

保健

高血圧教室の開設

除く)につき割引が行われていますが、このたびは肢障害者に適用が拡大されました。範囲は単独障害で六級までです。

なお、自ら運転することは従来と変わりありません。利用者は市役所福祉事務所へ申請して下さい。

持参するもの、身体障害者手帳、車検証、運転免許証、印鑑。

寒さが増してきました。こんな時は、どうしても血圧が上がりがちです。冬に多い心臓や血管の発作を防ぎ、健康を保つために、普段から血圧が高い方は特に気をつけ

なければなりません。血圧は、薬だけでなく日常生活で管理していく必要があることは、皆さんご承知のことと思います。しかし、実際には必ず正しいことが多いものではないでしょうか。

今回、血圧について、日常生活についてふりかえる機会とするために、高血圧教室を開催します。多数のご出席をお待ちしております。

日時	昭和62年1月27日(火) 午後1時30分～4時
場所	都留市文化会館 和室
内容	○血圧の測り方 ○講義 「高血圧の基礎知識」 講師 都留診療所医師 和座先生 ○話しあい
対象	○血圧が気になる方 ○高血圧教室参加者 (何年度の教室でも)

「ふるさとカレンダー」は届きましたか!!

「ふるさとカレンダー」発行事業は、昭和五十六年から始まり、みなさんのご協力により今年で七年目になります。今年も、「ふるさと自然」と題し、市内に生息している主に日常生活の中で注意している動物の写真を説明とともに

カレンダー発刊に よせて

都留文科大教授
今泉吉晴

都留市には私達と共に美しく、多彩ないきものがくらしにみせてくれるその姿から私達は、自然のつくりだす豊かさをうかがい知ると同時に、



に編集したものです。これらの写真や資料は、都留文科大教授今泉吉晴氏を始め、中川雄三氏、海野和男氏、村山力氏が撮影した、非常に貴重なものです。

なお、カレンダーに使った写真の説明は、毎月の広報で詳しくお知らせします。

自然に共感する自分自身を発見する事が出来ます。都留の自然を豊かに保つことは、私達の精神生活の幅を広げることに通じるように思います。

表紙の写真説明(フクロウ)

まわるい体つきと顔には、あいまいさがあります。でも夜、ネズミや小鳥をおそう、れつきとしたハンター。羽毛が特別にやわらかく、夜空を羽音をたてずに、すべるように飛ぶことができます。大きな目は、わずかの光りでものをとらえ、耳もすうとく、えものたてる物音でそのありかを知ることができます。

写真は、小篠神社(十日市場)のケヤキの大木のうろで育ったフクロウのヒナ。ケヤキの枝に出て、えものを運んでくる親鳥をギャツ、ギャツと、大きな声で呼んでいます。親鳥は、ホウ、ホウ、ゴロツホウホウと鳴きます。近縁の仲間、体が小さくおもに昆虫をとらえて食べるアオバ

一月の写真説明(テン)

スタイル、体色ともにきわだって美しいけものです。特に冬毛のテンはすばらしく、首から尾にかけての体の大部分があざやかな黄色。頭と尾の先は白。四足が黒という配色。古くから毛皮獣として珍重されてきました。毛皮にして美しいほどのけものですが、生きた姿はおして知るべし。太陽の当りのもとで活動するテンは、ピカピカと金色にかがやいて見えます。

細長いしなやかな体は、木のぼりにも適し、リスなどの動きの早いものを樹上で捕える狩りの達人です。秋には果実を好んで食べます。