

# とよかまち

平成6年

——— 主な内容 ———

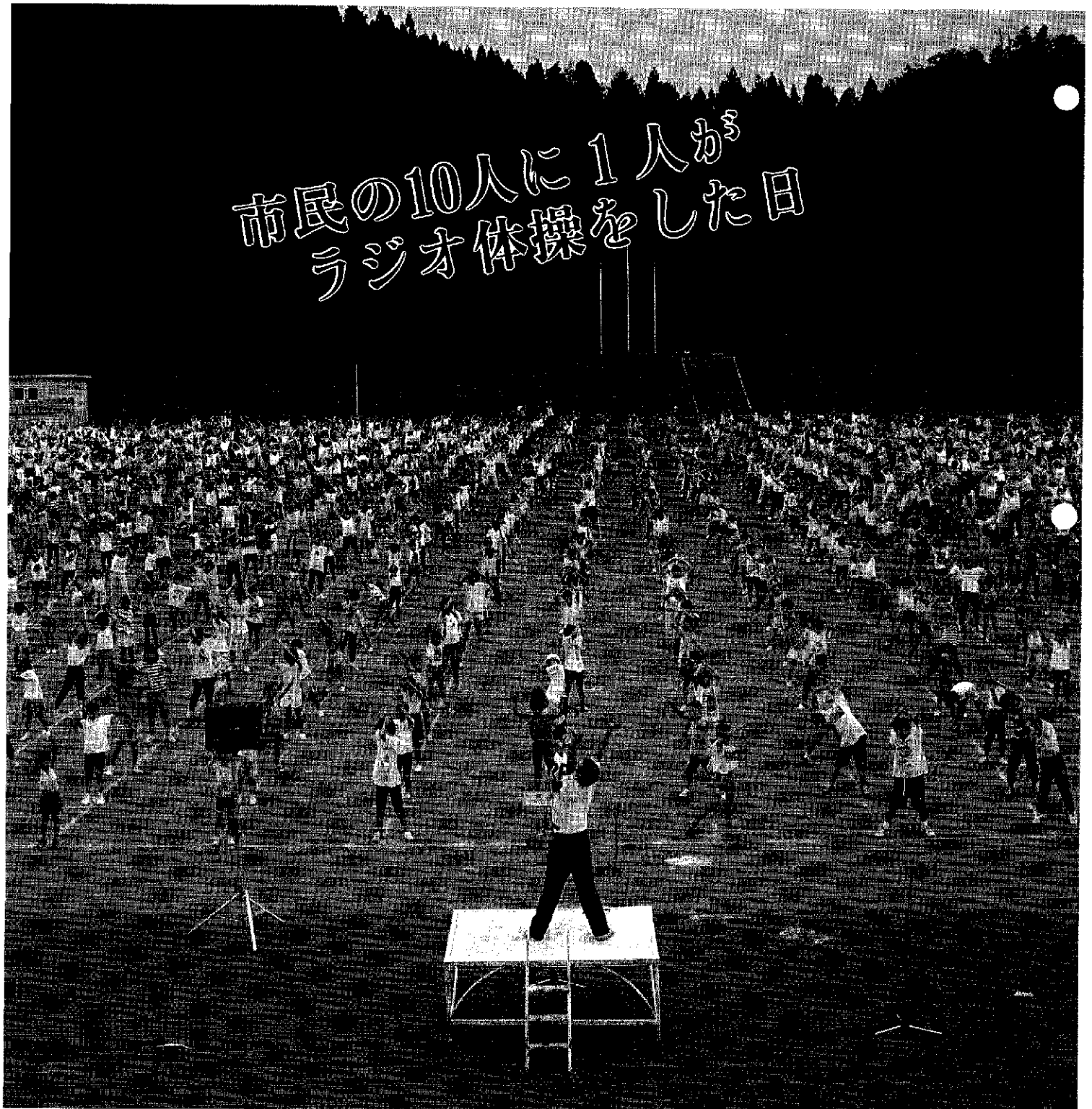
- 特集 アルコール依存症…… P2~3
- 広域市町村圏計画策定のための  
アンケート調査結果 …………… P4
- お知らせ…………… P8~9

8.10

No.454

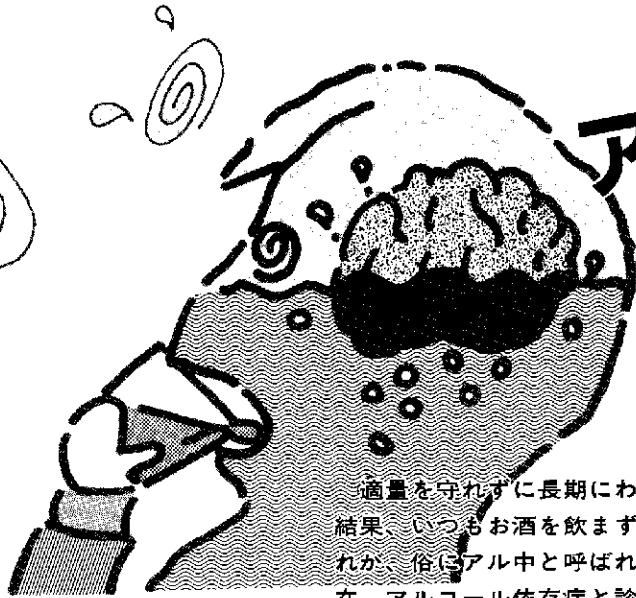
発行/十日町市役所  
〒948 新潟県十日町市  
千歳町3丁目3番地  
TEL (0257) 57-3111  
編集/総務課文書広報係

市民の10人に1人が  
ラジオ体操をした日



# アルコール依存症

# 心と体、そして人間関係も崩壊



適量を守れずに長期にわたってお酒を飲み続け、その結果、いつもお酒を飲まずにいられない状態になる。これが、俗に「アル中」と呼ばれるアルコール依存症です。現在、アルコール依存症と診断され入院を必要としている人は全国で約80万人。その予備軍は200万人とも300万人ともいわれています。家庭や社会生活にまで影響を及ぼすアルコール依存症。お酒と上手につきあうには、どのように注意すればよいのでしょうか。

お酒に酔うことすべて

これが

アルコール依存症

「酔う」という現象には、三つの種類があります。一つ目は、「ゴトに酔う」。これは勉強や仕事などをして得る「感動」で言い表わすことができます。二つ目は「ヒトに酔う」。これは男女間や友人との間で生まれる愛情や友情に「恍惚」とすることです。最後に「モノに酔う」。この「モノ」にお酒が当てはまることで、アルコールに「酩酊」することなのです。

お酒を適量にコントロールして飲んでいる人は、お酒を飲むことによって、この三つの「酔う」を満喫しています。しかし、アルコール依存症の人は、最後の「モノに酔う」——つまり、家庭や社会生活の中で得る喜びよりも、お酒を飲んだときに得る快樂でしか、喜びを味わうことができなくなっているのです。何もかもアルコールに頼ってしまうのです。そうなれば当然の

ように勉強や仕事、夫婦関係、友人など、すべてを失うこととなります。

では、なぜ人間は「モノに酔う」ということに走ってしまうのでしょうか。それは「モノ」、つまりお酒に酔うということが一番簡単だからです。「ゴト」や「ヒト」に酔うには、勉強をする、あるいは人間関係の経験や訓練が必要となってきます。それに比べて、お酒に酔うのは訓練や経験はいりません。飲むだけでいいのです。この単純な落とし穴にはまった人が、アルコール依存症になってしまうのです。

## アルコール依存症

### その症状は

アルコール依存症とは、いったいどのような症状なのでしょう。

まず、顕著な例としては、お酒が切れない——つまり、しらふの状態がないことです。これは、お酒が抜けてくるときの症状（不快感）に耐えられず、不安から手の震えや寝汗、不眠、

お酒とうまく

つきあう十か条

その1  
楽しく飲もう



その2  
自分のペースで  
ゆっくりと

その3  
食べながら  
飲む習慣を



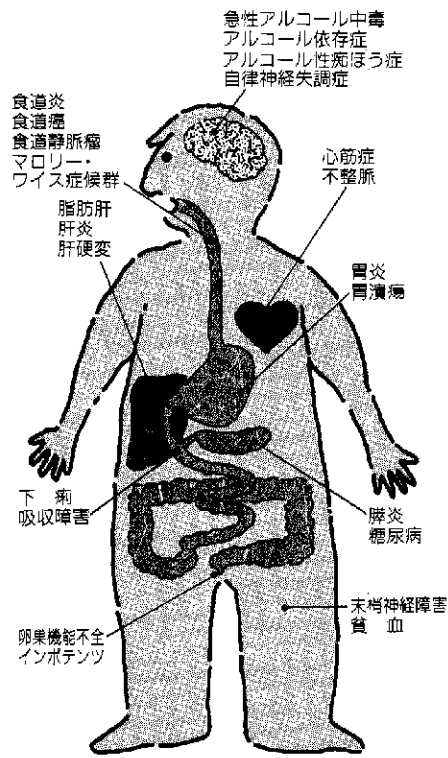
その4  
自分の適量に  
とどめよう

幻覚を見るなどの禁断症状が出ます。このような症状の人は、お酒を飲むことをコントロールできず、片時もお酒を欠かすことができなくなります。

また、左図のように肝硬変、慢性すい炎をはじめとする内臓障害、そして中枢神経や脳の萎縮による運動障害や意識障害を引き起こします。これが、アルコール依存症なのです。

### アルコールが抜けるまで 日本酒一合で約三時間

一般にお酒を飲む適量としては、一日に日本酒で二合、ビールの大ビンで一〜二本、ウイスキーのシングルで二〜五杯が目安となっています。また、日本酒一合を飲んで、アルコールが抜けるまでには約三時間かかるといわれています。例えば三合



飲んだ場合では九時間、翌朝になってもアルコールが抜けないことになり、長い時間、体の中にアルコールが残るような、大量の飲酒を重ねることが、アルコール依存症を生む大きな原因なのです。

アルコール依存症になるまでには、お酒を飲みはじめたから十五〜二十年、四十歳前後に発病する人が多くなっています。若いうちから適量を超えたお酒を飲んでいけば、それだけ依存症になる確率が高くなります。

アルコール依存症になるまでには、いくつかの傾向があります。例えば「若いうちは酒が強かったのに、最近では」よくこんな言葉を耳にします。依存症になるか、ならないかは、三代のお酒の飲み方が大きく関係します。二十代に飲んでいたお

酒の量が、三十代になって増えてきたら要注意。また、休日の朝からお酒が飲みたくなったり、お酒を飲むと作業がはかどると思ったりする人も注意が必要で、これらはごく代表的な例です。思い当たる人は、依存症にならないまでも、かなりお酒に依存しているといえます。

### お酒とうまく つきあう十か条を 守ってください

アルコールには、気分をリラックスさせ、人づきあいを円滑にする働きがあります。しかし、依存症になってしまうと、人間の潤滑剤であったお酒も、

それを壊す起爆剤になりかねません。なかには、肝臓や胃などを壊し、成人病の原因になってしまふことさえあるのです。そこで、アルコール依存症にならないためには、下図の「お酒とうまくつきあう十か条」を守る事が大切です。

これからの時期、お盆やお祭りでお酒を飲む機会が多くなります。適量のアルコールはわたしたちの生活にくつろぎの場を作り、人間関係を円滑にするなど素晴らしい効用があります。そんなお酒と上手につきあって、人生を楽しく過ごすために、お酒とうまくつきあう十か条を守りましょう。

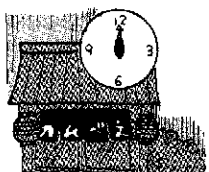
■アルコール血中濃度(%)と酔態 (個人差があります)

区分	血中濃度(%)	酔量	酔いの状態
そう快期	0.02	日本酒 (〜1合) ビール大ビン (〜1本) ウイスキーシングル (〜2杯)	・気分がさわやかになり陽気になる ・皮膚が赤くなる ・判断力がやや鈍る
	0.04		
ほろ酔い初期	0.05	日本酒 (1〜2合) ビール大ビン (1〜2本) ウイスキーシングル (2〜5杯)	・ほろ酔い気分て手の動きが活発に ・抑制がとれる ・体温上昇 ・脈が早くなる
	0.10		
ほろ酔い極期	0.11	日本酒 (3合) ビール大ビン (3本) ウイスキーシングル (6〜7杯)	・気が大きくなり大声を出す ・怒りっぽくなる ・立てばふらつく
	0.15		
酩酊期	0.16	日本酒 (3合) ビール大ビン (5〜7本) ウイスキーダブル (5杯)	・千鳥足 ・何度も同じことを繰り返す ・吐き気・おう吐
	0.30		
泥酔期	0.31	日本酒 (7合〜1升) ビール大ビン (8〜10本) ウイスキーボトル (1本)	・まともに立てない ・意識混濁 ・言語も支離滅裂
	0.40		
昏睡期	0.41	日本酒 (1升以上) ウイスキーボトル (1本以上)	・揺り動かしても起きず、大小便はたれ流し ・呼吸はゆっくりと深い ・死にいたることもある
	0.50		



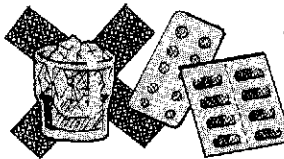
その10  
肝臓などの  
定期検査を

その1  
遅くとも夜12時で  
切り上げよう



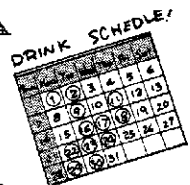
その8  
強いアルコール  
飲料は薄めて

その7  
薬と一緒に  
飲まない



その9  
人に酒の  
無理強いを  
しない

その3  
週に2日は  
休肝日

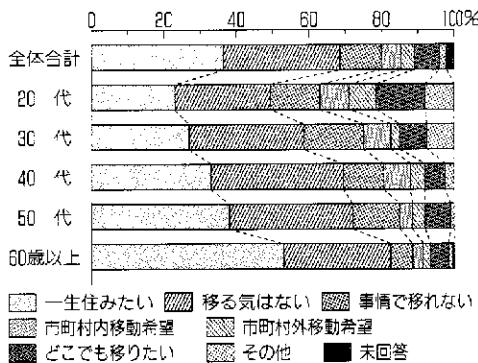


# 広域市町村圏計画策定のための "住民アンケート調査"の 結果がまとまりました

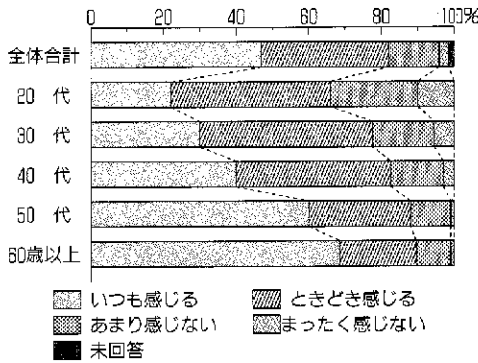
地域への愛着度 82.6%

## 調査の概要

- 調査地域 十日町市、川西町、津南町、中里村、松代町、松之山町
- 調査対象 圏域内に居住する20歳以上の住民
- 調査期間 平成6年6月13日～6月30日
- 対象者数 3,000人(市町村別に無作為抽出)
- 回収数 1,817通 ■回収率 60.6%



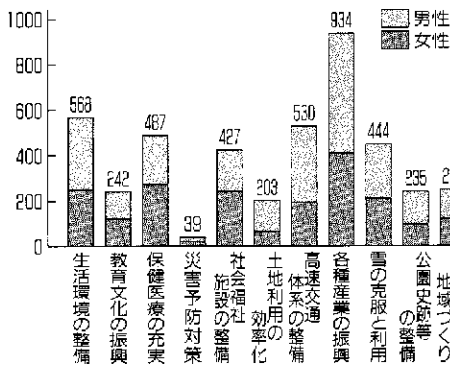
問：あなたは将来も、いまのところに住みたいと思いますか。



問：あなたは、いま住んでいる市町村に「自分の家」である「ふるさと」として愛着を感じていますか。

**自然を生かした開発**  
せつかく周辺に豊かな自然が残っているのだから、開発も大切だとは思いますが、この自然を大切に、自然を生かした開発してほしい。都会のような開発ではなく、都会にはないような、そして都会の人が来て安らげる、そんな地域にしてほしい。山や川、湖などがあるオートキャンプ場などいいと思います。  
(松代町・30代・男性)

## 自由回答欄から



問：あなたが住む地域を住みよくするために、何に重点を置いて整備すべきだと思いますか。  
(複数回答)

## 雇用促進で地域発展

近年、この地域に若者が戻りつつありますが、まだ地元出身の若者の数より帰省者の数が少なく、各市町村の集落には若者が率先して行う行事や交流会等の機会が少くないです。またこの市町村も嫁不足、後継者不足の心配など人材不足による問題点を抱えています。地域の発展と雇用促進を図り、交通網及び商・工業の整備等をはじめとした、地域改善を実施してほしいと思います。そうすれば、福祉、文化、教育等の多面にわたり、充実した地域振興ができると思います。  
(中里村・20代・男性)

## あらゆる面での広域連携

広域的な事業、産業、スポーツの推進。その他あらゆる面での連携が必要だと思う。小さなメンツより、もっと大きく社会を見て計画してほしい。  
(十日町市・40代・男性)

## バランスの取れた

まちづくり

何事を考えても、帯に短したすきに長しの感じがします。工業中心とか商業中心とかでなく、バランスの取れたまちづくりが必要だと思います。何か一つを発展させることによって、ほかの進歩もついて回るものかもしれません。  
(川西町・40代・男性)

## 5年・10年後が不安

誰も自分の生まれた故郷を思わない人はいないと思います。でも後継ぎが家にいなくて、今ほどに農業と土方で生計を立てています。5年後10年後を考えると不安です。「体を悪くし、雪ほりも出来なくなる。こんなことが遠からずうちに来る」と思うと広域圏の活性化を考える前に、まず自分の歩む道を考える必要があります。と自己中心的なことですみません。  
(松之山町・50代・女性)

# 「スタートから1か月」 「ごみ指定袋の導入」と 「持ち込みごみの有料化」

●問い合わせ  
保健衛生課環境衛生係  
☎57-3111 内線14  
十日町市川西町衛生施設組合  
☎57-1751

## 指定袋の使用状況

7月1日から「ごみ指定袋の導入」と「持ち込みごみの有料化」がスタートしました。

指定袋の使用状況は、現時点で概ね70〜80パーセントに達しています。（ごみ収集委託業者による把握）  
市では、9月末までに100パーセントになるよう協力を呼びかけて行きます。

## 資源ごみの回収

ダンボールや新聞・雑誌類の出し方についての問い合わせが多く寄せられています。市としては、今後、有価物（資源ごみ）回収により積極的に取り組む予定です。

今年、今年10月町西部地区と八箇地区をモデル地区に指定し、有価物（資源ごみ）回収に取り組んでいます。できるだけ早期に全市を対象に実施したいと考えています。

それまでの間は、廃品回収に協力いただいたり、あるいは指定袋

に入れて出していたりしたりするなどの対応をお願いします。

## ごみの減量化は

### 市民一人ひとりの心がけ

ごみ問題は、市民一人ひとりの心がけで、ごみ収集業務を効率的に処理することができます。また焼却施設や埋立地の延命化も図ることができます。

ごみの減量化・再資源化にご協力ください。



ごみ指定袋使用状況満点の町内をパチリ

## 7月1日からのごみ収集

ごみ指定袋に関しては、次の点に留意し、ごみステーションに出してください。

①「燃えるごみ」については指定袋に入れて、ごみステーションに出してください。

② 買い置きのごみ袋がある人は、燃えないごみを出すときにごみ袋も同様です。

③ ダンボールや雑誌、新聞は、小・中学校等の廃品回収等に出してください。廃品回収まで待てない人は、指定袋に入れて出してください。

④ ダンボールについてはのみ大量に出される場合は、井上商店（☎57-3335）あるいは髙原大商店（☎57-3562）に連絡した上で、持ち込めば引き取ってくれます。

⑤ 指定袋は食料品店、スーパー等で販売しています。

## 指定袋使用の徹底

7月1日から9月30日までの間、クリーン推進員さんから週1回、燃えるごみの日にステーションに出向いてもらい、指定袋の使用状況のチェックをしてもらっています。

指定袋の使用状況が悪い町内やごみの出し方等に問題のある町内については、改善をお願いして行きます。

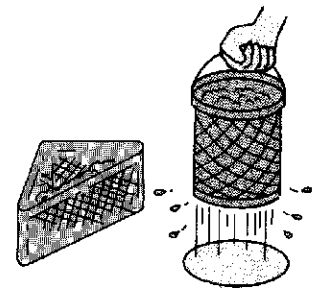
## ボランティア団体による清掃活動

町内清掃や道路・河川等の清掃を実施していただける町内・団体等には、ごみ袋等をお渡しします。保健衛生課環境衛生係までご連絡ください。

## ごみはルールを守って出しましょう

①平成6年度ごみ収集計画表（夏期）及びごみの出し方一覧表に基づいて、燃えるごみ・燃えないごみ・粗大ごみをきちんと分別して、ステーションに出してください。

②生ごみは十分水切りをしてから指定袋に入れてください。（スーパー等の買い物袋等を内袋に使用されてもかまいません）



生ごみは十分水切りをしてください

空き缶には下図のマークが付いています  
～別々に空き入れボックスに入れてネ～



あき缶はリサイクルへ



あき缶はリサイクルへ

- ③他町内のごみステーションには無断でごみを出さないようにしましょう。
- ④ごみステーションは各町内で協力して管理し、いつも清潔にしておきましょう。
- ⑤ごみの出し方等についての照会等は、十日町市川西町衛生施設組合までご連絡ください。

8月15日(月)と27日(土)はごみ収集を休みます。なお、焼却場と麓谷埋立地への持ち込みはできません。



# みんないきいき。サケル交流録

PART 41

## 「きものPR隊・雪花組」 (代表：今井順子)



雪まつりのフライデーナイトカーニバルを飾る

以前から、雪まつりや生誕地まつりなどで「きものショー」を行ってきたメンバーで、今年4月正式に「きものPR隊・雪花組」を結成しました。十日町市は「きもの産地」と昔からいられています。でも、地元での意識はそれ程高くないと思います。雪花組は、10代後半～30代前半の「着物が好き」「いろんな着物を着てみたい」という思いを持った女性ばかりの集りです。十



センタークロス特設ステージで（今年のきものまつり）

日町の着物を、まずは地元で「雪国に華やかに咲く花のようにPRしたい」と思い、この名前に決めました。

活動は主に、市主催の観光イベントなどで「きものショー」を行うことです。自分たちで構成、振付け、出演までします。練習は、ショーの1か月位前から週3～4日、就業後の2時間程度行います。「みんなで楽しく、厳しく、ためになる」をモットーに頑張っています。練習の時も、着物を着る様になっているため、最近ではメンバー全員着物姿がサマになってきました。中には、全く着物を着たことがなかった人もいましたが、浴衣くらいは自分で着れるようになりました。

これからも、きものショーを中心にいろんな事にチャレンジしていきたいと思っています。着物好きなあなた、いろんな着物を着たいあなた、これを読んで「楽しそう」と思ったあなた、連絡をお待ちしています。あなたもきっと「きもの美人」になれるはず…。

お問い合わせは今井順子（十日町商工会議所内☎57-5111）へ。

やまな会（十日町市食生活改善推進委員協議会）

## おすすめメニュー

⑤



### にんじん ドレッシング和え

にんじんには、色素の一種（オレンジ色）のβカロチンが多く含まれています。βカロチンは抗酸化作用があるといわれています。緑黄色野菜をたくさん食べている人は、ガンになる確率が低いといわれています。

ドレッシングで和えると、にんじんのにおいもせず、子どもも喜んで食べられます。冷蔵庫で冷やすとよりおいしくなります。季節によっては、いんげん豆をアスパラガスに替えても、おいしく食べられます。

① いんげん豆は、長さ3センチに切り、色良くゆで

### 作り方



藤田レイ子さん  
(四日町新田3・50歳 ☎57-8109)

- ② 大根は、千切りにして、塩を少々まぶし、しんなりしたら水洗いをしてしばらくおく。
- ③ にんじんは、おろし器ですりおろし（水気の多い物は少し水気を取る）、ドレッシングの材料を入れて混ぜる。
- ④ ③に、①のいんげん豆と②の大根を加え、和えて出米上がり。
- 〈材料〉 4人分  
にんじん…1本 (300g)  
いんげん豆…400g  
大根…200g  
塩…少々  
こしょう…少々  
しょう油…小さじ1  
酢…大きじ2  
サラダ油…大きじ3

ドレッシング

業種	事業所名	所在地	募集職種		
			不問	男子	女子
製 造 業	苗場木材加工協同組合	津南町中深見	木材機械加工員		
	ミズサワ精機(株)	十日町市馬場			組立検査
	株 島 直	十日町市川治	半田組立		
	ノリタ光学(株)十日町工場	十日町市明石町	レンズ工		
	株三尾プレシジョン	津南町下船渡		機械工	
	株 津 南 油 圧	津南町下船渡		機械工	
	大 沢 電 子 (株)	十日町市中条太了堂		精密機械加工 機械オペレーター	製造事務 組立・検査
	株ミートコンパニオン	十日町市高山	肉製品製造		
	三和食品工業(株)	十日町市高山	食品製造員		
	陸 織 物 (株)	十日町市新座甲		営業員	
卸 ・ 小 売 業	新潟県南部青果(株)	十日町市高山		セリ人(営業)	
	株 田 倉	十日町市本町2			販売員
	株 ビ ヱ ヴ ア ス	東京都中央区	企画・営業職		
	三 廣 商 事 (株)	十日町市昭和町	一般事務職・営業職		
	株 大 阪 屋 商 店	津南町大割野		営 業	
	孫 六 商 店 (株)	川西町水口沢		配管工	販売員
	株十印十日町水産	十日町市高山		販売員	
	十日町青果市場(株)	十日町市高山		営 業	
	福 島 商 事 (株)	十日町市昭和町			営業事務
	株 新 川 屋	十日町市高山		配送員	
	株 大 万 書 店	十日町市本町2			販売員
サ ー ビ ス 業	株 サ ン ラ イ フ	十日町市伊達	フロント	コース管理	
	十日町市農業協同組合	十日町市高山	事務職		
	株 明 和 警 備 保 障	十日町市錦町	警備員		
	津南町農業協同組合	津南町下船渡	購買係		
	株 ラ ポ ー ト 十 日 町	十日町市本町2	婚礼・花・サービス		
	中里村農業協同組合	中里村田沢		生産・生活・資材係	
	株 き も の プ レ イ ン	十日町市下島		修正デザイナー	製品・管理事務員
	津南町森林組合	津南町中深見	食料品製造	山林技術員 製材工	
	十日町森林組合	十日町市大黒沢		技術職員	
	株 共 和 自 動 車	十日町市高田町		自動車整備工	
	十日町車検センター協	十日町市高田町			一般事務
	(有) 中 里 測 量	中里村川沢		測量業	
	新潟川西農業協同組合	川西町上野		事務現業職	

業種	事業所名	所在地	募集職種		
			不問	男子	女子
建設業	株竹田工務店十日町営業所	十日町市高田町6		型枠工(見習)	
	株 恒 樹 園	十日町市稲葉		造園管理作業員	
	株 美 佐 伝	十日町市四日町新田		設計管理 配管技術者	
	株 丸 山 工 務 所	十日町市稲葉		上木・建築技術者	
	越 路 建 設 (株)	十日町市稲荷町3		上木技術者	
	新川屋建設工業(株)	十日町市川治		建築スタッフ	
	株 後 藤 電 機	十日町市高田町		電気工事士	
	株 高 橋 工 務 店	川西町上野		大工	
	南 雲 土 建 (株)	十日町市川治		土木施工管理	
	富 沢 塗 装 店	津南町正面		塗装工	
	清 津 開 発 (株)	津南町下船渡		施工管理技師 重機オペレーター	
製造業	株 滝 沢 印 刷 所	十日町市本町2			製版部員
	株 関 芳	十日町市山本	技能職	営業職	デザイン職
	株 ハ ピ ネ ス	十日町市本町1			呉服縫製
	株 ユ ー ボ ネ ク ス	十日町市寿町	貴金属加工工		
	南ファッション長尾十日町工場	十日町市川治	洋裁士		
	根 茂 織 物 (株)	十日町市宇都宮	商品企画・デザイン 技術職		
	南ガトータカダヤ	十日町市本町3	洋菓子製造工		
	十日町織物工業協同組合加工部	十日町市明石町	整理仕上機械運転係		
	株 松 屋 織 物 (株)	川西町中屋敷			検査事務 企画デザイン
	株 島 善 織 物 (株)	十日町市諏訪町		商品企画・デザイン	
	株 青 柳	十日町市栄町		営業員・技能職	手描友禰
	南ニイガタエレクトロニクス	津南町下船渡			組立・検査
	川岸縫製中里工場	中里村田沢			縫製工
	株 十 日 町 ワ タ ナ ベ	十日町市中条北原			マシンオペレーター
	株 桐 屋	十日町市明石町		引染	
	株 津 南 電 子 (株)	津南町下船渡		生産技術員	組立・検査
	株 滝 泰	十日町市四日町		友禰引染	友禰加工・一般事務
	株 サ ヴ イ	十日町市城之古			商品管理事務
	株 エ ー コ ー ン ジ ョ ム	十日町市錦町	宝石・貴金属製品加工		
	南山田製作所	十日町市中条北原		技術工	
株 新 デ ン シ (株)	中里村田沢	製造			
株 吉 澤 織 物 (株)	十日町市本町1	友禰加工		事務・企画デザイン	
株 エフ・エム・テン	十日町市住吉町	組立・検査			
株 木 原 合 金 (株) 津南工場	津南町芦ヶ崎		一般事務・鑄造用具 機械用具		
株 サイシン工業(株)津南工場	津南町秋成	組立工			
株 オプシード津南	津南町中深見		一般技術	製造(組立)	



業種	事業所名	所在地	募集職種		
			不問	男子	女子
建設業	辰巳建設(株)	十日町市新座甲		現場設計管理	
	株美佐伝	十日町市四日町新田		設計・施工管理者	
	新川屋建設工業(株)	十日町市川治	建築スタッフ		
	株高橋工務店	川西町上野	現場監督		
	南雲土建(株)	十日町市川治	土木技術者		
製造業	株関芳	十日町市山本	デザイン・技能職		
	株滝泰	十日町市四日町			デザイン
	吉澤織物(株)	十日町市本町1		経理事務・営業員 企画デザイン	
卸・小売業	三廣商事(株)	十日町市昭和町	営業職・経理事務職		
サービス業	株宮内測量設計事務所	十日町市明石町	建築技師・土木技師		
	十日町ソフト開発(株)	十日町市本町6	システムエンジニア プログラマー		
	十日町市農業協同組合	十日町市高山	事務職		
	株算法設計	十日町市本町2	プログラマー オペレーター		

## 高等学校卒業者

業種	事業所名	所在地	募集職種		
			不問	男子	女子
建設業	北越上下水道(株)	十日町市千代田町		配管工等助手	
	株拓越	十日町市本町7		技術(能)職	
	株桑原工務店	津南町大割野		大工	
	十日町電設工業(株)	十日町市明石町		電気工事士(補)	
	大島電気(株)	十日町市明石町		電気工事士見習	
	(有)阿部康板金工業	十日町市本町7-1		板金工	
	(株)鈴木土建	中里村倉俣	技術者見習		
	高幸建設(株)	中里村田沢甲		土木一般事務 土木・建築技術者	一般事務
	(有)高国建業	十日町市本町7-1		建築作業員	
	(有)富井電気	中里村下溝		電気工事技術者	
	(株)サンウッド	中里村田沢		事務職・現業職	
	(有)高橋塗装	十日町市高島		塗装工	
	(株)生越土建	十日町市下条2		一般土木技師	
	(株)池田鉄工所	津南町正面	溶接工	配管工	
	辰巳建設(株)	十日町市新座甲		現場管理	
	宮沢建設(株)	十日町市土市3		技術者見習	
	(株)村尾電気	十日町市本町6		電気工事士	
	(株)水建	十日町市下川原町		現場管理設計	
	大村建設(株)	中里村川沢	現場施工管理技師 建設機械運転士		
A L S プラス1(有)	十日町市南新田町	設計・監理			
明和電設(株)	十日町市錦町		電工		

若い力を求む

# 平成7年 求人情報

来年3月に大学・短大・専修学校・高校を卒業する若い力を求めています。この地に就職し21世紀の「とおかまち」を担う主役として活躍していただきたいと願っています。

ここに掲載した求人は、7月6日までに申し込んだ企業です。

詳しくは、ハローワーク十日町 ☎57-2407へ。

## 大学 卒業 者

業種	事業所名	所在地	募集職種		
			不問	男子	女子
建設業	(株)丸山工務所	十日町市稲葉		土木技術者 建築技術者	
	辰巳建設(株)	十日町市新座甲		設計管理	
	A L S プラス1(有)	十日町市南新田町	設計・監理		
	(株)高橋工務店	川西町上野	現場監督		
製造業	(株)関芳	十日町市山本		営業職・デザイン職	
	(株)滝泰	十日町市四日町		営業・デザイン	
	吉澤織物(株)	十日町市本町1		経理事務・営業員 企画デザイン	
	三和食品工業(株)	十日町市高田町6	品質管理・生産管理		
卸・小売業	三廣商事(株)	十日町市昭和町	営業職		
サービス業	(株)宮内測量設計事務所	十日町市明石町	建築技師・土木技師		
	十日町ソフト開発(株)	十日町市本町6	システムエンジニア プログラマー		
	十日町市農業協同組合	十日町市高山	事務職		
	(株)ティーエムイー	十日町市千歳町		電子応用機器設計 ソフトウェア開発	

## 短期大学 卒業 者

業種	事業所名	所在地	募集職種		
			不問	男子	女子
製造業	(株)関芳	十日町市山本	デザイン・技能職		
	(株)青柳	十日町市栄町			営業事務
	吉澤織物(株)	十日町市本町1		経理事務・営業員 企画デザイン	
卸・小売業	三廣商事(株)	十日町市昭和町	営業職		
サービス業	十日町市農業協同組合	十日町市高山	事務職		
	(株)きものブレイン	十日町市下島	製品管理事務員 修正デザイナー		

## 専修学校 卒業 者

業種	事業所名	所在地	募集職種		
			不問	男子	女子
建設業	北越上下水道(株)	十日町市千代田町		設計管理	
	(株)拓越	十日町市本町7		技能職	
	(株)丸山工務所	十日町市稲葉		土木技術者 建築技術者	
	(株)村山土建	十日町市山本	建築技術職員	土木技術職員・測量 技術職員・経理事務	
	(株)池田鉄工所	津南町下船渡	設計士・配管工・通 信機械販売修理		

# ワンポイント A B C 英会話レッスン ①⑦

樋口 潤子  
(十日町市総務課)

Thanks for everything.  
"いろいろありがとう"

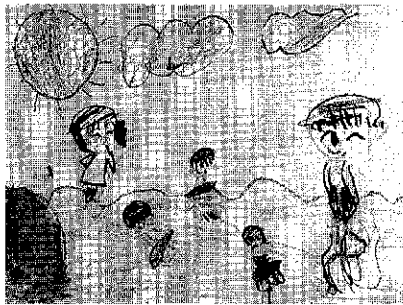
8月といえば夏休み。旅行したり、懐かしい人と会ったりという機会も多いですね。会う時はうれしいけれど、別れる時はうまく言葉が出ない…。特に英語でなんて！そこで今月は、また会えるようにと願うひと言です。

- A: ① Thanks for everything. It was a lot of fun. (いろいろありがとうございました。とても楽しかったですよ)  
B: ② I hope you'll come back again soon. (また来てください)  
A: ③ And I hope you have a chance to come visit me. (わたしのところにも来られるといいですね)  
B: Thanks. ④ Take care of yourself. (ありがとう、体に気をつけて)  
A: ⑤ You too. Good bye. (あなたも。さようなら)

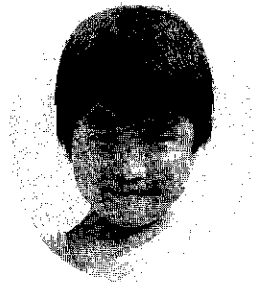
①は、お世話になった人には忘れてはならないひと言です。「すべてのことに感謝」という直訳どおり、「お世話になりました」というようなニュアンスがあります。②は最後のsoonをつけることによって、ぐっと近い将来に会えますようにという気持ち伝わります。③の様にandやbutで始まる文は、話し言葉に限られます。②にも出てきた「I hope」という表現は、希望的発言として、「～だといいなあ」という場合に使われます。④は、手紙の結びや別れぎわのひとつとしてよく出てくる言葉で、後半を略して「Take care.」だけでも、友達同志なら大丈夫。そしてもちろん⑤の様に相手に対しても同じ気持ちを返すことが大切です。このほかにもまた会えることがわかっていれば「See you.」などという表現もポピュラーです。時期がわかっていたら「next year」(来年)などを後ろに付けて言います。「See you next month!」(また来月!)

# じょうずに描けたね!

六箇保育園 ①⑩



おとうさん、おかあさん、おねえちゃん、おとうとと海に行つていっぱい泳いだ絵だよ。



柳 恵ちゃん (5歳)



保育園のプールでいっぱい泳げるようになったんだよ。左の青い水着がみえちゃんだよ。



徳永 美江ちゃん (5歳)

百姓家に生れたんで、学校あがつてから夏場は百姓、冬は出稼ぎやつてきたんそ。時代が時代だったんだんが、どこの家も生活は大変だったの。

十四・五のころに近くの衆の世話で茨城県の今の古河市に出稼ぎにいったんそ。そのころは信越線回りで、さつあ時間がかかったんの。勤めたところは青木酒造というところ。五・六十人の職人がいて、その衆の食事の世話だったんだ。でも思ったよりつらくなくて、給料もまあまあだったの。休みなんでやんはほとんどなくて、一生懸命働いたもんで。子どものと



生越 友平さん

(原・81歳)

きから難儀ことやつらいことがいっぱいあったの。今の子どももじゃとても我慢しやんねえの。その替わり勉強くばっかで大変だと思つて。今は世の中あんまりなんでも良くなつて、亡くなった親に見せてやりたいと思うの。親のおかげで子どもんころから体は丈夫で、今でも医者にかかることはほとんどないの。そして楽しみにしてらんは老人クラブの旅行をはじめ、いろんなどこへいかんが一番だて。思い出深かった旅行は平成元年に市老連で伊豆大島にいったときだ。宿は伊東温泉で、真夜中にでつけ地震がきて、そればっかしやほんとうに命びろいした体験が、今でも忘れられないですて。

孫もみんな大きくなつたて。泊りに来るのが楽しみだて。そのためにも腹八分目にして、仕事も無理をしないように気をつけてながら、田ぼや畑仕事に精を出して頑張つていらんですて。



# 暮らし情報

**県民手帳**  
(1995年版)  
予約受付中  
〜 持ちこたえること  
役立ちます

県民手帳の予約を受け付けます。表紙は、グレーとワインレッドの2色があります。  
 ■価格 400円  
 ■発行時期 11月中旬  
 ■申し込み 8月25日(木)までに総務課文書広報係(☎内線23)へ。

## 家庭犬のしつけ教室

〈第1講〉(人だけ対象)  
 ■とき 8月28日(日)午前9時〜11時  
 ■ところ 十日町保健所  
 ■内容 ①犬を飼っていく上で大切な法律②子犬の選び方と子犬のしつけや病気についてなど。  
 ■その他 アンケートによりその後の教室(第2講〜4講)と、'94動物ふれあいフェスティバルin六日町(第5講9月23日)に参加できる人を決定します。  
 第2講〜4講(人と犬)：9月4日・11日・18日の各日曜日午前9時〜11時、十日町保健所駐車場

■問い合わせ 十日町保健所衛生環境課(☎57-2400)へ。  
**初級パソコン講座**  
**受講生募集**

■期間 9月19日(月)〜10月20日(木)の全10回、午後7時〜9時  
 ■ところ 十日町実業高校コンピュータ室(工業科棟)  
 ■内容 表計算、図形作成、データ処理等  
 ■対象 一般人(40人程度)  
 ■受講料 1,000円(テキストト、フロッピーディスク代)  
 ■申し込み・問い合わせ 8月31日(木)までに往復はがきに①住所②氏名③年齢④電話番号⑤パソコン使用歴を記入し、十日町実業高校解放講座係(〒948十日町市高山4-52-3186)へ。

## 釣り竿は注意!

カーボン製の釣り竿は、電気を通しやすいので電線に触れるとたいへん危険です。お子さんにも注意してあげてください。  
 その他、事故や台風などで切れた電線も危険です。切れた電線には絶対に触れないようにしてください。発見したらすぐに東北電力へご連絡ください。  
 ■連絡先 東北電力(株)十日町営業所(☎52-3107)へ。

## 公営住宅入居者募集

■黒沢市営住宅(簡易耐火2階建)  
 ▼募集 1戸  
 (5畳1室、3畳1室、DK)  
 ▼家賃 7,800円  
 ■黒沢県営住宅(簡易耐火2階建)  
 ▼募集 1戸  
 (6畳3室、3畳1室、DK)  
 ▼家賃 26,300円  
 ▼申し込み・問い合わせ 8月26日(金)までに克雪都市計画課建築住宅係(☎内線26)へ。

## 6年度就学義務猶予免除者の中学校卒業程度認定試験

この認定試験は、病気などのやむを得ない事由により、その保護者が義務教育諸学校に就学させる義務を猶予、または免除された人等に対し、中学校卒業程度の学力があるかどうかを認定するために行う試験です。  
 合格した人には、高等学校の入学資格が与えられます。  
 ■受験資格 ①就学義務猶予免除者である人②就学義務猶予免除者であった人(平成7年3月31日までに満15歳以上になる人)  
 ■願書受付期間 9月7日(木)までに新潟県教育委員会へ提出してください。

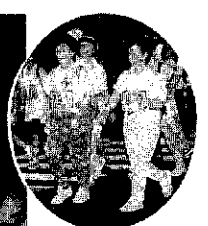
## 第14回克雪・利雪フェア

5,000人が  
真夏の雪を楽しみました

7月30日(土)・31日(日)の両日に渡り、城ヶ丘ピュアランドで開かれた克雪・利雪フェア。雪に関する最新技術の展示、各種機械の製品販売、雪上スノーボードの雪を利用したスキー・ゲレンデなどの楽しい催しが行われました。  
 真夏のキラキラした太陽が照りつける中、5,000人が訪れ、真夏に雪をたんのうしました。



チビッコたちは冷たい雪に大喜び(雪中宝さがし)



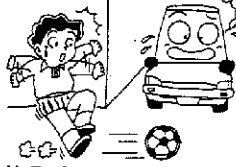
途中の自動販売機の前で一休み

## 最後の十日町〜飯山あるけに2,000人が参加しました

7月30日(土)夜、「十日町〜飯山歩けあるけアルケ大会」が開かれ、30kmコースと60kmコースに2,000人が挑戦しました。  
 十日町発の大会は、国道117号の交通量の増加などのため、今回で最後となりました。親子連れなどの参加者は、途中雨に遭うなどしましたが、元氣よく県境と飯山を目指して歩きました。

交差点事故を防止しましょう

しっかり止まって、はっきり確認。  
暑さによる睡眠不足、疲労などにより、例年より重大事故が多発しています。



7月中の交通事故発生状況 ( )は累計

市町村	発生件数	負傷者数	死者数	
十日町市	平成6年	16(112)	22(134)	0(6)
	平成5年	12(89)	12(95)	0(3)
川津町	平成6年	9(54)	11(57)	1(2)
	平成5年	12(55)	17(71)	1(3)
計	平成6年	25(166)	33(191)	1(8)
	平成5年	24(144)	29(166)	1(6)



いねむり運転でアーケード柱に衝突

7月5日(火)午前4時20分ごろ、本町1丁目地内の国道上で、21歳男性運転の乗用車が、いねむり運転のため、アーケード柱に衝突しました。運転者と同乗者が3週間のケガをしました。運転者は、健康管理に十分注意してください。

県展(十日町市中魚沼郡)入選者展

- 期間 8月19日(金)～25日(木) (月曜日(は休館) 午前9時～午後9時)
- ところ 市民会館ギャラリー
- 問い合わせ 小宮山兎犬(十日町芸術協会 ☎57-2306) へ。

市制施行40周年記念事業 第15回 市民体育大会 (雨天決行)

7月21日(日)の下条・水沢両地区を最後に、地区民体育大会が終了しました。競技・応援と皆さんお疲れさまでした。

4年に一度のスポーツの祭典、市民体育大会が9月4日(日)に開かれます。市民総参加でスポーツを楽しむとともに、市制施行40周年を祝しましょう。

- とき 9月4日(日)開会式：午前9時、競技：午前10時～午後3時30分、閉会式：午後4時
- ところ 陸上競技場
- 問い合わせ 総合体育館へ。

催し情報

■問い合わせ 詳しい内容は学校  
教育課(☎内線311・312)へ。

日本の衣裳  
アール・ヌーヴォー&  
アール・デコとの遭遇展

- 期間 8月14日(日)～17日(水) 午前10時～午後5時、ただし17日は午後4時まで
- ところ クロス103階
- 内容 衣裳(銘山長着等)の展示
- 観覧料 高校生以上…1000円 中学生以下…無料
- 問い合わせ クロス10(☎57-2323)へ。

体育・スポーツ情報

トレニング&フィットネス(第2期)

- 期間 9月6日(火)～11月24日(木)
- ところ 総合体育館
- 内容
  - ・夜の部(午前9時30分～11時30分)
  - ・月・水・木…トレニング
  - ・火…エアロビクス
  - ・金…エクササイズ&トレニング
  - ・夜の部(午後7時30分～9時30分)
  - ・月・水・金…エクササイズ&トレニング

保健情報

麻しん(はしか)の予防接種

麻しん(はしか)の予防接種を医師会の協力を得て、市内の医療

市民プール 開場時間の変更

8月13日(土)から、閉場時間は午後6時になります。  
■問い合わせ 市民プール(☎52-7470)へ。電話番号は毎年変わります。

機関で個別に接種します。接種対象者は、申し込みが必要です。

- 接種対象者 昭和63年11月1日～平成5年4月1日に生まれた幼児。ただし、すでにはしかにかかったことのある子や麻しん、MMRの予防接種を受けたことがある子は除きます。
- 受けられない子 1年以内にけいれんを起こしたことがある子など。慢性の病気がある子は、かかりつけの医師に相談してください。
- 受付期間 8月18日(木)～9月1日(日)の午前8時30分～午後5時(土・日曜日を除く)
- 申し込み 母子健康手帳と印鑑を持参し、保健衛生課(☎内線141)で手続きをしてください。電話での受け付けはしません。

酒害の相談

つい酒を飲み過ぎる人やその家族の会です。

- とき 8月19日(金) 午後1時30分～3時
- ところ 十日町保健所
- 申し込み 十日町保健所(☎57-2400)または保健衛生課 保健衛生係(☎内線141)へ。

心の健康相談

- とき 8月30日(火) 午後1時30分～3時
- ところ 十日町市保健センター
- 担当 山下医師(中条病院)
- 申し込み 十日町保健所または保健衛生課保健衛生係へ。



# history

## ふる里の歴史散歩

石錐と砥石

(市史編さん室)

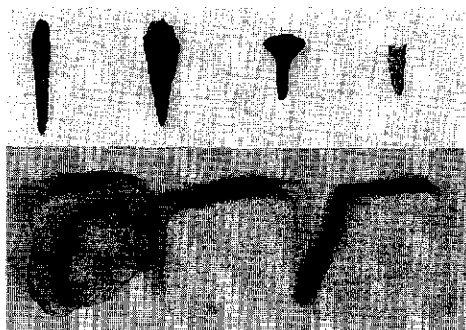
89

石錐は石で作られたキリで、穴を開ける道具です。

形は剥片の一端を表裏から加工してとがらしただけの短い錐や、つまみを加工して錐部を長くし、丁寧を整えた形態のものもありです。錐部の長いものは、縄文時代の後・晩期に多く見られます。出土する錐の先端は磨滅してトロトロになっていたり、丁寧に使用されたものと思われ

ます。石錐は紐でくくるための穴を開ける用具ですが、開けられた穴そのものが残っているものは少数です。土器の口縁部分の破片で穿孔されているものは、復元された土器を観察すると、ヒビ割れを紐でくくっていたと推定できる位置に、穴が開けられています。ヒビ割れた土器も最後まで大切に使用されたことが分かります。

装飾品には穴の開いているものが多く、石製の耳飾りや、首から垂れ下げられた硬玉製大珠の穴は錐と金剛砂を用いて穿孔



石錐(上段)と砥石(下段)

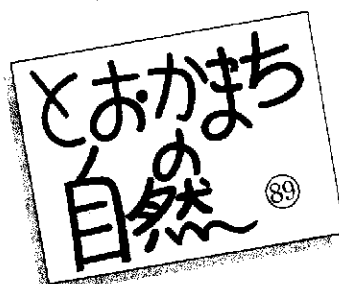
されたと考えられています。装飾品については後述しましょう。砥石は砂岩質の石材で、人工的に磨滅した部分が認められ、形態はさまざまです。

一辺一辺が平らに磨滅して全体を巡って角柱状になった砥石もあります。また、溝が何本も走っているのは、玉類を磨いたと考えられています。溝の上下の端が石の辺縁まで抜けてまっすぐなのは、矢柄を磨いたといわれています。石だけでなく骨角器や木製品なども磨かれており、この磨製技術は縄文時代の特徴でもあります。

## 今月の表紙

7月31日(日)の早朝、市制施行40周年記念事業の一つとして「全国夏期巡回ラジオ体操会」が水沢中学校グラウンドを会場に行われました。

当日は、市内の小・中学生を中心に4,937人が参加。NHKラジオ第1放送を通して、全国各地に市制施行40周年を迎えた十日町市のPRも合わせて行いました。



## ヤマユリ

夏になると、山の斜面や草原で、1~6個のラッパ状の花を開き、強い香りを放つヤマユリをよく見かけます。ヤマユリは、近畿地方以北の山地に生える日本特産のユリです。隣りの川西町では、「町の花」として愛されています。

ヤマユリは、地中に大きな鱗茎(養分が貯えられ肉質になったりん片の集まり、地下茎の1種)をもっています。この鱗茎は古くから食用にされてきました。

ユリは漢字で「百合」と書きますが、これは鱗茎をつくっているりん片が何枚も重なり合っているという意味だといわれています。また、風が吹くと大きな花をつけた茎がゆらゆらと揺れ動きまわりますので、ユリは「揺り」だともいわれています。

## 市の動き

(7月末日現在)

■人	□	45,653人(前月比 -20)
	男	22,498人( 〃 -12)
	女	23,155人( 〃 -8)
■世帯数		12,694 (前月比 -15)



## 編集後記

昨年の冷夏と今年のはうって変わり、毎日30度を超す猛暑が続いています。こんな暑い日曜日には、クーラーの効いた涼しい部屋で冷たいビールと枝豆でジョジョしたいもの。善は急げとさっそく実行。  
ただ飲むだけでは物足りないので周囲を見回すと、市報縮刷版がありました。さすが広報マンと自己満足しながら読み出してビックリ。初の市報(当時は十日町市政だより)が発行されたのは昭和31年5月のこと。そうか、お前と俺は同年生か。こんな親近感を覚えながら読み進んで、またビックリ。当時の夏の記事を飾るのは、毎年のように「赤痢発生」○人々注意を」と言う見出しです。今では考えられないことですよ。夏は体調を崩しやすい季節。暴飲を避け、健康に注意しましょう。⑧