

自然に親しもう

5月“家庭の日”話し合いテーマ

からりと晴れた青空に鯉のぼりが泳ぎ、青葉若葉がすがすがしく目に映え、風もさわやかで、5月は快適な季節です。一家そろつてピクニックにでも出かけ、自然のよさを再確認するとともに、自然のふところに帰るよろこびをみんなで話し合つてはいかがでしょう。

昭和42年4月15日 オ149号 (毎月15日発行)

町報

あそぶ

麻生町1561-9
電話(代)420番

役場蔵所 印刷所 沼生町 所人所 行印 刷行發

4月末人口

男 8,924人 女 9,354人 計 18,269
世帯数 3,772戸

町の児童数 (42.5.1現在)

	男	女	計
幼稚園	111	122	233
小学校	1,173	1,062	2,235
中学校	705	698	1,403

退職区長さんに感謝状

新会長に鳴下政隆さん

小高の河島寛さんがきました。

感謝状を贈られた退職区長

田太右工門 根本繁 坂本朝

平塚文男

宮内良之助

橋本賢司

高須貞

喜平

岡野宗四郎

梅原建一

辻田兵衛

高野栄一

長峰東

久保

神三男

石神正次

永作春吉

石

伊予之助

棚谷文平

久保

奥村雅雄

柳町隆也

阿井定

高野

喜平

岡野政雄

永作権右

輪伊予之助

箕輪静

箕

伊門

高橋英雄

箕輪

久保

辻田兵衛

高野栄一

長峰東

久保

喜平

岡野宗四郎

梅原建一

辻田兵衛

高野栄一

長峰東

久保



農家は、ねこの手もかりたい最も忙しい農繁期に入りましたので、健康と食生活について考えてみましょう。

◎日常の食生活が大切で、実際には症状がつつき現われない人がたくさんいる。厚生省の国民栄養調査の結果によると、四人に一人の割合で栄養欠陥者がいるといわれています。しかし、これらはつつきと症状に現われた人で、実際には症状がつつき現われない人がたくさんいる。

これらは、体質的に遺伝に関係あるものや、無理な労働をする家庭に起るといわれています。最近、現代病といわれる胃病、肝臓病、糖尿病あるいは精神病などは、日常生活が原因といわれています。これらの患者が入院し、事療養で医師の指示を忠実に守ることにより回復しますが、それによっても、いかに食生活が重要であるかがわかります。私達が毎日食べている食事は種々の栄養成分を含んでおりそれが私達の体力を形成し、日常の労働力の活力源となることです。この中の何かが不足して、私達は異常を起こすことになります。

◎農家で米や野菜を生産する場合でも、施す肥料の良し悪しが収穫に大きな影響を与えます。このように肥料が成長発育に関係深いよう、日常生活も無関心にはできないわけです。特に農繁期は、忙し

い最も忙しい農繁期に入りましたので、健康と食生活について考えてみましょう。

◎日常の食生活が大切で、実際には症状がつつき現われない人がたくさんいる。

厚生省の国民栄養調査の結果によると、四人に一人の割合で栄養欠陥者がいるといわれています。しかし、これらはつつきと症状に現われた人で、実際には症状がつつき現われない人がたくさんいる。

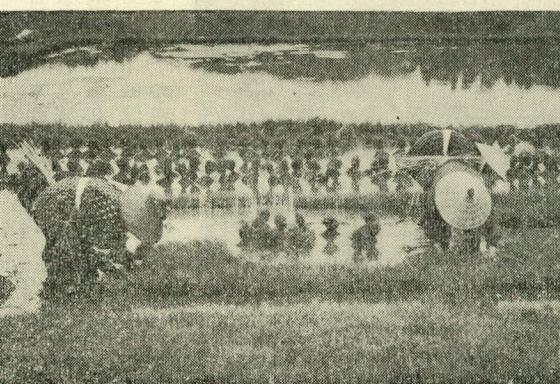
これらは、体質的に遺伝に関係あるものや、無理な労働をする家庭に起るといわれています。最近、現代病といわれる胃病、肝臓病、糖尿病あるいは精神病などは、日常生活が原因といわれています。これらの患者が入院し、事療養で医師の指示を忠実に守ることにより回復しますが、それによっても、いかに食生活が重要であるかがわかります。私達が毎日食べている食事は種々の栄養成分を含んでおりそれが私達の体力を形成し、日常の労働力の活力源となることです。この中の何かが不足して、私達は異常を起こすことになります。

◎農家で米や野菜を生産する場合でも、施す肥料の良し悪しが収穫に大きな影響を与えます。このように肥料が成長発育に関係深いよう、日常生活も無関心にはできないわけです。特に農繁期は、忙し

農繁期の健康と食生活

あるビタミンB類の不足により脳髄や体の動きまで低下させたり、老化現象をおこした神経痛のものになつてくるわけです。そればかりか毒性の酸性に傾いて、アシドーシス(酸毒症)になります。種々の病気はこの酸毒病を出発点として起り、食欲不振、下痢、耳鳴り、肩頭痛、便秘、めまい、早老、吹出物、便祕、めまい、

ねこの手もかりたい、忙しい毎日が続きます。



…今年も豊作を…

ねこの手もかりたい、忙しい毎日が続きます。
健康に充分注意して、今年も豊作を祈りましょう。

さのため食事の方はおろそかになります。そのため食事の方はおろそかになります。

◎白米の分解により農夫症も農家の食生活の特徴である白米の多食について、よく農繁期には「一升飯を食べる」といいます。これが体の熱量消費の大部を米で補給しようとするために、自然と大量の脂肪や体内構成の素でたんぱく質に

なる動物性食品をじょうずに組み合

わせてとれば、容易に米だけに米袋に大きな負担をかけ、胃を痛めてしまふ

これが手近かにあつて、しかも経済的に安いということから、米に頼ることになった結果でしょう。

◎消化不良、筋肉痛、などいわゆる農夫症の症状から、やがて本格的に進むようになります。これらの予防は、

①もつと積極的に促進していただきたいこと。

皆さん、国の行政は公正に行なわれなければなりません。日頃皆さんが国や県、町の行政について、又は公社の公団、公庫事業団等の仕事をつけて、日々の業務をこなしておられる方。

◎苦情を直接関係の役所に持つて行くのも都合が悪いことなどたかお世話下さる方がいないかと、なやんでいる方。

②何回請求しても返事されなく困つておられる方。

③法律や手続の方法を知らなかつたために、思わず不利な取扱いを受けて困つておられる方。

④こんな手続、こんな要求はどこに頼めばよいか判らぬ方。

⑤苦情を直接関係の役所に持つて行くのも都合が悪いことなどたかお世話下さる方がいないかと、なやんでいる方。

⑥何回請求しても返事されなく困つておられる方。

⑦その他行政上の問題で困っている方は、手紙でも電

郵便局でよくご相談下さい。

◎巡回義肢装具、補聴器の交付、修理相談を次の日程で実施します。

●野菜をとること。

野菜はアルカリ性の物質が多く、これは白米や動物性食

品から体内に入つた酸を中和する大事な働きをもつていま

す。

●不規則な食生活や飲みすぎ

の過食も防ぐことができ、胃の負担も軽くなつて、栄養的においよい効果が得られます。

野菜はアルカリ性の物質が

多く、これは白米や動物性食

品から体内に入つた酸を中和

するよ

う

るようになります。

●野菜をとること。

野菜はアルカリ性の物質が

多く