

今年も一番暑い季節を迎えます。風邪やインフルエンザなどの病気は冬にはやりやすいので、夏は病院も空いている印象がありますが、実際は夏にも患者さんが増える傾向があります。

暑くなると、人体は体温を下げるために汗をかきます。その結果、体から水分や塩分が失われますが、この度合いが大きいと動悸や目まい、気分不良などの症状が出てきます。また、この時期は仕事や運動などで大量の汗をかく場合がありますが、血液中の水分が減りすぎるなど、血液がどんどんなって血管が詰まりやすくなり、脳や心臓を痛めてしまことがあります。

特に、水分を取るとトイレが近くなるといつて意識的に水分を取らない方は、夏の時期に重い病気にかかり、老若を問わず命を落としてしまう危険があります。

水分補給の際には、落とし穴にも注意が必要です。水分や塩分を補給するため、甘い飲み物を取りすぎると、糖尿病を引き起こす危険性があります。

十分に水分を取り、あまり汗をか



【病院便り】

多古中央病院の受付時間は、午前11時30分までとなっています。急患に限り時間外も受け付けています。が、設備と人員の関係上、適切な医療機関への紹介をさせていただく場合があります。

近隣の医療機関を受診されている方で当院を受診する際には、お薬手帳など投票内容が確認できるものを持参してください。

文/国保多古中央病院 内科 宇都宮隆法

『運動の前後には水分補給を忘れずに』



18本目



『女ともだち
—海まであとどのくらい?—』
作:角田光代
発行:小学館

〈あらすじ〉
「女ともだち」の5つの物語。共通のテーマは「派遣」。5人それぞれの人間模様が描かれていて、自分も明日から頑張ろうと思わせてくれる一冊。

今回紹介した本は、町公民館内の図書室に置いてあります。リクエストにもお応えしますので、お気軽にご利用ください。

■多古町公民館図書室 ☎79-3406
開館時間:午前8時30分~午後5時
【7月の休館日】19日(月)

5人の人気女性作家が書き下ろした小説集。その中の角田光代さんによる「働く女性」にお勧めの短編小説を紹介します。



本植人:鈴木澤子さん(高野前)

派遣社員として同じ会社で働いていた5人の女性。その中の「のりちゃん」の恋愛を通して仲良くなり、毎日昼食を共にする仲に。その後、それぞれの道に進んだ5人は、のりちゃんがドラマのシナリオコンテストで大賞をとり、新聞に掲載されたことがきっかけで5年ぶりに再会。それのが感じたのは、自分たちを一番分かってくれるのは、恋人でも上司でもない「女ともだち」だということ。同じ女性として、とても興味がわき、共感しました。

積極的に読むようにしています。

「今」を知るため、若い方が好む本も

ぱりこの生き方でいいと思わせてくれる物語。読者の想像をかき立たせる表現や、今の自分にはできない恋愛物語など、ころも好きです。長編を読むと少し疲れてしまいますが、短編は読みやすく、内容も簡単に把握できます。

初めは趣味の短歌が掲載されている本を好んで読んでいましたが、2年ほど前からは、楽しい本やドラマ化された本、体に良い本など、いろいろなジャンルの本を読むようになりました。どちらかというと女性作家が好みで新聞やテレビなどで新作が紹介されるところが多いです。

【表示例】「○」…当該年度に納付すべき額がすべて納付されている場合

「×」…当該年度に納付すべき額に未納がある場合

「-」…本人に納付義務等がない場合

町職員募集

やる気のある方
待っています!



■職種・採用予定者数

①一般行政職上級【若干名】 ②一般行政職初級(身体障害者対象)【1名】

■受験資格

①一般行政職上級

- 昭和55年4月2日から平成元年4月1日までに生まれた方で、学歴を問わない。
- 平成元年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく大学(短期大学を除く。)を卒業した方。(平成23年3月までに卒業見込みの方を含む。)

②一般行政職初級(身体障害者対象)

- 次のすべての条件を満たす方で、学歴を問わない。
 - 昭和55年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた方であること
 - 身体障害者手帳の交付を受け、その障害の程度が1級から6級までであること
 - 活字印刷文の出題への対応ができること
 - 自力により通勤ができる、かつ介護者なしに職務遂行が可能であること

■試験日時 9月19日(日)午前10時から

■試験会場 香取市立佐原中学校

■申込書の配布 7月1日(木)から役場2階の総務課で配布

【午前8時30分~午後5時15分】※土・日・祝日は、日直にお申し出ください。

- 町ホームページ(<http://www.town.tako.chiba.jp/>)からもダウンロードできます。
- 郵送により申込書を請求する場合は、住所・氏名を明記した返信用封筒(A4サイズが入るもの)に140円切手を貼って、同封してください。

■申込書の受付 8月2日(月)から8月13日(金)まで役場2階の総務課で受付

【土・日を除く午前8時30分~午後5時15分】

※郵送の場合は、8月13日(金)の消印まで有効です。

お問い合わせ●総務課庶務係(〒289-2292 多古町多古 584番地) ☎76-2611

平成21年度分 町税等の納付状況を公表します

多古町政治倫理条例第6条第1項の規定により、町長、副町長、教育長、町議会議員の町税等の納付状況を公表します。

【平成22年5月31日現在】

職名等	氏名	町県民税	固定資産税	国民健康保険税	軽自動車税	介護保険料	後期高齢者医療保険料	水道使用料	農業集落排水使用料
町長	菅澤 英毅	○	○	○	○	○	—	○	—
副町長	大木 数万	○	○	—	○	—	—	○	—
教育長	柴田 洋	○	○	○	—	○	—	○	—
議長	越川 幸昭	○	○	○	○	○	—	○	—
副議長	秋山 行三	○	○	○	○	○	—	○	—
議員 (議席番号順)	土井 秀敏	○	○	—	—	○	—	—	—
	広瀬 弘二	○	○	○	○	○	—	○	—
	飯田 良助	○	○	○	○	○	—	—	—
	菅澤 昌則	○	○	○	○	—	—	○	—
	所 一重	○	○	○	—	—	—	○	—
	柳下 清	○	○	○	○	○	—	○	—
	菅澤 正夫	○	○	○	○	○	—	○	—
	小川 藤男	○	○	—	○	○	—	○	—
	石渡 悅子	○	○	—	—	—	—	—	—
	鎌形 樂一	○	○	○	○	○	—	○	—
	土井 清司	○	○	○	○	—	—	○	—
	勝又 剛	○	○	—	○	○	—	○	○
	椎名 義光	○	○	○	○	○	—	○	○
	伊藤 信也	○	○	○	—	○	○	○	—
	柳下 義衛	×	×	×	○	○	—	○	—
	加瀬 芳廣	○	○	○	○	○	—	○	—

お問い合わせ●総務課庶務係 ☎76-2611