



# あさひ新聞

文化財防火デー防災訓練

1994  
**2月15**日号  
No.443

# 防火の輪 つなげて 広げて なくす火事

## 春の全国火災予防運動 3月1日～7日

冬から春先にかけては、1年のうちで最も火災が多い時期です。火災の恐ろしさを改めて思い起こし、火災を出さないためにはどうすればよいのか、家族みんなで話し合ひましょう。

不破消防組合消防本部はこのほど、平成5年中の管内の火災・救急統計をまとめました。

垂井町分の概況は次のとおりです。

### 《火災状況》

火災発生件数は13件（対前年3件増）、損害額は9,612万8千円（対前年7,533万5千円増）となっています。

火災種別では、建物火災が7件、林野火災が2件、その他火災が4件となっています。

火災による負傷者は4人でした。

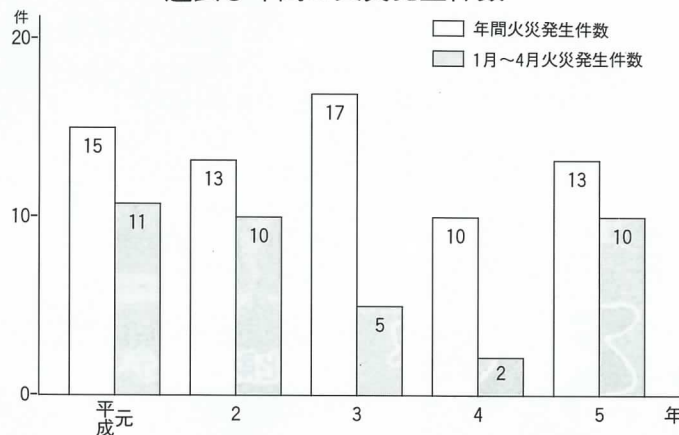
また、たき火による火災が

多発しています。たき火をする時は消防署に届け出をし、十分注意して行ってください。

### 《救急状況》

出動件数は573件（対前年21件増）、搬送人員は592人（対前年47人増）となっています。これは、1日当たり1.6件の出動となり、町民48.8人に1人の割合で救急車を利用したことになります。出動件数の54.1%は急病、23.6%は交通事故によるものです。

過去5年間の火災発生件数

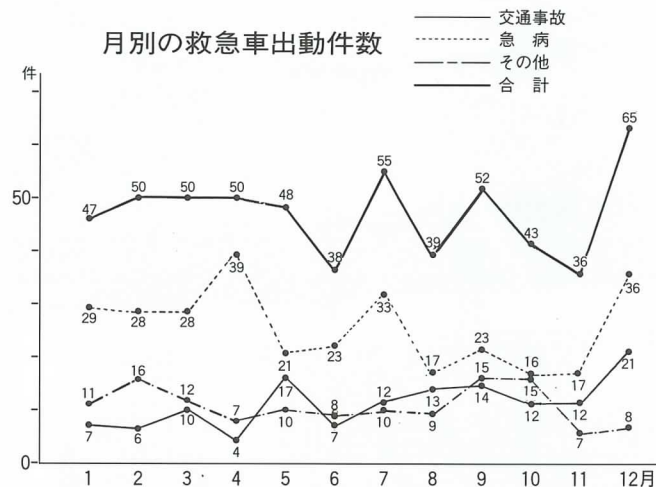


## 火事だ 3原則 初期活動



- ① 早く知らせる
  - ・小さな火でも119番に通報する。
- ② 早く消火する
  - ・出火から3分以内が消火できる限度。
- ③ 早く逃げる
  - ・天井に火が移ったら、あきらめて避難する。

月別の救急車出動件数



## わが家の安心・火の用心 7つのポイント

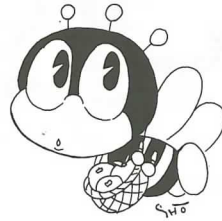
- ① 寝たばこやたばこの投げ捨てはしない。
- ② 子どもにマッチやライターで遊ばせない。
- ③ 風の強い時は、たき火をしない。
- ④ 天ぶらを揚げる時は、その場を離れない。
- ⑤ 家の周りに燃えやすい物を置かない。
- ⑥ 風呂の空だきをしない。
- ⑦ ストープには、燃えやすい物を近づけない。



# 生き生きライン

(No.45)

生涯学習の仲間



## 宮代公民館 中山社北野俳句会

現代はストレス社会だと言われます。変化の激しい社会の中にあって、自分を見失い、周囲の状況に適切に対応できないことから心の健康障害であるストレスが起きます。こうした中で、心の健康を保つため自分をみつめる余裕を持つことが求められています。

そこで、いくつかのポイントを挙げてみましょう。

まず第1に、日常のリズムとは異なる空間や時間を確保することです。例えば、趣味やスポーツを楽しんだり、1日の生活時間の中で、何もしない、何の目的もない、全くの個人的な時間を持つことです。

そして第2には、人とのつながりの中に共感し合える関係を作ることです。家族や友人、あるいはクラブなどでの活動の中に心のネットワークを巡らすことが大切です。

さて、今回は、宮代公民館で活動中の中山社北野俳句会

(代表・竹嶋漁楼さん)を紹介いたします。俳句と聞くと私たちは、芭蕉や一茶などの名前と共にその作品を思い出しますが、何となく難しそうとつきにくい印象を持っています。しかし、竹嶋さんは、「俳句は、5・7・5の17音から成る短い詩で、17字の中に季語を入れればよいのです。私たちも月1回、好きな者が気軽に集まり句会を開いています。昨年12月には100回目を迎え、第100号記念俳句集を発行しましたが、俳句は決して難しいものではないですよ。また、人生は何か1つ趣味を持つことが大切で、俳句は頭



## 垂井公民館 ☎ 23-1409

- 年賀状力作展示  
2月20日(日)まで
- 歴史教室  
2月19日(土)午後2時～
- パンジー植え(公民館前集合)  
2月20日(日)午前9時30分～
- 義太夫  
2月26日、3月5日(土)午後7時30分～

## 宮代公民館 ☎ 22-1010

- 俳句会  
2月18日(金)午後1時30分～
- ふるさと歴史教室

の体操にもなりますよ」と話しています。

皆さんも俳句を作る余裕を持ち、人生を楽しんでみてはいかがでしょうか。

## 地区公民館 教室・講座あんない

- 2月23日(水)午後1時30分～
- 書道教室  
2月23日(水)午後2時～
- 園芸教室  
2月26日(土)午後2時～

- 2時～
- 書道教室  
2月23日、3月9日(水)午後7時30分～
- 水墨画クラブ  
2月24日、3月10日(木)午後2時～

## 表佐公民館 ☎ 22-1011

- 千句社(俳句)  
2月17日(木)12時45分～
- 青少年健全育成地区民大会  
2月19日(土)午後7時～
- 至誠カラオケクラブ  
2月25日、3月11日(金)午後7時30分～
- 謡曲クラブ  
2月28日、3月7・14日(月)午後7時～

- コーラスクラブ  
毎週水曜日午後2時～

## 府中公民館 ☎ 23-2002

- 社体推年度末総会  
2月18日(金)午後6時30分～
- 手芸同好会  
2月23日(水)午前10時～
- 太極拳クラブ  
毎週月曜日午後7時30分～
- 扇舞教場  
毎週土曜日午後7時～

## 合原公民館 ☎ 23-0931

- ソフトバレーボール大会  
2月20日(日)午前8時30分～
- 生け花クラブ  
2月24日、3月10日(木)午後7時30分～
- つまみ画クラブ  
3月2日(水)、4日(金)午後1時～

## 岩手公民館 ☎ 22-1007

- 書道教室  
2月21日、3月7日(月)午後7時30分～
- コーラスクラブ  
2月25日、3月11日(金)午後7時30分～
- お花教室  
毎週月曜日午後2時30分～
- リズム体操  
毎週月曜日午後7時30分～

## 東公民館 ☎ 23-0028

- 茶道クラブ  
2月16日、3月2日(水)午後

# わがまちあらいこい



## いつまでも長生きしてください……

町の最高齢者・岩田ひささんが2月2日、102歳の誕生日を迎え、田中町長が祝い金と記念品を贈りました。

岩田ひささんは、明治25年生まれ。松島の自宅で4世代(9人家族)一緒に、元気に暮らしています。朝晩の読経と1日3本の牛乳は今でも欠かさず、毎日家の周りを散歩し

て健康づくりをしているとのこと。102歳とは思えない声の張りと姿勢の良さには驚かされます。

田中町長が「お誕生日おめでとうございます。もっともって長生きしてください」と声をかけると、「どうもありがとうございます」と元気に答えていました。



◀ 田中町長と和やかに話をする  
岩田ひささん

## 国際交流の輪が広がる

▶ 井川暁男北中校長から紹介を受ける  
レイリーさん、ステイブさん、  
藤井さん(右から順に)



## ～国際交流集会～

不破ロータリークラブ(安田由夫会長)が受け入れた交換留学生、レイリー・アニミーさんとステイブ・モーガンさんを囲んでの国際交流集会が2月3日、北中学校で開かれました。

レイリーさんはベルギー、ステイブさんはオーストラリア出身で、現在不破高校に

通っています。

同集会では、2人が日本に来て感じたことの話や、ホームステイ先で2人の世話をしている藤井恒典さん(大石)の話などがありました。

最後に3年生全員が、お礼の気持ちを込めて「モルタウの流れ」を合唱。国際交流の輪が広がる集会となりました。



## 「ボカシ」でごみの減量を

～ 町婦人会 ～

町婦人会(小宅フサ工会長)は、生ごみをたい肥に変える発酵合成型有機肥料「ボカシ」を普及させるため、各地区公民館で講習会を開きました。

同会は、ごみの減量と環境保全を活動の重点目標にしています。生ごみを自家処理すれば、ごみの減量につながるということで、ボカシの普及

に取り組んできました。

昨年、同会役員が自宅で実際にボカシを使い、その効果を確認。今年から講師として各地区を巡回しました。

講習会には町職員も参加し、町のごみ処理の現状などを説明。その後、講師がボカシの使用方法などの説明をしました。



◀真剣に説明を聞く参加者 (岩手公民館)

## 貴重な文化財をみんなであ守ろう

～ 防災訓練 ～



▶境内で初期消火訓練を行うみこさんら

文化財防火デー防災訓練が1月23日、南宮大社周辺で行われ、消防団員や婦人消防隊員、南宮大社自衛消防隊員ら約200人が参加しました。

地域住民の文化財愛護思想の高揚を図るとともに、文化財を災害から守るため、消防力の総合的運用と防ぎよ技術の向上を図るのがねらい。

強風の中、社務所から出火し延焼中という想定で、消防ポンプ車など14台が出動。初期消火訓練や避難誘導訓練、放水訓練などが行われました。

参加者らは、長い歴史の中で守られ、今日まで受け継がれてきた文化財を守るため、防火への決意を新たにしました。

# いっただきま〜す!

## 受験生の応援は食事の工夫で

受験シーズンもいよいよ大詰めとなり、受験生にとって大切な追い込みの時期となりました。

受験生を持つ親にとって、健康、とりわけ食事については気になるところです。

そこで今回は、受験本番にベストで望むための食事について考えてみましょう。

### ベストは「腹八分目」

1度にたくさんのお食事を取ると、交感神経の働きは弱くなり、精神力のいる勉強にはマイナスとなります。食事の量は腹八分目がベストです。



### 朝食はしっかりと

朝食を抜くと血液中の糖の量が少なくなり、脳神経の働きが鈍くなります。そのため、思考力や集中力が低下し、イライラの原因にもなります。

夜食は少なめにし、早起きをして、朝食をしっかりと取りましょう。

#### ◎バランスのとれた朝食を <パン型の献立例>

主菜	オムレツ、ウィンナー ハムソーテ、ゆで玉子 目玉焼き などで1品
副菜	サラダ、ほうれん草の ソーテ、キャベツのソ テー などで1品
飲み物	ミルク、ヨーグルト、 カフェオーレ などで 1品
果物	オレンジ、イチゴ な どで1品

#### <ごはん型の献立例>

主菜	玉子焼き、干し物、厚 あげ焼き、サケの塩焼 き などで1品
副菜	ほうれん草のおひたし、 野菜いため、ひじきの 煮物 などで1品
汁物	みそ汁（油揚げ、ワカ メ、豆腐）（ごはん型 は乳製品が不足しがち。 牛乳も飲みましょう。）

### 夜食の上手な取り方

おなかへり過ぎても学習能率は下がります。そんな時に夜食は効果がありますが、睡眠や翌日の朝食に影響する食べ方はマイナスになります。

夜食は消化が良く刺激の少ないものを、少なめに食べましょう。

#### ◎夜食の取り方のポイント

- ① 量は少なく、食べ過ぎないように。

## 夜食に向くメニュー紹介

### <ジャガ芋おやき>

#### ◎材料 5人分

小麦粉(薄力粉)	カップ1
ジャガ芋	1個 (150㌊)
玉ネギ	½個 (100㌊)
豚ベーコン	3枚
卵	M 2個
パセリ	適量
塩・こしょう	適量
牛乳	カップ1
粉チーズ	大さじ2
サラダ油	適量
ケチャップ	大さじ2
トンカツソース	大さじ3

#### ◎作り方

- ① ジャガ芋は細い千切りに

- ② 栄養があり、消化の良いものを。  
③ 寝る前2時間は何も食べないように。  
④ コーヒー、お茶、清涼飲料水を飲み過ぎないように。

#### ◎夜食に向く食べ物

牛乳、ヨーグルト、卵、プリン、果物、野菜など。これらを上手に組み合わせて、ピザ・フレンチトースト、野菜サラダなどにして、野菜ジュース、ココア、ミルクティーなどと一緒に食べましょう。

し、水にさらしてから水気をよく切る。

- ② ベーコンは細切り、パセリはみじん切り、玉ネギは薄切りにしておく。  
③ 小麦粉、卵、牛乳を混ぜ合わせ、それに①、②と塩、こしょうを加え、さっと混ぜ合わせる。  
④ 熱したフライパンにサラダ油を敷き、お好み焼きの要領で焼く。  
⑤ 食べやすい大きさに切り、ケチャップソースを掛ける。

### 脳をベストにする工夫

脳の目覚めを良くするには、

- ① 冷たい水で顔を洗う。  
② 朝食はゆっくり、よくかんで食べる。  
③ 大きく伸びをして、「がんばるぞ!」と大声でいう。  
脳に酸素と栄養を与えるには、  
① 軽い運動で血行を良くし、脳に酸素を送る。  
② 部屋の空気を入れ替える。  
③ 朝食で脳に良い栄養を取る。



## 魅力ある人生を町文化大学講座で

### 《多彩な講師陣》



講師 磯村尚徳氏  
テーマ「新世界秩序の中の日本」



講師 星野仙一氏  
テーマ「燃える野球人生」



講師 ドクトル チエコ氏  
テーマ「幸福をつくる健康」

質の高い幅広い教養を身に付け、より豊かな生きがいと潤いのある人生を町民の皆さんに送っていただくため、町教育委員会は今年も「垂井町文化大学講座」を開設します。

今回の講師は、元NHK特別主幹の磯村尚徳氏、プロ野球解説者で前中日ドラゴンズ監督の星野仙一氏、医師のドクトル チエコ氏の3氏。皆さんテレビやラジオなどでおなじみの、多彩な顔ぶれです。

ぜひこの機会に受講してみてはいかがでしょうか。

### 町文化財保護協会講演会を開催

と き 3月5日(土) 午後 2時30分から4時まで  
ところ 中央公民館  
演 題 「府中に栄えた文化」  
講 師 大谷大学文学部教授 高橋 正隆氏 (高橋氏は、岩崎神社 (岩手) ゆかりの貴重な史料・大般若経の研究者として著名な方です。)  
入場料 無料

### 在宅老人家族介護者教室を開催

家庭で老人の介護をしている方の負担が少しでも軽くなるよう、在宅老人家族介護者教室を開きます。  
と き 2月26日(土) 午前10時から11時30分まで

### 入場券発売中

と き  
3月5日(土) 磯村尚徳氏  
3月12日(土) 星野仙一氏  
3月28日(月) ドクトル チエコ氏  
いずれも午後6時～8時  
ところ 文化会館大ホール  
入場券 1,500円(1枚で3氏の講演が受講できます)  
入場券発売所 中央公民館、文化会館 (数に限りがありますので、お早目にお求めください。)  
問い合わせ先 社会教育課 (中央公民館内、内線223)



**問** 年金をもらっている人が亡くなったときは、どうすればよいですか。

**答** 年金を受給している方が死亡した場合は、その

遺族は「年金受給権者死亡届」に年金証書を添えて、速やかに届け出る必要があります。

この届け出が遅れたり怠ったりすると、死亡日以後も年金が支払われ、過払いとなってしまう。過払いとなった年金は、後で遺族の方に返していただくことになります。

また、死亡した方に支払われるはずであった年金がまだ支払われずに残っている場合は、遺族の方が未支給分の年金を受け取ることが出来ます。

### 町営住宅空き家人居者を募集

町では、現在空き家となっている町営住宅の同居者と同居補欠者を募集します。

#### 同居資格

- ① 町内に住所又は勤務場所があること。
- ② 町税を完納していること。
- ③ 同居又は同居しようとする親族 (婚約者を含む。) と

- 2人以上で住むこと。
- ④ 住宅に困っていること。
- ⑤ 所定の収入基準に該当していること。

#### 募集住宅 表のとおり

申し込み受付期間 2月15日(火)から3月2日(水)まで  
申込先 建設課庶務係 (内線229)

#### 〈募集住宅〉

住宅名	種 別	構 造	間 取	家 賃	募集戸数
野 庵	第2種	中耐4階	3DK	36,000円	1戸
梅 谷	第1種	簡易平屋	3DK	11,000円	2戸
葉 生	第1種	中耐4階	3DK	19,700円 19,900円	2戸

# 保健ガイド

保健センター  
☎22-1021

## 1歳6か月児健診

対象者 平成4年7・8月生  
まれの方

と き 3月9日(水)午後1  
時15分～2時30分

ところ 保健センター

内 容 内科・歯科診察、発  
達チェック、身体計測、問  
診、保健・栄養・歯科指導

達チェック、問診、尿検査、  
フッ素塗布、保健・栄養指  
導、視聴覚健診

## 2歳児教室

対象者 平成4年1・2月生  
まれの子どもを持つ母親

と き 3月11日(金)午前10  
時～11時30分

ところ 保健センター

内 容 2歳児の健康と栄養  
について、手作りおやつ  
の試食

持ち物 お茶、牛乳などの飲  
み物、筆記用具

申し込み 3月4日(金)まで  
に保健センターへ。(電話  
受付可)

## 3歳児健診

対象者 平成3年1・2月生  
まれの方

と き 3月18日(金)午後1  
時15分～2時30分

ところ 保健センター

内 容 内科・歯科診察、発

## 町青年のつどい協議会

### 町制40周年記念プレイベントを開催

と き 3月13日(日)午後2  
時から5時まで

ところ 文化会館大ホール

内 容  
・自主製作ビデオ「歴史ド  
キュメント・竹中半兵衛～  
戦国補佐官の実像」発表  
・「竹中半兵衛」オリジナル  
テーマ曲発表

・記念講演 桂文珍「日本  
史人物高座～竹中半兵衛」

入場料

大 人 1,000円

小・中・高校生 500円

前売り所 青年のつどい協議  
会事務局(中央公民館内、  
☎22-1019)、JA不破本・支  
店など

# もよおしもの

文化会館  
☎23-1010

## 東京フィルハーモニー交響楽団 特別演奏会

3月24日(木) 開場・午後6時 開演・午後6時30分  
入場料(全席自由・消費税込み)

一般 2,000円(当日2,200円)

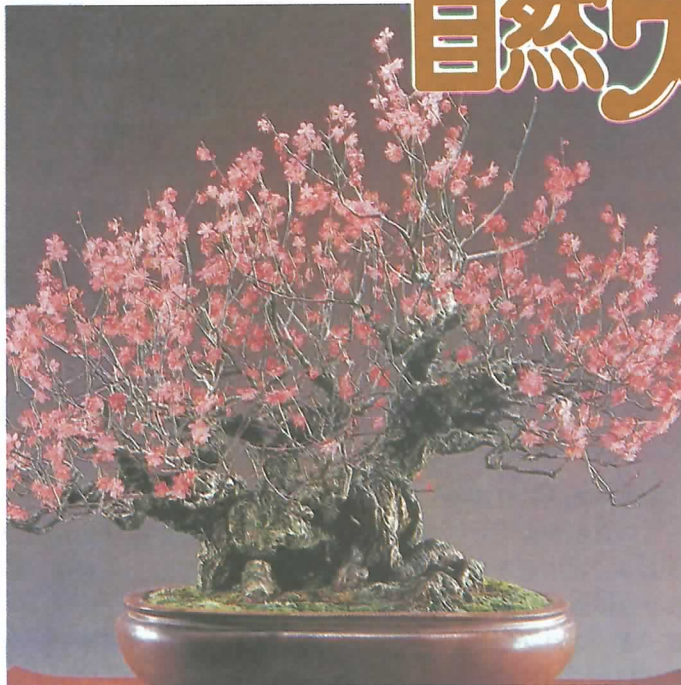
小・中学生 1,000円(当日1,200円)

前売り開始日 2月20日(日)午前9時から

前売り所 文化会館、中央公民館、各地区公民館など

\*この公演は、宝くじの売上金から助成を受けて実施するものです。

- 将山会創立15周年記念演奏会  
2月20日(日) 午後1時～
- 不破中1・2年合唱交流会  
2月23日(水) 午後1時20分～
- 文化大学講座(講師 磯村尚徳氏)  
3月5日(土) 午後6時～
- 文化大学講座(講師 星野仙一氏)  
3月12日(土) 午後6時～
- 桂文珍「竹中半兵衛」講演会  
3月13日(日) 午後2時～
- 文化大学講座(講師 ドクトルチエコ氏)  
3月28日(月) 午後6時～



# 自然ウォッチング

## —花木編—

### 〈梅〉(緋梅)

年輪の美を感じさせる梅の古木。古くから観賞用の庭木として珍重されています。

自然な感じで細く伸びた枝は、幹との対比で一層木の古さを表し、また太い根元にもその年輪が感じられます。

観賞用の梅は、樹形を整えながら毎年見事な花を咲かさなければならず、培養に苦勞します。

(一写真と文提供—  
藤墳武雄さん(表佐))

この広報紙は再生紙を使用しています。