

春うらら

町民サイクリング大会



4月3日、町民サイクリング大会が柿岡と高浜を結ぶ全長17・2キロの恋瀬川サイクリングコースで行われました。

参加したのは、自転車を楽しむ小中学校の生徒や父兄それに青年男女など約100名の人たち、当日はちょっと風が冷めたい一日でしたが、天気は上々とあって、全員元気にさわやかな春のサイクリング気分を満喫しました。

このサイクリング大会は、町のサイクリング連盟と教育委員会の共催、ライオンズクラブの後援で実施されたものです。

今月号のごあんない

施政方針と52年度の予算……………	2・3P
予算の使い道、議会だより……………	4・5P
<みんなの公民館>郷土をよくする研究集会……………	6P
スポーツ調査から、あなたのスナップ……………	7P
写真サロン、明るい窓……………	8P
サークル紹介、わが家の味……………	9P
文化財散歩、やさと文芸……………	10P

あつとあぶない、あの道この道交差点

有明中2年

鈴木信代

上記の作品は、町交通安全教師の会によって募集された交通安全標語のうち、最優秀作品に選ばれたものです。

昭和五十二年度予算のあらまし

重点は農林業の振興、教育、土木

予算額は特別会計を合わせ40億円に



施政方針

昭和五十二年度各会計の予算編成にあたり、町政運営に対する所信の一端を申し上げ、町民のみなさまにご理解とご協力をお願い申し上げます。

私は、地方自治とは、住民に對してサービスの還元業務をいかに合理的に、能率的に行うか、ということだと認識しております。私はこのような考えのもとに、町政担当以来、常に「生活環境を整備し、暮らしよい八郷町の建設」を施策の基本方針として町政の運営に当たってまいりました。

各施策の推進に当っては、独断にならないよう町民のみな

さんとの対話を重ね、卒直な意見要望等を伺い、これらを参考として適切な事業の選択と執行に努力を重ねてまいりました。

しかし、町の財政には自ら限度がございます。地方自治体の財政状況は、変動の激しい経済社会の推移にかんがみ、一方で住民負担の軽減合理化を迫られ、一方で財政需要の増大に対処し、財源確保を要求されるなど、引き続き厳しい危機に直面しております。

町政の運営につきましては、このような状況の中で多様化する住民の行政に対する要望に応え、地域の実情に沿った施策

を進めるため、財源の適切な見直しと確保に配慮しつつ行政経費の見直しを徹底し、財源の重点的配分と経費支出の効率化を図り、必要な事業施策の選択とその効果的な執行に一層の努力を傾注する所存でございます。

以上の考え方に立てて、新年度の予算編成については、生活環境の整備、農林業の振興、教育消防の充実、土木建設事業の推進、福祉の充実、地積調査の促進など、町民の生活安定を図り、暮らしよい環境づくりのための諸施策に十分配慮した次第でございます。

主な施策

主な施策の概要について申し上げますと、農業の振興については、所得の増加を図ることを考慮し、ほ場整備など土地改良事業を積極的に進め、土地利用の高度化に努めると共に、経営

三月十二日から十五日間にわたって開かれた町議会第一回定例会で、昭和五十二年度の一般会計及び特別会計の予算が決まりました。五十二年度の予算総額は、特別会計を合わせて四十億二千七百六十二万六千円と昨年度に比べて二・〇パーセントの伸びです。

予算のあらましを紹介します。

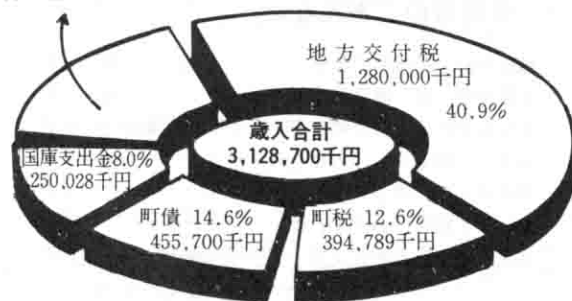
一般会計

一般会計の予算総額は、三

十一億二千八百七十万円で昨年度に比べ一・七パーセントの増加です。

歳入のうち町税は三億九千四百七十八万九千円で全体の二・九パーセント、一方、地方交付税は十二億八千万円（四〇・九パーセント）町債は四億五千五百七十万

地方譲与税 74,000千円、娯楽施設利用税交付金 10,000千円
自動車取得税交付金48,000千円、交通安全対策特別交付金1,800千円
分担金及び負担金159,367千円、使用料及び手数料41,520千円
県支出金 218,848千円、財産収入 978千円、寄附金 360千円
繰入金 1千円、繰越金 70,000千円、諸収入 123,309千円



一般会計歳入予算

歳出では、農林水産業、教育、土木、民生費で予算全体の六九・七パーセントを占めており、全予算の三六・三パーセントが建設的事業費に支出されます。

52年度町予算の使い道

一般会計歳出予算は、農林水産業、教育、土木、民生費で全体の69パーセントを占めています。予算額31億2,870万円はどんなところに使われるのでしょうか——。

52年度の予算は、次のようなところに使われます。

ガードレール設置等交通安全対策	5,350千円	保育所運営	198,083千円	園芸振興対策	8,456千円
地積調査	10,744千円	各種予防接種・検診等	11,237千円	太田地区簡易水道事業	42,800千円
参議院議員選挙	3,500千円	し尿処理組合負担金	20,955千円	林道開設事業	65,538千円
老人家庭奉仕員派遣等老人福祉対策	17,487千円	ゴミ処理場及び老人センター運営	32,989千円	道路整備事業	466,250千円
老人医療扶助(70歳以上町負担分)	62,290千円	ライスセンター及び酪農団地建設等農業構造改善事業	51,960千円	広域消防	95,000千円
乳児、重度心身障害者等医療扶助	18,695千円	家畜し尿処理対策事業等	21,010千円	貯水槽工事等施設費	14,260千円
児童手当	48,060千円	農道舗装工事	113,000千円	消防団運営	26,494千円
		土地改良事業補助	86,550千円	小中学校教育振興対策	13,110千円
				小中学校教材等備品購入	35,496千円
				吉生小学校校舎及びプール建設工事	95,500千円
				小中学校補修等工事	7,319千円
				総合グラウンド建設	42,280千円
				地方債償還	101,821千円

議会から

52年度の町会計予算など議決に

3/12～/25 町議会第1回定例会



果しなくても原案通り可決されました。
可決された主なものは次の通りです。

老人居室整備資金

限度額80万円に

老人居室整備資金の貸付限

町議会第一回定例会が三月十二日から二十五日まで十五日間の会期で開かれ、町長は五十二年度の会計予算など三十三議案を提出、審議の結果、度額を七二万円から八〇万円に引き上げました。
この制度は、六十歳以上の老人と同居している家庭に対し、老人の専用居室を増改築する場合に経費の一部を貸付けるといふもの。償還期限は資金交付の翌月から十年以内、金利は年五パーセントです。くわしくは福祉課でおたずねください。

芦穂七号線

三工区の契約結ぶ

芦穂七号線道路改良工事の第三工区(全長二八〇M)の請負契約を競争入札によって柿岡の中村組と結びました。契約金額

畜産の環境整備に

七割五分の補助金を交付

近年、家畜のふん尿など畜産公害が社会問題となり、経営の規模拡大を目指す農家にとって大きな疎外要因となっています。そこで、町では環境汚染を防止し、また、畜産経営を行う農家の経営の合理化、高能率化を進めるために畜産経営環境整備事業を実施中です。

この事業は、特に八郷町が県の指定を受け、国の補助によって実施するもので、飼料畑などの基盤整備や共同利用のふん尿の処理施設などを作る場合に七五パーセント近くの補助を出し、畜産経営の振興をはかるものです。

補助の対象となるのは

- 基盤整備事業（補助率七五％以内）
- 草地・飼料畑等の造成整備
- 畜舎の移転用地の造成、道路

国民年金の

保険料が引上げに

国民年金の保険料が四月から月額二千二百円に引上げられます。

これは、物価スライドを二

用排水施設の造成整備

- 肥培かんがい施設（定置式）の整備
- ふん尿処理施設（補助率％以内）

共同利用としての乾燥処理施設

スポーツ振興審議会委員

体育指導委員きまる！

任期満了に伴う町スポーツ振興審議会委員及び体育指導委員が、去る三月二十二日に開かれた教育委員会で選任されました。任期はいずれも四月一日から二年間で、体育行政の振興・指導に当たります。

選任された委員は次の方々です。

＜スポーツ振興審議会委員＞

桜井隆一（体協副会長・柿岡）

回到わたり実施したことや十年年金及び五年年金の受給者が急増しているため、収支の均衡を計るために引上げるものです。

将来のあなたの年金をよりよくするために、ご協力をお願いいたします。

設、酸酵処理施設、運搬車の設置

をする場合で、特にふん尿処理施設を建設する場合には、町からも一〇パーセント以内の補助を予定しています。

草地・飼料畑などの造成整備の場合は、一団地〇・二ヘクタールから補助の対象となります。くわしいことは経済課へお問合せください。

大図信一（体育指導委員・中戸）
鈴木武夫（助役・下林）山里茂徳（学校代表・柿岡中学校）鈴木修照（公民館長・瓦谷）中村謙一（町議会議長・柿岡）太田豊（学識経験者・柿岡）

＜体育指導委員＞

大図信一（球技一般・中戸）

倉田展郎（球技一般・東成井）

海老沢駿也（野球・柿岡）谷島重洋（庭球・宇治会）高橋浩（

籠球・大増）名取不二夫（陸上

下林）友常満登（剣道・月岡）

戸下せん（体操・小幡）原田錦

吾（オリエンテーリング・半田）

原田文男（野外活動・半田）富

田繁穂（サイクリング・下林）

市川稔（柔道・南中学校）関豊

（弓道・柴内）植木敏夫（バレー

ボール・柿岡）金沢宏（水泳・柿岡）

は一、五〇〇万円です。

同線は、五十三年度までに全線の改良を終る計画で、五十二年度も引続き約一、一〇〇メートルの区間を整備する予定です。

消防団員の報酬を引上げ

郡内消防団員の報酬基準額の統一に伴ない町消防団員の報酬を別表のように平均一四・一七パーセント引上げました。

町各会計予算決る

五十二年度の町各会計予算が決まりました。総額四十億二千七百十二万円です。くわしくは二ページをご覧ください。

簡易水道事業

太田地区で52年実施

太田地区で簡易水道事業を

実施するために町分担金徴収条例及び簡易水道事業給水条例の一部を改正しました。

太田地区の簡易水道事業は、農村基盤総合整備パイロット事業のなかで実施するもので、総事業費は四、二八〇万円におよびます。工事は五十二年度中に行い、来年の四月には給水を開始する予定です。同事業の一戸当りの加入者負担額は六五、〇〇〇円です。

一般会計補正予算

歳入歳出の予算にそれぞれ一六八万三千円を追加し、予算総額を三〇億一六五万八千円としました。

歳入では、町税八五〇万円、道路改良工事等国庫負担金及び補助金一、五五三万円、町債三、一六〇万円などが補正増。娯楽施設利用税交付金五〇〇万円、地方交付税二、四八〇万六千円、などが補正減。

歳出では、老人医療費六一〇万円、土地改良事業補助金三三〇万円、団体営ほ場整備事業補助金三〇〇万円、道路改良工事費二、二〇〇万円、土木災害復旧県負担金一、二〇九万円などを補正増。柿岡団体営農道新設工事費一、一六二万三千円、農道舗装工事費一、四七八万八千円、県営土木工事地元負担金二、二〇〇万円などを補正減しました。

消防団員の報酬額

階級	金額	階級	金額
団長	年額 75,000円	副団長	年額 23,000円
副団長	〃 57,000円	部長	〃 18,000円
指導員	〃 43,000円	班長	〃 11,500円
副指導員	〃 46,000円	団員	〃 8,500円



熱心に討議する第3分科会

80%以上が改善を希望

○柿岡地区公民館のアンケート調査によると、八〇パーセント以上の住民が改善を希望している。

○下青柳、東成井の両田園都市部落は、特に徹底した取り決めにし、守られている。

○地域によってかなりの格差があるが、葬祭の簡素化については、ふこうつかいの廃止、部落内香

冠婚葬祭の簡素化

部落、地区の取り決めに

町全体の統一へ！

〈郷土をよくする研究集会・第三分科会〉

先月号につづき、今月は第三分科会の話し合いの一部を紹介します。

第三分科会は、いま地域でいちばんの関心事である「生活改善の推進」という研究テーマで行われました。

まず、冠婚葬祭の簡素化については、各地区ごとに昭和五十年の取り決め事項の実施状況が発表されました。

旧来の因習、慣例、部落住民感情等が根強く残っており、生活改善の完全実施をはばんでいる。

○部落、地区の取り決めはできても、町外等外部の扱いに問題がある。

○振舞い（接待）については、まだまだ改善の余地が多い。

○花輪の制限によって、盛籠（フルーツリング）が増える傾向にある。

盛籠もポスター利用を

以上の実施状況、反省点の上になつて、今後の推進方策につ

典返しの廃止、花輪、弔旗の制限などが取り決められ、九〇パーセント以上が守られている。

○しかし一方では、旧来の因習、慣例、部落住民感情等が根強く残っており、生活改善の完全実施をはばんでいる。

○部落、地区の取り決めはできても、町外等外部の扱いに問題がある。

○振舞い（接待）については、まだまだ改善の余地が多い。

○花輪の制限によって、盛籠（フルーツリング）が増える傾向にある。

いて、次のような話し合いが行われました。

○盛籠の簡素化については、花輪とは別に盛籠用ポスターがつくられたので、農協から買い求め、改善のために大いに利用すべきである。

○町外者の扱いについては、礼状に印刷したり、貼り紙等で理解してもらう。

○花輪、くだもの籠、弔旗などの制限については、当家と葬儀にたずさわる責任者との合議で、事前に趣旨を関係者に伝え、理解を得て協力してもらうことが大事である。

○地区、部落とかの実施でなく町全体が一つの方針に従って強力に推進していく時期にきているのではない。

区長会や各種団体、行政機関の関係者で、生活改善推進委員会のようなものを作って推進していくことが今後の課題である。

○いずれにしても、冠婚葬祭の簡素化をはじめとする「生活改善」は時代の要望であり、無駄を省くという観点にたった簡素化運動は、一層すすめるなくてはならない。

紹介



社会教育指導員の綿引佐登先生の任期満了に伴ない、後任に大関きよ先生が四月一日から就任しました。

大関先生は、主として婦人学級など婦人教育関係の仕事に当ります。

〈略歴〉 真壁郡谷貝国民学校教員五年勤務。大字柿岡。主婦。五十二歳。

公民館図書 (2)

公民館図書の貸し出し期間は1ヵ月までです。どなたでも借りることができますので、一度ご覧ください。

書 名	著 者 名
星がゆれる時	津 村 節 子
青空の如く	山 手 樹 一 郎
運 命	丹 羽 文 雄
火 山 の 歌	丸 山 健 二
大 都 会	森 村 誠 一
甲子園への道	義 田 義 孝
椅子なき管理職	松 岡 三 郎
聖 (ひじり)	古 井 由 吉
虚構の祭典	黒 木 曜 之 助
黄金の言葉	亀 井 勝 一 郎
UFO大接近	吉 野 博 高 訳
幻のささやき	井 口 厚 治
大いなる夜明け	榛 葉 英 治
隅田川夢浮橋	清 水 津 十 無 子
休暇は終わった	田 辺 聖 三 郎
落日燃ゆ	城 山 崎 重 吉
不 毛 の 地	山 崎 重 吉
砂 漠 の 太 陽	黒 山 崎 重 吉
青 空 の 剣 法	山 崎 重 吉
あ の 感 じ	灰 山 崎 重 吉
虚 無 の 道 標	森 村 誠 一 郎
空 海 の 風 景	司 馬 遼 太 郎
鉄仮面の秘密	佐 藤 房 吉 訳

健康、体力づくりに

町民体育の振興を！

▽スポーツに関するアンケート調査から△

〈シリーズその2〉

先月号につづき「スポーツに関する調査」のアンケート結果を紹介します。

△アンケート事項▽

あなたはスポーツ用具を持っていますか、現在持っているものと将来持ちたいものに分けて答えてください

〔将来持ちたいもの〕

△男子▽

○ゴルフ用具 九・〇%

○スキー用品 八・二%

○つり道具 七・〇%

○サイクリング車 四・七%

以下剣道防具、ヨット・モーターボート、テニスラケット、キャンプ用具の順

△女子▽

○スキー用品 一六・九%

○サイクリング車 五・〇%

○バレエなどのボール 五・〇%

○テニスラケット 四・〇%

以下スケート靴、ヨット・モーターボート、弓・アーチェリー

の順

男子は各地区ともゴルフ用具、スキー用品、つり道具の希望が多く、柿岡・小桜・恋瀬・園部地区からヨット・モーターボート

トを持ちたいという希望が出た。

女子は、柿岡・園部・恋瀬地区からスキー用品、柿岡・林・芦穂地区からサイクリング車の希望が出た。

あなたは学校体育施設がスポーツ団体に開放されていることを知っていますか

○知っている 五五・三%

○知らない 四四・七%

体育施設開放の認知度は各地区とも高い。男子では五六・三%、女子では五一・五%を示している。

あなたは学校体育施設を利用したことがありますか

○ある 三三・二%

○ない 六六・八%

利用度は各地区とも三割程度であるが、男子で三五・四%、女子で二四・八%である。

前問であると答えた人は、どんな目的で利用しましたか

○スポーツ活動をするため 二七・〇%

○スポーツを見るため二・五%

○スポーツ以外の催し二・五%

○その他 一・二%

芦穂地区を除き、男子はスポーツ活動をするために利用した

人が三〇%台と多いが、女子は平均一九・八パーセントと低い。ないと答えた人は、どんな理由で利用しなかったのですか

○スポーツをしないので 三四・〇%

○利用する方法を知らないから 一一・一%

○近くにないから 一二・五%

○その他 九・二%

利用する方法を知らないと答えたのは、園部地区の女子（二五・〇%）小桜地区の男子（二二・二%）恋瀬地区の男子（二四・二%）に多く見られた。

近くにないからと答えた人は、男子では園部地区（二二・九%）小幡地区（二〇・〇%）、女子では芦穂地区（二〇・〇%）小幡地区（一八・二%）に多く見られる。

あなたは学校体育施設開放についてどのように思いますか

○条件を整備し、学校教育に支障のない範囲で開放するのが望ましい 七三・〇%

○わからない 二二・五%

○開放すべきでない 四・五%

あなたは八郷町体育協会が設置されていることを知っていますか

○知っている 五七・四%

○知らない 四二・六%

認知度については、各地区とも五割強であるが、特に柿岡地区では六七・四%と高い度合いを示している。男子六〇・二%

あなたのスナップ

明日から社会に出て働く仲間、また高校に進学してゆく仲間、みんなそれぞれ離れ離れになる。長い間いっしょに学んだ友の前途を折り、別れを惜む卒業式（3月18日柿岡中学校にて）



「卒業式の別れ」

撮影者 富田 政勝

（吉生・15歳）

女子四六・五%でした。

健康、体力づくりのための町民体育についてどのように思いますか

○盛んにしたい 八〇・五%

○わからない 一八・四%

○盛んにしたくない 一・一%

体育の振興については各地区とも高い感心を示している。特に林地区八六・九%、園部地区八六・三%、恋瀬地区八四・六%に多く見られる。

教育委員会、体育協会主催の体育行事に参加した事がありますか

○ある 三五・五%

○ない 六四・五%

体育行事への参加は、男子が三七・五%、女子が二七・〇%でやはり男子が多い。地区別では、柿岡地区四三・八%、芦穂地区四一・一%、林地区四〇・八%が特に多い。



明日への願いをこめて

成人者「さくらの木」を植樹

3月20日、ことし成人式をむかえた人たちによる記念植樹が、峰寺山の探索車道で行われました。参加したのは約20名の人たちで、さくらの苗木30本が明日への願いをこめて道路沿いに植えられました。



荒宿子ども会ら

子ども会選奨式で

表彰をうける

三月二日、優良子ども会と指導者の選奨式が行われ、柿岡の荒宿子ども会など十一の子ども会と六人の父兄らが優良指導者として表彰を受けました。表彰を受けた子ども会と父兄の方々は次のとおりです。

▽優良子ども会 荒宿子ども会(柿岡) 須釜子ども会(小幡) 上山やまゆり子ども会(芦穂) 小見子ども会(恋瀬) 荒宿・古館子ども会(大増) 小幡子ども会(瓦会) カナリヤ子ども会(園部) 向原子ども会(東成井) 前島子ども会(林) 川又東部子ども会(小桜) 辻子ども会(朝日) ▽優良指導者 鎌田勉(柿岡) 羽生威(上青柳) 須藤征紀(猪内) 藤岡忠夫(小見) 川田正(瓦谷) 飯田範子(下林)



下青柳集落の生活改善

知事からバラ賞うける

下青柳集落の生活改善委員会(代表高橋琳三)が、このほど茨城県知事より「バラ賞」の表彰を受けました。

このバラ賞は、「真の豊かさを求める県民運動」の一つとして今年からもうけられたもので、豊かな地域づくりのために貢献した団体等を表彰するということです。

下青柳集落では、昭和四十四年より田園都市建設事業を実施して田園都市センターや共同霊園を建設しており、事業の趣旨にそった生活改善を



行うために委員会を組織し、葬儀は集落葬で行うなど冠婚葬祭にはすべて田園都市センターを利用して生活の改善につとめており、この成果が他町村等の見本としても高い

谷萩さんが成田、日光につづき

「県下92市町村行脚」に挑戦

自転車で成田や日光まいりを行うなど、老いてますます元気な鯨岡の谷萩貞次(73)さんが、今度は自転車で「県下九十二市町村行脚」に挑戦した。

谷萩さんは、三月二日の午前九時に役場を出発、旅館に泊りながら県下をぐるりとまわり、十九日の朝、笠間市役所を最後に十七日間で無事計画を成就いたしました。

評価を受けて表彰を受けたものです。表彰式は、三月二十八日土浦の霞ヶ浦観光ホテルで行われ、いっしょに表彰を受けた県南地区の二七団体と四人の個人の方々と共に、竹内知事から直接高橋琳三さんに表彰状と記念品が手渡されました。

谷萩さんは、九十二の市町村をまわったことを証明するために、行く先々で市町村長の印をもらってきており、九十二個の印が並んだその証明書は実にみごとなものだそうです。

「県下九十二の市町村長の印を持っている人はいないでしょう。いい記念になります。約二二〇キロを走りましたが、体はどことも痛いところはない。まだまだ走れます」と谷萩さんは語り、ますます元気なところを見せています。

今度の計画は、体力をためすために行ったということです。すばらしい谷萩さんの快挙に拍手を贈りたいと思います。

■ 寄贈

○小幡保育所へ鉄骨屋根付砂場(十万円相当)

小幡 鈴木政美

○小幡保育所へ雑布五十枚

小幡 上田志つ

サークル紹介

南青年団

今月は久しぶりにサークルの紹介をしましょう。

衰退しかかった青年団が各地の有志により強化され、再び活動を始めて久しくなりますが、今年の成人式で余興に演劇を披露するなど、活発な活動を続けている南青年団を訪れてみました。

南青年団は、小幡と小松地区の青年たちによって組織された



4月奥久慈ハイキングに参加の一行

合せやバレエなどの練習を行っているそうです。

昨年の事業実績をお聞きしましたが「四月ハイキング、五月スポーツの祭典参加、六月バレーボール郡大会出場、七月小幡地区祇園祭協力、八月南中の草刈り・キャンプ教室、九月敬老会協力、十一月小幡小松地区の文化祭協力、十二月青年のつどい参加・クリスマスパーティー、

一月成人式の演劇協力、成人者祝賀会、二月スケート大会、三月宿泊研修」と実にりっぱな活動をしているのは驚きました。

団員の一人に尋ねたところ、スポーツの祭典での総合優勝、それに小幡地区の祇園祭に山車を出したことが、昨年一番印象に残っているそうです。特に、以前自分たちが見たり、経験したお祭りを、今の子どもたちにも見せてやりたいと始まった小幡の祇園祭は、みなさんにたいへん喜んで

男女とも二〇名ずつのサークルです。

南青年団では、毎週土曜日の夜が定例会で、南中の体育館に集り、いろいろな行事の打

もらえてとてもうれしかったと語っていました。

南青年団では、社会奉仕活動も活発で、ここ数年継続している敬老会へのお年寄りの送迎も、地域のみなさんにたいへん喜ばれています。

このような活動のなかにもいろいろ悩みはあるようで、最後に「団員はそれぞれ仕事を持っていますので、会合はどうしても日曜か夜になってしまふ。特に女子は父兄の理解がなければ活動ができないので、ご理解をお願いしたい」と、サークル活動の問題点も語ってくれました。

南青年団は、このように自分自身をみくため、積極的な社会奉仕や文化活動を行っています。南青年団の今後の活躍が楽しみです。

保健婦の健康メモ

脳卒中患者の家庭看護 (4)

脳卒中を起したあとと重大な機能障害を残さないため、できるだけ早くリハビリテーション（社会復帰訓練）を始めなくてはなりません。

寝たきりで手足の関節を動かさずに長い間放っておくと、拘縮といって関節を動かそうとすると痛みが起り、ある範

サバの炒めみそ煮

小嶋 比企たま子

わが家では、格安で油の多いサバを上手においしくいただくように、こんなふうに変化をつけたみそ煮をしています。

お宅でも一度ためしてみませんか。



＜材料四人分＞

(1) サバ切身四切、小麦粉少々、塩少々、酒少々。

(2) だし汁一カップ、みそ大一（自家）二（買）、砂糖大一、酒大一、しょう油小一。

＜作り方＞



先にサバの切身に塩と酒をふって置く。サバの水気を取り小麦粉をまぶす。フラ

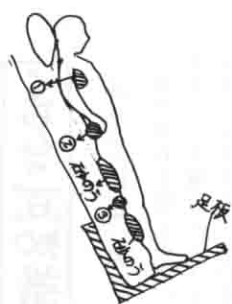
イパンに油を熱し、色をつけるくらいに焼く。鍋に(2)の調味料を入れて混ぜ、煮立ったところにサバを入れ煮込みます。

囲以上は動かなくなります。これも更に放っておくと、関節と関節の骨と骨がくっついてしまいます。

老人ほどその変化が急速に、しかも高度に現われるので早く予防処置を必要とします。

そこで、初期の看護で最も大切なことは、「良肢位」といって図のようにすることです。

マヒのある方の上腕を十分外側に開き、腋の下に大きめの枕①を当て、ひじは九〇度にまげて手首の方にそらし、手に直径約一〇センチ位にまるめたタオル②を軽くにぎらせる。マヒした手や足はむくみやすいので、肩よりもひじ、手、指が高くなるようにします。足の方は股関節が外側に倒れがちなので、こ



一般的には、アルコール、香辛料などの刺激性の食物をさけること、また炎症のひどい時は入浴をひかえめに、石けんやタオルでこすることはやめましょう。