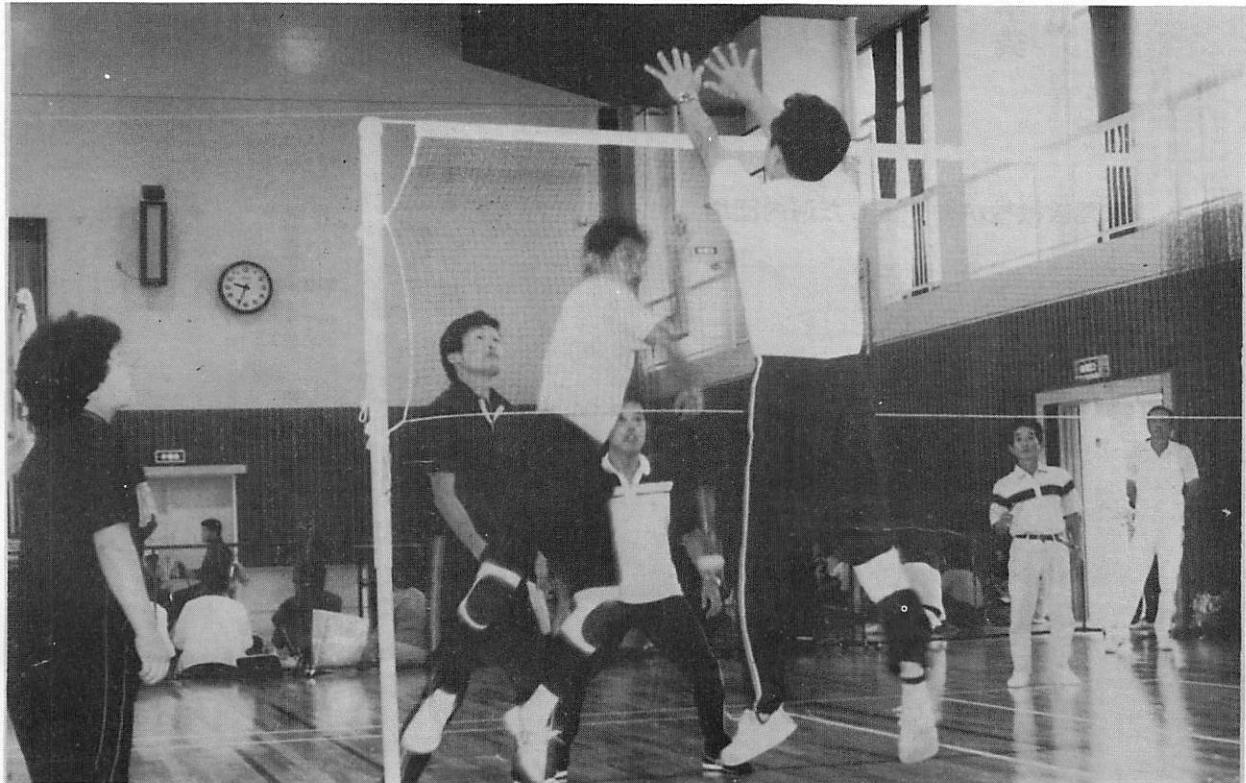


—スポーツの秋—

体を鍛えよう



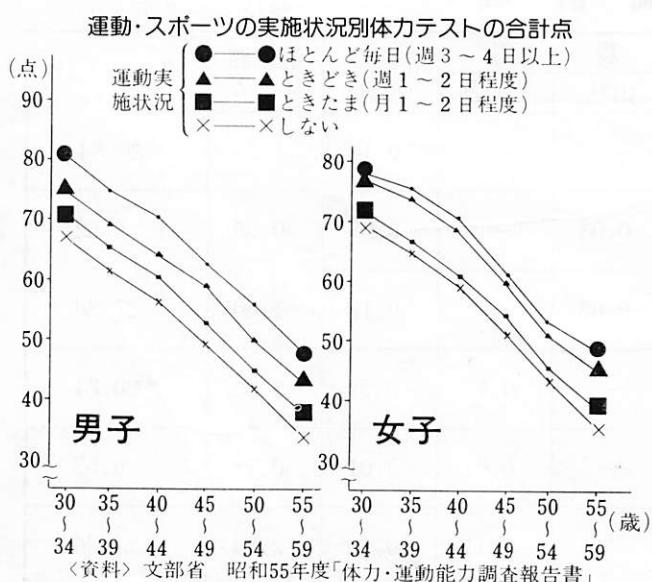
運動をする人 しない人
“10歳もの体力差”

左のグラフを見てください。
ふだんから運動やスポーツをしている人と、していない人の体力差は予想以上に大きいことが分ります。

例えば、四十～四十四歳の男子で「運動をしない」人の体力テストの合計点は、五十～五十四歳の「ほとんど毎日運動する」人の合計点にはほぼ等しくなっています。

また、四十～四十四歳の「ほとんど毎日運動する」男子は、「運動をしない」三十～三十四歳をやや上回っています。

つまり、男子の場合、運動する人としない人では十歳程度の体力差があるというわけです。一方、女子の場合、両者の間に十五歳ぐらいの差があります。運動・スポーツをする人は、年齢とともに体力が衰えていくことはありません。逆に言えば、十歳程度の体力差は運動することによって、つまり本人の努力で十分に取り戻せるということです。たとえば、日常生活の中で、毎日続けられる運動を始めてみてはいかがでしょうか。それは、ただ単に歩くことでも、ジョギングでもいいのです。要は、自分の体の調子を知り、今日からでも運動を始め、継続することが大事なのです。



（写真は、町内球技大会でのイ
ンディアカの試合）

**農村総合整備
モデル事業**

河内・引野地区

ほ場整備工事始まる

一億八千万円で耕地の“区画整理”

農村総合整備モデル事業が、昭和五十年にスタートして今年で八年目になりますが、モデル事業の目玉ともいえる河内・引野両地区のほ（圃）場整備の工事が九月から始まりました。

面積は二十七・三六ヘクタールで総工費一億八千万円。工事完了は昭和五十九年度の予定です。

河内・引野両地区の水田は、

狭かつたり、まちなりが悪かつたりして、耕作するのに非能率でした。

ほ場整備は“耕地の区画整理”ともいわれるもので、まちなりや水路、農道など整備して耕作しやすいようになります。

おり、今回のほ場整備に関係者は大きな期待をかけています。

本町で初めての大規模事業

「ほ場整備」というのは、田畠や畑の区画整理を中心にしてこれに関連している水路や農道を総合的に一举に整備することをいいます。

①大型畜農機械の導入が可能となり農作業に要する労働時間が大幅に節減されます。

②隣りのほ場とは無関係に、各ほ場ごとに水のかけひきができるし、ほ場一枚ごとが農道に

▼建設機械が動き出した河内団地



ほ場整備計画

(単位: ヘクタール)

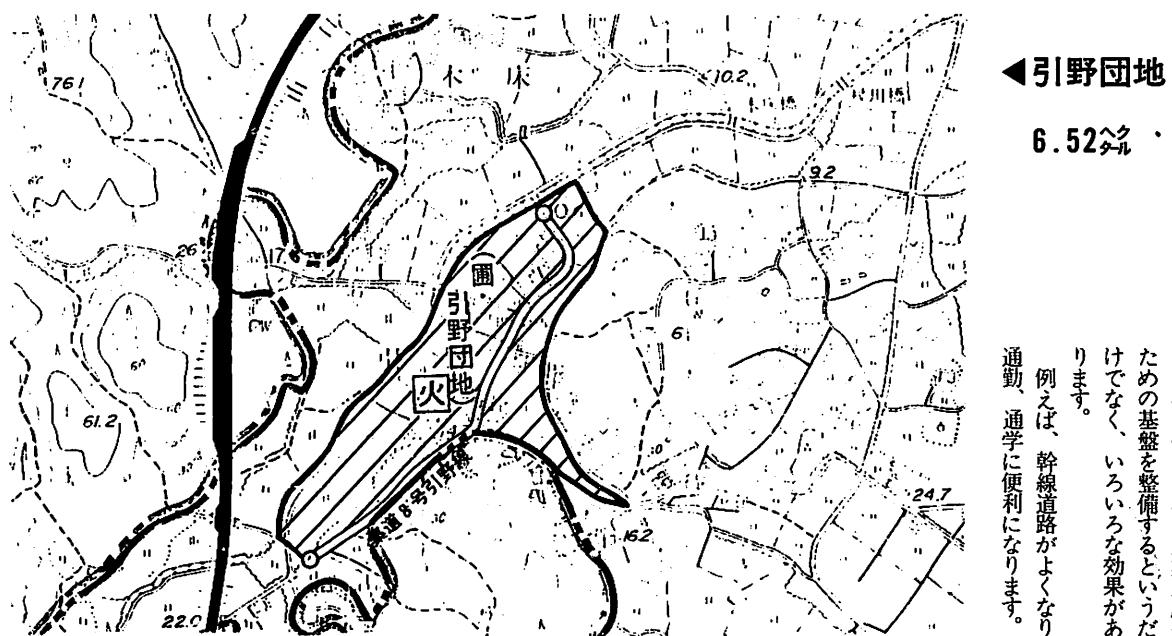
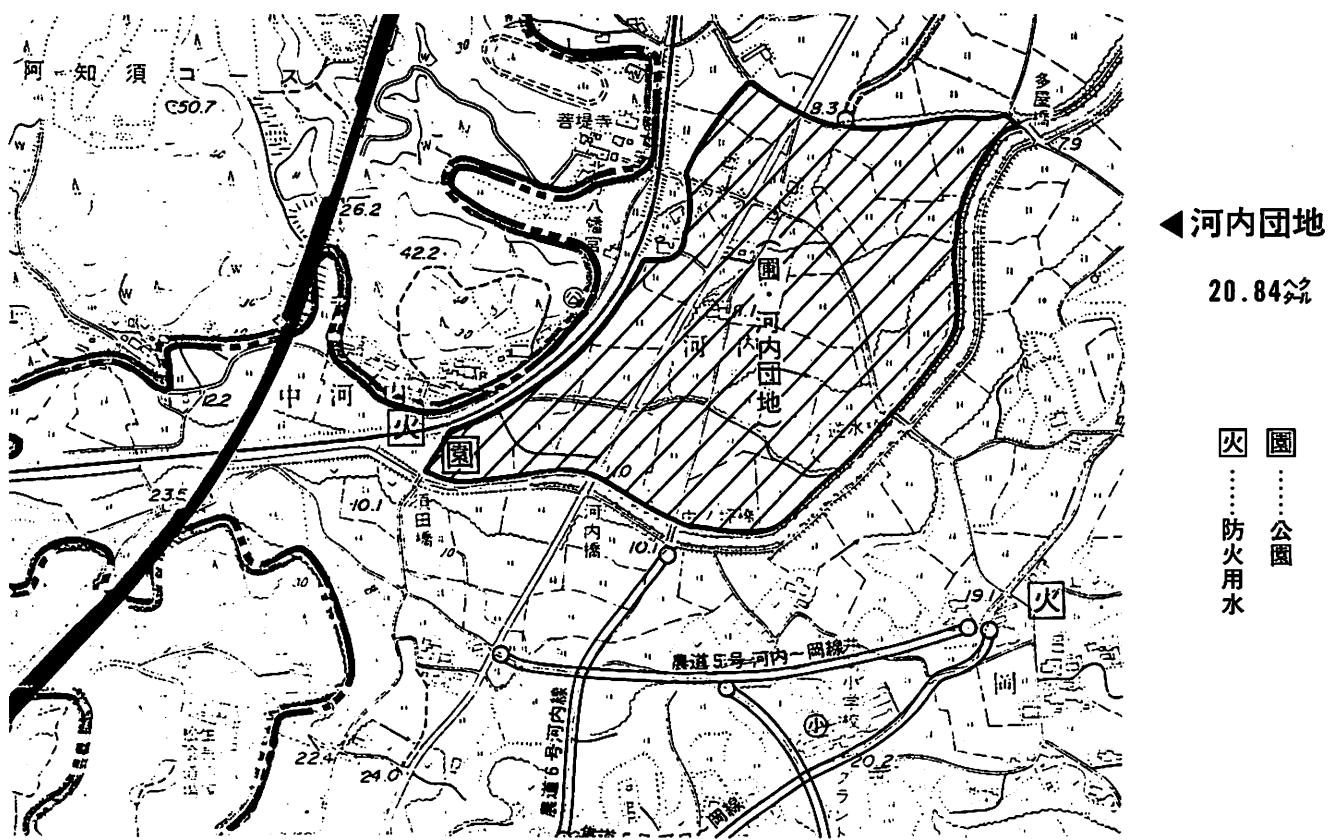
		農用地			非農用地			道水路など	合計	
		田	畑	小計	宅地	山林	その他			
現況	河内地区	19.41	0.04	19.45	0.14	—	—	0.14	1.25	20.84
	引野地区	6.12	0.02	6.14	—	0.03	—	0.03	0.35	6.52
	計	25.53	0.06	25.59	0.14	0.03	—	0.17	1.60	27.36
計画	河内地区	18.19	—	18.19	0.49	—	0.1	0.59	2.06	20.84
	引野地区	5.73	—	5.73	—	—	0.01	0.01	0.78	6.52
	計	23.92	—	23.92	0.49	—	0.11	0.60	2.84	27.36

阿知須町の場合も、例外ではなく以上の効果を期待しています。しかし、今回のほ場整備は、本町で初めてのことであり、しかも、大規模な事業であるため、

今年の春から何度も、地元関係者や町、県などと協議を重ね、地元の同意を得て着工のはじめとなりました。

河内・引野地区のほ場整備地域図

(1/10000)



公民館や防火用水槽新しく生じた土地を活用

ほ場整備は、単に農業生産のための基盤を整備するといつだけではなく、いろいろな効果があります。例えば、幹線道路がよくなり、通勤、通学に便利になります。

また、農業用水路、生活排水路が分離され、生活排水も流し易くなり、雨が降って道路が水びたして通れないというようなこともなくなります。眠っていた土地が活用され、生活環境改善の用地として生きることもあります。

今回の事業では河内地団地で公民館用地千百平方メートル、公園用地が千平方メートル、引野地区では防火用水槽の用地九十四平方メートルが生み出されることになっています。

換地計画で土地を配分

この工事が完了すると河内地団地では現在、一筆七十五アール程度の田が、二十一三十アールに、引野地区は五十九アール程度の田が、十二アールに整備されることになります。

このように、ほ場整備をすれば田の面積や形がかわるので、工事前の土地についての所有権、耕作権などといった法律上の関係を工事後の土地に定める必要があります。

そのため、換地計画といつものがたてられ、それに従って土地が配分されることになります。

議長に重村氏、副に松浦氏

九月二十一日、新しい町議会
議員による臨時町議会が開かれ
ました。

十二日の選挙によつて選ばれ
た十八人の議員は、全員出席議
長に重村勇、副議長に松浦有朋
の両氏を、また、議会選出の監査
委員に長久清忠氏を選びました。

(敬称略)

議長(総務)
重村 勇

総務委員
松本 隆夫

副議長(総務)
松浦 有朋

総務委員
飯田 宏史

総務委員長
小林 武男

産業委員長
沢田 隆夫

産業副委員長
徳永 孝一

社会委員長
中野 新一郎

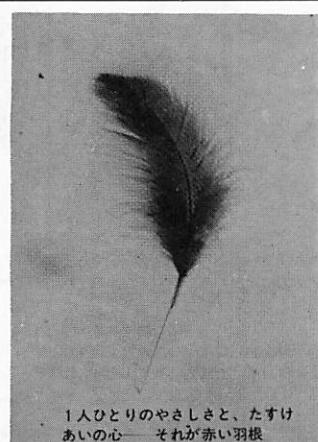
社会委員
桂 直樹

産業委員
上野 政藤

社会副委員長
上山 隆之

やさしさを隣人に
あなたの胸に赤い羽根を!

共同募金運動



1人ひとりのやさしさと、たすけ
あいの心——それが赤い羽根

十月一日から、赤い羽根の共
同募金が始まっています。

たすけあいの心——お互いに

困ったときはたすけあい、住み
よい地域社会をつくるための活
動に進んで参加しよう——とい
う一人ひとりのやさしさと、た
すけあいの心を表したもの、そ
が赤い羽根です。

共同募金運動は戦後間もない
昭和二十一年に产生を上げて以
来、今年で三十六回目を迎えま
す。その間に寄せられた善意の
お金は約千七百四十二億円にも
上り、老人福祉、心身障害者福
祉、児童福祉、地域福祉などの
いろいろな社会福祉事業や更生
保護事業を進めるために役立
られています。ちなみに、昨年
は全国で百八十五億円に上る寄
付金が集まりました。

長崎への義援金

婦人会が、長崎の大水害に対
する義援金を、各家庭から募り
ましたが、左記の金額が集り、
県連婦を通じて送金しました。
○阿知須婦人会

二十八万五千三百二十五円
○井関婦人会

現在、長崎市は観光シーズン
に入り、その復興はめざましい
ものがあるようですが、

今年度の目標は百十九万六千
四百六十七円で一戸平均六百円
十月一日には共同募金委員会の
委員十二人や社協事務局の職員
らが街頭でも道行く人に募金を
呼びかけます。

これに引き続いて歳末助け合い
募金も始まりますが、これは各
地区の福祉員が各戸を回って淨
財を募ることになっています。

去年の実績は共同募金百十二
万八千二百四円、歳末助け合い
が百二十七万七百五十九円でした。

ことしの募金標語は「やさし
さを隣人に、あなたの胸に赤い
羽根を!」です。

今年度は、共同
募金運動発足三十
五年に当たるこ
とか、これを記
念して、老人と障
害者の生きがい対
策のための全国共
通特別配分が行な
われます。

本町では共同募
金委員会を設け、
募金事務を町社会福祉協議会に
委託し、区長を通じて募金をお
願いしています。

健康の窓

乳児をとりまく
あまさいつぱい

世の中がおだやかだと生活があまりになります。親も子もあまくなります。今は甘い食品がいっぱいあります。一年六ヶ月検診の赤ちゃんに虫歯があるのですから驚きます。

先日、本町で一年六ヶ月児の検診をしたら二十四人のうち四人も虫歯がありました。普通、

母親の訴えは、「三度の食事をまとめてくれない。ジュークス、乳酸菌、飲料水を好み、スナック菓子が好き。間食はアイスクリーム」というのがめだちます。

育児学では、こうしたことがあります。
(町保健婦・岡田良子)

健飲料を考えながら、こういうものを飲んで健康が保てることはまずありません。「滋養は食物からとる」：健康な子を育てるのはこれが基本です。

ぼくの学校
わたしの学校

〔阿知須小学校〕

9日 小体連陸上競技会（上郷

12日 体重・視力（一年）

13日 体重・視力（二年集金）

（後期P会費）参観日（午後）PTA教育講習会

14日 体重・視力（三年）

15日 体重・視力（四年）

18日 ブ活動

19日 体重・視力（五年）

19日 体重・視力（六年）

21日・22日 PTA廃品回収
21日・22日 就学児診談（午後十二時半）
29日 お年寄り参観日（午後一時半）
11月2日 インフルエンザ予防（一回目）
11月2日 インフルエンザ予防接種（二回目）
13日 新人戦

20日・21日・22日 検便
21日 就学児健康診断
23日 ふるさと学習
25日 貯金日
26日 インフルエンザ予防接種（一回目）
〔阿知須中学校〕

4日 諸会費納入日
12日 小・五・六年）
13日 体重・視力（一年）
14日 体重・視力（二年集金）
15日 体重・視力（三年）
16日 開校記念日
17日 近郷陸上競技大会（小郡）
18日 育友会研修視察
19日 委員会
20日 貯金・保険納入日
21日 保護者参観日・料理教室
22日 育友会文化・事業部合同
23日 30日・11月1日 中間テスト

ついて「果汁100%という飲料にはビタミンC、乳酸菌飲料は消化に関係する細菌はある。しかし、発育に関する栄養素はない。もし、あるとすれば、カロリー源になる砂糖分。メー

カーよりての差違はあるが、100CC中10グラム以上含まれており、これを五〇〇～六〇〇CCも飲めば砂糖を多くとることになる。私たちが、菓子類を食べたあと一時的に食欲が低下するとの理屈は同じで、これを毎日のように飲めば食欲のないのは当然、しかも、抵抗力が弱くなる」と教えています。

鏡に向つて
健康自己診断

1舌をペロリと出してみる

健康なら舌は淡紅色、温潤すべりとつやがあります。

胃炎、腸炎では白いコケがみられることがあります。が、しかし舌が白いからといってむやみに気にすることはありません。一夜の睡眠不足からでも白くなることがあります。

黒かつたり、カラカラに乾いていたり、口角がちぎれ（カラスのお炎……）

ビタミンB群の欠乏による

がちぎれ（カラスのお炎……）

町民健康体力つくりの集い

十月十日は体育の日です。この日町と町教育委員会の主催で町民健康体力つくりの集いを開きます。

日ごろ運動不足ぎみの人のために次の五つのコーナーをつくりました。どなたでも参加できます。さあ、みんなでさわやかな汗を流しましょう。

▽スポーツテストコーナー

時間 午前九時半から午後三時まで 随時受付

会場 町勤労者体育センター

内容 壮年体力テスト、コンビュータによる体力診断など

▽健康体操コーナー

時間 午後一時半から三時まで

会場 町勤労者体育センター

体育の日
10月10日



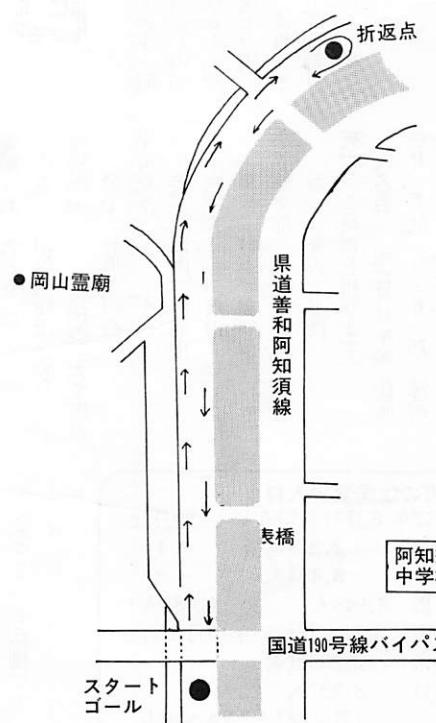
時間 午前十時半から午後三時
会場 公民館一階講座室・調理実習室
内容 健康料理の展示・実演・試食
△ウォークラリーコーナー

内容 誰でも気軽にできる健康体操でシェイプアップを。
▽健康相談コーナー
時間 午前九時半から午後三時まで
会場 町勤労者体育センター
階ミニーテイグ室
内容 血圧測定、尿検査、日常生活相談に、医師・保健婦が応じます。
▽食生活指導コーナー

参 加 好 豊 二 万 以 上 の ク ラ ブ
内 容 ウ オ ー ク ラ イ リ ー と は
自然 を 舞 台 と し て 地 図 に 定 め
ら れ た ル ル ル に 従 つ て 歩 き、
途 中 に あ る チ ェ ッ ク ポ イ ン ト
を 通 過 す る 際、ク イ ズ 等 の 設
問 に 正 確 に 答 え、決 め ら れ た
時 間 内 に ゴ ル ル す る ス ポ ー ツ
で す。コ ース 全 長 は 約 五 キ ロ
メ ー ト ル。

ジョギングで健康・体力つくり 毎日走ろう 阿知須トリムコース

全長3,000m



町では、町民の皆さんにジヨ
ギング（ランニング）を通じて
健康、体力づくりに利用してい
ただく施設として、昭和五十四
年にトリムコースを設置してい
ます。今年で三年目になります。

が、自分自身の体力つくりのために、ぜひご利用ください。
カードに走行の記録をつけ、主要都市に到着した人には、記念品を贈ります。（走行記録用のカードは公民館あります。）

離を走ったことになるようですが、ジヨギングを毎日続けるコツは、「やはり、続けよう」という意志が大事ではないでしょうか。やがて、『楽しく走る』ということがわかってくるので、これを習慣化し、日常の生活の一部に

わからぬいけど、阿知須を出発した以上、阿知須に帰ってきたのですね」と、ことばも弾んでいます。トリムコースでトップになつた江里さんの「日本一周走破」の目標達成を期待したいものです。

共立病院物療士。家族は奥さ
の真智子さんと、五歳の娘さ
んと、三歳の息子さんの四人。
(写真は、大阪到達記念のTシ
ャツを着た江里さん)

薬と健康の週間

毎年十月十七日から十月二十

三日までは“薬と健康の週間”です。そこで薬について考えてみましょう。

のは補充し、使用期限切れや二

ベルのとれた薬は処分し、子供の手の届かない場所に保管を。
◎内服薬は指示どおり服用を。

栄養と健康の週間

参加資格 阿知須町近郷の高校生以上(ただし、高校生は一年生)で、バドミントンC級か、初心者級

井関川のほとりにある町トリムコースを、雨天の日と休調の悪い日を除く毎日、早朝コツコツと走り続け、ことし四月に走行記録カード一枚目を塗りつぶした人。

これは、トリムコースでジョギングした距離が、阿知須町から大阪までの距離と同じということになり、町では一番乗り。そして、現在、四枚目の途中で、記録を更新中。ちょうど大阪と東京（カード五枚）の中間

点まで走破したことになります。ジョギングを始めたのは「昭和五十四年十一月からです。でもカードに記録し始めたのは、『五十六年の七月からです』とのことで、実際にはもつと長い距

こんなちわわ

トリムコースで
日本一周をめざす

昭和三十七年四月一日以後に生まれた女子で高卒程度、調理員一名

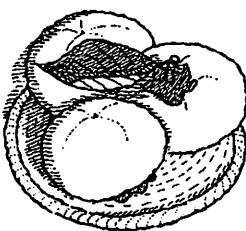
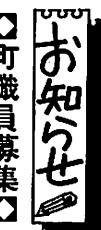
受付期間……十月五日～十月十五日
第一次試験……十一月七日、適性検査を行ないます。

採用……原則として昭和五十八年四月一日に採用されます。

受付手続き……受験申込書は、阿知須町教育委員会に請求してください。(郵便での請求は受け付ません。)

町では、広報お知らせ版(八月二十日号)で町職員を募集しましたが、さらに調理員を募集します。

▼資格、職種、採用予定人員…



昭和三十七年四月一日以後に生まれた女子で高卒程度、調理員一名

受付期間……十月五日～十月十五日

第一次試験……第一次試験合格の際お知らせします。

採用……原則として昭和五十八年四月一日に採用されます。

受付手続き……受験申込書は、阿知須町教育委員会に請求してください。(郵便での請求は受け付ません。)

町職員募集

お知らせ版(八月二十日号)で町職員を募集しましたが、さらに調理員を募集します。

▼資格、職種、採用予定人員…



行政相談週間

十月十七日～二十三日

親切、ていねい、迅速な窓口をめざして

あなたの生活と行政をつなぐパイプ、それが行政相談業務です。あなたが持っている行政への苦情や要望を聞き、解決を図ってくれるのが、行政相談委員です。今年も「親切、ていねい、迅速な窓口をめざして」の統一テーマの下に、十月十七日から「行政相談週間」が始まります。この期間中、町では、山口行政

機会にあなたの生活と行政をつ

所が次

り開かれます。

監察局 主催による行政相談

(電話二〇二三一 有線四八九三)

（電話二〇二三一 有線四八九三）

戦没者の遺族、旧軍人のための移動相談会

戦没者の遺族、旧軍人のための移動相談会

のための移動相談会

町と町教育委員会では、十月三十一日から十一月三日まで町民文化祭を開催しますが、展示作品を募集しています。

自分の作品を展示してみたい人は、十月二十二日までに町教育委員会へ申し込んでください。

（社会福祉協議会へ）

（社会福祉協議会へ）