

	9月1日現在	前月比
男	14,171	+ 2
女	14,257	- 1
計	28,428	+ 1
世帯数	6,327	+ 4



真剣な表情の料理講習会

8月20日、片岡北部婦人学級では、改良普及所の指導員を講師に、料理講習会を行いました。

この講習会は、部落の人たちが協力しあって建設(今年3月完成)した、片岡北部公民館で行われたもので、参加した17名のお母さんたちは、料理のレパートリーを増やそうと、全員真剣な表情で学んでいました。

今月号のごあんない

生きがいづくりはみんなの手で……………	2 P
八郷町長寿者番付……………	3 P
安全運転のポイント……………	4 P
町内各地で盆踊り……………	5 P
第1回町民水泳大会開かれる、明るい窓……………	6 P
保健婦の健康メモ、わが家の味……………	7 P
おしらせ、やさと文芸……………	8 P

毎日通るなれた道 正しく守ろう右左

小桜小5年
萩原美佐子



生きがいづくりは みんなの手で

〈9/15～9/21は老人福祉週間〉

かけ足でやってくる高齢者社会

現在、わが国の六十歳以上の
お年寄りは約千四百万人で、総
人口の一二パーセントを占めて
います。

つまり、百人のうち十二人が
お年寄りというわけですが、こ
れが二十六年後の昭和八十年に
は、人口百人当たり二十人を超
えると予測されています。国民
全体の二割が、六十歳以上のお
年寄りということになるのです。
わが国の場合、高齢者社会へ
のテンポがいかに速いか、諸
外国と比較すると一目りよう然
です。

たとえば、国民全体に占める
六十歳以上の人口の割合が、八
パーセントから一八パーセント
に増えるまでの期間を比べると、
フランス百七十七年、スウェー
デン百三十三年、イギリス五十六年、
ドイツ五十四年、日本四十年と
なります。

つまり、フランスが百七十七
年かかっているところを、わが
国は四十年で到達してしまうの
です。それは昭和七十年と予測
されていますが、高齢者社会は
文字どおり、かけ足でやって
こようとしています。

家庭での役割分担を決める

——そのおばあちゃん
は、毎朝掃除をすること
が、家庭の中での自分の
役割と考え、何よりの生
きがいと感じていました。

ところが、ある日お嫁
さんが「そんなことしな
くていいの」と、掃除機
を取り上げてしまったそ
の日から、おばあちゃん
は強度の便秘に悩まされ、
とうとう寝こんでしま
いました。それが、また掃
除をさせてもらうようにな
ったら、ウソのように

便秘は治ったというのです。

ある農家のできごと。農
繁期でネコの手も借りたほど
の忙しいとき、その家の老人は
何かの役に立ちたいと、田んぼ
に出て行ったのですが、「邪魔
になるから引込んでいて」と
いわれ、明るく朝、自殺を試み
たということです。

「何もしないで、ジツとして
いればいいのよ」という言葉ぐ
らい、お年寄りにとって残酷な
言葉はありません。
のけ者にされないこと、つま
り自分は役に立つ存在であると

ところで、昭和七十年に六十
歳になる人、つまりお年寄りの
仲間入りをされる方は、いま働
き盛りの四十四歳です。

お年寄りの福祉を進め、生き
がいのある社会を築くことは、
世代を越えた連帯の中で、わた
したち一人一人が力を合わせ、
解決していかなければならない
課題といえましょう。



いう自信と、自分のことは自分
でやれるという気負いが、日々、
お年寄りの心の張り、生きるバ
ネになっているのです。

家庭では、お年寄りの役割分
担をみんなで考えましょう。お
年寄りは、自分の役割を通して
家族との接点を持ち、生きがい
を見いだしていくのです。



お年寄りと孫の教育

お年寄りにとって、孫ほど
いとおしく、かわいいものは
ありません。老後の楽しみ
の一つは、孫の世話をし、成長
を見守ることです。このよう
なお年寄りの心理を、周囲の
人は十分くみとってあげるこ
とが大切です。

「昔と今は時代が違うから、
よけいな口出しはしないで」
とばかり、育児にしてもしつ
けにしても、いっさい口出し
をさせないというのは考えも
のです。

確かに、退屈しのぎにネコ
かわいがりし、甘やかしてし
まうことは、好ましくありま
せん。そのため、育児・しつ
けは親の責任と考え、お年寄
りにはよき協力者、よきアド
バイザーになつてもらうよう、
じっくり話し合ってみること
が大切です。

おじいさん、おばあさんは、
文字どおり人生の先輩です。
お年寄りの知恵と経験を家庭
教育に生かすことは、子供の
将来に大きなプラスになるで
しょう。

また、そうした親子三代に
わたる家庭での触れ合いが、
お年寄り自身の生きがいにも
つながっていくのではないで
しょうか。

(敬称略)

「第1分団第3部（下宿・館）へ配置」

同部のこれまでの消防自動車ポンプは、十八年前に町で最初に配置したもので、機動力を活かし火災消火に威力を発揮してきましたが、老朽化がひどくなつたため、新しい自動車ポンプを整備したものです。

なお、現在町消防団の消防力は、団員五百名、自動車ポンプ二十台、可搬式ポンプ十八台です。

写真は、引渡式に先立ち、広域消防八郷分署で行った放水試験と取扱い説明会の一コマ



このほど、桜井太郎教育長が退任し、新しく瓦谷の鈴木修昭氏（65）が就任しました。

教育長 鈴木修照



この度、はからずも町教育委員会教育長の重任を拝受いたしました。

もとより非才、その任ではありませんが、幸い、関係機関および皆様の絶大なるご指導ご協力のもと、委員各位と一致協力し、町教育発展のため、微力を傾注したいと存じますので、よろしくお願い申し上げます。

学校教育、社会教育を問わす

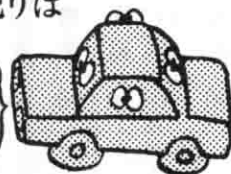
教育行政の中で最も重要なこととは、いわゆる広い意味での条件整備であらうかと思われる。

明るく伸び伸びした環境を醸成し、対話と連係を図り、

教育は百年の大計であることを肝銘し、常に情熱と研さんと人の和を基調として、職務に精励いたす所存であります。

ここに、重ねて皆々様のより一層のご指導とご協力を、心からお願い申しあげまして、就任のごあいさつといたします。

運転者の目の配りは

$$\begin{cases} 4 \cdot 3 \cdot 2 \cdot 1 \\ \text{前} \cdot \text{後} \cdot \text{右} \cdot \text{左} \end{cases}$$


「二」、左サイド「一」の割合で視線を配分しながら、前後左右の状況を的確につかんで運転することが大切というわけです。初心者の事故に共通してみられる原因の一つに、前方にばかり注意力が集中して、後方および左右への目の配りがたりなくなるというケースがよくあります。

運転中は「注意力を集中して……」といいますが、むしろ、「注意を配る」といったほうがよいようです。

夫人をチラツが
交通事故の原因に

といって、注意をあらぬ方向に配りすぎても困ります。「わき見運転」は交通事故原因のワースト・スリーの一つですが、これは、運転には関係のないところに目を奪われることです。この「わき見運転」がいかに危険か——たとえば、正面を見

「安全運転に欠かせない目の配り方は『四・三・二・一』を一つの目安に」と日本大学生産工学部の宇留野藤雄教授は言っています。

ドライバーが、自分の車の運転環境を知るために必要な目の配りを「十」としますと、前方「四」、後方「三」、右サイド

一・五秒の間に約十七メートルも進むことになり、前方不注意でたいへん危険です。チャッが一・五秒——をお忘れなく。

9/21
9/30
秋の全国交通安全運動



△ 瓦会地区 (旧瓦会小学校グラウンド)

町内各地で盆踊り

一時はあまりみられなくなった盆踊りが、また盛んになって、町内各地で開かれるようになりました。

夏の夜、大人から子供までおおぜいの人が集まって、太鼓に合わせて踊る盆踊りは、ほんとうに楽しいものです。

今回は、今年開かれた盆踊り大会の中から、青年団主催による五つの大会を選び、そのようすを一コマずつ紹介します。



△ 芦穂地区 (芦穂公民館グラウンド)



△ 林地区 (林小学校グラウンド)

▽ 恋瀬地区 (恋瀬小学校グラウンド)

▽ 園部地区 (園部中学校グラウンド)





消防団総合訓練を実施

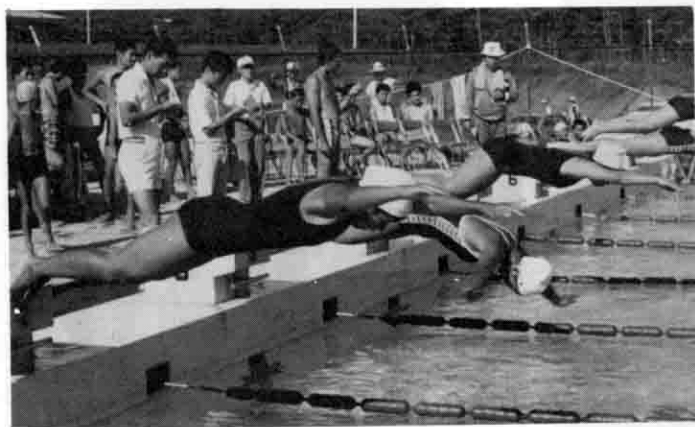
消防団総合訓練が、8月26日に総合運動公園で行われました。

訓練には、町内500人の消防団員のうち約450人が出席し、規律および消防器具の取扱ひ方法を学びました。

第二回町民水泳大会開かれる

八月十二日、第一回町民水泳大会が、総合運動公園プールで開かれました。
大会は、自由形と平泳ぎで争われ、各種目の優勝者は次のとおりです。

△男子五十M自由形▽小学五年の部 鶴井和広（東成井小）▽同六年の部 竹林弘晃（大増小）▽中学一年の部 市村幸一（有明中）▽同二年の部 桜井浩司（南中）▽同三年の部 中嶋理道（南中）▽一般の部 富田晴彦（細谷）△同五十M平泳▽小学六年の部 長谷川光彦（大増小）▽中学一年の部 込山和夫（南中）▽同二年の部 関睦俊（南中）▽同三年の部 木村正純（南中）▽一般の部 鈴木利男（中戸）△同百M自由形▽中学三年の部 岡本功（柿岡中）△同百M平泳▽中学三年の部 加藤厚（柿岡中）△女子五十M自由形▽小学五年の部 青木晴美（大増小）▽同六年の部 中村千秋（瓦会小）▽中学一年の部 高橋至美（南中）▽同二年の部 古沢浩美（南中）▽同三年の部 大久保敏子（柿岡中）△同五十M平泳▽中学一年の部 高橋陽子（南中）▽同二年の部 佐藤千代（南中）



南中の関君

走幅跳で関東大会へ出場

南中学校三年の関幸利君が、去る八月十八日から十九日にかけて甲府市で行われた、関



関 幸利君

東中学校陸上競技大会の走幅跳に出場しました。

関君は、七月十四日に行われた全国中学校通信陸上競技大会茨城県の部で、六メートル二十七センチメートルの記録を出して優勝、七月二十五日に行われた茨城県中学校陸上競技大会では、六メートル十二センチメートルで二位となり、関東大会への出場権を得たものですが、関東大会のカベは厚く入賞はなりませんでした。



町高校生会が草刈りの奉仕

総合運動公園の草刈りが、八月二十一日、八郷町高校生会の人たち十名の奉仕活動で行われました。

八郷町高校生会は、町内に居住または通学する高校生で組織され、主にボランティア活動などを行っているグループです。



④ 学校ぎらい



学校ぎらいと言われる子がいりますが、その原因は複雑です。単なる怠けとは別に、心理的な原因で学校に行けない子もいます。

△そのきざし△

○登校まぎわに急に元気がなくなる。

○登校まぎわに頭痛や腹痛などを訴える。

△ポイント△

○原因を知り、子供のありのままを理解しましょう。

○心配しすぎや干渉のしすぎ、あせりなどは逆効果になります。

○落ち着きを取りもどせるような雰囲気を作り、長い目で登校への心の準備を育てることが大切です。

○学校と連絡を取り合い、早めに専門機関に相談しましょう。

児童相談所提供

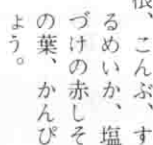
肝じん要の肝臓

肝臓は沈黙の臓器といわれ、その異常（症状）はなかなか表面に現われません。はつきりした症状が現われるのは、障害が

下林川井ふみ

するめ、こんぶを巻き込み
酒のさかなや保存食に便利な
“切り干し巻”の作り方を紹
介します。

切り干し大根、こんぶ、す



作り方

(1) 切り干し

かなり進んだ時が多いので、早期発見、早期治療が必要です。

肝臓の働き

肝臓は、①糖質の貯蔵と配給
②タンパク質の再編成③脂肪の
調節④水分、塩分の調節⑤解毒
作用⑥胆汁の生成と排せつなど、
複雑精巧な働きをしています。

つまり、体の健康を保つため
栄養素の多すぎるものは貯蔵し
足りないものは合成したり分解
したり他の組織からもらってき
たりして補充するほか、不用の
ものは処理して他の物質に変え
たり取り除いたり、有害なもの
を吸収して毒素を分解し、無害
なものにするなどの働きをして
いるのです。

肝臓が悪くなると

肝臓病は、黄だんを除けば特有の症状がなく、胃腸病やかぜと間違えることが多いものです。

- ① 食欲がなく、吐気や胃のものがあ
る。
- ② 油っこいものがいやになる。
- ③ 酒に弱くなる。
- ④ 黄だんが出る。
- ⑤ 白っぽい便や黒っぽい便が出る。
る。
- ⑥ 皮ふがかゆくなる。皮ふにシ
ミが出る。
- ⑦ 胸や背中などに、小さく赤い
斑点が出る。

肝臓病の予防

栄養の取り過ぎ、不足、かたよりは、肝臓に負担をかけることになりまうので、日頃からバランスのとれた食事をするこゝが肝臓病の予防につながります。

○食品添加物の多い食品は避け、医薬品も乱用しない。

よく消える

消しゴムは

最近の消しゴムは、従来からあるゴム製のものに代わって、プラスチックのものが出て、まわっています。青や赤、白、色とりどりに、また、型もクールマやテレビ、ウルトラマンなど、変形ものが子供の人気をあつめています。

プラスチック消しゴムは、塩化ビニールが主成分で、これを軟かくする油と、鉛筆の粉を削りとる研磨剤を配合し、熱を加えて形をつくります。

筆記用具は

試筆が大切

筆記用具は、外観や広告だけで、安易に購入しがちですが、メーカーなどによって品質に差があります。

シャーペンには、ノック機構が命です。購入するときは、数回ノックしてみて、ノック

のしやすさを調べるほか、実際に書いてみて芯が軸の中で折れることはないかを調べます。芯の残存率は、スライド式（ノックに合せて先口の先端のパイプがスライドする）よりも固定式の方が低い

くらしの知識

プラスチック消しゴムがよく消えるか、消えないかは、造る工程の熱の加え方や材料配合割合によるもので、変形のもの、細工もののほど熱を強く加えなければ形が保てないので消えにくい消しゴムとなります。また、透明のものも白濁をさけるため研磨剤を入れてないので、消えにくい消しゴムといわれます。

また、従来からあるゴム製の消しゴムは、特に古いもの、日光にさらされたものは、ゴムが老化してかたくなり、消しにくくなります。プラスチック製も、ケースに入れて使うと長持ちするようです。

ので、経済的です。

万年筆は、高いものが特に品質が優れているとは言えず、二千元から五千円クラスのものが実用的です。ペン先の材質も、十四K、ステンレス、スチールなどがありますが、書き味の違いはありません。書き味、重さなどをチェックし、十分試筆してみるものが大切です。また、吸入式万年筆のインキ代は、一ml当たり四円から八円であるのに対し、カートリッジでは、十三円から三十円に及ぶことも知っておいてください。



☆☆☆おしらせ☆☆☆

土浦高等技能専門学校 生徒募集

土浦高等技能専門学校（土浦市大字中村西根、電〇二九八〇四一―三五五）では、技能を身につけ、働こうと希望する人達の入学を待ちしています。

▽訓練期間

一年（四月入校翌年三月修了）

▽募集内容

普通訓練課程（高卒以上）―
電気工事科三十名、電子機器科二十名、自動車整備科四十名、洋裁科二十名

▽受付期間

昭和五十四年十月一日～十一月二十一日

▽選考期日および方法

昭和五十四年十一月二十八日面接、身体検査、筆記試験（国語、数学）

※申し込み方法など詳しいことは、土浦高等技能専門学校へお問い合わせください。

茨城県警察官を募集

茨城県警察官（B）の採用試験が次のとおり行われます。

▽受験資格

昭和二十七年四月二日～昭和三十三年四月一日までに生まれた男子（四年制の大学を卒業、又は来春卒業見込みの者を除く）

▽受付期間

昭和五十四年十月一日～十月二十七日

▽第一次試験

〇日時 昭和五十四年十一月四日午前八時三〇分

〇試験場 県立土浦第二高等学校ほか五会場

〇方法 教養試験、作文試験、身体検査など

▽採用予定人員

約六十名

※受験手続きなど詳しいことは、茨城県警察本部警務課（電〇二九二二四―二二一）内線二二三（三五）か最寄りの警察署、派出所、駐在所へお問い合わせください。

火薬類保安責任者試験案内

火薬類保安責任者試験が次のとおり実施されます。なお、受験願書は県南地方総合事務所生活商工課に用意されています。

▽試験の種類

〇丙種火薬類製造保安責任者

〇甲種火薬類取扱保安責任者
〇乙種火薬類取扱保安責任者
▽試験日時
昭和五十四年十一月二十五日午前九時三十分

▽受験願書提出期限

昭和五十四年十月二十二日～十月二十六日まで

▽受験願書提出先

県南地方総合事務所生活商工課へ直接持参してください。

苦情なくして明るい生活

10/18に行政相談所を開設

皆さんのの中に、役所や公社、公団などの仕事について、苦情や要望などを持っている、どこで相談してよいかわからないという方はいらつしやいませんか。

このような方は、行政相談員の真家耕三さん（電三二四二五）にお気軽に相談してください。真家さんは、皆さんからの相談を受けて助言したり、関係機関に連絡したりして解決に努めてくれます。

また、十月十四日から始まる行政相談週間の催しとして、十月十八日（木）の午前一〇時から午後三時まで、八郷公民館で行政相談所が開かれますのでご利用ください。

なお、相談は無料で、相談内容などの秘密は守られます。

季節の話題（秋の抜け毛）

夏には、毛母細胞を衰えさせる原因がいろいろあります。皮脂の分泌が盛んですと、毛穴がつまりやすいですし、暑さや不快がストレスとなって自律神経の機能が乱れると、毛細血管の働きが落ち、毛母細胞の栄養供給が悪くなります。強すぎる日晒や夏バテによる栄養障害もよくあります。

くありません。こうしたことが重なって、夏の盛りに毛母細胞の活動が止まると、四六週間の退化期を経て、九月の終わりころから毛根は休止期に入り、抜け毛が目立つようになるわけです。しかし、一時的に毛が薄くなる程度では、心配はありません。ほおっておいても、二―三カ月で元に戻ります。



短歌

吉田 次郎 選

小夜床に覚むれば屋根にあたる音夕立ちしも稲光りせる

夏祭りはなやぐ山車を引く子らにまじりて母も今日は楽しむ

中尊寺の歴史訪ねて帰る道徳涙のどめあえなく

俳句

滝田 玉水 選

夏草の繁るにまかせ家守る
天の川謡の稽古を窓越しに
百尺の岩盤走る滝白し

俚謡

大木 嶺月 選

下手な世渡りする身でいても和む夫婦の老いの幸

気にもかかるが高齢社会幸も亦来るよい時世

これがほんとの極楽浄土皆んな達者で囲む膳

下林 鈴木 弦月