

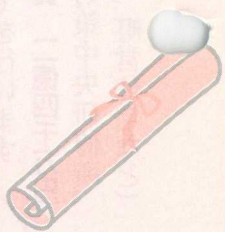
広報

あかいけ

4

二千年春

新たな人生の一步



春の訪れを感じさせる三月十日、赤池中学校の卒業式が行われました。一三五人の若人が九年間の義務教育を終え、新たな人生の一步を力強く踏み出しました。

旋律

MELODY

「年を重ねただけでは人は老いなどない。理想を失うときはじめて老いにくる」と、アメリカのサミエル・

ウールマン「青春」の詩はうたっています。「青春」とは、人生のある期間をいうのではなく、心の模様のことをいいます。未知なるものへの挑戦や向上心、人生を喜ぶ姿勢、探求心、そういうものを持ち続けている間は、たとえ百歳であるうと、その人にとっては「青春」なのだと思います
▼四月から、家族だけでなく社会全体で高齢者を支えようという「介護保険制度」がスタートします。福祉の理念も「与えられる福祉」から「自ら選択する福祉」へ百八十度転換します
▼年を重ね、介護を受ける立場になっても、決して悲観しないでください。自分に合ったサービスを選び、自立できるよう努力して欲しいと願います。目標や希望を持っている限り「青春」であり、すばらしい人生は続いて行くのですから：

町の予算



たいせつに使いまわす!

平成十二年度(財政再建最終年度) 予算が三月定例議会で決まりました。

一般会計予算の総額は四十七億一千三千万円で、前年度と比べ約五億二千五百万円(十パーセント)減っています。

財政再建も今年度が最後になりました。

今後も最少の経費で最大の行政効果を図ります。

財政再建最終年度の予算

平成四年二月五日に「再建団体」の指定を受けて九年間、財政の再建に全力を挙げてきました。

平成十一年度の決算見込みでは、残りわずか六千五百万円の赤字が残る予定にまでなりました。

平成十二年度でこの赤字額を解消し、再建団体の脱却を図ります。

今年度が財政再建の最終年度、初心に帰って行財政運営に取り組んでいきます。

第三次赤池町総合計画を策定

再建明けの赤池町の方角づけこそ、重要かつ重大な課題だと認識し、「第三次赤池町総合計画」を策定します。

公共施設整備基金を設置

(当初予算で三億円)

再建指定から九年間、維持補修費を極力抑制してきましたので、各種公共施設の老朽化が急速に進んでいます。このような状況のため、基金の積み立てを行います。

公共施設改良補修費 二億四千万円
(町民会館、同和対策中央研修所、隣保館、町営住宅など)

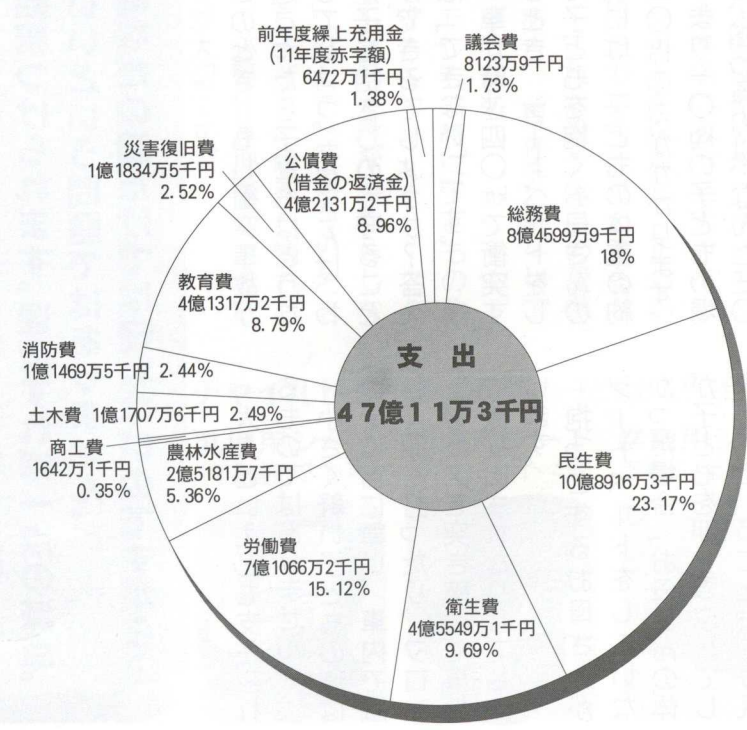
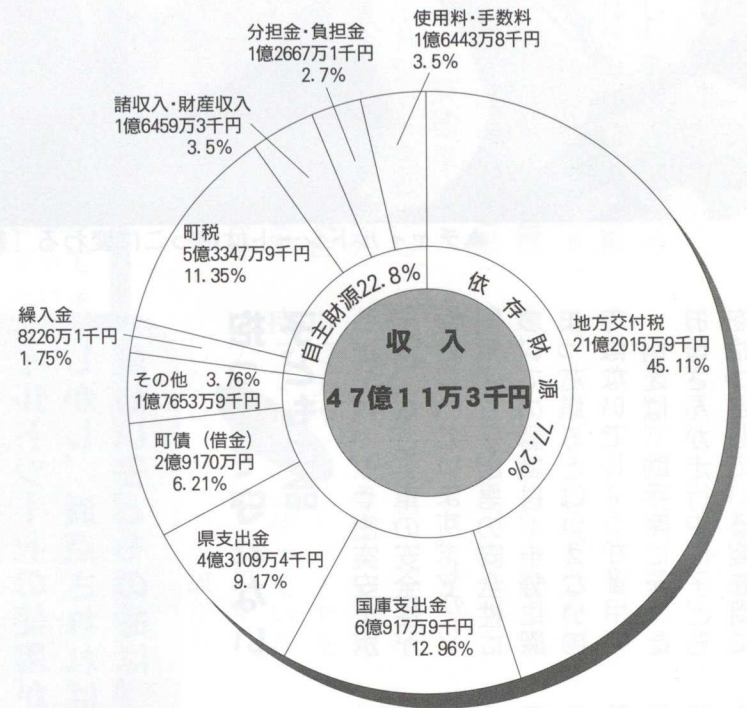
投資的経費は九億二千万円

- ▼小規模零細地域営農確立対策促進事業
- ・大浦池堤体改修工事(大浦)
- ▼災害復旧事業
- ・平野池災害復旧工事(庚申寮裏)

新しく実施する事業

- ▼介護保険制度のスタートによる広域連合への負担金 八千万円
- ▼要介護に認定されなかった高齢者に対する介護予防、生活支援対策
- 高齢者世帯の寝具の洗濯、乾燥、消毒サービスの経費 二百八十万円
- ▼二十一世紀への農業確立対策
- 大豆、麦の大規模な生産を図る経費 一千八百万円
- ▼平成十四年「上野焼」開窯四百年祭に向けての準備
- パンフレット、案内板の設置などの経費 一千百万円
- ▼グラウンドゴルフ用具の購入 百四十万円
- ▼少子化対策事業
- 放課後学童クラブの設置や保育所の遊具を購入 一千百万円
- ▼緊急雇用対策事業 一百五十万円
- ・ホームヘルパー養成講習会
- ・不法投棄回収除去
- ▼ふれあい国内交流事業
- (昨年に引き続き実施) 百十五万円

- ▼**鉱害復旧事業**
- ・岩淵下水道鉱害復旧工事 (旧福豊ブロック前) 小林理容店裏
- ・浮船伏原線道路公害復旧工事 (旧藤高石油本町)
- ▼**産炭地域開発就労事業**
- ・総合団地整備工事 (役場庁舎前広場)
- ・高尾線道路新設工事 (寿町裏)
- ▼**特定地域開発就労事業**
- ・寺ヶ浦池浚渫工事(草場)
- ・貴船迫高尾線道路舗装工事 (町営伏原団地前伊丹商店先)
- ・大坪松本線道路舗装工事 (田中齒科前松本荘前)
- ・板屋松本線道路舗装工事 (町民グラウンド横生力橋先)
- ・片毛梨福智山線道路舗装工事 (上野農協前堀田)



12年度特別会計

町には一般会計のほかに、特定の目的のために5つの特別会計があります。

特別会計は、みなさんが支払う保険税や使用料などで運営されています。

(12年度当初予算額)

- 国民健康保険事業特別会計 7億3,918万円(+0.9%)
- 老人保険事業特別会計 15億3,014万円(-7.8%)
- 住宅新築資金等貸付事業特別会計 1億9,619万円(+4.5%)
- 上水道事業特別会計 2億2,772万円(+1.4%)
ほか建設改良費で3億4500万円
- 町立病院特別会計 8億3,611万円(+0.6%)
- 総計 35億2,934万円(-0.8%)
()内は前年比

11年度補正予算

(おもな内容)

- 介護保険制度の関連事業として在宅入浴が困難な高齢者に対し社会福祉協議会が平成12年度からはじめる訪問入浴サービスを行うための、訪問入浴車両の購入助成
- 介護予防と健康増進のため マッサージャー6台
テレビ1台を購入 (福祉センターに設置)
- 赤池中学校のランドピアノを購入

春の交通安全県民運動

4月6日(木)～4月15日(土)

平成11年の福岡県内の交通事故発生状況は

●発生件数 50,717件(約10分に1件)

●死者数 310人(約28時間に1人)

●負傷者数 62,144人(約8分に1人)

と、発生件数・負傷者数は過去最悪の状況です。福岡県内の交通事故が10年間で15,000件も増えたということになります。

車を運転する人が交通ルールを守り歩行者に注意を払うのは当然のことですが、歩行者の側もルールを守って、車に気をつけなければなりません。交通事故は、加害者と被害者のどちらになってもイヤなものなのですから…

■子どもに多い事故

事故原因のほとんどが「飛び出し」といっていいでしょう。道路を横断した友人を追って飛び出したり、信号で停車している車の影から飛び出したり。中には坂道を自転車で一気に下ってそのまま道路に飛び出すというケースもあります。いずれも遊びに夢中になり、まわりの状況判断ができていないケースがほとんどです。

■お年寄りに多い事故

体力や身体機能の衰えが事故につながるケースが多く見られます。例えば横断中の事故では、道路を渡りきる直前で起きていることが多いのです。車との距離をみて「渡る」と思っているのに、いざ渡ってみると車が近づいて来るのが思ったより早い。このときの位置が道路中央あたり。このため「早く渡りきらなければ…」というあせりが出て、車がすぐそこまで来ているのに無理をしてしまうというケースです。中には、危険な行為とわかっていても「車の方がよけてくれるから」と安全を他人まかせにするケースもみられます。

■家族の声かけも大切

交通事故をなくするため、私たちは何をしなければいけないのでしょうか?

子どもに対しては、事故原因の大半を占める「飛び出し」をさせないようにすることが有効です。家庭でも、基本的な交通ルールやマナーをもう一度確認してみましょう。お年寄りの場合は危険な行為の「自覚のなさ」が事故につながっていることが多いようです。まだまだ若い…と過信して、実際の危険な行為に気づいていない場合もあります。家族やまわりの人が気づいたら、声をかけてあげましょう。

それでは、シートベルトを着用させれば安心かというと、そうではありません。車に装備されているシートベルトは、大人の体格に合わせて作られています。いざというとき子どもをきちんと支えられないばかりでなく、ベルトが子どもの喉やおなかに引っかかった状態で衝突や急ブレーキの力が加わると、首を絞めたり内臓破裂を引き起こすこともあり、かえって危険なのです。

事故の致死率は9分の1

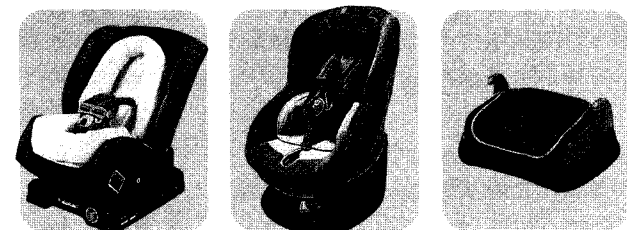
こうした事態を防ぐために作られたのが、子ども用のシートベルト装置「チャイルドシート」です。警察庁などの調査によると自動車乗車中の交通事故で、チャイルドシートを着用していた場合の子どもの致死率は、着用しなかった場合に比べて九分の一、重傷率では約三分の一という結果が出ています。チャイルド

シートを着用していれば防げたと考えられる事故も多いのです。にもかかわらず、子どものチャイルドシート着用率は、八歳以下の子どもを対象にした(社)日本自動車連盟の調査の結果、約八%と低い率となっています。「めんどくさい」とか「子どもがいやがる」という理由でチャイルドシートを持っていないのに使っていないケースも多いようです。しかし、万一の事故から

子どもたちの命を守るのは大人の役割です。子どもたちの体格にあったチャイルドシートを用意し、正しい着用方法でしっかりと座らせよう。これが親の本当の愛情であり、責任ではないでしょうか? もしもの時に子どもの命を守るチャイルドシート。「子どもが嫌がるからしない」のではなく、小さいときから子どもに着用を慣れさせ、必要性を理解させることが大切です。

チャイルドシートの種類～子どもの成長に合わせて

乳児用シート(年齢約12カ月) 幼児用シート(年齢約6カ月～4歳) 学童用シート(年齢約4歳～10歳)



▲チャイルドシートは抱っこになる「親の愛情」なのです

腕だけでは子どもの命は守れません…

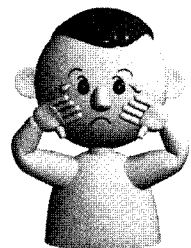
六歳未満の子どもが自動車に乗っているときに起きた交通事故で平成十年中に死傷した子どもの数は九千五百四十八人。特にこの五年間で、その死傷者は一・五倍に急増しています。このため、四月から六歳未満の子どもを同乗させるときは、チャイルドシートの使用が義務づけられます。違反すれば一点の減点。しかし、減点されればいいという問題ではありません。命は守れません。腕だけでは守れないのですから…

抱っこで守れない子どもも命

エアバッグや衝突安全ボディーなど、車の安全性が注目されています。しかし、同乗する子どもの安全性についての認識は、十分に深まっていないといえないのではないのでしょうか? 例えば、助手席に座ったお母さんが走行中に子どもを抱っこしている姿を目にすることがあります。

このとき、もし衝突事故が起これば子どもはどうなるでしょう。お母さんは、わが子を抱きしめて守ることができのでしょうか? 答えは「できない」です。車が時速四〇kmで衝突するとき、シートベルトをして子どもを抱くお母さんの腕には、子どもの体重の約三〇倍の力がかります。つまり一〇kgの子どもの場合、加わる力は、なんと三〇〇kgにもなるのです。

大人といえども支えられないものではありません。小さく軽い子どもの体は簡単に宙に舞い、車内で激しく頭を打ったり、フロントガラスを突き破って車外に放り出されたりしてしまいます。抱っこするお母さんがシートベルトをしていなかった場合「お母さんの体が子どもを押しつぶしてしまう」ということもありえます。

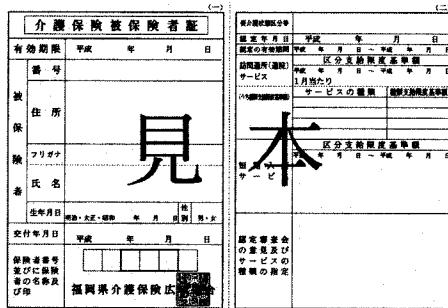


介護保険被保険者証は届いてますか？

—まだの方はご連絡ください—

福岡県介護保険広域連合では、今年の5月1日現在で65歳以上になる人と40歳以上65歳未満で要介護認定を受けている人たちに、被保険者証を発送しました。

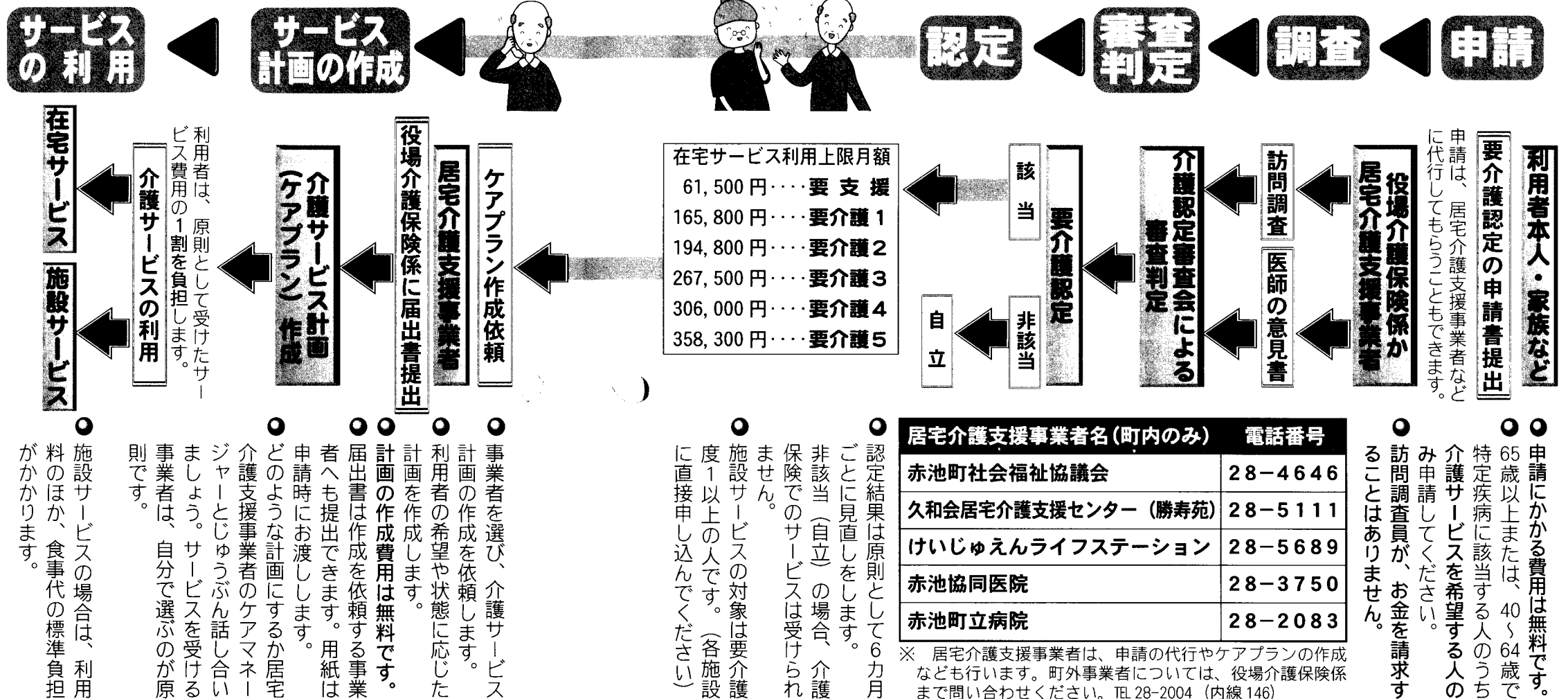
この被保険者証は、介護保険の認定申請や介護サービスを利用するときなどに必要となる大切な書類です。まだ被保険者証がお手元に届いていない人は、役場福祉健康課介護保険係TEL 28-2001 (内線146) または福岡県介護保険広域連合TEL 49-1093までお問い合わせください。



クリーム色の介護保険証が届きます

要介護認定の申請からサービス開始まで

介護保険制度の手続きの流れと、利用できるサービスについておさらいしてみましょう。



⑭ 住宅改修費の支給
在宅での生活に支障が、

⑬ 福祉用具購入費の支給
直接、肌に触れて使用する入浴用、排泄用の「特定福祉用具」は、介護保険で購入できます。いったん費用の全額を支払っておき、後日、町から9割分(1割は利用者負担)の払い戻しを受ける仕組み(償還払い)です。

⑫ 福祉用具貸与
買つと高額な福祉用具が、貸与(レンタル)方式をとることによって、少ない費用で使用できます。

⑪ 特定施設入所者生活介護
有料老人ホームや介護対応型軽費老人ホーム(ケアハウス)に入所している人のためのサービスです。

⑩ 痴呆対応型共同生活介護(グループホーム)
痴呆をもった高齢者が共同生活しながら、日常生活の介護やリハビリを受けるサービスです。

⑨ 居宅療養管理指導
在宅で療養している人に、医師や薬剤師が訪問し、療養するうえでの指導や助言などするサービスです。

⑧ 訪問看護
病状が安定期にある人の自宅を看護婦等が訪問して行う看護サービスです。

⑦ 訪問入浴介護
訪問入浴車に簡易浴槽を積み、居室内へ浴槽を持ち込んで入浴できるようにするサービスです。

⑥ 通所介護(デイサービス)
施設に通って機能訓練を受けるサービスです。

⑤ 短期入所療養介護(保健・医療施設でのショートステイ)
保健・医療施設に短期間滞在し、医師や看護婦、

④ 訪問リハビリテーション
病状が落ち着いて在宅で療養できるようになった人に、自宅を訪問して機能訓練を行うサービスです。

③ 訪問看護
病状が安定期にある人の自宅を看護婦等が訪問して行う看護サービスです。

② 訪問入浴介護
訪問入浴車に簡易浴槽を積み、居室内へ浴槽を持ち込んで入浴できるようにするサービスです。

① 訪問介護(ホームヘルプサービス)
利用者の自宅を訪問して、身体の介護や家事の援助を行うサービスです。

介護保険にはこんなサービスがあります
介護保険で利用できるサービスには、在宅で受けるもの、施設に通って受けるものなどがあります。要介護度別やサービス別に、利用できる上限額が設定されていますので、必要に応じて使い分け、計画的なサービスを受けましょう。

■ 訪問サービス

■ 通所サービス

■ 施設を利用するサービス

⑧ 短期入所生活介護(福祉施設でのショートステイ)
福祉施設に短期入所し、食事や着替え、入浴などの日常生活の介護やリハビリを受けるサービスです。

⑨ 短期入所療養介護(保健・医療施設でのショートステイ)
保健・医療施設に短期間滞在し、医師や看護婦、

⑩ 痴呆対応型共同生活介護(グループホーム)
痴呆をもった高齢者が共同生活しながら、日常生活の介護やリハビリを受けるサービスです。

⑪ 特定施設入所者生活介護
有料老人ホームや介護対応型軽費老人ホーム(ケアハウス)に入所している人のためのサービスです。

⑫ 福祉用具貸与
買つと高額な福祉用具が、貸与(レンタル)方式をとることによって、少ない費用で使用できます。

⑬ 福祉用具購入費の支給
直接、肌に触れて使用する入浴用、排泄用の「特定福祉用具」は、介護保険で購入できます。いったん費用の全額を支払っておき、後日、町から9割分(1割は利用者負担)の払い戻しを受ける仕組み(償還払い)です。

⑭ 住宅改修費の支給
在宅での生活に支障が、

■ 在宅介護の環境を整えるサービス

■ 施設入所サービス

① 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)
老人福祉法による特別養護老人ホームが、介護保険では「介護老人福祉施設」と呼ばれます。常時介護を必要とする人で、自宅での生活が困難な人に、生活全般の介護を行います。

② 介護老人保健施設
介護老人保健施設は、慢性期医療とリハビリによって家庭復帰を目指す施設で、特別養護老人ホームと病院の中間的な施設です。

③ 介護療養型医療施設
介護療養型医療施設は、脳卒中や心臓病などの急性期の治療がすんだ人の長期療養施設です。療養上の管理、看護、機能訓練その他の療養提供を目的とします。



みなさんは、リハビリテーションという言葉を聞いて何を連想されるでしょうか、病棟の訓練室で歩く練習をしているところや、電気治療・首や腰を引く張っているところを、連想される方が多いのではないのでしょうか？

ここに挙げた例は、すべてがリハビリテーションの中の理学療法分野に入るところです。リハビリテーション専門職には他に作業療法士・言語療法士・視能訓練士・ケースワーカーなどがありますし、広い意味では看護師(士)・介護士(士)・ホームヘルパー・家族などがおこなうことも立派なリハビリテーションです。

赤池町立病院には、理学療法士の資格を持つものが私を含め3名勤務しています。理学療法士の得意分野はリハビリテーションの中でも、電気刺激やマッサージ・温熱などの物理的手段や、治療体操などの運動という手段を使い、身体の状態を回復させること、これ以上の悪化を防ぐこと、または欠落した身体能力を補う方法を指導することです。理学療法士だけで、すべてのリハビリテーション分野をカバーすることは不可能ですが、他職種の分野についても、できるだけカバーするように日々努力をしています。私たちが理学療法士は、運動指導のプ

ロです。「運動は諸刃の剣です」運動しないのもよくありませんが、間違った運動は体を壊します。また、体も急に壊れるのではなく、間違った体の使い方が歪みを招き、ついに腰痛や肩の痛みなどにつながることも多々あります。痛みがでてくるのに無理をしてさらに体を壊してから来院される方も少なからず見受けられます。こじらせてからの治療は大変です、肩や腰などに痛みを感じたら、早めの来院をお勧めします。基本的に、運動する際には準備運動と整理運動をしっかり行いましょう。準備運動は、関節や筋肉を痛めるのを防ぎます。整理運動は、筋肉にたまった老廃物を洗い流し筋肉痛を和らげる効果があります。ストレッチ体操などが準備・整理運動には適しています。また、体力づくりのための運動は少し汗ばむ程度の運動を30分程度が適しています(準備運動と整理運動を含まない)。足腰が弱るといえるような病気を引き起こします。健康を保つためには、できるだけ歩くことが大切です。病院とは縁がないのが一番良いことです。私も皆様とはできるだけ緑のなことを祈りつつ、一生懸命これからも動めていきたいと思えます。最後に、「体を壊したときはお早めに病院へ！」

どうかの診断は、腹部CTによって行われる)

内臓脂肪型肥満の人は、皮下脂肪型肥満の人より糖尿病、高血圧、高脂血症、さらには動脈硬化など生活習慣病にかかりやすい事が解明されています。内臓脂肪が増えると死を招くことになりかねません。

家庭にある体脂肪計の多くは、生体インピーダンス法を用いています。これは微弱な電流を流し、体の電気抵抗を求めるものです。めやすにはなりませんが、同じ体脂肪計でも、数%くらいなら、測定値が変わります。また、測る時間によっても、変わります。購入した体脂肪計の取り扱い説明書どおり正しく利用しましょう。体脂肪率を見て一喜一憂しないように。役場健康相談や下記にあるステップクラブでは、体脂肪測定を定期的に行いますので、ぜひ、ご参加ください。次回の保健婦だよりは、「体脂肪を落とすためには？」を掲載します。

保健婦だより 知っていますか？ あなたの体脂肪量

体脂肪ってなに？

今月は体脂肪について考えたいと思います。最近、雑誌などで特集が組まれているのでご存知かと思えます。簡単に言えば、脂身(あぶらみ)です。油っこい食べ物だけが体脂肪の材料ではありません。糖質、たんぱく質、脂質の全て、あなたが食べた量が多く、運動不足だと脂肪が蓄積されることとなります。

体脂肪が多いとどうなるの？

体の脂肪分の正常範囲は、成人男性では体重の15~20%、成人女性では体重の20~25%。男性の場合25%、女性では30%を越えると肥満と判定されます。つまり、脂肪が多すぎる事を肥満というワケです。ですから体重が正常でも実際は肥満という場合もあり、かくれ肥満ともいわれています。逆に、スポーツ選手などの場合は体重がオーバーしていても筋肉が

多くを占めているので肥満とは判定されない場合もあります。

体脂肪のつき方によって肥満の体型は大きく二つに分けられます。

上半身肥満

腹部を中心とした肥満(りんご型肥満)・・・男性に多い

下半身肥満

大腿、おしりを中心とした肥満(洋梨型肥満)・・・女性に多い

ウエスト÷ヒップが男性で1.0、女性で0.8を超えると病気が起こりやすくなります。平たく言えば、オシリがでかくなるのはあまり心配ないけど、腹が出るのはヤバイということ...

従来、下半身肥満より上半身肥満の方が危険といわれています。上半身肥満もさらに二つに大きくわけることができます。

皮下脂肪が蓄積した肥満

内臓脂肪型肥満・・・一番危険(これが

愛の贈り物

ありがとうがっけいしました 赤池町社会福祉協議会

2月21日、3月20日 (順不同敬称略)

- 〔香典返し〕 松尾重義(西寿) 故安則 玉田 功(松本) 故キミ 中村辰夫(南町団地) 故シスカ 小林廣子(8の3) 故篤 飯野多鶴子(下小路) 故イトエ 小野五郎(今屋敷) 故シツエ 梅崎謙治(緑ヶ丘NT) 故幸治 久原 壽(市場) 故力ナメ 早麻弘子(車道) 故豊 以上9件 二十三万円 〔寄付〕 匿名2件 三千四百円 のんきや 五千円 大久保カツエ 三千円 〔賛助会員〕 増住フジエ(二口) 千円

福祉センターの行事

- 〔休館日〕 3、10、17、24日 〔心配ごと相談〕 7、18、27日 11~15時30分 〔健康相談〕 11日 10~14時 〔福祉バス〕 4月21~23日までの陶器祭り期間中は、原田方面で折り返し運転となります。原田より上野方面は「陶器祭り専用バス」が走ります。その他は通常どおりです。

囲碁同好会だより

- 3月例会 Aパート 優勝 田中 三豊さん(猿畑) Bパート 優勝 日高 安信さん(貴船)

4月例会 9日(日) 9時30分~16時 場所:天郷青年の家 田中会長より

ありがとうがっけいしました 養護老人ホーム天郷荘

- 水永和子 はっさく五十kg ○池田福勇 きんかん 二kg ○筑豊幸の会 ふきん三十枚

俳句は思索の結晶詩である

土筆摘むときの視力の戻りなし 紅梅の一つ気に開く勢ひかな 猫柳はじらふさまに蓄たる さあ掃除春の日差しに腰上げる 久し振り芹摘みをして遊びけり 日留まりに牡丹の蕾覗かせて もの、芽の地球の土を突き上げる 古雛出して亡き人偲びけり 伐り跡に残されてをり藪椿 陽炎のゆらぎ一輪電車来る 青き踏む兵の歩調をとってみる 薔薇の芽のもえて狭庭に季の動く 手袋のままの手話なり島渡船 スカーフの軽き結び目春の風 菊根分け今年こそはと土作り 坊守の苦勞貫き彼岸かな 山笑ふ体左右に歩き癖

公民館みのり句会

- 池田一歩 選者 吟 大久保昭女 立花サエ子 堀川シズエ 熊谷カツミ 宇野八重子 吉田 弘 西郷里末子 森 玲子 亀谷千恵子 吉村 徳市 神田恵美子 小場 妙子 大久保幸子 末松トモ子 村上 寿子 池田 駒女

田川市 パノラマたがわ

田川市

○ハイ子の素朴な絵画展 4月8日(土)~5月7日(日)月曜休 (田川市美術館) 観覧料 一般 600円 高大生 400円 小中生 200円

方城町

○町民ソフトボール大会 4月19日(水) (方城町民グラウンド)

糸田町

- ペットボトルロケット飛ばし大会 4月2日(日) 9時 (糸田町民グラウンド) ○公民館対抗ソフトボール大会 4月9日(日) 8時 (糸田町民グラウンドほか)

赤村

- ソフトボール大会 4月16日(日) (赤村コミュニティ広場) ○大内田神楽 4月28日(金) (大内田研修センター)

添田町

○添田公園開き 花まつり歌謡ショー 4月2日(日) 開場13時 出演:大月みやこ (添田町民体育館)