

広報 NO.90

たから

第4回肉牛共進会

最高位賞に田村由雄氏の
第2はるこ号(メス)

第4回肉牛共進会は5月19日開催され、第1部(47年生)、第2部(48年生)、第3部(49年生)、第4部(46年以前生)においてそれぞれ審査し、それぞれの部門の1位~3位までを決め、その中から最高位が決められ、田村由雄氏がたんせいこめて飼育した第2はるこ号が選ばれました。

共進会終了後、牧場に放牧された牛たちは久しぶりの青草に舌つづみを打っておりました。

共進会成績結果 (敬称略)

第1部(47年生)

- 1等1席 畜産農協 たから9
- 2席 吉田定八第2あかつき

第2部(48年生)

- 1等1席 田村由雄第2はるこ
- 2席 浦京造第2はつはな

第3部(49年生)

- 1等1席 米本繁富第2ふくしげ
- 2席 浦京造第3はつはな

第4部(46年以前生)

- 1等1席 畜産農協 しげる2号
- 2席 畜産農協 はるさめ

6月号

みんなの力で 交通事故死をなくそう

—鹿部村交通安全推進委員会—

北海道の交通事故死者は、過去5年間5月から10月までの各月とも全国一となっています。

現在『月別交通事故死全国一阻止運動』が展開されていますが、本年も昨年に引続いて交通事故死全国一を返上するためには、月別全国一に絶対歯止めをかける必要があります。

そのためには、運転者、歩行者、すべての人が交通ルールを守って『交通事故を起こさない』『交通事故ににあわない』ように次のことを守りましょう。

1. 車を運転される方へ
死亡事故につながるスピードの出し過ぎ、飲酒運転、無免許運転、無理な追越しなどの暴走運転は絶対しないよう、人命尊重、歩行者絶対優先を守りましょう。

◎安全運転……7つの自覚をもとう

- 人命を大切に、安全運転を
- 老人と子どもを守ろう、愛の手で
- 飲酒運転、過労運転は絶対やめよう
- 速度違反、無理な追越しは事故

- を呼ぶ
- 交差点の運転マナーを確立しよう
- 安全運転こそ基本、徹底しよう
- 夜間雨道、スピードを落そう

2. 歩行者の皆さん方へ
交通ルールを守ることが、安全に道路を通行するための基本です。

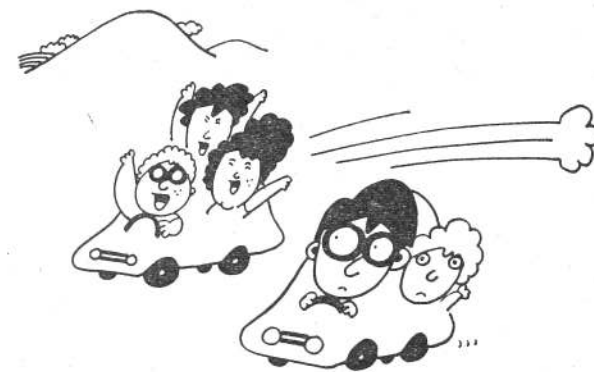
自分本位の無理な通行をやめ、あなた自身はもちろん、みんなの安全を守りましょう。

◎歩行者……安全7つの基本を守ろう

- 横断はまず止って、左右を確かめてから
- 車の直前、直後の横断は絶対にしない
- 斜め横断はしない

- 黄色で出るな、赤でストップ、信号守ろう
- 夜は必ず懐中電灯、夜光性のものを持とう

- 夜の老人のひとり歩きはやめよう
- 路上では幼児から目と手を離さない



長距離ドライブには十分な休養を

『交通安全』作文の募集

第2回全国『交通安全』作文コンクールが行なわれることになり次の要領で皆さんの作品を募集しておりますので多数応募下さるようお願いいたします。

1. 作文のテーマ

A. 交通部門

- (1)交通事故をなくすために
- (2)交通遺児を救おう

B. 環境部門

- (3)わがまちに土と心を
- (4)美しい国土を守ろう

2. 応募区分

- 第1部 小学校の部
- 第2部 中学校の部
- 第3部 高校・高専・短大・大学の部
- 第4部 交通遺児の部
- 第5部 ドライバーの部
- 第6部 一般の部

3. 原稿枚数

小・中学校の児童生徒は400字詰原稿用紙3枚以内、その他5枚とし、別紙にテーマ、応募区分、応募者の住所・氏名・年令・性別・学年・職業を明記してください。

4. 応募作品

- (1)1人1部門1編にかぎりませす。
- (2)応募作品は返却しません。
- (3)応募作品の著作権・版權は主催者に属します。

催者に属します。

5. 表彰

表彰は、個人賞および学校賞として、各部門ごとに表状および副賞を贈呈します。

6. 応募作品の送付先

東京都千代田区永田町1-11
平河ビル
財団法人・交通遺児育英会
全国作文コンクール係宛

7. 締切

昭和50年7月31日（当日の消印のあるものは有効）

8. 発表

昭和50年10月上旬に新聞紙上で発表します。

入選者には別途直接に通知いたします。

9. 表彰方法

昭和50年10月下旬、東京で表彰を行います。

役所のことでお困りの方は 行政相談員の 工藤英三氏へ (TEL 2271)

こうほうしかべ

ことしの村の建設工事

先月 9日間にわたり、ことしの村の建設工事の入札がおこなわれ、次のとおり発注されました。

このあとに、公営住宅建設、宮浜道路改良など大きな事業の発注が待たれておりますが、国の補助の決定や起債（村の長期借入金）の決定が遅れているため、すこしあとになる模様です。

* 大岩海産干場造成工事

事業量 トリカルネット柵工 492m
軽石敷均 2,872㎡
事業費 4,220千円
工期 50.5.20~50.6.20
施行業者 ㈱竹中土木

* 亀泊川排水災害復旧工事

事業量 コンクリート明渠 97m
ボックスカルバート 8m
事業費 1,795千円
工期 50.5.20~50.7.15
施行業者 ㈱道南建業

* 本別川暗渠排水その他工事

事業量 ボックスカルバート 6m
排水管 40m
事業費 1,200千円



常呂林道の災害状況（道路が途中で寸断されている）

工期 50.5.20~50.7.15
施行業者 高橋建設工業㈱
(砂原町掛瀧)

* 本別海岸線排水災害復旧工事

事業量 ホーケイシューム管 120m
事業費 1,450千円
工期 50.5.20~50.7.15
施行業者 高橋建設工業㈱

* 村職員住宅新築工事

事業量 木造モルタル平家建 1棟2戸 193.2㎡
事業費 8,418千円
工期 50.5.30~50.8.30
施行業者 小田建築 小田繁喜

* 教職員住宅新築工事

事業量 木造モルタル平家建 (その1)

2棟4戸
事業費 18,648千円
工期 50.5.30~50.9.30
施行業者 ㈱道南建業

* 教職員住宅新築工事 (その2)

事業量 木造モルタル平家建 2棟4戸
事業費 18,648千円
工期 50.5.30~50.9.30
施行業者 中野渡・佐藤・小田 共同企業体

* 常呂林道災害・改良工事

事業量 災害復旧箇所 5ヶ所
改良箇所 9ヶ所
事業費 19,690千円
工期 50.6.1~50.10.5
施行業者 吉建設 ㈱

知っておきたい
マヨカのろうろ



特殊栄養食品とは、栄養改善法の規定により、厚生大臣の許可を受けて栄養成分（ビタミンA、B1、B2、C、D、カルシウム、鉄、レーリジンの以下『強化食品』という）の補給できる旨、または病者用・乳児用・幼児用・妊産婦用などの特別の用途（以下『特別用途食品』という）に適する旨の表示をした食品のことです。

厚生大臣の許可を受けた食品には、容器包装の見やすい個所に、

食品衛生法に規定されている表示のほか、特殊栄養食品に特有な事項として添加栄養成分の名称と含量、用途とその理由等を表示し、このマークをつけることになっています。

現在、強化食品の対象品目は、次の10品目です。

米・押し麦・小麦粉・食パン・ゆでめん・乾めん・即席めん・みそ・マーガリン・魚肉ハムソーセージ。

漁港内をきれいにしましょう

毎年、港内の浚渫をしておりますが、すぐ浅くなってしまいます。

これは、港内に魚介藻類や古網・廃油などを捨てる人がいるためです。

漁港は漁民にとっては、絶対必要な大事な施設です。

お互いに港内には物を捨てないようにして、きれいな漁港にして



村財政の公表 (50.3.31現在)

地方自治法及び地方公営企業法の定めるところにより、村長は年2回にわたり、財政に関する事項を公表することになっております

ので、昭和49年度も村条例に基づき、10月1日から9月31日までの一般会計、国民健康保険事業勘定特別会計、ミンク飼育事業特別会

計及び、水道事業会計の歳入歳出予算の執行状況、財産、地方債及び一時借入金現在高をここに公表いたします。

有価証券

区分	49.9.31現在高	49年10月1日から50年3月31日まで	累計	現在高
株券	491	2	2	499
社債券	1,690	△ 100	△ 100	1,590

財政調整基金

区分	49.9.31現在高	49年10月1日から50年3月31日まで	累計	現在高
現金	42,666	△ 96,000	△ 9,655	99,011

一般会計

(昭和50年3月31日現在) 単位千円

1. 村財政の動向

昭和49年度の村財政は、国の石油供給削減の対処策の一環とする総需要抑制策の影響により、地方財政の硬直化をさげばれています中で、地域社会の秩序ある発展と、住民福祉の向上を図るため、推進してまいりました。みなさんには、十分な満足を得ないものと思われませんが、村政全般の均衡ある発展と村民の福祉向上に最善の努力をしてまいります。

2. 一般会計の概要

昭和49年度の最終的歳入歳出予算は、それぞれ 819,570千円で当初予算に比べ 119,198千円の増加となっております。

歳入歳出それぞれの予算額に対し、収入済額は、750,071千円で、92.2%の割合、支出済額は、764,016千円で、93.9%の割合となっております。

一時借入金の状況

70,000千円

借入先 渡島信用金庫

他会計への運用

99,000千円

運用先 国民健康保険事業勘定特別会計

ミンク飼育事業特別会計

計

歳 入					歳 出				
収入科目	予算額	49.10~50.3.31の収入済額	累計	予算に対する収入割合	支出科目	予算額	49.10~50.3.31の支出済額	累計	予算に対する支出割合
村 税	151,465	90,717	195,426	129.0	議 会 費	21,126	19,902	20,799	98.5
地方譲与税	5,700	2,688	4,279	75.1	総 務 費	205,982	68,758	192,050	93.2
自動車取得税	7,000	4,968	7,499	107.1	民 生 費	92,553	70,193	86,716	93.7
交付金					衛 生 費	21,965	10,529	20,671	94.1
国有提供施設所在市町村交付金	479	479	479	100.0	労 働 費	951	157	208	59.3
地方交付税	249,797	69,087	249,797	100.0	農林水産業費	177,754	68,896	169,596	92.0
分担金	2	0	0	0.0	商 工 費	8,087	505	7,824	96.7
使用料及び手数料	15,563	7,070	14,542	93.4	土 木 費	72,430	62,373	71,609	98.9
国庫支出金	50,218	42,782	46,613	92.8	消 防 費	96,614	17,714	97,273	101.8
道 支 出 金	53,003	37,739	40,660	76.7	教 育 費	93,978	41,227	89,140	92.7
財産収入	27,783	11,933	24,148	86.9	災 害 復 旧 費	23,288	18,687	26,796	94.5
寄付金	2	0	0	0.0	公 債 費	52,546	25,707	47,267	90.0
繰入金	20,586	96,000	96,000	174.9	諸 支 出 金	700	95	187	26.7
繰越金	1	0	0	0.0	予 備 費	1,196	0	0	0.0
諸収入	179,171	14,990	97,128	54.2	歳 出 合 計	819,570	998,613	764,016	93.9
村 債	58,800	99,500	99,500	67.2	他 会 計 運 用 金		91,000	99,000	
歳入合計	819,570	957,293	750,071	92.2	計	819,570	429,613	803,016	98.7
一時借入金		△ 16,000	70,000						
計	819,570	941,293	820,071	100.8					

こうほうしかべ

国民年金印紙購入基金

単位千円

区 分	49. 9. 31 現 在 高	49年10月 1日から 50年 3月 3日まで	累 計	現 在 高
印 紙	1,243	△ 527	△ 286	716
現 金	757	527	286	1,284
合 計	2,000	0	0	2,000

財産現在高

行政財産及び普通財産

土 地

(昭和50年 9月31日現在) 単位㎡

区 分	土 地 (地 積)		累 計	現 在 高
	49. 9. 31現在 現 在 高	49年10月 1日から 50年 3月31日まで		
本 庁 舎	12,985	0	△ 1,240	11,145
学 校	75,912	0	0	75,912
公 営 住 宅	97,008	0	△ 7,928	29,080
その他の施設	22,552	△ 4,929	8,290	30,842
山 林	4,672,740		13,668	4,686,408
宅 地	47,915	△ 368	△ 152	47,763
その他の土地建物	872,792	6,797	51,594	924,326
合 計	5,741,244	2,040	64,232	5,805,476

建 物

(昭和50年 9月31日現在) 単位㎡

区 分	建 物 (延面積)		累 計	現 在 高
	49. 9. 31現在 現 在 高	49年10月 1日から 50年 3月31日まで		
本 庁 舎	9,972	0	△ 2,074	1,898
学 校	7,806	0	10	7,816
公 営 住 宅	5,151	902	1,445	6,596
その他の施設	3,431	351	351	3,782
山 林	—	—	—	—
宅 地	—	—	—	—
その他の土地建物	9,705	0	0	3,705
合 計	24,065	1,253	△ 268	23,797

出資による権利

単位千円

区 分	49. 9. 31現在高	49年10月 1日から 50年 9月31日まで	累 計	現 在 高
備荒資金組合出資金	9,981	1,904	2,607	6,588
渡島信用金庫出資金	7	0	0	7
北海道漁業信用基金協会出資金	1,900	0	0	1,900
私学振興基金協会出資金	60	0	0	60
北海道漁船海難救済基金出資金	290	0	0	290
北海道漁業信用保証協会出資金	90	0	0	90
北海道国民健康保険連合会出資金	164	0	0	164
鹿部村振興開発公社出資金	8,000	0	0	8,000
鹿部村土地開発公社出資金	9,000	0	0	9,000
北海道市町村職員福祉協会出資金	0	150	150	150

公債費の状況

公債費の借入現在高は、昭和49年9月末で、227,991千円、昭和49年度中9月末までに、老人憩の家建設事業、出来瀬道路の改良事

業、公営住宅建設事業、常呂林道の災害復旧事業及び船揚場新設事業費に充てるため、99,500千円が借入されております。

それら借入された金額は年次計

画をたて償還し、住民福祉の向上や、生活環境の整備、村産業振興に大きな役割をはたしております。

一 般 会 計 分

(昭和50年 9月31日現在) 単位千円

借 入 先 別	49. 9. 31現在高	本 年 度 借 入 額		本 年 度 償 還 額		未 償 還 金 元
		49年10月 1日から 50年 3月31日まで	累 計	49年10月 1日から 50年 3月31日まで	累 計	
政 府 資 金	149,029	20,000	20,000	9,118	6,916	162,713
内 資 金 運 用 部	77,863	11,000	11,000	2,185	4,479	84,384
内 簡 易 保 険 局	71,166	9,000	9,000	993	1,837	78,329
公 営 企 業 金 融 公 庫	14,801	0	0	118	936	14,465
共 済 組 合	32,194	0	0	457	664	31,590
北 海 道	26,822	19,500	19,500	5,047	5,999	40,323
備 荒 資 金 組 合	4,745	0	0	291	1,009	3,796
そ の 他 の 金 融	400	0	0	40	80	320
合 計	227,991	39,500	39,500	9,071	14,404	253,087

国民健康保険事業勘定特別会計の概要

社会保険制度の一つとして、みなさんの明るく、豊かな健康を保つための国民健康保険事業で、一般会計などから独立した会計で賅っておりますが、近年医療費の増加により、会計は、厳しい現状であります。

医療費が、増加することにより、国からの補助金も増えてきますが、みなさんにも負担していただく保険税にも負担が重くなってきますので、乱診をさけ、早期診断と、早期治療により、みなさん

のご協力をお願いします。

今年度の最終的歳入歳出予算は、それぞれ 144,440千円で、当初予算に比べて、18,409千円の増加となっております。

歳入歳出それぞれの予算額に対し、収入済額は、107,896千円で74.7%の割合、支出済額は、116,819千円で、80.9%となっております。

一時借入金の状況

11,000千円

借入先一般会計より運用

ミンク飼育事業特別会計の概要

全国どこの市町村にもない、ミンク飼育事業で昭和34年事業開始以来、今回まで、色々の設備に投資してまいりました。負債の整理のため、みなさんには、なかなか還元されてきておりませんが、今後の経済情勢により、価格の変動のため、なかなか困難な状況ですが、利潤を充分検討し、住民福祉向上のため、還元してまいりたいと考えております。

今年度の最終的歳入歳出予算は、それぞれ54,468千円で、当初予算に比べて、7,280千円の増加となっております。

歳入歳出それぞれの予算額に対し、収入済額は、22,559千円で41.4%の割合、支出済額は、47,790千円で87.7%となっております。

一時借入金の状況

28,000千円

借入先 一般会計より運用

ミンク飼育事業特別会計 (昭和50年9月31日現在) 単位千円

歳 入		歳 出		
収入科目	予算額	49年10月1日から50年3月31日までの収入済額	累計	予算に対する収入割合
財産収入	46,954	8,517	11,916	24.1
使用料及び手数料	129	72	72	58.5
繰越金	7,091	0	10,860	153.2
繰入金	900	126	905	101.7
歳入合計	54,468	8,715	22,559	41.4
一時借入金		△ 10,000	0	
一時運用金		17,000	28,000	
計	54,468	15,715	50,559	92.8

ミンク飼育頭数

種類	成 牡	成 牝	仔 牡	仔 牝	計
サファイヤ	109	797			906
パイオレット	75	489			564
ラベンダー	90	614			704
ブ	12	80			92
合計	286	1,980			2,266

国民健康保険事業勘定特別会計

(昭和50年9月31日現在) 単位千円

歳 入		歳 出		
収入科目	予算額	49年10月1日から50年3月31日までの収入済額	累計	予算に対する収入割合
国民健康保険税	44,494	26,551	42,080	94.6
使用料及び手数料	5	1	2	40.0
国庫支出金	94,269	30,216	61,869	65.6
財産収入	2	48	51	2,550.0
繰入金	2,956	0	0	0.0
繰越金	2,000	0	2,000	100.0
諸収入	1,920	414	1,894	198.9
歳入合計	144,440	57,290	107,896	74.7
一時借入金	0		0	
一時運用金		11,000	11,000	100.0
計	144,440	68,290	118,896	82.9

歳 出		国民健康保険財政調整基金		
支出科目	予算額	49年10月1日から50年3月31日までの支出済額	累計	予算に対する支出割合
総務費	8,541	4,919	6,884	80.6
保険給付費	194,941	67,706	109,485	81.1
公債費	500	0	284	56.8
諸支出金	162	160	160	98.8
予備費	296	0	0	0.0
歳出合計	144,440	72,179	116,819	80.9

区 分	前年度末現在高	49年10月1日から50年3月31日まで	累計	現在高
現金	125	0	2,956	2,956

水道事業会計の概要

水道事業会計は、地方公営企業法を適用した、複式会計方式を採用した特別会計です。

昭和39年以来、内容的に、水道使用料の引上をしておりますが、最近の諸物価の上昇の中で今年度までどうにか対峙してまいりましたが、このような赤字の傾向では、独立採算を、維持していくことができなくなりましたので、みなさんのご理解により昭和50年度から改正させていただきますし

た。

今年度の最終的収益的収入支出の子算は、20,947千円で、当初予算に比べ、1,829千円の増額となっております。

歳入歳出それぞれの予算額に対し、収入済額は、14,265千円で、68.1%の割合、支出済額は20,417千円で、97.5%と、資本的支出では、3,587千円で、99.9%となっております。

一時借入金の状況

なし

水道事業会計

(昭和50年9月31日現在) 単位千円

収 入		支 出		
収入科目	予算額	49年10月1日から50年3月31日まで	累計	予算に対する収入割合
収益的収入	14,455	7,020	14,083	97.4
営業収入	6,492	11	182	2.8
営業外収入				
収益的支出	16,134	11,184	15,846	98.2
営業費用	4,763	2,269	4,571	96.0
営業外費用	50	0	0	0.0
予備費				
資本的支出	495	427	491	99.4
建設改良費	1,896	958	1,896	100.0
企業債償還金	1,200	600	1,200	100.0
他会計長期借入金 償還金				
収入合計	20,947	7,031	14,265	68.1
支出合計	24,538	15,438	24,004	97.8

こうほうしかべ

LPガス (プロパンガス) の事故防止

LPガスは、都市ガスとことなり、比較的容易に取り付けられることなどから、道内でも使用する消費者が年に増加しています。

このように広く全道で使用され、電気、水道と同様生活に欠くことができないものとなっておりますが、扱い方によっては、爆発、火災を起し、人身におよぶ事故の原因ともなります。

LPガスの使用については、次のことを必ず守って下さい。

◎ガスを漏らさない

1. 使用後は、確実に元栓を止めること。

2. 点火前に、ガス漏れの有無を確かめること。

◎ゴム管、燃焼器の管理を十分に

1. ゴム管のヒビ割れ、「ネズミ」のかみきずにご注意すること。
2. 燃焼器は、常に清潔にしておくこと。
3. 燃焼器のロック開閉には、必ず点火、消火を確認すること。

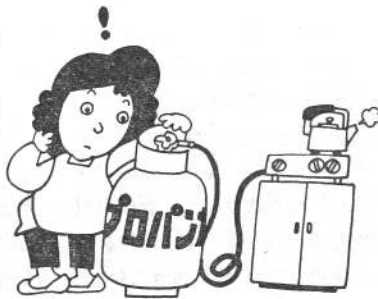
◎換気をはかる

1. LPガスは、大量の空気を必要としますので、換気をはかること。

2. 狭い密閉状態の部屋での使用は避けること。

◎火気の使用に留守にしないことと(できるだけ、火のそばにいて安全を確かめること)

◎コンロ、燃焼器などの近くに、燃えやすいものを置かないこと。



季節の話題

梅の効用

八百屋さんの店先には、ほんのわずかしな姿を見せない梅ですが、見当をつけてそれとなく予約しておけば知らせてくれるでしょう。

梅ぼし用の梅はどちらかといえ

ば中粒か小粒がいいでしょう。果肉が厚くタネの小さい種類が一番よいわけです。

梅酒用には大粒のものを選ぶのがコツです。

梅の実は、食べものや飲みもの以外にもいろいろと使いみちが昔から研究されているのは、その強い酸味が薬用として珍重されてい

るからです。

梅肉エキスは、現在でも暑気あたりやおなかの薬とされています。

また、青梅をぬかみその中へ入れておけば虫がわかないとされていますし、青梅をせんじた汁でぶきんを煮沸した「梅ぶきん」は漆器類のつや出しに使われていることをご存じでしょうか。

今月は **村民税 (第1期)**
国民健康保険税 (第1期)
の納期月です

福祉年金を受けている方は所得状況届の提出月です

福祉年金と老齢特別給付金を受けている人は、所得などの届出を毎年定めた期日までに届出ることになっております。

この届書は、受給者本人や、配偶者及び受給者とともに生計を立てている扶養義務者の方の49年分の所得額などの状況を届出るので、この届出によって、今年5月から来年4月までの1年間、福祉年金や老齢特別給付金を受けることができるかどうかを決めます。

この届書の提出が指定された期日より遅れたり、届出をしなかつ

た場合は、9月6日の支払日に年金や給付金が受けられないこととなりますので、なるべく早くお手もとの国民年金証書と印かんを持参して届出をして下さい。

なお、前年まで所得が多かったり、扶助料など公的年金を受けていることにより福祉年金や老齢特別給付金の支給を停止されていた人も、毎年支給制限が緩和されておりますので、支給の停止が解かれることもありますから、一度役場の国民年金係へ御相談下さい。

”五年年金”加入者は今月中に保険料を納めましょう

国民年金の”五年年金”に加入している人が、老齢年金を受けるには、保険料を5年間納めなければなりません。

昭和48年に”五年年金”に加入した人たちは45年6月以降の分(5年間分)を6月30日までに納めていただくことになっております。

今一度、国民年金手帳又は保険料の領収書を確認、保険料が完納されていない場合は、すぐ納めるようにいたしましょう。

5年分の保険料を納め終えても年金は自動的に支払れるわけではありません。

手続きは国民年金手帳と印かんを持参し、役場の国民年金係で裁定の請求をして下さい。用紙は窓口



休息でつかれをとりましょう

日中、日のあるかぎり動きつづける主婦にとって、日の長さに圧倒されて何となくだるいときがあります。その何となくだるいつかれをなくす方法はないものでしょうか、と保健婦への問合せも多いと聞きました。中年の婦人に多い現象です。

病気では？とすぐ考えこみがちですが、そうとばかりいえないうです。たとえば睡眠不足やつかれが積みかさなってということもありましょう。つかれただけならからだを休めれば直ります。睡眠不足とわかれば、一日でも朝寝坊をすればさっぱりしましょう。

そこで、この何となくだるいつかれをなくす工夫をなさってください。

家庭の主婦は、休むということがへたのようです。ご主人が仕事に出たあと、子供を学校に出したあと、ぼんやりしては申しわけない……という気持ちが先立って、せんとく機を回している時間もおしんで何かほかの仕事を見つけだしてしまいがちですが、ゆすぎ終って脱水機にけるわずかの時間でも、そばに突っ立って待ってい

る気分的な時間の長さは足のだるさを思い出させます。

こういとき、そばに小さなイスをおいて、わずかな時間でも腰をかけるようにすれば案外、気分は楽になります。休むということは、からだを横にして何もしていないことではありません。屋内で仕事をしている人は、そとに出てみるか、屋外で労働している人なら室内にはいって寝ころがるのもよいでしょうし、日蔭で休むこともよいことです。目を酷使している人は目を閉じたり、ぼんやり遠くを見るようにするとか、ひとりでコツコツ仕事をしている人なら、大ぜい集まっている中ではいって、みんなでおしゃべりすることも気分的な休みになるようです。

台所やせんたくなど、とかく中途半端な姿勢をとっている主婦の仕事は、部分的な筋肉労働が多く、そのためにつかれがからだの一部分に蓄積されることが多いようです。ひと仕事をおえたら大きなアクビをする気持ちで腕をあげ、腰を伸ばす自己流の体操をして、全身の筋肉を動かすように。ふだんの仕事とは逆のことをするように動くのが休むことにつながります。

食中毒の予防

毎年夏になると細菌性の食中毒の発生が多くなります。これは、気温が高くなると細菌の増殖に適当な条件がそろうため、例年食中毒の発生件数の60～70%は7～9月に発生しています。

では、どのようにして細菌性食中毒が起るかという、食中毒を起す細菌が食品に附着し、温度・湿度・栄養の3つの条件がそろったとき急激に増殖します。これを摂取すると、細菌毒や細菌の産生した毒素により、食中毒症状を起すわけです。ですから、食中毒菌を食品に”附着させない、”増殖させない、”ことで、食中毒を防ぐことができます。

食中毒菌は、私達の環境の中に広く分布しています。例えば、化膿創などにブドウ球菌、ネズミや鶏卵の表面などにサルモネラ菌、魚介類に腸炎ビブリオ、土壌中や便などにウェルシー菌などです。

食べ物を調理するときは、手指

や調理器具を十分洗うこと。手指の傷に気をつけること。ネズミやハエなどが入らないようにすることなどが、食中毒汚染の防除策に大切なことになります。

次に、一般に食中毒菌は熱に弱いので、加熱すると死滅しますが、その後再汚染して食中毒を起すケースがよくあります。調理後はできるだけ早く食べること。すぐ食べないときは、冷蔵保存するなど食中毒菌がふえにくい条件にしてやるのが肝心です。

食中毒菌にかなり汚染されても、味や臭いは全く変わらないのが普通です。また、夏になると体力が消耗し、抵抗力が弱くなりやすいので、日頃の健康に注意することも大事です。

チャリティー歌謡ショー
とき 8月14日(木) 昼夜2回公演
昼の部午後2時 夜の部午後6時
ところ 鹿部中学校体育館
出演 びんから兄弟・Wけんじ
二宮善子・大木英夫外
主催 商工会青年部
前売券は6月10日より商工会事務所および各加盟店で発売いたします。



道夫さん家 工藤恒美

