

ОТДЫХАЙТЕ В „ОТДЫХЕ“

Многие хотят провести свои выходные дни за городом. Прекрасная уральская природа располагает к этому.

Чтобы облегчить металлургам возможность почаще устраивать «свидания» с природой, комиссия профкома металлургов в субботние и воскресные дни недели организует выезд всех желающих на поезде «Отдых» в район станции «Абзаково». Коллективы, желающие выехать на отдых в эти дни, должны с понедельника до среды сдать в культкомиссию деньги из расчета 1 руб. 06 коп. за один

билет. Вагоны будут в течение дня закреплены за пассажирами. В этих же вагонах они вернутся в город.

Коллективы, организованно выезжающие в места отдыха, должны назначать ответственного за порядок и поведение отдыхающих.

Отправка поезда из города в 6 часов 35 минут, возвращение в 19 часов, время московское.

Н. ПУНЬНАЕВ, председатель культкомиссии профкома.

А. БАРЕЕВА

В АПРЕЛЕ и мае 1967 года около трехсот советских туристов посетили Японию. Среди них были и мы — двое магнитогорцев.

Пунктом сбора был Владивосток, куда летели самолетом. После некоторых формальностей (обмен паспортов и денег, проверка сертификатов) мы поселились на теплоходе «Владивосток», чтобы плыть к берегам Японии.

«Владивосток» — современный комфортабельный корабль с роскошными салонами, широкими коридорами и обширными площадками на палубе. Совершая круиз вокруг Японии, туристы в течение 3 недель жили на корабле, который был территорией Советского Союза. Посещая города Японии, отдыхать, кушать мы возвращались к себе домой.

Туристов распределили по группам по 30 человек. К каждой группе прикрепили гидов из Советского Союза, владеющих английским и японским языками. Кроме того к нашим услугам был предоставлен японский гид, хорошо владеющий английским языком. Он сопровождал нас по всей Японии. Японцы совсем не знают русский язык, так что все переговоры велись через переводчиков.

Это не очень удобно потому, что поговорить с простыми людьми Японии не всегда удавалось.

Пролив по водам Японского моря около полутора суток, мы добрались до берегов Японии.

Япония расположена на 4 островах: Хонсю, Сикоку, Кюсю и Хоккайдо и на более чем 3 тысячах мелких островах.

Население Японии — более 101 миллиона человек, по численности она занимает 7-е место в мире.

Население 99,3 процента — японцы, есть корейцы, китайцы.

Япония — конституционная монархия. Императором с 1926 года является Хирохито. Император не занимается управлением страны, как говорится в конституции, он является символом государства.

Два раза в год — в день рождения и в новогодние праздники — можно побывать во дворце и увидеть императора. Император фактически никакой властью не пользуется. Он открывает парламент, принимает послов, присутствует на крупных заседаниях. Согласно конституции высший орган власти — парламент. Он состоит из палаты представителей и палаты советников. Исполнительная часть принадлежит кабинету министров. Нынешний премьер-министр — Эйсаку Сато.

Еще несколько лет назад в мире очень мало говорили о Японии и как-то даже не заметили, что она стала одной из передовых капиталистических стран. Всеобщий интерес к себе Япония вызвала после токийской олимпиады.

Какова современная Япония — это сейчас занимает многих.

Япония — страна больших контрастов. Это щегольские корпуса радиотехнических заводов и одинокая растерянная фигура крестьянина, вынужденного продать свою землю; это 1700 выпускаемых в год автомашин, в то время как большинство дорог закупорено, запружено. Япония — это 18 миллионов телевизоров, это электричество в каждой даже глухой деревне — и столица, где 80 процентов жилищ лишено канализации. Всего 10 лет назад японская металлургия еще не смущала конкурентов: она лишь достигла довоенного уровня — 7—8 миллионов тонн стали в год. Но уже в 1956 году выплавка стали приблизилась к 10 миллионам тонн, в 1960 году уже было более 20, в 1963 году — более 30, в 1965 году — 40 миллионов тонн. Япония по выплавке чугуна опередила Францию, Англию, Западную Герма-

тратила средств на научные исследования. Перенимая достижения зарубежной мысли, японские предприниматели старались найти им новое применение и вышли на мировой рынок с новой продукцией.

Воплощение девиза «перенимая — опережая» можно видеть в японской промышленности повсюду. Япония до сих пор мало тратит на военные нужды — около 1,5 процентов национального дохода. В Японии самая дешевая рабочая сила, японские рабочие получают зарплату меньше, чем рабочие в других капиталистических странах.

ОБРАЗОВАНИЕ

Система образования в Японии определяется формулой 6—3—3—4. Это означает: 6 лет обучения в начальной школе, 3 года в неполной средней школе, 3 года в полной средней школе, 4 года в колледже или университете.

Начальная и неполная средняя школы — бесплатные. Большинство школ находится в ведении муниципалитетов, но есть и частные школы. В школах преподают японский язык, математику, общественные и естественные науки, музыку, рисование, ремесло, рукоделье, физкультуру. Обучение с 6 лет. Учебный год начинается с 1 апреля. Каникулы в школах с 1 июля по 1 августа и по две недели осенью и зимой.

9-летнее образование обязательно, иначе не принимают на работу. Из школ начальных и неполных средних не исключают, не оставляют на второй год. За обучение детей несут ответственность родители. В семье строгая иерархия. Дети уважают старших. Им внушают, требуют и добиваются, чтобы они были послушны.

Чтобы поступить в среднюю школу, надо сдавать вступительные экзамены. Но самое главное ограничение — это плата за обучение. Поэтому в полную среднюю школу доступ детей трудящихся ограничен, туда поступает менее половины выпускников неполной средней школы.

В средней школе преподают родной и иностранный языки, гражданское право, историю, географию, математику, физику, химию, биологию, геологию, музыку, изящные искусства, сельское хозяйство, коммерцию, рыболовство, физкультуру. Многие из этих предметов факультативные.

В университетах образование 4-летнее, но существуют колледжи с 2-летним образованием, медицинские с 6-летним и технические вузы с 5-летним образованием. Университеты есть государственные и частные. И в тех и в других обязательна плата за обучение. Она не одинакова: чем хуже вуз, тем меньше надо платить. Конкурс при поступлении в вузы 5—6 человек на место.

(Продолжение следует).

ТРИ НЕДЕЛИ В ЯПОНИИ

(Путевые заметки)

нию, уступая в этом теперь лишь Советскому Союзу и США.

В течение последнего десятилетия ежегодный прирост японского промышленного производства превышает 10 процентов. Показывая самые высокие темпы развития в капиталистическом мире, Япония теперь всерьез претендует на третье место среди ведущих индустриальных держав.

Сейчас Япония занимает 1-е место в мире по строительству судов и выпуску фотоаппаратов; 2-е место по производству радиоприемников, телевизоров, искусственного волокна, 3-е место по выплавке стали и выпуску цемента, 4-е место по выпуску автомашин и выработке электроэнергии.

Страна, которая умеет строить самые большие суда и крохотные телевизоры, создала свою промышленность почти целиком на привозном сырье. Единственный вид ресурсов, которого в Японии в избытке — это умелые руки и дельные головы.

Как же удалось японцам взять такой разгон, добиться высоких темпов?

Через пять лет после капитуляции Япония еще была парализована разрухой и вдруг стала быстро поправляться. Этим лекарством, пробудившим ее к жизни, оказались 2 миллиарда долларов, которые американцы выделили для снабжения армии и ремонта боевой техники. Кроме того Япония покупала тысячами важные лицензии и патенты. Покупала везде, где только можно, в том числе и в СССР. Приобретая лицензии и патенты, Япония мало

...Молодость. Здоровье, сила, жизнелюбие. И грация.

Хочется двигаться, веселиться, хочется музыки, танца.

Поэтому и родилось на свет дитя искусства и спорта — художественная гимнастика.

НА СНИМКЕ: между тренировками.

Фото

В. Лоскутова.



▲ОКНО ЗДОРОВЬЯ

СОЛНЕЧНЫЕ ВАННЫ

Нужно помнить, что здоровые люди смогут начать прием солнечных ванн, продолжительность которых 5—6 минут. Половину этого времени нужно лежать на спине — половину на животе. Постепенно продолжительность ванны увеличивают примерно на пять минут и доводят облучение до часа.

Лучшее время для солнечных ванн от 9 часов до 13. Не следует применять ванны натощак или сразу же после еды, нужно подождать после завтрака час-полтора. Кроме того, перед приемом солнечной ванны необходимо побыть в тени, чтобы кожа была сухой: на влажной коже быстрее смогут возникнуть ожоги.

После облучения искупаться или принять душ.

Долго находиться в воде тоже нельзя. Чрезмерное переохлаждение организма сказывается на здоровье: нарушается сон, появляется головная боль, а иногда возникают и случаи воспаления легких. Как известно, солнце — друг человека. Однако при неправильном пользовании им оно может принести вред.

Есть люди, которые, добравшись до речки или озера, теряют меру: они часами готовы греться на солнцепеке и купаться. А вечером после такого отдыха вместо бодрости они чувствуют слабость, порой наблюдается повышение температуры тела.

Солнечный и тепловой удары наступают вследствие перегрева тела, под влиянием чрезмерного повышения температуры окружающей среды и нарушения терморегуляции организма.

Резкое изменение температуры тела или перегревание особо чувствительного к солнцу головного мозга ведет к нарушению правильной деятельности организма. Солнечный удар наблюдается у людей, работающих или совершающих длительные переходы под палящими лучами солнца с непокрытой головой. Но он может наступить и в спокойном состоянии при длительном лежании на солнцепеке.

Чаще всего тепловой удар наблюдается у людей, выполняющих тяжелую физическую работу в помещениях, где плохо работает вентиляция, высокая температура воздуха, отсутствие газированной подсоленной воды, а также у людей, страдающих расстройством сердечно-сосудистой системы и желез внутренней секреции.

Первыми признаками наступающего перегревания и появления солнечного или теплового удара является общая слабость, апатия, жажда, головная боль и т. д. В тяжелых случаях наступает расстройство сознания: слабеет пульс, дыхание делается неровным, порывистым.

Своевременное оказание первой медицинской помощи во многих случаях спасает пострадавшего и облегчает дальнейшее протекание болезни. Вот почему правила оказания первой помощи должны быть известны каждому. Пострадавшему следует перенести в тень, в прохладное место, расстегнуть или снять с него стесняющую одежду и предоставить ему полный покой. Можно рекомендовать холодные компрессы, лед на голову и сердце, влажное обертывание, прохладные души. Они способствуют пототделению. Пострадавшему нужно как можно быстрее доставить в медпункт.

Самое основное — нужно не допускать подобных случаев перегрева в цехах, а также на отдыхе, систематически соблюдать должные требования, создавать нормальные условия труда в горячих цехах.

Л. ЯНЧЕНКО, пом. промышленного врача МСЧ ММК.

ОБЪЯВЛЕНИЕ

Левобережный Дворец культуры металлургов производит набор во вновь создаваемые коллективы художественной самодеятельности:

1. Театрализованный вокальный ансамбль «Юность мира»;
 2. Коллектив сольного пения. Руководитель Л. Н. Субботина.
- Приглашаются юноши и девушки.

Запись производится в секторе художественной самодеятельности ежедневно с 10 до 14 и с 19 до 22 часов.

ИЗВЕЩЕНИЕ

22 июня в 16 часов 30 минут в зале заседаний левобережного РК КПСС состоится совместный семинар коммандиров народных дружин и председателей народного суда.

РК КПСС.

Редактор **В. М. ШУРАЕВ.**

Администрация, партийная и профсоюзная организации цеха подготовки составов и ЛПЦ-2 выражают глубокое соболезнование старшему мастеру ГАЛЫГИНУ Н. В. по поводу смерти отца.

ПИШИТЕ, ЗВОНИТЕ, ПРИХОДИТЕ НАШ АДРЕС

Левый берег, ул. Кирова, 97, (гостиница, 2-й этаж). Телефоны 3-38-04, 3-47-04, 3-31-33, 3-07-98.