

9 2010年
月号

No. 904

やまもとたかだ
広報誌



どの色にしようかな？（8月1日：美術教室）

INDEX

特集 ●● 阪神・淡路大震災の記憶をたどって

- 6月定例会市議会 ● 5～6
- 人権シリーズ..... ● 7
- BOOK サロン ● 8
- いっしょに伸びよう 高田っ子..... ● 9
- 歯のおはなし..... ● 10
- いつまでもお元気で..... ● 10



《阪神・淡路大震災の概要》

発生年月日：平成7(1995)年1月17日 午前5時46分
震央地名：淡路島(北緯34度36分、東経135度02分)
震源の深さ：16km 規模：マグニチュード7.3
死者数：6,434名 行方不明者数：3名 負傷者数：43,792名
※消防庁「阪神・淡路大震災について(確定報)」より

大切なことは…、なに？ あの日が残したものの

～阪神・淡路大震災の記憶をたどって～

ドンとヘッド、揺むような縦揺れの後、横揺れが来ました。縦揺れで書棚やピアノ等の家具が飛び上がり移動し、横揺れて棚の中身が飛び出してくる、といった感じでした。

揺れが収まってまわりを見渡すと、自宅と背中合わせで建っていた家が、ペンションにつぶれているのが見え、背筋が寒くなりました。わが家は幸い大きな被害はなかったのですが、水道・ガス・電気といったライフラインは完全に失われていました。水は、近くの水道管にくみに行ってみましたが、濁った水しか出ず、震災当日は冷凍庫の氷を溶かして飲み水にしていました。自宅の電話も携帯電話もつながらなかったのですが、近所にひとつあった電話ボックスの公衆電話は通じたので、近隣の人が殺到していました。

震災の日の午後、奈良の祖父母宅に避難することになりました。車で通行可能な道を探しながらの移動中、新幹線の高架がぶら下がり、高速道路がねじれて落ちているのを目の当たりにし、自然の脅威をまざまざと見せつけられた気がしました。

池内美貴子さん(西宮市で被災し、大和高田市へ避難)

関東大震災の起こった9月1日は、「この大災害の教訓を忘れない」という意味を込めて、「防災の日」とされています。それにあわせ、毎年9月には、防災の大切さ呼びかけるイベントなどが全国各地でおこなわれています。特に、私たちの国は、地震列島と呼ばれることもあるほど、古くから地震による被害を受けてきました。現在も、東海地震や東南海・南海地震などの発生が懸念されています。

1995年1月17日、午前5時46分。

阪神・淡路大震災は、兵庫県を中心とする広い範囲で、大きな爪跡を残しました。震源から遠く離れた大和高田市も、当時、様々な形で震災と関わっています。

市では、震災から2日後の1月19日、「大和高田市兵庫県南部地震救援本部」を設置し、被災地の支援にあたりました。そして、ボランティアとして被災地を訪れた市民や、被災地から大和高田市へ避難してきた人たちなど、多くの「人」の交流がありました。

今月は、阪神・淡路大震災に関わった「人」に焦点を当て、戦後最大の被害をもたらした大災害を振り返ります。



重見 九志さん

現在、大和高田市在住で、美容業を営む重見九志さんは、被災した人たちの髪を洗う「洗髪ボランティア」として、被災地を訪れました（当時は大阪府在住）。ただ、当初ボランティア参加には、ためらいもあつたと言います。

参加を決める前、当時働いていた美容院に、被災地から避難してきたという人が来店しました。言葉を交わすうちにその人は、震災のことを思い出し、泣きだしてしまつたのです。このことがきっかけで、「被災して落ち込む人たちに、一体どんな言葉をかければいいだろう？」そんな不安が、被災地を訪れるまで消えませんでした。

しかし、その気持ちは、被災地を訪れてすぐになくなりました。

ボランティアを始めて、崩壊した街の様子以上に驚いたことがあります。それは、被災した人たちの多くが、とても前向きで、明るかつたことです。「こんな悲惨な災害に見舞われながら、どうしてそんなに明るく振る舞えるのだろうか」と、不思議に思いました。

あの大災害から、15年がたちました。重見さんは近頃、人同士のつながりが薄れつつあると感じるそうです。

駆けつけた被災地



震災直後から、市役所には、多くの市民や団体からの善意で、救済物資や義援金が寄せられました。市職員も毎日のように被災地を訪れ、支援活動にあたりました。

社課の谷本忍は、支援活動をおして、「被災した人の立場に立った行動」の大切さを強く感じたと言います。

震災直後から、市役所には、多くの市民や団体からの善意で、救済物資や義援金が寄せられました。市職員も毎日のように被災地を訪れ、支援活動にあたりました。

物資の輸送にあつた、当時社会福

市民からの善意で、ポリタンクを寄贈された時のことです。「水をくむのに、きつと役立つはずだ」、そう思い、被災地へ届けました。ところが、水道が復旧していないため、肝心の水がなかったのです。

ポリタンクには、水を入れてから、被災地へ運ぶようになりました。重いものが持てない高齢者には、家の前まで持っていくきました。おにぎりが冷えて固まらないよう、保温車両で運びました。

使いだのない空のポリタンクを見て、とても恥ずかしく、情けない気持ちに

なりました。それをきっかけに、支援活動に対する考えが変わりました。

支援活動は、生きている「人」に対するものです。被災した人たちが本当に必要なものは何か、そのことを考えながら行動しました。



被災地での炊き出し風景

震災直後の被災地では、多くの人たちが団結し、助けあつていました。私自身があれから歳を重ねたからでしょうか、今は当時以上に、「人と人とのつながり」がどれほど大切か、わかるようになります。毎年1月17日が来て、「震災から何年」というニュースを目にすると、被災地の光景や、そこで見たたくさんの人たちのことを思い出します。



大和高田市職員
谷本 忍

使いだのない空のポリタンクを見て、とても恥ずかしく、情けない気持ちに

なりました。それをきっかけに、支援活動に対する考えが変わりました。

- 参加したボランティアの人数
震災から1年間で、延べ約138万人
(兵庫県「阪神・淡路大震災 兵庫県の1年の記録」)
- 被災者に配分された義援金
1,792億1,968万円
(兵庫県南部地震災害義援金管理委員会事務局)
- 大和高田市からの義援金
3,549万2,960円
(平成7年4月18日現在、大和高田市役所取りまとめ分)



震災が変えた人生

神戸市在住の音楽家 澤村重春さんは、子ども向けの演奏会や手作り楽器教室などで、全国をまわっています。大和高田市保育士会の会議に参加したことがきっかけで、大和高田市で開催される子育てイベントにも出演するようになりました。

澤村さんはかつて、地元神戸でライブハウスを経営していました。しかし15年前、マグニチュード7.3の激しい揺れは、澤村さんの住む街を、一瞬にして「被災地」に変えました。

地震が発生したとき、外出中だった澤村さんは、すぐ自宅に向かいました。

街のあちこちで無残に崩れた建物を見て、「家族は駄目かもしれない」と思いました。どこか非現実的で、砂ぼこりに包まれた光景は、白黒のサイレント映画のようでした。

幸い、家族は全員、無事でした。しかし、自宅とライブハウスは、ともに全壊。近所でもたくさんの方が亡くなりました。「一体、これからどうすればいいのか」と、途方に暮れる日々が続いたと言います。

地震から数か月が過ぎた頃、神戸市内の保育所で、ボランティアとして演奏をする機会が訪れました。

楽しい曲を演奏すると、子どもたちは、無邪気に笑いました。しかし、同じ曲を聞いて、涙を流す大人たちがたくさんいました。悲惨な災害を体験し、生き残ったという実感に、こみ上げる思いがあったのかもしれない。

私も、何かが違えば、あの時死んでいたかもしれない。「一生懸命生きよう。今ここで死んでも悔いがないように」、そう考えるようになりました。

保育所での演奏をきっかけに、澤村さんは、数多くの施設で演奏するようになりました。数年をかけて神戸市内の全保育所をまわり、海外でも演奏しました。

子どもたちには、夢を持って生きてほしい。運命は自分で切り開いていくものです。

そう話す言葉どおり、精力的に活動を続けました。



写真右が澤村重春さん

今年の7月16日、「音あそびうた あそび」と題した子育てイベントが、大和高田市総合福祉会館で開催されました。会場の中心には、ギターを抱えて歌う澤村さんの姿があります。

ふと、澤村さんは歌うのをやめ、参加した親子に語りかけました。

私は、震災のおかげで、「生きていることの素晴らしさ」に気付きました。震災を機に子どもと関わるようになりましたが、今は、私が子どもたちに育てられているような気がします。どうか子どもたちには、自由に生きてほしい。親たちは、子どもを自由に生きさせてほしい。

その日、最後の一人が会場を後にするまで歌い続けた澤村さん。イベント終了後、冗談まじりに言いました。

「体が動かなくなっても、ベッドの上から歌いますよ」

「一生懸命生きよう。今、ここで死んでも悔いがないように……」





震災で生まれた出会い

震災の後、被災地から大和高田市へ避難してきた人たちがいました。市立磐園小学校に転入した池内美貴子さんもその一人です。

磐園小学校の辰巳秀雄校長は、震災当時、5年1組に転入してきた池内さんの担任をしました。今でも毎年、池内さんから、近況を添えた年賀状が送られるそうです。

「15年も途切れずに年賀状をくれる生徒はそういないので、とてもうれしいです」と話しながら、当時を振り返ります。

5年1組にやって来たのは、とても純真で、子どもらしい女の子でした。受け入れが決まった当初は、大災害を経験した子に、どう接すればいいのかと神経をとがらせることもありましたが、しかし、磐園小学校での生活が、池内さんにとって、少しでもいい経験になるようにと、自然体で接するように心がけました。

震災で磐園小学校に転入した池内さんは、一昨年に大学院を修了し、社会人になりました。東京で暮らしながら、少しずつ仕事にも慣れてきたそうです。

■被災して実家を離れる時、どのような気持ちでしたか？

学校行けなくなるけど、いいのかな？友達の○○ちゃん、生きてるよね？いつ帰って来られるのかな？

：等、あれこれ考えて不安でした。今の状況も先のことも、全くわからなかったの…。

■磐園小学校での学校生活は？

それまで女子校にいたので、男の子がいる生活が新鮮でした。給食も初体験で、給食当番を体験させてもらいました。男女問わず、みんなどんどん話しかけてくれたので、あつと言う間に友だちは増え、毎日のように誰かが遊びに来てくれました。

元の学校は、皆同じ文房具を使用する校則だったので、仲良しの子たちから「これが今流行ってるねんよ」と教えてもらいながらお揃いの文房具を選ぶのは、とても楽しく、新鮮でした。

お互いの学校の話で盛り上がりすぎて、掃除当番を忘れてしまった日のことも、いい思い出です。保健室を案内してもらった時に、みんなで熱を測ったら、私

の39度台の発熱がわかって大騒ぎになったり…。にぎやかで楽しい思い出ばかりです。

担任の辰巳先生も、いつも気にかけて、声をかけてくださいました。すぐにクラスにとけ込めたのも、そのお陰だと思えます。

■大和高田を離れて実家へ戻る時は、どのような気持ちでしたか？

短い期間だったとはいえ、温かく迎えていただいた分、名残惜しかったです。

最後の日には、先生から学級通信の特別版をいただいて、それはずっと大切にしまっています。元の学校に戻っても、しばらく寂しくて…。磐園小学校の卒業式でみんなに再会できた時は、とてもうれしかったです。

■震災が池内さんの人生に与えたものはありますか？

「今ある生活は、永続するものではなくて、だからこそ1日1日を、関わる一人一人を大切にしなければいけない」という気持ち、「人は自然に勝てない」という思いは、これからもずっと私の中に残っていくと思います。そして、「人の温かさ」も。

被災したことで、多くの方と出会い、支えてくださった方の温かさを感じることもできました。その点では、震災に感謝しなくてはいけないのかもしれない。今ある生活に感謝しながら、有事への備えは怠らず、震災で得た教訓を生かさなくてはいけないと思っています。



◆編集後記

当時住んでいた神戸市東灘区で被災しました。自宅は全壊し、通っていた高校では、卒業を目前に一人の同級生が命を落としました。

この特集を組むにあたり、約2年間暮らした仮設住宅の跡地を訪れました。土の地面がむき出しだった高台には、大きなショッピングセンターが。たくさんの人で賑わう光景に、時の流れを感じずにはいられません。

「今、自分が住む大和高田で同じような地震が起こったら」と考えました。取材を続けるうち、当時の様々な記憶がよみがえると同時に、たくさんの方を忘れていた自分にも気づきました。「ここで大きな地震なんて起こるはずがない」と考えていた、震災前の自分。しかし、震災は突然やってきました。

犠牲になった人を悼むことも、新たな地震に備えることも、「地震を忘れない」ことから始まるのではないのでしょうか。

平成22年度 大和高田市一般会計補正予算

1、852万2千円など可決



一般質問

平成22年6月定例市議会は、6月14日から17日まで開催されました。本定例会には、専決処分報告1件、人事案件1件、補正予算案1件、条例案件9件、意見書3件の計15議案が提出され、それぞれ承認・同意・可決されました。また、17日に行われた一般質問では、6人の議員が市政全般にわたって質問されました。本号では、その一部について、お知らせします。

なお、人事案件では、固定資産評価審査委員会の委員として吉井正人氏が選任されました。

問 葛城広域行政事務組合について

市政会 西村議員
葛城広域事務組合の今後の方向について

答 広域行政のあり方については、国において、ふるさと市町村圏施策を含むこれまでの広域行政圏施策が見直され、平成21年度以降は、各地域の自主的な協議がより重要になってきている。また、地方自治体としては、地方分権

の担い手となる自治体にふさわしい行財政基盤の確立が強く求められており、住民サービスの提供や行政サービスへの対応を考えた場合、市・町を越えた広域的な取り組みによる効率的な行財政運営と自治体間の連携が、一層重要である。そのため、近接市・町で構成している葛城広域行政事務組合において、ふるさと市町村圏基金のよりよい活用方法等を十分協議し、より意義ある事業推進を図っていききたい。

問 「立志式」の実施について

市政会 植田議員
「立志式」は、満14歳に当たる中学2年生を

対象に全国で実施している学校があり、本市では、ホームルームの時間において、各自がそれぞれの志や将来の希望を話したり、文集等を作成して今後の生活への新たな希望や目標を持たせる機会をつくっている。新たに「立志式」を導入するかどうかは、各学校の判断で決定されるのが最良であると考えているが、生徒が志を立てることは意義深いことであり、学校行事の1つの選択肢として、今後、校長会等で説明していききたい。また、「二分の一人式」については、10歳となる小学4年生で、自分を振り返り、育ててくれた家族への感謝と将来の夢を

語り合う節目の行事として、本市のすべての小学校で実施している。

問 高田サティ閉鎖後の対策等について

市政会 奥本議員

答 高田サティの閉店については、34年間の長きにわたって営業されてきたことや、市民生活に身近な食料品等を扱う店舗の閉鎖で、多くの市民や地元商店街関係の皆さんにもかなりの戸惑いと動揺をもたらした。サティ閉店が明確となつてからは、奈良県とも善後策について協議を重ねてきた。奈良県では、地域の特徴ある資産の有効活用事業として、「一市一まちづくり構想推進事業」を進めている。この事業は、高田サティの周辺のハード、ソフトを活用した県の考える「高田市駅周辺賑わいまちづくり構想」を県の積極的な関与のもと、市の施策と共に民間活力をも活用して、車に頼らない、日常の買い物に困らないで暮らせる、高齢者にも優しいまちづくりをめざそうとするものである。市としても、民間は元より県の協力のもと、多くの人が住み続けたいと思うまちづくりを、積極的に進めていきたい。

問 浸水対策について

公明党 堂本議員
栄町、春日町周辺の浸水対策について

答 栄町、春日町周辺の本市が維持管理している普通河川及び水路については、平成19年7月の豪雨による被災以降、浸水常襲地域と位置づけをして河川の形状の変更及び断面の拡大等によって対策を講じている。また、昨年8月の被災地域には、河川災害を未然に防止するため、さらなる改修工事を進めたところである。また、高田川では、

県事業として、市内の築山地区において、河床切り下げ工事が鋭意進められていて、平成23年度末には全区間が竣工する予定と聞いている。今後は、磯野橋から高田川との合流部までの県管理の甘田川の河川断面の拡大による、洪水時における水位低下を促進すべく、奈良県に要望していきたい。

問

農産物直売所の取り組みで地産地消の推進を

公明党 上田議員

(新たな地域活性化策として)

答

新鮮で安全な農産物を求める消費者と、地域

で生産する農産物を地域の人に届けたい農家の思いがつながり、農産物直売所は、現在、農産物の流通の中で大きな存在となっている。本市には、4か所の直売所があり、いずれの直売所も大変好評を得ている。本市の地産地消の現状と今後の取り組みについて、本市には、農業者団体運営の農産物直売所が3か所、商店街運営の直売所が1か所あり、地域的にも分散し、営業日をつなげると、ほとんど毎日直売所が営業されている状況であ

る。現在70戸の農家で組織する地産地消推進協議会が、直売所を運営している。今後さらに参加農家数を増やし、安全性の確保された、また品ぞろえがよく加工品もある、よりグレードアップした直売所を育てていきたい。

問

子どもの虐待対策・防止について

日本共産党 沢田議員

答

本市では、虐待防止ネットワークを中心に、関係

機関等との情報の共有化と連携の強化により虐待等の迅速な対応に取り組んでいる。虐待の通知を受けたときは、48時間以内に安否の確認、見守

提出された意見書

- コメの戸別所得補償対策等の見直しを求める意見書
- 小規模グループホームの防火体制強化を求める意見書
- 奈良県立医科大学移転計画の見直しを求める意見書

開かれた議会をめぐって

◆議員による街頭活動◆

下の旗を持って、定例会の開会前に告知活動、また、閉会後に結果報告をそれぞれ2日間実施しています。

◆場所◆

近鉄高田駅前・近鉄高田市駅前

りの対応、関係機関の情報共有の徹底に努めている。虐待者の件数から見ると、実母が多く占めており、これは、母親の育児不安や負担感によるものにとらえており、子育てをしている母親の地域社会や家庭内での孤立化を防止することが大変重要であると考えている。この取り組みとして、本年6月から乳児家庭の孤立化を防ぎ、虐待を発見する足がかりとなる乳児家庭全戸訪問事業（こんには赤ちゃん事業）を実施し、育児に対する不安や悩みの相談、乳児及び保護者の心身の様子、養育環境の把握等に努めている。

**委員会
審査結果**

総務財政委員会

平成22年度大和高田市一般会計補正予算（第2号）ほか、3議案

教育施設の耐震補強工事の見直しについて、未来を担う子どもたちの安心・安全を守るためにも、早期終了をめざして進められるよう、要望等が添えられ、全会一致で原案どおり可決

民生文教委員会

大和高田市心身障害者医療費助成条例の一部改正についてほか、1議案
全会一致で原案どおり可決

環境建設委員会

大和高田市自動車駐車場条例の一部改正についてほか、3議案
全会一致で原案どおり可決



なつかしい形の信号機です。現在では、すっかり見かけなくなりました。さて、ここは市内のどこでしょう。こたえは、後のページです。



てんいち先生



人権シリーズ 92

「防災と人権」

〜特に「共助」の観点から〜



9月1日は「防災の日」です。大正12（1923）年のこの日に起きた関東大震災の教訓を忘れないという意味と、この時期に多い台風への心構えの意味も含めて制定されました。

防災においては、「自助」「共助」「公助」のそれぞれが、災害対応力を高め、連携することが大切だと言われます。

○「自助」

「自らの安全は、自らが守る」という防災の基本になる対応内容です。自分の手で、自分・家族・財産を助ける備えと行動をいいます。

○「共助」

「わがまちは、わが住民で守

る」という考え方に基づいた救助、対応内容をいいます。

○「公助」

警察・消防・市といった行政機関やライフラインを管理する公共企業などの対策活動を行います。

あの阪神・淡路大震災では、多くの人々の命が奪われました。と同時に、多くの人々の命が救われたのも事実です。その救われた命は、隣近所や地域内の人々の救助（「共助」）によるものが多かったと言われています。その理由の大半は、何よりも隣近所や地域の人々のつながりがあったからこそである、と考えられるのです。

「隣のおじいさん一人暮らしやっとな。大丈夫かな？見に行こ！・・・」
「この水、自由に使ってください」という張り紙

こういった言葉が、被災地のあちこちで聞かれたり、見られたりしたといえます。このことから、隣近所や地域で、日頃からの人々のつながりが、いかに大切かがわかると思います。決して「共助」という言葉が先にあるのではなく、隣近所や地域での普段からのつながりが、「共助」という形に現れたと思います。「共助」という活動をとおして、地域住民の互いの人権意識を自然に高めていけるような地域づくりを、めざしたいものです。

「人権施策課」

消費生活

センターから

壊れた浴槽と機器の支払い

相談事例

一人暮らしをしている姉が、金の工面のために訪ねて来た。理由を聞くと、数年前クレジットで購入した浴槽と機器一式の支払いに困っているという。しかも、購入した機器の一部は、取り付けから1年もたたないうちに壊れたらしい。壊れた機器はすでに撤去したが、クレジット会社から請求されるまま、支払いを続けてきたようだ。支払いを続けさせるべきか。

△60歳代 女性
姉の契約金額 130万円V

☆複数の相談事例を元に、一般的な相談として構成したものです。特定の相談事例を示すものではありません。

高齢者による契約

契約者である姉と一緒に、相談に来てもらいました。しかし、詳しい事情を聞いても、高齢のためか、話の内容や記憶にあまりない部分が多く見られました。機器が故障した時も、「業者の連絡先がわからない」と修理の依頼をせず、別の業者に連絡して、新しい機器に取り替えたそうです。

クレジットの仕組み

クレジットで商品を購入すると、本来であれば購入者が支払う代金を、クレジット（信販）会社が一度立て替えて、販売者に支払います。



相談者の姉は、クレジットの支払いが終わる前に、故障し

9月のおはなし会

◎おはなし会

▷とき 9月11日(土) ぞぜん10じ30ぶんから
▷たいしょう 4さいいじょうの子ども

- えほん 『こぎつねキッコ』
- おはなし 『なまくらトック』

◎えほんどわらべうたの時間 《きらら》

▷とき 9月25日(土) ぞぜん10じ30ぶんから
▷たいしょう 3さいいかの子ども

- えほん 『かくれんぼうさぎ』
『たまごのあかちゃん』

※ほかにもたのしいおはなしや、てあそび
があります。

※どちらも、としょかんの2かいでかいさい
します。

〔市立図書館
☎52-3424 FAX 52-9415〕

URL

http://as.yamatotakadalib-unet.ocn.ne.jp

BOOKサロン



今月の一冊



奥泉光著／講談社
今年、ドイツの作曲家シューマン生誕
200周年。帯には「シューマンに捧げ
る、本格音楽ミステリ」とあります。

『シューマンの指』
作品の中でどの
ように奏でられ
ているのか?も
ちろん、音楽好
きでなくても楽
しめる小説です。

「ねずみきょうだいのだいかくれんぼたいかい」
まつもとしゅんすけ作／教育画劇
「明治維新がわかる事典」 P.H.P. 研究所
「月影町ふしぎ博物館―ぼくとノアと謎のトランク」
和智正喜作／講談社
「愚直に勝る天才なし!―世界一の町工場「オヤジの哲学」」
清田茂男著／講談社
「やさしい石けんのつくりかた」 浅野さおり著／文藝春秋
「撮り鉄」入門―中高年・初心者のための撮影術―
南正時著／講談社

旧暦では「長月」

「長月」とは、「月が長く
見られる月」という意味があ
るそうです。「月にはウサギ
がいる」など、いろいろな話
がありますね。そんな不思
議な「月」に関する本を紹
介します。

『月の誘惑』

〔志賀勝著／はまの出版〕
七不思議・行事・占い:
など、「月」にまつわるさま
ざまなことが書かれた本。

『月からきたうさぎ』

〔みなみらんぼう作、
黒井健絵／学習研究社〕

ある満月の夜、月に住む
金色うさぎが、あやまって地
球の森に落ちてきた。そこか
ら始まるファンタジー。柔らか
な絵が、より心に響いてくる
絵本。

『星うさぎと月のふね』

〔かんのゆうこ作、
田中鮎子絵／講談社〕

ロシアの人形「マトリョーシ
カ」。一番小さなマトリョーシ
カに願いを込めて入れ子をも
どすと、それが叶うという。
誕生日のプレゼントにもらっ
て、願いを込めた女の子が体
験した不思議な出来事。

た機器を処分しています。し
かし、クレジット会社への支払
い終了までは、商品の所有権
はクレジット会社にあります。
そのため、故障したからといっ
て、購入者が勝手に商品を処
分できません。

「見守り」で
トラブル防止を

相談者の姉が販売業者の連絡
先を知らないとのことなので、ク
レジット会社に連絡し、事情を
話しました。すると、販売業者
はすでに倒産していることがわか
り、代金の減額などについて直
接交渉することはできなくなり
ました。そこで、代金の支払いが
大変困難であることをクレジット
会社に伝え、司法関係者に、成
年後見制度の利用も含めた対応
を依頼することになりました。
消費者トラブルに巻き込まれ
る高齢者は多く、記憶や判断
力が十分でないため、通常より
解決が困難になるケースもあり
ます。そのようなトラブルを防
ぐためには、身近にいる人たち
の「見守り」が重要です。ト
ラブルのサインを見逃さず、お
かしいと感じることがあれば、
消費生活センターに相談してく
ださい。

教えて!
最新情報

「地デジ」切り替えに
便乗した問題商法



昨日、「総務省の関係者」という人が来て、「地
デジのテレビに切り替えるために、5万円のアン
テナ工事が必要だ」と言われたんですが…

それは、総務省の人間ではないだろうね。

えっ、どうしてわかるんですか?

行政機関から家庭を訪問して、地デジのこ
とでお金を要求することはないからね。同
様の手口が、全国で報告されているんだ。

支払わなくてよかった…でも、切り替えないと、
ニュースも連続ドラマも見られなくなりますよね。

切替期限は来年の7月24日だ。切り替え
のことでわからないことがあれば、デジ
サポ奈良(☎ 0742-90-2222)に問い合
わせてみるといいよ。

●市消費生活センター ▷相談日時 月・火・木・金曜日 午前10時～午後4時 ▷ところ 市役所3階 ▷予約先 内線314

●県消費生活センター中南和相談所 ▷相談日時 月～金曜日 午前9時～午後5時(受付は午後4時まで)

▷ところ 県高田総合庁舎2階 ▷予約先 ☎ 22-0931 ※ともに、祝日、昼休みを除く。要予約。

いっしょに伸びよう 高田っ子



「保育体験に思うこと」
 昨年はインフルエンザの流行のため、中止となってしまいましたが、毎年保育所に中学生や高校生が、保育の体験に来てくれます。そのオリエンテーリングの

時、私はこんな話をします。
 「保育所のごもたちは、誰かが関わってくれたことを、いつまでも覚えてはいます。小さければ小さいほどそうだけれど、あなたたちが保育所のごもと触

れ合って何かしてあげたことは、その子の心の中の深いところで、ずっと生き続けています。ごもたちの心を作っているのです」

そして、どの子にも同じように接することを、お願ひします。ごもが上手に伝えてくれなくても、目には見えないけれど、心には響いているのだ、ということをお伝えします。

保育体験の期間には、必ず全員に、赤ちゃんをだっこしてもらいます。弟や妹がいることもあります。が、たいていは、初めて赤ちゃんを見た、だっこした、という中・高校生です。

どうか、あなたたちの心の中にも、赤ちゃんをだっこした時の感触や、たとえば、お皿に入れたお菓子を必死の思いで一つつまんで口に運んだ時の笑顔が、ずっと残っていますように！

育児真っ最中のお父さん、お母さん。どこかで機会が



お迎えのお母さんにだっこしてもらって



あれば、中・高校生に赤ちゃんをだっこさせてあげてください。

「困ったこともあるけれど、育児は楽しいよ」
 と、伝えてあげてください。

子どもは、地域の中で大切に育てられていきます。子育て仲間や先輩に加えて、後輩ともネットワークを作っていけたらいいですね。

〔保育課〕



* マカロニサラダ (4人分)

〈材料〉

☆マカロニ..... 100g
 ツナ缶..... 小1缶
 きゅうり..... 1本
 ブチトマト..... 8個

卵..... 1個
 プロセスチーズ..... 25g
 マヨネーズ..... 大さじ3
 バター..... 4g
 塩..... 適宜



50

子どもが大好きなサラダです

〈エネルギー〉(1人分)

266キロカロリー
 たんぱく質..... 10.2g
 カルシウム..... 59mg

〈作り方〉

- 1 きゅうりを小口切りにして塩をし、しばらく置いて水分を十分にきる。卵をゆでてみじん切りにする。ツナ缶の油をきっておく。
- 2 鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩を加えてマカロニをゆで、ゆであがったらバターとからめる。
- 3 トマトを半分切る。チーズを7mm角に切る。
- 4 材料を、マヨネーズで和える。

ゆであがったマカロニに、バターをからめるのが、おいしさのポイントです。お好みの材料を加えて、わが家の味を楽しんでください。
 〔保育課〕



虫歯とその予防

前項に続いて、今回も虫歯のお話です。C3は、虫歯が歯の神経（正式には歯髄といつて、神経組織と毛細血管を含んだ幼い組織）にまで達したもので、段階によって冷温に反応したり、激痛を発したり、それを越えると、今度は歯髄が腐って、うみをもって顔のはれをおこしたりし、場合によっては、骨髄炎などをおこします。

ここまで進行すると、神経をとったり、根の中の治療になりますから時間、回数もかかるようになります。最終的には、歯の崩壊の度合いによつて、詰め物やかぶせ（クラウン等）によつて機能、形態を回復します。

そしてC4、歯の根っこだけ

残った状態で、もはやその歯単独での機能回復を望めない、保存不可能の状態を言います。もちろん、抜歯の対象です。機能回復には、欠損を補う治療になりますので、詳細は、また入れ歯やブリッジのお話のときにします。

エナメル質

C3
象牙質から神経（歯髄）まで達し、ずきずきしたり、激しい痛みを感じます。



エナメル質

C4
神経（歯髄）から、最後には歯根部まで達し、根だけが残った状態です。



(資料提供：アジリティ・コーポレーション)

このように、虫歯も進行させると、恐ろしい結果を招くこともありますから、ほかの全身疾患と同じく、早期発見、早期治療が大切です。

そのためにも、再三お話ししているように、定期検診をお勧めします。自分では気づかないC1までで見つかれば、治療も早く楽ですから。

また、ブラッシングも重要です。虫歯になりやすい三大不潔域、つまり奥歯などの溝、歯の付け根、歯と歯の間をしっかりと磨いてください。それに加えて、詰め物、かぶせ物と自分の歯の境目も気をつける場所です。糸ようじや、歯間ブラシを使うのも有効ですし、昨今は優れた電動歯ブラシも出ています。かかりつけの歯科医院で自分にあった磨き方や、道具を相談されてはいかがですか？

虫歯や歯周病に対しては、皆さん自身とわれわれ歯科医師がタッグを組んで戦っていかねければならないと思っています。

次回からは、入れ歯のお話をしていきます。



いつまでもお元気で

認知症って防げるの？

認知症とは、大脳の細胞が壊れ、情報を分析したり・記憶したり・思い出したりする機能が低下し、生活が困難になった状態です。老化で物忘れをするのではなく、脳の病気で。

廃物を溜まりにくくする作用があります。魚には、EPAやDHAといった、血栓を予防して、脳内の動脈硬化を防ぎ、血流を良くする成分があります。

② 身体を動かしましょう。運動は、思考に関係する部分に血液を送る血管を増やし、新しい神経細胞の発達を促します。運動を、楽しく続けましょう。

③ 脳を使い刺激しましょう。音読・描く・趣味・料理・旅行の計画・植物や動物を育てるなどで、脳の血流が良くなり活性化します。

④ 笑顔で、楽しく生活しましょう。笑うことで、ドーパミンが出ます。ドーパミンは、記憶力や学習機能を高め、認知症を防ぎます。毎日、脳に刺激を与えろんな事に挑戦しましょう。

① 野菜や魚を多く取りましょう。ポリフェノールは、老

「地域包括支援課

☎0566-22000