



命をつなぐラピッドカーの運用を開始

医師による速やかな救命医療の開始と救命率の向上を図るため、昨年、日本医科大学千葉北総病院を基地局として、ラピッドカー事業を開始しています。

ラピッドカーとは、緊急自動車として登録されたドクターカーに救急医が同乗し、消防機関の要請により救急現場に向かい、医師による迅速な救命医療を開始するための車



大網小学校 移転改築工事に着手

工事の無事を祈り起工式

平成22年度の重点事業に位置付けられている小・中学校の耐震化対策事業の1つ「大網小学校移転改築工事」に着手するため、工事の安全を祈願した起工式が1月15日、建設地となるみどりが丘用地で執り行われました。

大網小学校の移転に伴い 就学区域の経過措置を廃止に



平成24年4月に移転開校を予定している大網小学校の就学区域について、これまで経過措置を設けて、大網2区・5区・6区は、大網小学校区とするとして対応していましたが、正式に移転が決まったことから、これを廃止します。

なお、これまで大網小学校に在籍していた児童は、卒業まで就学することができるようにします。

また、新しい「就学指定変更を許可する場合の基準」は、平成23年度に大網小学校・大網東小学校に入学される児童のご家庭にお知らせするほか、町ホームページにも掲載します。

問教育委員会管理課学校教育班
☎ (70) 0372

- 事業概要
- ▼建設地 Ⅱみどりが丘3丁目18番3 (産業文化祭会場隣接地)
- ▼構造 Ⅱ地上2階建鉄筋コンクリート造 (一部鉄骨造)
- ▼建設規模 Ⅱ6646.39㎡ (校舎棟・プール棟・倉庫・駐輪場など)
- 問教育委員会管理課総務班
☎ (70) 0370

更なる犯罪防止に (社)東金法人会が防犯啓発看板を寄贈

(社)東金法人会による社会貢献活動の一環として、犯罪抑止のために山武郡内の2市4町に60枚の防犯啓発看板を寄贈し、本町には10枚が寄贈されました。



寄贈された防犯啓発看板は、町防犯組合を通して、町内の各小・中学校に配られており、犯罪防止として活用されています。

子ども医療費助成受給券の取得申請はお早めに!

子どもの医療費助成制度が小学校3年生まで拡大され、各医療機関で、専用の受給券による受診等が可能となりました。

山武郡市広域行政組合消防本部では、ドクターヘリやラピッドカーを有効活用し、今後も傷病者の救命率向上と後遺症の軽減に努めてまいります。

これに伴い、町では昨年、小学校1年生から3年生の子どもがいる保護者の方で手続きがお済みの方に対し、「子ども医療費助成受給券」を送付したところです。

栄養士だより

撃退! 冷え症

寒さが一層厳しくなってきました。体が冷えて「肩・腰・膝が痛い」や「むくみがひどい」と悩んでいる方も多いのではないのでしょうか。

冷え症イコール女性というイメージもありますが、実は男性にもあります。万病のもととなる冷え症は、老若男女問わず対策が必要です。

◇原因と影響
冷えとは、食生活の乱れ・運動不足・ストレス・動脈硬化・貧血などにより、血液循環が悪くなり、毛細血管へ温かい血液が流れていかないことで起こります。

ほかに、過剰な冷暖房器具の使用・シャワーのみの入浴・体を冷やす食品の過剰摂取・寝不足・喫煙などたくさん原因がありますが、多くは生活習慣の中にあることが分かります。

そして血液循環が悪くなった結果として、肩こりや腰痛・むくみなどの症状として表れます。冷えが慢性化すると内臓も冷え、ホルモンバランスが崩れ、生理痛や不妊症などが起こります。男性の場合にはインポテンツや更年期障害などが起こります。さらに血流の悪い血管では、動脈硬化が進み、心筋こうそくや脳こうそくを引き起こしたり、免疫力が低下してがん細胞の発生増殖を促したりします。

◇冷やさず温める上手な食事
第一に、バランスよく主食・主菜・副菜を整えることが大切です。その上で、次の栄養素が不足しないように心掛け、体を温める食材を中心に食べましょう。

▶良質なたんぱく質(肉・魚・卵・大豆製品)
油の少ない食材を中心に選びましょう。ただし、魚油は適度に摂取するとEPAやDHAにより動脈硬化の予防改善効果があります。

▶鉄分(レバー・貝類・海藻類・大豆製品・乾物)
貧血予防になります。

▶ビタミンC(野菜・芋・果物)
血管の強化・ストレス予防になります。色々な種類を食べましょう。

▶ビタミンE(ナッツ類・植物油・菜の花・大根の葉・アボガドなど)
過酸化脂質や活性酸素の生成防止になります。

▶ビタミンB(肉・魚・豆類・大豆製品)
栄養代謝を促進します。

◇食事以外にも
食事のほかにもストレッチ・マッサージ・運動・防寒具・入浴方法などを工夫し、冷やさず温める生活を送っていきましょう。

問健康介護課健康指導班
☎ (72) 8321

保健師だより

子どもの発達障害④

今回は3歳から就学前後、思春期以降の軽度発達障害のお子さんへの接し方についてお話しします。

◇3歳から就学前後のお子さんへの接し方
人付き合いが苦手で、こだわり行動が強く、言葉の使い方に違和感があるなど症状が出そろう時期です。

幼稚園や小学校での集団生活で起こっている問題を1つ1つ見極めながら、その場合の正しい対処方法を丁寧に教えていく必要があります。

まず、「おはよう」「さようなら」「ありがとう」「ごめんなさい」といった人間関係を保つための基本的な言葉とそれを使う場面を具体的に教えます。ただ説明するだけでなく、大人が実際にやってみせたり、イラストや文字にしてイメージしやすくしたりするとよいでしょう。

同時にストレスをため込みやすいので心のケアも必要です。集団生活の中で困難を抱えやすいため、注意が必要です。

◇思春期以降のお子さんへの接し方
思春期以前と比べると、落ち着きが出て行動にもまとまりがありますが、他人の気持ちを推し量ることができず、日常生活では対人関係で失敗しがちです。

何に対して混乱し、困っているのかを見極めて具体的にアドバイスをしていくことが大切です。できるだけその場で、すぐに対応してあげるとよいでしょう。

お子さんの成長段階に応じた関わり方を積み重ねていくことで、発達障害を持ちながらも、社会に適応できるような技能や知識を身に付けることができます。お子さんの発達が心配、子育てがしづらい等育児で心配なこと事があれば、お気軽に相談ください。

問健康介護課健康指導班 ☎ (72) 8321
千葉県発達障害者支援センター ☎ 043 (227) 8557