

# ひかり

## 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。



ボクも、わたしも力いっぱいがんばりました。

(白浜小にて)

**57 10月号** No. 191

発行所 光町役場  
光町宮川11902 電話 4-1211(代)

# 光中仮設校舎全焼

## 20日から授業再開



焼け落ちた仮設校舎

九月十七日の未明、光中学校仮設校舎から出火し、職員室、普通教室十四、配膳室、便所等併せて千七百八十二平方メートルの同校舎一棟を全焼しました。

この校舎は、本校舎が三月からはじまった航空機騒音の防音改造工事期間中の仮設校舎として使用されていたもので、プレハブのため火のまわりが早く全焼を免れませんでした。

町は、この事態に対して緊急の教育委員会、議会全員協議会を招集し、馬場町長、松沢光中校長が陳謝すると共に、対策を協議し、直ちに応急校舎を仮設し、授業に支障のない措置をとることに決めました。

応急校舎は、地元業者等の協力を得て、三日間で中学校体育館、町体育館等を内部改造を行う一方、机、椅子等の備品を調達して、二十日から分散校舎による平常授業に入りいまでは生徒も平生に勉学に励んでいます。

また、一日も早く生徒が落着

いた環境で勉強ができるように、本校舎の工事を一ヶ月繰り上げて、十月いっぱいには完成できるように、請負業者をはじめ関係機関に要請をして、工事は現在

急ピッチに進行しています。なお、この火災で有線放送の幹線ケーブルが焼失し、一週間不通となりました。

### 台風18号のつめあと……… 被害個所を視察する町長



篠本地先



水稻の倒伏



篠本地先



日吉地区のネギ畑

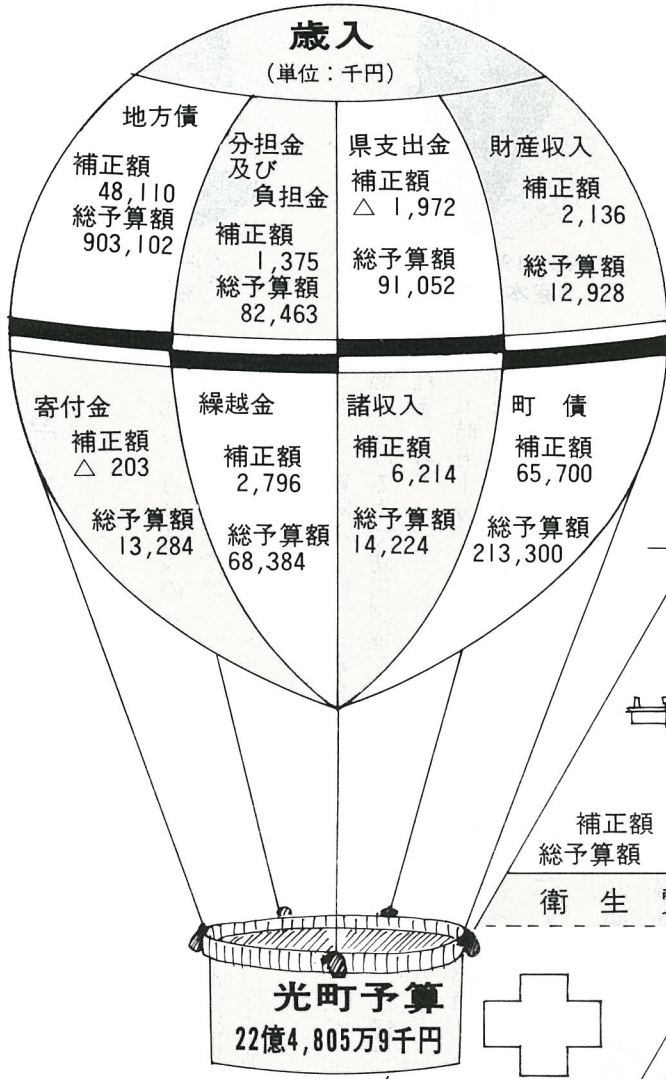
# 補正予算

9月9日 定例議会

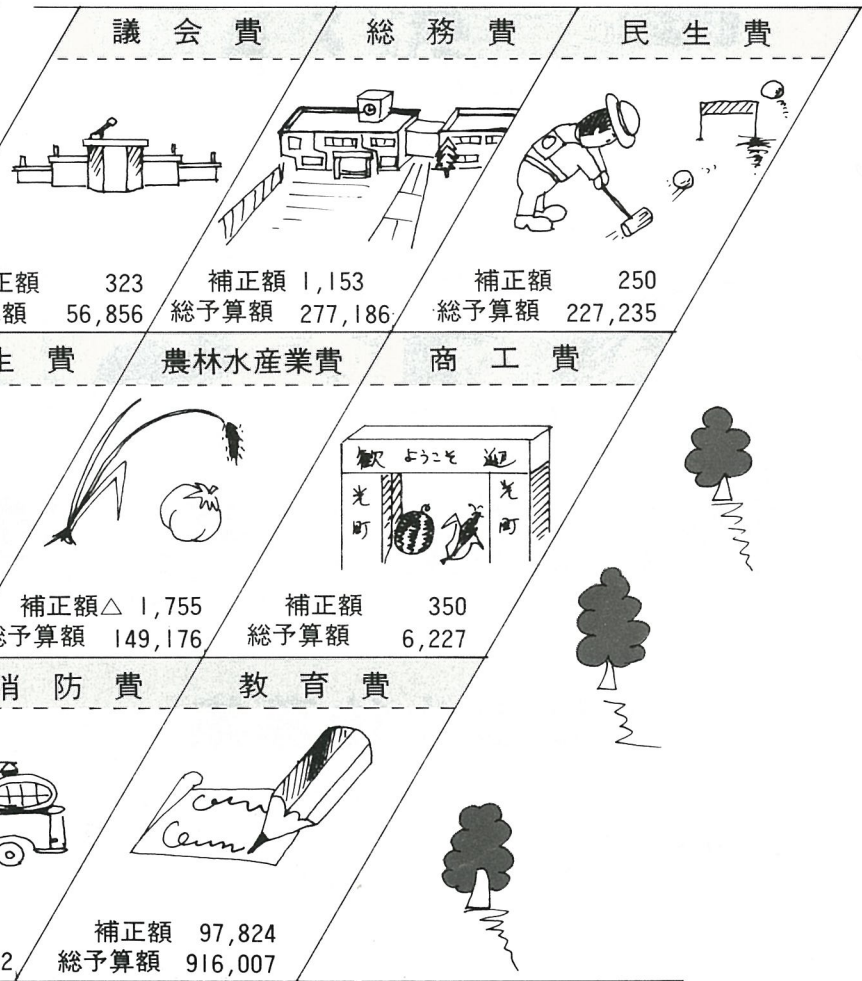
## 原案どおり成立

一般会計予算は、1億4,932万円を追加し、22億4,805万円となります。

今回の補正は、町民憩いの場として建設を予定している共同利用施設の用地購入費87,656千円、地域医療施設の充実を図るべく組合立東陽病院に対する負担金48,166千円等を主とする歳出1億4,932万円の追加補正であり、これに充てる財源として、地方交付税48,110千円、前年度繰越金27,962千円、町債65,700千円等をもって措置するものであります。



### 歳出 (単位：千円)



# 人命救助で表彰

宮本鶴松さんと鬼島廣之助さんの2人は、去る、7月25日午後2時30分頃、尾垂海岸で遊泳中おぼれた八千代市、伊藤 薫さんの二女幹子ちゃん(10歳)を救助しました。

2人は9月10日の夏季観光安全対策反省会の席上、安全対策本部長から人命救助で表彰されました。



尾垂3497~5  
宮本 鶴松



尾垂3502  
鬼島廣之助

## 大人も「ドツキリ」 小学生の工夫展



力作に驚きの声を上げる見学者

チビッコたちが夏休み中熱心に造りあげた作品を集めた「八匠管内児童生徒科学工夫展」が九月十二日、午前九時から八日市場市立公民館で開かれました。展示された作品は、どれもこれも小学生とは思えない工夫をこらした力作ばかり、見学に来た大人たちもドツキリ……。

## 学校・事業所で防災訓練

### 防災の日……

九月一日は防災の日、町内の各学校や事業所では「いざ」という時に備えて模擬の防災訓練が実施されました。

ここ、東陽小学校でも残暑の照りつける中で防災訓練が行われました。

八時五十分、千葉県沖に地震が発生したと想定。一回目の教頭先生の放送では、全員机の下に避難との指示、二回目では地震により音楽室付近から火災が発生したのでただちに避難という放送。児童はそれぞれ防災頭

巾をかぶったり、ハンカチを口に当てたりして先生の誘導で運動場東側に避難した。児童はクラスごとにイチ、ニイ、サンと点呼をとって校長先生に報告、無事全員避難して訓練は終了しました。この間約五分……どの子も命がかかわる訓練とあって真剣そのものでした。

各家庭でも普段から防災につ



避難する児童



防災頭巾



人員報告をする児童たち

## 着付教室生徒募集

公民館では10月31日(日)から4回にわたって着付教室を開催いたします。希望者は10月20日までに公民館へ申込んで下さい。

電話 4-1358 有線 305-01

いての話し合いや防災点検に心掛けましょう。また、災害時に備えて避難場所を今一度確認しておきましょう。  
町内の避難場所は次のとおり指定してあります。  
光中学校、日吉小学校、南条小学校、東陽小学校、白浜小学校、光町体育館、光町農協各支所倉庫。

# 消防署からのお知らせ!!

ご存知ですか? 救急車の呼びかたを!

“ハイ 119番消防署です。火事ですか救急ですか”

電話が通じたらあわてないで、はっきり話す。

- ① 所番地とだれでもわかるような目標があれば、つけ加える。
- ② どうしてケガをしたのか、またどんな状態で発病したのかを話す。
- ③ 今どんな状態をしているのか、みたままの状態を簡単に話す。

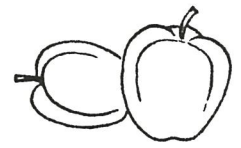
けが人がたくさんいたら、それを忘れずに話し、あとは係員の質問にははっきり答える。

サイレンが聞こえたらできるだけ案内する人を出して誘導して下さい。現場に到着した救急隊員にできるだけ次のようなことを連絡して下さい。

- ① 救急隊が到着するまでの容態の変化
- ② あなたが傷病者のために実施した応急手当の内容。
- ③ 持病があれば病名、かかりつけの病院と主治医名。

**火事と救急・救助は 119**  
八日市場市外三町消防組合消防本部消防署

# お知らせ



## 被爆者相談

健康、生活の身近な問題、諸手当の支給等、気軽にご相談ください。

日時 毎週第三月曜日  
午後一時～五時まで

場所 佐原保健所予防課  
Tel 0475(二)9161

相談員 木内 繁雄

## 身体障害者職業訓練生募集のお知らせ

千葉県では、身体に障害のある方で、職業訓練の受講を希望する人を下記のとおり募集しています。

訓練科目	定員	訓練期間	備考
一般事務科	10名	1年	高卒以上
製版印刷科	10	1	〃
電子機器科	10	1	〃
縫製科	10	1	〃
建築科	10	2	中卒以上 言語聴覚障害者中心

募集の期間	入校選考日
57年10月1日から57年11月30日	57年12月中旬

- 3. 授業料は無料、公共職業安定所長から指示を受けた者は訓練手当（月額約90,000円前後）が支給される他特典があります。
- 4. 問い合わせ先は、各公共職業安定所、各高等技術専門校又は身体障害者職業訓練校へ。電話0472(91)7744(代)
- 5. 入校案内及び願書は、上記の他各支庁社会福祉課並びに市町村の福祉担当課にもあります。

## 指定郵便局

八日市場郵便局・万町郵便局・砂原郵便局・大寺郵便局・吉田郵便局・干潟駅前郵便局・共興郵便局
東陽郵便局・木戸郵便局・日吉郵便局
野手郵便局・栄郵便局

**水道料金は口座振替で!!**

水道料金のお支払いに、一部の地区でご不便をおかけしていましたが、新たに左記の郵便局でお支払いいただけるようになりました。

郵便局をご利用できるのは、口座からの自動振替です。最近の水道料金領収書と、通帳の印かんをお持ちになれば手続きはかんたんです。

10月15日から利用できます。

指定金融機関に新たに郵便局を追加

◎ガスもれ 大丈夫ですか! つぎのような施設には、ガスもれ警報器(LPGガス)の取り付けが義務づけられています。もう一度確認を……。

映画館、遊戯場、料理飲食店、

マーケット、旅館、ホテル、共同住宅、病院、診療所、公衆浴場など。ガスは使い方を誤ると、大変危険です。大事な生命を守るため、一般家庭でも、こまめにガス栓の確認を……。

# 10月1日は「法の日」です

個人の自由が保障されていることは、民主主義社会の生命ともいべきものですが、その自由は、各人が勝手気ままに振る舞う自由を意味するものではありません。他の人々も自己と同じだけの自由を持っているのですから、すべての人の自由が平等に尊重されるよう、各人の自由の共存が図られなければなりません。

法は、このような各人の自由の共存を図るために重要な役目を果たしているのです。したがって、民主主義の下における自由というものは、法の下において、法によって、その限界が定められているわけです。そして、民主主義国家における法は、個人の自由を単に隣人の侵害から守ることだけを目的とするものではなく、それと同時に、国などの違法な行為から個人を守る役目も持っています。また、法は、いかなる暴力をも否定します。暴力の肯定は、法を軽んじ、自由を放棄することにつながるからです。

このように、すべての個人が自己の持つ人格的価値を完全に

発揮すること、すなわち人間としての尊厳を確保するために、法の支配が社会の中に確立されなければなりません。更に、この法の支配の確立は、国際社会においても、世界平和樹立のための重要な基盤になるものといえましょう。

我が国が政治、経済、文化等のあらゆる分野において繁栄し、国際社会においても民主主義国家として信頼と尊敬を受けるためには、法の支配が国民の間に徹底されることが必要です。

この法の支配の重要性を国民一人一人に浸透させることを目的として制定されました。



## 第29回 NHK 青年の主張全国コンクール

### 千葉県大会ご案内

#### ■コンクールの期日・会場

千葉県大会：昭和57年11月14日(日) NHK千葉放送局

原稿通過者には、時間等詳しく連絡いたします。

関東甲信越地方大会：昭和57年11月28日(日) NHK放送センター

全国大会：昭和58年1月15日(土・成人の日) NHKホール

#### ■参加資格

現在、千葉県に住み、昭和32年1月16日から昭和41年4月1日までに生まれた方で、性別、学歴、職業、および国籍は問いません。

#### ■課題

ことしの課題は次の3つです。

- (1) 青春・ここに打ち込む
- (2) わたしの生き方を変えたもの
- (3) いま、日本を考える

このほか、課題の趣旨に沿ったものであれば題名は自由に付けて主張しても結構です。

### 死後の腎臓提供についてお願い

人工腎臓により生命を維持している人は全国で四万人を越えています。

さまざまな障害で悩んでいます。腎臓移植によりその障害を克服することができます。

温い人間愛により腎臓バンクへの登録をお願いします。

〈連絡先〉

一、千葉県腎臓病患者連絡協議会

☎〇四七二(四一)三〇一六

(月、水、金の午前十時～午後四時まで)

二、社団法人 腎臓移植普及会

☎〇三(五〇二)二〇七三

### 千葉県最低賃金改正

千葉県内のすべての使用者及び労働者(パートタイマー、アルバイト等も含む)に適用される千葉県の最低賃金が九月三十日から次のように改正されました。

日 額 三千二百三十三円  
時間額 四百五円

### 講演会開催

一、日時 昭和五十七年十月二十日(水)

午後一時三十分から

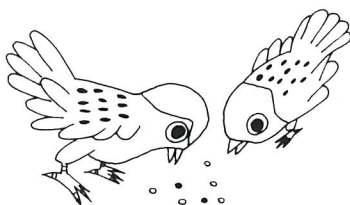
二、場所 八日市場市公民館

三、演題 健康百話

四、講師 千葉大学名誉教授

君津中央病院院長

三輪 清三 先生



### 行政相談週間 (10月17日～23日)

親切・丁寧・迅速な窓口をめざして

町では毎週水曜日、午後一時三十分より

行政相談所を開設しています。

お気軽においでください。

# 保証付融資で企業の繁栄を!!

- (1) 信用保証協会をご利用できる方、県内で、1年以上、商業、製造業、運送業、建設業、鉱業、旅館業、医療業、理・美容業、サービス業等を営んでいる中小企業の方々とその組合。
- (2) 保証の条件と申込み方法
  - 〔保証の限度額〕
    - ・一般保証の場合 7,000万円
    - ・担保を必要としない無担保保証 1,000万円
    - ・とくに小企業の方に対しては、無担保・無保証人で 300万円
    - ・その他、県制度、市町村制度についても、それぞれの定めによる限度額まで保証します。
  - 〔保証期間〕
    - 運転資金…………… 3年            設備資金…………… 7年
  - 〔保証料〕
    - 一般保証で年1%、但し、県制度、市町村制度に係る保証については、低率となっています。
  - 〔申し込み先〕
    - 信用保証協会の窓口のほか、金融機関、商工会議所、商工会の窓口で取り扱っています。
    - また、県制度、市町村制度については、それぞれの公共団体窓口で取り扱っています。
- (3) 金融・経営上の相談およびテレフォンサービス  
 金融・経営上のご相談についても、保証協会をご利用ください。

TEL0472 (47) 0711

昭和57年10月1日からテレフォンサービスを開催いたしました。どうぞご利用ください。

よい おはなし

TEL0472 (41) 0874

## 千葉県信用保証協会

## 母子保健強調月間

10月1日(日) 31日



## 妊娠

育児はもう始まっている

育児というと、赤ちゃんが生まれてからのことと思われがち。ミルクを飲ませたり、おしめを替えたり……。

でも赤ちゃんが自分で何もできないのは、おなかにいるときと同じです。栄養の摂取や排泄は、おなかの赤ちゃんに代わって妊娠中のお母さんが一手に引き受けているのです。

おなかにいる赤ちゃんには、お母さんの健康状態がそのまま影響することがあります。妊娠したら病気になるからという気を付けるのはもちろん、食事や睡眠にも注意しましょう。

### 〈母子を結ぶ臍帯と胎盤〉

赤ちゃんはお母さんのおなかにいる時期、羊水という液体に浮かんでいます。浮かんでいるといつてもクラゲのように浮遊しているのではなく、赤ちゃんのおへそから延びる臍帯という管

と胎盤で、お母さんの体と結びついています。

この管と胎盤を通じて、酸素や栄養の補給が行われます。

また同時に、赤ちゃんの活動で生じた炭酸ガスや老廃物が、この管と胎盤を通じてお母さんの体に運ばれます。臍帯と胎盤はお母さんと赤ちゃんを結ぶパイプなのです。

### 〈お母さんは働かすぎ〉

臍帯を通じて赤ちゃんの体から運ばれた炭酸ガスは、お母さんのと一緒に肺から、また、老廃物のほうは肝臓で解毒されたリジン臓からお母さんの尿と一緒に出されます。

ですから、妊娠中のお母さんには、赤ちゃんの分の酸素と栄養が必要だけでなく、排せつも二人分。これは普通の状態から考えれば完全にオーバーワークです。

栄養も休養も十分に取らましよう。  
また、妊娠中は、とかくイライラしてストレスがたまりがちです。お母さんがイライラしているとおなかの赤ちゃんにも良くありません。軽い作業や買い物は、かえってよい運動になります。適度な運動と入浴などで気分転換を図り、神経も休めてください。

健康な日々  
それはあなたの努力で



③

母親や父親と子どもが一緒になって親子体操を楽しむことは、親子のスキンシップをはかるという点で非常に大切なものです。ある調査では、乳幼児期における親子の体育的遊びの欠如が小学校期の「体育嫌い」を、また、大人になつての「運動嫌い」を生み出すことを明らかにしています。この機会に親子で運動をしてはいかがですか。



# 県大会で準優勝



喜びの光町代表チーム

48チームが覇を競いました。光町チームは善戦健闘し、見事に決勝戦まで進出、市原市と対戦しましたが残念ながら疲れの見える終盤に逆転され、一点差で惜しくも優勝を逃しました。

### ◎選手

飯島 国雄・大木 文也  
伊藤 廣・向後藤太郎  
石井 正之・越川 道三  
椎名浜之助

### ◎成績

予選リーグ(2勝)

20-19 沼南町  
23-13 木更津市  
決勝トーナメント  
一回戦 17-8 茂原市  
二回戦 25-12 船橋市  
準決勝 17-16 富里村  
決勝 14-15 市原市

九月九日、千葉県総合運動場で第五回千葉県老人クラブ会員ゲートボール大会が開催され、光町チームも海匝地区代表として出場しました。  
大会は県下各ブロックの代表

## おばけ屋敷で汗を吹きとばす

## 夏のひととき

橋場子ども会(会長・林田重俊、会員百二十一名)では、八月二十日の夕方から児童遊園地とその周辺の山をおばけ屋敷に仕立て、夏の風物の一

つである花火大会とおばけ大会を開催しました。  
花火大会のあと男の子は一人で、女の子は二人一組になり間をおいてそれぞれ出発……。入口から近い所で早くも「キャ

ーッ」という黄色い悲鳴が聞え、山の中からはぶきみな青白い光……。ウヒヒヒヒ、ウラメシヤという声……。「こわかった」、「もうたくさん」と、胸をなでながら出てくる子供。なかには「へいき、もう一度行ってこよう」と入口の方に向かう子供もいた。むし暑い夜のひととき、子供達は肝を冷やし、汗を吹きとばして、さぞ涼しくなったことでしょう。

## スポーツの秋

「天高く馬肥ゆる秋」……

秋は気候もよく、食べ物は種類、量共に豊富になって食欲が進み、馬も肥えたくましくなる。それほどよい時期だということ



でしょう。

人間の場合も、食欲が出てきて夏バテが回復するのは結構ですが、太り過ぎは健康に大敵。大いにスポーツに親しみたいものです。

十月十日は「体育の日」。昭和三十九年のこの日には日本で初めてオリンピックが開催されたのを記念して設けられたものです。

そして、この日を中心に十月いっぱい、「体力づくり強調月間」です。スポーツに親しみ、健全な心身を培うのがこの行事の目的です。

日本人の平均寿命は、今や世界トップクラスです。せっかく長生きするなら、健康で楽しく生きなければ意味がないとだれしもが考えます。そこで、体

力づくりのためのスポーツということになりますが、最近の総理府の「スポーツに関する世論調査」によると、成人の六八%が何らかの形でスポーツをやっています。ジョギング、ゲートボールなど身近なスポーツが盛んになったためでしょう。

また、文部省の調べによると、日本人の運動能力は年々向上しつつあるものの、背筋力は低下傾向にあるとか。これはスポーツで鍛えてないというよりも、日常生活のなかで背筋力を使う仕事が少ないからではないかと考えられています。背筋を鍛えるには、ボートこぎが一番よいそうです。体育の日には、一家そろってボート遊びなどはいかがですか……。



# 敬老会

敬老の日に先だって、九月十四日午前十時から町と社会福祉協議会の共催による敬老会が町体育館に於て行なわれました。

当日は、結婚五十周年を迎えた十八組のカップルと、七十歳以上のお年寄り一、一〇二名が招待されました。今年新しく八十九人の方が七十歳の仲間入りをしました。

会場は、七百人を超えるお年寄りでうずまり、来賓の方々からお祝いのことばや記念品をいただいたり、演芸を楽しんだりのくつろいだ楽しい一日を過ごしました。  
どうか、いつまでもお体に気を付けて長生きをしてください。



なごやかな語り



## やさしさを隣人に

### あなたの胸に赤い羽根を!!

十月一日から、赤い羽根の共同募金運動が始まります。

昭和二十二年に産声を上げて以来、今年で三十六回目を迎えます。



その間に寄せられた善意のお金は約千七百四十二億円にも上り、老人福祉、心身障害者福祉、児童福祉、地域福祉などのいろいろな社会福祉事業や更生保護事業を進めるために役立てられています。ちなみに、昨年は全国で百八十五億円に上る寄附金が集まりました。

たすけあいの心——お互いに困ったときはたすけあい、住みよい地域社会をつくるための活動に進んで参加しよう——という一人ひとりのやさしさと、たすけあいの心を表したものが、赤い羽根です。

心身障害者福祉、児童福祉、地域福祉などのいろいろな社会福祉事業や更生保護事業を進めるために役立てられています。ちなみに、昨年は全国で百八十五億円に上る寄附金が集まりました。

今年度は、共同募金発足三十五周年に当たることから、これを記念して、老人の障害者の生きがい対策のための全国共通特別配分が行われます。  
やさしさを隣人に——今年もあなたの胸に赤い羽根を!

## 外国人の方へ

昭和57年10月1日から外国人登録が変わります。

- 3年ごとの確認申請（登録証明書の切替申請）について
  - 16歳未満の方は、確認（切替）の申請をする必要はなくなりますが、16歳に達するとその日から30日以内に同申請を行うこととなります。なお、出生した時に新規登録をするのはこれまでどおりです。
  - ただし、16歳未満の方であっても、すでに甲様式（大人用、手帳型）の登録証明書の交付を受けている場合は、次の(3)と同様になります。
  - 16歳以上の方は、確認（切替）の申請を5年ごとに行うこととなりますから、今お持ちの外国人登録証明書の11頁に記載されている年月日からさらに2年を経過する日前30日以内に確認（切替）の申請を行うこととなります。
  - 昭和57年9月30日において確認申請期限を経過している場合は、その申請を行うまで、上記(1)の確認申請不要措置や同(3)の2年延長措置の適用は受けません。
- 登録証明書の携帯、本人出頭申請、写真提出及び指紋押なつの義務年齢の引き上げについて  
これまで登録証明書の携帯、本人出頭申請、写真提出及び指紋押なつを必要とする年齢は14歳以上であったのが、今後は16歳以上となります。

“つい、うっかり”では  
済まない……

忘れていませんか？

# バイクの自賠責保険（共済）



いま走っているモーター・バイク十台のうち二台が無保険（無共済）——あなたのバイクは保険や共済に加入していますか。

自動車や自転車とは一味ちがった便利さが受けて、モーター・バイクの利用者が増えています。

こうしたモーター・バイクの普及とともに増加しているのが、人身事故です。万一、事故を起こすと、被害者はもとより加害者も、精神的にも物質的にも大きな打撃を被ります。ましてや無保険・無共済で死傷事故を起こしたら大変です。損害賠償のため、一生、借金に追われるようなことになりかねません。

そこで、万一、人身事故を起こした場合、損害賠償をスムーズにできるようにするため、モーター・バイク保有者は損害保険会社の自賠責保険（自動車損害賠償責任保険）か、農協の自動車共済のどちらかへ加入しなければならぬことになっています。

モーター・バイクには車検制度がないこともあって、一度加入していても期限ごとの再契約を忘れがちです。現在、全体の約二割が無保険・無共済のまま走っています。モーター・バイクをお持ちのみなさん、一度ご確認ください。

保険料・共済掛金は、一年契約の場合五千三百円、二年ものが六千六百五十円、三年ものは七千九百円で、長期契約ほど割安になっています。

加入の申し込みは、最寄りの損害保険会社かその代理店（モーター・バイク店、自転車店など）、農協でどうぞ。

## 応急手当での知識

# 骨折

高い所から落ちたり、交通事故などで強い衝撃を受けると、骨が折れてしまうことがあります。衝撃を受けた部分やその周辺がひどく痛むときは、一応、

高い所から落ちたり、交通事故などで強い衝撃を受けると、骨が折れてしまうことがあります。衝撃を受けた部分やその周辺がひどく痛むときは、一応、

骨折を疑ってみる必要があります。骨が折れていると、次のような変化が表れます。

〈骨折のときの状態〉

全身……脈拍が弱くなる／脈拍の数が増える／呼吸が困難になる

骨折部分……はれる／変形する／皮膚の色が変わってくる／動かしたり、触れたりすると痛む／動かせない／骨が外に飛び出している

### 〈骨折の応急手当〉

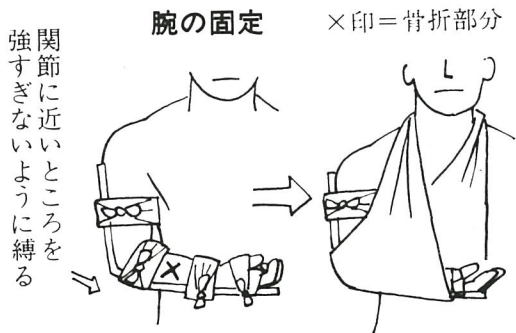
骨折を大きく分けると、表面に傷がなく骨だけが折れている場合（単純骨折）と、外傷を伴っている場合（複雑骨折）があります。複雑骨折では、血液が体から失われますから、まず止

血を行わなければなりません。骨折の疑いのある場合には、その部分をできる限り動かさないようにして病院へ——。骨折の応急手当では、病院へ運ぶ前に、骨折部を保護して動かさないよう固定することです。

骨折部の固定は、骨折の疑われる部分だけでなく、その部分を中心にした両端の関節を含む範囲で行います。

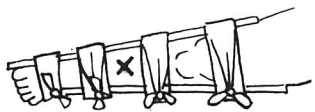
### 〈固定のポイント〉

固定は、包帯や三角巾、板やボール紙を使って行います。



### すねの固定

両側から固定した場合



裏側から固定した場合



# 地名アラカルト ①

## 高野

「コウヤ」という地名が東陽地区と白浜地区にあります。「西高野」と現在白磯に含まれている「高野」がそれです。

高野とは本来「荒野」と書き開墾地を意味するものでした。しかし、荒の字に凶作の意味もありますからこんな不吉な文字よりも同じ音の高に取り変えられたものです。幸谷という地名があったら同じ理由によるものです。

では、いつ頃この地が成立したのでしょうか。西高野には次のようないわれ話が残されています。

昔、旅の僧がこの地を訪れて一宿を求めました。しかし、湿地帯であるこの地の人々の生活は、貧しいものでしたからあつちの家、こつちの家と断られてしまいました。

疲れた身を休めるだけだからと頼み込んでやつと宿ることができたのです。

翌朝、お札にとゴザクサの使い方を教えてくれ、高野山の山号から「高野」の二字をくれました。その後、その草によつて村人の生活はよくなりこの地を高野と呼ぶようになったということです。

この時の僧が弘法大師であつたという。この話は、高野聖を連想させるもので、この地方へも聖の徘徊があつたと思われまふ。

◆◆◆◆

今月号から町内の地名についてシリーズで掲載することになりました。小字名にも変わったものがありますから順次取り上げていきます。地名のいわれ等について御存じの方がありましたらお知らせください。

有線二〇二一〇三

## 税のよろず相談

一、日時

十一月五日(金)

午前十時～午後三時

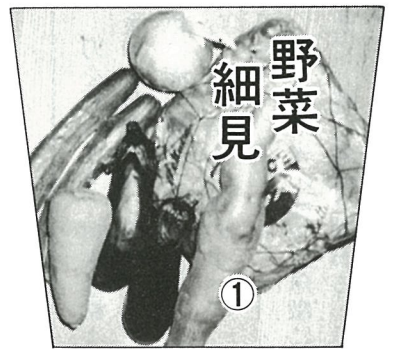
二、場所

光町商工会館

三、相談員

税理士 市原 貞夫

◎町内の方ならどなたでも無料が相談が受けられます。



インスタント食品の時代。

野菜もトマト、キュウリ、レタス、キャベツと、生で食べられるものが主流となった。調理に手間のかかる野菜は店頭から消えつつある。ズイキもその一つ。サトイモは葉柄も食べられる。

## おそらごいひ ヒント

①

揚げたレバーと、香りの高いピーマン、玉ねぎをいためる、コクのあるおかず。

豚レバーの薄切り三百㌘に、

## レバーと野菜のいためもの

さつといため、レバーを戻し、

しょうが汁一片半分、酒、しょうゆ各大さじ一をかけて十分ほどおき、ざるにあげて汁気をきります。玉ねぎ二百㌘をクシ形に、ピーマン五個を六つ切りにします。ニンニク一片を薄切りにし、赤トウガラシ二本のタ

しょうゆ大さじ二強、ゴマ油を少々ませます。

野菜をいためすぎないのがコツです。

(約三十分・四人前)

それがズイキで、皮をむき、適当に切りそろえ、水につけてあくをぬき、さらにゆでて冷水にさらす。それをみそ汁の実や煮物、酢みそあえなどにする。皮をむいて天日で乾燥させたズイキは「いもがら」とも呼ばれる。これをもどすには、十分ほど水につけ、熱湯で約十分湯がき、あくをぬくため再び水につけて、茶色の汁がほぼ出なくなるまでさらす。それをしぼって適当に切り料理に使う。

ズイキの減少は、こうした処理のやっかい

ネを出しておきます。

揚げ油を熱し、レバーにかたくり粉をつけて、からりと揚げます。油大さじ三をあため、ニンニク、赤トウガラシを弱火でいためて香りを出します。玉ねぎ、ピーマンを加えて強火で



ズイキ

さが影響しています。ズイキには取りたてというほど栄養価はないが、カルシウムだけは多く、乾燥ズイキで百㌘中、千二百㌘グラム含まれているそうです。今一度「ズイキ」を見直してみたいいかがですか。

## 全国防犯運動

全国防犯運動が、十月十一日(月)から二十日(水)までの十日間実施されます。

今年、「カギかけは、家族みんなの合言葉」をスローガンに、次の三項目を重点に運動を行います。

- あき巣、忍び込みなどの侵入盗の防止
- 少年の非行防止
- 覚せい剤の乱用防止

運動期間中は、防犯指導員など地域のみなさんと協力して、防犯診断や防犯パトロールなどの防犯活動を一層強力に推進します。



母親の中には、夕方早く帰宅し、日曜日はいうまでもなく平日でも、子供とよく遊んでくれる父親がいます。自分思っている人がいます。自分たちの子供だから、育児は二人の親が平等に時間を割くべきだと主張する人もいます。

このようなことを聞くと、子供が好きなのに、事に追われて自宅にいる時間が少ない父親は悲しくなります。なかには罪悪感にとらわれる人もいます。

男性の生涯で三十代・四十代というのは最も活力にあふれた充実した時期です。仕事の上でも重要な役割を果たすようになり、仕事そのものにも生きがいを見いだすようにも

なります。この年代のときに

毎晩六時過ぎには帰宅している父親よりも、ときには深夜になってからでないと帰ってこない父親の方が、職業をもつ男性としては頼もしく、また発展性があるのではないかと

思います。いつも残業をしているわけではありませぬ。親しい仲間と飲んだり遊んだり

### 多忙な父親

たくま 詫摩 武俊

していることもありませぬ。異論があるかもしれませぬが、壮年期の男性にはこのような時間が必要だと私は思います。

この父親が子供のことを全く無関心であるなら、多忙だというのは逃げ口上です。しかし、早く帰宅をして子供の顔が見たいのにそれができないことがあります。父と子供

の接触は量よりも質が大事で

す。いつも自宅にいるが不機嫌な父親よりも、たまにしかないがそのときは好機嫌な父親の方がよほどいい影響を子供に与えます。平日が多忙な父親は休日に十分子供と遊んでください。

子供は自分の父についてある印象をつくり、こんな人と思っ

ています。これは父から直接得た印象だけでなく、父の不在の折に母親が子供に夫のことをどう話すかによって、著しく左右されます。自分の

夫のことを子供に悪く言う母親のもとでいい家庭教育を期待するのは難しいことなのです。(東京都立大学教授)



### 言葉の履歴書

### 焼きが回る

「ちよつとたるんでるから、焼きを入れてやろう」とか、「こんなへマをやるようじゃ、ヤツも焼きが回ったな」などというときの「焼き」は、いずれも刀剣用語からきた言葉です。

刀を打つとき、耐火性粘土を塗った刀身を炉に入れ、ミカン色に赤く焼けたころあいを見計らって、ぬるい水の中へサツと入れます。そのとき、粘土を薄く塗った切先の部分は急激に冷えて、堅い組織に変わるわけです。これが「焼き入れ」で、微

### 忘れられた

### 郵便貯金通帳はありますか……



と、貯金の預け主の権利がなくなりませぬか……

長い間お金の出し入れがない古い郵便貯金通帳……残高も少ないからと、たんすの中にしまったままになっている……そんなことはありませんか。

郵便貯金は、預け入れや払い戻しがないまま、十年間が過ぎますと、預け主としての権利がなくなりませぬから気を付けましょう。

郵便局では、郵便貯金の利用がないまま十年が過ぎますと、郵便貯金の利用をお知らせする通知書(催告書)を貯金の預け主に送ります。その後二か月が過ぎても郵便貯金の利用がない

妙な火加減や水加減は、古来刀工の秘伝とされてきました。ところで、焼きを入れるとき火が回り過ぎると、かえって切れ味が鈍くなるので、これを、「焼きが回る」と言います。同じ「焼く」でも「やきもちを焼く」の語源は、胸が焼けるた

通知書が届いたら、すぐに郵便局の窓口へご相談ください。十年前の残高が少なくとも、知らぬ間に予想外の利子がついて、かなりの金額になっていることもあります。

郵便局で利子の記入や住所変更、印章変更の届け出などをすると、その時から十年間有効となります。

なお、住所変更があつてもその旨届けていないと、せっかく郵便局から通知書が發送されても着きませぬ。住所の変更があつたときは必ず届けておきましょう。

もし、古い通帳がたんすの奥などから見つかったら、お早めに郵便局へ……

め〃ヤキモキするから〃など諸説がありますが、やきもちはほどほどに焼くのが効果的なようです。いわゆる焼きを入れる鍛錬にしても、度が過ぎると焼きが回って鈍化傾向を生じますから、やはりほどほどに。

# 健康づくりの食生活

## 夕食は一日の総決算

夕食には、一日の仕事の疲れをいやし、明日への活力を蓄える大事な役目があります。家族そろって楽しめるよう献立内容を充実させましょう。

と言っても、決してお金をたくさんかけて、デラックスな夕食にするというわけではありません。家庭の経済に合わせてまた調理にかけられる時間との兼ね合いも考えて、栄養的に整った献立を考えればよいわけです。

注意したいことは、夕食は一日の食事の中心ではあっても、量を取り過ぎないことです。一日の食事のバランスを考えて、朝と昼の食事を取りきれなかった栄養分を夕食で補えるよう、栄養面で配慮することがポイントになります。

わたしたちの体は、寝ている間に、体の細胞の古くなった成分が新しい成分と取り替えられます。細胞の主な成分はタンパク質ですが、このタンパク質が不足するとスタミナは回復せず疲れを翌日に持ち越すことになりま。また、細胞の新旧交代やスタミナ回復・蓄積をスムー

ズに運ぶには、タンパク質のほかに十分なビタミン、ミネラルが必要です。

そのため夕食では、できればタンパク質である魚、肉、卵、豆料理の中から二品以上を食卓にのせ、さらにビタミン、ミネラル源となる緑黄色野菜の料理も必ず一皿添えるようにしたいものです。

次に夕食と肥満の関係ですが肥満の原因の一つとして挙げられるのが食事の「どか食い」です。夕食で動けなくなるほどたくさん食べると、やたらに胃腸の負担を重くするだけでなく、肥満につながります。夕食後はエネルギーの消耗が少ないため、皮下脂肪として貯蔵されてしまうからです。特に主食となるご飯などの糖質の多い食べ物、もう少し食べたいと思うところでやめて、腹八分目を心掛けたいものです。

また、晩酌をする場合には、エネルギー(カロリー)過剰とならないように、アルコールのエネルギー分だけご飯などを減らすことが大切です。ただし、お

かずまで食べないのでは、栄養のバランスが崩れるので注意しましょう。

### 読書週間



10月27日

### 覚せい剤を追放しよう

1度の好奇心がわが身をそして家庭を崩壊させる



麻薬・覚せい剤撲滅運動

10月1日～11月30日

県内で、昨年一年間に覚せい剤事犯で七百人が検挙されていま

最近、覚せい剤乱用者がサラリーマンや家庭の主婦から、中・高校生にまで広がる傾向にあります。

このように、乱用者が激増しているのは、  
◎暴力団が、覚せい剤を最大の資金源として魔の手を広げている。  
◎一般の方が、覚せい剤乱用による弊害についての認識が不足している。

覚せい剤の乱用が進み、中毒症状があらわれ、被害妄想から理由もなく凶悪犯罪をひき起こすことにもなります。

さらに、健康を害すばかりでなく、生命を失うことにもつながります。

この恐しい覚せい剤をみんなの力で追放しましょう。

## 短歌

朝夕に飲む七粒の錠剤の

病み細りたる掌には冷たき

伊藤 鏡子

張り裂ける思ひおさえて穂ばらみし

青田刈る鎌朝露に研ぐ

土屋 好

値下りに戸惑ひつつも葱を蒔く

農夫の意地は昔ながらに

伊藤 定男

何時の世も生への願ひ変るなく

亡母なせし如薬草を吊る

竹内 キヨ

眼の見えるうちにと孫のかいまきの

仕立てに今日も一ト日終りぬ

岩沢 芳江

送り火を点けて佇ずむ夜半の門

ライトまぶしく自動車の過ぐ

藤代 敏子

めきめきと妹の病の快くなりぬ

日に三本のリングル尊し

大木 静波子

### 文芸コーナー

# 忘れていませんか!!

## 交通災害共済二次募集

交通災害共済の募集は、八月三十一日で終了し、四、〇四五人（前年比九一人減）の加入がありました。この期間内に加入手続きのできなかつた人を対象に次のとおり二次募集を行います。

この機会に加入しませんと、来年度まで加入できませんのでぜひ加入手続きをして下さい。

◎共済期間

十一月一日～来年八月三十一日

○加入金 一人 六〇〇円

○加入メ切り

十月三十一日（以後、いかなる理由があつても受付できません。）

くわしくは、住民課広報係へ問い合わせ下さい。

(有)二二四一〇一(電)四一〇四二



わがやの  
プリンス・プリンセス



庭で鉄棒遊びの大好きな美香ちゃん。

保育園から帰ると弟の雅之君のめんどろを良くみるお姉ちゃんです。

この日は雨のためブロック遊びに余念がありませんでした。

昭和五十三年十二月二十五日生まれ。

宝米 大木活茂さんの長女 わが家のプリンス、プリンセスを募集しております。広報係までお寄せください。

(有)二二四一〇一  
(有)二二四一〇二

# 慶弔

九月十五日現在受付（敬称略）

◎お誕生

部落	赤ちゃん	父親	母親
白磯	上田 麻衣	徹	薫子
尾垂	伊藤 孝浩	厚	幸子
原方	鈴木雄一郎	正紀	正子
白磯	向後 茂樹	正一	恵子
谷中	越川 英昭	克男	真由美
新井	高橋 孝行	勝美	令子

◎おくやみ

部落	氏名	性別	年齢
白磯	川島 瑞穂	成志	真知子
新井	大橋 一晃	光正	美津江
作間内	伊藤 美香	新一	愛子
関	宮本 剛	克巳	和美
谷中	林 悦子	一敏	邦子
部落	氏名	性別	年齢
白磯	土屋 良子	女	81
富下	高橋 つる	女	82
芝崎	宮内 栄正	男	71
傍示戸	越川 仲喜司	男	77
小田部	加瀬 正明	男	35

◎ご結婚

部落	新郎	新婦
古屋	越川 勝儀	乙部くみ子
小田部	實川 幸一	梶山 純子
辻	秋葉 勝弘	秋葉 明美

橋場 椎名 とい 女 79

## お知らせ

広報係では、皆さんの広報紙として親しんでいただくためご意見等お待ちしております。どしどしお寄せください。

Tel 四一〇四二  
(有)二二四一〇一



## 厚生年金保険 船員保険 国民年金 年金額が引き上げられます

改正のあらまは次のとおりです。

1. 拠出年金
  - ▶年金額の改正  
昭和57年度の特例として、昭和56年度の全国消費者物価上昇率(4.0%)を基準に、厚生年金保険および船員保険については、昭和57年7月から、拠出制国民年金については同年8月から、それぞれ引き上げられました。
  - ▶改定年金額の支払時期  
○厚生年金保険および船員保険の老齢・障害・遺族年金については、8月の定期支払期に旧年金額で3か月分(5,6,7月分)を支払っていますので、11月支払期に新年金額で計算された8,9,10月の3か月分に7月分の差額分を含めて支払われることとなります。
  - 拠出制国民年金については、9月の定期支払期に6月分と7月分は旧年金額で、8月分は新年金額で支払われております。
2. 福祉年金(昭和57年9月から引上げ)
  - 老齢福祉年金 24,000円→25,100円
  - 障害福祉年金(1級) 36,000円→37,700円
  - (2級) 24,000円→25,100円
  - 母子、準母子福祉年金 31,200円→32,700円

新年金額での支払いは、昭和57年12月(請求があつた場合には、11月)に、8月分は旧年金額で、9月分、10月分および11月分は新年金額で支払われます。

## 町の人口・世帯数

<9月1日現在>

人口	男	5,773 (+1)
	女	5,958 (-3)
	計	11,731 (-2)
世帯数		2,882 (±0)