

# しろいし

11

56年

編集と発行 白石市役所総務課・宮城県白石市字桜小路35・印刷 本木印刷(株)



## 収穫の秋に

### 大喜び

■ 斎川小イモ掘り

収穫の秋。斎川小学校（大井洋太郎校長、児童百五十名）ではこのほど、この春に植え育ててきたサツマイモの収穫をおこないました。

同校では二年前から、生産活動の時間を活用しトウモロコシやマメ、カボチャなどを作り始め、児童たちに土とのふれあいを通して勤労体験的学習をおこなってきています。

畑に長靴姿で入った児童たちは、先生の手ほどきを受けたあと、竹べらなどで力いっぱい土をかきわけてイモを掘り出した。初めての子もおり「イモってこんなふうになるの——」と驚ろいたり、歓声を上げたり。懸命に取ったイモは百三十キ。「早く給食で食べたいな」と児童たちはニコニコ顔でした。



# 体力づくりで 健康の“定年延長”

健康の“定年”  
成人病



成人病予防はまず運動から

脳卒中、がん、心臓病、糖尿病などの「成人病」が、いま日本人の命をむしばんでいます。その死亡率は、わが国の死亡総数の六〇%以上を占めるありさま。しかも成人病は、一家の支柱である働き盛りをねらって襲ってくる厄いわざがあるのです。

今月号では「スポーツによる成人病予防対策」を特集しました。

## 肥満大敵

成人病予防の第一歩はウエイト・コントロールからといわれるほど「肥満大敵」ですが、では肥えていなければ安心かといえますと、そうでもありません。わが国で死因のトップを占める脳卒中は東北地方に多く、また都市部より農村地域に多いことはよく知られている通りです。そして、これらの地域では、食生活の欧米化が進んだ都市と違って、旧来の食生活を続けているところが多く、肥満している人はむしろ少ないとみられているのです。ですから、肥満してないといっても安心は禁物というわけです。

——ここでは、都会に多い肥満の問題を考えてみました。

## カロリーの収支 決算をお忘れなく

「やせている人は肥えている人よりも死亡率が低く、反対に肥満者は普通の体重の人よりも三〇%も死亡率が高い」——ここ

れはある生命保険会社が三十歳から四十九歳の男子保険加入者二百万人を対象に、体格と死亡率との関係を調査した結果です。この事実が「肥満者は成人病にかかりやすい」ことを示しています。ですから成人病予防対策の第一歩は、がんにおける早期発見の問題は別にしても、ウエイト・コントロールからといつても決して過言ではありません。

体重は摂取するカロリーと消費するカロリーの差で増減しますので、いわゆる「中年太り」はこのバランスが崩れるところから始まるわけです。

いったい、なぜ崩れるのか。それは年をとると細胞の新陳代謝が低下する一方、体温も低くなり、その結果、一日に消費されるカロリーは同じ生活を送っているよりも年とともに少なくなるからです。

それともうひとつ、中年になると運動量が青年時代に比べてぐんと減りますから、カロリーの「収支決算」はバランスを崩しやすくなるのです。いわば「収入」が増えて「支出」が減る——それが「肥満」という名の恐ろしい「貯金」につながっていることをお忘れなく。

## 肥満解消

### 一日二百カロリの運動で 一年間に約十キロの減量

成人病の「元凶」の一つである肥満を防ぐには、どうしたらいいのでしょうか。

それは、カロリーの「収支決算」のバランスを保つこと、つまり「貯金」をつくらないために、食生活では適正なカロリー摂取を心がけ、また余分なカロリーを運動によって使っていくことです。

では、中年太りを防ぐためにどの程度の運動をすればよいのでしょうか。

人によって摂取するカロリーや運動量などが違いますから、いちがいにはいえませんが、いまのところ「一日に二百カロリーを消費する運動量」が一つの目安とされています。

さて、この二百カロリーの消費は、わたしたちの体にとって具体的にどのような影響があるのでしょうか。

カロリーの消費とは、皮下脂肪などの脂肪組織が燃焼することと意味します。そして、脂肪一グラムの燃焼は約七カロリーに相当しますから、一日に二百カロリー消費するということは脂肪に換算すると約三十グラムが燃焼（減少）することになるわけです。

「たったの三十グラム？」——と思われるかもしれませんが、一年間の合計では、なんと約十キログラム相当の「減量」になるのです。

一日二百カロリーで一年間に約十キロ——肥満が気になる方は、一度挑戦してみてください。

成人病の「正体」が、このようにカロリーのとり過ぎと運動不足なのです。では、次に運動と成人病の関係をもっとくわしくみてみましょう。

ジョギング（緩走）	30分
テニス・バトミントン	35分
歩行	50分
ゴルフ	65分
自転車（平地）	70分

ゆつくり走るジョギングなら二十分でもOKですし、散歩で

## —運動— 成人病予防の “妙薬”

### 老化を防ぐ

適度な運動は、血管の拡張と収縮によって新陳代謝を促進し、また血液の中のコレステロールなどの脂質を低下させるともいわれています。

このように適度な運動は老化を防ぐ「妙薬」のひとつといえます。



### 血圧を正常に保つ

脳卒中とは、脳の血管が破れて出血を起こしたり（脳出血）、



脳卒中、心臓病の原因で、動脈硬化と並ぶもう一つの「元凶」は高血圧症です。

ところで体力づくりに励んでいる人は、一般の人に比べて血圧の正常者が比較的多いといわれています。その理由としては、

逆に、運動不足で栄養もよく、そのうえ動物性脂肪もとり過ぎが目立つ管理職タイプの肥満者は、心配ごとなどの精神的なストレスが加わると、血圧が上がりがやくなります。

ふだんから適度な運動によって体調を整え、ストレスを解消し気分転換を図ることは、一般に血圧管理のうえからもよいことです。



このように、脳卒中も心臓病も共に血液の循環障害によって起こることが多く、その大きな原因の一つが動脈硬化化なのです。

動脈硬化は、高血圧や高脂血症が促進因子としてはたらきますが、適度な運動は動脈硬化の予防にはじまり、その効果は脳卒中、心臓病の防止へとその効きめを広げていくことになるのです。



# 正しい土地取引

## の指標に

宮城県では、七月一日現在の地価（県内六百四地点）基準地の標準価格を十月一日に発表しました。

この価格は、国土利用計画法による土地取引のめじるしにしようとするものです。

市内十基準地については別表のとおりです。

なお、県内基準地の標準価格を記載した書面が秘書企画課土地対策係（内線三二六）に備えてありますので、お気軽にご利用ください。

用途別	基準地の所在地	1㎡当りの価格(円)		変動率
		56.7.1	55.7.1	
住宅地	白石市市沢端4-1	35,500	33,100	7.3
〃	白石市福岡長袋 字陣場ヶ丘7-14	26,300	—	—
〃	白石市郡山 字七屋敷33-7外	16,500	15,300	7.8
〃	白石市郡山 字五昇路10-1外	18,000	16,800	7.1
〃	白石市大平森合 字上久保20-18	15,800	14,800	6.8
〃	白石市白川津田 字越田前126-16外	15,600	14,600	6.8
〃	白石市大鷹沢三沢 字五丁目11-2	10,700	10,000	7.0
〃	白石市越河字 町屋敷33	5,800	5,500	5.5
商業地	白石市字中町33-1	80,000	76,500	4.6
工業地	白石市郡山 字東中堀20外	12,500	12,000	4.2
林地	白石市福岡蔵本 字番小屋46-2	10アール当り 310,000	10アール当り 310,000	0

市民のみならず「国保」について、次のようなお問い合わせがありましたので、お答えいたします。

〇 国保に加入しているが、交通事故に遭った場合は、加入者が負担することになっているようですが、それでは国保の保険証では医者にかかれないのでしょうか。

### 国保シリーズ⑥

## 交通事故に遭った場合 国保ではどうなるか？

交通事故による治療費は、全額加害者が支払うのが原則となっていますが、とりあ

ず国保で治療を受けることができます。ただし、かかった費用は、あとで加害者に支払ってもらわなければなりません。

### 国保に加入しているが、交通事故に遭った場合は、加入者が負担することになっているようですが、それでは国保の保険証では医者にかかれないのでしょうか。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。

この場合、第三者行為による傷病届、警察の事故証明書、もし示談が成立している場合は示談書添えてください。



# 第5回 白石市農業祭

より豊かな農業をめざして—をテーマに第5回白石市農業祭が白石市と市農業協同組合の共催で行われます。

これは、高福祉農村社会の確立や農業者の意欲の高揚、経営の近代化を図るとともに、一般市民の農林業に対する関心と理解を深めることを目的に次の日程で開催いたします。みなさんのご来場をお待ちしています。

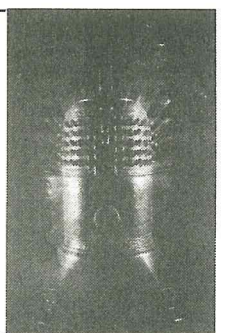
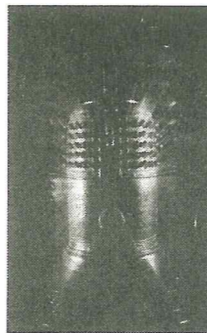
より豊かな農業をめざして

## 農業祭日程表

行事名	月日	時間	場所	内容	
第1部 農林産物共進会 及び即売会	11・7、8	9:00~16:30 9:00~14:00	白石第1小学校 体育館	一般公開	
第2部 家畜共進会 及び即売会	10・30 11・16、17	9:00~16:00	白石家畜市場	〃	
第3部 農業と農協展	11・7、8	9:00~16:00 9:00~14:00	白石農協会館	〃	
第4部 生活改善展	〃	〃	白石市民会館	〃	
第5部 白石物産展	〃	〃	〃	〃	
第6部 書写及び絵画展	〃	〃	白石第1小学校 体育館	〃	
第7部 レクリエーション	11・8	9:00~16:00	大鷹沢小学校体育館 白石市営球場	家庭バレーボール、ソフトボール	
	11・8		市民会館大ホール	のど自慢大会、郷土芸能	
併催行事	白石市米まつり	11・7、8	9:00~16:00 9:00~14:00	白石市民会館	米特別販売、試食会他
	かかしまつり	11・7、8	9:00~16:00 9:00~14:00	白石第1小学校 校庭	

# 第12回 市民文化祭

芸能の部・11月1日＝邦楽・詩吟・舞踊・合唱・器楽・民謡  
 展示の部・11月1・2・3・4日 9時～18時（4日15時まで）  
 美術・書道・写真・陶芸・甲冑  
 工芸・手芸・いけばな・茶道・盆栽・文芸・模型  
 会場・白石市民会館  
 主催・白石市文化協会



**なみのん図書館**

母親のための図書館  
 日本の内閣全三冊 菅原 令 峻  
 航空大写真集宮城県 白鳥 令 峻  
 結核も仕事もしたいあなたに 木元 教子  
 つくられる「良い子」たち 毎日新聞社  
 ローラースケートでアメリカを 山川 暁  
 横断した 吉森 ぞうえい  
 旅立とう、いま 市川 房枝  
 野中の一本杉 吉川 翠  
 イヤな虫退治百科 森下 敬一  
 薬にかわる食べもの 松崎 吉信  
 ロボットの話 進藤 藤義  
 日本のエビネ 城戸崎 愛  
 すぐ役にたつ家庭料理 M・シユルツ  
 スヌービ今集10冊 宮本 英世  
 レコード百科 手塚 治虫  
 虫られつ話 新潮社  
 谷内六郎の世界 夢月みどり  
 不思議な猫の国 広田広三郎  
 文学賞事典 連城三紀彦  
 変調二人羽織 (子どもの本)  
 日本昆虫記全十巻 加藤陸奥雄  
 子ども会のゲーム集 小菅 知三  
 ねこによろしく 松谷みよ子  
 地下室からのふしぎな旅 柏葉 幸子  
 人魚のひみつ 谷 真介





## 各種目で大熱戦

○市民体育大会

第53回市民体育大会が秋晴れの体育の日に第2小学校庭で開かれ、26地区の選手約千人が参加しました。100メートル競走を皮切りに、親子三代リレーや兄弟リレー、特産のうーめん味見競走、さらには地区対抗の玉入れや綱引きなどに汗を流しました。今年の本郷第一地区が昨年の覇者本郷第三や本町を破り優勝しました。主な成績は次のとおりです。  
①本郷第一21点 ②本町20点 ③柳町17点 ④本郷第三17点 (着順位の差) ⑤短ヶ町14.75点



## CTスキャナ導入

○公立刈田総合病院

医療設備の最新化を図っている公立刈田総合病院(宮森照院長)ではこのほど、ガンや脳出血などの早期発見に威力を発揮する全身用コンピューターX線断層撮影装置(CTスキャナ)が導入されました。この装置は患者の頭部から足元まで全身を輪切り状態でX線撮影、これを鮮明な画像に映し出すことから、これまで判別が難しかった脳疾患が的確に鑑別されるほか腹部のしゅようやガンの有無も容易に発見できます。

## かしこい

### 消費者

### 買って安心

### 「JAS」マーク

「夕食は何にしようかしら」主婦のみなさんにとつて、毎日の食事の献立を考えるのは、なかなか大変な仕事。「安くておいしい食事を」といろいろ頭をひねります。そして、お買物の際、品質のよいものを選びたいと考えるのは主婦—消費者と

さらに外観からは品質の良し

## 味自慢

## かきごはん

【材料】(四人分)

料3カップ、かき200g(小粒なもの)酒大さじ1杯、薄口醤油大さじ1杯、ねぎ(ニツ葉)1本、あわせ水(かきの煮汁と水合せて3カップ、酒大さじ1杯、塩小さじ1杯弱)。

### 【作り方】

①米は炊く一時間前に洗い、ザルにあげ水気を切っておく。  
②かきは濃い目の塩水でふり洗いし、次にザルにあげ流水を

かけながらよく洗い水気を切っておく。

③鍋に酒大さじ2杯・醤油大さじ1杯を煮立て、②のかきを入れさつと煮詰めザルにあげ煮汁をとっておく。

④電気釜に米を入れ、合わせ水を加えざつと混ぜ10分ほどおいてからスイッチを入れる。

⑤スイッチが切れたらかきとねぎ(ニツ葉でもよい)を入れ、保温で充分むし、器に盛りノリを散らす。



## 交通事故撲滅を願って

○交通安全市民大会

白石市では、多発する交通事故に歯止めをかけ、市内から加害者も被害者も出さないようにと、十月六日、市民会館大ホールで「第四回交通安全市民大会」を開催。市内の区長会や交通安全協会、交通安全母の会などから三百人近くの市民が参加し、交通安全の重要性を再認識しました。

大会では、まず交通事故犠牲者に黙とうをささげ、交通安全を誓いました。



- このあと、交通安全に功勞のあった方の表彰、そしてそれぞれの立場から体験・意見の発表などが行われ、最後に「わたしたちは、交通事故の根絶をめざし、市民総ぐるみで全力を傾注し交通安全を推進しよう」という大会宣言が読みあげられました。大会後は、参加者全員でパレードを行い、交通安全を訴えました。
- 交通安全功勞者感謝状贈呈者
- 斎藤 忠司(白石支部本郷第三分会長)
  - 佐藤 喜平(白石支部菅林署分会)
  - 百瀬 和子(母の会会長)
  - 二瓶 晃一(越河支部長)
  - 菅野 秀夫(斎川支部副支部長)
  - 山家 惣八郎(大平支部)
  - 遠藤 武志(大鷹沢三區長)
  - 武田 明史(白川支部理事)
  - 小野 富夫(福岡支部)
  - 佐藤 勇一(鎌先支部長 峯分会長)
  - 佐藤 幸子(小原支部)

## 消費生活モニター調査結果

調査日：昭和56年10月1日 白石市

品名	銘柄・規格	最高値	最低値	平均値	対前月価格比	県平均	仙南平均	備考
1. 砂糖	上白糖 1kg	300 <sup>円</sup>	268 <sup>円</sup>	294 <sup>円</sup>	—	290 <sup>円</sup>	295 <sup>円</sup>	上昇品目：天ぷら油、ラップ、灯油(3品目)
2. しょう油	本醸造 上級濃口2ℓ(ビン代含)	580	528	553	—	521	521	下降品目：バター、マーガリン(2品目)
3. 天ぷら油	1,650g (1.8ℓ)	600	550	575	7	545	562	横ばい品目：砂糖、しょう油、小麦粉、食パン、即席ラーメン、カレーライス、ティッシュペーパー、理髪料、パーマメント料、プロパンガス(10品目)
4. 小麦粉	薄力粉 一等級 1kg	250	185	210	—	195	200	(寸評)：灯油については以前として、8月1日からの元売仕切価格の値上げが影響しているもので、他については、殆んど安定した価格で推移している。
5. 食パン	並食 1斤	120	160	140	—	142	141	
6. バター	カルトン入 225g	380	338	358	△2	350	356	
7. 即席ラーメン	JAS中華めん 1ヶ	70	63	67	—	64	66	
8. マーガリン	ソフト225g カルトン入	250	188	206	△5	195	202	
9. カレーライス	並 皿	400	400	400	—	390	391	
10. ラップ	幅30cm・長さ20m 1巻	230	148	197	4	208	205	
11. ティッシュペーパー	400枚(200組)紙箱入り	180	125	144	—	151	150	
12. 理髪料	小学生調髪(洗髪含) 1回	1,300	1,200	1,285	—	1,395	1,320	
13. パーマメント料	コールド(ショートカット、セット含)	6,000	4,500	4,916	—	4,767	4,879	
14. プロパンガス	5㎡	2,650	2,440	2,572	—	2,517	2,594	
15. 灯油	18ℓ (配達料込)	1,650	1,400	1,607	7	1,641	1,638	

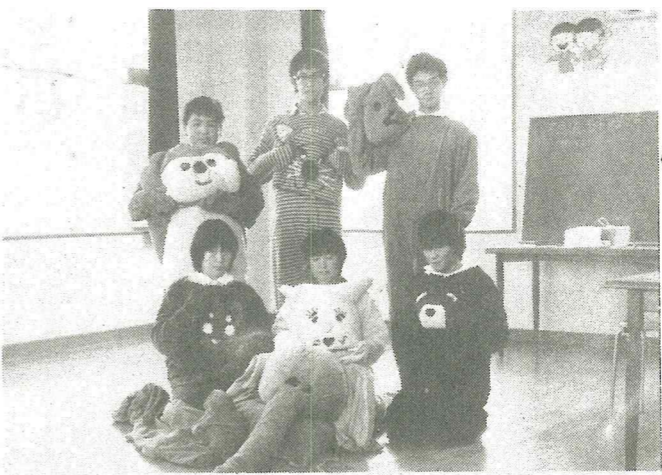


# 4万人のじろば

登市場民

がっちりとして

スクラムを組んで  
白石ビッキーズ



テレビに出てくる「それ行けレッド・ビッキーズ」とばかりにがっちりとしてスクラムを組んではりきって子ども会活動を行っている白石ビッキーズ（会長村岡歩くん＝白高一年）の仲間たち。

この会は、スポーツやレクリエーションなどの活動をリードして、地域の子どもの育成をはかって行こうとするジュニア・リーダーの仲間たちで二年前にスタート。メンバーは、市内の中学生から高校生までの三十人です。

現在、子ども会活動を行うほか、駅前清掃や老人ホームへ手作りのアクセサリーをプレゼントするなど青少年教育、ボランティア方面にも幅広く活躍しています。

いま、今月の二十八日に行われる「白石子ども祭」へ向け、みんな一生懸命になつて人形劇に取り組んでいます。

蔵本の名は慶長七年片倉氏が刈田郡の領主になつた時、当村からの初年貢を八月八日に上納しその祝儀として酒肴を村民に賜つた。これが吉例となつて例年この日を初上納お蔵開きの日とするようになったので蔵元とつけたという。しかしこれは後世の作り話で蔵本の名は南北朝頃からあつた。

地形上クラは崖の位置が白石川沿岸の崖の最末端部にあるので崖の終りの土地ということからついた名であろう。

長袋は投袋とも書いた。この村の伝説に、日本武尊が東国に下つた際に宮村の娘を召し仕われた。尊が都に帰つた後に娘は尊の御子を長袋の地を生んだが、その子の胞衣が長かつたのでここを長袋と呼ぶようになったという。その外に、用明天皇の妃の玉世姫がこの地方をお通りになつた時、

## 地名アレコレ ⑦ 旧福岡村の大字

捨川から七ヶ宿へ出る古い街道がこの村を通つていた昔、休屋がありそのためについたのであろう。

深谷は深谷地からきた名らしい。川沿いの低湿地や谷深い地形という意味か。

（市史編さん室）

八宮は村内に

神明・愛宕・賀

茂・八幡・春日

・熊野・牛頭天

王・蔵王権現の

八社があつた

めつた村名だ

というがこれも

後世作つた説。

八宮は元来は休

屋で近世以前街

道沿いの宿場の

ことをさす。見

捨川から七ヶ宿へ出る古い街

道がこの村を通つていた昔、

休屋がありそのためについた

のであろう。

深谷は深谷地からきた名ら

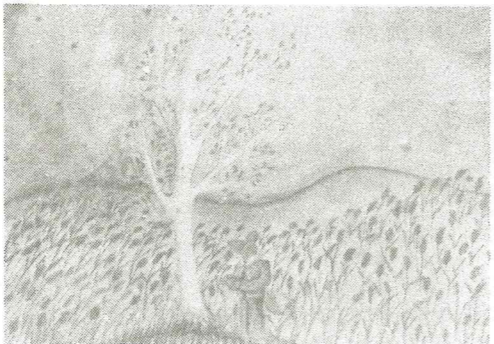
しい。川沿いの低湿地や谷深

い地形という意味か。

## わが家のアイドル



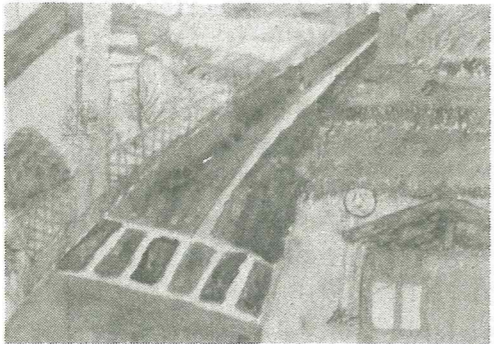
幕田 大ちゃん(後小路)  
辰夫さん、なにえさんの長男  
ママからひとこと  
名前のおお大きく、素直に育って欲しい。



「土神ときつね」小室 智江 (福岡小)

## わたしのケツサク

「学校のまわり」高橋 直美 (小原小)



## 市民文芸

### 歌壇 川股兵三選

なびきたる稲穂夜露にぬれて手に取りみれば重み増したり 古城慎太郎  
山肌にしとど濡れたる落葉ふみ初葺採れば籠に匂へり 大友 正三  
秋茄子の薄紫の艶やかさ一夜漬して茗荷と和えぬ 遠藤 省二  
争を好むわれにはあらねども独り侘しく毒食ふ宵 畑中 はる  
雑草の中に藍色あざやかに朝露うけて光るつゆ草 赤柄 とし  
小庭辺の都忘れも咲き終り秋海棠のつばみふくらむ 川村静恵

〔投句される方へ〕  
毎月十五日までに一人三首、  
封書またはハガキに住所、氏  
名を明記のうえ市総務課広報  
係(白石市桜小路三五)へ。

短歌・俳句の併記は不可。

待ち待ちし十五夜の月雲のなか実りの果菜盆に盛り供ふ 鈴木 いく  
病癒え帰れし庭の草も木もみななつかしく夏陽かがやく 村上 静枝  
さくさくと秋草刈りて積み行けばはたおりの数多すばやく飛びぬ 高橋和歌子  
奥様大学通信講座のページ繰る世に遅れじと眼鏡たよりに 山田 演  
もや流る朝の畑に茄子摘めば紫紺の色に指染りたり 高橋久美子  
若芽もえ木立ぬいゆく谷川の雪解け水は道にあふれぬ 草野 美沙  
雨の日に店のお客に接して素朴な人に心細みぬ 山崎 とく  
白壁の崩れし廢家に今年またたわに柿の実り陽に映ゆ 甲斐 邦男  
戦の炎に追われし遠き日が又近づくと友に語り 佐藤 瑞之

### 俳壇 鈴木貞二選

ひぐらしの声移りゆく大樹海 青木 良子  
老どちの無言のまままで栗むける 鈴木 いく  
しじみ蝶忙しく舞いぬにらの花 水野 淑子  
老いてなほ姉妹親し萩こぼる 鈴木 民子  
久々に訪ねし母校菊かほる 半沢みよし  
胡桃拾う老女がをりぬ風の中 佐藤 歌子  
白萩の朝露に濡れ垂れ摘ふ 玉手 聡子  
身障の利き腕刺す蚊打てずをり 佐藤 善夫  
冷奴庭の青しそきさみ添え 草野 ミサ  
兄妹の話も尽きぬ遠花火 大庭 良子  
藪柑子無縁仏はみな童子 佐藤 周子  
そびえ立つ黒部立山雪濃ゆし 近内 キヨ  
このあたり熊出るといふ藪の山 高橋和歌子  
清冽な流れに白き鮎のぼる 太田 敏子  
里芋に白玉おどり俄か雨 川村 静恵



## 調停相談所の開設

家庭内のことや近隣関係・土地・財産などについて悩んでいる方、お気軽にご利用ください。

▶日時・場所 11月15日(日)10時～15時 市役所第三会議室(3F)

▶相談料 無料

▶主催 大河原裁判所内大河原調停協会

## 最低賃金改正のお知らせ

宮城労働基準局では、県内で働くすべての労働者に適用される「宮城県最低賃金」を改正しました。

この改正により10月29日以降は、従業員に支払う賃金を1日2,789円(賃金の大部分が時間によって定められている者については、1時間349円)以上としなければなりません。また、別に定められている「産業別最低賃金」が適用される事業であっても、現在の産業別最低賃金のほうが低い場合には、この「宮城県最低賃金」が適用されますから事業主の方は、ご注意ください。なお、この最低賃金額には、精皆手当、通勤手当および家族手当の3手当は含まれておりません。

そのほか、精神または身体の障害により、著しく労働能力が低い方とか、ごく簡単な業務に従事する方など最低賃金を適用することが、必ずしも適当でない場合については、労働基準局長の許可を受ければ、個別に適用の除外が認められています。

詳細については、宮城労働基準局賃金課(☎仙台63-1111内線6132、6133)または、最寄りの労働基準監督署にお問い合わせください。



### 働く婦人の家まつり

多種多彩な展示や催し物を行いますので、お友だちをお誘い合ってください。

▶日時 11月15日(日)10時～15時  
▶場所 働く婦人の家  
▶内容 展示・洋裁・和裁・木目込人形・七宝焼・手芸・生花など。催し物…手作りバザー・お茶席・民謡おどり・平家琵琶など。

### 第5回しろいしこどもまつり

「人形劇をみる会」開催

▶日時 11月28日(土)14時～16時  
▶場所 市民会館大ホール  
▶内容 ・劇団ベベの上演・ジュニアリーダー(ピッキーズ)とあそぼう・母親クラブからのお楽しみプレゼント  
▶対象 小学生、幼児(親子同伴のこと)。

### コミュニティ講演会

「コミュニティづくりと私たちの生活」のテーマで、宮城教育大学教授雪江美久氏が講演します。

入場料は無料です。みなさま方のご来場をお待ちしております。

▶日時 11月21日(土)13時30分～16時  
▶会場 名取市役所大会議室

## 平家琵琶演奏会

750年余の伝統をもち、中世を代表する叙事文学、声楽曲といわれる平曲を当地出身の山内とも子さんが演奏します。

▶日時 11月19日(木)午後6時開演  
▶場所 市民会館大ホール  
▶入場料 500円中・高生300円  
▶主催 平曲をきく会  
▶後援 白石市・教育委・文化協



### 一日技能講座受講者募集

白石高等技術専門学校では、次の技能講座の受講者を募集します。お友だちをお誘い合わせのうえ、お申し込みください。

▶家庭大工講座 11月13日(金)9時～14時(昼食持参)、男女を問わず10名(簡単な木工品の見本を参考に各自工作する。)

▶自動車整備講座 11月10日(木)9時～12時 若葉マークの婦人ドライバー15名(各自の車により、始業点検・簡単な作業を行う。)

▶受講料 無料・工具などはお貸しします。

▶申込み方法 葉書または電話でお申し込みください。定員になりしだい締切ります。

くわしいことは、白石高等技術専門学校へおたずねください。白石市鷹巣本木山2-2 ☎5-2444

### 講座受講生募集

働く婦人の家では、年賀状用の版画教室を開きます。ふるってご参加ください。

▶講座名 版画教室  
▶日時 ○第1回/11月20日(金)13時～15時 ○第2回/11月26日(木)10時～12時  
▶講師 小岩庄一氏  
▶申込 11月10日まで働く婦人の家へ。  
▶受講料 無料、ただし教材費は自己負担。  
▶持参するもの 彫刻刀・鉛筆・定規。  
くわしいことは、働く婦人の家(☎5-5095)までどうぞ。

### 緑ヶ丘宅地分譲

宮城県住宅供給公社では、宅地

分譲を開始しています。

〔概要〕▶所在地/緑ヶ丘地内▶募集数/56区画▶1区画当りの面積/248.88㎡～333.62㎡▶1区画価格/5,560,000円～7,460,000円▶受付期間/昭和57年3月まで▶受付場所/建設課▶申込用紙/建設課で配布

くわしいことは、建設課(内線241)までどうぞ。

### 県営住宅入居者募集

県営住宅の入居者を募集いたします。

〔概要〕▶住宅名/白石市寿山・白石市緑ヶ丘二丁目1～6・7▶募集戸数/12戸▶家賃/11,100円～13,000円▶構造型式/中層耐火5階建▶受付期間/昭和56年11月9日～11月17日▶受付場所/建設課▶申込用紙/11月2日から建設課で配付。

くわしいことは、建設課(内線241)までどうぞ。



### 青年海外協力隊員募集

若い力を海外で発揮してみませんか。

▶第1次試験 筆記：作文、英記、技術 (1)日時 昭和57年1月10日(日) (2)試験場 勾当台会館(松島の間) 仙台市国分町3-9-6

▶願書・募集要項・参考資料等の請求先 宮城県総務部総務課外事係 仙台市本町3-8-1 ☎仙台63-2111内線335

▶応募相談会の日時・場所 11月14日(土)・21日(土)13時30分～16時30分 読売ホール(仙台)

## 57年度白石市立幼稚園児募集

幼稚園名	白石市第一幼稚園	白石市第二幼稚園
募集人員	130名	92名
募集期間	昭和56年12月1日(火)～昭和56年12月7日(月)	
入園資格	1) 年齢満5歳児 昭和51年4月2日から昭和52年4月1日まで } 出生したもの 満4歳児 昭和52年4月2日から昭和53年4月1日まで } 出生したもの 2) 白石市在住者であること。 3) 白石市内の私立幼稚園に在園中のものを除く。	
入園願書受付場所	入園希望の各幼稚園	
入園願書受付時間	月曜日～金曜日(午前9時～午後4時まで)。 土曜日(午前9時から午前11時30分まで)。 但し日曜日は除く。	
その他	1) 入園願書用紙は、市立幼稚園、教育委員会に用意してあります。 2) 入園希望者が定員を超過した場合は抽選をします。但し5歳児は4歳児に優先します。	

## 国道113号線時間通行規制

七ヶ宿ダム建設工事にとまなう七ヶ宿宿町字橋場(材木岩)附近は、下記のとおり毎15分間全通禁止となります。う回路がありませんので通行止時刻を避けるか、待時間を考慮するなどのご協力をお願いいたします。

期間	昭和56年10月20日から昭和56年11月30日	昭和56年12月1日から昭和58年8月31日
昼間	8時40分～8時55分 10時10分～10時25分 12時10分～12時25分 15時00分～15時15分 16時30分～16時45分	6時00分～6時15分 12時10分～12時25分
夜間	19時05分～19時20分 22時00分～22時15分 24時00分～0時15分 3時00分～3時15分	19時05分～19時20分 24時00分～0時15分



# おしらせ板

## 11月

市役所の所在地  
白石市字桜小路35

〒989-02 ☎5-2111(代表)

### 国民年金

今月は国民年金の月です。  
今、県内の国民年金の加入者は54万人で、これは県人口の4分の1にあたり、4人に1人が加入していることとなります。また、年金を受けている方は年々増加しており、昭和56年8月末で拠出金、福祉年金あわせて21万人、その年金額は626億円となっています。  
年金は、毎年のように行われる物価スライドによる年金額の引上げや、数年ごとの年金額の水準の改定などで、今後も支払額は増え続けるものと予測されます。ところで、国民年金は加入して、一定期間以上保険料を納めていなければ年金を受けることはできません。まだ加入していない方は、すぐ加入の手続きをしましょう。国民年金は皆さんの年金制度です。市民が1人残らず年金を受けて豊かな老後を送るためにも、皆さんの力で大きく育てましょう。

### ポリオ生ワクチンの投与

急性灰白髄炎(小児マヒ)予防のため、ポリオ生ワクチンの経口投与を行います。お子さんの健康

に十分留意され、定められた期日に投与を受けられるようお願いいたします。  
▶**期日** 11月10日(火)13時30分~14時(2回目)、11月13日(金)13時30分~14時(1回目)。  
▶**場所** 白石市健康センター  
▶**対象者** (1)昭和55年7月1日~昭和55年12月31日までの出生者(2回目)。(2)昭和56年1月1日~昭和56年6月30日までの出生者(1回目)。(3)上記以前の出生者で、まだ投与を受けていない者および1回の投与しか受けていない生後48ヵ月までの者。  
▶**料金** 無料  
▶**その他** (1)問診票は必ず記載し、当日持参してください。(2)母子手帳も持参してください。(3)身体に異状がある場合、投与前にかかりつけの医師の診断を受けるなどの処置をとってください。(4)各種予防接種を1ヵ月以内に受けた場合は、今回のポリオ生ワクチン投与は受けられません。

### 納税証明を取るときは

最近、納税証明などの請求が非常に多くなっており、納税証明、課税証明は納税者の財産上に担保権を設定する場合とか、法令

により国または地方公共団体に提出する場合に納税者の資力、信用力を直接または間接に表示する有力な資料として利用されております。

たとえば、固定資産に関する証明、軽自動車所有、納税に関する証明とがあり、そのいずれも請求する方(納税義務者本人)に関するものに限られており、同一家族の方でも交付・申請はできないことになっております。しかし、委任を受けた第三者に納税義務者本人の委任状(200円の収入印紙添付のこと)があれば、証明を受けることができます。

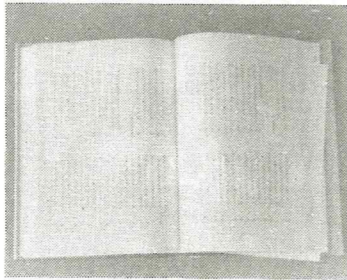
納税証明の交付のときに領収書を持参しますと、交付が早くなりますので領収書はお忘れなくご持参ください。

くわしいことは、税務課納税係(内線144)までどうぞ。

### 白石市史「特別史」を頒布しております

白石市史特別史(中)「松窓乙二編」はすでに配本していますが、まだ数に若干の余裕がありますので購入希望の方は総務課(内線323)までどうぞ。

▶**頒布代金** 1部 5,200円



### し尿・ゴミ料金改正のお知らせ

し尿汲取りに要する費用や処理施設の維持管理費などの増大によ

り、11月1日から次のとおり料金が改正しますのでご協力お願いいたします。

- ▶11月1日のし尿汲取分から20ℓ70円の新料金となります。
- ▶10月中に申し込みをなされても11月1日以降し尿汲取りを行った場合は、新料金となります。
- ▶11月1日以降20ℓ60円券をお持ちの方は、差額10円の汲取補助券をお求めのうえご使用ください。
- ▶汲取券(補助券)は従来どおり各取扱所でお求めください。
- ▶大量のゴミをセンターに持ち込む場合の料金は11月1日より次のとおりになります。

数量	料金
60kg以上 100kg未満	200円
100kg以上 500kg未満	400円
500kg以上 800kg未満	700円
800kg以上 1,000kg未満	1,000円
1,000kg以上100kg増すごと100円。ただし、100kg未満は100kgとみなします。	

くわしいことは、白石衛生センター第一事業所(し尿処理)☎7-2111・白石衛生センター第二事業所☎5-4050までどうぞ。

### ブロック塀改善の補助制度

スクールゾーンや通学路に面した倒壊などの危険性のあるブロック塀等を除却、または安全なものとする工事を行う方に補助制度があります。

▶**補助金の額** 除却するブロック

塀等(道路に面する部分に限り)の面積1平方メートルあたり2,500円とし、75,000円を限度とします。

▶**申込受付期間・場所** 昭和57年3月30日まで建設課へ。  
くわしいことは、建設課(内線241)までどうぞ。

### 就学援助制度

経済的理由により、就学が困難な児童生徒(小・中学生)の義務教育の就学を確保し、その円滑な

運営を期することを目的としており申請が認定されますと、学用品費・通学用品費などが給与されます。受給を希望される児童生徒の保護者の方は、  
◎児童生徒の在学している学校長、または担任教諭  
◎昭和57年4月小学校就学児予定児童については就学予定学校長に、相談して、申請される場合は12月10日まで申請書を学校へ提出してください。なお、この申請は昭和57年度分です。  
くわしいことは、学校教育課(内線413)までどうぞ。

### 就学時健康診断

昭和57年度入学予定のお子さん(昭和50年4月2日から昭和51年4月1日までの出生者)に対する就学時の健康診断を下記日程で行います。

該当する保護者には通知しておりますが、まだ通知書が届かない場合、またはその他不明な点がありましたら教育委員会学校教育課(内線413)へお問い合わせください。

学校名	月日(曜)	受付時間
越河小学校	11月10日(火)	12:00~12:20
斎川小学校	11月11日(水)	12:00~12:20
大平小学校		12:00~12:20
小原小学校	11月12日(木)	12:25 まで小原保育園へおいで下さい市のバスで大平小へ移動健康診断を受けます。
大鷹沢小学校	11月13日(金)	13:30~13:50
白川小学校	11月17日(火)	12:00~12:20
福岡小学校	11月18日(水)	12:00~12:20
深谷小学校	11月19日(木)	12:00~12:20
白石第一小学校	11月25日(水)	11:30~12:00
白石第二小学校	11月26日(木)	11:30~12:00



## カメラ・ニュース



秋晴れのもと、各地でイモ煮会がたけなわですが北保育園でもこのほど、父兄いっしょのイモ煮会を白石川河原で行いました。お昼近くには河原いっぱいおいしそうなおいが漂い、みんなそろって「いただきま〜す」。食欲の秋を楽しんでいました。



7、8、9月の3ヵ月間行われた「市町村交通事故防止コンクール」で好成績をおさめた白石市は、10月15日の交通安全県民大会で見事第1位に表彰されました。表彰後行われた体験発表では、蔵本の中松京子さんが「愛児を失って」を読み交通安全を訴えました。



10月12日に新潟県黒川村において開かれた第5回全国育樹祭に、宮城県代表として白石みどりの少年団の森尚子さん（白石中3年）が出席しました。9日市長に表敬訪問し、全国の緑の少年団との活動について意見を交換してきますと、抱負を話してくれました。

## 休日急患当番医

月日	内 科	外 科
11/1	柿崎医院 (5)2210	加藤(大)医院 (5)4701
3	亘理医院 (5)8501	堤 医 院 (5)1181
8	大沼医院 (5)2502	刈田病院 (5)2145
15	広瀬医院 (5)0238	朝倉病院 (5)2101
22	三浦クリニック (5)6854	刈田病院 (5)2145
23	笹 医 院 (5)2410	銭谷医院 (5)2010
29	加藤(司)医院 (5)2001	宮城医院 (5)2062

※ 都合により変更になる場合もあります。

## 定 例 相 談

相談区分	相談日	時 間	場 所	内 容
人権相談	16	10:00～ 15:00	白石市役所 2階相談室	結婚、離婚、遺産相続、借地借家、雇傭、差別待遇、強制圧迫、私的制裁、その他
行政相談	16	10:00～ 15:00	全 上	役所、公社、公団、公庫などの仕事について不満なことや希望すること
生活相談	16 5・26	10:00～ 15:00 10:00～ 12:00	2階相談室 3階相談室	日常生活上の困りごと
社会保険 相 談	16	9:30～ 15:00	白石市役所 3階相談室	健康保険、船員保険、厚生年金など
高 齢 者 職 業 紹 介	17	10:00～ 14:00	白石市役所	60歳以上の方の職業斡旋
税 務 相 談	16	10:00～ 16:00	白石市役所 1 階 市民相談室	税金に関すること (相談は仙台国税局員が応じます)
消 費 生 活 相 談	16 毎週水・木・ 金	10:00～ 15:00 9:00～ 16:00	白石市役所 1階消費 生活相談室	買物苦情や消費生活一般
補 聴 器 巡 回 サ ー ビ ス	リオン 12・26 ニホン 10 トリオ 10	13:00～ 14:00 10:00～ 12:00 11:00～ 12:00	白石市役所	補聴器の修理、調整など