

みんなで食べよう
米は明日のエネルギー

五道町米需給対策協議会



もちつき大会

米の消費拡大のPRに
お年寄りと親と子の
三世代もちつき大会が
十一月二十二日に
中央谷民館の庭で
行われました

広報



たまっくり

主な内容

来年の稲転	
町の割当ては218%	2~3
くるか胚芽精米時代	4
米との上手なつきあい方	5
われら健康優良児	6
商工会だより	7
特集・年末年始事故防止	3~4
おしらせ	10~11

81/12

第257号

昭和56年12月15日

(毎月1回発行)

来年の稲作転換

町の割当ては二一八ヘクタールに

ことしより六・五割ふえる

来年度の当町の転作割当面積が、ことしより6.5ヘクタール増えて218ヘクタールに決まりました。ことしは211.5ヘクタールの割当面積に対し、不足分を急きょ非常手段として「青刈」を実施し当初の目標を達成しました(実施率101・2パーセント)。過剰米が大量にある現状では、食糧制度を維持していくために、稲作転換は避けてとおれず、青刈という非常手段にでる前に、来年はぜひ自主転作で、目標を達成したいものです。

来年も転作推進員を

さる十一月二十四日に「水田再編に関する会議」が役場大会議室で開かれ、昭和五十七年度の稲作転換対策が討議されました。

町割当面積は二一八ヘクタールで、割当面積は各農家個人配分とし、稲作面積の二〇パーセントが割当てられます。さらに、前年度までの各農家の不足分については加算されます。

若海に転作団地が

—もうかる転作を—

会議のなかで、来年もまた今年に引き続き稲作転換の推進体制として、各部落に転作推進員を置いて促進していくことにきまりました。推進員のメンバーは、議員・農業委

転作するにあたって、各農家がバラバラにするよりも数

第五回臨時議会を開催

第五回臨時議会が十一月十九日に開かれ、提出された一般会計補正予算案一議案が原案どおり可決されました。その内容は次のとおりです。

▼一般会計の補正予算
歳入歳出予算の総額に、

それぞれ六百七十五万二千元を追加し、歳入歳出予算の総額が二十六億七千四百七十一万円となりました。

○歳出
○総務費に十五万二千元。土地改良区総代選挙費です。
○土木費に五百万円。西蓮寺・川向・羽生地区の道路工事にかかる道路維持費。
○災害復旧費に百六十万円。現原二〇号線橋梁工事等の設計委託料です。

戸でまとまって行った方がより効率的に水田を利用できることから、このほど、ほ場整備のすんだ梶無地区(若海地区)で五戸の農家による転作団地化が行われました。

団地化したのは、根崎修男さん(若海、根崎藤吉さん(若海)、島田修さん(若海)、大曾根喜広さん(捻木)、大曾根啓儀さん(捻木)で、地つづきの五人の田合わせて二ヘクタール。これまでは根崎俊男さんだけが三アール分転作をしていましたが、町と農協及び麻生地区改良普及所の転作団地化呼びかけにこたえて行われ

たもので、十一月中旬には五戸が協同で大麦の種まきをし、転作団地がスタートしました。転作団地には、町と農協それに改良普及所がバックアップし、十アールあたり二万円の町単独補助金がつきます。そのほか、転作団地のメリツトとしては転作面積が大きくなることから、

①機械力を効率よく利用できる。
②隣りの田からの浸水を防ぐことができる。
などが考えられ、「もうかる転作」を行ううえで団地化は一つの有効な手段といえます。

団地の条件
は二畝以上

団地化しようとする場合には、次の二つの条件が必要です。

①転作田が完全に地続きで、一定のまとまりがあり(連担団地)、一団地の面積が二ヘクタール以上あること。
②団地の転作作物が二作物以内であること。
この二つを満たしていれば、転作団地となります。

総所得では

「水稲」より上

転作作物は、水稲と比較すると農作業の手間がかかり、生産性が高いとはいえません。それに出来・不出来があります。しかし、例えば、大麦↓落花生、大麦↓大豆などの一年に二作物の組み立てで行うと、別表1のように水稲と比べて総所得では上回っています。

その上、団地化により農作業の機械化や協同化など手間



転作団地で大麦の「たねまき」を共同作業で……

(別表1) 水稲と転作作物の収益比較表

(10アール当り)

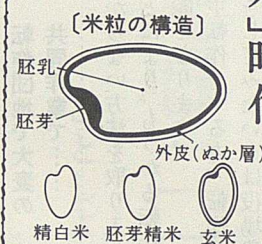
組 合 せ 項 目	作 物	A	B		C	
		水 稲	大 麦 + 落 花 生		大 麦 + 大 豆	
①	収 量	465kg	450kg	360kg	450kg	250kg
②	単 価	340円	172円	330円	172円	260円
③	粗 収 益	158,100円	77,400円	118,800円	77,400円	65,000円
④	経 営 費	53,700円	40,000円	35,000円	32,000円	18,000円
⑤	生 産 所 得	104,400円	37,400円	83,800円	45,400円	47,000円
⑥	所 得 計	104,400円	121,200円		92,400円	
⑦	転作奨励補助金	0円	50,000円		50,000円	
⑧	団 地 化 加 算	0円	20,000円		20,000円	
⑨	そ の 他 補 助 金	0円	5,000円		0円	
⑩	補 助 金 計	0円	75,000円		70,000円	
	総 所 得	104,400円	⑥+⑩ 196,200円		⑥+⑩ 162,400円	

※参考資料 鹿行地方転作誘導指標より

- (注) 1. 転作奨励補助金は収穫麦で取扱った。
2. 大豆の経営費は転作初年度のため土壌改良資材含む。
3. 栽培品種は水稲(コシヒカリ)・大麦(カシマ)・落花生(ナカテユタカ)・大豆(エンレイ)とした。
4. 単価は56年度を基準とした。

くるか「胚芽精米」時代

風味があつて、ビタミンB₁や、いま注目のビタミンEが含まれている健康食品胚芽精米とは



古くて新しい問題

世の中が複雑になったせい、古くて新しい問題がいっぱいある。食糧問題で最近話題になっている「はいが米」運動もその一つ。胚芽米——

年輩の人には懐かしい呼び名だが、実はこの胚芽米、食管法上では主食になっていなかったのだから、ウソみたいな話だが、これは事実である。

ところが、昭和五十二年七月十五日、食糧庁の長官通達で「胚芽精米」を食管法の主食に公認し、普通の白米と同じ扱いを受けることとなったのである。理由は、三十年來姿を消していた脚氣が増え出したため。

日本循環器学会などで問題化し、食糧庁も放っておけなくなったのである。

江戸患い

脚氣という病氣はタチの悪い病氣で、なんとなく体がだるくなり、足がむくんで指で押すとペコンとへこみ、なかなか元に戻らない。衝心脚氣となると、ある日突然心臓発作をおこしあの世行きとなる。大正の末期頃の脚氣の死亡者は二万人を下らないとされた。日本は瑞穂の国、米食民族である日本人は昔から脚氣と縁がある。江戸文化の爛熟期といわれた元禄時代「江戸患い」という奇病が話題になっていた。当時、庶民の常食はヒエやアワの雑穀が主体で、白米を食べていたのは上層の

武士や大商人などごく一部のみに限られていた。ところが、農村から「でつち奉公」に出てきたり地方の藩から江戸詰めになった武士たちは、江戸住いで白米を珍しがり、たらふく食べて脚氣症状をおこすものが続出した。しかし田舎へ帰ると、また元の体に戻ってピンピンする。そこで「江戸患い」という言葉が生まれた。これは明らかにビタミンB₁の不足からきた脚氣である。

胚芽米の登場

そもそも胚芽米の登場は古い話である。大正十三年（一九二四年）兵隊の間に脚氣患者が広がり、困りはてた軍部は東大病院の「島菌内科」に原因の究明を依頼した。島菌順次郎博士が精米と胚芽米の栄養差をハッキリ示したのが始まりで、海軍の遠洋航海による人体実験の結果により明らかに胚芽米の優位が立証されたのである。海軍では昭和四年採用にふみ切ったが、翌五年には脚氣患者が五分の一に激減したという記録が残っているという。

健康プラス美容食

ところで胚芽米とはどういうものか。一粒の米からモミ殻をとったものが玄米で、胚乳と胚芽と全体をおおうヌカ層（外皮）からなっている。これをまるまる食べてしまうのが玄米食だが、これは炊きあがりかボロボロで消化も一般の人には向かない。七分づきは、ヌカの部分を三分残したもののだが、胚芽がちゃんと残っているという保証はない。胚芽米は、外皮はとり除いて胚芽の部分を残したもので、地方によっては胚芽白米と呼ぶところもある。胚芽をとった米は死んでしまいが、胚芽米は生きています。

胚芽精米の中には、白米の二・五倍もビタミンB₁がある。これは活力の元。また、胚芽米だけにあるビタミンEは若返りの元だとされている。だから気の利いた米屋さんは「夏バテ防止にもってこいです」と宣伝する。つまり、健康食品であると同時に美容食品でもあるというわけだ。

らばして三十五年。白米一辺倒で、また脚氣患者が出はじめたため主食のなかに「胚芽精米」として入れざるをえなくなったのである。因果はめぐるといって、島菌博士の実験から六十年近くになって、いまようやく晴れて公認の座を得たのである。

さて、こんなにいいはずの「胚芽精米」公認されてから四年になるのにサツパリ普及されてない。いま生産されている胚芽精米は、一億一千万人の消費者が食べる年間需要量約一千万トンのうち、わずかに五万トンにすぎないのである。だから「欲しいけれどどこに行ったらあるの」という巷の声があとを断たない。「胚芽精米は洗わなくてよい」とがずにすぐ炊ける」というから食生活はしごく簡便。今後胚芽精米のPRが進むにつれて、消費者の要望は強くなるだろう。

米の生産過剰は、消費者が米を食べなくなったから生まれた現象である。「胚芽精米」という「愛すべき食品」は、米の消費量を増やし、健康で若々しい日本人をつくるのに最もふさわしい食品である。町村週報より 寺山 義雄（農政評論家）

米との上手なつきあい方

いま、アメリカでは、日本人の食事パターンが大きな注目を集めています。ひと昔前まで、わたしたちは欧米諸国の食生活をモデルに、それに一歩でも近づこうとを理想としていました。それが、いまではアメリカが日本人の食生活を見習おうとし、食事パターンの改善をめざしているのです。

大きなステーキと野菜を小々、それに小さなパン——この洋食の典型的な食事内容では、カロリーや動物性脂肪がとりすぎることにあります。このような食生活によって、栄養のアンバランスから心臓病や動脈硬化などの成人病にかかる人が増えます。

見直そう「ごはん中心の日本型食生活」

いる食生活の見直しは、こうした背景から生まれてきたものです。

ところで、そのアメリカが「手本」とするわたしたち日本人の食事パターンをみてみますと——

ごはんを中心に魚・野菜・海藻・大豆製品などを食べる従来の「日本食」に、欧米型の食生活がミックスされ、全体としてはバランスのとれた理想的な食生活となつています。といつても、全く心配がないわけではありません。若

い人たちの間で、いわゆる欧米型の食事を好む傾向が強いことです。このままでは、将来、日本でも現代の「アメリカの悩み」を背負うことになるかねません。

そこで、いま一度見直したいのが、米を中心とする日本型の食事パターンです。ごはん中心の食生活には、次のような良い点があります。

- ①ごはんそのもののカロリーが低いので、ほかの食品との組み合わせがいろいろできる。つまり、バラエティーに富んだおかずがそろえられる。
- ②ごはんは和・洋食・中華などどんなおかずとも合う。
- ③ごはんは満腹感が強く、カロリーのとりすぎを防ぐことができる。
- ④ごはんには良質なタンパク質が約七割含まれている。では、具体的に、ごはんをどれくらい食べるのが、適

量「なのでしょか。年齢や性別、運動量により、いちがいに決めることはできませんが、だいたいの目安はつけられます。

米を中心とした食生活の場合、一日約二千五百キロカロリーの必要とする二十歳代の成人男子で、一食につき茶わん二杯（三食で約千五百キロカロリー）です。また、一日に約二千キロカロリーといわれる二十〜三十代の主婦の場合、一食当たり茶わん一・五杯のごはんを食べるのがベストだとされています。

というのは、これだけの量のごはんをまず食べて、一日必要量の残りのカロリーをバランスよく副食でとることに

よって栄養の偏りが防げるからです。このごはんの量が減ると、どうしてもおかず、とくに肉類をとる量が増えカロリーのとりすぎになります。日本型食生活ではごはんが良質な植物性タンパク質の供給源であるとともにカロリーとりすぎの「歯どめ役」となっているのです。適量のごはんを食べるバラエティーに富んだ理想的な食生活を、もう一度考えてみましょう。

みんなそろって明るなお正月を



「歳末たすけあい運動」

にご協力を

12月1日～25日

われら健康優良児！

町健康優良児童生徒選考審査会

町の健康優良児童生徒の選考審査会が、十一月五日に玉造中学校で行われ、各小学校の六年生男女の代表十四人と玉造中学校三年生男女八人が、体力測定と健康診断を行いました。

体力測定は「五十メートル競走」「立幅跳び」「ソフトボール投げ」の三項目が行われ、総合審査の結果、当町の健康優良児童代表には玉造小学校の武内英明君と羽生小学校的貝塚宏美さんが、健康優良生徒代表には海老原正君と荻恵子さんが選ばれました。



成島良幸、関口博文、海老原正、荻恵子、板橋千秋、相川知子、高野由美子

選ばれた四人は、来年二月二十日に当町で開かれる「行

▼町の健康優良生徒
(玉造中) 坂本誠一郎、(玉造小) 並木栄一、武内英明、郡司智子、渡辺僚子

(玉造小) 石橋敏明、弓削万里子
(現原小) 小沼和典、石川留美
(玉川小) 関野勝一、田中浩美

▼町の健康優良児童
(羽生小) 坂本祥二郎、貝塚宏美

善意銀行

○十一月十一日……町農村青少年クラブ(会長森作芳樹)より六万一千三百二十二円。産業文化祭でのチャリティバーゲンから
○十一月十三日……町生活大学(委員長齋藤美代江)より十万六千六百四十円。産業文化祭開催中に行ったバザーから
○十一月十七日……町



売上金をおくる漁業組合長たち

歳末たすけあい運動
にご協力を



へみんなそろって明るくお正月を。をスローガンに、こしも恒例の「歳末たすけあい運動」が、現在繰り広げられています。みなさんのご協力をお願いします。

ふれあいを求めて

老人と集う三世代の広場

県と県老人クラブ連合会主催による「第三回老人と集う三世代の広場」が、十月二十五日に那珂町の県営笠松運動公園で行われ、当町からも六十三名が参加しました。お年寄りと子、孫の三世代が一緒に楽しくレクリエーションを楽しみ、ふれあいを持つと一昨年より始められたもので、「ボールころがし」「三



木炭・黒炭を、第四玉雲会が手芸品を出品しました。

表彰三題

金田さん県功績者に

さる十一月十三日の県民の日に、昭和五十六年度茨城県功績者表彰が知事公社で行われました。当日は、県内の功績者二十五人が表彰され、当町からも柄貝の金田よし江さんが表彰を受けました。このたびの金田さんの表彰は、永年にわたる民生委員・児童委員とし

て社会福祉の向上発展に貢献されたその功績が認められたものです。

統計で

鬼澤さんと荒井さん

「第二十三回茨城県統計大会」が、十一月十二日に筑波郡谷田部町の第一国民センターで開かれました。大会式上統計調査に功績のあった方々の表彰が行われ、当町からは根古屋の鬼澤かつさんが県知事表彰を、浜の荒井福治さんが統計協会総裁表彰を受けまし

小松崎さん

さる十月十八日の「統計の日」に、潮来町の関東農政局茨城統計情報事務所に於いて農林水産大臣からの表彰伝達式が行われ、当町八木崎の小松崎平さんが大臣表彰を受けました。農家経済調査に十年間協力され、農政に貢献したその功績が認められたものです。

ことしも交歓会が

— 新田地区 —

ことしも12月1日に、新田地区のお母さんたち(和らぎ会)と老人クラブのお年寄りたち(親和会)の交歓会が新田地区集会所で行われました。お年寄りたちにお母さんたちが手料理をごちそうする。この交歓会は毎年行われている心あたたまる行事で、紅白玉入れなどの楽しいゲームも行われました。



ゲームを楽しむ交歓会

(商工会だより)

年末年始大売出し

細川たかし ショーにご招待!!

朝夕の冷え込みも、師走の 実施要項
声と共に一段と厳しさを増し 一、名 称
年始大売出しを実施致すこと 細川たかし、香坂みゆき
になりましたので、この機会 ショーご招待大売出し
を御利用の上玉造町内、加盟 二、売出し期間
店にて、お買い求め下さい。 十二月二十日～一月三十
一日

三、方 法

お買上二百円毎に補助券一枚進呈
補助券百枚にて入場券一枚と引換
※招待者より会場整理費として二百円徴収する。
※百枚未満は無効
招待者数 五、五〇〇名
引換期間 一、一月二十日～二月五日
招待日 五十七年二月二十一日(日)
会場 玉造中学校体育館

八、公演 十一時。二時。

年末調整はお早め!

年末調整の手続きは、お済みでしょうか。
一月十日迄に、税務署へ提出して下さい。期日迄に報告の出来なかつた方については、税務署より延滞納入通知が来てしまいますので、ご注意下さい。

決算申告書類の

準備は順調ですか

余裕を持って申告が出来るように、早めにまとめておきましょう。
今年も大変お世話様になりました。来年も、特段のご指導、ご協力を節にお願いすると共に、皆様方が良い年を迎えられますよう、心よりお祈り申し上げます。
役職員一同

火災予防

台所が火元 その大半は天ぷら火災

台所で火災発生——というと、火元は、そのほとんどがコンロです。火災件数を出火原因別にみますと、最も多いのがたばこですが、コンロによるものは、たき火、火遊びに次いで「第四位」を占めています。さて、そのコンロによる火災ですが、意外に多いのが、天ぷらを揚げている最中に火が入り、周囲の物に燃え移るというケースです。冬場は、どうしても揚げ物やため物など、油を使った料理が多くなります。また、十二月は、とくに暮れ間近になると何かにつけてあわただしく、火を使っている途中に電話や来客の応対で台所を離れるといったことも、しばしば起こりがちです。

冬の台所——とくに天ぷらなど揚げ物をしているときは、十分注意を。

台所を離れるときは 必ずガスの栓を閉める

「ちよつとの間だから……」は火事のもと

「天ぷら火災」はそのほとんどが、揚げている最中に、火をつけてたまま「ちよつと」台所を離れた「スキ」に起きています。戻



こう話しています。なぜ、揚げている最中に台所を離れたか——その「原因」をみてみますと……
▽電話がかかってきて……
▽訪ねてきた近所の人やセールスマンと話し込んでしまつて……
▽ほかの家事をしていて、例えば、子供が泣いたのでその世話をしていた……
「天ぷら火災」は、このようになちよつとした心のスキから起こっています。揚げ物をしていて台所を離れるときは、その都度、必ずガスの火を消すこと、ほんのちよつとだからという「油断」は禁物です。気をつけましょう。

油の科学

油そのものが燃えるのではなく
熱せられた油の蒸気が燃焼する

天ぷらなべに火が入る——と言っても、ガスの火が直接なべの中の油に燃え移るのではないことは、言うまでもありません。では、なぜ「火が入る」のか——この点を具体的にみてみましょう。

たとえば、アルコールやガソリンが燃えるのは、それ自体が燃焼しているのではありません。アルコールやガソリンの蒸気が燃えているのです。専門用語では「蒸発燃焼」という言葉を使っています。天ぷら油に「火が入る」のは、一つには、この蒸発燃焼による



蒸発燃焼が始まる、つまり蒸気（火がつく）温度を引火点といいますが、天ぷら用に最も多く使われる大豆油で摂氏二百八十二度です。また、なたね油はそれより低く摂氏百六十二度となっています。なべの中の油がこの温度に熱せられると、蒸発（気化）し始めます。この蒸気は、空気より重いためになべの下に流れ込み、ガスの火がついて油もろとも燃え上がるのです。「天ぷら火災」の大半は、この蒸発燃焼によるものと言われています。また、なべが極端に過熱されると、中の油は自然に発火しますが、この時の温度を発火点といいますが、大豆油の場合摂氏四百四十四度、なたね油で四百四十六度です。——天ぷら油が温まるまでちよつとテレビを、などというのは文字どおり「火事のもと」です。くれぐれも注意を。

飲酒運転防止

「ほんの1杯だけ」が命とり



勤め帰りに熱カンでキュッと一杯……。お酒のおいしい季節になりました。とくに十二月は忘年会など、酒を飲む機会が多くなりますが、同時に飲酒運転による交通事故も増えます。「ほんの一杯だけ」が命とりになりかねません。「飲むなら乗るな、乗るなら飲むな」の鉄則をドライバーの一人ひとりが自覚し、これを守るようにしましょう。

アルコールは 一種の「麻酔剤」

飲酒運転の実態をみますと、まず、酒に対するドライバーの認識不足がめだちます。なぜ飲酒運転をしたか、という問いに対して、「あまり酔っていないかと思ったから」とか「少ししか飲んでいないから」と答

える人が多く、なかには「酔った勢いで」という無鉄砲なドライバーもいます。つまり、アルコールの影響を理解していないと言っているように。アルコールは一種の「麻酔剤」となって、運転に必要な「認知」「判断」「実行」の能力を大きく低下させます。

酒が入ると、運転に次のような影響を与えます。

- ① ルールやモラルにむとんちやくになる
- ② ものの識別や発見が遅れる
- ③ ブレーキやハンドル操作が遅れがちになる
- ④ スピード感がなくなる
- ⑤ 無謀運転を無謀運転と感じなくなる

これらのことから酒酔い・酒気帯び運転がいかに危険であるかが分かります。

道交法 すべての飲酒運転を 禁止

道路交通法では「何人も酒気を帯びて自動車、原動機付自転車等を運転してはならない」と定めており、アルコールの量の程度を問わず、すべての飲酒運転を禁止しています。「酒気を帯びて」というのは、

一定の程度以上のアルコール、つまり「血液一ミリリットルにつき〇・五ミリグラム、または呼気一リットルにつき〇・二五ミリグラム」を超えた濃度が認められる場合をいいます。

このような酒気帯び運転は、三か月以下の懲役または三万円以下の罰金に科せられるとともに、違反点数は六ポイントで、運転免許は停止されます。

また、飲酒の影響で正常な運転ができない状態であれば、血中のアルコール濃度に関係なく酒酔い運転となります。この場合は、二年以下の懲役または五万円以下の罰金に科せられ、違反点数は十五ポイントで、運転免許は取り消されます。

一方、実験によると、酔いがさめるのはかなり遅いので、二日酔いにも十分な注意が必要です。夜遅くまで、多量に酒を飲んだあくる日は飲酒運転になる可能性があるので注意。

ドライバーに 酒を勧めた人も 罰せられます

飲酒運転で罰せられるのは、ドライバーだけではなく、酒を勧めたり、勧めたりすることにも禁じられています。

三人権の共存



互いに相手の立場を考えて
豊かな人間関係をつくらう

人権週間
12月4日～10日



(税)の窓

非課税とな る利子所得

私たちは、住宅の購入資金など将来の生活に備えるために、預金をしたり公社債を買ったりして貯蓄しています。

預金や公社債の利子は、利子所得として所得税がかかりますが、一定の手続をとり「マル優」「特別マル優」「財形貯蓄」などの制度を利用すると、次の貯蓄額を最高限度としてその利子には税金はかかりません。

○「マル優」(少額貯蓄の利子の非課税)………三百万円



○「特別マル優」(少額公債の利子の非課税)………三百万円

○「財形貯蓄」(勤労者財産形成貯蓄の利子等の非課税)………三百万円

また、郵便貯金の利子は原則として税金はかかりませんが、三百万円までという預け入れ制限があります。

「子供の本を生かす運動」にご協力を

子供たちの読書環境を整備

するとともに、読書に親しむ習慣を育てるため、現在「子供の本を生かす運動」を実施しております。皆さまのご家庭にねむっている本がありましたら、ぜひご寄贈をお願いいたします。

- ▼寄贈していただきたい本
①「幼児向け図書」(幼児に見る絵本、幼児に読み聞かせる本)
②「小中学校児童生徒向け図書」(マンガ、雑誌は除く)

年末の郵便利用

年末は、非常に多くの郵便物が差し出される時節です。郵便局では、これら大量の郵便物をスムーズに処理するため、いろいろと準備を整えておりますが、次の点に皆さまのご協力をお願いいたします。

私製はがきなど、お年玉つき年賀はがき以外のはがきを年賀状としてお出しになるときは、表面に「年賀」と朱書きしてください。この表示がないと一般の郵便物として年内に配達されてしまうことがありますのでご注意ください。

文化祭特選
老いも若きも文化のまつり
憩うひととき菊香る
坂本常山
兼題折句(ひととき)
冷える朝だねもやすよ焚き火
友は寒がり木をはこぶ
信蔵
曾孫(ひこ)も授かりも満
足よ年は取つても気は病まぬ
治水
人を導く模範となった
たたえた記念の碑
正花
ひだりみぎにともてもておと
ことめでとまらぬ気前よ
光雲
人の運命(さだめ)と木目の筋
はとかく逆目に切れていく
有美
ひざにこころともたれる孫の
とろり夢路の気持よき
竹堂
引いたおみくじもつれた話
とけて目出たし吉とある
美衣
兼題字結「七・五・三」
朝の焚火に三人五人 寄つて
作業の竹を引く 秋扇
越えりや五十路の幾山川も
今は感謝でふりかえる

▼寄贈先
玉造町立図書館、または町内の小中学校
▼期限 昭和五十七年三月三十一日まで
※ご寄贈いただいた図書には寄贈者名を記入し、受領証を交付いたします。

よって引き起こされる殺人傷害などの二次的犯罪を防止するため、県警本部にさる十月十六日から「覚せい剤相談電話」が開設されました。この相談電話は「覚せい剤一〇番」と呼ばれるひろく県民の皆さんから覚せい剤に関する困りごとなどの相談を受け付けています。

『覚せい剤相談電話』が開設に
電話が開設に
最近の麻薬・覚せい剤使用の異常な増加と、覚せい剤に

活かそう！看護婦等の免許を

ただいま県では、地域住民の医療の確保と向上をめざして、「看護専門職として自覚ある皆さん」の参加を求めています。郷土の患者さんのために、また地域保健活動の場に、あなたの持っている豊かな経験と知識とを社会に活かしてみませんか。

茨城県看護婦等無料職業紹介所では、看護婦(士)、看護婦(士)、保健婦、助産婦の方々を対象に職業紹介と看護業務に関する相談を無料で行

っています。

申し込みは、履歴書と免許証をもって紹介所へおいでください。電話での申し込みやご相談にも応じています。

- ▼相談日(月曜、金曜)午前九時～午後四時三十分、(土曜)午前九時～午前十一時三十分。日曜と祝日は休み。
- ▼相談場所 茨城県看護婦等無料職業紹介所(水戸市三の丸三丁目二ノ三三)電話〇二九二(五)八五七二

住宅ローンに利

子補給をします

県では、勤労者の皆さんが

少しでも経済的負担を軽くして、マイホームが持てるよう「茨城県勤労者住宅建設等資金利子補給制度」を設け、一定限度の範囲内の住宅ローンに対して利子の一部を補給しています。

- ▽対象者 県内に一年以上居住する年収五百万円以下の勤労者
- ▽利子補給対象額 金融機関からの借入れ資金のうち、家屋のみ取得の場合は二百万円、宅地・家屋を購入の場合は四百万円
- ▽利子補給 住宅ローン金利の三パーセント以内
- ▽利子補給期間 五年間(六ヶ月)

バドミントン

クラブ員を募集

ただ今、玉造バドミントンクラブでは部員を募集しています。皆さんもこの機会にバドミントンをしてみませんか。ぜひ一度、お気軽に見学に来てみてください。

草女
のどの三寸出かかる愚痴を
じゅつと呑みこむひとり酒
まさお
親のみえはり子どもは別で
だれの祝か七五三 敏治
浮かぶ想いを七五七五 やつ
と捻ってつくる俚謡(うた)
翠峰
孫の祝に自分の年を 知って
身にしむ七五三 義一
姉は七ツで妹が五つ あとの
一人は腹の中 豊山
不覚三振無念のせつな 目か
ら火がとび腕は泣く 尚詩
席題「路」
何を懺悔か遍路の旅に 一人
まじっている娘 青声
武甲山々包んだ霧が 白く帯
引く峠路 幾代
どんな楽しい夢路か坊や 笑
いかけてるいい寝顔
人生行路の峻しい坂も とくじ
和らぐ老の日々 しんじ
村の三叉路苔むす石に 刻み
こまれた道しるべ 藤娘
路地を曲れば銀杏が見える
あれがわが家の檀那寺
巡る秩父路札所の寺の 令音
羅漢に散る紅葉 けんじ
好いて好かれて誓った仲も
親の言葉で岐路に立つ
正史

工業統計調査にご協力を

製造業の皆さん、通商産業省では昭和56年12月31日現在で、「昭和56年工業統計調査」を実施します。この調査は、製造業を営む事業所を対象として、製造品の出荷額、原材料使用額、有形固定資産額などを調査し、工業の事態を明らかにすることを目的としています。



また、本年は「工業実態基本調査」が行われます。この調査は企業の実態の姿について正しい資料を集めることを目的としたもので、調査の対象となるのは製造業に属する企業のうちから抽出選定された指定企業に限られます。

エネルギー消費構造統計調査も

昭和55年から始まった「エネルギー消費構造統計調査」も、12月31日現在で行われます。このエネルギー消費構造統計調査は、エネルギー消費の産業別、規模別、地域別構成をとらえることを目的としています。調査の対象となるのは、製造業に属する事業所のうち、従業者数30人以上のものに限られます。

調査をお願いする事業所には、年末年始にかけて調査員が調査票を持って伺いますので、ご協力をお願いします。なお、記載された内容については統計以外の目的には使用いたしませんので安心してご記入ください。

- ▼練習場所 玉造小体育館
- ▼年齢 中学校卒業から三十五歳位までの一般男女
- ▼連絡先 橋本勝義 〇六〇〇〇九八、榎田栄一 〇五〇二二六六、渡辺利和 〇五一九五一、高柳厚子 〇五一八四五、のいずれかへどうぞ。

節約セツ



冬の寒い時期になりますと健康を損なう（とくに風邪をひく）ことが多くなります。健康体を保つために気をつけたいのは、適度な運動、くつろいだ休養、それになんといつても忘れてならないのは、毎日三回の食事のあり方です。正しい栄養知識を身につけ、バランスのとれた正しい食生活の心がけましょう。

気温が低ければ、体を温めるために、それだけ多くのエネルギーが必要で、そのために冬は、ほかの季節より一〇%くらい多くエネルギーをとらなければなりません。食事の中でも、揚げ物、いため物をはじめ、煮物も油でいためてから煮るとか、みそ汁に

くらしの豆知識

冬の食生活

ゴマ油を落とすなど植物油を多くとる工夫をしたいものです。また、肉・魚・卵・牛乳・大豆製品などの良質タンパク質はエネルギー源でもあります。さらに新鮮な野菜や果物は、ビタミン・ミネラルの補給源ですが、この時期は不足しがちになりますので、くに心がけて食べるようにしましょう。

ところで冬の食事は、どんなに栄養の条件がそろっていても、冷たくては困ります。この点、温まりながら楽しく食べるなべ料理は冬にふさわしいといえます。ただ、量を過ぎがちなことから、塩分の代わりにポン酢や薬味の工夫でおいしく食べるようにしましょう。同時に、三回の食事をきちんと食べて、なるべく胃を空にしないことも防寒のために大切です。

関 齋 山 平 瀧 久 塙 塙
口 藤 中 野 崎 田

い 辰 倭 吉 和 芳
五 郎 男 雄 夫 喜
わ

八 六 七 七 六 六 年
六 五 八 六 九 七 〇 齡

下 羽 上 谷 根 横
浜 宿 生 宿 島 屋 町

おんやまを
申上げます

死亡

〔10月〕

谷 柄 沖 浜 藤 西 上 捻 緑 柄 舟 新 西 谷 根 八 上 新
島 貝 洲 井 蓮 山 木 洲 丘 貝 津 田 連 寺 島 古 木 山 田

小 小 幡 貝 飯 小 風 大 幡 藤 斎 斎 理 瀧 野 高 原 関 野
笠 原 島 谷 塚 島 間 槻 谷 原 藤 藤 崎 崎 本 野 田 口 原 保
和 恵 正 孝 博 健 慶 文 繁 和 安 進 敏 忠 孝 和 護
男 一 守 一 雄 之 次 治 雄 雄 治 則 衛 一 男 夫 雄 博 孝 者

長 二 二 二 二 長 長 三 二 二 二 二 長 二 二 長 長 続
男 男 男 男 女 女 男 男 男 男 女 女 女 男 男 柄

航 智 和 好 康 真 一 一 知 昌 拓 健 敦 美 弘 孝 赤
太 史 則 孝 幸 季 美 か 治 史 也 二 子 枝 美 幸 ちゃん

誕生あめでどう
ぞいます



出産

〔10月〕

発行人 茨城県玉造町長

編集 企画商工課

印刷 傑さんゆう社印刷

編集後記



〇繰りかえされる言葉ですが、ことしもあとわずかとなりました。一年間が過ぎていくのは本当にはやいものです。一年のしめくくりの月にしては何かときぜわしく、またたく間に大みそか、元日を迎えます。トリ鳥のえとにふさわしく輝かしい飛翔（ひしょう）を手につかんだ人、つかみかけた人もいましょう。その人は来年もその勢いで、またそうでない人も来年に望みをかけて、みなさんよいお年をお迎えください。

休・祭日当番医

12/27	日曜日	金塚医院 ☎50556
1/1	元日	根本医院 ☎50538
1/2	土曜日	関野医院 ☎60102
1/3	日曜日	方波見医院 ☎50551
1/10	日曜日	金塚医院 ☎50556
(診療時間) 午前9時～午後4時まで		