

# 広報 しばた

2 since 1961  
2015  
FEB  
No.640



## 新春を喜び、さらなる町の飛躍を願う

1月7日(水)に行われた新春交歓会では、町内の企業や団体、各行政区などから約420人が一堂に集まり、新春の挨拶を交わしました。大槻裕喜柴田町商工会長の発声で乾杯した後、円卓を囲みながら歓談しました。

# 祝 成人



2015年柴田町成人式

## 大人の仲間入り晴れやかに

～未来へはばたく新成人470人～

柴田町の成人を祝う式典が1月11日(日)に船岡小学校を会場に開催され、新成人の新たな門出を祝いました。

今年、470人(男271人 女199人)

の新成人が大人の仲間入りをしました。式典に出席した287人の新成人たちは、懐かしい友人らと再会を喜びあい、会場は笑顔で溢れていました。式典で滝口町長は、社会人の心構えとして、

「人に信頼される大人になること」「自分自身を律すること」「誰にも負けな得意分野を持つこと」の大切さを伝え、大きな夢と希望を抱く新成人へ祝福のエールを送りました。

新成人たちは、家族や恩師、地域の皆さんに祝福されながら、大人としての新たなスタートを切りました。



新成人代表  
なかがわ しょうと  
中川 祥杜さん

私は将来、学校の先生になりたいと考えています。

中学校の頃の部活の顧問の先生に憧れているからです。私は船岡中学校で野球部のキャプテンを務めていました。私よりもキャプテンに向いている人はいたと思うのですが、先生は私をキャプテンに任命しました。野球も上手ではないし、キャプテンとして何をどうすれば良いかわからず、ただ漠然と日々を過ごしていました。そんなある日、友達と悪ふざけをしていた拍子に学校のガラスを割ってしまったという事が起きました。私は「キャプテンとしてチームを引っ張っていく責任があるのに、こんなつまらない事をしてどうするんだ?」と自分に対してひどく情けない気持ちでいっぱい

いになりました。案の定、先生にはものすごく叱られました。しかし、先生は最後にこう言ってくれました。「それでも俺はお前を信頼している」と。その言葉を聞き、とても感動し「キャプテンとして何もできていない自分でも、それでも先生は信頼してくれているんだ」と救われた気分になりました。同時に信頼してくれていた先生への申し訳ない気持ちと、情けない自分への自責の念が涙となって溢れ出てきました。この言葉

をきっかけに私は先生になりたいと思いはじめました。人を信頼することで、感動を与え、その人の人生をかえていけるような「立派な先生」に。

今日から、大人の仲間になります。若さゆえ至らぬところもあると思いますが、これから色々な事を学び、さらなる成長を遂げたいと思っています。

※一部抜粋



① 晴れ着を着て会場に向かう新成人 ② 会場の船岡小学校体育館前で記念撮影 ③ 式典オープニングは、奥州柴田一番太鼓の演奏で新成人を祝福 ④ 式典の司会を務めた庄子久美子さん(左)、矢笠七海さん(右) ⑤ 新成人の抱負を聞いてまわる平井雄太さん



⑥ 成人式の準備を進めてきた実行委員の皆さん ⑦ 会場が新成人の笑顔で溢れた、中学校時代の恩師からのビデオレター ⑧ 式典会場 ⑨ 旧友との再会を喜ぶ新成人たち



新成人代表  
高橋美咲さん  
たかはし みさき

これまででは未成年として社会に保護され、たくさんの方々に支えられてこの20年間を充実して過ごすことができました。一人前の大人として胸を張るにはまだまだ未熟で、正直なところ、将来に対して不安なことばかりです。しかし、成人という大きな節目を迎え、私たちは新たに大人として歩み出していきます。私たちは社会の担い手として、明るい未来に貢献する存在へ成長していかなければなりません。

私は大学に入学してから、飲食店でアルバイトを始めました。お金をもらって働くことは初めてで、とても新鮮でした。大学での勉強が忙しくなりアルバイトは続けられなくなりましたが、お客様に「ありがとう」と感謝されるのが何より嬉しかったのを覚えています。

自分が少しでもお店の力になれていると感じられ、大きな励みになっていました。このアルバイトの経験をおして、何事にも真摯に取り組み、他人から感謝されることで感動を得たい、とますます強く感じるようになりました。

一言に社会貢献と言うとあまりに漠然としています。私たちが一日一日を大切に、失敗を恐れず精一杯生きていくことだと思えます。その一生懸命な姿が誰かの励みになり、いつの間にか社会を支え、明るい未来に貢献できると信じています。

私はいま、大学で薬学を学んでいます。同じく大学や専門学校に進学した人、既に社会人として働いている人など、私たちはおのおのの道を歩んでいます。成人といってもまだまだ人生経験の浅い私たちです。感謝の気持ちを忘れずに日々精進してまいります。

※一部抜粋

# メッセージ

# 柴田町の学校給食が入賞

## 宮城県学校給食

### 『伊達な献立』コンクール

昨年開催された、第2回宮城県学校給食『伊達な献立』コンクールにおいて、柴田町学校給食センターの献立「ふるさとたつぷりメニュー」が、公益財団法人宮城県学校給食会理事長賞を受賞しました。このコンクールは、学校給食における地場産物を活用した給食内容の向上、地産地消の推進による震災からの復興、栄養士や調理従事者など給食関係者の技術の向上と意欲の高揚を目的に開催されています。コンクールには24の小中学校や特別支援学校、学校給食センターが応募しました。一次審査は10月に開催され、献立の書類

審査により7つのメニューに絞られました。二次審査は12月に開催され、実際調理する実技審査でした。

二次審査には給食センター山岸夕貴県栄養士、鈴木美穂委託栄養士、佐藤明美委託栄養士の3人が出場し、100分間の制限時間内に8人分の給食を調理しました。調理の腕前だけではなく、野菜の洗い方や食材の取り扱い、基準に沿った衛生管理なども審査の対象となりました。

#### 児童、生徒の郷土愛を育むメニューを考案

受賞した献立は、実際に昨年8月28日に給食として

提供されたもので、「ふるさとたつぷりメニュー」と名付けられました。

#### 【メニュー】

- ごはん
- 牛乳
- 三陸産きんぎけのゆずソース
- つるむらさき入りごま和え
- はつと汁

食材のぎんぎけは三陸産です。米は柴田町産で、つるむらさきは船岡地区の高橋實さんが、ゆずは入間田雨乞地区の加藤壽彦さんがそれぞれ育てたものです。町内産、県内産食材を活用した料理を食べることで、児童、生徒が地域の恵みに感謝し、郷土愛が育まれるように考案した献立です。



「ふるさとたつぷりメニュー」



◀ 実技審査で細心の注意を払いながら調理する給食センター職員

▼ 徹底した衛生管理でおいしい給食を作る給食センター職員と調理スタッフ

▶ 献立を考案した山岸夕貴県栄養士（東船岡小学校への栄養士訪問）





平成 27 年 1 月  
柴田小学校での給食の様子

学校給食がスタートしてから約 50 年。現在、町の学校給食センターでは栄養士が工夫を凝らして献立を考案しています。1 月 9 日（金）、町内で一人当たりの残食量が最も少ない柴田小学校の給食風景を取材しました。児童たちは机をくつつけて、楽しく食べ、おかわりをする児童も。この日は新年

初めての給食で「初夢カレー」というメニュー。「富士、二鷹、三なすび」にちなんだカレーには鶏肉と茄子が入り、デザートは、富士山の形をしたゼリーでした。4 年生の平間七海ななみさんは「給食は、毎日楽しみにしています。カレーやわかめご飯が好きです」と笑顔で話してくれました。

町の学校給食は、昭和 41 年 2 月にスタートしました。この昭和 40 年代は、ソフトめん（うどんとスパゲティの中間のようなもの）といった学校給食オリジナルのものが登場しました。また脱脂粉乳から牛乳へ切り替わりました。給食費は小学生が月 600 円（二食 30 円）、中学生が月 700 円（二食 35 円）でした。給食が開始されたばかりでしたので、約 5,000

0 人の給食を円滑に供給できることが目的でしたが、当時の広報しぼたには給食の効果として「偏食矯正にも一役」と掲載されています。

# 柴田の 学校給食 今と昔



昭和 41 年 2 月 船岡小学校での給食の様子  
※当時の給食は下名生地区にあった旧給食センターで作られていました。  
現在の給食センターは昭和 56 年から業務を開始しています。

## 学校に届けるのは 給食という名の教材

給食センターは朝 7 時前から業務が始まります。3,700 食を調理し、小中学校の給食の時間に間に合うように配送します。食べ終わった食器類を回収し、食器を洗ったり施設内を掃除したりして、夕方、業務が終わります。

学校給食は児童、生徒の身体的な発育のためだけではありません。食生活が、自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動に支えられていることを伝えるのも使命です。食事の際、児童、生徒が生命や自然を尊重し、感謝の気持ちをこめて「いただきます」「ごちそうさま」を言うことができるように、学校給食センターは、給食を「生きた教材」として提供していきます。

# しつけって、なに？

～虐待臨床から考える～

問 子ども家庭課 TEL 55-2115



にし ざわ 先生  
西澤 哲

山梨県立大学人間福祉学部福祉コミュニティ学科教授  
著書「子どものトラウマ」(講談社現代新書) など、多数

現在、親などによる子どもの虐待が深刻な社会問題になっています。「すべての児童は、心身ともに、健やかに生まれ、育てられ、その生活を保障される」と児童憲章に謳われているようにすべての子どもが虐待を受けずに、健やかに成長できる社会はみんなの願いです。

## 虐待の影響

最初に、虐待が子どもにどのような影響を与えるか少し取り上げておきたいと思います。虐待を受けた子どもは、自己調節ができないことが多く見られます。

自己調節とは、自分を整える力のことです。一番目立つのは感情や感覚の調節ができなくなる障害です。ほんのささいなことに激しい怒りを持ち、激しい怒りを抑えることができず大暴れをする、物を壊す、長時間泣きわめくなどの行動に出て、感情を周囲にまき散らしたりすることが多く見られます。場合によっては自らの体を傷つけてしまう自傷行為につながることもあります。自分の不快感をどうすることもできず、自分の体に痛みという強い刺激を与えることで吹き飛ばそうとするのです。

も、体温調節障害や睡眠障害、摂食障害などにより生理レベルのリズムが整わない状態にあることが多いようです。

行動レベルに目を向けると、虐待を受けた子どもやネグレクト(育児放棄)家庭で育った子どもは、ADHD(注意欠陥・多動性障害<sup>※</sup>)の診断を受けることが多いとされています。虐待を受ける環境や不適切な養育環境に育つと、本来そうではないのに、ADHDと同じような行動を起こしやすくなってしまうのです。これは、ちゃんとしたしつけを受けていないということに関係していると考えられます。

## しつけの本質

しつけの本質は、自己調節機能の形成をサポートすること、自己調節を身につけることです。

赤ちゃんは、自己調節機能を持っていません。不快な状態になった時、自分一人の力で不快感を解消することができなくなり泣いてしまいます。その時に、お母さんやお父さんが抱っこして、赤ちゃんに話しかけたり、トントンしたりして聴覚や身体に体験的な刺激を与えます。そうすると赤ちゃんは不快感が解消された状態になり、泣き止みます。およそ0歳から3歳頃まで、乳幼児の不快感を解消する手伝いを何回も繰り返すうちに、自分一人の力では、がんばって泣き止むことができるようになります。これが自己調節の芽生えです。

どこまでがしつけでどこからが虐待なのか、しつけと虐待の境目を教えてほしいという講演依頼をよく受けますが、しつけと虐待は全く異質なもので、交わることがなく、境目はありません。

0歳から3歳までのしつけ

※注意欠陥・多動性障害：不注意な過ちをする(注意欠陥)、落ち着きがなく体をしょっちゅう動かす(多動性)、衝動的な行動が目立つという症状がある行動障害



講演会会場には、保護者や教育の関係者など約 100 人が参加しました。

けは、自己調節機能とか自己調節能力が芽生えるまでの支援、お手伝いになりませんが、それ以降は、芽生えた自己調節機能を大切に育てていくというのがしつけの本質になってきます。自己調節の力が拡大していくことへのサポート、子どもの自己理解の促進と適切な行為の獲得を支援すること、しつけの一つの手段になります。例えば子どもが

「地団太を踏む」という、自分で感情をコントロールしようとして出来ないでいる状態は、子どもの自己調節能力が拡大していく途中で必ず起こる大事な状態です。大人が、この状態を理解して、子どもの心の中で起こっていて、子ども自身がよく分かっていることを、言葉で置き換えて知らせてあげることが含めてしつけになります。

### 誤解された「しつけ」

しつけにある程度の体罰は許されるというのとは完全に誤解です。なぜ誤解されるかというと、結果が似ている状態に見えるからです。子どもが泣いている時、泣き止むようにお手伝いすること、子どもがだんだん

と自分の悲しみをコントロールできる力を養って、自分で泣き止むという状態にしてあげるのがしつけです。ところが泣き止ませようと子どもを怒鳴りつけたら「泣きやめ」と言っただけだったりする間違っただけをしつけをするかもしれません。そうすると子どもは怖くて、あるいは痛くて、泣きたい気持ちを抑えて泣き止みます。プロセスは全く違いますが結果が同じに見えるので、体罰もしつけになるという誤解が生じるのです。

しつけは、ある種の行為を子どもが止められるようにするために大人が支援することです。子どもが自分で泣き止めるように手伝うこと、主語は子どもです。それに対して体罰は、ある種の行為を子どもに止めさせるための大人の行為です。主語は大人、子どもは目的語になってしまい、いくら泣き止んでも子どもの力にはなりません。

保育園でもとても乱暴なお子さんが、他の園児にけがをさせてしまった時、お母さんに連絡したところ、「それは保育園のしつけがなってないからだ」とお母さんは言われました。家ではこの子は母親の言うことをよく聞くと言うのです。母親と話してみると、子どもが言うことを聞かないときは、痛みを与えて言うことを聞くようにしていたということがでした。本当にしつけができていたら、お母さんがいてもいなくても自己調節の力は発揮できるはずですが、この子はお母さんが怖いので、恐怖を感じてお母さんの前では自分を抑え込んでいるのです。家で抑え込んでいるから、保育園では溢れんばかりの怒りとか、そういうものを出しまくって暴力的になっていったのです。





ユーモアを交えながら、しつけについてわかりやすく説明する西澤先生

## 「しつけ」と「体罰」の混同はいつから？

江戸時代の儒学者、貝原益軒の「養生訓」の中に、  
 “3歳の子どもに体罰をしてはいけない。なぜかという、10歳になると非行化する”という記述があります。現在の心理学では、非

では、いつ頃から日本人子どもにも体罰を与えるようになったのでしょうか。子どもへの体罰は、学校を舞台に始まったと思わせるような資料が時々でてきます。学校で体罰がひどくなるのが、軍事教育が小学校まで下ろされた昭和初期だと思われまます。学校に軍人が入ってきて、皇国思想に反し

行化する年齢は小学校高学年と推定されていますが、貝原益軒はその当時から説いていました。日本人は昔から体罰に対して有害視していた様子がうかがわれます。また、安

土・桃山時代の宣教師、ルイス・フロイスは報告書の中で日本人は子どもを叩かないことに驚いています。

た不適切な教育をしている教師を子ども目の前で殴ったのです。殴られた教師が今度は子どもを殴るという構造ができあがり、学校の先生が子どもを殴っているのを見て、親たちも子どもを殴っていいのだと思うようになったのではないかと考えられます。

## 虐待と精神文化

キリスト教文化圏と仏教文化圏では体罰に関する養育観の違いがはつきり見て取れます。

キリスト教文化圏では人間の中にはデーモンが宿り、子どもが大人の言うことを聞かない時や悪事をする時は、子どもの中のデーモンが活動している時と考えられました。デーモンを追い出すための手段は殴ることだと考えられていたので、大人の役目として子どもを殴り、子どもの中のデーモンを追い出していくことが

養育の目的と考えられてきました。

仏教文化圏では子どもは仏からの授かりものと考えられていました。だから授かるという言葉を使い、

“七つまでは神のうち”という言葉のとおり、七歳までは仏様と同様と考えられていました。(日本は神仏混淆なので神も仏も同じです)。七五三のお参りは、

三歳で女の子、五歳で男の子の成長に感謝し、七歳では仏からの授かりもの子どもを自分の子どもにするためのお礼参りなのです。

日本は仏教文化圏なので、体罰という概念はなかったのです。そもそも仏様である子どもの中に悪はなく、子どもを叩く必要はどこにもないわけです。

また、日本語には「子育て」という言葉がありません。



て”という言葉がありませんでした。明治期以前は「子育て」と文献上に出てきますが、子どもは育つもので、育てるものではないので、育てるものではないので、親が積極的にかかわって子育てをしなればならないという考えではなく、周囲のみんなが見守って育てれば子どもは正しく育つと考えられていたように、日本の子育て観というのは子育てを保証することだったので。

虐待について考えてみると、叩いてでも言うことを聞かせるのが親の務めという人がいます。今は減ってきていると思いますが、昔はすごく多かった。実は叩いているのは子どものためではなく、自分自身のためではないかと思えます。虐待してしまう親は、とても自己評価が低い、自尊心が低い人に多いようです。自分をばかにして言うことを聞かないのではないかと思いい、殴っても言うことを



聞かせて、親としての適切性や有能さに安心感を持ちたいという気持ちの現れではないかと思えます。

**「乱用」する親の心理**

虐待というのは昔からある言葉ですが、残酷な待遇な行為、残酷な行為をさし



しつけについて一緒に考える参加者のみなさん

分が幸せになり  
でしょうか。自  
はどこにあるの  
にすむ親の境目  
虐待まで至らず  
てしまう親と、  
虐待まで至らず

ていました。それに対して今日使っている虐待はチャイルドアブユーズ Child abuse の訳語で、文脈で言うと子ども乱用になります。しかし、子ども乱用という言葉ではなかなか意味が通じにくかったため、昔からある虐待という言葉を利用して子ども虐待という言葉が広まりました。

ここ30年くらい連続で

まう親、乱用し  
す。虐待してい  
数が増えています  
ます。虐待してい  
てしまう親と、  
虐待まで至らず  
にすむ親の境目  
はどこにあるの  
でしょうか。自  
分が幸せになり

たくて子どもを産み育てているのか、子どもに幸せになつてほしくて子どもを産み育てているのかの違いでしょうか。

一つの例として、最近では10代の出産が増えてきています。10代の妊娠数は変わっていないのですが、出産することを選択する人が多くなつてきています。

自分を持つていく幸せを子どもに分けていくのが本当の意味で子どもを育てるといふことです。育児ができる人は、自分の幸せを子ども

にもおすそ分けして、子どもに幸せになつてほしくて産み育てるのです。それに対して虐待してしまう人は、自分に足りない幸せを子どもに埋め合わせしてもらおうと思つて子どもを産み育てているところ、大きな違いがあるのかと思います。

実際、虐待は増えていると思えます。それは、正しいしつけ観を見失つた、間違つたしつけ観があるからという理由のほかに、大人たちに余裕がなくなつてきて、自分が安心感を持って生きていけない、あるいは自分に自信がない中で生活していることが子どもに対する虐待として現われてくるように思えます。

**出席者の声**  
2人のお子さんを  
持つ参加者  
今までの子育てを振り返り、幼い頃に厳しくしすぎてしまったかなと改めて考えさせられました。今日教わつたことを、これからの子育ての参考にしたいと思えます。とても大切なことを学んだ講習会でした。今後もう一つ講演会の開催を期待します。



な大人を悲しませたくないという思いを子どもに持つてもらふことが必要であると思えます。  
(講演内容を要約して掲載しています)

# まちかど NEWS



初日の出を背景に  
スマホで記念撮影する高校生

※船岡城址公園…150人來場

## 穏やかに昇る初日に願いをこめて

今年も柴田町太陽の村と船岡城址公園には、初日の出を見に大勢の方が来ました。夫婦で太陽の村に来た槻木地区の小田部陽子さんは「広報紙を見て来ました。初日の出を、家族の健康を願いながら見ることができうれしかった」と話しました。また友達と一緒に船岡城址公園に来た船岡地区の菅野璃子さん（高校1年生）は「オレンジ色の光りがどんだん大きくなりとても綺麗」と感動していました。

※太陽の村…250人來場



七峰山（ななみね）やま山頂からの初日の出に歓声があがりました

## 学校支援ボランティア「東風の会」文部科学大臣表彰

東風の会が、昨年12月8日（月）、地域による学校支援活動の推進に大きく貢献したとして、文部科学大臣から表彰されました。平成13年度から和楽器の体験学習を支援し、平成23年度からは学校支援ボランティア「しばたっ子応援団」として町内の小中学校で活動しています。授業で和楽器の演奏だけでなく、特性や技能、成り立ちなど深く広く指導していることなどが評価されました。



町長から表彰状の伝達を受ける東風の会代表 砂金美代子さん



寒い中がんばって植えた米田花音（まいたかの）さん（船迫小2年）親子と町長

## 木を育てる意義を実感 町有林で植樹祭

船迫みどりの少年団や船迫こどもセンターに通う親子ら20人が、昨年12月6日（土）、入間田地区の町有林で、低花粉スギを百本植樹しました。昨年、船迫こどもセンターなどを町の木材で建てたことから「地球にやさしい木材の地産地消」を学ぶ場として開催。船迫小学校6年生の三浦啓誠（ひろの）さんは「楽しかった。木を育てて、また建物を建てるのはよいと思う」と植樹の大切さを学んだようです。

広 告

# 絵札目指して猛ダッシュ！ かるたとり大会

NEWS

晴天となった1月18日(日)、船迫小学校で「第33回地区対抗かるたとり大会」(船迫地区子ども会育成会主催)が開催され、親子など約300人が参加し、大いににぎわいました。各地区の子ども会が思い思いに作成した絵札(縦45cm横36cm)が校庭に置かれ、札が読み上げられると、太鼓の音を合図に、子どもたちは一斉に絵札を目指しました。競技は2回行われ、合計56枚を取った若葉町地区が優勝しました。



寒さに負けず、校庭を走り回りました。



船岡地区を分列行進する消防団員(総勢約400人)

# 町民を守る 決意新たに合同出初式開催

1月4日(日)に船岡小学校で町消防団、交通指導隊、防犯実動隊、婦人防火クラブ連合会の合同出初式が開催されました。昨年4月に消防団に入団し、今回初めて出初式に参加した上名生地区の水上和義さんは「父が以前消防団員でしたので入団しました。今日は団員が小型ポンプ積載車を操り実地放水をしましたが、私も団員としていろいろな技術を身につけたい」と抱負を話されました。

# 神秘の世界「曼荼羅図」御開帳

NEWS

1月16日(金)、西船迫地区の大光院で、県指定有形文化財の「絹本着色両界曼荼羅図」が公開されました。広報しぼた1月号に掲載されたこともあり、広報紙を片手に訪れる人もいました。西船迫地区の杉崎京子さんは「町の広報紙で初めて曼荼羅図のことを知りました。600年も前に描かれたのに色彩がきれいで、見に来て良かった」と感想を話されました。次回の御開帳は8月16日の予定です。



曼荼羅図に見入る方々と大光院の芳賀隆範りゅうはん住職



船岡平和観音像からの映像町のホームページでご覧いただけます。

# 映像賞を獲得 ~KHBみやぎふるさとCM大賞~

地域の魅力、情報、自慢などを30秒のCMで表現する「みやぎふるさとCM大賞」(東日本放送主催)の審査会が、昨年12月2日に開催され、柴田町のCMが映像賞に選ばれました。CMは、町民ボランティア団体「@しばたふるさとCM制作団」が制作し、ラジコンヘリに搭載されたカメラでの空撮映像を効果的に用いた点などが評価されました。年間20回、東日本放送で放送されます。

広告

広告

# 祝 100歳 おめでとうございます

天気の良い日は、外に出てお花を見て楽しんでいます

## 加藤タツさん

槻木新町地区の加藤タツさん（大正4年1月9日、栃木県石橋町生まれ）が、自宅で100歳の誕生日を迎えられました。一男二女に恵まれ、行商などの仕事をしながら子育てに励みました。相撲中継を見たり、民謡を歌ったりすることが好きなタツさんの健康法は、毎日決まった時間に三食腹八分目まで食べること、午前10時におやつを食べ、午後3時に牛乳を欠かさず飲むことだそうです。

孫8人、ひ孫10人に恵まれているタツさん



健康法は「思っまま、のびのびと過ごすこと」と話すきよさん



## 自分の力で動くように心がけています 大坪きよさん

西船迫地区の大坪きよさん（大正3年12月18日、山元町生まれ）が、山元町の施設で、ご家族や施設のみならず、祝福されながら、100歳の誕生日を迎えられました。独身の時は、東北大学病院の看護師として働き、結婚後は5人のお子さんに恵まれました。きよさんは、お祝い状と施設の方からの似顔絵が描かれた色紙を受け取ると、とてもうれしそうに「ありがとうございます」と話されました。

病院に通うことなく、元気に過ごしています

## 佐藤ちはるさん

入間田地区の佐藤ちはるさん（大正4年1月15日入間田生まれ）が、自宅で100歳の誕生日を迎え、お子さんやお孫さんたちとともにお祝いをしました。生まれてからずっと入間田に住むちはるさんは、四男二女に恵まれ、農業をしながら子育てに励みました。現在は孫12人、ひ孫10人に恵まれていいます。健康法は、三食きちんと好き嫌いせず何でも食べるのだそうです。

「ありがとうございます」とお礼を述べ、お祝い状を持つちはるさん



ご家族に囲まれながらお祝いされました。



## 感謝の気持ちで毎日を過ごしています 舟岡正子さん

松ヶ越地区の舟岡正子さん（大正4年1月1日、山形県米沢市生まれ）が、町内の施設で100歳の誕生日を迎えられました。米沢市に暮らしていた頃は、米沢織の袴を仕立てていました。一男二女に恵まれた正子さんは、町長からのお祝い状と、ひ孫さんからのプレゼントをととてもうれしそうに受け取りました。贈呈式の後、施設のみならず、や他の入所者と一緒にケーキを食べるお祝いしました。

廣 告



# 健康情報クリップ

なるほど!

みんなの健康ライフ シリーズ17

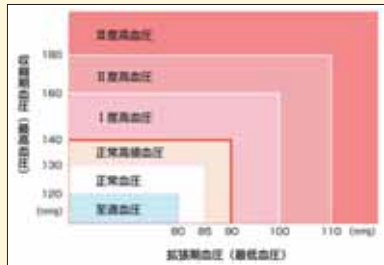
健康推進課 TEL 55-2160 FAX 55-4172

第17回目のテーマは、  
「高血圧予防」です。

## 定期的に血圧を測って、数値を確認しましょう。

高血圧は自覚症状がほとんどないため、自分では気がつかない人が多く、また、健診などで高血圧を指摘されても、そのままにしている方も多くいます。

血圧が高いままにしていると、動脈硬化が進み、狭心症などの心疾患、脳梗塞などの脳血管疾患につながります。



## 血圧が上がりやすいのは、こんなときです



## 高血圧予防のポイント

### ○血圧の急上昇を防ぎましょう

お風呂場に入るときなどは、急激な温度差を少なくする工夫をしましょう。

### ○塩分を控え、カリウムの摂取量を増やしましょう

薬味や香辛料などを利用して、塩分を取り過ぎないようにしましょう。

平成27年から日本人の食事摂取基準が変更され、1日あたりの食塩摂取目標量は男性8g未満、女性7g未満となりました。平成22年宮城県民健康・栄養調査の結果では、1日あたりの食塩摂取量は男性11.9g、女性10.4gとなっています。

また、野菜や果物などに多く含まれているカリウムは、食塩を体外に排出する働きがあります。

### ※食品に含まれる塩分量



### ○血圧を適正に保つために軽めの有酸素運動がおすすめです

運動中は血圧が上がるので無理は禁物です。1日30分程度の軽めの運動を、週3日程度の無理ないペースで続けることが大切です。おすすめは、ウォーキング、水中ウォーキング、ラジオ体操です。

## 保健師からの豆知識

病院で使用されている血圧計の目盛りを見たことがありますか。中に水銀が入っています。血圧100mmHgは、水銀を100mm(10cm)押し上げる力です。水銀の重さは水の13倍位あるので、血圧100mmHgは、水であれば、約130cmの高さまで押し上げられる力です。このことから、いかに高い圧力が血管にかかっているかわかります。血圧を定期的に測り、血管を大事にしましょう。

広 告

広 告



たくさんのご応募をいただきありがとうございました  
**(仮称)さくら連絡橋の名称が決定しました**

せん おう きょう  
**「しばた千桜橋」**

船岡城址公園の千本の桜と白石川堤の一目千本桜を結ぶ橋で、しばたの美しい桜が永遠に咲き誇って欲しいと願いを込め命名しました。

名称の応募は、町内はもとより県内外から262件ありました。同一の名称はほとんどなく、どれも熱い思いが込められたものでした。(仮称)さくら連絡橋周辺整備検討会の意向を踏まえ最終的に決定しました。

こうほう 文芸

短歌

ニッコリと笑ってもらう孫のチョコおかし何かはあととてあととて  
 我が心うつすがごとき短歌一首万葉集の中に生きおり  
 うきうきと紅さす女房小正月別の世界へ今日はいくらし

本船迫 森田 眞六  
 船岡 沢田 順子  
 葦神 葛

川柳

目覚し無体内時計狂い無  
 賀状書くあの友一人旅立ちて  
 障子はり猫がじゃれあいやり直し  
 初詣うて人人人の波動く  
 健さんの偉大さ知った亡き後で  
 初日の出あかねに染る美しくしき  
 柿暖簾陽差しを浴びて紅く染め  
 風雪を真面に受けた深い皺

船岡 阿部美代子  
 船岡 伊藤タイ子  
 西船迫 安ヶ平良三  
 槻木 加藤 利通  
 船岡 小林 夢子  
 槻木 つきのき町子  
 船岡 佐藤 春市  
 船岡 長尾 純子

老残の余白陽射しに守られて  
 ヤンチャでも孫は自慢の無欠席  
 寒ざらし十割そばが叔父の腕  
 米の飯神仏だけの蕎麦どころ  
 二人して重ねた歳月共白髪  
 門松もまばらなんてすニュー団地  
 飲んで食べ食べては飲んだ九連休

船岡 小野寺一彩  
 船岡 阿部トクエ  
 船岡 早坂 洋子  
 船岡 島貫よし雄  
 西船迫 渡辺 晴江  
 西船迫 紅 楓  
 船岡 千 舞

俳句

笹鳴きを孫はまなこで追うてゐし  
 寒牡丹あざやか色に息を飲む  
 初売の賑わいを背に里山へ  
 枝移る姿のありて初音かな  
 齢重ね寒さに負けず雑草のよう  
 立ち昇る火の粉は天にどんと祭  
 九十九歳皆に看とられ天国へ  
 川波の睦みし光り初御空  
 すれ違う男の歩巾寒四郎

下名生 笠松ふみ子  
 西船迫 玉手みき子  
 西船迫 安ヶ平奈津枝  
 槻木 永井 堯  
 船岡 安藤 節子  
 大槻 信吉  
 下浦 智子  
 中野西範子  
 石垣テル子

遠き日を思ふ母の瞳雪しんしん  
 月光を浴びて凍滝仁王立ち  
 凄まじき新聞広告花八手  
 厳寒の樽前山は男前  
 凜と立つ蔵王に拍手明けの春  
 被災地の祈りの中に年明くる  
 越前の嵐に負けぬ水仙来  
 冬菫日にほどけたる昨日今日  
 舞い降りし鳩の純白大初日

制野 千秋  
 遊佐 徹  
 山家美智子  
 三塚 直樹  
 及川美沙子  
 藤原 恪子  
 若月ノリ子  
 大久保和子  
 佐藤きみこ

廣 告



# 夢空間 2015



はなちゃん (ペンネーム)



女王の番犬 (ペンネーム)



切り絵「柴田町蔵の家」  
佐藤光雄さん (西船迫四丁目)

smile kids

お子さん(4歳まで)の写真をお待ちしています。写真の裏にお子さんの名前を必ず書いてください。投稿者の住所、氏名、電話番号、お子さんの名前・生年月日を明記し、「ひとこと」を添えて応募してください。

## こども美術館



「針金ビーズ小物入れ」(工作)

西住小学校5年 佐々木 優さん



西住小学校2年  
五十嵐 愛淑さん

「のびのび遊びをしたよ」  
(紙版画)

ふれあいマイタウンは、町民の皆さんからの応募・紹介でつくるコーナーです。俳句・川柳・短歌に興味がある(こうほう文芸)、とてもすてきな方なので紹介したい(人間もよう)、自己表現コーナー(夢空間2015)、お子さんの成長の写真やかわいい孫の写真を載せたいという方(町内にお住まいの4歳以下のお子さん)、はがき、手紙などで2月9日(月)まで応募ください。 ※お名前や作品の読み方を記載してください。応募写真は返却しません。 ■連絡先/まちづくり政策課 ☎54-2111

お詫びと訂正 広報しばた1月号 13ページ「絹本着色両界曼荼羅図」に誤りがありました。訂正してお詫びします。  
柴田町文化財保護委員長(誤)木村 邦夫さん (正)木村 邦雄さん

### 「広報しばた」 有料広告募集中!

お店や会社のPRに

「広報しばた」に掲載する広告を募集します。お店や会社のPRなど、くらしに役立つ広告をお待ちしています。掲載料金などの詳しい内容については、お問い合わせください。 問 まちづくり政策課 ☎54-2111

広 告

広 告

『誠実な対応を心がけ、確かな信頼関係を築きます』

町内で働く若い世代の方の思いや夢などを紹介するコーナーです。



町営住宅の外壁改修工事現場で、塗装状況を確認する伊藤さん

株式会社四保工務店  
建築部主任

伊藤 徹さん(39)  
いとう とおる

伊藤さんは、工事を進める中で、近隣住民の方々への気配りも忘れません。こまめに工事の内容をお知らせし、要望などに誠実に対応しながら、お客様や近隣住民の方々との確かな信頼関係を築くことを心

期せぬ出来事やさまざまな苦労がありましたが、工事が完了し、お客様へ建物を引き渡した時の喜びと達成感はとても大きいです」と話します。

「妻のためにも今まで以上に仕事をがんばらないといけない」と意気込む四保工務店の伊藤徹さんを紹介します。幼い頃から建築関係の仕事をしている父の姿を見て育った伊藤さんは、高校の建築学科を卒業後、角田市にある建設会社に就職しました。平成18年からは、四保工務店で働き始め、現在は、施工・工程・

品質・安全・予算などの管理をする現場代理人として仕事をしています。「建築工事は、多くの専門業者が関わるので、業者間の調整がとて大変です。改修工事では、現場に入って初めてわかることが多々あり、現場に合った施工方法を見つけ出すのに苦労します。また、震災以降は、職人さんの確保に苦労しています。日々学ぶことが多く、予

がけています。車とバイクが大好きで、エンジン音を聴くと心が落ち着くという伊藤さんは、独身の時はぷらっと峠などを走り、気分転換していました。現在は、奥さんと一緒に買い物を楽しむことが、一番の心の癒しになっているそうです。

株式会社四保工務店



柴田町船岡東3丁目1-13  
TEL 54-2340

昭和38年6月四保工務店を設立、昭和58年8月株式会社に組織を変更。公共、民間の建築や土木工事の施工、管理を手がけています。従業員数11人。

人口と世帯数  
(平成27年1月1日現在)



38,440人  
(前月比15人減)



19,133人  
(前月比5人減)



19,307人  
(前月比10人減)



15,180世帯  
(前月比11世帯減)

※平成24年7月9日の住民基本台帳法の改正に伴い、外国人を含む人口と世帯数となります。