

広 報

ふじかわ

4月号

昭和55年4月20日発行

No. 225

町のメモ

昭和55年4月1日現在

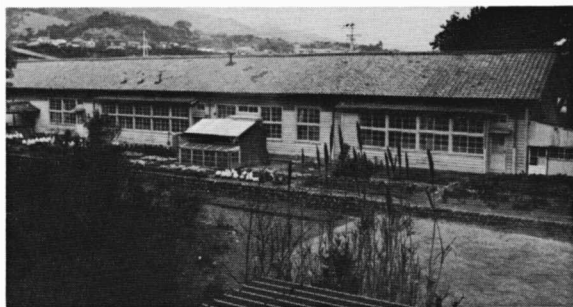
人口	16,992人
増減	+ 28人
男	8,451人
女	8,541人
世帯数	4,257世帯
面積	31.09 [㍔]

富士川町 総務課



ようこそ富士川町へ
中国から一時帰国の石川さん家族

町の今年
の目標
「きれいな町に
しましょう」

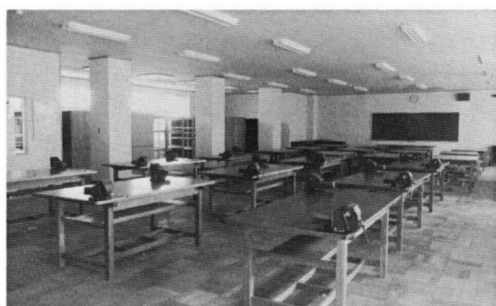


△旧特別校舎 第一中学校は、昭和23年文部省から全国で十校のモデル中学校第一号の指定を受け、既に昭和48年に改築されたA・B校舎は同年11月に完成、この校舎（C校舎）は美術・家庭・技術科などの教室として、昭和26年3月に完成しました。しかし、近年老朽化が進み、昨年7月に改築工事のため取壊されました。

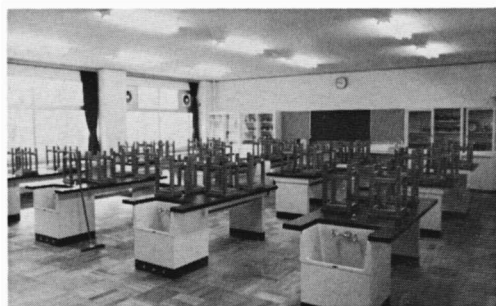


△改築された特別校舎 この校舎内には、一階に調理・被服・技術科教室、二階に理科生徒実験・理科示範実験・美術科教室があります。また町では、調理・技術・美術科を学校教育に支障のないかぎり、みなさんに解放し、グループでの「料理教室」「日曜大工教室」などに利用してもらう計画です。使用申込み先は町教育委員会へ。

技術科教室



理科生徒実験室



新校舎の内部

新学期が4月5日から始まり、新入学の一年生は、初めての学校生活で、めずらしさと期待感に胸をふくらませながらも、一方では慣れない集団生活に緊張したり不安な思いにかられることもあるでしょう。新入生にかぎらず、学校生活を明るく楽しくするには、一日も早く、まず仲のよい友だちをつくることです。そこで町でも、子どもたちに、よりよい教

育環境をと、54年度では町立第一中学校特別校舎を建設、本年3月3日竣工式が行われ、この特別校舎は鉄筋コンクリート二階建てで、建設面積は一千五百四十四平方メートル、建設費は一億五千七百万円、この一部は郵便局の簡易保険の積立金から還元融資を受けています。今月は、この改築なった特別校舎を写真で紹介します。

ピカピカの二中特別校舎完成 今後は「コミュニティ」の場にも利用

常盤登氏が助役に就任

80年代の町の抱える問題に対処するため 町職員の人事異動を行う



常盤 助役

助役に就任にあたりまして、みなさんに一言ごあいさつ申し上げます。私、4月1日より、みなさんのご推挙により役場に勤務することとなりました。私は元々この富士川町で生れ育った者ですが、今まで二十有余年を、静岡県内の土木関係の職員として過ごしてまいりましたので、一部のみなさんにはご面識がありません。しかし、この緑と清流のある町を愛する気持は、みなさんと変わりありません。助役に就任後、痛感したことであ

町議会の臨時議会は、3月26日（水）午前9時から議場が開かれ、健康上の理由から3月31日付で退職する声川藤雄助の後任人事案件を審議し、常盤登氏（上町）を助役に選任することを同意しました。常盤氏は、昭和20年県立静岡工業高校卒業後、26年沼津土木事務所勤務、以後土木畑を歩き、48年富士土木事務所富士支所長、50年沼津土木事務所港灣課長、52年同事務所工事第二課長、54年静岡東土木事務所工事第二課長などを務め、4月1日に助役に就任しました。また、町職員の人事異動が4月1日付で発令されました。今回の異動は、県との交流人事、町が抱えている開発事業に対処するため開発課の充実、地震対策など防災担当係の充実、幼稚園・保育園の交流人事を骨子として行ったものです。これにより、今後なお一層の町民サービスにあたっていきます。

りますが、町の仕事というものは地域住民のみなさんに直接触れるというか、結果が直接にみなさんに伝わる面がありますので、今までの経験とは違った感覚で対応しなければならぬと思っております。今回、町の開発計画を進めるにあたり「開発推進本部」を作りました。その本部長に私が命ぜられたわけですが、着実に無理のない計画実施とするため、みなさんの建設的なご意見をうかがうとともに、今までの私の経験を生かして町長の補佐役として、微力ではありますが、町の発展に努力する所存であります。どうか今後とも、みなさんのご指導ご鞭撻をよろしくお願いいたします。

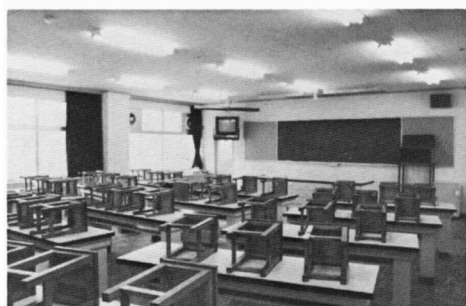
より一層の町民サービスのため 開発・地震対策を充実

課長	(新職) 氏名	(旧職)
民生課	斎藤 操	電算課
電算課	野沢 晋	総務課
総務課	池谷 勲夫	環境衛生課
環境衛生課	太田 国弘	民生課
民生課	村松 薫	建設農林課
総務課	望月 正司	民生課
税務課	高岡 英二	税務課
税務課	清喜久江	民生課
民生課	木伏とも子	教育課
民生課	金山 幸子	税務課
教育課	天野 初江	第二中学
教育課	植松三樹雄	図書課
学校給食センター	望月 慶子	民生課
第一小	望月 久世	教育課
第二小	小沢つぎ子	第二小
第二中	村野 照子	一幼教諭
図書課	志村富士子	総務課
図書課	鈴木しづ子	第一小
松千代 保育園	望月 君子	第二幼
本通り 保育園	望月しげ子	岩淵 保育園
上野 孝子	山崎 正子	北松野 保育園
	北松野 保育園	
岩淵 保育園	望月とも江	本通り 保育園
北松野 保育園	植松 且子	松千代 保育園
北松野 保育園	深沢こと子	本通り 保育園
北松野 保育園	深沢 金子	本通り 保育園
第一幼	犬塚 麗子	松千代 保育園
第二幼	伴野 君代	第一幼
第二幼	馬野 茂美	第一幼
建設農林課	影島 篤	建設農林課
建設農林課	松山 寿男	静岡東土木事務所
建設農林課	森 佑司	建設農林課
建設農林課	斎藤 哲史	建設農林課
建設農林課	恒男	建設農林課
建設農林課	西山 秀男	建設農林課
建設農林課	梅田 利寛	建設農林課
建設農林課	藤雄	建設農林課
建設農林課	計夫	建設農林課
建設農林課	平田 広胤	建設農林課
建設農林課	町田 治平	建設農林課

調理室



理科示範実験室



34年ぶりに日本へ

富士山でもきれいです

終戦直後（昭和20年）の中華人民共和国から両親と兄弟四人で日本に引き揚げる途中、生き別れになった富士宮市出身の石川シマさん（53）＝中国河北省追城県建橋公社東張庄＝が、二人の子どもとともに三十四年ぶりに3月18日、一時帰国し、姉の土佐谷キヨさん（南町一）ら兄弟と再会を喜びました。

石川さんは昭和18年3月に家族と中国に渡り、満州の開拓団に入植、開墾や農作物の栽培を行っていましたが、終戦の混乱で家族と別れ別れになった後は、中国人家庭で農作業などを手伝いながら各地を歩き、昭和24年に羅長忠さんと結婚しては子ども六人、孫二人に恵まれ、平和な生活を送っています。今回の一時帰国は、石川さんの「ひと目、親兄弟に会い、故郷を見たい」という強い要望で実現したもので、一時帰国の期間中（6ヵ月）は、町の教職員住宅「松野荘」で生活します。

そこで、広報「ふじかわ」では石川さん家族を3月31日に訪ね、日本の思い出、中国の話などを聞いてみました。

—日本の印象はどおですか？
シマさん なにもかも変わってしまった感じがびっくりしました。富士山がともきれいです。中国には山が「火車」と書くそうです。両親のお墓参りに行って来ましたか？
シマさん 日本に来てすぐ、お姉さんたちと自動車で行って来たし、た。北京さんたちと自動車で行って来たし、た。

—桂河くんは、役場の車の運転席でハンドルを握り、一人悦に入っていた。なお、汽車を中国語では「火車」と書くそうです。両親のお墓参りに行って来ましたか？
シマさん 日本に来てすぐ、お姉さんたちと自動車で行って来たし、た。

—中国の家の作りはどうなっているのですか？
シマさん 家はレンガでできています。中国は寒いので、オンドルとベチカがあります。こうりやんの皮を編んで床に敷くから、タタミはないです。とても寒いです。便所は家の中にないから外でします。家の中は、窓ガラスに紙をはるから、とても暗いです。中国は、ガラスとても高いですよ。

—どうもありがとうございます。日本に滞在の間、楽しく過ごしてください。
※このインタビューに、岩崎袈裟治氏（大楽荘）の協力があったことを最後に記しておきます。

両親が死んでいてとっても悲しいです。
—どんな食物が好きですか？
シマさん ミカンがとてもおいしいです。みんなでたくさん食べます。中国にはミカンはないです。ご飯は米が入っていた方がおいしいね。おかずは沢あんや野菜がいいです。
—寿しは中国にないから食べないです。
（土佐谷さんの話によると、ミカンなどは一日に十個位は軽くペロリだそう。それに、めん類、ねぎ、里イモ・ジャガイモの塩ゆでなどは目がないそうです）
—子どもたちは日本語を覚えましたか？
シマさん 少し覚えたです。私、こんにちは、ありがとう、さよなら。

—中国ではどんな仕事をしていますか？
シマさん みんなで百姓ずつとやっています。米、小麦、こうりやん、さつまいも、タバコを作っています。桂雲は学校へ行っています。私は病気で頭いたいです。
（桂雲ちゃんは、このインタビュー中、テレビに夢中で、一言も語らず）
—テレビなど電化製品はありますか？
シマさん いままでずっとランプで生活していましたが、今年の正月から電気になったです。テレビは日本で初めて見てびっくりしました。



左から二人目が石川シマさん・三人目が桂河くん 四人目が桂雲ちゃん

あなたもできる 家庭での省エネ対策

国では昨年以來、五割の石油消費削減策を行ってきましたがこのほど、さらに二割上乗せした「七割節約策」を決めました。

それによりまず、暖房温度をこれまでの「十九度以下」から、さらに一度下げて「十八度以下」にするほか、通勤・レジャー用のマイカー利用の自粛、自動車の経済速度（一般道路は毎時四十キロ程度、高速道路では毎時八十キロ程度）の励行などについて、私たちに協力をよびかけています。

また、私たちの生活に関係の深い分野では――

- ① テレビは午後12時以降の放送を極力自粛する
- ② ネオンは午後10時に消す
- ③ 終夜営業の小売店やスナックなどの深夜飲食店は営業時間を短縮する
- ④ パー、キャバレーなどの風俗営業は、終業時間を厳守するなどについて、国は関係業界に要請、指導することになっています。

そこで、石油の消費を七割節約するために、私たちが普段の生活で注意したいチェック・ポイントを紹介いたします。

◇電灯はこまめに消していますか

ホコリなどがたまっていますか
使わない照明は、こまめに消しましょう。特に事務所などでは、昼休みの消灯に心掛けましょう。また、照明器具はいつもきれいにしておきましょう。ホコリが付くと照明効果が落ちます。

◇テレビが付け放しになっていませんか

見えない時のテレビは、必ず消しましょう。また、スイッチを入れるとすぐ映像の出る瞬間受像式のテレビは、スイッチを切っても電流が流れていますから、外出

やお休みの前にはコンセントを抜きましょう。

◇冷蔵庫の置き場所は適正ですか

冷蔵庫の背面は、少なくとも壁から十センチ以上離して置いてください。できれば左右も同じように間隔をとり、風通しをよくしてください。また、陽の当たる所や、ガスコンロのそばなど、熱気のある所は避けましょう。

◇洗たくは上手にやっていますか

すすぎの前に一度脱水しますとアワ切れもよく、すすぎの時間も短くて済み、それだけ電気の節約になります。また、一回の洗たく量を、過不足なく適当にまどめるのが、上手な洗い方のコツといえます。

◇アイロンの余熱を上手に利用していますか

絹もの、ハンカチ、化繊類は電気を切った余熱で十分です。またアイロンがけは高い温度のものから始まり、次第に低い温度に移っていくのが経済的です。

◇ルームエアコンの温度調節をうまくしていますか

室温は二十二〜二十三度が目安です。人間は自分で調整できる範囲は六度の気温差で、室内と外気との差が五度くらいが健康上よいとされています。また、カーテンやブラインドで日光をさえぎり、戸の開閉をできるだけ少なくし

すと、冷房効果は一層よくなります。特にカーテンは熱の移動を防ぎ効果があります。

◇掃除機にゴミがたまっていますか

集じん袋にゴミがたまると、吸引力が弱くなり、掃除の時間が長くなり、それだけ余計に電気をくいます。掃除の前には必ず、掃除機のゴミを捨てましょう。

◇ガス湯沸器の口火は付け放しになっていませんか

口火の付け放しはエネルギーのムダになるばかりか、防災の面でも危険です。口火はそのつど必ず消してください。

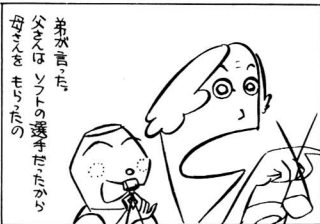
わが家の実践



根上純子さん (相生町)

資源有限時代となった今日、戦中戦後、盛んに使われていた「節約」という言葉が見直されてきました。家庭経済をまかかっている主婦には、灯油について電気と、連鎖的に高騰しはじめたエネルギーの経費削減を考えてゆくことが必然となりまし

わが家では新築の際に、業者の勧めで長州風呂にしたお陰で、家屋の古材や、木工所の木片を近所よりいただくため、燃料費はゼロです。また、風呂の炭火は、お豆やおでんの煮物、魚焼きなどに利用でき、ガスの節約にもなっています。冬場は温度がさめやすいので、家族の者が続いて入浴するよう習慣づけ、夏場は陽の高いうちに水の入れ替えをしておきます。最近では最も経済的な「釜たきポイラー」に人気が集まっているようです。生活の原点に立返り、物の命を生かす工夫が必要な時代になったのではないのでしょうか。



以前より、みなさんから拡張するよう要望の強かった役場庁舎前の駐車場が3月20日に完成しました。この新駐車場は二階建てで、みなさんが来庁した際の駐車場不足の解消と、日曜、祭日などに、みなさんが自由に使用できる憩いの広場を目的に、昨年11月から約二千八百万円をかけ工事に着手したもので、建設面積は約四百二十平方メートル、その内、一階部分は公用車駐車場で、十八台を収容できます。また、東海地震などの災害の際には、ここを対策本部や食糧集積場とする計画です。

町では、この駐車場の完成を、みなさんと一緒に祝おうと4月5日、野間農園や町婦人会消費生活研究部、まきの木大学盆栽部の協力を得て、花木展示即売、日常生活に役立つ無公害洗剤展示即売、盆栽展示会などを開いたところ、子どもからお年寄りまで多数、同会場を訪れ、各コーナーも大盛況でした。植木を抱えたある婦人は「こんな広場ができたのなら、今度は定期的に各農家から野菜など集めて青空市場や、各家庭から不用品を持寄り不用品交換会なども開いてもらいたいわ」などと話していました。

今回は、おじいちゃん・おばあちゃんむけの体操を紹介することにします。狭い場所でも手軽にできる体操です。あぐらを組んでも両足を前に伸ばした座り方でもかまいません。一日一度、身体の調子を整えるつもりで繰返して行ってみましょう。

なお、この体操は紙面の都合で二回にわたって掲載します。今月は前半の五つの体操の解説です。

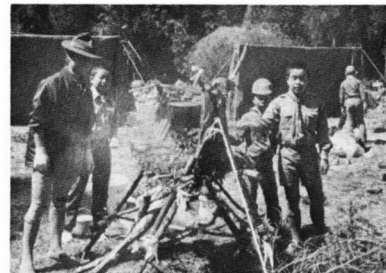
①背・腕の運動
両手を頭の上に伸ばし、手のひらを開く(1~2) 胸の前にもどし、手のひらを握る(3・4)を繰返す。

②柔かさを保つ運動
手のひらで、ももから足首へこするようにし、できるだけ遠くまで手を伸ばし、前曲げをする(1~2) しっかりこすりながら身体を起す(3・4)を繰返す。

③首筋から背の血行を促す運動
右手で首筋から肩を気持がよ

大自然は男性づくりの学校

ローハースカウト隊長 芦沢昌美



みんなで飯ごうすいはんも楽しい

ローハースカウト富士川第三団では、団結十周年記念の総まとめとして、3月29・30日の二日間にわたり野田山で佐野勉野営長以下九十人が参加し、合同野営訓練を行った。

29日早朝、青年隊・年長隊・少年隊は四十九側コースより登山、10時の開所式を皮切りに野営を開始した。六班に分れたスカウトはテントの設営、二日間の薪の確保がまず作り、夕食の炊事、雨中のキャンプファイアなど、各班長の指示のもとに計画を消化していった。夕方から降り出した雨は、9時頃より暴風雨となり、翌朝まで降り続いたが、大張のテントはまったく被害を受けずもちこたえた。これはテント張りの基本である、

風・雨・地形を考えに入れた張り方を忠実に守り、団員たちに指導した上級スカウトの功績である。また、零度近い雨中のテント内では、上級スカウトが自分たちの経験をいろいろと話して聞かせるなど「大自然は男性づくりに最も良い学校である」という言葉の実践そのものといえる。

30日には雨も上り、9時過ぎにはカブスカウトの到着、歓迎セレモニーは手造りのくす玉割りで始まり、ゲーム、宝探しに続き風食の準備を行った。小学三年生から大学生までが一体となって炊事、風食は、これこそコミュニティ活動の圧巻だ。帰りは全員に一つ以上の荷物の運搬を実行させ、無事下山、二日間の訓練を終えた。

町へ寄付金

- 百万元 中央公民館建設費へ
- 十万元 木島 佐藤 久幸 中央公民館建設費へ
- 十万元 東町二 太田 義雄 環境美化運動へ
- 五万元 富士川町婦人会 広報事業費へ
- 東京都 村田安太郎

健康維持の豆知識

(その二)

栄養のバランスのとれた食事は健康の源です。あなたの健康維持のために、今月は「食事」をテーマにお話しましょう。

食事は朝・昼・晩、春・夏・秋・冬と、私たちが毎日繰返す営みです。しかし、この食事のあり方が、長い年月の中で私たちに良い効果を、あるいは悪い効果をもたらします。そこで、食生活のチェックポイントを紹介しますので、あなたも毎日の食生活のあり方を、もう一度見直してみましよう。

1 あなたは、栄養と調理への関心を持っていますか。

2 朝・昼・晩の食事は、おおよそ決っていますか。

3 食事時間が短か過ぎませんか食後、十分にゆっくりしていますか。

4 外食の多い人には、不足しがちな栄養源(牛乳、乳製品、緑黄色野菜、果物など)を十分おぎなうように心掛けていますか。

5 お母さんは、自分自身の栄養に気をくばっていますか。残飯整理になっていませんか。

6 朝・昼・晩の食事量に、ひとくムラがありませんか。夜だけ集中的に食べ過ぎていませんか。

7 毎食に肉・魚・卵・豆・牛乳が必ずありますか。

8 発育盛りの子どもと、大人の食事の違いを心得て、献立を整えていますか。

9 子どもの間食を、おろそかに考えていませんか。

10 慢性的に胃腸が悪くて、食事のゆうづなはいませんか。あなたのお宅の食生活はいかがですか。食事は家族ぐるみのもので、家族全体の食生活の良否も合わせて考えなければなりません。子どもには子どもに向いた、お年寄りにはお年寄りなりの食生活の原則があるのです。最近、素人判断で特殊な食事法や、不合理な減食、治療食などを行う人がいるようです。食事は健康はつながりがあるので、食事を見直すことが必要です。

次回は、食生活の一部として塩分についてお話しします。

庁舎前の駐車場不足を解消 みんなの憩いの広場にも

以前より、みなさんから拡張するよう要望の強かった役場庁舎前の駐車場が3月20日に完成しました。この新駐車場は二階建てで、みなさんが来庁した際の駐車場不足の解消と、日曜、祭日などに、みなさんが自由に使用できる憩いの広場を目的に、昨年11月から約二千八百万円をかけ工事に着手したもので、建設面積は約四百二十平方メートル、その内、一階部分は公用車駐車場で、十八台を収容できます。また、東海地震などの災害の際には、ここを対策本部や食糧集積場とする計画です。



花木展示即売は大好評

町では、この駐車場の完成を、みなさんと一緒に祝おうと4月5日、野間農園や町婦人会消費生活研究部、まきの木大学盆栽部の協力を得て、花木展示即売、日常生活に役立つ無公害洗剤展示即売、盆栽展示会などを開いたところ、子どもからお年寄りまで多数、同会場を訪れ、各コーナーも大盛況でした。植木を抱えたある婦人は「こんな広場ができたのなら、今度は定期的に各農家から野菜など集めて青空市場や、各家庭から不用品を持寄り不用品交換会なども開いてもらいたいわ」などと話していました。

今後は、私たちがこの広場の有効な利用方を計画し、コミュニティ広場として活用していきましよう。使用申込み先は総務課です。

体操あれこれ

(その四)

③

かぞえうた (その1)

④

⑤

⑥

⑦

⑧

⑨

⑩

⑪

⑫

⑬

⑭

⑮

⑯

⑰

⑱

⑲

⑳

㉑

㉒

㉓

㉔

㉕

㉖

㉗

㉘

㉙

㉚

㉛

㉜

㉝

㉞

㉟

㊱

㊲

㊳

㊴

㊵

㊶

㊷

㊸

㊹

㊺

㊻

㊼

㊽

㊾

㊿

① 両手を頭の上に伸ばし、手のひらを開く(1~2) 胸の前にもどし、手のひらを握る(3・4)を繰返す。

② 手のひらで、ももから足首へこするようにし、できるだけ遠くまで手を伸ばし、前曲げをする(1~2) しっかりこすりながら身体を起す(3・4)を繰返す。

③ 「ポイント」 初めは軽くだんだん手が足の先に届くように。

④ 首筋から背の血行を促す運動
右手で首筋から肩を気持がよ

⑤ 両手を頭の上に伸ばし、手のひらを開く(1~2) 胸の前にもどし、手のひらを握る(3・4)を繰返す。

⑥ 「ポイント」 手のひらを「開く・握る」または、ひじを「伸ばす・曲げる」の動作をはっきりと。

⑦ 「ポイント」 初めは軽くだんだん手が足の先に届くように。

⑧ 首筋から背の血行を促す運動
右手で首筋から肩を気持がよ

⑨ 両手を頭の上に伸ばし、手のひらを開く(1~2) 胸の前にもどし、手のひらを握る(3・4)を繰返す。

⑩ 「ポイント」 手のひらを「開く・握る」または、ひじを「伸ばす・曲げる」の動作をはっきりと。

⑪ 「ポイント」 初めは軽くだんだん手が足の先に届くように。

⑫ 首筋から背の血行を促す運動
右手で首筋から肩を気持がよ

⑬ 両手を頭の上に伸ばし、手のひらを開く(1~2) 胸の前にもどし、手のひらを握る(3・4)を繰返す。

⑭ 「ポイント」 手のひらを「開く・握る」または、ひじを「伸ばす・曲げる」の動作をはっきりと。

⑮ 「ポイント」 初めは軽くだんだん手が足の先に届くように。

⑯ 首筋から背の血行を促す運動
右手で首筋から肩を気持がよ

⑰ 両手を頭の上に伸ばし、手のひらを開く(1~2) 胸の前にもどし、手のひらを握る(3・4)を繰返す。

⑱ 「ポイント」 手のひらを「開く・握る」または、ひじを「伸ばす・曲げる」の動作をはっきりと。

⑲ 「ポイント」 初めは軽くだんだん手が足の先に届くように。

⑳ 首筋から背の血行を促す運動
右手で首筋から肩を気持がよ

㉑ 両手を頭の上に伸ばし、手のひらを開く(1~2) 胸の前にもどし、手のひらを握る(3・4)を繰返す。

㉒ 「ポイント」 手のひらを「開く・握る」または、ひじを「伸ばす・曲げる」の動作をはっきりと。

㉓ 「ポイント」 初めは軽くだんだん手が足の先に届くように。

㉔ 首筋から背の血行を促す運動
右手で首筋から肩を気持がよ

㉕ 両手を頭の上に伸ばし、手のひらを開く(1~2) 胸の前にもどし、手のひらを握る(3・4)を繰返す。

㉖ 「ポイント」 手のひらを「開く・握る」または、ひじを「伸ばす・曲げる」の動作をはっきりと。

㉗ 「ポイント」 初めは軽くだんだん手が足の先に届くように。

㉘ 首筋から背の血行を促す運動
右手で首筋から肩を気持がよ

㉙ 両手を頭の上に伸ばし、手のひらを開く(1~2) 胸の前にもどし、手のひらを握る(3・4)を繰返す。

㉚ 「ポイント」 手のひらを「開く・握る」または、ひじを「伸ばす・曲げる」の動作をはっきりと。

㉛ 「ポイント」 初めは軽くだんだん手が足の先に届くように。

㉜ 首筋から背の血行を促す運動
右手で首筋から肩を気持がよ

㉝ 両手を頭の上に伸ばし、手のひらを開く(1~2) 胸の前にもどし、手のひらを握る(3・4)を繰返す。

㉞ 「ポイント」 手のひらを「開く・握る」または、ひじを「伸ばす・曲げる」の動作をはっきりと。

㉟ 「ポイント」 初めは軽くだんだん手が足の先に届くように。

㊱ 首筋から背の血行を促す運動
右手で首筋から肩を気持がよ

㊲ 両手を頭の上に伸ばし、手のひらを開く(1~2) 胸の前にもどし、手のひらを握る(3・4)を繰返す。

㊳ 「ポイント」 手のひらを「開く・握る」または、ひじを「伸ばす・曲げる」の動作をはっきりと。

㊴ 「ポイント」 初めは軽くだんだん手が足の先に届くように。

㊵ 首筋から背の血行を促す運動
右手で首筋から肩を気持がよ

㊶ 両手を頭の上に伸ばし、手のひらを開く(1~2) 胸の前にもどし、手のひらを握る(3・4)を繰返す。

㊷ 「ポイント」 手のひらを「開く・握る」または、ひじを「伸ばす・曲げる」の動作をはっきりと。

㊸ 「ポイント」 初めは軽くだんだん手が足の先に届くように。

㊹ 首筋から背の血行を促す運動
右手で首筋から肩を気持がよ

㊺ 両手を頭の上に伸ばし、手のひらを開く(1~2) 胸の前にもどし、手のひらを握る(3・4)を繰返す。

㊻ 「ポイント」 手のひらを「開く・握る」または、ひじを「伸ばす・曲げる」の動作をはっきりと。

㊼ 「ポイント」 初めは軽くだんだん手が足の先に届くように。

㊽ 首筋から背の血行を促す運動
右手で首筋から肩を気持がよ

㊾ 両手を頭の上に伸ばし、手のひらを開く(1~2) 胸の前にもどし、手のひらを握る(3・4)を繰返す。

㊿ 「ポイント」 手のひらを「開く・握る」または、ひじを「伸ばす・曲げる」の動作をはっきりと。

戸籍の窓

55・3・1〜3・31
(敬称略)

おめでた

区名	出生児	保護者続柄
木島	沢藤 晶	正 二女
相生町	齋藤公一郎	仁 長男
〃	瀧 美奈子	富雄 二女
〃	浅野 英之	和男 二男
〃	若月 祐介	勝 長男
旭町	小泉 真士	貢 二男
堺町	中谷 憲人	努 二男
川坂	若月木綿子	正己 長女
新町本町大石	英信	武光 長男
〃	渡邊光太郎	正文 長男
〃	落合 孝真	真澄 長男
小池	野澤 有佑	泉 長男
〃	今福 里紗	隆 長女
〃	望野 孝之	文雄 長男
大楽窪	清 和美	政則 長女
本通四	小永井清哲	美紀 三男
南町一	武田 知子	正二 二女
南町二	岡田 智愛	信雄 二女
八幡町	柳下 博忠	博明 三男

八幡町	小池 美里	満夫 長女
〃	稲葉 知春	知 長女
富士松野渡邊	善之 三善	長男
清水町	白井 克哉	途博 長男

かなしみ

区名	氏名	年齢
室野	望月 熊蔵	八一
相生町	望月 ウメ	七九
上町	谷津倉大一	六九
坂下瀧	やす	五九
堺町	長倉 芳子	四三
宮町	久保田宗次	五四
〃	小澤 素良	八〇
大北町	鈴木 仁作	八八

かしこい 消費者コーナー

3月詠草(天野寛選)



2月初旬、私たち消費者研究部が町内の婦人を対象に行った「合成洗剤の使用量調査」によると、毎日みなさんは不合理に洗剤を使用しています。そこで、私たちはこの調査結果を基に、正しい洗剤の使用量(高水位で四十ℓ、低水位で三十ℓ)を、各機会を利用してみなさんにPRしていきたいと思っています。

また、同調査にみなさんから寄せられた「洗剤に関する質問」に対する回答を、今月から、この紙面を借りて掲載します。

相生町 長谷川ゆり子
ねたきりの姑に春の日めぐり来て
朝床ふかく光り差し込む

上町 植松 法子
改札口通り過ぐるに駅員の抱えし
ストロブの温みありたり

本通り 渡辺 りん
雛人形賜ひしが場所せまくやうやく
飾り孫と見て居り

本通り 篠根 キヨ
ホテルより眺むる網代入海にむら
がる鷗数限りなし

小池 池田 てい
還るなき母と思えば丹念に身を
くろいて棺におさめつ

上町 齋藤 典子
体育館に友と駆けめぐる幼娘の姿
追ひつつ肢あつくす

本通り 望月 録
風邪に臥す吾にこの朝声かけて高
校の孫は階を降りゆく

宮町 山田たか子
ただペンを持ちいるのみにてなか
なかに進まぬ二首の短歌日迫りて

一里塚



春一番が吹くと、やつと春めいてくる。そこで「あなたは日常生活の中で、どんなことに春を感じましたか」という質問をされた時みなさんは何と答えますか。私は自問自答してみた。よく考えてみると、日曜日にトイレの中で、どこで鳴いているのか美しい「うぐいす」の鳴声を耳にしたことだこれ以外には心当りがない。「春だノ春だノ」といっても、どうもテレビやラジオの影響で、みずから発見した春は、いくら考

えてもあの「うぐいす」の鳴声だけだったようだ。

私の子どものころは、戸外に出ると、つくし、れんげ、おたまじやくし、もん白ちようなど、いたる所で見られ、春はいやおうなしに感じられたが、今は記憶の中にしか存在しない。食べようと思えば、スイカやトマトも一年中ある開発や便利さが季節感をなくしてしまった。

さらに、それにも増して私の心のゆとりが失われてしまったのではなからうか。「うぐいす」の鳴声は日曜日のトイレの中だった。その時、私はゆとりの中にいた。心にゆとりがあればほんのちよっ

編集後記

とした変化にも気付き、心動かされるものだろう。そのことがテレビなどによるおしきせの「春」ではなく、自分自身で「春」を見つけることになるのでは。(大石)

4月5日、役場庁舎前駐車場の完成記念「花木展示即売会」を行ったところ、花木を買い求めに大勢の人が来場した。最近、緑の価値が見直されてきたからだろう。

しかし、地震地震と呼ばれながらも町内にブロックベいの多いのは、しよせん花木は観賞用で、敷地の境はブロックべいでなければならぬためなのか。

洗剤の汚水は、海をどのよう

——洗剤を開発研究しているところと提携し、よい洗剤を安く購入できないのですか?

——(婦人会館にもありますので、婦人会の支部長を通じて申込んでください)

——手袋をしないで洗剤を使用していますか、人体に害は?

——(資料によりますと、急性中毒、慢性中毒など、発ガン性を助ける相乗毒性作用が起きるといわれています)

——洗剤の汚水は、海をどのよう

に汚染するのですか?

——(赤潮発生の原因になり、魚貝類に悪影響をもたらし、漁場を汚染します)