



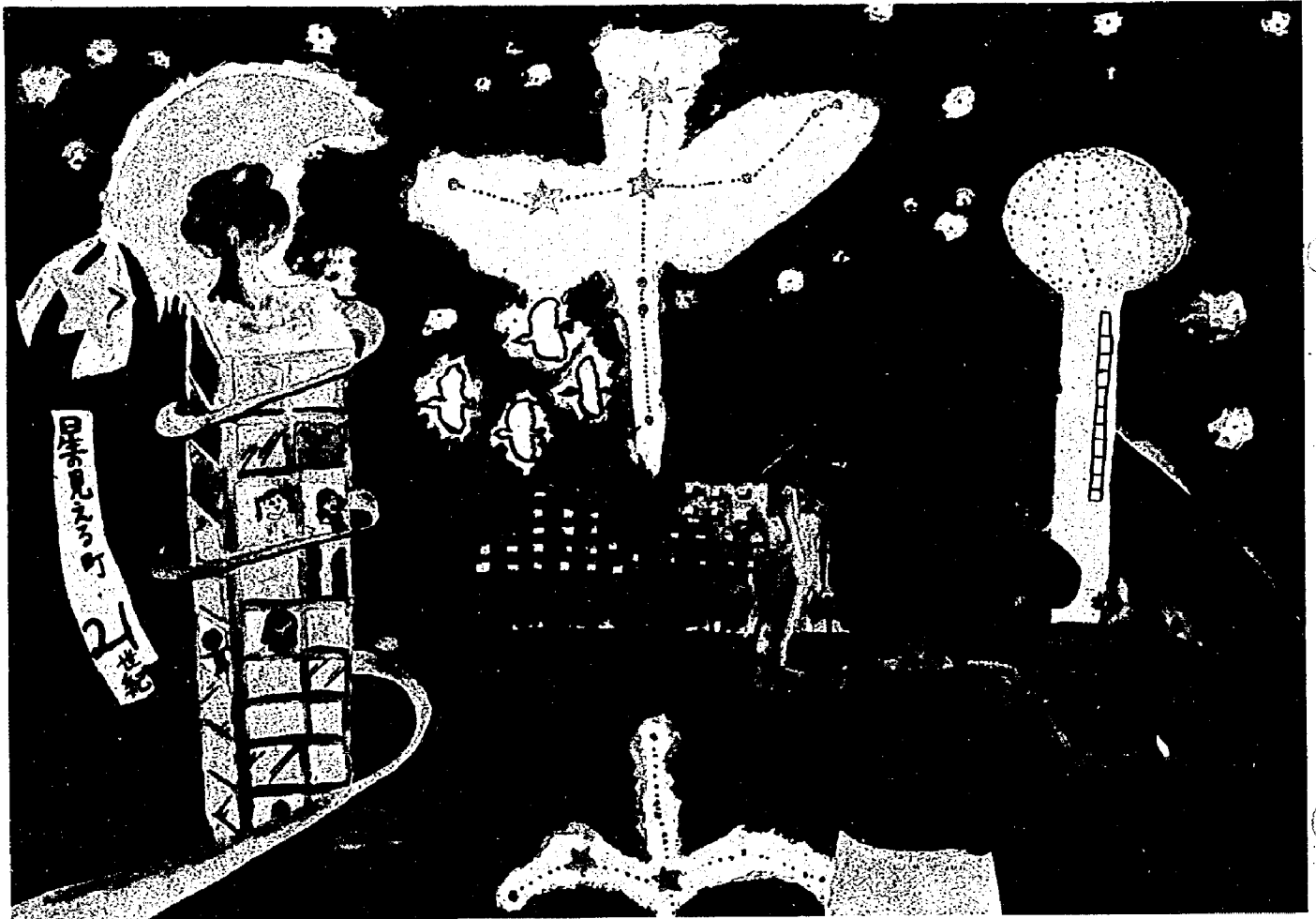
かめだ

平成9年(1997)

1/1

No.610

◆編集・発行 亀田町役場企画課 〒950-01 新潟県中蒲原郡亀田町泉町3丁目4番5号 ☎(025) 381-2111 FAX(025) 381-7090



画題:「星の見えるまち 21世紀」

作者:天坂 有希さん

(亀田東小学校6年)

あなたの目標(夢)は何ですか?

明けましておめでとうございます。皆さんは新しい年を迎えてどんな目標を立てているのでしょうか。人はそれぞれ目標や夢を持っています。自分の事、家族の事など様々でしょう。昨年12月18日から、総合体育館に絵画が展示されました。12月1日広報で紹介した「こんなまちに住みたいな」をテーマにしたコンクールでの入選者の作品です。どれも夢のあるまちを描きステキな作品に仕上がっていました。私たちは次代を担う子どもたちへの贈り物として、調和のとれた住み良いまちづくりを忘れてはいけませんね。

◆ おもな内容

年頭のあいさつ	2
今年の抱負	4
基本構想	6
新成人に贈る言葉	9
文芸	11
生涯学習だより	12
1月の保健・衛生行事	15
住民の動き	16



亀田町長

阿部 學 雄

新年あけましておめでとうござい
ます。町民の皆様、爽やかな新春をお迎
えのことと心からお慶び申し上げます。
平成9年が皆様にとりまして素
晴らしい年になりますようご祈念い
たしながら、年頭のご挨拶を申し上
げます。

私は、昨年1月末の町長選挙に無
投票で再選の栄誉を賜り、さらに心
を引き締めて町政の発展に努力させ
て頂きます。公約の最重要点として福
祉政策を推進しておりますが、4月
には特別養護老人ホームと県立の身
体障害者福祉センターが開設いたし
ます。これらの完成は福祉ゾーンの
機能を最大限に発揮するものと期待
しております。これからは、ゾーンの
環境整備に力を入れる所存であり
ます。ゾーンの交通アクセスの進展
がやがては永年の願いであります。亀
田駅東口の開設に連動するものであ
りまして、国・県の指導を仰ぎなが
ら懸命に努力する所存であります。
昨年4月26日に完成をみました亀
田町総合体育館(アスパーク亀田)

年頭のぞく挨拶

は、当初1ヵ月1万人位の利用者を
想定していましたが、10月2日午後
3時30分で10万人を突破いたしまし
て目標の約2倍の成果を挙げること
が出来ました。利用者にも大変評判
がよく、また全国各地から視察に来
られたり、大学の運動部の合宿や全
国規模の大会が開催されるなど予想
以上の反響を呼んでおります。関係
職員ともども管理運営に努力を重ね
まして、さらに発展を図って参りた
いと思っております。

一方、社会の景気動向をみますと、
非常に長い低迷が続いております。
商工業等の経営者、自営者ともに大
変なご苦労をいただいております。心
配しております。行政といたしま
しても、少しでも役立つよう厳しい
財政事情ではありますが、金融機関
の協力を得る中で財政的支援に努め
て参りたいと思っております。また、地域
で大切な産業の一つであります農業
につきましては、従事者の高齢化、
担い手不足等深刻な問題が山積して
おりますが、真剣に農業を取り組ん
でいる方々に対しましては出来るだ

け協力の手を差し伸べてまいりたい
と思っております。

私も、常に住民の安寧を願って
いる訳ですが、何時やってくるかわ
からない災害を忘れてはなりません。
消防力の強化に努めることは当然で
あります。昨年は大災害に備えて飲
料水兼用の耐震性貯水槽を設置しま
した。本年は緊急時に備えての食糧
備蓄を行い、漸次整備を図っていき
たいと考えております。

一般生活環境の整備、公園の整備、
交通安全上の道路改良等、自治体に
課せられた責務は山積しております。
さらに都市化の進展によりまして地
域住民のニーズも多様化高度化して
おります。町の発展のため町民の声
をよく聞き、充分検討させて頂いた
中で施策を進めさせて頂きます。

町民各位のご指導ご鞭撻をお願い
申し上げますと同時に重ねてご多幸
を祈念いたしまして年頭のご挨拶と
いたします。

今年(うし)は丑年

今年(うし)は丑年。牛は、十二支の二
番目、偶てい目反すう類ウシ
科の動物です。胃が四つあって反す
うすることはよく知られています。

家畜としての牛には役牛、肉牛、
乳牛などがあります。日本でも戦前は、
農耕や運搬などに盛んに役牛が活躍
していましたが、最近では、そうし
た風景はあまり見かけなくなりました。
家畜以外の牛には野牛、水牛な
どがあります。牛が家畜として飼われ
たのは、新石器時代あたりが起源と
いわれています。日本でも、縄文時
代に牛が飼われていたという説があ
ります。牛車は平安貴族の乗り物で、
今も雛まつりの雛段に飾られていま
す。わたしたちが牛と聞いてイメー
ジするのは、牧場の風景によく似合
う白と黒の乳牛ホルスタインではな
いでしょうか。また、年賀状などの
千支のイラストに登場するのは茶色
の牛が多いようです。

人との付き合いが長い牛は、こ
とわざにもよく登場します。
一番よく知られているのは、「食事
してすぐ寝ると牛になる」ではない
でしょうか。昔は行儀の悪い子をし
かるときに親がよくこの言葉を使っ
たものです。でも、最近では、食後に
あわてて動くよりも、寝ころんだほ



亀田町議会議長

竹内 一 義

新年のぞく挨拶

新年あけましておめでとうござい
ます。明るい希望に満ちた平成9年の新
春を迎え、町民各位のご健勝とご発
展を心より喜び申し上げますと
もに、議会を代表し、謹んで新年の
ご挨拶を申し上げます。

町政運営につきましては、常日頃
からご理解とご協力を賜わり、厚く
お礼を申し上げます。
私共、議員一同は、議会の果たす
べき役割と責任を自覚し、町民の皆
様のご期待に添うよう決意を新たに
いたしておるところであります。昨
年は、議会の活性化と開かれた議会
を目指し「議会だより」の発行を開
始し、現在、第5号迄皆さんにお届
けしているところでございます。幸
い好評をいただき、感想、意見等も
寄せられ大変感謝し、編集委員もさ
らに充実した紙面作りに向け努力し
ていく所存でございます。

さて、わが国経済は、バブル崩壊
後の景気回復が遅れこの回復は緩や
かな足取りとなっており、当町にお
きましては税収・地方交付税が微増

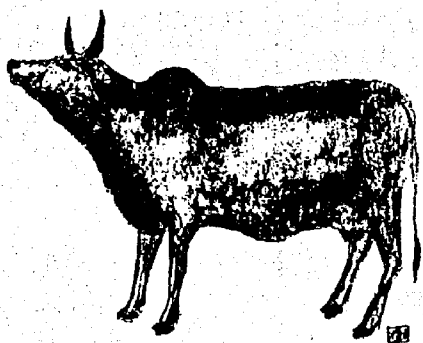
の傾向にあるものの、依然として厳
しい財政運営を強いられております。
幸い私たちの町は、皆様のご理解と
ご協力により、公共下水道の整備、
農業・商工業の振興、体育施設の整
備、道路等の環境整備、社会福祉の
充実など、数々の事業を進められた
ことは、町民皆様のご協力の賜物と
深く感謝いたしております。特に、
平成5年度より進めて来ました総合
体育館建設事業も完了し、温水プー
ル・トレーニングルーム施設を備え
た総合体育館が平成8年4月にオー
プンいたしましたことは、皆様ご案
内のとおりであります。オープン以
来、町内外より多くの皆様からご利
用いただき10月2日には入場者数が
10万人を突破いたしました。これか
ら健康・体力づくりにより多くの皆
様にご利用をお願いいたします。

当町の人口も、8年11月の住民登
録人口で3万2千人を超え、県下町
村のトップであり、北陸・磐越自動
車道も今年の秋には全線開通の運び
となっており、これら高速交通網の
整備により町を取り巻く環境も大き

く変わりつつあります。このことを
踏まえ今後の町発展に町民の皆様の
ご協力を得ながら努力をして行き
たいと考えております。

これからの諸事業を展覧いたしま
すと、亀田駅東側の「福祉ゾーン」
に建設中の「県立身体障害者福祉セ
ンター(仮称)」及び「特別養護老
人ホーム」は、今年4月には、オー
プンの予定であります。これに付随
する亀田駅東口開設事業につきま
しては、町議会といたしましても特別
委員会を設置し執行部共々早期実現
を目指し鋭意努力をしているところ
でございます。その他行政として取
り組まなければならない重要課題が
山積しております。町財政は、益々
厳しくなることが予測されますが、
町民の付託にこたえるために、議員
各位の協力を得、議会機能を最大限
に発揮し意欲的に取り組んでいく所
存であります。

町民各位の一層のご支援とご協力
を、心からお願ひ申し上げます。年頭
のご挨拶といたします。



和 牛人気により、最近各地では
肉牛の飼育が盛んに行われて
おり、地域おこしにひと役買って
います。昨年は狂牛病問題などで、牛
にとっても受難の年でしたが、今年
はおいしい牛肉をたっぷり食べられ
るといいですね。
ところで、証券業界には「ブル」
という言葉があります。ブルとは雄
牛のことです。積極的な取り引きのこ
とをいいます。今年こそ景気の低迷
から脱出したいたいです。

うが消化にもよいといわれ、この言
葉はあまり聞かれなくなりました。
また、「商いは牛のよだれ」とい
う言葉もあり、細く長く辛抱するの
がよいということのようです。「男
と牛の子は急ぐものではない」も、
牛のようにゆったりと構えよとい
うことです。



南場 一子さん
(茅野山)

- ① 今月1月から総合体育館で開催される初心者水泳教室でクロールが泳げるようになりたい。
- ② 主人と二人で互いに「健康で長生きしようね」と言い合ってます。
- ③ 町には福祉施設や体育施設は整備されてきたけど、茅野山(日水)地区の下水道整備を早くしてほしい。



佐藤 宜己さん
(船戸山)

- ① 昨年以上に健康には気をつけ、遊び・仕事・その他のことにもより一層がんばる。
- ② 船で世界一周の旅行に行ってみたい。
- ③ 第一に、非行のない青少年の健全育成を目指す明るい町を作ってもらいたい。第二に、総合運動公園の早期完成をお願いします。第三に、減反等のない若い農業従事者が増える農政を考えてほしい。



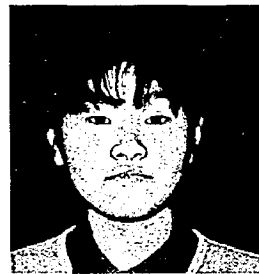
馬場 淳子さん
(中島)

- ① 健康第一。元気いっぱい働いて、預金通帳の残高を増やしたいです。
- ② 一回も海外に行ったことがないので行ってみたい!
- ③ 住みやすい町づくりを期待します。



脇本 幸恵さん
(緑町)

- ① マラソン・ドッチボールをがんばりたい。学校の全校運動もがんばりたい。
- ② イルカといっしょに泳ぎたい。学校の先生と保育園の先生になりたいです。
- ③ スケート場をつくってほしい。あかるい町。



加藤 麻美さん
(袋津)

- ① 自分の年でもあるから、とくに行事に力をいれたいです。勉強もそうだけど、6年だから最後ということのでがんばりたいです。
- ② 声ゆうです。マンガを書くのは好きだけど絵がへたなので、その仕事に近い仕事がしたいです。
- ③ 今のままでわたしはじゅうぶんだと思うけど、亀田にはもっといろいろな店があるといいな、とは思っています。



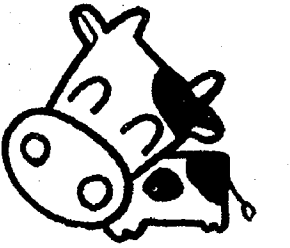
高橋 真人くん
(城山)

- ① 今年は、漢字をたくさん覚え、しっかり書けるようになりたいです。そして、文章もつかえずにすらすらと読めるようにしたいです。
- ② ファミコンのゲームソフト作家になって自分のオリジナルゲームをなん個も作りたいです。
- ③ 緑を多くして、かんきょうのよい町になったらいいです。それに、スポーツ店が少ないので、もっとふやしてほしいです。



石澤 陽子さん
(早通)

- ① ミニバスをがんばって亀田の大会で優勝して新津近郷で優勝して全国大会へ行って優勝して日本一のミニバスチームになること。
- ② クラスの人とコンビを組んで吉本興業に入る。そして超売れっ子になって芸能界デビュー!
- ③ 木に豆でんきゅうをつけて、夜光るようにしてください。



明けまして
おめでとうございます

今年の干支は「丑」。そこで丑年生まれの方々に突撃「紙面でインタビュー」を行いました。

① 今年の抱負(目標)は?

② あなたの夢は?

③ 町に期待(望むこと)することは?

の3点についてお聞きしましたのでご紹介いたします。夢がかなうといいですね。



佐藤 茂さん
(元町)

- ① もうすぐ50の大台にのる年齢ですが、一回り、二回り若い人に負けない気持ちで、仕事にも遊びにも対処していきたいと思えます。
- ② 町の早起き野球に参加して10数年、同年齢のチームメイトが半分以上占めるチーム(ファンキーズ)ですが、体が動く限り楽しく、長い間参加して、一度は優勝しておいしい酒を飲みたいですね。
- ③ 子供たちが、将来も亀田に住み続けたいと思われるような、特徴ある、魅力ある、活気ある町、そんな町にしてもらいたい。



佐藤 美枝さん
(東町)

- ① 今年は結婚25周年(銀婚式)にあたるので、思い出に残る記念の旅行をしたい。
- ② 手話サークルにもっと力を入れて勉強し、習ったことを少しでも社会で活かしたいと思っています。
- ③ 「住んでいて良かった」と、年老いてからもそう思える亀田町でありますよう今後の町づくりに期待します。



藤田 巖さん
(東船場)

- ① 仕事・遊びを問わず物事に動じない強い精神力を身につけたい。その成果の一つに今年こそゴルフのハンデを?にしたいと思っているのですが...
- ② 縁あって生まれて育った亀田町で、諸先輩が築いてくださった亀田町の鉄工業を継承し、物作りを後々まで残しておくこと。
- ③ 私は商工会議所青年部に所属しています。現在、石川県鶴来町とお互いの町の反映と活性化のために交流を推進しているところです。町を挙げての交流ができますよう行政幹部の皆様のご指導、ご協力をお願いします。



豊島 ひろみさん
(船戸山)

- ① 長女が受験生になるので健康管理と環境作りに関心掛けたい。
- ② 主人と二人でのんびり旅行をしたい。
- ③ 中学校の完全給食を実施してほしい。



佐藤 敬くん
(四ツ興野)

- ① 算数の計算をがんばりたい。
- ② スキー選手になりたいです。
- ③ ゴミなどが落ちてない、きれいな町にしたい。



南保 有妃子さん
(城山)

- ① 5年生の勉強が大変で、ほとんど毎日夜ふかしをしてしまい、朝どうしてもお母さんにおこしてもらっていました。今年は計画的に早めに勉強して早ね早起きをがんばりたいです。
- ② うちが両親が動物ざらいで飼えないから、しょう来ペットショップのオーナーかじゅういさんになって動物に関係する仕事がしたいです。
- ③ 前に、亀田公園に行ったらとてもこんざつしていたので、亀田公園のような広い公園を他にもつくってほしい。



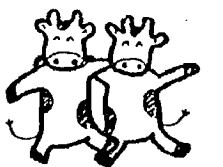
清水 靖之くん
(砂岡)

- ① ぼくは、今年、少年野球でファーストになりたいです。そして試合でかつやくしたいです。
- ② ぼくは、しょうらい医者になりたいです。そしてこまっている人をたすけてあげたいです。
- ③ ぼくは亀田町をきれいな公害のない町にしたいです。わけは社会科で公害のべんきょうをしたとき、「公害はおそろしい」ということがわかったから公害のないきれいな町にしたいです。



高橋 洋平くん
(早通)

- ① 楽しく、明るく、仲よくしたいです。
- ② フロリダに行って、うちゅうに行きたい。ノモにも会いたい。
- ③ もっと緑をふやしてほしいです。



教育改革モニターを募集中

文部省では、教育改革に関する諸施策を実施するに当たり、広く国民からご意見・要望を聴き、諸施策の立案・検討・具体化に反映させるため、教育改革モニターを募集しています。ご希望の方は、次の応募要領により、ご応募ください。

● **仕事**：文部省から依頼するテーマについて、教育改革モニター周辺の地域（家庭・近隣勤務先等）の人々のご意見等も聴取の上、教育改革モニターとしてのご意見等をまとめ、文書によって提出していただきます。

● **募集人員**：50人（うち新潟県からは10人）

● **依頼期間**：2年間
● **応募資格**：教育改革について関心があり、教育改革モニターとしての仕事に熱意を持っている、満20歳以上の方です。ただし、次の方は応募できません。
● **国会議員及び地方公共団体の議員**
● **常勤の国家公務員及び地方公務員（ただし、校長及び教員は応募できません）**
● **行政相談委員法による行政相談委員**
● **謝礼等**：依頼したテーマについてご意見を提出していただいた場合には、謝礼として記念品をお贈りします。また、文部広報、その他の広報資料を発行の都度お送りします。

● **申し込み**：問い合わせ：〒950-70 新潟県教育庁 総務課企画広報係
☎ 285-5511
FAX 3804
● **申し込み締切日**：平成9年1月17日（当日消印有効）
● **申込用紙の請求**：申込先で直接受け取ることができ、80円切手を貼った返信用封筒（宛先明記）を同封して請求することもできます。
● **選考結果**：平成9年度当初に文部省で決定し、直接本人にお知らせする予定です。

平成9年度 レインボー プラン 参加申し込みの案内

町では、高齢者の生きがいと、活力に満ちた楽しい老後の生活を過ごしていただくため、平成9年度も「老人生きがい対策事業・レインボープラン」を開設します。楽しい趣味やスポーツのクラブを、各種設けています。多数ご参加くださるよう、ご案内します。

● **申し込み**：1月20日（月）までに、各地区の高齢者クラブ会長へお申し込みください。
● **クラブの種類**：ゲートボール、活花、囲碁、将棋、水墨画、手芸、軽スポーツ、書道、俳句、表具、民謡、園芸、詩吟、盆栽、卓球、以上15クラブです。

● **収入**：2、000万円を超える人②給与・退職金以外の所得金額が20万円を超える人③給与を2ヵ所以上からもらっている人（所得金額によって対象にならない場合もあります）は忘れずに申告をしてください。
● **住宅ローン**等を利用して、マイホームを新築・購入・増改築等したり、多額の医療費を支払った場合などには、一定の要件に当てはまれば、確定申告によって所得税が軽減されます。（サラリーマンなどでも、確定申告をすると源泉徴収された所得税が還付されることがあります。）

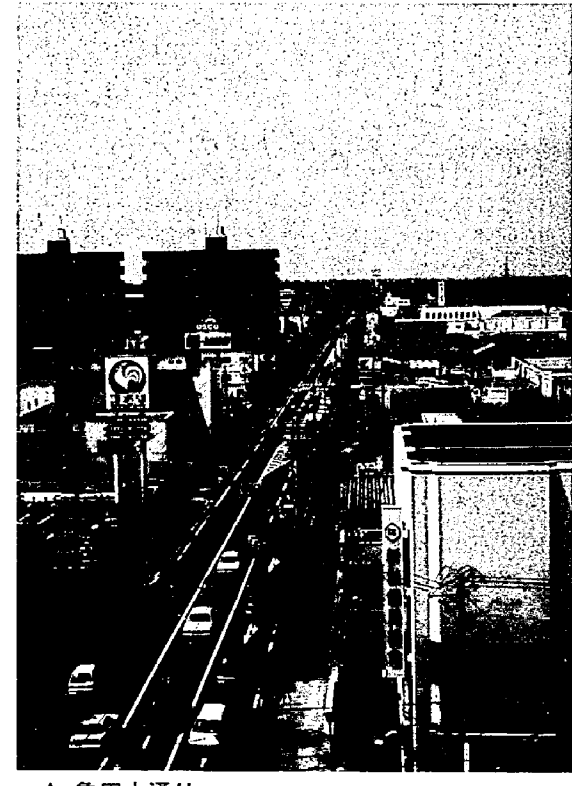
確定申告は3月17日までですが、期限間近になると大変混雑し、長時間待ちたり落ち着いて相談できないこともあります。今のうちから準備を整え、早めに申告を済ませてください。なお、口座振替で納税すると手数料が省け、うっかり納期を忘れて滞納すること

調査の対象となる製造業を営む事業所には、1月中旬に調査員が伺います。調査票に記入された内容を統計以外の目的に使用することはありませんので、安心してご協力くださるようお願いいたします。
● **問い合わせ**：役場企画課
☎ 381-2111 FAX 31

連載 亀田町第3次総合計画 基本構想 ⑥

3 にぎわい・うるおう
個性あるまちをつくる

3-1 都市基盤の整備
● **市街地整備**
亀田町の成長を促進するために、中心性（拠点性）をもった都市基盤施設や公共公益施設の整備をすることにより、居住環境の充実を図る。



▲ 亀田大通り

また、農業的土地利用と都市的土地利用の調整に努め、生産と居住の場が調和するよう考慮するとともに、町民の理解と協力のもとに「亀田らしさ」「魅力あるまち」を目指すべき方向とし、緑を大切に、新・旧市街地がバランスのとれたまちとなるよう、総合的・計画的な市街地の整備改善に努める。

● **上水道**
人口の増加および町民の生活水準の向上による水需要の増大や高度化する町民ニーズに対処するため「信頼性・安全性・安定性」のある、より質の高い給水サービスの提供・確保のため、計画的に上水道の整備を図る。

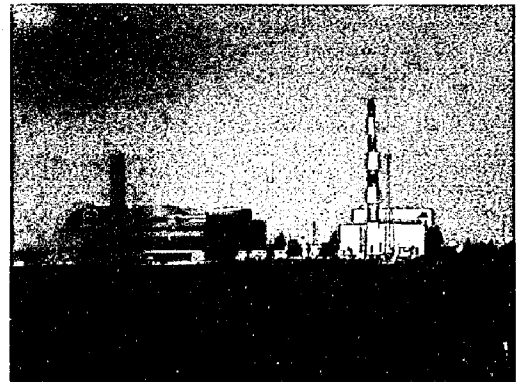
● **交通網の整備**
都市計画道路の延伸整備・先行的整備等により、主要幹線道路とのアクセス性の向上を図り、市街地の通過交通を減少させることにより交通渋滞を解消し、安全・快適な生活環境の確保に努める。

● **公共交通機関**
バス、鉄道などの公共交通機関の定時運行性、利用の随時性、アクセスの容易性、接続性、安全性、快適性などの総合的利便性の向上を図る。また、駅東地区に各種福祉施設の整備が促進されていることからJR亀田駅舎の改築、東口の設置、駅前広場や駅前自転車置場の計画的な整備を推進する。

● **下 水道**
鳥屋野瀉・信濃川流域などの公共用水域の水質保全や快適な生活環境づくりのため、公共下水道事業・特定環境保全公共下水道事業を推進する。また、町民の生活をより豊かで、快適にするため、下水道整備区域の拡大を促進し、水洗化の普及に努める。

● **公園・緑地**
緑豊かなオープンスペースを持った公園整備や道路などに推進し、自然環境の確保と調整・保全を図り、うるおいとやすらぎのある空間を創出する。

● **住 宅**
亀田町らしい住宅地の形成を図るため土地利用計画に基づき開発を誘導し、開発行為の質的向上と指導を強化する。また、ライフスタイルにあった住宅の供給を計画的に推進するため、住宅施策に関する公的制度の導入などを検討する。



国民年金Q&A

Q. 質問します
サラリーマンの妻ですが、保険料を自分で納めなくてもいいのですか？

A. お答えします
サラリーマンに扶養されている妻などは、国民年金の第3号被保険者に該当し、保険料は夫が加入している年金制度（厚生年金保険など）が負担しますので、自分で納める必要はありません。ただし、該当届は自分で行います。未届の期間は保険料の滞納期間となりますが、特例届出期間として平成9年3月31日までに届出をすれば、昭和61年4月1日以降の未届期間が保険料納付済期間とみなされます。忘れずに届出をしましょう。

もうすぐ確定申告

早めに準備して 正しい申告を!

所得税の確定申告が2月17日から始まります。事業所得（商・工・農・医業などから生ずる所得）や不動産所得（地代・家賃などによる所得）などがある人のほか、サラリーマンでも、収入が2、000万円を超える人②給与・退職金以外の所得金額が20万円を超える人③給与を2ヵ所以上からもらっている人（所得金額によって対象にならない場合もあります）は忘れずに申告をしてください。なお、口座振替で納税すると手数料が省け、うっかり納期を忘れて滞納すること

工業統計調査を 実施します

通産省では、平成8年「工業統計調査」と「石油等消費構造統計調査」並びに「新潟県地場中小工業統計調査」を、12月31日現在の調査を行います。

3-2 廃棄物処理

ごみ処理体制の充実、資源化・減量化を図る。また、広域的な資源のリサイクルシステムやリサイクル施設の整備に努める。し尿については、生活様式の高度化による浄化槽の普及や下水道の供用により収集量はかなり減少傾向にある。快適で住みよいまちづくり実現のため浄化槽管理の指導に努める。

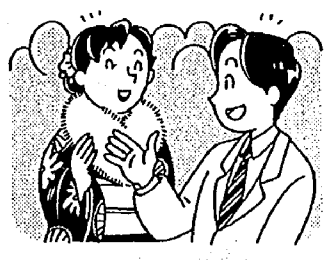
だんらん —今月のテーマ— 成人式

若いうちに趣味を

小暮 光男
(中 島二)
昭和23年7月、祝日の一つとして1月15日を「成人の日」と定め、各地で成人式が行われるようになった。子どもから大人への移り変わりを社会的に公認する儀式である。

日本古来の代表的儀礼であった元服は、明治の初期以降廃れた。その後、大正から昭和へと、軍国主義の台頭に伴い、その時代に遭遇した私たちは成人を祝うどころか、尽忠報国を徹底して叩き込まれた。

振り返って今の世の中の何と豊かなことか。文化は進み、物は溢れ、便利この上ない。一つだけ苦言を呈すれば、足りないものは飢餓(ハングリ)精神であ



ろ。

精気溢れる若者たちに、老後のことなど遙かかなたのことと思われるが、花の命はあまりにも短い。この年になり、過去を振り返って提言したいことは、一つでも若いうちに趣味を作っておくことである。若ければ上達も早いし、それが人生にどんなに役立ち、潤いをもたらすか、はかり知れない。

老婆心かもしれないが、若い人たちに是非考えていただきたいと思って記してみた。



幻の成人式

高橋 良昌
(大 月一)

最近では忘れてきましたが、当初は成人式の祭日となれば、各地の祭典の模様が新聞、テレビで記事と放送がありました。その時の苦い思い出がよみがえる。

僕が徒弟として、日夜励んでおりましたある日、兄弟子が「おい大将、今年は成人式だね」「うん、だけど何の通知もないよ」と僕は返事をする。すっかり忘れていたが、言われると気になる。しかし、待てど暮らせど、市役所からは何の通知もない。当日もとうてい連絡はなかった。

「ああ、がっかりしたなあ」事務所の人に聞いたら、「籍が入っていない」という。移動証明は握ったまま、

- 2月のテーマ 「バレンタインデー」
- 3月のテーマ 「旅」

【投稿規定】
● 字数：500字以内
● 締切り：2月のテーマは1月15日、3月のテーマは2月15日まで、それぞれ必着
● あて先：亀田町泉町3-1-4-5 亀田町役場企画課「だんらん」係 ハガキか封書で郵送してください。
※掲載した人には記念品を進呈。

だんらん・随想 投稿募集中!

僕は幽霊さんだ。しかし弱い立場はしかたがないか。鋸の具合、鉋の仕込みに苦勞して、その後は職人の成人を目指して頑張りまし

「広報かめだ」では、町民のみなさんが紙面作りに参加し、日頃考えていることや思い出を語る場として、「だんらん」、「随想」の二つのコーナーを設けています。

だんらんの3月のテーマは「旅行」です。温泉旅行、海外旅行、卒業旅行など、旅行にもいろいろありますね。仲間と行ったときの楽しい思い出などを書いてみませんか。みなさんからの投稿をお待ちしています。

亀田の歴史(二)ぼれ話②

「三・九の市」今昔(8) 対抗 沢海市

隣接する高山の市場設立を阻止した亀田町は元禄七(二六九四)年、開市以来新発田藩の保護と栗ノ木川舟運、四通の地を占める地の利を生かして営々として市場を経営していた。これに対して、横越島の島頭に位置する沢海に於ても市場を開こうという動きがあった。元禄年間といえど代官設楽孫兵衛の時代である。しかし沢海の住民の熱意がそれに伴わず中断せざるを得なかった。

それからおよそ三十年後享保十六(一七三一)年それまで津島屋の付近で大きく南西の方向に流路を曲げ砂丘の縁辺に沿って曲流し新潟湊で信濃川と合流していた阿賀野川が悪水吐き工事の失敗から直流し、松ヶ崎浜へ流路を変えて以来、阿賀野川の干渉する地域の水利と地相が大きく変化した。阿賀野川の水位は低下し、沢海の地先には新しい附寄島ともいべき土地が出現した。

軌を一にして沢海側では享保十六年三月二十八日に四月五日より毎月五日に市を開くことを公にした。これに驚いた亀田町の名主村木善右衛門は四月二日、直ちに横越組大庄屋の紹介状を擁って沢海村の伊藤忠右衛門に抗議におもむいた。忠右衛門は拒絶する。

亀田側も容易に引き下がる訳にはいかない。同年五月二十六日、善右衛門は横越組庄屋と亀田町惣百姓、それに組頭達合わせて六名の連名で亀田の市場に支障があること、沢海の絞面という阿賀野川に面したところに過分な川原田畑が生じたではないか、その上市場を望むのは余計で身勝手なことだという主張であった。(文化財資料室長)

どんな状況になってもこうと決めた 目標を見失わないように

アトランタ五輪サッカー
日本代表チーム監督 西野 朗

1月15日は「成人の日」です。次代を担うみなさんをお祝いする国民の祝日です。若さと情熱を、新しい時代に思う存分発揮してください。その門出を祝って、アトランタオリンピック・サッカー日本代表チーム監督の西野 朗さんより、メッセージをいただきました。

わたしが育った埼玉県浦和市は「サッカーのまち」。小学一年生のころからサッカーに熱中したわたしは、小学校を卒業するときの作文集に、「将来は一流のサッカー選手になりたい」、そう書きました。今振り返れば「一流の…」などと、随分大それたことを言ったと思います。あの少年の日に描いた夢は、それから片時も胸を離れませんでした。「世界を相手に戦える選手になりたい」。高校時代に、そんな思いはますます強くなり、早稲田大学に入ってその夢を実現したいと考えようになりました。高校三年のときに、日本代表候補に選ばれたのですが、わたしはあえてそれを断りました。なぜなら大学でサッカーをやれば、世界へ飛び出

していくには、受験という関門を何としてもパスしなければならぬ。それで受験勉強を優先させたのです。「何で、たわけたやつだ!」と周囲から言われましたが、わたしとしては、大きな目標をかなえるためには、人生の節目の選択もやむを得ないと思ったからです。大学に入ったわたしは、ひたすらサッカーに燃えました。



有段をめざして

出題 名人 武宮正樹
● ヒント：隅を生きるのではなく、白石を取る。
3分で一級、2分以内で有段者。

出題 九段 北村昌男
● ヒント：初手は六種類。よく考えてください。
10分で二級、5分で三段。

出題 名人 武宮正樹
● ヒント：隅を生きるのではなく、白石を取る。
3分で一級、2分以内で有段者。

出題 名人 武宮正樹
● ヒント：隅を生きるのではなく、白石を取る。
3分で一級、2分以内で有段者。

生活のすべてがサッカーで、それ以外は何も見えないという感じでした。もちろん、練習に明け暮れる日々は厳しくつらいものでした。暗れて日本代表に選ばれて、世界というものを体で感じられるようになったのが、皆さんと同じ二十歳のころです。

他人の評価を気にすることなく、がむしゃらに一つのことを極めてみようというその意気こそが、若さというものです。サッカー一筋に突き進んだ青春時代を振り返って、そのことを痛いほど感じるのです。

ときには自信過剰なく、**「自分主張する」**

「人間、願えばかなう」ということを、わたしはサッカーを通じて信じるようになりました。

アトランタ五輪代表監督として、世界最強のブラジルに奇跡といわれる勝利を収めることができたのも、チームの一人一人が「願えばかなう」を合言葉に、一つになったからだと思います。

あのオリンピックでは、二十三歳未満の血気盛んな選手たちをまとめるのに苦労しましたが、そのときに

感じたのは、選手それぞれに意識が高く、自分をアピールしたいという個性にあふれていることでした。

サッカーに限らず、今の若い人たちは、そう捨てたものではないと思います。個性的で、皆、力をもっていきます。大いに自分を主張することが、これからの若者には不可欠です。ときには自信過剰なくらいに自己主張し、夢に向かって進んでいいんじゃないでしょうか。

ただ一ついえることは、今の若い世代は、物質的にあるいは情報的に、あまりにも満たされ過ぎているということです。そのために、環境が変わると精神的なバランスを失って、平常心を保てなくなってしまう。土壇場に弱いということです。

どんな状況になっても、こうと決めた目標を見失わない精神力を育ててください。どんなときも、輝いて生き生きしてほしい。そうでなければ、人生、ほんとうにつまらないものになってしまうと思うのです。

二十歳になった皆さん、あなたの夢、目標を輝かせてください。(談)

交通事故と犯罪の動向

=11月の発生件数= 町で発生した交通事故

事故件数	12件
(今年対 157件、前比 - 9件)	
死者数	0人
(今年対 3人、前比 0人)	
傷者数	17人
(今年対 185人、前比 - 13人)	

道路環境が悪くなってきました。スリップ事故を防ぐため車間距離を十分にとり、「急」のつく操作は避け、ゆとりを持って運転しましょう。歩行者も雪道の歩行には注意しましょう。

町で発生した犯罪件数

犯罪総数	38件
凶悪犯(殺人、強盗、放火等)	0件
粗暴犯(暴行、暴走、脅迫等)	0件
窃盗犯(乗り物盗、侵入盗等)	30件
知能犯(詐欺等)	4件
その他(占有権取得等)	4件

自転車や、車の中の貴重品を狙う窃盗犯が増えています。鍵をかけていてもガラスを破って盗む悪質なケースもあります。車には貴重品を置かず、肌身離さず持つようにしましょう。

安心をつなぐかけ橋 110番

1月10日は110番の日

110番通報は犯人の検挙や被害者の救助、被害の拡大防止に役立つので、できるだけ早い通報が望まれます。いざというときには、次のことを心がけ、積極的に110番を利用してください。

110番すると

- 通報は県警本部の通信指令室に送られ、待機している係員に「いつ、どこで、何があったのか」などを尋ねられます。通報は2人の係員が同時に受理します。1人は通報内容をメモ、もう1人はメモを見ながら素早く無線で関係警察署に出動指令を出しますので、素早い対応ができ、事件の早期解決につながります。

110番のかけかた

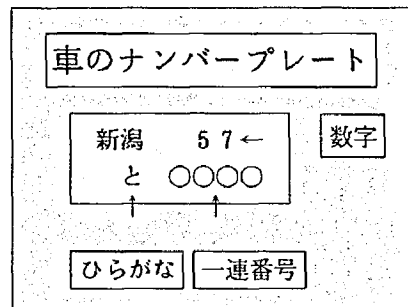
- 何が：交通事故、泥棒、けんかなど
- 何が：交通事故、泥棒、けんかなど

こんなときはためらわず110番

- 事件、事故にあったとき、見たとき
- 泥棒などの被害にあったとき
- 不審者を見かけたとき
- けんかを見たとき
- 押し売りが来て、困っているとき
- その他、急いで警察に知らせたいことがあるとき

車のナンバーが事件解決の決め手

車を使う犯行が多くなっています。犯人の早期逮捕のためにも、みなさんのご協力をお願いします。



※事件・事故以外の相談ごとや問い合わせで、特に急がない場合は次のところを利用してください。
 ☎283-9110
 (警察総合相談室)
 または、#9110へ。
 (ブッシュホン回線のみ)

「みち」へのご意見

ありがとうございます

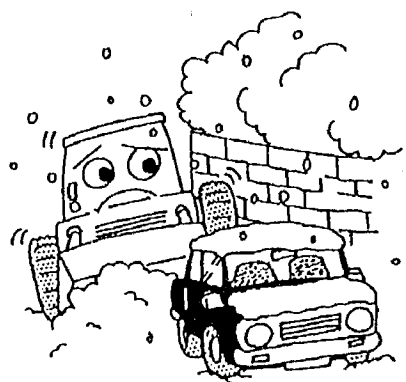
建設省の諮問機関である道路審議会に設けた「21世紀のみちを考える委員会」では、これからの道づくりをみなさんのご意見を取り入れるため今年5月末から7月末にかけて、ご意見を募集したところ、全国3万5千人の方から11万件を超えるご意見をお寄せいただきました。

いただきましたご意見を「ボイス・レポート」に取りまとめましたので、レポートを入手したい方、閲覧を希望される方は次にお問い合わせください。

建設省新潟国道工事事務所 調査課
 ☎246-7760
 県土木部 道路建設課
 ☎285-5511

夜間の路上駐車は 除雪作業の邪魔に

スムーズな除雪を行うため ご協力をお願いします



俳句

亀田俳句会

湖に白鳥に夜の来たりけり
 いささかの地主の頃の箕を祭る
 箕を祀る明日は祖国を去る人と
 アルプスの冠雪くつきり晴れてをり
 祭る箕の編目につまる粒二つ
 獲り入れの種々供へ箕を祀る
 ピラカンサス傾く程に実をつけて
 マンションに十人集ひ箕を祀る
 浦島の如き客あり酒温め
 箕祭りに葉付大根供へけり
 百姓も我一代や箕を祭る

レインボー俳句クラブ

題「短日」「息白し」

鶴の岩へ次々寄せて冬の波
 咳一つして夜を上げる息白し
 短日のルーベ頼りに辞書を引く
 合寄りて神苑の鹿息白し
 見送りてくれし娘の息白し
 亡き親父掃火を焚いて腹あぶり
 雪吊や縄千条の中の松
 横文字になじめぬ融冬電り
 しづり雪落ちて笹竹はね返り
 老骨の杖しっかりと落葉道
 キュウ〜と降りしばかりの雪を踏む
 失念を詫げる電話や日の短か

老眼鏡探しあぐねて日短

静かなる冬田のつづく隣り村
 短日や一信もなく今日暮れて
 火渡りの喜寿の祝いや紅葉狩り
 師走空下弦の月の淡々と
 今朝の駅待つ人々や息白し
 佐渡いず岬の岩場波の花
 生きのびて又冬枯の目にしみる
 初雪や話題はひとつ路地の朝
 短日ややる事多き厨ごと
 竹を組む市場のテント息白し
 縄跳の白息とばしお下げ髪
 短日や福祉大会介護劇
 公望の贅の至福や鳩に鶴
 短日や行くか戻るか紅葉狩り
 雪降って出店少なき市場かな
 風もなく散り来るもみぢ苔の庭
 ガラス戸の汚れ気になる日向ぼこ
 何もかも綿雪乗せて今朝の庭
 登校の待つ子走る子白息
 白い息激しき馬よ荒々と
 障子戸に白く映りて雪明り
 鹿毛馬鼻息白し朝の馬場
 白菊と蘭に埋もれし柵閉す

皆川 イツ

矢口 鐵治
 上松 正義
 永野 喜一
 佐藤 余香
 山田 正雄
 大園 之男
 高橋 武雲
 三浦 かず
 小川 要作
 後藤 ひで
 吉田 静江
 中川 信子
 遠藤 春一
 渡辺 徳一
 新野 千代
 小野 ヨシ
 大沢 ムツ
 清水千映子
 乙川 賢
 石沢 石松
 井浦 政平
 大森 実
 清野 なみ

短歌

公民館短歌クラブ

川の瀬のうち合う水にもまれつつ山の紅葉の流れ去りゆく
 鴨数羽水あと引きすべりゆく陽に輝めける小波の上
 遺されし愛犬に言葉かけている隣人の声しぐれに紛るる
 雪降りてなべて寂けし珊瑚樹の零れの音の夕暮るるまで
 身に餘る欲持たざれば心軽し元々お金も持たぬ身なれば
 春さきは糸魚の多く釣れたれど小阿賀に釣りする舟見えぬなり
 降る雪におぼろな人影いそぎゆく駅前通り夕ぐれにつつ
 五粒の砂金を妻に贈りしをペンダントにして胸に飾れり
 幼児が黄を一色に塗りつぶし描ける様の銀杏大樹
 雪降りの予報におどろき畑の菊を夫の供華にと切りに出でゆく
 風のまま転がる枯葉羨しみつつ師走の路地を逆らうて行く
 雪降らぬうちと車にて東京を発ちし孫待つ降る雪見つつ
 眞向かいのマンションの階は幸福に輝くを見て家の灯を消す
 秋風にのりてきこえよ笛太鼓今日ふる里の祭なりせば
 幼孫の朝々めくる日曆も薄くなりたり木枯し舞いて
 セーターの素材の表示を読みとれず手袋はずし幾度も触れ見る
 繊細な小花集いて雄渾なハツ手の姿清しかりけり
 梅もどき数しれぬ実雨に雨つづの光りしづきをバス待ちに見る
 山茶花の花弁一つ机に散りてふりむき見れば葉の揺ぐかな
 足くびに白靴下を垂るませる流行なりやしげしと見る
 肩冷ゆる朝のホームに立ちをれば隣りの若きは競馬紙を読む
 公園の松もきわだつ初雪に子等は喜々とし雪玉投げ合っ
 鈴生りの花獅子唐の朱の実は雪積む庭に色彩保つ
 沢庵を漬けむと大根干したれど夜ごと雨降り乾く間あらじ

田村 忠雄
 坂爪ナツ子
 鈴木八千代
 本間あみ子
 岩瀬 房枝
 小形 正男
 塩井 三作
 佐藤 満雄
 佐藤ハルエ
 齊藤 ハル
 栗田ひとみ
 高橋 ヒロ
 山田 一穂
 村田 正子
 佐藤千代子
 土屋フミ子
 山本 千代
 田村 サイ
 長澤 キイ
 平山 トミ
 丸山 義雄
 熊倉恵美子
 川口喜美恵
 鍋井 悦子

公民館 図書室 購入図書

内田 玲子 いじめの根っこ
東野 圭吾 依頼人の娘
香子の夢=コンパニオン殺人事件

佐野藤三郎記念読書会
佐野藤三郎さんをしる
ぶ

集英社 情報・知識イミダス
朝日新聞社 知恵蔵=朝日現代用語
阿部庄之助 デジタルカメラ入門
塩井 三作 年刊歌集 第13集

玉井 一利 昭和グラフィティ
コラス・ティビス ダイアナ ④⑤
グラム・ハコック 創世の守護神

猿 岩 石 猿岩石日記
廣川 正昭 子供と教師の迷路
新潟日報社 凍った叫び

島田 陽子 愛するあなたへ
内館 牧子 毛利元就 ④
七田 眞 右脳で生きるコツ
諸橋準之助 新潟の米ものがたり

にいがた広域ゾーン大百科

こども映写会

●とき…1月11日(土) 午後1時30分
●ところ…公民館3階視聴覚室
題名

- ①かさじぞう
②こびとと靴屋
③わらぐつの中の神様
④リトルツインズ(湖が吠えた日)

※入場無料。どうぞ、おいでください。

えほんのへや

ボランティアによる絵本の読みきかせを、毎月第2木曜日に行っています。

●とき…1月9日(休)
午後4時～4時30分
●ところ…公民館2階和室
●対象…園児・低学年向け

公民館休館日

1月1～5日、19日

町民会館休館日

(老人福祉センターも同じ)
1月1～4日、6日、12日、15日、20日、26日

総合体育館休館日

1月1～3日、6日、13日、20日、27日

亀田町の成人式は3月20日(春分の日)

会場は町民会館。3月上旬に成人式対象者(昭和51年4月2日～52年4月1日生れ)に案内状を発送します。なお、住民登録が町外になっている人で、町の成人式に参加希望の場合、事前に公民館(☎3・8・1-2・7・2・8)または生涯学習課(☎3・8・1-2・1・1・1内線2・6・1)へご連絡ください。

KIINDからのお知らせ

①「中国のお正月」のご案内

亀田国際交流協会(KIIND)では、次の2つの事業を企画しました。広く皆さんから参加いただきますようご案内します。

①「中国のお正月」

中国のお正月を体験しながら、中国のお正月料理を作ります。

開催日:2月2日(日)
午前11時～午後3時
会場:町民会館
参加費:会員500円・非会員1,000円・小学生以下300円

②「国際理解講座」のご案内

国際大学主催による大和町にある国際大学が主催する催し物で、13の講座と全体交流会で構成。

②「国際理解講座」

世界を知り、世界の人人々とコミュニケーションの輪を広げましょう。

開催日:2月23日(日)
会場:国際大学
定員:18歳以上の方で先着順で27名とします。
参加費:2,500円
申し込み・問い合わせ:
①・②とも亀田商工会議所内・KIIND事務局へ
☎38215111

NHK学園の通信講座

放送を利用して学ぶという画期的な考え方のNHK学園は、長い指導経験と放送番組作りのノウハウを生かして分かりやすい独自の学習システムをとっています。

現在、俳句・短歌・書道

・文学・写真・絵画・語学など、趣味と教養の80講座・200コースを開講しています。

4月からは「手話講座」や「ホームヘルパー2級課程」など福祉の講座も始まります。みなさんもぜひ、この機会にチャレンジしてみませんか。

受講の申し込みは随時受け付けています。詳しい案内書をご希望の方は、左記

自然科学館から催し物のご案内

◇プラネタリウム番組
『VISITORS』
ヘール・ポップ彗星大接近
◆3月2日まで投影!

福寿大学

歌謡の部:1月9日(休)
公民館30会議室
探訪の部:1月22日(休)
午前10時～ 公民館30会議室

「ビデオによる新潟探訪」
健康の部:1月14日(火)
28日(火) 午後1時30分
資料室3階
詩吟の部:1月10日(金)
24日(金) 午後1時30分
公民館30和室
川柳の部:1月はお休み

スキー上達への道は?
“楽しく基本を学ぶこと”

各種スキー教室のご案内

町民スキー教室

スキーは基本をマスターした上で。あとは楽しく友達とエンジョイスキー。

開催日:1月19日(日)
6時30分役場前 出発
18時30分役場前 帰着
(予定)

会場:五日町スキー場
参加費:大人5,500円
小・中学生3,500円
(昼食、リフト代、貸しスキー代は含まれません)
定員:40人(定員になり次第締め切り)

ジュニアスキーツアーのご案内

小中学生を対象に1月の第4土曜日、2月の第2土曜日を利用してスキー教室を開催します。2回とも参加できる方を募集します。

開催日:1回目1月25日、2回目2月8日
会場:胎内スキー場
出発時間・場所:JA亀田郷みなみ(船戸山5)前を7時30分に出発します。
参加費:2回分で2,000円

レディーススキー教室のご案内

女性のためのスキー教室です。友人、家族と行く前に堅く足慣らしにいかが。

開催日:2月5日(日)
会場:胎内スキー場
集合時間・場所:役場前7時40分出発→セーブオン前→第四銀行亀田支店前→スキー場
参加費:5,000円
(昼食、リフト代、貸しスキー代は含まれません)
定員:40人(定員になり次第締め切り)

申し込み:1月29日(休)までにササキスポーツ店または町民体育課へ参加費を添えてお申し込みください。
問い合わせ:佐藤宜己宅
☎38112762

ソフトバレーボール ナイターリーグ熱戦展開中



亀田町体育指導委員協議会(松永行生会長)が主催し、10月から始まったソフトバレーボールのナイターリーグは中盤を迎え、熱戦が繰り広げられています。

このリーグは中盤を迎え、熱戦が繰り広げられています。平成7年、町の皆さんにニュースポーツの楽しさを知っていただくとうと始められたソフトバレーボール教室は、町内4つの小学校で巡回教室を開催し、サークルも出て、今年はナイターリーグを開催するまでにになりました。

ソフトバレーボール ナイターリーグ成績表(12月11日現在)

Table with 6 columns: 順位, チーム名, 勝ち数, 負け数, 勝率, セット率. It lists 14 teams and their performance statistics.

毎週水曜日の夜、亀小体育館には応援団も駆けつけ、ゲームを盛り上げ、ゲームのないチームが審判を務めるなど、参加チーム全員で作り上げている大会です。

1月◆保健・衛生行事のお知らせ

○印は祝日 ■は閉庁日

日	月	火	水	木	金	土
			①	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	⑫	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

乳幼児の健診★母子手帳とアンケートをお持ちください。

会場…保健センター
受付時間…午後1時10分～2時

内容	対象	日時
4か月児健診	平成8年9月生まれ	1月20日(月)
1歳半児健診 ※歯科健診も同日実施します	平成7年7月生まれ	1月21日(火)
3歳児健診 ※尿の検査もあります	平成5年12月生まれ	1月24日(金)

※3歳児健診では、ご家庭での視力検査と聴覚(耳)検査が必要です。早めにアンケートに目を通し、検査してください。

指導・相談★母子手帳をお持ちください。

会場…保健センター

内容	対象	日時
母親学級(1回目)	12月中旬に届出した妊婦及び希望者	1月16日(木) 午後1時20分開始
母親学級(2回目) ※歯科健診も同日実施します	1回目終了者及び希望者	1月22日(木) 午後1時20分開始
離乳食講習会	平成8年8月生まれ	1月7日(火) 午前10時開始 ※作り方を見学されたい方は、午前9時30分にお越しください。
育児相談	1区～30区の乳幼児	1月9日(木) 午前9時30分～11時
	31区～59区の乳幼児	1月10日(金) 午前9時30分～11時

健康相談★健康手帳のある方は、お持ちください。

会場…老人福祉センター

内容	対象	日時
健康相談	40歳以上の希望者	1月10日(金) 22日(木) 午前9時30分～正午

予防接種

会場…保健センター
受付時間…午後1時30分～2時20分

内容	対象	とき
ツベルクリン反応検査	H8年8月～H8年9月生まれ ※ツベルクリン反応検査実施申込書(白)をお持ちください。	1月21日(火)
ツ反判定とBCG(結核)	ツベルクリン反応を受けた方 ※判定用紙(白)とBCG予診票(青)をお持ちください。	1月23日(木)
三種混合(百日咳、破傷風、ジフテリア)	H7年9月～H7年10月生まれ ※初回3回目より1ヵ年を経過した方は、追加接種を受けてください。	1月22日(水)

- ◎予防接種は亀田町に住居登録している方だけが受けられます。
- ◎転入した方は、母子手帳を持って役場となりの保健センターまでおいでください。予診票をお渡しします。
- ◎上の予防接種対象者は、あくまでも参考です。予防接種対象月齢の乳幼児であれば、いつでも都合のよい日に受けてください。

ゴミは決められた日に決められた場所へ



ご家庭のゴミは、可燃ゴミ・不燃ゴミ・空ビン・空き缶の4種類に分別して、それぞれ指定した集積所(ゴミステーション)で回収しています。収集日以外にゴミを出すと、野良猫やカラスなどに荒らされたり、風に飛ばされるなど、ゴミが散乱し、不衛生です。必ず、決められた日の朝、決められた場所に出してください。

休日の当番医院と水道当番業者

日	休日医院(診療時間 午前9時～午後5時)	当番業者(受付時間 午前8時～午後5時)
1日	高橋耳鼻科(元町3) ☎381-5840	小木工業(株) ☎381-2824
2日	三ツ又高橋医院(城山1) ☎381-2970	(株)小野建築設備 ☎381-3672
3日	横田医院(袋津3) ☎381-2729	(株)新和設備工業所 ☎381-5016
4日		風間建設工業(株) ☎381-4962
5日	小林整形外科(四ツ興野1) ☎382-7333	(株)佐藤工業所 ☎381-3507
11日		(株)植沼工事 ☎382-6355
12日	林皮膚科(四ツ興野1) ☎381-3111	(株)サンエツ工業 ☎382-3146
15日	源昌医院(向陽1) ☎382-7660	(株)宏栄工業 ☎381-5184
18日		(株)新設工業所 ☎381-4633
19日	佐藤医院(諏訪3) ☎381-6616	小木工業(株) ☎381-2824
25日		(株)小野建築設備 ☎381-3672
26日	みどり町内科(緑町2) ☎382-5225	(株)新和設備工業所 ☎381-5016

※亀田第一病院(西町2)では、当日直医がいますので、緊急の場合、診療に応じます。 ☎382-3111
※休日(土曜日を含む)の水道管の破裂・漏水のときに、連絡してください。

かぜにご用心! ～かぜの予防と早く治すコツ～

飲みすぎ、食べすぎで体力の落ちているあなたを、かぜがねらっています。

冬は空気が乾燥し、室内・外の温度差も大きく、かぜがはやりやすい時期です。“かぜは万病のもと”です。気をつけましょう。

《原因》

約80%はウイルスによる感染でおこります。ウイルスは感染力が強く、鼻や喉の粘膜、目の粘膜からも侵入します。

《予防》

- ・日頃からバランスのとれた食事と適度な休養で体力をつけておくことが第一。
- ・外から帰ったら、うがい、手洗いを。
- ・タバコの煙、すき間風、体の冷えは粘膜の抵抗を弱めるので避けましょう。
- ・ひいている人のそばや人ごみに行かない。
- ・乾布まさえも効果的。

《早く治すコツ》

ウイルスの特効薬はありません。あなたの免疫力が頼り! ひき初めに治してしまうことが大切です。

- ・クシャンときたら、のどがヒリヒリしたら、まずうがいを繰り返す。(番茶のうがいも効果的)
- ・体を温かくし、早めに休む。
- ・部屋は暖かくし、乾燥させすぎない。ほこりやタバコの煙の排除。
- ・温かく、消化の良い食べ物をとる。(スープ、うどん、卵雑炊、卵酒、くず湯など)

＝ かぜにうちかつ冬の食べ物 ＝

ビタミンAは粘膜を健全に保ち、ビタミンCはウイルスの活動を抑えます。

野菜では

- ①ほうれん草
- ②小松菜
- ③ブロッコリー
- ④だいこん



果物では

- ①みかん
- ②ゆず
- ③だいたい
- ④きんかん



町の天使たち

1歳半児健診より



住民の動き

亀田町の人口

32,102人 (+24人)
男 15,607人 (+5人)
女 16,495人 (+19人)
世帯数 9,657世帯 (+24世帯)
※平成8年12月1日現在の住民登録人口。()内は前月比

すこやかに

(11月届出)

大輝 中谷 智紀 東船場二 2	裕子 小池 和彦 西町四 3	華奈 山崎 和浩 水道町二 30	榮奈 町屋 明 水道町四 30	亜彩 市野 瀨 亨 所島一 37	美優 高橋 秀樹 所島一 37	玲奈 宇賀 神雪人 茅野山 42	(11月生まれ)	美乃里 片桐 克則 向陽二 17	俊亮 風間 政俊 稲葉一 17
-----------------	----------------	------------------	-----------------	------------------	-----------------	------------------	----------	------------------	-----------------

町の木



町の木・町の花

町の花

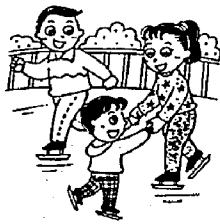


町民憲章 (一部)

わたしたちは

自然と緑を愛し、やすらぎと

うるおいにみちたまちをつくりま



12月1日号「すこやかに」で、9月生まれの子の川口梨菜ちゃんの名を間違えて掲載しました。お詫びして訂正します。

お詫びと訂正

藤磨 戸松 藤人 四ツ興野四 58	牙惠 川瀬 博幸 四ツ興野三 58	雅人 竹田 暢美 五月町一 55	瑛子 間野 和幸 五月町一 55	莉子 松澤 和幸 城山四 49	未菜 清水 正弘 茅野山 42	征哉 堀口 昌美 鶴ノ子二 38	混太 吉岡 正敏 鶴ノ子二 38	澁太 中野 哲 所島二 37	絢枝 瀬下 貴雄 所島一 37	航平 齋藤 竜也 所島二 31	曾我 喜春 萩曾根二 25
-------------------	-------------------	------------------	------------------	-----------------	-----------------	------------------	------------------	----------------	-----------------	-----------------	---------------

すえながく

(10月届出)

前田 道代 勝栄 4	杉本 勝栄 四ツ興野五 58	(金子)弘美 祐二 55	熊谷 祐二 鶴ノ子一 55	(小池)由美子 正明 城山四 49	村木 正明 城山三 49	(大野)輝美 貞次 城山三 49	古泉 明生 國男 長瀨 46	(細川)政子 朋弘 鶴ノ子二 38	虎澤 明 猛 水道町五 34	(皆川)智子 清 砂岡三 33	石川 清 佳志 袋津四 27	(田中)静江 栄 元町五 24	西川 佳志 清孝 本町一 4	(北上)ひろ子 健二 西町一 3	渡辺 稔 宏之 旭一 1	(栗林)孝枝 健二 西町一 3	吉田 清孝 健二 西町一 3	(小船戸)律子 宏之 旭一 1	菅原 健二 西町一 3	清水 宏之 旭一 1	(大内)一美 宏之 旭一 1	婚姻した人 世帯主 町名区 55	小出 克之 五月町三 55	(竹内)多佳子 世帯主 町名区 55
------------	----------------	--------------	---------------	-------------------	--------------	------------------	----------------	-------------------	----------------	-----------------	----------------	-----------------	----------------	------------------	--------------	-----------------	----------------	-----------------	-------------	------------	----------------	------------------	---------------	--------------------

ごめいふく

(12月前半届出)

立川 清治(74) マツエ 諏訪一 54	渡邊 信吾(66) 信敏 城山二 36	伊藤セチ子(61) 春光 袋津六 31	大橋 義男(68) 春美 萩曾根二 25	小泉貞次郎(71) 三枝 城山一 20	熊倉 キヨ(64) 源吉 本町三 19	松澤 ヨシヲ(60) 慎一 稲葉二 17	石本 七郎(67) 寛 諏訪二 11	故人 世帯主 町名区
----------------------	---------------------	---------------------	----------------------	---------------------	---------------------	----------------------	--------------------	------------

自然に親しむ親子の集い

新潟県少年自然の家では、歩くスキー、どんど焼きなどを企画した、自然に親しむ親子の集いを開催します。

- と き：2月8日(出)〜9日(回)
- と ころ：新潟県少年自然の家(北蒲原郡中条町大字乙字大日裏)
- 参加対象：小・中学生とその親100人(定員になり次第締切り)
- 参加費：3,000円程度
- 申し込み：1月8日(休)〜21日(火)(土・日曜日を除く)の午前9時〜午後5時までの間に、少年自然の家へ保護者の方が電話で申し込みをしてください。

※詳しくは、少年自然の家へお問い合わせください。

☎0254-4461222