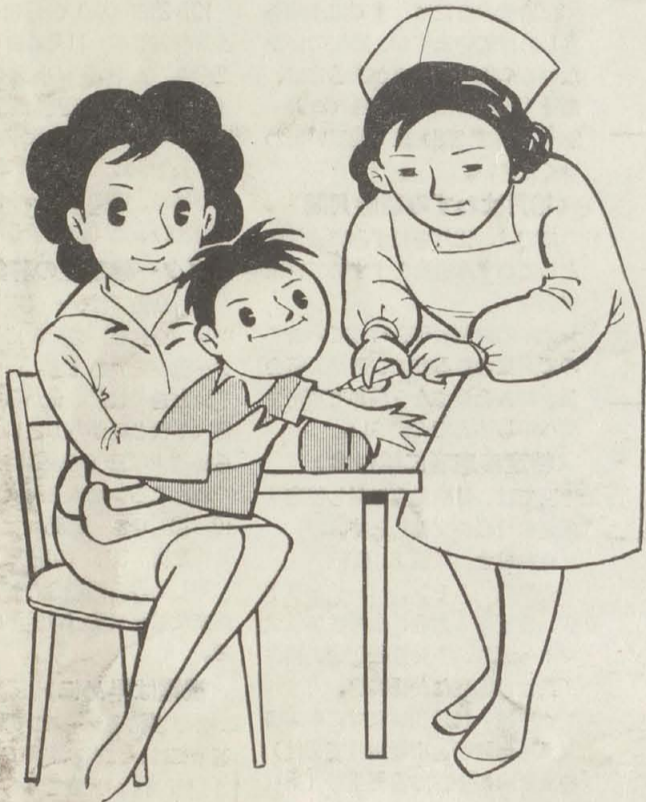


市民憲章 わたくし八尾市民は 1.若い力をそだてましょう。1.あたたかい心でまじわりましょう。1.みどりのまちをつくりましょう。1.文化財をたいせつにしましょう。1.働くよるごびに生きましょう。

2種混合予防接種を実施



3種混合第1期完了者を対象に

市では、来月18日から、3種混合（ジフテリア、百日ぜき、破傷風）予防接種第1期完了者を対象に、2種混合（ジフテリア、破傷風）予防接種を行います。

3種混合予防接種は、愛知県、岐阜県で起きた接種事故のため、今年2月から中止しています。しかし、予防接種にともなう事故は、ワクチンの改良、接種方法の改善にもかかわらず、完全に防ぐことができないのが現状です。

そこで市では、八尾市医師会と協議のうえ、3種混合予防接種第1期完了者の免疫保持のため、事故と関連があるとみられている百日ぜきワクチンを除いた2種混合予防接種を実施することになりました。

☆対象 第1期の3種混合予防接種を2回

または3回受け、完了後、10ヶ月以上24ヶ月以内の幼児

☆持ってくるもの 接種手帳、母子手帳、（問診票には必ず捺印、当日の体温を記入してください）

《日程》

- 11月18日（火） 山本小
- 19日（水） 安中幼
- 20日（木） 志紀幼
- 21日（金） 南山本小
- 25日（火） 八尾小
- 26日（水） 用和小

時間は午後2時～3時30分です。

◎第1期3種混合予防接種の実施は、現在、未定です。

公選法の改正

寄付行為を全面的に禁止

立札、看板の制限も

公職選挙法の改正により、10月14日から、現職議員や市長ならびに候補者になろうとする人が選挙区内の人に寄付をすることは全面的に禁止（親族に対する場合を除く）されました。また、立札、看板類の掲示も制限されます。

●花輪などの寄付を全面禁止

選挙に関係あるなしにかかわらず、次のような贈物をすると法律違反になります。また、後援会が行う寄付についても、候補者の氏名が類推される方法ではできません。有権者もこれらの人に寄付をねだったり、勧誘したりせず、お金のかからない選挙で立派な政治家を育てよう心がけたいものです。

《禁止事項》

- ★中元や歳暮を贈ること
- ★祭の寄付や酒などを届けること
- ★開店祝いや落成式などのとき花輪を贈ること
- ★結婚、出産、入学、卒業、就職などの祝いにお金や品物を贈ること
- ★葬式の際、香典や楮、供物などを贈ること
- ★町内会や老人会などの集まりにお金を寄付したり、食事や酒を届けること
- ★町内会などの団体旅行の際、弁当や飲物

をさし入れたり、バス代などの費用を負担すること

- ★年末、年始にカレンダーや手帳などを贈ること

●立札、看板類の掲示を制限

金のかからないきれいな選挙を実現するため、政治家などの氏名や後援会の名称を書いた立札、看板等は、政治活動のために用いる事務所1カ所に2枚が限度で、総枚数が次のように制限されました。

《制限枚数》

- ★府議、市議および市長関係…6枚
- ★衆議院議員関係…10枚
- ★参議院（地方区）議員、府知事関係…20枚（ただし、次の衆議院選挙執行後は22枚）

※①立札、看板はタテ150cm、ヨコ40cmの範囲内で、選挙管理委員会から交付された証票が貼られていなければなりません。

②市政報告会、時局講演会の開催周知等日常の政治活動用ポスターは、ペニヤ板やプラスチック板等を用いて裏打ちして掲示することが禁止されました。今までに掲示された立札、看板等で法律に違反したものがあつた場合は、すみやかに撤去していただく必要があります。

助役に生野氏 川見理事が収入役に



9月定例会最終日の10月3日、市議会の同意を得て、空席となっていた助役に収入役生野卓男氏、収入役に市理事の川見三七雄氏が選任されました。

両氏の略歴は次のとおりです。

《生野卓男助役》

昭和15年 明星商業学校卒。
昭和25年 八尾市職員となり、財政部長、建設部長、同和対策部長などを歴任後、49年4月、収入役に就任。52歳。

《川見三七雄収入役》

昭和18年 関西大学第2商業学校卒。
昭和23年 八尾市職員となり、市長公室長、病院事務局長、財政部長、民生部長などを歴任。52歳。



大橋前市長を名誉市民に



市では、10月3日、市議会の同意を得て、大橋清治前市長に「名誉市民」の称号を贈ることを決めました。本市の名誉市民は、故脇田幾松元市長に次いで2人目となります。

大橋氏は明治30年生まれて78歳。大正6年天王寺師範卒。昭和38年、市長に初当選後、今年の4月まで3期12年間、八尾市政を担当されました。

なお、授与式は、来月3日、「文化の日」の表彰の席上で行われます。

行事カレンダー

10/26 (日)	☆曙川地区スポーツ祭 9.00- 曙川小 ☆南高安地区スポーツ祭 9.00- 南高安中 ☆市文化祭バレー公演 13.00- 教育センター
27 (月)	心配 教育 ☆肢体不自由児検診 13.00-14.00 八尾保健所 家児 ☆不用犬の受付 9.30-12.00, 13.00-16.00 八尾保健所 法律
28 (火)	家児 老人 ☆高血圧検診 13.30-14.30 八尾保健所 青少 行政 融資
29 (水)	結婚 ☆幼児歯科相談(フッソ塗布) 9.15-11.00, 13.00-14.30 八尾保健所 家児 ☆子宮ガン検診(電話予約制) 13.00-14.00 八尾保健所 教育 ☆不用犬の受付 9.30-12.00, 13.00-16.00 八尾保健所
30 (木)	☆婦人スポーツ教室(バドミントン) 13.30-16.00 教育センター ☆一般スポーツ教室(バスケットボール) 17.30-21.00 教育センター ☆戦没者追悼式 13.00- 市民ホール ☆市文化祭美術展(絵画、書道、写真、日本画、ペン習字、木彫、工芸) 10.00-17.00 教育センター(～11月3日)
31 (金)	身障 融資 ☆母と子の体操教室 14.00-15.30 教育センター 家児 ☆不用犬の受付 9.30-12.00, 13.00-16.00 八尾保健所 教育
11/1 (土)	☆市文化祭婦人芸能祭 13.00- 市民ホール ☆市文化祭菊花展 10.00-20.00 常光寺(～15日)
2 (日)	☆市文化祭詩吟大会 9.00- 市民ホールほか ☆山本第1地区スポーツ祭 8.30- 山本球場 ☆山本第3地区スポーツ祭 8.30- 山本小 ☆久宝寺地区スポーツ祭 8.30- 久宝寺中 ☆美園地区スポーツ祭 8.30- 美園小
3 (月)	☆文化の日 ☆秋の史跡めぐり 9.00- 天王の森集合(恩智駅東300m) ☆市文化祭舞踊大会 10.00- 教育センター
4 (火)	家児 ☆出張献血 10.00-15.00 市立病院 青少 ☆高血圧検診 13.30-14.30 八尾保健所 融資 ☆ツベルクリン反応 9.15-11.00 八尾保健所 ☆結婚祝賀会 13.00- 市民ホール
5 (水)	結婚 ☆幼児歯科相談(フッソ塗布) 9.15-11.00, 13.00-14.30 八尾保健所 家児 ☆子宮ガン検診(電話予約制) 13.00-14.00 八尾保健所 教育 ☆不用犬の受付 9.30-12.00, 13.00-16.00 八尾保健所
6 (木)	青少 ☆婦人スポーツ教室(卓球) 13.30-16.00 教育センター 法律 ☆一般スポーツ教室(卓球) 17.30-21.00 教育センター 職業 ☆BCG接種 9.15-11.00 八尾保健所
7 (金)	身障 融資 ☆母と子の体操教室 14.00-15.30 教育センター 家児 ☆乳幼児健康相談(3カ月の乳児) 9.15-11.00 八尾保健所 教育 ☆不用犬の受付 9.30-12.00, 13.00-16.00 八尾保健所
8 (土)	☆市文化祭茶華道展 10.00-17.00 教育センター(～9日)
9 (日)	☆市文化祭三曲演奏会 12.00- 市民ホール
10 (月)	心配 教育 ☆肢体不自由児検診 13.00-14.00 八尾保健所 家児 ☆不用犬の受付 9.30-12.00, 13.00-16.00 八尾保健所 法律

☆みなさんの近くで善意・善行・伝統的行事などがありましたら市広報係まで(TEL. 91-3881)
☆市税の納税は便利な預金口座振替で(TEL. 91-3881 内線 263)

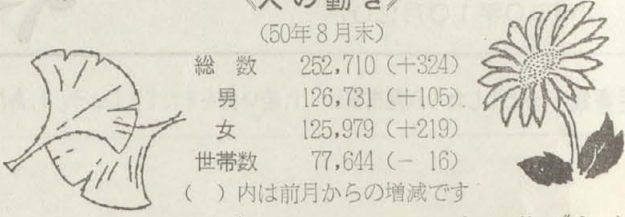
信号が青にかわりましたよ!!《目の不自由な方に愛の一声を》

《人の動き》
(50年8月末)

総数	252,710 (+324)
男	126,731 (+105)
女	125,979 (+219)
世帯数	77,644 (-16)

()内は前月からの増減です

市の木《いちよう》 市の花《きく》



《身障医療証の更新》
11月1日より身体障害者医療証が新しくなります。
該当者の方には、すでに通知をさしあげていますが、通知のいかない方や御不審な点がある方は、福祉厚生課福祉医療係(☎91-3881 内線 308)までお問い合わせください。

《10月はねずみ駆除月間》
市では、10月をねずみ駆除月間としてねずみ退治をすすめています。
薬剤の無料配布を行っていますので実施される方は、各地区町会長、婦人会長さんを通じて市衛生課へ申し込んでください。

《特定患者に給付金》
府では、難病患者に対し特定患者給付金を支給します。
☆給付金 年額 8,000円
☆疾病 スモン、パーキンソン病、重症筋無力症、全身性エリテマトーデス、多発性硬化症、再生不良性貧血症など15疾患。
☆申請 11月10日までに申請書(八尾保健所、市衛生課で交付)を大阪府民生部障害更生課(東区大手前之町、☎ 941-0351 内線 2452)へ提出してください。

《家庭教育講座を開講》
中河内府民センターでは、次のとおり「家庭教育講座」を開きます。
☆日程 11月5日 現代っ子的ものとの考え方 小田義彦(京都女子大教授) 11月7日 幼児のしつけ 鈴木祥蔵(関大教授) 11月10日 家庭と学校 吉川正通(社会事業短大助教授) 時間は、いずれも午後1時30分～3時30分。
☆対象 主婦(150名)
☆申し込み 往復はかき住所氏名、年令、電話番号を記入のうえ、〒581 荏内町2-1-36 大阪府中河内府民センター府民課あてに申し込んでください。(定員になり次第締め切ります)

《地区スポーツ祭の変更》
10月5日号でお知らせしました地区スポーツ祭の日程のうち美園地区、11月3日は2日(日)に変更されました。

《移動図書館日程》
11月10日までの移動図書館巡回日程は次のとおりです。
10月28日(火) 〇用和小東門前 △許麻神社前 11月4日(火) 〇天王の森 △中高安小北側 5日(水) 〇大正中門前 △志紀幼稚園 7日(金) 〇太子公園 △跡部公園
時間は、〇印が午後1時30分～2時30分、△印は午後3時～4時

《ギター講座生の募集》
婦人会館では、一般市民(小・中学生を含む)を対象に第14回ギター教室を開きます。
☆とき 11月8日から毎週土曜日(午後2時から)と11月11日から毎週火曜日(午後6時から)
☆ところ 婦人会館(本町3-10-10 ☎22-6185)
☆定員 30名(申込順)
申し込み、問い合わせは婦人会館または宮崎宅(☎91-6013)まで。

《祝電は早めに》
春秋の結婚シーズンの大安日や週末には、お祝い電報で電報の受付「115番」が大変ごみあいます。電々局では、10日前から予約できる配達日時指定制(配達料30円)の利用を呼びかけています。

《市民体育大会・硬式庭球》
市教委では、秋季市民体育大会の硬式庭球の部を次のとおりに行います。
☆とき 11月9日(日)
☆ところ 八尾高校
対象は一般男女(高校生以上)で男女ともダブルス。申し込みは10月31日まで教育センター内、体育振興課(☎23-5101)まで。

《八尾警察よりお願い》
凶器使用犯罪の発生が多くなっています。凶器使用犯罪の未然防止にご協力ください。
☆銃銃や刀剣類の保管は厳重に
☆刃物類の販売は相手をよく確認
☆凶器として使用される恐れのあるものは持たさない。
☆凶器を持っている者を見かけたり、被害を受けたときは110番へ

身障 = 身体障害者相談	教育 = 教育相談 9時～教育センターで
心配 = 心配ごと相談	融資 = 中小企業融資相談 10時～12時 産業課で
結婚 = 結婚相談 いずれも13時～16時 社会福祉会館で	職業 = 高齢者職業相談 10時～15時 社会福祉会館で
家児 = 家庭児童相談 10時～16時 社会福祉会館で	老人 = 老人健康相談 10時30分～12時 社会福祉会館で
青少 = 青少年愛護相談 9時～17時 教育センターで	行政 = 行政相談 13時～16時 市民相談室で
法律 = 法律相談(当日午後0時45分受付) 13時～16時 市民相談室で	

お知らせ



老人健康診査を受けましよう

☎91-3881 内線289

満65歳以上(50年4月1日現在)の方を対象に今年も老人健康診査を行います。

この健康診査は病気の早期発見、早期治療のために行うものですが、現に治療を受けておられる方も受診できます。

☆期間 11月1日-30日

☆受診場所 八尾市医師会に加入している近くの医院

☆持って行くもの 健康保険証か老人医療証、健康診査記録表(地区の老人クラブ会長宅か市福祉厚生課にあります)

☆費用 無料

なお、該当する人で被保護世帯の方は、健康保険証、老人医療証のかわりに福祉事務所にて証明書の交付を受け、それを持って医院へ行き診察を受けてください。



久宝寺緑地で花と緑の即売会

☎0722-61-7086

財団法人大阪府公園協会主催の「花と緑の即売会」が久宝寺緑地で開かれています。

これは、府が進めている「花と緑の運動」の一環として行われているもので大阪八尾園芸組合に加入している八尾市内の20園芸業者が草花、苗木、盆栽、庭園樹などを展示、即売しています。

秋を色どるキンモクセイ、サザンカ、カエデなどの庭園樹、ピラカンサス、コリンゴなどの盆栽がところ狭しと並べられています。

なお、値段の方は、市価の2割安とのことこの即売会は、今月31日(午前10時-午後6時)まで開かれます。



給食物資納入業者の登録

☎41-8268

市教委では、来年度学校給食物資納入業者の登録申請を次のとおり受け付けます。

☆受け付けする業種 めん類および小麦粉などの穀類、いも類(こんにゃくを含む)、卵類、野菜類、魚介類およびその加工品(冷凍魚を含む)、果実類(果実カンを含む)など

☆申請書の交付 11月17日-29日

☆申請書の受付 11月25日-12月6日
資格など詳しくは市立給食センター(千塚333の1)までお問い合わせください。



第18次町名地番改正が行われます

☎91-3881 内線374

市では、大字区域および地番の混乱から生じる障害を除去するため、次の区域の町名地番改正を行います。

☆実施区域 大字別宮、八尾座、八尾木および刑部の各一部と大字今井、成法寺および中田の全部の区域。なお、今回の実施区域には曙川北土地区画整理事業実施区域を含みます。(下図区域内、新しく中田1-5丁目、八尾木北1-6丁目、刑部1-4丁目となります)

☆実施期日 ●土地区画整理事業実施区域外-昭和50年11月4日(予定)から●土地区画整理事業実施区域内-区画整理法による、換地処分告示日(未定)から

これら実施区域内に居住されている方、および事業所には実施直後に新しい町、丁目、地番をお知らせします。

☆市役所公簿などの住所の書き替え

①戸籍簿、住民基本台帳、印鑑登録票などの公簿は市役所で新町名地番に書き替えます。

②町名地番改正実施区域内に土地、建物を所有しておられる場合、登記物件の表示変更は登記所が書き替えてくれます。しかし、所有者の住所が町名地番改正実施区域内の旧大字と地番で登記してあるときは、各自住所変更の手続きをしなければなりません。ただし、この手続きはすぐになくとも随時行っていたいで結構です。

③自動車運転免許をはじめ、各種免許証をお持ちのかたも随時住所変更の届け出をしてください。

☆変更証明書の交付 町名地番改正にともなう変更証明書は次のとおり交付します。

①住所変更証明書-市民課、または曙川出張所で

②町名地番改正証明書-建設部管理課(市役所第2別館=旧郵便局舎)で



近鉄山本駅(南側の地区)に自転車置場

☎91-3881 内線331

市では、駅周辺の自転車路上放置対策として近く、近鉄山本駅の南側地区に自転車置場を設置します。

開設日以降は、必ずこの自転車置場をご利用ください。

なお、開設日については、看板、ピラなどでお知らせします。

☆所在地

山本町1丁目134番地(山本駅南西100m)

☆収容台数 200台(374㎡)



昭和50年度戦没者追悼式

☎91-3881 内線279

市では、昭和50年度戦没者追悼式を次のとおり行いますので、遺族の方はご出席ください。

☆とき 10月30日(木)午後1時-

☆ところ 市民ホール

なお、追悼式終了後、演芸会を催します。



重度障害者福祉手当の支給

☎91-3881 内線277

10月から重度障害者に対し、福祉手当が次のとおり支給されることになりました。

☆対象 精神または身体に重度の障害があり、日常生活で常時介護を必要とする人

☆支給額 1人につき月4,000円

☆支払い期 1月、5月、9月の年3回(今月31日までに申請された方は10月分からの支払いを受けられますが、11月以降に申請された方には申請月の翌月分からの支払いとなりますのでご注意ください)

なお、必要書類など申請についてのお問い合わせは福祉事務所第3係まで。



わたきり老人見舞金を支給

☎91-3881 内線289

市では、わたきり老人に対し次のとおり見舞金を支給します。該当する人は忘れず申請してください。

☆受けられる人 12月15日現在65歳以上で次の3点に該当する人

①傷病(老衰を含む)で1年以上常時わたきりの人

②ひとりりで歩くことが困難な人

③昨年12月16日から引き続き市内に住み、住民基本台帳に記載されている人

☆支給金額 年額10,000円

☆支給月 12月

☆申請 11月15日までに福祉厚生課(社会福祉会館内)または地区民生委員さんに申し出てください。

なお、申請書は各出張所窓口にも用意しています。



下水道事業計画変更による届け出義務の廃止

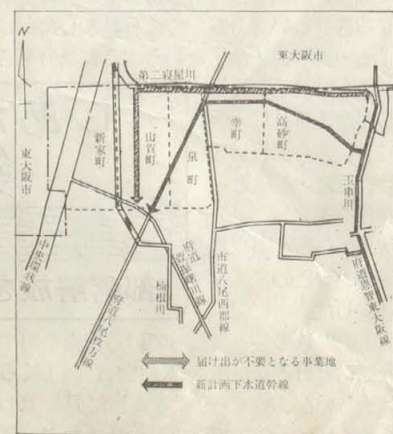
☎91-3881 内線402

市では、昭和35年度より下水道事業に着手し昭和49年度末までに308%を整備しました。しかし、現在の事業計画では施行困難な所も出てきたため、ことし9月に事業計画の一部を変更しました。

これにより前回の計画において収用に係る事業地内において土地建物などを有償で譲り渡そうとする人の届け出義務がなくなりました。

☆届け出が不要となる事業地の所在

山賀町2-6丁目、泉町3丁目、幸町5-6丁目、高砂町3-5丁目、久宝園2丁目、東大阪市玉串元町2丁目



保母職員を募集しています

☎91-3881 内線221

市では、次のとおりに保母職員を募集しています。

☆資格 大学、短大または高校を卒業した人および大学、短大を昭和51年3月に卒業見込みの人で保母資格を有する人

☆試験 11月9日(日)午前9時-

市立成法中(教養、専門、作文)

☆申込方法 受験申込用紙(人事課で交付)に卒業証明書(見込書)、成績証明書、保母資格証明書(見込書)を添えて11月4日(火)までに市人事課へ申し込んでください。



児童扶養手当の支給範囲が拡大されました

☎91-3881 内線321

児童扶養手当、特別児童扶養手当の支給範囲が10月より拡大されました。

＜児童扶養手当＞

これまで、児童が日本国民でなければ支給されませんでした。10月からは日本国民である父母または養育者が日本国民でない児童(義務教育終了前)を養育している場合でも支給されることになりましたので該当者は申請してください。

☆支給額 支給対象児童1人の場合、15,600円、2人の場合、16,400円、以下児童が1人増すごとに400円加算

☆支給制限 昭和49年度所得が限度額以上ある場合や母または養育者が老齢福祉年金、障害福祉年金以外の公的年金を受けている場合は支給されません。

＜特別児童扶養手当＞

対象となる児童の障害範囲が2級障害まで拡大されましたので該当者の方は申請してください。

☆支給額 支給対象児童が1級障害児の場合、1人につき18,000円、2級障害児1人につき12,000円

支給制限やくわしいことは年金第2係へ。

●児童手当月額5,000円に引き上げ

ことし10月分以降の児童手当が引き上げられ対象児童1人につき、これまでの月額4,000円が5,000円となりました。

増額された児童手当は、次回の支給月、来年2月(10月-1月分)から支給されます。



新・増築家屋の実地調査

☎91-3881 内線258

資産税課では、昭和50年中に建てられた新増築家屋について固定資産家屋評価のための実地調査を行っています。

これらの家屋は、来年度(昭和51年度)からの固定資産税の賦課の対象となります。調査員が調査にうかがった際は、八尾市職員証または固定資産評価補助員証を呈示し、調査についての説明をし、同時にその家屋についての事情などをお聞きしますが、ご不審な点がある場合は、資産税課までご連絡ください。

なお、この調査は昭和51年2月頃まで行いますのでご協力をお願いします。



やお市政だより

(4)

第19回史跡めぐりを行います。今回は弥生時代以来の歴史のふるさと恩智の里を訪ねる約7.2kmのコースです。

途中、河内平野の眺めがすばらしく、ハイキングコースとしても最適です。

秋の一日、ご家族そろって参加してみませんか。

☆とき 11月3日(月)午前9時 雨天の場合は、9日(日)に延期

☆集まる場所 恩智「天王の森」近鉄恩智駅下車東へ300m

☆持ちもの 弁当、水筒

☆講師 辻合喜代太郎氏(帝国女子大学教授)、井ノ口豊男氏(八尾高教諭)、柳橋利光氏(同)三上幸寿氏(市史編さん室長)

☆コース 冊子「八尾の史跡散歩」の第5コースです(一部省略)。

- ①天王の森-②恩智左近の墓-③恩智城址-④神宮寺共同墓地-⑤八王寺神社-⑥恩智神社-⑦感応院-⑧安養寺(銅鐸出土)-⑨大畑山(昼食)-⑩梅岩寺-⑪高座神社-⑫垣内共同墓地-⑬元善光寺-⑭一里塚-⑮法華塔-⑯大通寺-⑰教興寺(解散)



いにしえをこの足で

秋の史跡めぐり

珍石、奇石がいっぱい 市文化祭「愛石展」でスタート

第22回市文化祭が、4日の「愛石展」でスタートしました。同展会場の教育センターには、市民出品のほか「八尾市愛石会」(竹本学会長、会員50名)の賛助出品も加え日本中の奇石、珍石約60石が展示されました。今回は、南本町4丁目の主婦、松井千代子さん(63歳)の噴火化石など、女性の出品が8石もあり、人気も集中。

なお、このほか、教育センターを中心にして、美術展や種々の芸能公演など市文化祭は11月30日まで行われます。

写真「愛石展」



■肥満と栄養

よく肥えているのは、栄養が充分である、丈夫で病気をしない、健康状態が良いと考えられています。

また、かぶくがよい所から重役タイプ、お金持ちなどと社会的地位まで連想されがちです。

しかし、よく肥えていることは、必ずしも健康状態が良いとは限りません。

以前のように結核や伝染病の横行した時代や食糧事情の悪い時代では、肥えていることは有利でしたが現在では、とくに中年以上の肥満はいろいろの成人病(高血圧症、動脈硬化症、心臓肥大、高脂血症、糖尿病、痛風、脂肪肝など)と関係があります。

ここにひとつの例をあげますと……

＜50歳の肥満体の女性が肩首すじの凝りの訴えで来院、診察の結果、尿糖があり軽い高血圧、心臓肥大、血液中コレステロールの増加などのため糖尿病高血圧症と診断されました。＞

家で余り身体を積極的に動かすことがなく、甘い物、間食が多く、最近数年間で体重が急に増したとのこと。

この人は、その後、食事、運動などの日常生活上の注意をよく守るだけで数カ月後には種々の訴えがとれ体重も減少、血圧、尿糖も正常になったということです。＞

☆肥満の測定法

肥満の測定法は、身長と体重を計り……

(身長-100)×0.9の式を用います。

たとえば、身長160センチメートルの人は体重が54キロ(60キロ-49キロ)あれば良いということになります。

身長が同じ160センチの人が2人いるとします。1人は60キロ、1人は80キロの体重であれば、80キロの人は60キロの人よりも20キロ多くの脂肪を持っている訳です。

体重の違いは、体脂肪量の違いです。

☆肥満の原因

肥満の原因は、遺伝、ホルモン、その他のいろいろの条件があり、一概に決めることは難しいですが過食(カロリーの取りすぎ)が大きな原因のひとつです。

よく肥えた人は、よく食べよく飲みます。甘い物、米飯のたべすぎ、間食、果物、コーヒー、アルコールなど必要以上にとられた食

物は、糖質、脂肪、蛋白質の区別なく脂肪として貯えられます。

もうひとつの原因は、運動不足です。交通機関の発達、モータリゼーションは、我々の日常生活より運動を奪いました。運動量の増加は、体脂肪をエネルギー源として消費し、体重を減らします。日常生活のリズムの中に運動を組み入れることが大事です。

☆肥満の予防法

体重の測定、食事量に気をつけること、適度な運動をすることです。

(八尾市医師会)

医療と健康



■部落の歴史と解放運動(その3)

内戦と農民運動によって動揺した封建制度は、織田信長、豊臣秀吉、徳川家康の手によってより強固に再編成され、農民支配が強められます。

農民に対しては、彼らの武器を取りあげて力を弱め、また有力な地侍を城下町に集めて大名の家臣団を編成しました。さらに検地によって耕地を調べ、その土地の作人を決定し固定化しました。作人は本百姓といわれ、五公五民といわれるような重い年貢を負担し、土地を離れたり、他の職業にかかわることを禁じられました。

徳川幕藩体制ができてきたとともに、200万人の武士が、2,800万人の民衆を支配してい

たために、民衆をばらばらにして互いに対立させるきびしい身分制がつくられました。

「士・農・工・商」というように身分をきめ、身分は親子代々世襲してかえられないようにし、さらに17世紀には、えた・非人という身分を確立し、身分・職業・住所を固定させ他の身分との交流を禁じました。

武士の財政のもとになっている年貢を出す農民は、身分的には町人の上におき、「くらしは苦しいが、他の者よりましだ」と思わせ、非人には足洗いをみとめ、「えたよりま

しだ」と思わせ、互いに分裂させたのでした。

18世紀にはいと、幕藩体制はゆるぎ始め、百姓一揆や打ちこわしがあちこちで起こり、豊かになった町人が、株をかって武士化するなど、身分制度が乱れてきます。それとともに支配者は、ますます身分制をきびしく

して民衆の分裂を強め、支配を維持していこうとしました。「百姓の女は、髪をゆうのにワラをつかえ」とか、「庄屋以外は絹の着物をきてはならな

しあわせを築く道

部落解放をめざして(35)

い」など、百姓のおかみに対する反抗をそらすために、下に対する差別をますますきびしくしました。特に、えた・非人に対しては、「えたの着物そのほかの諸品は、百姓より軽くせよ」とか、「一般の人と口をきくときは、土下座せよ」また「えたの使った火は、一般の人は用いない」など、きびしい分断政策がとられました。

このような分断政策に対し、姫路藩の百姓一揆、紀州の大一揆、播州の大一揆には、部落の人々が多数参加し、抵抗の闘いを起こします。百姓一揆、不満をもっている下層武士、さらに力をもってきた大商人たちの力は、江戸幕府を倒し、日本は新しく資本主義の世の中となるのです。