

ふるさとのみなさんへ 東都高原富士見会だよ!



窪田 修
(横吹出身)

「減塩で長寿に」

今年の東都高原富士見会総会の席で、都道府県別の平均寿命が男女ともに長野県がトップになつたことが話題になつた。

私が読んだ新聞記事には、長野県の食塩使用料が平均寿命の伸びと反対に、右肩下がりのグラフが載つていた。そこで長野県の取り組みをもつと知ろうと「長寿一位の長野県式減塩ご飯」を読んだ。この本の協力校として、富士見小・中学校が載つていたので嬉しくなつた。私は定年退職後、一昨年11月まで15年間、神奈川県医師会の嘱託として、中小企業の健康管理に従事してきた。この仕事は、定期健診で異常があつた人一緒に面談

売新聞夕刊「よみうり寸評」に、陽気で樂観的な人と、まじめで几帳面な人ではどちらが長生きだろうか?と書かれていた。陽気な方が長寿、と思われるかもしれないが実際には逆で、「最も長生きしたのは眞面目で勤勉な人だつた」と米国の研究結果が載つていた。

して、例えれば高血圧症の人には塩分摂取を控え、生活習慣を改めるよう指導するのですが、医者の言うことを聞かず、医結果として脳梗塞で倒れたり亡くなつた人を何人も見てきた。

今年6月8日(土)読



下水道に接続し「きれいで快適な生活」

問 上下水道課 庶務經理係 ☎62-9352

●下水道への早期接続を!

さわやかな環境、快適な生活を与えてくれる下水道の整備には、多くの費用がかかっています。この多額の資金を投入して整備した下水道も町民の皆さんに利用していただかないと、無駄な施設となってしまいます。また、処理場・ポンプ場・管清掃などの維持管理費や、建設時の借入金返済を利用者からの使用料によりまかなっていかなければなりません。

このようなことから、下水道が使用できる区域の方は、一日でも早く接続されますようご協力をお願いします。宅内排水工事に関する手続き等は、町指定工事店が代行しますのでお気軽にご相談ください。

(下水道の宅内排水工事は、町指定工事店でなければ行うことができません)



●120万円を無利子で融資斡旋

町では、町民の皆さんに一日でも早く快適な生活をしていただくため、下水道への接続工事をされる方に、無利子で金融機関から最高120万円を7年間返済で借りることができる「融資斡旋制度」を設けています。詳しくは上下水道課 庶務經理係にお問い合わせください。

下水道は正しく使いましょう

問 上下水道課 施設整備係・維持管理係 ☎62-9354

町では、皆さんのが快適な生活ができるよう、また汚水の浄化機能を十分に発揮できるように、「下水道の管理」を行っています。

しかし、使い方が悪いと下水道施設が故障したり、管理費用が多く発生します。下水道を正しく使いましょう。

●トイレットペーパー以外は流さない

水に溶けやすいトイレットペーパー以外のティッシュペーパーや新聞紙、紙屑などを流すと排水管が詰まる原因となります。また、紙おむつや生理用品なども纖維が引っかかる原因になるので、流さないようにしましょう。

●油を流さない

「石けん」と「水」と「油」が化合すると、固まって下水道管が詰まります。食用油は町でも資源物として回収しているので、リサイクルにご協力ください。

●生ゴミを捨てない

生ゴミ等も「詰まり」の原因になります。野菜くずや残飯などは流さないでください。

●詰まるものは流さない

固いものや布類は、排水管、ポンプ場、処理場などで詰まる原因となるので流さないようにしましょう。

