▲草刈りの手つきも鮮(あざ)やかに

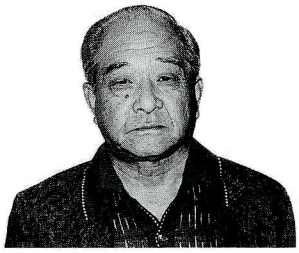
▲シルバー人材センターから30の老人クラブを経由して常会長さん宅へと市報の配布方法も，変わりました。(回覧は早めに回してください。)

社団法人

高萩市シルバー人材センターがスタート！

まだまだ若いもんには負けんよ

市報 たかはぎ
6月号 '89 No.352
平成元年6月5日発行



家にいると時間をもてあましてしまう

会員 **鈴木正男**さん
(上手綱)

私は，一人で家にいると退屈して，時間をもてあましてしまうので，3年ぐらい前からこの仕事をしています。

草刈りや草ひき，植木の手入れなどをしていますが，休み時間に仲間と話しをすることも楽しみの一つですね。

働いた日はねつきがよい

会員 **東 ハツ**さん
(安良川)

年金だけでは生活していけないので、今年の四月から働いています。

公園や広場などのゴミを拾ったり、草ひき、トイレの清掃などをしています。

体を動かすことは、健康にもよいし、働いた日はねつきがとてもよいですね。

市民憲章

一、自然をたいせつにし、美しいまちをつくりましょう
一、きまりを守り、明るいまちをつくりましょう
一、礼儀を正しくし、うるおいのあるまちをつくりましょう
一、元気で働き、豊かなまちをつくりましょう
一、思いやりのある、あたたかいまちをつくりましょう

主なもくじ

表紙～3…社団法人　高萩市シルバー人材センターがスタート！
4～5…市民の交流から生まれた友好都市盟約の調印式，市長随想
8……第15回高萩国際交流の集い
12……第19回高萩市民号参加者募集，お座敷列車で新庄まつり見学

✉編集・発行／高萩市役所市長公室市民活動課☎(0293)23—2111　印刷／藤枝印刷所

シルバー（お年寄り）の仕事をあっせん

～ 社団法人 高萩市シルバー人材センター ～

五月十八日㈭　文化会館で、㈳シルバー人材センター（小山政男理事長）の設立総会が、関係者約百人の参加で盛大に開かれました。

市内では、お年寄りに就業の機会を提供するミニ・シルバー人材センターが、昭和五十八年四月十八日発足して、過去六年間（図一のとおり）着実な歩みを続け、この日、県内で九番目の㈳シルバー人材センター設立の運びとなりました。

県内の昭和六十三年度のシルバー（八か所）、ミニ・シルバー人材センター（十六か所）の仕事の受注総金額は、約十一億九、四〇〇万円に達し、活力ある地域社会づくりに大きく貢献しています。

急速に進んでいく高齢化社会は、高萩市でも例外ではなく、六十五歳以上のお年寄りは四、三八二人で総人口三五、七四九人の十二・三％（平成元年四月一日現在）、また、会員の対象となる六十歳以上の人口は六、三〇三人で、十七・六％（同）となっています。

新しくスタートした㈳シルバー人材センターは、市役所の元消防署二階に事務所を設置、事務局もより一層の充実を図りました。

会員数　二二〇人（五月十八日現在、すでに二三五人）
年間就業件数　五八〇件
年間会員配分金　二、二八〇万円
年間就業延べ人員　六、五〇〇人

▲草ひきをする会員のみなさん

（図1）　ミニ・シルバー人材センターの過去6年間の推移

年度	会員数	就労延べ人員	受注金額
58	64人	450人	209万5千円
59	69	587	220万4千円
60	86	1,083	436万9千円
61	79	1,936	711万9千円
62	175	3,805	1,323万8千円
63	194	4,710	1,749万3千円

資料：福祉事務所

㈳シルバー人材センターとは

を目標に、新たに臨時的で短期的な雇用による就業を希望するかたの無料職業紹介事業を行うことができるようになりました。

公共的な性格をもつ団体

職員の人件費や事務所維持費などは、国や県、市などの補助を受けており、営利を目的としていません。

雇用関係ではありません

仕事はセンターが請け負い、会員に提供しています。

責任能力もじゅうぶん

センターが引き受けた仕事上の責任は、センターが負います。

傷害保険は加入ずみ

会員はすべて傷害保険に加入し、仕事上の災害に対処しています。

▲写真左後から高橋さん，伊藤さん，山形さん
左手前から鈴木さん，服部さんの事務局職員

会員募集中！

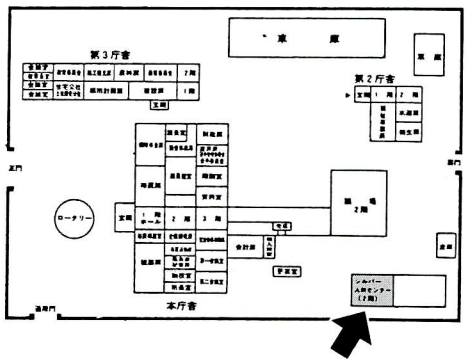
やる気のあるかた、腕に覚えのあるかた、時間のあるかたなど、ぜひ、どうぞ。おおむね六十歳以上のかたならだれでも入会できます。

あなたも豊かな経験と能力を生かして、自分自身のために「働く」、「学ぶ」、「奉仕する」、健康と生きがい、所得、就労を求めて加入してみませんか。

入会の手続き

センターに備え付けの入会申込書に記入して、年会費五百円を添えて申し込みください。

市役所庁舎案内図



仕事の依頼をお待ちしています

会社や事業所、公共団体、一般家庭のみなさんへ…

ご利用ください！

○新しく人を雇うほどでもないが、期日までに処理しなければならない仕事ができたとき
○家族や、家庭内のことでやってもらいたいことがあるとき
○手軽に仕事（人手）を頼みたいとき
○高齢者にふさわしい仕事があるとき

専門的な仕事

高齢者の豊かな専門的知識経験を生かした仕事，指導等の講師など人材活用を図る時代です。
（別途協議）

管理・監視的な仕事

倉庫管理，駐車場管理，公園管理など経験を生かした仕事をしてみませんか。
（500円～550円）

簡単な大工仕事 修理修繕

簡単な大工仕事や修理など長い経験と丹念な仕事をする高齢者の技能が尊重される時代です。（600円～700円）

一般事務や経理事務

書類の整理や伝票整理，集計事務や調査事務に，高齢者のこまめさと，実直さが十分発揮されるでしょう。
（500円～700円）

○こんな仕事のできるかた
○仕事の依頼をしたいかた

お気軽にどうぞ

㈳高萩市シルバー人材センター
高萩市本町1―100
☎23―7911

（　）内，１人１時間当たりの単価です。

着物仕立の仕事

高齢者のもつ着物仕立の経験を生かした仕事をとおして若い母親とのふれあいと指導を図ります。
（別途協議）

外交・折衝・集配事務

集金，配達，人との折衝など高齢者ならではの知恵や応待が期待できるでしょう。
（500円～550円）

室内でする手先の仕事

器具の簡単な組み立て，造花，のりつけ，ラベル貼りその簡単な手仕事も，高齢者向きの作業としてうってつけです。
（別途協議）

屋外の軽易な作業

庭の清掃，除草，植木や盆栽の手入れ，芝生の手入れから，跡片付け，置場の整理など，力仕事を必要としない作業にうってつけです。
（500円～600円）

筆記・毛筆・筆耕

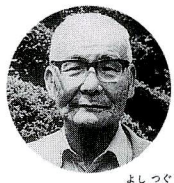
封筒やはがきの宛名書き，証書の毛筆，浄書など，若い人に余り向かない仕事が高齢者にとってかっこうの仕事です。
（１枚８円～50円です。）

留守番や子守 家事補助

ちょっと外出したいとき，誰（だれ）か信用できる人に頼みたいと考えたことはありませんか。信頼できる高齢者があなたの身近で求められています。
（600円ぐらいです。）

みなさんの声

これからも また，お願いしたい



依頼主　石　喜次（よしつぐ）さん
（本　町）

草ひきや植木の一部の手入れなどを今までに三回お願いしました。みなさん、まじめに一生懸命仕事をしていましたよ。

私は、なかなか草ひきなどできないので、たいへん助かっています。

これからも、またお願いしたいと思っています。

もっと 仕事が欲しい

会　員　青山　健一さん
（東本町）

定年になってから働いています。昨年の夏は、海水浴場の駐車場の仕事で一か月に十四、五日働けましたが、十一月から三月までの、とくに冬の間は仕事が全くありませんでした。

仕事があまりないので、もっと仕事が欲しいですね。

家にじっとしていると 病気になってしまう

会　員　鈴木　とみさん
（有明町）

昔から遊んでいるのはきらいでしたし、元、失業対策事業などで働いていましたので、仕事は苦になりません。

かえって、家にじっとしていると病気になってしまいますよ。

タバコ銭ぐらいは 欲しいね…

会　員　浜崎　久雄さん
（安良川）

月に約十日ぐらいですかね。植木の手入れや草刈りなどをして働いています。

健康にもよいし、せめてタバコ銭ぐらいは欲しいからね。

市民ぐるみで育てて，支えて欲しい

理事長
小山　政男さん

六十歳で定年を迎えてからも、人生八十年時代といわれている今日、二～三十年の第二の人生を生きていかなければなりません。

健康と生きがい、所得、就労などの社会参加を希望する技術や時間のあるかたに就業の機会を提供する㈳シルバー人材センターは、まだ、生まれたばかりです。

できるだけ努力して、市民のみなさんのご要望に応じていきたいと思っていますので、市民ぐるみで育てて、支えて欲しいと思います。

民間企業や一般家庭の仕事を増やしたい

事務局長
服部　信（まこと）さん

これからは、やる気のある人や技能を持った会員を増やすことに努めて、職能グループ化を図り、仕事の依頼に対して適切に対応できるようにしていきたいと考えています。

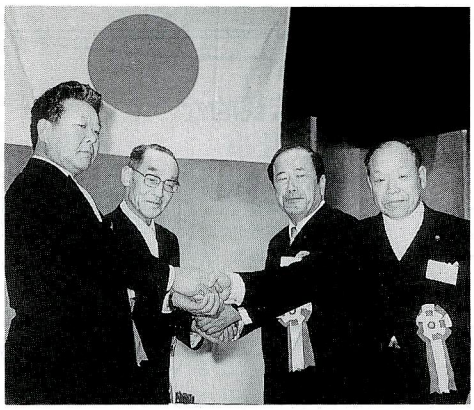
また、これまでは公共機関からの仕事と民間企業、一般家庭からの仕事が半々という状態でしたが、もっと民間企業や一般家庭の仕事を増やしていきたいと思います。

高萩市 新庄市

市民の交流から生まれた 友好都市盟約の調印式

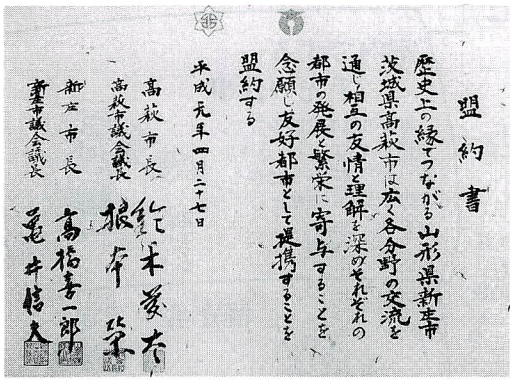
四月二十七日㈭　山形県新庄市の市民文化会館で、高萩市と新庄市の友好都市盟約調印式が盛大に行われました。

高萩市からは、鈴木市長や根本議長をはじめ三十二人が参加して、新庄市民のみなさんと末長い交流を誓い合いました。



ガッチリと友好都市盟約の握手

◀両市の市長、議長が調印（左から亀井新庄市議会議長、高橋新庄市長、鈴木高萩市長、根本高萩市議会議長）



盟約書

歴史上の縁でながる山形県新庄市茨城県高萩市は広く各分野の交流を通じ相互の友情理解を深めそれぞれの都市の発展と繁栄に寄与することを念願し友好都市として提携することを盟約する

平成元年四月二十七日

高萩市長　鈴木義夫
高萩市議会議長　根本栄
新庄市長　高橋孝一郎
新庄市議会議長　亀井信夫

両市の交流経過

戸沢政盛公は、慶長七年（一六〇二）、現在の秋田県角館から高萩市に移封され、約二十年間にわたり同地方を治め、元和八年（一六二二）、山形県新庄市へ国替えとなりました。

そして、高萩市から多くの家臣とともに新庄に入部して、明治に至るまで約二五〇年間、戸沢氏が新庄市を治めました。

昭和五十九年十月、高萩市の文化団体が歴史的に縁の深い新庄市を訪れ、新庄市の文化団体との交流を申し入れ、今日まで両市の舞踊団体のみなさんが、夏まつりに参加するなど交流を深めてきました。

また、地域産品の流通など経済分野での動きも活発になってきており、民間レベルの交流が推し進められています。

昭和六十年七月から両市が相互に訪問し、地域振興やまちづくりの情報交換を行うなど、行政レベルでの交流も深めてきました。

昭和六十三年十一月、高萩市議会が新庄市を訪問、平成元年一月には新庄市と新庄市議会が高萩市を訪問し、四月二十七日㈭の友好都市の盟約調印式をむかえたものです。

祝辞をのべる戸沢家13代当主　戸沢奎三郎さん

▲記念祝賀会では，交流のきっかけを作った両市の舞踊団体のみなさんがお祝いの踊りを披露（写真上高萩市，下新庄市）

最上公園では，新庄市の春を告げる春告魚（カド）焼きに舌鼓

市長随想

思いやりと譲り合いで

高萩市長　鈴木義弘

交通事故による死亡者が、全国的に増加しているなかで、茨城県は、前年に比べ増加率が一番高い比率を示しています。

高萩市でも今年に入ってからすでに三人が死亡しており、いずれも前途有為の若い市民の命が失われていることに、心の痛みを覚えます。

今世紀最大の奇跡といわれる日本経済の復興と繁栄を象徴する自動車の普及は、私どもの生活に、利便さと快適さを与えてくれましたが、同時に自動車の増加に対して、道路整備や安全施設が追いつけないなどのさまざまな問題も起きています。

特に注目すべきことは、急速な車社会への移行がすすむなかで、生活習慣が旧態依然のままであることも、事故多発の大きな原因であると考えられることです。

たとえば、交通三悪の一つといわれる飲酒運転にしても、茨城県は全国でも違反件数が上位で、特に県北地区に多いといわれています。友人と親しくつき合い、来客をあたたかくもてなす習慣は大変良いことですが、徒歩で往き来した時代ならともかく、車社会になってからも、「少しぐらいは」の気持ちがアルコール特有の作用で、無意識のうちに正常な生活感覚を狂わせ、悲劇につながるケースが多くみられます。

又、幸福な市民生活の基本は、まず生命の安全の確保にあることを考えれば、交通安全は外から求められるものでなく、自らすすんで取り組まなくてはならないことなのに、シートベルトの着用にしても、罰則があるから仕方なしに従ったり、交通安全運動が、警察や交通安全関係団体の仕事というような考え方が、まだ多いのではないでしょうか。

常磐自動車道は、私どもに生活の恩恵と将来への希望を与えてくれました。しかし、同時に市内の区間だけでも、すでに死亡をはじめ、事故による多くの救急自動車の出動をみています。

自動車は動く個室ともいわれ、ともすればドライバーの心理が閉鎖的で、自己中心になりがちだといわれます。しかし私どもは、かつては人間同士の心のふれあいで結ばれていた生活のすがたを、車社会でも生かすため、「人間愛」の精神で、常に社会の中に生きる一人であるという自覚を、はっきりもつことが必要だと思います。

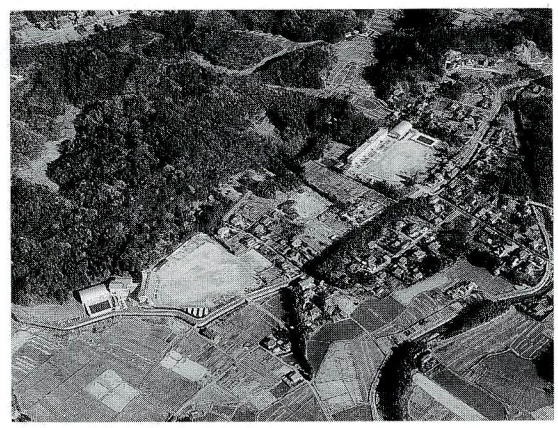
これからも生活様式の近代化がいっそうすすむなかで、何よりも大切なことは、新しい時代を幸せに生きるための生活意識の改革と、常に相手の立場を大切にする思いやりと、譲り合いの気持ちの交通道徳の確立であることを痛感します。

松岡の歴史 ②

大塚信濃守（政成）の上洛

中央記録上初見の「竜子山」

高萩市文化財保護審議会委員
江尻光昭さん（本町）



▲写真は，竜子山の全景――（松岡城）

中央の文書記録で「竜子山」の名が見える最初のものとしては、蜷川親俊（にながわちかとし）の、「讒拾集（ざんじゅうしゅう）」をあげることができます。

大塚信濃守、竜子山と云々、貴殿へ得二御意一候。黄金十両其外色々進二上之一。鷹進候はで申二浮言一、彦六差二下之一。

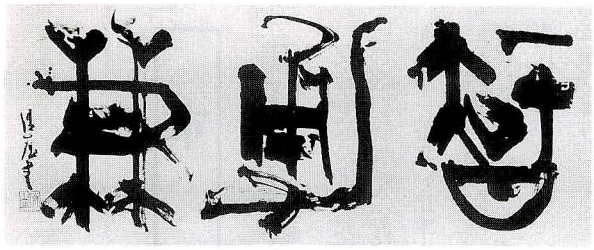
とありますが、これは、天文二十四年（一五五五）に上洛した武士の名の控え書き部分ですが、大塚信濃守（竜子山城主）が、東北の武士たちとともに記されているものです。

内容は「大塚信濃守（政成）、竜子山と称している。貴殿におめにかかり、御挨拶申しあげた。黄金十両そのほか種々のものを進上したが、約束のタカは進上しなかったので、彦六（＝飯尾常房）がこれをさしくだした」というものです。

このころ地方の武士たちが、どのようにして中央の権力と結びつこうとしていたかを示す一つの資料ですが、この中に大塚氏の名が見えるのは興味深く思われます。

「讒拾集」というのは、現在、内閣文庫に所蔵されている貴重な記録で、一休禅師の話の中によく出てくる蜷川新左衛門親俊の日記「親俊日記」の一部に入るべきものです。用紙も、当時、一度使用された文書の裏を使用した、いわゆる紙背文書（しはいもんじょ）のあるもので、そちらの方も貴重とされています。

この竜子山の城主であった大塚氏は、他家からは一般的に「竜子山殿」と称されていました。秋田へ移った佐竹家でも、亀田の岩城家でも大塚氏をそのように呼び、直接、氏を呼ぶことなくていねいに待遇していたようです。秋田県立図書館にもそうした文書がいくつかみられます。



▲第20回日展（1988）に出展
「智勇兼ぬ」

佐川　倩崖さん
（高　萩）
書道家

深遠なる書に向かい精進

寄稿

私の父（翠龍）は、製材業の傍ら趣味で書道をしていましたが、三十歳を過ぎてから青山杉雨先生に師事、本格的に書をはじめたように聞いています。

県展はもとより、日展でも連続の特選受賞、委嘱となり審査員を目前に、昭和五十二年に五十四歳で病にたおれ、亡くなりました。私が二十七歳の時でした。

父は、私に書については何一つ教えてはくれませんでした。生前他の人に、「芸というのは教えられるものではない。自分で努力して覚えるものである。また、師匠の技術、思想などに影響を受けたら、最終的には自身の道を見つけるものである。ましてや世襲制などはあり得ない。」などと話していたようです。

そんな思いがあったかどうか、小学校のころ書き初めをさせてもらったことぐらいが、家と書の接点であったように思います。

したがって中学校のころ、父が日展で特選受賞の際も、学校の先生にいわれてからはじめて知ったような状態でした。

書をはじめたのは、大学に進学してからです。大東文化大学は、書の盛んな学校でしたので、書道部員は七百人ぐらい、親が書をしていたこともあり、迷わず入部、全国から書を志す人が集まってくるのですから、それはすごい刺激でした。

同年、青山杉雨先生に師事し、それから三六五日は一日も筆を離したことなく、学生時代は書の勉強の明け暮れでした。と同時に、書けば書くほど自信をなくしていったことも、脳裏に焼きついています。

そのうち、篆隷の構築性のあるものが好きになり、思考錯誤しながら現在に至っている訳です。

今は特に、周の全文、楚の帛書あたりに興味を感じています。また、木簡や漢の開通褒斜道刻石などにも心引かれています。細く呼吸の長い、不安定に見えて安定している部分、また、石紋とあい交錯して、なんともいえぬ古香を感じるからです。

中国の歴代の書は、時代により変遷しており、貴族と庶民、知性と理性の二つの世界の対立するようすがうかがえ、書を書く以前に、見ているだけでも興味を覚え楽しくなります。

継続は力なりと申しますが、これからも深遠なる書に向かい、精進していこうと思っています。

シリーズ「高萩の動物」―⑥

土壌動物の紹介とカニムシについて

寄稿

坂寄　廣さん（土壌動物）

今月から数回にわたり『土壌動物』について紹介します。

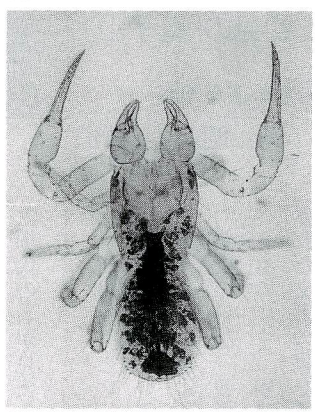
森林や草原の落ち葉の下はもちろん、陸上のあらゆる土の表面や中には、ダニ、トビムシ、ムカデヤスデ、ワラジムシ、アリ、カニムシ、クモ、ミミズ、その他一ミリメートル以下の小さなものから、数センチメートルの大きさのものまで、実にさまざまな種類の動物が生息しています。これらの動物を総称して『土壌動物』と呼んでいます。

この中には、地面に落ちた葉や木の枝を食べて、たくさんの糞を出し土に変えていくはたらきをもつ動物、それらを捕食している動物などがおり、その生活の仕方もさまざまで、それらの動物たちの間にみられる関係は、非常に複雑で興味深い世界になっています。

これらの身近なはずの動物について、本格的に研究が始められたのは、日本ではごく最近のことで、その研究は地域も断片的で、特定の動物だけを扱った報告となっているものが多くです。今回のように高萩市という一定区域内で、多くの種類について総合的に調査し、まとめようとする試みは、今まであまり例がなく、学問的にも有意義なものとなることでしょう。これを機会に、高萩市民のみなさんにも、足元で繰り広げられている小さな虫たちの生きざまに興味をもっていただければ、大変うれしく思います。

▽カニムシについて

写真にも示したように、カニムシはサソリから尾を取ったような姿をしています。事実サソリに近い種類ですが、その大きさは一ミリメートルから、せいぜい五ミリメートル程度の小さな動物です。



▲メクラツチカニムシ
（約1㎜）

土壌中のほか、樹皮下や海岸近くの岩のすきま、鳥やハチの巣などさまざまな所に生息しています。長く頑丈なはさみで、まわりにいるダニやトビムシなどを捕えて食べています。日本では、今後新種として記録されるものを含めると、百種ぐらいになると思われますが、『高萩の動物』の中では、森林土壌中に生息しているカニムシ約十種を中心に、それらの形態的な特徴や生態について、まとめてみたいと考えています。

★ 高萩市高校生会 ★

積極的に参加，企画

「参加したみなさんに、〝楽しかった〟と言われるのがうれしくて、それに他の高校生会や社会人の中にはいり、見たり聞いたりして、視野を広げるのも勉強になります。」と、各種行事や子ども会活動に、積極的に参加し、企画している高校生会（斉藤恵会長）です。

五月二十一日(日)に、森林公園で行われた、楽しく遊ぼうみんなの広場では、紙芝居やゲームを行いました。

「子どもたちは正直です。おもしろくないと、ゲームに集中してくれません。興味のもてる内容を企画し、自分に自信を持って、ハッキリと話しかけるようにしています。」と話す佐川貴子さん、たいへんだけど、喜ばれ、役に立つのはうれしいと意欲的です。

現在の会員は、十一人です。それも、学校のクラブ活動に所属している人が多く、全員が集合するのは難しいそうです。それでも活動に魅力があり、積極的に時間をつくって参加しています。でも、これからが高校生会の活動期、夏休みキャラバン隊、子ども会活動、福祉活動、他市町村の高校生会との活動など、もりだくさんです。会員のみなさんは、「ぜひ、たくさんの仲間が欲しいです。何かをやってみたいと、考えている高校生たち、私たちといっしょに、高校生活をよりエンジョイしましょう。」と、会員を募っています。

興味のある高校生諸君、ぜひ連絡してみてください。

連絡先

斉藤　恵（上手綱）☎二二三―三〇三〇

教育委員会社会教育課☎二三―一一三一

▲森林公園の楽しく遊ぼうみんなの広場で，ぬいぐるみをかぶって

関心を寄せて育てたい上手綱のヒメコマツ群（五葉松）

～茨城の自然一〇〇選から～

渡辺 甲吉さん（上手綱）

ヒメコマツ群は，阿武隈高地の尾根に近い花貫川沿いと，金成，関口の3か所に見られます。いずれも標高300mの山の尾根に近い，北斜面の頂上付近に分布しています。

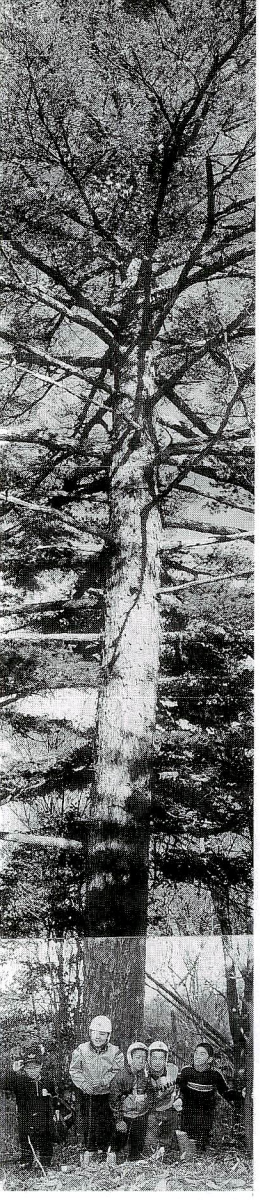
「ヒメコマツとは，金成五葉のことです。ヒメコマツの五つにわかれた葉は，黄色味を帯びた淡い緑色の柔かな羽毛のよう，その名にふさわしく，やさしく優雅さを感じる松ですよ。」と，称賛する渡辺甲吉さんです。

渡辺さん所有の山には，ヒメコマツが約百本あります。茨城の自然100選に推せんを受けてから，地元の愛好家4～5人と，おのやなたで道をつくりました。

「ヒメコマツに関心が無いと，雑木に覆われ，実生の幼木が枯れてしまいます。今後は，みなさんが見学できるように，ヒメコマツを中心に，植物観察やハイキング，散策が楽しめる自然公園にできれば……」と，4～5人で計画中です。

また，松岡中学校（松本寿夫校長）では，ヒメコマツ探検隊を結成し，昨年秋，観察に山に入りました。その時，金成地区の国有林で，幹回り約2.5m，高さ約25mもの巨木を見つけ，“金成太郎”と名づけました。

「戦争中，木造船を造るため，大木が必要とされ伐採されたが，金成太郎は，山奥の急斜面に生息していたため切られずにすんだのではないでしょうか。自然環境のなかでも成長が難しいのに，これほどの巨木のヒメコマツは，植生上でも貴重」と，話す松本先生です。探検隊の生徒たちは，再び金成太郎に会いたいと，観察活動の計画が進められています。



▲ヒメコマツ探検隊と金成太郎

高萩の昔話と民俗

「へっぴり嫁」の話（10）

志田諄一

白砂を敷いた庭は一面山吹色となってしまった。かねて山吹の名所と知られた井出の屋形もかくやと思われる風情である。ましてやそこに一陣の風が吹きすぎたからたまらない。御殿もきざはしも、怪しい臭いが充ち満ちて、げにもあさましい限りであった。

乏少が桃の実のような尻をおさえて逃げ出そうとするところを、下男どもがひっつかまえ、笞をふるって叩き伏せた。真黒けの尻をひっぱたかれて、うめくのを下男どもが烏帽子と髻を引っ張って、庭から追い出した。頭から血を垂らしながら引かれて行ったから、そのあとはまるで立田川の紅葉の錦である。

「下手なおならこきめ、とんだ狼籍、ぶちまかしてやれ」。

「馴れない酒に酔いやがったか。熟柿くさい臭いもするぞ。ああくさや」。

ぺしゃんこにつぶされた烏帽子を、かたつむりのようにかぶって、袖も袂も朱に染まりながら、ほうほうの体で逃げ帰った。真っ昼間のことなので、恥ずかしい。道すがら、隠れんぼ遊びの子どもらが指をさして笑う。

▶写真は、山吹の花

もちつき，琴の演奏に挑戦

留学生38人がホームステイ

第15回高萩国際交流の集い

▲キネの持ちかたから手ほどきを受ける留学生

▲そばやうどんに舌鼓をうつ

五月三日㈬から五日㈮の連休に、二泊三日の日程で、第十五回高萩国際交流の集いが開かれ、今年は、九か国、三十八人の留学生を迎えました。これまで迎えた留学生の延べ人数は、四十七か国、六四二人にのぼりました。

三日㈬、留学生たちは、琴の音が流れる穂積家庭園で、婦人会のみなさんが用意したそばやうどんの昼食、もちつきの体験です。留学生たちは、婦人会のみなさんにこつを教えてもらい、かわるがわるキネを手にして、つきたてのもちを満足そうにほおばっていました。

食後、留学生たちは、和菓子とお茶をいただいて、今まで流れていた琴の音に魅せられ、琴の演奏に挑戦していました。

このあと、KDDで歓迎を受け、施設を案内していただいたり、また、家族のもとに国際電話を入れ、なかには、目に涙をためた留学生もいました。

夜、留学生は、大心苑で民泊家庭との出会いの会や観迎パーティーに臨み、安良川の〝おはやし〟に興じたり、留学生のお国自慢が披露されるなど、楽しいひとときとなりました。

自国の歌と踊りで，パーティー会場を笑わす ▼

▶ご夫婦で留学中の二人、デュエットを披露

▶熱心に琴を演奏

今回，留学生と連休を過ごされた，民泊家庭のかたから感想を寄せていただきました。

オーストラリアから青い目のお嬢さん

木原良子さん（安良川）

▲木原さんの家族とシモンさん（右から二番目…オーストラリア）

私の家では，ホームスティの申し込みをする時，オーストラリアの女性を希望しました。なぜなら，前に「ちびっ子オーストラリア交換留学生」という記録映画が，テレビで放映されたのをビデオに撮り，何度も興味深く見ていたからです。

希望どおりオーストラリアからの留学生，シモン・イングラムさんがいらっしゃいました。彼女は，金髪でとてもきれいな青い目のお嬢さんです。礼儀正しく勤勉で，日本語はよく理解し，話すこともできるので困ることはありませんでした。

一緒に過ごした時間は，とても短かったけれど，オーストラリアの家族のことや，大学の様子など，夜遅くまで会話がはずみ，私たち家族と心がふれあい，ますますオーストラリアが好きになりました。

私たちもこれからは，広く世界に目を向け，いろいろな機会を利用して，たくさんの外国のみなさんと接し，理解を深めて行きたいと思います。

ウイさんを迎えて

石井康雄さん（安良川）

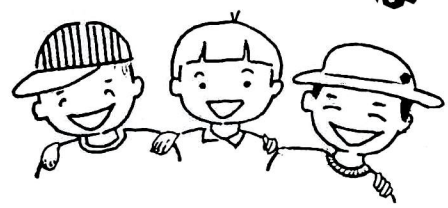
▲石井さんの家族とウイさん（後列…マレーシア）

5月の連休は，国際交流に参加すると決めてから，今年ではや5年目です。知人からは，「もう慣れたでしょう。」と言われますが，毎年，新しい留学生を迎えるので，それぞれに新鮮な驚きがあって楽しいものです。

今年のお客様は，マレーシア人のウイ・エン・ティアムさんです。わが家のおもてなしは，たっぷりのおしゃべりです。ウイさんは，26歳ということもあって，話題が豊富です。「マレーシアの一般的な家庭の生活費は，月3万円ぐらいだけど，自分の家はそれほど裕富ではありません。日本でしっかり勉強して，国のために働きたいです。」と言う彼の言葉に，同じアジアの中での日本とマレーシアの状況を深く考えさせられました。

その後，ウイさんからの手紙に，「美しい自然に囲まれた高萩は，故郷ペナンを思い出します。裸足で砂浜を歩くのは，久しぶりで本当に楽しかった，また会いたいです。」とのことです。ウイさんの東京大学での六年間の勉強が，いつか大きく実を結ぶよう心から祈っています。

しみんのひろば



市民のひろばのコーナーは，みなさんの身近に起こった話題や行事，声を紹介しています。今回も，たくさんの話題をお寄せいただきましてありがとうございました。次回もどしどしお寄せください。
お待ちしていま～す。
☆あて先……市民活動課広報広聴係
（☎23―2111 内線 262）

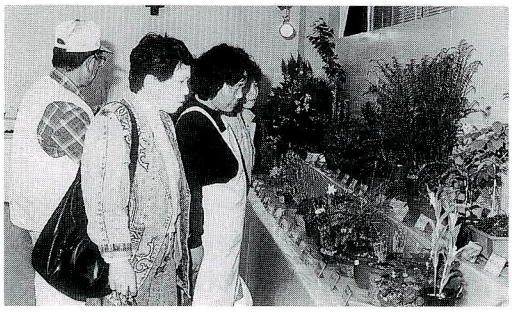
首都圏の週末リゾート地として最適

～ 経営セミナー ～

四月二十八日㈮　高萩市商工会で、講師に市内石滝出身の鈴木令彦先生（長銀経営研究所取締役社長）を迎え、「首都圏北部に位置する地方都市の可能性について」というテーマで、約八十人が参加して、経営セミナーが開かれました。

「常磐自動車道の開通や週休二日制の実施など、高萩市は首都圏の週末リゾート地として最適、週末専用リゾートバスや、電車（金曜の夜、月曜日の早朝の移動）など、交通アクセス手段をよく考えて、まちづくりを行ってください。これからのリゾート、一つの大きなねらい目はマリーナでしょう。」と鈴木先生はこう話していました。

第２回春の山野草展



五月十二日㈮から三日間、文化会館で市民ギャラリー第二回春の山野草展が開かれました。

山野草の愛好者からは、ダイモンジソウやオキナグサ、マイズルソウなど清楚でかれんな花など約四百点が展示されました。

桜の苗木150本植樹

５月９日㈫　十王町友部の高萩営林署上台種苗事業所で，ワシントン州ウインドリバー営林署と高萩営林署が姉妹営林署締結10周年を記念して，駐日米国大使館員や緑のオーナーのみなさん約300人が参加して，植樹祭が行われました。

桜の苗木150本の植樹は，初の「みどりの日」の制定と重なり，記念植樹祭となりました。

蘭州市からの研修生，帰国

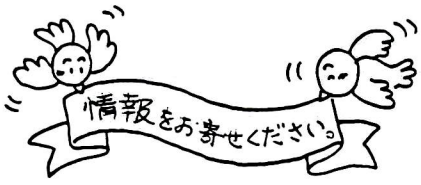
中国の蘭州市から高萩市に２年間滞在し，茨城県洋裁職業訓練校に学んでいた研修生11人が，５月９日㈫修了式を迎え，翌10日㈬家族の待つ中国へ帰国しました。

研修生は，滞在中の２年間に，高萩まつりや産業祭などに積極的に参加するなど，高萩市へ良い思い出を残してくれました。

楽しく遊ぼう みんなの広場

五月二十一日㈰　森林公園で、第十五回楽しく遊ぼうみんなの広場が開かれ、あいにくの小雨にもかかわらず約三千人の市民のみなさんが会場を訪れました。

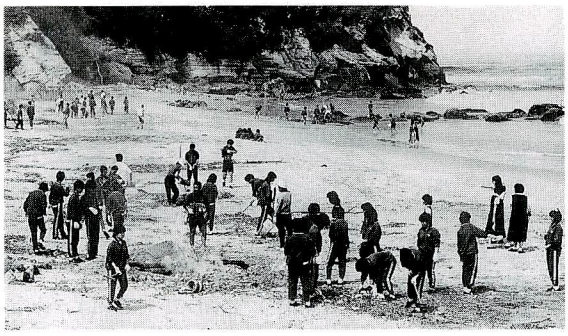
子どもたちは、ぬいぐるみの人形に歓声をあげ、輪投げやねんど細工など、楽しい一日を過ごしました。



松丘高校、海岸愛護功労により表彰

松丘高校（山本勉校長、生徒数七九六人）が、五月十日㈬、千葉県鴨川市で開かれた、㈳全国海岸協会の第二十回定期総会で、海岸愛護功労により表彰されました。

松丘高校では、昭和五十三年から、自然を大切にし、美しいまちづくり運動の一環として、毎年七月と九月の二回、高萩海岸清掃を実施してきました。このような海岸環境の美化や保全に、自発的に取り組んでいることなどが認められ、表彰となりました。



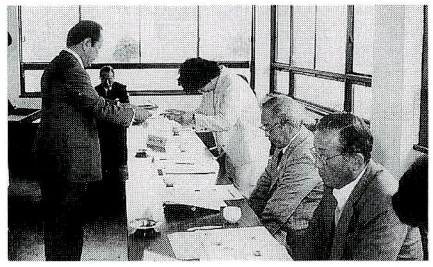
▲昨年の高萩海岸清掃のようす

国税モニターに佐藤　孝守さん

平成元年度の国税モニターに，佐藤孝守さん（下手綱825-3　☎23－4687）が，関東信越国税局長から委嘱されました。

国税モニターは，納税者と税務署の橋渡しをする役割で，税についての意見や要望などを提言します。任期は，来年の３月までの１年間です。

市政モニターに20人が委嘱



○市政モニターのみなさんです。（敬称略）

5月8日㈪　平成元年度の第１回市政モニター会議が開かれ，20人のかたが市政モニターに委嘱されました。

市政モニターは，明るく住みよい高萩市を築くために，市民のみなさんが何を考え，どのようなことを望んでいるのかを知るため，市民と市政の橋渡しをするものです。

西館　昭郎（有明町）	松本寿一郎（安良川）	今川　恵市（高　戸）
赤石澤京子（高　萩）	根本　衣子（安良川）	下山田季雄（上手綱）
金澤　里子（高浜町）	中村やよい（秋　山）	新畑　良子（高　萩）
高山　博子（春日町）	岡崎富美江（秋　山）	鈴木　一郎（大　能）
大部　憲子（大和町）	但馬　能子（島　名）	樫村　賢彦（中戸川）
柴田　房男（高　萩）	山下　博史（島　名）	豊田　邦枝（上君田）
渡辺　森雄（赤　浜）	小林　洋子（下手綱）	

お元気ですか保健婦です

みなさん、歩いていますか？

昔から「老化は、足からやってくる。」と言われていますが、「歩く」ことは、人間にとって最も基本的な運動です。

現代の生活は、車での通勤や、いすに長時間腰かける仕事、家庭においてもテレビの前に座りこむといった動作が多くなっています。

しかし、「歩く」ことは、血管の老化を防ぎ、肥満や腰痛予防、ストレスの解消にもなります。

そこで、誰にでもできる「歩く」動作を見直し、自分の体力や生活時間にあわせて生活の中に「歩き」をとり入れてはいかがでしょうか。

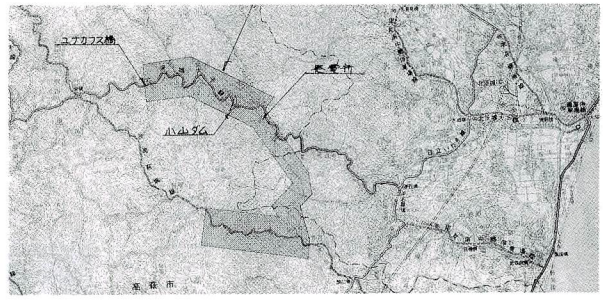
歩き方のポイント

①自分のペースを守って
②週３日は，速足で30分
③１日１万歩を目標に
※くつは，足に合った，底部の少し厚手のもの

買物は歩いて

通勤は歩いて

大北川総合開発事業（小山ダム）のための測量，調査立ち入りについて



大北川総合開発事業（小山ダム）のために，上図の土地へ立ち入りますので，よろしくお願いします。これは，付替県道，原石山調査，工事用道路及び付替林道の測量や調査のために行われるものです。

調査期間　６月20日㈫から平成２年３月31日㈯

調査場所　①横川地先
常磐興産横川発電所～ユナカフス橋間の大北川左右岸幅1.0kmの区間

②上手綱字仙道坂～北茨城市中郷町大字松井～横川字向平地先
高萩市道115号線，北茨城市道仙道坂下，横川線猪場作周辺及び高萩市道3054号線左右幅500ｍの区間

③上手綱字大平，字仙道坂地先
県道高萩塙線左右幅1.0kmの区間

※詳しくは，茨城県久慈水系ダム建設事務所へ
☎23－７２７０

君田中学校、環境保全県民運動功労者表彰

君田中学校（小西道房校長、生徒数二十一人）が、五月十九日㈮、水戸市の県議会議事堂で開かれた、平成元年度環境保全県民運動功労者として団体の部で表彰されました。

君田中学校では、多年にわたり通学路などを中心に周辺の道路の清掃や空き缶、空きビン、ゴミなどの回収活動を行って来ました。このように、環境保全や美化に奉仕してきたことが認められ、今回の表彰となりました。

▶道路の空き缶、空きビンを回収する生徒たち

保険年金課だより

忘れずに… 児童手当（特例給付）の現況届を

問い合わせ先☎23―2111内線233

児童手当の現況届の手続きが始まります。

現況届は、毎年一回（六月一日の現況）児童の養育状況などを確認するため、すべての受給者自身が出す届けです。この届けを忘れますと、六月以降の児童手当が受けられなくなります。

現況届の用紙は、六月中旬ごろ送付する予定ですので、手続きをしてください。

★次のような人は注意を！

●昭和六十四年一月一日現在、高萩市に住民登録をしていなかった人は、前の住所地の市町村から、児童手当用の所得証明書（昭和六十三年中の内容）が必要になります。

●厚生年金に加入している人は、勤務先から年金加入証明書が必要になります。

★請求手続きを忘れている人へ

十八歳未満の子どもを二人以上養育している人に、二人目の子どもから小学校入学前（三月）まで支給されます。所得制限がありますが、該当する人は、至急手続きをしてください。

▲下校時の子どもたち
（本文とは関係ありません。）

ご存知ですか？ 国民年金保険料の免除制度

問い合わせ先☎23―2111内線232

自営業や農家などのみなさん（第一号被保険者）が、運悪く病気やケガで入院されたり、災害や失業、営業不振などによって、保険料を納めるのが困難な場合、その納付が一時免除される制度があります。

免除が認められれば、免除を受けた期間は年金を受けるための資格期間に入ります。ただし、免除を受けた期間の年金額は、通常納付した期間よりも減額になります。

また、免除を受けた人でも一〇年以内であれば、追納といって免除を受けた期間の保険料をさかのぼって納めることができます。

免除には、次の二種類があります。

法定免除

①生活保護法による生活扶助を受けている人

②障害基礎年金、または被用者年金の障害年金（三級を除く。）を受けている人

申請免除

①所得の少ない人や、病気、ケガなどで経済的に困っている人

②保険料を納付することが困難な特別の理由がある人

ただし、任意加入の人は、免除を受けることはできません。また、多額の生命保険料を納めている人も、免除されない場合があります。

免除を希望される人は、印鑑、納付書を持って、保険年金課までおこしください。

身近な税 ⑥ 固定資産税

その2

○課税の特例

(1)評価替えの結果，地価の上昇を反映して，税負担の急増も考えられます。そこでこれを避けるため，評価替えをした後の税額が，前の年の税額の1.3倍（農地は1.2倍）を超えないよう，負担調整率が定められています。

(2)住宅用地の場合は，固定資産税課税標準額が２分の１に軽減され，このうち200㎡以下の部分については，４分の１に軽減されます。

○税率と免税点

固定資産税の標準税率は，1.4％です。また，通常市内で，同一の人が所有する固定資産の課税対象となる評価額が，土地は15万円，家屋は８万円，償却資産は100万円に満たない場合には，固定資産税はかかりません。

○軽減措置

平成２年１月１日までに新築した住宅のうち，一定の要件，たとえば一般住宅の場合，床面積が40㎡以上200㎡以下のもので，要件を満たす場合には，新しく課税される年度から３年度にわたり，税額は100㎡までの部分の２分の１が軽減されます。同じような要件を満たす中高層耐火建物の場合は，５年度にわたって軽減されます。

○納税は……。

固定資産税の納税は，市から通知を受けた税額を，通常，４月，７月，12月，翌年２月の４回の納期に分けて納税します。

都市計画税

都市計画税は，都市計画区域のうち，原則として市街化区域内に，土地や家屋のある人や会社などにかかる税金です。これは，市が行う都市計画事業や土地区画整理事業に要する費用に充てられます。

○税額の計算

税額の計算方法は，固定資産税とほぼ同じです。ただし，税率は0.3％となっています。納税は，通常，固定資産税と合わせて納めていただきます。

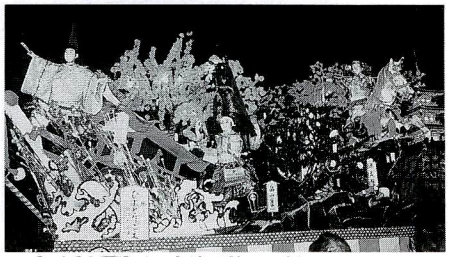
※詳しくは，税務課へ　☎23―2111　内線 205

新庄市との友好都市の盟約記念

お座敷列車で新庄まつり(山車パレード)見学

1泊2日（27,000円）

～第19回高萩市民号参加者の募集～



▲夜空に美しい山車パレード

▲楽しいお座敷列車の旅
（昨年の市民号から）

東北最後の夏まつりの旅

と　　き　8月24日(木)，25日(金)

と こ ろ　山形県新庄市（新庄まつり，ふるさと歴史センター，最上公園等市内見学，ぶどう狩り）

募集人員　１８０人(先着順とします。)

申込受付　6月20日(火)の9時から，市役所受付，または，高萩駅旅行センターへ，現金を添えてお申し込みください。

費　　用　大人　27,000円
小人　21,000円
（旅費，入場料，昼食，夕食，朝食，昼食等含む。）

行　　程（お座敷列車）

高萩（7:00発）—お座敷列車→新庄（14:00着）—バス→市内見学（ふるさと歴史センター，最上公園等）—バス→新庄まつり見学（山車 18:30～）—バス→新庄（20:00発）—バス→天童（泊）（9：30発 21:00着）—バス→天童果樹園（ぶどう狩り）—お座敷列車→天童（12:00発）—お座敷列車→高萩（18:00着）

※詳しくは，市役所市民活動課（☎23－2111 内線262），または，高萩駅旅行センター（☎23－1633）へお問い合わせください。

文化会館もよおしもの

◇ブラザーズ・フォア 結成30周年記念公演

グリーンフィールズ，遙かなるアラモ，7つの水仙など，美しい歌声をお楽しみください。

と　き　6月17日(土)
午後6時30分

入場料(前売り)
3,000円(全席指定)
(当日500円増)

★前売券発売中です。

平成元年度の主な予定

7月　夕涼み寄席「立川談志一門」
9月　敬老特番「旅回り一座」公演
第5回市民ギャラリー
「我が家の秘蔵展」
10月　親子ぬいぐるみ劇場
「長靴をはいた猫」
11月　ＳＫＤさよなら公演
第16回市民音楽祭
12月　第6回市民カラオケ大会
お笑いパフォーマンスショー
3月　第6回市民ギャラリー
「高萩の四季」
純クラシック音楽鑑賞会

★これからも，たくさんのご来館をお待ちしています。

プレイガイド　田所書店，仲屋書店，深谷書店，コミュニティストア上島名ねもと・高浜やおけん，野木商店，ピアノマート(磯原)，日立市民会館，文化会館(☎23－7411)

◎観光名刺をご利用ください

高萩市観光協会では，高萩市のＰＲ用に四季の美しさを彩る「花貫渓谷」「花貫ダム」そして「ささき浜」を，カラー印刷した観光名刺をつくりました。それぞれ，1箱100枚入りで500円です。ぜひ，ご利用ください。

※問い合わせは，商工観光課内高萩市観光協会へどうぞ。

☎23－2111 内線462

◀観光名刺
「ささき浜」

◎「高萩の写真集」づくりに写真をお寄せください

市制施行35周年記念の「高萩の写真集」に，たくさんの人から，大切な写真をお寄せいただきましてありがとうございます。その中でも，まだ次の項目の写真が不足しています。ぜひ，お持ちの人は，連絡してください。

○林業関係｛木の伐採，搬出，製材のようすや，炭焼きの写真｝

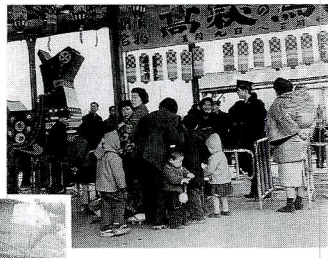
○酒造り

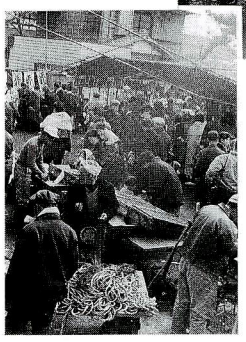
○漁業，海岸や海辺のようすなど

※その他，珍しい写真がありましたら市民活動課へ連絡してください。

☎23－２１１１　内線 262

写真提供
木田恒夫さん
（島名）





にぎわう高萩駅前（上）と、馬市出店風景（左）

お知らせコーナー

◉ご相談にどうぞ

（無料です。）

6月の市民相談室での行政相談，交通事故相談は，次のとおりです。

▶行 政 相 談：6月8日㈭，22日㈭

▶交通事故相談：6月21日㈬

日曜当番医

7月2日	諸原医院	高　戸	23－3113
7月9日	立花医院	東本町	22－3512
	十王医院	十王町	32－3266
7月16日	内田病院	大和町	22－2137
7月23日	宍戸医院	安良川	23－2318
7月30日	飯島医院	大和町	22－2235

時間は，いずれも午前9時から午後4時までです。

◎16ミリ映写機操作認定証の取得講習会

教育委員会では，16ミリ映写機操作認定証の取得講習会を開きますのでご利用ください。

と　き　6月24日㈯
午前8時30分～午後5時まで

ところ　図書館会議室（2階）

対象者　子ども会指導者，教育関係者，その他高校生以上の希望者

講　師　県視聴覚教育指導員
田中　鉱一郎　先生

受講料　800円（テキスト代，昼食代，写真代）

※申し込みは，受講料を添えて図書館内視聴覚ライブラリー（午後1時から5時まで受け付け）へどうぞ。

☎23－7174

◎「茨城県青年の船」の団員募集

外国の青年との交流や，船内での交歓を楽しみませんか。茨城県では，青年の船の団員を募集しています。

日　程　11月17日㈮から27日㈪までの11日間

訪問先　中国（天津・北京）及び韓国（仁川・ソウル）

参加者負担金　20万円

応募資格　18歳からおおむね30歳まで（平成元年4月1日現在）

募集期間　7月20日㈭まで

※申し込みは，教育委員会社会教育課へどうぞ　☎23－1131

◎成人式の実行委員会の委員を募集

若者みんなの力を合わせて，来年の成人式を手づくりで開催しよう！

来年1月15日に予定しています成人式を，成人を迎えられる人や多くの若者の手で，若者らしいイベントにするための実行委員会のメンバーを募集します。

募集人員は，20名以内です。

※申し込みは，教育委員会社会教育課へどうぞ。　☎23－1131

◎移動児童相談室の開設（無料）

県の児童相談所では，次の日程で「移動児童相談室」を開きます。

児童問題全般にわたり，専門の相談員が無料で相談に応じますので，お気軽にご利用ください。

と　き　6月6日㈫，8月1日㈫，10月3日㈫，12月5日㈫，平成2年2月6日㈫
午前10時から午後3時
（偶数月の第1火曜日）

ところ　市民センター

相談員　心理判定員，児童福祉司，家庭児童相談員，児童担当者，精神科医（午後のみ）

※また，このほか毎週火曜日の午後1時から3時まで，同所で家庭児童相談が行われていますので，ご利用ください。詳しくは，福祉事務所へ

☎23－2111　内線 352

◎海岸清掃のおしらせ

7月16日㈰，午前8時から，有明・高浜海岸の清掃を行います。

市民憲章“自然をたいせつにし，美しいまちをつくりましょう”の運動の一環として行います。今年も各種団体や地域のみなさんのご協力をお願いします。（雨天中止）

高萩市市民憲章推進協議会

◎グリーンふるさとカレッジ学生の募集（無料）

まちづくりに取り組む若いみなさんを募集します。有識者，文化人，実践者などを教授に迎えた，地域おこしの手法の講義が無料で受けられます。

開校期間　6月中旬から平成2年3月（10回予定）

応募資格　地域おこしの情熱に燃える若い人

受 講 料　無　料

応募先，問い合わせ先

①企画開発課　☎23－2111　内線 272

②水戸市大町1－2－17　☎（0292）24－7166

㈶グリーンふるさと振興機構　グリーンふるさとカレッジ事務局

◎林野火災をなくそう

チョットした油断から大きな被害をもたらす林野火災，山林作業者などに大変危険を及ぼします。行楽などで山にはいる場合には，次のことを心掛けましょう

――高萩市・十王町事務組合消防本部

1．たき火の場所を離れる時は，完全に消えたことを確認する。
2．たばこの吸いがらは，必ず消すこと。
3．車からたばこの吸いがらを投げ捨てないこと。
4．強風や異常乾燥の時には，たき火などをしないこと。
5．枯れ草など燃えやすいものがある場所では，たき火などをしないこと。
6．火入れの許可は，必ず受けること。
7．子どもに火遊びなどをさせないこと。
8．火災にあった時は，風下（延焼方向）には避難しないこと。

旧　家

移ろいやすい風景のなかで，威厳と風格を備えて佇む家がある。

それらは深い郷愁をいざない，いまなお歴史のなかに息づいている。

高萩美術協会会員　**菜花　光子**

善意の窓

善意ありがとう

○鈴木　雄一さん　（東本町）
300,000円　香典返しの一部

○有明町潮納税組合一同
30,278円　社会福祉へ

○矢代　琢美さん　（安良川）
100,000円　香典返しの一部

○第４回市民ギャラリー実行委員会
50,000円　社会福祉へ

市民憲章の碑の寄贈

板橋利雄さん（東本町）と伊東利幸さん（秋山）から，市民憲章を刻んだ石碑の寄贈がありました。

▲市役所第３庁舎前に設置

6月の納税

市民税
県民税　（第１期）
国民年金（６月分）

6月30日㈮までです

～人口と世帯～

		前月比
人口	35,233人	（＋67）
男	17,351人	（＋39）
女	17,882人	（＋28）
世帯	10,764世帯	（＋37）

（平成元年５月１日現在）

手先を動かすのが好き

船山婦美さん（上手綱）

〝誘われる人は幸せ〟の言葉を大事にしています。

「雨が降ると〝ヤッタ！〟と思います。なぜって、一日中家の中で和紙人形や、唐傘、紙でつくった花や子どもをあしらった壁かけなどをつくっていられますからね。天気の日は、畑仕事をして、夕食後から取りかかります。楽しくて楽しくて、夜遅くまで紙やのりを離せません。」と話す船山さんです。

船山さんにとって、空き缶やビン、広告、ダンボール箱、荷づくりヒモにいたるまで、貴重な材料となり、捨てるものはないそうです。「あ、これは小もの入れに。」と、中身のあるビンまで使い道が決まっています。

◀船山婦美さん

「物を作るのは楽しいです。手先を動かすことが好きなんですね。」と、笑顔で話す船山さんの手の中で、荷づくりひもと和紙ではし置きが出き上がっていきます。

貝の形のマカロニに色をつけて壁飾りに、広告を丸めてつくった扇子の壁飾り、祝いの席には和紙人形を飾った割りばしをと、家の中は、自作の品々でいっぱいです。

ダンボール箱で壁飾り▼

▼５円玉で作った帆船

中央公民館の高齢者大学に在籍していて、卒業生一人ひとりに壁かざりの唐傘や扇子を贈ったり、知人に贈るなどして、喜ばれています。

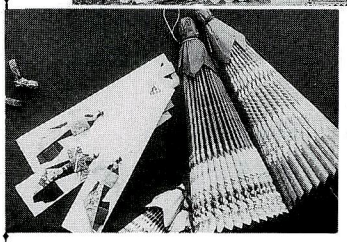
なかでも目を引くのは、五円玉とひもで織りなす亀や帆掛け船、五重塔です。亀は約百枚、帆掛け船は約千四百枚の未使用の五円玉を使います。見た目が良いようにと未使用の五円玉を使うため、大きな帆掛け船や五重塔は、なかなか作れないそうです。

昔から手先が器用で、作品を多く作り出したのは、五年前、勤めを退職してからです。

「ボケ防止にと作り出し、それを知人にプレゼントして〝ありがとう〟と喜ばれるのがうれしくて…。それに、作り方を教えて欲しいと訪ねてくる人と、お茶を飲みながら、また違った作品づくりを発見したりするのが楽しいんです。」と笑みがこぼれます。

「私の人生、友だちぬきにはありえません。私のつたない作品がきっかけで、仲良くなり、趣味の話しをして毎日楽しく過ごせたら最高です。」と話す船山さん、〝誘われる人は幸せ〟の言葉をいつも大事にしています。

連絡先…船山さん☎二三―一五〇三



◀広告でつくった唐傘や、和紙人形の割りばし、はし置き

編集後記

六月――今月末で私も四十歳の大台に突入、人生八十年時代といわれる現在、はやくも人生の折り返し点に到達したことになります。

広報を担当して〝あっ〟という間に、もう六年目を迎えてしまいました。

給料日はなかなかこないのに、原稿の締め切り日の早いこと早いこと……。（春）

先日結婚式に出席し、ひさしぶりにハイヒールをはいたら、二、三日足、腰が筋肉痛で痛くて痛くて。年のせいではない！これは運動不足ですよね？　よ～し、今後は足を使って取材に出歩くぞ。みなさん、情報をお寄せください。そして、私の運動不足解消にご協力ください。（ヒロ）