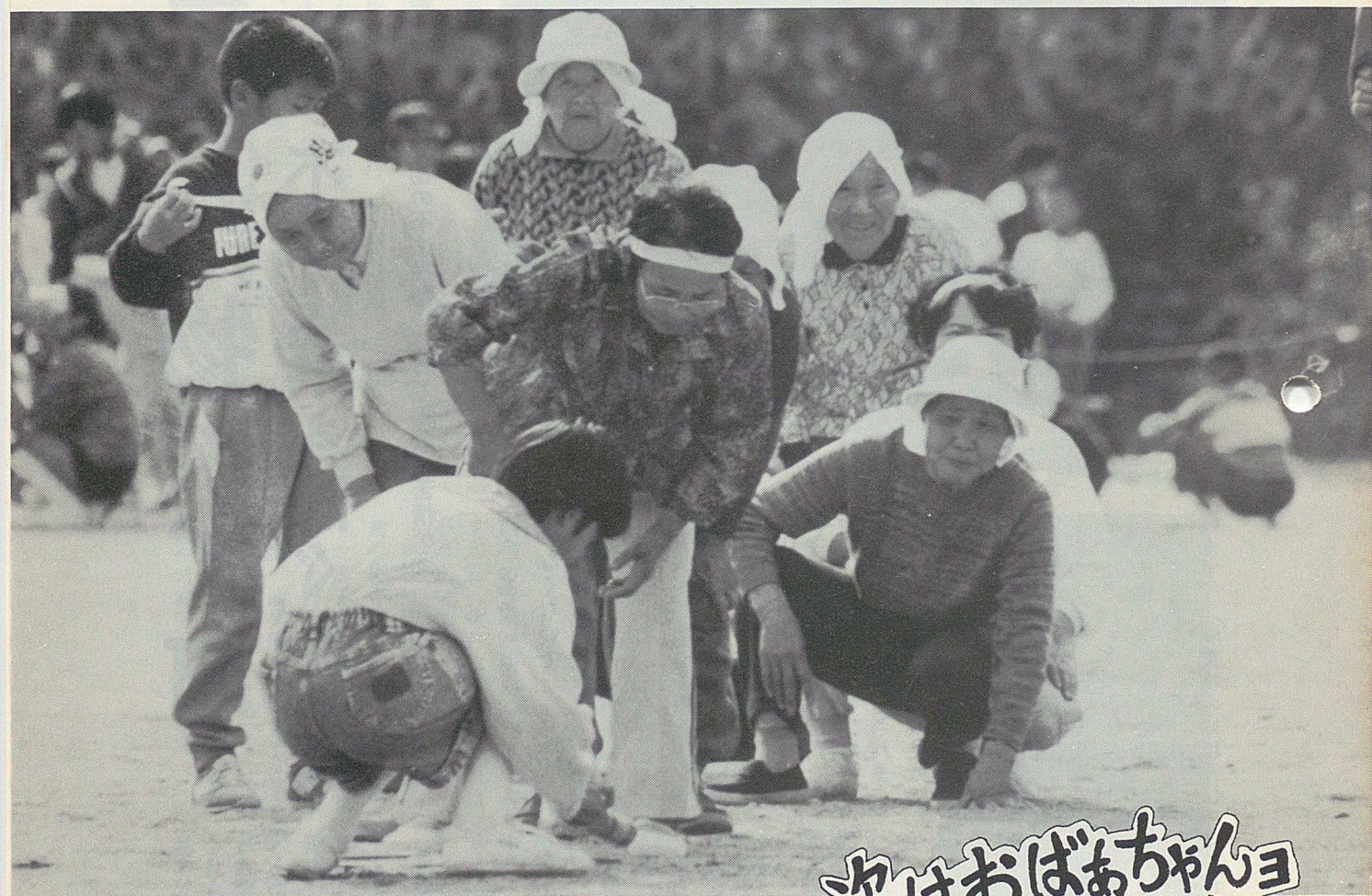




次はおばあちゃんヨ 三世代スポーツ大会

11

1989/November

- 産業廃棄物って何
—不法投棄を防ぐために—
- 前田了さん黄綬褒章を受章
- 北浦ふれあいフェスティバル
- 中学生の家庭教育①
- ふるさと歴史散歩
- われら仲間たち
- ハッピーNEWファミリー
- 味自慢・腕自慢

10月22日、「老人を囲む三世代スポーツ大会」が村民グラウンドで開かれました。お年寄りを中心に子どもから老人までのそれぞれの世代が集まり、秋の一日を歓声とここちよい運動で過ごしました。

普段はなかなか話す機会の少ないおじいちゃんやおばあちゃんと子どもたちがクロツケー用具を使ったボールリレーに心を一つにして集中しています。子どもから大人へ、大人からお年寄りへ。一つのボールが温かなコミュニケーションを伝えます。

産業廃棄物って何 不法投棄を防ぐために

最近、産業廃棄物の不法投棄に係わる相談や苦情が多く聞かれます。

産業廃棄物というと、何か得体の知れないモノ、あるいは環境汚染の元凶のように連想される方も少なくないでしょう。そこで、今回はこの産業廃棄物について考えてみたいと思います。



産業廃棄物とは

一般の生活や事業活動を行っている人間社会ではいろいろな形でごみが排出されます。家庭の燃えるごみに燃えないごみ。工場から出るごみ。道路わきに放置されたごみなどさまざまな形態のごみが毎日排出されます。

このようなごみは廃棄物と呼ばれています。そして、この廃棄物は「一般廃棄物」と「産業廃棄物」に分けられています。「産業廃棄物の処理及び

清掃に関する法律」(産業廃棄物処理法)

私たちの家庭から出される生ごみ・ジュースの空き缶、新聞紙などは一般廃棄物です。これに対して、工場や事業現場などから出る廃棄物が産業廃棄物となります。ただし、産業廃棄物とは法律及び政令で定められた十九種類(表1)を指しており、事業所から出たごみでもこれに該当しなければ産業廃棄物ではありません。

表1 産業廃棄物の分類

廃棄物

- 一般廃棄物
 - ごみ
 - 家庭系一般廃棄物
生ごみ、ジュース缶、台所の残飯など
 - 事業系一般廃棄物
事務所、工事現場のダンボール、伝票など
 - し尿
し尿、し尿浄化槽汚てい
- 産業廃棄物
 - 法第2条に規定
 - (1) 燃えがら
 - (2) 汚てい
 - (3) 廃油
 - (4) 廃酸
 - (5) 廃アルカリ
 - (6) 廃プラスチック類
 - (7) 紙くず
 - (8) 木くず
 - (9) 繊維くず
 - (10) 動植物性残渣
 - (11) ゴムくず
 - (12) 金属くず
 - (13) ガラスくず及び陶磁器くず
 - (14) 鋳さい
 - (15) 建設廃材
 - (16) 家畜のふん尿
 - (17) 家畜の死体
 - (18) ばいじん
 - (19) 処分するために処理したもの
 - 政令第1条に規定
 - 「安定型」産業廃棄物
廃プラスチック類、ゴムくず、金属くず、ガラスくず及び陶磁器くず、建設廃材
 - 「管理型」産業廃棄物
上記及び廃油、廃酸、廃アルカリを除く11種類

一般廃棄物となります。

また、同じものであっても

一般廃棄物となる場合と産業廃棄物となる場合があります。

例えば、家庭から出る紙くずは一般廃棄物ですが、紙を作る仕事をしているパルプ製造業の工場から出された紙くずは産業廃棄物となります。ですから、産業廃棄物とは「事業活動から生じた廃棄物で、なおかつ法律及び政令で定められたもの」ということができます。

産業廃棄物は危険か

「産業廃棄物は何が入っているか分からないので、地下水が汚染されるかもしれない」というように、「産業廃棄物」危険なごみ」というイメージの強い方もいると思います。しかしに産業廃棄物の中には人間の健康に影響を及ぼすものや生活環境へ影響を及ぼすおそれのある有害産業廃棄物もあります。

そこで、自然環境を汚染し人の生命、健康に影響を及ぼすものとして指定されている有害物質を含む産業廃棄物については、無害化処理するか又は生活環境から隔絶された状態で処分しなければならぬなど、廃棄物処理法により特別に厳しい基準が適用されることとなります。また、有害産業廃棄物の発生施設と対応金属なども政令により指定されています。

ですから、廃棄物処理法に従って適正に処理された産業廃棄物であれば危険な産業廃棄物ということではありません。

不適正な処理とは

「産業廃棄物」危険なごみ」というイメージは、その主な原因が不法投棄された産業廃棄物によりつくられたものと言えるでしょう。

家庭生活からごみが出るように、経済活動が展開される場所からは必ず産業廃棄物が出されることとなります。そして、それらのごみは一般廃棄物でも産業廃棄物でも一定のルールに従って適正に処理することが決められています。これに従わずに投棄すれば、一般廃棄物、産業廃棄物を問わず不法投棄ということになります。

ここで産業廃棄物の処理過程をみてみると、
①産業廃棄物の発生
②収集運搬
③中間処理
④最終処分
となっています。

③の中間処理とは、廃棄物の水分を脱水したりある大きさのものを一定の大きさに破碎



することなどを指します。

産業廃棄物については、強い排出業者責任が定められていますから②③④までを自ら処理することが原則となっています。これが自社処理と呼ばれるものです。また、これが出来ない場合は②③④までを専門の廃棄物処理業者に委託することもできます。そして、②③④までにはそれぞれ処理の方法が決められていますから、それに従わなければならないという点で、不適正な処理となります。

自社処理といっても、建設業の場合、下請け工事で発生した産業廃棄物を処理する場合、その産業廃棄物は元請け業者の産業廃棄物となるので下請け業者の自社処理とは言えず、この場合は許可を取る必要があります。

不法投棄を防ぐために

また、茨城県では、一般廃棄物や産業廃棄物などが保管場に集積・選別され、排出者がはつきりしていない「あわせ産廃」について、県内に搬入することや取り扱うことについての許可を与えていません。

産業廃棄物の不法投棄にはいろいろな形態があり、年々巧妙化、複雑化が進んでいます。最近では各地で住民の理解が得られないなどから最終処分場を建設することが困難になってきているため、最終処分場が不足しており、不法投棄も年々増加の一途をたどっています。不法投棄を未然に防ぐには、行政などによる監視はもちろんのこと、事業者の方や地域の方など、皆さんの協力が不可欠なのです。

これまで本村における不法投棄といえば、廃ビニールや粗大ごみなどを山林などに不法投棄するというケースが多々見られました。このようなケースが少なくなったという

ことではありませんが、最近では大型ダンプカーなどによる産業廃棄物と思われる不法投棄が問題となっています。また、傾斜地や窪地などを保持地主の方が無許可業者などの言葉巧みな誘いに乗って埋立てなどを認めてしまったため、大量の産業廃棄物を捨てられてしまったというケースも見られます。

県内における産業廃棄物の不法投棄の現状
はどのようなものか。どのような傾向があるのか。県環境局でお話しをうかがいました。

— 最近、県内において産業廃棄物の不法投棄がクローズ・アップされていますが。
□そうですね。最近ではマスコミなども取り上げていますから。不法投棄の発生状況をみて昭和五十七年度では五十件であったものが昭和六十三年度には四倍以上の二百十件が報告されています。もちろん、これは報告されたものであって実際の件数はもっと多いと予測されます。
— その不法投棄された産業廃棄物にはどのようなものがあるのでしょうか。
□不法投棄件数の六〇%以上は建設系廃棄物となっています。建物などを壊した場合ですとか、建設工事などに関連して排出される廃棄物ですね。それは、おもに県外から来るものではないかと。
□首都圏から来るものもあり



行地区は一〇%でした。ところが、昭和六十三年では、県西部地区二四%、鹿行地区二%となっています。全体の発生件数も多くなっていますから鹿行地区などは特に不法投棄が多くなっているといことがいえます。
— さきほど、六割以上が建設関係の廃棄物というお話がありました。それに対する

す。これは廃棄物の適正処理を目指したものです。また、埋立てについても五百平方メートル以上の埋立て地についても届出が義務づけられました。
— 事前に産業廃棄物の経路を明らかにして適正な処理をしてもらうことも重要ですね。
□そうです。実際問題としていろいろなものが混ざり合った「あわせ産廃」などが不法投棄された場合、それらの廃棄物から排出業者をさかのぼって調査して行くことは技術的にも時間的にも難しいのです。廃棄物が捨てられ土などで覆われてしまいうという場合もありますから。
— 産業廃棄物の不法投棄はいけません。適正に処理されている産業廃棄物にもありますね。

悪いものというイメージが強いために最終処分場の建設が難しくなるなど、適正に処理しようとする建設的な方向との間に少なからずギャップがあることも確かです。悪いのは産業廃棄物を不法投棄したり不適正処理をすることであって、適正に処理される産業廃棄物はまた別のものとして考えて行かなければこの問題の解決は難しいといえます。
— 最後にこれからの産業廃棄物処理対策はどのようなものになっているのでしょうか。
□県では昭和六十一年度から第三次茨城県産業廃棄物処理計画を推進しています。（平成二年度までの五年計画）この中で排出事業者対策や監視体制の強化、廃棄物の減量化・再利用化などが図られています。また、悪質巧妙化してきた不法投棄に対しては県と市町村が一体となって厳しく対応していきます。
— 不法投棄を許さず、次の世代に豊かな自然を残して行くことが重要だと思っています。ありがとうございます。

黄綬褒章を受章

行戸 前田 了さん



▲ 前田 了さん

秋の褒章受章者が十一月一日発表され、行戸の前田了さん七三歳が「黄綬褒章」を受章しました。

黄綬褒章は長年業務に励み人々の模範となった人に贈られる褒賞で、県内では八人の方がこの栄誉を受けました。前田さんは、みづば栽培の改良をはじめとする園芸作物の振興に情熱を傾け、北浦村ばかりではなく広く鹿行地域の農業振興に寄与されています。特に、昭和四十四年から四十七年にかけては、試験資料のない中、みづばの根株の低温処理について研究努力され「株冷栽培」という画期的な改良に成功しました。



▲ みづばの収穫作業

これは、根株を冷蔵することにより発芽時期を調整する技術で、さまざまな試行錯誤の末の成功でした。この改良により、出荷の調整や品質の均一化などが図られ、市場からは流通の変革と賞賛されました。また、これにより約三倍の収益増が達成されたほか、低温貯蔵施設の有利性が広く認識され、収穫野菜の低温貯蔵のさきがけともなりました。前田さんは「農家のみなさんの代表としていただいたと

思っています。また、このような田舎から皇居に行けることができるのは光栄なことでありがたいと思っています。これからも生涯現役として地域産業のために尽くしていきたいと思っておりますので、今まで以上のご協力とご指導をいただきたい」と語っていました。伝達式は十五日、農林水産省で行われ、その後皇居において両陛下にお目にかかり、ご下賜品を受けられました。

斉藤さんに 茨城県国際交流 奨励賞



▲ 斉藤四郎さん

国際交流の日である十月六日、斉藤四郎さん（内宿）が茨城県国際交流奨励賞を受賞しました。この賞は国際化時代を迎えた現在、国際交流の推進に寄与された団体や個人に贈られ

お知らせ

— 分別収集にご協力を —

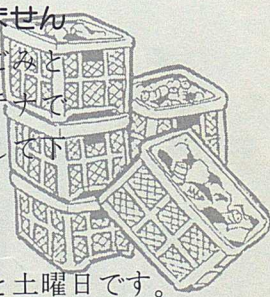
燃えないごみ（鉄類・ガラス・ビン類・セトモノ類）は
平成2年1月6日からコンテナ以外では

収集いたしません

必ず燃えるごみと分けてコンテナで収積所へ出してください。

※収集日は

水曜日と土曜日です。



▲ 廃油から白い石けんが出来ます

廃油を利用し 石けんづくり

北浦消費者友の会（会長本戸ちるさん）では十月二十六日、天ぷら油などの廃油を利用した石けんづくりの学習会を開きました。

家庭の台所から出る廃油の処理には苦労させられるものですが、この廃油を加工することによって簡単に石けんをつくることができます。この日は、県消費生活センターから講師を招き、固形状とねり状の二種類の石けんを試作しました。この石けん、運動靴やソックスの洗たくにも威力を発揮するそうです。



▲ 北浦村で生産されている野菜などを集めた農産物展示コーナー



▲ オープニング・イベントは要小学校鼓笛隊の演奏



▲ 4Hクラブの収穫祭もおこなわれました

▼ もちつき大会

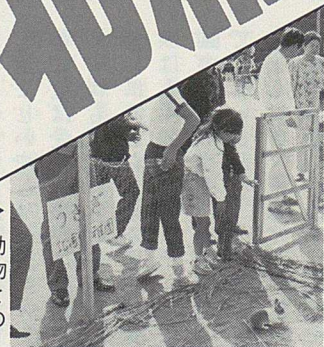


食・飲・放題コーナー



▲ ふわふわトランポリンも大好評

みんなが楽しんだ 北浦ふれあいフェスティバル



▶ 動物とのふれあい広場



▲ 「ジャンケンポン大会」賞品は何と新車のバイクでした

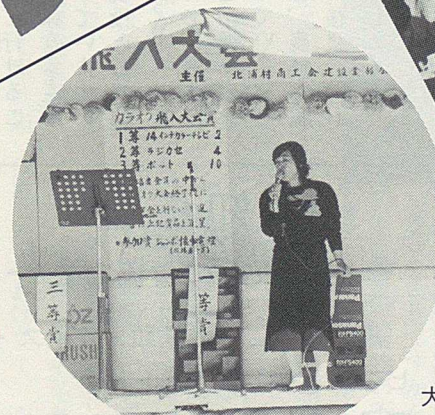


▲ 現金つかみどりです

10月28日と29日の両日、村民グランドにおいて「北浦ふれあいフェスティバル」が開催されました。この催しは従来の商工祭や4H祭などを含めた「村民みんなのイベント」として開かれたもので、会場には村の農産物を一堂に展示したコーナーや模擬店、試食コーナーなど多彩な催し場が設けられました。また、28日と29日にはそれぞれに趣向を凝らしたイベントが催され、おとずれたくさんの方々に喜ばれました。



フェスティバル



▲ もりあがったカラオケ飛入大会



▲ 「目方でドン！」ディズニーランド家族招待が当たりました



▶ 福引券の抽選所には長蛇の列が

思春期をめぐる問題をどう乗り切るか

思春期は、子育ての難しい時期であるといわれます。なるほど、いじめ、登校拒否、校内暴力、家庭内暴力と、問題行動の大半がこの思春期の子どもたちによるものです。厚生省の行った「児童環境調査（昭和六十一年）」を見ても中学三年生の子どもを持つ親の四人に一人が「自分の子どもについての不安・悩みがある」と答えています。この時期は、子どもから大人への移行期です。子どもは家庭や学校、地域社会で経験するさまざまな出来事に、ときには悩み挫折感を味わうことでしょう。親もまた、心理的に不安な状況にいるわが子との接し方に戸惑いを感じることが多いのではないのでしょうか。だからといって、この時期の子育てを、なりゆき任せにするのは子どものためにもよくありません。

中学生のお子さんをお持ちのご家族、やがて中学生になるお子さんのいるご家庭の皆さん、思春期をめぐるさまざまな問題をどう乗り切るか―進路選択、友人関係、性の発達、などについて一緒に考えてみませんか。

思春期の特徴

身体と心の発達のアンバランス

身体の発達には個人差がありますが、男女ともに十歳から十五・六歳にかけて身長、体重ともに著しい伸びを示し、初潮、精通などの第二次性徴も現れます。この時期が思春期です。

また、身体の発達とともに、大きな心理的な変化を迎えるのも、この時期の特徴です。

大人へのワンステッ

知識が増え、物事を論理的に、戸惑うかもしれません。

しかし、これは成長期にある子どもの望ましい態度と見るべきでしょう。親の手元から歩き出し、親と違った考えを持ち始めたことの表れで、一人前の大人になるためのワン・ステッなのです。

干渉や放任は逆効果

体は大人でも、心はまだ子どものもともある――身体の発達と心の発達のアンバランスに子どもは不安定な状況に陥りやすいものです。親が子どもの考えや行動にはがゆい思いをするのもこのころです。しかし、必要以上に

干渉したり、放任したりすることは、かえって逆効果です。子どもの意見に耳を傾け、一方で、親としての考えを子どもに伝えてやるのが大切なことです。

進路選択

子どもの意思で方向づけを

親の庇護のもとにある思春期の子どもたちも、やがては自分の意思で行動し、責任を負って、社会活動をしていくこととなります。その意味でも、進路選択は、子どもが自らの意思で、人生の方向づけを行う初めての経験であるかもしれません。

とはいえ、まだ十代前半の子どもたちのことです。進路について、はっきりとした意思のない子もいます。自分自身の適性や長所、短所を客観的に見ることができない子どもも少なくありません。

親は子どもの精神的な支え

親は「こうしたなさい」と子どもの進路を決めつけるのではなく、子どもの性格や適性をよく観察し、適切なアドバイスを与えたり、子どもが自



友人関係

円滑な人間関係を築く基礎固め

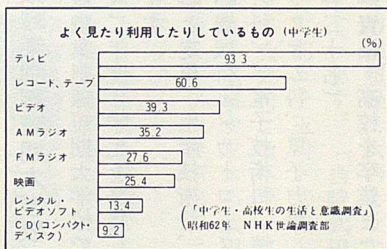
学校生活で何が一番楽しいかと聞くと、多くの中学生が友達との遊びや会話と答えます。友達つきあいが楽しいから楽しくないかは、毎日の生活の充実感を大きく左右します。しかし、最近の子どもたちの友人関係には、次のような傾向が見られます。

○友人をつくるのが苦手な子が増えている。
○表面的な会話を交わしているだけの、浅いつきあい方が目立つ
○限られた少数の友人しか持たない子が多い

友達は「メディアやメカ」

これらの原因として考えられるのは、塾やおけいこごとに通う子どもが増え、友人同士の交流の機会や時間が減ったこと、テレビ、漫画、テレビゲーム、ラジカセなどのメディアやメカが身近にあり、それなりに楽しい時を過ごせる――といったことのように

このような「メディアやメ

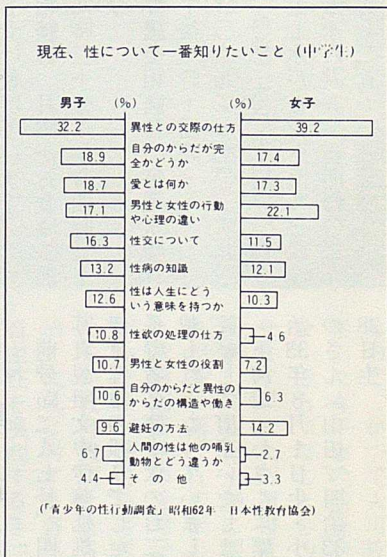


性の発達

性意識の変化に対応を

思春期の特徴の一つに性の発達があります。身体面での性の発達とともに、心理面でも恋愛や性への関心が急速に高まり始めます。子どもたち、特に男の子では性欲と理性との葛藤に悩んだり、自分の理性の弱さに自己嫌悪に陥ったりすることがあります。

一方、世の中の性の解放はますます進み、性の情報の氾濫やポルノをはじめとする「性産業」の隆盛といった側面があります。このような風潮に流されて、現在の子どもたちの性意識は、親の時代に比べてずっとな変化しているよう



「自ら進んで」が六割も

また、最近女子による性の逸脱行動がクローズ・アツブされています。

警察庁の資料によると、性の逸脱行動で補導された女子中学生の動機は「自ら進んで」が全体の六割近くを占め一番多く、続いて「誘われて」が四割弱を占めています。「だ

まされて」とか「おどされて」といった理由は一・二%にすぎません。家庭や学校が面白くないから、勉強についていけないから、といったささいなことが引き金になって、逸

脱行動に走ってしまう例が少なくないという報告もあります。

■大人は子どもの良いモデル
性教育の話となると「寝た子を起こすな」式の反応を示す親が多いようですが、性意識が変化し、性的成熟も早くなっている最近の子どもたちには、いっそう適切な性教育が望まれます。

親や大人は、性の適切なあり方を、日常生活の中でごく自然に子どもに伝えていくこと、大人自らが、性に関して子どもの良いモデルとなることなどが求められます。また、異性に対する思いやりと、お互いを尊重しあう気持ちが子どもに身につくよう、折にふれ話してやることも大切です。

トビックス

歌と音楽で

世代のふれあい

十一月十二日、北浦村公民館において、老人を囲む三世代の芸能発表会が開かれました。

この催しは、子どもからお

武田小学校生の合唱



年寄りまでが、それぞれの時代の歌や芸能を披露しあいながらコミュニケーションを深めようと毎年開催されています。当日は老人会の方の歌や日本舞踊、そして子どもたちの合唱などが次々と演じられ、それぞれにさかんな拍手が聞こえました。特に小学生たちの合唱は美しいハーモニーでお年寄りの方々も笑顔で聞き入っていました。



おかあさんたちの舞踊

お知らせ INFORMATION

ガス溶接作業に

携わるみなさんに

平成元年度「ガス溶接技能講習」講座が次により開設されます。

□日時 平成二年一月二十三日

日～二十五日の三日間 午前九時から午後五時まで

□場所 茨城県立鹿島産業技術専門学院

□内容 労働安全衛生法に基づく講習で、これを受講すると、ガス溶接技能講習修了証が交付されます。

□定員 三十人（先着順）

□受講料 二千五百円

□締切 平成二年一月十六日

□申し込み、問い合わせ先

茨城県立鹿島産業技術専門学院（☎〇二九九―六九―一一七〇）

―学生募集―

茨城職業訓練短期大学校

茨城職業訓練短期大学校では平成二年度の学生を募集しています。

□学科と定員 生産技術科、自動機械科（メカトロシテム科）、電子技術科、情報システム科、原子力科（各二十名）

□受験資格 高校を卒業または

は平成二年三月卒業見込みの者

□願書受付 平成二年一月二十二日～二月二日

□試験日 平成二年二月十五日

□問い合わせ先 募集要項など請求する場合、郵便切手二百五十円同封のうえ

☎三一〇 水戸市水府町八六四―四茨城職業訓練短期大学校学生課まで（☎〇二九二―二四―六六〇六）

交通事故の相談は

社団法人日本損害保険協会水戸自動車保険請求相談センターでは、無料で交通事故の相談を受け付けています。専門の相談員が親身になって相談に応じるほか、電話での相談も受け付けています。

□相談日 月曜から金曜午前九時三十分～午後四時三十分

□弁護士相談日 毎週水曜日午後一時～四時

☎〇二九二―二六―六九三（直通）水戸市南町三十四・五七水戸セントラルビル五階水戸調査事務所 ☎〇二九二―二五―一三三一

善意

北浦村中学校へ―

○池の橋 久保博光さん（小貫）・原繁太郎さん（小貫）より○鯉（三十八匹）高柳孫市郎さん（山田）より○ビデオカメラ、ビデオアダプター、ビデオレコーダー 井坂文稔さん（山田）より

訂正

前号No.二八七号、四ページ写真説明文中伊藤延雄さんは伊東延雄の誤りでした。また、長寿者名簿中次のお二人が記載もれとなっていました。お詫びして訂正いたします。
・下河辺つねさん（繁昌）明治33年3月1日生・小野瀬せつさん（山田）明治33年4月28日生

ふるさと

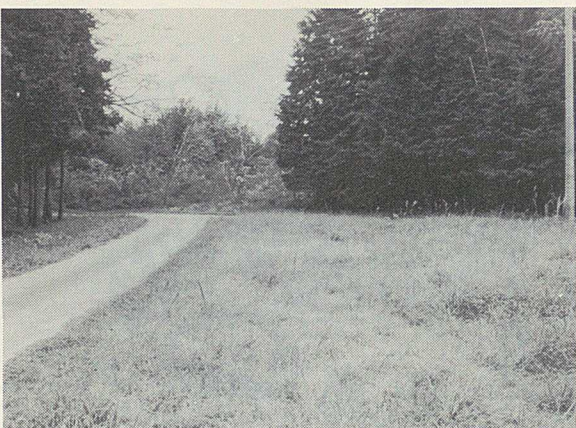
歴史散歩

村立「武田図書館」

内宿の自性寺の参道を行くと境内に入る前に大きな空き地があります。ここにかつての武田尋常高等小学校がありました。そして、この校内に「村立武田図書館」がおかれていたのです。

明治時代における図書館の設置は、明治二十二年の「私立石岡書籍館」が最初となり

武田図書館跡地

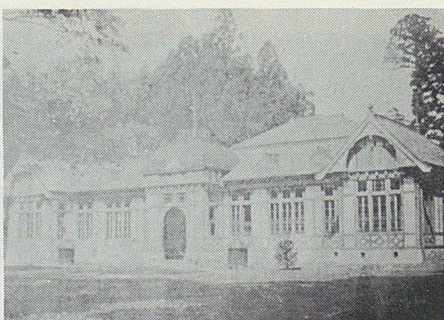


ます。その後、茨城県立図書館（明治三十六年・水戸市）、行方郡教育会付属図書館（明治四十一年・麻生町）、宍戸図書館（明治四十二年・友部町）、城山文庫（明治四十二年・つくば市）と続き六番目に武田図書館（明治四十二年五月）となっています。

は、その回想録に次のように記載しています。「当時武田村ハ行方郡ニテ玉川ト武田ト言ツテ二大難村ニ数ヘラレタ、村会議員ノ選挙ナドニハ武田デハ竹槍ナドヲカツギ出シテ競争ナドシタ」

このような情勢を打開するため大川校長は三十六年に小学校の卒業生や有志を募り、「武田交友会」という青年会を組織しました。これが後に武田青年会として村政、村風の刷新を担っていった組織です。また、翌年三十七年には行政担当者として強力な指導力を示した額賀銀之助が村長に就任しています。

額賀村長は、当時最重要課題であった「村是（村運営のための基本調査及び村政方針を示したもの。その上には県是があつた）」の作成に努力するとともに教育・農業にも力を入れましたが、その実際の実行部隊となつたのが青年会でした。



明治三十六年に設置された茨城県立図書館

振興ニ資スル」ことを目的に村政や農業、生活に渡る広範囲な活動を展開して行きました。そして、実はこの額賀村長の青年会指導（『地方改良運動』に「武田図書館」の設立が大きく役立っていたのです。

図書館の設立は、額賀村長が日露戦争における功績にたいする下賜金をもとに寄付を募り、武田尋常小学校内に設けたものです。その動機は、「本村小学校卒業後ノ児童ヲシテ世ノ風潮ニ感染セシメス読書ノ趣味ヲ解シ之ニ依リ青年の風紀ヲ矯正セン」という

もので、かつて大川校長が提案した青年会の前身が「禁酒会」であつたことを彷彿とさせます。また、蔵書は時代を反映して報徳主義に関するものが多く選ばれてました。

武田図書館の管理は青年会があたり、図書館は村の青年たちの教育機関とともに、政治・文化に対する青年たちの自主性を喚起するきっかけとなつて行きました。

そして、これらを契機に村風も次第に変化し、かつて難村と呼ばれた武田村は、明治四十三年一月「町村ノ治績佳良」として県から「模範村」として表彰されることになりました。

図書館の設置は、直接には村長の「動機」に語られていますが、相対的には当時国が強力におし進めていた「地方改良運動」の発端としてはじめられ、結果として、日露戦争後さらに進む明治政府の殖産興業・富国強兵策の一翼を担わされていた。という事実があります。この「知識を得る場」として人々が歓迎し、学び合うという図書館本来の目的は達せられたようです。

くらしの健康相談

脳卒中を防ぐ生活管理

脳卒中を防ぐ生活管理

脳の血管が破れたりつまったりして起こる病気が脳卒中です。年々この病気になる人は

亡率は低下してきているとはいえ、まだまだ油断できない代表的な成人病のひとつです。◆脳の血管を守る生活の処方せん

- 減塩。動物性脂肪を避ける。高血圧と動脈硬化を防ぐには食生活をポイントに。
- ふとんは軽く、枕は低く、重いふとんは心臓を圧迫したり、また枕が高いと首の頸動脈を屈曲させ脳圧を高める結果になり、脳卒中の原因になることがある。
- 風呂はぬるめの湯に入る。
- 便秘
- トイレでの発作が多い理由の

一つに排便時のいきみによる血圧上昇がある。便秘ぎみの人やお年寄りには食生活に注意して便秘を防ぐ。

●寒さには特に注意する。

脳卒中の起きやすい、魔の時間帯のひとつが午前六時台。冷えた室内を暖かいふとんの温度差によって起きるものと考えられます。このように急に寒いところへ出ると、脳卒中になりやすいので、冬場は特に寒さ対策を万全に。(対策①風呂の脱衣所は暖かく、②外出の際は厚着で、③トイレにも上着を着て、④起床前に室内を暖めておく。)

●血液、眼底、血圧検査を定期的に。

のびのび育て



斉藤遥奈ちゃんとおかあさんの京子さん (南高岡)

はじめての子どもです。生まれてみると、赤ちゃんはこんなにかわいいものなんだとあらためて感じました。名前は夫婦二人で、字は私が考えました。女の子ですから、明るくて優しい子に育って欲しいと思っています。

◆前ぶれについて

のぼせ・めまい・ふと意識がなくなる・舌のしびれ・脈が不規則・手足のしびれ・ふらつく・目がチカチカかすむ等、右記のような症状が最近見られたら、一過性脳虚血発作(一時的な脳卒中)の疑いがあります。すぐ症状が消えるので、「何でもなし」と思いがちです。しかし、脳梗塞の前ぶれの場合もあるので、油断は禁物です。

おれら仲間たち



ブルー・サンダー

ブルー・サンダー(閃光)は一見ただけでは何のチームか分かりません。一応野球をメインに取り組んでいますがその他のスポーツも機会があれば参加します。

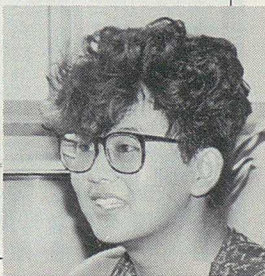
ブルー・サンダーのみなさん



今年八月に結成され、二十人ほどのチームメイトがいます。このチームは大工さんの根本徳雄さん二歳が呼びかけてつくったもので、平均年齢は何と十九歳。「ウチのメンバーは、顔つきは悪いけどいい奴ばかりです。野球やスポーツの経験もありません。以前は暴走族まがいのこともしました。今はみんな真面目に職人さんなんかをしてるわけです。社会人になつたら何かやることになくなっちゃうんですけどね。今はスポーツという形をとっていますが、いずれは何かの役にたたいですね」と話してくれました。

しかし、夏の野球大会に地下足袋でプレーしたのは驚きました。

根本徳雄さん



ハッピーファミリー



小沼保夫さん 智子さん (吉川)

◆お二人が知り合ったきっかけは私主人も4日クラブに加入していたのでそこで知り合いました。

◆お互いの気に入ったところは優しく、まじめなところ。◆明るくて、働き者だということ。◆デートはおもに何処へ◆仲間のみんなで出かけることが多かったので近場が多かったですね。

◆結婚生活の感想は想像どおりです。優しくしてくれま

◆あまり実感が湧かないんですが、身のまわりの心配はしなくなりました。

◎四年間付き合って結婚。来年二月には待望の赤ちゃん誕生の予定です。

きたうら

高野 三千春選

秋の日はどこも似ている村風景 甘藷掘り背のぼしおり寺の鐘 落書きに君好きとありカンナ燃ゆ 研鑽の人の祝賀や秋の宵 鳥渡る村開発のブルの音 旅に出て夫に合わせる茸飯 風澄みだいてコスモスのゆれており 鈴虫のぼたり鳴き止む厨口 村から村へ嫁をさがしに花芒 泣き笑ひして稗史のコロコロと 幾何模様窓に映して神無月 行商の言葉せわしき秋惜しむ

寺内 理枝 泉 みさ 野村 すす 高野 敬子 石上 敬子 松本 玉江 東野 サカエ 羽生 まき 方波 見和世 本戸 さく子 仲居 いみ子 土子 文江

フレッシュベーカリー 前田 (内宿)



前田 稔さん

前田さんは三年前から現在の場所にお店を出しました。パンづくりを始めて三十年の前田さんが、ここ一年ほど製造に力をいれているのが天然果実酵母を使ったパンづくりです。

◆一般のパンづくりが純粹の生イーストを使うのに対し、この果実酵母はいわば自然物。リンゴやブドウそして柿や梅からもつくることが出来ます。ただ、普通のイースト菌にくらべ天然果実酵母は醗酵するのに三

天然果実酵母と

全粒粉がおいしさの秘密

パン本来の味が引き出されるといふメリットがあります。ただこれも、国産の小麦になると生産量の関係からグルテンの量がなかなか均一のものにならないことがあり、製造

に苦勞するという事です。しかし、天然果実酵母も国産小麦の全粒粉も大工場では出来ない手作りならではのものと云えます。

前田さんのお店ののどくと、真っ白いパンはありません。食べなれた人には見た目も口ざわりも違ったパンに驚くかもしれません。しかし、これが前田さんの言う「農業に例えれば有機農業と化学肥料農業の違い」なのです。

12月のカレンダー

日	曜	時 間	場 所	行 事	備 考
4	月	受付 午後1時30分 から2時30分	母子保健 センター	三 歳 児 健 康 診 査	対 象 S61. 9. 1 ～11. 30生れ
11	月	"	"	母子保健教室	3 回 目
14	木	第4回 定 例 村 議 会			19 日 まで
15	金	受付 午後1時30分 から2時30分	母子保健 センター	予 防 接 種 三 種 混 合	対 象 1 期 2 回 目
17	日	受付 午前9時から 午後3時	武田小学校	創 作 講 座 「なづくり」	対 象 武 田 学 区 会 子 ども 会
18	月	受付 午後1時30分 から2時30分	母子保健 センター	育 児 相 談	
22	金	"	"	一般健康相談	
25(月)～26日(火)		集 合 徴 収		村 県 民 税 国 保 税 国 民 年 金	第 4 期 第 4 期

北浦村芸術祭

作品募集

1990・1/29～2/4

平成2年1月29日(月)から2月4日(日)までの7日間、第17回北浦村芸術祭を開催いたします。

作品及び発表会の参加者を募集しますので、多くの方々の参加をお待ちしております。

□ 1月29日～2月4日

- ・美術展(絵画・書道・写真)
- ・盆栽展・生花展・アートフラワー展・七宝焼展・水墨画展・手工芸展

□ 1月31日(水)民舞・舞踊大会

□ 2月2日(金)歌謡大会

□ 2月3日(土)民謡大会

□ 2月4日(日)吟詠剣詩舞大会

俳句大会

*申し込みは12月22日まで

詳しくは公民館へ(☎5-2693)

暮らしのポイント

おもちとカビ

おもちは、関西では丸いもちが普通で、関東では四角に切るのが習慣のようです。

最近では家庭の暖房事情がよく、おもちがカビやすいですが、おもちの表面をよくふき取った後、酒か焼酎でふいておくと、カビ防止に役立ちます。カラシにも、カビを抑える働きがあります。小皿かおちよこに、大きじ二杯分くらいの練りカラシを入れ、和紙でフタをして、もちの箱に入れておくのもカビ防止の工夫の一つ。

のしもちを切るときは、ぬれた布きんで包丁をふきながら切ると、もちが包丁にくっつかず、スムーズに切れます。また、大根をそばに置いて、そのつど包丁で切れ目を入れながらもちを切ると、同様につかずに切れます。

鏡もちは、重なり合ったところにカビがはえやすいものです。これを防ぐには、供えるときに、米粒を五つ、六つもちの間に敷いておくと、通気性がよくなって効果的です。

あとがき

〇「ごみを捨てるな」という看板の下によくごみが落ちています。観光地でも、タバコの吸殻一つ落ちていないところもあるし、ごみの目立つところもあります。ごみを捨てやすい場所もあるし、平気でごみを捨てるモラルの人もいます。産業廃棄物の問題は人間の暮らしと環境の調和という一つの時代でも難しい問題を含んでいます。

人口の動き

住民基本台帳調(10月末)

人 口	11,160
男	5,550
女	5,613
世帯数	2,441
転 入	21
転 出	18
生 亡	7
死	7

