

# こころ、元氣ですか？

保健予防課 0277-51102

## アルコール依存症について

暑い日が続き、お酒でのどを潤す機会も多い季節。適度な飲酒は、心身をリラックスさせ、人とのコミュニケーションを円滑にするなどの効果があります。しかしながら、過度の飲酒は、肝機能障害や循環器系疾患、糖尿病などの生活習慣病の要因となるだけでなく、アルコール依存症を引き起こすこともあります。

お酒は、依存性のある物質「アルコ

ール」を含む飲み物です。飲酒を繰り返していると、飲み方などによっては、次第にお酒を飲まずにはいられなくなってしまう。アルコール依存症になると、次第に飲酒量が増え、食事もとらず常に飲酒を続けるといった状態になります。結果、肝臓を悪くするだけでなく、さまざまな病気のリスクが高まります。

はなく、自分でコントロールして飲むことができなくなるからです。この病気の治療には、断酒が必要です。しかし、断酒中にお酒を少しでも飲むと、すぐ元の状態に戻ってしまいます。周囲の人の協力はもちろんのこと、病院や保健所などに早めに相談することが大切です。

お酒は、依存性のある物質「アルコ

ール」を含む飲み物です。飲酒を繰り返していると、飲み方などによっては、次第にお酒を飲まずにはいられなくなってしまう。アルコール依存症になると、次第に飲酒量が増え、食事もとらず常に飲酒を続けるといった状態になります。結果、肝臓を悪くするだけでなく、さまざまな病気のリスクが高まります。

はなく、自分でコントロールして飲むことができなくなるからです。この病気の治療には、断酒が必要です。しかし、断酒中にお酒を少しでも飲むと、すぐ元の状態に戻ってしまいます。周囲の人の協力はもちろんのこと、病院や保健所などに早めに相談することが大切です。

## みんなで子育て④

健康づくり支援課

0299-41125

### 事故防止！こんなことに気をつけて

乳幼児の死亡原因の上位は「不慮の事故」です。その多くは、大人のちょっとした心配りで防ぐことができず。そこで、0歳と1〜4歳で多い不慮の事故とその対処法についてお伝えします。

#### 0歳で多い事故

**窒息**…ふかふかの布団でのうつぶせ寝を避け、子どもの顔に布団がかからないようにしましょう。また、よだれかけのひもやおもちゃにも注意が必要です。

#### 1〜4歳で多い事故

**窒息**…原因の多くは食べ物です。ナッツ類・あめ・プチトマト・餅などは詰まらせやすいので、与える際は注意してください。  
**溺死**…少量の水でも溺れてしまいます。バケツや洗面器



に水をためておかない、子どもが1人で浴室に入れないように工夫するなど、事故の予防に努めましょう。  
**誤飲**…子どもは何でも口に入れたがります。子どもの手の届く所に、薬品や洗剤、たばこなど小さな物を置かないようにしましょう。また、子どもの視線に立って整理するよう心掛けてください。

子どもの発達は早く、昨日までできなかったことが急にできるようになるものです。「うちの子はまだ寝返りできないから…」「まだ歩けないから…」などと油断しないようにしましょう。また、1〜4歳くらいになると、さまざまなことに興味をもち、動きも活発になるので危険も多様化します。

母子健康手帳には、事故予防の記載があります。どの時期にどんな事故が起こりやすいかを把握し、大切なお子さんの安全を守りましょう。

## ごみ処理トピックス

ルール守って、いつもきれいな集積所

資源循環推進課 0239-6267

ごみの集積所は、そこにごみを出す人が、全員で管理する場所です。近年は、ごみに対する意識の高まりから、きれいに清掃されている集積所が増えました。しかし、分別せずに出す、指定日以外に出す、前日夜から出して動物による散乱を招くといったルール違反が見受けられます。

ルール違反のごみ出しは、周囲の美観を損なうだけではなくではありません。夏場はごみの臭気が強く、集積所を清掃等している方や近隣住民にとって特に迷惑

となります。1人ひとりが、ごみを正しく分別する、指定日の朝8時までに出す、などのルールを守り「いつもきれいな集積所」にご協力をお願いします。

### ごみの分け方・出し方外国語版あります！

ごみの分け方・出し方を6か国語(中国語・ハンガリー語・タガログ語・英語・スペイン語・ポルトガル語)作成しています。ご希望の方は資源循環推進課にお問い合わせください。市ホームページからもダウンロードできます。



# 市長からの手紙

## ④国の借金

最近、私はいろいろな会合で、国の借金と財政健全化の問題を取り上げています。自治体の首長がなぜ国の借金のことを気にするのかと言われそうですが、自治体経営にあたって、国の財政状況は極めて大きな影響を及ぼすのです。国の財政が破たんしたら、自治体の行財政改革の努力など一瞬にして消えてしまいます。

平成24年3月末時点の、国の借金総額は959兆円です。内訳は、国債789兆円、借入金53兆円、短期証券116兆円(兆円未満は切り捨て)です。この中には、各自治体が抱える臨時財政対策債発行残高など、本来は国が負担すべき自治体名義の借金は含まれていません。臨時財政対策債は川越市だけでも、約293億円を抱えています。

国の借金を別の角度から見てみましょう。平成24年度の国の一般会計予算規模は約90兆円です。歳入をみると、税収は約42兆円、その税収よりも、借金の方が多く約44兆円にのびります。また、歳出のうち約22兆円は国債費すなわち借金の返済で、そのうち約10兆円が利息支払い分です。

現在我が国のGDPは年約500兆円で、国の借金はその2倍にもなります。日本は太平洋戦争中、戦費調達で国債や紙幣を過剰に発行したため、終戦後ひどいインフレになりました。その当時の国の借金はGDPとほぼ同額でした。

わが国の政治には、「いたずらに国民を不安に落とし入れる」などの曖昧な理由で情報公開に消極的となり、危機に陥る可能性のある状況にきちんと向き合わなかったため、危機の発現を予防するどころか、被害・影響を拡大してしまったという苦い経験が多くあります。直近の例では、原発事故が挙げられるでしょう。

今、国が震災復興と共に最優先課題として取り組むべきは、危機意識を国民と共有し、国民的議論に基づき借金を減らして財政健全化を図ることのように私には思えます。

川越市長 川合善明

# 川越まつりを十倍楽しむ方法

4

川越まつり会館 225・2727

## 舞



獅子には、軽やかに踊り、華を添える「舞」が欠かせません。舞には数種類あり、中でも代表的なものを挙げると「天狐」「オカメ」「モトキ」「獅子」があります。獅子の曲目が、まつりの場面に応じて変化すると、舞もまた変わります。例えば、山車の曳きはじめ・曳き納めの場面で演奏される「屋台」という曲目では天

狐や獅子が、町内曳きの時などに演奏される静かな曲調の「鎌倉」ではオカメやモトキが舞を披露します。それぞれの舞は意味を持ち、天狐は五穀豊穡、オカメは家内安全や子孫繁栄、獅子は悪魔退散を祈願しています。

舞と不可分の面。天狐が舞を披露している時、面の口元が開閉し、まるで生きているかのような動きをします。実はその秘密は、面の裏側に隠されています。面の裏を見ると突起物があり、それをあごで押し込む事で、口が開いたり閉じたりする仕掛けになっています。

獅子に耳を傾け、生き生きとした面の表情を見ながら、舞が表現する物語に想像をめぐらせると、また違った味わいの川越まつりに出会えるかもしれません。

### 川越まつり会館獅子実演予定表

日程	獅子連名
8月	19日(日) 仙波獅子保存会
	26日(日) 竹生会
9月	2日(日) 天神獅子連
	9日(日) 南田島獅子連

\*獅子の実演は午後1時30分・2時30分の2回行います(各20分)。要入館料。