



駅伝大会で健闘

6月28日、第8回田舎館城下駅伝大会に金木メロスランナーズが出場し、男子が準優勝、女子が7位と健闘しました。

田舎館村役場庁舎周辺をコースに、津軽地区から男子12チーム、女子8チームが参加して小学生ランナー

たちが健脚を競いました。出場選手は次のとおりです。

【男子】	1区=平川 卓弥	2区=原田 佳輝	3区=工藤大輔	4区=平川 怜
	5区=平川 大介	6区=岩谷 康生	7区=今 涼二	
【女子】	1区=今 千鶴	2区=山田 千明	3区=鳴海千穂	4区=鳴海 宥紀
	5区=長尾麻衣子	6区=泉谷 祈美	7区=三上桃子	

女子リレー全国大会出場

7月5・6日、八戸市の東運動公園で行われた全日本中学校通信陸上青森大会で金木南中学校（校長=小林榮一）陸上部の今幸子さん、小山内亜梨沙さん、須崎瑞穂さん、伊丸岡操希さんの4人が共通女子4×100mリレーで51秒69の記録で優勝し、札幌市で行われる全国大会出場を得ました。

今幸子さんら4人は小林校長らとともに7月10日、町長室を訪れ鳴海町長に優勝報告しました。報告を受けて鳴海町長は「すごい快挙です。今までよくがんばった。全国大会もがんばってください」と激励。今幸子さんが「なるべくいいタイムを出して、優勝を目指してがんばります」と話していました。



津軽弁の笑い話⑦

「吐く」と「掃く」

三九郎のミツが急に腹痛を起し、診療所の先生が往診にきた。

先生は部屋に入るなり、ミツの傍に坐っていた婆様に、「吐きましたか」と尋ねた。

婆様「掃きも拭ぐもしねはんで、汚ねくてし」

看護婦「吐けば汚ねども、吐かなばきれいだぞば」

婆様、むっとして

「ワイハ、オメヘバ掃いだことねえんだが」

（森 平）

「金木のかたりべ」より

今回は「ふるさと金木会」の総会の報告と町の皆さんへの御礼のご挨拶です。

去る6月29日、東京・中野サンプラザで「東京・ふるさと金木会」十周年記念総会・懇親会が盛大に開催され、今年も鳴海町長他町役場の皆さん、三濁議長以下議員・事務局の皆さんに遠路お運びいただきました。ありがとうございました。また青森県東京事務所外崎次長、東京青森県人会鳥谷部会長他役員の方、その他在京の青森県出身者の会等24団体40名もの出席をいただき、お祝いと激励のお言葉をいただきました。総勢160余名という、当会はじめて以来の盛会となり、成功裡に終わることができました。

今回は十周年記念ということで、金木町商工会のご支援もいただき、みず、たけのこ、干しもち、うんべい、笹もち、梅干、こごり豆等々郷土産品の即売も実施していただき好評を博しました。

懇親会では、金木町出身の白川光義さんの津軽三味線演奏、青森県出身のソプラノ歌手阿部さと子さんのソロ、金木町「よしみ会」の皆さんによる手踊り等のアトラクションが催され、出席の皆さんに喜んでいただきました。中でも、よしみ会の皆さんによる「やっこ踊り」は大好評を博しました。

懇親会の最後に恒例の福引抽選会。今年の景品は郷土産品中心ということで、抽選結果には皆さん一喜一憂。金木産のミズ（結構重い）を手に入れ、これをぶら下げ千鳥足の方、帰りの電車は大丈夫だったかな？・・・

余りに盛会になりすぎ、町長さんや議長・議員の皆さんに、会員の一人ひとりと親しくお話していただくヒマがなかったのが悔やまれます。「遠きにありてふるさとを想う」立場から、最近の金木町の状況、気になる合併協議の動向、とりわけ新しい町(市?)の名称は?等々関心のあるところです。「広報かなぎ」や「合併協議会だより」を今まで以上によく目を通すようにしたいと思います。

懐かしい郷土芸能、(帰宅してからの)郷土産品の味見、友人・知人・親戚との久しぶりの再会・交流等々、会員ならびに参加者の明日への活力に少しは寄与できたかな・・・と思える総会・懇親会でした。参加の会員諸氏からも讃辞と感謝の言葉をたくさんいただき、役員一同感激しております。関係者の皆さん!ご支援・ご協力ありがとうございました。

(広報担当理事・松尾)



【東京ふるさと金木会事務局】

〒170-0002 東京都豊島区巣鴨 1-3-22 アドニス天野 2F

加藤税理士事務所内

TEL 03-3942-8825・FAX 03-3942-9171

国民年金情報

ご存知ですか国民年金?

皆さんは国民年金のことをよくご存知でしょうか?

年金という是老後のものと考えてしまいがちです。確かに年金は老後の所得保障という点で欠くことのできないものですが、そればかりではありません。

国民年金は、老後の生活を保障する老齢基礎年金に加えて、病気や事故で障害が残ったときの障害基礎年金、一家の働き手が亡くなったときの遺族基礎年金です。

◆六十五歳になったとき

○老齢基礎年金Ⅱ年額 七九七、〇〇〇円(四十年間保険料を納めた場合)

六十五歳になった時に受けられる年金です。老齢基礎年金を受け取るためには、保険料を納めた期間、免除された期間(学生納付特例期間を含む)及び合算対象期間の合計が最低二十五年必要です。

◆ケガや病気で障害が残った時

○障害基礎年金Ⅱ一級 九九六、〇〇〇円
○二級 七九七、〇〇〇円

ケガや病気で障害が残る、働くことが困難な時、その方の障害の程度に応じて支給されます。障害基礎年金を受けるためには、障害の原因となったケガ、病気の初診日に国民年金制度に加入中であること、初診日の前々月までの加入期間のうち保険料を納めている期間と免除されている期間を合わせて三分の二以上有していることが必要です。

る期間を合わせて三分の二以上有していることが必要です。

※特例として、平成十八年三月までに初診日がある場合は、直近一年間に保険料の滞納がなければ障害基礎年金を請求することができます。

◆妻、子をのこしてなくなった時

○遺族基礎年金Ⅱ年額 一、〇二六、三〇〇円(子が一人いる妻が受ける場合)

一家の働き手が不幸にも亡くなってしまった時に残された遺族(子のある妻または子)に支払われます。遺族基礎年金を受けるためには、亡くなられた方が死亡日に国民年金制度に加入中であること、死亡日の前々月までの加入期間のうち保険料を納めている期間と免除されている期間を合わせて三分の二以上有していることが必要です。

※特例として、平成十八年三月までに死亡日がある場合は、直近一年間に保険料の滞納がなければ遺族基礎年金を請求することができます。また、この場合の子は、十八歳到達年度の末日まで(障害のある子は二十歳未満)の子をいいます。

これらの年金を受けるためには毎月の保険料を納めていることが前提となります。

国民年金のことをよくご理解いただき、豊かな老後のため、そして方が一のためにも毎月の保険料を忘れずに納めましょ

かぜ症候群 について



内科 藤 茂 昭

かぜとは

かぜは、いろいろな原因で生じる口、鼻から肺までの空気の通り道である呼吸器の急性炎症の状態を示す病気の総称です。正確には「かぜ症候群」といいます。ごく軽いかぜを含めると、ひとは一年間に平均六回かぜをひくといわれています。軽い症状のまま約一週間で治ってしまふことがほとんどですが、ときには重い合併症を起こすこともあります。「かぜは万病のもと」といわれるように、かぜを決してあなどってははいけません。

かぜの原因

かぜは、①寒さ・暑さなどの

温度変化、②病原微生物、③睡眠不足、④栄養不足といった四つの要因が互いに絡み合っており、かぜを起す病原体にはウイルス、マイコプラズマ、細菌、クラミジアがあります。

かぜの原因の八十、九十%をウイルス（かぜウイルス）が占めています。かぜウイルスには、インフルエンザウイルス、パラインフルエンザウイルス、RSウイルス、アデノウイルス、ライノウイルス、コクサッキーウイルス、エコーウイルス、コロナウイルス、レオウイルスがあります。これらのウイルスは呼吸器以外でも感染を起こすものがあり、アデノウイルスは眼の病気や乳児の下痢症、エコーウイルスは髄膜炎の原因にもなります。

かぜに何回もかかる理由

からだは、ウイルスに一度感染するとその免疫ができて、次にそのウイルスが入ってきたときには、迅速に攻撃してやっつけてしまう仕組みを備えています。しかし、この免疫はいつまでも残っているわけではありません。また、ウイルスには多数の型があり、同じ種類のウイルスでも型が違えば免疫は十分には働かせません。そのため、異なるウイルス、また違う型のウイルスが侵入してくるたびに、かぜをひくこととなります。

● 症 状

炎症の場所によって異なる症状

鼻水・咳・のどの痛みなどのかぜの症状は、呼吸器のどこにウイルスが感染しているかに関係しています。鼻の粘膜の炎症でくしゃみ・鼻水・鼻づまり、のどの粘膜の炎症でのどの痛み、下気道の感染で声枯れ・呼吸困難、気管・気管支・肺の炎症で、咳・痰、ウイルスに対する全身反応として発熱・全身倦怠感・食欲不振があります。

その他の症状

かぜには、前述のような呼吸器症状の他に、頭痛、発熱、腰痛、全身のだるさ、食欲不振などの全身症状があります。また、腹痛、下痢などの消化器症状が加わることもあります。

かぜの病型

全身症状があるのかどうか、呼吸器症状が何为中心かという点で、八つの型（病型）に分けられています。個々のかぜウイルスについて、よく見られる病型というものはありますが、同じウイルスでも場合によってさまざまな病型のかぜを起します。

主な病原体によるかぜの病型

○ インフルエンザ・インフルエ

ンザウイルス

○ 普通感冒・すべてのかぜウイルス、マイコプラズマ

○ 咽頭炎・すべてのかぜウイルス、マイコプラズマ、細菌（レンサ球菌）

○ 咽頭結膜熱・アデノウイルス

○ クループ・パラインフルエンザ・インフルエンザウイルス

○ 気管支炎・マイコプラズマ、インフルエンザ、パラインフルエンザ、RSウイルス、コクサッキーエコーウイルス、細菌レンサ球菌

○ 異型肺炎・マイコプラズマ、インフルエンザ、パラインフルエンザ、RSウイルス、コクサッキーエコーウイルス

○ 肺 炎・インフルエンザ、パラインフルエンザ、RSウイルス、コクサッキーエコーウイルス、細菌レンサ球菌

○ インフルエンザ

① インフルエンザとインフルエンザウイルス

インフルエンザは高熱、頭痛、筋肉痛、関節痛、全身のだるさといった全身症状が強い型のかぜをいいます。悪寒とともに三十九、四十℃に発熱し、三、四日続きます。のどの痛み、咳、痰、などの呼吸器症状は、全身症状のあとに現れてきます。こ

ういった全身症状が強いかぜは、インフルエンザウイルスによって起こることが多く、日本では空気の乾燥する十二月から三月にかけて流行します。

② インフルエンザが怖いわけ

インフルエンザが怖いのは、六十五歳以上を中心にインフルエンザウイルスに感染したひとの約一%が肺炎を合併するからです。インフルエンザに肺炎を合併すると、熱が続く、咳、痰、時には血痰が出て、呼吸困難を起すこともあります。インフルエンザにかかってから二、三日で呼吸困難になることがたまにあり、また、いったん治ったように見えながら二、三日で肺炎になることもあります。

インフルエンザウイルスには、A型、B型、C型がありますが、C型は症状が軽く流行も目立ちません。一方、A型とB型（とくにA型）は症状が強く、世界的に流行して命にかかわることも珍しくありません。ソ連

型、香港型というのはA型のインフルエンザウイルスで、交互に流行がみられます。

● 予防と治療

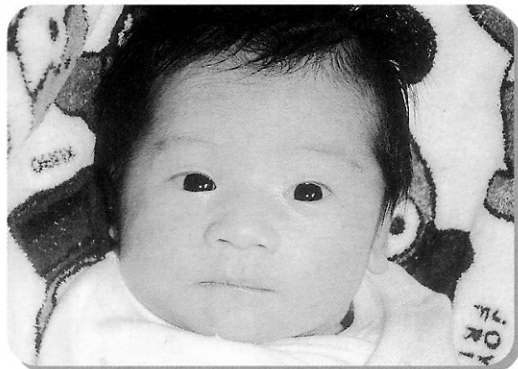
予防は規則正しい生活をする

ことが一番です。治療は安静にして体力回復をはかることが基本です。体を温かくして睡眠を十分にとり、消化がよく水分の多い食事に心がけてください。

【9】 広報かなぎ 15年7月号

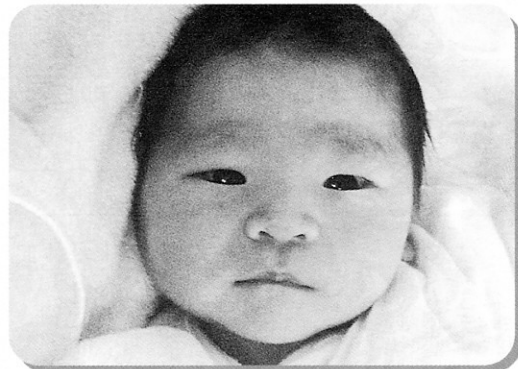
はじめまして

樺澤 匠たくみくん
(6月4日生)



素直で明るい子になってね
(父 忠志より)

工藤 圭太朗けいたろうくん
(5月31日生)



早く一緒に釣りに行こうね!
(父 圭介より)

戸籍の窓 6月届出分

おめでとう

工藤 圭太朗けいたろう(圭介) 藤 枝
小野 啓太けいた(正範) 喜良市
樺澤 匠たくみ(忠志) 喜良市

おくやみ

阿部 彌一郎(81才) 中柏木
近藤 京子(74才) 喜良市

原田 いね(84才) 中柏木
原田 たき(73才) 中柏木

須崎 キヨ(93才) 嘉瀬

白川 文藏(92才) 川倉

福山 光延(76才) 金木

増田 浩行(明) 五所川原市
白川 結賀子(貢) 嘉瀬
西村 智道(正二) 喜良市
木村 ちひろ(定光) 鱒ヶ沢町



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ください。

伝言板

◎届いています
 ◆六月十七日
 サイフ(赤色二つ折り)
 ノア正面入口
 ◆六月二十五日
 自転車(エンジン色婦人車)
 上藤枝付近空地
 ◆七月二日
 サイフ(茶色小銭入れ)
 金木病院内
 カギ(一個)
 嘉瀬 原田建設前路上
 心当たりの方は金木警察署
 署落し物係まで

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

	6月末現在	前年同月比
男	5,574人	△ 38人
女	6,194人	△ 43人
計	11,768人	△ 81人
世帯数	4,080	26