

広報

ながはま

10月号



藤間流藤知会の皆さん

美しい人情と文化の町づくりをめざして

芸能発表会開かれる

今月号の主な内容

- 農産物の自由化問題を考える…2～3
- 議会・この人(泉伯さん)……………4
- 青春万歳(山根治彦さん)……………5
- モニター通信……………6
- 一歳ですコンニチハ(後藤博樹くん)…6
- へるすあい・健康づくり……………7
- ルポ・まちの先覚者(峰八十一)……8
- 表彰・スポーツ……………9
- 募集・戸籍のうごき……………10

このような発表を機会に、文化というものを見つめ直して、人と人との温かい心の交流を活発にし、住みよい町になって欲しいものです。

一部では、さざんかの宿、北海盆唄などの舞踊、歌、カラオケ、詩吟、民謡、五つ鹿踊りなどを、また二部では、高砂の舞、ねんねこ節などの舞踊、シャンシャン馬道中唄などの民謡や獅子舞などが披露され、訪れた人たちの盛んな拍手を浴びていました。

昨年、美しい人情と文化の町づくりをめざして町内四十五の文化団体によって文化協会が設立されました。これらのグループの連絡協調と町内文化の振興、発展のために九月十一日、町体育館で第二回芸能発表会が開かれました。今回は芸能部門十四団体およそ二百五十人が参加して、一部、二部にわかれ、日ごろの練習の成果を披露しました。

化問題を考える

消費者と生産者が相互理解を

味覚の秋を迎え、果物店をのぞくとみかん、ぶどう、なしなどが並んで食欲をさそってくれる雰囲気漂っています。

一方、農家では稲やみかんの収穫を前に忙しい季節です。そこで国際的に目を向けてみると、日米間では農産物交渉の焦点となっている牛肉、オレンジの自由化が問題となっ

ています。米国は、牛肉、オレンジの自由化を日本に迫っていますが、日本の農業者にとっては死活の問題で、日本農業の崩壊にもつながりかねません。

しかし、米國農業者は過剰生産による価格低落や金利高騰で農場を売りに出すなどの苦境に陥っており、日本の経済成長、日米信頼関係、国際社会における日本の役割と

私たち農家は、自分たちだけがよければいいという考えは毛頭なく、国民全体の利益と安全を第一に考えています。

一言でいって、オレンジなどが自由化されれば、当町農業は壊滅的打撃をうけるのは間違いありませんし、長い目でみて消費者にとっても決して得にならないことを強調したいと思います。

よい例がレモンです。自由化当初安かったレモンも、今では一個百円近くなり、そのうえ防汚剤で汚染されたものを口にする結果となりました。このことは、オレンジ、牛肉について



忠 協
宮 泰 忠
(58歳) 農長
一 宮 泰 忠
長 浜 組

国民全体の利益と安全を第一に

でも同様でしょう。さて、この秋の米の在庫は十万トと、わずかに四日分しか残らない計算です。現在、わが国の食糧自給率は三三％、米を除けば大半を輸入に頼っています。今日の夕食のメニューをじっくりと見てください。調味料に至るまで外国産です。飽食時代の今日、「飢え」の話をしてピンとこないでしょうか。

世界の人口は四十六億、今世紀末には六十五億に増え、慢性的な食糧不足になる一と専門家は指摘しています。私たちはこのような事態にならないことを願うと共に、美しい自然を後世に残すために農業を守り続けたいと思います。

みかんのおいしい季節になりました。一昔前までは、みかん農家といえば裕福を絵に書いたように皆が語ったものでした。しかし、過剰生産の上、自由化問題で今農家は一つの岐路に立たされています。

私たちは、戦後の食糧難時代とは想像もつかない食生活の中で、見えや外聞や体面にこだわらず、



川口 祥子
(39歳) 商業
長 浜

消費者に喜ばれるよう心掛ける

背のびした暮らしを続けてきました。ふと気がつくと、成人病に悩まされ、食生活で見直すようになりました。私たち主婦は、特に健康に関する仕事をしているの

で、その思いをひしひしと感じます。世の中の流れの中で近いうちに自由化になるかもしれませんが、自信もてる品物を生産すればきっと消費者の皆さんに良さがわかっていただけると思います。説明のいる品物は最初はたいへんですが、いつまでも健康でありたいと願う人々の共感を受けたいと思います。決して外国の「心」のこもっていない農産物に負けることはないと思います。

情報産産を最大限に活用して



松田 宣昭
(55歳) 農業
豊 茂

牛肉、オレンジあるいは米などをのせて飛ぶ日本農業という飛行機は全く丸腰です。農業団体や消費者の組織に誘導されながら、安全飛行（自由化阻止）へ一生懸命です。この誘導すなわち生産者と消費者とが一体となった連帯意識がなければ、一発のミサイル（自由化）により完全にその運命を変えられるでしょう。

喜多郡中の米作農家とアメリカの一農場、長浜中のみかん農家とアメリカの一農家を比べても分かるように、日本農業に対しアメリカ農業と競争しなさいということ自体、これは日本農業つぶしの暴言です。

そこで、消費者と生産者が立場の違いを乗り越えて、同じ目的と利益を守るために、強力な協調と連帯の上に立って自由化阻止へたち上がらなければならないと思います。

また、消費者が食糧事情および安全性に対する情報不足、研究不足を補うために情報産産を最大限に活用し、協力を求めなければならないと思います。

消費者団体が情報交換を



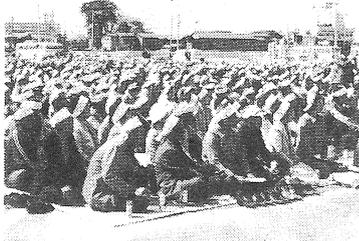
菊地 裕見子
(32歳) 農業
穂 積

農産物の自由化などの大切なことは、最終的に政府が決定することであり、いくら私たち農民が反対しても、決定してしまえばどうしようもないのが現実ではないでしょうか。誰でも我が身が一番かわいいのですから、上に立つ人の中に農業をやっている人がいて、日本農業の重要性を十分理解している人が、自

由化阻止の運動を起こしてくれたら一番効果があると思います。自由化運動の声がでていながら、そのようになるかもしれない。もし、外国産のオレンジが日本に出回りだしたとしても、消費者の方が手を出さなければ良いと思います。誰でも最初のうちは珍しい物に手がいくでしょうが、慣れるにつれて飽きてくると思います。

消費者団体のような組織で、情報交換、例えば外国産レモンは防腐剤を使用しており体に害があるということなどをお互いに教えあえばいいのではないのでしょうか。誰も体が大切ですから、わざわざお金をだしてまで病気になるようなものに手をださなくなると思

農産物の自由



ハチマキ姿でオレンジ自由化阻止を

見を述べていただきましたのでご紹介いたします。皆さんも考えてみてください。

この観点からとらえれば、いつでも拒否つづけることもできません。

消費者の皆さんからすれば、おいしくて安い農産物は、どんな自由化してくれたいと思われたいと思うが、生産者の皆さんからすると「とんでもない」ということになり。

こうした問題を消費者と生産者がお互いに理解を深めていただくために、町内の農業者、消費者の方から意見

みかん農家に嫁いで二十三年、専業農家の一人です。そのころがみかんの黄金時代でした。それから社会的、経済的にも急速な変動をきたし、予想通りの生産過剰になり、量から質へと変わりました。

関係者が連帯し、幅広い運動を



中見貞子 (45歳) 今坊・農業

この二年間、農産物の自由化を前に、柑橘交渉を控え、情勢はますます緊迫度を増しています。なぜ、強い圧力をかけて米国の農産物を買えと迫るのか、特にみかん農家にとっては大きな痛手である

かんを今一度、消費者の方は見直して頂きたいと思っています。農協のご指導を得て、皆さんと助け合い、知恵を出し合って農業に励みたいと思います。

私たち消費者の立場から言えば、安くて、おいしい農産物が手に入ればそれに越したことはないと思います。しかしながら、牛肉やオレンジが自由化されれば、みかんの産地である愛媛県の生産者が打撃を受けること

生産者の立場を考慮して



当川一孝 (53歳) 白滝・会社員

我が長浜町においてもみかん農家は多いと思えます。これは非常に身近な問題であると思えます。

私たち消費者は、自分だけければよいという考えは捨て、生産者と消費者の一致団結して、この牛肉、オレンジの自由化に反対していきたい

地域全体の問題として受けとめて



飯野紘一 (39歳) 長浜・理容業

我々消費者にとって、農産物が輸入自由化され牛肉やオレンジなどがいつでも安くおいしく食べられるのならばいい結構なことだと思います。しかし、レモンが自由化になった時と同じで、みかん農家は生産意欲を失い、たちまちみかん作りをやめてしまわれるだろうと予測され、そうなればみかんは高級化され、我々の口へは入らなくなり、オレンジも高い物に

なっていくでしょう。

長浜町全体の地域経済面から考えると大きな問題があると思えます。町内の農業生産額は二十億円以上と聞きます。地場産業の少ない本町にとって、農家が打撃を受けるなら、経済面にも大きな影響を受けるでしょう。商工業者、サラリーマン、漁業者、農業者と区別せず、地域全体の問題として受けとめるべきでしょう。

現在の日本の食糧自給率は三〇％程度といわれ、世界的な異常気象が伝えられ、人口の膨張など将来の食糧事情が心配される今日、自分の国が食糧不足をきたしたら、日本に輸出してくるでしょう。その時一番困るのは我々消費者です。農家の方には、経営に努力され、私たちにいつまでもおいしい物を提供してほしいと思います。

グループを作つて勉強を

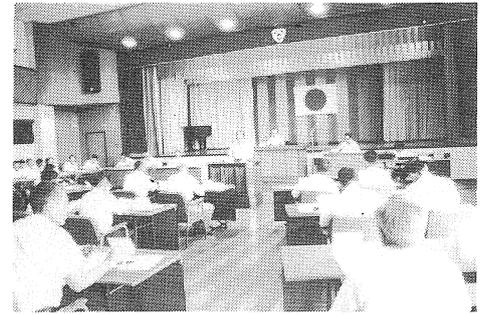


石山昭子 (42歳) 出海・農業

温州みかんの黄金時代を境とした四十年来、多少の夢と希望を持って結婚、あれから十八年たちますが、みかん価格低迷から脱出することができません。主婦としてあまり詳しいことは分かりませんが、現在果樹産業は大変厳しい時代を迎えています。外には自由化の問題、内には生産過剰、高齢化、後継者等の問題を抱えています。自由化

に対応できる対策として、規模拡大しても労力だけ費やして、あまり所得につながらないということもあります。 出海地区でも主婦の間で、一つのグループを作つて勉強しています。作った農産物の確保、上手な利用法、野菜作り等、所得とはあまりつながらないまでも、消費者の皆さんに理解してほしいものです。 果物は値段が少々高くても、消費者はおいしい物を求めるようになっていくでしょう。私たち生産者は消費者のニーズにこたえていかなければなりません。夜明けと共に家事と農作業に従事し、家庭の太陽といわれる私たち母親は、兼業農家の多い今、土を愛し、作物を愛し、家庭を愛してお互いに頑張っていきたいものです。

議会・この人



議 会

第3回臨時会

長浜町議会第三回臨時会が八月十二日に開かれました。

今回上程され審議されたのは、第二次開発事業に係る環境アセスメント調査費などを計上した一般会計補正予算、水道事業会計の補正予算、請負契約の締結についての議案三件で、いずれも原案通り可決されました。おもな内容は次の通りです。

環境アセス費など

一般会計補正

五十八年度一般会計に今回、七千九百六十六万四千円が補正され、同会計予算額は、三十四億七千四百九十八万一千円となりました。今回補正されたのは、昭和五十六年十二月の定例議会で議決されていた「長浜町総合エネルギー基地建設基本構想」を緒につけるための環境アセスメント調査などに必要な経費です。

構想の概要は、晴海団地東側に第一工区として約四十万平方メートルの用地造成と現長浜港の表側に漁港整備をしようというものです。

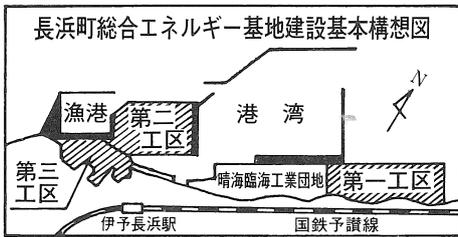
当面、第一工区の約四十万平方メートルから着手する予定ですが、ここに伊方原発三号機の増設に伴う残土石材約二百万立方メートルを受け入れて埋め立て土砂として用いること

にしています。

この環境アセスメントの調査は、土質調査など自然・社会環境調査、水質などの現況を把握する環境現況調査、さらに潮流変化などを予測する環境予測調査の三種類で、計二十五項目を約一年間にわたって調査し、影響評価することになっています。

造成地への立地企業は未定ですが、公害の害のない経済効果の高い業種を誘致していく予定です。

定です。



この事業は、長浜町の振興発展をめざす最重要施策であり、国、県の指導援助を得ながら、早期実現のため最善をはかることになっていきますので、全町民の皆さんの深いご理解とご協力をお願いいたします。

水道施設の改良費など

水道事業会計

今回水道事業会計に、委託料一千万円と配水管、配水池などの施設整備のための工事請負費を補正しました。

これは、最近の水需要の急増と構造物の複雑性、工事量に対する所要日数などを考慮し、水道改良の基本方針に基づき、早期に工事に着手する予定です。

西南地区簡易水道改良工事

請負契約の締結

西南地区簡易水道改良工事（出海地区）は、六千三百八十万円で株式会社西田興産と請負契約を締結することが承認されました。

人事異動

九月一日付で建設課の久保博昌係長が振興課へ、農林水産課の山本安広書記が建設課へ、教育委員会の菊地英夫書記が振興課へ異動しました。よろしくお願いいたします。



泉 伯
白滝・69歳

泉さんがサツキづくりを始めた動機は、昭和四十年大阪市に住む戦友を二十年ぶりに尋ねた時、庭先に見事な花をつけ、らん漫と咲くサツキを見て、その美しさに魅せられてしまったことである。

町へお願いしたいことは、毎年行われる文化祭でサツキの展示も行っており、そこで長浜盆裁同好会は苗木を参観者にプレゼントしている。教育委員会から助成して頂いているが、苗木代やサツキ出品者の記念品などの費用で不足しており、サツキは町の花木であり、振興することからも増額をお願いしたい」と話している。

サツキの美しさにひかれて



「現在二百鉢を栽培しているが、整枝、植替え、毎日のかん水と、子供を育てるように愛情を注いでいる。夏は朝夕二回か

ん水するのが定石であり、サツキづくりは急がず根気よく栽培していくことが大切で、幹、枝、根張りに気を配ることである。また、夢と希望について、「今までに県サツキ協会が開催する展示会に四回上位入賞をしているが、まだ大臣賞を受賞したことがない。一度は受賞してみたいものである。今、出品する作品の構想を練り育てているところである。」

地域づくりに活力を

喜多郡町村議会議員大会

九月一日、町体育館で第三十二回喜多郡町村議会議員大会が開かれました。郡内から百十五人の議員が集まって、それぞれの議会から議題が提出されました。

国における広範多岐におよぶ行政改革の要請は、調査会の最終答申を得て、国民的、国家的行事として、中央、地方を通じた体制の中で取り組みを開始し、本格的な実行の段階に入ってきました。さらに厳しさを増す地方行政の対応は、今後ますますむづかしいことが予測され、地方自治本来の任務達成のため、町村それぞれの総力を



あげ、地方議会の持つ特質と機能を十分に発揮して、新たな地域づくりに活力を与え、この難局を乗り切る

ため、この大会を契機になお一層の努力をすることを宣言しました。

また、各議会から提出された① 県道長浜～中村線の早期改良の促進② 国道三七九号線の改良促進③ 脇川公園線第一工区の延長並びに坊屋敷小田線の早期完成の促進④

県職保健婦の町村派遣の実現⑤ 県道北平～大洲線の早期改良の促進を決議採択しました。そのあと、愛媛新聞論説委員長の上甲克己さんを講師に迎えて、「変わる意識・動く政治」と題した講演が行われました。

有利な年金の届出を

国民年金から二つ以上の年金が受けられるようになったときは、どちらかの年金の支給が停止されます。

例えば、障害年金を受けている方が、老齢年金を受けられるようになったとき、また、障害年金を



受けている主婦の方で夫が亡くなって母子家庭になったときは、母子年金を受けられる資格ができませんが、両方は受けられません。希望する一つの年金となり、他の年金の支払いは停止されます。

青春万歳

夢：大いなる夢を
みながら
青春時代
を過ごせ

たらどんなにいいだろう。しかし、今の社会組織はその夢を壊してしまふほど圧倒的に強力で、夢ばかりみていて、現代社会の中で押しつぶされて、ざ折感を味わうのではないでしょう。か。ざ折感を味わうのですから、いくらそれが不都合であっても、これを組み変えてまで自分の夢を追い求めるよりは、社会組織への依存方法を考えたほうが利口なのでは? 「自我を確立しないで、命令、指示通りに黙って動く」

夢を語る青年活動を可能性を求めチャレンジ



山根治彦 (21歳) 今坊・事務員

これが妥当で、依存方法であるように思えます。でも、このような考えはあまりにも無気力すぎるのではないのでしょうか。なんとかして自分たちの力で組み変えることはできないものか、それを少しでも可能なものにして

と、地域の青年活動があるのではないのでしょうか。青年団、青年大学、若者の集団、これだけでも夢、希望に満ちあふれているように思います。多くの仲間たちと、昼夜を問わず夢を語り、何をやるかと胸を膨らませ、そ

のような中で自我を確立し、いろいろなことに可能性を求めてチャレンジします。失敗してざ折感を味わうこともたびたびです。そんな中にまた新しい光を見つめます。多くの仲間、大きな夢、若者の集団! そういった中で現在、青年活動はお楽しみ活動で終わりがちです。それでもよいのかもしれない。しかし、夢を語る青年活動を続けるには、その段階からどのようにして目覚めていくかだと思います。そして、その段階を超えるために、地域の青年が一人でも多く声を掛け合い、青年活動に参加することにより、青年が成長し、それが地域社会へとつながるのではないのでしょうか。

こんなことを耳にしました。「若者のいない町は発展しない」若いことは自慢になります。皆さんも参加されてみてはどうですか。

最低賃金二千十円

10月1日から

愛媛労働基準局では、県内で働くすべての労働者に適用される「愛媛県最低賃金」を改定し、十月一日から実施することになりました。この改定により、十月一日以降は、従業員に支払う賃金は、一日三千十円(一時間三百七十七円)以上としなければなりません。

また、別に定められている「産業別最低賃金」が適用される事業であっても現在の産業別最低賃金の方が低くなる場合には、この愛媛県最低賃金が適用されますのでご注意ください。

詳しいことは、愛媛労働基準局賃金課(☎〇八九九二五一一)か最寄りの労働基準監督署にお問い合わせください。

高齢者

はたらく意欲を

雇用が活かす

高齢者雇用促進月間

10月1日～31日

大洲公共職業安定所

モニターつうしん

四月から八人の方に広報モニターを委嘱していろいろと意見を述べていただいています。その中からご紹介します。

みんなで合成洗剤の追放を

最近、手に水虫のような湿しんができたり、ひびわれができている人多く見かけます。私の母も手にそれができて、合成洗剤によるものだとわかり、治療しています。

新居浜、今治の東予地方の主婦の間では「石けん運動」が活発に展開されています。粉石けんも合成洗剤も汚れを落とす力を持っているのは界面活性

剤です。リン酸塩は富栄養化の原因となり。蛍光増白剤は発ガン性のおそれがあるといわれ、医療用ガーゼ、食品の包装紙には使用禁止されています。ゼオライトは水に溶けないアルミニウム化合物です。これは、洗濯機の回転軸をいためたり、洗濯物に付着したりする心配があります。また、排水路にへドロ口としてたまることがあります。

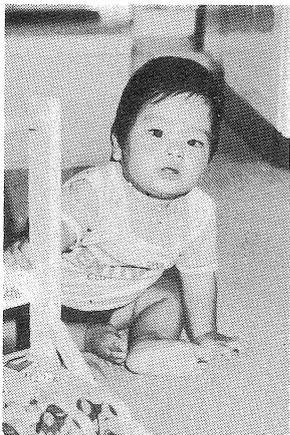
汚水処理は、汚水の中にバクテリアを入れて浄化しますが、合成洗剤ではこれらの成分がバクテリアを殺してしまいます。その結果、汚水のまま川や海に流れでています。

子供たちは、川や海で元気よく水しぶきをあげて遊びます。この長浜の川や海を第二、第三の「琵琶湖」のようにしてはいけません。

一歳ですコンニチハ ⑥

後藤博樹くん (今坊)

57年10月26日生まれ



父親の名前から一字とて博樹と名づけました。外へ出るのが大好きで、外へさえ出ていると上機嫌です。にぎやかなのが好きで、お姉ちゃんたちと遊ぶうとするのですが、時々泣かされてしまいます。元気で強い子に育って欲しいです。

(父・菊博さん27歳・母・みゆきさん24歳)

思いませんか。

次の世代の子供たちのために

今、台所においてある食器洗剤をためしにゴキブリにかけてみてください。ゴキブリは死んでしまいます。

これらの市販洗剤の成分は、手、膚、口から体内に入り、骨や臓器が吸収、蓄積されます。老廃物といっしょに体外へでることはないそうです。今の子供たちは大丈夫だとしても、次の世代の子供たちに奇形児がでる率が多いそうです。子供たちは洗剤を選んで使うことはできません。私たちが親の責任において子供たちを守ってやらなければなりません。

「私くらい」の精神はやめて、「私だけ」の心で、本当に安全な洗剤を選びましょう。そして、この大なる自然と子供たちの健康を守っていききたいと思えます。

(上老松・後藤七保美)

小学生の制服は

白滝小学校では、今「小学生の制服があったら良いか、今のままで、ない方がよいか」という意見交換がなされています。二年くらい前にもこの話がもち上がったのですが、その時は反対が多く、制服はないほうがいいということに決定していたようです。他の学校はどのようになっているのでしょうか。制服を使ってみている子供や父兄の意見などうかがってみたい気がします。

(白滝・上田真理)

行政に関する

苦情、意見を

行政相談所の開設

行政管理庁では、行政相談制度を広く皆さんに知っていただくため、十月十六日から十月二十二日までを「行政相談週間」と定め、各種の行事を行っています。

この週間行事の一環として、本町では、十月二十日午前九時から午後三時までフィッシングセンターで「一日行政相談所」が開設されますので皆さんのご利用をおすすめします。

行政相談の範囲は、国の仕事や県、市町村が国から委任されたり、補助金を受けて行っている仕事について、苦情、意見等を取り扱います。なお、本町の行政相談委員は、長浜の兵頭信男さんです。お気軽にご利用ください。

法守る心が

築くよき社会

第24回法の日週間

10月1日～7日

十月一日は「法の日」です。この「法の日」は国をあげて法を尊重し、基本的な人権を擁護し、社会秩序の確立の精神を高めるための日として制定されました。

法は個人の自由を守ってくれます。また、法はあらゆる暴力を否定します。法を守り、人権を尊重

し、社会の秩序を守ることが社会を平和にし、お互いの家庭生活を豊かなものにするようになります。私たち、一人ひとりが法に親しみ、法を尊重し、お互いの権利を守り、明るい社会を築くよう心がけたいものです。

皆さんのなかで人権を侵されたり、侵されそうになった方、裁判費用のことでお困りの方は、お近くの人権擁護委員か、松山地方務局大洲支局にご相談ください。相談は無料で秘密は固く守られます。

なお、本町の人権擁護委員は次の方々です。

熊野熊雄さん(長浜)、平田三盛さん(出海)、土居孝童さん(柴)

ますますお得になりました

小包郵便料金改正

9月1日から

小包郵便の料金が改正され、九月一日から次のようにお得になりました。二キログラムの場合、大阪、京都、名古屋へは五百円、東京、横浜など関東へは六百五十円、北海道、沖縄へは八百円でお届けします。

さらに、十個以上になると二〇%引き、百個以上は二五%引きの大幅割引も実施中です。

郵便局は、全国ネットワークグリーンとスピードアップしています。安くて便利な小包郵便をぜひご利用ください。

伊予長浜郵便局

健康づくりは食卓の見直しから

10月は食生活改善普及運動月間

味覚の秋の訪れです。健康づくりは、まず食生活から。わが家の食卓を見直してみよう。

アンバランスが

目だつ食生活

わたしたちの食生活は、以前に比べると豊かになり、栄養の取り方も改善されてきています。

厚生省が毎年発表する「国民栄養調査」を見ても、タンパク質やビタミン類の摂取量が徐々に増え、食品別のエネルギー摂取量では、穀類、なかでも米への依存度が年々

減ってきています。全体的に見ると、わたしたちは以前よりも数多くの食品から、体に必要なさまざまな栄養を取るようになってきた、と言えます。

しかし、世帯別、個人別で見た場合、栄養の取り方にアンバランスのあるが目立ちます。個々の栄養素について取り過ぎの人と、不足している人とのバラつきがあることです。

例えば、エネルギーについて見ると、厚生省が定める「日本人の

栄養所要量」を二〇%以上も取り過ぎていた世帯が全体の約四分の一あります。タンパク質についても、約二割が取り過ぎの世帯、逆に不足している世帯も二割ぐらいです。

十月は「食生活改善普及運動月間」です。

①少量ずつでも六つの基礎食品を組み合わせて

②塩分、糖分の多い食品は控えめに

③インスタント食品、加工食品に頼り過ぎない

以上の三つの項目に重点を置いて、みんなどうも一度、食卓を見直してみよう。

各地で運動会やスポーツ大会が開催される季節になり、これらに参加する機会も増えることと思えます。普段から何らかの運動をして体をならしている方は別として、あまりスポーツに縁のない方は、運動会のあくる日は、体中が筋肉痛で

悩まされた経験も一度や二度ではないと思えます。

最近の生活条件では、仕事や運動不足による腰痛や肩こりなどを訴える人が多くなっています。そういう人は、せめて疲れをとるための簡単な体操



こりなどを訴える人が多くなっています。そういう人は、せめて疲れをとるための簡単な体操

全身を動かす体操

疲労回復と体の柔軟性を

を支えている筋肉や腱(けん)も収縮、伸展させます。順序としては、

体の中心より遠い手足の指、手首、足首、肘(ひじ)、膝(ひざ)というように体の中心に向かって行きま

週に一回程度まとめてやるよりは、少なくとも二日に一回、できれば毎日することにより、疲労回復と体の柔軟性を期待することができます。

(保健婦・原間)

へるすあい(ヘルスアイ)とは「健康の日」

六つの基礎食品で

バランスのよい栄養を

毎日同じような献立では栄養のバランスが偏ってきます。季節の食品を盛り込んだり、肉を食べたら次の食事では魚という具合に、食卓に変化をつけましょう。

そのときの目安にしてください。六つの基礎食品です。

六つに分かれたグループの食品を少なくとも一つずつ一日の食事に組み入れる、つまり三度の食事で六つのグループすべてを口にすることが必要です。

この六つの基礎食品を基に、おかずは、肉、魚、卵などタンパク質を中心にして、野菜、くだものを付け合えます。なるべく数多くの食品を組み合わせて食べることで、栄養のバランスをよく取る秘けつです。

インスタント食品・加工食品——頼り過ぎは禁物

インスタント食品や加工食品は手軽さが受け、利用する人が増えています。しかし、思ったよりも多量の糖分が含まれていたり、保存性を高めるなどの理由で、いろいろな添加物が使われていることがあり、常食していると栄養のバランスが崩れる恐れがあります。頼り過ぎは禁物です。

とは言うものの、上手に利用すれば食卓に華やかさを演出できます。

例えばインスタントラーメンでは、卵や野菜を入れたり、塩分の多いスープは全部飲まないように

し、材料の少ないレトルト食品のカレーやスープでは、サラダを付け加えるなど工夫してみよう。

塩分・糖分の

取り過ぎにご注意

栄養をバランスよく取り、健康な毎日を送るには、食品を上手に組み合わせるほか、味付けにも注意が必要です。

特に塩や砂糖の取り過ぎは、高血圧や肥満を起すきっかけとなることありますから十分注意しましょう。

〈塩〉

食塩は、漬物や干物などにも含まれていますが、食品からよりも調味料から取ることが多いのです。「国民栄養調査」でも、食塩摂取の約六〇%は、みそやしょう油などの調味料から、という結果が出ています。

摂取量の目安「一日十グラム以下」を目指して、なるべくうす味に慣れるようにしましょう。だしを濃くしたり、好みに合った酸味や香りを付ければ、塩分が控え目でもおいしく食べられます。

〈砂糖〉

砂糖は調味料として、また、菓子類の材料としても欠かせないものですが、取り過ぎると、ほかの栄養とのバランスが崩れ健康を害することになります。

砂糖一グラムはまるまる約四カロリーのエネルギーに変わります。穀類と同じように一つの食品であることを忘れず、砂糖の取り過ぎには十分注意しましょう。

ルポ・まちの先覚者

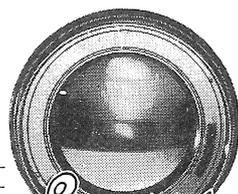
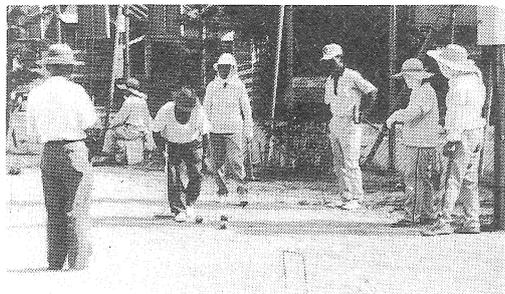
明るい地域づくり
大和相生会



八月二十四日 大和小グラウンドで相生会主催によるカラオケ大会が開かれた。これは、会員相互の親睦を図り、明るい地域づくりに役立つよう開いたもので、地区の人たちおよそ二百五十人が集まった。四十人が自慢のものを披露して拍手をあびていた。

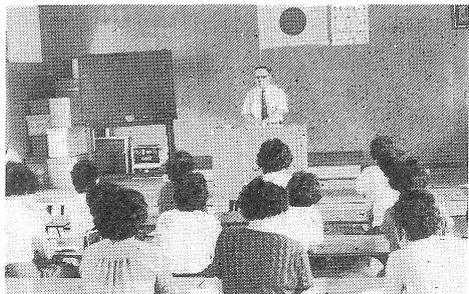
生きがいを求めて
クロッケー大会

九月七日町民グラウンドで、新谷、内子、五十崎、双海、長浜から二十チームおよそ六十人が参加してクロッケー大会が開かれた。クロッケーは、お年寄りの健康増進と交流の場としてたいへん好評を博しており、生きがいを求めるうえでも役立っている。



ハヤシバツ
政治について学習
～ 政治について学習 ～

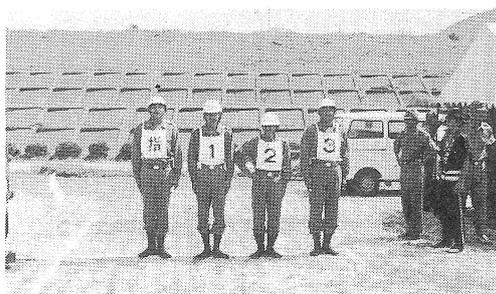
九月七日榊生隣保館で、四回めの婦人学級が開かれた。学級生およそ二十人が参加して、門田修先生を講師に迎え、「くらしと政治」と題した講演に耳を傾けた。「私たちのくらしは政治と密接に結びついており、常に政治にも関心をもって生活をしたい」と熱っぽく語っていた。



榊生婦人学級

日ごろの練習の成果を
～ 消防操法大会 ～

九月六日大洲市の緑地公園で、大洲市喜多郡の消防操法大会が開かれた。本町からは、長浜分団第二部と第三部、喜多灘分団の三チームが参加して日ごろの練習の成果を披露した。いざという時のために、普段から訓練を重ね災害を防いで欲しいもの。



九月六日大洲市の緑地公園で、大洲市喜多郡の消防操法大会が開かれた。本町からは、長浜分団第二部と第三部、喜多灘分団の三チームが参加して日ごろの練習の成果を披露した。

まちの先覚者 ⑦



峰 八十一

長浜上水道と長浜高等学校の歴史をひもとくと、峰八十一の名前が大きく浮かび上がってくる。

大正五年十二月、峰八十一より十萬円の寄付があり、満野大蔵が上水道新設委員に選出され、上水道を新設することになった。そこで測量、設計ができたが、財界の変動で鉄管が暴騰し施工することができなかつた。しかし、これをもとにして大正十三年十一月十日着工の運びになったのである。

長浜高等学校の前身長浜家政女学校は、昭和十五年長浜尋常高等小学校と併設開校されたが、昭和十六年高等女学校昇格とともに松原公園に新築することになり、その校地面積四四一坪を峰八十一が寄付して校舎が落成し、今日の長浜高等学校にひきつがれた。

峰八十一は慶応元年（一八六五）一月十八日長浜町大字長浜甲十九番地に峰長兵衛の三男として生まれた。大洲菅田屋の養子となり商業を営んだが、商売

に対する感覚が普通と違っていたのか、商魂はあつたが事業に失敗して離縁となり帰って来た。明治二十三年二十五歳の時である。その後、どんなついででシंगाポールへ渡つたか分らないが、事業を企て資金をつくり、台湾へもどり商売を始め、ついで上海に渡つた

という。明治三十七・八年の日露戦争で日本が勝利をおさめると満洲へ渡つたのである。四十歳を過ぎたころであつた。奉天で百貨店を経営、満洲大豆味噌、醬油をつくつたり、土地を買い、借家を持ち、あらゆる方面に進出して、奉天の三分の一位は八十一の勢力にあつたといわれる。満洲の開発、満鉄の経営等に峰の商才が生かされたのである。峰八十一の伊予組と言え、満洲で知らぬ者はなかつたという。蒙古方面まで進出して石油開発をやつたそうである。これに刺激されて甥の節翁（長浜住・峰正久の父）栄之進も奉天に渡り、企業に加わり、伊予組の経営をひろめていった。当時名高い満洲の馬賊も、豪放磊落の大人峰八十一には一歩ゆづつていたというので、蒙古等へも単身出かけたという。

満洲事変、日華事変後、日華の關係が險悪になつたので日本に引き揚げ、別府で静養していたが、昭和十八年七月二十二日七十九歳で没した。（長浜町文化財保護審議会委員・久保七郎）

表彰・スポーツ

表彰***

人命救助で感謝状

三宅紀子、順子さん

長浜の木村喜久男さん宅へ里帰りしていた大洲市の三宅紀子さん(三)と長女の順子さん(二)は、八月七日長浜海水浴場でおぼれかけていた谷口孝さんの長男孝三郎ちゃんを発見し、救助したことによ

藤岡、酒城公民館長

公民館活動に功績

大和公民館長の藤岡喜代夫さんと出海公民館長の酒城茂基さんは、地域に根ざした公民館活動をされたことにより、七月十二日、長浜町中央公民館で開かれた喜多郡公民館研究大会の席上、竹田清志郡公民館連合会長から表彰されました。

久井、松岡、石山さん

農業委員として功績

本町の農業委員である久井貞治郎さん、松岡寛一さん、石山豊さんは、多年にわたり農業者の地位の向上に功績があったことにより、八月二十六日松山市で開かれた愛媛県農業会議第五十三回通常総会の席上、赤松泰泉農業会議会長から表彰されました。

明るい地域の推進に

うら盆カラオケ大会

八月二十四日恒例の白滝うら盆祭りが開かれました。

白滝商店街には、笹花飾りや作り物などが展示され、駅前広場では餅まき、宝まきが行われました。また、盆踊り大会や二宮善子さんを迎えてカラオケ大会が開かれました。



二宮善子さんを迎えてのカラオケ大会

カラオケ大会および作り物コンクールの入賞者は次の通り。

カラオケ大会

- 【一位】中家定勝(八多喜) 【二位】新田志利(長浜) 【三位】泉衛(白滝) 【東芝賞】永木謙吉(白滝) 【白滝公民館長賞】田淵貞廣(白滝) 【観光協会白滝支部長賞】沖野やすひこ(大洲) 【白滝商工連盟会長賞】玉井みち子(八多喜) 【熟演賞】城ノ戸勲(白滝) 吉浦清晴(八多喜) 【特別賞】大久よしただ(菅田) 高崎庄之助(長浜)

作り物コンクール

- 【町長賞】鉄橋(玉井石材店) 【町観光協会会長賞】蒸気機関車(石山畳店) 【観光協会白滝支部長賞】いのしし(当川一孝) 【愛媛新聞社賞】水蓮(沼田アキ子) 【町商工会長賞】日本国宝(佐野理容店) 【白滝商工連盟会長賞】ヒゲマ(門田一二)

中田さんが優勝

第36回夏季囲碁将棋大会 八月十六日町体育館で、第三十六回夏季囲碁将棋大会が開かれました。町内外から愛好者およそ三十五人が集まって熱戦が繰り広げられました。

- 【囲碁A級】①高田善三郎(保内町) ②大野豊(長浜) ③谷岡照基(豊茂) 【囲碁B級】①中田正直(上老松) ②浜村市太郎(長浜) ③新友春(長浜) 【将棋A級】①大隅正司(八幡浜市) ②小泉五郎(八幡浜市) ③田口次男(保内町) 【将棋B級】①久保博信(大洲市) ②池浦繁利(長浜) ③坂本理(長浜)

長浜が優勝

喜多郡町村議会体育大会 八月十八日内子運動公園で、喜多郡町村議会議員親善体育大会が開かれました。長浜、内子、五十崎、脇川、河辺の五チームが参加してソフトボールで汗を流し、親睦を深めました。

結果は次の通り。

- 【一回戦】五十崎21-6内子 【準決勝】脇川18-3河辺 △長浜9-2五十崎 【決勝】長浜18-5脇川

喜多灘が初優勝

第20回愛護班ソフトボール大会 子供たちに協力と規律の精神を養わせると共に、親睦を深め心身ともに健全な青少年を育成する目的で、八月十七日長浜中学校グラウンドで第二十回愛護班・子供会ソフトボール大会が開かれました。町内から十チームが参加して熱戦が繰り広げられ、お母さんたちの声援をうけて喜多灘チームが初優勝を飾りました。

- 結果は次の通り。 【一回戦】沖浦8-5豊茂 △出海10-0長浜 B 【二回戦】喜多灘7-1沖浦 △長浜A 6-5柴 △大和30-1榊生 △白滝13-3出海 【準決勝】喜多灘10-1長浜 A △大和7-0白滝 【決勝】喜多灘1-0大和

第19回町民体育祭

ソフト 大和が優勝 八月二十一日長浜中学校グラウンドを中心に、第十九回町民体育祭が開かれました。町内からおよそ六百人が参加して、ソフトボール、バレーボール、クロッケーなどに六十四チームが参加して熱戦が繰り広げられました。

結果は次の通り。

- 【ソフトボール一部】①大和 ②黒田 ③長浜 A、長浜 B 【ソフトボール二部】①大和 A ②大和 B ③長浜 A、沖浦 B 【男子バレーボール一部】①大和 ②榊生 ③豊茂、柴 【男子バレーボール二部】①榊生 ②豊茂 ③白滝 【婦人バレーボール】①沖浦 ②長浜 A ③大和 B 【クロッケー】①沖浦 A ②長浜 C ③黒田 A

大田君ら優勝

第六回子供相撲大会が九月八日、長浜中学校相撲場で開かれました。町内各小、中学校から選手七十六人が出場して、団体戦、個人戦が行われ熱戦が展開されました。成績は次の通り。

- 【団体戦の部】 【小学校団体戦】①長浜小一組 ②柴小 ③榊生小 【小学生個人の部】 【小学三年】①大田喜秋(白滝) ②明智太志(長浜) ③渡壁紀行(長浜) 【同四年】①宮部晃彦(長浜) ②矢野寿(出海) ③藤渕誠二(白滝) 【同五年】①坂本佳史(出海) ②後藤武志(戒川) ③金沢洋徳(長浜) 【同六年】①井上勝仁(喜多灘) ②藤渕勇(白滝) ③河野健児(長浜)

中学生個人の部

- 【中学一年】①津田勇 ②寺坂弘司 ③矢野隆司 【同二年】①稲垣亨 ②山本英幸 ③新田喜文 【同三年】①津田猛 ②徳田真二 ③大野隆良

専集

昭和五十九年歌会始

お題「緑」

申し込み 10月11日まで

昭和五十九年歌会始のお題が「緑」と決まりました。

詠進歌は、自作の歌で一人一首とし、未発表のものに限り、用紙は、半紙とし、毛筆で自書してください。

書式は、半紙を二つ折りにし、開いて右半面にお題と歌、左半面に郵便番号、住所、氏名(本名、ふりがなつき)、生年月日および職

業を書いてください。
【詠進の期間】昭和58年9月1日～10月11日まで
【あて先】〒100 東京都千代田区千代田一番一号 宮内庁とし、封筒に「詠進歌」と書き添えてください。

進学は

毎日奨学生制度で

昭和五十九年度生

毎日新聞社では働きながら自分の力で進学できる毎日奨学生制度を設けています。

この制度は大学生、短大生、各種学校生、予備校生に各コースの奨学生制度を適用し、必要な学費

の貸付(無利子)、返済不要の奨学金支給のほか、生活の一切を保証するものです。

適用地区は京阪神、東京、中京、九州、札幌とその周辺です。

現在、来年度の奨学生を募集しています。詳しいパンフレットを無料でお送りしますので、ハガキで左記事務局まで氏名、住所、電話番号、高校名を書き添えてお申し込みください。

〒530 大阪府北区堂島一丁目六番二〇号 毎日新聞大阪本社 毎日育英会事務局広報係 ☎〇六一三 四四二二二二



結婚

8月長浜町役場届出分

(敬称略)

住所	氏名	婚姻届時年齢
住 所	氏 名	婚 届 時 年 齢
出 所	須 藤 靖 夫	(二八)
青 島	紙 本 千 代	(二八)
今 市	深 井 正 量	(三九)
松 山	堀 川 千 恵 子	(三〇)

おくやみ

8月届出分(敬称略)

住所	氏名	死亡時年齢
住 所	氏 名	死 亡 時 年 齢
住 所	久 保 一	(六一)
沖 浦	福 富 友 次	(八一)
青 島	宮 井 起	(七七)
白 滝	清 水 武 茂	(七八)
長 浜	山 下 コ ト エ	(七二)
仁 久	岩 本 ト メ ノ	(九〇)

お誕生おめでとう!!

8月届出分(敬称略)

住所	保護者氏名	続柄	児名
住 所	保 護 者 氏 名	続 柄	児 名
住 所	安 永 英 輔	長 女	恭 子
上 老 松	新 良 典	二 男	寛 典
下 須 戒	東 昇	長 女	由 香
下 須 戒	上 田 三 好	二 女 子 くら	
長 浜	西 崎 満	長 女	希
白 滝	東 吉 隆	長 男 新 太 郎	
柴 坪	内 義 和	長 女	利 江
今 坊	上 田 謙 次	長 男	智 成
下 須 戒	上 野 栄 司	長 女	絵 美

編集後記

異常な暑さの続いた夏も終わり、コスモスの花をみつけると秋の気配を感じる季節です。夏バテはされませんでしたか。最近栽培技術も進歩して、四季おりおりの花や果物も年中みかけるようになりましたが、日本の四季のよさをもう一度みつめてみたいものですね。ところで八月二十二日から役場の電話もダイヤル式からプッシュホンになり、とても便利になりました。

先月号の表紙で、沖浦老人クラブ会長鎌田治郎吉さんとの話は鎌田満穂さんの誤りでした。訂正しておわびします。



電信電話債券元利金の受け取りをお忘れなく

お手持ちの債券が満期になっていないか、また、抽選償還により当たっていないかご確認ください。

お支払いは、券面記載銀行、証券会社のほか一部の銀行や証券会社でお取り次ぎしています。

伊予長浜電報電話局
TEL 2-0000

「ふる里の良さと恵みを育てよう」一郷土長浜は、山、川、海と三拍子そろった所である。長浜教育の指標として、出石山に英知を、肱川に根性を、伊予灘に大和を求めたのは立派である▲十月は実りの秋、山の幸、海の幸が満ちあふれ、長浜ならではの快感を感じる。出石寺の霊気、白滝の紅葉、沖浦の観音と全国からの観光客は絶えない。出石寺、白滝、長浜駅の俳句ポストには県内外の観光者の投句は絶えない。郷土長浜の美しさが見事に表現されている。この人々の顕彰も考えてほしい▲「運動も家族みんなで続けよう」一スポーツの秋にふさわしく体育の日を機会に、健康づくりをわが家の問題として取り組み、明るい毎日を送って欲しい▲「読み聞かせ続けて読書好きな子に」一読書の秋にふさわしく、読書を通して親子のきずなを深め、読書好きな子の育成に専念しよう。そのためにも町の読書協議会や町内読書グループの活発な活動を期待し、身近に本を届ける事である。▲秋は充実の時。心身共に実り多いものにするためにも、しつけカレンダーの活用を忘れず、長浜を背負う後継者育成に精進したいものである。

人口世帯数

楽しく住みよい町、豊かで働きがいのある町
美しい人情と文化の町をつくり、人口をふやしましょう

	9月1日現在	前月との比較
人口	12,532人 (男 5,915人 女 6,617人)	12人増 (1人減 13人増)
世帯数	3,860世帯	増減なし

