

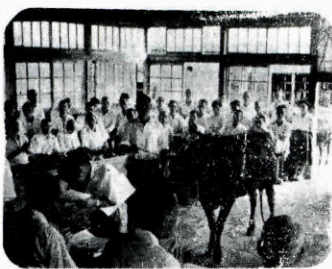
あ・の・こ・ろ

～なつかしの広報紙～

油谷町広報 第18号 昭和32年8月5日発行

水の泡、夏山は手入れを
 務めている。
 一、一説によると段人の間に
 不正があったという。これ
 があるから、後援物資(金
 や米)の額を人頭でききく
 算した結果この様になつた
 一、当時の山光寺は、恵ま
 れていたため、市民の救済に
 出かけていたので、方々から
 助けられたので、死亡
 原因をおしよせて、死亡
 一、病歴には、風死でなく
 病死であったとも書つて
 一、き、これはの後もあつ
 たので、これは行かせた

積の生産から肉の生産へ
 本年度畜産共進会終了
 町内各畜産単位に謝辞の要旨
 本年度畜産共進会、向
 津地区七月十五日、宇津
 地区十七日、菱海地区十九
 日、出品点、和牛九十五
 頭、ニワトリ、八羽、
 頭、ニワトリ、八羽、
 密牛の等、人糞牛をよ
 密牛の等、人糞牛をよ
 密牛の等、人糞牛をよ



写真は 菱海地区一等人畜のし号を有状を登る西村良さん

無形文化財 盆踊りを
 保存しよう
 郡土に伝わる盆踊りや、
 タビキ等を水く保存し、
 世にこのよう、新し
 い盆、町主催の盆舞大会
 は、町内各組の代表を
 得て、来八月十七日午後
 八時より、人糞牛グラ
 ンドで開催する。一
 十名以上、時間十五
 分程度で、審査員によ
 り審査が行われ、出場
 の日程を優秀チームに
 表彰、出場全チームに
 加賞が与えられる。ま
 して参加出来るよう事
 務局では町内各方面に
 かけている。八月十日
 まで、講習会、代名氏
 出席者人員等を記入のう

津	黄	上小田	人丸	正明市	仙崎
6時10分発		6時35分着			
7時10分発	6時45分発				
7時20分発	7時45分	8時10分	8時55分	9時05分着	
18時55分着	18時30分	17時50分	17時05分	16時55分着	

写真は、菱海地区の畜産共進会の様子です。当時は、
 農協単位に開かれ、和牛以外にめん羊、山羊、ニワトリ
 も出品していたようです。

県内初！郵便局で住民票を

6月2日(月)、川尻郵便局で山口県では初めて、
 住民票などを交付するワンストップ行政サービスが
 始まりました。利用者第1号は、河本充さん(川尻西)
 で、住民票の写しを請求、5分後に出力された住民
 票の写しを受け取りました。



イラクの子どもたちへ

6月14日(土)、ワールド・イズ・ワン・チャリ
 ティコンサートが油谷町文化会館で行なわれまし
 た。5円玉キャンペーン(町内各小中学校等)で集め
 られたお金60,136円は、日本ユニセフのイラク緊
 急募金に寄付されました。

生活情報Q&A ごはんと健康



栄養が偏った食事や無理なダイエットなどで、栄養バランスが崩れていませ
 るか？ 健康を考えるなら、おすすめしたいのが「ごはん」を中心とした食事
 です。どんな食材や料理にも合い、栄養のバランスがとりやすいうえ、ごはんそのものにも健康にプ
 ラスとなるさまざまな働きがあるからです。ごはんと健康の気になる関係をQ&Aでご紹介します。

- Q1. 肥満は健康の大敵です。ウエストが気になり出したら、まず、食生活を見直しましょう。
 次のうち、ダイエットに効果があるのはどの方法？
 ①食事の回数を減らす(朝食を食べないなど) ②ごはんなどの主食を食べない
 ③1日3食きちんと食べる
- Q2. 栄養バランスのよい食事をするためには、主食を1日に必要なカロリーの何割ぐらいに
 すればいいでしょう。
 ①3割 ②4割 ③5割
- Q3. ごはんは、和食だけでなく洋食や中華など、どんな食材や料理にも組み合わせやすい主
 食です。ごはんを中心とした食事することで、健康にはどんなメリットがあるでしょう。
 ①便秘にならない ②アレルギーを予防する ③コレステロールを抑える

※正解は、15ページ