



# まくべつ

## わたしたちのまち

(昭和58年7月1日現在)  
 人口 21,471 (+39)  
 男 10,591 (+15)  
 女 10,880 (+24)  
 世帯数 6,420 (+14)

### —人のうごき(6月中)—

転入 100人 転出 78人  
 出生 21人 死亡 4人

||||||| 生きる喜びを創造するまち・幕別町 (新総合振興計画) |||||



## この夏一番、水しぶき

町民プールが7月25日に、5月下旬以降の低温のため、例年より1ヵ月も遅れてオープンしました。まだ水温は低かったですが、子供たちは久しぶりの水の感触に大喜びをしていました。

58年 **8**

No. 379

# 燃えた!!

ス・イン・まくべつ

「チャレンジ・ギネス・イン・まくべつ」が町商工会青年部特別支部の主催で、七月二十三日、二十四日の両日、運動公園と猿別川で繰り広げられました。

この企画は、ギネスブックに載るようなピツクなことをして、思い出に残る夏にしよとういうもので、チャレンジしたのは、一皿五百人前のジャンボカレーライスと高さ八メートルもあるキャンプファイアー。会場には、チビっ子たちが大勢集まり、夏の一夜を思う存分楽しみました。

二十四日には、三十そうが参加した第二回イカダ下りが、ふるさと館で製作した丸木舟の進水式とドッキングして行われました。

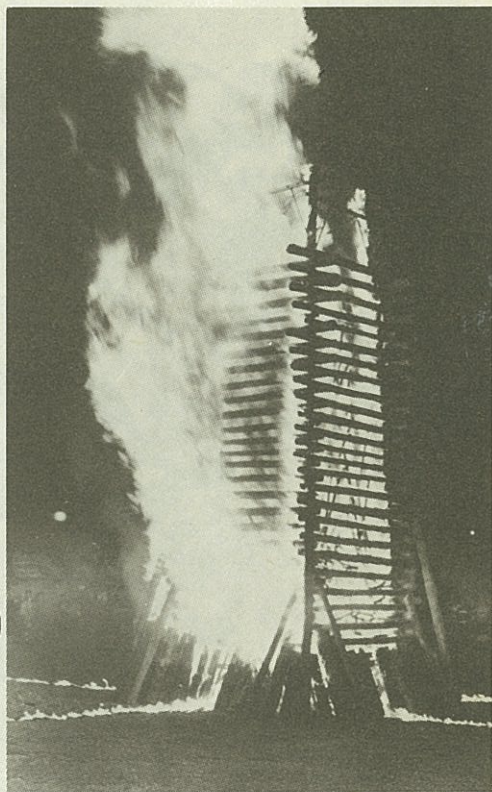
ギネス・ブック



500人前に挑戦



「フッフッ、いよいよ食べちゃった」  
「また太るかなあー」



「ウァー、もえたもえた」  
「だけど、消防車こないだろうな?」

「大きなキャンプファイアーだナー」  
「どのくらいの高さだろう?」  
「8メートルもあるんだぞー!」



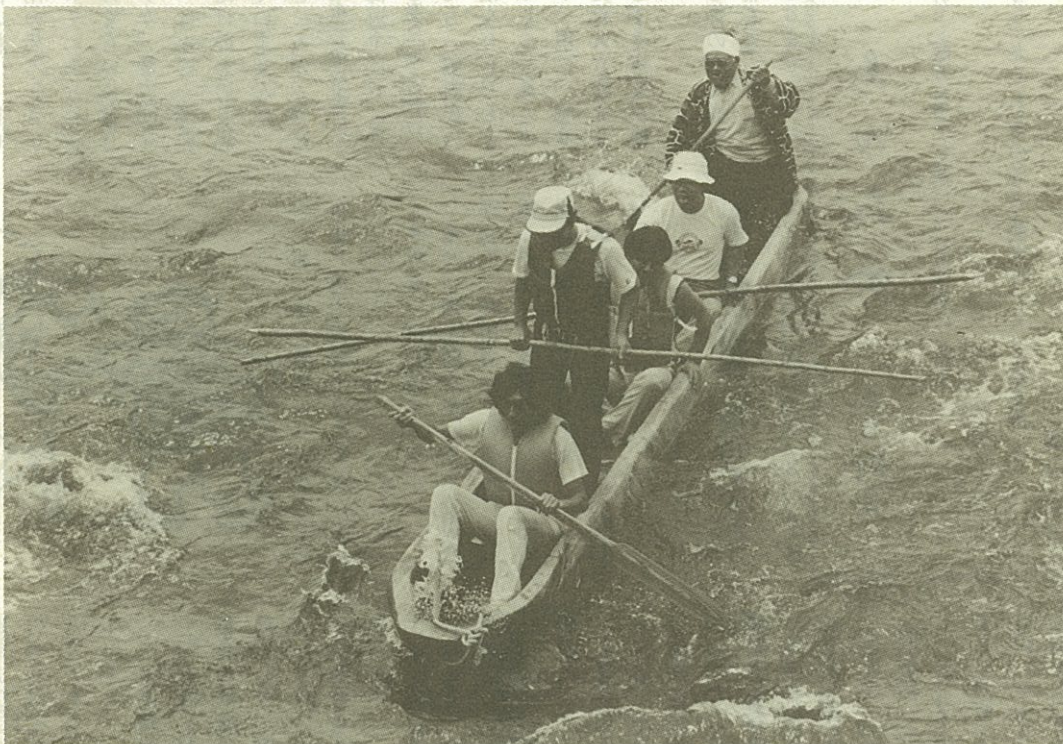
「キャンプはいいネ」  
「ビールほうまいし」  
「写真うまくとてよ」  
「カンパイ!!」

チャレンジ: どうでしたか?

◆ジャンボカレーライス (小2の女の子)



ゴールはもうすぐ。  
乗組員も安心して顔が自然にほころんできた  
後ろから2番目の人だけがまだ緊張がほぐれていない...?)  
最後部に乗っているのが安東軍次郎さん、  
舟の作りかたや操りかなを教えてくださいました。



# 丸木舟、猿別川をくだる

はるるへっ

六月初めに掘り始めた丸木舟が  
ついに完成。七月二十四日に「舟  
おろし」の儀式と猿別川くだりを  
しました。

右下の写真は「カムイノミ」と  
いい、式に先立って必ず行われる  
儀式で、アヘフチカムイ(火の神)  
に酒を捧げます。この後、舟おろ

しの儀式を行ない、舟の  
安全を神々に祈りました。



に先立って必ず行われる  
儀式で、アヘフチカムイ(火の神)  
に酒を捧げます。この後、舟おろ  
しの儀式を行ない、舟の  
安全を神々に祈りました。

た。

なお、丸木舟は保存のための薬  
品処理をして、館内に展示してあ  
ります。ぜひごらんください。

●今月のビデオは「特集・丸木舟  
再現」：十五日から館内でごらん  
になれます。

## 今は四馬力の 供養として

第40回  
幕別  
もみぢり

路傍の神——  
開拓と信仰⑤  
馬頭観音

札内青葉町に十五本の松の木と  
ていねいに植えこまれたスズラン  
に包まれるように、祠ほらが一つ。そ  
の中に、石で作られた馬頭観音が  
納められている。これは昭和二十  
二年九月十七日、この祠のすぐ近  
くに住む矢野さん一家の手によっ  
て建立された。

「馬はよく役に立ってくれま  
したのに、本当にかわいそうなこ  
とがありまして…」と語る矢野フ  
ジエさん。昭和二十二年にいたる  
二年位の間に、馬が九頭も死んで  
しまったという。余りのことに部

落の人たちが同情して、万人講を  
しようとして金子が集められた。金子  
を受取った矢野家では、たいへん  
ありがたいことではあるが個人で



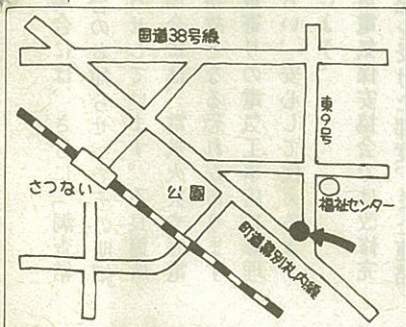
屋敷の中に祠を入れようかと話も  
出たが、「四馬力が事故を起こさ  
ないようにお守り神として、その  
ままここにあったほうがよい」と  
言う人もあり、現在の位置にその  
ままにしてある。そのせいか、こ  
のあたりでは交通事故がないとい  
う。

万人講…多くの人の志で不運を  
助ける集まり

四馬力…自動車の意味

(取材・斉藤すみ子)

取材協力 矢野フジエさん  
佐藤 信子さん



# 覚せい剤 追放しよう

## 白い悪魔は、いつもあなたを狙っている

白い粉——覚せい剤の恐ろしさに  
ついて、あなたは  
どのくらいご存じ  
ですか。暴力団な  
ど、ほんの一部の  
人だけのものと思  
っていませんか。

ところが、覚せい剤事犯検査者は、北海道全体では近年急激に増え続け、私たち一般市民の生活をじわじわと脅かしつつあるのです。現に、覚せい剤中毒者の通り魔殺人や放火など、凶悪な犯罪や悲惨な事故が後を絶ちません。

私たちの生活を恐怖のどん底に陥れる、この白い粉をなんとかして追放しなくてはなりません。そ



のためには、皆さん一人ひとりの  
自覚と協力が何よりも大きな力に  
なるのです。

●覚せい剤相談コーナー  
覚せい剤に関する困りごと相談、  
密売人・乱用者などの通報にご利  
用ください。昼夜の別なく専門の  
係員が応対しております。

☎(釧路)〇一五四―二三―四六  
一〇

### お宅の電気設備は安全ですか？

北海道電気保安協会では、北海

道電力(株)の委託を受けて、お宅の電気設備が安全に使用できるかどうかを、法律に基づいて調査しています。

この定期調査は、法令で二年に一回実施するよう定められており、協会の調査員が、お宅やお店にお伺いして、配線の状態が基準に適合しているかどうか、電気を安全に使用できるかなどの調査をしております。

調査の結果は、「定期調査結果のお知らせ」により、もし不良箇所

### ご寄付ありがとうございました

■町へ……

▽佐柄源三郎さん(札内中央町)から図書二十冊、青銅製置物 ▽武田輝雄さん(札内あかしや町)から油絵60号二点

■町社会福祉協議会へ……

▽宗教法人・普明会教団高岡支部(富山県)からたく鉢の一部として四万円 ▽金谷辰巳さん(錦町)から四万円 ▽三好俊一さん(錦町)から一万五千元 ▽吉岡瞬二・智子さん(寿町)から結婚を記念して五万円 ▽コローワ商事株式会社(本町)から千五百六十七円

■老人クラブへ……

▽森田小市郎さん(緑町)から明野・新川・大豊長寿会へ五万円 ▽鎌田さわえさん(相川)から相川北一心会へ一万円 ▽藤原工業株式会社から幕別老人クラブへカラ―テレビ一台



長尾社協会長に手渡す森田小市郎さん(左)

がある場合には、さらに「調査結果不適合のお知らせ」でその明細をお知らせしています。不良箇所がある場合には、電気火災や感電などの事故となる恐れがありますので、最寄りの電気工事に修理してもらい、安心して使えるようにしましょう。

北海道電気保安協会では改修完了の連絡を受けた都度、また連絡のない場合でも、三ヵ月後にもう一度お伺いして再調査をしております。

### ■その他

▽匿名者のかたから町交通安全協会へ交通安全のために役立ててくださいと千円二回

### 森田小市郎さんから社協へ百万円の寄付

森田小市郎さん(緑町)から福祉社協へ役立ててくださいと、町社会福祉協議会へ百万円の寄付がありました。

## ストップ・ザ・交通事故

— 14 —



相川 山端睦子 さん

### 交通事故ゼロ

#### への提言

交通事故——それは、だけれども毎日、必ず耳にする言葉であり、そこには生々しい傷跡が残され、私たちに大きな波紋を投げ掛けています。

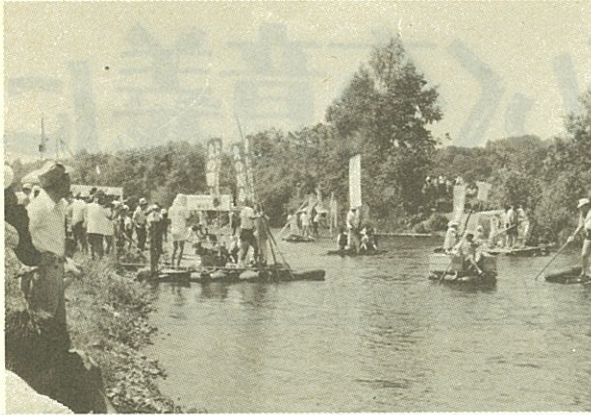
私は免許を取得して二年になります。ドライバーという立場に置かれるようになって、改めて車の恐ろしさを認識させられました。車は時には人間の命さえも奪い、また、一生不自由な体にもしてしまう恐ろしい武器になるのです。その引き金となるちょっとした気の緩み、自己中心的な行動といった、いくらでも未然に防ぐことのできる事が原因になっているのです。

また、ドライバーだけでなく、歩行者もお互いにそれぞれの立場に自分を置き替えてみると、思いやりの気持ちが必要だと思えます。

みんなで

# 食べた!

## チャレンジ・ギネ



スタート  
(コボレ坂付近)

「オーイ!みんな乗ったか。出発!!」  
「この物干しざお重たいぞ」



「丸木舟の処女航海(川)で～す」  
「あれが丸木舟、なつかしいナー」



ジャンボカレー

「イカダ下り、気持ち良かったあ～」



「だから言ったでしょ、二人しか乗れないのに  
四人も乗るから、こうなるんでしょ～」



「オーイ、助けてくれ」  
「大丈夫、ここは浅いんだ」

ゴール  
(止若橋付近)



イカダ下りには初めて参加  
しました。恐かった、でも楽  
しかったです。来年も参加し  
たいですね。

(若いOL)

作るのは三日だったんだけ  
ど、タイヤのチューブを見つ  
けるのは、たいへんでしたよ。

(若い会社員)

◆イカダ下り

わしは七十五歳だけでも、こ  
んなの初めて見て驚いとる。

(おじいちゃん)

す?

こんなに離れてるのに、熱  
いなあ。だけど、こんなに大  
きいのどうやって作ったん  
で

(中二の男子)

た。子供たちも喜んでいま  
す。

な。ビックリしましたよ。こ  
んなに大きなのは初めて見ま  
した。子供たちも喜んでいま  
す。

(主婦)

◆ビックキャンプファイアー

いましてよ。もうカレーがな  
いんですよ。

(子供連れの会社員)

べたの初めてだから、いそい  
で食べちゃった。もう少し食  
べたかったな。

(小六の男の子)

カレーライスはずつごくお  
いしかったし、楽しかった。ま  
たやってほしいと思います。

カ

# 夏休みを楽しく有意義に

## 非行は夏に芽生える

## 規則正しい毎日を過ごそう



子供たちにとって、夏休みはたいへん楽しいとき……

子供たちにとって、待ちに待った夏休みがやってきました。

夏休みは心身ともに成長期の子供にとって、ふだんの生活

では味わえない貴重な体験ができます。しかし、長期の休

みのため不規則な生活になりやすく、病気や交通事故が目

だつのもこの時期です。また、生活のリズムが乱れ、気持

ちも緩みがちで、親の目も届きにくくなります。楽しい夏

休みが一転、非行の季節”にならないよう気をつけたいも

のです。

### 計画と目標を

子供たちは、規則正しい学校生活から離れて家庭中心の毎日を送ることになり、ともすれば不規則な生活となります。

この長期の休みを有意義に過ごすさせるためには、まず夏休みの「計画」をしっかり立てることが大切です。計画は親が一方的に決めるのではなく、子供の気持ちや自主



性を考え、話し合いの中で子供に助言や指導してあげるのが良いでしょう。

さて、その計画ですが、朝の涼しい時間は、一学期の勉強の反省や不得意科目などを中心に、子供に自主的な学習計画・方法を考えさせるようにしてあげてください。それから、夏休みでなければやれそうもない「目標」を立てても良いでしょう。たとえば「二十五日は泳げるようにしたい」「日記を毎日付ける」などです。子供の発達に応じて、いっしょになって手順や方法を教えてあげましょう。自分なりに考え、自分でものを創造し、努力する姿を大事に、子供が最後までやり遂げるよう、応援してあげましょう。

### 体力づくりをしよう

夏休み中は子供たちにとって、体力づくりに絶好の時期といえます。よう。ラジオ体操や水泳などは積極的にしましょう。

また、夏は毎日が汗との戦いでもあります。でも、汗はなくてはならない生理現象です。スポーツをするにも病気を治すにも、重要な役割を果たしています。炎天下で遊べるのも汗が体温を調節しているからです。さあ暑さに負けず、遊んだり、運動をしたりして、気持ちよい汗を流しましょう。

### 気をつけたい食生活

夏場は暑さのために、食生活が乱れがちとなります。子供の食事は、親がしっかりと気を配ってあげましょう。

暑さで食欲がないと、いつも軽いもので済ませたり、食事を抜いたり、アイスクリームやジュースなどを取り過ぎてしまう——このような食生活を続けていると、体の調子が崩れてしまいます。

夏の食事で気をつけたいことは、まず栄養のバランスです。夏は水分を多く取りがちですが、飲み過ぎると疲労や食欲不振を招きます。清涼飲料水よりは牛乳を飲んで水分を補いましょう。

また、ビタミン類やタンパク質を取ることも忘れてはなりません。特に肉、魚、豆腐など、タンパク

質に富んだ食品は、夏に衰えがちなスタミナの減退を防ぎます。

三度の食事も、規則正しく取るよう心掛けましょう。

### 交通事故に注意

夏休みに入ると、学校を中心とした規則的な生活から解放されるため、せっかく身に着いた正しい交通ルールや安全な動作を忘れがちになります。家族みんなで、交通安全について話し合いましょ

### 花火遊びを安全に



花火は夏の夜ならではの風物詩として、手軽に楽しめる遊びです。安全に楽しく花火遊びをするため

- ① 注意書きは必ず読んで守る。
- ② 子供だけで遊ばせない。
- ③ 人や家に向けたり、燃えやすい物がある場所で遊ばない。
- ④ 必ず水の入ったバケツを用意する。
- ⑤ 風の強い日などは遊ばない。

⑥花火をほぐして遊んではいけません。

### 非行を防止しよう

夏——子供たちにとっては、最高の季節です。しかし一方、身にも心にも危険がいっぱいです。特に青少年の非行は全国的に十年ほど前から増加を続け、戦後第三の



ピークで、なおも増加傾向にあります。

子供たちにとって、非行に走りやすい夏休み。家庭では、次のような点に十分気をつけましょう。

①勉強や遊びなどの日程表を子供たちに作らせ、けじめのある生活をさせましょう。

②子供が外出するときは必ず行き先を確かめ、夜遊びはさせないようにしましょう。

③家庭が楽しいところであるよう、少なくとも毎日一回は家族そろってだんらんする機会をつくるようにしましょう。

④悪に負けない勇気を伸ばし、友達から誘われても断ることができ、強い意志を育てるように、しつけ教育に重点をおきましょう。



しかるほど

遠のく

## 子供なら だれでも

# 親を悲しませたくない”という気持 を持っていて

俳優 穂積隆信

常に変わらぬ

愛情を

そういう家庭づくりを目指したいものです。

親は、子供が順調に育っているときは、あれこれと世話をやき、一生けんめい愛情を注ぎます。しかし、子供が少し悪さをしたり、非行の芽が出かかったようなとき「こんなに、お前のために思いやっっているのに、どうして親を裏切るの」などと、悲鳴を上げがちです。が、ちよつと待ってください。肝心なのは、子供がどういう状況にあつても、常に変わらぬ愛情を注ぎ続けることではないでしょうか。

娘はその時まで、それはまじめな子供でした。

その時——中学一年も終わりに近い三月初めのことです。顔をカミノリのようなもので切られて帰ってきました。それからというものの、学校から帰るのが遅くなるし、親を避けるようになりました。わたしばかりか、妻と言葉を交わすことも嫌うようになり、日を追って娘の生活態度がおかしくなってきました。

わたしたち夫婦は、ただ仰天するばかりで、なすすべもなく、とにかく「親として」の面目と世間体を気にして、娘をしかりました。しかし、しかればしかるほど娘は遠のいていき、わたしと妻はただ娘の行動に振り回されるばかりでした。

子供に非行の兆しが見えると、親は怒ります。すると、子供は逃げる、つまり親を避けるようになり、ついでに、親は逃げる子供を追い詰めてはしかり、ときには暴力を振

るようになる——これでは、親子の関係はこじれるばかりです。好奇心から面白半分にはシンナーを口にしたにすぎないのに、あまりにもひどい怒り方をする親の態度に嫌気がさして、身も心もシンナーに奪われていく——そういったケースも多いのです。

### 子供の心が

見えないとき

子供の心が見えなくなった親というのは、子供にしてみれば、ただ恐ろしく、うとましいものにか映らないようです。こうなると、子供は親にも世間にも背を向けて、自分の世界にたてこもってしまいます。

### 子供にとって

家庭は“港”

子供にとって、わが家はいつても安心して停泊できる“港”のようなものです。しかし、一日を終えて“港”に帰ってきて、頭からポンポンお説教を並べられるばかりでは、面白くないが、世界でいちばん

☆ほづみ・たかのぶ 昭和6年、静岡県生まれ。俳優座養成所卒。多くのテレビドラマや舞台で活躍。非行に走る娘とせい絶な闘いをつづった著書「積木くずし」が子供の非行化を問うものとして大反響を呼んでいる。



子供が自発的に、みずから心を開いて親に話しかけられる、何ごとも相談できるムードづくりを心掛けたいものです。

子供ならだれでも、親を悲しませたくないという気持ちを持つていて、そう信じていものです。親が、常に本気で子供と付き合っていく態度を貫けば、非行の芽など育つはずがないと思います。

実りの秋が心配——生育の遅れ目だつ

# 異常気象対策本部を設置

## 農家と相談業務も開始



ビートの生育状況を見る林町長

毎年、初夏になると道東地方は、オホーツク海高気圧の影響で、低温になることがときどきありますが、今年は、その冷たい高気圧がどつかりと腰を降ろし、例年にならぬ低温と日照不足に見舞われま

した。長引く異常気象の影響で、豆類を中心とした農作物に生育の遅れが目だち、牧草は刈り取りが進まないため、飼料の確保が問題になってきます。このあとさらに悪天候が続くと深刻な事態も予想されるので、七月九日に町農業振興推進協議会が開催され、異常気象対策本部を設置し、今後の状況に応じた対策を立てていくことを決めました。引き続き午後からは、協議会の全員がバスに乗り込み、農作物の生育現況調査に出かけました。

このあと十一日、役場農林課に異常気象対策本部の看板を上げ、農家個々との相談業務を開始し、十五日には当面の技術対策のチラシを農家全戸に配付し、指導の徹底を図っております。また、町議会でも十七日に異常気象特別委員会を設置し、諸対策に当たっております。

### 適切な防除が必要

五月下旬以来続いていた不順な天候も回復の兆しがありますが、気温が急に上昇すると、病虫害が大発生することが心配されますので、各作物とも適時に薬剤散布を行い、

防除を徹底しましょう。

各作物別に、①豆類…金時類、成長などのかさ枯病は、銅水和剤で防除を行ってください。菌核病、灰色かび病の防除は、ロニラン水和剤、スミレックス水和剤を使用してください。炭そ病の防除には、菜豆類はスズH、小豆にはジネブタイプセン水和剤を使用してください。②秋まき小麦…収穫時の子実水分のばらつきをなくすため、ほ場

## 近隣センターはみんなのもの

### 決まりを守り大切に……

町では、地域におけるコミュニケーション活動の推進を図ることを目的として、新総合振興計画に基づき、近隣センターを年次計画で建設しております。昭和五十七年度

は、日新近隣センターと泉町近隣センターを建設し、さらに本年度は、緑町地区に建設を予定しております。総体では二十八カ所になります。

近隣センターの管理・運営は、各地域の運営委員会に委任してありますが、施設の維持経費(光熱費、水道料、備品・修理費等)は全額町が支出し、年間約一千万円にもなっております。近隣センターの使用に当たっては、公共施設であり、地域住民の皆さんの施設であるというのを忘れず、使用願いたい

周辺の雑草を刈り取りましょう。③馬鈴しょ…軟弱な生育のため、疫病多発の恐れがありますので、次の薬剤のいずれかを使用し、計画的な防除を行いましょ。銅水和剤、グリーンMダイファア水和剤、グリーンMダイファア水和剤、ダコニール水和剤。特に、銅水和剤は軟腐病にも効果が認められます。④てん菜…ヨトウガは産卵状況や幼虫の発生に注意し、適期に防除

しましょう。ディブテレックス剤、オルトラン水和剤。⑤酪農…飼料確保量を再検討して、できるだけ多く二、三番草で調整するよう心掛けて、飼料の不足がないようにしてください。●今後、天候は回復が予想されております。町農業推進協議会など関係機関では、これからも万全の対策を取りますので、農家の皆さんも日々の営農に努力しましょ。

①近隣センターを使用する場合は、あらかじめ管理人に申し出て、承認を受けましょ。②使用時間は必ず守りましょ。

③近隣センターの備品・消耗品などは、大切に扱いましょ。④使用中は、各自が常に、決められた正しい使用を心掛けましょ。⑤使用者の責任において、清掃および整理、整とんをし、使用後はその旨を管理人に連絡しましょ。⑥以上のほか、管理人の指示に従いましょ。

### 各近隣センター一覧

近隣センター名	電話番号	管理人名	電話番号
旭町近隣センター	54-2390	三田村 勲	54-2573
鉄南	54-2402	千葉 敏夫	54-2943
春日町	56-2933	沢崎駒次郎	56-2200
桂町	56-2931	松田 正男	56-2190
あかしや町	56-2330	嶋田 政男	56-2667
新北町	56-2932	瀬上 明夫	56-3135
北栄町	25-3365	真下政次郎	24-5891
あかしや南	56-2550	三浦みさ子	56-4389
青葉町	56-3912	高橋 三吉	56-3462
泉町	56-3918	今川 憲子	56-4707
相川	54-4181	宮脇 治郎	54-4020
相川北	54-4100	脇坂 正男	54-4137
明野	54-4178	北原 道喜	54-3267
新川	54-3859	氏家 明	54-3873
南勢	57-2556	千葉 週	54-4251
猿別	54-3619	竹本 順一	54-2789
西猿別	54-4444	西川 英男	54-3990
大豊	54-3930	久保 与作	54-3921
豊岡	56-5585	笹原 明雄	56-5466
軍岡	54-3961	長瀬 弘	54-3965
明倫	57-2013	林 博信	57-2305
中里	57-2310	徳野 良雄	57-2660
美川	57-2459	佐藤 俊雄	57-2449
千住西	56-2940	谷川 義春	56-2967
稲志別	56-4840	村上新太郎	56-4082
依田	56-2942	橋本 喜作	56-4987
日新	56-5580	中村 明子	56-4027



# スポーツ ひろば

待ちに待った夏到来！  
野外に出て、心地よい  
汗をかきましょう。



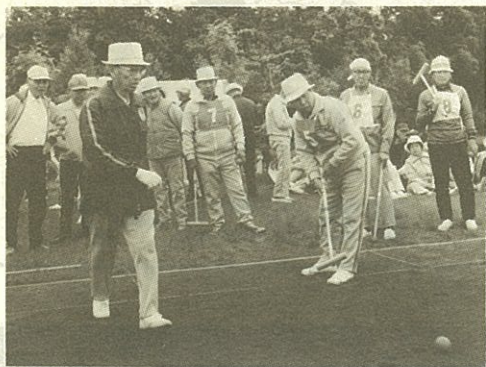
## 札内Aチームが優勝

### 社協会長杯ゲートボール大会

社協会長杯ゲートボール大会が、七月十二日に運動公園で、二十チーム・百五十人が参加して開催されました。

大会結果は、優勝・札内Aチーム、準優勝・札内鉄南Aチーム、三位・明野チームです。

なお、この三チームのほか、駒畠Aチームと南町Aチームの上位

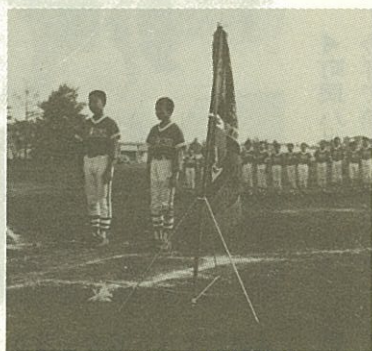


熱戦を展開する選手たち

合わせて五チームが、今月五日に行われる東北海道大会に出場することになっています。

## 札南ライオンズが優勝

### 少年野球・東部十勝大会



表彰を受ける選手代表

少年野球・東部十勝地区予選大会が、七月二日、三日、九日に浦

あなたの家の近くの公園や道路に空き缶が、ポイ捨てられていたのを見たことはありませんか？ 空気が汚れるのは、空気が必ずくずかへ。



幌町で十七チームが参加して行われ、札南ライオンズが優勝しました。

## 第7回全幕別男子ソフトボール選手権大会が行われる

第七回全幕別男子ソフトボール選手権大会が、七月十七日に幕小グラウンドにおいて、十チームが参加して行われました。

その結果、優勝は札内若草町、準優勝は札内泉町公区でした。

### 一回戦

エンペラズ 8-1 札内春日公区

キングダム 9-2 緑町第四公区

札内泉町公区 10-2 旭町第四公区

役 場 15-8 キンザマ善

### 二回戦

札内若草町 14-4 キンダム

駒畠公区 15-4 役 場

### 準決勝

札内若草町 19-4 エンペラズ

札内泉町公区 11-4 駒畠公区

### 決勝

札内若草町 16-4 札内泉町公区

## 健康 カルテ

26

### 「痴ホウその②」

今回は、ボケの予防についてです。

ボケの大半は脳血管性痴ホウですから、ボケを防ぐには、脳血管性痴ホウの原因である、脳動脈の硬化を防がなければなりません。脳動脈硬化を防ぐには、次のような点に注意することが必要です。

- ① 高血圧を予防する
- ② たばこをやめる
- ③ ストレスを避ける
- ④ 肥満を解消する
- ⑤ 適度に体を動かす

そして、ボケを防ぐために何よりも大切なことは、心の健康を保つことです。頭をよく働かせて、脳の老化を防ぐのです。よく、定年を迎え隠居生活に入ると、とたんにボケる人がありますが、これは頭を使わなくなつたために、急速に脳の機能が衰えたのが原因です。ですから年を取る分だけ、いっそういろいろな分野に目を向け、新鮮な刺

激を求め、積極的に取り組むことが大切です。それには「読むこと」と「書くこと」をお勧めします。この二つの方法が脳の老化を防ぐ一番手軽な方法です。毎日、新聞を読み社会情勢に目を向けること、本を読んで教養を深めること、気軽に友人に手紙をしたためること、夜には日記を付けるなどなど。



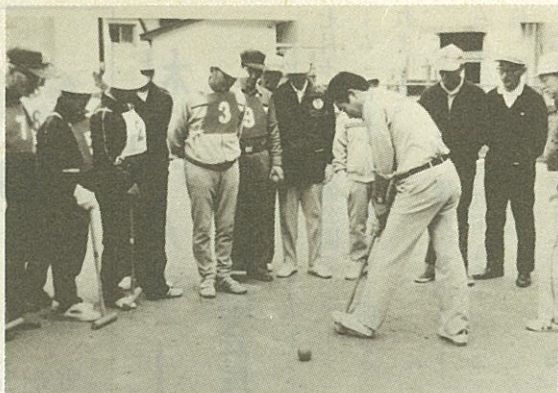
ちよつと難しそうですが、気軽に始めてみましょう。たとえば日記にしても、分厚い三年も書けそうな日記帳では、見たただけでうんざりです。広告の裏や何かの余白にちよつとメモすることから始めましょう。

また、読むことと書くことのほかに、趣味を持つことも大切です。俳句を読んだり、陶芸、手芸など何でも良いのです。ゲートボールや踊りなど、体を使うものも理想的です。

それでは、ボケてしまったお年寄りの介護はどうしたら良いのでしょうか。今回は痴ホウ③として、ボケ老人の介護についてお送りします。



# まちのニュース



▶ゲートボール審判講習会行われる  
みんなが手軽に楽しめるゲートボールを、正しいルールでさらに普及させようと、六月二十九日に止若公園のゲートボール場で、審判員二十一人が審判講習会を行いました。



## ▲幕高生が交通安全啓発

悲惨な交通事故を少しでも減らそうと、交通安全啓発が6月24日、明野の交通検問所で行われ、幕高生12人が安全運転を訴えていました。



◀町民ハイキングに140人が参加  
今年で第十一回目の町民ハイキングが、七月十日に百四十人が参加して行われました。この日は日高管内様似町のアポイ岳の登山をし、ひとりの脱落者もなく一日を楽しみました。

## ▼札内若草町公区で歩こう会がありました

札内若草町公区では、7月3日に148人が参加して、歩こう会が行われました。この日は、幕別温泉までの3.5キロを交通安全を呼び掛けて歩きました。



▶相川新暦会で花だん清掃  
六十歳以上のかたの集まりである相川新暦会では、七月十六日に、相川近隣センターの花だんの清掃と植樹を行いました。



# 幕別風土記

高い馬を買って大手を広げるもんだから貧乏こいて、馬が死んだ時なんかは、どん底になったもんですよ。



途別404番地 乾 勇さん (84歳)

私は、明治三十二年四月十日、現在の途別小学校付近で生まれました。今の途別四〇四番地へ来たのは、大正五年の十七歳の時です。

私の記憶では、四、五歳の時でも、まだ途別は草ぼうぼうで、畑がどこにあるか分からなかった。本当に昔は原生林ばかりで、太陽さんが見えないぐらいだった。西の方にも大木があるでしょう。真黒になっていた。昼間でも薄暗く、父なんか札内や帯広へ行った時は、暗くならないうちに帰ったものです。

私が六歳だったかな、そのころは馬一頭十五円って言っていた。高い馬を買ったり、大手を広げるもんだから、貧乏こいてしまったし、また馬が死んだ時は、もう運が悪くて、とうとうどん底

になってしまった。馬がいなくて、開墾もできなくなるしね。馬が死んだのは、何かの伝染病だったのかな。ゴロゴロと三頭、四頭と続けて死んだんですよ。こんな訳で、私が生まれた所の土地は売ってしまったけど、付近の人で夜逃げした人がたくさんおるんだから、私の家は、夜逃げしなかっただけ良かったなあ、今でも思いますよ。

食べ物、やはり畑で取れたトウキビのかゆや、イナキビご飯だね。昔のトウキビがゆつたら、おいしかったですよ。お米のご飯は、正月、お盆かお祭で、水田を作るようになってからは、不自由しなかった。

開拓は、木を倒すことばかりであった。私の小さいころなんかは、木の根っ子の間に作物を植えていたようなもんです。それでも、昔は土地が肥えていたから、作物がそんなに取れんちゅうこともなかった。冷害にはよく遭って苦労しましたけどね。今は、長生きして本当に良かったと思うことはありますよ。