



警察かわら版

お問い合わせは
今市警察署 ☎(23)01110
日光警察署 ☎(53)01110

家出少年および福祉犯被害 少年などの発見・保護の強化

警察では、9月を「家出少年及び福祉犯(※)被害少年等の発見・保護活動の強化期間」と定め、関係機関・団体と協力して家出少年などの早期発見・保護や非行、犯罪の被害から守るための活動を強化します。皆さんのご協力をお願いします。 ※福祉犯とは、児童買春や風俗営業店で働かせるなど18未満の者の福祉を害する犯罪をいいます。

【保護者の皆さんへ】

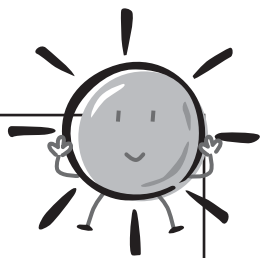
- 楽しさや便利さの裏には罠があることを教え、社会のルールをきちんと守る意識を持たせましょう。
- 夜間の子どもの外出は、さまざまなトラブルに巻き込まれやすくなり危険です。家庭で夜間外出をしないよう指導しましょう。
- 無断外泊や家出中に異性と知り合い、児童買春などの性被害を受け

る事件が起きています。無断外泊などの危険性を十分に理解させましょう。

○携帯電話は、出会い系サイトなどの違法・有害な情報に簡単にアクセスすることが可能で、犯罪に遭う危険がいつばいです。フィルタリング機能(有害なサイトに接続できなくする機能)を利用するなど携帯電話のもたらす被害から子どもを守りましょう。

【地域の皆さんへ】

子どもを取り巻く環境は、性を売り物とする営業の増加や少年をも標的とした麻薬の密売など、ますます悪化しています。有害な環境から子どもを守るためには、地域の皆さんの協力が重要です。地域の大人が声を掛け合い、子どもたちを非行や犯罪被害から守りましょう。また、深夜徘徊している子どもや家出しているような子どもを見かけた場合には、警察への通報をお願いします。



I-B S(過敏性腸症候群)

通勤・通学途中の電車内や試験、大事な会議の前などに、おなかが痛くなったり、トイレに駆け込んだりといった経験のある人は少なくないと思います。それらを慢性的に繰り返す場合は、I-B S(過敏性腸症候群)の疑いがあります。

I-B Sとは、下痢や便秘などの便通異常を伴う腹痛や腹部不快感が、慢性的に繰り返される疾患で、主として大腸の運動および分泌機能の異常が原因で起こります。排便によって症状が軽減する特徴があります。脳と腸には密接な関係があるため、自律神経に異常があったり、精神的な不安や緊張、興奮、悲しみや怒りなどの感情の起伏、仕事や対人関係の悩みなどがストレスとなり、それらが引き金となって症状が現れます。現代のストレス社会では、急増している病気のひとつといわれています。I-B Sはその症状によって4つに分類されます。

①便秘型 I-B S(硬い便、「コロコロ」便が多いタイプで女性に多い)

今市医師団幹事
沼尾医院 沼尾弘寿

元気予報

②下痢型 I-B S(泥状便、水様便が多いタイプで男性に多い) ③混合型 I-B S(泥状便、水様便になったり、硬い便、「コロコロ」便になったりするタイプ) ④分類不能型 I-B S(これにも当てはまらないタイプ)

I-B Sの治療には、ライフスタイルの改善や食事・運動療法が重要です。3食を決まった時間に取る、暴飲暴食を避ける、睡眠や休養を十分に取る、ストレスを解消する、朝の排便を習慣付けるなどが大切です。下痢型の場合、香辛料や冷たい飲食物、脂っこいものなどを避けます。乳製品やアルコールが原因となる場合は控えます。便秘型の場合、水分や食物繊維を多く取れるような食事を心がけます。適度な運動は腸の働きを整え、気分転換やストレスの解消にも効果的です。改善しない場合は、薬物療法が必要です。

慢性的な便通異常には、大腸がんや炎症性腸疾患(潰瘍性大腸炎、クローン病など)、甲状腺疾患などが原因のこともあり、まずは医療機関で診断を受けることをお勧めします。

遊びのぞいびよー



※特に記載のないものは申込みの必要はありません。地域子育て支援センターの催し

◎おじいちゃんおばあちゃんも一緒に!

くおほえよう応急手当

とき 9月2日(金) 午前10時15分〜正午

◎ママのミニ学習会「こころ編」

く乳児期の対応について① 人見知りってなあに

とき 9月13日(火) 午後2時〜3時30分

講師 小野原美美子氏 申込期限 9月10日(土)

※お子さんをお預かりします。

◎親子ふれあい歌あそびをしよう!

とき 9月21日(水) 午前10時30分〜11時30分

◎子育て健康相談by保健師

く確かめて ホット安心 健やか子育て

とき 9月21日(水) 午前10時〜11時45分

◎ママも一緒にエクササイズ くベビードダンス

とき 9月20日(火) 午前10時30分〜正午

◎ママのミニ学習会「からだ編」 く子どもの病気

とき 10月5日(水) 午後2時〜3時30分

講師 吉原重美氏 申込期限 10月3日(月)

※お子さんをお預かりします。

◎お父さんをお預かりします。

地域子育て支援センター ☎(22)2299

日光親子ふれあいひろばの催し

◎みんなであそぼう!

「からだげんき! ママもパパも一緒にあそぼう!」

とき 9月22日(木) 午前10時30分〜11時30分

持ち物 タオル・上履き・飲み物・運動できる服装

※申込みが必要です。

ところ・申込先・くわしくは

日光親子ふれあいひろば(日光福祉保健センター内)

☎(54)3001

鬼怒川親子ふれあいひろばの催し

◎敬老の日のプレゼント作り

「写真入りのカレンダーをつくりましょう!」

とき 9月5日(月)〜7日(水)

午前10時〜午後3時

※写真のデータがある方は持参してください。

◎親学習プログラム 子育て座談会

「工夫して子育てしてみよう!」

とき 9月26日(月) 午前10時30分〜正午

講師 親学習チーム日光

◎オピニオンリーダーによるひだまりサロン

「お月見お団子作り」

とき 9月21日(水) 午前10時〜正午

費用 150円 持ち物 エプロン・手拭き

ところ・くわしくは

鬼怒川親子ふれあいひろば(藤原保健センター内)

☎(76)0881

そのほかの催し

◎ミニ運動会

とき 9月22日(木) 午前10時〜11時

申込期間 9月1日(木)〜12日(月)

定員 親子30組(先着順)

ところ・申込先・くわしくは

しばやま保育園 ☎(22)4763

◎親子交通安全教室

とき 9月27日(火) 午前10時〜11時

場所 市交通教育センター(丸山公園向かい)

申込期間 9月12日(月)〜20日(火)

定員 親子20組(先着順)

申込先・くわしくは

せせらぎ保育園 ☎(21)2271