

広報 NO370

# カナダ

1999

3/1号

か  
ん  
ど  
う

な  
が  
よ  
し

だ  
い  
す  
き



たこ・たこあがれ……

## ごあんない

- (P2~5) ……まちのわだい
- (P6~7) ……こんにちは保健婦です
- (P8~9) ……改正労働基準法のあらまし
- (P10~11) ……みんなのひろば
- (P12~15) ……暮らしのインフォメーション



福岡県金田町

# まちのわだい my town TOPICS

あなたの身近な出来事、地区の話題など  
どしどしお寄せください。お待ちしております。  
連絡は、広報担当(☎22-0556)まで。

## 「鬼杉」発行へ向けて



岩井鬼童先生の指導のもとで行われている、金田町公民館俳句教室のみなさんの取り組みで、第一回鬼童教室新年懇親俳句会「鬼杉」大会が、1月29日に、総合会館で行われました。

39人の参加されたみなさんは、岩井先生が6カ所で行っている生徒のみなさんで、糸田・田川・穂波・宗像・直方・金田の各分科会の方が、一同に金田町に集まり「鬼杉」創刊号を、各分科会の方の協力により、4月1日発行予定の原稿締め切り日(2月10日)に向けて、初の試みで行われたものです。

日ごろ、一分科会の教室で顔を合わせるだけでは、良い俳句はできない。各分科会が一同に集まることにより刺激を受け、違った分科会の人たちと交流を深めながら、発行にこぎ着けたいとの思いが、金田町に集まったみなさんにあったようです。

会場に来ていた方は「俳句は、日常で思ったことを言葉に置き換えて表現するために、日ごろよりこまめに辞書を引く、手先と頭を使いますので、高齢になってもボケる心配はないようです。」とのこと。

また、岩井先生は「日本の俳壇に通じる俳句を目指していきたい」と抱負を語っていました。

## ～労働保健年度更新手続きについて～

労働基準行政の推進につきましては、平素より格別のご協力を賜り厚くお礼申し上げます。当局では例年一部地域を除き、年度更新申告書は各労働基準監督署主催の説明会場にてお手渡ししておりましたが、平成11年度より事業場あて郵送することとなりました。

つきましては、11年度の年度更新についてお間違えのないようお願い致します。

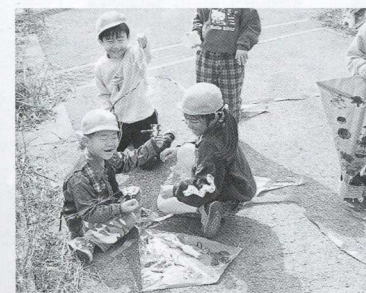
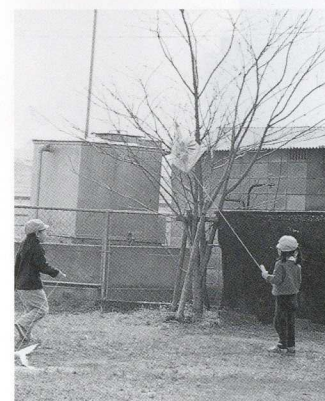
なお、説明会は従来どおり行われますが、日時・会場については申告書郵送時にご案内します。

詳しいお問い合わせは

☎812-0013 福岡市博多区博多駅東2丁目11番1号  
福岡労働基準局 労災業務課 ☎092-411-4863

福岡労働基準局よりお知らせ

## 風さん・風さん吹いとくれ!!



神崎保育所の園児たちが、高く上げられと思いを込めてつくった凧を、2月10日に、園グラウンドと、保育所横を流れる泌川土手で、凧上げ大会が行われました。  
当日は晴天に恵まれ、久しぶりに暖かく、北風はなかなか吹いてはくれません。そのうちに、右や左に走り回る園児たちの凧系が、からみ合い「先生ほどいて!!」という場面がしばしば、からみ合った糸をほどくのに、先生たちは大変な様子でした。  
この凧上げ大会、20年前から行っていますとのこと。「時代と共に、園児の描くデザインが変わってきています」また、「昔、トラック野郎を描いた園児もいましたが、今は、テレビでおなじみのポケモン」ということでした。  
凧の原型は変わらなくても、描くデザインは時代を反映しているようです。

## 春の星座観測会

### ファン・ファンふれあい塾

- 日時/3月20日(土) 午後5時～
- 会場/金田町ふれあい塾
- 参加対象者/小・中学生  
(保護者同伴でご参加下さい!!)
- 参加費/300円
- 申込み方法/往復ハガキに、住所、氏名、年齢、電話番号、参加人数を記入し、下記までお申し込み下さい。  
☎823-0001  
鞍手郡宮田町龍徳8-64  
中村方「春の星座観測会」係  
(福岡県青年の船の会)
- 申し込み締切日/3月10日(水)必着  
詳しいお問い合わせは  
春の星座観測会係…中村まで  
☎0949-23-1637

## 女性消防防災隊員 募集

### 必要です防災へのやさしい気くばり!!

金田町では、消防団・消防署の配下の組織ではなく、地域の女性による自発的ボランティア組織として、行政・消防団・消防署との連携により、災害弱者対策や自主防災組織として活動することを目的に女性消防防災隊員(仮称)を募集します。

■募集開始/平成11年3月1日(月)～

詳しいお問い合わせは

役場総務課消防防災担当 ☎22-0555まで

# 紹介街

町の商店を紹介して暮しのワンポイントやお得なサービスを提供していただくコーナー「紹介街」。  
 今月はちょっと一休みで、このコーナーの裏話、「making of 紹介街」をお届けします。

## ●「紹介街」の発端

連載が始まったのは一昨年(1997.6/1.第328号)の町広報が月刊から隔週発行になり1年経った頃です。紙面倍増により、町からのお知らせやまちの話題などの従来のページに加え、みんなの広場や昔話などの企画・連載モノに力を入れている時でした。

「まちの素顔を別の切り口で紹介する連載がひとつ欲しいなあ」ちょうどそう思っていたとき、商工会青年部から共同企画の話が来たのです。

## ●金田町商工会青年部って？

商工会青年部は、金田町で活動する若手商業経営者および後継者の団体です。地域おこしイベントやボランティア活動に非常に力を入れていて、夏のフェス

タの「仮装カーニバル」を主催していることや、メンバーが車いすテニスやPTA活動などで活躍していることなど、ご存知の方も多いのではないのでしょうか？

その商工会青年部が、「石炭六法の失効を控えて、今後の自分たちの経営環境を見直すことこそが地域おこしに繋がる」との活動方針を立てたのが一昨年4月。その一環として「部員の会社を消費者や同業者に紹介することで地域経済活性化の刺激にしたい」との企画が広報に持ち込まれたのです。

打ち合わせの結果、①経営のモットー ②普通の仕事および経営者や社員の素顔紹介 ③業界の動向と今後の方針 ④消費者サービスとしてワンポイントアドバイスや特価品の案内…などを柱として記事を書くことに決定し、連載「紹介街」がスタートしたのです。



## ●連載の裏話

とはいえ、連載を始めてみると難問の連続でした。一番苦労したのは「どこまで聞いて良いのか？」と言う点です。良い原稿を書こうとすると、記事1に対して7~10くらいの取材が必要です。当然記事にできない「経営上の秘密」という部分にも踏み込んで行かねばなりません。取材する側・される側の間に信頼関係がなければできない作業です。

また、取材のスケジュールを立てるのも大変でした。一回の取材には、短くても1時間、長ければ3時間以上かかることもあります。皆さん経営や地域の活動に忙しく、昼も夜もなかなか時間のとれないばかりです。そんな中で快く時間を割いていただいたの取材でした。

その他にもいろんな苦労がありましたが、月1回のペースで欠かさず連載を続けられたのは青年部との共同企画だった点が大きいと思います。

## ●今後の展開は？

この連載を通して感じたのは、「金田の若手経営者もなかなか頑張っているな」という事です。こういっては何ですが、なまじ普通の顔を知っている方がかりですので、逆にこれだけ真剣に経営上の工夫や業界の動向、将来の計画などに取り組んでいる姿勢が新鮮で、また頼もしくもありました。

幸い読者の方の評判も良いようですので、今後は青年部以外の方の会社も紹介したいと考えています。ただ次からは共同企画ではないので、毎回趣旨説明をし、担当の方を決めていただき、アポイントを取って…と言う手順を踏まねばなりません。従来どおり毎月連載というのは難しいようです。とりあえずは2~3ヶ月ほどお休みをいただき、態勢を整えて再開したいと考えていますので今後ともご愛読のほどを！

# 金田魚市場(その一)

先日、古老の方から「長浦御代吉さんほんな功績があつて、あのような立派な彰功碑を建てたのか教えてもらえないか」との問合わせがありました。ここに、刻まれている碑文を原文のまま紹介します。

## 長浦御代吉君彰功碑

福岡県知事 柴田善三郎 書  
 君・資性剛健・福岡県魚市場業ノ先覚者トシテ、聲名県内同業者間ニ洽シ、年齒十九、初メテ実業ニ志シ各地ヲ遊歴シテ具ニ魚市場経営ノ蘊奥ヲ極メ、明治二十二年鞍手郡植木町ニ於ケル魚市場ヲ継承シ、同四十一年更ニ田川郡金田町、小川弥吉経営ノ魚市場ヲ継承シテ牢乎不拔ノ基礎ヲ築成シタリ。此間、君ハ魚市場業者間ノ取引ヲ確実ナラシメ、公益的使命ノ下ニ共存共栄ノ必要ヲ痛感シ、嘉穂田川 鞍手三郡内同業者ノ組合創立ヲ首唱シ、明治三十六年九月之ヲ完成シテ其ノ組合長ニ撰任セラレ、爾来、大正十三年十月、同組合解散ニ至ルマテ、貳拾有余年間其ノ組合長トシテ専ラ魚市場取引ノ弊風ヲ矯正シ、向上発展ノ一途ニ邁進シタリ。現今三郡ノ魚市場ノ聲名遠近ニ籍甚タルモノ全ク君カ努力ノ賜ナリ。君ハ独リ三郡魚市場ノ改革ト覚醒トノミヲ以テ満足セス、其ノ精神ヲ県下全体ニ擴充シテ保健食品ノ需給調節ニ遺憾ナキヲ期スル必要ヲ認め、大正六年、吾人及同志ト謀リテ福岡県魚市場水産組合ヲ設立シ、選ハレテ副



組長トナリ、同時ニ上記三郡ヲ区域トスル第七支部長ニ推薦セラレ今モ尚ホ其ノ職ニ在リ。嘉穂 田川 鞍手三郡魚市場業者ハ欺ノ如キ君ノ功勞ニ對シ、謝恩頌徳ノ至情禁スル能ハス、碑ヲ建テ文ヲ刻ンテ永遠ニ之ヲ顕彰セシムコトヲ決シ吾人ニ囑スルニ其ノ建設ノ委員長ヲ以テシ併セテ其ノ撰文ヲ乞ヘリ。不肖、自ラ拙ラス、敢エテ之ヲ諾シ其ノ工ニ参加シ且ツ之ヲ撰文スルコト然リ矣。

大正十五年三月  
 福岡県魚市場水産組合組長  
 正五位 勲四等 樋口邦彦 謹撰  
 玄洲 白神佳光書

建設委員長 樋口邦彦  
 委員 鞍手郡部 泉 千二 茅野満太郎 刀根伊三郎  
 嘉穂郡部 寺阪勝右衛門 西 徳太郎 松岡 源六  
 田川郡部 久井 為吉 住吉 竹泰 寺岡兵五郎  
 筑前 宮田町 石工師 中島太郎

福岡市早良区に住む孫の壮一郎氏は「あの石碑は四国の石槌山の麓を流れる西之川で採石した碧石の一本物で、金田まで運ぶのに苦労したそうです。また、石碑を建てる時当時は大型クレーンなどはなく、全て人の力に頼って工事を進めなければならず、大変な工事だったと爺さんが話していました」と語ってくれました。

また、「御代吉爺さんは大分県の長洲の出身で、弟と一緒に鞍手郡植木村に出てきて魚市場を営んでいました。市場は結構繁盛していましたが、兄弟がいつまでも一つの市場を営むわけにもいかず、爺さんは市場経営を弟に委せて、行商をしながら将来性のある土地を物色していたようです。明治四十一年に魚市場を弟に譲って、単身金田にやってきました。当時の金田はそれほど魅力のある町だったようです。三菱方城炭坑、明治赤池炭坑、豊國糸田炭坑、大熊の金田炭坑、黒尾の金谷炭坑へ資材が貨車送りされて来る。送られてきた荷物を馬車や荷車で夫々の炭坑に運び出す。金田駅周辺は大変な混雑で活気に満ちあふれ、物流の一大供給基地になっていたようです。当時の金田は商いをする商人にとって伊田・後藤寺をはるかに凌ぐ将来性を備えた、魅力ある町だったようです」と、話してくれました。

寄稿 池長 一利

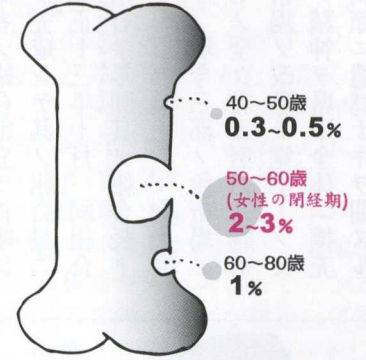
# こつしょうしょう 骨粗鬆症について

**こつしょうしょう 骨粗鬆症とは**……骨粗鬆症の粗はあらいう意味です。鬆はスが入るという意味です。これらの文字のとおり、わたしたちの体を支える骨の量が減ってスが入ったようにスカスカになる病気のことを骨粗鬆症といいます。

## ● どうしておこるの？

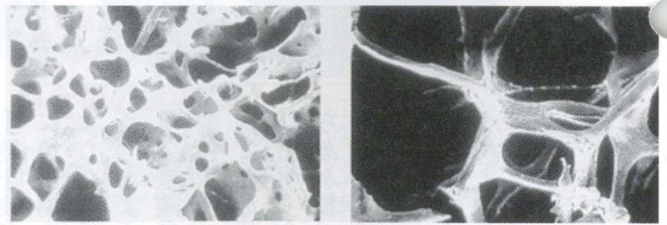
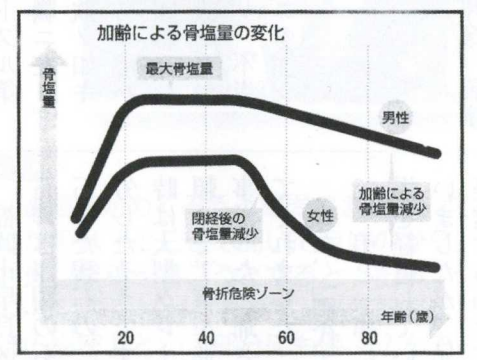
- ① **カルシウム不足**……骨はカルシウムの貯蔵庫で、99%が骨に蓄えられています。残りの1%は血液に含まれています。血液中のカルシウムの量は常に一定に保たれていて、不足してくると、骨に蓄えられたカルシウムから補充されるしくみになっています。食事などでカルシウムが十分に補充されないと、骨の中のカルシウムが減り、骨がもろくなってしまうのです。
- ② **運動不足**……運動不足は骨塩量を減らしてしまいます。
- ③ **ビタミンD不足**……せっかくカルシウムをとっても、ビタミンDが不足すると、うまく吸収されません。
- ④ **女性に多く起こるのはなぜ？**……閉経期を境に骨をつくるうえで大切な役目をしている女性ホルモンが失われ、骨の量が急に少なくなるためです。65才以上の女性の半数は骨粗鬆症にかかっているといわれています。

年間に減少する 腰椎の骨塩量

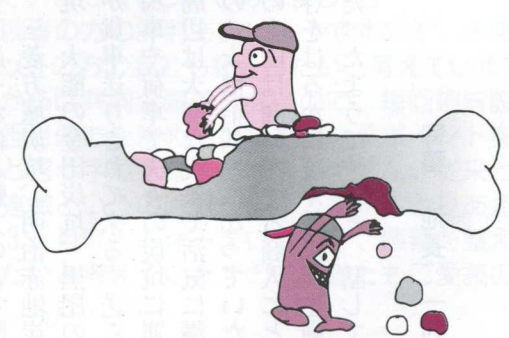
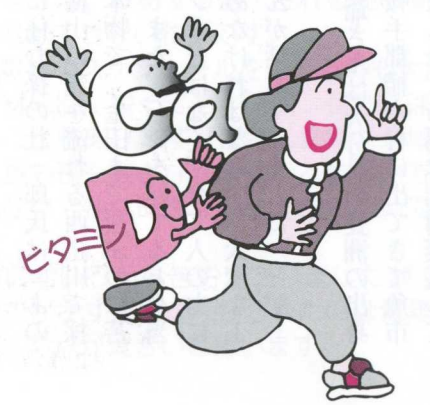


## ● 骨粗鬆症になると どうなるのでしょうか

骨がスカスカになると、骨が大変もろくなって折れやすくなったり、つぶれやすくなります。一番困るのは骨折です。ちょっとつまづいて手をついた瞬間に手首や腕を骨折したり、尻もちをついただけで骨がつぶれたりして、背中が曲がったり腰や背中がいたみだすなどの原因となります。現在、骨粗鬆症による骨折が、寝たきりの大きな原因となっています。

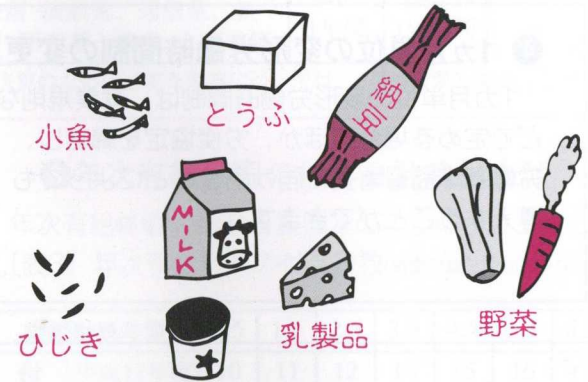


正常な骨      骨粗鬆症にかかっている骨



## ● 骨粗鬆症を防ぐには

- ① **カルシウムをたっぷりとりよう**……骨のカルシウム量は、30歳をすぎると徐々に減少していきます。若い頃からカルシウムを摂取し、骨の貯金に励むことが大切です。1日最低600mg、なるべくなら800~900mgとりましょう。
- ② **カルシウムの多い食品**……  
カルシウム200mgの目安
  - **乳製品**: 牛乳200cc、ヨーグルト200cc、チーズ30g
  - **豆製品**: 豆腐2/3丁、納豆2パック、がんもどき1枚
  - **小魚類**: めざし3本、しらす40g、にぼし10g
  - **野菜類**: 小松菜(ゆでた量)100g、人参2本、チンゲン菜154g
  - **その他**: ゴマ大さじ2、乾燥ひじき15g、切り干し大根(乾燥)42g
- ③ **カルシウムの吸収を促すもの**
  - **ビタミンD** (天日乾燥させた椎茸、卵黄、乳製品、レバー、塩鮭、黒きくらげ)
  - **適度な日光浴** (皮下脂肪でビタミンDがつくられる)
  - **タンパク質** (肉、魚、大豆、卵など)
  - **運動** (全身の筋肉や関節を使い重力のたくさんかかる水泳、テニス、バレーボール、ウォーキングなどのスポーツ)
- ④ **カルシウムの吸収を妨げるもの**
  - **インスタント食品** ■ **塩分** ■ **アルコール**
  - **カフェイン** ■ **ストレス** ■ **喫煙** ■ **運動不足**



## ● 転倒事故を予防しましょう

骨粗鬆症の人は、ちょっとしたことで骨折をおこしやすいので、生活環境のチェックが必要です。特に、家の中での転倒事故が多く起こっています。生活の中から骨折の原因を取り除きましょう。

### 転倒予防の8カ箇条

- 1) 室内の整理整頓をし、通路には物を置かないようにする
- 2) 不安定な家具の点検整備をする
- 3) 通路、階段、風呂場、トイレの照明は明るくする
- 4) 床や階段は滑らないようにする
- 5) 階段はスリッパでのぼりおりしない
- 6) ポケットに手を入れて歩かない
- 7) できるだけマットなどは置かないようにする
- 8) カーペットは、ゆるみやたるみをつくらない

