

つくみ

生涯を託せるまちづくり



◎F・ピックマラソン大会

1月16日(日)、第10回新春リアスの町つくみF・ピックマラソン大会(福良～網代～赤崎方面)が開催され、市内外から約540名が参加しました。参加者中の最高齢者は、75歳の山本真さん(入船西町)でした。入賞者には、津久見でとれたブリやヒラメが商品としておられました。

- F・ピックマラソン大会…1
- 市町村合併第2ラウンド…2
- 環境ひろば…3
- 所得税の確定申告等…4
- 健康のつとめ&生涯学習フェスティバル…6～7
- 第3回豊後水道絶景ウォーク…8
- トピックス…9
- 福祉情報…10
- 子育て応援だより…11
- お知らせ…12～15
- 中学校のページ…16
- 小規模特認校…17
- こんにちは津久見高校です…18
- 中央病院健康コーナー…19
- 保健だより…20～21
- お誕生おめでとう・2月のこよみ等…22～23
- イベント案内・日直当番…24

新「臼杵市」との合併を目指して

市町村合併
第2ラウンド!!
No.3

市町村合併につきましては、行財政改革とともに、市政の最重要課題として取り組んでまいりました。合併について昨年4月からの主な経緯をまとめてみます。

平成16年5月10日 合併に対する所信表明 (平成16年6月号の市報に掲載)

合併に対する所信として「スケジュール的に大変厳しいものがあるが、新「臼杵市」と平成18年3月までに現行の合併特例法のメリットを受ける合併を目指し、最大限の努力をする。」と公表しました。

平成16年6月25日～8月10日 地域懇談会開催 (平成16年9月号の市報に掲載)

市内15カ所で地域懇談会を開催し、818名の方にご参加いただきました。行財政改革と市町村合併の取組についてご説明し、意見交換を行い多数のご意見・ご質問をいただきました。また、行財政改革と市町村合併についてのアンケートにご協力いただきました。

平成16年7月1日 人事交流スタート

臼杵市とこれまで以上の交流と相互の理解を深めていくため、職員的人事交流を始めました。まずは、津久見市から1名の職員を派遣しました。

平成16年10月18日 臼杵市・野津町へ合併の申し入れ (平成16年11月号の市報に掲載)

臼杵市・野津町へ正式に合併の申し入れを行いました。回答は、「津久見市の合併の熱意や行革姿勢は、理解し評価するが、現行の合併特例法の適用を受ける平成18年3月までの合併は、物理的に無理である。」とのことでした。

津久見市の決断…でも、決してあきらめない

これまでの経緯を踏まえ、関係機関と協議を重ね、諸般の事情を勘案し、総合的に判断した結果、「平成17年3月までに議会の議決をいただき、県に対して合併の申請を行うことは残念ながら困難である。」との結論に至り、昨年の12月議会の冒頭で議員の皆さんにご報告し、ご理解いただいたところです。

現行の合併特例法の適用を受けることができないのは非常に残念であります。しかし、だからと言って合併をあきらめたわけではありません。「新「臼杵市」とできるだけ早く合併を実現させたい」という考えに変わりありません。これまでの努力、津久見市の熱い思いは、必ず早期合併につながるものであると考えております。今年4月からは新しい合併特例法が、5年間の時限法であります。この新しい合併特例法の適用が受けられるよう、これまで以上の取組を進めてまいります。

一歩前進、さらなる前進を

臼杵市・野津町へ正式に申し入れを行ったこと、またその中で、合併の必然性などについて十分ご理解いただいたことは、新「臼杵市」との合併に対し大きく一歩を踏み出したと受けとめております。また昨年の7月からは津久見市から臼杵市へ、今年の1月からは臼杵市から津久見市へ相互に職員の派遣を行い、人事交流を図っており、新「臼杵市」とこれまで以上の交流を深めていきたいと考えております。

これからの住民福祉の向上、地域の活性化のためには「行財政基盤の強化＝行財政改革」と「地域の再編＝市町村合併」は、必要不可欠であります。今後も行財政改革を強力に推進しながら、新「臼杵市」との早期合併を目指し、一日でも早く合併協議の場が設置できるよう鋭意努めてまいりますので、みなさまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

問い合わせ先：合併推進課 ☎82-4111(内線256)

はじめまして 臼杵市から来た麻生です



1月から人事交流の一環で、臼杵市から派遣されました。麻生 幸誠 さんです。

現在は、合併推進課兼行財政改革推進課に勤務していただいています。

(本人コメント)

派遣期間中にできるだけ津久見市民の皆様のお役に立てるよう努力してまいりますのでよろしくお願いいたします。それと、実際はこの写真より「いい男」ですので、お間違いないく…。

平成17年4月から 事業者(商店・事務所など)はごみの出し方が変わります!

現在、津久見市では、事業系ごみ(事業所等から出たごみ)についても、家庭からのごみと同じ集積所で市が収集しています。しかし「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」の第3条で「事業者は、その事業活動に伴って生じた廃棄物を自らの責任において適正に処理しなければならない」と規定されていることから、事業系ごみについては、平成17年4月から市が収集せず、事業者が自ら適正に処理していただくこととなります。

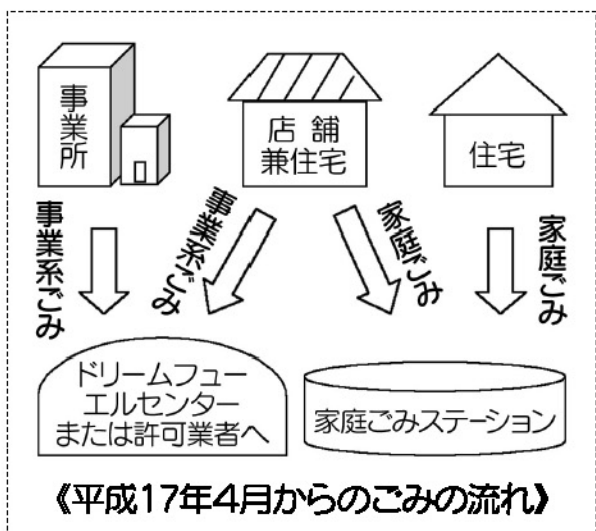
このことは、商店・事務所などから発生するごみ、うばめ園分場で引き取っているダンボール等のリサイクル紙についても、地域のステーションに出したり、うばめ園分場に直接持ち込みができなくなるということです。ごみの出し方としては、事業者自ら(または従業員)がドリームフューエルセンターへ直接持ち込む(有料)か、市長の許可を受けている収集運搬業者(右記に記載)に委託して処理をするような方法になります。したがって、事業系ごみ(可燃・不燃ごみとも)については、家庭ごみの集積所に出すことはできません。

また、店舗兼住宅(1階部分が商店で2階部分が居住スペースのような場合)においても、可能な限り、家庭から出るごみと事業系ごみについての分割をしていただき、家庭から出るごみについては、市の収集へ、事業系ごみについては指定の処理方法で処理していただきますようお願いします。

※ただし、次の地域は特例(市中心部からの距離が遠く収集業務が不便なため)として、当分の間は適用しないこととします。

- ①保戸島及び無垢島地区
- ②半島部(刀自ヶ浦～間元、高浜まで)、八戸地区

事業者皆様方のご理解とご協力をお願いします。



●ごみの出し方に関する問い合わせ先
環境保全課清掃係 ☎82-9513

環境ひろば No.35

(有)オアシス (港町6番7号)	☎82-8153
(有)大分クリーンサービス (大字津久見8047-1)	☎82-4985
(有)協栄商事 (地蔵町6番17号)	☎82-4188
田仲商店 (岩屋町10番1号)	☎82-5203
(有)津久見環境センター (大字津久見5883-5)	☎82-1367
(有)ティーアイコーポレーション (徳浦本町2番16号)	☎82-0878

うばめ園リサイクル日程

平日午前9時から午後4時までに限り、うばめ園分場(市民会館先下水道終末処理場前)への持ち込みもできます。ただし12時から13時までの間は昼休みですのでご注意ください。行事等で休みの場合がありますので事前に電話(☎82-2898)でご確認ください。

2月 7日(月)	川内・青江・川上・畑・岩屋口
2月 8日(火)	西ノ内・中田(中田町1・2番を除く)
2月 9日(水)	彦ノ内・岩屋・大友
2月10日(木)	警固屋・入船
2月14日(月)	四浦
2月15日(火)	中央・高洲・福
2月16日(水)	宮本・上宮本・立花・中田町(1・2番)
2月17日(木)	千怒
2月18日(金)	西ノ内・中田(中田町1・2番を除く)
2月21日(月)	堅浦・徳浦
2月22日(火)	彦ノ内・岩屋・大友
2月23日(水)	宮本・上宮本・立花・中田町(1・2番)
2月24日(木)	川内・青江・川上・畑・岩屋口
2月28日(月)	警固屋・入船
3月 1日(火)	中央・高洲・福
3月 2日(水)	千怒
3月 3日(木)	堅浦・徳浦
3月 4日(金)	宮本・上宮本・立花・中田町(1・2番)
3月 7日(月)	川内・青江・川上・畑・岩屋口
3月 8日(火)	西ノ内・中田(中田町1・2番を除く)

所得税の 確定申告と納税は 3月15日までです

正しい確定申告をお早めに

所得税は、あなた自身が所得と税金を計算して納税する申告納税制度をとっています。所得金額や税額を正しく計算し、申告も納税も期限内にお済ませください。

なお、税務署では「自書申告」を推進しておりますので、できるだけご自分で申告書を作成し、郵送で提出していただくようお願いいたします。



所得税の確定申告をしなければならない方

- ①事業所得や不動産所得などがある方で、昨年中の所得の合計額が基礎控除、配偶者控除、扶養控除などの所得控除の額を超える方
- ②サラリーマンで、給与の年収が2,000万円を超える方や、給与所得や退職所得以外の各種所得が20万円を超える方など

医療費控除を受ける方へ

医療費控除の対象とされる医療費とは、その年中に支払った次のようなものが該当します。

- ①診察・治療・出産のための診察費用、入院費用
- ②治療または療養に必要な薬代（一般の薬局で購入したものもOK）
- ③通院や入院のための交通費

なお、これらの支払額のうち、保険金等で補てんされる部分の金額を差し引いたものを医療費の「負担額」として計算します。

あらかじめ、診察・治療・出産などにかかった費用（領収書）を各病院ごとにまとめ、計算しておいてください。そうすれば、申告が早く済みます。

※申告書の書き方などで、お分かりにならないことがありましたら、税務署や税務相談室にお気軽にお尋ねください。

○問い合わせ先：白 杵 税 務 署 ☎63-8524
税務相談専用電話 ☎62-3091

市県民税・国民健康保険税・介護保険料申告相談

市から個人宛に市県民税・国民健康保険税・介護保険料を送付します。申告書と必要書類を持参のうえ、必ず会場においでください。詳しくは、同封の説明書をお読みください。

なお、確定申告をされる方、または事業所から源泉徴収票を提出された方は除きますが、他に所得のある方は申告してください。

申告相談日程	月	日	曜日	開催地区等	会場	時間
	2	3	木		所得稅還付申告	市役所大会議室
15		火		赤崎	赤崎公民館	9:30~11:30
				鳩浦・荒代	鳩浦公民館	9:30~11:30
				日代	福良公民館	13:00~16:00
16		水		松ヶ浦・狩床・西泊 間元・大元・高浜	狩床公民館	9:30~11:30
				刀自ヶ浦・久保泊・深良津	久保泊公民館	9:30~11:30
				落ノ浦・田ノ浦・摺木	四浦出張所	13:00~15:00
17		木		保戸島	地区集会所	9:00~16:00
18		金		長目	長目公民館	9:30~11:30
				西ノ内		13:00~16:00
21		月		所得稅確定申告 稅務署来庁	市役所大会議室	9:00~16:00
22		火				
23		水				
24		木				
25		金				
28	月		川上・徳浦			
3	1	火		宮本・入船		
	2	水		彦ノ内・堅浦		
	3	木		千怒		

詳細は…税務課 課税係へ

☎82-4111(内線127・126)

贈与税の申告と納税
2月1日(火)~3月15日(火)

個人事業者の
消費税・地方消費税
申告と納税 3月31日(木)まで

—個人事業者の方へ—

消費税及び地方消費税の確定申告と納税は正しくお早めに

消費税の課税事業者に該当する個人事業者の方の、平成16年分の消費税及び地方消費税の確定申告は、平成17年3月31日(木)が申告・納付の期限となっています。

なお、平成16年分の課税売上高が1,000万円を超える個人事業者は、平成18年分の消費税等申告と納税の義務が発生しますから、必要な手続きを速やかにお願います。

詳しくは白杵税務署までお問い合わせください。

健康のつどい&生涯学習フェスティバル開催

家族そろって楽しめる催し物を準備して、みなさんのお越しを待っています。

とき 3月5日(土)

ところ 津久見市民会館



お猿ちゃん&ワンちゃんわくわくショー

大ホール

9時45分オープニング

10時00分~10時30分

お猿と犬のわくわくショー(ハードル飛びや玉乗りなど)

10時30分~11時30分

アテネパラリンピックセーリング(ヨット)出場

麻生恒雄氏 講演会 演題 「夢に向かって風に向かって」

11時30分~12時00分

椋の美少年少女合唱団ミニコンサート

12時00分~

第3回減塩漬付け物コンテスト表彰式



麻生恒雄(あそう つねお)氏

麻生恒雄氏プロフィール

昭和28年10月10日生。

平成2年3月津久見市役所を退職し、翌年大分県立盲学校に入学。在学中全国身体障害者スポーツ大会(山形国体)に出場し、走り幅跳びで金メダル、水泳50メートル平泳ぎで銀メダルを獲得。平成7年の福島国体ではグラウンドソフトボールに出場。平成12年の富山国体でも金メダル2個を獲得。そして昨年ヨット競技でアテネパラリンピックに出場。現在、上宮本町の自宅で治療院を開業し、母、妻と三人暮らし。

1階ホワイエ

健康相談コーナー 10時~15時

各種測定

【血圧・身長・体重・体脂肪・握力・頸動脈エコー】

健康相談/減塩漬付け物コンテスト等

※市民会館の催し物の入場はすべて無料です。



1階 第2会議室

公民館教室作品展示発表

生花、青年生花、盆栽クラブ、パッチワーク、手芸教室

公民館教室に応募して、月2回の教室で9か月間勉強した生徒と、卒業後自主教室でさらに腕をあげた生徒がこの日のために一生懸命作り上げた作品などを展示しています。



1階 展示ホール

絵画、書道、俳画

手作りおやつ販売 協力:津久見市女性団体連合会

パソコンを使って絵を描いて遊ぼう。

協力:NPO法人 津久見シニアウェブ



市民会館前広場

昼食コーナー

ヘルスマイト

- *ひじき飯……………250円
- *減塩味噌汁………100円

公民館教室

- *カレーライス…250円
- *ぜんざい……………100円

玄 関

販売コーナー

とよみ園

花苗・切花・ゆがふ昆布の販売
廃油石鹸の販売

あけほの作業所

クッキーの販売
調味料の販売 不用品バザー

●問い合わせ先：生涯学習課 公民館係 ☎82-2469
健康推進課 健康づくり係 ☎82-9523

オールジャパンウォーキングカップ認定大会 ツーデーマーチ (期日:平成17年3月12日・13日)

第3回 豊後水道絶景ウォーク《申込受付中!》

- 期 日：平成17年3月12日(土)・13日(日) ※雨天決行
- 会 場：日代小中学校グラウンド(スタート・ゴール)
※駐車場は、会場周辺に用意しています。
- 参加資格：健康で体調の良い人(小学生以下は保護者同伴)
※介助の必要な方は、介助者の同伴が必要です。
- 持 参 物：弁当、飲み物、マイコップ、帽子、健康保険証(写)
- 免責範囲：十分に体調を整えて参加してください。万一事故が発生しても、傷害保険の範囲及び応急処置以外の責任は負いません。



昨年行われたウォーキング大会

- 申込期限：2月19日(土)まで
※締切後も受付を行います。大会誌の参加者名簿には記載されません。
- 申込方法：【郵便振込みによる申込】
参加申込書(払込取扱票)に参加料等を添えて郵便局で申し込んでください。
※3名以上で申込みされる場合は、参加申込書(払込取扱票)を追加請求するか、代表者名で全員分の参加料等を振り込み、参加者全員の必要事項を記入した申込書(参加者一覧表)を作成のうえ、実行委員会事務局まで送付してください。

【直接申込】

参加料等を持参のうえ、実行委員会事務局(市役所商工観光課)へお申込みください。

- 参 加 料：大人1,500円、中学・高校生500円、小学生以下200円
※当日申込みは、大人2,000円、中学・高校生700円、小学生以下300円となります。
※5kmコースは、大人1,000円(当日1,500円)、高校生以下200円(当日300円)です。
※参加を取り消されても参加料は返却できません。参加料には、ゼッケン・大会誌・大会バッチ・記念品・コース地図・傷害保険料等が含まれています。
- 主 催：社団法人日本ウォーキング協会、大分県ウォーキング協会、豊後水道絶景ウォーク実行委員会
- 共 催：津久見市、上浦町、津久見市観光協会、豊後水道ウォーキング協会
- 後 援：津久見ライオンズクラブ、津久見ロータリークラブ、JR九州、大分合同新聞社、日刊スポーツ新聞社

●コース・受付・出発式・スタート時間

【第1日目 3月12日(土)】

コース	受 付	出発式	スタート
30km	7:30	8:10	8:30
20km	9:00	9:40	10:00
13km	9:00	9:40	10:00

【第2日目 3月13日(日)】

コース	受 付	出発式	スタート
40km	7:00	7:45	8:00
28km	8:00	8:40	9:00
13km	9:00	9:40	10:00
5km	9:00	9:40	10:00

●弁当のご案内

参加者には、おにぎり3個を1食300円で販売しますので、参加料に添えて申込みください。当日の販売も行いますが、数に限りがありますのでご了承ください。

**申込及び問い合わせ先：豊後水道絶景ウォーク実行委員会事務局
(市役所商工観光課内) ☎82-9521**

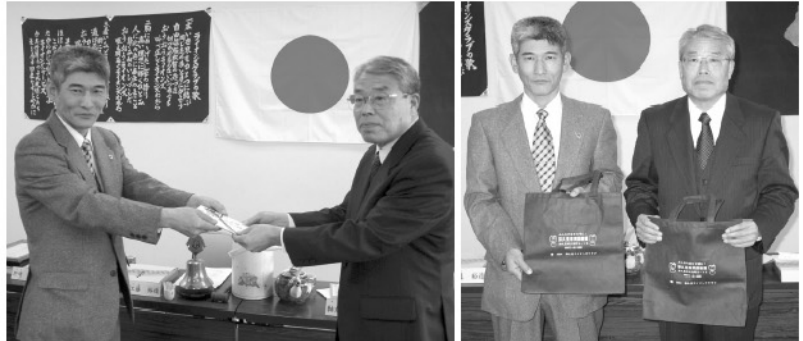
TOPICS

韓国プロ野球団斗山ベアーズ 春季キャンプ調印式



◎1月14日(金)、韓国プロ野球団斗山ベアーズの春季キャンプ調印式が行われました。2月28日までキャンプが行われます。

ライオンズクラブから寄付をいただきました



◎12月21日(火)、津久見ライオンズクラブ(江藤裕造会長)がF・ビックマラソン実行委員会に寄付金を、また市民図書館に図書袋千枚を寄贈していただきました。ありがとうございました。

津久見市消防特別点検



◎1月8日(土)、消防特別点検が市営グラウンドと津久見港で開催され、人員服装点検・機械器具点検・放水点検などが行われました。

ジュニアオリンピック フェンシング大会で優勝



◎1月14日(金)、JOCジュニアオリンピックカップフェンシング大会エペの部で優勝した河野真衣さん(津久見高校二年生)が報告に訪れました。

冬祭り実行委員会から 寄付をいただきました



◎12月27日(月)、冬祭り実行委員会から、冬祭りの中での募金を寄付(市の災害復旧に使ってくださいとの理由)していただきました。

平成17年津久見市成人式 新成人293名(男性161名、女性132名)のうち 248名が出席しました



◎1月9日(日)、平成17年津久見市成人式が市民会館で行われました。今年、市内で成人を迎えられた方293名(男性161名、女性132名)のうち248名が出席しました。成人者代表の答辞を足立義典さん(写真右)が読み上げ、20歳からのメッセージを黒岩紗弥香さん(写真右から2枚目)が意見発表しました。



◎12月20日(月)、小さな親切運動大分県本部(津久見支部長…松岡末義氏)から、車椅子を一台寄贈していただきました。あたたかいご厚意ありがとうございました。(この車椅子は、福祉事務所の窓口で使わせていただきます)

福祉情報 パワーアップ

2月のこよみ
ふれあい福祉センター
毎週金曜日の10時～15時
社会福祉協議会

修学資金貸付制度のお知らせ

- 対象：高等学校、高等専門学校、専修学校、短期大学、大学に入学予定または在学中の方で、日本学生支援機構(日本育英会)や県・市奨学金等からの借入が困難な方
※ただし、所得・世帯状況によっては、対象とならない場合があります。
- 返済期間：学校卒業後6ヵ月以内の据置で最高10年の返済となります。
- 申込受付：年間随時行っています。 ※利子は無利子です。
- 問い合わせ先：社会福祉協議会 ☎82-5000

風車のチャレンジ教室

- 日時及び内容
2月13日(日)10時～12時 ビーズ等の手作り小物
3月13日(日)10時～11時30分 歌や楽器演奏など
- 場 所：臼杵市障害者交流センター「すくらむ」
- 対象者：障がいのある(知的・身体・精神を問いません)中学生以上の方で、津久見市・臼杵市に在住の方
- 申込及び問い合わせ先
さぼーとセンター風車 ☎63-5888

福祉フォーラムinけんなん

- 「地域でともに生きる」をテーマにフォーラムを開催します。皆様の参加をお待ちしています。
- 日時：2月20日(日)13時～
 - 場所：臼杵市民会館小ホール
 - 問い合わせ先
福祉フォーラムinけんなん実行委員会
☎63-5888

「知的障害者デイサービスセンター」に名前を付けてください!

平成17年8月のオープンを目指し、千窓に知的障害者デイサービスセンターの建設をしています。知的障害者のデイサービスセンターは、地域において就労が困難な在宅の知的障害者が通所して文化的活動、機能訓練等を行うことにより、その自立を図るとともに生きがいを高めることなどを目的としています。今までは、臼津地区でこのような施設がなく各方面からの期待を受けているところです。現在、うばめ園で行っている通所授産事業も40名の定員を満ち、今後養護学校などの卒業生や在宅の障害者の入所希望が予想されるため、サービスの基盤整備をするものです。

このたび8月のオープンに向け、知的障害者デイサービスセンターの名称を募集することになりました。市民の皆様からの素敵な名前をお待ちしています。下記あて先まで住所、氏名、電話番号、施設の名称を記入し、はがきまたはFAXで、2月28日までにお寄せください。なお、命名採用者には記念品を、優秀な作品には参加賞をお贈りします。発表は市報4月号でお知らせします。

- 申込先：通所授産所うばめ園(大字上青江3549番)
☎82-2642 FAX82-2296





子育て応援だより No.20



★子育て支援係★

育児サークル「じゃん・けん・ぼん」

寒さの厳しい季節が続いています。2月3日節分に「鬼は外・福は内」と元気な声で豆まきをすると、暦の上では、もう春ですね。「じゃん・けん・ぼん」では、春を先取りしおひなさまを作ってみることにしました。一緒に作りませんか。

- 日 時：2月16日(水)10時～11時30分 ●場 所：児童館フラワーキッズ(地藏町4-10)
- 対象者：0～5歳児の親子 ●内 容：おひなさま作り&絵本の読み聞かせ
- 問い合わせ先：福祉事務所 子育て支援係 ☎82-9519

2月の児童館活動 (問い合わせ先：なのはな児童館☎82-7287)

- ◎やまびこクラブ ※1回の利用料(教材費含む)300円を徴収します。
- 日 時：2月 3日(木)10時～12時(豆まき)、2月17日(木)10時～12時(運動遊び)
- 活 動：季節や子どもの発育に応じた保育の設定。子育ての情報提供や保護者相互で相談支援を行う。
- ◎いもっこクラブ
- 日 時：2月4日(金)(豆まき)、2月11日(金)(リズム体操)、2月25日(金)(おひなさま作り)
※時間はすべて10時30分から13時30分までです。
- 活 動：子育て中の保護者同士で、相互相談活動や季節などに応じた遊びや行事に取り組む。

☆今月のおすすめ本☆

◎「あかたろうの1・2・3の3・4・5」(偕成社) 文・絵：北山 葉子

内 容：ある日、「あかたろう」が家に帰るとお母さんがいません。「あかたろう」は、お母さんと買い物に行く近所のお店屋さんに次々に電話をしますが、どのお店もお母さんは帰ったばかりです。次のお店も帰ったばかりでさびしくなった「あかたろう」は、おばあちゃんの家で電話をします。「えーっとおばあちゃんも1・2・3の3・4・5」と電話をします。すると、おばあちゃんの家も帰ったばかりです。お母さんが帰ってくるまでの心細さと、お母さんが帰ってきたときの嬉しい気持ちが伝わってきます。



一年で一番寒い時期は2月だと言われていますが、子ども達は寒さなんか、なんのそので元気に外で遊んでほしいものです。

とは言っても空気は乾燥するし、気温は低いで、風邪をひきやすい条件が重なりますが、家の中でゲームばかりではなく、戸外でできる親子の遊びを考えてみてはいかがでしょうか？おうちに帰ったら、温かい飲み物でからだを温めてください。



●子育て支援係ホームページ

<http://www.city.tsukumi.oita.jp/kosodate/h15main.htm>

●子育て支援係専用相談電話のご案内 ☎82-9633

お知らせ

2月の納税

- 国民健康保険税⑩
- 固定資産税④

市営住宅入居者募集

ただいま市営住宅の入居者を募集しています。申込用紙は市民生活課の窓口にて用意しています。

入居者の資格として、①現に同居し、または同居しようとする親族があること。②①の者の収入が一定の金額を超えないこと。③住宅に困窮していることが明らかかな者であること。④市税等の滞納がない者であること、などが必要となります。

なお、市営岩屋口B住宅については、高齢者などの世帯であることを募集の条件とします。

詳細については、都市建設課管理係(☎82-9515)へお問い合わせください。

※申込みの際、給与所得者は源泉徴収票の添付もお願いいたします。

《平成17年2月募集》

2月25日(金)締切

▼市営岩屋口B住宅(平成9年度建設、3階建、2DK)

※高齢者などの世帯対象です。単身での入居も可能です。大字上青江1303番地

1戸(1階)Cタイプ 住戸面積 50.1㎡

15300〜25300円

▼市営千怒C住宅(昭和51年度建設、4階建、3DK)

大字津久見3555番地 2戸(2階・4階) 住戸面積 54.8㎡

11700〜19300円

※市営千怒C住宅については、2階または4階いずれかでの申込みに限ります。

大学生の部市奨学生募集

平成17年度大学生の部の奨学生を募集していますので、希望される方はお申し込みください。

▼応募資格 大学生、短期大学生、高等専門学校4〜5

学年生、保健師、看護師、准看護師、言語聴覚士、理学療法士、作業療法士、社会福祉士

▼申込期限 3月31日(木)

▼貸与金額 ①大学生、短期大学生、高等専門学校4〜5学年生：月額20000円

※他の奨学資金を受けている方は月額10000円。

②小・中学校教員志望：月額32000円

③保健師、看護師：月額28000円

④准看護師：月額20000円

⑤言語聴覚士、理学療法士、作業療法士、社会福祉士：月額28000円

※②〜⑤に該当する方で他の奨学資金を受けていても月額の貸与額は同じです。

▼貸与期間 正規の修業年限まで

▼返還方法 貸与期間の終了した月の翌月から起算して、1年を経過した後から年賦または半年賦で返還

▼返還期間

○短期大学生、高等専門学校4〜5学年生の奨学資金を受けた方(6年以内)

○大学並びに保健師等の奨学資金を受けた方(12年以内)

○小・中学校教員の奨学資金を受けた方(20年以内)

※卒業(資格取得)後市内に住み、市内の事業所に勤務する方について一定の条件を満たせば、返還金額の4分の3を免除することがあります。詳細については、お問い合わせ

ください。

▼申込及び問い合わせ先 教育委員会管理課 ☎82-9525

大分大学からのお知らせ

▼大分大学大学院福祉社会科学部 学研究所修士課程学生募集

▼申込期間 2月7日(月)〜2月10日(木)

▼試験日 2月19日(土)

▼申込及び問い合わせ先 大分大学学生支援部入試課 入試企画係(大分市大字旦野原700番地) ☎097(554)7519 ☎097(554)7472

県立農業大学校 農学部第二次学生募集

新大学校制度のもとで、時代のニーズに対応した優れた農業の担い手及び農村地域の指導者等を養成するため、学生を次のとおり募集します。

▼募集学科 総合農学科、園芸学科、畜産学科いずれも若干名

※希望学科の記入については、必ず第2希望まで記入をお願いします。

▼申込期間 2月21日(月)〜3月7日(月)

▼試験日 3月14日(月)

▼申込及び問い合わせ先 大分県立農業大学校(三重町大字赤嶺2328-1) ☎0974(22)7584 ☎0974(22)6387

点訳・音訳講習会 受講者募集

大分県では、視覚障害者の方々に提供する点字図書・録音図書の製作などに協力していただくボランティア養成講習会を開催します。

▼実施講習会日程

○点訳奉仕員に対する講習会(点訳講習会)：15名程度

平成17年4月〜18年3月毎週木曜日の10時〜12時

※週1回行い延べ40回

○音訳奉仕員に対する講習会(音訳講習会)：15名程度

平成17年4月〜18年3月毎週火曜日の10時〜12時

※週1回行い延べ32回

▼応募資格

○原則として、講習会を毎回受講できる者

○講習会終了後は大分県点訳朗読奉仕の会に加入し、継続して点字図書館における点字図書、録音図書の製作などに協力できる者

○点訳、音訳に必要なレベル

の国語知識(文法、漢字、発音、アクセントなど)を有する者

○点訳受講者は、パソコンの基礎的な操作ができる者

▼受講会場 大分県点字図書館 館研修室

▼受講料 無料
※資料、用具などは自己負担になります。

▼申込方法 はがきに講習会名(点訳または音訳のいずれか)、住所、氏名、年齢、電話番号を明記のうえ申込みください

▼申込期限 2月15日(火)必着
▼申込及び問い合わせ先 大分県点字図書館(大分市金池町3-1-75)

☎097(538)0399

豊後水道絶景ウォーク 清掃ボランティア募集

今年で3回目となる豊後水道絶景ウォークが、3月12日と13日の2日間、四浦半島を舞台に開催されます。この大会には、毎年全国各地から多くのウォーカーが参加され、この景色の良いコースを気持ちよく歩いていただくため、事前にボランティアによる清掃活動(ごみ収集)を企画しました。市民皆様方のご参加と

ご協力をお願いします。

▼活動日時 3月6日(日) 9時~11時
※集合時間は8時30分です。
※小雨でも決行します。

▼集合場所 日代小学校グラウンド

▼問い合わせ先 環境保全ボランティア子ねずみ(田中義則) ☎84-9456
つくみ環境美化グループ(重松真) ☎82-4569

はなしなしか市民公開講座

近年、全国的に幼稚園、小学校など教育現場を中心としてフッ素を応用した洗口(フッ素洗口)が展開されています。このフッ素洗口は、むし歯を効果的にかつ安全に予防できる大変優れた手法とされています。

しかし、残念ながら大分県においてはこの分野に関してかなり出遅れています。そこで、このフッ素効果そして安全性を明らかにし、フッ素に対する理解を深めていただき、フッ素を上手に利用してむし歯予防に取り組んでいただくことを目的に公開講座を企画しました。

▼日時 2月27日(日)12時30分
開場、13時開演

▼場所 トキハ会館5Fロビーの間(大分市府内町2-1-4)

▼定員 500名
▼入場料 無料

▼問い合わせ先 大分県歯科医師会 ☎097(545)3151



臼津葬斎場の改修工事について

臼津葬斎場の1号炉改修工事を行っています。工事期間中(2月28日まで)は、何かとご迷惑をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。

▼問い合わせ先 臼津葬斎場 ☎82-7271
白津広域連合 ☎63-0997

大分農業文化公園 入園料無料のお知らせ

大分農業文化公園(火曜日(休園日))の入園料が本年1月から無料になりました。ご

家族連れや子ども会、グループ等のレクリエーション活動にご利用ください。ご来園をお待ちしています。

▼連絡先 大分農業文化公園 ☎0977(28)7111 FAX 0977(28)7119

2月は、相続登記はお済みですか月間です

▼期間 2月1日~28日
※ただし、土曜日・日曜日・祝日は休みです。

▼相談窓口 各司法書士事務所

▼相談内容 遺産分割、遺言、相続分など相続にまつわる問題と登記手続
※期間中の相談は無料です。

▼問い合わせ先 大分県司法書士会 ☎097(532)7579

史談会史跡めぐり

弥生町の代表的な史跡を探訪します。県や町指定の文化財を中心に、観光とは違った歴史的視点で史跡を巡ります。

▼日時 3月6日(日) 9時市役所前出発
▼行き先 光林庵十三仏、河野家重制石幢(六地藏塔)、床木の板碑、蠅蝗衆蟲供養

市民図書館「話題の本」

☆日暮らし(上)・(下).....宮吉浅
☆7月24日通り.....部田野
☆大奥 第一章.....みゆき一子

この他にも週1回のペースで本を購入しています。市民図書館にぜひ足をお運びください。

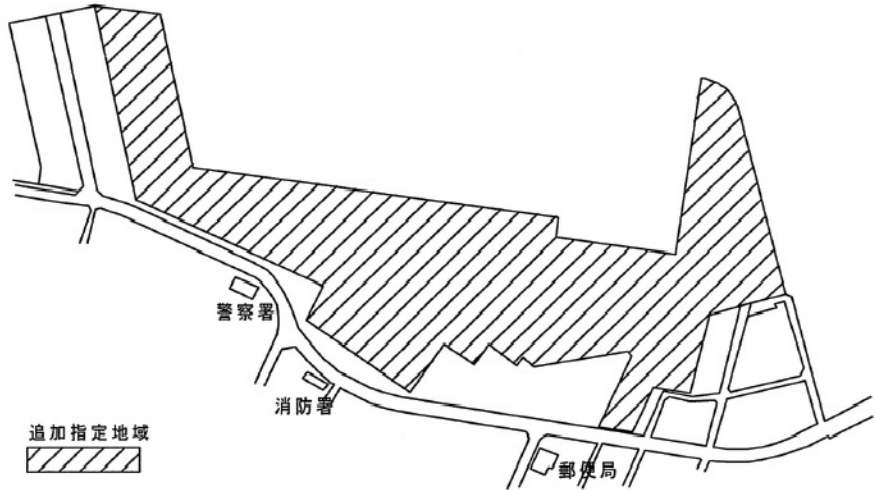
市民図書館の電話番号は ☎85-0080です

塔、西運寺山門など、堤内の宝篋印塔、洞明寺のナギ、出納藤左衛門墓、八坂神社のハナカガシ林、須平庚申塔、磨崖石塔など
▼参加費 会員2000円 非会員2500円
▼準備する物 歩きやすい靴、弁当、水筒
▼募集人員 先着60名
▼申込期限 2月25日(金)
▼申込先 会長 酒井 博 ☎82-3697

騒音・振動及び悪臭規制地域の追加について

騒音規制法・振動規制法及び悪臭防止法に基づく規制地域について、平成17年1月1日から津久見港(青江地区)埋立地が追加指定されました。追加指定地域での特定施設の設置や特定建設作業を実施する際は、届出が必要です。

詳しくは、環境保全課公害係(☎82-9513)までお問い合わせください。



水道管にも寒さ対策を！ 気温が氷点下4℃以下になると水道管が凍り始めます

気温が-4℃以下(風当たりの強いところでは-1℃~-2℃以下)になると、水道管が凍結したり、破裂しやすくなります。

こうした事故を未然に防ぐため、露出した水道管には保温材や厚手の布を巻きつけ、冬の寒さに負けないよう準備しましょう。

水道管が凍ってしまったら、凍った部分にタオルをかけ、上からゆっくりぬるま湯をかけてください。急に熱湯をかけると、管や蛇口が破裂することがありますのでご注意ください！

ご自宅の水道管が破裂したら、破裂した箇所にタオルなどを巻きつけて漏水を防ぎ、メーターボックス内にあるバルブを閉めるなどの応急処置をして、最寄りの水道工事業者へご連絡ください。その他ご不明な点は下記までお問い合わせください。

- 問い合わせ先
市役所水道課 ☎82-7246(工務係)82-9517(業務係)



水道管にビニールテープを巻く



ぬるま湯を水道管にかける

「農業」を始めませんか！ 津久見「トントン」プラン(“夢耕作人”募集)

現在、耕作放棄農地の増加が深刻な状況です。農地はいったん遊休化すると数年たたないうちに農地性を失い、耕作可能な農地への復旧には多大な労力が必要となります。先祖から受け継がれた果樹園地等が、廃棄園地に変わろうとしている中、農業委員会では農林振興課及び関係機関と連携し「団塊の世代」定年退職者等の新規農業参入への本格的勧誘を図ることにより、現況の耕作放棄農地の解消を目指します。

- 趣 旨：定年退職者の方を中心に「生きがい」「楽しみ」など就農への呼びかけを行います。担い手不足等で耕作できなくなった条件のいい優良な農地を「モデル農地」として紹介し、専門家による耕作指導を行っていく。

- 主 催：津久見市農業委員会、津久見市農林振興課
- 推進団体：大分県農業振興普及センター、おおいた県南柑橘連合会
- 問い合わせ先：津久見市農業委員会 ☎82-4111(内線310)



～2月は「省エネルギー月間」です～ 今日から始めよう 冬の省エネ!

●家庭でできる冬の省エネ10ポイント

- ①暖房の温度は20℃に。②暖房をつけっぱなしにしない。③暖房機器の温度はこまめに調整。④人のいない部屋は消灯。⑤テレビをつけっぱなしにしない。⑥使わない電気製品はプラグを抜く。⑦お湯やシャワーの使いすぎに注意!⑧給湯温度は低温に。⑨温水洗浄便座は温度調整。⑩無用なアイドリングはストップ。

●問い合わせ先：(財)省エネルギーセンター九州支部 ☎092-431-6402

津久見市パソコン教室参加者募集

津久見市パソコン教室の参加者を募集します。参加を希望される方は、下記日程の中から希望するコースを選んで、津久見市公民館(☎82-2469)までご連絡をお願いします。今回は初級と中級コースになります。

●受講者数：1教室10名 ●講習時間：9時間(1日3時間の3日間)

●受講条件：①津久見市在住の方 ②一般社会人 ③期間を通して出席できる方
④キーボードを打ってマウスを扱える方(中級コースのみ)

●受講料：無料(ただし、資料代500円程度をいただきます)

●講習内容：Aコース(初級)…インターネットとメール送受信
Bコース(中級)…簡単なチラシの作り方、絵はがきの作り方

●申込期限：Aコース…2月16日(水) Bコース…2月28日(月) ※定員を超えた場合は抽選を行います。

●講習日程

コース名	講習日数	時間	日程	会場
Aコース	3日間	18:30～21:30	2月21日～2月23日	津久見市公民館
Bコース	3日間	18:30～21:30	3月7日～3月9日	津久見市公民館



総合型地域スポーツクラブの設立に向けて!

市報やアンケートを通じ、事務局にご質問がいくつかきていますので代表的なものについてお答えします。

Q 総合型地域スポーツクラブってどういう人を対象にするんですか?

A. 「現在スポーツを楽しめていない人」・「運動不足で健康のためにも何か運動したいなと思っている人」を対象に講座を組みたいと考えています。スポーツをすることで皆さんの健康増進・体力作りに役立ててもらいたいということが願いです。またストレス解消という観点で、将来的には文化活動も枠組みの中に入れ活動していければと考えています。

Q 場所はどこでするんですか?

A. 千怒の体育施設や学校の体育館、または地区の公民館等身近なところのできるのが理想です。現在活動されているクラブや教室等とバランスをとりながら、あいている時間を有効活用したいと考えています。

Q 事務局って誰がやってるんですか?

A. 右の写真の方々です。

※準備委員会事務局では、お手伝いいただける方、講師として講座を持ってみようという方を募集しています。総合型地域スポーツクラブの考え方等をご説明しますので、ご連絡をお待ちしています。



●問い合わせ先：津久見市体育協会総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会事務局 (教育委員会 生涯学習課 スポーツ振興係内) ☎82-9527

中学校のページ No.5

保戸島中学校



保戸島中学校の紹介

奈良時代に編さんされた豊後風土記に保戸島を含むこの地域一帯は、穂門郷として記され、保戸島の地名の由来はそこにあるといわれています。校歌にも「金の竜踊る朝の光満つ穂門の海原」と歌われ、古へ昔のロマンをかき立てられます。

本校は昭和二十二年保戸島村立保戸島中学校として、村役場の二階、法照寺、海徳寺、青年クラブを使って生徒数十名で開校しました。生徒数が最も多かったのは、昭和三十七年で三百名でした。

現在、生徒数は十六名です。「平和を愛し心豊かで自ら学ぶ意欲に満ちた生徒の育成」を学校教育目標に掲げ、「活気のある学校」をキャッチフレーズに毎日の教育活動に取り組んでいます。今年度は「自信と人への信頼を深める総合的な学習」に触れ合い、人の力となる体験活動を通して「」を研究テーマに市教研助成一年次の研究を進めています。

地域との触れ合いを大切にした教育活動

幼小中合同の運動会では、中学生を中心として、みんなの心が一つになり、すばらしい運動会を作り上げました。高齢者との触れ合いを深めるために、生徒会が運動会の招待状を送り招待しました。

夏祭りには、中学生、教職員ともに参加し、御輿を担ぐなど祭りを大いに盛り上げました。

敬老の日にあわせ、総合的な学習の時間のテーマに基づいて島内の高齢者の力になることは何かを考えて、事前に作成したメッセージを高齢者の方々に届けました。生徒は高齢者から、いま困っていることを聴き取るなど触れ合いを深めました。



文化祭は、総合的な学習の時間の発表の場としてとらえ実施しました。総合のテーマと関連付け、高齢者に喜んでもらうために、バザーを実施しました。事前準備として、郷土料理のひじき飯の作り方を教えていただくなど、物心両面にわたり地域の方々の協力を得ました。十二月には、デイサービスセンターを訪問し、高齢者の方々と楽しいひとときを過ごしました。

家庭との連携による教育活動

保護者は、学校に対して協力的で、生徒会行事である「す

べり清掃」「島内一斉清掃」「空き瓶回収」などに参加していただきました。また、今年台風により、教室のガラスが割れ雨水が校舎内に入り込むなど大きな被害を受けましたが、保護者の協力により、早めに授業を再開することができました。

幼小中連携教育の推進

- ・ 幼小中合同運動会
- ・ 幼児育成会への訪問
- ・ 幼児と一緒に清掃作業
- ・ 家庭科の保育実習
- ・ 合同避難訓練の実施
- ・ 中学校の文化祭へ園児・児童が参加
- ・ 交流授業の実施及び英語活動、体育の授業への中学校教員の参加など

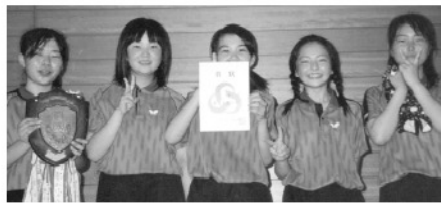


部活動の様子

生徒数の減少に伴い、サッカー部(男子)、卓球部(女子)の二つの部だけになりました。サッカー部は昭和三十年に県総体に初出場して以来、輝かしい歴史を刻んでいます。本年度も十一名で見事、県総体出場を果たしました。



卓球部は、県総体に二年連続(個人戦)で出場するなどがんばっています。



小規模特認校で伸び伸び教育を

小規模特認校の紹介

☆自然環境に恵まれ、一人一人個に応じた教育が受けられます。



問い合わせ先：津久見市教育委員会 学校教育課
☎82-9526

越智小学校



少人数の中で、地域と密着した活気のある教育活動を行っています。学習発表・四季折々の自然を題材にした俳句づくりなどを通して豊かな感性と表現力を育むことにも力を入れています。

全校児童10名の久保泊小学校です

本校の自慢できることは、
☆学校仲良し会の活動が盛んです。いかた遊びや三が浦探険等の楽しい行事や、毎月のクリーン作戦、人権の花作り等のボランティア活動にも主体的に取り組んでいます。
☆お互いに教え合い、励まし合いながら一輪車の技に挑戦しています。運動会での一輪車ショーやパレードは見ものです。
☆地域に根ざした、地域と共に存在する学校です。学校開き、リレー会、運動会等で地域の人たちとの交流を深めています。
喜んで登校、満足して下校できる学校作りで教職員一丸となって取り組んでいます。



〈運動会で見せた一輪車パレード「ピラミット」です。〉

花いっぱい元気いっぱいの日代小学校です

日代小学校は全校児童26名で、学校の横がすぐ海という豊かな自然に囲まれた学校です。

全校みんなで協力していろいろな活動に取り組んでいます。毎日一輪車に乗って遊び、運動会では全校で一輪車演技とソーラン節をしました。地域の方を招待しての日代遊園地では、地域の方から昔の遊びを教えてもらいました。



津久見市立四浦東中学校

ふるさと四浦で学び元気に伸びる8人の主役たち
☆個に応じた指導、学年をこえて取り組む授業、諸行事、諸活動
☆明るく楽しい学びの場で、四浦を愛し、四浦を誇りにする豊かな人間性の育成



日代中学校

英語・数学の個別指導成果も着々と。

本校では生徒数が少ないメリットを生かし、一人一人の学力に応じた指導が特色の一つです。2、3年生の英語・数学の学習を週に一時間。生徒2、3人に1人の先生がついて楽しく学習しています。その学習も着々と実りの秋を迎えています。



バス旅行は津久見高校です No.78

一月は、三年生のセンター試験、二年生の修学旅行と、あわただしく一月が過ぎていきました。生徒達もそういつた経験を通して、ひとまわりもふたまわりも成長したように思えます。また、三年生も卒業を目前に控え、三年間を良いもので終わらせようと頑張っており、校内の雰囲気も非常に引き締まっています。

今月号では、二年生の修学旅行の様子などを掲載していきますので、ご覧ください。

修学旅行を終えて

一月十七日から一月二十一日の五日間の日程で、校長以下職員十名及び二年生二百十九名は、長野・東京方面への修学旅行を実施しました。

修学旅行を首を長くして待っていた生徒達は、今回の修学旅行を通じて多くのことを学び、一段とたくましくなっており、顔つきも修学旅行前と比べると、ぐっと引き締まり、生徒達がこの修学旅行での経験を、学校生活の中

◎修学旅行日程・宿泊場所

月日	行程	宿泊地
1/17(月)	9時学校出発⇒11時大分空港着⇒12時発JAL1786便⇒13時25分羽田空港着⇒14時羽田空港出発⇒バスで移動⇒練馬IC⇒関越・上信越自動車道⇒豊田飯山IC⇒19時30分ホテル着	パノラマランド木島平(長野県下高井郡木島平上木島3878-2)
1/18(火)	スキー教室⇒昼食・休憩⇒スキー教室	同上
1/19(水)	スキー教室⇒昼食・休憩⇒スキー教室	同上
1/20(木)	7時ホテル出発⇒バスで移動⇒豊田飯山IC⇒上信越・関越自動車道⇒練馬IC⇒12時ホテル着⇒東京都内班別自主研修(※昼食及び夕食各自)	新浦安オリエンタルホテル(千葉県浦安市美浜1-8-2)
1/21(金)	9時ホテル出発⇒9時40分東京ディズニーリゾート着(※昼食各自)⇒12時50分東京ディズニーリゾート出発⇒13時20分羽田空港着⇒14時15分発JAL1789便⇒15時55分大分空港着⇒16時30分大分空港出発⇒18時30分学校着	

でどのように生かしていくか楽しみです。

今月号では、修学旅行の日程を掲載します。来月号では、何人かの生徒達の感想を掲載する予定ですので、大きく成長した生徒達の声に、どうぞご期待ください。

募金活動について

昨年の十二月二十四日、津久見高校生徒会執行部を中心とした有志七十名が、津久見市内五カ所において、募金活動を行いました。皆、とても熱

心な気持ちで取り組み、多くの市民の方からその気持ちに添えていただき、たくさん募金をしていただきました。合計で十九万二千二百九十七円もの募金が集まりました。

当初は、新潟県中越地震のために行った募金活動でしたが、インドネシアスマトラ沖での地震・津波が発生したため、集まった募金を日本赤十字社と日本ユニセフ協会に半額ずつ送金させていただきました。ご協力してくださった市民の方々には、大変感謝しております。また、こういった活動を今後も続けていきたいと思っておりますので、これからも引き続きご協力をお願いします。今回ご協力いただいた皆様につきましては、本当にありがとうございます。

言葉づかいについて

近年、「若者の言葉づかいが乱れている」ということをよく耳にします。

目上の人に対して、正しい敬語が使えない等の乱れが指摘されている中で、我が校の生徒はどうなのだろうかと心配になり観察してみたところ、確かにおかしい言葉づかいが

見受けられました。

これから社会に出て行くにあたってこのままではいけないと思い、授業や生徒指導を通して、場面場面にあった正しい言葉づかいができるように取り組んできました。生徒達もそういつた意識を持つようになり、今ではしっかりとした言葉づかいができるようになったのではないかと思います。「ベンは剣より強い」などという言葉がありますが、「言葉」というものは、本当に強い力を持つているものだと思います。ひとつ間違えば相手を深く傷つけてしまうかもしれない程の力を持つ言葉の意味を、生徒がしっかりと理解し、正しく使っていくように指導していきたいと思っております。

市民の皆様方も、我が校の生徒と接する機会が多くあると思いますので、これからもご指導の程よろしくお願いします。



中央病院健康コーナー

『アルコール性肝障害について』

津久見中央病院 院長 中村 彰

どんな病気なの？

■飲酒が招く肝機能障害
アルコール性肝障害は、大量のアルコールを長期間飲み続けているうちに、肝臓の機能に様々な障害を起こす病気です。

肝臓は、体内で代謝によって発生したアンモニアなどの有害物質、体外から飲食物とともに接種された有毒物質に対して解毒作用を持っています。アルコールも体外から入った有害物質として、肝細胞の中にある酵素によって分解処理されます。肝臓が処理できるアルコールの量は、無制限ではありません。一般に、肝臓が1時間に処理することができアルコール量は、体重60kgの人で6〜7g程度とされています。これは、日本酒で4分の1合、ビールなら大瓶4分の1の量に相当します。大量の飲酒を続けた場合、やがて処理能力の限界を超えて障害を引き起こすこととなります。実際、一日に、日本酒で6合、ビールなら大瓶6本に相当する160

g以上のアルコールを摂取している人で、飲酒期間が15年以上の場合、半数以上の人が、肝硬変になるというデータがあります。

原因と症状について

■初期にはほとんど自覚症状がありません

アルコール性肝障害は、障害の進行程度により、アルコール性脂肪肝、アルコール性肝炎、アルコール性肝硬変に分けられます。

アルコール性脂肪肝は、肝細胞内に中性脂肪がたまって肝臓が肥大した状態です。大量のアルコールをとり続けた結果、肝臓の脂肪代謝機能が低下したことによって起こります。アルコール性脂肪肝は、アルコール性肝障害の初期段階です。一般に、日本酒にして毎日3合以上を5年以上飲み続けた場合に起こるとされています。アルコール性脂肪肝では、だるい、疲れやすいという以外には、特に目立った症状は現れません。そのため、健康

診断などで肝機能の異常を指摘されるまで、まったく自覚していないことが多いようです。アルコール性肝炎になると、食欲不振、吐気、嘔吐、全身倦怠感、腹痛、下痢などの症状がみられるようになり、ひどいときには体重が減ったり、黄疸や発熱が現れることもあります。また、肝臓が腫れて腹部を押すと痛みを感じたり、腹水がたまることもあります。それでもさらに飲酒を続けると、最終的にはアルコール性肝硬変に進行します。

肝硬変の場合も、初期には食欲不振や全身のだるさなどを感じるだけですが、進むにつれて、黄疸や下肢のむくみ、腹水などがみられます。さらに悪化すれば、食道静脈瘤や肝性脳症を招いて、生命にかかわることになります。

検査と診断について

■GOTとGPTで肝機能の状態を把握

肝臓に障害があるかどうかを知るためには、血液生化学

検査でGOTとGPTの値を調べる必要があります。GOTとGPTは、臓器の細胞組織が障害されると、通常より高い値を示すようになります。もう一つ、アルコール性肝障害の診断に重要なのがγ(ガンマ)GTPの値です。

治療について

■禁酒がポイントになる

アルコール性肝障害では、原因となつているアルコールの摂取を止めることが重要です。アルコール性肝障害になつた人が飲酒を続けていれば、病気は確実に進行します。逆に障害が軽いうちは、飲酒を制限するだけで完治させることができます。つまり、病状が進むか治るかは、ひとえに断酒できるかどうかにかかっています。

予防と日常生活の注意点

■アルコールと上手に付き合う
アルコール性肝障害は、自

分の意思で予防ができる病気です。酒を飲まなければ、アルコール性肝障害になる心配はありません。しかし、適量の飲酒は気分を爽快にして、生活にうるおいや楽しみをもたらすことも事実です。要するに、肝臓に負担をかけないように、上手にアルコールと付き合うことです。

肝臓に障害を起こさない1日の標準飲酒量は、日本酒で2合程度、ビールで大瓶2本まで、ウィスキーでダブル2杯程度とされています。飲酒の習慣のある人は、最低でも一週間に二日は酒を飲まない休肝日を設けて、肝臓をいたわりましょう。





母子保健事業

4カ月児健診

2月17日(休) 市民会館

受付 13時10分～13時25分

対象 平成16年9月生まれ

※母子健康手帳持参

10カ月児健診

2月17日(休) 市民会館

受付 13時45分～14時

対象 平成16年4月生まれ

※母子健康手帳持参

1歳6カ月児健診

2月24日(休) 市民会館

受付 13時10分～13時25分

対象 平成15年7月・8月生まれ

※母子健康手帳持参

※案内時に同封したアンケート

シートを記入のうえ持参してください。



第3回減塩・漬け物コンテスト(作品を募集します)

津久見市では、生活習慣病予防の取り組みとして、各地区の食生活改善推進員を中心に減塩運動を行っています。そこで、私たちが昔から食べている身近な食べ物である「漬け物」をテーマに、身体にいい元気の出る「第3回減塩・漬け物コンテスト」を開催します。

(コンテストは、3月5日の10時から市民会館での健康のつどい&生涯学習フェスティバル会場で開催)

●募集期間：2月7日(月)～2月25日(金)まで ●対象：津久見市内に在住の方

●内容：①身近な食材を使った減塩漬け物 ②審査(会場参加者による人気投票をします) ③賞(最優秀賞、優秀賞、優良賞、佳作、参加賞)

●応募方法：レシピ応募用紙は、地区の食生活改善推進員(ヘルスメイト)さんから配布・回収していただきますので、興味・関心のあるたくさんの方のご応募をお願いします。

※応募用紙は、健康推進課にも準備しています。

●問い合わせ先：健康推進課 健康づくり係 ☎82-9523

2月1日～7日は「生活習慣病予防週間」です!

【食生活の見直しポイント!】

●一汁三菜が食事の基本です!

ご飯・パン・麺類などの「主食」、肉や魚などを使った「主菜」、野菜・海藻・大豆製品などを使った「副菜」「副々菜」、具だくさんの「汁物」、5つの器が食卓に並ぶようにすると、バランスよく多品目の食材をとることができます。

●1日3食しっかり食べる!

食事回数が減ると、栄養がかたよるだけでなく太りやすい体質になってしまいます。1日3食規則正しくとることが大切です。

●野菜をたくさん食べよう!

野菜はビタミンやミネラル、食物繊維などを多く含み、老化や生活習慣病を防ぐ働きがあります。緑黄色野菜、淡色野菜、きのこ類など多くの野菜を組み合わせ、1日350g以上を目標に食べましょう。

●脂肪・油脂は控えめに!

調理に使う油やバターなどの油脂類は、とり過ぎると肥満や動脈硬化を引き起こす要因になります。バターや肉類の脂身など動物性脂肪は控えめにし、植物性脂肪や魚の脂肪などを中心にバランスよくとりましょう。

●カルシウムを十分にとろう!

日本人に不足している栄養素の一つがカルシウム。健康な骨作りのため、若い頃から意識してカルシウムをとることが大切です。牛乳などの乳製品、小魚や小エビ、ごまやひじき、豆腐、小松菜など青菜類に豊富です。

●食塩をとり過ぎないように!

食塩のとり過ぎは血圧を上げ、心臓病、脳卒中などの危険性を高めます。1日10g未満を目標に減塩しましょう。煮物や炒め物は薄味を心がけ、食塩のかわりに酸味やスパイスを利かすなど、料理の工夫をしましょう。



親子あそび教室に参加しませんか

- 日 時：2月24日(木)10時～11時30分 ●場 所：臼杵保健所1階
- 対 象：平成14・15年度に未熟児養育医療を申請された方、平成14・15年出生の低出生体重児の親同士の交流を希望する方、平成14・15年出生の育児不安感が強い方など
- 内 容：遊びを通じた親子の交流、保護者同士の話し合いを通じた交流(低出生体重児のグループ・多胎児のグループ)
- 問い合わせ先：臼杵保健所 地域保健課 ☎62-9171

子育ての悩みを語る会(毎月第2木曜日)

- 日 時：2月10日(木)10時～12時
- 場 所：臼杵保健所1階
- 対 象：現在育児中の子どもをかわいく思えない方、子どもに手をあげてしまい悩んでいる方、子どもへの対応に悩んでいる方等
- 内 容：保護者同士の話し合い ※子どもさんと一緒に参加される方は、事前にご連絡ください。
- 問い合わせ先：臼杵保健所 地域保健課 ☎62-9171

とき倶楽部 こころの健康相談

- 相談日時：毎週木曜日(祝日除く)
13時30分～16時
- 場 所：とき倶楽部(津久見中央病院横)
- 内 容：専門医による個別相談
- 申込及び問い合わせ先
津久見市とき倶楽部 ☎82-8778

心の健康相談 痴呆性老人等の相談も含みます

保健所では、心の健康に関する相談をお受けしています。費用は無料です。また、秘密は厳守しますのでお気軽にご利用ください。なお、来所窓口相談は予約制です。事前にお申込みください。

- 相談内容：保健・福祉・医療に関する相談
(心の健康、精神疾患の医療・生活・社会復帰、痴呆性老人、思春期問題等)
- 来所窓口相談：13時30分～15時30分
保健師による相談日(保健福祉相談)…2月 9日(水) 臼杵保健所(臼杵市洲崎)
専門医による相談日(医療相談)………2月23日(水) 臼杵保健所(臼杵市洲崎)
- 申込及び問い合わせ先：臼杵保健所地域保健課保健師まで ☎62-9171

ネコに関する苦情について(数多くの苦情が寄せられています)

①糞尿の問題

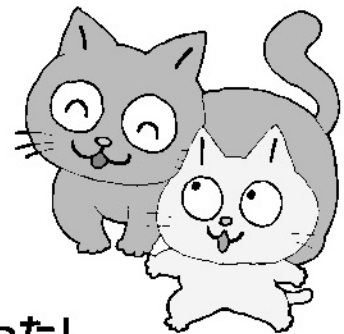
苦情の中で最も多いのが糞尿の問題です。飼い主の方はネコの習性を理解してトイレのしつけをお願いします。

②野良ネコが集まって困る

集まることで、糞尿・悪臭・鳴き声の問題が発生します。ネコは本来群れる性質の動物ではありません。ネコが多く集まる原因はエサがあること・居住空間があることの2つです。

③野良ネコが個人の飼育しているペット(鳥獣系)を襲った!

昨年、個人で飼育しているニワトリやウサギが野良ネコに襲われたという苦情も数件ありました。その近辺で野良ネコにエサを与えたために住み着き、ペットを襲ったものと考えられます。



ネコは、日時を定めて保健所で引取りをしていますので、ご相談ください。

- 問い合わせ先：臼杵保健所衛生課 ☎62-9171 市役所健康推進課 ☎82-9523

野崎典子	大田芳子	中村広美	井上ツネ	佐藤ユキミ	日高登	伊東イサエ	増田ハル子	岩崎輝雄	重田綱吉	柴田サトエ
60	97	54	89	75	77	85	80	89	81	87
井無田	保戸島	岩屋	福良	保戸島	入船西町	大友	日見	中央	彦ノ内	間元

おくやみ
12月16日～1月18日 届出分

池田康二郎	日下真尋	狭間倫太	石井友菜	廣戸未来	岡田花奈	阿部一成	梶原青空	上川拓真	鳥越愛音
和博	博盛	智紀	賢宏	哲也	大輔	顯人	一孝	宏	和久
徳浦本町	元町	徳浦本町	長野	徳浦宮町	堅浦	セメント	蔵富	入船西町	千怒

お誕生 おめでとう
12月16日～1月18日 届出分


短歌
多ならぬ未来の日日をとちこめし日記帳 風吹く街に
岩崎八千代(津久見合同短歌会)
抽出しの奥に色褪せ残りたる短歌一首に叔父を偲びぬ
小野キクエ(津久見合同短歌会)

俳句
かるたとり孫に負け続くばかりなる 小野照美(津久見俳句会)
初夢の途切れ途切れで絵にならぬ 石井土生(津久見俳句会)
裸木につかまりそうな昼の月 鳥越三子(橋俳句会)
わたしにはあなたが居ます石路の花 遠藤香代子(橋俳句会)

川柳
明るさが取り柄で妻の褒め上手 神徳和雄(津久見川柳会)
晩学に梅のほころぶあたたかさ 江口八重子(津久見川柳会)

第83回全国高校サッカー選手権大会に上野晃典君と小松啓君が出場しました!

1月7日(金)、第83回全国高校サッカー選手権大会に大分県代表として出場した、上野晃典君(写真左)と小松啓君(写真右)が結果報告のため市役所を訪れました。(ともに第一中学校出身で大分高校に在学)試合結果は、埼玉県代表の西武台高校と対戦し、前半・後半2対2(上野君が前半に1得点決める)の同点で着がつかず、PK戦になり3対5で惜しくも敗れました。両名ともお疲れさまでした。



12月降下ばい塵測定結果
t/km³/月

青江小学校	1.8
入船公民館	3.2
合の元町	2.5
堅浦	1.6
岩屋口	1.2
小園町	2.1
津久見高校	1.7
西ノ内	1.6
岡徳浦宮町	1.8
徳浦宮町	2.2
元町	2.3
高洲町	3.7

平均	45年	21.45	13年	3.8
均	14年	4.1	15年	3.8

12月の降水量95.5mm

12月交通事故情報

人身事故	4	前年	7
累計	70		67
死者	0		0
累計	0		0
負傷者	6		8
累計	105		87
物損事故	20		23
累計	222		232

死亡事故ゼロ947日

12月の出火件数

区分	件数	損害見概額 千円	発生場所	今年の累計 件数	損害見概額 千円
火災	0	—	—	8	19,303

12月の救急出動件数



種別	出動件数
火災	0
自然災害	0
水難	0
交通	3
労働災害	1
運動競技	0
一般負傷	14
加害	0
自損行為	0
急病	34
転院等	22
合計	74
累計	813

12月の大気汚染測定結果

SO ₂	二酸化硫黄(PPM)			
SPM.....	浮遊粒子状物質(mg/m ³)			
	1日平均値		1時間値	
	環境基準値	測定値	環境基準値	測定値
SO ₂	0.040	0.008	0.100	0.019
SPM	0.100	0.042	0.200	0.091

浄化センター放流水検査結果(12月)

COD	2mg/l
BOD	<1mg/l
SS	8mg/l
色度	<1度
大腸菌	0個/ml

2月のこよみ

- ふれあい福祉センター(相談等)
毎週金曜日の10時～15時 社会福祉協議会
- 事故相談 土日祝を除く毎日
9時～16時 秘書課交通安全係
- 年金相談 毎月第4火曜 10時～15時
商工会議所

1日 ■韓国プロ野球団斗山ベアーズキャンプ
(～28日) 市民野球場

6日 ■津久見市児童文化祭
9時30分開演 市民会館大ホール

11日 建国記念の日

20日 ■歩こう会(千怒児童公園)
8時30分市民会館前集合→9時出発→国道217号線経由→千怒児童公園折り返し→市民会館到着後解散

21日 ■県内一周大分合同駅伝競走大会
(～25日) 13時再出発(上青江垣籠～千怒総合運動公園)

23日 ■農業委員会委員選挙人名簿縦覧開始日
(～3月9日)8時30分～17時
選管事務局(土・日は宿直室)

27日 ■消防団・消防署合同防火パレード

十川 悦雄 宮本喜代 山崎甚一 湯口正 久保田千穂 中村國男 西田進 森脇杉男 柳田三郎 黒田久三 山西善忠 上杉榮 後藤アキ子 富永久雄 北山エチ 橋本美人

83 57 90 75 25 67 46 76 73 89 87 93 76 72 78 57

宮本 保島 保島 大友 保島 彦内 彦内 千怒 元町 八戸 伊崎 彦内 中丸 入船 鬼丸 千怒

国民年金保険料は 社会保険料控除の対象になります!

第1号被保険者の方が、昨年1月から12月までに納めた国民年金保険料は、確定申告の際に全額社会保険料控除の対象となります。
また、毎月納めている保険料のほかにも、過去に納めていなかった分の保険料を納めたり、免除期間及び学生納付特例期間の分の保険料をさかのぼって納めた場合も控除の対象となります。さらに、国民年金基金に加入している方の掛金も全額が社会保険料控除の対象となりますので、忘れずに申告してください。

公的年金等の 源泉徴収票が送られてきます。

国民年金法及び厚生年金法等に基づいて支給される公的年金(遺族・障害年金を除く)については、受給者全員の方に、毎年1月末までに源泉徴収票が送付されることになっています。この源泉徴収票は前年の年金の支払総額、源泉徴収税額及び控除した公的年金等控除、扶養親族等控除などの内容を証明する書類として、確定申告をするときに必要となる大切なものです。
紛失したり、お手元に届かなかった場合には、申請があれば再交付ができますので、佐伯社会保険事務所、もしくは市民生活課年金係までお問い合わせください。

年金手帳を大切に!

20歳になるとすべての人が年金手帳を持つようになり、色々な届出をするときに必要です。国民年金と厚生年金保険共通の手帳となっており、一冊の手帳で2つの年金制度の加入、脱退の記録が分かるようになっています。
就職や転職の際、会社等に年金手帳を提出する必要がありますので、大切に保管してください。

■詳しくは、市民生活課年金係までお尋ねください。
☎82-4111(内線114)

12月末日現在
住民基本台帳による
人口のうごき ()内は前月比

世帯数 8,921世帯 (減14世帯)
人口 22,879人 男 10,841人 (減23人)
(減49人) 女 12,038人 (減26人)

出生	6人	死亡	28人
転入	18人	転出	45人
面積	79.48km ² (H15.10.1現在)		

(年齢別人口増減表)

年齢	男	女	計	前月比
0～9	816	799	1,615	減10人
10～19	1,109	1,032	2,141	増減なし
20～29	1,156	1,107	2,263	減22人
30～39	1,092	1,092	2,184	増3人
40～49	1,271	1,327	2,598	減13人
50～59	1,965	1,938	3,903	減3人
60～69	1,564	1,811	3,375	減4人
70～79	1,331	1,824	3,155	減13人
80～89	477	947	1,424	増9人
90以上	60	161	221	増4人
計	10,841	12,038	22,879	減49人

日直・当番
(2月11日(金)~3月13日(日))

救 急 医		
2月11日(金)	金 田 医 院	☎82-2881
2月13日(日)	つくみクリニック	☎85-0055
2月20日(日)	小田クリニック	☎82-0280
2月27日(日)	小手川内科クリニック	☎84-9221
3月 6日(日)	姫野胃腸科クリニック	☎85-0369
3月13日(日)	大 石 医 院	☎82-2014

※市報発行後変更する場合があります
消防署☎(82)3000で確認してください
平日の当番医も同じ番号で確認できます

歯 科 医 (臼津歯科医師会) 9時~18時		
2月11日(金)	安藤歯科医院(白)	☎63-6152
2月13日(日)	白杵矢田歯科医院(白)	☎63-1168
2月20日(日)	つかもと歯科医院(津)	☎85-1182
2月27日(日)	上杉歯科医院(津)	☎82-8420
3月 6日(日)	秋岡デンタルクリニック(津)	☎82-8228
3月13日(日)	増村歯科医院(津)	☎82-9288

水 道 修 理		
2月11日(金)	髙後藤設備鉄工	☎82-2740
2月12日(土)	高山水理工業	☎82-2426
2月13日(日)	榑滝田水道工業所	☎82-3372
2月20日(日)	榑日邦産業	☎82-1509
2月26日(土)	榑松岡水道工業	☎82-1315
2月27日(日)	榑亀井水道工業所	☎82-2233
3月 6日(日)	川野水道工業所	☎82-5563
3月12日(土)	髙九電工	☎82-5228
3月13日(日)	髙後藤設備鉄工	☎82-2740

※2/19(土)、3/5(土)
水道サービスセンター ☎82-1992

下 水 道 修 理		
2月19日(土)	榑丸木組	☎84-9131
3月 5日(土)	金只建材工業榑	☎82-4807

※その他は水道修理と同じ

第20回市民合唱祭

(津久見市合唱連盟主催)

- 日 時：2月27日(日)13時30分開場 14時開演
- 場 所：市民会館大ホール ※入場無料
- 後 援：津久見市教育委員会
- 出演団体：榑の実少年少女合唱団、コール虹、
ライムストーンほか約7団体
- 問い合わせ先：合唱連盟事務局(岡本)
☎82-5152



第11回しららめまつり

(扇子踊り娘さんや吹奏楽団も来るよ!)

- 日 時：2月27日(日)10時~14時
- 場 所：介護老人福祉施設白梅荘、白梅幼稚園徳浦園
- 内 容：10時~…演芸、喫茶、抹茶、抽選、フリーマーケット模
擬店(焼きそば、フライドポテト)の各コーナー
11時~…だんご汁、軽食コーナー
- 協 力：食生活改善推進協議会、ボランティアグループの皆さん、津久見第二中学校
- 問い合わせ先：白梅荘(担当:小野)☎82-0345

野菜・花きづくり研修会の参加者募集

直販所(うみえーる)も完成し、地産地消への関心も高まりつつある中、野菜・花きづくりの研修会の参加者を募集します。「販売等に向けての野菜・花きづくり」を内容として、大分県臼津関地方振興局農業振興普及センターの普及員を講師に招きます。今回は第3回目の研修会です。

- 日 時：2月25日(金)13時30分~15時
- 場 所：津久見市民会館第2会議室
- 内 容：夏・秋野菜の種まきと家庭菜園の基礎知識
花き栽培の紹介
- 対象者：将来的に販売等を目的として取組む意欲のある方
- 参加費：無料 ●募集人数:50名
- 申込先：農林振興課 振興係 ☎82-9514

▼新しい年を迎え、今月は明るい話題を書きたかったのですが、なかなか見つかりません。芸能人のSさんが入籍したことくらいしか思いつきませんでした。よくない事件やニュースしか印象に残りません。悲しいことだと思えます。▼今年のFピクマラソン大会であらためて感じたのですが、やはり子どもは元気ですが、やはり子どもは元気がすごいなと思えました。風が強くて寒い中でも半袖・半ズボンで平気で動き回っているのです。自分にもこんなときがあったのかな?



編集後記