



フィジーから農業研修生

「国を離れていても寂しくない。仕事はおもしろい」と語るのはフィジーからの研修生シリロ・リオス・テライ（27歳）さん。彼は山崎の藤井哲夫さん宅と一緒に生活しながら、養豚を学んでいます。フィジーは常夏の島で、主な産業は砂糖と観光。リオスさんは1年間研修した後、島に帰ったら、養豚の指導者になるそうです。リオスさんの1日は5時に起床、1時間程レポートを書き、7時に朝食。午前中は豚舎の中で豚の世話をし、午後は外で草刈り・堆肥の攪拌・小屋の洗浄をする毎日です。



しあわせな生活は健康から



私たちがしあわせな生活を送るためには、何よりもまず健康が第一です。健康であってこそ、社会活動を活発に行うことができるのです。みなさんの健康管理は大丈夫ですか。中年期以降ぐんと増えるのが成人病。しかも成人病は自覚症状が出てからでは手遅れになる厄介な病気です。日ごろの生活習慣に気を配り、定期的な健康診査を受けるなど成人病予防に心がけましょう。町の成人病の傾向を見ながら、みなさんの日常生活を改めて考えてください。

死因の7割成人病 心疾患が増加傾向に

平成四年、町で亡くなった人は二百八十六人です。死亡原因のトップは心疾患の八十四人。次いで悪性新生物（一般的には「がん」といわれている）の六十三人。三位が脳血管疾患の五十五人となっています。

これらの病気は、中年期以降年をとるに従い多発しやすいことから成人病に含まれ、とりわけ「三大成人病」といわれています。平成四年、町で死亡した人の七〇・六％がその三大成人病で亡くなっています。

図3をご覧ください。町の死亡原因は長い間、脳血管疾患がトップを占めていましたが、昭和四十八年をピークに下降線をたどり、昭和六十二年ごろから二、三位となつていきます。一方、心疾患は昭和五十五年から上昇気配になり、平成元年からはトップを占めるようになりました。心疾患原因には、

高血圧、糖尿病、肥満、ストレス、運動不足などが引き金になりますので、日常生活の悪い習慣を変え、年二回は検査を受けて、心電図異常などをチェックすることが大切です。

また、脳血管、心疾患にはコレステロールや中性脂肪過多も関係しているといわれています。

成人病三三解説

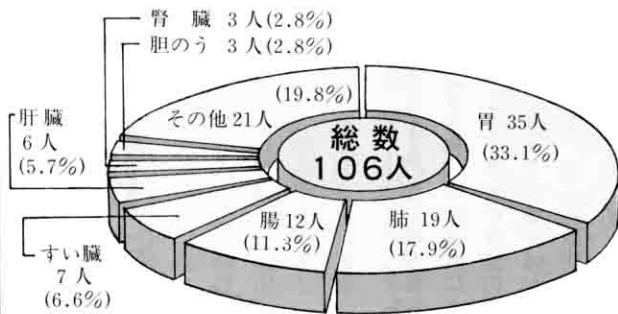
心臓病

心臓病にもいろいろあるが、成人病として特に問題なのは狭心症や心筋梗塞。心臓内の血管が何らかの原因で狭くなったり、つまったりすると、心筋の必要とする酸素を十分に送ることができなくなる。心臓は、他の臓器に比べて単位当たりの酸素消費が大きく、この状態では心筋は酸素不足におちいる。

がん

現在、がんは日本人の死亡原因の第一位、二六％を占めている。がんは細胞が突然変異をおこして生体のコントロールを離れた細胞となったもの。体の至るところに飛び火して、人を死に追いやる。治療法が進歩したとはいえ、対

図2 がん部位別死亡状況 (平成3年～4年)



(表) 平成4年度がん検診の状況

検 診	受診人数	要精密
肺がん検診	4,179人	16人
胃がん検診	1,486	178
子宮がん検診	772	11
大腸がん検診	321	33
乳がん検診	364	5

図1 平成4年の死亡原因 (保健室調べ)

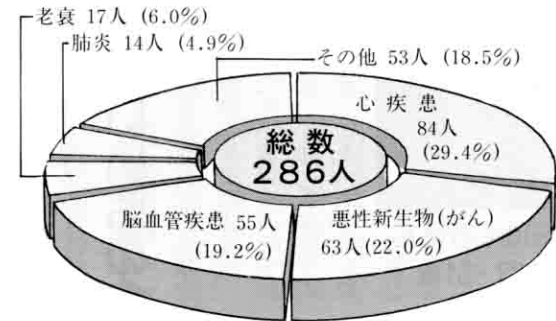
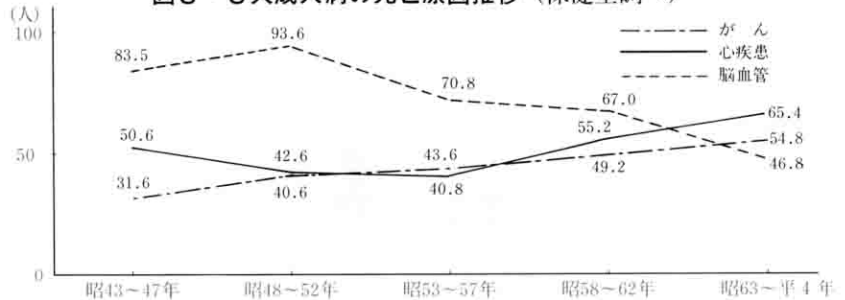


図3 3大成人病の死亡原因推移 (保健室調べ)



がんのトップは 胃がんの33・1%

もう一つのがんは、五年間の平均値で見ると、一定した伸びを示しています。平成四年には、死亡した人の四・五人に一人ががんで亡くなりました。

図2をご覧ください。平成三年から四年の二か年のがんで最も高いのは胃がん。三三・一%を占めています。次いで肺がんの一七・九%、腸がんの一・三%、すい臓がんの六・六%、肝臓がんの五・七%の順となっています。

胃がんによる死亡者数は、国全体のがんの中でも最も多く、年間約五万人にのぼります。四十歳以上の男子に多くみられます。しかし、食生活の改善による発症数の減少、早期発見による早期治療により、死亡者は半減しています。

また、肺がんの一般によく発症する年齢は六十歳前後。原因として喫煙、特に紙巻きタバコが増加し、喫煙期間が長期化するほど、肺がんの発生は多くなります。

日本ではこの三十年間に急激に増加し、二〇〇〇年には日本のがん死亡の第一位になると予測されています。

せき、血痰、胸痛、呼吸困難などの症状もありますが、たまたま

胸部X線検査を受けた際に発見されることがあり、集団検診などがあります。重要になってきています。三番目の腸がんは近年、肺がんとともに急増しつつあります。食生活の西欧化による脂肪のとりすぎが原因とみられています。

検診で早期発見 がん死亡率を減少

がんを予防するには、何といっても早期発見・早期治療が大切です。このため町では毎年、がん検診(肺がん、胃がん、子宮がん、大腸がん、乳がん)を行っています。平成四年度に受けた人は延べ人数で七千二百二十二人です。そのうち、要精密と診断された人は二百四十三人。さらに、五人のがんを発見しました。

がん検診は、医師会を中軸として、対がん協会、メデイカルセンター、町保健室、そのほかの検診団体が、胃・胸部・子宮がんなど、それぞれの目的にあった検診車を活用して地域・職場に入り込んで、早期発見に努めています。しかも、これにより発見されたものは早期がんが多いため、予後も良好で、死亡率の減少に貢献しています。

しかし、受診率は極めて低く、最高の肺がんが四〇%、最低の大腸がんは三%にとどまっています。

脳卒中

策としては早期発見、早期治療しかないといわれている。脳出血、脳梗塞、クモ膜下出血の三つの病気の総称。一九五一年以降、わが国の死因のトップに。その後低下し、八一年にがん、八五年には心疾患に抜かれて現在三位。しかし、死亡率はまだ高い。

その他の成人病

三大成人病のほかにも成人病はたくさんある。悪い病気を招く原因となるものが多い。○糖尿病 血液の中に使われないブドウ糖が増え、尿の中にも糖が出ることから糖尿病といわれている。発病原因は食べ過ぎや運動不足による肥満が加わり発病するのが多い。

○高血圧 最大血圧160mmHg以上、最小血圧95mmHg以上を高血圧という。脳、心臓、腎臓などの臓器の血管に悪い影響を与え合併症をひきおこす。○動脈硬化 高血圧、肥満、コレステロールがたまるなどの原因が重なり動脈に血液が流れにくくなり支障が生じる。

健診の大切さ 分かりました

かけがえない命を自分の不注意、病気に
対する無知や手遅れによって失うことが
あります。それが家族の大黒柱としたら
回りに与える影響ははかり知れないもの
があります。成人病は明るい円満な家庭を突
然直撃するのです。そのように悲惨な出来
事を起こさないため、常日ごろの生活に注
意を払い、成人病予防に万全を期したいも

のです。町では、住民健康診査やがん検診
などを通して成人病予防に努めています。
ここでは、それらを受診して病気が分か
り元氣になった方、町食生活改善協議会長の
吉田さん、長い間、町民の医療と健康教育
にご協力いただいている柿岡の吉川先生そ
して町の保健婦からの体験談やアドバイス
を紹介します。

体にいいもの食べていますか



吉田とし子さん
柿岡・51歳

町食生活改善推進員連絡協議会
（会員百二十四名）では本年度、
「骨を丈夫にする食品を多く食べ
よう」「野菜、小魚、乳製品をた
くさん食べよう」をスローガンに

健康を守り、より豊かな生活をす
る運動に取り組んでいます。

成人病予防では、糖尿病、がん、
心臓病、高血圧に合わせた食事、
メニューづくりを推進しています。
キッチンカーで各地区を回り、調
理実習をしながら栄養指導をして
います。

今後は、外食産業の普及ととも
に、加工食品や調理済み食品があ
ふれており、どんな素材で構成さ

れ、どんな栄養分を含んでいるか
を知り、学んでいく必要があります。
す。簡便性や嗜好性で利用するの
でなく、栄養性や安全性にも関心
を持って食品を選択し、有効な使
い方や組み合わせ方を考えて実践し
ていくことも大切ではないでしょ
うか。

成人病予防は食生活と非常に深
い関係にあります。しかも、二十
歳代の若いころから気をつけない
といけません。いつもバランスの
とれた食事に心がけたいものです。

健診で自分の健康度チェック



町の健康教育にご尽力い
ただいている吉川侑先生

「誰でも、老いと死は避けて
通りたい」でも、老いも死も自
分自身のものです。その時期を
一日でも遅らせたいとすべての
人は考えます。しかも、人生の
最後まで健康で生活したいと願
っています。

そこで、日ごろの自分の健康
度をチェックすることが大切で
す。その方法にはいろいろな手
段があります。自分でできるチ
ェックの方法には、脈、体重、
血圧などがありますが、これら
の異常は大抵の場合病気が相当
進行しないと気付かないことが
多いのです。

基本健康診査は、準人間ドッ
クといわれるように、検査項目
も多く、最近の死亡原因の六
七割を占める成人病（がん、心

臓病、脳血管疾患）の早期発見
には非常に有効な方法です。し
かも、これらの成人病を予防す
るためには、成人病の危険因子
といわれる高血圧、肥満、高脂
血症（高コレステロール血症）、
高血糖（糖尿病の疑い）などの
有無を早期に発見しなければな
りません。

健診の結果、異常あり（要指
導、要医療）の判定が出た場合
は放置することなく、医療機関
を受診して精密検査を受け、治
療、経過観察あるいは今後の生
活習慣の改善に努めなければな
りません。

異常なしの場合でも、健診結
果票は大切に、毎年受診し並
べて比較することにより、その
人個人の異常を早期に発見する

早期発見・治療で健康を回復

平成三年九月ごろ、胸がシクシク痛みました。住民健診に行ったところ、乳がんの検診を勧められました。検診の結果、右の乳房にシコリを発見。病院で精密検査をし、八センチの腫瘍があると言われました。その年の十一月二十一日手術を受け一か月後退院。



長谷川和子さん
真家・53歳

がんだと聞かされた時は頭から離れませんでした。九九%心配な

いと言われてもひとりでは涙がこぼれました。

いまは順調に回復し、二年間飲んでた薬も近く飲まなくて済むようになりそうです。私の場合筋肉をとらなかつたのでリハビリの必要もありません。しかも、手術前にあった貧血も治り快調な毎日を送っています。早期発見がなによりと改めて思いました。

運動と食事に気配り体質改善

昨年の夏に受けた住民健診でコレステロールが高いといわれまし



大図みい子さん
中戸・59歳

た。恋瀬地区公民館での成人病相談の時「コレステロールが高いまま放置しておくと、動脈硬化がおきて危険である」と説明を受けました。

その後、吉川先生のところで治療を受けています。三か月ごとに検査をし、薬を服用しながら生活

習慣を変える努力をしています。毎朝、四十程度早足で散歩、好きな甘い食べ物や油ものを減らしています。

現在は、コレステロールや血圧も下がり大分改善され、運動のせいか体重も五十六から五十二に減少しました。引き続き、日常生活に気を付け、治療に専念していきたいと思っています。

手遅れにならないで助かった

昨年十月、芦穂地区多目的研修センターで乳がん検診を受けました。毎年検診を受けていましたが、異常ありませんでした。その時は要精密といわれ、病院へ行ったところ、陽性との宣告。何の自覚症状もなく、信じられませんでした。長女の勤めている東京の病院で



野口いち子さん
小倉・50歳

摘出手術をしました。主治医の先生から「乳腺の中にできた腫瘍は

分かりづらいのによく発見できましたね」と言われました。

いまは、梅雨の時傷口がいたむ程度で、ほかはなんともありません。町のがん検診のおかげで早期発見、早期治療できましたことに深く感謝しています。もし手遅れになっていたらと思うとゾッとします。住民健診やがん検診は必ず受けたほうがよいと思いました。

運動・栄養・休養をバランスよく

町では、胃がん検診をはじめ、各種がん検診、結核検診、基本健康診査などを実施しています。これらの健康診査のあとには、結果説明会、健康教室、家庭訪問などを行い、住民のみさんの健康に対する意識の向上に努めています。

しかし、健康診査の結果、要精密、要医療と判断されながらそのまま放置している方が多く見受けられます。

「自分の体は自分が一番よく分かってるから」「なんともないから」などという理由で、なんの措置もとらない方、自覚



宮城保健婦

ば、より早期に動脈硬化を予防できるということです。

毎年基本健診と各種のがん検診（胃レントゲン検査、胸部X線検査、乳がんや子宮がん検診）を受けて、すこやかな老いを家族全員幸せに送りたいものです。

症状が出てからでは遅いのです。いまからでも遅くありません。要医療で未受診の方は、ぜひ受診してください。

もし病気が見つかったとしても、早期発見、早期治療でできれば何もこわがることはありません。あとは、きちんと治療を受け、いままでの生活習慣で悪いところを改善し、規則正しい生活を送ることが大切です。

また、健康診査の結果「異常なし」といわれた方も、より健康な生活が送れるよう、バランスのとれた「運動・栄養・休養」に心がけましょう。

ことしも七月から基本健康診査が、そして八月からは、胃がん、子宮がん、乳がん検診が各地区公民館などで行われています。ぜひみなさんで年一回の検診を受けるようにいたしましょう。

改善のヒント



地域や職場などで実施される健康診査で、「高脂血症」といわれる人が増えています。高脂血症は動脈硬化の前触れといえるものです。痛くもかゆくもないからといって放っておくことはたいへん危険です。心筋梗塞、脳梗塞、尿毒症など生命にかかわる重大な病気を引き起こしかねません。次の十三項目をチエツツし、意識的に生活を変える努力をはじめましょう。

① 動物性脂肪の多い食品を避ける。

肉の脂身はうま味の素ですが、とりすぎないように注意しましょう。脂身の少ない赤身肉を一日八十グラム程度くらいが適当です。

② 植物性油脂を使う。

バターよりもマーガリンを、マヨネーズよりもドレッシングを使いましょう。ただし、酸化した古い油は使わないようにしましょう。

③ 青背の魚を積極的に食べる。

魚の脂肪にはEPA（エイコサペンタエン酸）という不飽和脂肪酸が多く含まれています。とくにサバ、イワシ、アジ、サンマなど青背の魚には多いといわれています。

④ 野菜をたっぷり摂る。

野菜に含まれる食物繊維や葉緑素には、血中コレステロールを低下させる働きがあります。食物繊維はイモ類や根菜類に、葉緑素はほうれん草などの葉物に多く含ま

れています。

⑤ 大豆製品を取り入れる。

大豆の脂肪は不飽和脂肪酸が多く、血中コレステロールを下げます。大豆に含まれるビタミンEやレシチンは善玉コレステロールを増やし、良質のたんぱく質は血圧の上昇を抑えます。



⑥ 魚の卵動物の内臓控え目に。

タラコ、イクラ、スジコなどの魚卵や、レバーなどにはコレステロールが多く含まれています。加工品のハム、ソーセージなどにもコレステロールや塩分が多いので、とりすぎないように。

⑦ 卵は一日一個。

卵の卵黄にはコレステロールがたくさん含まれていますが、たんぱく質、ビタミン、ミネラルなどを含み栄養的に優れた食品ですの

第3回議会臨時会

農業集排の上家工事 県と委託契約



工事中の処理場基礎部分

平成五年第三回町議会臨時会が七月十九日に開かれました。

議案二件が提案され、いずれも原案通り可決されました。

一つは平成五年度消防ポンプ自動車購入契約についてです。

これは、消防団第七分団第四部飯塚地区の消防ポンプ自動車が老朽化により性能が低下したため更新しようとするもの。購入機種はモリタCD-1型タイプで、車はいすゞエルフです。指名競争入札の結果、石岡市の有限会社鈴木鉄工販売所が九百三十七万三千円で落札し、契約しました。

もう一つは平成五年度農業集落排水事業委託契約の締結についてです。

契約名 平成五年度農業集落排水

水事業（東成井地区・東成井第二地区）

契約金額 四億四十六万七千円

契約の相手方 茨城県知事

これは、平成五年度事業の処理施設を県に委託して、事業を進めるため茨城県と委託契約をするものです。処理場の浄化槽部分は平成四年度及び国債分にて完成しますので、今回は上家の建築などです。

上家建築面積は、東成井処理場が鉄筋コンクリート造り、一部二階延面積七百二十一平方メートル、東成井第二地区が鉄筋コンクリート造り平屋一部地下延面積五百三十三平方メートルです。

ほかに、建築物に付随する電気系統関係、一部処理機械を整備する事業も含まれています。

いまからでも遅くない—生活

悪玉コレステロールや中性脂肪をためないために

で、一日一個程度は構いません。

⑧ くだものは

ぼくぼくに。

くだものはビタミンCやクエン酸を含む大切な食品ですが、果糖は中性脂肪を増やします。くだものを食べたいときは糖質の多いバナナ、ブドウよりも、柑橘類やリンゴ、イチゴなどを少し。

⑨ 砂糖とりすぎない。

生クリーム控えて。

砂糖のとりすぎは血中の中性脂肪を増やします。生クリームにも飽和脂肪酸が含まれているので、コーヒーや紅茶には入れ過ぎないことです。



⑩ 酒を飲みすぎない。

たばこをやめる。

適度の酒は悪玉コレステロールの増加を抑えますが、飲み過ぎると逆効果になります。喫煙は、動脈硬化の促進因子です。禁煙を。

⑪ 食事はゆっくり

腹八分目。

「早めし食い」や夜食のとりすぎは肥満の元です。肥満者は中性脂肪やコレステロールが多く、動脈硬化が起こりやすくなります。ゆっくりよくかみ、腹八分目に抑えましょう。



⑫ 生活のなかに

適度の運動を。

十分体を動かすと血液が体のすみずみにゆきわたり、善玉コレステロールが増え、悪玉コレステロールが減ります。毎日、少しでも心がけて運動しましょう。

⑬ 精密検査を

さばらない。

三十五歳を過ぎたら、一年に一回は健康診断を受けましょう。五十歳代には年二回が理想です。「高脂血症」などの異常が見つかったら、精密検査を面倒くさがらないことです。

衆議院議員総選挙

町内の投票率 69・76%

当日の有権者数及び立候補者の得票数などは次のとおりです。

◎選挙当日の有権者数

投票総数 二二、七八四人
有効投票 一五、八九四票
無効投票 一五、七〇一票

◎立候補者別得票数

- 丹羽雄哉（自民） 六、二八六票
- 中村喜四郎（自民） 二、七五八票
- 赤城徳彦（自民） 二、二七五票
- 二見伸明（公明） 二、一五一票
- 竹内 猛（社会） 一、一七九票
- 若菜徳則（社会） 四、六二票
- 田谷武夫（共産） 三、五四票
- 山中 勝（無所属） 二、三六票

◎投票所別投票率上位三位

- ①第十二（中戸）投票所 八二・二七%
- ②第二十二（根小屋）投票所 七九・四三%
- ③第十三（小見・太田）投票所 七八・六三%

第7（上曾地区）投票区投票所

なお、同日最高裁判所裁判官の国民審査が行われ、有効投票一四、三三九票のうち審査に付される裁判官すべての罷免を可としなかったものが一三、三一一票と大勢を占めました。

ほしのみや幼稚園

加波山ろくの大増長石に位置する本園は平成元年四月、地域のみなさんの強い要望にこたえて開園しました。この地は、幼児教育にふさわしい自然環境のもと、地域のみなさんの暖かい人間関係にあふれています。開園して五年目になりますが、園児数も九十六名となり、次第に地域に根ざした幼稚園として親しまれるようになりま

した。本園運動場わきには恋瀬川が流れ、清流のせせらぎが園児たちの心をなごませ、同時に楽しい遊びの広場となっています。また、四



季折々の草花や、実なる樹木を植えつけ、幼児の興味関心が満たせるような施設設備を整えていきます。

ことしも夏の行事として宿泊保育を予定しています。園舎隣に百五十名収容できる林間学校「ここの森」があり、そこで一泊二日の宿泊保育を実施します。主体的

水と緑に囲まれた ログ園舎で心の教育



森の中で思う存分自然とふれあいのびのびと遊ぶ子どもたち

な生活に取り組むための重要な体験学習です。実施するにあたり、職員八名のほか、父母の会（会長、植木まさ子）の役員九名と、ご近所のみなさんの協力を得ております。楽しさの中でも安全が第一とあって、父母の会の参加協力は必要不可欠であり、園と連携を持つことの大切さを実感します。

父母の会活動も活発に行われており、中でも秋に行われる年一回のバザーは盛況です。会員相互の親睦を深めながら、「子ども」の遊

びを広げるための資金づくり」に工夫努力されています。模擬店もいくつか出され、とびきりおいしい手作りの味を食することができ

ます。

平常保育の中で、週一回の水泳教室も園児たちは大好き、年間を通した練習ができるので、健康な体づくりにも役立っています。本園の教育方針の柱は「心を育てる」ことにあります。幼児時代の重要性を認識し、全職員一丸となって保育に情熱を注いでいます。

町長の日記帳から



七月の主な動向はつぎのとおりです。

英語力向上に外国人講師

桜井盾夫

- 二日(金)石岡台土地改良区八郷地区役員会
- 七日(水)納税貯蓄組合連絡協議会総会及び研修
- 八日(木)県庁へ農業集落排水事業打ち合わせ
- 九日(金)保護司会八郷分会総会
- 恋瀬川天の川河川改修協議会
- 十一日(日)町長杯ソフトボール、町民バレーボール大会
- 十二日(月)生涯学習推進委員会、女性ドライバークラブの会総会
- 十三日(火)吾国、愛宕観光開発推進協議会総会
- 十九日(月)議会第三回臨時会
- 二十日(火)二十二日(木)土地改良区事務統合運営協議会研修
- 二十二日(木)外国語指導助手歓迎会
- 二十三日(金)総合計画策定委員会
- 石岡、千代田、八郷広域幹線道路対策協議会
- 二十四日(土)柿岡祇園祭祭典式
- 三十日(金)夏の交通安全立哨指導
- 三十一日(土)第五東宝ランド区夏祭り大会

町内中学校の英語力向上をめざして、外国から英語の指導助手を採用しました。カータージエイソンさんとい、アメリカ、カリフォルニア出身の二十四歳の男性です。国の自治体国際化協会、県国際交流課の紹介により採用しました。

期間は七月十九日から来年の七月十六日までの一年間。本格的に指導をはじめるのは九月、二期からです。英語の先生とペアを組み、授業に携わることになります。

外国英語助手招致事業は、国際化が進む中において、子どもたちが本物の英語にふれることにより、幅広く奥深い英語力を養うことがねらいです。今後、外国人との交流や外国へ行く機会が多くなることでしょう。その時、英語は必要不可欠です。町では初めての試みですが、中学生の英語力アップに必ず役立つものと期待しています。

第三回行政懇談会

町民と行政をひとつに

第三回行政懇談会が、町内八か所で行われます。地区公民館などを会場に午後七時から九時までの約二時間、町長と町民のみなさんが自由に話し合いをもつものです。

地域の課題について、自由に話し合うことによって、町民のみなさんのご要望やご意見を行政に反映させることを目的としています。

町からは町長はじめ、課室館局所長などが、町議会からは、議長と地元選出議員の方々が出席し、町民のみなさんとヒザを交えた話

し合いを行います。

昨年(第二回)行政懇談会には、秋の農繁期にもかかわらず、延べ三百三十一人が参加、日ごろ関心を持っている問題について、卒直な意見が交わされました。

質問や意見の内容は、道路整備関係十三件、企業誘致を含む開発関連四件、都市計画五件、教育文化関係五件、高齢化・福祉対策四件、環境・ごみ問題八件、産業振興・後継者対策三件などでした。

いま町には、ゴミ・下水道・道路・都市計画など居住環境の整備に伴う問題、農業・商工業などの後継者の問題、高齢化社会など保健・医療・福祉の問題、学校教育・生涯学習の問題などいろいろな問題が山積みになっています。

一方、近隣都市のベッタタウン化、つくば研究学園都市の一層の発展など町を取り巻く状況は日々変化してきています。

このような中で、みなさんが日ごろ、疑問に思っていることや、こうしたら良いのではという意見など、なんでも結構ですので話していただきたいと思います。

行政懇談会日程表

地区	期日	曜日	会場
小 桜	9月27日	月	小桜地区公民館
林	28日	火	林公民館
園 部	29日	水	園部コミュニティセンター
瓦 会	30日	木	瓦会地区多目的研修センター
恋 瀬	10月4日	月	恋瀬地区公民館
芦 穂	7日	木	芦穂地区多目的研修センター
小 幡	8日	金	自然休養村センター
柿 岡	12日	火	中央公民館

すばらしい町は、住民ひとりひとりの町を愛する心が作るものであり、町民の心と行政がひとつになって、はじめてできるものです。

町の皆さん、町議会、町の執行部が一体となり、「町の恵まれた自然を生かし、町民の皆さんが豊かで、うるおいと安らぎを感じ、幸せを実感できる町づくり」をめざして建設的で長期展望に立った話し合いが必要になります。

多くの皆さんが出席されまして「対話と参加の行政」を進めて行きますよう。

なお、各地区の日程をご確認のうえ会場へお越しください。

四季おりおりの「花と緑」が楽しめる茨城県フラワーパークでは、九月十二日から十九日まで「秋の山野草まつり」を開催いたします。

花と緑の楽園
茨城県 フラワーパーク

素朴な味わい 秋の山野草まつり



ての講話と実技指導を行う園芸教室も開催いたします。

さらに、九月十五日の「敬老の日」には、満六十五歳以上の方の入園を無料といたします。

その他、「花の売店」では、スイセン・ユリ・チューリップ、クロッカスなどの球根や、季節の草花などを多数展示・即売いたします。

また「ふれあいの森」ではスリル満点のスボーツスライドやフラワーサイクルも楽しめますので、多くの皆様のご来園をお待ちしております。

開園時間は、午前九時から午後五時(入園は四時三十分まで)月曜日は休園となります。

八郷町の文化財

13

小田城に次ぐ堅固な城

片野城址

町指定 昭和四十七年四月十九日
所在地 八郷町根小屋

古い昔の根小屋集落は片野と呼ばれ、現在の片野集落は向町と呼ばれた城下町であったそうです。

文永年間(一二六四―一二七五)の頃、小田氏の一族である八代将監が、根小屋の佐久山辺に、小田城の北の砦として館を築きました。その後三百年、小田氏治の代に、武蔵の国の岩槻から氏治を頼って来た「太田三楽斎資正」に片野を預けました。

当時、文武共に優れる武将といわれた資正は、川などの自然要害を持ち、城下も一望できる此所台地を選び、壕を掘り土塁を築いて



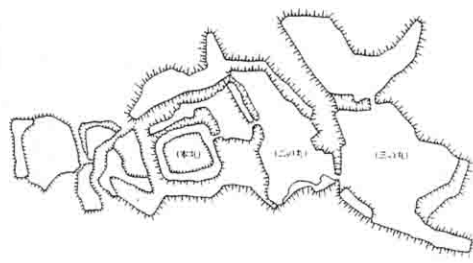
「小田城に次ぐ堅固な城」といわれた片野城を築いたのが永禄九年(一五六六)頃といわれております。

城址は本丸・二の丸・三の丸からなり、総面積約三ヘクタール。本丸は東西約四十五メートル・南北八十メートルの長方形。今は畑となったが周囲に土塁や壕が残ります。その北側奥にも樹木におおわれた深い壕残り、戦国の片野城が偲ばれてきます。

本丸の南に七代天神社があります。伝承によれば天正年間(一五七三―一五九二)に、資正が久慈郡佐竹郷天神林鎮座の七代天神を氏神として迎祀されたといわれ、周囲に四百余年の歴史を物語る樹木が残ります。またこの当時から代々神楽が、今も立派に伝承され、毎年十一月三日の祭礼日に奉納。八郷町の無形文化財に財定されております。

片野城主太田資正は、二男梶原政景を柿岡城主に置き、三男資武と過ごしましたが天正十九年(一五九一)の秋六十九歳で病死しました。

その後石塚城の石塚義辰が片野



片野城址略測図

城主となりましたが、まもなく徳川の世となり慶長七年(一六〇二)太田と石塚一族は、佐竹氏と共に秋田へ移りました。その後の城主には滝川佐衛門尉雄利となったが、滝川氏はまもなく病死され、城主を失った片野城は廃墟となりました。

片野城に関する資料は、佐久山浄瑠璃光寺に保存されてありましたが、大正十二年に寺が全焼し、貴重な資料も焼失してしまったとのことでした。

なお、片野城に関連する既報は左のとおりです。

平成四年八月号(十一ページ)

「歴史をさぐる」太田資正

平成四年十月号(十四ページ)

「根小屋七代天神社代々神楽」

平成四年十一月号(十ページ)

「柿岡城址」

●最近気になる病気

プールを楽しむために

石岡市医師会病院

小児科 伊本夏樹医師



夏も本番、子ども達にとってプールが楽しい季節です。十二分に夏休みを楽しむために、プール利用にあたって親御さん方の心に留めておいて頂きたいことを三、ご紹介したいと思えます。

暑い毎日が続き、生活も不規則になりやすいこの時期は、病気に対する抵抗力が弱くなりがちです。体調をよく見極めて参加させることはもちろん、皮膚の健康状態をよく観察してあげてください。

とびひ(伝染性膿痂疹)や水いぼ(伝染性軟属腫)は、プールでうつしたり、うつされたりすることも多いのです。

水いぼは伝染性軟属腫ウイルスが皮膚に直接つくことによつて生じます。悪いものではありませんし、自然治癒するので様子をみることもありますが、学童の場合プールで伝染して集団発生したり、全身に広がる恐れ

もあるので、処置することをお薦めします。医療機関で受診し、ピソセットで内容物を圧出摘除、消毒してもらいます。痛みを伴うのが難点ですが確実な方法です。とびひは皮膚の表面に黄色ブドウ球菌が感染して生じます。初めに水疱が生じてそれが破れ、びらん面になってかさぶたを作ります。幼児に多く、学童にはあまり見られません。家族連れでプール遊びを計画するときには注意してください。治療は水疱壁及びかさぶたを取り去り、抗生物質の軟膏を塗ってガーゼで保護します。同時に抗生物質の内服をするのが普通です。

プールの後はシャワーでよく清潔を保ち、休養を十分にとってください。特にアトピーのあることの場合、医師の指導にしたがって適切な種類の軟膏を塗り、皮膚のケアを充分に行ってください。それでは楽しい夏休みを！



八郷の自然

⑪

みどり生き生き

嫩葉は食用、花は華麗、実は染料、多用途なこの落葉低木も、くさきといふ悪名のせいか、一般に馴染みのない樹であるが親しめば忘れ難い植物である。桑の葉ぐらいいで葉柄が長く、臭気があり、高さは三メートルぐらいい。花どきが長く、九月まで続く。今、山野には花をつける低木は余りないので探すのは容易である。わか葉をゆで、大豆と煮食する他、テンプラなどにするという。八郷にはこの習慣はない。

今、この花の盛り。めしべ、おしべが意外に長く、がくも美麗、強烈な夏日に舞う様に咲き続ける。筑波山系にある系統は特に見応えがある。葉の臭気とはうらはらに、芳香が多くの虫を呼んでいる。庭園樹として有名なサル

臭木は今、花盛り

く除伐され、残った樹が数年で花をつける。夏の盛りの花は早春の花の様に注目されず、八郷町の山野に多いこの花を知る人は意外にすくない。ムラサキシキブという樹があり、実物はともかく、多くの人がこの名称を知っている。意外にもこの臭木と同じ仲間の

スベリと花期が重なり、庭園樹ともされるが、山野にふさわしい花である。遠目では濃緑の葉の上に白い花を点々とつけるだけであるが、身近になると臭気が人を誘い、花の乱舞が人の目をひきつける。

この樹は新設された山道や、開墾地などを好んで生える。特有の臭気です。空の青さをたたえた紺碧の実、星状に実をかこむ紫紅色のがく、このパランスは、自然を作った神

のものである。

花や実は見応えするこの

樹も、短命で、幹は特に利用される用途は持っていないが、幹につく虫の蛹が民間薬として知られている。幼児の疳の虫や成人の腎臓病の特効薬とされているが医薬的には解明されていない。何やら魅せられる不思議な樹である。

町文化財保護審議委員 軽部豊



うなぎの柳川風味

わたしの料理

食生活改善推進員 軽部敏子（上曾）

材料

うなぎ(白焼したもの)2尾 ごぼう150g 酒A大さじ1 B大さじ3 しょうゆA大さじ1.5 B大さじ2 砂糖A大さじ1.5 B大さじ2 卵2個 粉さんしょう少々

作り方

- ①うなぎを1.5cm幅に切り、皿にのせA分量の酒をふりかけて、蒸気の立った鍋で蒸す。
- ②ごぼうは薄くさがきにして水にさらし、鍋に入れて2～3分位ゆで、ざるに取る。
- ③鍋にA分量の砂糖、しょうゆを入れ、蒸したうなぎを味付ける。
- ④別の鍋にB分量の砂糖、しょうゆ、酒を入れ、さらにごぼうを入れて2～3分煮たら、③のうなぎの味付を加えさっと混ぜ、といた卵を全体にふりかけて火を止める。
- ⑤あたたかなうちに皿に盛り粉さんしょうをふりかけて食べる。



おなかのふたつ

下青柳

高橋 宏明 ちゃん

父 潔さん 母 弓子さん

平成2年8月22日生まれ(長男)

家族からの一言

おもちゃの自動車とアンパンマンが大好きで、とても明るく家族の人気者です。

素直で元気な子に育ってほしいです。

みんなの広場



柿岡 滝木理恵 (11)



朱 里



飛馬 & ラム



天使のなっちゃん

私モ ひとこと

年 金問題について、大分若い方への負担が多くなってきました。これは将来、考えなければならぬ問題だと思います。また、高齢化問題についても大事な事として、考えなくてはならないことだと思います。

心 掛け次第で、こんなにも美しく自然を守ることを実感しました。ゴミの持ち帰りが徹底しています。八郷も見習いたいですね。(尾瀬にて)

細谷 松崎淑子 (44)
大増 森田下枝 (44)

園 部地区などは最近宅地開発により新しい住民が増えているようですが、公共の施設の場所がわからなくて、不便に感じている人もいます。選挙の投票場所になっている所もありますし、年に一度でも〇〇公民館や〇〇センターなどの付近図を配布していただけないでしょうか。

✿ 新しく転入された方には八郷町勢要覧を渡したり、何年かに一度は業者から住宅地図が配布されたりしますが、どちらも公共の施設は分かりにくいかなと思います。選挙の投票場所は臨時的なものでもありますし、変更もあ

習字コーナー

評 翠嶺書院 関 翠 邸

葦穂小二年 藤代 茂樹

なかりみ

元気がよくリズムにのって伸々している、弾力もあって筆のつながりがすばらしくよくできている。

柿岡小二年 谷田部留美

れもんく

墨を濃くたつぷりとふくませ、丸みがあつてちから強く、終りまでいいねいによく書けた。

りえますので難しいのですが、地区公民館の地図は作るよう検討していきたいと思っています。

広報係

関 鉄車庫そばに止めて置いた自転車

車、しっかりとカギをつけてたにもかかわらず、最近二台続けてなくなっていました。新しい物ではありませんが、子供たちの足ですから困っています。何人かの人達に話をしたところ、たまたまそこにあるからと乗って利用し途中で捨ててしまふ、と聞きましたので捜しましたけれど、我が家のは見つかりませんでした。しかし、何台か草むらに放置されていた自転車がありました。そこで一案ですが、町で回収してもらい展示してくれれば、被害者も見つけやすくなるかと思いま

すが。※赤い女性用と銀色の男性用です。見かけた方は連絡お願いします。☎四三二六七七一 柿岡 桜井洋子

✿ 世の中には心ない人がいるものですね。さぞお困りのことと思います。さて町には放置自転車を撤去してほしいという要望は今のところありません。そうしますと、回収するのには、定期的に見回りもしなければなりません。町中をみてまわるのはとても無理かと思ひます。しかし、現実には自転車の盗難はかなり多いようです。単にモラルの問題という一言ではかたづけられないと思います。この事について意見のある方はお便りお待ちしております。いろいろな要望があれば町でも検討していきたいと思っています。 広報係

フラワーパークの入園券
とふれあいの森乗り物券が
ペアで当たるよ

広報クイズ 65

3つの答えの中から正解を選び
ハガキに書いて送ってください。

①平成4年の八郷町の死亡原因で
一番多いのは？

- (A)肺炎 (B)心疾患
(C)悪性新生物(がん)

②八郷町で平成3～4年度に胃が
んで亡くなったのは何人？

- (A)19人 (B)21人 (C)35人

③表紙の農業研修生はどこ
の国から来たでしょう？

- (A)オーストラリア (B)ハワイ
(C)フィジー

【応募の方法】

☆ハガキに広報クイズ65と書き、
答えの記号(例1-A)、住所、氏
名、年齢、世帯主と「私もひとこ
と」へのご意見や広報の感想など
を書いて送ってください。イラスト
やマンガも大歓迎。

☆全問正解者の中から10名に、ペ
アでフラワーパークの入場券とふ
れあいの森の乗り物券をプラスし
てプレゼントします。

☆締切日 平成5年9月15日

☆応募先 〒315-01 八郷町柿岡
2009-3 八郷町役場秘書広聴課

☆当選者の発表 本紙10月号

【広報クイズ63の当選者の発表】

正解は1-C、2-B、3-Aでした。
応募42通、正解38通の中から次の
10名が当選しました。

野口裕夏(小倉) 萩原志づ(月岡)
込山よし(小幡) 小野寺友里
(山崎) 鈴木裕(小山田) 今泉茜
(弓弦) 細谷光夫(片野) 菊地節
子(柿岡) 小松崎丈夫(川又) 松
崎淑子(細谷) [敬称略]



蔵馬 命



小山田 鈴木智一(8)



月岡 田上幸子(11)

●やさと文芸

短歌

吉田 次郎 選

梅雨晴れの闇深き中木の梢を越えて飛び交う源氏螢は

東成井 小池 亀太郎

茜さす厚茂の山の頂きゆ感激新たに日の出を拝す

部 原 鈴木 芳

八郷町の木の椎の若葉に照る光黄金に映えて杜の明るし

月岡 萩原 照子

俳句

綿引 鼓峰 選

農日誌くりて一と日や梅雨籠り

東山崎 小松 みき

七変化毬白々と夕闇に

弓 弦 萩原 久 芳

濃紫陽花夜は無口となる教師

下 林 遠藤 喜 城

俚謡

大 木 嶺 月 選

母の手織りの懐し片身両手合せて通す袖

東山崎 小松 みき

孫がよちよちころんだ座敷婆は笑うて手をかきさす

上 曾 足 立 喜一郎

私しや節には匂いを散らしやがて棘出す栗の花

東成井 小島 せん



今は珍しくなったこの型のポ
スト。八郷町内にも大増と園部、二
か所しかありません。

大増郵便局にて

やさ
と
点
描

「まち」の「話題」で「き」ごと

身近な出来事や地元の
話題をおよせください
(連絡先・秘書広聴課 内線二二三)

勇壮な上曾の祇園祭

獅子の竹製の胴体を原形をとどめないくらいにもくちやにする、そんな獅子舞ののこられるのは上曾の祇園祭。これは明治以前から始められた八坂神社の祭礼で、旧暦六月十三日に行われていたものを、現在は七月の第三日曜日にしました。

最初の獅子頭はわら細工でしたが、村の篤志家が木製のものを寄付し、その後昭和六年に作り替えられ、こころしはそれを新しくはしました。一時は活気を失っていたが、こころしからお囃子保存会ができて、今までになく盛んに行われました。

リーダー講習会でウオークラリー

子ども会リーダー講習会が七月十一日、中央公民館わきの空き地で行われ、各地区子供会のリーダーと育成会役員あわせて百八十一名が参加。午前中は青竹を使ったこころし炊きに挑戦し、午後からはウォ

ークラリーを楽しみました。これは定められたコースを歩きながら、チェックポイントで問題を解き、ゴールするレクリエーションです。このような経験を通して、リーダーとしての役割を学びます。

操法大会に八チームが参加

町消防ポンプ操法競技大会が七月十八日、総合運動公園で行われ、八チームが出場。日ごろの訓練の成果が発揮されました。結果は次のとおりです。

優勝 第五分団第二部 (瓦会)

準優勝 第三分団第四部 (芦穂)
三位 第六分団第三部 (園部)
優勝 第一分団第二部 (柿岡)
準優勝 第四分団第一部 (恋瀬)
三位 第六分団第四部 (園部)



ときめき
ティータイム

吉田和美(柿岡・22歳)さん

趣味は料理。食べるのも作るのも大好き。理想の男性はやさしくて頼りになる人。



ありがとうございます

○園部保育所へびわの実五kg

宮ヶ崎 金子榮一

○「北海道南西沖地震災害たすけあい」義援金(町社会福祉協議会受付)

下青柳西組納税組合員一同

二万円

・柿岡小学校

十四万九百四十二円

・太田 藤岡保 四千六百四円



フラワーロードで草刈り

上曽新田地区の皆さんが、七月十一日フラワーロードの草刈りを行いました。作業は朝もやのなか五時三十分から一時間ほど行われ、各世帯一人ずつの六十六人の皆さんが汗を流しました。作業が終わると沿道はすっかりきれいになり、植えられたカンナがだいぶん大きくなっているのが分かりました。夏のあいだ美しい花を咲かせ、道ゆくひとの心を和ませてくれることでしょう。同じ日、小屋地区でも草刈りが行われました。その他の地区の皆さんも、毎年沿道の草刈りをしている所があるようです。このような皆さんのご協力に感謝し、これからも続けられることを願っています。

ソフトは小桜、バレーは柿岡が優勝

第十九回子ども会球技大会が八月一日、総合運動公園で開催されました。十一小学校の子供会からソフトボールとバレーボールそれぞれ一チームずつ参加、試合は十一チームのトーナメントで行われ、父母たちの声援の中、熱戦が繰り広げられました。

結果は次のとおりです。

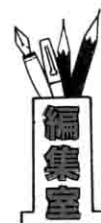
ソフトボールの部
優勝 小桜地区子供会 準優勝 恋瀬地区子供会 三位 林地区子供会
バレーボールの部
優勝 柿岡地区子供会 準優勝 東成井地区子供会 三位 芦穂地区子供会

おいしいね、このジャガイモ

神奈川県のシニアスカウトの皆さんが、八郷町の太塚地内に畑を借りてジャガイモを作り、その収穫祭を七月二十五日に行いました。この方たちは神奈川県大和市大和第六団のシニアスカウトで、高校生・大学生・社会人の皆さんです。ジャガイモは十名ほどで三月に種イモをまき、月二回くらい訪れ管理をして、七月に収

穫しました。自分たちで作物を作るのはいへんだったけれど、とてもいい経験になったとか。

収穫祭当日はお世話になっている方々を招き、バーベキューで会食が行われ、どしゃぶりの雨にもかかわらず、皆さん楽しそうでした。来年もぜひジャガイモを作りたいそうです。



フィジーから来日したりオースさん。フィジー語、インド語、英語、日本語が話せるとか。日本食も大丈夫。でも日本は少し寒かったかな、五月に来庁したとき着ていたのは毛皮(?)。有意義な研修をして帰国してください。研修といえば、七月にわが町の広報企画委員が福島県塙町に研修に行きました。塙町の広報は平成四年度全国広報コンクールで特選を受賞した優れたものです。広報の担当は女性ひとり。「広報を町づくりの手段にできないか」と考え、「広報こそ住民のビタミン剤であり、住民の行動の手助けになることで、活気ある町に生まれ変わるのだ」と信じて頑張ってきたそうです。その言葉聞いてなんてすばらしい考えなんだろう、だからいい広報ができるのだ、と思ったのは私だけではないはず。仕事に対する意気込みがちがうのです。ただ仕事をこなせばいい、という毎日に甘んじていた私の心に一石を投じてくれました。と、反省はするのですが、惜しいことにその気持ちを持続するのは至難の技で、結局以前の毎日に戻ってしまいます。でも時々はこの事を思いだして頑張る気力を取り戻そうと思うのです。(武)

お父さんソフト・ママさんバレー

熱戦に拍手や歓声

町のスポーツ熱は大へん盛んです。現在の体育協会の加盟団体は十四団体、登録者数は一千二十五名を数えます。その中で最も人数の多い団体がお父さんソフトボール連盟の二百五十五名、次いでママさんバレーボールの百三十九名です。今回はその二団体の活躍ぶりを紹介します。



お父さんソフトボール連盟は結成以来、19年をむかえる。早朝練習や練習試合を重ねて各種大会に備える。チームは地区別に構成されており、コミュニティづくりにも役立っている。

お父さんソフトボールは年に四回の大会が開かれ、毎回十チーム以上が参加して盛大に行われます。ことしで十九回を数える町長杯

大会は七月十一日、総合運動公園を会場に十二チームが参加して開かれました。六月に予定されていた同大会は、梅雨の影響で延び延びになりやつとこの日開催することができたそうです。グラウンド

状態が思わしくないにもかかわらずハッスルプレーが随所に見られました。同大会の成績と個人賞は次のとおりです。

優勝 寺田ソフトチーム
準優勝 大塚ソフトチーム
第三位 小幡ファミリーズ

個人賞

最高殊勲選手賞 飯島 武(寺田)
優秀選手賞 飯島浩二(寺田)
敢闘賞 友部 忠(大塚)
なお、優勝した寺田ソフトチームは町代表として県大会へ出場することになります。

一方、ママさんバレーボールは

春秋二回のリーグ戦を中心に町民バレー大会、萩原杯などが開かれます。

地区ごとに組織されている十三チームは、年間を通して練習に励み白熱した試合を展開します。

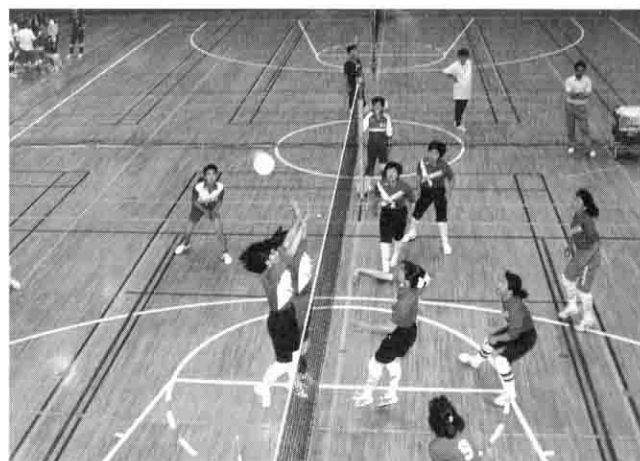
春季大会の結果と十五年以上選手功績者表彰は次のとおりです。

第七回町民バレーボール大会

優勝 柿岡、準優勝 小幡A
第三位 吉生、林
第三十一回バレーボール・リーグ大会

(Aブロック) 優勝 小幡A
準優勝 桜A (Bブロック)
優勝 吉生、準優勝 有明A
☆ママさんバレーボール十五年以上の選手功績者表彰

〈柿岡チーム〉 広瀬美代子・鎌田琳子・萩原みの子・茂垣とみ・谷田部信子・田中光江・小池まさえ・



元気なかけ声が相次ぐ町民バレーボール大会

小池和子・片岡ともえ
〈小幡チーム〉 関美佐子・岩崎よし子・鬼沢マサ江・比企時子・高橋ゆきえ・中山節子
〈有明チーム〉 土田浩子
〈林成OGチーム〉 飯塚幸江・飯塚千代・山崎とみ子・竹松和子・初沢照子・白田絹江・田村美奈子・上田愛子・若山琳子
〈林成チーム〉 松本幸枝・平美代子
〈林チーム〉 岩渕妙子
〈桜チーム〉 前野定子・関久子・海老原照子

敬称略