

栄養をとって健康なからだづくりを 鈴木久乃

最近、あちこちで「脚気」の増えていることが報告され、厚生省はおとり刀で調査をしようとしている。かつて、脚気として問題にされていた症状のすべてが、単純なビタミンB₁不足によるかどうかはまだいろいろと研究の余地が残されている。それでも脚気のおもな原因が、ビタミンB₁不足であることはあえていうまでもなくよく知られているに違いない。

これだけたくさん食品が出まわっているのに、なぜ脚気が起るのだろうか。インスタント食品、調理済食品、口あたりのよい軽食スタイルの食物などが、たやすく手に入って、食事の内容が、かたよってきていることが理由のひとつと考えら

れている。貧血、肥満などの病的な状態も、それが食事のとり方によって予防できるものであるにもかかわらず、依然として現代の公衆栄養上の大問題となっている。日常の食事というものが、いわゆる科学知識の普及とは関係なく、勝手に一人歩きして問題をつくり出している。

健康をたもって暮らしたいということは、すべての人が望むことであり、食事内容が健康とかかわっていることは、大方の人が知っていることである。それにもかかわらず、栄養をとらなければいけないという意識と、その人の食事内容とは一致しないことがしばしば、あるいは、ごくふつう

に起る。

多くの場合、栄養について特別の関心を持たずにおながすかかない程度に習慣として手に入る食物を食べていても、子供は育つし、一応は病気をすることもなく生きていられると経験的に判断されている。また、好きなものを、食べたいものを食べていることが、身体の健康になるのだと信じている人もいる。栄養のある食物は、高価なものやカロリーの高いものだと思っている人もある。人間の生活習慣が、しばしば不合理なものであることを前提にした上で、個人としてだけでなく、社会としても合理的な食事ができるしくみを育てなければならぬ。栄養教育、栄養計画の行われていない社会は、そういう意味で健康度の低い社会ということになる。

これまでの栄養教育は、個人を対象として、栄養の知識や献立、調理の方法を教えたり、学校・職場などで「給食」として栄養量を充足させるように指導することがおもなものであった。

この仕事は、現在でも必要なことはいまでもない。しかし、こういった個人についての栄養教育は、たとえば、先の脚気対応策としてビタミンB₁の多く入っている食品を知らせたり、強化米の利用や薬の服用を進める方向で機能することになる。はたして、それだけで済むのであろうか。多くの人は、容易に手に入る、口あたりのよい、便利な食物で食事を手軽にすませ、不足している分は、薬と強化食品で補えばよいという態度となることになる。現代風の簡便な食品は、カロリーは高いが、たんぱく質、ビタミン、ミネラルが不足しているものが少なくない。カロリーを身体の中で上手に利用するために必要なビタミン、ミネラルが不十分だと、食品に含まれているカロリーは、完全に利用されない。いわば、みかけのカロリーがたくさん含まれていることになる。個人についての栄養教育をするだけでなく、そういう「食品を改める」という社会的な機能がどうしても必要である。



おいしくて栄養のあるお料理を...
写真1 第一回消費者教室「魚の調理あれこれ」
区の消費者センターで。



すずき・ひさの
女子栄養大学助教授
給食管理研究

契約議案など七件可決・議会役員を改選

第一回臨時会の概要

5月19日から21日までの三日間、第一回臨時会が開かれた。

区長からは、契約議案三件と専決四件が提出されたが、これらはいずれも委員会審査を経て、全会一致で可決した。

21日には、議会役員改選と委員会正副委員長の一部改選、審議を終えた請願・陳情を議決。新たに提出された請願三件・陳情一件を建設委員会に付託した。

一 委員会の構成は裏面に掲載

○下水道関連工事請負契約 三件

○世田谷三・四丁目付近枝線

○上馬四丁目付近枝線その2

○宇奈根雨水幹線その2

一 この三件の契約は、いずれも今年度新たに実施した共同企業体方式(二つ以上の会社)が共同して行うもの)による施工。これ

意見書 要望書

血液対策の確立に関する要望書
わが国の血液対策は、いまだ十分とはいえず、患者、家族の精神的、経済的負担が非常に大きい。政府は、この実情を十分認識し、次の事項を実施するよう強く

要望する。①血液の確保、供給、研究、事故補償制度の確立②病院採血の新鮮血、生血対策の充実と患者、家族の負担軽減制度の確立③これらに必要な国の予算措置。
4月27日提出 5月19日議会報告
内閣総理・大蔵・厚生・自治大臣あて

みなさんからの 請願と陳情

審議が終わったもの

- 採択 十一件
- 「戦時災害援護法」の早期立法等に関する請願
- 道路の本舗装および側溝の改修工事に関する請願
- 区立幼稚園設置に関する請願(三軒茶屋、上馬、下馬、野沢近辺)
- 下水道枝線工事促進に関する請願(経堂二丁目)
- 高齢者の職場確保に関する請願
- 現状では、助成金および区の臨時雇用は困難であるが、高齢者就業に努力されたい。
- 保育園早期建設(五十一年度中)に関する請願(三宿二丁目跡地)
- 早急に建設するよう努力されたい。
- 公衆浴場対策に関する請願
- 補助金については、当面困難を伴うが、他にについては願意に沿うよう努力されたい。
- 無認可幼稚園児保護者への就園奨励費補助に関する請願

- 借地料改訂に伴う紛争多発に関する陳情
- 新鮮血(生血)対策確立に関する請願
- 児童遊園設置に関する請願(奥沢二丁目、互子目)
- 以上四件、願意に沿うよう努力されたい。
- 取下承認 三件
- 碓保健所移転跡地の利用についての陳情
- 樹林保存に関する請願(尾山台二丁目左神社)
- 社員寮等建設反対に関する陳情(碓四丁目)

新たに付託されたもの

- 建設常任委員会へ付託 四件
- 九層建マンション建築反対等に関する請願(桜新町二丁目4番)
- 側溝工事の早期着工を要請する請願(喜多見九丁目19番)
- 日商岩井北島山マンション建設反対に関する陳情
- 仮称城南ビル建設に関する請願(奥沢五丁目24番11号付近)

常任委員会

- 企画総務委員会**
 ◎小山 雄央(自民)
 ◎谷口 善志(社会)
 荒木 義一(自民)
 吉良 孝幸(自民)
 小島光一朗(自民)
 原田 正幸(自民)
 平山 八郎(自民)
 大沢 孝明(公明)
 吉本 保寿(公明)
 笹尾 淑(共産)
 森 寿(共産)
 下条 忠雄(社会)
 高木 正忠(民社)
 本多シズエ(無所属)
- 区民厚生委員会**
 ◎迫田 参雄(公明)
 ◎五十畑孝司(自民)
 菅田 昌宏(自民)
 大 千代子(自民)
 浜中 光揚(自民)
 山口 昭(自民)
 甲斐内治郎(公明)
 石原 芳雄(共産)
 相沢 要(社会)
 長谷川七郎(民社)
- 環境衛生委員会**
 ◎田中 陸奥(共産)
 ◎石橋 寛祐(自民)
 大高定左右(自民)
- 建設委員会**
 ◎佐藤 正男(社会)
 ◎内藤 義雄(自民)
 小山 菊男(自民)
 高橋八重子(自民)
 土橋 賀(自民)
 中村 大吉(自民)
 中塚 護(公明)
 和田 勉(公明)
 山崎 治茂(共産)
 高橋 忍(社会)
- 文教委員会**
 ◎内山 武次(自民)
 ◎中田 史郎(共産)
 石井健太郎(自民)
 金子 静夫(自民)
 六戸 鉄男(自民)
 山科 芳一(自民)
 秋田 真(公明)
 三井 勝雄(共産)
 森田 キミ(社会)
- 交通対策委員会**
 ◎長谷川七郎(民社)
 ◎浜中 光揚(自民)
 ◎五十畑孝司(自民)
 ◎内山 武次(自民)
 ◎菅田 昌宏(自民)
 ◎大 千代子(自民)
 ◎高橋八重子(自民)
 ◎内藤 義雄(自民)
 ◎中村 大吉(自民)
 ◎山口 昭(自民)
 ◎秋田 真(公明)
 ◎甲斐内治郎(公明)
 ◎和田 勉(公明)
 ◎内藤 邦雄(共産)
 ◎中田 史郎(共産)
 ◎森 寿(共産)
 ◎相沢 要(社会)
 ◎斉藤 国男(社会)
 ◎佐藤 正男(社会)
- 下水道促進委員会**
 ◎吉良 孝幸(自民)
 ◎久保田 望(公明)
 吉本 保寿(公明)
 笹尾 淑(共産)
 山崎 治茂(共産)
 高橋 忍(社会)
 谷口 善志(社会)
 森田 キミ(社会)
 本多シズエ(無所属)

党派別議員名簿

自由民主党		
氏名	住 所	電 話
荒木 義一	桜上水一丁目1-7-102	302-7485
石井健太郎	砧五丁目15-23	416-0920
石橋 寛祐	桜三丁目9-2	426-0447
五十畑孝司	経堂一丁目11-4	429-0239
内山 武次	上馬四丁目27-11	422-1940
大高定左右	上馬四丁目20-8	414-0622
金子 静夫	下馬三丁目28-5	421-1630
吉良 孝幸	若林五丁目8-6	413-4691
小島光一朗	代田六丁目34-23	468-1733
小山 雄央	代田六丁目17-8	668-2816・420-2708
小山 菊男	北島山九丁目3-30	300-5732
菅戸 鉄男	松原三丁目29-18	325-0555
穴田 昌宏	等々力三丁目6-9	704-3808
大 千代子	駒沢四丁目15-20	421-1383
高橋八重子	代沢三丁目25-4	413-5871
土橋 賀	太子堂二丁目7-8	421-7198
内藤 義雄	世田谷一丁目23-15	426-5151
中村 大吉	下馬一丁目33-2	424-3217
浜中 光揚	船橋四丁目28-15	484-3314
原 秀吉	上野毛一丁目25-8	703-2506
原田 正幸	奥沢三丁目12-7	720-2576
平山 八郎	祖師谷二丁目5-33-305	482-5700
宮田 玲人	羽根木二丁目5-23	321-2171
山口 昭	等々力二丁目19-12 OKビル301	704-5060
山沢 修白	桜新町一丁目14-20	429-5935
山科 芳一	瀬田四丁目10-3	700-0212
公明党		
秋田 真一	野沢四丁目8-25	424-9377
大沢 孝明	若林一丁目19-4	422-4849
甲斐内治郎	北島山一丁目23-7	307-2188
久保田 望	太子堂四丁目30-16	411-2373
迫田 参雄	桜二丁目18-32	425-2265
中塚 護	玉川四丁目18-3	709-1909
吉本 保寿	大蔵三丁目4-25-503	417-3862
和田 勉	奥沢七丁目24-20	704-3395
日本共産党		
石原 芳雄	奥沢三丁目8-6	727-0468
笹尾 淑	南島山二丁目8-1-1012	308-2413
田中 陸奥	弦巻一丁目20-17	429-6704
内藤 邦雄	千歳台二丁目12-24	484-2772
中田 史郎	新町二丁目32-5	428-0828
三井 勝雄	船橋五丁目17-7-108	303-5834
森 寿	太子堂四丁目4-8	411-9494
山崎 治茂	赤堤三丁目31-15	321-0597
日本社会党		
相沢 要	南島山四丁目12-7	300-7211
唐沢 敏美	奥沢三丁目27-11	727-2950
斉藤 国男	池尻四丁目23-11	413-5018
佐藤 正男	北沢四丁目20-15	468-2388
下条 忠雄	千歳台二丁目14-15	482-0033
高橋 忍	中町五丁目9-1-109	704-2528
谷口 善志	北島山三丁目21-3	300-8070
森田 キミ	上祖師谷一丁目34-13	300-4803
民社党		
高木 正忠	砧二丁目21-10-509	417-5220
長谷川七郎	上用賀一丁目6-14-221	700-9625
丸山 孝夫	太子堂二丁目20-12	422-8882
無所属		
岸本千代子	宮坂一丁目21-10	426-6060
本多シズエ	砧三丁目22-12	416-6406

(注) 51年6月1日現在。党派内氏名は50音順。

委員会構成

特別委員会

- 特別区制調査委員会**
 ◎平山 八郎(自民)
 ◎高木 正忠(民社)
 荒木 義一(自民)
 石井健太郎(自民)
 石橋 寛祐(自民)
 大高定左右(自民)
 金子 静夫(自民)
 原 秀吉(自民)
 宮田 玲人(自民)
 中塚 護(公明)
- 交通対策委員会**
 ◎長谷川七郎(民社)
 ◎浜中 光揚(自民)
 ◎五十畑孝司(自民)
 ◎内山 武次(自民)
 ◎菅田 昌宏(自民)
 ◎大 千代子(自民)
 ◎高橋八重子(自民)
 ◎内藤 義雄(自民)
 ◎中村 大吉(自民)
 ◎山口 昭(自民)
 ◎秋田 真(公明)
 ◎甲斐内治郎(公明)
 ◎和田 勉(公明)
 ◎内藤 邦雄(共産)
 ◎中田 史郎(共産)
 ◎森 寿(共産)
 ◎相沢 要(社会)
 ◎斉藤 国男(社会)
 ◎佐藤 正男(社会)
- 下水道促進委員会**
 ◎吉良 孝幸(自民)
 ◎久保田 望(公明)
 吉本 保寿(公明)
 笹尾 淑(共産)
 山崎 治茂(共産)
 高橋 忍(社会)
 谷口 善志(社会)
 森田 キミ(社会)
 本多シズエ(無所属)

議長・副議長紹介



なかむらだいきち
中村大吉議長 49歳 自由民主党
 下馬一丁目33-2
 東京都出身 会社代表取締役
 区議四期 元副議長



もりた
森田キミ副議長 65歳 日本社会党
 上祖師谷一丁目34-13
 東京都出身 政党役員
 区議七期 元企画総務常任委副委員長



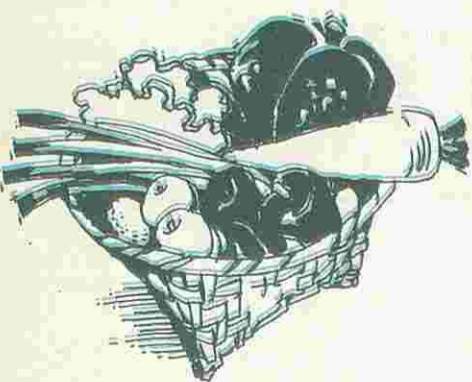
十三塚物語

文・桜井正信
 絵・阿伊染徳美



「殿ご乱心」
 世田谷御所の殿、吉良頼康は、若い腰元十三人を、若林と上馬の境、合同ヶ原のくぼ地にならべ、つきつきと切りすてたのです。
 名君といわれた世田谷の領主の、世にも珍しい狂ったしぐさに、領内のおのものはおののきました。このつきは、いったいなにがおこるのかと不安顔。
 そういえば、ついふたつき前にも、御所から奥沢の城にいく頼康の妾常盤が、だれともわからぬ者に、駒留八幡社のかたわらで殺されているのです。そのとき常盤は、頼康の子をみごもっていました。
 御所も領内も、あいつぐ血ぬられた事件で、暗いものでした。吉良氏七代の貴公子といわれる頼康公の時勢に、どうしてこんなことがおきるのか。領民はとんとわからぬことでした。
 頼康の城には、常盤と小田原北条から迎えた崎姫との二人の姫がいました。北条と結んだ頼康の政務は、ともすれば

小田原在住がふえ、世田谷の御所を留守にしがちでした。御殿の奥では、常盤と崎姫をとりまく大奥が二派にわかれていがみあい、常盤がいかいになんしてからは、それがいっそうはげしく、火ばなをちらしていました。
 常盤が、父のいる奥沢城に出かけ、途中で殺されたのも、崎姫側のはかったことだったのです。
 頼康が、常盤のむごい死を知らされ、小田原から御所にかえると、さっそく奥女中を調べあげ、常盤殺しをたくらんだ腰元たちを処刑してしまいました。
 いざ頼康は、小田原北条のお城にはいかず、世田谷領をくまなく歩き、領民のために、そそのない政治をすることに決めました。
 頼康が、合同ヶ原を巡視したとき、すでに腰元十三人は、村人たちによって塚がしつらえられ、供養されて、紅のサギ草が咲いていたといいます。
 (現在、十三塚跡はありませんが、常盤塚は、上馬五丁目30-18 錦織家を奥前に塚が残っています。)



編集後記

〇これからは暑い日が続きます。スタミナをたくさんつけて、健康維持につとめよう。そういう意味から一ページの記事をお願いしてみました。
 〇区議改選から一年たちましたが、その後住所・電話番号を変更した議員がおりましたので、名簿を掲載いたしました。
 〇また、委員会の構成は変わりませんが、正副委員長の一部交代があり、これも例年どおり併せて載せました。
 〇本号がお手元に届くころに、第二回例会が開かれています。請願・陳情のことや傍聴などのお問合せは、世田谷区議会事務局(412) 111-11、内線590-598までどうぞ。

せたがやの民話と伝説 14