海は招く

いよいよ海水浴シーズンとなりました。

きれいな海と広い砂浜を誇る木戸海岸めざして、昨年以上の人が、押し寄せることでしょう。

例年のことながら、水難事故の発生は、年間を通じて7・8月がもっとも多く、その大部分が遊泳中の事故です。

泳ぐ前の準備体操や水の深さに気をくばるなど、十分の注意をすれば事故は未然にふせげます。

車の中の金品を盗んだり、あき巣ねらいなどが多く発生します。盗まれないよう戸にも、家にもそしてみなさんの心にも、しっかりとカギをかけましょう。事故のない快適な夏をお過ごしください。

見かけたらすぐ通報を
シンナーボンド等の乱用

一部の考えの浅い青少年が塗料をとかすシンナーや工作用の接着剤（ボンド、セメダイン）から発散する有毒ガスを吸って遊んでいます。

こういうことをすると、麻薬のような毒性が青少年をむしばんでいきます。

夏休みや海水浴などの解放感から、不良交友、夜遊びなどで好奇心にかられたり、他人のまねをして乱用に走るようです。

有毒なガスを吸うと

△不眠食欲不振になる。

△自制心がなくなり乱暴をする。

△深く吸い込むと失神し、死亡することもある。

慢性中毒になると

△幻視、幻利があらわれる。

△てんかんになる。

△精神異常から廃人となる。

お子さんにこんな様子がみえたら危険です。

不必要なシンナー、ボンド、セメダイン、ビニール袋をもっている。

吐く息、衣服、部屋の中がシンナーくさい。

鼻やのどを痛がる。

顔に油気がなく、口のまわりが白くあれる。

急に勉強や仕事がきらいになる。

家庭外における一般の方々の協力が必要で、シンナー遊びは、主に屋外の空地や、山林神社等で行われやすいのでこういった現場を見かけたら早目に、学校、医師、青少年相談員、役場、警察等に連絡あるいは相談するようにしてください。

他人のことだと思って放置しないでください。あなたのあたたかい心が、転落していく青少年をすくうことにも、社会的悪の根をつむことにもなるのです。

保険料免除の手続きを

国民年金の保険料を納めたくても、失業や災害などのいろいろな事情により、料金を納められない場合保険料を免除できます。

免除の手続きを忘れたり、遅れたりしますと不慮の事故のとき障害年金、母子年金を受けられません。

免除を受けようとする方は今月中に印かんをお持ちのうえ、役場住民係へおいでください。

快適な夏休みを

澄みきった青空、ぎらぎらと照りつける太陽、もくもくとわきでる入道雲……。

よい子のみなさんの、たのしい夏休みが近づきました。休みになったら、あれをやろうこれもしようといろいろな希望と期特に、胸をふくらませていることでしょう。

休み中には、つぎのようなことに心がけ休みが終ってからも、明るい気持ちで登校できるよう快適な夏休みをすごしましょう。

健康

㈠外から帰った時には、手足を洗う習慣をつけ、入浴を励行する。

㈡夏は、食物が腐敗しやすいので生水や生物に注意しアイスクリームや氷水など、冷凍食品もあまり食べすぎないように。

㈢夜ふかしをしないで、時間をきめ早寝、早おきをしましょう。

㈣スポーツを計画的にやり体をきたえよう。

学習

㈠夏休み帳は、毎日時間を決めて朝の涼しいうちに終らせる習慣をつける。

㈡長い休みでなければできないようなもの、自分のすきなものを研究したり、作ったり集めたりしてまとめてみましょう。

㈢近所の友だちと協力して学習するようにする。

遊び

㈠夜ふかしをつつしみ、学校で決められた外出時間を守るように。

㈡人家のこんだところでの花火遊びは危険です。

㈢道路上で遊ばないようにし、学校や遊園地、木かげなど遊び場の研究をしましょう。

水泳

㈠学校のプールやそのほか学校で指定した場所以外では泳がないように。

㈡泳ぐ前に必ず準備運動をし、頭からだんだんぬらして静かに入り、けっして飛びこまないようにしよう。

㈢飲食のすぐあとや、目、耳、鼻や身体のぐあいの悪いときは泳いではいけません。

これから多い伝染病

赤痢

バイキンは口から入り潜伏期間は、二日～四日くらいです。

症状は、発熱、下痢、粘血便となります。

子どもの場合は、このバイキンによって、ぞくに言うエキリとなり、時間の問題となって、たいせつな生命をうばいとられます。

予防は手洗いから、赤痢には、予防注射やワクチンはありません。まずまめに手を洗い、食物は、火をとおしてから食べましょう。

生水、生ものには十分ご注意ください。

日本脳炎

ウィルスは、コガタアカイエカによって運ばれます。

とくに十才以下の子どもに多く、かかるとはじめにさむけ、ふるえとともに三十九～四十度の高い熱がで、頭痛、めまい、はきけを起したりします。

予防は蚊の退治、蚊にさされないようにし過労、睡眠不足、暑い日には、帽子をかぶる等長い時間日光にさらされないことです。

生活のしおり

△砂糖の使い方

砂糖には、黒砂糖、黄ざら白ざら、はなみ（わじろ）、三盆白などがあるが、味の点では三盆白が一番よい。

しかし甘味の効き方の点では黄ざらがよい。

黒砂糖は、癖があるから特殊な料理以外には用いない。

しかし、栄養の点からいえば黒砂糖が一番よく、白砂糖は糖分が純粋すぎてよくない。

煮物に砂糖と塩（醤油）を入れる場合、砂糖を先にし、糖分がしみこんでから塩やしょうゆをさす。

反対にすると、塩は煮物を引きしめる働きを持っているからせっかくの砂糖がしみこまない。

豆を甘辛く煮る場合には、これがハッキリわかり、塩を先にすると豆は絶対にフックラ煮えません。

よい子の作品！

南条小学校

ねこ　二年　せきのりこ

ねこってとてもあたたかい。わたしがだいたら、とてもうれしがった。

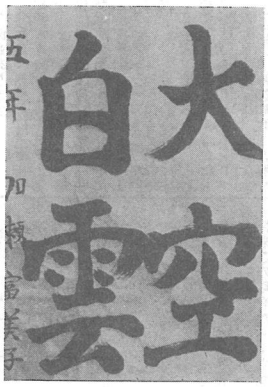
手を出したら、おこってひっかいた。

わたしは、「わるいねこだなあ。」とおもった。

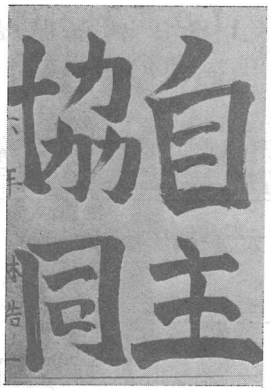
なでてやったら、またうれしそうにのどを、ごろごろならしていた。

やっぱり、ねこはかわいいなあ。

四年　鈴木宏子



五年　加瀬富美子



六年　林浩一

どじょう　一年こしかわやすのぶ

あっ、どじょうがいた。そうっといってみていたらみずのなかにもぐっちゃった。

いぬ　二年　いとうよう子

いぬは、人がくると「わん、わん。」となく、どうしてだろう。

なにか、しんぱいになるのかな。たべものをもっていればとびついてほしがる。

くいしんぼうなのかな。

わたしのうちのいぬは、はなすとよろこんでいろんなところを走っている。

たまには、くさりをきってしまうこともある。

かけるのもとてもはやい。

いぬはかけ足がはやくていいなあ。