



# しらす



**五穀豊穰を願い**  
**「サイギ、サイギ…」**

五穀豊穰と家内安全を願う協元岩木山神社大祭「お山参詣」が8月28日・29日の2日間行われ、御幣、のぼりを掲げた参詣者が、登山ばやしにあわせもや山を目ざしました。

長寿を祝い…

平成12年度

## 敬老会 開催

九月十五日コミュニティセンターにおいて、敬老会が開かれ、七十二歳以上の対象者二百人が参加し、お互いの健康や長寿を喜びました。



敬老会式典では、主催者の小田桐恭一村赤十字奉仕団長が「お互いに励まして、さらに生きがいを求め長生きして下さい」とあいさつ。高松村長が「皆さんがんばった結果が今の豊かな日本、市浦がある。これからも健康づくりやボランティアなど、なにか目的をみつけ、打ち込むことが大事である。二十世紀最後の敬老会を充分に楽しんでいつまでも長生きして下さい」と、



さい」と、工藤村議会議長が「長きは一生の特。毎日を楽しく暮らし、もう一花さかせるというチャレンジ精神をもって、健康に留意して、長生きして下さい」と参加者を激励しました。式典後は、アトラクションが行われ、各奉仕団のみなさんが披露する唄や踊りで参加者は楽しい一日を過ごしていました。式典では、米年三月で百歳を迎える磯松の藤田はつさんに、



内閣総理大臣顕彰が伝達されました。また九十歳を迎える方も村から顕彰状が贈られました。



## — 顕彰状受賞者 —

- 内閣総理大臣顕彰状  
藤田 はつ (磯松)
- 青森県知事顕彰状・市浦村長顕彰状  
奈良 直美 (太田) 黒川 ミヨ (脇元)



## 市浦の特産品が並ぶ

### 第三回 十三湖高原駅まつり

九月九日、十日の二日間、道の駅「十三湖高原駅まつり」が開催されました。

まつり初日は、一日中雨に見舞われ、あいにくの天候となり、

人が今一つでしたが、二日目はますますの天候に恵まれました。まつりでは、しじみ貝、もや

焼、市浦産野菜などたくさんのお



▲「もや焼きはいかがですか」



▲スラリと並んだ「市浦産野菜」



▲協元小馬踊り



▲シートベルト衝撃体験



▲村内史跡めぐりクイズスラリー

特産品販売コーナーが並ぶなか、相内の出送り、協元の小馬踊り、十三の砂山踊りの郷土芸能が披露され、お楽しみ抽選会や、村内の史跡めぐりクイズスラリー、シートベルト衝撃体験が行われ、たくさんの人出でにぎわいを見せました。

## 市浦村選手団健闘

### 第八回 青森県民駅伝競走大会

九月三日、青森市において、第八回市町村対抗県民駅伝競走大会が県内六十七全市町村が参加して開催され、八甲田丸前か

ら県総合運動公園陸上競技場までの四十二・一九五kmの十区間をタスキリレーしました。

今年の市浦村の成績は、総合六十五位。村の部では二十三位でゴールしました。昨年の二十一位から順位は二つ落としたものの、出場選手は、早くも来年の大会の巻き返しを誓い、お互いの健闘をたえたえあつていました。

#### 駅伝出場メンバー

監督 工藤誠一郎(村助役)

第一区 三上 大輔(五所高①)

第二区 小倉 広大(市浦中③)

第三区 秋田亜里美(木造高①)

第四区 三浦 松幸(五所高①)

第五区 笹山 恵一(笹山木材)

第六区 吉田 卓矢(金木消防署)

第七区 三浦 由佳(市浦中③)

第八区 太田 淳(秋田谷組)

第九区 山本 恭次(秋田谷組)

第十区 奈良 隆佳(市浦中③)



▶一区を力走する三上選手



▶二区を力走する小倉選手

## 相内野球クラブが準優勝

## 第二十五回 トリム野球大会

九月二十三日、十月一日の二日間にわたって、トリム野球大会（市浦村教育委員会主催）が、山村広場に主会場に行われました。

この大会には、当村の相内野球クラブ、十三小クラブを含め、五所川原以北の五市町村から小学校九校、中学校五校が参加しました。

大会開会式では、近藤佑人選手（十三小六年）が力強く選手宣誓を行い熱戦が繰り広げられました。

結果は、金木小クラブ、金木中学校が優勝しました。

村内各小、中学校の主な結果と個人賞は次のとおりです。

## 小学校の部

## ▼第二回戦

十三小 10-1 下前小  
相内小 7-0 豊川小  
(五回コールド)

## ▼準決勝

相内小 7-0 22.5 16  
十三小 0-4 20 17  
(五回コールド)

## ▼決勝

(相) 三和-平野  
(十) 近藤-中井  
木村(相)  
山崎(十)

## ◎二塁打

高木(相)  
木村(相)

## ◎本塁打

相内小 11 15 0 0 0 8  
金木小 0 1 2 5 3 4 × 15  
(相内小は準優勝)

## ◎三塁打

三和(相)  
鳴海(金)  
木村(相)  
浜村(金)  
外崎・斉藤・野宮  
(金)

## 中学校の部

## ▼第二回戦

中里中 0-1 0 0 0 0 2 3  
市浦中 2 0 0 1 0 0 3  
(中里中が抽選勝ち)

(中) 工藤-外崎  
(市) 近藤 岡

◎三塁打 小倉(市)

## ☆個人賞

☆敢闘賞 三和 龍馬 相内小  
☆優秀選手賞 平野 邦人 相内小

近藤 佑人(十三小)  
近藤 祥平(市浦中)

## 国民年金のコーナー

平成11年度 市浦村の  
年金受給状況と  
保険料納付額について

## 国民年金の目的

国民年金は、すべての日本国民を対象として、歳をとった時また、不幸にして障害者や寡婦、母子家庭となつてしまった時に基礎年金を支給して生活の安定を図ることを目的としています。

給付金	受給者数 (人)	受給金額 (円)
老齢年金・老齢基礎年金	797	411,406
老齢福祉年金	10	4,120
障害年金・障害基礎年金	80	74,250
遺族基礎年金	22	17,187
死亡一時金	0	0
寡婦年金	3	1,522
計	912	508,485

被保険者数 (人)	納付者数 (人)	納付保険料 (円)
第1号	740	549
第3号	144	
計	884	78,137

## 合格おめでとう

第118回全国商工会珠算検定試験が9月14日、村内各小学校において開催されました。

受験者数が30名で合格者は次のとおりです。

- ▶ 4 級 成田 綾美 (辻分珠算学院)
- ▶ 5 級 葛西 陽子 (辻分珠算学院)  
竹谷 沙希子 (辻分珠算学院)  
藤田 英 (辻分珠算学院)  
新岡 詳久 (浦田塾)
- ▶ 7 級 工藤 康敬 (辻分珠算学院)
- ▶ 8 級 山田 竜太郎 (辻分珠算学院)
- ▶ 9 級 秋田谷 美佑 (辻分珠算学院)  
松橋 敬晃 (辻分珠算学院)



# 元気かい通信 その1

今回から「健康増進施設について」は「元気かい通信」として引き続き掲載します。  
その第1回目は、施設名称も「しらぬ海遊館」に決まった健康増進施設の目玉でもある「元気海プール」をご紹介します。またこれからさまざまな健康のための情報を「しらぬ海遊館」から発信していきます。

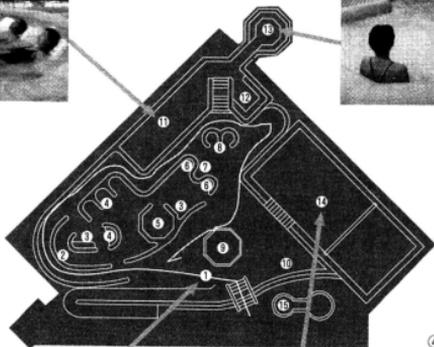


各アトラクションを順番に回ることによって、いろいろな効果が期待できます。お気軽にスタッフに声をかけて下さい。



## 健康効果抜群!

これが  
「元気海プール」です!!



- ①海遊路
- ②背ジェット
- ③腰ジェット
- ④腰肩ジェット
- ⑤バックマッサージ (温)
- ⑥複合ジェット
- ⑦複合ジェット
- ⑧ネックシャワー
- ⑨バックマッサージ (冷)
- ⑩フロアジェット
- ⑪あ・しうら
- ⑫バブルバス
- ⑬屋外バブルバス
- ⑭12Mプール
- ⑮子供プール



- ①海遊路  
元気海プールは十五のアトラクションから構成されています。
- ②背ジェット  
水慣れと準備運動のための歩行レーンです。足の筋肉と血行促進を図ります。
- ③腰ジェット  
ヒップから腰までの筋肉の疲労回復と血行を促進します。
- ④腰肩ジェット  
腰痛の改善と腰回りの血行を改善します。

- ⑤バックマッサージ (温)  
足裏から腰までの筋肉の疲労回復と血行を促進します。
- ⑥複合ジェット  
背中と腰の筋肉の疲労回復と血行を促進します。
- ⑦複合ジェット  
ヒップと足裏の筋肉の疲労回復と血行を促進します。
- ⑧ネックシャワー  
首と肩の筋肉の疲労回復と頭部への刺激です。
- ⑨バックマッサージ (冷)  
足裏から腰までの筋肉の疲労回復と血行を促進します。
- ⑩フロアジェット  
全身の筋肉の緊張の緩和とリラクゼーションです。
- ⑪あ・しうらジェット  
足裏の筋肉へのマッサージと足関節の筋力増強です。
- ⑫バブルバス  
全身の筋肉の疲労回復と血行を促進します。
- ⑬屋外バブルバス  
新鮮な空気を吸いながらのリラクゼーションです。
- ⑭12Mプール  
泳いだり、運動したりする直線のプールです。
- ⑮子供プール  
子供用の浅いプールです。



▲指運動を交えての講演

# 楽しみながら健康づくり

町民体育館とジョイじよぐら  
において、健康づくりフェステ  
イバルが開催されました。  
歯科健康コンクール・高齢者  
健康コンクール・高齢者八〇二

○コンクール（八十歳で自分の  
歯が二十本）、国保優良家庭表  
彰の各種表彰の後、豊かなし  
ニアライブを目指して」と題  
して記念講演が行われました。

簡単な十二項目の健  
康チェックから生活  
習慣を見直し、「健  
康は与えられるもの  
ではなく作るもの。  
自分にあつた運動を  
心がけよう」と  
講師の大野恵美子氏  
による指運動等を交  
えた講演は、時折会  
場を沸かせました。  
町民体育館では、  
健康チェック・体力  
測定等の各種コーナ  
ーが設けられ、「楽  
しいのびのび体操」  
や「もちまき健康グ  
ッズ出展会」等のア  
トラクションが行わ  
れました。

友好町村だより ③  
かみのくに  
情報ランド

## 消防・ネットワーク 火事と救急・救助は二一九番

### 秋の火災予防運動パレード実施

十月十六日（二十二日）まで秋  
の火災予防運動が「火をつけた  
あなたの責任 最後まで」を合  
言葉におこなわれました。

これに伴い、十六日には一日消  
防署長に協力の笹山千貴子さん  
が、一日消防団長には太田小学  
校、校長先生の楠美和子さんが  
任命されました。署長、団長か  
ら辞令を交付された後、消防署、  
消防団、婦人防火クラブ、少年  
消防クラブ、幼年消防クラブの  
五者合同で車両にて村内を一巡  
し森林事務所前から相内中心地  
を徒歩で呼びかける防火パレ  
ードを行いました。出発式とセレ



モニーでは一日消防団長と一日  
消防署長からは、「火災予防運  
動パレードを通じて、火の取り  
扱いに対する認識を知り、これ  
からは、みんなで火災予防の知

### あなたの調査票も集計中 ありがとうございました。

今回も調査票の配布・回収が  
無事終わりました。  
集計では、もちろん、あな  
たもカウントされます。  
結果は、皆さんのまちづく  
りなどに役立てられます。



国勢調査

総務庁統計局 <http://www.stat.go.jp/21.htm> 西森県



識を深めなければならぬ事。  
そしてみんなで火の元に気をつ  
け家庭や地域から火災を出さな  
いことを合言葉として、防火活  
動に協力していきたいと思いま  
す」とあいさつされました。我  
々職員一同も地域みんなで防火  
に努め、頑張っていきたいと思  
います。  
さて、火災予防運動中、消防  
署の行事として、防火対象  
物の査察（消防設備の点検、確  
認）、避難訓練指導などを行い、  
今回は全部で三十一箇所五日間  
に及び査察し無事、異常なく終  
りました。

これからまた、冬支度  
りますが、暖房器具を使  
用する前には点検を忘れ  
ず、お願いします。

**税金の相談日のお知らせ**

**お気軽にご利用を**

仙台国税局税務相談室青森分室では、来年1月まで各第2水曜日を税金の相談日として、財産を相続したり贈与を受けた場合、土地を売った場合の税金などについて匿名で相談を受けています。

予約はいりませんので、気軽にご利用ください。

◆日 程 11月8日(水) 12月13日(水)  
1月10日(水)

◆時 間 10時～15時

◆場 所

五所川原市役所 1階 市民相談室

▶お問い合わせ

税務相談室青森分室

☎017-723-2379

**青森地方事務所  
五所川原局からのお知らせ**

**カードでとれます  
会社等の印鑑証明書**

青森地方事務所五所川原支局では、平成12年11月20日から会社や法人の印鑑証明書が申請書(押印不要)とカードでとれるようになります。

既に印鑑を登録されている方には、パソコンへの印鑑入力作業が完了次第、順次、印鑑カード交付申請について御案内をいたしますので、御連絡を受けた方は、カード交付の手続きをお取りください。

なお、平成13年5月22日からは、すべて印鑑カード方式になりますので、ご注意ください。

▶お問い合わせ

青森地方事務所五所川原支局

☎0173-24-2330

**NHK学園からのお知らせ**

**いま人気の福祉の  
通信講座ご紹介**

高齢社会を迎えて福祉の資格取得を希望する人が多くなっています。通信教育三十五年余の指導経験のあるNHK学園では、来年4月から次の講座の生徒を募集します。

①国家資格・介護福祉士の受験資格が2年間で取得できる「社会福祉コース」

②厚生省認定の「ホームヘルパー2級・1級課程」

いずれも2月1日からの受付で、毎

年定員の2倍を超える人気講座。

「社会福祉コース」の願書受付は2月1日から2月20日までで、課題作文による選考を行います。2年間の通信教育で国家資格の受験資格が取れるのは当学園だけですから人気が高く、例年3倍程の応募があります。

「ホームヘルパー養成研修」の願書受付は2月1日から3月末日までで、先着順に受講を受け付けます。通信教育ですが実技実習はきっちりとやりますので、修了と同時に厚生省認定の資格が取れます。

※詳しい案内書は下記に連絡すれば入手できます(案内書無料)。

〒186-8001

東京都国立市富士見台2-36

NHK学園 8E01係

☎042-572-3151

**第21回 あすを拓くふるさとまつり**

11月4日・5日の2日間、コミュニティセンター及び海洋センターを会場に「第21回あすを拓くふるさとまつり」が開催されます。主な催し物は次のとおりです。

月 日	催 し 物 内 容	時 間
11月4日(火)	●めぐ子学習発表会	(9:30～11:30)
	●わんぱく少年もっちり大会	(9:30～12:00)
	●お茶席コーナー	(10:00～15:00)
	●村民の舞台	(18:30～19:30)
11月5日(水)	●バンド演奏	(19:40～21:20)
	●国際交流コーナー	(9:30～13:30)
	●消防機材コーナー	(10:00～15:00)
期 間 中	●村民芸能発表会	(12:45～15:00)
	●村民美術展	
	●生け花展	
	●健康まつり	
	●森林コーナー	
	●趣味の創作展	
	●物産まつりコーナー	(10:00～)
	●郵便コーナー	
	●悠遊郷コーナー	
	●防災標語展	

たくさんのご来場を、お待ちしております。

◆**改正情報**・意見書

- 市浦村議会 第三回定例会**
- 予算関係**
- 決算関係**
- 条例関係**
- 人事関係**
- 財産管理委員の選任**
- 市浦村教育委員会委員の任命**
- その他**
- 市浦村過疎地域自立促進計画の策定ほか二件**
- 議員免状**
- 市浦村農業委員会設置並びに委員定数の一部を改正する条例**

- ①市町村合併問題について
- ②稲作振興について
- ③十三湖レイシング大会について
- ④村道の雨水対策について
- ⑤唐川遺跡の発掘について
- ⑥市浦村 俊美 議員
- ⑦環境整備組合の一般廃棄物処理施設新築について

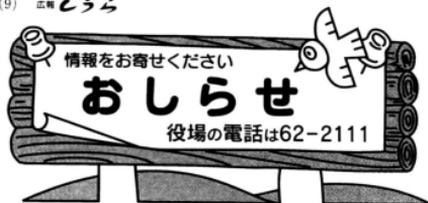
**議 会 報 告**

私学助成拡充を求める陳情書ほか二件  
一較質問は、三和孝治議員、三和均議員、福井俊美議員の三議員が行った。次のことを質問しました。

**三和 孝治 議員**

- ①津軽ダムの早期完成について
- ②相内地区の浸水対策について
- ③統合後の三枚の活用計画について
- ④配食サービス事業について
- ⑤休日、夜間の議会開会について

三和 均 議員



## 自衛隊生徒募集

### ◆受付期間

平成12年11月6日月から  
平成13年1月5日まで

### ◆応募資格

日本国籍を有し、平成13年4月1日現在、15歳以上17歳未満(昭和59年4月2日から昭和61年4月1日までの間に生まれた者)の男子で中学校卒業者(平成13年3月卒業見込みの者を含む)。

### ◆試験

- 1次:平成13年1月7日(日)  
〔五所川原中央公民館〕  
2次:平成13年1月20日(土)~24日(水)  
の間の指定する1日

### ◆卒業資格

陸上:神奈川県立湘南高等学校  
海上:広島県立西高等学校  
航空:私立科学技術学園高等学校  
(埼玉県)

### ◆処遇

- 衣食住:無料
- 初任給:155,900円
- 賞与:年4.95月分
- 3曹昇任後、4年以上で幹部候補生の受験資格あり。

### ▶お問い合わせ

自衛隊青森地方連絡部  
五所川原募集事務所

☎0173-35-2305

## 事業主の皆さんへ

### パートタイム 雇用管理改善セミナー

### ◆日時

11月16日(木) 13時30分~

- ◆会場  
ホテル青森  
◆内容

- 1、講演  
「パートタイマーの  
能力発揮と待遇問題」  
福島大学行政社会学部  
教授 今野 順夫  
2、短時間労働者雇用管理改善事業所  
好事例発表  
3、説明  
「改正パートタイム労働指針」  
について  
「パートタイム助成金制度」  
の活用について

### ◆参加料

- 無料  
▶お問い合わせ・参加申し込み  
財団21世紀職業財団青森事務所  
☎017-776-2028  
FAX 017-776-2025

## 五所川原税務署からの お知らせ

### 年末調整説明会が 開催されます

「年末調整」は、給与の支払いを受ける人について、毎月(日)の給料や賞与などの支払いの際に源泉徴収をした税額と、その年の納めなければならない税額と比べて、その過不足額を精算するものです。

本年は、特別減税も実施されており、計算の際に間違いのないようにするためにも、ぜひご出席下さるようお願いします。

## 市浦村の人口と世帯数

平成12.10.1現在

大字名	前月人口	人口	世帯数
相内	1,245	1,243	420
桂川	63	63	22
太田	259	259	87
盤元	511	513	193
磯松	301	301	106
十三	793	792	261
計	3,172	3,171	1,089

### ◆日時

平成12年11月9日(木) 13時30分~

### ◆場所

五所川原市  
ふるさと交流市民センター  
「オルテンシア」

### ◆対象地区

市浦村を含めた5町村

### ◆お問い合わせ

五所川原税務署 ☎34-3279

## 青森県最低賃金改正の お知らせ

### \*最低賃金改正内容\*

日額 4,795円  
時間額 600円

※賃金の大部分が時間によって定められているもの。

(時間給者)

—効力発生日—

平成12年10月1日

ただし、次に掲げる賃金は、最低賃金額の算定には含まれません。

### ◆除外賃金

- (1) 精算手当
- (2) 通勤手当
- (3) 家族手当
- (4) 臨時に支払われる賃金(賞与・期末手当など)
- (5) 1ヶ月を超える期間ごとに支払われる賃金
- (6) 時間外労働・休日労働に対して支払われる賃金及び深夜労働に対する割増部分の賃金

▶最低賃金に係る照会と相談は  
青森労働局 労働基準部賃金室  
☎017-734-4114  
五所川原労働基準監督署

☎0173-35-2309

## 県内の交通事故概況

青森県交通対策協議会

	8月	累計	死者のうち…累計
発生	851件 (897)	5,828件 (5,600)	
死者	14人 (17)	80人 (77)	
傷者	1,117人 (1,086)	7,353人 (6,748)	
			飲酒運転による死者 17 (20)
			高齢者の死者 28 (30)
			シートベルト 自動車乗車中の死者 49 (着けなければならない人) (41)
			非着用死者 29 (着けていなかった人) (27)

( )内は前年。累計は1月から。

# 肥満によい料理

## モロヘイヤと豆腐のトロロ汁 (27kcal)

### 【材料】4人分

- ・モロヘイヤの葉 80g
- ・納豆し豆腐 120g
- ・えのき豆 40g
- ・塩 小さじ2/3
- ・しょうゆ 小さじ2
- ・おろししょうが 少量
- ・だし(昆布、かつお節) 3カップ

### \*作り方\*

- ①モロヘイヤはゆでて、包丁で細かくたたき切る。豆腐はさいの目に切る。えのき豆は石づきを除き、2~3cm長さに切る。
- ②だしを煮立てて、しょうゆと塩で調味し、豆腐とえのき豆を加えてサツと煮る。モロヘイヤを加えてひと煮立ちしたら火を消す。
- ③器に盛っておろししょうがを落とす。

## ゆでしゃぶ (205kcal)

### 【材料】4人分

- |                     |      |           |        |
|---------------------|------|-----------|--------|
| ・豚ロース薄切り肉 (しゃぶしゃぶ用) | 240g | ・練りごま     | 大さじ2   |
| ・レタス                | 200g | ・水        | 大さじ2   |
| ・きゅうり               | 200g | ・米酢       | 大さじ2   |
| ・青じそ                | 8枚   | ・しょうゆ     | 大さじ1   |
| ・塩                  | 少量   | ・ねぎのみじん切り | 少量     |
| ・トマト                | 1ヶ   | ・香菜的葉     | 少量     |
|                     |      | ・砂糖       | 少量     |
|                     |      | ・塩        | 小さじ2/3 |
|                     |      | ・おろしんにんにく | 小さじ1   |

### \*作り方\*

- ①たつぷりの沸騰湯にレタス、肉の順にくぐらせてザルにとる。
- ②きゅうりと青じそは、輪切りとせん切りにし、塩でもむ。
- ③ごまだれを作る。練りごまに水を加えてときのばし、ごまだれの残りの材料すべてを加え混ぜる。
- ④くし形に切ったトマトとレタスときゅうりを盛り、その上に肉を盛り合わせ、ごまだれを添える。

## にらと枝豆とピーマンのにんにくみそあえ (80kcal)

### 【材料】4人分

- ・にら 200g
  - ・枝豆(さやつき) 200g
  - ・黄ピーマン 80g
  - ・削りがつお 少量
- a (みそ 大さじ2  
みりん 大さじ1 1/3  
おろしにんにく 少量)

### \*作り方\*

- ①にらはゆでて4~5cm長さに切る。
- ②枝豆はゆでてさやを除く。
- ③ピーマンをゆでて一口大に切る。
- ④aを混ぜて鍋に入れ加熱する。
- ⑤にら、枝豆、ピーマンを④であえ、小鉢に盛り、削りがつおを天盛りにする。



No.140

パランスのとれた食事で

家族そろって健康に!!

実りの秋まっさらとなり、食べ物がおいしい季節となりました。この時期、いつのまにか体重が増えてしまったという人も多いのではないのでしょうか? 七月九月にかけて栄養士のアドバイスのもとに「病態別料理教室」を開催し、普段の食生活を見直す機会としました。この

「病態別料理教室」は四月に行われた一日ドックにおいて高血圧、高脂血症、肝臓病、糖尿病、肥満の項目が要指導と判定されていた方や料理に興味がある方を対象に実施しています。今回はその中から「肥満予防によい料理」を紹介します。

肥満は心臓や血管に負担をかけ、高血圧を引き起こしたり、肥満を招く食生活を続けることが糖尿病を発病させる場合もあります。料理を作っているお母さん、家族や自分自身の健康のためにぜひ試してみたいかがでしょうか?



### ▼お誕生

- 石岡 和子 (相内 裕二)
- 小林 拓磨 (相内 裕二)
- 奈良 拓磨 (太田 満)

### ▼ご結婚

- (西) 堀宗樹 札幌
- 大川 砂織 (磯松)

### ▼おくやみ

- 澤田 幸吉 (相内) 77歳
- 山田 蕪太郎 (肥元) 81歳
- 三和 善次郎 (相内) 98歳
- 佐藤 清一郎 (相内) 76歳
- 安田 源三郎 (相内) 98歳

- 澤口 定勝 (千葉)
- 新岡 ひと樹 (磯松)
- 秋田 春樹 (相内)
- 徳田 ちはる (相内)
- 小林 裕二 (相内)
- 菅谷 みづえ (相内)
- 成田 弘前 (相内)
- 横野 美代子 (相内)
- 上田 義隆 (三戸)
- 中志 真由美 (相内)

## あとかき

「しーらんど海遊館」がいよいよオープンしました。元氣海プールは、海遊館をはじめとする十五種類のアトラクションが設備され、健康づくりには最適。海水の中に含まれる二万五千種類のミネラルが体に吸収され、体験した方の話を聴くと「一夜も体がポカポカあったまると」効果も出ていよう。元氣海プールの中をまわるだけでなく、筋肉の疲労や肩こり、腰痛などが改善される「しーらんど海遊館」は、健康効果抜群。ぜひ利用してみたいかがでしょうか。(三不)