

広報合川

95 / 445

8月号

あいかわ



新しいプールで楽しいな

(記事2ページ)



郡市大会を勝ち抜いた選手たちが全県一をめぐりて熱戦

柔道競技では男女団体四十九チームと個人戦百三十八選

今年の秋田県中学校総合体
育大会は県北各町村で開かれ、
当町町民体育館では男女柔道
競技が行われました。
大会は七月十四日、大館市
で総合開会式が行われ、一五
日から競技開始。開会式で合
川中学校駅伝チームが県大会
連覇賞（三連覇）を受賞しま
した。

大声援に青春はつらつ 当町体育館で中学総体柔道

手が集いました。団体戦男女
両チームと個人戦に五人の合
川中学校選手が出場すること
もあって、観覧席はほぼ満席。
技の応酬に大きな歓声が湧き、
中学生らしいはつらつとした
動きや、礼儀正しい動作に拍
手が送られていました。また、
合川中学校では生徒たちが歓
迎の激励幕を作るなどしてこ
の大会の感動に参加しました。

今月の紙面

- P 2 町民プールオープン
- P 3 佐藤慶和選手、三浦和憲選手甲子園へ
- P 4 部落代表者会議
- P 5 行政改革で第一回懇談会
- P 6 ゲートボール大会続々
- P 7 町婦人会40周年
- P 8～P 9 あじさいまつり

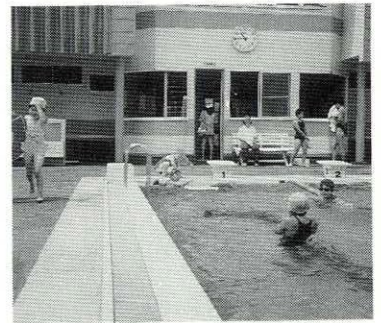
- P 10 海も楽しいまどび学園
- P 11 この夏も楽しく集う・ふるさとフェスティバル・町民体育祭・健康まつり
- P 12 入浴でさっぱり元気に
- P 13 「めまい」について
- P 14 県職員募集案内について
- P 15 ホームヘルパー講習会
- P 16 連載まんが・タウンクイズ
- P 17 町長室から
- P 18 広報カレンダー

町民プール待望のオープン

暑さが続きチビツ子歓声

昨春秋、合川中学校向かい
に完成した町民プールが、七
月一日にオープンしました。
町民プールには25歳六コース
の一般プールと児童プールが
あり更衣室、シャワーなどが
ついています。大人も子供も
楽しく健康づくりができる施
設です。

七月前半までぐずついた天
候が、後半には暑さ続きの毎
日になり、町民プールは涼し
さを求める子供たちや、家族
連れでにぎわっています。利
用は①午前十時から正午②午
後一時三十分から三時三十分
③午後五時から七時まで（③
は高校生以下保護者同伴のこ
と）。



夏の日ざしに照らされて、子
供たちの笑顔がいつぱいの町
民プール

「地域の人たちも運転する人も気持ちのいい道路に」と東根田ことぶきクラブの皆さん



気持ちよく走ってください

東根田バイパスに花いっぱい

今年も各集落で、ことぶきクラブの皆さんを中心に花いっぱい美しい町を作る活動が展開されています。

東根田ことぶきクラブ（桜

田龍次会長）では七月十九日、集落の空地や道路沿いで花の手入れと植え付けの作業を行いました。春の水仙、夏のマリーゴールド、秋のコスモス

など、季節の変化と彩（いろどり）を考えて熱心な作業に汗を流した各クラブの皆さん。「今年は水かけの仕事が少なかったけど、これから暑くなるでしょう」と、これからの手入れを話し合い。交通事故の防止や、空き缶の投げ捨ての防止に役立ってほしいと、呼びかけていました。

さわやかさをそのまま届けます

きゅうり出荷作業たけなわ

町内の夏秋きゅうりの出荷が最盛期に入りました。

今年、出荷用のきゅうりに取り組んでいる町内農家は三十六戸。売り上げ一億円を目

標に掲げて、品質を大切にしながら情熱を傾けてきました。七月二十九日のJA合川町選果施設には、早朝から約四トンのきゅうりが運び込まれてい

ました。機械化された選果作業場では、約四十人が大きさや形によって、箱詰めまでの作業に大忙し。「今のところ価格も品質もまずまずの推移」とのこと、きゅうりの一本一本に気を配りながら、真剣な作業に追われていました。

おめでと^農う^金 佐藤慶和選手

三浦和憲選手も甲子園へ

今年の夏の甲子園大会に出場する二人が七月三十一日、

役場にあいさつに訪れました。

佐藤慶和選手（川井・冬和さん初子さん長男、三年生は

背番号3。ピッチャーとして、

一番バッターとして金足農の

県大会優勝の大黒柱として活躍

しました。準決勝、決勝と逆転につぐ逆転の試合で感動

的な優勝場面を見せてくれました。

金足農チームでは三浦和憲選手（三木田・剛さん恵美子さん長男、二年生）も背番号15でベンチ入りしました。

二人は「町民の皆さんの応援にええられるように、甲子園でもがんばります」と意欲を新たにしていました。



「甲子園でがんばります」と佐藤慶和選手（左）と三浦和憲選手（右）とお父さんたち



農家の気持ちを詰めこむように。選果作業大忙し

地域づくりを心合わせて

町・集落代表者会議

七月十四日、役場会議室で町・集落代表者の会議が開かれました。この会議には各集落の代表者と町長・各課長が出席。心を合わせて地域づくりを行うために、毎年、開催しているものです。

会議では金田陽太郎町長が町政の課題などについてあいさつしました。町長は「町政伸展の基本は農業。どんな施策が必要か、知恵を集めていきたい」と国の農村農業対策への対応を説明。下水道事業や福祉施設の見直しなどを紹介し「課題は多いが、恵まれ



「みんなの協力で町づくりを」と金田町長

た条件の中のものらしい課題が多い」と町づくりへの協力を呼びかけました。続いて各課長等が、集落活動と結びつきの深い事業や活動について説明。集落代表者と意見交換を行いました。

各集落から 百四十一件の 要望事項

集落代表者会議に先だって、町では各集落の要望事項を集めました。各集落から寄せられた要望は百四十一件。これから要望について町長は「国県へ要望するなどして検討していきたい。順番が前後したり、時間にかかるものもあるが要望を大切にしていきたい」と説明しました。

会議で出された主な要望事

項は次のとおりです。
▽集落内公共施設の修理についての集落負担を少なくしてほしい。
▽幅四メートル未満の道路の舗装工事も町の事業としてとり上げてほしい。
▽集落に依頼する配布物を少なくしてほしい。
▽県道から町道になった路線、今後なる路線の整備、補修を促進してほしい。

▽洪水時にダムの水が増水の原因になっている。迅速な通報体制をつくってほしい。

各集落の要望内容

件数	建設課	農林課	総務課	福祉課	保健課	社教育課	会議
東地区	32	22	15	5	3	1	1
西地区	24	12	9	2	1	0	2
南地区	58	23	27	6	3	1	2
北地区	27	16	9	2	2	0	0
計	141	73	60	15	9	2	5

(2つ以上の担当課にまたがっている内容があります)

投票率は六九・六%

第十七回参議院議員選挙

第十七回参議院議員選挙は七月二十三日に行われ、町内十五投票所で投票が行われました。全国的に投票率が低かった今回の選挙ですが、当町の投票率も六九・六〇%（県選出）にとどまりました。

合川町の開票は午後七時から初めて町農村環境改善センターで行われ、午後九時には比例区の開票が終了しました。当町の開票結果は次のとおりです。

有権者数〇七、〇〇一 投票者数(県)〇四、八七三(比例)〇四、八七二 投票率・県〇六九・六〇% 比例〇六九・五九%
得票数(県選出選挙)
金田 勝年 一、九〇〇票
細谷 昭雄 一、五五二票
鈴木 洋一 八三〇票
小林 泰夫 四〇二票
五十嵐義則 二四票
(比例代表選出選挙)
自由民主党 一、三一八票
日本社会党 一、三一三票

新進党 七八四票
日本共産党 三〇一票
スポーツ平和党 九八票
日本福祉党八九票、さわやか
新党六六票、青年自由党六二票、新党さきがけ五九、新自由党五〇(五十以上得票政党のみ掲載)



農村環境改善センターでは初めての開票作業

行政改革懇談会委員に三十人

町の仕事にみんなの委員

七月五日、町公民館会議室で「合川町行政改革懇談会」の委員委嘱式と第一回会議が開かれました。委員三十人のうち十人は、一般の応募者を委嘱。町役場の仕事や機構の見直しなどを進める「行革大綱」の年内策定にむけて意見を求めることにしています。

第一回会議では懇談会の会長に杉淵繁さんを選出。委員から「率直に気付いた事を発言し、素直に受け止め合う会議にしてほしい」などの要望が出されました。金田町長は「できるものは、すぐにでも

着手するので気軽に意見を出してほしい」と要望しました。行政改革懇談会は今後、部門別の話し合いを重ねることにしています。委員の皆さんは次の方々です。(敬称略・○は部会長)

▽行政部門 ○杉淵繁(増沢)、米倉芳孝(上杉)、鈴木五郎(鎌沢)、安部辰之助(増沢)、金田京子(西根田)、吉田喜代志(川井)、杉淵佐一郎(木戸石)
▽民生部門 ○坂上修一郎(上杉)、木村留美子(李代岳)、金田光子(摩当)、伊藤伊代

一(木戸石)、福岡昌樹(三里)、小笠原久二(増沢)、鈴木正幸(松ヶ丘)、榎本金治(合川)
▽教育部門 ○成田正(李岱)、島山光正(杉山田)、小笠原ふみ子(増沢)、相馬春治(三木田)、田中由美子(明田)、桜田善太郎(東根田)、佐藤昭次郎(木戸石)

▽産業部門 ○近藤栄悦(李岱)、佐藤篤史(川井)、後藤久美(下杉)、福岡隆一(三里)、○佐藤吉治(木戸石)、松橋隆紀(三里)、高橋勝彦(合川)、松岡清人(合川)

今年は 国勢調査 の年です

平成7年10月1日現在で、全国一斉に、平成7年国勢調査を実施します。国勢調査は、日本に住んでいるすべての人を対象として行う大規模な調査で、行政の基礎となる国の人口・世帯の実態、産業構造などについての基本的な統計を提供する調査です。この調査は、大正9年から5年ごとに行われており、平成7年の調査は16回目に当たります。



9月に調査員が各世帯を訪問しますので、ご協力をお願いします。



8月1日から10日まで 交通安全県民総ぐるみ運動 が行われます。



茶の間で交通安全の話をするのを忘れません

森吉警察署管内では、六月に三件の交通死亡事故が発生しています。当町内でも、六月十九日、雪田地内で軽トラックと大型ダンブが衝突する死亡事故が起きました。阿仁部交通安全協会など関係団体では緊急対策会議を開き、事故を分析し、防止の話し合いを行いました。全世帯に悲惨な事故の様子を伝える啓発チラシが配布されました。八月は夏休み中の行楽客や、お盆の帰省客などの交通事故が心配されています。家族から、改めて「安全」のひと声をお願いします。

【夏の運動の重点】

- ①若者の事故防止
- ②飲酒運転の追放
- ③シートベルトの正しい着用

◎8月1日～31日は「飲酒運転追放の県民運動月間」です。

公民館びより

白津

生涯学習ひろば

No.133

合川町公民館

(合川町立農村
環境改善センター)

合川町李岱字下豊田25番地

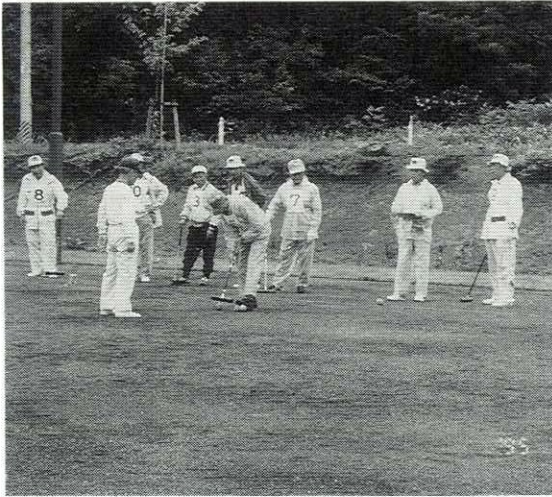
☎(0186)78-2114

熱戦 ひまわりの家で 三つのゲートボール大会

第六回内陸線沿線町村大会
が六月二十九日、県ゲートボ
ル協会大館・北秋田支部第十
一回世代交流親善大会が七月
八日、第九回合川町県北招待
大会が七月二十日、それぞれ、

大野台ひまわりの家ゲートボ
ル場で開催されました。

内陸線大会には、沿線各町
村の代表で北秋田郡内の代表
の二十五チームが参加。世代
交流大会には、比内町、鷹巣



一つ一つのプレーに真剣な視線を集めて
ゲートボールの楽しさをたっぷりと

町、当町から十二チームが参
加。合川町県北招待大会には、
県北地区から二十五チームが
参加して、熱戦が繰り広げら
れました。

各大会で屋内外の広々とし
たコートに歓声が響き、ゲー
ムの合間の交流や、終了後の
入浴などが喜ばれていました。
当町代表チームでは、西根田
が世代交流大会で三位に入賞
しています。各大会の成績は
次のとおりです。

○内陸線ゲートボール大会

優勝||鷹巣・七田市A、準

優勝||田沢湖・愛球会、三位

||田沢湖・武蔵野寿、鷹巣・

脇神

○世代交流ゲートボール大会

優勝||比内D、準優勝||比

内C、三位||比内A、西根田

○県北招待ゲートボール大会

優勝||小坂・さつき、準優

勝||阿仁銀山、三位||比内扇

田、小坂

地域めぐりで 深まる交流

合川サンバギータの会

国際交流をすすめる事業の
一つとして活動している合川
サンバギータの会が、七月九
日に地域めぐりをしました。
参加者は、大人十二人、子供
七人で、町内から、鷹巣町、
大館市へとまわりました。

町内では翠雲(すいうん)

公園、北欧の杜公園、大野台

の里の施設を見学しました。

翠雲公園では、あじさいの花

の魅力に感動した様子で「国

の家族に送るから」とスナッ

プ写真を何枚も撮って、大変

なはしゃぎ様でした。

会の人たちの大好きなスパ

ゲティーの昼食、世界一大き

感動をもう一度

「懐しのレコードを聴く会」

第二回「懐かしのレコード
を聴く会」が七月十七日、農
村環境改善センターで開かれ
ました。

この会は、福岡留之助さん
(三里)が集めた貴重なレコー
ドを、ぜひ聴かせてほしいと

い太鼓の見学、歴史のある北
鹿ハリストス正教会曲田福音
聖堂の見学などの日程の中で
自由時間も設け、しばらくぶ
りで会った友達とお国言葉で
のおしゃべりも存分に楽しん
でもらいました。

この地域めぐりは、秋の紅
葉の頃には、阿仁部各町村を
見学する予定です。



言う多くの方々の要望で開か
れたもので、今回はリクエス
トに応える形で開かれました。
今回の曲目は、「旅の夜風」
「男の純情」「銀座カンカン
娘」や軍歌など、全部で二十
二曲。蓄音機から流れるメロ
ディーに会場に集まった皆さ
んは、最後まで一緒に口ずさ
んでいました。

わずか六回の講座だけなのに、運の悪いことに行事とぶつかって、どうしようと思いましたが、アシスタントの皆さんの嫌な顔をしない、快い協力のおかげで、なんとか日曜日に出かけてクリアすることができたこと、全ての面でも皆さんに感謝申し上げます。

先生の細かい指導が行き届いていることを実感しました。今日、初めて自分の作品の一輪さしに、おそろおそろの水を入れました。「オーケー」と一人叫んでしまいました。心配した水もれもなく、さっそく庭から黄色の小菊をとってさしてみました。「なかなかいいぞ」と二人で満足してニヤニヤ笑ってしまいました。

改めて形に残った作品に感動を覚え、来年も挑戦してみたい意欲が湧いてきました。今年、ほとんど先生たちの力を借りなければできませんでしたが、来年は同じお世話になるにも、わずかの前進ができるように努力したい

と思うております。ずぶの素人に上手な管がないのに、先生はよくほめてくれました。子どももさること

「やる気」が「自信」になることを知った

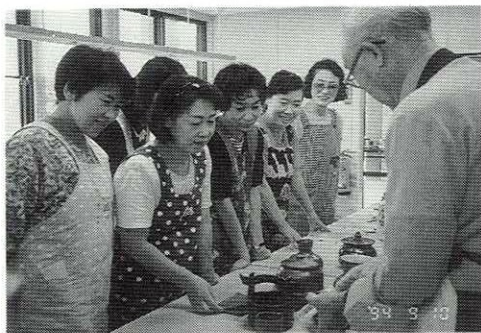
陶芸教室
三浦 良子さん

ながらこの年になっても、人からほめられるということには悪い気分はしないもので、「ん、もしかすれば、かくれた才能があるのかな？」などと自分勝手に気をよくしてしまい、「やる気」が出てくるのです。そうして、どんどん自信をつけていって、その人の個性がひき出されてくると思いますので、先生の指導は、すばらしいと思いました。

生物も世話をすれば、いつかそれに応えてくれる日がきます。でも陶芸では、その時に心に心を込めて接しなければ、完成したと思っただけの安心感の最後に見事裏切られてしまうことも勉強しました。

芸術の深さ、難しさ、どこで「これで良い」という境界線のなさに非常に怖さを感じましたが、自分で納得のできた満足感を覚えた時が、完成につながるのかと思いました。

（今年度の陶芸講座は、第一土曜日と第三土曜日に行っております。又、陶芸ハウスは、水、土、日曜日に開いています。）



笑顔が輝く陶芸教室です

こちらも四十周年です

合川町婦人祭

合川町婦人会（金田京子会長、会員千三百十七人）の設立四十周年記念婦人祭は、七月二十二日、農村環境改善センターで開かれました。

当町の婦人会は合川町の誕生と同じ昭和三十年発足。女性の地位向上をはじめとした各種活動に取り組んで来ました。

婦人祭には約二百人が出席し、会の発展に貢献した功労者を表彰した後、聖園学園短期大学茂泉陽子先生の「これからの婦人のあり方」と題した講演とレクリエーションで交流を深めました。表彰された方々は次の通り

です。（敬称略）
▽特別表彰 鈴木善助
▽感謝状 向井フミ、三浦ユウ、秋元トシ、高橋ミツ、佐藤和子、工藤洋子、佐藤通子、桜井ノブ子、杉渕節子、三浦浩子



町婦人会の新たな発展を誓い合いました

体育館 今月の行事です

- 4日 少年球技大会
- 10日 町民プールオープン式
- 典・町内小学校水泳大会
- 18～19日 町制施行四十周年記念小中学校招待バスケットボール大会

- 20日 町民体育祭
- 22日 都市老人クラブ連合バレーボール大会
- 25～27日 東北高校総体フェンシング競技
- ※八月七日から十四日まで、体育館のフロアが補修工事のため利用できませんのでお知らせします。



○小雨がばらついて、あじさいのしっとりした美しさがさらにひきたちました。

公園

あじさいまつり

翠雲公園で
第3回あじさいまつり

七月十六日、町翠雲(すいうん)公園で『第三回あじさいまつり』が開かれました。昭和六十三年からオーナー制によって植栽を進めてきた「あじさい園」は、みずみずしい花房を重ねて、さわやかな魅力がいっぱいになりました。あじさいまつりは、翠雲公園の魅力を広く紹介しようと、地区の青壮年団体が中心になって、開催を呼びかけてきたものです。昨年、公園の近くを県道三木田バイパスが開通。町では、ふるさとづくり事業と、中山間地域整備事業の二つの事業で公園の拡充を進め遊具施設や駐車場などがオープンしました。まつりは、これまでにない人出でにぎわい、ロマンチックなあじさいの美しさと、多彩な催し物が訪れた人たちの歓声を誘っていました。



○あじさい王国の国王を決めるサイコロゲームの決勝戦は最高の盛り上がり。



○茶室翠雲亭で、南保育園の園児が抹茶をサービス。

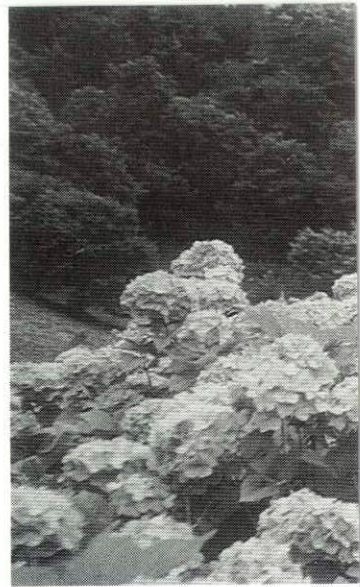
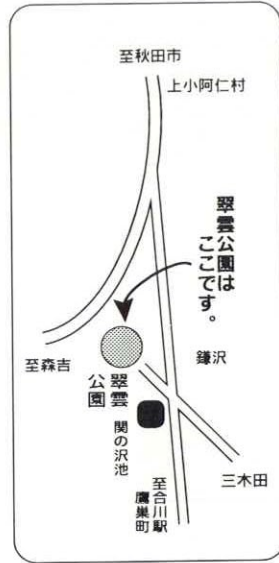


○朝収穫したばかりの野菜など「特産品」とうまいものコーナーも大にぎわい。

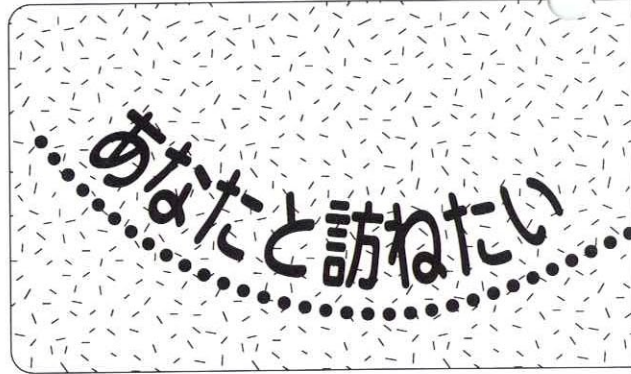


町制施行40周年記念・たのしいお祭り

◎オープニング「まとび太鼓、や手作りのつけ物の販売など、はつらつとした活動ぶりが感動を集めた山村留学まとび学園の子供たち。



◎賞金十万円をめざして「むかで競争」には三十五チームが申し込み。李岱駒踊りチームのスタート(上)。ぬいぐるみでがんばった鷹巣社会保険チーム(中段右)。青春の友情の思い出にと鷹巣農林高校チーム(中段中央)。秋田市から参加して優勝した「賞金あらし」チーム(中段左)。ゴール直前で転倒するチームもありましたが、みんな明るく楽しく満足顔でゴールイン。

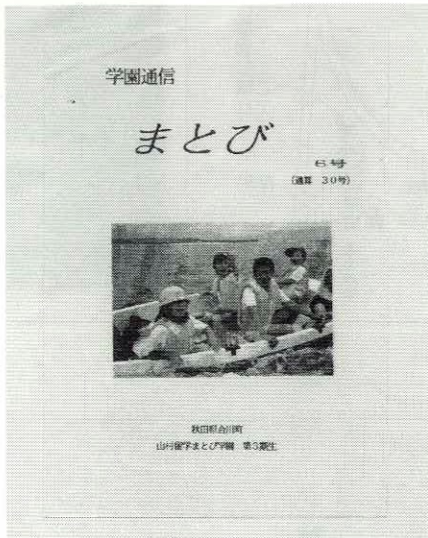


◎新しい遊具の広場にはチビっ子たちの歓声が響いていました。



◎町民健康広場から翠雲公園をめざしたあじさいウォーキングにも、町内外からたくさんの方が参加がありました。

こんにちは
まどび学園 16



学園通信まどびです。毎月手作りで発行して関係者にお届けしています。

7月6日、昨年受入農家をやってくださった成田さんのご案内で、旧大内沢地区の沢までホテルを見に行きました。「こんなにたくさん見たのは初めて。」と、どの子も喜び、幻想的なひとときを堪能していました。

9日には海の活動を行いました。まどび学園では海の体験も大切な活動として位置付けています。園生の感想を紹介します。

『ヨットにのって、まもなくちんぼつしました。でも、つぎにわたなべせんせいとのっておしえてもらいました。ちんぼつしたときは、あわてなくていいということもおしえてもらいました。こわかったけれどやりかたがわかったのでよかったです。またすぐにやってみたいです。』

(4年 高橋 謙介)



(絵 6年 佐藤 佑樹)

じどうかんづうしん 47
「こともどいっしよに、よんでください。」

紙ねん土を使い
すてきな作品を
完成させました

七月の移動児童館では、紙粘土で、かご作りをしました。じゅうぶんにねった粘土を薄く伸ばして、それを発泡スチロールのどんぶりにかぶせ包んでいきます。できたら縄網

(なわあみ) 模様を入れて、乾かします。それから色をつけるとまるで本物の籐(とう)のかごのようにできあがりました。

ちよっとした小物入れ、又は置き物として飾っておいてもすてきですよ。

今月
は
切り絵です

八月の行事は切り絵を予定しています。夏休み中ですので高学年のお友達もたくさん来館して下さいね。

夏休みはいろいろな行事を予定していると思います。事故などにはじゅうぶん気をつけて有意義な夏休みを送りましょう。



上 友だちと相談しながら
下 だんだん形ができてくると一段と楽しくなりました



8月14日

まどび・ふるさと フェスティバル

合川まど火を中心にふるさとの文化を集めあわせて町発展の願いもこめて、今年もフェスティバルが開かれます。ゆっくりとお楽しみください。

八・三〇	八・〇〇	七・〇〇	七・〇〇	六・一〇	五・四〇					午後二・〇〇
〇〇	〇〇	〇〇	〇〇	〇〇	〇〇	四・〇〇	三・〇〇	二・一五	合川太鼓	
ロックバンド	合川まど火	タント節輪踊り	開会式	通り踊り	福田獅子舞	抽選会	たもれセール	合川ウルトラクイズ	合川商店振興会	
									バザール、よってたもれセール	
									選手権	
									し種飛ばし世界	
									合川ウルトラク	
									イズ	
									合川商店振興会	
									バザール、よって	
									たもれセール	
									抽選会	
									福田獅子舞	
									通り踊り	
									開会式	
									タント節輪踊り	
									合川まど火	
									ロックバンド	

この夏も元気が集う

8月20日

町民体育祭

町民体育祭は第41回。町民総参加の健康で明るい町づくりをめざしています。今年も多彩な競技種目でたっぷり楽しんでください。

午後三・四〇	閉会式	午後八・四〇	入場行進
		九・三〇	保育園児・婦人会の公開演技
		一〇・一〇	競技開始
			リレー、まど火リレー、持久走、交通安全むかで競争、綱引き、なわなひ競争、ゲートボール競争、ボール運び、火の用心水ため競争、米運び、ボール送り



9月3日

健康まつり

汗を流して、福笑いして、明日への活力をつくりましょう。家族ぐるみでそれぞれのコーナーに参加し応援してください。詳しくはチラシでお知らせします。

一〇・〇〇	九・三〇	九・三〇	九・三〇	午前九・〇〇
				歩け歩け?キロコーススタート
				(健康広場)
				婦人家庭バレー
				ボール大会(町民体育館)
				三六〇歳ソフト
				ボール大会(松ヶ丘グラウンド)
				ちびっ子大相撲
				(農村環境改善センター)
				梅の木学級運動
				会(中学校体育館)

ふるさとです



8月・9月の町の3つの行事をお知らせします。

今年は町の40周年にあわせて企画された内容もありますので、多数のご参加、ご参観をお願いします。

入浴でさっぱりしたい 8月です

入浴はからだや心の疲れを取り去る身
 近な疲労回復法です。肉体的疲労の強い時、ストレスを感じられる時など、症状にあわせて入浴法で、その日の疲れをその日のうちに解消しましょう。

入浴のもつ4大作用

- 温度：血行をよくして新陳代謝を促す。ぬるめの湯なら精神をリラックスさせる。
- 浮力：からだの筋肉は活力によって重力から解放されるのびのびとする。関節周辺の筋肉も緊張から解放されて痛みなどがやわらぐ。
- 水圧：全身にサポーターをされたのと同じような状態になり、静脈の血液が心臓に戻るのを助ける。血管を拡大させて血行をよくする。
- 抵抗：お湯の中でからだを動かすと筋肉が鍛えられ、小さな運動をしたのと同じ効果がある。

心と体のストレスを
 入浴で吹き飛ばそう！

夏バテ防止におすすめ

スタミナジュース

《キャラットフルーツジュース》

ビタミンの豊富なジュースです。にんにくに多いビタミンAは粘膜を強くして抵抗力をつけてくれます。オレンジの香りとりんごの風味でにんにん臭さは消されてしましますからとても飲みやすいもの。りんごには整腸作用がありますから、食欲が低下したり便秘がちなどときにはうれいしいジュース。

▽材料：にんじん80g、りんご50g、オレンジ50g、水100cc、はちみつ適量

▽作り方：①にんじんとりんごは細かく切る。②オレンジのしぼり汁と①、水とはちみつをミキサーにかける。仕上げに漉（こ）してもよい。

《バナナミルク》

食欲がわかない時のおすすめ品。バナナはエネルギー源である糖質の多い果物ですし、筋肉運動に関与するカリウムも多いのでスポーツ選手にはもってこい。バナナアイスと牛乳にはカルシウムが多く、暑さでイライラした気分もやわらぎます。

▽材料：バナナ4分の3本、バナナアイス80g、牛

乳150cc

▽作り方：バナナ、バナナアイス、牛乳をミキサーにかけて、かくはんする。

《グレープフルーツティー》

グレープフルーツのほろ苦さが紅茶の香りに消されてさっぱりとした口あたりのよい飲み物。クエン酸の酸味がさわやかで飲みやすく、筋肉疲労回復の生理学的な効果もあります。胃腸の活力源や疲労回復のために、練習の合間におすすめのドリンクです。

▽材料：グレープフルーツ2分の1個、紅茶（濃いめにいれたもの）80cc、はちみつ適量

▽作り方：紅茶を濃いめにいれて冷まし、グレープフルーツのしぼり汁を加える。これに好みではちみつをいれてかき混ぜる。

安全に、快適にウォーキング

ウォーキングは、手軽で安全で健康効果バツグンの運動ですが、無理は禁物です。自分にとって最適なペースを把握しておくことが大切です。そこでウォーキングのとき心拍数（脈搏）を測ってみることをおすすめします。

心拍数は血液を送り出すポンプである心臓の運動回数。体の状態の安全、危険を示す信号でもあるのです。

心拍数を測ってあなたのウォーキングのペースを見つけてみましょう。おおよそ110〜120拍が適当。

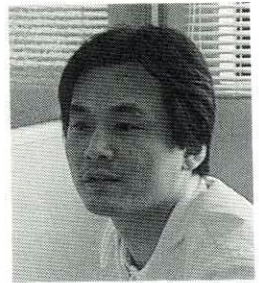
心拍数の測り方

人さし指、中指、薬指の三本を親指のつけ根側にある脈に軽く当てて測る。15秒間測定し4倍する。

健康
 けんこう
 満快
 まんかい
 クラブ

さわやか診断

17



めまい ②

前回は「めまい」にも色々な種類があり、目がくるくる回るといふような「回転性」のめまいや、身体がふわふわするといったような「浮動性」のめまいなどがあるとお話ししました。このようなめまいの種類によってめまいを起こす疾患がある程度分類することができます。

つまり、「回転性」のめまいをおこす代表的な疾患としては、前回お話しした「メニエル病」や「発作性頭位めまい症」等の耳鼻科的疾患のほか、脳梗塞、脳出血など脳の障害などがあります。「浮動性」のめまいでは、貧血、高血圧、低血圧等循環器系の疾患が原因となることが多いようです。また、「歩くときふらふらする」といふような歩行時の障害は、脊髄や小脳の病気が原因となることが多くあります。しかし、例外も多いので注意が必要です。

めまいではこれらの原因となる疾患が

不安を少なくする方法を考えましょう

明確でない場合が多く、さらに心理的な要因を考えなければならぬ例が多くあります。耳鼻科的な疾患が原因となるめまいでも、めまいに対する不安を取り除くことが必要となります。まず、「めまい」自体は、原因となる疾患の有無を確かめてさえおけば決して危険な疾患ではないということをしっかり理解することが大切です。

しかし、「自動車の運転中や、高所で作業をする時にめまいがおこるかもしれない」といふような、いつ起こるか分からないめまい発作に対する不安は大きいものです。従って、早めに医師によく相談することが必要です。そして、日常生活のなかで少しずつ自信が持てるように考えていかなければなりません。また、「この葉さえ飲んでおけば大丈夫」といふような方法もある時期においては不安を軽減する一つの方法ではあると思います。めまいが起きた時、その日時や症状をできるだけ詳しく記録しておく、不安を切り離す訓練になり、診療にも役立ちますので試してみてください。

急激な嘔吐（おうと）を伴うような激しいめまいが起きた時は、自分にとって最も楽な姿勢で安静を保ち救急車等で受診するようにして下さい。周囲の人も決してあわてず、落ち着いて対処することが患者さんの不安を軽減する意味でも非常に重要です。

（合川診療所長・今村 明）

広報へ メッセージ

元外交官・タレント ②
オスマン・サンコンさん



水の大切さ

ギニアでは、お客様がきたらコップ一杯の水を出します。これが最高のもてなしです。お客様はその水を全部飲みません。わざと少しだけ残し、大地に返す習慣があります。母なる大地は、私たちに多くの恵みを与えてくれますが、それはすべて、雨がもたらしてくれるのです。ギニアの人は、水を飲みながらいつも大地を考えています。

水を飲みながら大地を考えている

浴槽にいっぱい入っている水を見るたびに、ふるさとを思ってしまう。これとほぼ同じ量が、私たち二十六人家族の一週間分の生活用水でした。これを炊事や洗濯、飲用水やシャワーに使っていたのです。それを日本では一〜二回入っただけで、栓を抜いて捨ててしまいます。もう、びっくりしました。

私は、日本の全家庭にお願いしたいのです。お風呂の残り水はそのまま捨てるのではなく、洗濯や洗車、庭木や植木の水やりに使ってください。そのまま捨てるのは、資源の無駄使いだと思います。あなたが大地に水を返せば、天は恵みを与えてくれます。



おいしい
おしらせ

秋田県職員採用試験

出題 九段 北村昌男
●ヒント：持ち駒を打つか馬を動かすか、初手に迷います。10分で2級、6分で初段。

6	5	4	3	2	1
		香	馬	と	
					將
			王		
				香	
		歩			馬

持駒 飛金

受付期間＝九月一日（金）まで。職種＝中級・初級職員、警察官B、婦人警察官B、婦人補導員、交通巡視員、受験申込・問い合わせ先＝県庁内秋田県人事委員会（☎0188-6013253）案内書は北秋田地方総合庁舎企画管理室（鷹巣町）にもあります。

番号は、「1140」（生命保険料控除）、「1750」（死亡保険金と税金）です。

円高対策で事業主に助成金

円高等の影響を受けている中小企業事業主が、休業して手当等を払う場合、企業整備解雇者（四十五歳以上五十五歳未満）を雇い入れた場合、助成制度があります。ハローワーク鷹巣（☎62-1240）におたずねください。

県政への提案を求めていきます

秋田県の総合発展計画の策定にあたり、広く県民からの提案を募集しています。応募要項と専用のハガキが、この広報といっしょに配布される「ことしの県政 夏号」の中に収められていますので、応募ください。

受け取った保険金 税金は？

生命保険契約に基づき、一時金や年金を受け取った場合は、その保険料をだれが負担していたかによって、相続税若しくは贈与税又は所得税が課税されます。

詳しくは、大館税務署（☎0186-42-0671）にお尋ねください。
タックスアンサーのコード

選挙のハテナ ⑰

どんな票が無効になるの？

当選者と落選者の票差が少ない場合など、気になるのが無効票です。候補者の氏名が完全に記載されていなくても、はつきりと投票者の意思が読み取れる票は有効になります。疑問がある票についての有効無効の判断は、開票管理

者（選挙長）が立会人の意見を聞いて行うことになっていきます。記載が不完全な票のほかに、候補者の氏名以外の「他事」を書いた票も無効になります。たとえば「○○○さん」と書いた票は有効ですが、「○○○○さんへ」と書いた票は無効とされています。せつかくの投票が無効にならないように、氏名掲示などで確めて投票しましょう。

食中毒にご用心！！

- 1、新鮮な原材料を購入し、調理したものは、早く食べる習慣をつけましょう。
- 2、冷蔵庫は5℃以下を目安に管理し、清潔につとめましょう。
- 3、台所で汚れやすいもの、傷のある場合は特に注意が大切です。
- 4、包丁です。消毒しましょう。
- 5、魚が原因の食中毒はよく水洗いし、十分熱を通すことでもほとんど防げます。

八月七日から十三日まで

食品衛生週間です

《詰將棋正解》4四金、2三玉、3二馬、1三玉、1四飛、同金、2二馬まで7手詰め。
 《解説》本題は、初手の選択が主眼です。平凡な4四金が正着ですが、ほかには①3二馬は3四玉、3六飛、3五合駒で失敗。②3五飛は3四歩、4四金、2三玉、3四金、1四玉、3二馬、2三玉で失敗。

確かめて バイクの自賠責

二百五十cc以下のバイクは車検制度が無いため自賠責保険への加入を忘れがちです。自賠責に加入しないバイクの利用は違反（罰金五万円以下など）ですし、何よりも人身事故を起こした場合には、大変な負担になります。あなたのバイクはだいじょうぶですか？

行方不明者を 探す相談所

八月一日から一カ月間、各警察署に「相談所」が設けられます。行方不明者についての相談、情報など、お気軽にお寄せください。（森吉警察署 ☎ 72-3125）

ホームヘルパー 講習会

日時〓九月一日から十月二十日まで週三回、二十一日間。午前九時から午後三時五十分まで。場所〓鷹巣中央公民館

無料調停相談会

日時〓八月二十四日（木）
午前十時から午後三時

場所〓鷹巣町中央公民館
内容〓金銭、建物、事故、夫婦間のトラブルなどについて調停委員が相談に応じます。

ハローワーク 求人情報8月

男子募集〓土木施工管理補助、工場管理、林業作業員、大型運転手、機械運転・修理、小口荷物集配、縫製技術スタッフ、製材工、重機オペレーター、配達員

女子募集〓保母、商品管理販売、婦人服店員、理容師（同見習）、組立製造員、一般縫

製作作業員、ゴム製品仕上げ・検査、リネンキーパー、製材雑役、小口荷物集配運転手
 ☎ 62-1240

農業情報 報わ

テレホンサービスで 62-0029

農業改良普及センター

1~4日 水稲の病害虫防除
 5~11日 夏のさっぱり料理
 12~18日 トルコギキョウの管理
 19~25日 台風・強風の後の

誕生日には

現況届の提出を

現況届は、引き続き年金を受ける権利があるかどうかを確認するための大切な届書で、毎年誕生日の末日までに提出することになっています。提出期限を過ぎると年金の支払いが一時止められますので注意が必要です。

現況届を提出するときは、

国民年金係から

次のことに注意してください。
 ① 他の年金を受けているときは、その年金の制度名と年金証書の記号番号を記入してください。
 ② 加給年金額の対象者となっている方は、その方の氏名などを記入してください。
 ③ 現況届に印字してある住所が現住所と違うときは、住所変更届をお近くの社会保険事務所へ提出してください。

確かな情報が、あなたを
悪質業者から守ります。

被害にあわないために購入の意志のない時は、はじめからさっぱり断りましょう。



26~31日 ナスの百漬け
 野菜管理

おたよりです



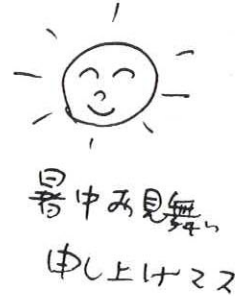
▽ゴミ袋ですが、もう少し

小さいサイズ（今の半分又は三分の二位の大きさ）はできないものでしょうか？夏場にゴミ収集が週二回になると毎年そう思いますが、どこにお願いしたらいいのか解らないので、とりあえずここに書いてみました：

以前能代のスーパーで山本地区の小さいサイズのゴミ袋を見たような気がします。合川町だけのゴミ焼却炉ではないのでしょうか？

よろしくお願い致します。
（川井・吉田祐子さん⇨カッとも）

アイラブ ゆうちゃん



キャンプ村を開放しています

県立大館少年自然の家では、家族のためのキャンプ村を開放しています。利用できる日などを自然の家（☎0186-43-3174）におたずねください。

海外研修を県で助成します

自主的に海外研修を行うおととする個人・グループ、団体に県の助成制度があります。今年度後期の申し込みは、八月三十一日までです。県庁国際交流課（☎0188-60-1218）または役場総務課におたずねください。

善意のご寄付

6月届・敬称略

〔香典返しにかえて〕

次の方々から香典返しとして町社会福祉協議会へ寄付いただきました。

ご芳志に感謝いたします。

鎌沢 鈴木 久雄

川井 吉田 哲也

三三 松橋 幹男

新田目 斎藤 行雄

上杉 工藤 吉蔵

亡母 トキ

亡母 セツ

亡母 サト

市町村振興宝くじ

予約申込 八月二十日まで

発売期間 八月二十一日から九月六日まで

抽せん日 九月二十日



ご応募ください。

問1 金足農業高校野球部佐藤慶和選手の県大会の背番号は？ 問2 十月一日を基準日に行われる国勢調査は第？回 問3 合川町のきゅうり販売の目標額は？円 応募先⇨役場総務課（住所は最後のページ） 締切⇨8月21日（着信） 応募方法⇨答、住所、氏名を記入。他に、おたより、イラストなど自由にどうぞ。（このページで紹介するかもしれません）。正解者の中から二人に記念品を送ります。 前号の当選者⇨①川井・吉田祐子さん ②匿名さん？（匿名さん、心あたりがありましたら住所・氏名を係までお知らせください）

慶弔だより

(6月届)

【お誕生おめでとうございます】

子ども ご両親

松橋 平良ちゃん 良 寛さん (摩 当)
美 幸さん

【謹んでおくやみ申し上げます】

小野 ミツエさん 木戸石 義 夫 母
工藤 サトさん 上 杉 吉 蔵 母
柴田 謙治さん 合 川 ト シ 夫
大山 喜範さん 美 栄 本人
安部 セツさん 新田目 セ ツ 母
村形長四郎さん 川 井 和 夫 父

【ご結婚いつまでもお幸せに】

(杉 渕 大さん 木 戸 石
藤 島 典子さん 木 戸 石
佐 藤 範敦さん 合 川
吉 田 利加子さん 合 川
成 田 勝義さん 鷹 巣 町
土 濃 塚 静子さん 芹 沢
松 岡 清人さん 合 川
金 田 陽子さん 根 田

(この欄に掲載を希望されない方は、
恐れ入りますがお届けの際にお知らせ
ください)

まち

平成 7 年 6 月 30 日 現在

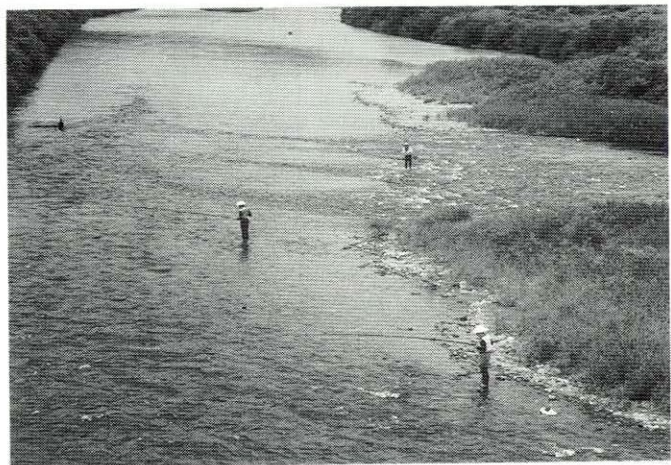
人口

男 4,154人 (8人減) 女 4,568人 (14人減)

計 8,722人 (22人減)

世帯数 2,921世帯 (1世帯増)

季節のアップ



あゆつり (阿仁川橋下流)

有機堆肥

科学万能の時代になった
がまだまだ自然界には不思議な力が存在していることに驚かされることが多い。

私は有機堆肥の研究に取り組んでおり、いろんな情報を集め、視察を行っている。先日、役場職員にも千畑町の土壌菌を利用した農業環境施設で研修してきてもらった。その堆肥の液を試験的に利用しているが、実際にその力には驚かされ

るばかりである。

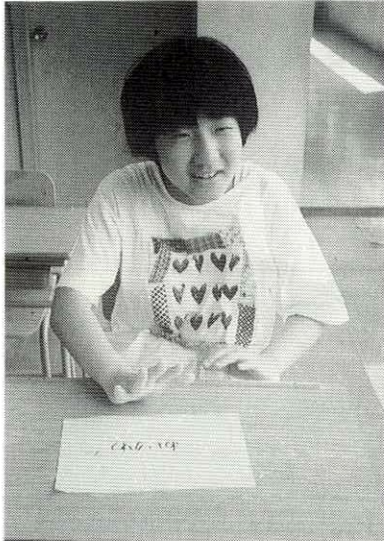
農業面の活用はもちろんだが、大野台ハイランドのトイレに20リットル入れて観察すると、ほとんど臭いが出なくてびっくりしている。まだ効力についての研究の段階で施設を造った千畑町の高橋玲町長の勇断には敬意を表すとともに、私も頑張らなければならぬと励まされた思いでいる。

(陽太郎)

町長室からトンビの目

だ い じ

表紙題字



合川北小学校6年
藤 嶋 静 子 さん
(せいこ)

漫画（コミック）が大好きで、よく休み時間にイラストを書いています。少女漫画の本も買っています。習字は今、九段なので、これからがんばります。

広報あいかわ

No.445

平成7年8月5日

合川町役場総務課

☎ 018-42

秋田県北秋田郡合川町新田目字大野82-2

○ T E L (0186) 78-2100

○ F A X (0186) 78-3277

日	曜	行 事	厚生員訪問
1	火	基本健診結果説明会（東根田AM10:00～） 基本健診結果説明会（西根田PM1:30～）	上 杉、下 杉
2	水	スポーツ教室（町体）	道 城、桃 栄
3	木		合 川、川 井
4	金	少年球技大会	休館日
5	土		李 岱、新田目
6	日		休館日
7	月		東根田、羽根山
8	火		西根田、芹 沢
9	水	母子手帳交付日（保セ） スポーツ教室（町体）	三 里、摩 当
10	木	町内小学校水泳大会（町民プールPM0:40）	三木田、鎌 沢
11	金		杉山田、松ヶ丘
12	土		八幡岱、木戸石
13	日		休館日
14	月	ふるさとサマーフェスティバル	休館日
15	火		休館日
16	水		松ヶ丘
17	木		松ヶ丘
18	金	合川町招待小中学校交流バスケットボール大会	美 栄、増 沢
19	土		道 城、桃 栄
20	日	第41回町民体育祭	休館日
21	月		上 杉、下 杉
22	火	健康大学（保セ）	李 岱、新田目
23	水	保持手帳交付日（保セ） スポーツ教室（町体）	合 川、川 井
24	木	リハビリ学級（保セ）	東根田、羽根山
25	金	親子ふれあい広場（松ヶ丘児童館） 1才半健診（保セ）	西根田、芹 沢
26	土		三 里、摩 当
27	日		休館日
28	月	小中学校2学期始業式	三木田、鎌 沢
29	火	育児相談、乳児健診（保セ）	杉山田、松ヶ丘
30	水	糖尿病健診（保セ）	八幡岱、木戸石
31	木		美 栄、増 沢
		（農セ＝農村環境改善センター 保セ＝保健センター 町体＝町民体育館 体育館行事は7ページ）	