町報
きょなん
発行　鋸南町役場
編集　総務企画課
第４５１号
２９９－２１９２
千葉県安房郡鋸南町下佐久間３４５８
電話　０４７０－５５－２１１１（代）
毎月　１回
2
2006





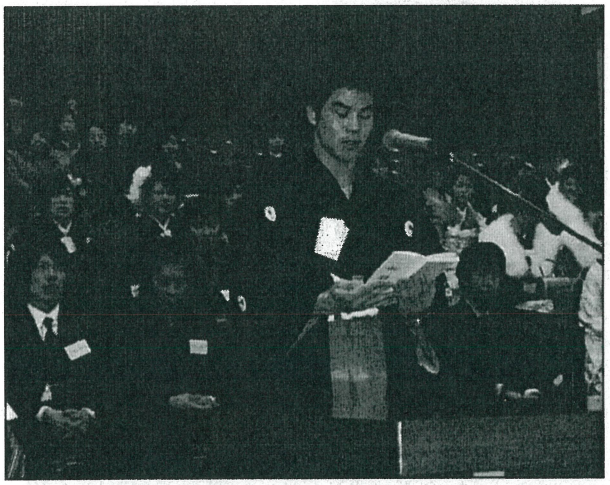
「２００６年　新成人」

平成１８年鋸南町成人式

成人式スローガン

「夢に向かって全力前進」

（作　新成人　鈴木　彩美さん）



１月８日（日）鋸南町立中央公民館を会場に、新成人の門出を祝う成人式が行われました。今年成人式を迎えたのは１１２名で、スーツ姿や振袖を着た新成人８１名が出席をしました。白石町長は式辞で「意志あるところに道はある。何事も強い意志をもって取り組めば道は拓ける」と述べました。この後、新成人の代表として謝辞にたった田村連さんは「ここまで育ててくれた両親、家族をはじめ、様々な方々の助けと、鋸南町という素晴らしい環境があったからこそ、現在の自分がある。これからは自覚と責任をもち、着実に歩んでいきたい」と謝辞を述べました。

この後、記念講演では、「夢～成人者へ贈るメッセージ～」と題し、佐々木真吾氏と星野敬太郎氏の２人のボクシングチャンプが熱いメッセージを送りました。

新春を飾る 鋸南町消防団出初式を挙行

１年間の無火災と安全を祈る、新春恒例の鋸南町消防団出初式が町内外の来賓を向かえ、１月７日に挙行されました。

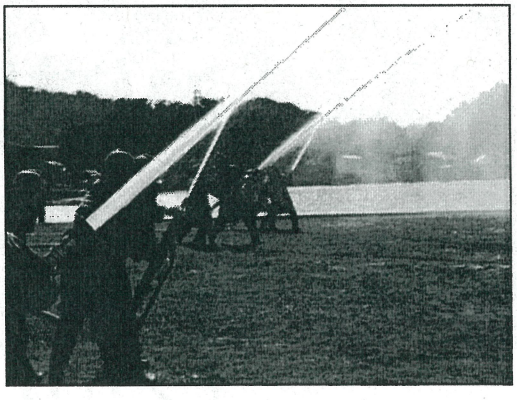
本年から開催会場を岩井袋野球場から鋸南町立中央公民館に移し、新春の「青い海」、そして「富士山」をバックに実施されました。

この出初式は地域住民の生命、財産を守る誓いの儀式として江戸消防400年の歴史と伝統を今に受け継ぎ、鈴木団長以下１２０名の団員が参加し、日頃の成果を披露しました。

始めに公民館脇敷地にて、団員と消防車両が整列、町長・団長の訓示、人員・服装並びに機械器具点検が実施された後、会場を中央公民館の多目的ホールに移し、消防功労者の表彰が行われ、総勢３３名の方が表彰の栄に浴されました。

また、式典終了後には、各分団に配備された４台の水槽車両により、一斉放水が行われ、式典に花を添えました。





快晴の中、新春初レース・マラソン記録会

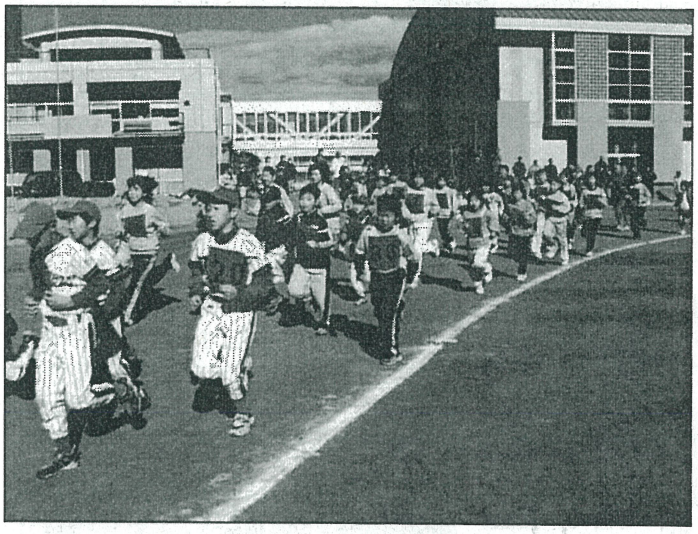
新年の恒例の新春マラソン記録会が１月８日（日）鋸南中学校を会場に開催されました。

この記録会の趣旨は青少年の健全育成と町民の皆さんの親睦を深め、併せて体力の向上を図ることを目的に実施され、今回で３１回目を数えました。

当日は天気にも恵まれ、１０００m～４０００mの４コースを２３５名の参加者が額に汗し力走しました。また、開会式では、鋸南中学校２年の刈米桂太君が６回以上の出場で表彰されました。

参加者人数

１０００m	１１４名
２０００m	１２名
３０００m	９７名
４０００m	１２名



辰野町特産品フェア開催

辰野町特産品フェアが１月２１・２２日の両日、農業祭にあわせて開催されました。この催しも今年で１６回を数え、すっかりおなじみとなりました。

初日は、雪の降る天候の中、午後１時の販売開始から辰野の特産品を買い求める人で賑わい、２日目は農業祭や健康まつりが同時開催されることもあって、会場は大勢の人達で賑わいました。

リンゴなど辰野ならではの特産品に人気が集り、持参したリンゴなどは２日間でほぼ完売しました。



第２６回鋸南町農業祭

鋸南町農業青年研究会（川崎一成会長）主催の第２６回鋸南町農業祭が１月２２日（日）に中央公民館で開催されました。

会場では農産物の即売や健康まつりが同時に行われ、５００人を超える人で賑わいました。また、前日の２１日は農家の方が丹精込めて育てた花卉、野菜、柑橘、加工品等の出品物が搬入され、千葉県農業総合研究センター暖地園芸研究所と安房農林振興センターの職員により審査が行われました。総出品数は昨年を下回り２１５点でしたが、台風や日照り不足などの天候不順により、育成不良が心配される中、優れた農産物が出品されました。審査の結果、最優秀賞（千葉県知事賞）は鈴木良一さん（両向）のカーネーション（スーパーシルクロード）、優秀賞（安房農林振興センター所長賞）には、久保田嘉隆さん（竜島）のナ花が選ばれました。



最優秀賞を受賞した鈴木さん

今月のお風呂大好き



中邑　静男さん

「ゆっくりできて、ここへ来るのが楽しみです。」

笑楽の湯

毎月26日はお風呂の日。今月は「大根風呂」です。

身体の芯まで温まって、笑楽の湯では人気の寒い季節におすすめのお風呂です。

「大根風呂」は葉を陰干しして乾燥させて使います。

大根の葉には、根よりずっと多くのビタミン・カルシウム・鉄などのミネラルが含まれています。更に硫化イオンなど温泉成分も含まれ、保湿効果が高く、冷え性や神経痛に効果があると言われています。

健康療法では、大根の辛味成分であるアリル化合物が炎症を鎮め、せきを止めるほか、殺菌の働きもあるといわれています。そのため風邪をひいた時は、大根とショウガのすりおろしたものをお湯に溶かして飲んだり、大根の角切りをハチミツや水飴に漬けておいて、溶け出したエキスを飲むと効果があるといわれています。

冬の代表的な根菜・大根は、食べたり、飲んだり、入浴したりと、大いに活用できます。

ぼくの凧が揚がったよ

青少年育成鋸南町民会議（池田悦郎会長）では、１月１５日に「家族ふれあい交流事業　～和凧作り～」を行いました。８家族２１名が参加しました。教育委員会職員の指導で和凧（角凧）に挑戦しました。少し前までは正月遊びの定番だった凧揚げですが、最近はめっきり少なくなったようです。凧作りに取り組んだ子どもたちも、興味津々で、目を輝かせていました。また、一緒に作業したお父さんやお母さんは「昔は、自分で作ったんだけど…」と昔を思い出しながら作っていたようです。各自で絵を描いたオリジナルの凧が、２時間ほどで完成しました。できた凧を持ってさっそく中央公民館隣の広場で揚げました。凧が回ってしまったり、うまく揚がらなかったりと揚げるのも簡単にはいかなかったようですが、しばらくすると慣れてきて、青空高く手作り凧を揚げる親子も見られました。
親子でいい体験ができました。



おいしいおせちができたよ

１２月１７日（土）に青少年育成鋸南町民会議（池田悦郎会長）の主催する「家族ふれあい交流事業～親子おせち料理教室～」が開催されました。毎月第３日曜は「家庭の日」です。町民会議では、その啓発と家族の交流を深めるために家族ふれあい交流事業を行っています。今回はおせち料理の教室を行いました（会場の都合で前日に実施）。参加したのは５家族１５名。「だて巻き」と「栗きんとん」に挑戦しました。どちらも子どもたちに人気のおせちメニューとあって、子どもたちは意欲的に調理に取り組みました。お母さんたちと一緒に楽しく調理をし、２時間ほどで、おせち２品が完成。できたてのだて巻きは、ほんのり甘く、ふわふわで、子どもたちは大喜びでした。



知られざる「水仙谷」の眺めを楽しむ！

町内に水仙の名所数ある中でも、今回は川崎勝丸氏オリジナルの横根～保田見コースを歩いた。今年の水仙は「まだ、これからだよと」・・と言っているかのようにツボミが多く３分咲き程度だ。これから花開く希望をもっている水仙のパワーを肌に感じながら道のりを進む参加者 35 名。出発から１時間、西側に眺望が開け手前に江月その先に津辺野山、先に三原山まで見えた。感動的だ。さらに１時間、今度は東側に山並みの連続、津森山、人骨山、その先に愛宕山。さすがは川崎氏知らない山はない。参加者は景色だけではなく名人のデータ量にも感動しながらしばらく山々に見とれる。この後、当初予定になかった三浦三良山にも登ることに。あと５分、あと５分と言われながら歩き続けること 20 分でゴールに到着。

おみやげは水仙の花束・水仙クッキーでした。

今回は、景色も運動量も十分過ぎるほどの内容でした。ちなみに、味わいハイク 12 回目で偶然にも 12 キロコースでした。

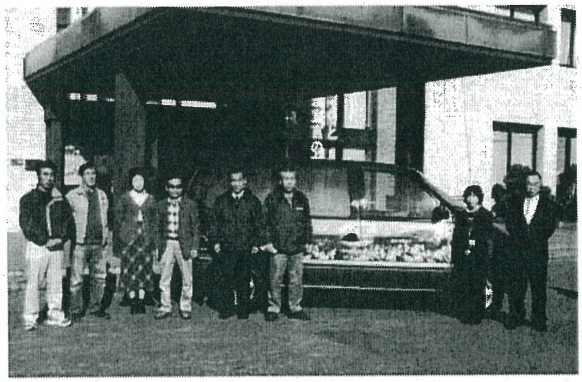


動く広告塔
ラッピングワゴン車

日本花の会鋸南支部（重田恒久会長）から、鋸南町へラッピングワゴン車が寄贈されました。

町では視察などで町外に出かける際に利用し、町のＰＲを図る方針。車の前後、側面に菱川師宣の見返り美人切手、日本寺の大仏、スイセンなどが描かれ、ひと目で町のＰＲになります。

重田会長が「もっと鋸南の観光を広めたい」と、支部のメンバーと考え、この車の寄贈となりました。町では、視察研修などに活用し、動く広告塔の役目を担っていきます。



つなげよう声のネットワーク

声のバトンタッチ(47)

町民のみなさんの「声」をバトンタッチでつないで、友だちから友だちへ「声」のネットワークを広げていくコーナーです。
お尋ねする内容は、 ①仕事や趣味 ②最近心に感じた事やうれしかったこと ③町政に望むことなどです。 次はあなたもネットワークの一員です。

①さくら銀行（三井住友銀行）ヤマト運輸を経て現在富楽里とみやまにて、レジを担当しています。毎日楽しく忙しく働かせていただいております。鋸南の方にはきっとあそこにいた人だと思う方もいらっしゃるのでは。趣味は大好きなコーヒーを飲みながらショパンの曲を聞くことで、最近は時間がないのがちょっと残念です。
②最近嬉しかったことは、長女が剣道初段に合格した事です。先生方に感謝そして今にいたるまでの、少年団の指導員の先生方にこの場を借りてお礼を申し上げます。私はよく子どもたちに頑張れという言葉を使います。？自分自身に問うてみて、子どもに頑張れと言っておいて自分は、そんな理由で剣道スポーツ少年団後援会長を昨年引き受けこの三月で任期も終わります。子どもって大人を良く見ていますね。
③町の行政に望む事、それは子どもも高齢者の方も（私たちもいつかは高齢者になります。）安心して住める鋸南の町づくりをして頂きたい事です。お願いいたします。



田中　明美さん（田町区・パート）

次回は赤崎　玉枝さん（本郷区）へバトンタッチされます。



加藤　博隆さん（町区・惣菜業）

次回は日下和也さん（両向区）へバトンタッチされます。

①私は、大学２年生の半ばアパートを解約され、惣菜業を営む実家に連れ戻されました。大好きな祭りや波乗りが一層楽しめると安易な考えは甘かった。
肉や魚の捌きかたすらわからぬ私、見よう見まねの自己流。仕入れ・製造・販売は手探りの六年間。温室育ちの私には耐え切れず十二指腸潰瘍・帯状ほうしん・血便と続けて病を患いました。こんな生活から逃げ出したくなる毎日ですが、おかげで商工会青年部・消防団・地区の青年会をはじめ、祭りや波乗り、無線にバイクなどの集まり事に参加させてもらい沢山の方々と知り合うことが出来ました。
②人生の壁に打ち当たった今、励まし、応援してくれる人、相談にのってくれる人が私にも出来た事をとても嬉しく宝に思います。
③避けられぬ高齢化社会問題。私の祖母も鋸南町の施設に入る事が出来ず、遠く離れた見知らぬ土地で毎日一人寂しく泣いて過ごしています。一日も早く、更なる福祉の充実をお願いします。南房総市以上に名を売って下さい。

善意の寄付

朝市組合
１５，０００円社会福祉寄付金

千葉美装有限会社
景観整備用品寄付
（５０，０００円相当）

文芸

むらさきのかたくりの花
そり返り風にゆれをり長閑の春
池田　幸子

散策の山路下れば蕗のとう
両手にこぼるる春のぬくもり
池田　節子

元日の南の空にのぼりたる
三日の月の糸のごとしも
菊間　みよ子

無意識にオクラ・向日葵種子を
干し苦笑ひせりまだやる気かと
富永　斐子

新潟県中越地震の情報に
知人のあれば他人事ならず
富永　ふみ

家庭教育通信 すくすく No.55

『子どもの食問題』

飽食の時代といわれる現代、子どもの食に関する問題がいろいろと言われています。

コンビニの普及などで、お金を出せば食べたいものが手軽に手に入るようになり、「おふくろの味」がだんだん忘れられ、『お』を取った「ふくろの味」に変わってきていることは、とても寂しいことだと思います。

また最近は『食育』という言葉を耳にするようになり、実際栄養士が学校の授業で教えていくようになります。

それでは、どんなことが問題になっているのでしょう。鰺南町学校給食センター　管理栄養士の阿部えり先生にお話を伺いました。

○ばっかり食い

これは、おかずだけ、ごはんだけを食べ、おかず、ご飯、おかずのように順番に食べないことを言います。食の細い子では、一品だけでお腹いっぱいになり、他の物が食べられず、栄養のバランスも悪くなります。交互に食べることで、味の調和がとれるのですが、子どもの中には、口の中で味が混ざるのがいやという子もいます。

昔のように、塩辛いおかずが少なくなったことも原因しているようです。

○姿勢が悪い

姿勢だけではなく、はしや茶碗も上手に持てない子が増えています。

一概に言えませんが、生活環境の変化により、家族バラバラでの食事や、孤食が増えていることが考えられます。家族揃っての食事が減ったことで、食事のマナーを見て覚えたり、教えてもらう場が少なく、正しい食事作法が身につかなくなっています。テレビを見ながら、寝転がって食べていたり、親は子どもが何を食べているか知らなかったりといった実態も上げられています。

○嫌いなものには手をつけない

嫌いなもの、食べたことのないものには、手をつけない子が増えています。嫌いなものを無理に食べさせることはありませんが、親がおいしそうに食べて見せたり、少しでも食べられたときには、誉めてあげるなど、子どもが食べたいという気持ちにさせることも大事です。

また、お母さんが作っている様子を見せたり、一緒に作ることでも「食べてみようかな」という気持ちになることがあります。

嫌いなものは作らないで、好きなものばかり食べていても、さほど栄養学的には問題はないといいますが、わがままな子になる懸念があります。

味覚の発達は、子どもの頃の味に左右されると言います。（亜鉛、ビタミンの不足でも味覚障害がおきます）小さい頃から、いろいろな味に慣れさせていくことは大事なことです。

○間食について

九割の子どもが間食を食べているようです。おやつは、子どもに心理面でよい影響をあたえますが、質と量を考えることが大事です。おやつは食事に足りない分を補うもので、おやつでお腹がいっぱいになり、食事に差し障るようではいけません。

手作りのおやつと違って、スナック菓子やインスタントの食品は、添加物等何が入っているか分からないので怖さもあります。また、袋ごと与えるのではなく、お皿に小分けにしたり、甘いお菓子なら飲み物は麦茶にしたりと量や組み合わせも考えてあげるとよいでしょう。

（次回は肥満、生活習慣病、日本型食生活の見直しなどについてお話いたします）

教育委員会　生涯学習室
℡五五―二一二〇

健康通信

「クエン酸」

近頃酢が健康維持に注目されています。たとえば米酢は約15種類の天然アミノ酸と約70種類の有機酸を含み、有機酸のひとつであるクエン酸がパワーを発揮します。酢に含まれるクエン酸の量は0.2％と極わずかですが、酢の主成分である酢酸とクエン酸以外の有機酸の多くが、体内でクエン酸に変わるのです。クエン酸は、疲労物質である乳酸を分解する優れものです。またブドウ糖やたんぱく質を燃やしてエネルギーに変えるために、ビタミンとともに働きますが、このとき不思議なことに何度も変身するのです。エネルギーの燃焼過程にかかわる酸は、クエン酸から始まってシスアコニット酸（シスアコニチン酸）→イソクエン酸→α―ケトグルタル酸→コハク酸→フマル酸→リンゴ酸→オキザロ酢酸と順番に変化していき、エネルギー代謝を終えると、再びクエン酸に戻って、また働きます。

これを「クエン酸サイクル」といいます。

クエン酸サイクルが活発になれば、代謝が促進され、血液の流れもよくなります。また、胃液の分泌を促進して消化を助けます。逆にクエン酸が不足すると疲労物質である乳酸が蓄積し、イライラや倦怠感の原因ともなります。

クエン酸をとるなら、アミノ酸や有機酸を豊富に含む醸造酢がおすすめです。醸造酢には穀物酢と果実酢があり、原料や国によってさまざまな種類があります。穀物酢としては米が原料の米酢、玄米が原料の黒酢、イギリス・アイルランド・ドイツの麦芽酢（モルトビネガー）などがあります。果実酢にはフランスのワインビネガー、イタリアのバルサミコ酢、アメリカなら、リンゴ酢があります。ご存知のように、酢はその国の酒文化と強いつながりを持っている調味料です。

酢のほかにも、梅干、かんきつ類にもクエン酸が含まれています。酢（クエン酸）を食生活に上手に取り入れて、疲労物質を身体にためないように心がけましょう。

（保健福祉課健康推進室）

資料館 歴史

●連載163

お伊勢参り(2)

一生に一度の観光旅行

江戸時代の庶民にとって、伊勢参りは、たんに伊勢だけに限らず、京・大坂などの名所観光もかねる一生に一度の遊楽の大旅行でした。東国からの伊勢参りは、ほぼコースが決まっていて、東海道を伊勢に向かい、参拝をすませた後は、関西をまわり、四国に渡って金毘羅参りをして、帰りは中山道を通って、信濃善光寺というパターンでした。どうせなら出来るだけ見てこようという気持ちです。

先立つ資金は、伊勢講によって皆で積み立てたおかねです。ある程度貯まると、くじで代表者が伊勢参りへ行けます。これを繰り返せばいつかは誰でも行けるというのが、伊勢講のシステムです。

伊勢講は、定期的に集まって祭神、天照大御神を拝み、その後は飲食し、お金を集金します。旧家の床の間によく見かける天照大御神の掛軸は、伊勢講を行っていたしるしです。

会計報告のために、お金がどこでどれくらいかかったかは、きちんと記さなければなりません。「伊勢道中記」など覚え書きが、しばしば旧家に残っています。

岩崎泰輔の伊勢詣

元名村の名主、岩崎泰輔は、天保二年（一八三一）に分家の岩崎藤右衛門、市部村名主の小澤政右衛門、久枝村の鈴木又右衛門の4人で、伊勢参りに出かけました。このとき、伊勢から奈良、高野山、大坂、姫路まで進んで、金毘羅へまわり、予定では出雲から長崎まで行くはずでしたが、一人が体調不良となって断念。戻って京都見物をした後、中山道から木曽路に入って、善光寺へまわり、草津温泉、榛名山にも詣で、江戸へ帰り、日本橋で旅の疲れを癒し二泊。元名に帰りました。行程千数百キロ、三ヶ月にも及ぶ大旅行でした。

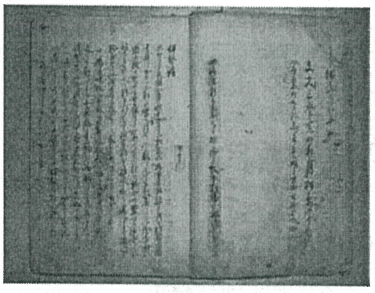
名主クラスですから、庶民に比べ潤沢な資金はあったはずですが、それにしても現在では想像もできない健脚ぶりです。

岩崎泰輔は、この時四二歳。もと上総国大和田（富津市）の生まれで、岩崎家に婿入りし名主を継ぎました。樫斎と号し、医師でもあり、儒学の造詣も深く、自宅に「蘭園書屋」という家塾も開いています。伊勢参りから三十二年後の文久三年（一八六三）に、この時の紀行文をまとめたのが「伊勢詣」という書物です。

帰国後は清書するひまもなく、近頃ようやくひまになったので、昔を思い出し再び筆をとった泰輔。ところどころで詠んだ狂歌が添えられ、読み物としての体裁となっています。

天保二年二月二九日、親しき友四人と鋸山の麓を出立した泰輔一行を、大勢の人たちが酒肴を持って見送りに来ます。根本の浜辺でしばし盃をかわし、順風満帆、船で浦賀に渡り、その日は伊勢屋忠兵衛という宿に泊まりました。そこで泰輔が一首。

「出かけから伊勢屋といえる宿へ来てここに参宮のさいさきぞよし」（続く）



伊勢詣

生涯学習 みんなで学ぼう

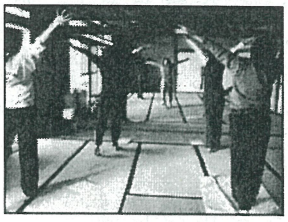
「アロマ・ヨガ教室」



みつろうを使って「魔法のクリーム」作り

ヨガ（Yoga）の語源は、古代インドの言語サンスクリット語の「統一」や「調和」です。連続的な動作と正しい呼吸を調和させ脳と心に働きかけ、心身の変化やエネルギーの循環をも感じられるよう学ぶものです。アロマセラピーとは芳香療法のこと。精油（植物の香り成分エキス）を用いて健康維持や美容、又はストレス解消、集中力アップなど、やはり「心」への効果をもたらします。公民館では館山市在住の中山五枝子先生を講師に迎え、このアロマとヨガを組み合わせた教室を開催中です。教室では毎回自分の心身の状態に合わせて精油を選び、「吸入法」というアロマの技法から入ります。豊かな香りの中でヨガのポーズに移り、参加者はゆったりと心地良い時を楽しんでいます。

問い合わせ先　電話 55－4151　中央公民館



からだ、こころ、あたまに効果的なヨガ

わんぱく登場



拓史くん（1歳8か月）

〔藤倉朋弘さん　第1子　竜島〕

二度目の冬はとっても寒かったけど、しっかり歩けるようになった僕としては、おうちの中でジッとしているわけにはいかないんだな。今は何を見ても興味津々。何でどんなふうに遊ぶかってことをいつも考えてま～す。もっとおしゃべりして、もっとお外で動き回りたいから、春が待ちどおしいな。

桜だより

～さくら守養成講座終了～

昨年の5月から5回に分けて「さくら守養成講座」が行われ12月17日に閉講しました。

この養成講座は、日本花の会から小山講師を招き、さくら守としての桜に関する知識と育成管理技術を身に付けるために開催されました。

初回の講座は、桜に関する基礎知識として、桜の種類・特性・形態についての講習が行われました。第2回の講習では、佐久間ダムで施肥と雑草対策の現地実習を行い、第3回の講習も、佐久間ダムで病害虫防除と鳥獣害についての実習を行いました。第4回の講習では、桜の繁殖方法の一つである接木（つぎき）の方法の講習が行われ、大島桜の台木に接木（つぎき）を行いました。接木（つぎき）された苗は受講者の方々が持ち帰り育てていきます。最終の第5回講座では、植栽と整枝剪定の実習が行なわれ、全工程が終了し閉講式が行われました。

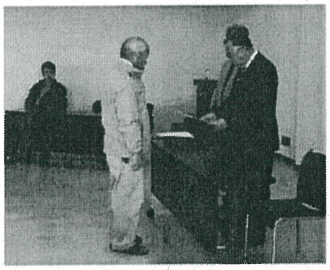


現地講習の模様

閉講式では、受講者11名が出席し、全工程終了の岩田二郎さん（竜島）、矢生まつ江さん（市井原）、高濱穎一さん（中道台）、満田恵重さん（中原）、小林由治さん（横根）、川名昭治さん（江月）、吉本克己さん（江月）、福原敏夫さん（江月）の8名に、白石町長及び日本花の会小山講師から修了証が手渡されました。

また、他の受講生にもそれぞれ受講証が手渡されました。

今後も、「日本一の桜の里」をめざして、さくら守の方々にも協力していただき、地域の力で、桜を育てていきましょう。



修了証が一人づつ
手渡されました

B&G NEWS

◇温水プール開館時間 10時～21時
12時～13時及び17時～18時は休憩

◇休館日　月曜日

◇プール使用料料金

町内者　小中学生 200円・一般 400円

町外者　小中学生 300円・一般 550円

《プールで生活習慣病の予防を》

★水温･･･概ね30度に保たれ、ゆったりとした気分で各機能を活性化し、免疫力の向上につながります。
★浮力･･･腰痛・ひざ関節に障害のある人でも安心。
★水圧･･･足のむくみの解消、血流を良くする効果あり。
★抵抗･･･動かす速さにより負荷が変わるため各個人の体力にあった安全で効果的な運動ができます。
水中運動には、継続することによる様々な効果が期待されます。『継続は力なり』プール通いを日常の習慣にしてみませんか

あの子もこの子もきょなんの子

（12月16日から1月25日迄の届分）
おめでとう！

〔赤ちゃん〕　〔生まれた日〕　〔両親の名前〕　〔地区〕　〔わが子へのメッセージ〕

2名の子が誕生しました。おめでとうございます。

今号は掲載希望がありませんでした。

写真さしあげます。

広報に掲載した写真をさしあげます。

一部希望に添えない場合もあります

◇総務企画課 広報係
電話55－4801

人の動き・・・・

世帯数	3，748世帯	（+5）
人　口	10，056人	（−5）
うち男	4，849人	（−6）
女	5，207人	（+1）

1月1日現在（前月比）

編集後記

おしらせ版を発行して3年が経ちました。各課の個々のおしらせを集約して発行し、回覧等を減らすよう努力しています。これからも町報きょなんとおしらせ版をよろしくお願いします。今回の町報きょなんは初の手作版です。印刷機のリースを検討しており、今後は手作りで出来ればと考えています。（K）