



広報

# りしり

平成2年

11月号

No.237



沓形保育所おゆうぎ会より(10月21日)

### ■人口と世帯■

世帯数	1,383	(-3)
人口	5,108人	(-12)
男	2,552人	(-7)
女	2,556人	(-5)

平成2年9月末日現在  
(住民基本台帳登録人口)

### ■おもな内容■

- 2.....学校保健功労賞受賞～三輪博久氏  
わが家のアイドル㉞
- 3.....お知らせ
- 4.....続クオリティオブライフを求めて④
- 5.....利尻島国保中央病院 外科医長着任
- 6.....あなたと保健室
- 7.....町内小学校マラソン大会
- 8.....りしりの博物誌(利尻の語り㉞)
- 9.....消防だより
- 10.....戸籍のうごき

交通事故死ゼロ記録11月1日現在 457日



# “学校保健功労賞

受賞”

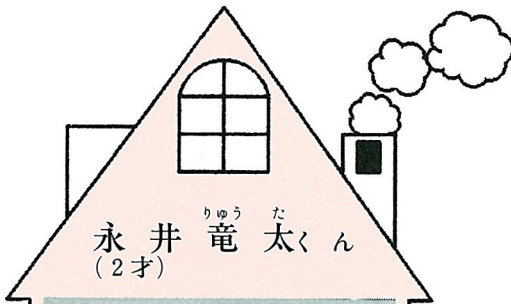
# 三輪博久氏



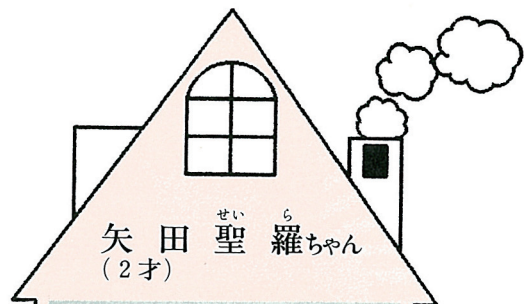
永年にわたり利尻島での僻地医療に献身的な努力を重ねるとともに、町内全校の学校歯科医として、児童生徒の歯科検診やう歯予防の指導を行い、また、乳幼児歯科検診も実施し、幼児期から生徒までの一貫した歯科衛生の指導を

進め、さらに、養護教諭に対する適切な助言や、母親学級や各種会合においての保健衛生の普及・啓蒙なども行い、その功績が認められ、財団法人北海道学校保健会より学校保健功労賞を受与されました。

## わが家のアイドル



沓形字泉町  
父：昭廣  
母：由美子



沓形字泉町  
父：秀喜  
母：恵久子

## 『求人情報が電話でわかります』

ハローワーク稚内（職安）では、仕事を求めている皆様へのサービスの向上を目指して、自宅にいながら求人情報を聴けるテレホンガイド機を設置することといたしました。

このシステムは、24時間フルタイムで作動しますのでいつでも自由にご利用いただけます。

下記の電話番号へ直接おかけになりますと自動的に求人情報がながれるもので、1回1度数3分以内ですので気軽にご利用下さい。

- テレホンサービス開始日……平成2年11月1日
- 電話番号（0162）32-5770 男子専用
- 電話番号（0162）32-5771 女子専用

## 雇用保険 “さわやか受給” 推進月間 (11月1日～11月30日)



### 失業給付の支給を受けることのできる人は

◎失業給付の支給を受けるには、失業の状態にあることが必要です。

ここで失業とは、積極的に就職しようとする意思と、いつでも就職できる能力があり、現在仕事を探している状態にあることです。

○例えば、次のような人は失業給付の支給を受けられません。

- ◇病気やけががですぐ就職できない人（労災保険の休業補償給付や健康保険の傷病手当などの支給を受けている人も含みます。）
- ◇定年などにより離職してしばらくの間休養する人
- ◇結婚して家事に専念する人
- ◇妊娠・出産・育児などにより就職することができない人
- ◇家事の手伝いや家業に従事し、就職することができない人
- ◇会社の役員に就任している人
- ◇仕事に就いた場合（アルバイト、パートを含みます。）
- ◇自営業を開始した場合

### 不正受給に対する処分は

◎本来は、失業給付の支給を受けることができないにもかかわらず、不正な手段により失業給付の支給を受け、また、受けようとする……

- 不正の行為のあった日以後は、給付を受ける権利がなくなり、原則として一切の支給を停止する。
- 不正に受給した金額の返還を命ずる。
- 不正に受給した金額の返還に加え、原則として、さらにこれと同額までの納付を命ずる。
- 事業主が為りの届出、報告または証明をすることにより不正受給に協力したときは、事業主に対しても、不正受給を行った者と連帯して返還及び納付を命ずる。
- 詐欺罪、公文書変造罪及び私文書偽造罪等により処罰されることがある。

**正しい受給で スピード就職**

問い合わせは  
稚内公共職業安定所 ☎(0162)34-1120



# 続クオリティ オブ ライフを求めて ④

利尻島国保中央病院

院長 阿部 昌彦

## 「半年で十六人」

秋も深まり利尻富士の頂上付近には白いものが見える季節になってまいりました。皆さんいかがお過ごしのことでしょうか。

前回の本欄では胃癌を例にあげて癌というものが確率的に発生するということ、またその予防法や進行癌の根治療法が確立されていないため現時点では定期的検診で早期に癌を発見し治療することが癌に対する最善の対策であることを説明させていただきました。

たに発見された癌患者は部位別で食道癌、肺癌、乳癌、胃癌、肝癌、膵胆道系癌、大腸癌、前立腺癌、子宮癌、膀胱癌など合わせて十六人です。

医学上の定義から見ると内訳は進行癌、早期癌それぞれ約半々でした。進行癌で発見された方はやはり自覚症状が相当進んでから我々に相談なされている方が大半を占めます。

一方、早期癌で発見されている方は検診やたまたま一般診療中に発見されたとか、自覚症状が早くから出やすい状態です。癌が発生したため好運に早期発見されたという方です。

利尻島全住民でみると当院以外で発見される方もかなりいらつしやいますので島全体での癌の発生数はここに示しました数字の約五割増し、もしかすると二倍近いのではない

かと考えます。おそらくこの半年で約二十から三十人でしょう。さて皆さんこの数字をどの様に感じられますか。少ない、多い、こんなものか、いろいろ感想はあると思います。

すが最も重要な事はこの内の半数近くが進行癌患者だということですが、つまり治りきらずに亡くなられて行く可能性の大変高い人々が半数を占めるといふことです。我々医療に携わる人間としてこれは大変に悲しいことです。できれば治りきって欲しい方々なのです。

さて癌の早期発見への努力は論を待たないわけですが現時点では医療機関や、行政などからの働きかけはとりあえず飽和状態に近い気がします。心によるところの方が大きい

と感じています。ぜひ、症状の無いうちの検診を心掛けてくださるようお願い申し上げます。自動車に例えると車検だと思えばよろしいではありませんか。今回は「半年で十六人」という最近の当院での癌患者発見数を皆さんへの問題提起として、ひとまず癌のお話は終了させていただきます。

さて、今回は「質から量」ということでお話をしてみたいと思います。癌という病気は正常の細胞が癌化するという質的变化によるものですが、いわゆる成人病の高血圧、糖尿病などは血圧、血糖、コレステロールなどの大小が問題になる病気で、これは量の問題での病気ということになります。これらの病気に対する対策を次回で触れたいと思います。



おはよう  
こんにちは  
ご苦労さま  
すみません

## 街に笑顔を あいさつを

気軽に交すあいさつは人と人の潤滑油  
～広げよう あいさつ運動～



# 利尻島国保中央病院

## 外科医長着任



外科医長

### 橋本道紀

秋から冬に向かう季節とい  
うことで寒さに対して覚悟し  
て島にまいりましたが、比較  
的穏やかな日々が続きホッと  
しております。

はじめまして。鮭の到来と  
とも十月一日付けで当院外  
科医として着任致しました。

橋本 道紀(独身)

です。利尻島には学生時代か  
ら数回訪れています。医師  
として皆さんと接するのは初  
めてとなります。

昨年六月より市立稚内病院  
に勤務しておりましたので、

皆さんの中には御存知の方も  
おられるかと思いますが、専  
門は、

#### 腹部及び一般外科

です。

こちらに来て、胃潰瘍や胆  
石などで困っていらつしやる  
方が予想以上に多く、驚いて  
います。

一般に外科は、切られたく

もないのにすぐ切られそうで  
……と敬遠されます。が、最  
近では、われわれ外科医もメ  
スを使わずに治療を進めるこ  
とが求められています。胆石  
にしても、薬や衝撃波による

#### “痛くない治療”

が基本になるのかもしれない  
せん。おなか痛くて最初から  
外科を受診される方はいませ  
んが、内科の先生に勧められ  
ても、あまり心配なさらずに  
ご相談ください。(決して悪い  
ようにはいたしませんから。  
でも、不安ですよね！わかり  
ます。)また、女性で

#### “乳房のしこり・痛み”

を感じる方は、ぜひ早めに受  
診して下さい。詳しいことは  
いずれこの欄でお話できれば  
と考えております。

#### “腰・膝の痛み”

現在、外科外来にかかる患  
者さんの最も多い悩みです。  
特效薬が無いのはご承知の通  
りですが、一人一人にあった  
治療を心がけるつもりです。  
専門ではありませんが、逆に  
今は毎日が勉強の連続です。

さて、これから夜の長い日  
が続きますが、どこかのお店  
で会ったなら、冷たくしない  
で声をかけて下さい。一緒に  
カラオケ歌いましょう。

どうぞ宜しくお願いいたします。

## 君の青春をグレードアップ

- \*身分 ・特別職国家公務員です。
- \*給与 ・初任給月額 121,000円(衣食住6万円相当は無料)  
・9ヵ月で1等陸海空士に昇任し、131,400円に昇給します。  
・ボーナス年3回(3・6・12月)計5.1ヵ月  
(1等陸海空士で、67万円になります)。  
・特別任期満了手当  
2年：45万6千円  
4年：98万6千円
- \*4週6休制(日、祭日のほか第2・第4土曜も休み)  
有給休暇 年間24日のほか年末年始6日間
- \*扶養手当、通勤手当、寒冷地手当、住宅手当、単身赴任手当等の各種手当あり。
- \*応募資格 18才以上～27才未満

※詳しくは稚内募集事務所 ☎0162-23-2721

又は利尻町役場町民係にお問い合わせ下さい。

自衛官募集集中



# あなたと保健室



## 敵を知り、己を知る

〜ダイエット〜

その1

減量のコツは？とよく相談されます。これに対しての答えは、一言で言うと、「敵を知り、己を知る」ということです。

「敵を知る」とは、減量の敵である肥満について、正しく知ることです。世の中には肥満に対しての誤った情報があふれています。まず、正しい知識を身につけることが減量の第一歩です。

肥満は、日常の食事や運動の習慣が作りだしたものです。肥満をつくりだす習慣を変えていかなければ、減量はできません。しかし、自分のことは自分がよく知っているというわりには、案外わかっていないものです。自分のかくされた、悪い習慣をみつけ

出すこと。「己を知る」ということが、減量の二歩目です。今月は、減量の第一歩である「敵」について考えてみましょう。

### 敵を知る

#### 1. 肥満とは

肥満とは、単に体重が多いことではありません。体をつくっている、筋肉や骨のなかで、脂肪の割合の多い状態を肥満といいます。

肥満かどうかを決めるのに標準体重がよく使われます。しかし、標準体重は、筋肉質かどうかなどによって、必ずしも、脂肪が多いということを示していません。

計算によって、脂肪の割合を知ることが出来るものに、カウプ指数があります。あまり耳慣れない言葉ですが、計算は、それほどめんどうではありません。

$$\frac{\text{体重(kg)}}{\text{身長} \times \text{身長(m)}}$$

身長はメートルで計算します。  
154cmは、1.54mです。

男子では 20 ~ 25  
女子では 19 ~ 24  
が正学の範囲です。 正常の計算方法

例えば Aさん女性  
身長 156cm  
体重 52kg

$1.56 \times 1.56 = 2.4336$   
 $52 \div 2.4336 = 21.3675$   
カウプ指数 21.4

Bさん男性  
身長 168cm  
体重 79kg

$1.68 \times 1.68 = 2.8224$   
 $79 \div 2.8224 = 27.9903$   
カウプ指数 28.0

Aさんは、カウプ指数21.4なので、正常範囲です。

Bさんは、カウプ指数28.0で25をこえているので、肥満になります。実際に、皮下脂肪の厚さを測って、肥満かどうか決める方法もあります。

#### 2. 太るとなぜいけない

肥満になると「ただけぼりの出る体」という表現がピッタリです。肥満には、いろいろな、病気や、異常が合わさってきます。それらを書き出してみると

- 糖尿病
- 高血圧症
- 痛風(高尿酸血症)
- 心臓病
- 脳卒中
- 関節障害
- 胆石症
- 脂肪肝
- 月経異常
- 動脈硬化

などあります。肥満者は、正常者にくらべて約5倍、糖尿病になりやすく、約3.5倍、高血圧症になりやすいといわれています。また、肥満の女性は、子宮

体がんや卵巣がん、乳がん、胆のうがん。肥満の男性では大腸がん、前立腺がんになりやすいといわれています。

やっぱり肥満はよくないなと思ったのではないですか。

来月は、どうして太るのか肥満のメカニズムについて、考えたいと思います。

(保健婦 小澤田…記)





# 町内児童健脚を競う

～第5回 町内小学校マラソン大会～



今年も町内の小学生によるマラソン大会が九月十九日、沓形市街地で開催されました。五回目を迎えたこの大会は、晴天に恵まれ日ごろの練習成果を発揮するにふさわしいマラソン日和となり、選手たちは、沿道の観衆の声援に応え元気いっぱい頑張りに頑張りに、新記録が続出しました。

大会の結果は次のとおりです。

## ◎一・二学年(距離一・五km)

一学年男子

- 一位 7分14秒 杉田 友樹(沓小)
- 二位 長沢 克彦(沓小)
- 三位 小林 敏幸(仙小)

一学年女子

- 一位 7分49秒 村谷菜邦絵(沓小)
- 二位 嶋野 恵(仙小)
- 三位 川原あすか(仙小)

二学年男子

- 一位 7分8秒 佐藤 佑哉(沓小)
- 二位 中山 和明(沓小)
- 三位 星田 友和(仙小)

二学年女子

- 一位 7分16秒 安田 久美(沓小)
- 二位 松枝 結花(沓小)
- 三位 佐々木恵理(沓小)

## ◎三・四学年(距離三km)

三学年男子

- 一位 15分15秒 小坂 勝哉(沓小)
- 二位 谷 祐貴(沓小)
- 三位 三上 公貴(仙小)

三学年女子

- 一位 16分31秒 若木まりも(沓小)
- 二位 酒本 綾香(沓小)
- 三位 長谷川裕美(仙小)

四学年男子

- 一位 14分35秒 柴田 大介(沓小)
- 二位 菊地 涉(沓小)
- 三位 小坂 勝敏(沓小)

四学年女子

- 一位 15分4秒 寺下 早織(仙小)
- 二位 嶋野 史恵(仙小)
- 三位 斎藤ちづる(沓小)

## ◎五・六年女子(距離三km)

五学年

- 一位 15分41秒 藤井 美和(仙小)
- 二位 川代 恵理(沓小)
- 三位 加藤 絵理(沓小)

六学年

- 一位 19分19秒 長谷川直也(仙小)
- 二位 大腰 尚人(沓小)
- 三位 惣万 建一(沓小)

六学年

- 一位 14分39秒 井田 順子(仙小)
- 二位 北島 美樹(沓小)
- 三位 小林 幸(仙小)

## ◎五・六年男子(距離四km)

五学年

- 一位 18分19秒 小中 圭介(仙小)
- 二位 山本 浩司(仙小)
- 三位 杉田 洋介(沓小)

## 利尻町内小学校 マラソン大会最高記録

学年	距離	男女	タイム	学校	氏名	年度
1	1.5km	男	6・55	沓	石川 善宗	62
		女	7・24	仙	井田 久代	61
2	1.5km	男	6・33	沓	小坂 勝哉	1
		女	7・03	仙	寺下 早織	63
3	3.0km	男	14・53	沓	柴田 大介	1
		女	16・08	仙	寺下 早織	1
4	3.0km	男	13・59	沓	斎藤 智	62
		女	15・04	仙	寺下 早織	2
5	4.0km	男	18・35	沓	小坂 善一	62
	3.0km	女	15・11	仙	井田 順子	1
6	4.0km	男	18・23	沓	小坂 善一	63
	3.0km	女	14・39	仙	井田 順子	2



## 神磯郷土誌(二)

語り元 井 柁太郎さん

### 三吉神社

三吉さんは秋田の神様だ  
ど、神磯には秋田から来た人  
あまりいなかったんです。

政治のワンドには秋田から  
来た今井さんの建場があった  
から、その親方頼つて秋田か  
らたくさん漁夫も来てあつた  
し、そういう関係で三吉さん  
が祭られたんだと思います。  
昔から今の場所にあつたの  
ではなくて、元々はワンドの  
近くにあつたらしいけど、私  
が覚えているのでは、今のと  
ころにありました。

祭りは、本社の祭りよりも  
ずっとにぎやかでした。

子供や大人の相撲、旅芸人  
や地元の人たちの演芸など本  
当ににぎやかなものでした。

その頃はまだ御興つても

がなかったから、部落の人々  
は、そういったもので祭りを  
楽しんでいたのでしょね。

相撲の土俵づくりや部落の  
人たちの演芸の舞台づくり  
時間をかけて、部落の若い人  
がたは、特に相撲の得意な人  
は張り合つて一生懸命がんば  
つたもんです。

旅芸人で記憶あるのは、民  
謡だったと思いますね。唄が  
多かったようでした。それや  
るときはね、三吉さんの境内  
につくつた舞台ではなくて、  
どこか大きな家を借りて、そ  
こでやつたもんです。

部落の人たちの演芸では白  
浪五人男なんかやつてたのを  
覚えてますね。

祭りになると出店が出てね、  
アメ玉とかコバ焼き、キンッ  
バ焼きなどを売ってました。

さらにね、三吉神社に行く  
までの道路の両側に、部落の  
家々で燈籠つくつて、それに  
御神燈とか絵をかけたらし  
てね、ローソク燈したもんです。

三吉さんの祭りは棘が終つ  
て一段落して、昔だったら昆  
布が始まるまでの間の、部落  
の人たちの唯一の楽しみだつ  
たんでしょね。

### 昭和道路

この道路はね、仙法志村が  
初めて公選の井田定勝村長を  
むかえてからつくつたんです。

仙法志はね、沓形のように  
街が広くないからつて、神磯  
から小学校までの新道路をつ  
くつて、新しい街づくりを計  
画したんだというのを聞いて  
います。

まあ、その当時は棘が不漁

でしたので、漁民の救済対策といふことで、道路工事も

やったこともあつたでしょね。

そして、新しくつくつた道路は村道だとその維持にお金がかかるつてんで、道々になるようにたいした運動したようです。

### 盆踊り

ここではね、北野秀五郎つ



昭和道路工事記念写真 昭和27年

て人の番屋の前の広場で、イヤサカサッサーの音頭でやつたもんです。

話者 元井柁太郎さん(明治四十三年生れ)  
採訪 西谷栄治(町立博物館学芸員)



# 消防だよりNo.49

## 11月9日は「119番の日」です

### もしも火事になったら！



○おちついて、できるだけくわしく、正確に通報しましょう。



○とにかく大きな声で「火事だ〜」とみんなに知らせる。恐怖で声が出ない場合は、なべなどで大きな音で知らせよう。

## 防火ルポ

信金ロビーにて展示(10/4~24)



### 防火ポスター展開催!!

○町内の保育所・小中学校より寄せられた作品で防火ポスターコンクール開催、どの作品も力作ぞろいでした。

### 鼓笛隊で防火パレード!!

○秋の火災予防運動に伴い、杓形・仙法志両小学校の鼓笛隊の協力により防火パレードを実施、住民に防火をPRしました。

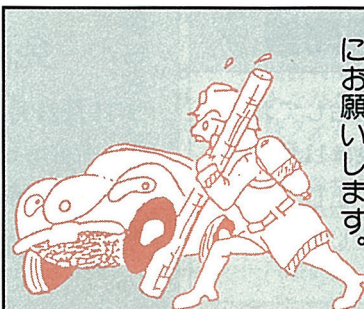


10月15日 仙法志地区にて

9月の火災救急出動件数

火災 0件

救急 6件



火災現場付近への  
自家用車の乗り入れ  
は、消火活動上、大変  
支障をきたしますの  
で絶対にしないよう  
をお願いします。

おねがい!





### 戸籍の

### うごき

自 9 月 1 日  
至 9 月 30 日

お誕生おめでとう  
ごぞいます

おくやみ  
申し上げます



◎出生  
月日住所 氏名 保護者続柄  
%<sub>1</sub>(仙)本町 鈴田夏美 利之長女

◎死亡  
月日住所 氏名 年齢  
%<sub>4</sub>(仙)本町 藤田 ユミ 六八歳  
%<sub>5</sub>日出町 北島繁三郎 八四歳  
%<sub>1</sub>栄 浜 大窪松太郎 八二歳  
%<sub>25</sub>(省)本町 大澤 ツサ 九〇歳



### ご厚情に

### 感謝します

このたび次の方から愛情銀行に金一封が預託されたので紙上を借りてお礼申し上げます。

沓形字栄浜 大窪松夫様から、父松太郎様の香典返しを廃して

沓形字本町 鈴木トキイ様から、夫謙助様の香典返しを廃して

沓形字本町 大澤康一様から、母ツサ様の香典返しを廃して

仙法志字元村 倉野フジ様から、夫信次様の香典返しを廃して

沓形字泉町 小笠原孝子様から、夫四郎様の香典返しを廃して

沓形字緑町 菊池清七様から、本人の病氣見舞返しを廃して

仙法志字神磯 田中一男様から、本人の病氣見舞返しを廃して

(利尻町社会福祉協議会)

### 利尻島国保中央病院 休診のお知らせ

毎週木曜日午後からは、手術日です。外科外来は原則として休診と致します。

### 今月の納税

### 町道民税 3 期

(納期限は11月30日です)

### 利尻町運動公園閉鎖

本年5月1日より利用を開始していましたが、運動公園内各施設は11月1日より、冬期間の為利用を中止し、閉鎖致しましたのでお知らせ致します。

### 免許証更新時講習会

- 11月21日(水)
- 利尻町民センター (沓形)
- 午後6時30分より
- ※当日はボールペンを持参して下さい。

沓形・仙法志交通安全協会

### 利尻島国保中央病院 婦人科診療のお知らせ (予定)

#### (期間)

- (1) 十一月十九日～二十一日 (三日間)
- (2) 十二月 三日～ 五日 (三日間)

#### (医師)

- (1) 札幌医大産婦人科医 副医局長 山本 弘 先生
- (2) 医局長 早川 修 先生

受付は、午前中だけです。  
詳しくは、利尻島国保中央病院へ問い合わせ下さい。