

特 集／警告！糖尿病（前編）
町政スポット／6月定例議会 女性井戸屋会議員足
乳幼児医療費完全無料化始まる ほか
カメラさんぽ／水とくらしの探検隊
まちの話 龍／旧立木小で日本画制作 ミメリユリまつり
町小学校水泳競技記録会 ほか

甘酸っぱ～いさくらんぼはい・か・が

笑顔いっぱいでお出迎え
〈6月28日・ふたば保育園〉

広報

あさひまち

2005年7月号
No. 584



糖尿病患者のカンファレンス風景（町立病院内科外来にて）

入院患者の治療方針について、「医師」を中心に「看護」「食事」「運動」「検査」「薬剤」の各担当者が、それぞれの立場で情報を交換し合う場がカンファレンス。

新しい患者が入院した時、入院後2、3週間が経過した時など随時開催され、より綿密に患者をサポートしていく体制が整っている。

がん、心臓病、脳卒中といえは3大成人病。厚生省（現在の厚生労働省）による「平成10年人口動態統計」によると、3大疾病による死亡者の割合は全体の約60%を占めています。またこれらの疾病は、長年の生活習慣が反映され起こりうる疾病ということで、近年は“生活習慣病”として国民に浸透しています。

分かっていてもなかなか見直せないのが日々の生活習慣。各自治体において、生活習慣の見直しを呼びかける施策が展開される中、この3大疾病（生活習慣病）に隠れて密かに増加傾向にあるのが、様々な合併症を引き起こす「糖尿病」です（図1参照）。

いつの時代にも、健康は最大の財産。今回から2回にわたり、現代人であれば誰もが罹りうる糖尿病について特集します。今回は、糖尿病を正しく理解する意味でどんな病気なのかについて解説します。

特集 ● 警告！ 糖尿病（前編）

恐れないで糖尿病～早期発見・早期治療～ でも…今の生活であなたは大丈夫？



朝日町立病院
院長 小林 達

糖尿病の患者数は年々増え続けており、二〇〇〇年の統計では全国で七百四十万人と言われている。これに糖尿病予備軍八百八十八万人を加えると千六百二十万人、実に四十歳以上の六人に一人の割合となります。

このように増えた理由として、一つは食事が欧米化してタンパク質と脂肪の摂取量が増えたこと、そしてもう一つは交通機関の発達による運動不足が挙げられます。

糖尿病は、一般に遺伝的素因に生活環境因子が加わって発症します。遺伝は変えることができませんが、生活環境は本人の意思で変えることができます。

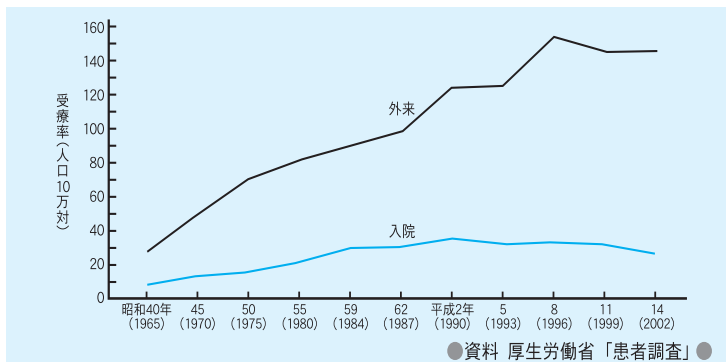
現在糖尿病で治療中の人も、糖尿病になつていない人も、ぜひこのことを念頭に置き、良い生活習慣を身につけて、糖尿病の発症予防、血糖コントロールの

風邪は万病 糖尿病は億万病の元

悪化防止に努めてもらいたいと思います。

「風邪は万病、糖尿病は億万病の元」と言われるほど、付き合い方を間違えると糖尿病は怖い病気ですが、上手に付き合つて良いコントロールを維持すれば、逆に色々な病気の予防にもつながり、結果として健康長寿を実現できることにもなることを付け加えておきます。

朝日町立病院院長 小林 達



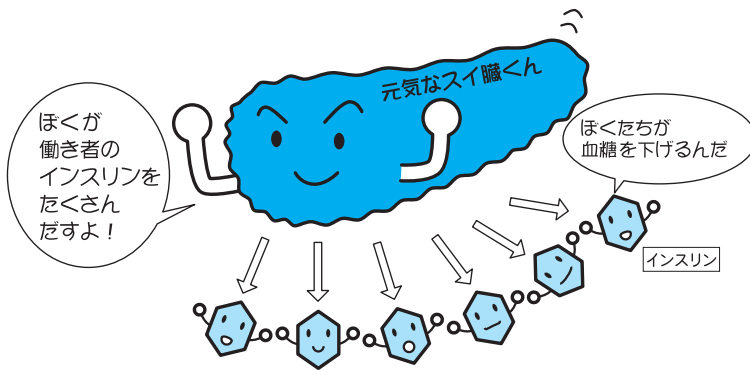
（図1）全国の糖尿病受療率の年次推移

糖尿病って どんな病気なの？

糖尿病とは、血液の中の糖分（血糖）が正常の人より高くなつてしまい、それが長く続いている病気です。

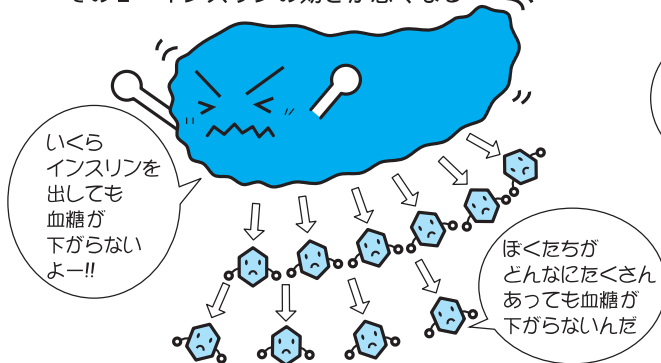
血糖は、すい臓から出されるインスリンというホルモンの働きで調節されています。インスリンには、血液中のブドウ糖を体の細胞に送り込む働きがあり、その結果、血糖を下げる働きを

(図2) 元気な人のすい臓

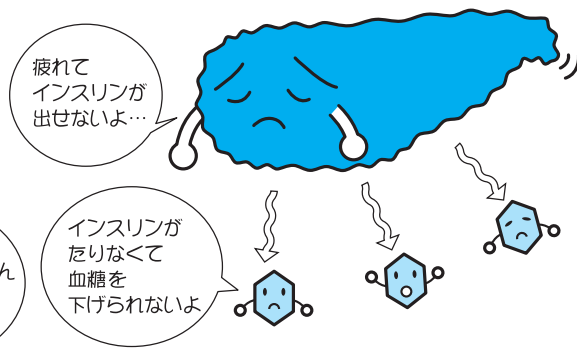


(図3) 糖尿病の人のすい臓

その2 インスリンの効が悪くなる



その1 インスリン不足



しています(図2参照)。つまり、何らかの原因でインスリンの出が不足したり、イン

スリンが出てもうまく効かなかったりして、血糖が高いまま続く状態が糖尿病です(図3参照)。

なぜ血糖が高くなると悪いの？

血糖が高くなることで、甘い糖分が長い時間をかけて血管や神経を冒し、少しずつ壊していきます。そして、糖尿病特有の合併症(図4参照)に罹ってしまいます。中でも三大合併症と呼ばれるのが、腎症・網膜症・眼・神経障害です。

また、太い血管をも少しずつ痛めることで動脈硬化が進み、一般の人より十年も早く、脳梗塞や心筋梗塞を引き起こしてしまいます。

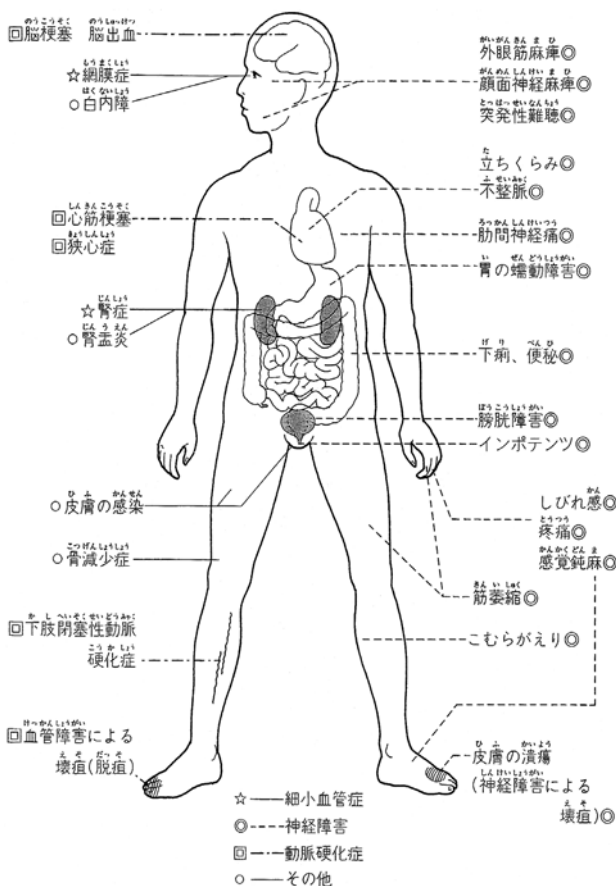
しかし、糖尿病はほとんど自覚症状が現れないので、症状が

現れた時には、既に合併症が進行してしまっているという人もいます。

また、合併症も最初は自覚症状がないので、知らない間に病状が進行してしまうというのが現状です。

でも、大丈夫です!!

糖尿病を可能な限り早く見つけ出し、的確な治療を開始すれば、合併症を予防することができます。普通の人と変わらない生活ができるのです。



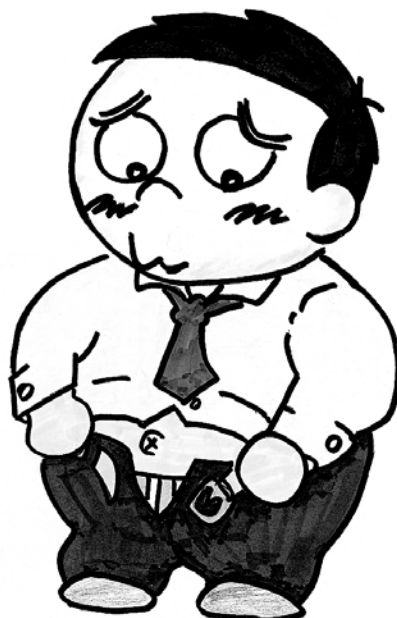
(図4) 糖尿病の合併症は全身に起こります。(糖尿病の手引きより)

暴飲暴食

ぼう いん ぼう しょく



ストレス



運動不足

うん どう ぶ ぞく



遺伝

+ 4 大因子

《糖尿病の原因》

肥満

ひ まん

見直してみよう！ 生活習慣

それでは、糖尿病を発症する原因は、具体的にどこにあるのでしょうか。

小林院長が言っているように、遺伝的な素因に生活環境の因子が加わって発症するのが糖尿病です。中でも、本人の意思で変えることのできる生活環境の四大因子を挙げると、上図のとおりとなります。

なぜ、遺伝に四大因子が加わると、糖尿病に罹ってしまうのでしょうか。

前頁の図3、糖尿病の人のすい臓を見てください。肥満の人は体脂肪が増えインスリンの効

きが悪くなるため、普通の人より多くのインスリンが必要になります。また、過食も血糖が高くなるため、インスリンを多く必要とします（その2参照）。

血糖を下げようと長時間働き続けたすい臓は疲れてしまい、最後には、あまりインスリンを出さなくなってしまうのです（その1参照）。

以上のような理由から、糖尿病が悪化してしまうのです。

※注意

先に述べた原因以外でも糖尿病に罹る人がいます。

糖尿病との共生 健康な人以上の体に

しかし、糖尿病に罹ってしまったとしても、その後適切な措置（治療）を施せば、決して怖い病気ではありません。糖尿病と上手に付き合っていけば、発症

の原因となっていた生活習慣も改められるなど、結果的に色々な病気の予防にもつながります。ここで、糖尿病でも、日々楽しんでいるお一人を紹介しましょう。

糖尿病と正面から向き合う

Ⅱインスリン治療中Ⅱ

平成11年に糖尿病と診断されました。最初は気もあせらず安易な考えでいましたが、その後

合併症を患い小林院長先生にお世話になることになりました。看護師さんや栄養士さんからも納得のいくまでご指導いただきました。あせらずマイペースの考えが大切という指導でしたが、

一カ月の入院期間は無我夢中の状態。インスリン投与、インスリン自己注射、血糖自己測定を始めて六年になりました。

糖尿病になった時の自分を振り返ってみると、平成11年の夏はすごく暑い日が続き、食べたことのない甘いかき氷と炭酸入りのジュースを、毎晩のように取っていたような気がします。こんな日が続き、気が付いた時には糖尿病になっていたという感じでした。

糖尿病になると、食べたい物も食べられないと勘違いしている人もいます。ですが、しっかりと勉強してバランスの良い食べ方をすれば、普通の人と同じ美味しい物が食べられます。そしてストレスを溜めず、規則正しいリズムにあった毎日の生活が大切です。

さて、糖尿病の治療法としては、まず糖尿病と正面から向き合うという姿勢と、それを克服しようとする努力が大切です。

バランスの取れた食事。適度な運動として30分〜40分（約4km）のウォーキングを一週間に四〜五回、流れ星を見ながら頑張っています。そして血糖測定、朝夕のインスリン注射を一日三回。旅行のときも、一回分ずつ袋に入れて持っています。

恐れないで糖尿病～早期発見・早期治療～

でも…今の生活であなたは大丈夫？

その結果、以前63kgあった体重が二年ハカ月で53kgまで減り、今もそのままの体重を保っています。

一カ月に一回、血糖測定と診察があり、同じ患者の人たちと会える楽しさもストレス解消につながっています。

お互い励まし合いながら、これからも院長先生のアドバイスをいただき、そしてまた家族の理解と協力とともに、「生きる」という強い意志を持ち続け、一日一言周囲のみんなからいただいた明るい言葉を大事にし努力していきます。

(T・S 60歳女性)

糖尿病と共に26年

Ⅱインスリン治療中Ⅱ
現在68歳になる私は、42歳の時(今から26年前)糖尿病になりました。その時の状態は、血糖値が二五〇(正常値で七〇、一〇〇)にもなり、体がだるく体重は10kgも減りました。当時の私は、糖尿病という名前さえ知らない状況でしたので、事の重大さを知らされ、がっかりした状態で朝日病院に入院したことを覚えています。

幸い主治医の伊藤先生は糖尿病に詳しい先生でしたので、適切な診断と指導のもと二カ月程

の入院で病状は落ち着き、家で労働して病院に泊まる生活がしばらく続きました。病状はそのまま落ち着いていましたが、伊藤先生が仙台に帰られた後は、糖尿病について詳しい先生がいなくなり、適切な指導を受けられなくなっていました。不安な生活が10年程続きました。

その間、あちこちの病院を歩き回りましたが、13年前、町の健康診断で糖尿病の悪化を知らされ、再入院しなければならなくなっていました。その時の病状は最悪で、血液中のヘモグロビンA1C(血糖の一ヶ月の平均値)が13・2もあり、正常値の二倍ほどあったとのことでした。

再入院した時から現在の小林先生がおいでになり、私に合った糖尿病への対処法を色々考えてくださいました。

その結果、インスリンの注射を実施することになり病状は安定。普通の生活や労働をすることができるようになりました。かゆい所に手が届くような適切な指導をいただき現在に至っています。写真などの趣味を生かして、ここ10年程は国内外に旅行に行くこともできるようになり、安定した状態となりました。これまでを振り返って、糖尿

病を抱えながらも落ち着いた生活をしていくために、必要なことを次のようにまとめてみました。

- ①主治医の先生の適切な指導を受けること
- ②家族の協力
- ③バランスの取れた食事

- ・ストレスの元を排除
- ③本人の自覚と努力
- ・食事についての注意
- ・運動する努力
- ・気持ちを平常に保つこと
- (Ⅱストレスを溜めない努力
- 力・趣味を生かして楽しむ)

(R・S 68歳男性)

糖尿病療養指導士を紹介します。

全国的に糖尿病患者が増加したことで、糖尿病の予防・治療に対して、医師以外にも正しい知識を持ち、患者の悩みや疑問などの相談に応じる「糖尿病療養指導士ⅡCDE」という資格

が生まれました。町立病院には、このCDEが六人います。いつでも相談に応じる体制が整っていますので、心配点などがあれば気軽に声をかけてください。



看護師
大江 一子



内科外来主任看護師
若月 裕美



管理栄養士
成原 千枝



看護師
長岡 千恵



看護師
渡邊 梓



看護師
大竹 由理

6月定例議会

6月定例議会が13日から3日間の日程で開かれ、豊龍の丘整備に4,670万円、災害復旧事業に3,823万円、西五百川小学校体育館整備に380万円など、歳入歳出それぞれに9,340万円を追加し、平成17年度予算総額41億9,940万円とする一般会計補正予算など11議案が審議、可決されました。議案の採決事項は次のとおりです。

- ①任期満了となる人権擁護委員に小野田鶴子（大谷七）氏を推薦する。【同意】
- ②立川町及び余目町の合併で庄内町が誕生することに伴い、山形県市町村職員退職手当組合規約の一部を変更する。【承認】
- ③平成十七年度朝日町一般会計補正予算について、歳入歳出それぞれに九千三百四十万円を追加し、予算総額四十一億九千九百四十万円とする。【原案可決】
- ④平成十七年度朝日町老人保健特別会計補正予算について、歳入歳出それぞれに千八百十八万八千円を追加し、予算総額十三億百八十八万八千円とする。【原案可決】
- ⑤平成十七年度朝日町水道事業会計補正予算について、資本的収入支出それぞれに一千万円を追加し、収入予算総額三千万円及び支出予算総額一億六千六十万円とする。【原案可決】
- ⑥産業立地の促進と雇用機会の拡大を図り、地域経済の発展と町民生活の向上に向け「朝日町産業立地促進条例」を制

◎寄付採納報告

- 和合小に児童図書17冊(156,219円相当)
竹田正人さん（東京都世田谷区在住）から



- 大谷小に花台1基(30,000円相当)
矢作千佐子さん（河北町在住）から
- 町内4小学校に図書券(115,000円相当)
寒河江リサイクル協同組合さんから
- 宮宿小に掲示額1枚(200,000円相当)
安藤昭郎さん（西町）から
- 宮宿小にプール用テント1張(70,000円相当)、西五百川小にテント1張(62,865円相当)、和合小に掛時計2台(20,000円相当)、大谷小に花台1基(40,000円相当)
平成16年度各校卒業生保護者一同（西五百川小のみ、平成17年度卒業生保護者一同を含んでいます）から

- 定する。【原案可決】
- ⑦町高齢者生産活動センターの指定管理者に、同センター振興会長齊藤正明氏を指定（期間は五年間）する。【原案可決】
- ⑧酒田港に入港する外国艦船に対し、山形県として「非核証明書」の提出を求める意見書の提出について。【原案可決】
- ⑨消費の冷え込みを招来し、景気の回復に重大な支障を来す「定率減税の廃止・縮小」の中止を求める意見書の提出について。【原案可決】
- ⑩基礎年金制度改革をはじめ、各種年金の一元化問題を含む

町政報告

■看護師二人を新規に採用
四月一日付けで看護師二人を採用。一般行政職の採用は行わ

社会保障制度の抜本的な改革を求める意見書の提出について。【原案可決】

⑪議会本来の役割とその機能が十分に発揮できるよう、議員定数の上限値の撤廃を含め、分権時代に対応した新たな地方議会制度の構築を求める意見書の提出について。【原案可決】

なかつたため、昨年度当初と比較し十人減の職員体制となった。

■国庫補助事業で耐震性貯水槽四基を整備

今年度の国庫補助事業に要望していた耐震性貯水槽四基について、補助金の交付決定を受けた。現在、工事発注の準備を進めている。

■行革推進に向けて三つの部会と町民による審議会を設置

昨年十一月に策定した、第三次行財政改革大綱で示している改革の具体的な推進に向け、今年度は「歳入対策」「人件費対策」「民間委託等推進」の三部会を設置。今後、町行財政改革推進本部が推進状況等を管理するほか、町民の有識者からなる「行財政改革審議会」を開催し、意見を求めていく。

■朝日町産業戦略会議が発足

町の産業界の代表者八人を委員に委嘱し五月三十日、第一回の会議を開催。今後の産業振興に幅広い提言等をいただくことにしている。

■協働による町づくり

新規に「美しい農村づくりPJ」協働による町づくり活動の実践として、各々の課題に対応したプロジェクトを組織。昨年からは進めている「豊龍の丘」「椹平の棚田保全」に加え、農村コ

コミュニティ構築支援事業の「美しい農村づくり」プロジェクトを立ち上げ活動を始めた。

■豊龍の丘整備に宝くじ助成

昨年の県有地の整備に引き続き、今年は町有地の整備が行われる豊龍の丘。「エコミュージアムサテライト交流拠点整備事業（豊龍の丘）」として採択。

■地域情報化検討会が発足

当町をモデル地区に指定し、地理的な情報格差の解消をめざす基本計画が策定される。これを受けて、国、県、通信事業者など関係機関が一堂に会し検討会を開催。町の重要課題である高齢者医療システム等の導入を図りながら、町のブロードバンド基盤を整備していきたい考え。

高度情報化は地域格差解消のため必要不可欠。いかにして推進すべきか、大いに勉強していきたいと考えている。

■固定資産税対前年度比で5%のアップを見込む

償却資産の増と、過疎法による二社の課税免除期間が終了したことにより、本年度の固定資産税当初賦課額が三億三千七百四十六万六千円となり、前年比105%、金額にして千六百四万四千円の増額を見込んでいる。

■子育て支援をより一層充実

早朝保育や夕方の延長保育、

また三歳未満児の入園をはじめ子育て支援センターによる公民館を利用した園児への新たな対応など、一層の充実を図った。

今年度で二年目となる放課後児童クラブは、年会員の登録者が20人となり、新たに大谷及び西五百川小学校学区より児童の申し込みがあつた。



■要介護認定者は四百五十四人 高齢化率が32・7%に上昇

四月一日現在での要介護認定者数は四百五十四人。施設でのサービス利用の待機者の解消を図るべく、ふれあい荘のショートステイ及びデイサービスセンターの増築工事に着手。明年一月の完成をめざす。

高齢者の増加に伴い、65歳以上の人口は二千九百八人を占め、高齢化率は前年度より0・2ポイント上昇し、32・7%に上昇するものと予測している。

■相継ぐ自然災害で農作物に被害

大雪による枝折れ等、りんごを中心に大きな被害。更に、雪解けが遅かったため、ふじの開花にも例年より四〜五日程度の遅れ。四月中旬の降霜、五月下

旬の降霜で、今後、農作物の生育が心配される。

■試験圃場を設置し堆肥の試験

有限会社朝日土づくりに管理運営を代行させるため、現在準備を進めている堆肥センター。

ここで生産される堆肥は、耕種農家や関係機関で構成される朝日町土づくり推進協議会が中心となり、昨年度から継続して水田・畑作物等の試験圃場を設置、試験を行っている。

■商工業の開業者を支援

雇用の拡大と産業の活性化を図るため、町商工業開業支援資金利子補給金交付要綱を制定。

■代表取締役社長に鈴木町長

五月十七日、第六期株主総会が開催された朝日自然観。当期未処分損失が累計で千六百九十二千円となり、全額を次期に繰り越すことで承認。

また、二人の取締役と一人の監査役の退任に伴い、鈴木町長が代表取締役社長に、丸山助役が取締役に就任。今期中に経営コンサル等を導入し、運営計画を策定していく。

■医療サービスの向上に向けて 専門外来を継続して実施

町民がより充実した専門的な診察が受けられるよう、今年度も糖尿外来をはじめ、肝外来、循環器外来などの専門外来を実施。

医療サービスの資質の向上に努めている。

■研修医の積極的な受け入れ

二年目を迎えた新医師臨床研修制度。将来の医師確保に期待し、積極的に取り組んでいく。

四月に山形大学医学部より研修医一人を受け入れ、地域医療全般について研修を実施。この他にも、今年度三人の研修医の受け入れを予定している。

■町内の児童生徒数前年比二十九人の減

五月一日の学校基本調査の結果、小学校は二十九学級四百三十八人（前年度比一学級の増、児童数は変わらず）。中学校は九学級二百四十三人（前年度比一学級の増、二十九人の減）。

■総合第三位に朝日中女子

西村山地区中学校男子及び女子駅伝競走大会が五月十三日、大谷地区秋葉山周回コースで開催。朝日中学校女子チームが、総合第三位と健闘。



■今年も高い出席率の成人式

平成十七年成人式を、今年も四月二十九日に挙行。該当者は

百六十二人（男性八十三人、女性七十九人）だったが、式典には70・4%に当たる百十四人（男性五十七人、女性五十七人）が出席。問題となる行動も無く、厳粛に執り行われた。

■野球技術の向上に向けて貴重な体験

子どもたちの野球技術の向上を目的に、少年少女野球教室を三回（内一回は六月議会後に開催）にわたり開催。



特に、五月二十九日に開催した、元巨人軍選手川口和久氏を迎えての教室では、朝日中学校野球部員やスポーツ少年団員らが熱心な指導を受けた。たいへん貴重な経験であり、子どもたちの今後の活躍に期待したい。

■マメ剣士ら二千人が集結

第27回朝日町長杯争奪剣道練成大会が、町民体育館と朝日中学校体育館を会場に開催。県内外から百四十六チーム（小学校五十、中学校九十六）が参加。今回も、選手をはじめ関係者ら約二千人が参集する大きな大会となり、成功裏に終了している。



女性の声を市政に 女性井戸端会議が発足 (期日；6月30日／場所；開発センター)

これからの町づくりには、女性の視点と感性を欠かすことはできない。女性の声を今後の行政運営に反映させようと6月30日、女性井戸端会議が発足しました。

申し込み・問い合わせ

役場政策推進課地域情報係 ☎67-2112

乳幼児医療費の完全無料化が始まりました (7月1日～)

子育て支援の一環として「朝日町乳幼児医療費完全無料化事業」が7月1日から始まりました。

これまで所得制限により助成を受けられなかった方と一部負担していたいただいた方の医療費を町が独自に助成するもので、新たに350万円を予算化。これにより、就学前の子どもの医療費負担が無くなります。

医療機関でいったん医療費を支払う際に受け取る領収書に、保険証と医療証を添えて2年以内に申請していただくと、後日還付されます。

不明な点や詳細については、保険給付係までお問い合わせください。



問い合わせ 役場税務町民課保険給付係 ☎67-2119



保育園で食育への取り組み

7月1日、給食の献立に町内の保育園としては初めて、ダチョウの肉を使ったハンバーグがお目見え。中でもわかば保育園では、給食に対する理解に加え食育につなげたいという観点から、保護者も参加しての昼食会を実施しました。「美味しかった。今度はお家でお母さんから作ってもらい食べてみたい」と話したのは、一番最初に食べ終えた柴田陽平くん(真中)。

7月6日には、3保育園の調理師と管理栄養士が一緒になって、人気アニメのペープサート(人形劇)で園児たちに食の大切さを語りました。「野菜が残さず食べよう」という内容。「野菜がもっと好きになった!」と話したのは、大きなブロッコリーをほおぼる白田匠摩くん(大谷三)。テーブルには地元で栽培された食材を使った料理がズラリと並んでいました。

町政スポット②



サテライト朝日がオープン (期日；6月25日／場所；同施設)

競輪場外車券売場施設「サテライト朝日」が、6月25日オープンしました。同施設としては県内初となる施設。清流のせせらぎが間近に聞こえる最上川の隣接地（中沢地内）に設置。町の経済産業につなげたい、また雇用を確保する目的で、昨年の秋から工事が進められてきました。

約33,600㎡(=約10,000坪)の広大な敷地内には、754台の駐車スペースを確保しているほか、収容人員1,200人を誇る施設内には、競輪を観戦する250インチのオーロラビジョン、320席の一般席（その他車椅子席6席）、2階部分には特別観覧席として88席とVIPルーム30

席が設けられています。その他、レストランや喫茶室、キッズルームも完備。

オープンに先立ち行われた竣工神事には、設置者の(株)サテライト朝日関係者や幹事施行者のいわき市（いわき平競輪）、朝日町、工事関係者ら約70人が出席。玉串を捧げ竣工を祝いました。いわき市公営競技事務所の若松勇四郎所長が、「山形県民のみなさんにとって競輪はこれまで遠い存在だったと思う。この施設のオープンで、競輪が身近な競技スポーツとして認識され、誰もが気軽に楽しめるレジャーとして受け入れてもらえたら嬉しいです」とあいさつ。

午前10時のオープンを待ちきれないとばかりに並んだ競輪ファンは約150人。オープンを祝い代表者らでテープカットが行われると、来場者たちは足早に施設内へと入っていきました。

※雇用状況

サテライト朝日	20人の内町から14人
清掃業務	6人の内町から6人
警備業務	15人の内町から8人
合計	41人の内町から28人

(町内採用率68%)

※オープンから3日間の利用状況と売上げ

利用者が約4,000人で1,500万円超の売上げ



保利理事長から感謝状を受け取る布施町理容組合長(右)

ふれあい荘が創立10周年 (期日；7月1日／場所；同施設)

特別養護老人ホーム「ふれあい荘」の創立10周年記念式典が7月1日、同施設内で行われました。

式典では、開所当時から利用者の心の安らぎやふれあい、献身的な衛生推進等に尽力してきた朝日町連合婦人会（神尾喜志子会長）、朝日町理容組合（布施邦芳組合長）、ふれあいの会（大井みちよ代表）の3者に、施設を運営する社会福祉法人朝日町福祉会の保利貞雄理事長から感謝状が贈られました。

保利理事長は、「誠意・愛情・謙虚を介護の理念として、明るく・楽しく・潤いのある施設をめざしていきます」と式辞を述べました。



ふたば保育園で月2回開催されるなかよしルームの様子

公立保育所の取り組みを報告 (期日；7月13～15日／場所；札幌市)

保育所の社会的な意義と役割、保育の質と信頼感をどのように高めていくかを研究する大会が、7月13日から3日間の日程で札幌市内のホテルで開催されました。

平成14年に子育て支援センターの活動拠点となったふたば保育園。その後、地域みんなで子育てを支援し、「子育ては楽しい」と感じられる環境を整える「ファミリー・サポート・センター」を立ち上げたことで、子育て支援とファミリー・サポートの両立を図るための活動が進んでいます。私立の保育所では同じような取り組みが進んでいるものの、公立の施設では進んでいないのが現状。公立保育所の先進的な取り組みとして県内外から認められ、今回の報告に至りました。



水とくらしの探検隊 第6弾!



夏草三中堰 と 樺平の棚田

田畑に水路（用水堰）を切った先人の偉業と水の大切さを学ぶ「水とくらしの探検隊」が、七月二日開催されました。水士里ネット朝日町やNPO朝日町エコミュージアム協会などが主催している毎年恒例の行事で今年で6回目。今回は夏草三中堰が舞台となりました。齋藤利八さん（夏草）、志藤勝幸さん（能中）、海野祐吉さん（能中）らを案内人として、西五百川小の児童とその保護者ら約50人の参加者たちが、同小学校から能中の一本松公園をめざしました。

同小グラウンドの南側に位置する旧堰形をスタート。電気沼や「エンザ」と呼ばれる地点の急な斜面を慎重に下り、双葉住宅団地までの堰沿い約1.5キロを、途中水の流れに足を取られながらも歩き通しました。その後、約100メートルの落差がある樺平の棚田まで、最上川から揚水しているポンプ場を見学。先人の知恵と





エンザ付近の急斜面を慎重に下る参加者たち



倒れかけた木と木の間を通り抜けて...



ゴールの一本松公園までもう一息！



一本松公園から見下ろす棚田は最高だ！

技術がこの形を作った「緑のじゅうたん」棚田の中を通り、昼過ぎにはゴールの一本松公園に到着。棚田ママの会によるタケノコ汁も振る舞われ、参加者たちの疲れた体を癒していました。

「近くでも行ったことのない所に行けた」と松田千知さん（長沼）。「想像以上に楽しかった。機会があったらまた参加したい」と語る阿部航瑠くん（常盤）でした。



大谷地区防災訓練(7月10日)

まちの話題



寒河江工業高校生徒によるふれあい荘でのボランティア作業(7月9日)

①日本画制作活動始まる「はじめまし展」(6月18,19,25,26日/旧立木小学校)



旧校舎が芸術(日本画)のアトリエに

廃校になった小学校の跡地利用については、町と東北芸術工科大学が提携した地区住民参加型のワークショップなどを通し、これからの方向性を模索している最中です。

そのうち旧立木小学校(現在の町教育研究所立木研修センター)では、同大学を卒業した板垣敬子さん(山形市出身)と田中敦子さん(愛知県豊田市出身)二人の日本画家が、施設の一角を利用しながら住み込みで芸術活動をスタートさせました。立木地区に縁が深く、現在も施設内に剥製として置かれているカモシカ「マサト」にちなみ、アトリエの名前は「あとリエマサト」。6月18~19日, 25~26日の4日間、アトリエ開設のあいさつ代わりに、大学在学時代に制作した両名の日本画を展示。見る人の心をその絵の世界にもう一步踏み込ませてくれそうな、不思議な感じを覚える空間。繊細でなお且つ力強いタッチの作品で、高さ4メートルを超える大作をはじめ全15点が展示されました。この期間、遠くは埼玉県越谷市などから約120人がこのアトリエを訪れ、日本画の魅力に浸りました。

③今井倭子 ^{プロムナード} P コンサート (創遊館)



心に響くソプラノの歌声

今井倭子さん(前田沢)のプロムナード・コンサートが6月26日、創遊館ホールで開催されました。今年も、今井さんのバックコーラスとして活動している「コーロ・アウローラ(安藤直良代表)」と、山形市の「コーロ・リリコ」が共演。コンサートを盛り上げました。

著名人など町内外から400人余りの観客が詰めかけ、超満員に膨れあがったホール内には、今井さんの円熟したソプラノの歌声が響きわたりました。

最後に流れ星が舞台内を流れる演出に、不意を突かれた会場は一瞬、息を呑む雰囲気包まれていました。

②お寺のまるごと一日体験塾



厳しい修行に耐えた3日間

お寺のまるごと一日体験塾が7月8日から2泊3日の日程で、八ツ沼の若宮寺を主会場に開催されました。お寺での厳しい生活をとおして、最後まであきらめない強い心を身につけてもらおうと、3年前から行われているもの。町内の小学4年生から6年生まで17人が参加しました。

参加者たちは、精神を集中させながら写仏や写経、座禅に取り組んだほか、一汁一菜の粗食など、日頃はなかなか経験できない内容に挑戦。本堂の仏像に見守られながら床に就く参加者たち。疲れ果てた心と体を癒すかのように眠っていました。

協働による集大成がついに祭りに発展

ヒメサユリが満開になった6月11日、能中一本松公園で「ヒメサユリまつり」が開催されました。

これまで地区民みんなで考えた計画が、一本松公園のトイレの新設や田んぼを守るための道路の整備、そして「ヒメサユリまつり」と、今年から少しずつ実現しています。

この日は朝から、榎平棚田保全推進委員会(志藤勝幸会長)と地区内外のボランティア約50人による「棚田の第2展望台整備作業」が行われ、一本松からの眺めだけでなく、まるで棚田の中にいるような臨場感を味わえる展望台を整備しました。

その間一本松公園では、午後からの「ヒメサユリまつり」に向け、いきいきクラブ(鈴木たか子代表)が笹巻300個とナタ巻150個を、棚田ママの会と婦人会の合同チームでは、山菜汁や玉こんにゃく、棚田米のおにぎりを準備しました。

作業を終えた参加者たちにはもちろん、ヒメサユリを見に訪れた一般の方々にも振舞われ、綺麗な花と美味しい食べ物、汗だくの作業を忘れさせてくれる冷たい飲み物に、参加者たちは大盛り上がりでした。



⑧社会を明るくする運動



風船を手渡し啓発運動

「ふれあいと対話が築く明るい社会」法務省が主唱する「社会を明るくする運動」が展開中です。これは、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深めるとともに、それぞれの立場で力を合わせることで犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。今年で55回目を迎えるこの運動。7月は強調月間となっています。

当町でも7月4日、西村山地区保護司会朝日町分会（塚本旦道分会長）のメンバー4人が運動を呼びかける広報活動と店舗前での声かけ運動を実施。買い物客に色とりどりの風船を手渡ししながら、明るい社会づくりを呼びかけました。

⑨三千羽鶴の自治体間リレー



交通安全を呼びかける

昨今、交通死亡事故が多発しています。そんな中、交通安全日本善行会山形県支部が主体となり無事故を祈願する三千羽鶴が各自治体間をリレーしています。そして6月27日、これまで置賜地区をリレーしてきた三千羽鶴が白鷹町から朝日町へリレーされました。

白鷹町長から鈴木町長に手渡されたこの三千羽鶴は、1週間1階の町長室前に設置。町民のみなさんに無事故を呼びかけ、7月4日無事大江町にリレーされました。

⑤第34回山形県母と子のよい歯のコンクール

これからも歯みがき頑張ります

社団法人山形県歯科医師会が主催する第34回山形県母と子のよい歯のコンクールで、白田香里さんと知里ちゃん親子（大谷二）が優良賞を受賞しました。「歯の衛生週間」事業の一環として毎年実施されているもの。昨年度の3歳児歯科検診の折り、母子共に虫歯のない親子を町が推薦していました。

「表彰式の会場で虫歯ゼロのお母さん方が予想以上にいました。

思いも寄らない賞をいただいたことにびっくりしています」と語る香里さん。知里ちゃんも「これからも頑張って歯みがきします」とお母さんに寄り添いながら話してくれました。



⑥区と学校合同運動会（7月3日／大沼分校）

大沼区ならではの競技に汗

大沼区民と大谷小学校大沼分校合同による運動会が7月3日、分校の体育館で開催されました。毎年恒例となっている地元の行事で、今回が20回目となります。参加者は約100人。

浮島太鼓の演奏を皮切りに、小学生による「猿キッキリレー」や大人による「丸太切りリレー」、子どもと大人が一緒になっての「縄ないリレー」など、この地区ならではの数多くの競技が行われました。

競技後は参加者全員で昼食を食べながら、子どもからお年寄りまで親睦を深め合っていました。



⑦さゆり保育園にさくらんぼの樹贈呈

真っ赤なさくらんぼに満面の笑顔

助ノ巻の鈴木清男さんからさゆり保育園にさくらんぼの樹4本が贈られ、園児たちの目を楽しませました。

高さ2メートルくらいに育った樹には、太陽の光をいっぱいに浴び真っ赤な色に染まったさくらんぼがたわわに実っていました。樹に寄り添うつくし組の園児たち。甘酸っぱいさくらんぼをちょっただけ口にしながら、満面の笑みを浮かべていました。



まちの話題②

柴田明日香さん(宮宿小)5年女子50M背泳ぎで新記録樹立



町内の小学5・6年生が一堂に会した7月6日、水泳競技記録会が町民プールを会場に開催されました。

中でも、宮宿小5年の柴田明日香さん(元町；左写真)が、50M背泳ぎでこれまでの大会記録を7秒1も

縮める大会新記録で優勝。一際輝いたレースでした。

その他の記録は次のとおりです。

【5年男子】

▼50M自由形①斉藤一馬(西)40秒0 ②菅井和貴(和) ③白田裕也(大谷) ▼50M平泳ぎ①五十公野泰弘(宮)49秒9 ②川越龍馬(宮) ③渡辺裕也(宮) ▼50Mバタフライ①松田鉄平(宮)1分02秒9 ②布施雅也(宮) ③阿部駿(西) ▼50M背泳ぎ①田川恭平(西)54秒9 ②阿部将大(西) ③阿部研太(西)

【5年女子】

▼50M自由形①安藤晴香(宮)44秒5 ②阿部美咲(西) ③白田詩織(大) ▼50M平泳ぎ①遠藤由唯(大)54秒6 ②菅井希望(和) ③鈴木智美(西) ▼50Mバタフライ①菅井梓帆(和)47秒2 ②大江香織(和) ③鈴木遥子(西) ▼50M背泳ぎ①柴田明日香(宮)39秒7 《新記録》 ②鈴木美穂(和) ③斎藤みづき(宮)

【6年男子】

▼50M自由形①今野駿(宮)38秒3 ②村山和輝(宮) ③長岡真也(西) ▼50M平泳ぎ①登坂高堂(西)53秒9 ②渡辺泰基(宮) ③多田一央(宮) ▼50Mバタフライ①清野嵩悠(宮)46秒1 ②渡邊拓哉(大) ③白川達郎

(西) ▼50M背泳ぎ①志藤雅人(大)54秒6 ②遠藤迅(大) ③佐竹達貴(西) ▼100M自由形①吉田光汰(宮)1分35秒5 ②長岡佑治(大) ③鈴木鷹也(西) ▼100M平泳ぎ①菅井広文(和)1分57秒1 ②鈴木尚人(宮) ③堀拓未(大) ▼100Mバタフライ①海野勇也(西)2分26秒4 ▼100M背泳ぎ①鈴木優貴(和)2分14秒5 ②長岡巧(西) ▼200M個人メドレー①清野雄大(西)5分20秒0 ②堀裕介(大)

【6年女子】

▼50M自由形①長岡亜美(西)45秒1 ②白田凜子(大) ③阿部実優(大) ▼50M平泳ぎ①菅井里香(和)46秒5 ②深澤雅姫(宮) ③斉藤茉莉(西) ▼50Mバタフライ①菅井千菜美(和)52秒8 ②清野美流(宮) ③白田菜奈(大) ▼50M背泳ぎ①大場詩織(宮)51秒0 ②若月未来(和) ③鈴木由優(宮) ▼100M自由形①白田智七美(大)1分39秒5 ②鈴木詩織(宮) ③富樫真実(宮) ▼100M平泳ぎ①川村梨乃(大)1分43秒0 ②清野真好(宮) ③白田瑠璃(大) ▼100Mバタフライ①長岡明日香(西)3分44秒8 ▼100M背泳ぎ①松尾泰葉(宮)1分59秒2 ②長岡瑠衣(西) ▼200M個人メドレー①浅岡優希(宮)4分34秒4 ②阿部茜(西)

【リレー】

▼男子200Mメドレーリレー①宮宿A(吉田光汰・五十公野泰弘・清野嵩悠・今野駿)3分01秒0 ②西五百川A ③大谷A ▼女子200Mメドレーリレー①和合A(菅井梓帆・菅井里香・菅井千菜美・大江香織)3分04秒4 ②宮宿A ③大谷A ▼男子200Mリレー①宮宿A(村山和輝・今野駿・清野嵩悠・吉田光汰)2分42秒9 ②大谷A ③宮宿B ▼女子200Mリレー①宮宿A(浅岡優希・清野美流・松尾泰葉・柴田明日香)2分45秒4 ②和合A ③大谷A

※○内数字は順位

※(西)=西五百川 (宮)=宮宿 (和)=和合 (大)=大谷

⑫第1回いもがわ少年教室

「かがくのふしぎ」を学ぶ



山形サイエンスナビゲーター派遣事業の一環として6月26日、第1回いもがわ少年教室「工作スクール」が西部公民館で開催されました。

1時間目は「何かとびだすカードづくり」、2時間

目はおもちゃを作って学ぶ「かがくのふしぎ」という設定で、16人の子どもたちが参加しました。

開くとペンギンが飛び出すカードや割り箸の袋でしゃくとり虫を作ったほか、山形大学工学部の東山禎夫教授の指導で身近にある材料を利用しモーターを作ったりしました。理論ではなかなか理解できない内容も実際に作る段階になると、驚きの速さで作成していく参加者たち。最も早くコイルを回すことのできた阿部大貴くん(太郎三)は、「今日のはちょっと難しかったけど楽しかった」と目を輝かせて話してくれました。

⑪朝日中2年生が福祉施設訪問

地域福祉の現状を確かめる

朝日中学校の2年生92人が6月30日、特別養護老人ホームふれあい荘や保育園など町内の福祉施設を訪れ、地域福祉の現状などについて学習しました。総合的な学習の一環として実施されたものです。

中でも、ふれあい荘を選択した生徒は15人。入荘し



ている20人のお年寄りを前に、この日のために授業の中で1ヵ月ほど練習したという「ビリーブ」という歌声を披露。また生徒たちが「肩でもお揉みしますか」とそばに駆け寄ると、にっこりした表情のお年寄りたちは「また10年くらい長生きできそうですね」と話していました。



みんな の ひろば

藻畔習字教室で指導するじいじと35年

志藤 留吉さん(90歳) 栗木沢



藻江(最上川)のほとりに教室を構え三十五年目を迎えたという、現在九十歳の現役習字の先生です。

昭和四十五年三月、和合小学校の教頭を最後に三十年間の教員生活を閉じられたということですから、今では第二の人生の方が長くなってしまったようです。多くの才能を秘めた子どもたちが劇的に変化する場面に立ち会いたいとの欲求は、教育者ならではの貫いた願望であり、「今は筆一本で子どもたちと真剣勝負の毎日だ」と熱く語っていただきました。現在小学三年生から高校生まで十八人を指導しており、これまでなんと千人を超える生徒たちを送り出してきたとか。

さて、指導の極意を訊ねると、決して急がないこと！しっかりと対話ができ、心の交流が生まれるようになること！その中でそれぞれの個性をしつかり捉えておくことが大事！たとえば、どれくらい我慢のできる子か、構ってもらって喜ぶ子か、自分で考えて進みたがる子か、などということだそうです。

まずは、何事も基本から。「つけ」「とめ」「はらい」ここはできるだけ苦しませずに教

えたいところ。個性を十分考慮しながら、長年培ってきた指導法で『筆の持ち方』や『姿勢』に的確な修正を加えていきます。抵抗のかかったものをどんどん取り去ってやる。ちやうど流れを邪魔する小石を一つひとつ取り払ってやることで、すうっと先へ流れて行く感覚！壺にはまったその瞬間は、まさに目を見張る変化があるそうです。

基本のできた字はそれだけで様になってきます。そのうち子ども自身にもできたという達成感が湧いてきて、うまくいった、失敗したという自己批評の目が養われる。

自信をつけて、さらに大きなやる気が育っていくと言えます。



「じつの所、子どもたちから学ぶことも多くて、この元氣も子どもたちのパワーのおかげです」と話す志藤先生に、子育ての極意を教わった気がしました。教え子のみなさん、たまに教室に顔を出してみませんか？墨の香りと先生の声を聞けば、きっと安らぎますよ！

今輝いて

各種大会の成績

■町春季野球大会 (○内数字は順位)
(6月12日/秋葉山G)

①朝日町職労三浦浩一監督②キラース(長岡重則監督)③朝日クオリティフレンズ(和田隼人監督)・朝日商工野球クラブ(清野正則監督)

■西村山地区中学校総合体育大会 (6月18・19・28・29日)

▽優勝【団体】剣道女子、柔道女子、陸上女子低学年4×100Mリレー【個人】白田寿宣(剣道男子)、石井亜弥(柔道女子44kg級)、五十嵐愛(同63kg、堀和也(柔道男子48kg級)、鈴木勝貴(同60kg級)、柴田大輝(水泳男子50M自由形・100M自由形)、近藤香澄(陸上女子800M)、川口愛祐美(同1年100M)

▽二位【団体】バスケットボール男子、剣道男子【個人】鈴木俊成(柔道男子48kg級、今井康平(同60kg級)、高橋拓也(同73kg級)、和田麻里奈(同44kg級)、五十嵐綾花(陸上女子二年100M、清野倫(同砲丸投)

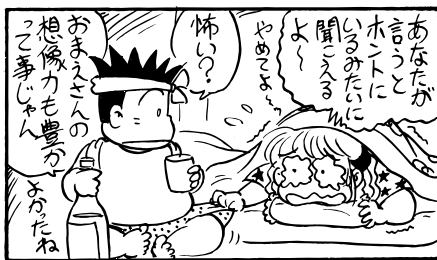
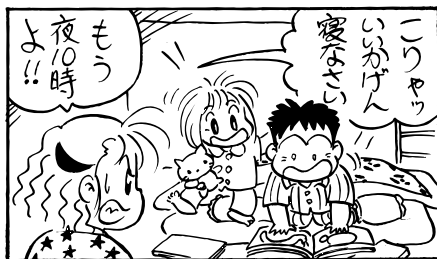
▽三位【団体】バスケットボール女子、柔道男子【個人】渡邊俊子(剣道女子)、白田沙織(柔道女子48kg級)、岡崎愛(同57kg級、今井健太(柔道男子60kg級、佐藤史規(同66kg級、渡邊大貴(陸上男子三年100M)、川口愛祐美(陸上女子200M)

■町ソフトボール大会

(7月10日/西部地区G)

Aブロック①LED OWLS(代表)和田昭俊 ②前田沢ソフトボール愛好会(熊谷景美雄)

Bブロック①シルバーベアーズB(代表)熊坂正二 ②レディース朝日(鈴木久美子)



緑町／菅井 沙優 織太 さん さん

友だちの紹介で知り合った高校2年の冬。優しそうな優太さんの面影に一目惚れしたという沙織さん。「沙織の可愛い笑顔はなかなかのもの。だから今でも、玄関先で出迎えてくれる沙織の笑顔が、仕事で疲れ果てた自分の体を癒してくれるんです」と話す優太さん。

そんな優太さんは、南陽市内で溶接の仕事に就いています。朝7時には家を出て、夜も遅くまで勤務する時が多いとか。でも、毎日欠かさないのが、会社に着く頃に1回と会社から出てくる時に1回、必ず入れるという沙織さんへの携帯電話。声を聞きたいからという理由も当然のことながら、通勤距離が長いこともあり、やっぱり心配させたくないというのが本音の様子。こんなところにも、沙織さんに対する優太さんの優しさがにじみ出ています。「仕事で目も疲れる…」と目頭を押さえる優太さんに、体を気づかい優しく声をかける沙織さん。いつも愛情たっぷり手作りのお弁当でエールを送り続けています。

「いつまでも仲良く、明るく、笑いの絶えない家庭を築いていきたい」と話す二人には、近々待望の二世が誕生します。「とにかく、元気な子に育ってほしい！」二人の気持ちは今、その一点に注がれています。

今月の新刊

おすすめ本！

自民党を壊した男
—小泉政権1500日の真実—



命のことば

瀬戸内寂聴 著

作家・僧侶として活躍する瀬戸内寂聴が、先人たちが残した知恵のことばを選びめぐり、苦しみと無常の世に生きる全ての人に贈る珠玉の「ことば」集。榊莫山の書画も収録。

蒲公英草紙 (常野物語)

恩田 陸 著

変わりゆく日々には少女が見たのは、時を超えた約束と思い。懐かしさと切なさの魔法がきらめく感動の長編小説。

自民党を壊した男—小泉政権一五〇〇日の真実—

読売新聞政治部 著

▼いつか、虹の向こうへ (伊岡 瞬) ▼影まつり (阿刀田 高) ▼いだてん剣法—渡世人瀬越しの半六— (東郷 隆) ▼綾とりで天の川 (丸谷 オ一) ▼6月6日生まれのお天使 (愛川 晶) ▼日本道路公団—借金30兆円の真相— (NHK報道局「道路公団」取材班) ▼西武事件—「堤家」支配と日本社会— (吉野源太郎) ▼経済の世界勢力図 (榊原英資) ▼陽気な幽霊—伊集院大介の観光案内 (栗本 薫) ▼不思議の国のトットちゃん (黒柳徹子) ▼ボーの話 (いしいしんじ) ▼アメリカ大統領と戦争 (アーサー・シュレジンガー、Jr) ▼佐賀のばいばあちゃん (島田洋七) ▼浄土 (町田 康) ▼シリウスの道 (藤原伊織) ▼イチ子の遺言 (海老沢とも子)

みなさんからのおたよりでつくるコーナーです。
町に対する意見や要望、提案みなさんの周りでの出来事や話題、日ごろ
感じていること、イラスト、質問などお待ちしております。

■あて先／〒990-1442 朝日町大字宮宿1115番地
朝日町役場 政策推進課 地域情報係
(電話：67-2112 ファックス：67-2117)
■Eメール／kikaku@town.asahi.yamagata.jp
■URL／http://www.town.asahi.yamagata.jp

町民の声

あさひまちの宝箱 vol.18

大黒様の宝「蒸しパン」



宝をみんなに運んでくれる大黒様。大黒舞の舞手、長岡清一郎さん（大暮山）の宝は、今となっては誰にも運ぶことのできないあの頃のやさしい味…。当時の手作り蒸しパン給食をおいしそうに話してくれた大暮山分校時代の物語です。

なぜこの学校は食パンではなく蒸しパンなんだろう。それは「雪」という朝日町ならではの時代背景がありました。町からの配給が困難だった当時、除雪体制が強化されるまでのおよそ4年間（昭和42～45年頃）、手作り蒸しパン給食だったわけです。それは、寒さの中、毎日早起きして手作りしていた当時の調理師鈴木美江子さんと、それを周りで支えた人々の苦労があつてのことです。そんな暖かみのある手作り蒸しパンは、長岡さんだけではなく多くの卒業生に幸せを与え、冬の寒さをほんのり暖かく感じさせていたようです。

今ではもう使われなくなった、調理室のパンを蒸していた大きな釜を見ていると、当時の鈴木さんの奮闘ぶりや子どもたちのおいしそうなお顔、そしてその中にいた長岡さんの満足そうな顔が目には浮かびます。（取材／安藤竜二・文／高橋 諭 2002）

※あさひまち宝さがし実行委員会では、ひきつづき「まちの宝」を募集しています。広報紙の折り込みはがきを利用しご応募ください。

あさひまち宝さがし実行委員会

公共の施設は 完全禁煙にすべき！

今年のある新聞に、山形市や寒河江市、河北町、大江町など近隣市町の庁舎が「完全禁煙」に掲載されていました。

たばこが健康に良くないことは誰もが認めること。町民の健康を保持するという上で、せめて公共施設くらいは「完全禁煙」にすべきなのではないでしょうか。学校の敷地内禁煙の実

施。民間施設においても「完全禁煙」がどんどん進んでいます。町の税収として「たばこ税」があることは理解しています。でも、年間数千万円のたばこ税より、町民の健康の方が大切なのではないかと思います。環境を重視する町として世界に誇れる「空気の神社」を建立している朝日町。空気を汚すという点でも、他の市町村に先がけて「完全禁煙」を実施しなければならなかったのではないのでしょうか。【加藤 正さん（常盤）】

役場、創遊館、病院等の公共施設における喫煙については、平成十四年に施行された健康増進法に基づき、受動喫煙（＝室内またはこれに準ずる環境において、他人のたばこの煙を吸わされること）を防止するため、たばこを吸う人と吸わない人の双方が納得できる環境づくりをめざし、現時点においては「分煙」という形をとっています。



町民のための行政 職員の理解度に疑問

町長室が二階から一階へ。その行動は、町長自身が自ら町民の声を聞くという現れなのではないでしょうか。やはり、みんなの朝日町！町民のための行政でなければならないと思います。

しかし、そこで働く職員のみなさんは、果たしてそれをどこまで理解しているのでしょうか。不思議でなりません。用事があつて役場を訪ねても、あいさつひとつない職場。仕事に熱中していると言えど「町民あつての職員じゃないの！」と怒りに変わってしまうのです。

「人の上に立つ者、部下がいてその下に何千人もの町民がいる」という誇りを、もっと持つてほしいものです。

仕事ができるだけで、人は付いて行きません。職員は、この町を映し出す鏡とも言えるかと思っています。町民が、この町に自

現在、町民や職員の一層の健康維持増進を図るため、庁舎内完全禁煙を実施すべく準備を進めているところです。

【総務課】



平成17年(2005年)
■6月1日～6月30日届出



すこやかに

区名	出生児氏名	性別	保護者名
新宿	今井 翼	男	正 則・久美子
大谷二	白田 華里	女	征 治・久美子



おしあわせに

長岡 秀一
(太郎二)



峯田 ミツエ
(山形市)



やすらかに

区名	死亡者氏名	世帯主名
前田 沢	渡辺 一雄	一 義
宿	佐藤 力	敏 行
西 町	加藤 つや	常 雄
水 本	岡崎 芳枝	信 博
西 町	村山 くにゑ	澄 男

人口と世帯数

●平成17年6月30日現在
人 口 8,854人(減14人)
男 4,390人(減4人)
女 4,464人(減10人)
世帯数 2,563戸(減2戸)
()内 前月比



七夕さまへの願いごとは何かな？

子育てサークル“BOO HOO UOO”による作品(写真上)を、創造館フォーラムに展示中です。

きょうの健康 あしたの健康

シリーズ 介護予防 其の3

最終回は、「低栄養予防」についてのお話です。

高齢者のみなさん。食事は『ご飯とみそ汁だけ…』という方はいませんか？ 中年期以降、生活習慣病を予防するために、食生活で「食事量を控えめにする」「動物性タンパク質を控えめにする」ことを心がけてきた方も多いことでしょう。しかし、加齢に伴い食事量が低下していくこともあり、今までの食生活を続けていると、必要な栄養素がとれなくなってしまう。そうすると、筋肉量や筋力が低下して転倒や骨折を起こしやすくなるばかりでなく、外出や食事、入浴、排泄といった日常生活動作に徐々に支障をきたし、やがては介護を必要とするようになります。



これまでの常識から頭を切り替え、低栄養の予防・改善をしましょう！

◎低栄養予防のポイント

ポイント1 主食・主菜をしっかりとりましょう。

主食(ごはん、麺、パン) 主菜(肉、魚)。

ポイント2 タンパク質が不足しないよう。

間食には乳製品、チーズケーキ、プリンなどタンパク質食品を採る方法もあります。

ポイント3 食べたいものを食べたい時に。

食欲がないときは、自分の好物を、好きな時に好きなだけとりましょう。

ポイント4 食欲を増進する工夫を！

運動や趣味、社会参加など活動的に行動することが大切です。また、会食の機会を豊富につくすることもおすすめです。

ポイント5 歯の定期健診を受けましょう。

かむ力を維持するために歯(義歯も含む)は健康に保ちましょう。



役場健康福祉課介護支援係

☎67-2116

信の持てる役場の職員になってほしいものです。【匿名】
職員の対応がまずく不愉快な思いをさせてしまい、失礼いたしました。
あいさつで人間関係は始まると言っても過言ではなく、たいへん重要なことと捉えています。このようなことから、町民の方々へ対応する姿勢を再認識する上でも、専門的な業務研修はもとより接遇研修を実施するなど、町民の皆様の視点に立った町づくりをめざして、職員が一丸となって朝日町発展のために努力してまいります。今後とも、ご指導くださいますようお願いいたします。
貴重なご意見をありがとうございました。【総務課】

朝日町フォトコンテスト

この町には「自然」「歴史・文化」「人」など、ふるさとを感じさせる宝物のような風景が数多く残っています。昭和29年11月に合併し昨年50周年を迎えた朝日町。これを記念し「今残したいふるさとの宝」をテーマに募集したもののなかから、選りすぐりの作品を紹介します。

最優秀賞

廃校の夏休み



この写真の「白い紙ひこうき大会」には2年続けて訪れ、去年は家族と一緒に参加しました。孫が紙ひこうきを飛ばす写真なども撮っていましたが、大会の最後に窓からシャボン玉が一斉に飛ばされました。シャボン玉と古い木造校舎とひまわりなどがピッタリあって夏を感じさせる場面を写真に収めることができました。

今年も、大沼の浮島稲荷神社の祭礼や空気まつりの折に朝日町を訪れました。山形市から朝日町まではそれほど遠くはなく、朝日町には良い素材が多くあるので、これからも度々朝日町に訪れたいと思います。

撮影者 沼沢麗子さん（山形市）

凛として 心に問う今夏
真を知る
(はやけん)

添削を受ける塾生。その向かいに、なめらかに筆を走らせる当時のままの先生の姿がありました。二十五年前が経過した今も何一つ変わってないところがなく、懐かしさ、思ふと同時に、ホッとしたというのが本音です。基本となるツケ・トメ・ハライのお手本までが当時のままで、最初にお世話になった小学三年生の頃の自分が、忘れかけた記憶の中に鮮明に蘇ってくるような気がしました。

春夏秋冬

編集後記

カラカウと戸を開け、中に足を一歩踏み入れると、心落ち着く墨の香りが迎えてくれる空間がそこにありました。この側を通るたび、なんとなく気になり自然と視線が向いてしまう、そんな場所でもあり、二度と足を踏み入れることはなかったと思います。今回、今輝いての取材をお願いした書道塾。二十五年振りに門を叩かせていただきました。入ったすぐの壁の子板と下駄箱。水色の洗面台と筆洗いのバケツ。室内に入り振り返った頭上には、段級別に分けられた塾生の名札。正面奥の黒板。その右隣に、朱墨で



広報「あさひまち」は再生紙を使用しています。