

# こんにはは保健婦です

## 赤ちゃんの

### お世話のポイント

梅雨が明けると今度は暑い夏です。子供にとっても大人にとっても夏は高温多湿でしどろもどろの季節です。赤ちゃんにとっても湿気が多いため、食欲不振、あせも、夏季熱などいろいろと事故が多くなります。そこでむし暑さを最少限に切りぬける赤ちゃんのお世話のポイントとして……

▽充分に手足の出た服装で、下着はたえず洗濯をし、乾燥がうまくゆかないときはアイロン仕上げにすると衛生的にも良い方法です。

▽着物やフトンには、赤ちゃんが汗ばまないという事に気をつけ、かけフトンや敷フトンは積極的に干して気持よくすること。

▽赤ちゃんは一般に汗かきです。お乳を飲んでる最中とか寝てから一〜二時間のうちは水でも浴びたようにびしょりになる事がありますが、結核とかカタル病症状がなければ心配はありません。あせもや寝冷えをしないように注意しましょう。

▽涼しくする工夫として

一、体温程度のぬるま湯で行水をつかわせる。

二、フトンの上に花ゴザを敷きその上にシーツを敷き水枕を

使う。

三、窓や縁側にすだれやカーテンをかけ、外に打ち水をする

▽夏の病氣

夏季熱は赤ちゃんの夏まけの一つの状態です。夜中から朝にかけて三八〜九度位の熱が出て、昼間風通しをよくすると下り、また、夜から朝にかけて高熱が出ます。夏季熱と診断がつけば涼しくする工夫や水分の補給に気をつければ大底よくなります

# 納税案内

- 1、個人町民税 納期限は 第二期分 八月三十一日限り
- 2、保険料の第二期分 八月三十一日限り
- 3、県事業税前期分 一日限り

法人の住民税の申告納付は

- 1、昭和四十九年六月期決算の法人は、八月三十一日までに確定申告納付を。
- 2、昭和四十九年十二月期決算の法人は、八月三十一日までに中間申告納付を。

## 町内文芸

### 油谷俳壇

課題「夏の装」

嫁入りの道具にそえし夏喪服  
吉村 節子  
薄物に尖りし肩や老の妻  
岡林 黎村  
車庫建てる手伝僧の夏帽子  
蘭 添水  
衿元にみなぎる若さ浴衣の娘  
中尾 浮木  
いつもより日傘を高く夫手引く  
大谷 展生  
早魁年早乙女の装ひにくきほど  
高村 桃司  
物価高洗ひ上げたる浴衣着て

### 油谷短歌会

課題「蟹」

夏服の心安さや巡査さん 林 黙水  
さびしさを超えし孤独が磯蟹の窺 高山 木舟  
ふごとき眼とむかひあふ 松本 一夫  
梅雨落葉わびしきうへを赤蟹がなまの色にて遅疑しあゆめり 天野白水郎  
土よりも淡き小蟹のあらはれて気配うかがふ朝の庭に 油谷志津夫  
すめろぎは開道祝祭いざりがにをいしと宣ひ食しませりとぞ 高山 章介  
磯の香の漂ふバスの急停車路上の

### 雑詠

蟹のあわれ大群 吉岡 豊  
屋の日が拡ぐる暈をなぞりつゝ一羽の鳶のゆうゆうと飛ぶ 岡田 次郎  
静かなる夢路破りし郭公の闇よりきこえて闇に消えたり 岡村ツユ子  
東風の逆う朝に色を変え薄青赤く開く柴陽花 境 勇  
水捜し向津具半島穴だらけ 阿部 友行  
慈雨なればへソまで濡れて腹たす 平川 三照  
盆供養仲長くうける納骨堂



### 生活のリズム

日中はまだまだ暑さはきびしいようですが、七日の立秋を境に朝の気温はぐっと下がり、どことなく秋に向う気配が感じられるようになってきます。残暑はまだまだ続くことでしょうか、暑さもこのへんが峠でしょう。

夏休みの計画はどの程度まで進んだでしょうか、どうせ休みなんだから……と思っただけで、つい夜ふかし朝寝坊の悪循環では第一お子さんの健康は保てません。学校の夏休みは、まず、からだをきたえることです。からだをきたえるという、すぐ、水泳だとか山登りといったスポーツをすることのように思いこみますが、毎日の生活の上で、規則的に物事をかたづけて行くことが土台になっていることも心に入れておきたいものです。

それにはまず、起床・就寝の時間をきちんと決めて実行することですが、それにもうひとつ大切なのは毎日の食事の時間です。食べたくないから食べないというのはいかにも合理的で理くつにも合っているようですが、これは食べたくなったら食べようという勝手な理くつです。一日のうちで寝たり起きたり、食事をするに、どこかで決まりをつけなければ家庭生活のリズムがくるい、社会生活は成り立ちません。