



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



子供の成長を祝う

11月10日

七五三詣り

八幡宮にて

1996

11

No.367

秋を飾る '96金木町産業文化まつり



秋の収穫を飾り、文化の秋を親しむ「'96金木町産業文化まつり」が十一月二日から四日までの三日間、中央公民館と農業者トレーニングセンターを会場に行われ、訪れた町民は、作品展示や芸能発表などの多彩なイベントを楽しみました。



太宰小説作文コンクール

太宰会(会長=木下巽)主催による第2回太宰小説作文コンクールの表彰式が産業文化まつり2日目の11月3日、中央公民館で行われました。

太宰治の郷土である金木の町づくりに一役買おうと、昨年に引き続き、町内の小・中・高校生を対象に太宰の小説や金木町についての作文を募集していたもので、79点の作文が寄せられました。審査の結果、最優秀賞は、金木高校3年の今純子さんの作文が選ばれました。優秀賞は次の通り。

吉村友希(金木高3年)、白川明香(金木中3年)、須崎靖子(金木南中2年)、相馬由佳(金木小6年)、田中珠季(嘉瀬小6年)、奈良享平(喜良市小5年)

中央公民館で行われた、文化まつりの部では、津軽風、朝日書道、書道教室、陶芸教室の作品展示をはじめ、田中正子文化講演会や「さかえ里美歌謡ショー」などの催しが行われました。

農業者トレーニングセンター
1で行われた産業まつりの部では、農林物産品評会出品展示や北五歯科医師会による無料・歯の健康診断室の他、子供から大人まで大人気のミニ四輪駆動車(おもちゃ)のレースでは、白熱したレースが繰り広げられました。



第18回 金木町総合体育大会



九月二十九日と十月十日の二日にわたり、金木中学校や運動公園を主会場に、第十八回金木町総合体育大会が行われ、スポーツを愛する老若男女が参加しました。

九月二十九日は、陸上競技のみ、十月十日は、卓球、ソフトボール、ゲートボール、テニス、バレーボール競技を消化しました。

陸上の部

男子
小学校四年一〇〇M
優勝 竹内克明(金小)

小学校五年一〇〇M
優勝 棟方裕也(嘉小)

小学校六年一〇〇M
優勝 木村陽仁(金小)

小学校共通二〇〇M
優勝 川嶋康弘(金小)

小学校共通一、五〇〇M
優勝 奈良享平(喜良小)

小学校共通走幅跳
優勝 工藤 卓(金小)

小学校共通ボール投げ
優勝 前田和志(金小)

学校別四〇〇R
優勝 金木小学校A

中学校一年一〇〇M
優勝 工藤浩一(金中)

女子
小学校四年一〇〇M
優勝 佐藤香織(金小)

小学校五年一〇〇M
優勝 新岡伸子(金小)

小学校六年一〇〇M
優勝 長内美粧子(金小)

小学校共通二〇〇M
優勝 松橋知美(金小)

中学校二年一〇〇M
優勝 木村陽子(南中)

中学校三年一〇〇M
優勝 今沙由季

中学校共通八〇〇M
優勝 徳田真澄(金中)

中学校共通スウェーデンR
優勝 金木中学校

卓球の部
優勝 過ぎ去った青春

小学校四年男子
優勝 工藤幸次郎(金小)

小学校四年女子
優勝 沢田夏美(嘉小)

小学校五年男子
優勝 今 正太(嘉小)

小学校五年女子
優勝 原田 歩(嘉小)

小学校六年男子
優勝 倉橋潤一(金小)

小学校六年女子
優勝 山中美香子(嘉小)

中学校男子
優勝 川口哲人(金中)

中学校女子
優勝 下田絵梨奈(金中)

一般男子
優勝 貴田英仁

一般女子
優勝 山中通子

ソフトボールの部
優勝 モッキリソバ

ゲートボールの部
優勝 金木

テニス(ダブルス)の部
優勝 斉藤・津田ペア

バレーボールの部
中学生
優勝 川浪ドラゴンズ



中学校二年一〇〇M
優勝 白石卓也(金中)

中学校三年一〇〇M
優勝 宮崎秀人(南中)

中学校共通一、五〇〇M
優勝 木村 公哉(金中)

中学校共通スウェーデンR
優勝 金木中学校(大会新)

高校・一般一、五〇〇M
優勝 棟方美暢(嘉瀬)

小学校共通八〇〇M
優勝 飯塚 緑(嘉小)

小学校共通走幅跳
優勝 浅利麻衣(川小)

小学校共通ボール投げ
優勝 白川 舞(川小)

学校別四〇〇R
優勝 金木小学校A

中学校一年一〇〇M
優勝 泉谷好乃(金中)

まちのどきどき

秋の夜長を生演奏で楽しむ



▶約三百人の町民が集まりました

金木町商工会青年部（部長 白川隆行）が十月十八日、県警音楽隊（隊長 日間隆楽）を招いて、第五回ファミリーコンサートを開きました。県警の全国地域安全運動の一環として行ったもので、会場となった中央公民館には、約三百人の町民が集まり、美しい音楽で秋の夜長を楽しみました。

コンサートは、中村八代のヒットメドレー「帰ろかな」「こんにちは赤ちゃん」「幼なじみ」「上を向いて歩こう」やおなじみのアニメソングなど全十二曲を一時間にわたって演奏。また、同隊のカラーガード隊も演奏に合わせて旗演技を披露し、集まった町民から大きな拍手が送られました。

母と子のふれあいセミナー



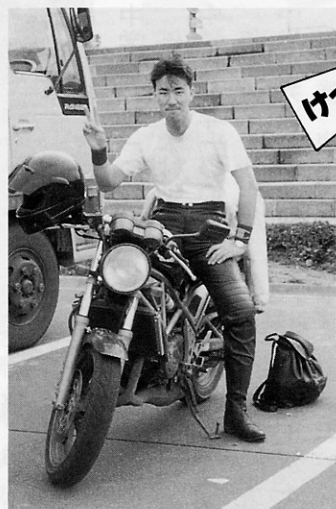
▲お母さんの苦勞が身にしみる？

金木町保健センターで十一月一日、平成八年度母と子のふれあいセミナーが開かれ、金木南中学校三年生の女子生徒三十六人が参加しました。このセミナーは、これから母となる女子生徒に生後四カ月から一歳の赤ちゃんとその母親とふれあうことで、人と人とのつながりや命の大切さを知ってもらおうと行われたもの。

初めに、生徒を代表して斉藤歩美さんが「今日は貴重な体験を通して何か一つでも学びたい」と挨拶。早速、生徒達は赤ちゃんを抱っこしたり、オムツ交換に挑戦したものの、突然泣きだす赤ちゃんに四苦八苦。お母さんに「夜泣きはしますか」と質問する姿も見られました。

この後、健康アドバイザーの相馬ふさゑさんが「命の大切さ」と題して講演。引き続き、離乳食の試食をするなど有意義な時間を過ごしました。

元気でらがあ



けっぱれ

職業 航空自衛隊 1等空尉
 氏名 角田 厚彦
 年齢 28歳
 出身地 金木栄町

金木町の皆さんこんにちは。今年も残すところ、後一ヶ月余りとなり、何かと忙しい日々を送っていることと思います。

私は、現在、航空自衛官として東京、六本木にありますが総合幕僚会議事務局に勤務しております。具体的には、防衛庁長官に対して国内外の防衛及び災害情報等を迅速、確実に提供するために必要不可欠な専用通信系の保守、整備を実施しています。

静岡（浜松）と勤務していましたが、どの場所に住んでもテレビや新聞等で金木町の桜まつりやストープ列車等の話題を目にするたびに、とても懐かしさが込み上げてきます。また、毎月の広報かなぎは、金木町出身者の心の掛け橋になっていると思いますので今後とも引き続き頑張ってください。

最後に、これから津軽の厳しい冬が到来しますが町民の皆さんお体を大切に。

昨年、阪神淡路大震災を見てもお分かりの通り、迅速な情報伝達及び正確な情報の把握が非常に大切であり、そのため現在防衛庁を先頭に三自衛隊が共同で、より一層の強

町民テニス大会

第一回金木町民テニス大会（硬式）が十月二十七日、同



▶多彩なショットで相手をほんろう

町運動公園テニスコートで開かれ、参加者は金木町長杯、教育長杯を目指し、スポーツの秋を満喫しました。

金木テニスクラブ（会長 工藤文久）と同町体育協会が主催したこの大会は、テニスの技術向上と仲間との親睦を深めようと町民や町にゆかりある十七組がエントリー。

開会式では、工藤会長が「金木テニスクラブも今年で十三年を迎え、はじめて開かれるこの町民大会が歴史に残る大会にできれば」と挨拶

この後、田中町長が「ケガのないようにベストをつくし

て」と祝辞を述べました。試合は、各種目ともトーナメント方式で、六ゲームマッチで行われ、参加者はこれまでの練習の成果を発揮しました。

結果は次のとおり。

男子

優勝 工藤文久・夏坂泰寛

二位 千葉哲也・鈴木秀格

三位 阿部陽一・伊藤一二三

〃 坂田 喬・浅利勝博

女子

優勝 太田寿子・吉崎ゆうこ

二位 鈴木昭子・野村しのぶ

三位 中谷すみ子・秋元文子

〃 竹内麻矢子・対馬淳子

川倉小で 公開研究発表会



▲二年生の公開授業

日本赤十字社県支部から平成六年から三年間にわたり、県青少年赤十字活動の指定を受けている川倉小学校（校長 天内鐵雄）が同小学校で十月二十五日、公開研究発表会を開き、児童はこれまでの実践研究の発表をしました。

公開発表会には、赤十字活動を実践している県内の小・中学校教諭や関係者など約二百人が参加。

最初に一年生から六年生が

公開授業を行いました。この後、会場を体育館に移した開会式では、田中町長が「人道愛の基本は教育。今後も次代を担う子供達の教育の充実を図っていききたい」と祝辞を述べました。

引き続き、四年生以上がこれまでの実践活動研究を発表。午後から全体研究協議会が行われ各地域での赤十字活動についての成果や問題点など話し合いました。

暮らしのポイント

新鮮な素材や料理の残りを凍らせてストックするホームフリージング。お宅では上手に活用していますか？

ホームフリージングの活用

肉や魚は冷蔵庫の冷蔵室に入れたままだと味が落ち、雑菌も繁殖します。すぐに食べないものは、その日のうちにフリーザーへ。しょうゆやみそダレに漬けるなど、下味を加えてから冷凍すれば、味も落ちにくく保存力もアップします。料理するときには、なるべく常温で解凍するのが基本です。

おいしさを逃がさない急速冷凍

どは、擦りおろしてから一回分ずつ小分けして凍らせ、使うときは常温で解凍すると便利です。秘訣はなんといっても急速冷凍。ゆっくり凍らせると細胞が壊れ、食品のおいしさが逃げてしまふからです。早く冷凍するには、熱伝導のよいアルミのトレイが便利。汁気のあるものは冷凍用のジッパー付きパックに入れます。汁気のないものはトレイにラップを敷いて食品を凍らせてから冷凍用パックに入れて保存します。中に空気が残っていると食品に霜が付きやすくなるので、パック内の空気を抜いて、真空に近い状態で閉じます。生物の保存は二週間が目安ですが、調理してあれば一か月は大丈夫。フリーザーを整理しながら、上手に活用しましょう。



痛みやすい鶏肉やひき肉などは、加熱調理してから凍らせるのがコツ。電子レンジで解凍・加熱すればすぐに食べられるので重宝します。酸化しやすい野菜類は、生きたけ、ピーマンなど生のまま冷凍できるものもありますが、ほとんどの場合は事前の加熱が必要。葉菜類は解凍時にもう一度加熱することを考えて固さが残る程度にゆでて、水気を切って冷凍します。シヨウガ、ニンニク、ワサビ、トコロイモな

おらほの仲間ついで

— 金木町商工会青年部 —

我々、金木町商工会青年部は昨年三十周年を迎えることができ、これもひとえに町民の皆様のご理解と諸先輩のご指導の賜と深く感謝しております。

現在、部員数五十二名を数え、主な活動としては、桜祭りの駐車場管理並びに会場、ゴザの貸出し、夏祭りではみこし運行、ファミリーコンサート、どかまけ協賛の物産展、家族新年会、毎週水曜日体育館での体力増進の集い等々、様々な活動を行っております。

商工会青年部はともすれば孤になりがちな我々の意識を広く深く聞いてくれる研鑽の場でもあります。

様々な業種の部員とのふれあいの中で、世事に敏感になり、それぞれの立場から「生の声」を聞き、自らの蒙を開き「今」を知る絶好の機会です。



▲今年の夏まつりでみこし運行の前にパチリ

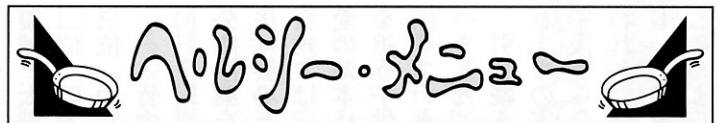
あります。

バブル経済崩壊後、何かと暗い話題の多い昨今ではあります。我々青年部のえいちと若さを集結させ、二十一世紀の金木町の可能性を追求していきたいと思います。

聖書に曰く

「求めよ!

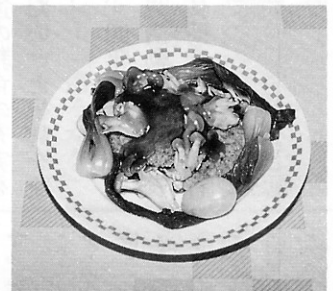
さらば与えられん」



・皿蒸し中華風ハンバーグ

材料 (4人分)

牛ひき肉 (赤身)	240 g
食パン	40 g
スキムミルク	40 g
①食塩	小サジ1/5
②中華風調味料	適宜
玉ねぎ	1/2個
ピーナッツ	20 g
しめじ	1パック
③チンゲン菜	2株
④しょう油	大サジ2
⑤オリーブオイル	大サジ1
⑥片栗粉	大サジ1
⑦蒸し汁 (水)	80ml
⑧中華風調味料	適宜

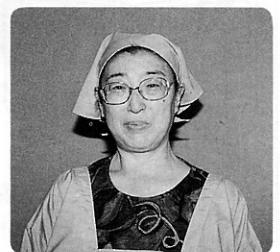


作り方

- 食パンは少量の水に浸し、水気をしぼって小さくちぎる。玉ねぎは粗く刻む。ピーナッツは塩だしをして同様にする。
- ひき肉・①・②をよく混ぜ合わせる。
- 蒸し皿に②をのせ、形を整える。小株にしたしめじを添えて蒸す。
- ③にゆでたチンゲン菜を添え、④でソースを作り、かける。

今回はスキムミルクを使った料理。低エネルギー、低脂肪、高タンパク質、抗酸化酵素の働きを高めるビタミンB2が豊富。骨粗鬆症等成人病、太り過ぎを心配している中高年者には特に適しています。

食生活改善推進員
齊 藤 テル工



ごみんねんきん

年金を

受けている方が 亡くなったとき

年金を受けている方が亡くなったとき、遺族の方は「年金受給権者死亡届」を提出しなければなりません。年金の支給を受けられるの

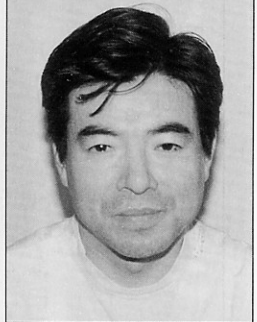
は、死亡した月の分までです。年金は年六回、二ヵ月毎に自動的に受給者の口座に振り込まれたり、郵便局に送金される仕組みになっています。死亡届の提出が遅れると、年金を多く受け取り過ぎて、後で返済ということになり、後で亡くなった方が受け取れるはずであった年金が残っている場合は、遺族が請求するこ

とができます。請求できるのは、①配偶者②子③父母④孫⑤祖父母または兄弟姉妹で、順位もこのとおりです。ただし、年金を受けていた方と生計を同じくしていた方であることが条件ですので、そのことを証明できる書類と戸籍謄本を添えて、「未支給年金・保険給付請求書」を市町村の役場または社会保険事務所に提出してください。

金木病院カルテ 130

腹痛について

内科 岩根 敏



十月十四日付けで黒石病院内科から当院内科へ赴任しました。出身地は南津軽郡平賀町です。消化器疾患を主として研鑽してきました。当地は初めてですが、地吹雪に飛ばされぬよう頑張りますのでどうぞよろしくお願いいたします。

さて今回は、腹痛について述べてみます。

腹痛は消化器疾患の症候では最も多く訴えられる症状で体内の異常を感じた生体からの警告です。腹痛は胸部疾患や代謝異常、また心因性のももあり得ますが、ここでは主として消化器疾患について述べることにします。

I、腹痛の種類

①内臓痛 管腔臓器の伸展拡張、痙攣による痛みであり、非限局性で対称性の痛みです。

②体性痛 腹壁や腸間膜に由来する痛みであり、限局性で刺すような鋭い痛みです。

③関連痛 放散痛とも言われ、内臓痛が強いとき一部の皮膚領域に誘発される痛みです。

④臍周囲痛 脾炎、腸閉塞、S状結腸捻転症、腸炎など。

⑤左上腹部痛 胃穿孔など。

⑥右下腹部痛 胆嚢炎、腸閉塞、虫垂炎、腸炎、憩室炎など。

⑦下腹中央部痛 腸閉塞、腸炎、憩室炎、S状結腸捻転症など。

⑧左下腹部痛 腸閉塞、結腸捻転症、腸炎など。

以上はほんの一例です。腹痛があつたらまず来院し診察を受けて下さい。

⑨腹部全体痛 腸閉塞、脾炎、消化管穿孔、腸間膜血管閉塞症など。

⑩心窩部痛 胃炎、胃潰瘍、胃穿孔、十二指腸潰瘍、脾炎、急性虫垂炎(初期)など。

⑪右上腹部痛 十二指腸潰瘍、十二指腸穿孔、胆石症、胆嚢炎など。

⑫指腸穿孔、胆石症、胆嚢炎など。

⑬臍周囲痛 脾炎、腸閉塞、S状結腸捻転症、腸炎など。

⑭左上腹部痛 胃穿孔など。

⑮右下腹部痛 胆嚢炎、腸閉塞、虫垂炎、腸炎、憩室炎など。

⑯下腹中央部痛 腸閉塞、腸炎、憩室炎、S状結腸捻転症など。

⑰左下腹部痛 腸閉塞、結腸捻転症、腸炎など。

以上はほんの一例です。腹痛があつたらまず来院し診察を受けて下さい。

⑱腹部全体痛 腸閉塞、脾炎、消化管穿孔、腸間膜血管閉塞症など。

⑲心窩部痛 胃炎、胃潰瘍、胃穿孔、十二指腸潰瘍、脾炎、急性虫垂炎(初期)など。

⑳右上腹部痛 十二指腸潰瘍、十二指腸穿孔、胆石症、胆嚢炎など。

㉑指腸穿孔、胆石症、胆嚢炎など。

㉒臍周囲痛 脾炎、腸閉塞、S状結腸捻転症、腸炎など。

㉓左上腹部痛 胃穿孔など。

㉔右下腹部痛 胆嚢炎、腸閉塞、虫垂炎、腸炎、憩室炎など。

㉕下腹中央部痛 腸閉塞、腸炎、憩室炎、S状結腸捻転症など。

㉖左下腹部痛 腸閉塞、結腸捻転症、腸炎など。

以上はほんの一例です。腹痛があつたらまず来院し診察を受けて下さい。

II、腹痛の部位と主な疾患

①腹部全体痛 腸閉塞、脾炎、消化管穿孔、腸間膜血管閉塞症など。
 ②心窩部痛 胃炎、胃潰瘍、胃穿孔、十二指腸潰瘍、脾炎、急性虫垂炎(初期)など。
 ③右上腹部痛 十二指腸潰瘍、十二指腸穿孔、胆石症、胆嚢炎など。
 ④臍周囲痛 脾炎、腸閉塞、S状結腸捻転症、腸炎など。
 ⑤左上腹部痛 胃穿孔など。
 ⑥右下腹部痛 胆嚢炎、腸閉塞、虫垂炎、腸炎、憩室炎など。
 ⑦下腹中央部痛 腸閉塞、腸炎、憩室炎、S状結腸捻転症など。
 ⑧左下腹部痛 腸閉塞、結腸捻転症、腸炎など。
 以上はほんの一例です。腹痛があつたらまず来院し診察を受けて下さい。

III、診断と治療

診断は症状の問診、血液検査、尿、便検査、X線検査、超音波検査、内視鏡検査などにより行われ、各疾患に即した治療が選択されます。当病院では今後新しい電子内視鏡システムを導入して、これらの診断に一層力を注いでいく所存です。

HAPPY Wedding

♥ かなぎ公民館
 ブライダル情報
 ♥



1996.10.6
 新郎 田中 毅 稔 さん(金 木)
 新婦 横山 桂子 さん(埼玉県)

1996.10.20
 新郎 秋元 春樹 さん(嘉 瀬)
 新婦 中村 美由紀 さん(木造町)

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。

★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。
 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があります。
 (☎53-3581)

戸籍の窓

十月届出分

おめでとう

竹内 吏樹 (竜治) 金木
 白川 亜侑美 (一行) 金木
 工藤 祐輔 (光明) 喜良市
 角田 快人 (和志) 金木
 斉藤 滯 (信治) 金木
 田中 美帆 (伸明) 蒔田

(三上 芳弘 (秀男) 喜良市
 (中村 惠理 (敏男) 八戸市
 (白川 利弘 (尚弘) 金木
 (今志津子 (専太郎) 五所川原市
 (三上 孝宏 (時雄) 金木
 (斉藤 純子 (健二) 嘉瀬
 (木津谷雄一郎 (松雄) 稲垣村
 (田中 幸子 (せつ子) 金木
 (下山 靖剛 (政美) 中里町
 (木立 貴子 (久二) 嘉瀬
 (八木橋拓美 (善博) 木造町
 (山田 恵子 (直子) 金木
 (竹内 照枝 (茂) 藤枝
 (加賀田修代 (初男) 中里町
 (今 俊二 (誠康) 喜良市
 (境 由美子 (保) 八戸市

おくやみ

田村 清 (44才) 喜良市
 葛西 リツ (84才) 金木
 小野 良三 (80才) 中柏木
 鳴海 隆二 (41才) 嘉瀬
 秋元 條二 (55才) 嘉瀬
 鎌田 美克子 (28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ください。

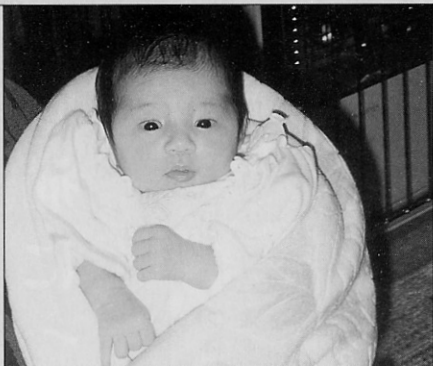
人口と世帯

	10月末現在	前年同月比
男	5,943人	△ 44人
女	6,555人	△ 52人
計	12,498人	△ 96人
世帯数	3,925	21

あなたの善意 ありがとうございます

- ▼社会福祉協議会
- 山本清勝 (若松町) 3,000円
 - 金木歌謡愛好会 (会長=白川勝麿) 50,000円
 - スナック「すみ」 鈴木すみ子 30,000円
 - 手づくりはうすB U P I 倶楽部 秋田 景子 50,000円
 - 社交ダンス研究会 (会長=今彦衛) 31,100円

はじめまして



素直に元気に育って (母 斉藤 由美子より)

澤みお

つがる 井クイズ

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. 「け・な・か」を標準語の会話に直して下さい。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クイズの答え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12月5日当日消印有効。当選者の発表は12月号に掲載します。

10月号は「あなた昨日病院に来なかったでしょう」「はい、具合が悪くて」でした。

当選者は次の3名です。
 金木 逢坂 奉 紀 さん
 金木 田中 恵 枝 さん
 喜良市 大橋 潔 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下さい。

伝言板

- 届けました
10月8日 喜良市第4保育所内
財布 黒色
心当たりの方は、
金木警察署落としもの係りまで。
- 文通しませんか
町民の方で文通したい方お知らせ下さい。北川セツさん (68歳)
文通をされたい方は
役場企画室までご連絡下さい。
- 係から
このコーナーを利用したい方は
役場企画室まで。