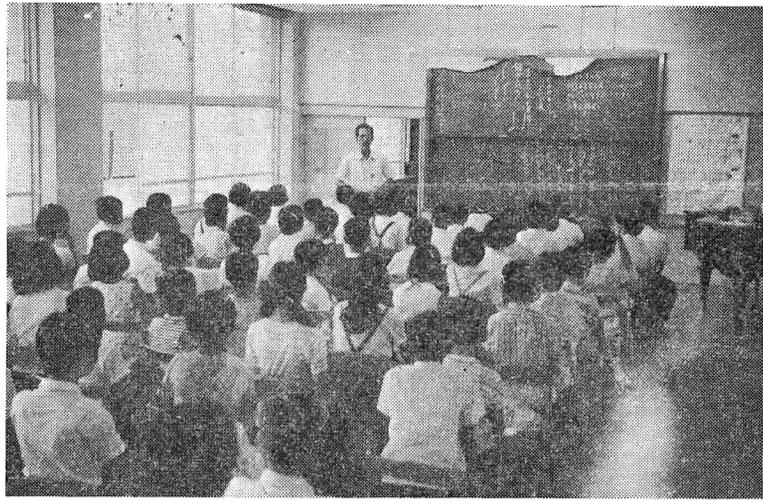


県北子ども会

リーダー研修会開かれる!

「あすをきずく人づくり運動」の一環として少年の健全育成をはかるため、子ども会の活動を活発にし、子ども会が、少年自身のものであるとして、自主的に運営できるように、県北各地区より六十数名の少年が集まり、リーダー研修会が開催されました。



公民館だより

公民館は、住民自治の精神を発揮する場所です。「自発的なもの」とは、上から与えられたものでなく、地域住民が自らの幸福を願って、生み出して行くものです。そこには創意工夫があるでしょう。その部、その地域の特性も出てくるでしょう。「自治的なもの」とは、自分たちのことは、自分で処理する精神です。各種の集會、学習、体育レクリエーション等を通じて他の部落との共存、上部機

夏の健康を守る運動

梅雨期から酷暑の続く夏期には、体力が低下しやすく、また伝染病、食中毒等の多発期にあたるので、県ぐるみで、この運動が実施されます。以下のことをよく守って下さい。

- 規則正しい生活**
身体の疲労のはげしいこの時期には、特に休養が十分取れるような涼しい清潔なところを選び、休養をとることが大切です。暴飲、暴食を避け、規則正しい早寝、早起を行なうこと。
- 栄養、食生活**
夏期には、一般に食欲が減退し、栄養の摂取量が低下するので、これを補うため、バランスのとれた正しい食生活を行なうことです。特に塩分のとり過ぎは危険ですから気をつけて下さい。最近では寿命も延びて、けつして100才まで健康で長生きすることは、夢でなくなっています。最近では老化防止ということが盛んにいわれていますが、そのためには生活上の注意が必要です。食事のとり方には今日からでも実行して下さい。年をとると、歯が悪くなる、食欲がなくなる、血圧が上がるといったような症状が起つてきます。そういった病状は個人差が大きく40才ぐらいからあらわれるものもあり、やつと60才にして故障が見つかるという人もあるくらいです。こうしたからだの変化は、病気の場合もありますが、多くは年令とともに自然に起つてくる変化「老化現象」ですから、おそかれ、早かれ、誰にでも起る現象です。とくに60才以上の方では、ほとんどすべての人に共通の症状といつてよいでしょう。これらの病状の到来をすこしでもおくらせ、また急激にでなく、ゆつくり訪れさせることで、より健康で老年をむかえるようにしたいものです。毎日の食事は次の五つの原則にしたがって作って下さい。
※ 肉と野菜の組合せ
※ 色どりのよい料理
※ 生ものと、煮たものの組合せ
※ 乳と卵を忘れずに
※ 油は1日大さじ2杯
この五つの原則は成人、子供を通じて同じです。最後の油の量は、年令によつて多少のちがいはありますが、60才以上の方でもへらす必要はありません。以上、食事でできる老化の速度等を述べましたが、要は夏まけしない体力を作り、夏の健康を守る運動の一環とします。

募集中!

婦人スポーツ教室生

現在、全国的に「明日を築く人づくり運動」が展開されております。中でも最も重要視されているのが「体力づくり」です。この運動の一環として本町に於いても「婦人スポーツ教室」を開講することになりました。激動する今日の社会情勢の中に於いて、自分の健康体力について無関心な婦人層が多いことを常に耳にします。平均寿命が伸びてきています。

移動図書館を

利用して下さい

現在、町立図書館は、役場三階の教育委員会において貸出しをおこなっています。この町立図書館を夏休み期間中だけでも、みなさんに利用していただくため、左記のとおり移動しておこないます。

家庭の健康は

私達の手に

現在のように公害問題が大きくなりあげられ、その影響は私達家庭の食卓まで及ぼしてきています。その時、私達はそういう問題に取組むべき知識と技術を取得し、我が家の食生活を明るくし、そして日常生活にリズム(栄養、運動、休養)をと本年も日向保健所との共催のもとに栄養学級を開講しましたところ、多数の申し込みがあり、五月十七日に開講式を実施し、

小鳥類を

保護しよう

近年小鳥類が、急激に減少してあります。原因としては、自然崩壊による生息環境の悪化、或は一部捕獲者中実益を目的とした者による乱獲も大きな原因とされています。小鳥類を捕獲しようとする人は、必ず捕獲許可申請をするよう周知下さい。なお、申請書用紙は、門川町森林組合に備えつけてありますので、お知らせ致します。

お盆の日程について

去る七月二十六日の地区会長会議において、盆の日程について協議いたしました。それが、町内産業の特殊性から、それぞれ新旧盆についての意見があり、統一する

善意の寄付

おしらせ

上の町、河野さとみさんは、お金を千円拾い、警察に届けました。その後、落主がなく期限がきて届主に返されました。拾った金なので何か社会福祉事業に役立てさせて下さいと寄贈されました。この善意の心をお知らせしますと共に厚くお礼申し上げます。

門川町社会福祉協議会

現在実習中であり、左記実習内容については左記のとおりであります。

一、栄養学級基礎科

- 二クラス 五九名
- 二、栄養学級研究科
- 二クラス 四七名
- 三、栄養学級同窓生
- 一クラス 四三名
- 計五クラス 一四九名

各クラスとも毎月一回

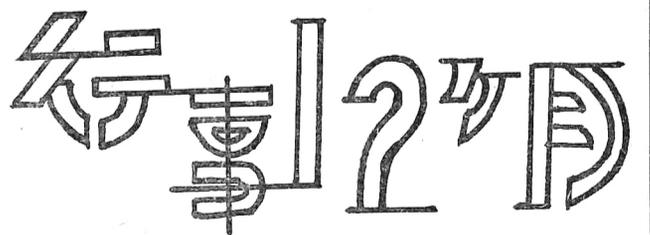
午前中 料理実習
午後 講義
以上
教育委員会

食中毒

予防週間

(五日～十一日)

食中毒は、近年ますます増加している。年間の発生状況を見ると、時期的には、全体の約八割が七月、十月に発生している。要するに食物の腐りやすい季節に多いということになるが、しかし、学校、工場、学校などの集団給食による食中毒が多いことも注目しなければならぬ。



戸籍の窓

出生おめでとう

子の氏名 父母の名 住所
白木正利 勝利 栄ヶ丘
広本保 照 南町
請関順子 忠一 加草
請関友美 順一 西栄町
米良真一 宣 城屋敷
木之下耕蔵 幸雄 五十鈴
黒木和則 好隆 旭町
吉田真由美 節郎 上ノ町
水永昌利 隆 城屋敷
河野恵美子 武 上納屋
井野内幸広 靖 松瀬

ご結婚おめでとう

津島藤徳 加内原
深田泰子 大内原
浜田猛 延岡市
黒木むつ子 延岡市
是沢秀市 下納屋
魚永チエノ 下納屋
浜田作男 庵川西
黒木恵美子 東郷町
志田邦彦 上井野
黒木津代美 庵川西
青木明 東栄町
志田万里子 三ヶ瀬
黒木一 南町
猪狩シホ 南町

香典返しお礼

上井野 故神谷マチ殿 一 金 五千元也
庭谷 故池田半造殿 一 金 五千元也
庵川東 故新井カメ殿 一 金 五千元也
上の町 故松川茂市殿 一 金 五千元也
右の方々には不幸にして逝去なされ、喪主の方より香典返しとして、金一封を社会福祉事業にと、ご寄贈いただきました。ここに厚くお礼申し上げますと共に、故人のご冥福を

7月1日現在

世帯数	人口		計
	男	女	
3,994 (3,990)	7,388 (7,387)	8,140 (8,139)	15,528 (15,526)

()内は前月です

白木正利	0	栄ヶ丘
山口久太郎	72	中尾
坂本イト	69	中尾
神谷マチ	83	上井野
奈須ヒヤク	91	下納屋
浜崎鹿太郎	70	下納屋
池田半造	67	上井野
東口菊松	70	庵川西
牧野通	57	牧山
小川リク	65	庵川西
高橋サイ	84	城屋敷
岩切要四郎	75	尾末東
麻生覚	74	西栄町
椎葉チヨ	84	西栄町
椎葉ツヤ	81	西栄町