

NPO法人全国生涯学習まちづくり協会主催、教育委員会後援による「金木町・生涯学習とまちを楽しむセミナー」が11月16・17日の2日間、中央公民館で開催されました。

1日目の自分の生きがいを見つけて地域を楽しむ「生涯学習まちづくりセミナー」には、教育・ボランティア関係者と諸団体などから約50人が参加。セミナーでは福留強同協会理事長らによるまちづく

りにかかわる講話や事例発表。続いて参加者がグループに分かれ、まちづくりについて討議・発表し、活発な意見交換が行われました。

子どもたちに地域を探検してもらい楽しみながら郷土愛を育む「体験活動子ども地域探検」が行われた2日目には、町内小学5・6年生の児童20人と前日も参加した28人が参加しました。講師の中奥良則同協会専務理事から概要説明を受けた参加者たちはグループに分かれて、斜陽館を中心とした地域の探検を開始。午後にはグループごとに探検で探した事をテーマにしたマップとクイズを作成し、このマップの発表とクイズ大会が行われ子どもたちは楽しみながら町の宝を再発見し、郷土の認識を高めていました。

また、連合婦人会が2日間の昼食づくりをボランティアで行ってくれました。

生涯学習と まちを楽しむセミナー



人づくり、町づくりのための

11月28日、金木町ボランティア活動推進協議会（委員長＝渋川正義）主催の平成14年度「だれにでもできるやさしい講座」が中央老人福祉センターで開催されました。

同講座は地域づくりの一環になればと、平成7年度から開催され今年で8年目となり、年4～5回の各種講座を行っています。

4回目となる今回の「介護講座」には町民約40人が参加して、高齢者生活福祉センター職員による高齢者の脱水症状や床ずれなどの対処法と予防についての講義、ベットから起こして車イスに乗せる方法の実技が行われました。職員の手際良いやり方の説明を受けた参加者は実際に試してみて「大変なものだ。介護する人は力があるものだ」と介護の大変さを実感していました。

その後、高齢者生活福祉センターを見学し、介護に関する事務の説明と現状や利用状況の説明を受けました。

講座を終えた参加者は「丁寧な指導で勉強になりました。施設を見て老後は安心だと思った。できるうちは自分で行き、だめな時はお世話になりたい」と話していました。

だれにでもできるやさしい講座 『介護講座』



“国民健康保険 優良世帯表彰”



11月19日、役場3階大会議室において平成14年度国民健康保険被保険者優良世帯表彰式及び青森県国民健康保険団体連合会表彰者報告が行われました。

今年は1年間国保の療養給付を受けなかった世帯61世帯、継続して2年以上国保の療養

給付を受けなかった世帯34世帯の計95世帯が国保優良世帯に選ばれ、この日出席した32世帯へ鳴海町長が表彰状と記念品を手渡し、功績をたたえました。

また、福士淳一さんら3人が長い間国保運営委員として国保事業の向上発展に尽くした功績が認められ、青森県国民健康保険団体連合会より表彰されたことが報告されました。



表彰者は次のとおりです。

国保優良世帯表彰者

【単年度優良世帯】

◆金木地区

旭ヶ丘	旭ヶ丘	旭ヶ丘	旭ヶ丘	旭ヶ丘	旭ヶ丘	昭和町	見晴町	見晴町	中山道町	上山道町	上山道町	南新町	南新町	栄町	栄町
工藤美恵	中野繁則	成田ひさ子	米田文子	山谷時江	野宮静猛	泉谷辰榮	外崎祐一	小野祐一	高森チヤ	開坂淳一	成田清春	古川昭弘	山本和子	白川ユキエ	三上健造

◆嘉瀬地区

新誠町	下古町	上古町	後古町	後新町	下新町	上立町	上派立	下小栗崎	雲雀野団地	東野団地
木村勇治	木村竹男	中村昌暢	鳴海正利	小山内トモ子	澤田タマコ	山中伊三	白川春左衛門	伊藤いよ	野呂衛佐務	對馬武春

大東ヶ丘	下宇田野	女坂	向道	向道	小川町	芦野団地	芦野団地	芦野団地	若松町	若松町	若松町	新富町	新富町	芦野町	芦野町	浦野町	浦野町	寺下町	北新町	神明町	朝日町	朝日町
蝦名義實	其田悠司	中谷精一	白川秀義	白川久昭	荒関圭治	成田輝	佐藤伍	宮館勝雄	外崎則子	前田正照	白川善彦	沢田茂昭	山田正一	徳田久美	野宮徳二	宮下イヤコ	中田紀人	木下信行	中谷サツ	工藤義孝	米塚礼子	白川芳子

【継続優良世帯】

◆金木地区

下宇田野	上古野	藤枝	沢部	沢部	小川町	芦野団地	芦野団地	芦野団地	若松町	新富町	芦野町	芦野町	朝日町	大東ヶ丘	旭ヶ丘	旭ヶ丘	見晴町	見晴町	田中	栄町
泉谷文磨	泉谷靖男	白川さみゑ	田中サチ	角田豊樹	松野キヨイ	對馬正則	白川千代志	白川三津則	原田敏行	木下修	須藤利幸	千葉勇三	工藤セツ	三橋福次郎	鳴海陸子	三上孝宏	松江慎悦郎	田中イツ	成田新一	酒井ミチ

◆喜良市地区

西岩見町	西岩見町	東岩見町	双葉町	双葉町	双葉町	下派立	下柏木	川端町	新誠町
今徳盛	桑田一男	小野トキ	宮館智市	芳村智市	中村テル	大橋正志	古川順子	古川哲夫	大西タケ

国保団体連合会表彰者

金木地区	喜良市地区	金木地区
原田俊司	秋谷正義	福士淳一

野下崎	下派立	南本町	川端町
棟方ハヨ	伊丸岡佑	秋谷信弘	今陸史

◆喜良市地区

新堤町	下鍛冶町	下古町	冷水	下新町	下新町	下小栗崎	上中柏木
中村洋子	今武美	木村米四郎	嶋島ミヨ	工藤君男	山中輝美	齋藤良海	原田康範



まちのできごと

金木警察署 各大会で健闘

青森市の県民体育館で開催された、平成14年度の県下警察柔道剣道大会及び同逮捕術大会において、金木警察署が上位入賞を果たしました。



▲逮捕術大会

各大会とも警察署の規模別でA・B・C組に分かれて、1チーム4名の団体戦で行われ、10月23日の柔道剣道大会C組で柔道2位、剣道3位。また、11月15日の逮捕術大会C組で2位の好成績をあげました。

本年度、この3大会を通じて入賞を成し遂げたのは金木警察署だけでした。



▲柔道剣道大会

幼稚園児が勤労感謝で職場訪問



勤労感謝の日を前に金木幼稚園（園長＝片岡八千雄）の園児たちが11月22日、役場や消防署などを訪問して勤労感謝のプレゼントを渡しました。

役場を訪れた「りす組」36人は、町長室で整列し声を合わせて「いつもお仕事ご苦労さまです。これからもお仕事がんばってください」と元気よくあいさつ。園児が作ったケースに入れたキャンディやチョコレートを手渡しました。

角田助役は「言うことを聞いて良い子になってください」とお礼を述べて、子どもたちにお菓子をプレゼントしました。

ひと足早いクリスマス

毎年恒例となった「第15回かなぎサンタフェスティバル」が12月14日、中央公民館で開催されました。

大きなクリスマスツリーやリースで飾り付けられた会場へ約500人の親子連れが訪れ、サンタへのお願いカードを書き、サンタクじや着ぐるみ劇を楽しんだり、バンド演奏に合わせてクリスマスソングを全員で歌うなど、ひと足早いクリスマスを満喫しました。

フィナーレは、赤いハンチャのサンタクロースからのプレゼント。訪れた子どもたち一人ひとりにサンタさんが握手をして、お菓子のプレゼントに子どもたちは大喜びしていました。



甲状腺疾患 について



外科 山田 恭吾

皆さん、始めまして。

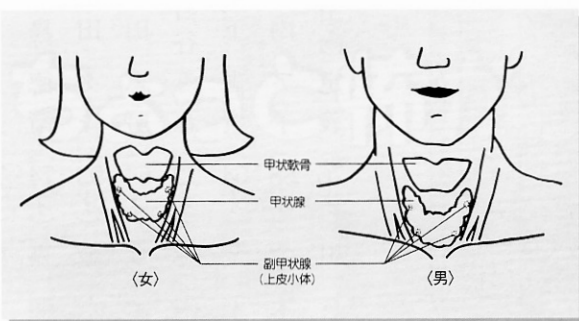
私は、平成十四年十月一日より公立金木病院外科に勤務となった山田と申します。院内では緑色の白衣を着ていることが多いので、気軽にお声を掛けていただければ幸いです。今月は、私に当番が廻ってきましたので、甲状腺疾患についてお話ししたいと思います。

甲状腺って…

甲状腺は図のように、首前部の喉仏の下にあり

蝶が羽を広げた様な形をしています。この甲状腺からは甲状腺ホルモンが分泌され血液の中をまわって、全身の細胞にいたる作用を及ぼします。

▲甲状腺の位置



- 甲状腺は頸の甲状軟骨の下にある。
- 男性は女性より約4 cm下に甲状腺がある。

甲状腺ホルモンの働き

働きにはいろいろありますが、主なものは全身細胞の新陳代謝の調節です。分泌が増加すれば代

謝が異常に盛んになり、減少すれば代謝が低下します。

主な検査

超音波検査・CT検査・血液検査などです。

主な病気と治療

①甲状腺機能亢進症

(バセドウ病)

甲状腺が全体的に腫脹し、ホルモンが多量に分泌されるため起こる病気です。二十から三十歳代の女性に多い病気です。

全身倦怠感、眼球突出、動悸、頻脈、多汗、手足のふるえ、体重減少、下痢、イライラ感などの症状が特徴的です。

治療は、ほとんどの場合が薬物治療です。

甲状腺ホルモンを抑制する薬を経口で服用します。薬物療法の効果がないときは、手術で甲状腺を切除する方法もあります。

②甲状腺機能低下症

この病気も女性に多く認められます。

疲れやすい、倦怠感、意欲低下、冷え性などの症状が特徴です。治療は①と逆で、足りない甲状腺ホルモンを経口薬で補充します。

③節性甲状腺腫・甲状腺癌

甲状腺にコブができる病気です。頸部に凸凹のあるコブとして触れる甲状腺腫です。頸部の圧迫感、嚔声（かすれ声）が見られることがあります。

良性とコブと悪性のコブがありますから、自分で判断することのないようお願いいたします。悪性の場合、手術が必要なことがあります。

④慢性甲状腺炎(橋本病)

甲状腺全体が、ゴム様に硬く大きく腫脹する病気です。中年女性で寒がり、皮膚の乾燥、食欲低下、便秘、月経過多、脱毛などの症状

が特徴です。時に、ホルモン分泌の低下が生じることがあり、その場合は甲状腺剤の投与が必要です。

⑤亜急性甲状腺炎

風邪ひきの症状が出現した後、圧痛を伴う甲状腺腫脹を認める疾患です。夜間に症状が強く、頻脈、動悸、発汗、体重減少、発熱が特徴です。放置しても二〜五ヶ月で自然治癒しますが、症状が強いつきには解熱剤を服用したほうが体の負担が少なくていいと思います。

終わりに

以上、紙面の関係上、早足に甲状腺疾患について述べてきました。甲状腺が腫れたといつてもいろいろな疾患があり、治療もそれぞれ異なります。思い当たる症状がございましたら、ご自分一人で悩むことなく受診してください。

戸籍の窓

11月届出分

おめでとう

伊丸岡のぞみ(忠昭) 喜良市
西村 丞司(司) 喜良市
鎌田 秋翔(克利) 嘉瀬
泉谷 健太(公生) 川倉
工藤 魅花(清光) 金木
成田 裕(幸司) 嘉瀬

おしあわせに

高瀬 真(隆) 金木
太田 貴子(政興) 千葉県
高橋 俊一(俊多) 鯉ヶ沢町
工藤 明子(栄一) 藤枝

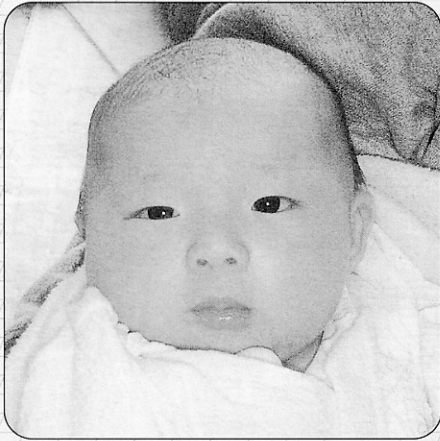
おくやみ

木下 畠藏(85才) 嘉瀬
花田 証二(82才) 金木
鎌田 俊藏(45才) 嘉瀬
三上 正介(89才) 喜良市
棟方 弘子(65才) 喜良市
葛西 繁則(81才) 金木
澁川 正夫(77才) 金木
神島 徳衛(74才) 嘉瀬
徳田 タキ(93才) 金木
松田 忠房(64才) 金木
石戸谷 みね(72才) 金木
木下 吉廣(54才) 金木
竹内 ア子(88才) 金木
小山内 定義(76才) 川倉

はじめまして

西村 丞司 くん

(10月28日生)



早く大きくなって、一緒にあそぼー！
(兄 真司・彰記より)

この欄は金木町に住所を有している方々を掲載しています。掲載を希望しない方は町民課窓口へ届出の際申し出て下さい。

伝言板

●届いています

●十一月二十二日

自転車(グレー色・かこ付) 雲雀ヶ丘団地付近路上

心当たりの方は金木警察署落し物係りまで

このコーナーを利用したい方は企画観光課まで

人口と世帯

	11月末現在	前年同月比
男	5,626人	△57人
女	6,245人	△42人
計	11,871人	△99人
世帯数	4,062	△5

国民年金情報

国民年金保険料を納めないとうつなの？

国民年金は世代と世代をつなぐ支え合いの制度です。原則として二十歳以上六十歳未満の人は必ず加入し国民年金保険料を納めることになっていますが、保険料を納めないままにしておくとうつなぐことができません。

①老齢基礎年金は四十年間保険料を納めると六十五歳から満額受給できます。

しかし、未納期間(保険料を納めていない期間)があると、その期間に応じた分だけ減額されてしまいます。また、保険料の納付済期間(免除期間を含む)が二十五年に満たない方は年金を受給できなくなってしまう。

②障害基礎年金は国民年金加入期間中に病気やけがで障害の状態になった場合に支給されます。

また、遺族基礎年金は国民年金加入者などがなくなった場合に、その亡くなった人によって生計を維持されていた子のいる妻または子に支給されます。

しかし、保険料の納付済期間(免除期間を含む)が加入期間の三分の二以上ないと、これらの年金は受けられません。年金というのは、若い時は保険料を納めるだけで自分に

源泉徴収票が送付されます

国民年金、厚生年金保険から支給される老齢年金(老齢基礎年金、老齢厚生年金等)は、税法上では雑所得とされ所得税の対象になります。この年金を受けている方には一月末頃までに、社会保険庁から源泉徴収票が送付されます。

その源泉徴収票には、その年の一年間(支払いとしては、その年の二月定期支払分から翌年の一月随時支払分まで)に支払われた年金額と年金から源泉徴収した税金や介護保険料額などが記載されています。

複数の年金を受給されている方や、年金以外にも所得のある方は確定申告が必要であり、その際に税務署へ提出することになりますので、二月初旬になったら送付されない場合には、お近くの社会保険事務所にお問い合わせください。

なお、障害や死亡を支給事由とする障害基礎年金や遺族基礎年金等を受給されている方には送付されません。