

# 「こうさてん」第4号

発行 御宿新田区 広報委員会  
代表 御宿新田区長 湯川晃司

御宿新田区長 湯川晃司



## 今年を振り返って

春の河川清掃で最初の事業が始まり、各組組長さんの指示のもと、立派に清掃していただき、気持ち良く一年が始まりました。

体育祭は二十九回を数え、また、夏祭りは一足先に三十回を迎え、実行委員及び各組からの売店への協力を得て盛大に行われました。カルチャー教室も二教室を開催することができ、区民の皆様多数の参加により、楽しく、意義深い教室となりました。区内の安全は、交通量の増加により益々脅かされています。市の当局への強い改善申し入れは今後も必要です。



天皇陛下と御歓談

妻が招待をうけ、去る十一月九日に御参加されました。農業関係では全国で三人の内に選ばれ、天皇陛下よりお話し(ことば)があったそうです。杉本様御一家はもとより、地元の私たちの誇り

## 子どもが元気になる十か条

昭和三十年の中学校三年生の男子の平均身長は一四七cmでした。平成十四年は一六六cmと一九cmも大きくなりました。しかし、朝からあくびをしたり、疲れや腹痛を訴えたりしたり...最近、子どもたちの体の異変が問題になってきているようです。そこで、先日、ある先生からお聞きした子どもの元気回復についてのお話の抜粋を書かせていただきます。

### 楽しく遊ぼう運動

一、子どもは昼間に一度は外遊び

二、大人も子どもと一緒に身体を動かそう

三十年前の小学生の一日の平均歩数は二万七千歩、現在の小学生は平均一万二千歩。できるだけ体を動かしたいものです。歩くことが健康の第一歩です。

ちよつとの工夫で、食生活の改善を(食事)

四、朝ごはんをしっかり食べよう

五、楽しい食卓を家族で演出しよう

六、加工食品は控えめに

人は一般的に、口からしか栄養を摂りません。バランスの良い食生活が健康を作るそうです。メディアとうまくつきあい、心地よい眠りをしよう(睡眠)

## 子供の時間を決めよう

八、ゲームの持ち歩きはやめよう

九、夜型の生活から抜け出そう

十、会話の中から笑い、健康が生まれる

健康は運動・食事・睡眠のバランスによって保たれるといわれています。健康が、子どもたちの明るい笑顔と元気の源になり、いじめのない楽しい社会を築いてくれるかもしれません。



体育委員長 中一組 大代 正明日、体育行事の御参加、応援誠にありがとうございます。後期体育行事の報告をいたします。富岡地区体育祭では午後の部雨天中止となり午前の部の競技までは八位。昨年同様石脇に決勝で敗れブロック準優勝。男女混合バレーボールでは一部リーグ一チームが参加し見事優勝。今年度女性の参加が少ない為来年は、女性の立場の多数の参加をお願いいたします。来年度も体育行事への

メタボリック症候群 北四組 佐藤 百合子 最近よく耳にする内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)は、過食や運動不足により内臓脂肪が蓄積し高血圧症、高脂血症、糖尿病など生活習慣病を合併する人が多いと聞きます。見た目ではそれほど太っていないでも内臓脂肪が多い場合も多いそうです。腹部が男性で八五cm以上女性が九〇cm以上ある内臓型肥満の方で「高血圧症」「高脂血症」「糖尿病」の予備軍を二つ以上もっている状態かどうか判断の基準だそうです。メタボリック症候群になると動脈硬化が促進し新たな病気へ進行する可能性があります。飽食の時代、食べる事には困りませんが、食べ物の量や質など気を配らなくてはなりません。我が家では以前から健康の為に玄米を食べるようになってきました。摂取カロリーを抑えるのに効果的でした。白米の魅力に負ける時もあります。喜ばしいと思わず続ける事が良いと思っております。皆さんも試してみてください。

安全地帯 僕の家は市営グランドのすぐ近くです。▼五十年前、僕の家の前は馬力道でデコボコしており舗装は当然してありませんし、車がスピードを出して走れる様な道ではありませんでした。▼この数年の間に、この地域の周辺は大きく様変わりしました。トヨタ自動車㈱を始め各企業の進出及びその企業の発展、又東名裾野インターチェンジの開通など、その要因はさまざまです。▼まさかこの道が朝のラッシュアワーで渋滞になるとは想像が出来ませんでした。ホテルルートインの信号から我が家の下までです！渋滞が...▼朝だけかと思えば夕方はホワイト歯科の前から上谷地区が渋滞です。▼ここ数年月特に渋滞が激しくなつたように感じられます。原因は関東自動車㈱の機能移転で多くの人がこの地区に通勤するようになったからだと思います。▼高校生で沼津に通っている頃は、人は、殿場裾野方面から沼津三島へと流れていました。▼今は学生を除き反対になっており御宿新田に人が流れてきます。▼御宿 新田周辺の発展は非常に喜ばしいと考えますが、一緒に道路とよい町にならないとせっかくの発展がアンバランスになってしまいます。▼裾野市にお願いしたいです。道路事情を良くして、事故

自主防災会 地域防災訓練の日 自主防災会会長 上二組 杉本 信義 寒い中、十二月三日、地域の参加をありがとうございました。各組毎、可搬ポンプの訓練、消火器による消火訓練等の中、高校生も参加し、災害時の対応を学ぶことができたと思えます。「自らの命は自らで守る」をキーワードにこれからも防災意識を高め



編集後記 新田に 真心響く 鐘の音 担当協議員 武田 勇

# カルチャー教



## カルチャー教室振り返り

担当協議員 館 隆雄

二年目となったカルチャー教室前半は、絵手紙とOB合わせて十五名の生徒が集まり、林先生に迎え一回目は柿を題材にしました。最初は線の描き方から始まりましたが、これが初心者には結構難しいんです！

絵心が少し身についたと思います。後半は蕎麦打ち教室を開催。こちらも大変な人気で何と三十名も参加。久しぶりに集まりました。講師に新田区民で我々の仲間でもあります湯川杉本久子さん、本田文子さん、信子さんを迎え、幹事一同大いに意気が上がりました。

一何kgの一回分の材料が粉一〇kgは半端じゃないです！

蕎麦打ち台を置き、まず材料の配合から始まり、混ぜて、捏ねて（これが一番体力を使う）、伸ばす（これは最も技術がいる）、そして最後は包丁で切る（これは男性が日頃如何に家庭で奥様の手伝いをしていられるか判る）まで実施。

約二時間かけ打ちたての蕎麦の完成です。皆で分け持ち帰って家で食べて頂きました。皆さんの評価は？

「蕎麦打ってよし、食べるとよし、味は最高」皆さん興奮気味でした。

そして次は何を企画してくれる？とカルチャー教室に対する皆様の期待は高まるばかりです。

来年もサブライズを期待！

**絵手紙に魅せられて**

北一B 江原 知子

小さな葉書に絵と短い文を添えて、自分の心や感動を表現する絵手紙に魅せられています。

先生のヘタでいい、ヘタがいいの言葉に励まされて、やっとならぬ絵にどんな言葉を書こう。これが苦しくも楽しい悩みの時間です。

絵手紙の筆使い、同様に分だけの味のある一枚を、届けられる日を楽しみに書いています。

毎月、第三金曜、一九時よりコミセンにて、どうぞ。

**地震の基礎知識**

北二組協議委員 村田 隆脩

地震学用語の中で「震度」と「マグニチュード」はよく混同します。

最初にこの違いの概略を説明し、その後、震度の導入等について記載します。

**\*震度とマグニチュード**

「震度」と「マグニチュード」の混同、これは地面が揺れたという現象と震源で起きたおおもとの事件とが、ともに地震ということに根本的な問題があります。

図1に表すように地震という原因が生じ、いわば加害者と被害者が同様の状態となつています。

マグニチュードは加害者の狂暴度を表す量であり震度は被害者が受ける影響の大きさを表す量です。

台風为例えればマグニチュードは台風の強さを表す中心気圧。

震度は各地における風速に対応しています。

台風のように、震度や周囲の地形によって風速が異なるように、震度は震源からの距離や地盤の状況等に大きく左右します。

このため震度をいう場合は必ず場所の付加が必要で、

尚、中心気圧と風速は数値も単位も異なるのに、マグニチュードと震度はともに単位がなく数値が似通っている為、これも混乱のもとです。

**\*震度階級の変遷**

震度は自分のところの揺れを示す尺度です。

象台により震度0〜6まで定められ、その後、一九四八年福井地震で被害の甚大さから震度7が加えられました。

震度7は兵庫県南部地震で適用されたが、人間が決める以上いろいろの問題があり、一九九六年日本での震度の決め方が人間中心の方式から計器による自動決定の方式へ転換されました。

この時、震度5と6はそれぞれ弱と強とに二分され、全体として一〇段階の区分となりました。

**\*マグニチュード(M)**

地震の震源域で生じた現象そのものの大きさを表す尺度がマグニチュードです。

日本語では規模とも称され、日本語では規模も遠く離れたいけば地面の規模は小さいし、逆に小規模の地震でも近傍で発生すれば大きな揺れが記録されます。

この為、地震の大きさを公平に判断する為には震源から同じだけ離れた地点において揺れ具合を比較せねばなりません。

マグニチュードはこの趣旨で、米国のカリフォルニア州に発生する地震の規模を客観的に評価する尺度として、一九

現実には震源から一〇kmの地点に都合よく地震計が設置されておくと、震計が設置されておらずにマグニチュードに準拠する形で補正式が考案され使用されています。

放送大学 「地震講座より」

**老人会**

**年間活動について**

老人会長 吉田 善弘

〔光陰矢の如し〕四月に新田老人クラブ総会の席にて不安ながら会長を引き受け早いもので一年を終わろうとしています。

日頃は老人会に対する区民の皆様のご理解と、ご支援に対し御礼申し上げます。

また、新田老人クラブ会員の先輩諸兄姉のご指導と、会活動への参加ありがとうございました。

わが新田老人クラブも四月の総会に始まり、毎月月の定例会、子ノ神社の清掃作業、六月には区民体育祭への参加、八月には奉仕活動として新田墓地の草取り清掃に心地よい汗を流しました。

九月の「秋分の日」には戦没者八柱への線香をたむけての墓参り、また墓参り後は「社会奉仕の日」として小運動場の草取り作業を行いました。

十一月には小グラウンドへの霜対策としての砂入れ作業、区主催老人会と子供会の交流会、ゴルフ、オセロ、輪投げ等のゲーム大会。

大会後は区役員、老人会、子供会の老若男女が一同に会しての「芋煮会」

役員の皆様、お手伝いをいただいたご婦人の皆様本当にありがとうございました。

市老連、富老連の事業としては、裾野市老連スポーツ大会、花一杯運動会として年二回季節にあつた花の植栽、富老連児童ふれあい輪投げ大会、市老連ペタンク大会、富老連会員研修旅行、富岡地区体育祭、富中体育祭への参加、市老連グラウンドゴルフ大会(年二回)参加された方は限られた人数ではあります、わが新田老人会は健康が第一で老人パワー全開で総ての行事への参加をしております。

まだ加入されていない皆さん、是非老人会に加入をお進めします。

**子ノ神社祭典について**

担当協議員 天城 保明

今年も伝統ある子ノ神社の祭典が盛大に実施されました。

祭典は子供神輿が元氣良く区内を練り歩き、始まりました。

演芸では今年も新たに生バンド演奏、のど自慢コンクール等多彩な催しが新たに加わって、大勢の皆さんの参加を頂きました。

区民の皆様のご協力有

**今回の紹介はエコリー美容室さんの紹介です。**

昭和四十九年十月より小林ハイツで開店、昭和五十八年四月より現在のお店で営業、お店の内容としては、カットは

(シ) ヤギー・レザラー・シザー・レイヤー・カット) パーマは(ウエーブパーマ・縮毛矯正・ソフトパーマ) カラーは多彩な色味で表現できるカラー) などあります。

シャンプーやパーマ液などその方に合わせ、地肌や毛髪によりよい物をと心掛けています。

その他着付けなどお客様が長時間着けていても苦しくならない様に、心配りをしているそうです。

御宿新田で営業を始めて三十二年になりました。

先生はとっても心温かな方で従業員の方も感じが良い入りやすいお店です。

御宿新田の方にはいつもお世話になってます。

これからもよろしくお願ひしますとの事でした。

下組 湯川 信子

**ゴルフ**

第四回御宿新田親睦ゴルフコンペ結果

優勝 永井政一(西三組)

準優勝 八木幸夫(上二組)

三位 阿部孝行(北一A)

象台により震度0〜6まで定められ、その後、一九四八年福井地震で被害の甚大さから震度7が加えられました。

震度7は兵庫県南部地震で適用されたが、人間が決める以上いろいろの問題があり、一九九六年日本での震度の決め方が人間中心の方式から計器による自動決定の方式へ転換されました。

この時、震度5と6はそれぞれ弱と強とに二分され、全体として一〇段階の区分となりました。

**\*マグニチュード(M)**

地震の震源域で生じた現象そのものの大きさを表す尺度がマグニチュードです。

日本語では規模とも称され、日本語では規模も遠く離れたいけば地面の規模は小さいし、逆に小規模の地震でも近傍で発生すれば大きな揺れが記録されます。

この為、地震の大きさを公平に判断する為には震源から同じだけ離れた地点において揺れ具合を比較せねばなりません。

マグニチュードはこの趣旨で、米国のカリフォルニア州に発生する地震の規模を客観的に評価する尺度として、一九

象台により震度0〜6まで定められ、その後、一九四八年福井地震で被害の甚大さから震度7が加えられました。

震度7は兵庫県南部地震で適用されたが、人間が決める以上いろいろの問題があり、一九九六年日本での震度の決め方が人間中心の方式から計器による自動決定の方式へ転換されました。

この時、震度5と6はそれぞれ弱と強とに二分され、全体として一〇段階の区分となりました。

**\*マグニチュード(M)**

地震の震源域で生じた現象そのものの大きさを表す尺度がマグニチュードです。

日本語では規模とも称され、日本語では規模も遠く離れたいけば地面の規模は小さいし、逆に小規模の地震でも近傍で発生すれば大きな揺れが記録されます。

この為、地震の大きさを公平に判断する為には震源から同じだけ離れた地点において揺れ具合を比較せねばなりません。

マグニチュードはこの趣旨で、米国のカリフォルニア州に発生する地震の規模を客観的に評価する尺度として、一九

象台により震度0〜6まで定められ、その後、一九四八年福井地震で被害の甚大さから震度7が加えられました。

震度7は兵庫県南部地震で適用されたが、人間が決める以上いろいろの問題があり、一九九六年日本での震度の決め方が人間中心の方式から計器による自動決定の方式へ転換されました。

この時、震度5と6はそれぞれ弱と強とに二分され、全体として一〇段階の区分となりました。

**\*マグニチュード(M)**

地震の震源域で生じた現象そのものの大きさを表す尺度がマグニチュードです。

日本語では規模とも称され、日本語では規模も遠く離れたいけば地面の規模は小さいし、逆に小規模の地震でも近傍で発生すれば大きな揺れが記録されます。

この為、地震の大きさを公平に判断する為には震源から同じだけ離れた地点において揺れ具合を比較せねばなりません。

マグニチュードはこの趣旨で、米国のカリフォルニア州に発生する地震の規模を客観的に評価する尺度として、一九

象台により震度0〜6まで定められ、その後、一九四八年福井地震で被害の甚大さから震度7が加えられました。

震度7は兵庫県南部地震で適用されたが、人間が決める以上いろいろの問題があり、一九九六年日本での震度の決め方が人間中心の方式から計器による自動決定の方式へ転換されました。

この時、震度5と6はそれぞれ弱と強とに二分され、全体として一〇段階の区分となりました。

**\*マグニチュード(M)**

地震の震源域で生じた現象そのものの大きさを表す尺度がマグニチュードです。

日本語では規模とも称され、日本語では規模も遠く離れたいけば地面の規模は小さいし、逆に小規模の地震でも近傍で発生すれば大きな揺れが記録されます。

この為、地震の大きさを公平に判断する為には震源から同じだけ離れた地点において揺れ具合を比較せねばなりません。

マグニチュードはこの趣旨で、米国のカリフォルニア州に発生する地震の規模を客観的に評価する尺度として、一九

象台により震度0〜6まで定められ、その後、一九四八年福井地震で被害の甚大さから震度7が加えられました。

震度7は兵庫県南部地震で適用されたが、人間が決める以上いろいろの問題があり、一九九六年日本での震度の決め方が人間中心の方式から計器による自動決定の方式へ転換されました。

この時、震度5と6はそれぞれ弱と強とに二分され、全体として一〇段階の区分となりました。

**\*マグニチュード(M)**

地震の震源域で生じた現象そのものの大きさを表す尺度がマグニチュードです。

日本語では規模とも称され、日本語では規模も遠く離れたいけば地面の規模は小さいし、逆に小規模の地震でも近傍で発生すれば大きな揺れが記録されます。

この為、地震の大きさを公平に判断する為には震源から同じだけ離れた地点において揺れ具合を比較せねばなりません。

マグニチュードはこの趣旨で、米国のカリフォルニア州に発生する地震の規模を客観的に評価する尺度として、一九

象台により震度0〜6まで定められ、その後、一九四八年福井地震で被害の甚大さから震度7が加えられました。

震度7は兵庫県南部地震で適用されたが、人間が決める以上いろいろの問題があり、一九九六年日本での震度の決め方が人間中心の方式から計器による自動決定の方式へ転換されました。

この時、震度5と6はそれぞれ弱と強とに二分され、全体として一〇段階の区分となりました。

**\*マグニチュード(M)**

地震の震源域で生じた現象そのものの大きさを表す尺度がマグニチュードです。

日本語では規模とも称され、日本語では規模も遠く離れたいけば地面の規模は小さいし、逆に小規模の地震でも近傍で発生すれば大きな揺れが記録されます。

この為、地震の大きさを公平に判断する為には震源から同じだけ離れた地点において揺れ具合を比較せねばなりません。

マグニチュードはこの趣旨で、米国のカリフォルニア州に発生する地震の規模を客観的に評価する尺度として、一九



御宿新田のお店紹介