10月

□健やかで、できるだけ永く人生を送りたい……。こんな願いが昨今の〝ジョギング〟や〝健康読本売れ行き好調〟を招いています。

年のうちで一番さわやかな季節です。無理をせずに少しがんばりましょう。

小学校の運動会は4日に集中です。ご家族で楽しみましょう。

□食欲の秋。体の調子がよいとつい食べすぎます。

新米、新鮮な野菜と果物、涼しい空気が、暴飲や暴食を誘います。

昔からの名句〝腹八分目〟が実行できるとよいのですが……。

□〝行政改革国会〟が始まりました。ぼう大な赤字を解消するために、国をあげてとり組もうとするものですが、行革とは何かを国民の大部分が知らないとのことです。

政治ばなれもここまできたかの感がします。この責任は国民にも為政者にもあります。

行政改革法案の主なものは、国の支出の減で、厚生年金、公務員共済、児童手当、自賠責保険、義務教育、公共事業などに予想＝確定視されています。

その〝つけ〟は、高知県や南国市などの地方公共団体、それに個人の家庭へ回ってきます。

南国市への〝つけ〟は、つまる所南国市民へ回ってきます。

今でさえ、増税、物価高で苦しい所へ、こんどの法案が成立すると、〝極限〟に来るかも知れません。南国市の再建も、開発公社をかかえて、決して〝順風〟で進んでいるとは言えない状態です。

市民負担のない〝再建〟はできないものでしょうか。

医療相談コーナーQ&A

妊婦と風疹

風疹は、俗に三日ばしかと言われているくらい比較的軽い感染症ですが、妊婦さんにはとても気になる病気です。なぜなら妊娠初期にかかると、生まれてくる赤ちゃんに眼や耳の障害、心臓奇形などの異常がでることがあるからです。

でも、風疹は一度感染を受けると免疫ができて、それ以後はまずかからないと言われていますので、妊婦さんにとっては、免疫をもっているかいないか、もっていればそれがいつ頃できたものかが問題になります。

また、感染のしかたによっても赤ちゃんの異常のでる率が違ってきます。最もこわいのは、症状が出た場合（発疹、発熱、リンパ節の腫れなど）です。

しかも、妊娠月数が少ないほど高率の傾向が強いようです。

知らない間に感染を受けた場合や、まれにある再感染では、異常が出る率は、はるかに少ないと言われています。したがって、風疹流行期には、妊婦さんは検査を受けた方が良いでしょう。検査は、免疫＝HI抗体価をしらべます。

(A)は妊娠の週数ですが、妊娠第15週までにかかるとこわく（▨部分）、第16週以後は一応安心とされています。

(B)は抗体価が8倍以下で免疫が無い場合で、(C)は有る場合です。

いずれの場合も全ですが…→の時期は安があります。

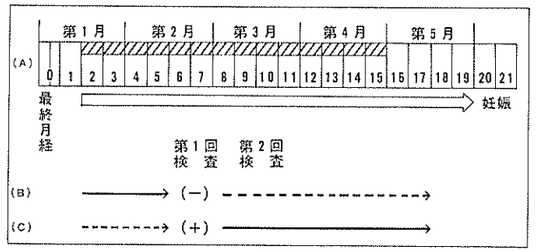
第1回の検査結果で(B)か(C)か分ると…→の時期に感染がないことを推定するために第2回目の検査を(B)では妊娠第16週に入った頃に、(C)では第1回の検査から2～3週間後に行います。この2回の検査を比較して、心配ないかどうかを確かめます。したがって、風疹の検査は原則として2回、場合によっては3回行うこともあります。

風疹免疫の保有率は、西日本では二十歳代で約70%くらいです。

これらのことから、やはり、妊娠前に検査をして、免疫のない方は、あらかじめ風疹ワクチンを接種しておくことが理想的です。

妊娠中に、風疹についての心配があれば、主治医に相談して下さい。

【南国市医師団　Y医師】



ご家庭で話し合って答えてください。答えは、この広報に出ています。

■もんだい・今年は〝完全参加と平等〟をテーマにした○○○○年です。

■しめきり・十月十五日

■おくり先・〒783　南国市大埇甲二三〇一　南国市役所内広報委員会親子クイズ係

■答えのハガキには必ず、住所・氏名・年齢・職業を書いてください

■賞品・特賞千円＝三人、残念賞（記念品）＝五人

第120回正解者発表（敬称略）

（応募総数56通）

観光コンパニオンに松下さんら三人決まる

市観光協会（沢村武一会長）が募集していた「第三回南国市観光コンパニオン」に、このほど、松下純子さん＝前浜（22歳）、細川澄子さん＝十市（24歳）、田村美喜子さん＝岡豊町小蓮（22歳）の三人が選ばれました。

この観光コンパニオンは、市の主催、または共催する観光事業などのお手伝いをしてもらおうと、市民のなかから募集していたものです。今年で三回目を迎えますがこれまでいずれも応募者が少なく、今回からこれまでの「ミス南国」から「観光コンパニオン」に名称を変更。応募者の〝増〟を期待したものの、応募者四名と、盛り上がりの点では今年も今一つという感じでした。

八月二十三日の面接には、この三名が出席（一名は欠席）。観光協会の沢村会長や副会長をはじめ、吉本・国沢両助役、県観光連盟の岩川専務らが審査にあたり、約一時間それぞれに面接を行ったあと、『応募者が少なかったことは、PR不足もあって残念だったが、みんな立派な人がそろっているので三人に決定する。コンパニオンのみなさんにはこれから一年間、県内はもちろん、県外にも行って多くの催物などに出席してもらい、市の観光行政発展のため、がんばってもらおう』と、三人の委嘱を決めました。

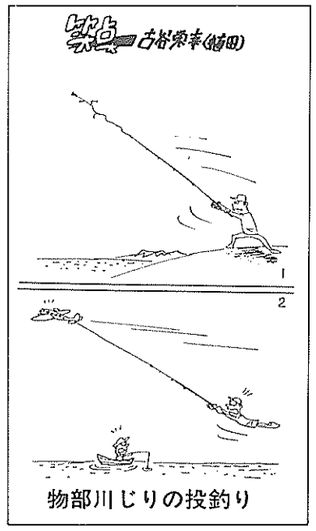
なお、コンパニオンのみなさんは、十一月開催の南国市観光物産まつり（市民体育館）で、市民に披露されることになっています。

コンパニオンのみなさん、一年間、がんばってください。

■こたえ・大◆小と◇小。

■特賞・千円＝三人
澤村規江（十市）
北内克明（岡豊町）
大崎通子（大埇）

■残念賞・記念品＝五人
浜田好彦（明見）福留春美（大埇）西川征子（立田）門田しのぶ（植田）西山裕三（片山）



物部川じりの投釣り

南国歌壇

昼寝より覚めて見上ぐる大空に
白雲わきて夏に名残つ　下野田　竹村虎治

黄昏の田の面ながめて祈るかな
風雨ことなくみのりの秋を　亀岩　島木　喧

海はるか白き船ゆくそこだけが
夕闇のなか暮れ残り映ゆ　篠原　山本　茂

あの雲を越えてしゆかむアメリカ
の　国をめざして母と旅立つ　大埇　中田憲秀

戦いの海底深くもぐりをり
幾十年の歴史の重み　立田　北村幸江

梅雨じめる土佐路を出でて降りた
ちし　那覇の日射しはいたく眼
にしむ　西島　髙橋佐代

南国柳壇

名月を待ちくたびれて酔いつぶれ
嵐来て稔りの畑踏みにじり　古市　長野福美

就職を餌にあきれる口車
信じまい歯の浮くお世辞つい乗り
て　後免町　隅田俊作

南国俳壇

ひっつめの髪の一途さ遠花火　山岡みよ（岩村句会）

水中花おんなの勝気不意に萎ゆ　北岡高子（〃）

日向水赤いうさぎが浮いている　和田ひでみ（〃）

二学期の準備始まる日焼けかな　竹内とし子（梵鐘句会）

風たえず幣舞い上がる夏の宮　林　光江（〃）

廃坑の滴りにある蠑の跡　高橋以登（〃）

大追おて行く葬の径蛍径　氏原培博（茅花の会）

受話器取りはしゃぐ吾子や盆の昼　山崎　賢（〃）

逢えぬ日の幾日どこも曼珠沙華　西村ひとし（〃）