

十三小学校全児童生徒がサケの稚魚を前潟に放流しました。

大きく育って 帰ってきて

村では、サケの増養殖事業倍増計画をすすめ、昨年からのサケのふ化、放流を行っていますが、二年目を迎えた今年も十三小学校の児童生徒を招き、稚魚の放流を行いました。

(関連記事六面に)

昭和55年 **5**月号

虫歯「0」をめざして



山田 美子

相内 (主婦)

長男は五歳まで虫歯がなかったのに急に歯の痛みを訴え、一年間に五本もの虫歯ができてしまいました。

今までどおり歯みがきをしたきたのに、どうしてできたのか。長女もそうなるのではないかと心配しているこの頃です。

私は母親として、子供に対してはかり開放的で、何度もしも同じことを教えたりしませんし、ごくあたり前のごときを数えたにすぎません。

朝、夜を歯みがき、食した後、ブランチがいを教えた後だけで、他の母親と話した時違ふ事に気が付いたのは、食べた後、飲んだ後のうがいも教えていかなかった事です。

て考える時代になってきたのではないかと思います。

学生時代は、栄養のパラソを教わりましたが、大人になつてからは気にもかけず、過しておりましたが、病気に

つて病院に行つても最近の医師は、ごまかく病氣について看者に話してくれません。

対話医術に欠けているとも思います。

現在、住民がどんな病氣に不安をもっているのか、アンケートなどをとりに、医師との話し合いを持つべきだと思います。



健康会議のまとめ 食生活の改善で 成人病予防を



決められたことはみんなでき、守りました。

本村の死亡原因のトップは成人病であり、その第一位は脳卒中、第二位ガン、第三位心疾患となっています。

そのいずれも早期発見、早期治療によりある程度防衛することができます。そのためには、総合検診を積極的に行うことが必要です。

問題提起者の報告では、検診を受けない人に限つて、ガンに死んでいる人が多くという事です。総合検診受診者の四人に二人は高血圧者であり、治療が必要であるとされています。

は、塩分の摂取量の過多が主因となつており、家庭における食生活の改善が急務となつていきます。

また、ガンは食品添加物や魚肉の焼つけ、タバコに発がん物質が含まれているため、食生活を改善して抑制するためのアイデアを考へていきたいと思います。

今年度は、食生活改善への第一歩として「食生活を見直そう」をスローガンとして実効をあげるため努力したい。

ハマナスの咲くふるさとづくりを

日本人は公衆の場所を平気で汚す悪いくせがあるといわ

れていますが、樹や花を植えると同時に、私たちをとりまく自然や居住環境をより美しく、より清潔にしてほしいものです。

虫歯予防に「サンサン」運動を

虫歯ゼロをめざして、ハマギキ「サンサン」運動をすすめて行きます。子供は後一年間ではやくも虫歯になります。毎食後よく歯みがき、清涼飲料水、ジュースなどを糖分の多い含まれていないのは、多く与えないように家庭においても十分注意していただきたい。

虫歯の予防は、なんとしても家族そろつて歯をみく習慣を身につけることが大切だと思います。

今年度は「サンサン」運動とあわせて、このことを励行していただきたい。

保健活動に 意欲的



小野 明美 (22歳)
(県立派遣保健婦)

「保健婦としての社会人としても一年生で、いまのところ無我無中です。市浦村派遣内示を受けた日、地図を広げて市浦村の位置を確認したんです。とニコッリ

健康相談に出かけても、集まる人たちが明るく、気さくな人たちがばかりで大変助かっています。地域住民と保健婦との信頼感があつて、頑張りがいのあるところだ。住民の健康管理、保健指導というてもみんなの力がなければならぬ。地域住民の中に溶け込んで自分だけのカラリも打ち出してみたい。ともいう。やるき十分の小野さんである。

青森市出身・県立青森西高校・県立青森高等看護学院卒業。趣味・映画をみること、読書。

あなたの自覚だけがたのみです

自転車の安全な乗り方

「ちよつと自転車で買い物に」と、手軽に乗れる自転車やバイク（原付き自転車）と、どこであなは、自転車やバイクを運転中にヒヤツとしたことはありませんか。現在、わが国の自転車保有数は約五千万台、バイクは約七百万七万台と、この数年増加の一途をたどっていますが、それに伴い、依然として高比率を占めているのが死亡事故です。昭和五十四年を見ますと、自転車乗車中の死者は七人、交通事故死者全体の一・九％、バイク乗車中の死者は七百七十四人（同九・一％）となつています。



事故原因を見ても、手軽に乗れるためか、運転技術の未熟や基本的な交通ルールの無視などが目立ちます。自転車やバイクの「安全な乗り方」を、あらためてチェックしてみましよう。

体に合った自転車に乗ろう

① サドルにまたがったときに、両足先が地面につき、② しかもハンドルの握ると、上体が軽く前傾くことなどがポイントです。



体に合った自転車を選んでますか？

一時停止で安全を確認

目まぐるしく点検を怠らないようにしましょう。曲がり角などでも一時停止を怠りながら、狭い路地などからの急な飛び出しが一番危険です。

日ごとの点検整備を

ブレーキが正常に動くか、反射器が汚れていないか、ベルは鳴るか、ライトはつくかなど、

標識のある場所でもとり、広い道路に出るときや、踏切など危険な場所では必ず一時停止をしましょう。

大型車の死角から逃げよう

自転車やバイクは運転車は大型車の動きに注意し、とくに交差点の手前などでは、大型車をやりすごしてから横断しましょう。

子供を交通事故から守ろう



友だちもでき、子ども元氣いっぱいです……

新入学児をお待ちの皆さまは、学校の行き帰りが、とくに心配だと思います。お子さんを交通事故から守るために、次の点には特に気をつけましょう。

余裕をもつて登校させよう

就寝前に翌日の持ち物を確認させ、当日忘れものなどないようにしましょう。また、時間的にも十分余裕をもって送り出すようにしたいものです。

通学路を実際に歩いてみよう

通学時間に合わせ、お母さんがお子さんといっしょに通学路を何回か歩いてみましょう。そのうえで、正しい横断の仕

帰宅時間を約束させよう

学校が終わったら、寄り道をしないで、まっすぐ帰宅させるようにしましょう。帰宅時間を約束させ、しっかり守らせることも、交通事故を防止するうえで大切です。

方などについて、具体的に教えるようにしましょう。また、同じ道でも、曜日や時間によって車の量や人通りなど交通状況が変わることも、あわせて注意しましょう。

順調にすすむ

サケ・マスふ化事業

村では、二百粒問題に伴う沿岸漁業の見直し策として、国、県が打ち出したサケ資源増大計画に呼応し、昨年からのサケ・マスふ化場を磯松山国有林(通称板割山)に建設し、ふ化事業に着手しています。昨年は一年目であったために、サケの卵百二十万粒を岩手県から運入し、八十五万のふ化率を達成、十三湖へ放流しました。

今年、一月から二月にかけて、二百万粒の卵を北海道から導入し、一回に分けてふ化しましたが、九十五万という高率を示し、関係者をびっくりさせています。今回放流したサケの稚魚は二月に導入した卵からかえったもので、体長五センチに成長したものがばかりです。サケは三、四年後には生まれ育った川に帰ってくるといわれており、村の計画では、ふ化、餌付け飼育の段階で二

割位失ったとしても、二カ年で二百四十万匹の放流となり、回帰率五割を見込めば毎年十二万匹のサケが十三湖周辺に戻ってくることになりません。昨年の秋サケは、本県の太平洋、津軽海峡、日本海沿岸地区いずれも、史上空前の大豊漁を記録していることから、漁業不振の続く漁家は、この事業に寄せる期待は大きいものがあります。



上 5月2日には前潟にも放流しました
下 一大養殖場として期待の大きい前潟

市浦牛 草原でのんびり

今年も肉牛の放牧が始まりました。五月七日から三日間、実取牧場を皮切りに、八日岩井、九日脇元の三牧場に、合わせて五百五十三頭の黒毛和種が勢をろい。木造家畜保健衛生所、県農業共済連、北地方農林事務所の係員が一頭一頭入念に検査しました。冬から春にかけて生まれた子牛も体重計に乗せられ、鼻紋をとって初登録しました。放牧された牛は、十月まで広々とした草原で、のんびり過します。



放牧された牛は、10月までのんびり過す



放牧前の検査は入念に行われる



体重計を気にする子牛



鼻紋をとって初登録しました

村にジャンボな 贈り物



日赤県支部から贈られた救急車「博愛号」

日赤県支部（支部長・北村正武知事）は、赤十字活動の充実と地域住民の福祉向上を目的に県内六十七の全市町村に、赤十字救護車「博愛号」を配置することを決め、世界赤十字デーの八日、計画の一弾として市浦村をはじめ二十町村へ配置しました。

配置された「博愛号」は十人乗りワゴン車で、一台百一十万円。白い車体の前部には「赤十字」のマークがくつき

りと記されており、使用目的は、①災害時の救護資材、救護物資、軽看者や避難者の運搬輸送、②地域赤十字奉仕団や青少年赤十字（J.R.C.）のボランティア活動の援助、③地域住民の保健衛生や福祉向上を図るための巡回などに使用することになっています。

村では、この「博愛号」を住民のための自動車として役立てていくことにしています。

今年も側溝の泥あげ



健康な生活はまず「環境の浄化から」
側溝の泥あげをする吉野地区住民

吉野町内会と広生納税貯蓄組合（三浦兼四郎組合長）では、健康な生活はまず「環境の浄化から」と今年も側溝の泥あげをしました。

「環境美化の村」を宣言して以来、花だんづくりやクリン作戦が各地域で行われていますが、吉野地区でも毎年五月に地区住民が総出で側溝の泥あげをしています。

この日も、各家庭からスコップや一輪車を持ちこんで、クリン作戦をくり広げ、泥は二トトラックで二台にも運ばれました。

虫などの温床になったり、不衛生きまりない状態でしたが、年一回の泥あげで悪臭もなくなり、快適な環境をとりもどしています。

地区住民が力を合わせての作業は予想以上にはかどりましたが、今後、環境美化の村にふさわしい活動を続けていきたいと話してあつていました。

また、吉野地区の各家庭の庭先には桜の木が植えられており、五月には吉野地区の観桜会を催すなど、ユニークな行事も実施しています。

連載 村民ひろば

変わりつつある漁業



小倉 房子（20歳）
（十三漁協勤務）

り、とる漁業から育てる漁業に変わりつつあります。

十三漁協協同組合に勤務して、早くも一年過ぎました。

十三は親貝の生産を主にした地域ですが、最近では魚の方にも力を入れ、減少しつつある水産資源を守るために、ワカサギ、サケなどのふ化事業に着手しています。また、親貝の減少に歯止めをかけるために繁殖事業も実施してお

り、とる漁業から育てる漁業に変わりつつあります。

漁協に勤務するまでは、漁業に対する関心もなく過していたようにも思いますが、最近では、漁民の一人になりました。

た気分が頑張っています。

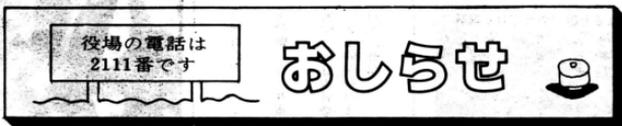
海や湖（川）のよれが気になる今日この頃、村民一人ひとりの協力で大切な水産資源を守っていかなくてはならないと思います。

こゝにちほ赤ちゃん

鳴海 環さん長男・2男（十三）
憲蔵ちゃん（8カ月）
公誠ちゃん

どっちが長男かわかるかかね。もちろんボク（右）だよ。兄貴としての風格？が出てるだろう。お子さまセンペイをかきじって歯がためだ。





保険料4月から3,770円に

55年4月から国民年金の保険料が現行3,300円から3,770円に改正されました。

このように年々、年金の保険料を引上げざるをえないのは、将来、年金加入者数は頭打ちになるのに対し、受給者数は急激にふえ続けることが予想されているためです。厚生省の推計では加入者数は2,800万人台でそれ以上増えなくなるのに、受給者数は増え続け、30年後には現在の2.9倍にあたる1千530万人になるとされています。

このため、この人達に支給する年金額は莫大なものになります。将来にわたって年金が確実に支給することができるようにするため今から財源を蓄えておかななくてはならないからです。

**郵便番号はワクの中に
正しくはっきり書くように**

郵便物を差し出すとき、郵便番号をはっきり書いていますか。せっかく書いた郵便番号が小さすぎたり、つづけた文字だったり、太すぎたりすると、機械が読み取れないのはもとより、区分けをする人も間違えてしまうことがあります。

あなたの大切な郵便物を速く、正確に目的地に着かせるためにも郵便番号は赤いワクの中に黒か青で一字ずつ、はっきりお書きください。

**現況届の提出期限が
わかります**

国民年金受給者は毎年一回、現況届を提出することになっていますが、これまで提出日は2月15日でしたが、昭和55年4月から次のように変更になります。

▶4月生まれから12月生まれの人は、55年の現況届から誕生月の末日が提出期限になります。

▶1月から3月生まれの人は、55年の現況届は従前どおり2月15日が提出期限で、56年分の現況届から誕生月の末日が提出期限になります。

現況届の用紙は、提出期限の約1カ月前に社会保険庁から直接、受給者におくられます。

**成人病の予防に
総合検診を**

村民の総合検診の利用状況をみると年々利用率が低下しています。自分の健康は自分で守る。という意味からも、毎年、定期検診はかかさず受けたいものです。

とき	ところ	じかん	対象地区
6月9日	十三公民館	10:00-15:00	十 三
6月10日	脇元公民館	9:00-11:30	脇元・磯松
	磯松公民館	13:00-15:00	
6月11日	相ノ院健康センター	9:00-11:30	上赤一住宅一桂川磯崎向一十三道
	基幹集落センター	13:00-15:30	
6月12日	太田センター	9:00-11:30	太 田

**ガンの早期発見に
胃ガン検診を**

胃ガンは日本人が最も多く占めるガンで、男女とも第一位を占めています。特に男子の場合、ガン死亡の35%にもなっています。統計的にも早期ガンは100%近く治ることは証明されており、1年に1回は検診を利用したいものです。

とき	ところ	受付時間	実施時間	対象地区
6月17日	十三公民館	4:30-6:00	5:30-8:00	十 三
		6:30	8:00	
6月18日	脇元公民館	4:30-6:30	5:30-8:00	脇 元
		6:30	8:00	
6月19日	磯松公民館	4:30-6:30	5:30-8:00	磯 松
		6:30	8:00	
6月20日	相ノ院健康センター	4:30-6:30	5:30-8:00	相ノ院の一都の桂川
		6:30	8:00	
6月21日	太田健康センター	4:30-6:30	5:30-8:00	相ノ院の一都と太田
		6:30	8:00	

**待望のお医者さん来村
6月2日から診療します**

村の診療所に待望のお医者さんが常駐することになり、6月2日から診療をはじめることになっています。

来村するお医者さんは、崔炳岳先生です。

崔先生は、5カ年間勤務していた木造中央病院から来村。市浦村に常駐することになったものです。

□診療科目
内科を主とする一般診療

□診療日
毎週月曜日～土曜日まで

**6月1日は、参議院青森県選出議員
補欠選挙の投票日です**



投票所と投票時間

- 第1投票所 基幹集落センター
- 第2投票所 太田小学校
- 第3投票所 脇元小学校
- 第4投票所 十三小学校

投票時間は、午前7時から午後6時まで。

社教 シリーズ

新しい

コミュニケーションを目指して

派遣社教主事 片山 永 繁

子ども会活動を活発にさせることは、コミュニケーションにも大変役立つことです。市浦子ども会も、活発に動いているものもあるが、地域の親たちの理解もままならず、世話人も思案に明け暮れ停滞したままのところもある。なにも、夏休みなど、年寄

ることは、コミュニケーションにも大変役立つことです。市浦子ども会も、活発に動いているものもあるが、地域の親たちの理解もままならず、世話人も思案に明け暮れ停滞したままのところもある。なにも、夏休みなど、年寄



学校生活や友だちとの間では、人の心は自分でもやるが、自分のことは自分でやるが、



の懸案旅行みたいに温泉へ連れて行って遊ばせただけが本来の子ども会活動の姿ではないのです。
子ども会の役割は
(1)遊びを通して自然とのふれ合いの中から、自然の魅力を発見する。(保護保存)
・郷土の歴史を知る
・同年代の仲間だけでなく、郷の人間関係が生まれる。また、実際の活動に参加す

ることに由る効果は
(1)主体性が育つ
(2)仲間との協調
(3)創造性を養う
(4)郷の人間関係重視
これらを達成させるためには世話人の力だけでなく、地域全体の人々の共理解と協力がなければとてもできるものではない。
「子ども会ドシテラダバ」

いったん親に推れば、何をやるにも親の手をわずらわし、と行く自分勝手なところばかりです。これが、俗に「内弁慶」といわれる子供のタイプです。

自主的な気持ちを持たせよう

「内弁慶」は、いわゆる泣き虫とか弱虫といわれる子供に多く見られます。集団生活や友だちとのつきあいは、それなりのルールがあります。自分の主張もす

るが、相手の言い分もきき、ときにはがまんもする。といった一定のルールの中で、自分の欲求実現や不満の解消などをうまくコントロールできない子供が、内弁慶になります。

「世話人何シテラダバ……」という批判ばかりしていないで、子ども会の集いがある時には、子どもを尻をたいて出席させるのはもちろん、親自身も参加して子どもと一緒に遊んだり考えたり、時には子どもに協力したりすることが子ども会を活発にさせることであり、子ども・親と子・親との交流、即ちコミュニケーションづくりの要因でもある。これからの最近、青少年健全育成から、積極的に子ども会育成に取り組もうではありませ

内弁慶になる原因はいろいろあるようですが、甘やかされて育つ子供に多いといわれています。また、年ごろの子供と遊ぶ方が集団生活のルールが十分身につけていない子供も、内弁慶になりやすいといわれています。

周囲が子供のいいなりになっていると、いつまでたっても自主的な行動がとれず、ますます外と内とのギャップが大きくなるいともかきりません。家庭では、自分のことは自分でする自主的な気持ちを持たせようようにしましょう。

戸籍の窓



お誕生

小山内 健(十三) 千明	佐藤 未来(相内) 多美男	川村 弥生(相内) 一俊	奈良 忠峰(相内) 幸一	福島 貴子(十三) 直夫	三和 正英(相内) 弘二	三浦 清香(相内) 久夫	秋田谷公也(桂川) 忠雄	木津谷 西(相内) 清藏	齋藤 哲哉(昭元) 知保	長利 忍(相内) 清美	小野理香子(磯松) 光盛	後藤 信宏(磯松) 武吉	櫛引 一紀(昭元) 聖三	奈良 瑞穂(十三) 聖一	三和留美子(相内) 章治	浜田 瑞穂(十三) 章治													
(三上) 初男(昭元)	鳴海 和子(小泊)	石井 榮横(浜)	渋谷 貞子(昭元)	神 文男(昭元)	藤田 季里子(磯松)	南 忠美(静岡)	藤田 敦子(磯松)	藤田 浩一(磯松)	内藤 弘美(東京)	三浦 光信(十三)	三浦 恵子(青森)	三和 清香(相内)	成田 靖子(木造)	若山秀喜(相内) 十三	菊池 弘子(福島)	加納 一義(十三)	宮川 文子(藤崎)	曾我 佳令(東京)	内藤 智子(十三)	秋田谷幸司(桂川)	秋田 久子(花巻)	櫛引 政之(昭元)	三浦 静子(柏村)	秋田谷(桂川) 86歳	武田 広一(太田) 16歳	櫛引 一紀(昭元) 0歳	石岡唯四郎(昭元) 66歳	浜田 瑞穂(十三) 0歳	今 儀助(相内) 53歳

おくやみ

本荘和津子(十三)