



にぎわうお盆市

お盆には、就職している子どもや親戚の人達が帰ってくる。

ふる里の味、おふくろの手料理の味をたのしみにやって来るだろう。今日はお盆市。うちの子はあれが好きだった、お客さんにはこれをと、食料品をかうお母さん達で活気づいていました。
(十二日の比立内盆市)

あに

編集・発行 秋田県阿仁町役場総務課

昭和58年 8月

No. 252

鷹角線北口 期成同盟会

第三セクターで合意



阿仁合駅 (12日4時30分)

南口と共同で働きかけ

県の決断強く迫る

地域住民の永年にわたる悲願、鷹角線の全線開通を目指す鷹角線北口期成同盟会(会長、近藤竹雄当町長)の総会が、一日鷹巣町で開かれ、南口期成同盟会(会長、柴田十郎角館町長)と歩調を合わせ、県に対して第三セクターの早期設立に向け、強力に運動を展開することを決めました。難行していた沿線町村間の合意について、一部に未調整部分を残しながらも南口、北口ともに第三セクター移行を決意したもので、いよいよ鷹角線の第三セクター化は県の決断に持ち込まれた形となりました。

国鉄再建法によって、第一次廃止対象の角館線と、第二次廃止対象の阿仁合線とを結んで鷹角線として再生させるためには、第三セクターによる運営しか道が残されていない実状です。第三セクター移行について県は、収支予測を試算して両沿線町村にその内容を提示していました。しかし赤字補填分の町村負担問題で意見の一致が見られず、こうした町村に対して、阿仁町など積極派町村や議会が説得による働きかけをして来ました。

こうした中で南口期成同盟会では、角館線が来年三月タイムリミットを迎えること、鉄建公団の来年度予算接渉時期が間近に迫ったこと等から、七月二十九日の総会で第三セクターを決議しました。更に、森吉山大規模スキー場が六十年冬にオープンという計画が発表になり、交通網確保の点からも鷹角線の存在が再浮上しました。大館北秋田の八市町村長で構成している北口期成同

盟会の総会では、近藤会長が「これからは南口北口の期成同盟会が一同盟会として県に対し強力に働きかけ、第三セクター引き受けの決断を迫りたい」とあいさつ。今年度事業計画として、第三セクター方式の早期設立、国、県による助成措置の拡充強化等の運動実施を決めました。

鷹角線は今、地域住民の願いをよそに、比立内一中村間五・九キロの未着工区間等を残したまま凍結が続いています。全線開通の工事は約百億円を要し、三ヶ年ぐらいで完成出来る見込みとなっています。北口、南口両期成同盟会では、二十五日に開かれる鷹角線敷設期成同盟会(会長、中田初雄県議会議長)の総会をふまえ、県に対して最終的な態度決定を迫ることにしています。

町の教育委員に

吉田英一氏(上新町)



このたびの臨時町議会でお上新町の吉田英一さんが町の教育委員に任命されました。

吉田さんは、昭和五十五年六月阿仁合郵便局を退職される迄二十五年間同局長

を歴任。この間も公民館の郷土史や謡曲の講師をするなど社会教育に尽力され、「局長さん」と呼ばれ親しまれて来ました。退職後は自らの手で阿仁鉱山六ヶ山を墨絵にして再現、保存するなど、教育委員として最適の方といえます。
〔経歴〕昭和二十七年阿仁合町教育委員に公選される。昭和三十年阿仁合町民生委員、昭和三十年から五十五年まで阿仁合郵便局長。上新町 六十六才



7月16日
8月15日

- 16日 フィンランド協会総会(鷹巣)
- 17日 熊本市に出張
- 18日 広域組合議会(鷹巣)
- 20日 町長研修会(秋田)
- 21日 奥山道路総会(秋田)
- 23日 上小阿仁村議会鷹角線特別委員会
- 24日 大館北秋田支部消防大会(鷹巣)
- 25日 荒瀬部落運動会
- 25日 秋田鹿角短線線期成同盟会(秋田)
- 26日 臨時町議会
- 27日 小倉沢林道起工式
- 29日 鷹角線南口期成同盟会総会(角館)
- 30日 行政懇談会(荒瀬)
- 31日 阿仁音楽祭
- 1日 大野台開発促進協議会総会(鷹巣)
- 2日 鷹角線北口期成同盟会総会(鷹巣)
- 3日 道路利用者会議(鷹巣)
- 5日 市町村公立学校施設整備期成総会(秋田)
- 6日 ゲートボールコート入魂式、課長会議
- 7日 大館北秋田支部消防訓練大会
- 8日 行政懇談会(伏影)
- 9日 臨時町議会
- 15日 成人式

呼吸をあわせて
それっ イケー



スリりと涼味満点のアドベンチャーレース「阿仁の川下り大会」は今年も十六日、県内外から八十五チーム百八十二名が参加して行なわれ、阿仁川溪流に青春が躍動しました。

早朝から続町内入りした選手達は、山村開発センターで開会式を行なったあと、全員阿仁合線に乗り込み比立内に向かいました。四年目を迎えた今年も、スタート地点を第二中裏に下げて行なわれ、ゴールの専念寺河原をめざして十時三十分競技開始。二チームずつ三十秒間隔でスタートした選手達は、オールさばきも軽やかに大勢の声援を背に溪流に向いました。

今年もまずまずとあって絶好のコンディションでの大会となりました。チーム編成は同僚、友人組、高校生組、夫婦組、父子組、一人旅と多種多様。橋上や圏内には帰省客ら大応援隊が陣取り、抜きつ抜かれつのレースに声援を送っていました。

成績の方は、前回のチャンピオン大館市の長田恒雄さんが、今年も相棒をかえすの出場で、見事二年連続三度目の優勝に輝き、昨年の倍額となった賞金十万円と大トロフィーを手に入れました。所要タイムは、昨年よりコースが短縮になったこともあり、四十分以上縮める二時間二十二分八秒でした。



選手は阿仁合線で比立内へ

溪流に挑んだ百八十二名

第四回 阿仁の川下り

リゴムボート大会

町内からは二十チーム参加

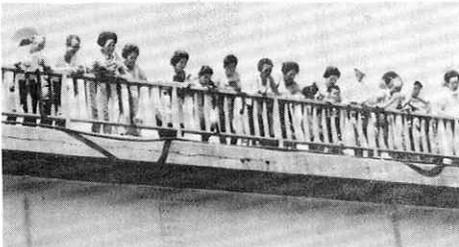
上杉・柴田組の六位が最高



優勝の白川・長田チーム



浅瀬あり、激流あり13キロの難コース
橋上には納涼をかねた応援隊が……



町内からは二十組程が参加しましたが、上位くい込みは上杉良美さん、柴田晃さんチームの六位、越前谷徳三郎さんの九位、菊地蔵美さん、菊地光男さんチームの十一位だけに留まりました。しかし、終始レースを盛り上げ、大会を成功に導きました。

- 一位 賞金十万円 白川士郎、長田恒雄チーム
 - 二位 賞金五万円 伊藤貞一、佐藤和哉チーム (2, 25, 39) 大館市
 - 三位 賞金三万円 菊地欣一、碓谷松二チーム (2, 25, 54) 合川町
 - 四位 賞金一万円 黒沢邦男、斉藤儀志チーム (2, 30, 00) 千畑村
 - 五位 賞金一万円 小林俊博、佐藤圭一チーム (2, 34, 01) 大館、比内
- ※以下三十位まで賞品が贈られました。

スタート地点は大接戦

スキー場

が構想発表



前岳索道終点付近から西方日本海側に向かって続くロングコース
(4月13日)

阿仁町側に四・五キロの索道 レストハウスや駐車場も

発表の内容はスキー場建設の概要だけで、具体的には今冬さらに調査の上検討してゆくことにしています。スキー場となる斜面は森吉山北西側を利用し、当町側は高津森付近から森吉神社(一、三〇八)に向けて四千五百メートルの大索道(ロープウェイかゴンドラ)を、森吉町側は様田登山道(ナ倍から一の腰(一、二六四))に三千二百メートルの同索道を架設するというものです。

この間の標高差は六百、八百メートルの雄大なスロ

ープが続いており、モロビヤブナの樹間コースもとれる、国内でも有数のスキー場になるだろうと見られています。スキー場付帯施設としては当面、レストハウスと駐車場を設けることにしていますが、宿泊施設については

は既存の旅館、民宿などを利用したいとして、オープンの目標を六十年冬とし、関係機関との調整や必要ない手続きを進めてゆく予定でいます。町では、積年の夢がようやく実現したとして、今後スキー場計画に地元雇用や

地場産業を結びつけて、過疎脱却を図るよう対策を急ぐことにしています。特に道路環境整備と民宿施設の確保は急を要しており、県の力を借りながら町民の総意を反映させ、スキー場建設による観光の町づくりをめざします。

過疎脱却に明るい希望

阿仁町と森吉町が県の支援を受けながら、国土計画株式会社(本社、東京・堤義明社長)に実現方を要請していた森吉山大規模スキー場計画の概要が発表になりました。これは、七月二十五日に県を通じて両町に伝えられたもので「これまで数回行なった現地調査、資料をもとに種々検討した結果、地形、雪質、気象など、スキー場としての諸条件を備えており、雄大なスキー場となるとの結論を得たので、今後地元関係機関の受け入れ体制を整え、スキー場建設に取り組みたい」という内容のもので、町では、待ちに待ったこの朗報を心から歓迎

大規模スキー場計画の発表は、全町民に夢と希望を与えてくれた。過疎にあぐら町が今、さなぎから蝶へと大きく脱皮しようとしている。そんな時、町の声を代表して四人の方に登場ねがった。

山田由夫さん(水無)

阿仁スキークラブ理事長

メモ



山田さんは大型スキー場構想生みの親で、昭和三十一年、関係者に計画を示すが、当時スキー場建設に對し理解を持つ人は少なかった。四十五年、当時の町長に再び持ち込んだ所「面白い、取り上げてみよう」との事でやっと目の目を見るかに。だが、二度のオイルショック等景気の悪化で、計画にスポットはあたらずじまい。その後は粘り強い手段でやっと計画が県段階へ届き、今日に至っている。発表された索道の位置等、山田さんの持つ写真とピットリ一致している。

阿仁大型スキー場計画は阿仁鉱山発見以来の歴史的なことであり、町の命運がかかっているものと思う。当町には、マタギヤや阿仁鉱山等古い歴史があるのでこの歴史とスキー場を基本にした通年観光の町として是非とも発展させたい。蔵王スキー場へ行った時

戸板一枚でコンニャクを売っているオバサン達がいだが、一日八万円から十二万円もの売り上げで、シーズン中百二十日間続くとのこと。全町民はスキー場計画に関心を持ち、工夫とアイデアでそれぞれが具体的な対応を早く持つべきです。町発展の為の大きな柱として大型スキー場構想を立て、それが今実現の運びとなったものなので、町では企業の後を追うことなく積極的に企画立案して行くべきであり、そのため広く意見を聞く機関を作るべきだと思います。

ついに現 大規模 国土計画(株)



び、さっそく町議会と全部落会長等に報告しました。又、近く国土計画並びに県当局に対し、町議会共々感謝の意を表明することにしていきます。

この4月行なわれた国土計画による現地調査
(ブナ帯と前岳境付近)



スキー場建設位置図

北林昭男さん(下新町) 商工会青年部長



町の将来に不安を持っていたが、今、希望の光がさして来たという感じです。

雪に埋もれていた町が、カラフルなスキーウェアを着た若者が闊歩すれば町に活気がみなぎるだろう。町民はもう手を挙げて国土計画を歓迎し、町外の知人や親戚にダイレクトメールで広げたり、特産品開発、民宿等、企業と一体になって邁進して行くべきと思う。

町は道路整備を急ぎ、スキー場近隣の土地開発計画を早く打ち出し、町内の民宿、ペンション経営希望者の進出に道を開くべきと思う。いずれにしても、全町民が観光の町づくりのために協力し、観光客に好印象を与える努力をすべきだと思います。

松橋キン子さん(比立内) 商工会婦人部長



発表の新聞を見たとき喜びの感動を覚え、過疎からの脱皮、阿仁の夜明けだと感じました。町内は若者、

家族連れのお客が増え、人のふれあいのある町になると思う。接客態度を一人ひとりが学び、真心を持って接してゆくことが町の繁栄につながる事でしょう。

町は町民と企業のパイプ役になり、夏季は豊かな自然環境の静養地、冬季はスキー場にと、年間活用出来る施設づくりと、町内各地から入れる道路づくりになんばって頂きたい。

鉾山の町から観光の町となり、年間三十万人もの観光客が訪れている尾去沢マインランドは、反面町部と離れているため素通りが多く、町に潤いが少ないと聞きます。研修をつみ、スキー場と町部とのつながりが密になる計画を望みます。

鈴木兼芳さん(戸鳥内) 阿仁町農協勤務



ようやく動き出すのか、という感じです。町や関係機関の努力の結果だと思

若者が定着して過疎が解消され、雇用の確保、購買力の増大で町に活力がつかうことうけあひなりのです。

農産物や山菜加工品等を地元調達するなど、企業ベースでなく住民に恩恵をもたらすスキー場とすべきです。町では交通網整備、と

りわけ鷹角線の早期完成に努めると共に、農家の冬季雇用も図ってもらいたい。

町内の各種団体や企業とスキー場計画が有機的に結びついた運営が図られるよう、話し合いの場づくりを希望します。

* * *

音楽仲間のコンスアート

第一回 阿仁音楽祭

町内の音楽好きのグループが結集して、チャリティーを兼ねた「第一回阿仁音楽祭」を企画し、七月三十一

日の雨の日曜日、第一中体育館ですばらしいコンサートを成功させました。この音楽祭の実行委員会



演奏する阿仁バンド

の主力は青年達（阿仁バンド）が担い、連日の練習の外にプログラム作りや他グループとの打ち合わせに奔走して、公演を成功に導いたものです。プログラムは阿仁バンドが演奏する（すみれ、セブテンバラ、サメムチヨ）や（キッスは目

にして）等軽快なリズムが続きました。次いで第一中と第二中のブラスバンド三十六名による合同演奏で（イエスタデイ）外を、呼吸もピッタリに好演奏。

続いて登場は、黒のスカートに白のブラウスというコスチュームのママさんコーラス「コール・モンターク」です。美しいハーモニーによる（すてたものじゃない、この人生）外を、辻みどりさんのピアノにのせて発表しました。

この音楽祭最大のシーンはプログラム終盤の、出演四グループ合同による大演奏でした。阿仁合小、金新佐久先生の指揮で「切手のない贈りもの」など三曲の大演奏は生の迫力が会場一杯に響きわたり、大きな拍手がわき起っていました。

町の敬老式 九月十三日

今年の敬老式は、九月十三日、午前十時三十分から町民体育館で行なわれます。お年よりの長寿を祝い、永い間社会につくされた功績が讃えられます。

尚、該当者には通知を差し上げますので、出席の有無を返信ハガキに記入の上、九月五日までにご回報下さい。

教育委員の 佐藤松治氏 死去



町の教育委員であられる佐藤松治氏が十八日、療養先の秋田市の病院でおなくなりになりました。氏は、昭和三十九年荒瀬小学校を去られた後三十七年間教鞭を執られた校長等を歴任。三十九年、四十三年及び四十六年、現在迄町教育委員として活躍されておりました。心から哀悼の意を表し、冥福をお祈りいたします。

享年七十六歳

農事 暦

稲作りの仕上げ はていねいに 水稲

実りの秋を迎え、稲作りも最後の追い込みに入りました。消雪と同時に悪天候とたたかひながら苦労して作った稲の管理に、手落ちなくがんばって下さい。

早期落水はさける
近年は機械力の利用が大幅に増加して、機械作業能率のみを考えて落水が早くなっています。

この時期は、玄米の幅の発達が増え、厚みと重量が増加しますから、根の機能を落さないで、いつでも生葉が見れるように間断灌水の水管理が必要です。

適期刈取りの励行
刈取りのめやすとして、早生種は穂揃いから四十日中生種で四十五〜五十日を基本にし、出穂後の平均気温の積算温度が一、〇〇〇度とされています。

一般には、立毛の状態から判断する場合があります。めやすとして、穂首黄変が九パーセントに達した時期

となっております。

一、等米づくりの栽培管理が十分でも、刈取りの遅れや乾燥、調整技術の失敗でせっかくの努力が水の泡とならないようつとめて下さい。尚、検査の結果から、二等米に格下げされた主な原因は、胴割米によるものが最も多く、次いで被害粒、籾の混入等があげられます。

秋野菜の管理 は手まめに 野菜

病害虫防除
白菜の軟腐病は、特に早播きや排水の悪い土壌で発生が多いので、キスジノミハムシなどの同時防除をして下さい。その他、アオムシ、コナガ、ヨトウムシ等の防除には、オルトラン、バブチオン、エルサンなどの薬剤を散布して下さい。

ネギの管理（一本ネギ）
追肥と防除、土寄せがこれからのポイントです。

追肥は九月上旬、九月中旬、十月中旬頃に、それぞれ一回につきNK化成肥料十アール当り二十五kgを植みぞの肩にふりかけ、鍬で土と混ぜながら植みぞに落として下さい。

土寄せは軟白部を伸ばし品質を向上させる重要な作業なので、あまり回数を多くやると収量減になります。

転作農家特別 貸付金の申込み

県単資金（秋田県の制度金融）の借入れ希望がありましたら、次により受付けますので申込み下さい。この資金は無利子です。貸付け対象となる事業

- ① 小規模な排水改良及び客土並びに心土破砕事業
- ② 土壌改良資材の購入
- ③ 転作用農業機械の購入
- ④ 乾燥、育苗施設の取得
- ⑤ 生産資材の購入

貸付け限度額
個人：三十万円
償還期間
五年以内（うち二年据置）
申込みは、九月二十日までに、役場農林畜産課へ。

転作用バックホー の利用申込み

町では、五十五年度から排水不良田の解消と、転作の定着化を図るため、バックホーの貸出しを行なっています。転作等、排水不良で困っている方は農林畜産課まで申込み下さい。尚、料金は一時間当り、三千円となっております。



三位になった、左から戸島丈夫、柴田喬、柴田利一、宮野勝男の各選手団員

第十一分団健闘三位

小型ポンプ操法で

五十八年度大館北秋田支部消防訓練大会が七日、田代中グラウンドにおいて行なわれ、八市町村から消防団代表が参加し、日頃の訓練の成果を競い合いました。

我が町から参加した第十一分団（小様、三枚地区）は、小型ポンプ操法の部で見事三位に入りました。

又、規律訓練礼式の部では町内各分団選抜による二十五名が参加して、五位に入りました。

これは、町としては最近にない好成績であり、炎天下で汗だくになって駆けまわった選手団員に、たくさんの拍手が送られています。



生演奏にうっとり

生演奏を聞いて情操を高めようと、阿仁合小学校では鷹巣高校ブラスバンドを招いて「音楽鑑賞会」を開きました。

鷹巣高校のブラスバンドは県内でも優秀なクラブとして有名ですが、夏休みをひかえた七月二十三日、阿小のチビっ子達にプレゼントをしてくれました。

曲は子ども達になじみ深い「海」「夏の思い出」「めだかの兄弟」などを最初に演奏。そして徐々に吹奏楽の持つ良さを十分出した曲へと入って行き、特にスッペ作曲「軽騎兵」序曲の演奏では全校児童の大きな拍手をさそっていました。



おはよう野球

ズが優勝

今年度の全県おはよう野球大会の町内予選は、六月から八月まで、八チームによるリーグ戦で行なわれ、比立内ドリンカーズが六勝一敗で優勝、郡大会へ出場しました。

郡大会出場をかけた郡予選では、初戦で鷹巣町の古豪チーム鳳クラブと対戦、一対三で惜敗しました。

尚、ドリンカーズに対し、郡大会でのさわやかプレーを称え、マナー賞が贈られました。

林業指導委員を委嘱

阿仁森吉森林組合

阿仁森吉森林組合では、当地区の林業の推進指導と組合員の生活経済の向上を図るため、日頃林業振興に熱心で、しかも自らも実践している方々十二名を、林業指導委員として委嘱しました。

六日に開いた第一回委員会には、北秋田農林事務所と阿仁、森吉両町が来賓として出席し、今後の運営方針等について協議しました。

森林組合では、今後は林業指導委員会を軸として、それぞれの地域の林業振興を強力に推進して行くことにしています。

工事入札結果

- ①工事名②落札額③落札者
- 前田表線側溝改良 三、五九万円、中嶋土木中嶋礼治
- 積沢線側溝改良 一、一五万円、鈴謙組鈴木謙一
- 小淵喜鶴線法止 三〇〇万円、上杉組上杉義定
- 上登線改良 二、五五万円、古河林業榎古河久純
- 三枚向林線舗装 四、五九万円、秋田土建榎北林一成
- 中村水上線舗装 三、二五万円、秋田土建榎北林一成
- 萱草線舗装 一、八七万円、秋田土建榎北林一成
- 十二ノ沢線舗装 五、六一万円、秋田土建榎北林一成
- 保育所線舗装二期 三、一六万円、秋田土建榎北林一成
- 岩ノ目沢線舗装 一、七二万円、秋田土建榎北林一成
- 中佐山林道舗装一、一四六万円、秋田土建榎北林一成

広報送付の謝礼

千葉市葛西町の佐々木かつ枝さん（水無横町出身）は、毎月広報を送って頂いているお礼にと、五千円送金して下さいました。

町では切手代などに使わせて頂きます。ありがとうございます。

第二土曜

休みます

阿仁合郵便局

郵便局では、昭和五十八年八月から毎月一回、第二土曜日に次のとおり窓口の取り扱いは休ませていただくことになりました。

郵便局をご利用いただく皆様には、なにかとご不便をおかけすることと思いますが、ご理解とご協力を賜われますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

○休ませていただく窓口

- ※郵便物の集配事務を取り扱っている郵便局 為替貯金
- 簡易保険及び郵便年金の窓口
- ※その他の郵便局 全部の窓口

ブロック塀の点検を

地震で弱っていませんか

このたびの、日本海中部地震による各種被害のなかで、ブロック塀、石垣等の倒壊の被害が数多く見られます。幸いにも当町では被害がありませんでしたが次の地震または強風等によって倒れないという保証はなく、特に道路に面している箇所については、学童、通行人にとって、非常に危険ですので、コンクリートブロック造、石造、レンガ造、などの安全点検を行って下さるようお願いいたします。

尚、点検の結果、改善をしなければならぬと思われ

善意

- ◆ 社福協へ香典返し
 - 萱草の田中郁雄さんから(亡父・常雄)五万円
 - 湯口内の佐藤税さんから(亡父・富夫)一万円
 - 根子の佐藤三太郎さんから

- ◆ 公民館へ寄贈
 - 水無の大町母の会(会長小武海ウタ)では、会結成十五周年を記念して、三面鏡一台を公民館に贈呈。

クマに注意

山に入る時の心得

今年は例年になく各地で熊が異常出没しています。また熊に襲われ死傷するという事故も多発していますので、山に入る時は次のことに注意して下さい。

- 一、山に入る時は一人だけでなく複数で行くように。
- 二、山の中では、ラジオや笛を持ち込んだり大声を出したりする。
- 三、食べ物の残りを山に捨てない。
- 四、熊の姿を見たり、足跡を見つれたりしたらその場から引き返す。
- 五、子熊のそばには必ず親熊がいるはず。すぐその場から引き返す。
- 六、できるだけ見通しの良い場所を選んで歩く。
- 七、熊に襲われそうになり逃げ場がない時は近くの立木に登る。

※ 熊の姿を見たり、足跡を見つけたら役場、猟友会に、緊急の時は警察に通報して下さい。

慶弔だより 8月

◎ こんにちは、赤ちゃん

- 高橋 雄太 (久男 二男) 荒瀬
- 三浦 伸忠 (忠男 二男) 上新町

☆先月号で、荒川祐也とあるのは荒川祐矢のまちがいでした。訂正してお詫びいたします。

◎ 結婚おめでとう

- | | | | |
|-------|-----|-------|-----|
| 入江 久 | 湯沢市 | 宮野 繁蔵 | 小 様 |
| 松橋 妙子 | 比立内 | 山田ゆみ子 | 根 子 |
| 齊藤 信男 | 合川町 | | |
| 菊地美千子 | 長 畑 | | |
| 柴田 忠雄 | 比立内 | | |
| 大川ひづる | 森吉町 | | |
| 成田 義勝 | 森吉町 | | |
| 鈴木やよい | 戸島内 | | |
| 大野 直俊 | 下新町 | | |
| 尾沢千恵子 | 新潟県 | | |

塩分はできるだけ少なめに 保健婦だより

《塩分はどれくらいとればいいか》

塩が生体にとって絶対必要とすると、どれくらいの量を取るべきだろうか。これは個人的、地域的、民族的など、いろいろな習慣、環境によって大きな違いがあり、簡単にはいえません。現実的には一人一日0.5gあればよい、とされているといえます。普通の食品を生の状態でも、一日に約2gの塩分が入るとされていますので特に食塩の形で取らなくてもよいことになります。昭和55年から昭和57年にかけて、阿仁町の3地区で食事調査を行った結果から食塩摂取量を見ると、一人一日当たり16.8gとなっています。一番多かった人は31.8g、少なかった人は5.8gの食塩をとっていました。塩分は一日10g以下にしましょう。

《みそ汁をとり過ぎないように》

みそ——とくに大豆の持つ優れたタンパク、脂肪などの栄養の効用は認められていますが高血圧、脳卒中への影響を考えると従来のような塩辛のみそ汁、濃い食塩味の漬け物を多く食べ続けることを制限しなければならなりません。今年の7月に行った健康教室でのみそ汁調べで、みそ汁の平均濃度は1.05%でした。(みそ汁の濃度は1%以下がよいといわれています。)みそ汁をとる場合は、お代わりをせず、なるべく薄味に、そして中の具を多くするように。

母子手帳交付日

- 次の日程で母子手帳の交付を行います。
- 9月5日…支所 時間9時30分～正午
- 9月9日…役場 時間8時30分～5時

■ おくやみ 申し上げます

- 佐藤 富夫(48) 湯口内
- 田中 常雄(71) 萱草
- 佐藤 シヤ(82) 根子
- 蒲 貞雄(33) 小 様