

暮らしのヒント

階段の上り下りに膝が痛みます。負担を減らすには?

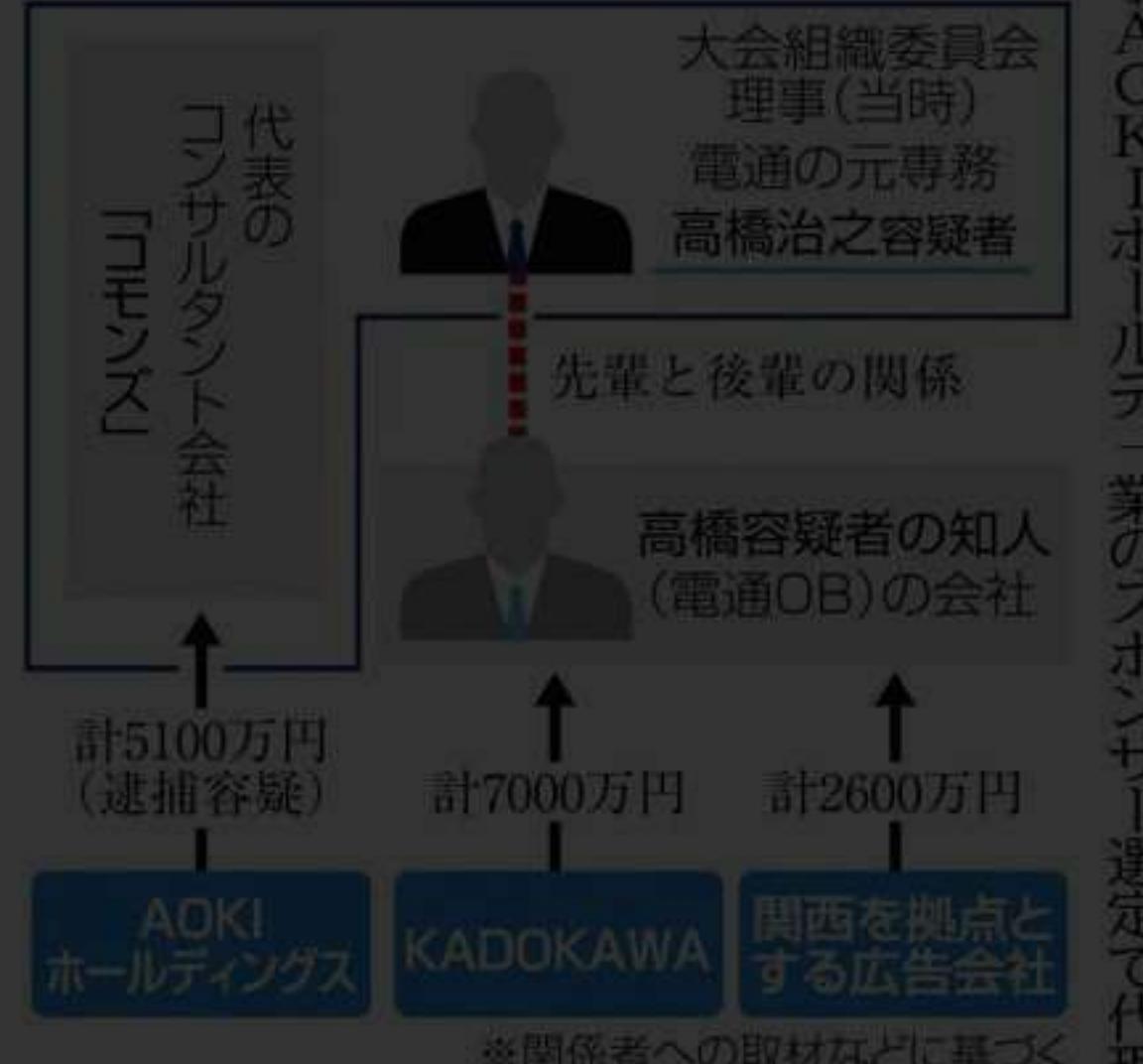
上りは痛みのない脚を先に出し、下りは痛みのある脚から先に出すようにする。上がると良いでしょう。上がるときは先に出した脚で踏ん張り、下りるときは先に出した脚を運ぶと、膝への負担が軽くなります。

(監修:原宿リハビリテーション病院名誉院長・林泰史さん)



本紙が月1回発行する「暮らしのヒント」から記事をセレクトして掲載します。

東京五輪・パラリンピックのスポンサーを巡る疑惑の構図



戦没者遺骨をDNA鑑定の対象地域拡大

厚生労働省では戦没者遺骨の身元特定のためのDNA鑑定を実施しています。現在、下記地域の戦没者ご遺族からの申請を受け付けています。

硫黄島・中部太平洋地域・東部ニューギニア・インド・ウエーク島・ノモンハン・インドネシア・ギルバート諸島・ビスマルク・ソロモン諸島・沖縄・樟木・トラック諸島・フィリピン・日本ソ連・パラオ諸島・ミャンマー・モンゴル・マーシャル諸島・マリアナ諸島・タイ・メレヨン島

照会先電話番号: 03-3595-2219 (戦没者遺骨鑑定推進室)



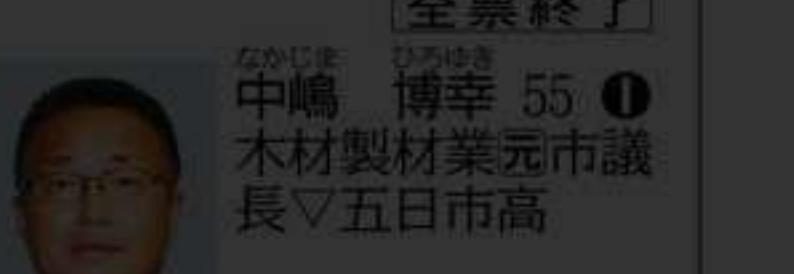
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

中嶋さんは事務所で「これからがスタート。混乱してしまった市政を立て直し、前に進む市政にしたい。今は空きの状態で一日も早く正常な状態に戻し、仕事をしたい」と語った。

中嶋さんは事務所で「これが二度の不信任決議を受けて失職した」と伴つ出直し市長選が四日、投票開票され、無所属新人で元市議長の中嶋博幸さん(五)が自民・公明推薦が村木さんら三人を破り、初当選した。当日有権者数は六万六千六百四十二人。投票率は41・69%で、二〇一九年十月に行われた前回(41・78%)をやや下回った。

中嶋さんと議会は、特別養護老人ホームの整備を巡る手法で対立した。専門家の提言に反し、誘致を進めようの姿勢を示した村木さんは「執行権を侵害する恐れがある」として条例の手続きを踏まないことを公言

あきる野市長選開票結果
当 18,600 中嶋 博幸 無新
4,677 村木 英幸 無前
2,450 数野 一 優
1,562 木下 無新
全票終了
なかじま 中嶋 博幸 55.1
木材製材業元市議長△五日市高



広告会社も2600万円提供

五輪汚職 高橋容疑者知人会社に

東京五輪・パラリンピックを巡る汚職事件で、大会組織委員会元理事の高橋治之容疑者(右)は受託収賄容疑で逮捕された。この知人が経営するコンサルタント会社に、スponサーに選定されたサードパーティ企業の窓口となっていた広告会社側が、三回に分けて計三千六百万円を支払っていたことが四日、関係者への取材で分かった。スponサー企業の紳士服大手AOKIホールディングス(左)は、関西を拠点とする業界中堅。高橋容疑者は知人がサービス関連企業のスponサー選定で代理店として選ばれた。KADOKAWAは、関西を拠点のイングス(HD)や出版大手KADOKAWAに続手KADOKAWAに統合された。一方で、高橋容疑者はAOKIHDの前会長青木不撓容疑者(右)と、高橋容疑者側への贈賄容疑で逮捕について、勾留期限の六日に刑事処分を決められた。コンサル会社には二〇一九年四月にスponサーに選定されたKADOKAWAからも十回にわたり、総額七千万円が渡っていた。代表を務める知人は広告大手電通のOBで、同社専務だった高橋容疑者の後輩に当たる。KADOKAWAをスponサーに依頼し、同

戦没者遺骨をDNA鑑定の対象地域拡大

厚生労働省では戦没者遺骨の身元特定のためのDNA鑑定を実施しています。現在、下記地域の戦没者ご遺族からの申請を受け付けています。

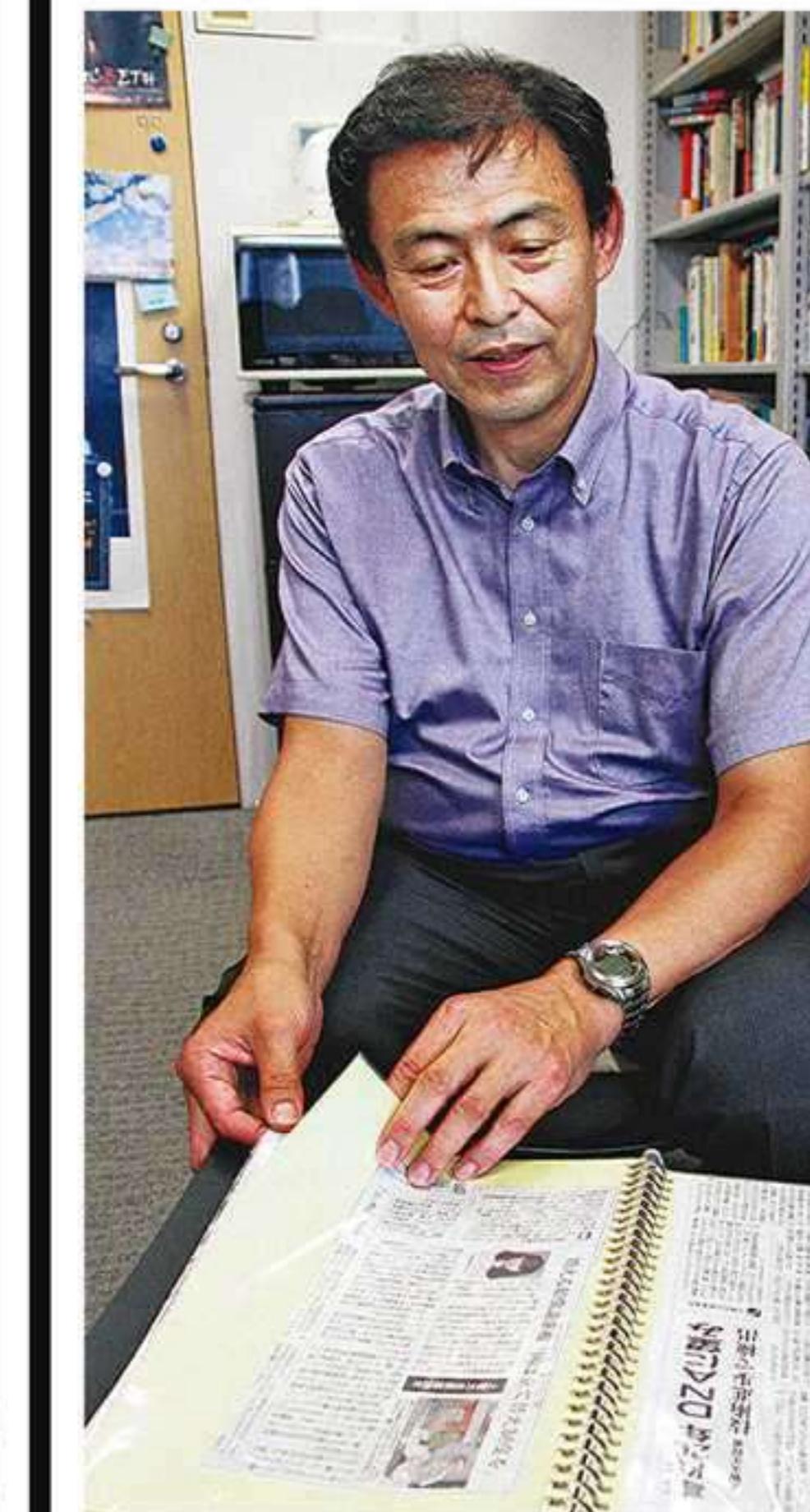
硫黄島・中部太平洋地域・東部ニューギニア・インド・ウエーク島・ノモンハン・インドネシア・ギルバート諸島・ビスマルク・ソロモン諸島・沖縄・樟木・トラック諸島・フィリピン・日本ソ連・パラオ諸島・ミャンマー・モンゴル・マーシャル諸島・マリアナ諸島・タイ・メレヨン島

照会先電話番号: 03-3595-2219 (戦没者遺骨鑑定推進室)

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

あきる野市長に元市議長
出直し選 特養推進前市長敗れる

上智大生殺害26年 恩師悲痛今も



小林さんは、当時は講師だった東郷さんの「英文学入門」の授業を週に一回受けている。「あね、肌で面倒見が良かつた」のが印象的だった。

東郷さんが担当教員を務めた、新入生と在学生が交流を深める「歓迎キャンブ」での出来事だ。「葛飾柴又から来た小林順子です」。上級生として参加した小林さんは、「こんな小さいで場を沸かせた。柴又はつらいよ」の舞台。「八番のあいさつだった。下町出身を誇りに思つていて

(神原大騎)

スクラップした事件の記事を見ながら小林順子さんについて語る東郷公徳さん=東京都千代田区の上智大で

小林順子さん=1993年撮影



小林さんは二、三年生のときキャンプに参加した。三年生のときは会計係を担当した。「これはどう処理すればいいですか」「收拾がちようと合わないんですけど」。何度も相談を受けたことを覚えている。

小林さんの夢は、国際ジャーナリストだった。父親の賢さん(セサ)によると、洋画を字幕なしで理解できる英語力だった。東郷さんは「みんなが面倒だとと思うような仕事も、嫌な顔一つせずにこなしてくれた。気立ての良い子だった」

小林さんの夢は、国際ジャーナリストだった。父親の賢さん(セサ)によると、洋画を字幕なしで理解できる英語力だった。東郷さんは「みんなが面倒だとと思うような仕事も、嫌な顔一つせずにこなしてくれた。気立ての良い子だった」

小林順子さん(左)=1993年撮影

上智大生殺人放火事件 1996年9月9日午後4時半ごろ、東京都葛飾区柴又3の自宅2階に1人でいた上智大4年生小林順子さん(当時21)が首を刃物で刺されて殺害され、自宅を放火された。

上智大生殺人放火犯行時間帯に玄関前で身長160cm前後の不審な男が雨の中、傘をささずに現場を見つめる様子が目撃されている。男は黄色土色っぽいコートを着ていた。情報提供は亀有署=電03(360)7-0110へ。

上智大生殺人放火事件は小林さんが米シトルの大学に留学するため渡米する二日前だった。誰かが首を刃物で刺されて殺害され、自宅を放火された。

上智大生殺人放火事件は小林さんが米シリアルの小説「動物農場」。家畜が革命を目指して農場主を追い出したものの、リーダーの豚が独裁者になってしまったという物語だ。「社会派の一面を見ました」

上智大生殺人放火事件は小林さんが米シリアルの小説「動物農場」。家畜が革命を目指して農場主を追い出したものの、リーダーの豚が独裁者になってしまったという物語だ。「社会派の一面を見ました」

上智大生殺人放火事件は小林さんが米シリアルの小説「動物農場」。家畜が革命を目指して農場主を追い出したものの、リーダーの豚が独裁者になってしまったという物語だ。「社会派の一面を見ました」

上智大生殺人放火事件は小林さんが米シリアルの小説「動物農場」。家畜が革命を目指して農場主を追い出したものの、リーダーの豚が独裁者になってしまったという物語だ。「社会派の一面を見ました」

「なぜ面倒見良い彼女が…」

危険
厳重警戒
警戒
注意

外出は避け涼しい室内へ。運動は原則中止

炎天下の外出は避ける。激しい運動は中止

定期的・積極的な休息と水分・塩分補給を

運動や重労働の合間に水・塩分補給を

ほぼ安全