

太極拳

11月15日、1日スポーツ教室として、宮地先生ほかを迎えて“太極拳”が実施されました。

予定の会場では間に合わず、急遽、町民体育館に会場を変更するという盛況ぶりでした。(103名参加)

年末年始を安全に！

年末特別警戒 / 12月1日～31日

ゆく年くる年 みんなで防犯

- 守ろう安全、断とう暴力
- 許すな極左のテロ・ゲリラ
- 愛車へのいたわり示す
ドアロック
- ふれあいと対話が育てる
子の未来

十二月は一年間の総決算期であり、経済活動が一段と活発化することや市民生活が一層あわただしくなることから、金融機関などを対象にした強盗事件、侵入盗、乗物盗、ひったくり等や、暴力(団)犯罪等の各種犯罪や事故の多発が予想されます。

警察では、十二月を「年末特別警戒」期間として、犯罪・事故の防止に取り組みます。皆様のご協力をお願い致します。

〈暴力団犯罪の防止〉

年末には、暴力団による横権取り立て等をめぐる暴力事件や飲酒の機会が増えることから、盛り場等での暴力犯罪の多発が予想されます。

暴力団の被害にあつたり、被害にあつてののを見かけたら、すぐに110番しましょう。

※ 素早い通報が事件解決のカギです。

暴力三ない運動

- 暴力団を恐れない
- 暴力団を利用しない
- 暴力団に金を出さない

暴力団の締め出しと



年末年始特別警戒

暴力団の被害や
被害にあつてのの
見たら、すぐに
110番へ

風俗環境の浄化

- 接待を伴うスナック等の営業は風俗営業の許可を受け、健全な営業を行いましよう。

〈金融機関利用の方へ〉

金融機関を対象とした強盗事件は、本年九月末現在五件で昨年同期と比べて二件増加しています。

利用者の方は、多額の現金払出しや運搬には必ず男性を含む複数で行い、帰る途中を狙う「途中強盗」や「ひったくり」の防止に注意をほらいましよう。

〈自動車盗の防止〉

盗難車両が犯罪に使用される場合も多いので注意しましよう。

- 車両から離れるときは、ちよつとの時間でも「エンジンキー」を抜きドアロックを確実に！
- 窓は開け放しにせず、閉めたことの確認を！
- 車内への貴重品や品物の放置はしないように！
- 長時間駐車は駐車場が確実に！

〈ひったくりの防止〉

人通りの少ない夜道や住宅街などの狭い道路で発生しています。

- 銀行帰りや夜遅く帰る場合は、特に注意しましよう。自動車やオートバイが近づいて来ているか周囲に対する警戒を怠らないうように！
- 女性の一人歩きは大変危険です。ハンドバック等は奪われないようしっかりと握るか、胸に抱えて持ちましよう。
- 万一、被害にあつたときは、大声で近くの人に助けを求め、犯人の面相、特徴、車のナンバー等を確認してすぐ110番しましよう。



飲酒・暴走運転の絶滅

年末年始の交通安全運動

62年12月11日～63年1月10日

毎年行っています「年末年始の交通安全県民運動」が、今年も十二月十一日から来年の一月十日までの一月間実施されます。

マナーアップふくおか

私はマナーを守ります
を合言葉に県民一人一人のご協力を願います。

運動の重点は次の三項目です。

- 一、飲酒運転の防止
- 二、子供と高齢者の交通事故防止
- 三、正しい方法によるシートベルト、ヘルメットの着用の徹底

片道切符入あの世行き ほしい方はいますか。

十二月は忘年会など何かと酒を飲む機会も多く、酒酔い運転や酒気帯び運転による交通事故が増えます。



飲酒運転は「あの世行き片道切符」と言われますが、なぜ無くなるのでしょ。

- 自分は酔っていない
- ちよつとの間だから
- 見つからないように気をつけて

走ればかまわない
腕には自信があるから

—など自分勝手な理屈をつけているものが多いようです。

「酒に酔った」というと千鳥足、目がすわる、訳のわからないことを話す、などが考えられます。

しかしその状態になる前に、アルコールの影響を受けているのです。自制心や判断力がかなり鈍くなっています。それなのに自分では気がつかない。ここにアルコールの「落とし穴」があるのです。

かえって知覚や運転技術が良くなくなったように感じ、危険な追い越しも平気ですようになつてしまします。

飲酒運転時の状態

- 目がよくみえない
- 平衡感覚が低下

アルコールによる影響は目にも表れます。視力が落ちるほか、視野も狭くなるのです。車の運転に必要な「目からの情報」が少なくなるのですから、危険なのは言うまでもありません。

障害をままとめると、
①視力障害、特に動体視力が低下し、視野も狭くなる。

②下肢運動神経の機能が低下し、ブレーキの遅れ、アクセル、クラッチなどの操作が乱暴になる。
③集中力が鈍り、身体平衡感覚や握力が低下し、疲労感が高まる。

◇ 「自分は酒に強い。一合ぐらいなら運転しても平気」というのは大きな誤りです。ちよつとでも酒を飲めば、自制心が失われ、運動機能や知覚機能が鈍くなります。死亡事故につながるやすい飲酒運転は、みんなの力で防ぎましょう。

飲酒運転をした人は、当然罰せられますが、これから車に乗ろうとする人に酒を提供したり、飲めたる人も罰せられます。



年末を控えて手帳売り場がにぎわっています。英米独仏など各国からの輸入物もあります。外国品では、日本の祝日がわからなくて困ると思いますが、日本向けにちゃんが入っているものもあります。そうでないものには、祝日などのシールが用意されています。

最近の流行はシステム式手帳。バインダーに、スケジュール、アドレス、カード入れなど何でもパツケージした部厚い手帳で、これも輸入品や国産がいろいろ出ています。なかには十五万円もする高級な革を使った特製品です。

手帳

が、普通のものでも、一万円以上のものが目立ちました。もうひとつの新顔は電子式の手帳。漢字でメモ書きができ、百年以上先までのスケジュールや、千五百人分の電話番号を記憶するなどの機能を持つたものも出ています。また、声で記憶する電子式の手帳もあります。手帳の世界も様変わりですね。

最近の子供や主婦も、スケジュール手帳を持つようになりました。世の中ますます多忙になりそうです。

ところで年始年末には事故や犯罪、特に金融機関関係の犯罪が増加します。銀行などの金融機関を利用する時には、次のようなことに注意しましょう。

※お金をおろして金融機関から出たとき、後を追つて来て「支払いを間違えました」などと声をかけられても信用しない。その場合は窓口に戻つて確認する。*銀行などに行く時にはなるべく一人でなく複数で。*大金は持ち歩かない。お金を引き出したら寄り道しないで帰る。

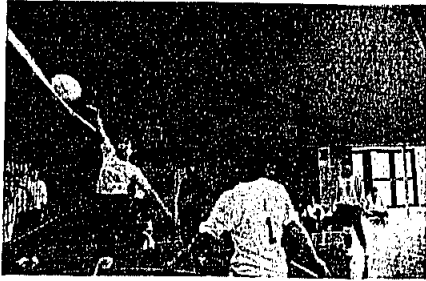




11月3日 文化祭

まちのわだい

10月21日 人権問題講演会



10月25日 親子ソフトミニバレーボール



10月28日 ゲートボール大会

文化祭大盛況

十一月一日から三日まで、東部公民館、町民体育館で文化祭が行われました。

作品展示の部に二千五百名、芸能の部に千名の合計三千五百名を数え、大盛況のうちに終了することができました。皆様のご参加、ご協力に感謝致します。

国体で大活躍

飼鶴丸 聡選手

岡垣東中出身

第四十二回国民体育大会秋季大会(沖縄市県総合運動公園陸上競技場ほか)において岡垣東中学校出身の飼鶴丸選手が活躍しました。

雨の中、陸上競技少年男子Bのやり投げで、二投目に五十五メートル六〇を出し、トップに立ちました。その後逆転されましたが、第二位に入る大活躍でした。

した。

飼鶴丸選手は、岡垣東中学校の出身(第六回卒業生)で、野球部のキャプテンとして、また幅跳びや三段跳びでも活躍しました。

やり投げは高校に入ってから始め、左右どちらでも五〇メートル以上投げられるという「スイッチ投法」です。

「経験不足もあり、自己記録を出せなかったことが反省点です。次の大会に向けて冬場のトレーニング強化を行い、来年は六〇メートル以上を狙います。また激励の郵便をいただいた方々、応援して



教育長に報告する飼鶴丸君

ただいた方々、本当にありがとうございました。と力強い決意とお礼の言葉を語ってくれました。

スポーツ結果

岡垣町少年軟式野球第八回新人戦大会 十月二十五日 総合グラウンド

優勝 山田ビクトリー

準優勝 岡垣ウイングス

三位 吉木ジャイアンツ

三位 福岡キング

親子ソフトミニバレーボール

大会(岡垣町青少年健全育成町民会議主催) 十月二十五日

岡垣町民体育館

岡垣中学校体育館

優勝 吉木A

準優勝 西高陽

第三位 南山田・茅原

第三位 吉木B

人権週間

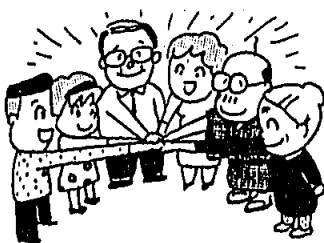
12月4日〜10日

人権週間は、昭和二十三年十二月国際連合総会で世界人権宣言が採択されたのを記念して、人権尊重の高揚をはかるため定められたものです。

強調事項

- 一、いじめ、体罰をたどう。
- 一、婦人の地位を高めよう。
- 一、障害者の完全参加と平等を実現しよう。
- 一、部落差別をなくそう。

人権相談は町民の皆さん一人



ひとり各自自身自身の問題として、考えあらゆる差別を根絶して、明るい社会を築きましょう。



朝、目が覚めてからの初仕事は、睡眠中にためた尿の排せつです。人間は食品を食べ、それを消化してエネルギーに変えたり、身体を構成する細胞をつくり出します。この過程は、複雑で高度な化学工場にもたとえられます。

工場排水の中身を調べてみる

なります。また、薬を飲んでいるときにも色がつきます。次に皿です。水分の摂取量によっても異なりますが、健康な成人

朝の尿検査

健康状態をつかむ

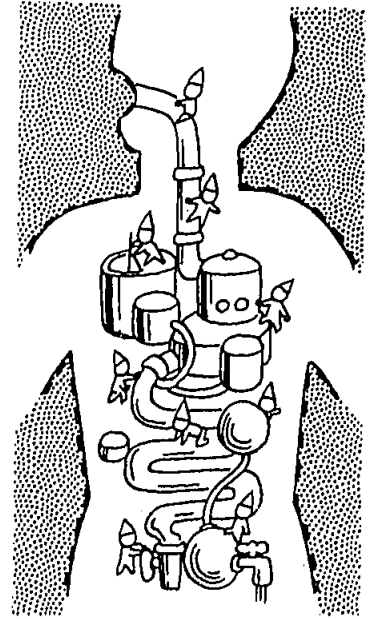
情報源

人間の身体を化学工場にたとえてみれば、尿は工場排水です。工場排水を調べれば工場内のさまざまな状態がつかめるように、尿は身体の状態を点検する上で非常に貴重な情報を多く提供してくれます。特に、朝の最初の尿は、夜寝てから目が覚めるまでの最も長い時間ため込んだ尿ですから、それだけ貴重な情報源といえます。

一日に四、五回、約一〜一・五リットルの排尿をします。しかし夏は、汗がたくさん出て水分が奪われますので、水分を多く取っても尿の量は冬場に比べて減少します。

腎機能の低下が 高血圧を招く

ところで、年をとって、排水処理場としての腎臓のフィルターが目づまりしてくると、人間の体は血圧を上げて排水処理場としての機能を保たなければなりません。



これが、年をとるにしたがって血圧が上昇する原因の一つともなっています。

試験紙を使って 正確な検査を

最近、極めて手軽に尿の検査ができる試験紙が市販されています。トイレにこの試験紙を置いて、毎朝検査をされてみてはいかがでしょうか。尿検査の結果は記録しておき、医師の検診を受ける際に持参するとよいでしょう。

指導 青山 英康

岡山大学医学部教授

栄養のバランスを 考えた食事(2)

前号にひきつづきまして、ビタミン・ミネラルについてお話しします。

主なビタミンとしては、ビタミンA(カロチン)・B₁・B₂・C・ナイアシンなどがあり、ミネラルには、カルシウム・リン・鉄・カリウムなどがあります。これらを多く含む食品は、野菜(特に緑黄色野菜)、それに牛乳・卵・レバー・肉・魚介類などがあります。

目安量としては、野菜から取る場合は、肉や魚、牛乳などに含まれているビタミン・ミネラルの量を考慮にいれて、一日三百gは取るようにします。うち半分くらいは緑黄色野菜でとってください。その他果物、ミカンなら三個くらい、また海藻やキノコ類もたっぷりとることが大切です。日本人は、緑黄色野菜が不足がちのようです。さて、前号から続けて述べてきた食品を満遍なく取ると、大体一日二千キロカロリ前後のエネルギーと必要な栄養素を取ることが出来ます。次にバランスのとれた料理を紹介します。

大根と白身魚の クリームシチュー

材料(六人分)

大根中身本・にんじん本本・白菜身個・白身魚二百g・塩、こしょう、小麦粉各少々・サラダ油大さじ四杯・スープ(湯三カップ、チキンコンソメ二個)ソース(マーガリン大さじ二杯、小麦粉大さじ四杯、牛乳一カップ、塩、こしょう少々)

作り方

(1)大根は二センチ厚さの輪切りに、にんじんはくし形切りにし共に面取りをする。白菜は三〜四センチ角に切り、たまねぎはくし形に切る。

(2)白身魚は四センチ角に切り、塩・こしょうをし、小麦粉を振りかけ、サラダ油大さじ二杯で揚げ目を付けないように中火で焼く。

(3)深鍋にサラダ油大さじ二杯をいれて(1)の野菜を炒め、スープを加えて柔らかくなるまで煮る。

(4)別にマーガリンを鍋にとかし、小麦粉を炒め、牛乳で溶きのばして、塩・こしょうで調味しホワイトソースを作る。

(5)(3)に(4)を加えて弱火で煮込み、塩・こしょうで調味する。※魚のおいしい季節になりました。バランスのとれた栄養料理です。是非お試しください。

岡垣町食進会

新岡垣風土記

題字 岡垣町長 守庄

岡垣の民話と伝承

庄助ばなし

むかし、岡垣の里に庄助という長者の息子がいた。だいに育てられたので心がとても素直だった。庄助が十七歳の時だった。

「どうじゃ。京都見物でもして、世の中のこと勉強してこいや。京都にはいろいろめずらしいことがあるので、こまめに筆でしたためてくるがよい。」

と、言われ遠い京都へと向った。さて、とちゅうで一人の男から「どちらまでの旅ですか」とたずねられた。

京都までだと言うと、「京にのぼるのですか、上京ですか」と言った。庄助は、さっそく筆を出し紙に「のぼる上京」と書いた。

京都についてみると、すべてめずらしいものばかり、とある店の前までくると赤いもうせんの上に人形や焼物がたくさん並べてあった。

庄助は、赤いもうせんを指して「おじさん、この赤いのは……」とたずねると

「これは、シヨウジヨウヒ・モウセン・タグイノモノです。」

店の主人のこぼに、庄助は、

「赤シヨウジヨウヒ・モウセン・タグイノモノ」と紙に書きのこした。

つぎの日、宿の二階から下を見ると牛の頭を形どった人形をたくさん運んでくる者がいた。大声で

「それは、何だね」とたずねると「牛頭だ」と返事があつた。

「頭牛頭」と旅日記に書いた。

えもと きよひこ氏・版画



すると宿の店先で一人の男が「クマノクワンセン……」とどなっているのが聞こえた。宿の人に聞くと「あれは、物もらいだ。」と答えてくれた。

「物もらいクマノクワンセン」と書きつづった。

こんどは、大きい石を四、五人で運んでくるのが目についた。宿の者に聞くと

「大きい石ムラサキシキブ」と返事があつた。

その時でした。宿の前の四辻でけんかがあり一人の町人が武士に

殺された。町人は、二人の町にかつがれて庄助の前を通つた。

「あれは」

「アメアメ」と言われ

「死人アメ」と書きたした。

そして、女中に、

「そろそろ父母が恋しくなつたので明日ここを立つ。」

と言うと、女中が

「あした下京なさるのですか」といった。そこで、

「下京」と書いた。

さて、庄助が岡垣に帰りつく日のこと、父親は、息子に柿を食べさせようと木にのぼって柿ちぎりをしていった。そこへ里の者が

「だんな様……庄助さんがお帰りで」と大声で知らせた。父親は、大声におどろき足を踏みはずし頭から落ちて気を失ってしまった。

そこへ庄助が帰りつき、びつくりして一通の手紙を書いて医者へ走らせたが、いつまでたつても医者はず、とうとう父親は死んだ。

ところで、庄助の手紙とは、

「わたしの方のおやじは、うらのかきの木に上京つかまつり候処、下京の節むらさきしきぶにて牛頭を打ち割り、ぎょうさんなしようじようひもうせんたぐいのもの出し申し候間、こややく一つつけたくまのくわんせん早うござらにやあめとなる」と。

「福岡の民話」より

話者 千々和さかゑ 紹介 べつきたくじ

ふれあい

風船のお礼

東部保育所では、九月二十日、第三十三回運動会を行いました。

そのとき、花の種とメッセージをつけた色とりどりの風船を百二十個飛ばしました。小さな手から離れていく赤い風船。大空高く小さくなつていく黄色い風船。風に流されて舞い上がっていく青い風船。大人も子どもも美しい風船が見えなくなるまで見とれていました。

「一体どこまで飛んでいくの」「どんなところに落ちるのかな」「先生、アメリカまでいくかね」子どもたちの声があちらこちらから聞こえてきます。

そしてある日のことです。

福岡市の男性から、福岡町のスポーツセンターで空から降りてくる風船を拾つたという手紙と写真が送られてきたのです。

そのときの子どもの喜びぶは言うまでもなく、ヤッタ、ヤッタと大騒ぎでした。それからはおじさんのこと、家族のこと、そして仕事のことと限らない夢と空想でにぎやかな日々をすごすことができました。大きくなつたらおじさんのようなやさしい人になりたいとみんなでお札の手紙と絵を送りました。

私たち職員にとつても大変うれしいことでした。

福岡の川井さん、本当にありがとうございました。

東部保育所職員一同



自然なお手伝いを

身体障害者福祉週間

12月9日～15日



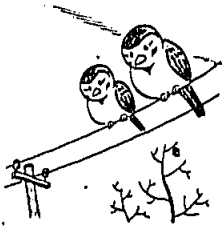
空缶のポイ捨ては やめましょう

—クリーンキャンペーン実施—
 十月二十五日、新日鉄グループ
 岡垣会(会長土屋武久他八十名)
 では、町内其線沿いを中心にゴミ
 を収集しました。朝八時半から、
 正午までかかってトラック四台分
 のゴミを回収することができま
 した。



▲ 10月25日、役場前集合

ゴミを捨てるのも捨うのも、私
 たち町民です。今、ひとつのゴミ
 を捨てないことが、町を美しくし
 ます。ひとつゴミを捨てる代わり
 に、ひとつゴミを拾いましょう。
 皆様のご協力をお願いします。



看護婦募集中

— こんどう外科胃腸科医院では、
 次のとおり看護婦を募集していま
 す。

○職種 看護婦(常勤、但しパー
 トでも可)

○募集人員 二名

詳しくは、こんどう外科胃腸科
 医院(☎二八三〇一〇一)まで。

六十四歳までの方は

国民年金に加入できます

六十歳以上の人は、国民年金の
 被保険者となることができます
 でしたが、年金法改正により六十
 五歳になるまでの間は、国民年金
 に加入できることになりました。
 六十歳になって、老齢基礎年金
 の資格期間(二十五年)を満たし
 ていない人で、あとわずかな加入
 期間があれば資格期間を満たすこ
 とになるような人や、保険料を納
 めていない期間があるため老齢基
 礎年金が減額される人は、六十歳
 から六十五歳になるまで五年間を
 任意加入することによって、老齢
 基礎年金が受けられるようになって
 たり、満額の老齢基礎年金に近づ
 けることができます。

しかし、厚生年金保険の被保険
 者や共済年金、旧国民年金の老齢
 年金、通産老齢年金の受給権者は
 加入できません。

年末融資のご案内

暮れの準備はお済みですか。
 公庫資金であたかい冬。

例年、年末には窓口が混雑しま
 す。お早目に、そしてお気軽にご
 相談ください。

(普通貸付)

融資金額 二千七百万円以内
 (特定の設備資金は、
 四千五百万円以内)

融資期間

○運転資金 五年以内
 ○設備資金 十年以内
 ○特定設備資金 二十年以内

利率 五・七パーセント/年
 (融資期間によっては、金利
 が上乘せとなります)

お問い合わせは、

国民金融公庫

093(641)7715まで

国の進学

ローンのご案内

進学されるお子さんをお持ちの
 方におすすめたします。

(進学ローン)

対象者 高校、高専、大学、
 短大、大学院など

融資金額 五〇万円
 返済期間 高校—三年以内
 大学—四年以内

利率 六・四パーセント/年
 (利率は変わることが
 あります)

申込期間 四月に進学される方
 については、前年の
 十一月—当年四月



ありがとうございました
 図書室の寄贈

東部公民館の図書室へ次の方か
 ら図書を寄贈していただきました。
 お礼申し上げます。

- 吉岡 美智子 様(野間)
- 前田 四郎 様(南高陽)
- 大家 弘 様(高陽)
- 古家崎 康彦 様(西山田)

入場無料

長谷川きよしコンサート

—「みんないつしよに生きよう」
 障害を持っていても、みんなと
 一緒に勉強し、みんなと一緒に生
 活したい。今の社会は、こんな当
 然のことが、まだ当然のこととな
 ってはいません。

「障害も個性、それぞれの個性を
 生かし、お互いの欠けている部分
 を補い合いながら、人と人とかか
 わっていくのが世の中ではない
 か」と問いかけながら行動してい
 る、長谷川きよさんのコンサ
 トです。

とき 十二月六日(日)

午後二時

ところ 芦屋町町民会館

主催 若屋町



人口のうごき

10月末…()内は前月比
28,024人 (-8人)
 男 13,402人 (-10人)
 女 14,622人 (+2人)
8,475世帯 (+6)

12月の行事予定表

(1~15日)

日	曜日	行 事 名	時 間	場 所	備 考
1	火	青少年相談室 (282-4884)	9:00~16:00	役場第3会議室	
		三里松原歩こう会	9:00~	集合遊賀病院	
2	水				
3	木				
4	金				
5	土				
6	日	岡垣町駅伝大会 年齢別マラソン大会	9:00~	中央公民館 〜コース	
7	月	インディアカ	19:00~	町民体育館	
8	火	4ヶ月児健診 (S62.7.11~8.10生)	13:30~13:45	中央公民館	母子手帳
		7ヶ月児健診 (S62.4.1~5.10生)	13:30~14:00	中央公民館	母子手帳
9	水				
10	木	1歳6ヶ月児健診 (S61.6.11~6.10生)	13:30~14:00	中央公民館	母子手帳
11	金				
12	土	母子健康手帳の交付	8:30~11:30	役場窓口	印鑑持参
13	日	遠賀郡ロードレース大会		遠賀町	
14	月	健康相談 (血圧測定)	13:30~15:00	中央公民館	健康手帳
15	火				

▶ ちょっと先の予定表

インディアカ練習日……21日 心配ごと・行政相談……25日 母子健康手帳の交付……26日 三種混合……17日 育児相談……22日 健康相談……21日 剣道寒稽古……25日~28日 福岡県小中学校バドミントン岡垣大会……20日

日	曜日	岡垣クリーン	環整(大型車)	環整(小型車)
29	(火)	年末臨時汲み取り	年末臨時汲み取り	
28	(月)	ホース継足地区	南山田、海老津	
27	(日)	25日と同じ	新海老津	
26	(土)	25日と同じ	海老津	
25	(金)	高陽、海老津、鍋田	波津、内浦、三吉団地	吉木
24	(木)	23日と同じ	高塚、倉丸	内浦、原
23	(水)	高陽、西高陽、海老津	茅原	海老津、東山田、新松原、野間、元松原、元松原、東西黒山
22	(火)	高陽、西高陽	山田峠	松原、野間、元松原
21	(月)	19日と同じ	月2回汲み取り	海老津、東山田、新松原、野間、元松原、元松原
19	(土)	西高陽	月2回汲み取り	月2回汲み取り
18	(金)	東松原、百合ヶ丘	波津、三吉団地	
17	(木)	16日と同じ	糠塚、山田	手野、高倉、戸切
16	(水)	鍋田	田峠	
15	(火)	東松原、百合ヶ丘	海老津、緑ヶ丘、山	野間、内浦、吉木
14	(月)	14日と同じ	緑ヶ丘	野間
13	(日)	東高陽	東松原、高陽、東高陽	野間
12	(土)	東松原、百合ヶ丘	三吉、海老津、緑ヶ丘	
11	(金)	東松原、高陽	高倉、西山田	高塚
10	(木)	東松原、東松原	山田	
9	(水)	東高陽、東松原	三吉、吉木、茅原、	
8	(火)	東高陽	吉木(塚原)、南山田	新松原、手野
7	(月)	上海老津、東海老津	野間、高塚、倉丸	海老津、高塚
6	(日)	東高陽	吉木、南山田	
5	(土)	上海老津、戸切白谷	野間(葉山、高倉団地)	糠塚、上畑、新松原
4	(金)	戸切白谷、戸切百合	野間(西鉄団地)	手野
3	(木)	2日と同じ、戸切	野間(葉山、高倉団地)	
2	(水)	1日と同じ、戸切町住	倉丸安川、東山田	
1	(火)	戸切白谷、戸切百合	東山田	

12月し尿収集予定表