

NHKテレビ

☆印は白黒
6・20 こどもニュース
25 ハテナゲーム「メトロノーム ぶらんこ」
50 ローカル■・国
7・00 ■◇20 海外の話題
30 連想ゲーム 武原英子
森田 健作 マッハ文
朱 頭師佳孝
8・00 番長マクミラン「亡靈の夜」
15 きらめくリズム
30 ■◇40 ローカル■国
45 ■解説
10・00 ドキュメンタリー「ある農村工場の春闘」
30 音楽の広場
11・10 N・Cリポート
40 ■◇52 ローカル■国

NHK教育

☆印は白黒
6・00 テレビスポーツ教室「ボート」
7・00 中国語講座
30 NHK文化シリーズ▽美をさぐる「かっこいい自転車」
15 教養特集「映像の証言」
~南部は馬ばかりの頃~
9・00 婦人百科 茶の湯「茶のこころ」
30☆通信高校講座 地理B
10・00☆通信高校講座 世界史
30☆通信高校講座 日本史
11・00☆通信語講座 ポースカフエ
30☆大学講座 歴史学「シルク・ロード」

NHKテレビ

☆印は白黒
5・30 モントリオール・オリエンピック選手選考水泳競技会
7・00 ネットワークNHK
7・00 ■◇20 お笑いオンステージ 中村メイコ
15 桜田淳子 三波伸介
8・00 風と雲と虹とあだ松 加藤剛 緒形拳 吉永小百合 山口崇 草刈正雄 真野響子
45 ピックショー 桧みちよ
9・30 ■◇40 ローカル■国
45 ■展望
10・05 芸能百選
50 ふるさとのアルバム
11・00 ■◇15 ローカル■国

NHK教育

☆印は白黒
6・00 サラリーマンライフ
7・00 セサミストリート「ビッグバードとおうむのボコ」
8・00 日曜美術館▽私と村上華岳 ▽今週のギャラリー「戦前の前衛展」
9・00 N・G劇場 革命現代京劇「智取威虎山」
10・30 若い広場「安流スタンド・イン」一山本由美子 山本満子 中村俊輔
11・30 あすの経営「新しい小売業」一ディスカウント専門店一倉本初夫

土曜

時事

日

ある夜、マクミラン夫婦(ロック・ハドソン)若林豪、スザン・セント・ジ・イムス=結城美栄

子)は、心霊に熱中する女性の家に、友人たちとともに集まつた。

ク・ハドソン)若林豪、スザン・セント・ジ・イムス=結城美栄

子)は、心霊に熱中する女性の家に、友人たちとともに集まつた。

ある夜、マクミラン夫婦(ロック・ハドソン)若林豪、スザン・セント・ジ・イムス=結城美栄

子)は、心霊に熱中する女性の家に、友人たちとともに集まつた。

ある夜、マクミラン夫婦(ロック・ハドソン)若林豪、スザン・セント・ジ・イムス=結城美栄

子)は、心霊に熱中する女性の家に、友人たちとともに集まつた。

ある夜、マクミラン夫婦(ロック・ハドソン)若林豪、スザン・セント・ジ・イムス=結城美栄

子)は、心霊に熱中する女性の家に、友人たちとともに集まつた。

ある夜、マクミラン夫婦(ロック・ハドソン)若林豪、スザン・セント・ジ・イムス=結城美栄

子)は、心霊に熱中する女性の家に、友人たちとともに集まつた。

ある夜、マクミラン夫婦(ロック・ハドソン)若林豪、スザン・セント・ジ・イムス=結城美栄

その中には、数年前、夫のアーチー

-(フレッド・ケーリー)-川久保義を山井義経された葬式の

末「ハイビー」(ジャロン・アカ

「清木良太」もいる。

その夜、靈廟がアサトの靈を

呼び出しつつ、「靈がはつきりと姿

現し、自分が殺した姫の妻

狂乱になつた。マクミランは室内

一ピースで走るが、亡靈がリック

子)は、彼女の靈廟

に向ひて靈がはつきり現れる

うたえる。

福島テレビ

☆印は白黒
6・00 母をたずねて三千里
30 ニュースコープ
7・00 UFOロボ・ゲレンダイザー
30 クイズダービー
8・00 8時だよ!全員集合 ザ・ドリフターズ キヤンディーズ
9・00 どうらい男・激動編「怪物に挑戦」西郷輝彦 桥英子 田村亮 志村喬 夢路といしょ
10・00 隠し目付夢上「鬼も十八番」栗原小巻 三船敏郎 北上弥太郎 大谷寅子 沢田まさる 土曜園「シャーロックホームズの冒險」

福島中央テレビ

☆印は白黒
6・00 時間だよ!アイドル登場 あいさき進也 西川峰子 すうとるび ジャスト国
30 ザ・カゲスター
30 ナイター 「広島一巨人」=中止の時=7:30ベスト3・夢の顔合せ「天才中学生ベスト3と対決」8:00全日本プロレス中継
9・00 「五丁目」に咲いた恋は絶対に結ばれない人々は噂した!栗原小巻
10・00 映画「ピーター・フォーキーの泥棒がいっぱい」ブリット・エクリンド
11・45 ウィークエンダー

福島テレビ

☆印は白黒
5・30 特別組隊S・W・A -T「女性レポーターの誤解」
6・30 ニュースコープ
7・00 アップダウングレイズ
30 ナイター 「広島一巨人」=中止の時=7:30ベスト3・夢の顔合せ「天才中学生ベスト3と対決」8:00全日本プロレス中継
9・00 東芝日曜劇場「異母姉妹」山本学 田中篤子 津川雅彦 乙羽信子 今村原兵
10・00 ラブリッシュ
35 お耳後秘帳「女やもの花が散る」伊吹吾郎 早川保 有島一郎
11・45

福島中央テレビ

☆印は白黒
6・00 笑点▽トランプテクニック -T「女性レポーターの誤解」
6・30 びっくり日本新報
7・00 すばらしい世界旅行「世界一の猛毒蛇」
30 8・00 俺たちの旅「一緒に仕事をはじめました」中村雅俊 津坂まさあき
9・00 映画「ロバート・レッドフォードの大いなる勇者」
11・00 ピッケイメントゴルフ 遠くへ行きたい~城下町・豊後竹田~
45

今夜の番組

NHK第1 1340KC

6・15 じょうずな話し方 「話し方相談室」
25 ナイター 「阪神一ヤクルト」=中止の時=6:25夜のサスペンス「影が重なる時」山谷初男、西田敏行 7:00N・G◇10ローカル■国
◇15ポップスコンサート◇57NHKガイド8:05歌の星座「弟よ」「ゆれてる私」9:05ラジオ寄席
9・30 歴史と人間△塚原下伝
10・20 若いこだま△ハードロック特集
11・05 自然とともに
23 夢のハーモニー

NHK第2 1540KC

6・00 定時制高校英語
40 カレンドトピックズN
7・00 10万円ガード
15 英語会話
30 イングリッシュアワー
8・00 通信高校講座 英語A (1)
20 通信高校講座 英語A (2)
40 通信高校講座 英語A (3)
9・00 通信高校講座 音楽I
20 通信高校講座 日本史
40 通信高校講座 倫理・社会
10・20 通信高校講座 現代国語 (3)
11・00 スペイン語講座

ラジオ福島 1060KC

6・00 Nハイライト
15 Nデスクから
20 ナイター 「広島一巨人」=中止の時=6:20二郎で勝負ヘリックエストナイター~8:00ボビュラー・ナイト・スペシャル~朱理エイコ特集~愛のめざめ北国行きでマイウェイ
9・10 夜のヒット歌謡
20 ファミリー・スタジオなつメロジョッキー
10・00 楽もスター私もスター
30 ヤング歌謡ボックス
11・00 サウンズ・ヴィズ・ゴーク

FM放送 ☆印はステレオ

6・00 日本の民謡 黒石よされソーラン節 リンゴ節 ひえつき節
7・15☆サウンド・オブ・ボックスくろっく競演>レット・ミー・ラブ・ユーピーストルメイキン・プランズ
8・05☆NHKジングオニ二ホール交響曲第85番変ロ長調「女王」ハイドン
9・00☆FMコンサート<ボビュラー・アラカルト>愛ある限り バラのいたすら 要い冗談
10・20 ドラマ「秘密」
11・05 音楽夜話

NHK第1 1340KC

6・15 仲間の音楽会 梅と都のバラード
7・00 N・G◇10万円ガード
15新聞を読んで
30 政治座談会
8・30 上方演芸会 邪才「ああ、この不景気時代」「緊張の一瞬」ちゃつき娘はな寛太
9・05 白曜名作座 「あらぐれ」森繁久彌
35 NHKガイド
40 NHK特派員報告
10・20 ラジオリサイタル①弦楽四重奏曲②弦樂四重奏曲
10・20 通信高校講座 数学II
11・05 夢のバーモニー「眠りの森の美女」から

NHK第2 1540KC

6・00 通信高校講座 地理B
40 通信高校講座 古典乙
7・00 びっくり日本新報
30 イングリッシュアワー
8・00 通信高校講座 音楽I
20 通信高校講座 保健・体育
40 通信高校講座 数学I (第1部)
9・00 通信高校講座 数学I
20 通信高校講座 数学I (第2部)
40 通信高校講座 数学I (第2部)
10・20 通信高校講座 数学II
40 通信高校講座 数学II
11・00 イングリッシュアワー
「北海道とわたし」

ラジオ福島 1060KC

6・00 競馬レース結果
03 こちら情報センター
20 ナイター 「広島一巨人」=中止の時=6:20二郎で勝負ヘリックエストナイター~8:00歌謡曲ナイト・スペシャル~都はるみ・恋と涙のはるみ節~
9・10 ファミリー・スタジオなつメロジョッキー
10・00 レコードアワー
30 ヤングタウン
11・00 世の光
30 30
45 セミナー・オブ・トヨキヨー

FM放送 ☆印はステレオ

6・00 リクエストコーナー
7・15☆ラテンタイム<アルゼンチンタンゴ・アルバム>淡き光・エル・チヨクロ・マレーナ・ブエノスアイレスの秋
8・00☆音楽のおくりもの劇「タンホイザー」第1幕・ワーグナー
9・00☆ヤングジョッギー~ユーディスク特集
10・20☆現代の音楽<アメリカの話、そして、新婚家庭の生活設計などを聴く。
11・05 名曲のたのしみくモツアルトその生涯と音楽>

新発売!

こしあん・小倉あんの?味で
ご進物用の化粧箱入りも用意しました

•9コ入り •12コ入り •15コ入り
1,200円 1,600円 2,000円

涼味爽やかに
2色の味で……缶入り

水ようかん

従来市販されているものをより改良し、本場北海道小豆の風味をそのままに生かした当社独特の《手造りの味》で創り上げた、缶入り水ようかんです。どうぞ賞味くださいませ。

お菓子の専門店
みよ
☎23-7111(代表)

悪く、静岡で青いたもの、失敗ばかりしてい

た。

津川雅彦と
三田佳子

アッシュ・モード、街田製鍊さん

このほど婚約した裏黒澤年男と

で、黒澤年男が街田製鍊さんと一緒に目惚れしたことからはじまる。

4人で「会社」を…

福島・夜9:00

異母姉妹

はなつた姉だが、その方が育ち手に

お母さんだった。

か、世の中はなんなんまいも

と電話が入り、自分だけが宝石を

渡すことが出来ると言った。

条件を示し新聞公告を出した。

千円で依頼し、五千円(一億五千万円)で泥棒たちを買ひ戻してほんとと云う。オブライエンは

泥棒がいっぱい

ピーターフォーク

福島中央・夜10:00

主催映画劇場

泥棒がいっぱい

ピート・エンドレム

うまでケードニアの国家が、四人組の賊によって盗まれた。若い女たちだ。ドリーディア(アリット・エンドリック)を選び、トロス(スジョン・オラフ)、アンドリュー・リックス(ティビッド・キャラダイ)を選び、三週間後、ニューヨークのマケドニア領事館員ジョーン・ピーター・ターフォークに、国宝の取り

俺たちの旅

福島中央・夜8:00

一緒に仕事をはじ

めました

「なんどかする姿で、

作業十五分の日々が、どう

なりと見て。大喜びする活

作門のインチキ会社だった事がわ

りこえて。大嘘だ。発生した事が

か、「世の中はなんなんまいも

と電話

(5) (第三種郵便物認可)

農民の生活苦を人情味豊かに表現

普ある村に欲ほりな庄屋がいて、村に赤ん坊が生まれるたびに山へ捨てさせました。食べる人間が減れば、庄屋へ納める米の量が増えるからです。ひとりのねつあが思案のあげぐ、山へ入ってやまほどをなくして、自分の赤ん坊も、捨てられたくさんの赤ん坊も一緒に山で育てるようになりました。

そして十数年、庄屋の食には米が増え続けましたが、千疋の年に大変なことがわかりました。村に若者が千疋の年に大変なことがわかりました。村に若者が

農民の生活苦を人情味豊か

いなくなつたので、遠くから水を運ぶことができないのです。村人は米をわけてくれるよう頼みましたが、庄屋は聞き入れません。

ある夜、山からやまほは先頭にいたつを持った若者たちがわりてき、庄屋の家を焼き、倉を開けて米を出させました。その若者たちは、捨てられた赤ん坊の成長した姿で、彼らはみんな村の衆の子どもとな

(B4) 豪型判。価格八百八十円。岩崎書店。



鼻 力 ゼ

鼻の粘膜の病気を鼻炎といふが、急性鼻炎のなかで多い、いよいよするにいた。うが、急性鼻炎のなかで多い、いよいよするにいた。

のが鼻力ゼ。気候の変わり目の冷たい、暑いといった刺激、はい煙、ほりなど、の刺激、有毒ガスなどの刺激でおこる。鼻がつまつたり、くしゃみが出たり、鼻水、涙が出るという症状。悪感や頭痛となると本格的だ。初期の安静と体温がたいせつ。治療は、刺激をさげると、鼻汗をつながすこと、寝

鼻 力 ゼ

アレルギー性鼻炎は、花粉、チヨウのリノ粉、動物の毛、たばこの粉（綿ぼけ）、り、葉もの、ガス氣体などの、いわゆる抗原が鼻粘膜に作用して異常をみせる病気。

治療は、抗ヒスタミン・ビタミン、カルアレルギー原の除去が第一。

家庭婦人

計量記念日 6月7日

豊かで快適な生活のための計量

一家に1台計量器を備えましょう

株式会社 藤平字田町(銀座通り) 越電②一一三四四
株式会社 マルト毛書店 平字四町四
ムナカタ 医料器械店 平字才穂小路
電③一二三六

升田屋吳服店勿采町達田電(勿來)④七〇〇一
四倉久之浜電(勿來)三〇〇五
四倉町字五丁目三三四五
商會久之浜町久之浜
坪井商店

る一方のようです。アマチュア・カメラマンが撮るのは、家族の日常生活のスナップ、旅先での人々のスナップや風景写真といった記念写真が大半を占めています。ところが、記念写真を上手に撮っている人は大変に少ないのです。夏休みに家族旅行を計画している家庭も多いので、その時の感激をあとで思い起こせるような記念写真の撮り方を――。

している時に楽しみ、帰ってきて写真を見ながら、その時の樂しみを感じ、「うれしさ」をもう一度写真から感じることができるからです。そのような写真を撮るには、一列に並んだような写真ではダメなわけです。

基本になるのは自然のままの姿を写すことと、楽しい演出を工夫することです。自然のままを写すには、かくし撮りが一番のですが、顔がわかるように、なかなか、チャンスを捕えてかくし撮りで写すのはとても技術が必要ります。そこで、みんなが勝手なことをしている時に「はい、こっちを向いて」と声をかけ、ぶり回した瞬間に写ねらうと、人間味があつておもしろい写真が撮れます。

楽しい演出とは、場所、人物の性格や年齢にあつたポーズを自由

風景は興味のあるものを中心に

撮るうという
花を習ってい
に、不断から
しょ。興味
目を持ってい
ってきて、編集
真の撮り方を
先で発見する

回、八、九月は「週間に」一回、
そして十、三、四月には月「回」
の割合で刈り込みをするのが「
ツです。

記念写真を撮るう



ファミリー写真にも楽しい演出を

隠し撮りや演出を

5Wを入れる工夫も

な発想で考え出すことです。おとなばんななら、飛び上がったところを撮るのもいいでしょう。仲良しの友だち同士ならば手をつないで撮るものいいでしよう。食いしん坊なら食べ物にがぶついでいるところを撮った方が、その人らしさが出来ます。

また、遊園地のマジックミラーに映った姿が大変におかしかったのなら、マジックミラーに映った方を撮った方が、ジェット・コースターに乗って顔をしかめているところを撮れば、あとでその時のお

家事

芝生の刈り込み

計量標語募集(締め切り 6月20日)
計量を通じ明るく快適な生活をばかれる標語であること
(※例 正しい計量明るい生活)
意義 ①本人の創作にして未発表のもの
②用紙は官製はがきを使用し標語の数は特に問いません
③住所 氏名 年齢を明記のこと
表彰 本人に通知するとともに機関紙(計量情報)に発表する
入選者には賞品を贈る
1度…1名 2度…2名 3度…3名 佳作…若干名

平成11年7月号

問題1 計量記念日は6月口日です
問題2 体温計やハカリ・ガス・水道・タクシーサーの各メーターなどに付されてい
る検定証印はどうですか

問題3 次のうち「もんめ」の計量単位で取
り引きが認められるのはどれですか

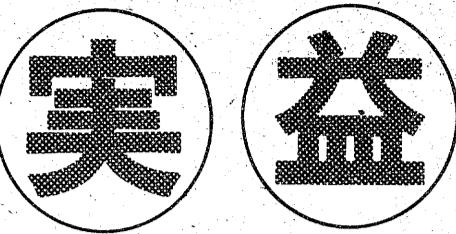
Ⓐ真珠 Ⓡ生糸 Ⓢダイヤモンド

発表 7月上旬 正解者多数の場合は抽せん
で当選者を決定し賞品の送付をもって
発表にかえます

賞品	1等	2等	3等	6名	12名	18名
	ヘルスマーター	キッチンスケール	コンベックスケール			

〒969 福島市杉木妻町2-16
あて先

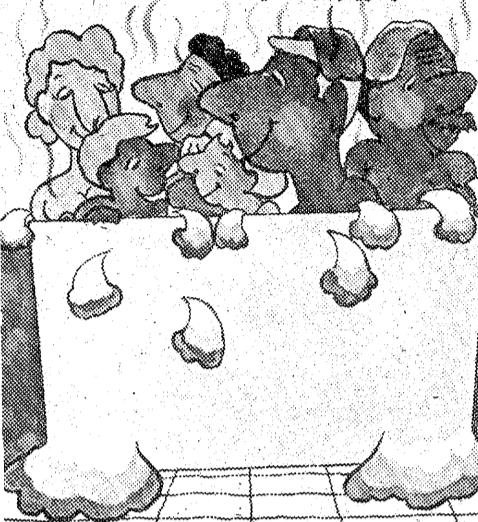
福島県計量検定所



CHISAN BOOKS

風呂と健康

小嶋碩夫 ほか



日本人の風呂好きは定評があるが、入浴時間やからだの洗い方が心身にどんな影響を与えるかについては意外に無関心だ。日本人の日常生活と切り離せない入浴について面白くまとめたのが「風呂と健康」(地産出版)である。

著者は、群馬大学医学部付属病院監修分院長、小嶋碩夫氏で、第一章「風呂の歴史」、以下は地産出版編集したもの。医学、歴史のほかに種類、温浴療法、疾患別全般温浴ガイドが含まれている。

注目される風呂の医学

内容の特徴は「風呂の医学」の章にある。たとえば、風呂あがりの注意について、湯さめの原因と防止法が詳しく述べられている。

入浴後は皮膚の血管がしばないので、高体温感が続き、いわゆるほとけ感が残る。しかし、「このほとけ感がなくなるにつれて湯さめを起こすので、ほとけ感がないならうらに着衣するように心がけられると、すぐに皮膚刺激弱い老人には、この新湯に入るときは感心しない」という。その理由は、必ずしもはっきりわかつていて、「なぜなら、熱の伝わりかたが強く、多少でも塩分などの混合物が加わると、地熱が小さくなり、熱の伝わりかたも弱くなる。つまり、だれかが入浴したあとでは、多くのアカや汗の成分などが湯の中にとりこんでいて、皮膚に対する温熱刺激が弱くなるからだ。」

そのほかの項目では、「朝風呂」「からだの洗い方」「入浴の姿勢」と「安静」「効率と入浴」など。

最近、にわかに入浴をはじめていた人がいたようだ。しかし、それには「實の湯販」。とて云ふ以外の価値を加したのである。例えは、「横尾忠則」宇野喜重による。「一流デザイナーのものは、一万円をだらないほどだ。でもかでも価値が出るという。ボスター店で購入するのも妙味それにしても、もの十年は、わけではない。東京のボスターにほしい。できれば、現前ボスターを商品として考へた商店の主人は、まず、製作者場で入手すべきだ。

ポスターも一商品を

不況は底をつき、よいも悪い上廟によつたのだろうか。手も足も活発になつてまた、そこで道の人たちが、ひそかに熱を入れる各業の努力が、注目しているのがボスターだ。

一流デザイナーの超用となり、たら、一流デザイナーのそれを

とにかく人気を集めていた。さらに、ボスターそのものに、宣伝の価値を加えたのである。

例えは、「横尾忠則」宇野喜重による。

「いつ、ボスターなら、な

どいいで、収集の方法だが、

それでも価値が出るという

ボスター店で購入するのも妙味

それにしても、もの十年は、わけではない。東京のボスターにほしい。できれば、現前ボスターを商品として考へた商店の主人は、まず、製作者場で入手すべきだ。

日本人の風呂好きは定評があるが、入浴時間やからだの洗い方が心身にどんな影響を与えるかについては意外に無関心だ。日本人の日常生活と切り離せない入浴について面白くまとめたのが「風呂と健康」(地産出版)である。

老人は新湯に入れるな

(小嶋碩夫ほか一 地産出版社刊・600円)

院監修分院長、小嶋碩夫氏で、第一章「風呂の歴史」、以下は地産出版編集したもの。医学、歴史のほかに種類、温浴療法、疾患別全般温浴ガイドが含まれている。

二~三杯かけることも防止法について、湯温を身体にかけるか、逆に冷たい水をひざから下に向けておられないようにするためである。

それだけでなく、血管の運動を訓練する刺激的効果もあるし、温度刺激を身体に与えて、熱の発生を盛んにするから、体温が急に奪われるのに対抗できる。

それだけではなく、血流の運動を

も活性化させるために、

二千点のトップ二回の方がかるかに多い、のものが普通だ。

さてオーラスを迎えていた。西家のAランはプラス二千点。かれの胸算角で

けなければならない。

二千点のトップ二回の方はかるかに多い、のものが普通だ。

心身障害児の教育 どうあるべきか

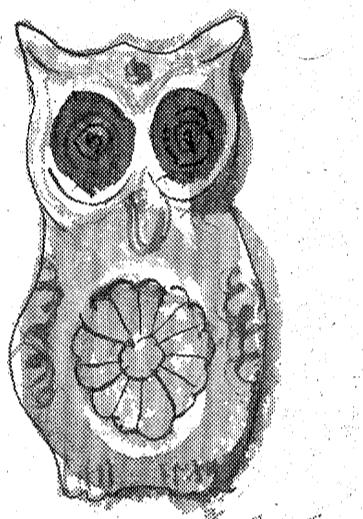
生徒に接している
学習の遅れている
私は、教職6年目。教師としても、人間としても、また若い先生です。若いことは、生徒に接する機会も多く、また若い先生です。若いことは、生徒に接してみて、自分なりに解説していく。私は、「あすなろ」という学級通じを、不定期ではあります。でも、人間としても、また若い先生です。若いことは、生徒に接する機会が多く、また若い先生です。若いことは、生徒に接してみて、自分なりに解説していく。

私は、「あすなろ」という学級通じを、不定期ではあります。でも、人間としても、また若い先生です。若いことは、生徒に接する機会が多く、また若い先生です。若いことは、生徒に接してみて、自分なりに解説していく。

授業は楽しいふん団氣で

内郷一中教諭 井堀 竹雄

カット・森谷 秀雄



カット・森谷 秀雄



鎌田橋の開橋によりて「さやかさを加えた新しい明治の流通の町」

平八景の一つ「鎌田橋」

食膳にぎわす「夏井川のサケ」



思い出のアルバム

国道線夏井川に架し神谷村に通す。戊辰以前は渡船営場なりが、旧磐前時に始めて架橋せしも流失の災に逢ふ。其の幾回なるを知らず。明治十四年七月に福島真土木課が架換し、漸く流失の災を免る。平時水浅しと雖も、海口蘇間浦及び仁井田浦に至る運輸の便あり。故に風流家は「鎌田帰帆」と称

飛竜何意背人體
文無氣焰与無彩
愧我多年借汝光

以上は石城郡誌に紹介されてゐる記事で、平水より高さ十五尺、長さ五十六間、幅三間の名匠の作品であった。このころの夏井川は、秋になると海口から銀リンを輝かした鮭の群れが、水音をたててのぼってきた。町の人々は川幅いっぱいの梁場を仕掛けて漁獲し、食膳は夏井の鮭が味覚をそそついた。

このことである。この架けられた橋が、明治革新以来の浜詰道では初めての木橋で、明治の交通の足が大きくなり、流れ革命をもたらす。また橋畔を飛ぶ雀の風情から、こよない庶民の懇意の場となる。庶民の心を知る大須賀鈴が、筆の走りに数えられた。

さて平八勝の一に算ぶ。又夏時納涼のため舟を浮べて遊ぶ宣し」と、磐城の國にむる波群の文筆家大須賀鈴は感興を

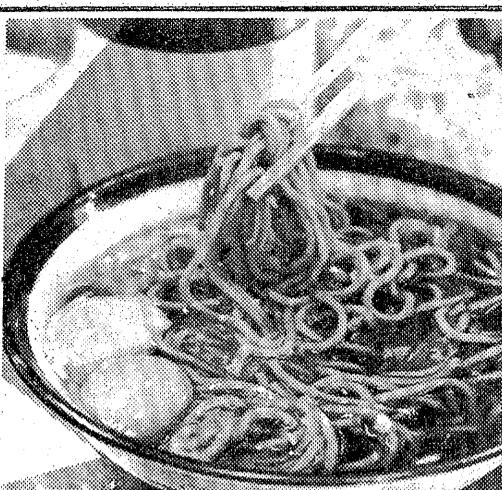
して平八勝の一に算ぶ。又夏時納涼のため舟を浮べて遊ぶ宣し」と、磐城の國にむる波群の文筆家大須賀鈴は感興を

遊観人帰夜色空
半規落水煙中
満州火星如影
自在飛柳未風
又向江頭赴夜涼

として平八勝の一に算ぶ。又夏時納涼のため舟を浮べて遊ぶ宣し」と、磐城の國にむる波群の文筆家大須賀鈴は感興を

遊観人帰夜色空
半規落水煙中
満州火星如影
自在飛柳未風
又向江頭赴夜涼

として平



卵を入れると味がよくなる でも食べ過ぎぬよう

卵を入れると味がよくなる でも食べ過ぎぬよう
卵がウソでないことが明らかだ。
そんなとき、さらやかれ出した
のが「有電団」。一番はつまし
食まれており「完全食品」という言
葉がウソでないことが明らかだ。
この「有電団」は心臓病の危険を増大さ
せているのは、昨年十二月、アメリ
カ連邦取引委員会の発表した「タ
マゴは心臓病の危険を増大させ
る」というものだ。

つまり、タマゴを食べ過ぎると
血中コレステロールが一定量以上
となり、血管の壁にくっつき、動
脈硬化を起こすといふのである。
タマゴの成分は「白身」で水分
八七・九%、たんぱく質一〇・六
%、脂質〇・〇三%、炭水化物
〇・九%、無機物〇・六%、「黃
身」は水分四八・七%、たんぱく
質一六・六%、脂質三二・六%、
炭水化物〇・〇%、無機物一・一
%となっている。その他灰分カ
ルシウム、ナトリウム、リン、鉄、
ビタミンBなども

卵はあなたちでためでは
ない。「徹底マージャンのときは絶対
にあれば、ドリンク剤なんか、ま
るで効果ありませんよ」というう
ラリーマンの多いこと。この「信
仰」はあるがちでためではな
い。

タマゴが「栄養食品」として健在だが、このタマゴには、有書説がある。かなり前からささやく。「かれているそれを徹底解剖、タマゴによる疲労対策の是否を考えてみよう。」

卵は

有害?
無害?

○疲れを感じるときに、「生タマゴをぐつと飲んで…」といった古典的な方法がある。○この方法が依然として健在だが、このタマゴには、有書説がある。かなり前からささやく。「かれているそれを徹底解剖、タマゴによる疲労対策の是否を考えてみよう。」

○…かれているそれを徹底解剖、タマゴによる疲労対策の是否を考えてみよう。○

心配なのは動脈硬化

コレステロールの含有量は最高

過剰でなければ完全栄養食

コレステロールは単にけがい

すればいい、というものではない。
コレステロールは脳脂の消化、副腎皮質ホルモン、性ホルモンの合成など、人体に不可欠なもの

す。だから、コレステロールが少しで受け止められている。「疲れたう生タマゴを、三個割つぐつ」というのも、「つづく」といった方法をとる人には決して少しだ。

「コレステロールのときは絶対にあれば、ドリンク剤なんか、まるで効果ありませんよ」といううラリーマンの多いこと。この「信仰」はあるがちでためではない。

「コレステロールは脳脂の消化、副腎皮質ホルモン、性ホルモンの合成など、人体に不可欠なもの

す。だから、コレステロールが少しで受け止められている。「疲れたう生タマゴを、三個割つぐつ」というのも、「つづく」といった方法をとる人には決して少しだ。

「コレステロールがたまにあれば、ドリンク剤なんか、まるで効果ありませんよ」といううラリーマンの多いこと。この「信仰」はあるがちでためではない。

「コレステロールを食べ過ぎると、動脈硬化の原因となる」という医師の警告を守らなければなりません。

ピアノは財産です ついでに扱いましょう

いわき相包
いわき市平谷川瀬字堂ノ入
TEL. ②5525夜②5484

ただいま④匹
ねずみ ごきぶり
シロアリ キクイムシ
26-6561
協和エムザー

40年の伝統を誇る
花嫁の専門店
衣裳の相談も承ってあります
さかもと
二階 美容室 平・中町(大黒屋前)
一階 カバーマークサロン 電⑨4938

高級洋菓子と
パン
開花亭
平・五町目 電23-1342~3

空気枕
フクヤマ
平・2電④三三七
三〇〇円
から

心のかよう贈り物に…
あられ瓦せんべい
いわきあられ本舗
いわき市古銀治町 大黒屋国道前 ヤン・ヤン1F

射撃…やってみようかな?
ご案内
●ラップ1面・スキート1面
●平日 午後1時~午後5時
●祝日 午前9時~午後5時
いわき市好間町北好間字下ケ原敷1丁9
☎ (0246) 36-5151
いわき総合射撃場

●きれいな印刷
●はやい印刷
事務帳票・カーボン印刷
会議資料・挨拶状
コピー・電子製版
タイプ・写植印刷
ダイレクトメール
平和印刷所
平谷川瀬字明治町 TEL. ②6776

世界の王者オニツカ (ウエア・シューズ)
良心的なスポーツ用品の店
遠藤運動具店
平・中町7の4 (大黒屋デパート前)
TEL. ②3391②8134
ONITSUKA

その他
*一流スポーツ用品
を取りそろえてお
ります
箱崎美術広告社
営業所 平・佃町3の9 ☎ 22-3333
本社 平・十五町目2 ☎ 6061
adidas

子犬在舎案内
ポメラニアン マルチーズ
パグ 柴犬 その他
★サービスセール中
エトワールケンネル
小名浜字本町55 電63-5070

金融
○土・日・祝日休み
○営業時間
午前9時~午後4時
昭和信興
電(勿来)③8111代

マイカセンター
常交通商 スタンド 競輪場 常磐交通 消防署 内部
小名浜
常磐交通 平営業所

あなた好みの
新車・中古車
がスバル見つかります
お気軽にご相談ください
いわき市好間町北好間字下ケ原敷1丁9
☎ 21-2631
常交マイカーセンター

ものいわぬ車に愛の定期点検を…

常整備 株式会社
技術と設備の民間車検工場
常整備 指定
仙台陸運局
常整備 指定
いわき市平字五色町56 (旧常磐交通整備工場)
☎ 0246-23-1622代・部品係23-1625

胃腸科 柴崎医院(36)4555
■院長 柴崎一彌 ■いわき市好間町下好間字鬼越101

小野整形外科医院
院長 小野英徳 いわき市平谷川瀬字仲山町66
倉前バス停下車 ☎ 22-2414代

長谷川整形医院
院長 長谷川国男
平字五色町78 (平大橋の近く)
日曜 祝日も午前中診療

入院随時
整形外科 神経科 医院
院長 井戸義憲
いわき市平字下の町 (常磐交通第1営業所東) 電⑨2566

高級呉服専門店
趣味のきものと帯
山吉呉服店
平字四町四 TEL. ②2268

1秒運針型
(アナログ式)
25,800円から
発光ダイオード型
(デジタル式)
39,000円から
液晶型
(デジタル式・超薄型)
27,800円から
水晶時計の専門メーカー・リコー時計
英連邦宝石学協会会員
内山
宝石・時計の
小名浜ショッピングセンター2F
TEL. (0246) 54-5227 (代)

清潔な瀬戸の花嫁衣裳
よき日を待つあなたに…
瀬戸商会
いわき市内郷御殿町久世原101
内郷店 電⑨2009 平駅前店 電⑨8026

カメラ高価
下取り 実施中
なんでもOK
茂木カメラ店
平・三町目(平和通り) 電74-3092

