



広報

No.328

平成6年

3月号

ひかり

エプロンつけて、
おかあさん気分

ラップのご飯をかわいい手で
まあるくにぎりしめます。「で
きた、できた」ラップを広げ、
グリーンピースの目に紅生姜の口
に、鼻「大好きなお母さんの顔
やおにいちゃんの顔、強いウル
トラマン」が出来上がり。

(白浜保育園)

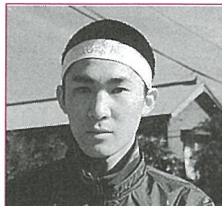
毎月5日発行・発行編集/光町役場総務課広報防災係・〒289-17 光町宮川11,902 TEL 0479-84-1211(代)

町の人口・世帯数<2月1日現在> 人口12,192人(-1) 男5,904人(-2) 女6,288人(+1) 世帯数3,359世帯(+1)

昨年優勝チームの意気込み

白磯青年会A
伊東 宏さん

*練習不足だけれど2連覇目指し頑張ります。



中学陸上部ハイラックスサーフ
川島 太君(中3)

*大会記録を大幅に更新したい。来年は地区で頑張りたい。



白浜スポーツ少年団A
椎名真人君(6年)
*3年生が多いので一区・九区で差を縮めていきたい。

篠本三区公民館前をスタート



一般の部

前年1位 白磯青年会A
タイム 76分14秒

- 1位 篠本三区 75分18秒
- 2位 辻 76分49秒
- 3位 白磯青年会 A 77分13秒

中学生男子の部

前年1位 陸上部A
タイム 70分05秒

- 1位 陸上部ハイラックスサーフ 66分30秒
大会新
- 2位 陸上部デラックス 71分42秒
- 3位 陸上部ウィンターズ 74分59秒

☆長い距離を避けてスピードのある練習をしました。みんなで頑張つてタスキをつなぎました。来年もねらいます。早くヒールが飲みたい!



篠本三区
堀越良修君

☆毎日先生のメニューで頑張りました。みんなのお陰で勝てました。ありがたうございました。大会新記録を出したいと思いつながら走りました。



ハイラックスサーフ
川西 努君(中3)



町ぐるみの駅伝大会

大幅に記録更新

第27回 町内駅伝大会

青空が広がり絶好の駅伝日和となった2月6日、第27回駅伝大会が町内を縦断する全長20・5kmのコースで行われました。4部門51チームの参加のもと、中学校陸上部ハイラックスサーフチームは予想通りの好タイムでゴール、一般では強豪をおさえて篠本三区チームが健闘して優勝を飾りました。

小旗の応援を受け篠本二区公民館前を午前10時の号砲でスタートしていきましました。日吉・南条地区の坂の多いコースを抜け、あけぼの橋を渡り、一路海岸へ向きます。あけぼの橋を上る選手顔は、ひととき険しくきつさを物語っているようでした。沿道の「ガンバレ」の声援が選手を励げまします。中継地点では、自分の

今日の大会は、総合で3部門の大会新記録ができました。終了後は、食肉センター問屋協会から頂いた豚肉と、房総食料センターからの野菜を使ってボランティア団体の「あじさい」のみなさんの作った豚汁をおいしく食べました。

東陽病院チームに女性が2人参加



小関悦子さん(事務)写真左
*完走できてよかった。タスキをつないでみんなで走れてよかったです。
早川照子さん(看護婦)写真右
*練習と違って思ったより厳しかったがやりがいがあり完走できてよかったです。来年も参加したい。

部門別区間賞と記録

(敬称略)

中学生男子の部

区間新記録

区間	氏名 (チーム名)	記録
1	川島 太 (陸上部 ハイラックスサーフ)	10分26秒
2	土屋 和也 (陸上部 ハイラックスサーフ)	10分35秒
3	伊藤 浩 (陸上部 ハイラックスサーフ)	9分42秒
4	椎名 博三 (陸上部 ハイラックスサーフ)	4分16秒
5	宇井 正洋 (陸上部 ハイラックスサーフ)	6分24秒
6	椎名 克典 (陸上部 ハイラックスサーフ)	6分30秒
7	越川健太郎 (陸上部 ハイラックスサーフ)	7分40秒
8	川西 努 (陸上部 ハイラックスサーフ)	10分57秒

一般の部

区間	氏名 (チーム名)	記録
1	下河 啓志 (辻チーム)	10分44秒
2	川島 信祐 (白磯青年会 A)	10分44秒
3	遊馬 敏明 (古屋倶楽部)	10分05秒
4	向後 保明 (サフィヤ)	4分40秒
5	若梅 孝篤 (古屋倶楽部)	7分05秒
6	椎名 文雄 (長塚)	7分23秒
7	大木 康裕 (篠本三区)	8分39秒
8	堀越 良修 (篠本三区)	11分44秒

小学生の部

区間	氏名 (チーム名)	記録
1	椎名 真人 (白浜スポ少)	12分09秒
2	今関 宗光 (東陽小野球部 A)	8分16秒
3	伊藤 友一 (東陽小野球部 A)	5分11秒
4	関 健作 (南条スポ A)	11分07秒
5	鈴木 有紀 (東陽小野球部 A)	5分22秒
6	石井 庸平 (東陽小野球部 A)	7分34秒
7	伊藤 竜美 (東陽小野球部 A)	7分48秒
8	山崎 一雄 (南条スポ A)	9分01秒
9	椎名 正英 (東陽小野球部 A)	12分59秒

中学生女子の部

区間	氏名 (チーム名)	記録
1	林 陽子 (陸上部 フラワーライナーズ)	13分02秒
2	實川 和美 (陸上部 フラワーライナーズ)	8分34秒
3	川島由己子 (陸上部 フラワーライナーズ)	5分22秒
4	藤田由美子 (陸上部 フラワーライナーズ)	11分32秒
5	川島 智美 (陸上部 フラワーライナーズ)	5分45秒
6	土屋 弘美 (陸上部 フラワーライナーズ)	7分58秒
7	實川 仁美 (陸上部 フラワーライナーズ)	8分08秒
8	渡辺 洋子 (陸上部 フラワーライナーズ)	10分01秒
9	土屋 早苗 (陸上部 フラワーライナーズ)	13分34秒



▲ 優勝を飾ったみなさん

中学生女子の部

前年1位 陸上部 A
タイム 85分33秒

- 1位 陸上部 フラワーライナーズ 83分56秒
大会新
- 2位 バスケットボール A 89分54秒
- 3位 テニス部女子 A 95分00秒

小学生の部

前年1位 白浜スポーツ少年団 A
タイム 82分05秒

- 1位 東陽小野球部 A 81分02秒
大会新
- 2位 南条スポーツ少年団 A 82分29秒
- 3位 白浜スポーツ少年団 84分17秒

☆毎日部活で一生懸命トレーニングしてました。頑張れて良かったです。優勝を考えて早くゴールしたいと思いました。



フラワーライナー
土屋早苗さん(中3)

☆昨年はもう少しだったたので、今年優勝できてよかったです。休み時間走ったりして頑張りました。優勝することを考え走りました。



東陽小野球部 A
椎名正英君(5年)



10.15.25回出場達成者

(敬称略)

回数	氏名 (チーム名)
25	向後 秋夫 (光友会)
	大木 弘吉 (西高野)
	佐久間 秀俊 (小田部)
	林 一男 (入)
15	師岡 茂雄 (西高野)
	鈴木 総男 (小田部)
	鈴木 章弘 (小川台)
10	土屋 忍 (宝米)
	土屋 英二 (宝米)
	伊東 宏 (白磯)



区間賞を獲得したみなさん
今年是好タイムが続出

10・15・25回出場達成者のみなさん

名称決定!! 『光文化の森公園』 『光しおさい公園』



光町文化・スポーツ施設の名称を、みなさんから募集し2月8日に選定委員会が開かれました。

今回の名称募集について、多数の方々のご協力をいただきありがとうございました。寄せられました作品は総数 225通で、慎重な審査の結果、

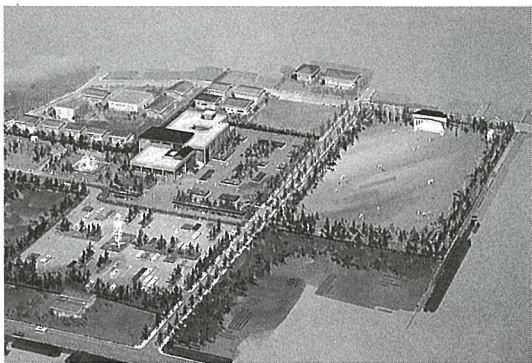
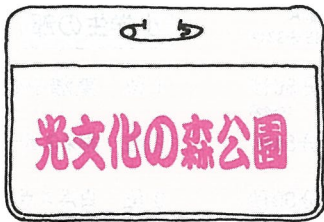
(1)(仮称)文化・スポーツの森公園

名称「光文化の森公園」 入選者 森 秀雄さん(新井)他3人

(2)(仮称)複合スポーツ施設

名称「光しおさい公園」 入選者 伊橋芳二郎さん(橋場)他1人

以上の作品が選ばれ、これからそれぞれの施設の名称として愛称されることになりました。また、入選者については、4月13日の40周年記念式典の際併せて表彰されます。



第13回海匠郡市豚共進会

畜産センター長賞を受賞

平成5年度海匠郡市豚共進会が2月10日東総食肉センターで行われました。36組72頭の中から、当町から出品された向後隆輝さん(作間内)が千葉県畜産センター長賞を

ま、行方克之さん(篠本一区)と齊藤徹さん(桑郷)が金賞を受賞されました。



作間内 向後隆輝さん

千葉県畜産センター長賞



桑郷 齊藤徹さん



篠本一区 行方克之さん

金賞



ハレーフウしん

★あなたの身の回りの珍しい出来事や変わった行事、集落の広報通信員の方にご連絡ください。このコーナーで紹介いたします。お待ちしております。

集落センターに冷暖房完備

古屋の集落センターに昨年の暮、2つの部屋に冷暖房が入り、より一層快適に使用することができるようになりました。区のみなさんは「日が当たらない冬や風の入らない夏の日の集まりも苦にならなくなった」と喜んでいました。設置に当っては区の役員さんのお



骨折、集落の方のご協力により寄付等でつけることができました。通信員 遊馬とし子(古屋)

宝米で百万偏念仏法会



寺伝来の大数珠を念仏衆一同が手で繰り回しながら祖先を供養する百万偏念仏法会が宝米の明光院で2月8日に行われました。守真(先導)の銅鉢、太鼓、鉦、木魚に合わせて供養の声明を奉唱しました。70歳になると念仏衆に仲間入りし2回念仏供養を行います。通信員 山辺光男(木戸)

『千葉県農業士』の紹介



桑郷
齊藤 徹さん

平成5年度(第17回)千葉県指導農業士、千葉県農業士の認証式典が1月26日に千葉市ホテルサンガーデン千葉において行われました。この席上で桑郷の齊藤徹さんが千葉県農業士に認証されました。



護摩をたぎ安産祈願

篠本一区にある新善光寺の本堂に女の方が集まり、子安延命地蔵尊護摩たぎの安産祈願が2月20日に行われました。「炎は本尊に通じ火は邪心を焼き払い願いをかなえてくれる」ところから護摩たぎが行われるそうです。帰りには、祈願の証のお札をいただきました。
通信員 行方良子(篠本一区)

無病息災を願い百万偏

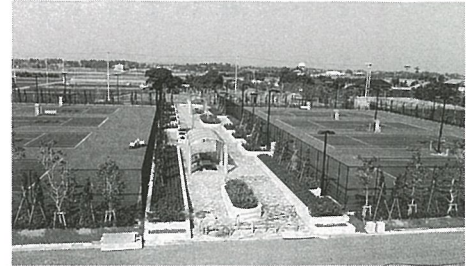


▲鉦の音が響くなか行われました

慶応2年から続いている傍小戸区の宗教行事である百万偏が区の青年館で2月8日に行われ、集った17人のお年寄りは輪になり、長さ10m程の大きな数珠を、「なんまいだ、なんまいだ」と唱えながら回しました。この日に作られたへい束は、集落の境にたてられ、お札は家庭にいただいて帰りました。
通信員 齊藤しげ子
(傍小戸)

光しおさい公園

テニスコート・オープン!!
4月1日



綺麗なコートで 華麗にテニス

施設 ナイター付きテニスコート 8面
軟式・硬式可

休業日 月曜日及び祝日の翌日
12月28日から1月4日まで

時間 午前9時から午後9時

受付 3月から6月までは、役場内海洋センター準備室で受け付けします。(使用日の6ヵ月前から予約可)
休業日を除く毎日 ただし、3月中は土・日曜日及び祝日を除く毎日 午前8時30分から午後5時15分まで
電話予約可 ☎84-1211 内線 233・234
7月以降は海洋センターで受け付けします。詳しくは、後日お知らせします。

料金

使用区分	コート	夜間照明
町内	1時間あたり 400円	1時間あたり 800円
町外	1時間あたり 800円	1時間あたり 1,000円



ポリバケツ使用できれいに

関区では2年前から「三

を出すのに、ポリバケツの使用を始めました。収集日には、各自名前の書いてあるポリバケツをステーションに持って行きます。使用する方もルールを守ることになり、蓋付きのポリバケツは動物に汚されることもなく、使用後のステーションはチリ一つ残っていません。
通信員 鈴木昭子(関)

なごやかに新年会
虫生区の老人クラブ員22人が白浜地区の民宿で新年会を開きました。ゆつくりお風呂に入つての新年会で大正琴や宝くじも行われ1日たつぷり楽しみました。帰りは民宿のバスで、現在建設中の温水プールや図書館の建設現場を通り、車か



ら視察することができ喜んでいました。
通信員 深田久子(虫生)

町長

ひとりごと

86

齊藤

讓



風の強い、冬の寒い日であった。いま建設をすすめている公園の工事現場で、二人の作業員が、黙々とブロックを積んでいた。「ご苦労さまです。寒いですね。」と声をかけると、「はい、どうも寒いね。」といかにも純朴て人のよさそうな顔が、私を見上げた。発した言葉には、強い東北訛りがあった。二人とも私とは幾つもちがわない五十代半の年輩のようである。聞けば、秋田県からこの工事現場に働きにきているということであった。「あなた方は、寒さに慣れているから、こちらの冬はあまり寒さを感じないでしょうね。」という「いやあ、俺の方では雪が積ってしまくと、そんなに寒さは感じないが、こっちの風のほうがよっぽど

冷てえな。」と笑った。四月十五日まで、この現場で働くのだという。「たまには、お国に帰りますか。」と聞けば、「今まで一度も帰っていません。遠いからよ、多分期限まで帰ることはねえよ。」あたかも、はるか遠い故郷の家族を偲ぶような淋しい陰が、赤銅色の顔を過っていった。

▼昨年、東北地方の米作は、冷夏によって壊滅的な打撃を受けた。米の単作地帯であるが故に、その被害は深刻で、テレビでも苦悩する農民の姿を、度々放映していた。政府も、これらの地方への公共事業を増やし、農外所得の道を確保するいわゆる失業対策を講ずると発表していた。果して、その結果はどうなったのか定かたではないが、いずれにしても十分な成果を期待することはできないであろう。こ

のお二人のように、故郷に長く家族を残し、遠い異郷の地で単身働くお父さん達は、大勢いるにちがいない。経済大国といわれる日本ではあるが、こんな狭い国土で、今なおこのよ

うな地域間格差が、依然として存在しているのがある。このよう

な人達に比べて、温暖の地である千葉県、そしてわが光町に住む人々は、なんと恵まれた環境下にあることであろうか。たしかにこの地も、東北地方同様に昨年は米の不作に泣いた。しかし、農業形態が複合経営であることから、農家収入に



占める米の割合は低下しており、その影響度合いは、彼の地とは比べものにならないほど小さい。特に光町では、幸いにして主要作物である秋冬ネギの価格が、異常なほどの高値となり、米の減収分を補って余りある状況となった。また、農外所得を求めて働く人も、不況で雇用情勢が厳しくなつたとはいえ、家族を置いてまで単身働きに出る必要

降った。その日の朝、私は家人の「大雪だ」という声に目覚めた。前日は結婚式に出席して、帰宅するなり白河夜船となり、まったく雪の気配すら気付かなかった。覚えさらぬ酔眼に映った庭の木立は雪に埋まり、辺り一面銀世界と化して、いまなお激しく粉雪が舞っていた。私は夕方に予定している会議のことが気になつて、東陽地区の主催者に問い合わせた。相手は怪訝そうな声で、「そうですね、テレビで大雪になるといっていますからね。」とどうも緊迫感がないのである。よく聞いてみると、こちらは雨が降っていて、雪の気配はないという。私はとても信じられなかったが、無論相手も信じられなかったようである。それにしても、こんな小さな町でさえ、所

もないのである。この恵まれた、地の利の中で生活できる幸を、私達には忘れてはいけないだろうか。神に感謝しなければならぬ。い。

▼二月半、関東地方に、二十数年振りだという大雪が

いつしか遠い子供の頃が、甘い感傷を伴って思い出されてくる。あの頃の村には、子供が大勢いた。今日のようにテレビやファミコンも無く、塾通いもなかった。だから子供は、常に家の外にあった。雪が降れば物珍しく、誰かいうとはなしに上は中学生から下は就学前の小僧までが一団となつて、雪の中を遊び動きまわった。あの時の雪と今日の雪には、何の変わりもないのに、戻りたくても戻れないあの頃の世界。

テレビは、ひっきりなしに鉄道や、高速道路の不通を告げている。雪は、科学技術の虜になった私達を、まるで嘲笑するかのよう

出稼ぎの多い東北地方の町村役場の中には、各地の雇用主に、「雪下ろしなどで、家族から連絡があった時は、是非すぐ帰してあげて下さい。」と頭を下げてまわるところもあるという。身につまされるような悲しく、切ないはなした。



福祉だより

パート 28

母子・父子家庭児童一時保護事業

保護者が、疾病・職務上の理由、冠婚葬祭などで、子供の面倒がみられない、また、預ける場所がない等、母子・父子家庭の生活の安定のために児童を一時的に保護措置します。

対象者

町に住所を有する母子・父子家庭の概ね3歳以上、義務教育終了前の児童

保護内容

- ① 児童への給食サービス
- ② 児童の擁護
- ③ 児童の身の回りの世話
- ④ その他、一時的に必要な監護

申込み先

母子福祉推進員、住民福祉課福祉係 ☎⑧41211 内線156

母子家庭医療費助成事業

対象者

- ① 母子家庭の母及び18歳未満の児童
- ② 父母のいない18歳未満の児童



前年の所得に対して、所得税が課税されている方及びその方に扶養されている児童、交通事故等第三者の行為によるものや保険診療外の医療費等は、助成の対象になりません。

助成範囲

対象者が負担すべき額から一部負担額（入院については1日300円、通院については、1件1,000円）を控除した額を助成します。

手続き

申請書に領収書を添えて申請してください。申請書類は住民福祉課福祉係にあります。

母子福祉推進員

みなさんの一番身近な相談相手です。

氏名	電話	担当区域
高梨春子	85-0186	篠本一区・篠本二区・篠本三区
鈴木良子	85-1100	新井・宝米・二又
鈴木重子	85-0081	母子・小田部・台・小川台
飯島紀美子	85-1174	傍示戸・富下・虫生・芝崎
越川弘子	84-0337	橋場
鈴木登美枝	84-0551	古屋・宮内・桑郷
鎌形みち	84-1606	作間内・篠原
浅野一子	84-0475	谷中・入・西高野・原方
椎名トシ	84-0419	辻・木戸・長塚・五ノ神
浅野恵子	84-0206	白磯・関
石井日出子	84-0625	尾垂五区・尾垂六区

海匠地区聴覚障害者協会結成される！

結成式 3月27日(日) 午前11時
場所 八日市場市ふれあいセンター

★協会では会員を募集しています
申込み 宮川5953-13
鈴木孝政
FAX兼用 ⑧41164



見すごしていませんか？

ことばの異常

——ことばの教室——

来年少学校に入学する児童121人中9%にことばの異常が見られました。

達について検査を行っていますがその時に異常がなくとも安心できません。

ことばの異常は、訓練していくと早く

て3カ月くらいで

いでもいい発音になり

ます。

町では、東

陽小学校に

「ことばの教室」

を設けて特別指導

を行っています。

ことばの異常

をそのままにして

おくと友達関係が悪

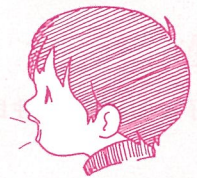
くなったり、

授業に積極的

▶ 恵まれた環境のことばの教室



主なことばの異常



- (1) 「い」、「き」、「し」、「ち」、「つ」、「り」、「じ」音にひずみがある。口を曲げて発音するため「リンゴ」が「ギンゴ」と聞こえたり、はつきりしない。
- (2) 「つ音」の発音が「チュ」となる。
- (3) 「ぎ行」が「ジャ行」や「ダ行」となる。
- (4) ことばの発達の遅れに

家庭でできる方法

- より、語ることばが少なくして会話が続かない。
- (1) 固い物を食べるように心掛けましょう。
- (2) シヤボン玉・ラッパ・フウセンなどの口を使う遊びをしましょう。
- (3) 子供の話をよく聞き、よく話をさせましょう。
- (4) 親が赤ちゃん語を話したりしないで、正しい発音で話して聞かせましょう。
- (5) 口を動かす練習をしましょう。
- 舌を丸めたり伸ばす。
- 「ぱ・た・か」をくり返し言う。

さわやかハートちは

大木志保さん 知事賞を受賞

千葉県は、さわやかで快い県民のイメージと私たち自身の心をも和ませるふるさとづくりのために「さわやかハートちは」を推進しています。

千葉県は、さわやかで快い県民のイメージと私たち自身の心をも和ませるふるさとづくりのために「さわやかハートちは」を推進しています。

千葉県は、さわやかで快い県民のイメージと私たち自身の心をも和ませるふるさとづくりのために「さわやかハートちは」を推進しています。

千葉県は、さわやかで快い県民のイメージと私たち自身の心をも和ませるふるさとづくりのために「さわやかハートちは」を推進しています。

千葉県は、さわやかで快い県民のイメージと私たち自身の心をも和ませるふるさとづくりのために「さわやかハートちは」を推進しています。

千葉県は、さわやかで快い県民のイメージと私たち自身の心をも和ませるふるさとづくりのために「さわやかハートちは」を推進しています。

千葉県は、さわやかで快い県民のイメージと私たち自身の心をも和ませるふるさとづくりのために「さわやかハートちは」を推進しています。

千葉県は、さわやかで快い県民のイメージと私たち自身の心をも和ませるふるさとづくりのために「さわやかハートちは」を推進しています。



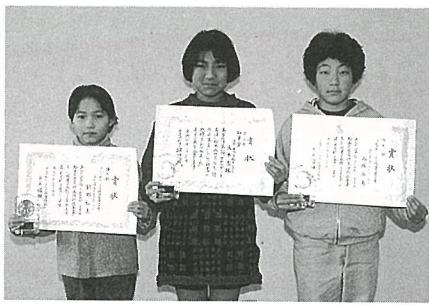
パネルディスカッション方式で

国際理解研修会

町内小中学校の先生が、中学校で外国語指導にあたり、2月3日に町民会館で研修会を開きました。

パネルディスカッション方式で日本と外国の生活習慣や学校教育を中心に討論が行われ、一人ひとりを大切に考えて厳しいしつけをする外国と、集団を大事にしていての日本との違いなど熱心に研修していました。

▶ 熱心に行われた研修会



受賞した向後さん、大木さん、錦郡さん(右から)

◎ 作文の部

推進協議会長賞

「あいさつっていいな」

6年 向後麻美

推進協議会長賞

「老人と私」

6年 錦郡絵美

東陽小ことばの教室

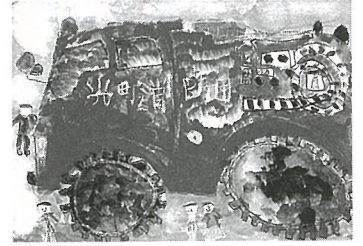
☎ 1345



4年1組
椎名 咲生さん
※画と画の間の
とり方に気を
つけました。
『世』ガバラ
ンスよく、う
まく書けまし
た。



1年
林 伸幸君
※火事の際に活
躍してくれる
よつこ、心を
こめて描きま
した。



『しょうぼう自動車』

あつまれみんなの力作

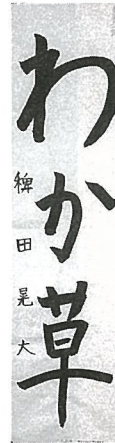


5年1組
川島 瑞穂さん

※ストーブの消
し忘れによる
火災がなくな
ることを願っ
て描きました。



『あ、あぶないストーブの消し忘れ』



3年
稗田 晃大君

※『わ』という
字が難しく、
何度も練習を
してやつと上
手に書けるよ
うになりました。



2年
影山 万子さん

※火事の時、大
活躍する様子
を思い浮かべ
て描きました。
でも、火事は
こわいね。

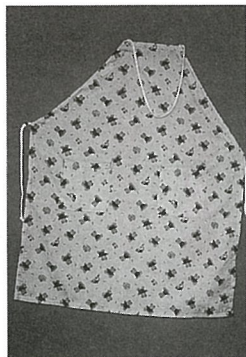


『しょうぼう自動車』



6年1組
椎名 真人君

※縫い目がきれ
いに見えるよ
うにまつすく
に縫い、返し
縫いもしたの
でほつれにく
いと思います。



『楽しいエプロン』



鈴木甲子幸 (白磯)

病棟で亡妻が着て居し絆纏を温しと嫁が朝
夜羽織れる

さらりと詠まれた歌柄に亡妻を偲
ばれ優しいお嫁さんも彷彿として
います。

藤代 敏子 (宮内)

ささ鳴きの声のかそけさ植込みの裸木の揺
れて春は未だし

春を待つ思ひは一入です。

越川 福子 (宮内)

そこはかと心に風の吹く今宵紅シクラメン
急に描きたし

絵に精進される作者がふと心を掠
める執念の詠草。

土屋 好 (虫生)

都会より貰いし嫁の年経れば歛購うと吾を
誘えり

お互いに信頼し合う平和な家庭が
偲ばれて微笑ましい。

短評 竹内 紀葉

はぐくむ光のびる若芽

119

新井 佐久間千代子

私の家は、両親と私たち夫婦と子供が3人の7人家族です。

私たち夫婦は共働きのため、子供たちは殆ど両親に育ててもらった様な状態です。家が農業なので、私が休みの日には畑仕事に出かけ、毎日忙がしく働いている両親に感謝しています。

いっしょにいる時間が少ないので「お母さん、明日お休み？」と聞くと子供たちに「休みだよ」と答えることじゃあ「おやつをいっしょに作ろうよ」と言つて、私の休みの日がくるのを楽しみにしている子供たちです。

上は高校1年の息子、電車通学をしています。朝、7時過ぎに「行って来ます」と家を出て、6時半頃「ただいま」と帰ってくる母田です。もうすぐ学校でスキー教室があるので、今楽しみにしているようです。

家族のふれあいの中で



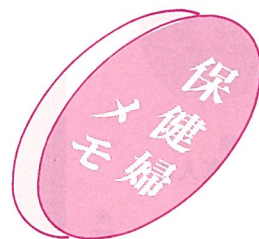
▲子供たちの良いところを伸ばしてあげたい

真ん中は小学校4年の娘「夕食の仕度を手伝ってあげるよ」と野菜の皮むきをしてくれたり、今日は「フライだよ」と言つと、パン粉をつけるのを手伝つてくれます。そして「お母さん油に火がついたらね・・・」

に折れたでしょう」と見せてくれます。今、私は家庭教育学級に参加しています。講演を聞いたり、子供たちと楽しくゲームや運動をしています。その中で、子供は「叱るより、褒めてあげる」。まずは、褒めてあげること。それがいち

するんだよ」と学校で習ってきた事を話してくれます。下は小学校1年の息子、朝、学校へ出かける時に玄関を姉よりも先に出ないと気がすまないようです。そして折り紙を折るのが好きで小さな折り紙をじょうずに折つて「ほら、じょうず

ばん子供たちの芽を伸ばしてあげることになるのではないのでしょうか。これから子供たちの良いところを探し、それを大切に伸ばしてあげられるように努力していきたいと思えます。



家庭介護のポイント

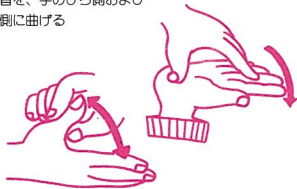
⑪ 拘縮の予防

◎毎日、関節を動かす体操を

関節が固まって動かなくなることを「拘縮」といいます。拘縮を起こしやすい場所は、手指や肘、足首や膝、さらに肩や股関節などです。関節の拘縮は、寝たきりになると急激に進み、治すのは容易ではありません。その予防は、お年寄り自身に毎日手足を動かしてもらふことです。それがだけでは不十分です。介護者が少し手助けをして、1日2〜3回、関節を動かす体操をしましょう。

●拘縮を防ぐ体操

手首を、手のひら側および甲側に曲げる



手のひらを上に向け、親指を手のひらと直角の方向に回す



椅子の背もたれに背中をつけて、腕を上げ下ろしする(手のひらは内側に付ける)



すわったまま上半身を左右に回す(介護者は足で骨盤を固定する)



あおむけに寝たまま、足を伸ばして外側と内側に動かす



あおむけに寝たまま、股関節を曲げ伸ばしする

◎無理をせず 痛くない範囲で

動かす範囲は、介護者自身の手足を動かしてみて、それより少し狭い範囲にします。麻痺した手足は、さわった感じや、痛みもなくなっていますので、無理に動かしますと、骨折の原因ともなります。注意しましょう。また、麻痺していない手足も、関節の運動を忘れないようにしたいものです。

◎訪問リハビリの利用

保健衛生課では、脳卒中などで体に不自由のある方に、家庭での体の動かし方、拘縮防止のための体操や介護のポイントについて、リハビリの専門である理学療法士が、家庭に訪問する。訪問リハビリを年4回程度実施しています。退院して病院のリハビリが終了した後、体が固くなってきたり、家の構造上、家庭では動きにくいなど困っている方はご利用ください。

問合せ 役場保健衛生課

学習講座

暮らし リフレッシュ

平成6年度 学習講座 クラブ あんない



ワープロ教室 土曜日 午後1時30分～ 全12回

ヘルシー料理教室 日曜日 午前10時～ 全4回

着付教室 金曜日 午後1時30分～ 全5回

英会話教室 水曜日 午後7時～ 全12回

手話教室 火曜日 午後7時～ 全10回

カメラ教室 日曜日 午後2時～ 全11回

寿大学 午前10時～ 全19回

家庭教育学級 全12回

陶芸教室 未定

**光ウインド
オーケストラ** 第2・4土曜日 午後7時30分

**エアロビクス
クラブ** 第1・3土曜日 午後8時

カラオケ連合会 毎月20日 午後7時

ペン習字クラブ 第1木曜日・第3日曜日 午後1時30分

**パンフラワー
クラブ** 第1・3土曜日 午後1時30分

木目込みクラブ 第1・3土曜日 午後1時30分

茶道クラブ 第2・4木曜日 午後1時30分

俳句・短歌会 第2金曜日 午前10時

**コール・リヒト
(コーラス)** 第2・4日曜日 午後1時30分

**バスケット
ボール部** 毎週木曜日 午後8時

クラブ新会員募集

ダンス同好会 毎週水曜日 午後7時30分

詩吟クラブ 毎週土曜日 午後1時30分

生花クラブ 第2・4日曜日 午後1時30分

**ルアナ・フラクラブ
(フラダンス)** 第1・3木曜日 午後1時30分
第2・4木曜日 午後7時



不定期

- 光扇会・吹奏楽・園芸クラブ・シニアソフトボール・版画クラブ・庭球部・剣道・排球部・陸上部・硬式テニス部・ゴルフ・クレー射撃・ゲートボール・グラウンドゴルフ

囲碁会 第2日曜日 午前9時

将棋会 第4日曜日 午前9時

空手道 毎週木曜日 午後7時30分

ヨガクラブ 毎週土曜日 午後7時30分

ヨガ友の会 毎週金曜日 午後7時30分

卓球部 毎週木曜日 午後8時

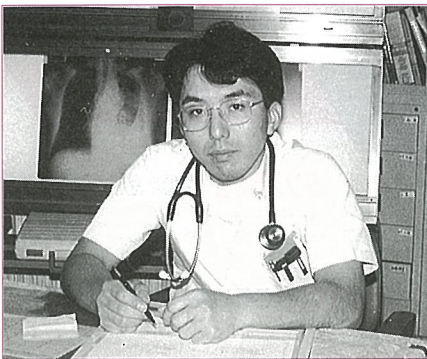
バトミントン部 毎週月曜日 午後8時

公民館
☎(04)1358

健康へのメッセーヂ

光町のみなさん、こんにちは。この季節になると、みなさんの周りにも目を真っ赤にしてくしゃみを連発している、花粉探知機と呼びたくなるような人がいるでしょう？私もその一人なのですが、今回は花粉症のお話です。

花粉症はスギなどの花粉が目や鼻の粘膜に付着したときに起こるアレルギー反応ですが、アレルギーによって、アレルギー（花粉など）が体に入ると免疫機能が働いて外に追い出そうとします。花粉の場合は、くしゃみや涙を出して、鼻づまりで吸い込まないようにして、涙や鼻水で洗い流しているわけです。アレルギー体質の人にこの免疫機能が働くと症状が激しくなって辛いのです。アレルギーは過敏性ともいいます。特定の異物（抗原またはアレルギーといいますが）に対して、すごく敏感なんですね。



東陽病院 宇野史洋 医師

で、そのうち8割がスギ花粉症です。昭和39年に初めて報告され、わずかに30年で急増したらしく、それ以前には無かったんです。第二次大戦後、国土の復興目的で大量のスギが全国に植林され、昭和40

春一番が運んでくる厄介者

シリーズ④



年頃から開花の適齢期を迎え花粉が急に増えたためです。枝打ちなどの手入れを怠った政府の責任である！と訴えている人もいます。家が密閉されてダニ・ホコリが増えたことや排気ガスなどもアレルギー体質の助長につながっています。スギ花粉症は日本にしかないそうです。まさに国民病ですね。

で、どうすればよいか問題です。①花粉の多い日晴れた日は外に出ない。②外に出るときは目と鼻をふさぐ。③目と鼻の中を流水でよく洗う。④スギの生えていない北海道に引っ越す。そうもいきませんね。私たちがお勧めするのは、抗アレルギー剤の内服です。免疫反応を抑制して症状を軽減できます。ただし即効性があまりないので、花粉の出始める2週間位前から毎日服用する必要があります。症状が出てから飲む薬には、抗ヒスタミン剤、副腎皮質ホルモンなどがありますが、抗ヒスタミン剤は風邪薬にも含まれているもので、眠けやだるさを催すので注意が必要です。また、残念ながら鼻づまりにはあまり効きません。副腎皮質ホルモンは副作用が強いので少量を点眼したり鼻に噴霧して使いますが、どちらかというと予防的に用います。ペパーミントガムがアレルギーを抑制し、糖尿病の人に花粉症が少ないといわれています。甘い物とガムで症状が軽くなるかも？一度、試してみまじょうか。次回はこの続きで、喘息のお話をする予定です。それでは、また。

税のフロンタード



『オーレ・オーレ・オーレ』

今、話題のJリーグ。白熱したプレーが展開されていますが、ラフプレーやスロープレーなどがあった場合にはイエローカードという警告が与えられます。

所得税の確定申告期限は3月15日ですが、サッカーのプレーにたとえると、申告のスロープレーがあった場合には加算税や延滞税などのイエローカードが課せられることにも。

是非、所得税の確定申告はフェアプレーで、「正しく期限内の申告と納税」を心掛け、イエローカードをもらわないようにしましょう。

町税の納付は便利な口座振替で!!

『今月の納税は……』とはっとされたことはありませんか。

便利・安心・確実

- 納付に行く手間が省ける。
- 納期限を気にしなくてすむ。
- 納め忘れがない。

3月中に申し込みされますと5月の納期分より口座振替になります。

ぜひこの機会に役場税務課窓口かお近くの金融機関に直接お申し込みください。

問合せ 役場税務課 ☎1211 内線 145

固定資産の課税台帳(平成6年の固定資産税の課税基礎となる台帳)の縦覧

日時 4月1日(金)～20日(水) 午前8時30分～午後5時

場所 役場税務課

(土・日曜日は除く)

5月10日から施行

道路交通法の一部改正 (免許関係)

- ①普通免許 普通・応急救護措置講習を受講
- 二輪免許 二輪・応急救護措置講習を受講
- ※講習は公安委員会主催によるもので、指定自動車教習所卒業者等は除かれます。
- ②優良運転者は、免許証の有効期間が延長 (誕生日が6月10日以降の方から適用)
- 優良運転者とは、5年間無事故、無違反の方です。
- 免許の有効期間 5年 (70歳未満の方)

- 4年 (70歳の方)
- 3年 (71歳以上の方)
- 免許証の有効期間欄が、優良運転者は金色(ゴールド)となり条件欄に「優良」が記載されます。一般運転車は薄青色(現行色)、初心運転者は黄緑色(若草色)となり、有効期間はいずれも3年です。
- ③更新時の講習が義務化、更新手数料と講習手数料が分離
- 免許更新手数料 2,200円 (現行 2,800円)
- 更新講習手数料(予定)
- 優良講習 700円
- 一般講習 1,700円

健康カレンダー配布
町ではみなさんの健康づくりに役立てていただくため、平成6年度(4月~3月)の健康カレンダーを作成し3月20日前後に行政委員さんを通じて配布していただく予定です。行政区に加入していない方については個々の郵送はできませんので、直接保健衛生課まで取りにきてください。

東総衛生組合で行っている、し尿処理業務は、4月から毎週土曜日が休みとなります。

行政区	死亡人数	氏名	年齢
篠本区	3	関川アキ	82
白磯	4	伊藤道太郎	76
木戸	4	大木 たつ	78
篠本区	4	森 はる	86
小川台	3	須合 ひて	79
西高野	2	大木 輝夫	60
原方	2	伊橋 英司	82
作間内	2	矢城 茂	93
白磯	2	川野 貞子	87
桑郷	1	齊藤 不二	88
白磯	1	多田 貫一	89
小田部	1	志田 榮治郎	68
白磯	1	伊藤 平	79
白磯	1	浅野 省三	73

おくやみ申し上げます
2月15日現在受付 (順不同敬称略)

暮らしのガイド

自衛官募集

- 資格 18歳以上27歳未満の男子
- 初任給 155、3000円
- 特典 衣食住は支給または貸与
- 身分 特別職国家公務員
- 受付 年間を通して
- 試験 受付日に指定

問合せ 役場総務課または自衛隊旭募集事務所 (☎0971)

問合せ 海匠支庁商工労働課 (☎8050)

発掘調査の補助員募集

中小企業向け各種融資制度及び海匠地区労働教育講座

融資制度説明会

- 日時 3月18日(金) 午後1時30分
- 場所 旭市働く婦人の家
- 労働教育講座
- 日時 3月18日(金) 午後3時
- 場所 旭市働く婦人の家

対象 18歳以上60歳位までの健康な方

仕事内容 発掘調査の補助的作業(経験不要)

勤務時間 午前9時~午後4時30分

賃金 1日 5、280円 (6時間勤務)

休業日 土・日・祝日及び

2月号で新春マラソンの入賞者(小学生) 男子3年

90歳以上遠藤晃央(東陽小)は嘉藤晃央君の誤りでした。

お詫びして訂正いたします。

勤務場所 主に海匠郡市内の遺跡(自宅周辺からマイクロボスで送迎)

問合せ (旭東総文化財センター) 宮川 2334 (町営グラウンド裏)

☎3368

お詫びと訂正

雨天の日等

「高血圧の予防に」
生しいたけの肉詰め煮



栄養改善推進員 大木 秀子 (五ノ神)



手作り料理を食卓に

62

作り方

- 生しいたけは、軸をとって塩水で洗い、片栗粉をふりかける。
- 挽肉に生姜汁と塩・片栗粉小さじ1を混ぜて、良く練り、4等分に、生しいたけのかさの内側に塗りつける。
- 蒸し器に入れ、5分間蒸してから、みりん・醤油・水少量を煮たてた中でさっと煮る。色どりにパセリを添える。

材料 (1人分)

- 生しいたけ-----小4枚
- 塩-----少々
- 片栗粉-----適量
- とり挽肉-----40g
- 生姜汁-----少々
- みりん-----小さじ1
- 醤油-----小さじ1
- 水-----少量
- パセリ

厚生年金終身利用型老人ホーム 入居者募集

資格 申込み時の満年齢が65歳以上の厚生年金受給者等 **入居開始時期** 平成7年4月上旬予定
募集期間 3月31日(木)まで(土・日・祭日を除く/平日・午前10時~午後5時)
申込み・問合せ ☎260 千葉市中央区仁戸名町705 厚生年金サントール千葉開設準備室 ☎043(226)7500

健康カレンダー

●健診・学級・相談

月	日	行事名	対象	時間	場所
3	10	母親学級	妊産婦	午後1時30分～	保健センター
4	1	健康相談	希望者	午後1時30分～3時	保健センター
	7	1歳6ヶ月健診	H4.7月～9月生	午後1時30分～2時	保健センター

●予防接種

月	日	行事名	対象	時間	場所
3	11	三種混合	H3.11月～H4.2月生	午後2時～2時30分	保健センター
4	5	ポリオ生ワクチン	H5.7月～12月生	午後2時～2時30分	保健センター

わが家の フリス・フリンセス



(尾垂六区) 伊藤 孝勇さん

2女 ^{ゆか}友花ちゃん 平成3年4月7日生まれ

4月には、お姉ちゃんのいる保育園に行く友花ちゃん。ちょうど1ヵ月前に左顎の下を10cm程切る手術をしたばかりなのに、今ではすっかり元気印。

▶標語入選者のみなさん



前夜来の雪で心配された「福祉のつどい」も、282人の参加により1月29日に町

福祉功労者を表彰

民会館で盛大に幕を開けました。

主催者である鈴木三郎社会福祉協議会長から「福祉の充実した光町作りにご努力、ご協力をお願いします。」とあいさつがあり、続いて社会福祉功労者として宝木の鈴木みつ江さんほか8人、正派若柳流佳延会ほか2人に社会福祉協議会長から感謝状が贈られました。また、「福祉のまちづくり」をテーマにした標語、作文、ポスターの入選者の表彰や白浜小学校6年の河井美樹さん、東陽小学校6

ブライダル



2月11日 町民会館ご利用

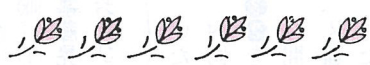
椎名雄一・圭子さん(関)

♥大勢の方に祝福されて感激しました。ありがとうございました。

年の鈴木雅美さんの体験発表がありました。

来賓として、町長から「この1年、素晴らしい福祉の輪が結集することをお願いします。人生いつもいつも笑顔を作ってください。」とあいさつの後、斉藤正平さんによるつどい宣言がありました。

大会のアトラクションでは、落語の三遊亭歌之介さんの「感謝のプラス思考」と題しての講演に笑い、心なごみました。最後のお楽しみ抽選会では、豪華景品に歓声が上がりました。



あとがき

大雪に見舞われた2月12日、窓の外はまっ白な世界。東京は25年ぶり、県内では10年ぶりで積雪30cm。「これは町内の10大ニュースに入るかな。3月号のスペースまだ残っているからこんな話題もいかな。写真を撮っておかなくては」と思いはつりますが、体は動かず1日が過ぎる。「あの人だったら写真を撮っているかも、借りられるかな」頭の中を思わぬ大雪に写真をめぐるいろいろな打算が働く。(師岡)



交通事故発生状況 1月

人身事故 3件 物損事故 13件 死亡事故 0件