

No.1021
2/1
平成6年(1994年)

広報まえばし

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

○ 保存してください。いつかまたお役にたちます ○



太平記英勇傳

滝川左近一益



21.5×18.1 cm (青木裕氏蔵)

ピックアップ

- ドームで国際室内陸上…2
- ▷ 平成5年の「火災状況」…3
- ▷ 20日に「凧揚げ大会、開催…3
- ▷ 「児童合唱団、の発表会…4
- ▷ 5年度上半期の財政状況…5
- ▷ 「引っ越し業者、の選び方…6
- ▷ 募金の総額が4639万円に…6
- ▷ 7日まで成人病予防週間…7
- ▷ サガルマタ登頂名塚さん…8

お寄せください要望や情報

「広報まえばし」
に参加しましょう

皆さんの「声」を紙面に生かし

「広報紙を読むのが楽しみ」——こんな声が聞こえてくるような紙面づくりを
のためには、市民の皆さんのが「声」がた
いへん参考になります。要望や情報など、
どしどしお寄せください。

□ 広報紙への要望・提言

- ① 広報でこんなことを掲載してくれな
いか②市の仕事のこんなことを紹介して
どしどしお寄せください。
- ほしい③こうすれば広報がおもしろくな
る——など、広報紙で扱ってほしいテ
キや提言などをお聞かせください。
- は通常の掲載ページです。
- 皆さんの作品や情報に支えられている
欄がたくさんあります。あなたの作品や
ホットな情報を待ちしています。()内
は定例的な欄へも
- ①ふれあいポスト(3面)●最近思つ
たことなどのお便り②ふるさとスケッチ
(3面)●市の風景などのスケッチや
イラスト(3面)からこんにちは(3面)●
自治会のホットな話題など④いい汗かい
てます(5面)●社会人で健康づくりに
取り組んでいる人を紹介(5面)ほか前橋
人(8面)●各方面で活躍している市民
を紹介(6面)街まち町ウォッチング(8面)●
おもしろい街角スナップなど

○:問い合わせは広報課 内線3522
へ。

この広報紙は再生紙を使用しています。

平成 6 年 2 月 1 日号

世界の選手がドームに

12日には小中学生のリレー大会など

2月13日
'94 国際室内陸上

あの興奮を再び——。一月十三日(日)、グリーンドーム前橋で華やかに「'94群馬国際室内陸上競技大会」が開催されます。世界の一流選手百五十人の参加を予定しています。棒高跳び世界記録保持者のズブカ選手と、全国の子どもたちがいっしょに走るメモリアルランも。皆さんどうぞお出かけください。

「'94群馬国際室内陸上競技大会」が十三日㈰、グリーンドーム前橋で開催されます。棒高跳び世界記録保持者のブブカ選手をはじめ、バルセロナ・オリン

ト世界選手権のゴルドメダリストたちが一堂に。本県出身の選手も多数出場します。国内外の一
流選手百五十人が記録を競い合い、「世界記録誕生」があるかもしません。

子どもたちのメモリアルランも予定されています。皆さんで観覧ください。なお、競技の様子はテレビ東京で生中継されま

の一流選手による競技指導、八式練習が予定されています。今場はグリーンドーム前橋で、観

選定予定出場な

、J.ピアス、陣雁浩
、鎮宅、大山健
、エゴロフ、V.ブブカ
E.オビナ
、武藤浩二
C.ボルジュナー

上泉郷藏で消防訓練
四部門に分かれ
MAEBASHI

☆ 2756人ゆき「成人相 盛大に

先月15日、市民文化会館で「成人祝」が開催されました。2756人が出席し、新成人の代表2人による「二十歳の主張」の発表も。式典の後は、『はたちのつどい』のクイズ大会で盛り上がりました。



ブブカ選手もやってくる

バレル選手とのメモリアルラン 昨年

前日にリレーや競技指導も

我が国では今年、本大会以前に大阪市で、三月には横浜市の計三か所で室内陸上競技が行われます。

昨年初めて開かれた「'93前橋国際室内陸上競技大会」を契機

二中地区の土地区 審議会

二中地区（第三）土地区画整理事業の実施に伴う、審議会委員選挙を行います。

選挙期日＝4月24日（日）選挙される委員＝八人 選挙人名簿の縦覧と異議の申し出＝3月8日（火）～3月21日（月）立候補届けの

委員の選挙

①未登記の借地権がある人は
2月14日(月)までに借地権の申告
②共有の所有権(借地権)がある人は、3月21日(月)までに代表者選任通知
③土地所有者(借地権者)が死亡している土地の相続人は、3月21日(月)までに相続の届け出と相続人代表者選任通知

問い合わせは保健体育
内線40333へ。

主な出場予定選手（日本人選手は本県出身者のみ）			
	男 子	女 子	
競 技 種 目	60メートル	D.ミッチャエル、C.スミス、不破弘樹、宮田英明、小島雅章、林雅俊	G.トーレンス、H.ドレクスラー、M.オンヤリ、S.エルコス、陳蒸
	200メートル	M.ジョンソン、K.ブランスキー	M.オンヤリ、W.ヴェリーン、中野佳子
	400メートル	趙有林、斎藤喜彦	長谷川雅子、中野佳子、山田由美子
	800メートル	_____	E.コバッチ、曾玉英
	1500メートル	D.フレッカー	_____
	3000メートル競歩	_____	T.ボイトラス
	60メートルハンドル	C.ホーキンス、J.ピアス、陣雁浩	G.ディーパース、L.トルバート、M.フリーマン、D.ワラー、張倫、笛尾美代子
	400メートルリレー	未定	K.ダモン、T.ワラー、D.ウイリアムス、W.ヴェリーン（アメリカチーム）
	走り高跳び	T.ケンブ、李鎮宅、大山健	S.コスタディノーバ、K.ダモン、T.ワラー、M.ラボスキー、P.オウェン
	棒高跳び	S.ブブカ、G.エゴロフ、V.ブブカ、P.マンソン、中川徹	_____
走り幅跳び		趙志国、黄庚、E.オビナ	J. J.カーシー、H.ドレクスラー、R.ニールセン
三段跳び		C.エゼリッジ、武藤浩二	A.ビリョコワ、任瑞平、大野由美子
砲丸投げ		R.バーンズ、C.ボルジュナー	黄志紅、K.ネイムケ、篠崎浩子



臨江閣で先月二十三日に「百人一首交歎大会」を開催。小中学生四十四チーム、百四十人が



文学館で先月二十二日「谷
俊太郎展」が始まりました。谷
俊太郎賞を受賞した同
氏の原稿や写真など約三百点
展示。五月八日まで、有料。



全国各地の有名な風が集合

20日に「風揚げ大会」

風を持って集まろう! 「上州空つ風揚げ大会in前橋」を

開催します。どんな風でも、だれでも自由に参加できます。みんなで風揚げを楽しんでみませんか。また、全国各地の有名風や創作風も揚がります。ご家族連れて、お出かけください。

午前10時~午後2時 会場:敷島公園河川緑地(大渡橋北)

内容:一般参加者の部

午前10時~11時 創作風、市販

○問い合わせは商工会議所

(34) 5111~

新計量法の施行により、今年

からばかりの検査方法が変わり

- 検査方法などが変更
- 問い合わせは商業観光課
- 問い合わせは商工会議所

必ず受けてください はかりの定期検査

の風を問わず、どんな風でも自由に日本の風の会、全国風愛好家の部 午前11時~正午 北は

北海道から南は九州まで、全国各地の有名風やユニークな創作風が揚がります(大風揚げの部) 午後1時~2時 八疊クラスの大風が参加します その他、天候により開催できないことがありますので、当日の実施状況は

度は、はかりの性能を一定水準以上に維持し、また、適正な計量によって、消費者の利益を守るためにものです。必ず受けるようにしてください。

● 検査方法などが変更

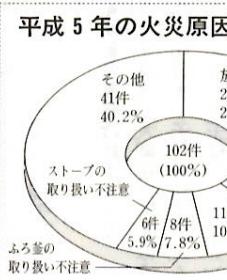
新計量法の施行により、今年からばかりの検査方法が変わり

焼損棟数・面積 出火件数と種類

焼けた建物の数は百二十八棟(前年百十五棟)、焼けた面積は

出火件数は百二件(前年九十五件)で、前年より七件増加しました。内訳は、建物火災が八十三件、車両火災が十一件、その他八件です。林野火災はありませんでした。

また、建物火災の中では住宅火災が四十八件で一番多く、全火災件数の四七%を占めています。



小正月に楽しく伝統行事を

先月十五日、日吉町四丁目で「どんど焼き」と「子ども餅つき大会」が盛大に開催されました。

どんど焼きとは、小正月に行う火祭り。同町のひよん公園には、高さ五丈ほどの竹やわらで組んだ小屋が作られ、各家庭から持ち寄った古いだるまなどが置かれています。火をつけると勢よく燃え上がり、訪れた多くの住民が今年一年

の「無病息災」を祈りました。

近くの公民館では、子どもたちの歓声とともに、もちはづく音が聞こえています。子どもたち八十人でついたものは二十枚。たくさんのがんばんもちなどが出来上がり、ふるまわれていました。

「十五年も続いている伝統行事。子どもたちは、毎年楽しみにしているんです」と、主催した自治会長の阿久沢貢さん(57)は話していました。

市役所は、〒371 前橋市大手町二丁目12-1 ☎24-1111です。

5億3474万円が灰に

平成5年
火災状況

102件のうち47%が住宅火災



一瞬にしてかけがえのない命や財産を奪う恐い火災

火災原因是放火がトップ! 平成5年の火災状況がまとめました。出火件数は百二件で、そのうち四七%が住宅火災。また、損害額は五億三千四百七十四万円にのぼり、市民一人当たりで、千八百六十六円もの財産が灰になつた計算です。火災原因のトップは放火(疑いも含む)で、揚げ物火災は半減しました。尊い命や大切な財産を守るために、一人ひとりが火災のないまちづくりを心掛けましょう。

昨年の特徴

昨年は、春先に火災が多く発生しており、特に三月と四月の火による飛び火などが多かつた

二ヶ月で二十六件も発生しました。これは、異常気象で空氣の乾燥した日が続いたため、たき火による飛び火などが多かつた

尊い生命や大切な財産を火災から守るため、私たち一人ひとりが火災の恐ろしさを再認識して、火災のないまちづくりを目指します。

尊い生命や大切な財産を火災から守るため、私たち一人ひとりが火災の恐ろしさを再認識して、火災のないまちづくりを目指します。

尊い生命や大切な財産を火災から守るため、私たち一人ひとりが火災の恐ろしさを再認識して、火災のないまちづくりを目指します。

尊い生命や大切な財産を火災から守るため、私たち一人ひとりが火災の恐ろしさを再認識して、火災のないまちづくりを目指します。

損害額

死傷者

劇などでお年寄りとの交流

元総社町 山田 貴子 18

わたしも通う前橋育英高の保健科では、三年生になると軽費

四千四百十三平方メートル(同四千五百二十二平方メートル)でした。焼損棟数は前年より増加しましたが、焼損面積は減少しました。

また、建物火災一件当たりの平均焼損面積は四十三平方メートル(同四十七平方メートル)でした。

焼け出された家の数は七十一世帯(前年八十世帯)、焼け出された人の数は二百十五人(同二百十七人)でした。

火災状況に関する問い合わせは、消防本部予防課(☎32111)へ。

五百二十四万円(同三百六十五万円)、市民一人当たり千八百六十円(同千二百九円)分が灰になつことになります。

火災原因是放火がトップ! 平成5年の火災状況がまとめました。出火件数は百二件で、そのうち四七%が住宅火災。また、損害額は五億三千四百七十四万円にのぼり、市民一人当たりで、千八百六十六円もの財産が灰になつた計算です。思っていた以上に皆さん

が喜んでくださったので、わたしたち一同とても感動しました。

最後に寿乐园の代表者にお礼のあいさつをしていただきた時は、温かい心を持つということの大切さを感じました。この日の感激を忘れずに、だれにも温かい心で接することのできる大人になりたいです。

火災原因是放火がトップ! 平成5年の火災状況がまとめました。出火件数は百二件で、そのうち四七%が住宅火災。また、損害額は五億三千四百七十四万円にのぼり、市民一人当たりで、千八百六十六円もの財産が灰になつた計算です。思っていた以上に皆さん

が喜んでくださったので、わたしたち一同とても感動しました。

最後に寿乐园の代表者にお礼のあいさつをしていただきた時は、温かい心を持つということの大

切さを感じました。この日の感激を忘れずに、だれにも温かい心で接することのできる大人になりたいです。

火災原因是放火がトップ! 平成5年の火災状況がまとめました。出火件数は百二件で、そのうち四七%が住宅火災。また、損害額は五億三千四百七十四万円にのぼり、市民一人当たりで、千八百六十六円もの財産が灰になつた計算です。思っていた以上に皆さん

が喜んでくださったので、わたしたち一同とても感動しました。

最後に寿乐园の代表者にお礼のあいさつをしていただきた時は、温かい心を持つことの大

切さを感じました。この日の感激を忘れずに、だれにも温かい心で接することのできる大人になりました。

火災原因是放火がトップ! 平成5年の火災状況がまとめました。出火件数は百二件で、そのうち四七%が住宅火災。また、損害額は五億三千四百七十四万円にのぼり、市民一人当たりで、千八百六十六円もの財産が灰になつた計算です。思っていた以上に皆さん

が喜んでくださったので、わたしたち一同とても感動しました。

最後に寿乐园の代表者にお礼のあいさつをしていただきた時は、温かい心を持つことの大

切さを感じました。この日の感激を忘れずに、だれにも温かい心で接することのできる大人になりました。

火災原因是放火がトップ! 平成5年の火災状況がまとめました。出火件数は百二件で、そのうち四七%が住宅火災。また、損害額は五億三千四百七十四万円にのぼり、市民一人当たりで、千八百六十六円もの財産が灰になつた計算です。思っていた以上に皆さん

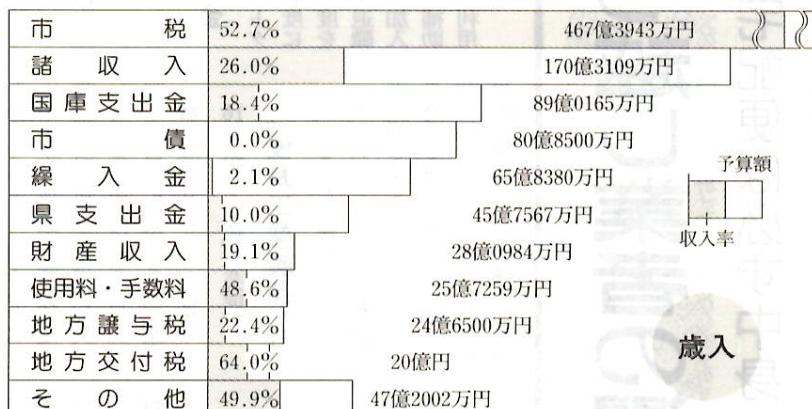
が喜んでくださったので、わたしたち一同とても感動しました。

最後に寿乐园の代表者にお礼のあいさつをしていただきた時は、温かい心を持つことの大

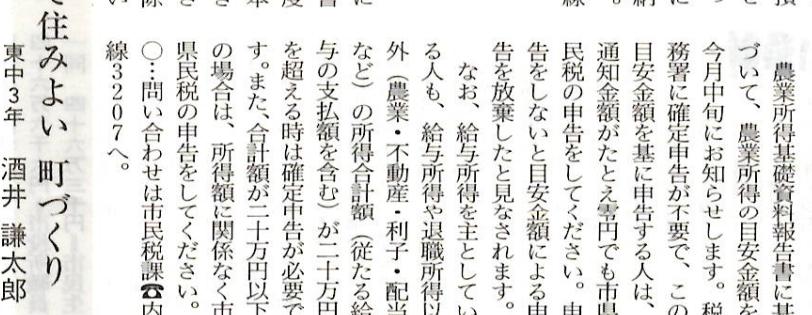
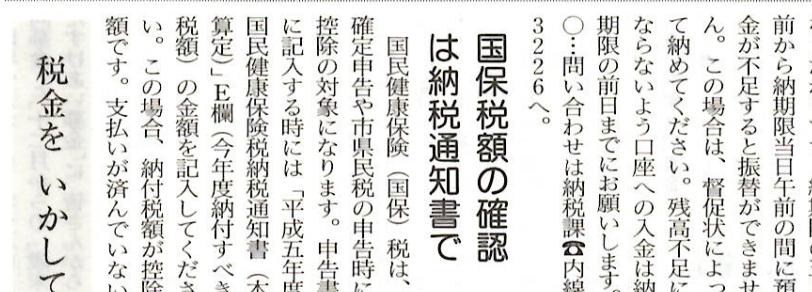
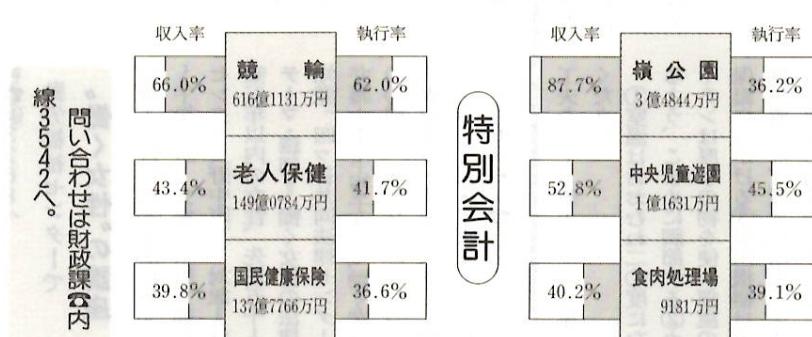
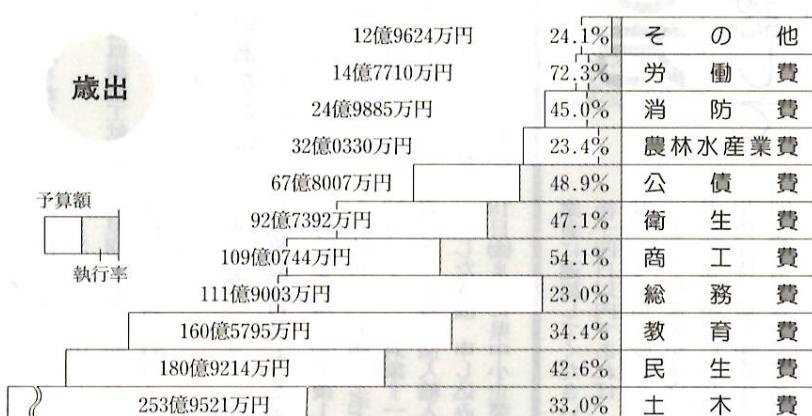
切さを感じました。この日の感激を忘れずに、だれにも温かい心で接することのできる大人になりました。

火災原因是放火がトップ! 平成5年の火災状況がまとめました。出火件数は百二件で、そのうち四七%が住宅火災。また、損害額は五億三千四百七十四万円にのぼり、市民一人当たりで、千八百六十六円もの財産が灰になつた計算です。思っていた以上に皆さん

<p



一般会計



市役所は、〒371 前橋市大手町二丁目12-1 ☎24-1111です。

活動と魅力ある都市づくり

お知らせします 「5年度上半期の財政状況」

第4回市議会

平成4年度決算を認定

平成4年度の各会計決算が12月に開かれた平成5年第4回市議会で認定されました。一般会計(表1)の歳入は約995億1121万円、歳出は約978億7431万円でした。各会計別の決算は表2のとおりです。

表1 平成4年度 一般会計歳入歳出決算			
科 目	歳 入 額	科 目	歳 出 額
1市 税	464億9581万円	1議 会 費	6億4539万円
2地 方 譲 与 税	23億2720万円	2総 務 費	103億0121万円
3利 子 削 付 金	12億0372万円	3民 生 費	168億0848万円
4ゴ ル フ 場 利 用 税 付	3075万円	4衛 生 費	92億5714万円
5特 别 地 消 費 税 付	3887万円	5勞 働 費	12億8777万円
6自動車取 得 税 金	9億1365万円	6農 林 水 産 業 費	38億0702万円
7地 方 交 付 税	39億5116万円	7商 工 費	74億9769万円
8交 通 安 全 対 策 特 別 交 付	1億1941万円	8土 木 費	247億4209万円
9負 担 金 及 び 金	11億9769万円	9消 防 費	26億6975万円
10使 用 料 及 び 料	24億7874万円	10教 育 費	123億2251万円
11国 庫 支 出 金	82億6297万円	11公 債 費	64億5539万円
12県 支 出 金	41億9689万円	12諸 支 出 金	20億4484万円
13財 産 収 入	19億0261万円	13災 害 復 旧 費	3503万円
14寄 附 金	1億0956万円	合 計	978億7431万円
15繰 入 金	70億2744万円		
16繰 越 金	7億9112万円		
17諸 収 入	139億3162万円		
18市 債	45億3199万円		
合 計	995億1121万円		

※表中の金額は1万円
未満を四捨五入してあります。

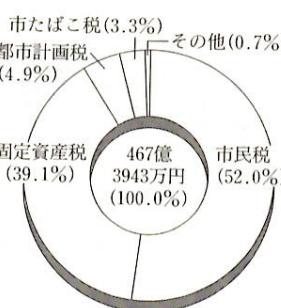
表2 平成4年度 各会計別決算総括表			
会 計 名	歳 入	歳 出	差 引 残 額
一 般 会 計	995億1121万円	978億7431万円	16億3691万円
特 別 会 計	772億1821万円	736億8517万円	35億3304万円
國民健康保険	138億4859万円	128億3987万円	10億0872万円
内 老 人 保 健	138億9033万円	136億4696万円	2億4338万円
食 内 处 理 場	8189万円	7693万円	497万円
中央児童遊園	1億0903万円	1億0690万円	213万円
競 輪	489億0277万円	466億3846万円	22億6431万円
横 公 園	3億5595万円	3億7606万円	953万円
合 計	1767億2942万円	1715億5948万円	51億6995万円

平成5年度の上半期(平成5年4月1日~9月30日)の財政状況をまとめた「前橋市の財政」が公表されました。あらましを表やグラフにしてお知らせします。数字は平成5年9月30日現在で、金額の一萬円未満は四捨五入しています。

市民の税負担



市税の構成



A Q 私の家庭は共働きなので、納税が遅れてしまうのですが、そのような場合には、口座振替による納税が便利です。留守がちなご家庭や商店などで忙しい家庭でも確実に納付できます。
A 申込むには:
A ほとんどどの市内金融機関で取り扱っています。預金通帳と届け出印、納税通知書を用意して申し込んでください。
Q どんな税を扱うのですか
A 市県民税の普通徴収分、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、国民健康保険税です。
Q 口座振替なのに督促状が届いたのですが
A それは「振替不能の扱い」になつたからです。納期限の5日前から納期限当日午前中に預金が不足すると振替ができません。この場合は、督促状によつて納めてください。残高不足にならないよう口座への入金は納期限の前日までにお願いします。

A Q 私の家庭は共働きなので、納税が遅れてしまうのですが、そのような場合には、口座振替による納税が便利です。留守がちなご家庭や商店などで忙しい家庭でも確実に納付できます。
A 申込むには:
A ほとんどどの市内金融機関で取り扱っています。預金通帳と届け出印、納税通知書を用意して申し込んでください。
Q どんな税を扱うのですか
A 市県民税の普通徴収分、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、国民健康保険税です。
Q 口座振替なのに督促状が届いたのですが
A それは「振替不能の扱い」になつたからです。納期限の5日前から納期限当日午前中に預金が不足すると振替ができません。この場合は、督促状によつて納めてください。残高不足にならないよう口座への入金は納期限の前日までにお願いします。

留守がちな人に便利な口座振替



2月は特別土地保有税の申告月

ご注意ください。
電話での税額照会はプライバシー保護の点からできない場合があります。ご協力ください。
○:問い合わせは国保年金課 内線3250へ。
○:問い合わせは財政課課内 線3542へ。
○:問い合わせは納税課課内 線3226へ。
○:問い合わせは税課課内 線3220へ。
○:問い合わせは農業課課内 線3207へ。
○:問い合わせは市民税課課内 線3207へ。

2月は特別土地保有税の申告月

ご注意ください。
電話での税額照会はプライバシー保護の点からできない場合があります。ご協力ください。
○:問い合わせは国保年金課 内線3250へ。
○:問い合わせは財政課課内 線3542へ。
○:問い合わせは納税課課内 線3226へ。
○:問い合わせは税課課内 線3220へ。
○:問い合わせは農業課課内 線3207へ。
○:問い合わせは市民税課課内 線3207へ。

今月は特別土地保有税(取得分の申告納付月)対象は昨年1月1日から十二月三十一日までに取得した土地が、合計で五千平方メートル以上の人です。二月二十八日(月)までに申告納付してください。
なお、今年の一月一日現在で既に恒久的な建物などの敷地とたせば、免除制度もあります。申告期限内に申告書と免除認定申請書を提出してください。
○:問い合わせは資産税課課内 線3220へ。

測量業務などの業者

入札参加の申請を

平成6、7年度に行われる測量・建設コンサルタント業務などの、入札参加資格審査の申請を受け付けます。

なお、申請書の様式など詳くは本紙1月15日号6面をご覧ください。

くは本紙1月15日号6面をご覧ください。

平成6年2月1日号

み=2月28日(月)までに市役所8階建築課へ直接

○:問い合わせは建築課内線38266へ。

“中退金制度”的普及

加入企業に補助金

中小企業の従業員やパートタ

イマーなどの退職金共済制度に

普及するため、中小企業退職

金共済や特定退職金共済に加入

した市内の企業に対して、補助

金を交付します。ぜひ、ご利用

ください。

16日から伝統工芸展

(内線3615)へ直接

午後2時まで

会場前橋西

ワープロなどの講習

16日

午前10時~午後3時

前橋合同庁舎内(内線37843)

○:問い合わせは県総合工芸課

(内線3615)へ直接

午後3時

会場県勤労福祉

センター(野中町)

対象就

業者申込み

午前10時~午後6時30分

前橋市役所6階工業課

申込み

午前10時~午後2時

会場前橋西

ワープロやパソコンの基本操

作

参 加 費

無 料

教 费

は 実

費 負 担

申込

み=2月7日

月・8日火、午前10時~午後3時

前橋合同庁舎内(内線37843)

○:問い合わせは県総合工芸課

(内線3615)へ直接

午後3時

会場県勤労福祉

センター(野中町)

対象就

業者申込み

午前10時~午後2時

会場前橋西

ワープロやパソコンの基本操

作

参 加 費

無 料

教 费

は 実

費 負 担

申込

み=2月7日

月・8日火、午前10時~午後3時

前橋合同庁舎内(内線37843)

○:問い合わせは県総合工芸課

(内線3615)へ直接

午後3時

会場県勤労福祉

センター(野中町)

対象就

業者申込み

午前10時~午後2時

会場前橋西

ワープロやパソコンの基本操

作

参 加 費

無 料

教 费

は 実

費 負 担

申込

み=2月7日

月・8日火、午前10時~午後3時

前橋合同庁舎内(内線37843)

○:問い合わせは県総合工芸課

(内線3615)へ直接

午後3時

会場県勤労福祉

センター(野中町)

対象就

業者申込み

午前10時~午後2時

会場前橋西

ワープロやパソコンの基本操

作

参 加 費

無 料

教 费

は 実

費 負 担

申込

み=2月7日

月・8日火、午前10時~午後3時

前橋合同庁舎内(内線37843)

○:問い合わせは県総合工芸課

(内線3615)へ直接

午後3時

会場県勤労福祉

センター(野中町)

対象就

業者申込み

午前10時~午後2時

会場前橋西

ワープロやパソコンの基本操

作

参 加 費

無 料

教 费

は 実

費 負 担

申込

み=2月7日

月・8日火、午前10時~午後3時

前橋合同庁舎内(内線37843)

○:問い合わせは県総合工芸課

(内線3615)へ直接

午後3時

会場県勤労福祉

センター(野中町)

対象就

業者申込み

午前10時~午後2時

会場前橋西

ワープロやパソコンの基本操

作

参 加 費

無 料

教 费

は 実

費 負 担

申込

み=2月7日

月・8日火、午前10時~午後3時

前橋合同庁舎内(内線37843)

○:問い合わせは県総合工芸課

(内線3615)へ直接

午後3時

会場県勤労福祉

センター(野中町)

対象就

業者申込み

午前10時~午後2時

会場前橋西

冬場に注意！循環器疾患

いよいよ、木枯らしの吹きつける冬がやってきました。四季のはっきりした日本では、季節によって発生する疾患が異なっています。

循環器疾患（脳卒中、心臓病、高血圧など）は特に冬に多い病気と言われています。脳卒中（脳出血、脳梗塞）の死亡率と全国各地における冬の平均気温との関係を見ると、全国的に気温が低い地域ほど脳卒中による死亡率が高くなる傾向があります。また、発作の起きる場所を調べると、ふろ場や便所、廊下といったケースが多く、昔から「便所で転ぶと中風（脳卒中）になる」とか「便所の途中で倒れると長悪いをする」などと言われ、寒さが発作の原因の1つであることがうかがえます。ただ、北海道では、気温が著しく低いにもかかわらず死者数はそれほど多くありません。北海道と本州以南との住宅構造の違いが冬の暖房効果に大きな差をもたらしており、これが冬に脳卒中で倒れるかどうか生死の境目になっているのです。北海道の住宅は部屋ごとの温度差が少なく、暖房が隅々まで行き渡るようになっている点がよいのです。各部屋ごとの暖房の場合には場所によって大きな温度差が生じることとなり、これがストレスとなって血圧が極端に上がり脳卒中への引き金となります。最近では、こたつなどの局所暖房ではなく、部屋や家全体を暖房するよう工夫する家庭が増加しつつあり、かつて脳卒中死者を多く出した東北地方でも死者が減少しつつあります。これに反して、北関東以南の相対的に暖房の工夫が迫られていない地域では、脳卒中死亡率が高くなっています。家全体の暖房が無理なら、せめて便所、ふろ場、早朝に働く台所などはタイマーを使って暖める工夫をしたいものです。

寒さによるストレスは、脳卒中ののみならず心臓病（狭心症、虚血性心疾患）や高血圧疾患にも重大な影響を与えてることが知られています。すなわち、狭心症の人は冬場、急に寒い戸外へ飛び出した時に発作が誘発されやすいことが知られており、高血圧の人も冬期は血圧のコントロールが難しいと言われています。このような事実から、せっかく健康のためにと行っている朝夕のウォーキングやジョギングも、かえって病気を悪化させることになりかねません。冬期のこれらの運動は、日中の気温が高くなつてから行なうようにしましょう。

もう一つの大変な冬場の注意事項は、インフルエンザなどのいわゆる「風邪」にかかるないようにすることです。もしも悪化して肺炎などを併発した場合には、命取りになりかねません。健康な人にも増して、うがいの励行やじゅうぶんな休養を取るように心がけましょう。

最後に、酸素欠乏も循環器疾患の危険因子の1つに挙げられています。閉め切った部屋での暖房器具の使用にはじゅうぶん注意して、また換気にも心がけてください。（参考文献 気象で読む身体 加賀美雅弘）

前橋市医師会 沢渡誠志

健康手帳



健康相談で病気の知識を深めましょう

● 生活習慣の改善を
成人病は「習慣病」とも言わ



● 健康診断の受診を

今月一日から七日までは「成人病予防週間」です。現在が人病予防週間です。現在が心臓病、脳卒中の「三大成人病」が、日本人の死亡原因の六割以上を占めています。成人病は、不規則な生活の積み重ねが原因とされている病気。我が国では、男女ともに平均寿命が延び続け成人病が増えてきています。

規則正しい生活で成人病を予防――。今月一日から七日までは「成人病予防週間」です。バランスのよい食生活や適度な運動を中心、健康に対する関心をいつも持つことが大切がけましょ。また、早期発見するために健康診断を受けることも大切です。

生活習慣を見直して

2月1日から成人病予防週間

3大成人病が死亡原因の6割

今月一日から七日までは「成人病予防週間」です。現在が心臓病、脳卒中の「三大成人病」が、日本人の死亡原因の六割以上を占めています。成人病は、不規則な生活の積み重ねが原因とされている病気。我が国では、男女ともに平均寿命が延び続け成人病が増えてきています。

規則正しい生活で成人病を予防――。今月一日から七日までは「成人病予防週間」です。バランスのよい食生活や適度な運動を中心、健康に対する関心をいつも持つことが大切です。

規則正しい生活で成人病を予防――。今月一日から七日までは「成人病予防週間」です。バランスのよい食生活や適度な運動を中心、健康に対する関心をいつも持つことが大切です。

はかなり進行していることが少くありません。

バランスのよい食生活や適度な運動を中心、健康に対する関心をいつも持つことが大切です。

各種がん（胃がん・大腸がん・子宮がん・乳がん）検診を行っています。対象者は受診手帳を配布し、誕生日に受診するよう勧めています。

受診手帳をお持ちの人で誕生日に受診できなかつた人は、二月中に受けるようしてください。

受診手帳をお持ちの人で誕生日に受けるようしてください。

受診手帳をお持ちの人で誕生日に受けるようください。

