

5月末の人口
 世帯数 520世帯
 男 628人
 女 643人
 計 1,271人
 (馬路 996人)
 (魚梁瀬 275人)

広報
うまじ

編集 馬路村教育委員会
 発行 安芸タイプ

第一七五号

平成9年6月1日発行

社会福祉の拠点完成



東川地区での説明会



うまじ

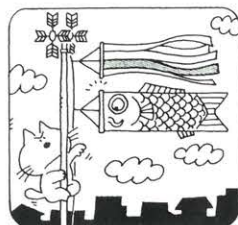
今月のスポット

《4 月》

- 1日 魚梁瀬森林公園開園 (オートキャンプ場)
営林事務所 山神祭
- 5日 馬路保育所入園式
- 7日 魚梁瀬保育所入園式
馬路・魚梁瀬小中学校始業式
- 10日 村内校長・教頭会
- 12日 魚梁瀬観光開き (丸山公園)
- 19日 馬路地区職域ソフトボール大会
- 22日 乳児検診
- 23日 安芸郡市連合婦人会総会・交流研修会
- 23日
{ 魚梁瀬地区春季スカッシュバレーボール大会
- 24日
- 25日 安芸広域市町村圏事務組合幹事会
馬路保育所交通安全教室
- 27日 デイサービスセンター職員採用試験
- 29日 第6回高知県スポーツ少年団総合交流大会

《5 月》

- 1日 馬路保・小なかよし運動会
- 9日 魚梁瀬保育所交通安全教室
親子読書会
- 12日 知事と市町村長との意見交換会
- 14日 馬路村教育研究会
- 15日 馬路小学校田植え
魚梁瀬小学校田植え
- 20日 安田川を美しくする村民会議
区長会
- 22日 総合検診 (魚梁瀬)
- 23日 総合検診 (馬路)
三者会
- 25日 遊・わく・ツアー
- 26日 馬路村デイサービスセンター落成式
- 27日
{ 馬路地区ソフトバレーボール大会
- 28日
- 28日 両小学校修学旅行 (岡山方面) ~30日



村内あちらこちら



4月12日 魚梁瀬観光開き



4月23日 安芸郡市連合婦人会総会・交流研修会



4月25日 安芸広域市町村圏事務組合幹事会



4月29日 第6回高知県スポーツ少年団総合交流大会



5月15日 魚梁瀬小学校田植え

知事と市町村長との意見交換会

安芸広域ブロック

知事と市町村長との意見交換会が、5月12日に馬路村役場で開催されました。会議はノーネクタイと、あまり形式ばらずに行われました。

開会に先立ち、開催地である馬路村長が、市町村合併や広域連合など、市町村を取り巻く環境が変化しているの、どのように取り組むのかが、今後の課題であります、とあいさつをされ、会議を開会しました。

まず、「分権時代と人材育成」と題しまして、土佐山田町財政課 高橋千恵さんが、地方分権は国の権限委譲です、各自治体において創意工夫が必要となります、との話や、人材育成の必要性、職員の自己啓発、職場研修の話などを発表しました。

地方分権・人材育成についての意見交換では、知事から「人材育成に関心がありますか、あるのですら、どのような点で悩んでいますか」との質問がなされ、地域への参加、何をすべきかの発見、自己啓発へつなげるテーマを絞った研修会の開催という意見がでました。また、テーマを決めて、広域で出張学習会の開催を、という県への要望に対し、知事は、職員の要望を

把握しないと組めません。年間を通して、パソコンなどで年2、3回のスクーリングでも良いのでは、という意見をだされ、やる気のない人には違う世界を見せるか、行動を変えるところから始めては、という意見もだされました。



続いて、意見交換が、室戸市から提案されました「明石海峡大橋を経由しての京阪神との交流人口の拡大について」をテーマに行われました。交通アクセス、長距離バス、交通ルートの高規格の整備、リピーターができるようなソフト面での整備、環境づくりなどの意見がだされました。その他のテーマでは、東部開発計画、深層水の利用につ

いてなどができました。東部開発計画については、進み方などにについての研修会の開催の要望に対し、県側から、県からの呼びかけを待たずに市町村で課題の検討を、また、会合を開催し、できたことの評価、できていないことは原因追求を、という意見ができました。深層水の利用についてはアトピーへの治癒力を生かし、深層水を使った健康ランドなどを作っては、という意見がだされたのに対し、県側は、学会での発表、認可がなければ、治癒力についてはうたえないし、税金を使う以上100%近いものでなければ難しいとの意見がだされました。これに対し、治癒力があるとなれ



ば民間が集まるのでは、という意見がだされ、これに対し民間の研究へは水をわけますが、所有権は県にあるので、民間が集まることはない、との意見がだされました。その他、道路、国体施設についての意見交換がなされました。

最後に知事が総括としまして、「道路などの話はできるけれども、人材育成の話はできません。これは市町村にとって危険ではないでしょうか」との意見をだされ、閉会しました。

出席者

知事	橋本大二郎
副知事	山本 卓
総務部長	高尾 和彦
企画部長	島田 一夫
県議会議員	植田壮一郎
	樋口 秀洋
	浜田 英宏
室戸市助役	山下 浩平
安芸市長	山崎 鏡一
東洋町助役	松原 範幸
奈半利町長	山本喜志夫
田野町長	桑名 義彦
安田町長	澤村 保夫
北川町長	寺尾 幸次
馬路村長	西尾晃一郎
芸西村長	山崎 恒夫

馬路村デイサービスセンター

落成 鶴亀さん

「馬路村デイサービスセンター、事業（利用者と園児との交流ター、鶴亀さん）がこのほど完成し、5月26日、落成式が行われました。

保健・医療・福祉の連携が叫ばれている中、本施設の周辺には、馬路保育所、馬路診療所があり、連携を密とした、

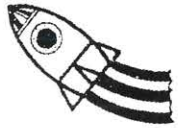
事業（利用者と園児との交流ター、鶴亀さん）が展開されます。特に隣接町村にはない診療所があるので、安心してご利用いただけます。

運営は、馬路村社会福祉協議会が村より委託を受けて実施することとなっています。



65歳以上の身体の弱い方、障害があり、身体の弱い方、65歳未満でも痴呆のある方を対象に、給食サービス、入浴サービス、健康チェック、生活指導や相談、レクリエーションのデイサービス事業を実施し、送迎も行われます。利用時は月曜日から金曜日の、午前9時30分から午後4時までです（ただし、年末年始、祝日などは休みます）。利用料は1日600円です（お昼ごはん代などに相当するものです）。お問い合わせは、馬路村役場健康福祉課（4-2-112）までお願いします。





馬路村社会福祉協議会発

「デイサービスセンター鶴亀さん」号発車!!

この度、馬路村から「馬路村デイサービスセンター」の管理運営を受託することになりました。

安田川のせせらぎを聞きながら、この「鶴亀さん」で、ときめきを忘れず、あたたかく、ほっとでき、利用者みなさまが心待ちにして通って来ていただ

ける場所を目指して、取り組みます。施設、職員ともども、村民みなさまのお力で育てていただけますよう、よろしくお願い申し上げます。

6月1日付で、新しく採用された職員は下記のとおりです。

<p>うち原 さゆり 内原小百合 37歳</p>	<p>きよおか めぐみ 清岡 恵 24歳</p>	<p>こまつ くみ 小松 久美 32歳</p>	<p>しまだ ちか 島田 智香 38歳</p>	<p>なかや やすお 中屋 容臣 65歳</p>
<p>〈趣味〉生花、マラソン 小学6年を頭に3人の子どもの母です。今度、デイサービスセンターの調理員として働くことになりました。毎日、みなさんに喜んで食べていただけるように、おいしい食事を作りたいと思います。</p>	<p>〈趣味〉ドライブ 馬路村に来て、まだ日が浅いのでわからないことばかりです。みなさんに教えていただきながら、少しずつ慣れていければと思います。“鶴亀は楽しい”と言ってもらえるよう、明るく元気に頑張ります。</p>	<p>〈趣味〉ドライブ 何分、慣れない仕事ですので利用者の方には、ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、1日を楽しく過ごしていただけるよう頑張ります。おーちゃん、こみちゃん!!保育所から応援してね。</p>	<p>〈趣味〉ジョギング 地域のお年よりの方たちと、明るく、楽しく“毎日でもデイサービスに行きたい”と言っていただけのようにしたいと思っています。何分、初めてのことでみなさんと力を合わせて頑張ります。</p>	<p>〈趣味〉カメラ、読書 デイサービスセンターは、村民のための施設です。非常勤ですが、みなさまのお役に立てますよう、職員と一丸となって取り組みます。“鶴亀さん”の亀のごとく、歩みはおそくとも着実に1歩1歩前進してまいります。</p>

調理実習の方は、これもまた利用者にあつた調理の仕方をしていて頭の下がる思いがしました。栄養のバランスや見た目、なおかつ健康面にも気をつけたものです。

三週間の研修でしたが、すべて初体験の私たちにこの施設の方々も、好意的に惜しみなく教えてくださいました。今後は、研修中に学んだことを一つでも多く、馬路村のデイサービス事業に生かしていきたいと思えます。

老人保健施設「ヘルシーケアなほり」、特別養護老人ホーム「愛光園」、田野町デイサービスセンター「桃山」の役員のみなさま、大変お世話になりました。みなさま方をございませの程、今後共、ご指

午前中は、送迎バスで施設に到着後、看護婦さんなどが健康チェックをします。それから、ゲームや手芸などその時々、利用者にあわせていろいろと準備されていきました。また、食事の介助や献立についても学びました。

午後からは、入浴介助。その他に、おむつ交換や車イスでの移動などです。

施設研修を終えて

教育の窓

馬路村内の教員の異動

4月1日付で次のように、異動が行われました。

中転出された先生中

(一)内は、当該校での在職年数および転出先

馬路小学校

小松 正子 (2年、安芸)

大野 澄 (27年、退職)

魚梁瀬小学校

山中 幹成 (4年、三高小)

馬路中学校

武内 一郎 (10年、名留川小)
 苫坂 美紀 (1年、室戸中)

魚梁瀬中学校

西中 晋吾 (1年、室戸岬中)

中転入された先生中

今年、新しく転入された先生は次のとおりです。よろしくお祈いします。

- ①氏名 ②年齢 ③出身地
- ④前任校 ⑤担任・教科
- ⑥趣味・特技など ⑦抱負

馬路小学校



- ①小松 幸 ②31歳 ③安芸市
- ④伊尾木小学校 ⑤1年
- ⑥音楽鑑賞 ⑦五年ぶりに馬路に帰ってまいりました。かわい一年生七名とのスタートを切り、早くも一ヵ月がた

ちました。児童とのかかわりを深めながら、一つのことに向かって突き進んでいきたいものです。よろしくお祈いします。



- ①千光士 亜子 ②24歳 ③安芸市
- ④4年生 ⑤釣りに
- ⑦竹崎茜先生の代わりに一学期間、馬路小学校でお世話になることになりました。短い間ですが、よろしくお祈いします。

※千光士先生は、昨年9月から引き続きになります。が、4月に新たに辞令が発令になりましたので、登場していただきました。



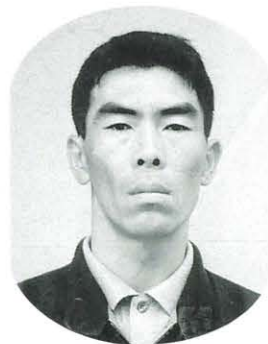
- ①磯崎 千穂 ②26歳 ③室戸市佐喜浜町
- ④室戸市立室

戸小学校 ⑤社会科教育推進 T T担当 ⑥映画鑑賞、ボーとする ⑦5月26日から馬路小学校でお世話になることになりました。馬路の子どもの印象は、素直で明るいなあと思いました。一日でも早く子どもたちや地域になじんでいきたいと思えます。よろしくお祈いします。



- ①長田 倫子 ②46歳 ③安田町
- ④安田小学校 ⑤学校栄養職員 ⑥若い頃は、日舞や旅行が趣味でしたが、結婚後は仕事、子育て、家事に追われる毎日です。すっかり無趣味になりました。強いて言えば、人生の重荷おろして昼寝かな。しばしの昼寝です(笑)。
- ⑦調理場という台所から、馬路村の子どもたちの健やかな成長を助け、見守りたいと思えます。

魚梁瀬小学校



- ①明石 一郎 ②40歳 ③香北町
- ④野市小学校 ⑤5・6年 ⑥釣り(海・川)、スポーツ
- ⑦素直で天気いっぴいの子どもたちといっしょに生活できることをありがたく思っています。子どもたちがのびのびと一人ひとりの個性を表現できる学級づくり、学校づくりをめざして努力したいと思えます。



- ①山脇 菜穂子 ②23歳 ③田野町
- ④安芸市立川北小学校 ⑤2年生 ⑥スポーツ
- ⑦壮大な自然の中で明るく伸び伸びと生活している魚梁瀬の子どもには、今では忘れか

けている子どもらしさを感じます。私自身も、この地で子どもたちと共に育てられていきたいと思えます。

※山脇先生には中山美香先生のお休みの間、お世話になります。

馬路中学校



①春田 助志 ②49歳 ③安芸市 ④安芸市立東川小学校 ⑤1年、国語 ⑥文芸(俳句川柳) ⑦中学校では、進路保障が最大の課題だと思えますが、高校再編成による学校・学科の統廃合の波が押し寄せて年々厳しくなってきました。急激な変化に即応できません。しっかりと目を開き、努力していこうと思えます。



①狩野 ちひろ ②26歳 ③高知市 ④土佐山田町立鏡野中学校 ⑤美術、家庭、体育 ⑥映画を見ること。旅行して美術作品を見たり、おいしいものを食べたりすること。弓道式段です。⑦鏡野中学校から変わって来ました。狩野ちひろです。馬路に来て1ヵ月がたちましたが、自然は美しいし、生徒たちは明るいし、本当に良い所だなあとしみじみと感じています。未熟者ですが、よろしく願います。

魚梁瀬中学校



①中山 美樹 ②34歳 ③奈半利町 ④安芸中学校 ⑤1

年担任、英語、(家庭) ⑥読書、近所の子どもと遊ぶこと ⑦生徒たちひとりひとりと、ゆったり、じっくりと付き合えそうなので、とても楽しみです。ある時は寄り添いながら、生徒たちの成長を見守ってあげたらと思っています次第です。

馬路村の新しい顔

平成9年4月1日から、役場に新しい顔が3名増えました。

た。よろしく願います。



①氏名 ②年齢 ③担当 ④趣味 特技など ⑤抱負

①中屋 容子 ②22歳 ③馬路保育所(保育) ④特になし ⑤保育所の子どもたちにもそして地域の方々にも信頼していただける保育者になれるよう頑張ります。よろしく願います。

①高橋 晃 ②21歳 ③産業建設課 ④音楽鑑賞、野球 ⑤安芸市から来ました高橋です。馬路村のために、少しでもお役に立てばと思っています。一日も早く仕事にもなれ、地域の方々にも仲良くして頂きたいと思っています。頑張りますのでよろしく願います。

①藤戸 佐織 ②22歳 ③保母(馬路保育所) ④バドミントン ⑤室戸市羽根町から来ました。子どもたちのやる気と個性を伸ばされるように頑張っていきたいです。

保健婦だより

高脂血症



左手の部屋です、新しく、とても気持ちの良いところです。ぜひ役場に来た時とか、相談事がありましたら、皆さんの方からも顔を見せて下さい。お待ちしております。

高脂血症

皆さん、こんにちは。保健婦の高橋マリ子です。四月から有澤保健婦の後を受け持ち勤務させてもらっています。

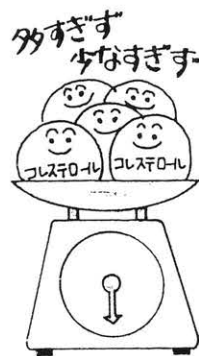
空気が、景色の良い馬路村に来て、早一カ月半が過ぎました。アツという間です。最初は、馬路村は遠いだろうなあと思っていたのですが（昨年一年間安田町に勤務させてもらっていましたので）、瀬切からは8分でこられるので、思ったより近いと最近は感じています。

私の欠点の一つに方向音痴があります。訪問途中で道に迷って困っている時には、皆さんいろいろと教えて下さいね。よろしく願います。

保健相談室は、新しい役場の二階、階段を登りつめた、

健康相談を六カ所（東川、影、日浦、朝日出、相名、魚梁瀬）で月に一回ずつ実施しています。その中で気になったのが、「コレステロールが高い」と言われて薬を飲んで、食事にも気をつけている。というお話でした。そこで今回は、血液中の脂肪分である、コレステロールや中性脂肪が高い状態の、高脂血症について書きます。コレステロールや中性脂肪は、体に必要なエネルギーの源ですが、あまりすぎると動脈硬化を引き起こし、高血圧や心筋梗塞の原因となります。コレステロールは、細胞を作る成分として、またホルモンやビタミンDなどの原料として大切な役割を果たしています。少なすぎる

と肝臓や脳、血管などに栄養がいかなくなり脳卒中が起りやすくなります。多すぎず、少なすぎず、ほどほどに保つのが健康の秘訣だと言われています。



コレステロールや中性脂肪は、食事から直接取りこまれるほか、肝臓でも合成されます。

体質から考えてみますと、肝臓の働きは個人差が大きく脂肪分を処理する能力も人によってちがいます。だから体質的に高脂血症になりやすい人となりにくい人がいます。家族性高コレステロール血症とよばれる高脂血症は、遺伝性が強いと言われています。身内に高脂血症の人がいる場合には、なりやすい体質の可能性がありますが、十分な注意が必要です。女性は、閉経に伴う女性ホルモン分泌低下でコレステロールが高くなることもあります。

二次性高脂血症

糖尿病や甲状腺の病気、肝臓や腎臓の病気などもとで高脂血症をまねくこともあります。このような場合は、もともとなる病気の治療をしていくうちに、高脂血症も改善されていくのが特徴です。高脂血症の治療にとって、最大のポイントは、食生活の改善と、適度な運動をねばり強く続けることだと言われます。



食生活のなかでもとくに問題になるのは、食べすぎです。肝臓でコレステロールや中性脂肪がたくさんつくられるようになりまます。

肥満すると必ず高脂血症になるとは、かぎりません。肝臓でつくられる量が増えても、うまく処理されているかぎり高脂血症には、なりません。しかし、肥満者に高脂血症の人が多くは、言われています。

食事の内容としては、動物性脂肪やコレステロールを多

くふくんだ食品の取りすぎは、血中のコレステロール値を高めます。甘いものや、アルコールの取りすぎは、中性脂肪の原料になるので、中性脂肪を高めます。

動物性脂肪をひかえるために動物性食品そのものを食べなかつたり、エネルギー量も考えずに植物油をとるといのはこまりません。脂肪の量は全体的にひかえたいので、植物油を、肉の脂身や乳製品よりも少し多めにとる、と考えてもらえばよいと思います。

食生活の次に大切なのは、運動です。できるだけ酸素を使って全身を動かす運動が適しています。たとえば、軽いジョギングや連歩、水泳などです。走りながら話ができる程度の軽いジョギングや連歩を週に三日のペースで一日二十分、三週間から四週間続けると効果が現われてくると言われます。

高脂血症と上手につき合うには、薬物だけに頼らず、根気よく食事療法と運動療法を続けることが大切です。

（運動を始める前に治療中の人は医師に相談して下さい。長いこと運動から遠ざかっていた人は、散歩などの軽い運動から始めてみましょう。）

平成8年度

馬路村表彰

中屋容臣さん(65)



中屋さんは、馬路村消防団、中芸消防組合などで、通算41年6ヶ月間、消防水防の強化及び消防行政に多大な貢献をされました。また、馬路村議会議員も務められました。

◎略歴

昭和24年8月1日

昭和45年5月21日

馬路村消防団

計20年9ヶ月

昭和45年6月1日

平成3年3月31日

中芸消防組合

計20年7ヶ月

昭和34年1月22日

昭和38年1月21日

馬路村議会議員

平成8年度馬路村表彰が3月27日、コミュニティセンターうまじで行われ、災害防除(消防功労)の功績により、中屋容臣さんが表彰されました。
馬路村表彰は、地方自治の発展その他の公共の福祉に関し、特に功績の顕著なものを表彰するものです。

馬路温泉 → 森林組合 → 馬路農協 → 馬路小・中学校

就業改善センター

新刊図書のご案内

梅桃が実るとき

失楽園(上)(下)

ふたりっ子(1)~(3)

少年日(上)(下)

海峡の光

山妣

脳内革命(1)(2)

超勉強法(実践編)

猿岩石日記(1)(2)

心にひびくいい話

告白

父よ 母よ

げんきをつくる食育えほん(全5巻)

絵でみるにほんちず(全3巻)

せかいの伝記ぶんこ(全10巻)

ネズンタはかせの発見

るすばんはこりごり

白い犬の大きなおくりもの

あかいことりとライオン

くまのプーさん

きつねのおふろ

吉行あぐり

渡辺淳一

大石静

妹尾河童

辻仁成

坂東眞砂子

春山茂雄

野口悠紀雄

有吉弘行・森脇和成

橋井昭六

城戸文子

吉村英夫

幼児向

低学年向

小学1~3年生向

高松方子

山本さゆり

堀内純子

エリサ・クレヴェン

きたむらまきお

国松エリカ

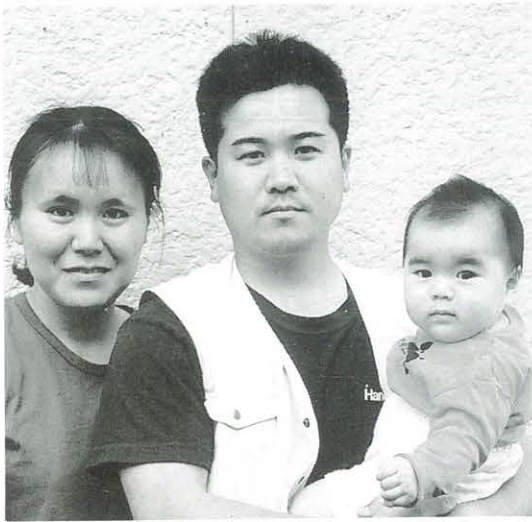
毎月第3水曜日には、図書を車にのせて巡回する「巡回図書やまびこ」を行っています。みなさんのご利用をお待ちしています。



役場魚梁瀬支所 ← 和田組 ← 湯浅建設 ← 魚梁瀬保育所 ←

赤ちゃん万歳

「パパ・ママといっしょ」



なる み ちゃん
笹岡 成美

平成8年9月10日生

笹岡 昌二 秋 さんの三女です

こんにちは、成美です。今度こそ男の子と思ってお母さんはがんばりましたが、立派な女の子でした。今はご飯もいっぱい食べて（ちよっと大きくなり過ぎかな？）元気に育つてます。二人のお姉ちゃんにもかわいがってもらってます。最近ハイハイができましたので、お母さんは大変だそうです。道で会ったら、ナルちゃんとお声をかけて、ちよっとは抱っこしてくださいね。（重いけど）



さん し ろう くん
山崎 三四郎

平成8年8月21日生

山崎 出美 穂 さんの三男です

はじめまして。山崎三四郎です。ぼくは、タロウにいちちゃんやジロウにいちちゃんとかくらはると、めぐまれています。それは、タロウにいちちゃんもジロウにいちちゃんも、魚梁瀬には同級生の男の子がいないけど、ぼくにはゆうき君という友達がいるからです。ぼくたち、まだ赤ちゃんだけど、早く大きくなって、男同士の話がしたいです。最後に、まなちゃんのお母さん、いつもかわいがってくれてありがとう。またあしたも遊んでね。

小松	清岡	乾	氏名
光介	龍哉	すみれ	
良重	信一	恭介	父
まつ代	美雪	栄美	母
長男	長男	二女	続柄
9・5・10	9・4・11	9・3・22	生年月日
魚梁瀬	東川	相名	地区

ご出生おめでとうございます

料理名 トマトようかん

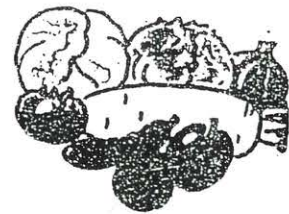
材料と分料 (6人分)

粉寒天	1袋(4g)
砂糖	100g
水	300cc
トマト(熟)	300g
スライスチーズ	3枚

作り方

- ① 水、砂糖を合わせて温め、粉寒天を振り入れて、沸騰2分間。
- ② トマトは、皮毎ミキサーにかけます。
- ③ ①と②を混ぜ合わせて、型に流し入れ、ちぎりチーズをちらします。

食改だより



馬路村を考える ②



高知営林局総務課長
中 森 道 雄

住宅は逆の発想で若者好みのマンション形式も面白いと思います。Ｕターン者、都会を横目で見ている娘の定住も見込めるのではないかと、思います。次に病院についてですが、人間は必ず老います。機能も衰えます。それは人によって年齢は異なりますが、今の時代は個の時代。元気な内は自宅。機能が衰えた時安心して入れるサナトリウムが必要で、家を建てた子どもも安心して預けられる施設が親も親類も安心できる施設が今後は絶対必要です。

また、若者のためには、①物部村が最近作ったグリーンレンジャーが面白いと思います。林業のプロ集団を目指しています。今は各種保険は県・村の負担ですが、将来は独り立ちを考えています。月給十部分で高制。班は壮年・青年・高卒で組織し、壮年・青年は林業経験者（他県出稼とも一〇〇〇万円にはなるの



KAME and THURU

が集まってくる村づくりも必要ではないでしょうか。この村には六〇歳以上の方が四四六人もいます。後、一五年もすれば、このままでは七〇〇人そこそこのままではいけないでしょうか。年はとっていても、お年も暇もある方々をいっぱい呼んで、楽しく明るい長寿村を目指してはいかがでしょうか。

これは将来的には農業部門の耕地整理、田植え、稲刈りなどの農業部門で土木業界と摩擦を起こさない部門まで進出させれば、もっと村民のためになります。小さい村である程可能性が高いです。村は建設業、観光、商業、農業、林業が複合して成り立っています。今後は高齢社会が到来します。大きな物に巻かれず、自分たちの将来を考えれば医療部門の拡充が必須です。山村では農林業の合体が大切ではないでしょうか。

③魚梁瀬杉は専門工場で盤なり貼天なりとされていますが、根材がたくさんあります。根株、ヤリ、枝、目まわりの良くない所なりの材がたくさんそのままとなっているのではないのでしょうか。今は山に放置されたり、薪となつていないのでしょうか。山に宝が転がっています。

(以下次号へつづく)

私は久しぶりに来たので、最近の馬路村をキッチンと見ていなくて、大変失礼ではあります。ですが、当村は、①オートキヤンプ場、②インクライン、③魚梁瀬杉の家、④ミニ森林鉄道、⑤ふるさとセンター、⑥木造の役場、⑦馬路・魚梁瀬温泉、⑧魚梁瀬杉工芸土産店、⑨魚梁瀬森林鉄道復元、などたくさんさんの施設・名所など、いわゆる箱物ができました。よくもこれだけの施設を皆さんの努力によって、作られたと大変感心しております。これから後は村民のために

①若者定住住宅
②高齢者の養老院を併設した病院
を作ってはどうか。

①若者定住住宅
②高齢者の養老院を併設した病院
を作ってはどうか。

①若者定住住宅
②高齢者の養老院を併設した病院
を作ってはどうか。

①若者定住住宅
②高齢者の養老院を併設した病院
を作ってはどうか。

馬路村の
歴史と
伝説



〈通算第69回〉

馬路公民館長 山中 巖

荒神宮(荒神さま)

読んで字のごとく、荒らぶる神様で、非常にたたりやすく、おそれ敬まやないと危害や不幸にあう神様です。

馬路村では一般的に竈戸の神様を考えている人が多いようです。私たちが子供の頃には、よその村から山伏か巫女か知らない人が来て、カマドの神をお祈りし、お札を戴いて、いくばくかのお札をした記憶があります。

しかしもう一つの神として、樹木やその下の塚や祠などを荒神とよんで、一族や地区の人々がお祭りする荒神さまがあります。現在、小藪の清岡家のように祠を建ててお祭りするところもあれば、家毎にお祭りしているところもあるようです。

また、馬路地区全体を災厄から守るため、地を鎮め、火

を鎮める「鎮め様」もあります。くわしいことは、拙著「馬路村の歴史と伝説」をごらんになって下さい。上記の「鎮め様」は、昔から明治末年まで、落合の竈戸神社で執行されてきました。しかし、

明治四十年、熊野神社へ合祀され、以降「鎮め様」は熊野神社で行われてきています。「竈戸神社」を調べますと、私の推測ですが、今から約四百年前に書かれた「語伝覚」に荒神宮が、「笹が瀬」にあり、旧の正月二十八日にお祭りした記録があります。また百四十年前に、馬路の庄屋が藩の奉行所へ差出した控えに、影村の落合に「荒神宮」があり、正月、五月、九月の二十八日にお祭りをした記録が記されています。この「荒神宮」が明治になって「竈戸神社」

に名前が改められたものではないでしょうか。

さて、今まで「荒神さま」は「カマドの神」「火の神」「災害から守ってくれる神」として述べてきました。

更に「農業の神」であったのではないかと考えられます。先に記しました、庄屋の差出控に、次のような記載があります。

(一)酒、壹式升、肴野菜類、有合ヲ以、三木(お神酒か)ヲ

「荒神宮」ニソナエ……

(二)十月初ノ亥ノ日ヲ猪子ト申、糯米三升位、外に田芋、唐芋、餅等を搗キ、「荒神宮」

祭方仕、類族迄餅ヲ配リ……

(三)春日日、秋社日……握り飯に仕竹二入、「荒神宮」ニ祭ト申モノモ御座候

右のことから、十月、十一月に、「荒神祭」が盛大に行われていきます。これは、農作物の取り入れが終って、豊作に感謝するお祭りであったように考えられます。このように、農作物の神、農業の神であったとも考えられないでしょうか。

このことは、幡多の中村市などで、「田の神」が「荒神」と考えられる記録が残されています。また馬路地区では、「田の神」は収穫が終ると、

馬路村俳壇

ダム湖の村桜ふぶきに暮れにけり

深々と椅子に沈みて春の夢

迂回路の標識吊るす山の藤

囃りや湧き水受けて鎌をどぐ

四月馬鹿老いてはめられやすきかな

麗しの日ざしを浴びて草摘む子

花衣追越して行く救急車

草萌えや隣の少年変声期

新緑の街路樹たのし万歩計

春日傘家号で呼ばれなつかしむ

老いの春恙なき日の菓子のかず

ふんだんに囃りの中吾が家かな

配達の途次初蝶と顔会わす

と言えどちと淋しいぞ喜寿の春

足なえの足少し濡れ春時雨

雲白し摘みし菜の花一握り

鶯や勢至菩薩を抱き運び

ぜんまい干し筍干して谿出です

清子

佳子

うた子

安子

喜美栄

千鶴子

雅子

一美

いわお

山に帰って「山の神」になる
とも言われ、熊野神社の神の
ように出雲へは行かれなかつ
たと思われず。
また、馬路地区には「若宮
様」と呼ばれる祠がたくさん
あります。この神様は次号に
書く予定ですが、「荒神」が
「若宮様」と呼ばれている例
が村外にあるようです。家の

屋敷の中に、また家の近くに
祭られており、昔、遍路や旅
人などを殺してたり、祟り
がはげしいので「若宮」とし
てお祭りしたと言われている
す。
小菟の清岡一族では、「カ
マドの神」「火の神」として
祭られてきたと伝えられてい
ます。

かまど 竈戸神社

明治8年に描かれたもので、
この神社で「地鎮め、火鎮め」
が執行されてきた。



日村落合鎮座
竈戸神社
長十七間横十六間
反別九畝、畝歩

東ハ溝限
西南新田作目限
北ハ家城、村手、山續

馬路村歌壇

吹き過ぐる風は乾けりぜんまいが
色よく仕上るこの四五日に

久子

よごれ良く落ちる毛糸のタワシいくつ
色をわかちて編みくるる母

潔子

人けなき家の門へと続く径
穂絮かぶり西洋タンポポの列

佳子

待ちまちし鶯の声にこりなし

安子

谷にこめたる朝霧の中
残したる父の虫眼鏡良く見ゆる

雅子

兄と使いて三十余年
三日ほど雨打ちたりし桜の花

源治郎

舗道斑に淡きくれない
谷川の青葉の蔭の夕光に

満

モツゴの出入りいそがしくなる
咲き競う桜は四方を染めつくし

佐由里

谷明るきに雨降り止まず
汝がふみの切手にながき口付けを

亀一

せる日もありき佐賀の嬉野
山深き温泉に飼う孔雀一羽

いわお

われに大きく羽根ひろげたり

※お詫び
短歌・俳句ともに、現代かなづかいで
記しておりますのでご了承下さい。

気をつけよう食中毒

食中毒予防の三原則

保健婦 高橋 マリ子

食中毒を防ぐ手の洗い方

調理の前には必ず、正しく手を洗いましょう

①指輪や時計をはずす



②せっけんを泡立てて20秒以上もみ洗い



③たっぷりの水ですすぐ



④逆性せっけん10%液を100-200倍に薄め(0.05~0.1%液)に30秒間ひたして殺菌・消毒した後、流水で十分に水洗いする



⑤ペーパータオルが清潔なタオルでふく



*一般の家庭ではきちんと手洗いすれば④の殺菌・消毒は必要ありません。ただし、トイレや掃除、赤ちゃんのオムツ替え、病人の介護のあとなどには目的意識をもって行いましょう。

調理器具やふきんを清潔に

洗い方と殺菌方法の基本

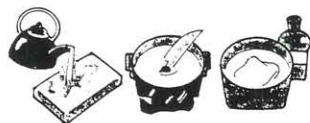
①タワシやスポンジを使って洗剤でよく洗う



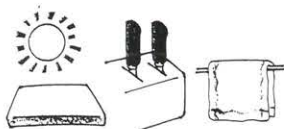
②流水で十分にすすぐ



③熱湯をかける、または漂白剤や煮沸で殺菌する
まな板、ふきん、食品などに漂白剤(次亜塩素酸ソーダ)を使った後は流水で十分に洗い、薬剤が残らないようにする



④日光に当てるなどして乾燥させる



★調理器具は、調理中もおっくうがらずにこまめに洗いましょう。

平成8年は0-157による食中毒が全国的に猛威を振るって大変でしたね。今年もこれからの時期は特に注意が必要です。皆さん食中毒予防の三原則を守って、予防に努めましょう。

食中毒を起こした事例の紹介。

- 1、同じまな板で生魚と野菜を調理したことが原因。
魚を汚染していた細菌が、まな板、包丁を介して野菜に移り、漬物にしている間に増殖して食中毒になった。
- 2、早めに食べなかったことが原因。
すしの折り詰めをおみやげにもって帰る途中、もう一軒寄り道をした。手指や調理器具からすしに移っていた細菌が長時間放置されたため、増殖して食中毒になった。
- 3、加熱が不十分だったことが原因。

ハンバーグを作る時、中まで十分に火が通っていなかったため、肉についていた細菌が死滅せずに食中毒になった。

このことから食中毒の予防には三原則が大切だと言われています。

三原則とは

- ①原因菌をつけない。
食品を扱う時には、手や調理器具を流水で十分洗う。食材はよく洗う。調理中に肉や魚、髪などにさわった時も手洗いを。生肉を扱った包丁やまな板は、次の食品を扱う前に熱湯をかけてよく洗う。
- ②原因菌を増やさない。
早めに食べる。残った物は冷蔵庫へすぐに入れる。(冷蔵庫も過信しないこと)
- ③原因菌を殺す。
肉などは十分に加熱する。まな板、ふきん、などは漂白剤(次亜塩素酸ソーダ)を使い殺菌する。

食中毒を予防するために



まな板

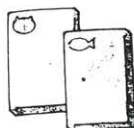


包丁

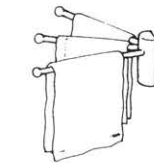


ふきん

●まな板の表面は傷つきやすく、汚れや細菌も傷の奥深くまで入り込んでいるので、洗う時はよくこすりましょう。
●肉・魚など生物用と野菜・調理済み食品用の少なくとも2枚は用意しましょう。



●柄の部分が汚れやすいので、念入りに洗浄・殺菌し、よく乾燥させておきましょう。特に刃の付け根の部分はブラシでよく洗うことが必要です。刃の部分はきれいに洗っておけば、心配いりません。
●用途別に2本以上用意しましょう。



タワシやスポンジも清潔に

タワシやスポンジも、使用後はよくすすいで洗剤の成分を落とし、熱湯をかけたり煮沸して殺菌し乾燥させましょう。案外、気づかないところですが、細菌の巣になっています。ご用心。



郵便局よりのお知らせ 新郵便番号制度について

皆様には、平素、郵便局をご利用いただき誠にありがとうございます。

さて、郵便事業では、お客様になるべく安い料金で郵便をご利用いただくため、作業の機械化、運送システムの改善等効率的な事業運営に常に努力しております。

この一環として、郵便事業では平成10年2月から7けたの新郵便番号制度を導入する予定です。新郵便番号制度の導入は、低廉な郵便料金をできるだけ長く維持するためにも是非必要なものですので、その実施につきまして、お客様各位のご理解とご協力をお願い申し上げます。

なお、郵便をはじめ、郵便貯金、簡易保険の郵政三事業は、国営・非営利の事業として、事業の収入で支出をまかなう独立採算制で運営されており、税金は一切使われておりません。

これからも全国2万4千の郵便局ネットワークを最大限に活かし、人と人との心をつなぎ伝えるという郵便事業の基本を大切にしながら、皆さまからより一層信頼される事業の確立を目指して全力で取り組んでまいります。

今後とも、郵便サービスをご愛顧くださいますようお願い申し上げます。

なお、馬路村の新しい郵便番号は次のとおりです。

馬路村馬路 781-6201
馬路村魚梁瀬 781-6202
馬路村だけのとき 781-6200



ごめい福をお祈りします

北村 春恵	岩城貴志子	乾 幸久	氏名
女	女	男	性別
64	73	78	年齢
9・5・4	9・4・20	9・4・6	死亡年月日
廣美	明信	本人	世帯主
妻	妻	本人	続柄
中ノ川	影	影	地区

東部旅券窓口

開設のお知らせ

県では6月から、東部旅券窓口を次のとおり開設します。

開設場所

県安芸総合庁舎1階
(安芸市矢ノ丸1-4-36)

開設日時

毎週火曜日(祝日等を除く)

10時～11時30分

12時30分～15時

取扱業務

一般旅券の申請受理及び交付
(再発給及び緊急等を除く)

問い合わせ先

高知県国際交流課外事班

0888(23)9656

東部旅券窓口

08873(5)8810

(但し、6月3日以降)

「国の教育ローン(在学資金)」受付中(国民金融公庫)

高校や大学、専修学校、各種学校などの在学生をお持ちの保護者のかたは、国民金融公庫の「国の教育ローン(在学資金)」を利用することが出来ます。なお、現在入学資金等でご利用の保護者の方も、150万円以内であれば、重複してご利用できます。

「国の教育ローン」は、年利2.7%と低利のうえ手続きも簡単なことから、これまで数多くの方々にご利用されてきた制度です。

制度の概要は次のとおりです。

※ご融資限度	150万円以内
※ご返済期間	8年以内 (据置期間は、在学期間(最長 4年)以内)
※保証	教育資金融資保証基金または保証人(1名以上)
※ご返済方法	毎月元利均等返済 ボーナス月増額返済、ステップ返済もできます

このほかに国の事業ローン、国の食品ローンの事業資金融資や恩給・共済年金などを担保とするご融資も取り扱っております。

詳しくは、地元の商工会議所、商工会または国民金融公庫高知支店(☎0888-22-3139)へ直接お問い合わせください。

『少年相談電話』を開設しました

少年問題に関する悩みや困り事の相談をお受けします。
〔秘密は守ります〕。

少年相談専用電話
08873-4-0809

〔受付時間〕 (月)～(金) 8:30～17:00 (祝日を除く)

〔相談内容〕

- * 少年自身の悩みや困り事
- * 少年に対する保護者の悩み
- * 少年の非行防止と福祉に関して

安芸警察署



6月・7月 むらの行事

月 日	6月	月 日	7月
1	日	1	火 三混（馬路診療所 14:30）
2	月 日脳子防注射（2回目） （魚梁瀬 保育・学校 15:30 一般 16:00）	2	水 高知大学農学部公開講座（就改 19:00～）
3	火 日脳子防注射（2回目）（馬路 保育・学校 14:30 一般 16:00） パソコン教室 馬路村新任教職員研修会 魚梁瀬保育所クッキング教室（馬中 19:30～）	3	木
4	水	4	金 不用犬収集日（8:30受付） 中芸合同1才6カ月児健診（田野町保健センター 13:00受付）
5	木	5	土
6	金 魚梁瀬保育所独居老人訪問 パソコン教室（馬中 19:30～）	6	日
7	土	7	月 馬路地区地区対抗ソフトボール大会（初日）
8	日 村内一斉清掃	8	火
9	月	9	水
10	火 中学校中芸地区夏季体育大会 パソコン教室（馬中 19:30～）	10	木
11	水 高知大学農学部公開講座（就改 18:30～）	11	金 親子読書会（就改 19:00～）
12	木 1日財務事務所（役場2F） リハビリ教室（交流センター 13:30～16:00） 不用 犬収集日（午前中受付） 親子読書会（就改 19:00～） 馬路保育所親子給食試食会	12	土
13	金 パソコン教室（馬中 19:30～）	13	日
14	土	14	月
15	日 乳腺・子宮がん検診（馬路 就改 8:30受付） 魚梁瀬 公民館 13:00受付）	15	火
16	月	16	水 巡回図書
17	火 親子インターネット体験教室（馬中 19:30～）	17	木
18	水 巡回図書 高知大学農学部公開講座（就改 19:00～）	18	金
19	木 食改推進員講習会（就改 13:30～15:30）	19	土 フェスティバル魚梁瀬
20	金 親子インターネット体験教室（馬中 19:30～）	20	日 海の日
21	土	21	月 学校夏季休業入り 振替休日
22	日	22	火 中学校県体育大会開会
23	月 } 中学校都市夏季体育大会	23	水
24	火 }	24	木
25	水 } 魚梁瀬保育所親子給食試食会 スカッシュバレーボール営林署長杯（魚梁瀬）	25	金
26	木 } リハビリ教室（診療所 13:30～15:30）	26	土 } 馬路保育所夕涼み会 観光イベント こじゃんと馬路村大合戦
27	金 中芸合同3才児健診（奈半利町保健センター 13:00受付） 親子インターネット体験教室（馬中 19:30～）	27	日
28	土 中芸広域連合研修会（北川村民会館）	28	月
29	日 歌って走ってキャラバンバン（魚梁瀬） 馬路保・PTA草刈	29	火 三混（馬路診療所 10:30） 乳児健診（交流センター 13:30～15:30）
30	月 高知大学農学部公開講座（就改 19:00～）	30	水
		31	木