



広報

かなぎ

編集と発行

金木町企画室

青森県北津軽郡金木町
大字金木字朝日山323
電話 ㉔ 2111 内線240

かわいいおひなさま



1994
3

No.335

第4保育所
松組の皆さん

平成五年度のスポーツ賞に

—— 七十三名 ——



平成五年度の金木町スポーツ賞授与式及び子ども高校生リーダー感謝状贈呈式が二月二十八日、役場会議室で行われ、七十三名にスポーツ賞、四名に感謝状が贈られました。

◎金木町スポーツ賞受賞者

式では、角田助役が受賞者一人一人に表彰状と記念のメダルや感謝状を手渡し、お祝いやねぎらいの言葉を掛けていました。

伊丸岡 晶(銃剣道)
藤本 武仁(銃剣道)
田中 誠純(相撲)
中村 陽仁(相撲)
中村 雄市(相撲)
津島 和希(相撲)
沢田 匡宏(相撲)
渋谷 崇之(相撲)
宮崎 秀人(陸上)
長尾 潤(陸上)
白川 裕晃(陸上)
田中 和幸(陸上)
工藤 高義(陸上)
小野 貴史(相撲)
原田 雅仁(スキー)
鳴海 英雄(スキー)
松川 兼吾(相撲)
棟方 広樹(相撲)
沢田 雅彦(相撲)

荒関 龍栄(少林寺拳法)
飯塚 東一(少林寺拳法)
小山内由美(陸上)
相内 崇(相撲)
敦賀 桜(陸上)

鳴海 隆弘(軟式野球)
近村 明彦(軟式野球)
川口 均(軟式野球)
阿部 一博(軟式野球)
白川 昌利(軟式野球)

秋元美由紀(ソフトボール)
鎌田こずえ(ソフトボール)
川口 陸美(ソフトボール)
泉谷 千春(ソフトボール)
白川たつみ(ソフトボール)
白川 優雅(ソフトボール)
鳴海 貴雄(ソフトボール)
中村 浩二(ソフトボール)
棟方 学(ソフトボール)
山中 誠也(ソフトボール)
藤元 太助(ソフトボール)
柳谷 広貴(ソフトボール)
柳谷 順人(ソフトボール)
小野 太樹(ソフトボール)
千葉 行誠(相撲)
木田 敏彦(ウェイトリフティング)

加賀谷 尚(軟式野球)
石戸谷貞助(軟式野球)
泉谷 剛(軟式野球)
斉藤 和弘(軟式野球)
開坂 鉄也(軟式野球)
石岡 直樹(軟式野球)
秋元 建一(朝野球)
白川 順(朝野球)
岩村 弘男(朝野球)
津島 幸秀(朝野球)
工藤 光弘(朝野球)
原田 武光(朝野球)
藤田 英樹(朝野球)
蝦名 一三(朝野球)
津島 佳孝(朝野球)
原田 順一(朝野球)
白川 国治(朝野球)

◎金木町子ども会

鳴海 忠幸(スキー)
古川 純一(スキー)
蔦田 正信(相撲)
工藤 勇蔵(銃剣道)
宮崎 堅治(軟式野球)
中谷大佳宏(軟式野球)
小山内洋一(軟式野球)
川口 哲(軟式野球)
中谷 金義(軟式野球)

高橋生リーダー表彰者
津島 明宏(金木)
角田 徳光(金木)
白川 利明(金木)
木田 敏彦(喜良市)

第三十六回町民スキー大会

二二六名が参加

絶好のスキー日よりとなつた二月二十日、町営嘉瀬スキー場で第三十六回金木町民スキー大会が、二二六名の選手が参加し、一一五名を超えるギャラリイが見守る中盛大に開催されました。

大会は、田中町長のあいさつに続き、金木小学校六年斎藤江紘選手が力強い選手宣誓し、ジャンプ、回転、距離、リレーの各競技に入りました。

昨年、雪不足のため中止となつているだけに今大会にかける意気込みが各選手に感じられ、応援に駆け付けた親たちも、わが子の順番になると声を枯らしての大声援を送っていました。

大会成績は次のとおり。

▼ジャンプ競技

- 小学校四年
 - 第一位 松川剛大(嘉瀬)
 - 第二位 工藤章仁(嘉瀬)
 - 第三位 山中悠輝(嘉瀬)
- 小学校五年
 - 第一位 原田朋和(嘉瀬)



さっそうとジャンプ

- 小学校六年
 - 第一位 今 貴洋(喜良市)
 - 第二位 原田 晃(嘉瀬)
 - 第三位 白川隆也(喜良市)
- 中学校
 - 第一位 葛西伸哉(金木南)

▼回転競技

- 小学校四年男子
 - 第一位 木下雄太(嘉瀬)
 - 第二位 今 大樹(嘉瀬)
 - 第三位 黒川史浩(嘉瀬)
- 小学校四年女子
 - 第一位 沢田加奈子(嘉瀬)
 - 第二位 鳴海歩子(嘉瀬)
 - 第三位 中谷香織(川倉)



きれいに旗門通過

- 小学校五年男子
 - 第一位 鳴海 翔(嘉瀬)
 - 第二位 鳴海博一(嘉瀬)
 - 第三位 成田収聡(嘉瀬)
- 小学校五年女子
 - 第一位 吉崎美佳(嘉瀬)
 - 第二位 葛西志帆(金木)
 - 第三位 泉谷 侑(川倉)
- 小学校六年男子
 - 第一位 泉谷大介(喜良市)
 - 第二位 浅利 潤(川倉)
 - 第三位 小松幸太(嘉瀬)
- 小学校六年女子
 - 第一位 鳴海里江(嘉瀬)

- 中学校男子
 - 第一位 伊藤愛里(嘉瀬)
 - 第三位 今 詩子(喜良市)
- 中学校女子
 - 第一位 齊藤健太(金木南)
 - 第二位 岡田賢弥(金木南)
 - 第三位 松川兼吾(金木南)
- 小学校男子
 - 第一位 秋元靖彦(金木)
 - 第二位 白川登喜雄(川倉)
 - 第三位 工藤友樹(金木)
- 小学校女子
 - 第一位 田中みや子(金木)
- 一般男子
 - 第一位 秋元靖彦(金木)
 - 第二位 白川登喜雄(川倉)
 - 第三位 工藤友樹(金木)
- 一般女子
 - 第一位 田中みや子(金木)

▼距離競技

- 小学校四年男子
 - 第一位 岩村暢寿(嘉瀬)
 - 第二位 鳴海大助(喜良市)
 - 第三位 野宮健司(金木)
- 小学校四年女子
 - 第一位 秋村優子(嘉瀬)
 - 第二位 小山内恵美(川倉)
 - 第三位 齊藤増重(喜良市)
- 小学校五年男子
 - 第一位 工藤慎悟(川倉)
 - 第二位 白川雅海(川倉)
 - 第三位 荒関将臣(金木)
- 小学校五年女子
 - 第一位 原田和子(嘉瀬)



さあ、ラストスパートだ!

- 小学校六年男子
 - 第一位 桑田 健(喜良市)
 - 第二位 三瀨幸美(川倉)
 - 第三位 中谷裕美(川倉)
- 小学校六年女子
 - 第一位 浅利知明(川倉)
 - 第二位 白川大貴(嘉瀬)
 - 第三位 三瀨麻衣(川倉)
- 小学校女子
 - 第一位 三瀨麻衣(川倉)
 - 第二位 棟方学美(嘉瀬)
 - 第三位 其田帆波(嘉瀬)
- 小学校男子
 - 第一位 川倉小学校A
 - 第二位 喜良市小学校A
 - 第三位 嘉瀬小学校A
- 小学校女子
 - 第一位 川倉小学校A
 - 第二位 川倉小学校A
 - 第三位 嘉瀬小学校A

冷害による水稲被害 およそ二七億円

戦後最悪の冷害となった平成五年の水稲被害状況が産業課の調べによりまとまりました。冷害により大打撃を受けた水稲は、最終的作況指数が県平均で二十八、金木町はこれを下回り十七と北郡では市浦、小泊に次ぐ低さとなりました。

六八円で計算すると被害額は二六億七、五〇〇万円。わずかに生産された一三トの米にも品質低下等により二、二〇〇万円の被害があり、合わせて約二七億円のぼろ被害となりました。

昭和五十五年の冷害による被害を大幅に上回った今回の冷害は、農家のみならず一般町民にも大きな打撃を与えました。今年は冷害にならないことを祈るばかりです。

外国産米がやってきた



ブレンド米とタイ産米

とうとう金木町にも外国産米がやってきました。消費者としては、いろいろ不安のある外米ですが、今年の新米が出回る秋までは国内産米の単品は無く、すべての米に外米がブレンドされることになり、必然的に外米とのブレンド米を食べなければなりません。これからは調理方法を研究して外米と上手に付き合っていきましょう。

輸入米のおいしい炊き方

世界で生産されている米は日本型の中・短粒（ジャポニカ）種とインド型の長粒（インディカ）種に大別されます。

インド型の米（タイ米）は長粒で細く、炊いたときのごはんは粘りが少ないのが特徴です。これに対して、日本型の米（アメリカ米、中国米、オーストラリア米）は、粒が短くて太く、炊くと粘りがあるのが特徴です。

タイプが少し違う外国産米でもちょっとした工夫で日本のごはんに近い味が味わえます。

ポイント①

キッチンと米を計ります

炊飯器についている計量カップでキッチンと米を計りましょう。

1カップ（180cc）の米の重量は、国内産米では約160g、外国産米のジャポニカ種で約150～155g、インディカ種で約145gです。

同じカップで水加減をしますから最初が肝心です。

ポイント②

手早く米を洗います

外国産米でも国内産米と同じように洗います。

洗米は、米の表面についているヌカなどを洗い流すことが目的ですから、手早く行うことがコツです。洗米をゆっくるとせつかくのごはんがヌカ臭くなります。

ポイント③

おいしさの決め手—水加減

おいしいごはんを炊くには水加減が大切です。

国内産米を炊く時の水加減は、重量比で米1に対し1.4～1.45を目安にしていますが、いろいろ試した結果外国産米では、米1に対し1.5～1.55（ジャポニカ種）～1.6（インディカ種）が目安です。

ですから、外国産米の水加減は、国内産米より少し多い水加減になります。

	米(カップ)	水(カップ)	容量比
国内産米	1	1 1/5	20%増
ジャポニカ種	1	1 1/4	25%増
インディカ種	1	1 1/4強	30%増

ポイント④

ふっくらごはんのために 米を水にねかせます

ひとくちアドバイス

残りごはんの保存法とおいしい食べ方

外国産米のジャポニカ種のごはんは、国内産米のごはんと同様な保存方法で大丈夫です。インディカ種20～30%を含んだごはんも同様です。

炊きたてのごはんを肌まで冷まして1食分ずつラップに包み、冷凍保存します。なお、インディカ種だけで炊き上げたごはんについては、同様の保存をしても粘りが少なくなりますので、白米で食べるよりその特長を活かした調理で使うことがよいでしょう。

ふっくらごはんを炊くコツは、米粒の中心まで十分に水を吸わせることです。

国内産米で、夏場は30分位。冬は1～2時間。外国産米のジャポニカ種では、国内産米と同様な浸漬時間ですがインディカ種の米（20～30%のブレンドの場合を含む）の場合には、若干浸漬時間を長くしたほうが良いでしょう。また、時間のない時は、40℃位のぬるま湯を用いると冬でも1時間位で大丈夫です。

ねかせた後はもう一度水を取り替えます。

ポイント⑤

あわてず、さわがず じっくり蒸らす

蒸らしは自動炊飯器でもおいしく炊くポイントの一つです。蒸らしの工程が入っていない炊飯器の時は、そのまま10～15分ほどおいてください。

ポイント⑥

しゃもじでほぐし 最後の仕上げ

蒸らしが終わっても炊き上がったままにしておくと蒸れ固まって、まずくなってしまう。底の方からごはんをつぶさないように混ぜ、余分な水分を逃しましょう。

中央公民館 改修工事完成間近



▲新築された準備室等

▼ホールは15.3坪広くなりました



総ヒバ造りのドア

準備室

備品収納庫

今年一月から行われていた中央公民館の一部改修工事がほぼ終わり、四月一日から利用できる運びとなりました。公民館は各種大会、会合はじめ冠婚葬祭など多種多様に利用されてきました。しかし大ホールを利用する会合や冠婚葬祭は年々その参集人数も増加し、ホールが手狭になつ

たことから今回の改修工事となったものです。改修されたホールは、一五・三坪広くなり、今まで結婚披露宴で二七〇人しか収容できなかったのが三〇〇人まで収容できる広さになります。また、ホール北側に準備室、備品収納庫、ゴミ置場等一九・四坪の建物を新築。今まで

備品が一杯で狭かった舞台の楽屋が有効に活用できるようになります。

総工事費二、二〇〇万円を投じた改修工事。各種会合はもちろん、町活性化の礎にするためスタートした公民館プロジェクトに乗ってきているだけにますます利用頻度が高まりそうです。

国民年金情報

四月から国民年金の保険料が変わります

国民年金の保険料が四月から、月額一、一〇〇円に変わります。

国民年金が支給する基礎年金は、加入者が納める保険料と国庫負担によってまかなうしくみになっており、年金額の改善に伴い、給付と負担のバランスをとるため、保険料は段階的に引き上げられます。国民年金が健全に運営されるよう、保険料の引き上げにご理解とご協力をお願いいたします。

なお、付加保険料は、これまでどおり月額四〇〇円です。

国民年金保険料額
平成6年4月から
11,100円

葛西 やえ子さん 東京で「津軽裂織」作品展



木絲蔵に飾られた作品の数々

当町上山道町在住の葛西やえ子さんが、東京葛飾の木絲蔵で二月二十一日、二十六日までの六日間、津軽裂織の作品展を

開きました。葛西さんは、素材さとぬくもり、独特の色合いに魅せられ十年ほど前から津軽裂織を始め、五年前から自宅に工房を構え活動しています。古着などの木綿を手で裂き、草木染めなどしてから地機で平織りにするという手間のかかる裂織ですが、古い物をリサイクルすることでまったく違った新しい物ができたとときの喜びがたまらないといいます。これまで自分で作った作品

を置いてもらっていた木絲蔵で初めての作品展を開くことになって不安もあったようですが、いざ東京に出て見て、新しい物でなくローカルな物が好まれるなど都会の感覚の違いを感じたそうです。葛西さんは「今回の作品展で何かが見えてきたような感じがします。古い物を大切に作る気持ちをお忘れず、これからも頑張ります」と、ますます張り切っていました。

ノルディック複合競技日本チームで最年少ながら大舞台で並み居る強敵を相手に最長不倒をマークするなど大物ぶりを発揮。四年後の長野オリンピックに期待がかかります。オリンピック出場という小さい頃からの夢を実現させた古川選手。また新たな目標に向かって進んでいることでしょう。今回の経験を生かし、次の大会目指して頑張ってください。お疲れ様でした。

金木町青少年育成町民大会



問題提起するパネラーの皆さん

去る二月十一日、中央公民館で「第一回金木町青少年育成町民大会」が開催されました。大会は、二十一世紀の金木町の担い手となる青少年の教育課程を探り課題解決の方法を考え、さらに町民挙げて青少年教育の推進に当たる決意をする目的で第一回目のテーマを「子供を宝として大切に育てる町金木町」―学校、家庭、地域の役割―として行われました。

最初に青少年育成青森県民会議の前田安三専門指導員が講演。続いて行われたパネルディスカッションでは、金木警察署防犯係長はじめPTA会長など各分野のパネラーの皆さんが問題を提起。この日集まったフロアーの皆さんと討議しました。最後に、助言者として招かれた藤田信範金木南中学校長らが、この大会を契機に横の連絡を取り合い、町民挙げて青少年育成を推進し、より良い町づくりをしていきたいと思います。

第一回金木町青少年育成町民大会開催

去る二月十一日、中央公民館で「第一回金木町青少年育成町民大会」が開催されました。

古川純一選手健闘十九位

リレハンメル冬季オリンピック



四年に一度のスポーツの祭典オリンピック。当町喜良市川端町出身の古川純一選手が初出場ながらノルディック複合競技で十九位と健闘しました。

古川選手は複合前半のジャンプで一本目は八〇・五mに留まったものの、二本目で下から吹き上げてきた風にくまなく乗り九三mの大ジャンプで最長不倒をマーク、飛型点も二〇点満点が出るなど、八位と大健闘。翌日、後半の距離をトップと二分五六秒差でスタート。最終的に十九位と入賞は逃したものの金木魂を見せてくれました。

おいしかったよお餅 第1保育所



うまくつけるかなあ

旧正月の二月十日、第一保育所で母の会主催の餅つき大会が行われ、子供たちは楽しい一時を過ごしていました。

冷害のため餅つき大会を行ううかどうか迷ったものの、母の会が準備を進め、子供たちのために行うことになりました。子供たちは、大きなキネを持ってフラフラしながらお母さんたちと一緒にペタン、ペタン。できたての餅をきな粉やのりを巻いておいしいうにほおばっていました。

金木町議会 優良町村議会として全国表彰



小田桐議長は「長い歴史の中で優良議会に選ばれたことは大変名誉なことであります。これもひとえに先輩議員の今までの努力の結果だと感謝しています。今後とも町発展のために町民の皆様のご理解ご協力をお願いします。」と喜びを語っていました。

地方自治の本旨にそって議会運営の向上に努め、住民福祉を増進した功績により、金木町議会が全国町村議会議長会から優良町村議会として表彰されました。

地方自治の本旨にそって議会の席上で県町村議会議長会から小田桐喜吉金木町議長に優良町村議会の表彰状が伝達されました。受彰者を代表し謝辞を述べた小田桐議長は「長い歴史の中で優良議会に選ばれたことは大変名誉なことであります。これもひとえに先輩議員の今までの努力の結果だと感謝しています。今後とも町発展のために町民の皆様のご理解ご協力をお願いします。」と喜びを語っていました。

生演奏をあなたに

第2回 ファミリーコンサート

青年部が中心となり、「第二



オーケストラの演奏にみんな酔いしれています

町民の皆さんに生の演奏を楽しんでもらおうと、商工会が中心となり、「第二回金木町ファミリーコンサート」が二月二十二日、農業者トレーニングセンターで開催されました。コンサートは、海上自衛隊大湊音楽隊がホイトニーヒューストンのデビュー曲「すべてをあなたに」や吉幾三の「酒よ」、テレビアニメ「クレヨンしんちゃん」や映画「ロッキー」のテーマ曲などを演奏。悪天候をよそに集まった約四〇〇人の町民はオーケストラの生演奏に酔いしれていました。

一人暮らし老人に ふれあい弁当



「ふれあい弁当」どうぞ

このほど、町と社会福祉協議会が一人暮らし老人の皆さんに、手作りのお弁当を食べてもらおうと六十五歳以上の

一人暮らし老人二一一名を対象に「一人暮らし老人配食サービス」を行いました。配食サービスは、町連合婦人会、日赤奉仕団の協力を得「ふれあい弁当」と名付けられた手作り弁当を作ってもらい、民生委員とヘルパーが担当区域の一人暮らし老人宅を一軒一軒尋ね手渡しました。弁当を受け取った老人は「楽しみにしていました。さっそくごちそうになります。」と真心のこもった弁当を喜んでいました。

出稼農業者事業所訪問

関東の二事業所

平成五年度の出稼農業者就労事業所訪問が、二月二十六日～二十七日の二日間にわたって関東中心に行われた。

訪問したのは金木町長（田中勇治）、金木町農業委員長（中谷肇）ら三人で、二十六日は東京都江戸川区の㈱栄商事（津島文夫さん外二十二名）、二十七日は埼玉県松伏町（今井産業）を訪ね、指導相談会を開催した。

相談会では、田中町長が町政全般に関する事業等の状況報告について、中谷会長が冷害に伴う小田川土地改良区の賦課金の緩和措置について、農業委員会事務局から農地流動化対策事業、水田當農活性

化対策の平成六年度転作等目標面積について説明を行った後、いろいろな話し合いが持たれた。

主な内容は次のとおり。

- ①側溝整備について活発に行っているが、一部実施していない所もあるので早急に行ってほしい。
- ②金木川改修事業についての状況がどのようになっているのか。
- ③夏祭り等の盛り上がりをもっと盛大に行ったらどうか。
- ④総合運動公園の施工状況に



▲栄商事のみなさん

みんな元気でした

▼今井産業のみなさん



ふるさと発見

Q・金木町から初めてオリンピックに出場した古川純一選手。古川選手が出場した種目は何でしょう。



正解者の中から抽選で3名様に素敵な記念品を差し上げます。どんどん応募して下さい。

応募方法

ハガキに住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記入のうえ

- ①クイズの答②今月号のよかった記事③つまらなかった記事④ご意見・



ご感想を記入のうえ

〒037-02

金木町大字金木字朝日山323

金木町役場企画室

までご応募下さい。

応募の締切は4月5日当日消印有効。当選者の発表は4月号に掲載します。

2月号の答 地吹雪

当選者は次の3名です。

喜良市 大橋 潔 枝さん
 中柏木 原田 千穂 穂さん
 喜良市 伊丸岡 優 希さん
 たくさんのご応募、貴重なご意見有難うございます。今回当選しなかった方もこれにめげずどしどしご応募ください。

ついでどのようなようになっていくのか。
 以上のような質疑、要望が出され、出席者全員で活発な意見交換がなされた。
 また、各事業所とも出稼就

労者に対して、安全衛生、宿舍施設、福利厚生、食事等に関り、安心して就労できるように配慮されていた。
 （報告）金木町農業委員会

金木病院カルテ ①

レントゲンの信頼と脅威

外科医長 唐 牛 忍

一般に「レントゲン」とい
えば皆様ご存知のとおり、重
要な診断の一方ですが、と
きには必要悪であるというこ
とを今回は述べてみたいと思
います。

レントゲンは今からおおよそ
百年前の一八九五年にドイツ
の物理学者レントゲンが発見
しその名がつけられ、当初は
未知の放射線であつたためX
線と呼ばれていました。X線
フィルムとか放射線科という
呼び名はこれに由来します。
このレントゲン線は最初は骨
のような硬い組織を写すのに
良く用いられましたが、その
後バリウムなどの造影剤の発
達により全身のいたるところ
に應用されるようになり、最
近では精密検査といえればレ
ントゲン撮影や透視を指すま
だになつてきました。

を利用した検査では判らない
病気もたくさんあり、その一
方で体に危険の少ない検査法
も種々考案されてきています
それには内視鏡（いわゆる胃
や腸のカメラ）はもとより超
音波検査やMRI（磁気を利用
した画像検査、脳や脊髄の
診断に有効）などがあり、近
い将来はこれらがより有効で
苦痛が少なく、料金も安い検
査法になるのではないかと
考えられます。

確かに現時点では最も信頼
できる診断の補助になるのは
レントゲンに違いありません
が、その被爆量も大変なもの
です。例えば一回の胃・腸の
透視では人間が一年に浴びる
自然被爆量を浴びてしまいま
す。また体のCTなども同様
で、あまりにも多くのレント
ゲン検査を受けると原発事故
と同じく白血病やガンが発生

する危険性も高くなります。
私達医師もそういう観点から
必要のないレントゲン検査は
避ける方向にあります。皆
さんも精密検査、イコール何
でも「レントゲン」という旨
信はやめて医師の適切な指示
にしたがい、今一度レントゲ
ンというものについて考え直
してみたいかがでしょうか。

あなたの善意

ありがとうございます

▼岩田まり（神奈川県横浜市）
大宰文学振興にと

一〇〇、〇〇〇円

寄附して下さいました。

岩田まり（本名〓岩田まり子）

さんは当町喜良市東岩見町出
身で、現在神奈川県横浜市に

在住。六ツ川高校に勤務する
傍ら詩人として活躍。「あな
たという時間」「千の水道橋」
などの詩集を出版。
趣旨に沿うよう大切に使用
させていただきます。
有難うございました。

いんじん・大根



●ポイルドエッグだしわりじょうゆ

材 料（4人分）

卵	4個
湯	4カップ
酢	大サジ3
塩	小サジ1
ほうれん草	150g
だしわりじょうゆ	
② だし汁	40cc
③ しょう油	20cc

作り方

- ① ②を煮立て、卵を割って一つずつ落
とし入れ、半熟になったら玉じゃく
しですくって水にとる。
- ② ほうれん草はゆでて3cm長に切る。
- ③ 卵、ほうれん草を器にとり、②のだ
しわりじょうゆをかける。

●いためなます

材 料（4人分）

いわし	2尾
大根	600g



にんじん	100g
油	大サジ1
調味料	
砂糖	小サジ1
しょう油	大サジ1.5
酢	小サジ1~2

作り方

- ① いわしの腹ワタをとり洗って水けを
切り、素焼きにし、身をあらくほぐ
す。
- ② 大根、にんじんは皮をむき、5cm長
の千切りにする。
- ③ 鍋に油を熱して野菜をいため、いわ
し、調味料を入れていため煮し、お
ろしぎわに酢を加える。



食生活改善
推進員の
土岐京子さん

今回は誰にも簡単で手軽にできる料理
です。皆さんもどうぞお試し下さい。

おらほの仲間っこ 「金木テニスクラブ」



みんなでテニスを楽しもう

誰でも気軽に 楽しめるクラブ

テニス好き若者四人で昭和五十八年にスタートし、テニスの普及・発展を目的に誰でも参加できる教室や大会を開催するなど地域スポーツの振興に積極的に取り組んでいたところ、この活動が認められ思いがけない県スポーツ奨励賞を頂き感謝致しております。スタート当時は、テニスコ

いますが、悲願の優勝はまだお預けの状態です。

現在は、女性を中心に高校生から四十歳代までの幅広い参加者五十名が会員登録。カワイイ女性の多いことが嬉しいかぎりです。

テニスに興味があり、楽しみたい方は是非クラブに加入して下さい。

連絡先 五三二二四一

会長 工藤まで

戸籍の窓

おめでとぅ

二月届出分

桑田 玲佳(一仁) 金木 親月(吉範) 川瀬 大屋 潤圭(正彦) 嘉瀬 角田 知弥(武久) 川瀬 大佐賀 雄輝(尋嗣) 川瀬 齊藤 龍(一) 嘉瀬 津島 啓成(和人) 金木 成田 華菜(芳謹) 金木

おしあわせに

川口 尋永(新造) 蒔田 渋谷 仁美(徳) 稲垣村 伊勢田 博仁(岩之助) むつ市 加賀谷 みちよ(正三) 金木 相馬 新一(勇一) 鱒ヶ沢町 長尾 真紀子(久) 金木

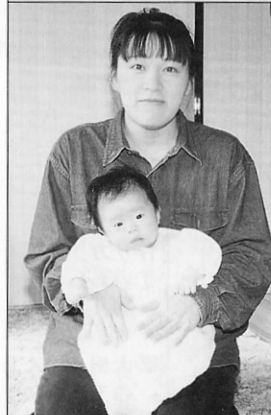
おくやみ

黒川 タケ(80才) 嘉瀬 澤田 正由(76才) 嘉瀬 原田 つや(86才) 中柏木 秋元 兼雄(80才) 嘉瀬 角田 サト(97才) 金木 鈴木 豊勝(89才) 喜良市

はじめまして

れいか 玲佳ちゃん
1月20日生まれ
体重 4,032g
第二金木団地48号
桑田一仁さんの長女
元気で思いやりのある子
に育ってほしい
(母 美穂子より)

じゅんけい 潤圭ちゃん
1月26日生まれ
体重 3,650g
嘉瀬上新町
大屋正彦さんの長男
明るく元気で育ってほし
い
(母 真由美より)



企画室からお知らせ

企画室では、町民の皆様からホットな話題の提供をお待ちしています。どんなささいな事でもかまいません。面白い事、珍しい事などありましたら役場企画室までご連絡下さい。
☎53-2111 内線286

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に出向の際申し出て下さい。

人口と世帯

	2月末現在	前年同月比
男	6,086人	△ 85人
女	6,703人	△ 84人
計	12,789人	△ 169人
世帯数	3,871	△ 11