

**1歳で～す**  
毎月1番最初に  
生まれた赤ちゃん  
かみうえその たいしん  
**神上園大進くん**  
平成19年5月1日生



父 秋 さん  
母 美 希 さん  
東湯田原公民会  
お母さんから一言  
のびのび明るく  
元気に育ってね。

**誕生おめでとう**  
3月16日～4月15日届出分(9人) 敬称略

田中千加男	栗野 親夫	下大迫富雄	上下大迫 野	平川 一夫	新 町	虎居町	栗野 親夫
富園 イミ	虎居町	下大迫富雄	上下大迫 野	溝口 悦子	時吉中城	藤崎三枝子	湯之元 手
末吉 親夫	西手東	村山 脩平	西手東	上之原 侃	楠八重ハツエ	村山 脩平	湯之元 手
西賢太郎	紫尾中	假屋原勝代	飯屋原 愛	吉元トミ子	宮之原里子	假屋原勝代	飯屋原 愛
櫻 二郎	金山	内山 英徳	新 町	上床 霞	有富トミ子	新 町	新 町
染川フクノ	時吉中城	堂園 ヒサ	虎居大角	宇宿 花子	城之内 未友	城之内 未友	城之内 未友
有谷 カツ	さつま園	水安 昭	折小野 渡	上別府ノエ	折小野 昭	折小野 昭	折小野 昭
福元左右平	湯之元	武 憲幸	上下大迫 武	柿ノ迫佐市	求名町	求名町	求名町
東條 ツ	中央	武 憲幸	上下大迫 武	宮脇アキエ	中央	中央	中央
宮田マツノ	南 川	武 憲幸	上下大迫 武	肝付トミ子	木原医院	木原医院	木原医院
内倉ウメノ	木 浜	武 憲幸	上下大迫 武	楠八重五男	町社会福祉協議会へ	町社会福祉協議会へ	町社会福祉協議会へ
玉利 雪男	種子田	武 憲幸	上下大迫 武	大磯 藤男	紫尾区大衆浴場	紫尾区大衆浴場	紫尾区大衆浴場

※「誕生・おめでとう」は、届出が完了された方だけ掲載しています。

**篤志寄付**  
町社会福祉協議会へ  
木原医院  
紫尾区大衆浴場 上之原純夫



**舟大工**  
たきたとしあき  
**瀧田 壽 彬**さん 68歳

**川内川の舟運文化を支える**

**ひと仕事**  
さつまに生きる

材木の清々しい香りが漂う小さな舟小屋。そこには、舟首が大きく反り返った全長5・5メートルの川舟を眺める木舟作り2代目の瀧田壽彬さんが立っています。

全国でも数が少なくなった手作りの木造川舟。川舟に使う材料は、100年以上の年輪を刻んだ地スギ。山に入って納得したものを使います。伐採して、天日干し3ヶ月、陰干し1年以上をかけて丁寧に水分を除きまです。使う木材の状態が整ってか



ら舟作りが始まり、半月ほどかけて、一艘の舟を作り上げていきます。

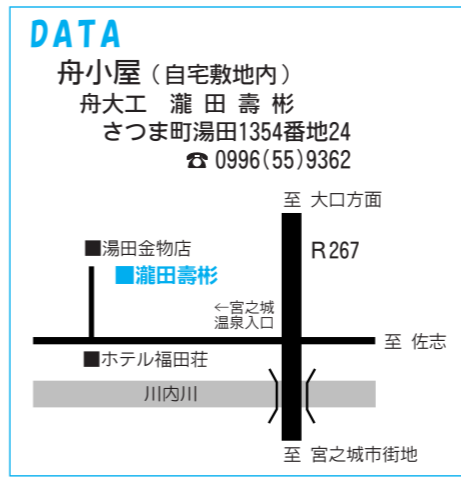
舟作りの行程で一番難しいのが舟底と舟首の角度に合わせた脇板接ぎと瀧田さんは言います。脇板接ぎは、舟の側面を作る行程で、厚さ2・7センチ、3枚の板を接いで笹の形のように膨らませて作った舟底に、舟底と同じ厚さの一枚板を合わせ、つばり棒を使いながら、曲げてゆき、舟底の先端と後端で収めていきます。設計図はなく、作業は黙々と進みます。瀧田さんの頭の中に、長年蓄積された舟作りの全てが叩き込まれているのです。

昭和初期の頃、川内川は米や

荷物を運ぶ川舟が多く行き交っていたと、地域のお年寄りから聞いたことがあるそうで、同じルートを通った多くの船頭たちが、こぎ竿で岩をついた跡が今でも残っているそうです。

瀧田さんは「川内川に浮かぶ川舟が少なくなり寂しくなりました。自然豊かな川内川に浮かぶ川舟は風情がありいいものです。川舟は、芸術作品みたいなものです」と舟作りへの思いを話されました。

出来上がった川舟が川内川の豊かな自然に調和して、また一艘浮かびます。その姿は、美しく見えました。



このコーナーでは、さつま町で働く人々の姿を紹介します。自薦・他薦を問いません。多くの人材をご紹介ください。

**こんにちは、保健師です** 健康さつま21シリーズ⑮～こころの健康

**あまり焦らず、自分をほめて！**

若葉が萌え、さわやかな季節は、新しい生活が一段落する頃ですが、心身の疲れが出てきたり、新しい環境や人間関係についていけなかったりと、ストレスがたまる時期でもあります。

「ストレス病にかかったかな？」と思ったら、それまで新しい環境や人間関係にしっかりと向き合い、まじめに取り組んできた結果なので、まず自分をほめてあげましょう！

さまざまな症状を悲観せず、考え過ぎず、長い人生の中の一つのサインとしてとらえ、「失敗は成功のもと」「明日があるさ」的な気持ちで気長に考えましょう！

◎具体的な症状

精神的な症状：やる気がでない、おっくう、根気がない、憂うつなど  
身体的な症状：かぜ症状、消化器症状(食欲不振、下痢、悪心、吐気、腹痛など) 自律神経症状(睡眠障害、頭痛、めまい、動悸など)

◎防ぐには

自分にあったストレス解消法を見つけ、趣味のスポーツや音楽、読書をしましょう。のんびりと栄養・休養をとりましょう。ただし、食べ過ぎやアルコールの飲み過ぎは逆効果です。一人で悩まず、家族、友人、専門医に相談してグチを聞いてもらいましょう。(会話の中で、客観的に整理できたりして、新しい自分を発見できるかも。)

不安やうつ状態が強い場合は、専門医(精神科・心療内科など)を早めに受診して、症状が進まないようにすることも大切です。