

# これで安心!

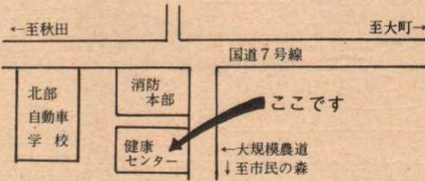
## 休日急患診療所がオープン

「突然、子供が熱を出した」又は「老人が急に具合が悪くなった」しかし、その日は運悪く日曜日のため病院へかけつけても医師が不在、他の病院へ連絡してみてもだめ、さて、どうしたらいいものやら……。こんなことでお困りになった事はございませんか?

しかし、ご安心ください。3月21日の日曜日から市内に休日急患診療所がオープンされます。この診療所は社団法人大館市・北秋田郡医師会が、市内根下戸新町の健康センター（広域消防隣）内に開設するものです。

正式な名称は、大館市・北秋田郡医師会立大館市休日急患診療所（電話43-4511）といい、診療科目は内科と小児科となっております。診療日は日曜日だけで時間は午前10時から午後4時までです。診察料については、病院や医院の場合と同じで、診察には健康保険証や医療証を忘れずに持参してください。

なお、この診療所はあくまでも急病者のためのものですので、「血圧測定」や「健康診断」それに「往診」は行いませんのでご留意願います。



休日急患診療所が開設される健康センター

# 保健婦の窓

## 多い子どものむし歯

厚生省の調べ（昭和48年）では、わずか1才で12%、2才で47%、3才で87%とむし歯の子供が非常に多くなっています。

—いずれはえ変わるからと安心していませんか。—

子どもにむし歯があると

- ・発育への影響  
かむ力が低下し痛んだりすると食欲も減り偏食がちになります。その結果、身長、体重など発育に影響します。
- ・全身への影響  
微熱が続く、リンパ線が腫れ、さらに心臓病や腎炎などの全身病をおこすことがあるといわれています。
- ・性格への影響  
むし歯がひどいと人前でもひげ目を感じ正しい発音ができないため話すが苦痛となり、内向的な性格になることがあります。
- ・永久歯への影響  
乳歯にむし歯があると永久歯のはえ変わりが、うまくいかず歯並びが悪くなったり、食べカスがたまり易いことからむし歯や歯槽膿漏の原因にもなります

丈夫な歯をつくるためには、お母さんのおなかにいる時からの栄養が大切ですが、常に赤ちゃんの口の中をきれいにするよう心がけ、歯がはえはじめたら砂糖分や食べカスが歯の周囲に長時間付着するのを防ぐため飲食後、口をすすぐこと歯みがきをするのを習慣づけ、バランスのとれた食事によって丈夫な歯をつくりましょう。

# 寒さを吹きとばす熱気

## 市民スキー大会終る

第20回市民スキー大会が、2月8日に回転競技、2月11日には距離競技と2日間にわたり、大館スキー場において開催されました。

今大会は、500人という多数参加のマンモス大会となり、また、小中学生の部においては、各校父兄の応援部隊がくり出し熱の入った応援がみられ、さらに、距離競技には選手と一緒に走り回っている父兄もおり、冬の寒さも熱気で吹きとびそうなふん囲気でした。今大会は市民相互の親睦をさらに深め盛況のうちに幕を閉じました。

各競技の優勝者およびタイムはつぎのとおりです。

### 長 距 離

- 小学校男子（4キロ）Aグループ  
川原ふみか（城西小） 19分15秒
- 同 Bグループ  
鎌田 健美（川口小） 19分30秒
- 小学校女子（2キロ）Aグループ  
田畑 敦子（城西小） 12分45秒
- 同 Bグループ  
斎藤 睦子（川口小） 11分54秒
- 中学校男子（6キロ）  
篠村 勝孝（第一中） 31分13秒
- 同 女子（4キロ）  
松崎真由美（矢立中） 23分22秒
- 一般男子（6キロ）29歳以下  
加藤 信義（釈迦内鉱山） 32分56秒
- 同 男子（6キロ）35歳以上  
黒丸 精二（釈迦内鉱山） 33分09秒

### 回 転

- 小学校男子 Aグループ  
三浦 勇樹（釈迦内小） 45秒5
- 同 Bグループ  
木次谷龍昭（成章小） 49秒1
- 同 Cグループ  
花岡 則夫（長走小） 56秒9
- 小学校女子 Aグループ  
工藤 岳美（有浦小） 43秒6
- 同 Bグループ  
近藤 純子（成章小） 53秒5
- 同 Cグループ  
富樫 愛子（杉沢小） 54秒7

### 大 回 転

- 中学校男子  
奈良 郁哉（成章中） 24秒2

- 中学校女子  
奈良 令子（成章中） 59秒7
- 一般男子 29歳以下  
梅沢 博（同和松峰） 23秒2
- 同 30~34歳  
神 昭男（国鉄大館） 28秒9
- 同 35歳以上  
和田 都夫（同和松峰） 23秒6

### リ レ ー

- 小学校男子（2キロ×4人）  
Aグループ 城西小学校 48分43秒  
Bグループ 川口小学校 49分22秒
- 小学校女子（1キロ×4人）  
Aグループ 城西小学校 37分38秒  
Bグループ 川口小学校 33分11秒
- 中学校男子（4キロ×4人）  
矢立中学校 1時間20分41秒
- 中学校女子（2キロ×4人）  
第二中学校 57分32秒
- 一般男子（4キロ×4人）  
釈迦内鉱山 1時間25分58秒



## ◇20歳になったあなたに

20歳になれば、日本国民はすべて国民年金に加入しなければなりません。『年金』といっても成人前の方々は全く関心がなかったかも知れません。しかし成人になったということは、自分の生活

を築き守ってゆく責任を負わなければならないということでもあります。

年金制度は、みんなで掛け金を出しあって、年をとったときや、けがをして障害者となったとき、また、一家の働き手が死亡したときなどに年金を支給して、生活の安定を図ろうという制度です。つまり個人個人の生活をみんなで守っていくとする制度です。

わが国には国民年金をはじめ厚生年金各種共済組合など8種類もの年金制度がありますが、国民年金には他の年金制度に加入していない20歳以上の人は、大学生などを除いて必ず加入しなければならないことになっています。

今は若く元気でも、人間だれでも年をとります。また、いつ事故にあうかわかりません。まだ加入していない人は、今すぐ市役所で加入の手続きをとってください。手続きは印鑑を持参するだけで簡単にできます。

※詳しいことは市役所市民課年金係へ

## ◇ こんなときには

必ず届け出ましょう

