

ガンの早期発見を

―征圧月間にちなんで―

ガンによる死亡者は、年々ふえる傾向にあります。人類最後の病とされるガンによる死亡をへらすことは、世界各国の共通した課題です。日本のガンの特色は、胃ガンが半数を占め、肺ガンが急速に増加しつつあるという点です。子宮ガンは、性質上、比較的早期発見、早期治療の効果がありやすいので、わが国でも、やや減少の傾向を示し、対ガン活動への明るい見通しがもたれていきます。

ガンと死亡

ことし、この9月に、厚生省、日本対ガン協会主催の「ガン征圧月間」が催されますが、本年はとくに、「胃ガン死亡半減、子宮ガン死亡ゼロ」を目標にしています。ガンの死亡という面からだけみると、男では胃ガン・肺ガン・肝臓ガン・食道ガンの順となり、女では胃ガン・子宮ガン・肝臓ガン・肺ガン・乳ガン・食道ガンの順になっています。

ガンの対策

現在、ガン対策として考えられていることは、第一が、死亡の半数をしめる胃ガンを早期にみつけるにはどうしたらよいか。第二は、子宮ガン・乳ガン等婦人のガンを早期発見にむくこと。第三は急激に増加しつつある肺ガンの予防対策をどうするかという点です。現時点では、結局、適確な手段に効果的なのが、予防手段がないので、ガン死亡を減少させるためには、早期発見と早期治療によるほかありません。

大部分で体ガンはごく一部と断られています。子宮ガンの診断は、医師の間診が重要な意味をもっています。とくに性器からの不正出血・帯下・月経異常・出産歴などについて正しい答えが大切なことです。診断としては、分泌液や細胞をとって顕微鏡でみることであり、内診によって診断できます。

●乳ガン 乳ガンの診断は自分で乳房を触る方法、自己診断法に重点がおかれています。乳ガンの発生は外側上方が5割で最も危険が高いとされています。

生活のリズムを変えて

二学期の家庭指導

40日間の思い出多い夏休みも終わり、いよいよ2学期が始まりました。夏休み中、思うぞんぶん校外での生活を楽んだ子どもたち、いろいろな思い出が、40日の生活は、ほとんど学校から離れた生活であり、子どもたちにとって、気ままな自由な生活であっただけに、自分勝手な生活リズムを身につけて、夏休み中の生活リズムを崩す、というケースが少なくありません。

2学期がスタートしても、起床時間や就寝時間が乱れて、子どもたちの中には、夏休み中、生活リズムが崩れて、学校生活に支障をきたしている場合があります。夏休み中、生活リズムを崩さないよう、子どもたちの生活リズムを整えることが大切です。



昭和42年産米政府買入価格

等級	9月30日	10月1日～11日	10月12日～20日	10月21日から
1	8,132	8,002	7,972	7,892
2	8,052	7,972	7,892	7,812
3	7,972	7,892	7,812	7,732
4	7,892	7,812	7,732	7,652
5	7,692	7,612	7,532	7,452

〔注〕① 水稲玄米正味60キロで、麻袋(B)を使用したときのねだんです。したがって、紙袋の場合は、60キロでこの表より36円安くなり、俵は33円高くなります。
② 陸稲は、この表より300円くなります。
③ もち米は、定められた数量の範囲内で次の加算金があります。
水稲もち(12月15日まで)
1～2等 560円 3等 530円 4～5等 500円
陸稲もち(43年1月31日まで) 335円

おとしよりをだいに 15日から老人福祉週間

近年、高齢人口が増加したことや、家族制度の変革、産業構造・生活様式の近代化などによって、老人問題は、社会的経済的問題をよび、老人福祉に関する国民の関心は、急に高まってきました。このような情勢に対処して、昨年6月、国民の祝日として「敬老の日」(9月15日)が加えられたことは、老人福祉の増進に意義深いことといえます。

「敬老の日」は、国民の祝日に関する法律に定められているように「多年にわたり社会に尽くした老人を敬愛し、長寿を祝う」日であり、また老人福祉法第五条に定められているように「ひろく、国民の関心と理解を深め、かつ、老人が自らの生活の向上に努める意欲を高める」日であり、また、老人に精神的安定と自覚を与えるとともに一般国民に対しても、自らの

老後に対する自覚の確立をはかり、かつ、老人に対する正しい理解を深めようとするものです。このため、9月15日から21日までを老人福祉週間とし、老人福祉の啓発普及のための諸行事が計画されています。

9月15日は、昨年に引きつづき、学校や官庁も休みとなりますので、せつかくの祝日を、ぜひ、有意義な一日としてください。

なお、村でも、この日、90歳以上のおとしよりには、知事・市長・社会福祉協議会などから長寿を祝って記念品が贈られることになっています。つきのかたがたは、つぎのとおりです。

郵便書簡・小包葉書

郵便は、わたくしたちの生活に密着したつながりをもつ制度ですが、この制度の中にはいろいろなものがある。あつちの制度を全部利用したところのある人は、外資的なもの。人によっては、外国郵便のように全く縁遠い制度もあり、一般に知られていないものがある。しかもこれらを利用することによって、もっと一般のことがたが便利になるものもあります。つきに、その二つをあげてみましょう。

郵便書簡 一枚の紙に通信文を書き、折目線に従って折込んで、のりしろをはり合わせるだけで封筒も便せんもいらず、そのうえ料額印画が刷り込んであるので、切手を貼る必要はありません。一通の料金は15円で、全国どこでも郵便局、売りさばき所でも簡単に手に入れることができます。

小包葉書 小包葉書は郵便局の窓口で売っているが、きの一種ですが、往復はがきのように二つ折りにして、のり、中に通信文を書き、荷札のように針金がついていて小包のヒモに結びつけて送るものです。

青年団新役員

村連合青年団、地区青年団では、このほど新役員をつぎのとおりきめました。
これによって、村の青年団活動の体制が整い、積極的な運営が期待されています。
▽連合青年団長 斎藤 一男(小幡)
▽要地区青年団長 久保 忠春(小幡)
▽津澄地区青年団長 高柳 嘉恵(山田)
▽武田地区青年団長 河野 剛(次木)

スポーツ

▽村内野球大会 (8月19・20日)
●準決勝 役場7ー0 オリオンズ
●決勝 役場2ー1 ホームマーズ
▽三位決定戦 中学生6ー5 オリオンズ
▽子ども会ソフトボール大会 (8月23日)
●優勝 津澄子ども会
●準優勝 新成子ども会

くらしの窓

□たいよりさんま
さんまのおいしい季節がやってきました。さんまは、おいしいうえに栄養価も高く、しかも、値段の安いおさかなです。
このさんまを、私たち日本人が珍重しているまぐろと栄養分を比較してみよう。まぐろのカロリーは、まだ100にに対し、さんまは207で2.3倍。たん白質は前者は1.5倍、後者は1.4倍。カルシウムは15にに対し、22で1.4倍。鉄分は0.4にに対し、3.0で約7.5倍。ビタミン類はほぼ同じ。総体的に、ぐんとすぐれているということができます。

好みが違うので、いちがいにはいえませんが、外国人はたい類をいちはばつたらぬ魚としており、うま味、栄養のあふさんまをたくさん食べましよう。ついでに、次にいくつかの食品のカロリーを調べてみました。
(表は百ギ中の含有量)
さんま 二〇七
いわし 一二五
牛乳 五九
鶏卵 一五二
大豆 三九二
凍豆腐 四三六
牛肉(もも肉) 一四六
豚肉(ヒレ) 二七九

□テレビの中ちり
テレビの裏ぶたを開けたら、ほこりがいっぱい、なんていうことがよくあります。これはテレビの内部の電気がほこりを吸引する性質があるからですが、ほこりがおこると、真実管が、まるでほこりの綿入れを着たようになり、熱を持ち早くいたみます。またほこりは湿気を吸収しやすいので、雨が降ったときなど綿に水を含まれたようになると、電気も、性能が低下するばかりか、故障の原因にもなります。
テレビの内部は、ときどき掃除をお忘れなく。

