

町報

1998  
10月

No.331

# こつふ



●さ～ ゴール目指して出発(町総合運動公園)

## 奥大山チロルの里 健康ウォーク・ラリー'98開催

平成10年10月10日午前10時スタート

快晴に恵まれた体育の日、町内外から150人の参加者がウォークラリーに挑戦しました。

10の数字が4つならぶ記念する時間にあわせてスタート。

参加者はクイズやゲームの待つ11カ所のチェックポイントを次々に通過していました。

## 特集

見えてきた全容  
下蚊屋ダム

▲助沢上空から撮影したダムの全景(平成10年9月4日撮影)

## 大型公共工事紹介①

今月から3回にわたり開発や建設のすむ本町の公共工事について、シリーズで紹介します。

第1回目は、計画から25年、着々と工事が進み全容の見えはじめた下蚊屋ダムです。

農業用水供給の  
専用ダム

下蚊屋ダムは、農林水産省中国四国農政局が、国営大山山麓総合農地開発事業の一環として俣野川を利用して、下蚊屋から助沢地区にかけて建設しているもので、鳥取県西部地区へのかんがい用水の供給を目的としています。

建設地を、大山山系のなかから本地区に決定した理由は、岩質が水を通しにくく、また標高が高いので、配水基地として適し、地形的に必要な水量が確保できるからです。

そして、ダム中央部には、粘土質の特殊な土を埋め込み、水の通らない遮水層を設けます。

## パイプライン総延長は

百四十キロメートル

貯水された水はおおよそ直径九百㍉ないし八百㍉の幹線パイプラインをとおり、江府町・溝口町・岸本町・米子市・淀江町・大山町・名和町・中山町の一市七町へ供給されます。

パイプラインの総延長は幹線支線を合わせるとおおよそ百四十キロメートルにもおよびます。山地・耕地・道路などに埋められ、途中に貯水槽や水に圧力を与えるポンプ場を経由し、畑へおくられます。

このダムによるかんがい総面積は、おおよそ二千二百ヘクタールで、受益農家戸数は、三千三百戸。そこでは、スイカやキャベツ・ナシなどが栽培されており、ダムが完成すれば、夏の渇水期の水不足が解消されます。

平成十一年度中に完成、その後、通水試験を行い、平成十三年度の運用開始をめざしています。

## パイプライン概要図

— 大山をグルッと半周 —



## 土木工事の花形「ダム建設」

ダム建設は総合土木といわれ、土木の最先端技術がすべて盛り込まれています。安全で丈夫なダムを作るために、十分な調査や試験を行い、きびしい基準を満たしたうえで工事を進めます。ダムは、特に見えないところに手がかかります。

**工事事務所長さん**  
に聞きました



▲下蚊屋ダム共同企業体 工事事務所 菊池所長

従事者は百六十人で、そのうち百人ほどが助沢の宿舎で生活しています。最も気を使うのが、働く人の安全・健康管理です。仕事中の安全確保はもちろん、部屋はプライバシーに配慮し個室にしたり、冷暖房機器を備えるなどして、工事現場の宿舎とはいえ、やすらげる環境を整えるようにしています。

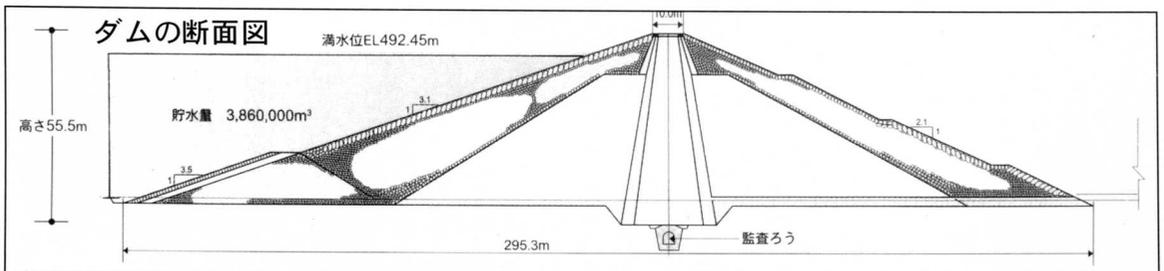
たとえば、ダム全体の底部分に漏水防止のため、地下三十メートルまでセメントグラウトが注入されているのです。下蚊屋ダムの本体工事に着手したのは、平成六年十月からです。工事は一期・二期・三期に分かれ、現在は二期目です。工事の進捗はよくは、全体のおよそ七十パーセントで、ダムの高さは三十メートルに達しています。

## 数字で見るダムの大きさ

- 総事業費 110億円  
江府町の年間予算の3倍  
(ダム建設、国道付替などに要する費用)
- 従事者延べ人数 9万1千人
- 貯水量 3,860千 $m^3$   
(運動公園町民プール)  
(8,000杯分)
- 満水面積 236,000 $m^2$   
(江府町運動公園 26面分)
- 堤体積 620,000 $m^3$   
(10トトラック 124,000台分)
- 堤高さ 55.5m  
長さ 横 210m  
縦 295m
- かんがい用水による受益面積 2,200ヘクタール  
(江府町運動公園 2,416面分)



▲左端 コンクリート部分が供水に備えた水路



# 中山間地域に思い切った 公的支援を！

## 中四国市町村長懇談会で 福田町長が訴える！

この懇談会は地域社会の責任者として、農業をはじめ

めとする産業の振興、住民福祉の向上等に日夜苦心している市町村長から、日頃描いて

いる地域農業の将来像、農政推進上の問題点等について意見を聞き、二月通常国会へ提出が急がれる農林水産省の農業基本法関係法案づくりを反映させようというものです。

① 国民の命とくらしを守る憲法といべき今回の農業の基本法には、地域の特色を生かして、自ら汗を流し努力するヤル気の自治体への全面支援策

これには、各県一人の市町村長と農林水産省本省職員及び中国四国農政局長等二十余人が出席しました。懇談会は五時間に及び熱心な意見交換と建議が行われましたが、福田町長の発言要旨は次のとおりです。

② 水・空気・緑の供給と防災の多面的役割をもつ農山村に對して、森林交付税あるいは日本型デカップリングの創設等国・県の思い切った財政支援策

③ 集落排水及び公共下水道整備等の生活環境整備事業

③ ②の財政支援を理解し協力してくれる都市(消費者)へ、働きかける学習体験事業(姉妹町交流・体験農業・物産展イベント等)の支援策

④ 柿原のかぐや姫の里づくり、美用のトマト加工、深山口の流しソーメン等やる気集落への支援事業

(十月二十一日付山陰中央新報にも関連記事が掲載されたほか、全国農業新聞社からも、本町へ現地取材がありました)

⑤ 都市と農村わけても生産地開発

⑤ 都市と農村わけても生産地



平成10年度地域農政に関する市町村長懇談会

▲中山間地域の抱える問題について語る福田町長

# 臨時福祉特別給付金が支給されます

高齢福祉年金の受給者等及び高齢低所得者の生活の安定と福祉の向上並びに低所得の在宅寝たきり老人等に対する在宅介護の支援のため、臨時福祉特別給付金が支給されることになりました。

お問い合わせは、役場 福祉保健課 (TEL75-3223) まで。

※申請期限は、11月30日です。支給対象者と思われる方には文書でお知らせいたします。

## 臨時福祉特別給付金等の概要

〈対象者：基準日（平成10年8月1日）における次の該当者〉

臨時 特別 給付 金	福祉給付金 10,000円	①次に掲げる年金又は手当の受給者及び障害児で②に該当する方 高齢福祉年金、障害基礎年金 遺族基礎年金 児童扶養手当、障害児福祉手当、特別障害者手当、福祉手当 原子爆弾被爆者諸手当 特別児童扶養手当受給に係る障害児 ②平成10年度分個人市町村民税の納付すべき額がない方（その方が他の方の控除対象配偶者又は扶養親族の場合は、当該他の方に個人市町村民税の納付すべき額がない場合） ※①②に該当する場合でも生活保護受給者、社会福祉施設入所者については、支給対象とはならない。（他制度により支給があるため）
	介護福祉金 30,000円	①平成10年度分個人市町村民税の所得割の納付すべき額がない方（その方が他の方の控除対象配偶者又は扶養親族の場合は、当該他の方に個人の市町村民税の所得割の納付すべき額がない場合）で次の項目に該当する方 ◇65歳以上の寝たきり又は痴呆の方であって、常時介護を要する状態が6ヶ月以上継続していると認められる方 ◇障害児福祉手当受給者、特別障害者手当受給者又は福祉手当受給者 ※①に該当する場合でも社会福祉施設入所者及び継続して3ヶ月を超えて、病院診療所・老人保健施設に入院（入所）している方は、支給対象者とはならない。
	特別給付金 10,000円	①平成10年度分個人市町村民税の納付すべき額がない65歳以上の方（その方が他の方の控除対象配偶者又は扶養親族の場合は、当該他の方に個人の市町村民税の納付すべき額がない場合）であって、福祉給付金の支給を受けることができない方 ※①に該当する場合でも生活保護受給者、社会福祉施設入所者については、支給対象とはならない。（他制度により支給があるため）

## 求 人 情 報

10月分

男女不問		住 所 地	職 種	年 齢	賃 金	就 業 時 間
(有) 浜本組	江尾1748-6	土木作業員	18~65	184,000~299,000	8:00~16:30	
		施工管理技術者	18~50	160,000~370,000		
		施工管理技術者見習	18~40	150,000~200,000		
(有) 江川組	江尾 47-9	技術管理及び一般	18~55	170,000~350,000	8:00~16:45	
ポプラ日野江府店	佐川 1023	販売員	18~50	時給 650~800	17:00~22:00	
男 子		住 所 地	職 種	年 齢	賃 金	就 業 時 間
ライトハウス こたに	江尾2067-4	家電製品小売・設置工事	18~27	130,000	9:00~18:00	
(有) 江川組	江尾 47-9	土木一般	18~55	168,000~350,000	8:00~16:45	
女 子		住 所 地	職 種	年 齢	賃 金	就 業 時 間
(有) 江川組	江尾 47-9	土木一般	18~55	148,000~200,000	8:00~16:45	
(有) 住田組	佐川 882	軽作業員	20~60	132,000~154,000	8:15~17:00	
川端縫製	江尾 47-9	縫製工員	18以上	115,000	8:00~17:00	

◎求人情報に関する問い合わせ先 米子公共職業安定所根雨出張所 ☎72-0065)

(注)町報掲載時までに充足済等により求人取り消しとなっている場合がありますのでご了承ください。

# あこれこれ



▲似ていました東海林太郎

観客のお年寄りには、初めはバンドの大音量にとまどいがちでしたが、聞き覚えのある曲になると、手拍子をうち、いつのまにか一緒に口ずさんでいました。

九月二十五日、チロルの里特別老人ホームで、ボランティアグループのみんなさんや職員による手作りの歌謡ショーが開かれました。  
演奏するのは米子市やその周辺を中心に、老人ホームを

## チロルの里歌謡ショー

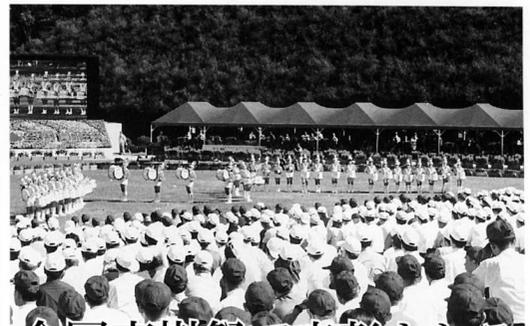
慰問するなどの活動をしているバンド名グランパのみなさんです。メンバーは六人で平均年齢七十歳です。  
職員やボランティアのみなさんが、派手な衣装で着飾り、化粧もバッチリ決め、グランパの生演奏にあわせて十三曲歌い踊りました。



▲踊る美空ひばり(?)



▲いっしょに歌いました。



## 全国育樹祭で表彰される 加藤 美佐子さん(池の内)

加藤美佐子さんに林業振興の功績により知事表彰贈られる

十月四日、鳥取市の出会の森で、第二十二回全国育樹祭が、開催されました。皇太子妃殿下をお迎えして、全国から七千人、本町からも五十人の参加がありました。  
このなかで、池の内の加藤美佐子さんが、知事表彰を受賞されました。  
加藤さんは、長年樹木の植栽や間伐、枝打ちな



▲表彰をうけられた加藤さん

ど森林の育成保全に努められる一方、森林のもつ水源かん養の大切さを訴え、下流域の住民と積極的に交流されました。  
このような取り組みが認められたことにより受賞されたものです。

## 交通事故防止策を学びました

～高齢者交通安全実践講習～

秋の交通安全運動期間中の九月二十一日と二十八日の両日、米子市旗ヶ崎の米子自動車学校で、六十五歳以上の高齢者や交通安全指導員、交通安全母の会会員が参加して、高齢者交通安全実践講習が開かれました。

消えて見える蒸発現象などを体験するのが目的に開かれたものです。

薄暗くなった夕方の教習コースでは、職員が黒と職員が白と黒の服で路上を歩いたり、教習車のライトに浮かび上がる反射財を見て効果を実感しました。

また、車の衝突体験ができるシートベルトコンビンサーに乗って衝撃の大きさに驚いていました。

これは、夜間の事故を想定して反射タスキなど反射財の効果や着衣の色による視認性の違い、自動車のライトにてらされた歩行者が路上で一瞬



▲指導員から説明を受ける参加者



▲シートベルトコンビンサー衝突体験

# 秋のイベントめじろおし

## 江府中学生が町内施設の 清掃奉仕作業

十月三日、江府中学校全校生徒百五十七人が、駅やバス停などいつも利用している施設や、老人ホーム・保育園など福祉施設の清掃奉仕作業を行いました。これは、ボランティアの一環として、ふるさとクリーンクリン作戦と名付け、生徒がみんなで清掃の必要な場所十一か所を選びだし、清掃しました。作業開始から二時間もたつと、汚れていた駅の待合所や跨線橋などは、見違えるほどきれいになっていました。



▲駅の跨線橋を清掃する中学生

## ブナ林探検隊大平原に行く 甘酒茶屋周辺で自然観察会！

十月十一日、御机の大平原周辺で、秋の奥大山自然観察会が開かれました。これは、保育園児や小中学生に、ブナ林に生息する植物や昆虫に触れ、身近にある大自然のすばらしさを知ってもらおうと開かれたものです。

当日は、晴れわたり絶好の散歩日和で、三十人の参加がありました。はじめに、自然保護員から植物の説明を受けた後、さつそくブナ林に入り、樹木の葉などを採取し、植物辞典と見比べるなどしていました。



▲雑木林で、木の葉を採取

## どんな願い事をしたのかな？ 秋の夜空に、ジャコビニ流星群

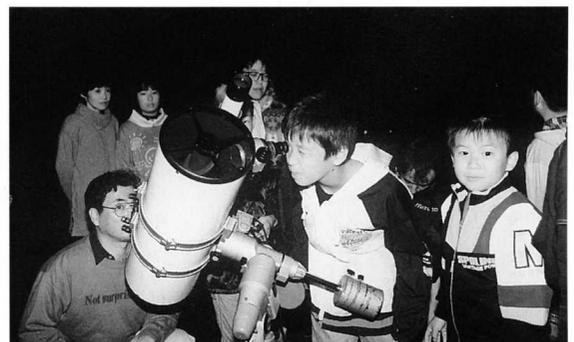
十月八日夜、江尾小学校米原分校校庭で、ジャコビニ流星群観望会が開かれました。この流星群は、十三年に一度、北西の夜空に出現します。

この天文ショーを覗ようと、およそ三十人が集まりました。当日は、月明かりが少々じゃまするものの、星を観るには絶好の天気となりました。

鳥取県天文協会の指導員の説明を聞いた後、天体望遠鏡をのぞいて木星や土星を観たり、ふだん、なかなか観ることのできない流れ星を見つけては、喚声をあげていました。



▼木星がくっきりみえました



## 見事 佐川チーム優勝!! 地域安全親睦ゲートボール大会

第七回溝口警察地区地域安全親睦ゲートボール大会が、九月二十六日、岸本町須村の大山帝京すこやか村ゲートボール場で、溝口署管内三町から二十七チームが参加して開催されました。溝口署の植村署長が「ゲートボールで培われた体力や集中力は、交通事故防止につながります。今日は、練習の成果を充分発揮してがんばってください」と激励。選手たちは、高原のさわやかな天候の下、元気な足取りで玉を打っていました。成績は次のとおりです。

- ① 佐川 A (江府町)
  - ② ささふく A (溝口町)
  - ③ こしき (岸本町)
- 敢闘賞 荘 (溝口町)

▼「ねらいを定めて…」



# ATION

ら せ

## 鳥取県西部市町村交流 フェスティバル

私たちのふるさと、鳥取県西部14市町村のすばらしい自然と歴史が育んださまざまな「物産」と「郷土芸能」が一堂に集まります。

■と き 平成10年11月7日(土)  
午前10時～午後5時

■ところ 米子コンベンションセンター「ビッグシップ」

### ■イベント

#### 「ビッグシップ」正面広場

☆ふるさと物産市

・フリーマーケット

・ウルトラマンに挑戦!

・イライラ棒&ストラックアウト

・くじらのフワフワ

#### 「ビッグシップ」多目的ホール

(午後1時～午後5時)

☆郷土芸能ステージ

・境港大漁太鼓

・富有の里コーラス

・岸本風神太鼓

・淀江さんこ節

・大山僧兵太鼓

・中山似西踊り

・福栄妙見太鼓

・鳥取県よさこい踊り子隊など

☆吉本漫才／中田カウス

ボタン



☆豪華商品が当たる

「ふるさとクイズ」

### ■お問合せ先

江府町役場産業振興課

☎75-3222

## 学びたい!それが入学資格です

「放送大学鳥取学習センター」では、平成11年度第1学期入学の学生を募集します。

18歳以上の方ならどなたでも入学できます。入学試験はありません。(全科履修生は高等学校卒業等、大学入学資格が必要です)幅広い分野にわたる314科目が

学べ、1科目だけでも学べます。

次の学生を受け入れます。

○科目履修生・1学期期間(6ヵ月間)在学する学生

○選科履修生・1年間在学する学生

○全科履修生・学士の資格取得を目指す学生

### ◎平成11年度第1学期の学生募集期間・入学時期等

募集期間	平成10年12月15日(火)～平成11年2月15日(月)
入学時期	平成11年4月
学習期間	平成11年4月1日(木)～平成11年9月30日(木)

### ◎学 費

区 分	入 学 料	授 業 料
科目履修生	4,000円	1単位あたり 4,000円
選科履修生	6,000円	
全科履修生	18,000円	

☆放送授業は1科目2単位で、1科目あたりの授業料は8,000円となります。

### ◎お問合せ・資料請求先

所在地 鳥取市湖山町西1丁目512番地(学習・交流センター鳥取内)  
放送大学鳥取学習センター  
TEL(0857)31-1132 FAX(0857)31-1141

## ピース・ジャズ・アンサンブル 2nd CONCERT

■と き 11月28日(土)

午後6時30分開演

■会 場 日野町文化センター

ホール森の音楽隊

■入場料 一般 1,500円

(当日1,700円)

学生 800円

(当日1,000円)



### ■お問合せ先

江府町役場町民課 日野尾まで

☎75-2211

## 「ハイテク人材バンク」制度 をご存じですか?

鳥取県では、雇用の確保とUターン就職の促進を図るため県外の製造業・ソフトウェア業等の技術系企業に勤務し、Uターン就職を希望される方を対象に、「ハイテク人材バンク制度」を設けています。

製造業・ソフトウェア業等へのUターンを希望される方は是非ともこの登録制度をご利用ください。

### ■お問合せ先

米子商工労政事務所

☎0859-31-9637

FAX0859-31-9639

## 第14回鳥取県技能祭を開催

### ■日時

11月7日(土)

午前9:30～午後4:30

11月8日(日)

午前9:30～午後3:30

■場所 ポリテクセンター鳥取(鳥取市若葉台)

### ■内容

●技能士や職業訓練生が制作した作品・製品の展示即売

●鳥取県の名工展

●子ども木工教室

●もちつきなど

### ■お問合せ先

鳥取県職業能力開発協会

☎0857-22-3494

## 年末調整説明会

平成10年分給与所得者の「年末調整説明会」を次の日程で行います。

### ■日時

11月16日(月)

午後1時30分～3時30分

### ■場所

溝口町中央公民館  
(日野郡溝口町溝口)

### ■対象

溝口町、江府町、日野町に所在する源泉徴収義務者  
(官公庁・個人の青色申告事業者を除く)

## 県境サミット撮影会

～秋の広島圏域撮影紀行～

県境サミットでは、夏に引き続きまして、写真家・緑川洋一先生と圏域内の四季を撮影していただく秋の会を開催いたします。

■とき 11月7日(土)～8日(日)

■ところ 広島県東城町

■集合場所 東城町役場駐車場(移動はマイクロバスになります)

■参加費 宿泊の方/12,000円  
(宿泊費、交流懇親会費、昼食代含む) 当日参加のみの方

7日(土) 3,000円

8日(日) 4,000円(昼食代含む)

### ■定員

先着50人(定員になり次第締め切ります)

### ■申し込み

ハガキに、参加希望者(1人につき1枚)の住所・氏名・年齢・電話番号・所属団体名と、宿泊もしくは当日参加(7日のみ、8日のみ、両日、希望を名記)の旨をお書きの上、県境サミット事務局までお申し込みください。当選者には、折り返しご連絡致します。

### ■お問合せ先

県境サミット事務局

☎0859-82-1111

FAX0859-82-1478

## ワープロ(初級・後期) 受講生募集

女性就業援助センターでは、働きたい女性を対象に、就業に必要な知識や技術・資格を修得し、より有利な条件で就業していただくために、ワープロ(初級・後期)講習会を開催します。

### ■講習内容

基本操作と実務入門(検定三級受験)

### ■受講資格

就業を希望される女性の方で、講習の全日程出席できる人

### ■講習期間

1月18日～3月5日

(原則・月・水・金の21日間)

### ■講習時間

1日5時間(午前10時～午後4時)

### ■受講料

無料(ただし、教材費の一部を自己負担)

### ■講習会場

OAセンターヒロケン米子支店

### ■申込期間

11月16日～20日

### ■申込及びお問合せ先

高島屋米子店東館三階  
米子パートサテライト内  
米子相談室

(月・水・金曜日のみ)

☎0857-22-6542

# INFORM

お知らせ

## 国の教育ローンご案内

### ■対象

高校、大学等に入学・在学される方の保護者

### ■融資金額

学生・生徒一人につき200万円以内

### ■返済期間

8年以内

### ■融資利率

年2.5%

### ■お問合せ先

国民金融公庫米子支店

(☎0859-34-5821)

## 秋の 全国火災予防運動

平成10年

11月9日～15日

「気をつけてはじめは  
すべて小さな火」



▲貝田神社のサワラ



▲下蚊屋の明神サクラ



▲武庫の七色ガン



▲洲河崎のカツラ

## 名木百選

このほど、鳥取県が「名木百選」を選定しました。本町からは、下蚊屋の明神サクラなど四本が選定になりました。

# 老人保健だより ⑦

## 運動はよりよい暮らしのために重要です

年をとると、どうしても家の中へ引きこもりがちになりますが、健康・長寿を保つためには、適度の運動は欠かせません。

無理をせず、軽い運動を心がけましょう。

お年寄りにとっての運動の意義は、若い世代とは少し違っています。運動の第一の目的は、自立した生活を維持するためです。第二の目的は人と交流するため、第三は気分転換のため。どちらも、年をとればとるほどチャンスが減りますから、運動を続けることがいっそう大事になります。

●こんな運動がおすすめ、筋肉や骨が弱くなるのを遅くする運動が効果的です。

- ★ウォーキング(1日5000歩)
- ★柔軟体操
- ★散歩
- ★ゲートボール
- ★ラジオ体操
- ★ミニゴルフ

高年齢社会もいきいきと！  
老後をすこやかに生きる  
運動

### お年寄りの運動の注意10か条

**1 仲間とともに、楽しんでやろう。**

運動は楽しんでやるこ  
とが何より大事。



**2 激しい競争はしない。**

勝負にこだわると血圧  
が上がりますよ！



**3 無理をしない。**

雨の日、寒過ぎる日  
などには無理をしない  
こと。運動は義務では  
ないのですから。



**4 心身の調子に合わせて。**

熱のある時、睡眠不足  
や疲労きみの時などは、  
運動を止めたり短くし  
たり。



**5 やり過ぎないこと。**

体調がよくてもやり過  
ぎないこと。若い時よ  
り回復に時間がかかる  
のですから。



**6 始める前に体調チェック。**

これまで運動していな  
かった人が始める時は、  
心臓や血圧などのチェ  
ックを。



**7 肥満の人はウォーキングでも要注意！**

太っている人は、歩く  
程度でも膝に負担がか  
かる。主治医に相談し  
てから始めよう。



**8 軽い運動でも始める前に準備運動を。**

けがや事故を防ぐため、  
足や関節のストレッチ  
ングなどの準備運動を  
してから。



**9 自分の足に合う靴を選ぶ。**

安全のためには靴が重  
要。必ず両足とも履い  
て、自分の足に合う靴  
を買う。



**10 運動中は水分を補給。**

お年よりはふだんから  
水分が不足しがち。  
ときどき休んで十分に  
水分補給を。



### 老人保健 今月の医療費(8月診療分)

	対象者数(人)	総医療費(10割)(円)	一人当たり医療費(円)
国保	501	23,088,342	46,084
社保	408	22,826,302	55,897
計	909	45,914,644	50,511



泌尿器科 宮川 征男 医師 (鳥取大学医学部教授)

### 尿の回数が増えたら

#### 加齢とともに 増える回数

歳をとってくると、男でも女でも、排尿の回数が増えます。(尿が近くなるとか、頻尿といわれています)尿をしたくなる感じはだんだん強くなり、やがてはトイレに着くのが待てないほどになります。悪いことに足も弱くなつてきており、ついには本当にトイレ

レにたどり着く前に尿が漏れてしまうこともあります。(急迫尿失禁といいます)

このように歳をとって頻尿になる原因は男性と女性で違っております。男性では膀胱の出口にある全立腺が癌や肥大症で硬くなったり、大きくなったりして尿道を塞ぎ気味になります。それにまけまいとして膀胱は厚くなり、そのため神経が薄くなり、結果として膀胱はちよつとの刺激で痙攣してしまい、頻尿になることが多いのです。

また、女性では老化で膀胱の神経が細くなつたため、膀胱の落ち着きがなくなつてきて、やはりちよつとの刺激で膀胱が痙攣を起こすようにな

り、尿が近くなつたり、漏れそうになることが多いのです。(こういう具合に、排尿以外の時に痙攣してしまう膀胱のことを不安定膀胱といいます)

#### 夜間頻尿の 三つの原因

頻尿についても一つ、夜間頻尿についてもお話ししておきます。夜、寝付いてから何度もトイレに行くという、やはり歳をとってから増える症状です。これには三つの原因が考えられます。一つは眠りが浅くなり、何度も目覚めてしまい、その都度トイレに行く。二つ目は、前にお話しした理由で不安定膀胱で頻尿になつており、それが夜間にも続いている場合。三番目はバゾ

プレッシンというホルモンが夜中に出なくなつてきたり、心臓が悪いために夜間多尿になり、必然的に夜間頻尿になるということ。

これについてすこし詳しくお話しします。このホルモンは、尿を出来るにくくするホルモンです。若いうちは夜間に比較的多く分泌されますから、尿があまり作られず、トイレ

に起きることも少なくて済みます。ところが、歳をとつてくると、このホルモンの夜間の分泌量が減つてきて、尿量が増え、トイレに行く回数が増えるのです。また、心臓が悪い人では、起きている間には腎臓に回る血液が少なく、夜、横になった時にやつと腎臓にも血液が十分回るようになり、尿が沢山作られるようになるのです。すなわち、夜間の尿量が増え、尿回数も増えるのです。

#### 頻尿でお悩みの方は 受診を

頻尿や急迫尿失禁は大変辛いことだと思えます。尿のことが心配で、時間のかかることは避けがちになります。会社ではトイレの近くに座つたり、旅行なども控えがちになります。また、眠りが浅く、足も弱くなつてくることに、夜中に何度もトイレに起きねばならない辛さも今さら説明の必要の無いことだと思えます。

これにたいして、「日常生活を出来るだけ快適に過ごせるように」との考えから頻尿の薬がつつぎつつぎと開発され、今では大変よく効く薬が幾種類

かあります。もちろん、頻尿の原因によつて、用いる薬は異なります。原因については、お話しと簡単な検査で大体判るものです。こういう症状のある人は、一人で我慢しないで、ぜひ一度相談に来て下さい。

### 編集後記

単身赴任：自宅から通勤している者には、ちよつとはあこがれるいい響きがあります。▼「いやいや、そんなもんするもんじゃないよ」と下蚊屋ダム工事事務所の所長さん。この方の場合、単身赴任と言っても、そこらへんのほんの二、三年とはわけが違います。結婚してから、延々と三十年。それも行くのは、人里離れたダム工事現場ばかり。本格派です。▼工事現場を回りながら、無礼な弱輩者にも丁寧に説明してくださいました。仕事に対する自信と誇り、情熱を強く感じました。▼三年後には、この人たちが作ったダムからおくられた奥大山チロルの水が、大山裾野の農地を豊かに実らせることでしょう。

## 人の動き

9月届

◎お誕生おめでと  
(住所) (氏名) (性別) (保護者)  
美用下垣 愛鈴 女 充

◎ご結婚を祝します  
宇田川 晃 一旦  
中田 恵美 日野町から  
森 大吉 米子市へ  
永井 昌子 小江尾から  
樋口 哲史 岡山県川上村へ  
筒井 美香 下蚊屋から  
國頭 伸治 大山町へ  
谷田 貴奈 貝田から

◎ごめい福を祈ります  
(住所) (氏名) (年齢) (世帯主)  
新本 三川 仁 93歳 和子人啓人枝  
尾之上 樋口 律子 73歳 和本正本益  
白本 二宮 知衛 71歳  
尾之上 宮本 傳穂 67歳  
白本 原住 生田 輝枝 81歳

## 見かけより硬派なんです。

(株)ビー・アイ・ジー・グループ勤務

川上 亮 さん (新町一丁目・19歳)

元気  
YOUNG で〜す! 47

●仕事について教えてください。

電話機など通信機器の営業をしています。

●趣味を教えてください。

ドライブです。いつかスポーツカーでサーキットのコーナーを思いっきり攻めてみたいです。  
うさぎの飼育も好きで今、7匹飼っています。

●好きな女性のタイプを教えてください。

家庭料理が上手で、特に肉じゃがなんかおいしかったら最高ですね。

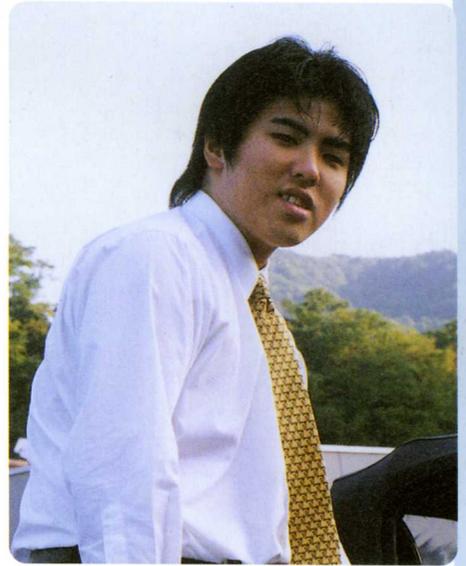
芸能人でいえば、ときわ たかこ かはら ともみ てんどう  
芸人であれば、常盤貴子、華原朋美、天童よしみ…。

●特技を教えてください。

少林寺拳法初段です。日本武道館で演舞しました。  
カラオケでアニメソングなら84曲のレパートリーがあります。

●これからどんなことがしてみたいですか？

車を自由にいじれるような自分専用のカーペットをつくりたいです。



## こどもの国保育園運動会

▼「そ〜れ、ダッシュだ！」

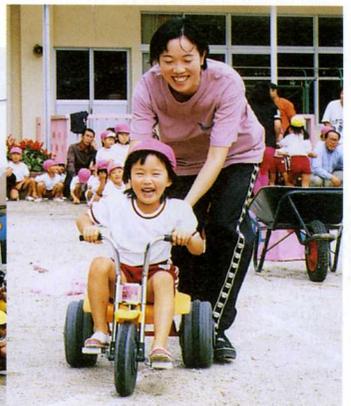


▲アニメの主題歌に合わせて準備体操

泣い  
び  
げ  
や  
じ  
こ  
こ  
ま  
な  
ま  
は  
あ  
じ  
い  
ま  
す



▼「とっても上手だったね」



▲「お母さん早く早く…」

世帯数1,223世帯(-5) 人口4,273人(-19) 男2,003人(-8) 女2,270人(-11) ( )は前月比 9月末



発行/江府町役場

〒689-4401 鳥取県日野郡江府町大字江尾475  
TEL (0859) 75-2211 FAX (0859) 75-2389

編集/総務課 印刷/富士印刷(有)