



広報

りしり

平成3年

7月号

No.245



双眼鏡を片手に...

沓形岬公園でのバードウォッチング(6月9日開催)

■人口と世帯■

世帯数	1,365	(-1)
人口	5,000人	(-1)
男	2,495人	(±0)
女	2,505人	(-1)

平成3年5月末日現在
(住民基本台帳登録人口)

■おもな内容■

- 2.....夏休みを控えて
- 3.....博物館総入館者数20万人達成!
わが家のアイドル④7
- 4~5...カメラスケッチ
- 6.....続クオリティオブライフを求めて⑫
- 7.....外科診療便り
- 8.....お知らせ
- 9.....あなたと保健室
- 10.....りしりの博物誌(利尻の自然誌④)
- 11.....消防だより
- 12.....戸籍のうごき

交通事故死ゼロ記録7月1日現在 699日

夏休みを控えて

有意義な過ごし方を

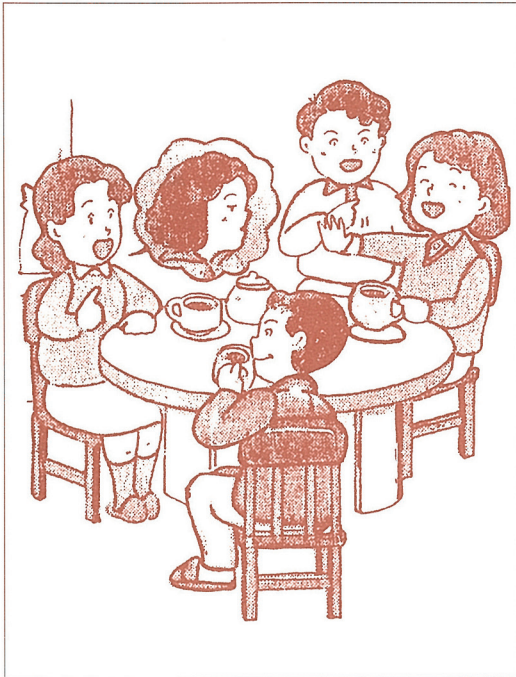
親子で考えよう

7月は青少年を非行からまもる全国強調月間

家族旅行や体験学習、そして地域での奉仕活動——夏休みは、子供たちにとって、得難い経験のできる貴重な時間といえるでしょう。しかしその半面、気をつけたいのがこの時期の過ごし方です。規則正しい学校生活から解放された子供たちは気が緩みがち。

非行への脇道にそれやすいからです。

七月は「青少年を非行からまもる全国強調月間」です。子供たちが夏休みを有意義に過ごし、一段とたくましくなるともなつかねません。自由な時間をのんびり過ごすのも夏休みならではの楽しみですが、少なくとも生活のリズムだけは崩さないよう、家族全員が規則正しい生活を心がけてください。



家族で守る

生活のリズム

暑さの厳しい夏は、生活のパターンが「夜型」になりがちです。一度生活のリズムが狂ってしまつと、なかなか元には戻りにくいもの。二期期が始まつても、夜ふかしや遊びぐせが抜けない、ということにもなりかねません。

家族の一員として 役割を

欲しい物は何でも手に入る恵まれた社会環境の中で、わがままいっぱいに育てられた子供たち……。彼らに一番欠けているものは、自立心と忍耐力といえるでしょう。

夏休みを契機に、親は子供への甘やかしや無関心を排除し、自分の身の回りのことに責任を持たせたり、家事労働

を分担させるようにしたいものです。

子供は、家族の一員としての役割を与えられることによつて、自覚と責任を持つようになつていきます。

夏休みならではの計画を 最後までやり抜こう

無計画な姿勢で夏休みを迎えると、その日その日をただ何となく過ごすだけの毎日になつてしまいます。

不得手な科目を集中的に勉強したり、本をできるだけたくさん読む、といった生活プランを立て、最後までやり抜くことが大事です。親は子供の自主性や意見をできるだけ尊重しながら応援してあげてください。

また、夏休みは、レジャーや家族旅行など、親子のふれあう機会が多いものです。

親子の間に信頼関係があれば「親を困らせたくない」といった気持ちで子供の心に芽生え、それが非行化にブレーキをかける抑止力になります。

毎年7月は、“社会を明るくする運動”月間です

“社会を明るくする運動”は、すべての国民が、犯罪の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

次代を担う少年を非行から守り、非行に陥った少年の立直りを助けるため、地域に理解と協力の輪を広げましょう。

「利礼地区保護司会利尻町分区会」

博物館総入館者数

20万人達成!!

6月16日(日)午前10時55分、博物館では開館以来総入館者数が20万人を達成しました。

20万人目の入館者となったのは定期観光バスで来館した岩手県花巻市の盛岡中央郵便局に勤めている高橋仁さん(27)で館長から記念品の利尻の特産物と、無期限の博物館優待券が手渡されました。高橋さんは、「本当にラッキーの一言です。岩手も広いと思っていただけ、北海道はもっと広く感激しました。あと5日間くらい北海道をゆっくりまわって帰ります。家族にいいお土産とすばらしい思い出ができました」と岩手弁で、うれしそうに話してくれました。

また、20万人達成予想クイズの当選者は、仙法志字本町伊藤富恵さん、沓形字本町松原日出子さん、奈良県手塚彰さんの3名でした。当選者の方には、記念品として、無期限の博物館優待券3枚とスズキスタジオ製作のビデオ「四

季利尻島」を贈ります。

博物館は昭和55年5月にオープンし、今年で13年目に入りました。ここ4・5年は離島ブームの影響も大きく、入館者も徐々に増加してきています。平成元、2年度と2年続けて初の2万人を越す入館者がありました。今年度も昨年度よりも少しではありますが入館者は、増加しています。これからも、当館は色々な活動に努めていきたいと思えます。30万人、40万人と入館者もふやしていきたいと思えますので、町民の皆様のご協力をお願い致します。



わが家のアイドル



かず き
古山和希くん
(2才)

仙法志字本町
父：利美
母：亜矢子

みほ
落合美保ちゃん
(2才)

沓形字神居
父：通博
母：千穂



漁組青年部の樽御輿



6/21 仙法志神社祭



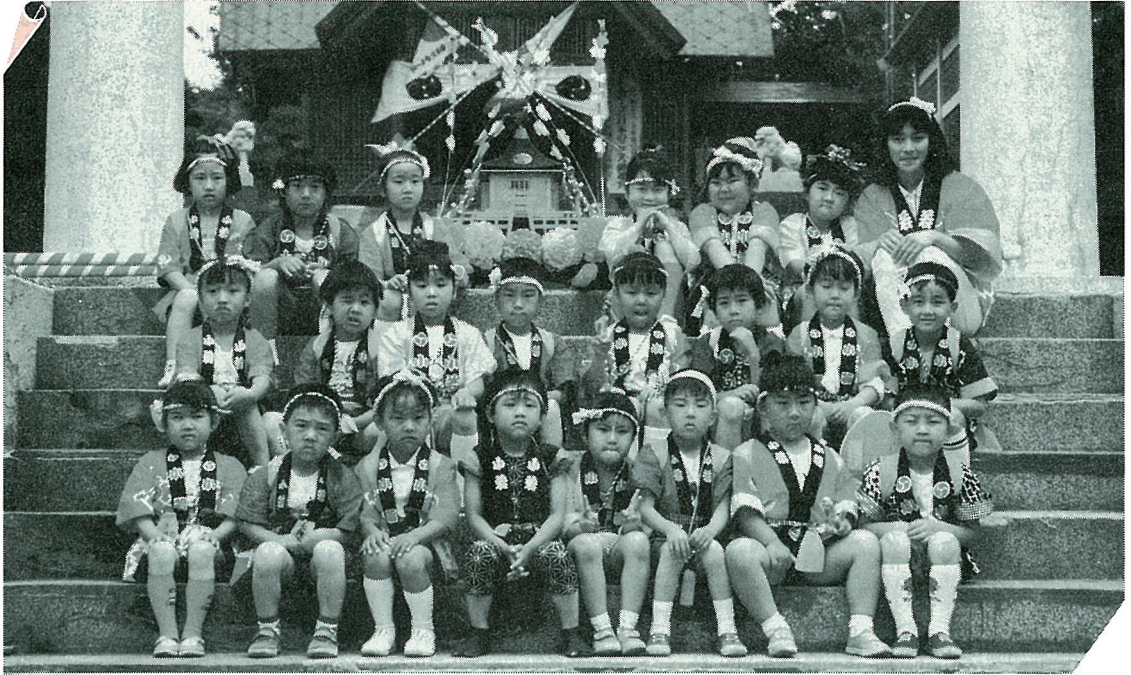
仙法志保育所樽御輿



6/22子供すもう大会



明照園の樽御輿



ハイ・ポーズ！

6/25 北見富士神社祭
沓形保育所御輿



お祭り



ワッショイ！



おみやげもらったかな？



こくろうさまでした！

続くオリーブライフを求めて^⑫

利尻島国保中央病院 院長 阿部昌彦

診療情報を大切に

利尻の一番良い時期となりました。皆さん健康に仕事に励まれていますでしょうか。

さて今回は診療情報を大切にしようということでお話をさせていただきます。

診療情報とは言ってもなく病院等に記録されている患者さん個人個人の病気、検診、検査、治療の内容です。当病院では長い人によっては約十年に近い記録が保存されています。また、人数としては九千人以上の島民が登録されています。もちろん風邪が一度だけかかった人から長年高血圧や、糖尿病、慢性肝炎等の慢性疾患で通院している人たちまで含めての事ですのでカルテの厚さは一枚という人からちよつとした辞典より厚い人までいろいろです。当院のような第一線病院ではこのカルテの厚さが病院の一番の財産なのです。またこれは皆さ

ん一人一人にとりましても貴重な財産なのです。

例えば、医者にとつて有難いのは患者さんが急病で来院されてもその急病に関係する病歴がカルテから得られることが多々あるということです。

瀕死の状態で救急車で来院され一緒にいてこられた人も状況がほとんどわからない場合でも、ふだん持病で通院されている方の場合はその診療情報からかなりのヒントが得られ、急病の処置、診断に大いに役立つことがあるのです。

また、吐血、下血で来院されても実は去年まで胃潰瘍で通院していたという人であれば最初に疑うのは胃潰瘍の出血であろうということになります。また、血圧が高い場合でも年来通院している人であれば今までの毎月の血圧の記録からみて本当に血圧の薬を増やすべき時期なのか、それとも経過を見て良いものなのかを判断できるわけです。

さて、このようにある一つの医療機関に継続的に通院されていただく(ただし、診察や検査を受けないでいつも薬だけという人は別として)その方に関する医療情報はたくさん増えて行き、患者さんにとつても医療機関にとつても大きな財産になるわけです。

しかし、人間一生一つの病院にかかって済むというものではありません。いろいろな理由でいくつかの病院にかかることの方が多いのは皆さんの実感だと思います。そこで大切なのは紹介状や連絡状です。患者さんの移動にとつてこれら病院同士の連絡が無ければそれぞれの診療情報が無駄になってしまう場合が多いのです。あなたの費やした、精神的、肉体的、金銭的、時間的負担を無駄にしないためにもある病院での診療を終える場合はぜひ医師に紹介状、連絡状を書いてもらって下さい。

例をあげますと、出稼ぎに行く人、冬の間よそで暮らす人、当院ではかかれない他の

科や、より専門的検査治療が必要な人、たまたまよそで病気になる検査や治療を受けた人、札幌などに出たついでに検査を受けて帰ってくる人、転出転入される人、このような人たちは紹介状を忘れずにもらってきて欲しいのです。

特に出稼ぎ帰りの人はこちらから紹介状を書いている割に御返事が少ないようです。また都市部の病院でたまたま検査を受けてきたという人についてはほとんど連絡状をいただいた試しがありません。医師が多忙かつ検査で特に異常が無かったということなのでしょうが皆さんの生活の主となる地元とその資料が無いのは寂しいことと思いませんか。

もちろん当院でも必要な方にできるだけ紹介状を書く努力を年々続けていますのでご理解下さい。



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～

腰痛について

以前、関節の病気についてこの項で腰痛・膝関節痛・肩関節痛を簡単に御説明しましたが、今月は腰痛について少し詳しくお話ししたいと思います。

腰痛は一種の症候群で、その原因は非常に多様です。以前はこれらの原因を鑑別できないままに腰が痛ければ、すべて「腰痛」としてかたづけられていました。しかし近年、研究がすすむにつれ、腰痛の中から次第に独立疾患が取り出され、原因を明らかにできない腰痛が少なくなってきました。それでも、なお専門の医師でも説明のつかない腰痛が一〇％前後はあるのではないかとわれています。多様な原因でも、年齢との関係からみて、大まかにだいたい次のように分類されそうです。

一、壮年者〜初老にかけて

- ：椎間板ヘルニア・脊椎分離症
- 二、男子老年者：老人性変形性脊椎症
- 三、女子老年者：骨粗鬆症

以下、病気の原因別に分けて述べたいと思います。

A、急性腰痛と慢性腰痛

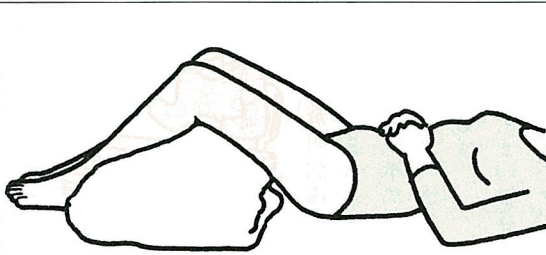
症状の上から腰痛は急性と慢性に分類します。文字通り急性腰痛というのは、その原因の如何を問わず急激な腰あるいは背中痛みを突然感じるもので、外来では、意外と少ない印象があります。「いつから痛いですか?」と質問すると、「ずうっと前から」とか「いや〜あ、何年も前からなんだ」ということが少なくありません。知りたければならないと思っただけで、今回病院に受診した痛が、いつからか?というこ

とです。そうしてみると、腰をひね

ったとか、ぶつけたといったはつきりとした原因を自覚した腰痛は少ないものです。漁や浜仕事、畑仕事といった労働による慢性的な負担が腰の筋肉や骨にかかり続け、疲労その他の原因でいつもよりひどい痛みとなつていようです。この場合は、厳密には急性というより慢性の疾患といふべきでしょう。

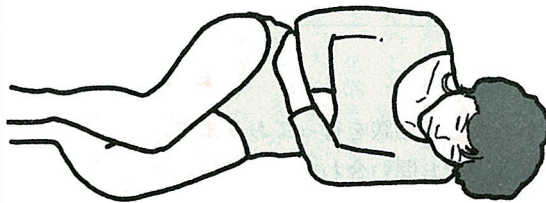
老年者の大部分と、壮年者のなかでも漁業や車の運転に携わっている方は、なんらかの骨疾患・筋肉疾患を持って

いると言つていいでしょうが、いずれの場合も突然の腰痛の場合、あわてずにまずは安静にすることです。無理を続けてからでは、治るとしても時間がかなり、かえつて悪化してしまいます。



急性期の臥床時の姿勢

a) 仰臥位の姿勢：膝下に枕を入れ、膝と股関節を軽度屈曲位にする。



b) 横臥位の姿勢：膝と股関節を軽度の屈曲位にする。



夏の交通安全運動

歩行者と自転車利用者（特に子供・高齢者）の交通事故防止

- 車を運転する時は、歩行者や自転車利用者を見かけたら安全の確認に努め、特に右側からの横断歩行者に注意しましょう。
- 自転車に乗って進路を変更したり横断したりするときは対向車の有無ばかりでなく、必ず後方の安全も確認しましょう。

平成3年度

巡回教育相談のお知らせ

お
知
ら
せ

1. 巡回教育相談とは

お子さんの心身の発達、家庭でのしつけ、教育や進路などについて、道内各地を巡回し、教育相談を行います。

相談の内容

- (1). お子さんの心身の発達について
- (2). お子さんの早期教育や家庭でのしつけや養育について
- (3). お子さんの就学や学校での教育について
- (4). お子さんの進路などについて

※相談は無料で、相談内容の秘密は守ります。

2. 申し込みは

利尻町教育委員会学校教育係にお申し込み下さい。(電話4-2445番)



3. 相談日と会場は

支庁名	実施地	会場	実施日
宗谷	浜頓別町	浜頓別町立浜頓別小学校	8月21日(水)
	稚内市	稚内市役所	8月22日(木)

※北海道立特殊教育センターでは、年間をとおして相談を行っております。

教育相談ご希望の方は、当センターに電話等でお問い合わせください。

北海道立特殊教育センター ☎(011)612-5030 (教育相談専用電話)

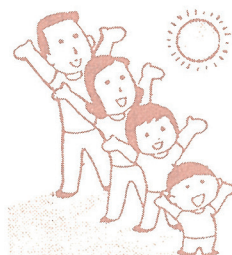
〒064 札幌市中央区円山西町2丁目1番1号

町内小中学校夏休み日程

仙法志小学校	終業式 7月26日	始業式 8月21日
沓形小学校	7月25日	8月20日
新湊小学校	7月26日	8月21日
仙法志中学校	7月26日	8月21日
沓形中学校	7月24日	8月19日

健康な毎を送るために

あなたと保健室



健診結果

いかしてありますか？

健診を受けた後で、生活が変わりましたか。例えば、毎日運動するようになったとか、タバコの本数を減らした等、何かありますか。

健診を受けても、受けっぱなしでは意味がありませんね。健診の結果をどうにかしていくかが大切です。

ではどのように健診結果を考えていったらよいか。Aさんと、保健婦さんの会話をともに考えてみましょう。

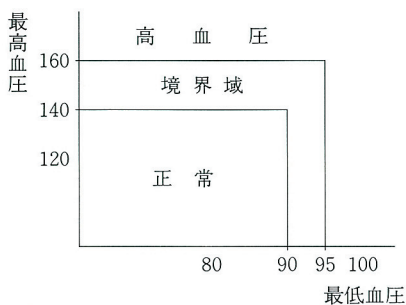
保 こんにちは、Aさん。

A 検診の結果はどうでしたか。

A 悪くなかったと思うけど、血圧はどうでした？

A ええと、たしか152の88だったと思うよ。

保 この血圧いいのかな？
A ううん、ちよつと高いかな、よくわからないけど、そうだったの。これを見て。



A Aさんはどこに入りますか。

A 境界域というところみたいだけど、これって、いいのかい？

保 境界域というのは、まだ高血圧ではないけれども、

でも正常でもないですよという範囲で、高血圧に近づいているから注意しましょうというところですよ。

A まだ高血圧じゃないんだちよつと安心したよ。

保 ほんとうに、安心していいのかしら、昨年と比べてみてどう？

A そういえば昨年の値だと正常だけど、今年は高くなってるね。

保 そうですね。いくらか高くなっていますね。このまま高血圧じゃないからってほつといてもいいでしょうかね。

A このままだったら、もしかしたら来年は高血圧に入っているかも。その可能性はあるわね。なんとかしらないとね。

A Aさんも知っていると思うけど、血圧と関係が深いものに何がある？

A たしか、塩分のとりすぎとか、ふとりすぎだよな。そう、そう。

保 じゃあ、Aさんはそれに

あてはまる？

A そうだね、どちらかといえば、しょっぱいもの好きだし、ふとってるもんな。

保 ほら、もうどうしたらいいかわかったじゃないの。

A なるほど、減塩に減量だよな。

保 あとは実行あるのみですよ。食事に関することは奥さんの協力が必要ですね。今度一緒に考えてみませんか。

A そうだね。
保 がんばりましょうね。

A Aさんの考えが変わっていった様子がわかりましたか。

A Aさんのように、自分の健康状態と、生活をくらべて、なおすところに気づき、変える努力をすることが大切です。

健診の結果から、気づいていくポイントは、

まず、「健診結果は正常かな？」「正常でも前の時よりも、悪くなっていないかな？」とみてみましょう。

次に

「悪くなるような生活はしていないかな？」

食事の内容や、生活パターンを考えてみて下さい。すると変えないといけないところが見えてくると思います。

悪いところをみつければではありません。前にくらべて健診結果が良くなっている時、同じような考え方で、生活の良いところがみえてくると思います。そこは続けていく努力をしましょう。

健診結果と生活を結びつけて、生活の悪いところは変え良いところは続けていく努力が、健診結果をいかすこととなります。

わからない時は、いつでも相談して下さい。一緒に考えてみましょう。

(保健婦 小澤田…記)



利尻の自然誌(4)

配偶者の遺棄

(1)

ヒタキ科ウグイス亜科の仲間は、利尻では七月に一番多くみることが出来ます。どの種類もウグイスのような感じで、鳥の中でも区別がつけにくい仲間の一つです。オオヨシキリもその仲間にはいる鳥ですが、その確認記録は一九六五年の八月に姫沼で鳴き声が聞かれたものしかありません(利尻島動物調査の記録/東京農大第一高等学校/一九六八)。今月と来月の二回に渡って、この鳥にまつわる不思議なお話をしてみたいと思います。

オオヨシキリは一夫多妻性で、オスは自分のなわばりの中で何羽かのメスに子育てをさせます。オスの仕事は、ヒナへの給餌と敵からの防衛にあります。ところが、ごくわずかですが、子育ての時期の

終わり頃に、卵やヒナ、メスを残してオスがどこかに行ってしまう事があることがわかってきたのです(江崎保男一九八五)。人間世界では、これと似たようなことが女性週刊誌やラジオの人生相談などで毎日のように紹介されています。その原因は皆さん方の想像にお任せいたしますが、鳥の世界では一体どういう理由で自分の配偶者や子供を捨てる場合が出てくるのでしょうか。これについて考える前に、少し「何を目的に生物は生きているのか」ということを考えてみる事にしましょう。

私が高校生の時習ったのは、生物には種族保存と個体保存の二つの目的があるというものでした。しかし、現代生物学では種族保存の目的がある事は否定しています。つまり、

大概の生物は利己的(他人がどうなるとも自分がいいように)に振る舞う事で現在この地球上に存在しているのです。種族のため、他人のために自分の身を犠牲にするという事は(注・これは全く道徳とか倫理の面とは別問題です)、自分や自分の子孫の存続からみればマイナスな事であり、そのような生物は地球上からいずれ消えゆく運命を背負う事となりましょう。「生物は基本的には利己的にふるまう」ということをここでは覚えておきましょう。

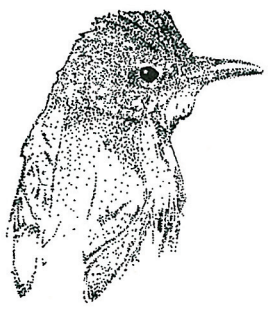
さて、利己的に振る舞ってどんなに長生きしても、生命には限りがあります。そこで、「自分のかわり」を作って後世に残すことで、生物は「永遠の命」を手にいれるようにしてきました(「自分だけが楽しく過ごせれば、それでいいや」と生物が思い始めていたら、とっくに地球は不毛な砂漠となっていたでしょう。「自分のかわり」を残すといっても、ピラミッドを作ったり、弦楽四重奏を作曲したり、

「戦争と平和」を書いたり、莫大な遺産を残したりという話は人間以外に聞いたことがありません。よって、ほとんどの生物が残せる唯一のものといえば、次世代を担う子供だけといえるのではないのでしょうか。「より多く自分のかわりを残すこと」が、生物の最大の目的ともいえるかも知れません。

普通(両性生殖の場合)子供を作るには、オス・メスの両性が必要になります。オスは精子を持ち、メスは卵子を持ちます。卵子は精子よりも栄養が豊富でその分大きいのです。しかし、そのかわり精子ほど数多く作る事はできません。このことが非常にオスとメスの子育ての行動を異なるものにしていくといえます。

「利己的に振る舞い、より多くの自分のかわりを作り、残すこと」を目的にしたとき、オスとメスではどのように行動が違ってくるのでしょうか。オスは精子を数多く作れますから、より多くのメスと交尾して子供を作った方がよいと考えられます。しかし、メスの場合は数少ない貴重な卵子ですから、できるだけよいオスの精子と受精させることとその卵を大切に育てていくことの方が有利でしょう。多くの生物でオスの方が着飾ったり、歌を奏でたりするのは、主にメスのその選択によるものと考えてもよいでしょう。

さて、これらのことをふまえて来月では、どのような時に配偶者の遺棄が行われるかを考えてみましょう。



鳥ね訪

オオヨシキリ タロウ(36)高いところ登ってギョギョシと鳴く癖があります。見つけた方は、博物館までご連絡ください。

消防だより No.57

正しく使って楽しい花火

いよいよ楽しい花火シーズンの到来です。子供達にとって、夏の身近な風物誌の花火も使い方を誤ると火事や事故のもとです。正しく使って花火を楽しみたいですね。

悪い例



● 点火しないからとってのぞきこまない。

● 一度に何本も点火しない。



正しい例

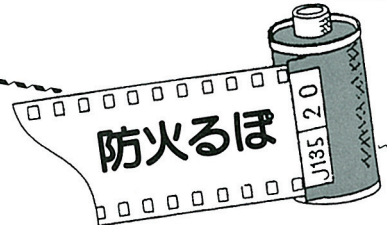
● 説明書をよく読もう。



● 水バケツを用意する。



5/27発電所にて消火訓練



備えあれば憂いなし!!



5/28仙中避難訓練



5/17沓小避難訓練(煙を吸わないで!)



うまく消せるかな?(仙中にて)

5月の火災救急出動件数

火災 0件
救急 5件



戸籍の

うごき

自5月1日
至5月31日

お誕生おめでとう
ごぞいます



いつまでも

お幸せに

◎出生

月日住所氏名 保護者続柄
5/2(仙)本町 佐々木美和子 隆敏 長女
5/9 泉町 川端恭平 美治 二男

◎婚姻

月日住所氏名
5/1 神居 小松 杉仁美
5/6(沓)本町 山引 美保子
5/7 神居 片岡 憲一
5/8 神居 岩崎 泰樹
5/9 神居 水憲 ひろみ

利尻島国保中央病院

婦人科診療のお知らせ (予定)

(期間)

- (1) 七月二十二日～二十四日(三日間)
- (2) 八月 五日～ 七日(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。

おくやみ

申し上げます

◎死亡

月日住所氏名 年齢
5/8 新 湊 大山 利春 五九歳
5/10 蘭 泊 北村 信一 七六歳
5/10(仙)本町 山下 敏雄 六一歳
5/29(沓)本町 佐藤 政蔵 六五歳

◎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ましたので紙上を借りてお礼申し上げます。

仙法志字本町 山下美恵子様から、夫利雄様の香典返しを廃して

沓形字富士見町 石岡 孝様から、妻敏子様病氣見舞返しを廃して

仙法志字政治 五十嵐 桂様から、母子サ様の病氣見舞返しを廃して

仙法志字元村 五老昌実様から、兄正様の香典返しを廃して

沓形字富士見町 沢谷清一様から、母キヨノ様の香典返しを廃して

(利尻町社会福祉協議会)



たばこ税は暮らしの中に生かされています

●たばこは地元で買ひましょう。

よせられた善意

このたび、次の方から寄付がありました。町では善意に感謝し、有意義に使用します。

図書購入資金として

沖繩市中央三一五―三十八
上原 清 善氏から
金五十万円

又、同氏からは昭和六十八年に各学校へ図書、平成三年にはサトウキビ、平成二年にはパイナップルが送られており、去る五月二十九日、本町に来町されたさい利尻町長より感謝状が送られました。

