



広報

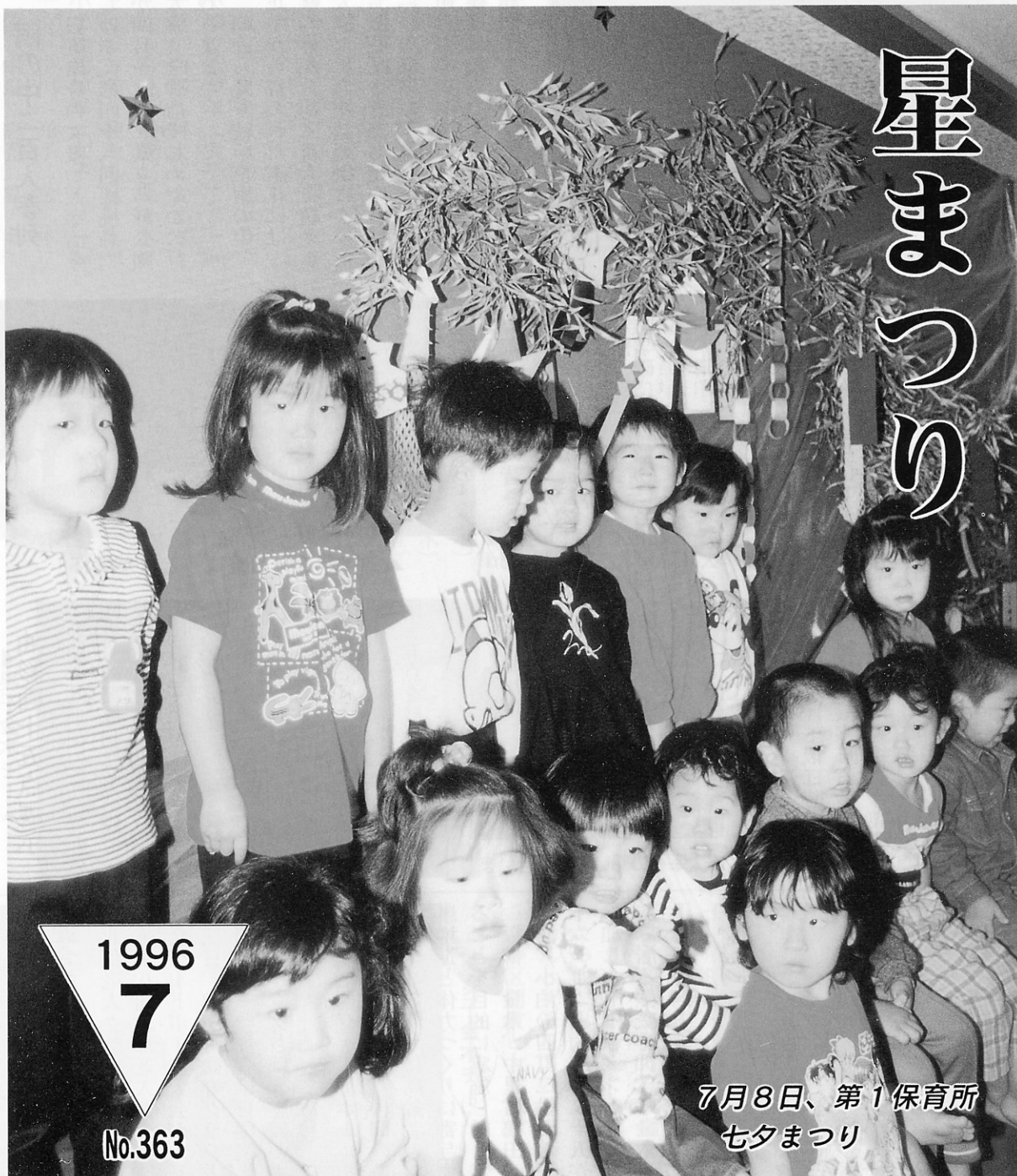
# かなぎ

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☎2111 内線240

\*\*\*\*\*



星まつり

1996  
7

No.363

7月8日、第1保育所  
七夕まつり

# 第48回 桜桃忌

▶花を献花



## 雨の中二百人参列

当町出身の文豪・太宰治をしのぶ『第四十八回桜桃忌』が四月十九日、県立芦野公園太宰文学碑前でしめやかに行われました。

朝から降り続いた雨の中、正午から行われた献花には、県内外から約二百人を超える太宰ファンが詰め掛けました。献花にさきだち田中町長が「今や世界の太宰となった。町は誇りにしていきたい」と挨拶。続いて太宰の長女 津島園子さんが「太宰にふさわ



▲(左)田中町長と(右)津島園子さん



▲三人衆を一目見ようと人が満杯

## 油彩画十五点展示

参加者は献花の後、芦野公園近くの櫻庭利弘美術館で、櫻庭利弘さん、津島園子さん、柴田みち子さんによる、油絵三人展を見学。

行事に組み込まれるのは昨年到现在二回目、今回は、櫻庭さんは「秋・樹」、津島さんは「五月の光」、柴田さんは「夏も終りね」などの油彩画十五点を展示しました。



▲太宰への想いを語り合いました

## 太宰をしのぶ会

引き続き、午後二時から中央公民館で太宰をしのぶ会が開かれ、金木高校の今純子さん、伊藤亜由美さんの二人による「雀こう」の朗読や参加者それぞれの太宰の思い出を語り合いました。

## 第十八回北郡老人クラブ連合会ゲートボール大会

北郡老人クラブ連合会主催の第十八回北郡老人クラブ連合会ゲートボール大会が六月十三日、鶴田町鶴寿グラウンドで開かれ、参加者は日頃鍛えたスティックさばきを競いました。

同大会は、ゲートボールを通して親睦を深め、仲間の輪を広げるとともに高齢者の健康増進と体力づくりに寄与することを目的に実施。

板柳、金木、中里、鶴田、市浦、小泊の四町二村から三十六チーム、約二百二十人が参加したトーナメントでは、並み居る強豪を抑えて金木チームが優勝しました。



▲金木チームの面々

## 第13回 町民健康マラソン大会 健脚を競う



▲家族の声援を受けながらの力走

六月二十九日、金木町運動公園を発着点とする第十三回町民健康マラソン大会が開かれ、金木町に居住又は勤務する三百十二名が参加し、青空の心地良い汗を流していました。

開会式では、成田勝義教育長が激励の言葉を述べた後、選手を代表して中谷香織さん（川倉小六年）が「最後まで走り抜くことを誓います」と選手宣誓。

大会は、各種目別に順次行われ、応援のため会場に駆け付けた家族から熱の入った声

援が送られていました。青森県民駅伝競争大会の選手選考会を兼ねていることもあり、マイペースに走る人、自己新記録を狙う人など様々。参加者全員に記念品、各種目十位までメダルが贈られました。

上位入賞者は次のとおり。

- 小学校低学年（男子） 一 km  
一位 白川 将太（金木）  
二位 鳴海 裕哉（金木）  
三位 斉藤 翔太（金木）  
小学校低学年（女子） 一 km  
一位 白川 洋子（金木）  
二位 蛸島 彩香（嘉瀬）

- 三位 内海 智秋（嘉瀬）  
小学校高学年（男子） 一・五 km  
一位 原田 和幸（嘉瀬）  
二位 奈良 享平（喜良市）  
三位 泉谷 春樹（喜良市）  
小学校高学年（女子） 一・五 km

- 一位 中谷 香織（川倉）  
二位 原田 裕子（嘉瀬）  
三位 飯塚 緑（嘉瀬）  
中学校（男子） 三・五 km  
一位 原田 晃（金木南）  
二位 工藤 智弘（金木南）  
三位 前田 祐生（金木）  
中・高校（女子） 三 km  
一位 小山内良恵（金木）  
二位 徳田 真澄（金木）  
三位 秋村 優子（金木南）  
高校・一般（男子） 五 km  
一位 菅原 浩（金木）  
二位 佐野 敬一（金木）  
三位 澤田 匡希（嘉瀬）  
一般四十歳以上（男子） 五 km  
一位 津島 秋好（金木）  
二位 工藤 勇蔵（金木）  
一般（女子） 二 km  
一位 中谷すみ子（川倉）  
二位 阿保 照美（金木）  
三位 白川志保子（金木）

## 第一回田舎館城下少年駅伝津軽大会 兼第一回県少年駅伝予選会

第一回田舎館城下少年駅伝津軽大会兼第一回県少年駅伝予選会が六月三十日、田舎館城の周辺で開かれました。

大会は、同村の第三セクター・アイナックが主催し「走れ！風の中に」をスローガンに青少年の交流と育成を図ることなどを目的に初開催。男女合わせて二十二チームが出場し、男子一・一〜二 km、女子〇・七〜〇・七七 kmから

なる七区を力走。男子は金木チーム（桑田祐輔、山田亮太、奈良享平、秋元将希、棟方裕也、桑田亮、野宮大嵩）が一位、女子（中谷香織、榎引里子、原田裕子、松橋知美、白川亜沙美、古川有希乃、長内美粧子）も二位と好成績をあげました。

この他、男子一区の桑田祐輔さんと女子三区の原田裕子さんが区間賞と大健闘。

### 女子金木チーム



▶男子金木チーム



# まちのぞきまじり

## おじいさん、おばあさん、 また遊びましょよう

川倉小学校（校長 天内鐵雄）の一年生から五年生まで



▲笑い声がいっまでも続きました

五十八名が七月二日、特別養護老人ホームあしの園（園長 中谷衛 入所者五十名）を訪れ入所者との交流を図りました。

交流は、川倉小学校児童とあしの園の入所者がお互いにチームを組み交流することにより、日頃味わえない喜びをわかちあおうと初めて試みたもので、同園の食堂に集まった入所者を前に「短い時間ですがよろしく願います」

と児童らが挨拶。この後、園内三カ所に分かれてぬりえ、的当ボーリング、フーセンバレーなどのアトラクションが行われました。

食堂で行われたフーセンバレーは、老若男女混合の六人制。思うように動かない風船に四苦八苦する姿はギャラリの笑いを誘っていました。アトラクションが終わると児童が「ゲームは楽しかったですか」と話し、全校生徒で書いたお見舞カードを一人一人に手渡していました。



▶田中町長から松川さんへ

### 松川さんに賞状と副賞

芦野湖（藤枝溜池）の水辺空間を利用した吊橋とオートキャンプ場を結ぶ東北一長い浮き橋の名称で入選作品「芦野夢の浮き橋」を考案した松川ヒサコさん（52）に六月十四日、役場応接室で田中町長から賞状と副賞が贈呈されました。

親しみやすく町のイメージに合った浮橋の名称「芦野夢の浮き橋」に田中町長が「短く素晴らしい名前です」と賞状と副賞を松川さんに手渡しました。これに対し松川さんは、「ありがとうございます。夫と遊び半分ですが二通、夫が三通応募。入選するとは思わなかったのです。うれしいです。」と話していました。

## 元気であらう

けっぱれ



職業	官曹
氏名	今木喜良
年齢	40歳
出身地	木町
家族	妻、長女

中学の頃から写真に興味があり、「将来は写真に係る仕事がしたい」と、昭和五十年三月航空自衛隊に入隊。思いが叶って、同年九月、我国唯一の偵察航空隊（茨城県百里基地）に配属となりました。偵察機は、多種多機能な偵察カメラを搭載した、ジェット機・ファントム（RF4E/4EJ）です。事故、災害等が発生した時は、昼夜を問わず何処にでも飛び出して状況等を収集し、各省庁・自治体等に協力しています。

近年では、雲仙普賢岳の噴火、北海道南西沖地震、阪神大地震は、長期に渡り活動した事を、鮮明に記憶しています。「必見・必撮」が我々の任務。目的を達成出来るよう日夜訓練に励んで、二十一年余りが過ぎました。そんな私の家族は、妻（中里町生まれ）娘（小二）の三人。金木町とよく似た町で暮らしています。数年前は、家の中を津軽弁が飛び交っていましたが、近年「津軽弁禁止令」が公布され罰金制度まで出来ました。しかし、我が家の大行事「帰省」が近くなると話は別「〇〇は、津軽弁で何というの」である。公布者を忘れ、じっちゃん・ばっちゃんの待つ津軽へ準備する娘、それに答えながら私たちも……

最後に、金木町のご発展を心よりお祈り申し上げます。また、私の基礎を作ってくれた「南中」「金高」の関係者皆さんに感謝いたします。



▲全員で合唱した「高原列車は行くよ」

## 声を高らかに合唱交歓会

七月四日、金木町知的障害者更生施設大東ヶ丘サントピアホーム（園長 花田昭一・入所者五十名）に、同町の公民館教室の童謡を歌う会（会長 小山内トシエ・会員百八名）が訪れ、合唱交歓会で交流を深めました。

最後に全員で「高原列車は行くよ」を合唱し、また来年交歓会を開くことを約束しました。

## 蒔田地区

## 皆んなで楽しい農休日



▶地区でのさなぶり

蒔田地区では、農休日を利用した蒔田村さなぶりが六月九日行われ、久しぶりの家族との休日を楽しみました。農水省の新しい農業経営推進運動事業では、蒔田地区をモデル地域に指定し、平成六・七年の二カ年計画で後継者が喜んで残ってくれる農業環境づくりに努めてきました。初年度に実施した生活状況アンケートの結果、農繁期に

は休みがなくなるなどの声が大半を占め、集落ぐるみの休日を定めたものです。指定から外れた今年も農休日を希望する声があり、六月から九月までの期間中毎月一回焼肉パーティー、ボーリング大会で楽しむことになっていきます。この日は、農家五十二戸から約七十名が参加。子供たちによる太刀振り踊りやお神輿運行、仮装行列が同地区を練り歩き、住民から盛んな拍手が送られていました。

## 暮らしのポイント

ふすまを開けたら、押し入れの中の収納物が崩れ落ちてきた。あれこれ詰め込み過ぎて、どこに何を入れたか分からなくなっていました。そんな経験、ありませんか？ 押し入れは、単に物がたくさん収められればいいというものではありません。どこに何が収納できるかがすぐ分かり、出し入れはいつもスムーズといった、きちんとした管理ができてこそ、上手な収納といえます。

### 押し入れの上手な収納

原則は、よく使う物を手前に、そうでもない物は奥に入れること。市販の押し入れタンスやキャスター付きのボックスワゴンなどを利用すると、押し入れの奥も有効に使い、収納物を取り出しやすくなります。透明プラスチック製なら中身が一目で分かり、より便利。組み立て式のカラーボックスを横にねかせるのも、奥のデッドスペースを活用するのに有効です。押し入れで最も場所をとるのが来客用の布団や座布団、シーズンオフの毛布などでしょう。

## 出し入れを考えた物の配置を

使わない布団類を下にしまい、その上に日常使う布団を載せるなどの積み重ね方式が多いようですが、これは、下の布団が痛むだけでなく、上に積んだ物も安定せず、すすめられませんか。そんな場合、上下二段に分かれてる押し入れを、もう一区切り分割して上部のスペースを有効に生かしてはどうでしょう。棚を作りつけなくても、例えば同じ高さの押し入れタンスを押し入れの両端に置き、その上に板を渡すだけで立派な棚になります。どこに何を入れたか分からなくなるのを防ぐには、収納時に図解メモを作るのが確実な方法。収納物を写真に撮っておくのも便利です。それらを押し入れタンスの引き出しなどに張っておけば、久しぶりに使う物も迷わず探し当てられます。



# おらほの仲間つこ

## — 金木俳句会 —

昭和十八年に「鳴子」という名称で始まり、幾度となく発展的解消を繰り返して、昭和五十一年によく現在の金木俳句会（会長 二戸耕雨）に定着。今年に記念すべき二十周年を迎えます。

金木俳句会は、毎月第三土曜日、中央公民館で開いています。教室では、先月の俳句の宿題の提出から始まる。当季雑詠三句と課題二句を提出しその句を全員の間で互いに点数を付け、最高点を運び出します。月一回の会報には会員の結果を短評をそえて掲載し発行するため、宿題はいやが上にも力が入ります。

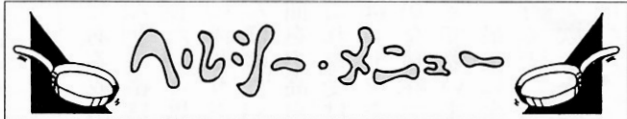
俳句は、季節を表す季語を読み込みながら五・七・五の三句、十七音を基本に、短い詩ではありますが色彩感覚や韻の響きを大切に表現しなければなりません。



▲金木俳句会の皆さん

ればなりません。日常のささいな出来事に目を見張り、自分らしい個性を加えなければなりません。この年代になつてからの宿題は、楽しんで作ることが出来ます。

六月三十日に行われた年一回のイベント、第二十回県下金木俳句大会が中央公民館で開催され、町内外から八十五名が参加。皆さんからの協力で大盛況を納めることができました。



・切り干し大根の甘酢あえ  
 材料（4人分）  
 1人分カルシウム 83mg  
 切り干し大根 40g  
 生椎茸 4枚  
 だし昆布 5cm  
 酢 大サジ4  
 砂糖 大サジ1½  
 作り方

①切り干し大根は水でもどし、きれいになるようよくもみ洗す。  
 ②椎茸は香りよく焼き、千切りにする。  
 ③こんぶは細く切りカップ1杯の水に漬けておく。  
 ④①と②と③の昆布に③のもどし汁とカップ調味料全部混ぜ合わせ漬ける。



・フルーツヨーグルト  
 材料（4人分）  
 1人分カルシウム 150mg  
 キウイフルーツ 2個  
 いちご 10個  
 パイン 缶詰 2切れ  
 干しプルーン 2個  
 プレーンヨーグルト 480g  
 作り方

①キウイフルーツは皮をむき、他の果物も食べやすく切る。  
 ②①をヨーグルトであえる。

今回は、丈夫な骨で元気に長生き！  
 骨粗鬆症を防ぐには、食事と運動を中心とした生活習慣を見直しましょう。

食生活改善推進員会

### こくみんねんきん

#### 国民年金に

#### 任意加入できます

国民年金には、任意で加入することができます。

任意加入できるのは次のような人です。

1 国内に住所がある二十歳以上六十歳未満の人で、年金受給者であるために

2 適用除外を受けている人。  
 国内に住所がある六十歳以上六十五歳未満の人。  
 国民年金は二十歳から六十歳まで加入することになつており、老齢基礎年金を受けるためには、保険料を納めた期間と保険料納付の免除を受けた期間などを合わせて二十五年以上あることが必要。

3 日本国籍の人で、国外に住んでいる二十歳以上六十五歳未満の人。

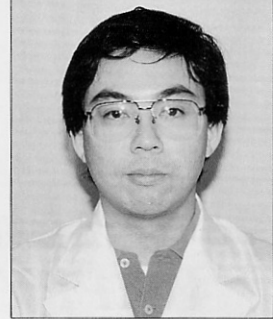
4 昭和三十年四月一日以前に生まれた人で、六十五歳まで任意加入しても老齢基礎年金の受給資格期間に足りない人は、七十歳になるまでの間で資格を満了すまで加入することができます。

六十歳になつても受給資格期間が不足していたり、資格は満たしていないけれども、より高い年金を受けたいという人は任意加入できます。

金木病院カルテ 125

気管支喘息について

内科 林 昌功



日本における気管支喘息の発生は、大人、子供ともに三十年前と比較して、最近は一〜三倍の増加の報告がされています。大人の気管支喘息は三〜四％、子供の気管支喘息は三〜七％の人々に認められています。この増加の原因としては、大気汚染の影響、風通しの悪い住居、生活様式の変化、ダニやカビ胞子などの抗原物質の増加、室内のペットの飼育の増加、食事内容の変化と過剰栄養、食品添加物の増加など、文明の発達とともに「気管支喘息などのアレルギー疾患の増加は必然的？」との考え方もあります。また気管支喘息の増加とともに近年喘息発作による死亡も世界的に増加傾向にあります。

それでは、気管支喘息とはどのような病気でしょうか。気管支喘息は、のどから肝への空気の通り道である気管支が狭くなり呼吸が苦しくなる病気です。症状としては、ゼーゼーとかピーピーとかヒューヒューなどという音が呼吸時に出て息苦しくなります。これは狭くなった気管支を空気が通り抜けるとき音が出るのです。それではなぜ空気の通り道である気管支が狭くなるのでしょうか。それは原因物質や刺激物質が気管支に呼吸により侵入します。この物質に対して気管支が敏感に反応します。特に気管支の筋肉である平滑筋が敏感に反応し収縮して気管支を狭くします。また粘液の分泌が増加して痰となり気管支をふさいだり、気管支粘膜のむくみを引き起こすため気管支が狭くなります。

気管支喘息の治療法は、気管支が狭くなっている急性期

とそれ以外の慢性期に分けられます。急性期は、軽度であれば自宅で気管支を広げる薬剤を服用したり、吸入することにより症状が消失します。軽度とは、呼吸が苦しいけれど横になれる状態のことです。もし薬を使用しても改善がなければ、また横にもなれないほど呼吸が苦しくなるようであれば、掛かり付けの病院若しくは救急病院を受診した方がよいと思います。救急病院では、酸素の投与、気管拡張剤の吸入や点滴、ステロイドの点滴を行い、症状の改善をみて入院か自宅で様子を診るかを決めます。極めて重症な喘息発作では、意識がなくなったり、呼吸が停止するため人工呼吸器を使用することもあります。慢性期の治療については発作のおこる回数により使用する薬が違うので主治医とよく相談して下さい。

最後にアスピリン喘息について書きたいと思います。アスピリン喘息は約十％の喘息に認められています。非ステロイド性の抗炎症薬つまり熱冷ましや痛み止め、脳梗塞の再発を抑える薬を使用することにより短時間に極めて重症な喘息となることがあります。薬の使用とは注射や内服のみならず、ときには湿布やクリームなどのぬり薬でもおこるため注意が必要です。もしアスピリン喘息といわれたら薬を使用するときは、よく調べてから使用して下さい。

つがる弁クイズ

このクイズは若い人の知らない、聞いたことのない津軽弁を楽しく、再発見してもらおうと問題にしたものです。

Q. 「おめさこそらっとしかへる」を標準語に直して下さい。

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つまらなかつた記事
- 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8月3日当日消印有効。当選者の発表は8月号に掲載します。

6月号は「よだれを流して居眠り」でした。

当選者は次の3名です。

- |    |   |   |   |     |
|----|---|---|---|-----|
| 金木 | 舛 | 甚 | 祐 | さん  |
| 稲垣 | 黒 | 滝 | 晃 | 子さん |
| 埼玉 | 西 | 村 | 智 | 道   |

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下さい。

# 戸籍の窓

六月届出分

おめでとう

おしあわせに

おくやみ

訂正とお詫び

中村 蓮 (公治) 金木  
原 歩夢 (知紀) 金木

(伊東 誠司 (辰男) 金木  
石戸谷奈美子 (義彦) 稲垣村)

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ください。

白川 愛 (弘樹) 金木  
原田 晃静 (秀大) 中柏木  
中谷 璃優斗 (清藏) 川倉  
木村 亮裕 (文俊) 金木  
成田 果穂 (考児) 金木  
松川 航大 (正樹) 嘉瀬  
田中 舞 (隆幸) 蒔田

原田 正信 (69才) 中柏木  
白川 久子 (50才) 川倉  
松川 一男 (59才) 嘉瀬  
木下 タマ (88才) 嘉瀬  
加藤 ツヨ (96才) 金木  
白川 マンコ (83才) 金木

広報かなぎ六月号に誤りが  
ありましたので訂正してお詫  
び申し上げます。  
▼三ページ  
① 泉谷 良七  
② 泉谷 良一

## はじめまして



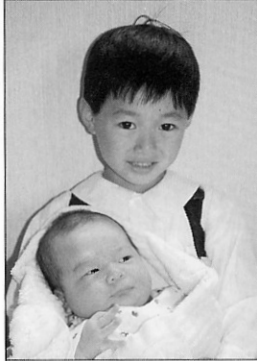
愛

お姉ちゃんと仲良くね  
(母 白川 美奈子より)



璃優斗

人の痛みの分かる心の広い優しい  
男になって(父 中谷清藏より)



晃静

早く大きくなあれ  
(母 原田 千穂より)



果穂

明るく健やかに育て欲しい  
(父 成田 考児より)

## ♥かなぎ公民館ブライダル情報♥ HAPPY Wedding

この度めでたく「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」)によりカップルとなられた方々をご紹介します。



1996.6.16  
新郎 小笠原 二郎さん(金木)  
新婦 石橋 淑子さん(八戸市)

★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にご相談ください。すべて事務局が手配いたします。(☎53-3581)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記念品等々たくさんの特典があります。

### 人口と世帯

	6月末現在	前年同月比
男	5,955人	△ 43人
女	6,547人	△ 62人
計	12,502人	△ 105人
世帯数	3,910	18

▼社会福祉協議会へ  
青森県日蓮立正青年会  
(会長 小野泰幹)  
一五二、八〇〇円  
▼金木町へ  
金木ロータリークラブ  
同クラブ創立三十周年記念  
事業の一環として  
太陽電池式ポール時計 一基

あなたの善意  
ありがとう  
ございました