

'92



広報

2月号

No. 379

町民駅伝大会

写真：芹沢区(上)，玉造西野球(左)，現原女子複合(右)

玉造





これで公害防止は万全だ

〓町と上山鉾田工業団地内 企業が協定を結ぶ〓

行政側の玉造町及び鉾田町、一月三十一日に玉造町役

場で行われました。

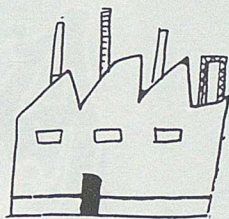
と、上山鉾田工業団地内の全企業との間で、このほど「公害防止協定」が締結されました。

「大気汚染」や「水質汚濁」など、企業による公害が批判をあげているおり、そうした公害を未然に防ぎ地域の皆さんの健康保護と生活環境を守っていくようと、結ばれたものです。

締結式は、行政側から坂本常蔵玉造町長と小室光鉾田町長、両町の担当課職員が、企業側から各社の代表者が出席

公害防止協定の内容は、ば

い煙の排出規準を定めた「大気汚染防止対策」、排水の処理等を定めた「水質汚濁防止対策」、さらに「騒音・振動



防止対策」「悪臭防止対策」

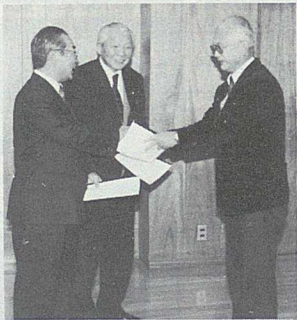
などで、こうしたさまざまな公害を防ぐために企業側の取るべき措置を、町と企業各社が相互の合意形式により取り決めたものとなっています。

町にとっては状況に応じたきめ細かな公害防止対策を適切に行うことができることにも、工業団地内の企業各社にとっても、町の同意を得ることにより円滑な操業ができることになりました。

……玉造町・鉾田町と各企業との協定締結式……

写真(右上から)「ビクターマグネティックス」「ファルマシア」「トアック」「池貝」

(左上から)「検査開発」「パワー精密」「板橋精機」「アイ・シー・アイ・ジャパン」



大切なオゾン層を を守ろう

フロンガスの使い方
にご注意!



「フロンガス」をご存じですか。ヘアスプレーなどを、シュッと吹き出させるために使われているガスのことです。フロンガスは無色無臭で燃えにくく、金属を腐食させません。また、熱を除去する性質もあることから、カーエアコンや一般の冷蔵庫などにも広く利用されています。

ところが、この便利なフロンガスを使い続けていくと、上空の大気に含まれているオゾン層を破壊するといわれています。このオゾン層は、太陽光線に含まれる人体に有害な紫外線を吸収し、地球の環境を守っているものです。

フロンガスの恩恵を受けている一方で、大切なオゾン層を守っていかなければならないわたしたちは、今いったい

なぜフロンガスは オゾン層を壊すのか

フロンガスは、メタンまたはエタンの炭素原子からできている化合物です。空気中ではなかなか分解せず、百年の寿命を持ちます。このため、一度空气中に放出されると、オゾン層まで達してしまいま

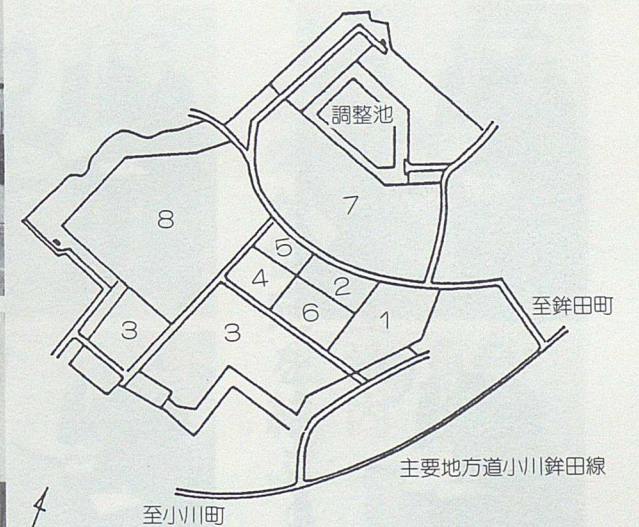
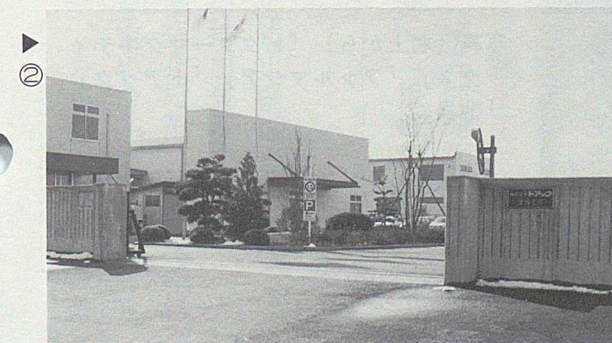
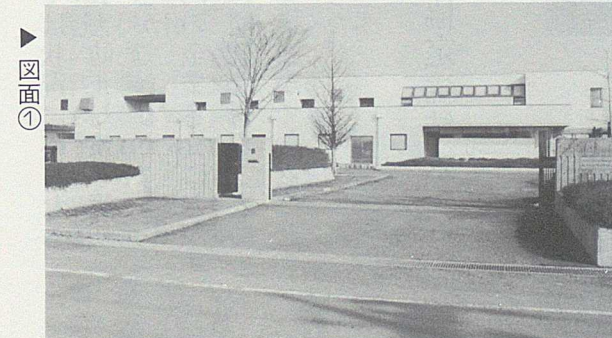
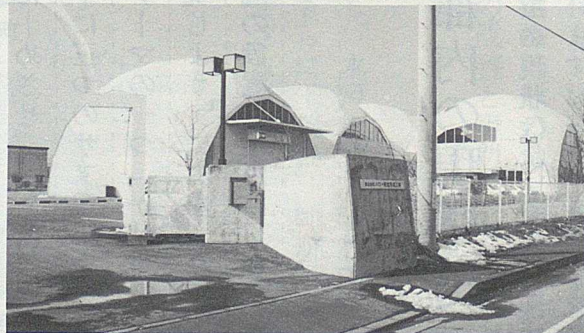
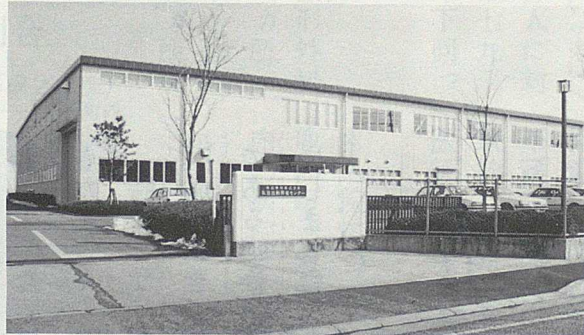
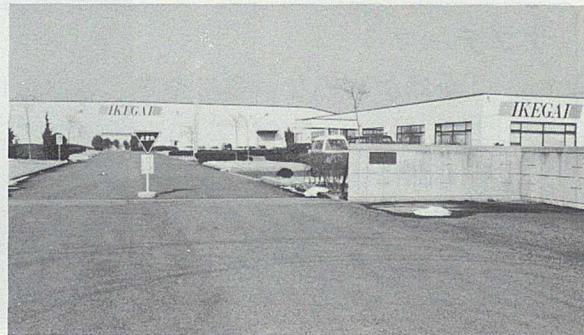
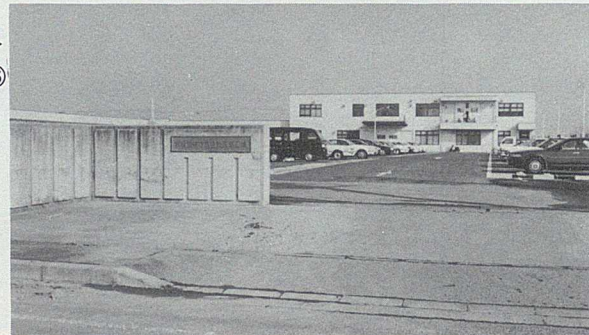
す。オゾン層に行きつくと、フロンは太陽光線のエネルギーを受けて分解しますが、そのときに出る塩素がオゾンと反応し、結果的にオゾン層を破壊することになります。その力は、フロン分子一つで、オゾン分子一万個以上を減らしてしまうほどだといわれています。

ところで、フロンガスと一口にいっても、いろいろな種類があります。その中には、オゾン層の破壊に直接結びつくものと、そうでないものがあります。いま、わたしたちに求められているのは、オゾン層を破壊するフロンガスの使用法を改めて考え、使用量を少しでも減らしていくことなのです。

上山鉾田工業団地内企業一覧

図面 番号	企 業 名	工場所在地	電話番号	主 な 製 品	操業開始	従業 員数
1	カビ・ファルマシア(株), ファルマ シア・バイオシステム(株)玉造工場	大字芹沢920-65	(55)0881	薬 品 関 係	昭和 59年4月	C
2	(株) ト ア ッ ク 茨 城 工 場	大字芹沢920-67	(55)3200	直 流 安 定 化 電 源	" 59年9月	D
3	(株) 池 貝 ツ ク バ 工 場	大字芹沢920-52	(55)3111	工 作 機 械	" 60年4月	E
4	検査開発(株)筑波技術開発センター	大字芹沢920-75	(55)3255	原 子 炉 燃 料 部 材	" 63年4月	D
5	(株) パ ワ ー 精 密 茨 城 工 場	大字芹沢920-48	(55)3301	乾 電 池 ケ ー ス	平成 元年5月	B
6	板 橋 精 機 (株) 玉 造 工 場	大字芹沢920-74	(55)2751	プ リ ン ト 配 線 板	昭和 61年9月	E
7	ビクターマグネティックス(株) 鉾田工場	鉾田町青柳2727	0291(6)3111	磁 気 テ ー プ	" 58年4月	E
8	アイ・シー・アイ・ジャパン(株) 茨城事業所	大字芹沢920-60	(31)2111	ポリエステルフィルム	平成 2年10月	E

※従業員数 A…10人未満, B…10~29人, C…30~49人, D…50~99人, E…100~299人



オゾン層
ってなに
?



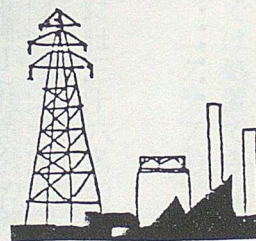
太陽光線に含まれる人体に有害な紫外線を90%以上吸収しているのが、「オゾン層」です。地上から20km以上、40km以下のところに、オゾンが特に集中しているため、こう呼ばれ、平均して10kmぐらいの厚さを持っています。

けれども、地球を直径1メートルのボールにたとえると、その厚みは1ミリメートルにも満たないほど、薄い層となってしまう。

オゾンは、地表でも松林、海岸、高山などの空気中にわずかに含まれていて、かすかに青く見えます。遠くの山が青みがかった見えるのは、空気によることとともに、オゾンの働きにもよるといわれています。

紫外線を少し浴びることは、「日光浴」として、体によいことです。けれど、度を超えれば皮膚がんになりやすいともいわれています。

もし、このオゾン層が破壊されると、地上に届く紫外線の量が飛躍的に増え、皮膚がんの発生率を高め、生物の遺伝子に悪影響を与えることが分かっています。



にしたいものです。
このほか、一般家庭用も含めた、あらゆる冷蔵庫に、フロンガスが断熱剤や冷媒として使われています。しかし、こまったことにこのフロンガスは冷蔵庫の廃棄とともに空气中に放出されてしまいます。現在、業界では、フロンに代わる新しい断熱剤や冷媒の開発が進められています。

カーエアコンは交換でなく補充を
家庭用エアコンではなく、自動車のカーエアコンには、熱を除去する「冷媒」としてフロンガスが用いられています。
一般にカーエアコンは、三年から四年で効きが悪くなってきましたが、その際、フロンガスを交換してしまう人が多いようです。しかし、交換するというのは、まだ残っているフロンガスをすべて空気中に放出してしまうことになるので、できるだけ、ガスの「補充」にとどめるようにしましょう。
交換でなく、補充するだけにとどめると、日本のカーエアコン用のフロンガス使用量を、約半分に減らすことができます。
スプレーは、できればフロン未使用の物を
フロンガスを使ったヘアスプレーは、年々減る傾向にあります。まだ十分でないのが現状です。できるだけ「フロンガス使用」と書かれていないスプレーを使うよう

行方郡に総合病院を！

〓 県民集会が知事に提言〓

第九期鹿行地方県民集会では、昨年十一月に提言書をまとめ竹内県知事に手わたしました。

提言書は、メインテーマを『手をつなごう、個性あふれる未来のために―めざせ、こころ豊かなまちづくり―』とさだめ、その下に三つのサブテーマを設定。

特に、サブテーマの一つ「かけがいのない命にやさしい医療体制を実現しよう」に力を入れて、私たちの強い希望である総合病院の設置を重点に、今後も活動していくことにしました。

行方郡内の現状は……

行方郡内の医療の現状は次
〓 鹿行地域では施設・病床と
のようになっています。
も海岸部である鹿島郡に集中

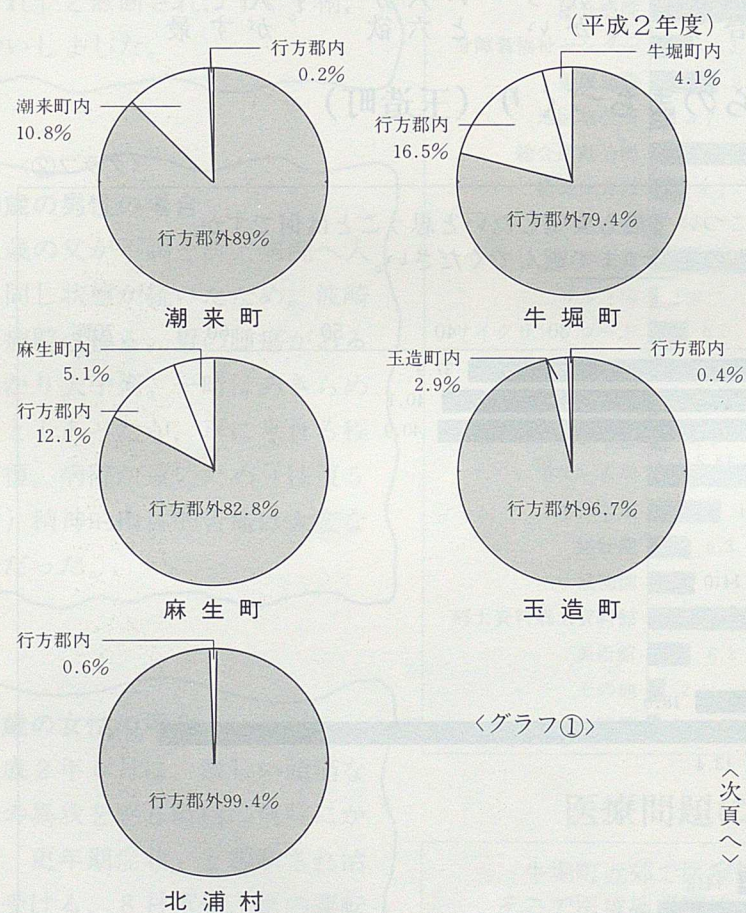
サブテーマ：

「かけがえない命にやさしい医療体制を実現しよう」

- ①行方郡に総合病院の設置を図る。
- ②行方郡内のどこにでも総合病院が設置できるように医療圏の見直しをする。



救急車の収容先別搬送人員の割合



〓 行方郡内には三十六名の医師がいますが、平均年齢は六十二歳と高齢で、後継者の確保も困難。十年以内には医療過疎地帯になる恐れがある。

〓 行方郡内には三十六名の医師がいますが、平均年齢は六十二歳と高齢で、後継者の確保も困難。十年以内には医療過疎地帯になる恐れがある。

(平成三年)
施設見学に
参加して
会議員 桜井和子
(緑ヶ丘)

私たちが行方地域分科会は「かけがえない命にやさしい医療体制を実現しよう」というサブテーマのもとに、六月二十八日梅雨の晴れ間をぬって、水戸市笠原町にある茨城県医療ゾーンでの研修を行いました。この一帯は営林局の跡地であり、近くには笠原水道の源水もあって、水と緑に囲まれた閑静な場所でした。

まず、(勸茨城県メデイカルセンター)に到着しました。ここは、「人生八十年」の高齢化社会をむかえ、地域医療を行う実践の機関として設置され、ますます多様化している疾病を高性能の検査機器により早期発見、予防、保健指導等を実施、住民の健康増進に努めています。救急患者のたらい回し防止を目的に、救急医療情報コントロールセンターが昭和五十三年に誕生し、

二十四時間体制で活動しています。

次にわが国初の健康科学センターを見学しました。このセンターは去る六月二十日に竣工したばかりの、健康をまもり、健康をつくる最新の施設です。さらに、教育研修の場として、小学生から老人にまで幅広い年代にビデオ等を駆使した映像により、わかりやすく、各コーナーがよく造られてありました。

最後は、水戸市保健センターで保健サービスはもとより、休日及び夜間救急診療を嘱託医が交替で行い、年間七千五百名も受診しており、住民の健康保持に尽力されていることを認識いたしました。この日は、育児教室や、家族に付き添われた方々が、機能回復訓練を行っておりました。

全部で三カ所を見学したのですが、どの施設も最先端の技術を駆使した稼動現状を自分の目で直接見て、私たちの住む行方郡がいかに立後れているか痛感してしまいました。私たちが会議員はこのような現状を踏まえ、総合病院の設置など医療施設の整備により、健康で快適な生活の実現に向けて活動していきたいと思

総合病院を望む声は

潮来町……六六・九%

牛堀町…七二・五%

グラフ②

えています。(グラフ③)

ます。(グラフ④)

以上の調査結果にみられるように、郡民の強い要望は郡内に総合病院が必要だということです。そこで、行方郡内の第九期会議員の皆さんは、こうしたアンケート調査結果を竹内県知事に強く要望するとともに、これからも持続した活動をしていくことにしました。

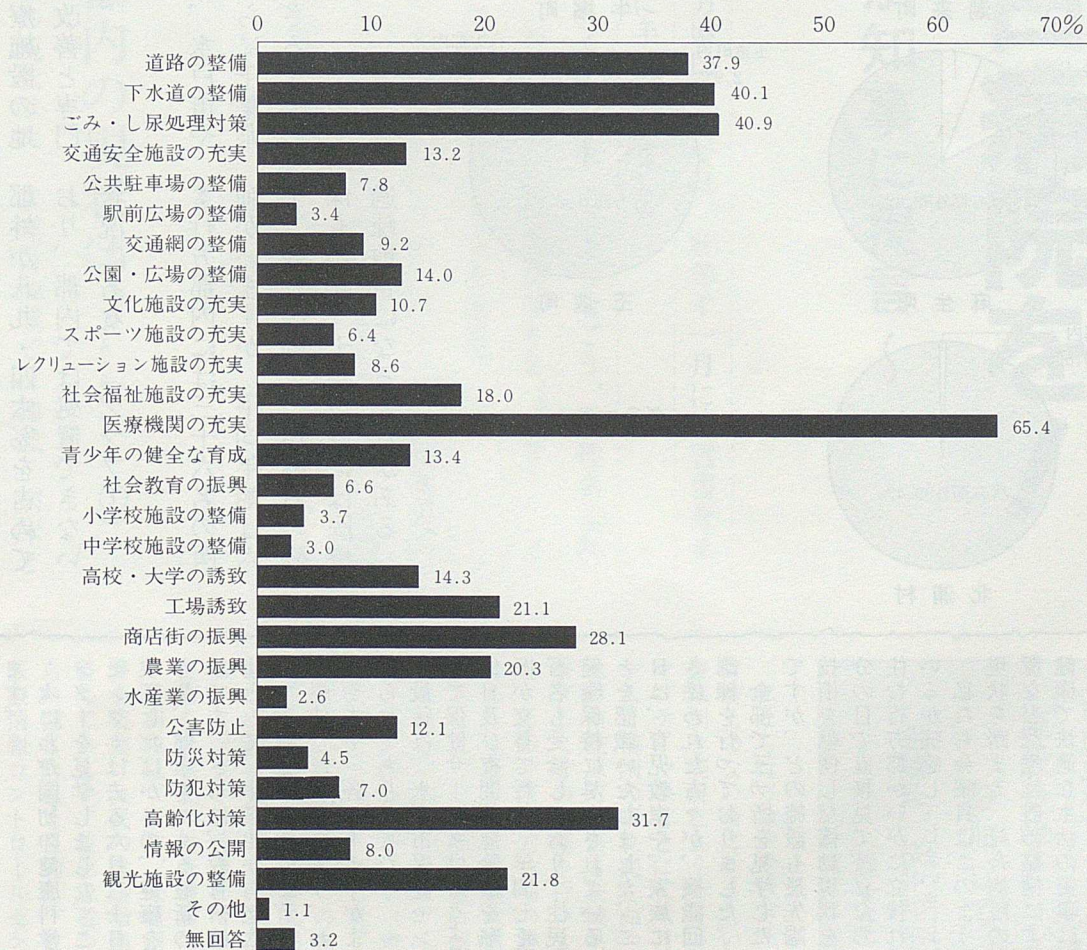
なお、玉造町では、原弘さん（井上）、桜井和子さん（緑ヶ丘）、横田憲子さん（羽生）、飯島雅之さん（中山）の四人が第九期会議員として活躍しています。

これからのまちづくり（玉造町）

行政への要望

〈グラフ②〉

あなたが、町の行政について最も要望したいと思うことは何ですか。
次の中かわ要望の高いものを5つまで選んでください。

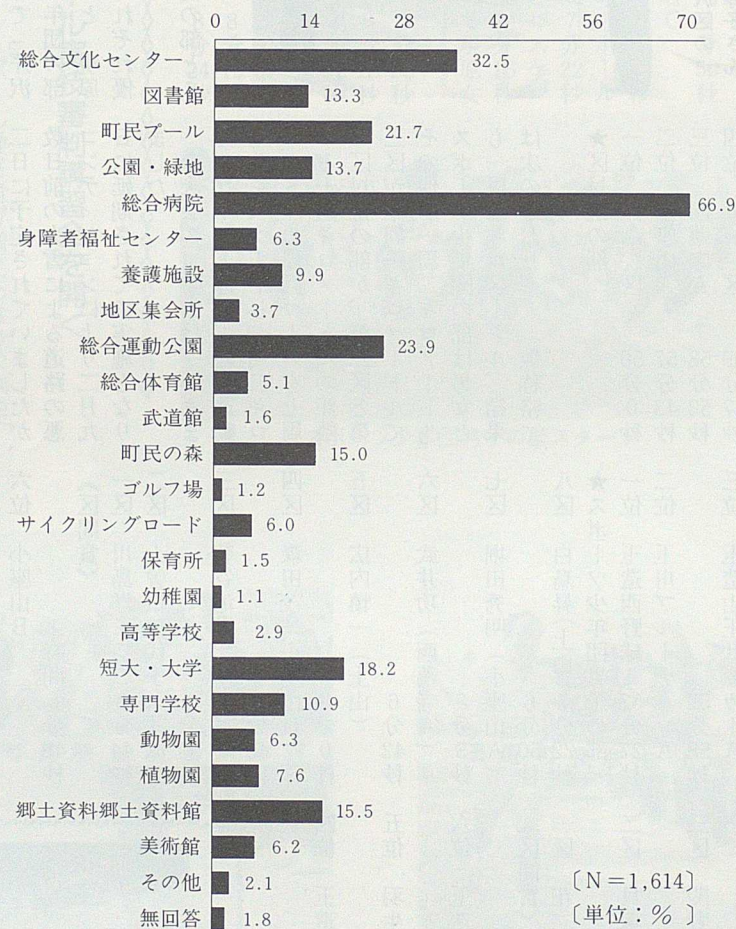


必要な施設（潮来町）

総合病院が圧倒的に多い

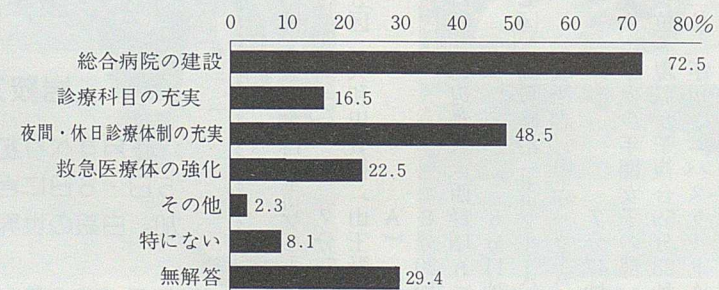
〈グラフ③〉

あなたは、これから潮来町に特に、どんな施設がほしいと思いますか。次の中から3つ選んで下さい。



医療問題について（牛堀町）〈グラフ④〉

牛堀町近郊で医療施設の充実が叫ばれています。そこで医療施設関係についてどのような不満や要望をお持ちですか。主なものを2つ選んで下さい。



郡民の声(アンケート調査から)

○68歳の男性の場合

下腹の痛みが3日程続いて病院（隣町）へ行ったら「盲腸ではない」と診断される。6日後激痛に襲われ救急車で土浦の病院へ。待機していた医者からは「盲腸の手おくれ」と診断され、すぐ手術、命拾いました。

○39歳の男性の場合

61歳の父が不調を訴え病院へ入院。同じ状態が続いたため、波崎町の病院へ移る。胃の腫瘍があるとわかり大手術。一時はあきらめたこともあったが、車に乗れる程に回復。病院が遠いため（往復5時間）精神的肉体的苦痛は大変なものだった。

○56歳の女性の場合

平成2年6月に、激しい頭痛など体の異状を感じ町内の病院にかかり「更年期症状」と診断され治療を受ける。8月下旬、車の運転中突然視力がなくなり自爆。千葉県の大きな病院にかけつけ、「脳腫瘍」と診断され9月に手術。一命はとりとめたが後遺症が残った。早期に発見治療していれば後遺症も少なかったろうと思うと本当に残念です。

優勝は、

芹 沢(区 対 抗)
玉造西野球(スポ少男子)
現原女子複合(スポ少女子)

第九回町民駅伝大会

恒例となった「第九回玉造町民駅伝大会」が二月九日に行われ、区対抗の部で「芹沢区」が、スポーツ少年団の部で「玉造西野球A」と「現原女子複合A」が、それぞれ優勝しました。

大会には、区対抗の部とスポーツ少年団の部合わせて三十四チームが参加。当初二月二日に予定されていましたが、数日前の大雪による道路の悪コンディションにより二月九日に延期されての実施となりました。

今大会のコースは、いままでのコースと違い、総合運動場前をスタートし一周二キロメートルの周回コースを七周する十四キロメートルの距離。区対抗の部が、第二区と第三区が半周一キロメートルでその他が一週二キロメートル。スポーツ少年団の部は男女とも一周二キロメートル。結果は次のとおり。(敬称略)



選手宣誓をする芹沢区の菅谷淳子さん

★区対抗の部
一位 芹沢区
二位 小座山A
三位 西蓮寺A
四位 浜区

五位 上山区 1時間1分4秒
六位 小座山B 1時間6分48秒
《区間賞》
一区 川島洋子(浜) 8分44秒
二区 大曾根美代子(芹沢) 3分50秒
三区 菅谷淳子(芹沢) 3分49秒
四区 森田茂(小座山B) 8分0秒
五区 広内慎一(上山) 6分42秒
六区 武井功(西蓮寺A) 8分3秒
七区 堀田秀明(小座山A) 6分50秒
八区 白鳥昇(上山) 7分22秒

★スポーツ少年団男子の部
一位 玉造西野球A 57分27秒
二位 玉川ブルーナインA 57分58秒
三位 玉造山王サッカーA 8分11秒
《区間賞》
一区 花立和俊(西野球A) 7分56秒
二区 貝塚哲也(西野球A) 8分8秒
三区 関野保宏(玉川ブルーA) 8分11秒

★スポーツ少年団女子の部
一位 現原女子複合 59分23秒
二位 玉川ミニバスケットA 1時間3分3秒
四位 玉造山王野球A 59分39秒
五位 羽生剣道 1時間0分21秒
六位 玉造西剣道A 1時間4分27秒
七区 高野勝治(玉川ブルーA) 8分11秒
八区 堀悟志(山王サッカーA) 7分47秒



岩鞍スキー場で親子教室

正月すべり初めの「親子スキー教室」が1月5日・6日に岩鞍スキー場で開かれ、47人が参加。白銀の世界を楽しみました。

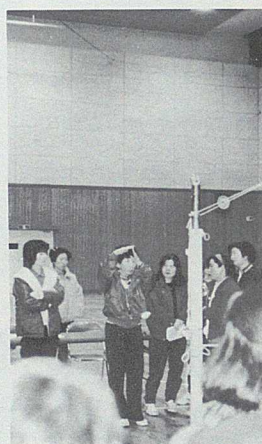
三位 現原女子複合B 1時間4分50秒
四位 現原女子複合C 1時間6分36秒
五位 玉造山王バレーボールA 1時間7分22秒
六位 玉造山王ミニバスケットA 1時間8分16秒
《区間賞》……すべて現原女子複合A
一区 石橋寿江 8分28秒
二区 大久保美保 8分18秒
三区 中島美津子 8分32秒
四区 森作麻子 8分25秒
五区 井能裕美 8分57秒
六区 藤崎紀子 8分19秒
七区 加藤ゆり 8分24秒



スポーツ少年団男子の部スタート

バレーボール実技審判講習会を開く

年々ママさんバレーボール愛好者が増えるなか、不足する実技審判員を養成しようと講習会が昨年の十一月十一日・三十日と、十一月七日・十四日の一回にわけてB&G海洋センターで行われました。



講師に潮来町の松田寿美子さんと千村ヨシ子さんを迎え、町内から十二チームの選手が参加しました。



▲女子2位 玉川ミニバスケットA



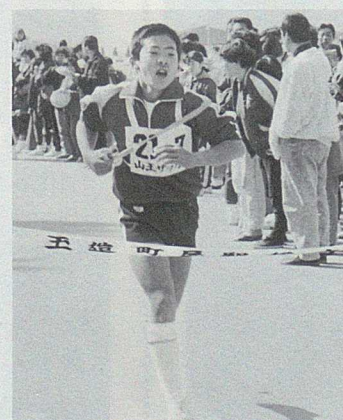
▲男子2位 玉川ブルーナインA



▲区対抗2位 小座山A



▲女子3位 現原女子複合B



▲男子3位 玉造山王サッカーA



▲区対抗3位 西蓮寺A



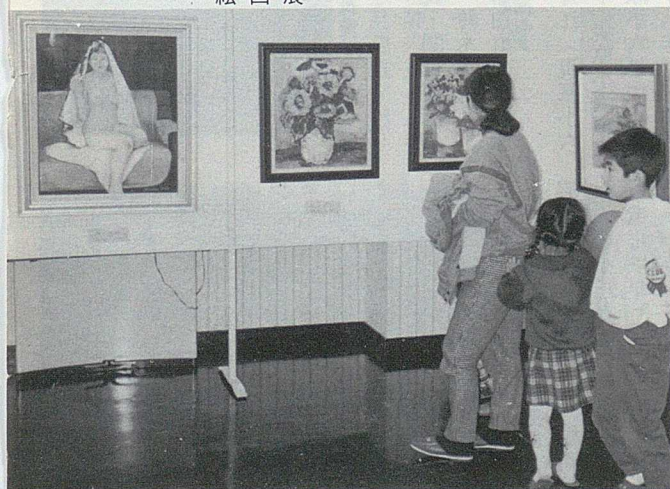
「親子の広場」では、手芸の
ペーパーフラワーに挑戦



あっ！これだ！
(小中書き初め展)



着付展

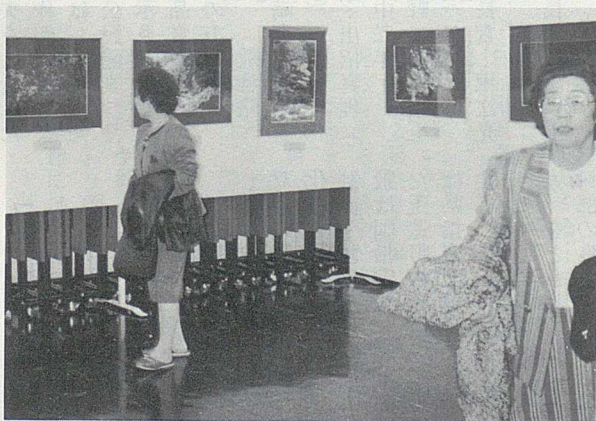


絵画展

コーラス
教室発表会



書道展



写真展



公民館



まつり

スナッヅ

『第11回公民館まつり』が、
1月19日～26日までの一週間
開かれました。各催しものの様子
をスナッヅで紹介します。



木目込人形展



耳を傾けて聞き入る皆さん



講師に高橋圭三氏を迎え、
「ことばと人の輪」と題して
行われた講演会

水墨画展



7人が免状を取得

—— 公民館生け花教室 ——

このほど、公民館生け花教室の受講生7人が
免状を取得し、昨年12月29日に交付式が行われ
ました。資格は、自由花の中伝が3人、初伝が
4人。取得した皆さんは次の方々です。

(敬称略)

▶平成3年度免状取得者 <自由花中伝>

川崎美代子、松前ヒロ子、館幸枝

<自由花初伝>

石田マリ子、山中美由紀、山中あや子、高埜編子





▲大場代官屋敷の見学



▲世田谷美術館での話し合い

このたびの交流は、玉造町文化財顕彰会の役員や玉造町史編さん事業のグループ、古文書調査整理を学ぶ集いのメンバーそして教育委員会職員等が、さる一月十三日・十四日に世田谷区を訪問したもの。

の行われる「西蓮寺市」。幕末に思想的に大きな影響を及ぼした「吉田松陰」や「頼三樹三郎」は、江戸時代に当町（旧玉造村）を訪れており、この二人の墓所が世田谷区の松陰神社にあります。そして当町は水戸藩領（半分は麻生藩他）、世田谷区はほとんどが彦根藩領と幕末敵対関係にあった旧藩の領地であったことも何かの縁でしょうか。また芸術家の多いことでも知られる両区町です。

それに、今脚光を浴びている世田谷美術館などを見学しました。

今後は、世田谷区の文化担当者、文化財保護グループ、芸術家などを玉造町に招いたり、お互いに児童生徒の文化スポーツの交流をはかることにより、郷土を理解し地方文化の良さを見直して行く計画です。

世田谷区役所文化課・大場家代官屋敷と世田谷郷土資料館

牛乳パックで、からくり絵本

～ふるさと絵本の会「ひこばえ」が手作り絵本作成指導～

「くるくるくる」と、捲（めく）つても捲つても登場する物語り。子どもたちも興味津々。最後には主役が飛び出した。

ボンサンス・セミナーの社会教育講座を教育委員会と共催している「玉造の幼児教育を考える会」では、学習の一環として手作り絵本に挑戦。講師に、ふるさと絵本の会「ひこばえ」（代表清水ゆり子さん）の会員を迎え、親子学習会を持ちました。環境問題や資源のリサイクルでも注目され、一番身近な材料である「牛乳パック」を利用した夢一杯の絵本作りです。牛乳パックは、良質の紙パルプでできており硬さも十分あり「からくり絵本」制作には最適の材料とされています。



立志式に演劇「レ・ミゼラブル」を鑑賞

第十三回を迎え伝統行事となった玉造中学校の「立志式」が二月一日に大雪のなか厳粛に行われました。

当日は、前日夜半から降り続いた雪のために登校さえも危ぶまれましたが、先生方の努力により予定通り開催。町

長はじめ来賓祝辞の後、二年生代表による意見発表があり集まった父兄からもお祝いの拍手が続ききました。

式典に続くアトラクションでは、文芸座による「レ・ミゼラブル」の公演が行われ、生徒たちは生の演劇に感動を

味わったようでした。

いままでのアトラクションは講演会が主流でしたが、生きた芸術を生徒に鑑賞させたことの先生たちの希望と、今年度から地域づくり推進事業の文化振興基金が玉造町文化協会の協力で活用できることになり、演劇鑑賞が実現しました。



ふるさとの宝みんなで守るぞ！

町長賞に滝ヶ崎豊君（玉川小）

文化財愛護・文化財防火デー
絵画・ポスターコンクール

玉造町文化財顕彰会と教育委員会主催による「第一回文化財愛護・文化財防火デー絵画・ポスターコンクール」が行われ、一月二十日の審査の結果、玉川小学校二年の滝ヶ



表彰を受けた皆さん



▲滝ヶ崎豊君の作品（町長賞）



▲出沼真理さんの作品（議長賞）

崎豊君の作品が町長賞に選ばれました。

今回のコンクールは、次代を担う子どもたちに郷土の歴史文化を理解し、文化遺産の保護と継承に努めてもらうと実施されたものです。

出品作品は、寒中にもかかわらず文化財を訪ねスケッチしたものや、工夫をこらしたポスターなど力作が目立ちました。優秀作品は、一月下旬に開催された「公民館まつり」期間中に一般展示されました。

なお、優秀作品賞を受けた児童・生徒は次の方々です。

- 町長賞：滝ヶ崎豊（玉川小二年）
- 町議会議長賞：出沼真理（玉造中二年）
- 教育長賞：小野口由美（玉造小一年）
- 文化財顕彰会長賞：堀江光（手賀小四年）、平間朋恵（現原小六年）、長島英雄（玉造中一年）

「文化財大場家住宅」で文化交流

東京都世田谷区と

玉造町と世田谷区には、同ルートを持つ「大場家」が双方の行政管理下にあり、文化財としてその重要性が高く評価され世田谷の大場大官屋敷は国指定文化財として、また玉造町の大山守大場家住宅は県指定文化財になっています。

こうした指定文化財「大場家」をとおして、都市部と農村部の良さを生かした文化交流



▲小野口由美さんの作品（教育長賞）

▼教育部長賞：関野寿江（玉川小一年）、鈴木晴人（玉造小五年）、石田直矢（現原小六年）

▼佳作：石橋寿江（現原小六年）、風間光子（現原小六年）、加藤ゆり（現原小六年）、太田有保（玉川小六年）、高野造小一年）

昭門（玉川小四年）、根崎純（玉川小三年）、根本和真（玉造小一年）、本沢優佳（玉造小一年）

ボランティアをとおして

自己研さん

谷島若葉会

「いつまでも謙虚に新鮮な気持ち」をモットーにしている谷島の女性グループ「谷島若葉会」(会長田辺さよ子、会員二十三名)では、地域の清掃活動や生活向上運動を行



保育ルールでの一コマ

っています。目下、到来する生涯学習社会を前に、地域でつくる学習社会をテーマに話し合いを進めています。週休二日制の定着や学校の五日制も予想され、余暇がますます増えてくることから、今までの休みに家族揃っての食事やショッピングだけでは物足りなくなりそうです。そこで若葉会では、地域で子供たちを育てみんな協力しあえるコミュニティ社会を創るために、ミニ図書館(地域文庫)や音楽に親しむ潤いのある活動を模索しています。今回、その一環として、玉造町幼稚園家庭

教育学級合同研修会開催時に乳幼児同伴の参加者のための「保育ルーム」を設け、子供たちのお世話をし大変好評でした。会員の皆さんは、こうした経験を生かして今後の文化活動に励みたいと抱負を述べていました。

手賀新宿で

バーベキューと

伝承遊び集会

各地で成人式が行われた一月十五日の成人の日、新宿新和会を中心に新宿子供会と



178人が「新成人」 —— 20歳を祝う ——

ことし玉造町で20歳を迎えた新成人は178人。1月15日に中央公民館で「新成人のつどい」が開かれました。式典のなかで「皆さんがたの輝かしい将来に期待します…」と坂本町長からの祝辞が述べられ、「本日を契機に、自信と責任を持って大いに前進し、豊かさの実感できる地域社会の原動力となってください…」との竹内県知事のメッセージが渡辺教育長より朗読。新成人を代表して、稲葉直之さんと西谷京子さんのお二人に成人証書が授与されました。

新宿中学生会及び育成会が協賛で、高齢者と子供たちの地域ぐるみでのお楽しみ会が開かれました。四半世紀前には、一月十四日が「ならせ餅」、十五日は「ワーホイ」と子どもたちの楽しみな行事がありました。今日だといふ少なくなったことを危惧した代わりの現代風小正月は、新宿の高齢者が考えた洒落た計らいとなりました。小学生や中学生が一緒にあつまれない時代に、貴重な場を提供した形となり、おじいちゃん・おばあちゃんが作ってくれるバーベキューに舌鼓を打ちながら、竹とんぼやお



みんなでおいしい食事づくり

文芸

短歌

活け終えし野の花に向き奥の部屋暫し動かず娘は黙し居る

白井可弥

月淡く残れる空のあかるさに露を踏まえて筑波嶺の立つ

小野口トク

風落ちてひそけく風ざし陽だまりの土手に櫻の芽はふくらみぬ

郡司春枝

山里のこの静けさや如月の空ふかふかと寒く澄み居り

笹目久子

竹林の射す陽に濡れる寒椿蕾に淡く紅さすが見ゆ

菅谷富栄

葉たばこを作らむ畑ほのぼのと朝の陽差しの染む土温し

八木操

さわやかに蓮田に一羽白鷺の動かぬ姿夕闇に浮く

久米妙子

慰むる言葉もなく庭木々の芽吹き言いつつ戻り来にけり

滝崎富美

山合いの残雪の上鳴りながら吹き上げて来る風に背を向く

風間巴江

陽に染まる熟れ田明るき穂の波のうねり立ちつつ吾れも揺

俳句教室 初句会

(草人居)

れ居る 並木富茂恵
陽の落ちし遠き野末にひとすじの流るる川の緋の色に燃ゆ

高野整儀

屠蘇酌んでさてとわが身の置き処 鈴木夢情

大和田秋海棠

初釜の心に響く湯音かな 鈴木和代

鈴木和代

初明り注連新しく屋敷敷 長谷川鶏頭子

長谷川鶏頭子

小春日や手押車の長話 茂木孝子

茂木孝子

万両の紅色深し床新た 飯島伸子

飯島伸子

月光の障子に影の吊柿 山野草月

山野草月

奥久慈や梅の上にも梅の家 掛札野風

掛札野風

向を知りて歌知り初めて初頃 八木草苑

八木草苑

飛機遠く寒夕焼の湖の果て 武田淳子

武田淳子

着ぶくれて健かに居て針運ぶ 藤川秀子

藤川秀子

老松の年輪積みし年の春 松本霜石

松本霜石

公民館まつり俳句会

良い事のありそな初日昇りけり 鈴木夢情

鈴木夢情

職人となりて五十路や初鏡 永野一碩

永野一碩

初詣皆知り合ひの村社 長谷川鶏頭子

長谷川鶏頭子

娘と共に屠蘇酌み交わす幸せ 飯島伸子

飯島伸子

去年今年心が通ふ初暦 松本霜石

松本霜石

大空へ風の虜となる一と日 鈴木和代

鈴木和代

初売りやレジの娘薄く紅を引く 藤本一峰

藤本一峰

初筑波背にして霞浦のつがい 鳥 武田淳子

武田淳子

富士小さく紫紺に眠る町に住む 藤川秀子

藤川秀子

俚謡教室

兼題「正月に関するもの」 床に佗助一枝活けて

初春の香が立つお初釜 満喜

宵の三日月お供に連れて 年始帰りの千鳥足 夢情

夢情

今年一から出直す誓い 夢と希望にや齢はないとくじ

おせちお雑煮笑顔も揃て 屠蘇を酌み交うお元日 和代

和代

襟を正して祈って祝う 屠蘇は今年の力水 幾代

幾代

ブッシュ来日迎える総理 先ずは新年初試練 翠峰

翠峰

家内一同日の出を拝み 屠蘇でほんのりさくら色 よしお

よしお

店の繁昌願いを込めて 仕事初めの戸を開ける 義一

義一

厄を払って幸せ願う 明日へ希望の申の初春 藤娘

藤娘

紅い橋桁水の面に映えて 霞浦の大橋初日の出 訥也

訥也

初日のボナナスちよつぱり見栄も甥へはずんだお年玉 青声

青声

心新たに気も引きしまる 家族揃って初詣で 才衣

才衣

夫の出番の正月三日 見てもいられぬ初厨 里照

里照

初日輝き心もあらた 「年の始め」の歌が出るしう女 子等が賑やか正月座敷 帰りがひっそり広くなる せつ子

せつ子

羽根をつく子の袂がゆれる 音ものどかに明ける初春 きよ

きよ

屠蘇も入って今年の抱負 でかい望みに初笑い 咲子

咲子

年を重ねて傘寿の春を 袖に感謝の手を合わすと女 破魔矢片手に玉砂利踏んで 社詣での新世帯 草人

草人

羽根をつく子も空には風も 無くて初春から塾通い 草女

草女

母が手ほどく七種粥に 香り味はう今朝の膳 有美

有美

人材育成事業

『海外ふれあい研修の旅』



フランス・ドイツ・スイス

を旅して

人材育成事業として、昨年十月三十一日から十一月七日までの八日間の日程で行われた『海外ふれあい研修の旅』（訪問先：フランス・ドイツ・スイス）に玉造町から舟津の荒井千代さんが参加されました。高齢者の生きがいと健康づくりを推進するための人材養成をねらったもので、県内から三十人が参加。荒井さんは昨年四月十三日に県知事より委嘱を受けた『いきがいくくり推進員』の『いけ花教授』代表者として参加されたもので、研修中フランスのエソンヌ県において開催された茨城県知事主催のレセプションにも招待されました。

荒井さんから手記が寄せられましたので紹介します。なお、先だって昨年十月八日から五日間の日程で行われた『秋天・北京・西安の旅』にも茨城県地域婦人団体連絡会の事業委員長として参加され、研さんをされました。

茨城県いきがいくくり推進員

荒井 千代

☆手記☆

％ フランクフルト着
○ 免税範囲としては、たばこ



レセプション会場で、左から竹内茨城県知事夫人、エソンヌ県知事夫人、荒井千代推進員、香取衛茨城県議会議員

類は紙券、たばこ四百本、刻みたばこ五百グラムまで
○ 酒類は二十二度以下のワインあるいは酒類二リ。二十二度以上のもの一リ。ワインは二リまでと定められている。
○ 香水は五十グラムとオールドトワレまで。
○ 消費税については、徴収するが、建物に対し再建費として交付し、財産についての相続税は課税しない。
○ その他の品物で合計額が二十万円でなければ免税になる。

％ ハイデルベルグ着
○ 凱旋門として東西分断のこの門は、自由に通行しており非常に混雑をきわめている。
○ アレキサンダー広場：第二次世界大戦で破壊されたが立派に修復され、現在はベルリンの中心となり、この広場は市民達や旅行者の憩いの場としてにぎわいを見せていた。
○ デイア・ガルテン：ベルリンの中央に位置する広場で、中には国会議事堂、国際会議を開催するコンGRESハウス等施設された素晴らしい建物。

％ チューリッヒ着
○ スイスは世界で最も交通機関の発達している国とされているが、市内交通は市電バスかトロリーバスのいずれかを利用しているのが現状。タクシーは道路の中央に標識があり、市民が利用している。ヨーロッパの中でもスイスの水道水は石炭分が多く含まれている為水を自由に飲むことが出来ず、ミネラルウォーターを買って毎日のように飲んで過ごした。

肉っ気もなく見たところは質素ですが、バランスがとれていて栄養価が高いと定評のあるのが禅僧の食事。古今の名僧に、老いてなお壮健で頭脳明晰という人が多いことも理想的な食生活を証明しています。
僧りの食事、つまり精進料理の大きな特徴は、ゴマをふんだんに使うことです。

ゴマは、天平時代にはすでに日本に伝わっていたことが明らかで、経路は西域からシルクロードを通じてという説が有力です。

季節の話題 もつとゴマを

ゴマを使った僧りの食事は一般に知られるようになったのは、鎌倉時代に入ってから。おなじみのゴマあえ、ゴマみそ、ゴマ豆腐など、ルー脂肪、タンパク質、糖質、ビタミン類、カルシウム、鉄分……と、健康を維持し細胞の働きを活発にするために必要な栄養素が詰まっています。とくに、日本人に不足しているといわれるカルシウム、貧血防止に役立つ鉄分、老化を遅らせる効果があるといわれるビタミンEなどが豊富。
ゴマやゴマ油を使った料理を頻繁に食べれば、心身ともに健康で頭もシッカリという現代人が理想とする姿に近づくことは間違いなさそうです。

ホームステイの留意事項

貴重な体験を

トラブルなく、安全に

「外国語を学びたい」「異国の文化に直接触れたい」と、外国の家庭のなかに入り、家族の一員として生活をするホームステイが増えています。しかし、一方では、ホームステイをあっせんする業者や、受け入れ先の家庭（ホストファミリー）とのトラブルも、最近、目立つようになりました。

このようなトラブルを避けるためには、いったいどうすればよいのでしょうか。

▶業者選びの4つのポイント

まず、信頼できるあっせん業者を選ぶことが肝心です。ホームステイをする人のほとんどは、中・高校生なので、本人だけでなく親と一緒に、慎重に検討してください。

業者選びのポイントをいくつか挙げてみましょう。

- ホストファミリーの状況を把握し、それを踏まえて適当な家庭を選定しているか。
- 出発前に、ホームステイの意義や留意点を説明するオリエンテーションを、十分に行っているか。
- 早めにホストファミリーの決定を知らせてくるか。出発直前に知らせてくるようでは、受け入れ先との事前のコミュニケーションは図れません。
- 現地での指導・相談体制は万全か。万一トラブルが発生した場合、現地相談員などが速やかに対処できるか。

▶家族の一員として溶け込むことが大切

次に肝心なのは、参加者の意識です。

ホームステイは、通常の旅行ではなく、一般家庭で生活するのです。下宿や寮でもありません。ですから、相手の文化や習慣を理解し、家族の一員として何か手伝いをするなど、積極的に家族のなかに溶け込むことが大切です。

そのほか、万一の病気やけがに備えて、海外旅行傷害保険には必ず加入しましょう。

日本では得られない貴重な体験ができるように、安全で、実りあるホームステイにしたいものです。



％ パリ着
○ シャルル・ボ・ゴール広場に高さ五十m、幅四十五mの巨大な凱旋門がそびえている。一八三六年にナポレオン一世によって建てられ、柱の浮き彫りの「ラ・マルセイエース」が特に有名なそうである。
○ セーヌ川をはさんだエッフェル塔も視察。

元、町の助役さん。十月十一日に訪問した北京市立養老院と比較すれば、建物から各部屋の設備も格差があり、考えさせられた。
午後一時十五分に養老院を出発。レセプションのリハール現場に到着。会場の受付では茨城を紹介するパンフレットが配布され、「オデン」「寿司屋」「いけ花」「茶の湯」「結城つむぎ織」のコーナーが設けられている。ステージには、石岡市の「ひよっこ」「おかめ」「きつね」常陸太田市の「天神祭ばやし」が披露され、茨城祭典一色に包まれた。
午後五時二十分にレセプション

％ パリ発十九時十分帰国の途。
ヨソ開会。エソンヌ県知事に付き、茨城県知事夫妻が入場。乾杯は、四斗樽「コモグルミ」のかみ抜き。竹内知事夫人より、金・銀を散りばめた打ち掛けがエソンヌ知事夫人に寄贈され、喜んで着られたその姿に感激を受けた。パーティーのクライマックスを計らい私達一行は会場を後にした。

40歳以上の人の約1割を占める成人病

糖尿病の迷信に

惑わされていませんか

日本酒、ビールを飲むと糖尿病になるが、ウイスキーなら大丈夫？
ウイスキーと、日本酒やビールとでは、原料や製造法が異なります。しかし、アルコールとしての熱量があること、また、アルコールが分解されてできるものが、糖尿病を悪くすることは共通しています。



糖尿病になったら、パンはいいけどごはんはだめ？

どちらがいい悪いという問題ではありません。糖尿病の食事療法の基本は、1日に食べたり飲んだりする総熱量を必要最低限として、あらゆる栄養素をバランスよくとることです。ちなみに、軽く1杯のごはん(約110グラム)の熱量も糖質の量も、食パン1枚(約60グラム)に相当します。

侮っています

糖尿病という言葉自体は知っておられるでしょうが、糖尿病はその発見や治療の面で誤解されている病気はありません。
まずは、糖尿病発見の誤解です。多くの人は糖尿病が進んで合併症になり、足先のしびれや発汗異常、視力障害などの自覚症状が出て初めて「糖尿病では」と、病院への重い腰を上げます。また、社内検診などで尿に糖がみつかり、精密検査を指示されても、自覚症状がないばかりにそのまま放置する人が少なくありません。
ここで知っておいていただきたいのは、糖尿病の初期はまったくの無症状だということです。つまり、自覚症状が出るまでほつておくと、病気はどんどん悪化してしまつて

自覚症状が出る前に発見しよう

東京女子医科大学・糖尿病センター名誉所長 平田 幸正

ということです。
糖尿病は、自覚症状が出る前の無症状の段階で発見する「早期発見」がなによりも大切です。そして、初期の糖尿病は検査で発見するしか方法はないということ覚えておいてください。
また、糖尿病は治らない病気だなどと思われ方はいませんか。これも大きな誤解です。ここでは成人病の一つ、インスリン非依存型の糖尿病の治療についてお話しいたします。
結論から先に申しますと、食事療法と運動療法で糖尿病は治せます。特に、食事療法についてい

糖尿病は、その初期段階で合併症が出ないければ、食事療法だけで、わずかに一週間のうちに血糖値を正常近くまで回復させることができます。このことから考えても「早期発見」がいかに大切なお分かりいただけるでしょう。

検査で尿に糖がでたらから「糖尿病か」とシロツクを受けるのではなく、「早く見つかったよかったです」と考えるようにしたいものです。

子どもにも忍び寄る糖尿病



ここ数年、子どもの糖尿病患者が増えています。
東京都の十八歳未満の児童生徒、三十万人を対象に、糖尿病の発症率を調べたデータでみると、一〇年(日本大学医学部・北川照男教授が行った、学校検尿調査によるもの)。

それによると、人口十万人に対して、一九七〇年代には一・二人だった糖尿病の発症率が、一九八〇年代前半には二・三人に。そして、一九八九年には五人と、確実に増えているのが分かります。
ここに挙げた糖尿病は、成人病の一つとして知られているインスリン非依存型の糖尿病。食生活など、生活環境の変化に伴い、いままでは四十歳以上の人に見られた糖尿病が、子どもにまで及んでいるのです。
このままでは、糖尿病を成人病としてでなく、国民病として考えていく必要があります。

んか、糖尿病の恐ろしさ

三大成人病といえば、がん、心臓病、脳卒中ですが、最近注目されている成人病の一つに糖尿病があります。というのも、平成元年に厚生省の研究班が行った調査(WHO基準)によると、四十歳以上の人で約十人に一人、都市部では三十歳以上の人で約十人に一人が糖尿病というショッキングな結果が出ています。糖尿病といふ病名が、さまざまな合併症を併発するといふ糖尿病——この、知られていそで、実のところは「尿に糖が出る病気でしょ」ぐらいにしか知られていない成人病にスポットを当ててみました。

ほつりつばなしになるとさまざまな病気を併発

糖尿病とは、分かりやすくいうと、血液中のブドウ糖が増える病気です。
血液中には糖が溶け込んでいます(どれくらい溶け込んでいるかを示すのが血糖値)。細胞が、この糖をエネルギー源として取り込む際に必要なホルモンであるインスリンの働きが何かの原因で弱くなると、普通の糖の濃度では細胞内に入りにくくなります。そうなるとう、血液中の糖の濃度が上がつてしまふ——これが糖尿病です。
糖尿病といううと、とかく尿に糖が出る病気だと思われがちですが、本質は、尿に糖が出るということよりも、血液中の糖が過剰になること。さらには、インスリンの分泌が低下したり、働きが弱まったりすることにあるのです。

- ①網膜症などの視覚障害
- ②血液の透析が必要となる腎症
- ③足先のしびれや立ちくらみ、発汗異常、下痢などの神経障害
- ④足先が腐ってくる壊疽

このほかにも、ばい菌に対する抵抗力の低下によって、ものもらいやおでき、膀胱炎、肺炎、敗血症など、各種の感染症にかかりやすくなります。
特に、糖尿病の合併症による視

覚障害は、視覚障害全体の原因の第一位。また、血液の透析が必要な慢性腎不全の原因疾患の第二位に、合併症である腎症が挙げられていることから、糖尿病の合併症の恐ろしさがうかがえます。
家族のなかに糖尿病患者がそれだけで「赤信号」

糖尿病の発病の仕組みはまだよく解明されていませんが、過食や運動不足からくる肥満、ストレスなどが密接に関係していることは明らかです。事実、現在肥満しているか、または以前肥満していた人たちの多くが、糖尿病にかかっています。

しかし、肥満やストレスが、即糖尿病につながるというのも早計すぎます。肥満者のなかにも糖尿病になりやすい人とそうでない人がいるからです。つまり、糖尿病になりやすい素質があつて、そのうえに肥満やストレスなどの要因が加わると、糖尿病になると考えられているのです。
ところで、この素質はある程度遺伝することが知られています。ですから、家族のなかに糖尿病患者がいる場合にはそれだけで「赤信号」。過食や運動不足を避け、ストレスをためないよう、特に注意しましょう。

糖尿病にも2種類ある



一言で糖尿病といっても、糖尿病には二つのタイプがあるのをご存じですか。
一つは、インスリン注射を欠かすことのできない「インスリン依存型糖尿病」。もう一つは、四十歳以上の人に多く、成人病としてよく知られている「インスリン非依存型糖尿病」です。数のうえからみると圧倒的に多いのは、インスリン非依存型糖尿病です。「文明病」あるいは「飽食の時代の病気」などと呼ばれ、現在、日本で糖尿病患者数の急増の原因となり、問題視されているのはこのタイプです。
インスリン非依存型糖尿病は、発見が早ければインスリン療法は不用で、食事療法などで治すことができます。

平成四年度 各種モニターを募集

を募集

国や県では、消費者の意向を的確に把握して適切な対策を実施するために、モニター制度を設けています。それぞれの職務に関心のある方ならどなたでも応募できます。ぜひ、経験してみませんか。

- ▼食料品消費モニター（関東農政局）
 - 募集予定人員：二十名
 - 職務：食料品の流通・消費等に関するアンケート調査回答など
 - 謝金：年間一万二千円以内
- ▼通商産業政策モニター（関東通産局）
 - 募集予定人員：十四名
 - 職務：通産省所管の各種消費者保護関係法令の遵守状況監視など
 - 謝金：年間一万八千円以内
- ▼消費者価格モニター（関東通産局）
 - 募集予定人員：十五名
 - 職務：小売価格実態調査への協力など
 - 謝金：予算内の範囲内
 - ▼茨城県消費生活モニター（茨城県）
 - 募集予定人員：八十八名
 - 職務：生活必需品の価格需給動向の調査、報告など
 - 謝金：予算の範囲内

通信制高校の生徒を募集

県立水戸南高校

水戸南高校（通信制）は、向学の意志をもちながら、いろいろの事情で毎日通学できず、高校教育をあきらめている方で、職場または家庭にしながら学ぶことのできる学校です。

- 入学しますと、学校から配布される「報告課題」を、教科書、学習書を中心にして学習します。なお、テレビ、ラジオの放送（NHK高校講座）も利用できます。面接指導（スクーリング）は毎月二回（日曜日または火曜日）四年間の卒業を標準としていますが、必要な単位を修得すれば、三年間で卒業できるようなっています。
- ▼応募資格 居住地または勤務地が茨城県にあって、中学校若しくはこれに準ずる学校を卒業している者または平成四年三月卒業見込みの者。
- ▼募集学科及び人員 普通科三百名
- ▼願書受付期間 三月二日（月）～三月三十日（月）
- ▼願書の請求 郵便切手七十七円をはった返信用封筒を同封していただきます。

恩給欠格者の皆さん請求はお済みですか

平和祈念事業特別基金（総理府所管の認可法人）では、いわゆる恩給欠格者の方で外地等に勤務した経験を有し、加算年を含めた在職年が三年以上で、請求時において日本国籍を有する方には内閣総理

大臣名の書状を、さらに七十歳以上の方には高齢者の順に併せて銀杯を贈呈しています。〔注〕次の方は、この事業の対象になりません。

- 年金たる恩給または旧軍人軍属としての在職に関連する年金たる給付を受ける権利を有する方。
- 恩給欠格者のご遺族および戦後、ソ連またはモンゴルの地域に強制抑留されたことのある方。

○戦傷病者戦没者遺族等援護法上の軍属（雇員、傭人、工員等）および準軍属の方。へ請求書類の送付先・問い合わせ先

〒一〇二 東京都文京区大塚五―三―一三 平和祈念事業特別基金 業務第一課 ☎三―三九四五―四七〇四

県民文化センター催し物

3/14(土) 14:30
県民文化センター2F県民ギャラリー
サロン形式による親子コンサート
堀江真理子(ピアノ)

ジュネーブ国際音楽コンクール銀メダル!!
「楽しいトークと名演奏!!」
（プログラム）
W. A. モーツァルト：ロンドK.485/トルコ行進曲
ベートーヴェン：エリーゼのために
ショパン：幻想即興曲
ほか

入場料：おとな¥3,000（¥2,850）
こども¥2,000（¥1,900）
※高校生以上はおとな料金。

4 / 2 4 (金) 中村 雅 俊
5 / 5 (火) C O C O コンサート
/ 1 1 (月) 小 山 実 稚 恵
/ 1 2 (火) ウィーン少年合唱団
/ 2 0 (水) 都はるみコンサート

動物なんでも相談室 をご利用ください



近年、動物を飼う家庭が多くなっています。また、自らは飼ってはいなくても、動物に興味を持つ人々も多いようです。

県民の皆さんが飼育されている動物は、小さいものは昆虫から、大きいものはサル、ヘビ、ワニなどにいたるまで、様々な種類にわたっています。しかし、これらの動物を飼育していくうえで、取り扱い方法、病気などについてよくわ

からないため困惑されている方々も多いと思われます。そこで、県では動物指導センター内に『動物なんでも相談室』を開設し、皆さんからの相談にのっています。

動物を正しく理解し、適性に飼養し、人と動物との調和のとれた社会をつくるためには、『動物なんでも相談室』をご利用ください。

▼受付時間：午前十時～十二時、午後一時～三時

▼問い合わせ先：茨城県動物指導センター（笠間市日沢四七〇二九六七―二二〇〇）

金曜 午前九時半～午後四時
▼相談の方法
面接相談……直接相談したいとき
電話相談……面接相談ができないとき、電話の方が相談しやすいとき

▼相談所 茨城県婦人相談所（水戸市梅香二丁目三番五五号）☎〇二九二（二一）四六三五

※相談の秘密は固く守り、費用は無料です。

暮らしのワンポイント

窓ガラスのいたずら書き
こうすればきれいに落ちる

窓ガラスについて、クレヨンや油性のフェルトペン、油性のマジックで書いた文字や図形は、布か柔らかめの歯ブラシに少量つけてこすってください。

油性のフェルトペンは、灯油やマジックの除光液を布に含ませ、なぞるように軽くふくと取れます。

セロハンテープやシールは、ヘアドライヤーの熱風を当てると、接着剤がゆるみ、はがしやすくなります。取った後の汚れは、ベンジンやアルコールを少し含ませた布でこすると、きれいになります。

こんな時の相談は 『婦人相談所』を

「夫婦・嫁姑等親族間の不和」「結婚・離婚・男女問題の悩み」「近所付き合い・職場での人間関係の問題」、その他、人に相談できない悩み等でお困りの時は、お気軽にご相談ください。専門の婦人相談員が、あなたの相談を待っています。

▼相談受付時間
月曜～木曜 午前九時～午後四時

中高年齢労働者 受奨奨励金制度

国では、あなたが自己啓発のため、労働大臣が指定している教育訓練を受講し修了した方に費用の一部を助成しています。

▼対象者 四十五歳以上の方で雇用保険の被保険者

▼入学金及び受講料の半または全が

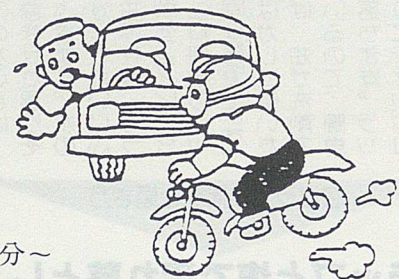
①四十五歳以上五十歳未満の方は半（限度額 五万円まで）
②五十歳以上の方は半（限度額 十万円まで）

▼その他 助成には要件がありますので、次へ照会してください。

雇用促進事業団 茨城雇用促進センター（水戸市南町二一六―一八 日生ビル）☎〇二九二二二―一八八

交通事故は相談センターへ

水戸自動車保険請求相談センター（日本損害保険協会）では、専門の相談員が親身になってご相談に応じています。



●相談受付日

- ☆平日 午前9時30分～午後4時40分
 - ☆土曜日・日曜日・祭日は休み
 - ☆毎週水曜日の午後1時～4時まで、弁護士相談日となっています。無料で相談に応じています。
- 詳しくは、水戸自動車保険請求相談センター
〒310 水戸市南町3-4-57
水戸セントラルビル5F
☎ 0292-26-1693

暮らしのラッポ

きれいに磨かれた窓ガラスは、気持ちのいいものです。しかし、いざガラスふきとなると、意外に重労働です。手際よく、要領よくふくことがポイントです。

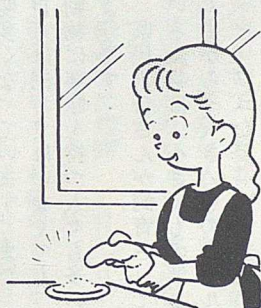
窓ガラスの掃除と磨き方

窓ガラスの水ぶきは、水を少し含ませた湿りそうきんでふきます。水の跡が残らず、きれいにふけます。油汚れは、ガラス用の洗剤をスプレーし、その上から料理用のラップを十分間程度張ります。ラップをはがして乾いた布でふけば、油が洗剤でゆるんでいるので、簡単に汚れが落ちます。ラップの代わりにティッシュなど、の紙を使うと、ガラスに張りつき、はがすのがたいへんです。

窓ガラスの隅の汚れは、水に濡らした布に塩をつけてこすりましょう。塩が汚れを吸収する働きを利用したもので、汚れが簡単に取れます。

模様があるガラスは、凸凹に汚れがたまり、水ぶきなどではなかなかきれいにならないものです。フレンザーを小皿で下口

ラップと塩で汚れ落とし



下口に溶かし、歯ブラシにつけて、上から下に円を描くようにしてこすると、模様の凸凹にフレンザーが入り込んで汚れが取れます。後は水ぶきし、さらに空ぶきして仕上げです。

大きな窓ガラスを要領よく磨くには、ガラス用洗剤を×印に大きく吹きつけ、乾いた布を四角に畳み、洗剤をのばすように外側から内側に四角くふきます。そして、空ぶきをします。

ゴムべらを使うのも、窓ガラスをきれいに磨くコツ——ガラス全体に霧吹きて水をかけ、ゴムべらで上から下へしこくように、こすります。ホコリと汚れが一遍に取れ、見違えるほどきれいになります。なお、汚れた水が流れ落ちないように、下にタオルを当てておきましょう。後は乾いた布で磨きます。

2月は省エネルギー月間

省エネは

未来の子供へのおくりもの

エネルギー資源は、有限なものです。それを考えれば、エネルギーを効率よく使うことは、未来の子供たちへの貴重な贈り物となることでしょう。

まず、身近で省エネルギー対策を!!

さわやか君

西村 宗



誕生おめでとう ぎんぎんすす	赤ちゃん	続柄	両親
緑ヶ丘	松沢亜由美	長女	堀親
根古屋	阿部航大	二男	浩幸・恭子
新田	理崎紗耶加	長女	文夫・京子
西蓮寺	井田中野良	二男	豊・由美
諸井	海田上友恵	二男	勇一・しづ江
荒宿	田沼友利	二女	昭一・雪子
西蓮寺	出代々木栄	長女	正文・洋子
上宿	八木井坂千尋	二女	日出男・美伸
羽生	中野双葉	長女	進・美智子
沖洲	飯島怜	二男	規之・久美子
高須	小松崎郁	長女	博・裕美
ところ	赤ちゃん	続柄	両親

誕生おめでとう ぎんぎんすす



出産
12月

おくりもの 申上げます	氏名	年齢
西蓮寺	出沼正男	七七
浜山	熊倉治一	七四
中山	山口忠弘	七二
新田	野原喜次	五八
浜田	島田彦四郎	八一
八木	郡司榮	七八
新宿	岡里ふさ	八六
沖洲	幡谷千鶴	八九
加茂	小野口せい	八一
諸井	堀氏	七三
ところ	堀氏	七三

おくりもの 申上げます

死亡
12月