

麻生名物にしたいと張切る

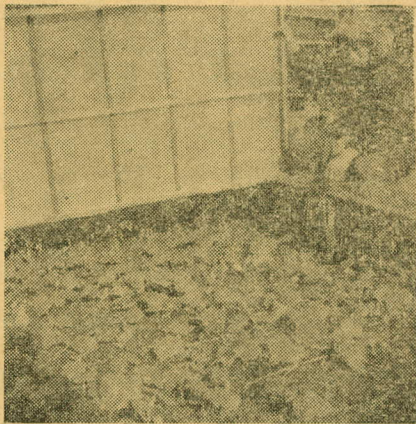
富田農研のみつば作り

富田農事研究会(会長吉崎忠義氏)では蔬菜部を設け、副業にみつば、胡瓜、トマト、南瓜、トウモロコシなどを作



り始め、今はみつばの最盛期で東京方面に賣出している。蔬菜部は霞ヶ浦蔬菜組合といひ、組合長には橋本邦男氏がなり、組合員四十名で温床作りから出荷まで全部共同作業を行い好成績をあげている。なおこの組合は管農センタに指定されている。橋本組合長さんの話

出荷は一月一回で年三回程出し、六把(一把は一握り位)一俵として、二百円から三百五十円位に賣れるので農閑期の副業としては大變有利です。將來は麻生名物の一つにしたいとみんなで語り合つていま写真は上「みつば」の共同出荷作業 下 胡瓜の温床



麦

〇麦踏み 寒も明けて下旬にはそろそろ莖立ちしてきますが、霜柱や凍結層の害を受け易いおそまきのものや土かけの浅かつたものは持ち上げられ、そのままだとよくと生育が不ろえになりますからよく踏みましよう。また、暖かくなるにつれてぐんぐん伸びて来ますが、そのまま伸びてしまつと、これからは葉が傷められたり、時には幼い穂が凍死することもありまうから莖立ちまで数回の麦踏みをしてしましよう。〇土入れ 二月下旬以後の分けるは大部分が無効分けて多すから、莖数を数えてみて多しものは早目に四五分程の土入れをしましよう。二月下旬ごろの土入れは無効分けて三三四割位は抑えることが

でき、有効分けて莖を大きくするの役に立ちます。〇追肥 下旬になると麦は急に伸びて来ますが、ここの穂の粒数の増加と粒の大きくなるのをねらつて、硫酸、尿素などの速効性肥料を追肥しましよう。〇除草 除草がはやくおくと麦の根を傷めるばかりでなく、麦の生育を悪くしますから草の大きくなりなううちに今のうちに取り終るようになしよう

農事メモ

〇苗床の管理 床温度の均一をはかることが最もたいせつです。発芽したら敷ワラをとって障子をすかして日中除々に通風をはかり、双葉が開いたら混んでいる部分の間引を行ひ、床面が乾いたら、ときどき水をかけてやりましよう。〇速成きうりの定植 苗の大きさは本葉五、六枚で三回位移植し、育苗日数六〇日位の苗を定植します。定植は暖地材料をたき以上二踏み込み十分熱が出たところへ床土を入れます。床土は五寸位の厚さに入れます。床土の底一寸位はあらい堆肥を敷いて床の排水をよくします。定植時の温度は攝氏三〇度の適温より高い温度が必要です。植付けの深さは子葉が床土の面と平らになる程度にしましよう。

しいたけ しいたけ栽培の原木を準備いたしましよう。しいたけの原木は、樹皮のむけにくい時期に伐倒したもののがよく、葉が黄變し始めてから、翌春新芽の動き始めるまでの間に伐ればだいじようぶです。しいたけ菌は、木質部の含水量四〇、五〇%の時に最も繁殖がよいのです。小口に小さなヒビが入つた時です。早く伐つた方は、乾燥し過ぎないようにして下さい。

掲示板

精神病の相談

精神衛生巡回相談と精神鑑定は三月四日午前十時から午後三時まで潮来保健所で行われる。

身体の不自由な子供のために 満十八才までの肢体不自由児の巡回療育指導は左記により行われる。

一、指導相談料 無料
一、日時 二月二十七日 午前十時から 午後三時まで
一、場所 潮来保健所
一、携帶品 印鑑

愛の結集十一万円

二萬町民の隣人愛を結集した才未助け合い募金は一一萬円余に達したので、衣類、布團米、砂糖、炭などの現物に換え、困窮者一四二世帯に配られた。

また本町社會福祉協議會から醬油一升宛が贈られた。

地区別の募金高は
麻生 五〇、九六〇円
大和 一六、〇〇〇円
太田 九、〇〇〇円
行方 一三、六六〇円
小高 二〇、六一〇円
計 一一〇、七三〇円

なお保護世帯は九二戸、要保護世帯五五戸で配分額は一世帯當り最高一、五〇〇円 最低三〇〇円である。

一反歩以上の農家は二六八戸

農業委員選舉人名簿は二月三日縦覧を終つたが異議の申立は一人もなかつた。

この名簿によると、一反歩以上の農家は二六八戸で男四二二六人 女四、六三二人計八、八五八人となつてゐる。

水戸で製俵

競技會

八日水戸で行われた茨城縣製俵荷造競技大會に出場した本町選手は左の三名で、この三人は去月行われた郡予選會で決定されたもの

鴨下 行孝 (行方)
羽友 美孝 (麻生)
金田 義晴 (矢幡)

農業欄 農機具の手入は今のうちに 農業欄

話の(養)の(榮)

◎三色運動

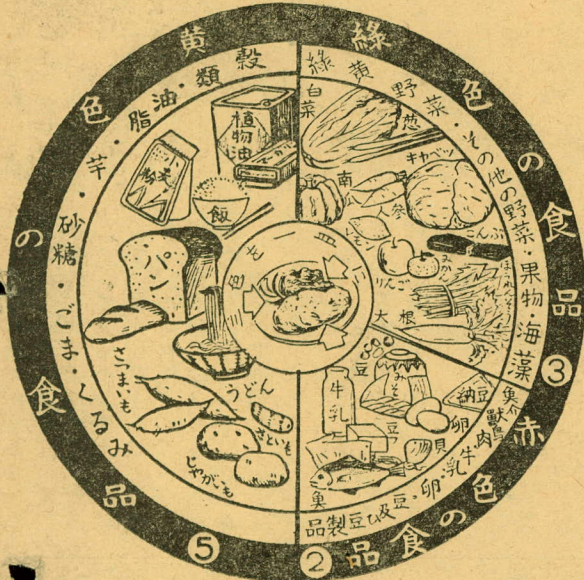
食品の配合を考える場合六つ又は七つの基礎食品という事がいわれておりますが、もつと簡単なものに食品を赤、黄、緑の三つにわけた三色運動が行われています。

その食品の色分けは※

よい食べ方は5、2、3

※赤の食品

- 血や肉になるもの
- 1 魚介類……さば、いわし、貝かまぼこ、煮干、ちくわ、鯨肉
 - 2 獣鳥肉……牛肉、豚肉、鶏肉、ハム、ソーセージ
 - 3 乳、乳製品……牛乳、山羊乳、粉乳、練乳、チーズ
 - 4 豆、豆製品……大豆、豆腐、納豆、みそ、油揚げ、小豆、うすら豆
 - 5 卵……鶏卵



黄の食品 働く力になるもの

- 1 米穀類……米、麦、小麦、雑穀、パン、うどん、マカロニ
- 2 芋類……さつまいも、じゃがいも、里芋、長芋
- 3 油脂類……食用油、バター、マーガリン、ヘット、ラード
- 4 砂糖類……砂糖、ジャム、はちみつ

緑の食品 体の調子をととのえるもの

- 1 緑や黄の濃い野菜……南瓜、人参、青菜、ほうれん草、とうがらし
- 2 その他の野菜、果物、海藻……茄子、きょうり、ごぼう、大根、かぶ、みかん、トマト、苺、柿、わかめ、昆布、あらめ

◎どれだけ食べたらよいか

働くためにどれだけ食べたらよいかということは、以上お話した、たんぱく質、脂肪、含水炭素の三つから發生するカロリーという単位で分量が決まられています。日本人の一人一日當りの平均は、2180カロリーと決められています。もちろん年齢、性別、労働の輕重によつて必要なカロリーも決められています。カロリーのほか他の必要な各營養素も、たいせつなものだけ下記のように決められています。

品名	たんぱく質	脂 肪	カルシウム	鉄 分	ビタミンA	B1	B2	C	食 塩
一日一人當り必要量	三六g	三三g	三〇g	一〇mg	一〇〇〇國際單位	一・三mg	一・三mg	六〇mg	三g

以上の必要營養素を食物の分量にあてはめると大体次の分量になりますから、この分量の食品を三度の食事に献立すれば、營養の過不足は起らないはずであります。

おおよその一人一日當りの食品分量

品 名	數量 (g)	品 名	數量 (g)
こいも豆類	430	魚介類	100
大野くだもの	245	肉 類	20
海 藻	34	牛 乳	20
	217	卵	10
	40	糖	10
	10	塩	13

米3合ほど
卵の大きさ4個
大さじ2杯
菜類切つたもの手の平4杯
みかん小1個
ひじき大さじ1杯

いわし中3本
1切身
1勺
5分の1個
大さじ1杯
茶さじ1杯