



報
おしの
廣

6
2004

June
No.280

S
H
I
N
O



健康福祉メモ

しかし、今年になって、一部の地域（鹿児島県、群馬県、大分県、宮城県、埼玉県）において患者が数多く発生している状況にあります。

なお、「先天性風しん症候群」の患児が、過去5年間に年間0〜1例の発生件数でありましたが、今年は3月7日の時点ですでに2件報告されています。また、妊婦が風しんにかかったとの情報もありません。

先天性風しん症候群の発生予防のために！

これから妊娠する予定のある女性で、風しんにかかったことのない人やワクチン未接種者は早めに風しんの予防接種を受けましょう。

《風しんの流行状況》

かつては、ほぼ5年ごとの周期で、「風しん」の全国的に流行していましたが、予防接種法の改正に伴い、乳幼児に広く予防接種が実施されるようになった平成6年以降、大流行はなく局地流行や小流行にとどまっています。

す。

妊娠2ヶ月以内の女性が「風しん」にかかると、出生児は白内障、先天性の心臓病、難聴の2つ以上を持って生まれてくることが多くなります。

妊娠3〜5カ月に感染した場合でも難聴が多く見られます。

そのほかにも、子宮内での発育が遅い、網膜の病気、緑内障、小頭症、髄膜炎、精神運動遅れがあるなど、出生児に色々な症状が認められる場合があります。

《風しんとは・・・》

風しんウイルスに感染してから14〜21日の潜伏期間の後、発熱とともに全身に淡い発疹が出現します。通常3日程度で消失し、麻しんはしかのように発疹の跡が長く残ることはありません。一般に三日ばかりと呼ばれています。

《先天性風しん症候群とは・・・》

妊娠初期の女性が「風しん」にかかると、風しんウイルスが胎盤を介して胎児に感染し、出生児が「先天性風しん症候群」を発症することがあります。

《先天性風しん症候群の予防》

先天性風しん症候群に対するウイルスは、特異的な治療法はなく、個人防衛として女性には妊娠する前にワクチンによって風しんに対する免疫を獲得すること、社会防衛としては風しんワクチンの接種率を上げることによって風しんの流行そのものを抑制し、妊婦が風しんウイルスに暴露されないようにすることが重要です。

ただし、風しんの予防接種

を受けたあと、2ヶ月間は避妊して下さい。

参考

風しんワクチンの接種状況

・平成6年の予防接種法改正に伴い、予防接種の対象者が中学生女子から生後12〜90カ月の男女に変更されました。

・接種対象者変更に伴う経過措置として、「昭和54年4月2日から昭和62年10月1日生まれの男女」には、平成7年4月から平成15年9月まで接種期間が確保されました。

しかし、当該経過措置対象者（現在16〜24歳の年齢層）を中心に、接種率が低い年齢層が存在しているため、できるだけ接種しましょう。

育児教室サポーター

ボランティア募集中！

活動日 年8回（平日）

午後1時30分〜4時くらい

活動場所

忍野村保健福祉センター内

多目的ホール

内容

村の保健事業（育児教室）

にて、参加されているお母さん方が学習している間の子ども（生後3〜6ヶ月児）のお子守。

健康で、子どもの好きな方ならどなたでもできます。

子育て経験の有無・性別・年齢など問いません。

お問い合わせ・お申込先

忍野村保健福祉センター内

忍野村社会福祉協議会

天野美砂緒

0555・84・4121

保健師日記

6月4日〜10日は「歯の衛生週間」です。

自分の歯の健康状態を知り、守るため、歯科検診に行ってみてはいかがでしょうか。

村では、「成人歯ッピー歯科検診」として、35〜70歳（5才きざみ）の方々が無料で個別歯科検診が出来ます。対象者には7月中旬に個別通知が送付される予定です。

また、7月4日の福祉健康まつりでも、成人歯科検診が無料で受けることができます。

これまで一緒に暮らしてきたお年寄りでも、ある日食べ物嗜好が変わってきたことに気づくことがあります。高齢者の食事は、個人差が大きいのですが、基本的に配慮したいことは、次の6つです。

好みを尊重
しましょう！

食べ物は、おいしいと感じてこそ栄養になります。それぞれの生活習慣が異なるように、食生活も長年の習慣に基づいた嗜好があります。苦手な食品・料理は出来るだけ避けますが、どうしても食べて欲しい時は、慣れた味にしましょう。

さわやか介護通信

今月号も、「高齢者の食事」について掲載します。

高齢者の介護に関する相談は、下記までご連絡下さい。

忍野村在宅介護支援センター（忍野村保健福祉センター内）TEL 20-5211（直通）

休日・夜間 いちいの木（0555）84-1215まで

主菜と副菜を必ず
そろえましょう！

好みを尊重するといっても、栄養的な配慮は必要です。お年寄りは、ご飯や麺類などの主食を好む傾向がありますが、好きなおかずがあれば主食は適量ですむはず。主菜・副菜をそろえ、おかずから食べ始めるように勧めましょう。

1日に2回は、
乳製品を！

乳製品は苦手でも、カルシウムが最も効果的に摂れる食品のため、是非摂取し欲しいものです。牛乳や

ヨーグルトをそのまま摂取するほかに、乳製品を料理に使いましょう。

噛みやすい大きさ
と軟らかさに！

入れ歯になると噛む力が弱くなり、味覚も低下するため、食品に偏りが見られ、栄養のバランスが崩れやすくなります。食べやすい食材を選ぶだけでなく、切り方・火の通り方など工夫して、いろいろな食品が食べられるようにしましょう。

薄味でもメリハリ
のある味付けに！

塩分を控える代わりに、

酸味・香り・濃い味付けのものを少量だけ加えるなど、工夫してみましょう。

汁気やなめらかさを
加えて、飲み込みやすく！

唾液の分泌量が低下し、口の中が乾燥しやすく、筋肉や神経の衰えから嚥下運動がスムーズにいかないため飲み込みにくくなります。パサパサと渴いたものは、飲み込みにくいので、あんにソースをからめて、表面をなめらかにし、飲み込みやすい料理を工夫しましょう。（とろみをつける粉の試供品があります。利用してみたい方は、上記までご連絡ください）



ご存知ですか、ブックスタート

ブックスタートは、地域の保健センターで行われる乳児健診の機会に、赤ちゃんと保護者にメッセージを伝えながら絵本を手渡す運動です。
 忍野村でも平成14年から、乳児健診の時に実施されています。赤ちゃんのことはと心を育むために必要な、優しく語りかける時間を、絵本を介して持たれることを図書館は応援します。

図書館ボランティア募集

参加受付
 (平成16年6月1日から27日まで、活動は7月から)

あなたも図書館で活動してみませんか。おしの図書館では、図書館ボランティアを受け入れています。図書館の活動に興味のある方ぜひご参加ください。

活動内容

(活動は、図書館業務のある日の午前10時から午後4時までの都合の良い時間)
 ・郷土資料の整理(主に新聞記事の整理)・書架整理(月末休館日)
 ・乳幼児・児童・高齢者への読み聞かせ(日本語・外国語)・行事等で使う人形や紙芝居の製作・図書館行事の手伝い

なお、現在活動中の読み聞かせの会「どんぐりとこりす」さんでも、会員を募集しています。

お問い合わせ
 おしの図書館
 0555・84・7300

もう、読まれましたか!

おすすめ

死の壁

養老猛司(ようろうたけし) 著
 なぜ、人を殺してはいけないのか。生と死の境目はどこにあるのか。死にまつわる様々なテーマを通じて、現代人が生きていくための知恵を考える。「バカの壁」に続く第二弾。「バカの壁」の向こう側。

親になる技術

正高信男(まさたかのぶあ) 著
 子どもを産んだだけでは親にはなれない。親になるためのハウ・ツーを学ばなければ親にはなれない。まともな親になるための5カ条、ご存知ですか。

シゴトのココロ

松永真理(まつながまり) 著
 エモードを生み出した著者が、シゴトの仕組みとそのつきあい方を痛快に解説した、世界で一番短い仕事の取り扱い説明書。働く女性必読。

キヤノンの掟

プレジデント編集部
 4年連続増収増益を達成。「強い会社は強い社員がつくる」という、社長の持論のもとに、キヤノンで働く社員はどのような姿勢で仕事に取り組んでいるのか。

元氣

五木寛之(いつきひろゆき) 著
 病んだ時代に、元氣に生きることは至難のわざである。しかし、一滴の希望でも、それが大河の水源になると信じ、元氣に生きるための方法を説く。人はみな元氣に生まれ、元氣の海へ還る・・・。

シャーブを創った男

平野隆彰(ひらのたかあき) 著
 「早川式線出鉛筆」に始まり、ラジオ・テレビ・液晶へと飛躍した企業の遺伝子とは。今日のシャーブの礎となった、早川徳次の波乱万丈の生涯。

母との往復書簡(新一筆啓上)

福井県丸岡町
 子から母へ、母から子へ。ユイモアあり涙ありの手紙の数々。短いからこそ伝わる思いがある。読めば、きつと家族と話がしたくなる。そんな140編。

デューク更家の

ダイエットウォー・キング
 日本放送出版協会
 ウォーキングの力リスマが伝授する、美しく歩いてきれいな方法。実際に教室で教えているエクササイズを紹介する決定版。歩くことは装うこと。

ヤングアダルトに おすすめ

暁の円卓 (目覚めの歳月)
 ラルフ・イーザウ著
 百年の命を与えられた主人公の目を通して、描かれるもう一つの「二十世紀」。主人公は、東京で生まれ少年時代を日本で過ごします。そのため、随所に日本の歴史が登場してきます。全9巻で完結。

天才ネコモリスと

その仲間たち
 テリー・ブラチエツト著
 ある日突然、天才になったネコとネズミたちが繰り広げる痛快冒険ファンタジー。本文には様々な作品のパロディーが織り込まれていて、必要な所には「注」がついています。

6月のおはなし会

- ・おはなしゆりかご
- 2日(水) 午前10時30分
- ・おはなし探検隊
- 5日(土) 午後2時から

6月の休館日

毎週月曜日は休館です。
 月曜日が祝日の時は火曜日も休館となります。
 7・14・21・28・30日が休館となります。

思いのままに

昭和54年に結婚して、今年の2月3日で満25周年を迎えた。所謂銀婚式である。この25年間にはいろいろと語り尽くせぬ思いもあるが、今の日常は静かな時間の流れの中にあるので、まあ良しとしよう。

4月、銀婚式の記念に庭先に7本の木を植えた。コブシ・ヒメコブシ・ヤマボウシ・サルスベリ・ハナミズキ・ロウバイ・モッコク・オモイノママニの7本である。実家で30年来お付き合ひのある造園業者の方にお願ひして、縁起の良い木を選んでもらい植樹した。

植樹に先立って、造園業者の方と電話で連絡を取り合い、木の種類を決めたときに、次のようなことが話題となった。

「玄関に向かって右側に木が植えてあると、女性が強くなる」

とのことであった。義母も私も決して強いというような人間ではないような気がするが、業者さんの言ったことは・・・？それでバランスのとれた夫婦になれるように玄関に向かって左側にモッコクを植えてもらうことにした。

以前は、私は現実主義者で、縁起とか

靈感とかに無縁の者と思っていた。実家の両親が他界したり、二人の子どもたちと距離を隔てて生活するようになったりしたためか、五十路過ぎて私自身体調を崩してしまった。その後回復する過程でいろいろな人との新しい出会いや、旧知の人々との再会の中で、『縁』や『因縁』を感じ取ってきた。そして、それは、自分の在り方や家族の在り方を改めて考える機会ともなった。

ある方がこんなことをおっしゃっていた。

「夫婦関係では、互いが尊敬し合うことこそ一番大切なことである」

と。運は、自分で切り開くものであるということはわかっているが、植樹の日、家族の健康と穏やかな生活と息子たちの幸福を祈念しながら、心を込めて願いを託した木々を植えた。



応募内容

忍野ハーモニープラン推進に伴い、男女共同参画社会実現に向けた、わかりやすく、親しみやすいキャッチフレーズを募集します。

応募方法

申込用紙にあなたが考えるキャッチフレーズと必要事項をご記入のうえ、期日までにFAX送信、郵送、Eメール若しくは、忍野村役場総務課窓口までご持参ください。(申込用紙は、忍野村役場総務課に備付けてあります)

応募資格

忍野村にお住まいの方ならどなたでもかまいません。(年齢不問)

応募点数

お一人何点でも可能です。

応募先

忍野村役場総務課

〒401 0592 忍野村忍草1514

FAX (0555) 84・3717

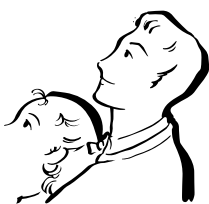
Eメール oshino@yin.or.jp

応募締切

平成16年6月30日(水)まで

応募作品は、忍野村が行う忍野ハーモニープラン推進活動のときに使用いたします。採用作品には記念品を贈呈します。

普段、ちよつとハント感じていることをインパクトのある言葉でお伝えください。



忍野村の男女共同参画事業に関するご意見、ご質問は

忍野村 総務課 男女共同参画事業担当

TEL 0555・84・3111(代)

村からのお知らせ

6月定例議会 日程について

6月定例議会の日程が次のとおり決まりました。
役場3階の議会事務局で受付していただくと、誰でも傍聴できます。

なお、日程については変更する事もありますので、議会事務局までお問い合わせ下さい。

会期 6月7日～6月18日 まで
12日間

本会議日程

・開 会 6月7日
・一般質問及び議案審議 6月18日
会議開始時間は両日とも、午前10時の予定です。

場 所 忍野村役場 3階 議場

お問い合わせ先
忍野村役場 議会事務局
0555・84・7780(直)

児童手当、介護 保険料について

6月1日から児童手当・介護保険料の窓口業務が変わります。

児童手当

児童手当に関する全ての業務が福祉保健課から住民課に変わります。児童手当の申請・問い合わせは住民課までお願いします。

・新規申請
・現況届の提出
・児童手当の支払 等

介護保険

介護保険の問い合わせ先が住民課から福祉保健課に変わります。

お問い合わせ先
・児童手当に関する事
忍野村役場 住民課
0555・84・7796(直)

・介護保険に関する事
忍野村役場 福祉保健課
0555・84・7795(直)

「おしの村福祉健康まつり」の開催について

日時 平成16年7月4日
午前8時30分～午後4時
場 所 忍野村保健福祉センター
内 容

・親子遊び講座
(講師 NPOちびっこはうす 代表 宮沢由佳先生)

・骨粗鬆症検診
・巡回体力測定
・乳がん検診
・成人歯科検診
・子どもお楽しみコーナー
・近隣福祉作業所フリーマーケット

・介護保険相談会
・デイサービス施設見学会
など、多数催しがあります。

また、式典もあり、「むし歯のない子」「優良介護者」「国保優良世帯」「最高齢者」「結婚50周年夫婦」など数々の表彰があります。

詳細は、7月号広報「健康福祉メモ」に掲載し、また、チラシ等でお知らせする予定です。どうぞ、ご家族そろってお気軽にご参加下さい。

お問い合わせ先
忍野村 福祉保健課
0555・84・7795(直)

忍野村生涯学習館の オープンについて

かねてより計画が進んでいた岡田紅陽写真美術館、小池邦夫絵手紙美術館がいよいよ7月1日に開館の運びとなりました。当日は開館を記念して午前中に招待者のみ参加のオープニングセレモニーを執り行います。

また、村内外を問わず一般入館者については、開館記念として入館無料にて館内を自由にご覧頂けます。入館無料の時間帯については、午前10時に予定しております。テイクアウト終了後、5時までとなっておりますので多数の方のお越しをお待ち申し上げます。

お問い合わせ先
忍野村役場 企画課
0555・84・7738(直)



桑山紀彦氏の「地球のステージ」公演のお知らせ

日時 平成16年6月26日
午後2時～4時
場 所 忍野村民ふれあいホール
内 容

世界各地の紛争地域や難民キャンプで医療活動を続ける山形の精神科医、桑山氏が自作の歌と映像で贈るシンクロナステージです。この機会に豊かさや幸せとは・・・を考えてみませんか。

主 催 忍野村文化振興協会
・るびなすの会
後 援 忍野村
・忍野村教育委員会
・忍野村教育委員会
お問い合わせ先
忍野村教育委員会
0555・84・2042



情報プラザ

ふるさとめぐり 親子バスツアー

夏の休日におとうさん・おかあさんと一緒にバスツアーに出かけよう！

日時

平成16年7月17日
場所

- ・富士河口湖町営
・フィールドセンター
- ・富士吉田市立
・富士山レーダードーム
- ・山中湖 花の都公園

お申込方法

お電話にて富士五湖広域行政事務組合まで直接お問い合わせ下さい。

お申込期間

平成16年6月14日 から30日まで（募集組数に達した時点で締め切ります）

参加対象

富士五湖圏域に住む小学生とその保護者

お問い合わせ

富士五湖広域行政

事務組合 振興課

0555・23・5270

「法務局なんでも無料相談所」のお知らせ

「あなたのお知りになりたい法務局に関するどんな相談にもお答えします」

法務局では、登記、戸籍、供託、訟務及び人権に関する事務等、住民の皆様方の生活に深く関係する事務を取り扱っております。

これらに関する事で、疑問に思っていること、不明な点、お知りになりたいこと等がございましたら、法務局の職員がお答えする相談所を開設いたしますので御利用下さい。

秘密は固く守られますし、事前の予約等特別な手続きも不要です。

日時

平成16年6月27日
午前9時30分～午後4時

場所

甲府市北口1丁目2番19号
甲府地方法務局 4階会議室
相談内容

・土地や建物、会社等の登記の

手続、土地の境界に関すること

・相続問題、遺言等に関すること
・お守りの財産等を守る成年後見制度に関すること

・婚姻、離婚、親権、扶養等に関すること

・帰化等国籍に関すること

・地代、家賃の支払い等借地・借家に関すること

・児童・生徒のいじめ「体罰」に関すること

・あらぬ噂や中傷等名誉・信用に関すること

・その他

主催

甲府地方法務局

055・252・7153

申し訳ありませんが、業務時間外は通じない場合がございます。

その他

登記・供託の手続きについて

は、インフォメーションサービス及びインターネットを利用して、登記・供託に関する手続き等の情報を入手することができます。

インフォメーションサービス

055・240・6027

電話による（音声ガイド）一定の御案内によりお答えいたします。

インターネット

アドレス

<http://info.moj.go.jp>

びゅあ富士 男女共同 参画推進センターより

平塚らいてつと
現在を生きる女たち

「平塚らいてつ」・・・名前
は知っているけれど、でも、ど
んな人？

平塚らいてつうの生き方・メッ
セージを現在に生きる女性自身
の直面する問題とむすびつけて
学ぶ講座です。

日時

第1回 平成16年6月5日
午後1時30分～午後3時30分

第2回 平成16年6月13日
午後1時30分～午後3時30分

講師

元山梨県立女子短期大学教授
米田佐代子さん

場所・主催

びゅあ富士
山梨県立男女共同参画推進セ
ンター

対象

どなたでも参加できます。参
加は無料です。

定員

200名（当日受付可）

その他

託児も行います。事前にお申
し込みください。

《そば打ち講座》

初心者大歓迎。男性、女性を
問わず、参加をお待ちしていま
す。

日時

平成16年6月19日
午後1時～午後4時

講師

小林 泰憲さん

場所・主催

びゅあ富士
山梨県立男女共同参画推進セ
ンター

定員

18名

材料費

600円
持ち物 エプロン・三角巾
その他

託児も行います。事前にお申
し込みください。

参加・お問い合わせ先
びゅあ富士
男女共同参画推進センター
0554・45・1666
0554・45・1666
0554・45・1663

