



# 越前 弘報

1989  
2/1  
No.287

■ 発行 / 越路町役場 (新潟県三島郡越路町) TEL (0258) 92-3111 ■ 印刷 / 大川印刷株式会社

「平成元年」 輝かしい年、平成元年の出発を祝い、町内書道塾で小学生の皆さんが力づく「平成」の文字を書初めました。



塚山小学校六年生 課題作「赤い南天」の書初め

希望に満ちて命名された「平成元年」は、これから二十一世紀へ向って大きくはばたく君ら若人たちの躍進する時代の幕明けた。

### 町の人口

住民基本台帳人口 (12月末日現在)

	前月比
世帯数	3,343 ±0
人口	14,477 -6
内訳	
男	7,049 ±0
女	7,428 -6



## 2月 広報カレンダー

1 水	成人病予防週間 (~7) 省エネルギー月間 (~28)	16 木	所得税確定申告 (~3%)
2 木		17 金	
3 金	節分	18 土	母親学級・母子手帳発行日 (9:00~9:30役場)
4 土	立春 母親学級・母子手帳発行日 (9:00~9:30役場)	19 日	雨水
5 日		20 月	
6 月		21 火	国民年金相談 (9:00~4:00役場) 心配ごと相談 (1:30~4:00福祉センター) 行政相談 (10:00~2:00役場)
7 火	北方領土の日 心配ごと相談 (1:30~4:00福祉センター) 乳児検診 (1:30~2:30福祉センター)	22 水	
8 水	乳児検診 (1:30~2:30岩塚農協)	23 木	
9 木		24 金	昭和天皇「大喪の礼」
10 金		25 土	
11 土	建国記念の日	26 日	
12 日		27 月	
13 月		28 火	春の全国火災予防運動 (~3%) 心配ごと相談 (1:30~4:00福祉センター)
14 火	心配ごと相談 (1:30~4:00福祉センター)	3月4 土	母親学級・母子手帳発行日 (9:00~9:30役場)
15 水	高齢者職業紹介 (1:00~3:00福祉センター)	7 火	1才6ヶ月児検診 (1:30~2:00福祉センター) 3才児検診 (2:00~2:30福祉センター)

今月の納税等  
固定資産税 第四期  
国保料 第六期  
国民年金 第十一期

十二月末現在約九十二・五%の方が口座振替制度を利用されており、残高不足などにより引き落としの出来ない方が毎月五、六十件もあります。日頃から残高の確認と総合口座預金通帳の上手な使い方を中心掛けましょう。

正しい申告と納税が、国民の大切な義務であり、このことが国の繁栄・地方自治の健全な運営の基であることを考慮し、町では、昨年四月から町税等の振替納税制度を取り入れてきました。

### 振替納税と青色申告推進の町宣言

町民に普及するよう「振替納税と青色申告推進の町」宣言大会が去る一月十九日町総合福祉センターで開催されました。



# 『平成』

## 1月8日施行

### 新元号



天皇陛下（御名・裕仁）は、一月七日午前六時三十三分皇居吹上御所で崩御されました。（八十七歳八ヶ月のご生涯だった陛下は、歴代天皇として最長寿であり、六十二年と十四日にわたる在位期間も最長の天皇でした）

このため、憲法第二条、皇室典範第四条に従って、皇太子明仁親王殿下が第百二十五代皇位につかれました。

新元号は、政令に基づき「平成」と制定され一月八日施行されました。

読み方は「へいせい」であり、皆様ご存知のとおりであります。この「平成」

には、国の内外にも、天地にも平和が達成されるという意味がこめられており、これからの新しい時代の元号とするに最もふさわしいものであると思われまます。

#### 日本国憲法

第二条 皇位は、世襲のものであって、国会の議決した皇位典範の定めるところにより、これを継承する。

#### 皇室典範

第四条 天皇が崩じたときは、皇嗣が、直ちに即位する。

### 平成元年は小雪でしようか

「今年こそは大雪だ！」と覚悟をしていたこの冬は、三年続きの少雪で終るのであるか。私達にとってはこの上なく有難いことであり喜びでもありますが、昨年十二月十七日積雪三十六センチ（役場）を記録して以来今年に入らずと積雪0センチが続き、遂には恒例のサイの神が中止となったり、二月へ延期とする地区が相次ぎ、また、町消防団からはサイの神による火災発生の防止を呼びかけるなど近年に例をみない中でサイの神が行われました。

今年足場が良かったからでしょうか、どの地区でも例年になく大型なものが作られたり、子供達のかわいい作品との二見方浦ができたり、ワラ不足に悩みながらもすばらしいできばえに称賛の声がしきりでした。



夕暮れを待ちかね新成人達がかさすタイムツの炎が町、内をねり歩くと、お祭り気分も一段と盛り上り、お祝いの

## 昭和六十三年年度 町功労者表彰

町では、表彰条例に基づいて町の政治・経済・文化・社会その他町政の振興に寄与し、または衆人の模範と認められる行為があった個人、団体を表彰しております。

今年の表彰者は功労表彰者三名で、一月七日町総合福祉センターにおいて行われた、新年名刺交換会の席上、平石町長から表彰状と記念品が贈られました。

受賞者は次の方々です。（敬称略・順不同）

#### 五十嵐源四郎

（塚野山・70歳）

杜氏として四十年にわたり地域産業振興に尽力され、昭和六十三年十一月黄綬褒章を受章された。

#### 深井 徹司

（来迎寺・57歳）

町交通指導員の代表指導員として十六年にわたり交通事故防止に尽力された。

#### 関 恵一

（浦・51歳）

消防団員として二十六年余りにわたり消防防災活動に尽力された。

式典は開会に先立ち、昭和天皇の崩御に謹んで哀悼の意を表し、黙とうで始まる質素な式典となりました。

受彰者を代表して、五十嵐源四郎さんは、次の様にお礼の言葉を述べられました。

「本日ここに、町主催の名刺交換会の席において、私共三名が表彰いただきましたことは身に余る栄誉であり、只々有難くお礼を申し上げる次第であります。

私如き者は、只酒造り一筋、四十年間杜氏として出稼ぎし続けたもので、誠に夢のようにであり、自分乍ら驚き又嬉しく喜んだ次第です。

私は本当に運のよい男です。此の町に生れ、此の町に育てられ皆様の温いご指導・ご鞭撻を賜りましたお陰であり、生涯このご恩は忘れません。今後も健康に留意し、至らぬ者ですが一生懸命町のため社会のため努力致しますよう心掛けますので、今後共一層のご指導・ご鞭撻の程をよろしくお願い申し上げます。受彰者を代表して謝辞といたします。



ミカンやお菓子を両手一杯にもらう子供達や、お神酒に類を染めるご婦人達、古いシメ

縄や飾りを持ったお年寄りなど会場はどこも大勢の人だかりとなった。

中でも好評だったのは、飯塚部落などで行った甘酒のサービス、冷え込んだ川風の中でいただく一杯は辛党の皆さんにも結構喜ばれ、思わずもう一杯。午後から半日がかりで作った約六十リットルの甘酒がアツという間に胃袋に納まりました。



定刻七時、年男達の手でタスマツの火が移されると、乾ききったワラは、みるみる燃え上り青竹が大きな音をたててハジケた。

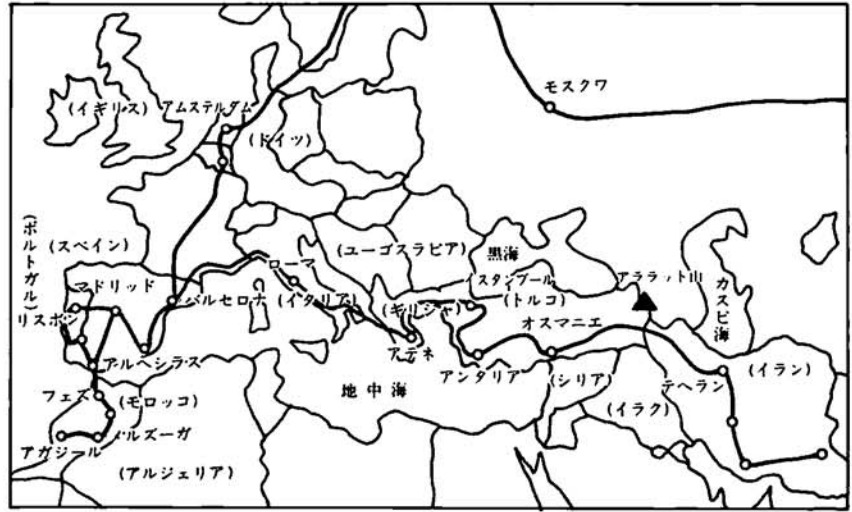
あちこちで歓声があがる。まだ勢よく燃えているうちからモチやスルメを焼こうと近寄る。どの顔も熱気でまっ赤だ。

今年もきつと健康で過せる丈夫な体になったことでしょう。



# ユーラシア大陸一周の旅(5)

「イスタンブール」その昔東ローマ帝国の首都としてコンスタンチノープルと呼ばれた町。私達はここで三年前に東京の海外研修センターで知りあったナムツクさんの家を訪ねました。彼は税関の仕事をしていて社会的地位もある人ですが、賃金の安いトルコでの生活は私達から見れば質素なものでした。



トルコはインフレにより物価は高く年々上昇するの、賃金はほとんど変わらないとながら、私達は心からなして、ほんとうにありがたかった。イスタンブールからフェリーでヤロバへ。私達はモロッコでも何度かハマム(風呂屋)へ子供達を連れて行きましたが、トルコのハマムもほとんど同じで、パン



眠るガラタ橋の上(イスタンブール)

すぐ転んでしまいます。中には、部屋が二、三ほどあって奥に行くほど蒸し暑く、ここにお湯汲み場があり、このお湯を汲んできては体を洗い流します。彼等は非常に長い時間ここにいます。特に女性の場合、ここで洗濯をしたり、世間話をしたり、ハマムは女性達にとっては社交場なのでしようか。ヤロバからブルサそして、エーゲ海岸沿いに南下してイズミール、さらに地中海に面したアンタリアまで行き、ここで海岸近くの別荘を一ヶ月間借りることにした。

ここには、七年前の友人が沢山いてほとんど毎日いれかわり、たちかわり私達の家を訪ねてくれた。お陰で子供達はすっかりトルコ語をマスターしたようです。彼等のほとんどが失業中で定職をもっていない。仕事を求めているのはわずか三人だけでした。それなのに少しも不安をみせないのは冬でも暖かい天候のせいでしょうか。トルコでは、羊の串焼(シシカバウ)を好んで食すが貝やタコは食べないようだ。あの時友人がタコを採ったというので私達家族は友人と六人で無人島へ渡って食べたが、彼等はやはり多くは食べなかった。四月二十四日、もう暑いアンタリアに別れを告げて中部アナトリアからシリアの近くのオスマニエの友人宅へ移った。私達が滞在していた二週間は丁度ラマザン(断食月)の期間で、熱心なイスラム教徒の彼等は四月中旬から一ヶ月間断食を行う。



トルコ・アナトリア地方の女子中学生達

一日五回のお祈りを欠かさず、日中は水すら飲みません。夜七時四十分コーランが流れ日沈の合図があると食事を作り、早朝三時頃大きなタイコの音で目を覚まし日の出前に朝食をとるのでした。私達はここで毎日違う家に夕食に招待され質問責めにあり、まるでスターのようにあちこちの家を回りました。オスマニエから世界一塩辛い湖塩湖を通り、ノアの箱舟が漂着したと言われるアララット山を見ながらタクシーでイランへ向いました。五月十七日戦下のイラン、不安でいっぱいでした。

## (5) 広報こしじ



私たちが一年間にかかるかぜの回数は平均三、四回といわれています。かぜは従来、寒さが原因と思われるでしたが、大部分はウイルスが原因なのです。寒さだけでは決してかぜにはかかりません。かぜは大きく分けるとインフルエンザ型と普通感冒型に分けられます。インフルエンザは、突然高熱が出て、頭痛、腰痛、節々の痛みが続き、いわゆるかぜの症状はあとから出てくるのが特徴です。予防接種によって免疫をつくり、ある程度は発病を予防することができ、一〇〇%効果があるわけではありません。全員に効くようにすると、副作用も強くなってしまいうからず。



から、その感染経路は患者の口から出る飛沫が、ごく小さな粒子となって空気中に煙のように浮遊し、これを吸い込むと感染する場合があります。しかし、感染しても必ずしも発病するわけではありませぬ。いったいどのような悪い条件が重なると、かぜになるのでしょうか。

などが考えられますが、一年に何回もかぜをひくような人は、バランスのとれた規則正しい生活をしているかどうか反省して見る必要があるのではないのでしょうか。

- 1、過労、睡眠不足、栄養のアンバランスなどによる抵抗力の低下
- 2、暖房による室内乾燥で、のどの粘膜の抵抗力低下
- 3、むりな発声や声の使いすぎ(酒を飲んで大声でわめくなど)によるのどの粘膜の疲れ
- 4、たばこの吸いすぎによるのど粘膜の荒れ
- 5、寒さによる呼吸器粘膜の抵抗力の低下

「子どものかぜ」  
子どもは、五、六歳ごろまでが一番多くかぜをひく時期です。かぜはこじらせて余病をおこさないかぎり心配はありませんが、余病は主に中耳炎、気管支炎、肺炎などがあり、赤ちゃんの場合は、消化不良症をおこしたりするので十分な注意が必要です。ふだんから薄着の習慣をつけ、栄養のバランスのとれた食事心がけ、日光によくあたるなどつとめて体の抵抗力をつけさせておくようにしましょう。また、かぜは伝染病の一種なので、心掛けてください。



元気に乾布マサツをする保育園児達

「お年寄りのかぜ」  
組織細胞の活力が弱っているお年寄りは、ウイルスに対する抵抗力も弱まっています。そのため細菌の二次感染、とくに肺炎に進行しやすくそれに対する予防が何よりも必要となります。お年寄りがかぜをひいたら、まず、症状に十分注意しましょう。もし「こんどのかぜはいつもと違う」と感じたら、一見軽症にみえても大事をとる心がまえが必要です。そして、安静と栄養を考えた消化のよい食事に気を配ってください。

「重大な事故発生、被害者は病院で危篤」との呼出しを受けて、早速病院に急行すると、被害者は既に息をひきとった後で目に入ったのは、腕のいい職人であったという二十八歳の男性に抱きついて、「お父さん目を開けて」と泣いている質素な身なりの妻と二人の子供の姿だった。事故は春雷に氣をとられた大型ト



トラックが対向車線に入り、軽トラックを運転していた被害者と正面衝突したものである。加害者側は誠心誠意を尽くし、当時の金で一億円近い補償金を遺族に支払い示談が済んだとのことであった。その後、半年も過ぎたころ、

被害者の妻が「子供をほったらかして年下の男と遊び歩いてたが、その男と一緒にたつてスナックを開店した」とのうわさが耳に入った。四十九日が過ぎて事情聴取した時の、小柄で身持ちが固く家庭内のやりくり上手そうなその女が「死んだお父さんの分も一生懸命頑張つて立派に子供を育てます」と目いっぱい涙をためて誓っていた姿が胸に浮かんで、まさかあの人かと否定してみたが、小さな町のことうわさは事実であった。

質素な生活をしてきた女に、億近い大金が入れば人生までか、人格までも変わるものかと当時割切れない気持ちになった。その後転勤となり三年が過ぎたころ、新聞の片隅に「家庭内の不和で夫が妻を刺す」との見出しで被害者が報じられた。その被害者こそ、あの交通未亡人のあわれな末路であった。

一時は、交通事故死の悲劇の女の店と客の出入りもあつたが、時とともに客も一人、二人と減つたうえ、素人の放漫経営がたたり閉店し、残つたのは借金ばかり、あげくの



### 新春カルタ大会



塚野山公民館分館

「天津川」、「ハアア」、「雲の通路吹きとじよ」、「ハイッ」、「乙女の...」、「あつた」。元気な声が響く。塚野山分館(長谷川寅弥分館長)主催、第11回百人一首大会が一月二十二日(日)塚野山集落センターで行われました。今年も小学生から七十歳代の先輩まで四十名近い参加者があり、特に塚野山、小坂部落の小学生が多く、ときには優雅に、ときには元氣はつらつと札を

取り合つた。孫ほどの小学生に得意札を取られて残念がる人や一回ごとに腕が上がる子どもたちにも自慢されたりと和やかなひとときを過ごしました。終つて全員で手作りの豚汁を頂き、参加賞まで貰つて、「来年は負けないぞ」の言葉で散会した。次回には是非町内各地からの参加を待ち致します。(塚野山 若林)

### 保健衛生だより

健康相談

対象 一般町民

2月2日(木)	午前9:30~11:30	岩野集落センター
2月10日(金)	" 9:30~11:30	浦区事務所
	午後1:30~2:30	
2月13日(月)	午前9:30~11:30	塚野山集落センター
2月14日(火)	"	福祉センター
2月17日(金)	"	小坂公民館
2月21日(火)	"	飯塚集会所
2月22日(水)	"	飯島区事務所
2月23日(木)	"	沢下条集落センター
2月27日(月)	"	不動沢公民館
2月28日(火)	"	白山集会所

改定区域と10円で話せる時間 ( )内は3分間話したときの料金

改定区域	改定前			改定後		
	昼間	夜間	深夜	昼間	夜間	深夜
隣接区域 (三条・巻・柏崎・六日町)	80秒 (30円)			90秒 (20円)		
320km以遠	5秒 (360円)	8.5秒 (220円)	9秒 (200円)	5.5秒 (330円)	9.5秒 (190円)	10秒 (180円)

電話料金が 変わります  
NTTダイヤル通話料金が 二月一日より改定されます。

果ては傷害事件で刺されるという結末だった。想えば、この人も交通事故の被害者の一人であろう。大金の示談金で人生が狂い、子供からは尊敬されず親戚からも愛想をつかさされ、ついには傷害事件でこの世の生地獄を味つたのだ。

### 受験シーズン

この季節になると、毎晩きまつて遅くまで電気がついていいる窓がいくつもあります。そうです。受験生の家なんです。互いに同級生の窓の灯を気にしながら頑張っているのです。受験生がいる家庭では、この時期になるとたいへんな気の使いようです。神頼みも近年ますます盛んのように、どここの神社も大はやり、受験生はそれどころではないのかほとんどが代参。それも、孫のためにというおじいさんや、おばあさんが多



この季節になると、毎晩きまつて遅くまで電気がついていいる窓がいくつもあります。そうです。受験生の家なんです。互いに同級生の窓の灯を気にしながら頑張っているのです。受験生がいる家庭では、この時期になるとたいへんな気の使いようです。神頼みも近年ますます盛んのように、どここの神社も大はやり、受験生はそれどころではないのかほとんどが代参。それも、孫のためにというおじいさんや、おばあさんが多

いという。これも時代なのでしようか。それにしても、受験生の家最大の心配は風邪でしょう。むやみに暖房を強めては、かえつてのどを痛めたり、カゼをひき込んだりします。二月は、省エネルギー月間です。「エネルギー」上手に使つてほのぼのウインターの標語のもとに、省エネルギー運動が展開されています。適正な温度で暖房を利用するな

ど工夫をしましょう。エネルギーの使い過ぎは、無駄なばかりでなく、大気汚染にもつながります。受験生の皆さん、これから寒い冬、暖房にのみたよらずしっかりと睡眠と栄養で乗り切りましょう。

### 課題「不自由」

みのはりかぬ体も不自由なく不自由な身隠して励む人助け 仮り住まい心ひとつで別世界 不自由を互に労り夫婦老い 雪道は動きがとれぬ車椅子 車イス降りて感謝の一人言 不自由でも生きてゆこうよ明日がある 居れば邪魔居なけりや不自由亭主族 不自由になつて健康のよきを知り 不自由な足で不運をケツとばし 不自由な体乗り越え趣味楽し 不自由を知らぬ子達の行末案じ

みのはり 川柳を学ぶ会

- 大野 玄老
- 牧口 信子
- 酒井 拓水
- 井口 夢了庵
- 鈴木 理咲
- 本田 菊水
- 渡辺 ミエ
- 高橋 雪山
- 内藤 妙庵
- 佐藤 随風
- 高橋 撰
- 西沢 美津

### 日本の詩

旨いもの食わす人に 油断すな

人にごちそうされたら油断するな。ごちそうのあと頼みごとを引受けさせられたりすることがないものではない。心の底に何かを求めるところがあるからです。



# 所得税の確定申告はお早めに

2月16日～3月15日

昭和六十三年分の所得税の確定申告は、二月十六日から始まりです。申告期限は三月十五日ですが、期限間近になり、長時間お待ちいただくようなことになりかねません。確定申告はできるだけ早めにお済ませください。

確定申告をしなければならぬ場合  
一、事業をしている場合、不動産収入のある場合、土地や建物を買った場合などで、昭和六十三年中の所得金額の合計額が、基礎控除、配偶者控除、配偶者特別控除の合計額を超えるとき。  
二、サラリーマンで、給与の年収が一、五〇〇万円を超える場合、給与所得や退職所得

## 老人保健施設 クリーンヒル与板が開院

高齢化社会に対応するため老人保健施設という新しいタイプの施設を長岡、三古郡、中之島の九市町村が協力して与板町横原地区内に建設中です。開院は今年四月です。

次により入院者の申し込みを受け付けております。

対象者：比較的病状等が安定している老人保健受給者証(老人手帳)をもっている方(七十歳以上、一部六五歳以上)

利用手続：施設と個人の契約(申し込み書は役場、住民課にありませ)

費用負担：基本料金(月額)四二、〇〇〇円、特別料金(おむつ代、電気使用料、洗濯料等)

問合せ先：三島郡三島町大字宮沢 しみま園内老人保健施設グリーンヒル 与板設立準備室、電話 42-3131 (三月末日まで) 又は役場住民課。

## 固定資産税 台帳の縦覧

平成元年度固定資産課税台帳を縦覧いたしますので、縦覧したい方は印鑑持参のうえおいでください。

◎期間は 三月一日～三月二十日

◎所は 越路町役場

◎時間は 午前八時三十分～午後五時迄。(土曜日は十二時迄)

## 相続登記はお済みですか月間

新潟県司法書士会では、今年度も2月一ヶ月間を「相続登記はお済みですか月間」として無料相談を実施しております。

親がなくなり、土地や家屋などを相続しても登記はつい忘れがちです。相続登記はいつまでにしなければならぬかの定めはありませんが、しかし時間が経過しますと、相続人が経て死亡したりして相続関係が増えたり、又書類の取り揃えやその他で複雑になりがちです。面倒だ、縁

起でもない、費用がかかると思わないで、トラブルを起さないためにも相続登記は早めにするをお勧めいたします。

二月一日から二月二十八日までの一ヶ月間、最寄りの司法書士事務所、相続に関する無料相談をおこなっています。是非お気軽にご相談ください。

詳しくは、新潟県司法書士会へ ☎025・228・1589 相談専用 ☎025・224・6333



線路立入りは「死」を招く

線路で遊ばない

# 新潟県別 最低賃金

区分	最低賃金額		
	日額	時間額	
新潟県最低賃金	3,653円	457円	
産業別最低賃金	食料品・飲料・飼料製造業	4,007	501
	繊維工業	3,772	472
	木材・木製品・家具・装備品製造業	4,128	516
	出版・印刷・同関連産業	4,181	525
	機械・金属製品等製造業および自動車整備業	4,205	526
	卸売・小売業	3,925	491
電気機械器具製造業	4,184	523	

—— ダイヤルしてみよう ——

消費者情報 ☎025-285-7000

冬の省エネルギー…………… 2月6日～2月13日

カルシウムの摂取と骨粗しょう症… 2月13日～2月20日

消費生活相談事例…………… 2月20日～2月27日

電池の取り扱いにご注意… 2月27日～3月6日

情報は正午に切り替えます。



## 消費者の窓

### 訪問販売法が改正されました おもな改正点

最近、悪質な訪問販売業者などによる消費者被害が多発しています。このことに対応するため、昨年の5月に「訪問販売法」が改正され、11月16日から施行されました。

改正点の概要は、

①法律の適用の対象が、指定商品の販売だけに限られていたものを、権利の取得や役務(サービス)の提供にまで拡大する。

②訪問販売の場合、クーリング・オフ(無条件解約)の期間を7日から8日に延長するとともに、3,000円以上の現金一括払についてもクーリング・オフが適用される。

## 無料心配ごと相談所の開設

弁護士による無料心配ごと相談所が開設されます。相談希望者は越路町社会福祉協議会(☎92-3108)へ申し込んでください。

◎相談日 三月十日(金)

◎時間 午後一時～四時

◎場所 長岡市社会福祉センター (長岡市水道町三一五一-三十)

## 技能開発センター

三月研修コース

どなたでも受講できます。講習開始七日前で締切り。申し込みは電話又はハガキで。

受講料 千円～四千元

内容	期日	時間
彫金の基礎	11・12	
鍍金の基礎(子供の像) 土台を除く	23・30	
M/Cプログラミングの基礎(Ⅰ)	27・30	
カスタムマクロの基礎	6・9	夜
フライス製作の基礎	6・11	
アーク溶接技術講座	11・12	
パーソナルCAD製図(応用)	4・5	
技能工のための電気の基礎講習	11・12	
2次元CADの講習	18・11・19・12	
木彫技術	11・4・12・5	
塗装初級	5・11・12	

## 食と緑の博覧会

前売券 ①②③④⑤

とき 7月14日～9月3日

ところ 新潟産業振興センター 周辺地

入場券

区分	前売券
大人	一、五〇〇円
高校生	一、〇〇〇円
小・中学生	五〇〇円
幼児	二〇〇円

申込・問合せ先 9時～16時 18時～21時

〒940長岡市住吉三一―一

新潟技能開発センター

☎37-0450

※役場総務課で取扱中

みんなのスポーツ

健康は家庭の宝。スポーツで健康を!



第28回 越路町町民スキー大会出場者募集!!

\* 今年で28回目を迎える町民スキー大会が、2月19日(日曜日)に塚野山向坂スキー場と塚山中学校裏の浦沖地区を会場に開催されます。

小学生以上の町民の方ならどなたでも出場できますので、腕に自信のある方も、ない方も多数ご出場いただき、一日を楽しんで下さい。

○日 時 2月19日(日)午前9時より

○会 場 ●開会式・距離競技(午前)
……塚山中学校裏 浦沖地内
●アルペン(午後)・閉会式
……塚野山 向坂スキー場

○対 象 者 小学生以上の方で、町内に居住もしくは、職場を有する方

競技種目

Table with 3 columns: 種目, 学年, 性別. Includes categories like ①小学生(1・2年生) 男子・女子, ②小学生(3・4年生) 男子・女子, etc.

一口トリム 「みんなのスポーツ」とは? 特定の年齢・階層・性別・種目に片寄らず、幼児からお年寄りまでを対象に、健康づくり、仲間づくり、地域づくりをめざしたものです。

申し込み・問い合わせは 町教育委員会へ ☎92-4655 ~各種大会や教室のご案内~

- (2)大 回 転 ①小学生(4・5・6年生) 男子・女子
②中学生(全 学 年) 男子・女子
③第一壮年(満35才以上45才未満)
④第二壮年(満45才以上55才未満)
⑤第三壮年(満55才以上)
⑥一 般 男子・女子

- (3)回 転 ①中学生(全 学 年) 男子のみ
②一 般 男子・女子

- (4)距離リレー(1チーム4名)
①中学生(全 学 年) 男子・女子
②一 般 男子・女子

○申し込み期限 2月13日(月)午後5時まで
※距離、リレー以外は当日の受付はできません。

○申し込み先 教育委員会 小野塚 了(92-4655)
塚野山 杉田 一美(94-2501)
来迎寺 稲川 豊(92-2544)
岩塚農協 金子 友仁(92-3105)

スキー大会 前夜祭のお知らせ

スキー大会の前日、2月18日(土)午後7時30分より向坂スキー場において前夜祭を行います。
タイムツ滑降や花火大会を行う予定ですのでおさそい合わせのうえおいで下さい。

ためには効果的である。
なれてきたら、徐々に時間や距離を延ばし、無理なく動き続けられるペースでセルフ・プログラムをつくれれば一人前である。
無理にスピードを上げることは禁物、シューズは適正なものを選んで、あせらず継続しよう。



知っていますか!

健康確保のための運動

ウォーキング・ジョギング

運動不足になりがちな現代人にとって、手軽に行える運動の一つとしてウォーキングとジョギングがあげられる。

ウォーキングは、少し早めの毎分100メートルのスピードで歩けば、30分で3キロ・カロリー、ジョギングで毎分200メートルのスピードで走れば20分で4キロ・カロリーの体重1キログラムあたりの消費カロリーが得られることになる。

日常生活の中に、運動するための時間を約20~30分積極的に作り出して、ウォーキングやマイペースのジョギングを継続することにより、運動不足を解消し、十分に「酸素」を体内にとり入れられる。

その日のからだの調子によってウォーキングとジョギングのいずれかを選ぶ、あるいは両者を組み合わせたり、途中で軽い体操を入れたりすることにより、無理なく動き続けることができる。また、いろいろなコースを探し、日によってコースを変えてみることも気分が変わり、三日坊主にならないで継続する

公民館だより

公民館は、住民のために教育、学術及び文化に関する各種の事業を行い、住民の教養の向上、健康の増進、情操の純化を図り、生活文化の振興、社会福祉の増進に寄与することが目的です。

紹介

(国指定重要文化財) 旧長谷川家住宅



昭和59年の秋より大規模な修復工事にはいつていた旧長谷川家住宅は、新蔵、帳蔵、表門もほぼ完成し現在、主屋の工事も着々と進んでおり全体で約80%ほどが完成しました。

今年9月の完成を目指し急ピッチで工事が進んでいます。

16ミリフィルム御案内

Table with 2 columns: 対象 (幼小, 小学), 上映時間. Lists titles like 七夕物語 (20分), そばかす太郎 (11分), etc.

ここに掲載したものはほんの一例です。この他にも成人向け、家庭向けなど各分野に別れて数多くのフィルムを用意してありますので、子供会や婦人会など各種会合で積極的に利用していただきますようおすすめ致します。又、申込及び利用については16ミリ映写機操作認定証所有者が上映し、利用日の一週間以上前に教育委員会に申請書を提出して下さい。

2月の行事

○るんるん親子教室
期日: 2月1日(水) 場所: 福祉センター

成人式 4月2日に実施

平成元年度の町成人式は4月2日(日)に町総合福祉センターで行ないます。

該当者は昭和43年4月2日から昭和44年4月1日までに生まれた方で、越路町に住所を有する方です。

案内状は、3月上旬にお届けいたします。
なお町外に転出された方で、成人式出席希望者は御連絡ください。

また、教育委員会では、該当者の皆さんより一生に一度の晴れの舞台を、より一層有意義な内容にさせていただくために、成人式運営(協力)委員を募集しております。

連絡、問い合わせ
町教育委員会(役場2階)
電話 92-4655

社交ダンス愛好会(仮称) 会員参加者募集!!

今年の冬は例年になく暖かな年となり、皆さんは家や外でも体を持て余していることと思います。そんな時は大勢で社交ダンスを踊って体をリフレッシュしてはいかがですか?

という訳で、ダンスを踊りたくてムズムズしている人や、ダンスを覚えたい人達が集まって、このたびダンス愛好会(仮称)が発足することになりました。

つきましては2月16日(木)の午後7時30分より福祉センターで今後の打合せを行ないますので、初心者や経験者に関係なく参加し、入会していただきますようお願いいたします。

