

『火のしまつ 君がしなくて 誰がする』

これから春先にかけては、空気が非常に乾燥し、火災が発生しやすい気象条件となります。火の取扱いには十分注意し、火の用心を心掛けましょう。

住宅用火災警報器の設置はお済みですか！

消防法の改正により、新築住宅については、既に平成18年6月から住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。また、既存の住宅についても、平成21年5月31日まで

で知らせてくれる機器です。大きく分けて、煙を感知して知らせる「煙式」と、熱を感知して知らせる「熱式」があります。電源には、電池タイプと家庭用電源タイプがあり、既存の住宅には電池式がおすすめです。



天井取り付け式(左)と壁取り付け式(右)があります。

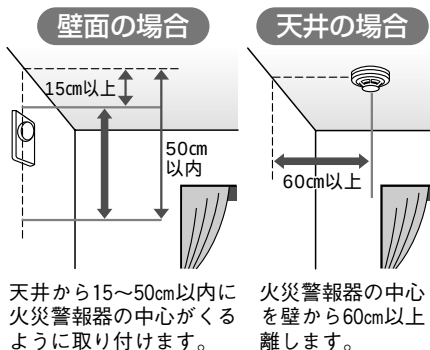
取り付け場所はどこに？

ふだん就寝に使うすべての寝室に設置が必要です。日中は居間や子供部屋として使用していても、夜間に就寝する部屋も含まれます。

また、寝室が2階以上にある場合には、その階の階段にも設置が必要です。

住宅用火災警報器の設置に関して詳しくは、下田消防本

取り付け位置



部予防課 ☎221804へお問い合わせください。

防火・防災の決意新たに「下田市消防団出初式」

1月4日、下田小体育館で市内8分団の団員250人の参加のもと消防団出初式が行われました。市長式辞、団長訓示、各種表彰が行われ、終了後には、消防車両と分列行進により旧町内をパレードし、防火をPRしました。



問合せ先 市民課防災係 ☎22215

旧澤村邸を一般公開します

下田市歴史的建造物に指定されている旧澤村邸を一般公開します。この機会に、ぜひご覧ください。

公開期間 2月20日(金)～22日(日)3日間

公開時間 午前9時～午後4時
所在地 下田市三丁目16番10号
お車でお越しの際は、下田公園下駐車場または市民文化会館駐車場をご利用ください。
旧澤村邸・・・ペリーロードに位置する、大正4年に建築されたなまこ壁の建物で、住

居として市内に現存するものでは保存状態が良く、昭和60年に下田市歴史的建造物に指定されています。昨年9月に澤村紀一郎氏より市に寄贈していただきました。

現在、市ではこの貴重な財産を、どのように保存し活用するべきか、市役所内に委員会を設けて検討しています。また、市民の皆様からも、いくつかの提案が寄せられていますので、今後調整しながら



ら有効活用に向けた取り組みを進めていく予定です。
問合せ先 総務課庶務係 ☎22211

2月7日は「北方領土の日」

昭和56年1月、政府は北方領土問題に対する国民の関心と理解をさらに深め、全国的な北方領土返還要求運動の一層の推進を図るため、毎年2月7日を「北方領土の日」とすることを決めました。
2月7日にはどんな意味があるのでしょうか
嘉永7年10月、ロシア使節プチャーチン提督が乗ったディアナ号が下田に来航しました。彼らの目的は日露北方国境の確定と開港でした。

第1回の条約締結交渉が福泉寺において開始されましたが、安政の大地震による大津浪により下田は壊滅的な被害をうけました。このよう中で交渉は、第2・3回は玉泉寺で、第4・5回は長楽寺に

日露通好条約に基づく国境線



場所を移して続けられ、安政元年12月21日(1855年2月7日)長楽寺において日露通好条約が締結されました。この条約で、両国の国境を択捉島とウルップ島の間に

定め、択捉、国後、色丹、歯舞の四島は日本の領土とすることが確定しました。

この歴史的な意義から、「北方領土の日」として最も適切な日であるとされたのです。

問合せ先 総務課秘書広報係 ☎22211



インフルエンザが流行してきました

インフルエンザは、感染すると38度以上の高熱と悪寒に始まり、頭痛、筋肉痛などの全身症状や呼吸器系の炎症など、通常の風邪と比べ、症状が重く現れ、肺炎などの合併症を引き起こしやすい、こじらせると生命の危険もある恐ろしい流行性の疾患です。
インフルエンザから身を守るためにも、日頃からの予防が大切となりますので、次の予防方法を日常生活に取り入れてください。

- ☆夜更かしをせず十分な栄養、睡眠、休養をとります。
- ☆家庭での室内の乾燥に気をつけましょう。
- ☆帰宅後の手洗いとうがいを習慣づけましょう。
- ☆なるべく人ごみを避けるように注意しましょう。
- ☆外出時にはマスクの着用を心がけましょう。

体調がおかしいと感じましたら、症状が軽くても医療機関にご相談ください。

問合せ先 健康増進課健康づくり係 ☎22217

生ごみ処理機器の購入費用を助成します

家庭から出る生ごみの減量・資源化を促進するため、生ごみ処理機(電気および機械方式)の購入費の一部を補助しています。

対象となる条件

- ①下田市に住民登録があり、下田市内で利用する人
- ②下田市内販売店で購入した機器(中古品は除く)

対象機器 平成19年4月1日以降に購入した機械式生ごみ処理機

補助金額 購入金額の3分1を限度に補助。ただし、1万円が限度額

対象台数 1世帯につき1台まで

補助金申請に係る書類は、市内電気店に備え付けのほか、市ホームページにも掲載されています。

問合せ先 環境対策課 ☎22213

市役所から こんはすは vol.6

保健師はこんな仕事をしています

私たち市役所の「保健師」は、赤ちゃんから高齢者まで地域で暮らすみなさんの健康増進のための様々な支援事業を行っています。その一部をご紹介します。

皆さんは、健康診断を受けていますか？

昨年の4月より、「生活習慣病」の要因と言われるメタボリックシンドロームに着目した「特定健診 特定保健指導」が各健康保険運営者に義務付けられ、医療費削減策として開始されました。

下田市では、特定健診の対象とはならない39歳以下の方にも、自分自身の健康状態を知っていただくための「メンスヘルスアップセミナー」を10月から3か月間開催しました。

健診を受ける機会は特になく、知人に誘われ仕方なく参加したAさんの場合、血液検査の結果、特に肝臓の機能に異常値が見られました。Aさ

んが思っていたより結果が悪く、医師の指導のもと栄養士、保健師との面接の結果、次のような目標を自分で立てました。

- ・ウォーキングを週5日(1日30分・1時間)行う。
- ・休肝日を週2日設ける。
- ・缶コーヒー(砂糖、ミルク入り)をお茶に変える。
- 3か月後の結果
- ・体重5キロ減。
- ・肝機能(γ-GTP)283IU/l→177IU/l、
- 他にも尿酸値、脂質(LDLコレステロール、中性脂肪)、腹囲等で改善がありました。

Aさんは、「歩く時間を作ることで、タバコを吸う時間も本数も減った。休肝日も設けたため、体にも財布にも良かった」と振り返っています。

「運動をする時間がないと言う人は、やがて病気ののために時間を失うことになる。」

これは、エドワード・スタンレー博士の言葉です。

みなさんもまずは健診を受け、自分の体の状態を知ることから始めてみませんか。



(健康増進課 小澤かおり)