

総合防災訓練

防災関係機関相互の連絡体制の強化や地域住民の防災意識の高揚を図るため、十月十七日、日本海西方沖を震源とするマグニチュード8の地震が発生し、金木町が震度5強の強震となり、家屋の倒壊、火災発生などの想定で『町総合防災訓練』が役場庁舎と駐車場で行われました。

地震発生後、役場庁舎内で広報訓練や防災関係職員の参集や被害状況報告、災害対策連絡本部設置などの訓練を実施し、その後駐車場内などでは本番さながらの訓練が行われました。



消防署及び消防団による放水訓練



消火器による消火訓練

◆消火活動

地震による火災が発生し、付近の消火栓が故障。遠距離中継による放水訓練。

◆救助救出訓練

被災した建物から、救出救助するレスキュー隊。

◆消火訓練

消火器や地域住民によるバケツリレーによる初期消火活動訓練。

◆救急救命訓練

心肺蘇生法の体験。

◆炊き出し訓練

町日赤奉仕団員のみなさんが、避難者におにぎりや豚汁を配給。

バケツリレーによる消火訓練



救急救命訓練

クリーン大作戦

—屏風山内真部線—
(県道2号線)

産業廃棄物不法投棄防止運動を展開中の十月二十六日、屏風山内真部線(県道2号線)と中柏木地区二カ所で、県や関係団体、町ボランティアが道路下などに不法に捨てられた粗大ゴミの撤去や道路沿いのゴミ拾いに努めていました。屏風山内真部線頂上付近の駐車帯では、(社)青森県産業廃棄物協会西北五支部の皆さんが、道路下の斜面から不法に捨てられた『タイヤ』『大型冷蔵庫』『カラーテレビ』など推定約百トンの粗大ゴミを重機で撤去し、町最終処分場へ次々とトラックで運ばれ、適正に処理されます。関係者は「道路下には、まだまだ皆さんの粗大ゴミが捨てられており、『マナー』の悪さ」に驚いていました。

町ボランティアの方々二十名は、不法投棄されている駐車帯から町方面への約一キロメートル道路沿いのゴミ拾いを行いました。拾い集めたゴミ袋のなかには、空き缶やタバコの吸殻、お菓子の箱などなどといったものも含まれていました。お疲れさまでした。



ゴミ拾いをするボランティア



不法投棄された粗大ゴミ



関係者にあいさつする鳴海町長

川倉小学校（校長 黒滝洋子）
 全校児童が十月二十九日、川倉
 ふれあいセンターで『そば体験
 学習』をしました。

今年で四回目を迎えたこの体
 験学習は、地場産農産物のそば
 の『生きる力』や『そばの生育』
 などをテーマに、児童たちが育
 て、観察し、研究し、学習力を
 つけるために行われています。

児童たちは、六月下旬の種ま
 きから九月中旬の収穫までの期
 間、同校近くの畑で大切に育て
 た約三十kgのそばを、地元の川

倉ふれあいセンター農産物加工
 部会の指導を受けながら、石臼
 ↓水まわし↓練る↓延ばす↓切
 るの各工程に一生懸命取り組ん
 でいました。

その後の試食会（昼食）は、
 同センターの大広間で行われ、
 太いそばや細いそばが混じった
 手作りそばをおいしく食べてい
 ました。

学習体験した児童たちは「と
 ても難しかった。練る力やそば
 を細く切るのが大変」と感想を
 話していました。

そば体験学習



餅つき大会

喜良市小学校（校長 小田川
 修三）の体育館で十月三十一日、
 全校児童による収穫感謝祭の餅
 つき大会が行われました。

総合学習の一環で、春に作付
 したつがるロマンを収穫し、そ
 のお米をもち米に替えて、父母
 や地域の人たちとふれあい、実
 りの秋へ感謝するために毎年実
 施されています。

体育館には、大きなウスが四
 個並べられ、子供たちの掛け声
 のなか、次々とおいしい餅が出
 来上がり、父母と地域の年配の

方々が手際よく、おしること雑
 煮などにして、参加者全員がお
 いしく味わい、おしるこのアン
 コが足りなくなるほど盛況でし
 た。

また、餅つき大会の前には、
 同体育館で各学年による学習発
 表会が行われ、郷土芸能や劇、
 朗読発表や全校児童による合唱
 『ふるさと』などを披露し、会
 場から大きな拍手や声援が送ら
 れていました。



裁判員制度 ③

裁判制度の対象となる事件

～ 代表的なものをあげると、次のようなものがあります。～

- 1 人を殺した場合（殺人）
- 2 強盗が人にけがをさせ、あるいは、死亡させてしまった場合（強盗致死傷）
- 3 人にけがをさせ、死亡させてしまった場合（傷害致死）
- 4 泥酔した状態で、自動車を運転して人をひき、死亡させてしまった場合（危険運転致死）
- 5 人の住む家に放火した場合（現住建造物等放火）
- 6 身の代金を取る目的で、人を誘拐した場合（身の代金目的誘拐）
- 7 子供に食事を与えず、放置したため死亡してしまった場合（保護責任者遺棄致死）

まちのできごと



草取り奉仕

童謡を歌う会会員の有志ボランティア32名が10月15日、中央公民館と金木病院前の花壇の草取り奉仕をしました。

この草取り奉仕は、4月の花の移植後から毎月1回行われ、この日も中央公民館と金木病院前の花壇の草取りをして、訪れた人たちが快く花に親しみ、観賞していただこうと、花の手入れなど丹念に行っていました。

草取り奉仕者のひとり「花の季節はそろそろ終了ですが、また来年も頑張ります」と話しました。

藤枝ため池へ稚魚放流

10月15日、藤枝内水面漁業協同組合（組合長＝外崎明）が、藤枝ため池へ鯉の稚魚などを放流しました。

地域住民が水とふれあい、豊かな自然環境づくりを目指し、組合員が大切に育てた鯉1万匹（約8cm）、フナ50匹（約20cm）が町オートキャンプ場護岸から放流され、稚魚たちは、元気よく旅立っていきました。

組合長は「ブラックバスなどの外来魚を釣った時は、絶対放さないようにしてほしい」と話していた。



ナイターバレーボールで健康も勝ち取る?!

6月から毎週火曜日に行われていた『町ナイターバレーボール大会』の表彰式が10月19日、町農業者トレーニングセンターで行われました。

今年で14回目を迎えたこの大会に12チームが参加し、総当たりのリーグ戦で争われ『えぎうらチーム』が見事全勝で初優勝しました。

大会実行委員を務めた斎藤真紀子さんは「来年も多くの参加者のなかで、この大会を盛り上げていきたい。」と抱負を述べていました。

【優勝】えぎうら 【準優勝】朝日クラブ 【第3位】レインボー



人のこころのつ



地元へ愛される商店へ

協金木あすなろ商店会（代表理事＝角田省逸）、青森県中小企業団体中央会（会長＝橋本昭一）共催の小売業界活性化のための講演会が10月25日、町商工会ホールで開催されました。

講師は、故横山やすし（漫才師）のマネージャーの経験がある大谷由里子氏で『人のこころのつかみ方』と題して、関西弁で「笑顔の大切さ・必要性」などを物凄いパワーで熱く語りました。

講演会に参加した人は「面白かった。いい充電タイムになりました」と感想を述べていました。

組紐展で優秀賞受賞

‘04長沼静きもの学院主催の学院祭組紐（くみひも）展で、津島敦子さん（金木）が、全国数万本出展作品の中から見事優秀賞を受賞しました。

優秀賞作品は、高貴な紫と赤や白色のコントラストが鮮やか帯締めで、文化祭に訪れた人たちの目を奪っていました。

組紐金木教室（中央公民館事業）で習い始めてから2年半の津島さんは「とても嬉しいです。この賞を励みに、これからも続けていきたい」と抱負を述べていました。



金木新富町出身で大分県日出町在住の鶴田良子さんからの
お便りを紹介します。

故郷の皆さん、台風、台風で大変でしたね。

九州も次々と大きな台風が来るので「どってしたり」「たまげたり」大変でした。疲れました…。

私は、大分県別府温泉へ車で20分ほどの隣町の日出町に住み、みかん専業農家で頑張っている昭和17年生れの主婦です。大分県に来て40年になりますが、岩木山と津軽弁は忘れることはありません。姉や妹と電話で話す時は、金木弁丸出しです。孫には笑われますが…。

平成13年、金木に帰った時に、この東京ふるさと金木会を知り、九州在住ではありますが、長崎に住んでいる姉と一緒に会員となりました。二人とも広報かなぎをいつも楽しみにしています。

10年前から、津軽三味線を習い始めました。腕前は…？

祖母のおはら節、あいや節などを子守唄代わりに聞いて育った私は、どうしてもやりたくて、チャンスもあって始めました。現在は、敬老会、お祭り、老人ホーム慰問、各イベントステージへ4～5名のメンバーで出かけています。私の『ナマリ』がいいとおだてられて唄もやっています。

でも、熊本県も津軽三味線は盛んです。負けられませんね。やっぱり津軽はいい。我が家の隣の方が黒石市出身ですので、特にそう思うのかな。東京での総会で必ず皆さんと一度はお逢いしたいと思い、楽しみにして働いています。

皆さんケッパツてください。

もちろん私もケッパります。へばの…。 (旧姓 秋元)



メンバーと一緒にの記念写真
(向かって右側が私です)

【東京ふるさと金木会事務局】

〒170-0002 東京都豊島区巢鴨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

国民年金保険料の

納め忘れはありませんか？

青森社会保険事務局・各社会保険事務所では、国民年金制度に対する理解を深めていただき、皆様の年金権を確保するために次のような取組みを行っています。

●社会保険事務所の職員・国民年金推進員の訪問による納付案内

身分証明書を携帯した社会保険事務所の職員及び国民年金推進員が、ご自宅を訪問し、保険料の領収や口座振替のお知らせ、年金制度の説明や届出等の相談を行っています。

●電話による納付案内

保険料の納め忘れのある方に、保険料の納付のご案内や口座振替のお知らせ、年金制度の説明や届出等の相談をしております。

*いずれも夜間、休日も実施しております。皆様の
ご理解とご協力をよろしく願います。

老後の生活を支える老齢基礎年金、万が一のときの障害基礎年金、遺族基礎年金を受給するためには、保険料を納め続けることが大切です。

国民年金保険料の納め忘れには十分注意しましょう。

糖尿病と検査

臨床検査技師長 今 清美

国内の糖尿病患者は、一九六〇年代以降増加傾向にあり、厚生労働省が一九九七年に成人を対象に実施した糖尿病実態調査では、糖尿病の可能性を否定できない人を合わせると一三七〇万人にのぼっていることが明らかになっていす。従って人口の約十人に一人が糖尿病の可能性があり四十歳、五十歳になると五人に一人の割合といわれ、更に増加する事が予想されています。

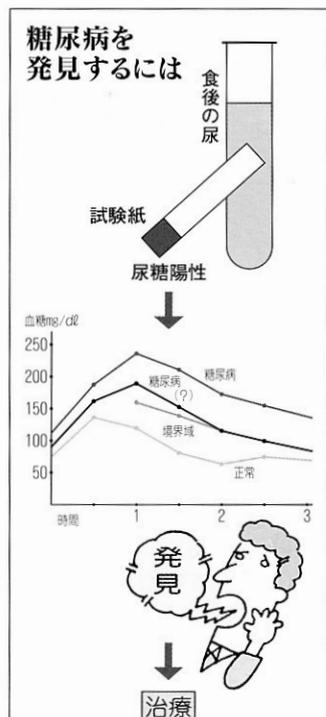
糖尿病の検査は主に、尿糖、空腹時血糖、常用負荷試験、日内変動検査、耐糖能精密検査（インスリン測定）、（グリコヘモグロビンAlc）、グリコヘモグロビンAl（a+b+c）検査、安定型、（a+b）は不安定型と、いずれの病院において検査が実施されています。その中で検査件数が最も多い検査項目は血糖検査ですが、しかしながら、測定結果が食事などの一時的な影響を受けてしまうといったデメリットがあります。そのため一

ヶ月の平均血糖値の状態を反映し、一時的な影響を受けにくいグリコヘモグロビンAlcの検査を平成五年度より、液体クロマト法を応用した分析法で検査を実施しています。グリコヘモグロビンAlcは、糖尿病スクリーニングの指標としての役割が大きく検査が拡大している状況です。時に糖尿病性合併症の防止および進展阻止にあるといっても過言でないといわれています。合併症は、比較的長期間のコントロール状態によってその発症は左右されます。そこで比較的長期間コントロール状態を表現する指標が合併症の指標として適していることとなります。このことから現在では糖尿病診療現場において、グリコヘモグロビンAlcは、不可欠の検査であります。また糖尿病の治療は患者の自覚症状を軽減し、合併症の発症、進展の阻止と健康人に変わらない社会生活を営ませる適切な検査方法でもあります。

日本臨床化学会はグリコヘモグロビンAlcの糖化されたβ鎖の末端の六個のペプチド基の構造を持つ物をグリコヘモグロビンAlcと定義しています。更に厚生労働省は医療費抑制を危惧し短期間の血糖管理を重視したアルブミンの糖化物である（GA）グリコアルブミンという検査を施行しようとしています。アルブミンは血中半減期が十七日であることから（二〜四週間の平均血糖値を知ることにより、一層の体内の糖管理をコントロールができることとなります。特に慢性疾患である糖尿病は短期的な指標を必要とする場合が多くグリコアルブミンとグリコヘモグロビンAlcを併用して血糖変動管理する事が、近い将来必要になってきます。

糖尿病の症状は喉が渇き、多量の水が欲しくなり、尿の量と回数が増し、疲れやすくなる特徴があります。これは膵臓の中にある、ランゲルハンス島のβ細胞から分泌されるインスリンが不足し、物質代謝の運行に歪みが起こり、尿の中にブドウ糖が排出されるからです。一方血液中では、インスリンのホルモンが分泌されないため、血糖値が高くなります。（この症状は初期にはありません。）悪化すると、視力障害や腎不全などを起こしたり、脳卒中や心臓病など余病を起こす原因になります。

軍と表現した場合、尿に糖が出る人はたとえ血糖値が高くなくても将来、糖尿病になり得る人と考えてもいいでしょう。四十歳以上の人における腎性糖尿病のパーセントは高く、現在三十五％位と聞かれています。早期発見には尿をよく調べて検査することが大切で、お腹が空いているときの尿でなく、ご飯を食べて二〜三時間経過後に出る尿を調べることが大事です。



- 必ず医師・保健婦・栄養士の指導を受け、指示にしたがって行う。
- ① 食事療法
総エネルギーを必要最小限にとどめ、バランスよい食事をとる。
 - ② 運動療法
その人に合った、誰にでもできる運動を毎日かかさず続ける。
 - ③ 薬物療法
医師の適切な指示のもとに、インスリン注射か内服薬の服用を行う。

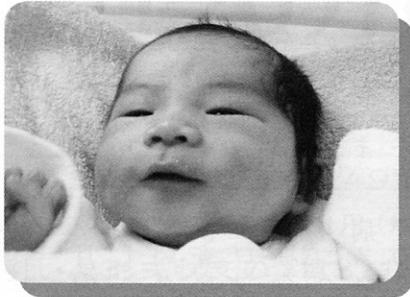
- 当検査科では、次の通り基準値としています。
- (1) グリコヘモグロビン Alc 四・三％〜五・八％
 - (2) 食後2時間血糖値 二〇〇mg/dl以下
 - (3) 尿糖検査(一)
 - (4) 空腹時血糖値 一二六mg/dl以下
- 検査の疑陽性判定は、予備

最後に糖尿病の歴史を引用すると、古代インド医学では、MEDHUMA(蜜の尿)と呼び、その尿は甘いので蟻や昆虫をおびき寄せると書かれています。ぜひ健康な方も、もちろんすでに通院されている患者様も検査を受けて飽食過食の生活習慣を、正確な検査を受けてみてはいかがでしょう。

金木病院は皆様の来院をお待ち申し上げております。

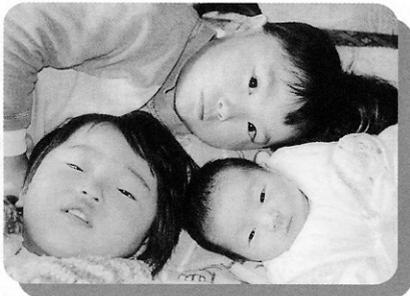
はじめまして

三橋 亮太くん
(9月26日生)



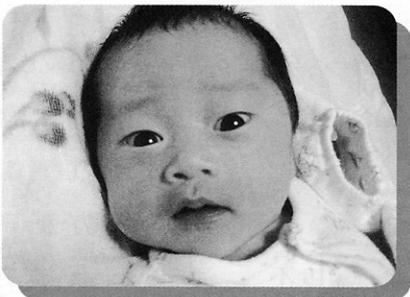
元気いっぱい育ててね
(父・諭 母・美智子)

鎌田 実優ちゃん
(10月14日生)



けんかをしない仲よし姉妹になってネ。
(父・勇一 母・くみ子)

木村 華瑠ちゃん
(10月26日生)



元気で明るく優しい子に育ててね!!
(父・直紹 母・久子)

戸籍の窓 10月 届出分

おめでとう

三橋	亮太	(諭)	藤枝
工藤	快哉	(祐樹)	藤枝
鎌田	実優	(勇一)	嘉瀬
木村	華瑠	(直紹)	金木

おしあわせに

(工藤)	藤藤	克久	(寛)	金木
(佐中)	谷山	梨人	(豊彦)	青森
(下小)	野田	蘭史	(信次)	金木
(原)	田	映久美	(隆)	弘前
			(賢一郎)	金木
			(照子)	森田

おくやみ

工藤	藤田	君	男	(90才)	嘉瀬	瀬木
津今	泉	キ	エ	(82才)	嘉瀬	瀬木
白川	長	フ	清	(78才)	嘉瀬	瀬木
小	野	左	衛	(89才)	嘉瀬	瀬木
白	川	慶	門	(76才)	嘉瀬	瀬木
木	下	八	郎	(83才)	嘉瀬	瀬木
工	藤	正	秀	(32才)	嘉瀬	瀬木
小	原	ツ	サ	(79才)	嘉瀬	瀬木
三	橋	芳	廣	(56才)	嘉瀬	瀬木
成	田	嘉	四	(79才)	嘉瀬	瀬木
山	中	昭	七	(72才)	嘉瀬	瀬木
津	島	政	美	(72才)	嘉瀬	瀬木
吉	田	さ	よ	(87才)	嘉瀬	瀬木
		定	美	(91才)	嘉瀬	瀬木
		金	太	(83才)	嘉瀬	瀬木
		進		(65才)	嘉瀬	瀬木

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に届出の際申し出てください。

人口と世帯

10月末現在	前年同月比
男 5,472人	△ 76人
女 6,089人	△ 107人
計 11,561人	△ 183人
世帯数 4,082	△ 2

お知らせ 工業統計調査が始まります

製造事業所の皆さまには、毎年、工業統計調査にご協力いただきありがとうございます。
工業統計調査は、我が国の製造業の実態を明らかにするために、全国の製造業の事業所を対象として、毎年12月31日現在で調査を行っています。
なお、本年は従業者4人以上の製造業の事業所が調査の対象となります。
町調査員がお伺いした時は、ご協力をお願い申し上げます。 《担当：企画観光課》