

中高年のための健康体操教室
お知らせ

左記の日程でフィットネスクラ
ブを開きます。

皆様、お誘い合せのうえ、ご参
加下さい。

日時 九月十一日(水)
場所 母島診療所二階
メニュー カンファレンスルーム
ミニユーストレッチ体操
ダンベル体操
体脂肪測定

日時 九月十一日(水)
場所 母島診療所二階
メニュー カンファレンスルーム
ミニユーストレッチ体操
ダンベル体操
体脂肪測定

問合せ先

村民課住民係

☎ (二)三一三

☆父島村民会館図書室から

・涼しい部屋で読書を!
・子ども図書室には、クーラーと
ソファーとテーブルがあります。
大人も子ども、どなたでも、本
をゆっくり読みます。ぜひ、お立
寄り下さい。

・読みたい本が見つかるかも:
・図書室では、文学・小説・ノン
フィクション等の本を著者名のあ
る順で本棚に並べています。
赤川次郎・五木寛之・内田康夫・
円地文子・大江健三郎というよう
な順で本棚に並んでいます。
お目当ての作家の本をさがして
みませんか?

・購入した新しい本の紹介III

・就職しないで生きるには
「シリーズ・自然にチャレンジ」
一ヶ月書店

「世界再発見」一九
「津波に襲われた島で」今井雅晴
「野の花とともに」篠原節子
「夏の災厄」鶴田静
「日本一の長寿郷」榎並悦子
「バランゴン一島から」とどいた
「バナナのえほん」
「バランギン・ワーキショップ
「エミルと小さなイーダ」
「リンドグレーン

「直下地震!」伊藤和明
「津波に襲われた島で」今井雅晴
「野の花とともに」篠原節子
「夏の災厄」鶴田静
「日本一の長寿郷」榎並悦子
「バランゴン一島から」とどいた
「バナナのえほん」
「バランギン・ワーキショップ
「エミルと小さなイーダ」
「リンドグレーン

「バランゴン一島から」とどいた
「バナナのえほん」
「バランギン・ワーキショップ
「エミルと小さなイーダ」
「リンドグレーン

父島・母島村民会館図書室に今
度購入する図書の「図書推薦委
員会」を募集します。

【部門】

・一般用図書

・幼児用図書

【資格】

本が好きな父島・母島に在住し
ている方。

購入する書籍の選定、及び簡単
な会議(数回)に出席すること。

【期間】

九月から十月ころまで

【活動】

本が好きな父島・母島に在住し
ている方。

購入する書籍の選定、及び簡単
な会議(数回)に出席すること。

【期間】

九月から十月ころまで

母島巡回労働相談のお知らせ

※父島村民会館で、購入希望図書、
推薦図書がある方は、次の事項を
記入の上、父島村民会館図書室に
あるポストに投函して下さい。
(記入事項)

①図書名

②著者名

③出版社名

④定価

⑤推薦理由
(購入できない場合もあります
ので、ご了承下さい。)

申込み・問合せ先

小笠原村社会福祉協議会

父島

母島

日時

九月二十八日(土)

午前十時から午後二時まで

場所

父島村民会館体育室

◎ハードカバー・文庫本・マンガ・
児童書・絵本など多数あります。
ぜひ、お立寄り下さい。

実施日

九月十七日(火)

午後五時~六時

会場

母島村民会館

二階和室

相談内容

労働条件(賃金、労働時間、
安全衛生等)

労災保険(加入、労災給付等)
求人求職(求人求職申込)
雇用保険(加入、失業給付等)

問合せ先

海洋センター

☎ (二)二八三〇

一 シヤルづくりなどを予定してい
ます。お友達を誘つてぜひきて下
さいね。

アオウミガメ
稚ガメ放流会のおさそい

小笠原の海岸では、続々とアオ
ウミガメのかわいい赤ちゃんが誕
生しています。アオウミガメの卵
は、六十センチほど深い砂の中
に産みつけられ、二ヶ月ほどか
かってふ化します。砂の中で卵か
ら出た稚ガメ達は、一週間ほ
どかかつて地上に這い上がり、
夜になつて砂の温度が下が
ります。はじめの一匹がそもそも穴か
ら出ると、次から次に這い出て一
目散に海に向かいます。全ての稚
ガメが海に入るまでに数分しかか
からないあつという間の出来事で、
かならずあります。海に入った稚ガメは、しきりに
見定めながら、島から離れて沖の方へ必死に泳いでいきます。これ
から百キロを超す親龜に育つて小
笠原に戻つて来るまでの長い旅の
始まりです。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

海洋センターでは、ふ化場で沖
まで随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

また、稚ガメの放流を十月下旬ま
で随時行っています。ウミガメの
パンフレットも配布しております。詳
しい放流会と時間と場所はお問合せ
ください。

清瀬職員住宅(一・二号棟) 土地造成に伴う残土の提供について

小笠原支庁では、今年度清瀬職員住宅一・二号棟建て替えのため、土地造成を行う予定です。これに伴い、残土が発生します。提供を希望される方は、九月二十七日(金)までに左記まで問合せください。

問合せ先

小笠原支庁総務課経理係
内線 二二一二

小笠原村テレビ視聴管理組合 組合職員募集のお知らせ

提供できる期間は、工事の進捗状況にもよりますが、概ね十一月中旬から来年二月初旬までの予定です。

募集人員
勤務先 父島 一名
職務 組合事務全般
年齢 三十五歳まで
学歴 高卒程度
給与 試験内容
応募締切 作文・面接
試験日等 九月十三日(金)
な、試験日等はおつてご連絡いたします。

問合せ・応募先

小笠原支庁総務課経理係
内線 二二一二

小笠原村観光協会事務職員募集

小笠原の観光の未来を考えたみたい方・・・
(キ) 小笠原の観光の

問合せ先
小笠原支庁総務課経理係
内線 二二一二

お手伝いをして頂ける方・・・
(ク) 村に対するすべての債務を完納している方。
の可能性を当協会で拡げてみて下さい。

委細面談(宿舎あり)

問合せ先 小笠原村観光協会
内線 二五八七

静沢分譲第二次募集

静沢第一期宅地分譲の一次募集を行いましたが、空き区画がありましたので、次のとおり二次募集を行います。

一、所在地等
(ア) 所在地 小笠原村母島字静沢

(イ) 地目 宅地
(ウ) 募集区画 九月六日(金)に村役場母島支所に掲示します。

二、分譲申込者の資格
分譲の申込みには、次に揚げるすべての要件を満たしていることが必要です。

(ア) 居住するための住宅を必要とする方
(イ) 平成八年九月九日(申込期間初日)現在、小笠原村に住民登録または、外国人登録をしており、居住している方。

(ウ) 契約締結の日から五年以内に自ら居住するための住宅を建設できる方。

(エ) 現に同居し、又は同居しようとする親族(事実上婚姻関係と同様の事情にある者及び婚約者を含む)がある方。

(オ) 所定の日までに譲渡代金の全額を支払うことができる方。

(カ) 小笠原村の集落地域内に自ら居住することができる土地を所有していない方。

(キ) 小笠原村の集落地域内に自ら居住する住宅を現に所有

していらない方。
(ク) 村に対するすべての債務を完納している方。

の可能性を当協会で拡げてみて下さい。

山縣さん、田中さん、小笠原村收回の一団を出迎えてくれたのは、野中さん、野中さん、野中さん、(なんとお三方ともに野中さんでした)とうだるような熱気でした。盆地特有の異様な暑さは、ここ小笠原に勝るとも劣らなかつたので、はないでしょうか。開会式当日は、この蒸し暑さに加え、大柄な選手は百九十cmに迫ろうかという鍛えぬかれたさわやかな女子高校生たちに取り囲まれ、ただ、圧倒されるばかりでした。三日間の短い日程ではありました。が、石川町長はじめ職員の皆様方のあたたかいお心遣いに触れ、大変印象に残る訪問となりました。

すでに四回目の訪問となる今回は、黒船祭に参加するだけでなく、ユーヨーク事務所のご協力で米国への国際交流、姉妹都市提携などに関する資料と情報の収集を行いました。

七月十四日(土)十七日(日)ニューヨーク滞在、ニューヨークでは、東京都二日、県内視察、町内視察、バレーボール開会式出席、歓迎レセプション出席、

二十一日ペリー提督記念墓前祭

市長との会談、観光協会訪問の

中で小笠原村が「どんな交流をし

てゆくのか」を探るために主にスケジュール

○ニューヨークが小笠原村との交

流に求めるものは何か

○ニューヨートのほかのイベント、

○黒船祭以外の訪問時期について

○子どもたちの交流についてなどについて意見交換を行いました。

次号以降に詳細報告等を掲載いたします。

詳細につきましては、防災特集号でお知らせいたします。

行われます。

詳細につきましては、防災特

平成八年度全国高等学校総合体育大会女子バレーボール競技開会式の招待を受け、去る八月一日より三日まで小笠原村の友好町村である山梨県檍形町を訪問いたしました。佐々木副議長を团长に檍田議員、稻垣議員、父島婦人会より

檍形町親善訪問

詳細は分譲要綱に記載しておりますので、分譲を申し込む際に必ず分譲要綱をご覧下さい。分譲要綱は建設水道課及び母島支所においてあります。

本分譲についてのお問合せは、建設水道課工務係

内線 二二一五

七、申込受付場所 母島支所庶務係
(二) 三二一五
八月一日
★訪問日程
二日 檍形町役場表敬訪問
二日 県内視察、町内視察、バレーボール開会式出席、歓迎レセプション出席
三日 バレーボール競技視察

六、申込期間 平成八年九月九日(月)から平成八年九月三十日(月)午後五時まで

六、申込期間 平成八年九月九日(月)から平成八年九月三十日(月)午後五時まで

山縣さん、田中さん、小笠原村收回の一団を出迎えてくれたのは、野中さん、野中さん、野中さん、(なんとお三方ともに野中さんでした)とうだるような熱気でした。盆地特有の異様な暑さは、ここ小笠原に勝るとも劣らなかつたので、はないでしょうか。開会式当日は、この蒸し暑さに加え、大柄な選手は百九十cmに迫ろうかという鍛えぬかれたさわやかな女子高校生たちに取り囲まれ、ただ、圧倒されるばかりでした。三日間の短い日程ではありました。が、石川町長はじめ職員の皆様方のあたたかいお心遣いに触れ、大変印象に残る訪問となりました。

七月十四日(土)十七日(日)ニューヨーク滞在、ニューヨークでは、東京都二日、県内視察、町内視察、バレーボール開会式出席、歓迎レセプション出席、

二十一日ペリー提督記念墓前祭

市長との会談、観光協会訪問の

中で小笠原村が「どんな交流をし

てゆくのか」を探るために主にスケジュール

○ニューヨークが小笠原村との交

流に求めるものは何か

○ニューヨートのほかのイベント、

○黒船祭以外の訪問時期について

○子どもたちの交流についてなどについて意見交換を行いました。

次号以降に詳細報告等を掲載いたします。

詳細につきましては、防災特

集号でお知らせいたします。

行われます。

空き缶リサイクル



ごみ袋半透明化 について [父島母島]

小笠原村では、四月より空き缶のリサイクルを開始しましたが、今回、小笠原中学校生徒会並びに母島中学校生徒会主催による、空き缶リサイクルのポスター конкурールを実施いたします。皆様ふるつてご応募下さい。

心要領

- ・「空き缶リサイクル」をテーマに、のびのびとした発想で、親しみやすいポスター作品を作つて下さい。
 - ・年齢の制限はありません。(どなたでも応募できます)
 - ・空き缶のリサイクルに関するものであれば、どのような内容でもかまいません。
 - ・紙の大きさはB4サイズ以上、紙質は自由で、見やすくてカラフルなもの。
 - ・水彩絵の具、油絵の具、クレヨン、クレパスを問い合わせん。
 - ・作品裏面に①住所②氏名③年齢④職業（学校、学年）⑤電話番号⑥簡単な製作意図、を明記して下さい。
 - ・作品はお一人、一点のみ（一作品）に限らせていただきます。
 - ・作品は、小笠原中学校、母島中学校、村役場産業観光課、または母島支所に、直接お持ちいただくか、郵送して下さい。

廣雅

- (各部門)ごとに、優秀作品一点、佳作二点を選出します)

四一三一三二

二見港
觀光船入港情報

船名	入港日時	(出港地)
出港日時		(帰港地)
三一	9月21日7時	(横浜)
佐々木丸	9月22日13時	(横浜)

容器や袋に関する ごみの出し方のルール (最終的に目指すルールです。)

- ◎ お奨めの出し方。
 - 使用できます。
 - ✗ 使用できません。

種類	可燃ごみ	不燃ごみ (燃却不可)
ふた付き容器 (ポリバケツ)	◎	◎
東京都推奨半透明袋 (炭酸ガス入り)	◎	◎
透明・半透明ポリ袋 (塩化ビニール袋除く)	○	○
中身の見えない袋等 (黒い袋、段ボール箱、紙袋など)	×	×
レジ袋 (透明・半透明袋) 白いレジ袋を含む	○	○
レジ袋 (不透明) 中身の見えない袋	×	×

- ・ごみの取り残しはいたしません。
- ・排出状況を見ながら、完全実施の時期を検討します。
- ・完全実施時期は、今のところ来年4月を予定しています。黒い袋や中身の見えない袋は、なるべく早く使い切つて下さい。

⑤中が見えない袋は、割れたガラスや刃物など危険物が入つていた場合、大怪我をすることがあります。作業の安全を確保します。

推奨半透明ごみ袋をお求め下さい。

は、なるべく早めに使い切り、新たにごみ袋を購入の際は、東京都

透明ごみ袋が置いてありますので、お買いい置きの黒い袋をお持ちの方

てもかまいません。

重袋でない限り、見られたくない物を、紙袋や新聞紙に包んで入れ

中にピンや缶などの不燃ごみを入れた、混合を隠すための故意の二

すので、村民の皆様の「」理解と「」協力をお願いいいたします。

身につけよう応急手当 2

応急手当の対象者とその必要性

1. 観察の必要性

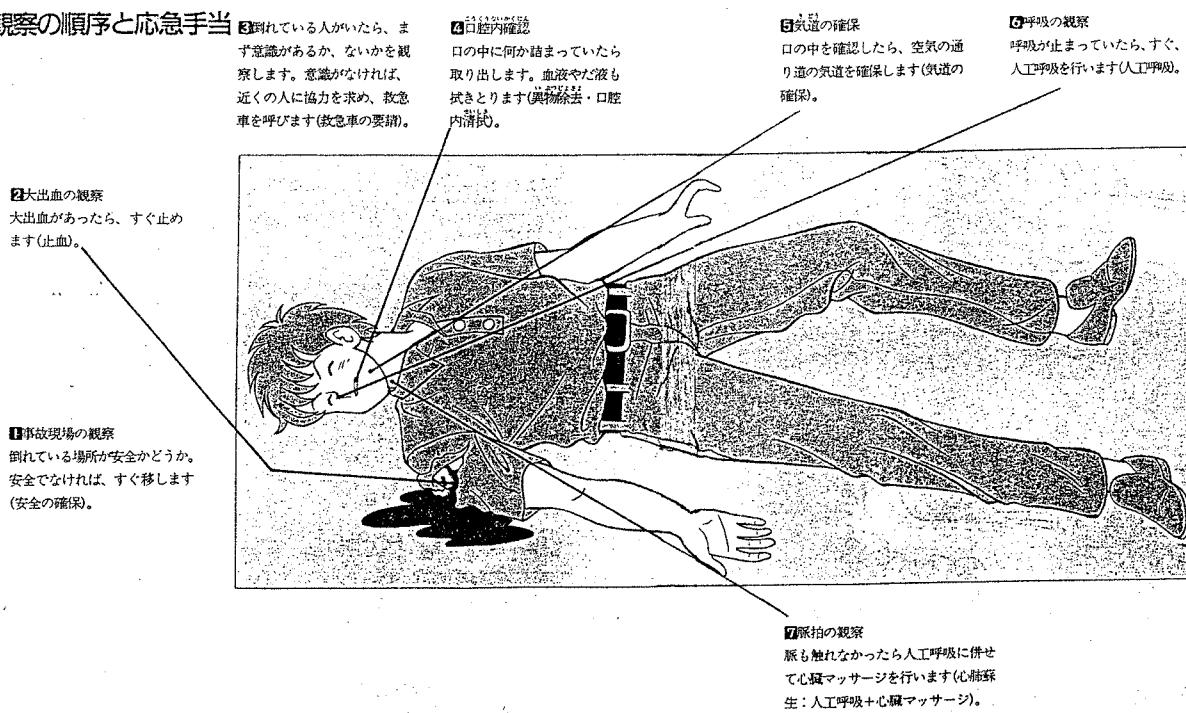
(1) 傷病状態の把握による応急手当

- ・応急手当は、ほとんどは病気やけがの原因を調べて、その原因に応じて行なうものではなく、傷病者の状態に応じて行ないます。・たとえば、呼吸が止まつた傷病者には、原因が交通事故でも病気であっても、原因にとらわれずに入人工呼吸を行ないます。
- ・応急手当は傷病者の状態をよく調べて把握したうえで行ないます。
- ・観察は、迅速かつ動搖を与えないようにして行ないます。

(2) 応急手当の優先順位を決定するための必要性

- ・適切な応急手当を行なうためには、まず観察を行ない傷病者の状態や訴えをよく把握することが必要です。
- ・観察の順序は、傷病者の生命に直接関係ある内容から行ないます。
- ・生命にかかわる観察は、応急手当と並行して行ないます。

観察の順序と応急手当



2. 気道確保の対象者

意識の障害を起こした人は、年齢、性別に関係なく気道閉塞を起こし、呼吸が困難になります、呼吸ができない状態に陥ることがしばしばあります。

したがって、意識障害を認めたときは、必ず気道確保の手当を行ないます。

- ・「軌道」とは、呼吸をするとき、鼻や口から吸った空気が肺まで通る道のことです。
- ・この空気の通り道がふさがれ、呼吸が困難になったり、できなくなることを気道閉塞といいます。気道確保とは、気道閉塞状態を取り除いてやる処置のことです。
- ・意識障害を起こすと、あごや舌などの筋肉がゆるみ、舌のつけ根（舌根）がのどに落ち込んで気道を狭くし、次第に気道をふさいで呼吸困難となったり、窒息状態になることが非常に多く起こります。また、意識状態を起こした人は、口の中に血の塊や、吐いた物などの異物があつても自分で吐き出すことができないので、気道閉塞を起こすことがあります。

3. 人工呼吸の対象者

(1) 人工呼吸を必要とする対象者

傷病者を観察し、呼吸が止まっているときは速やかに人工呼吸を行ないます。つまり、人工呼吸を必要とする対象者は、呼吸が止まっている傷病者です。

- ・人工呼吸法にはいろいろな方法がありますが、最も簡単で効果のある口対口で行なう呼気吹込み人工呼吸法が現在基本とされています。

- ・口対口の人工呼吸（マウス・ツー・マウス）は、自分の口で相手の口をふさぎ、自分の息を吹き込む方法です。

- ・口対口の人工呼吸には、次のような特徴があります。

①長所

- ・特別な器具や、そのための準備を必要としない。

- ・1人で実施できる。

- ・どのような状況下でも直ちに対応できる。

- ・吐く息の中にも多くの酸素（16%）が入っており、有効である。

- ・人工呼吸を実施している者の疲労が少ない。

- ・効果を判定しやすい。

- ・女性や子供でも実施することができる。

②短所

直接傷病者との皮膚の接触がある（伝染病等の感染、服毒等の二次汚染、不快感など）。

- ・口対口の人工呼吸は、直接傷病者の口等に接触することから、不快感、嫌悪感を伴いますが、人を助けることを優先に考え、勇気を持って行なうことが必要です。

(2) 感染防止の意義と方法

応急手当を行なうときは、手当を実施した人が、感染することのないよう、注意をして行なうことが必要です。

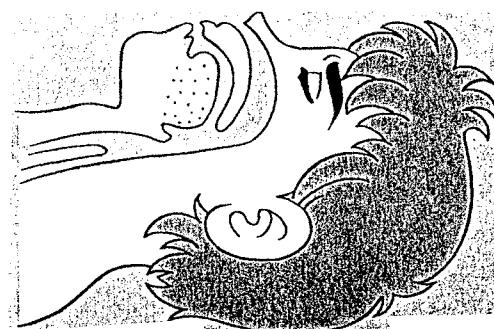
- ・気道確保をするときの口腔内の清拭は、手指にハンカチかガーゼ等を巻いて行ないます。

- ・傷病者が吐きだした者には、素手で直接触れないようにします。

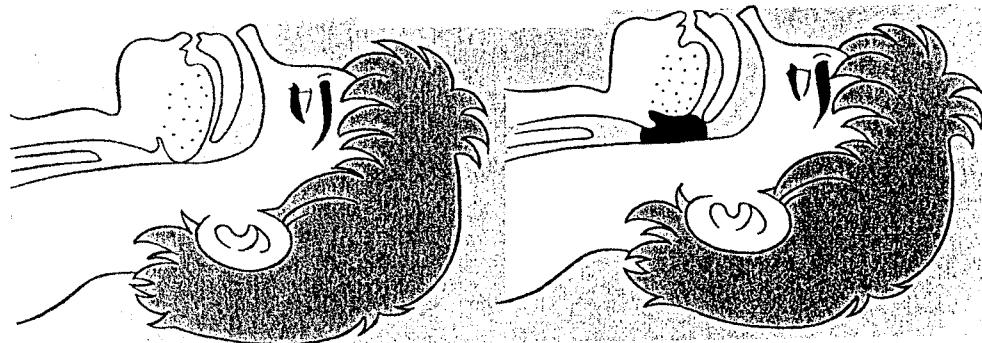
- ・人工呼吸を行なうときは、傷病者の口や鼻に直接、接しないように人工呼吸用マスクや使い捨ての人工呼吸用マスクを用いて行なうことが推奨されます。

- ・人工呼吸を実際に行なったときは、うがいをします。

- ・呼吸、脈拍が止まっている傷病者で、感染の危険が高く人工呼吸ができないときは、心臓マッサージだけを行ないます。



正常気道状態



舌根沈下による気道閉塞状態

異物による気道閉塞状態

4. 心肺蘇生の対象者

傷病者の脈拍を観察し、脈拍がまったくとれないときは、心臓マッサージを行ないます。また、呼吸停止をしており、さらに心臓も停止していると判断したときは、直ちに人工呼吸に併せて心臓マッサージを行ないます。この人工呼吸と心臓マッサージを組み合わせて行なう方法を心肺蘇生法 (C P R) といいます。

心肺蘇生法の対象者は、呼吸と心臓の両方が止まっている傷病者です。

- ・心臓マッサージは、脈拍が触れなくなったら、直ちに行ないます。
- ・呼吸と心臓の両方が止まっている傷病者に、心臓マッサージだけ行なっても、あまり効果はありません。
- ・心臓マッサージは、肋骨骨折などの損害を起こす危険があります。したがって、生きている人を対象に訓練することは危険があるので、絶対に行なってはいけません。

5. 止血の対象者

(1) 止血を必要とする対象者

大出血を起こしている傷病者には、速やかに止血の手当を行ないます。

・大出血を起こしている傷病者は数分で出血死に至ることがあるので、直ちに止血の手当が必要です。

・出血量が多いと出血性ショックに陥ることがあるので、それを防ぐためにも止血の手当が必要です。

・人間の血液量は、成人で体重の13分の1から14分の1 (7~8%) 体重が60kgの成人では約5ℓの血液があるといわれています。

・体内の血液量は、20%を急速に失うと出血性ショックを起こし重い状態となり、急激に30%以上の血液を失うと生命が危険な状態にあるといわれています。このため、成人でも1ℓの出血を急激に起こすと、出血性ショックとなり、1.5ℓの出血では生命の危険が大きくなります。

・出血量が多いほど、また出血が激しいほど、止血の手当を急ぐ必要があります。

出血の種類

①動脈性出血

吹き出すような出血を動脈出血といい、血管が細くてもまっ赤な血が脈打つように吹き出します。大きな血管では、瞬間に多量の出血を失って出血死の恐れがあります。緊急に応急手当を必要とするのは、この動脈性出血です。

②静脈性出血

湧き出るような出血を静脈性出血といい、赤黒い血が持続的に湧くように出血します。太い静脈からの出血も大量となり、止血の手当が遅れると短時間でショックに陥ります。

③毛細血管性出血

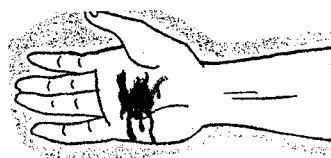
にじみ出るような出血を毛細血管性出血といい、指の先を切ったり、転んですりむいたようなとき、傷口から赤色の血がにじみ出ます。この程度の出血のときは、人工呼吸や心臓マッサージを優先させます。

(2) 止血の手当と感染防止の意義、方法

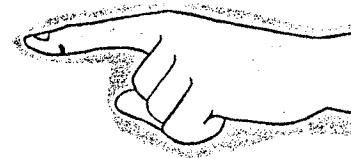
- ・手当を実施する人は、ビニールやゴムの手袋を着用するなどして、直接、血液に触れないようにします。
- ・飛び散った血液が、身体に付着しないように注意して手当を行ないます。
- ・止血や出血している創傷の手当を行なったときは、速やかに石鹼等を用いて流水により手を洗います。



鮮紅色の血液が脈拍に一致して噴出する

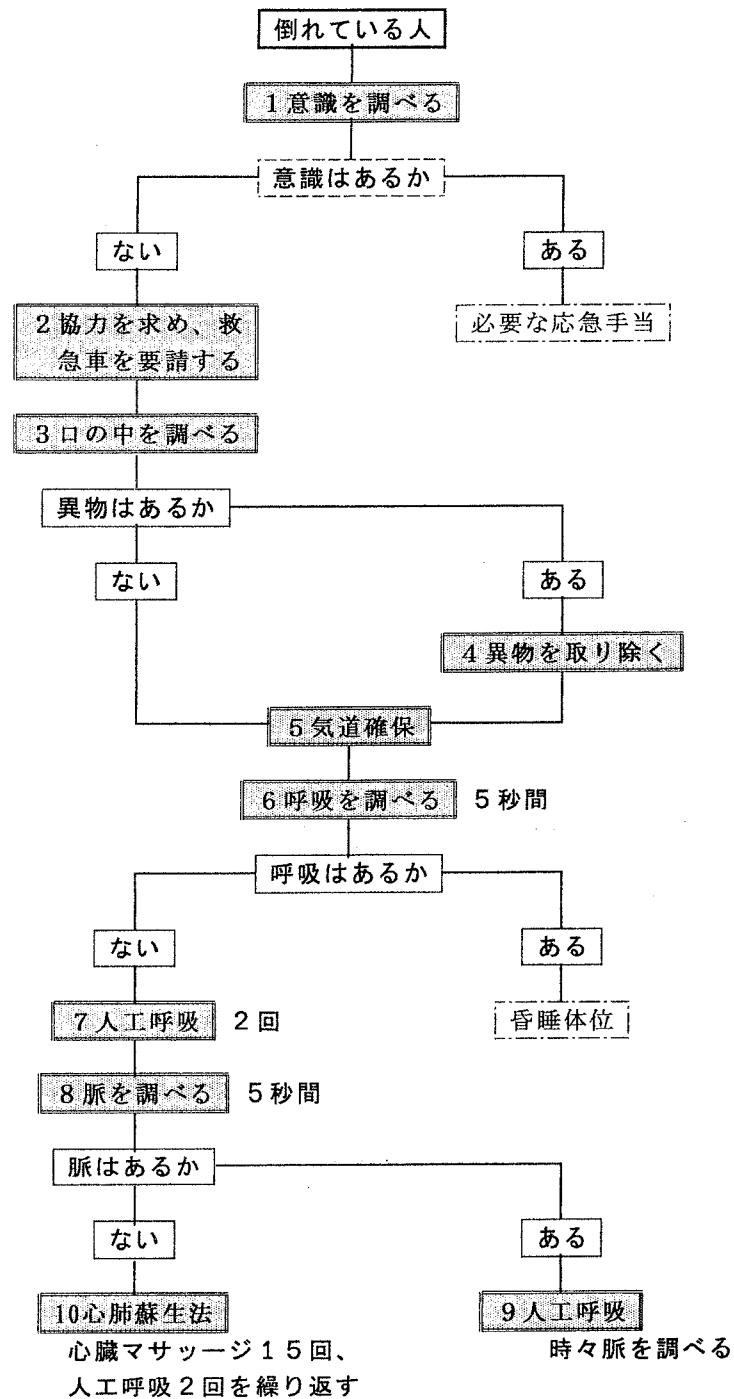


暗赤色の血液が持続的に流出する



動脈と静脈の中間色（赤色）の血がにじみ出る

救命処置の基準



次回は、観察及び気道確保
要領についてです

海や港は、みんなの財産です。海上交通ルールやマナーを守り、正しく、楽しく使いましょう。

- ◎ プレジャーボート等を利用した海洋性レクリエーションはとても楽しいのですが、楽しさばかりに目が向いてはいませんか。プレジャーボート等により海や港を利用するためには、責任や制約があることをご理解ください。
プレジャーボート等には係留場所や保管場所が必要です。（プレジャーボート等をお持ちの方）これからプレジャーボート等を持ちたいと考えている方は、必ず係留場所や保管場所を確保することが必要です。
- ◎ 不法係留は、他の船舶の支障になります。特に、小笠原のような離島においては、港湾は大切な交通、産業及び生活の基盤となる施設です。また、漁港は、漁業従事者の生活の根底を支える施設です。漁港内で漁業従事者の支障となるような行為は、絶対にしないでください。
- ◎ 海は、漁業従事者の生活の場でもあります。海洋資源の保護のためや漁業と遊漁との調整のために様々な規制があります。ルールを守ってトラブルの無いようにしましょう。
- ◎ 港内には、定期船や漁船等様々な船舶が航行しています。他の船舶の妨げとならないよう、十分に注意して航行しましょう。また、緊急時の急患移送のため、二見港内には飛行艇が着水する場合がありますので、その妨げとならないように十分ご注意ください。
- ◎ 美しい海を守るためにも、他への迷惑とならないためにも、ゴミや空き缶、タバコ等の投げ棄てはやめましょう。ゴミは必ず持ち帰って処分してください。

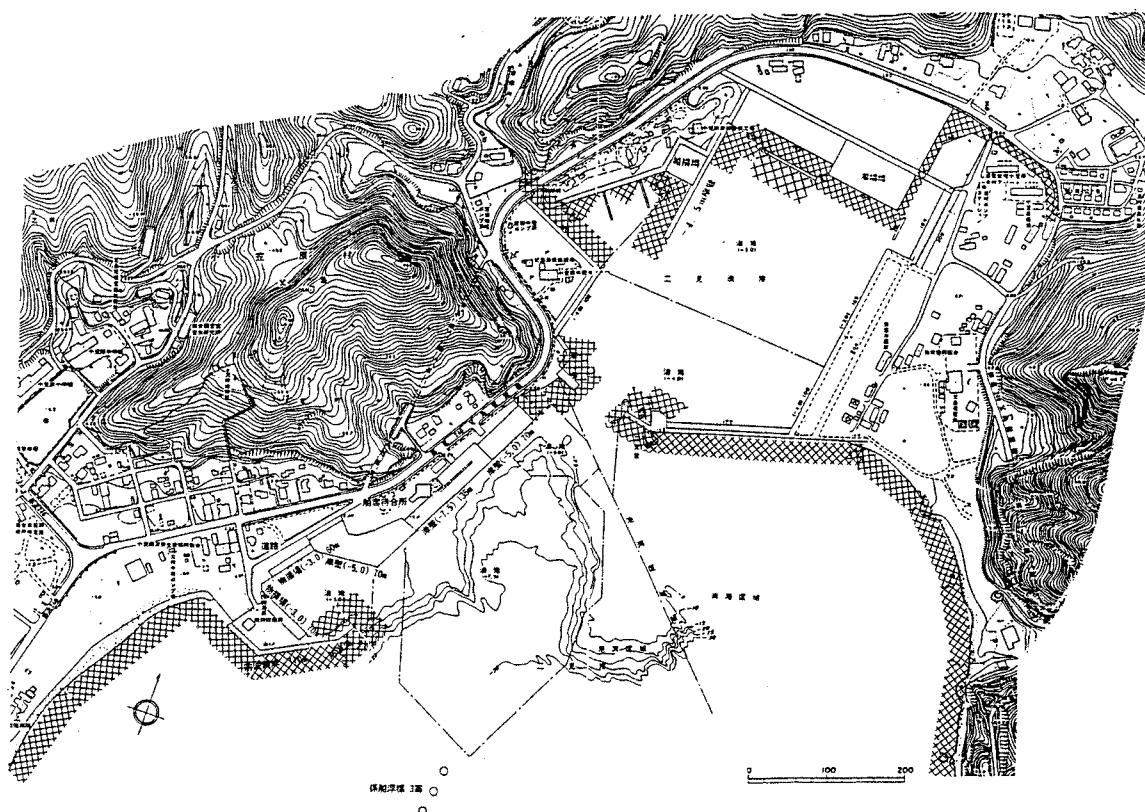
小笠原支庁

小笠原村

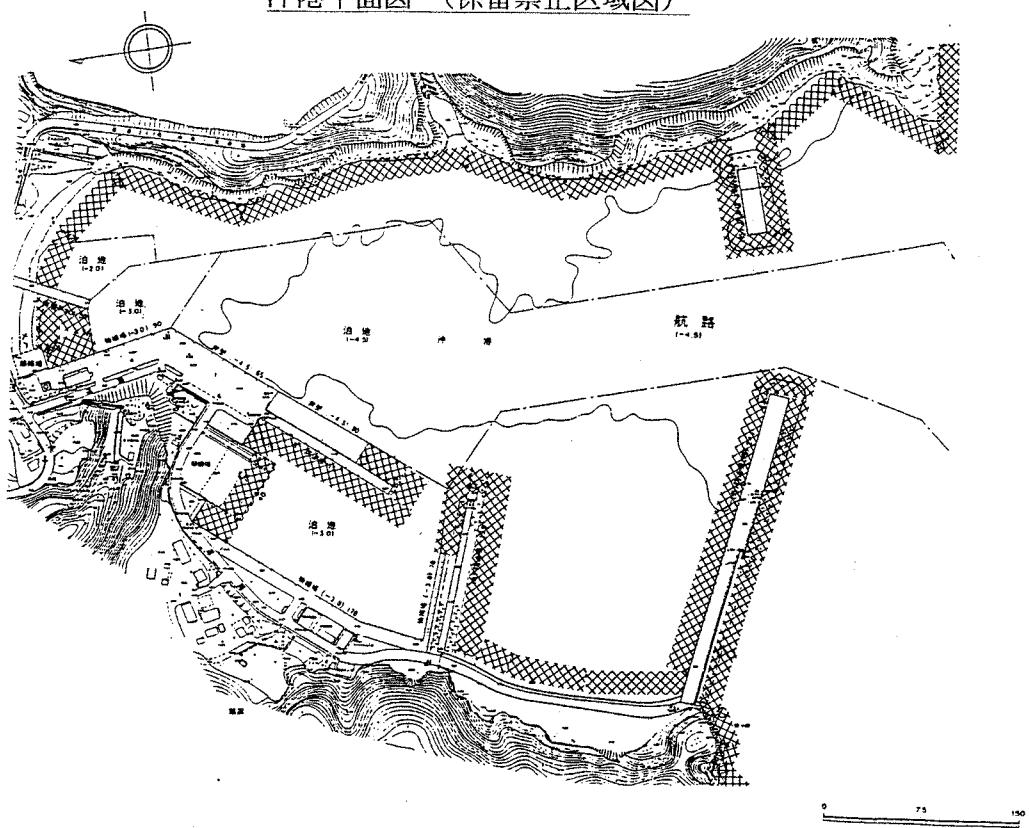
小笠原海上保安署

小笠原警察署

二見港・二見漁港平面図（係留禁止区域図）



沖港平面図（係留禁止区域図）



凡例



係留禁止区域（水際の護岸、防波堤、船揚場前面など）

禁止区域であっても港湾管理者の許可を得たものは、係留できます。
また、係留場所（岸壁、物揚場など）であっても、係留に際しては、
港湾管理者の許可が必要です。

この「寝たきりゼロへの10か条」は、厚生省の啓発活動で普及を進めているものです。新聞やテレビなどで「ゴールドプラン」、「新ゴールドプラン」という言葉を皆さんもお聞きになったことがあると思います。国の高齢社会に対応するための施策をまとめたのですが、その中の1つに「寝たきり老人ゼロ作戦」というのがあり、その一環として、「寝たきりは予防できる」という意識を普及する際に使われているのが、「寝たきりゼロへの10か条」です。

最初にご紹介した老化の話でも少し触れましたが、お年寄りは何かのきっかけによって、心身の機能が低下し、そのことにより、寝たきりの状態に陥りやすくなります。

一般的に、お年寄りにとって、寝たきり状態は避けがたいものと受け取られがちですが、寝たきりのかなりの部分は、適切な訓練と介護によって、十分予防できると考えられています。その予防する具体的な方法を短く整理したものが、前ページの「寝たきりゼロへの10か条」です。

村の福祉、保健に関するいろいろな事業も、その多くが、この寝たきり予防につながっています。皆さんの周りのお年寄りの方々の将来のためにも、この10か条を覚えておいていただき、少しでも実行していただければ、きっとお役に立つことだと思います。

最後に。

「親切は不親切の始まり」という言葉があります。今ここに、弱くなったお年寄りがいたら、誰しも思わず手を差しのべたくなります。それは、人として、ごく自然のことだと思います。

しかし、10か条の中にもありました、何でもすべてしてあげることは、本人のためになりません。やしさだけでなく、きびしさやけじめも必要です。今できることをさせ、今ある機能を失わせないようにしながら、お年寄りの自立をうながすこと、そして、お年寄りの暮らす環境の安全性に配慮して、ふだんの暮らしができるようにお手伝いをすること、それが介護の基本と考えます。

寝たきりゼロへの 10か条

- 第1条 脳卒中と骨折予防
寝たきりゼロへの第一歩**
- 第2条 寝たきりは寝かせきりから作られる
過度の安静 逆効果**
- 第3条 リハビリは 早期開始が効果的
始めよう ベッドの上から訓練を**
- 第4条 くらしの中でのリハビリは
食事と排泄、着替えから**
- 第5条 朝おきてまずは着替えて身だしなみ
寝・食分けて 生活にメリとハリ**
- 第6条 「手は出し過ぎず 目は離さず」が
介護の基本 自立の気持ちを大切に**
- 第7条 ベッドから 移ろう移そう 車イス
行動広げる機器の活用**
- 第8条 手すりつけ段差をなくし住みやすく
アイデア活かした 住まいの改善**
- 第9条 家庭でも社会でも よろこび見つけ
みんなで防ごう 閉じ込もり**
- 第10条 進んで利用 機能訓練ディサービス
寝たきりなくす 人の和 地域の輪**

※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※ 平成 8 年 9 月 1 日

福祉の広場

小笠原村村民課住民係

※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※ TEL 2-3113

《第18回》

寝たきりの予防

『寝たきり老人ゼロ作戦』について

前回の「福祉の広場」では、今年度、村で実施を始めた「ミニ・デイサービス」について、ご紹介しました。そのミニ・デイサービスにも関連しますが、今回は、寝たきりの予防について、考えたいと思います。

皆さんも感じていらっしゃると思いますが、内地の同年代のお年寄りと比較しても、島のお年寄りたちは、元気な方が多いようです。一緒に島に住む私たちにとって、大変喜ばしいかぎりです。

しかし、どんなに元気そうに見えるお年寄りでも、本人も周りの人も気がつかない心身の老化が進んでいます。

お年寄りの老化は、一般的には、次のような現象が見られます。

〔身体の老化〕

- ①骨がもろくなり、筋肉も縮んで弱くなる。
- ②視力、聴力の低下。
- ③反射神経の低下。
- ④消化、吸収力が低下して、下痢や便秘になりやすい。
- ⑤ぼうこうの筋肉（括約筋）が低下して、おもらしが増える。
- ⑥免疫力、抵抗力が低下して病気になりやすく、感染にも弱くなり、
また悪化しやすい。

〔心の老化〕

- ①感覚、知覚、記憶力が低下する。
- ②情動、感情、関心など弾力性に乏しくなる。
- ③さびしがる。不安がる。
- ④頑固で、融通性がなくなる。
- ⑤自己中心的になる。

当然、個人差などがありますから、上のような老化がすべてのお年寄りに表れる訳ではありませんが、老化の現象として、上のような状態が見受けられます。

このような一般的なお年寄りの老化が表れてくる中で、ちょっとした病気やけがなどがきっかけとなって、寝たきりの状態になることも十分考えられます。

どのように寝たきりを防いだらよいか、いろいろな考え方があり、また個人差にもあります。一般的に共通するところで、1つの方法を紹介したいと思います。