

元気はつらつ スポーツ仲間



高野聡美さん(右)と片山義一さんは、神田バドミントンサークルの仲間です。サークルは気軽にバドミントンを楽しみたいという人たちの集まりで、毎週一回、はりきって練習をしています。

ポーツは年を追うことにますます人気が高まっています。そこで市では、地域スポーツ大会(2月28日(日)・3月6日(日))を開催することにしました。皆さんどうぞご参加を。

(関連記事 10~11ページ)

今月の主な内容

- 市長、新成人と語る (P2~5)
- 春を呼ぶ雪まつりを開催 (P7)
- 屋根雪処理システム実験スタート (P8)
- 地域対抗スポーツ大会 (P10~11)

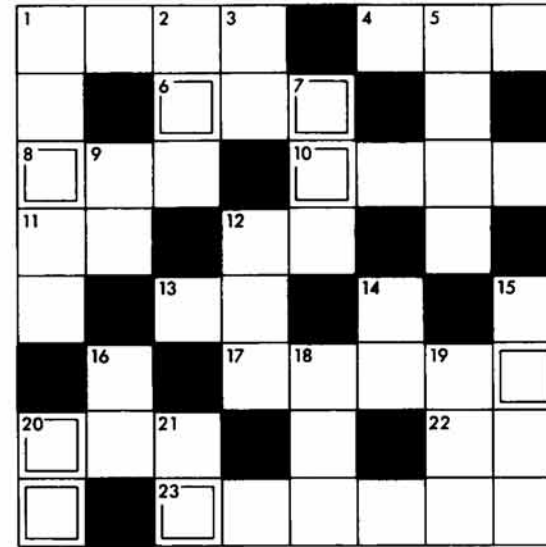
お正月特別企画

応募方法：ハガキに正解と住所・氏名・年齢・職業・電話番号を書いて 〒940 幸町2-1-1 文書広報課へ (1月30日 消印有効)

※正解は来月号でお知らせします。

市政ものしり クロスワード

クロスワードを解いたら、□印の文字を並べかえて、ある言葉をつくってください。正解者の中から抽選で30人の方に特製シャープペンシルをプレゼント！ 家族みんなで挑戦しよう。



解答のヒント
A子「悠久山公園の約14倍の広さだったって、日夫「四季を通じて楽しめるものができる」といいね」

たこのカギ

1. 各地区にある、子供たちの新しいワンパクトリデ
2. 大勢いりまじってゴロ寝すること
3. 一生一度は○○参り。三重県です。
4. シンボルロードの整備により、まの○○○○を一新します。
5. さげ、ますなどのたまごの塩づけ
6. 預金にも借金にもつきまです。
7. コーラスで女性の一番低い声
8. 腐きの表現。サカナではありません
9. 建設中です。健康○○○○、教育○○○○、コミュニケーション○○○○
10. 王様の耳は○○の耳!
11. ハイキングの目じるし、道○○○
12. ずいっと速く。はるか○○○
13. カセットテープに吹き込んでお届
14. けします。○○の市政だより
15. ○○○桜、○○曲

よこのカギ

1. 62年4月から貸付開始。○○○○育成基金
4. 街角の投入口にゴミをポイ!ニュータウンで試運転真っ最中。ごみ○○○ライン
6. 新長岡発展計画の基本理念です。「○○○豊かな国際文化都市長岡」
8. これは高くても、粘れば質値は下がる!?
10. まちをきれいに。春と秋の○○○○作戦
11. 食事の間にひとつまみ。洋も和もあります。
12. だれにでも欠点はあるもの、そんなに他人の○○さがしばかりしないで!
13. 今年から100だるま大会とドッキング。ニュータウン○○を呼ぶ雪まつり
17. 昨年3月6日オープン、美術センターも併設。「市立中央○○○○」
20. 市政だよりのシリーズのひとつ。「Mr.○○○シの園芸教室」
22. 昔は、どこの家にもありました。まきや竹を割るのに使う刃物です。
23. 刈り取った稲をモミのまま乾燥・貯蔵する施設。カントリー○○○○○○

市政だより愛読者のあなたなら
なんなく解ける...ハズ!

市長 随想

<33>

冬の夜咄

日曜日の午後、テレビをみると、降りしきる雪の中でのサッカーの激闘、東京では半世紀ぶりのこととか、初雪の遅い早いは、その年の気運寒暖によって異なるとはいえ、今年のいつもより早い雪の訪れが、気になります。

そんなある日、霞ヶ関界わいの歩道に消え残った雪に、イチヨウの黄葉が深々と散り積もっていました。奇妙な取り合わせでしたが、落葉の上を歩くときの音に、二十年前のバリの旅を思い出していました。

マロニエの並木道のしつとりとした枯れ葉の風情はいまでも忘れません。プローニュの森などきれいな公園が多く、いちめんに落葉でおおわれ、町の人々にとって、散歩道として欠かせない場になっているように思っています。

並木道のそぞろ歩きは快適で大好きです。イチヨウ、ポプラ並木、樺の並木道など楽しみなもので、

樺といえば、駅前広場のシ

ンボルツリーにイルミネーションが付き、道行く人々の心を楽しませてくれています。青年会議所の諸君の考案です。雪の降る夜などは、雪の降るまちを思い出だけが通り過ぎて行く、遠い国からおたて来る、この思い出をあたたく包まん」と歌うあの「雪の降るまちを」のメロディーがびたりです。あたたかいイルミネーションの光で、厳しい冬もほのぼのとした気持ちになります。



新しいまち 新しい夢

新成人VS日浦市長



長岡市長 日浦 晴三郎



平原綾子さん(花園)



稲川栄治さん(堀金)

日本精機機動務・食べること大好き人間、料理はプロ並み？スキーもちょっと。明るい笑顔が印象的なさわやかさん。

長岡技術科学大学電気電子システム工学科2年・テニス、スキーが好きというスポーツマン、ブレザーもビシリ。



市民の皆さん、あけましておめでとうございます。
1988年の年頭にあたり、フレッシュな新成人お二人と日浦市長に話し合っていました。

二十一世紀まで、あと十三年
時代を先取りしたまちづくりを

稲川・平原 新年明けましておめでとうございます。市長 おめでとうございませう。お二人とも新成人ということで二重の喜びですね。皆さんは長岡のお生まれですか。

稲川 長岡生まれの長岡育ちです。技科大には全国から学生が来ますので案内役を買って出て、長岡をPRしています。

平原 私も長岡っ子です。ずっと長岡を見てきました。が、長岡はどんどん変わっていますね。

市長 高速交通時代を迎えて想像以上の変化が現われていますね。あと十三年で二十一世紀ですが、この間にもっともっと大きな変化が来るにちがいありません。

平原 職場にいと新しい技術がどんどん開発されており、海外との交流も盛んで「動いているな」

って感じですか。稲川 外国の情報がどんどん入って来るし、それがすぐに私たちの生活に響いてくる。想像のつかない変化がやって来るような気がします。

市長 それをどうやって乗り切り長岡の発展につなげていくか。ほんとうに大切なときです。これをきちんとやっておかないと、皆さんが中堅になったときに「あの時、市長は一体何をしていたんだ」と怒られてしまいます。そこで、二十一世紀の指針となる新長岡発展計画を市民の皆さんと一緒に作り上げました。今年はその計画の三年目。計画の基本理念「個性豊かな国際文化都市」の実現に向けて一歩一歩努力しています。

国営公園は 自然を満喫できるものに

稲川 国営公園がニュータウンにできると聞きました。が、悠久山公園の約十四倍の広さだとか？市長 今年、国が候補地の調査に入ります。三百ヘクタール以上の自然の中に四季を通じて楽しめる都市公園を整備するもので全国で十三番目です。完成すると一年間に百万人もの観光客が期待できる規模のもので、地域経済の活性化に非常

に大きなインパクトを与えることと思います。

平原 ニュータウンにはすばらしい自然がありますから、その自然を十分満喫できるものにして欲しいですね。家族と一緒にピクニックに行ったり、木立ちの中をジョギングしたり…。

市長 ゆっくりと森林浴を楽しみたいですね。サイクリングロードや野鳥観察園、世界植物園もいい。芝生広場でラグビーやサッカー、冬は歩くスキー…と夢をふくらませているんです。

稲川 技科大の前には藤橋遺跡があります。周辺には縄文の遺跡が多いので、それを長岡の顔として、国営公園の中に博物館を建てたり住居跡を復元するのでもいいですね。

市長 画家の岡本太郎さんは火焔土器を見て体がふるえたそうです。哲学者



何か光るものがほしい。 県立社会文化施設

の梅原猛さんも盛んに縄文博物館のことを言われているんです。それをやるのは長岡しかない。国営公園と藤橋遺跡、三十稲場遺跡、馬高遺跡を結んで縄文時代に思いをはせながら歩くのもいいですね。

市長 県立の社会文化施設は、新潟市に自然科学館、上越市に上越科学館があります。次は長岡に建設することに決まりました。

稲川 どこにもあるようなものでなくて、日本中どこを捜しても長岡にしかないようなもの。日本一とか、何か光るものがあるといういいんじゃない

フットワース市との 青少年オリンピック大会も

フットワース市との
青少年オリンピック大会も

でしようか。平原 高速道路を利用して県外からもたくさん来ていただけるような、そんな魅力のあるものができたらとてもいいですね。それに、文化的なものに加え、現代人の運動不足やストレスを解消できる機能をドッキングできたらステキ…。

市長 世界一・長岡の大花火の資料を集めて花火博物館をつくらせてはどうかと大阪大学の上田篤教授が言っています。ボタンを押すと世界中の花火がドーンと上がるような臨場感のあるものをつくらせてね。また、国際音楽堂みたいなものがないという声もあります。

稲川 市長さん、フットワースの印象はいかがでしたか。失敗談とか…。市長 いやあ失敗ばかりでしたよ。しかし、フットワース市民はとにかく陽気で親切です。それに街が非常に清潔です。レイファイアーストも徹底して、ドアの出入

りはもちろん。料理を配る順序まで御婦人が先なんです。男女交互にテーブルについているのに男性を飛び越して女性だけ先に料理を配る。面白いと思いました。



東山ファミリーランド



平原 私は、外国の方に会うとすぐに身構えてしまふ。言葉の壁もありますし…。もっとさりげなく交流できればいいなと思います。

市長 そう、そのさりげなくということが大事なんですね。そのためにも、皆さんのような若い方からフォートワースの家庭に入って一緒に生活しながら学んでほしいと思つています。市でも、どんな派遣しますから皆さんも行って来てください。稲川 ぜひ行きたいですね。技科大にも留学生がたく



稲川さん

さん来ておられますが、学生や研究者の交換をぜひ進めてほしいですね。市長 フォートワースには大学四校、短大四校がある。また、航空機産業などの先端産業が発達しています。ある製薬会社では従業員千五百人のうち研究者が五百人。そのうちの三分の二が博士号を持つているそうです。稲川 そのほか、スポーツの交流はどうでしょう。クラブ活動をしている人が対抗戦を行うのも面白い。市民レベルの交流で一人一人の友人関係が育つていくと思つています。市長 フォートワース市は長岡の他に西ドイツとイタリアの都市とも姉妹都市を結んでおり、この四か国で少女少女オリンピック大会を持ち回りで開いたら、うかという話か



日浦市長

ろつている。いろいろ選択できるし、見ているだけでも楽しい。というよなことを消費者は望むんでしようね。フランスでは、閉店してもウインドウショッピングができ、みなさん楽しんでいきます。稲川 長岡駅大手口広場は緑が増えて雰囲気がよくなりましたね。大手通りに植樹したり、アーケードを高くしたり、個々の店も街づくりに参加するとともに、それぞれ個性を競い合っていけば魅力が出てくるんじゃないでしょうか。

市長 大手通りのシンボルロードを二階の高さに建て替え、街路樹を植え、流雪溝をつくり、さらに歩道ブロックや電話ボックスも楽しいものにするこ

お年寄りとお若者がつどう ほのぼのとしたまちに…

とにしています。今年、この計画推進の一つの山になると思

市長 いろいろと話していただきましたが、まよの意味で長岡をどんなまちにしたいか希望をお聞かせください。稲川 大学の誘致の話もあるようですが、ぜひ実現してください。学生や若い人が集まる、にぎやかで魅力いっぱいのおまちにしてほしいですね。長岡の歴史や文化を大切にしたい。これをもちと整備するとともに、豊かな自然を生かしていかたい。活気のある若者の街があつて、すぐそばに歴史と心安まる自然が息づいて

いるなんて最高ですね。平原 四月に、私の会社にアメリカからの研修生が六人いらつちやつたんですが、その時、長岡の印象は？って伺つたら「と

個性を競い合つてまちの魅力を高める

あります。これは面白い。いいチャンスです。平原 音楽を通して交流を深めるとか、ダンスパーティーなんかも交流にはいいんじゃないでしょうか。市長 最後の晩に牧場でのパーティーを催す。ここに招待されたんです。そこでスクエアダンスが始まり踊ろうというんです。

平原 高速道路を利用して時々新潟へショッピングに行きますけど、長岡でも、もっとショッピングを楽しめる街づくりを進めてほしいなあって思つてます。市長 若い人からそういう声をよく聞きます。企業誘致でも今は街の魅力が問われますし、高速交通網の整備で都市間競争が激しくなつており、都市の魅力づくりが大きな課題ですね。そこで、シンボルロー

にかく街がきれいだ」と言われました。うれしかったです。これからはこみのない清潔なまちにするよう、みんなで協力していきたいなと思つています。それに、これからお年寄りが多くなりますから老人福祉を充実して欲しいですね。お年寄りとお若者とお互いに尊重し合つていく。そんなほのぼの



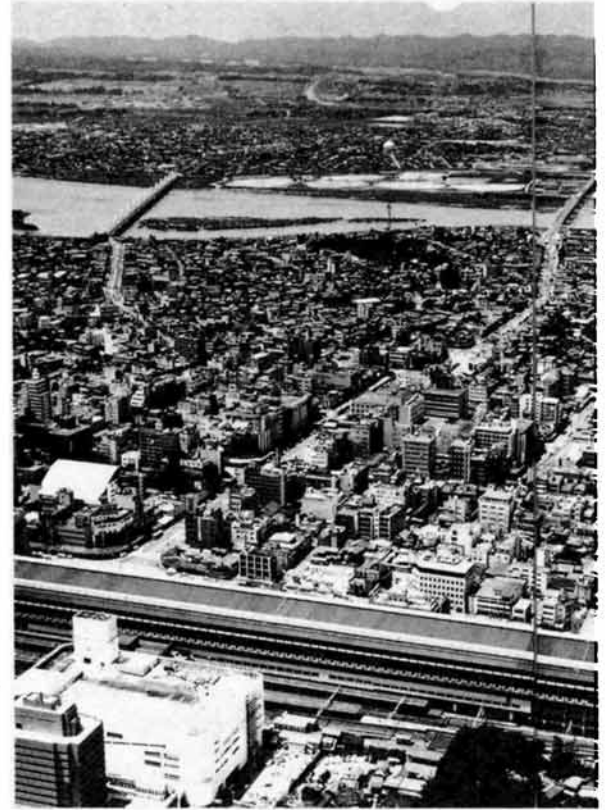
平原さん

平原 駅前前のケヤキにイルミネーションがつかましたね。とてもきれいで、写真を撮りたいと友だちと話しているんですけど、そのような工夫をもつと

踊ったことがないのに、どうしてもって、彼等は簡単に飛び込んで歌い踊る。うらやましいと思ひましたね。平原 テキサスの方は陽気な場所ですね。ところで、まだまだ、フォートワースについて理解している方は少ないと思ひますのでフォートワース資料館とか、フォートワース通り

なんかをつくつたらどうでしょうか。市長 それはいい。向こうでは調印式から一週間を長岡・ジャパンウィークにして、長岡のことを学校で教えていました。長岡でもフォートワースについて市民の皆さんから知ってもらおう工夫が大切ですね。

積極的に取り入れていけば、街が活気づくと思ひます。それから、もっと個性的な専門店やブティックなどが増えるとショッピングが楽しくなりますね。市長 イルミネーションは青年会議所の皆さんが中心になって行ったもので、この次はもっと多くして液晶の電球もつけようと皆さんは切っています。それから、あの通りへ行けば、または、あの店へ行けば靴なら何でもそ



としたまちになればステキですね。市長さん、よろしく願ひします。市長 いやあ、お二人に教えられたようですね。「おじん、しっかりせい」ということでしょうか。(笑)

二度とない青春、 気概を持つて

市長 最後に成人の抱負をお聞かせください。稲川 自覚はまだないんですが、学生ですから、とりあえずはひたすら勉強して、成人になつたからには自分の行動に責任を持つていくつもりです。平原 年齢だけ二十歳になつたというんじやなくて

中身も大人になるように、社会から「あなたは必要ですよ」と言われるような大人になりたいです。市長 二度とない人生、二度とない青春ですから充実した悔いのないものにしてください。これからいろいろと人生の出合いが続くだろうと思ひますが、その時に、二度とない人生、二度とない自分の青春に対して積極的に挑戦する、そういう気概がなければ困難はいつでも切り切れると思ひます。皆さんに期待しています。今日はありがとうございました。稲川・平原 大変ありがとうございました。

新長岡発展計画
教育

お昼だよ、全員集合！ 全校児童“いただきます”

大積小学校は、全校児童九十二人と小規模校。でも小人数のよさもいろいろあります。その一つがこれ。食堂に全校児童、先生、職員、みんなが一堂に会しての給食です。

大切にしたい——ということから、校舎の改築を機会に、昨年四月から実現しました。

▼明るく清潔な大積小学校の食堂。週2回は米飯給食も行われている。



市政 ニュース

国際開発大学(仮称)誘致期成同盟会 発足

今年七月に外務省が明らかにした国際開発大学(仮称)設立構想。全国の多くの都市が誘致の名乗りをあげる中、長岡市でも十二月二十一日にホテルニューオータニ長岡で誘致期成同盟会の設立総会が開かれました。

新長岡発展計画
経済

ふるさとお知恵を拝借。 在京の長岡出身経済人と 企業誘致について懇談会。



十一月二十日に東京のパレスホテルで開かれた「東京在住長岡市出身者懇談会」は、長岡市の企業誘致促進に向けて、企業経営者の外から見た生の声を聞かせてもらい、今後の支援をお願いしようというものです。

この日は、大川裕・大東紡織常務取締役、小秋元隆輝・日本光学工業相談役ら十七人が出席。「冬期間の除雪や労働力の確保が心配」

この国際開発大学構想は、わが国の将来の海外援助要員を養成し、開発途上国の研究者や留学生の受け入れもできる大学院レベルの高等教育機関を設立しようというもので、早ければ六十年代後半にも実現したいとしています。

新長岡発展計画
経済

まちに活気、人に元気。 冬の観光の目玉にも。

どうせなら、雪をまると楽しんでやえ！
ながおか一〇〇だるま大会とニュータウン雪まつりがドッキングしてよりビッグに。
今年の冬は、ホットな冬になりそうです。

これまで別々に行われていた「ながおか一〇〇だるま大会」と「ニュータウン春を呼ぶ雪まつり」がドッキング。今年から「ながおか春を呼ぶ雪まつり」として

て、二月二十八日の日曜日にニュータウンで開催されることになりました。

これは、両大会の実行委員会の皆さんが集まって話し合い、「お互いの力と熱意を結果し、夏の長岡まつりに匹敵するような冬の祭典に育てていこう」ということから実現したものです。

さらに前夜祭として、市営スキー場で雪上カーニバルやたいまつ滑降、雪上花火大会なども開かれることになっていきます。

具体的なイベントについてはこれから詰めていくこととなりますが、「市民みんなが参加でき、暗い雪国のイメージを吹き飛ばすもの」としたいと実行委員会の皆さんは張り切っています。

▲県外からの参加者も含め、文字通り100個以上の手作りだるまが並ぶ「ながおか100だるま大会」



ながおか
春を呼ぶ 雪まつり
2月28日



▲「ニュータウン雪まつり」は、雪上綱引き、雪像づくり、花火大会など広い会場に楽しいイベントが盛りだくさん。

新長岡発展計画
教育

フォートワースの小学生から
友情のメッセージ

姉妹都市・フォートワース市の子供たちから市内の小中学校に、友情のしるしとして絵や手紙が贈られました。

これは、姉妹都市締結調印訪問団がフォートワース市内の学校を訪問した際に託されたもので、十二月十一日、絵や手紙六十九枚は四郎丸小と関原小に、手紙百六十二通は南中と東北中に届けられました。

海の向こうからのすてきなXマスの贈り物に、それぞれの学校ではお礼の手紙や日本の学校生活の写真を送ったりして、交流を深めていきたいとしています。



▲姉妹都市からの絵を鑑賞する四郎丸小の児童たち

▼市民課ではすでに端末機を入れて操作の特訓中



市役所事務のOA化（オフィス・オートメーション）の一環として準備を進めてきた「住民記録システム」が、いよいよ二月一日にスタートすることになりました。

これは、住民票の写しや印鑑登録証明書の発行、住民異動届の処理をコンピュータのオンラインシステムで行うものです。このシステムの導入に伴い、二月一

日から、市民課の窓口事務を次のように変更します。

◇

①印鑑の受付窓口を新設
今まで受付窓口は一か所でしたが、印鑑専門の窓口を新たに設けます。

②印鑑登録証を磁気カード式に
一月四日から、印鑑登録証明書の交付申請の際に、今までの手帳式のものに磁気カード式のものに交換し

ます。（市民課サービスコーナーでは行いません）

③住民票の交付申請には氏名の読みと生年月日をコンピュータは、氏名の読みと生年月日で住民票を探します。本人以外の住民票をもらう時には、氏名の読みと生年月日も調べておいてください。

④戸籍相談コーナーを新設
養子縁組や離婚などの複雑な戸籍関係の届出について、相談をお受けしながら記載いただくコーナーを新たに設けます。

⑤サービスコーナーにもオンラインシステム
厚生会館隣の市民課サービスコーナーでは各種証明書を発行していますが、オンラインシステムの導入によって、待ち時間が短縮されます。（届出の受付は、従来通り行いません）

◇ ◇

二月一日からの「住民記

録システム」スタートを機に、転入、転出、転居などをしたのにもまだ届け出ていない方は、早急に手続をするようお願いいたします。

プライバシー保護について
コンピュータの導入に伴うプライバシー保護については、すでに、六十二年三月に「長岡市電子計算組織に係る個人情報保護に関する条例」を制定して、基本的なことを定めました。

さらに六月には市民の代表による「長岡市個人情報保護懇談会」を設置。市民の立場からプライバシーの保護について検討してきましたが、このたび、その結果をもとにして条例の改正を行いました。その中心となるのが、「長岡市個人情報保護審議会」の設置です。「審議会」は市民の代表十人で構成され、公正な第

新長岡発展計画
高度情報化

住民記録のオンラインシステム、二月一日スタート

▼完成した実験棟



冬になると、屋根に降り積もった雪が、私たちの心に重くのしかかります。これだけ科学技術が日進月歩で進んでいるのに、雪下ろし作業は大昔と何ら変わりがないのです。そして、誰もが、何かよい方法はないものか？と考えます。

その一方で、さまざまな屋根雪処理システムが開発され実用化されているのも事実です。はたして、手作業に代わる理想的な雪処理方法はあるのでしょうか。

公開実験スタート
こうした疑問に答え、よりよい屋根雪処理システム実現の一助にしようと、長岡市はことしから三年間にわたって、屋根雪処理技術の公開実験を行うことにし

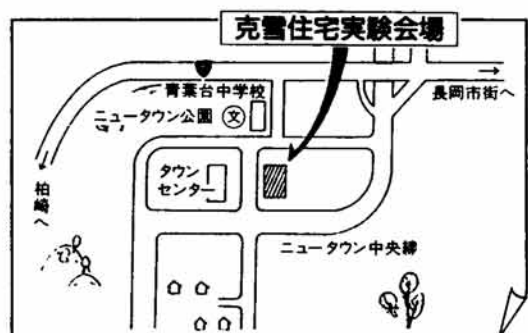
ました。これは、市と地域振興整備公団及び克雪利雪技術研究会が共同で行うもので、長岡ニュータウンのニュータウンセンター前が実験会場です。

参加企業は十四社
実験では主に次の三項目について比較します。

①設置経費
②維持経費
③雪処理能力

現地には、すでにプレハブ六棟が建設され、十四社が雪処理システムを設置して降雪を今か今かと待っています。興味がある方はぜひご来場ください。

ガイドブック発行
技術発表会の開催も三年間の実験結果は「克



雪ガイドブック」にまとめ、広く市民の皆さんから活用していただきます。

また、二月二十八日(日)には「ながおか春を呼ぶ雪まつり」に合わせて、「屋根雪処理実験技術発表会（仮称）」を開催。参加企業各社の技術を紹介する予定です。



新長岡発展計画
経済
お誕生おめでとう
「ふおとわあす」ちゃん

このほど市営牧場で、受精卵移植による初めての雌牛が生まれ、誕生日がアメリカ・フォートワース市の姉妹都市締結調印式の翌日だったことを記念して、「ふおとわあす」ちゃんの名付けられました。

フォートワース市は「牛のまち」と呼ばれるほど牛にゆかりのあるまちです。「ふおとわあす」ちゃんも姉妹都市交流の発展とともに、元気に大きく育ってほしいものですね。

新長岡発展計画
経済
暗くなったら
ご覧ください、
冬のシンボルツリー。

大手口駅前広場のシンボルツリー・ケヤキに、四千個の豆電球によるイルミネーションがつけられ、道行く人の目を惹きつけています。

これは長岡青年会議所の企画で実現したもので、正月三日までと、それ以降は二月末までの金・土曜日に点灯されることになっています。



三者機関として、個人情報の保護に関して市長の諮問に依りて答申したり、コンピュータの管理運営について市長に意見を述べることになっていきます。

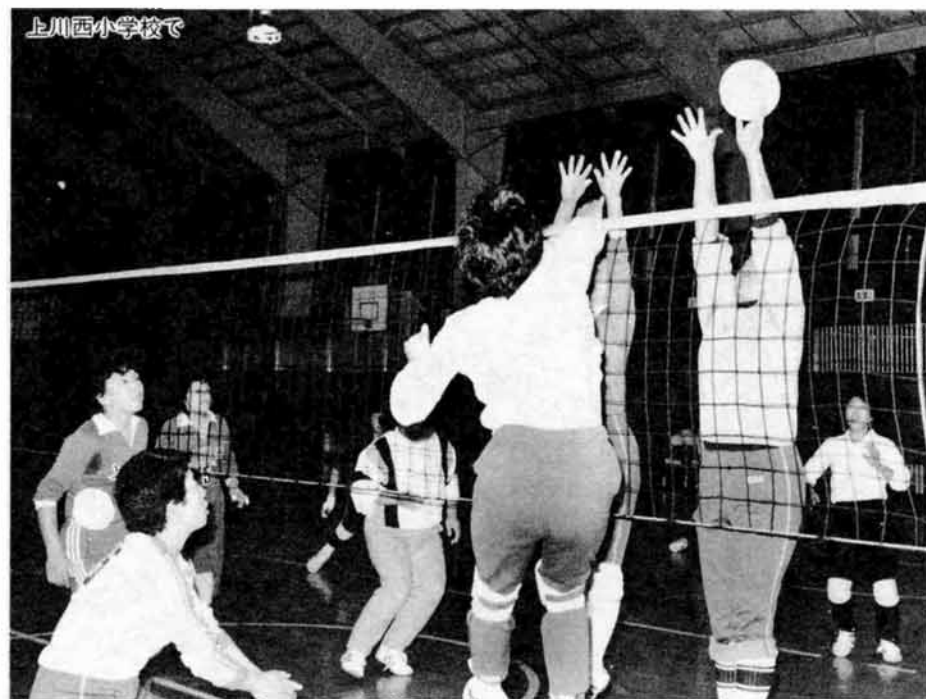
第1回 地域対抗スポーツ大会

初代チャンピオンはどの地区か？

2月28日(日)、3月6日(日)に開催

バレーボール、卓球、バドミントン……。市内の中学校の体育館は毎日のように、スポーツを楽しむ人たちの声でいっぱい。学校開放を利用した地域スポーツは年々盛んになってきています。

市では、この地域スポーツ



上川西小学校で

の祭典として、来たる二月二十八日(日)と三月六日(日)に「地域対抗スポーツ大会」を開催することになりました。競技種目はバレーボール、バドミントン、卓球、綱引き、大縄跳びです。

この大会の運営に当たっては、五十人の体育指導委員と百三十人の推進員の皆さんが中心となっています。各地域でスポーツの実技指導から組織づくりまで幅広い活躍をしている皆さんは、大会を成功させようと一生懸命です。

さて大会では、種目別に成績の優秀なチームを表彰するほか、団体と同じようにすべての競技の成績を合わせて最も成績がよい小学校区を最優秀スポーツ地区として市長表彰することになっています。

第一回目の地域対抗スポーツ大会。最優秀スポーツ地区表彰を獲得するのはどの地区区でしょうか。決戦の日には間に迫っています。



長岡市体育指導委員連盟会長を務める木村喜一郎さん

それぞれの地域がひとつにまとまり、燃えていたかたいていですね。そしてこの大会が呼び水となって、もっと多くの人たちからスポーツに親しんでいただけたらと思います。とかくスポーツ大会というのと、勝利第一主義になりがちですが、このスポーツ大会は

友好も大きな目的のひとつです。できるだけたくさんの方から参加していただきたいものです。地域対抗スポーツ大会が成功し、将来は地域で予選会を行うほど盛り上がりつつあります。と願っています。

上川西ママさんバレーボール



チーム抜群

ボールを打つ音とかけ声が響きわたる体育館。ここ上川西小学校では上川西ママさんバレーボールチームが練習中。パス、サーブ、乱打と、練習は休む間もなく続きます。「バレーが楽しみで仕事をしているようなものです。バレーを通じて多くの人と知り合うことができました」と茨野二丁目の山上シズさん。チームのメンバーは上川西地区全域から集まった、三十三歳から四十五歳までの二十四人。A、B二つのチームに分かれています。練習はいつも一緒です。

参加しよう、応援しよう 地域対抗スポーツ大会

日時・種目・会場

2月28日(日) 午前9時～午後6時

バレーボール(男女混合、9人制)
勤労者体育センター

バドミントン(男女混合、5ダブルス)
北部体育館

卓球(男女混合、2シングルス・3ダブルス)
厚生会館

3月6日(日) 午前9時～正午

綱引き・大縄跳び(男女混合、8人制)
北部体育館

チーム 各小学校区を単位として、学区内の住民(高校生以下は除く)で編成

表彰 種目別表彰…各種目の1～3位を表彰。
最優秀スポーツ地区表彰…種目別の得点(優勝50点、準優勝30点、第3位20点)と参加点(10点)を加算して表彰。
ブランク表彰…種目ごとに、ブランクを作成していただき優秀な作品を表彰。

●問い合わせ 各地区の公民館、体育指導委員
又は体育・レクリエーション課へ
☎35-1122 (内線) 532・533



老いも若きも、卓球をエンジョイ

「健康づくりをかねて教室に通っていますが、そこで知り合った人たちと子供のことなど世間話をしながら楽しくやっています」
こう話すのは、上条町の福田和美さんです。
豊田学区で卓球教室が始まってから今年度で四年目。毎週火曜日に豊田小学校で開かれていた教室では、二十代から七十代までの老若男女が勝ち負けにこだわらず、卓球を楽しんでいます。

豊田小学校
校区民卓球教室



週一回の練習でリフレッシュ

神田バドミントンサークルの皆さんは、毎週月曜日に神田小学校で練習しています。この日も長岡バドミントン協会の小林英樹さん、丸山芳美さんの指導を受けながら、ゲームを楽しんでいました。「週一回ですが、思いっきり体を動かすのはとても気持ちいいものです。練習日を楽しみにしています」とは、メンバーの声です。
現在、サークルは男女合わせて三十人ほど。長岡地区のバドミントンのリーグ戦にも参加しています。

神田バドミントン
サークル



パワーの源はコシヒカリ

王寺川綱引き愛好会

「一年ほど前、農協の大会に出場するために仲間が集まったのがきっかけです」という王寺川綱引き愛好会。以来、毎週土曜日に王寺川地区センターで練習を続けています。練習は、ときどき軽口も交わされるなど、和気あいあいとした雰囲気です。「だれもができるのが綱引きの魅力。でも奥は深いですね」と高宗忍さんは言います。「えっ、地域対抗スポーツ大会? 愛好会のメンバーだけなら自信もあるけど、女性が三人も入るからどうかな」
団体にも出場することが決まっている綱引きですが、市内にはまだチームがほとんどなく、練習相手がないのが悩みのタネだそうです。

今年度は こんな事業を 進めています

長岡市では、年二回、市の財政状況をお知らせしています。
昭和六十二年一般会計予算は、五回の補正を行って十月三十一日現在で四百十三億六千万円で、昨年同様に比べて約五・六％の減少。執行率は歳入が四八・五％、歳出が四九・九％です。そこで健全財政を守っている今年度予算の中から、主な事業を簡単に紹介しましょう。



▲新校舎が完成した関原小学校

教育

学校の増設
個性豊かな学校施設の整備には、特に力を入れています。関原小の校舎改築と柿小のプレハブ校舎増築を完了。さらに前川小、六日市小、十日町小の校舎を改築中です。また川崎小、関原小の屋内運動場を改築。青葉台中のプールも新設しました。
教育センターの着工
七月、義務教育の一層の充実を図る教育センターの建設に着手しました。建設地は三和二丁目、六十四年の四月にオープンします。

文化

五月に大光コレクション里掃り展、八月・九月に堀口大文学展、十一月に市展秀作展を開催。一月には図書館収蔵資料展を開きます。



コミュニティセンターの建設
公民館や児童館の機能を持ち、地域活動の拠点となるコミュニティセンターを川崎、千手、大島で建設しています。
大島のコミュニティセンター

昭和62年度の財政状況

特別会計

62.10.31現在 単位：百万円

凡例

会計名
収入済額(%)
予算額
支出済額(%)

国民健康保険	6,407	3,053 (48%)	2,904 (45%)
と畜場	355	154 (43%)	204 (57%)
下水道	7,393	773 (10%)	2,981 (40%)
簡易水道	468	1 (0%)	46 (10%)
卸売市場	109	39 (36%)	53 (49%)
郷土史料館	17	7 (41%)	10 (59%)
八方台休暇センター	18	10 (56%)	16 (89%)
スキー場	240	1 (0%)	69 (29%)
土地造成	104	137 (132%)	72 (69%)
駐車場	367	69 (19%)	202 (55%)
老人保健	6,483	3,187 (49%)	3,291 (51%)
農業集落排水	51	0 (0%)	3 (6%)

水道事業会計

62.9.30現在 単位：百万円

収益的収支	収入 1,556	支出 1,787	差引 △ 231
資本的収支	収入 58	支出 308	差引 △ 250

●市債内訳 62.3.31現在

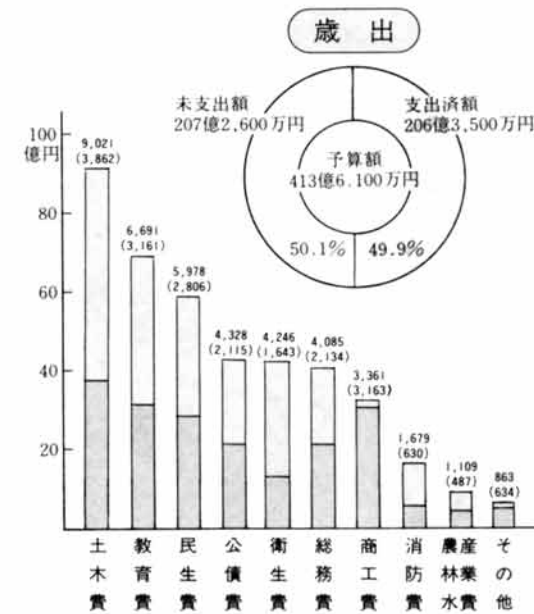
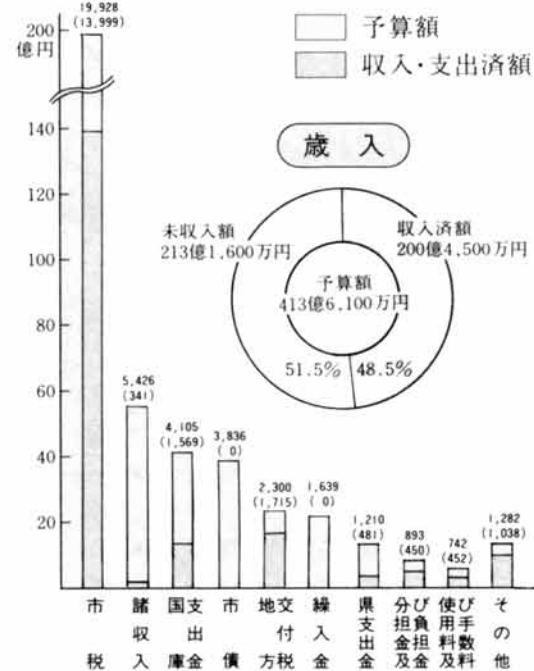
一般会計	339億 315万円
特別会計	198億4,562万円
水道事業会計	242億1,450万円
合計	779億6,327万円

●市の財産 62.3.31現在 単位：㎡

土地	6,297,880
建物	445,294

一般会計

62.10.31現在 単位：百万円



都市基盤

東口駅前広場の整備
六十一年度から進めていた長岡駅東口駅前広場の整備事業は、自家用駐車場など一部を残して完成しました。



公共下水道の整備

今年度は、川崎、千手、土合、大島地区などで幹線や枝線の管きよを整備。さらに農村地域の前川、横下、川袋、福島地区でも下水道の整備を進めています。

克服

融雪施設の整備

延長五千五百メートルを対象にして、シーズン途中で枯渇する浅井戸を深井戸に改良。また地下水の節水を図るため、移動式の消雪ホースの埋設に補助を行いました。

地域経済

商業街の近代化
中心商店街のアーケードの新築・建て替えを促進するために補助を行いました。

中小企業大学校への派遣

地元企業の人材育成を支援するために、国の中小企業大学校に十人を派遣しました。

水田農業の確立

生産規模の拡大や後継者育成、ほ場整備、カントリエレベーター建設、営農集団組織育成等の援助を行いました。

総合福祉

在宅福祉の充実

老人家庭奉仕員を四人増員して十八人に。移動入浴車も一台増やし、三台でフル稼働しています。

生活環境

市民体育館の着工

新大工学部跡地に二か年事業で市民体育館の建設を始めました。

健康センターの建設

六十三年春のオープンを目指して、旧長岡警察署跡地を

健康センターの建設を進めています。ここには、健康診査や保健指導などの各種保健サービスを行う施設を集中的に配置。休日急患診療所や休日歯科診療センターも入ります。

北部体育館親子体育教室



痴呆性老人対策
特別養護老人ホーム「みしま園」に設置される痴呆性老人居室の建設費の助成を行いました。



▶デイサービス施設「さくら園」

▼親子七宝焼きの集い



★親子七宝焼きの集い
日時 1月24日(日)
午後1時30分～3時
対象 小学3年～高校生又はその親子、30人
内容 ブローチ、タイピン、ペンダントなど
材料費 3,500円～1,500円
申込み 1月20日(木)まで

★くらしの大学
テーマ 高齢化社会を迎えてこれからのくらしとボケの予防
日時 1月26日(火) 午後1時30分～3時30分
会場 厚生会館第一小ホール
講師 長岡保菜園 保科泰弘さん
定員 50人(申込順)

消費生活センター
32-0022

★親子七宝焼きの集い
日時 1月17日(日)
午後1時30分～3時
内容 海のトリトン総集編「トリトンの秘密」
★第4回室内水泳記録会
日時 2月11日(祝) 午前9時～午後4時30分
参加料 200円
申込み 所定の用紙で、1月19日(火)までに参加料を添えて(要項、用紙はセンターにあります)
*当日はプールの一般使用はできません。

★演劇ワークショップ
初心者のための演劇セミナーです。身体トレーニングや発声、発音、ダンス、自己表現の練習により、演技の基礎を学びます。
日時 1月26日～3月8日の毎週火曜日 計7回
午後6時30分～8時30分
会場 中央公民館
定員 40人(申込順)
参加費 1,500円(教材費を含む、初回徴収)
服装 体操ができるもの
申込み 1月23日(土)まで

中央公民館
32-0437

★ニューイヤール国際交流フェスティバル'88
市内に住む外国人の皆さん、そして国際交流に興味をお持ちの皆さん、日本の正月行事や伝統文化を一緒に楽しみながら、親睦を深めませんか!
日時 1月24日(日)
午前10時～午後3時
会場 中央公民館
内容 もちつき、書き初め、カルタ、羽根つき、こま回し、茶道、華道、会食、懇談会など
定員 150人(申込順)
参加料 小学生以下は保護者同伴 大人500円 小学生以下300円

★民話と民俗を勉強する会
日時 1月21日(木)
午後7時～9時
会場 講座室2
内容 正月の行事と昔話
★レーザーディスクによる映画会
期日 1月22日(金)
小学生対象 午後4時～5時
「ティズニーのオールの大行進」
一般対象 午後6時～8時20分
「メリーポピンズ」
会場 講堂
定員 各190人(整理券は当日配付)

中央図書館
32-0656

★子どもの本を読む会
日時 1月12日(火)
午前10時～11時30分
会場 講座室2
内容 マリア・グリーベ作「小さなジョセフィン」
★ビデオコンサート
日時 1月19日(火)
午後6時～7時30分
曲目 ①ベートーベン バイオリン協奏曲ニ長調
②ブラームス 交響曲第一番ハ短調
会場 講座室
定員 190人(整理券は当日配付)

★読者のついで
日時 1月22日(金)
午後7時～9時
会場 講座室2
内容 太宰治「人間失格」
★図書館所蔵資料展
期間 1月14日(木)～24日(日)
18日(日)は休館
時間 午前10時～午後6時
日曜・祝日は5時まで
会場 中央図書館2階美術センター(入場無料)

福祉課
35-1122
内線531・533

★身体障害者スキー講習会
日時 2月28日(日)、3月6日(日) 午前10時～午後2時30分
会場 市営スキー場
対象 身体障害者及び介護者で、直接会場に集合できる人 20人
参加料 500円
申込み 2月24日(木)まで
★身体障害者インドアテニス教室(硬式)
日時 2月5日(金)、12日(金)、20日(土)、26日(金)、午後6時30分～8時30分
会場 北部体育館
対象 身体障害者及び身体障害者と共に入場する人 20人
参加料 500円
申込み 1月27日(木)まで
*ラケットのある人は持参してください。

長岡市営スキー場案内



★初心者アーチエリー教室
期日 1月8日(金)、11日(月)、18日(月)、22日(金)、2月1日(月)、8日(月)、15日(日)
時間 午後6時30分～9時
会場 厚生会館大ホール
対象 中学生以上
参加料 1,500円
申込み 参加料を添えて直接会場へ

★インドアテニス教室
期日 ①2月コース(5回) 9日(火)、15日(月)、16日(火)、19日(金)、22日(月)
②3月コース(5回) 8日(火)、11日(金)、15日(火)、22日(金)、25日(日)
時間 午後7時～9時 計8回
会場 北部体育館
対象 18歳以上
参加料 1,000円
申込み (初回に現地まで徴収) 12月25日(金)から

★第33回市民体育祭スキー競技会
日時 2月21日(日) 午前9時～午後1時
会場 市営スキー場と周辺
参加料 大回転1,000円、小回転1,000円

■リフト/4基総延長1,893m 第1リフト622m、第2ペアリフト415m、第3リフト323m、第5リフト533m
■リフト券/1回券180円、回数券(11回)1,800円、1日券3,000円
■ロープトウ/100m 1回券50円、1日券500円
■ナイター完備/運転 土曜日夜8時まで(第2ペアリフト)
■駐車場/850台収容 普通車1回1,000円、大型車1回3,000円
■ロッジ/第1ロッジ(食堂300名収容) 第2ロッジ(食堂300名収容)
■休憩所/120名収容
■レンタルスキー/300組 一式2,500円から
■スキー学校/長岡スキー学校 SAJ公認指導員20名 一般半日1,500円、1日2,500円 団体半日9,000円、1日13,000円
〈問い合わせ〉長岡市営スキー場 ☎(34-2225) (34-2226)

★元日マラソン
日時 1月1日(祝) 午前7時集合 長岡駅大手口
コース ①平潟神社折り返し ②蒼葉神社折り返し(天候によってはコースの変更があります)
問い合わせ 長岡ランナイズ事務局 ☎28-1414

※この競技会のため、2月20日(土)午後3時～21日(日)は、市営スキー場第一及び第五ゲレンデは使用できません。

種目	大回	距離	リレー	歩くスキー
一般男子	少年(19歳以下)	10km	3km×4人	距離5km・グループ、個人どちらでも参加できます。お気軽にどうぞ。タイムを計測し、完歩証をさしあげます。
	青年(20歳～29歳)			
壮年男子	第1壮年(40歳～49歳)	3km	3km×3人	
	第2壮年(50歳～59歳)			
一般女子	A(30歳以下)	5km	3km×3人	
	B(31歳以上)			
中学生	男子	10km	3km×4人	
	女子	5km	3km×3人	

申込み 参加料を添えて、2月6日(土)までに



★読者のついで
日時 1月22日(金)
午後7時～9時
会場 講座室2
内容 太宰治「人間失格」
★図書館所蔵資料展
期間 1月14日(木)～24日(日)
18日(日)は休館
時間 午前10時～午後6時
日曜・祝日は5時まで
会場 中央図書館2階美術センター(入場無料)

ラジオ広報版
BSN「長岡市だより」
月～金曜日
午前11:06～11:09

長岡市人材育成基金
昭和63年度奨学生募集

応募資格 次のすべての条件を満たしている人
①健康かつ学力優秀で、経済的理由により修学が困難な人 ②昭和62年3月末日以前から引き続き市内に居住する世帯の子弟 ③昭和63年4月に新たに大学(短大、夜間部、通信教育部、大学院は除く)に入学する人 ④他の奨学金等を受けていない人

募集人数 10人
申込み 3月10日(木)から3月31日(木)まで
出身の高等学校又は高等専門学校へ申込書類を提出(申込書は学校にあります)
採用の決定 5月上旬
貸付額 自宅通学 月額15,000円
自宅外通学 月額20,000円
利息 無利息
貸付期間 昭和63年4月から在学する大学の最短修業年限の終期まで
問い合わせ 市役所4階企画課内(勤)長岡市人材育成基金事務局 ☎内線470

●給与支払報告書の提出は 2月1日までに
昭和62年中に給料、賃金等を支払った方は、給与支払報告書又は日雇賃金支払報告書を、2月1日(月)までに市役所二階市民税課へ提出してください。

●償却資産の申告は 2月1日までに
昭和63年1月1日現在で市内に土地・家屋以外の事業用資産をお持ちの方(個人・法人を問わず)は、固定資産税の課税対象となりますので、償却資産申告書を2月1日(月)までに市役所二階資産税課へ提出してください。

●建物を取り壊したら連絡を 昭和63年1月1日までに建物を壊された方(一部取り壊しも含みます)は、資産税課(家屋係)☎内線二七六・二七九へご連絡ください。
特に家屋の建替えを伴わないと壊しが確認もれとなりやすいので、お忘れなく。

●老人保健法に基づく健康手帳更新のお知らせ
昭和59年1月31日までに交付された健康手帳(医療受給者証)の有効期間は昭和63年1月31日までとなっています。該当者には1月中旬に新しい健康手帳(医療受給者証)を送りますので、有効期間が過ぎた医療受給者証は、2月末日までに市役所二階老人福祉課又は各地区連絡所(公民館)にお返しください。
※70歳以上(寝たきりの状態等の方は65歳以上)の人が

「さくら園」からのお願い
ジーパン、布団生地、着物浴衣など、いらなくなった木綿生地をご寄付ください。「裂織り」の材料に使いたいと思います。
「裂織り」とは、縦糸に麻糸を使い、横糸に木綿生地の裂いたひもを通して作る織物のことです。テーブルセンター、足ふきマットなどを作る予定です。ご協力をお願いします。
送り先「さくら園」
深沢町二二〇二番地一 ☎46-15485

医療機関にかかるときは、保険証のほかに健康手帳(医療受給者証)が必要ですので、交付を受けてください。
問い合わせ 老人福祉課 ☎内線二四七・二四八
●二十歳になったら国民年金に加入しましょう
国内に居住する二十歳以上六十歳未満の人はすべて国民年金に加入することになっています。ただし、厚生年金や共済組合に加入している人は、すでに国民年金の第二号被保険者になっていますので手続する必要はありません。
二十歳になったら、忘れずに市民課で国民年金の加入手続をしてください。
問い合わせ 保険年金課 ☎内線二二一・二二三

市議会議員は
年賀はがきを自粛します。
長岡市議会議員一同

●職業訓練校(夜間) 昭和63年度訓練生募集
修了した方には、技能士や建築士などの資格を得るための種々の特典が与えられます。
募集科及び訓練期間
●普通課程(三年制)
建築科、左官科、板金科、塗装科
●専修課程(一年制、高卒以上対象) 建築製図科
訓練時間 学科:毎週2・3回、午後6時～9時
実技:毎月一回(日曜)午前9時～午後4時
学費 各科共月額4,500円
受付期間 1月18日(月)～3月31日(木)

●定時制高校 昭和63年度生徒募集
卒業資格は全日制と同等。修学奨励金の貸与、所得税勤労学生控除の制度等があります。
募集校・学科・定員
長岡西高校(普通科)40人
長岡工業高校(機械科)40人
授業時間 午後5時45分～9時5分
願書受付 2月8日(月)～15日(月)正午(3月に二次募集)

●英語を勉強しませんか 第二回英語講座
内容 高校一年程度のリーディング及び海外旅行用英会話、英語の歌等
期間 1月29日(金)～9月30日(金)毎週金曜日午後5時45分～7時15分
会場 大光相互銀行本店4階
受講料 テキスト代500円
申込み (勤)日本マネジメントアカデミー 高木さん ☎36-14111

●防火管理者資格付与講習会
区分 日 時 会場 定員
甲種 2月18日(木) 9時～16時30分 (講が必要) 市役所幸町分室 各140人
乙種 2月17日(水) 9時～16時30分 (いずれか1日を受講) 市役所幸町分室 各140人
※受付:8時30分～9時
受講料(テキスト代) 甲種 2,700円 乙種 1,400円
申込み 2月1日(月)～13日(土)

顔写真(4×3cm)1枚を添えて消防本部予防課へ(先着順で受付)
問い合わせ 消防本部予防課 ☎35-12191

人口と世帯数(住民基本台帳調査) 62.12.1
183,652人(+118)
90,295人(+78)
93,357人(+40人)
54,180世帯(+33)

古者は語る

あのころ わがまち わが人生

立見寅一さん
85歳・興福町2



明治35年11月27日、群馬県前橋市生まれ。東京・巣鴨で接骨医として働いていたが、昭和2年に長岡に。西神田町の安鉄橋のたもとで開業した後、昭和6年に現在地に移転。現在もバリバリの現役で活躍。柔道6段。盆栽や石にも造詣が深い。

昭和二年の冬は、最高積雪一六五センチとはほぼ年並みの積雪だったが、雪のない所で生まれ育った立見寅一さんが驚くには十分すぎるほどだった。
「何しろ背丈はとも積もるんですから。当時は屋根の雪をみんないく道路に降ろしてしましたから、屋根より高くなって、歩く人が電線を切って停電になったこともありました。雁木の中だけが通路で、表町の六十九銀行の前の道を横切るのに雪のトンネルができていたのにはびっくりした覚えがあります」

旗で知らせた天気予報
往診では市内のあちこちに出かけた。大積にタクシーで駆けつけた時には、まだ自動車が珍しかった。子供たちが直立不動で最敬礼をして出迎えてくれた。
「どの町も今はまるっきり様相が違いますね。昭和十年ころ、桜木町(現在の福住)の辺りには原っぱがあつて、競馬や防空演習をやつたりしていました。市民の寄付で陸軍に献納された偵察機・愛国11長岡号なんでもここに降りたりしてましたね」



船で通院した川西の人たち
「当時は骨を折るなどして川西から来る人は、信濃川から柿川に入り、船でやって来ました。長持ちの中に寝かせられたりしてましてねえ。リヤカーなんかより静かに運べるんで人がのためにもいいんですよ」
鉄道が開通してからはかつてのにぎわいをなくしていた柿川だったが、現在に比べると水量もずつと多く、車が広く普及するまでは、まだまだ庶民の足として重宝されていた。

▼柿川・西神田の船着き場(昭和初期)
現在と比べて水量が多く、いかりを降ろした船が多く見られる。



新潟日報事業社刊「新潟県の100年」より

(取材後記) 現役では県内最高齢の接骨医として、毎日何十人も治療に当たってられる立見さん。「腕相換なら大抵の人には負けませんよ」と、肉体の衰えなどは無縁の様子でした。



三種混合予防接種
(厚生会館にて)

健康課 ☎内線二九二・二九三



みんなの健康管理

赤赤ちゃん相談

対象 62年7月生まれの乳児
期日 1月21日(木)：千手、四郎丸、坂之上、表町、中島、神田、川崎、新町、大島、宮内の各地区
1月22日(金)：その他の地区

時間 午後1時～3時
会場 厚生会館
内容 身体計測、発達確認、育児相談、離乳相談、虫歯予防相談、神経学細胞検査セットの配布
持ち物 母子健康手帳

田親学級

対象 初回妊婦と希望者
会場 厚生会館
持ち物 母子健康手帳、筆記用具

日	時間	内容	講師
1月10日(木)	9:30-12:00	16歳児専用グループ相談、妊婦中の栄養、妊婦による体の変化と胎動	保健師 佐藤 功
1月11日(金)	1:00-3:30	16歳児専用グループ相談、妊婦中の栄養、妊婦による体の変化と胎動	保健師 佐藤 功
1月12日(土)	9:30-12:00	16歳児専用グループ相談、妊婦中の栄養、妊婦による体の変化と胎動	保健師 佐藤 功

あなたの健康相談室(無料)

対象 40歳以上の人
時間 午後1時～3時
会場 柳原分庁舎

日	時間	内容	担当
1月12日(火)	午後2時～3時	心臓病、糖尿病、高血圧、脂質異常症、アレルギー、がん、認知症、高齢者の生活	保健師 佐藤 功
1月13日(水)	午後2時～3時	心臓病、糖尿病、高血圧、脂質異常症、アレルギー、がん、認知症、高齢者の生活	保健師 佐藤 功
1月14日(木)	午後2時～3時	心臓病、糖尿病、高血圧、脂質異常症、アレルギー、がん、認知症、高齢者の生活	保健師 佐藤 功

精神衛生相談(無料)

日時 1月12日(火) 午後2時～3時
会場 長岡保健所 ☎33-14930

担当 医師、精神衛生相談員
内容 心の健康相談

ポリオ予防接種

対象 62年8月31日以前に生まれ、今まで受けられなかった4歳未満の幼児
日時 2月10日(水) 午後1時30分～3時
会場 厚生会館
※対象者には通知します。

ジフテリア・破傷風二種混合予防接種

対象 ①第一期 4歳以上6歳未満で三種混合未接種の幼児、今回の三種混合対象者です。②第二期 5歳6か月未満で三種混合未接種の幼児
日時 2月10日(水) 午後1時30分～3時
会場 厚生会館
※対象者には通知します。

以上7歳6か月未満で三種混合未接種の幼児、今回の三種混合対象者です。②第二期 59年1月1日～7月生まれの幼児、5歳6か月未満で未接種の幼児
日時 1月25日、28日、2月23日、26日、3月22日、25日 午後1時30分～3時
会場 厚生会館
※対象者には通知します。

百日せき・ジフテリア・破傷風三種混合予防接種

対象 ①第一期 60年8月1日～12月生まれの幼児、4歳未満で未接種の幼児
②第二期 59年1月1日～7月生まれの幼児、5歳6か月未満で未接種の幼児
日時 1月25日、28日、2月23日、26日、3月22日、25日 午後1時30分～3時
会場 厚生会館
※対象者には通知します。

麻しん(はしか)予防接種

対象 61年8月生まれの幼児
期間 1月4日(月)～30日(土)
会場 市内各医療機関
※対象者には通知してあります。

飲用水は、年に一度水質検査を受けましょう

トリクロロエチレン等の有害物質による地下水の汚染が心配されますので、地下水を自家用井戸等で飲用されている家庭は、年に一度は水質検査を受けましょう。
詳しいことは健康課へ。



長岡市文化財「雪之図」から(渡里町・長永寺所蔵)

この絵は今から百三十年前に描かれた「雪之図」の一場面です。長岡藩十代藩主牧野忠雅が、雪に閉じ込められる長岡の人々の骨折や心労を江戸の人々に伝えようと、お抱え絵師飯島文常に描かせたものです。この年、安政十三年は大変な大雪となりました。文常は雪に包まれたまちの情景をそのまま写しとろうと、心をこめて描きつとめたと言われています。

みぎたのほ 飲 どれのせい?

お正月だからといってつい気が緩み、「食べ過ぎ、飲み過ぎ、宵っ張りの朝寝坊」と不摂生になってはいませんか。その結果、休み明けから体調を崩した、などというのではないよう気をつけましょう。

アルコールとつまみつきあうためのポイント！
①食べながらゆっくり飲む。たんぱく質や脂肪を含んだ食物を食べると、アルコールと胃粘膜の接触を緩和し、同時にアルコールの急激な吸収を防ぐため、胃腸障害を予防し、血中のアルコール濃度も低く保てます。また、お客に

酔ってもらわないとてなしたことにならないと、なんとなく人がいますが、人にはそれぞれ自分にあつた量とベイスがあります。酒飲みのエチケットとして、他人の楽しみも尊重しましょう。

②薬と一緒に飲まない。薬とアルコールが体内で一緒になると、肝臓での薬の分解が著しく遅れ、薬の作用が非常に強く表れます。胃が痛いをおこしやすくなったりします。③週に二日は休肝日を。清酒一合(ビールなら大瓶一本)が肝臓で処理されるには、平均三時間を要します。



大量に酒を飲んで本人が眠ったあとも、肝臓は夜を通して黙々と働いているのです。連続して酷使せず、肝臓を解放し休める日を設けましょう。

こたつ布団にならないで！
お正月は、運動不則と不規則な生活で便秘になりがちです。その上、水分が少なく消化がよすぎるおもちを食べるとなると、便秘にならない方が不思議です。おもちを食べるなら、大根・里芋・人参などをたっぷり入れたお雑煮にするか、野菜の煮しめと一緒にどうぞ！

上太る人は、こたつでヌクヌク・ゴロゴロ、テレビを見ながらみかんでも食べている人ではありませんか。運動量の減ることが太る原因のひとつです。こたつに入りっぱなしだと、血液の循環も悪くなり、肩こりや腰痛の原因にもなりかねません。寒いからこそ、シャキッと立ってシャキシャキと動くようにしましょう。

一年生草花
また種子が発芽後一年以内に開花・結実し、一生を終える草花です。
このうち、秋にまいて翌年の春・秋に開花するものを秋まき一年生草花といい、春にまいて夏・秋に開花するものを春まき一年生草花といいます。



Mr.小林の園芸教室⑧

花と緑の年間プランを練ろう

年初に当たり、今年の園芸プランを家族で話し合ってみるよいチャンスです。その際、花や緑を絶やさない、すばらしいプランをつくるためには、まず草花や花木の性質を理解することが大切です。年間プランの参考にどうぞ。

春まき一年生草花は熱帯や亜熱帯が原産なので、低温を好みません。一年生草花は終わればすぐ次のものを植えることができ、種子をまく時期を移動させることで開花や草丈などの調整もできます。また花期(花の咲いている期間)の長いものも多く、種類や色彩も豊富です。このため、花壇やプランターなどに一番多く植えられています。

球根草花
後述する球根草花に似ていますが、毎年掘り上げて貯蔵することができ、掘り上げた後にはほかのものを植えることができます。

球根草花と花木

球根草花は一般に花期が短いですが、花壇には一年生草花と組み合わせる方が楽しいものになります。市推奨の花にヤマユリがあります。

一度植えれば、毎年その季節になると花が咲き、香りを漂わせてくれるものです。多くはあまり手数がかりません。しかし、花期の短いものは葉ばかりになって寂しくなります。一年生草花や球根草花と組み合わせたいものです。なお、落葉花木は一般的に寒さに強く、常緑花木は冬

ワンポイント・アドバイス

植物には、日当たりのよいところが好きなものと日陰の好きなもの、草丈の高くなるものと低いもの、乾燥に強いものと弱いものというように、いろいろな特徴があります。自分の家に合った植物を選び、「美しいところに住む」のではなく、「美しく住む」ことに心がけましょう。(文・加津保町 小林正夫さん)

小林先生の園芸相談
日時 毎週木曜日、午前10時～午後四時
会場 フラワーセンター 直売所(厚生会館前)
*新年は一月十四日(木)から園芸相談を始めています。

ナツツバキ
7月ころツバキによく似た花が咲く落葉高木である。

