

なんじやろか

地上式消火栓 《駅前二丁目》

街角ぶらり

総社駅から東へ約300m
行った中国銀行総社支店の南
側の歩道の端に、地上式消火
栓が設置されています。

市内には約1200基の消
火栓がありますが、地上式消
火栓はこの1基だけです。

消火栓は、火災発生時に消
火に必要な水を供給するため、
水道の配水管に取り付けられ
た水道栓のこと。地上に設置
されている地上式消火栓とマ
ンホールのなかに設置されて
いる地下式消火栓の2種類に



アメリカ映画でよく見か
ける地上式消火栓。昭和
51年にこの場所と吉備信
用金庫本店（中央二丁目）
前の南側歩道の2か所に設
置された。吉備信用金庫本
店前のものは、今はない



分かります。
地上に出ているため、交通
事故などによる損傷や車の出
入りの邪魔になるなどの理由
から、地下式消火栓が主流と
なっています。

高血圧の家庭での管理

森下 尚子 医師
(吉備医師会から)

高血圧は日本で最も患
者の多い病気で、3人に
1人が高血圧といわれて
います。高血圧には、自
覚症状がありませんため
治療を軽視しがちですが、
高血圧が長く続くと、血
管に大きな負担がかかり、
全身のさまざまな血管に
障害が起きて脳出血、脳
梗塞、心筋梗塞などの原
因となります。例えば症状
を感じなくても、血圧を
正常に調整し続けること
が大切です。

高血圧の大きな要因は
生活習慣にあります。食
生活や運動、禁煙、スト
レスをためない、節酒な
どの生活習慣の改善が大
切です。毎日の食事は特
に重要で、中心は減塩で
す。日本人は1日約11g
の食塩をとっているとい
われていますが、高血圧
の人は6g以下が目標で

す。また、摂取カロリー
にも気を付けて適正な体
重を維持しましょう。

食事療法とともに大切
なのが運動療法です。激
しい運動はかえって血圧
を上昇させるため、少し
汗ばむ程度の有酸素運動、
ウォーキングや水泳など
が適しています。

家庭で血圧を測定する
ことで、病院でだけ血圧
が高くなる白衣高血圧や
起床時に著しく血圧が上
昇する早期高血圧などの
診断ができ、治療効果の
判定にも役立ちます。

高血圧は、食事療法や
運動療法で生活習慣を改
善し、薬を正しく服用す
ることによって血圧を適
正な範囲内に調整してい
くことが必要な病気です。
定期的に病院にかかり、
きちんと治療に取り組む
ことが大切です。

健康アドバイス

教育知り隊

市内の小学校では毎年1校
ずつ、教員の指導力を高める
目的で、研究とその成果を公
開発表する研究発表会を実施
しています。

研究をする教科や領域は、
多くは各学校で決定。研究発
表会の約2年前から、学校全
体で、子どもの力を伸ばすた
めの指導方法の改善や工夫を
研究します。

今年には秦小学校が10月31
日、国語科について研究発表。
指導力の向上にと、市内外か
ら約300人の教諭が参加し



秦小学校 全職員

秦小学校の全職員で、
「学び合い活動研究発表
会」に取り組みました。
これからは、「話し合うっ
て楽しいなあ」「友達の考
えを聴くって楽しいなあ」
「学び合うって楽しいな
あ」と、子どもたちが思え
る授業づくりに取り組め
たいと思います。

【学校教育課】

学び合いのある授業づくり

ました。この研究で目指した
ことは、児童一人ひとりがそ
れぞれの思いや考えを互いに
出し合うことで、学び合おう
とする姿が、どの子にも見ら
れるようにすることでした。
全クラスで研究授業を実
施。子どもたちは友達の考え
をよく聴き、いいなあと思っ
た言葉に関連づけて、新しい
考えを生み出すことができました。
ようになりました。そのとき
の教室内には、「なるほどな
あ」という満足感や達成感い
っぱいの子もたちの笑顔が
あふれていました。

新たな振り込め詐欺の兆しか！ ～事例紹介～

岡山県内で新たな振り込
め詐欺の兆しがあります。
その事例を紹介しますので、
注意してください。

【事例①】年金の手続きを
促す不審電話

昨年10月下旬ころ、S市
に住む女性宅に、男の声で、
「年金が上がりますから、年
金手帳と印かんを貸してく
ださい」「一週間くらいした
ら取りに行きます」と電話
連絡がありました。

▼年金手帳や印かんを他人
に委ねることは、制度的に
あり得ません。各自で大切
に保管してください。

【事例②】定期預金が満期
になった手続きを促すと促
す詐欺未遂

11月5日の午後4時ころ、
W町に住む男性宅に、郵便
局員を名乗る中年男性が訪
れ、「定期預金の期限が切れ
るので、書き換えするため
に通帳と印かんを探してほ

しい」と言ってきました。

▼男性は郵便局に確認した
が、定期預金が満期になっ
た事実はない事が判明。訪
れた不審人物の意図は不明
ですが、振り込め詐欺の前
兆と思われるので要注意。

【事例③】コンビニに設置
されたデジタル端末により
代金を振り込ませる手口

11月3日、県内K市に住
む男性が、携帯電話で出会
い系サイトに興じていたと
ころ、登録費用(13万円)名
目の電子メールを受信した。
不安になった男性は、コン
ビニに設置されたデジタル
端末により、代金をオンラ
イン決裁で支払った。

▼機械で代金決済をさせる
ことから、係員などが「振
り込め詐欺では？」という
忠告ができないもので、今
後被害が増加するおそれ
があります。

監修・問い合わせ 総社警察署生活安全課 (☎99 0110)

防犯のすすめ