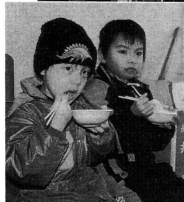




しらさ

「白鳥の鳴き声コンテスト」に元気いっぱい参加



「おしるこ」もおいしかったです



「じゃっば汁」と「おしるこ」はお母さんたちの協力で。



白鳥とのふれあい
寒風の中に歓声

第1回十三湖白鳥まつりは、2月8日十三湖協漁業協同組合の荷さばき所を会場に開かれ、村内各保育所の子どもたちや親子連れ約200人が参加しました。

このまつりは、十三湖に飛来する野鳥とのふれあいから、子どもたちの動物愛護精神の育成や冬期間の観光振興と地域間交流を目的に行われました。

この日は、湖岸に集まった白鳥に餌付けをしたり、白鳥の鳴き声コンテスト、白鳥を題材にした絵画コンテストなどが行われたほか、「じゃっば汁」や「おしるこ」を食べながら、白鳥とのふれあいを楽しみました。



「新年を祝う会」を開催

— 抱負と夢語り合う —

一月七日午前十一時から、村コミュニティセンターにおいて新年を祝う会が開催され、九十二名の参加者はそれぞれ新年における抱負とこれからの市浦村にかける夢を語り合いました。

▲浜田議長の音頭で乾杯!

行政と住民が一体 — あずまいしい村づくりへ —

新年会としてはこれまで、それぞれ集落で一堂に会する機会が設けられ、住民同士の交流が積極的に行われていたのですが、その後行政中心による「名刺交換会」に改められ、行政運営や事業の推進にその役割を担っていました。

しかし、官中心の名刺交換会であること、社会・経済情勢の変化等から参加者が年々減少し、ここ数年名刺交換会や新年会等は開かれていませんでした。

町内会連合会、商工会、農・漁協等が中心となり準備を進め、昨年十二月実行委員会を組織し全村民による「新年を祝う会」として、再スタートさせることにしました。

新年を祝う会では、実行委員会を代表し、川口定雄町内会連



▲抱負を語る高松村長

合会長が、会結成に至った経過を報告したあと「今までは何をやるにも行政に頼りきっていたが、これからの時代はこれまではない。行政と住民が一体となって取り組まないとアズマシイ地域づくりはできない。安心して暮らせる村づくりに協



▲懇親会での一場面

剰余金は 村社協へ寄付

この会は、一部の限られた人たちのために行われたものではなく、全村民を対象として行われる年頭行事として位置づけ、定着させることにしています。

力していきたい」と呼びかけました。

このあと高松村長があいさつの中で、「各種事業への住民の理解と参加協力を求めたほか、円高トシ安、消費税の増額や財政事情の悪化に伴う公共事業の減少など、国内情勢を分析した上で、厳しい現実を認識しながらも後は「健康文化都市」の指定など、国のモデル事業や補助制度を積極的に導入し、各種事業の推進をはかる。村が誕生して今年には四十二周年を迎える。人間に例えると厄年に当たるが、災いの「厄」ではなく、飛躍する市浦の「躍」になるように努力する。」と抱負を述べました。

続いて、浜田村議会議長をはじめ、各界代表者による新年の抱負が次々述べられたほか、相内婦人会等から手踊りや唄が披露されるなど、新年にふさわしい充実した一日を過ごしました。

実行委員会では、さらに趣向を凝らして、参加者を村の総人口の割にあたる三百人を目標にしたいと張り切っていました。

また、この日会費として集められた金額の剰余金一万二千四百五十円は、村社会福祉協議会に寄付されました。

新しい農業経営をめざして十年

ハウストマト生産10周年記念大会

一月十六日、村コミュニティセンターで「ハウストマト生産十周年記念大会」が開催され、J A市浦村組合員や村の農業担当者など市浦村のトマト栽培に係わった約七十八人が出席しました。

当初の目標一億円を突破

昭和六十二年から始まった市浦村のトマト栽培が十周年を迎え、年間販売額も当初の目標であった一億円を平成五年には達成し米に代る作物として定着しつつあります。

記念大会当日はこれまで市浦村のトマト栽培に係わった農業関係者等多数が出席する中伊南



▲挨拶をする伊南J A市浦村組合長

村長が「米に頼らない農業の総合経営を目指し、これまでこれらは関係各位の導きと研究、関係機関の指導によるものでした。今後の活躍を期待します」と挨拶した後、トマト栽培十年の歩みの報告、記念講演と式典が行われました。

演では東京住原青果株式会社の運沼秀臣部長は「昨年は天候の影響で出荷時期が全国と重なってしまった、〇一五七の影響などで単価が下がりましたが、これは一回あることで、これが何年かも続くことはない。確実に青森県産のトマトには需要がある。今は何をやるか迷う時期ではない、市浦には「トマトしかない」と共弁し「我々市場も産地も農協も一心同体である。我々も努力するが作るほうも努力しないと良いものはできない」と参加者を激励しました。参加した農家の方々は「この激励を糧にして、これから地域経済の活性化へ向けて頑張っていきたい」と語り合っていました。



▲参加者を激励する運沼さん

トマト栽培に至る過程

市浦村はこれまで水稲と畜産を主な産業として位置付けていましたが、水稲は米あまりによる減反・転作の強化や米価の引き下げによる生産額の減少、畜産は牛肉の自由化による安価な牛肉の台頭や、その反面ブランド志向が強化するなど市場の二極化に對面し伸び悩んでいました。

そこで昭和五十八年に野菜部会が設立され、野菜栽培への取り組みが図られました。露地野菜が中心であったことから天候に左右されやすく、米に替わる作物としては定着しませんでした。

このためJ A市浦村が米に頼らない農業の複合経営や天候に左右されない高収益生産を目指してパイプハウスを導入し、市場価格が比較的安定して、消費量が多い作物を作物とするため



ハウス部会代わり

米から野菜へ転換した当時は今までやってきた方法を全く違

うので戸惑いがあった。特にトマトはごまかしかかかないので軌道に乗るまでは大変だったが米とあるのにならぬほどの収入がある比較にならない栽培を始めてよかったと思っ

野菜は必ず良いときと悪いときがあるで、今後はその格差をなるべく縮め、設備の充実、効率化をめざします。



▲市浦村ハウス部会会長の三浦俊一さん

高齢社会を迎えたいま、長い人生をいきいきと有意義に送るためには、住民一人ひとりが自らの健康づくりに取り組むことが大切になってきています。

また、労働時間の短縮による余暇時間の増大や健康に対する意識の高まりの中で、今後より一層疾病発生予防や健康増進に力点をおいた施策を展開し、住み慣れた土地でいつまでも健康を保ち、三世代が一緒に安心して暮らすことができる地域づくりが求められています。

村では、厚生省が推進している「健康文化と快適な暮らしのまち創造プラン事業（健康文化

村長、議長らが厚生省へ陳情

「健康文化都市」のモデル指定へ向けた事業申請と並行し、村と村議会では二月十二日厚生省を訪れ、本事業の九年度指定を受けるための陳情を行いました。

今回の陳情には、高松村長、浜田村議会議長、奈良副議長、工藤総務文教常任委員長、葛西副委員長、中畑同委員、笹山産業建設常任委員長、成田同副委員長のほか松江議会議務局長、桑野企画財政課長が同行しました。

厚生省では、健康文化都市モデル指定の担当窓口となる保健医療局・健康増進企画室で、健康増進関連

都市」のモデル指定を受けるため、県関係と協議を進めました。去る二月六日厚生省に対し事業申請をしました。本計画では、地域の特徴を活かしたスポーツレクリエーション施設や海辺ふれあい施設、海水温泉型健康増進施設の整備等、公共投資や環境整備に加え、少子化、高齢社会における健康と質の高い福祉社会の形成を目指しています。

ジェネ指導室長を兼務する藤崎清道氏、健康指導係長新津幸義氏の両名に対し、高松村長がモデル指定へ向けての事業概要と進め方を説明、陳情しました。



▲「これからは養殖漁業が主流になる」と谷口事務局長（上段左から4人目）

養殖産業はいま

谷口事務局長を講師に
陸上養殖のノウハウを学ぶ



▲「養殖産業のゆくえ…」説明を聞く参加者

厚生省への陳情後、一行は株式会社海中居住研究所の会議室に、国際養殖産業会事務局長谷口雄二郎氏をまねき、養殖産業における今後のゆくえ等について学びました。

当村では現在、アワビやヒラメの中間育成、サケ・マスふ化場等を実施しているが、施設の管理運営や育成技術の面などにおいても事業効果は先細りの状況にあり、抜本的な見直しをふくめて課題となっています。

普及している。日本は立ち遅れて実用化されていないが、今春から埼玉県熊谷市でアワビの養殖財団法人テクスノリス面船技術振興協会が南米産の「ペレレイ」を卵から成魚（体長約三〇センチ）に育成する実験施設を稼働させる。これからは漁獲制限が厳しくなり、育てる漁業が主流になると見られるだけに、養殖地選択の幅が広がり、水産業の将来を左右するものだ。」と結びました。

谷口事務局長からは各資料に基づき、国内外における養殖産業の現状と事業化へ向けての取り組み方法などが説明されました。説明によると「海岸から離れた場所でも魚介類の養殖が可能になる完全循環式陸上養殖システム」の開発が進められている。人工海水を利用した「陸上養殖は欧米では約十年前から普

NEWSフラッシュ

百 万分の一の奇跡

〓お年玉付年賀はがき一等当選〓

年賀はがき制度は明治三十二年から始まりましたが、当時の年賀はがきは現在のようにお年玉は付いていませんでした。お年玉付年賀はがきは昭和二十四年から始まり、開始当初の

一等賞品(当時の名称は特賞)はミシンでした。

今年市浦村から百万分の一の確率を乗り越えて白川隆治さん(相内)がお年玉付年賀はがきに当選し、一等賞品の二十八型ワイドテレビを射りました。いつものように職場で仕事をしてきた白川さんに奥さんから



▲三和局長から賞品を受け取った白川さん(左)

厚 生大臣賞受賞

〓第二十九回全国保健衛生大会〓

「大変なことが起こったところ、電話、何事もなかった」と

昨年十月三十一日、黒石市で行われた「第二十九回全国保健衛生大会」で公衆衛生事業の功労者として全国で団体十、個人六十九人中の一人として奈良しづ江さん(太田)が厚生大臣表彰を受賞し、同じく地区衛生組織活動の功労者として全国の団体三十四、個人百三十一人の中の一人として佐藤ヤイさん(相内)、小山あぐりさん(十三)が全国地区衛生組織連合会々々長表彰を受けた。今回の受賞にあたって奈良しづ江さんは、「当時市浦村に在籍していた保健婦さんのため、保健衛生協力員を始めることになりました。当時は保健衛生に関する住民の関心が

等)に当選していたことを知らされびびり。賞品の授与は去る一月二十三日市浦郵便局内で行われ、白川さんは照れくさそうに三和局長から賞品を受け取り、「一生分の運を使い果たしてしまったのでは」の問いに対し「まだまだこれからのだよ」と強気のコメントをしていました。



▲左から小山さん、奈良さん、佐藤さん

太

田チーム初優勝

〓第十三回ふれあいゲートボール大会冬の陣〓

この度B&G海洋センターにおいて「ふれあいゲートボール大会」冬の陣が行われました。この大会は、年四回に分けて行われ、年間の総合成績で順位を決定するもので村内の七チームが参加し激戦を繰り広げました。

今回四回目の連続優勝を狙う相内派立チームは初戦を太田チームに敗退したが最後まで尾を引きV4ならず、替わって太田チームが初優勝し、冬の陣を目前にして亡くなった鳴海善逸



▲優勝した太田チーム

村

内二団体に表彰状

〓青森県交通災害共済〓

青森県交通災害共済組合では、ただ今平成九年度の加入申し込みを受け付けています。なお市浦村内では相内保済所と十三保済所が学童団体加入率100%を達成し、交通災害共済制度の普及に多大な貢献をされたとして表彰されています。

一人あたり年間三百五十円(一日あたり一円)の会費で自動車事故はもちろん自転車によるケガでも見舞金支拂いされる。青森県交通災害共済をご利用下さい。

青森県交通災害共済

会費	年間1人350円
共済期間	平成9年4月1日から 平成10年3月31日まで
申込先	役場総務課及び各出張所
電話番号	0173-62-2111

また詳しい内容については役場総務課までご相談下さい。

村内各種団体・委員を任命・委嘱

市浦村民の生活を行政と共に支援してくださる各種団体・委員の新しい顔ぶれがそろいました。

十三財産区管理委員会

十三地区に存在する特定の土地、森林、施設等の財産を管理・運営・処分等の職務を行う「十三財産区管理委員」が欠員となっていたため新たに二名が任命されました。



▲本荘一雄さん



▲奈良滝雄さん

教育委員

市浦村民の教育全般に渡って教育計画、予算計画及び指導する「教育委員」が任期満了に伴って新たに二名が任命されました。
豊富な人生経験に基づいた適切な指導で社会問題となつて「いじめ」等についても取り組む予定です。



▲青山香さん



▲齋藤敏彰さん

消防団副団長

火災のみではなく、天災時における復旧作業、遭難時における救出作業など有事の際消防署員と共に住民を守る消防団。その副団長の欠員に伴って新たに二名の副団長が任命されました。



▲山田正伸さん



▲中島英雄さん

民生委員・児童委員

児童福祉、老人福祉、社会福祉など福祉全般に渡って行政と共に住民の生活向上をめざすことを目的とする「民生委員・児童委員」が新たに二名が任命されました。



▲三和平作さん



▲白川福子さん

保健衛生協力委員名簿

地区	氏名	電話番号
相内	柏谷 静子	62-2053
〃	一戸 勝子	62-3519
〃	三和 淑子	62-3070
〃	成田チヨエ	62-2225
〃	小林まち子	62-3330
〃	木津谷千江	62-2694
〃	原子 京子	62-2690
〃	三和久美子	62-2617
〃	中山 たい	62-2711
〃	小田桐栄子	62-2340
〃	丁子谷次江	62-2222
〃	伊藤 弘子	62-2676
〃	米谷 みせ	62-2212
〃	竹谷 和子	62-3317
太田	木村 ヒサ	62-2877
〃	武田れれ子	62-3032
〃	奈良 トシ	62-3029
〃	奈良しづ江	62-3062
脇元	石岡ツルエ	62-2781

地区	氏名	電話番号
脇元	山田 紀子	62-2064
〃	石岡のり子	62-2332
〃	葛西 ツサ	62-3377
〃	石岡きよい	62-2324
〃	林崎 烈子	62-2517
〃	葛西 文子	62-2687
磯松	澤田みちえ	62-2826
〃	藤田 きね	62-2861
〃	奈良 玲子	62-2569
〃	田中百合子	62-3729
十三	小山内千津子	62-2360
〃	柳谷みきえ	62-2339
〃	中井よし子	62-2378
〃	豊島登美枝	62-2470
〃	加納フミエ	62-2369
〃	松木 芳子	62-2083
〃	中居真知子	62-3157
〃	米谷 寛子	62-2631

(順不同、敬称略)

保健衛生協力委員

この度市浦村保健衛生協力委員の改選が行われ、三十八人の方が村長より委嘱を受けました。

一月二十八日あすなろホール

会議室にて交付式が行われ、工藤助役より各委員に委嘱状が交付された後、「保健衛生協力委員の仕事はボランティアで、決して楽な仕事ではありませんが、地方分権化や高齢化に伴って委

員の役割は重大になってきています。これからも地元住民のためによりしくお願いします」と挨拶しました。

保健衛生協力委員は地域住民の保健衛生について、相互の連絡・相談を行い保健活動の強化を目的として昭和四十五年に設置され、これまでも一日ドック、予防接種、健康相談等の活



▲委嘱状を受ける保健衛生協力委員

動を通じて地域住民の健康維持に大きく貢献されてきました。



▲気合が入っています！

昼食は、お母さんたちが作ったカレーライスに舌鼓を打ち、小やかな時間を過ごした後、小学校低学年五チームと同高学年八チーム、それに中学生四チームが出陣した決勝トーナメントが開始される。父母の応援も次第に熱が入り、子どもの活躍に声援を送るなど会場は熱気にあふれていました。



かみのくに
情報ランド

友好町村だより ⑬

木札が飛び交う地域子供会カルタ大会
百八十人が熱戦を展開

地域子供会育成連絡協議会（片石鉄彦会長）主催による新春恒例の「カルタ大会」が一月十一日、上ノ国小体育館で行われ小・中学生など約百八十人が参加し、熱戦を繰り広げました。審判長の注意のあと、赤石靖典くん（上ノ国中一年）が「カルタ競技の精神にのっとり力い

つばい戦います」と選手宣誓し、一チーム三人編成で五十七チームが決勝トーナメント出場をめざし競い合いました。

参加した子どもたちは、冬休み前から練習を積んできたおかげで、真剣な表情で身を乗り出し「乙女の姿！」などの下の句が読み上げられると同時に「ハイ！」と元気な声会場いっぱいになり、木札が飛び交っていました。

所得税の申告と納税は 3月17日まで

平成8年分の所得税の申告と納税はもうお済みでしょうか。申告も納税も期限は3月17日(月)です。

期間間近になりますと税務署は大変混雑し、長時間お待ちいただくようなことになりかねません。申告書は自分で書いて、できるだけお早めに郵送で提出してください。

なお、個人事業者の消費税の申告と納税は3月31日(月)までです。お間違えないように!

申告をしなければならない人が申告しなかったり、誤って少なく申告したりすると、後で不足の税金を納めるだけでなく、加算税や延滞税を納めなければならないこととなります。

期限内に正しい申告と納税をしましょう。

▶お問い合わせ

役場総務課税政係まで

▶電話番号

62-2111

消費税の申告と納税は 3月31日まで

個人事業者の方の平成8年分消費税の確定申告と納税はもうお済みでしょうか。申告と納税は期限は3月31日(月)までです。

期間間近になりますと税務署は大変混雑し、長時間お待ちいただくようなことになりかねません。申告書は自分で書いて、できるだけお早めに郵送で提出してください。

申告をしなければならない人が申告しなかったり、誤って少なく

申告したりしますと、後で不足の税金を納めるだけでなく、加算税や延滞税を納めなければならないこととなります。

期限内に正しい申告と納税をしましょう。

ポリオワクチン追加接種 のお知らせ

昭和50年から52年に生まれた方について、ポリオ(小児マヒ)の免疫を保有している方の割合が他の年齢層に比べて低いことが、厚生省の調査でわかりました。

昭和50年から52年に生まれた方は、ポリオウイルス常在国に渡航される時、またはお子様がポリオワクチン接種を受ける時に再度ポリオワクチンの予防接種を受けられることをお勧めします。

▶お問い合わせ

役場住民福祉課まで

▶電話番号

62-2111

十三湊遺跡の 発掘報告書刊行

市浦村教育委員会は平成6・7年度に実施した十三湊遺跡の発掘調査結果をまとめた報告書を刊行しました。

村教委では6年度から調査に当たり、2か年で十三小学校北側の安藤氏の館跡の規模を特定していますが、報告書では2年間の成果をまとめ、遺構の記録図版をふんだんに盛り込み、出土品も写真入りに掲載しています。報告書は296頁、B5判で1,000部発行。定価4,000円。

購入希望者や問い合わせは村教委(☎017362-3751)まで。

9年3月17日(月)から 管轄登記所が変わります

金木出張所→五所川原支局

今まで金木町・中里町・車力村・小泊村・市浦村に所在する土地・建物の登記や会社などの商業・法人の登記は、青森地方法務局金木出張所で取り扱っていましたが、本年3月17日(月)から青森地方法務局五所川原支局で取り扱うこととなります。

これによりまして、本年3月17日以降は、不動産・商業及び法人等の登記申請や各種の謄本・抄本・証明及び印鑑証明等が必要なきは、五所川原支局へ請求又はお越し願います。

なお、村内の各郵便局の窓口から、五所川原支局へ登記簿の謄抄本を郵送により交付請求ができるようになりますのでご利用下さい。

▶お問い合わせ

青森地方法務局五所川原支局
〒037 五所川原市字一ツ谷115
番地1

五能線「五所川原駅」下車徒歩10分

▶電話番号

0173-34-2330



合格 おめでとう 第104回全国商工会 珠算検定試験

第104回全国商工会珠算検定試験が11月15日午後4時から、村内各小学校において開催されました。今回の受験者数は46名で合格者は次のとおりです。

- ▷2級 三和朋代(辻分珠算塾)
- ▷3級 秋田谷絵梨花(辻分珠算塾)
- ▷4級 三上大輔、成田和也(辻分珠算塾)
浜田祐輔、小倉広大、若山宗裕(浦田塾)
- ▷6級 竹谷知佳(辻分珠算塾) 天坂友香、今野洋子(浦田塾)
- ▷7級 吉田亮、白川浩平、山田裕志(辻分珠算塾) 中島千恵美(浦田塾)
- ▷8級 小倉勇斗、小寺晶子、近藤祥平、棟方亮伍(浦田塾)
- ▷9級 若山知裕(浦田塾)

健康への道

No. 104

●お寄り情報!

寒い寒い、家の中でストロブにあたり、あたたかい食べ物をはおぼり、気がつく、家の中ばかりで毎日を送り、ベルトがちよつときつくなつた、という方はありませんか。

寒くなる冬の期間、どうして何をすることも億劫で家の中にもりかたになり、そんな皆さんへ耳寄りな情報をお知らせします。

皆さん誰もが、同じ速度で一年に一歳ずつ増えていきます。しかし、これは「加齢」であつて「老化」ではないのです。「老化」では、個人差の衰えであり、「老化」は、体自らの衰えです。加齢と老化は同じ方向に進んでいますが、人によつて速さや遅さがあります。それぞれ別の現象なのです。そして、加齢の速さを変えることはできなくても、老化の速度は遅くすることがあります。

「老化は足から……」というこ

加齢の速度はみな平等！ 老化の速度は自分次第！

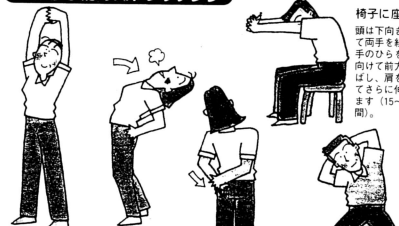
とがよくわかりますが、これは「年をとる」と億劫になるので歩かない、歩かないから下半身が衰える、衰えるから、ますます歩くのが面倒になる、じつとすると太る、ますます足が衰えていく、それに伴つて脳もボケていく、このような悪循環になることをいっているのです。

老化の速度を遅くするために、まずは努めて体を動かす。運動することが効果的です。また、家の外の様子にも興味を持ち、外に出る習慣をつけておくことは、億劫にならずいつまでも自分のできる方法で生活のリズムを作ることが老化を防ぎ、体力の衰えを少しでも遅らせることにつながるのです。

☆家の中でも簡単・安全！
『ストレッチ体操』
ストレッチとは「伸ばす」が「引く」運動です。ゆつくりじわつとストレッチを行い、筋肉や腱を若返らせましょう。

◇ストレッチ体操の注意点
1. 無理をしない(加減しながら伸ばしましょう)

肩凝り予防のストレッチ



開脚で立ち、手のひらを前方に向けよう。指を揃え、腕も揃え、首も上方にあげます。息を吐きながら10秒間保持。

開脚で立ち、手をまっすぐ伸ばし、そのまんなかに手をまっすぐ伸ばし、腕も揃え、首も上方にあげます。息を吐きながら10秒間保持。

反対の手を握って方引き、頭もその方向に倒します(左右各15~30秒間)。

椅子に座って、下向きに両手を組み、頭を後ろに倒します(15~30秒間)。

2. どの部分を伸ばしているか意識して行いましょう。
3. はずや反動はつけないで、「じわ」と引つ張るようにしましょう。
4. 大切な点は、リラクセスし、椅子に座って、下向きに両手を組み、頭を後ろに倒します(15~30秒間)。
5. 自分を体の柔らかさに合わせましょう。
6. 毎日継続して行うことが大切です。楽しみながら、行いましょう。



▽お誕生

山内 日乃(相内) 恭幸
北村 綾佳(十三) 康一
山内 日乃(相内) 恭幸
北村 綾佳(十三) 康一

▽ご結婚

下 山 武美 相内
赤坂 有美子 青森
丁子谷 充相 内木
角田 衣里 金木
三上 勇二 相内
滝澤 範代 相内
相川 美津穂 三玉
穴間 一範 相内
秋田谷 末桂 川玉
小島 健蔵 相内
中畑 さつき 脇元

▽おくやみ

山内 定五郎(相内) 86歳
岩間 ツマ(相内) 85歳
古川 政光(磯松) 80歳
和嶋 ミヨシ(磯松) 79歳
中山 政一(磯松) 60歳
秋田谷 久助(桂川) 90歳