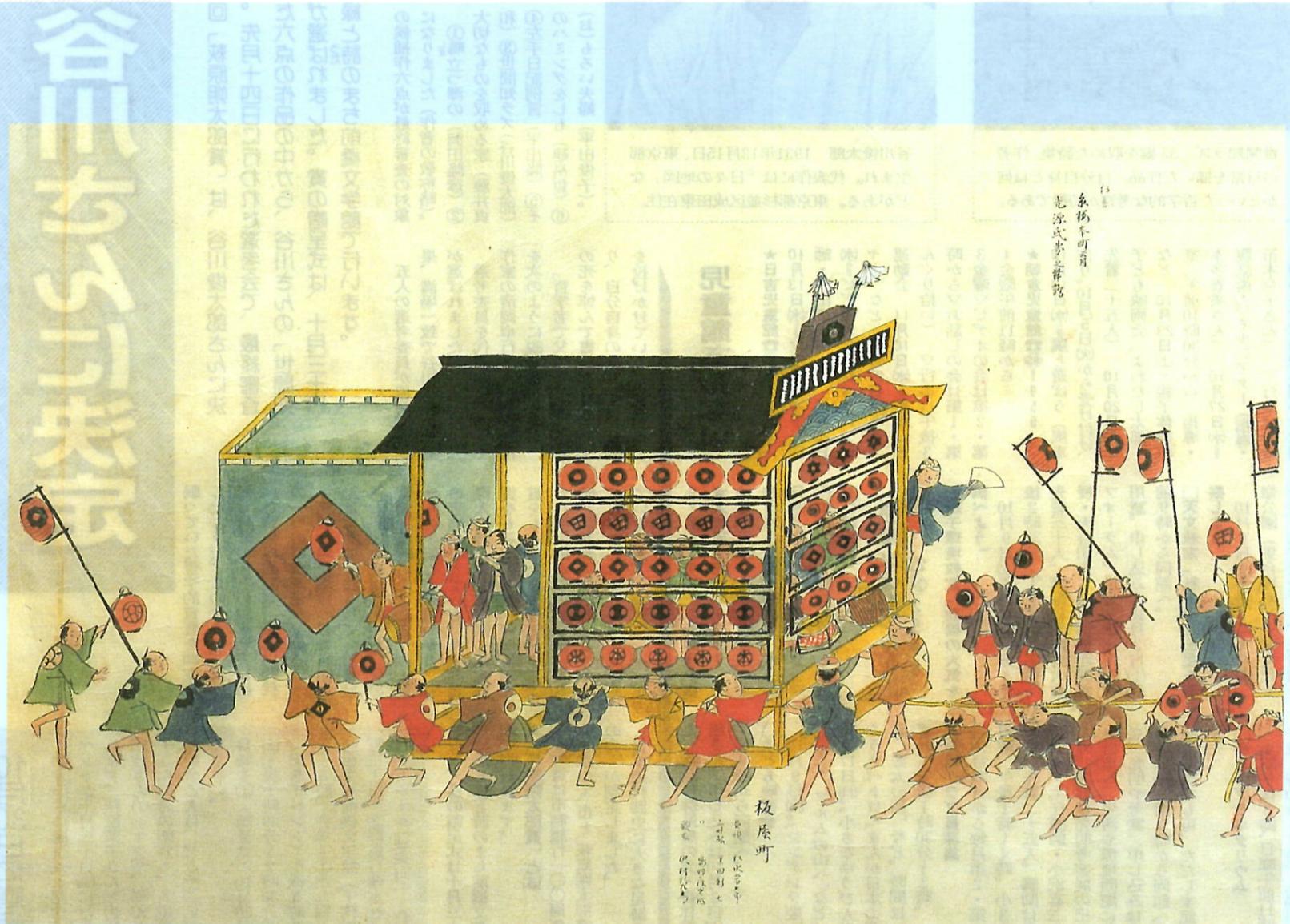




市のマスコット
 「ふーちゃん」

発行・前橋市役所 〒371 前橋市大手町二丁目12-1・電話24-1111(大代表) 編集・企画部広報課 毎月1日・15日



市指定重要文化財 文政11年(1828) 27×975cm(一部) (前橋市蔵)

前橋祇園祭礼絵巻

メモ 祇園祭は、江戸時代の前橋城下で最もにぎやかな行事。各町が工夫を凝らした屋台などを繰り出した。絵に書かれている板屋町とは、千代田町三・四丁目辺り。

ピックアップ

英国で青少年海外研修…4-5

- ▷ 谷川さんに萩原朔太郎賞…2
- ▷ 文化財普及講座に参加を…3
- ▷ 「北部運動場」の利用会議…3
- ▷ 青少年育成大会、を開催…4
- ▷ 16日・17日に前橋まつり…6
- ▷ 中央公民館で消費生活展…6
- ▷ 今月は「食生活改善月間」…7
- ▷ 建設大臣表彰の梅山さん…8

ひろせ老人福祉センター開館

10月14日～16日
 無料開放します

●施設の概要
 所在地 広瀬町二丁目一六 敷地面積 四千七百二十三平方メートル 建物 鉄筋コンクリート造り二階建て 延べ床面積 二千四百九十一平方メートル 主な施設 ホール、相談室、機能回復訓練室、クラブ室、陶芸室、囲碁・将棋室、体育館、浴室など
 ○：問い合わせはひろせ老人福祉センター 0880へ。

●開館時間や使用料
 館日 日曜・祝日・年末年始 使用料 65歳以上：無料、60歳～64歳：百円、同団体(十五人以上、以下同様)：九十円、16歳～59歳：百五十円、同団体：百三十円、4歳～15歳：百円、同団体：九十円(市外の人は60歳以上・4歳～15歳：二百円、16歳～59歳：三百円) その他 申し込み老人福祉センターの無料利用券も使用可



●開館時間や使用料
 開館時間 午前9時30分～午後5時 休館日 月曜、火曜、水曜、木曜、金曜、土曜、日曜、祝日、年末年始
 1 広瀬町二丁目ひろせ老人福祉センターがオープン。今月十三日(木)に落成記念式典を行います。また、十四日(金)から十六日(日)の三日間、無料で一般開放します。なお、軽介護型デイサービスセンターひろせ、在宅介護支援センターひろせも併設しています。ご利用ください。

この広報紙は再生紙を使用しています。

○ 保存してください。いつかまたお役にたちます ○

第1回萩原朔太郎賞

谷川さんに決定

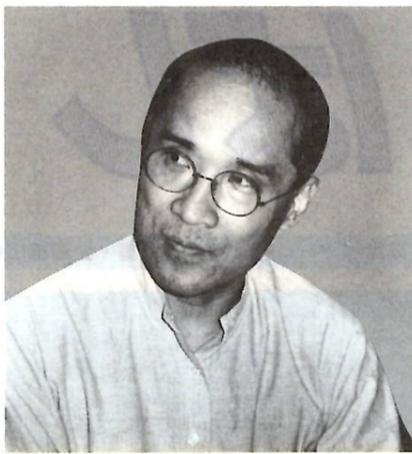
贈呈式は前橋文学館で

第一回「萩原朔太郎賞」は、谷川俊太郎さんに決定。先月十四日に行われた選考会で、最終審査に残った六人の作品の中から、谷川さんの「世間知ラズ」が選ばれました。賞の贈呈式は、十月二十日に水と緑と詩のまち前橋文学館で行います。

第一回「萩原朔太郎賞」の選考会が先月十四日、東京都のホテルエドモントで開催され、谷川俊太郎さんの「世間知ラズ」に決まりました。

選考会では、昨年九月一日から今年八月三十一日までに発表された作品約千点の中から、次の候補作六人が最終審査の対象になりました（作者の敬称略）。

①鳴立つ澤の（岡田隆彦）
②大切なものを取める家（藤井貞和）
③世間知ラズ（谷川俊太郎）
④左手日記例言（平出隆）
⑤そのハミングを（建昌哲）
⑥おもしろい夫婦（平田俊子）



谷川俊太郎 1931年12月15日、東京都生まれ。代表作には「日々地図」などがある。東京都杉並区成田東在住。



世間知ラズ 33編を取めた詩集。作者の日常を描いた作品。自分自身とは何かといった哲学的な考察が特徴である。

五人の選考委員が協議した結果、満場一致で谷川さんの作品が選ばれました。

選考委員を代表して、詩人である作家の清岡卓行さんが選考理由を次のように説明しました。

「哲学者で父である徹三さんの死を悼んで書いた作品で始まり、自分自身のありかたに疑問を投げかけている。自分の中に

眠っていた哲学的質を顕在化したようだ。このように、父の死と自分の存在の謎を切実に描いた詩集の出現は、新しい時代の一つの特徴を示している」

発表会場に駆けつけた谷川さんは「文芸評論もしていた父は朔太郎とも交流があった。父の書簡を整理したところ、朔太郎からの手紙などが見つかり、私の宝物になっている。朔太郎は偉大な詩人で、第一回の朔太郎賞をもらうことは、何か特別な賞をもらったような気がする。

「萩原朔太郎賞」とはこの賞は市制施行一〇〇周年を記念して、市と萩原朔太郎賞の会が制定しました。日本近代詩史に大きな足跡を

10月30日に贈呈式と記念イベント

朔太郎賞の贈呈式と記念イベントが十月三十日(日)に行われます。萩原葉子さんと岩橋邦枝さんのトークや、幸田弘子さんの詩の朗読も。入場を希望する人は、どうぞご応募ください。

日時①(贈呈式) 10月30日(日)午後1時30分～2時30分
②(記念イベント) 午後3時30分～5時 会場①水と緑と詩のまち前橋文学館(千代田町三丁目) ②群馬日産本社イベントホール(城東町一丁目) 4022へ。

対象①どなたでも、①五十人②二百人(各抽選)。①の当選者は②も入場できます。内容①(賞状・正副賞贈呈、受賞者あいさつなど)②(トーク、詩の朗読、マンドリン演奏など) 申し込み10月12日(火)までに往復ハガキで。住所・氏名・①贈呈式と記念イベント②記念イベントのみいずれかを明記して市役所社会教育課へ(ハガキ持参可)

問い合わせは同課 ☎内線4022へ。

児童館あんない

- ★日吉児童館 ☎335122
10月13日(水) マリオネット(講師・内山澄子さん) 10月20日(水) ビデオ大会「ジュウレンジャー」など 10月27日(水) ミニ運動会 11月10日(水) 散歩(どんぐり拾い) ▽行事は午後3時から▽お話し会は第1・第3金曜ビデオの会は第2・第4金曜午前11時から
- ★朝倉児童館 ☎51955
10月13日(水) 風と遊ぶ(風車作り) 10月5日(水) から受け付け、先着二十五人 10月20日(水) 子ども映画会「よわむし太郎」など 10月23日(土) 親子体操教室(午前10時30分から、指導・本多春美さん) 10月27日(水) 腹話術・パネルシアター(指導・笹木京子さん) ▽行事は午後3時から▽本の読み聞かせは第

児童文化センター

- 親子環境教室「前橋の大気を調べよう」
10月9日(土) 午前9時30分～午後2時30分。小3～小6の親子、先着三十人。講師は元群馬大教授・天谷和夫さん、利根西環境フォーラム。昼食と筆記用具を用意。申し込みは10月2日(土)午前9時から同館へ。
- 天文教室「秋の星と土星を観察しよう」
10月9日(土) 午後7時～9時、嶺公園(集合場所は児童文化センター)。どなたでも、先着四十

中央公民館

- ★高師者の初歩英会話
日時10月12日(水)～12月2日(水)の火曜十五回、午後1時30分～3時。会場中央公民館 対象市内在住・在勤の60歳以上で継続して受講できる人、三十五人(定刻に定員を超えた場合は抽選) 内容「高師者のための初歩英会話」講師「英会話講師・中川陽子さん、同・ミッシェル・ペイリーさん 参加費無料(教材費は実費負担) 申し込み10月7日(水)午後1時30分～2時に中央公民館へ直接
- 今月のプラネタリウム
土曜午後3時、日曜午前11時、午後1時30分。3時。入場料大人五十円、中学生以下三十円。雄さん。申し込みは10月2日(土)午前9時から同館へ。
- 子ども映画会
10月9日(土)、「シンデレラ姫」
10月17日(日)、「小さなぬいぐるみ」
10月17日(日)、「まんが日本の童話 源太の笛」など。時間はいずれも午後1時30分～3時。
- 発明クラブ募集
10月24日から毎月第2・第4日曜、午後1時～4時。小3～中1、先着二十五人。講師は発明クラブ主任講師・小沢喜三さん外。内容は発明考案展の出品を目指し、生活や環境問題に役立つ発明や考案。申し込みは10月3日(日)午前9時から同館へ直接(電話でも可、ただし来館者優先)。
- 今月の映画作品展
敷島小、上川淵小、元総社南小、東小、一中、鎌倉中。

問い合わせは社会教育課

☎内線4022へ。



☆「はーとふるフェア」
八代英太さんの基調講演や手話落語などイベントで福祉を考えよう。先月21日・22日に前橋テルサで「93はーとふるフェア in Maebashi」が行われました。子どもからお年寄りまで延べ1550人が参加。

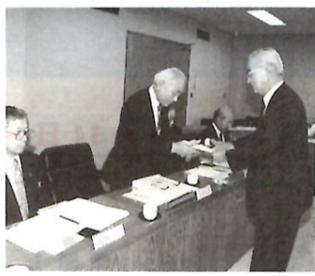
市政スポット

市民講座がスタート

先月二十四日、市民文化会館で市民講座が始まりました。三枝成彰さんを講師に迎え、千二百人が熱心に聴講。十月二十九日までに四回開催されます。

廃棄物減量化を推進

廃棄物減量化等推進会議が先月十三日に開かれました。学識経験者や住民代表など、各分野の十五人に委嘱状を交付。意見を聞き、清掃行政に役立てます。

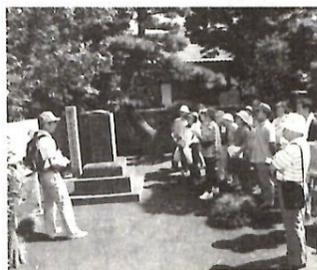


☆野沢フジさんが100歳
金丸町の野沢フジさんが先月二十日で百歳に。表敬訪問した藤嶋市長から記念品が渡されま



郷土の歴史を訪ねて

総社・元総社地区の史跡を巡る「前橋歴史散歩」。先月十五日に五十三人が参加しました。光厳寺や蛇穴山古墳など十一か所を訪ねて、熱心な質問も。



市民スポーツ祭

☆卓球(シングル)

10月24日(日)午前9時、市民体育館。種別は①一般男子A・B ②同女子③30歳代④40歳代⑤50歳代⑥高校男子・女子⑦中学1年男子・女子⑧中学2年男子・女子⑨レディースA(上級者)・B(中級者)・C(初級者)・初心者⑩新卓球男子・女子。中学生は各校男女各十人以上。高3は①②へ、中3は⑥へ出場。年齢は10月1日現在で、③④⑤⑥は①②にも出場可。③④⑤の女子は五歳上の種目にも出場可。参加費八百円(中学生は三百円)。申し込みは10月12日(火)までに所定の用紙に記入し参加費を添えて(中学生は学校単位)、市卓球協会・高村三三男さん方(平和町二丁目一四一)または市民体育館(☎090)へ。



☆柔道
10月24日(日)午前9時、市民体育館。種別は①小学生男子(低・中・高学年)②同女子③中学生男子(学年別)④同女子⑤高校生男子(学年別)⑥一般男子(無段・初段・二段・三段)⑦同女子(高校生以上)⑧高段者男子(四段以上)。参加費五百円。申し込みは当日会場。問い合わせは県柔道連盟前橋支部・樺沢さん方☎8554へ。

☆アーチェリー
10月31日(日)午前9時、南部運動場。種別は①Aクラス男・女②Bクラス男・女③Cクラス男・女④オープン男・女。参加費千六百元(昼食代含む、当日納入)。申し込みは10月5日(火)までに市アーチェリー協会・長谷川さん方☎5230、同・横山さん方☎8318へ。

「大室古墳群」中心に

4回シリーズ 文化財普及講座

◆注目されている「大室三子古墳」を中心に、文化財普及講座「古墳時代の前橋」を開催します。発掘した職員の講演や、現地を訪ねるなど分かりやすく解説。ご参加ください。

期日・内容・講師①10月30日(土)「古墳のまちなか」市文化財調査委員・松島栄治さん②11月6日(日)「市民文化会館で行われる第二十一回前橋市郷土芸能大会を鑑賞」11月20日(日)「バスでめぐる荒砥地域の古墳」④11月27日(土)「発掘現場から見た大室古墳群」市文化財保護課・前原豊 時間11時～午後2時(4時)③



上空から見た「大室古墳群」の全景

教室

□小学生体育
10月21日(土)～12月2日(火)の木曜10回、午後4時～5時、市民体育館。小1・小2、二十人(抽選)。参加費千五百円。申し込みは10月14日(日)午後5時に参加費を添えて保護者が直接。

□ストレッチスポーツ
10月13日(水)～11月17日(水)の水曜10回、午前10時～11時30分、市民体育館。一般、先着三十人。参加費三千円。申し込みは10月8日(日)午前10時に参加費を添えて本人が直接。

小学生サッカー

10月19日(火)～11月11日(火)の木曜八回、午後4時～5時30分、南部運動場。小1・小3、先着三十人。参加費八百円。申し込みは10月14日(日)午後4時に参加費を添えて保護者が直接。

以上申し込みと問い合わせは、市民体育館☎0900へ。

大会

☆少年少女バレーボール
11月3日(日)午前9時、市民体育館。市内の小学生チーム、トーナメント。参加費四千円。申し込みは10月22日(日)午後6時30分、同館で行なう代表者会議で。

市立図書館

☎244311

●お話の会
10月9日(日)午後2時～2時40分。「いたずらきかんしゃ」「ながぐつをはいたねこ」など。出演は萌えぎの会。

市民文化会館

☎214321

●お休みします
十月十八日(月)から二十六日(火)まで、秋の蔵書整理のため休館します。借りてある資料(図書、雑誌、視聴覚資料)は、返却日までに必ずお返しください。期間中に図書を返す場合は、返却ポストをご利用ください。

また、十月四日(日)は臨時休館日です。視聴覚ライブラリーや移動図書館も休みになります。土曜日は開館しますので、ご利用ください。

31日に「市民登山」

親子でボウリング

10月31日(日)午前5時30分市役所前集合。コースは市役所→佐久→妻草峠→高見石→白駒池。一般、先着八十人。参加費六千七百円。申し込みは10月1日(日)から大井陶器店、仁木家具店、イソバススポーツ店、ヤバタスポーツ店へ参加費を添えて直接。説明会は10月26日(火)午後6時30分、臨江閣。問い合わせは前橋山岳会事務局・小泉さん方☎0594へ。

日時10月9日(日)午前10時 会場1ボウルジャンボ前橋(下大島町☎0631)、AMFエメラルドボウル(国領町二丁目☎6405) 対象小学生から高校生までの親子(子どものみ可)、各先着六十四人 内容講習と大会 参加費五百円(貸靴代別) 申し込み電話で各会場へ

北部運動場の利用

北部運動場の十二月・来年一ヶ月の利用調整会議を開きます。利用を希望している団体の代表者は、必ず会議に出席してください。

日時10月20日(水)午後6時30分 会場市民体育館 対象12月・来年一月に北部運動場の利用を希望する団体

○問い合わせは市民体育館☎0900へ。

バス待合所

バス待合所を作った夫婦

小相木町 飯野 繁雄 68 皆さん、聞いてください。こんな素敵な夫婦が、小相木町には居るのです。名前は小林 亀吉さんとクニ子さん。二人は自宅の土地を提供。そのうえ自分で材木、ブロックなどを買い込み、なまこ板で屋根も付け、上信バス小相木停留所に待合所を作りました。

「炎天下でお年寄りが汗をかいてしやがみ込み、バスを待っている姿がお気の毒で、女房と相談したんです。いすは、兄が近所の家具屋さんからもらってきてくれました。今では語らいながら、バスを待っている。

人たちを見るのが楽しみなんです。こんなことをきっかけに、お年寄りを大事にする心が、これからも、みんなの間に広まってくれればうれしいですね」と亀吉さんは語っています。

このバス停の利用者は一日百人くらい。通勤時間を除けば、その多くはお年寄りです。利用者が待合所が出来て、喜んでくれるのがよく分かります。

この町で自治会長を務めて五年になりますが、こんな立派な人が住む町で自治会長ができてとても幸せです。そして、このような心の優しい人が、たくさん現れてくれることを願っています。



飯島 まさみ 66(荒子町)

交流深めようと初の運動会

第一回城東地区市民運動会

市民運動会が先月十九日、城東小の校庭で盛大に開催されました。

この運動会は、同小の通学区に当たる十町の自治会などが住民の交流と健康の増進にと主催し、城東地区体育協会が運営。初めての行事にもかかわらず、七百人が参加して十二の種目に汗を流しました。

子どもとお年寄りの混合



卓球

市民体育館の教室で週2回、練習しています。基礎から学ぼうと思って5年前に始めました。体調がすごくよくなったし、若い人とも友達になれて楽しいですよ。

原沢 彰子さん
下小出町三丁目
主婦・60歳

国産小麦

チームによる「紅白玉入れ」や「パン食い競争」などが行われると応援席から大歓声。また、婦人会の民謡踊りなども披露され、会場は終始華やかな雰囲気包まれていました。

記念の第一回優勝トロフィーは、日吉町一丁目の手に、「多くの人の協力で行うことができました」と、体育協会会長で実施委員長の富沢和之さん(五七)は話していました。



オックスフォードで古い建物をバックに記念撮影

中高生がイギリスへ 貴重な体験

★歓迎会

ホストファミリーと会い、初めての会話。うまく英語で話せなかったけれど、言いたいことが伝わり感激しました。ホームステイ先の様子も聞け、期待がいっそう大きくなりました。

(五中2年・長谷川卓也)

★語学研修について

三つのクラスに分かれて語学研修をしました。食べ物を実際に食べ、味や見た目を英語で表現したり、踊りながら歌を歌ったり。工夫された授業だったので楽しく学べました。

(市立女子高1年・西村和代)

初めは話す早さとアメリカ英語との発音の違いに戸惑い、力不足を痛感。でも、授業を重ねるごとに、伝わるようになりました。本場で勉強できたことをうれしく思います。

(市立女子高3年・岩崎真弓)

★レクサム近郊へ小遠足

レクサムは鉄鉱業発祥の地。昔の製鉄所跡を見学した時、五

歳の子どもも働いていたと聞き驚きました。事故の犠牲になった子も多そう。製鉄の悲しい歴史を知りました。

(南橋中3年・田村和弘)

★チエスタウ

たぐさんの店や人でにぎやかな所でした。古い建物や教会のステンドグラスを見て、古い時代の空気を味わいました。陽気さと趣が交じり合う素敵な街だと思いました。

(広瀬中3年・葛生佳月)

★レクサムの消防署

消防署ではいろいろな消防器具などを見学。はしご車に乗せてもらった後、放水作業を体験できたことが印象に残りました。駐車中の車を放水でびしょ濡れにしてしまいました。

(三中2年・岡部太郎)

★ウェールズ地方の小旅行

デンビーの城はあまり大きくなく、壁は壊れかけが生えていました。長年、風雨にさらされた石像など、この城の美しさと



緑豊かなスノーディア

★ギルドホールでの歓迎会

記念ツッペンをいただいたり、レクサムの文化遺産ともいえる品々を見せてもらったりしました。イギリス独特の古い伝統文化は、とてもすばらしく不思議な魅力を感じました。

(市立女子高2年・森本瑞恵)

歓迎会にはレクサム副市長さんが出席してくれました。とても優しそうで、市長に代々受け継がれている首飾りなどを見せていただき、日本にはない文化に深い感銘を覚えました。

(鎌倉中3年・星野麻里)

「レクサム・メイラー」って

クルイド州レクサム・メイラーは、イギリスの首都ロンドンから車で3、4時間の所にあります。同州は6つの地区に分かれ、レクサム・メイラーはそのうちの1つで、人口は11万7000人。日本の企業も進出している工業都市です。

一方、静かな住宅街や牛や羊のんびりと草をはむ牧場があり、更に、ニューイ大学の4つの校舎のうちの3つが置かれるなど、文化的にもすばらしい環境に恵まれている場所です。

青年海外研修事業とは

この事業は、平成元年度に市立の中学生18人がアメリカ・カリフォルニア州フレズノ市へ10日間の研修に出かけたのが始まり。その後、国・私立の中学校や、市立女子高と勤労青年が参加。今年度は、公募によって選ばれた市内の中・高校生の12人が参加しました。開始時の18人が34人に。昨年度から研修場所もイギリス・クルイド州レクサム・メイラーになりました。



ホストファミリーに送られて

寂しき、そして古い歴史を感じました。

(春日中3年・稲野実成)

★スノーディア地方

川の水が清く澄んでいて川底が見えるほどです。水浴びをする子どもたち、アメンボが水面を舞う美しくきれいな川。辺りに咲く花や木々が今も心に残っています。

(四中2年・五十嵐洋平)

★ホームステイ

言葉が通じることが不安でしたが、でも、てんぷらを作ったり、ギターを教わってもらったりして、自然に打ち解けることができました。思い切った話すことが国際交流の第一歩だと実感。

(荒砥中3年・能登陽介)

ホストファミリーは母親と子ども二人の温かい家庭。私たちが

を快く受け入れて迎えてくれました。ちよっとしたハプニングもありましたが、この貴重な体験はずっと忘れないでしょう。

(前橋育英高1年・桑原志乃)

広々とした高原とたくさんの羊に囲まれた家。図書室や音楽室、プールなど約十六部屋あり迷子になるほど広い家でした。

十四歳のカラフはエレキギターを弾くのが上手でした。

(七中3年・森本薫)

窓の外を眺めながら本当にイギリスへ行ってきたのだらうかと考えてしまいました。心の中は経験したことがみんな残って、胸がいっぱい。改めてこの旅の意義を知りました。

(前橋南高3年・茂木彩子)

ホストファミリーなどに感謝の気持ちを込めて行ったさよならパーティー。みんなの心が伝わってすばらしいものになりました。感動と別れのさみしさから涙が止まりませんでした。

(七中3年・森本薫)

全員でビートルズの歌を歌った時は心が高まりました。ファミリーとの会話では胸が詰まっ

てしまい涙ばかり。「オーケー」と慰めてくれ、言葉以上に心を通じ合えました。

(前橋女子高1年・高橋香織)

ホストファミリーなどに感謝の気持ちを込めて行ったさよならパーティー。みんなの心が伝わってすばらしいものになりました。感動と別れのさみしさから涙が止まりませんでした。

(七中3年・森本薫)

窓の外を眺めながら本当にイギリスへ行ってきたのだらうかと考えてしまいました。心の中は経験したことがみんな残って、胸がいっぱい。改めてこの旅の意義を知りました。

(前橋南高3年・茂木彩子)

ホストファミリーなどに感謝の気持ちを込めて行ったさよならパーティー。みんなの心が伝わってすばらしいものになりました。感動と別れのさみしさから涙が止まりませんでした。

(七中3年・森本薫)

窓の外を眺めながら本当にイギリスへ行ってきたのだらうかと考えてしまいました。心の中は経験したことがみんな残って、胸がいっぱい。改めてこの旅の意義を知りました。

(前橋南高3年・茂木彩子)

ホストファミリーなどに感謝の気持ちを込めて行ったさよならパーティー。みんなの心が伝わってすばらしいものになりました。感動と別れのさみしさから涙が止まりませんでした。

(七中3年・森本薫)



水道料金の支払い

水道料金の支払いは、口座振替をご利用ください。申し込みは、預金通帳と印鑑を用意し、市内の金融機関か水道局、市役所1階公益事業コーナーへ。なお、一度目の引き落とし日に残高不足で振替ができない場合は、翌月に二度目の振替をします。再振替日の10日前にハガキでお知らせしますので、残高を確認してください。

○：問い合わせは水道局営業課 ☎55111へ。

宅地内の漏水修理

宅地内の水道管は使用者(所)が修理します。修理費は、漏水箇所が管の長さによって異なります。修理費は、漏水箇所が管の長さによって異なります。修理費は、漏水箇所が管の長さによって異なります。

○：問い合わせは市営前橋ゴルフ場(川原町) 内容ミニ ☎55111へ。

魚釣りやパター競争

前橋ゴルフ場開放日時：10月17日(日)午前9時～午後2時30分 会場：県営前橋ゴルフ場(川原町) 内容：ミニSL、魚釣り大会、パター競争など。問い合わせ：県観光開発公社 ☎68153229へ。

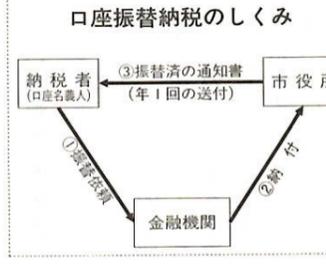
国保税の納期内納付にご協力を

私たちの生活の中には、思わぬ病気や事故などに遭遇することがあります。このような時にこそ、国民健康保険(国保)に加入していれば安心して治療を受けることができます。国保はそのための大切な財源です。納期内の納税は、お互いに助け合うための第一歩。ご協力をお願いします。

○：課税内容についての問い合わせは国保年金課 ☎32250、納税についての問い合わせは納税課 ☎3229へ。

10月の納税

市県民税第三期(11月1日)まで



納税は、便利な口座振替をご利用ください。口座振替のしくみは、左図のとおりです。振替のできる税は、市・県民税(普通徴収分、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、国民健康保険税)です。○：問い合わせは納税課 ☎内線 1042へ。

市役所は、〒371 前橋市大手町二丁目12-1 ☎24-1111です。

「血圧が高いですよ」と言われたら

日ごろ診療していてよくあることですが、「健康診断で高血圧だと言われた」といってお見えになる人がいます。もちろん実際に高血圧症の人もありますが、多くの人が正常血圧で、「心配ありませんね」と済むことがしばしばです。

これは、「白衣高血圧」とか「オフィス高血圧」と呼ばれる状態です。血圧を測ることに對して緊張してしまったり、集団検診などで知り合いがいたりして、その場で高いと言われたら困るなどといった精神的負担によって、一時的に血圧が上がってしまう状態です。したがって、本当の意味での高血圧とは異なります。

では、高血圧とはどういった状態でしょうか。現在ではWHOのガイドラインをよく用いますが、それによれば、「日を変えて何回も測定した血圧の平均値」とあります。すなわち、1回測った血圧が高くても、その人が高血圧であることにはならないということです。まして、血圧が160/90前後の軽症高血圧の範囲の場合、「まず2か月の間は非薬物療法を主に血圧の測定を繰り返す、その後十分な血圧の低下がみられなければ薬物療法を試みる」となっています。

さて、ここで問題なのが、「血圧が高いと言われたので医者に行ったが、様子を見ましようと言われたり薬ももらえなかった」という人が多くみられる点です。今まで述べたように、何度も測ってその平均で血圧を判断しなければならぬわけですから、最初に受診された人にいきなり薬を投与することはめったにありません。したがって、「様子を見ましよう」ということは「何度か診察にいらしてください。その間に血圧の経過を見て、必要があれば薬を使ってでも血圧を下げていきましょう」という意味です。決して放置しておいてよいということではありません。

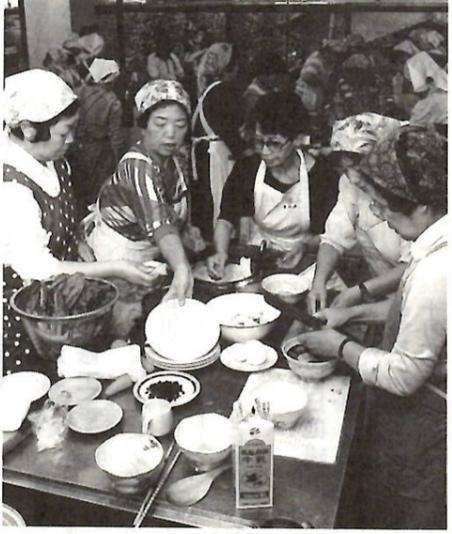
現在では、血圧の治療に関しては良い薬も多く、高血圧であっても、きちんと治療さえすれば充分健康な生活が送れます。必要以上に恐れず、かといってあまり侮らずに血圧に注意していきましょう。
(前橋市医師会 木暮 正美)



講演会や相談会など
アトピー性皮膚炎
日時10月9日(土)午後2時〜4時
会場1県生涯学習センター(文京町二丁目) 内容アトピー性皮膚炎に関する講演と相談会 申し込み当日会場へ直接 問い合わせは予防課☎内線32668
10日にキャンペーン
腎臓提供の登録を
「愛の献腎」と呼ばれる、腎臓病患者への腎臓提供登録のキャンペーンを行います。
日時10月10日(日)午後1時〜3時
会場イトーヨーカ堂前橋店前
☎問い合わせは福祉課☎内線31336へ。
問取りと設計を学ぶ
「奥様すまい・る講座」を行います。ご参加ください。
日時10月27日(水)午後1時30分〜4時30分
会場安田火災海上保険群馬支店(本町一丁目)
対象女性、先着五十人
内容上手な問取り計画、問取りキットによる自由設計など 申し込み10月20日(水)までに住宅金融公庫北関東支店☎6656へ

成人病予防は食事から

10月生活改善普及月間です



バランスを考えた食事作り 栄養教室で

平均寿命が延びる一方、がん、高血圧、心臓病に代表される成人病は年々増加していく傾向にあります。成人病の原因の一つに、体重の増加があげられます。自分に合った体重を保ち、健康的な生活習慣を身に付けましょう。
●食事は1日3回、規則正しく 食生活で大切なことは、一日三回、規則正しい食事を取ることです。朝食はしっかり取り、一日に二回は主食(米、パン、うどんなど)、主菜(肉、魚、卵、豆腐など)に野菜を加えて、副菜(野菜、海藻、乾物など)がそろった食事をするように努力しましょう。また、牛乳を飲むことも忘れず。
食事の基本は、腹八分目です。変化のない食事や、外食が多いと栄養バランスがくずれがちです。好き嫌いをなくし、楽しい食生活を心がけましょう。
●いきいき健康教室も 皆さんの健康づくりを応援するため、各地区で「いきいき健康教室」や「いきいき健康相談」を行っています。皆さんで参加してください。
人生八十年時代。健康で生き生きと過ごすため、生活習慣を

今月は「食生活改善普及月間」です。一日三回の規則正しい食事が、食生活のうえで最も大切なこと。この機会に、自分の健康を見直してみよう。

予防接種ガイド

ポリオ (小児まひ)		
10月5日(火)	午後2時〜2時50分	母子健康センター 予防接種センター
10月6日(水)	"	総社公民館 予防接種センター
10月7日(木)	"	南橋公民館 予防接種センター
10月13日(水)	"	駒形町会議所 予防接種センター
10月14日(木)	"	元総社公民館 予防接種センター
10月19日(火)	"	芳賀公民館 予防接種センター
10月20日(水)	"	東公民館 予防接種センター
10月21日(木)	"	予防接種センター
10月26日(火)	"	"
10月27日(水)	"	"
10月28日(木)	"	"

対象=3か月〜4歳未満児
☎問い合わせは予防課☎内線3263へ。

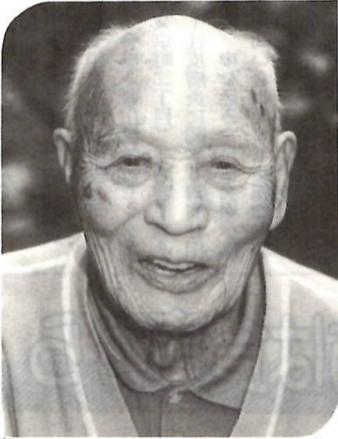
しきしま 老人福祉センター ☎332121
来月1月から3月までの団体バス(三十人以上)・中広間(三十人〜八十人)・あずまや(三十人〜十人)の利用予約を、10月16日(日)午前10時から受け付けます(来館者のみ。定刻に受け付け順位を抽選)。電話予約は17日(日)まで。

育児相談 市立保育所では「育児相談」を行っています。育児についての情報が得たい、また、自分の子育てに不安を感じた時など気軽に電話してください。
日時1火曜・木曜、午後1時〜3時
会場21一か所の各市立保育所 対象1歳未満から就学前の子どもの持つ保護者 相談方法は各保育所で面接相談も可(面接相談は事前に予約が必要) 印刷費用を要。
☎問い合わせは児童家庭課☎内線3157へ。

相談コーナー (毎月1日号) (毎月に掲載)
①人権相談 10月15日(金)午後1時〜4時、市役所1階市民相談室
②行政・税務相談 10月18日(月)午後1時〜4時、市役所1階市民相談室
③公証相談 10月25日(月)午後1時〜4時、市役所1階市民相談室。相続などの公正証書作成の相談
④法律相談 火曜(12日)はお休み、午後1時〜4時、市役所1階市民相談室。弁護士による相談。受け付けは前日の午前9時から市民相談室☎内線3100へ。先着六人
⑤心身障害者相談 (肢体) 10月10日(日)午後1時30分〜4時30分(聴覚) 10月13日(水)午後6時30分〜9時(内部・難病・精薄) 10月24日(日)午後1時30分〜4時30分。以上の会場は心身障害者福祉会館(朝日町三丁目)☎4682
⑥精神保健相談 10月19日(火)午後1時30分〜3時30分、保健所。予約を同所☎7721へ
⑦お年寄りこころの相談 10月6日(水)午後1時30分〜3時30分、保健所。予約を同所☎30分。印刷費用を要。

犬・猫の引き取り 10月5日・12日・19日・26日・11月2日(火)、午前9時〜10時、群馬病院(昭和町三丁目) 西構内アニマルプール前。手数料(生後六十日以上)一匹につき千円、同未満一匹につき三百円と印刷費用を要。
「マナー」を守って 最近、犬に関する苦情が増えています。放し飼いやフンの始末、夜中の鳴き声などには注意

外国人諮詢服務処 時間1毎週一午一点到五点 地点1市役所一階市民相談コーナー「外国人諮詢服務処」内 所設語種1英語、2中国語(漢語)、3葡葡牙及西班牙語(四種外語) 諮詢費用1無料 し、他人に迷惑をかけないようにしましょう。
* 問い合わせは保健所☎317721へ。
健康テレホンサービス ☎34970
月曜1胎児の歯
火曜1乳幼児の歯
水曜1生え変わり時期の歯磨き
木曜1歯並びと矯正
金曜1幼児の虫歯を見つけたら土・日曜1かむことの大切さ



道路愛護表彰で建設大臣賞

梅山保太郎さん(98)

下佐鳥町

先月三日、「平成五年度優良道路愛護団体等表彰式」個人部で、建設大臣表彰を受けた。これは日ごろから道路の「ありがたく表彰状をいただきました。健康で長生きできたからこそ、続けられたんですね」

「ありがたい表彰状をいただきました。健康で長生きできたからこそ、続けられたんですね」

「大好きなふろもぬるめにやめたという。早く上がるようにしています。何と言っても健康第一です」

四世代七人が同居する大家



「ほがらか前橋」

前橋けいりん開催日 10/9・10・11 10/18(場外)

二万九千八百八円... 梨子町・山口義正さんから...

ギヤジベッド一台... 八木貞夫さんから...

文学館と詩碑巡り... ロマンあふれる前橋文学館と詩碑を巡ってみませんか。

東善住宅団地の分譲地... 前橋工業団地造成組合では東善分譲地のあらまし

市畜場で改修工事... 市畜場では今月から来年の一月まで、内装改修工事のため火葬などの利用が一部制限されます。

大規模建築など景観の届け出を... 高さが増える建築物の建築や、大規模な工作物・広告物などの設置は、都市景観に大きな影響を与えます。

市民献血... 10月8日(金) 午前10時30分

市民の茶席... 10月15日(金) 午前10時

地区朝市... 10月31日(日) 午前10時

水道の指定工事店... 10月10日(日) ニチレイ設備

編纂『ほがらか前橋』... 10月11日(月) 相互設備

市民の茶席... 10月15日(金) 午前10時

編纂『ほがらか前橋』... 10月11日(月) 相互設備



速水堅曹 深沢雄象

命により生糸貿易を調査していた人物である。創業当初、堅曹が反対派の刺客に襲われる事件もあり運営は容易ではなかったと伝わるが、士族の生活の糧が得られるようにと若神町に大渡製糸所を新設するなど事業を展開した。同所には、熊本細川家など全国各地で製糸業を起し名を残している。雄象と堅曹の二人は、前橋のみならず近代日本の発展に糸を通じて貢献した。

糸で近代日本の発展に貢献した二人の先駆者

「県都まえばし糸の町」と上毛カルタに詠まれる前橋市。幕末から昭和初期まで、日本有数の生糸の一大集散地として名をはせたが、その面影を残す所は数少ない。住吉町一丁目の国道17号線沿いに「明治三年日本最初の機械製糸場跡」と刻まれた碑が建てられている。この製糸場は、藩の財政再建と将来の国益を考へ前橋藩が経営に当たった。明治政府が国の威信をかけて設立した官営富岡製糸所に先立つこと二年前のことである。当時の前橋藩は、財政難で苦慮していた。膨大な経費のかかる洋式製糸工場を造ることに反対を唱える者も多かった。その反対派を説得し、藩論をまとめ、たのは深沢雄象(一八三三-一九〇七)である。雄象は、埼玉県川越市に生まれ、藩主松平直克とともに前橋に移り住んだ。幼い時から武術に励み槍術は極意に達したと言われる。前橋城再築の作事奉行、町奉行などを歴任し、製糸場建設の時は藩の年寄役(家老に次ぐ地位)を務めていた。この建設が決定されると雄象は、かねてより知遇のあったスイス人シーベルの紹介で、製糸技師ミツラを雇い、イタリヤ式器械を取り寄せた。十丁という大きな油屋の一角を借り受け、日本最初の器械製糸が始まったのである。責任者の雄象は、他の要職に就いたため工場は、速水堅曹(一八三九-一九一三)が当たった。堅曹は横浜開港以来、藩の命により生糸貿易を調査していた人物である。創業当初、堅曹が反対派の刺客に襲われる事件もあり運営は容易ではなかったと伝わるが、士族の生活の糧が得られるようにと若神町に大渡製糸所を新設するなど事業を展開した。同所には、熊本細川家など全国各地で製糸業を起し名を残している。雄象と堅曹の二人は、前橋のみならず近代日本の発展に糸を通じて貢献した。



糸の町の面影を残す碑

風のふるさと まえばし 器械製糸場跡