

おだわら

編集発行 小田原市役所広報課 〒250 小田原市荻窪300番地

昭和59年10月



人口世帯 (9月1日現在)

人口 184,097人 (前月比+182人)

世帯 55,338世帯 (前月比+66世帯)



毎日の生活に取り入れましょう

体力づくり10か条

- ①3階までの上り下りにはエレベーターを使わない。
- ②前かがみ姿勢の外また歩きをやめ、腰を押しだすようにさつさと歩く。
- ③落ちているものを拾う時は、膝のバネを使って拾う。
- ④まめに動く。
- ⑤靴下の脱ぎ履きは、片足立ちで。
- ⑥笑いと歌を忘れずに。
- ⑦階段を上がる時は、手すりにつかまらない。
- ⑧自然との接触の機会を多く持つ。
- ⑨イライラ、クヨクヨ、ドキドキは少なくする。
- ⑩自分自身に適した健康法を用意する。

文部省「スポーツを生涯の友に」(中高年編)より

健康づくり・体力づくりは自分の体力に見合ったスポーツを

季節となりました。十月十日は「体育の日」。また十月は「体力づくり運動強調月間」でもあります。健康やスポーツに対する関心が高まっている折、市でも各種行事や教室を開き、市民のみなさんの期待に応えるよう努めています。みなさんの身边にある体育施設を活用されたり、教室などに積極的に参加され、健康づくり、体力づくりに汗を流しましょう。

鍛えれば体は若返る

健康づくり、体力づくりの秘けつけは、バランスよく栄養をとり、適度に体を動かし、規則正しい生活を送るところにあるといわれています。

逆に言えば、十歳程度の体力の差は運動することによって、十分取り戻せるということがあります。つまり、鍛えれば体は若返るわけです。

第一歩は

運動には、専門家の指導を受けなくとも、家族そろってのジョギングやキャッチボールなど、やる気さえあれば体育施設を利用しなくとも、で

中年になると、人は様々なことから老いを感じさせられ狭心症、心筋梗塞などの心臓病、性脂肪といった、動脈硬化の発生に関係の深い脂質も低くなり、動脈硬化を予防することができる、高血圧症や

の二回雨天の場合中止

◆日時 十月十日(水)午前十時~午後四時 初心者 指導は午前十時と午後一時

◆会員料 無料

◆対象 ふだんテニスをしないができない方や初心者

◆持参する物 テニス用ラケット、テニスシューズ

◆問い合わせ 市教育委員会

◆主催 小田原市

◆会費 無料

◆問い合わせ 山居みどり宅

◆主催 小田原市

◆会費 無料

◆問い合わせ 小田原市

◆主催 小田原市

第26回 小田原市

統計グラフコンクール

入賞者が決まりました

市内の小・中学校の児童
生徒を対象とした、小田原市
統計グラフコンクールが開催

永純(山王小二年)富
(大塚小二年)宮田美保(早
川小二年)内山裕義(下曾我
小一年)森真理子(片浦小三

市川直輝(報徳小一年)富
(早川小五年)木村靖
(下中小五年)鍵和田秀人
柳文重(合作・報徳小四年)

大石和弘(報徳小五年)川口
直之(下曾我小五年)木村靖
(下中小五年)鍵和田秀人
酒匂修(酒匂小四年)石

◆一部(小学校低学年)
(1)高齢者医療費助成制度
2助成の範囲

◎入選

応募作品は、五百四十点
で、夏休み中に苦心と努力に
よって作られた作品は、すば
らしいものばかりでした。

統計教育関係者等十人の審
査員により、厳格に審査した
結果、次のとおり入賞者が決
まりました。

◆一部(小学校低学年)
(1)高齢者医療費助成制度
2助成の範囲

応募作品は、五百四十点
で、夏休み中に苦心と努力に
よって作られた作品は、すば
らしいものばかりでした。

統計教育関係者等十人の審
査員により、厳格に審査した
結果、次のとおり入賞者が決
まりました。

◆一部(小学校低学年)
(1)高齢者医療費助成制度
2助成の範囲

応募作品は、五百四十点
で、夏休み中に苦心と努力に
よって作られた作品は、すば
らしいものばかりでした。

統計教育関係者等十人の審
査員により、厳格に審査した
結果、次のとおり入賞者が決
まりました。

国民健康保険法等が改正

10月1日から

退職者医療制度が

スタートします

る人。

五十九年四月以降の年金新規

受けていない人。

書(場合に応じ家計の状況
の申立書等)が、お医者さんにかかる治療
を受けたときには、かかっ
た費用の一部を、一部負担金
として医療機関などの窓口に
支払うことになりますが、そ
の一部負担金の割合は、これ
なりません。

が、次のように軽減されます。

裁判者と市から通知のない人
で、この制度に該当すると思
われる人は、保健健康課庶務

係までご連絡ください。

死亡したとき等は退職被保
険者の扶養家族としての資
格を失ない、一般的国保の
被保険者となります。

(2)国民年金を除いた被用者年
金制度(厚生年金・船員保
険・恩給・各種共済年金
(国家公務員等・地方公務
員等・私立学校教職員・農
林漁業団体職員)から老
齢又は退職年金の支給を受
けている人(原則として被
用者期間が二十年以上)、
又は四十歳以後、被用者年
金の加入期間が十年以上
で、通算老齢年金の支給を
受けている人、なお、若年
を理由として、その金額が
支給停止されている場合は、
(3)親等以内の親族)。内に届け出ることになつて
その支給停止期間は対象に
なりません。

(4)老人保健医療制度の適用を
受けている人。

(5)退職被保険者本人が、老人
保健医療制度の適用を受け
て生活している人。

家族の世帯主が市に十四日以
上で、市から通知しま
すので、それに基づいて届け
出してください。又、届出にあ
るが九十円以上の人は認
められません。又、六十五
歳以上の人と障害年金受給
者は百四十万円以内となつ
てあります。

○配偶者又は十八歳未満以外
の人が、生計維持証明書・在学証明
ております。

●扶養家族の届出

退職者医療の被扶養者に該
当する人がいる場合は、そ
の扶養家族として支払
格を失ない、一般的国保の
被保険者となります。

●扶養家族の届出

退職者医療の被扶養者に該
当する人がいる場合は、そ
の扶養家族として

老人福祉週間

川瀬エンさんらを訪問
高齢者に記念品を贈呈

9月5日、市長は川瀬エンさんに記念品を贈呈しました

今年も九月十五日からの老人福祉週間を中心、自治会、青年団体、子ども会等の協力によって、七十歳以上のお年寄り一万一千六百四十七人を対象に各地で敬老行事が行われました。

今年も本市の最高齢者は女性で、酒匂の川瀬エンさんは百二十歳、男性は入生田の和田辰蔵さんで九十八歳でした。

敬老の日に先立ち川瀬エンさん、和田辰蔵さん、阿部スイさん、加藤藤次郎さんの四人を市長が訪問し、記念品を贈りました。

この中で阿部スイさんは、県内で今年百歳になつた方の中から選ばれて、十三日に知事の訪問を受け、金杯を贈られました。

また、九十六歳以上の柏沼サダさん(成田)ほか十四人に寄せ木細工を、九十五歳になつた中橋志んさん(曾比)ほか十三人に座布団を贈り、長寿をお祝いしました。

保育園の入園希望者

申込みを受け付けます

保育園は、児童福祉法により、保護者が働いていたり病気や出産などの理由で家庭で保育が受けられない乳幼児を保育する児童福祉施設です。

申込みはいつでも受け付けていますが、定員などの関係で入園要件があつても入園をお待ちいただくこともあります。

①入園願書 十月十五日から二十一日まで(土曜日の午後を除く)の午前九時から午後四時まで、応募する幼稚園で配布します。

毎年三月になると卒園する児童があるので、来年の四月

□31451



楽しい競技がたくさん行われた昨年の大会

障害者スポーツ・レクリエーション大会

障害者スポーツ・レクリエーション大会が市心身障害者福祉団体連絡協議会の主催で次

族ぐるみの親睦を図る目的で

障害者

スポーツ大会と作品展

あなたも参加しませんか

のとおり開催されます。

この大会は、市内の身体障

害者及び精神薄弱者とその家

族が参加し、体育の振興と家

庭の開催です。みなさま

問題など悩み事相談コーナー

を設けますのでご利用くださ

い。なお、二日目には市心身

障害者福祉団体連絡協議会が

午後一時~四時、出

品又は代理人が会場に直

接搬入してください。

◆会場 市民会館

○バザーセンター 一階ロビー

○作品展示会場 二階展示室

○作業コーナー 三階ロビー

及び三階小ホール

◆応募資格 小田原市、南足柄市、足柄上郡、下郡の在宅障害者及び各施設、学校、病院に入院、通学して

いる障害者

◆問い合わせ 福祉課厚生係

○申込 1467

◆会場 市民会館

○バザーセンター 一階ロビー

○作品展示会場 二階展示室

○作業コーナー 三階ロビー

○新玉幼稚園 桜新田二二九

○私立幼稚園

○新玉幼稚園 桜新田二二九

○御瀬端幼稚園 城内二一

○鴨宮幼稚園 上新田一三〇

○鴨宮幼稚園 上新田一三〇

○城山幼稚園 城山二十一

○富水幼稚園 飯田岡九二

○前羽幼稚園 前川五一〇

○酒匂幼稚園 酒匂六一八

○酒匂幼稚園 酒匂六一八

○みみづ幼稚園 北ノ窪四三八

広報 あしらせ版 10月号

No. 6 昭和59年10月1日(月) 編集発行 小田原市役所広報課

17 11 日 (土)	16 11 日 (金)	15 11 日 (木)	10 9 日 (水)	11 11 日 (木)	時 間
13:00 ~ ~16:00	13:00 ~ ~16:00	18:30 ~ 20:40	13:00 ~ ~16:00		
「糖尿病週間」の行事 11月9日～17日	中国残留日本人孤児に関する 届出について 11月11日内線5556	保険健康課指導係 831	検尿及び血圧測定 (尿糖その他) 検尿(尿糖・その他の 検尿病體験談 糖尿病とは) 糖尿病は恐ろしい病氣です。 知らないうちに眼・腎臓がむ しばまれたり、心臓や脳血管 等において、終戦前後の混乱 時に肉親と離別した子女(当 時の年齢が13歳未満)で死 ぬる病気です。	児童手当・特例給付の支給 児童課 331453	児童手当・特例給付の支給 児童課 331453
展示 (ペネルードモデル)	衛生会館	会場 内 容	会場 内 容	会場 内 容	会場 内 容
糖尿病講演(糖尿病とは) 質疑応答	糖尿病体験談 検尿(尿糖その他) 糖尿病とは)	オダチカ アミー	オダチカ アミー	オダチカ アミー	オダチカ アミー

乳幼児の保育について専門的立場から助言指導します。10月3日(木)午後1時～4時、城山児園(社会福祉センター2階)で、内容はしつけ、習慣、乳幼児教育、健康管理等。あらかじめ電話で相談内容、時間等の連絡を。

児童手当・特例給付の支給

けんこう診査

《3か月児・3歳児健康診査》

【持参する物】母子健康手帳と別冊。別冊の診査票に必要事項を記入してください。【担当】保健所保健予防課 ☎ 3135内線43・44

月 日	受付時間・会場	対象児
10月18日(木)	午後1時~2時 保健所2階 乳児室	59年6月16日~23日生まれ
10月25日(木)		59年6月24日~30日生まれ
11月1日(木)		59年7月1日~9日生まれ
11月8日(木)		59年7月10日~15日生まれ 59年6月生まれの未受診児
10月16日(火)	同 上	56年9月19日~30日生まれ
11月6日(火)		56年10月1日~12日生まれ
11月13日(火)		56年10月13日~18日生まれ 56年9月生まれの未受診児

《7か月児健康診査》

【持参する物】母子健康手帳 【担当】指導係 ☎ 1831

月 日	受付時間・会場	対象児
10月1日(月)	午前9時30分~10時30分 市役所7階 男子休憩室	59年2月1日~9日生まれ
10月3日(水)		59年2月10日~15日生まれ
10月5日(金)		59年1月生まれの未受診児
10月8日(月)		59年2月16日~23日生まれ
11月1日(木)		59年2月24日~29日生まれ
11月5日(月)		59年3月1日~9日生まれ 59年3月10日~15日生まれ 59年2月生まれの未受診児

《1歳6か月児健康診査》

【持参する物】母子健康手帳と別冊 【担当】指導係 ☎ 1831

月 日	受付時間・会場	対象児
10月12日(金)	午後1時20分~2時20分 衛生会館 (商工会議所奥)	58年3月1日~9日生まれ
10月16日(火)		58年3月10日~15日生まれ
10月19日(金)		58年2月生まれの未受診児
10月23日(火)		58年3月16日~23日生まれ
11月2日(金)		58年3月24日~31日生まれ
11月6日(火)		58年4月1日~9日生まれ 58年4月10日~15日生まれ 58年3月生まれの未受診児

図書館分館と配本所 利用のご案内

今月は次の日程で図書貸出しを行います。詳細は、各分館の職員、配本所の図書委員にお尋ねください。

分館名	開館時間	期間	冊数
下府中(婦人会)	毎週土曜13時~16時	7日	1人1回2冊まで
上府中(母親クラブ)	毎週土曜9時~12時		
曾我	毎週金曜9時~16時30分	10日	
桜井			
豊川			
下曾我			
酒匂			
片浦			
橋			
配本所	今月の貸出し日時		
穴部公民館	毎週日曜日	9時30分~11時	
新宿公民館		10時~11時	
網一色公民館	7日・20日	13時~14時30分	
今井公民館	14日	10時~11時	
橋団地公民館	19日		
螢生会	14日・28日	10時~10時30分	
西北公民館		14時~15時	
中曾根公民館	13日・27日	14時~15時30分	
飯泉公民館			
やよい文庫	13日	14時~15時	
中村原住宅	6日・21日		
春木団地	21日	19時~20時	
月曜文庫	毎週月曜日	16時~17時	
こうのとり文庫	毎週水曜日	14時~16時30分	
曾比田中宅	12日・26日	15時~17時	
新田公民館	20日	14時~16時	
なかざと文庫	毎週月・木曜日	15時30分~17時	
てこぼこの家	20日	14時~16時30分	
風の子文庫	毎週金曜日	14時~15時	
前羽福祉館	毎週土・日曜日	9時~17時 (土曜13時~)	
国府津公民館	毎日(土曜の午後・ 月曜の祝日を除く)	9時~17時	

乳児	電話申込制	▽対象
定員	3歳以上の方	午前、午後各1時~2時
午後各60人	▽日時・会場	保健所2階
※は定員午前・午後各30人	▽受診料	60円
予防係	30歳以上の方	午後1時~2時
担当	3歳児	11月8日(木)
10月11日(木)	木板橋公民館	11月13日(火)
正午・午後1時~3時	△	23

※(火)酒匂公民館 受付11時~午前1時

※(木)木板橋公民館 受付11時~午前1時

※(火)木板橋公民館 受付11時~午前1時

※(木)木板橋公民