

ほしい情報届いてますか 広報紙は毎月1日・15日に発行

創刊時1,500部から今は10,000部を発行



昭和40年に行われた町制10周年記念式典



市町境に建てられた観光アーチ (差組地内)



約30年前の名車が勢揃い (町制10周年記念式典から)



機械化によって見られなくなった稲の苗取作業

ここに掲載している写真は、昭和40年代前半の1コマです

身近な楽しい計画
や情報は町長公室 (☎ 66-8707) へ

昭和31年4月創刊

広

報

い

な

が

わ

住民のみなさんの広報紙として発行 500号記念特集号

広報紙とは？読んでもらっているのか？住民のみなさんに町からの情報が伝わっているのか？など白問自答を繰り返しながら毎月一日と十五日に発行している広報紙「いながわ」が、今回で五百号を迎えました。

猪名川町が誕生した翌年の昭和三十一年四月に創刊号を発行して、四十年間毎月一回(平成七年四月から二月、町からのお知らせを広報紙として発行しています。

もっと工夫し読みやすく解りやすい広報紙に

川町の姿が部分的に見えてきます。そして、第一次オイルショック前後(昭和四十八年度)になると「六万人のまちづくり」の全貌がでてきます。

こうして、過去の広報紙「ページ」ページを見ると、大きな変化のなかった昭和七十年代、逆に大きく変化した昭和四十年代、今の本町の基礎づくりに着工した昭和五十年代から昭和六十年代、平成へと時間は流れ、そのときどきの姿を浮き彫りにしています。

町からのお知らせを主に掲載、住民のみなさんの的確に情報を伝える広報紙は、日刊紙(スポーツ紙は除く)に毎月折込配布、日刊紙未購読世帯には郵送していますので、配布あるいは郵送されていない人は町長公室(☎ 六六・八七〇七)へ連絡ください。あわせて広報紙に関する感想や情報も気軽にハガキなどでお寄せください。

臨時町議会を開会

一月二十八日第28回臨時町議会が開会され、公共下水道管線工事委託契約の変更議案が審議され原案どおり可決されました。

また、昨年十月から空席となっていた副議長選挙も行われ、南初議員が副議長に決まりました。

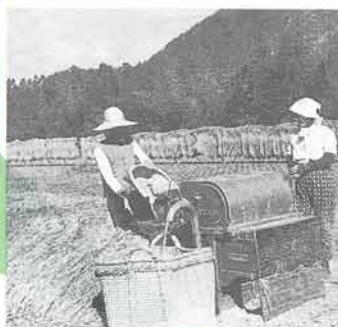


副議長
南 初男さん

詳細は次のとおりです。

▽町特定環境保全公共下水道阿賀管線建設工事委託契約の変更(契約金額を十三億二千五百万円から十二億四千八百七十七万円に減額するもの)

南議員の略歴 昭和六十七年九月初当選、以降連続で町議を務め現在三期目。産業建設常任委員長や決算特別委員長、生活環境問題調査特別委員長などを歴任されています。五十四歳



脱穀機による米の収穫風景



広報紙発行500号の特集として、30人に広報紙に対する意見などをインタビューしました。編集する側にとって、素晴らしい意見や苦言など多くの意見を聞き取ったので、その一部をお知らせします。広報紙に関するご意見やご希望などは紙面に市長公室(☎66-6707)へお寄せください。(写真はいずれも一画)

町からのお知らせは毎月2回の広報紙に掲載

広報紙は毎月2回発行されています。町民の皆様へ町政の概要や町民の生活に関する情報を提供するために発行されています。町民の皆様は、毎月2回の発行を機に、町政の概要や町民の生活に関する情報を提供するために発行されています。

町民の皆様は、毎月2回の発行を機に、町政の概要や町民の生活に関する情報を提供するために発行されています。



広報紙の発行スケジュール

3-20年を育てる

ライオンクラブの活動や、子供たちの成長に関する記事。写真には子供たちが写っています。

あなたの町の情報を詳しくご紹介

町民の皆様へ町政の概要や町民の生活に関する情報を提供するために発行されています。

インフルエンザ疾患の予防

インフルエンザが流行していますので、次のことを守って予防しましょう。

- ★うがい、手洗いの励行、特に帰宅時には毎回行う
- ★十分な睡眠をとり、疲労、不眠を避ける
- ★バランスのとれた食事や十分な栄養素を摂取
- ★人の混雑する場所への外出はなるべく避ける
- ★体の不調を感じたら、早めに医療機関で受診する

2月15日から同月28日まで、特別整理のため図書館・図書室は休館(室)します。

お知りませいろ

町民の皆様へ町政の概要や町民の生活に関する情報を提供するために発行されています。

身近な情報発信を

広報紙の発行スケジュールや、町民の皆様へ町政の概要や町民の生活に関する情報を提供するために発行されています。

天才数学者にして大道芸人

ピーター・フランクさん講演会

「世界の食と謎―人生を楽しくする方程式」

3月1日(土) 午後1時30分

文化体育館 小ホール

いながわ特派員

かな

ウォーキング 「Q & A」



旭ヶ丘 鍋島 隆一さん

鍋島隆一さんは現在、三田高等普通学校の社会科教師です。マラソン歴十年、フルマラソンを中心に年間二十以上の大会に出場しています。体重を減らすために始めたマラソンが、今では生活の一部

とびっきり

報告

とびっきり感じます。もちろんストレッチ解消にも役立っているそうです。今日から走ってみようと思う初

心者の人へ、鍋島先生に聞きました！
Q 服装や靴を選ぶには
A 冬はジャージやウィンドブレーカー、暑くなったら脱ぎやすいものは必ず手袋をしましょう。靴は特に大切な足を守るものなので、質の良いもので底の厚いものを選びましょう。

Q 初心者のための走り方
A 以前から運動経験のある人は初めは距離より時間を目安にしてください。二十分を走るのではなく十分走るといふように、全く運動していなかった人はウォーキングから始めましょう。
Q 走る（歩く）準備運動は
A 足首をよくほぐしアキレス腱をよく伸ばしましょう。屈伸と伸脚運動を中心に体ほらしましょう。
Q 長続きするために
A 自分自身の目標を持つ。走る仲間をつくる。無理せず楽なペースで走る。☆疲れているときや天候の悪い日は休む

初心者はこんなところから始めよう

走り始めは膝や足などを故障しやすいので、舗装路を避け公園などの上芝生の上で走ることをおすすめします。また、舗装路を走る場合でも、比較的アスファルトの少ないところを選びましょう。
町内で走るなら、☆総合公園芝生広場☆大原公園☆町道原広根線☆町道清水に車庫線などがあります。これら以外にも家の近くで適当なオリジナルコースをつくるのも楽しいですよ。
※交通量の多いところは歩道を走るなど、安全に十分すぎるくらい注意ください。



年をとっても続けよう



竹部 知佳さん (松屋舎) 齋藤 しのぶさん
「健康と体力作りのために歩いてみよう」と二人で始めました。今日一年間続けることができました。

初めは上の子どもを幼稚園に送った後、下の子どもをベビーカーに乗せ、散歩状態のウォーキングでした。続けたら五月ごろから夫の出勤前の早朝時刻に変更し、子どもを起ささないようにウォーキングに出かけます。
マンションを出発し伏見台に向かい丸山台を下る四、五十分コースです。この一年歩いて、毎朝出会う顔見知りの人もたくさんできました。またこの町の四季の移り変わりを目や肌で身近に感じることもでき、毎朝すがすがしくウォーキングを楽しんでいます。
一人では続けるにくいことも、人なら大丈夫、みなさんも一緒に歩きましょうか。

一年中で一番寒い時期になりました。家の中に閉じ込めがちですが、一歩外に出てみるとトレーニングウェアにヤッケ、手袋姿のジョギング、ウォーキングをしている人に出会います。この時期だからこそ、外へ飛び出して、わか町の四季折々の自然にふれあい、走ったり歩いたりしてみませんか。

- ### ウォーキングの効果
- ☆脳を活性化
 - ☆痴呆防止になる
 - ☆生体リズムを整え不眠症に効く
 - ☆肝臓の健康のために
 - ☆糖尿病の予防にも
 - ☆便秘にも効く
 - ☆ストレス解消
 - ☆動脈硬化を防ぐ
 - ☆血圧を安定させる
 - ☆肥満予防(シェイプアップ)
 - ※身体に無理なく毎日繰り返すことが大切



県都市区対抗駅伝競走大会出場の選手たち

社会人になっても続けたい



橋本 宏美さん (紫舎) 住宅街の道にニッコリと真つ赤なトレーニングウェアで現われた橋本宏美さんは、今春大学卒業予定の四回生。高校生のときに陸上競技部に

入って駅伝や中距離で活躍。大学に入って長距離に切り替えて各種マラソン大会に出場し、記録も伸びてきました。
フルマラソンの途中でバテそうになっても、知らない人に背中をたたいてもらって一緒に走ったことなどを笑顔で話してくれました。「今後の目標は、四月から社会人になってもトレーニングを続けて、近い将来、大阪国際女子マラソンに出場することです。そして走るといふことはいろんな刺激を与えてくれます。まずはウォーキングからでも体を動かしてみる。そこから始めてみてくださ」と少し恥ずかしそうに話してくれました。

目標はフルマラソン出場

平井 元良さん (白金) 十数年前、運動不足を解消するため走り始めたという平井さんはサラリーマン。なかなか走る時間がないといつても週一回は自分で決めたメニューをこなす。
この日は、いつも走っている銀山へ同行し、自分流のマラソン哲学も聞かせてくれました。また、「目標は、町内に住む弟と一緒にフルマラソンに出場すること」



「と話してくれました。そしてこれから、走ってみよう」

達人？ 専集中

みなさんのまわりに、芸能の達人はいませんか？ 漫才や手品、ものまねなど何でも結構です。自薦他薦は問いません。もちろん広報紙に出たいだけの人です。
応募方法は、三月二日までにその内容をハガキに記入して町長公室広報課へ。

おもしろ川柳

今回のテーマは「鬼」
鬼は外 八十はあや 豆くえす
ババが鬼 そと投げよね お兄ちゃん
前川 正子 松屋舎
節分の イワシの臭 鬼逃げる
都築 藤子 松屋舎
来月のテーマは「卒業」です。
応募方法は、二月二十四日までにハガキで町長公室広報課へ。

編集後記

結構、町内のジョギング、ウォーキング人口が増えていたなと感じました。きっかけは、人それぞれあるとは思いますが、それをサポートすることは、やっぱり目標を持つということですね。
みなさん今から少しずつ歩いて、あるいは走って、来年の時刻の道マラソンに出場することを目標にしてみたいかがでしょうか。

