



「ひかり音頭発表会」

大勢の人々が参加し、歌に踊りに盛り上がり、ふれあいの輪を咲かせ好評のうちに幕をとじました。

(関連記事 7ページ)

南条 圭子

「民謡まつり」の趣、民間
 音楽協会主催の民謡
 発表会、平成元年
 9月号

広報

ひかり

No. 274

平成元年
 9 月号

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<8月1日現在> 人口12,006人 男5,896人 女6,110人 世帯数3,050世帯

広報通信員の皆さん (敬称略)

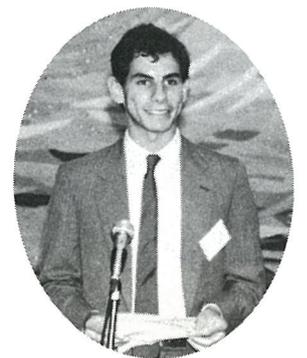
行政区	住所	氏名	行政区	住所	氏名
篠本一区	篠本512	行方 久雄	西高野	宮川7,126-1	馬場 久夫
篠本二区	篠本1,892	行方 良子	谷中	谷中2,986-12	林 緑
篠本三区	篠本5,130	越川 貞子	古屋	宮川11,859-4	遊馬とし子
新井	新井285	森 富美子	宮内	宮川4,314-3	渡辺 好子
宝米	市野原269	布施 千秋	入	宮川10,038-1	林 孝志
二又	二又1,212	斉藤みち子	作間内	宮川11,014-7	伊藤 康雄
小川台	小川台66	村越 重平	県営団地	宮川1,586	鈴木 輝男
台	台744	鈴木 あき	篠原	目篠439-3	越川 秋子
傍示所	傍示戸265	鈴木 茂昭	原方	原方1,160	木原 正子
富下	富下675	布施 隆平	五ノ神	木戸3,235	大木 秀子
虫生	虫生461	深田 久子	長塚	木戸8,194-1	實川 恵子
小田部	小田部1,024	土屋ゆき子	木戸	木戸4,571	椎名 博
町営団地	小田部678	霞 武	辻	木戸9,634-19	山下 徳造
母子	母子449	斉藤 正平	尾垂五区	尾垂イ1,384	伊藤 定男
芝崎	芝崎784-4	野村 光子	尾垂六区	尾垂イ2,540	伊藤 昇
橋場	宮川5,447-16	桜田 定枝	白磯	木戸9,609	山本 勝子
桑郷	宮川6,972-1	山崎 澄子	関	木戸8,424	實川 順昌

広報通信員を設置

親しまれる「広報ひかり」を目ざす

町では、町と町民の皆さんとのパイプ役である「広報ひかり」に、各集落のめざらしい出来事などを掲載するコーナーを設け、「広報ひかり」が、より親しまれる情報紙になることを目的に、広報通信員を設置しました。

広報通信員は左表のとおり決まりましたので、身の回りのめざらしいことや行事等が行われる場合には、広報通信員または役場総務課広報防災係(☎12211)までご連絡下さい。



ジョナサン・ファーステンバーグ
1967年7月26日生まれ
国籍 アメリカ合衆国
ライス大学卒業
趣味 旅行
特技 ハーモニカ演奏

ジョナサン先生来町

中学校で語学指導

平成元年度の新しい教育施策の一つとして準備をすすめていました外国人青年招致事業で、この度、待望の外国人講師、ジョナサン先生が来町しました。ジョナサン先生には来年の七月まで、英語の指導をしていただきます。

町では、ジョナサン先生を通じて生徒の国際感覚の育成と語学力向上に期待しています。ジョナサン先生は、とても明るく気さくな性格で、尾垂観音祭りや町制三十五周年記

念行事にも参加し、「ひかり音頭」を一緒になって踊るなどして、観衆の皆さんを驚かせていました。また、ジョナサン先生は、土曜日や休日などは自転車です。また、ジョナサン先生は、町内や近隣を見学しています。もし、ジョナサン先生を見かけたら気軽に「ハロー、ジョン」と声をかけて下さい。今後、ジョナサン先生には学校教育ばかりでなく、社会教育でも活躍してもらおう予定です。

南条駐在所一時移転

南条駐在所は建て替へのため、平成元年九月九日から十二月末までの四ヶ月間、芝崎

区の東陽自動車北側(古西園芸後地)へ移転します。

☎1110

青少年海外視察研修

タイ・シンガポールへ
十四名派遣

光町の未来を担う青少年に豊かな人格と広い国際感覚を備えてもらうために青少年海外派遣事業を行っています。

今年、タイとシンガポールへ高校生と女性、さらに中止になった県の洋上研修派遣生も含めた次の十四名が派遣され、貴重な体験をしてきました。

鈴木正雄さん(二又)・向後佳絵さん(桑郷)・村越由



▲シンガポール マーライオン像をバックに参加した皆さん

美子さん(桑郷)・村越千恵

さん(桑郷)・大木要輔さん

(西高野)・越川勤さん(宮

内)・石川博章さん(橋場)・

椎名秀治さん(五ノ神)・大

木智晶さん(篠本二区)・平

山恭則さん(篠本三区)・飯

島孝夫さん(芝崎)・伊藤成

勝さん(尾垂六区)・実川昌

明さん(関)・平山和浩さん

(谷中)。

十四名が感想をまとめてくれましたので紹介します。

日本の豊かさを

知らされた

海外研修

七月二十八日、初めて海外に出る私達は、不安と期待を一杯にして出発。予定どおり成田を出発と思ったら飛行機の故障で約一時間遅れで出発。タイに着いて入国手続きを済ませて外に出ると鼻につく



▲バンコクの市場でタイ米に触れる

臭いと辺りの様子の違いが外国であると実感させられた。

空港からホテルへ向う国道沿いには、隙間なく建てられた窓もないブラック家が並ぶ。その前の線路では、ハダカの子供達が遊んでいる。豊かでない生活を見て、日本の終戦直後の写真でも見ているような感じがした。私達の生活がなんて贅沢なんだと感じさせられることが度々あった。道路にひざまづきお金を乞う子供達、観光地で物売りをしているメナム川から支流へ入って水上マーケットへ向う途中の川の上に建つ家々。ドロ水、

暁の寺院、エメラルド寺院、

王宮は、タイの代表的な建物であり、大変きらびやかですばらしいものであった。しかし、川沿いに建つ家々とのギャップの大きさに驚かされるとともに、疑問を感じてしまった。

市場でタイ米を見た。日本の米とは違い、長ひよろく、古米のような臭いがあった。このタイ米やカリフォルニア米の輸入という問題が出てくるが、こんな米が日本に入ってきたらたいへんなことだと実感した。

市場には、野菜、果物、卵、カエルや豚などの肉、魚介類雑貨品とんでももある。しかし、臭いにはマイッタ。皆そそくさとバスに乗ってしま



▲シンガポールのピューター工場

った。

シンガポールは、空港も国内的で、市内もきれいである。

マウントフェーバー、植物園、市政庁と見学、マーライオンは予想していたより小さいなと思った。ビルが軒なみ高く近代的である。観光都市というだけあってきちんとした都市計画などは、見習うところが多かった。

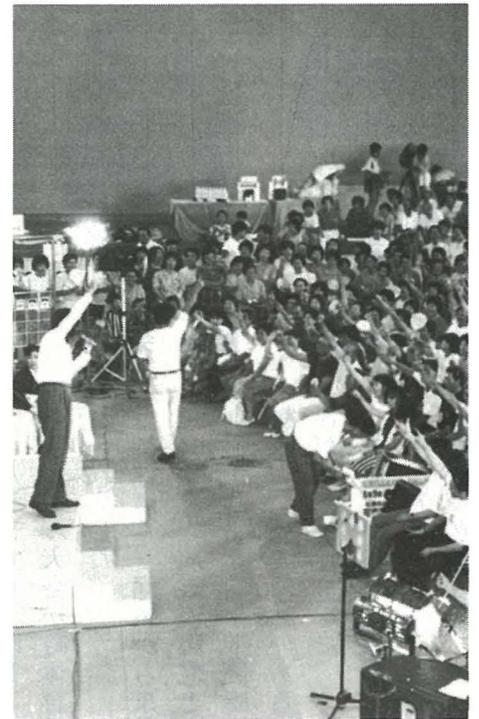
「日本人は金持ち」というイメージが強いのかいろいろなどところで声をかけられたり、店では、しつこく店員がついてきたりする。もう少し自由にさせてくれという気分になった。

この研修に参加して、本当に今の日本、私達のすべてが恵まれていることを痛感し、私達の生活が普通なのではなく、特別なものだけということを忘れてはならないと思ひ知らされています。

最後に、私達を派遣していただきありがとうございます。この経験を生かして、光町の住民として頑張っていきたいと思います。

町制施行35周年記念 街かどテレビ・当町から生放送

八月二日、町制施行三十五周年を祝ってTBSの街かどテレビが当町にやってきました。当日はむし暑い中体育館前は、早朝から入場を待つ行列ができ、反響の大きさを物語っていました。



▲会場がひとつになり……

体験農業ツアーに17名が参加

七月二十八日から三十日まで体験農業が行われました。今年の参加者は十七名で、その中には、京都から「旅の雑誌を見て参加した」という人もいました。

金田たつえ、尾形大作、ジェリー藤尾、松井直美、大木凡人らが出演し、生放送のカラーオケ大会では、佐久間俊雄さんが見事優勝。翌三日放送の団体戦には、農協青年部と篠本の竹細工チームが町の特産品を紹介しな

がらの出演でした。会場の中は、暑さと大勢の人で熱気がムンムンしていました。当町を全国にPRするよいチャンスでした。

また、この体験農業ツアー

本選手権大会に、参加するイギリスチーム十三名が、八月十七日訪れました。

は、農協青年部と町産業課が農業を知らない都会の女性を対象に、農業の魅力と農業青年の良さを知っていたかどうかという点で行っているものです。

イギリスチームは、八日市場市の石原館長のもとで、剛柔流空手道を学んでいたことと、昭和六十年に町体育館が大会会場になった縁で、来庁したものです。

イギリスチーム

が表敬訪問

四国で開催される空手道日

町長との懇談の時は、なごやかな雰囲気話されていました。イギリスチームの健闘をお祈りします。



▲来庁したイギリスチーム

福祉カレンダーの製作に 版画クラブ員協力

公民館の文化活動の一環である版画クラブ員が鶴岡信嗣先生の指導により、「鬼来迎」を題材とした福祉カレンダーの製作にボランティアとして協力しました。

この福祉カレンダーは、町と社会福祉協議会が進める、

ジャンボひまわり近所で評判

橋場の林克己さん宅の庭先に五本のジャンボひまわりが咲きました。

サイズは、高さ四尺二十寸、茎の太さ13寸、花の直径四六寸のジャンボです。



▲林さんの孫理仁君と背い比べ

静かな郷で鬼来迎上演

重要無形文化財指定の鬼来迎が、八月十六日に虫生の広濟寺で上演されました。

境内には、何時間も前から舞台前に、近隣市町村はもとより他県からパンフレット、カメラを持ち大勢訪れていました。始まると子供からお年寄りまで、舞台にすいこまれるように見入っていました。

▼鶴岡先生から版画の引きわたし



第28回軟式野球大会

小田部レッドソックス初V飾る

第二十八回町内軟式野球大会は、七月二十三日に準決勝・決勝が行われました。

七月二十三日 試合結果

準決勝

小田部レッドソックス 8対1 宮内

橋場 エンドレス 7対0 役場光友会

決勝

小田部レッドソックス 6対2 エンドレス

優勝 小田部レッドソックス

準優勝 橋場エンドレス

その結果決勝戦はどちらも初優勝を狙う小田部レッドソックスと橋場エンドレスの対戦となりました。前半は両投手の投げ合いとなりましたが、少ないチャンスを着実にものにしました。初優勝に輝きました。



▲優勝した小田部レッドソックスチーム

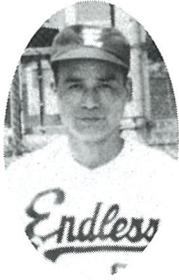
個人賞



最高殊勲選手賞 実川 幸一さん



打撃賞 鈴木 栄治さん



敢闘賞 畔蒜 剛雄さん

元気に水しぶき 小学校水泳教室



晴天に恵まれた八月二日、野田小学校プールで第二十五回八咫地区小学校水泳教室が開かれました。各校の五・六年生の代表が日頃の練習成果を発揮して力泳しました。主な成績は次のとおりです。

- 六年男子背泳ぎ 2位 布施俊和 (南条)
- 六年女子自由形 3位 越川千穂 (東陽)
- 五年男子自由形 1位 伊藤貴一 (白浜)
- 同男子平泳ぎ 3位 鈴木泰明 (南条)
- 同男子背泳ぎ 2位 土屋雄一 (南条)
- 3位 三枝広隆 (東陽)
- 同男子バタフライ 1位 鈴木孝広 (南条)
- 男子メドレーリレー 2位 白浜小

東陽小PTA・ママさん優勝

一回戦で昨年の優勝・準優勝チーム激突

七月二十九日、町PTAバレーボール大会が町体育館で行われました。

試合は、一回戦から東陽小ママさん(前年優勝)と白浜小ママさん(前年準優勝)が対戦し、見ごたえのある好試合が展開されました。

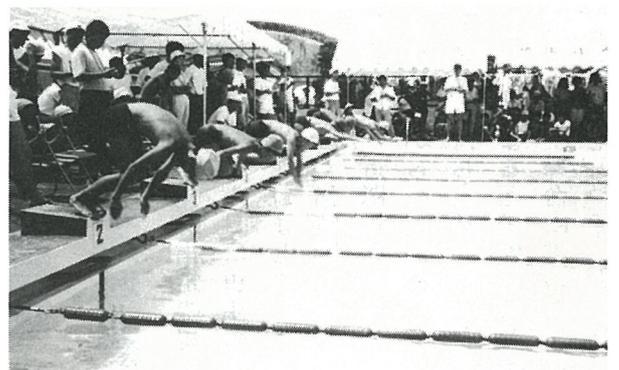
また、決勝戦は東陽小ママさんと光中ママさんで行われ緊張の連続でしたが、昨年

に引き続き東陽小ママさんが優勝しました。

どの試合も各地区PTA役員、教職員など大勢の声援を受け、日頃の練習の成果を思う存分発揮し、快い汗を流していました。



選手宣誓する 鈴木美佐子さん



▶勢いよくスタート



▶連勝した東陽小ママさんチーム

町制施行 35周年記念

ひかり音頭発表会

ふれあいの輪が咲く



▲打ち上げ花火にまけじと踊りにも熱が

八月二十三日役場前広場と町体育館を会場に、町制施行三十五周年を記念して「ひかり音頭発表会」と西方裕之、渡辺博美、徳久広司の歌謡ショーが盛大に行われました。

当日は、天候にも恵まれ三千人を超える人々が参加し、「ひかり音頭」が流れると、大勢の人々が踊り始め、五重六重の輪ができ、役場前広場いっぱい色とりどりの大きな花が咲いたようになりました。

また、その踊りを歓迎するかのようには、約百五十発の花火が打ち上げられ盛り上がりは最高潮に達し、まさにふれあいの輪が咲きみだれ「ひかり音頭発表会」は盛況の中に終了しました。

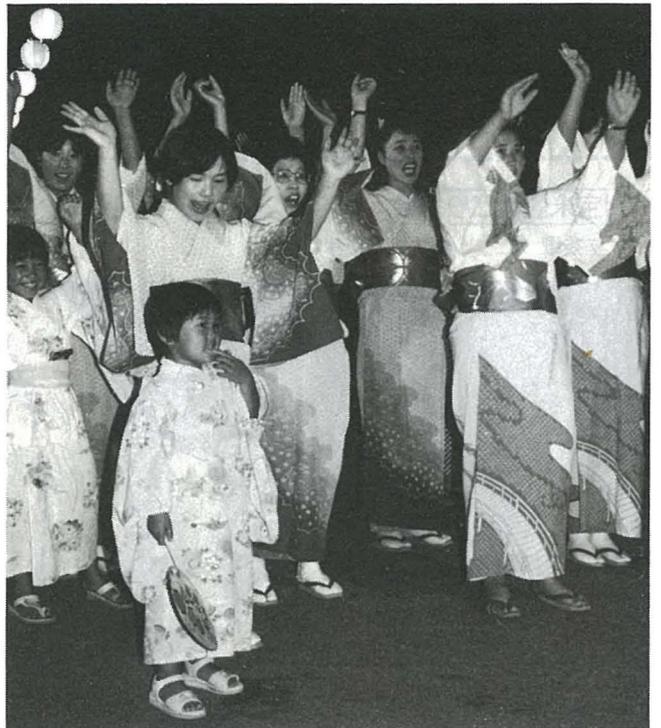


ひかり音頭を唄う

西方裕之
渡辺博美

司会
春風 ころ太

生のデュエットで会場は一段と盛りあがりました。



▲町の発展を祈念し、万才三唱が行われました

参加した皆さんの感想

着物も初おろしで、大変気持ちよく踊ることができた。

(五ノ神婦人会)

とてもよかった。

(橋場若連)

大勢で踊れてとても楽しかった。

(尾垂六区婦人会)

調子がでてきたと思ったら終ってしまった。

(入婦人会)

町でこのような催し物を行ってくれてとても楽しかった。

(宝米 平野則子)

明るい朝の一声忘れていませんか

パワーがバクハツ!

入夏まつり りっぱな舞台等随所に工夫をこらし、1日目はカラオケ大会、2日目は盆踊り大会を行いました。



尾垂観音祭り カラオケ大会はトロフィーを目指し大奮闘、婦人会もお揃いの浴衣で踊りをひきたてました。また翌日は子供神輿が集落をねり歩きました。



宝米盆おどり大会 「ひかり音頭を踊ったり、カラオケを歌ったりし盛り上がりました。



橋場夏まつり 神輿パレードをはじめ、盆踊り、カラオケ大会が盛大に行われました。またミニSLを走らせるなど子供から大人まで2日間の夏まつりに酔いました。



長塚カラオケ盆踊り カラオケ大会、あいだに「ひかり音頭」を歌ったり踊ったりし、たいへん盛り上がりました。



祭に盆おどりに町民

篠本二区夏祭り 子供おはやし、カラオケ大会、消防団の隠し芸等、大勢の人々にぎわい、たいへん盛り上りました。また、子供おはやしは練習の成果を十分発揮していました。



芝崎盆おどり大会 舞台ではカラオケに合わせ、婦人会の踊りが花を添え「ひかり音頭」が流れると、輪がだんだん大きくなっていきました。お年寄も大勢集りカラオケ、踊りなど楽しんでいました。



作間内カラオケ納涼会 子供神輿がねり歩き、また若連のおはやし、カラオケ、盆踊りと交互にプログラムが組まれ、年令も子供達からお年寄りまで参加でき楽しめました。



台バーベキュー夕べの集い バーベキューで腹ごしらえをしながら小田部若連のおはやしに合わせ、樽神輿をかついたり、また隠し芸、子供花火などたいへん盛り上がりました。



谷中カラオケ大会 若連のおはやしとカラオケと「ひかり音頭」の踊りで盛り上がりました。



小田部夏祭り 子供達による樽神輿が集落をねり歩き、シートの上では、焼そば、おでんなど食べながら、カラオケを楽しんでいました。また、子供達は、ひときわ大きい花火に歓声をあげていました。



町長 ひとりごと

(32)

斉藤 讓

今日も暮れゆく
異国の丘に
友よつらから切なかり
がまん待ってろ
嵐が過ぎりや
帰る日も来る春が来る
七月二十日。この日は真夏日
を思わせるような、暑い一日
であった。その昼下り、野栄
町の民宿で開かれた、匝瑳郡
市シベリア抑留者の集いは、
この「異国の丘」の合唱でし
めくくられた。会場には、四
十名ほどの人達が集まってい
た。聞けば、匝瑳郡市の抑留
者の現在の人数は約百八十名
で、このうち光町は約五十名
だという。既に亡くなった方
々を加えれば、この数は更に
増えるというし、全国では、実
に五十万の多きに達するとい
うのである。曾てこの人々は、
あの極寒のシベリアで、言葉
ではいい尽くせない辛酸を嘗
め、忍耐に忍耐を重ねながら、
ひたすら望郷の思いを募らせ、

帰国を待ちわびていた不屈の
勇者達である。その後四十年
の時の流れは、非情にも目の
前の勇者達の頭に霜をおき、
顔に深い皺を刻み、張りを失
くした両肩には、寂しげな老
いの陰を落していた。
みんなの歌声は、意
外なほど若々しく、
その両眼は、まるで
遙遠いシベリアの地
を見つめるかのよう
に、とても穏やかであった。
しかし、これとは裏腹に歌の
一節一節には、聞かざる者の胸を
抉るような悲愴で生々しい情
感が籠り、いまなお決して忘
れることのできないシベリア
に対する万感の思いが、激し
く渦まいてくるかのようであ
った。
多分、これから歳を経れば経
るほど、この思いはいっそう
凝縮され、それぞれの心の中
で、熱くそして大きく生き続
けていくことであろう。

異国の丘

私は、何とも名状し難い、重
く切ない感慨に襲われた。
ところで、私は、物心ついた
のが戦後もだいぶ過ぎた頃で
あるから、戦争の悲惨さを体
験したことはない。だから、
戦争の本当の恐ろしさや、愚
さは、体験者の話しや書物、
写真などで理解したにすぎな
い、いわゆる戦争を知らない
世代の一員なのである。
もし、私が戦争の悲劇を語っ
ても、真実味や説得力に欠け、

を思い浮かべては、涙を流し、
小さな胸を痛めて、激しく戦
争を呪った少年の日の頃を鮮
明に思い出すのである。
もしや、もしやの祈りにも似
たこの母親の願いほど、外地
で終戦を迎えた息子や夫達の
安否を気づかい、帰国を待ち
わびる当時の母や妻、家族の
切ない心情を象徴しているも
のではない。
「私の抑留期間は、五年であ
った。」「私は、四年。などと
語る人々の座の中で、
私はいまさらながら
この人達の当時の本
当のご苦労を、全身
にとり肌がたつ思い
で聞いた。またその一方で、
当人にも勝るとも劣らないご
家族の苛酷な「岸壁の母」の
心痛が思はれてならなかった。
戦に、聖戦などというものは
ない。悲劇は、一度で沢山で
ある。将来、日本がいかなる
事情、局面に立たされようと、
決して再び戦争の悲劇を繰り
返してはならない。
今日の日本の繁栄は、いま老
境を迎えた人々こそが、敗戦
という大きな犠牲をのりこえ
て築いてきたものだ。この社

会は、いま戦争を知らない世
代に、これからの行末を託す
る世代交代の時期に入ってい
る。徳川三代將軍家光は、將
軍職に就くとき諸大名を前に
「余は、生まれながらの將軍
ぞ」と威圧した話しは有名で
ある。これから、日本の社会
を肩にかける若者は、これと
似た生まれながらの、平和の
申子世代である。現在の社会
の中で、また、特に若者達の
中で一番欠けているものは、
他人を思いやる心であり、苦
難を耐え忍ぶ心である。この
二つの心なくして、真の社会
の繁栄はあり得ない。この心
を養い育てるのに、特別の教
師や教育はいらない。家庭や
地域の中で、お爺さん、お婆
さんが現代の語部となつて、
自分達の歩んできた人生の苦
難の道程を、子や孫にしっか
りと語り継いでいただくこと
で十分だと私は考える。これ
は、後輩に対する先輩として
の務めでもある。
私は、「異国の丘」や「岸壁
の母」の血のどるような叫び
を、日本人の心の戒として、長
く後世に伝えてゆくべきだと
思っている。

明るい家庭は「あいさつ」から

福祉だより ③ (在宅老人短期保護事業)

在宅老人短期保護事業

ねたきりのお年寄り等を家庭で介護している方が、病気等の理由により一時的に介護できなくなった場合に、お年寄りを短期間老人ホームに保護することにより介護家族等の負担の軽減を図ることを目的とした事業です。

保護の要件

65才以上のお年寄りで、ねたきり、痴呆性、体の弱い方が対象で、介護者が疾病、出産、冠婚葬祭、事故、災害、また介護疲れによる休養や旅行等の理由により一時的に家庭での介護が困難となった時対象となります。

申請の手続き

申請書に医師の診断書と誓約書を添え申請して下さい。なお、申請書類関係は住民福祉課福祉係にあります。

実施施設

町で指定している特別養護老人ホームまたは養護老人ホームで、お年寄りの状態により次の施設で実施します。

ねたきりの方

特別養護老人ホーム松丘園 (八日市場市)

特別養護老人ホーム東総園 (旭市)

痴呆性の方

特別養護老人ホームやすらぎ園 (旭市)

体の弱い方

光楽園養護老人ホーム (光町)

施設利用料金等

施設利用料は、生活保護世帯を除き有料となります。料金は、1日当り特別養護老人ホームで1,890円、養護老人ホームで1,470円です。(町へ納めていただきます)

なお、原則として保護期間は、ねたきりの方及び体の弱い方は7日以内で、痴呆性の方は30日以内です。

お問い合わせは、役場住民福祉課福祉係

☎(84)1211 内線154

福祉豆辞典

共同募金

国民たすけあい共同募金運動は、毎年10月から、12月31日まで行われ、国民が進んで出しあう寄附金を社会福祉のために役立てようとするのが目的です。

赤い羽根には、すべての人が幸せな生活ができるようにみんなの力で明るい住みよい地域社会をつくりたいという願いがこめられています。



明るい朝の一声忘れていませんか

シリーズ 65

我が家の家庭教育

母子 小泉 幸子

我が家は、四人家族です。小学校一年生と三年生の男の子がいます。

主人も私も家族のコミュニケーションをとっても大切にしています。その一つとして、食事はなるべく家族揃ってするように心掛けています。

「ねえねえ、今日ね。」と息子が話し出します。その日に

あった出来事、疑問に思った事、ポンポン話してきます。

そういう子供達に、「それはよかったね。」「でもそれは...」とか、その時子供達がどうすればよかったのか、私なりに考えて答えてあげます。

また私達大人の話にも、

家庭の和

しています。

子供達は耳を傾け意見してくれます。テレビの話、お友達に聞いた話、話題はいつも豊富です。食事が終わると「ごちそうさま。」と同時に、自分達の食器を流しに持って行って

冷めます。

生活の中の約束事等にも、

とても厳しくしています。子供達が約束事を守れなかった時は、十分に反省させ、みんなて話し合います。また逆に

私達が悪い時、子供に対して素直に非を認めて謝る様にしています。

我が家は、共働きです。子供達もその事を理解し、よく協力してくれます。そのお返しに？私達は、お弁当を持ったり、いろいろな所に出かけたり、時には旅行に行ったり、子供

達と出来るだけ一緒に遊んでいます。また上手下手はさて



▲スポーツが好きな小泉さんご一家

ング、冬にはスキースケート、...といろいろな事に挑戦します。私達は楽しい家庭づくりの中から、嘘や隠し事をしない明るい素直な子供になって欲しいと、常々願っています。

おき、家族みんなスポーツが大好き。水泳、野球、ボーリ

児童・生徒

作品コーナー

今月の児童・生徒の作品コーナーは、光中学校生徒の作品をご紹介します。



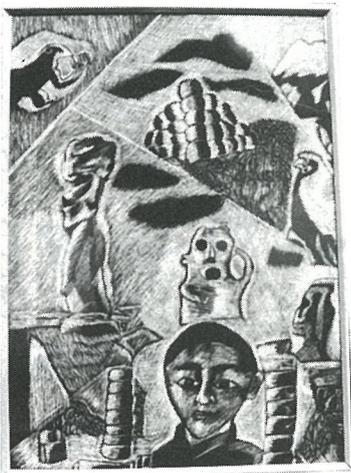
1年 椎名由佳さん
横の線が多いので、すっきりとした感じに書きました。

中 丘 緑 陵 の

椎名由佳

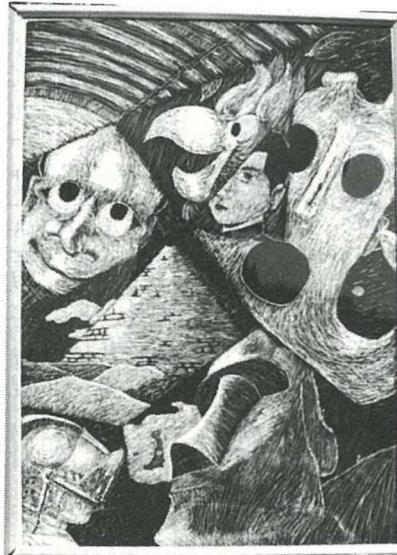
〔県民の日記念書道展特選〕

2年 伊藤慈彦さん
モアイがとてもよくでき、楽しかったです。



2年 桑田克己さん

線を掘るのがおもしろく、うまくなりました。



1年 布施裕子さん

緑と陵は角数が多いので、一角一角ていねいに書きました。



一年 緑の丘陵

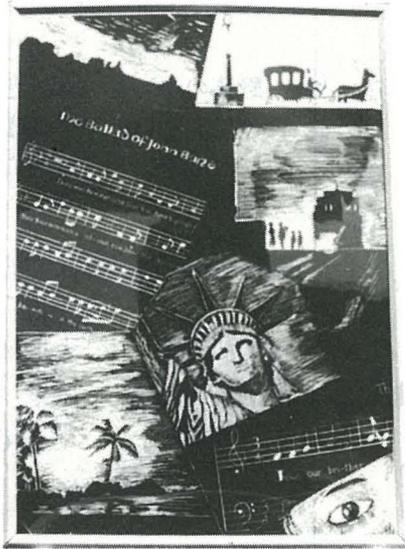
布施裕子

〔県民の日記念書道展出品〕

一年 古西京子 大海

1年 古西京子さん

大海なので広々とした感じができるようにダイナミックに書きました。



2年 森 宏美さん

自由の女神がよくできました。仕上がりを、もう少し工夫すればよかったです。



ひかり歌壇

稲作は土用三日が勝負とか照り込み五日かくて満たさる

大木静波子(篠本二区)

終戦に命を得たる戦友は病の床に就きて久しき

伊藤 定男(尾垂五区)

思い出の君と逢うならさやけくも長き月日の約束の恋

土屋 義昭(虫 生)

家族して行くピクニック遠き日の夢さめ夫の写絵見上ぐ

青柳 フミ(橋 場)

仕上りて花瓶の絵柄ひく線の細きに筆の震え止まらず

伊藤 鏡子(虫 生)

山裾の影のびゆきて夕風の畑の落花生青葉とじたり

椎名 静子(二 又)

何時しかに生えて実のなる鬼灯の草むらの中にひそと色づく

土屋 好(虫 生)

湧き上る入道雲より逃るがに夕空はるか鶴の飛びゆく

竹内 紀葉(篠 原)

明るい朝の一声忘れていませんか

保健衛生だより

◎健診・学級・相談

10	9	月
5	2	19
日	日	日
三才児健診	健康相談	育児学級
S 61・9月～10月生	S 63・3月～4月生	妊産婦
13時30分～14時	13時30分～	13時30分～
保健センター	保健センター	保健センター

◎9月予防接種

10	9	月
6	6	日
インフルエンザ	三種混合	接種名
3才以上の園児	一期終了後一年以上経過した者	対象
14時～	14時～15時	時間
日吉保育園	保健センター	場所

保健婦メモ

野菜はともだち ⑤

八月に行いました住民検診、一般健康診査はみなさん受診されましたでしょうか。暑い中、ご苦労さまでした。また、夏バテで食欲がなくなったり、疲れやすいなど、貧血の心配

はないでしょうか。

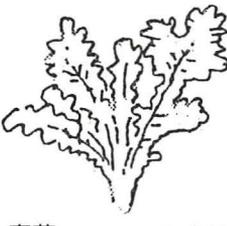
◎貧血と野菜

男性に比べ女性は月経や妊娠などで鉄分が不足しがちです。鉄は血液に含まれ、からだ中に酸素を送るために必要です。これが不足すると、鉄欠乏性貧血になります。貧血の予防には、鉄分たっぷり

●鉄分の多い野菜●

野菜の中でも、緑黄色野菜はビタミンCだけでなく、鉄の含有量も多い。鉄の不足を防ぐために、毎日100gを目安に食べてください。

■おもな野菜の鉄の含有量(可食部100g中)

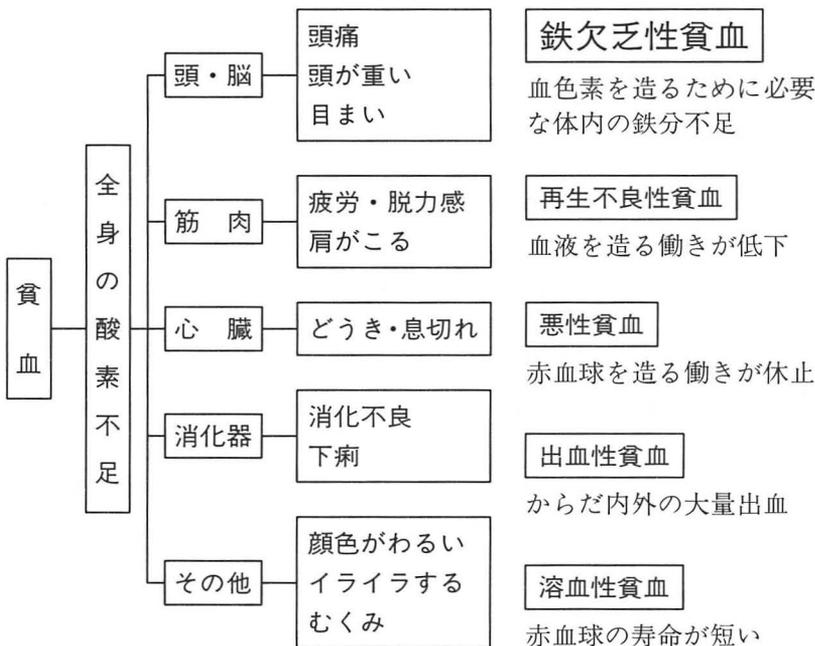
	
パセリ 9.3mg	ほうれん草 3.7mg
	
小松菜 3.0mg	菜の花 2.7mg
	
春菊 1.9mg	ブロッコリー 1.9mg

などを十分に食べることが大切です。同時にビタミンCが豊富な野菜をとるようにしましょう。

◎野菜が貧血を予防する

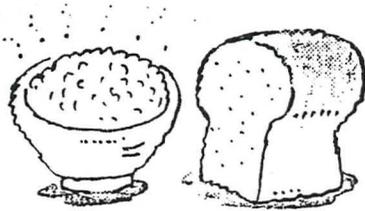
食品中の鉄は、そのままでは吸収されにくく、ビタミンCの還元作用で吸収されやすくなります。そこで野菜は、ビタミンCが豊富なので、肉や魚から鉄を効率良く吸収するために、食事で組合せましょう。また、一般健康診査を受けた方には、貧血検査を実施しましたので後日結果をお知らせします。さて、あなたの値はどうでしょうか……。

貧血の症状と種顔…もつとも多い鉄欠乏性貧血…



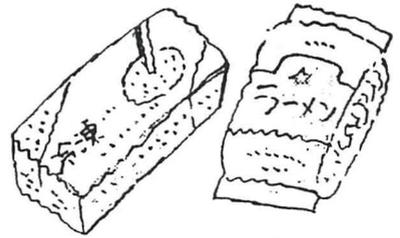
こんな人は要注意!

欠食が多く、1日2食になることが多い。



ごはん・パン・麺など、主食はよく食べるが、魚や肉や野菜のおかずはあまり食べない。

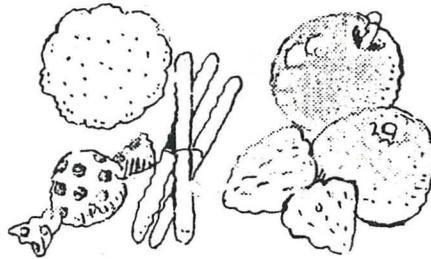
冷凍食品・インスタント食品・既製食品の利用が多い。



やせすぎの人。



- 成人男性 1日鉄所要量10^{ミリグラム}
- 成人女性 1日鉄所要量12^{ミリグラム}
(閉経期10^{ミリグラム}、妊娠前期15^{ミリグラム}、
妊娠後期20^{ミリグラム}、授乳期20^{ミリグラム})



お菓子・フルーツ・ラーメンが食事がわりになることがある。

税の一口メモ

年金生活者の暮らしは……

年金制度には、消費者物価の変動に応じて支給額を改定する物価スライド制が採用されており、消費者物価上昇に見合って、毎年きちんと給付額が引き上げられます。消費



税の影響を含めて物価上昇が年金生活者の暮らしに与える影響は、こうした仕組みによって解消されることになっていきます。また、在宅福祉施策の大幅な拡充、生活扶助基準の引上げ(元年度四・二%増)のほ

か、老齢福祉年金受給者、在宅寝たきり老人などに対しては臨時福祉給付金(一人一万円)、臨時介護福祉金(一人五万円)を支給しました。税制面でも、老年者控除、老人配偶者控除、公的年金控除などの諸控除によって、お年寄りには厚い配慮がされています。

暮らしと未来を築きます
新税制

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金の支給

昭和六十年四月一日から平成元年三月三十一日までに、公務扶助料、遺族年金等を受給していた遺族(戦没者等の妻、父母等)が失権した場合に残された遺族に特別弔慰金として額面十八万円、六年償還、無利子の国債が支給されます。

戦没者死亡当時の遺族のうち、次の順位が先の人一人です。

- 1 平成元年四月一日までに弔慰金(遺族国庫債券)を受けた人
- 2 戦没者の子
- 3 戦没者と生計を共にしていた①父母、②孫、③祖母、④兄弟姉妹(婚姻、養子縁組により平成元年四月一日現在氏が変わっている人は該当しません)。
- 4 戦没者と生計関係がなかったか又は上記3に該当しなかった①父母、②孫、③

請求の期限

請求の期限は、平成四年六月二十七日です。期限を過ぎますと受給できなくなりますからご注意ください。

申請の手続き

請求用紙は、役場住民福祉課に備えてあります。他に戸籍抄本等も必要です。

※詳しくは、役場住民福祉課福祉係にご相談下さい。

支給の対象者
なお、第四回特別弔慰金額面三十万円、十年償還)の支給の対象となった遺族は対象となりません。

お知らせ・募集コーナー

「芸術教室」

人形劇公演

町民会館では、県と県アマチュア演劇連盟と共催で、人形劇鑑賞教室を開催します。
「おやゆびひめ」「リングがたべたいネズミくん」などを演じます。

日時・10月15日(日)
午後1時30分

場所・町民会館大ホール

出演・劇団たけのこ

対象・幼・保育園児・小学校低学年児童とその父兄(入場無料)

◎商業統計調査にご協力を!

十月一日に商業統計調査が実施されます。今年是一般飲食店(バー・酒場等を除く飲食店)を対象に行います。

この調査の結果は、商業を営む皆様方が将来の経営方針をたてるうえでの資料を提供するなど重要な役割をもっていますので調査員がお伺いした際は、ご協力くださるようお願いいたします。

役場企画財政課企画係

第3回 東部地区吹奏楽祭

日時	平成元年10月1日(日) 12:30開演
会場	銚子市青少年文化会館 大ホール
主催	県吹奏楽連盟、県東部地区吹奏楽連盟
入場料	200円
出演校	銚子一中、三中、四中、五中、海上中 八日市場二中、光中、小見川高 市立銚子高、市立銚子西高、銚子商高 旭農高、匠瑳高 以上13校

第2回

県医師会フォーラム

「より良い医療を求めて」

—心の健康の

ために—

〈演題〉

今激増しているうつ病の問題

長寿社会へ向けての心の問題

日時 9月30日午後2時～5時

会場 県医療センター一階大講堂

千葉市千葉港5の25

☎ 0472 4271

対象 医療関係者、県民

入場無料

〈話題のFM局放送開始〉

県及び全市町村が出資した、県域放送局「エフエムサウンド千葉」が10月1日から放送を開始します。

首都圏全域をもエリアとする新しいFM局、県の最新の情報の送り手として新しい文化を誕生させます。

《その名は》 エフエムサウンド千葉

《愛称は》 ベイエフエム78

《チャンネル》 銚子79.3MHz

《どんなFM》 FM通のあなたを魅了する音楽専門局

《おねがい》 テレビなどが混信しましたら次のところにご連絡を

※ベイエフエム混信対策受付窓口

☎ 0472 3749・4549

高齢者交通安全運動

元年9月11日(月)から9月20日(水)まで

秋の全国交通安全運動

元年9月21日(木)から9月30日(土)まで

家庭教育巡回相談

主催 県教育委員会
日時 平成元年10月6日(金)
午前9時30分～午後3時30分
会場 旭市青年の家
対象 乳幼児(0才～5才)の保護者等

内容 子育てに関する個別相談

申し込み 9月29日(金)までに
教育庁海匝地方出張所へ
☎0479②2554

県総合教育センター 子育て電話相談

月～金曜日 10時から16時
水曜日 10時から20時
☎0472⑤8563

第5回 美術を語る会

主催 県立美術館
後援 県立美術館友の会
会場 県立美術館研修室
話題 「白樺派と近代美術」
講師 小池賢博(当館副館長)
日時 平成元年9月16日(土)

県立中央博物館 臨時休館のお知らせ

期間 平成元年9月5日(火)から
9月9日(土)まで
場所 県立中央博物館全館

午後2時～4時
対象 一般30人(当日会場で
受付ける)
会費 無料

第2回 美術講演会

主催 県立美術館
後援 県立美術館友の会
会場 県立美術館講堂
演題 「岸田劉生をめぐるいくつかの謎」
日時 平成元年9月30日(土)
午後2時～4時

対象 一般200人
(申込制 往復ハガキ
に住所・氏名を明記し、
9月15日までに申込んで
ください。)
会費 無料

町民体育祭

10月8日(日)

(雨天10日)

時間 8時20分から

場所 中学校校庭

婦人就業技術講習会

受講者募集

ワード・プロセッサ科
講習内容 基礎から3級程度
講習対象者 初心者
講習期間 5次 平成元年11
月から2年1月29日までの
21日間(月・水・金週3日)
定員 20名
受講時間 午前10時～午後4時
募集受付期間 10月23日～10
月27日まで
申込方法 直接婦人就業援助
センターへ
受講場所 千葉市千葉港4の3
(県経営者会館3階)
千葉県婦人就業援助センター
☎0472④8541

暴走族保護者相談窓口の設置

設置場所 県庁交通安全対策課内(千葉市市場町一の一)
設置期間 平成元年7月21日～9月30日までの2ヶ月間
(土・日・祭日を除く)
受付時間 午前9時から午後4時30分 ☎0472②2258

県立美術館友の会 あなたも会員に なりませんか

申し込み方法
申込書に、年会費二千元(十
月以降の入会の場合は千円)
を添えて事務局窓口へお申込
ください。
〒260
千葉市中央港1の10の1
県立美術館友の会事務局
☎0472④8311

県花植木センター催物

研修会
▼10月1日 13時～17時
輸入花の動向
▼10月7日 10時～16時
小庭園の作り方(Ⅲ)
展示会
▼10月6日～10日秋の山野草展
成田市 県花植木センター

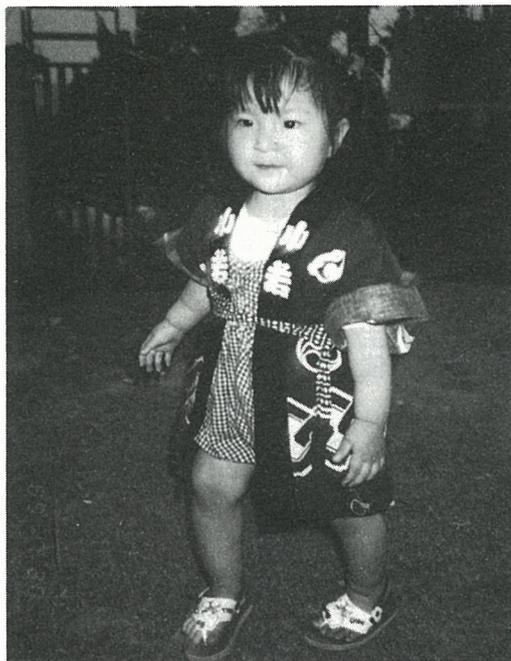
今月は
固定資産税 3期分
国民健康保険税 3期分
国民年金 9月分
の納期です

おくやみ申し上げます

八月十五日現在受付(順不同
(敬称略))

行政区	死亡 月日	氏名	年齢
小川台	7/20	村越 ヨネ	90歳
尾垂6区	7/21	星野 光子	48歳
白磯	7/24	小金澤つや	72歳
虫生	7/26	伊藤 正實	83歳
芝崎	7/28	土屋 いし	86歳
篠本3区	8/1	江波戸イク	83歳
木戸	8/3	大木喜代次	64歳
木戸	8/13	向後富美枝	71歳

わが家の
プリンス・プリンセス



椎名 美緒ちゃん 昭和63年1月26日生まれ
橋場 椎名 大幸さん 長女



木 戸
椎名 洋子さん
栄養改善協議会副会長



麻婆豆腐

作り方

①豆腐は二センチ角に切り、熱湯にさつととおしてザルにあげておく。

② ③ ④ ⑤ ⑥

② には一センチ長さに切る。
③ ④ の材料をまぜておく。
④ 中華ナベを良く熱して、サラダ油を入れ、んにく、しょうがをこがさない様に炒め、次にみそ、豆板醬を軽く炒める。

材 料 (4人分)

- 木綿豆腐…………… 1.5丁
- 豚ひき肉…………… 100g
- にら…………… ½把
- にんにく…小サジ 1(みじん切)
- しょうが…小サジ 1()
- サラダ油……………大サジ 1
- みそ……………小サジ 1
- 豆板醬……………小サジ 1 弱
- 酒……………大サジ 1
- しょうゆ……………大サジ 2
- さとう……………小サジ 1
- スープ……………1 カップ
- 片くり粉……………大サジ 1
- ごま油……………大サジ 1

(A)

⑤ ひき肉を加えてさらに炒め肉がバラバラになったら③のあわせ調味料を入れ、煮たったら豆腐を加える。

⑥ 五〜六分煮て、豆腐に味がしみたら水どき片くり粉でとろみをつけ、にらをちらしてひとまぜし、ごま油を加えて仕上げる。

貧血予防のために”

○ 毎日の食生活、朝、昼、晩の三回は規則正しく、なるべく数多くの食品を組み合わせて、食べましょう。

○ 間食のとりすぎは、栄養のバランスをくずし、貧血になりやすいので注意。

休日当番医

月日	内 科 系	外 科 系
9.15	石井医院 (八日市場) ㉓2150 東陽病院 ㉔1335	中川医院 (八日市場) ㉓0319 東陽病院 ㉔1335
9.17	大木医院 (野栄) ㉓2125 九十九里ホーム(八日市場) ㉓1131	守医院 (八日市場) ㉓5511
9.23	城之内診療所 (八日市場) ㉓4511 東陽病院 ㉔1335	東陽病院 ㉔1335
9.24	九十九里ホーム(八日市場) ㉓1131	九十九里ホーム(八日市場) ㉓1131
10.1	石井医院 (八日市場) ㉓1110 八日市場市立病院 ㉓1525	八日市場市立病院 ㉓1525
10.8	藤田病院 (八日市場) ㉓0308	守医院 (八日市場) ㉓5511

今はじまる 愛の旅立ち

あたたかな愛につつまれた
幸せの道をクリエイトする
あなたの町民会館



ご婚礼予約受付中

☎ 84-1358