

まき 報 廣

1978
2/25

発行／新潟県巻町役場 編集／企画課 毎月10日・25日発行

第286号

スローく クイックく



女だからといって家の中に閉じこもってはいけません、あらゆる分野に挑戦しなくては、と、公民館主催で発足したのが「婦人チャレンジヤイ教室」です。今回のチャレンジは「社交ダンス」で、種目はブルースとマンボ。スローく／クイックく／の拍子だけのときはまあまあいざ音楽に合わせて踊るとなると、なかなかうまくゆきません。「相手が男性でないとネエ」とは出席した五十余名の弁でした。

体温計

お肌の健康とは

これからは、女性の肌にとって要注意の季節です。健康な肌を保つためには、次のことに注意してみてください。

第一に考えられるのは栄養です。若い女性の四人に一人は、貧血の状態だといわれています。貧血の予防のためにも、美しい肌を保つためにもビタミンAの多いバター卵黄、ほうれん草。ビタミンCの多いかんきつ類、色のうすい野菜それに牛乳やチーズなどが大切です。バランスのとれた食生活こそ肌を美しく保つ基です。

次に忘れてならないのは睡眠です。「眠りは世界最上の化粧品」と言われているほど大切なものです。最底七時間以上の睡眠をとりたいものです。

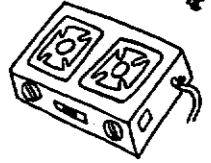
しかし、この二つの条件よりも大切なものが「心」だといわれています。女性らしいやさしさ、思いやり、それに毎日の生活の張りのおおのずと外面に現れるものです。心の健康が、美しい肌を保つに不可欠な条件といえます。心の充実と食生活や体調に注意して、魅力的な女性になりましょう。

ムダづかいより 心づかいを —2月はエネルギー一月間です—



使う側の思いやりを

炎の調節を

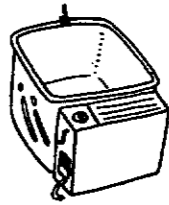


▽炎の先端を使う：炎で一番温度の高い部分は先端です。火をつけるときだけコックを全開し、あとはナベの底へ炎の先が届くように調整します。炎を三分の二にしぼっても、火力はほとんど変わらず四割ほど熱量が節約できます。

▽平底の容器がお得：ナベやヤカン、コンロの大きさ、型に合ったものを使うのがコツです。小さすぎる容器や底の丸いものは、炎が外にはみ出し、熱効率が

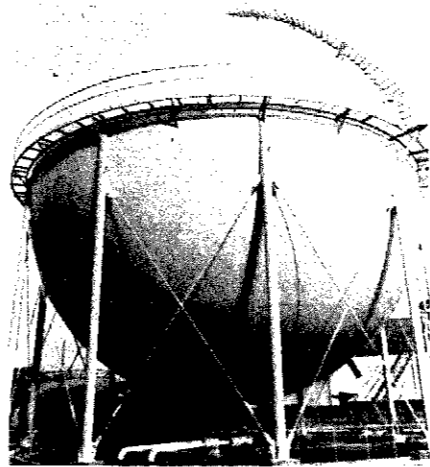
よくありません。底の平らなほうが、熱も平均してよくあたります。丸底と平底では、二割ほど燃料費が違います。

中ぶたを使えば沸き上がりが早い



フコは沸かしがたしいです。適量の水を入れて、あらかじめ沸き時間の目安をつけておきたいもの。沸かす途中で何度もふたをとって湯かげんを見ると、そのたびに熱を逃がしてしまい、余計に時間がかります。

なお、外ぶたのほかに、水面に中ぶたをすると沸きあがりも早く経済的です。



反射板の汚れは熱効率がわるい



ストープなどは、窓側に置くの



原油の“ヒレ肉”



が効果的です。空気がエア・カーテンの役目をし、窓からの冷気を吹きあげて、室内の空気の対流をよくします。

カーテンは、ヒダを多目に取る

つかるほうが保温効果があります。なお、暖房器具の反射板の汚れは、熱効果を低下させます。汚れがひどいにもよりますが、みがくことによって幅射率は十〜二十割向上します。

がいないのと同じように。私たちが冬、暖房用に使う灯油は六月から十月にかけて、せつせと蓄えられたものです。

一軒で一か節節約すると
全国で40万キロリットル

灯油は、全国二千二百万世帯の家庭で使われ、そのほとんどが室内の暖房用です。

各家庭がひと冬に一か〜十八リットル節約するだけでも、二千二百万かん(約四十万キロリットル)の節約になります。これは二十万トンタンカーの二隻分に相当する量です。

また、部屋の暖房は、適温(十八〜二十度C)を保つよう心がけたいもので、健康のためにもこの程度の室温が適当です。

節約の面からいいますと、二十一度Cから二十度Cに一度C下げただけで、約十割の灯油が節約できます。

灯油は「原油のヒレ肉」といわれます。ヒレ肉は、柔らかくておいしいのですが、毎日食べたたくてもフトコロが許しません。牛肉・頭分の枝肉を一〇〇とすると、ヒレ肉はわずか六か七しかとれない上等の肉だからです。

ところで、灯油もヒレ肉と同じように、百リットルの原油から九十リットル程度しかとれません。厳しい寒さが続き、灯油がたくさん必要になったからといって、灯油だけをつくるわけにはいけません。ヒレ肉ばかりとれる牛

白寿荘

「家族バザー」を 3月5日 実施

売上げは入所者の福祉増進に

特別養護老人ホーム白寿荘・家族の会(小林宏会長一〇四名)では、三月五日午前十一時三十分から午後三時まで、都医師会看護学園(白寿荘の前)において「家族バザー」を行います。

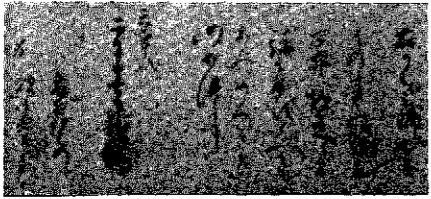
家族の会は、入所者が「生活していく場」として楽しく、暮らしやすいホームに育てようとして、昨年の九月十日

五日に結成されたものです。当日予定されている「家族バザー」は、家族の方々が家庭にある不用品を持ち寄り、超安値で一般の皆さんから買ってください。その売上げを入所者の福祉増進に役立ててゆくと、初のころみとして行なうものです。

▲巻町最古の古文書

「天正十八年籠島黒印状」
(篠原兼正氏所蔵)

上杉時代の史料として
巻町ゆいっつ最古のもの
謙信死後(天正六年)



ふるさとを対話(まき)郷土資料館

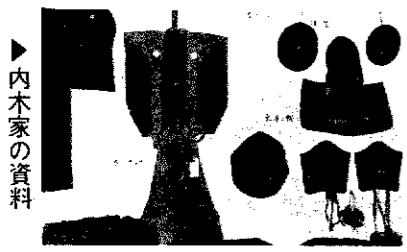
郷土資料館では、2月5日〜11日まで「巻町指定文化財展」を開きました。展示されたものは①巻町最古の古文書「籠島黒印状」②長岡城下の風俗書「懐旧歳事記」③藤原期の佛画「地藏菩薩像」の3点でした。

なお、「新資料展」を3月20日まで(土曜・日曜日を除く)開催しています。

主な資料は

- ▶内木家寄贈民俗資料…数点
- ▶丸山窯(三根山藩ご用窯)…陶器5点
- ▶清水六兵衛・清水七兵衛作…茶わん、徳利3点

好評を得ている「石塚松太郎コレクション徳利目録」を実費300円で頒布しています。



▶内木家の資料

転作をこう見る

水田の再編対策―米の転作については、いよいよ実作業に入る時期になった。

「きびしい情勢に対して…」と農家の皆さんは、半ば反対、半ば賛成というふうに見えるが、大半は「やらねばならない」というふんい気である。

その中で、部落集会を開いて、方針を決めた、というところまで来た。

巻町農業振興協議会 西村欣策

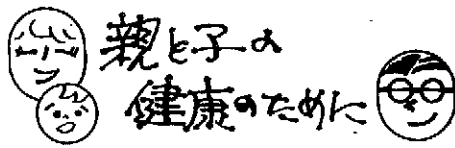
それで、一番手数のかからない資材や資金のいらない、既設の設備が利用できる、ということ考えると、集団化が必要であり、管理労力を簡単にすることである。ところが、耕地の集団は、極めてむづかしいという問題につき当たる。

そこで、部落の中の委託田を交換によって一か所へ集める。そして、水系添えに区画できれば水管理は、極めて簡単であり畑地化ができる。

このたびの転作は、少なくとも三年はやらねばならない(向う十か年のうちの第一期二か年のこと)そのための態勢づくりは、「部落総がかりの画期的な事業としてやらねばならないのだ」と考えることから初めて成就する事業である。



農業の草(まき)



乳児検診

- ▷と き 3月3日 13:30~14:30
- ▷ところ 大会議室
- ▷対象児 52年7月・8月生まれの乳児

1歳児検診

- ▷と き 3月8日 13:30~14:30
- ▷ところ 大会議室
- ▷対象児 52年2月・3月生まれの幼児

2歳児検診

- ▷と き 3月17日 13:30~14:30
- ▷ところ 大会議室
- ▷対象児 51年2月・3月生まれの幼児

献 血

3月2日 9:30~12:00
 役場 (南側玄関)
 13:00~15:00
 北日本食品西蒲工場

消防用設備点検 資格者の取得講習会

新潟県消防設備保守協会では、次により点検資格付与講習会を開きます。これは、建築物等に設置されている消防用設備の点検を、防火対象物の関係者に義務づけ、特に人命危険の高いデパート、旅館、病院等については、特別の資格を有する者が点検を行うことになっています

- ▶と き…5月10~12日
- ▶ところ…万代シティホール (新潟市万代1~6~1)
- ▶申込み…3月10日までに巻・潟東消防署へ申込んでください。

私達の巻陸上競技協会は、陸連の下部組織の一つです。メンバーは、それぞれ各種の公認審判員の資格があり、郡内・県内の大会に参加しています。ただ、残念なことには、メンバーの輝かしい実績に比べて、現役で実際の競技に参加する者が少ないです。

苦しいスポーツです。皆さんの中で、陸上競技(マラソンも含む)をやっているがどうも…という方には、できるだけのアドバイスをしてみたいと思います。そ



④巻陸上競技協会

代表 河治 晃

くなっていることです。自己の記録向上に努力するのはもちろんですが、町民皆さんのお手伝いをさせていただくことも大事な仕事の一つです。主なものには、年ねん盛んになってきています。元旦マラソンや、巻地区民大運動会などの手助けがあります。

して、これからは、気楽にたくさんの方から参加してもらえる「陸協」に育ててゆきたいと思っております。事務局 石川 昇(赤鐘) ☎2-7477

写真は、昨年の地区運動会での「コマです」

作業停電

▽二月二十八日午前九時から午後三時まで堀山団地の全域。

善 意

社会福祉に役立ててほしいと次の皆さんからご寄付がありました

- ▼巻町ガールスカウトから七千円
- ▼丸山優子さん(二区)から二千元
- ▼坂下仁志さん(柿島)から一万円
- ▼内藤一男さん(八区)から五千元
- ▼外山房江さん(十三区)から七千七百四十一円
- ▼本田一郎さん(馬堀)から三万円
- ▼諸橋キヨ子さん(横浜市)から三千元
- ▼新潟交通巻営業所民謡クラブから四千六百十八円



外 科

5日	県立吉田病院	☎吉田(25111)
12日	竹前医院	☎(32809)
19日	県立吉田病院	☎吉田(25111)
21日	本間医院	☎分水(72350)
26日	巻病院	☎(23111)

3月休日救急病院

内 科

5日	古寺医院	☎(2)2016
12日	斉藤医院	☎(2)2056
19日	巻病院	☎(2)3111
21日	高木医院	☎(2)2208
26日	大越医院	☎(2)2707

昭和53年度
固定資産台帳の縦覧
 3月1日~3月20日