
	十二所 (十二所地区で上記外の町内)	十二所出張所
19(火)	上川沿 (中山、沢山、羽立、金谷、餌釣、池内)	上川沿出張所
	下川沿 (赤石沢、立花、川口、鳴滝、横岩、 西大館町、隼人町)	下川沿出張所
20(水)	真 中	真中出張所
	二井田	二井田出張所
22(金)	釈迦内 (※松木、沼館、上袋町を除く)	釈迦内出張所
25(月)～ 31(日)	大 館 (釈迦内・上川沿・下川沿地区で上記外の町内、並びに指定日に更新できなかった世帯)	中央公民館 (1階 第1・2研修室)

市県民税申告相談日

3月6日からの申告相談日は次のとおりです。日時をご確認のうえ、会場へおいでください。



期 日	受付相談区域(行政区域町内別)
3/6(水)	午前 御成町1丁目1区・2丁目・3丁目、御成町市営住宅、雇用促進住宅
	午後 御成町1丁目2区～4区、つつみ町、緑ヶ丘、中道、栄町、清水町、東成町
7(木)	午前 昭和町、神明町、南神明町、東新町、田町、南つつみ町
	午後 根下戸、舟場、小館花、南ヶ丘、天神緑町、八坂町
8(金)	午前 大正町、御坂、新富町、寺町、大町全区、常盤木町、仲見世、中道1区
	午後 長倉町、愛宕町、古川町、大下町、鉄砲場、曙町
9(土)	午前 末広町、弁天町、旭ヶ丘、川原町、新町、中町、馬喰町
	午後 御成町4丁目・5丁目、通町、独鈷町、新地、南町
11(月)	午前 桂城、金坂、赤館、部垂町、根下戸新町
	午後 桜町、相染町、向町、一心町、谷地町、泉町
12(火)	午前 美園町、北神明町、住吉町、小館町
	午後 片山全区、片山アパート、餅田団地
13(水)	午前 中神明町、豊町、東有浦町、城西町、東町、清水南町
	午後 柄沢、東台1区、有浦1丁目、アパート1号～3号
14(木)	午前 東台2区～4区、有浦2丁目・4丁目・5丁目、田代町3区・4区、三菱金属清水住宅
	午後 有浦3丁目・6丁目、水門町、長根山、田代町1区・2区
15(金)	これまでの相談日に相談出来なかった人 ★(所得税対象者で確定申告をする人は除きます)

◇場 所・中央公民館
 ◇時 間・9時～12時・13時～16時
 ◇問い合わせ・税務課市民税係(内線232, 233)

納め忘れは ありませんか

平成二年度分の市税の納期は二月末日ですべて終わりましたが、納め忘れていた市税はありませんか。

- 市県民税 1期～4期
- 固定資産税・都市計画税 1期～4期
- 軽自動車税 1期～4期
- 国民健康保険税 1期～4期

市税は市民生活に必要な事業を行うための重要な財源です。もう一度お確かめのうえ、もし忘れていた分がありましたら、最寄りの金融機関等で早めに納付くださるようお願いいたします。お問い合わせは、国税保は保険

献血にご協力ください

課(内線242)、その他の税は税務課(内線360)へどうぞ。

▽3月5日(火) 大館保健所
 9時～10時
 10時20分～11時30分
 有浦5丁目 千秋薬品

▽3月6日(水) 池内 島内製菓
 8時40分～9時50分
 10時30分～11時40分
 大茂内 大館製作所

▽3月7日(木) 花岡町 日本パルス大館
 12時～12時50分
 14時～16時50分
 12時～12時50分
 大館保健所

3月の各種相談日

法律・15日(4月1日)
 9時30分～12時30分
 ※事前に市民生活課(内線214)へお申し込みください。

交通事故・12日、19日、26日
 10時～15時

家庭教育・毎週月・水・金曜日
 9時～16時

教育・毎週月曜日～金曜日
 9時～16時

国税・25日
 10時～16時

応援します海外研修

国際感覚を養ってもらい、地域の活性化に役立ててもらおうと、県民の皆さんが自主的に行う海外研修に助成金を交付しています。海外研修を予定している人はぜひご応募ください。

締め切り・3月31日
 応募及び問い合わせ
 県国際交流室
 ☎0188-601218

やってみませんか 市民リポーター

広報「おだて」をより身近で充実したものにするため、市民リポーター制度を設けています。広報を作ってみたい、あれを取材したい、これが知りたいという人、ドンドンご応募ください。

▽リポーターのしごと

- 編集会議への参加(年4回)
- 取材・記事の執筆(年3回)
- 地域での話題や出来事などの情報提供
- 広報への提言

▽委嘱期間
 平成3年4月～4年3月末日

▽資格
 18歳以上の市民(高校生除く)

▽応募方法
 広報についての感想文(400字前後)に、リポーターとして取材したいこと2つとその理由住所、氏名、年齢、性別、家族構成、職業、電話番号を書いた別紙を添付してください。

▽締め切り 4月6日(土)

▽応募先及び問い合わせ
 大館市字中城20番地
 企画調整課広報統計係
 (内線268)

▽委嘱
 審査のうえ6人に「広報市民リポーター」を委嘱します。

保健婦だより

子供の健康

36

「子供は親の後ろ姿を見て育つ」と言いますよね。でも、近ごろでは、親が偏食や運動不足による肥満などで、後ろ姿を見せられないこともあるでしょう。そのような環境で育つ子供の健康状況はどうなのでしょう。

偏った食生活は

イライラ、けん怠感の原因

最近の子供は、朝食は抜き、学校から帰るとカップラーメンやスナック菓子などを食べ、ジュースのがぶ飲みです。これでは夕食はほとんどおなかに入りません。偏った食事の繰り返しは、低血糖やカルシウム不足の原因となり、集中力の低下、けん怠感、怒りっぽい、不眠などの症状がでてきます。

1日30品目の食品をとるように



改善が望まれます。

アレルギーの

子供が多い

アトピー性皮膚炎、ぜんそくなどのアレルギー性の病気をもち子供が多くなりました。

アレルギーを誘発する原因は、食べ物、ダニ、花粉など様々です。一度受診し、何が原因なのかを突き止めることが大切です。食べ物の原因のアレルギーの場合はその食べ物の代わりとなる料理を工夫したり、ダニが原因の場合には生活環境を整備したりするなど、症状の悪化を防ぐことが大事です。

子供にも忍び寄る

歯槽膿漏

大人に多い病気と思われる歯槽膿漏。最近はその子供にも増えてきて、全国の中学・高校では約一割もの生徒にこの病気の心配があるとのこと。原因は、硬い食べ物を食べなくなったこと。このため、あごが小さくなり、乱ぐい歯の人が増えたのが影響していると考えられます。また、歯の磨き方が

悪いこともあり。歯磨きの時に出血したら、注意が必要です。予防には、軟らかい食べ物に偏らず、肉や野菜を大きめに切ったり骨ごと食べられる魚にしたり、おやつにせんべいを採り入れるなど、良くかんで食べる習慣をつけさせ、丁寧な歯磨きを心掛けさせましょう。

運動すると

頭の働きが良くなる

運動は、体を鍛えるばかりでなく、疲労回復を早めたり頭の働きを良くしたりします。例えば、右手を使い過ぎて疲れた時には、左手をある程度使ったほうが疲労の回復が早いし、また、ジョギングなどの軽い運動をし

ている時は、最も頭の働きが良い状態にあると言われています。長時間勉強する時は、机にかじりついてばかりいるよりも、時々軽い運動をした方が、脳に酸素がたっぷり送り込まれ頭がさえてきます。勉強のため過保護に育てているおおかあさん、たまには家事の手伝いをさせるのも良い方法です。

最近、糖尿病や高脂血症などの成人病が子供にも増えていきますし、貧血をおこしやすく骨折しやすい子供も増えていきます。不規則な生活や偏った食生活が原因として考えられます。子供を健康に育てるために家族の生活習慣や食生活の見直しをしましょう。

ちびっ子ギヤラリー おとうさん

桂城幼稚園



はら けんいちろうくん
かまくらをつくってくれたんだ。



いわや さとみちゃん
よくかいものにつれていってくれるよ。



おおみ まさきくん
こしのいたいのがはやくなおるといいな。

この手帳をみたらかわりに電話を掛けていただけますか



この手帳は、耳やことばの不自由な人たちが、電話をかけた時に利用するものです。街角でみかけたら、あなたがかわって電話をかけてください。