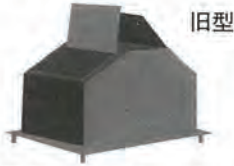


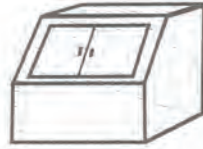


# 4月1日から ごみの収集方法が変わります

◆ごみ収集コンテナ(佐々町・吉井町・小佐々町)が金網製に新しく変わります。

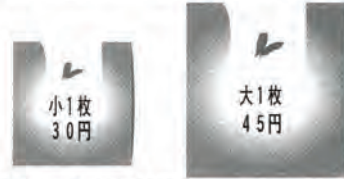


旧型



新型

◆指定の袋(うすい青色の袋)を、購入して出してください。



◆加入手数料が不要となります。

◎金網製は直接臭いがしますので、台所のごみは十分水切りをし、指定の袋に入れ、収集日の朝に出してください。なお、臭気が出るごみについても、同様にお願いします。

## 可燃物収集新日程と分別(くわけ)のしかた

月・水・金

火・木・土

(東町・西町・口石・木場・佐々南〈末永地区雇用促進も含む〉・芳の浦・千本・北・松瀬・若佐・市瀬・鴨川・里山・里・中央通り)

(真申・水道・沖田・土手迎・浜迎・四ツ井樋・新町・神田・さざん花・角山・野寄・栗林・志方・古川)

⑨ ごみは、収集日の『午前8時30分』までに必ず出してください。

<p><b>台所ごみ</b></p> <p>台所のごみの50%以上は水分です。十分な水切りをし、袋の口は固く結んで出してください。</p> <p>十分に水切りをしてください。袋の口は固く結ぶ</p> <p>可燃物の袋へ。</p>	<p><b>庭のごみ</b></p> <p>少量の草、落ち葉・楠木の葉刈り</p> <p>専用袋を結び付けて出しましょう。</p> <p>長い枝は、60センチ以内に切ってひとまとめにし、可燃物の袋を結び付けて出してください。</p> <p>60センチ以内</p> <p>&lt;10kg程度に!&gt;</p>									
<p><b>紙類</b></p> <p>ダンボール・新聞・雑誌・チラシ</p> <p>種類別にまとめて、可燃物の袋を結び付けて出してください。</p> <p>専用袋を結び付けて出しましょう。</p> <p>60センチ以内</p> <p><b>持ち込みのごみ処理料金</b></p> <p>&lt;10kg程度に!&gt;</p> <table border="0"> <tr> <td>一般家庭</td> <td>10kgまで40円</td> <td>10kg超毎40円</td> </tr> <tr> <td>事業所</td> <td>10kgまで80円</td> <td>10kg超毎80円</td> </tr> <tr> <td>動物死体(犬、猫等)</td> <td></td> <td>一体1,030円</td> </tr> </table>	一般家庭	10kgまで40円	10kg超毎40円	事業所	10kgまで80円	10kg超毎80円	動物死体(犬、猫等)		一体1,030円	<p><b>布類</b></p> <p>古着・衣類・ボロ布</p> <p>可燃物の袋に入れて出してください。</p> <p>量が多いものは、ひとまとめにして袋を結び付けて出しましょう。</p> <p>組合では、建設廃材、土砂、ガレキ、古タイヤ、廃油、自動二輪、スプリング入りマット等の処理は、いたしません。</p>
一般家庭	10kgまで40円	10kg超毎40円								
事業所	10kgまで80円	10kg超毎80円								
動物死体(犬、猫等)		一体1,030円								

**ごみを減らしましょう**

町では、ごみの減量化のための生ごみ堆肥化容器を購入される方及び、再資源化のための資源ごみを回収される団体に対し、補助を行っています。

詳しくは、保健課衛生係までおたずねください。

お問い合わせは——

佐世保広域圏北部塵芥処理一部事務組合

佐々クリーンセンター(佐々町・吉井町・小佐々町・世知原町)

☎62-3512

までお願いします。

# 家族そろって 交通災害共済へ 加入しましょう



交通事故は私たちの身の回りで毎日のように発生しています。

不幸にしてこのような事故に遭われたときに経済的援助をということで、県下全町村が一体となって「一人年三百六十円」の少ない掛金でお互い助け合おうというのが「町村交通災害共済制度」です。万一に備え、家族そろって加入しましょう。

### 交通事故とは

国内で自動車、汽車、電車、バイク、自転車、旅客船、旅客機等により、接触、衝突、転覆等の事故に遭われた場合です。

### 加入できる方は

佐々町に住民登録又は外国人登録をしている方は、年齢に関係なく誰でも加入できます。

また、就学(学生)のため一時的に転出している方も加入できます。

### 加入申し込みは

総務課窓口(二階)で随時受付いたします。

### 共済掛金は

一年ごとに加入者一人につき三六〇円です。年度途中でも受け付けますが、掛金は同じですから早く申し込まれた方がお得です。

### 共済期間は

平成八年四月一日から平成九年三月三十一日までの一年間です。

ただし、四月一日以降に加入される方は、役場で受理した日時から平成九年三月三十一日までです。

### 見舞金の請求は

請求書に次の書類を添えて役場に提出してください。

- ① 加入者証兼領収書
  - ② 自動車安全運転センターが発行する交通事故証明書
  - ③ 医師の診断書
  - ④ 死亡の場合は戸籍謄本
- ※自殺による事故、無免許運転による事故、酒酔い運転による事故、故意又は重大な過失による事故、天災などの原因で起きた事故には見舞金は支払われません。

### 請求期限は

災害見舞金は、事故が発生した日から二年以内に(治療中であっても)必ず請求しなければなりません。

### 事故に遭ったら

交通災害見舞金の請求には事故証明が必要ですので、事故に遭ったら必ず警察に届けましょう。



### ■災害見舞金は

等級	災害の程度	見舞金額
1	死亡の場合	100万円
2	自動車損害賠償保障法施行令 第1級の障害	70万円
3	自動車損害賠償保障法施行令 第2級及び第3級の障害	50万円
4	治療期間が300日以上で実治療日数が190日以上の場合	22万円
5	治療期間が270日以上で実治療日数が170日以上の場合	20万円
6	治療期間が240日以上で実治療日数が150日以上の場合	18万円
7	治療期間が210日以上で実治療日数が130日以上の場合	16万円
8	治療期間が180日以上で実治療日数が110日以上の場合	14万円
9	治療期間が150日以上で実治療日数が90日以上の場合	12万円
10	治療期間が120日以上で実治療日数が70日以上の場合	10万円
11	治療期間が90日以上で実治療日数が50日以上の場合	8万円
12	治療期間が60日以上で実治療日数が30日以上の場合	6万円
13	治療期間が30日以上で実治療日数が15日以上の場合	4万円
14	治療期間が5日以上で実治療日数が3日以上の場合	2万円

# まぢかど

## シロウオ漁最盛期

ずらりと並んだ足場と大きな四つ手網。  
 佐々川の春の風物詩となっているシロウオ漁は今が最盛期です。



## 喜びと自信を

寒い季節は、どうしても室内で過ごすことが多くなりがち。このため、保育所ではラッパや縄跳びなどを取り入れて、できるだけ戸外で体を動かす保育をしています。

第三保育所では、初夏を思わせるような暖かい一日となった二月十四日、マイペースマラソン大会と縄跳び大会を行いました。

この大会は、体力づくりを兼ねて、最後まであきらめないで完走することによって、やり遂げたときの喜びを味わい、また、できなかった縄跳びが練習によって上手にできるようになり、それをみんなで見せ合っただけでなく、自信も持たせる



最後までがんばるぞー

ために行ったものです。園児たちは、額に汗を浮かべて一生懸命に走り、また、縄跳びでは何十回も続けて跳んだり、うしろ跳びやあや跳び跳びもしてみせるなど、大きな自信をつけたようです。

## 基本の繰り返しで上達

—バスケットボール実技講習会—

教育委員会では、スポーツの技術向上を目指して、毎年全国レベルの指導者を招いてスポーツ実技講習会を開いています。

今回は、昨年十二月の全国高校選抜バスケットボール大会で優勝した中村学園高校女子バスケット部の吉村コーチと部員十一名を迎え、町内外の中学、高校生とその指導者など約二百人が参加して、二月十二日にバスケットボール実技講習会が行われました。

吉村先生が選手の紹介と日頃の練習の様子などを説明。「基本を大事に、失敗を繰り返さない努力をすることで上達する。高く大きな夢を持って、自分の心を開き、他の人の意見をすなおに聞けるようになればさらに伸びる。」とまずメンタル面の講習。

続いての実技講習では「手を広げて、キャッチしたときに2回音がするように」や、「早いパスをするには、押し出す動作よりも引く動作を早く」など、基本を大事にされる吉村先生らしい指導が行わ

## ジョギングフェスティバルにご協力を！

3月10日(日)9時40分から、町内外の選手2,360名が参加して、町道神田線で白熱のレースを展開します。

コースの沿道は、交通量の増加で警備が非常に難しくなります。このため、交通機関をはじめ、皆様に一時的にご迷惑をおかけしますが、選手の安全と事故防止のため、次の事項についてご協力をお願いします。

- 1、選手の伴走及び移動応援は一切禁止します。
- 2、道路での声援は、一般車両の通行妨害やレースの支障にならないよう注意してください。
- 3、沿道には、犬の放し飼いを絶対にしないでください。



昨年の大会から



れ、参加した指導者の一人は「全国優勝に導いた吉村コーチの指導はさすがに説得力がある」と感心しながら真剣に耳を傾けていました。

# お知らせ



## 平成八年度

### 「九州青年の船」

#### 団員募集!

- ▼募集期間／4月1日(月)～5月15日(水)
- ▼応募資格／満20歳から満29歳の男女。4月1日で県内居住一年以上。
- ▼訪問先／中華人民共和国(北京・天津)、大韓民国(ソウル)
- ▼日程／8月25日(日)鹿児島本港出港、9月5日までの12日間
- ▼募集人員／44名(男子22名、女子22名)
- ▼経費(個人負担)／参加費七万三千元。ほかに渡航手続き、事前研修参加費等四万円程度が必要です。
- ▼問合せ先／教育委員会へ

## 米穀小売業の登録申請期間は

### 4月1日～30日です!

- 新食糧法では、一定要件を満たす人(法人)であれば、だれでも登録でき、6月1日から「米」を販売することができます。
- ▼登録手続
    - ・申請期間は毎年4月1日から30日までの一か月間のみ
    - ・登録日は6月1日
  - ▼要件
    - ・小売業を遂行できるだけの資力信用
  - ▼販売のための売り場があること
  - ▼手数料
    - ・一店舗目 九、〇〇〇円
    - ・二店舗目以降 一店舗毎に五、〇〇〇円
  - ▼申請書の配布／3月中旬以降になります
  - ▼問合せ先／県農産園芸課 流通対策室
    - ☎〇九五八一三三―四二七七

## 許しません「白い粉」

麻薬・覚せい剤等の撲滅にご協力をお願いします。

- 麻薬、覚せい剤、コカイン等(白い粉)の汚染が若者を含む一般市民層にまで広がっています。
- これらの薬物のほとんどが外国から密輸入されており、税関では「白い粉」を撲滅するため、皆様からの情報提供をお待ちしています。
- 次のようなことを見聞きしたら、税関へ通報をお願いします。
- ▼飲食店などで麻薬などの密輸の話聞いたとき
  - ▼外国の船などが港内外に入港(停泊)しているのを見たとき
  - ▼岸壁などに普段見かけない人・車・船を見かけたとき
  - ▼漁船の借用話などの儲け話を持ちかけられたとき
- 全国統一密輸ダイヤル(24時間フリーダイヤル)  
〇二二〇一四六一(シロイ)  
一九六一(クロイ)

## 暴力問題で困っていませんか!!

一人で悩まず・恐れず、まず相談電話を  
～ 力になります ～

- ★ 警察本部暴力追放テレフォン ☎0958-22-0007
- ★ 長崎県暴力団追放県民会議 ☎0958-25-0893
- ★ 江迎警察署 ☎66-3110

相談無料!  
秘密厳守!

お気軽にご相談ください



# 輪の火災予防運動

〈3月1日～3月7日まで〉

地域ぐるみで防火に対する関心を高めよう！  
 〈向こう三軒両隣 声かけ合ってつくる 防火の輪〉

火災や地震等の災害時には一人一人が行動するよりも、地域の人々が声かけ合って協力し、防火防災活動に当たることが一番大事です。日頃から地域の人々との交流を深め、「自分たちの地域は自分たちで守ろう」をスローガンに自主防災組織をつくり災害に強い『まちづくり』をめざしましょう。

◎火災のお問い合わせは 24-0119 へ ◎病院のお問い合わせは 23-8199 へ  
ハイキュウキュウ  
 ☆其他のお問い合わせは 《佐世保市消防局》 ☎23-5121 へ

## 家庭の地震対策入門

## の行動ヒント集

地震による被害を最小限に食い止めるためには、火災を起ささないことが、とても重要です。では、実際、火を使っているときに地震が起きたらどのように対処すればよいのでしょうか。

「地震だ、火を消せ！」の言葉どおり、揺れを感じたら素早く火の始末をすることです。台所など火の近くにいたときは、すぐに消すようにしますが、消火のためにわざわざストーブなどに近づくことは、かえって危険ですので、そういった場合は、揺れが収まってからにします。

万一、出火してしまった場合は初期消火を。消火器など消火用具が使用できれば、それに越したことはありませんが、混乱して消火用具の位置が確認できない場合は、次の方法を参考にしてください。

身の回りの水を使う……冷蔵庫の中を見てください。牛乳やウーロン茶のリットルパックが入っていれば、そのまま消火用水として使えます。ビールを思いっきり振ってかければ立派な「泡消火器」になります。また、浴槽の水も役に立ちます。この

### 「地震だ火を消せ！」& 初期消火

場合、近くに手ぼうきなどがあつたら、素早く水に濡らして掃き消すという方法もあります。

濡れ布を使う……天ぷらなべの火災は、うっかり水をかけると油が飛びはねてしまひ、かえって火の勢いが強まり危険です。水に濡らしたシーツなどを使い、上から覆いかぶせて消します。このとき注意したいのは、手を火のほうへさらさないようにすること。布の端で手を覆うことによりやけどは防げます。この方法は、ストーブ火災にも応用できます。

### 火災を防ぐ ①



日 程 表

日 時	町 内 会	場 所	時 間
3月21日 (木)	口石・佐々南・未永	口石公民館	9:00～ 9:50
	木場・牟田原	木場公民館	10:10～11:00
	大茂	大茂公民館	13:30～13:50
	江里	江里公民館	14:00～14:20
3月22日 (金)	東町	東町公民館	9:00～10:00
	芳ノ浦・西町・真申	芳ノ浦公民館	10:10～11:20
	四ツ井樋・水道・浜迎 土手迎・沖田及び未永	土手迎公民館	13:30～14:30
3月25日 (月)	松瀬・北・若佐	北 公 民 館	9:00～ 9:40
	市瀬・鴨川	市瀬公民館	10:10～11:20
	神田・牟田原・さざん花	神田公民館	13:30～14:30
3月26日 (火)	古川・志方・中央通 野寄・栗林・角山・千本 里山・里・新町 及び、各日程に更新 できなかった人	役 場	9:00～17:00

現在使用されている国民健康保険証の有効期限は平成八年三月三十一日までとなっていますので、次のとおり保険証の更新を実施します。

国民健康保険証の  
更新手続きを！



- ◎国民健康保険証
- ◎遠隔地国民健康保険証
- ◎在学証明書(大学・短大  
各種専門学校等)
- 《ご注意》  
保険証の更新をしないと、

国民健康保険に加入されている世帯は、もれなく更新手続きをされますようお知らせします。

①日時及び場所  
平成八年三月二十一日  
(木) から四日間、左記の日程表のとおりです。

②持参するもの

四月一日以降今までの保険証は無効となりますが、保険税はそのまま課税されます。

なお、保険証に異動(社会保険加入・離脱や出生・死亡等)が生じている場合、又、退職被保険者に該当していると思われる方は、保健課で手続きをしてください。

保険料は、  
きちんと納めましょう。

国民年金保険料は基礎年金を支払うための一番大切な財源です。家計の中に組み入れ納期限までにきちんと納めましょう。

保険料は20歳から60歳になるまでの40年間、納めることになっています。  
老齢基礎年金を受けるためには、この間に最低25年以上の保険料を納めることが必要です。

定額保険料…平成7年4月から1か月11,700円

付加保険料…1か月400円  
(第1号被保険者で希望する人)

保険料は年齢・所得・性別に関係なく全国一律です。

国民年金



保険料を未納のままにしておくと

保険料を未納のままにしておくと、老齢基礎年金ばかりか、もしものとき、障害・遺族基礎年金も受けられない場合もありますので忘れずに納めましょう。



●社会保険料控除があります。

支払った国民年金の保険料は、年末調整や確定申告をするときに控除されます。

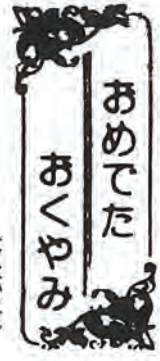


保険・年金相談

○とき 四月十一日(木)  
10時～14時

○ところ 健康センター

○年金、社会保険について  
個人相談を行いますので、お気軽にご利用ください。



ご結婚おめでとう

(敬称略)

氏名 町内会  
 夫 永田 正利 さざん花  
 妻 廣田 絹子  
 夫 岡本 松信 芳ノ浦  
 妻 松尾 美佳

お誕生おめでとう

父の名 母の名 性別 出生児 町内会  
 北村 明帝 優子 栗林  
 久保 文和 和美 市瀬  
 大瀬 富好 佐由美 市瀬  
 橋本 聡 真智子 神田  
 板井 弘明 由紀 若佐  
 女 清香 市瀬  
 迎 孝一 雅子 志方  
 女 美咲  
 棚橋 勝弥 三枝子 角山  
 男 優汰  
 北村 一博 智子 沖田及末永  
 女 緑  
 浜上 洋 真由美 里  
 女 百合

ご冥福を祈ります

氏名 年齢 町内会  
 山永 義則 29歳 里  
 松尾 軍二 66歳 千本  
 森田 吉治 66歳 口石  
 横田 博 56歳 市瀬  
 坂本 薫 95歳 里  
 坂本 敬雄 74歳 里  
 (二月十三日まで受付分)

《お詫びと訂正》

2月号の「お誕生おめでとう」の椋山秀雄(まゆみ)さんの記事で、真奈美さんは真奈美さんの誤りでした。お詫びして訂正いたします。



公営住宅入居者募集

次のとおり入居者を募集します。  
**対象住宅** 町内の県営及び町営住宅で、平成8年7月1日までに空き家になる住宅です。  
**申込資格** 収入の多い人は公営住宅に入居できないなど、資格についてはいろいろな決まりがありますので、詳しいことは係までお問い合わせください。  
**募集期間** 平成8年3月1日(金)～3月15日(金)まで。  
 ◎申込みは、建設課住宅管理係まで。  
 ※次回の募集は、平成8年7月1日の予定です。

毎月の第1日曜は  
**町長対話の日**  
 3月は 3日  
 4月は 7日です。  
 ※対話の時間は  
 午前10時～午後3時まで

税務課だより

訂正します  
 二月号の正しい確定申告と納税はお早めの中に、「サラリーマンで給与の年収が一千万円を超える人」として、  
 3月15日(金)まで  
 消費税(個人事業者)  
 4月1日(月)まで  
 お済みですか  
 確定申告と納税は

さざ川柳会

新年句会から『さくら』



桜茶も心なごます祝い膳  
 冬の部屋紅を彩るさくら草  
 花見酒樹齡名所の花吹雪  
 安売りの客は見知らぬさくらのみ  
 賭け将棋さくらに釣られ丸裸  
 寅さんの旅の枕にさくら出る  
 寅さんのさくらがさくらよく続く  
 寅さんの商いさくら出番なし  
 寒風に耐えてはぐくむ桜の芽  
 咲いてよし散ってまたよしよしの山  
 「サクラチル」電報届く春寒し  
 客を寄せ巧みにさくら演技する  
 特攻の鎮魂悲し若さくら  
 沖繩から緋寒櫻の花だより  
 友と寄りさくら音頭の花むしろ  
 文箱へ思い出秘めたさくら貝  
 爛漫と熟女のように咲く櫻

古市千鶴子  
 天島美代子  
 天羽 一子  
 松永 茂  
 出端 九一  
 福島 京子  
 末永 光夫  
 松川 房江  
 宮原九一郎  
 小畑 定雄  
 井上 順一  
 南 茂  
 植松 義則  
 山下 彌生  
 小田 清子  
 辻 智佐恵  
 福地よしみ



# ふれあい／トピックス

(社会福祉協議会から)

## 「老人ホーム一日体験」

― 福祉現場で貴重な体験 ―

一月二十七日(土)、福祉協力校の佐々中学校一、二年生、男子三名、女子四名が小佐々町にある特別養護老人ホーム「黎明館」において「老人ホームの一日体験」に参加しました。



ベッドから車イスへ移動介助

まず永田理事長から「痴呆について」の講義を受けた後、担当職員の指導で、二人一組となり手足を縛り右半身不自由な状態で、ベッド起座、車イスへの移動、ベッドに寝た状態で食事、また特浴を体験しました。  
「人から食べさせてもらうのは、実際よいものではなかった。」と体験した生徒全員



お年寄りへ食事介助

が介助と介助される難しさを実感しました。  
この体験を通し将来福祉関係の仕事をめざしたいと思った生徒もおり、この日の体験は、生きた福祉の学習であったものと思われました。



特殊浴槽で入浴体験と介助

## 出前の福祉サービス開始

社会福祉協議会では、土手迎、浜迎、志方をモデル地区としてデイサービスに通所されてないお年寄りを中心に月一回約二時間程度の「ミニデイサービス」を行なうことになりました。

二月十五日、土手迎公民館では、地区の民生児童委員や福祉協力員の呼びかけで集まった二十人のお年寄りが和気あいあいレクリエーションで身体を動かしたり、食事と健康についての話などを熱心に聞くなど、楽しく過ごされました。



レクリエーション「はちまき競争」

## 《寄付のお礼》

社会福祉事業振興基金へ

◎香典返しとして

▼故北村 シズ 様

里 北村 充 様

▼故稲垣 文雄 様

西町 稲垣 道子 様

▼故金子 陸夫 様

北 金子 美代子 様

▼故中路 健一 様

口石 中路 雅介 様

▼故横田 博 様

市瀬 横田 初一 様

▼故森田 吉治 様

口石 森田 シズエ 様

▼故松田 ノブ 様

口石 松田 俊二 様

ご逝去された方々のご冥福を謹んでお祈りいたしますとともに、ご遺族様のご厚意に心から感謝申し上げます。

◎社会福祉事業へ

リサイクルバザーの収益金の一部として

▽佐々生活学校

代表 山本 芳子 様

◎デイサービスへ

▽里 北村 昌幸 様

レーザーカラオケ一式

成五年二月から町内に四十七名の方々に福祉協力員として委嘱しています。

二月九日に現在の方々が再任されました。

## 福祉協力員再任

社会福祉協議会では、地域福祉活動を推進していくために社会福祉協議会の参加協力体制の組織づくりとして、平

会食サービスは三月八日(金)です。

## 安心コールサービス

利用料は無料です

申込みは民生児童委員へ

地区の福祉協力員が毎週一回、七十歳以上の一人暮らし高齢者の方々に安否確認の電話サービスを行っています。

## 心配ごと相談所

相談は無料・秘密厳守



内田相談員 (古川)  
松尾相談員 (中央通)  
貞松相談員 (四ツ井通)  
小森相談員 (市瀬)

私たちが毎週交替で悩みごとやお困りごとなどに応じております。どなたでもご相談ください。

ファックス及び電話相談も行っています。

毎週水曜日 ☎FAX ☎51-000番

午後一時から四時まで

3月6日 貞松相談員

13日 内田相談員

21日 小森相談員

27日 松尾相談員

※相談員の都合で交替することがあります。

健康相談は(担当 原田医師)

3月6日・27日



最新設備の「佐々クリーンセンター」

ふるさとから学ぶ、「住民総参加の地域おこし」を目標にした郷土学習講座、第九回は「身近な環境」ごみ処理についての現地学習でした。総工費三十二億円をかけた最新鋭の設備は、全てコンピュータで制御され、集中的に管理されています。

佐々町教育委員会  
佐々町公民館

## 心をつなぐみんなの広場

### 最新の設備を研修

— 郷土学習講座 —



さらに、環境保全を最優先した閉鎖系設備で公害に万全の対策がなされています。約二時間の施設見学、山藤係長から詳しい説明を受け、受講生一同、ごみ処理に莫大な費用がかかることを知り、省ごみ化へ生活を切り替える必要性を強く感じました。

### 3月

公民館でのつどいと教室



- 3日 佐々公民館フェスティバル (体育館) 10:00~
- 3日 北松町村対抗駅伝大会 (生月) 四ツ井樋チーム出場 9:00~
- 10日 ジョギングフェスティバル (中学校グラウンド) 9:00~
- 11日 明生大学 13:00~
- 17日 町内バドミントン大会 (町体育館) 9:00~
- 19日 さざん花教室 13:30~

### 佐々町の勢いを見せんものと

— 町内駅伝大会 —

一月二十一日(日)、第二十五回町内駅伝大会が佐々町体育協会と佐々町教育委員会の主催により開催されました。十五チームの参加により、晴天のもと、懸命な熱戦が展開されました。

北松南高の女子チームもオープン参加し、健闘しました。なお、結果は次の通りです。  
優勝 四ツ井樋町内会A  
準優勝 神田やろう会  
第三位 ジュピター  
四ツ井樋チームは、三月三日(日)生月町で行われる北松町村対抗駅伝に出場します。



### 元気な

歌声を披露

(少年少女合唱団 定期演奏会)



一月二十八日(日)、佐々町文化会館で、第十一回目の佐々町少年少女合唱団定期演奏会が開催されました。日ごろの練習の成果をみなさんに聞いてもらおうとあって、最初は緊張ぎみであったものの、すぐに平常心をとりもどし、佐々町少年少女合唱団のイメージソング「ともだちロンド」など、元気な歌声を響かせていました。

また、佐々大正琴クラブの友情出演もあり、楽しく、明るく、そして仲よく演奏会が終了しました。

# 自然を大切にすることを

— 佐々土曜学級 —

平成七年度から学校週五日制は、毎月第二、第四土曜日が休みとなったので、教育委員会では小学校高学年及び中学生を対象として、北松セメント工業所の岩崎英喜氏のご協力を得て佐々町土曜学級「デザインクラブ」を開設。「地球は、先祖から譲り受け

たものではなく、子孫のためを守りつづけるもの」という観点に立ち、自然を愛し、素晴らしい環境の中で生きていくために、自然を大切にすることを育てることを目的に行いました。佐々町が美しく住みよい町であるために、町民こそって努力いたしましょう。



鮎川医師の弟の濯三氏(たくぞう)は軍医として召集されて、大陸の戦線にいたことは前にも書いたが何年振りに休暇で帰っていると聞いたので、昭和十年十二月二十四日の夜、風外山房を訪れたが、濯三氏は軍医中尉となっており、元々兄より体格がよく如何にも軍医らしい風貌となっていた。彼が席を立って風外山房に鮎川医師と私の二人だけとなった時、

僕も参つとるよ。」流石に豪放な鮎川医師も困り果てた様子であった。その時私の頭にひらめいたのは、小佐々の岳ノ木場の母の実家の私の従妹であった。彼女はその当時、大村の私立の女学校の教師であった。

## 随筆郷土史 (253) 宮原九一郎

佐々の人物史(その五十八)

鮎川 静篇

「実は困った問題が起きていくのだ。」

と医師が言った。その問題とは、濯三氏の休暇は一ヶ月の予定であり、その間に結婚したいから嫁を決め

事情か、濯三氏が帰る間に破談の申し入れがあったのだと言う。

「今となって嫁の候補者を探す訳にも行かず、弟からは散々叱られるし、これには

手の指が痛んで炊事も出来ぬ状態であった。併し自分から言い出して断る訳にもいかず、明二十六日に、濯三氏と二人で大村の女学校へ行くことになった。

# 恒例の初打ち

— 佐々町武道始め剣道大会 —

一月二十八日(日)、恒例の佐々町武道始め剣道大会が、佐々町体育協会剣道部の主催により、町民体育館で開催されました。

演武(日本剣道形)や模範試合などが行われ、試合では、個人戦で小二・三年男||吉永祐樹、小四・五年男||大瀬将民、小四・五・六年女||池田和美、小六年男||岩坪和美、中学||森田豊、一般||藤野正の各選手が優勝いたしました。



# アンサンブルフェスティバルに入賞

(コールトワニー・めぐみあんさんぶる)

昨年の十二月二十三日(土)長崎市の平和会館で、第二回アンサンブルフェスティバルが開催されました。これは、少人数の合唱を審査するものです。

初参加の佐々町のコーラス「コールトワニー」が部門最優秀に輝き、また、「めぐみあんさんぶる」が、参加三十五団体、全部門での最優秀賞を昨年に続き受賞いたしました。





# 3月の すこやかガイド



休日在宅当番医日程表			午前9時～午後5時	
3/3	日	前田 医院	佐々町	62-6868
10	日	山田 医院	〃	63-3611
17	日	平井産婦人科	〃	62-3903
20	祝	富田 医院	小佐々町	68-2046
24	日	徳王 医院	〃	68-2120
31	日	田中 医院	〃	69-2521
4/7	日	西村 医院	吉井町	64-3151

### 眼科 診察日程表

町立診療所 ☎ 62-2405

3/1 (金)	※診療時間 午後2時から 午後5時まで
5 (火)	
8 (金)	
12 (火)	
15 (金)	
22 (金)	
26 (火)	



(注) 医師の都合で休診する場合があります。

## ◇保健行事◇

《佐々町健康センター》

項目	日程	時間	対象者・内容
骨粗鬆症検診	3/4 (月) 3/18 (月)	9:00~11:30 13:30~16:30	測定がスムーズにいくように予約をお願いします。
機能訓練教室	3/6 (水) 3/21 (木)	9:30~11:30	脳卒中後遺症、その他身体のご不自由な方。歌ったり、ゲームをしたりして楽しんでいます。お気軽にご参加ください。
妊婦相談・学級 母子健康手帳交付	3/12 (火) *次回 4/2 (火)	受付時間 13:30~14:00 学級 14:00~15:00	母子用品のそろえ方 新生児の取り扱い方 沐浴指導
乳児相談 (離乳食指導)	3/14 (木) *次回 4/9 (火)	受付時間 9:30~10:00  受付時間 13:30~14:00	生後7か月～生後12か月児 (身長・体重測定・一般相談・離乳食指導)  生後1か月～生後6か月児 (身長・体重測定・一般相談・離乳食指導) *生後5か月児には神経芽細胞種検査用紙を配布します。
1歳6か月児 健康診査	3/28 (木) *次回 5/23 (木)	受付時間 13:00~13:30	平成6年7月1日～ 平成6年8月31日生 *後日個人通知いたします。

### 健康テレホンサービス

☎ 23-4300

◇3月のテーマ

- 月 スポーツと突然死
- 火 乳幼児の突然死
- 水 お産と突然死
- 木 高齢者の突然死
- 金 青壮年の突然死
- 土・日 救急救命法

### 保健婦の ワンポイント アドバイス

#### ★腰痛をおこさない 日常生活の注意

人は二本足で歩くため、背骨に弱点を作ってしまった。普通の生活をしているだけでも腰への負担は

大きなものとなっています。現代の文明社会では全身を使う労働は少なくなり、一日中座ったままで作業をすることが多いようです。

このように、座りっきりの姿勢は、絶えず背骨や骨盤をとりまく筋肉を収縮した状態におき、かつ過度の緊張を強いることとなります。この結果、背中や腰の筋肉は、硬くなり、弾力性を失ってしまいます。

また、座り作業は背中を丸めた姿勢をとるため腹筋はたるみ、足の筋肉はほとんど使用しないため弱くなります。その結果、腰の背骨と骨盤のバランスが乱れ、腰痛の原因となります。したがって、腰痛を予防するには姿勢をまっすぐ伸ばし、身体のバランスを保持する上で必要な腰や背骨、腹部の筋肉の柔軟性と筋力を高めることが必要となります。

日常生活での注意点として、椅子には深く座り、背を伸ばすこと。少し硬めの布団に寝ること。重い物は体に近づけ腰をおろし、膝を使って持ち上げること。車の運転はシートをハンドルに近づけ、あまり倒さないこと。靴はハイヒールを避けること。などがあげられます。

この他、腰痛体操が効果的ですが、これらは反動をつけないで行うなどの要領がありますから、ぜひ整形外科医の指導のもとに行ってください。