

健康特集

寝とてても

睡眠と適度な運動を

精神科医師 田村利純先生

人生八十年時代といわれ、日本人の平均寿命が世界のトップクラスになつたとはいえ、病気で長生きは考えもの。特に「ボケ」や「寝つきり」にはなりたくないものです。今月は健康特集と題して、ボケ（老人性痴呆症）について考えてみました。

晴れの市政功労者

46人と2団体を表彰

文化功労表彰も
館山市文化団体連絡協議会は
文化団体功労表彰を行いました。

館山信用金庫、房州海運(株)

受賞者は、文化の振興に寄りし、
他の模範となる功績を残した三

人です。
敬称略。
昔は、「くがたち」(盟神探湯)といい、神意によらないと決められない場合に、一種の占いとして行われていましたが、現在では禊(みそぎ)の一種として行われています。

茂名の里芋祭 茂名の十三所

神社の氏子三千戸により受け継

がれていた神事で、黒潮がもたら

した食文化の「うどん」を考案され

ています。

祭(三月三十日)の前夜、年当

り、古くから受け継がれている

番籠で、蒸した里芋をバギの枝

名の里芋祭」と「茂

に刺しながら積み重ね、高さ約

長田敏子、小原田鶴子、川上浩、

六十枚の里芋の山二対を作り、

木高徳子、鈴木正男、鈴木正幸、

花の咲いた梅枝三本を立てます。

野山清治、羽山忠夫、原玲子、

祭の当日は、里芋の山を竹かご

飯田ヨシノ、渡邊衛

に入れ、天びん棒でかついで神

山口勝之

社に奉納し、豆殺豊穗(じょう)

無病息災を祈願します。

看井昌治、生稻正三、看井淳

行われています。

《功労表彰》

茂名の里芋祭 茂名の十三所

市教育委員会は先月、新たに

神社の氏子三千戸により受け継

がれていた神事で、黒潮がもたら

した食文化の「うどん」を考案され

ています。

祭(三月三十日)の前夜、年当

り、古くから受け継がれている

番籠で、蒸した里芋をバギの枝

名の里芋祭」と「茂

に刺しながら積み重ね、高さ約

長田敏子、小原田鶴子、川上浩、

六十枚の里芋の山二対を作り、

木高徳子、鈴木正男、鈴木正幸、

花の咲いた梅枝三本を立てます。

野山清治、羽山忠夫、原玲子、

祭の当日は、里芋の山を竹かご

飯田ヨシノ、渡邊衛

に入れ、天びん棒でかついで神

山口勝之

社に奉納し、豆殺豊穗(じょう)

無病息災を祈願します。

看井昌治、生稻正三、看井淳

行われています。

《功労表彰》

茂名の里芋祭 茂名の十三所

市教育委員会は先月、新たに

神社の氏子三千戸により受け継

がれていた神事で、黒潮がもたら

した食文化の「うどん」を考案され

ています。

祭(三月三十日)の前夜、年当

り、古くから受け継がれている

番籠で、蒸した里芋をバギの枝

名の里芋祭」と「茂

に刺しながら積み重ね、高さ約

長田敏子、小原田鶴子、川上浩、

六十枚の里芋の山二対を作り、

木高徳子、鈴木正男、鈴木正幸、

花の咲いた梅枝三本を立てます。

野山清治、羽山忠夫、原玲子、

祭の当日は、里芋の山を竹かご

飯田ヨシノ、渡邊衛

に入れ、天びん棒でかついで神

山口勝之

社に奉納し、豆殺豊穗(じょう)

無病息災を祈願します。

看井昌治、生稻正三、看井淳

行われています。

《功労表彰》

茂名の里芋祭 茂名の十三所

市教育委員会は先月、新たに

神社の氏子三千戸により受け継

がれていた神事で、黒潮がもたら

した食文化の「うどん」を考案され

ています。

祭(三月三十日)の前夜、年当

り、古くから受け継がれている

番籠で、蒸した里芋をバギの枝

名の里芋祭」と「茂

に刺しながら積み重ね、高さ約

長田敏子、小原田鶴子、川上浩、

六十枚の里芋の山二対を作り、

木高徳子、鈴木正男、鈴木正幸、

花の咲いた梅枝三本を立てます。

野山清治、羽山忠夫、原玲子、

祭の当日は、里芋の山を竹かご

飯田ヨシノ、渡邊衛

に入れ、天びん棒でかついで神

山口勝之

社に奉納し、豆殺豊穗(じょう)

無病息災を祈願します。

看井昌治、生稻正三、看井淳

行われています。

《功労表彰》

茂名の里芋祭 茂名の十三所

市教育委員会は先月、新たに

神社の氏子三千戸により受け継

がれていた神事で、黒潮がもたら

した食文化の「うどん」を考案され

ています。

祭(三月三十日)の前夜、年当

り、古くから受け継がれている

番籠で、蒸した里芋をバギの枝

名の里芋祭」と「茂

に刺しながら積み重ね、高さ約

長田敏子、小原田鶴子、川上浩、

六十枚の里芋の山二対を作り、

木高徳子、鈴木正男、鈴木正幸、

花の咲いた梅枝三本を立てます。

参加してみませんか

料理、模・表装教室を開催

12月5日まで申込み

若潮マラソン大会

第九回館山若潮マラソン大会

句と季節料理

内容 おせち料理、太巻ずし、

申込み 希望者は、電話で

注意 当日申し込みは認めま

め切りは12月5日(月)。参加

の参加者を募集しています。

会場・コース 市民運動場を

定員 二十人

申込み 希望者は、電話で

注意 当日申し込みは認めま

は、十時三十分スタート。鷹の

フルマラソンの部は、十時スタ

ト。海岸線を南下し、洲の崎

定員 二十人

申込み 希望者は、電話で

注意 当日申し込みは認めま

から神戸地区を回る四十二・一

か、遠来賞や夫婦最高年齢賞。

各クラスの十位までを表彰のほ

申込み 申し込み用紙に必

要事項を記入し、参加費用二千

円を添えて、十二月五日までに

申込み 申し込み用紙に必



「市民のひろば」への投稿をお待ちします。毎日の暮らしのヒント、身近な意見などを400字以内にまとめてお送りください。電話でもけっこうです。あて先は、北条1145-1、市役所市長公室広報係です。

親睦深めで—西岬運動会



「がんばれー」の声援に、地区代表選手も大奮闘。先月23日、西岬コミュニティ運動会は、同小学校で開催。今年で6回目を迎え、地区民の親睦と融和をモットーに、およそ1200人が参加し、さわやかな秋の一日、快い汗を流していました。



「ふれあい広場」を開催

身障者と健常者がいつしょになつて楽しむ第八回ふれあい広場が、先月十五日、午後一時三十分から市民センターで開かれ、和太鼓の演奏や模擬店、輪番など、ボウリングなど多彩な催しに、家に閉じこもりがちな子供たちも、みんなで楽しみました。

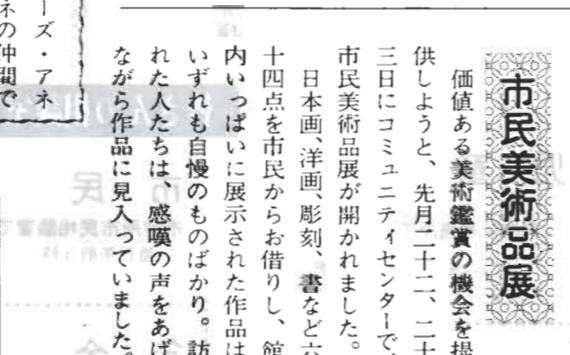


秋のまちを愛する週間の最終日、十一月六日に全市一齊清掃を実施。各地区、町内会、各種団体を中心に、道路脇や空き地、海岸などの散乱ごみ十九ヶ所が集められました。また三日には、巴川を主会場に市内主要河川で、錦鯉五千匹を放流。河川淨化への関心を呼びかけました。



「企画展」に人気

「村絵図の世界・江戸時代の村を歩く」と題した企画展が盛況です。江戸時代の村絵図をとおして、人々が暮らした村とはどのようなところだったのか、村落の様子をさぐり出し、今に残る面影や変化の様子が理解できます。また、村絵図が作られる理由をとおして、その役割なども紹介しています。11月27日まで、市立博物館本館で開催。



シユウメイギク

三十年近くも、庭の片隅のシユウメイギクが口の切り株の根際に、シャコ貝と共に、一株のシユウメイギクが殖えもせず減りもせずに、毎年さわやかに秋を色どってくれていた。それが姿を消してから幾年になるだろう。あれは、母から聴いた社家のかつての在所を訪ねて、山奥の路をたどった時のことだ、ささやぶのへりにあつたのを一本持ちだす。

帰ったものだった。それが今秋、急に花に逢いたくなつて、知つてこの場所もみな秋空を映したような深い笑みを赤紫の重弁にみなぎらせて迎えてくれた。が残念なことに一か所だけ除草剤のため全滅しかけていた。

シユウメイギクは秋明菊と書く。別名をキブネギク、中国名は秋牡丹。菊といつてはいるが、キンポウゲ科の植物で、中国の命名の方が科学的である。ボタンの仲間で



が最近出回っている。(T)

俳諧類題発句集—我黒一

今年もにぎわった

文化祭

文化祭 鶴山市芸術フェスティバル



市民の芸術、趣味、文化活動などを一堂に集めた文化祭に、大勢の市民がくり出しにぎわいました。芸能、芸術の総合的発表会として、初めて「芸術フェスティバル」を開催するなど、多彩な催し

たといわれている。原産地については、中国原産のものが室町時代あたりに移入され、全国に広まつたという説と、もともと日本にあったという人があり、決めかねるところだが、中国説の方が強い。

同じ仲間のタイワンシユウメイギクと、日本産のものがヨーロッパで交配改良された新しい園芸品種

が最近出回っている。

(T)