

# 市報

# とがまち

編集発行／十日町市役所(電話(07-3111) 毎月10日／昭和32年6月5日第3種郵便物認可(1部6円)



野中婦人消防隊



6/10 June  
260号



大火直後の市街地(原の十三社から撮影)

# くりがえすまいこの惨状を

## 十日町大火から七十八年

十日町大火は、七十八年前の明治三十三年六月十日、原町から出火、晴天続きと折からの風にあおられて、翌十一日まで燃え続け、焼失戸数七百五十二戸、被災者数三千八百八十二人、土蔵や納屋を含めた被害総額は当時の価格で二百万円にも及んだ大惨事です。

現在の消火体制は、十八個分団千四百七人の消防団員と広域消防職員七十三人であたっており、消防力は機械力、人的体制とも当時と比べものになりません。しかしあの大惨事が二度と起きないとは言いい切れません。しかし大火記念日にちなみもう一度火の用心をお願いします。

天皇陛下からも見舞金



### 市内大規模火災の歴史

(全焼5戸、死亡者5名以上)

年月	町名	焼失戸数	備考
元文6年2月	2の丁東側	全戸162戸 土蔵36棟	
弘化2年3月	袋町	全焼11戸	放火
元治元年6月	下条新保	全焼7戸	
慶応3年7月	高田町	全焼26戸 半焼5戸 土蔵2棟	
明治8年4月	原町西側	全焼7戸	
33年5月	原町西側	全焼752戸 土蔵71棟 納屋123棟 半焼土蔵50棟	負傷者 5名
大正4年11月	1の丁	全焼7戸 半焼2戸	
昭和4年6月	江道	全焼6戸 半焼6戸 土蔵1棟	
14年7月	2の丁	全焼5戸 半焼1戸	
15年5月	菅沼本	全焼11戸 土蔵7棟 物置3棟	工場
18年1月	山姿	全焼5棟	
21年8月	池谷	全焼5戸	
25年5月	土市	全焼8戸	
36年5月	魚之田川	全焼10戸	
36年7月	塩ノ又	全焼1戸	死亡者 5名
41年12月	塩ノ又	全焼1戸	死亡者 5名

### 十日町大火のとき

水野町 水野信康

何分、私がまだ4つか5つの頃ですから良く覚えていませんが、火元は原のあたりだったそうです。私の家が燃えたのは次の日になってからで、最初は水野町は大丈夫だというので、役場に命じられて、たき出しを作っていたら、だんだん、だんだん火が移ってきたそうです。私はもりもりと2人で招魂社に逃げました。

水野町には根津さんと私の家と酒蔵が2軒あったので火の手が強かったようです。親が良く「3つあった蔵の扉に味噌をぬって、仏様をだいて逃げるのがせいの山だった」と話していました。

今も、火の元は、寝る前に2回見ることにしています。(83歳)

### 火災は無残

しかし、わりと無関心

学校町 大島茂八

消防団員になってもう100回以上も出勤しています。そのたびに思うことは、グシヤ棒が焼けただれて無残な形をしているのを見るにつけ、消防で最少限に食い止めなければならぬということですね。火災になったら、本当に一瞬のうちに不幸のドン底に突き落とされてしまいます。

けれども、一般の人は火災に対してはワリと無関心のような気がします。今は、どこの家にも消火器がそなえてありますが、若い人やご婦人方は使い方も知らないんじゃないでしょうか。

町内会や婦人会などで使い方の講習会をして欲しいものです。



阿部太郎氏旧蔵

### 第十七分団などを表彰

●無火災分団表彰

- 十カ年連続無火災分団(43・1月)
- 第十七分団(水沢北部)
- 五カ年連続無火災分団(48・1月)
- 本部分団・第六分団
- 一カ年無火災分団52・1・12月
- 第二・三・四・五・七・八・十・十一・十三・十四・十五各分団、警備分団

(以上十日町市消防後援会表彰)

●個人表彰

- 消防庁長官表彰(53・3・7付)
- 永年勤続功労章
- 第十七分団長村山勇吉
- 日本消防協会長表彰(53・3・7付)
- 功績章 副団長滝沢光義
- 功績章 副団長小野塚清一
- 第十六分団長上村久夫
- 勤続章(三十年勤続)
- 分団長南雲一他七名

# 妙高災害からの教訓

現地を視察して

去る5月18日、妙高高原町で大規模な地すべり災害が発生しました。市では、その災害の実際がどんなものであったか、災害を防ぐ方法はあるのかどうかなど万一の場合に備えて、関係職員が現地を視察してきました。

現地での説明によると、妙高関山の赤倉山(標高2144m)の中腹1600m地点で約30万m<sup>3</sup>の土砂崩れが発生、この土量が白田切川を塞ぎ止め、たん水した水がヘドロ状となり、急勾配な河川(河川勾配比)を時速80kmの猛スピードで走り、川筋の土石を掘り崩し、30mの川中では土砂を飲みきれなくなり、平地200mから300mにわたり押し出し、妙高高原町新赤倉温泉地帯ではその土石量約90万m<sup>3</sup>となり、被害が増大したというのが実状のようでした。

特に川のカーブしているところでは流下不能となり、高さ約20mの断崖を乗り越え、重さ数トンの岩石と共に避暑観光施設の寮、別荘、住宅など16戸を全半壊し、13人の人達を飲みこみました。国道18号線白田切川にかかる橋脚を洗い、更に、国鉄信越線鉄橋を破壊する大災害であったのです。

おそらく、防ぎよ方法は現代の土木工学をもってしても不可能と思われる。

「災害は忘れた頃にやってくる」妙高の災害もまさにこの一語につきる思いがしました。

緑の高原のところどころに大きな岩石を散見し、以前にも土石流出の災害場所であったのではないかと感じ、昔は人が住めるようなところではなかったのだろうと思った。

観光開発、乱開発こそ要注意であることを、この災害は教訓としてくれたように思います。

市内にも地すべり指定地区が17カ所あります。指定地区にはなっていない危険箇所は山間地に点在しています。

融雪期から梅雨期の間は特に災害発生のおそれがあります。充分のご注意をお願いします。



(十日町町史より)

## 大火の状況

時は明治三十三年六月十日午後十一時原町西側機屋大島清七宅より出火す……全町ほとんど焦土と化したる惨沮たる悲況を出現せり……何分天気引続きし……加えて風さえ加わりたれば最早防止するを得ず……現在の後藤屋の辺まで燃来りしと覚えし頃、風は益々烈しく小雨交りの西風と変したれば火災は方面を転じて宮下方面を一呑に甜め尽し……夜明け方になりし頃、山卸ろしの朝風江道より吹き捲りその勢にて西浦方面を尽く焼き払い、僅かに危難を免れたるものは川原町、袋町の一部、高田町の一部、田中の一部、田川町、五の町の一部、原の一部のみにして翌日即ち十一日午後十時頃に至り漸く鎮火せり……



## 水はみんなの資源です

大切に使いましょう!

一日〜七日は水道週間でした。市の水道事業も二十一年経過しました。給水人口は市勢の発展とともに増大し、上水道と十三カ所の市営簡易水道をあわせると四万二千人余りとなり普及率は市全体の人口に対して八十四・六%に達しました。又、一人一日あたりの平均給水量も十年間で一・二五倍と増加しています。この間、皆さんの需要に応じ第一期・第二期の拡張事業を完成させ、五十一年度から第二期拡張事業を実施しているところです。上水道会計は皆さんの水道使用料に上乗せされています。住宅や家財については、その価額の二分の一以上が損害を受け、しかも、その年の合計所得金額が四百万円以下の場合には、次の表のように合計所得金額の大小に応じて、所得税額が全額免除されたり、軽減されます。しかし、損害額が合計所得金額を超える場合であってもその超える金額は翌年以降に繰越すことができます。詳しくは、税務署 税務相談室 (番)二一三二(一)へ

## 災害を受けたときは 税の減免手続を

震災、風水害、火災などの災害を受けたときは、所得税が軽減されたり免除されたりします。その方法にはつぎの二つがあり、どちらか有利な方を選ぶことができます。

### 一、雑損控除による方法

損害額が一年間の合計所得金額の十分の一を超えるときは、その超える金額を所得金額から控除することができます。損害額が大きすぎて控除しきれないときは、翌年以降三年間に繰越すこともできます。

### 二、災害減免法による方法

災害減免法の計算	
合計所得金額	所得税額
200万円以下の場合	全額免除
200万円超〜300万円以下	2分の1の軽減
300万円超〜400万円以下	4分の1の軽減



# 第4回市民芸能祭(前期)

(十日町市民会館ホール) 入場無料

6月24日(土) PM 5:00~8:00

## 「音楽と演劇の夕べ」

——十日町高校・吹奏楽部と演劇部——

### <第1部> 音楽

- \* 黄金の日々
- \* シンホニックプレリュード ほか

### <第2部> 演劇

「今、このひとときを」  
 …… キャンディーズ解散が  
 日本教育界に与えた影響 ……

### <第3部> ポップス

- \* クワイガワマーチ
- \* ポップス変奏曲かぞえ歌
- \* Top of The world
- \* ルパン三世 ほか

7月2日(日)夜「民謡の夕べ」

企画  
中  
です。

7月9日(日)夜 市民吹奏楽団 市民合唱団 合同公演

詳細につ  
いては6月  
市報に  
載ら  
せ  
て  
お  
知  
ら  
せ  
て  
お  
知  
ら  
せ  
て  
お  
知  
ら  
せ  
て

十日町市民会館(☎7-5011)

### クラブ紹介 十日町あすなる会



市民ハイク…巻機山山頂で

私達は、登山、ハイキング、スキーを通して青春をエンジョイしているグループです。  
 ♪美しく雄大な自然の中で、愉快な仲間と語らい、青春の喜びを見つめる。  
 七月には恒例の「市民ハイキング」を平標山に計画しています。市民のみならず、ぜひ一緒にしましょう。  
 なお、あすなる会では、山に興味をお持ちの方、これから山歩きを、とお考えの方を募っています。公民館で毎月2回、例会を開いていますので、おいでください。詳しくは、高木タイブ、高橋まで。(☎七七八四四四)

### 家庭にこもりがちなお母さんへ

ふるさと、十日町を見直す婦人講座の学習が始まりました。さそいあわせてご参加ください。

学習日/毎月第1・3水曜日(8回)

時間/午後1時30分~3時30分

会場/十日町市民会館

学習方法/講義・話し合い・調査・見学など

☆本人の宛名書したハガキ5枚を添えて公民館へ申し込んでください。

第2回目の学習は6月21日です

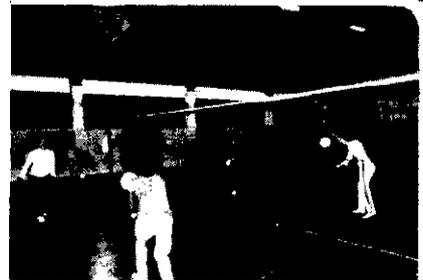


### 焼物教室

◆焼物教室  
 夜の部、昼の部の二コースあります。もう数回集まり、作品もたくさんできました。受講生は、二十歳の女性から七十代の方までいっしょになって和気相々とやっています。  
 初めてのロクロを使つての作業に笑いが絶えません。  
 秋の文化祭をめざして張り切っています。

## ひとりひとりをつなぐ茶の間に

### 下条地区公民館



### 婦人体育教室

◆婦人講座  
 今年は、「老後を考える」というテーマで映画を観、講義を聞き、話し合いをしながら、現在二十三名の婦人が熱心に学習を続けています。  
 四十代までに老後を考えないと遅いのではないかと、老後をどのように過ごしたらいいのか、それまでどう生きたらいいのか、私達の老後は本当に今より保障されるのか? など、毎月一回一月まで学習を続けます。  
 ◆婦人体育教室  
 若さを保つために、また、若かえりのために適度な運動は大切です。今年は、ミニ・バレーボールを取り入れてやっています。ミニ・バレーボールは、バドミントンのコートとネットを使用し、ボールはビッチボールを使用します。心配はほとんどありません。運動量はかなりになり、楽しいものです。  
 三十代、四十代の方には最適な運動です。

### 婦人学級「手芸コース」



## 第4回婦人講座

とき 7月3日(月)  
午後8時~10時

ところ 下条地区公民館

\*老化現象とその対策

講師 桑原貞子(三条医師)

- ◎こんなコースがあります  
 盆歌講座/月一回・十一月まで  
 老人講座/年間六回  
 家庭教育講座/月一回  
 婦人学級/手芸・料理A・B  
 (各年間十一回)  
 二子婦人学級/月一回  
 東下組婦人学級/月一回
- ◎地区体育祭(7月23日)
- ◎文化祭(10月下旬)

北越北線薬師峠トンネルが、6月6日貫通しました。  
 薬師峠トンネルは、信濃川左岸の十日町市霞坂から松代町犬伏まで直線で結ぶ長さ5,994mのトンネルで、途中トンネル内で列車が行達をするため680mの複線部分があります。

工事は、東上区(3.6km)を榊間組が48年8月に、西工区(2.4km)は榊間組が48年11月にそれぞれ着工していました。両工区ともたびたびの出水に悩まされながら、このほど喜びの貫通式をむかえたものです。

貫通式には、十日町市側入口から川島鉄建公団副総裁、浜東京支社長、池田十日町市助役、松代町側入口から関新潟県副知事、川室新潟県議会議長、秋山松代町長ら100人がトンネル内に入り貫通を喜びあいました。

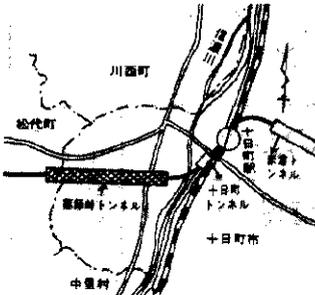
北越北線は、現在、六日町・十日町間の路盤工事は、赤倉トンネルの一部残工事と橋桁の架設工事を除きほぼ終わっています。十日町・犀潟間については、用地買収とこのたび貫通した薬師峠トンネル及び鍋立山トンネルの工事を施行中です。

上越新幹線の開通にあわせて早期の完成が待たれます。

北越北線薬師峠トンネル貫通



ガッチリ握手!!——秋山松代町長(左前)と池田助役



- 北越北線工事の沿革
- 昭和39年9月 工事線に指示される(六日町・直江津間延長六十八・七キロメートル)
- 43年3月 工事実施計画認可(六日町・十日町間延長十五・九キロメートル)
- 同年8月 六日町・十日町間工事着手
- 44年9月 赤倉トンネル工事着手
- 47年8月 十日町高架橋工事着手
- 同年10月 工事実施計画認可
- 十日町・犀潟間四二・七キロメートル
- 48年3月 十日町犀潟間工事着手、十日町トンネル工事着手
- 49年1月 十日町高架橋完成
- 50年6月 薬師峠・鍋立山両トンネル工事着手
- 同年12月 十日町トンネル完成
- 51年1月 赤倉トンネル貫通
- ◎52年度末現在
- 施行済み延長二一・六キロメートル
- 赤倉薬師峠鍋立山各トンネル工事施工中、延長九・九キロメートル

**たばこを吸うな**  
**未成年者と禁煙法**

未成年者喫煙禁止法が生まれたのは明治33年のこと。以来4分の3世紀以上にわたって、この法律は生きつづけている。世界各国でも若者の喫煙については規制措置をとってはいるものの、その内容はまちまち。

たとえば、アメリカの場合は、州ごとに未成年者に対する販売禁止措置がとられているが年齢は16歳から18歳未満までと州によって違う。イタリアは18歳未満、イギリス・カナダ・オーストラリア・ノルウェーは、16歳未満、オーストラリアの場合は首都ウィーンでは18歳、その他の地区では16歳以下の喫煙が禁止されている。

おもしろいのは、西ドイツでは、16歳未満の若者は、公共の場所ではたばこを吸ってはいけないという規則があるだけ。それも、16歳以下であつても結婚していれば、男女ともおっぴらに吸ってもいっこうにおかまいなし、というイキなただし書までついているそう。

**こんな人はすぐ手続きを**  
**障害福祉年金**

障害福祉年金は、いままで日常生活が自分だけではできず、他人の介護を必要とする重い障害者に限り支給されてきました。ところが、昭和四十九年三月に国民年金法が改正され、その支給範囲が広がられて比較的軽い障害者(右表)にも障害福祉年金を支給されることになりました。

該当されている方で、まだ障害福祉年金の支給範囲が拡大されたことを知らず、手続きの済んでいない方は、早めに市民課国民年金係(☎七三一一一内二一九)へご連絡ください。

障害福祉年金(2級)をうけられる  
 廃疾の状態(国民年金の障害年金2級も本表と同じ)

1. 両眼の視力の和が0.05以上0.08以下のもの
2. 両耳の聴力損失が80デシベル以上のもの
3. 平衡機能に著しい障害を有するもの
4. 咀嚼の機能を欠くもの
5. 音声又は言語機能に著しい障害を有するもの
6. 両上肢のおや指及びひもとさし指又は中指を欠くもの
7. 両上肢のおや指及びひもとさし指又は中指の機能に著しい障害を有するもの
8. 1上肢の機能に著しい障害を有するもの
9. 1上肢のすべての指を欠くもの
10. 1上肢のすべての指の機能に著しい障害を有するもの
11. 両下肢のすべての指を欠くもの
12. 1下肢の機能に著しい障害を有するもの
13. 1下肢を足関節以上で欠くもの
14. 体幹の機能に歩くことができない程度の障害を有するもの
15. 前各号に掲げるもののほか、身体の機能の障害又は長期にわたる安静を必要とする病状が前各号と同程度以上と認められる状態であつて、日常生活が著しい制限を受けるか、又は日常生活に著しい制限を加えることを必要とする程度のもの
16. 精神の障害であつて、前各号と同程度以上と認められる程度のもの
17. 身体の機能の障害若しくは病状又は精神の障害が重複する場合であつて、その状態が前各号と同程度以上と認められる程度のもの

**又至** 障害福祉年金とは:  
 ◎初診日(初めて医師にかかった日)までの国民年金加入期間が短かく、提出期の障害年金は受けられないが、初診日までの加入期間に保険料の未納がないとき。

◎初診日が二十歳前か昭和三十六年四月一日前にある人。

◎高齢のため国民年金に加入できなかった人で、廃疾認定日が七十歳未満の人。ただし明治四十四年四月一日以前に生れた人に限る。……が支給対象です。

\*廃疾認定日とは、障害年金を受けられる権利があるかどうかを判断する基準となる日です。



# 新潟県林業振興大会 魚沼地方植樹祭

6月20日

第六回魚沼地方植樹祭と第二十二回新潟県林業振興大会が、六月二十日開かれます。

植樹祭は、魚沼地方の造林推進と地域林業の振興をはかるために毎年行っているものです。

当日は、午前十時から塩之又部落入会林で、参加者全員による杉苗千五百本の記念植樹、公共施設に配布される記念緑化樹の贈呈、功労者、緑化ボスタ―標語の優秀作品の表彰などが行われます。

午後からは、市民会館で、魚沼地方植樹祭の参加者に、県下の林業関係者を加えて、第二十二回新潟県林業振興大会が盛大に開催されます。

この大会では、県下の林業者林業団体の関係者を一同に集めて、今後の林業振興の方策を協議します。市民会館では、魚沼の林業展示会も開かれます。

## 林業相談を開設

今年から中核林業振興事業がスタートしました。市・農林課では林業地づくりの一環として林業相談を開設しています。

山林所有者や、キノコや桐などの特殊林産物の生産者の方で、技術的なこと(お困り)のことがありましたら林務係

にご連絡ください。のちほじ小千谷林業事務所の林業改良指導員が現地を指導してくれます。

相談事項は、造林・特殊林産物生産・林業経営・苗畑・緑化(鉢ものは除く)などで、お気軽にご相談ください。

相談先／市農林課林務係 (電話一三二一―内二六六)

## はかりの定期検査を実施!

はかりの定期検査をつぎの日程で行います。検査を必要とするはかりをお持ちの方は是非受検してください。

■定期検査を受けるはかり

取引(売買)又は証明用に使用しているはかり、商店、露店運送業、工場、事業所、農協等で使用しているはかり、学校、

病院等で使用している体重計は必ず検査を受けてください。

■定期検査を受けなくてもよいはかり

学校の教材用はかり、農家の供米用試ばかり、日通・国鉄・郵便局等で使用しているはかり

■その他の注意

①検査当日は、「計量器使用者調査書」の住所・氏名・職業・電話番号に必ず記入してから持参してください。

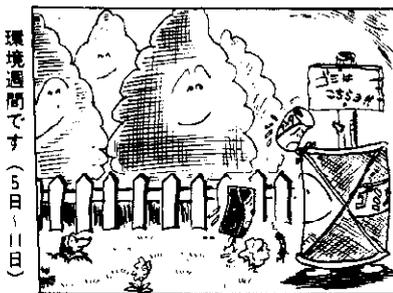
②検査には手数料がかかります。

③すえつけはかりの所有者は申し出てください。

会場 市民体育館  
受付時間 午前九時～十一時  
午後一時半～三時半

■検査日

七月四日 本町一丁目上下・本町東、西一丁目・本町二丁目六丁目



環境週間です(5日・11日)

## 石坂正隆さんら3人に 県体育協会表彰

このほど、県体育協会では、52年度の体育功労章、優秀競技者賞の受賞者を発表しました。

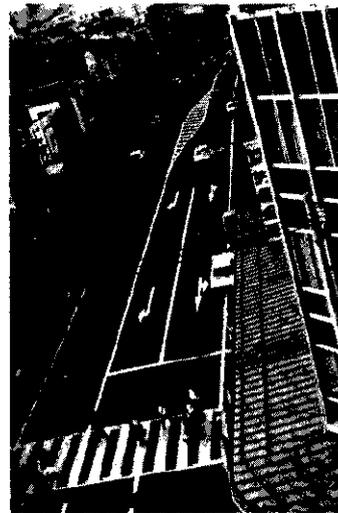
市内からは、体育功労章に石坂正隆さん(昭和町)、優秀競技者賞に品川達平さん(山本)茂野和子さん(三和町)が選ばれました。

石坂さんは、戦前は野球部の選手として活躍、戦後は十日町体育協会、野球協会の戦後創設発起人として協会の設立に参画しその後、野球協会長、十日町市体育協会会長として、積極的に団体の育成や後進の指導にあたってこられたものです。

品川さんは、33回国民体育大会、スキー距離競技、教員の部で2位に入賞、茂野さんは、十日町高校在学中に、第12回全国高校定通制陸上大会の400mで2位に入賞した成績が認められたものです。

五月二十五日発行の市報におかまお知らせ版の七ページ、「尿浄化槽を設置したら」の浄化槽清掃料金の注意書で、●清掃料金は15㎡より5㎡まで0.1㎡増す毎に七百二十円加算の一行がぬけていました。追加させていただきます。問い合わせは衛生センター(電話七五七)へ

本町二丁目の高田町との交差点から、本町六丁目の派出所前交差点の間に、車輛進行方向通行区分が設けられたのにお気づきですか。



このように通行区分が設けられたのにお気づきですか。

これは、右折時の事故が多いのでその事故防止と、交通の流れをよくするために五月末から実施されているものです。

通行方法は、交差点附近の路面に標示してある矢印にしたがつて、右折車は早目に進路を変えて道路の中央寄り車線に進み、直進車及び左折車はそのまま

まの車線を進んでください。白い斜線で囲んだゼブラ(安全地帯)には入らないでください。道路いっぱいには通行区分を設けてありますので、駐車をする余地はありません。元々、この区間は駐車禁止区域です。駐車をしてあると交通渋滞を起すことになり、交通事故のともになります。一層のご協力をお願いします。

すでに税務署から皆さんに通知してありますので、期限内に遅れないように納めてください。

■予定納税の減額は つぎのような方は予定納税額の減額申請ができます。

①廃業、休業、転業、失業をしたとき。

②災害、盗難、横領にあったとき。

③結婚や出生によって所得控除が受けられることになったとき。

④景気の変動などにより、営業不振となり本年分の所得が相当少なくなるようなとき。

詳しいことは最寄りの税務署 税務相談室でお尋ねください。

所得税第一期分の予定納税は七月一日から七月三十一日まで納めていただく金額は、

### 所得税の予定納税は 七月三十一日まで

目・袋町東、西、中・高田町一、二丁目。

七月五日 高田町三東、西、南、丸山町、昭和町一、四丁目、西寺町、七軒町、泉町、賀賀糸屋、関口樋口町、駅通り、西浦東、西、旭町、笹町町全域、西本町、千代田町、八幡田町、下川原、宮下西、東、諏訪町、神明町、学校町一、二、水野町、若宮町、七月六日 田中町全域、川原町、

### 浄化槽清掃料金(追加)

五月二十五日発行の市報におかまお知らせ版の七ページ、「尿浄化槽を設置したら」の浄化槽清掃料金の注意書で、●清掃料金は15㎡より5㎡まで0.1㎡増す毎に七百二十円加算の一行がぬけていました。追加させていただきます。問い合わせは衛生センター(電話七五七)へ





# じょうずな医療の受け方



## 「じょうずな医療の受け方」 を連載するにあたって ——十日町市・中魚沼郡医師会——

医師会は、これまで日常診療活動をはじめ、学校医、産業医、各種検診、予防接種等を通じて地域住民のみなさんの健康について力をそそいできました。

このたび、十日町市保健課の行う「住民の健康づくり」運動に協力して「上手な医療の受け方」というシリーズを「市報とおかまち」の折り込みで連載することとしました。

市民のみなさん、病気を早く見つけて早く治しましょう。病気の早期発見、早期治療は「健康づくり」と表裏一体と考えてもよいと思います。病気の早期発見のために、このシリーズがみなさんのお役に立てば幸いです。

また、もう一つみなさんに知って頂きたいことは、当十日町市中魚沼郡が、県下1・2の医師過疎地域であるということです。新潟市の周辺地区では、住民400人に医師1人の割合ですが、当地区は住民2000人に医師1人しかおりません。

したがって、この地区の医師は新潟地区の医師にくらべて、5倍の責任を負っているわけです。

数少ない医師をあまりコキ使ってバテさせないよう、上手に利用して、自らの健康を守る智慧をこのシリーズを読んで身につけて頂くよう希望いたします。

### ◆かかりつけの医師を持ちましょう

医療は本来、人によって差があつてはならないものですが、よい医療の第一条件はなんといつても医師と患者さんとの間に良好な人間関係が成立し、相互信頼で結ばれたものでなくてはなりません。

そこで、住んでいる近くに、何事にもよらず相談のできる家庭医をもち、異常があれば受診し、処置してもらおう。更に総合病院での診療が必要であれば、紹介してもらおう。

このような医師と家族とのつながりをもつことが、育児ノイローゼなどによる不幸なでき事を少しでも少なくする最もよい方法と考えられます。

この「かかりつけの医師」は、ちやうど同じ家庭内での関係の

ようなもので「ホームドクター」とよばれています。

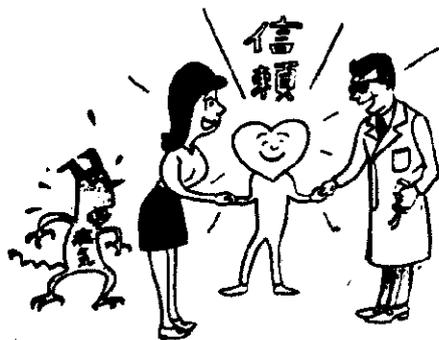
①健康相談について、遠慮がねなく相談に乗ってもらえます。

②専門外の時でも、相談相手になり、助言してくれます。

③病気の時には、あなたの体質

や性格、過去の病気を十分知っているから、それを心得てより良い診療を受けられることになり

④医師の側からすると、大変無理な注文と思われるようなことでも、特別にということだってあります。それが親しい心の結びつきというものだと思います。



## こころなつきには...

◆けいれんがおきたときには子どものひきつけは、育児を経験された方なら一度や二度は必ず体験していただけるはず。

これは熱性けいれんといって高熱のためですから心配のないことが多いのですが、大人のけいれんは子どもと違って大変なことが多いのです。けいれんがおきたら舌をかまないよう応急手当をしてください。静かにねかせて、衣服をらくにし、部屋を暗くして換気をよくしましょう。そして熱の有無をたしかめ、熱があれば冷やし、手足が冷たければ温めてください。

たとえ、医師の来診をうけても医師はけいれん発作を目前にみることは少ないものです。

また、病人はけいれん発作時は意識もなし、発作直前のことも思い出せないことが多いので、医師はその時の状態を家族から聞くよりしかたがないのです。家族の方は落ちついてよく発作の状態、時間、口からの泡、顔色をみていてください。また飲み残しの薬、みない薬の空箱は捨てないで医師に見せてください。

◆頭のいたむときには

頭痛は、過労や心労のような、日常生活によくともなうものやかせから重い伝染病までいろいろの病気が出てきます。また頭蓋内疾患には頭痛を主症状としてきますし、その頭痛も本人だけしかわかりません。部位と痛み方、熱の有無、はきけ、耳鳴りなどをよく考えて医師に相談しましょう。その結果では、それぞれの専門医、例えば内科、外科、眼科、耳鼻科、皮膚科婦人科、歯科、精神神経科で精密検査を受けなければならぬこともあります。

◆発疹が出たときには赤い点々の「ぼろ」や「まだら」を発疹といいます。発疹に気がついたらすぐ熱を計ってください。熱があれば内科系で、熱が無ければ皮膚科で受診されるのも一つの目安になります。

発疹の出る病気は軽くすむ病気から、恐しい伝染病まであります。その出はじめた部位、熱との関係、大きさ、数、かゆみ、内服した薬など診察のときに詳しく話してください。

発疹にはいろいろの特徴があるので、それを聞くだけでも医師はたいへん診断の助けとなります。

# ◆よい診療を受けるために



医師は誰でもすべての患者さんに同じように誠意をつくして診療を行うのは当然のつとめです。しかし、多くの医師は毎日朝から夜まで沢山の患者さんを診療しています。

ですから、限られた診療時間で、最もよい診療を受けるためには、患者さんの努力や協力がぜひ必要です。医師から最高の医療を受けるように、医療のきまりや慣例を守るように心がけましょう。

■診察のとき気をつけたいこと  
診察を受けやすい服装をしま

しょう。内科の場合では聴診、打診のしやういような、また外科や皮膚科では患部の出しやすい衣服を着たいものです。また血圧を計る方は袖口のきついで着をさげましょう。(血圧が不正確になります)化粧などもしない方がよいのです。

診察にあたって医師はありのままの状態から正しい症状を把握しなければなりません。飲酒して受診するようなことは絶対にやめましょう。特に子どもさんなどが鉛玉やガムを口に入れたまま受診することは大変危険

です。

また初診の時などは検尿をすることも多いので、診察直前に排尿しないようにしましょう。

■健康保険証は忘れないように  
保険証、老人医療証、乳幼児医療証等の必要なものは、必ず持って行きましょう。「あとから持ってきます」ということは、ちようどバスの定期券を忘れたとき、無料で乗せてくれというのと同じで、大変な規則違反であり、保険による診療になりませんので、患者さん自身のご損ということになりま

治療の途中で保険証がかわった時、また会社をやめて保険証を返納する時など、すぐ診療者側に申し出ましょう。

これをされなへために、後程多額の治療費を請求されたり、また退職後の継続療養の資格を失ってしまうこともあります。

■診療時間を守りましょう  
受付時間を守るのは当然のことですが、やむを得ない場合は別として、診療終了間際にかけてたり、時間外ばかりに行くのはやめましょう。疲れた医師や看護婦さんに仕事時間を延長させるようなことはやめま

しょう。特に初診の場合は検査の必要も多いので、少し早めにてかけると診療も検査もスムーズにいき、よい治療が受けられます。

■問診のとき気をつけたいこと  
診察室で患者さんの訴えを一通り聞いたあと医師はいろいろ

病状についておたずねします。これを問診とって診断に大変重要なことです。

患者さんは、医師のたずねたことには正確に要領よく隠しごとなどしないで話しま

■診察後の医師との話  
診察がすむと医師は診断の結果から症状や治療法、今後の注意などいろいろお話しするはず

また病状によっては、一度ではつきりした診断がつけられず、治療しながら経過を診ることは常にあることです。こんな時医師はいろいろな場合を考え、先々のことを考えて治療をすすめて行くものです。

これら医師の立場を理解して時に短時間の説明で十分納得させられない時でも、信頼して治療をまかせることが大切です。

■治療についての話  
医師の指示した医療指導はよく守りま

由で守れない時は前もって医師に話しま

## ●病気と症状

お母さんは子どもが熱を出したり、腹がいたかったりという「症状」が出るごと、びっくりして医師の門をくぐることになりま

「症状」と「病気」とは必ずしも平行しているとは限りません。結核とか腎炎のようにかな

を見せた時だけの症状として認められるのです。扁桃炎の場合四十度も熱があれば、誰でも心配して医師にみせるでしょう。

しかし、薬をのんで熱がさがつてしま

は、熱(即ち症状)をなおすだけでなく、完全に細菌を殺さなければなりません。細菌をみな殺しにする前に治療を中断すると、病気が慢性化するばかりかその細菌がその薬に対して抵抗性をつくり、次に治療の必要

勝手に薬局へ走って薬を追加したり、次々と医師をかわつたりすると、医師は病気について正しい判断ができなくなります。

また治療中の病状の変化や、体調の変化は早く医師に話しま

ペニシリン・ピリン系薬剤などはつきりした副作用は、医師に明確にその薬物名を教

要は、いったん医師にかつたらその医師を信頼しその医師の全力をひき出すようにすることです。