



市長随筆

Mayor Essay

九州市長会が本市で 開催されました

第113回九州市長会が、10月17・18日の2日間、天草市で開催されました。九州内118市のうち、100市の市長などの代表者が参加され、国などへの要望の取りまとめや、意見交換など活発な議論が交わされ、盛会のうちに終了することができました。

九州市長会会長である釘宮大分市長からも、天草は街路にごみもなく、訪れる皆さんへのおもてなしの気持ちが十分に伝わってきた、とのありがたい言葉をいただきました。

大分市長のお話は、市民の皆さんに、日ごろからお取り組みいただいている成果であるとたいへんうれしく思いました。

また、会議の2日目に、本市が推進する事業の紹介として観光オリーブ園の行政視察を行いました。

今年は、間引きを行ったためオリーブの本数は減ったそうですが、収穫量は昨年を上回っているということで、一本一本の木は確実に実を増やしているようです。

搾りたてのオイルを試飲しましたが、昨年にも増してすばらしい味で、ほかの市長からもたいへん好評でした。

全国的に耕作放棄地は増加しており、視察をされた市長はオリーブの島づくりに高い関心を寄せられていました。

大分市長のほかにも、会議を終えられた各市長から、天草のすばらしさに感動したなどの感想をいただき、天草の魅力を十分にアピールできた会議であったと思います。

天草市長 安田公寛

消費生活

こんな言葉には 要注意！

電話や訪問、知人からの勧誘で、次のような言葉が出たら架空のもうけ話や詐欺の可能性あります。注意しましょう。

「(社債や未公開株など)絶対にもうかるから…」

「あなただけに教えますよ…」

「外国のお金や外国の不動産の話なんだけど…」

「名前だけ貸して、お礼はするから…」

電話の対応は毅然とした態度で！

悪質な電話勧誘には、「興味ありません」と毅然とした態度で対応しましょう。また、留守番電話機能などを活用して電話に出ないようにするのも、ひとつの方法です。

【問い合わせ先】

天草市消費生活センター ☎326677

実践 エコ 暮らしのECOセトラ

11月はエコドライブ推進月間です！

エコドライブとは、環境に配慮した運転のことです。交通ルールを守りながら、地球とお財布にやさしい運転を実践しましょう。

発進は「ふんわりアクセルスタート」で！

「ふんわりアクセルスタート」とは、燃費を向上させる「やさしい発進」のことです。車は発進時に多くの燃料を消費します。最初の5秒で時速20kmを目安にアクセル操作をして、おだやかに発進することを心がけましょう。



無用なアイドリングをやめましょう

10分間のアイドリング(停車時にエンジンがかかったままの状態)で、約130ccの燃料を使います。待ち合わせや荷物の積み下ろしのため駐停車するときは、エンジンを止めましょう。



【問い合わせ先】本庁・市民環境課 ☎31111

健康・医療のはなし RSウイルスの季節がやってきた!!

冬季が増えるのが、『ゼコゼコ・ヒューヒュー』と表現される『喘鳴』という症状です。喘鳴は、空気の通り道である気道が狭くなり、空気の流れが乱れることで生じます。この気道を狭くする原因はたくさんありますが、冬季に増えてくる原因の一つとして、RSウイルス感染症があります。今回は、このRSウイルスについてご紹介させていただきます。

日間(多くは4〜5日間)の潜伏をへて、鼻水や咳、発熱といった症状を認めるようになります。多くの場合は風邪症状のような軽症で済みますが、免疫や体力が弱い乳児や高齢者では細気管支炎や肺炎を引き起こすことがあります。そうなるようにしたいに喘鳴が出現し、呼吸困難を生じるようになります。特に生後6カ月未満の乳児では、呼吸が止まってしまいう無呼吸を生じ、突然死の原因になることもあります。

RSウイルス感染症は細菌感染症ではないので抗生物質は効かず、また特効薬もありません。ですから、治療の基本は発熱や喘鳴といった症状に対する治療(対症療法)が主体となります。そして、感染を予防することがとても大切になります。RSウイルスは唾液や喀痰などの飛沫



牛深市民病院小児科
江田慶輔 医師

を吸い込んだり(飛沫感染)、飛沫物が付着した物に触れた手や物を口や鼻に付けたりするこにより感染します(接触感染)。ですから、飛沫感染の予防としてはマスクを着用すること、接触感染に関してはよく人が触れる物(おもちゃやドアノブなど)をこまめに消毒(アルコールや塩素系消毒薬で)し、手洗いを行うことが大切です。成人の人も症状は軽症で済むことが多いですが、ウイルスの保有者にはなります。まわりに乳児や高齢者がいれば、その人たちに伝染し、重症な状態を引き起こしてしまうかもしれません。



市健康運動指導士による めざせ!健康ポデイ スクワットで下半身を鍛える

今回は、下半身の筋力アップにつながるスクワット運動を紹介します。

- ひざをつま先よりも前に出さない。
- ひざの向きとつま先の向きをそろえる。
- 1日10回、週に2回を目安に実施しましょう。



【問い合わせ先】天草中央保健福祉センター ☎243737