

波佐見

広報

HASAMI Public relations magazine

No.557

7

July 2009



HASAMI CONTENTS

- | | |
|---------------------------|--------------------------|
| GO! GO! 郷!! (自治会紹介) ... ② | 暮らしと情報 ... ⑩ |
| 役場からのお知らせ ... ③ | 社協だより ... ⑫ |
| みんなのひろば ... ⑥ | 『辺皿のひとりごと』波佐見高校だより ... ⑭ |
| スポーツ ... ⑧ | 窓 ... ⑮ |
| 病気一口メモ ... ⑨ | 暮らしのカレンダー・食育だより ... ⑯ |

1・2のジャンプ!

6月11日、中央小学校横の水田で、田植え前の恒例『どろんこ遊び』が行われました。子どもたちは顔まで泥だらけになりながら、楽しそうに飛びこんだり、走り回ったりしていました。

15日には、田植えが行われ、子どもたちは丁寧に1本1本苗を植えていました。

三股郷



自治会長
川添 廣久さん

三股郷は、役場より南東約6km波佐見川の最上流に位置し、岩山のたえずむ溪谷から流れる清水の谷川に沿って集落をなし、世帯数49戸、人口164人の波佐見東地区で最も小さい自治会です。

年間行事の一つで、7月に行う夏祭りでは、子どもたちによる神輿担ぎがあります。沿道の力水で全身びしょりになりながら、古里の思い出作りをしています。

また、波佐見一周駅伝大会には、53回連続出場を果たしています。

三股郷を取り囲むそれぞれの山谷は窯業に必要な陶石が埋蔵し、以前はネオンのような色を発する高価な宝石のオパールが掘られており、他に類のない環境の里です。

その深き山、谷に慶長7年(1602年)約400年前に陶石が発見され、同11年に陶磁器製造が創業されたとのことです。

波佐見窯業の発展の地、その証に国指定の史跡が2箇所あります。

その代表である「三股砥石川陶石採石場」は、江戸時代初めから昭和50年代頃まで約350年間、磁器の原料の陶石が採掘され、波佐見焼の原動力として自然の恵みを与えてくれた貴重な遺跡です。



▲三股砥石川陶石採石場

また、三股古窯跡は14箇所ある中で、その主役を演じた窯「三股青磁窯」は、今から約350年前にこの地区で花開きました。平成9年の調査では、ここで生産された青磁の多くは、表面に草花などが彫られ、また、柔らかで美しい色合いを持つ青磁釉が施されて、国内で最高水準の優れた青磁が生産されていたと結果が出ています。



▲国史跡 三股青磁窯跡

古窯山三股では、先人が安泰と発展を願い多くの神仏を祀ってこられました。約400年、窯の火を絶やすことなく、今日に受け継がれ、毎年、神社の献灯祭を行っています。いつまでも自然と伝統を大切に育んでいきたいものです。

稗木場郷



自治会長
岳本 英毅さん

昔の川や田んぼの風景は変わったものの、のどかで、美しく豊かな自然に満ちた田園風景と、先人の歴史を秘め、人情味あふれる稗木場地区。

花見など、日本には「場所の旬」を楽しむ文化があります。この地区にそれを探すとすれば、何と言っても春に白い花が咲き誇る『梨園のある農村風景』でしょう。

地区内を流れる二つの川。今や絶滅危惧種のメダカや、産卵に必要な二枚貝などの減少で絶滅が危ぶまれている「ニガツシヨ」(アブラボテ)と、二枚貝の「百貫ゲ」(ドブガイ)が生息する『昔ながらの豊かな川』であります。

400年の歴史を誇る波佐見焼。初めて「火」が入れられたのは、下稗観音堂地下に眠る「下稗木場窯跡」でした。平成5年に発掘調査が行なわれ、出土したやきものは全て陶器で、皿、碗、船徳利などが発見されました。出土品の特徴から『町内最古の登窯』であることが明らかに、波佐見焼の歴史がここから始まりました。史跡は他にも「富永治助父子の墓」があり、昭和56年に町文化財に指定されています。

今年で8回目の『田んなか・どろんぎょ祭り』。子どもたちを地域で育てようとの主旨で、壮年会が主催し、自治会とPTAが連携して行なっています。

無心で田んぼに飛び込んだり、ワニのように腹ばいで前進したりユニークな競技だけでなく、「田の神様の踊り」、「田んぼ版のシンクロナン」南小学校伝統の「ソーラン節」で祭りは大いに盛り上がります。

圧巻は競技前に行なう大人たちの模範演技。そのすごさには誰もが圧倒されます。さらに手づくりの「ワラ縄で編んだバレーネット」や「芸術的なシャワー」、「子供たちを描いた大きな看板」など。『地域の人財力』も光ります。



▲田んなか・どろんぎょ祭り

これからも自然や歴史遺産、人財など地区に「あるもの」を生かして『楽しいふるさと』にしたいくものです。



農地の権利移動や農地の転用を行う場合は

「農業委員会等の許可」が必要です

耕作目的の農地の権利移動（所有権、賃借）

農地を、農地として売買したり、賃借等を行う場合には農地法第3条に基づく許可が必要です。原則として、譲受賃借人は申請地を含め、波佐見町では50a以上耕作している農家でなければなりません。また、譲受賃借人かその世帯員の誰かは、必要な農作業がある場合、常時従事（年間150日以上）し、申請地まで通作可能なところに居住している方が必要です。

農地法第3条

農地を耕作の目的で所有権を移転したり、地上権、永小作権、質権、賃賃借、使用貸借その他の使用収益権を設定する場合は、知事又は農業委員会の許可を受けなければなりません。

①農業委員会の許可（申請書2部提出）

・町内の個人及び農業生産法人が、町内の農地等を取得又は賃借する場合
②知事の許可（申請書3部提出）

・町内の農地を、町外に住所のある個人及び農業生産法人が、農地等を取得又は賃借する場合
・農業生産法人以外の法人が、農地等を取得する場合

農地の賃賃借（農業経営基盤強化促進法）

農地の賃賃借契約については、農地法第3条の許可によるもののほか、農業経営基盤強化促進法に基づく賃賃借の契約の方法があります。この契約では、最初に賃賃人、賃借人双方で定めた期間が満了すれば、自動的に農地が所有者のもとへ戻り、賃借人に対し離作料などの支払いの心配もありません。

賃借契約の解約（農地法第20条の解約）

農地の賃賃借を解約したい場合は、民事調停による合意解約を除き、農地法第20条に基づく申請が必要となります。他人に農地を貸し付けている場合、この手続きを行わないと法的には小作地扱いとなり、小作人の同意なしに売却及び転用できません。

農地の転用

自分の農地を農地以外に転用する場合は、農地法第4条の許可が必要です。また、農地を譲受若しくは賃借し農地以外のものに設定する場合、農地法第5条の許可が必要です。これらは、農業委員会を経由し県知事が許可します。

農地の農業上の利用と農業以外の土地利用との調整を図りつつ、優良農地を確保するとともに、無秩序な開発を防止し合理的な土地利用が行われるようにするため、申請地の位置、転用の確実性、転用に伴う周辺の農地への影響等許可の基準に基づいて判断され、許可を決定します。

※ご不明な点は農業委員会へお尋ねください。

●問い合わせ先

農業委員会事務局（役場内）

☎ 85-2111

（内線 156）





町政へのご意見紹介

【ご意見】

◎土日・祝日の証明書等の交付について

住民票や納税・所得証明などの発行業務を、土日などの休日にできるようになりません。町外の会社勤務なので、役場の業務中に行けません。一部は電話で事前に申し込めば休日でも宿直の人からいただけますが、電話代は自費です。住民サービスの一環として、フリーダイヤルにできないのでしょうか。

課・係の数人で、休日に交代勤務をして、サービス向上に努めるべきだと思います。代休を取れば人件費は同じです。ぜひ、検討してください。

【町の回答】

ご意見のように、現在、仕事のご都合で役場の業務中に諸証明（住民票など）を取りに来ることができない方は、事前に電話で予約し、時間外や土日・祝日の休日に受け取ることができます。（平成14年12月から実施中）

これまでも、自治会長定例会、広報紙や町ホームページ、波佐見ケーブルテレビでの案内、公民館へのポスター掲示を行い、町民の皆様にお知らせしてきましたが、平成20年度（1年間）の利用件数は、住民福祉課（戸籍係）23件、税務課7件と利用が少ない状況です。

今後の土日・祝日の開庁については検討課題ではありますが、現状を踏まえ、現時点での土日・祝日の開庁やフリーダイヤル設置については考えておらず、これまでどおり対応していきたいと考えております。貴重なご意見ありがとうございました。

◎予約できる証明書等

住民福祉課	①住民票 ②印鑑登録証明書
税 務 課	①所得証明書 ②納税証明書 ③課税証明書 ④資産証明書 ⑤評価証明書 ⑥名寄帳の写

◎予約時間及び交付時間

予 約 時 間	平日の午前8時30分～午後5時15分まで
交 付 時 間	【平日】午後8時まで 【土日・祝日】午前8時30分～午後5時まで

※戸籍謄本・抄本については、法律上の問題があり、戸籍係窓口での発行のみです。

長寿医療制度（後期高齢者医療制度）のお知らせ

被保険者証（保険証）の更新について

＝ 8 月 から 保険証 が 新 し く な り ま す ＝

◎現在ご使用いただいている保険証の有効期限は、平成21年7月31日までとなっています。新しい保険証を7月中に（郵送等により）交付しますので、記載内容をご確認いただき、大切にお使いください。

■有効期限が切れた保険証は、破棄していただくか、役場国保年金係へお返してください。

※保険料の納付が滞っている方には、有効期間が短い保険証となる場合があります。

限度額適用・標準負担額減額認定証の申請について

◎住民税非課税世帯に属している方（同一世帯の全員が住民税非課税の場合）は、申請することにより「限度額適用・標準負担額減額認定証」を交付します。認定証を医療機関等の窓口に掲示されますと、入院時の窓口での支払い（保険適用分）が自己負担限度額までになります。また、食事代が減額されます。

■認定証が必要な方は、役場国保年金係の窓口で申請手続きをお願いします。

●問い合わせ先 役場保健衛生課 国保年金係 ☎85-2111（内線125～127）



— ご存じですか? —

児童扶養手当

特別児童扶養手当

▼▼▼現況届もお忘れなく▲▲▲

この手当は、要件に該当する場合、県知事の認定を受ける、請求した日の属する月の翌月分から支給されます。ただし、所得により手当の支給額が制限されることがあります。また、公的年金を受け取ることができるとは支給されません。必要書類については担当課へお尋ねください。

必ず現況届の提出を！

現在認定を受けている方は、8月3日から8月31日までが児童扶養手当、8月11日から9月10日までが特別児童扶養手当の現況届の提出期間です。印鑑・手当証書・通知書を持参し、役場住民福祉課子育て支援係の窓口で手続きをしてください。

この届をしないと8月分以降の手当が受けられなくなり、必ず手続きをお願いします。

●問い合わせ先

役場住民福祉課

子育て支援係

☎85-2111

(内線 116)

名 称	要 件	支 給 額
児童扶養手当	父親のいない家庭、または父親が一定の障害（労働能力の喪失、常時要介護、要監視を必要とする）の状況にある家庭において、18歳までの児童（18歳に達する年度の3月31日まで）を養育している人に支給されます。	全部支給 月額 41,720円 一部支給 月額 41,710円～9,850円 （手当額は所得に応じて計算されます） 2 人 目 5,000円加算 3 人目以降 1 人につき 3,000円加算
特別児童扶養手当	精神または身体に中度または重度の障害を有する20歳未満の児童を養育している人に支給されます。	1 級（重度）月額 50,750円 2 級（中度）月額 33,800円

後期高齢者医療の被保険者を対象に健康診査を実施します

◆受診を希望される方には「受診券」を送付しますので、役場国保年金係へお申し込みください。

【電話可】 役場保健衛生課 国保年金係 ☎85-2111（内線125～127）

◆受診には「受診券」「保険証」「自己負担500円」が必要です。

※糖尿病や高血圧などの生活習慣病で既に療養中の方は、健康診査の必要はありません。

個別に下記の医療機関で受けることができます。＜要予約＞

地 区	医 療 機 関 名	電 話	地 区	医 療 機 関 名	電 話
湯無田郷	ここの内科医院	20-7500	岳辺田郷	小鳥居病院	85-3408
井石郷	西の原野中医院	85-3054		小鳥居内科 脳神経内科クリニック	20-7027
折敷瀬郷	松尾医院	85-2001			
宿郷	坂口医院	85-3000			
稗木場郷	いちのせ内科循環器科	85-7770	協和郷	中村内科医院	85-7325
	波佐見病院	85-7021	志折郷	八並整形外科医院	85-5775

迅速確実な訓練実施

6月7日、波佐見町消防団の現地教養訓練が、南小学校グラウンドで行われました。

訓練では、礼式訓練と放水訓練が実施され、礼式訓練では消防署の方から号令・指示の方法、挙手敬礼、整列などの正しい方法を各分団が学んでいました。

また、操作などの総合審査得点とタイム得点の合計を競う放水訓練では、各分団ともホース結合時の大きな掛け声や機敏な動きで、火災を想定した日頃の訓練の成果を発揮していました。

【放水訓練結果】

◎ポンプ車の部

優勝 第3分団

準優勝 第1分団

◎積載の部

優勝 第8分団

準優勝 第5分団



▲得点で競われた放水訓練



▲指揮号令で機敏な動きを見せた礼式訓練

波佐見中学校 やきもの文化体験

筆先に集中 絵付け技法を学ぶ

6月11日、中学生がやきものづくりの技法や伝統を学ぶ『やきもの文化体験』が波佐見中学校で行われました。

午前中は、波佐見高校陶芸デザインコースの生徒や中学校PTA、窯業関係者から指導を受け、1年生が教室でフラワーポットを製作。製作中には、友達同士でアドバイスや協力しながら、自分で考えた作品になるよう、それぞれが丁寧に仕上げていました。

また、午後からはそれぞれの学級で江添三光さん、松尾昭義さん、吉川千代子さん、岩永日出子さん、谷村末子さんの5人の伝統工芸士から直接指導を受け、飯碗の絵付けに挑戦。線を描く力の入れ方や細かい技術を学びながら、真剣な眼差しで筆を走らせていました。

作品は、10月に畑ノ原窯跡で焼成し、中学校の文化発表会で展示されます。



▲高校生の指導を受けてフラワーポット製作



▲吉川さんの筆の動きに注目する生徒達



▲真剣な眼差しで絵付け

「ながさき県民大学」

楽しいハングル講座

6月9日、ながさき県民大学「楽しいハングル講座」(一般中級)の開講式が総合文化会館で行われました。

毎年開催されているこの講座には、今回25人が参加。開講式後、早速1回目の講座が始まり、受講生は楽しい会話を交えながら、講師の久保田貞叟さん(協和)、安弘史子さん(折敷瀬)から韓国ソウルの地名や道の尋ね方について学んでいました。

今後の講座では、実際に韓国旅行(釜山・慶州・光州・済州島)に行くときや、韓国の方と接したときに使える、覚えやすい表現を学び、また、歌や韓国料理を通して韓国の文化に触れていきます。



▲グループに分かれてハングルを学ぶ受講生



太田 涼介^{りょうすけ}くん
(湯無田郷)

H20.6.25生まれ

慎 吾 さんの長男
奈津子

※上手に歩けるようになってきたね。
歩いてお散歩楽しいね♡



よい子つよい子元氣子

このコーナーでは、満1歳前後のこどもさんを募集しています。
掲載希望の方は役場商工企画課広報担当まで連絡してください。

貞方 愛耶^{あや}ちゃん
(乙長野郷)

H20.7.3生まれ

直 己 さんの次女
史 香

※我が家のアイドル愛耶♡
みんなで成長を楽しみに
してるよ!



佐世保国際交流ボランティア協会

茶摘み体験で波佐見に触れる

6月6日、佐々木譲さん(野々川)の茶園に「佐世保国際交流ボランティア協会」の21人が訪れ、茶摘み体験と共同茶工場を見学しました。

普段できない農業体験を通じ、日本・波佐見の農業や文化に触れた留学生と協会メンバーは「また波佐見に来て色々と体験したい」と話し、大変喜ばれていました。

県内でも、波佐見のお茶はおいしいと評判が高く、夏はおいしくて安い「水出し緑茶」という飲み方もあります。作り方は、手頃な容器にお茶の葉と水を入れて、一晩冷蔵庫に入れておくだけで、非常に渋みの少ない甘い冷茶が出来上がります。(1リットルの水に茶葉10～20gが目安です)

皆さんも、ぜひ波佐見のお茶を飲んでみてください。健康的で美味しいですよ。



▲佐々木譲さんの茶園で茶摘み体験

シーボルトの川づくり塾

昔の『豊かな川』を再び

6月21日、波佐見を流れる川棚川の環境を知り、今後のあるべき姿を探る「シーボルトの川づくり塾」が開講されました。

川づくり塾には、町内外から約20人が参加し、中島淳氏(九州大学大学院 特別研究員、農学博士)が約180年前のシーボルトの研究を基に、今後の川づくりについて講話をされたり、「川棚川に棲む魚や水生昆虫、川の遊び方などを図鑑にしたらどうか」「昔遊んだ川を再現して、子どもたちへ伝えたい」など、活発な意見が出た参加者の討論が行われました。

今回は、給食センター横での現地調査が予定されています。



▲中島氏の講話を聞き、今後の川づくりを学ぶ



広報文芸

「めだかさ」問いかける子の目のすみで

川崎 三郎

螢火や幽冥よりの灯のごとし

河内ハルエ

碑文の軍都を語る若葉陰

田崎 房代

鐘の音も童の声も若葉越し

田崎 學

五線譜の飛行機雲や夏来たる

古川 恭子

青空に手をかざしをる薄暑かな

松添 信子

紫陽花の根つきしつばみ待ちわびる

松村すずな

追憶の光となりし螢の火

安弘千鶴子

山容の新たとなりし若葉照

山口美由喜

五月晴れ右に富士見てウオーキング

山下 恵美

(波佐見若葉句会)

風通ふ窯の庵や柿若葉

川添マサ子
(西陲句会)

東彼杵郡中学校体育大会（陸上・水泳）

東彼杵郡中学校体育大会の陸上競技が6月16日、水泳競技が6月19日に開催されました。結果は次のとおりです。

陸上（波中の優勝者のみ）



走高跳

- 1年 田崎 蒼 (1m40)
- 2年 橋本 一輝 (1m57)
- 3年 池田 凌 (1m64)
- 4×100mリレー 共通
- 植田、富永、岳村、豊田 (49秒3)

【女子】★は大会新記録

- 100m
- 1年 太田 歩 (14秒1)
- 2年 中島ありす (13秒7)
- 200m
- 1年 久野 日葵 (31秒1)

走幅跳

- 1年 鵜池 彩華 (3m75)
- 2年 細川 小春 (4m22)

走高跳

- 2年 細川 小春 (1m30)
- 3年 市嶋明香里 (1m40)

砲丸投げ 共通

- 石井美沙樹 (7m60)



4×100mリレー 1年

- 太田、山口、久田松、堀池 (58秒9)
- 4×100mリレー 低学年
- 細川、太田、山口、中島 (★56秒9)

走幅跳

- 2年 中川 禄貴 (5m00)

水泳（波中の優勝者のみ）

【男子】★は大会新記録

- 50m自由型
- 1年 小山 涼 (34秒53)
- 50m自由型 共通
- 中川 禄貴 (31秒94)
- 50m背泳ぎ
- 1年 小山 涼 (★38秒34)
- 100m自由型 共通
- 中川 禄貴 (1分18秒39)
- 100m背泳ぎ 共通
- 榮 宗暉 (2分9秒84)



町壮年会 ソフトバレーボール大会

のんこA 江良山A が優勝

6月28日、第4回波佐見町壮年会ソフトバレーボール大会が町体育センターで開催されました。大会には、総数29チームが参加し、試合では珍・好プレーが続出していました。大会結果は次のとおりです。

■Aブロック

- (39歳以下)
- 【優勝】
- のんこA
- 【準優勝】
- 山崎
- 【三位】
- 三股
- 永尾C



▲優勝したのんこA（野々川）チーム

■Bブロック

- (40歳以上)
- 【優勝】
- 江良山A
- 【準優勝】
- 永尾B
- 【三位】
- 湯無田B
- 江良山B



▲優勝した江良山Aチーム

町民インディアカ大会

6月7日、町民インディアカ大会が体育センターで開催されました。大会結果は次のとおりです。

■Aブロック（男子の部）

- 【優勝】 志折



▲志折チーム

■Bブロック（女子の部）

- 【優勝】 クローバーB



▲優勝・準優勝のクローバーA・B（小樽）チーム

■Cブロック（混合の部）

- 【優勝】 ウィング



▲ウィング（志折）チーム

写真 スタジオ・頌 提供



病氣一口メモ

276号

熱中症

東彼杵郡医師会 玉川 文雄 (川棚町)

私は、小さい頃は暑い所で生活をしていました。小学生の頃、夏休み前の学校帰りに時々頭がボーッとして、めまい・動悸・吐き気を起こして母親の手当てを受けたことをよく覚えています。

最近夏になると、小さな子どもが自家用車内に閉じ込められるという痛ましい死亡事故がしばしば報道されています。

地球の温暖化の影響、ヒートアイランド現象で真夏日が年々増加しています。熱中症の患者やそれによる死亡事故が増えている傾向が報告されています。

私たちの体は、本来暑い時や運動による体温の上昇で発汗し、皮膚の血液の流れで熱を拡散し体温を調節するという機能を持っています。ところが、環境の条件、身体的な原因でこの調節機能がうまく働かず、体のバラン

スが崩れ、いわゆる『熱中症』の状態になります。

熱中症は、高温・高湿・風が弱い・日差しが強い・照り返しが強い・輻射熱が強い・急激に暑くなる時になりやすく又、肥満の方・普段あまり運動をしない方・高齢者・小さい子ども・体調不良や病気の方がかかりやすい傾向にあります。

熱中症は、めまい・立ちくらみ・頭痛・動悸・吐き気・筋肉痛といった比較的軽いものから意識障害・痙攣・高温の重症なものがあります。軽い症状では水分、塩分の補給や体を冷やすだけで回復しますが、重症の場合は入院が必要です。

予防するのは言うまでもなく、高温環境から避けるのが第一です。炎天下での屋外活動は風通しの良い帽子をかぶり、日傘を差し、涼しい服装をすると良いでしょう。



また、体調に注意し、不眠にならないようにすることです。

最近では、健康維持のため屋外で運動される方が増えています。運動の際には、暑い時間帯を避け、水分や塩分の補給を忘れないでください。

近年、職場での熱中症による死亡事故が増えています。最も死亡事故が多く発生している時間帯は、午後2時から4時の間、作業開始の初日から3日までに集中しているということとは産業大学の堀江教授らの調査でわかっています。職場での健康管理と労働者教育が大事です。

熱中症は、高温環境下で体温調節機能の破綻による障害で死に至る可能性病態です。何事も予防することが最も大事です。熱中症に注意し、今年も楽しい夏をお過ごしください。

こんにちは歯科医師です

お口、いよいよ健康支援(口腔ケア)事業がはじまりました
200円でお口の健康指導が受けられます

誰が?
後期高齢者医療の被保険者の方
ただし、県外在住の方や
介護保険サービスを受けている方は除きます。

どうすれば?
1、まず、申し込み
長崎県後期高齢者医療広域連合か
役場国保年金係に電話で申し込んでください。
↓受診券が送付されます。
2、次に、歯医者に予約

どこで?
歯科医院で基本的に行います。
ただし1回目に限り、地域の敬老会やサロンで
受けることができます。

何をしてもらえるの?
1、お口の中の診査
個人の状態に合わせた指導内容を決定します。
2、お口の健康指導
ブラッシング指導やお口の健康体操、
唾液線のマッサージ等を行います。

この健康指導を3回に分けて受けることができます
1回につき200円を歯科医院でお支払いください

大村東彼杵郡医師会波佐見班

健康テレホンプログラム
佐世保 ☎23-4300

7 月

月 老人に多い不整脈-心房細動-
火 手指のしびれ-手根管症候群-
水 ヘルパンギーナ
木 治りにくい水虫
金 薬物依存症
土 膀胱がん

8 月

月 HDLコレステロール
火 傷を速く痛くなく治す方法
水 子どもの熱中症
木 声のかすれ
金 お口のがん
土 新しい妊婦検診

*祝祭日は前日のテーマが流れます。

自衛官採用試験

【一般曹候補生】

●受付期間

8月1日(土)～9月11日(金)

●受験資格

18歳以上27歳未満の方

●試験日

9月19日(土)

【航空学生】

●受付期間

8月1日(土)～9月11日(金)

●試験日時

9月23日(祝)

●受験資格

高卒(見込含む)で21歳未満の方

●申し込み及び問い合わせ先

自衛隊大村地域事務所 ☎0957-52-6217

第29回全国豊かな海づくり大会 写真コンクール及び作文コンクール

◎写真コンクール

【題材】

- ・水産業ならびに海とその生活に関するもの
- ・漁業、漁港、市場、漁村風景、海の生物や環境等に関するもの

【部門】

中学生の部、高校生の部、一般の部
※各部門ともサービス判～ワイド四つ切り、
カラー及び白黒、デジタルカメラ可

◎作文コンクール

【題材】

- ・海や渚で働く人々のこと、楽しい思い出、食卓に上がる海の幸、海の世界等について思うこと、豊かな海を守る活動など、海や水産業に関するもの

【部門】

- ・小学生の部(400字詰め原稿用紙3枚以内)
- ・中学生の部(4枚以内)
- ・高校生の部(4枚以内)

●応募方法

9月2日(水)までに応募先へ送付

●応募先及び問い合わせ先

〒103-0001

東京都中央区日本橋小伝馬町9-6 小伝馬町村松ビル6F
(社)全国豊かな海づくり推進協会

☎03-5651-3501

サマージャンボ宝くじの購入は県内で

県内で販売されたサマージャンボ宝くじの収益金は、市町振興のための事業に直接役立てられます。ぜひ、県内で購入しましょう。

長崎県育英会高校等予約奨学生募集

高等学校等進学希望者が安心して勉学に専念できるよう、進学を条件に採用を内定する「予約奨学生(高等学校等)」の募集を行っています。

●募集期間

7月7日(火)～9月16日(水)※育英会必着

●貸与月額

◎国・公立高等学校等

自宅 18,000円、自宅外 23,000円

◎私立高等学校等

自宅 30,000円、自宅外 35,000円

●問い合わせ先

(財)長崎県育英会 ☎095-824-7501

戦没者等のご遺族に特別弔慰金支給

「特別弔慰金」は、平成21年4月1日において、公務扶助料や遺族年金などを受ける方が誰もいなくなった場合、ご遺族に対し、弔慰の意を表すために支給されるものです。「特別弔慰金」は請求しないと支給されませんので、手続きをお願いします。

●支給対象

◎ご遺族お一人(優先順位があります)

戦没者等が、援護法に規定する軍人軍属又は準軍属として昭和12年7月7日以後公務上又は勤務に関連した傷病(軍人としての公務上の傷病のみ昭和6年9月18日以後)により、

(1)平成17年4月1日までに亡くなられており、かつ、平成17年4月1日から平成21年3月31日までの間に年金給付の受給権者が亡くなるなどしたことにより、平成21年4月1日において年金給付の受給権者がいない場合。

(2)平成17年4月2日から平成21年4月1日までの間に亡くなられており、かつ平成21年4月1日において年金給付の受給権者がいない場合。

●支給金額

額面24万円(年1回4万円)

●支給期間

6年間(平成22年～平成27年)

●請求期間

平成21年4月1日～平成24年4月2日(3年間)

●請求書類

請求に関する書類は、役場社会福祉係にあります。

●請求窓口及び問い合わせ先

役場住民福祉課 社会福祉係 ☎85-2111(内線113～115)

6月15日～8月14日「農薬危害防止月間」

農薬を使用する際には、必ず農薬のラベルをよく読み、使用方法を守って、適正に使いましょう。

また、農薬の飛散に気をつけ、散布後の器具の洗浄を忘れずに行いましょう。

ご家庭で漏水はありませんか？

「蛇口の閉め忘れ、古くなった蛇口のゆるみ、温水器の排水管からの水漏れ」などはありませんか？漏水していると、実際の使用量以上に料金が上がったり、蛇口から水が出なくなったりします。

＜ご家庭での調査方法を紹介します＞

ご家庭の蛇口を全部閉めて（タンクに水を溜めている場合は、溜め終えた後）、メーターボックス内の水道メーターを確認してください。水道を使っていないのに、水道メーター内のコマ（図※）が回り続けるのは、漏水しています。

＜水道メーター＞



コマ(※)

水の無駄流しや料金払いをなくすためにも、漏水を発見したら、早急に修理店に修理を頼んでください。**※メーター器から宅内までの配管の修理費用はご本人負担になります。**

判断しづらい場合は、職員が伺いますのでお問い合わせください。

●問い合わせ先 役場上下水道課 上水道係 ☎85-2111（内線161）

波佐見町図書館だより

今月の新着本



かあちゃん

重松 清著
講談社

いじめていた親友が自殺を図って、学校を去った。残された僕たちは罪を背負い、罰を受けて、一人の年若い「かあちゃん」に出会った。母が子どもに教えてくれたこと、子どもが母に伝えたかったことを描く長編小説。



不法取引

リー・ヴァンス
堀原克教訳
日本経済新聞出版社

妻の死の真相を追う投資銀行マンは、いつしか巧妙な金融犯罪に巻き込まれていく。ゴールドマン・サックスの元パートナーから作家に転身した著者が、金融界を舞台に放つサスペンス小説。



堀田博和著
中経出版

「入手困難」「話題独占」など、組み合わせで使える売れるキーワードを1000語、類義語を含めると約4000語収録。カテゴリ別に分類し、意味と用法や使用例なども掲載。売れるメッセージを簡単に作ることができる。



いのちのメッセージ

日野原重明著
三笠書房

いのちの本当の意味を知ることこそ、よりよく生きる上での秘訣である。夢を追って100歳近い長い人生を歩き続けた医師・日野原重明が伝える、いのちのメッセージ。

波佐見町図書館 開館時間 10:00～18:00
☎26-7091（直通）

★図書館休館日★（7月・8月）

毎週月曜日、第3木曜日

※図書館内での飲食はご遠慮ください。

◇絵本読み語り◇

毎月第2土曜日（10:30～ 総合文化会館）

国民年金のお知らせ

＜退職（失業）による特例免除制度＞

厚生年金に加入されていた方で、退職（失業）後に国民年金保険料を納めることが経済的に困難な方には、申請によって保険料の納付を免除される制度があります。

特例免除の申請をされる場合は、**印鑑、雇用保険受給資格者証や、雇用保険被保険者離職票等の写し**が必要となります。免除申請は役場国保年金係で受付します。

＜ねんきん特別便の詐欺にご注意＞

「ねんきん特別便」の新たな詐欺行為として、「回答しなければ年金が停止になる」というハガキが届いた事例がありました。

「ねんきん特別便」の回答手続きに手数料がかかることはなく、「ねんきん特別便」の回答がないことで、現在受給している年金が停止されることはありません。不審な場合は、役場へご連絡ください。

●問い合わせ先

役場保健衛生課 国保年金係
☎85-2111（内線126）

町の事業

◎6月に発注した事業です。

《事業費130万円以上》

- ▶波佐見温泉・新泉源送湯配管設備工事
14,385,000円（株）上山建設
- ▶瀬別当地区配水管布設工事
3,727,500円（株）小佐々建設
- ▶小中学校等AED（自動体外式除細動器）設置業務
3,717,000円 フクダ電子西部販売（株）佐世保営業所
- ▶前平線配水管布設工事
3,307,500円（株）山口住建工業
- ▶町道桑ノ木線道路改良工事測量設計業務委託
2,625,000円 扇精光（株）
- ▶波佐見中央中継ポンプ増設実施設計（詳細設計）業務委託
2,068,500円 オリジナル設計（株）長崎営業所
- ▶河川公園樹木管理業務委託（1工区）
1,779,750円（株）三恵造園建設
- ▶河川公園樹木管理業務委託（3工区）
1,984,500円（有）田崎工務店
- ▶町道波佐見縦貫線樹木管理業務委託（1工区）
1,680,000円（有）西海園芸
- ▶町道波佐見縦貫線樹木管理業務委託（2工区）
1,680,000円（株）三恵造園建設
- ▶内木場線配水管布設工事
1,417,500円 伸栄住設



波佐見町社会福祉協議会の事業計画

波佐見町社会福祉協議会では、平成20年度の事業報告および決算を公開しています。

【1】法人運営事業

- ・役員会及び各種委員会等の開催（14回）など

【2】地域介護予防活動支援事業（町委託事業）

- ・ふれあいいきいきサロン活動事業

【3】波佐見町農村環境改善センター管理受託事業

- ・会館の管理及び「老人の日」事業推進
（「老人の日」利用者数 のべ1,167名）
- ・会館管理事務（利用数695回） など

【4】助成事業

- ・町地域福祉推進協議会等の助成・活動促進
- ・準要保護世帯への入学支度金助成（9名）

【5】地域福祉推進事業

- ・小地域福祉活動計画の策定（中尾郷、皿山郷）
- ・広報音訳サービスの実施、交流会の開催 など
- ・手話、点訳など養成講座の開催、福祉教育支援

【6】共同募金配分金事業

- ・福祉団体の活動補助（14団体）
- ・ふれあい型給食事業（年9回） など

【7】善意銀行事業

- ・寄附金受付数：106件

【8】心配ごと相談所の開設

- ・心配ごと相談（毎週水曜）
- ・弁護士相談（奇数月第2土曜日）
- ・土曜相談（毎月第4土曜） 相談者のべ102名

【9】各種貸付事業

- ・各種貸付（町福祉資金、生活福祉資金など）
31件 ・貸付額 14,828,000円

【10】調査広報活動事業

- ・社協広報「ほほえみ」の発行 など

【11】介護保険事業所の経営

- ・波佐見町居宅介護支援事業所の経営
- ・波佐見町ホームヘルプサービス事業所の経営 など

【12】各種募金活動推進事業

- ・赤い羽根共同募金、歳末たすけあい募金、チャリティグランドゴルフ大会の開催 ほか

【13】その他の福祉推進事業

- ・町老人クラブ連合会などの活動支援
- ・日本赤十字社分区、共同募金分会の運営
- ・介護福祉機器の貸出（車いす、歩行器、ベッド等） など

～平成20年度 決算～

(収入)

単位：円

勘定科目	決 算 額
会費収入	1,903,400
寄付金収入	2,648,560
補助金収入	18,179,000
助成金収入	600,000
受託金収入	2,601,529
事業収入	143,185
償還金収入	1,630,000
共同募金配分金収入	1,580,000
負担金収入	5,409,847
介護保険収入	39,565,866
自立支援費等収入	2,163,325
雑収入	459,464
受取利息配当金収入	285,251
経理区分間繰入金収入	3,951,909
前期末支払資金残高	22,866,806
収入合計	103,988,142

(支出)

単位：円

勘定科目	決 算 額
人件費支出	58,267,885
事務費支出	4,242,979
事業費支出	7,274,090
貸付金支出	2,053,000
助成金支出	1,356,600
負担金支出	248,491
経理区分間繰入金支出	3,951,909
積立預金積立支出	62,996
その他の支出	1,905,600
支出合計	79,363,550

※事業報告・決算の詳しい内容は社会福祉協議会で閲覧できます。

高齢者見守り講座 ～賢い消費者になるために

6月27日(土) 総合文化会館で、県消費生活センター 栄 千鶴子氏を講師に迎え、福祉講演会を開催しました。参加者は自治会長、民生委員、老人クラブ会長等の皆様です。

悪徳商法などから高齢者の被害を未然に防ぐ取り組みの講座は、安心・安全な地域づくりの糧となるでしょう。

なぜ、高齢者の見守りが必要か？

- ・ 高齢者を狙う悪徳商法が後を断たない
- ・ 一人暮らしのお年寄りは消費トラブルの情報に接する機会が少ない
- ・ だまされたことに気づきにくい
- ・ 相談できない人が多い

- ・ 日頃から家族やまわりの方の見守りが必要
- ・ 地域の自治会長や民生委員は身近で心強い見方！



訪問販売や電話勧誘販売などでの契約をやめたいと思ったら、クーリング・オフ制度を利用できる場合があります。

困ったことがあったら、一人で悩まず早めに相談を!!

この事業には、町民の皆様からの会費が活かされています。

善意の窓

◆香典返しにかえて

- | | |
|-------------|--------------|
| 湯無田郷 | 朝田 昭三 様 |
| 鬼木郷 | (御令室故朝田信子様) |
| 皿山郷 | 松本アサ子 様 |
| 宿郷 | (御令室故松尾フミ子様) |
| 折敷瀬郷 | 松尾 達朗 様 |
| 鬼木郷 | (御主人故松本廣亀様) |
| 小畑スミ子 様 | (御母堂故山下スミ子様) |
| (御主人故小畑静男様) | 山下 光 様 |

今年も波佐見郵便局様より、波佐見町老人クラブ連合会に「ラジオ体操出席カード」を寄贈していただきました。

老人クラブの会員みなさんの健康増進と、子ども達との交流を深めるために利用させていただきます。ご協力ありがとうございました。

感謝の広場

◆収集ボランティア

(切手・書き損じはがき・カード等)

- | | |
|-------------|--------|
| 智水塾様 | (田ノ頭郷) |
| 坂口三男様 | (宿郷) |
| 読売センター波佐見様 | (折敷瀬郷) |
| 納富政彦様 | (宿郷) |
| 波佐見病院様 | (稗木場郷) |
| 福重通恵様 | (折敷瀬郷) |
| 森村幸子様 | (宿郷) |
| 波佐見町婦人会様 | |
| 波佐見町役場・税務課様 | |
| 田ノ頭老和会様 | |
| 匿名希望・二名様 | |

皆様のご協力に感謝いたします。
波佐見町ボランティア連絡協議会

以上の方々から本町社会福祉事業資金に寄付していただきました。
それぞれの寄付に対し厚くお礼申し上げます。

波佐見町社会福祉協議会

- | | |
|-------------|-------------|
| 村木郷 | 谷村実佳子 様 |
| 村木郷 | (御主人故谷村祐二様) |
| 山田喜代子 様 | |
| 中尾郷 | (御主人故山田満夫様) |
| 馬場 春穂 様 | |
| (御母堂故馬場初代様) | |

辺のひとりごと

波佐見町教育委員会 学芸員 中野雄二

第16回 中尾山のはじまり①

長らく波佐見窯業の中心地であり、今もお、毎春、桜陶祭でにぎわう陶郷「中尾山」。

この中尾地区にはじめて窯が築かれたのは、文献によると、今からちょうど365年前、正保元年（1644）とされています。

それでは中尾の最初の窯はどの窯か、となりますが、これまでの研究では、中尾上登窯か広川原窯のどちらかであろうと推測されました。

ただし、広川原窯は後の開発等で完全に消滅してしまったと考えられており、実際、窯があったとされる場所を探してもやきもののかげら一つ発見できませんでした。



▲中尾山風景（白岳より） 矢印先に広川原窯

中尾山草創期の窯は永遠に謎のままか、と無念さときらめつかなない気持ちがある中、平成12年の一つの情報を中尾の方からいただきました。

へんざらのいっばいころがとる畑のあゝー急いでその畑に駆けつけたところ、確かにやきものの破片や、やきものを焼く際に使用した窯道具が所々に見られます。

さらに、よく観察すると窯の壁の一部が地



▲広川原窯調査風景 極寒の中実施した

表面に顔をのぞかせていました。広川原窯は消滅していなかったのです。それまで探していた箇所とは80mほど離れた、全く想定外の地点でした。

発見の翌年、平成13年には早速発掘調査を行います。その結果、畑の中から、比較的良好な状態の窯室が5室分姿をあらわしました。幻の窯、広川原窯との対面です。



▲広川原窯完掘状況 簡易水道管も出土した

波佐見高校だより < Vol.117 >

県高総体終わる

6月5日、さわやかな風が吹く長崎市総合運動公園かきどまり陸上競技場において、『巻きおこせ 旋風を 呼びおこせ 感動を』のスローガンのもと、第61回長崎県高等学校総合体育大会の開会式が行われました。

開会式には県下90校から約1万2千人の生徒が参加しましたが、波佐見高校からも団長（教頭）とバスケットボール部、ソフトボール部の部員の計37人が参加し、バスケット部主将の廣瀬速太君を旗手に、80番目に堂々の入場行進を行いました。【写真】



▲高総体での入場行進

開会式の2日前の6月3日には、高総体推戴式が本校体育館で行われました。まず、今大会にエントリーしている男子70人、女子53人が吹奏楽部の演奏に合わせて入場し、校長からの団旗授与、PTAからの激励の後、各部のキャプテンが決意表明を行いました。さらに、応援生徒全員で選手団にエールを送り、最後に全校生徒で校歌を斉唱し、選手団・応援生徒の高総体への「思い」をひとつにしました。

6日から試合が始まりました。本校から参加した卓球部、柔道部、サッカー部、ソフトテニス部、バレーボール部、バスケットボール部、ソフトボール部ともに熱戦を繰り広げましたが、勝利の壁は厚く、団体戦では、バスケット部男子が二回戦進出、サッカー部がベスト8、個人戦では、柔道66kg級で小田絃喜君がベスト8という結果でした。

県内各地で多数の応援をいただき、ありがとうございました。皆様の応援を背に、選手たちは日頃の練習の成果を十分に発揮し、悔いのない試合ができました。

また、野球部もNHK杯県大会でベスト8でした。いよいよ「夏」の大会です。引き続きご声援よろしく申し上げます。梅雨の晴れ間がさわやかな、波佐見高校です。

波佐見高校同窓会 開催

〔総会〕 8月14日（金）16時 農村環境改善センター
〔交流会〕 17時 陶農レストラン



戸籍窓

(敬称略)

お誕生おめでとう

子の名 保護者 住所

一瀬 友香 崇之 中尾郷
中野 隼 大輔 金屋郷
江口 陽菜 裕介 折敷瀬郷
河野 実潤 恵一 折敷瀬郷
水田 大誠 英臣 折敷瀬郷
奥野 かの 将悟 宿郷
川野 音羽 一弘 宿郷
坂口 透也 秀徳 宿郷
堀池 智弥 勝典 宿郷
谷口 愛桜 大作 平野郷

い結婚おめでとう

上田 斎 中尾郷
佐藤 真美 川内郷
横山 敬太 佐世保市
中尾 聖代 湯無田郷
田中 博一 佐世保市
古賀 沙矢香 志折郷

よい子つよい子元気子

掲載写真募集!!

『みんなのひろば よい子つよい子元気子』のコーナーでは、満1歳前後のお子さんの写真を毎月募集しています。

掲載を希望される方は、役場広報担当へご連絡ください。

役場商工企画課 ☎85-2111 (内線223)

人のうごき (6月末)

人口 15,369人 (-9)
男 7,219人
女 8,150人
世帯数 4,912世帯 (+5)
転入 25人
転出 37人
出生 11人
死亡 8人
() は前月比

小畑 静男 88歳 鬼木郷
橋口 キヌ 94歳 稗木場郷

おくやみ申し上げます

平成21年5月における犯罪発生状況

	波佐見町	東彼杵郡内
5月中発生件数	4	9
犯罪別認知件数		
凶悪犯	0	0
粗暴犯	1	1
窃盗犯	16	47
知能犯	2	6
風俗犯	0	0
その他	2	4
平成21年発生総数	21	58

休日在宅当番医

7月19日	八並整形外科医院 (波佐見)	85-5775
20日	カナザワ内科クリニック (川棚)	83-3727
26日	波佐見病院 (波佐見)	85-7021
8月2日	にいむら整形外科 (川棚)	82-6565
9日	実松整形外科医院 (東彼杵)	0957-47-0278
16日	みやた小児科医院 (川棚)	82-3735
23日	小鳥居病院 (波佐見)	85-3408
30日	鈴木木病院 (東彼杵)	0957-46-0145

※診療時間・・・9:00～17:00

交通事故発生状況

平成21年6月末現在(H21.1～)

※()内は前年比

	波佐見町	川棚町	東彼杵町	東彼杵郡内
人傷件数	19 (-3)	39 (-2)	23 (+6)	81 (+1)
死者	0 (±0)	0 (±0)	0 (±0)	0 (±0)
傷者	22 (-5)	62 (+4)	40 (+6)	124 (+5)
物損事故	71 (±0)	95 (+20)	64 (+10)	230 (+30)
飲酒	0 (±0)	1 (+1)	0 (-2)	1 (-1)

6月に発生した町内事故の特徴

昼間時間帯や薄暮時間帯に、県道及び町道で出会い頭事故が多く発生。

【広告】

配達いたします

* 鯉アライ

1鉢 4,000円より…鯉こく・ヌタ付き

* スッポン料理

1匹 10,000円 (4～5人様向き)

コラーゲンたっぷり・『食べる化粧品』

として女性の方にも大好評です

生き血・刺身・鍋物材料一式をお届けします

体験民宿 水ぐるま 波佐見町川内川ほとり

☎ (0956)85-5151 ご来店も大歓迎!

贈答品 お酒

いいもの、安心できるものを、お求め安く

お中元・初盆お返し

慶弔引き出物・記念品



ピカピカ堂

長崎県東彼杵郡波佐見町宿郷 433

Tel 0956-85-2275

暮らしのカレンダー

※図書館休館日については、P11の図書館だよりに掲載しています。

けんこう

母子手帳交付 { 8月3日(月) 波佐見町役場 9:30~11:00
8月17日(月) 波佐見町役場 9:30~11:00 }

乳児健康相談

[H21年1月生] 8月7日(金) 総合文化会館 9:30~10:30受付
[H21年4月30日~5月26日生] 8月26日(水) 総合文化会館 13:20~13:50受付

3歳児健診

[H18年2月~3月25日] 8月5日(水) 総合文化会館 13:00~13:20受付

子育てサークル

{ 8月6日(木) 農村環境改善センター 10:00~
8月20日(木) 勤労福祉会館 10:00~ }

健康相談

8月6日(木) 波佐見町役場 13:00~15:30

【総合健診】30~74歳で健診通知または受診券をお持ちの方

8月18日(火)	農村環境改善センター	~受付時間~
8月19日(水)	農村環境改善センター	午前
8月20日(木)	総合文化会館	7:30~10:00
8月21日(金)	総合文化会館	午後
8月22日(土)	総合文化会館	1:00~2:30

※ただし、胃がん検診は午前中のみ受付です。

そうだん

心配ごと相談 (町社会福祉協議会 ☎85-2240)

◎水曜：役場第3会議室 ◎土曜：総合文化会館

7月22日(水)13:30~16:00 ◎相談員 野添元義;峯 巖

25日(土)9:30~11:30 ◎相談員 山崎章三;一瀬信子

29日(水)13:30~16:00 ◎相談員 長崎重信;石橋安幸

8月5日(水)13:30~16:00 ◎相談員 野添元義

12日(水)13:30~16:00 ◎相談員 峯 巖;一瀬信子

19日(水)13:30~16:00 ◎相談員 長崎重信;山崎章三

22日(土)9:30~11:30 ◎相談員 石橋安幸;一瀬信子

26日(水)13:30~16:00 ◎相談員 野添元義;峯 巖

※7月22日(水)と8月26日(水)は、行政相談と合同です。

※野添相談員が入る相談日は、行政相談も含まれます。

人権相談 (役場相談室) 10:00~16:00

8月5日(水) ◎相談員 人権擁護委員(中村、溝上)

年金相談 (役場相談室) 10:00~15:00

8月6日(木) ◎相談員 諫早社会保険事務所相談専門員

夜間納税相談 (役場相談室ほか) 17:15~20:00

7月27日(月)、8月25日(火) ◎相談員 税務課及び保健衛生課職員

来月の納金(8月)

●町民民税
●介護保険料

●国民健康保険料
●水道使用料

7月の口座振替日は27日です

【平成21年度 レントゲン・大腸がん検診日程】

月/日(曜日)	時 間	場 所
8月26日 (水)	9:15~9:45	村木コミュニティセンター
	10:05~10:30	稗木場郷公民館
	10:50~11:10	皿山郷公民館
	11:30~11:50	甲長野郷公民館
	13:30~13:50	平野郷公民館
	14:10~14:30	志折郷公民館
	14:50~15:10	協和郷公民館
	15:30~15:50	松林一夫様宅前(岳辺田)
	16:10~16:30	川内農事集会所
	17:30~18:30	農村環境改善センター
8月27日 (木)	9:20~9:40	太田武彌様宅前(三股)
	10:00~10:30	永尾構造改善センター
	10:50~11:10	小樽郷公民館
	11:30~11:50	野々川郷コミュニティセンター
	13:30~14:10	中尾山交流館
	14:30~14:50	鬼木構造改善センター
	15:10~15:30	井石郷公民館
	15:50~16:20	内ノ波会館
	17:30~18:30	総合文化会館
	9:00~9:20	田ノ頭郷公民館
8月28日 (金)	9:40~10:20	宿コミュニティセンター
	10:40~11:00	金屋郷公民館
	11:20~12:00	内海産業会館

催し物

※日程変更の場合があります

わらび座ミュージカル 龍馬!	7月18日(土)	総合文化会館
町民障害者福祉会グラウンドゴルフ大会	7月19日(日)	甲辰園グラウンド
ちびっこサッカーフェスタ	7月20日(月)	中央小グラウンド
町民テニス大会	7月26日(日)	鴻ノ巣テニスコート
親子交歓球技大会	8月2日(日)	体育センターほか
田んなか・どろどろぎょ祭り	8月16日(日)	稗木場郷
はさみ夏まつり	8月28日(金)	旧温泉センター周辺
町民野球大会	8月30日(日)	鴻ノ巣グラウンド

食育だより

南小学校教諭 福田泰三
(波佐見町食育推進委員)

低体温が危ない!『1ヶ月挑戦!おなか畑の土作り』による食生活改善実践

「早寝・早起き・朝ごはん」くらし力向上に向けて、町内の学校で取り組み、子どもたちも元気に登校できるようになりました。しかし、中には朝からグターとした子どももいます。それは、生活リズムが崩れていることが原因だと思われてきましたが、どうやら食生活にも問題があるようだったのです。

例えば、最近目立つのが低体温の子が多くなっていることです。ヒトの体温は36度台ですが、最近はその以下の子どもが目立ちます。低体温になると免疫力が落ち、臓器の働きも悪くなって心と体のトラブルを引き起こす原因となります。クラスの3分の1の子が低体温だといわれ、便秘の子も増えてきています。

しかし、食生活をちょっと意識するだけで、心も体も元気になるのです。そのきっかけとなるのが『1ヶ月挑戦!おなか畑の土作り!』(NPO法人大地といのちの会製作)です。実践内容は「朝はごはん味噌汁」「ジュースをやめる」「旬の野菜を食べる」「30回かもう」などの8項目です。

本校でも中尾慶子先生(大地といのちの会)に講演をしていただき、各家庭で実践しました。すると、「夜にぐっすり眠れ、朝スッキリ起きて体が軽くなった」「体温が36度台になった」「イライラしなくなった」「授業中の集中力が上がった」「うんこが毎日できるようになった」「お母さんと食事を振り返ることができ、炒めものや煮ものが増えた」など、心と体が改善された報告が寄せられました。

ちょっと意識して、食生活改善をしていくだけで心も体も元気になっていきます。

何をどのようにして食べるのか考えることにより「くらし」も変わっていくと思います。

