



おばあちゃん からの ひとこと

言わなくても、風呂の掃除や夕食の手伝いをするようになりました。この4月からは中学生。良い友だちを多くつくり、明るく素直な生徒になってほしい。
(セツさん…62歳)

おばあちゃん との 語り



村元真紀さん
(脇元小・6年)

今月の主び記事

- 順調に進むアワビ育成……………2
- 人気好評な
「シジミエクスミそ」……………3
- 交通死亡事故ゼロ2,000日達成
……………4
- 出稼ご者の激励訪問……………5
- 村民冬期スポーツ大会……………6
- 農作業標準額表等……………7
- 安藤物語……………8
- おしらせ……………9
- 健康への道・戸籍の窓……………10

楽しいあつちゃん 祖母

わたしは、祖母のこと、あつちゃん、大好きです。あつちゃんは、昔からとてもやさしい人です。畑仕事も、わたしに教えてくれます。あつちゃん、わたしに教えてくれることが、わたしにとても大切なことだと思います。あつちゃん、わたしに教えてくれることが、わたしにとても大切なことだと思います。

あつちゃん、わたしに教えてくれることが、わたしにとても大切なことだと思います。あつちゃん、わたしに教えてくれることが、わたしにとても大切なことだと思います。

あつちゃん、わたしに教えてくれることが、わたしにとても大切なことだと思います。あつちゃん、わたしに教えてくれることが、わたしにとても大切なことだと思います。

順調に進むアワビ育成事業

沿岸漁業の振興 漁家所得の向上に期待

5月中旬には9万個放流



昭和61～62年度の2ヵ年で完成した「あわび中間育成施設」

脇元地区は、津軽海峡を主漁場とした釣漁業と、刺網漁業、沿岸の刺網、あわび、ワカメ等の採取を主体とした磯漁業が営まれています。漁業資源の枯渇、漁具、資材の高騰等、漁家をとりまく環境は、年々厳しさを増しています。

特に近年においては、県が打ち出した海域総合計画に基づき、県魚のヒラメ中間育成サケのふ化放流、アワビの中間育成施設による複合漁業の振興など、沿岸漁業の根本的な見直しと、「捕る漁業から

育てる漁業」への転換を余儀なくされています。

脇元地区においては、第三期山村振興農林漁業対策の一環として、昭和六十年から「小規模漁場改良事業」をスタートさせました。

昭和六十年、六十一年度の事業では、一億九百七十三万円の事業費で、四万二千平方メートルの漁場造成をしたほか、四百五十三個の魚礁を設置、アワビの稚貝三万個を放流しました。

三年度の二カ年では、「漁業経営近代化施設整備事業」により、一億二千七百七十八千円の事業費を投じ「アワビ中間育成施設」の建設や取水施設等を整備したほか、アワビ稚貝六万個を放流しました。四百七・四三平方メートルのアワビ中間育成施設は、飼育室、機械室、循環槽、管理室等が配備されています。

同事業では既に九万個のアワビを放流しているほか、平成元年度にも順調に育成している育成員(三十)は九万個放流する計画です。

脇元漁協の計画では、平成元年の水揚げを千三百キロ、キロ当たり五千円として六百五十万円、育成アワビ(稚貝)の販売を合わせて、千五百五十万円の収入を見込んでいます。目標年次は、平成四年においているものの育成事業も順調に進んでいるところから、本事業の成功は不振が続ける沿岸漁業の振興と漁家所得の向上に結びつくものと、漁業関係者から大きな期待が寄せられています。



順調に育成しているあわび稚貝はもうすぐ放流されます。

▲約十万個のあわびが、中間育成されています。



十三地区にある「加工センター」では、農水産物を加工しています。



「加工センター」では、地元の主婦6人が働いています。



▲「さけ、ウグイ、ボラ」等のくんせい、
「わかさぎ佃煮」なども好評です。
4月からは「ふるさと小包便」に参加
して、全国的に販路を拡大します。

「シジミエキスみそ」は肝臓病によく効くと
いわれ、病気見舞いや健康食品、贈答品に利用
されています。
「シジミエキスみそ」「シジミ佃煮」「さけのフ
レーク」の詰め合わせも人気です。



農水産加工センター 注文に追われる

「シジミエキスみそ」

地域資源の高度利用をはか
る目的で、昭和六十二年四月
から採集を始めた「農水産加
工センター」は、昭和六十年
国土庁がスタートさせた「山
村地域資源高度活用促進モデ
ル事業」の指定を受けて完成
しました。

村では、センターの完成と
同時に、十三漁業協同組合（
工藤章二郎組合長）にセンタ
ーの管理運営を委託し、十三
湖のシジミ貝を使った「エキ
スミそ」を主製品に、サケ、
ウグイ、ホッケ等のくん製、
シジミ、ワカサギの「つくだ

ていまず。
同センターには、地元の主
婦6人が働いており、商品開
発や注文品の発送などに追わ
れています。

煮」、「サケのフレーク」な
どを生産してきました。
特に、十三湖のシジミ貝は
「ヤマトシジミ」といって、
味には定評があり、そのシジ
ミから抽出してつくった「シ
ジミエキスみそ」は、肝臓病
や二日酔いによく効くとい
うことで、病人のお見舞いや、
地元特産の土産品として注文
が殺到、生産をフル回転させ
ています。

同センターではこれまで、
加工商品の開発で、つくるこ
とに専念してきたことから、
宣伝はもっぱら「くちコミ」
だけで、販路も県内に限られ
ていました。
最近になって、北海道や関

東方面からの注文が層々よ
うになったことから、新商品の
開発をふくめて、「ふるさと小
包便」など、宣伝にも力を入
れ、販路拡大をはかることに
なっています。

11人が無投票当選 市浦村農委

任期満了に伴う市浦村
農業委員選挙は、二月十
四日告示され、定員通り
の十一人が届け出たため、
無投票当選が決まりました。

- 当選した委員は次の通
りです。(届出順)
- 伊南 義道 (57歳) 現
 - 竹谷友三郎 (67歳) 現
 - 奈良 則幸 (58歳) 現
 - 岡本兼四郎 (67歳) 現
 - 山田 進 (55歳) 前
 - 佐藤 竹治 (37歳) 前
 - 佐藤 興一 (67歳) 現
 - 相澤 治 (46歳) 現
 - 佐藤 輝治 (47歳) 現
 - 三和 隆 (51歳) 現
 - 木村 昭 (60歳) 新



交通死亡事故 サア、 次は2,500日だ!!

セロ 2,000日達成

県内では第五位の記録

—交通安全は家庭から—

交通安全事故ゼロ二千日達成記念大会が、二月二十日村あすなろホールで行われ、村

本村では、昭和五十八年八月二十三日、村内磯松の国道三三九号でスビードを出し過ぎた乗用車の男性が、立ち木

民、関係者約百人が集まり、事故のない明るい村づくりへ、決意を新たにしました。

に衝突、死亡する事故が起きました。その後、村を挙げて死亡事故抑止に取り組んだことによ



交通安全事故ゼロ2,000日達成記念式典では、2,500日達成を目標に運動を展開することにしました。

り、死亡者は出ず、二月十二日で「ゼロ二千日」を達成しました。

午前十時から開かれた記念大会では、交通安全事故ゼロ二千日達成に至る経過報告のあと、功労のあった団体、個人に表彰状が贈られ、三重貴村長が、村内の各種団体の日常活動と努力をたたえ、「村民一人ひとり交通安全意識を身につけ、交通ルールを守り事故を起こさない、事故に遭わないよう行動するのが基本である。次の目標を二千五百日を目ざして積極的な運動を展開していこう」と、あい

春の全国交通安全運動

4月6日～15日

子供の事故 圧倒的に多い

“飛び出し”

子供の事故で圧倒的に多い原因は「飛び出し」です。昭和六十三年の全国統計を

- さつしました。
- 続いて、県交通安全対策室 喜藤隆司室長（知事連立） 県警察本部長 野浅太郎 警務部長 許課長（県警察本部長代理） 白取栢金 警察署長、土井輝雄 兼本地区交通安全協会会長らが来賓祝辞を述べました。
- このあと、相内保育所「ひばり組」二十三人の子どもたちが「横断歩道をきちんと渡ります」「信号を守ります」など誓いのことばを元気な声で唱和しました。
- 大会終了後、交通安全協会会員らが、パトカーを先頭に村内をパレード、死亡事故ゼロ見ますと、七歳から十二歳までの子供の歩行中に起きた事故では、百人中四十八人が「飛び出し」によるものです。六歳以下では、この数字が約五十三人とさらに高くなります。飛び出しによる事故がこうした事故から子供を守るためには、まず大人が次に挙げるような子供の特性を知り、交通ルールを身につけさせることが大切です。
- ① つものものに注意が向くと周りのものが目に入らない。
 - ② 子供は視野が狭く、視点が低い。
 - ③ 大人のまねをして、横断歩道以外のところを横切ったり、信号無視をしたりする。
 - ④ 手を挙げさえすれば車は止まってくれる、といったように、物事を単純にしか理解しない。
- 特に四月は、入園・入学のシーズンです。入園・入学を控えたお子さんをお持ちのご両親は、事前に通園・通学路と一緒に歩きましょう。そして、危険な場所を確認し、どんなことに気をつけなければいけないかを、具体的に教えてあげることが大切です。



横浜市港北区の「工藤組」で働いているみなさん。

出稼者の 激励訪問

元気に 頑張っています

本村の出稼者数は、約三百五十人で、ここ数年横ばいの傾向にあります。出稼者労働者をとりまく就業、雇用条件は依然として厳しい状況になっていきます。

村では二月十四日から十八日にかけて、千葉、東京、神奈川県、群馬県を訪問、村出身者の就業状況の視察と激励を

しました。
激励訪問したのは、工藤組一助助役、脇元地区出稼組合黒川進組長、相内地区出稼組合古川長光組長、村民生涯葛西達也主査の四人で、事業所六カ所を訪問しましたが各事業所で働く本村出身者のみなさんは、元気に働いていました。

第一日は、千葉県柏市にある「市川毛織梱包工場」を訪問、ここには脇元地区の工藤組さんら五人が働いており、懇談会を聞きました。

第二日は、群馬県利根郡にある「松の井ホテル」を訪問しました。同ホテルでは、相内地区の秋田谷タコさんら三人が元気に働いていました。今回訪問した六つの事業所では、「市浦の人たちは、まじめによく頑張ってくれる」と評してもよく、宿舍や設備についても想像以上に改善され、安全面、健康管理にも配慮されて



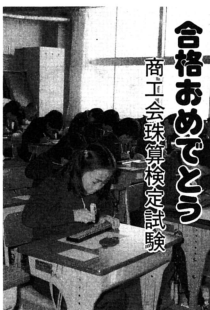
千葉県成田市の「藤ビゲン」「新東」で働いているみなさん。

- ▽一級 成田松美(市浦中学校)
- ▽二級 大沢麻子、秋田谷こず恵、三和千晴、長利史子、若山広爾(辻分算塾)
- ▽三級 成田千夏子、成田恵、笹山悦子、林崎真琴(辻分算塾)
- ▽四級 太田真由美(辻分



一級に合格した成田さん

- 算塾)
- ▽五級 成田忠春(辻分算塾) 白川聖子(浦田塾)
- ▽六級 白川めぐみ、松橋史枝(浦田塾)
- ▽七級 石岡麻紀子(辻分算塾) 村上さすえ、相川高昭、相川和哉(浦田塾)
- ▽八級 成田志穂子、大川静果、吉田朝美(辻分算塾)
- 小山内めぐみ、秋月かずみ、相坂友人、相川さゆり(浦田塾)
- ▽十級 亀田幸季(浦田塾)



合格おめでとう

商工会珠算検定試験

お見事成田さん一級合格

第81回商工会珠算検定試験は二月十八日午後一時から各小学校において開催されましたが、市浦中学校二級の成田松美さんがみごと一級に合格

しました。
今回の受験者数は、五十一名でしたが、合格者は次のとおりです。

第18回 村民冬期スポーツ大会

太田チームが総合優勝

子連れママさんなど 村民が心地よい汗

村民の親善平和と健康保持
スポーツの振興をはかろう。
をスローガンに掲げた第18回

村民を期スポーツ大会は、三月五日(日)村コミュニティセンター及びB&G体育館、市浦中学校体育館を会場に開かれ、総合力に優る太田チームが優勝に輝きました。

この大会は、卓球、バドミントン、バレーボールの三種目を、村内十班のチーム編成で各種目の優勝を競うもので、今大会には相内二チームが不参加で、九チーム百五十人の選手が参加しました。冬期大会の成績が、七月開催の夏期大会での総合成績に

影響するところ、各チームの団長、監督も選手の確保や練習にも熱を入れ、地区小学校の体育館もフル回転。特に総合優勝に輝いた太田チームは、選手の内二チームと合わせて応援団まで動員するほどで、どの会場も選手と一体となったパワーを見せていました。

その反面、選手不足でやむなく不参加の相内二チームも、棄権する種目のチームも出てきたことから、班編成の見直しや競技種目、参加資格など

関係者による検討も余儀なくされそうです。
◆種目別競技結果は次のとおりです。
▼卓球の部 優勝太田チーム、準優勝十三チーム、第三位十三チーム
▼バレーボールの部 優勝太田チーム、準優勝十三チーム、第三位十三チーム

◆総合の部 総合優勝太田チーム、総合準優勝十三チーム、総合第三位十三チーム、総合第四位相内一チーム、脇元一チーム。



開会式



卓球



バレーボール

第8回 市浦村スポーツ賞

2人の功績を讃える

受賞者
プロフィール
スポーツ賞の受賞者は次のとおりです。



山田道也さん
五所川原第一高等学校3年

第十五回全日本高等学校少
林寺拳法大会において、男子
団体演武の部で全国優勝した
原動力となる。



三和真季子さん
五所川原商業高等学校3年

この賞は、本村の体育、スポーツ振興に特に優れた実績を残した個人と団体を讃えよう、と、昭和五十四年四月十三日制定したものである。
今回の受賞者は、第八回目になるわけですが、少林寺拳法大会、ソフトボール大会で活躍した二人の高校生が選ばれ、木村義光教育長から賞状と記念のメダルが手渡されました。
スポーツ賞の授与式は、村民冬期スポーツ大会の開会式前に行われたことから、村内各地区から参加した選手や関係者からも大きな拍手が送られていました。

昭和六十三年年度青森県高等学校ソフトボール春季大会で優勝。第四十一回県高等学校総合体育大会ソフトボール競技優勝。第十九回東北高等学校女子ソフトボール選手権大会第二位。第十五回東北総合体育大会ソフトボール競技第三位。第四十回全日本高等学校女子ソフトボール選手権大会出場等、各種大会で三選手として活躍した。

平成元年度農作業標準額表

平成元年度の農作業標準賃金を下記のとおり定めましたので、計画的な作業で経営改善を！

市浦村農業委員会

1. 農作業日雇賃金

作 業 別	標準額		備 考
	1日当り、男女共		
水	水田一般作業	4,000円	※実働8時間基準
	田植え	4,000円	
田	稲刈り	4,000円	※猶なし
畑	一般作業	4,000円	

2. 機械等賃料

作 業 別	標準額	備 考
田 耕 起	10a当り 4,300円	1回耕起運転付き
荒 か き	" 3,800円	2回かき "
代 か き	" 4,000円	2回かき "
荒かき～代かき	" 6,000円	" "
耕 起～代かき	" 10,000円	" "
畑 耕 起	" 6,000円	2回耕起 "
田 植 機	" 5,000円	苗なし
バインダー	" 8,000円	糸付き
ハーベスター	" 6,000円	" "
コンバイン	" 15,000円	" "
牧草刈取	" 3,000円	モア一
牧草梱包	" 100円	反転、葉草、梱包まで (クマ、ペーラー)

岩木川に設置した芦野堰（ゴム堰）は、洪水から地域住民を守るために、川幅を広げるところに作った堰です。堰がないと農業用水が取れなくなることから、建設省が昭和六十年から作りはじめ、昭和六十二年十月に完成した施設です。

しかし、昨年十一月初ごろ小型船舶のスクルーによると思われる穴があき、起立することができなくなりました。今は修理を完了していますが、今後このような事故がありませんと、大切な水が取れなくなります。小型船舶をお持ちの方は、芦野堰（ゴム堰）の上を通らないよう、十分注意してください。

建設省・青森工事事務所
五所川原出張所
電話(017)334-4521

芦野堰(ゴム堰)の船舶航行へのお願い



芦野堰(ゴム堰)の上は航行しないようにネッ



今年には、メインテーマの趣旨をわかりやすくするため、キャッチフレーズとして、「女が変わる 男が変わる 社会が変わる」が採用されました。社会を支えるのは、男と女の両性です。この点を、お互いしつかりと認識しようという発想です。

こうした考え方が社会に行き渡るなら、「男女雇用機会均等法」も、スムーズに社会の「慣習」として生かされるはずです。

男女の協力で 社会を支えよう

女性の一票が 初めて投じられた日

婦人週間は、わが国の女性が初めて参政権を行使した昭和二十一年四月十日を記念して、昭和二十四年に設けられ

みんなて

考えよう 男女平等

■婦人週間■四月十日～十六日

婦人の地位の向上のために特別啓発活動を実施しています。この間、「女性の社会参加」「婦人労働に対する理解」を深めるためのテーマをそのつど定め、啓発広報活動を続けてきました。

昭和六十一年四月には「男女雇用機会均等法」が施行され、女性の職場進出と働く女性の役割を、法律面からも保証し、評価する足掛かりができました。



▶ 8 ◀

安日彦の先祖 (8)

山達根元秘巻

狩人と天と鹿

「ハアハアはるか向うの木の蔭に、六尺あまりの狩人が、五尺二寸の鉄砲が、ア前に赤色の犬をつれ、うしろに黒毛の犬をつれ、あれに射たれて死んだなら、ハア死するの身はいいとわねど、あとに残りし妻や子が、どうして月日を送るやら、思えば涙がオハラ先に流る」

「津軽小原節」の歌詞で私の泣くのはかじやない

空月木逆今高野山三
五松懸空海高野山登
来山王行法行狩人三人
狩先立而申島云者、
末空海見王尋王謀

「山達根元秘巻」の一部

今月の「安日彦伝承」のテーマに、真言宗の開祖空海上人と狩人と犬が登場しますが、ふと少年時聞いたこの民謡の五尺二寸の鉄砲を担いだ狩人の言葉が思い浮んで、いろいろ調べた結果、全部の歌詞がわかってきました。日頃民謡という「十三の砂山」より歌わない十三の蕃音器の聞きに集まった人々が不思議にもこの歌を覚えよと熱中した心

境がわかりません。晩飯が終わると、「蕃音器聞くにいたべし」(そう聞いていた)と、連れてゆかれたものでした。

解説書には何時作られたものかはっきり記されていませんが、当時「門つけ」をして歩いた人々が寄り集まって作ったものだとはします、この人々が、あるいは「安日彦伝承」を知っていて作られたものではないだろうかとの思いにかられます。

山達根元秘巻

前回「歴史漫歩」でお話したようですが、この秘巻は金木町の某家から発見されたものです。表装ははずし、分りませんが、この秘巻中に書かれている文字(漢字だけでなく種字)に誤字が多く、解説がむづかしいものです。「秋田国野城ヨリ植沢村藤井榮写取」となっていますが、植沢村も確認されていません。某家では伝承の「獅子頭」も所蔵されて、それに附随した「秘巻」であるようです。

でも、この秘巻が他所にもあると見え、「安日彦伝承」に取り沙汰されるようになっていきます。今読まれる所だけを載せて私なりに判読することにしよう。同書の「山神由来」に、「大日本天神七代、地神五代、惣安日尊慈好玉ニ依テ狩人尊、狩人山立改事真言浄土上人入唐成法王時、文珠師ニ秘密之伝法玉(両界茶院枝修有其下大覺上)云々

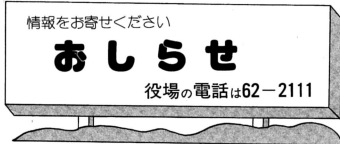
何が何だかはっきりしません。たん、大日本天神七代、地神五代が安日彦の命に狩の道が伝えられ、安日彦の尊もその道を好みんで、狩の道を伝えきたので、狩人たちは安日彦を狩人の尊として尊信してきたので、とくに意味に解されます。

高野山にて殺生やむ

ところが、三人の狩人が狩先立を立てて高野山に狩猟をするためにやってきました。そして、空海上が入唐した今中国に行つて仏道を修行する)して文殊淨

土から授つた真言秘密の仏具天蓋茶院羅を枝に付けておいた下まで来てと、狩犬が吠え出して動かなくなつたのです。そこで、空海上(弘法大師)と狩人との間書が始まります。

空海上人がいうには、「この世において無益の殺生をすれば、あの世へ行ってから畜道に落ち、七代七流までその報いがある」と因果応報を知らせます。狩人の答へは、「私たちは安日彦より山狩りを伝えられ、それを業としてしているもので、そのよな報いがあることは知らないことだ」と、空海上人は狩人たちに「山達根元秘巻」を授けて狩人たちの教生を教訓したという意味に解されます。とくに、マタギの尊神として安日彦が空海の時代にもエミシノ先祖として生きていたことを感じさせられました。安倍安東(藤氏の遠祖が山民としての生業にかかわり持つ氏族であり、「津軽小原節」もこの伝承によつて生まれたことを推測させられます。



国民年金保険料 4月から 8,000円に改定

4月から保険料の検認方法が変更になります。今までは3ヵ月分まとめて社会保険事務所に検認報告していましたが、4月からは、当月分は翌月10日までに検認報告しなければなりません。

被保険者の皆さんには、当月分の保険料は、当月の末日までに納付くださるよう、ご協力をお願いします。

あわせて納付書も3ヵ月分毎納付書から1ヵ月分毎納付書に変更になります。

※4月から国民年金保険料が改定になり、1ヵ月8,000円となります。また、1年分を4月中に納付しますと、5分5厘割引されます。

忘れていませんか 児童手当の手続き

児童手当の認定請求をする場合、被用者（厚生年金、船員保険、農林漁業団体に加入している人）は、添付書類として、公的年金に加入している証明書を提出しなければなりません。

もし、提出されない場合は児童手当を受給できません。

※証明書については、特に定まった様式はありませんが、役場で様式を備えていますので、ご利用の方は申し出てください。



④課税期間の短縮を選択届出書
詳しくは、お気軽に最寄り
の税務署又は税務相談室にお
尋ねください。

③課税事業者になることを選
択するとき
「消費税簡易課税事業者選択届出
書」

②簡易課税制度を選択する
とき
「消費税簡易課税制度選択届出
書」

①基準期間の課税売上高が三
千万円を超えるとき
「消費税課税事業者届出書」
それ以外の要件に該当する
場合には、所轄の税務署長に
対してその旨を記載した届出
書等を提出する必要があります。
用紙は各税務署（間接担
当部門）に用意しています。
主な届出書は次のとおりで
す。

消費税が四月から スタートします

事業者の方には各種の届出
等の義務があります。

「非課税郵便貯金」の 申込みはお済みですか —郵便局からのおしらせ—

65歳以上の方なら、郵便局では他金融機関と別枠で、300万円まで非課税枠がご利用できます。

これは、昭和63年4月1日以降新規に預入した貯金を対象としたものですが、63年3月31日以前に貯金したもので、今年の3月31日までに手続きをすれば非課税扱いが継続されます。

郵便局の非課税枠を利用してできるのは、65歳以上の方（63年4月1日現在）の他に、遺族基礎年金の受給者（妻に限る）、身体障害者手帳の交付を受けている方、母子年金を受給されている方などです。詳しくは郵便局にお問い合わせください。

NHK学園 高校生募集

NHK学園では、この春入学する高等学校の生徒募集をしています。全国どこに住んでいても入学できる通信制高校で、NHKのテレビ・ラジオの「高校講座」を視聴しながら学習します。

「普通科コース」は平成元年度から3年間の学習で高校卒業の資格が得られます。

ほかに、「選科生コース」「教養コース」「海外特科生コース」「専攻科コミュニティースクール」などのコースがあります。

募集締切は4月15日（土）、入学

保育所では、みんなと仲よく元気に遊んでいます。

伊南 徹さん（磯松）
長男 薫ちゃん（五歳）



おしらせ日記

案内書希望の方はお近くのNHKか、〒186-01東京都国立市富士見台2ノ36NHK学園までががきて請求してください。

第41回婦人週間 青森県婦人会議ご案内

＊とき 平成元年5月17日(木)

12時45分～15時45分

＊ところ 青森市文化会館

大会議室

＊内 容

●記念講演「女が「変わる」男が「変わる」社会が変わる」
講師 評論家 樋口恵子

●シンポジウム

＊入場料 無料

＊参加者 県民一般

—男女年齢を問いません—

連絡先

青森婦人少年室

青森市新町2丁目4-25

☎0177-35-1033

自衛官2等陸・海・空士 募 集 中

平成元年度の2等陸士・2等海士及び2等空士を募集しています。

◇応募資格 18歳以上25歳未満の者

◇申込先 五所川原市宇末広町29の4

自衛隊地方連絡部五所川原募集事務所（電話35-2305番）
又は役場総務課へ。



▶ 37 ◀

がん・心臓病・脳卒中を 予防しよう

生活習慣を見直し 定期検診を受けよう

成人病による死亡者は、昭和六十年来、がん、心臓病、脳卒中の順となっています。これら成人病は、日常生活習慣と深い関係があり、不規則な生活やたばこ、アルコール、塩分の取り過ぎなどが、成人病を発生させる共通点というわけです。

成人病による死亡者は、昭和六十年来、がん、心臓病、脳卒中の順となっています。これら成人病は、日常生活習慣と深い関係があり、不規則な生活やたばこ、アルコール、塩分の取り過ぎなどが、成人病を発生させる共通点というわけです。

健康は高齢化社会の 大切な財産

健康は高齢化社会の大切な財産

成人病は、「二次予防」と

子育てを地域ぐるみで考えよう

子育てを進めるために グループを

つくり話し合う

子供たちが心身ともに健康やかに成長するためには、それぞれの家庭でのしつけや教育が大切であることはいまでもありませんが、それと合わせて大事なのが、地域の教育の活性化です。

「どのようなことが地域の教育力を活発にするか」という質問に対して、つぎのような点があげられています。

- 子供たちがのびのび遊べる空間の整備
- 地域の大人が親しくなれる行事(イベント)



「二次予防」の両輪によって防ぐ必要があります。どちらが欠けてもいけません。高齢化社会に移行している現在、健康であるということが大きな財産といえます。

そのためには、日ごとのチェックと年一回の定期検診を忘れず心がけるようにしましょう。



「二次予防」の両輪によって防ぐ必要があります。どちらが欠けてもいけません。高齢化社会に移行している現在、健康であるということが大きな財産といえます。

そのためには、日ごとのチェックと年一回の定期検診を忘れず心がけるようにしましょう。

一人目、二人目の子育ての体験が三人目以降に生かされ、役に立ちました。しかし最近では子供はせいぜい二人まで、あるいは、ひとりっ子という家庭も多く、また、身近な相談相手もないことから、育児不安に陥るお母さんも珍しくありません。

ひとりで悩んでいるのは、何の解決にもなりません。例えば、まず気のあう母親同士が集まってグループをつくり、育児やしつけについて話し合うこと、一つの方法です。

窓の戸籍

- お誕生
- 遊谷 隆介 (十三)
 - 遊谷 隆太 (十三)
 - 相坂 真仁 (十三)
 - 堀引 大介 (十三)
 - 丸山 郁乃 (太田)
 - 高杉 郁乃 (太田)
 - 高杉 孝男 (相内)
 - 成田 綾美 (磯松)
 - 三和有梨 (相内)
 - 奈良仁美 (太田)
 - 齊藤 好恵 (相内)
 - 竹谷 沙希子 (脇元)

- ご結婚
- 工藤 清二 (太田)
 - 福田 優子 (青森)
 - 小室 幸二 (秋田)
 - 豊島 洋子 (十三)
 - 大澤 史 (青森)
 - 葛西 史賀子 (脇元)
 - 青山 彰 (太田)
 - 儀上 雅光 (相内)
 - 磯元 松 (海)
 - 田中 千賀子 (五所川原)

市浦村の人口 3月1日現在

大字名	前月人口	人口	世帯数
相内	1,415	1,414	386
桂川	86	86	29
太田	324	324	90
脇元	610	607	203
磯松	428	431	136
十三	914	911	265
計	3,777	3,773	1,109

- おくやみ
- 下山 時敏 (相内)
 - 岡本 幸サ (相内)
 - 山田 重雄 (桂川)
 - 竹内 孝子 (十三)
 - 洪谷 孝子 (十三)
 - 福島 孝子 (十三)
 - 青山 多子 (太田)
 - 石谷 石男 (脇元)
 - 山田 里 (脇元)
 - 石岡 六太郎 (脇元)
 - 成田 和男 (岩木)
 - 佐藤 昭美子 (相内)
 - 成田 徹 (相内)
 - 山田 雅 (太田)
 - 奈良 千加子 (五所川原)
 - 伊藤 光昭 (脇元)
 - 竹谷 光昭 (脇元)
 - 神尾 由紀子 (むつ)
 - 神尾 まさ子 (脇元)