

増える健康食品のトラブル

かえって不健康になった例も

「この数年、健康に対する意識の高まりとともに、健康食品は大変なブームになっています。同時にトラブルも出ている。多くは相模が寄せられています。そこで健康食品の問題点について考えてみます。」

健康食品は「健康食品」とは何かという定義はありません。ただ、一般に「健康の維持、増進に効果がある」と期待させる食品であるといわれています。

健康食品としてよく販売されているものには、ローヤルゼリー、クローラ、高麗ニンジン、小麦胚芽油、ブルーベリーエキス、マンナなどがあられます。これらの中には錠剤や液状のものも多く、1回何錠とか小さじ何杯とか薬のような売られ方をしていますが、健康食品は薬ではなく、あくまでも食品です。

「1に効く」とか「1に効く」といって薬効をうたうと薬事法違反になります。効果を期待して買ったものの、日本消費者協会が行ったアンケート調査によると、健康食品を飲用した「効果があった」と答えた人はわずか14.5%。半数近くの人が「わからず」と答えています。健康食品が1箱数千円から数万円もすることを考えると、何とも高価な食品といえるでしょう。

体を支える健康食品もある。健康食品のなかには、それを飲食しただけで、かえって健康をそこなってしまうものもあります。これまでに678件(50年4月158年1月)の危害情報(国民生活センター)に寄せられています。危害情報の内訳としては、下痢、嘔吐、気分が悪くなった、吐き気、胃が痛くなった、熱がでた、シミ、かぶれなどの皮膚障害が目立っています。これでは「健康食品といえるでしょうか。」

健康はバランスのとれた食事から。食品は本来、健康を維持、増進させるためのもの。高価なものも健康食品に頼らなくても、食生活の改善で十分です。健康食品は健康を、おいしく食べられることが健康、ということを見守ってほしい。

▼問い合わせ 市民生活課

発達に心配のある子どもの相談。発達を促すための指導。次の日程で行います。

▼対象児 0歳、1歳で精神遅延、発達に心配のある子ども

▼相談員 筑波大学心身障害学系助教 池田由紀江先生

▼日時 8月27日(月)午前9時から午後4時まで(予約制)

▼場所 身体障害者福祉センター(湖北駅北口から徒歩あり)

▼申し込み 電話で身体障害者福祉センターへ

身体障害者福祉センター 早期発達相談

発達に心配のある子どもの相談。発達を促すための指導。次の日程で行います。

▼対象児 0歳、1歳で精神遅延、発達に心配のある子ども

▼相談員 筑波大学心身障害学系助教 池田由紀江先生

▼日時 8月27日(月)午前9時から午後4時まで(予約制)

▼場所 身体障害者福祉センター(湖北駅北口から徒歩あり)

▼申し込み 電話で身体障害者福祉センターへ

我孫子の野鳥(83)

ツツドリ(ホトドリ) (キス科)

全長約三十一センチ。頭と顔のどしどし胸が灰色で体の上面は暗灰色です。尾は黒くて白い斑点があり、腹は白くて黒い横線が、カウコウの横線より幅が広く粗いことが識別点です。夏鳥にして南方より春渡来し、山地の林にいて、「ポボ、ポボボ」とひびく声で連続的に鳴きます。自分で巣を作らず他の鳥に卵をあずけて育てさせます。

この辺では通年するだけですが、この渡りの九月頃には、桜並木や松林などでは大きな毛虫を食べています。

(写真・木村稔、文・高橋敏夫)

買物めやす表(7月) 単位:円

| 品名 | 規格 | 買値 | 売値 |
|-------|-------|-----|-----|
| 小麦粉 | 1kg | 210 | 210 |
| 塩 | 1kg | 250 | 250 |
| 肉 | 1kg | 420 | 420 |
| 牛乳 | 1kg | 196 | 196 |
| 生クリーム | 1kg | 204 | 204 |
| バター | 1kg | 252 | 252 |
| マーガリン | 225g | 181 | 181 |
| 卵 | 10個 | 185 | 185 |
| じゃがいも | 1kg | 275 | 275 |
| しょうゆ | 1kg | 258 | 258 |
| 食糧油 | 700ml | 347 | 347 |
| 砂糖 | 1kg | 263 | 263 |
| マヨネーズ | 300g | 214 | 214 |
| みそ | 1kg | 300 | 300 |
| しょうゆ | 1kg | 899 | 899 |
| しょうゆ | 1kg | 84 | 84 |
| しょうゆ | 1kg | 831 | 831 |
| しょうゆ | 1kg | 205 | 205 |
| しょうゆ | 1kg | 176 | 176 |
| しょうゆ | 1kg | 43 | 43 |

食用油が2月から5か月間連続して上昇しました。2月に比べると40円も高くなっています。



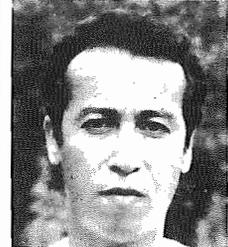
108

犬も性格が第一です

6月に開かれた、「第16回全日本警備員訓練競技会」足跡道及部で、市内シベリヤがみこと優勝に輝いた。興奮の囁き犬として初の快挙だった。

訓練をしたのは中津に在住の谷口和彦さん33。若手訓練士としてはまさに「金の」だった。

「犬にも性格のいいのと悪いのがあります。優勝した犬は何より素直で順応性があり、教えられた通りのことをしてくれました。教えてもらいやすいですね」と喜びをかみしめる。



日本一の警察犬を育てた 谷口和彦(中津)

谷口和彦さん(中津)は、25歳のとき、遅いスタート

「犬にも性格のいいのと悪いのがあります。優勝した犬は何より素直で順応性があり、教えられた通りのことをしてくれました。教えてもらいやすいですね」と喜びをかみしめる。

谷口和彦さん(中津)は、25歳のとき、遅いスタート



手作りの料理がほとんどの「健康食品」です。

高福祉者文化祭

ふるってご参加ください

日時 9月18日(火)・19日(水)

午前9時30分から

場所 つつじ荘

内容 *展覧会(18日、19日) 絵画、書道、写真、生花、手芸、短歌、俳句ほか *演奏会(18日)

日頃の練習の成果を披露してませんか。

▼対象 老人クラブ会員および65歳以上の市内居住者

▼申し込み 老人クラブ会員は会長に申し込んでください。一般の方は、ハガキまたは電話で福祉課へ

一般健康診査

65歳以上の方は各医療機関で

厳しい暑さが続いています。お元気に過ごしてください。今年も年に1度の無料検診日があります。今年も年内にお医者さんにかかっていた人は必要ありませんが、その他の65歳以上の方は、ぜひお受けになって自分の健康を確認してください。

また健康手帳をお持ちの方は、検診を受けたり何かわ変わったことがあった場合、いつでも記入しておくと忘れないうでください。

▼実施期間 9月1日～9月30日

▼お申し込み 9月1日～9月30日

▼持参するもの 郵送したハガキと保険証

※昨年も交付していた健康診査は、市内各医療機関に置いてあります。

▼対象者 大正8年9月1日以前に生まれた方で、現在内科で診察を受けていない方

▼問い合わせ 保健センター

一般健康診査実施医療機関名

| 医療機関名 | 時間 | 医療機関名 | 時間 |
|--------------------|--|--------------------|---|
| つくし131-1 我孫子つくし野病院 | 午前9:00-午後4:00 水曜日休診 | 東葛橋子1-12-3 限本医院 | 午前9:00-午後5:00 水、土曜日(午後)と月曜日休診 |
| つくし野77-23 竹田内科医院 | 午前9:00-12:00 午後4:00-6:00 水曜日休診 | 中里48 中野医院 | 午前1:00-3:00 日曜日休診 |
| 根戸1739-1 小倉病院 | 午前8:30-11:30 日曜日休診 | 湖北台3-8-2 佐藤内科医院 | 午前9:00-12:00 午後3:00-5:00 水曜日休診 |
| 白山1-18-5 守尾医院 | 午後3:00-5:00 水曜日休診 (注)尿は持参して下さい | 湖北台4-6-1 我孫子中央病院 | 午前9:00-午後4:00 |
| 白山2-11-7 藤本内科医院 | 午後1:30-5:00 | 湖北台7-41-10 湖北台診療所 | 午前9:00-12:00 午後2:00-5:00 |
| 白山2-8-27 桜井医院 | 午前9:00-12:00 午後3:00-5:30 日曜日休診 | 湖北台8-18-24 岡野内科医院 | 午前9:00-11:00 午後2:00-3:00 火、土曜日の午後休診 |
| 白山3-1-18 染谷医院 | 午前9:00-12:00 午後4:00-7:00 日曜日休診 (注)尿は持参して下さい | 湖北台9-7-10 増田医院 | 午前9:00-11:00 午後2:00-4:00 土曜日休診 |
| 寿1-18-4 横山医院 | 午前9:00-12:00 日曜日休診 (注)尿は持参して下さい | 湖北台9-9-10 宇治医院 | 午後2:00-4:00 土曜日休診 |
| 我孫子264 アピコ外科整形外科病院 | 午後2:00-5:00 水曜日休診 | 新木1152-10 佐藤医院 | 午前9:00-12:00 午後3:00-6:30 土曜日(午後)休診 |
| 我孫子783-70 森沢内科 | 午前9:00-12:00 午後3:00-6:00 水曜日休診 | 布佐2118-2 金山医院 | 午前9:00-12:00 午後3:00-6:00 水曜日休診 |
| 若松141 竹内内科医院 | 午前9:00-12:00 午後3:00-5:00 土曜日(午後)休診 | 布佐2977-1-1 宮本外科 | 午前9:00-11:00 午後3:00-5:00 土曜日(午後)休診 |
| 東40-18 似島内科医院 | 午前9:00-11:00 午後3:00-4:00 土曜日休診 | 布佐2992 横山医院 | 午前9:00-11:00 午後1:00-4:00 (注)尿は持参して下さい |
| 並木8-17-4 貫井医院 | 午前9:00-12:00 午後3:00-6:00 水曜日休診 | 布佐3069-2 凌雲堂医院 | 午前9:00-12:00 |
| 下戸139 鈴木内科医院 | 午前9:00-11:30 | 布佐1-13-6 長田内科胃腸科医院 | 午前9:00-12:00 水曜日休診 |



8月1日現在 *人口 110,527人(+1,802人)
(対前年比) 男 55,383人 女 55,144人
*世帯数 33,362世帯(+700世帯)

- 市役所本庁 85-1111
- つくし野支所 84-8801
- 湖北支所 88-0828
- 湖北支所 88-2111
- 市佐支所 89-2358
- 教育委員会 85-1151
- 水道局 84-0111
- 消防署 84-0119
- 少年センター 85-1514
- 市史編さん室 85-2481
- 保健センター 87-1131
- 市民会館 84-3311
- 市民図書館 84-1110
- 市民図書館湖北台分館 87-3055
- 市民図書館移動図書館 87-0909
- 中央公民館 82-0515
- 都市改造事務所 85-1171
- 区画整理課 83-1181
- 身体障害者福祉センター 88-0141
- つつじ庄 88-0123
- 生活環境課(浄化槽) 87-2379
(ゴミ)87-0015 (し尿)88-2547

もよあし

市民将棋大会

- ▶日時 8月26日(日)午前10時
- ▶場所 金子卓球場
- ▶会費 大人1500円(賞品、昼食付)、小中学生500円(昼食付)
- ▶問い合わせ 我孫子将棋同好会 金子☎82-3394

ボランティアの会

◎朗読勉強会新人募集

- ▶日時 9月より毎月第1・第3水曜日午前10時から
- ▶場所 寿市民センター
- ▶連絡先 社会福祉協議会 ☎84-1539

湖北会創立一周年記念講演会

- ▶日時 8月19日(日)午後2時
- ▶場所 上新木青年館(入場無料)
- ▶テーマ 手賀沼再生の道はあるのか
- ▶講師 東京大学工学部都市工学科 中西準子氏
- ▶問い合わせ 藤街☎88-2576 安本☎88-2244

なのはな体操講習会

- ▶日時 8月28日(火)午前10時
- ▶場所 市(市民スポーツセンター)体育館(費用無料)
- ▶内容 なのはな体操とパリエーション(なわとフープの巻)
- ▶申し込み・問い合わせ 8月25日までに電話で県青少年婦人課へ ☎0472-23-2409

第7回 千葉県消費者大学講座

よりよい消費生活の向上をはかるとともに、消費者問題の専門知識を習得するための講座を開催。

- ▶開講式 9月12日(水)午後1時30分 ホテルニューツカモト
- ▶松戸コース日時 9月19日、27日、10月3日、11日、17日、24日、31日、11月8日、16日の10日間出席できる方(費用無料)
- ▶場所 東葛飾合同庁舎(松戸市)
- ▶申し込み・問い合わせ 8月31日までに申込書またはハガキ(住所、氏名(ふりがな)年齢、職業、電話番号、消費者団体加入の有無、講座等終了の有無を記入)で〒271 松戸市小根本7東葛飾合同庁舎5F千葉県松戸消費生活センター ☎0473-61-2111

ボランティア専門養成講座生募集

- ▶日時 8月29日(水)午前10時30分から午後3時まで
- ▶場所 寿市民センター
- ▶テーマ 高齢化社会と在宅福祉(講演)とヨガ体操(実技)
- ▶申し込み・問い合わせ 8月20日(月)までに社会福祉協議会へ ☎84-1539

成人職業訓練生募集

雇用促進事業団・中央技能開発センターでは、9月分の受講者を募集しています。

- ▶講習名 テクニカルイラストレーション初級基礎、パーソナルコンピューター(女性向実務コース)、2級建築士受験準備講習ほか
- ▶申し込み・問い合わせ 中央技能開発センター ☎0434-23-4622

第9回 技能尊重に関する写真コンクール作品募集

- ▶テーマ 職業訓練の重要性および技能尊重意識の醸成を認識させるもの
- ▶規格 四ツ切(カラ、白黒いづれ可)
- ▶応募資格 県内在住在勤者
- ▶作品には題、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、勤務先(学生の場合は学校名)、勤務先の電話番号、撮影年月日、撮影場所および番号・組写真別を明記する。
- ▶送付先・問い合わせ 9月10日までに〒260-91千葉市市場町1-1千葉県県工労働部職業訓練課 ☎0472-23-2754

国際理解・国際協力のためのポスター・全国中学生作文募集

世界平和の強調、人類の福祉の向上など国際連合やユネスコの精神、その実践活動、人権尊重の意義などを表わした作品を募集

ポスター

- *規格 小・中学生は四ツ切以下、高校生以上は半さしまたは四ツ切

全国中学生作文

- *原稿 400字詰原稿用紙3枚以内で題は自由(学校、家庭、社会における作者の研究や体験あるいは実践に基づいて述べたもの)
- ▶送付先・問い合わせ 〒260-91 千葉中央郵便局私書箱40号、千葉県企画部広報課県民課内 ☎0472-23-2406

農業センサスのポスター・標語を募集

農業センサスは、5年ごとに全国のすべての農家等を一斉に調査する農業の国勢調査とも言わべきものです。

〈ポスター〉

- 内容 明るく農家に理解されやすいもので「農業センサス」昭和60年2月1日「農林水産省」の文字を入れる。*大きさ たて72cm、よこ51cm *色 文字を含めて5色以内
- 送付先 〒260-91千葉中央郵便局 私書箱40号、千葉県企画部統計課農林統計係

〈標語〉

- 送付先 〒153 目黒区目黒2-11-14(財)農林統計協会
- *ハガキに作品を書き住所、氏名、年齢、職業(小・中学生は学校名、学年)を明記してください。
- ▶応募締め切り 9月3日
- ▶問い合わせ 千葉県企画部統計課 ☎0472-23-2222

明るい選挙啓発用マンガ募集

- ▶内容 日ごろから政治・選挙と日常生活との関連性について考えること、有権者としての心構えなどを内容としたもので一党一派に片寄らないもので、画の中やサブタイトルに「公明」、「明正」の文字は使用しないこと。
- ▶規格 白ケント紙B5判で4コマ以内、色は黒1色とし作品の裏に住所、氏名(フリガナ)、年齢、職業、性別を記入する。
- ▶応募先・問い合わせ 9月30日までに〒102 千代田区平河町2-4-3(財)明るい選挙推進協会マンガ作品募集係 ☎03-261-7613

お知らせ

電話相談室の利用を奨励

- ▶相談内容 *友だちからいじめられる。*登校や登園を嫌がる。*親の言うことをきかない。*万引をするなど、しつけ性格傾向、健全育成に関する相談
- ▶相談日時 毎週月・金曜日の午前9時30分から正午、午後1時から4時
- ▶相談先 千葉県相兒童相談所 ☎0471-31-7175

市民会館の催し

市民会館名画展「ガンジー」

1982年度アカデミー賞8部門受賞。大英帝国を打ち負かし、3億5000万人の国民を自由にした偉大な歴史上の人物ガンジーの78年におたる生涯。

- ▶日時 9月9日(日)午後1時
- ▶入場料 500円(全自由席)



- ▶問い合わせ 社会教育課
- ▶入場券発売所 *平賀書店*北口ひらが*ダイエー我孫子店*ブックスズキ*荒井書店*石川春光堂*ポピー*十一屋書店*中央公民館*市民図書館湖北台分館*市民会館内売店ひろがり*市民会館

昭和60年歌会始詠進歌の詠進

お題は「旅」と定められました。

- ▶詠進要領 *自作1人1首、未発表のもの*半紙に毛筆で自書のこと*病気、身体障害などで自書できない場合は、別紙に理由を書き、代筆を行うこと。盲人の人は点字でも差し支えありません。
- ▶書式図 (習字用)の白半紙(がよい)
- ▶詠進の期間 9月1日から10月11日まで(当日消印有効)
- ▶郵便のあて先 〒100 東京都千代田区千代田1番1号宮内庁、封筒に「詠進歌」と書き添えてください。小さく折つても差し支えありません。
- ▶問い合わせ 宮内庁式部職あてに、住所、氏名を書き返信用切手をはった封筒を添えて9月未まで

身元をさがす相談所開設

警察本部では、身元のわからない死者の身元をさがすため相談所を開きます。

皆さんの家族や知人等で、家出している人、消息がわからなくなっている人など心配されている方は相談所をご利用ください。

- ▶日時 9月13日(木)午前9時から午後4時まで
- ▶場所 柏警察署
- ▶問い合わせ 我孫子警察署刑事課 ☎82-0110

家計簿を頒布

県庁審議会推進委員会では、昭和60年用「明るい生活の家計簿」を次のとおり頒布します。

- ▶価格 1部 200円
- ▶申し込み 8月25日(土)までに電話またはハガキで市民生活課へ
- ▶現品受渡し 10月下旬から11月下旬までに代金と引き換えに交付します。
- ▶問い合わせ 市民生活課

労災職業病なんでも相談室

- ▶日時 8月25日(土)午後1時から4時まで
- ▶場所 千葉中央コミュニティーセンター(費用無料)
- ▶連絡先 千葉中央法律事務所 ☎0472-25-4567

明るい話題

- ◆市民の方(匿名)から福祉のために2万5100円の寄付がありました。
- ◆睦会様(若松)から子供みこしの際のお菓子 140個をみどり園に寄付がありました。
- ◆千葉義勇隊(天王台)からみどり園にテーパーブクロスの寄贈がありました。
- ◆千葉土建一般労働組合我孫子分会(代表者、佐藤武夫)様から社会福祉施設整備基金へと新木園地自治会で行った無料包丁ときざしでの愛の募金7514円の寄付がありました。

テレホンサービス ☎85-1313

| | |
|-------|--|
| 8月16日 | ☞年金相談=市民相談室10:00~15:00 ☞少年相談=少年センター(教育委員会内)10:00~15:00 |
| 17日 | ☞結婚相談=商工会館10:00~14:00 |
| 18日 | ☞少年の日 |
| 19日 | ☞日曜当番医=テレホンサービス ☞休日救急科診察日=休日救急科診療所(市民会館内)9:00~12:00 ☞家庭の日 |
| 20日 | ☞心配ごと相談=商工会館 9:00~15:00 ☞つつじ荘休館 |
| 21日 | ☞法律相談=市民相談室 9:00~15:00 |
| 22日 | ☞消費者苦情相談=市民相談室10:00~15:00 ☞アルコール家族教室=天王台青年館13:30~16:00 ☞老人健康相談=つつじ荘13:30~15:00 |
| 23日 | ☞少年相談=少年センター(教育委員会内)10:00~15:00 |
| 24日 | |
| 25日 | |
| 26日 | ☞日曜当番医=テレホンサービス ☞休日救急科診察日=休日救急科診療所(市民会館内)9:00~12:00 |
| 27日 | ☞人権講座・行政相談=都市改造事務所 10:00~15:00 ☞心配ごと相談=市佐支所 9:00~15:00 ☞つつじ荘休館 |
| 28日 | ☞法律相談=市民相談室 9:00~15:00 ☞つつじ荘休館 |
| 29日 | ☞消費者苦情相談=市民相談室10:00~15:00 |
| 30日 | ☞少年相談=少年センター(教育委員会内)10:00~15:00 |
| 31日 | |

夕方は市内で買います
1箱につき30円が市の財源に、昭和58年度は2億8600万円が市の行政に役立てられています。

市税納期限のお知らせ
今月の納税は、市県民税の2期と国民健康保険税の2期です。
*納税は納期限内に納めましょう。