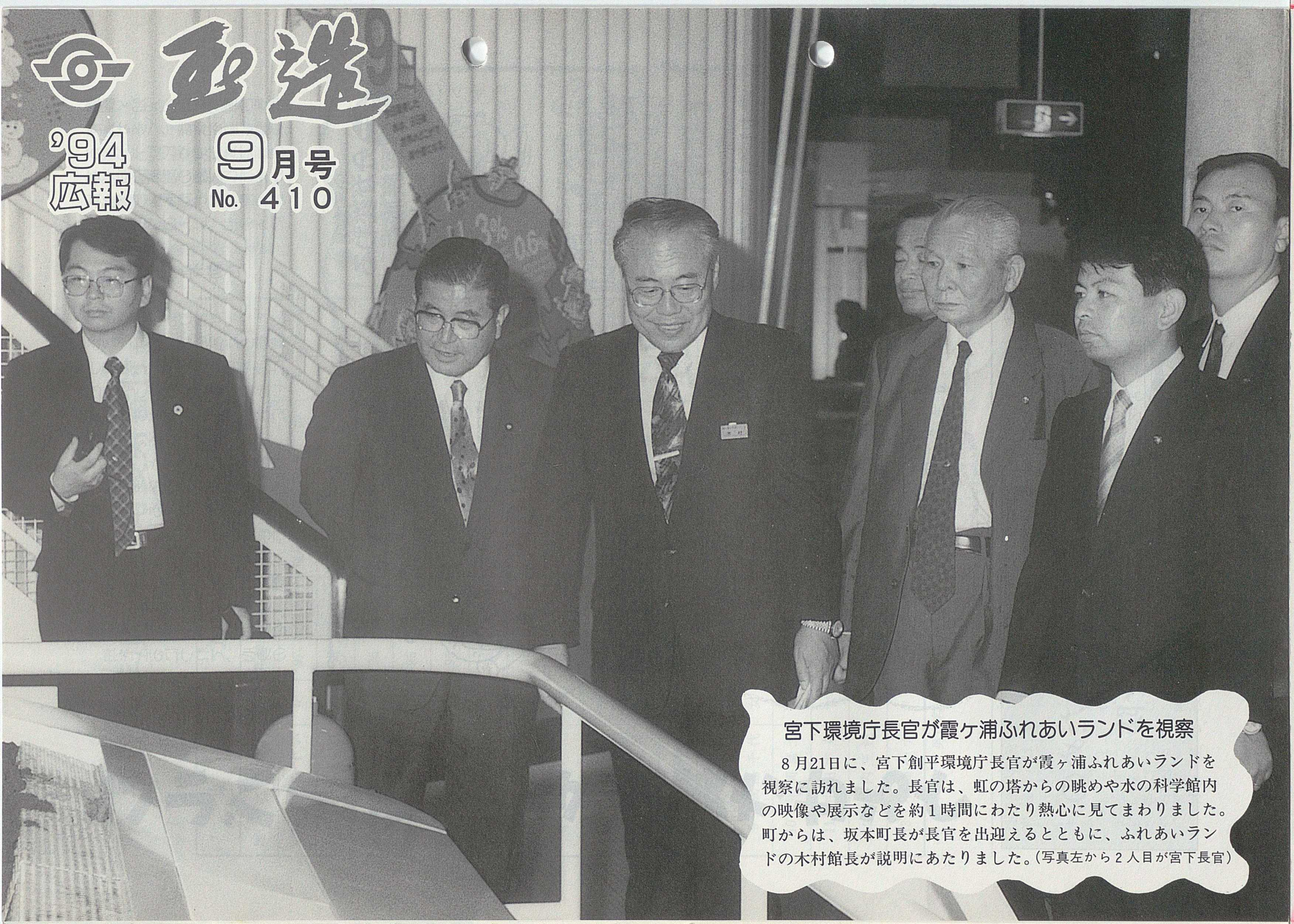


玉迷

'94
広報

9月号
No. 410



宮下環境庁長官が霞ヶ浦ふれあいランドを視察

8月21日に、宮下創平環境庁長官が霞ヶ浦ふれあいランドを視察に訪れました。長官は、虹の塔からの眺めや水の科学館内の映像や展示などを約1時間にわたり熱心に見てまわりました。町からは、坂本町長が長官を出迎えるとともに、ふれあいランドの木村館長が説明にあたりました。(写真左から2人目が宮下長官)

シルバー・ライフを充実させよう

年をとるにつれて、心身の健康をはじめ、家庭や家族などの環境が変化してきます。このような変化を素直に受けとめ、自分に合ったシルバー・ライフ（高齢者の生き方）を計画することは、生きがいのある老後の生活を実現するために、とても大切なことだと言われています。

私たちが年をとったときにどういう生活をしたいかという見方でお年寄りに目を向けることは、あすの私たち自身の問題でもあります。

時間を有効に

お年寄りの人は、他の人に比べて自由時間が多く持っています。自由時間の過ごし方をみると、テレビやラジオで過ごす人が多く、趣味を楽しむや家族・知人と過ごす割合等は

●とにかく、なんにでもチャレンジしてみましょう

高齢者教室、老人クラブなどを利用して、若いときにやらなかったものにも挑戦してみましょう。趣味の多い人は、イキイキとしています。

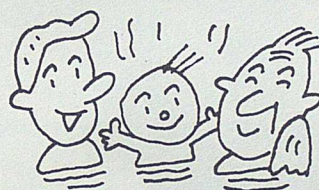


四季おりおりの行事を楽しもう



お正月をはじめ、ひなまつりや七夕、お盆など、行事ごとに親しい人たちと集まるのも楽しいものです。そのつど、行事の由来や歴史を調べて、みんなに話してあげるのもよいでしょう。

気分が変わる家族旅行



いっしょにいる家族でも、場所が変わると、新鮮に思えるもの。ときには、生活のアクセントに、たとえ一泊でも家族で旅行を楽しんではいかがですか。

●いろいろな仲間をつくりましょう



近所の仲間、趣味の仲間、気のあう仲間など、いろいろなグループをつくりましょう。おしゃべりを楽しんだり、趣味の活動をしたり、旅行や観劇に出かけたり、生活の幅もひろがります。

まだまだ多いとは言えないようです。ところが、お年寄りの多くは、生活のなかで「精神的な豊かさ」を求めたいとの意識を持っているとのデータがあります。そこで老後の生活を充実させるには……

●家族とのコミュニケーションを大切に

家事の一部を受けもったり、家族が円満で楽しく暮らせるよう協力をし、家族同士のコミュニケーションをはかりましょう。



●どんどん出かけましょう



いろいろな集まりや催しには、積極的に参加しましょう。ふれあいの輪をひろげるには、ためらいは禁もつ。ちよつと勇気を出すことです。

平成6年度 玉造町長寿番付

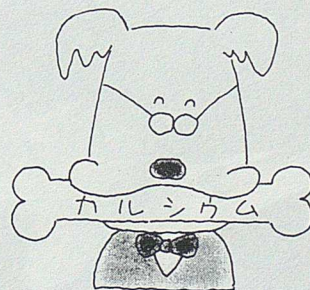
(敬称略)

東 方					西 方				
地位	氏 名	性別	年齢	地 区	地位	氏 名	性別	年齢	地 区
横綱	今 泉 すい	女	97	羽 生	横綱	横 田 さと	女	97	羽 生
大関	井野場 訊	男	96	"	大関	小 沼 ウメ	"	96	八木蒔
関脇	飯 島 武雄	"	96	藤 井	関脇	樽 見 盛豊	男	96	若 海
小結	舟 串 マス	女	95	浜	小結	宮 内 清十	"	95	玉寿荘
前頭筆頭	森 作 三 藏	男	95	捻 木	前頭筆頭	伊 藤 イサ	女	95	"
2	石田三千雄	"	95	芹 沢	2	山 本 いち	"	94	羽 生
3	栗 又 ツ子	女	94	荒 宿	3	田 中 久 作	男	94	西 谷
4					4	河 野 シモ	女	94	玉寿荘
5	田 崎 アキ	"	93	芹 沢	5	羽 成 すぎ	"	93	浜
6	荒 井 みき	"	93	浜	6	金 塚 ソノ	"	93	西蓮寺
7	小松崎わい	"	93	"	7	清 水 キヨ	"	92	中 山
8	高 須 憲 治	男	92	川 向	8	仁 平 さわ	"	92	上 山
9	成 島 千 代	女	92	泉	9	立 木 親 利	男	92	沖 洲
10	平 間 富 士	男	92	上 山	10	橋 本 為 次	"	92	"
11	中 田 す ゑ	女	92	浜	11	橋 本 サト	女	92	"
12	武 内 三 枝	"	91	横 町	12	森 作 もと	"	91	浜
13	小 島 ハナ	"	91	西蓮寺	13	森 作 のぶ	"	91	谷 島

男11名 女22名

平成6年9月15日現在
8月15日現況

お年寄りのための骨折予防



お年寄りは、骨折しやすい、また、いったん骨折すると、治りも悪く、療養のため寝込むことにより筋肉の力が弱くなって寝たきり状態になって

しまうことがよくあります。(東京都の調査では、寝たきり老人の83%は骨折が原因)。特に骨折しやすいのは、手首腕の付け根、背骨、大腿骨です。

お年寄りが骨折しやすい原因の一つは、「骨が弱い」ことです。医学的にはこのことを骨粗しょう症といいます。骨が、ちょうど大根に「す」が入ったようにスカスカになります。年をとればとるほど、男性よりも女性に多く、65歳以上の女性の約半分が骨粗しょう症にかかっているといわれます。骨折しやすいもう一つの原因は、「転びやすい」ことです。

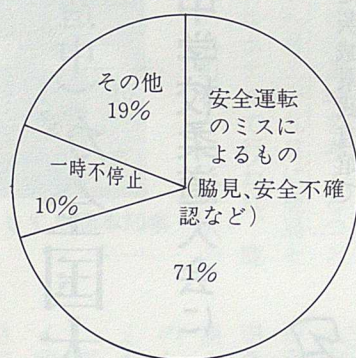
単に転んだだけで骨折することもあります。「つまづいた」「滑った」「ふらついた」が転倒の三大原因といわれています。ですから、転倒を防ぐことが、骨折予防の一番のポイントです。具体的には、階段は滑りどめや手すりをつける、床は滑らないようにする、室内の整理整頓をする、通路・階段・風呂・トイレ等の照明は明るくする、などです。

平成
6年

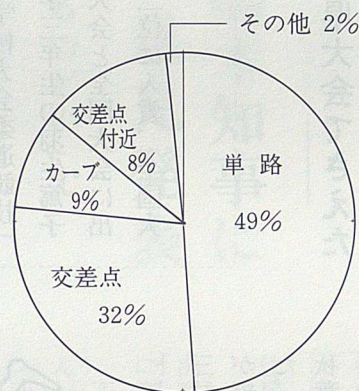
『秋の全国交通』

“止まるはず 老いの甘えが 招く事故”

麻生警察署管内の交通
事故の原因別割合(グラフ1)



道路形状別割合(グラフ2)



平成6.8.31現在麻生警察署調

県内交通事故発生状況

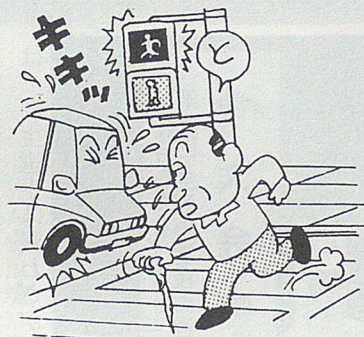
	平成6年	平成5年	増減数
発生	13,900件	13,200件	700件
死者	269人	337人	- 68人
傷者	16,495人	15,933人	562人

麻生警察署管内交通事故発生状況

	平成6年	平成5年	増減数
発生	313件	309件	4件
死者	8人	12人	- 4人
傷者	401人	407人	- 6人

玉造町内交通事故発生状況

	平成6年	平成5年	増減数
発生	56件	61件	- 5件
死者	5人	3人	2人
傷者	69人	73人	- 4人



「秋の全国交通安全運動」が9月21日～9月30日まで実施されています。平成6年8月31日現在での交通事故発生状況(麻生警察署調べ)をみると、茨城県内では昨年と比べて死亡者数で68人減っており、全国ワースト8位。麻生警察署管内では死亡者数が4人減っています。ところが玉造町での状況をみると、管内での死亡者数8人のうち、5人は玉造町で発生しており、死亡事故が増えています。

4件の死亡事故のうち、単独での自爆事故が3件。出合頭での事故が1件。バイクと車の事故が1件となっています。

安全運転のちょっとしたミスが

麻生警察署管内での事故の原因を調べてみると、「脇見」や「安全不確認」などの安全運転ミスによるものが71パーセントを占めており、ちょっとしたミスが事故につながっています。(グラフ1)

事故の起きた道路状況を見ても、「単路」が49パーセントと最も多

安全運動』

9/21～9/30

く、次に多いのが「交差点」(32パーセント)。「カーブ」は以外と少なく9パーセント(グラフ2)。尊い命を失わないためにも、車を運転するときは十分に「安全運転」を心がけましょう。



自動車や排気量が二五〇ccを超えるバイクは、車検のときに自賠責保険(共済)の契約を更新します。しかし、車検制度がない排気量五〇cc以下のミニバイク(原動機付自転車)や、排気量二五〇cc以下の小型バイク(軽二輪車)は、自賠責保険(共済)の契約が切れたままになってしまっているものが少なくありません。これは、バイクに乗っている人が契約が切れたのを知らなかったり、更新を忘れてしまっているからです。

自賠責保険(共済)への加入は、自動車損害賠償保障法第五条で義務づけられています。バイクのナンバープレートにははられている自賠責保険(共済)のステッカーを確認してください。もし、期限が切れていたら、すぐに自賠責保険

無保険(無共済)バイクをなくそうキャンペーン 自賠責保険への加入は 法律で義務づけられている

(共済)に入りましょう。

無保険で走ると

免許停止処分となる

「自賠責保険(共済)に入っていないバイクを乗り回すことはできませんし、事故さえ起こさなければ平気だよ」と思われるかもしれませんが、

バイクは 死亡率が高い乗り物

バイクは、便利で手軽な乗り物です。しかし、動力はエンジン——歩間違えば大惨事となります。

平成五年のバイクの交通事故発生件数は、全国で五万六千七百二十件(第一当事者)。すべての交通事故の七・八%を占めました。バイク乗車中の死亡者は千四百四十八人(第一当事者)で、交通事故死者全体の一四%でした。いかにバイクでの死亡率が高いかが分かります。バイクに乗るときは自賠責保険(共済)に必ず入り、交通ルールを守って走りましょう。

九月は、「無保険(無共済)バイクをなくそうキャンペーン」を実施しています。保険料(共済掛け金)は、三年のもので一万一千六百円です。自賠責保険(共済)に加入される方は、最寄りの損害保険会社、代理店(バイク店や自転車店など)、農協(JA)などにお問い合わせください。

羽生篤子さん(玉造中)が全国大会出場

～全国中学校柔道大会に～

さる七月二十一日と二十二日に茨城県武道館で行われた「県民総合体育大会中学校大会柔道競技」の女子五十六kg級で、玉造中学三年生の羽生篤子さん(初段)が優勝し、関東大会と全国大会に出場しました。関東大会では第三位に入賞、全国大会でも健闘しました。

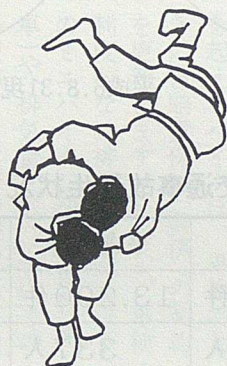


県大会でさえた寝わざ

県武道館で行われた大会では、羽生選手は寝わざがさえ、



(上) 全国大会で健闘した羽生選手
(下) 全国大会の会場前
小森先生と羽生選手



トーナメント戦五試合のうち三試合が一本勝ちで、すべてが縦四方固めで勝ち進みました。優勝決定戦は、平井中の秋葉陽子選手と対戦。見事優勢勝ちをおさめ五十六kg級で優勝し、第十九回関東中学校柔道大会と第二十五回全国中学校柔道大会への出場が決まりました。

関東大会では第三位入賞

関東中学校柔道大会は、八月十日と十一日に東京武道館で関東一都七県の代表選手が参加して行われ、羽生選手は女子五十六kg級に出場。試合は十六人によるトーナメント戦。第一回戦は栃木県の橋本直美選手に一本勝ち。二回戦も埼玉県の森田千晴選手に一本勝ちし準決勝に進みましたが、優勝した東京都の二宮美紀選手に惜しくも敗退。それでも、見事三位入賞を果た

フライパン

これ一つあれば、たいいの料理に間に合うフライパン、台所の頼もしい働き手です。素材は、鉄、銅、樹脂加工のものが代表的ですが、それぞれ特徴があります。鉄製は熱効率がよく、丈夫で長持ち。使い込むほど手になじみ、料理を楽にします。しかし、あまり薄いものでは鉄の良さが発揮されず、といって、厚いと重くて扱いが大変です。自分に合って、調理にも適したのを見つけるのが難しいところです。

しました。

全国大会は一勝一敗

八月二十日から二十二日まで北海道函館市民体育館で行われた「第二十五回全国中学校柔道大会」の女子五十六kg級には、全国四十八都道府県から茨城県代表の羽生選手を含め四十九人の代表選手が参

加。十六ブロック三人ずつに分けて予選が行われました。羽生選手はAブロックに出場。高知県の山崎千恵選手には一本勝ちをしましたが、青森県の荒岡佳子選手には一本負けてしまい、一勝一敗で惜しくも決戦トーナメント進出はなりません。久々の全国大会出場に、玉造中学校も活気がみなぎり

三つの老人会へ感謝状



九月二日に、小座山老人会(宮河清会長)・泉老人会(大場正維会長)・緑ヶ丘老人会(木村留次郎会長)の三団体へ坂本町長から感謝状が贈られました。平成五年度の一年間、老人会(宮河清会長)・泉老人会(大場正維会長)・緑ヶ丘老人会(木村留次郎会長)の三団体に協力された功績への感謝状。小座山老人会と泉老人会には毎月一回定期的に利用され、緑ヶ丘老人会でも六回利用されました。

飯田正義さんが橋本知事に意見発表

「明日の茨城を考えるつどい」で

玉造町から参加された皆さん

『明日の茨城を考えるつどい』が八月二十九日に鹿島セントラルホテルで行われ、鹿行管内の各町村から五十人の

知事

あいさつをする橋本知事

住民の代表が参加しました。つどいには橋本昌県知事も出席し、住民代表からの意見に耳を傾け答弁しました。玉造町からは、飯田正義さん(竹の塙)、小島久子さん(西蓮寺)、塙保さん(浜)の四人が参加。代表して飯田さんが意見発表を行いました。飯田さんは、玉造町にある霞ヶ浦ふれあいランドの施設充実のために県の協力を知事に訴えました。

橋本知事は「いろいろなアイデアを地元の方から出してきてほしい。県としてはその

相談に積極的に対応したい。私も八月五日のウォーターフエスティバルの時に見学したが、想像以上に施設の内容が充実しているのでびっくりした。玉のミュージアムには、鹿島アントラーズのアルシンド選手のサイン入りサッカーボールを置いてはどうだろう」と述べました。つどいは、知事と住民とが県政について直接自由に話し合い、その意見や提案などを県の施策に反映させるとともに、豊かで住みよい茨城づくりに進めていくことをねらって開かれたものです。

樹脂加工のフライパンは、焼いたり炒めたりするとき、油をほとんど使わなくてもいいというのが最大の利点で、油のとりすぎを心配する方に好評です。ただ、フライパンに油を敷くのは、素材の味をひきたて、風味を加える効果がありますから、やみくもに油をカットするのではなく、料理によって使う量を加減すると考えたほうがよいでしょう。樹脂加工の欠点は寿命が短いこと。普通の家庭で使った場合、耐久年数は三年くらいです。内側に亀裂やはがれが見つかったら、そろそろ耐久限度に近づいていると思ってください。

銅製は、熱の回り方がよく、少々目を離しても焦げつきません。値段が張り、いつもきれいに保っておくにはそれなりの手入れが必要であるという難点がありますが、それらを承知の上であれば、一生つきあえる料理人の片腕となるはず

です。わが家の食生活、調理する人の事情を踏まえて、納得いくフライパンを選んでください。

「親子ふれあいの船」は北海道、「B&G少年の船」はグアム・サイパンへ

『平成六年度人材育成事業』で、「親子ふれあいの船」と「B&G少年の船」の体験の旅に二組の親子と、中学生一人が参加しました。

「親子ふれあいの船」は、北海道への船旅による親子のふれあいを求めることを目的に行われ、若海の平間英夫さん・英幸君（現原小六年）親子、沖洲の塚本泰雄さん・瑞穂君（羽生小五年）親子が参加。

「B&G少年の船」は、グアム・サイパンが研修先で、海洋スポーツを学びながら団体生活の下に協調と連帯精神を養うことを目的に行われ、小沼順也君（玉造中一年）が参加しました。

それぞれの参加者から感想を寄せていただきましたのでご紹介します。なお、小沼君の感想文は紙面の都合上一部割愛しました。

北海道の思い出

現原小 六年 平 間 英 幸

七月二十七日、日曜日。今か今かとまち望んでいた北海道に行ける日が来た。午後七時三十分家を出て、とうとうぼくは、カーフェリー、びくとりに、乗りこんだ。十一時出航。それから、何時間か過ぎて甲板に出てみるとそこは何もなく、ただ見渡せる所ま

で海でした。今まで船に乗ったことのないぼくには、初めての光景でした。

次の日の夕方、室蘭に着くまでの船の中でぼくには一人の仲良しの友達ができた。そして四日間、ずっと一緒に旅行をすることになった。アイヌ民族博物館見学では、わら

で海でした。今まで船に乗ったことのないぼくには、初めての光景でした。

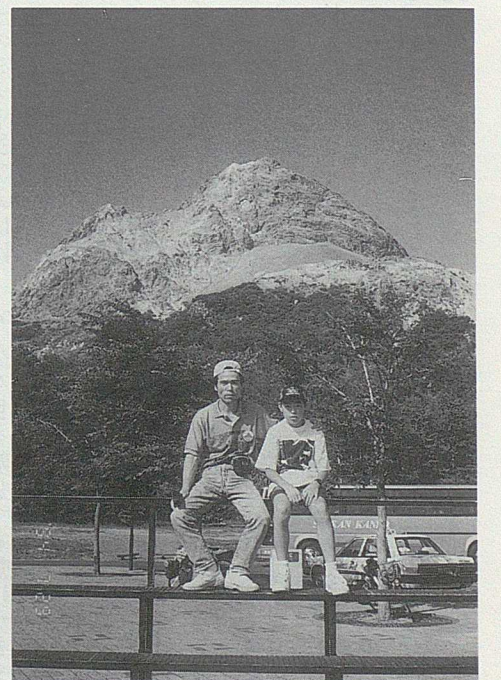
次の日の夕方、室蘭に着くまでの船の中でぼくには一人の仲良しの友達ができた。そして四日間、ずっと一緒に旅行をすることになった。アイヌ民族博物館見学では、わら

「親子ふれあいの船」事業に参加して

塚本 泰雄

「親子ふれあいの船」は、茨城県教育委員会が主催した

もので、親子が船を利用した集団活動を通じて、参加者相



開拓村をみていよいよ自由行動の大通公園。父と名物のラーメン横町に入ってチャーシューメンを食べた。始めの二日間はおもしろかったけれど今日で三日目、さすがにあきた。とうとう四日目の夜、船に乗り、北海道とお別れです。

五日目の朝、食事をすませた後、ふれあいの船に参加しての感想文を書いたりゲームを

したりしました。帰りはとても早く感じて、夕方六時にびくとりは大洗港に着いた。ぼくは四日間を一緒に旅した仲良しの友達とお別れのあく手をしました。別れたくないと思った。また、機会があれば友達全員でもう一度、北海道に行きたいです。そして、「こんにちわ」のあく手がしたいです。

互の思いやりや心のふれあいを深めながら、豊かな親子関係をはぐくむことを趣旨として、七月二十七日（水）三十一日（日）の四泊五日。研修コースは、大洗港→室蘭港（登別、白老、洞爺湖、札幌）→大洗港帰着で行われました。

参加人数は二五〇組の親子と指導者の県行政関係、教員、看護婦、指導協力者として高校生、報道関係者を含む総勢約五六〇名と、子供の通う小学校の全校生徒数よりも多くの心配でしたが、綿密に計画されたスケジュールとスタッフの心優しい指導のおかげで北海道の雄大な自然を親子で満喫する事ができました。

船は、東日本フェリーの「びくとり」で一万七千一一三

、全長一八七m、とそのスケールの大きさに子供達は、驚いていました。

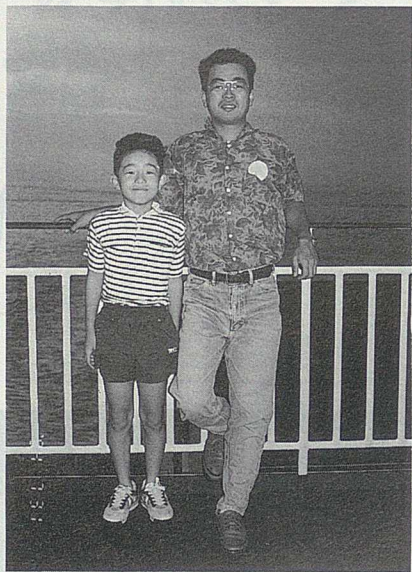
船内では、高校生指導者が中心となり、ユニークな自己紹介や、いろいろなゲーム等で、長い船旅を飽きさせない事がありませんでした。

又、「親子ふれあいのタイム」と称し、さまざまなふれあい活動が出来るようにゆとりのある生活時間が取ってあり、親子で「学校での事」や「将来の夢」など話し合い有意義に過ごす事が出来ました。

更には、デッキ見学、普通では聞く事が出来ない船長さんの話等も聞く事が出来ました。

子供が一番楽しかった事は洞爺湖温泉で湖畔の露天風呂にはいり、メロンソーダを飲みながら洞爺湖から打ち上げる花火を見物した事だそうす。

父親と子供「二人だけの旅行」は現実的に生涯、も



「グアム・サイパン」に

いって

小沼 順也

う二度ないと考えます。そういう意味でも貴重な体験をしたと思います。これから

七月二十二日、晴海埠頭船客待合所横から「ふじ丸」という船にのって出国した。荷物整理をすませ三時からの結団式が始まるのを待った。結団式が始まる時、いつもは「きりつ」でたつのを、きょうつけでたつというのをな

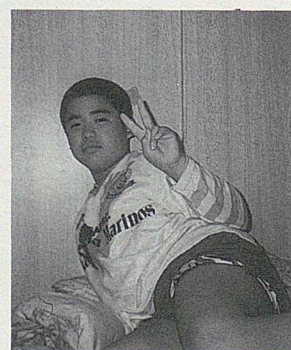
らった。

この「少年の船」では、五分前集合を守るしなく、僕の11組は守れていたけど12組がいつも遅れていて、おこられてばかりでした。

次の日の昼食のとき、外人の料理人と友達になった。いつもその人はこういう、「友達」

この一言をいいながら、ケーキを二個くれました。

夕食では、テーブルマナー



をやった。手なれてないのでナイフやフォークなどのおくところがわからなかったが、外人さんが使い方を教えてくれた。

サイパン入港し、やっと陸地にたどりついたが、陸地を歩いていても、ゆるる感じがまだのこっているようだった。

サイパンの最初に、マニャガハ島に行った。小さい島で島一周二十分くらいでした。

島の中には、昔戦争でつかったと思われる防空ごうがあった。あと意味がわからないじゅうじかがたっていて、大きなかこいがしてある墓があった。

ショッピングをしたが、日本円で買ってもおつりはドルでした。1ドルは百円。10ドル

最後の夕食はパシフィックホールで、お別れに五百八名とあく手をした。リーダーも泣いていたが、僕も涙がとまらなかった。空港では、最後なのでみんな笑いが話している。わかるのがそんなにいやなのか、泣いている人もいた。そして成田着、僕はみんなにさよならと心でいってづけながら、成田をさった。こうして僕の、体験航海は終わった。とても楽しかった。

文芸

俳句
短歌

短歌

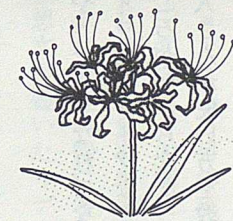
蟬時雨絶える間のなき仕事場に秋のはやりの衣縫う一日
高塚麻子
稲作は去年の不作を詫げるのか豊かな実り首垂れおり
大和田 まさる
川肴嫌いと云いし友人が土用の鰻ばくばくと喰う
小沼 正藏
はしやぎつつ孫の自慢を語らば時短かきクラス会なり
久米 妙子
冷房のきく美容院皮椅子に髪乾く間を孫の話す
島田 敏子
蜆汁味噌の加減はいかゞです盆棚に迎えし夫との朝食
鈴木 節子
巡り来し彼の敗戦日唄び居て



足りれば愚知る今日の暑さを
鈴木 雄生
湯あがりの廊下に匂い満ちみちて食欲そそる稲取の宿
郡司 春枝
掃きよする落葉にまじる脱穀の蟬らいつこに夏を終へにし
大久保 和子
離れ住む娘の居る甲府今日も又暑さ厳しとニュース告げお
菅谷 富栄
夜毎見上ぐ今宵の空に満月のあまねく照らす色付きし田を
奥田 尚子
明け方の涼しさ破り草刈機脳裏ががん蛙を喰らす

俳句教室

平成の大旱魃の畑地割れ盆休めずに灌水つづける
鈴木 初代
八木 みさほ
蝸も鳴いて茂りの森も明け
永野 一 碩
音だけを振舞い雷の遠ざかる
鈴木 夢情
小さき店戸戸引きたし大西日
石毛 正子
片蔭を拾い拾いて道長し
大和田 秋海棠



研ぎ減りし鎌を又研ぎ盆用意
飯島 那
土工夫の皆無口なる酷暑かな
長谷川 鶏頭子
百日紅木影に子守の背をゆすり
茂木 孝子
猛暑なお続くがままに秋立ちぬ
飯島 伸子
紫蘇揉んで母ある頃の覚え漬

季節のわだい

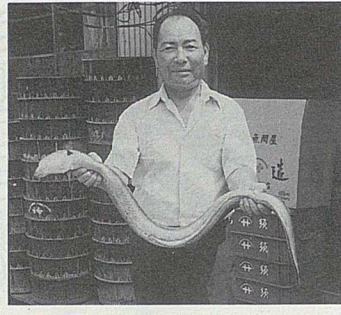
お墓参り

九月二十三日は彼岸の中目。お墓参りに出かけた方も多かったことでしょう。
お墓参りは、ご先祖さまを供養するために行うのですから、その心が伝われば形にとらわれることはないのですが、やはり基本的なマナーは知っておきたいものです。
まず、用意するものは線香、ろうそく、供物、花、掃除用具など。
お墓についたら、最初に掃除。周辺を掃き、雑草を抜き、墓石には水をかけたあとと汚れを落とします。古歯ブラシをもっていくと、名前などの刻みの部分を掃除するのに便利です。

掃除が終わったら、改めて手桶にくんだ水を、ひしゃくで墓石の上からかけます。この水は、仏様に飲んでいただくためのものですから、墓石全体にたっぷりとかけるようにします。
お供えをし、ろうそくに火をつけ、そこから線香に火を

3キロの大ウナギ!

9月1日に重さ3キロ、長さ1m20cmの大ウナギが川魚問屋高須商店に届けられた。つかまえたのは出島村の羽部さん。かば焼きにすれば20人前にもなる大ウナギ。さっそく知り合いの方に買いあげられたが、高須さんも「こんな大きいのは初めて…」とビックリしていました。



小島 てる代
墓参り浮世の沙汰を独り言
遠藤 輝子

俚謡教室

兼題「暑・中・見・舞」
暑さふつ飛ぶ大逆転に
空へどよめく甲子園 幾代
うだる暑さに眠れぬ夜は
夢も切れざれば結ばれぬ 藤娘
今日も飛び出す巧な技で
かせぐ白星舞の海 翠峰
ちよつと紅差し愛嬌見せて
女ひとりのおにぎりや 夢情
霞ヶ浦を渡って来る涼風に
暑さ吹き飛ぶ俺が家 とくじ
避暑にお出と一句を添えて
逢う日待つ気を隠す文
竹堂
暑い暑いと云うのもつらい
欲しい一雨盆の月 いなほ
続く暑さに売上伸びる
不況何処吹くビヤホール 美代

夜空彩る華麗なショーに
暑さ忘れる屋形船 才依
さすが暑さに島の野菜
雨が欲しいと泣いているきよ女
白い光に枝垂れて咲いて
似合う猛暑の百日紅 せい子
三河万才舞い込むこの家
打った鼓が福を呼ぶ 正花
暑いあついと昨日も今日も
いつか稲穂に秋ほ風 茂伸
冷夏不作と嘆いた去年
今年や期待の暑い夏 久子
暑いさなかの急死を悼む
長い葬列汗の中 釣月
誰に見せるの目目を避けて
わびし夕顔夜の花 義一
孫にひかれて暑さを忘れ
山車のつなひき精が出る 昭千
昔や雨戸も閉めずに蚊張へ
今はクーラー夢心地 しず女
老いた母親ベッドの上で
無事に越せるかこの暑さ 咲子
見合い嫌よと云つてはみたが
一寸乗り気のこの縁談 正人
盆のお客も帰ってほんと
母はのびのび仕舞い風呂 青声
癒えて爽やか笑顔も嬉し
見舞う枕辺気も和む 喜代
子等で賑わう湖岸の土手に
花火楽しむ暑い夜 亨
廻り道してまたまた出合う
道路でこぼこ工事中 栄子

アイラブユーちゃん



生活改善 定期検診 自己チェック
これが「がん対策」の三本柱

9月は「がん征圧月間」です。わが国における死亡原因のトップは「がん」。あなたは自分の体に気を配っていますか。働き盛りの年齢に多いがんだからこそ日ごろから気をつけたいですネ!

移します。線香には邪気を払うという意味があるそうです。準備が整ったら礼拝。体を墓石より低くし、両手を合わせて心静かに拝みます。柏手(かしわで)を打つのは、神前のときだけ。お墓参りでは手は打ちません。
帰りは後片づけを忘れずに。供え物は、その場で食べるか、持ち帰るかします。そのままにしておくのは、見た目にもまた衛生上も好ましくありません。

サービス業基本調査に ご協力ください

——十一月一日実施——

総務庁では、十一月一日現在でサービス業基本調査を実施します。近年、事業経営の多角化、ソフト化、家計消費におけるサービス支出の増大により、我が国のサービス産業の重要性がますます高まっています。

この調査は、統計法に基づく指定統計調査として行うもので、サービス事業所の従

業者数、事業収入金額などの項目について、調査票に記入していただくものです。調査の結果は、統計表に取りまとめられ、国や地方公共団体における各種行政施策の基礎資料等として利用されます。

調査票は、統計上の目的だけに用いられ、課税などの他の目的に用いられることは決してありません。また、調査事項の秘密は固く守られます。十月下旬から調査員が調査票の記入をお願いに各事業所を訪ねいたしますので、ご協力くださるようお願いいたします。

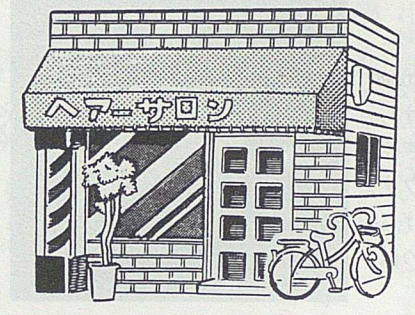
なお、玉造町の調査員は次の二人の方です。

- ◎井野場 弘(羽生)
- ◎橋本 幸一(芹沢)

難病医療相談

県では、難病に苦しみ悩んでいる方やその家族の方々の不安や心配の解消をはかり、今後の療養生活に少しでも援助できるような医療相談を実施します。

- ▼とき 十月十四日(金)午後一時～午後四時三十分
- ▼ところ 銚田保健所(鹿島郡銚田町銚田一三六七―三) ☎〇二九一―三二二五八



行政書士無料相談

- ▼とき 十月九日(日)午前十時～午後三時
- ▼ところ 麻生町公民館 鹿島町勤労文化会館

▼内容 官公署への許可可申請手続(建設業の経営審査、入札参加、農地転用、風俗営業、相続、会社設立等)

※詳しくは、茨城県行政書士会(☎〇二九二―二五〇一八八)へ。

司法書士無料相談

- ▼とき 十月一日(土)午前十時～午後三時
- ▼ところ ○石岡会場：石岡市民会館(石岡市大字総社一―二一五、☎〇二九二―二五二八七) ○土浦会場：西友土浦店(土浦市大和町三―一五、☎〇二九二―二二二二一) ○水戸会場：茨城司法書士会水戸市五軒町一―三二一六、☎〇二九二―二五〇一一

▼相談内容 司法書士の業務

に関する相談(登記、供託、訴訟書類の作成等)

▼問い合わせ先 茨城司法書士会(水戸市五軒町一―三二一六、☎〇二九二―二五〇一八八)へ。

自治大臣への提案 ファックスが 設置に

このほど「自治大臣への提案ファックス」――ふるさとファックス――が設置されました。

寄せられた提案の中で、具体的提言を含むものについては、自治省で検討を行い、行政に生かされます。

- ▼ファックスの名称：「自治大臣への提案ファックス」――ふるさとファックス――
- ▼ファックス番号：☎〇三―三五八一―六九八七
- ▼受付期間 午前九時～午後六時まで(土、日、祭日を除きます)。できれば、住所・氏名・電話番号をご記入ください。

▼問い合わせ先：自治大臣官房広報室広報係(☎〇三―三五九一―〇二七九)

『農林漁民美術展』 へ出品を

- ▼募集作品 日本画・洋画(油絵・水彩・パステル・版画)・書・写真
- ▼応募資格 県内在住の農林漁民
- ▼展示期日 十二月十日(土)～十二月十六日(金)
- ▼展示会場 茨城県立県民文化センター
- ▼作品搬入 十一月十八日(金)～十一月十九日(土)
- ▼問い合わせ先 役場農林水産課(☎五五―〇一一)

60歳からの 健康講座

- ▼目的 六十歳に焦点をあて「老い」を正しく理解し、健康管理のしかたについて学びやがて迎える老後生活を健やかに過ごせるような手がかりが得られることを目的とします。
- ▼対象者 一般県民百五十名
- ▼開催場所 茨城県健康科学センター

▼問い合わせ先 百里基地航空祭

百里基地航空祭

- ▼日時 十月二日(日)午前九時
- ▼場所 航空自衛隊百里基地
- ▼行事内容 ○編隊飛行 ○ブルーインパルス ○地上展示 ○お子様用観覧車の運行

センター

- ▼開催日及び内容 ○% (水) 講演「老後生活を生きる―老化の理解と対処法」 ○% (木) 講演「痴呆性老人の理解と介護法」 ○% (金) 講演「健康を守る食べ方」
- ▼受講費用 無料
- ▼参加申し込み・問い合わせ先 往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、希望講座名を記名の上、茨城県健康科学センター教育研修部(二二二―〇水戸市笠原町字不動山九三二二) ☎〇二九二―四三二四一七
- ▼締切 九月二十六日(月)

二〇〇二年ワールド カップ招致 フレンドリー クラブ会員募集

- ▼目的 二〇〇二年ワールドカップ日本招致活動の一環として、フレンドリークラブ会員を募集
- ▼募集目標 日本全国百五十万人
- ▼募集期限 一九九六年春(開催国決定まで)

下請取引移動 あつ旋相談

- ▼窓口、店頭による申し込み ○二〇〇二年ワールドカップ茨城県招致委員会事務局
- ②ファミリーマート全店
- ③B&Dスポーツショップ(水戸市)
- ④ミズノスポーツショップ
- ▼問い合わせ先 二〇〇二年ワールドカップ茨城県招致委員会事務局 茨城県企画部県央・鹿行振興課内(☎〇二九二―二二一八一一)

後期技能検定

技能検定は、労働者の有する技能を一定の基準によって検定し、これを公証する技能の国家検定制度です。

- ▼受付期間 十月三日(月)～十月十四日(金)
- ▼試験日 実技試験：十二月九日(金)～平成七年二月二十六日(日)までの指定する日。学科試験：平成七年二月五日、二月十二日、二月十九日の各日曜日(いずれか指定する日)

▼実施職種 特級(機械加工等)、機械保全・配管・建築大工・和裁・機械製図など四十八職種五十六作業

▼受検資格 学歴、訓練歴等により異なりますが、一級で十二年、単一等級で五年、二級で三年、三級で一年等の実務経験年数が必要です。

- ▼申し込み先 茨城県職業能力開発協会(水戸市桜川二―二二三五) ☎〇二九二―二二一八六四七
- ▼問い合わせ先 右の茨城県職業能力開発協会へ。

暮らしのワポイント

「目が疲れた」という言葉を耳にしたこと、感じたりしたことのある人は多いでしょう。目には、水晶体という凸レンズがあります。これを毛様体筋が緩めたり

引く張ったりして、目に映った事物のピントを合わせています。しかし、目を酷使すると毛様体筋の活動が低下し、遠近の調整がうまくいけなくなり、焦点がぼやけてきます。これが、F、M、Nの現象といえます。

職場でパソコンを打ったり、本を読み過ぎたり、テレビゲームに熱中したりした後は、目のかすみや痛みを感じるときがあります。なかには、頭痛や首筋が凝るといった症状を訴える人もいます。

目が疲れたときは、しばらく目を休ませること——遠くを眺めたり、目を閉じたりするのが効果的です。また、閉じた両目を覆うように、ぬるま湯で絞ったタオルをのせます。そして、タオルの上から軽く眼球を押さえます。これを数回繰り返すと、

目の疲れをとる

絞ったタオルが一役

目が楽になります。目が疲れたときに涙が出たり、まばたきの回数が増えることがあります。これは、酷使した目の表面が乾いたのを元に戻そうという生理現象で、目が疲れたことを示す黄信号なのです。

職場でワープロやパソコンを打つときは、仕事を一時間したら十五分間休むなど、目を配慮したルーティン組むのはいいかげん。テレビゲームなどをすると、無理をせず時間を決めてするの、目を疲れさせない一つの方法です。

面白いことに熱中しているときには何でもないのに、嫌なことをするとすぐ目が疲れる——これは目の疲れというよりは、精神的な影響だといえます。いずれにしても疲れがとれないときは、早めに眼科の診察を受けましょう。



誕生あてどう いいますか

出生 (8月受け付け分)

ところ	赤ちゃん	続柄	保護者
内宿	箱根佳奈	二女	幸男
八木蒔	千ヶ崎理人	三男	重治
上山	菊池りな	長女	忠男
中山	風間俊希	長男	治男
沖洲	幡谷拓巳	長男	善也
根古屋	関野啓太	二男	正夫
中山	菊池啓	三男	真均
沖洲	鴨志田紫葵	長女	光夫
中山	川島千秋	二女	要一
柄貝	宮崎有美	長女	尚道
根古屋	根本百	三女	長司
新田	理崎絵梨子	長女	清士

おんやみき 申上げます

死亡 (8月受け付け分)

ところ	氏名	年齢
西谷	田中菊次	六二
下宿	青木壽美子	六〇
羽生	山中いり	九四
竹の塙	高塚松之助	八五
羽生	井野場元雄	八八
宿	宮内ふさ	八五
中山	今泉あき	九一
沖洲	幡谷のぶ	八八
緑ヶ丘	仲田ナミ	七五
八木蒔	小沼典章	七八
横須賀	成島あう	八三
横須賀	川島莊平	七九
横須賀	乾島種子	四八
横須賀	新堀浩	五七

※掲載を望まないときは、届出の際か、もしくは役場企画商工課(☎五五〇一一)へご連絡ください。

善意銀行

〇%……成島功朗さんから
十万円へ玉寿荘へ

世界遺産条約

一九七二年十一月にパリの第十七回ユネスコ総会で採用され、七五年に発効した「世

界の文化遺産及び自然遺産の保護に関する条約」のこと。世界の文化・自然遺産を、永久に保護・保存するための条約です。

日本をはじめ、世界の百三十六か国が締結しています。すでにピラミッド(エジプト)、万里の長城(中国)、カナディアン・ロッキー国立公園群(カナダ)などが登録されています。