



土のふれあい

園児たちがいも掘り

いずみ幼稚園(園児数67人)では、このほど園外保育の一つとしてさつまいも掘りが行われました。畑を提供してくれたのは、中宇後の鈴木新六さんで、園児たちは畑に着くと早速、持参のシャベルで掘り方開始。大きく育ったさつまいもを掘りおこすたびにあちこちから歓声があがっていました。

また、休けいの時間には、鈴木さんから配られたふかしたてのさつまいもを口いっぱいほおぼって味覚の秋を味わっていました。

掘りおこしたさつまいもは、園児一人ひとりにおみやげとして手渡され、土のふれあいを体験し楽しい一日を過ごしました。

今月のページ

小中学校の米飯給食	
アンケート結果	2~3
秋祭り、	
五穀豊じょうを祝う	4
村民体育祭、	
スポーツを楽しむ	5
村民グラウンドに植樹	6
公民館だより	8
お父さんの勉強部屋	9
お知らせ	10



給食は子供たちにとって楽しみの1つ (玉一小で)

米飯給食アンケート

子どもたちは「ご飯大好き」
家庭料理では「カレーがトップ」



村米消費拡大推進協議会では、村内の小・中学生を対象にした「米飯学校給食意向調査」を実施し、このほど、調査結果がまとまりました。

食生活の多様化が進む中で、国内的にも米の消費量は年々減少の傾向にあります。しかし、米を中心とした日本人の食生活は、栄養のバランスの点から理想的なものとして諸外国から見直されてきています。

村では現在、週二回の米飯給食を実施していますが、今回の調査では、パンよりご飯が大好き、それも高学年になるにつれてご飯党が断然多くなってくるという調査結果ができました。

九割以上が朝ご飯を食べて登校

朝ご飯を食べていますか

- 小学生(七六〇人) 食べている……七二七人 (九五・六%)
- 食べていない……九人(一・二%)
- 食べない日が多い……三三人 (三・〇%)
- 不明……一人
- 中学生(三三一人) 食べている……三二二人

食べていない……五人(一・五%)
食べない日が多い……一四人(四・二%)

ほとんどの児童、生徒は朝ご飯を食べて登校しているという良い結果が出ています。その反面、食べなかったり、食べない日が多いと答えた子供の数は全体の約五%にあたる五十一人もいます。

朝食は圧倒的に「ご飯党」

朝食はご飯ですか、パンですか

- 小学生
- ご飯……六八五人(九〇・一%)
- パン……四八人(六・三%)
- その他……二七人(三・六%)
- 中学生
- ご飯……三三三人(九七・六%)
- パン……二人(〇・六%)
- その他……六人(一・八%)

圧倒的にご飯が多く、全体の九二・四%を占めています。ほとんどの家庭が米中心の食生活になっていることがわかります。食生活の欧米化が進む中で、日本型食生活は栄養のバランスが理想的なものとして見直されてきています。



ボクたちご飯大好き

小学生は「飯よりパン、 高学年になると パンより「ご飯」

◆給食では
「ご飯とパンでは
どちらが好きですか

小学生

ご飯……三八六八(五〇・八%)
パン……三四三三(四五・一%)
両方……三二一人(四・一%)
中学生

ご飯……二五九八(七八・三%)
パン……六七二(二〇・二%)
両方……五八(一・五%)

小学生では、ご飯とパンを好む人がほぼ同数の割合になっていますが、中学生になるとご飯はパンの三倍強と高い比率になってきます。高学年になるにつれてご飯が好まれる傾向にあるのは、ご飯は発育盛りの活動的な年代のエネルギー源として最適であることがわかります。

多いといいなあ

「ご飯給食

◆「ご飯とパンの回数は

どちらが多い方が
よいですか



お給仕の方も慣れました

①ご飯給食が多い方がよい
六一六八(五六・五%)
(ご飯給食は現在、週二回ですが何回ぐらいいいですか)

小学生

週三回……一六〇八(二二・一%)
週四回……三九八(五・一%)
毎日……一六八八(二二・一%)
中学生

週三回……二二二八(三六・九%)
週四回……三八八(十一・五%)
毎日……八九九(二六・九%)
②パン給食が多い方がよい
三四五八(三一・六%)

小学生
週四回……九六八(十二・六%)
毎日……二〇五八(二七・四%)
中学生
週四回……一七七八(五・一%)

毎日……二七七八(八・一%)
③今のままでよい
一三〇八(十一・九%)

小学生

ご飯給食が多い方がよいは六一六八(五六・五%)、パン給食は三四五八(三一・六%)、今のままは一三〇八(十一・九%)

生徒は、米飯給食の回数を増やしてほしいと希望しています。特に中学生は「給食ではご飯とパンのどちらが好きですか」の結果に比例したのとなっていて、発育盛りの年代ほど米飯給食の回数を多く望んでいます。

好きな「ご飯料理
カレーライスがトップ

◆家庭でのごはん
料理で好きなものを
あげてください

(複数回答・上位五つ)
小学生

①カレーライス……四五五八(五九・九%)
②混ぜご飯……二八一人(三七・〇%)
③チャーハン……二二一人(二七・八%)

④寿し……二〇三八(二六・七%)
⑤おにぎり……六一一人(八・〇%)
中学生

小学生

①カレーライス……一六二二人(四八・九%)
②チャーハン……一六〇八(四八・三%)
③混ぜご飯……一五九八(四八・〇%)
④ゆかりご飯……七一人(二一・五%)
⑤寿し……四八八(一二・九%)

小学生はおにぎり、中学生はゆかりご飯を除いた外は、まったく同じ。家庭で一番多く料理され、人気もトップの座を占めているのがカレーです。また、子供たちは味つけご飯が大好きなようです。米料理の工夫によって、発育の重要な時期にある



今日もおいしい料理を (西部共同調理場)

子供たちにバランスのとれた食生活の確立が必要です。

知って ますか

米に含まれる栄養素

私たちが日常食べている精白米は、米からぬかの部分を取り除いた胚乳の部分です。この胚乳部の主な成分はでんぷんとたんぱく質であり、そのうちでんぷんが約七〇%も含まれています。また、米はエネルギーと

なるばかりでなく、貴重なたんぱく源でもあるのです。卵のたんぱく質を100とした場合のたんぱく質は78にもなっています。そのほか無機質やビタミン、脂質が含まれ、私たちの大切なエネルギー源に結びつきます。

祭の例大

各地区で

五穀豊じょうを祝う行事

五穀豊じょうを祝う秋祭りが、今年も従来の十月三日から「体育の日」の十月十日に行われました。小高の大雷神社では伝統の「平鍬踊り」が今年から小学生の手で奉納され、境内には祭日とあって多くの人でにぎわいをみせました。

また、北須釜の須釜神社では恒例の奉納相撲大会が開かれ、境内に設けられた特設

土俵で小中学生や青年団らが元氣いっぱい取り組みを見せ、見物人から盛んな拍手がおこられていました。

このほか、各地区で子供みこしがくり出し、ワッショイ、ワッショイのかけ声とともに村内を練り歩き、祭り気分を一層もりあげていました。そこで今月は、祭りの様子をカメラで追ってみましたので紹介します。



仲良し4人組



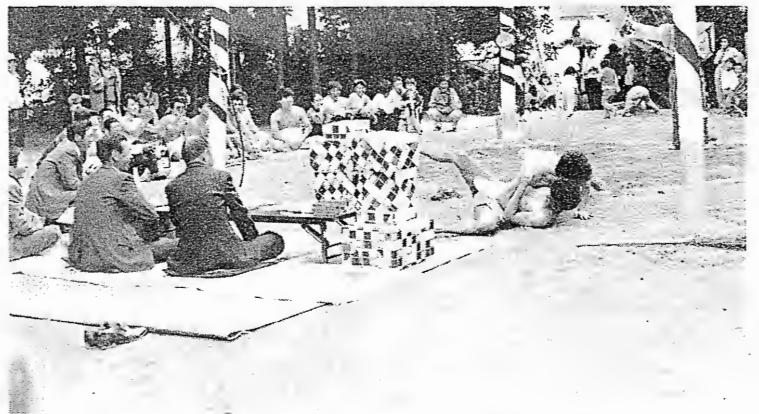
男の子もちょっぴり変身



古式床しく奉納された平鍬踊り



少女たちによる「浦安の舞」



名取り組みを見せた相撲大会



岩谷繁さん寄贈のみこしをかついでワッショイワッショイ



地元の若者たちも大活躍



このくらいは大丈夫よ



聖火台に点火する曲山さん

第26回村が民体育祭 スポーツで秋の一日楽しむ



この気迫、圧倒されそうです

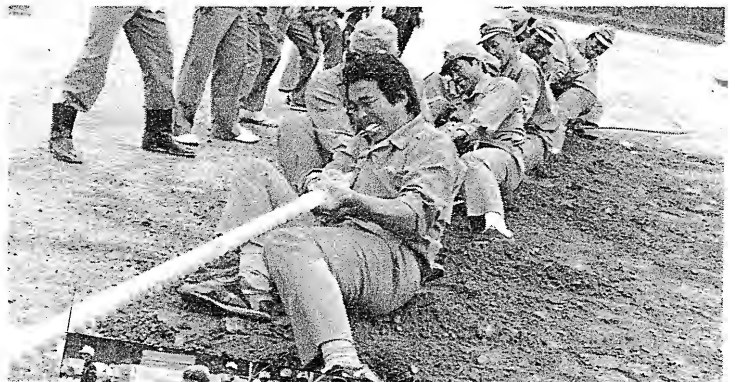
秋のスポーツ祭典、村民体育祭が10月5日、村民グラウンドでにぎやかに行われました。

午前8時30分の打ち上げ花火を合図に、須釜小児童による鼓笛隊パレードが先頭を飾り、国旗・村旗に続いて各地区ごとに堂々の入場行進。また、曲山浩範さん(蒜生)が、青年団を代表して聖火台に点火し、審判長のあいさつの後、競技が開始されました。

審判の振るサイコロによってゴールが変わる小・中学生による「マイギャンブラー」や、得意のゲートボールを取り入れたお年寄りのゲートボールレース、村1番の力持ち職場を決める職場対抗綱引きなど次々と競技が繰り広げられ、多くの村民が秋の一日を楽しく過ごしました。

なお、今年の行政区ごとの対抗は、優勝に四辻新田が輝き、準優勝に竜崎、3位は北須釜の順となりました。

村1番の力持ちは、消防団チームに決まりました



上位入賞のチビツ子ランナーたち



2人仲良く「お前と2人」



親子三代リレー
おじいちゃん、おばあちゃんも名スプリンター

成人おめでとろう 来春二月十五日に成人式

成人した若者たちの晴れの門出を祝う成人式が、来春一月十五日に就業改善センターで行われます。

今回成人式を迎えられる皆さんは、昭和四十一年四月二日から昭和四十二年四月一日までに生まれ方たちです。

村内に住所がある方と、これまで申し込みのあった方を合



昨年の成人式から

わせ該当者は六十九人になります。

住所があるのに名前が載って

いなかったり、ふるさとで成人式を迎えたい方は、十二月二十日までに村公民館に申し込みください。

成人式を

迎えられる方

〔調査日 昭和61年10月27日〕

〔川辺〕石井美紀・大竹幸子・

小林政美・小針智子・目黒勝広・

須藤久美子・添田恵利子・坂本

清美・吉田トヨ子

〔蒜生〕有我和浩・曲山寛廣・

曲山勇夫・真弓 誠・溝井勝彦

〔小高〕遠藤昇一・大竹弘美・

荻田富士夫・車田守義・車田美

奈子・車田 剛・溝井律子・

谷地貴代子・矢吹和子

〔中〕小針富美枝・小針幸子・

駒木根涉・鈴木里子・林 喜雄・

渡辺常雄

〔岩法寺〕石森公子・大竹洋子・

倉鎌康夫・佐久間福男・塩沢恭

広・須釜典子・瓶子むつ子・

村越 武・吉田春美・吉田雅彦・

〔竜崎〕小林友晴・小林竜也・

小林正晴・小林伸一・佐藤悦夫・

鈴木広和

〔南須釜〕阿部公平・石森春代・

大木哲夫・大木彦一・小貫友弘・

大野美津子・国井正喜・小原利

枝子・小原智子・近内文江・相

楽 清・塩沢勇雄・杉山隆幸・

松田 勇

〔北須釜〕草野正則・小針義美・

神枝春夫・鈴木 宏・矢吹清信

〔吉〕有我久雄・須釜康信・大

和田利光

〔四辻〕石井浩和・渡辺洋子

村民グラウンドに植樹

コミュニティ事業で緑化推進

このほど村民グラウンドにコミュニティ事業として(財)自治総合センターから一〇〇万円の助成を受け、やまざくら・いろはもみじ・うめ・やまつつじ計五十二本が植樹されました。

自治総合センターでは、緑化運動の一環として発売された宝くじの収益金を希望する団体に助成し、緑化の推進を図っています。

主に西側の土手に植えられた二十五本のやまざくらは、いずれも樹高四メートル以上なので、来年には木陰ができ、スポーツの合い間には休憩の場となるものと期待されます。

皆さん、散歩がてら出かけてみてはいかがですか。

県統計大会

玉一小に文部大臣表彰

須釜さんに県統計協会会長賞

第三十六回の県統計大会が十月二十一日、相馬市民会館で開催され、本村から須釜信好さん

(吉字杉内)に県統計協会会長賞(会長・松平勇雄)表彰が贈られました。



須釜信好さん(吉)

受賞された須釜さんは、統計調査員として多年にわたり各種統計に協力し、統計発展のため貢献された実績が認められたものです。また、この大会の席上、玉川第一小学校に学校保健統計調査が正確で、かつ優秀であるとして文部大臣表彰が贈られました。





梅の木の根元から見つかった舞茸

庭木に舞茸

きのこのシーズンも終わりましたが、先ごろ中宇向の駒木根等さん方て、庭の梅の木の根元から舞茸が出ているのが見つかり、話題になっています。

見つかった舞茸は、縦、横20センチの株。雑木林に出ているのが普通だそうて、きのこ取りの名人てさえも見つけるのがむずかしく、まつたけやしめじと匹敵するくらい珍重されているだけに、庭先で発見した時にはびっくりしたとか。

駒木根さん宅ては、来年に期待をかけて試食はおあずけとのことてす。

話題

国民年金の第一号被保険者には、保険料を納めることが著しく困難な場合は、手続きにより保険料を免除する制度があります。保険料の免除を受けた期間は、将来支給される老齢基礎年金額の計算をするうえで、保険料を納めた場合に比べ三分の一となります。なり、低額の年金となってしまう。そこで、過去に免除を受けた方がある方は、保険料を納めた方と同程度の年金を受け取るようにするため、免除を受けた期間の保険料を納めることができます。これが「追納制度」です。

年金

免除された期間には 保険料の追納を

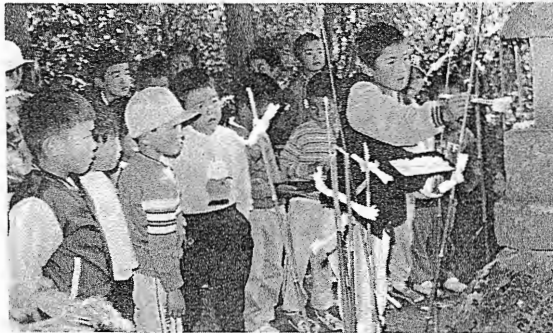
過去の国民年金保険料

年度	金額	保険料月額	保険料年額
51年度		1,400円	16,800円
52年度		2,200	26,400
53年度		2,730	32,760
54年度		3,300	39,600
55年度		3,770	45,240
56年度		4,500	54,000
57年度		5,220	62,640
58年度		5,830	69,960
59年度		6,220	74,640
60年度		6,740	80,880

追納は過去十年間の範囲で、さかのぼってその当時の保険料額で納めることができます。老後の生活に欠かせないのが年金です。低額の年金では将来不安となりますので、より多額の年

金を受けられるようぜひ保険料の追納をおすすめします。時効になっていない保険料追納は分割で納めることができますので、役場住民課国民年金係にご相談ください。

話題



天神様にお参りする子供たち

山小屋

伝統を守る 子供たちが天神講

古くから伝わる風習がだんだんと影をひそめてゆく中で、昔からのしきたりを重んじ、100年以上も昔ながらの伝統行事が続けられている地区があります。

ここ、山小屋地区では、毎年秋に子供たちによる「天神講」が開かれます。学問の神様である菅原道真公を祭って行われるもので、今年は10月26日に実施されました。

宿番は石森正人さん宅で、地区内の男の子24人が集まり、先ず天神様を掃除。次に、お供えの「赤飯」をふかし、「奉納天満宮」と書いた半紙をしの竹に結び、それを持って天神様をお参りし、学問成就を願うものです。その後は、宿て陣取りなど昔の遊びをしながら楽しく1日を過ごします。

「お米集め」から「お参り」「遊び」とすべて子供たちがさい配をふるうユニークなものとなっています。

食べてますか

このマーク

県では、豆腐、納豆などの地域



食品について認証制度を設けています。この制度は、製造施設や品質、表示等の基準を定め、厳しい検査に合格したものに認証マークを付けています。現在、豆腐・油揚げ・納豆・こんにやく・かまぼこ類が認証対象品目として扱われています。ぜひ、認証マークの付いた地域食品を利用してください。

公民館だより

青年教室

拍手と握手の中で終了

第十回青年教室は、村助役の
円谷信男さんを講師に迎え、村
を知る」と題して、行政全般の
仕事についてお話をうかがいま
した。ふるさとのそして毎日の

生活に直接結びついた話の数々
は意義深いものがありました。
最後に、館長より出席者ひと
りひとりに、認証が授与され、
笑顔と拍手そして握手に囲まれ、
今年度の教室が完了しました。

ヤング集団、西武ライオンズ
が日本シリーズ優勝を決めた同
じ日に、玉川のヤング集団もま
た、感激を新たにしたのです。
明るく豊かな地域社会づくり
を目指す青年教室は、主体的な
態度や行動を通して、自己の役
割と責任を自覚する社会的経験
を体得することをねらっており
ます。その目的が達成されたこ
とに大きなよろこびを感じまし
た。

楽しく有意義だった青年教室



教室生とガッチリ握手

教室から学んだこと



塩沢和江さん
(南須釜)

青年教室に参加するのは今年
で二年目です。去年は参加した
のが最初の三回だけで、その後
は青年教室に足を運ばなくなっ
てしまい、後で後悔しました。
どうして自分でやりたいと思っ
た事を最後までやりとおせない

のだろうか。そこで今年の目
標を、青年教室に最後まで参加
する事におきました。そしてこ
のほど『青年教室認証状』を、
共に受講した仲間の拍手の中
でいただき、「ついにやったあ!!」
という気持ちでいっぱいです。
ふり返って特に印象に残って
いる事は、須釜中学校校長の添
田昌稔先生の講義を受けた時の
ことです。添田先生が自分のハ
ンカチ一枚を取り出し、「このハ
ンカチの使い道を紙に書きなさい。
」と言われ、私は色々考え紙
に五つぐらい書いたのですが、

それぞれ書いたことを発表した
結果、五つどころではなくたく
さんの意見が出されたのです。
つまり、一人の考えというのは
限られているけれど、何人も
人が集まれば、もっと違った考
えがたくさん出され、自分の知
らなかつた事がわかるようにな
り、今までよりも視野が広がる
という事を知らされたのです。
私は興味深くこの話を聞きまし
た。
青年教室に参加して良かった、
悪かったという判断は、まずは
参加してみない事にはわからな
いことです。若いうちにいろい
ろな事に挑戦し心を豊かにして
いきたいと思っています。

川辺地区で壮年体力テスト

県が県内各地で進める体力テ
ストを十九日、川辺地区のみな
さんを対象に川辺小の体育館で
実施されました。

三十才から五十九才までの壮
年層の体力を調べるため行うも
ので、男三十四人、女五十五人が
対象となり協力していただきま
した。

午前九時、運動着姿の参加者
は体育指導員の指示により、反

復横とび、垂直とび、握力、ジグ
ザクドリブル、それに千五百メ
ートル(女千メートル)の急歩と
六種目のテストに臨みました。
村保健婦の永林さんから事後
の診断をいただき、ガツクリし
た自称スポーツマンの姿もみら
れましたが、総じてウーマンパ
ワーが目立ち、喜々としてテス
トを楽しんでいました。
ご協力ありがとうございました。

11月の行事予定

- 15日(土)講演会
講師 俳優 長門勇
「人生泣き笑い」
- 19日(水)第7回高齢者教室
- 23日(日)第15回少年剣道大会(勤労者体育センター)
- 28日(金)第5回婦人教室

シリーズ：⑤ 農業者年金制度

経営移譲年金

農業者年金の保険料納付済期間等が二〇年以上である人が、六五歳までに自分名義の農地等を後継者か第三者に譲るか、貸し付けて、農業経営を廃止した場合にはもらえる年金です。

経営移譲年金は六〇歳までに経営移譲したときは六〇歳から、六〇歳から六五歳までに経営移

譲したときは、その時から支給されます。なお、六五歳以降の年金額は六〇歳から六四歳までの額の十分の一の額になります。

●六〇～六四歳の給付

(年金単価×保険料納付済期間の月数)×物価スライド

●六五歳以降の給付

(年金単価(六〇～六四歳の額の1/10)×保険料納付済期間の月数)×物価スライド

(注)上記の年金単価については、経営移譲者の生年月日によって単価が変わります。また、農業者年金加入者等(特定譲受者)に経営移譲した者等には特別の加算措置があります。

経営移譲年金の試算

改正法施行日 (昭和61年4月1日) 現在	加入年数	60歳から65歳までの 経営移譲年金		備考
		年金単価	年金額 (月額)	
59歳	15年	3,710円 ×1.038	77万円★ (64,200円)	★期間短縮 特例加算 分を含む
49歳	25年	2,867円 ×1.038	89万3千円 (74,400円)	
39歳以下	40年	2,233円 ×1.038	111万3千円 (92,700円)	

(注) 農業年金加入者等の特定譲受者に経営移譲した場合に受給できる年金額を想定したものと

お父さんの勉強部屋

⑥

スポーツを すること

東京都立大学教授
詫摩 武俊

父親は体を使った遊びやスポーツを子供と一緒にやってほしいと思います。

男の子も女の子も幼稚園から小学校にかけては、母親と遊ぶよりも父親と遊ぶことを好みます。それは体を使った遊びをしてくれるからです。

肩車をしてもらったり、ウマになつてもらったり、プールでカバの背中だよといつて乗せてもらった記憶をもつ人もあると思います。こんなことは母親はやってくれません。キャッチボールやたこ揚げについても同じです。父親と体をぶつけ合つて

遊んだという思い出は、子供の心いつまでも残るものです。スポーツを楽しむという習慣は生活にゆとりがないとできません。貧しかったり、時間に束縛されているとできないのです。週休二日制もかなり普及してきたので、父親は子供たちと時々体を動かす遊びをしてほしいと思います。

山歩きをして、川のほとりで飯盒でご飯をたいて食べたり、湖でボートをこいだりしてください。また、どの父親にもできることではありませんが、スキーやスケートに行ったり、ヨッ

一口医学

むくみが起こる 病 気

「むくみ」とは、からだの皮下組織などに余分な水がたまる状態をいいます。

むくみが起こる病気の代表は、ジン臓と心臓。まぶたからはじまるむくみはジン臓の場合が多く、心臓の場合は身体の下になつている方(寝ている場合は背中、立っている場合は足)にむくみがおこります。また、顔がむ

くんで変形するのは粘液水腫が疑われます。バセドウ氏病は甲状腺ホルモンの過剰によっておきる病気ですが、粘液水腫は不足の状態でおきます。三十歳から五十歳ぐらいの女性に多く見られます。

主に子供の病気であるジン炎も顔がむくみ、指で押すとへこみが残ります。粘液水腫は押しでもへこまない硬いむくみの特徴です。妊娠中毒症も全身(特に足)にむくみがおこります。むくみが始まったら素人判断をしないで病院で検査を受けてください。

トを走らせることもすばらしいことです。

このようなことのできるのは父親も若く、子供がせいぜい中学校に入るところまでです。それ以降になると、父親はまだスポーツができて、子供は友人とやることを好むようになります。ですから父親は、幼い時に一緒に遊び、スポーツのルールや初歩的技術の手ほどきをする事になります。

野球・サッカー・バレーボール・バスケットボール・ラグビー・相撲などははじめとして多くのスポーツのルールや基本的

なことを教え、自分でやらなくても観戦するおもしろさを理解させることも必要です。柔道や剣道についても同じです。

余暇の時間を明るく、気持ちよく楽しみ、人生を豊かに過ごすことを教えるのも父親の大切な役割だと思います。



お知らせ



国際居住年

スローガン募集

一九八七年は、国連の定めた「国際居住年」です。世界各国が長期的展望にたつて、住まいや居住環境の改善を進めるための年です。この年を通じて広報

11月の健康
ごよみ

- 14日(金) 乳幼児健診
母子センター
午後 1:30~
- 15日(土) 歯科巡回診療
16日(日) 四辻農業研修所
午前 8:00~10:00受付
- 17日(月) 子宮がん検診
就改センター
午前8:30~9:00 受付
- 18日(火) 子宮がん検診
勤労者体育センター
午前8:30~9:00 受付
妊婦健診
母子センター
午後 1:30~
- 19日(水) 成人病予防教室
岩法寺公民館
午前 9:30~
- 20日(木) 成人病予防教室
吉公民館 午前9:30~
- 25日(火) 3歳児健診
須釜公民館
午後 1:30~
- 28日(金) 1・6歳児健診
就改センター
午後 1:30~
- 29日(土) 歯科巡回診療
30日(日) 四辻農業研修所
午前8:00~10:00受付
- 12月 6日(土) 歯科巡回診療
7日(日) 四辻農業研修所
午前 8:00~10:00受付

今月の納税
村民税(三期分)
国民健康
保険税(三期分)
納期限は十一月二十五日(火)までです。忘れずに納めましょう。

等に用いるスローガンを次の要領で募集します。

応募方法

官製はがき一枚に二作を記入。住所・氏名・年齢・職業(学校名・学年)を明記のこと。

送付先

〒100 第二霞ヶ関郵便局留置
建設省国際居住年スローガン
募集係

しめきり

昭和六十一年十一月三〇日

審査及び表彰

お誕生おめでとう
ございます



(9月届出分)

地区	出生児氏名	保護者名
蒜生	曲山 貴浩	吉 信
小高	添田 惠	義 惠
岩法	藤田 龍	英 生
南須	國井 祐樹	孝 一
々	小針 加奈	好 一
北須	草野 弘樹	直 幸
四辻	関根 吉博	吉 己

おくやみ
申し上げます

(9月届出分)

地区	死亡者氏名	年令	世帯主名
川 辺	味原 ツマ	88	静 枝
中	小林喜久野	85	朋 喜
南須	瀬谷 ツル	81	安 徳
山小	石森 マツヨ	77	勇

金として寄付をいただきました。厚く御礼を申し上げます。

記

寄付
ありがとうございます
ございます

- 川辺の味原静枝さんから 三万円
- 川辺の熊田常吉さんから 一万円
- 北須釜の榊枝正昭さんから 五千円

(社会福祉協議会)

村のようす
(61年10月1日現在)

	1,553戸 (+4)
	7,510人 (+2)
	3,722人 (+4)
	3,788人 (-2)