



広報

うまじ

第243号

平成20年10月1日発行



おつとめごころうさま

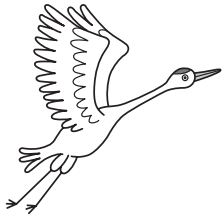
平成20年9月24日 相名にて

『今年も無事に役目を終えたねえ』『よかった。お一の、くつろいだ』
こんな案山子たちの会話が聞こえてきそうです。

祝 敬老・金婚式	2
創立20周年 馬路スポーツ少年団	3
ふるさとへの便り	4
Hello! ナオミよ!	5
生きぬく力を育てる	6・7
続・馬路村の巨樹名木④	8
おしどりマラソン大会・ 地震発生～地域の安全は地域で守る!～	9

目次

進む! 情報化	10
馬路村の歴史と伝説	11
Dr.内田のひとりごと	12
赤ちゃん万歳・馬路村俳壇・投稿募集・ 飼い犬の無料診断、犬の譲渡会	13
お知らせ	14
行事予定表	15
村内あちらこちら・村のできごと	16



祝 敬老

魚梁瀬・馬路で敬老会を開催



9月9日魚梁瀬地区、10日馬路地区において、敬老会が開催されました。
今年度の対象者（9月1日現在で75歳以上の方）は、馬路地区162名、魚梁瀬地区38名であり、出席者はそれぞれ67名と12名でした。



▲舞台にくぎづけ



▲「犯罪から身を守る」

最初に演芸の部では、保育園児、小中学生、日本舞踊、ハミンググユーザ、大正琴、民謡サークル、3B体操グループ、吟詠愛好会の歌や踊り等で出席者に楽しんでいただきました。

その後、安芸警察署のご協力により、「犯罪から身を守る」と題して、オレオレ詐欺、振り込め詐欺等の社会的犯罪のお話をしていただき、対処方法として、替え歌（オレオレ対処うた・ことわり音頭）を出席者と一緒に歌いました。

長寿



次に式典の部では、喜寿16名、傘寿13名、米寿5名、卒寿1名、合計35名の方々に長寿祝金をお渡ししました。皆さまの今後ますますのご長寿を心よりお祈りします。



◀長寿祝金の贈呈

くともに歩んで半世紀く

金婚式おめでとうございませす

9月1日、第51回金婚夫婦祝福式典がホテルタマイで開催され、本村から岡田長康さん、数子さんご夫妻が出席されました。晴れて金婚式を迎えられましたお二人にお話をお聞きしました。



▲岡田長康さん・数子さんご夫妻

夫婦で暮らした50年の歳月にはいろいろなことがあり、魚梁瀬ダムの着工に伴い、森林鉄道が車道に変わりました。その後、日本の景気も上向き、農作業の機械化とともに時間ももゆとりができて、20年ほど前、四国の島から一度も出たことのない妻と二人で姫路へ旅行をしました。

宇高連絡船で初めて食べるうどんの味はまた格別でした。世界遺産に登録されている姫路城では、城内を散策し、有名な観光施設や周辺の風景に長い間の人生の疲れも少しは忘れて、その美しさを堪能しました。帰りに初めて乗った新幹線は、東行き西行きも確

かめずに飛び乗り、岡山に着くまでは不安でいっぱいでした。今では楽しい思い出のひとつです。

これからの人生は、元気で子どもや孫たちに迷惑をかけるまいで過ごせるようお願いのみです。

村よりの記念品をいただき、ありがとうございました。

きっかけは保護者の一言

昭和63年、「中学校は男子生徒が少ない野球はできんけん、小学校やったら1年から6年まで集めたらできやあせんろうか？」という保護者の一言がきっかけとなり、馬路スポーツ少年団（以下、馬路SS）が結成されました。

今年、創立20周年を迎え、8月30・31日に祝賀会、記念試合が盛大に開催されました。



▲いつもどんな時も…～お母ちゃん応援隊～

懐かしい顔ぶれ揃っ

祝賀会では、少年野球関係者、OB等懐かしい顔ぶれが揃い、まるで我が家に帰ってきたかのような温かい雰囲気包まれていました。

20年の思い出をそれぞれに語らい、懐かしみ、たいへん盛り上がった祝賀会となりました。

盛り上がった記念試合

記念試合OB戦に先立ち、馬路SS上治堂司監督と、歴史に残る「涙の1勝」の対戦相手、諸木スワローズ高橋貞和元監督による始球式が行われました。

特に盛り上がった第1試合。序盤は、村長チーム先発の馬路SSナンバーワン投手上治郷平、対する馬路ドリームスの木下慎也の投げ合いによる投手戦となりました。特に目立ったのが、木下投手。所属する馬路体育会では見たこともないような圧巻の投球！もし、このピッチングを全国大会で見せていたら…そう思わせるほど完璧なピッチングでした。

創立20周年



馬路スポーツ少年団

中盤になり、村長チームの外野を守る田中涼が珍プレー賞間違いないのプレーを連発！4対0と、馬路ドリームスがリードする展開となりました。

しかし8回裏、馬路ドリームスのマウンドには木下鉄人が立ち、先頭打者からまさかの3連続死球。試合の流れは村長チームに傾き、これまで鉄壁を誇っていた馬路ドリームスの内野陣にはころびが出始めました。1死満塁。ダブルプレーでチェンジかと思われた瞬間、ボールは二塁手上治純平のグラブからポロリ。そして、痛恨の悪送球！続いて、遊撃手乾竜太も悪送球！トリプルエラーで一気に逆転を許し、そのまま試合終了。――野球は試合終了まで、何が起きるかわからないというところを改めて思い知らされる結果となりました。

第2試合は、現役高校球児笹岡昇平が、27歳小松宇宙投手から、MVP獲得のホームランを奪う等、観客を沸かせた試合となりました。



やっぱり野球がえい！


最後に20周年記念行事を開催するにあたり、実行委員会スタッフをはじめ、多くの保護者、地域の方々のご支援、ご協力がありました。参加したOBからの「やっぱり野球がえい」「馬路で野球やってきて、また集まれて最高」という声を聞いて、改めて、馬路SSの存在の大きさを実感しました。また、監督、コーチ、選手、保護者が一つになれるのも馬路SSの魅力です。小さな村の子どもたちが、元気よく遊び学びそして野球と共に成長してくれることを願っています。（馬路SS・OB 上治純平）




みなさん、四国・九州アイランドリーグ／高知ファイティングドッグスをご存じですか？
高知ファイティングドッグスには、今年、村出身の選手が入団し、大きな夢に向かって頑張っています。練習や試合で多忙な中、お話をお聞きすることができました。
(四国・九州アイランドリーグは9月23日に後期日程が終了し、高知ファイティングドッグスは2位という成績でした。)

夢はプロ野球の世界!!

高知市
山中
智貴さん
(影出身)

 入団したきっかけは？


高校卒業後、広島の社会人野球チームに所属していましたが、プロへの夢を目指し、入団テストを経て平成20年1月に高知ファイティングドッグスに投手として入団しました。


 選手生活はどうですか？

練習と県内外での試合の日々ですが、同じ目標を持った仲間と囲まれ、たいへん充実した毎日を送っています。



ふるさとへの便り 30

 ズバリ！目標は？
もちろん、
上の世界です！

 村民のみなさんにメッセージを！
夢に向かって必死に頑張ります。
応援をよろしくお願いします。



◀ 野球少年にサインを求められる山中投手

Hello!

ナオミよ!



外国語指導助手 ナオミ・クロスビー・イワサキ
(アイルランド ダブリン出身)

こんにちは、馬路村の皆さん!

私の名前はナオミ・クロスビー・イワサキと言います。皆さんにお会いできてとてもうれしいです。JET（語学指導等を行う外国青年招致事業）のALT（外国語指導助手）として、馬路村にやってきました。皆さんは前任者のカールのことをよくご存じだと思いますが、彼が行ってきたすばらしい仕事に少しでも近づけるように、私もできるだけ頑張りたいと思っています。



▲魚梁瀬中学校の生徒さんたちと

前号の広報でご覧になったと思いますが、私はアイルランドの出身で、父は日本人、母はアイルランド人です。二人は空手を通じて親しくなったのですが、実は、父は母の空手の先生だったのです!

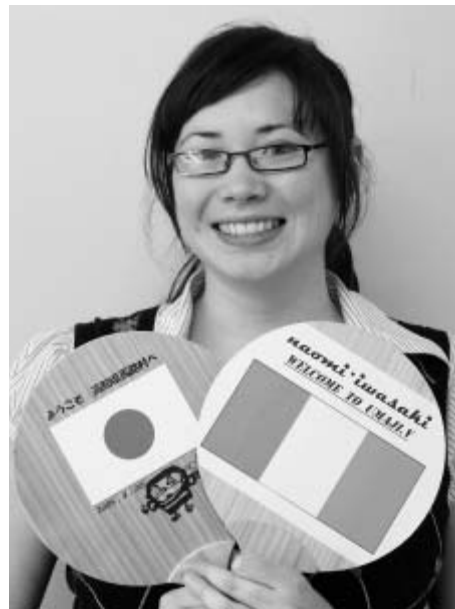
私は、多くの日本の伝統を学びたいと思っていますが、それと同じくらい皆さんにも多くのアイルランドの伝統を分かち合ってもらいたいと思います。



▲魚梁瀬青年団の青年国際交流事業に参加

♪これから生活が楽しみ♪

来日当初、私はとても忙しく、また、おもしろくもありました。7月27日に東京に着き、2日間のオリエンテーションを行い、たくさんの会合やセミナーに参加しました。それから、7月30日に高知に着いたのですが、高知龍馬空港での大勢の方たちの受け入れ歓迎ぶりに圧倒されました! だけど、すぐに馬路村教育委員会の出迎えの二人に会え（アイルランドの国旗のついた馬路村のうちわを持っていてくれたので、すぐにわかりました!）とても気安く親切にしてくれましたので、これからの生活が楽しみになりました。そして、英語で話をしてくれたのも心強かったです。その日は、買い物をしたり、これから住む家の準備をしたりして、最後にステキな温泉で教育委員会の人たちと夕食を共にしました。



◀私を出迎えてくれたうちわ

馬路村に住んで約2カ月過ぎましたが、皆さんがとても親切で優しく助けてくださるので、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。私はすでに多くの馬路村の人たちにお会いしました。これから、皆さんと英語を通しての交流を広げていきたいです。



生きぬく力を育てる③

馬路村のキャリア教育って？

キャリア教育の始まり

平成17年度に、馬路村が文部科学省の「キャリア・スタート・ウィーク」の指定を受け、馬路中学校、魚梁瀬中学校の生徒が5日間の職場体験学習を実施することから、キャリア教育への取り組みが始まりました。

平成16年度の馬路保・小・中合同運動会。15名しかいない中学生を思ってください。朝早くから運動会の準備を一生懸命手伝ってください。いやむしる中心になってやってください。いる地域や保護者の皆さんの姿が目を引きました。そのかたわらで、中学生はどうしていたでしょう？

一般的に中学校の体育大会は、生徒たちが自ら計画や練



▲運動会の準備をする中学生(20年度)

習、準備を進め、勝利に向けて全力で戦い、誰よりも自分たちが体育大会を楽しむというものです。ところが、馬路中学校の生徒たちは、保育所や小学校との合同運動会のためか、誰かに頼り、大人の方をそばで見ている、悪気があるのではなく、それが当然であり、何をしたいのかわからないという状況でした。

そういうところから、このままではいけない、将来の

『キャリア教育推進協議会』

4年前から「馬路村キャリア教育推進協議会」を立ち上げ、キャリア教育を進めています。今年度は、7月25日に話し合いを持ちました。

メンバーは、有識者として高知大学の田沼茂紀教授、そして東部教育事務所 仙頭瑞嘉指導主事、保育所・小・中学校の管理職、産業関係者、主任児童委員、馬路・魚梁瀬小中学校のPTA役員、役場の代表者です。

アンケート調査から

会議に先立ち、協議会のメンバーを対象にアンケートを実施しました。

回答をいただいた中から、ご意見を抜粋しました。

Q「今の子どもたちの課題や子どもたちにつけたい力、また、大人にできること等」を記入してください。

【ご意見】

- ・ 少数のため大人の目が届きすぎ、子どもが行動する(考える)前に指示を出している。
- ・ 親の生活がそのまま子どもの生活に反映されている。
- ・ 車での送迎による悪影響が心配される(体力、忍耐力、地域や自然との関わり等)。
- ・ 基礎学力の定着、基本的生活習慣の育成、コミュニケーション能力の育成、家庭学習の習慣化。
- ・ 自然体験、生活体験が少ない。
- ・ 協調性を持ち、周りの状況判断をしてほしい。
- ・ 意見や考えを自分の言葉で話し、主張できる力をつけてほしい。
- ・ あいさつがきちんとできることが大切。あいさつはコミュニケーションの第一歩。
- ・ 家庭、学校、職場、地域、どこにおいても対話が少なく、コミュニケーションが希薄になっている。まず、大人も子どもも、家庭でも地域社会でも、あいさつ、声かけから始めて、子どもが安心してのびのびできる地域づくりに取り組むことが大事。
- ・ 大人(親を含めて)や地域の役割は、自己責任のもとに自己決定できる子どもに育てること。
- ・ 他人の子どもでもきちんと注意し、愛情を持って見守り、地域ぐるみで教育すること。
- ・ 子どもの成長モデルとしての大人があいさつの励行、善悪のけじめ等をきちんとすること。



グループ協議

会議の中では、3つのグループに分かれて協議をし、次のような意見が出されました。

◎馬路村のことも考え、子どもたちに何とか「生きぬく力」をつけたいと思いスタートしたのが、馬路村のキャリア教育です。そして、少しずつ子どもたちにも変化が見られ、最近では運動会に向けての取り組みも変わってきています。中学生が中心になり、テントを立てたり、小学生と共に運動会の進行を行うなど、できるだけ子どもたちにやらせることにより、自分たちで考え、少しでも多くの経験をさせることなどを学校教育のなかで取り組んでいます。

キャリア教育って何？

よく尋ねられる「キャリア教育って何？よくわからない！」というご質問にお答えします。「キャリア」の語源には「轍（わだち・・・車が通ってできた車輪の跡）」や「生涯」「経歴」という意味があり、簡単にいうと、「キャリアとは、それぞれが人生という道をどのように歩んでいくか」ということになるのではないのでしょうか。また、教育長は、キャリア教育を一口に言えば「気の利いた動き」と「問題解決能力」を育てることだと

とらえています。

前述の運動会の例をもう一度、考えてみてください。大人が先回りをして、子どもが楽なように、失敗しないように、手を貸しすぎてはいないでしょうか？子どもができること、しなければいけないことを取り上げて、子どもの伸びるチャンスや成長するきっかけの機会をうばっているのではないのでしょうか？子どもたちは自分で考え、行動し、時には失敗をし、その失敗やつまずきから、多くのことを学んでいくのだと思います。そういう経験が何よりも大事なのです。今、失敗しないこと、上手くいくことが大切なのではなく、将来、困った時、迷ったり悩んだりした時に、乗り越えていける力をつけてあげることが大事なのではないでしょうか。

そういう観点で、村の子どもたちをみんなで見守り、「生きぬく力」「キャリア教育」を進めていきます。各学校や保育所で日々取り組んでいますが、なかなか教育現場だけでは難しいのが現実です。是非、地域や保護者の方たちにもご協力をお願いします。

学校関係者グループ



- ・教師が行動で模範を示す。
- ・アンケートの回答には「あいさつ」や「生きていく上で必要なこと」が大切という声が上がっているが、学校では、「学力」や「基本的な生活習慣」をつけていきたいと考えている。

事業所・地域グループ



- ・善悪を判断できる力を持ち、コミュニケーションがとれる子どもに育ててほしい。
- ・周りの人への感謝の気持ちを持ってほしい。
- ・将来の夢や希望を持ってほしい。
- ・尊敬される先生であってほしい、子どもや保護者も先生を敬うべきである。
- ・「道徳」を大事にし、「人間性」を教えてほしい。



保護者グループ

- ・「今の子どもの課題」は、主にそれぞれの家庭でやるべきことである。親から意識や生活を変えなければいけない。
- ・積極的に親から子どもにあいさつや声かけをしていくと、子どももできるようになると思う。
- ・まだ、先生と保護者との間に何か距離感があるように思う。
- ・子どものなまの意見を聞きたい。

会議のまとめ

田沼教授からのアドバイスを簡単にまとめました。

- ・馬路村のキャリア教育は4年前からどんどん進んでいる。
- ・あいさつやコミュニケーションがとても大切である。
- ・子どもだけではなく、大人も生涯にわたってキャリア学習をしているのであって、どんなことを学んで、どんな仕事をして、どんなふうに生きていくのかを考えて、いい生き方をしてほしい。

最後に

「私たち一人一人がどのような生き方をしていくのか」「将来の馬路村がどうあるべきなのか」を考えることが、「村の宝である子どもたちの今“や”育ち“に”つながっていくのではないかと考えます。これからも保護者や地域の皆様のご協力をお願いいたします。

続『馬路村の巨樹名木』④

木地師の墓所への降り口を過ぎると、東川林道は東川林道50線に名称が変わる。2050林班へ続く林道であることを指している。その林道標識を過ぎたあたりでいったん車を降りると、眼下は東川の源流域であり、対岸の影五郎（1、147・8m）と

稜線上に黒っぽく点在する天然木群との位置関係がよくわかる。標高1、000mの林道沿いには、うつむき姿で真っ白い可憐な花を鈴なりにつけたエゴノキが今を盛りとしている。車で1時間、部分崩壊した林道を徒歩で10分、魚梁瀬

から約20kmの道のりで林道終点に着いた。近くを流れる小さな溪流はまさに東川の源であり、手にすくう水にもなにかしらのちがいを感ずる。

影五郎周辺の天然木群

地表に浮き上がっても太い根はしっかりと大地をつかんでいる。稜線に残る胸高周囲4・40mのスギである。影五郎から100m南方向への地点



とちがって、この一帯は天然木伐採後の植林苗がまったく育っておらず、未生育地が大規模に広がっている。茶灰色の裸地には朽ちかけた巨木の切り株をあちこち

終点のすぐ上に2043と2050との林班界を示す白色の標識板が見える。その小さなウネに登り道がある。植林地であるが途中からはシカなどの食害が目につき、シキミやサンショウ、イヌツゲ、シロモジなどの低木林層にかわり、それもやがてまばらとなつて稜線へ着く。稜線を右（南方向）へ向かい、少し登ると影五郎（1、147・8m）の頂上が近い。三等三角

に残っており、松尾芭蕉が奥州藤原氏の栄枯盛衰をはかなんだ『夏草やつわものどもが夢の跡』を思い起こさせる。そのなかでなるほど、南方向への稜線には切り残した天然スギとヒノキが点々と続いていく。大きいものの胸高周囲は、スギで4.4m、まだ花が見ごろのシロドウダンを空洞にかかえたヒノキは3.9mであった。

点は稜線より50〜60mほど徳島県に入りこんだ植林地内にあるので、道のみを追っていると気づかずに通り過ぎてしまう。林道終点からゆつくりの歩みで1時間弱、魚梁瀬東川影地山の最深部にたどりついた。

スギやヒノキの植林木や灌木におおわれている徳島県側

この日は稜線を越してガスが本村側へ流れ落ちてくるあいにくの天候であったが、晴れていれば対岸に湯桶丸への分岐やお化け杉周辺、雁巻山の山容などが手に取れるはずだ。いつもは魚梁瀬ダム頂上の展望台からはるかに眺めるしかない東川の最深部を、今日はふところに抱いている。（調査・平成20年6月9日）

九月二十一日、第二十八回

馬路おしどりマラソン大会が開催されました。一都一府七県から参加したご夫婦は村内十二組を含む百七組（三ヶの部八十五組・五ヶの部七十二組）でした。

準備体操を指導していただいたのは、イギリスから高知市に一時帰国していた島田薫さん、アンジェラさんご夫婦。本格的な柔軟運動を取り入れながら、二人で力を合わせる楽しい準備体操のおかげ



おしどり107組

後になったり先になったり

で、和やかな雰囲気の中、スタートを迎えることが

できました。選手のご夫婦は、励まし合ったり、終始手をつないだりと、お互いのペースをそろえて走る姿が多数見られました。

表彰式では、連続出場賞とベストおしどり賞などの特別賞が発表され、参加者とともに受賞を喜び合いました。

大会三日前に台風13号が接近したため、走路に木々の枝や枯れ葉が散乱していましたが、清掃や草刈りのおかげで、「気持ちよく走ることができました」という声をたくさんいただきました。また、鼓笛隊の演奏や沿道の応援で選手を元気づけてくれた村民の皆さまのご協力により、無事に大会を終えることができました。

地震発生

～地域の安全は地域で守る！～

9月1日（日）県内一斉の防災訓練実施の日。馬路村でも自主防災会を主体とした防災訓練が行われ、約450名の村民が参加しました。

地震発生! 避難せよ!!

午前7時30分に地震発生のサイレンが鳴り響き、各地区避難場所へ一斉に避難が行われました。避難場所では地震発生時の避難経路や、発生時の対応について話し合いが行われ、多くの意見が出されました。その後、役場職員によるタンカの作成講習を行い、村民の方も実際にタンカを作り、人を乗せてみるなど、本番に備えて訓練をしました。



火災発生! 消火せよ!!

今回の防災訓練では、各地区の指定された消火栓を使い、消防団員指導のもと、放水訓練を行いました。「これならあそこの家まで届く」と消火栓の水圧を確認したり、「この辺が燃えたら私が消さないかん」と、村民の方が率先して筒先へ走り、放水訓練を行っていました。



村民の力で村を守る!!

今回の訓練の中でも、「定期的に訓練を実施してはどうか」、「うちの近くの消火栓でも訓練をしてほしい」といった声が多く聞かれました。今後も各自主防災会や関係機関と協力しながら、訓練を実施していきたいと思います。いざという時に自分や近所の方を助けられるのは村民の皆さんです。是非、積極的な参加をよろしくお願いします。



馬路村防災訓練

光ファイバー回線を導入した、閲覧用パソコンを村内3カ所に設置し、11月からの利用開始に向けて準備を進めています。また、地上デジタル放送は、21年1月から村内全域で視聴ができるようになります。山間地である馬路村でも、ようやく情報化が進み始めました。

進む！情報化

ブロードバンドの整備について

(ブロードバンドとは?)
大容量のデータを活用できる高速な通信回線

村民の皆さんから要望をいただいております「ブロードバンド」の整備について、まずは、馬路地区2カ所と魚梁瀬地区1カ所に光ファイバー回線を導入し、村民の皆さんが誰でも利用できるようになります。

馬路地区は、馬路温泉1階ロビーとふるさとセンター事務室奥のスペースに、閲覧用パソコンを設置します。いずれも営業時間内はご利用いただけます。魚梁瀬地区は、多目的施設ホール付近に閲覧用パソコンを設置します。

光ファイバー回線の特徴は、大容量通信が可能なこと、それにより動画等が閲覧できることです。現在のISDN回線との違いを実体験してください。

閲覧用パソコンの利用については、準備が整い次第、お知らせします。

地上デジタル放送について

地上デジタル放送は、魚梁

瀬地区ではすでに視聴可能ですが、21年1月1日から、馬路地区でも視聴できるようになります。

地上デジタル放送のQ&A

Q アンテナの買い換えは必要ですか?

A デジタル放送を見るためにはUHF対応のアンテナが必要です。馬路地区ではテレビ高知と、高知さんさんテレビがUHF対応となっているため、これらの放送が視聴できる家庭は、買い換えは必要ないと思われま

す。しかし、現在は視聴できる家庭でもアンテナの方向を調整する必要があるかもしれません。その場合は、現在の高知さんさんテレビ電波中継局の方向へアンテナを向ける必要があります。

Q テレビの買い換えは必要ですか?

A デジタル放送を見るためには、平成23年7月までにテレビを買い換えるか、現在のテレビで見えるためにはアナログ変換器が必要です。

また、買い換えを検討して

いる場合、地上デジタル対応テレビを必ず購入してください。デジタル対応テレビは、地上デジタル対応と表記されていますし、わからないときは販売店で確認してください。

Q 現在のアナログテレビをそのまま使いたいのですが。

A 平成23年7月にアナログ放送は終了します。よって現在のアナログ対応テレビで見るとともに、アナログ変換器(現在のところ12,000円程度)が必要

です。この機械の購入費について、村では低所得者層に向けた補助制度を、平成22年までに創設しようとしています。

Q 私の地区は共聴施設ですが、どのようになりますか?

A 共聴施設の場合、地上デジタル電波が発信されてから、電波受信確認を行い、共聴施設をデジタル対応に替えていきます。

村では、今回のデジタル化に伴う共聴施設改修費に限り、全額補助を行うこととしています。この場合でも、各家庭

では、23年7月までにテレビの買い換え、もしくはアナログ変換器が必要ですのでご注意ください。

※地上デジタル放送に関する誤った情報や不十分な情報に基づいて関連商品・サービスを売りつける悪質商法にご注意ください。

お知らせ

役場では、行政情報を掲載したホームページを開設しました。

村の財政状況やごみの分別一覧等がご覧になれます。ぜひ一度、アクセスしてください。

<http://www.vill.umaji.kochi.jp/>

馬路村の
歴史と
伝説

山中巖

〈通算第136回〉

一 画題

宇治川先陣争いの図

五 参考

今までも記してき

二 奉納年

文化八年（一八一一年）

三 材質

杉材

四 銘文

「諸願成就」

「文化八辛未年二月吉日」

山中巖



村の絵馬・故事・俗信 19



◀ 画題 宇治川先陣争いの図

一一八四年、源義仲の軍と源義経の軍が宇治川を挟んで戦った。義経の軍が勝ち、義経は京都へ入った。

義経の軍の佐々木高綱と梶原景季が生食と磨墨という名

馬に乗って宇治川を渡り、先

陣争いを行った故事を描いたものと考えられる。

画面の人物、馬以外は色落ちしている。

私の記憶では、先陣争いが名文で書かれており、感激した思い出を持っている。



～Dr.内田のひとりごと～

「薬の飲み方」



10月に入り、すっかり秋です。この季節は運動会やマラソンなど、馬路ではスポーツが盛んになります。準備運動をしっかりと、くれぐれもケガには注意してください。

さて今回は「薬の飲み方」について書いてみます。

正しい飲み方

基本的にはお水か白湯で飲みましょう。薬はまず溶けてから体に吸収されるので、少ない水で飲むと薬が溶けにくく、吸収が悪くなって薬の効果が十分に現れないばかりか、食道にくっついて潰瘍ができてしまうことがあります。また、水以外の飲み物で飲むと、薬によっては効きすぎて副作用が現れたり、逆に効果が下がったりすることがあります。例えば、ある種の血圧を下げる薬とグレープフルーツジュース、ある種の抗生物質と牛乳、貧血の治療薬である鉄剤とタンニンを多く含む紅茶や緑茶などは一緒に飲まないよう気をつけてください。

服用時間

食前：食事のおよそ、30分前に飲みます
食直前：食事の直前に飲みます
食直後：食事のすぐ後に飲みます
食後30分：食事のおよそ、30分後（または以内）に飲みます
食間：食事のおよそ、2時間後に飲みます
就寝前：寝るおよそ30分前に飲みます

あまり「30分」などにこだわる必要はありません。時間が多少ずれても、飲み忘れないことの方が大切です。しかし、薬の吸収や作用時間、

胃粘膜への刺激なども考え処方していますので、決められたように内服してください。特に一部の糖尿病の薬などは食直前に飲まないと全く効果のないものもありますので気をつけてください。

お酒の影響

お酒は薬の代謝に影響を与え、効き目を弱めたり、強めたりします。中枢神経を抑制する作用もあるので、催眠剤や精神安定剤等では危険なこともあります。従って薬を飲んでいる間は控えた方がいいでしょう。ただ、薬を飲んでいるからお酒はすべて禁止、とすると、人生つまらないと思われる方もいるかもしれません。薬の種類や病気の状態にもよりますので、一度ご相談ください。



その他の注意点

薬の効き具合には個人差があります。症状が同じだからといって他人同士で薬をあげたりもらったりするのはやめましょう。

飲み忘れたからといって、次回に前回の分も一緒に飲まないでください。わからない場合は必ず相談してください。

服用時間や回数、他の医療機関でもらっている薬との飲み合わせ、小さなお子様への飲ませ方などもいつでもご相談ください。

また、薬が残っている場合なども必要な分だけ処方してもらうように遠慮なく申し出てください。言いにくかったので、いらぬ薬ももらっていた、余ったので捨てていたなどということもあります。医療費の無駄遣いにもなりますのでどうぞよろしくお願ひします。



赤ちゃん万歳

＊パパ・ママといっしょ＊



はじめまして。井上海衣です。私は井上家の長女として6月11日に生まれました。私、ミルクの飲みっぷりはいいってみんなに言われるの。だから調子に乗って時々飲み過ぎちゃうんだ。でも、早く大きくなってみんなをびっくりさせちゃうんだ！
つい最近、寝返りもできるようになったんだ。すごいでしょ？

次はお座りできるように頑張ろう！
みんな家に遊びに来てね。

パパ&ママより、
海衣ちゃん、パパとママの子どもに生まれてきてくれてありがとう。元気にのびのび育ってね。



井上海衣さん(魚梁瀬)

平成20年6月11日生

(保護者 井上評太さん 詩豊子さん)

馬路村俳壇

盆の波掬うて泡という幼おきな

新涼や日焼けのこりし顔と首

男おとこ郎花たべる習いのありにけり

新しきトタン継ぎある鹿囲い

台風にいたみし萩も今盛り

落の葉にのせて茗荷の置かれある

秋風の誰を誘うか鶴ねづの声

目に映る軒行灯の舞うも秋

受話機とる稲刈り終えし母の声

尻尾まで焦げて秋刀魚の煙かな

アクセルをゆるめて秋の夕焼かな

コンバイン止まればすぐに来る雀

祖母逝きて敬老の日のさみしかり

新米を噛みしめてをり退院す

赤い橋渡れば蛸たこさかんなり

蛸や物の値段のまた上がる

秋扇袋の底に敬老会

うどの花線香花火となりにけり

サーフィンの高波を待つ野分あと

敬老日小さく丸みし親爺かな

停電のもどりし窓に守宮の子

朝涼や鍬音たつほどの家か

いちぢくを喰らいくちびる太くせる

山崎喜久子

氏原 淑

山本 美幸

島田 朝彰

高芝 栄子

西山 徳裕

小松 健児

島田 智香

中屋 良子

山崎 裕之

池 蘭子

東谷 晴男

広報つまじへの

投稿募集します

広報つまじをご覧になっている皆さまからの投稿及び写真などを募集し、誌面で紹介します。

また、広報に対するご意見・ご感想もお聞かせください。お問い合わせは、役場企画室(Tel 4412557)まで。



第5回 飼い犬の無料診断・犬の譲渡会

日時：11月9日(日) 8:30~12:00

(譲渡犬の持ち込みは9:30まで)

場所：安芸総合庁舎

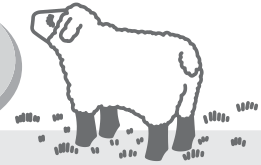
- *開業医による犬の無料相談・診断
- *マイクロフィラリアの無料検査(先着30頭)
- *狂犬病のはなし

【お問い合わせ】安芸福祉保健所衛生環境課(Tel34-3173)





お知らせ



障害のある方を対象とした

NHK放送受信料の免除基準が変わります。

10月1日から免除基準が次のとおり変わります。

【全額免除】

- 「身体障害者」「知的障害者」「精神障害者」が世帯構成員であり、世帯全員が市町村民税(住民税)非課税の場合に、全額免除となります。
 - * 従来の「身体障害者」「重度の知的障害者」から対象を拡大します。
 - * 生活状態の条件を「市町村民税非課税」に統一します。

【半額免除】

- 視覚・聴覚障害者が世帯主の場合に、半額免除となります。
 - * 視覚・聴覚障害者の免除基準の変更はありません。
- 重度の障害者(身体障害者、知的障害者、精神障害者)が世帯主の場合に、半額免除となります。
 - * 従来の「重度のし体不自由者」から対象を拡大します。

☎ 健康福祉課 (☎44-2112)

わたしたち**法テラス**です。



「法テラス」は、全国どこからでも法的トラブルを解決するための情報やサービスの提供を受けることのできる社会を目指して制定された「綜合法律支援法」により設立された法人です。

正式名称は「日本司法支援センター」ですが、「法で社会を明るく照らしたい」「皆様がつるぎる陽当たりのよいテラスのような場所にしたい」という思いから愛称を「法テラス」と名付けました。

法的な困りごとは法テラスへお電話ください。ご相談をお受けします。
☎ 0570-078374 (おなやみなし)

※固定電話であれば、全国どこからでも3分8.5円で通話することができます。

「みんなで つくろう 安心の街」

全国地域安全運動

10月11日(土)～10月20日(月)

今年も、全国一斉に地域安全運動が実施されます。

期間中、安芸地区地域安全協会と安芸警察署では、地域安全推進員をはじめとする自主防犯組織のタウンポリスなど、地域の防犯団体と連携して「みんなで つくろう 安心の街」をスローガンに、地域安全運動を推進していきます。

北川村 モネの庭「地域安全の集い」開催予定

北川村「モネの庭」にて「みんなでつくろう安心の街」をテーマに「地域安全の集い」を開催します。北川村やまなみ太鼓や県警音楽隊の演奏などの催しをご用意しておりますので、ぜひご来場ください。(雨天の場合は中止します)

日時：平成20年10月13日(月) 午後1時30分～
【問：安芸地区地域安全協会 ☎ 35-7666】



みんなで つくろう 安心の街

中芸広域火葬場が

稼働しています

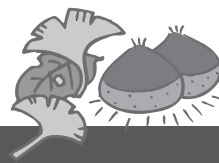
懸案でありました中芸広域火葬場が、旧奈半利火葬場跡地に新設され、9月1日から稼働しています。

ご利用についてのお問い合わせは、下記までお願いします。

☎ 役場総務課 (☎ 44-2111)
中芸広域火葬場 (☎ 38-7023)



10月・11月 むらの行事予定



10 月	
1	水 絵本の読み聞かせ(多目的施設) 10:30~11:00
2	木
3	金
4	土
5	日 第17回おらが村・心臓やぶりフルマラソン大会
6	月
7	火
8	水 魚梁瀬子育て支援教室(多目的施設) 10:00~11:30
9	木 安芸郡市中学陸上大会
10	金 行政相談(就業改善センター) 10:00~12:00 人権相談(//) 10:00~15:00
11	土
12	日 馬路地区村民運動会
13	月 生活体験・通学合宿(天保・嘉永の民家) (~15日) 体育の日
14	火
15	水 第28回魚梁瀬地区はし拳大会
16	木 魚梁瀬熊野神社大祭(~18日)
17	金 魚梁瀬古式弓射式 乳幼児健診(田野町保健センター) 13:00~受付
18	土
19	日 参観日(馬小・中) 家庭教育支援講演会(馬路体育館) 14:30~16:00
20	月
21	火 絵本の読み聞かせ(交流センター) 10:30~11:00
22	水 村内小・中学校合同学習会
23	木
24	金 1歳6カ月児健診(奈半利町保健センター) 13:00~受付
25	土 馬路保育所運動会 損保チャリティ協働の森交流活動 高知馬路会
26	日 魚梁瀬地区村民運動会
27	月 犬・猫引き取り日
28	火 かつこよくなる男の道場(就業改善センター) 18:00~
29	水 村内保育所交流会 ポリオ予防接種(安田町保健センター) 13:00~受付
30	木 馬路子育て支援教室(交流センター) 10:00~11:30
31	金

11 月	
1	土 安芸郡市中学駅伝競走大会
2	日 ゆずはじまる祭り
3	月 文化の日
4	火
5	水 絵本の読み聞かせ(多目的施設) 10:30~11:00
6	木
7	金
8	土
9	日 山師達人選手権大会
10	月 職場体験学習(馬中・魚中) (~14日)
11	火
12	水 魚梁瀬子育て支援教室(魚梁瀬保育所) 10:00~11:30
13	木 馬路子育て支援教室(交流センター) 10:00~11:30
14	金 行政相談(就業改善センター) 10:00~12:00
15	土
16	日 魚梁瀬の自然体験と温泉観光ツアー
17	月
18	火
19	水
20	木 柚子ボランティア(馬中)
21	金 1歳6カ月児健診(奈半利町保健センター) 13:00~受付
22	土
23	日 勤労感謝の日
24	月 振替休日
25	火 犬・猫引き取り日 絵本の読み聞かせ(交流センター) 10:30~11:00 かつこよくなる男の道場(就業改善センター) 18:00~
26	水
27	木
28	金 3歳児健診(北川村保健センター) 13:00~受付
29	土
30	日 参観日(魚小・中) 第42回馬路村教育研究会



人口 月中異動	増 加				減 少				月末現在 人口合計
	出生	転入	職権	計	死亡	転出	職権	計	
8 月	1	1		2				0	1,074
9 月	1	2		3	2	1		3	1,074

馬 路 835人、362世帯
魚梁瀬 239人、121世帯
馬路村特別村民 2,785人
(9月30日現在)



村内あちらこちら



8月15日 馬路納涼祭



8月23日 ギター・マンドリンサマーコンサート



9月20日 魚梁瀬自主防災会定期訓練



9月23日 馬路保・小・中合同運動会



9月28日 魚梁瀬保・小・中合同運動会

村のできごと

8月

- 1日 1日陶芸体験教室（馬路小学校）
- 5日 村内教職員研修会
- 8日 人権・行政相談（多目的施設）
- 15日 馬路納涼祭
- 18日 おもしろ科学実験（～19日）
（馬路体育館ほか）
- 20日 村内保育所交流会
- 21日 手打ちうどん作り（就業改善センター）
- 23日 ギター・マンドリンサマーコンサート（ゆずの森）
- 31日 総合防災訓練

9月

- 9日 魚梁瀬敬老会
- 10日 馬路敬老会
- 12日 人権相談（就業改善センター）
- 13日 魚梁瀬温泉まつり
- 20日 魚梁瀬自主防災会定期訓練
- 21日 第28回馬路おしどりマラソン大会
秋の全国交通安全運動（～30日）
- 23日 馬路保・小・中合同運動会
- 28日 魚梁瀬保・小・中合同運動会

編集後記

馬路保・小・中合同運動会で、小学校の鼓笛隊の演奏を聴きながら、自分たちもやっていたなあと懐かしく思いました。伝統が守られていることは、卒業生としてたいへんうれしいことです。毎年、おしどりマラソン大会でも演奏しており、キャリア教育の一環にもなっているようです。ぜひこれからも続けてほしいと願います。(R)

編集発行 ▶ 馬路村役場企画室・教育委員会

住所 〒781-6201 高知県安芸郡馬路村大字馬路443

TEL 0887-44-2557 FAX 0887-44-2779

E-mail soumu@umajimura.mykochi.jp

印刷 ▶ 高知印刷株式会社