**衣**　暑いからといって裸は逆効果。寒いからと汗をかいています。寝冷せる前に、ガーゼとか薄地のタオルを帯中に当てやり、眠ってからそっと抜き取るようにするなど、わざわざ着替えさせなくてもすみます。

寒黒に日焼けして健康そうだとはいいますが、実際にはシャツ一枚でも着ていたほうが能率によいのです。汗を拭い取ったり、日光の直射から守ってくれたりします。

ことに赤ちゃんは、暑いからと裸にさせておくと、かえってアセモができていくらも小さくいくらも布地がいらないのですから、ひまをみて余分に縫っておいてやりましょう。

また、赤ちゃんは、寝つく時などにビッショリ

**食**　夏はとかく食欲がすすみません。目先の変わった御馳走を作るのも一つの手段ですが、毎日飽きないようにするをおいしく作ってみることになって、お年寄りにも子供にも喜ばれますが大事です。

それにはダシのとり方が、煮干しは、細かくして水のときから入れて、沸騰したら取り出します。ことに煮干しをいきなり薄い湯の中に入れますと、たん白質が熱でかたまって、煮干しの成分が湯の中に溶け出さないので、ダシの役目がうすれてしまいます。

反対にカツオブシは、みそしるの中のみがやわらかくなったときに入れて、すぐに火を止めるようにすると風味が消えません。カツオブシの場合はカツオの風味を味わうものですから、しるの中に成分が溶け出さないようにして、できあがる間際に入れたほうがよいのです。

ひとり当たりの分量は煮干しなら二本、カツオブシならも一つまみくらいが普通です。

**住**　涼しく暮らすために

フスマや障子を取りはずし、スダレやカーテンに変えてみましょう。取りはずしたものは一か所に取りまとめ、秋にまこつかないように。

暑いからと戸締りにわざと手を抜いて夜中にあけ放しておくと、盗難や凶悪犯に襲われるもとになります。雨戸とか、ガラス戸の一、二か所に通風穴を作って防虫網のつけ、それでも、それが戸締りの役目もしてくれますし、涼しい風がはいってきます。ただし、電燈をつけ外から見えますから、必ず消しましょう。

## 学校めぐり ⑪

市之瀬小学校の巻

**学校のあゆみ**

本校は、旧荻川村第二学区の小学校であったが、古くは学側頒布当時（明治五年）荻島地内に開設され私学培根舎とよんだ。その後、校舎を新築し荻島校と改めた。

現在の市之瀬には派出教場、分場があったが、この分場も明治二十五年四月に廃され児童を両川村嘉瀬小学校へ委託した。

明治三十五年第二次町村合併の結果、大体現在の位置に移転新築され、村立市之瀬小学校となった。

大正十二年十二月、宮路津小学校と市之瀬小学校が合併し、翌年新しく校舎を新築した。

昭和十四年十一月、荻川村と新津町の合併、また戦後の学制実施を経て現在にいたる。

**精神的結合は音楽から**

来年の新潟国体には、大いに腕をふるおうと、二隊編成の鼓笛隊の練習もいま一段と気合いが入っている。

去る二月、国体バレードの第一回公開練習会を、石崎校長は、全体の教

校長　石崎　宰

週一回朝礼のあとに行われる
全校生徒の大合奏

師・指導者にあたっている。

現在、先生十三人に、児童三百三十五人が学んでいる。

児童に言葉のもつ意味を十分理解させ、そのうえに立った指導計画が必要であり、まず生活面の純化が努力目標だと校長はいわれる。

校外指導の面においても地区とのむすびつきをもっとよめそのの成果をあげてもらいたい。

現在、先生十三人に、児童三百三十五人が学んでいる。

校外指導の面においては、大会、行事、また演奏を聞くことその苦労もいいなあ、という。

こうした中から児童の協調性、精神的な結合が生まれることを期待しなければならない。

**音楽をとおし、表現の豊かな情操を育てようと**

ガサツさをなくしたり、豊かな情操を育てようと、音楽を通じて、表現の仕方、合唱指導が行なわれている。指導された先生は三百数十名の児童の前に本当に汗だくだが、美しくハーモニーさせた合唱、また演奏を聞くとその苦労もいいなあ、という。

こうした中から児童の協調性、精神的な結合が生まれることを期待しなければならない。

**日本体操祭が開かれた**

**現在の市之瀬には派出教場、分場があったが、この分場も明治二十五年四月に廃され児童を両川村嘉瀬小学校へ委託した**

**ともあった。**

**明治三十五年第二次町村合併の結果、大体現在の位置に移転新築され、村立市之瀬小学校となった。**

**大正十二年十二月、宮路津小学校と市之瀬小学校が合併し、翌年新しく校舎を新築した。**

**昭和十四年十一月、荻川村と新津町の合併、また戦後の学制実施を経て現在にいたる。**

**精神的結合は音楽から**

**来年の新潟国体には、大いに腕をふるおうと、二隊編成の鼓笛隊の練習もいま一段と気合いが入っている。**

**去る二月、国体バレードの第一回公開練習会を、石崎校長は、全体の教師・指導者にあたっている。**

**現在、先生十三人に、児童三百三十五人が学んでいる。**

**校外指導の面においては、大会、行事、また演奏を聞くことその苦労もいいなあ、という。**

**こうした中から児童の協調性、精神的な結合が生まれることを期待しなければならない。**

**音楽をとおし、表現の豊かな情操を育てようと、音楽を通じて、表現の仕方、合唱指導が行なわれている。指導された先生は三百数十名の児童の前に本当に汗だくだが、美しくハーモニーさせた合唱、また演奏を聞くとその苦労もいいなあ、という。**

**こうした中から児童の協調性、精神的な結合が生まれることを期待しなければならない。**

**児童に言葉のもつ意味を十分理解させ、そのうえに立った指導計画が必要であり、まず生活面の純化が努力目標だと校長はいわれる。**

**校外指導の面においても地区とのむすびつきをもっとよめその成果をあげてもらいたい。**

**現在、先生十三人に、児童三百三十五人が学んでいる。**

## たいせつな水田の地温

### 夜間の保温につとめる

水稲の活着、成育をよくするには、地温を高く保つような水のかけ方が大切です。昼間は日が照っていれば、浅水にして、水温と地温の上昇をはかり、寒い日や風のひどい日には、反対に深水にして、地温を保つようにする。

ふつうの日は、夕方に浅水にし、深水にする場合も稲ケタの半分を越えないように注意する。

なると水温よりも気温の方が早く低下し、朝は気温の方が水温よりも早く高くなるので、日の出とともに水を減らして、水温が早く上るようにし、午後からは少しずつ深水にして、夜間の保温につとめるようにする。

また水田の中の水は、できるだけ流動しないようにすることも保温上必要である。

深水にしすぎると、葉ヂヤを長くしたり、分ケツが防げられくきの成育が悪くなるから、日中は

水温の高くなる場合は、深水にしておくことが、水温の上昇を妨げるもとになります。

**七月の納税**

所得税の予定納税の第一期分の納税は、七月一日から三十一日までです。

固定資産税の第二期分の納税は七月十六日から三十一日までです。

## 水の事故が多くなる季節

### 知っておきたい人工呼吸法

水の吐かせ方
でき水者の救助の仕方

①人工呼吸開始時の姿勢

②前方圧迫の姿勢

③休息　（後退解放）

◎泳いで助けに行くときはただちに近よらず、2～3m手前で様子をうかがい、おぼれた人の後から近づき、左手をそのわきの下から胸にまわして抱くか、あご、毛髪などを引いて泳ぐ。

◎おぼれた人が抱きついてきたときには、頭を押えて水中に沈み、仮死状態とするか、あるいはいっしょに、いったん水中に沈んで離れるのをまつかする。

**子供たちだけのときは大人を呼ぶ**

◎生徒、児童には友達がおぼれた場合は、自分達で助けに行かないで、大声を出して大人を呼ぶようにふだんから言い聞かせておく

◎水を吐かせるには片膝を立てその上に患者を図のごとくのせ、口を開かせ、舌を引き出して背部を押す。

図1　◎人工呼吸は事故の起った場所かで、できるだけその近くで行ない術者は、でき水者の大たい部の上にまたがり、両手の手のひらを小脇におき、小指は最下の肋骨の上にくるくらいにし、指は全部そろえ、指先を外側に開いて肋骨の上におく。

図2　◎腕はまっすぐに伸ばし、術者の体重がしだいに患者の上にかかるように、ゆっくりと前の方にのしかかりせる。前方に体を移動しきったときは、術者の肩は手根部の真上にあるよう、肘を曲げてはならない。この操作に約2秒かける。

図3　◎患者の体に反動を与えないようにして、早く後の方に体を後退させ、圧迫を完全になくする。2秒してから、また前方運動を行ない、このような圧迫と解放の二重運動を一分間に12～15回くり返えす。つまり一呼吸に4～5秒かける。人工呼吸は自然呼吸の始まるまで絶え間なく続ける。

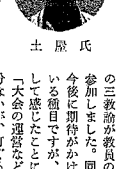
患者がそ生したらば、暖いコーヒーや茶などの飲みものを与えてもよい。体はいつも温かに保っておく。

## 国体で活躍した人々

### 新津出身者の横顔（その3）

国体シリーズ ⑯

「軟式庭球」教員の部では、土屋嗣雄氏（新津高教会に初出場県チームは惜しくも準々決勝で敗れましたが、今秋の山口、明年の新潟国体では大いに技術を発揮したいと精一杯頑張ってもらいたい。


土屋　氏

古川　氏

県内では比較的新しい「サッカー」の種目では古川智久（新津一中）、仮田　進（新津五中）、安藤貞英（新　関中）の三教諭が教員の部に初参加しました。同種目は今後に期待がかけられている種目ですが、初参加して感じたことについて「大会の運営などは申し分ないが、町くるみの受分ないが、町くるみの受分