



にしかつら

1992
8月号

NO.189



おとまり保育

7月17日～18日、年長さん57名が保育所で一泊のおとまり保育をしました。夕食づくりでは、お母さんの大きな前かけをかけて自分たちで野菜を洗ったり、皮をむいたり、切ったりとカレーづくりの体験をしました。

地震 いざというとき 落ち着いて行動できますか

揺れ自体よりも恐ろしい 火事や津波などの二次災害



自然災害の中でも、地震は特に被害が大きく、そのついで津波や火事などの二次災害を引き起こす恐れもあります。

「グリップ」ときたとき、慌てず、落ち着いて行動できるようにするには、ふだんから地震に対する心構えをしておくことが必要です。

さて、あなたはどのくらい備えができていますか。確認をしてみましょう。

突然襲ってくる地震——地震は昔から怖いことの代表としてよく挙げられています。

たしかに、地震の揺れは恐ろしいもの。しかし、揺れ自体よりも恐ろしい

のが二次災害です。

というのも、地震の揺れが原因で、火事や津波、山崩れなどが起きるからです。

大正十二年九月一日に起きた「関東大地震」では、約十四万人の尊い命が奪われましたが、このとき、ほとんどの人は二次災害である、火事によって亡くなっているのです。

また、昭和五十八年に起きた「日本海中部地震」では、やはり二次災害である「津波」によって、遠足にきていた小学生十三人を含め百人が亡くなっています。

こうした二次災害の被害を最小限にするためには、「備えあれば憂いなし」というように、ふだんからの備えが大切です。

さて、あなたは地震に対して、どんな備えをしていますか。チェックしてみましょう。

・ 2 ・



防災訓練に参加 しよう

地震に対する 備えは大丈夫？



物が上から落ちてこないようにする

震度四程度の地震でも、家具などの上に置いてある物が落ちてくる場合があります。重い物や安定性の高い物は高いところに置かないようにしましょう。

家具類が倒れないように固定する

大きな地震になると、家具の上から物が落ちるばかりか、家具そのものが倒れてくることもあります。壁や柱などに金具でしっかりと固定してください。

火事を起こさないために、消火器の準備をする

火事は、初期消火が肝心です。消火器の準備や風呂の水張りを忘れないように。

非常用持ち出し袋を用意する

地震によって、電気・ガス・水道などの生活に必要な「ライフライン」が止まってしまうことがあります。このように、懐中電灯やラジオ、救急医薬品、飲料水、食料など、必需品を入れた非常用の持ち出し袋を用意しておきましょう。

「家族防災会議」を開くようにする

地震が起きたときのために、だれが何をやるかといった一人一人の役割を決めたり、家族がバラバラになったときの集合場所や連絡方法を決めたりする防災会議を開き、みんなで話し合っておきましょう。

いざというときに、落ち着いて行動をするためには、ふだんからの備えと防災訓練に参加することが大切です。頭で理解したことを、いつでも行動に移せるようにしましょう。地震は、いつ起こるか分からないもの。そのため、さまざまな状況に対応できるように、訓練をする必要があります。9月1日は「防災の日」です。台風や地震などの自然災害に対する過去の経験を教訓にして、さまざまな状況を想定し、家族ぐるみで防災訓練に参加しましょう。

被害を最小限にするには、一人一人の行動が大切

世界で起こる地震の1割が日本で起きています。わが国が地震大国といわれるゆえんです。そのため、避難をする場所をつくったり、揺れに強い建物にしたりと、昔からさまざまな対策が考えられてきました。しかし、被害

を最小限に抑えるには、何といたっても一人一人の行動が決め手です。地震に対する備えをしたあとは、実際に地震が起きたときの行動に即した、次の“地震の心得10か条”を覚えておきましょう。

地震の心得10か条

まず、わが身の安全を図ろう

大きな揺れは、一分程度でおさまります。テーブルや机など丈夫な家具の下で、頭を保護するようにしましょう。

素早く火の始末を

“グラッ”ときたら、必ずコンロなどの火を消すようにしましょう。火事さえ起きなければ、被害はそれほど大きくなりません。

非常脱出口を確保する

特に、マンションやコンクリート建ての家は、振動で扉がゆがみ開かなくなることがあります。揺れを感じたら、窓や扉を開けるようにしましょう。

火が出たら、まず消火

出火したら、消火器やバケツなどでボヤのうちに消し止めましょう。また、近所に声をかけ、協力して初期消火をしてください。

慌てて外に飛び出さないように

慌てて外に飛び出すのは危険です。かわらやガラスなどが落ちてくることがあります。周りの状況をよく見て行動しましょう。

狭い路地や塀際、がけや川べりに近寄らないように

ブロック塀が倒れたり、地盤がゆるんで崩れやすくなったりしています。避難するときは、このような場所には近寄らないようにしてください。

山崩れ、がけ崩れ、津波に注意する

地震で起きる火事や津波などの二次災害は、とても恐ろしいものです。役場や警察、消防署の注意を聞き、安全な場所に避難しましょう。

避難は徒歩で、持ち物は最小限に

自動車を使うことは、渋滞を引き起こし、消火活動や救急救護活動の妨げになります。避難は徒歩で、荷物は必要な物だけにしてください。

みんなが協力し合って応急救護を

災害のときは、お互いに協力をしなければなりません。軽いけがは、みんなで応急の処置をしましょう。

正しい情報をつかみ、余震を恐れないように

災害で混乱しているときは、誤った情報にまどわされやすくなります。役場や警察、消防署などの指示に従い冷静に行動しましょう。

大雨が降り出したら

気象情報を注意して聞く

防災関係機関の広報を聞きのがさないようにする

ふるなどの排水を控える

近くの川の水位上昇に注意する

氾濫に備えて家財道具の移動
家周りの点検

崖地や河川近くでは早目に避難の準備

水防活動に協力

議会だより

六月十九日から二十六日まで六月定例議会が、また七月二十日に七月臨時議会が開催され、次のとおり決まりました

六月定例議会

条例

● 休日を定める条例の一部改正

● 職員の勤務時間、休日及び休暇に関する条例の一部改正

● 職員給与条例の一部改正

● 役場が八月一日より完全週休二

日制になる条例改正です。ただし保育所は、土曜日も開いています。

● 国民健康保険税条例の一部改正

均等割、平等割の税率の引き上げ、及び低所得者層の税額負担が軽減されました。

補正予算

● 一般会計第一号

補正額 七三、一四〇千円追加

総額 一、八五七、六九八千円

内容 災害関連特別対策費（倉見宮

の前川）が国庫補助をうけて

約四千三百万円、松久保線拡

幅工事約二百五十万円、防火

水槽工事二百万円、臨職保母

賃金約三百一十万円等の追加

が主な内容です。

● 簡易水道特別会計第一号

補正額 四、〇〇〇千円追加

総額 五六、一三六千円

内容 柿園殿田内、漏水管切替工

事費の追加補正です。

七月臨時議会

契約締結

● 工事請負契約締結

小学校増築・地震改築工事

金額 三八八、七三三千元

業者 甲府市丸の内一丸

長田組土木㈱

三千万円以上の工事契約を結ぶには、

議会の議決が必要となります。

動力噴霧機を購入しました



平成四年度水田農業確立対策（転作事業）により、県の補助を受け、手動巻取車輪付セット動力噴霧機を購入しました。農家のみなさんのご利用をお願いします。

この機械は液剤農業噴霧のため

の機械です。すでに購入してあります粒剤用動力散布機と合わせて、農業振興のため役立てられるようお願いいたします。使用料は無料ですがガソリン等は利用者で用意して下さい。

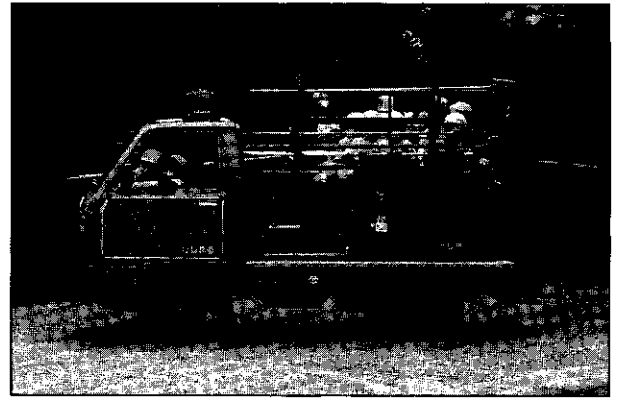
ミニ消防ポンプ車

けしまる号来所!!

去る7月7日(火)幼児防火教育のため富士五湖消防署のミニ消防ポンプ車(けしまる号)が来所しました。

園児による防水訓練をしたり、防火フィルムを見たり、ミニ消防ポンプ車けしまる号にも試乗しました。

園児たちは、「火には気をつけようね!!」と改めて火災のこわさを知ったようです。



自然体験キャンプリン高遠

去る七月二十三日、二十四日、

大喜びでした。

西桂町児童館

長野県高遠町国立信州少年自然の家において、小学校四、五、六年生五十四名が参加して自然体験キャンプが行われました。元気に山野を駆けまわり楽しい思い出づくりができたこと子供達は



福祉についての話



「福祉についての話」と題して7月13日西桂小学校において「福祉講話」を行いました。

講師の日比直輔先生（日本赤十字社講師）が小学校4、5、6年生を対象に、足や目の不自由な人への接し方について、実

際に車椅子やタオルを使っている体験説明や、「ボランティアってどんなこと？」をわかりやすく説明して下さいました。

西桂町ボランティアセンターにも車椅子が置いてあります。試乗にも来て下さい。

お知らせ

西桂町で収穫したリンゴを食べてみませんか!

西桂町のリンゴ栽培農家で収穫したリンゴ(津軽)を町民のみなさまに安価で提供致します。ご希望の方は、役場産業係まで申し込んでください。

※受付期間 8月31日まで

あなたも参加してみませんか

ボーリング教室開催

9月より月二回ボーリング教室を開催致します。西桂町在住の方ならどなたでも参加できます。

開催日 毎月第二、第四水曜日

9月は無料

時間 午後8時より

人数 18才〜40才位までの男女各10名

場所 都留ファミリーボウル

☎0554(43)2121

連絡先 重森徳雄☎(25)2163(会社)

☎(25)3531(自宅)

関戸利夫☎(25)3520

職安で「障害者出張職業相談会」を開催!!

大月公共職業安定所では、障害者で就職を希望する方を対象とした「障害者出張職業相談会」を開催しますので、お気軽にご利用下さい。

9月22日(火) 午後1時〜4時

南都留合同庁舎3階第2会議室

9月22日(火) 午前10時〜午後3時

富士吉田市高齢者職業相談室

(富士吉田市役所1階)

年齢別ソフトボール大会開催



去る七月十九日町民グラウンドにおいて年齢別町民ソフトボール大会が開催されました。
 今大会は十一チームの参加を得て盛大に行われ、倉見Bチームが優勝しました。

結果
 優勝 倉見B
 準優勝 平成会
 3位 トレンディ
 キラーズ

小学校校舎の新增築工事及び、中学校グラウンド拡張工事入札結果

○小学校新增築工事
 鉄筋コンクリート造 三階建
 延床面積 一、七二五・〇一㎡
 請負金額 三八八、七三三千元
 請負業者 甲府市丸の内
 長田組土木㈱

○中学校グラウンド拡張工事
 拡張面積 七〇七㎡
 請負金額 一五、四五〇千円
 請負業者 (有)前田土建

学校週五日制の導入

平成四年九月実施

個性や創造性を伸ばす教育が狙い

今年の二学期から学校週五日制が実施され、月一回、第一土曜日が休みになります。

明治以来、一世紀以上にわたって続いていた週六日制にピリオドを打つことになりました。

この制度は、学校や家庭、地域での教育のあり方を見直しながら、これからの時代を担う子どもたちの望ましい人間性を育てようという目的があります。

学校は月曜日から土曜日まで通うもの——いま、この当然のような制度が変わろうとしています。

月一回の学校週五日制が実施される学校は、全国の国公立の幼稚園、小学校、中学校、高等学校、盲・ろう養護学校です。また、私立の学校にもできるだけ歩調をあわせるよう協力が求められています。

す。では、なぜ土曜日を休みにするのでしょうか。

社会全体が多様化し、大きく変化するなかで、自ら考え、判断し、行動できる資質や能力を育てることを重視する教育が求められています。

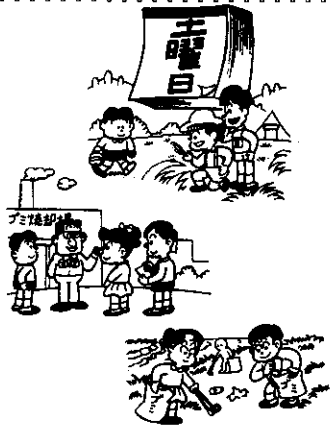
今回実施される学校週五日制には、子どもたちが家庭や地域社会での生活時間を使って、違う年齢の仲間と遊び、自然体験、社会体験、生活体験などを増やすことで、このような資質や能力を根づかせるという意味がこめられています。

すなわち、共通した知識や技能を身につけることを重視したいままでの教育から、個性や創造性を育てることを重視する教育を目指そうという狙いがあります。

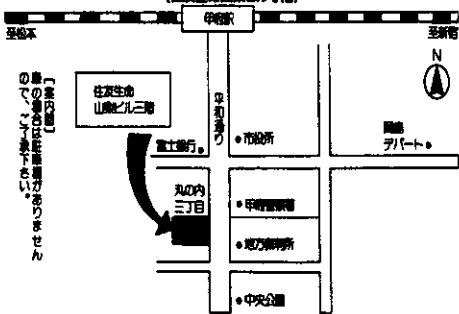
社会全体で子供たちを見守ろう

今後、学校週五日制の定着を図っていくうえで、学校、家庭、地域社会がいままで以上に連携を深め、一体となって問題の解決に取り組む必要があります。

休日が増えることによって、子どもたちの生活が活気あるものになるように、社会全体で見守り、対策を考えていきたいと思います。



甲府自動車保険請求相談センター



◎お問い合わせは、各ハローワーク
 (公共職業安定所)へ

大月公共職業安定所
 ☎0554(22)2611

都留出張所
 ☎0554(43)5141

富士吉田出張所
 ☎0555(23)0391

無料

交通事故 ご相談

●電話のご相談もお受けします
 ☎0552-28-8335(直通)

相談日: 月曜日から金曜午前9時半~午後4時40分
 ○専門の相談員が親身になってご相談に応じます
 ○弁護士相談日: 毎月第3木曜日午後1時~4時

社団法人 日本損害保険協会
甲府自動車保険請求相談センター
 甲府市丸の内3-1-6 住友生命山梨ビル3階 甲府調査事務所内 ☎0552-28-8330

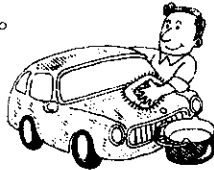
水の上手な使い方

水は無限にあると思われがちですが、電気やガスと同じように、わたしたちの手でつくりだすものです。水も大切な資源として、上手に使うようにしましょう。

歯みがきはコップで…



コップ3杯(約600ミリリットル)ですむ歯みがきも、水を流しっぱなし(約1分間)にすると10倍の6リットルいります。



洗車はバケツ洗いで…

バケツ洗いでは5杯ですむ洗車も、ホースでの流し洗いでは6倍の30杯以上必要です。

洗濯は“ためすぎ”で…



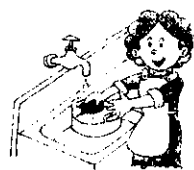
“ためすぎ”では1回200リットルですむ洗濯も、流しすぎでは2倍以上の420リットルも使います。



風呂の残り湯も再利用を…

小さめの浴そうでも200リットルの水が入るため、残り湯はすてないで掃除や洗濯などに再利用するよう心がけましょう。

じゃ口の開け閉めはこまめに…



じゃ口はちょっとひねると1分間に6リットル、全開にすると20リットルもの水が出ます。じゃ口の開け閉めにちょっと気をつけるだけで、おどろくほど使用水量がちがってきます。

ゴミを出す時のおねがい

ゴミを収集場所に出してしまいさえすればすべてが片付いてしまうと、私たちは思いがちです。確かに収集車に積み込まれば、ゴミは目の前から姿を消します。

ゴミの中には、ガラスの破片や、針や釘、ガスボンベなどが入っており、思わぬケガをする危険がいつぱいです。収集する人々は、いつもその危険にさらされています。

ゴミが、みなさんからゴミ処理事業に円滑にボタンタッチができるよう、ご協力をお願いします。

●ゴミ袋はいくつかの袋に分けて入れ、片手で持てる重さにすると収集しやすくなります。



●電球や蛍光灯は割らずに、新品が入っていた包装容器に入れる。割れているものはガラスと同じです。



●ゴミが散らばらないよう、袋に入れてきちんと口をしめましょう。



●スプレーや缶は完全に使いきって。中身が残っていると、車の中や焼却炉で爆発のおそれがあり危険です。穴をあけて中身を出して下さい。



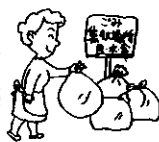
●生ゴミはよく水を切ると軽くなり、燃えやすくなります。



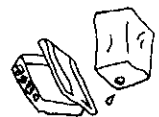
●ガラスや割れもの、はさみ、包丁、カッター、かみそり、替え刃、竹串などケガのしやすいものは、紙に包んだりしてむき出しにしないようお願いします。

また、「危険物」であることを表示すれば、他のゴミと区別ができます。

●決められた場所、時間を守りましょう。(ゴミ収集場所のご近所や通行人に迷惑がかかります。)



●鉄製の箱や缶の中身は全部取り除いて下さい。



8月 電気使用安全月間
安全生活の電気使用法を学ぶ

アース線はしっかり付けて使しましょう

アース

① 関東電気保安協会

問合せ 県立都留能力開発センター
☎0554(43)8911

○シーケンス制御の実際
日程 9月21、22、24、25、28、29日
10月1、2日の8日間
時間 午後6時～午後8時50分
定員 20名 受講料 2000円
他にテキスト代 1000円
受付期間 各講座とも開講日の10日前まで、ただし定員になれば締切ります。

○宅地建物取引主任者(受験対策講座)
日程 9月7、8、10、11、14、17、18、21、22、24、25、28、29日
10月1、2日の15日間
時間 午後6時～8時50分
定員 30名 受講料 4000円
他にテキスト代 5100円

○QQ手法
(中小企業生産管理力向上講座)
日程 9月3、4、7、8、10日の5日間
時間 午後6時～8時50分
定員 20名 受講料2000円

能力開発講座

お知らせ

栄推養成講習はじまる！

七月二十八日、第一回目の栄推改善推進員養成講習が開催されました。

今後、成人病予防の食生活、栄推員の役割等、四十八時間以上の講習、調理実習を得て栄推さんの仲間入りをします。

今回講習を受ける各地区二十名のみなさん、がんばって下さい。



自分でできる民間療法 パートI
カキの葉は高血圧予防に最適

カキの葉は血液を清め、糖尿病や高血圧症に効果があります。

万能薬といわれるカキの葉茶の作り方について紹介しましょう。

●カキの葉の中心脈をとり、すべてを3mm幅に刻む。

●それを1分30秒ほど蒸して、うちわで30秒あおぐ。

●蒸し終わった葉をざるの上にあけて、日陰で干し、煎じて飲用する。

カキの葉は、渋ガキでも甘ガキでもよいが、6月〜10月ごろの葉がビタミンCが一番多く含まれています。採取の時間も、早朝や夕方ほされたほうがよいでしょう。

今回は強壮剤の代表格ニニクについて紹介します。

『汗っかきの汗』

汗は皮膚の下にある汗線というところから分泌されます。全身には三〇〇万個以上もの汗線があるといわれていますが、汗っかきの人にとくに多いわけではなく、赤ちゃんでも大人でも数は変わりません。汗線の中には休火山のように活動していないものもあって、その割合にはずいぶん個人差があります。そこで対策として

●冷たいタオルを首すじに当ててみて下さい。大脳の温熱中枢を刺激するセンサーは脊髄にあり、このあたりを冷やすと効果的です。

●すいかやきゅうりなどカリウムの多い食品を食べましょう。カリウムは利尿作用があるため、体の中の余分な水が、汗ではなく尿として速やかに出ていきます。また、尿は「温かい水」なので、体温調節にもなり、その分、体が冷えて汗をかかないですみます。

汗は、イライラ、緊張など精神的なものにも大きく影響します。

ただでさえ暑くて汗をかきやすい時期、リラクセスすることで少しでも汗をかかずにすむようにしたいものですね。



年金は世代と世代の助け合い

元気で活躍しているお年寄りが増えていきます。大変すばらしいことです。

老後の生活を豊かにするには、心も体も健康でなければなりません。

それに、生活をしていける「きちんとした収入がなければ、安心して老後を送ることはできなくなります。

国民年金は、収入の面で老後の生活の柱となる大切なものです。

保険料の納付が大切

国民年金制度で大事なことは、保険料を納めることです。

保険料を納めることは、将来、年金を受け取るための大切な要件であり、年金制度を支えるという大きな役割ももっています。

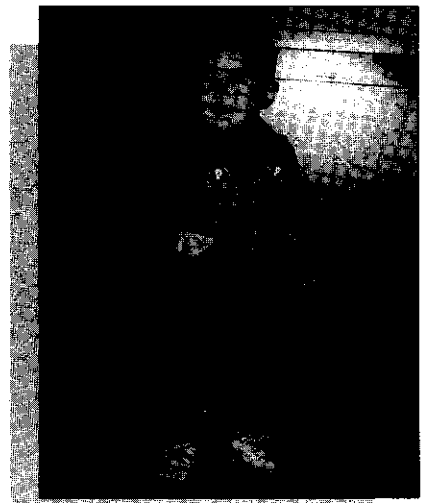
みんなで支え合う年金

働く世代が保険料を納めることによって、お年寄りの年金を支え、同時に次の世代に自分たちも支えられていくという仕組みになっています。

9月日程表

期日	行 事	場 所	時 間	対 象 者
3(木)	健 康 相 談	YLO会館	午前中	
8(火)	機 能 訓 練	"	午前9:30~	
	1才6ヶ月健診	役場2F	午後1:30~	H2. 12~3. 2
17(木)	健 康 相 談	YLO会館	午前中	
18(金)	三 種 混 合	役場2F	午後1:30~	H2. 4~8
	乳 児 健 診	"	"	H3.11 H4. 2、5
22(火)	機 能 訓 練	YLO会館	午前9:30~	
29(火)	歩 こ う 会	小瀬スポーツ公園 瀬戸川		

おいらが大将



蜂須賀正美・加津枝さん
長男 博貴くん(1才9ヶ月)

おめでた・おくやみ

おめでた(出生)

倉見	中村	伊東	川村	川村	川村	柿園	上町	下喜地	武井
衣里	秀達	北斗	星矢	七海	雅成	勝俣	宮下	麻里	雄佑
健二	雅人	満	満	満	典夫	敏雄	謙二	敏雄	長男
続柄	長女	長男	長男	二男	長女	二男	二女	二女	長男

おしあわせに(結婚)

新田 充孝	柿園
釣 美喜江	富山県
渡辺 哲也	本町
宮下 京子	河口湖町

おくやみ(死亡)

高尾 敏・昌之・上町	届出人
新田 宗治・武利・下喜地	

あとがき

子どもたちの夏休みも後わずかと
なり、なんとなくの寂しさがたまたま
この頃です。朝夕の風にも涼しさを感じている
のではないのでしょうか。今月はバルセロナオリンピック
クもあり、選手の活躍にテレビ、新聞などから目が離せない
人が多かったのではと思います。この広報も町民のみ
なさんから毎月読むのが楽しいと言われるよう
に編集していきたいと思えます。ご意見
ご感想をお待ちしております。

人口世帯

平成4年8月1日現在

男	2,296人
女	2,433人
合計	4,729人
世帯	1,282世帯

サークル紹介

歌謡部



私達歌謡部は発足以来西桂町文化協会の中にある小さな部として約10年間歩んで来ました。

上手な歌は唄えませんが、白井晴一先生を中心に現在14名の部員です。目標は楽しくまた全員で励まし合い1ヶ月に新しい歌2、3曲に挑戦することです。みんな真面目で明るく、部のコミュニケーションの場としてすごして来ました。これからも果敢に挑戦して11月の文化の日にはその成果を発表します。ぜひ聞きに来て下さい。

また、文化協会の中にある部ですから町民ならだれでも入部することが出来ます。希望する方は、梶原治郎まで電話をください。 ☎(25)2056

毎月1日は清掃の日です

早朝、各家庭の周辺の清掃をいたしましょう。

納税

8月	町県民税	2期
9月	国民健康保険税	3期

おわびと訂正

前号の年金だよりで繰り上げ請求できるのは「六十五歳後」とありますが「六十歳後」の誤りでした。おわびして訂正します。