

広報とうかい  
人・自然・文化が響き合うまち

# Tokai

August [No.762]

# 8・10

Bi-monthly Magazine  
for The People of Tokai

2008年 [平成20年]

## Contents [8月の主な話題]

- 毎週土曜日はテレビの声より家族の声……………2  
一度はチャレンジ!“ノーテレビ・デー”
- 犯罪・非行のない明るい地域社会づくりのために……………4  
ご存知ですか?“社会を明るくする運動”
- 10月16日・17日に東海村で開催(連載その1)……………6  
介護保険推進全国サミットinとうかいむら
- 「(仮称)ひたちなか・東海クリーンセンター」の整備進む……………8  
生活環境影響調査について縦覧に供します
- エコライフのすすめ(Chapter.5)……………9  
気持ちを涼しく、暑さを乗り切ろう
- なごみ・総合支援センターで屋上緑化の取り組み……………10
- 今どきの青少年(VOL.109)―畠山達也さん……………11  
私が頑張っていること
- 東海村姉妹都市友好協会員ほか16人が渡米……………12  
姉妹都市・アイダホフォールズ市を公式訪問
- ずーむあっぷ「まちの風景」……………14
- いんふおめーしょん……………16
- わが家の子育て奮戦記……………20

[舟石川]小笠原幸恵さん・雪乃ちゃん・楓ちゃん

# 「毎週土曜日はテレビの声より家族の声」

## 「一度チャレンジしてみたいわー！ そして何が変わったのを感じたいわー！」

平成12年に「のびのびと正しく、瞳かがやく青少年を育てるまち」を宣言している東海村——。東海村青少年宣言推進委員会で策定した「東海村青少年育成プラン（行動計画編）」では、その宣言を推進し、「思いやりのある子」を育てるため、毎週土曜日は、テレビを見ない日（ノーテレビ・デー）」と定めています。ではなぜ、ノーテレビ・デーを行うのか、調査結果と併せて、振り返りながら見てみましょう。

### なぜ「ノーテレビ・デー」を行うのか？

人とのつながり、社会とのつながりの希薄化が広まり、青少年が明確な目標を見失いつつある社会環境

平成12年6月20日、「のびのびと正しく、瞳かがやく青少年を育てるまち」宣言（下記参照）

平成13年11月6日、村内44団体88人からなる「東海村青少年宣言推進委員会」（委員長・村上村長）発足

青少年やその保護者の実態調査（何を考え、どんな行動をしているのか）

実態調査にコミュニケーション不足が原因と思われる問題が多く記載されていた

なぜコミュニケーション不足なのか？

テレビを見ている時間が多いのではないのか？

平成15年10月、「東海村青少年育成プラン（行動計画編）」を策定し、毎週土曜日は、テレビを見ない日（ノーテレビ・デー）」とした

平成16年4月、ノーテレビ運動開始



青少年・保護者からの実態調査より「東海村青少年育成プラン（行動計画編）」を作成するため、平成14年度に村内小学生やその保護者、約2300人を対象に青少年育成についてのアンケート調査（回収率78%）を行ったところ、コミュニケーション不足が原因であると考えられる問題が多く記載されており、そのコミュニケーション不足の原因の一つとして、「テレビが取り上げられました」。

「家族で食事していてもテレビを見ながらなので会話が少ない」「テレビは時間泥棒である」などの実施すべきという意見がある一方、「この情報化時代に逆行しているのではないのか」「テレビは見せる番組の内容が問題じゃないのか」などの消極的な意見も出されましたが、あえて「ノーテレビ・デー」に挑戦してみようということになりました。

「のびのびと正しく、瞳かがやく青少年を育てるまち」宣言の村  
未来を担う青少年が心身ともに健やかでのびのびと成長して欲しいと願うのは、村民すべての思いであり責務である。

しかしながら、近年の青少年を取り巻く環境は、こうした願いにもかかわらず、未来への夢や希望そして生きていくうえで明確な目標を見失わせつつあり、自己破滅的・反社会的な行動を誘発するなど憂慮すべき傾向がみられる。

人間は、一人では生きていけない存在であり、社会の中で様々な人々と互いに協力しあい大切にしたいところ、真に心豊かな「人間」となることを忘れてはならない。

青少年自らが豊かな人間性を養い、未来への夢や目標を抱き、世界の中で信頼される人間となるため、村民一人ひとりが、新しい時代の東海村を担い、支える青少年を応援し、関係機関・団体と力を合わせ、「独立自尊」の気概に満ちたチャレンジ精神の育つまちづくりを強力に推進することは大きな使命である。

よって、この「のびのびと正しく、瞳かがやく青少年を育てるまち」宣言を宣言する。

## 「ノーテレビ」をしている子は「社会力」の基礎を形成している可能性が高い!

ノーテレビ運動4年目となる平成19年6月の「第2回ノーテレビに関する調査」(有効回答数:乳幼児1170人、小学生2313人、中学生973人)から分かったこととです。

■「社会力」とは:①人とつながり、社会をつくる力 ②よりよい社会につくり変えていくための意志・意欲・構想力・実行力

■「社会力」の基礎とは:他者への関心・愛着・信頼感。社会の動きに関心があがり、社会を良くしようとする意欲。社会の一員としての自覚。

■ノーテレビを実践している子(ときどきを含む):24.5%

■ノーテレビをしている子の特徴  
 ▼早寝早起きの習慣が身に付いている。▼平日のテレビやゲームの時間は少なく、勉強時間は長い。▼学習意欲が高く、授業の理解度も高い。▼テレビは節度ある見方をしており、テレビ依存度も低い。▼親子関係は親密・良好。▼地域活動へ積極的

に参加し、地域に関心や愛着がある。▼見知らぬ他者への関心や共感を持ち、他人に対する信頼感も高い。

### 昨年度冬休みに実施した「ノーテレビチャレンジシート」より

■ノーテレビのとき何をしていましたか:「食事中的会話を楽しんだ」「一人または家族と遊ぶ」「習いごと・塾・学童保育・勉強」

■チャレンジして気付いたこと・感想:「テレビを見なくても工夫した遊びや親子のふれあいなど、楽しい時間を過ごすことができ」「今回をきっかけにテレビとの付き合い方、利活用の仕方を学んでいければと思う」

■自由意見(抜粋):「小学生」家族の会話が増えた「テレビを見ていた間はすぐに時間が過ぎてもつたない」「毎日テレビを見ていると目が痛くなるから外で遊んだりしているほうがいい」「保護者」ノーテレビを実践するには家族全員の理解が必要であり、子どもより大人の方が難しい

「赤ちゃんのころから土曜日はテレビをつけないという習慣を付ければ、大人になってもそれが普通でいられるのかなと思った」

### 小児科医からの助言

長時間のメディア漬けは、脳(前頭葉)の正常な発達を妨げ、言葉の遅れ・笑わない・遊べない・多動・キレるなどの症状が多く出ています。メディアから出る光・音・電磁波等の物理的なものが脳や目、耳など人体にいろいろな形で影響を及ぼしています。

### 「2歳まではテレビを消してみませんか?」

テレビを中心とした生活リズムになっていませんか。朝は時計代わりにテレビをつけて、食事中もつけたまま、休日や夜もだらだらと見続けてしまうなど、テレビによって左右される生活リズムを見直してみましよう。

この「ノーテレビ・デー」は一つのきっかけです。「ノーテレビ」を実践して食事中の家族団らんを楽しみ、意思疎通を深め、きずなを強めるとともに、子どもたちが地域やさまざまな行事に参加して異年齢集団と交流し、多くの体験をしてもらいたいのです。こうしたさまざまなコミュニケーションや体験をすることで「思いやりのある子」に育ってこれると思います。

### 「ノーテレビ」のチャレンジ方法

これは、村内幼稚園・保育所、小・中学校等に配布された「チャレンジメニュー」です。皆さんも家族で話し合い、メニューの中からできるものを決めてチャレンジしてみてください。

#### 【チャレンジメニュー】

- ①土曜日は、食事中テレビを消す。
- ②食事中は毎日テレビを消す。
- ③毎週土曜日は一日「ノーテレビ」で過ごす。
- ④毎週土曜日以外の日に、一日を「ノーテレビ」で過ごす。
- ⑤土曜日、隔週で「ノーテレビ」で一日を過ごす。
- ⑥土曜日以外の日に隔週で「ノーテレビ」で一日を過ごす。
- ⑦土曜日に時間を決めてテレビを見る(一日〇〇時間)。
- ⑧土曜日以外の日に時間を決めてテレビを見る(毎週〇曜日〇〇時間)。
- ⑨毎日時間を決めてテレビを見る(一日〇〇時間)。

●問合せ 東海村青少年宣言推進委員会(青少年センター内 8282局7049)

# 「2歳まではテレビを消してみませんか?」

# 今年も多くの啓発活動を実施！

## あなたは「社会を明るくする運動」をご存知ですか？

7月1日から31日までの1か月間を「強調月間」として、「第58回社会を明るくする運動」が行われました。法務省主催のこの運動は、国や地域のボランティアなど多くの人たちが手をつなぎ、犯罪や非行のない明るい地域社会の実現と、不幸にして罪を犯してしまった人たちの立ち直りを支える全国的な活動です。村では、東海村保護司会（会長・川崎公靖さん）、東海村更生保護女性会（会長・鈴木綾子さん）、東海・那珂ロータリークラブ（会長・矢野隆さん）、東海村の4者が共同で「実施委員会」を組織し、さまざまな啓発活動を行いました。

### ■さまざまな啓発活動を実施

村では第58回社会を明るくする運動の実施に当たり、関係者による「実施委員会」（委員長・村上村長）を組織しました。実施委員会では、6月3日に会議を開催し、7月の「強調月間」を中心にどのような啓発活動を行うべきか検討を行い、その結果に基づき、さまざまな啓発活動を行いました。

まず行ったのが、6月21日に笠松運動公園で開催されたJ2リーグ戦（水戸ホーリーホック対サンフレッチェ広島）における啓発活動です。これは、東地区保護司会（ひたちなか市と東海村の保護司で組織）の主催、水戸保護観察所等の協力によるもので、ハーフタイム時に、約50人の関係者が横断幕のほり旗

を持ち、グラウンドを練り歩きました。この日は「東海村の日」とされており、村民は入場無料でしたので、この啓発活動の様子をご覧になった方も多かったのではないのでしょうか。

「強調月間」の初日である7月1日の午前7時から8時まで、JR東海駅を利用する通勤・通学者に対し、啓発文入りのチラシ、ティッシュペーパー、シャープペンシルのほか、更生保護女性会の会員が真心込めて手作りした「しおり」などを配布する街頭啓発活動を行いました。たすきを掛けた参加者が「社会を明るくする運動をよろしくお願います」などと呼び掛けながら啓発物品を手渡すと、



笑顔であいさつを返す社員や、啓発物品を友達と珍しそうに見比べる女子高生の姿などが見られました。

本村には11人の保護司がいますが、7月1日のJR東海駅での街頭啓発活動終了後、保護司が2班に分かれて東海中学校・東海南中学校を訪問し、生徒の学校での様子等について校長等と懇談の機会を持つとともに、いじめや非行をテーマに毎年募集している「社会を明るくする運動作文コンテスト」への協力依頼を行いました。

このほか、7月の中旬には、啓発リーフレットを全世帯に配布するとともに、期間中、役場やコミュニティセンターなどに横断幕のほり旗、ポスターを掲示しました。さらに、8月9日の第30回「東海まつ



笠松運動公園で開催されたJ2リーグ戦（水戸ホーリーホック対サンフレッチェ広島）のハーフタイムにグラウンドで行われた啓発活動。東海村保護司会、東海村更生保護女性会のメンバーも多数参加しました。



り」では、来場者にうちわやティッシュペーパーなどを配布し、「犯罪や非行のない明るい社会の実現を！」と呼び掛けました。

## ■たゆまぬ努力が必要

このように村では、東海村保護司会、東海村更生保護女性会、東海・那珂ロータリークラブの皆さんを先頭に、警察や各地区の防犯ボランティアの方々の尽力もあって、年々、防犯意識の高揚が図られています。

しかし、今年3月にJR荒川沖駅で8人が殺傷された通り魔事件や、6月に東京・秋葉原の歩行者

天国で17人が殺傷された通り魔事件等を見ると、これまで以上に「社会を明るくする運動」に力を入れていくことの重要性を再認識せざるを得ません。残念なことに、先月には、久慈川河川敷で散歩中の方を狙った殺人未遂事件が発生してしまいました。

私たちはこのような事件を目にする、どうしても事件の残酷な一面だけに目を奪われがちですが、「どうすれば犯罪や非行のない明るい社会を築くことができるのか」について真剣に考える必要があります。特に将来を担う子どもたちにとってこの点は重要です。

村では、今後ともこの運動を通し、犯罪や非行のない明るい社会づくりを目指していきますが、皆さんもぜひこの機会に、「ご家族で犯罪や非行と、その立ち直りについて話し合ってみてはいかがでしょう。まずは「家族」を見つめ直すことが、「明るい社会」実現の第一歩なのかもしれません。

## ■問合せ

福祉部社会福祉課福祉総務担当  
(☎)282局1711 内線1182)

※「社会を明るくする運動」については、法務省保護局のウェブサイト(<http://www.moj.go.jp/HOGOH/ogo06.html>)をご覧ください。



運動の実施に関する法務大臣からのメッセージを村長に手渡し東海村保護司会長の川崎公靖さん(左)と、東海村更生保護女性会長の鈴木綾子さん。



第58回「社会を明るくする運動」の啓発内容について議論する実施委員会のメンバー。



東海駅で街頭啓発活動を行った東海村保護司会、東海村更生保護女性会、東海・那珂ロータリークラブの会員。この活動には、駅長の渡邊常道さんほか駅員の皆さんも協力してくれました。



# 介護保険推進全国サミット

## 第9回 in とうかいむら

出会い・ふれあい・支えあいを目指した  
平成 20 年  
10 月 16 日 (木)・17 日 (金)  
東海文化センター、総合福祉センター「絆」、テクノ交流館「リコッティ」  
新しいサービスの創造

連載その①

来る 10 月 16 日 (木) と 17 日 (金) の 2 日間にわたり、第 9 回「介護保険推進全国サミット in とうかいむら」が東海村で開催されます。

介護保険推進全国サミットとは、介護保険制度の導入から 8 年が経過した今日、介護を社会で支える仕組みは定着したとはいえ、そのサービスメニューや運営方法には課題も多く残されていることを踏まえ、全国規模で先進的な取り組みの研究や意見交換を行い、介護保険制度についての理解を深めることで、参加者の意識向上と情報の共有化を図ることを目的に国内各地で開かれてきたもの——特に今回の、県内でも初めての開催となる第 9 回サミットは、平成 21 年度からスタートする第 4 期介護保険事業計画を前に、過去のサミットで取り上げられることのなかった「サービスメニューの検証と今後のあり方」に着目していく予定です。地域の誰もがお互いを理解し合い、共に助け合う社会を目指し、東海村第 4 次総合計画「とうかい 21 世紀プラン」にも定める「出会い・ふれあい・支え合いを実現する福祉のまちづくり」を進めていくためにも、村では、このサミットを今後の介護サービスのあり方と可能性を皆さんとともに考える機会とし、全国に向けてはその成果を発信していきたいと考えていますので、多くのご参加とご協力をお願いします。

なお、「広報とうかい」では、今月から 10 月までの毎月、この第 9 回「介護保険推進全国サミット in とうかいむら」にまつわる情報・話題などを 3 回シリーズで取り上げていくこととしました。毎月 10 日に発行の「広報とうかい」をどうぞお楽しみください。



サミットシンボルマーク  
(元気に生きる) いもジイ

東海村の特産品であるサツマイモのキャラクター「いもぞう君」をモチーフに、「転ばぬ先の杖」を持った“いもジイ”（高齢者）が明るく元気に生きる姿を表現したものです。元気に諸国漫遊する水戸黄門のイメージに重ね合わせ、新たな介護保険サービスの展開につなげようという願いが込められています。

介護保険推進全国サミットは、昨年は新潟県妙高市が会場となるなど、北海道から九州までの国内各地で開かれてきました。この「転ばぬ先の杖」は、サミット開催自治体がバトン代わりに引き継いできたもので、現在は役場行政棟 1 階（東側玄関ロビー）に置いてあります。サミット当日には、メイン会場となる東海文化センターで介護保険制度の“道しるべ”として、全国から来場する多くの皆さんにお披露目されます。



介護保険制度の“道しるべ”  
「転ばぬ先の杖」

## 期日・時間

平成20年10月16日(木)

▼午後1時～4時30分

平成20年10月17日(金)

▼午前9時30分～午後3時30分

## 主催・後援

主催◎東海村

後援◎厚生労働省、茨城県、(社)地域医療振興協会、(社)国民健康保険中央会、社会福祉法人・全国社会福祉協議会、(社)全国老人保健施設協会、(社)日本医師会、(社)日本介護福祉士会、(社)日本看護協会、(社)日本作業療法士協会、(社)日本歯科医師会、(社)日本社会福祉士会、(社)日本薬剤師会、(社)日本理学療法士協会 ※順不同

## 基調講演

16日午後1時20分～2時20分

東海文化センター(ホール)

▼テーマ:「新しいサービス

の創造」

▼講師:堀田力さん

(財団法人さわやか

福祉財団理事長)

## パネルディスカッション



16日午後2時30分～4時30分

東海文化センター(ホール)

▼テーマ:「サービスマニエールの検証と新しいメニューの創造」

▼パネリスト:村田幸子さん(福祉ジャーナリスト)、藤原茂さん(夢のみずうみ村代表)、池田省三さん(龍谷大学社会学部地域福祉学科学教授)、堀田聰子さん(東京大学社会学部研究所特任准教授)、山崎史郎さん(内閣府政策統括官)

## 分科会

【第1分科会】

17日午前9時30分～11時30分

東海文化センター(ホール)

▼テーマ:「認知症のケアはこれでいいのか?—早期発見・早期対応に向けて—」

▼パネリスト:高橋紘士さん(立教大学コミュニティ福祉学部福祉学科学教授)、玉井顯さん(医療法人・敦賀温泉病院院長)、小山剛さん(社会福祉法人長岡福祉協会・高齢者総合ケアセンター)こぶし園総合施設長、永田久美子さん(認知症介護研究・研修東京センター主任研究主幹)

【第2分科会】

17日午前9時30分～11時30分

総合福祉センター「絆」(多目的ホール)

▼テーマ:「豊かな経験を生かした新しい地

域づくり—住民主体の地域サービスとは?」

▼パネリスト:和田敏明さん(ルーテル学院大学社会学専攻主任教授)、田代久子さん(社会福祉法人・水保市社会福祉協議会地域福祉活動コーディネーター)、稲垣美加子さん(茨城キリスト教大学生活科学部人間福祉学科学教授)、安藤雄太さん(東京ボランティア・市民活動センター副所長)

【第3分科会】

17日午前9時30分～11時30分

独立行政法人日本原子力研究開発機構テクノ交流館「リコッティ」(多目的ホール)

▼テーマ:「保健・医療・福祉の連携におけるサービスの一体化」

▼パネリスト:田中滋さん(慶應義塾大学大学院経営管理研究科教授)、吉新通康さん(社)地域医療振興協会理事長、大田仁史さん(茨城県立健康プラザ管理者)、熊坂義裕さん(岩手県宮古市長)

## 特別講演

17日午後1時50分～午後3時

東海文化センター(ホール)

▼テーマ:「医療・介護・福祉サービスの改革

—社会保障のゆくえ—

▼講師:大森彌さん(東京大学名誉教授)



第9回介護保険推進全国サミット in とうかいむら実行委員会事務局(福祉部介護福祉課内)  
☎ 282-1711・内線 1165 ウェブサイト <http://www.vill.tokai.ibaraki.jp/tokai2008/top.htm>

# 「(仮称)ひたちなか・東海クリーンセンター」 整備に係る生活環境影響調査の縦覧のお知らせ

村では、これまで循環型社会の形成を目指し、資源物の分別収集や剪定枝葉のリサイクル、ごみ袋の指定等さまざまな環境施策を推進してきました。特に多くの住民の皆さんによる分別へのご協力は、可燃ごみの大幅な減量化(昨年同期の25%減)につながっています。

一方、ひたちなか市・東海村では現在、広域ごみ処理施設の建設計画を進めています。この整備は、両市村がそれぞれ有する施設の老朽化に伴うもので、計画では、ひたちなか市の「勝田清掃センター(馬渡2184-1)」「那珂湊清掃センター(新堤10812)」と「東海村清掃センター」の3施設を集約するとともに、ダイオキシン類排出削減の恒久対策や環境負荷の低減、焼却灰を無害化する高度処理、焼却時の余熱の有効利用、公共事業のコスト縮減等を徹底して図ることを予定しています。

ひたちなか市と東海村が新たな一般廃棄物処理施設を共同で設置することに関連し、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」第9条の3第2項に基づく、周辺地域の生活環境に及ぼす影響の調査結果について、来る8月13日から次のとおり縦覧に供しますので、お知らせします。なお、施設の設置に関し利害関係を有する方は、生活環境の保全上の見地から意見書を提出することができることとなっています。

**■調査結果(概要)** この調査は、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」第9条の規定による一般廃棄物処理施設の設置に係る生活環境影響調査を「廃棄物処理施設生活環境影響調査指針」(平成18年9月・環境省)に基づき、「煙突排ガス排出及び廃棄物運搬車両の走行による大気質への影響」「施設の稼働及び廃棄物運搬車両の走行に伴う騒音・振動」「煙突排ガスの排出及び施設からの漏洩」について、四季を通して現地調査を実施したもので、それぞれの項目について予測・評価した結果、すべての項目について環境基準を満足しました(施設稼働による周辺環境へ及ぼす影響は小さいと評価されています)。

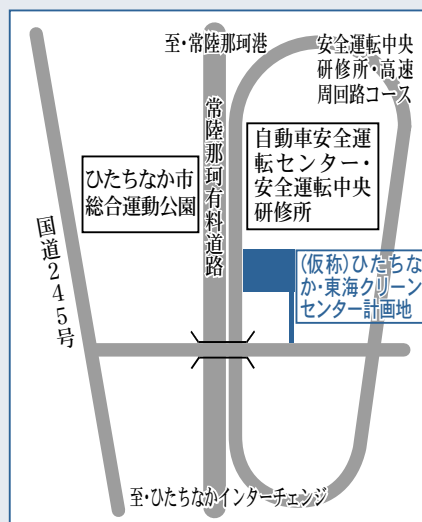
**■縦覧期間** 8月13日(水)～9月12日(金)(土・日曜日を除く)

**■縦覧場所・時間** 東海村役場環境政策課(行政棟4階)…午前8時30分～午後5時15分、ひたちなか市役所クリーンセンター建設推進室(ひたちなか市東石川2丁目10番1号 企業合同庁舎2階)…午前8時30分～午後5時

**■縦覧内容** (仮称)ひたちなか・東海クリーンセンターに係る生活環境影響調査

**■施設概要** 施設名…(仮称)ひたちなか・東海クリーンセンター 位置…ひたちなか市新光町地内 面積…焼却処理施設用地・約38,000㎡ 施設計画…焼却処理施設：220トン/日、処理方式：ストーカ炉+灰溶融、余熱利用：発電施設、稼働予定：平成24年度(平成21年度から建設工事)

**■意見書の提出期限** 9月26日(金)まで ※意見書の用紙は縦覧場所に備え付けてあります。



**●問合せ** 経済環境部環境政策課環境保全担当(☎282-1711 内線1452) ※東海村公式ホームページに「(仮称)ひたちなか・東海クリーンセンター」の実施方針が公表されています(<http://www.vill.tokai.ibaraki.jp/kankyou/6181.html>)。併せてご覧ください。



28℃



冷房は28℃に設定しよう

チーム・マイナス6%

## エコライフのすすめ

### Chapter.5

**暑さは気から！ 気持ちも涼しくして暑さを乗り切りましょう**

いよいよ真夏の到来です！ 近年は、毎年のように猛暑(異常気象)に見舞われていますが、「たまにたまでしよう」とのんきに構えていては大変です。その原因の一つと考えられるエネルギーの浪費によって発生する二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)の増大が、地球温暖化を進行させてしまつたのです。

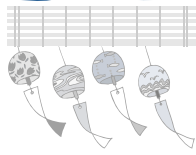
昔は、エアコンも扇風機もなかった時代。その時代を考え、身近でできるちよつとした省エネをして、地球温暖化を防ぐ生活を心掛けてみませんか？

さあ、気持ちから涼しくして、暑い夏を乗り切りましょう！

### 暑い夏を乗り切るための省エネ10術

#### 【その1・打ち水】

庭や玄関先に打ち水をして心から涼んでみましょう。その際には、お風呂の残り湯など、使用済みの水を使うと節約につながります。



#### 【その2・日よけ】

窓はすだれや厚手の布等で日よけをしましょう。日差しは、窓の内側よりも外側で遮断する方が効果的です。

また、アサガオなどのつる性植物を建物の壁面にはわせて日差しを遮る。緑のカーテン(平成20年7月10日発行「広報とうかい」・6ページ参照)もオススメです！ 葉や茎から水分蒸発があるので、すだれなどより涼しく眺めもよいですよ。



#### 【その3・洗濯】

強い日差しが照り付ける昼間に干すより、早朝の涼しい時間帯に洗って干してしまいましょう。夏は脱水が3分程度でも十分に乾くので、脱水時間の短縮でエネルギーも節約できます！



#### 【その4・冷蔵庫】

冷蔵庫に何でも詰め込み過ぎていませんか？ 食べ物が傷みやすい季節ではありますが、詰め込み過ぎは禁物です。中がいっぱいになると、冷気が回りにくくなり逆効果ともなりかねませんので、食べ物は傷む前に早めに消費するようにしましょう。

#### 【その5・換気】

夜は、網戸にして心地良い自然の風を取り入れてみましょう。通気を良くすると、熱気のもりが取れ、涼しく過ごせる日もあるでしょう。

#### 【その6・冷たい演出】

冷凍庫に冷たいお絞りを常備



しておきましょう。帰宅後のひとふきで一気に汗が引くことでしょう。また、花ごぎは夏季の敷物に最適です。通気性・吸湿性に優れているため、体感温度を下げて暑さを和らげてくれます。

#### 【その7・風呂】

風呂に朝から水を張っておけば、夜までには水温が上がるので、沸かす時間が短縮でき家計もお得に！ また、浴槽のふたは小まめに閉めましょう。湯温の低下差が1.5倍、3倍も違つてきます。

#### 【その8・寝具】

寝間着として、通気性や吸湿性の良い麻や綿のパジャマを着用すると快適な睡眠をもたらしてくれるほか、イ草の枕を使うことで涼しさを向上させることができます。

地球温暖化現象は、原因となるCO<sub>2</sub>が目に見えず、「地球温暖化」と聞くと大規模にとらえがちで、危機的状況が身近に迫っていると理解しにくい問題です。現代の私たちの暮らしが将来に大きな影響を与えてしまつたのです。少しでも今の生活を見直してみませんか？ 一人ひとりのちよつとした心掛けが、地球の温暖化を防ぐための手段となるのです！

【問合せ】経済環境部環境政策課環境計画推進室(☎282局1711 内線1453)



## なごみ・総合支援センターで “屋上緑化”の取り組み

「屋上緑化」「壁面緑化」という言葉をお聞きになったことはありませんか？ 屋上緑化「壁面緑化」とは、建物の屋上壁面に植栽することで、建築物の保護（酸性雨・紫外線等による防水層劣化防止）や断熱による冷・暖房費の削減（夏季・冬季の室内保温、空気の浄化、ヒートアイランド対策といった環境の保護・改善に加え、景観の形成・向上を進めていこうというもの。かねてより都市部を中心に注目され、多く取り組まれています。なごみ・総合支援センターでは、7月から、屋上緑化が始まられており、このような試みは村の施

設として、石神小学校、村立東海病院に続き3例目のこと。協力してくれたのは、環境活動・事業等への取り組みを見せる株式会社eco city（水戸市三の丸）と株式会社 株式会社eco cityが開発する「ROOF SOIL（ルーフソイル）」という保水力等に優れた軽量の土の無償提供を受けたことから、村として「とうかい21世紀プラン」（東海村第4次総合計画）に基づき、住民・行政の協働による地球環境への配慮と環境意識の高まりを促そうという施策にも合致すると判断し、今回の取り組みが始まりました。「なごみ」の屋上では現在、10平方メートルの区画に植えられたナスやトマト、芝生等が順調に成長を続けています。

国土交通省のシミュレーションによれば、屋上を緑化することで、30平方メートルのモデルルーム1室当たり約4%のエネルギー（日7メガカロリー）約42円の電気料金削減が可能と算出されたとか。皆さんのご自宅や勤務先などでも、屋上緑化、壁面緑化の試みを検討してみてはいかがでしょう。

## なごみチャンネル

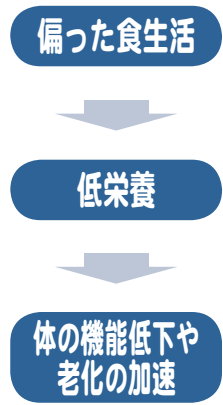
なごみ・総合支援センターで実施の介護予防事業について4回目のご紹介となる今回は、食生活改善教室「なごみ食堂を取り上げます。なお、なごみ・総合支援センターで実施している介護予防事業は、65歳以上要支援・要介護認定者を除く」の方で、村が実施した総合検診や住民検診で生活機能評価の結果、「介護予防事業へ参加する必要がある」とされた方を対象に行われているものです。

### 食生活改善教室「なごみ食堂」

皆さんは、「決まった物しか食べない」「好きな物だけを食べる」「ある物で簡単に食べる」などというような偏った食生活を送っていませんか？

そのような食生活を続けていると、低栄養の大きな原因となってしまい、低栄養になると、血中のアルブミン（タンパク質の一種）の値が低くなることで、体重が減少し、体の機能低下や老化を加速させてしまいます。

低栄養状態に陥らないよう予防



6 することで、老化を遅くし、より活動的な生活を送ることがができるのです。

「なごみ食堂」では、体重が減少している方やアルブミンの値が低い方、その他食生活の見直しが必要と思われる方を対象に、3か月間に3回の教室を開催し、低栄養を予防する食事等を学んでいます。

管理栄養士の指導の下、調理実習や試食を交えながら、一人ひとりの食生活の課題分析・栄養相談を行い、無理のない方法で目標とする体重や検査値に近づけるようプログラムを作成し指導しています。



④問合せ なごみ・総合支援センター（福祉部介護福祉課地域

支援室 ☎287局25525

## 国民年金 「老齢基礎年金」 だより について



### 「老齢基礎年金」とは

老齢基礎年金は、年金の受給資格期間が25年以上ある方が65歳から受給できる年金ですが、希望すれば60歳から65歳までの間でも受給することができます。なお、この期間に受給する場合は受取額が減額されます(減額率の変更はできません)。また、障害基礎年金・寡婦年金は受給できませんので、ご注意ください。

### 「老齢基礎年金」の支給額

20歳から60歳までの40年間保険料を納めた場合の老齢基礎年金受取額は年間79万2100円(満額)です。※滞納等により保険料納付期間が40年に満たない場合は減額されます。

### 「老齢基礎年金」の手続きについて

老齢基礎年金の受給資格を満たす方には、65歳到達日の3か月前に「年金裁定請求書」が郵送されますので、国民年金若保者期間のみの方は市区町村へ、厚生年金若保者期間の方と第3号被保険者期間がある方は社会保険事務所へ、それぞれ65歳の誕生日以降に提出してください。一方、特別支給の老齢厚生年金を受給している方は、65歳到達月の前月までに郵送される「国民年金・厚生年金保険老齢給付裁定請求書」を社会保険業務センターへ提出すると、諸変更裁定が行われた後、老齢基礎年金と老齢厚生年金を合算した額の年金を受給できるようになります。

### ●問合せ

水戸北社会保険事務所 ☎231局 2381、東海村福祉部保健年金課国保年金担当 ☎282局1711 内線1133

## エッセー頑張る

今どきの  
青少年  
VOL. 109

後列の左から3人目が  
今回のエッセイスト



### 私が頑張っていること

県立東海高等学校3年

舟石川

畠山

達也

私が日ごろから特に頑張っていることは部活動と生徒会活動です。

現在所属しているホッケー部に入部したのは2年生の初めでした。そのころはホッケーのルールや基本となる技術などについて何の知識も持っていませんでしたが、先輩や顧問の先生方、茨城クラブの方々からの熱心な指導を励みに練習を頑張り、今ではドリブルやヒット、ディフェンス方法などの技術を身に付けることができました。現在はディフェンダーで右サイドバックというポジションに就いています。ホッケー

という競技はディフェンスが基本となり、そこから攻撃を組み立てて点を取るスポーツなので、現在のポジションはとても重要だと考えています。今年の夏には、私たち3年生にとって最後となる国体があるので、今まで以上に精一杯練習に取り組み、大会では悔いが残らないような試合をしたいと思っています。

もう一つ力を入れているのは、生徒会活動です。以前から私は人に何かを働き掛けたり、人を支えたりすることが苦手で、そんな自分が正直嫌いでした。だから自分を変えるために生徒会に立候補しました。

東海高校の生徒会は、とても明るい雰囲気の中、さまざまな活動を行っています。生徒会の主な仕事は、2週間に1度の「朝のあいさつ運動」や「スポーツフェスティバル」「文化祭」などの行事を企画し運営に当たることです。そのほか、警察署の方々の「交通安全キャンペーン」に参加したり、保護者の方々と一緒に東海駅で「マナーアップキャンペーン」を行うなど、地域の人々と力を合わせて取り組むこともあります。

私は今後もこのようないろいろな活動に一生懸命取り組み、ほかの方々の役に立つことができるよう日々努力していきたいと思っています。



# 東海村姉妹都市一般訪問団 米・アイダホフォールズ市へ



アイダホフォールズ市の皆さんとともに市庁舎前で記念撮影。最前列・右側に立つのは、第19代市長を2006年1月から務めるジャレッド・ファーマンさん。

アメリカ合衆国の中西部に位置する東海村の国際親善姉妹都市・アイダホ州アイダホフォールズ市。村では、去る6月30日から7月8日まで、村長をはじめとする一般訪問団16人を派遣し、これまでの27年間にわたる相互訪問を通じた異文化体験、教養研さんなど、800人を数える学生・住民が刻み続けた交流の歴史にまた新しいページを加えてきました。今月の「広報とうかい」では、訪問団の一人、東海村姉妹都市友好協会会長の山原武さんの報告など、一行の滞在について取り上げ、皆さんにご紹介します。



## ■訪問団一行の主な日程

6月	30日(月)	午前11時、役場で開催の見送り式に参列。一路、成田国際空港へ。シアトル、ボイジー(アイダホ州都)と飛行機を乗り継ぎ、午後10時にアイダホフォールズ市へ到着。
	1日(火)	ジャレッド・ファーマン市長と市議会を表敬訪問。市の組織・政策・予算・雇用等について意見交換。市庁舎別館(東海村から過去に贈られた品々が展示)を見学。スポーツマンズ公園で記念植樹。市営タフエス動物園と市内・古民家を見学。コロニアル・シアターで開催の歓迎会に出席、訪問団持参の記念品を贈呈。
	2日(水)	風力発電所を見学。メラルーカ社(美容・健康製品等を通信販売する市内大手企業)、アイダホ博物館を訪問。“アライブ・アフターファイブ”(夏季に行われる歩行者天国とコンサート)に参加。
	3日(木)	イエローストーン国立公園を視察訪問。
7月	4日(金)	アメリカ独立記念日のパレードに参加。市内一般家庭の日本庭園を見学。キャロル・ウォルターズさん(アイダホフォールズ市姉妹都市協会会長)主催のバーベキューパーティーに出席。スネーク川の打ち上げ花火を観賞。
	5日(土)	ファーマーズマーケット(農産物等の直売所)を見学。市内の1A野球チーム「アイダホフォールズチャッカーズ」ホームグラウンドを訪問。市内レストランで開催の送別会に出席。
	6日(日)	アイダホフォールズ市を午前8時に出発。ソルトレークシティ経由でロサンゼルスに入り、市内を見学。
	7日(月)	ロサンゼルス国際空港を出発。成田国際空港に到着後、一路、東海村へ。
	8日(火)	

## ■訪問団一行

(※敬称略)

村上 達也 (むらかみ・たつや)	東海村長 (アイダホフォールズ市一般訪問団長)
山原 武 (やまはら・たけし)	東海村姉妹都市友好協会会長 (舟石川駅東在住)
井坂 成子 (いさか・しげこ)	東海村議会議員
舛井 文夫 (ますい・ふみお)	東海村議会議員
青木 勝男 (あおき・かつお)	東海村姉妹都市友好協会員 (舟石川在住、公募)
井坂 昌子 (いさか・まさこ)	東海村姉妹都市友好協会員 (村松在住、公募)
香澤 容子 (くつざわ・ようこ)	東海村姉妹都市友好協会員 (須和間在住、公募)
坂内 信行 (さかうち・のぶゆき)	東海村姉妹都市友好協会員 (照沼在住、公募)
舛井 きくえ (ますい・きくえ)	東海村姉妹都市友好協会員 (舟石川在住、公募)
村上 言英 (むらかみ・ことえ)	東海村姉妹都市友好協会員 (石神内宿在住、公募)
橋本 和一郎 (はしもと・かずいちろう)	日本原子力研究開発機構職員 (通訳)
大越 実 (おおこし・みのる)	日本原子力研究開発機構 ワシントン事務所滞在(通訳)
安藤 将人 (あんどう・まさと)	社団法人・海外電力調査会 ワシントン事務所滞在(通訳)
古川 政史 (ふるかわ・まさし)	東海村総務部自治推進課職員 (事務局)
川崎 裕子 (かわさき・ゆうこ)	東海村福祉部住民課職員 (事務局)



東海村姉妹都市友好協会会長  
（舟石川駅東） 山原 武  
Yamahara Takashi

## 「感動と感激のアイダホフォールズ市訪問」

東海村とアイダホフォールズ市は、昭和56年（1981年）7月に国際親善姉妹都市の盟約を締結し、以来27年にわたって、学生を含め延べ800人の方々が相互に訪問を行い、友好親善を深めてきました。

今回の訪問団は、村上達也村長を団長に14人で構成され、6月30日から7月8日までの9日間、アイダホフォールズ市を訪問しました。役場玄関前での見送りの式の後、成田国際空港へ向かい、シアトルを経由し、現地時間で30日の午後10時ごろ（日本との時差は16時間。サマータイム期間は15時間）、アイダホフォールズ市の空港に到着しました。空港では、市長のジャレッド・ファーマンさん（Mayor Jared D. Fuhrman）をはじめ、キヤロル・ウォルターズさん（Ms. Carole Walters）が会長を務めるアイダホフォールズ市姉妹都市協会の方々の温かな出迎えを受けました。また通訳として、ワシントンDCに駐在する独立行政法人・日本原子力研究開発機構と社団法人・海外電力調査会（日本原子力発電株式会社社員）の2人が合流し、訪問団は16人となりました。

翌日7月1日、ファーマン市長とアイダホフォールズ市議会の表敬訪問を行いました。市政につ

いての説明を受け、意見交換をした後、市庁舎別館を訪れました。正面玄関にある立派な陳列棚には、過去に東海村から贈った記念品が整然と収められており、アイダホフォールズ市が東海村との姉妹都市交流に懸ける誠実さと熱意を強く感じました。その後、市街を流れるスネーク川沿いのスポーツマンズ公園で記念植樹を行いました。この公園には東海村から寄贈された石灯籠もあり、大きく育った歴代の記念樹とともに、両市村の友好親善を如実に示す公園ともなっていました。

7月3日は、イエローストーン国立公園への日帰りバス旅行が計画されていました。広大な農場・牧場、また雪を残すティートンの山並み、公園内の間欠泉、グランドキャニオン、湖、平原を歩むバッファローの群れなど、日本では見られない雄大な自然を十分満喫した日となりました。

7月4日は、アメリカ合衆国の独立記念日で、華やかに飾り付けされた姉妹都市のフロント（山車）に乗って、炎天下の目抜き通りをパレード。沿道の市民の大喝采を浴び感激しました。パレードには107団体を数える参加があり、どの団体のフロントにもぎやかで力強く、アメリカのパワーを直接肌で感じました。一方、多くの観客が集う沿道はというと、こちらも家族総出でパレードを楽しんでいる様子で、あどけない子どもたちの姿も多く見掛けましたが、行儀しつけの良さに

は感心しました。この日の夜は、ホテル内の庭に特別に設けられた観覧席から花火を楽しみました。会場のスネーク川沿いは、各地から集まる見物客を加えて10万人の人出になるとのことです。すから、やはりそのスケールには驚かされます。

そのほか、滞在期間中には、市営動物園、築100年を経た古民家、風力発電所、メラルーカ社（アイダホフォールズ市を地場に急成長した化粧品・健康食品等の通販会社）、アイダホ博物館、街角での「アライブ・アフターファイブ」（夏季・毎週水曜日の歩行者天国。催事内容もカントリーミュージックなど多彩、朝市など）の見学、盛大な歓迎会に送別会など、市を挙げての盛りだくさんの行事が用意されていました。訪問団一同、すべてに積極的に参加し友好親善に努めてきました。

今回の訪問で何よりも強く感じたことは、重ねての言葉になりますが、ファーマン市長をはじめ、アイダホフォールズ市姉妹都市協会の方々の姉妹都市交流に懸ける誠意と熱意でした。またINL（Idaho National Laboratory）＝アイダホ国立研究所）やDOE（Department of Energy）＝米エネルギー省）アイダホ事務所など、原子力関係者の方の積極的な行事への参加も特徴的で、新しい発見と感動感激の連続でした。私たち一行は7月7日、予定どおり帰国の途に就きましたが、滞在中、アイダホフォールズ市姉妹都市協会ほか多くの皆さんには大変お世話になりました。この場を借り、感謝の言葉を伝えることができたいと思います。



# ず〜むあつぱ 「まちの風景」

## ●介護の第一歩は“相手がどんな人生を送ってきたかを考えること”

東海村社会福祉協議会主催による介護が楽しく前向きになる講演会「心のあやとり 介護する側される側の心のあり方」が7月26日、総合福祉センター「絆」で行われ、約150人が参加しました。講師を務めた羽成幸子さん(カウンセラー・エッセイスト)は、19歳から30年間、祖父母・父母・姑と5人の介護をしたという経験の持ち主で、姑の人形“キクさん”と登場。動くことを嫌がるキクさんを朝・昼・晩の食事場所を変えて動かそうとしたり、自分でもおしめを付けて相手の気持ちを理解しようとしたりと今までの介護の様子を振り返り、「介護は相手が今までどんな人生を送ってきたのか考えることが第一歩です。相手の考え方・習慣・言葉におい、人生を受け入れてください」とした上で、「介護する人・される人、両方の人生をつぶさないこと。自分の好きなことをしたり、誰かに委ねたりして、心にゆとりをつくってください」と、介護をしている人の“心”の状態を分かりやすくストレートに話されたことに対し、多くの参加者はメモを取ったり、大きくなすいたりして、介護についての認識を新たにしているようでした。



## ●みこしを中心にふるさとの祭り“再出発”

7月19日、豊岡区自治会による「豊岡区自治会ふれあいまつり」が豊岡集落センターで開催され、区内77戸・ほぼ全世帯から集まった参加者は、もちつきや輪投げ、ヨーヨーすくいなどを楽しみました。中でも約半世紀ぶりに復活した“新調みこし”は子ども会や長寿会等の方々交代で担ぎ、太鼓の響きや担ぎ手の威勢のいい掛け声で会場のお祭りムードは最高潮。レイを身に付けた優雅なフラダンスや、子どもから大人まで祭り半纏姿での盆踊りも会場を大いに盛り上げていました。自治会長の橋本敏さんは「おみこしを中心に、子どもたちに自分のふるさととして思い出してもらえよう祭りにしたいですね」と話してくれました。



豊岡区自治会では、財団法人自治総合センターが宝くじの普及や広報を目的として、コミュニティー活動に必要な施設や備品の整備のために助成する「宝くじ助成事業」を活用し、みこし一式、太鼓大・小各1張、半纏30着、あんどん10張を整備しました。

# 文芸とうかい

## 【俳句】

紫陽花の真上の空は鉛色

東海 佐藤 とよ

さくらんぼ仏さまにも五つ六つ

舟石川 舛井 愛子

夏海に水尾ひく船の孤独かな

南台 渋谷ひろし

遊歩道山女魚のあそぶ川を見つ

豊白 中島エミ子

薫風や光る田にそい坂下る

東海 片野 紀夫

青梅雨の里あをあと深眠り

村松 松本 正勝

朝顔や野に見つれたり去年今年

舟宿繁 伊東 幸子

かのホタルどこでお休み朝探す

外宿 西山 純一

梅雨晴れに花から花へ蝶の舞う

外宿 照沼あや子

父の忌や下戸引き継げず夕薄暮  
よく喋る子の掌に鳴ける雨蛙  
村松北 小野寺紀夫  
白方中央 柴田 一声

## 【短歌】

梅雨寒が少し遠のく昼下がりに老母つ  
れ出しわらびを摘みに  
内宿 村上 文江

恵まれぬ老いが語れり滔々と聞き役  
のなく孤独なるかな  
東海 片野 紀夫

デイサーピス若き男子のヘルパーは  
いつも笑顔に介護しており  
外宿 高槌 すみ

はるかなる太古の遺産秋吉台地底に  
広く鍾乳洞  
照沼 佐藤 昇

いつしかに花の終りし庭の柿半夏生  
過ぎその実の育つ  
船場 舛井庫之助

雨あがるあじさいの花色増して下草  
の露光りて見ゆる  
南台 根本内俊男

季の来れば草花は咲くなり独り居の  
我が身嘆かず前向きにゆこう  
須和間 柴山 靖子

菜園のらつきよう育ち歯ざわりを楽  
しみとして甘酢につける  
外宿 小林美代子

沈む人声高に話す輪も有りて外来の  
いすに本読み待つ  
緑ヶ丘 佐藤 正

知らぬ子がきちんと挨拶して行けり  
若葉あおめる朝の小徑に  
村松 高橋 正弘

ようやくに草取り終えし庭に立ち青  
葉輝く植木見ており  
舟石川 小川志つ江

晴れし空ひと日の力得るごとく三椏  
の花に包まれて立つ  
村松 桜井 秀子

## STATION GALLERY

■開館時間 午前10時～午後7時  
※8月30日と9月13日の土曜日  
は午後3時まで、9月6日は午  
後1時まで、そのほかの土曜日  
は午後5時までとなります。

■場 所 JR東海駅(駅舎2階)

■問 合 せ 東海ステーションギャ  
ラリー(☎287-3680)

### 東海村の図画工作

～教室で生まれた子どもたちの表現～  
～8月30日(土)～

村内の小学校6校の児童による図工  
作品展。静物や人物を描いた作品の  
ほか、粘土を使った作品やカラー  
ジュ・消しゴムスタンプなど、学年  
や学校ごとにさまざまな作品が展  
示されます。【展示

期間】4年生…8月  
10日(日)～16日(土)  
5年生…8月17日  
(日)～23日(土) 6  
年生…8月24日(日)  
～30日(土)



### 第12回東海村子ども会育成連合会 MOA美術・文化財団 児童絵画展 8月31日(日)～9月6日(土)

「東海村郷里かるた」の一首を物語に  
し、その読み聞かせで子どもたちの  
印象に残ったイメージを個性豊かに  
表現しました。今年のテーマ「ワー  
ホイ」をもとに自由な色彩でのびの  
びと仕上げた作品は、見る人を楽  
しませてくれます。子ども  
の表現力とユニークなアイ  
デアをご覧ください。



昨年のお二人「立志の思い夢に  
刻むよ 陶板作り」による作品

### 墨翠会水墨画展

9月7日(日)～9月13日(土)

那珂市在住の水墨画愛好者によるグ  
ループ展です。毎年行われる県内外  
でのスケッチ会での資料や、身近な  
花鳥などのスケッチをもとに描いた  
水墨画等、日  
ごろの学習の  
成果を展示し  
ます。ぜひご  
来場ください。



## 東海ワンコイン劇場2008 「フニーおぼろげな夜」を上映

好評の映画上映会東海ワンコ  
イン劇場。今月は天才的な料理  
の才能を持つネブミと新米シエ  
フが起す、おいしい奇跡を描  
いたアニメ作品「フニーのおいし  
いレストラン」(日本語吹き替え  
版)を上映します。

▼期 日 8月24日(日)

▼上映開始時間 ①午前10時

②午後1時 ③午後3時30分

④午後5時50分(全4回)

▼会 場 東海文化センター

▼入 場 料 500円/人(全

席自由、3歳以上有料) ※前

売り券の販売はありません。

▼問 合 せ 財団法人東海村文

化・スポーツ振興財団(東海文

化センター内 ☎282局8511)

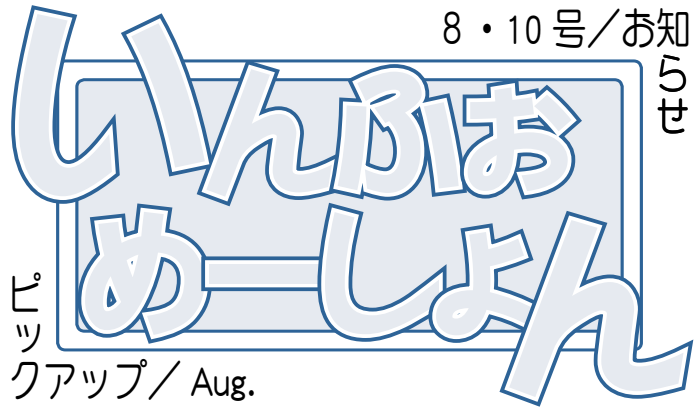
## 人口と世帯数

平成20年7月1日現在		
前月比		
世帯数	13,729 世帯	+ 24
総人口	36,435 人	+ 53
男	18,321 人	+ 36
女	18,114 人	+ 17

## 役場の電話番号

☎ 282-1711 (代表)

8・10号/お知らせ



参加費  
無料

## 「育児講座」参加者募集

### 新米ママの座談会

子育てについての話などを楽しみながら、親同士の交流を深めませんか。

- 期 日 9月3日(水)
- 時 間 午前10時～11時
- 対 象 平成19年4月から平成20年3月までに生まれた乳幼児とその保護者
- 定 員 先着20組

### 離乳食講座

離乳食についての知識を深め、気負わず楽しい離乳期を過ごしましょう。

- 期 日 11月6日(木)
- 時 間 午前10時～11時
- 対 象 乳幼児の保護者や関心のある方
- 定 員 先着20組
- 講 師 大関智美さん(栄養士)

### 場 所

サンフラワーこどもの森保育園

### 申し込み・問合せ

8月19日(火)以降の午前10時から午後3時までサンフラワーこどもの森保育園(☎287-7111)へ申し込みください。

## 募集

### 優良自動車運転者表彰対象者募集

- 対 象 ①村内在住の交通安全協会会員②日常・業務・通勤等で自動車の運転に携わっている③平成20年10月1日現在で10年以上の自動車運転経験がある④5年以上無事故・無違反で今までに優良自動車運転者表彰を受けたことがない——のすべてに該当する方
- 申し込み・問合せ 8月29日(金)までに自動車運転免許証のコピー(余白に職業・勤務先・電話番号を記入)と無事故・無違反証明書(7月1日以降に自動車安全センターで発行されたもの)をお持ちの上、ひたちなか西地区交通安全協会(ひたちなか西警察署内☎272-7526)へ申し込みください。

参加費  
無料

### 妊婦のための「ハローベビースクール」開催

妊娠・出産・育児について学んだり、さまざまな不安や悩みを相談してみませんか。

#### ■日 程 等

日 時	内 容
9月2日(火) 午前9時30分～午後1時 ※8月25日(月)までに要予約	妊娠中の日常生活について、栄養の話と調理実習
9月4日(木) 午後1時30分～4時	お産の経過と準備・歯科検診・チャイルドシートについて
9月6日(土) 午前9時30分～正午 ※父親の参加も可能です。	赤ちゃんのお風呂の入れ方について、パパの妊婦体験

- 場 所 保健センター
- そ の 他 お子さんを連れての参加も可能ですが、託児サービスはありません。
- 問 合 せ 保健センター(☎282-2797)

### 「みんなで挑戦! ニュースポーツを楽しもう!」参加者募集

子どもから高齢者まで、誰もが気軽にできるニュースポーツを楽しみませんか。遊び方から教えますので、初めての方でも楽しく参加できます。

- 期 日 8月21日(木)
- 時 間 午後1時～4時
- 場 所 総合福祉センター「絆」
- 参 加 費 無料
- そ の 他 会場内に用意の4つのニュースポーツをすべて体験した方には、ポップコーンと欠き氷をプレゼントします。
- 問 合 せ 社会福祉法人東海村社会福祉協議会(☎282-2804) ※事前の申し込みは必要ありません。



参加費  
無料

## 「とうかいキャンドルナイト2008」開催!

ほんのひととき電気を消して省エネに貢献しつつ、ろうそくに火をともし、幻想的な夏の夜を過ごしてみませんか。

■日時 8月23日(土) 午後6時～8時30分  
※荒天時は中止とします。

■場所 役場ふれあい広場

■内容 1,500本のろうそくへの点火、オカリナ演奏、フラダンスなど

■問合せ・その他 経済環境部環境政策課環境計画推進室(内線1453) ※当日の手伝いが可能なボランティアを募集中です。あなたもエコ活動に一役、ぜひご検討ください。

## 8月の休日診療日程

診療時間	午前9時30分～正午、午後1時～2時	
期日	病医院名	電話番号
10日(日)	村立東海病院	282-2188
17日(日)	茨城東病院	282-1151
24日(日)	尾形クリニック	282-4781
31日(日)	村立東海病院	282-2188
救急医療機関をお探しのときは…		電話番号
茨城県救急医療情報コントロールセンター (毎日・24時間対応)		241-4199
茨城子ども救急電話相談(毎日 午後6時30分～10時30分)		
254-9900		
電話番号	#8000(ブッシュ回線用加入電話、携帯電話NTTDoCoMo・KDDI・SoftBank)	

## 催し物(講演会ほか)

入場料  
無料

### 人形劇「人間になったねこ」を上演

茨城大学児童文化研究会・人形劇団「あかいふうせん」による人形劇が上演されます。ぜひご来場ください。

■日時 8月24日(日) 午後2時～3時  
(午後1時50分開場)

■場所 村立図書館(1階・多目的ルーム)

■演目 「人間になったねこ」

■問合せ 村立図書館(☎282-3435) ※事前の申し込みは必要ありません。

参加費  
無料

### 「心の健康づくり講座」を開催

■期日 8月26日(火)

■時間 午後1時30分～3時30分

■場所 役場・原子力視察研修室(行政棟5階)

■定員 先着30人

■内容 講演「不登校の自己体験と引きこもりの青年たちとの関わりから～家族や周囲ができること～」

■講師 菊地芳明さん(foryou教育相談室相談員、茨城県立八千代高等学校講師)

■申し込み・問合せ 8月22日(金)までに、なごみ・総合支援センター(☎287-2525)へ電話で申し込みください。

### 「24時間テレビ・愛は地球を救う」チャリティバザー開催

茨城県美容業生活衛生同業組合・県北ブロック主催によるチャリティーバザーが開催されます。売上金は「24時間テレビ・愛は地球を救う」チャリティー委員会(愛の小鳩事業団)に全額寄付されます。

■日時 8月26日(火) 午前10時～午後2時

■場所 舟石川コミュニティセンター

■問合せ 安武明さん(☎090-8728-8021)

## 平成20年度自衛官募集

### ①航空学生(海・空)

■対象 高等学校を卒業(見込みを含む)した21歳未満の方

■試験日 第1次試験…9月23日(火) 第2次試験…10月18日(土)から23日(木)までの指定する1日 ※第2次試験合格者のみ第3次試験があります。

■合格発表 平成21年1月23日(金)

### ②一般曹候補生(陸・海・空)

■対象 18歳以上27歳未満の方

■試験日 第1次試験…9月20日(土) 第2次試験…10月9日(木)から16日(木)までの指定する1日

■合格発表 11月12日(水)

### ③2等陸・海・空士(平成21年3・4月入隊)

■対象 18歳以上27歳未満の方

■試験日 男子…9月中旬 女子…9月28日(日)

■合格発表 男子…10月下旬 女子…11月14日(金)

### 給与(初任給)

159,500円/月

### 申し込み・問合せ

総務部総務課総務法制担当(内線1313)、自衛隊茨城地方協力本部水戸募集案内所(☎226-9294) 電子メールhq1-ibaraki@pco.mod.go.jp ※ウェブサイトhttp://www.mod.go.jp/pco/ibaraki/も併せてご覧ください。

参加費  
1,500円/人

### 「第40回東海村シングルス選手権大会」参加者募集

■日時 9月7日(日)・14日(日) 午前9時  
試合開始 ※予備日…9月21日(日)

■場所 村テニスコート

■対象 村内在住・在勤・在学の方または東海村テニス連盟登録者

■種目 一般男子Ⅰ・Ⅱ、一般女子Ⅰ・Ⅱ、壮年男子Ⅰ・Ⅱ

■申し込み 村テニスコートクラブハウスに備え付けの申込用紙に必要事項を記入の上、8月23日(土)までに申し込みください。

■問合せ 梅田幹さん(☎282-5954)

## 量水器(水道メーター)を交換します

設置から8年を経過した量水器(水道メーター)の交換のため、村から委託された施工業者が村内給水区域内の該当するお宅を訪問し、交換作業を行います。施工業者は「量水器交換工事作業用」と記載した身分証明書を携帯していますので、ご確認ください。

■期間 ①8月18日(月)～31日(日) ②10月8日(水)～31日(金)

■施工業者 (株)イシガミ、(有)カルベ、弓山建設工業(株)、戸田工業(株)、(株)三ツ和水道工業所、(株)浜田工業所、(株)ニチエイ産業

■その他 施工業者が、量水器交換作業の手数料を請求することはありません。

■問合せ 建設水道部水道課業務担当(内線1153)

## 独立・創業講座「創業塾」開催

茨城県商工会連合会の主催による独立・創業を考えている方や創業して間もない方のための講座「創業塾」が開催されます。

■日程 水戸会場…9月3日(水)・9日(火)・16日(火)・24日(水)・30日(火) つくば会場…10月15日・22日・29日、11月5日・12日の各水曜日

■時間 午前10時～午後5時

■場所 水戸会場…ホテルレイクビュー水戸(水戸市宮町1-6-1) つくば会場…ホテルグランド東雲(つくば市小野崎488-1)

■定員 各コース先着40人

■内容 経営のポイント・税務会計の基礎知識・法律・事例・ビジネスプラン作成・資金計画等

■受講料 5,000円/人

■申し込み・問合せ 東海村商工会(☎282-3238)

# エトセトラ

参加費  
無料

## 県立図書館出前講座「読み聞かせの本の選び方」

子どもの成長や読み聞かせ場所に合わせた本の選び方について学び、家庭や地域での読み聞かせに役立てませんか。

■期日 9月3日(水)～4日(木)(2日間)  
■時間 午前10時～午後3時30分(正午～午後1時を除く)

■場所 村立図書館(1階・多目的ルーム)

■定員 60人

■申し込み 8月20日(水)までに往復はがきまたは電子メールに①住所②氏名③電話番号——を記載の上、村立図書館(〒319-1115 船場768 電子メールtosyokan@vill.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みください。※申し込みは1人1通とし、定員を超えた場合は抽選となります。

■託児サービス 無料の託児サービス(村内在住で首が据わった乳幼児から)を希望する方は申し込みの際に併せて「託児希望」と明記の上、対象児の①名前②振り仮名③年齢④性別——を記載してください。

■問合せ 村立図書館(☎282-3435)

## ご存知ですか? 児童扶養手当制度

児童扶養手当は、父母の離婚等により、父親と一緒に暮らしていない母子家庭等の生活の安定と自立を助け、児童の心身の健やかな成長のために支給される手当です。

### 支給対象となる方は?

次のいずれかに該当する「18歳に達する日以後の最初の3月31日(18歳になってからの年度末)までの間にある児童」を扶養している母親、または母親に代わってその児童を養育している方が対象となります。

- ①父母が離婚した後、父と生計が別である児童
- ②父が死亡した児童(遺族補償等を受けることができる場合は対象となりません)
- ③父が一定の障がいの状態にある児童
- ④父の生死が明らかでない児童
- ⑤父に1年以上遺棄されている児童
- ⑥父が引き続き1年以上拘禁されている児童
- ⑦母が婚姻しないで生まれた児童
- ⑧母が懐胎した当時の事情が不明である児童

### 支給対象にならない場合

児童扶養手当は、受給資格があっても申請しなかったり、受給資格者が結婚と同様の状態にあった場合などは支給されません。また、受給資格者や同居の扶養義務者の前年所得が一定額以上あるときは、その年度の手当の一部または全部の支給が制限されます。

### 現在、児童扶養手当を受給している方へ

現在、児童扶養手当を受給している方は、現況届の手続き(引き続き児童扶養手当を受ける条件を満たしているかどうかの確認)が必要となります。受給資格者には届け出用紙等を郵送しますので、8月22日(金)までに手続きをお願いします。※現況届の提出がない場合、8月分以降の手当が支給できなくなります。

### 問合せ

福祉部社会福祉課子育て支援担当(内線1185)

入場  
無料

## 霞ヶ浦環境科学センター夏まつり2008

霞ヶ浦や環境問題について楽しみながら学べるイベントが行われます。ぜひご来場ください。

■日時 8月23日(土) 午前10時～午後3時30分

■場所 霞ヶ浦環境科学センター

■内容 環境保全に関するクイズやゲーム・体験教室・飲食コーナー・物産品販売等

■その他 ①当日は土浦駅と会場を結ぶ無料送迎バスが運行されます。②自家用車でお越しの際は、旧土浦東部市民運動広場(土浦市おつ野4丁目)に設けられた臨時駐車場をご利用ください。駐車場と会場間の移動は無料送迎バスが運行されます。※霞ヶ浦環境科学センター内の駐車場は利用できません。

■問合せ 霞ヶ浦環境科学センター(土浦市沖宿町1853 ☎029-828-0961 ウェブサイト <http://www.kasumigaura.pref.ibaraki.jp/>)

## 8月の公共施設の臨時休館

施設名	臨時休館日
総合福祉センター「絆」	16日(土)

## 献血にご協力ください!

- 日 時 8月22日(金) ①午前10時～午後0時15分 ②午後1時30分～4時
- 場 所 (株)ジャスコ東海店
- その他 ①献血に際し本人確認を行っているため、過去に本人確認がお済みでない方は自動車運転免許証など身元を証する物の提示が必要となります。②献血手帳・献血カードをお持ちの方は持参してください。
- 問合せ 保健センター(☎282-2797)

## 障がい者を対象としたNHK放送受信料の免除基準が変わります

10月1日から障がい者を対象としたNHK放送受信料の免除基準が変わります。

- 全額免除の基準 身体障がい者・知的障がい者・精神障がい者が世帯構成員であり、世帯全員が市町村民税非課税である場合
- 半額免除の基準 ①視覚・聴覚障がい者が世帯主②重度の障がい者(身体障がい者・知的障がい者・精神障がい者)が世帯主——のいずれかである場合
- 申し込み・問合せ 印鑑と障害者手帳をお持ちの上、福祉部介護福祉課障がい支援担当(内線1166)へ申し込みください。

## 「ナカジロシタバ」の防除はお早めに!

今年は、梅雨期の降水量が平年より少なかったため、甘藷の葉を食害する害虫「ナカジロシタバ」の発生を助長する条件が整っています。甘藷栽培農家の方は、ほ場を定期的に確認し、発生を認めたら早めの防除を心掛けましょう。

- 防除の際の注意点 ①農薬を使用する際は農薬ラベルに記載の使用方法・注意事項等を確認する。②農薬を散布する際は周辺作物に農薬が飛散しないように注意する。
- 問合せ 経済環境部経済課農業振興担当(内線1436)

## 県営住宅の入居制度改正について

- 随時募集から定期募集へ変更 県営住宅の申し込みの随時受付が平成20年3月で廃止になり、4月からは年4回程度の定期募集に変更となりました。なお、今年度は新築住宅および随時申込み待機者が解消した住宅から順次定期募集を実施するため、3回の定期募集となります。※村内の県営住宅(東海アパート・石神アパート)は現在、定期募集の対象とはなっていません。
- 入居収入基準の改正 県営住宅の入居収入基準(県営住宅への入居申し込み可能な収入の上限)が平成21年4月より改正されます。平成21年4月の時点で改正後の入居収入基準を超えている方は入居の申し込みができなくなりますので、ご注意ください。

区分	現行(政令月収)	改正後(政令月収)
一般世帯	20万円以下	15万8,000円以下
裁量世帯	26万8,000円以下	21万4,000円以下

※政令月収とは、政令の規定に基づき年間粗収入から給与所得控除(高齢者世帯は公的年金控除)・配偶者控除・扶養親族控除等を行った上で月収換算することにより算定したものです。  
 ※裁量世帯とは、高齢者世帯・身体障がい者等の世帯・小学校就学前の子どものいる世帯などの、特に居住の安定を図る必要のある世帯です。

- 問合せ 財団法人茨城住宅管理協会水戸住宅管理センター(☎226-3350 ウェブサイト<http://www.ijkk.jp/>)、建設水道部都市政策課施設整備担当(内線1248)

8月は経済産業省主唱の電気使用安全月間です



財団法人 関東電気保安協会  
<http://www.kdh.or.jp>

## となりのまちから イベントガイド

### 北茨城市●市民夏まつり

- ◆日 時 8月24日(日) 午前10時～午後9時
- ◆場 所 磯原駅周辺
- ◆内 容 市民踊り・フリーマーケット・花火等
- ◆問合せ 北茨城市観光協会(北茨城市役所商工観光課内 ☎0293-43-1111)

## 金婚対象者の把握調査を実施

- 社会福祉法人東海村社会福祉協議会では、11月の金婚祝賀会開催に当たり、年度内に結婚50周年を迎えるご夫婦(昭和33年4月1日～昭和34年3月31日に結婚)の把握調査を実施しています。
- 問合せ 各地区の民生委員が対象となるご夫婦のお宅を訪問し調査していますが、まだ訪問を受けていないときは、社会福祉法人東海村社会福祉協議会(☎282-2804)または各地区の民生委員・児童委員へ連絡してください。



いさかこてつ 宿幼稚園 ● 井坂虎鉄 くん

### ドラゴンみこし

お祭りでドラゴンみこしを担いだときの様子を描いてくれた虎鉄くん(5歳)。「ドラゴンみこしはすごく長くて大きかったけど、みんなで担いだから全然重くなかったよ!」と、元気な声で話してくれました。

# ぼくの夢 Dream-89 わたしの夢



夢は…。 “保育士”

舟石川小学校 6年 ● 小泉慎太郎

僕が幼稚園の年長のころからずっと持ち続けている夢は“保育士になること”です。この夢の始まりは舟石川幼稚園で塙晴江先生と出会った時です。折り紙や広告の紙で鶴・風船・剣などをあつという間に折ってしまう先生の物作りの速さや、たくさん曲をピアノで上手に弾いてくれたことなど今でも心に残っています。「先生ってすごいな」といつも思っていました。赤ちゃんや小さい子どもと遊ぶのが大好きな僕にとっては保育士になることが夢となり、塙先生はその目標です。

そこで夢の実現に向かって、春休みに児童センターで先生の手伝いをしました。夏休みは舟石川保育所で職場体験をします。これからもっと多くの体験や勉強をして保育士の資格を取ることが一番の目標です。将来は自分の保育園を建て、園長先生になって心豊かな子を育てたいと思います。

## わが家の 子育て奮戦記

「早くしなさい!!」。私の大声で小笠原家の一日が始まります。

朝ご飯をそそくさと済ませて長女・雪乃(6歳)を小学校へ送り出した後、慌ただしく二女・楓(4歳)を保育園まで送ります。夜、仕事を終えて帰宅してからも、「早く寝かせなければ」と思い、毎日バタバタしています。「早くしなさい」「宿題しなさい」「お風呂に入りなさい」。それが私の口癖です。

「子は親の背中を見て育つ」と言いますが、もともとせかせかしている性格のせいなのか、私はいつも怒ってばかりいるような気がします。ある日のことですが、そんな「駄目ママ」を「2人の娘はどう思っているのだろうか?」と考えていた時、雪乃が「パパとママは雪乃と楓のために頑張ってお仕事してくれているんだね」と言ってくれたことがあります。ちゃんと分かってくれているんだね……。だからパパとママは、お仕事頑張れるんです!!

私が風邪をひき、珍しく高熱を出した時の話です。頭痛がひどく、気持ちが悪かったのでソファで横

## 表紙の「ひと」 小笠原 幸恵



になっていると、雪乃が「ママ寒いでしょ? 早く良くなってね」と言ってくれました。その後も私を気遣いつつ、自ら進んでお風呂掃除をし、楓と2人でご飯を食べてお風呂に入り、寝る準備までしてくれました。私は感動しました。「雪乃は自分のことだけではなく、周囲の人のことも考えられる心優しいお姉さんに成長したんだなあ」と。

いつも仕事に家事・育児と慌ただしい毎日を送っていることもあり、雪乃や楓を構ってあげることができないのですが、7月に家族みんなでバーベキューをした時がありました。河原でオタマジャクシを捕まえたり、ボールで遊んだり、鬼ごっこをしたりと、自然の中で娘たちと思いっきり遊び、いつもの忙しさを忘れて一日を楽しみました。

普段忙しいからこそ、2人の娘とは思いつきり触れ合うことを大切にしています。まだまだこれからは夏本番!! 雪乃や楓とたくさん遊び、家族で楽しい夏の思い出をつくっていききたいと思います。