

まちのできごと

津軽沿線に桜苗木植樹

5月15日、嘉瀬小学校（校長＝對馬禮）の1年生14人が嘉瀬駅近くの沿線に桜の苗木21本を植えました。

この苗木は昨年から嘉瀬の精米業伊藤広志さんが子供たちの健全育成のために寄付しているもので、伊藤さんは「この桜の木とともに子供たちの成長が楽しみです」と話していました。

児童たちはスコップで土を入れたり、土を踏み固めたりして初めての植樹を楽しんでいました。

また、大相撲の北勝岩関の父、原田清治さんも北勝岩関の関取記念に3本の苗木を植えました。



防犯夜間パトロール

連休中に町内の公共施設等が壊される事件が相次いで発生したため5月17日の夜、「安全・安心まちづくり」の一環として金木地区防犯指導隊や同区防犯婦人部らと金木警察署員が夜間パトロールを行いました。

午後8時から参加者30人を3班に分けて、サワラ31本が折られたマディニーなどの中心街や新設されたトイレや外灯が壊された芦野公園などのパトロールを実施し、犯罪の未然防止に努めました。

喜良市小学校《泥んこになりながら田植え体験学習》嘉瀬小学校

5月23日、喜良市小学校（校長＝小田川修三）の全校児童79人が体育館横にある学校田20アールに田植えをしました。

同小学校では毎年この体験を通して農作業についての理解を深めてほしいと行っているもので、植え方の説明を受けた児童たちは学年ごとに四方に分かれ、田植えを開始。この日は天候が悪く、素足で入った児童たちは「しゃっかった」と。

児童たちは収穫まで生育や管理などを記録し、秋の収穫祭に期待を寄せていました。



嘉瀬小学校（校長＝對馬禮）で、毎年5年生に田植え体験と収穫の喜びを味わってもらう田植え体験学習が5月21日、駒留池内の水田で行われ、児童31人がもち米の苗を植えました。

今年は田植え前に、昔は田植え踊りとして行われた「奴踊り」を児童らが披露。素足で初めて入った田んぼに足をとられて尻もちをつくなど悪戦苦闘しながらも、丁寧に植えていました。最後に、今年の豊作を祈願して5年生のお母さんたちが昨年収穫したもち米で作った赤飯を、児童らに渡しました。



畑作の体験学習

川倉小学校（校長＝黒滝洋子）の1～3年生21人が5月28日、学校に隣接した畑（外崎清明氏提供）にサツマイモの苗植えと大豆の種まきを行いました。

金木地域農業改良普及センターの對馬・松浦両氏から、苗の植え方や種のまき方について指導を受けた児童たちは、優しく丁寧に植えたり、友達のを参考にしながら植えたりと様々でしたが、おいしく大きく育つようにと願いをこめて秋の収穫を楽しみにしていました。

太宰をしのぶ・その文学の魅力(50)

最終回

金木町太宰会前会長

木下 巽

贈呈式に

第十八回太宰治賞受賞作が「緊縛」小川内初枝氏(三十六歳・大阪府)に決定し発表された。

五月二十三日、筑摩書房・三鷹市共催による受賞贈呈式とその記念パーティーに招かれ出席することになった。家内は私的な立場で東京に出るという。太宰治賞事務局に問い合わせたところ出席歓迎するという返事であった。町長と、出席する三濁議長の了解を得て上京した。

墓参りと交歓

まず三鷹市に直行し、長田清さん(八七歳・太宰会員)と禪林寺にある太宰さんの墓参りをした。三回目になるが、いつも新しい花、お酒、煙草が供えられている。お参りする人が絶えない証拠である。持参した「甘露梅」と「馬禿」を供え、正信偈を誦経した。都会の喧噪さによる疲れが一気に癒される。

そのあと「みたか観光ガイド協会」の歓迎を受けた。代表の小谷野芳文氏(太宰会員)、三上秀夫氏、高橋佳子さん、長田さんらと会食を共にする。会食というよりも、「話食」

であった。太宰理解のための情報交換、そして太宰・キリスト・親鸞まで話題になって、「太宰花」が一気に咲いた。あつという間に三時間が過ぎた。心づくしの美味なる料理だったが、何を食べたかわからないほどの熱中交歓であった。

東京会館

会場である東京会館には、余裕をもって一時間前に入った。事務局の配慮で、来賓控室に案内され、受賞者の小川内初枝氏、三鷹市長安田洋次郎氏、審査委員長の作家吉村昭氏らに紹介され面談できた。また、筑摩書房社長菊池明郎氏、松田専務とも話し合うことができた。

三濁議長も来場し、にぎやかに贈呈式に何回も出席し、市との交流を重ねているため吉野博明議長はじめ、各議員に紹介される。十二階のロイヤルルームは、約二百五十名の招待者でにぎわっていた。会費御祝儀は一切受付していなかった。立席であるが三濁議長が奥隅にあるテーブル席を確保してくれた。

記念パーティー

会場正面には金屏風が並べられ、

右側に「金木町長」からの盛花が飾られ、一段と華やかさを増していた。

贈呈式で三鷹市長が「太宰治が三鷹に九年間住んでいたことは、文人の地として敬愛の情があるのです。三鷹事件等で日本中に知れわたったこともあり、私は太宰治賞を市の活力のもとにしたのです。」とあいさつした。

筑摩書房社長は「三鷹市の総力支援に感謝する。太宰治賞の密度を高めよと市長に言われ、太宰治賞で読者と呼ぶもどすきつけかけにしたい。」と語った。



▲市長より受賞者に記念品贈呈

審査員を代表して加藤典洋氏が講評。続いて受賞者小川内初枝氏が涙

ながらに「太宰治賞と声にだして言ってみた瞬間、その名の重さに愕然と我に返り、ばたばたと走りだしてしまいそんな焦燥を感じたりした。大きく成長できるチャンスに、心から嬉しく存じます。」と謝辞を述べた

吉村昭氏は「確実に作家になることを祈る。」と乾杯し祝宴に入った。真つ先に津島園子先生にあいさつに伺う。心から喜んでくれた。

交歓

料理は豪華であったが、ここでも味わう暇がなかった。太宰会関係者、議会関係者、教育関係者が金木席に次々と歓迎の意を表するにみる。市長まで座り込み、市行政に対する姿勢談義、市長奥さんの内助の功を語り、金木からの労をねぎらい意気投合し盛り上がった。昭和五年生まれで、剛直ながらも人情味のあるあたたかい人であった。

小谷野さんが、この席が一番輝いていると、席の空くのを待っている。とうとう津軽弁まるだしの話になる。それを聞きたいためにまた集まってくる。午後八時に中締めが行われたが、三十分オーバーしてまでも交歓しあった。帰り際に女性議員が「太宰をしのぶを楽しんで読んでいますよ」と激励された。

市長の教育観

三鷹市長は、「子どもたちの『今』

を豊かにすることは、まちの未来に向けた施策だと考えている。子どもたちの豊かな毎日が、時を経て、三鷹の未来を必ず豊かにしてくれるだろう。だれもが子どもたちの現在と未来へかかわる責任があるのだ。」と、教育観を述べている。今回の太宰治賞のことと合わせて、学ぶべきことが多かった。

市民の声

三鷹市ガイド協会の高橋佳子さんからのお便りを紹介したい。へ：太宰さんのことは知らないも同然で、足跡案内などして申し訳ない気持ちです。でも三鷹のことをいろいろ作品に書き残して下さっているの、本当に有り難いことです。たまたま三鷹を訪れて下さった方々が、太宰さんの美しい作品(心)の世界に出会われるご縁につながればうれしいと思っています。この一市民の声が、三鷹市民の声を代表していると思う。

再スタート

今回のことで、太宰治は百年後、二百年後まで確実に残る希有の作家であると実感した。

最終の五十回目はゴールではなく、太宰治研究の再スタートの機縁になった。今後は太宰のふるさとの「伝統ある文化と夢のある教育の町づくり」のため、微力ながら尽くしていきたい。

小児生活習慣病について

小児科 北原 澄子



近年、わが国では生活の欧米化に伴い生活習慣病が増加しており、その予防対策は大きな社会的要請になっている。

生活習慣病は不適切な生活習慣が原因であるので、その予防には、小児期から健康的な習慣を身につけることが必要である。そのためには生活習慣病予防検診を行い、肥満、高脂血症、高血圧、糖尿病などのリスクファクターをスクリーニングし、ライフスタイルの改善をすることが効果的である。

小児肥満

肥満を誘発した原因がどこにあるのかを明らかにする。すなわち患児の食習慣、運動習慣と生活リズムを確認する。次に食生活を質的かつ量的に適正化し、身体活動量を増加させるとともにその背景にある生活リズムを活気ある「子どもらしい」ものにするのである。

食事指導は一日摂取総カロリーを「(10000+(年齢-1)×100)」で計算し、肥満の場合その80〜90%を患児の総カロリーとする。

運動指導は肥満の程度にもよるが、適度の運動は体脂肪、特に内臓脂肪を効果的に減少させる。毎日三十分以上体を動かし、一日摂取カロリーの最低10%以上を毎日消費するようにする。

高脂血症

食生活の欧米化に伴い、小児の血清脂質値も数十年前と比べて高くなってきており、高脂血症と診断される小児も著しく増加している。総コレステロール200mg/dl以上、HDLコレステロール40mg/dl以下、中性脂肪150mg/dl以上を目安としている。原因が過食とか運動不足の場合は、肥満の場合と同様の食事、運動指導が行われる。基礎疾患に伴う高脂血症の場合もある。よく検査を受けることが必要である。

高血圧

児童・生徒の0.1〜1%に高血圧がみられるが、一般に高血圧の程度は軽く症状もほとんどない場合が多い。小児の高血圧基準値(収縮期/拡張期血圧

mmHg)として、小学校低学年130/75・高学年135/80、中学生男子140/85・女子135/80が用いられている。原因として腎疾患などのある場合を除いて、約半数は肥満が関係し減量で血圧が低下することが多い。食塩は薬物療法が必要なほどの高血圧では7gに制限する。適度な運動習慣は肥満の解消を介し高血圧を改善するだけでなく、直接に降圧作用を発揮する。

糖尿病

小児期みられる糖尿病はI型(インスリン依存型糖尿病)が主であると考えられていたが、学校検尿による糖尿病スクリーニングや肥満児検診の普及につれて、小児期においても数多くのII型糖尿病(インスリン非依存型糖尿病)が発見されるようになった。II型糖尿病の治療は食事・運動療法が基本である。

生活習慣病の予防

総じて過食と運動不足が原因となっている場合が多いので、これらを解消することが大事であるが、これがなかなか大変な

問題である。飽食の時代といわれる社会環境は過食の一要因であり、食事の洋風化は動物性脂肪の摂取過多につながっている。偏った食事や間食の増加も過食の要因となっている。運動不足の原因として少子化、受験、テレビゲームの普及などがあげられる。少なくなった子どもたちは家族に大事にされ、日常の家事手伝いの時間は受験勉強に振り替えられている。子どもの遊びが激減している。家庭での食生活指導、健康教育を徹底させ子どもたちを家庭内で動かし、また積極的に屋外に出し、活動的な生活習慣を維持できるように日常の努力を続けることが重要である。

小学生以上が対象ですが、病院での検査を希望される方は木曜日の午後から第一・第三土曜日の午前にご予約受診して下さい。

年齢(歳)	エネルギー(kcal/日)		蛋白質(g/日)	
	男	女	男	女
0~(月)	120/kg		3.0/kg	
2~(月)	110/kg		2.4/kg	
3~(月)	100/kg		2.8/kg	
1~	960	920	30	30
2~	1,200	1,150	35	35
3~	1,400	1,350	40	40
4~	1,550	1,500	45	45
5~	1,650	1,550	50	50
6~	1,700	1,600	55	55
7~	1,800	1,650	60	60
8~	1,900	1,750	65	65
9~	1,950	1,850	70	70
10~	2,050	1,950	75	75
11~	2,200	2,100	80	80
12~	2,350	2,250	85	85
13~	2,550	2,300	90	90
14~	2,650	2,300	90	90
15~	2,700	2,250	90	90
16~	2,750	2,200	80	80
17~	2,700	2,150	75	75
18~	2,700	2,100	75	75
19~	2,600	2,050	70	70

※厚生省保健医療局健康増進栄養課 1994より

項目	エネルギー消費量		項目	エネルギー消費量	
	項目	エネルギー消費量		項目	エネルギー消費量
睡眠	0.0170		掃除(拭く・掃く)	0.0607	
食事	0.0269		(電気掃除機)	0.0499	
身支度	0.0287		洗濯(電気洗濯機)	0.0410	
歩行(普通)	0.0570		(手荒い)	0.0587	
散歩	0.0464		(干す・取り込む)	0.0587	
階段(昇る)	0.1349		(アイロンかけ)	0.0464	
階段(降りる)	0.0658		布団上げ下ろし	0.0818	
乗降(バス立)	0.0375		裁縫	0.0287	
自転車(普通)	0.0658		教養	0.0233	
自転車運転	0.0287		趣味・娯楽	0.0287	
休憩・談話	0.0223		机上事務	0.0304	
入浴	0.0606		買物	0.0481	
炊事(準備・片付)	0.0481		草むしり	0.0552	

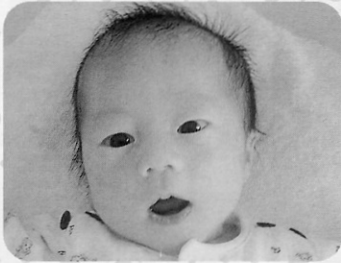
※日本体育協会スポーツ科学委員会より

(kcal/kg/分)

(kcal/kg/分)

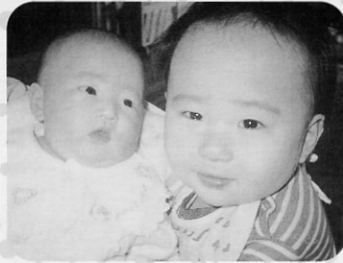
はじめまして

山中 雄登くん
(4月23日生)



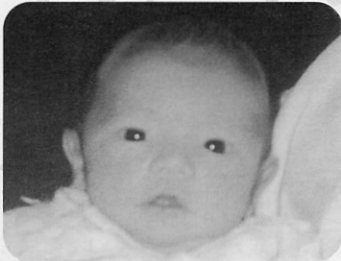
素直で優しい子になってほしい。
(両親 憲仁・智子より)

角田 双葉ちゃん
(4月22日生)



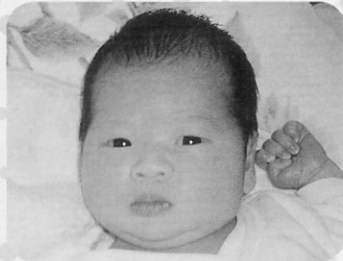
ボクのカワイイ妹だよ!!
(兄 真実より)

葛西 優輔くん
(5月9日生)



元気で明るくすこやかに
(母 聖花より)

柳澤 紘也くん
(5月2日生)



一緒に遊ぼうね!!
(兄 敦矢より)

松田 嘉依吏くん
(5月16日生)



わんぱくでもいい たくましく育て
ほしい (両親 崇之・紗矢香より)

古川 真南斗くん
(5月12日生)



早く大きくなってワタリガニを釣り
に行こう! (兄 稜人・父 純一より)

開坂 一太くん
(5月24日生)



元気に育て下さい。
(母 洋子より)

石岡 樹映留ちゃん
(5月19日生)



妹をヨロシク!!
(兄 樹揮・弥輝・樹衣より)

『津軽三味線会館』有料入館者 祝 10万人突破



平成12年4月にオープンした津軽三味線会館の有料入館者が5月29日、10万人を突破し、館内で記念セレモニーが行われました。

10万人目の入館者となったのは、友人らと道南と津軽半島横断の旅で同館を訪れた大阪府高石市の北口たまのさん。北口さんは入館後に、鳴海町長から津軽三味線のミニチュアと花束を贈られ「初めてです。うれしい」と喜んでいました。

国民年金情報

ご存じですか国民年金

これからの21世紀にはさらに核家族化が進行すると思われます。そのような時代に私たちの老後は、本当に大丈夫なのでしょう。

- 例えばあなたが、国民年金の保険料を納めていなかったとしたら…
- あなたのお子さんに生活費の面倒をみてもらうこととなります。
- 例えばあなたのご両親が国民年金の保険料を納めていなかったとしたら…
- あなたはご自分の生活費に加え、ご両親の生活費の面倒も見ることとなります。

そして…

- 突然のけがや病気などで障害を残してしまったら…
- その障害が原因で働くことができなくなったらどうしますか。
- 働き盛りの方がもしもの時は…
- 残された家族の方は大丈夫でしょうか。

このような時のために国民年金は、老後の生活を保証する老齢年金に加えて、病気や事故で障害が残ったときの障害年金、一家の働き手が亡くなったときの遺族年金などであなたの生活をサポートします。

国民年金はこれからの時代になくしてはならないもの。だからこそ国が直接、責任を持って運営することで、みんなで安心できる老後を保障しようとしているのです。

国民年金のことをよく理解いただき、豊かな老後のために毎月の保険料を忘れず納めましょう。

♥かなぎ公民館 ブライダル情報♥

このたび、めでたく「かなぎ公民館ブライダル」(企画・進行)事務局「金木町中央公民館」によりカップルとられた方々をご紹介します。

HAPPY Wedding



2002. 5. 5
新郎 中谷 幸一さん(金木)
新婦 荒内 めぐみさん(平内町)

2002. 4. 27
新郎 須崎 秀行さん(嘉瀬)
新婦 加藤 章子さん(中里町)

★ご結婚をご予定されている方は、お気軽に金木町中央公民館(☎五三二五八一)にご相談ください。
すべて事務局が手配いたします。
また、お二人のお名前と結婚記念日を刺しゅうした豪華桐箱入アルバムの特典品等々たくさんの特典があります。

戸籍の窓 5月届出分

おめでとう

山中 雄登(憲仁) 嘉瀬
角田 双葉(英希) 金木
斎藤 花乃(裕一) 金木
新谷 和真(聡) 金木
柳澤 紘也(忠一) 金木
葛西 優輔(学) 金木
古川 真南斗(純一) 金木
松田 嘉依史(崇之) 金木
開坂 一太(淳一) 金木
石岡 樹映留(直樹) 金木
古川 修祥(健治) 喜良市

おしあわせに

青山潤哉(孝雄) 五所川原市
吉田 幸子(幸一) 金木
津田 路也(均) 嘉瀬
齊藤 恵美(博光) 鯉ヶ沢町
吉田 的児(幸一) 木造町
白川 葵(勝信) 金木
齋藤 和(務) 金木
秋元 和子(健治) 大鰐町
内海 隆幸(兼彦) 嘉瀬
福土優子(欣一) 五所川原市

おくやみ

杉山金之助(82才) 中柏木

福士 サタ(70才) 川倉
竹内 ミサ(96才) 藤枝
白川 ツサ(93才) 川倉
泉谷 豊美(80才) 川倉
加藤 功(68才) 喜良市
古川 義憲(77才) 金木
秋村 ユミ(62才) 嘉瀬
豊島 ヨネ(90才) 嘉瀬
佐藤 とし子(83才) 金木
白川 たみ(87才) 川倉
吉崎 長三郎(87才) 嘉瀬

この欄は金木町に住所を有している方々を掲載しています。
掲載を希望しない方は町民課窓口へ届出の際申し出て下さい。

伝言板

◎届いています

- 五月七日
自転車(灰色)
弘南バス金木営業所西側付近
- 五月二十日
財布(青色ビニール製)
赤坂信号付近路上
- 五月二十一日
自転車(灰色)
B&Gプール前路上
- 五月二十四日
自転車(黒色軽快車)
藤枝保食神社付近用水路
- 五月二十六日
自転車二台(緑色婦人車・赤色子供車)
寺町工藤商店前路上
- 五月二十八日
自転車(黒色軽快車)
上藤枝町道路上
- 五月三十日
自転車(婦人車)
金木木材工業前路上
- 五月三十日
犬(雌・黒茶・赤首輪)
梶浦チップ付近
- 五月三十一日
自転車(紫色軽快車)
川倉向道町道路上

◎係りから

このコーナーを利用した方は企画観光課まで

人口と世帯

	5月末現在	前年同月比
男	5,604人	△ 97人
女	6,229人	△ 50人
計	11,833人	△ 147人
世帯数	4,054	△ 7