

広 報 = 200号

# なかつえ

人口と世帯

9月末現在  
 ( )内は前月比  
 人口 2,061(-5)  
 男 997(-2)  
 女 1,064(-3)  
 世帯数 580(-3)

■ 発行所・編集発行人・中津江村・斉藤隆一

印刷・日田・朝日堂



コンニャクは茶、ワサビとともに古くから栽培されている村の特産物である。当村は良質のコンニャクがとれる適産地でもある。コンニャクは腰が強く、さしみ、煮つけものなどにはもってこいである。また、脳卒中、動脈硬化の予防、美容食品として人気を呼んでいる。

このふるさとの味を安定供給できるようにしたいものである。

<11月>

- 1日 文化財保護強調週間(～7日)
- 3日 文化の日  
ふるさとまつり  
～津江中学校にて各種行事
- 7日 立冬
- 11日 世界平和記念日
- 15日 七五三
- 16日 日田郡駅伝大会
- 23日 勤労感謝の日
- 26日 秋の全国火災予防運動  
(～12月2日)

行事

1980  
10月号

# みんなで楽しく過した体育の日

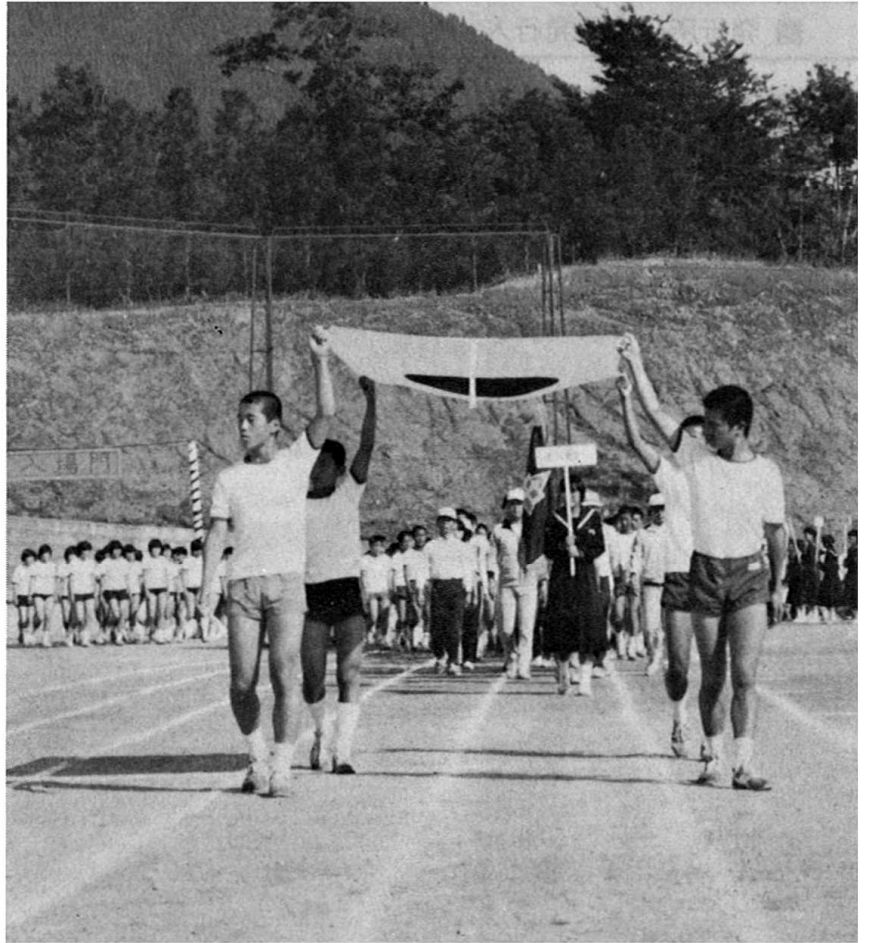
## 第1回村民体育大会



手をつかってはいけません



元気いっぱいのチビっ子



国旗入場



腰をのばして……



ドラえもん・ドラミちゃんも登場

十月十日体育の日、津江  
中学校グラウンドで第一回中  
津江村民体育大会がおこな  
われました。



この日は秋晴れの好天に  
恵まれ、小・中学生を含め  
およそ六百名の人が楽しく  
体育の日を過ごしました。

村民体育大会は、昨年末  
で文化祭の午後に体育大会  
としておこなっていたもの  
を今年から文化祭と切り離  
し、また十月十日に二つの  
会場でおこなわれていた体  
育祭（一般男女ソフトボー  
ル・ゲートボール）に変わ  
り、村民みんなが一つの会  
場で体育の日を祝い、体力  
の保持増進に努めるように  
と開催されたものです。



九時三十分から開始され  
たこの大会は、川辺小学校  
の鼓笛隊で幕をあげ、中学  
生の持つ国旗を先頭に津江

中・鯛生小・丸蔵小・川辺  
小・野田・川辺・丸蔵・鯛  
生の各支部ときびきびした  
入場行進が続きました。

競技は十時に開始され、  
午前の部、午後の部とも十  
三種目の計二十六種目、う  
ち支部対抗七種目でおこな  
われ、支部対抗は丸蔵支部  
が最終種目までせり合った  
野田支部を振り切り優勝（

六十三点）、以下野田支部（  
五十七点）、鯛生支部（四十  
二点）、川辺支部（三十九点  
）の順となり、各支部とも  
精一杯がんばっていました  
が、特に野田支部の健闘が  
光っていたようです。各支  
部とも来年は今年以上の成  
績をあげるよう期待してい

ものです。

また、職域対抗リレーは  
八チームが出場し、二組に  
分けて予選をおこない三位  
までの六チームで優勝が争  
われ、小・中学生の声援を  
受けて教員Aチームが優勝  
二位役場Aチーム、三位郵  
便局チームの順になりました。

アトラクションとしては、  
午後の部開始前に青年団と  
栃原の婦人たちの「すみれ  
会」によって仮装行列がお  
こなわれこの大会を一層盛  
り上げました。

また、昼休みに健康コー  
ナーで体力テストと血圧測  
定、スポーツコーナーでミ  
ニバレーボールとゲートボ  
ールをおこない、体力テス  
トでは自分の体力年齢を知  
って喜んだり悲しんだりさ  
まざまのようでした。

この大会でスポーツの楽  
しさと運動後のさわやかさ  
を感じた人も多いと思いま  
すが、閉会式前にみんな  
でグラウンドのゴミ拾いや草取  
りをしたことにより、一層  
さわやかな感じを受けた人  
も多いのではないでしょ  
うか。

### 退任のあいさつ

#### 高山鶴吉



私こと、去る八月二十  
四日をもって任期満了と  
なり、収入役を退任いた  
しました。

昭和三十九年以来四期

十六年の長い間、非力の  
私がかか収入役の重  
責を全うすることができ  
ました。このことは、ひ  
とえに村民各位のあた  
たいご指導とご支援をい  
ただいたお陰と心から感  
謝し、公私とも皆々様に  
大変お世話になり、心か  
ら厚くお礼申し上げます。

どうか村民各位と村執行  
部の関係が従来にも増し  
て、より緊密に協調し、  
実をあげられ住みよい、  
豊かな村の実現に向って  
邁進されますよう、心か  
らお願い申し上げます。  
でございます。

最後に村の限らない発  
展を祈念するとともにみ  
な様方のご健康と一層の  
ご活躍を心からお祈りし  
まして、退職のあいさつ  
といたします。



表彰をうける丸蔵支部代表

快晴に恵まれた10月5日、栃原グラウンドで第13回一般男子ソフトボール、津江中学校グラウンドで第6回一般女子ソフトボール、第3回ゲートボール大会がそれぞれおこなわれました。

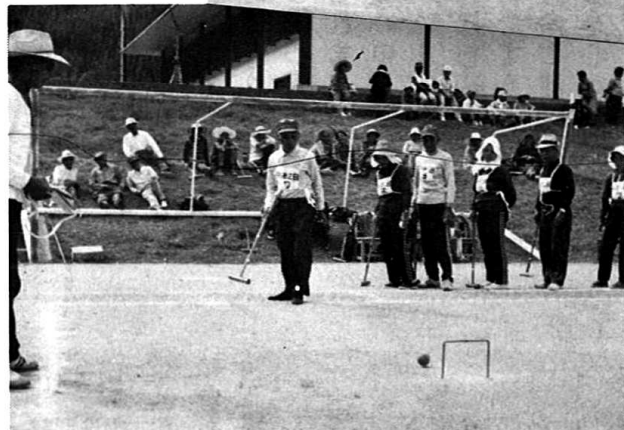
一般男子ソフトボールは14チーム、約200名が参加、稲刈り等で各チームとも選手集めには苦勞したようでしたが、試合が始まると苦しい台所もなんのその好プレー、珍プレーの続出にわきあがりました。決勝戦は原部と丸蔵ロックが対戦、5対2で原部が勝ち3年ぶり2度目の優勝を飾りました。2位は丸蔵ロック、3位は新美津和と丸蔵セブンスがはいりました。今回の大会で気づいたことは、各チームとも技術の差がなくなっていることでした。

一般女子ソフトボールは6チームが出場。今年はナイター等で練習を積んでおり昨年までに比べ技術は上がっているようでした。また、応援席からのヤジもなく選手はのびのびとプレーしていました。決勝は丸蔵Aと野田が対戦、21対7で丸蔵Aが勝ち2年ぶり5度目の優勝。二位は野田でした。

ゲートボールは大会最多の13チームが出場。当村でも年々盛んになっているゲートボールですが、今年は他の町村まで練習試合に行ったというチームもあり、まだまだゲートボール熱は上昇しそうです。決勝は野田Aと栃原Aが対戦、11対11と昨年同様同点になりましたが、3ゲート通過者の多い野田Aが2年連続優勝をねらう栃原Aを破り優勝。二位は栃原A、三位は丸蔵Aと丸蔵Bがはいりました。

## 心ゆたかに体力づくり

### ◆村民球技大会◆



## 銃砲刀剣類の所持・保管基準が きびしくなりました

十一月十五日は狩猟解禁の日です。ハンターのみなさんにとっては待ちに待った季節ですが、銃砲刀剣類所持等取締法の一部が改正され、所持許可の基準がこれまでより厳しくなり、新たに保管の基準が定められた(十一月二十一日から実施)のをご存じですか。

とり返しのつかない事故を起こさないため、改正点の主な内容をぜひ知っておいてください。

①所持の許可基準が整備されました。  
銃砲・刀剣類を所持するために必要な許可申請書や添付書類中に虚偽の記載があったり、重要な事実の記載が欠けている場合は許可されないことになりました。(虚偽の記載をした場合、十万円以下の罰金に処せられます)

②銃砲の保管に関する規制が強化されました。  
銃砲の盗難が多く発生しているため保管設備やその方法などについて新たに総理府で定め、これに基づいて保管しなければならぬことになりました。この保管に違反しているとみられるような場合、公安委員会による立入り検査がおこなわれることもあります。

③三年以上使っていない猟銃は所持許可が取り消されます。

猟銃または空気銃について所持の許可をうけて三年以上使っていないと認められる場合、その許可が取り消されることになりました。これは危害予防のうえからも必要な猟銃をできるだけ排除しようという考え方からです。

# 米

## タンパク質は 牛肉・牛乳とほぼ同じ

私たちが食べている米には、どんな栄養分が含まれているかご存じですか。よく、「米はデンプン質だけ」というようなことを耳にしますが、決してそんなことはありません。

米の成分をみますと、精米百グラム（茶わんに軽く二杯分）中に含まれる主な成分は、デンプン質（糖質）七五・五グラム、タンパク質六・八グラムなどです。米は昔から日本人の重要なタンパク源であり、現在でもタンパク質の五分の一

を米から摂取しています。また、米に含まれるタンパク質は、他の食品に含まれるタンパク質と比べてもたいへん優れています。タンパク質の人体内での利用効率を示すプロテインスコア（数値が高いほど質が良く、体内で効果的に利用される）で見ますと、理想タンパク源といわれるタマゴ一〇〇に対して、米は七七を示しており、牛肉の八〇、牛乳の七四とほぼ肩をならべています。また、

「畑の肉」といわれる大豆の

五五よりも高く、米のタンパク質は穀物の中でも最も質のよいものといえます。また、米のタンパク質の中には、子どもの成長に欠くことのできない栄養素「リジン」を多く含んでいます。

次に価格の面からみても、タンパク質を十グラム摂取するのに米の場合四十八円ですが、タンパク質がほぼ同じの牛乳は九十四円、牛肉では百六十六円と米の二倍から三倍もします。

これらの数字をみても、米は経済的で良質のタンパク源といえるでしょう。

## お願い

### すて犬はやめよう



大分県では犬の正しい飼育方運動を実施しています。犬を飼う時は次のことを守ってください。

- ・生後九十一日以上の子犬は登録（年一回）と狂犬病予防注射（春と秋年二回）を必ず受けましょう。

- ・昼夜を問わず放し飼いはやめましょう。
- ・犬の運動は朝夕二回、犬を制御できる人がいて、糞の処理まで責任をもちましょう。
- ・愛情をもってしつけをしましょう。

- ・管理をよくし、病気の予防に努めましょう。
- ・どうしても飼えなくなったら、愛情と責任をもって飼ってくれる人をさがして譲りましょう。譲る相手がないときには保健所または役場住民課に相談し、すて犬は絶対やめましょう。
- ・犬のけい留場所は、玄関や他人の出入りする所はさげましょう。

## 便秘

### 適度な運動で腸に刺激を



快眠、快食、快便は健康の三原則。朝の排便でさわやかな一日を過ごしましょう。

便秘そのものは病気ではありませんが、不快感をともないます。また体のどこかに病気があるための赤信号、ということもあるので注意しましょう。

#### ▽注意が必要な便秘は△

毎朝一回排便があると理想的です。個人差があり、三日に一回という人もいます。排便が習慣的にきちんとあつて、不快感がなければ心配はいりません。お腹が張る、食欲がない、頭痛や目まい・動悸（き）がはげしい、疲れる、吹き出ものが出る——などの症状を伴う便秘は要注意です。医師の診断を受けましょう。

#### ▽便秘の原因は△

多くは腸の緊張力、あるいは腸の運動の低下によって起き、これを常習便秘といいます。腸の炎症や、腸に隣接する子宮や



卵巣などに腫瘍ができてくるために、腸管を圧迫して起きることもあります。

#### ▽便秘をなくすには△

常習的な便秘なら、適度の全身運動で腸に刺激を与えることが第一です。とくに運動不足になりがちな主婦、一日中机に向かつて仕事をする人などは、運動を規則的に続けて、便秘を防ぎましょう。

朝、起きぬけに冷水か牛乳をコップ一杯飲むとか、ゴボウ、サツマイモ、海藻など繊維質の多い食品を多くとるのも効果的です。また、便意を感じたら我慢をしないように——。

日田郡森林組合共販市況

昭和55年10月15日

樹種	長さ	経級	高 値
す	4 M	3~7	26,590
		8~11	36,990
		12~16	34,990
		18~28	44,990
		30上	98,000
さ	3 M	3~7	26,990
		8~12	27,900
		13~16	33,000
		18~28	38,600
		30上	70,000
ひ	4 M	3~8	
		9~13	14,800
		14~28	22,600
の	4 M	3~10	
		11~13	56,700
		14~16	60,110
		18~28	77,000
		30上	
き	3 M	13~16	55,000
		18~28	71,000
		30上	
6 M	13~16	83,100	

ご寄付お礼

さきにご家族をなくした次の方々より、香典返しとして金一封をいただきました。

中津江村社会福祉協議会へ  
嶋崎幸子様  
丸蔵生活改善センターへ  
北村益郁様

また、さきに任期満了により退職されました前収入役高山鶴吉様と青年団より中津江村社会福祉協議会へ金一封をいただきました。紙上をかりて厚くお礼申し上げます。

文化財保護強調週間  
11月1日~11月7日

同時に2つの年金は受けられません

国民年金には、保険料を納めた人が受ける拠出年金と高年齢のため保険料を納めることができなかつた人などが受ける福祉年金とがあり、拠出年金は老齢・通算老齢・障害・母子・準母子・遺児・寡婦年金の7種類、福祉年金は老齢福祉・障害福祉・母子福祉・準母子福祉の4種類があります。

国民年金では、この年金を同時に2種類受けることはできません。たとえば、障害年金を受けている人に老齢年金を受ける権利もできた場合にはどちらか1つだけを選んで受けることになり、このような場合には役場国民年金係でどちらを選ぶか申し出てください。

もし、誤って両方の年金を同時に受けていると年金を受けすぎになるため両方とも支払が一時差止めになり、誤払分の返納通知を受けますのでご注意ください。

緊急連絡に“テイブン電報”を

緊急連絡に新しい電報サービス「定文(テイブン)電報」をご利用ください。

定文電報は、事故・災害・病気等で電報を発信される場合29種類の例文に限り、定文以外に20字まで自由に文章を付け加えることができます。なお、料金は300円です。くわしいことは、電報電話局(09732-3-3540)または最寄りの郵便局にお問い合わせください。

自衛隊生徒募集

自衛隊では、陸上・海上・航空自衛隊の技術部門における陸・海・空曹を養成する自衛隊生徒を募集しています。

自衛隊生徒の教育課程は4年間で、生徒課程終了までに高等学校卒業資格を取得することができます。

※受験資格 昭和56年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子で中学校卒業(昭和56年3月卒業見込の者を含む)

※採用予定数 陸上自衛隊生徒 約250名、海上自衛隊生徒 約60名、航空自衛隊生徒 約50名

※受付期間 11月1日から12月20日まで

くわしいことは、役場住民課または自衛隊大分地方連絡部日田募集事務所(09732-4-0809)におたずねください。

交通事故のご相談は

お気軽にどうぞ

無料でご相談にに応じております

午前9時半~午後4時半(平日)

土曜日は正午まで

◎専門の相談員が親身になってご相談に応じます。

◎弁護士相談日:毎週木曜日午後1時~4時

社団法人日本損害保険協会

大分自動車保険請求相談センター

大分市荷揚町1-30明治生命館5階

大分調査事務所内

☎0975-36-5043(直通) 0975-34-0888

※今年のは秋が早く、冷え込みも早そう。秋は紅葉といふように反射的に思ひ浮かべますが、何となく紅葉も例年のようなあでやかさは期待されそうにもありません。秋にはいろいろな形容詞が付きまします。スポーツの秋、読書の秋、食欲の秋等々。さまざまの季節に適しているのでしょうか。今年の秋は何か一つの目的をもって過してみたいかがでしよう。※テレビが家庭に普及してから二十年くらい経過してありますが、今では生活時間をテレビに合わせているような気がします。いやテレビに支配されています。私たちは逆にテレビを支配しなければならぬと思えます。そのための一つの手段として読書も考えられます。テレビは見るだけが多いのに対し、読書は思考力などを養います。今年の秋の夜長は読書によってテレビを支配しようではありませんか。

雑記