こすど公民館報
発行所　小須戸町　中央公民館
発行人　成田常信
発行日　毎月15日
一部15円
印刷所　㈲昭栄堂印刷所

ギターの少女　須藤喜久子

“心の健康—ボケないために„

新津南高等学校長　滝沢定春

今冬の寒気と豪雪には雪に馴れている人たちもほとほと疲れ果てたという方がたが多い。

新しい年を迎えてから中央公民館で、御年輩の方がたと月二回ずつ古文書を読んで語り合っている。生涯教育と世間ではいうが、私はそんなことを少しも考えたことはない。そもそも生涯教育は生きている限り、長く学ぶことだといわれる。宮本武蔵は五輪書の中で、千日の稽古を鍛とし、万日の稽古を錬とす、といっているが、一つのことに三〇年近くも集中し、学ぶことは大変なことだと、馬齢を重ねた身で考えこんでしまう。

だから、古文書を読み書きするのも、ひたすら長生きするためだと思っている。祖父家康の行績と長寿にあこがれた徳川三代将軍家光は、ある時天海大僧正に長寿の秘訣を聞きただした。天海は即座に、粗食、正直、日湯（毎日の入湯）、陀羅尼（読経）、時々下風（おなら）遊ばるべし、と答えている。

今や世界の長寿国となった日本の平均寿命の延びは戦後急速なものがある。例えば、室町時代は男女とも一五・二才であり、明治時代は男三八才女三九才、大正時代は男四二才、女四三才で、昭和に入っても一〇年代では男四七才、女四九才でしかなく、それも敗戦後の二〇年では男二三・九才、女三七・五才であったが、急速な経済成長後の今日、男七四才、女七九才と延びてきた。

長生きはよいが、ボケてはと誰しも思う昨今である。ボケを防ぐ方法として、聖マリアンナ医大の長谷川和夫教授は、①病気特に慢性で寝たきりの重病にかからぬこと、②脳の血管病（脳出血、脳こうそく）にかからぬこと、③うつ病にかからぬこと、④外の事がらに対して、生き生きとした関心をもち続けること（テレビ、ラジオ、新聞等に毎日親しむこと、殊に読むこと、さらに一番よいのは書くこと）、⑤何か自分で楽しく没頭できる体験をもつのがよい（夢中になってやれること）、⑥社会とのつながりをもっていること、という。

また、京都西陣病院の早川一光副院長は本を読む人、新聞を読む人、物忘れを気にしない人、書く人、よく語る人、人の世話をする人、感動を忘れず、いくつになっても張りと甲斐を求める人はボケないという。

いま、ボケもしくは痴ほうの老人が六五才以上の約四・六パーセントいるといわれる。そこで、私は農村の老人に、ボケを防ぎ長寿をするための五つの法をすすめたい。①男なら手で縄をない、女なら手で雑布をぬうか、お手玉やまりつきをすること（先生を使うことは、頭の働きと体の老化を防ぎ、そして縄や雑布の製品は社会的な仕事でもある）、②毎日民謡、詩吟なり、お経なり大きな声をだすこと、③毎日一里（四キロメートル）以上歩くこと。隣りの町村の友人を交互に訪れ、語り合ってはどうか。（孫を大声をあげながら追いかけるのは②と③となる）、④飲酒後や高血圧の人は風呂に入ったらお乳より上をお湯に入れないこと（心臓病予防に大切）、⑤盆栽、読書でも、ラジオ・テレビ・新聞の視聴でも何か一つ毎日経続して好きなことをすること。そして忘れたくないこと、誰かに伝えたいことをノートしたり、目じるしすること。

さて、ボケの判定法はどうか東京青山の斎藤茂太精神病院長は、①今日のとき、②此処はどこか、③何才か、④最近の事件、⑤出生地、⑥太平洋戦争と関東大震災の年月、⑦百円から七円引いて、それからまた七円引いたら⑧総理大臣名、⑨一年は何日か、⑩三ケタの数字の逆算、⑪五つの品物名をいい、それは何か、の一一項目を判定テストにしている。この結果、出来ないものが四以下なら痴ほう状態、三以下なら準痴ほう状態だという。

むかし、多くの農村の姿は、三食とも粗食であり、大声で孫たちを追いかけ、どこへ行くにも歩き、夜はいろり端で縄をない、雑布を縫い、ぼろをつづったくらしが多かった。

今や情報社会というが、手足や体をあまり使わず、孤独性が強まっている。今とりかえすべきは、緑に心と体と社会的な健康であろう。

小須戸町の芸術・文化（八）

小須戸甚句の由来

昔は新潟—長岡間は信濃川を船で往復しておったそうです。その中間に小須戸が位置しており船付場として繁昌した村であったとのこと。小須戸は昔から機織が盛んで小須戸縞として有名であったと言われておりました。

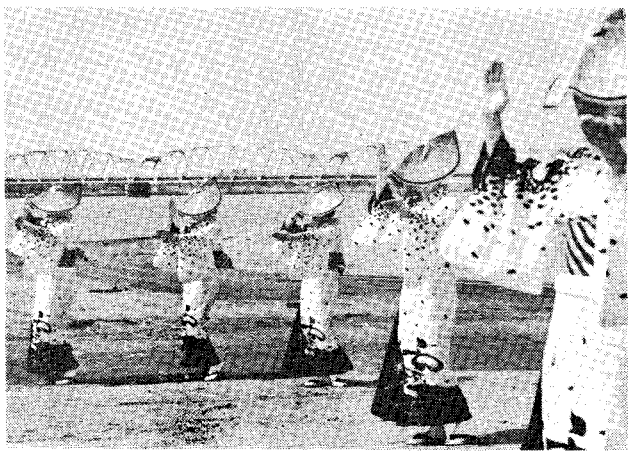
小須戸物産として県外にも販出されたそうです。今ではメリヤス機業に変わっております。今一つの物産は花卉盆栽があります。

以上の場所で働く女工さん又は従業員等何百人もおられたそうですが、それらの人達がお盆とお祭りには必ず小須戸甚句を踊り、夜の明けるのも忘れて踊ったということです。

年月がたつにつれてその甚句も衰え、簡単な盆踊りに変わりました。昭和に入って事変や、戦争が始まり、踊る人もいなくなった。然し終戦後また民謡が盛んになってきました。踊りも歌も元気があって良いという方もおられましたが、都会の方には見せられない処が多いということで、私達有志は年老いた先輩の方々にも相談して、踊り、歌ハヤシ等を改良して練習にはげんだものであります。そして昭和二十九年に小須戸民謡保存会を設立いたしました。当時の会員数は四十名程でした。初代会長に三番町の今はなき佐藤惣一郎さんになって頂きました。その間五カ年有余会の為に尽力された方でございます、当時の役員は中村喜代司さん、近藤義雄さん風間幸次郎さん（死亡、それに藤井です、歌は風間長太郎さん（死亡）、笛吹きは佐藤七平さん（死亡）、太鼓は川瀬福松さんでした。猛練習の末、新潟テレビに生で放映され一躍町民の皆様より認められるようになりました。その後佐藤会長が他界され二代目会長として藤井が引き継ぎました。一番困ったことは資金が無いことです、踊り着がほしい、帯がほしい、資金ほしさに新潟・柏崎・長岡・三条・新津・亀田等各地のお祭りに参加して祝儀を頂き資金として衣装をやっとの思いで揃えました。会員の皆さんには心より感謝申し上げます。月日がたつにつれて会員が一人退会、二人退会最終時には二十名そこそこになりました。私達もだんだん年を取るし歌の長太郎さん、笛吹きの佐藤さんがいなくなった場合を考えると、今までの苦労が水泡に帰すので、レコードに吹き込んで甚句を保存しようと計画を立て、町民有志の皆さんより御寄附を願い、三十万円でレコード作成（二百枚）に成功したのでございます。役場・公民額・各学校・各部落に無料で配布して小須戸甚句の普及に努力いたしました、各学校・各部落に手分けして指導に当りました、皆さんから喜んで頂きました。踊るお方は婦人が多いので、この辺で役員を婦人会に引き継いでもらうことにしたのです。昭和四十三年の三月頃だったと思います。三代目会長として高橋キヨさんに決定いたしました。毎年会員が増えるのにびっくりしました。百五十名の保存会になったのです、踊れなかった奥さん方が恥かしいくらいでした。今では保存会の中より先生になられた方が五～六名おられます。会員は分散されて少なくなりましたが、小須戸甚句を保存しながら頑張っております。

現在では小須戸町全部の会を合わせて小須戸町長を会長とした小須戸民謡連盟と称して発足したのであります。小須戸甚句を何時までもいつまでも保存して下さるようお願いいたします。

藤井薬局
店主　藤井徳則



大学進学に資金が借りられます

—町奨学資金貸付制度—

進学シーズンを迎えましたが、当町では大学生（短期大学を除く）を対象にした奨学金貸付制度があります。

この制度は優秀な学生が、経済的な理由のために就学が困難な場合、学資を貸付して教育の機会均等を図り、社会の健全な発展に尽す有能な人材を育成することを目的としたものです。

◇出願の資格

一、小須戸町に一年以上居住している世帯の子弟

二、人物、学力ともすぐれかつ健康であって、学資の支弁が困難と認められる者

◇貸与月額、貸与期間

一、貸与月額二万五千円

二、貸与期間　貸与決定の月から在学する学校の最短修業年限の卒業期まで

◇出願の手続き

一、五十九年度貸与希望者は、奨学金貸与申込書を四月二十五日までに教育委員会まで提出下さい

二、申込用紙は教育委員会に準側してあります

◇資格者の決定

出願者の人物、健康状態、優秀性、学資支弁の困難な程度などについて、適格度の高い者から採用を決定します

◇その他

一、奨学金の貸与は、年二十名以内とする

二、小須戸町奨学金以外の公・私設の奨学金との併給は禁止する

三、奨学金は無利息とする

四、不明な点、疑問の点がありましたら教育委員会に問い合せ下さい（電話三一一一内線五一）

婦人学級生を募集します

小須戸分館

次により小須戸町婦人学級生を募集します、ぜひ参加下さいますようご案内いたします。

○ねらい…現代社会において婦人の生活にかかわる学習要求を見いだし婦人の役割について考える

○とき…毎月第三金曜日午後七時三十分～九時三十分

○ところ…小須戸町中央公民館

○対象…小須戸町在住の婦人の方

○定員…四〇名

○申し込み・問い合せ

申し込み〆切は三月三十日（金）まで小須戸中央公民館電話二二三四番へ

○学習プログラム

四月＝開級式（学級運営について講義）

五月＝家族と人間関係（助言者をまじえて話し合い）

六月＝家族の栄養管理（食事での健康管理について講義）

七月＝きものの着付（訪問着の着付四回）

九月＝議会傍聴、見学研修（九月町議会及び主な施設見学）

十月＝七宝焼（簡単に出来る飾り物）

十一月＝映画、話し合い

十二月＝正月料理（お正月の料理の作り方について学習する）

二月＝「小須戸町のおいたち」（小須戸町史から見た町のおいたちを学習する）

三月＝閉級式（学習の反省とまとめ）

※なお八月、一月は休みます。

青年通信

スキー雑話

サークル　あおぞら

中央公民館前での出発風景

道の両脇は、軒まで届こうかという雪の壁でした。2月11・12日催された青連協主催「青年スキーの集い」一行15名。私達雪国に生まれ育ちながらも、あの真白な光景は、新鮮な驚きでありました。

そして辿り着いた須原スキー場。晴天の中に、山々は快く我々を迎え、既に装いを凝らした人々が頂まで埋めつくしていました。

さて「スキーの集い」一行もいずれ劣らぬベテラン揃い。中でもスキー場に恋の花を咲かせようなどと考えている連中でおりまして、精一杯格好をつけてみるのですが、つい女性に気をとられてストックを落したりロマンスリフトなるものに誘ったりフラれたり、成果は芳しくなかったようです。

ともかく存在自体が漫才のような15名が出かけていったのですから、処々で人々の失笑を買っていたような気がしてなりませんが、皆、来年も行くぞ、などと考えているようです。読者の皆様も一緒に参加しませんか。

催しものご案内

運転者講習会の開催

次により運転者講習会を開催いたします。

日時＝三月二十七日(火)　午後七時より

会場＝中央公民館三階ホール

内容＝春の交通安全運動の一環として

◎新入学児童生徒の事故防止

◎正しい交通ルール、他

講師＝新津警察署交通課長

※免許証及び会員証をご持参下さい。

主催＝交通安全協会小須戸町　新津警察署

レコードコンサートのご案内

やっと春めいてまいりました。ジャズコンサートを次により行ないますのでぜひご参加下さい。

日時＝三月二十四日(土)　午後七時三十分より。

会場＝中央公民館二階視聴覚室

また、定例クラシックレコードコンサートも次により行ないます。

三月十六日(金)午後七時三十分

ホルストイ「惑星」

四月二十日(金)午後七時三十分

ストランヴインスキー「春の祭典」

会場＝中央公民館二階視聴覚室

主催＝オーディオと音楽を楽しむ会

"婦人の集い"ご案内

～お気軽にご参加下さい～

婦人の集いを次のとおり開催いたします。あなたもぜひ一度参加してみませんか。

日時＝三月二十三日(金)　午後七時半より

会場＝中央公民館二階会議室

講師＝親松四郎先生

59年度教室・クラブ等 開催及び会員募集のお知らせ

初心者卓球教室開催のご案内

新年度事業計画により壮年の体力つくり運動の一環として卓球教室を開催いたします、お気軽に参加してみませんか。

対象＝壮年男女

期間＝五月一日～八月二十八日まで（毎週火曜日）

会場＝町民体育館

時間＝午後七時三十分より九時三十分まで

会費＝千円（諸経費）

小須戸町レクリエーションクラブ会員募集案内

健康体操やゲーム、野外活動等と仲間づくりを目的とした新らしいクラブを結成いたします。良識のある会員を募集いたします。

対象＝一般男女

活動日＝毎週土曜日午後七時三十分より

会場＝中央公民館

会費＝未定

健康体力づくり教室

昭和五十九年度事業で今年度受講生を募ります。内容は健康維持と筋力つくりや体力つくり・リズム体操を通してエアロビックストレーニング

対象＝一般男女

期間＝五月一日より六十年三月末日まで

会場＝町民体育館及び中央公民館

参加費＝無料

以上開催される教室等の申し込みは次によりお願いします

申し込み先

教育委員会・社会体育又は中央公民館へ申し込んで下さい。

申しみ〆切

四月十七日(火)まで

＝小須戸分館より＝

書道教室会員募集

文教広報部主催の書道教室を坂井清風氏のご協力を得て新年度も継続することになりましたので、次の要項で補充募集いたします。

日時＝毎月第一第三の金曜日午後七時より

会場＝中央公民館会議室

会費＝一ヵ月千円

人員＝十五名

ヨガ愛好会会員募集

美と健康を増進するヨガ教室の会員を募集します。

一、演習日＝毎月第二、第四水曜日午後七時三十分より

一、場所＝小須戸町中央公民館

一、会費＝月五〇〇円

一、講師＝新潟国際ヨガ研究同好会、主任指導教官　野沢一郎先生

詩吟クラブ会員募集

あなたも詩吟をやってみませんか。会員を募集します。

一、練習日＝第二、第四土曜日午後七時三十分より（毎月）

一、場所＝小須戸町中央公民館

洋画クラブ会員募集

洋画教室から新らしく洋画クラブとして発足します。素描、水彩画、油彩画を中心としますが時には作品鑑賞、会員作品の相互批評なども行ないます。なお、年一回は新津の画廊で作品展と、町の文化祭への参加などがあります。広く中高年層の皆さん、若い皆さん男女を問わずご参加をお待ちいたしております。

以上各団体への参加

申し込みは次まで

申し込み先

中央公民館事務局

申し込み〆切

三月末日

第一回パソコン教室開催

パソコンクラブ

左記日程により第一回パソコン教室を開催いたします。今回のパソコン教室は、事務用プログラム、ゲームプログラムの基礎及び応用で、パソコン利用による実演を含め二十回行ないます。

参加条件は、高校生以上で、参加費は、二千円です。

第一回は四月第三水曜日より開催、希望者は中央公民館まで申し込んで下さい。

なお、パソコンクラブ入会希望者についても、早急に中央公民館まで申し込んで下さい。

善意をありがとうございました

社会福祉協議会へ

次の方々から善意をいただきました。厚くお礼を申し上げます。今後ともよろしくお願いいたします。

愛の古切手

町役場から　五百枚

若葉町真保菊様から　三百四十枚

長海寺講中様より湯のみ茶わん　四十コ外お皿数枚

新町一荒木春一様より花台ほか数点

ご寄贈御礼

～中央公民館～

○矢代田七、森一義先生より梅と山水の水墨画をご寄贈いただきました。

○本町二、小見キンさんより盛りつけ用中皿を百枚ご寄贈いただきました。

○大川前三、村山正芳さんより公民館図書室へと百冊余の図書をご寄贈いただきました。

以上の皆様大変ありがとうございました。

柔剣道振興会だより

三条市長賞争奪親善武道大会

三月四日（日）

矢代田剣道スポーツ少年団　健斗　三位

（5・6年の部）

①矢代田3－2古城館B

②矢代田5－1白根少剣

③矢代田7/③－6/3光明館

④矢代田2－4〃B

①小須戸2－4〃A

（3・4年の部）

①小須戸1－5古城館

女子個人戦

（5・6年の部）

丸山・久保・川瀬一回戦で井本二回戦で惜敗（3・4年の部）渡辺一回戦で原・布川二回戦で惜敗

優秀選手賞

星名桂司（小須戸町剣道スポーツ少年団）

土田英明（矢代田剣道スポーツ少年団）

下越地区高校学年別剣道大会　二月一九日

女子個人戦（一年）

一位　粟森香代子（於　新発田市）（新津高）

第48回白根地方柔道大会

三月四日(日)於　小林小

中学校の部

小須戸A4－0白根B

小須戸A1－3白根A

二位

小須戸B　惜敗

個人戦

三位　泉　雄二

第23回全日本女子剣道選手権予選会　三月四日　新潟市

矢部かおり　健斗惜敗

第32回全日本都道府県対抗県予選　三月四日　新潟市

木伏正之　健斗惜敗

役場よりお知らせ

四月一日より、ゴミの収集日が変更になります。

○燃えるゴミ

月・水・金曜日（全町）

○燃えないゴミ

・ガラス、セトモノ類——毎月第一木曜日

・鉄、缶類——毎月第三木曜日（全町）

⊙粗大ゴミ

偶数月の第二土曜日（全町）

※四月一日から全町一斉の曜日になります。

おわび

先月号の町民インドア庭球大会結果の記事の中で誤りがありました次のように訂正いたします。

女子Bクラス

二位　丸山・内山組

三位　野崎・渡辺組

三位　田巻・真保組

中学生文芸

——俳句クラブ作品——

冷えし夜氷柱連なる屋根のとい　吉田　徹

氷柱からしたたる滴輝いて　〃

夜更けて凍り始める大氷柱　横山　進

青空にまぶしく光る氷柱かな　〃

氷柱取り手で握りしめ溶けてゆく　大原　正史

氷柱溶け春の気配を感じとる　〃

氷柱取り楽しみにする子供たち　板谷　靖史

快晴に光る氷柱に目をかくす　栗林　竜夫

静かな夜徐々に作れり大氷柱　鈴木圭太郎

子供たち雪玉投げて氷柱取り　竹石　政夫

晴れた日に滴ポタポタ氷柱かな　加藤　実

夜の内に水滴固まり氷柱かな　渡辺　滓子

窓辺には氷柱の目立つ今日この頃　高橋　美穂

子供たち氷柱見るなり雪投げる　佐藤　陽子

氷柱取る小さな長靴背伸びして　一組　川瀬　直美

美しく朝日に光る氷柱かな　高山ルミ子

軒下の氷のナイフ数知れず　大野　美奈

チョロチョロと雪解の水の流れおり　目黒美智緒

二月句会報

小須戸町俳句同好会

寝覚めよき曽孫千金の初笑い　松山

水くれて折鶴蘭を凍み萎わす　樫男

箒の目参道に雪掃かれおり　太浪

着ぶくれてかすかにふれる膝頭　庄三郎

朝毎の凍てを小さき靴が踏む　ミナ

車庫までの歩巾ぴょんぴょん今朝の雪　良遊

寒鮒を焼きいてのそり覗き猫　露春

自棄に打つ土龍送りの金盥　妙子

降る雪の包める杉の高さかな　素糸

静かなる声に酒気あり初電話　虚秋

寒鮒のはねでて呼吸の荒あらし　冨沙子

信州の冷えよ耳まで痛みくる　紀男

大寒の淡墨で書く悔み文字　越楼

腰綱をつけ本堂の雪卸す　蒼穹

初便り二・三書き足す住所録　久子

ごぼごぼと朝の湯タンポ換えにけり　可津朋

松葉杖立てて眺めし雪の嵩　野蒜

初仕事まだ古暦其のままに　香月

竹刀音して大寒の警察署　秀穂

田母並木すべて片側雪抱けり　和子

花鉢を置き変えてみる冬日向　芳人

したたかな氷柱となりぬ壊れ樋　英三郎

釣糸を垂れて見つめる浮木の先　高井清吉

釣竿の曲る尺鮒タモの中　〃

短歌

この町の雁木に足駄敲きつつ雪払えたる杏き日思ふ　我妻　清作

昭和五十八年度新潟県芸術祭文芸部門入選作