

お酒は上手に 飲みましょう

★お酒は私たちの生活の一部

「談笑」、「失恋」、「お祝い」、「百薬の長」、「カラオケ」、「お祝い」の中……。などと、私たちはお酒と聞いただけでいろいろなイメージをいだきます。最近では、「一気飲み」なども入るでしょうか。この豊かなイメージは、とりもなおさず、お酒が私たちの生活に深く結びついていることを教えてくれます。お酒は昔から洋の東西を問わず、楽しいにつけ、悲しいにつけ、人生の友として親しまれて

きました。たいいていにはお酒が置いてあり、私たちの生活から切り離すことのできないのがこのお酒のようです。

★適量ならばお酒は 人生を豊かにします

①お酒は上手に飲む分には、食欲を増進し、血液の循環もよくなつて新陳代謝もさかんになります。又、気分も和らぐため手軽なストレス解消にもなります。

②身体を暖め、心地よい眠りにつけてくれます。眠れぬ夜などは、ナイトキャップがわりの一杯が睡眠薬の役目をしてくれます。

③社会生活の中では、社交酒というものがああり、それに参加すること



とが地域的、社会的な意味で大事なこともとされています。

しかし、この酒も下手な飲み方や誤った飲み方をすると、事故の

原因となったり、健康を害したり、ついにはアルコール依存症まで進んで家庭的、社会的悲劇のもとになってしまいます。一日二合くらいのお酒でも、十年間毎日飲み続けていれば、身体はどこかに異常(胃腸障害・膵臓障害・肝臓障害)などをきたしてきます。

★お酒を上手に飲むために

▽自分の酒量を超さないように。▽自分のペースでゆっくりと飲みましょう。▽酒のさかなを上手にとる。▽晩酌は量を少なく間をあけましょう。▽ストリート、熱カンは胃を悪くするので避けましょう。▽酒飲みは進んで健康診断を受け、特に病気になる人は、医師に相談することも必要です。楽しいお酒にするために、自分の飲み方を点検してみませんか。

ゴマメの歯ざり



力のない者がくやしがつて、いたずらにいぎり立つことを「ゴマメの歯ざり」といいます。ゴマメ(鱈)は小さな片口鱈の幼魚を水洗いして干したものです。炒って甘い飴煮にします。健康を意味する言葉「まめの連想から、祝い事や正月の食膳に供せられるもの一つです。

農村では田植え祝いに食べたので、「田作り」の名が用いられた。武家男子たちの敬称「殿原」に、「小」をつけて「小殿原」と呼んだのは、「ゴマメでも尾頭つき」と言うように、たとえ小さくても、頭や尾がちゃんあるのがめでたいとされたためでしょう。頭があれば歯もついているわけですが、ちっぼけなゴマメがいくら歯がみをして力んでみても、どうしようもないところから「ゴマメの歯ざり」という表現が生まれました。

このあとに「石龜の地団太」とか「家鴨の木登り」などと続けて言うこともあります。いずれも、身のほどを知らない無駄な行為をさしているわけです。

歯の健康



「乳幼児の 歯の衛生について」 「あつ、歯が生えてる」この感激、覚えていきますか。乳歯は水久歯に比べかむ溝が深かったり、歯質が薄く十分に石灰化していないこともあり、むし歯になりやすいものです。それをむし歯から守ってあげるには、どうしたらよいでしょうか。 さて、むし歯はどうして出来る

のでしようか。お菓子やジュースの中の砂糖が口の中の細菌の作用で発酵し、歯の表面にネバネバした物質をつくり出します。このネバネバ

ら、むし歯を防ぐためには砂糖をのべつまくなしに摂らないこと、歯垢を取り除くために「食べたら磨く」ことが大切です。しかし、

歯は自然治癒しません。生え代わるからといって乳歯のむし歯を放っておくと、痛くなるのはもちろんのこと、うまくかめないと頭の発育にも悪影響が及び将来歯並びが悪くなることにもなりますので、早めに治療してもらいましょう。

110番 通報に必要な内容と かけ方を確認しよう

あわてずに 正確に通報しよう

家庭の中で起きた事故などを通報する場合は、まだ落ち着いて話すことができるようですが、町中で出遭った事故の場合には、場所も状況もよくわからないため、気持ちも動転してしまい、通報の内容がしどろもどろになってしまうことが多いようです。

そのうえ、街頭の公衆電話機には、種類によって直接110番がかけられないものもあり、ますます気持ちがあわてずってしまいがちです。要領を得ない内容であれば、せつかくの通報も役に立ちません。あわてずに、正確な通報を――。

出や普通の加入電話による届出に比べ、犯人を検挙するための手配を素早くとることができます。事件などの早期解決のために、110番通報を積極的に活用しましょう。また、110番は事件事故のほか、次のような場合にも活用できます。■行動不審な人がいる。■指名手配犯人に似ている者がいる。■見掛け不審な車がとま

っている。(ナンバーのメモを忘れずに)などです。

むらの民芸シリーズ

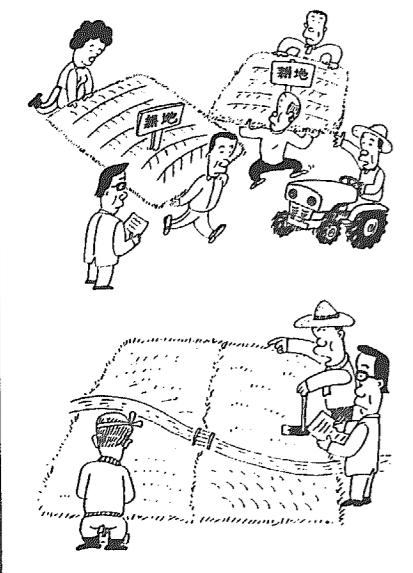
⑨

うまぐるま (玩具)

ことしの干支は馬ですね。そこで今月号の民芸シリーズは、ことしの干支にちなんだ民具「うまぐるま」をご紹介します。これは、当時、幼児たちが乗って遊んだ木馬の民具です。四本の足、胴、頭、頭などの七つの寄せ木細工で武骨に作られており、夕テガミは、棕櫚毛(しゅろ)が穴に差し込まれ、馬身は煤で、鞍は紅ガラで着色されました。そして、轡には紅白の手綱が結ばれたのでした。当時の子供の玩具としては贅沢なものであり、一般家庭では子供に与えることができなかったようです。又、この「うまぐるま」、本来は玩具ではなく、農業神の信仰にもとづく民俗的行事、農耕馬の健康祈願など民俗的な信仰行事に使われていたものが、子供の玩具へと移行してきたもの?とも言われています。

(歴史民俗資料館収蔵)

農林業に関する国勢調査「農林業センサス」にご協力を!



農林水産省では、平成二年二月一日現在で、全国の農家、林家などを対象に「世界農林業センサス」を実施します。この調査は、全国の農家、林家など農林業を営む事業者のほか、農業集落のすべてを対象として行う極めて大規模な調査で、「農林業に関する国勢調査」ともいうべき大切な調査です。調査の結果は、国や地方公共団体をはじめ各方面で農林業施策推進などのための基礎資料として広く利用されます。調査は、今月下旬ころより調査員がお伺いし、農林業の経営状況などをおたずねしますので、ご協力をお願いいたします。また、調査した事項は、統計を作成するためだけに使われるもので、個人への課税やその他の目的に使うことは法律で固く禁じられており、個人のプライバシーは必ず守られますので、調査にはありのままお答えくださるようご協力をお願いします。問い合わせ：役場観光商工課(☎82-141-1)へ。