

# 健康だより

## MHU(向日市ヘルスアップ大作戦)

シリーズ④

みなさん「MHU」というのをご存じですか。実は「MHU」とは「向日市ヘルスアップ大作戦」という教室の略です。自分のからだを自分で守るためには、何をすればよい

のか?ということをみんなでわきあいあい、時にはまじめに話し合う教室です。教室は、メディカル(健康)チェックのあと、検査結果や日頃の生活をもとに自分のからだを考へていきます。「血圧の上と下はどう違うの?」「下の血圧が高いってどういうこと?」「善玉、悪玉コレステロールってなに?」「太っていることと関係ある?」などを話していると、あちこちから、そうそうといううなずきが見られます。そして、新たな疑問はたえません。誰でも自分の「自分のからだを考へるようになった」「友達もできて楽

平成10年度MHUの内容

日程	内容
5月18日(月)	健康チェック
5月25日(月)	検査結果を見よう
6月2日(火)	自分に合った運動は?
6月12日(金)	食生活を考えよう
6月24日(木)	もうひとつの体力チェック
7月9日(木)	高血圧症と心電図について
11月13日(金)	半年前と比べてみて

### みんなで協力、放火対策

気をつけて はじめはすべて 小さな火



放火や放火の疑いによる火災は年々増えています。放火の多い地域では防火パトロールをするなど、まちぐるみで放火されない環境づくりに取り組みましょう。

#### 家の周囲の注意点

- 車庫、倉庫にはいつも鍵をかけておきましょう
- ごみは決められた日の朝に出しましょう
- 家の周りをなるべく明るくしておきましょう
- 自動車カバーは、防災性能のあるものを使うと安心です

向日市消防本部・消防団 ☎934-0119

## 平成10年度上半期火災等発生件数 火災・消防事故が減少

### 無火災都市実現を目指し 放火されない環境作りを

平成10年度上半期に発生した火災、消防事故、救急、救助の件数がまとまりました。火災発生数は2件で、昨年同時期の5件と比べ3件減少しています。その内訳は2件とも建物火災で、1月、2月の冬期に発生しています。

また、火災に至らなかった消防事故件数は17件で、昨年同時期の32件と比べ15件減少しています。その内訳は、無損事故9件、漏えい流出事故5件、燃焼放置3件となっています。



7月29日に行われた少年少女一日消防隊

	8年	9年	10年
火災	2	5	2
消防事故	17	32	17
救急	590	583	624

上半期火災・救急発生件数

ものが、昨年の15件から3件に減少したものです。今後とも放火されない環境作りのため、一般家庭防火診断、消防防災フェアなどを通じて火災予防を啓発するとともに、各種事業所への防火査察、自主防火体制の強化を図り、無火災都市実現に努めていきます。

救急出動件数は624件で、昨年同時期と比べ41件の増加で1日に約3・45件の出動となります。事故種別ごとの内訳は、急病327件(52・4%)、交通事故142件(22・8%)、一般負傷85件(13・6%)等となっています。

搬送者のうち救急救命士による救命行為を行ったのは13名でした。消防本部では平成7年から京都救急指令センターの開設により、24時間医師の指示体制のもと救急救命士の運用を実施し、心肺停止患者の救命率の向上に努めています。

また、「向日市あんしんホットライン」による通報状況は14件(救急取り扱い)あり、お年寄りなど災害弱者への緊急時の不安解消に役立っています。

救助件数は5件で、その内訳は交通事故3件、建物1件、その他1件となっています。

遅れた場合、対象となりませんので、ご注意ください。

申請の方法は、送付された申請書に必要事項(住所・氏名・電話番号)を記入、押印の上、同封の返信用封筒で返送してください。

■お問い合わせ 保険年金課 (内線245)

## 水泳教室でヘルスアップ

### 市民温水プール 参加者募集

市民温水プールでは、平成10年度第2期の水泳教室を開催します。対象は、市内在住・在勤・在学の人。料金は、

教室名	日程	曜日・回数	時間	対象
一般	10/14~12/16	水・10回	10:00~11:15	18歳から
	10/16~12/18	金・10回	13:30~14:45	64歳の初心者
中級	10/14~12/16	水・10回	18:45~20:00	初心者
	10/16~12/18	金・10回	10:00~11:15	30歳以上で泳ぎ上手な人
少年少女	10/14~12/16	水・10回	16:30~17:30	小学生(初心者)
	10/16~12/18	金・10回		

着で(市民温水プールにある)専用の往復はがきで申込み。1人1教室(1枚のみ)、応募多数の場合抽選。

■お問い合わせ 市民温水プール ☎931-15277

### 参加者募集

## 第11回国際友好西湖マラソン

- 日程 11月3日(祝)~8日(日) ※マラソン開催日は11月5日(木)
- 会場 中国杭州市西湖畔周辺
- 対象 18歳以上の市民10人(高校生を除く)
- 種目 10km(男女)・2.5km(男女)
- 費用 10万円(14万円のうち4万円補助)
- 選考 男女別、年齢別等を考慮して選考します
- 申込 8月21日(金)までに秘書広報課(内線251)



※申込用紙は、秘書広報課、社会教育課、財団法人市民体育館、各コミセン、市民体育館、市民温水プールで用意しています。

### トリクロロエチレン 工場内の井戸から検出

#### 向日市水道水には影響なし

市内の三菱電機(株)京都地区事業所の監視井戸から、環境基準(0.03mg)の40倍のトリクロロエチレンやシス-1・2ジクロロエチレンといった有機塩素系化合物が検出されました。

市では、府と共に工場への立入調査を実施し、汚染の拡大防止と地下水の浄化対策を早急に行うよう指導を行いました。

現在工場では、適切な浄化対策を行うための細部調査を実施しており、調査が終わり次第、浄化対策を行う予定です。

市民の皆さんが飲料水とされている水道水については、有害物質は検出されておられません。

今後も、定期的に水質検査を実施し、安全で安心して飲んでいただける水を供給してまいります。

■お問い合わせ 環境対策課(内線226)

## 向日市天文館 天体観望会のお知らせ

9月12日(土)	おかえり木星
24日(木)	惑星めぐり
10月3日(土)	土星と十三夜
28日(木)	土星と秋の星座

各回とも往復はがきでお申込みください(開催日の10日前必着)

天体観望会の40cm反射望遠鏡、風見台の小型望遠鏡、双眼鏡で星空を眺めましょう。

参加対象は各回とも小学生以上です。(小学生は保護者同伴)

雨天の場合は、中止します。

向日市天文館 ☎935-3800

天体観望会往復はがきの記入例

↓往信用(表) ↓返信用(裏)

〒617-0005 向日市向日町南山八二の二 向日市天文館 天体観望会係

代表者住所氏名  
全参加者氏名年齢  
代表者電話番号  
観望希望日

ご住所をお書きください

返信用はがきの表に代表者の住所・氏名をお書きください

↑返信用(表) ↑往信用(裏)