



ながす

2/1

No.635
1998
平成10年



的ばかい参加者の皆さん



的ばかい参加者最年長
津田 慶一さん(福岡市・宝町出身)

この的ばかいに出場することは、自分の健康を維持し、頑張ることができるという自信が得られる、私にとってはとても大きい財産です。ふるさと長洲に800年の伝統を持つ裸まつりがあることは誇りであり、これからも発展することを祈念いたします。

平成10年度 住民税等申告相談会場
申告会場を間違えないようにお願いします！

平成10年度 住民税等申告相談日程表			
月 日	曜日	区 名	場 所
2月16日	月	建浜・駅通	共同福祉施設
17日	火	梅 田	共同福祉施設
18日	水	確定申告（申告書送付者）	共同福祉施設
19日	木	確定申告（申告書送付者）	共同福祉施設
20日	金	確定申告（申告書送付者）	共同福祉施設
21日	土		
22日	日		
23日	月	折地・赤崎・高田	地域福祉センター
24日	火	鷺巣・立野・赤田	地域福祉センター
25日	水	宮崎・葛輪・永方	地域福祉センター
26日	木	塩屋・向野北・古城	地域福祉センター
27日	金	向 野	地域福祉センター
28日	土		
3月1日	日		
2日	月	上 沖 洲	J A玉名長洲支所（2階大会議室）
3日	火	清 源 寺	J A玉名長洲支所（2階大会議室）
4日	水	腹赤・腹赤新町	J A玉名長洲支所（2階大会議室）
5日	木	平 原	J A玉名長洲支所（2階大会議室）
6日	金	出町・新町・西新町	町民研修センター
7日	土		
8日	日		
9日	月	上町・今町・宮の町・松原	町民研修センター
10日	火	新 山	町民研修センター
11日	水	宝町・上磯・中磯・下磯	町民研修センター
12日	木	中町・下本・下東・西荒神	町民研修センター
13日	金	東荒神・大明神	町民研修センター
14日	土		
15日	日		
16日	月	予 備 日	役 場

（相談受付時間 午前9時～正午・午後1時30分～4時）

上記の日程で都合が悪い場合は、**同一会場での日程変更**はできます。
（ただし、清里校区の方は2月16日～2月17日までの間で変更してください）

例 清源寺区の人が3月3日に急用ができて申告に行けない場合
3月2日～3月5日までの間で都合のよい日にJ A玉名長洲支所で申告相談が受けられます。

清里校区 → 共同福祉施設（長洲町役場南側）
六栄校区 → 地域福祉センター（日立造船宮野社宅前）
腹赤校区 → J A玉名長洲支所2階大会議室（Aコープ長洲前）
長洲校区 → 町民研修センター

※詳しくは税務課まで相談ください。

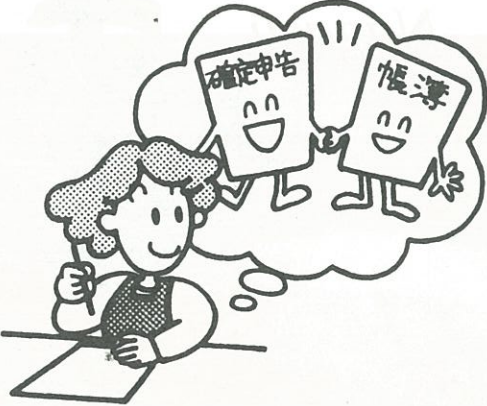
正しくお早めに！
税の申告

町・県民税... 2月16日(月)～3月16日(月)
所得税

贈与税..... 2月2日(月)～3月16日(月)

個人事業者の消費税... 3月31日(火)まで
地方消費税

期間間近になりますと窓口が大変混雑し、落ち着いて
相談できなかったり、長い時間待っていただくこともあ
りますので、申告は正しく、早めに済ませましょう。



所 得 税

- 【申告が必要な人】
- ▶昨年中に商業や製造業、農業、漁業などの事業を営んでいる人、または地代や家賃、譲渡などの所得がある人で、所得の合計額が基礎控除、扶養控除などの所得控除の合計を超える人。
 - ▶サラリーマンで所得が2,000万円を超える人や2か所以上から給与を受けている人、給与以外に年間20万円を超えるその他の所得があった人。

- ※所得税の還付申告のお知らせ
1. 住宅ローンなどを利用してマイホームの取得や増改築をし、住宅取得等特別控除を受ける1年目の方
 2. 多額の医療費を支払い、医療費控除を受ける方
 3. 年途中で退職し、再就職していない方
 4. 災害や盗難にあった方

必要書類は……

区 分	必 要 な 書 類
住宅取得等特別控除	「建物の登記簿謄本」、「住民票の写し」、「売買契約書」又は「請負契約書」の写し、「住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書」(増改築・中古住宅の購入の場合の提出書類については別途玉名税務署にご確認ください。)
医 療 費 控 除	「支払った医療費の領収書・明細書」、「保険などで補てんされる金額の明細書」
雑損控除及び災害減免法	「被害を受けた住宅や家財などの財産の明細」、「災害を受けた資産の明細書」また、損失金額のうち、災害等に関連する支出の金額がある場合には、その「支出金額の領収書」

※詳しくは、玉名税務署（☎2125）まで

町・県民税

- 【申告が必要な人】
- 平成10年1月1日現在、町内に住んでいる人で、昨年中に次に該当する人。
- ▶商業、農業、漁業、土木建築、医療、大工、左官などの事業所得がある人。
 - ▶給与、日給、報酬、年金などの収入がある人。
 - ▶土地、建物の賃貸による不動産所得がある人。
 - ▶その他、昨年中に所得がある人。
 - ▶所得証明等の証明が必要な人は、収入の有無にかかわらず申告してください。
 - ▶町内に住所を有しない個人で、事務所・事業所・家屋敷を有している人。
- ◎次の人は、申告の必要はありません。
- ▶所得税の確定申告を提出した人。
 - ▶給与所得だけで、給与の支払者から給与支払報告書が役場に提出されている人。

国民健康保険税

- 【申告が必要な人】
- ▶国民健康保険の被保険者で、所得税、町・県民税の申告をされない人。



お勧めします！
安全で便利な
「振替納税」

町の話題

身近な話題、出来事がありましたら、
企画課まで。

災害のない町を目指して

平成10年 長洲町出初め式

1月11日、平成10年長洲町消防出初め式が、六栄小において町内各消防団、女性消防団員、幼年消防クラブ約700名が集まり行われました。

当日はあいにくの雨で体育館で行われた式典では、団長訓示、通常点検、幼年消防クラブ分列行進・防火の誓い唱和が行われ、引き続き、長洲幼稚園児による通常点検が披露されました。その後、恒例の分団対抗の玉

落し競技が雨の中行われ、各分団がきびきびとした動作を披露し、最後に優良団員の表彰が行われました。

なお、今回の表彰者は次のとおりです。

【熊本県知事表彰】

中村建治

【日本消防協会表彰】

藤本照喜

【熊本県消防協会表彰】

戸次輝嘉 池島茂 宮野勇

宮本敏美 中山安 本田稔

林修一 左村一好 西林一也

徳永和幸 池上昭二 堀一喜

野村幸一 中山孝昭 松森良輔

土田義弘 藤本照喜 稲富伸一

松野広光 大久保武 城戸浩一

竹本恒助

【玉名郡支部長表彰】

小川俊彦 古林敏行 長田和彦

林田信夫 西島栄二朗

【長洲町長表彰】

福田邦彦 松林和之 島崎徳弘

服部正己 本山誠 組脇郁生

西山康介 山口和晃 田頭純雄

荒尾雅治 山本恵二 左村謙明

上野英信 吉田誠 古澤潤一

松尾長一郎 松尾幸秀

▼消防団の腕の見せどころ(玉落し競技)



▲竹筒を割る島永団長

城戸弘喜 宮島貞信 城戸浩一
下田一義 齋藤貴幸 城戸正令

【玉落し競技】

優勝 第11分団 (30秒27)

2位 第3分団 (31秒49)

3位 第8分団 (32秒14)

竹筒の共同募金

消防団開符・寄贈

昨年12月21日、長洲共同福祉施設前で、長洲町消防団員約40名が参加して、消防団による共同募金の開符が行われました。

これは、出初め式で使った玉落し競技用の竹を募金箱として本団・分団など17ヶ所に配置して一年間かけて募金してきたものです。

集まった金額は約9万円で、社会福祉協議会、ボランティアグループ「麦わら帽子の会」に寄付されました。

また、当日は同時にチャリティイーもちつきも実施され、約1,200個のもちをつき、特別養護老人ホーム「月華苑」や独居老人世帯などに、火の用心を呼びかけて配られました。

金魚と鯉の郷を走る！

第33回 子ども会駅伝大会



▲金魚と鯉の郷広場を走る選手たち

12月21日、金魚と鯉の郷広場において、第33回子ども会駅伝大会が開かれました。

今回は、金魚と鯉の郷広場内の周回コースで低学年の部と高学年の部に分けて行われ、たくさんの声援を受けながら健脚を競いました。

なお、結果は次のとおりです。

【低学年の部】

優勝 清源寺A子ども会

2位 向野北子ども会

3位 建浜子ども会

【高学年の部】

優勝 清源寺A子ども会

2位 古城A子ども会

3位 折地子ども会

新春書き初め大会



▲一生懸命に筆を握る参加者

『ふるさと再発見』

講演会

商工会青年部主催

1月10日、日立造船有明会館において、「ふるさと再発見」講演会・懇談会が、商工会青年部主催で行われました。

青年団、PTA、教職員、町づくり団体バサラ会などの様々な団体が集まり、ふるさとの良さを再発見し、地域おこしのリーダーの発掘を目的に開催されました。

この日は、熊本県立大学の石橋敏郎教授が「ふるさとづくりは人づくりから」の演題で講演した後、様々な団体とさまざまな意見交換が行われました。



▲粗大ゴミを運ぶ建設業組合の皆さん

建設業組合で粗大ゴミ回収

昨年12月26日、長洲町建設業組合(中島一会長)が、町内独居老人世帯などの粗大ゴミ回収を行いました。

これは、粗大ゴミが排出困難な高齢者世帯があると聞いた同組合が、何か役に立てないだろうかということで行っ



▲熱心な議論が行われました

長洲町 春の植木市

2月20日(金)・21日(土)・22日(日)
午前9時～午後5時
四王子神社境内

と き 2月20日(金)・21日(土)・22日(日)
ところ 四王子神社境内

早春恒例、今年を占えば…粥占御試祭

高田町

粥に発生するカビの色彩・形状・場所などで、その年の天気や農作物の作柄を占う粥占。さて今年の占い結果はいかに…
と き 2月15日(日)11時半より
ところ 江浦八幡神社(役場から徒歩8分)
江浦八幡神社 ☎0944②4021

柳川春の観光風物詩 柳川ひな祭り(さげもんめぐり)

柳川市

柳川の街並みや川下りコースがひな飾りで彩られます。
と き 3月1日～4月3日
柳川市観光協会 ☎0944⑦2145

歴代入賞者記念演奏会

大牟田市

大牟田ジュニアピアノコンクール15周年を記念した演奏会。遠くはベルギーからの参加者も。
と き 2月27日(金)午後6時30分～
ところ 大牟田文化会館
入場料 無料 市教育委員会生涯学習課 ☎0944②8892

第16回 古賀政男記念「大川音楽祭」入場券発売

大川市

入場券 2,000円(全席指定)
発売日 2月15日(日)10時～
発売場所 大川市文化センター(16日以降は古賀政男記念館)
ゲスト 松村和子 古賀政男記念館 ☎0944⑧4133

ちよとものばして 荒玉かわわ版

荒尾・玉名地区地域情報コーナー

冬はタイラギ(貝柱)が美味しい!!

岱明町

貝柱は刺身で、フライやみそ汁にしてもおいしいタイラギ。1個70円で販売。海の状況によっては入荷できない日がありますので電話確認!!
磯の里 ☎⑦2700

3月14日『東京夜曲』

荒尾市

と き 3月14日(土)①11時②14時③19時
ところ 荒尾総合文化センター(☎⑥4111)で『病院で死ぬということ』『トキワ荘の青春』の市川準監督が贈る夏の感動作
入場料 ペア券1,400円▽一般券800円▽学生券600円 荒尾総合文化センター

国際交流のつどい

大和町

外国人が日本語で、日本人が英語でスピーチする弁論大会と交流パーティーの2部構成です。
と き 2月28日(土) 弁論=午後1時30分～パーティー=午後5時～
ところ 中央公民館 参加費 パーティーは有料(大人2,000円) 中央公民館 ☎0944⑦1111

▼寄付を手渡す那須会長



1月8日、熊本中央信交会長那須五男(左)より、社会福祉、図書館の本の購入に役立ててくださいと10万円寄付されました。
これは、昨年12月21日に四王子神社境内で行われたチャリティーもちつき会の収益金を寄付されたもので、町のために何か役に立ちたいと毎年開催されています。

チャリティーもちつき会の収益金を寄付

第22回長洲マラソン大会が、1月11日、総合スポーツセンターをスタート・ゴールとして行われました。
この大会には、県内外から約400名が参加し、雨の降る悪コンディションでしたが、各部門に

▼中学生の部のスタート



において健脚を競いました。なお、各部門の結果は次のとおりです。(敬称略)

女子3km
優勝 井上稚佳子(専大玉名) 10分12秒
2位 戸上愛子(熊本市立商業) 10分24秒
3位 大野美美恵(同) 10分34秒

中学5km
優勝 上村智祐(玉東中) 15分52秒
2位 前田健太(玉陵中) 15分52秒
3位 豊後拓也(菊水中) 16分8秒

高校10km
優勝 伊牟田浩揮(大牟田高) 31分5秒
2位 及川賢人(同) 31分9秒
3位 松田浩二(同) 31分18秒

健脚を競う! 長洲マラソン大会

▼おもちをつく参加者



昨年12月25日、中央児童館において、町内小学生約80名が参加して「年忘れ子どもの集い」が開催されました。
これは、町内小学生の相互の交流を目的に毎年行われているもので、もちつき・長洲手品愛好会(宮島邦保会長)によるマジックショー、またレクリエーションゲーム等で楽しい一日を過ごしました。

一般10km
優勝 石井精二(三井化学) 33分14秒
2位 荒木邦治(帝京短大教) 33分30秒
3位 平井俊寿(玉東陸協) 33分31秒

壮年5km
優勝 児玉伊左夫(荒尾二中教) 16分38秒
2位 牛島泰徳(荒尾市) 17分5秒
3位 荒木拓馬(三和陸協) 17分42秒

年忘れ子どもの集い

長洲俳句教室(平成10年1月雑詠)

娘の電話雪の深さを知らせ来る
冬の蠅影の大きくとびにけり
鉾山亡び早梅の香の残る庭
汐木もて浜の焚火の輪に入りぬ
火砕流爪あと残し山眠る
いさり船ただ見つめをり年の暮
豊作の海苔の出荷にある活気
枝折戸をくぐり早梅匂ふ苑
一湾の海苔に忙しき景動く
普賢岳近くに見せて冬干潟
寒鴉一直線に鳴き飛べり
凍雲を押し分け朝日届く海
冬うらら白き渚に貝拾ふ
冬紅葉残す土壁浜の宿
霽かけて山の眠りを深めをり
北風に真向ふ口の一文字
春著着て逢ふよろこびを秘めて来し
海苔粗朶を要に沖の景展け
くるたびに姿を変へて冬の海
陸にある船にも松の飾られて
沈黙を破りて句座の初笑
鷗来て憩へる冬の舟溜り
滔天居早梅の香のひととあり
社会鍋見過ごしがたく歩を返す

中野春曉子
牧島 信行
楯岡 和子
寺田 久子
西尾 俊子
荒尾 恵美
松井 照子
堤 その子
鶴田 きみ
佐藤のりえ
松永 和子
山本由布子

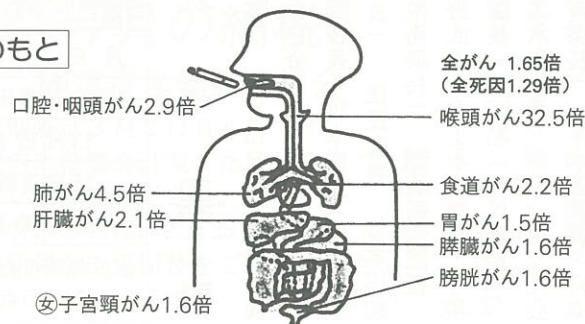
健康スケジュール

※大切なことは、メモしておきましょう！

行 事	日	時	会 場	備 考
糖尿病予防の健康相談	2月18日(木)	受付 9:30~10:30	地域福祉センター (向 野)	自分の生活面・食事面等、気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。 ※血圧測定も実施しています。 ※栄養士・保健婦による指導。
食生活についての健康相談	2月26日(木)		町民研修センター	
1歳6ヶ月児健康診査	2月19日(木)	受付 13:30~14:30	町民研修センター	対象者 平成8年7月1日~8月31日 持参するもの 母子手帳、おしっこ ※おしっこを入れる容器は事前に送付します。
母子手帳交付	2月12日(木)	受付 9:30~10:00	役場環境衛生課	持参するもの 印かん、※みそ汁 ※みそ汁は、塩分測定を行いますので、汁のみコップ1杯持参ください。 ※母子手帳交付後、母子手帳説明・栄養指導
	2月25日(木)			
三種混合 予 防 接 種 〔百日せき ジフテリア 破 傷 風〕	2月3日(火)	受付 13:30~14:30	町民研修センター	対象年齢 生後12ヶ月~90ヶ月 第1期初回 3週~8週の間隔で3回接種 第1期追加 第1期初回終了後、12ヶ月~18ヶ月の間隔で1回接種 今月(H10.2月)の接種対象者 ○第1期初回(2回目、3回目)の方 ○第1期追加の方 ※尚、まだ1回も接種されていない方は、今年9月から接種してください。
	2月27日(金)			
育 児 相 談	2月10日(火)	13:30~15:00	町民研修センター	対象者 乳幼児 持参するもの 母子手帳 ※お気軽においでください。
3ヶ月児健康診査	2月13日(金)	受付 13:30~14:30	町民研修センター	対象者 平成9年9月13日~11月13日生まれ 持参するもの 母子手帳

●非喫煙者と比較した喫煙者のがんによる死亡の上昇率

タバコは万病のもと



「タバコは万病のもと」
たばこは吸う本数も多く、吸っている期間も長く、吸い始める年齢が若いほど、吸わない人より短命というデータもあります。喫煙は百害あって一利なし。喫煙習慣は個人のライフスタイルに関わることでありますが、健康づくりのためにも一人ひとりがほんの少し気をつけるよう考えていきましょう。

[太りすぎが気になる人のチェック表]

心当たりがある項目に○印をつける	
①	お正月は店がしまってしまうので、年末にカップラーメンやお菓子を買い込んだ。
②	夕食のあとは家族でお茶を飲みながらのお菓子タイムが習慣だ。
③	みかんを一日に5個以上食べる。
④	朝は寝坊して、食事は朝食兼昼食になることが多かった。
⑤	おせち料理の残りを、もったいないからおなかがいっぱいなのに食べてしまった。
⑥	おもちが大好き。毎日のようにおやつに1、2個焼いて食べる。
⑦	お正月には家族でファミリーレストランへよく行った。
⑧	食べるのが早いとよくいわれる。
⑨	運動らしい運動はしていない。
⑩	年末年始は宴会が続いた。
⑪	野菜は正月明けにまとめて食べればいい、と買いおきはしなかった。
⑫	テレビを見ながら手持ちぶさたでおせんべいやナッツをつまむ。
⑬	リラックスできるからと、ゴムウエストのズボン(スカート)をはいている。
⑭	お正月は朝からお酒。気がつくのだらだら一日じゅう飲んでいた。
⑮	甘味飲料をふだんよりたくさん飲んだ。

○印の合計

(チェックの目安)

- が8個以上…**嚴重注意**。食生活を急いで元にもどしましょう。
- が4~7個…**要注意**。年明けであることを考えれば、まあまあのところですよ。それにしても元の生活に早くもどることを忘れないで下さい。
- が0~3個…**バッチリ**です。おそらくふだんの生活でも食事をきちんとコントロールしているのでしょう。このままのペースで生活しましょう。

たと思つてほとんどまちがいです。りません。こうなると、たくさん食べないと満腹感が得られなくなつて、そのためにますます食べる量が増えてしまうという悪循環になるのです。

まず実行することは、胃を小さくするために食事の1回量を減らすこと。夜食はやめましょう。今やらなければ、薄着になる花のころが怖いかもしれせん。太ると血糖も上がり糖尿病を招く心配もありますから、予防のためにも今が食生活を立て直すチャンスです。

◎「脱アルコール宣言」でやせよう。

飲むほどに酔うほどに食は進むので、これでは食べて飲んでのダブルパンチ。のどが渇いたり口寂しかったりしたら水かお茶などノンエネルギーの飲み物をおすすめします。これだけで絶対1、2kgはやせること請け合いです。

◎お菓子は見えない所にしまつてしまふ。

もち、せんべい、大福、ケーキ等は目の毒です。見たらあなただけです。目に触れないところにしまふか、できるだけ買わないように工夫してみましょう。

健康の手引き

詳しくは、環境衛生課まで！

今がチャンス!!

乱れた食生活をチェック

太りすぎ＝肥満は、糖尿病、高脂血症、虚血性心疾患、高血圧、高尿酸血症、胆石：など各種の生活習慣病と密接に関係しています。「風邪は万病の元」と今は、「肥満は生活習慣病の元」といった時代でしょうか。太る原因は、「食べすぎ」「食べ方の誤り」「運動不足」「遺伝」等様々あるように思い

ますが、忘年会、新年会と多忙をきわめ、ホッとひと息ついているあなた。お正月も明け、自分の生活をちよっぴり見直してみることではないでしょうか。

◎「暇だから食べる」をやめましょう。

休日には、ストレスを発散させるために、また暇だからという理由で、「週末過食症候群」になることがあげられます。お

正月に食べる癖が尾を引いてしまつて胃が大きくなつてはいないでしょうか。また、菓子やインスタント食品が残つていて、つい手を出していませんか。

◎知らずに大きくなつてしまつた胃を元に戻しましょう。

生活時間が大幅に狂つてしまつたことも太つた原因の一つだと考えられます。夜になると副交感神経が活発に働いて、消化吸収能力がアップし、体脂肪が蓄積しやすくなるのです。また単純な肥満の場合、太つてきたな、と感じたら胃も大きくなつ

ながす未来館文化ホール 2月・3月の催し物案内

月/日(曜)	催し物	主催者(窓口)	開場/開演~終演	入場方法
2/22(日)	堀部真一マジックショー&ブルース・ウィリス主演「フィフス・エレメント」上映会	長洲町(ながす未来館)	13:00/13:30~16:07 17:30/18:00~20:37	前売券 600円 高校生以上 400円 中学生以下 当日券 高校生以上 700円 中学生以下 500円
2/24(火)	「フィフス・エレメント」上映会	同上	19:00/19:30~21:37	同上
2/25(水)	同上	同上	同上	同上
2/26(木)	同上	同上	同上	同上
2/27(金)	同上	同上	同上	同上
2/28(土)	同上	同上	13:30/14:00~16:07 18:00/18:30~20:37	同上
3/1(日)	チャリティー堀田歌謡教室発表会	堀田歌謡教室 ☎04134	10:30/11:00~16:00	関係者
3/10(火)	大川劇団座長大会	岩永企画 ☎095728779	12:00/13:00~16:00 17:00/18:00~21:00	前売券 3000円 当日券 3500円
3/14(土)	福祉の集い	長洲町社会福祉協議会 ☎01037	9:00/9:30~12:30	関係者
3/21(土)	生活文化創造講演会(鈴木健二氏講演)	長洲町(企画課) 熊本県(文化企画課)	(未定)	(未定)
3/22(日)	六栄ふれあいコンサート	長洲町立六栄小学校	12:30/13:00~16:30	関係者
3/28(土)	西林博子・小篠有里子門下生による「すきっぷコンサート」	西林博子さん ☎04506	13:30/14:00~17:00	関係者
3/29(日)	ピアノ発表会	榊田 綾さん ☎0567	12:30/13:00~16:00	関係者

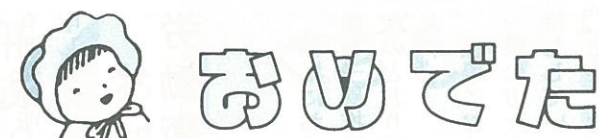
※都合により内容が変更となる場合がありますので主催者にご確認ください。

ながす未来館 自主事業情報

ブルース・ウィリス主演 「フィフス・エレメント」上映会	映画どんぐりの家アンケート者抽選 当選者発表! 招待券プレゼント
監督・脚本/リュック・ベソソン 出演/ブルース・ウィリス、ゲイリー・オールドマン、ミラ・ジョヴォヴィッチ他 「グラン・ブルー」「レオン」と全世界の若者の心をときめかせた現代ヨーロッパが生んだ最高の映像作家リュック・ベソソンが20年にも亘って温めてきた映画ファンならではの夢を制作費約100億円を投じて完成させた入魂の一作。 ファッションはジャンポール・ゴルチエ、音楽はエリック・セラの超豪華キャスト。	孫悟空招待券(ペア10組) 左藤祐子さん、清川かずまさん、尾崎奈美恵さん、森川みつ子さん、松永梨沙さん、園田りえ子さん、下田みほさん、江口ふくみさん、池上由美子さん、村田愛佳さん 映画招待券(ペア20組) 荒木泰子さん、天野秀美さん、土森政雄さん、松田昌子さん、榎原智恵子さん、平川裕子さん、児玉聡子さん、西釜麻子さん、木村祐子さん、中島美代香さん、中川恵美子さん、川中君子さん、山本れいかさん、上原聡さん、隅倉梓さん、堀けい子さん、池端ひとみさん、前田麻紀子さん、島崎順子さん、横田真紀さん 以上ご当選おめでとうございます。

特別企画!

2月22日(日)、映画上映の前に堀部真一マジックショーを行います。(入場は映画のチケットでOK)。詳しくは、ながす未来館まで問い合わせください。



(1月9日受付分まで)

住所	保護者名	出生児	性別	誕生日
宮崎	野村 克也	飛方 貴博	女	11.28
赤崎	森本 政幸	貴博	男	12.1
向野	中山 光	準	男	12.7
新山	高田 慎一	北斗	男	12.12
上沖洲	西原 莊司	健太郎	男	12.12
鷺巣	田崎 則幸	汐音	男	12.12
松原	浦野 勝	未来	女	12.13
向野北	片岡 陽二	孝輔	男	12.16
梅田	元村 良次	瑞季	女	12.16
東荒神	井上 博幸	義規	男	12.17
上沖洲	松野 祐一	直人	男	12.17
東荒神	香山 仁	真穂	女	12.19
出町	中島 健二	終風	男	12.19
宮崎	西辻 誠	陽輝	男	12.21
清源寺	菊本 秀巳	彩佳	女	12.24
服赤新町	池上 聖樹	依和	男	12.27
向野	戸高 勝則	千咲	女	12.29

※対象者は、町内に住所のある方のみです。

社協だより

〓〓〓 おくやみ(香典返し) 〓〓〓
次のかたがたより香典返しの意味で多額の寄付をいただき厚くお礼申し上げますとともに故人の御冥福をお祈りいたします。寄付金等は老人、身体障害者、母子、児童福祉事業などに活用させていただきます。

〔社協分〕
(寄付者)(物故者)(住所)
中面 進 亡妻ハツ子 清源寺
三浦 嗣明 亡妻浩子 出町
萩尾 悦子 亡夫信一 建浜
福浦 一馬 亡子守 腹赤
西辻 恒吉 亡母ヨシコ 腹赤
城戸 三二 妻の亡母宮川 賢子 宮崎

〔善意銀行分〕
☆清源寺区中面進様より亡妻ハツ子様死亡による香典返しの一部を清和会へ指定寄付
☆永方区杉浦正春様より亡父春男様死亡による香典返しの一部を永方老人会へ指定寄付
☆腹赤区西辻恒吉様より亡き母ヨシコ様死亡による香典返し

内田 節子 亡夫明 宮ノ町
湯村 渥子 亡叔母松永カナメ 下東
左村カツ子 亡夫時春 上沖洲
横尾 和美 亡夫重誠 向野
原田 克身 亡母モモエ 古城
茂見トメ子 亡夫光義 梅田
西口ナナエ 亡夫光義 宝町
宮崎 俊戈 亡妻幸子 宝町
秋富千穂子 亡夫寛 宮ノ町

☆宮ノ町区秋富千穂子様より亡夫寛様死亡による香典返しの一部を明老会へ指定寄付
☆長洲町消防団様より社会福祉事業資金として寄付
☆大牟田市三池浩二様より長洲町身障境へ寄付

☆宮崎区城戸生二様より妻の亡母宮川賢子様死亡による香典返しの一部を宮崎区、九十九会へ指定寄付
☆新山区茂見トメ子様より亡夫築様死亡による香典返しの一部を長洲町身障境へ指定寄付
☆宮ノ町区秋富千穂子様より亡夫寛様死亡による香典返しの一部を明老会へ指定寄付

暮らしのワンポイント

冬場、レースと厚地のカーテンを二重に吊れば、その保温力は厚さ三センチの木の壁に匹敵するといわれます。カーテンは日差しや人目を遮るだけでなく、室内の保温にも役立っています。ただし、そのためには窓面をびったりふさぐようにしなければなりません。天井から床までを覆うカーテンなら問題はありますが、カーテンレールの上が空いていたり、カーテンのすそが床から離れていたりすると、保温効果は半減します。暖房中の室内の空気は循環しているため、カーテンの上下が筒抜けになっていると、せっかく暖まった空気がガラス面に触れて冷やされてしまうのです。これを「コールド・ドラフト現象」と呼んでいます。保温効果を高めるには、室内の暖かい空気がガラス窓とカーテンの間に流れ込むのを防ぐことが必要です。カーテンの上部にカーテンボックスを取り付けるのが一番確実ですが、カーテ

カーテンの保温効果

かけ方で20%も違う暖房効率



ンレールの上に大きめの布をかぶせておくだけでも十分に効果があります。カーテンの長さは床まで届くようにし、もちろんカーテンの合わせ目も隙間なく合わせるようにしてください。どうしても長さが足りないときは、カーテンのすそに磁石をつけるのも一案です。カーテンの幅に応じて数カ所に磁石を縫いつけ、窓枠には小さな鉄板を張り付けます。こうすれば、カーテンと窓枠がぴったりくっついて、冷えた空気が室内に流れ込むのを防ぐことができます。また、カーテンの合わせ目や、カーテンと壁との隙間はマジックテープでふさぐと効果的です。使い方次第で、約20%も暖房効率が高まるカーテン。上手に利用して、エネルギーと光熱費を節約しましょう。

みんなの広場



しょういちろう
鋤 翔一郎ちゃん
パパ 志郎さん
ママ 美代子さん
〈上沖洲〉

おもちゃの車が好きで、よく乗って遊んでいます。たくましく、伸び伸びと育って欲しいです。



最近、言葉がはっきりしゃべれるようになり意志表示ができるようになりました。健康で元気に育ってくれば何よりです。

もも か
大塩 桃香ちゃん
パパ 一二三さん
ママ 理恵子さん
〈上沖洲〉

もうすぐ
1歳

りょう
土田 凌ちゃん
パパ 誠郎さん
ママ 理恵さん
〈赤田〉

食欲旺盛で、何でも食べます。将来は、人に迷惑をかけることなく、元気に育って欲しいです。



※今月は、3名の方よりご応募がありましたので3名掲載しました。

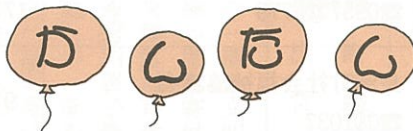
広報の題字を書きました



ちか ほ
上野 愛歩さん
六栄小5年〈立野〉

得意な科目は、家庭科で調理実習が好きです。

家でよく花の栽培や生花をしています。将来はフラワーデザイナーになりたいと思っています。



クッキング! 2月

(食生活改善推進協議会)
(長洲校区 杉本 幸江)

ちくわのおお葉ロール

★材料(2人分)

ちくわ	小	2本
おお葉		4枚
からしマヨネーズ		お好みで
添え	菜の花	60g
	ミニトマト	4個
	レタス	2枚



★作り方

- ①おお葉は水洗いして水気を軽くとり、ちくわは片側のみ包丁で切り、裏返しして中の面(白い面)を広げ、包丁の先で左右斜めに切り目をつける。
- ②切り目を入れていない方におお葉を2枚置き、手前からくるくる巻いて楊枝で刺し止める。(1本に5本程度)楊枝と楊枝の間を包丁で切る。
- ③レタスを敷き、楊枝を刺したまま、盛りつけ、色よく茹でた菜の花とミニトマトを添えて、からしマヨネーズでいただく。

※1人分の栄養価 ○エネルギー 49kcal ○カルシウム 35mg ○塩分 0.8g (からしマヨネーズ除く)

お知らせ

「広報ながす」では、各コーナーのご応募、情報、話題をお待ちしております。皆さん是非、連絡ください。

また、広報に掲載しました写真は、希望の方にお渡ししますので連絡ください。企画課

編集後記

▼朝起きて外を見たら一面まっ白。今年は暖冬かなあと思っていたら、やはり寒くなる時は寒くなりました。

▼寒いといえばこの前の的ばかい。自分も今年で4回目の参加となりましたが、今まで一番寒かったのでは。

この的ばかいには、横浜市、高松市、大阪、広島などいろいろな所から参加されています。もちろん、男、裸まつりに魅せられています。

的ばかいという伝統あるまつりが郷土長洲にあるということは、誇りに持ちたいものです。

◎