安全運転のポイント

車を運転中は、前方はもちろん、後方、左右にも、まんべんなく目を配らなければなりません。そのために、ルームミラー、サイドミラーがついています。

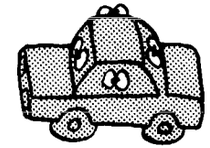
ところで、あなたは、どんな割合で前後左右に視線を配っていますか。

「安全運転に欠かせない目の配り方は〝四・三・二・一〟を一つの目安に」と日本大学生産工学部の宇留野藤雄教授は言っています。

ドライバーが、自分の車の〝運転環境〟を知るために必要な目の配りを「10」としますと、

前方…「4」
後方…「3」
右サイド…「2」
左サイド…「1」

の割合で視線を配分しながら、前後左右の状況を的確につかんで運転することが大切、というわけです。



初心者の事故に共通してみられる原因の一つに、前方にばかり注意力が集中して、後方および左右への目の配りが足りなくなるというケースがよくありません。

運転中は「注意力を集中して……」といいますが、むしろ「注意を配る」といった方がよいようです。

といって、注意をあらぬ方向に配りすぎても困ります。「わき見運転」は交通事故原因の〝ワースト・スリー〟の一つですが、これは、運転には関係のないところに目を奪われることです。

この「わき見運転」がいかに危険か――たとえば、正面を見て運転していて、歩道を歩く美人にチラッと目をやって、また正面に戻るまでに約一・五秒かかります。仮に時速四十キロで走っていたとしますと、この一・五秒の間に約十七メートルも進むことになり、前方不注意でたいへん危険です。チラッが一・五秒――をお忘れなく。

消費者とマーク

アルファベットの「e」の中に人形を描いたこのマークは、「特殊栄養食品許可証票」といいます。「e」はenrich（栄養価を高める）の頭文字で、ビタミンやカルシウムなどの栄養素を添加した「栄養強化食品」および妊産婦や病人用につくられた特別用途食品に表示されるもので、厚生省の許可が必要です。たとえば妊産婦の場合ですと、丈夫な赤ちゃんを生み育てるためにビタミンやミネラルの強化された食品が欲しい。

特殊栄養食品許可証票

〝食事療法〟に最適な食品

また、病気になったときは、回復を早めるためにも、健康なときに比べて多くの栄養を必要とする場合もあります。

また、逆に、糖尿病や心臓疾患の人には低カロリーや低ナトリウムの食品が望まれています。

このようなことから、栄養改善法に基づく、特殊栄養食品の中で栄養成分の補給ができる旨の標示をした食品としては、お米、小麦粉、食パン、乾めん、ゆでめん、みそ、マーガリンなど十品目が許可されています。

それらはいずれもが、ビタミンB₁、B₂、ビタミンAなど、普通の食品に比べて非常に多く含まれています。

また、特別用途食品には妊産婦・授乳用粉乳と病人用（低カロリー食品、低ナトリウム食品など十二種類）があり、たとえば低カロリー食品などは普通の食品に比べてカロリーが半分以下で病人の食事療法に大切な食品となっています。

世界農林業センサスのために あなたも応募しませんか

来年の二月一日（沖縄県は今年の十二月一日）に行われる世界農林業センサスの標語並びにポスターを募集いたします。

傑作をお寄せ下さい。

◈いま、日本の農林業は国民生活にとって最も重要な食糧の安定供給並びに国土及び自然環境の保全という大きな使命を担い、これに対する全国民の期待は、かってないほど大きなものがあります。

◈今次の世界農林業センサスは、国連食糧農業機関「FAO」が提唱する「一九八〇年世界農林業センサス計画」に参加し、国際比較が可能な統計を作成するとともに日本の農林業の資源の総量、基本構造の実態をはっきりとうつしとって、日本の農林業に正しい針路を与えるために行います。

◈豊かな食糧の確保と録あふれる農林業の育成のための設計図作りそれが農林業センサスだといえましょう。

◈このセンサスに農家・林家の皆さんの協力が得られるように、傑作をお寄せ下さい。

◎――◎

ポスターの部（応募規定）

〔応募資格〕
制限はありません。

〔内　容〕
明るく農家・林家に理解されやすいもの

次の文字を必ず入れる。
〔世界農林業センサス〕
〔昭和五五年二月一日〕
〔農林水産省〕

大きさ　タテ七二センチ
　　ヨコ五一センチ

文字を含め五色以内

〔締　切〕
昭和五四年九月三日

〔送り先〕
県統計主管課又は地方農政局統計情報部

○住所・氏名・年令・職業（小・中学生は学校名・学年）を明記して下さい。

標語の部

〔応募資格〕
制限はありません。
（応募作品は未発表のものに限ります。）

〔用　紙〕
官製はがきに一枚一句
（応募枚数は一人三枚まで）

〔締　切〕
昭和五四年九月三日
（同日消印のものは有効）

〔送り先〕
東京都目黒区目黒二―一―一
四（大鳥ビル）〒一五三（財団法人）農林統計協会

スポーツ少年団合宿だより

七月二十八日二十九日の両日、瀬波温泉のお寺でスポーツ少年団の合宿が行なわれました。この合宿は身心の鍛練と共同生活のなかで連体性を養い責任感をもたせることを目的として毎年行っているものです。

第一日目、午前六時三十分に月潟を出発、九時三十分には瀬波に到着しました。あいにくの雨で予定していたスケジュールが大幅に変更となり、午前中は柔道の練習午後からは晴れ間をみて散歩、夕食後は村上市のライブラリーよりフィルムを借りて映写会、となんとか日程を組み直し、二日目の晴天を期待して九時に就寝しました。

第二日目、前日の願いもむなしく朝から雨で地引き網も中止となりました。朝六時柔道の練習にラジオ体操、九時三十分頃からようやく雨もあがり瀬波水族館でイルカショーを見学、十一時には待ちに待った海水浴で子供達も満足そうでした。

雨に降られ予定の半分も消化できなかった今回の合宿でしたがそれでもそれなりに子供達はなにかをつかみとり今後のスポーツ少年団活動に生かしていくことと思います。

合宿の一番楽しい時間

汗を流さなくちゃ

昭和54年度新潟県芸術祭 文芸部門の作品募集

県教育委員会では、本年度の芸術祭をより盛大に開催するため準備をすすめていますが特に本年度は文芸部門の一層の充実をはかるため次の要領で募集しています。多数ご応募ください。

一、種目等
小説〔一般400字50枚以内
　高校400字20枚以内〕
詩（一般・高校）400字4枚以内
短歌（現代詩）
（一般・高校）一人新作5首1編（つながりがなくともよい。）
俳句（一般・高校）一人新作5句1編

柳校（一般・高校）
川課題〔一般の部「デマ」
　高校の部「あこがれ」〕
一人新作5句1編（つながりがなくともよい。）

二、応募上の注意
アインク書きとし、楷書で書くイ当用漢字以外の漢字、読みにくい漢字にはふりがなをつけウ応募原稿第一ページに次の事項を記入すること。
応募種目（一般・高校の区分を明記）、郵便番号、住所、氏名（ペンネームのときは本名を（　）書きとする。）、年齢、性別、職業、電話番号
エ小説は梗概（400字2枚以内）をつけ、右とじとする。
オ小説・詩は新かなづかいを、他のかなづかいは旧かなづかいでもよい。

三、応募締切
昭和54年10月10日消印有効

四、あて先及び問合せ先
郵便番号951
新潟市一番堀通町　県庁第2分館県教育庁文化行政課（電話0252-23-5511内線3675）とし、封筒表面に「県芸術祭文芸作品応募原稿」と朱書する。

9月1日 防災の日

地震からあなたを守る

ふだんの備えと心構え

地震・雷・火事・おやじ――ある日、突然、何の予告もなしに襲ってくる地震の恐ろしさは昔も今も変わりません。

わたしたちは、地震の発生そのものを防ぐことはできませんが、被害を最小限にくいとめることはできます。そのためには地震に対する正しい知識を持って、日ごろから、いざというときの物心両面での準備を怠らないようにすることです。

九月一日は「防災の日」です。この機会に、あなた自身の防災対策を　再点検　してみましょう。