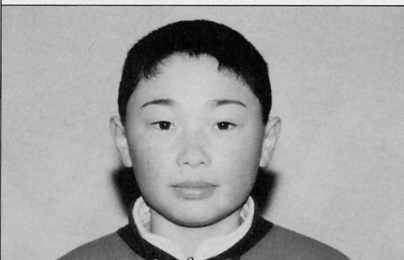


# が た顔ん っば

金木町小学校水泳大会  
5年男子25m自由形  
第1位



今 正 秀  
喜良市小学校

全国珠算教育連盟珠算競技会  
総 合 3 位  
読 上 暗 算 3 位



斉 藤 美 香  
金木南中学校

金木町小学校水泳大会  
5年女子25m平泳ぎ  
第1位



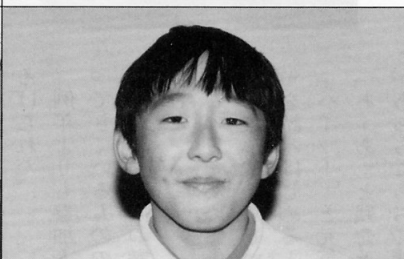
今 映美子  
喜良市小学校

全国珠算教育連盟珠算競技会  
読 上 暗 算 の 部  
第3位



山 中 由 利  
嘉瀬小学校

金木町小学校水泳大会  
5年男子25m背泳ぎ  
第1位



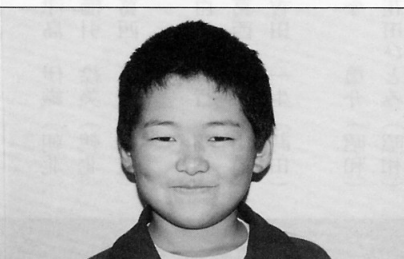
岡 田 賢 哉  
喜良市小学校

全国珠算教育連盟珠算競技会  
読 上 算 の 部  
第3位



門 間 美 輪 子  
嘉瀬小学校

金木町小学校水泳大会  
4年男子50m自由形  
第2位



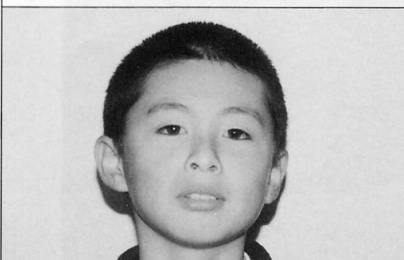
松 川 明 史  
嘉瀬小学校

金木町小学校水泳大会  
4年男子25m自由形  
第3位



斎 藤 友 道  
嘉瀬小学校

金木町小学校水泳大会  
4年男子25m背泳ぎ  
第2位



津 田 正 哉  
嘉瀬小学校

金木町小学校水泳大会  
4年女子25m自由形  
第2位



其 田 帆 波  
嘉瀬小学校

金木町小学校水泳大会  
5年男子25m自由形  
第3位



斎 藤 学  
嘉瀬小学校

⑨ 金木だより

<p>金木町小学校水泳大会 4年男子25m背泳ぎ 第3位</p>	<p>金木町小学校水泳大会 5年男子50m自由形 第1位</p>	<p>北郡小学校陸上記録会 男子5年100m 第3位</p>
		
<p>津島 慶太 金木小学校</p>	<p>葛西 伸哉 喜良市小学校</p>	<p>大橋 央明 喜良市小学校</p>

<p>金木町小学校水泳大会 5年女子25m背泳ぎ 第3位</p>	<p>金木町小学校水泳大会 4年女子50m自由形 第2位</p>	<p>金木町小学校水泳大会 5年男子25m平泳ぎ 第3位</p>
		
<p>今 春花 喜良市小学校</p>	<p>田中 紀子 金木小学校</p>	<p>成田 和則 嘉瀬小学校</p>

<p>金木町小学校水泳大会 4年女子25m平泳ぎ 第3位</p>	<p>金木町小学校水泳大会 5年女子25m平泳ぎ 第3位</p>	<p>金木町小学校水泳大会 4年女子50m自由形 第3位</p>
		
<p>原田 裕子 金木小学校</p>	<p>吉崎 久実子 嘉瀬小学校</p>	<p>対馬 瑠美 金木小学校</p>

<p>金木町小学校水泳大会 男子学年別リレー 第3位</p>	<p>金木町小学校水泳大会 4年女子25m平泳ぎ 第2位</p>
	
<p>嘉瀬小学校</p>	<p>福井 綾 金木小学校</p>

# 津軽凧に心踊る

## 第12回金木町凧あげ大会

◀何を話してるのかな



この地方では一番早い凧あげ大会が一月十九日、町中央公民館前の田んぼの中で繰り広げられた。

この日は午前中無風快晴という一般人たちにとってはこの上ない日曜日。しかしながら吹雪も大好きという凧あげ人間たちにとっては絶不調の日和、あちこちに寄り集まってはグチの一

言も。おかげで競技も大幅に遅れたが、昼過ぎから徐々に風が吹き出し三時ごろには絶好調、それとばかりに各々自慢の津軽凧を上げていた。

競技は小型の二枚凧から順次行われていったが、競技の最後に行われた三十枚凧以上による競演にはその凧絵の見栄え、見事さと鳴

りの豪快さに参加者全員が感嘆の声を発しながら見上げていた。

それでも午後から競技が始まったために自慢の凧を上げている時間が少なく、凧人問たちにとっては少々残念な大会になったようだがこればかりは天候次第、来年また見事な津軽凧を見せて欲しいものです。

### 白川孝吉さん

## 金木病院に車椅子等寄贈

川倉女坂に住む白川孝吉さんが医療備品充実のためにと公立金木病院に障害者用車椅子と吸引器各一台を寄贈されました。

二月三日金木病院を訪れた白川さんに対して、公立金木病院組合管理者である田中勇治町長と三上俊郎院長が応接室において感謝状を贈呈、昼食を共にしながら一時を過ごし感謝の意を表した。



▲感謝状をうけとる  
白川孝吉さん(右)

## 財形教育融資制度の活用

がくゆうローン

財形教育融資は、勤労者が本人又はその親族が進学

される際に必要な資金を応援する公的融資です。

▽対象者は、

財形貯蓄をしている方。

▽融資範囲は、  
高等学校、大学、専修学校、各種学校、進学予備校等（入学から卒業まで

が対象になります。

▽融資金額は、

財形貯蓄残高の5倍以内  
(ただし10万円以上)

▽対象者は、

財形貯蓄をしている方。

▽融資範囲は、  
高等学校、大学、専修学校、各種学校、進学予備校等（入学から卒業まで

▽返済方法は、

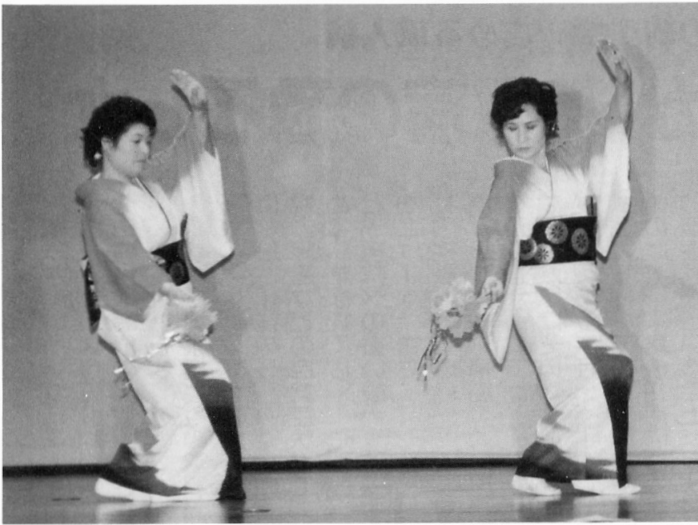
毎月払い又は6ヵ月払い  
(併用可)

▽問合せは、

雇用促進事業団  
青森雇用促進センター  
Tel 青森 77-1234

皆様のご利用をお待ちしております！

▽融資金額は、  
450万円  
(入学初年度300万円・在学中150万円)  
▽融資金率は、  
年7.8% (固定金利)



▲ピタリと決まって

# 民謡・手踊りを堪能

## 扇松会がチャリティー

民謡・手踊り・舞踊の愛好者たちの集団である扇松会（白川章一会長）が町おび町社会福祉協議会の後援で、福祉事業支援チャリティーショー「津軽民謡手踊舞踊発表会」を開き、好評を得た。

この日は前日からの雪が降り積もり、この頃の暖冬に見慣れた風景には珍しいほどの大雪の中を午前十時半からの開始にもかかわらず大ホールにまだ暖房が入っていない八時半には観客が集まりだし、開始時間に

は約二五〇人の観客で埋まった。

開演に先立ち来賓として出席した今誠康県議会議員が「昨今、長寿が一般化し社会福祉は避けておれない時代です。今後とも社会福祉充実のため頑張っていきます」次に田中勇治町長が「これからも社会福祉、

生涯教育、そして安心して暮らせる社会をつくるために頑張ります」と挨拶を述べた。それに対し、白川章一会長がお礼の挨拶のかわりとして民謡「山唄」を唄い開演とした。

出演者は総勢三〇人。全員がセミプロ級の腕前を持つ芸達者揃いとあって多数の御捻りがあり、拍手喝采を浴びていた。

この日の入場料等収入、六五〇〇〇円がチャリティー益金として町社会福祉協議会に福祉事業支援金目的で寄附された。

# 国民年金

◇保険料は毎月キチンと納めましょう◇

国民年金保険料を毎月納付していますか。

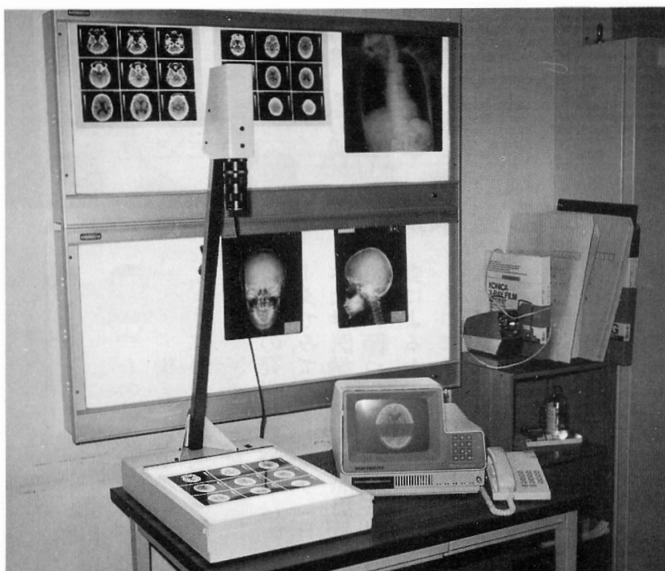
老齢基礎年金は、二十歳から六十歳までの四十年間のうちに、二十五年以上の保険料納付済期間があれば受給資格を得ることができ、保険料未納期間があるとその月数に応じて減額されます。

また、病気・事故などで障害基礎年金や、ご主人が不幸にして死亡したときの遺族基礎年金も、保険料未納期間があるために受給できないことがあります。

「納めに行くのが面倒だ」「後でまとめて納める」などと思っているうちに滞納になります。こんなときは次の制度を利用すると納めに行く手間がはぶけ、納め忘れがありません。

### ●納付組織に加入

地区の婦人会や納税組合などの納付組織に加入すると、保険料を集金してくれます。



# CT画像電送装置を導入

## 金木病院

公立金木病院では、頭部CT写真などを電話回線を使って電送する「医用画像電送システム」を設置し、このほど稼働しました。このシステムは、金木病院と県立中央病院脳神経外科とが緊急時の連携を図るため導入されたもので、患者の状態を迅速に伝えるとともに経過観察などで専門医の助言を得ることもできます。

40歳以上の人の約1割を占める成人病

# 侮っていませんか 糖尿病の恐ろしさ

## 糖尿病の迷信に

### 惑わされていませんか

日本酒、ビールを飲むと糖尿病になるが、ウイスキーなら大丈夫？  
ウイスキーと、日本酒やビールとでは、原料や製造法が異なります。しかし、アルコールとしての熱量があること、また、アルコールが分解されてできるものが、糖尿病を悪くすることは共通しています。



### 糖尿病になったら、パンはいいけどごはんはだめ？

どちらがいい悪いという問題ではありません。糖尿病の食事療法の基本は、1日に食べたり飲んだりする総熱量を必要最低限として、あらゆる栄養素をバランスよくとることです。ちなみに、軽く1杯のごはん(約110グラム)の熱量も糖質の量も、食パン1枚(約60グラム)に相当します。

糖尿病という言葉自体は知っておられるでしょうが、糖尿病ほど、その発見や治療の面で誤解されている病気はありません。

まずは、糖尿病発見の誤解です。多くの人は糖尿病が進んで合併症になり、足先のしびれや発汗異常、視力障害などの自覚症状がでて初めて「糖尿病では」と、病院への重い腰を上げます。また、社内検診などで尿に糖がみつかり、精密検査を指示されても、自覚症状がないばかりにそのまま放置する人が少なくありません。

ここで知っておいていただきたいのは、糖尿病の初期はまったくの無症状だということ。つまり、自覚症状が出るまでほうつておくと病気はどんどん悪化してしまつて

## 自覚症状が出る前に発見しよう

東京女子医科大学・糖尿病センター名誉所長 平田 幸正

いことです。

糖尿病は、自覚症状が出る前の無症状の段階で発見する「早期発見」がなによりも大切です。そして、初期の糖尿病は検査で発見するしか方法はないということ覚えておいてください。

また、糖尿病は治らない病気だ

ば、食事療法以上に有効で確実な治療法はないといつてもいいでしょう。治つたあとも正しい生活を送り続けなければなりません。この正しい生活さえ守つていなければ、健康な人とまつたく変わることもない人生を送ることができるとです。

糖尿病は、その初期段階で合併症が出ていなければ、食事療法だけで、わずかに一週間のうちに血糖値を正常近くまで回復させることができます。このことから考えても、「早期発見」がいかに大切かお分かりいただけるでしょう。

検査で尿に糖がでたら、「糖尿病か」とシヨツクを受けるのではなく、「早く見つかつてよかった」と考えるようにしたいものです。

## 子どもにも忍び寄る糖尿病



ここ数年、子どもの糖尿病患者が増えていきます。

ここに挙げた糖尿病は、成人病の一つとして知られているインスリン非依存の糖尿病。食生活など、生活環境の変化に伴い、いままで四十歳以上の人のみなられた糖尿病が、子どもにまで及んでいるのです。

このままでは、糖尿病を成人病としてでなく、国民病として考えていかななくてはならぬようになります。



ここ数年、子どもの糖尿病患者が増えていきます。

東京都の十八歳未満の児童生徒、三十万人を対象に、糖尿病の発症率を調べたデータでみてみましょう(日本大学医学部・北川照男教授が行つた、学校検尿調査によるもの)。

それによると、人口十万人に対して、一九七〇年代には一、二人だった糖尿病の発症率が、一九八〇年代前半には二、三人に。そして、一九八九年には五人と、確実に増えているのが分かります。

# 金木町名木

場所 喜良市熊野宮

樹種 クロマツ

樹齢 六〇〇年 (推定)

幹の周囲 3m90cm (胸高)



## 金木社協川柳会

一月句会

農に生く希望薄らぐ世となりぬ 喜一郎

春風に大きな希望とんで来る 忠雄

東京の孫そばに居て屠蘇うまし 昭治

待ちわびた孫ら主役の三ヶ日 てい

いも売りを横目で迷う腹時計 チセ

夢を買う売り子も夢見る宝くじ よう一

春柄のマネキン吹雪を睨んでる かおる

人の鏡と想った人が逮捕され 哲子

理髪屋の鏡に論敵またも見え 柁五郎

年輪もうつつす鏡も古くなり 八千代

悪心鏡に映る仏面 重美

(一月二十一日 町老人福祉センター)

# 戸籍の窓

1月届出分

伊藤 早紀(勝人) 嘉瀬  
 鳴海 奈月(新一) 嘉瀬  
 桑田 泰司(茂) 喜良市  
 加藤 沙彩(金光) 神原  
 白川 彩華(雄斉) 金木  
 浜田 教生(真) 嘉瀬  
 田中 瑞希(光春) 金木  
 中谷 百花(彰晴) 金木  
 津島 由枝(稔) 金木

おめでとう

## 金木病院カルテ ⑦②

### Quality of Life

(クオリティ オブ ライフ)

～「生きがい」のある生活のための医療～

内科医員 奥 口 知行

近年の医学の発達により患者さんの延命をはかることは、かなり可能になってきたと思われまます。すなわち、量的には治療の目的は達せられるようになったと思います。そこで次の段階として、治療は単に医学的な面のみならず、患者の日常生活、社会的活動度、精神面など全人的なものでなければならぬと思えます。すなわち、質的な治療がなされなければならぬと思えます。クオリティオブライフとはこのように「生活の質」「生命の質」という意味です。

た例えば、癌の末期治療で、どうしても助からないから一日でも命を延ばそうといういろいろな強力な治療をしようとします。そのために患者さんが激しい苦痛にさいなまれながら、若干の年月を生きのびる。また、家族もつらく悲しい日々を送る。いたずらに延命のみを目指すよりはむしろ、患者さんの達したい目標、あるいは希望をかなえさせ、患者さんとその家族の平安と幸福につながる治療と看護を行うべきではないでしょうか。人間の「死」は絶対的なものですが、「生活の質」及び「生活の量」どちらも充実したものであるような、「生きがいのある生活」の生療が必要であり、実行されるのが望まれていると思います。

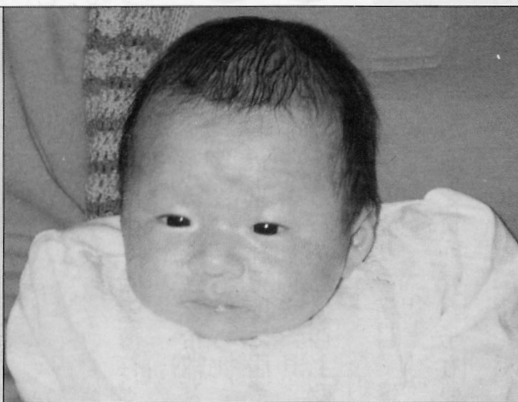
### おしあわせに

田中 耕司(喜代) 中里町  
 角田真奈美(満晴) 金木

### おくやみ

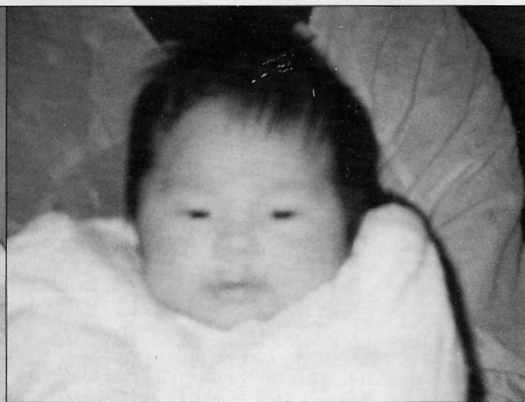
中谷 清一(62歳) 川倉

角田 賢亮(豊弘) 金木  
 沢田 夏樹(昇) 嘉瀬  
 松川 麗菜(明人) 嘉瀬  
 泉谷 祈美(厚) 川倉  
 小野 さき(79歳) 金木  
 成田松五郎(82歳) 金木  
 秋村柏太郎(78歳) 嘉瀬  
 工藤善四郎(80歳) 藤枝  
 濱田 スサ(74歳) 嘉瀬  
 對馬 正清(61歳) 金木  
 今 謙光(94歳) 喜良市  
 山中 タカ(77歳) 金木  
 古川 博(65歳) 喜良市  
 金木町に住所を有している方を掲載しています。



けんすけ  
賢 亮 ちゃん

1月13日生まれ  
 体重 2,940g  
 金木昭和町  
 角田豊弘さんの長男



よしえ  
由 枝 ちゃん

12月31日生まれ  
 体重 3,300g  
 金木米町  
 津島 稔さんの2女

はじめまして

はじめまして