

広報 さし



8-1

編集と発行 佐井村役場 総務課
青森県下北郡佐井村大字佐井字糠森20番地
電話 (0175) 38-2111 代
印刷 青森コロニー印刷

佐井村村民憲章

- 一、学ぶ意欲をもち、知性と良識のあふれる村をつくります。
- 一、健康と安全を心がけ、明るく楽しい村をつくります。
- 一、勤労を喜び、力を合わせて豊かな村をつくります。
- 一、自然を守り、人を愛し、心やさしい村をつくります。
- 一、心身ともに健全な子の育つ、暖かい家庭と村をつくります。



交通安全パレード7/22

交通死亡事故死ゼロ

一、〇〇〇日達成

夏の全国交通安全運動期間中の七月二十二日、交通死亡事故死ゼロ、〇〇〇日が達成されました。

これからは、二、〇〇〇日と新たな目標に向けて、村民が一丸となり交通安全運動に取り組んで行きましょう。

▲主な内容▼

ページ	内容
2	特集「災害に備える」
3	第三回 佐井村物産展開催
4・5	村の話題
6・7	社会教育だより
8・9	保健婦だより
10・11	交母だより
12	税務だより
13	年金だより
14	投稿 随想「過疎か過密か」 くらしの情報 戸籍の窓口

災害に備える

8月30日～9月5日は「防災週間」。9月1日は「防災の日」です。

豊かな水に恵まれ、四季の変化の美しい日本。しかし、その一方で、台風の通り道に当たり、地震が多いという“泣き所”を抱えていることも忘れてはなりません。

9月1日は「防災の日」。8月30日から9月5日までは「防災週間」です。この機会に、台風と地震に対する日ごろの備えを、もう一度見直してみてもいいのではないでしょうか。

台風に備える

正しい情報をより早く

怖いものの代名詞といえば、「地震、雷、火事、おやじ」と昔から相場は決まっています。では、なぜ台風はこの中に入っていないのでしょうか。

台風が、地震や雷といちばん違うところは、他の災害が突発的に発生するのに対し、台風は規模や進路などがある程度予測できることではないでしょうか。言い換えれば、正しい情報をより早く知り、備えができれば、台風の被害は最小限に食い止められる、といえるのです。

ところで、台風の進路予報図の表示方法が、今年の六月から新しく変わりました。いざ、台

風が近づいてからあわてふためいたりしないよう、前もって正しい見方を覚えておきたいものです。防災の第一歩は、日ごろの備えと正しい情報の入手にあることをお忘れなく。

台風の新しい進路予報

暴風警戒域に注目しよう

今までの進路予報の表示方法(図-A)は、十二時間後、または二十四時間後に台風の中心がくると予想される地域を「予報円」として、破線で表していました。この表示方法の欠点は、予報円が暴風の吹く範囲と勘違いされやすいことでした。つまり、破線の外側なら安全——という錯覚を起こしやすかったといえます。

新しい表示方法(図-B)は、これまでの予報円の表示のほかに、暴風域と暴風警戒域を実線で付け加えたものです。暴風域とは、平均風速毎秒二十五メートル以上の暴風が実際に吹いている範囲。暴風警戒域とは、予

想時刻に暴風域になる恐れのある範囲です。台風を中心や暴風域が、予報円、暴風警戒域の円内に入る確率は、ともに六〇％となっています。

また、暴風域の外側には、風速十五メートル以上の強い風が吹く「強風域」が必ずあります。暴風警戒域の外側だからといって、決して気を緩めることのないよう注意してください。

自分勝手な判断が被害をより大きくする

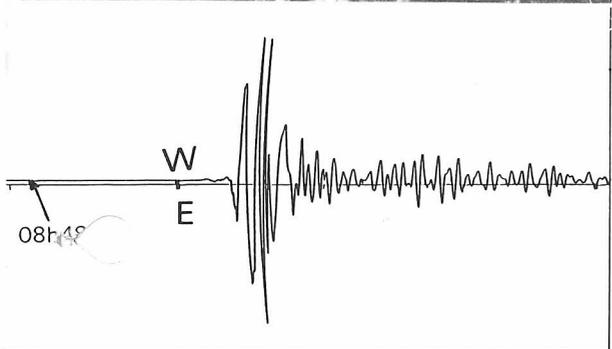
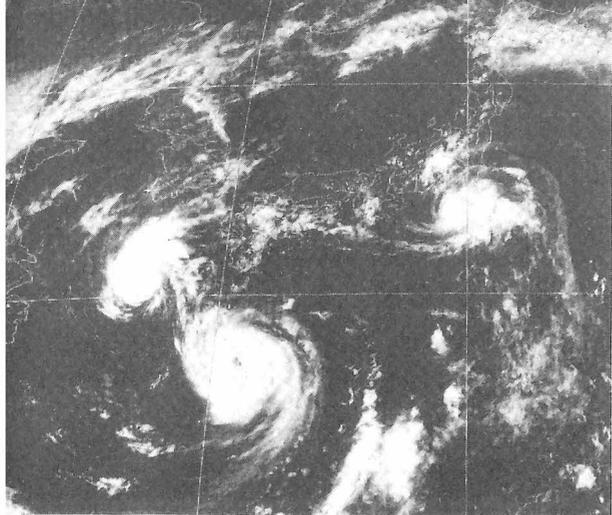
ところで、これまでの表示方法では、予報円の中心に×印が付けられていました。台風の中心が×印に来る可能性が一番高

いことを表したものです。

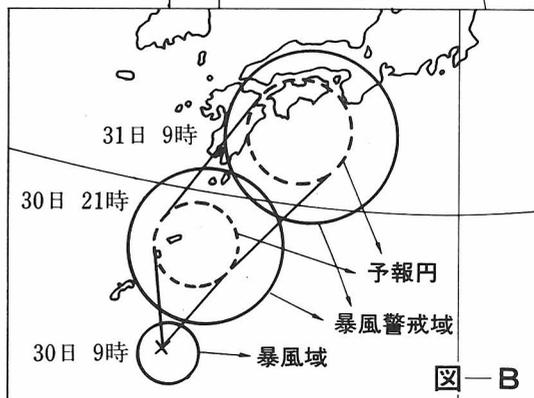
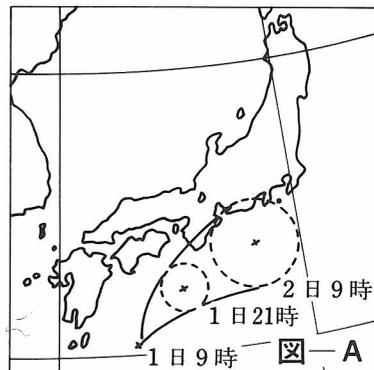
しかし、この×印があると、台風を中心が必ずこの位置に来るものと誤解されやすいため、新しい表示方法では省略されました。

台風の進路や勢力は、まるで生き物のように変化します。朝の子報では、上陸しないとの見通しも、午後になってから急に進路を変えて上陸——ということも無きにしもあらずです。

ですから台風情報を一度だけ聞いて、自分で勝手に判断を下すのは大変危険です。被害を大きくしないためには、次々に出される予報を注意深く聞いて、その都度判断するようにしたいものです。



▲上の写真は、昭和60年8月30日、気象衛星ひまわり2号がとらえた台風12号、13号、14号(左から)の衛星画像。下のグラフは、地震計がとらえた「昭和59年長野県西部地震」の東西の揺れ。



第 3 回 佐井村物産展開催



▲昨年行われた第2回物産展

村では、昨年に引き続き農

林水産、商工、観光、村の産業を一堂に会し、その現状について村民に対して認識を深めさせ、将来への展望を図るとともに、農林水産物の収穫に感謝し、農林漁家の生産意欲と技術を高揚させ、村産業の活性化と一層の発展を期するため物産展を実施します。

○主催 佐井村

○協賛(後援)

佐井村漁業協同組合、下北農業協同組合、佐井村商工会、佐井村観光協会、佐井村農業委員会、佐井営林署、下北ヒバ工芸企業組合、NHK

○期日

昭和61年10月25日(土)26日(日)
25日(土)午前9時～午後5時
26日(日)午前9時～午後3時

○場所

佐井村農業研修センター

○主要実施内容

- (1) 農林水産物共進会
- (2) 農林水産物即売会
- (3) 商工展
- (4) 生活改善、お米展
- (5) 健康展
- (6) 森林展

○N T T展

○電力展

○NHK展

○運営等

本催事の運営主担は、農林

出品規格

部門	区分	数量及び規格
農産物展	1. 水陸稲株米も	5株 1株ずつ水洗して根を結束する。 2kg 雑物を除き精選しポリ袋に入れる。
	2. そさい根菜類	大根3ケ、カブ5ケ、菜部3分の2切り捨てる。人参、ごぼう各5本、かぼちゃ2ケ長いも3本、馬鈴薯、さつまいも5ケ、ゆり3ケ。
		葉菜類
	3. 雑穀	ピーマン5ケ、カリフラワー2ケ、レタス3株、セロリ、パセリ2株、サラダ菜2株。 大・小豆、ささげ、なたね、そばその他各1kg、雑物を除き精選してポリ袋に入れる。とうもろこし3本。
2 水産物展	1. 乾物	○海草(昆布、ヒジキ、若布、モズク) 昆布、若布は県漁連規格とし、ヒジキは100g、モズクは300gポリ袋に入れる。
	2. 加工食品	○スルメ1束5枚。 ○その他水産加工品 200g以上2袋。
3 生活改善展	1. 特産物を生かした料理	今年とれた農、水産物を利用し、地域性を生かした料理、保存食。展示用、審査用各一皿(材料作り方添付)
4 林産展	1. 食品	くり、くるみ各20ケ、きのこ類100gポリ袋に入れて2ケ、加工品、山菜加工品。
5 其他の	1. 観光物産他	手造りのみやげ品(材料作り方添付)

経済課・水産課とするが、展示等各コーナーについては、関係団体等の協力を得て行うものとする。

○出品

(1) 出品資格

村内に居住する農業者、水産業者及び生産組合団体とする。

(2) 出品物

出品物は、昭和六十一年度に生産、加工したものとす。

(3) 受付

出品物の受付は、開催日前日の午前九時から正午までとし、その管理、陳列は村長の指示によるものとする。出品物の搬入は、農産物は農協、水産物は漁協が一括して行い、その他の物は直接会場へ搬入する。

○審査及び褒賞

●出品物はすべて審査し、村長は審査委員長及び審査委員を委嘱して出品物の審査を行う。

○出品規格

別表のとおり。

●出品物の審査基準、審査方法は、審査委員会で決定し、審査の結果については異議を申し立てることはできない。

●出品物は審査の結果に従い褒賞し、表彰は村長が別に定める日とする。

第三十四回

下北郡社会福祉大会

開催される

六月十八日、佐井村振興センターに下北郡の三町四村から三百名の社会福祉関係者が集い、より良い地域社会の実現をめざし、下北郡社会福祉大会が開催されました。

午前の式典では、長後小中学校が、福祉協力校指定期間終了後も継続して福祉施設の慰問を行っている功績が認められ、下北郡社会福祉協議会長から感謝状を授与されました。昼食後のアトラクション

には、佐井中学校吹奏楽部員三十五名のみなさんが熱演し喝采をうけました。

午後からの体験発表には、「寿会の活動について」と題して佐井村老人クラブの鈴木福太郎さん、「青森県青年の船に参加して」と題して青年

また、第一分科会の「在宅老人の福祉について」では、司会者が山本正さん、話題提供者に若山正夫さんと佐井村民生、児童委員協議会の総務副総務が担当し、深刻な実例に参加者の熱心な質問、意見がたくさん出され、タイムオーバーする熱の入った分科会でした。

川目交母会のみなさん ご苦労さまでした

先日の自発的な道路の草刈り作業、本当にご苦労さまでした。子どもたちに安全な道路、また、予定時刻までに登校できるようにと、一生懸命に草刈ガマをふるうみなさんに心打られました。

▲福祉大会

正直言って、結成当時の交母会は、アキ缶拾いの作業にも、ともすればグチの方が多く残念でならなかった思い出もありましたが、あれから七年、自立した川目交母会のみ

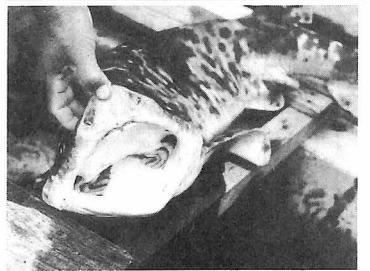
の船下北ブロック会長の東出守男さんが登壇し、熱弁をふるって万雷の拍手をうけました。



▲川目交母会の草刈り作業

なさんに感謝の他ありません。川目の子どもたちが、きつと確かな目で見て、感じてくれることでしょう。そして毎日安心して登校し、勉強し、

本籍は佐井村です



皆さん、こんにちは。私の名前は、ナヌカザメです。80メートルの海の底を泳いでいましたが運が悪かったのか6月の19日に矢越の川畑清江さんの平目刺網にひっかかってしまいました。見た目はごらんの通り頭でっかちのちよっと太目のサメです。体長

1メートル20センチ、ウエスト70センチで褐色の模様をトレードマークとしています。他のサメ君達は、胎生といって生まれた時からサメのかわようをしています。私は卵生といって卵で生まれます。普通サメ達は、カマボコにされますが、生きて陸上に連れられて来たのは珍しいからと現在私は、県立浅虫水族館で元気に泳いでいます。水族館には、ナヌカザメの先輩が一匹いますから私で二匹目になります。皆さん、浅虫に来る時がありましたら見に来て下さい。

防犯灯5基を寄贈



青森銀行従業員組合では、このほど役場を訪ずれ、地域の防犯に役立ててくださいと防犯灯5基を寄贈しました。さっそくこの防犯灯は、原田地区に設置することになり住民の役に立つことでしょう。

交母会会長

リズムと共に ダンスパーティー

—佐井ダンス愛好会—



六月二十五日、午後七時から振興センター総合研修室で、佐井ダンス愛好会のパーティーが催されました。

講師の米沢耕一、坂本練一さんらが、初心者にもやさしく指導し、また熟練者たちは巧みなリードで、ルンバ、ワルツ、タンゴ、ジルバ、マンボ、ブルースなどのリズムにのって踊りを楽しんでいま

た。

会場には、休憩席が四カ所作られ、軽飲食もでき、参加した人たちに喜ばれ、二時間のパーティーを楽しんだようです。

中央公民館から、大石館長補佐、議員の坂井吾一氏らも出席し、特に青年たちに参加を呼びかけ、愛好の輪を広げようと話し合っていました。

国有林の

分収育林案内

—緑のオーナー募集中—

我が郷土佐井にあなたの森林をお持ちになりませんか。今年度募集する森林は、植林後約三十年のスギ人工林です。この森林に一口五十万円出

資すれば、どなたでも国有林樹木の共有者（オーナー）になれます。お一人で何口でも応募できます。

この森林は、約二十年後に販売し、その収益が持ち分の割合に応じて分配されます。詳しいことは、佐井営林署（三八―二二―）にお問い合わせください。

節水にご協力を

最近、水道管の老朽化により、ほとんどの家庭用分水栓付近からの漏水が多くなっています。

このため、中道、原田、矢越、磯谷などの高い地区は、毎日のように断水し、大変不便をしいられています。これらを解消するには、水

道管を入れ替えることが一番よいことですが、ぼう大な費用がかかりますので、十分な資金計画を樹て改良しなければならず、まだ時間を要します。

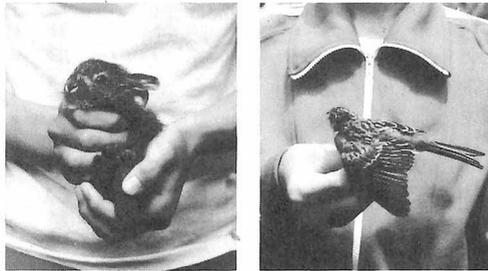
しかし、現在の断水区域を解消する唯一の方法としてはみなさん一人ひとりの節水への協力によるほかありません。今一度みなさんの節水にご協力をおねがいします。

◎次のことに

ご注意ください

- ・側溝清掃に消火栓を使用しないこと。
- ・家庭、その他、水道の出し放しをしないこと。
- ・ビニールホースを洗たく機またはその他水槽に入れて使用しているとき断水すると、汚れた水が吸い込まれ水道管に入るので大変危険です。ご注意ください。

野鳥と野兎、自由の山野へ



七月五月（土）、長後小中のガラスにしよう突、ショックで気を失った野鳥のアオジ（メス）を、中二池田正樹、同大石学くんらが発見、虫を与え元気になったので放してやっ

た。

アオジは、名のように、全体が緑色をした雀大の鳥。本州中部から北の方で繁殖し、冬には雪の少ない地方や、琉球列島をふくめ全国に散る。

四月初旬、佐井には四、五十羽程の集団で渡ってきて、分散して繁殖する。

同日、滝本久子さんが畑の真中で、ぐったりしている、トウホクノウサギの仔（生後二カ月以上）を発見、疲労がはげしいのでビタミン薬、すりつぶしたクルミの実をまぜた野菜を与え、保護したら元気に回復、中三畑野直くん

のをし 祭化しま 葬素し 婚簡行 冠実よ



①村条令を理解し、結婚披露宴は会費制とし、引出物を止めましょう。

②会葬者に通夜酒、飲物パツクを贈ることを止めましょう。

佐井村中央公民館

社会教育だより

地域に拓かれた家庭教育

— 中学校期 ② —

規則正しい生活習慣づくり

一、この時期、子どもは、利己主義に陥ったり、心身のバランスや生活リズムを崩したりして過激な行動に走りがちですが、親は責任転嫁をしないで大所高所から適切な助言援助をすることです。

一、後始末などささいなことでも、なおざりにしないで整理・整とんをしたり、正確に処理する生活の習慣をしつけることです。

一、物を大切にすること、心を養うには、親自身堅実な消費者としての姿勢を保つことです。

一、きまりや習慣から、子どもは逸脱することが多くなりがちですが、親は、子どもにできることは積極的に実践させ、自主性を助長することです。

一、家族が協力して家事をしたり、親子で地域活動などに積極的に参加することを通して、人々との協調、連帯の必要性を体験させることです。

情報受容の世代間較差

一、子どもの心情をよく理解するためには、まず親自身が隣近所の人々との情報交換や地域活動などへ参加することが大役役だちます。

一、親子の断絶をなくするためには、ときには意識的に子どもから離れ、相互に批判しあうことが必要です。

一、子どもの自立心を育てる最も大きな支えは、親自身の人生に対する定見を語り伝えることです。

一、子どもは、低俗な映像文化などから過度の刺激を受け精神的不安に陥りがちです。これを解消するため、親は気

軽な意見交換ができる家庭の雰囲気づくりをすることです。

一、地域活動の中に、祖父母親子が参加する懇談会など、世代間の意見交換ができる事業を意図的に設定することも効果があります。

地域社会形成者としての意識

一、子どもに地域社会での役割意識を持たせるためには、親は、普段から子どもに家庭生活での役割や責任を果たさせることです。

一、地域の伝統行事継承や団体活動など、子どもの体験学習の場は、親と地域の大人が一体となって設定したり、見守ったりすることです。

一、親は、地域社会の一員として、子どもに誇れる地域づくりのために貢献することです。

一、親は、子どもたちの地域活動の育成に、率先して指導的な役割を果たすことです。

一、日常生活での親同志のなごやかな近所づきあいは、子どもの連帯感をはぐくむ源泉です。(県教育委員会発行「歩み」より 連載終了)

各地区公民館から

◇矢越地区館

6月14日(土) 開級式。地区学級計画が次のとおり決まりました。

6月 料理教室

7月 舞踊教室

9月 着付教室、農業教室

10月 スポーツ教室、家庭教育

11月 芸能教室、手芸、漁業講座

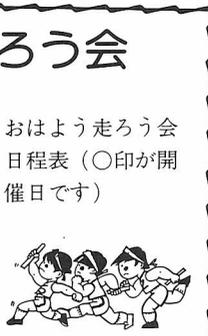
1月 郷土芸能伝承教室

2月 舞踊教室、七宝焼

◇長後地区館

6月27日(金) 開級式。

7月 舞踊教室、親と子の水泳教室



おはよう走ろう会

8月

日	月	火	水	木	金	土
					①	2
3	4	⑤	6	7	⑧	9
10	11	⑫	13	14	⑮	16
17	18	⑲	20	21	22	23
⑳	25	26	27	28	29	30
㉑						

おはよう走ろう会
日程表(○印が開
催日です)

9月 スポーツ教室、老人と語る集い

10月 郷土芸能伝承教室、舞踊教室

12月 縄の結び方教室

1月 社交ダンス教室

2月 漁業講座、ビデオ鑑賞



▲矢越地区館



▲長後地区館

スポーツ

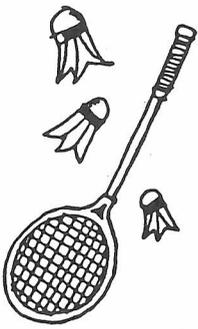
昭和61年度ナイターバドミントン大会成績

Bブロック

順位	チーム名	勝	敗
1	象さんのスキャンティ	4勝	1敗
2	皆様のしもしん	3勝	1敗1分
3	竹内 B	3勝	2敗
4	デカメロン	2勝	3敗
5	アロッコ	1勝	3敗1分
6	スーパースターズ	1勝	4敗

Aブロック

順位	チーム名	勝	敗
1	サーディーズ	5勝	
2	中道ひょうきん族	4勝	1敗
3	ザ・ポテト	3勝	2敗
4	竹内 A	2勝	3敗
5	なにをいう	1勝	4敗
6	原田チーム		5敗



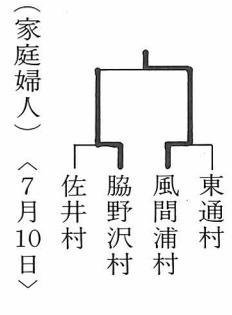
○順位決定戦
サーティ 2-1 象さん
(優勝)
しもしん 3-0 中道
(第三位)
(準優勝)

青年大会郡予選

○バスケットボールの部
大間町 2勝
佐井村 1勝1敗
川内町 2敗
(大間、佐井、県大会)
○バレーボールの部
風間浦村 1勝1敗
川内町 2勝
佐井村 2敗

○バレーボール

(男子) <7月10日大畑町>



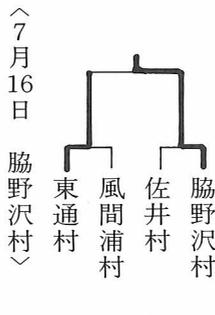
(家庭婦人) <7月10日>



(女子) <7月17日佐井村>



○軟式野球の部



<7月16日 脇野沢村>

佐井村中央公民館 俳句と短歌教室

俳句

浜中 よん

虫干しや誰が着るやら此の細
梅雨時の着物たたみて障脳入
れ
石南花の花を求めて蟻群れる

島野 房子

露涼し辺り気になる投票日
この一票つけて政治の衣更え

中谷サツエ

梅雨長し晴間盗みて草むしり
梅雨寒や子を逝かしめし母の
肩
喪の人に梅雨明け近し鴉鳴く

木村さち子

梅雨空の晴れ間にきこゆ子ら
の喚声
七夕やあまりに多き子の願い
星まつり親の願いと子の願い
孫一人祖母に電話の星まつり
アイリスの咲き忘れ得ぬ友な
りし

川岸キヨ子

花椿ぼりと石に夏来る
花びらの起き状す牡丹揺れに

けり
綿胞子気ままに飛んで池水に
夕立ちや止みて墓石の文字浮
きぬ
病葉の石燈籠に寄りそよぎ
夕闇をわけくる如し遠蛙

泉田タツ子

馬鈴薯の花に逆ろう蝶一つ
短夜の娘孫と交す長電話
洗濯を干したる手にも初夏の風
長袖を出して箆笥に夏衣
逝きし人思へばわびし五月雨

三上 敏

梅雨にぬれ紅まぶし芥子の花
迷いきてゆらゆら素早き梅雨
の蝶
いろづきて青にまざれず梅雨
の梅
身を細め咲くアイリスよ梅雨
深し
梅雨の海静もり藍を流しあり

田名部ヒサ

ハマナスにただ触れ去りし旅
の人
水を撒く乙女の影や靴白し
日の照りて蟬と郭公重ね啼き
梅雨空や薄光さしたる沖の点
小鳩の前かばいて親啼けり
夏山の寺の廂に迫りくる
ときれ読む歌碑を取りまく鳥

若葉
余桜や松間に名残りの校舎隅
願掛の池の睡蓮霧に浮き
川目路のせせらぎ青く梅雨明
けし
黒南風や海胆採る舟の岸近く
糊効いて紺の白き更衣
檉若葉赤飯包む盆の入り

田鎖 善治

短歌

浜中 よん

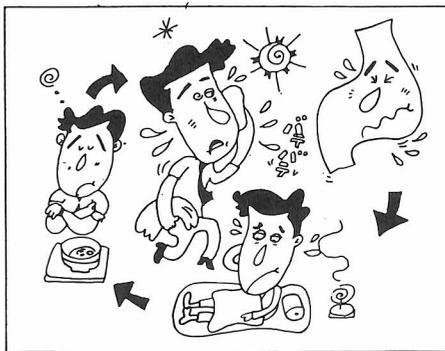
今日こそと庭に出ずればイチ
ゴ無し烏に負けて空を眺むる
登りゆくオロフレ味の白樺に
刻みいたりレクのインシヤル
霧立ちし高原走る車窓より富
士さながらに羊蹄山浮ぶ
北前船にかつて栄えしこの湊
ニシン御殿に暫したたずむ

大石健次郎

信じいしもの崩れゆく冬海の
夕茜色薄きひろがり
贈られし千曲川への濁り酒若
き無頼の涙の日ありき
アマニユウの傘花白く咲き揃
う浜へ沖より海霧わき迫る
追従も媚にも疎く生きてこし
貧困の影響に引きつ

保健婦だより

夏バテを防ぐ 胃腸の健康管理



○胃腸と夏バテの関係

夏になると暑さで食欲が落ちることは、だれでも経験します。

八月の暑い気候になると、胃液の分泌が減り、胃のぜんどう運動も弱くなるなど、暑さのため胃の働きが低下し、そのために食欲がなくなつてきます。

しかし、ここで注意しなくてはならないのは、胃の働きが衰えることと、夏のからだ全体の生活状態とは密接な関係があることです。

つまり、夏は夜が短く、暑さで寝苦しいため寝不足になりがちです。また大量の汗をかくので、それだけでも相当

の体力を消耗させます。その上、大量の汗とともに体力の塩分がいつしよに出ることで

なり、体力のバランスも崩れますし、消化にも大きく影響をあたえます。

したがって、夏バテを防ぐためには、胃腸の健康管理が大事ですし、胃腸の健康を保つためには、栄養不足、睡眠不足、過労などに十分気を付けなければなりません。

○夏の胃腸の健康法

①食事は、栄養のバランス

を考え、とくにたん白質を十分にとります。暑さで食欲がないときは、適量の香辛料を使うと胃液の分泌をうながし、食欲

を高めます。

②脂肪分の高い食物は、胃液の分泌、ぜんどう運動をおさえる働きがあるので、とり過ぎないように注意しましょう。

③夏は汗を多く出すので、どうしても電解質やビタミンの多い果物や緑の野

菜をたくさんとるようにしましょう。

④暑いからといって水のカブ飲みは避け、少量ずつ一定の間をおいて飲むようにしましょう。

⑤バランスのとれた栄養と十分な睡眠をとり過労を避けることが、夏の胃腸

の健康にいちばん大切なことを忘れないようにしましょう。

⑥ 気分的にも暑さに負けないで、早起きしてラジオ体操をするなど、積極的な夏バテ解消法も考えましょう。

民間療法とのつきあい

民間療法は花盛りです。やる方法からがんの治る薬までにぎやかなことです。

一時、紅茶キノコというのが大流行しました。ガンを含む十種類の病気に効くと宣伝されましたが、いまはあともありません。

○偽薬効果

薬には偽薬効果ということがあり、信じてかかれば痛みとか疲労とかいうような症状は、メリケン粉でも食塩注射でも、約30〜40%は軽快するものです。たんに心理的な効果に過ぎないものを薬理的効果(薬固有の働きによる効

果)と勘違いしてはならないのです。

紅茶キノコやアマチャズルのようなブームになった民間薬の場合は、流行の洋服を着ていると気分がいいというようなもので、一種の集団暗示現象のとりことなりがちです。

そのかわりブームが去ると神通力を失うのはしかたのないことです。

慢性病で苦しんでいる人は気持ちが悪く落ちこみやすく、迷いが多いため、当然ですからひとの話す誇大広告にやすやすと乗り、偽薬効果に振りまわされるのはある程度やむをえないことかもしれません。

しかし生命にかかわるような病気—たとえばガンなどの場合、偽薬効果による一時的な安心感のとりこになると手術の機会を逃がしてしまつて、あとでとりかえしのつかないことになりかねません。

○医師に話して

からだの異常を感じた場合は、まず病院の門をくぐつて科学的な検査を受け、その指示にしたがうことです。病気が長びいて、はかばかしい経過をとらない場合、本で読んだり、ひとにすすめられて民間療法も試みたいという気持ちになったときはできるだけ主治医に相談したいものです。

8月の保健事業



27日(水) 乳児検診
 対象 60年8月～10月生
 同日 3才児検診
 対象 58年1月～3月生
 時間 午後12時30分受付
 ※歯科検診も実施
 同日 乳児相談
 対象児 61年1月・4月生
 (4.7ヶ月児)
 時間 午前10時受付
 28日(木) 献血

病気を治すための原則は、自然の理法にできるだけ忠実に従うことです。本来、「異物」である薬などはやむをえない場合にだけ、しかもできるだけ少なく使うべきで

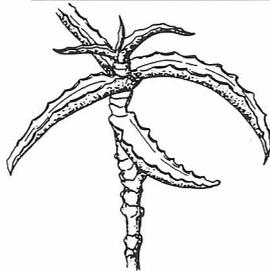
○治療の原則

民間療法は民衆のあいだで経験的に選択されて出現したものです。効果の点はまだアテになりませんが、比較的安価なはず。しかしながらには副作用のあるものがあります。漢方薬なども副作用がないと決めている人がいますが、けつしてそうではありません。したがって患者が民間薬をのんでいることを主治医がまったく知らないという不都合が起こります。

丈夫で長生き、健康法

(第1回)

アロエ健康法



「下手な鉄砲も数撃てば当たる」というような考えで民間療法をあさるのは、これからはやめましょう。

健康食品ブームとあわせていろいろな健康法が紹介されています。今回より、「シリーズ」として健康法について載せることになりました。

第一回目として、アロエ健康法についてです。

アロエは、むかしから「医者いらず」といわれて民間でさまざまに利用され、観賞用をかねて栽培されてきました。

民間薬としては、胃弱、胃痛、食欲不振、便秘、痔、高血圧、冷え症、おでき、やけど等、数多くの薬効が伝えられています。科学的にしっかりと根拠があるのは、便秘と健胃（胃腸を整える）の作用です。

○大腸を刺激し、便秘をなおす

アロエには、アロイン、アロエモジンと呼ばれるのが味成分がふくまれています。これは、胆汁の分泌を活発にするとともに、大腸を刺激し、下剤として働きます。この二つの物質は、「日本薬局方」にも下剤として認められてい

るほどです。

便秘のときには少量を続けて飲んだり食べたりすると大変よく効きます。

○胃を丈夫にし、潰瘍を防ぐ

胃腸の調子がわるいときや食欲不振などにも効果があります。

また、アロエにふくまれるアロエウルシンという成分には潰瘍に抵抗する働きがあります。胃潰瘍や十二指腸潰瘍にも効果があります。

○用いるときの注意

●少量から始める
 アロエは効きめが強いのでその分用い方を誤ると副作用があります。

まず、一日の量はすりおろし汁にしたもので大さじ2杯くらいが限度です。これを23回に分けて用いますが、最初はそれほどから始めてください。

●こんな人は用いないよ

うに
 下痢ぎみの人、妊娠中の人、生理中の人、授乳中の人はやめましょう。胃の丈夫でない

人は量が多くならないよう。よく気をつけてください。

●やけど、切り傷、あかぎれには

アロエの汁には殺菌作用があり、外用としてやけど、傷、ひび、あかぎれなどにも効果があるといわれています。しかし、皮膚への刺激がかなり強いこと、また逆に傷への細菌感染を誘発させる危険性もあるので、あまりやらない方がよいでしょう。

—アロエ酒の作り方—

- ①アロエの葉300グラムよく洗って、水分をふきとり、2〜3センチ幅に切る。
 - ②容器に入れ、砂糖200グラムと1.8リットルのホワイトリカーを加えて密閉し、冷暗所に三ヶ月ほどおくと飲めるようになる。
 - ③一度にさかづき1〜2杯が適量だが、苦みが強いのでレモンやハチミツを加えて薄めると飲みやすくなる。
- ※生食や汁を飲むよりも飲みやすく、おだやかに効きます。

交母だより



佐 井 村
交通安全母の会

安全な村を目指して

佐井中一年 七島真紀子

私は、まだ一度も交通事故の光景を見た事がない。どんなに恐ろしく、悲しいものなのか。今日まで暮らしてきて全く知らなかったのである。

去る五月二十九日、佐井中学校で交通安全教室が開かれた。大間警察署、佐井村交通安全母の会のみなさんが、私たちの交通安全のために来てくれた。

交通安全教室で、私が一番心に残った事。それはゼロの提言という映画だ。交通事故の場面や手術、その治療などいろいろな例が写し出されていた。あるおばさんが事故にあって死んでしまった。おばさんは歩道の右側をきちんと歩い

ていた。それなのに運転手はいねむりをしておばさんをひいてしまったのだった。

悲しい事故であった。(運転手も運転手だ。いねむり一つで尊い人を一人殺してしまつて……人の命は一つしかない

交通ル

交通安全母の会や、おまわりさん、毎日、交通安全運動

ご苦労さまです。私達のためにも、いろいろして下さるのでも、本当にうれしく思います。わたしが今、この作文を書くにあたって、まず一番はじめに思い出したことを一つ書きたいと思います。

い大切な宝物なのに)本当に残念だった。悲しかった。くやしかった。
こんな事が佐井村に起こらなくするには、一人一人の心が肝心なのだ。みんなが交通規則を守り、心が一つにまとまれば交通事故は防止できると思う。

「佐井村は、第一に自然が豊富だ」こう言われている。しかし、私はこう思う。

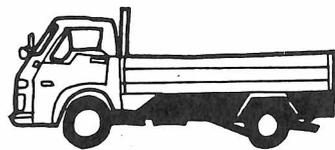
「佐井村は、交通規則が守られ、安全な村だ。」

こうも言われてみたいものだ。いや、必ずできる。佐井村全村民の心が一つになれば。

佐井中一年 若山佐知子

それは、ある年の夏の旅行の帰り、起きました。佐井へのバスに乗っていて、むつ横浜の辺りでした。何か「ガッン！」とぶつかる音とともにバスが大きくゆれました。(何が起こったのかな……?) 私は思いました。ただバスが道からはみでてるのが解か

ごぞんじですか 乗車・積載方法 (道交法第55条)



普通貨物自動車の荷台に人を乗せて走ると、乗車、積載方法違反となります。ただし、荷物が落ちないように見張りをする場合は許されます。
罰 則 三万円以下の罰金
反則金 普通車四千円
点 数 一点

りましたが……。そう、それが交通事故だったので。

バスから降りて話を聞くと反対車線の車が、かなりのスピードで、このバスにぶつかったようです。(何ていうことだろう……。)しばらくして(私には、かなり長く感じられたようですが)

「ピーポー、ピーポー」救急車が来ました。(重体のようだ……)

後で、わかったのですが、そのぶつかって来た車は、おぼんの休みで帰ったので、昼間から酒を飲んで運転していたそうです。乗っていた三人のうち、二人死亡一人が重体ということでした。バスにぶつかった後、二、三回転じたらしいので、あたりまえとい

えば、あたりまえ……。やはり『交通のルール』を守って運転してほしいです。あの事故でよくわかりました。自分の命を大切にしなければいけないし、他の人の命を傷つけてはいけません。傷つける権利はないのです。だから私はルールを守って道路を使いたいと思うのです。これからも、がんばって下さい。



交通安全お茶の間レポート

松本「今日のご苦労さん」

母の会で、安全週間でもないのに黒岩の道路で一列二列と大きく紙に書いて持って、何があったの

交母「ハイ」

中学生の登校、下校の街頭指導です。先日大間警察署で、三町村の会議の中で、佐井中の登校、下校のマナーの低下が目立ち過ぎていると、嚴重な注意があったので、子供達の責任は私達母親にもありますから、とりあえず様子を見ながら。

滝本「昨日から先生も立って応援してるよ」

私たちも応援しねば、子どもがいないけどさ、村のためだもの母の会で中学生を持つお母さんからも助けてもらってさ。みんなでこの実態を見て感じて、力借してもらえばいいってば。

宮川

子供がさ、話ししながら帰る気持ちはわからなくはないけど、他県ナンバーも多くなって来ているし、飛ばして走る車から、あの三列四列、今ださや五列のときもあるし。必ず犠牲者が出るかもよ。このままだと危険だよ。

交母「本当に心配かけてすみません。」

テント村にマスコット



七月二十六日から二十八日まで、交通安全テント村作戦が行われました。

他県ナンバーの車に交通安全を願うため「ヒバのマスコット」が下北ヒバ工業企業組合から贈られ、二百台にプレゼントされました。

交通安全映写会



六月二十八日、原田地区で交通安全の映写会を実施しました。

原田小PTA、老人クラブ交通安全母の会のみなさんが集り、「ゼロの提言」という映画が上映されました。この映画で、さまざま

な

宮川 佐井村で、歩行者の事故が起きていないことが私たちをはじめとし、油断になっているかも知れないけど、事故が起きてからでは遅いよ。

洋子

これは安全週間だけでは習慣づけられませんよ。長い長い指導が必要ですよ。小学生を持つお母さんからも応援してもらいたいよ。中学校にある前に先輩を見ておく

交母 佐井村交通安全対策協議会の中で提案して、大勢の力をお借りするようにしたいと思います。

〈蛭名駐在の声〉

今回のお茶の間レポートの話題は、子どものあるなしに限らず、みんなの心配になっていきます。生徒の方からの立場や声も一度聞いて見たいと思います。いずれその機会にご協力ください。

お願い



夜の自転車利用者による無灯火が問題になっていきます。自分だけの満足は、相手に大変迷惑をかけることになり

ますから、車にも、歩行者にも安心して通行できるように心使いが必要です。

自転車の無灯火について、家族みんなで、となり近所のお茶のみでよく話し合ってみましょう。

みんなが幸せになるために。

税務だより

お酒や品物に
かかる税金



酒税は、清酒やビールなどのお酒にかかる税金で、物品税は、宝石類やゴルフ用品、自動車など主に装飾品や娯楽用品、し好みなどにかかる税金です。

これらの間接税は、税金を納めるのは商品の製造者や小売業者ですが、これらの税金は商品の価格の中に含まれているため、最終的には商品を買った消費者が税金を負担することになります。

8月31日は
村県民税(第2期)
の納期限です。

納期限内納付にご協力ください

酒税

酒	類	小売価格	酒税額	負担率
清酒特級(一・八リットル)		二、七三〇円	一、〇九五円	四〇・一%
清酒一級(一・八リットル)		一、八七〇円	五〇三円	二六・九%
清酒二級(一・八リットル)		一、三八〇円	一九四円	一四・一%
しょうちゅう(甲類二五度)(一・八リットル)		九八〇円	一四一元	一四・四%
ビール(六三三ミリリットル)		三、一〇〇円	一五一元	四八・八%
ウイスキー特級(七六〇ミリリットル)		三、一七〇円	一、五九四円	五〇・三%
ウイスキー一級(七二〇ミリリットル)		一、八四〇円	七九二円	四三・一%
ウイスキー二級(六四〇ミリリットル)		六七〇円	一八九円	二八・三%

物品税

品名	小売価格	税額	負担率
ダイヤの指輪	四六〇、〇〇〇円	六〇、〇〇〇円	一三・〇%
乗用自動車(一、五〇〇CC)	一、二〇〇、〇〇〇円	一四二、三七九円	一一・九%
ルームクーラー	二〇〇、〇〇〇円	二〇、〇〇〇円	一〇・〇%
カラーテレビ	一五〇、〇〇〇円	一一、九三四円	八・〇%
冷蔵庫(二〇〇ℓ)	一五〇、〇〇〇円	一四、七五〇円	九・八%
化粧クリーム	二、〇〇〇円	四九円	二・五%
レコード	二、〇〇〇円	一六九円	八・五%
ピアノ	六〇〇、〇〇〇円	五三、二七円	八・九%
腕時計	二〇、〇〇〇円	八五四円	四・三%
ラジカセ	四〇、〇〇〇円	三、三九一元	八・五%
カメラ	五〇、〇〇〇円	四、三六九円	八・七%

税の相談は
税務相談室へ



「住宅取得控除を受けるためにはどうすればよいか」とか「土地や建物を買ったときの税金はどうなるのか」など、税金に関してお分りにならない点はありませんか。税に関することはテレホン

サービスでお気軽にご相談ください。

税務相談室青森分室

☎〇一七七一二三―二三七九

年金だより

●年金制度が改正され、基礎年金の導入により「一人一年金制」が確立されました。

このため、厚生年金などの障害年金受給者が国民年金に任意加入していたときと、従来の国民年金の障害福祉年金

などの受給者が国民年金保険料の免除期間を追納したときにおいても、将来老齢基礎年金を併せて受給することができないことになりました。

そこで、この人たちには保険料を納付した期間について一年につき二万四千元の特別一時金を支給することになりました。

この特別一時金を請求できるのは、老齢年金などの受給資格期間を満たしたときと、将来とも障害の程度が減退しないことが条件となります。

なお、一度この特別一時金を受けると、今後の年金額の期間計算に生かませんので注意が必要です。

また、すでに障害年金の受給権が消滅しているときと、老齢年金の請求をしているとき、および、拠出制の障害年金や母子年金などを受けたことがあるときには特別一時金の請求権がありません。

これらの手続きやお問い合わせについては、役場民生相談課年金の係までお寄せください。

●八月十五日は、我が村の成人式です。晴れて大人の仲間入りをする二十歳の皆さん、おめでとうございます。

これからは、さまざまな権利と義務が発生しますが、国民年金の加入も大切な義務と権利の一つです。

二十歳になったばかりの若い人に、老後のことはピンとこないでしょうが、現在わが国は世界一の長寿国です。

老後の生活が長くなればなるほど、公的年金が重要な役割を果たすこととなります。

また、国民年金は老後の生活だけでなく、若いときでも万一の事故や病気などで障害者や母子家庭のときに年金が支給されます。

厚生年金などの加入者は、会社の方で手続きをしてくれますが、自営業者などは自分で役場の国民年金係に手続きをしなければなりません。

二十歳のスタートで出遅れると、将来の受ける年金に影響しますので、忘れずに国民年金に加入し、しっかり納付しましょう。

投稿 随想 「過疎か過密か」

去る六十年の国勢調査の結果、佐井村も人口減から過疎の村に指定された。過疎進行は憂慮される現象だけに、議会等においても振興対策が村の重要課題として論議されているようである。

過疎地とは、人口や産業が少なすぎて、防災、教育、医療活動などが停滞し、地域住民が一定の生活水準を維持出来なくなつた状態を指していますが、さりとて単に人口が多ければ良いというものでもないと思う。

昭和三十年以降、高度経済成長政策により、産業と人口が都市に集中し、環境や施設の整備が追いつかず、通勤難

路上交通マヒ、住宅や水不足公害問題で悩む過密都市住民は、むしろ不幸に思われてならない。

最近の統計では、日本人の平均寿命がまた伸び、世界一の長寿国となつた、と報道されているが、将来寿命に地域差が生じてくると思う。過疎地域の平均寿命は八十二歳、過密都市の平均寿命は七十歳となることも予想される。過密地域でストレスの蓄積と空気汚染の中で健康保持は困難となるからである。

農作物にしる山林にしる、密植のままでは共倒れで、間引きや間伐を強めるだけ良い結果が得られる。

また、昨年佐井、原田沖の一部地区に、ウニの稚貝が異常発生し、過密状態であるが県水産振興課で海中調査の結果「このまま放置すると身は入らないし、海底を枯らしてしまう。適量でこそ宝だが過密では害虫に等しくなる。半分以下に減らすべきだ」と忠告している。

動植物を問わず、過密現象こそ大問題である。人口が少なくとも隣人愛により心にとりとうるおいのある村こそ理想郷ではあるまいか。過疎振興対策が物量を求めるだけでなく、心豊かな人づくりを目指し、未来に希望もてる政策を樹てることを念願して止まない。

三八生

どわやが君

西村 宗



歳時記



『○○にかみつかれると、雷が鳴るまで離さない』

さて、あなたなら、この○に何と入れますか。ヤモリ、トカゲ、カマキリ、ヒル、スッポンそれともカブトガニ？

それが正解ということはありません。全国各地にいろいろな言い伝えがあるのです。それと、雷について一番よく知られているのは、腹を出した子供を戒める時に言う「雷がへそを取る」という話。

雷を防ぐ方法についても、いろいろな言い伝えがあります。『桑原、桑原』と唱えるというのはいのちの人が知っています。一説によると、

『桑原』は菅原道真(八四五〜九〇三)の所領であった土地の名で、一度も雷が落ちなかつたという言い伝えから、落雷を防ぐ呪文になったとい

います。また、雷は桑の木が嫌いだからとか、大切な桑畑が雷で荒らされないようにいう願望らしい、との説もありま

す。そのほか、カヤの中に入るといいとか、年越しの豆を食べると助かるともいわれています。

また、雷が鳴ると稲がよく実るとか、寒中の雷は干ばつの前ぶれというような言めいた言い伝えもあります。

こうしたことわざや言い伝えの真偽は別として、落雷による被害で昨年も七人(全国)が死亡しています。八月三十日から九月五日までは防災週間です。災害にはいろいろなものがありますが、落雷の被害への認識も新たに、災害に対する日ごろの備えを強化しましょう。



満1歳になります



奥本智彦ちゃん
(悟・優子)
古佐井

戸籍の窓口

7月15日現在

◎お誕生おめでとう

田中俊也(秀博)福浦
若山真清(典夫)古佐井
宮川舞(豊彦)矢越

◎ご結婚おめでとう

小郷邦男 川崎市
若山文子 古佐井
細間孝広 長後
庭田奈栄子 川内町

◎おくやみ申し上げます

金沢初夫(一夫)大佐井
磯川勝三郎(博)古佐井

6月30日現在人口(前月比)

男	2,026	(-1)
女	1,998	(+8)
計	4,024	(+7)
世帯数	1,131	(+3)

最近、車力村、深浦町、三
厩村などで、留守中の老人な
どが、消火器のセールスマン
を消防署など公的機関の職員
と思い込み「市価より高額」
のものを「必要以上の本数」
買ってしまい、後で解約を申



消火器の悪質な
訪問販売にご注意



し出たが応じてもらえないとい
う苦情相談が増えていきます。
消火器は火災予防に大変役
立つものです。
しかし、法律で各家庭に設
置が義務づけられているもの
ではありません。
ですから、消防署など公的
機関が販売したり、あつ旋す
ることは絶体ありませんの
で、次のようなセールスマン
が来たら十分注意しましょう。
○法律で設置が義務づけられ
ているような説明をする。
○消防署やその関係機関から
派遣されて来たように思い
込ませる。
○「お宅の消火器は、有効期
限が切れているので罰せら
れる」などと言って、同意

もしていないのに強引に交
換しようとする。
このようなときは、すぐに
消防署などに問い合わせてく
ださい。
また、セールスマンが一人
で居るときに来て、購入の判
断がつかない場合は、家族の
帰りを待つか、隣近所の人に
相談するなどして、慎重に考
えて決めましょう。
なお、訪問販売で消火器を
購入し、代金を全額支払って
いない場合、七日以内は無条
件で返品し解約することがで
きます。
詳しくは、役場民生相談課
か県消費生活センター(〇一
七七―二二―三三四三)まで
お問い合わせください。

8月は電気使用安全月間です



例年、感電によって負傷したり亡くなる方は、
全国で相当の人数になっています。このいたましい
感電死傷事故をなくすよう、毎年八月に通産省の主
唱のもとに電気使用安全運動が全国一斉に行われま
す。電気災害を防止するには、不良の電気設備をな
くし、みんなで電気の取扱いに注意することが必要
です。

主催 通産省 電気使用安全月間

8月1日~31日

勸東北電気保安協会

へおわび

七月号表紙の主な内容で、
父母だよりは、交母だよりの
誤りです。
三ページ写真で、振わうは
振わうの誤りです。
六ページ下段三行目の休は
体の誤りです。
訂正しておわびいたします。