



広報

昭和60年

9月

第302号 (毎月15日発行)

町の人口と世帯

9月1日現在
男 6,976人(+11)
女 7,060人(+8)
計 14,036人(+19)
世帯数 3,281戸(+1)

たまっくり



土屋弘光元中日選手をコーチに「少年野球教室」

元中日ドラゴンズの野球選手で、現在解説や指導で活躍している土屋弘光さんをコーチに迎え、「少年野球教室」が9月8日に泉の野球場で開かれた。教室には、町のスポーツ少年団の野球チームから約100人が参加。土屋さんは「体が小さくても悲観することはない。きょうはプロの選手と同様に基本を教えたい…」と、午前1時間、午後2時間にわたり、走塁・打撃・守備などに手とり足とり指導。実のある野球教室となりました。

主な見どころ

おしらせ	シートベルトの着用化	国勢調査にご協力を	みんなの社会体育	事後指導	一般健康診断の	生きがいのある老後
14	12	10	8	6	2	2
15	13	11	9	7	5	5

生きがいのある老後

後からではおそい！

中年期

いまから生活設計を…

わが国の平均寿命は年々伸びて、昨年には男七四・五四歳、女八〇・一八歳で世界一の長寿国となっています。高齢者の皆さんが、現在生きがいのある健康な生活をいとなむことは、もちろん大事です。が、それ以上に今後考えなくてはならないのは、中年層（四十歳以上）の皆さんの「老後の生活設計」ではないでしょうか。総理府の世論調査によれば、わたしたちの七割が老後の不安を抱いており、その不安とは①老後資金②健康保持③生きがいのある仕事④豊かな人間関係です。この四点をもとに、これからの生活設計を考えてみてはいかがでしょうか。

その1

老後資金は、年金と
利子所得で



長くなった老後を自立して生きるためには、その支えとなる経済的自立が必要です。一体いくらくらいの資金があれば、自立して生活できるでしょうか。

人にしかできないでしょう。というのには、私たちが年を取ってから生活の仕方を変えるのはむずかしく、これまでの習慣を急には変えにくいから

です。老後のくらしは、その人の中年期までの生活の延長にあるものととらえるのが自然だと言われています。おおよその目安は、その人の中年期（四〇～五〇歳代）の生活費の七〇％くらいとみます。もともと老後と言っても六〇歳代と七〇歳代では異なり、七〇歳代の生活費は六〇歳代よりは少なめになります。では、老後の資金をどう調達するかですが、第一は年金です。特に公的年金は物価にスライドするのが強みです。これを収入の柱と考え、不足分は働いて収入を得るか、または預貯金の受け取り利息が不足分に見合うように貯蓄します。

《例》：国民生活センター編集『くらしの豆知識』一九八四年版より
老夫婦の生活費を、例えば月額20万円とすると、年金が10万円とみて残り10万円は利子所得とすれば、年120万円の利子を生むには元金2千万円が必要になります。

退職金の蓄えを残して計上し、手持ち資金とあわせて2千万円目標に準備します（6％の利子）。長期の積立てですから、貯蓄は定率主義で収入から20％程度を用意していきます。

老後収入や子の仕送り、扶養は計上しないことです。できた元金は老妻が一人になるまでとり崩さないことです。



卓球で、いまのうちに生きがいづくり…大昭会の中島寿子さん（横須賀）。手賀学習センターの「卓球教室」で

その2

生きがいづくりを

生きがいをもつとたないとは、心身の能力に格段の差が出てきます。趣味を育てて、セミプロクラスに腕を高めるとか、近隣社会のためにボランティアで協力して、ひ

とに喜ばれる等も、老後の生きがいとして大きな支えになります。かつて「人生五十年」といわれていた時代には、子育てを終えたり、定年退職した後、の人生は比較的短いものでした。しかし現在「人生八十年」といわれます。子供が結婚して独立したり、自分が退職し

た後も、いまでは十五年から二十年ぐらいの人生があるわけですから、一般的なおじいちゃんやおばあちゃんになると、年齢とともに社会とのつながりが薄れ、社会や家庭の中での役割が少なくなりがちです。その結果、生きる目的を見失ってしまふことも少なくありません。



長くなった老後の人生を健康に過ごし、いかに生きがいのあるものにしていくか——これは、おじいちゃんやおばあちゃんはもちろん、中年層にとっても重大な課題であるといえるのではないのでしょうか。

目的意識をもつて生きる

生き生きしているおじいちゃんやおばあちゃんには共通点があるといわれます。それは、好奇心が盛で友達が、多く、家庭や地域社会の中で役割を担い、人生の基本方針をもっている、といったこと、しかしこれらは、すぐにはそうしようとしても簡単にはできないのが普通です。中年期のうちから、自分の目的意識をはっきりもった生き方を心がけておくことが肝心ではないでしょうか。

いつまでも
お元気で

町内長寿番付 88歳以上

S 60.9.1現在（年齢は9.15.で計算）

東					西				
位置	なまえ	性別	年齢	ところ	位置	なまえ	性別	年齢	ところ
横網	高木 林兵衛	男	99	浜	横網	井野場 つる	女	98	羽生
大関	石川 信安	男	95	中山	大関	島田 みさ	女	94	高須
張出大関	山崎 四平	男	94	羽生					
関脇	瀧崎 きよ	女	93	横須賀	関脇	中村 とみ	女	93	下宿
張出関脇	高須 かつ	女	93	浜					
小结	坂本 きく	女	92	舟津	小结	山口 角蔵	男	92	羽生
前頭筆頭	茅場 うら	女	91	羽生	前頭筆頭	芳野 寅一	男	91	里
" 2	大和田 まさ	女	91	里	" 2	野原 はつ	女	91	新田
" 3	鬼澤 勝次	男	91	藤井	" 3	鬼澤 由尾	男	91	藤井
" 4	井川 峰次	男	91	浜	" 4	萩原 まつ	女	90	加茂
" 5	堤 一良	男	90	上宿	" 5	下河辺 莊司	男	90	宿
" 6	飯島 しん	女	90	藤井	" 6	木村 キヨ	女	90	中山
" 7	森作 弘一	男	90	谷島	" 7	茂木 勇	男	90	新宿
" 8	金塚 さの	女	90	西蓮寺	" 8	大久保 泰	男	90	荒宿
" 9	野原 みち	女	90	新田	" 9	森作 泰明	男	90	浜
" 10	菅谷 のぶ	女	90	新宿	" 10	大曾根 喜一	男	89	捻木
" 11	斎藤 たけ	女	89	舟津	" 11	久保木 けい子	女	89	緑ヶ丘
" 12	森田 吉蔵	男	89	小座山	" 12	山野 さた	女	89	中山
" 13	飯島 きん	女	89	泉	" 13	菊池 義雄	男	89	上山
" 14	茂木 たか	女	89	新宿	" 14	英保 その	女	89	羽生
" 15	小島庄次右衛門	男	89	西蓮寺	" 15	井坂 さと	女	89	下宿
" 16	高野 やす	女	88	根古屋	" 16	安田 こよ	女	88	羽生
" 17	内藤 とり	女	88	八木蒔	" 17	下河辺 ふき	女	88	宿
前頭	茂木 とし	女	88	諸井	前頭	高木 すき	女	88	浜
" 19	橋本 安志	男	88	沖洲	" 19	永作 たき	女	88	浜
" 20	小沼 ちよ	女	88	上山	" 20	磯山 多み	女	88	新宿
" 21	成田 遵	男	88	上山	" 21	樽見 榮作	男	88	上山
" 22	市岡 實吉	男	88	横町	" 22	大輪 庄平	男	88	新宿
" 23	今泉 すい	女	88	羽生	" 23	鈴木 芳次郎	男	88	藤井
" 24	磯山 龍雄	男	88	舟津	" 24	横田 さと	女	88	羽生
" 25	杉本 さつ	女	88	羽生					

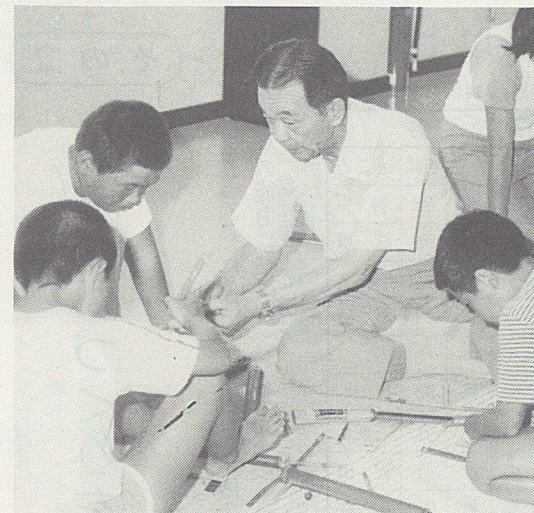
四〇歳は健康の曲がり角

(健康の保持)

「健康保持」も老後の不安の一つで「四〇歳は健康の曲がり角」と言われます。がん、脳卒中、心臓病などの成人病による死亡が全体の六五%近くを占めています。特に、四〇歳を過ぎた頃から急激に増加します。(グラフ①)。

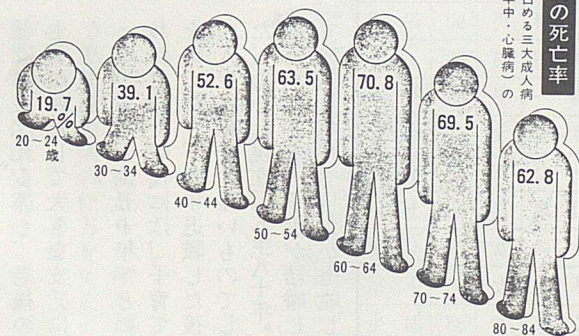
40歳からの おすすめスポーツ

○ボール運動
四〇歳から実施するボール運動は、あまり激しくなく、ケガが少なく、相手と接触し



竹とんぼや水鉄ぼうづくりをこどもたちに指導する木村さん(ふるさと少年教室で)

グラフ①



ないものが適しています。テニス、ゲートボール、ゴルフなどが、この条件にかなっています。四〇歳から実施すると、若い人よりも上達がおそいので、熱心に規則正しく行い、ときどき指導者からアドバイスを受けるようにしましょう。スポーツの前には必ず準備運動を行い、またあまり行うことが何よりも大切です。

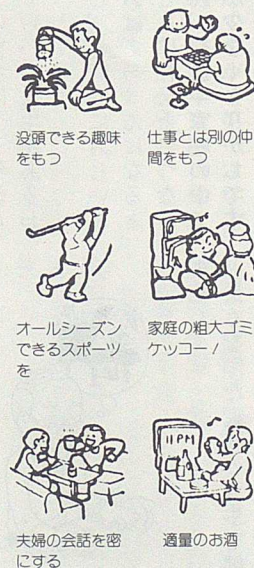
○エアロビクス体操
エアロビクス体操は、音楽のリズムに合わせてからだを動かす、とんだりはねたりする動作を多く取り入れて、運

動量を増やすように工夫された体操です。三十分～一時間全身を動かして汗をかき、運動後さわやかな気分になるくらいが適当な運動量です。この体操を週に二～三回行えば、肥満を防ぎ、スタイルをよくし、心臓や肺の働きを高めて、中年からの老化防止に役立つことが期待できます。

○ジョギング
ジョギングは、中年からスタミナをつけるのに最もよいスポーツです。最初は一キロから始めて、三～五キロの距離をなるべく同じペースで走り通すようにします。所要時間は二十～四十分、週に二～三回が適当です。ジョギング中に、呼吸はある程度は浅く、呼吸が苦しくなく、隣りの人と話ができるくらいに速

さが、ちょうどよいスピードです。続けられれば、足腰が丈夫になり、心臓や肺の働きを高めて、いつまでも若々しさを保つことができます。

ストレス解消法アラカルト



日常の中の ストレス解消法

心の老化を知るめやす

- ①最近のことが記憶に残らない。
- ②急ぐことがあるとイライラする。
- ③ものごとに対する関心が自己中心的になる。
- ④過去を話したが。
- ⑤新しいできごとをあまり気にとめない。
- ⑥他人とのつき合いが煩わしくなる。
- ⑦異性に対する興味がなくなってくる。

心の健康法 40歳からの人生を 若々しく送るために

○小さいことでもよいから、後世のために何かを残していこうといふ努力をしよう。

○身につけた知恵を若い世代に伝えていこうという気持ちをもとう。

○世の中の流れをめざとく読んで、それに対処していく努力しよう。

此の世の旅

飯田 昊
東京都調布市在住



玉造町(手賀)に生れて七十七年、故郷を後にして都会に出て五十四年がすぎた。昭和五十四年には人生のけじめの如く叙勲(勲四等瑞宝章)の恩命に沿し皇居参内の当日は受賞者一同を代表して陛下に直接お礼言上の光栄に感激した。

其の後も神仏のご加護により摘って健康を保ち得て此の度金婚式を迎え、多くの方より

り心からなる祝福をうけた。これを記念して昨年はオーストラリアとニュージーランドの旅に出た。団体二十四名は老若男女様々であったが自己紹介の際金婚旅行であることと披露して喝采をうけ親切にいたわられた。

○やがて迎える老年期は、実りの時期であり、収穫の時期であるという認識をもとう。

その4

豊かな人間 関係に……

中年期の課題は、いかに上手に年をとるかで、種を蒔(ま)き培(つちか)つていき、五十歳で総点検をしてみり、その後には備えていくことです。

平均寿命の伸びと同時に親と子、祖父母と孫、嫁と姑など異なる世代の人間関係の間も長くなり、昭和三十一年(一九五六)年生まれの女性が姑として、嫁と過ごす期間は平均三十年と見込まれているそうです。

家族・子ども が一番大切

「高齢者にとって一番大切なものは」と問われて、高齢者

に豊かでよりよい人間関係が保たれるよう、準備しておいても決して早くないと思います。

第五回臨時議会

第五回臨時議会が八月三十日に開かれました。

上程された議案は次の一件で原案どおり可決されました。

玉造町農業委員会の選挙

玉造町農業委員会の選挙による委員の定数条例の一部を改正

最後まで見すてません！

一般健康
康診査

徹底する事後指導

町の保健センターでは、わたしたち住民の健康を守るため、40歳以上の人を対象とした老人保健法による「一般健康診査」を行っています。

この診査で異常が認められた方には精密診査をし、さらに異常があった方には徹底して事後指導を行い、病気の早期発見、早期予防に力を入れています。自分の健康は自分で守ることが大事ですが、知らず知らずのうちにかかってしまった病気の早期発見と早期治療に、この事後指導が大きな役割を果たしています。

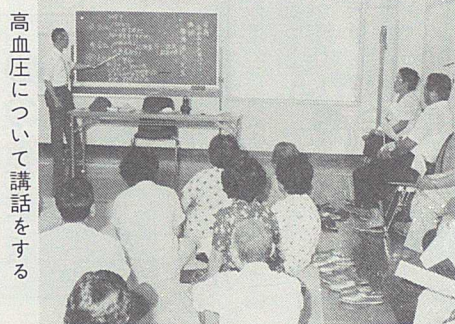
一次↓精密
事後指導へ

成人病と言われる高血圧や動脈硬化、脳卒中、心臓病などは、知らず知らずのうちに徐々に病気が進み、ほとんどの人が自覚症状があらわれてはじめて医師を訪れるのが普通です。成人病からわが身を守るためには、まず健康なときから定期健診を受け、から

だの異常や病気の早期発見に努めることが必要です。町では、老人保健法により町に住んでいる四〇歳以上の人を対象に「一般健康診査」を実施しています。この健康診査では、「一般診査（問診・身体計測・血圧・検尿）」を行い、その結果なんらかの異常があり、さらにくわしい検査をする必要があると判定された方には「精密診査（循環器の検査、貧血検査、肝機能検査、血糖検査）」を行います。そこで、検査の結果「異常値」がでた方には、さらに医師と保健婦による個別の事後指導を徹底して行っています。

四回に分けて
講話と個別指導を

町では、さる四月二十二日から五月十五日にかけて、町



高血圧について講話をする

町民4500人が参加

玉造町合併30周年記念
ふるさと
クリーン作戦

町民合併30周年を記念し、在学少年の社会参加活動の一環として、『ふるさとクリーン作戦』が、8月4日に町内全域で行われました。

わがふるさとをきれいにしようと、町の中学生会が中心となって行われたもので、区長会をはじめ各種団体も応援しました。

このクリーン作戦には、玉造中の全生徒をはじめ全地区から4,500人の町民が参加し、地域のコミュニティづくりと親子のふれあいに大いに役立ちました。



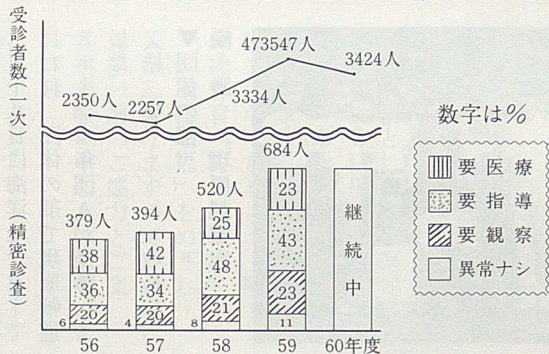
中学生たちが中心となって活躍(荒宿地区で)

事後指導

(老人保健法に基づき、郡の医師会)に医師派遣を依頼

期日	講話をした医師	対象者
9/2	横瀬喜久先生	要医療(54人)
9/6	久保浩二先生	要指導(75人)
9/9	小沼澄先生	〃(76人)
9/18	朝倉先生	要観察(97人)

診査を受け、さらにそのうちの三百二人が事後指導の対象となりました。事後指導は、医療が必要な人(五十四人)、適切な指示・指導を必要とする人(百五十一人)、観察をしながら様子を見る必要のある人(九十七人)の三つに分けて、それぞれ上表のように行われました。過去五年間の一般健康診査の受診者と精密診査の内わけはグラフのとおりです。精密診査で異常の見られた方は総受診者の一五・一七%ぐらいです。やはり高血圧によるものが多いというところで、常日頃から日常の食生活に注意する



ることが大事だと保健婦さんは話していました。

健康づくり

足の裏の前後曲げ

畳に足を投げ出し、足の裏全体をなるべく畳につけるつもりでおじぎをさせ、次に足首で親指をつけるつもりで後ろにそらす。ゆつくり左右各10回。



足指ジャンケン

腰をおろし、足を前に伸ばして、両手を後ろにつき、指全部を同時に開いたり閉じたりする。両足いっしょに5回。



足首のグルグル回し

イスに浅く腰かけ、膝を伸ばしたまま足首をグルグル回す。左右各20回。畳に腰をおろしたまま行なってもよい。



足の裏たたき

金づちや小ぶりの木づちで、足の親指のつけ根と小指のつけ根の交わるあたりにある湧泉というツボを、こきざみに叩く。両足とも。



足は「第2の心臓」といわれ、鍛えるほど心身の老化を防ぐ効果があります。だるいときや、集中

血行をよくする「足」体操はいかが

平衡感覚を育てるには
親と一緒にこんな遊びを



平衡感覚を養う一輪車
全国で2000校の小学

利点

- ・バランス感覚が養われる
- ・乗り始めの頃の運動量は、10分間で4km走ったと同じ



・難しい事ができたという自信につながる子どもも多い
・早い子どもで3時間で乗れるが、小学生で乗れない子どもは多い

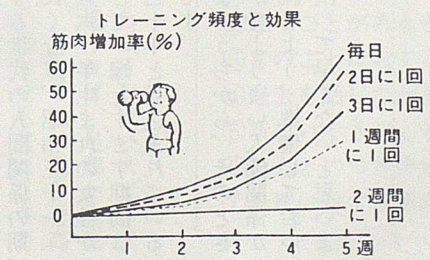
健康づくり

「親が運動ぎらいだから、ない、また、とっさの危険子どもがでなくとも仕方ない」とあきらめていませんか。からだのバランスをとる平衡感覚は社会生活の基本。この発達

平衡感覚を養う遊び2種

運動で効果を望むなら、最低週2回というのが常識。ところが週1回でもやり方次第で効果があるというのが、横浜国大の飯塚先生。ただし効果をあげるには強さや継続時間がポイント。10分間続けて汗ばまないようであれば効果はなく、逆に苦しくて5分も続けていられないようであれば強すぎる、といえます。

腕の筋肉を鍛えるトレーニングの例



週1トレーニングでも
効果をあげるには

運動で効果を望むなら、最低週2回というのが常識。ところが週1回でもやり方次第で効果があるというのが、横浜国大の飯塚先生。ただし効果をあげるには強さや継続時間がポイント。10分間続けて汗ばまないようであれば効果はなく、逆に苦しくて5分も続けていられないようであれば強すぎる、といえます。

さあ、スポーツの秋

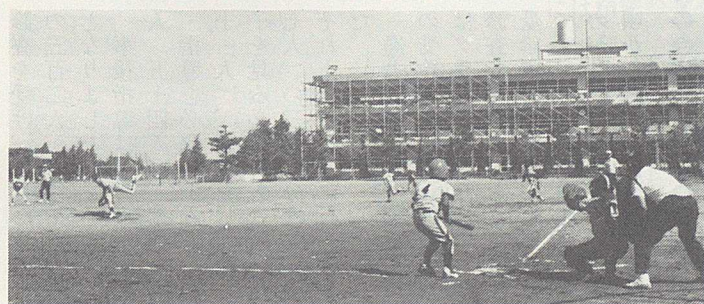
9/1～9/30 健康増進普及運動
10/1～10/30 体力づくり強調月間

ヤッ夕

野球は玉川ブルー
剣道は現原

町長杯スポ少大会

「第十四回町長杯争奪スポ少少年団野球大会」が九月一日に玉造小グラウンドと玉造中グラウンドで行われ、玉川ブルーが優勝しました。



大会には六チームが出場し、二つのブロックに分かれ最初リーグ戦が行われ、それぞれ勝ち抜いた「玉造山王」と「玉川ブルーナイン」とで決勝戦が争われました。

試合は、打力にまさるブルーナインが、十一対二で玉造山王を圧勝しました。

優勝 玉川ブルーナイン
準優勝 玉造山王

一方、「第三回町長杯争奪スポ少少年団剣道大会」は、八月十八日に海洋センターで行われ、団体の部で現原剣道スポーツ少年団Aが優勝しました。

優勝 現原剣道A
準優勝 玉川剣道A

県青年大会(卓球)の出場者



茨城県青年大会が九月二十四日に水戸市青柳運動公園で行われ、行方郡代表として出場したわが町の卓球部が三位に入賞しました。

大会では、一回戦に東茨城郡と対戦し三対二、二回戦は久慈郡を三対一でくだし準決勝に進みましたが、おしくも稲敷郡に敗れ、三位となった。

優勝は「玉川スターズA」
準優勝 新田コンドルB
三位 吉田精工
手賀スパークス

県青年大会で

三位

社会人野球

優勝は「玉川スターズA」

荒井千代さんら五人が発表し、識を高めようと「霞ヶ浦女性教室」が、八月二十九日に土浦市民会館で開かれ、町から荒井千代さんが「霞ヶ浦の水と玉造町の現況について」と題する体験発表を行いました。

教室では、県環境局霞ヶ浦対策課長の「霞ヶ浦をきれいにするために」と題する講演があり、そのあと流域四十四市町村のなから

海洋センターのご利用を



B&G玉造海洋センター
所長 柴田 治

当センターは去る六月四日に竣工式を挙げて以来、三ヶ月、市民の皆さんの体力健康仲間づくりの殿堂として日夜利用され、多大の成果があった事を皆さんとともに喜ぶことができています。本年は残暑が厳しく市民の皆さん、お元気で充実した日をお過ごし下さい。

生活水準の向上、自由時間の増大さらに高齢化社会の急ピッチの移行など、私達の生活環境の急激な変化に伴い、健康体力の増進についての関心は高まるにつれて、その中核としてスポーツ欲求が増大し、実施者も着実に増え続けています。スポーツがもつ多面的な効果を考えるとき、私達が日常生活の中で、スポーツをとり入れ、あまり体育になじみのない老若男女の誰もがスポーツを

海洋センターの職員

- 教育委員会社会体育係 敬称略
- 社会体育係長 栗又敏治
- センター育成士(海洋性スポーツ全般での育成指導) 石田泰雄、幡谷恭一
- 特殊育成士(専門的に水泳の育成指導) 平野重夫

楽しかったヨ!

安達太良山ハイキング



「あれが阿多羅山(あだたらさん)、あの光るのが阿武隈川(あぶくまがわ)」と詩人高村光太郎が「智慧子抄」でうたった、安達太良山ハイキングが、七月二十八日と二十九日の二日間行われました。

町の体育協会が募集したもので、家族連れなど十九人が参加し、若い者にまじって六十七歳の須貝稔さんも参加し、楽しいハイキングとなりました。

なお十一月には二回目のハイキング(加波山の予定)を行うということです。皆さん家族づれで参加してはいかがでしょう。

ハイキングに参加した皆さん

いのち
お
命惜しくはないですか？

いのち
お

— 九月一日から

シートベルトの着用が義務化に――

道路交通法の一部が改正され、九月一日以降、段階的に規制されます。変わったものは、①シートベルトの着用が義務付けられました②空ぶかし等の行為が禁止されます③初心者ライダーの二人乗りが禁止されます……の三点です。今回の改正は、ここ数年増え始めた死亡事故を減少させるとともに「車社会」の新しい秩序づくりを目指したものです。

改正されたもの

へ9月1日から

シートベルトの着用が義務付けられました

すべての道路で、ドライバ―はシートベルトの着用が義務付けられました。また、ドライバ―は、助手席にすわる人にもシートベルトを着用させてからでないと、車を運転してはいけません。

同時に、ドライバーは、後部座席にすわる人に對してもシートベルトを着用させるよう努めなければなりません。〈違反した場合の措置〉

高速道路Ⅱドライバー本人が着用していない場合に行政処分点数一点。

一般道路Ⅱ今回の法改正の趣旨がドライバーに徹底し、シートベルト着用意識が向上した段階で、行政処分点数を付することを検討することとなっています。

〈特別〉

次に挙げるような人は、着用義務を免除されます。

▽乗り降りのひんばんな郵便集配車などのドライバー
▽妊娠や負傷している人など療養上または健康の保持上シートベルトをするのが適當でないドライバー
▽体が非常に大きい、あるいは小さいので適切にシートベルトを装着できないドライバ
▽バックの運転をするときのドライバー
▽その他、パレードなど複数の警察用車両で護衛等されている車のドライバーや公職選挙法上の選挙用自動車のドライバー（候補者や運動員に限

る）などです。

なお、助手席同乗者についても、ほぼドライバーの場合に準じて免除が認められます。

空ぶかし等の行為
が禁止されます

ドライバーやライダーは、正当な理由がなく、著しく人に迷惑になる騒音を生じさせる方法で急発進、急加速、空ぶかしをしてはならないことになりました。

〈違反した場合の措置〉
行政処分点数一点。

初心者ライダーの
二人乗り禁止

自動二輪車の免許を取って
一年未満の初心者ライダーは
二人乗りをしてはいけないこ
とになりました。

改正予定のもの

〈原動機付自転車〉
ミニバイクの右折
方法が変わります

① 昭和61年1月1日から、
 次に挙げる道路では、後述の
 ように曲がらなければなりま
 せん。
 ① 標識で右折方法が指定され
 ている交差点

昭和五十八年中の二人乗リ
運転中の死亡事故をみると約
七割が免許取得一年未満の初
心者ライダーで占められてい
ます。

〈違反した場合の措置〉
行政処分点数一点。反則金
四千元。罰則三万円以下の罰
金。

②片側三車線以上ある道路で信号機のある交差点（標識等で除外される場合もある）

つまり、まず左端を走り交差点の端を直進し、そこで車体の向きを変え、進む方向の信号に従って直進することになります

〈違反した場合の措置〉

行政処分点数一点、反則金二千元。罰則一万円以下の罰金または科料。

初心者ドライバー
のための講習



商工会だより

一・二・三級販売士
検定試験を実施

茨城県商工会連合会によ
る、各級販売士の検定試験
が実施されますので、ご案
内申し上げます。

十九日
受験料 二千五百円
各検定とも
会場 水戸市「産業会館」
ハンドブックを幹旋してい
ますのでご利用下さい。
一級 六千四百円
二級 五千二百円
三級 四千二百円
(共に送料含む)
詳しくはお早めに商工会
の方へご連絡下さい。

会員研修旅行を実施

期日	昭和六十一年二月十九日	受驗料	五千五百円
期日	昭和六十年十月二日	受驗料	三千五百円

この度、隔年毎に実施しております会員研修旅行が左記要領により実施されます。ご多忙中の折とは存じますが会員の皆様のご参加をお待ち致しておりますのでなにとぞご協力の程、お願い申し上げます。

場所	飯坂温泉（福島県）
会費	一名 一万円
対象者	会員又は家族及び従業員

ロータリークラブにより
バイパスに建てられた立看板

〈昭和61年1月1日から〉
 免許取得一年以内に行政処
 分点数の合計が四点か五点に
 なったドライバーは、公安委
 員会が行う「初心運転者講習
 を受けなければならなくなり
 ます。

初心者のドライバーは交通社会に慣れていないので、違反をしたり、事故を起こす率が高くなります。そこで、免許停止になる前に、もう一度安全に関する講習を受けてもらおうというものです。

ヘルメット着用がミニバイクにも義務付け

（昭和61年7月5日から）
ミニバイクを運転する人は
必ずヘルメットをかぶらな
ければなりません。
施行は来年の七月五日から
ですが、施行前でもヘルメッ
トをかぶり身の安全をはかり
ましょう。

時速20キロの衝撃は

小錦関+大人2人分の力が…
(230キロ) (120キロ)



シートベルトは交通事故のとき致命傷になりやすい頭や胸を損傷から守ってくれます。

では時速20キロで固定壁にぶつかったときの衝撃はどのくらいかというと、体重の6倍以上の力が加わります。体重60キロの大人では360キロ以上の力が加わることになります。わずか時速20キロのスピードでも腕や足だけでは耐えられず車に乗っている人の体はハンドルやフロントガラスにぶつかってしまいます。

乗車中に死亡した人たちが、もしシートベルトをしていたら、10人のうち5人は助かっただろうといわれています。

命を守るためには、必ずシートベルトを締めるよう心がけましょう。

マワシを新調, カッコイイぞ!

伝統の井上神社奉納相撲



3人抜き, 5人抜きも行われた奉納相撲

さわやか 君

西村 宗



井上神社の例大祭が九月九日に行われ、ことしも伝統の奉納相撲が井上青年団により披露されました。ことしは、行事の身につける直垂(ひたたれ)と烏帽子(えぼし)が総代会から、相撲のまわしが井上青年団から、それぞれ寄贈され、奉納相撲も一段とひきたちました。

寄贈
九月二日に緑ヶ丘老人クラブ(石橋正男会長)より雑巾

二百二十枚が現原小に寄贈されました。

休・祭日当番医

9/29 日曜日 方波見医院 ☎0551
10/6 日曜日 関野医院 ☎0102
10/10 体育の日 金塚医院 ☎0556
10/13 日曜日 根本医院 ☎0138
10/20 日曜日 関野医院 ☎0102
(診療時間 午前9時~午後4時)

編集 後記



○ふと過去をふりかえることが、ままあります……が、年齢だけはどうしようもなく前進するのみです。寿命の伸びとともに「老後」は高齢者はもちろん、中年層にも切実な響きを持つてくるのではないのでしょうか。
○暑い夏も終わり、そう快な初秋に入りました。健康づくりにスポーツはいかが。

誕生おめでとう いざいませす



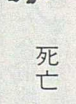
出産

〈7月〉

中	緑	沖	西	柄	西	小	緑	宿	羽	沖	竹	緑	上	と
山	ヶ	洲	谷	貝	谷	座	ヶ	ヶ	生	洲	の	ヶ	山	ころ
稲	寺	飯	高	金	柳	宮	塚	高	山	西	田	石	根	赤
見	田	島	野	田	瀬	河	本	須	口	野	宮	橋	本	ちゃん
真	敦	祥	幸	紘	朝	佳	麻	亮	友	真	佳	麻	孝	
人	敦	子	子	明	日	代	美	順	紀	希	奈	美	弘	
二	長	長	長	二	二	長	長	長	二	長	長	長	長	続
男	男	女	女	男	女	女	女	男	女	女	女	女	男	柄
節	雅	紳	貞	美	薫	克	信	候	松	信	満	昇	賢	保護
男	行	一	夫	雄		巳	行	坦	男	義			一	者

中	上	羽	里	泉	沖	捻	高	と
山	山	生		洲	木	須	ころ	
八	字	坂	岡	渡	村	磯	古	氏
木	ツ	入	見	邊	田	部	渡	名
サ	信	志	秋	脩	正	と	く	
ダ	助	乃	が	男	次			
七	七	七	九	五	七	七	七	年
二	七	九	四	二	〇	六	三	齢

おめでとう おやみき 申し上げます



死亡

〈7月〉