歳時記

いわし雲

いわし雲　日和いよいよ
定まりぬ　高橋虚子

夏のシンボルの入道雲が消え、台風シーズンも終わって、いわし雲が見られるようになると、いよいよ秋本番です。

さわやかなブルーの空に、線を細かくちぎったような雲がいっぱいに広がるのが、いわし雲。いわしが群れをなしているのに似ているからです。この雲がでると、いわしの群れがくるという漁師もいます。

いわし雲と一般にいわれるのは絹積雲で、五千～一万三千メートルの高い空にあらわれる高層雲です。

絹積雲は、また、「さば雲」とも呼ばれます。さばのうろこにも似ているからでしょう。この雲がでるころが、秋さばの漁期だともいいます。

それにしても、都会では、いわしの姿など見たことのない子もいるようです。いわしは、養殖魚の餌や肥料になってしまうことが多いのですが、最近は健康食品として見直されています。これは、高血圧を防ぐタウリンやエイコサペンタエン酸を、豊富に含んでいるからです。現在いわしは、年間四百万トンほどの漁獲のうち、一割くらいが生鮮魚として食卓に上っていますが、太平洋沿岸のマイワシが激減しているという話もあり、少し気にかかります。

さて、毎年九月は健康増進普及月間です。

いわしは、安くて身近なタンパク源――。これから、より親しまれるようになるかもしれませんね。

9月の保健衛生業務

ママ忘れないでね

■三種混合第Ⅰ期
9月7日(木)　午後1時30分～2時
老人福祉センター
62年3月～62年8月生まれ

■3歳児健診
9月18日(月)　午後1時30分～2時
老人福祉センター
61年3月・4月・5月・6月生まれ

■離乳食講習会
9月27日(水)　午前9時30分～11時30分
老人福祉センター
1年4月・5月生まれ

■乳児健診
9月27日(水)　午後1時30分～2時
老人福祉センター
63年9月・1年2月・6月生まれ

■ポリオ
10月2日(月)　午後1時30分～2時30分
老人福祉センター
初回
1年1月～1年6月生まれ
追加
63年7月～63年12月生まれ
未接種者も可

健康相談　9月12日(火)
赤ちゃんからお年寄りまで
気軽においでください
午前9時～午後4時
老人福祉センター健康相談室

療育相談　9月4日(月)
午前10時～午前11時
小杉児童館

およろこび　(7月届)

新郎	新婦	地区
田中達郎	量子	横越中

おめでた　(7月届)

新生児名	生年月日	親名	地区
伊藤　隆志	元.6.23	孝　栄	川根谷内
永井　千尋	元.6.26	潮	横越上
藤田　豪	元.7.4	晃	沢海上
野沢亜理沙	元.7.5	忠　雄	川根谷内
小林　裕輔	元.7.10	正　勝	沢海下
皆川　樹	元.7.12	誠　示	藤山
五十嵐賢人	元.7.22	道　以	沢海上

おくやみ　(7月届)

故人	年齢	地区
嶋原　ヨキ	72	沢海中
五十嵐　恵子	34	横越下
五十嵐　民豊	77	二本木下
高橋　ナツ	88	沢海中
川崎　キソミ	77	沢海下
神田　キヨ	79	横越中
藤崎　富衛	85	二本木下
長谷川　富男	63	小杉下

関心をもちたい自分の年金

皆さんは自分の年金に関心をお持ちでしょうか。

年金制度では、20歳以上60歳未満の人で、既に自分名儀の年金を受給している人や学生を除いて、全部の人が国民年金に加入しなければなりません。

現在、厚生年金保険や共済組合等の公的年金制度に加入している人は国民年金にも加入しているものとみなされますから、それ以外で国民年金に加入していない方は、国民年金法に基づき、加入の届出をしなければなりません。

新制度発足以来、かなりの人が届出をされましたが、まだ届出をしていない人もいるものと推測されます。そのままにしておくと、将来年金を受給できないことになりますから、一刻も早く届出をされるようお願いします。とにかく、自分自身の年金です。もっと関心を持ちましょう。

衣食住情報

タオルケットや夏ぶとんが、そろそろ厚手の掛けぶとんに切り替わる九月は、ふとん品質表示推進協議会が定めた「ふとん月間」。この時期には、ふとんわたの打ち直しをする家庭も多くなります。

最近は比較的値段の安い合繊ふとんわたが主流になったこともあり、少し古くなったふとんは買い換えるという人が増えていますが、木綿わたなら、適時に打ち直しをすれば十年以上、質のいいものなら、二十年以上も使えます。

木綿わたの打ち直しは、通常、新品を買ってから五年後に第一回目を、そのあとは、三年おきに二回目、三回目を行います。一回打ち直すと、わたの繊維の長さが半分ほどになってしまうので、一枚のふとんにつき、打ち直し回数は、三回が限度ということです。

打ち直し料は、木綿わた一キロについていくらと決めているケースが多く、敷布団一枚だと、二千～三千円というところです。

わたの種類、持ちの長さなどを考え、打ち直し料金と、新品に買い換えた場合の値段を考えて決めてください。