

ひろば

大代

S63. 9. 20

大代公民館

敬老の日

―あれから六十有余年―

昭和二十年、あのインフレ時代、食料難、生活難、物資は悉く不足し、泥沼の様な戦後を堪え抜き、働き続け多くの子弟を育てて来られた皆さん、改めて「敬老の日、おめでとうございませう」を申し上げます。

米寿の祝五名、喜寿の祝八名、会員一四九名（昨年に比し一名減）の方々が御招きしての敬老会。

八〇才以上の方々が昨年を四名下廻りました。又、九〇才以上の方が他町より少ないのは何としても寂しく、お気の毒に存じます。キッと若い時のご無理が今日に至ったのでしようか。

年令	男女別	計	
	男	女	合計
九〇才代	二	一	三
八〇才代	一六	三〇	四六
七〇才代	四八	五二	一〇〇
計	六六	八三	一四九

◇最高令者

(男) 右原 武分庄次郎 九二才

(女) 本郷 日向ナツヨ 九三才

◇夫婦そろって八〇才以上

川上 渡井 義雄 (八九才)

同 タメ (八三才)

本郷 原田 英一 (八四才)

同 トモヨ (八四才)

上飯谷 泉 三太郎 (八〇才)

同 スミ (八〇才)

◇新入会員 本年度八名

皆さん、御自愛の上、益々御元気に

お過し下さい。

皆さん有難うございました

川上 山下 金 作

今日は諸事ご多忙の中を、市長様を始め、地元多数の皆様方の御協力によって盛大な敬老会が開かれ、厚く感謝申し上げます。

私達一同、今日の感謝を忘れることなく、自覚を新たにし、更に健康に留意して皆さんのご期待にそうよう努力致したいと思えます。

私も八十九才の高令を迎えました。身体も幸に元気に過している関係から、

今日は高令者の皆さんを代表して、一言御礼の言葉を申し上げます。

花いっぱい運動に寄せて



下市 田 辺 孝

花いっぱいコンクールは、「人々の心にやすらぎとゆとりを与える花や木の育成を通じて、明るい住みよい社会づくりを目指す。」ものです。

主催しますところは、鳥根ふれあい県民運動協議会、県教育委員会、日本花いっぱい協会、あしたの日本を創る協会、毎日新聞社等です。

この花いっぱいコンクールは、全国的、全国的組織、規模で毎年展開しています。このことは、花と緑で美しい環境が整えられていくことで、大変大切な実践だと思えます。

私は今年も花いっぱいコンクールに参加しました。県下個人の部、百十人の応募の中で最優秀賞を受賞することができました。昨年に続いての二年連続です。

私は私なりの花いっぱい活動を通して、「愛と汗と喜びによっての無限向上」を願ってというモットーで、日々

花づくりに挑戦してまいりました。

私は退職して、せめて自分の一番好きなこと、自分の成したいことをやることだと考えます。それがまた、美しく老いていく道だと思えます。

退職して花づくりの基盤も多少は拡大しました。ですから深化・拡充を願わなくてはなりません。

大代の町は、昔栄えた国道であり町並みです。その大代の町並みを花の町並みにして、大代町の新しい顔を作る。そんな願いで、この一年間、四季が感じられるよう、春はチューリップ、パインジー、マリーゴールド、サルビア、ケイトウ、ハボタン等をプランターに発泡スチロール箱に花の苗を植えて町並みを飾ってきました。

種をまき、発芽を見、育苗し、仮移植し、定植し六種の花を順序よく回転させていくことはひと苦勞ですが、それにもまして、「町がきれいですね。」「町並みが美しいですね。」と、やさしく温かく声をかけてくださる人がいます。これは花を通してのふれ合いだと思えます。

人間不思議なもので明るいやさしいことばほど励まされ、やる気がわいてくるものはありません。

花の郵便局・花の信金・花の農協・花の公民館それらの公共施設が花でまします飾られる町へとこれからも花を差し上げてまいりたいと思います。又花づくりをして隣近所に「この花仏壇に差し上げて下さい。」と、花を通してふれ合えることは大変な喜びです。

大代小・井田小・大田小へも花の苗を差し上げていますが、まわりが美しく整えられていくことが、花いっぱい活動したい者の使命だと思えます。

健康

— 減塩作戦12ヶ条 —



大田保健所

NHKで放送されている大河ドラマ「武田信玄」の主人公、信玄が、上杉謙信と川中島で激突した時、謙信が宿敵、信玄に塩を送った話は余りにも有名です。昔は「塩を制する者が人を制す」と言われ、甘味、塩味、酸味、苦味、辛味のうち「塩味は生命の味」と言われたほど貴重なものでした。

しかし現代では塩分の摂り過ぎが高血圧、脳卒中などの成人病を引き起こすことがわかり「塩を制するものが健康を制す」と、昔とは逆の意味で「塩は生命の味」と言えそうです。

次に、減塩作戦12ヶ条を紹介しますので、うす味の具体策として我が家の食生活に生かしてみましよう。

- ① 味つけ、スープは全体的にうす味調味。
- ② 発育期の食事は特にうす味調味を。
- ③ 食事の量は多くなく質素な配分を。
- ④ 水分の多い料理は塩を呼ぶ。
- ⑤ 栄養のバランスのとれた食事は塩分が少なくてすむ。
- ⑥ 化学調味料の使い過ぎは塩味を殺す。
- ⑦ 漬物、バイキングはやめましょう。
- ⑧ 調味は醤油よりソース、ソースよりケチャップ、マヨネーズで。
- ⑨ 加工食品、魚肉缶詰は塩分が多いので特にうす味調理を。
- ⑩ 煮物はうす味で煮込み、仕上げに調味を。
- ⑪ 緑黄色野菜、油、肉、卵料理は塩分が少量。

⑫魚・肉料理は鍋より煮物、煮物より焼物、焼物より油炒め、揚物、刺身で。
 (大田保健所・岩橋)

全日本卓球選手権



— 島根県予選大会 —

大代 小学校

S 63・9・4

於浜田県立体育館

本年5月、全日本東京大会出場の大代小学校チームは緒戦、宮崎県卓水クラブを破って第2回戦に出場しましたが、御承知の通り優勝候補の東京丸善クラブAと対戦、惜しくも敗れました。さて本年9月の島根県予選大会も前回に続き男子山根和人君を初め健斗優勝し、11月に福島県全国大会出場権を獲得致しました。

島根県大会で上位独占とは何とも輝やかしい快挙です。

成績次の通り

〔男子の部〕

優勝 6年 山根和人君
 準優勝 6年 渡利勝彦君
 第3位 5年 竹問良太郎

ベスト8 6年 森田竜士君

5年 角 智宏君

※山根和人君は来る11月19(土)20(日)に行われる全国大会(於福島県郡山市)の出場権獲得。

〔女子の部〕

準優勝 6年 山下陽子さん

3位 4年 渡 良子さん

ベスト8 6年 竹内美紀さん

6年 森 千晶さん

大田市科学作品展

— 夏休み中の観察 —



大代 小学校

市内19の小学校から、夏休みの間に研究したり観察した作品が多数出品されました。その結果次の方が入選致しました。

1年 後藤貴子さん

入選 「シャボン玉の研究」

2年 横かおりさん

入選 「かげの研究」

3年 横田雄一君

特選 「オニグモのかんさつ」

5年 横田真己さん

入選 「イネの研究」

おしらせ

◇全国和牛登録協会表彰!!
 全国の和牛登録協会では、繁殖牛で15座以上の母牛を表彰することにしてあります。

大代町の田辺虎治郎さんの飼育牛「まさひろ号」がその該当牛として、9月の石東連合共進会の席上で晴の表彰を受けられました。

大代町では初めての事であり、その榮譽を讃えたいと思います。

◇大江高山登山道開通!

かねてからの念願でありました大江高山(標高八〇八米)の山田側から飯谷側へ抜ける縦断コース、地元山田、飯谷各自治会、四日市有志など二十五名の方々が一部二日間に亘り約二五〇〇米の下刈にご協力戴きました。

早くから広島方面、仁万町方面の方々が登山されていた様ですが、皆さんも是非挑戦して見て下さい。

頂上から眺める日本海沿岸、江川上層の雲海、広島方面へ展ける山々の景観は正に絶景です。