

広 報

# かわち

—人口と世帯—

7月1日現在

人口 11,599(-26)

男 5,747(-13)

女 5,852(-13)

世帯 2,692(-6)

( )内は前月比



# 59 7

No184 1984. 7. 15

●発行 茨城県河内村役場

●編集 総務課 広報係

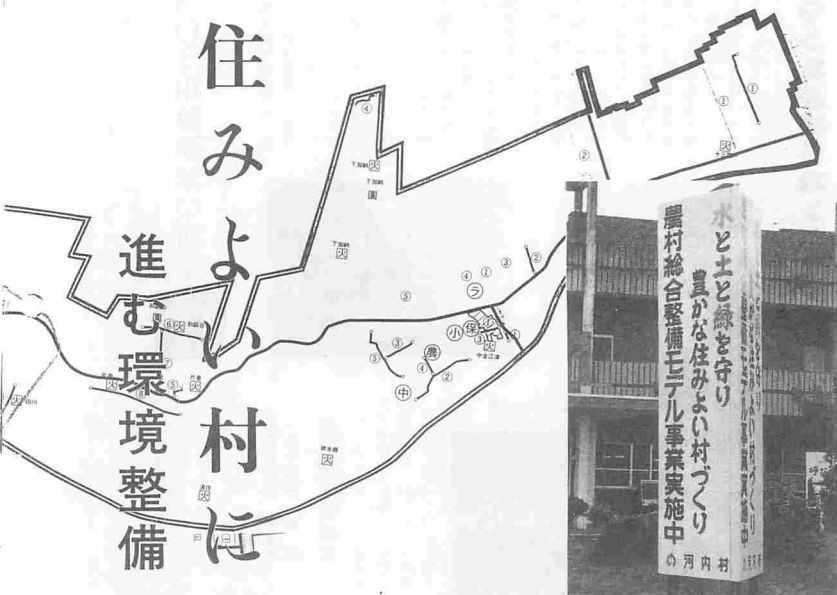
〒300-13 茨城県稲敷郡河内村大字源清田1183

TEL.02978(4)2111

## 風知草

アサガオは、江戸時代ころから夏の景物として栽培がさかになり、観賞用として歌や句にもうたわれました。早朝から、朝顔や、朝顔や、と田中を売り歩いた朝顔売りも繁昌しました。いのち短いアサガオによせる思いはさまざまですが、朝顔に釣瓶とられてもらい水には、作者のやさしい心情がうかがわれます。

夏休みの宿題に、アサガオを描いたり花の開くのを観察した、という記憶のある方も多いのではないのでしょうか。



# 住みよ い村に なるぞ

## 進む環境整備

農村総合整備モデル事業実施中

# なるぞ

しかし、経済の成長にともなう社会の変化は、農村の生活環境にも大きな影響をもたらすことになりました。

例えば、農家からの排水の増大、水質の変化に伴う農業用水の水質の変化や自動車の普及による道路の整備、安全

に遊べる場所としての公園の必要性などです。

このため、モデル事業は農村水産省の補助事業でありながら、ほ場の区画整理や農業排水路の整備といった生産基盤整備のほかに、私たちの毎日の生活に直接かわりあ

## 生活環境づくりが中心・モデル事業

都市に比べて農村の生活環境の整備は、確かに立遅れていますが、農村の整備という点では、一や育苗施設などの大型施設農業生産の向上と、これまでは第一に考えられてきました。そのため、国や県が推し進めてきた農業関係の補助事業

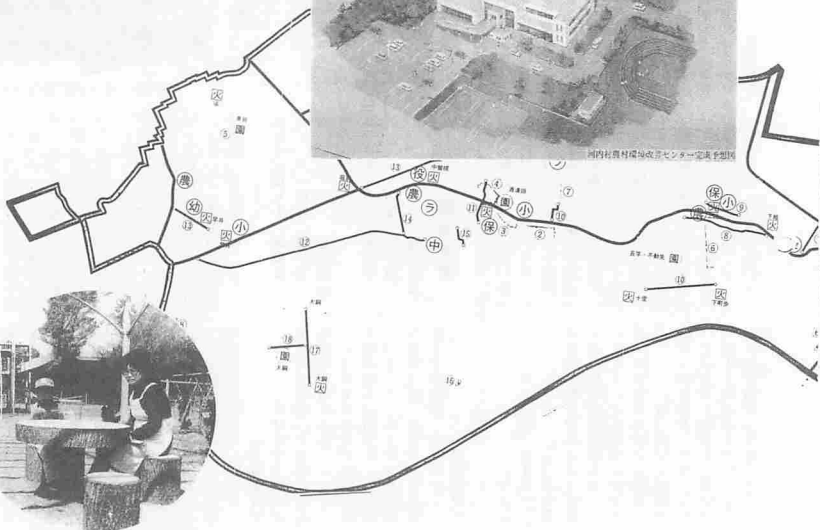
たとえば、区画整理や暗渠排水を含めた用排水施設の整備、あるいは、ライスセンタの整備など、これまでは、一や育苗施設などの大型施設農業生産の向上と、これまでは第一に考えられてきました。そのため、国や県が推し進めてきた農業関係の補助事業

さまざまな環境整備をとおして、「河内村の明日」を築こうとする「農村総合整備モデル事業」も、今年で五年目を迎えます。

『豊かで住みよい村づくり』を目標に、これから道路や公園などの整備が行われますので、みなさんのより一層のご理解とご協力をお願いします。



河内村農村環境改善センター完成予定図



### 農村総合整備モデル事業計画

(昭和59年現在)

	事業量	事業費 千円
ほ場整備	2.8ha	29,400
農業用排水施設整備	8路線	121,200
集落排水施設整備	5路線	94,900
農道整備	19路線	489,100
集落道整備	14路線	471,400
防火水槽	22基	102,800
用地整備 (農村公園, 改善センター用地)	35,200㎡	44,700
農村公園	7ヶ所	39,500
環境改善センター	1棟	288,000

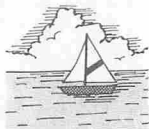
のある、集落内の道路や排水路の整備、防火水槽の設置、老人子供たちの憩いの場としての農村公園などのほか、モデル事業のめだまともいえる農村環境改善センターの建設に至るまで、農村の総合的な環境整備を目的として事業を進めます。

河内村では、昭和五十四年度に座談会などを通して地元意向を汲みあげて計画を作成、総事業費十四億円(国が五割、県が一割から二割の負担補助)のモデル事業がスタートする運びとなりました。

その後、物価スライドによって事業費は十六億八千百万と変更になりましたが、五十五年度から工事が始まったモデル事業は、昨年度は、農・集落道二路線、防火水槽一基を整備する予定です。なお、モデル事業は、県内では二十一の市町村で実施しています。

デル事業は、昨年までの四年度には、場整備一団地、公園三カ所、防火水槽一基、農業用集落排水三路線、農・集落道二路線を約一億七千万の事業費で完成させました。

今年度は、農・集落道二路線、防火水槽一基を整備する予定です。なお、モデル事業は、県内では二十一の市町村で実施しています。



# ゲートボール もできるぞ!!

## 農村公園

### 源清田農村公園

面積 一、三七〇㎡  
防火水槽 一基  
事業費 千百九十万円

昭和五十六年度に工事が進められたこの公園の敷地となつたのは、国有地の新橋沿で村が大蔵省から借り受け埋立てたものである。

公園は、道路をはさんで南北に別れています。北側の公園には、ブランコやコンビネーション遊具といったものは、水飲み場、トイレなど

埋立て前の新橋沼



▲57年度に整備された下加納農村公園



が設置されています。また、南側の公園には、火災発生時の際の消火施設として防火水槽が備え付けられています。

### 下加納農村公園

面積 二、四七〇㎡  
事業費 千三百八十万円

下加納地区は、小学校や保育所に遠く、これまで子供たちの遊び場にも思われませんでした。そのため、同地区では敷地を確保して土盛りをするなど、集落ぐるみで公園

## 悪臭もなくなり快適な暮らし

### 集落排水整備

#### 保村地区

延長 三一五m  
事業費 六百万円

#### 古通・新橋地区

延長 五〇六m  
事業費 八百二十万円

集落排水路は、農業用排水の水質の悪化を防ぐという目的から、集落内の雨水や家庭污水などを排除する水路を整備して、農地の汚れや集落内の不衛生を解消することを目的に整備されます。

モデル事業では、五本の路線を整備する計画ですが、五十五年年度に保村地区、五十六年には古通・新橋地区の排水路の整備を行いました。

なかでも新橋地区は、新橋沼の水質悪化による悪臭や蚊の発生などから、地元住民の声が早くからありました。その後、沼の埋立てなどで集落内の排水に大きな支障が生じるなどの理由で、緊急に整備されたものです。

(写真上 要望の高かった新橋・古通地区の排水路)



津江前地区  
金宮

## 土地の高度利用もOK

これまで金江津宮前地区のは場は、一区画の面積も小さく形もまちまちなうえ、用排水も完備されていず水はけも悪いという、おおよそ土地の高度利用とはかけ離れた



57年度に完成した田川地区の道路

## 暮らしのパートナー生活道路

くりを行ってきました。  
そこで村では、五十六年度モデル事業計画にこれを組み入れ、用地の整備やネットフエンス、U字溝、植樹を行いました。さらに、五十七年度に源清田農村公園と同じように、シーソーやブランコといった遊具をはじめ水飲み場、トイレを設置、地元の小中学生や幼児ばかりでなく、ほかの地区の子供たちにも盛んに利用

**和銅谷農村公園**  
面積 一、五二〇㎡  
事業費 三百八万円

用されています。  
また、ゲートボールなどのできる広場もあり、折からのゲートボールブームに乗って地元のお年寄りが練習に励むなど、幼児からお年寄りまで、憩いの場となっています。

この公園も下加納地区と同じく、学校などに遠く子供たちの遊び場に恵まれないということから、農村公園の建設が計画されました。  
土盛りのでんだ用地に、五十七年度事業でネットフエンス、U字溝などの整備が完了、遊具などの設置を残すのみとなりました。  
一日も早く完成するといえますね。

### 集落道整備

**田川地区** 延長 三四七m 事業費 千百十二万円  
**長羊地区** 延長 三六九m 事業費 千五百十四万五千元

### (田川地区)

この路線は、雨が降ると道路に水があふれ、低い宅地などに流れ込んでしまうという状態で、地区住民も雨が降るたびに悩まされてきました。  
そこで、五十七年度の整備では、道路と一体的にU字溝の整備もなされました。

### (長羊地区)

中央グラウンドの東側を南北に通る十角排水路の堤防が、五十七・五十八年度に整備されました。  
この路線は、国道四〇八号線と県道を結ぶ道路で、中央公民館や中央グラウンド内のテニスコートや野球場への進入路として利用されました。  
排水路側にはガードレールも設置され、安全面への配慮もなされています。

### 農道整備

**宮瀨地区** 延長 四〇m 事業費 三千七百十二万円  
**手栗地区** 延長 一六〇m 事業費 千九百六十万円

この二つの路線は、営農上重要な道路となっています。特に、宮瀨地区の農道は十角排水路にかかる橋の老朽化が激しく、地元から強い要望が出されていました。

旧橋は危険性があつたため、これまでも補修工事や通行制限を行ってききましたが、五十七年度になってついに橋の架け替え工事が完成したものです。

完成した橋(右)と古い橋(左)



たは場でした。  
そこで、高度利用もできるほ場にと、モデル事業初年度の五十八年度に地区内の農地二・八ヘクタールを事業費二千三百万円で区画整理を行い、続く五十六年度には暗渠排水工事と排水路の護岸工事などが事業費六百四十万円で行われました。また、宮前地区のは場整備の関連で、この地区の農

業排水路として同じく五十六年度に延長七四一メートル、事業費千五百四十万円の排水路整備を、金江津地区で行いました。  
宮前地区は、は場整備事業の完成によって、従来の湿田単作農業から脱皮した土地の高度利用のできるほ場へと生まれ変わり、地元のみならず、また、宮前地区の集団転作が行われています。

村議会第二回定例会から

昭和五十九年村議会第二回定例会が六月十一日から十六日までの六日間の会期で開かれ議案の審議などが行われましたのでその主なものをお知らせします。

五十九年度一般会計補正予算などを可決

報告

報告第一号

—専決処分承認を求めることについて—

○昭和五十八年度河内村一般会計補正予算

農村総合整備モデル事業債の限度額を、千七百五十万円から二千二百五十万円に変更しました。

○河内村税条例の一部を改正する条例

地方税の一部を改正する法律が四月一日から施行された



ことに伴い、河内村税条例の一部を改正したもので、住民税関係、法人税関係、軽自動車税関係の三点を改正しました。

○昭和五十八年度河内村水道事業会計補正予算

水道事業会計の資本的収入の予定額を三百二十万円、資本的支出の予定額を四百六十七万円それぞれ減額しました。

○昭和五十八年度河内村国民健康保険特別会計補正予算

事業勘定の歳入歳出予算の総額に、歳入歳出それぞれ三百五十六万九千円を追加し、総額をそれぞれ五億五千八百六十八千円としました。

○昭和五十九年度河内村一般会計補正予算

歳入歳出予算の総額に、歳入歳出それぞれ千九百八十三万三千円を追加し、予算総額を歳入歳出それぞれ二億六千九百四十四千円としたものとす。

議案

議案第一号

河内村中小企業事業資金あつ施条例の一部を改正する

企業に対する融資保証あつ旋の最高限度額を五百万円から八百万円、ただし運転資金については五百万円とするものとす。

議案第二号

河内村職員の定年等に関する条例

地方公務員法の規定に基づき、職員の定年などに関し必要なことがらを定め、必要となる職員は六十歳と定められました。(源清田 農科診療所の歯科医師の定年は、六十五歳)

議案第三号

河内村国民健康保険税条例の一部を改正する条例

稲敷地方広域市町村圏事務組合規約の一部を改正する条例

議案第五号

昭和五十九年度河内村一般会計補正予算

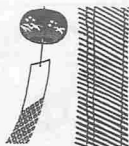
歳入歳出予算の総額に、歳入歳出それぞれ六百七十二万六千円を追加し、予算総額それぞれ二億七千五百七十三万四千円としたものとす。歳入歳出の追加は次のとおりです。

〔歳入〕

- 県支出金 四百九千円
- 寄付金 二百九十六万円
- 繰越金 三百二十九万八千円
- 諸収入 四十一万九千円

〔歳出〕

- 議会議費 八十六万三千円
- 総務費 三百二十二万三千円
- 民生費 六十八万九千円
- 衛生費 二十万円
- 土木費 九十六万円
- 教育費 八十九万五千円



交通ルールを

守って

楽しい

夏休み

## 今月の農作業

### 水稲 — 出穂期前後の管理

平年ならば七月下旬から八月上旬にかけて出穂しますが、この時期、穂イモチ病などの防除を徹底する。

### ○穂イモチ病

出穂期の低温は発病を助長させます。防除が必要で、す。防除は、穂ばらみ期と穂ぞろい期との二回散布する。粒剤は出穂の十日〜二十日前に散布する。

### ○桶こうじ病

発生が非常に多くなっております。品質、収量を低下させるので昨年発生したほ場では必ず散布する。

防除は、穂ばらみ期に散布ホルダーなどを散布する。

### 野菜 — これからまく野菜

と簡単なつくり方

### ○カリフラワー

品種は「さきがけ80」などで、七月二十日〜二十五日ごろにまく。床土は排水のよいものを使い、種をまいてから新聞紙で覆って、その上からたっぷり水を与え芽が出たら新聞紙を取り除く。

本葉二〜三枚になったら移植する。活着をよくするために、寒冷しゃによるトンネル被覆をする。育苗期間は三十日を目安に、八月二十〜二十五日ごろに定植する。

### ○ブロッコリー

品種は「緑洋」などで、七月下旬から八月始めに種まきをする。育苗管理はカリフラワーと同じで、八月下旬に定植する。

いずれも苗床では立枯病、べト病の発生がみられるので、タイセシ水と剤などを散布する。アオムシなどの害虫にも注意する。

竜ヶ崎地区農業改良普及所  
☎02976(2)3413

## みんなでなくそう

### シンナーの乱用

シンナーなどを乱用する青少年が急増していることに伴い、有害薬品類の規制対象が拡大されました。

指定された薬品類を青少年に對して、乱用する恐れがあると知って販売した場合は罰則が適用されます。今後は、これらを扱う各商店でも青少年に對しては使用目的を確認し、乱用する恐れのある場合は販売しないということになっています。

また、シンナー乱用に用いられるシンナーは、盗難によるものもありますので管理には十分注意して下さい。もし、近くでシンナーなどを大量に持っている、用途外に使用している現場を見かけたら最寄りの警察署(駐在所)や役場へお知らせ下さい。

青少年を有害な環境から守るため、みなさんのご協力をお願いします。

## 防ごう非行

### 助けよう立ち直り

社会を明るくする運動は、すべての国民が犯罪の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深めて、それぞれの立場で力を合わせて、犯罪のない明るいま社会を築こうとする運動で、河内村では34回を巡えます。



6月29日に開かれた社会を明るくする運動実施委員会

社会を明るくする運動では、かねてから犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生に力を得るためにいろいろな活動を展開してきました。しか

しここ数年、少年非行は増加の一途をたどりつつあります。こうした状況は、家庭や学校あるいは地域社会の人間関係が薄れてきたことなど、青少年を取り巻く環境の変化も少なからず影響しているのと思われまます。このような非行の原因を改善し、少年を取り巻く住民一人一人が力を合わせて、幅広い地域活動を展開していただくことが必要です。このようなことから、今回の運動の目標を「地域活動の推進による少年の非行防止と更生の援助」とし、地域活動をなお一層強力に推進すること、少年の非行防止と非行に陥った少年の更生を図り、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとするものです。

## 七月は社会を明るくする運動月間



# みんなの広場

## ゆふろ文芸

木々青葉古き構いの長屋門

乗り継ぎて来れば青葉の山の宿

若青葉突く鐘も無し寝釈迦堂

持つ箸の慣れぬ子もまて心天

青葉にも濃淡ありぬ山路かな

短夜や松に残りし朝月夜

雫まで緑と思ふ青葉かな

梅雨寒の夜風さわきて恩師の計ふ

梅雨に入り庭石包む苔青し

短夜や育ての親に鳴く鴉カラス

作業間の一刻妻と心天

旗かかげ店すか／＼し心天

明け易しお喋り雀旱軒ハネに  
水洩れを踏み止める梅雨の女メ

野沢 一風

鴻野 たけ

平川 和楓

田中 白茅

田中 芳雪

田仲 正潜

岡田 みつ

神崎通太郎

大橋 深水

中島 松坂

篠本しげる

小川 竹声

高橋てる江  
山沢 仙峯

河内俳句会

## 堂々第三位に輝く 第37回稲敷地方体育大会

今年で三十七回を数える同

大会、河内村チームは各種目  
にわたって大健闘三位に輝き  
ました。(敬称略)

★バスケットボール(女)優勝

★青年バレーボール(女)二位

★柔道 優勝

★相撲 優勝  
個人部  
一位 大宅 正人(軽量級)  
一位 茂手木健二(中量級)

★弓道(個人)

二位 鴻野俊男

★走り幅飛び

二位 野村雅之

三位 萩原治夫

★三段飛び

三位 野村雅之

★走り高飛び(男)

三位 小更行雄

★走り高飛び(女)

二位 石井洋子

金江津小学校六年  
郡司 和子ちゃん

## 利根川の役わり



私たちの村の前には、  
利根川が流れています。  
昔は、この川の水を飲  
み水やせんたくなどに  
利用していたのださう  
です。

利根川は、遠い群馬、栃木  
の方の上流から来ます。もし  
も、上流の方でひでりになり、  
雨が降らなかつたらどうなる

のでしょうか。きっと水かさも  
へって、水を節約しないと  
いけなくなります。そうなら  
お風呂にも入れないし、食器  
も洗えないし、せんたくだ  
てできません。それがもど  
不潔になり、病気にもなり  
やすいです。こう考えてみると、  
水もいろいろなことに役だっ  
ているとわかります。

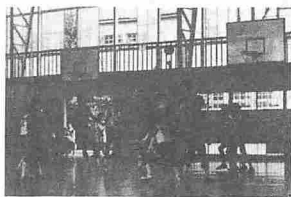
でも、困ることは、台風な  
どで川の水かさが増してこ  
ずいになることがあります。  
前に、私の家のちようど前  
たりの堤防がずれかかった  
ことがあります。

その夜は、なんだか眠れな  
くて、こわかったです。下着  
や洋服、勉強道具をまくらも  
とにおいておいたけれど、何

かまだ足りないという気持ち  
でいっぱいでした。

私が小さいころ、母と弟と  
お弁当を持って土手へ食べに  
いったことがあります。たん  
ぽぽやしろつめ草がたくさん  
咲いていて、とてもきれいで  
した。きれいな景色のせい  
か、お弁当がとてもおいしく感  
じられました。父が釣りをし  
ているときも、たいくつしな  
いで待つことができました。

このように、川は私たちに  
楽しい気持ちを与えてくれた  
りするけれども、危険なとき  
もあります。だけど、一番大  
切なことは、きれいな水をく  
れることです。こんな川だか  
ら、昔のようなきれいな水に  
したいと思います。





# 山形のミイラ

湯殿山から朝日村に来てみると、どんよりとした鉛色の空になって、山々になんとも暗い影が漂っているような感じを受けました。

朝日村は、最近ミイラ発掘でテレビなどマスコミを賑わしたところですが、その昔、湯殿山の奥の院は女性禁止で、この大日坊の寺で宿泊参拝して帰ったそうです。

寺には即身仏があり、住職の案内で拝観することができました。本殿の後



大日坊にある真如海上人の即身仏

らミイラにしますが、日本の即身仏のミイラは生きながらミイラになっていきます。このように、自発的に苦行して即身仏となっていく目的はと違いますと、この世の魂を肉体に宿らせ、靈魂で最上川の氾濫や冷害などで飢え死にする農村を救う、つまり、この世の災難を生きながらミイラと化して救おうというもので、まさにすさまじい難行です。

住職の説明を聞くにつれ、おのずと手が合い頭が下がるのを禁じえませんでした。

ミイラは、大日坊ばかりでなく、別の寺にも二体ほど安置されているそうです。この二

この即身仏は、高德の僧が何日も木の実や根を食べ、最後に断食をして水だけしか飲まず、死期が迫ると穴を掘って中に入り、筒を通して空気を吸い、鐘をたたきながら死を待ったということです。そして、鐘の音が止まると地上の人が穴を密閉、こうしてミイラとなったのです。

エジプトなどの外国のミイラは、人が死んでしまつてか

心に強く感じました。文と写真・山田勝久



## 色の写真館



長竿・中郷 小更三 五郎さん

昭和八年、田長竿村の女子青年団のみなさんと撮影写真右、馬を操っているのが小更さん。

当時の長竿小学校池田藤作先生（右から三人目）の指導で、共有田の農作業に出発する前に小更さん宅で撮影したものです。この写真がとられた日から、五十年の月日が流れたことになりました。

係では、想い出深い写真や当時の生活がしのばれる写真を見ながら募集しています。広報係までどうぞ。

# 健康 コーナー



（メ）  
（モ）

一〇

届出伝染病であるつ  
つが虫病の患者が、果  
ては四月から五月にか  
けて三名発見されまし  
た。いずれの患者も、近  
くの山林や休耕田に入っ  
た。つが虫はダニの一種  
で、八十種以上知られ全  
国の山林や草原、耕地な  
どに広く分布しています。  
つが虫は幼虫時に

虫病は、  
病原体を  
保有して  
いるつが虫の幼虫に刺さ  
れて発病します。刺され  
てから発病までの潜伏期  
間は、一・二週間くらい  
で、病状としては、  
①皮膚を露出しない  
②衣服を草むらに置いたり  
草むらなどを休息しない  
③防虫スプレーなどを使用  
する

## つが虫病

は幼虫時に  
地中、または地表で生  
活をして人  
を刺します。

- ①刺された局所に特有の潰瘍を生じる
- ②リンパ節がはれあがる
- ③通常二・三週間、少なくとも

ても一週間高熱が続く  
④皮膚の発疹  
このような症状に気づいた  
ら医師の診察を受けて下さ  
い。

## 今月の保健事業



### 栄養から見た食生活

## 鉄

鉄は、血液をつくる大切な成分として、なくてはならぬものである。血液の中で、酸素を運ぶ役目をするヘモグロビンの重要な成分が鉄です。ですから、この鉄の摂取がスムーズに行われないと、血液をつくるのに支障をきたし貧血の原因となります。

鉄は、血液をつくる大切な成分として、なくてはならぬものである。血液の中で、酸素を運ぶ役目をするヘモグロビンの重要な成分が鉄です。ですから、この鉄の摂取がスムーズに行われないと、血液をつくるのに支障をきたし貧血の原因となります。

貧血症は、女性に多く見られ、成人女性の五人に一人は貧血気味だといわれています。なかでも深刻なのは、妊婦および授乳婦で、妊娠前期では一八％、妊娠後期では三九％、授乳期でも二三％が貧血という結果がでています。（厚生省調べ）

女性の貧血は、本人だけでなく、妊娠・出産・授乳の過程で、胎児や乳児の成長にも大きな影響を及ぼすわけですから注意が必要です。

貧血の原因はいろいろ考えられますが、鉄の摂取不足による場合が多いようです。鉄を多く含む食品としては、緑黄色野菜（ホウレンソウ、コマツナ）、魚肉、卵黄があげられます。

鉄の摂取量は、ふつう成人で一日当たり、男子が十、女子が十二、といわれています。鉄の不足で貧血にならないために、常に栄養のバランスに注意しましょう。



- 7月24日  
健康教室  
—西共同利用施設  
(13:30～4:00)
- 8月3日  
健康相談  
—中上集会所  
(10:00～11:30)  
—青年研修所  
(1:30～3:00)



## 献血する人、 受ける人

献血をする人が 年々増えていきます。  
でも 血液が必要な患者さんも増えていきます。  
医療技術の進歩に伴って  
血液の需要はこれからも ますます  
増加すると予想されます。  
あなたも献血にご協力をお願いします。

あなたからいただいた貴重な血液を、有効に利用するため、赤血球、血小板などの成分に分離し、患者さんが必要とする成分だけを輸血する方法がとられています。

この方法により、あなたの血液は2-3人の患者さんに生かされます。



この方法により、あなたの血液は2-3人の患者さんに生かされます。

けの食事を取る女性をみかけ直してみませんか。

## こんなときどうしたら

久しぶりの家族そろってドライブです。ところが、十歳になる娘が車に酔ってしまい、気分が悪いといひ出しました。外あいに、外は土砂降りの雨で、しかも、人家も見当たりません。車を降りず気分をよくする法方は……。



乗り物酔いは、一度症状がでてしまうと、薬を飲んでよくなりません。車を止めて、リクライニングシートを倒して、あお向けに静かに寝かすのがいちばんです。首や胸、おなかを強く締めつけているような衣服は緩め、楽に呼吸ができるようにしてあげます。



吐きけがあったら、思う存分吐かせてしまいましょう。また、ドライイブに出かけるときは、ビニール袋を持っていきたいものです。ゴミを持ち帰るほか、こんなときにも役立つます。

## 米飯の重要性を見直す

望ましい日本型食生活をめざして

三人に一人はお米を誤解  
お米に対するイメージを調べたところ、三人に一人は米を食べると太る、と思っていることがわかりました。このイメージ、果たして正しいのでしょうか。答えは「ノー」です。

肥満は、摂取カロリーが消費カロリーを上回った場合、余剰分が脂肪に変わるもの。ですから、摂取する食物が高カロリーであれば、拍車がかかるのは当然のことです。

では、ご飯のカロリーはどのくらいあるのでしょうか。ご飯を茶わん一杯食べたときの摂取カロリーは、食パンの厚切り一枚にバターやジャムをつけたときとほぼ同じです。

このように、ご飯は、パン食に比べて決して高カロリーでなく、太るからとサラダだけの食事を取る女性をみかけ直してみませんか。

## 米を食べると太る それは誤解です

お米は塩分が多い自然食品

ご飯を食べて高血圧になるという誤解も、漬物やミソ汁など、塩分の多い食品をおかずには何杯もご飯を食べるといふ昔の食事スタイルが招いたもの。

むしろ、お米は自然食品であり、塩分を含んでいないので塩分を制限しなればならない高血圧などの食事療法に適しているのです。

確かに、私たちの食生活は、平均的にみればかなり良好なバランスを保っています。しかし、一方で、カロリーなどの取り過ぎが目立ってきており、近い将来、欧米並みの食事内容になる可能性ももつています。

# 食中毒に「づ」用心

食品衛生週間  
8月6日～12日

## △食中毒の大部分は細菌で起こる▽

最近の食中毒統計によれば、全国で年間約千件の食中毒事故が発生しています。原因となった物質が判明した事故では、腸炎ビブリオ、ブドウ球菌、サルモネラなどの食中毒細菌が八割から九割を占めています。

## △夏場に多い食中毒▽

夏場の高温多湿といった気候は、これらの細菌の増殖に適しています。このため、七月、八月、九月の三か月間に発生する食中毒は年間発生件数の約六割を占めており、この時期の食品の衛生的な取扱いは特に注意が必要です。



いろいろな数字をグラフにしよう

数の大きさを比べたりするとよくわかります。さらに一歩進めて「巨人の原選手は何曜日ホームランを多く打つか」など、自分なりのテーマを決めてグラフを作るとおもしろいでしょう。

いいのができたら「統計グラフ全国コンクール」に応募してください。

## 統計グラフコンクールに参加するには

〔テーマ〕 どんなことをグラフにしてもかまいません。ちなみに、昨年特選となった作品の題名は  
▷子どものあそびがかわつたなあ  
▷きみはどうした日本海中部地震  
▷育てよう緑の森

【作品の大きさ】 小・中学生はB2判、高校生以上はB1判

〔締め切り〕 9月5日

【応募などの問合せ】 茨城県企画部 統計課 ☎0292(21)8111 内線2652

## △食中毒予防のためには▽

① 細菌を食品に付着させない  
② 早目に食べる  
③ 殺菌のため、十分に加熱し、保存する場合は必ず十度以下で冷蔵しておく

腸炎ビブリオは、夏場に日本近海でとれる魚介類には必ず付着しているので、水でよく洗い、調理しただすぐに食べることを。  
ブドウ球菌は身体表面や鼻の中に付着しているので手をよく洗うこと。  
サルモネラは生肉などに付着しているのをよく加熱すること。

さらに、ゴキブリなどを駆除して台所を清潔にし、まな板、ふきんなどを常にきれいなものを使用しましょう。



# 納涼

今は夏が来ればクーラーというご時勢なので、納涼という人にも盛んになりました。隅田川にはエンジン付きながら星形船も復活しました。



納涼の行事をいろいろ工夫しました。水辺に出て涼風を求めたり、納涼船を出して楽しんだものでした。

江戸時代、京都四條河原では、流れの上に腰掛けをしつらえ、そこに座って足を水にひたしたものでした。また、夏の夜の怪談咄や胆だめしも、涼味を味わうた



もに最も楽しいものでした。



## 示そう茨城の交通マナー

～EXPO'85～

# 子供の水の事故

## 6, 7, 8月は交通事故より怖い



右の表をご覧ください。  
この数字は、昨年の6月から8月までに水死した子供の数と、同じ時期に交通事故で亡くなった子供の数です。

	水死	交通事故死
6月	71人	64人
7月	123	71
8月	164	103

これを見ると、水死が交通事故を大きく上回っているのがわかります。こうした子供の水難事故の6割は、保護者がそばにいないときに起こっています。交通事故の防止

とともに、夏の間は子供の水の事故にも十分注意しましょう。

### <保護者の方へ>

- ▷子供たちだけで水泳や水遊びに行かせない。
- ▷川や用水堀が増水しているときは、

子供たちを近づけないように注意する。

- ▷水辺で遊んでいる子供を見かけたら、声をかけ、安全な場所まで遊ばせるようにする。
- 以上のことを心掛けてください。

### ご利用ください

## 小企業等経営改善資金

経営改善資金を無担保・無保証人で融資します。

- 対象 従業員五人（商業サービス業は二人）以上の企業など。ただし、同一地域で一年以上営業し、経営指導員の指導を受けていることが必要です。
- 限度額 設備資金四〇〇万円、運転資金三五〇万円
- 金利 年七・〇パーセント
- 期間 設備 四年六カ月（二〇〇万円を超える場合）

※ 詳しくは河内村商工会

☎四一二三六へどうぞ。



## 警察官を募集

県では、茨城県警察官採用試験を次のとおり行います。

- 受付期日 七月二十七日まで
- 一次試験 八月六日
- 二次試験 十月四日
- 採用人員 約三十名

試験場 水戸市、土浦市、下館市

受験資格 昭和三十二年四月二日から三十八年四月一日までに生まれた男子で、学校教育法による大

学を卒業または来春卒業見込みの者

受検申込みについての問合せについては、  
電ヶ崎警察署警務係 ☎二九七六一二—二〇三五  
または、最寄りの駐在所へどうぞ。

## 自衛官を募集

防衛庁では、二等陸・海・空士の自衛官を次のとおり随時募集しています。

資格 十八歳以上二十五歳未満の男子。



テレホンカードは、500円、1,000円、3,000円、5,000円の4種類があります。

カード式公衆電話を設置  
電ヶ崎電報電話局では、キヤッシュレス時代の公衆電話として、テレホンカードで通話ができる公衆電話を佐貫駅前、電ヶ崎駅前、電ヶ崎市役所前の三ヶ所に設置しました。カード式公衆電話は、硬貨のほかにテレホンカードを差し込むだけで同じように電話が使えます。

身分 特別職国家公務員  
初任給 九万八千円、賞与年三回。  
衣食住 無料支給または貸与されます。  
特典 技術教育により各種国家免許も幅広く取得することができま  
す。  
応募案内、手続きなどについては、役場総務課までどうぞ。



## こよみ

7月	16日	やぶ入り
	19日	土用
	20日	海の記念日
	23日	大外
	30日	土用丑の日
8月	6日	広島原爆記念日
	7月	立秋 稊の日
	9月	長崎原爆記念日
	11月	旧盆

## 休日診療当番医

～江戸崎地区～

7月22日	江戸崎町	
	坂本(美)医院	☎0298(92)2627
7月29日	江戸崎町	
	坂本(隆)医院	☎0298(92)2232
8月5日	新利根村柴崎	
	池延医院	☎029787-2070
8月12日	桜川村阿波	
	津村医院	☎0298(94)2719
8月19日	江戸崎町	
	稲敷病院	☎0298(92)1543

【診療時間】 午前9時～午後4時  
都合により、当番医の変更もあります。必ず事前に確かめて下さい。  
竜ヶ崎地区当番医の市外局番は、共通(02976)です。

～竜ヶ崎地区～

7月22日		
	村井医院(内科)	☎(2)3380
	西新道医院(外科)	☎(2)0855
7月29日		
	岡野医院(内科)	☎(2)3657
	野村病院(外科)	☎(2)6561
8月5日		
	池田病院(内科)	☎(2)1152
	松野医院(外科)	☎(2)0407
8月12日		
	秋山医院(内科)	☎(4)1651
	真中医院(外科)	☎(2)0550
8月19日		
	兼子医院(内科)	☎(4)3105
	菊地医院(外科)	☎(2)0915

## 今月の納税

固定資産税 2期

納付期日までに  
必ず納めましょう!



正しく  
使って  
楽しく  
花火

## 交通事故のご相談はお気軽にどうぞ

午前9時半～午後4時40分(平日) ◎電話での相談もお受けします。

◎専門の相談員が親身になって、相談に応じます。(無料)

◎弁護士相談日

毎週水曜日午後1～4時

日本損害保険協会  
水戸自動車保険請求相談センター  
☎0292(26)1693

## LPガス

お済みですか  
ガス漏れ警報器  
の取付けは

万一の場合のために、ガス漏れ警報器を取り付けましょう

## 交通事故の提言



赤信号では必ず止まろう  
あるとき、信号が赤でした  
が車が来なかったので、渡っ  
てしまおうとしました。そし  
たら、車が走って来ました。  
ぼくは、びっくりしてしま  
いました。そして、運転手さ  
んが、気をつけろとこわい顔  
でいました。  
ぼくは、こんどは青信号に  
なつてから渡るぞ、と思いま  
した。  
みなさんも、赤のときは、  
車が来なくても青になるまで  
待ちましょう。

長竿小学校四年  
鈴木 明雄くん



No.40