



元気な竹山県知事（3県知事会議で・右端）

# わたしの健康法

静岡県知事 竹山祐太郎

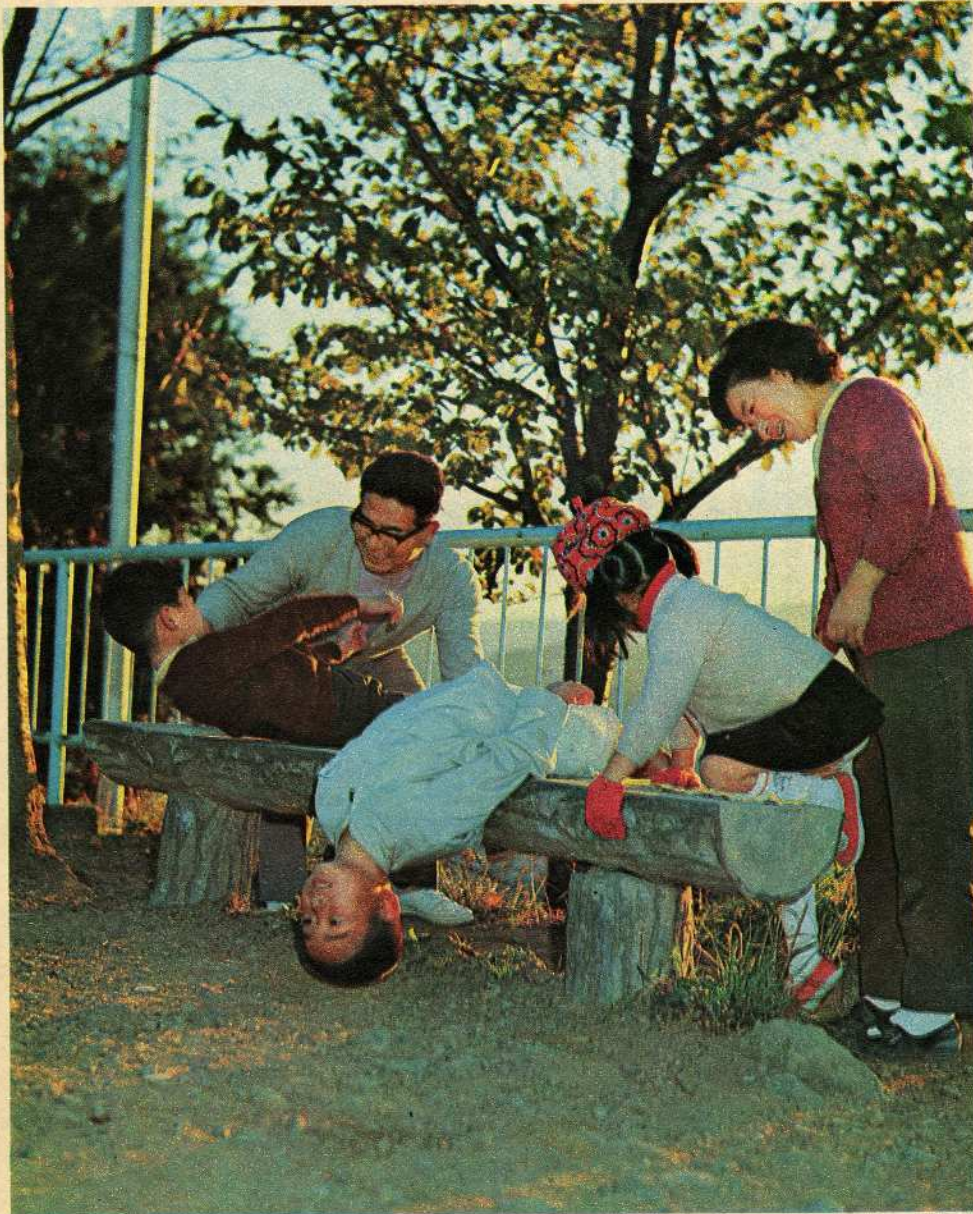
あけましておめでとございます。健康で明るいお正月をお迎えのことでしょう。健康であることの喜びはなにもにもまさる、といえましょう。すべての源は体力であり、生活の中へ体力づくり、健康づくりをとり入れることが必要です。私も忙がしい政治家としての生活の中で、運動不足をおこなうため、朝の散歩を欠かしたことはありません。東京時代には明治神宮外苑を、静岡へ来てからは駿府城の内堀を二周してまいりました。さいきんでは知事公舎の付近を毎朝約三十分間散歩しています。早起早寝など、規則正しい生活は私の健康法のひとつです。県民のみならず、明るい県民生活を築く基になる健康保持と体力づくりにはけみ、第八次総合開発計画の心の健康明るい社会の実現につとめましよう。

あけましておめでとございます。健康で明るいお正月をお迎えのことでしょう。健康であることの喜びはなにもにもまさる、といえましょう。すべての源は体力であり、生活の中へ体力づくり、健康づくりをとり入れることが必要です。私も忙がしい政治家としての生活の中で、運動不足をおこなうため、朝の散歩を欠かしたことはありません。東京時代には明治神宮外苑を、静岡へ来てからは駿府城の内堀を二周してまいりました。さいきんでは知事公舎の付近を毎朝約三十分間散歩しています。早起早寝など、規則正しい生活は私の健康法のひとつです。県民のみならず、明るい県民生活を築く基になる健康保持と体力づくりにはけみ、第八次総合開発計画の心の健康明るい社会の実現につとめましよう。

# 県民だより

48年1月 No.176

静岡県広報課 〒420 静岡市追手町9番6号 電話(0542)22233



家族ぐるみでからだづくり（午前6時40分、静岡市の賤機山で）

## くらしの中に運動を 一年をたくましく生きよう

昭和四十八年がスタートしました。わたしたちをとりまく生活環境は、経済の成長による物質面の豊かさの反面、健康をさまたげるいろいろな条件がふえてきています。このような社会を、たくましく生き抜くため、健康・体力づくりにはげむことは、わたしたちのつとめといえましよう。

健康で毎日の生活を送るためには、栄養・運動・休養の三つの条件がバランスを保つことが必要です。つまり①栄養をとってからだの組織をつくり、エネルギーをた

くわえ、②自分に適した運動を積極的にこなしてエネルギーを消費して、③適度な休息をとってからだを回復させることがたいせつだといわれています。とくに、現代人の欠点は運動不足といわれています。このため、家族ぐるみやグループで、歩いたり、体操をしたり、スポーツなどをする人たちがたいにふえています。これは健康なからたは、なによりの財産です。ことしは一日に少なくとも十五分間の全身運動を生活の中にとり入れ、一年を元気で暮らしたいものです。



合気道できたえる静岡市菅谷の兼子さん一家

### 1月のこよみ

- |                   |                                         |                                                |
|-------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------|
| 1日 元日 年賀 初もうで     | 15日 成人の日 お年玉つき年賀はがきの抽選 熱海の梅まつり〔2月15日まで〕 | マは“希望を語り合う日” 新しい年の初めにあたって、1年間の希望や抱負を語り合いましよう。〕 |
| 2日 初荷 初夢 書きぞめ     | 16日 やぶいり                                | 24日 学校給食週間〔30日まで〕                              |
| 4日 官庁の仕事はじめ       | 20日 大寒                                  | 26日 第19回文化財防火デー                                |
| 5日 小寒             | 21日 家庭の日〔1月の家庭の日のデー                     | 27日 国旗制定記念日                                    |
| 7日 七草 袋井市法多山の田遊び祭 |                                         |                                                |
| 11日 鏡開き           |                                         |                                                |





# 78パーセントが自然に恵まれている

## 自然保護、開発規制の声も多い

↑自然に恵まれた城ヶ崎海岸(伊東市)

「かけがえのない地球を守ろう」と、自然保護や公害対策の充実を求める声が高まっています。

静岡県は、一部に空気が水のように見られますが、まだまだ緑と水と太陽に恵まれています。しかし、このままでは、よければ年ごとに深刻になるおそれがあり、県では開発と自然との調和、生活環境の向上を重点施策のひとつに取りあげて、いろいろな対策を講じています。

また、昨年は県民の自然保護に対する考え方や意見を聞く世論調査を行ないました。この調査の結果は、これからの施策の参考にして、さらに生活環境の向上につとめていきます。調査結果のあらましをまとめてみます。

■まだ切迫感はない  
守ろうと、自然保護や公害対策の充実を求める声が高まっています。

■生活環境は少ない  
住んでいる所の空気がきれいだという人は33%、きたない18%、緑は52%、きたないは21%など、まだ自然に恵まれている静岡県の実情を反映した数字が出ています。また、78%の人が自然に恵まれていると感じており、51%の人が自然に恵まれていると感じています。

■自然保護に賛成  
自然保護に賛成している人は、42%の人が「優先すべきだ」と考え、開発優先は11%で、その40%の人が「一概に言えない」と答えています。

■調査のあらまし  
対象は満10歳以上の男女  
回収数1878人、抽出率100%  
調査方法 調査員による個別面接法  
調査時期 昭和47年8月21日～9月5日

# さかなのアパートづくりも

## つくる漁業へ体質改善

海のよこれや、不漁に悩む漁業を振興させようと、とる漁業。から、つくる漁業への切り替えが、各地ですんでいます。

■すずみ構造改善  
沿岸漁業の経営近代化をはかるため、第二次漁業構造改善事業がすすめられています。

このほか橋南地域(古田町)御前崎町の栽培漁業を振興させるため、沿岸漁業開発特別事業がすすめられます。冬の波の荒いときでも、ノリやワカメの養殖ができる消波塔堤、イセエビやアワビの魚礁もついでにすすめています。

イセエビの養殖漁場を沖にひろげるため水中いけすの実験も行なわれています。

このほか、浜岡町に温水利用研究センターが、昨年十月に開所しました。ここではいま建設中の浜岡原子力発電所の温排水を利用して

冬でもマールゲレットが咲き乱れる伊豆西海岸の南伊豆町子浦から松崎町雪見を結ぶ、南伊豆道路が開通

# 美しい海岸線が魅力

## 「南伊豆道路」が開通



開通した「南伊豆道路」

冬でもマールゲレットが咲き乱れる伊豆西海岸の南伊豆町子浦から松崎町雪見を結ぶ、南伊豆道路が開通

美しいながめや観光資源に恵まれた南伊豆地方を訪れる車は年ごとにふえています。

しかし、この区間にはせまい道しかなく、車では通行できません。そこで、日本道路公団が昭和四十三年から工事を進めてきたもので、総工費二十七億五千万円、全長十五・三キロの有料道路です。

この道路の開通で、この区間は約二十分で結ばれる伊豆半島は海岸線に二周できるよになりました。

その男性的な海岸美や富士山のながめは県下でも一番といわれるこの道路は、地元の人たちは「マールゲレット」と呼んでいます。

料金は、小型自動車は五十円です。

# 支給範囲広がる

## 児童手当

四月一日から児童手当の支給範囲が広がられます。現在、五歳未満の児童が対象になっていますが、これが十歳未満(昭和三十八年四月二日以後に生まれた児童)に広がるもので、十八歳未満の児童を三人以上養育し、そのうち三人以上が十歳未満の児童である人は、四月末日までに市町村役場へ請求書を出してください。なお、詳細は市町村役場の児童手当担当課へお問い合わせください。

厚生年金(老齢年金)受給者は現況届を  
■対象者 厚生年金の老齢年金や通算老齢年金を受けている人(46年1月15日以後の受給者は除く) ■提出期限 1月15日<月> ■提出先 社会保険庁 ■詳細はもよりの社会保険事務所へ。

毒物劇物取扱主任者試験を行ないます  
■科目 一般、農薬用品目、特定品目  
■試験期日 2月18日<日> ■受付期間 1月8日<月> → 1月20日<土> ■受付場所 各保健所(静岡市内のかたは、直接県庁業務課)

県立大学の学生を募集  
【静岡薬科大学】 ■募集定員 薬学科60人、製薬学科60人 ■試験期日 3月22日<木> ■出願期間 2月1日<木> → 2月15日<木> ■申込場所 静岡市小鹿

2丁2番1号(☎0542-656186)静岡薬科大学学生部  
【静岡女子大学】 ■募集定員 ◆文学部国文学科40人、英文学科40人、◆家政学部食物学科30人、被服学科30人 ■試験期日 3月23日<金> ■出願期間 2月8日<木> → 2月17日<土> ■申込場所 静岡市谷田409(☎0542-0336)静岡女子大学学生部

【静岡女子短期大学】 ■募集定員 ◆文学科 英文学専攻30人、国文学専攻30人、◆食物栄養学科80人 ■試験期日 3月23日<金> ■出願期間 2月12日<月> → 2月22日<木> ■申込場所 浜松市布橋3丁目2-3(☎0534-4486)静岡女子短期大学入学試験係



# あしらせ

環境のすばらしい県立静岡女子大学  
県に物品を納入する方へ  
県に物品の納入を希望する方は、競争入札参加資格または見積参加資格が必要ですからつきにより資格審査申請の手続きを行なってください。 ■受付 2月1日<木> → 2月28日<水> ■申請書類と提出先 競争入札参加資格審査申請書または見積参加申請書を県庁管財課か県の出先機関の契約担当課へ ■申請書用紙の請求そのほか詳細は県庁管財課(☎0542-2138-2143)へ

森林愛護運動ポスター原画を募集  
■図柄 自由(圖案中には、文字はいっさい入れないこと)、創作にかぎること。

1月中の県の移動相談  
【移動県民相談室】 12日<金> 葛田市役所/26日<金> 城東村営農研修センター  
【巡回交通事故相談】 11日<木> 伊東市役所/17日<水> 新居町役場/22日<月> 菊川町役場/26日<金> 城東村営農研修センター/30日<火> 榛原町役場

第1回県技能士大会が開かれます  
■日時 3月11日<日> ■会場 静岡市役所会館 ■参加方法 参加料 500円をそえて県庁職業訓練課内技能士大会事務局へ