

発行
東白川村 公民館
岐阜県加茂郡東白川村
〒511 (東白川) 1番

印刷
中部印刷KK

〔10月〕人口の動き

人口	4,172 人
世帯数	959 世帯
出生	3 人
死亡	3 人
転入	4 人
転出	5 人

(10月末住民登録人口より)



ひがし しらかわ

広報

昭和44年12月20日発行

日も早く

へる 東白川村 公民館

おかあさん

の手習い

年賀状も、書き
ぞめも、今から楽
しみ……。

先生も、大きな
生徒もいっしょう
けんめい。

おとうさんや、
こどもに負けては
おりませんよ。

(東白川中央婦人学級)
学習のひとつま



道路整備を一日も早く

— 大明神でへき地公聴会 —

さる十一月二十八日、午後一時から越原大明神の公民館においてへき地公聴会が開かれました。

この公聴会は、平野県知事自身がへき地に出向き、その住民とひざを交えながらなまの声を聞いて、それを県政に反映させようとして続けられているものです。

県からは、平野知事をはじめ道路建設課長、広報課長ら各課から十二名が出席、村からは、村長はじめ村会議員、栃山、黒沢、大明神の各部落から百二十名が出席して、へき地としての諸問題について活発な話し合いが行なわれました。

へき地対策

知事を迎えてへき地公聴会



知事、村長のあいさつの後、地の皆さんから、当面する諸問題や要望事項が積極的に出され、そのひとつひとつに知事が解答、さらに具体的な事に対しては、担当課の係から説明があるなど、予定時間をオーバーするなどの盛況でした。

— 地 元
こんど県道に昇格した、越原付知線の未舗装部分の舗装と、木橋の永久化などを早急に実現して欲しい。
(注) 未舗装部分は九千八百八十メートル、木橋は五メートル以上が六つあります。
— 知 事
県では昭和四十五年度末までには県道の全舗装を終わる予定で、近く実現できると思う。また木橋の永久化も早急に着手するようにしたい。

— 地 元
この地域は、生活の基盤として山林に対する委存度が高く、造林も積極的に行なっているが、植林以後の換育期間五年ぐらいは、補助金を出して欲しい。また、林道開設の補助も増額はできないか。
— 知 事
そういうことに対しては、現在県でも検討中であり、換育をしているかどうかといった判定もむずかしいので融資等の方法を考えている。換育に必要な資材の現物補助なども、検討中である。

— 知 事
過疎バス対策について現在、赤字を国、県地元などで補助するなどとして努力しているが、それでも存続不可能な場合は、スクールバスの運行なども村で考えるべきである。

— 知 事
林道開設については、現在も補助を行なっているが、補助率の適度は、国の基準というものが

■ 体育館備品購入費の寄付が多くなりました。
九月末以来、神土小学校の裏地で進行中の体育館建築工事はこのところ鉄骨建方屋根ふきをおわり、工事は、来年二月完成をめざして急ピッチにすすまられています。

先月の広報(百二十五号)でもお知らせしたように、この体育館の事業には、多くの方々から暖かい関心がよせられ、備品の購入費として多額の寄付をいただいています。その後、藍綬褒章をうけられた河田村長から、その記念として十万円をはじめ、今井義一(五加柏本)さんから十万円、村雲馨(神土神付)さんから十二万円の特志寄付をうけました。

なお、十二月十日現在までの寄付金は累計で五十六万円となっております。

■ 来年の成人者を伊勢神宮参拝に招待します
一月十五日は「成人の日」。村では、昭和三十八年から成人となった若人を、貸切りバスで伊勢神宮参拝に招待しています。来年も計画しています。

成人該当者は、昭和二十五年生まれの男女青年です。村

に招待します

が、来年も計画しています。

成人該当者は、昭和二十五年

生まれの男女青年です。村

いよいよ本腰

越道線が県道に昇格

実った六十年の労苦

越道線待望の県道に

越原の小各から、大明神の越道峠を経て付知町へ抜ける林道「越道線」がこんど県道に昇格しました。

その県道移管式が、さる十一月十四日午前十時から、越原小学校校庭で村内外来賓を多数を招き付知町との共催で行なわれました。式終了後は、地元の一とたちの喜びの声援の中を、参列者全員が付知町までのパレードを行ない、同町役場での祝賀会にのぞみましたが、この席で両町村長から、道路愛護会長の高井好一さん(黒瀨)安江唯己さん(大明神)、学園町内会(付知)の皆さんらに感謝状が贈られました。

「越道線」は、延長十四・三キロあり、こんど県道に認定されたことによつて「県道越原付知線」と名称も変わり、今後の維持管理は県で行なわれることになり、全線軽舗装も早急に行なわれるという明るい見通しがたつています。

この道路の開設は、今から六十年前の明治四十三年の四月、栃山黒瀨、大明神の各部落の皆さんによつて着工され、六十年の歳月を



から六十年の歳月をかけ現在の道路として完成したものです。戦後、付知町の稲荷平と大明神地内の開拓地に通ずる開拓道路が計画され、昭和二十五年に付知町と、大明神の両方から着工され

困難な時代にもかかわらず、地元関係者の努力によつて延長八千七百四十七メートル、幅三・六メートルの道路が県営工事として、六十年の年月を費し、りつぱに完成しました。

この開拓道路の完成によつて、小各から、付知町まで全線開通となりましたが、六十年間、地元皆さんの、多くの負担と努力によつて、開設はもちろん改良、維持管理が行なわれ、地域の幹線道路としての役割りを果たしてきたものです。

長い間 この道路を守り続けてこられた道路愛護会の皆さんの熱意が実つたもので、いつそ地域の道路として重要な道路となつてくることでしょう。

→ 県道「越原付知線」の基点となる板並木も、昇格とともに脚光を浴びるでしょう。

かけ、大明神の子護神社まで延長五千五百八十三メートル、幅三メートルの荷馬車道として完成しました。

その後、林道改良事業として、三・六メートルに拡幅改良工事と一部路線の付け替えが、昭和八年

■あいつつ運動、小さな親切運動標語を募集します

青少年健全育成村民会議では、明るい豊かな村づくりを押し進めていくための、あいつつ運動、小さな親切運動の実行を呼びかけています。

村民、ひとりひとりに普及啓蒙活動を続けていくための一段階として、次の要領で標語を募集しますから、多数応募してください。

〔応募の方法〕

- ・ 作品は各運動五点までとし、用紙は官製はがきで応募する
- ・ 作品には、住所、氏名、年令を明記すること。
- ・ 作品は未発表のものに限る。

〔作品の送先〕

東白川村教育委員会内
青少年健全育成村民会議事務局 局あて

〔締め切り〕

▼和四十五年一月三十一日

〔入賞決定と発表〕

・ 入賞作品は、審査委員会で決定する。

いよいよ本腰

越道線が県道に昇格

越原の小各から、大明神の越道峠を経て付知町へ抜ける林道「越道線」がこんど県道に昇格しました。

その県道移管式が、さる十一月十四日午前十時から、越原小学校校庭で村内外来賓を多数を招き付知町との共催で行なわれました。式終了後は、地元の一とたちの喜びの声援の中を、参列者全員が付知町までのパレードを行ない、同町役場での祝賀会にのぞみましたが、この席で両町村長から、道路愛護会長の高井好一さん(黒瀨)安江唯己さん(大明神)、学園町内会(付知)の皆さんらに感謝状が贈られました。

「越道線」は、延長十四・三キロあり、こんど県道に認定されたことによつて「県道越原付知線」と名称も変わり、今後の維持管理は県で行なわれることになり、全線軽舗装も早急に行なわれるという明るい見通しがたつています。

この道路の開設は、今から六十年前の明治四十三年の四月、栃山黒瀨、大明神の各部落の皆さんによつて着工され、六十年の歳月を

12月27日—衆議院議員総選挙

忘れず 1票を!

十二月二十七日には、衆議院議員総選挙が行なわれます。今月の七日に公示され、現在激しい選挙戦が展開されていますがこの選挙は、私たちの国の政治に直接関係のあるたいせつな選挙といえます。また、最高裁判所裁判官の国民

審査もあわせて行なわれます。私たちは 私たち自身の代表者としての議員を選ぶために、冷静な判断をくだし、清き一票を投じましょう。

投票しないということは、住民として政治に参加できないことな権利を、自分から捨ててしまうことです。

今回から、候補者の政見発表をテレビで流すという公職選挙法の改正が実現、茶の間でじっくりと判断もくだせそうです。

村の投票所

神土投票区—東白川村公民館
神付投票区—神土農事センター
越原下投票区—越原小学校
越原上投票区—黒河公会堂
五加投票区—五加小学校

投票時間
各投票所とも、午前七時から午後六時までです。



赤い羽根

広がる善意の心

歳末たすけあい

村の赤い羽根羽根共同募金運動の結果がまとまりました。

その募金額は、目標額を越えて九万五千二百七十九円となり、みんながしあわせにの心が、全村民の中に浸透しているものを物語っているようです。

この募金は、岐阜県共同募金会の配分計画によつて、県内各地にある福祉施設に配分されます。

また、十二月いっぱいには、全国的に歳末たすけあい運動がくり広

げられています。

私たちのまわりには、歳末をひかえて、越年の準備もできず、またひとりさびしく病院や、老人ホームなどの施設で正月を迎えるひとも多くあります。

自分だけのしあわせではなく、すべてのひとがそろつて明るい正月を迎えることができるよう、たすけあい運動をすすめます。

村では、役場の住民係において十二月いっぱいいたすけあい募金を受け付けていますので、部落に、職場にそのたすけあいの輪を広げていきましょう。

部落、職場からの募金は次のようです。

部落からの募金		本代	額
名	募金額	柏宮大下久	8,800
口	1,634	沢野見	3,510
又	9,870	須見	4,550
親	3,380		2,100
親	4,700		1,300
通	4,160		
付	3,500		
谷	2,540		
尾	1,800		
洞	3,100		
坂	2,700		
向	6,000		
地	9,020		
山	2,600		
湖	4,300		
神	6,900		

職場からの募金		職 場 名	募 金 額
役 場	3,755	職 員	円
保 育 園	1,300	保 母	
東白川中学校	150	職 員	
神土小学校	675	職 員	
五加小学校	200	職 員	
越原小学校	1,000	職 員	
ほかに役場、農協の窓口募金が			1,735円

けいじばん

・入賞者には、本人に通知するとともに広報で紹介し、今後の運動推進に活用する。

・発表は二月十五日

〔表彰〕

表彰は、「青少年の部」と「一般の部」で、最優秀賞一点、優秀賞二点、佳作五点到賞状、賞品を贈る。

■十月の人の動きあれこれ

―出生―

- (中谷) 田口 塚也 二 良(二男)
- (平) 田口 忠一 奈三子(長女)
- (下野) 今井 八十己 恵美子(長女)
- 安美 (長女)

―死亡―

- (大 沢) 今井 金三郎
- (上親田) 安 江 晴子
- (大明神) 松 岡 げん

―出生―

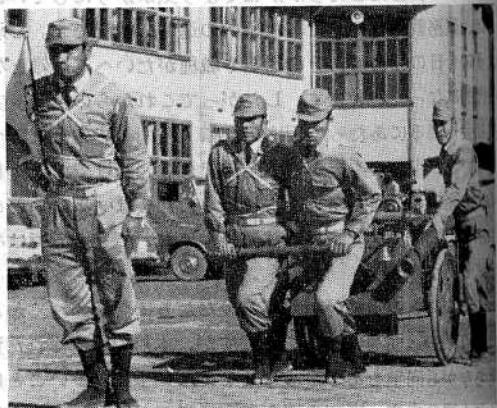
- (曲坂) 今井 春夫 利明(三男)
- (西洞) 安倍 徹 由香里(長女)
- (平) 大 鉦明 靖(長男)
- (西洞) 今井 信行 千 春(長女)
- 世津子

―死亡―

- (柏 本) 今井 悦子
- (西 洞) 安倍 金十郎

第6回消防操法大会

光った日ごろの訓練



→身も心もひきしめて、操法開始の緊張した一瞬

分団の部

さる十一月二十三日、神土小学校校庭において、第六回東白川消防操法競技大会が開かれました。この大会には、団員二百名と消防自動車一台、可搬動力ポンプ十三台が参加、日ごろの訓練ぶりを競いました。

団員として統一されたポンプ操法を身につけ、士気をもりあげ、火災などの鎮圧に有効適切な消防活動を行なうことにこの目的があり、五人一組の練法を、県事務所消防主任、団長、副団長らで審査を行ないました。

審査講評にあげられました。ことしは特にどのポンプも訓練がなされ優秀づつがたい中から次の入賞が決まりました。

- 優勝 第一分団 (神土)
 - 二位 第三分団 (越原下)
 - 三位 第二分団 (五加)
 - 四位 第四分団 (越原上)
- ポンプの部
- 優勝 第一ポンプ (第一分団)
 - 中丸清彦、小池捷一、安江重治、安江三子夫、交吉計孝
 - 二位 第三ポンプ (第一分団)
 - 田口虎彦、今井和男、沢木嘉康、古田金彦、梓川祇紀
 - 三位 第八ポンプ (第三分団)
 - 安江進吾、安江信一、今井良一、小林博、大坪兼敏

熱戦ノ十三チーム

村民ソフトボール大会

第一回村民親睦ソフトボール大会は、好天に恵まれたさる十一月二日、各部落の代表十三チームが参加して熱戦をくり広げました。

恒例の球技大会を、ことしからは地区のたれでも参加できるようにとソフトボール大会に変更、そのチーム編成も考慮して行なわれました。

その編成の方法は、部落代表とし、一チームの中に、四十歳以上を一名、三十歳以上二名、女子二名を加えなければならぬということにしたために、参加層の幅ができました。

そのために、応援も活発で、好プレー、珍プレー続出の中で次の部落代表チームが、強豪の中から勝ち名をあげ、体育協会会長である村長から表彰を受けました。

優勝 平中チーム

おかあさん大ハッスル

盛況ノ 婦人大会体育のつどい

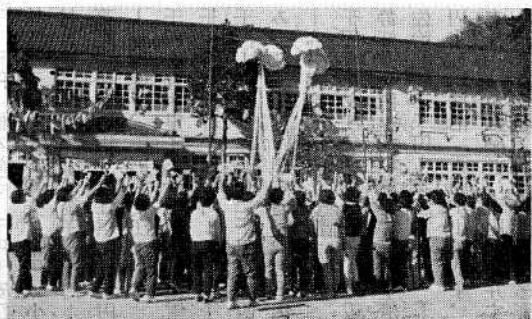
前日の雨もからりとあがつた十一月十六日、午前九時から神土小学校校庭において、第二回婦人大会体育のつどいが開かれました。

おかあさんだけの運動会として昨年スタートさせた東白川村連合婦人会主催のこの大会は、ことしも四百人あまりの会員が参加、走ったり、踊ったりの楽しい一日を過ごしました。

この大会の立案、準備、運営はすべて婦人会だけの手で行なわれるところに意義があり、日ごろの生活を忘れ、力いっぱい運動、演技に好感が持てました。

このソフトボール大会は、だれにでも気軽にできることから、予想以上に好評だったようです。「こんなにおもしろかったら、春、秋の二回くらいはやつてほしい」などという声がかかれ、計画した村体育協会も年二回開催を検討しています。

村長の臨氏啓



→ファイナルで、くす玉が割れ思わず喚声をあげるおかあさんたち

続々届く善意の基金

はよ育英基金募集スタート

村外から―村内から

優秀な能力をもちながらも、家庭の経済事情などで進学できない子弟をたすけ、有為な人材をより多く育てることをねらいとして、

今春二月結成された東白川育英奨学会(会長田口稔)のことは、広報の六月号でお知らせしました。

その後たびたびの会合をかさね具体化への検討をいそいでいますが、このほど、その準備もとと

のい広く村内外へ呼びかけ、奨学金を募ることになりました。

奨学会では、まずその皮切りに

中学卒業生への呼びかけを行ないその後、村外に在住する郷土出身

者や村内外一般有志に呼びかけていますが、すでに、いまままでに、

元県立華陽高校長田口由美氏(五加出身)、天佑館歯科医院能崎道一氏、八幡製鉄副社長藤井丙午氏

をはじめ、卒業生や一般からの心ある善意が相ついで送られ、関係者を喜ばせています。
十二月六日現在でこの奨学金募集にご協力いただいた方々はつぎのとおりです。

―村内協力者から

〔栃山〕

千円―笹保熊蔵、千円―安江政

二

〔大明神〕

千円―安江つゆじ、千円―安江

幹夫、五百円―安江利夫

〔中通〕

千円―村雲いと、千円―村雲孟

千円―村雲静雄、千円―村雲政吉

千円―大塚福市、千円―村雲ふで

千円―村雲三郎、千円―安江逸茂

〔平〕

千円―田口勝、千円―田口澄子

千円―島倉吾一、千円―田口忠一

千円―安江秀太郎、千円―安江真

雄、千円―西山卓夫、千円―田口

泰造、千円―田口一枝、十九万九

千円―熊崎道一

〔大口〕

千円―今井和夫、千円―今井建

子

〔久須見〕

千円―池井戸勝、千円―古田重

子、千円―古田一己、三万円―古

田保、千円―井戸鉄夫、千円―古

田香、千円―古田武三、千円―古

田徳一、千円―野村一雄、千円―

古田繁造、千円―古田みつ子、千

円―服部磯子、五千円―古田敬司

〔大沢〕

千円―今井理造、千円―今井貞

夫、千円―今井満州男、千円―今

井真澄、千円―今井美那子、千円

―小倉昭三、千円―今井久雄、千

円―安江匠

―村外卒業生から

千円―三三修、千円―吉田順子

千円―山田久子、五千円―安江良

文、千円―田口玄朗、千円―田口

今井暢、千円―栗山直子、二万円
―村雲敏弘、千円―田口恒、千円
―安江千洲男、千円―佐藤ゆたか
千円―杉山益美、千円―増川加代
子、千円―橋本尚子、千円―安江
祐宣、千円―栗本刻夫、千円―小
村公子、千円―安江秀子、千円―
高島美子、千円―安江信二、千円
―松岡優子、千円―安江未昭、
千円―青木里子、千円―湯本深雪
千円―村瀬春子、千円―石黒房子
千円―中山すみ子、二千円―寺西
みつ江、千円―田中時子、二千円
―今井良彦、千円―安江まさ子、
千円―祖父江律子、二千円―渡辺
静江、千円―匂川勝己、千円―伊
佐治礼子、千円―安江富士夫、千
円―桂川修治、千円―川松恭子、
二千円―渡辺昭彦、千円―福井す
え子、二千円―小倉正己、二千円
―渡辺たか

―村外の協力者から

十万円―田口由美

十万円―藤井丙午

〔東京村人会〕

三万円―今井敏三、三万円―安

江時三、五万円―渡辺海兵、二万

円―早瀬政一郎、一万円―井戸清

隆、一万円―早瀬正己、一万円―

安江隆治、一万円―樋口守利、二

万円―國松威男、三万円―今井良

兵、五千円―村雲龍市、五千円―

―東白川育英奨学会のねがい―

とめられた自然と風土の上に、東白川村は、すぐれた伝統と文化が積み、協力一致して産業・経済・文化の発展にその実をあげてきました。たがいにいっそうの前進を誓いあいたいものがあります。ところで、わたしたちがかねてより気がかりにしています。義務教育を終えた本村子弟の進路の状況です。ご承知の通り今日の社会は、その仕組や職種がたいへん複雑となり、競争的になっていきます。したがってこれからの少年、少女は社会へ出るにあたって相応の知識・技術・能力を身につけていかなければ、当人の素質が十分発揮できないわけです。そしてその基礎能力を、これからの社会は一步高いところに求めている現状です。農林業経営においても例外ではなくなましよう。

わたしたちの子弟が中学卒業後ただちに現業につくかどうか、当人の適性等によることですが、本村ではすぐれた資質をもちながら向学をあきらめざるをえない子弟の多いことは、いまでも残念です。周知の通り自宅通学できないことなどに起因しています。

このろみに全日高校の進学率をみましても、岐阜県平均が8割におよぼうとするのに、本村は3割余りに過ぎません。我が村の子の将来に生きがいをかけるように、本村青少年の育成は、わたしたち郷土民の張りあいでありつとめでもあります。村の祖先がその子弟教育のため深い配慮と努力を尽した歴史をを継ぐためにもわたしたちはいまいたずらに現状維持の時を過ごしてはならないと考えます。そこで、村内各層の有志が世話人となり、本会を発足させたので、

知っておきたい年末調整

給与所得者は早めに手続きを

サラリーマンなど給与所得者については、給与の支払いを受けるなど所得税が差し引かれる、いわゆる源泉徴収制度がとられていま

を精算するための年末調整が行なわれます。これは、毎月の給与や賞与から源泉徴収された所得税の年間合計額と、一年間の給与の総額について納めなければならぬ本来の税額（年税額）との差額を精算することです。



相談室

⑤

(問) 私は、昭和三十六年の国民年金発足当時から加入しています。が、ついでで三十六年度から四十二年度まで保険料の免除を受けています。その免除された保険料を現在納めることができるでしょうか。また、納めるとすればいくらになるでしょうか。

(答)

免除された保険料は十年前までさかのぼって納めることができますので、あなたの免除された分は全期間納めることができます。その場合の保険料は、当

時の保険料額ですから、三十六年から四十一年の十二月までは三十五歳未満が百円、三十五歳以上が百五十円で四十二年一月から四十三年の十二月までは、三十五歳未満が二百円、三十五歳以上は二百五十円になります。

また、その保険料は一度でなくともよく、何回にも分けて納めることができます。

老令年金、通算老令年金を受けるとき、免除された期間がありますと、その期間については保険料を納めた場合の二分の一しか給付されたいへん不利になりますのでぜひとも納められようおすすめます。

(住民係)

44年度 村民税			44年度 国定資産税								
第3期分			第2期分			第3期分			第2期分		
順位	納税名	納付率	順位	納税名	納付率	順位	納税名	納付率	順位	納税名	納付率
1	平	100	1	大口	100	1	中谷	100	1	大口	100
1	下親田	100	1	平	100	1	加尾山	100	1	下親田	100
1	中通	100	1	下親田	100	1	加尾山	100	1	中谷	100
1	神付	100	1	上親田	100	1	黒山	100	1	神付	100
1	中谷	100	1	中道	100	1	黒山	100	1	中谷	100
1	加尾	100	1	神付	100	1	柏野	100	1	加尾	100
1	西洞	100	1	中谷	100	1	久須見	100	1	西洞	100
1	日山	100	1	加尾	100	8	大沢	94.35	1	日山	100
1	日山	100	1	西洞	100	9	下親田	93.25	1	日山	100
1	日山	100	1	西洞	100	9	中通	9.63	1	日山	100
1	日山	100	1	西洞	100	10	西中	92.50	1	日山	100
1	日山	100	1	西洞	100	11	神付	92.11	1	日山	100
1	日山	100	1	西洞	100	12	神付	90.84	1	日山	100
1	日山	100	1	西洞	100	13	大平	90.17	1	日山	100
1	日山	100	1	西洞	100	14	大明	90.55	1	日山	100
1	日山	100	1	西洞	100	15	大明	90.55	1	日山	100
16	陰地	99.00	1	下親田	100						
17	上親田	96.66	1	下親田	100						
			19	大明	99.66						

その後の村民納付状況をお知らせします。この表は、期限内に納

納税成績 「のお知らせ」

付されたものについて集計したもので、たった一日納期限を遅れただけでも、この計算からは除外されます。今後も期限内完納にご協力をお願いします。

① 給与所得者の扶養控除等(異動)申告書。
② 給与所得者の保険料控除申告書を正しく書いて、ことし最後の給与の支払いを受ける前日までに給与支払者に提出しておかなければなりません。

年末調整の結果、それまでに源泉徴収された税額が年税額にくらべて納め過ぎになっていた場合に、納め過ぎている分は還付されます。また年税額にくらべて不足している場合は、その不足分は、ことし最後の給与や賞与から源泉徴収されます。

なお、雑損控除や医療費控除は年末調整のときには控除されない、確定申告により控除を受けることとなります。該当する人は来年二月十六日から三月十六日までの間に確定申告をして納め過ぎた税金の還付を受けてください。

けいじばん

- ◎ 年末年始には、食品品の需要が増すと同時に、宴会、おせち料理等調理をする機会が多くなり、ともすると、食品の取り扱いがおろそかになりがちです。健康で新しい年を迎えるため次のことに十分気をつけてください。
- ◎ 商店の方は、食料品を仕入れるとき、品質、添加物、標示等について十分注意し、清潔で新鮮な食品を選びましょう。
- ◎ 店は、常に清潔にし、整頓しましょう。
- ◎ パラ菓子等の手づかみや新聞紙等による包装紙の代用は避けましょう。
- ◎ 調理場及び台所は、常に清潔にし整理整頓しておきましょう。
- ◎ 調理前及食事の前には、必ず手を洗うよう習慣づけましょう。
- ◎ 庖丁、まないた、ふきん、食器等はよく洗ひ消毒しましょう。
- ◎ (日光消毒、煮沸消毒)
- ◎ 調理の材料は、清潔で信用ある店で、新鮮なものを買ひましょう。



健康は十分な栄養で

私たちが健康なからだを保持するために、十分な栄養を取らなければなりません。

十分な栄養というものは、心ずしも金のかかる食品を使用することではなく、また、テレビなどの料理も適切なものとはいえない場合もあります。

食品には、いろいろな栄養素が含まれています。私たちがからだの発育や成長、からだを維持するのに必要なタンパク質も栄養素のひとつであり、からだの働きを円滑にし、調子をととのえるビタミンなども含まれます。

栄養素の種類と、働きの関係は

からだの発育、維持、補修

蛋白質、脂肪、無機質

活動の源

糖質、脂肪、蛋白質

⑫

健康な の み

左表のようになります。

このように栄養素には、たんぱく質脂肪、炭水化物(糖類)、無機質ビタミンの五種類のものがあり、おのおの食品には多少とも、これらの栄養素を含んでいます。

私たちは、健康な毎日を過ごすためには、これらの栄養素を十分取らなければならぬし、またその取り方も片寄らない、バランスのある取り方をしなければなりません。

そのためには、それらの栄養素がどの食品に多く含まれているかを知らなければなりません。

各栄養素については、多く含んでいる食品をあげてみました。

たんぱく質を多く含む食品

肉類-牛、豚、鶏、馬、その他(肉)、魚類(海水魚、淡水魚)

豆類(落花生、くるみ、枝豆)

その他に魚、肉類の加工品として、ハム、ソーセージや、豆類

の加工品である、とうふなども、高たんぱく食です。

脂肪を多く含む食品

バター、卵、油の多い魚類(うなぎ、さんま、さば、にしん、その他)や肉類(豚、牛、鶏などの肉)、植物性のもものでは、くるみ、落花生、大豆などが脂肪を多く含んでいます。

炭水化物を多く含む食品

炭水化物の多い食品は、元来主食とされたものに多いようです。

米、麦、あわなどの穀類や、その製品であるパンやめん類は、主食とされています。また、いも類は、終戦前後主食の代用として活躍しました。

その他かぼちゃ、とうもろこし砂糖その他の糖類、果実なども炭水化物の多いものです。

特に、砂糖その他の糖類、でんぷんなどは、百パーセントの炭水化物食品です。

無機質、ビタミンの多い食品

(一)カルシウム
牛乳、卵及び乳製品、あみ、しらすなどの丸ごと食べられる小魚、海藻類、貝類、豆類及びその製品、にんじん、ごぼうなど。

白鉄分
肝臓(牛、豚などの)、魚肝

(三)ビタミンA

バター、チーズ、肝油、卵黄その他脂肪の多い魚介(うなぎあかべい)、肝臓、ほうれん草にんじん、かぼちゃ、ピーマンなどの緑の多い野菜や、黄赤色の野菜。

(四)ビタミンB

玄米、麦類、しいたけ、大豆肝臓、卵黄、こい、たらこなど
(五)ビタミンB群
肝臓、牛乳、卵、乳卵製品、魚類、豆類

(六)ビタミンC

新鮮な野菜、みかん、レモンいちご、さつまいも。
(熱に弱いので、調理に注意が必要)

じょうずな栄養のとり方はどうすればよいでしょう

このように栄養素には、いろいろなものがあり、体内での働きも異なるものです。また、食物によりその中に含まれる栄養素はまちまちです。

ですから、毎日、毎食、同じ料理を食べていけば、栄養は片寄りいろいろな病気を起こしてくるのです。

たとえは、米の飯にたいこんの

たんぱく質、ビタミンは不足してきます。そして、栄養失調をひき起こし、体力も衰え貧血などもできます。

料理はいつも、いろいろの食品を組み合わせ、どの栄養素も十分取れるように工夫することが大切です。料理は、本やテレビなどでやっているのをまねる必要はありません。

たとえば、動物性のたんぱく質としては、卵、鶏肉、川魚、コイマスなどは、本村でも容易に入手しやすいものです。動物性たんぱくがきらいなら、大豆の煮豆や、とうふなどを利用できます。

料理のさいには、自分で不足しがらだと思ふ栄養素に重点をおいて調理したいものです。特に有色野菜、動物性たんぱく質などは、今まで日本人の不足しがちなものだったようです。

調理のさいに、もう一つ気をつけたことは、栄養価を保つという事です。特に熱に強いビタミンBやCなどを多く含む食物の調理には気をつけなければなりません。

「みんなの健康は東白川病院 院井口医師の提供のもので す。忙しい中の執筆に感謝 します。」



さあ今から営農計画

—ことしの実績をふり返る—

秋の桑園管理
も終わり、こと
しの養蚕の成績
をしめくくる時
期となりました。

これからは、来年の桑栽培、飼育のおよその姿を描いてみることに有効であり、重要なことで営農

計画樹立の基礎となります。

毎年同じような作業を繰り返すことの安易さが、とかく経営的な感覚をマヒさせているのです。

これからの農業に生きようとする

れば、このようなことでは立ち遅れます。自分のまわりをとりまいて

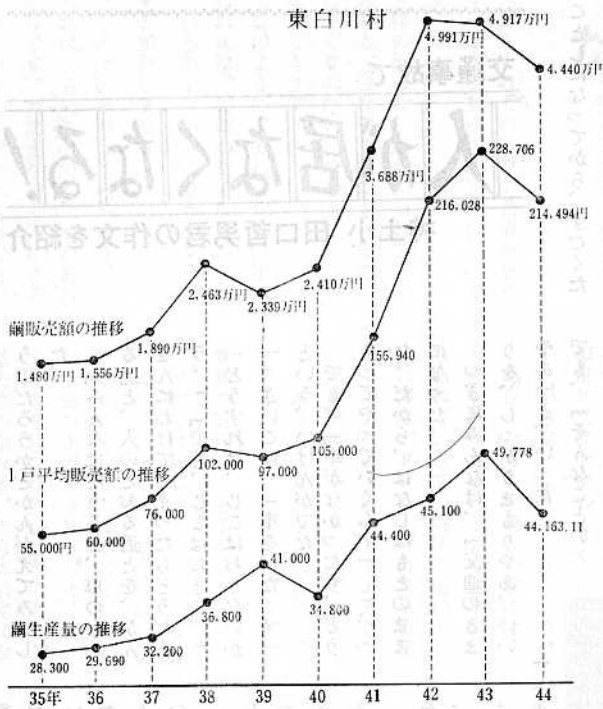
いる経営的環境、条件をよく考えましよう。

大産し、新たな産期を迎えていたが、来年の養蚕期を迎えていたがたいものです。ことしの養蚕の成果は、異常氣象下にありながらいろいろな大規模養蚕をめざし、まゆ生産に努力してきました。

特に、養蚕改良クラブが中心となり、養蚕経営一万ドルを目標とする会を発足され、養蚕躍進に大きくビジョンをかけた。

そして、後継者の育成、自動飼

育機の導入による機械化養蚕の実施など、新しい姿を示めしたとい



桑園一年毎の土壤調査実施
一千万円記念大会
知事・農林大臣表彰
東海・北陸農政局 稚蚕自動飼育機械化第1号設置

昭和44年養蚕実績

項	掃箱	立数	上繭生産数	繭副生産数	総繭産量	販売額	飼育戸数
蚕期	箱		kg	kg	kg	円	戸
春蚕	403.75		15,771.7	374.12	16,145.82	15,405,898	148
夏蚕	38.00		1,431.6	32.00	1,463.6	1,472,562	33
初秋蚕	389.50		11,065.8	285.30	11,351.1	11,333,574	198
晩秋蚕	517.00		14,703.1	470.79	15,173.89	15,657,639	192
晩々秋蚕	1.50		28.7	—	28.7	30,594	1
計	1,349.75		43,000.9	1,162.21	44,163.11	44,400,267	572
前年対比	94.9%		88.4	98.7	88.8	90.3	102.8

農業構造改善事業

こんどは神付に

—44年度の製茶工場建設—

十一年度からスタートした私たちの村の農業改善事業もいよいよ大詰めを迎えようとしています。

四十一年に五加製茶工場を建設したのに続き、親田、黒潤とすでに建設済みの三工場の長所を取り入れ、改良を加えて最新最高の施設を……との意気込みで、関係者一体となって研究し、製茶原料の生葉管理に重点を置いて設計されました。

その結果、生葉置場の面積を広げ、断熱構造とし、生葉受入れから生葉置場までを台車に乗せたまま運搬するように工夫するとともに、伸び続ける緑茶生産のペースを見こんで、建物を改造しないで機械を増設できるようにするなど細い所に気を配っております。

事業主体は新しく、農事組合法人神付茶生産組合が結成され、工場敷地も県道神土下呂線沿いの加舎尾集茶園付近と決定し、すでに敷地造成工事が着工されました。

この工場は来年一番茶から操業を始める予定で、この工場の完成によって村内は新鋭四工場をふくむ五地域五工場の体制が確立され白川茶の発展を大きく推進することになるでしょう。

交通事故で

人が居なくなる!

神士小 田口哲男君の作文を紹介

たくさんの人たちが、死んでしま
うのだろうかとかんがえてみまし
た。

「みんなはどうろを、車のお
る道と、人のおる道とを、かん
ぜんにわけてしまったらどうだろ
う。」
「でも、じこはおきる。」

「どうすれば、じこはおきないか
」。さいごに、「車を、なくす」
という、いけんがでた。

でも、「車がなかったら、どう
やってやっていくんや」といっ
た。だから、はなしはもとのまま
になった。

つぎにみんなは、「交通のさま
りを、しっかりまもりやあ、いい
やあ」と、いった。

でも、「そんなことといっ
たつてじこは、おきるや
ないか」。「あそうかあ
」。ともかくぜんぜんこ
のことは、かいけつしよ
うがなかった。

つぎのじかんも、その
ことでかんがえた。みん
なのいけんがたくさんだ
った。けれども、さいご
のさいごまでかんがえた
けれど、「交通じこは、
ふせげない」ということ
になった。

それから、ぼくはこん
なことを思った。「アメリ
カなどの外国では、ど

多いか、もつと少ないか、どつち
だろう。ぼくは、外国のほうが多
いと思う。だから日本は、そんな
たくさんにならないように、もつ
ともつと少なくしなければならな
いと思う。

ことしは、とくに交通じこで死
んだ人の人数が多い年だ。もう、
これ以上ふえないほうがいいと思
う。これから毎日交通安全うん
どうをしていきたいなあと思う。
そうしていたら、少しぐらい気
をつけるから少なくなると思う。

もうひとつは、まだめんきよを
もらっていない人が、うんでんを

← 交通教室のひとこま



するのは、とてもいけないことだ
と思う。

人の車をぬすんでうんでんして
じこにあったのは、とてもわるい
ことだし、車をぬすまれた人は、
車をこわされるので、その人もめ
いわくすると思う。

ぼくは、大きくなつてめんきよ
をとつたら、じこにあわないう
しっかりおぼえてから、車にのれ
るようにしたい。車にのれないの
に、いばつてのつてじこにあつた
ら、とろくさいなあと思う。

ぼくは、その人たちをみたら、
だいじなうんでんをする「タクシ
ーのうんでんしゅさん」。「パス
をうんでんする人」。「さしやを
うんでんする人」などが、とくに

気をつけてもらいたいと思う。

その人たちが、じこをおこすと
もしかしたら、何人もの人が死
んでしまうかもしれない。
これからも、みんな、じこに
ついて気をつけあって、交通事故
をふせいでいきたいと思う。

ひとりひとりの人が、自分自分
でちゅういすれば、きつといつか
はじこをおこさないうんでんしゅ
さんばかりになると思う。

それから、どうろをあるく人も
おたがいを通じあい、よい車の
みんなの心が通じあい、よい車の
うんでんの方、あるき方をすれ
ば、いまままでのじだいとすこくち
がったよの中になると、ぼくは思
う。

このひとは、神士中通の安江清
さんで、ことしの六月、オートバ
イで自動車に接触、ガードレール
のおかげで道路下への転落をまぬ
がれ、不幸中のさいわいだけがだ
け助かったものです。

さきごろがも全快、まだまだ
県道 村道ともガードレールの不
備なところも多く、一日も早く設
置し、二度とこのような事故を起
こさない願いをこめて、役立てて
欲しいと届けられたものです。
係でも感激、このご厚意をあり

ガードレール に 使 っ て

安江さんが現金を届ける

役場の交通係を訪れ、ガードレ
ールの設置、補修にでも役立てて
と現金三千元を差し込まれた者持



ただいま 特別警戒中

＝犯罪のない年末年始を＝

ひとそれぞれの夢や希望を乗せて、ことしも暮れようとしています。年の瀬もおし迫るにつれて、家庭でも、会社事業所でも一年のしめくくりのため、めだつて忙しくなっています。

このように、あわただしい年の暮れには、毎年のことですが、いろいろの犯罪が多くなります。

▼まず戸じまりを
年末はいそがしさのあまり、やらねばならぬことでも、つい忘れがちです。戸締まりでも同じことです。カギをかけたつもりでも、

「かけ忘れた」ということがあつて、休む前、外出のときはカギをしつかりかけ、外出のときは近所へもたのんでおきましょう。

▼金融機関への行き帰りに注意

大金のひったくりがよく起きています。とくに年末は、銀行や郵便局、農協へ預金に行くひと、引き出すひと、集金に回るひとなどと、お金が激しく動き、また、扱う金額も大きいときです。こうした機会をねらつて「ひったくり」を働くドロボーも多くなります。

これまでに被害を受けた方は、ほとんど女性となっています。とくに年末には、女性や子ども、お年寄りだけで金の出し入れのお使いに出さないようにしましょう。

「ひったくり」は、一般には、お金を持つて歩いている途中がねらわれています。特に大金の出し入れには、タクシー、自家用車などを使いたいと思います。そして元気な男の方が二人以上で行くよう心がけていただきたいものです。

▼暴力犯罪もふえます

警察では根気よく強い取締まりを続けていますが、暴力団は、たかかれても、たかかれても、また頭を持ちあげてきます。とくに年末ともなれば資金かせぎのため、暴力団の動きも、さらに活発にな

市民の協力で



警察活動に
欠かせないのは一般
市民の協力です

ります。

最近では、企業暴力などといわれ金融や不動産売買にも手を出しています。年末の資金ぐりのため一時的な融通を受けるとか、融資依頼するなど、彼らに乗せられるスキを作らないようにしてください。彼らの甘言に乗り、正月をひかえて倒産した商店も、毎年かなり出ています。

そのほか、彼らのバクチに誘い込まれて、バクチの借金が払えず身動きもできなくなった方もかなり

おどしの手です。もし、おどされたら、すぐ警察へ知らせてください。泣き寝入りすると、彼らはますますつけあがります。

交通事故防止も

＝町民総ぐるみ防止運動＝

毎年例から見て、年末年始は交通事故が、とても多くなります。そのためみなさんに、無事故で明るい正月を迎えていただくための〃年末年始の交通事故防止運動〃が県民総ぐるみで、十二月二十日から明年の一月十日まで行なわれます。

この運動のおもなねがいは

- ・飲酒運転を追放しよう。
- ・無理な運転をなくしよう。
- ・正しい横断をしよう。

となつていきます。皆さんひとりひとりの強い自覚と協力で、この運動の成果を十分あげることが願っています。

けいじばん

■正月の雑煮のいろいろ
【蒸雑煮】餅、くるまえび、生しいたけ、はまぐり、ほうれん草に、酒、塩、しょう油、調味料でつくったダシ汁を加えて蒸器に入れて蒸し、後でゆずを入れたもの。

【みそ雑煮】だいこん、さといも、にんじん、ほうれん草、ごぼう、やきどうふなどに、ゆでた小さな丸餅を入れて煮る。みそは甘みそ材料はこのほかほし白魚、鶏肉、タラ、ブリなど。

【えびす雑煮】塩にしん、または塩きけを使った濃厚な味の雑煮で、東北地方はほとんどこれです。野菜はだいこん、じゃがいも、にんじん、ほうれん草など。

【鶏肉雑煮】鶏肉のほか、かまぼこ、しいたけ、みつ葉またはせり、ゆずなどで淡味仕立て。

【天ぷら雑煮】これは雑煮の上に天ぷらをのせたもの。

【かす汁雑煮】兵庫県灘地方では白みそといっしょに、水につけて柔らかくした酒かすをよくねり、煮だし汁でのばして、かす汁より少しうすめにつくり、にんじん、さといも、しいたけ、ねぎなどと、塩ブリなどの魚を加え餅は焼いてから入れます

バスにゆられて善光寺

— 会員桂川正一さんの報告 —

十月二十二日、二十三日の両日
村の老人クラブ員百五名は、長野
県にある善光寺への一泊旅行をし
た。

加子母、付知、中津川を経て、
国道十九号線を一路北上。途中寝
覚の床で休み、塩尻で昼食をとり
午後二時半ごろ善光寺へ着く。

本堂にもうで、戒壇めぐりをす
る。

みあか深き 本堂の

み仏の前に ぬかずきて
無想にめぐる 戒壇の
満ち足る心 善光寺

ついで大勧進で法要を受ける。

まばゆき堂守 寂として
読経のひびき 朗々と
安坐明頭 同行の

願いはひとつ 幸福を

四時過ぎ善光寺を後に、渋温泉

に向かう。約一時間で着き、ひし
や旅館、白銀旅館に分宿する。

ゆっくり温泉につかり、一日の
疲れをとることができた。

二十三日、朝は小雨が降ってい
た。午前八時半渋を後に帰途につ
く。しばらくして雨もやみ、日が

さしてきた。車窓に広がるりんご
畑の見事さ。

霧雨はれて 車窓には
枝もたわわに 実りたる

りんごばたけの 色映えて
働く乙女の ほほ赤し

午後九時半ころ川中島につく。

両雄駒を 進めしを
遺跡のあまた 伝わりて

すすきの穂波 白くゆれ
秋深みいく 古戦場

十二時ごろ塩

房にて昼食、全
員元気に木曾路
のみじをたた

えながら帰る。
だれの顔にも
無事に善光寺ま

いりができたこ
との満足感があ
ふれていた。

木曾路をくだる
山並みは
川にせまりて

峰近く
あざやかに

もみじの錦

東白川は、水は清く、神秘的な山

景だと思えます。

ふるさとへの便り

村のことが知りたい

朝晩は、たいへん肌寒くなつてま
いりました。が村の
皆さんもお元気の
ことと思ひます。

私もなんら変わり
なく元気に暮らし
ております。

さて、先日は広
報をありがとうご
さいました。家に
いたころは、広報

が配られても別に
関心を持たず、見
る機会も少なかつたのですが、こ

の広報はすみからすみまで目を通
し、なつかしく思っています。

中学校の時は 友だちと「村に
は残りたくない」と話したことが
何度かありましたが、卒業して離
れてみると、やっぱり東白川が一
番だと感じました。

私のいる伊勢市は、山もたくさ
んありますし、川もあります。で
も川はあっても汚れているし、山
もスカイラインが開けていたり、
それに町の中は車の騒音でごった
がえし、道は紙くずなどで汚れて
いたりとにかく落ちつけません。
(名古屋や岐阜はどとうるさくはあ
りません。)

私、他のどこより十五年生き
た東白川が好きです。私の今の生
活は、中学の時とはまったく違っ
ていて、学校の勉強は専門的なこ
とばかりなのでおもしろくないし
先生たちとの交流もなく、勉強の
他には何もできません。それに寮
の生活もきびしいので家にいたこ
ろがよけい良く感じます。

帰れたらいつも思ひます。で
も、まだそれはできません。
三・四年したら必ず帰ってきま
す。

それまで、私の頭の中にある東
白川で姿をかえず、そのままとい
つまでもいてほしいと思ひます。

これは、お願いですが村の中の
事も少しづつ入れて欲しいと思ひ
ます。よけいに読むのが楽しくな
ると思ひます。

三重県伊勢市船江一ノノ三
東洋紡績准看学校
大坪美紀子

もう一年、早いものですね。
十二月を忙しさをばかりで過ぎさ
ないで、一年の反省としても過ごし
たいものです。

東白川は、水は清く、神秘的な山

編 輯 後 記

もう一年、早いものですね。
十二月を忙しさをばかりで過ぎさ
ないで、一年の反省としても過ごし
たいものです。



ワーうれしい エレクトーンだ

クリスマスには、ちょっと早い12月のはじめ神戸小学校
すばらしい贈物が届けられました。

それはエレクトーンで、贈り主のやさしいサンタは、神
戸の古田よしえさんです。

音楽教育に役立ててとの申し入れに、先生や子どもたち
大喜び、こんどの音楽会のために練習に励んでいま

十二時ごろ塩
房にて昼食、全
員元気に木曾路
のみじをたた
えながら帰る。
だれの顔にも
無事に善光寺ま
いりができたこ
との満足感があ
ふれていた。
木曾路をくだる
山並みは
川にせまりて
峰近く
あざやかに
もみじの錦