

光町民憲章

- 一、老人を敬い、子供を導き、楽しい家庭をつくりましょう。
- 一、体力づくりに励み、長生きの町をつくりましょう。
- 一、自然を愛し、美しい郷土を築きましょう。
- 一、教養を高め、互いに規律を守りましょう。
- 一、公共福祉を尊重し、明るい町をつくりましょう。

発行所 光町役場 電話 (04798) 4-1211(代)



初優勝 谷中Aチーム
ゴールする越川選手
第13回町内駅伝大会

主食としての米を見直そう



好評の米飯給食（南条小学校）

一、九八〇年代、農業の大きな課題は、米の過剰問題にどう立ちむかうか——。現在、米の過剰を反映して農家のみなさんは、減反のやむなきにいたっておりますが米の需給関係を正常化することは最大の急務です。このため、水田利用再編対策（当町の昭和五十五年度転作目標は一四〇・四ha）と並行して、県においても消費拡大が強力に進められております。

米は完全自給している大切なカロリー源であるとともに、すぐれたタンパク源として長い歴史の中で日本人の食・文化をつくり上げて来ました。そこで、食生活の多様化などにより米の消費量が減っているなかで主食としての米について考えてみましょう。

米は良質・経済的なタンパク源

食品のタンパク質の栄養価を比較するには、タンパク価が用いられます。

理想状態のタンパク価を一〇〇とすると、精白米のタンパク価は七七で牛乳と同じような良質のタンパク質が含まれています。米のタンパク質は、子供の成長に必要なリジンを多く含んでおり穀物の中では最高で、タンパク質の単価も経済的です。

米と肥満

米を食べるから太るのではありません。太るのは運動不足と砂糖分や動物性脂肪のとりすぎ

などの栄養過多が原因です。間食をさげ、米を中心としたバランスのとれた食事で太りすぎの予防をしましょう。

最近、外国では日本食が美容食として流行しております。特に、アメリカの若い女性のあいだで、日本人女性がいままで若さと美しさを保つことが出来るのは、お米を食べているからと「ハンバーグやホットドック」に変わり「牛丼」が大ウケしています。

米と頭の働き

米には、脳の働きを妨げるものを含まれていません。居眠りや物忘れの大半は、過労、寝不足、不摂生や心配ごとによるビタミン、ミネラル不足でおこります。

食糧資源としての米

日本は、基幹産業のもとになる資源は何もない。鉄鉱、石油、非鉄金属、綿等主なものはすべて外国からの輸入にたよっています。

しかし、米だけは一〇〇%自給できるようになりました。これは国の経済からみて力強い限りです。今日、何らかの事態が

米の栄養価

米は、七六%の澱粉、七%のタンパク質が主な栄養素です。この他に、いろいろな栄養素が含まれており消化吸収率もよく、精白米一〇〇g当りの熱量は三五二カロリーです。

発生し、海外から食糧供給が途絶えたとき、米中心のメニューが日本人の食生活の安全を保障してくれます。

石油の値上りが続くなかで、第三の武器ともいわれる食糧の確保は、国の経済安定のために欠くことはできません。

一部には、狭い国土を他に有効的に利用し、食糧は安い輸入にたよった方がよいと唱える者もあります。たしかに金勘定だけを考えれば農産物はすべて輸入したほうが何倍か安いでしょう。しかし、経済性だけを追求して輸入を増したら日本農業は完全に崩壊してしまいます。

今でさえ総合食糧自給率は四〇%程度であり、先進国の中では最低です。二次・三次産業の発展はたしかに今日の日本をきづいた要素ではあるが、自然相手の一次産業たる農業が人間が生きてゆくためのあらゆる面でいかに大切かを考え、皆さんと共に主食としての米の良さを見直しましょう。

新学期をひかえて

四月から新しく入園・入学する子供を持つ家庭では、健康のことをはじめ、うまく集団生活が送れるだろうか、友だちはできるだろうか、交通事故にあっていないだろうか——考えれば考えるほど心配のタネが付きなと思います。

そこで、入園・入学にあたって、お母さん方に気を付けていただきたい心得を紹介しましょう。

まず、友達づくりを

これまでの家庭の中で「お山の大将」をきめこんでいた子供たちも、入園・入学すると周囲は見知らぬ顔ばかりです。しかし、友達づくりは急速に進みます。一日も早く友達をつくること、子供たちにとって通園・通学をより楽しいものにする第一の秘けつです。

自己主張の強い子は協調性に欠けるところがあり、集団の遊びになじめず、すぐけんかをはじめたりします。また、口の重たい子とか神経質な子供は、集団生活のなかでがまんすることがなかなかできません。このような性格の子供に対しては、母親はそれとなく手助けをしてあげるように導びいてやってください。

たとえば行き帰りの道も、近所の友達や上級生といっしょに行動させるなどして、集団生活のルールを身につけさせるのもよいでしょう。

近くに同じ年ごろの子供がいなかったり、適当な遊び場所がなかったりすると、子供はどうしても家にとじこもりがちになります。外に連れ出して一緒に遊んでやるとか、友達を見つけてやるように心がけたいものです。また、自分の家に友達を呼ぶなど、積極的に家庭を開放す



るのもよいでしょう。

友達関係で気をつけたいのは子供の前で友達の欠点を口にしないことです。「あの子と遊ばないように」とか「もつとよい友達はいないの」などというのは、単なる大人の感覚でしかない場合が多いものです。まず子供のの世界を知ること、これが母親の第一の役割といえます。

規則や約束を守る子に育てよう

幼稚園や学校には、集団生活

のきまりがあります。家庭では許される依頼心や甘えも、これからは通用しません。みんなが決めた約束やルールを守ることが、社会生活をしていくうえで第一の基本です。幼稚園や学校は、子供にとっては最初に経験する社会であり、ひとりの「町民」としてのスタートの場でもあるのです。

用便や洗顔、食事のあとかたづけ、衣服の脱ぎ着など身のまわりのことは自分でするようにしつけ、集団生活の規則やエチケットをわきまさせることが

大切です。

また、対人関係のエチケットとしては、はい・いいえ・ありがとう・すみませんをはっきり言えるようにしておきたいものです。

ところで、決まりや約束が守れたら、忘れずにほめてやりましょう。守れなかったら、しかも前に子供の身になって、内容的に無理がなかったかどうか、強制しすぎて子供の心情にキズをつけるようなことはなかったか——などの点を考えてから適切な助言をするのが効果的です。



春の全国交通安全運動

4月6日～4月15日

新入学・入園児を交通事故から守ろう

第十三回町内駅伝大会

47チームが参加

初優勝 谷中A(一般) 5年ぶり陸上A(中学校)



力走する各選手

第十三回町内駅伝大会は、二月十日一般三十九チーム(昨年三十四チーム)中学生八チームの参加により行われました。

当日は、雲一つない絶好の駅伝日和となり、十時三十分審判長の号砲で役場前を一齐にスタート、沿道を埋めた観衆の声援を受けゴールを目ざして力走しました。

区間寸評

一 区 前回優勝チームの実川選手(辻)が、二年連続優勝の期待を担い、力走し昨年に続き区間賞に輝きました。

三 区 二区で先頭の辻チームを射程距離に捕えた谷中Aチームは、越川(修)選手が四・一kmの区間をうまいペース配分で抜きさりトップでバトンタ

ツチしました。

四 区 先頭を走る谷中Aチームは、向かい風にも負けず力強い選手を走らせ勝負は決まったかに思えたが、辻チームの早川選手の力走に差が縮まり最後まで勝負は、わからなくなりました。

五 区 初優勝の願いを一身に受けた谷中チームの越川(幸)選手は、終始安定した走り追走する辻チームを振り切り初優勝に輝きました。

また、中学校の部は九回大会から連続優勝していた野球部に変わり、地力をつけてきた陸上部が優勝し面目を勝ち取りました。陸上部女子も日頃の練習の成果を発揮し好タイムで完走しました。

閉会式では、各賞がキャプテン及び選手に、また、十年出場選手に表彰状とトロフィーを授



陸上Aチーム

与し長年の活躍を称えました。

成績は次のとおりです。

(敬称略)

※一般の部	優勝 谷中A 五三分一八秒(新)	準優勝 辻 五三分四一秒	三位 白磯A 五五分一〇秒	四位 長塚A 五五分一七秒	五位 西高野A 五七分二八秒	六位 白磯B 五七分四一秒	※一般の部区間賞	一区(三・一km) 実川 通(辻) 一〇分一秒(新)	二区(三・一km) 川島 喜英(白磯) 一〇分四五秒	三区(四・一km) 越川 修明(谷中) 一三分五四秒	四区(一・七km) 早川 政男(辻) 六分三二秒	五区(二・八km) 越川 幸一(谷中) 一〇分四六秒	※中学校の部	優勝 陸上A 五三分一九秒	準優勝 野球A 五四分二五秒	三位 野球B 五七分〇二秒	※中学校の部区間賞	一区(三・一km) 藤代正倫(陸上A) 一〇分三九秒	二区(三・一km) 越川宏之(野球A) 一〇分五八秒	三区(一・八km) 伊藤成勝(野球A) 六分一三秒	四区(二・三km) 鈴木 晃(陸上A) 七分五二秒	五区(一・七km) 大木一弘(陸上A) 六分三七秒	六区(二・八km) 若梅孝篤(陸上A) 一〇分三六秒	※十年出場選手表彰	秋葉 精一 (長塚)	郡司 豊 (新井)	斉藤 俊一 (二又)	鈴木 孝一 (小川台)	向後 秋夫 (作間内)	布施 廣志 (二又)
-------	------------------	--------------	---------------	---------------	----------------	---------------	----------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	--------------------------	----------------------------	--------	---------------	----------------	---------------	-----------	----------------------------	----------------------------	---------------------------	---------------------------	---------------------------	----------------------------	-----------	------------	-----------	------------	-------------	-------------	------------



谷中Aチーム

国民年金の保険料は

四月一日から三、七七〇円

になります

昭和54年度 農業賞決まる

昭和五十四年度農業賞の表彰式が二月十九日午後一時三十分から役場第二会議室で行われました。

受賞者は、多種多様に変わる農業実情を的確にとらえ、将来へ安定した農業基盤を作るべく努力し、地域のリーダーとして活躍されています。

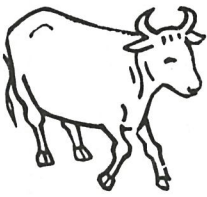
受賞者の横顔

土屋 昇 (篠本三区)



水田二七〇アール、畑四〇アール、肉牛七〇頭を飼育し、ふん尿処理はオガ屑を利用し堆肥として野菜農家に還元している。

また、営農組合の役員として組織の充実強化を計り高く評価されている。



水田と畑二〇〇アール、種豚三〇頭、肉豚五〇〇頭の一貫経営

信田英夫 (虫生)



水田一三九アール、畑二四アールと肉豚を飼育し野菜との復合経営を行い品質と生産性の向上に努力している。

また、生産組合及び青少年問題にも活躍され地域の模範である。

伊橋 一 (原方)



◎消防組合長賞

東陽小 一年 飯島 貞之
東陽小 六年 椎名 千早

◎危険物安全協会会長賞

八日市場市外三町消防組合では、春の全国火災予防運動(二月二十九日～三月十三日)の行事の一環として、火災に対する認識を深めてもらおうと管内小・中学校(二四校)の児童、生徒から防火ポスターを募集した所光町からは二二一点(全体九四三点)の応募があり三三三点が入賞しました。

入賞者は次のとおりです。
(順不同・敬称略)



加 瀬 千津子 (日吉小2年)

銅賞	東陽小 二年 越川 哲哉
	東陽小 四年 林 慎一
	東陽小 五年 片山 浩司
	東陽小 五年 八角多美子
	東陽小 五年 馬場 敦子
	東陽小 五年 越川 千里
	東陽小 六年 野村 清美
	東陽小 六年 向後 佳絵
	白浜小 一年 向後 吉晴
	白浜小 一年 鈴木 賢一
	光中 一年 鈴木 和渉
	光中 一年 林 裕美
	光中 二年 伊藤 聡子

春の全国火災予防運動 ポスター入選者決まる

水田三〇アール、畑五〇アール



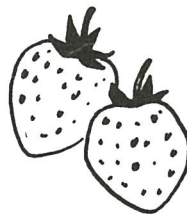
鵜ノ沢荒治 (白磯)

営に取り組み、豚価の安定を図るため毎月四〇頭を出荷している。

ふん尿による露地野菜の栽培を行い、収量の向上に努力している。

ルと小規模のため会社勤務をしていたが、四十八年度に耕地整理が完了するとイチゴ栽培に着手した。当町でのイチゴ栽培の先覚者である。

昭和五十四年度に、県のイチゴ品評会で特別賞を受賞した。その技術と努力は地域の模範である。



◎銀賞

南条小 六年 土屋 広美
東陽小 一年 向後 義明
東陽小 二年 向後 賢哉
東陽小 四年 椎名 俊和
東陽小 五年 向後 義寛
東陽小 六年 及川由美子
白浜小 六年 吉田美佐子
光中 一年 加瀬友美子
光中 一年 越川ひとみ

◎金賞

白浜小 四年 伊藤 貴子
光中 一年 椎名 裕子
日吉小 一年 森 由美
東陽小 四年 富永 忠宏
東陽小 六年 竹内 峰子
白浜小 一年 本間 裕明

狂犬病予防注射実施

春——。草木も芽を吹き、動物たちも一斉に活動を開始します。この時期になりますと、各家庭の犬も発情期となり人間に危害を加える危険な状態となります。

この時期に、狂犬病予防注射と登録を次のとおり実施いたしますので必ず受けましょう。

●生後三カ月以上の犬は毎年一回の登録と二回(今回は一回目)の予防注射を受けなければなりません。

期 日	場 所	対象地区名
4月1日	農協日吉支所	日吉
4月2日	農協南条支所	南条
4月3日	農協同館	東陽
4月4日	農協白浜支所	白浜
4月7日	橋場青年館	全町

●時 間 午前10時～12時
午後1時～2時

●登録代金 二、〇〇〇円 ●注射代金 一、五〇〇円

くらしの中の自治用語

ラスパイレス指数とは、ドイツの統計学者ラスパイレスの考案によるもので、物価と生産量とを総合比較する場合に用いられる指数です。

地方団体の場合でいいますとラスパイレス指数が用いられる代表的な例は、地方公務員と国家公務員との給与水準の比較です。

ラスパイレス指数

現在、総理府の消費者物価指数や人事院が発表する給与の官民較差の算定が、このラスパイレス方式で行われています。

現在、国家公務員の類似職種を基準として、職員を学歴及び経験年数の二要素で区分し、同一区分に属するそれぞれの職

ません。

この日程で、できない人は開業獣医師で行い、注射済明書を保健所へ提示して、注射済票の交付を受けてください。

●病気や妊娠をしている犬は、当日医師に相談してください。

●犬が死亡又は処分をしたときは、厚生課衛生係へお知らせください。(有)二〇四—〇二



二月十五日現在受付(敬称略)

◎お誕生

員の平均給与月額を比較する方法がとられています。

昭和五十三年四月一日現在の国の給与水準を一〇〇とした場合、全地方団体の平均ラスパイレス指数は一〇七・三となっています。ラスパイレス指数は、地方団体の給与水準が適当かどうか判断する際の重要な指標です。

◎ご結婚

◎お誕生

- ◎お誕生
- ◎ご結婚
- ◎お祝い

◎お祝い

先月号の二ページで消防団出初式の表彰者名簿中誤りがありましたので次のとおり訂正しておわびいたします。

海匠支部長表彰(功労章)

中央分団第一部長 椎名 光宏

中央分団第二部長 森 哲

町の状況

<2月1日現在>

人口 男 5,773人 (-10)

女 5,918人 (-7)

計 11,691人 (-17)

世帯数 2,827戸 (-8)

()内は前月比

- 第一分団第二部長 古西 力夫
- 第三分団第二部長 佐久間純和
- 第三分団第四部長 鈴木 清一
- 第四分団第一部長 斉藤 幸雄
- 第四分団第二部長 深田 和
- 第四分団第三部長 川野 宣泰

- 富下 北原 治—布施 則子
- 富下 布施 裕康—林 君枝
- ◎おくやみ
- ◎お祝い
- ◎お誕生
- ◎ご結婚
- ◎お誕生