



加寿夫

第二十八話
更年期障害ってなあに?

健司「お母さん、佳子おばちゃんから八ガキが届いているよ!」
茂子「まあ、おばさん今下呂にいますよ」
加寿夫「下呂か。いいなあ!。あれ?でも今は休みでもないよな。なんで下呂にいらんだ?」
茂子「リフレッシュを兼ねた旅行ですって。最近気分がめいったり、めまいがしたりして体調がすぐれないらしいわよ」
濃代「佳子も今年で49歳だから更年期の症状があらわれてきたのかなあ?」
康子「更年期ってなあ

に?おばさん、病気になるちやたの?」
みなさんは更年期障害と聞く、どのようなことを思いつきますか。
更年期障害とは、卵巣から分泌される女性ホルモンの減少によって、身体面や精神面にさまざまな影響が現れてくることをいいます。
主に、月経の不順から更年期を意識する人が多いでしょう。
そのほかに、かつと顔がほてったり、汗がどつどつたり、めまいや冷や汗も多くの人が経験しています。
また、イライラしたり、憂うつになるなど、精神面にもあらわれてくることがあります。

これらの症状は個人差があり、人によって感じ方が違ってくる。あまりに更年期を意識しすぎて症状を強めることもあります。そもそも更年期は、すべての女性が経験し、いずれはクリアできるものです。
ただ、症状があまりにもひどくなつたときは病院に行きましょう。
更年期には、ホルモンの低下に伴い、骨粗しょう症や動脈硬化の恐れもあります。これを防ぐためにも、定期的に健康診断を受け、健康管理をしてください。

だん

家庭のよりよい
雰囲気づくり

それぞれの家庭には、他の家庭にないそれぞれの雰囲気があります。それは、家庭の基本である夫婦が、意識しないうちに築いてきたり、意識して築いたりしたものです。夫婦の価値観が融合されて、それぞれの家庭の雰囲気は生まれます。

あなたの家庭では、どんな家庭を築いていきたいかを話し合っているでしょうか。話し合わなくても、その家庭の雰囲気はつくり出されますが、自分たちを客観的に見つめ、話し合うことにより、よりよい家庭の雰囲気がつくり出されます。
家庭内に問題が生じたときに、「まあいいや」と問題に向き合わずにあいまいなままにしておく、知らず知らずのうちには、矛盾がふくらんで、最終的には、切れてしまうという状態になりかねません。
たとえ意見の一致はなくても、話し合うことによって、お互いの理解が深まり、バランスのとれた判断に近づくのではないのでしょうか。
ささいなことでも、夫婦が向



き合い話し合っていければ、バランスのとれた家庭が築けるのだと思います。
夫婦が話し合うときには、お互いに欠点を指摘しあうことも多いと思いますが、お互いの欠点を補い合うようなコミュニケーションも必要です。
厳しいときときには、和らげる受け止めを、口うるさく言い過ぎるときには、たしなめるように補完し合うことも大切で

まず、8月1日号の本郷町のOさんの電子メールに対する回答から。

「ふん書」について
昨年4月1日から施行しています。「ポイ捨て等防止条例」により、ペットの散歩にふんの回収容器を持って歩く人が目立つようになりました。しかし、まだ、ふんの回収容器を持たずにペット連れで歩く人も見られ、「ふん書」の苦情も増えています。

「ポイ捨て等防止条例」にもあるように、ペットの散歩には必ずふんを処理する道具を携行するようしなければなりません。
また、犬の放し飼いは県の条例で禁止されています。市では、7月1日号の広報に掲載し、ふんの後始末をお願いしているところがあります。(環境課)

7月1日号の「歩道と車道の段差について」を読んで
自転車で段差を通ると、タンとしてお尻などが痛い。だからあまり通りたいと思いません。だから歩道を通らず、車道を通ってしまうのです。
車などの交通量も多く、とても危険です。太田町のTさんに賛成で完全になくすか、

緩やかにして欲しいと思っています。

(加茂野町・Tさん)
歩道の段差解消工事については、県の管理している国道や県道については、県に毎年要望しており、順次工事を継続していただいています。市道については、年度計画にもとづいて順次、整備をしております。

(維持管理課)
一時保育について
一時保育を利用しています。保母さんの対応やサービスにもほぼ満足しています。が、申し込み手続きが複雑なのと、こんなことまで書く必要があるの?と思う点があります。

毎回、申請書を二部書かなければならないのも手間です。プライバシーに近い家族構成や年齢や勤め先などを記入する必要があるのでしようか。
万が一、通知義務があるのなら、初回登録して利用ごとに記入するのは、やめてもらいたい。同じ書類なら2部複写にする、連絡所やファックス、インターネットでも手続きできるようなしてもらおうと便利だし、利用率も上がると思う。

また、使用料4時間を越えたら、いきなり1,000円アップはきついです。4時間を超えた場合は、30分刻みの料金設定にしてもらうと助かります。
利用料は定額なのに「利用料算定のため、市備え付けの課税資料を閲覧されることについて、異議ありません。」というのは、なぜ閲覧が必要なのか説明してほしいし、正直同意しかねます。(本郷町・Yさん)

一時保育の申請で家族構成などを記入していただくことは、家庭の状況を把握し、お子さんを預かる上での参考とさせていただきます。
勤務先などの記入については、緊急時の連絡先を知らせていただくためであります。
2回目以降の利用についても、申請書を記入してもらいますが、家族構成などの事項に変更がない場合は、その部分の記入を省略させていただきます。

また、児童票については、初めて一時保育を利用したい人だけに記入してもらい、保育園へ提出していただいております。現在は、2回目以降については省略しています。
なお、定員や保育園での預かる体制を整えるため、市役

所での受け付けのみとしています。
料金は、1カ月の保育料を参考にしてあります。利用される人の負担を少なくするため、4時間以内の場合と4時間を超える場合の保育料を設定しています。
課税資料の閲覧については、生活保護法による被保護世帯や、前年度市町村住民税非課税の母子世帯の人は、保育料が免除になる場合があります。ため、申請書に記載させていただいております。(児童課)

あなたの身近な話題やうれしかったこと、腹がたったこと、「広報みのかも」を読んだ感想や、特集として取り上げてほしい内容など、気軽に電話やはがき、ファックスまたは電子メールでお寄せください。(広報誌上は匿名で掲載しますが、住所・氏名・電話番号は必ず、お知らせください) あなたの声をお待ちしています。
〒505-8606 美濃加茂市企画部総合政策課広報係
でんわ 0574 2111(内線239)
FAX 0574 1290
Eメール kouhou@city.minokamo.gifu.jp