

佐呂町弘報

楽しい生活は

一年の生活設計に始まる

私たちの生活は、お金のつかい方、時間のつかい方、あるいは身体のおかせ方にして、ゆきあたりばつたり式の生活し方ほど、不経済なことはない。

「時は金なり」とことわざにもあるが、そのお金を生み出す源になる時間の觀念がうすかつたり、またお金のつかい方も、ある時またの無計画なために、家庭を暗くするということがあ

りがある。明るいたのしい家庭生活をきずくためには家族のみんなが話し合つて、いろいろの計画をたて、それを実行していききたいものである。「一年の計は元旦にあり」というが、そろそろ正月気分もぬけたところであるから家族会議を開いて今年一年のくらし方を相談しあつて

はどうだろうか。

毎月の生活の中に、改善した方がよいと思うことをみつけたら、まず簡単にできることからとり上げて実行することが大切である。はじめから数多くのことを取り上げるとは却つて実行をさまたげることになるから二つ一つを積み上げていくようにしたいものである。

●仕事は計画的に
仕事は朝から晩まで忙しくつづくものであるが時間をやりくりし仕事の手順をよくすることにより余外休息の時間も生れ身体も疲れないですむことにもなる。

●生活時間表をつくり方
一、生理的時間
睡眠、食事、身仕度（洗面、用便、入浴、着替を含む）
二、家事の時間
炊事、買物、洗濯、裁縫、掃除、育児、その他
三、作業または内職時間
四、文化的時間
教養娯楽、休息雑談、交際その他
このようにして一日の生活

時間を記録してみると、時間の無駄がどこにあるかというところがわかるから仕事のやりくりを工夫することになり、更に発展して、道具の配置換えを考えたり、台所の改造をはじめることにもなるのである。

主婦の場合は、とくに仕事の予定をたてる必要がある。まず今週中にしなければならぬことを、日割表に書き込んでいくのである。次に一カ月分を書き込むのであるが、その時はPTAや婦人会出席予定、訪問や来客の予定などを書き込み、

つぎには着物のこと（洗濯、裁縫、整理）、住居のこと（処置、押入、風呂などの特別掃除の場所）食べもののこと（保存食、まとめて買うもの、御馳走日など）また保健衛生やレクリエー

ションのことも忘れないで計画に入れたいものである。こうして毎月の予定をたてるとともに年の始には、一年間の主な仕事の予定をたてて置くことが大切である。

●家計簿は生活の土台
どうせ足りない収入なのだから家計簿は無意味だと考える人もあるが、計画なしに、お金をつかうことは大変危険なことである。足り

なければ、なお更めん密な計画をたてて、より合理的なお金のつかい方を考えなければならぬ。

また、来月の収入をあてにして買物をしたり、借金をしてくらすことなどは、家庭を暗くするものになるから絶対にやめるようにしたもののである。

月日	摘要	科目	収入	支出	残高
1, 10	ハンカチ	衣		40	
	ホーレン草	食		35	

足りなければ、なぜ足りないか、いくら足りないか、ということをはつきりと知り、その対策をたてるべきである。また収入と支出の調和がとれたからといってそれで安心できるものではない。いづどんな災害があるかわからないのだから常に予備が貯えられるように努力すべきであり、そうす

ることより真に生活が定まる。戦後の平均割合は七五安するものである。

では毎月どのくらいのお金が必要か、食料や衣服や住宅、教育などのために支出されているかを調べてみる。それには家計簿をつけていけばすぐわかるのだが、もしつけていなければ、これからさき一カ月の収入と支出をためしに記録してみよう。

家計簿は何も立派なものを用いなくても、普通のノートに自分で線を引いて、大福帖式に書きこんでいってよい。月の終りに費目別に計算して、家計費全体の支出に対する割合を出して比較検討をしてみると、不必要な費目に案外たくさんのお金をかけ、大切な費目がおろそかになっていることを発見することもある。

また材料のえらび方や使用方の工夫によつては、もつと合理的な支出ができることを知る場合もあるだろう。

年取二五万円くらいの家計では四八%前後である、しかし収入の状態や家族の数によつて一様ではないし無理にこの割合に合わせようとすることは金銭に左右される必要はないのである。

各費目別の割合の出しかた

食	費÷支出総額×100=	%
保健衛生費	÷支出総額×100=	%
教養娯楽費	÷支出総額×100=	%

食	四八%
教養娯楽	一三%
交際雑費	八%
住か財	八%
衣	七%
光熱	六%
保健衛生	五%
その他	五%

るものではなく材料や調理の仕方によつて決定するものであるということを知るべきである。したがって、収入が少ない場合には衣料費や教養費をきりつめても最少限度の栄養費を確保するように心がけたいものであるし、どうしても足りない場合には、内職によつて収入を増すとか、食糧の自給の方法を講ずるといふことも必要となつてくる。

●住生活 客間才一主義の改善 従来の家には格式と伝統を守るために極めて不合理な面が少なくなくなつた我が家でありながら一番よい部屋は客間として空けて置いて一番悪い部屋に住んでいる。床柱や床の間の軸には金を掛けながら自分達の最も使ふ(多くの時間を過す)居間や台所には金をかけようとしないうえを改めて本当に家が慰安と休息の場所である様にす。

と、お祭りや正月、お盆などのたまさかの行事が派手になつて、日常の生活がきりつめられ勝であるが、家族の幸福は毎日の生活にあることを考えて、年間を通じてお金のつかい方を工夫したいものである。

一年間の支出の予算をたてる場合には、仕事の計画をたてるときと同じように、家族の着物の新調や仕立直し、住宅の改造、食糧(保存食、正月や結婚式など

の御馳走)のこと、交際(知人や親戚への贈りもの)を考へに入れなければならない。一度たてた予算はみんな協力して実行するように心が

農家生活の改善計画について (二)

産業課 農産係

け、予算外の買物は決してしないこと、現金買を励行することも、家計を豊かにする上に大切な方法である。苦しくて、みんなで相談してたてた生活設計である。

2、台所改善 主婦が仕事をすするために配置は合理的か、流し、かまど、ストーブの位置、水おけ、漬物置、燃料置場、戸だな、野菜置場、井戸、材料置場等調理台、流し、かまどの高さなどの位が一番良いか、どんなかまどが燃料や時間が経済的か、ほう丁を持つ手が暗くならない様にす。

1、建物の合理的な使用 最も良い部屋で健康な明るい生活は出来ないか。家の中を整理するために押入は充分あるか、無ければ作る事が出来ないか、仕事部屋はどこが良いか、一人の人が寝るためにどれだけの広さが必要か、居間は家中で一番住みよい部屋としたくないか。

3、井戸、風呂、洗濯場、便所その他の設備の改善 井戸の位置は都合良くする。井戸の位置は都合良くする。井戸の位置は都合良くする。井戸の位置は都合良くする。

1、家族の間の柄はどうあるべきか、嫁と姑の間はうまく行つてゐるか、夫と妻との関係は、親と子の関係は長男と次男との関係は、又男の子と女の子との関係は皆公平々に取扱ひ、間柄になつてゐるか、本当に男女同権になつてゐるか、又そうするにはどうしたら良いか、夜寝る時の順番、朝起きる時の順番、その間の決つてゐるものはないか、講成人に新人(嫁子供等)を迎えるにはどうしたら良いか。

今迄とるく予算を立てると言ふとすぐお金の事しか考へなかつたが一日二十四時間をして無駄なく使つて行くか、食糧を始め各種の生活資料を良く研究して効果的に活用して行く事を考へる。

1、時間の活用 農家の毎日の仕事を計画的に時間の割振をつけて進めること、農家で非生産的な用事に使う時間はどの位か、又その短縮はどうしたら良いか、台所の仕事はどうしたら一番早く出来るか、仕事の手順はどうしたら良いか。

2、金の計画的な使用 限られた金をどうして使つたら一番効果的か、門や床前の飾り物を作るか、堆肥倉を作るか、台所のかまどの改善か、一家の経済の中で何処に無駄があるか、その無駄をなくするにはどうしたら良いか、予算生活をする必要があると思はないか。

3、物の計画的な使用 食糧や燃料を無駄のない様に使うにはどうしたら良いか一年間に主食野菜等をどれだけ必要か、燃料はどの位あつたら間に合うか、燃料の購入や補給を何時行ふか、燃料は何か一番経済的か。

4、簿記の記帳 時間や金や物が合理的に使はれてゐるか、その無駄や不合理の点を発見して対策を立てるために簿記をつける必要がある。簿記は農家の姿を写す鏡である、簿記の記帳できない理由は何か。

5、交際の改善 冠婚葬祭の交際に不合理はないか、冠婚葬祭の改善を叫ばれて久しいが実行されないのはなぜか本当に改善するには如何したら良いか、何か仕事を始めてゐる時や始めようとしてゐる時来客があつて困つた事がないか又これを防ぐにはどうしたら良いか。

6、育児保険 育児と言つても単に赤ん坊を育てると言ふ考えでなく家族関係の項にもあつた様に新しい家族のメンバーを如何に迎へるか、どんな風によいか庭のメンバーに育てるかと言ふ様な点を併せて考へて行くこと。

7、管理 時間、労力、金、物等を如何に計画的合理的に使つていくかと言ふ問題である。

8、家族の間の柄はどうあるべきか、嫁と姑の間はうまく行つてゐるか、夫と妻との関係は、親と子の関係は長男と次男との関係は、又男の子と女の子との関係は皆公平々に取扱ひ、間柄になつてゐるか、本当に男女同権になつてゐるか、又そうするにはどうしたら良いか、夜寝る時の順番、朝起きる時の順番、その間の決つてゐるものはないか、講成人に新人(嫁子供等)を迎えるにはどうしたら良いか。

9、家族の間の柄はどうあるべきか、嫁と姑の間はうまく行つてゐるか、夫と妻との関係は、親と子の関係は長男と次男との関係は、又男の子と女の子との関係は皆公平々に取扱ひ、間柄になつてゐるか、本当に男女同権になつてゐるか、又そうするにはどうしたら良いか、夜寝る時の順番、朝起きる時の順番、その間の決つてゐるものはないか、講成人に新人(嫁子供等)を迎えるにはどうしたら良いか。

1、家庭の健康と保持 家庭に病人が出来る家庭が暗くなる、病人が出来ない様にすることはどうしたら良いか、家族のしごとの分担に無理はないか。

2、育児 子供を丈夫に育てるにはどうしたらよいかわかる、子供は大人のおもちやでない、いはづだがおもちや扱いをしていてはならないか、共同託児所等はしいと思は

子供の真の幸福をまもるため

親の反省五十則

北海道中央児童相談所編

(二)

戦病死公報

終戦以来十一年目を迎えるその生死を気づかわれて居りました当町永代町松久七さんの次男松枝松芳雄さん(陸軍兵長)は昭和二十一年二月十五日中華民国龍江省デチハル病院に於て戦病死された旨この程網走支庁より通報があつた

八、あなたは、反抗期にある子供に対して、頭から押さえつけ過ぎたり、感情的な叱責の度を過ぎたりして、益々反抗的な態度を助長してはいませんか。

九、あなたは、子どもの気持をくみ取り、子どもが現在どのような事に要求不満を感じ、どのようなことになやんでいるかをいつも理解するようにつとめていますか。

あなたは子どもをしからなければならぬ時

一〇、とかく感情的に走り腹立まぎれに子供を度々なぐることはありませんか。

一一、子供がおとなしく頭をたれ、涙を流していても、何時までも、くどくどと長説教をしていませんか。

一二、たのしかるべき食事の時間を、子供に小言を並べる時間にしていませんか。

一三、兄弟姉妹や他の子供を引合に出して叱り、子供の自尊心を傷つけているようなことはありますか。

一四、子供が何故自分が叱られるのか分らないような叱り方をしていませんか。

一五、叱つた後、何時までも、親の面白くない態度を子どもに示していませんか。

一六、しかつた後でも、ほめる行為があつたら、遠慮なくほめていますか。

一七、兄弟けんか等に、不公平なしかり方をして子どもをひねくれさせていませんか。

一八、つまらない過失に神経質になつて何時もヒステリックに小言を並べ過ぎることはありませんか。

一九、反こう期にある子どもに対しては、その批判的な心理を理解し、それにとけこみながら充分に責任を自覚させて行くいゆる子ども達の良心にひびかせていくようなしかり方をしていますか。

二〇、ただ単に、しかり放しにしておかないで、どうするのが正しいのか、具体できにその正しいしかり方を子どもに示していますか。

二一、しかりは、乳用することによつて、却つてその効果を減じ、逆の悪結果を招くものだということを考へて、出来る丈、自己抑制していますか。

二二、両親の意見不一致のしかりかたで、子どもを困惑させたり、いえの中にひ難所をつくらしたりしていませんか。

二三、しかることの前にどのような教育で置き置か可能であるかを常に念頭に置いて子どもをしつけていますか。

二四、子どもの年令なり性格なりを考へて、手加減をしていくような方向にすすんでいますか。

二五、子どもはあくまでも子どもであつて、大人ででないことを念頭に置いて寛大な態度で接していますか。

二六、あなたは、子どもの身体で健康については気軽に医者に相談し診断を求めますが、子どもの精神で健康の問題になると、世間態を考へ過ぎて控へ目にする傾向はありませんか。

二七、あなたは、同じ両親から生まれた子どもでも性格で、能力で、個性で、夫々の相異を示し、個性のものをもちつていて、それを理解し、それぞれを持ち味に応じた育てかたをしていますか。

二八、あなたは、子どもに對し、愛情をもちすぎ、子どもの要求や情ちよを必要以上に尊重し、何でもきいれ、常に親に依頼させて置きたがり、その幼稚さを愛し、その甘えを自ら楽しんでるような傾向がありませんか。

二九、あなたは、子どもに對して、世話をやきすぎ子どもに自由なかつ動の余地を与えないでなにもかも自分でお膳立して、その中に子どもをおいこんだり、手を出しすぎたりすることはありませんか。

三〇、あなたは、子どもの健康に神経質になりすぎて、一丁でも顔色が悪いと大さわざして熱をはかしたり、薬をのませたりして、子どもを神経過敏にし、病氣にかこつけてなんの努力もしないような子どもに作り上げてはいませんか。

(以下次号)

昭和三十年人口動態

昭和三十年一月から十二月迄の人口動態は次のとおりであつた。

男	女	出生	死亡	死産	婚姻	離婚	婚
一〇六名	一〇九名	三五名	三〇名	八名	七八件	五件	

短歌

佐呂間中学校「追憶の詩集」より

指導 佐藤 基 子

手守歌

歌つた母さし、昔より

先に疲れてしまふ

想う作者の温い心を感じ

す

夜おそく

宿題すませ妹の

ふとんのぬくみに

手足を伸ばす

評 姉さんのために温めて

やろうとして寝ている妹で

ないことは分つていても妹

の優しい体温を感謝の心に

感じ宿題をなした後の

心安さも手伝つて気持よく

手足を伸している作者のか

作です

春風は

大木をゆらす力あり

希望に我の胸も

ふくれる

評 「春風は大木をゆらす

力あり」仲々のすぐれた詩

情と思ひます前進しようと

する少年期の気持がよく表

現されています

針仕事

いそむ母は針道を

通してくれ

たのみぬ

評 母と子の温いいたわり

香り高い心の持主と思いま

二月行事表

- 一、二日 公営住宅精算事務説明会出席のため上城技手北見市え

四日 遠軽地区町村長会出席のため船木町長遠軽町え

五日 助役会出席のため土田助役遠軽町え

六日 町村合併促進協議会開催 網走支庁長、若佐村関係者来町

六、七日常呂郡ブロック庶務事務研究会出席のため宮崎主事置戸町え

七日 中小企業相談所運営委員会出席のため相田課長遠軽町え

七日 酪農講習会開催 於議事堂 講師野幌高等学校野喜一郎氏

七日 民生委員協議会開催 於委員室

一〇日 農業所得打合せ会議出席のため市川書記北見市え

一〇日 甜菜製糖工場誘致促進期成会総会出席のため相田課長紋別市え

一一日 町議会議員協議会開催 於議事堂

一二日 建築基準法関係改正による講習会出席のため上城技手網走市え
- 二二、二五日 町議案事項 折衝のため船木町長、西田副議長、田村議員札幌市え

二三、一六日 町議案事項 折衝並に議長会評議員会出席のため山内議長札幌市え

一四日 かぞく計画(受胎調節)講演会開催 講師遠軽保健所長 於町議事堂

一五、一六日 於浜佐呂間 一四、一九 報徳講習会開催 講師戸原藤七氏 於知来、仁倉、浜佐呂間、富武士、若里、佐呂間

一三日 高度集約酪農計画事務打合せ会出席のため相田課長遠軽町え

一五、一六日 議事書記研修会出席のため佐藤進書記留辺蘂町え

一五、一六日 漁業協同組合定例總會開催 於富武士、大橋、川崎書記出席

一五、一六日 昭和三十一年度各関係予算検討のため議事常任委員会開催

一七、一八日 民生教育委員会

一八日 土木委員会

二一日 産業委員会

二二日 消防本部設置特別委

員会
二三日 総務委員会
二二日 漁村懇談会開催 富武士漁組 川崎書記出席

二二、二四日 中小河川改善事業実施打合せ会議出席のため佐藤課長札幌市え
二二日 農民同盟總會開催 於議事堂
二二、二四日 教育長會議出席のため幸松主事留辺蘂町え
二三日 昭和三十一年度山火予防対策協議会開催 於北見市 各関係機関より出席
二四、二五日 道外農業労働者夢入需給協議会出席のため相田課長北見市え
二五日 佐呂間町体育協会主催スキー大会開催 於東山スロープ
二六日 網走中部海区漁業調整委員会開催 於議事堂
二六、一七日 国保事務担当

みづれが降れど

(一) みづれが降れどほのぼのと 明るい心の備え
僕も君もわたしもあなたも 国保の村の人よ

(二) みづれが降れど 元氣よく リンゴのような赤いほお 僕も君もわたしもあなたも 国保の町の子よ

(三) みづれが降れどあたゝかく 希望が燃える幸が湧く 僕も君もわたしもあなたも 国保の家の家に住む

みんな国保の家に住む

自衛官の募集について

昭和三十一年度第一次分の 陸、海、空自衛官が次の要領で募集されます。

一、応募資格

昭和六年七月二日から昭和十三年七月一日までに生まれた者で身長一五五センチ以上、胸囲七十七センチ以上、体重四十八斤以上あり齒、

眼、耳等のおむね正常な者、新制中学卒業程度の学力を有する者。

二、受付期間 三月二日から四月一六日まで。

三、志願手続 希望されるかたは志願票用紙が役場にありますので二通を受け取りこれに記入して提出して下さい

四、試験 試験は簡単な筆記試験(国語、数学、社会)面接試験、身体検査が行われ一日で終わります

五、入隊後の待遇 被服、食費は無料とし初任給六、〇〇〇円程度支給され、おむね六ヶ月毎に昇給がおこなわれます

六、その他 尚入隊後の隊内生かつ、厚生福祉面については役場にお出での時御説明致します。

このあと本年は六月、八月十月の三回採用試験がおこなわれ志願票は常時受付致します。

あとがき

●過日新聞を見ていたら東京大相撲春場所の新番付が発表された。

前場所で十三勝二敗で二人の優勝者の内に入り最後の優勝戦で惜しくも鏡里に負けた前頭十二枚目の鶴が嶺が一躍東の張出小結にのし上った事は誰しもがせん望のままとあつたろうと思う

出成といへばこれに満ぐるものはないであろう。

かつて大関をもつてほこつていた三根山が又輝昇が身体の不全でその位置から転落、三根山が前頭六枚目に輝昇が十兩十七枚目に夫々うき身をやつていることを照し合せて見ても勝ち負けをもつて物言はせるこの世界のくだらぬ致し方はないであろうが、吾れ、人生行路である日常為す凡ての職務、しごとであるが勤勉に忠実にがつちりした生かつを為さねばならぬと思う。

一夜漬の漬物を食するよう甘い考えは根本から改めなければならぬのではあるまいか、相撲界の鶴が嶺にしても決してやまし根性であの地位を獲得したのであるまい、報道されてい

るようにその裏面にはきつと血みろの闘魂が続けられたことは確かであろう。

七転八起のなるまさんではあるまいが少なくとも吾れ吾れの日常の生かつはかゝる覚悟のもとに凡てのことに処されねばなるまいと思う

戦戦十年を経過した今日の世相には鬼もするとな夜漬の漬物を喰わんとする考えかたの持主が多いのではあるまいか、百万円の又四百万円の宝くじを夢見てつまらぬ思案のもとに百万長者をきめ込めんとする事は尤もおそろしい思想ではあるまいか、戦後こん乱した思想も大分落付いてきたようでありますが此の際思を新にして堅実なる足場をかためて再建郷土建設のためがんばろうではありませんか

とまれ、佐呂間の青年男女諸君、次代を背負う血湧き肉躍る青年男女諸君よ、二度と来たらぬ青年時代の血潮を、いやが育てるべき郷土再建に注がうではさりませんか。(K・A)