

広報

あいお



跳ぶぞ！ウサギのように

(東幼稚園で)

'87

1 No.277
• 1

発行
秋穂町役場

新しい年が明けました。
 今年は「卯年」。ウサギのようにピョンピョンと、昨年よりも更に躍進したいですね。ここでは、卯年生まれのかたたち、町長、議長に今年の夢や抱負などを語っていただきました。

あなたの今年の夢はどんな夢ですか。夢がかない、昭和六十二年が町民の皆さんにとって幸せな一年でありますようお祈りします。



(S. 14生) 原田博喜さん
 中野

私が勤務している国鉄は、今ご存じのとおりたいへんな時期にあります。

私も、今の職場に残るつもりでいっしょうけんめい頑張ってきましたし、また今年も頑張るつもりです。

その他にも、地域のためにいろいろなかたちでかわり、役立っていききたいと思っています。

今年で六年間の小学校生活もお別れです。昨年の広島への修学旅行は、とても楽しかったです。でも、原爆資料館を見たとき、たいへんだったんだな、と思いました。

今年は、去年できなかったことを少しでも直していきたいです。中学生になったら、友だちをいっぱいつくりたいです。



(S. 50生) 井上都子さん
 大河内南

あけまして

おめでとう

ございます

昭和62年 元旦

中核都市圏の 一員としての 町づくりを

明けましておめでとうございます。本年も皆様が健康で幸せでありますよう、心からお祈り申し上げます。

昨年は、人が集まり交流する楽しい町づくりを目指し、町の基盤整備や諸々の対策を展開してきました。中でも、十一月に草山においてたくさんの町民のかたの参加のもと、桜千本の植樹ができましたことは、とても楽しく意義あることとして、私たちの心にいつまでも残ることと思います。今後、この地をふれあいと交流の場として整備し、私たちの美しい財産として守り育てていくつもりです。

今年、情報化、国際化、長寿化等の社会の大きな潮流変化

に対して、国や県において新たな計画が打ち出される年です。計画の中間発表等によりますます、特色ある地域開発の推進が示されています。

本町もこれらの上位計画に柔軟に対応するとともに、私たちの英知を結集したなかで楽しく活気に満ちた活動を展開し、時代にマッチした幸せに暮らせる町を次の世代へと引き継ぐことが、私たちに課せられた責務だと思っています。

このため、私は皆様の先頭に立って道路、下水、公園等の生活基盤の整備を前提とし、県央部中核都市圏の町として、恵まれた自然条件を生かした、そして高次都市機能を備えた町づくりを推進していくつもりです。

どうか、本年も皆様がたのご支援とご協力をお願いし、新春にあたり所信の一端を申し上げ、新年のごあいさつといたします。



藤生通陽
 秋穂町長

議決機関として
最大の努力を

さまたともにも榮えゆく町政の伸展をお祝いできますことは、心から喜びとするところでありま
す。
昨年九月、議長に就任し、その責任の重大さを十分痛感いたしております。事の良否はただちに町政のうえに反映いたしません。九千町民も、ひとしくこれに注視しておられたことと存じます。
町議会においても、町民の将来の幸福を念頭においてご期待

年頭にあたり、町議会を代表し、謹んで新年のごあいさつを申し上げます。
皆さん、明けましておめでとうございます。
輝かしい新春を迎え、ここに皆



(S. 38生) 赤崎 久保紀子さん

昨年、結婚して秋穂に来ました。いい所ですね。
今年の六月、子どもが生まれます。ちょうど私と同じ干支ですし、とても待ち遠しいです。以前から「そうなればいいな」と考えていました。
無事に生まれ、ちゃんと育ってくればと思います。



有吉 照人
秋穂町議会議員

に添うよう、万全を期してこのことに専念いたしました。議員一人ひとりが努力を払ったことは申すまでもありません。幸い大過なく越年することが出来ましたことは、皆さまのご支援とご協力のたまものと、心から感謝の意を表す幸いです。
申すまでもなく、今後の課題であります防府佐山線の新設改良が急務となっておりますが、国においても行政改革に伴う補助金の見直し等、厳しい年と推察さ

れます。しかし、それはそれなりに、町民生活の安定を図るには大小問わず重要な問題が山積みしてまいりますので、その解決を図ることは国県の行政施策と相まって財政の許す範囲内において、議決機関は議決機関として最大の効果を上げるべく努力する覚悟であります。
なにとぞ、旧年にまして変わらぬご指導ご鞭撻をお願い申し上げます。新年のごあいさつといたします。

昨年は家族みんなが健康で過ごすことができ、なによりと思っています。下の子が保育所ですし、少しは自分の時間が持てるようになりました。今、パレーに行っています。また、編み物にも凝っています。
今年もいろんなことをしたいのですが、やはり店をしながらできるものを、と考えています。



(T. 4生) 宮ノ内 松村 巖さん

地区の老人クラブの世話をしています。昨年はおかげさまで、二回ほどゲートボールに優勝することができました。
しかし、目を悪くして入院しましたので、今年は健康第一でいきたいと思えます。ゲートボールを通じ、体と心の健康保持に気をつけ、お互いの和を高めていきたいですね。



(S. 26生) 下村 井出正子さん

忙しかったですね、昨年は。息子の結婚式を済ませ、ホッとしています。今年、私と同じウサギ年の孫が生まれるんですよ。楽しみです。
以前、体をこわしましたが、皆さんのおかげで今は元気いっぱいです。今年も体に気をつけ、民踊にもボランティアにも頑張っていきたいですね。



(S. 2生) 花香南 久弘ヒサエさん

私たちの“ふれ
あいスペース”



家族で、近所で力を合わせて、桜の名所づくりに精を出しました

みんなが 桜の木林



▲クワなどを手にした家族連れでにぎわいました。背景は秋穂荘・秋穂湾

自然とのふれあいの場、憩いの場をつくろうと、「桜の森」づくりが十一月三十日、町有林の草山で行われました。この日は、スコップなどを手にしたチビ子からお年寄りまで約千二百人が参加しました。開会式では藤生町長が「桜は潮風に弱いらしいが、皆さんの熱意で大切に育て、桜の名所にしましょう」と呼びかけました。そして、財団法人・日本桜の会から贈られたソメイヨシノなど、四種類・千本の苗木は、一時間たらずの間に植栽を終えました。

町では今後、この場を更に憩いの場として徐々に整備していく方針で、数年後にはりっぱな桜の名所になりそうです。



▶ネームプレートに、家族じゅうの名前を書きました。そして、しっかりとくりつけました



▶「みんなで大切に育てましょう」と藤生町長。この日は遠く九州も望めました



▶「ミス桜」も藤生町長らと植栽。りっぱな娘さんになるころには、ここはすばらしい名所に



▶千二百人が汗を流しました。頂点には白い灯台が

■民生・児童委員名簿 (任期S61.12.1-64.11.30)

| 住所 | 氏名 | 担当地区 | 電話 | 有線 |
|------|-------|---------|------|------|
| 大河内北 | 大田ヤエ子 | 大河内北 | 3048 | 4961 |
| 大河内南 | 森王 敏恵 | 大河内南 | 4300 | 4827 |
| 天神町 | 松永 林三 | 天神町・浜中 | 2271 | 4727 |
| 北条 | 田中 正信 | 北条・中条 | 2074 | 4583 |
| 浜内 | 小林 敦子 | 井南・小浜 | 2462 | 4343 |
| 赤崎 | 河村 剛俊 | 小浜・赤崎 | 2278 | 4225 |
| 日地 | 吉本 利作 | 日地 | 2415 | 4078 |
| 金山嶺 | 金谷 博臥 | 金山嶺・西青江 | 2024 | 4039 |
| 中道 | 藤田 倭子 | 先青江・中道 | 3782 | 3793 |
| 花香南 | 安光平八郎 | 花香南・花香北 | 3806 | 3718 |
| 中津江 | 山下 潤夫 | 中津江 | 3958 | |
| 屋戸 | 内田 宏 | 屋戸・加茂町 | 2758 | 3551 |
| 東本町 | 武野 越子 | 海岸通・東本町 | 4145 | 3374 |
| 本町 | 春樋 一民 | 上本町・本町 | 2637 | 3266 |
| 祇園町 | 吉岡 孝子 | 祇園町 | 2731 | 2108 |
| 下村 | 藤山 澄子 | 下村 | 2433 | 2035 |
| 中野 | 平田 保和 | 中野 | 2631 | 2827 |
| 東天田 | 徳光 敏宏 | 東天田・西天田 | 2972 | 2993 |
| 宮ノ旦 | 松本 道夫 | 宮ノ旦 | 4856 | 3197 |
| 黒潟北 | 藤田 常一 | 黒潟北 | 4734 | 2714 |
| 黒潟南 | 井方津留江 | 黒潟南 | 2736 | 2581 |

(敬称略)

どんなことでもご相談ください。

民生・児童委員が決まりました

任期満了に伴う民生児童委員の改選が全国一斉に行われ、十二月一日付けで次の二十一人のかたが厚生大臣から民生児童委員を委嘱されました。

民生児童委員の職務は、低所得者の自立更生の援助、老人、身体障害者、児童、母子、父子、精神薄弱者などの福祉向上及び公的福祉への協力などです。これから三年間、住民の皆さま



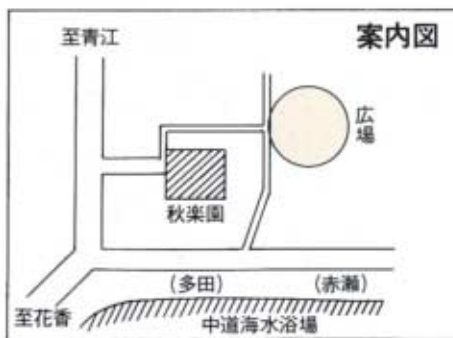
の相談役として、行政とのパイプ役として活動していただきますので、どんなことでも遠慮なくご相談ください。

問

交通事故で体が不自由になつてしまいました。これから先どうやって生計を立てればよいのでしょうか。

答

こんなときに、最も身近にいて、力を貸してくれるのが民生委員です。直ちに町役場や福祉事務所に連絡をとるとともに、肢体不自由の程度が身体障害者福祉法に定める範囲に当てはまる場合は、身体障害者手帳の申請について指導してくれます。このほか、生活に困ったときなどは、遠慮なくご相談ください。



世代を超えて、町民みんながいつしよになってふれあいを深める場に―と、三世代ふれあい広場が一部完成しました。養護老人ホーム秋楽園の裏手にできたこの広場は約四千四百平米あり、現在、ゲートボールコートが二面とれる広さが整地してあります。ゲートボール以外にも、使用目的はどんなことでもよく、多目的な広場としての活用ができます。

ご利用のときは、秋楽園までご連絡ください。なお、車は秋楽園の駐車場をご利用ください。

ご利用ください

三世代ふれあい広場

THE 公民館

近郷スポーツ少年団 サッカー大会



堂々の宣誓をする秋穂サッカースポ少の松本くん

男女23チームが参加

近郷のスポーツ少年団を招き「試合を通じて、技術の向上と団員相互の親睦を深める」ことをねらいとして、今年も近郷七スポーツ少年団の男女二十三チームが参加し、十一月二十三日（勤労感謝の日）秋穂中学校グラウンドで開催されました。成績は次のとおりです。

六年男子の部
優勝 小郡スポーツ少年団
準優勝 二島スポーツ少年団
五年男子の部
優勝 井関スポーツ少年団

町民バドミントン大会



熱戦を展開する皆さん

十二月十四日（日）
大海小学校体育館で
開催されました。
結果は次のとおりです。

男子C級の部
優勝 門永・宮後組（内海水試）
準優勝 矢田部・徳本組（秋中教職員）
初心者級の部
優勝 渡壁・河野組（教委、バドミントン教室）

準優勝 二島スポーツ少年団
女子の部
優勝 二島スポーツ少年団
準優勝 大海スポーツ少年団

十二月七日（日）男子三チーム、女子九チームが参加し、

家庭男子・婦人 バレーボール大会

家庭教育通信

可能性を信じて

No.128



遊び上手は こうして育つ(一)

遊び上手になる子どもの条件を考えてみましょう。

まず「心理的に安定した家庭で育つ」ということです。幼児にとって心理的に安定できる家庭とは「親が健全で、親の温かくて大きな広い愛情をもとにした、触れ合いのもてる家庭」ということではないでしょうか。

遊びをする時、遊び疲れて帰宅したとき、子どもの喜びや悲しみを共感し合える真のぬくもりのある家庭ですと、これが遊びへの活力となり、豊かな遊びが展開されます。子どもの失敗や挫折の経験は、家庭の温かさのなかでしか癒えないといわれます。

共に悩み、立ち直りの勇気を与えられる家庭こそ、安定している家庭の姿ではないでしょうか。

また、子どもはよく遊ぶことによつて、空腹を経験し、食事もおいしく、夜も早くからぐっすり寝ます。楽しい食事は、よく体を動かす遊びから生まれます。

秋穂町立東幼稚園 高木芳子

、家庭男子・婦人のバレーボール大会が、秋穂小・大海小両体育館で開催されました。成績は次のとおりです。

男子の部

優勝 三邦ファミリ

準優勝 秋穂クラブ

女子の部

優勝 秋穂クラブ

準優勝 こぶし

情報



■どんど焼き■

学力の向上と健康の保持増進を祈願し、正月伝統の行事を継承することを目的として、次の要領で実施します。

日時 一月十五日(成人の日)
午前九時～十一時 雨天中止
場所 秋穂正八幡宮境内
その他

お正月のしめ飾り、書き初めなどを持参してください。

一般のかたがたの参加も歓迎します。

詳細については、子ども会育成会長さんか、中央公民館へお尋ねください。

■元日早朝マラソン■

一年の幸多いことを祈念し、

青少年健全育成の標語

秋穂町補導委員会では、小・中学生に青少年健全育成の標語を募集し、次のおり優秀作品を選びました。これから五カ月にわたりシリーズで掲載します。

みんなの願い 非行に走らず 明るい生活

▲道中祐司くん ▲原田定子さん

強い意志 すきを見せるな 誘惑するな

▲菊繁紀子さん

愛の手で 非行の芽をつむ 明るい町

併せて健康な体力づくりを目指して、恒例の元日早朝マラソン大会を次の要領で実施します。

期日 一月一日

集合場所 ▼秋穂側 中央公民館前 ▼大海側 農協支所前

受付時間 ▼秋穂側 午前七時五十分 ▼大海側 午前九時十分

コース ▼秋穂側 正八幡宮折り返し ▼大海側 赤崎神社折り返し

距離 ▼秋穂側 五・二キロ ▼大海側 三・八キロ

詳細については、公民館にお尋ねください。

■新春たこあげ大会■

創意工夫をこらした手作りの「たこ」を自分の手で新春の空に掲げ、今年を力強く飛躍しましょう。

新春恒例の「たこあげ大会」

を次の要領で行います。親子そろっての参加を歓迎します。

日時 一月十八日(日)午後一時～三時、雨天の場合は、二十五日(日)に延期

場所 祇園町埋立地

詳細については、子ども会育成会長さんか、中央公民館へお尋ねください。

あいさつ

心と形の両面からしつけを

人と人との出会い——人間関係は、まず「あいさつ」から始まると言ってもよいでしょう。

あいさつは、人間関係をスムーズにする手段であると同時に、礼儀の基本となるものです。幼いうちから、あいさつがきちんとできるようにしつけをしたいものですね。

「おはよう」と「おはようございます」の区別など、相手が年長者か友達かによって、あいさつする時の表現や態度に違いのあることも分からせるようにしたいものです。

「おはよう」と「おはようございます」の区別など、相手が年長者か友達かによって、あいさつする時の表現や態度に違いのあることも分からせるようにしたいものです。

「おはよう」と「おはようございます」の区別など、相手が年長者か友達かによって、あいさつする時の表現や態度に違いのあることも分からせるようにしたいものです。

「おはよう」と「おはようございます」の区別など、相手が年長者か友達かによって、あいさつする時の表現や態度に違いのあることも分からせるようにしたいものです。

「おはよう」と「おはようございます」の区別など、相手が年長者か友達かによって、あいさつする時の表現や態度に違いのあることも分からせるようにしたいものです。

「おはよう」と「おはようございます」の区別など、相手が年長者か友達かによって、あいさつする時の表現や態度に違いのあることも分からせるようにしたいものです。

「おはよう」と「おはようございます」の区別など、相手が年長者か友達かによって、あいさつする時の表現や態度に違いのあることも分からせるようにしたいものです。

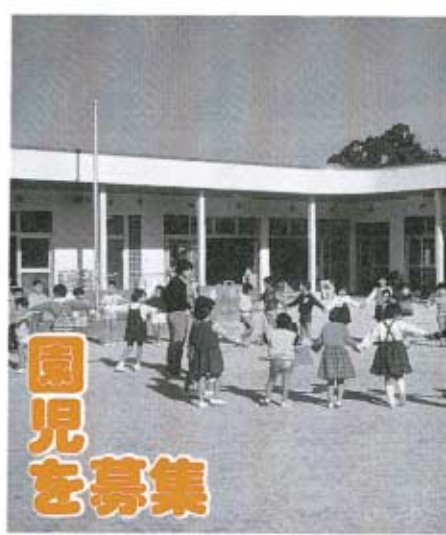
「おはよう」と「おはようございます」の区別など、相手が年長者か友達かによって、あいさつする時の表現や態度に違いのあることも分からせるようにしたいものです。

「おはよう」と「おはようございます」の区別など、相手が年長者か友達かによって、あいさつする時の表現や態度に違いのあることも分からせるようにしたいものです。

「おはよう」と「おはようございます」の区別など、相手が年長者か友達かによって、あいさつする時の表現や態度に違いのあることも分からせるようにしたいものです。

「おはよう」と「おはようございます」の区別など、相手が年長者か友達かによって、あいさつする時の表現や態度に違いのあることも分からせるようにしたいものです。

「おはよう」と「おはようございます」の区別など、相手が年長者か友達かによって、あいさつする時の表現や態度に違いのあることも分からせるようにしたいものです。



保育所園児

保育所及び児童館の園児を、次の要領で募集します。

募集人員

- 秋穂保育園 六十人 二〜五歳
- 大海保育園 六十人 二〜五歳
- 黒潟保育所 六十人 三〜五歳
- 秋穂児童館 五十人 四〜五歳
- ※二歳児は、大海保育園と秋穂保育園でそれぞれ六人程度募集します。

入所資格

- 次のいずれかに該当し、家庭での保育が困難な児童。
- ①共働きなどで、母親が日中自宅外で労働をするため
- ②母親が内職など、家事以外の労働をするため
- ③母親がいないため
- ④母親が出産の前後や病気のため
- ⑤家庭内に病人があつて、母親がその看護に従事するため
- ⑥自宅が災害に遭い、その復旧

作業に従事するため
⑦前記のほか、保育に欠けると町長が認めるもの

※①②についてはパート、内職をしているかたは、勤め先又は、地区民生児童委員さんの証明が必要で、(証明書の用紙が必要なかたは、町民課又は、大海支所でお受け取りください)
受付期間と場所
▼大海地区 一月十三日〜十七日、町役場大海支所で
▼秋穂地区 一月十九日〜二十四日、町役場町民課で 児童館については社会福祉協議会で
受付時間
午前九時〜午後四時(土曜日は午前中)
注意

①申請書は受付場所に備えてあります。
②現在入所児で、六十二年度も引き続き入所を希望されるかたは、一月の参観日に各保育所で受け付けます。
③家庭での保育が困難な都合い、また地域性等を考慮し希望の保育所へ入所出来ない場合があります。

持参するもの
印鑑、保育に欠ける事実を証明する書類(内職、パート等は納品先、勤め先の証明書。証明のとれないかたは、各地区民生

児童委員の証明。医師の診断書など)

詳細

▼保育所：町役場町民課
▼児童館：社会福祉協議会

東幼稚園園児

町立東幼稚園園児を、次の要領で募集します。

募集人員

二十九人 四歳児

入園資格

①昭和五十七年四月二日から五十八年四月一日までの間に生まれた幼児
②秋穂町内に住所を定める保護者と同居している幼児
受付期間
一月七日〜十七日
応募方法

入園を希望する幼児の保護者は、教育委員会及び大海支所に備え付けの入園願書を、教育委員会又は大海支所へ提出してください。
入園決定の方法
募集人員を超えた場合は、抽選等の方法で入園を決定することもあります。

入園許可通知
二月十四日(土)までに、幼稚園入園許可通知書を保護者に送付します。

詳細 教育委員会

郷土史

(157)

千歳浜築立の顛末

はじめに

明治二年十一月、十四名は連名で塩田六十町歩開墾の願書を出す。即ち

開作築立のため、(1)岩屋山・花香山・笠倉山・赤石山の捨て石、くり石等、石取場を許可されたい。(2)黒潟吉敷毛利領采地返上地・黒潟山二町



四反八畝(立銀十二匁余)土手築立用の砂取場、塩田床の砂赤土取場にし、跡は畑とする。歟下年季までは立山銀を、石盛り後は畑共税金を納める。(3)塩浜問屋株、たて草株、上荷船株を一株宛免許のこと。(4)入替砂は大海浦で免許の事。明治二年十一月十七日には、民政局長杉民治を経て認可。

治水費補助の

塩田開墾計画

千歳浜は明治三年に着工、同四年潮留め、やがて次のような困難にあう。(林勇蔵記)開墾の塩田は秋穂浦地続き、私共十二名(当初は十四名)協力して私費で歟下二十五カ年で、年季明ければ反当旧藩高三石の石盛りをうけ、相当の税金を納め、判内治水費補助に役立てる。そのため二十町歩を開墾したが、このころから塩業は不況となり、ようやく堤防を築き潮留めしたままになっておる。永久の治水費補助のもくろみで、旧藩知事も「千歳浜」と命名されたところ。

難波を明治十二年、十五年、十六年とたびたび上申し、援

最低賃金改正のお知らせ

県内の全工場・事業所に雇用される従業員なら誰でも適用される最低賃金が、次のとおり改正されました。この金額に足りない賃金を支払うと、最低賃金法の違反になります。経営者のかたは、従業員の給料の金額をもう一度確かめて、違反にならないようにしましょう。

問い合わせ先 山口労働基準局
☎0839(22)1144

(単位：円)

| 業種 | 旧 | 1時間 | 発効日 |
|--------------------|-------|-----|--------|
| 食料品、飲料、飼料製造業 | 3,719 | 465 | 12月26日 |
| 繊維産業 | 3,700 | 463 | |
| 木材、木製品製造業 | 3,856 | 482 | |
| 出版、印刷、同関連産業 | 3,800 | 475 | |
| 窯業、土石製品製造業 | 4,026 | 504 | |
| | 3,917 | 490 | |
| | 3,758 | 470 | |
| 機械、金属製品等製造業、自動車整備業 | 3,991 | 499 | |
| | 3,743 | 468 | |
| 卸売、小売業 | 3,861 | 483 | |
| | 3,835 | 480 | |
| その他 | 3,433 | 430 | 10月3日 |

火事するとき、狭い道路に自動車が増えてあったり、消火栓や防火水槽の付近に車が駐車していたりすると、消化活動の大きな妨げとなります。



消火栓の前に

車を止めていませんか

一刻一秒を争う消化活動をスムーズにするため、次の場所での駐車は絶対にやめてください。

- 消防栓から五メートル以内の場所
- 防火水槽から五メートル以内の場所
- 防火水槽の取水口から五メートル以内の場所
- 指定消防水利（プール、池、井戸、河川など）の標識から五メートル以内の場所
- 火災報知機から一メートル以内の場所
- 車を駐車したとき、その右

止める前に

もう一度確認

車を駐車するときは、近くに消火栓や防火水槽がないかどうかを必ず確認し、その近くには駐車しないようにしてください。その気配りが、スムーズな消化活動につながり、尊い命や貴重な財産を守ることに繋がります。

側に三・五メートル以上の余地ができないような狭い道路

助を訴えるようになる。

榎野川流域の開作

この塩田の恩恵を受ける所は極めて広く、慶安年中（一六四八―一五二）、元禄年中（一六八八―一七〇四）、安永年中（一七七二―一七八一）、七度の開作約千町歩。榎野川はしだいに水底が埋まり、植苗損害、収穫皆無の年も多かった。

その大修理にたびたび上申して、天保五年に藩札三十貫、明治四年同四百五十目を旧藩より下付された。しかし流出の土砂は深くなり、一時の大修理もならず、私共開陳の塩田開墾を出願して永久の仕法とする考えであった。

以上、暗に官費補助を得て築立したいとした模様である。

この最後の書面の明治十八年五月には、十四名のうち平原平右衛門と山内休兵衛の名が消え、川西の部坂・徳田に代って中津江の藤田重吉・西村良左衛門が加わり、他に移動はなく、秋穂の富豪、十二名の重荷は一段と深刻になった。

千歳浜の売り渡し

潮留めまでの入費は三万円であった。（明治十五年に六万円相当）明治十三年暮れに沖土手石垣組みは官費補助。北側土手は自力で築いたが、翌年七月に切れてその仕戻しに千五百円を要した。難波の末、明治十五年旧三月十五日、十二人は協議の上、築立を止め売却を決める。

これより県や国に働きかけ、明治十五年来県の農商務省大輔品川弥次郎、同十八年内務卿山県有朋に、惣代林勇蔵等が訴える。もくろみ崩れ、一人三万円余の大金を青海に捨て、残念千万と嘆いた。六万円で塩田十枚を国に買い上げてもらうように御詮議をお願いたいと書面を送っているが、かなえられずに終わったようである。

その後、昭和の初めごろからであろうか、えびの生態研究をこの千歳浜跡を中心に行ったのが藤永庄作博士で、この研究を助けたのが原田為次郎であった。やがて秋穂は「エビの町」の映画でも紹介された。

藤永博士は、のちに花香塩田跡の瀬戸内海水産KKの創立者となる。（中野 田中 稜）



疲労回復の

キメ手は睡眠

睡眠は一日の疲れを取り去る最も大切な時間といわれています。今回は疲労と睡眠について少し考えてみましょう。

私たちが健康な生活を送るための基本は、一日二十四時間のよい生活リズムを維持すること、すなわち、上手に働き上手に休むことにあるといわれています。二十四時間のうち八時間は仕事や勉強などの活動の時間に、あと残りの十六時間は休養と睡眠とにあて、明日への活力を養うための時間とします。

特に睡眠は疲労回復のためのもので、ビタミン剤や健康食品にも及ばない、なにより良薬といわれています。

ところが、この良薬である睡眠がなんらかの理由により妨げ

られ、睡眠不足の状態になったときほどつらいことはありません。皆さんも一度は経験されたことがあるのではないのでしょうか。

疲労が蓄積されると

疲労が回復されないで蓄積されると、健康が大きく損なわれます。特にふだんから病気にかかりやすい素質を持っている人は、疲労が引き金となって消化器の病気、高血圧、かぜ、脚気、ノイローゼ、眼の病気などが現れやすくなってきます。

疲労の点検を



そこで、どんな時に睡眠の条件が崩れるのか、その疲労の質や症状にはどういったものがあるのかなどを知り、疲労対策に努めましょう。

一口に疲労といっても、肉体的な疲労から心の疲労までいろいろあります。なかには疲労が慢性化していたり、神経が疲れすぎているために睡眠などで

自己回復しないものもありますので、医師に相談してみることが必要です。

みなさんも自分の疲労の質を点検してみませんか。

仕事の過労をはじめ、遊び疲れ、夜ふかしは健康の敵です。睡眠の妨げとなるような要因を取り除き、安眠の条件づくりを努めましょう。

上手な睡眠のとり方

決まった時刻に床に就く
毎晩決まった時刻に床に就くようにすると、からだの調子も自然とその時刻になると眠りの態勢に入り、生活のリズムをつかむことができます。

八時間は睡眠を

睡眠は時間よりも深さだといわれていますが、一晚の眠りのなかで深い眠りと浅い眠りを繰り返します。八時間も床に就いていれば、深い眠りをつかむことができ疲労は回復されます。

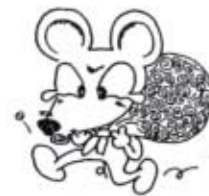
12時前に寝る

十二時前の一時間の睡眠は、十二時以後の二時間の睡眠に匹敵するといわれています。

皆さんも上手な睡眠のとり方をし、より健康な生活を送るよう努力しましょう。

2月末日まで3カ月間

ねずみ一斉駆除運動月間



増加するねずみの害

近年の生活様式の変化に伴い、ねずみの生態にも変化が認められ、衛生上の被害も増加する傾向にあります。

そこで、山口県ではネズミの駆除運動を広く県民のかたがたに実践していただくために、十二月より二月末日までを駆除運動期間に定め推進しています。

駆除方法

▼兵糧攻め

残飯類は十分始末し、ねずみの餌のない状態にしておきましょう。いくら毒餌をしかけても、他の食べ物があれば毒餌は食べません。

▼通行止

下水溝や排水口などがねずみの通路になります。ふたや金網などを張って通行できなくします。

▼毒餌(選び方・仕掛け方)

○日ごろ、食べ慣れたものを使いましょう。

○腐ったり、かびの生えたものは嫌います。

○いろいろな場所に置いてみて一番よく食べる場所へ重点的に毒餌を置きます。食べない場所の毒餌は除きましよう。

○ねずみは臆病な動物ですから、人目につかない物影などへ、夜に仕掛けると効果的です。

▼隣近所ですいしよに駆除するのが、より効果的です。

■町環衛連で殺ソ剤を一袋百円で幹施しています。

希望されるかたは、町役場保健衛生課又は大海支所にてお求めください。

■正しく使いましょう

| | |
|--|---|
| <p>パッキ型は電源を切らないようにしましょう。浄化槽の生物が死んでしまいます。</p>  | <p>水は十分流しましょう。1人1日50ℓが目安です。</p>  |
| <p>送気口や排気口をふさいだり破損しないようにしましょう。生物が働かなくなります。</p>  | <p>専用の紙以外は流さないようにしましょう。トラブルを起こすもとになります。</p>  |
| <p>槽の上に物をのせないようにしましょう。破損したり点検ができなくなったりします。</p>  | <p>洗浄はぬるま湯で、たびたび洗えばよく落ちます。</p>  |

浄化槽

快適さを保つため
管理は適正に

浄化槽は管理の良し悪しによって、快適さと公害源の二面性を持った装置です。使用者としての管理責任を果たして、正しく使いましょう。

■届け出

▼新築の場合 建築基準法に

■使用を開始したら

①保健所へ使用開始報告書を

基づき、土木事務所に建築確認申請をすることが必要です。

▼改造の場合 浄化槽法に基づき、保健所に設置届出をすることが必要です。

③使用開始後六カ月経過したら二カ月以内に、それ以後は年一回指定検査機関(㈱山口県浄化槽協会)による水質検査を受けましょう。

②浄化槽の機能を正しく発揮させるために知事登録を受けている「浄化槽保守点検業者」に管理を委託しましょう。また、毎年一回、清掃業者に委託して清掃を実施しましょう。

提出しましょう。

提出しましょう。

明るい選挙啓発ポスター・習字

秋中の道中さんら、入賞

佳作

道中亜紀(秋穂中三年)
植村真弓(秋穂小四年)

井上梢さんの作品

秋穂小四年 井上梢
植村真弓さんの作品

この入賞作品は今後、県・町の明るい選挙啓発に大いに活用される予定です。

入選

井上 梢(秋穂小四年)

道中亜紀さんの作品



公職選挙法ひとくちメモ

明るい選挙を実現するために「贈らない、求めない、受けとらない」——わたしたちの清い一票への日ごろの自覚です。

▽政治家や候補者などが、お歳暮や寄付など、金品を贈ることは、ルール違反です。

▽政治家や候補者などから祝儀や餞別など、金品を受けとってはいけません。

▽政治家や候補者などに、お祭りの寄付など金品を求めめることも禁じられています。



国保をよむ

★医療費節約のため
の5つの心がけ

家族ぐるみで健康づくりを

健康な家庭には病気は寄りつかない。何かからだにいいことを。

早期発見・早期治療を

やたらに診てもらうのは考えものだが、ふだんと様子が違ったら、早めに受診を。

ハシゴ受診はやめよう

検査、処置、注射、薬などをやり直すために、医療費のムダ使い。

診療時間内に受診を

急病の場合とはかく、時間外は加算料金がつくし、お医者さんの負担にも。

薬ねだりはやめよう

やたらにねだる、指示どおりに飲まない、いずれも医療費のムダ。

国保メモ

本町の山本さん

17年間無受診で表彰



このたび、町では国民健康保険のご家庭のなかから一年以上

お医者さんにかかっているない優良家庭、四十八世帯を表彰しました。

なかでも、本町の山本誠治さんは十七年間も保険証を使うことなく健康を保たれており、藤生町長より表彰状とささやかな記念品が贈られ、特別表彰されました。

山本さんは「これも皆さんのおかげです」と、喜びを語っておられました。

ちの主役

黒潟南 広谷 諭さん



長男 潤 ちゃん

昭和60年5月11日生まれ

車と動物とテレビの「にこにこぶん」が大好きで、毎日元気よく遊んでいます。

よくじらを言っては家族を困らせますが、とにかく元気で気持ちの大きな子に育って欲しいと思います。(お母さんの昌子さん)

栄養改善推進協議会の
おすすめのお味

今さら大豆といわず今だからこそ大豆大豆は重要なタンパク源であるとともに、コレステロールの沈着を防いでくれる不飽和脂肪酸を多く含んだ食品です。お正月料理にどうぞ。

松前づけ

■材料 (5人分)

| | |
|-------|------|
| 大豆 | カップ½ |
| するめの胴 | 1枚 |
| 昆布 | 40cm |
| 人参 | 1本 |
| 酒 | カップ½ |
| みりん | カップ¼ |
| しょうゆ | カップ½ |
| 七味唐辛子 | 少々 |
| 油 | 適宜 |

■作り方

- ①大豆は1晩水にかし、ざるに上げて水を切る。これをふきんでふき、160度の油でゆっくり揚げる。
- ②昆布はぬれ布きんでふき、10cm長さに切って丸め、小口から細く切る。
- ③するめを縦二つに切り、それを横に細く切るか手で裂く。
- ④人参は7cm長さの細切りにする。
- ⑤鍋に酒・みりんを入れて火にかけ、煮立ったらしょうゆ・揚げたての豆を入れる。
- ⑥ここへ昆布・するめ・人参を加えて混ぜ、ときどき昆げながら二日以上つけ込みます。



大海小こども貯金組合を 中国郵政局長が表彰▶

お互いに力を合わせ、貯蓄の習慣を養ってその実行に努めたという事でこのたび大海小こども貯金組合が中国郵政局長より表彰されました。この貯金組合は昭和25年から続いているもので、日ごろの活動が認められたものです。

12月8日、校長室において繁永大海郵便局長より賞状と記念品が、児童の代表に贈られました。



◀近郷剣道大会で 160人が熱戦を展開

去る11月30日(日)、秋穂小学校体育館で、"秋穂町近郷剣道大会"が開催されました。今回で10回目を数えるこの大会には、遠く島根県益田市からも参加があり、併せて20チーム、160人が熱戦を展開しました。

その結果、団体では宇部剣道連盟が、また個人では中村聡さん(宇部剣心会)が優勝を飾りました。

中退金事業団より (株)木原製作所に感謝状▶

このたび、中小企業退職金共済事業団より(株)木原製作所に感謝状が贈られました。これは、日ごろ中小企業退職金共済制度を深く認識し、従業員の福祉増進に寄与した功績をたたえたものです。

この制度は、従業員のかたに安全で確実に退職金が支払われるようにと、国が定めた制度です。未加入の事業主の皆さん、利用されてはいかがですか。



年末年始のゴミの収集



年末 12月30日まで行います。30日は町内全域の生ゴミと燃えないゴミを収集します。8時30分までに出してください。

12月30日～1月5日 収集業務は行いません。
年始 1月6日からは平常どおりゴミの収集を行います。ご協力をお願いします。

科目 英語 I ・ 国語 I ・ 適性検査 ・ 面接
 募集人員 50人
 修業年限 2カ年
 資格 高校卒及び卒業見込みの女子
 詳細 山口市吉数字芝添3238
 山口県歯科衛生士学院 ☎0839(23)1820

清掃工場よりお願い

清掃工場では、ごみ焼却炉の増設工事を行っています。

このため、旧ごみ投入場所に設置しています破砕機の使用ができなくなりますので、破砕機を必要とする廃材等は次の期間に限り搬入をご遠慮ください。

期間 3月25日まで

搬入できないもの 廃材、タンク、畳、布団等、長さ50cm以上のもので破砕機使用を必要とするもの

詳細 中部環境施設組合 清掃工場 ☎0839(27)0020

“写経”の通信講座

古くから親しまれている般若心経を手本にした写経の通信講座を、次の要領で開講します。

受講料 12,000円 (3カ月、添削2回)

詳細 ☎107 東京都港区南青山1-1-1 新青山ビル NHK文化センター「写経の通信講座」係 ☎03(479)2502



1月の保健行事

保健相談

期日・場所 ▶ 7日(水) 中央公民館

▶17日(土) 大海分館
 時間 午前10時～12時
 対象 希望者

1歳6ヵ月、3歳児健康診査

日時 27日(火) 午後1時20分～2時

場所 中央公民館

対象 ▶ 1歳6ヵ月児…昭和60年6月1日から8月31日までに生まれた幼児

▶ 3歳児…昭和58年11月1日から昭和59年1月31日までに生まれた幼児

スキー教室を開催



秋穂町スキー連盟では、今年もスキーバスによる第7回のスキー教室を、次のとおり開催します。

多数の参加をお待ちしています。

期日 1月18日(日)

場所 広島県スキー場

募集人員 40人

対象 中学生以上

集合場所 町役場駐車場

出発時刻 午前4時30分

参加料 4,500円(バス代等)

※ただし、貸スキー・貸くつをご希望のかたは、別に4,000円程度必要です。

申込先 中央公民館

締め切り 1月13日(火)

※定員になりしだい、締め切ります。

土曜夜間当番医 (午後7時～午後10時)

| 月 日 | 内 科 系 | 外 科 系 |
|------|----------------|---------------|
| 1/10 | 浜本小児科 ☎小郡③0616 | 小林外科 ☎小郡③1515 |
| 17 | 三河内医院 ☎秋穂 2711 | 同仁病院 ☎阿知須2130 |
| 24 | 同仁病院 ☎阿知須2130 | 小川整形 ☎小郡②2887 |
| 31 | 岡村医院 ☎小郡③2053 | 吉武医院 ☎秋穂 2330 |

やむをえない事情で、当番医を変更することがあります。

吉南医師会

休日当番医 (午前9時～午後6時)

| 月 日 | 内 科 I | 内 科 II | 外 科 |
|-----|---------------|----------------|---------------|
| 1/1 | 河端内科 ☎小郡②3820 | 藤井医院 ☎二島 2002 | 同仁病院 ☎阿知須2130 |
| 2 | 岡村医院 ☎小郡③2053 | 有富医院 ☎秋穂 2705 | 三隅外科 ☎小郡②1003 |
| 3 | 柳沢医院 ☎小郡③3121 | 同仁病院 ☎阿知須2130 | 小林外科 ☎小郡③1515 |
| 4 | 林病院 ☎小郡②0411 | 同仁病院 ☎阿知須2130 | 相川医院 ☎四辻 2177 |
| 11 | 第一病院 ☎小郡②0333 | 同仁病院 ☎阿知須2130 | 第一病院 ☎小郡②0333 |
| 15 | 田中内科 ☎小郡②2325 | 小野医院 ☎秋穂 2353 | 相川医院 ☎四辻 2177 |
| 18 | 河端内科 ☎小郡②3820 | 新井医院 ☎阿知須2048 | 村田外科 ☎小郡②7100 |
| 25 | 岡村医院 ☎小郡③2053 | 三河内医院 ☎秋穂 2711 | 小川整形 ☎小郡②2887 |

小郡……08397 阿知須……083665 二島……083987 四辻……083986 嘉川……083989

お知らせ



町税の納期

今月は、町県民税の第4期分と国民健康保険税の第8期分の納付月です。1月31日までに納めましょう。

補聴器の修理日

本庁町民相談室 ▶ 9日(金)午後2時～3時
▶ 16日(金) 午前11時～12時
大海支所 9日(金) 午後3時～4時

相談はこれまでどおり無料ですが、修理費については一部負担していただく場合があります。ただし、身障者手帳のない人は実費となります。

心配ごと相談日

今月の心配ごと相談日を、次のとおり行います。

日時・場所

- ▶ 9日(金) 大海分館
- ▶ 20日(火) 老人福祉センター

**ご利用ください
年金相談**

毎日20日の「心配ごと相談」には、年金相談も併せて開設しています。

当日は山口社会保険事務所係官が年金関係のどんな内容でも相談にのっていますので、お気軽においでください。

**ご利用ください
母子寡婦福祉資金**

山口県では、母子・寡婦家庭に対して低利子(一部無利子)の貸し付けを行っています。

就学や就職の貸し付けは2月10日が申し込み締め切りです。

この制度を利用したいかた、詳しく知りたいかたは、町民課福祉係 ☎2121(内線42) 有線2321 へお尋ねください。

徳川美術館の名宝

徳川御三家筆頭、尾張徳川家伝来の大名道具を中心に、奈良時代から江戸時代に至る珠玉の

名品130点を一堂に展覧します。

会期 1月6日(火)～2月8日(日) <月曜日休館>

時間 午前9時～午後4時30分

会場 山口県立美術館

入場料 ▶一般 800円(600円)

▶高大生600円(400円) ▶小中生300円(200円) ()は前売り

職業訓練生の募集

対象 離職者、転職者などで新たな職業に就こうとするかた

科目・人員 電気機器科 15人

訓練期間 2月から1年間

募集期限 1月20日(火)

受講料 無料

詳細 山口公共職業安定所 ☎

0839(22)0043 小野田技能開発

センター ☎08368(3)3343

**歯科衛生士の
学生を募集**

歯科衛生士学院では、次の要領で学生を募集します。

一次募集 ▶出題期限 1月17日(土) ▶試験日 1月24日・25日

二次募集 ▶出願期日 1月26日(月)～2月14日(土) ▶試験日 2月21日・22日

ご冥福を祈ります (敬称略)

| 地区 | 氏名 | 年齢 | 逝去の日 |
|------|------|----|--------|
| 天神町 | 松永友次 | 83 | 11月10日 |
| 浜内 | 竹村政一 | 68 | 同 19日 |
| 花香南 | 中岡タカ | 87 | 同 23日 |
| 秋楽園 | 今井武雄 | 80 | 同 23日 |
| 黒瀉南 | 開地薫彦 | 66 | 同 28日 |
| 大河内北 | 北野三男 | 69 | 同 27日 |
| 上本町 | 植村保子 | 61 | 12月6日 |

(11月11日～12月10日届出)

町の人口

(12月1日現在)

| 人口 | 9,158人 | -10 | (11月中の異動の内訳) | |
|-----|--------|-----|--------------|--------|
| | | | 増加分 | 減少分 |
| (男) | 4,370人 | -6 | 出生 2人 | 死亡 7人 |
| (女) | 4,788人 | -4 | 転入 12人 | 転出 17人 |
| 世帯数 | 2,500 | -3 | 計 14人 | 計 24人 |

表

紙は、まっ白なウサギを抱え、楽しそうに遊ぶ東幼稚園の園児たちの様子です。

今年「卯年」。本紙の二、三ページでは、年男・年女の今年にかける抱負などを語っていただきましたが、皆さんはどんな抱負を抱いておられますか。

ウサギはいろいろな物語に登場します。イソップ童話の「ウサギとカメ」や日本の昔話の「かちかち山」「因幡の白ウサギ」などが有名です。

これらの物語に登場するウサギは、自信家、なまけ者、正義の味方など、いろいろなイメージを持っています。

ともかく、今年ウサギのように跳びたいですね。

広 報「あいお」はあなたの意見をお待ちしています。

随想、自慢料理、暮らしの知恵、写真などをこの紙面を通じて町民の皆さんへ披露してください。

また、ユニークなグループ、活躍しているグループなどはありませんか。

お気軽に企画室(電話二一・二一・内線52 有線二二二二)までご連絡ください。

1月のカレンダー

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|--|---|---|
| | | | | 1 元日 早朝マラソン | 2 | 3 |
| | | ⑧……秋穂小 ⑨……中央公民館 ⑩……老人福祉センター ⑪……大海小 ⑫……公民館大海分館 ⑬……町役場 ⑭……町役場大海支所 | | | | |
| 4 | | 5 公務始め 出勤初め式 A.M.9:30～⑪ | 6 | 7 保健相談 A.M.10:00～12:00 ⑫ 東幼稚園園児の受け付け (～17日) | 8 | 9 補聴器の修理 日 P.M.2:00～3:00 ⑬ P.M.3:00～4:00 ⑭ 心配ごと相談 ⑮ |
| 11 | | 12 | 13 保育所園児の受け付け (大海地区)(～17日) | 14 | 15 成人式 どんと焼き A.M.9:00～11:00(正八幡宮) | 16 補聴器の修理 日 A.M.11:00～12:00 ⑯ |
| | | | | | | 17 保健相談 A.M.10:00～12:00 ⑰ |
| | | | | | | 18 たごあげ大会 P.M.1:00～3:00(秋穂町) A.M.4:30～ (広瀬集) スキー教室 剣友会いご始め ⑱ |
| | | | | | | 19 保育所園児の受け付け (秋穂地区)(～24日) |
| 25 | | 26 | 27 1歳6カ月・3歳児健康診査 P.M.1:20～2:00 ⑳ | 28 | 29 | 30 |
| | | | | | | 31 町税の納期 |
| ①……秋穂小 ②……中央公民館 ③……老人福祉センター ④……大海小 ⑤……公民館大海分館 ⑥……町役場 ⑦……町役場大海支所 | | | | | | |