

『運動の前後には水分補給を忘れずに』

今年も一番暑い季節を迎えます。風邪やインフルエンザなどの病気が冬にはやりやすいので、夏は病院も空いている印象がありますが、実際は夏にも患者さんが増える傾向にあります。

暑くなると、人体は体温を下げるために汗をかきます。その結果、体から水分や塩分が失われますが、この度合いが大きいと動悸や目まい、気分不良などの症状が出てきます。

また、この時期は仕事や運動などで大量の汗をかき、場合によっては、血液中の水分が減りすぎると、血液がとろとろになり、脳や心臓を痛めてしまうことがあります。

特に、水分を取るとトイレが近くなるという方や、疲れやすくなるからといって意識的に水分を取らない方は、夏の時期に重い病気にかかり、老若を問わず命を落としてしまう危険があります。

水分補給の際には、落とし穴にも注意が必要です。水分や塩分を補給するために、甘い飲み物を取りすぎると、糖尿病を引き起こす危険性があります。

十分に水分を取り、あまり汗をか



近隣の医療機関を受診されている方で当院を受診する際には、お薬手帳など投薬内容が確認できるものを持参してください。

多古中央病院の受付時間は、午前11時30分までとなっています。急患に限り時間外も受け付けています。設備と人員の関係上、適切な医療機関への紹介をさせていただきます。

【病院便り】
多古中央病院の受付時間は、午前11時30分までとなっています。急患に限り時間外も受け付けています。設備と人員の関係上、適切な医療機関への紹介をさせていただきます。

文/国保多古中央病院 内科 宇都宮隆法

町職員募集

やる気のある方 待っています!



■職種・採用予定者数

- ①一般行政職上級【若干名】 ②一般行政職初級(身体障害者対象)【1名】

■受験資格

- ①一般行政職上級
 - 昭和55年4月2日から平成元年4月1日までに生まれた方で、学歴を問わない。
 - 平成元年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく大学(短期大学を除く。)を卒業した方。(平成23年3月までに卒業見込みの方を含む。)
- ②一般行政職初級(身体障害者対象)
 - 次のすべての条件を満たす方で、学歴を問わない。
 - ①昭和55年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた方であること
 - ②身体障害者手帳の交付を受け、その障害の程度が1級から6級までであること
 - ③活字印刷文の出題への対応ができること
 - ④自力により通勤ができ、かつ介護者なしに職務遂行が可能であること

■試験日時 9月19日(日) 午前10時から

■試験会場 香取市立佐原中学校

■申込書の配布 7月1日(木)から役場2階の総務課で配布

- 【午前8時30分～午後5時15分】※土・日・祝日は、日直にお申し出ください。
- 町ホームページ(<http://www.town.tako.chiba.jp/>)からもダウンロードできます。
- 郵送により申込書を請求する場合は、住所・氏名を明記した返信用封筒(A4サイズが入るもの)に140円切手を貼って、同封してください。

■申込書の受付 8月2日(月)から8月13日(金)まで役場2階の総務課で受付

- 【土・日を除く午前8時30分～午後5時15分】
- ※郵送の場合は、8月13日(金)の消印まで有効です。

お問い合わせ●総務課庶務係(〒289-2292 多古町多古 584 番地) ☎76-2611

平成21年度分 町税等の納付状況を公表します

多古町政治倫理条例第6条第1項の規定により、町長、副町長、教育長、町議会議員の町税等の納付状況を公表します。
【平成22年5月31日現在】

職名等	氏名	町県民税	固定資産税	国民健康保険税	軽自動車税	介護保険料	後期高齢者医療保険料	水道使用料	農業集落排水使用料
町長	菅澤 英毅	○	○	○	○	○	-	○	-
副町長	大木 数万	○	○	-	○	-	-	○	-
教育長	柴田 洋	○	○	○	-	○	-	○	-
議長	越川 幸昭	○	○	○	○	○	-	○	-
副議長	秋山 行三	○	○	○	○	○	-	○	-
議員 (議席番号順)	土井 秀敏	○	○	-	-	-	-	-	-
	広瀬 弘二	○	○	○	○	○	-	○	-
	飯田 良助	○	○	○	○	○	-	-	-
	菅澤 昌則	○	○	○	○	-	-	○	-
	所 一重	○	○	○	-	-	-	-	-
	柳下 清	○	○	○	○	○	-	○	-
	菅澤 正夫	○	○	○	○	○	-	○	-
	小川 藤男	○	○	-	○	○	-	○	-
	石渡 悦子	○	○	-	-	-	-	-	-
	鎌形 榮一	○	○	○	○	○	-	○	-
	土井 清司	○	○	○	○	-	-	○	-
	勝又 剛	○	○	-	○	○	-	○	○
	椎名 義光	○	○	○	○	○	-	○	○
	伊藤 信也	○	○	○	-	○	○	○	-
柳下 義衛	×	×	×	○	○	×	○	-	
加瀬 芳廣	○	○	○	○	○	-	○	-	

お問い合わせ●総務課庶務係 ☎76-2611

【表示例】「○」… 当該年度に納付すべき額がすべて納付されている場合
「×」… 当該年度に納付すべき額に未納がある場合
「-」… 本人に納付義務等がない場合

18年目



『女ともだち
—海まであとどのくらい?—』
作:角田光代
発行:小学館

〈あらすじ〉
「女ともだち」の5つの物語。共通のテーマは「派遣」。5人それぞれの人間模様が描かれていて、自分も明日から頑張ろうと思わせてくれる一冊。

今回紹介した本は、町公民館内の図書室に置いてあります。リクエストにもお応えしますので、お気軽にご利用ください。
■多古町公民館図書室 ☎79-3406
開館時間:午前8時30分～午後5時
【7月の休館日】19日(月)



『わたしの一冊』
—海まであとどのくらい?—
—女ともだち—

5人の人気女性作家が書き下ろした小説集。その中の角田光代さんによる「働く女性」にお勧めの短編小説を紹介いたします。

ぱりこの生き方でいいと思わせてくれる物語。読者の想像をかき立てる表現や、今の自分にはできない恋愛物語的なところも好きです。長編を読むと少し疲れてしましますが、短編は読みやすく、内容も簡単に把握できます。



本植人:鈴木澤子さん(高野前)

5人の女性。その中の「のりちゃん」の恋愛を通して仲良くなり、毎日昼食を共にする仲にし、その後、それぞれの道に進んだ5人は、のりちゃんがドラマのシナリオコンテストで大賞をとり、新聞に掲載されたことがきっかけで5年ぶりに再会。それぞれが感じたのは、自分たちを一番分かってくれるのは、恋人でも上司でもない「女ともだち」だということ。同じ女性として、とても興味がわき、共感しました。楽しむことしかできないけれど、やつ

どちらかという女性作家が好みで、新聞やテレビなどで新作が紹介されると、早く読みたい気持ちになりますし、「今」を知るため、若い方が好む本も積極的に読むようにしています。