

広報

どうし

道志村民憲章

私たちの七里は、緑と清流と歴史の郷です。この地に生きること誇りをもち、平和な村を築くため、ここに憲章を定めます。

私たちは

- 一、自然を愛し平和な村をつくりたい。
- 一、生産に励み豊かな村をつくりたい。
- 一、伝統を重んじ、教養を高め文化の村をつくりたい。
- 一、人情といたわりの心を養い、福祉の村をつくりたい。
- 一、明るく健康で、活力ある村をつくりたい。

2003 September 9 月号



観光客で賑わう道の駅どうし



前回は、市町村合併に関係した国の動向をお知らせしました。

今回は、横浜市を対象とする住民発議による、横浜市議会の来村について、お知らせします。

今回の市議会視察は、6月23日に村より住民発議の照会文を持参しましたことにつき、市長から議会に付議をするか、否かの回答前ではありますが、市町村合併問題を検討する都市経営総務財政委員会（横山委員長ほか10名）で、道志村の現状、発議の経緯等を調査に来村されました。

一行は、水源かん養林を横浜市水道局水源林管理所長に案内された後、水源林の状況を聴取し、道志村役場に午後到着。村からは、村長・収入役・総務課長・企画財政課長が出席して対応しました。

懇談会は、横山委員長の挨拶、村長の挨拶に始まり、村から 山梨県や東部広域市町村圏の現状 村の現状と課題 横浜市に合併を請求した住民発議の経緯 周辺自治体との合併に関する議論の状況 道志村の地域課題等について説明を行った後、議員との意見交換を行いました。

市議会委員からの、主な質問内容は、次のとおりです。

（高橋委員）

* 東部広域連合の具体的課題は？

（佐藤企画財政課長）

現在の共同処理をしている中身は、「広域の計画づくり」「介護保険」等。本来であれば、広域消防、情報化、保健福祉、インフラ整備についても共同処理していくべきであるが、まだそこまでいっていない。水系が3つに分かれていてひとつになりにくい。また、面積が広く地形的にも一緒になりにくい。



（石上委員）

* 横浜市と合併した場合に、民意の反映という面では、当然村議会もなくなるし、村からは一人も議員がでないという状況も考えられるが、どう考えるか？

（佐藤村長）

道志特別区にしてくれないかという発想もある。合併にあたっては様々な問題が想定される。面積比例という考え方もある。

（横山委員長）

* 道志村にとって、合併のいろいろなオプションがあるということはわかったが、他の市町村と合併した場合に水源の問題についてどう考えるのか？

（佐藤村長）

どこと合併しても、横浜市の水源という位置付けは変わらない。横浜市との関係はこれからも続けていきたい。村民の思いも皆一致している。

（横山委員長）

最後に横浜市長が、市議会に付議する際には、本日の懇談会の内容を市長に報告し、協議したいと思います。

さまざまな質問がされ、一時間の懇談を終了。その後、道志水源の森、道の駅どうしを視察し、帰路されました。



市長が市議会へ付議するか否かの回答期限は、9月21日までです。

横浜市議会議員による道志村視察および懇談会終了後における村長記者会見の中で、一部不適切な発言があり、住民発議関係者や村民各位に、ご迷惑を掛けたことに対し、深く心から陳謝申し上げます。

体験農園収穫祭

7月27日体験農園で農園利用者やその家族55名と村の農家の方々4名が参加し、交流収穫祭が行われました。収穫祭では、南都留農業普及センター近藤主任改良普及員による「秋の作付」の営農指導が行われるとともに、収穫したじゃが芋や・キュウリなどの食材を利用し、バーベキューを行い、収穫の楽しさや喜びを話しながら交流を深めていました。

また、収穫祭に先立ち農園の管理運営に特に協力的な農園利用者で、利用者間の交流や農作物の栽培においても他の利用者の模範となり、農園と道志村を深く愛している利用者に対し、村より感謝状の贈呈が行われました。

これを契機に更なる利用者の拡大や良好な農園運営が図られることを期待いたします。



佐藤村長より感謝状の贈呈



大きな大根だね！

感謝状贈呈者	東京都八王子市	佐野 浩巳様
	道志村	今野 年子様
	東京都町田市	井野 猛美様
	横浜市南区	佐藤 幸子様

第8回「全国富永一郎漫画館サミット」が開催された

この度全国九ヶ所に設けられている漫画館の関係者が一堂に会する全国「富永一郎 漫画館」サミットが道志村で八月の八日、九日の二日間開催されました。一日目は、道志村役場会議室に、漫画館の館長や市町村の関係者、また道志村役場関係者、約三十名が出席を行い、佐藤村長の歓迎の挨拶や、富永一郎先生の挨拶、連絡協議会会長の挨拶などが行われ、引き続き参加者の方々より自己紹介と漫画館（廊）の近況報告があった。

また、このサミットは、富永漫画館を通じて漫画文化の高揚を図るとともに、地域の活性化と更なる連携を深めるとともに意見交換



役場会議室においてサミット開催

や交流を深める場として毎年一回サミットを開いている。今年は何八回目を迎えて道志村が開催地となった。

意見交換において、富永さんのイラストが入ったハガキ九枚をつづったポストカードを共同で制作し各漫画館で百部ずつ販売することや、PR用パンフレットの共同製作や、三重県亀山市の漫画館が所有する富永先生が出演したテレビ番組のVTRをほかの漫画館に貸し出すこと等を決めました。

出席者は、村内に一泊し、道志水源の森国際音楽祭の見学や、二日目には、道志いちご園いちご狩り、道の駅どうし、ギャラリー水源の森「富永一郎漫画廊」などを見学した後、郷里に帰りました。

サミット開催地にあたり、富永先生より、額入り漫画五点を道志村に寄贈してくださいました。



この漫画は道志の湯に展示いたします

基本健診・がん検診を受けましょう

自分の健康は自分で守る 健康なときこそ健診を受けましょう。

実施日	受付時間	検査項目	場所
9月11日(木)	午前 8:00 ~ 10:00	胃がん検診	旧唐沢小学校体育館
	午前 8:00 ~ 10:00	腹部エコー検診	〃
	午前 9:00 ~ 11:30	基本健診	〃
	午前 8:00 ~ 9:30	大腸がん検診	〃

検査料金

検査の種類	検診でわかる病気	検査料	自己負担	村負担
基本健診	高血圧・心臓病、肝臓病等の成人病	9,450	1,000	8,450
胃がん検診	胃、十二指腸潰瘍、ポリープ、炎症、がん等	4,027	500	3,527
大腸がん検診	小・大腸炎症、がん等	1,810	500	1,310
肝がん検診	超音波、胆のう、肝臓、膵臓等の異常	3,242	500	2,742

(70才以上の方は無料です。)

大腸がん検診 大腸がんスティックが役場住民健康課にありますので、受診したい人は500円を持参で9月5日までに取りに来てください。事前に渡された容器に2日間採便して、必ず問診票と一緒に11日の午前11時00分までに旧唐沢小学校へ届けて下さい。

基本健診 がん検診を受診される方は朝食をとらないで下さい。

乳がん・子宮がん検診を行います！

村では、今年も、乳がん・子宮がん検診を行います。

近年、食生活の欧米化などにより、乳がん、子宮がんが増えています。しかし、早期に発見することで、100%治るともいわれます。

月日	場所	時間
9月18日(木)	中央公民館(竹之本)	受付・午後1時30分~3時
10月7日(火)	山光荘(下白井平)	診察・午後2時~

対象 30歳以上の女性

費用 500円

検診当日 保健師と一緒に自己検診法を覚えましょう。

注意事項

当日、受診できない方は、施設検診をお受け下さい。役場で施設検診用受診票を受けとり、各自で、指定の医療機関で受診して下さい。尚、自己負担金は500円です。

問い合わせは役場住民健康課まで (TEL 52 - 2111) 内線24.25

「結核・肺がん検診を受けた方へ」

平成十五年七月十六日・十七日に行われた結核・肺がん検診について、結果をお知らせします。

受診者は二百三十三人でした。そのうち六人が精密検査を必要としています。精密検査の通知があった人は、早めに医療機関を受診して下さい。

病気の早期発見のために、年に一回は検診を受けましょう。

結核は「昔の病気」ではありません！

結核はいまでも毎年四万人以上の患者と三千人ちかい死者をだしています。

最近では、病院や事業所、老人福祉施設などでの集団感染も多くみられるようになっていきます。

結核は、いまもつとも注意しなければならぬ病気なのです。

こんな症状が出たら要注意

咳や痰が続く

2週間以上も軽い咳や痰が続きます。子供の場合はあまり痰は出ま

んが、成人の場合は量が増加します。

体がだるくなる

無気力になり全身に倦怠感を覚え、元気がなくなり、

特に、子供の場合は全身がだるく

体重が減る

特に高齢者の場合は、食欲がなくなり、体重が減少することが多いので注意が必要です。

微熱が続く

夕方になると、よく微熱が出るようになります。寝汗をかくことが多くなります。

胸に痛みがある

重い感じがして、肩が凝るよう感じます。進行している場合は血痰が出る場合があります。

これらの症状は、気管支炎や肺炎にも共通する症状です。「なぜかな？」ですませないで早めに医師の診断を受けるようにしてください。

毎日野菜を350g以上食べて、がんを予防

9月はがん征圧月間。がんの発生の約35%は食べ物と関係しているといわれています。稔りの豊かなこの季節、予防のためには1日350g以上の新鮮な野菜を。がんの予防にはビタミンE [A (ベータカロテン) ・ C ・ E] + 食物繊維と覚えましょう。

これで1日350g



これが野菜合計350gのめやすの例です。

今月の元氣レジンチャン

スカベンジャーサラダでがんを撃退

抗酸化作用のある栄養素	食品
ビタミンC	イチゴ、キャベツ、ホウレンソウなど
ビタミンE	豆類、穀物、カボチャ、ゴマ、ニラなど
ベータカロテン	ニンジン、トマト、青シソなど
セレンウム	ニンニク、タマネギ、コンブなど
ポリフェノール	赤ワイン、リンゴ、お茶類など
リコピン	トマト、ルビーグレープフルーツ、柿など

左にあげたのは、活性酸素から細胞を守り、がんの発生を予防するおもな抗酸化物質(スカベンジャー)の一覧。これらの材料をふんだんに使ったサラダをせっせととりましょう。

自分でできる健康診断

【ツメ】健康なら、表面が滑らかでツヤがあり、きれいなピンク色です。しかし、変形したり、表面にスジやミゾができた、色が変わると、栄養が偏っているか体調が崩れかけているかのサイン。特に女性はツメがもろくなったり、白っぽくなったり、反り返ってきたら鉄欠乏性貧血に注意。またツメのつけねが膨れてきたら肺疾患や心臓病の疑いも。

風疹の予防接種について

風疹とは

妊娠初期に妊婦が風疹ウイルスに感染すると「先天性風疹症候群」とよばれる白内障、心疾患、難聴などの先天異常の子どもが生まれることがあります、これを防止するためには適切な時期に予防接種を受けることが効果的である。

接種対象年齢

生後十二月から生後九月末まで。経過措置期間として、昭和五十四年四月二日から昭和六十二年十月一日生まれで風疹の予防接種未接種者は、平成十五年九月三十日まで接種することが出来ます。

費用は公費負担です。接種を行う場合、問診票が必要ですので役場住民健康課まで受け取りに来てください。又、詳細は住民健康課までお問い合わせ下さい。

診療所だより



雨が多く涼しい夏が終わり、もう秋になってしまいました。運動の秋です。今回は運動会などで体を痛めないための諸注意について書きたいと思います。

・「運動は健康に良い」とはいつでも無理をして怪我をしたり、病気になったりしては、もともともありません。特に、20代も後半になれば、自分が信じているよりも筋力や肺活量が落ちて、反射神経が鈍くなってきます。そのため運動会など、急激な運動で体を痛めないために次のようなことに注意しましょう。

- 1 睡眠...睡眠不足だと注意力が散漫になったり、立ち眩みや貧血のもととなります。運動前は十分な睡眠をとりましょう。
- 2 食事...食事抜きは低血糖の原因となります。しかし食べ過ぎも気分が悪くなったりするので気をつけるべきです。
そのため運動を始める2時間くらい前に、食事しておくのがいいと思います。
- 3 準備運動...準備運動をやらないと足がつったり、体が動かなくて思わぬ怪我をしたり、アキレス腱を切ったりします。

日頃、運動不足の人は特に運動前にはストレッチをして身体（筋肉）をほぐしましょう。

ストレッチの際の注意

筋肉、身体を緊張させずにリラックスして行いましょう。
はずみ（反動）をつけずに、ゆるやかに伸ばしましょう。
強い痛みを感じない程度の姿勢を20～30秒保ちましょう。
ストレッチ中の呼吸は止めないように自然に行いましょう。
個人によって柔軟性は違うので、マイペースで行いましょう。

- 4 運動中の水分補給...水分補給しないと、熱射病や脱水の原因になります。運動中水を飲む際には、いっぺんに大量に飲まず少しずつ飲み胃にたまらないようにするのがコツです。

また、汗は単なる水分の脱出ではなく、多くのミネラルも失うためミネラルの入ったスポーツドリンクでの水分補給はその点で効果的です。

- 5 整備体操...運動の後は体内に乳酸や疲労物質がたまり、疲れや筋肉痛の原因となります。これを早く追い出しておくために軽いジョギングなどの整備運動が効果的です。

また、お風呂に入ったら、太股、二の腕、腰などを軽くマッサージしたり、足の裏を拳でトントンたたいたり、肩にシャワーを当てたりすると、血行も良くなり疲労が早くとれます。

以上を参考にし、怪我のないよう運動を楽しんでください。

9月の予定表

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
8/31	1	2 午前：胃カメラ	3 研修のため休診	4	5	6 午前中のみ診察
7	8	9 午前：胃カメラ	10 研修のため休診	11	12	13 午前中のみ診察
14	15 敬老の日	16 午前：胃カメラ	17 研修のため休診	18	19	20 午前中のみ診察
21	22	23 秋分の日	24 研修のため休診	25 午後：乳児検診	26	27 休診
28	29	30 午前：胃カメラ	10/1 研修のため休診	10/2	10/3	10/4

月初めには保険証の提出をお願いします。

毎週火曜日は定期胃カメラの日とさせていただきます。検査中は他の方の診察ができません、御了承ください。