



血糖値が気になったら知っておきたいこと・・・  
糖尿病

- 糖尿病は、初期にはあまり症状が現れず、多尿、のどの渇き、体重減少、疲労感、食欲不振などの症状に気付いたときには、すでに糖尿病が進行している場合がほとんどです。
- 現在四十歳以上の日本人十人に一人が糖尿病で、増加傾向にあると言われています。早い時期からの予防がなによりも大切です。
- 糖尿病を防ぐには?**
- ① 適正なエネルギー量の食事
  - ② 栄養バランスの取れた食事
  - ③ 間食やアルコールを控える
  - ④ たばこは控える
  - ⑤ 適度な運動をする

- ⑥ ストレスをためないようにする
- 年に一度は健康診断(健診)を受けるようにしましょう。
- なぜ健診が大切なのか?
- ・ 自覚症状のないうちに病気を早期発見できる
  - ・ 早期治療により病気が軽いうちに治せる
  - ・ 自分の健康状態を知り、悪い生活習慣を改めるきっかけになる
- 町では、毎年各地区で総合健診を実施しています。自分の健康を守るためにも、ぜひ利用してください。

**〈糖尿病の合併症〉**

● 全身に現れる怖い合併症 ●

- 網膜症**  
失明にいたる
- 腎症**  
人工透析が必要になることもある
- 各種感染症**
- 動脈硬化**  
・ 脳卒中  
・ 脳梗塞  
・ 心筋梗塞
- そ 痘**  
え 壊
- 神経障害**  
・ 両下肢神経痛  
・ 知覚障害  
・ 発汗異常  
・ 便秘・下痢

## あなたの家に住宅用火災報知器を設置しましょう

住宅火災による死者数の約7割が逃げ遅れが原因で、また死者数の約6割が高齢者です。

火災を早期に発見し、逃げ遅れを防止するために住宅用火災報知器を備える必要が高まっています。そこで平成16年消防法の改正により、全国一律に住宅用火災報知器の設置が一般住宅にも義務付けられました。

### 施行日

- ・ 新築住宅  
平成18年6月1日から設置
- ・ 既存住宅  
平成23年5月31日までに設置

### 設置場所

すべての寝室(寝室が2階にある場合には階段にも設置)

### 消防法改正により義務付け

### 概要

- ・ 煙式で、天井または壁に取り付けられ、音声や警報音で火災を知らせます
- ・ 電池タイプとAC100Vタイプがあります
- ※ 日本消防検定協会の鑑定合格証が付いているものが安心です

### 購入場所

消防用設備取扱店や電気店、ホームセンターなど

### 問い合わせ先

高吾北消防本部予防係 ☎ 26・2111  
フリーダイヤル ☎ 0120・565・911

※ 消防署があっせん、販売することはありません。  
悪質な訪問販売にはご注意ください。



▲ トイレ内部



入口▶

### 多目的トイレが完成

役場本庁一階東側に多目的トイレが完成しました。

完成したトイレは、車いすでも利用できる洋式便器のほか、男性用便器と小さなお子さん連れの方でも利用できるようベビーカーチェアも備えています。

いつでも利用できるように開放していますが、一人一人がマナーを守り、清潔に使っていただきますようご協力をお願いします。

# 入学・入園おめでとう

写真の人数・日付は、入学・入園者数および入学式開催日

**\*\* 友達いっぱいできるかな? ~保育園・幼稚園~ \*\***



ふたば保育所  
五人・四月六日



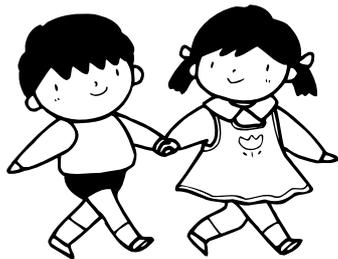
長者保育所  
九人・四月六日



池川幼稚園  
十三人・四月七日



大崎保育所  
七人・四月三日



池川保育園 (継続園児含む)  
二十八人・四月一日

**\*\* 夢に向かっての第一歩**

**~仁淀高校・池川自然学園~ \*\***



池川自然学園 (始業式)  
十二人・四月十日



仁淀高校  
十七人・四月十二日

\*\* ピカピカの一年生 ~小学校~ \*\*



別府小学校

十一人・四月七日



長者小学校

八人・四月七日



大崎小学校

十二人・四月七日



名野川小学校

八人・四月七日

\*\* 期待に胸いっぱい! \*\*

~中学校~ \*\*



吾川中学校

二十人・四月七日



池川小学校

十一人・四月七日



池川中学校

十四人・四月七日



仁淀中学校

二十人・四月七日



# 教職員人事異動

4月1日付で、町立小・中学校、県立仁淀高校の教職員が下記の通り異動しました。

## 転出

旧任校	職 名	氏 名	新任校
大崎小	教 諭	山尾 操	枝川小
	〃	窪添 泰平	県人権教育課
池川小	〃	宮脇佐和子	北原小
別府小	〃	山本 裕司	高知市立養護学校
吾川中	地域教育指導主事	尾木文治郎	吾北中(教頭)
	教 諭	隅田 美恵	久礼中
	養護教諭	藤田みつ子	新堀小
池川中	校 長	松田 光香	北陵中
	教 諭	乾 孝治	神谷中
	〃	片岡 加奈	中村中
	地域教育指導主事	坂本 邦広	梶原中(教頭)
仁淀中	教 諭	岡村 勲	葉山中
	〃	澁谷 具恵	梶原中
	〃	中越 武俊	南中
仁淀高	教 諭	田村 千穂	高知北高
	主 任	林 史江	高知ろう学校
	講 師	黒石 雅宏	高知西高

## 転入・異動

新任校	職 名	氏 名	旧任校
大崎小	校 長	西森 栄一	新堀小(教頭)
	教 諭	中田 百香	野市小
名野川小	〃	西本 昭裕	大篠小
池川小	教 頭	梶原 和子	別府小
	講 師	伊賀 大祐	
長者小	教 頭	和田 吉弘	別府小
	教 諭	浜口 由紀	池川小
	養護教諭	古味 友子	郷小
別府小	教 頭	岩原 秀実	長者小
	教 諭	坪内 久美	越知小
吾川中	教 諭	和田 智江	尾川中
	養護教諭	古味 早苗	佐川小
	講 師	鈴木 学	
	教諭(教育研究所)	森 雅人	池川中
池川中	〃	松田美由貴	香長中
	校 長	岡田 勉	本川中
	教 諭	森田 善士	土佐町中
	〃	石黒 雅文	野市中
	〃	矢野 仁一	児童相談所
	講 師	前田 直人	
	臨時養護教諭	山中美枝子	
仁淀中	教 諭	森 かおり	黒岩中
	〃	森崎 るみ	梶原中
	〃	井上 浩子	日高中
	〃	佐々木万貴子	事務局青少年センター
仁淀高	〃	三谷 洋子	高知東高
	主 査	池上 博子	高知農業高
	講 師	矢野 宏和	

## 退職

	職 名	氏 名
大崎小	校 長	高橋まなぶ
池川小	教 頭	広瀬 伸夫
長者小	養護教諭	岩崎美奈子
池川中	〃	塩田 千歳
仁淀中	教 諭	片岡 朱実

## ご寄付のお礼

### ◇広報発行

片岡 雄良様(佐川町)

種田 初子様(高知市)

三村 幸一様(寝屋川市)

山中 重誠様(高知市)

山中 哲夫様(和歌山市)

ご寄付をいただきました。

ご芳志をありがとうございます。

し、広報発行に役立たせてい

ただきます。

なお、種田初子様には福祉

事業に対してもご寄付をいた

だいています。

ありがとうございます。

仁淀川町役場

### ◇社会福祉協議会

柿本 福尾様(百川内)

母子つくしの会様(池川地区)

ご寄付をいただきました。

ご芳志をありがとうございます。

し、社会福祉事業に役立たせ

ていただきます。

ありがとうございます。

仁淀川町社会福祉協議会