



広報

うまじ

第221号

平成17年2月1日発行



成人式
それは自立した大人に
なることを祝う儀式
成人になった喜び、
とまどい、不安は
それぞれにあるだろう
だが、一步一步確実に
歩を進めよう

▲ 村では村内小中学校
卒業生全員と在住者を
対象に毎年1月2日に
成人式を行っています。
今年を対象者16人中8人
の参加がありました。

上島大治	上野治	乾教育委員長	乾大翔	日比	木下慎	山理	山竜	乾啓太
治田	野加	村奈	長緒	織子	長	樹一也	啓太	

〔前列右から〕
〔後列右から〕
成人式出席者

目次

新年のごあいさつ-----②	旧道を歩く-----⑧
今年こそ海外へ-----③	付属病院からこんにちは① ---⑨
おもてなしの心を 行動を-----④	馬路村の歴史と伝説 ほか---⑩⑪
ふるさとへの便り-----⑤	リアの日記-----⑫
日曜参観日に親子で道徳----⑥⑦	フォトウオッチング ほか---⑬
	お知らせ-----⑭
	村のできごと・村内あちらこちら--⑮

元気ある村を目指して

新年のごあいさつ



馬路村長 上治堂司

新年あけましておめでとう
ございます。

皆さまがたには希望に満ちた輝かしい二〇〇五年の幕開けをお迎えのこととお喜び申し上げます。

また昨年は、村行政全般にわたりまして温かいご理解、ご協力を賜りまして心よりお礼申し上げます。

馬路村は平成十五年にどこの市町村とも合併をしない自立の道を選択し、今まで以上に農協、森林組合、エコアス馬路村をはじめ青年団など各種団体、村民のご協力により、さまざまな施策に取り組み、全国から高い評価をいただいております。

しかしながら行財政は、平成十六年度から始まりました国の三位一体改革やさまざまな要因で村の歳入の中心であ

ります地方交付税の削減など、ますます厳しい状況にありますので、これからも行財政改革を推し進めなければなりません。

そして全職員、住民の方々には「お客さま」という気持ちをお忘れず、常にコミュニケーションを図り、「村民のために何をなすべきか」「村勢の発展には何が必要なのか」という問題意識を持って、山積する課題に一生懸命取り組んでまいりますので、どうか本年も温かいご支援、ご指導をよろしくお願い申し上げます。

自然との共生

二十一世紀は、環境がテーマと言われていきます。

村では先人が守り育ててきました豊かな自然、資源をひきつぎ、それを有効に活用し、環境を考えた生産（ユズの有機栽培、森林整備）、商品づくり（クッション材を使用せずタオルを敷き込んだユズセット、エコアス馬路村の新商品・森のカバン等）に取り組んでいます。

これからも農業、林業、観

赤ちゃんの泣き声、子どもたちの遊び声、お年寄りの笑い声の絶えない村づくり

光を産業の柱に雇用の場の創出を図り、定住人口の拡大に努めてまいります。

住環境へのとりくみ

近年、農協職員の採用、エコアス馬路村へのイターンなどで、住宅が不足している状況にあります。

また、旧営林署時代から使っています住宅の老朽化が著しいことから、公営住宅の建築を順次行い環境整備を図っていきたくと考えています。

全国区へ

人口一二〇〇人程の村が元気で、そして活性化を図っていくには、交流人口の拡大は必要不可欠であります。

今までもイベントなどを通して村外の方々と交流を行っています。平成十五年に開催しました東京吉祥寺での経験をさらに発展させて「特別

▲タオルを敷き込んだ少しこだわりのユズセット



▲部落の声を村政に届ける区長会 1/21

住民票」の発行を広く行うこととしていきます。

時間を長く必要とする事業であります。全国のユズのファンを馬路村全体のファンにつなげ、さらに参加型の地域づくりに広がってほしいと思います。

村では本年も①赤ちゃんの元気な泣き声のする村づくり②子どもたちの元気な遊び声のする村づくり③住民の方々が生き生きと働く姿のある村づくり④お年寄りの笑い声の絶えない村づくりを基本に村のブランド化に向けて職員一同取り組んでまいります。

新しい二〇〇五年が馬路村に発展と繁栄をもたらし、住民の皆さまがご健勝で良い年になりますよう心からお祈り申し上げます。新年のごあいさつといたします。

今年こそ

海外へ！



▲ 団長自らもきねをふるう 12/12 高知市中央公園

もちつき青年団の挑戦

平成十五年、東京吉祥寺での「こじやんと馬路村の夏まつり」をきっかけに、「もちつき青年団」としての活動を始めた馬路青年団（乾貴史団長）。いろいろな人から習い、思考錯誤を繰り返しながらでした。

が今では、もち米の蒸し加減やこね方、つき方も慣れ、ぎこちなかったもちきりや丸めも上手になりました。十六年度は自分たちの手でもち米作りにもチャレンジしました。

ラムを収穫することができた。ひなから育てたアイガモには、稲を食べられたり、役場下の安田川へ逃亡したのをアミで捕獲したりと世話をやきましたが、八月十五日に行われた馬路納涼祭で数羽が青年団主催のかき氷早食い大会の景品となり、その他も美味しく食べられたそうです。

「もちつき青年団馬路組」十六年度のもちつきは四月十日の馬路村観光開きをスタートに、十七回（うち村外七回）、四石六斗八升（七〇二キログラム）行いました（一月末現在）。八月の馬路納涼祭では、もち投げ用の一石（二五〇キログラム）のもちを午前三時から十二時間かけ作りました。十七年、青年団はもちつきで幕を開けました。一月二日の成人式には、お祝いの紅白もちを新成人に贈りました。

もち米 618 kg 黄金錦 435 kg 収穫

耕作放棄されかかっていた田、四反を借り、「青年の田」として耕作を始めました。もち米以外にも米（黄金錦）も栽培、アイガモ農法にも取り組みました。アイガモ農法には、アイガモが雑草や害虫を食べること、一日中動き回ることにより、水や土をかきまぜ、根に新鮮な空気を供給すること、排せつ物が自然の肥料になることの利点があります。団員全員が初めての農作業、いろいろな人の力を借り、もち米六一八キログラム、米（黄金錦）四三五キログラム

今年は四反から五反へ増やす



▲ 青年の田の刈りとり 10/2

夢の実現まで、もちのようには粘り強くなれば、青年団。

おもてなしの心を行動を

馬路温泉職員研修記

1/4~1/31

馬路村コミュニティセンター（馬路温泉）では、従業員のレベルアップを目指し、土佐ロイヤルホテル（芸西村）で研修を行っています。林義人支配人の研修への思い、体験レポートを紹介します。

土佐ロイヤルホテルに学ぶ

昨年十月、土佐ロイヤルホテルへ伺い研修のお願いをすると快く引き受けてくださいました。馬路温泉開館は昭和五十四年。県内はもとより全国的に温泉宿泊施設が増え、その一方で姿を消してゆく施設もあります。馬路村はユズ製品のおかげで、村に足を運んでくれるお客さまがいます。「馬路温泉へ立ち寄ってくれたお客さまへ最高のおもてなしをしたい。お客さまが満足して帰り、馬路温泉は良かったよ、サービスに感動したよ」と伝えてほしい。そんな思いから、他の施設のおもてなしはどのようなのか勉強したいと思いい、今回の研修となりました。

一月四日より研修が始まりました。施設が違ってもお客さまを迎えます。

料理をお盆を使わずに運ぶことは、経験なしではすぐには何枚も運べません。ようやく三枚持てるようになった頃には研修が終わろうとしていました。

ドリンク出しの時にはビールのラベルがすべてお客さまの方を向いています。宴会が終わっても後片付け、次の宴会の準備と休む間もなく、キビ

馬路温泉もかわります



▲ テーブルに食器を並べる 1/19

キビと動く姿は気持ち良さが感じられました。ホテルの最上階に「四季」というフランス料理のレストランがあります。料理は前菜から始まる順番出です。ここのサービスは、お客さまへ対するサービスの基本であると感じました。お客さまの食事を絶えず確認し、お客さまが満足して帰る姿に喜びを覚えました。こんなことがありました。四名の予約でしたが、当日、お子さまが一人増えて五名になりました。テーブルを用意する場合、四名と五名では席の準備がガラッと変わって大作業になります。しかし、スタッフは顔色一つ変えず、「すぐにご用意致します」とお客さまに伝え、テーブルを変更しました。さらに、お子さまにはジュースのサービスや、料理のサービスとお客さまが感動しないはずはないと思います。

レストランの営業前、キャプテン自ら手を真つ黒にしながら丹念にナイフ、フォークを磨き上げる姿に仕事に対する姿勢を勉強させられました。フロント研修では、チェックインをされたお客さまを部屋まで案内しました。研修中である私に対する「ありがとう」という言葉に逆に感動させられました。

ホテル自体の、お客さまに接する方ばかりでなく、厨房の男性陣や客室清掃の方まで全部召集まっでの研修にも参加させていただきました。発言発声練習や、通路でお客さまに出会った場合の対応、電話の受け答え方などを行いました。最後にはホテルの支配人の前でグループ別にアテンション（注意）の発表会を行いました。ずうずうしくも私はリーダーをやらせていただき、チーム名「馬路温泉」として九名の方々と業務連絡、身だしなみチェック、基本マナー訓練などを発表しました。一カ月はあつという間に過ぎ、毎日が新鮮さと充実感で満たされました。「改革なくして成長なし」と言われますが、馬路温泉の改革の足がかりに今回の研修がなることを確信しました。



ふるさとへの便い 10

望郷恋歌
……「温故知新」

東大阪市
五百蔵 幸男

今年のNHK大河ドラマは「義経」。平家の末裔である私は、その後の子々孫々の歴史、馬路、魚梁瀬を広め生かしてほしいと願うほど、ふるさとが大好きなんです。

三十八年前魚梁瀬を巣立った純情かれん(?)で素朴だった私は、大阪駅で警察官に家出人と疑われ、調べられました。生き馬の眼を抜くと言われる大阪。とてもやっつけそうにないと思いましたが、伊吹衛章青年団長が「いさしだいやれ!」と送ってくれたことを思い出し「俺は耐え忍んで生きながらえた平家の子だ、都で一旗揚げるのだ」と己を鼓舞したのです。「変わった名前やねえ」と言われたら「平家の子です」とアピールし

営業、「注文をやるから帰ってくれ」といわれるくらい魚梁瀬、馬路、ユズ、千本山、ガソリン車、ロックヒルダムなどしゃべり続けました。二十九歳独立、三十四歳倒産、三十五歳再出発、今年二十年を迎える建設機材会社を営んでいます。妻とのきつかけも名前でした。妻の母に「あんさん四国で他国でしゃる」と言われ、私は「島国は私の責任

じゃないです。本四連絡橋でもうすぐ本州と四国はつながります」と返しました。反対を押し切り結婚、子孫繁栄は果たしましたが、都で一旗揚げ、ふるさとに脚光をあてることができません。それを次世代に託したい。「いさしだいやれ」と。私も温故知新で燃え尽きる覚悟。魚梁瀬には兄と母(恵美代)がおり、母の便りには馬路のデイサーブスが生きがいとあります。心から感謝いたします。広報原稿依頼を「心と心の橋」と思い、励みとさせていただき。ふるさとの皆様のご健勝をお祈り申し上げます。



◀「なんという名前…?」がきっかけになった妻とともに設立10周年の謝辞を述べる



▲自宅の庭に咲いている桃の花をバックに

昭和四十五年に、結婚と同時に魚梁瀬を出、静岡県浜松市に住んでいます。浜松の気候は穏やかで、住んでいる人はのんびりとして、人の善い人が多いように思います。交通の便も良く、新幹線の「ひかり」も止まり、浜松駅まで自宅から車で二十分程で、東名高速道路のインターまでは十分で行けます。家の周りには、田んぼや畑も残っており、早朝には、庭のさざん花の蜜を求めて、めじろや、うぐいすが飛んで来ます。魚梁瀬に居る時は、うぐいすの鳴

き声が好きだったので期待しているのですが、まだ一度も聞いたことがありません。昨年は、四月八日から十月十一日まで浜名湖花博が開催され、半年間で五百万人以上の人が訪れました。浜松の特産は、浜名湖のうなぎ、お茶、三ヶ日みかん、わさび、また音楽の町でも知られています。魚梁瀬の思い出は、母の作ってくれたユズ入りの「おすし」。運動会、遠足のお弁当。お神祭、お正月には皿鉢料理をとともきれいに丁寧に作りどこで食べた「おすし」よりもおいしかった。帰省すると、「おすし」が待っているのが楽しみでした。結婚してからもずっとユズは切らしたことがなく、毎年お義姉さんに送ってもらっています。最近では、ゆずぼんごつくろい等新商品も出て、馬路村の発展を嬉しく思います。魚梁瀬も頑張ってください。

魚梁瀬を離れて

三十五年

浜松市
吉野 京子
(旧姓和巴)



日曜参観日に親子で道徳

馬路中学校

の馬路中学校三年生の教室です。担任の公文先生がまず切

「次はお母さんお願いします。娘の久莉子さんからバトンタッチされた中元佐紀子さん（馬路村柚子加工場勤務）の口からは職場での失敗談が語られました。

親から学ぶ生き方、子から学ぶ今の私

平成十四年度より、馬路中学校では日曜参観日に道徳教育の授業を実施してきました。平成十七年一月二十三日（日）、三回目の道徳参観日は、みぞれ交じりの雨が今にも降り出しそうな「参観日日和」。それぞれの教室では、声を掛け合って参加した保護者とともに、生徒たちが心の内を語り合い、分かり合い、認め合い、学び合う道徳が展開されました。

「残業続きで猫の手も借りたいほど忙しい十二月初め、やっと荷造りし終えてほっとしたのもつかの間のことです。すでに発送された商品に入れた抜きが一つあることを同僚が見つめてくれました。今年こそ商品を間違いなく、お客様に届けようと、職員一同気を引き締め、職場全体で取り組んでいる最中の私の大きな失敗です……」。

「高校の卒業記念に友人四人で出かけた京都旅行。水不足のため洗髪はしないでくださいという注意書きが掛かっていたにも関わらず、私一人ぐらいと洗髪したところ、仲間も巻き込み、旅館の主人にこっぴどく叱られました。せっかくの楽しみに水を差してしまったと、その後の旅行は楽しめませんでした。これが誘い水になり、口の字型の机を囲んだ中学生と保護者（二人）をあわせた九人は、本日のテーマである「家族や友だちに迷惑をかけたこと」について次々と語り続けていきました。

「小学校」二、三年生のころ、サイフを無くしたことがあります。誰かに盗まれたのではと大騒ぎになり、同級生に迷惑をかけました。「学校の集金のお釣りで、下校途中駄菓

子を買って食べたところ、先生から家庭へお釣りが届いたかどうか確かめる電話があり、両親にひどく叱られました。そういうことは私もあったよ。でも失敗をいかそうとしてきたよねという共感的な

温かい雰囲気がある中で冒頭の中元さんの話です。対面する席に座っていた娘の久莉子さんの視線はお母さんにくぎ付けになりました。中元さんは話を続けます。

「仲間の協力で、お客様に商品が届く前に荷物を押さえ、荷造りを直すことができ、事なきを得ました。でも、多くの同僚に心配と迷惑をかけたこと、商品到着日を遅らせましたことを忘れてはなりません。同じ失敗を二度と起こさないよう十二分に気をつけています。」

このように、本来隠したい自分の失敗やあやまちを認めたり、人前で発表することは、だれでも避けたいものですが、親子が一緒に考える参観日道徳の場だから、口について出たのでしよう。

写真より時計回りに
 山下久莉乃さん、
 山元久阿斗さん、
 木下元佐紀さん、
 西中元島初美さん、
 中島清岡さん

同じころ中学校二年生の学級では、みんなで考えた課題について、『そう思う』『少しそう思う』『あまり思わない』『思わない』の四つから自分の立場を選び、なぜそう考えるのか意見を交換していました。
 「日本人として生まれてきて良かったと思えますか」の問いに、「そう思います」と

真つ先に答えたのは国語科教師の田岡恵先生。「例えば雪を表わすにも、こな雪、つぶ雪、わた雪、みづ雪、ざらめ雪、ぼたん雪……と、細やかな表現の美しさを持つ日本語を話すことができるからです」と話すと、生徒や保護者から、「外国の人にとって難しい日本語が、生まれながらに話せて幸せだけれど、顔つきは彫りの深い整った西洋人に生まれたかと思うので、少しそう思う」の立場を選びました。「今の暮らしも幸せだけれど、テレビで見る、

豊かな自然を相手に貧しくとも家族仲良く力を合わせて暮らす海外の生活にもあこがれます。だから、『少し良かった』という意見です」と続きます。
 年齢によって考えが大きく別れたのは、「自分を好きですか」という問いかけでした。『そう思う』という立場に立ったのは、「自分の欠点を直そうと取り組んだこともありましたが、今は欠点も含めてそれが自分。その自分が好きです」という保護者がわりで出席の高校生と、「ぼんやりし

ているので、自分の欠点を深刻に捉えないのです。そういうのんびりした自分が好きです」という意見の先生。逆に、中学校二年生全員が『そう思わない』という立場に立っていました。自分の外見も内面も嫌いだそうです。
 これから先も自分のことは好きになれないだろうと言いつつも、人の目を見て自分の考えをはっきり述べる事ができた生徒たち。学習終了後、保護者からは「中学生の年ごろはそういうものだろうけれど、自分の何もかもがキ

ライと言い切る姿に少し切なくなりました。でも、みんな可愛いです」という感想が、生徒からは「全員が思っていることを語り合えて良い授業だなあと思いました」「自分と違う他の人の意見を聞くことができ、自分を見つめ直す機会になって良かったです」という感想が出されました。
 * * * * *
 小学校でも同じように、参観日道德を実施しています。

平成十四年春、魚梁瀬中学校長として赴任して以来、学力向上と豊かな心の育成を二つの柱に掲げて取り組んで参りました。

近い将来社会を担う人間として、モラルやマナーをきちんと身につけ

です。

「三人寄れば文殊の知恵」、ある程度人数がいてこそ考えを深めることができます。教員も生徒の立場で発言をし、子どもたちの心に問いかけをしています。また、この形態は、教員

と、五感がフル稼働し、道德的価値やよりよい行為を自ら学び取ることができません。神祭に関連した道德の授業を行った後に弓射式や神楽に参加した生徒は、「郷土を愛し、伝統文化を引き継いでいくことの大切さ」

道德教育を教育活動の柱にして

魚梁瀬中学校

てこそ学力もいかされると考えます。そこで、豊かな心を育むために道德教育を教育活動の柱に据えました。
 魚梁瀬中学校の道德教育の特徴は、全教員参加の全校道德を毎時間実施することと体験活動を生かすこと

数の少ない山間へき地校での教員の学びの場ともなっています。今年度はすでに二十七回道德授業を実施してきました。
 また、「なすことによつて学ぶ」という言葉があるように、体験を通す

を確かに感じていました。今後とも地域の皆さまにご協力いただきながら、体験を生かした道德教育を進め、子どもたちの心を耕していきたいと思えます。
 (魚梁瀬中学校長 山中理史)



「郷土愛」について話し合う

旧道を歩く

かつて平家の落人が魚梁瀬から馬路まで通り、現在まであとかたが残っている旧魚梁瀬村から旧馬路村までの歩道（往還）を紹介します。

この道は、魚梁瀬に住居をかまえる平教経の子孫と伝えられる人々が塩などの物資を入手するために中ノ川、宿の谷を経て安田町まで往復したと伝えられる道です。今は影部落にお住まいの田中栄さん（七八）によりますと、子ども



もの頃は母に連れられて、青年時代（戦争中）は焼酎をリユクサクに六本入れ、魚梁瀬まで売りに行ったそうです。宿の谷で焼酎を作った河平へくだりそこからこの道へ上がって魚梁瀬へ、二時間三十分、当時、魚梁瀬へ最短距離で行ける道で魚梁瀬街道とし

て活用されていきました。かつての営林署七々川の事業所ができてしばらくの間は作業員の歩道として使っており、また、昭和五十年代にはハイ

向かいました。しばらくは道幅が一、八メートルほどありましたが、進むにつれ一メートルぐらいになりました。台風の影響もあり路面には一面に杉の枯れ枝が落ちており、谷にかかつていたはずの木製の橋はすでに

魚梁瀬往還の道

キングコースとして整備されていきました。今回は東川部落から境峠を経て魚梁瀬へ向かうこととしました。十二月二十日、道案内を東川区長の武井孝栄さんにお願

いし東川会館を出発、岩城實さん宅の下を通り魚梁瀬へと



中ノ川下り口への分岐点から魚梁瀬へ。巾1mぐらいの道が杉林の中へ続く。

東川部落から境峠までなら、すべり止めの靴、ステッキ、なたなど必要な道具を準備すれば歩くことは可能です。歩く際には、道案内をできる人と一緒に歩きましょう。

所は切り開きながら進みます。途中には炭焼き窯のあともありました。七々川付近では、魚梁瀬の天狗森、小天狗を見ることが出来ます。崩壊により、道がなくなっている箇所が数カ所ありましたが、約五時間かけ境峠に到着しました。境峠は旧馬路村と旧魚梁瀬村の境で、地蔵峠とも呼ばれていました。境峠にある石地蔵は縦約四一センチメートル、横約二八センチメートルの大きさで道の山側、曲がり角の中間あたりにあります。石地蔵のある場所から道をはさんで反対側には北川村へと下り

る道もあります。境峠を後にし、魚梁瀬へ向かいました。崩壊や倒木が数多くあり、道といえないような箇所が何カ所もありました。悪路のなかでも、見晴らしのいい場所からは魚梁瀬ダムや魚梁瀬森林公園オートキャンプ場を見ることが出来ます。道を追いつながら歩いていたのですが、崩壊防止ネットのところまで道が途切れしました。そこであきらめ、そこから谷づたいに下りてみると、そこは魚梁瀬地区明善の谷（湯浅建設プラントのしも側）でした。全行程七時間三十分かかりました。

医学部付属病院からいんには①

診療所、橋田先生の「Dr.はしだの健康小話」に代わりまして、今号から高知大学医学部付属病院医療情報をお届けします。病気を知ることが健康への第一歩です。参考にしてください。

高血圧と心肥大

老年病科 久保 亨 医師



心臓は筋肉で形成された袋状のポンプです。その袋の壁である筋肉の厚さが厚いことを心肥大と言います。多くの場合は心電図で心肥大の有無が確認できます。

筋肉の肥大は、筋肉に負担がかかることで起こります。例えば、骨格筋を刺激し負担をかけることで、オリンピック選手のように太く力強い筋肉となります。一方、心肥大は慢性的な心臓に対する負担によって生じ、心臓に長い間の負担がかかり心臓の筋肉が厚くなってしまふときさまざま

な問題が起こってきます。例えば、心臓の動きが固くなったり、不整脈が生じやすくなったりします。さらに放置すると、心臓のポンプ力も低下してくるため、心不全といった状況も来たします。

それでは、どのような原因で心肥大は起こるのでしょうか？もともと多い原因は高血圧です。わが国では、六十五歳以上の高齢者の半数以上は高血圧と言われています。血圧が高くても多くの方はほとんど症状がないために放置してしまいがちですが、長年にわたり血圧が高いと心臓に余計な負担がかかります。実際に、高血圧は心臓だけではなく、脳卒中や腎不全などさまざまな臓器に障害を引き起こします。

また、心肥大をおこす原因は高血圧以外にもさまざまあります。特殊なものとして、遺伝的な要素で家族性に心肥大が起こってくるものもみら

呼吸器疾患

第三内科 小林 誠 医師



最近増加している「肺がん」と「気管支ぜんそく」について述べたいと思います。

肺がんは喫煙と密接に関係した生活習慣病と位置付けられます。主に四十才以降の中年に認められる病気で、人口の高齢化に伴い七十歳以上の高齢者に急増しています。肺がんはレントゲンの中枢型と末梢型の二種類に分類されます。中枢型肺がんでは頑固なせき、たん（二カ月以上続く）、血たんをきたすなど症状があり、その段階で胸部レントゲンやCTを撮り、必要ならかくたんの細胞診（が

れます。

日常生活で注意する点として、①高血圧を指摘された際には、心肥大を含めた臓器障害を予防するために高血圧の治療を行うこと、②心肥大を指摘された際には、放置せず

細胞の有無を見る）や気管支鏡検査を行う必要があります。末梢型では症状のないことが多く、検診時のレントゲン検査で見つかります。最近ではCT検査の普及で一センチメートル未満の小型の陰影が見つかりますが、経過観察か確定診断のための外科的な胸こう鏡検査が行われます。二センチメートル前後の大きさの場合は気管支鏡検査から経皮的針生検（CTガイド下生検と言います）が検査として行われます。さらに大きさが大きくなるとろっ骨などの胸壁に達して胸の痛みが出てきたり、胸に水がたまって増えてくると息苦しさを感ずるようになります。

こうなると肺がんはかなり進行していることが普通です。発見時手術可能な肺がんは限られていますので、早めの受診が必要です。特に検診で異常を指摘された場合気管支鏡検査などのできる総合病院への受診が望まれます。

気管支ぜんそくはアレルギー

病院で詳しく検査を受け、心肥大を招いた原因に応じた治療を行うこと、です。高血圧や心肥大はそれ自体には症状がありませんが、自覚しないうちに病気が進行していきま

よる病気で幼児から高齢者まで患者層は幅広いのが特徴です。症状としては季節の変わり目に発作的な咳、呼吸困難が生じ、特に呼吸困難は座った時に軽減するのが特徴です。若年者ではハウスダストなど原因のはっきりしたアトピー型（ぜんそく）が多く、中年以降では原因のはっきりしない非アトピー型が主です。治療に関しては、ぜんそくは気管支の病気のため吸入療法が主体となります。気管支の炎症を治める吸入ステロイド薬の定期吸入（吸入ではほとんど副作用はありません）と発作の起こった際の緊急的な気管支拡張薬（β刺激薬）の臨時吸入が基本です。これに適宜テオ

フィリン薬やロイコトリエン受容体拮抗薬の内服薬が追加されます。ぜんそく死のような非常事態を防ぎ、発作のための夜間不眠や体を動かす時の呼吸困難を取り除いて快適な日常生活を送るためにも定期的な通院治療が望まれます。

かりと治療しておくことが重要です。高知大学医学部付属病院・老年病科では、高血圧や心肥大に対して、地域のみなさんの健康維持を手助けできるように診療を行っています。

馬路村の歴史と伝説

馬路公民館長 山中 巖



〈通算第114回〉

三七、秋茄子は嫁に食わすな

(イ) 秋茄子はうまいので嫁に食わさん。

(ロ) 秋茄子は中に実がほとんどないので、嫁が子宝に恵まれないから。

三八、姉さん女房はこうて持て

年上の女房は、夫を子どものように大事にする。

三九、高山で日を暮らすな

谷底で夜を明かすな

四〇、大露の置いた朝は雨が降らない

朝のクモは親に似いち

四一、夜のクモは親に似いち

よつても殺せ

朝のクモはカタキに似いち

いちよつても殺すな

四二、田植えをしたら髪は洗われん

ありつきが悪い

四三、夜雀につけられたら

四九、夏ひでりで農作物がカ

れだしたら、住職と地区民が釜が谷へ行って

ご祈禱をし、石や鉄類

などを滝壺へほりこん

だ

五〇、またくらごうやく

昔、富山の葉屋が黒いハリ

グスリを持ってきて、身体

へはると、あつちこつちへ

ひつついた。

それから、あつちへつき

こつちへつくことを言う。

五一、親の意見となすびの花

は千に一つのあだがな

い

あだがない(むだにならな

いこと)。

五二、はきものは夜おろされ

ん

(イ) 下駄は齒のうらへス

ミをぬつておろせ。

(ロ) ツバをつけておろせ。

五三、四十過ぎての親の意見

と彼岸過ぎての麦の肥

(両方ともきかない)

五四、捨てる神あれば拾う神

あり

世の中は複雑でさまざま

意見で成りたっている。捨

てられ失敗しても、他方で

助けてくれる人が必ず出て

くるものだ。

五五、葬式で棺がおだれ(軒

の下)を出る時、茶碗

馬路村歌壇

欄干に名の知らぬ太き鳥止り

我を待つかのように飛ばない

八時半無事に事終えし電話あり

安堵と共に涙がにじむ

気せわしく柚子の収穫やつとすみ

目にどめて見る庭の山茶花

もや立ちて晴れゆく朝の宍道湖に

やすらう鴨の群れあちこちに

視るすべてが手術後二つとなりし妻

片眼を閉じて狭きに生きいる

えんどうの宙をまさぐり手を伸し

かすかに声の聞こゆるが如し

古よりの魚梁瀬・安田の塩の道

木材の道地図におとさん

雅子

安子

久子

佳子

源治郎

千恵子

いわお

村の故事・俗信(二)

を割るのはなぜ

ルーツを尋ねると、弥生時代(約二四〇〇年)約一七〇〇年前まで)に出土する甕棺には必ず傷をつけたり、部分を欠いてある。この事から亡くなった人を、あなたは死者ですと、完全なものを与えず、割ることによって死者を弔ったと考えられる。別の言葉では現世とは逆の世をする、着物を左前に着せるのも同じ。

五六、棺がおだれ(軒の下)

を出した時、着物をさかしにして振るのはなぜ
本人が生前、神仏にお願をかけてあったのを、あの世へ持つていかない。いわゆる「願ほどき」をするのである。

五七、「ほどとぎす今日初声

とと思うなよ昨日聞いたぞ今朝の古声」
ほどとぎすの初声は馬路で縁起が悪いと伝えられてきた。

このことに私は驚いた。ある記憶力抜群の老婆が孫娘(現在八十歳)に話していたものである。
ホトトギスについて、光と影を記す。

(イ)ほどとぎすの別名
杜鵑(とけん) 蜀魂(しよ

くこん) 子規(しき) 杜宇(とよ)

「(とう) 御農鳥、早苗鳥、沓手鳥、卯月鳥、四手の田長、魂迎鳥、夕影鳥、夜直鳥、山時鳥、初時鳥、名乗る時鳥、待つ時鳥、田長鳥、妹背鳥、文目鳥、黄昏鳥、偶鳥。

(ロ) 四季の代表

古来、春の花、夏の時鳥、秋の月、冬の雪が多くの人親しまれてきた。

(ハ) 鳴声(聞く人によつて違ふ)

「ケツケツケツケツケツ」「クツクツクツクツ」「キヨツキヨツキヨツキヨツ」「特許許可局」「本尊懸けたか」「テッペンかけたか」「オトトコイシ」「二びん」「酒肴」「ヒヨツタン、タケタカ」「こなべやきよ」「そちやとつた」「あちやとてた」「誰に小鍋、隠された」「メツケエ(オバコ)通った」「あちや通った」「こちや通つ

てた」「庖丁かげだが」「庖丁どつちっちゃやつた」

二、「あの世」の鳥となぜ言われるようになったか

奈良時代には、冥土の鳥(縁起が悪い)とは考えなかった。中国の、蜀の皇帝が、その臣下の妻にみだらなことをして、位をゆずり、滅んでゆく時に、ホトトギスが鳴いた。皇帝の靈魂が化してこの鳥になったと言ふ伝説がのちの世に日本に伝わり、一部の人びとに、暗いイメージを与えたのであらう。

この故事が、どのようにして、いつ馬路に伝えられたのか、今知る由もない。

(注)昔から言い伝えられる言葉、表現はそのまま記載した。漢字が特定できないものはひらがなで記載してある。



ホトトギス
昨年、馬路では5月23日初声を聞く。昔も、今もこの初声(初音)を待った。

馬路村俳壇

黄落の古里へ帰る足かろし
九十七歳あと幾日か年の暮

喜美栄

病名を偽りて散る白椿

廃園に白き山茶花こぼれ落ち

千恵子

柗の花に話そう父のこと

冬菊にあれからずと佇つ母か

佳江

秋時雨神輿は川を渡りけり

改葬せし墓石並び山眠る

安子

秋時雨神輿は川を渡りけり

改葬せし墓石並び山眠る

雅子

栗の実を拾いて二度ともう逢えず

隧道も私も古りぬ烏瓜

いわお

季語説明

一、黄落：黄葉がいつせいに散りはじめること。

二、柗の花：山地に自生するが、庭木・生垣に植えられる。葉にはギザギザがあり先にトゲがある。初冬に白色の小花をかたまつてつける。

三、山眠る：落葉した山々が眠っているように見える。

四、烏瓜：野山に自生。長い木に登り、赤い楕円形の実をつける。塗り薬や天瓜粉をつくる。季節は秋。

母国でハッピーニューイヤー

クリスマス休みを3週間とり、私はイギリスに帰ってきました。5ヶ月ぶりにボーイフレンドのデミアン、友人たち、家族に会うことができ、とてもうれしかったです。

この3週間は、いそがしく動き回りました。イギリスでは、クリスマス時期になると毎晩、パーティーをします。家族親族のホームパーティーでは、用意したごちそうを食べながら、近況などを話します。友人たちとは、クラブやバーの1室を借りて、おしゃべりをしたり、飲んだり、ダンスをします。私も故郷リバプールで毎晩パーティーに出かけ、デミアンの友人、学生時代の友人たち、かつての職場の友人たちなどと楽しみました。

クリスマスは家族と一緒に過ごしました。夕食は、それぞれに大きなお皿に盛り合わせた料理が出ました。焼いた七面鳥、焼いたポテト、にんじん、カブ、芽キャベツ、カリフラワー、肉汁を利用したグレービーソースがかけてありますが、少し酸っぱいトマトソースみたいなクランベリーソースをかけて食べました。とてもおいしかったです。

私とデミアンは、彼の家族に会うため、アイルランド、ウエストポートに行きました。ウエストポートは羊や牛が放牧されている農場が広がる自然豊かな場所です。



*アイルランドは島国で北海道とほぼ同じ大きさ。人口約392万人。伝統的に農業が基本で、ヨーロッパから離れた島国であり、人口密度が低いため手つかずの自然が多く残っている



リアの日記

外国語指導助手 アメリア・ファイルズ さん
(イギリス、リバプール市 出身)

③

新年の前日（日本で言う大晦日）はリバプールのナイトクラブで楽しい時を過ごしました。イギリスでは、1月1日午前0時には新年を祝って、誰とでも抱き合いキスをします。16歳以上の若者の大半は、バーやクラブで友人たちと、年配者は家で家族と。また、その時間には、たとえばタバコを吸わない、つめをかまない、ジムで運動をしないなどの習慣もあります。ちなみにイギリスには、新年を迎えるおせち料理のようなものはありません。

イギリスでは、友人たち、家族と充実した日々を送りました。その分、別れは寂しかったです。

▶デミアンとウエストポートにて



デミアン日本へ

4月にはデミアンが馬路村に来る予定です。私はその日をとっても楽しみに待っています。皆さんにも紹介できれば、と思います。

皆さん全員の今年一年がすばらしいものになりますように。

フォトオッチング[®] 26

きよ おか りつ こ
清 岡 律 子 (日浦)



▲ 小麦粉をふるいにかける 1/25

農産物直売所「ゆずの森の店」へ入ると芋のおもちやドーナツ、おすし、おかずが所狭しと並んでいます。

をしたこともありました。ドーナツは食生活改善推進協議会で習ったジャガイモドーナツにヒントを得て、カボチャ

大もて、りっちゃんばあちゃんのドーナツ

清岡律子さんは森林組合を退職後、朝食をとらずに来る土木作業員のために、芋のおもちを作り始めたのをきっかけに、最初、ふるさとセンター「まかいちよつて家」前の良心市に品物を出していただきました。O-157問題で衛生上厳しくなり、良心市に出せなくなった時には、持ち売り

ドーナツを作りました。作り始めて十五年ぐらいになりました。失敗談は、芋のおもちにもちを入れ忘れたこと。「早朝五時に起きて作るのですが、つらいと思ったことはなく料理は楽しいし、損得は別にしています。台所を動き回るので、いい運動になります」と笑う



▲ 律子さんの作ったドーナツ
芋のおもち、おすし、おかず

律子さん。

馬路中学校の生徒が保育所へ手作りおやつを持っていく授業があります。みんなが作りたいおやつはの質問に三年生から「りっちゃんばあちゃんのドーナツ」との答えが返り、一月二十五日には三年生七人にドーナツ作りを教えました。

楽しみは孫がいる時から少年野球。日曜日には多く品物を出したいのですが、試合がある時は、休みます。「いつまで続くかわかりませんが」と言う律子さん。お体に気をつけて元気にずっと人気のドーナツを作ってください。

全国連合表彰

30年勤続
体育指導委員

小松艶子さん(影)が社団法人・全国体育指導委員連合より、三十年勤続体育指導委員として表彰されました。



「村民皆さまのご協力によりまして三十一年間体育指導委員として勤務できましたこと

を感謝いたします。スポーツで一番心に残る出来事は、第三回全国家庭婦人バレーボール高知県大会で優勝し、全国大会に出場して敢闘賞をいただいたことです。これからも健康に気をつけて自立する村でがんばっていきたいと思います。本当にありがとうございます。これからの「スポーツで豊かな心と健康を」の馬路村のスローガンどおり、健康で活躍ください。

職場でのトラブルでお困りの皆さまへ!

高知労働局、高知県労働委員会、高知県労働政策課では、労働相談窓口を設けています。相談料は無料です。お気軽に左記窓口をご利用ください。
・高知労働局総合労働相談コーナー
Tel 〇八八・八八五・六〇二七 (フリーダイヤル)
Tel 〇一二〇・七八三・七二二 (高知県労働委員会)
Tel 〇八八・八二一・四六四五 (高知県労働政策課 (フリーダイヤル))
Tel 〇一二〇・六一〇・二二二

相続に関する 司法書士無料相談

「相続登記はもうお済みですか」高知県司法書士会東支部では、相談に関する(相続分、遺産分割の方法、相続登記など)あらゆる相談を無料にて行います。お気軽におこしくください。
日時 平成十七年二月二十二日 (火曜日) 十時～十五時
場所 安芸商工会館 (第一会議室)

詳しくは、高知県司法書士会東支部 (Tel 〇八八七・五七一八・一三五) までお問い合わせください。

お知らせ

総務課

17年度
交通災害共済加入募集

- 年掛金 700円
- 申し込み受付
2月1日～3月31日
- 申し込み
婦人会の各支部、役場総務課、魚梁瀬支所まで。
- 加入資格
村内に居住し、住民基本台帳に記載されている方。または外国人登録をされている方。年齢制限なし。

万一の事故に備え、この機会にご家族みなでご加入ください。
更新手続きもお忘れなく。

【おわびと訂正】

前号、P11の下段に誤りがありましたので、おわびし訂正します。

誤 正
民生委員↓民生児童委員
清岡敬二さんの受持区域
誤 正
相名 ↓魚梁瀬

健康福祉課

献血にご協力ください！
高知県では、献血者数累計（16年11月末現在）が対前年度比で1、984人減少しています。

本村での献血の実施は年1回（4月予定）ですが、村外でも高知市の献血ルーム「ハートピアやまもも」、献血バスで献血ができます。みなさまのご協力をよろしくお願いいたします。

産業建設課

水質検査情報の閲覧について

村では、水源（影、東川、相名、魚梁瀬）ごとに毎月1回水質検査を行っています。水道の水質基準改正（平成16年4月1日施行）に伴う水道法施行規則改正により、水質検査計画や水質検査結果について、情報公開を推進することになりました。閲覧を希望される方は、水道係まで申し付けください。

◎預金を守る

平成17年4月以降は、当座預金や利息のつかない普通預金は「共済用預金」として全額保護され、定期預金や利息のつく普通預金などは、金融機関につき預金者一人あたり、元本一千万円までとそれの利息等が保護されます。具体的にどの預金が「共済用預金」に該当するかなどの詳しくは、金融機関の窓口等にお問い合わせください。

預金等保護の姿

預金等の分類		平成17年4月から
決済用預金	当座預金・利息のつかない普通預金等	全額保護（恒久措置）
一般預金等	利息のつく普通預金・定期預金・定期積金・元本補てんのある金銭信託（ヒッグなど）	合算して元本1,000万円までとその利息等を保護
外貨預金、元本補てんのない金銭信託（ヒットなど）、金融債（保護預り専用商品以外のもの）等		保護対象外

四国財務局 TEL. 087-831-2131

◎行政相談ポスト

国の仕事に関する苦情などの相談を受け付ける行政相談ポストが馬路村就業改善センターに設置されました。年金・医療保険・老人福祉・福祉、道路、郵便・貯金・簡易保険などでお困りのときは、備え付けの相談用紙にご記入のうえ、投函してください。「行政相談員 南磨熙さん（影）」、「行政苦情一〇番」でも受け付けています。
Tel (〇五七〇)〇九〇一一〇



◎あわてずあせらず 一一〇番

一一〇番は、事件事故に遭った、あるいは見た、知った皆さんから緊急に警察へ通報する「緊急電話」です。県内どこからでも警察本部の一一〇番受付台にかかります。

- ・「何が」
- ・「どこで」
- ・「いつ」
- ・「ケガは」
- ・「犯人は」
- ・「何でどちらに逃げた」
- ・「あなたは」

質問に冷静にお答えください。

身近な犯罪防ぐあなたの110番！

※お問い合わせ※
安芸警察署地域課
Tel (〇八七七) 三四〇一一〇

◎ご出生おめでとうございます

子ども	性別	父	母	生年月日	地区
五百藏あみ	女	浩二	紀子	17・1・7	魚梁瀬
笹岡 夢珠	男	和仁	和代	17・1・13	朝日出

◎ご冥福をお祈りします

氏名	性別	年齢	死亡年月日	世帯主	続柄	地区
久保 鶴子	女	89	16・12・8	久保啓	母	影
西岡 數一	男	86	16・12・19	本人	本人	日浦
畠中 一男	男	96	17・1・3	本人	本人	東川

村内あちらこちら



12月7日 ピアノトリオ・ウインターコンサート



12月24日 福祉ふれあいもちつき



1月1日 新春走り初めピットリタイムレース(魚梁瀬)



1月13日 三者会(森林組合、農協、役場)



1月26日 文化財防火デー(東川、観音堂)

村のできごと

《12月》●

- 1日 校内マラソン大会(馬路小学校)
- 3日 馬路地区はし拳大会
- 4日 馬路熊野神社秋の大祭
- 5日 舞神楽発表会
- 7日 ピアノトリオ・ウインターコンサート
- 8日 きらきら発表会(魚梁瀬保育所)
- 10日 もちつき(馬路保育所)
- 11日 クリスマスコンサート
(ハミングゆ〜ず、うまじ〜ず)
- 第32回馬路村文化祭(〜12日)
- 16日 定例議会開会
収入役退任式
- 24日 クリスマス会(魚梁瀬保育所)
福祉ふれあいもちつき
村内各校終業式

《1月》●

- 1日 新春走り初めピットリタイムレース(魚梁瀬)
- 2日 新春走り初めピットリタイムレース(馬路)
成人式
- 8日 村内芸能発表会
- 11日 村内各校始業式
- 13日 三者会(森林組合、農協、役場)
- 16日 馬路村民駅伝競走大会(11チーム参加)
- 21日 区長会
- 24日 臨時議会
- 26日 文化財防火デー(東川、観音堂)

編集後記

あけましておめでとうござ
います。本年も昨年同様よ
しく願います。

年男、年女を紹介していま
した「今年の顔」が十二年、
一巡し、その役目を終えまし
た。月日の経つのは早いもの
で、元気で過ごされた方、村
を離れた方、さまざまです。
次の十二年またその次と、
皆さまが元気で笑顔で暮らせ
るようにお祈りいたします。

(伊)

2月・3月 むらの行事予定

日	月	2月	日	月	3月
1	火		1	火	生活発表会(馬路保育所) 絵本の読みきかせ(多目的施設) 10:30~
2	水	馬路保育体験入学	2	水	魚梁瀬健康ほっとサロン(多目的施設) 10:00~16:00 1歳6カ月児健診(安田町保健センター) 13:00~受付
3	木	馬路健康ほっとサロン(交流センター) 10:00~16:00	3	木	馬路健康ほっとサロン(交流センター) 10:00~16:00 馬路子育て支援教室(交流センター) 10:00~12:00 (午後)(就業改善センター)
4	金	6年生中学校体験入学(馬路中学校)	4	金	お別れ遠足(馬路小学校)
5	土	森林ボランティア	5	土	わくわく科学教室
6	日	一日先生(馬路小学校) 日曜参観日(魚梁瀬小・中学校)	6	日	
7	月	スキー教室	7	月	
8	火	中学生家庭科実習(馬路保育所)	8	火	絵本の読みきかせ(交流センター) 10:00~
9	水	魚梁瀬健康ほっとサロン(多目的施設) 10:00~16:00	9	水	
10	木	馬路健康ほっとサロン(交流センター) 10:00~16:00 馬路子育て支援教室(交流センター) 10:00~12:00	10	木	馬路健康ほっとサロン(交流センター) 10:00~16:00 校内意見発表会(魚梁瀬中学校) 公立高等学校入試(~11日)
⑪	金	建国記念の日	11	金	3歳児健診(奈半利町保健センター) 13:00~受付 行政相談(就業改善センター) 9:30~12:00 お別れ遠足(馬路・魚梁瀬保育所交流会)
12	土	魚梁瀬子ども会ウインターキャンプ(~13日)	12	土	
13	日	わくわく科学教室	13	日	卒業式(魚梁瀬中学校) 10:00~
14	月	6年生中学校体験入学(魚梁瀬中学校)	14	月	
15	火	絵本の読みきかせ(交流センター) 10:00~	15	火	卒業式(馬路中学校) 9:30~
16	水	乳幼児健診(安田町保健センター) 13:00~受付	16	水	魚梁瀬健康ほっとサロン(多目的施設) 10:00~16:00 魚梁瀬子育て支援教室(多目的施設) 10:00~12:00
17	木	馬路健康ほっとサロン(交流センター) 10:00~16:00	17	木	馬路健康ほっとサロン(交流センター) 10:00~16:00
18	金	人権、行政相談(多目的施設) 10:00~15:00 絵本の読みきかせ(多目的施設) 10:30~	18	金	人権学習(魚梁瀬中学校)
19	土	森林ボランティア	19	土	卒業式(魚梁瀬小学校) 10:00~
20	日	中芸こども駅伝	20	日	春分の日
21	月	総合避難訓練(馬路・魚梁瀬保育所)	⑳	月	振替休日
22	火		22	火	
23	水	魚梁瀬健康ほっとサロン(多目的施設) 10:00~16:00 魚梁瀬子育て支援教室(多目的施設) 10:00~12:00	23	水	卒業式(馬路小学校) 9:30~
24	木	馬路健康ほっとサロン(交流センター) 10:00~16:00 引き取り犬・猫収集日	24	木	村内小・中学校終了式、離任式
25	金	森林組合通常総会(就業改善センター) 9:00~	25	金	卒園式(馬路・魚梁瀬保育所) 引き取り犬・猫収集日
26	土		26	土	
27	日		27	日	
28	月	小学校体験入学(年長)(魚梁瀬保育所)	28	月	
			29	火	
			30	水	農協総会(農協本所) 9:00~
			31	木	村内保育終了日

1月末の人口
世帯数 504世帯
男 569人
女 610人
計 1,179人
(馬路 901人)
(魚梁瀬 278人)

編集発行：馬路村教育委員会

住所 〒781-6201 高知県安芸郡馬路村馬路443

TEL 08874-4-2216 FAX 08874-2-1010

E-mail adress umaJi-v@kochinet.ed.jp

印刷：有限会社 大鳥 (安芸タイプ)