

広報



かたひがし

No.245

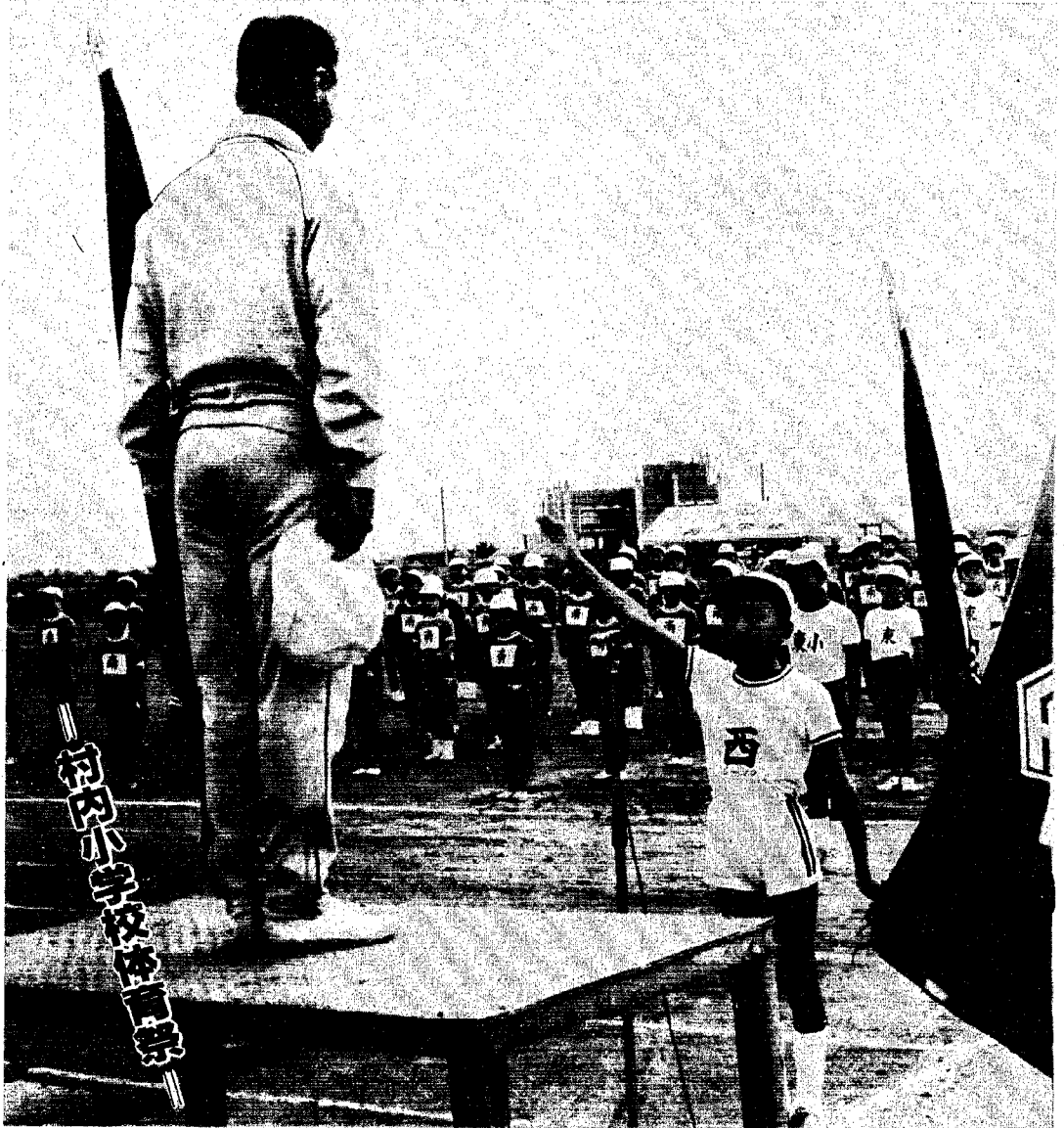
昭和58年

10月

健康で文化の香りただよ村

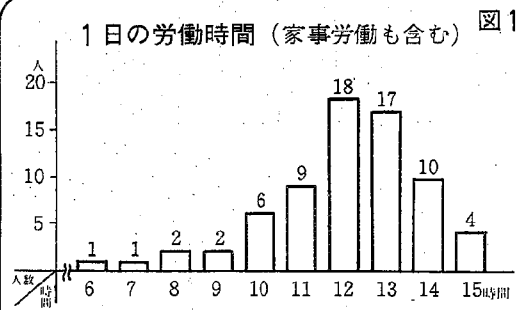
□発行 新潟県潟東村役場

□編集 総務課

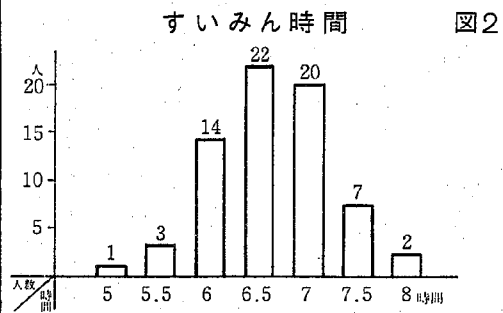


村内小学校体育祭

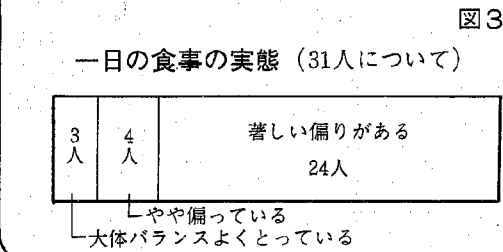
《村の動き》 人口 男3,096(+1) 女3,199(±0) 合計6,295(+1) 世帯数1,192(±0) 8月31日現在



（図1）一日の労働時間が十二時間をこえている（働きすぎ）人がなんと全体の七割を占めている。



婦人の三人に一人は貧血があるといわれていますが、村の実態は



（図2）一日の睡眠時間が七時間未満（睡眠不足）の人が全体の六割近くを占めている。

（図3）やや偏っている人は、牛乳を毎日一本飲むことでバランスのよくなる人たちで、著しく偏りがある人は、貧血予防に最も大切な肉、魚、大豆類、卵が必要量の半分くらいと少なく、他にも油類、乳製品、野菜類のいずれか、又は全てを必要量とっていない。

睡眠は五時間という驚くべき実態があり、これでは到底貧血は改善されないことが裏づけられました。貧血は食事だけの問題ではなく生活全般の問題であることを認識し、健康な生涯を送る基盤を考え、一日も早く問題解決する心がまえで、日頃の暮らしを改善していきたいものです。

健康シリーズ(16)

働き過ぎ・寝不足
の実態が浮きぼりに

（貧血婦人の
実態調査より）

今年の七月、八月にかけて、村の貧血婦人を対象に、三日間の生活時間調査、食事調査を実施しました。

まずはその結果をご覧ください。

（図2）一日の睡眠時間が七時間未満（睡眠不足）の人が全体の六割近くを占めている。

（図3）やや偏っている人は、牛乳を毎日一本飲むことでバランスのよくなる人たちで、著しく偏りがある人は、貧血予防に最も大切な肉、魚、大豆類、卵が必要量の半分くらいと少なく、他にも油類、乳製品、野菜類のいずれか、又は全てを必要量とっていない。

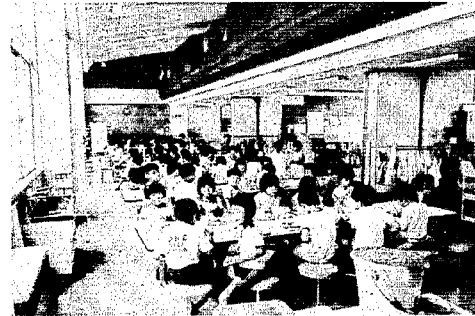
四割近くと高く、今回の調査でその原因の一端が浮きぼりになりました。食事はバランスよくとっていても、一日十五時間以上も働き、睡眠は五時間という驚くべき実態があり、これでは到底貧血は改善されないことが裏づけられました。貧血は食事だけの問題ではなく生活全般の問題であることを認識し、健康な生涯を送る基盤を考え、一日も早く問題解決する心がまえで、日頃の暮らしを改善していきたいものです。

モダンな建物
—東小学校—



昨年七月に着工した東小学校建築工事は、八月にほぼ完成し、二期から新しい校舎で授業を行っています。

この校舎はいままでないモダンな建物で、教室と廊下の間に壁がないオープン方式です。新しくなった校舎で子どもたちは、元気に授業を受けていました。



▲給食の時間、オープンスペースは食堂に



▶湯東村全体が見渡せる展望台



◀教室と廊下の間には壁がないオープン方式



▶新しい体育館での朝礼



オープンスペース、児童と先生が一つ一つ解決しように使います。……

東小学校の特徴はと、お聞きすると教室と廊下にカベがないのが一番の特徴ですと教頭先生は話された。



本多教頭

オープン方式なんて、だれもが経験したことのない教室ですが、使い方は、先生方も児童も、一つひとつ工夫をしながら進めてゆき、その中から学びとっています。となりの教室の音が聞えるのではないですかと心配すると、そんなでもないとのことで、子どもたちはかえって先生の話をよく聞き、自学自習する。新しい時代に生きる子どもになってほしいと話しておられました。

みんなで

全国防犯運動

にご協力を

十月十一日～十月二十日

○侵入盗の防止

—カギかけは

家族みんなの

合言葉—

警察管内では、今年一月から六月までに三三四件（昨年同

比一五・二%増）の窃盗事件が発生し、あき巣ねらいだけで四六件

ありました。

○侵入口は—戸締り不良の出入

口や窓がねらわれる。

○侵入時間は—あき巣は午後二

時から四時ころが最も多い。

○留守にするとき—隣り近所の

頼み合い、不審者には声かけを

家庭防犯の日です。

十月十六日（日）は

家庭防犯の日です。

家庭防犯の日です。

家庭防犯の日です。

家庭防犯の日です。

家庭防犯の日です。

家庭防犯の日です。

家庭防犯の日です。

家庭防犯の日です。

家庭防犯の日です。

家庭防犯の日です。

家庭防犯の日です。

家庭防犯の日です。

犬の登録と
狂犬病予防注射

昭和58年度の「犬の登録と第2回狂犬病予防注射」を実施します。あなたの愛犬も近くの会場ですべて受けてください。

○日程 10月27日(木)

会場	時間
四ヶ字集会所	9:30～10:30
農業会館	11:00～12:00
担い手センター	13:00～14:00

○料金
春登録済のもの 1,610円
初登録のもの 3,710円
～まわりの人に迷惑のかかるような飼いはやめましょう～



ごみ収集車同道記

九月十四日、水曜日、くもり。今日はごみ収集車と一緒に四ッ合地区のごみ集めについていくことにした。いったい家庭からどんなふうにしてごみが出されているのか見てみたいと思ったからだ。

収集車は最初に島方へ、下熊谷のバス停の所だ。量としては多くない。積みこみは順調、だが、生ごみの下から、空一斗カン、生ビールのタル、が出てきた。たしか昨日は四ッ合地区の危険物の収集をしたはず。作業員に聞いたら、昨日危険物は集められ、もちろんここも集めたとのこと。すると危険物収集が終わってから出されたのだ。十月の危険物収集まで放って置けしかな。考えてもらいたいものだ。島方最後の場所、猫がいる、収集車が停ったら逃げてい

く。見るとビニール袋が破れて中の物が散らばっている。収集場所の整備が必要だ。作業員は黙々と積みこみ、最後は掃除をしてきれいにしていく。頭が下がる思いだ。次は五之上だ。ここもやっぱり空カン、生ビールのタル、古いテレビもある。どうして、収集日を守つてくれないのか。島方へ戻るとここは道路の路肩で、たき火の後が点々とある。燃え残りもある。ここでたき火をする人たちは、後仕末をしないようだ。又、この地区のごみは水が多い。注意しないと袋が破れる。十分に水気を切つてくれたらと思う。遠藤(鯉濁線)神社附近のごみは水気が多くビニール袋がぶぶよしている。気を付けてくれれば作業員も少しは楽になるのに。

鯉濁清掃工場へ向かう。大通川の東側堤防では、所どころ、ごみの不法投棄と焼却した残骸がある大雨でも降れば、あのごみと残骸は川に流れてしまう。川が汚れるのはあたりまえだ。清掃工場では



「ごみの分別収集と収集日はきちんと守ってください」 保健衛生課

収集車の計量後、焼却場へごみを出す。(その前に車にたまつた汚水を排水、ドラム缶一本位もある。夏はこの三倍も出るそうだ。)村内どここの部落も同じような状況だと作業員は話している。

ごみ戦争といわれているが、それぞれの家庭でもう少し考えてごみを出したら、ごみの量も質も改善され、ひいては村もごみ処理に係る経費も違うのと思いつながら帰路に向かった。

「ごみの分別収集と収集日はきちんと守ってください」

行政相談所開設

国の仕事をはじめ、国鉄・電々公社・公庫・公団・事業団などの仕事、都道府県や市区町村が国から任せられたり、補助金を受けて行っている仕事についての苦情や要望を取り扱います。

日常生活において困っている問題は一人で悩まずに、是非この機会に相談ください。相談は無料で秘密はかたく守られます。

とき 10月19日(水) 午前9時～午後3時
ところ 老人憩の家「天仙閣」

※ 行政相談委員の渡辺平二さんは、行政相談週間中に限らず自宅でも相談に応じております。

連絡先 住所 井随1628
電話 3008

養護老人ホーム職員募集について

十月二十日(木) 五、その他

詳しいことは「県寮」電話〇二五六―三四一―〇一〇番か役場住民福祉課へおたずねください。

「耳や言葉の不自由な方に」電話「手帳」贈呈

耳や言葉の不自由な方が外出先等で緊急に連絡したいとき、近くにいる人に電話連絡を頼みやすくするため「電話「手帳」」が発行されました。必要な方、くわしく知りたい方は、役場住民福祉課へ連絡ください。

一、職種及び募集人員
寮父(介助員) 二人

二、職務内容
入所者の日常生活のお世話

三、応募資格
昭和二十九年四月二日以降に生まれ、高卒以上で通勤可能な男子

四、申込期限

訪問 ねがやの食卓

(健康づくり) 我が家の食卓コンクールより

おばあさんの 常備薬 青木ミチ(井随)

健康づくりクローバー運動が盛んに言われています。私たち農家にとって本当に良いことだと思っております。家では二人の女の子

がいます。毎日、ラーメン、ハンバーグだと言つて好きな物だけ食べようとしていますが、体に良くないので野菜を多く食べることを教えています。

食生活が変わつて、買って食べることをばかり考える今日、見直された自家製の物を感謝しつつ食卓一杯にならべて食べています。ゼいたくするにきりはなし、香(やぶさか)だと思われれるでしょうか。家の子供たちが「おばあさんの薬」といつて喜んで使つてくれる私の手作り常備薬を紹介します。

材料は、

にんにく両手でかるく一杯、毒だみ二十本位、げんのしょう二十本位、アロエの葉三枚位、焼酎(二十五度)一升

作り方は、

毒だみとげんのしょうは、からからになるまで干して、はさみで五センチ位に切つて下さい。材料を広口ビンに入れてふたをする。何日かすると醤油のような色になります。腐つたではありませんから心配なく、一カ月位で出来上がります。

薬効は、胸焼け、便秘の時水でうすめて飲むとよく利きます。

健康づくり我が家の 食卓コンクール応募献立

区分	献立名	材 料 名
朝 食	ごはん みそ汁 煮 豆	・米飯 ・こまつ菜、ねぎ、人参 ・大豆、しいたけ、砂糖、ブドウ酒、 ・醤油、塩、サラダ油
	生 卵 ふりかけ つけもの	・卵 ・ごま塩、干したしその葉 ・らっきよ
昼 食	ごはん 野菜煮メ	・米飯 ・人参、玉ねぎ、じゃが芋、大根 ・昆布、麩
	生野菜もみ いためもの つけもの	・キャベツ、きゅうり、紫玉ねぎ ・ししとう、なす、みそ、しょうゆ ・さとう ・梅干の葉に漬けた大根
夕 食	カレーライス サラダ	・じゃが芋、人参、玉ねぎ、豚肉 ・グリーンピース、トマト、にんにく、卵 ・レタス、トマト、ソーセージ、きゅうり ・マヨネーズ、ドレッシング
	野菜いため卵とじ ほうれん草 ごま和え	・キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン ・なす、しその葉、ひき肉、卵、青菜 ・ほうれん草、ごま、みそ、さとう ・しょうゆ ・きゅうり、しその葉、紅生が ・自家製のものオンザログ風にして飲む
間 食	おごのみやき 果 物	・蒸しパンミックス、キャベツ ・おろし人参、長ねぎ、塩、コショウ ・梨

「献立をみて」

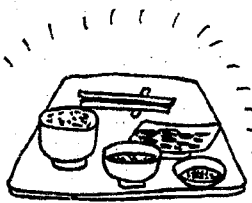
「スナップ説明」

長年の暮らしの知恵とも言える「一汁三菜」(いちじゅうさんさい)という言葉を時に思い出します。短い時間でも毎食三菜となると、かなりの工夫と手間が要ります。青木さんの作文にもありますように、食卓いっぱいにならべた料理の数々、しかも一品の料理

に数多くの食品が使われていることとほそれだけでバランスを保つことに通じます。又、おやつにも既製のものを上手に利用し、手を加えていることに感心させられました。

(保健婦)

「医者にきちんと診てもらつて湿布でよいと言われて膝が貼り薬でかゆくなつたり、赤くなつたりしたが、この薬はそういうこともなくひと晩毎に楽になつた」と体験を語っていました。



健康づくりクローバー運動が盛んに言われています。私たち農家にとって本当に良いことだと思っております。家では二人の女の子

がいます。毎日、ラーメン、ハンバーグだと言つて好きな物だけ食べようとしていますが、体に良くないので野菜を多く食べることを教えています。

おどどけします 公民館だより

もの知り「隠居」 体育館建設について

熊さん こんにちは、ご隠居。おー熊さんか。何か用事でも？

熊さん へい、おいらの村にも体育館ができるのか。それで仕事にでている他町村の人からそのことを聞かれても恥をかかんようにと、村の動きに詳しいご隠居さんに聞きにきました。

ご隠居 へ、熊さんにも体育館建設に関心があるんか？

熊さん あたりまえでしょ。話では役場庁舎よりも金がかかるとか。

ご隠居 そう、約六億円位だそう。だ。二十七日の議会特別委員会での説明では、

○競技室二、四〇〇坪(約一反半)
○二階は一周約一五〇mのランニングコース、固定席一五〇のギャラリー

○シャワーはもちろん、一人でも利用できる体力づくり施設としてトレーニングルームができるそうだ。

熊さん 聞くところによると、公民館も併設するんか？

ご隠居 ああ、これが湯東の特色だろうな。体育館十公民館、同じ社会教育施設が一つになることは、「利用者にとって非常に便利であり、造る方もムダがない。」

熊さん 公民館の目玉はあるんですか？

ご隠居 今の改善センターもあることだし、改善センターにない機能は何んだかと考えていったら図書室だな。将来、独立した図書室は考えられないから、図書室はスペース的にせいたくなく閲覧室もできるくらいだ。

熊さん 話を聞いていると、立派な体育館とわかるけど、具体的なイメージは？

ご隠居 中之口村の体育館が立派だと評判だが、あれと比較して湯東村にある中之口村にない機能が公民館施設。中之口村にあって湯東村にないのが柔剣道場。だから中之口村に勝るとも劣らない体育館だろうな。

熊さん そうすると村長が常に言っている「湯東に住んでよかった」という施設がまた一つできるといふことか。

ご隠居 そういふことだ。熊さんも体育館完成のあかつきには、健康づくりと、自分を高めるために大いに利用するといふ。

秋は芸術 違いがわかる人 秋の句会開く

暑い夏も終わり、自分の周りをそっと見回したら秋の気配を感じたという、自称「湯東村の文化人」湯東村俳句会(会長本間藤芳)が、秋季句会を九月四日、改善センターで開催しました。

昭和三十三年に結成されたこの会は、最近遠藤部落の女性が多数入会し、健生病院主催の句会では、大量の入会者をだしている。物より豊かな心、をめざしているこのグループは「初めての人でも大握った。」

石清会会長の池浦さんは「囲碁愛好者も」といふと思う。それらの人たちに勝負は度外視して、一日を楽しんでほしい、と喜んでおられました。

成績は次のとおりです。

優勝 竹内一雄(大原)
二位 笠巻弘(茨島)
三位 渡辺綱毅(島方)

佳作

(1)すべり台のみ遊び場の夏終る 霜鳥 秀光
(2)嫁ぎきて母と呼ばれて盆帰り 渡辺 養村
(3)背負う子も祭囃子に合せせり 武田 榮子
(4)リヤカーの露に濡れり野菜売 星野よし子
(5)大橋の半ばは涼の風抜ける 星野 吾朗

歓迎。きつとあなたの人生観が変わります。私たち一語にやりましよう。と呼びかけています。入会希望者は次へどうぞ。

俳句会会長 本間藤芳(五七四)兼題 「秋茄子」当季雑詠」

の通点五句

選者 小松沙陀夫先生
天位 茄子もげば我が腰のふと老ひきぎす 霜鳥 秀光
(評)人生の哀歌がにじみ出ている。地位 姉妹良く似て並ぶ夕涼み 星野マツノ
(評)人間関係のしがらみが見えて微笑ましい。

人位 すみ刈の露にしたたる蜘蛛の糸 武田 トサ
(評)農作業の中で発見したところに一味ある。

湯東の本因坊めざし 熱戦展開!!

石清会主催(会長池浦秀雄)の第五十二回囲碁大会が九月四日、改善センターにおいて行われました。参加者はそれぞれ腕自慢のつわもの。お昼休みなどで九時〜三時までの熱く長い戦いの末、第五十二回の本因坊を竹内一雄さんが

優勝 竹内一雄氏

これからお元気で

湯東村敬老会

九月十五日「敬老の日」、改善センターで湯東村敬老会が行われました。

当日は、村内の七十歳以上お年寄り約四四〇人が集まり、八十八歳以上の十五人の方々に長寿のお祝として、長寿座ぶとんが村長から一人ひとりに手渡されました。そして、金婚夫婦二十一組、ダイヤモンド婚夫婦一組が紹介され、ヤモンド婚夫婦一組が紹介されました。また、アトラクションでは、保育園児の遊戯などがあり、集まったお年寄りは楽しい敬老の日を過ごしていました。

長寿座ぶとんを受け取る五十嵐マセさん(横戸)



長寿座ぶとんを受け取る五十嵐マセさん(横戸)

第三回 村内小学校体育祭

九月十三日、西小学校グラウンドにおいて、第三回小学校体育祭が開催されました。結果は次のとおりです。(一位のみ、敬称略)

百M走 四年女子 青木美枝子(東) 一六秒三
百M走 四年男子 村越 茂樹(西) 一六秒七
大屋 壮樹(南) 一六秒七
八百M走 四年女子 青木美枝子(東)二分五九秒四
八百M走 四年男子 村越 茂樹(西)二分五八秒二
百M走 五年女子 長沼 智子(南) 一六秒一
小林 文子(南) 一六秒一
細山栄美子(西) 一六秒一
百M走 五年男子 坂井 博(西) 一五秒二
八百M走 五年女子 渡辺由美子(南)二分五〇秒八(新)
千M走 五年男子 設楽和とき(南)三分四〇秒五
走り幅跳び 五年女子 渡辺 優子(東) 三三三〇
走り幅跳び 五年男子 土田 正志(西) 三三八二
百M走 六年女子 渡辺 紀子(東) 一五秒三
百M走 六年男子 武田 修(東) 一五秒一



三ニバイク運転競技会

湯東支部A第二位入賞
武田和美さん(遠藤) 個人優勝

夏の全国交通安全運動の最終日の八月二十日巻地区交通センターで「三ニバイク運転競技会」で湯東支部A(武田和美さん、武田幸代さん)の高校生チームがみごと二位に入賞しました。

また個人の部では武田和美さん

が優勝しました。

二人とも、おつかいとか、休日等を利用しての角田浜の方へ行ったことくらいで、あとは通学で利用しているだけ。

当日は、ゼッケンを付けコース運転や路上運転で、男子の人が多かった中での団体二位と個人優勝が発表され、二人ともビックリ大きな目をくるくるさせ喜んでいた。

お知らせ

危険物取扱者試験

1. 期日 11月13日(日)
2. 試験地 新潟市、三条市
3. 試験の種類
乙種危険物取扱者試験(全類)
丙種危険物取扱者試験
4. 受験願書受付期間
10月21日(金)から
10月27日(木)まで
5. 問い合わせ先
くわしくは、湯東消防分署(☎2424)へ問い合わせてください。
なお、受験準備講習会が危険物安全協会の主催で行われます。準備講習の申し込み等については消防分署へおたずねください。

