

主な話題

- p 02 新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ (vol.22)
p 04 各種検診(健診)についてのお知らせ
p 06 高齢者や障がいのある方のタクシー利用料金の一部を補助します

とうかい減塩day × もっと野菜を食べようプロジェクト

「野菜摂取レベル測定会」で野菜不足をチェックしませんか？

村では、村民の食塩摂取量が多く、高血圧や糖尿病など生活習慣病をお持ちの方が多くという健康課題等を解決するために、「第3次東海村健康づくり計画」の中で減塩プロジェクトの推進を掲げています。昨年度から、村と東海村健康づくり計画推進委員会で、毎月20日を「とうかい減塩day」と定め、減塩の普及啓発を本格的にスタートし、今年度からこの取り組みの一つとして、「野菜摂取レベル測定会」を開催しています。

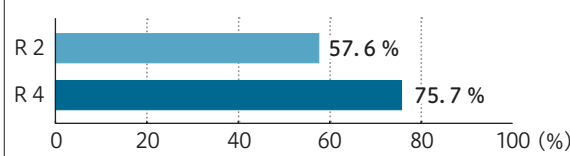
【問い合わせ】保健センター(☎282-2797)



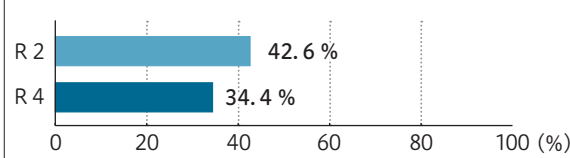
どうして野菜摂取と減塩なの？

減塩のテクニックはいろいろありますが、簡単にできるものの一つとして「適量の野菜を取る」という方法があります。これは野菜に含まれるカリウムに、体内で過剰に摂取した食塩に含まれるナトリウムを、体外へ排出する働きがあるからです。本来カリウムは、野菜を適量(1日350グラム以上)食べていれば十分摂取できます。しかし、アンケート調査の結果から、減塩を意識している人の割合は増えている(グラフ1)一方で、毎日野菜を適量食べている人の割合は低下している(グラフ2)ことが分かっています。

グラフ1 減塩を意識している人の割合



グラフ2 毎日野菜を350グラム以上食べている人の割合



参考：東海村健康づくり・食育に関するアンケート調査(R2)、東海村減塩に関するアンケート調査(R4)

野菜不足が気になる方へ「野菜摂取レベル測定会」で摂取レベルを確認しましょう

センサーに手のひらを約30秒当てるだけで、あなたの野菜摂取量が推定できます。参加費は無料で、専門職から“野菜をたくさん取るコツ”についてのアドバイスも受けられます。

期日等▼右表参照

対象▼村内在住・在勤・在学中、おおむね18歳以上の方

その他▼▽事前申し込みは不要です。
▽各回先着30人に記念品を差し上げます。
▽茨城県公式健康推進アプリ「元気アップ! りいばらき」ポイント対象事業です。

期日	時間	場所
5月19日(金)	▽ 9:00 ~ 11:30 ▽ 13:00 ~ 15:30	保健センター
5月23日(火)	9:30 ~ 12:00	東海ファーマーズマーケット「にじのなか」

6月以降の「野菜摂取レベル測定会」の日程など詳細は、こちら→



新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ

vol.22



今回は令和5年度の新型コロナウイルスワクチン接種(以下「ワクチン接種」)についてお知らせします(4月1日時点)。ワクチン接種に関する詳しい情報は、専用ホームページおよび村公式ホームページ等でお知らせします。

【問い合わせ】健康増進課(保健センター ☎282-2797)

令和5年「春」開始接種

接種開始日

5月11日(木)

予約開始日時

5月1日(月)午前9時

使用するワクチン

オミクロン株対応2価ワクチン

接種対象者

初回接種(1・2回目接種)を終了した方のうち①65歳以上②5歳以上64歳以下で、基礎疾患を有するまたは、新型コロナウイルス感染症にかかった場合の重症化リスクが高いと医師が認める③医療従事者、高齢者施設・障害者施設等の従事者——のいずれかに該当する方 ※②の基礎疾患の詳細は、下記をご覧ください。また、②に該当するか否かについては、事前にかかりつけ医にご相談ください。

【18歳未満の方の場合】

次のいずれかの病気や状態の方で、通院または入院している方…▽慢性呼吸器疾患 ▽慢性心疾患 ▽慢性腎疾患 ▽神経疾患・神経筋疾患 ▽血液疾患 ▽糖尿病・代謝性疾患 ▽悪性腫瘍 ▽関節リウマチ・膠原病 ▽内分泌疾患 ▽消化器疾患・肝疾患等 ▽先天性免疫不全症候群、HIV感染症、その他の疾患や治療に伴う免疫抑制状態 ▽その他の小児領域の疾患(高度肥満、早産児、医療的ケア児、施設入所や長期入院の児、摂食障害)

【18歳以上の方の場合】

A 次のいずれかの病気や状態の方で、通院または入院している方…▽慢性の呼吸器の病気 ▽慢性の心臓病(高血圧を含む) ▽慢性の腎臓病 ▽慢性の肝臓病(肝硬変等)▽インスリンや飲み薬で治療中の糖尿病または他の病気を併発している糖尿病 ▽血液の病気(鉄欠乏性貧血を除く)▽免疫の機能が低下する病気(治療中の悪性腫瘍を含む)▽ステロイドなど、免疫の機能を低下させる治療を受けている ▽免疫の異常に伴う神経疾患や神経筋疾患 ▽神経疾患や神経筋疾患が原因で身体の機能が衰えた状態(呼吸障害等)▽染色体異常 ▽重症心身障害(重度の肢体不自由と重度の知的障害とが重複した状態) ▽睡眠時無呼吸症候群 ▽重い精神疾患(精神疾患の治療のため入院している、精神障害者保健福祉手帳を所持している、または自立支援医療(精神通院医療)で「重度かつ継続」に該当する方)や知的障害(療育手帳をお持ちの方)

B 基準(BMI30以上)を満たす肥満の方

接種券について

接種対象者によって、接種券の発送時期等が異なりますので、以下の表をご確認ください。

接種対象者		接種券の発送時期等
①65歳以上の方	オミクロン株対応2価ワクチンを接種してから3か月が経過した方	4月下旬から順次発送する予定です。
	オミクロン株対応2価ワクチンをまだ接種していない方	発送済み ^{*1} です。お手元にある接種券を使用してください。
②5歳以上64歳以下で、基礎疾患を有するまたは、新型コロナウイルス感染症にかかった場合の重症化リスクが高いと医師が認める方	③医療従事者、高齢者施設・障害者施設等の従事者	事前申請が必要です。接種を希望する方は、次のいずれかの方法 ^{*2} で申請してください。申請した方には、4月下旬から接種券を順次発送する予定です。

※1…紛失等の理由により接種券がない方は、専用ホームページまたは保健センター窓口で再発行の手続きをお願いします。

※2…事前申請については、専用ホームページまたは「令和5年春開始接種希望届出書」で申し込みください。

■専用ホームページ

専用ホームページ内の「令和5年春開始接種希望届」(右の二次元コードからアクセス可)から申請してください。



■「令和5年春開始接種希望届出書」

専用ホームページからダウンロードした、または保健センター備え付けの「令和5年春開始接種希望届出書」に必要な事項を記入し、ファックスまたはお越しの上、保健センター(FAX 212-6818)へ申し込みください。

令和5年「秋」開始接種

接種対象者

初回接種(1・2回目接種)を終了した5歳以上の全ての方

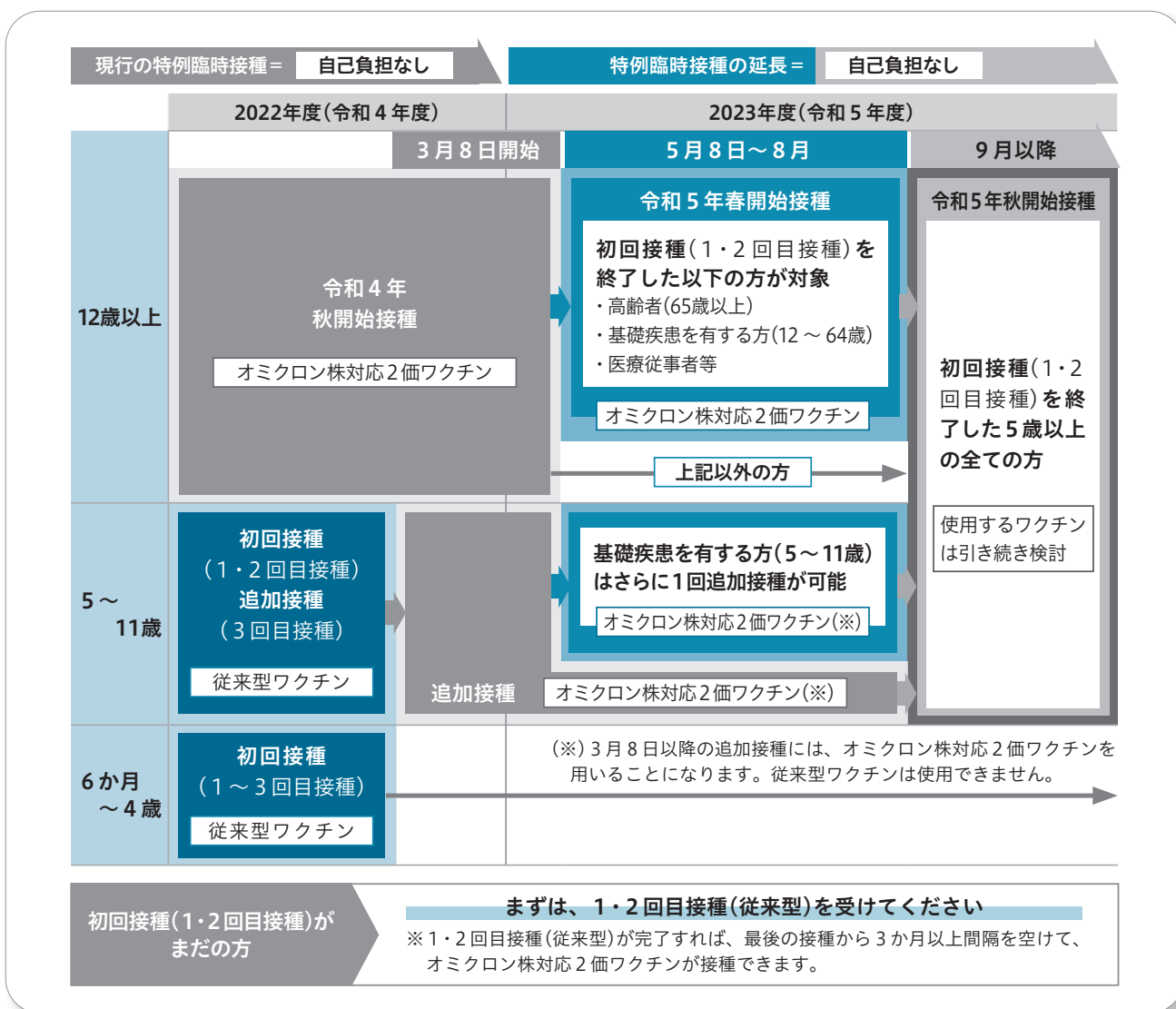


その他

▽使用するワクチンは、今後検討が進められる予定です。
▽詳細は決まり次第、専用ホームページおよび村公式ホームページ等でお知らせします。

令和5年度の新型コロナワクチンの接種スケジュールについて

令和5年度における新型コロナワクチンの接種のイメージは以下のとおりです。



ワクチン接種に関するお問い合わせは、「専用相談窓口」へ！

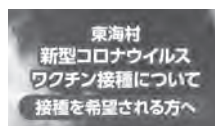
専用コールセンター ☎ 0570-033-271

(月曜日～金曜日(祝日を除く)の午前9時～午後5時)

※時間帯により、大変混み合うことが予想されますので、あらかじめご了承ください。

専用ホームページ

🌐 https://www.knt.co.jp/company/ec/covid_tokai/



◀二次元コードまたは、村公式ホームページから左の画面をクリックすると、専用ホームページへアクセスできます。

集団検診は「完全予約制」で実施します



集団検診（6月・7月）の予約を受け付けます

村では、6月と7月に実施する集団検診(胃がん検診、肺がん・結核検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、ウイルス肝炎検査、特定健康診査、後期高齢者健康診査、ヤング健診)の予約を受け付けます。新型コロナウイルス感染症の拡大防止等のため、**完全予約制での実施**となりますので、受診を希望する方は予約をお願いします。また3密(密閉・密集・密接)を避けるため、一日の予約人数に制限がありますので、あらかじめご了承ください。

【問い合わせ】▽特定健康診査・後期高齢者健康診査に関すること…保険課医療保険担当(☎282-1711 内線1131・1135)▽がん検診等に関すること…保健センター(☎282-2797)

期日▼

【6月の検診日】

6月9日(金)・10日(土)・12日(月)・13日(火)・23日(金)・24日(土)・26日(月)・27日(火)・28日(水)・29日(木)

【7月の検診日】

7月1日(土)・3日(月)・4日(火)・5日(水)・6日(木)・7日(金)・8日(土)・10日(月)

受付時間▼

- ① 8:00 ~ 8:15 ② 8:30 ~ 8:45 ③ 9:00 ~ 9:15
- ④ 9:30 ~ 9:45 ⑤ 10:00 ~ 10:15 ⑥ 10:30 ~ 10:45
- ⑦ 11:00 ~ 11:15 ⑧ 11:30 ~ 11:45

検診(健診)項目等▼

検診(健診)項目	検診(健診)内容
(1)胃がん検診なし	肺がん・結核検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、ウイルス肝炎検査、基本健診(特定健康診査、後期高齢者健康診査、ヤング健診のいずれか)
(2)胃がん検診あり	胃がん検診 、肺がん・結核検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、ウイルス肝炎検査、基本健診(特定健康診査、後期高齢者健康診査、ヤング健診のいずれか)
(3)がん検診のみ(胃がん検診を除く)	肺がん・結核検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、ウイルス肝炎検査

※▽基本健診(特定健康診査、後期高齢者健康診査、ヤング健診のいずれか)のみを希望する方は「(1)胃がん検診なし」を選択してください。▽胃がん検診は6月・7月の集団検診でのみ実施します。▽**特定健康診査や後期高齢者健康診査の検診(健診)項目に胸部レントゲンは含まれていない**ため、集団検診で胸部レントゲンを希望する場合は、「肺がん・結核検診」を申し込みください。▽ウイルス肝炎検査は、18歳以上で村の検診での受診歴のない方が対象です。▽**大腸がん検診のみを希望する方は、予約は必要ありません**ので、検診日の受付時間内に、保健センターへ検体をお持ちください。

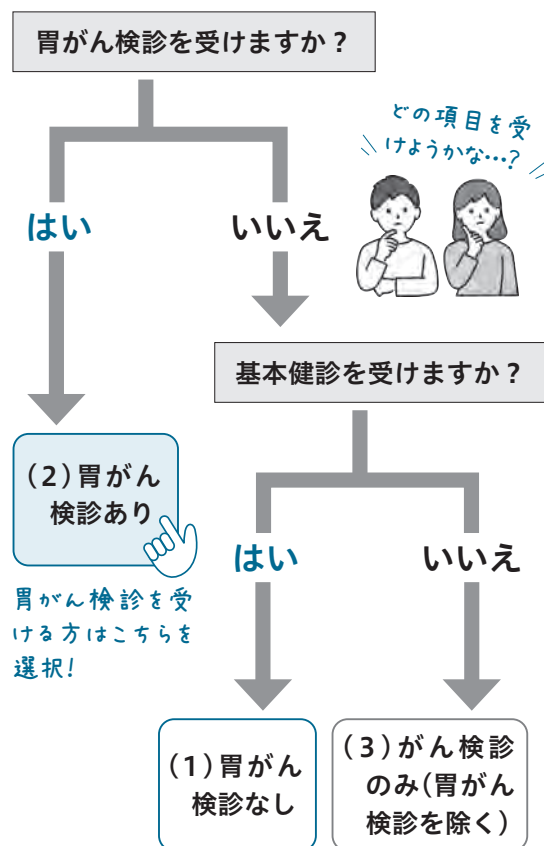
場所▼保健センター

費用▼無料

その他▼▽検診当日に村に住民登録がない方は、受診できません。▽**事前申し込みのない方や体調が優れない方、会場での検温で37.0度以上の熱がある方の受診は、お断りさせていただきます**ので、ご了承ください。▽検診会場では、マスクの着用と手指消毒へのご協力をお願いします。



【どの検診(健診)項目にするか迷ったときは…】




■ 集団検診の申し込みは、電話またはインターネット（パソコン・スマートフォン等）で！

集団検診の受診を希望する方は、下記の受付日時に、「検診予約専用コールセンター」または「検診予約専用サイト」（インターネット）で申し込みください。※▽検診の予約は先着順です。定員となり次第、予約受付日であっても受け付けを終了しますので、ご了承ください。▽予約に空きがあった場合に限り、保健センター（☎282-2797）で予約を受け付けます。予約の空きの有無については、**5月16日(火)以降**に、保健センターへお問い合わせください。

▽電話での予約は…

「**検診予約専用コールセンター**」へ

 **0570-066-722**

受付日▼5月9日(火)・10日(水)・11日(木)

受付時間▼午前9時～午後6時

▽インターネット(パソコン・スマホ等)での予約は…

「**検診予約専用サイト**」へ

※申し込み方法など詳細は、受診券に同封されているお知らせをご覧ください。

受付日▼5月9日(火)・10日(水)・11日(木)

受付時間▼午前7時30分～午後11時

検診(健診)を受診して「元気アップ!りいばらき」のポイントをとめよう!

村の検診(健診)(基本健診、肺がん・結核検診、胃がん検診、大腸がん検診)は、茨城県公式健康推進アプリ「元気アップ!りいばらき」ポイント対象事業です。このほか、人間ドックや職場健診、病院で受けた検診(健診)もポイントの対象となります。



受診した検診(健診)を登録!

「元気アップ!りいばらき」のダウンロード方法など詳細は…



元気アップ!りいばらき **検索**

◀茨城県
公式HP

※アプリの利用は無料ですが、
通信料は自己負担となります。

東海村国民健康保険(国保)に加入している皆さんへ

5月1日(月)から、指定医療機関での特定健診が始まります

特定健診は、糖尿病や高血圧、高脂血症などの生活習慣病の予防のために、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健診です。国が定めた健診であり、**医療機関に定期的に通院している方や治療中の方も対象**となります。また**年度内に一度、無料で受けることができます**。生活習慣病は「予防」「早期発見」「早期治療」が大切です。ご自身の体と生活を守るために、毎年、特定健診を受けましょう。

【問い合わせ】保険課医療保険担当(☎282-1711 内線1131)

期間▼5月1日(月)～令和6年1月31日(水)

場所▼村内および県内の指定医療機関または、
村の集団検診の会場

対象▼東海村国民健康保険に加入している40～74歳の方 ※対象者には、4月下旬に受診券(ピンク色)を発送します。

費用▼**無料(9,000円相当)**

その他▼特定健診は、村および那珂市以外の県内指定医療機関(県内実施医療機関583か所)でも受診できます。※詳細は、茨城県医師会ホームページや村公式ホームページをご覧ください。



▲茨城県医師会HP



▲村公式HP

医療機関によって健診結果の受け取り方法が異なります

▽村および那珂市内の医療機関で受診した方は… 健診を受診した翌月末までに、村から結果を郵送します。

▽上記以外の医療機関で受診した方は… 医療機関から直接結果をお渡ししますが、後日結果を聞きに行く必要があるなど、各医療機関によって対応が異なります。健診結果の受け取り方法については、各医療機関へご確認ください。

6月・7月の集団検診でも特定健診が受診できます

6月・7月の集団検診で、特定健診の受診を希望する方は、受診券に同封されているお知らせをご覧くださいの上、上記の「検診予約専用コールセンター」または「検診予約専用サイト」から申し込みください。

通院のほか、買い物や余暇活動などにも!

高齢者や障がいのある方のタクシー利用料金の一部を補助します

村では、高齢者や障がいのある方の外出を支援するため、タクシー利用料金の一部を補助しています。これまで使用用途を通院時に限定していましたが、令和5年度から**対象者および使用用途等を拡充**し、買い物や余暇活動などにも利用できるようになりました。対象となる方で利用を希望する場合は助成券を発行しますので、申し込みの上、ご活用ください。



対象等▼下表参照

補助金額▼助成券1枚につき、利用料金の半額(上限5,000円まで)

その他▼▽助成券は指定された事業所のみで利用で

きます(利用範囲は村外も可)。▽助成券の有効期限は令和6年3月31日(日)です。▽年度ごとに申請が必要となります。▽助成券発行枚数は申請月によって異なります。

対象	助成券発行枚数(上限)	申請に必要なもの	申し込み・問い合わせ
65歳以上で要支援1・2の方 新	24枚/人 新	介護保険被保険者証	地域福祉課高齢支援担当 (役場行政棟1階 ☎282-1711 内線1140)
65歳以上で要介護1～5の方	72枚/人 ^{*1} 新		
身体障害者手帳1～3級または、療育手帳(A)・Aもしくは、精神障害者保健福祉手帳1・2級の方	72枚/人 ^{*1} 新 (慢性透析療法治療者は168枚/人 ^{*2})	該当することが分かる手帳	総合相談支援課障がい福祉担当(総合福祉センター「絆」内 ☎287-2525)
一般特定疾患医療受給者証または、指定難病特定医療費受給者証の医療受給者証等の交付を受けている方		一般特定疾患医療受給者証または、指定難病特定医療費受給者証	

*1…48枚/人から72枚/人に拡充しました。 *2…144枚/人から168枚/人に拡充しました。

「きずなBOX」をイオン東海店に設置します

毎月最終日曜日
3階・エレベーター前

村では、令和元年7月から「東海村フードバンク地域連携推進事業」として、東海村役場と東海村商工会に、食品回収ボックス(「きずなBOX」)を設置し、食品ロスの削減や生活困窮者等の支援を行っています。

村ではこの取り組みをさらに推進するため、新たに、毎月最終日曜日に、イオン東海店に「きずなBOX」を設置しますので、皆さんのご協力をお願いします。

【問い合わせ】地域福祉課地域福祉・地域医療推進担当
(☎282-1711 内線1139)

3月24日、東海ライオンズクラブから寄贈された「きずなBOX」をイオン東海店へお渡ししました



【写真】山田村長(左から2人目)、高橋将司さん(東海ライオンズクラブ会長、左から3人目)、平林裕さん(イオンリテール株式会社北関東カンパニー茨城事業部長、左から4人目)

■「フードバンク」って何?-----

事業者や個人からまだ食べられる食品を寄付してもらい、支援を必要としている世帯や施設へ提供する活動です。

■どこで寄付できるの?-----

▽東海村役場(役場行政棟1階・総合案内前)
▽東海村商工会 ▽イオン東海店(毎月最終日曜日、3階・エレベーター前)でお預かりします。

■寄付できる食品が知りたい!-----

▽インスタント麺 ▽米 ▽乾麺
▽缶詰 ▽レトルト食品など、おおむね賞味期限が2か月以上で常温保存できる食品に限ります。



■寄付できない食品はあるの?-----

▽生鮮食品(肉・魚・野菜等) ▽冷凍食品 ▽生麺など ※要冷蔵・冷凍の食品は、賞味期限が2か月以上でも寄付はできません。





軽自動車を保有している皆さんへ

「軽自動車税（種別割）納税通知書」を郵送します

令和5年度「軽自動車税（種別割）納税通知書」を5月2日（火）以降に発送します。内容を確認の上、5月31日（水）までに指定の納付場所で納付してください。なお、口座振替の方は5月31日（水）の指定口座からの引き落としに備えて、残高の確認をお願いします。

また、対象の車両があるにもかかわらず納税通知書が届いていない方や、令和5年4月1日以前に名義変更・廃車済みの車両の納税通知書が届いた方は、税務課住民税担当へお問い合わせください。

【問い合わせ】税務課住民税担当（☎282-1711 内線1117）

軽自動車税の納付は…

金融機関等に加え、コンビニエンスストア、スマホ決済アプリ、郵便局・ゆうちょ銀行（関東各都県および、山梨県に限る）でも納付することができます。注意事項や納付場所等は納付書の裏面をご確認ください。※スマホ決済アプリで納付した場合は領収証書が発行されません。車検用の納税証明書は、納付後1週間を経過してから税務課で発行します。

■軽自動車税（種別割）について

軽自動車税（種別割）は、4月1日現在において、主な定置場（駐車場）が村内にある軽自動車等（原付・小型特殊自動車・軽自動車・二輪の小型自動車）を所有している方にかかる税金です。

◎年度の途中で廃車した場合は税金が戻ってくるの？

普通車等の自動車税とは異なり、軽自動車税（種別割）には月割課税制度がないため、年度の途中で廃車しても納めた税金は戻ってきません。また、年度の途中で新たに所有することとなった場合等は、翌年度から納めることとなります。

◎廃車や名義変更の手続き・問い合わせはどこにすればいいの？

車両の種類によって異なります。詳細は下表をご覧ください。

種 類	手 続 き ・ 問 い 合 わ せ 先
原付(125cc以下のもの) 小型特殊自動車(農耕作業用を含む)	税務課住民税担当(役場行政棟1階) ☎282-1711(内線1117)
四輪の軽自動車	軽自動車検査協会茨城事務所(水戸市酒門町4400) ☎050-3816-3105
二輪の軽自動車(125cc超～250cc以下) 二輪の小型自動車(250cc超)	茨城運輸支局(水戸市住吉町353) ☎050-5540-2017

■障がいのある方は減免となる場合があります

身体または精神に障がいがあり、歩行が困難な方が利用する軽自動車等の軽自動車税（種別割）は、税務課（役場行政棟1階）で納期限内に申請することで減免となる場合があります。詳細は、軽自動車税（種別割）納税通知書に同封のチラシをご覧ください。

申請期間▼納税通知書が届いてから5月31日（水）まで（土・日曜日、祝日を除く）

対象となる軽自動車▼障がい者または障がい者と生計を一にする方が所有し、障がい者または障がい者と生計を一にする方もしくは介護をする方が運転する軽自動車等 ※障がい者一人につき、普通自動車・軽自動車・バイク等を含め1台に限ります。

減免申請に必要な物▼▽軽自動車税（種別割）納税通知書 ▽障害者手帳 ▽納税義務者の印鑑 ▽運転する方の運転免許証 ▽マイナンバー確認書類

その他▼▽減免申請の結果は、審査後に通知します。
▽申請は毎年必要です。



令和5年4月1日から「個人情報保護制度」が変わりました

「個人情報保護制度」は、個人情報に関する住民の権利を保障するとともに、個人情報の適正な取り扱いを定め、住民の基本的な権利を擁護するための制度です。本制度は、これまで国の行政機関や各地方公共団体等が別々の法律や条例によって運用してきましたが、「個人情報の保護に関する法律(個人情報保護法)」の改正により、令和5年4月1日から、個人情報保護法による全国的な共通ルールが適用されました。

これを受け、村では「東海村個人情報保護条例」を廃止し、「東海村個人情報保護法施行条例」を新たに制定しました。今後は個人情報保護法に基づき、引き続き、村民の皆さんの権利利益の保護と個人情報の適正な取り扱いに向けて取り組んでいきますので、ご理解とご協力をお願いします。※詳細は、村公式ホームページをご覧ください。



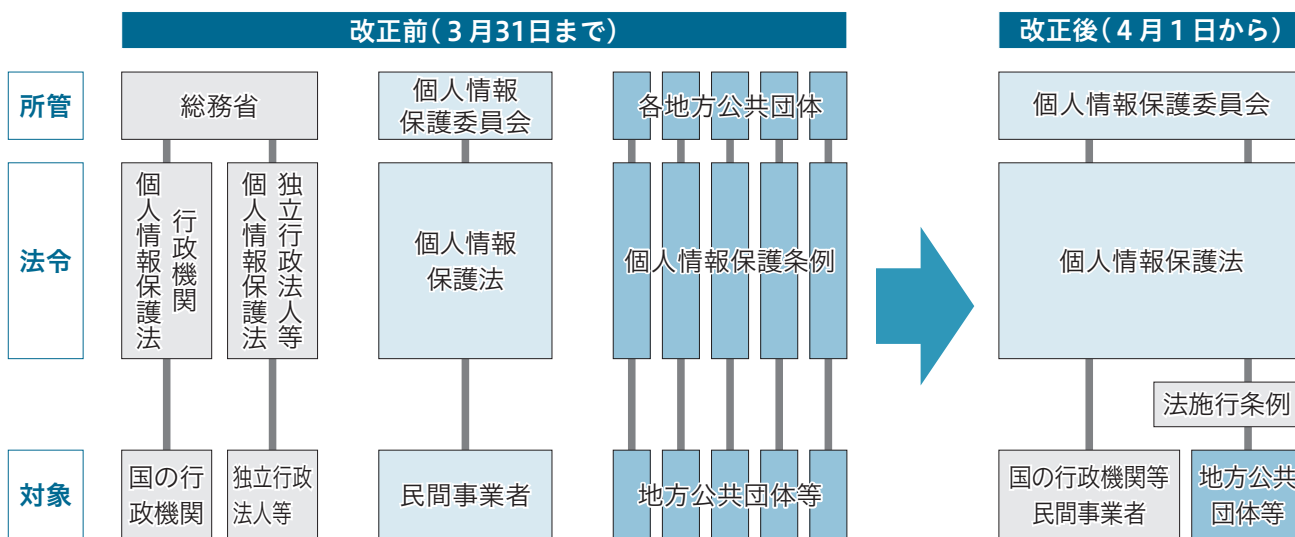
▲詳細はこちら

【制度移行による主な変更点】

▽ 全国的な共通ルールが適用されました

これまで各地方公共団体が定める条例で運用されてきた個人情報保護制度について、改正後の個人情報保護法に基づき全国的な共通ルールが適用されることになりました。

全国共通のルールに!



▽ 個人情報ファイル簿を作成・公表しています

1,000人以上の個人情報を取り扱う個人情報ファイルについて、利用目的や取り扱い項目等を記した帳簿(個人情報ファイル簿)を作成しました。※個人情報ファイル簿は、村公式ホームページで公表しています。

▽ 個人情報開示請求の取り扱い等が変わりました

個人情報開示請求は、村が保有する自分の個人情報の開示を請求することができる制度です。制度移行により、開示請求が可能な方や手続き等が変わりました(右表参照)。

項目	3月31日まで	4月1日から
開示請求が可能な方	▽本人 ▽法定代理人 ▽保護者(心身に重度の障がいがある場合)	▽本人 ▽法定代理人 ▽任意代理人(要委任状等)
請求・開示の方法	▽情報公開コーナー(役場行政棟3階 総務人事課内)	▽情報公開コーナー ▽郵送

▽ 個人情報保護委員会により監督されます

全国統一の個人情報保護法の規定に基づき個人情報が取り扱われるため、国の機関である個人情報保護委員会が、全国の地方公共団体の個人情報の取り扱いを監督することとなりました。

【問い合わせ】総務人事課総務法制担当(☎282-1711 内線1312)

女性の活躍を応援します！

ハーモニー東海

第24期生 募集！



「ハーモニー東海」は、地域や職場で活躍する女性を応援するため、村が実施している体験型講座(年度内全7回を予定)です。村事業への参加や施設見学等を行っています。講座の内容は研修生と一緒に決定しており、これまでに23期、延べ約255人が参加し、修了生の皆さんは村議会や地域、村の委員会等で活躍しています。

女性が自らの意識と能力を高め、さまざまな場で活躍することを応援する「ハーモニー東海」。知識や経験は不要ですので、「東海村のことをもっと知りたい」「いろいろな世代の方と交流したい」「村政に参加してみたい」という方は、ぜひご参加ください。また、女性活躍の推進に取り組む事業所等の職員研修としても活用できますので、女性の活躍を応援する事業者の皆さんもお気軽にお問い合わせください。

昨年度の活動を紹介します



特別講演会への参加



常陸那珂火力発電所の見学



女性活躍推進フォーラムでの運営補助



東海第二発電所の見学

【参加者の声】

- ▽普段は入ることができない場所を見学できるのは、ハーモニー東海の醍醐味だと思います。
- ▽年に数回の活動で、無理なく参加できて良かったです。
- ▽保育サービスがあるのは大変ありがたかったです。子どもと離れて集中できる機会を得られるのは、魅力だと感じました。
- ▽とてもいい経験ができたので、もっとたくさんの方に参加してもらいたいと思います。

無料の保育サービスがあります！子育て中の方も安心してご参加ください♪



詳細はこちら！ぜひご参加ください

- 期 間**▼6月から令和6年3月まで(全7回程度を予定)
- 時 間**▼午前10時～正午 ※前後する場合があります。
- 場 所**▼東海村役場または村内の施設等 ※研修内容に応じて場所が変わります。
- 対 象**▼村内在住または在勤の20歳以上の女性で、メールでの連絡が可能な方
- 定 員**▼15人程度
- 参加費**▼無料
- その他**▼▽全日程に出席できない方でも参加できます。▽無料の保育サービス(事前予約制)があります。

- 申し込み・問い合わせ**▼所定の申込書または任意の様式に▽氏名(ふりがな)▽住所▽電話番号▽メールアドレス▽保育サービス利用の有無(希望する方のみお子さんの氏名・年齢)を記入の上、5月19日(金)までにファックスまたはメールで、村民活動支援課(☎282-1711 内線1462 FAX287-0479 ✉chiikidukuri@vill.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みください。※申込書は村民活動支援課(役場行政棟4階)または村内の公共施設に設置しているほか、村公式ホームページからもダウンロードできます。



▲村公式HP



姉妹都市交流事業を再開します！



東海村姉妹都市交流協議会では、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、村の国際親善姉妹都市・米国アイダホフォールズ市との訪問交流を令和2年度から中止していました。今年度は、訪問人数や滞在期間を縮小するなど感染症対策を講じた上で、学生訪問団の受け入れや一般訪問団の派遣を再開します。詳細は、東海村姉妹都市交流協議会ホームページをご覧ください。



▲協議会HP
はこちら

アイダホフォールズ市学生訪問団のホストファミリーを募集します！

米国アイダホフォールズ市から学生訪問団が来村するに当たり、学生を受け入れるホストファミリーを募集します。この機会に、心が触れ合う国際交流を体験してみませんか。

期間▼7月27日(木)～8月3日(木)

対象▼東海村姉妹都市交流協議会会員で、村内または近隣市町に住所を有し▽家族の一員として必要な諸経費(食事代等)を負担できる▽村内各会場(姉妹都市交流会館や村内宿泊施設等)までの送迎が可能▽協議会ホームページまたは申込書裏面記載の注意事項に理解をいただける——を満たす世帯

定員▼8世帯 ※応募者多数の場合は、選考等により決定します。詳細は、協議会ホームページをご覧ください。

受け入れ内容▼ホームステイは、▽終日自由行動…7月29日(土)・30日(日)の午前9時～午後8時▽夕食のみ…7月31日(月)、8月1日(火)の午後6時～8時となります。※▽内容等が変更となる場合があります。▽いずれも宿泊は伴いません。

その他▼▽学生の引き渡しの際は、姉妹都市交流会館への送迎をお願いします。▽日程など詳細は、ホストファミリー説明会(6月頃予定)でお知らせします。▽東海村姉妹都市交流協議会に未加入の場合は、入会手続きが必要となります。

アイダホフォールズ市一般訪問団員を募集します！

米国アイダホフォールズ市への訪問を希望する21歳以上の方(一般訪問団員)を募集します。英語が苦手でも、アメリカの大自然や文化、生活習慣等に触れることで、新しい発見があること間違いなしです。もちろん、地元の方々との交流やホームステイ、市長表敬訪問など、姉妹都市ならではの交流行事も体験できます。この秋、訪問団に参加して、視野を広げてみませんか。

期間▼9月28日(木)～10月6日(金)

対象▼東海村姉妹都市交流協議会会員で、村内在住・在勤の方

定員▼10人(事務局を含む)※応募者多数の場合は、選考等により決定します。詳細は、協議会ホームページをご覧ください。

費用等▼約34万円(航空券、燃油サーチャージ、

成田空港使用料、現地空港(米出国)税、現地空港係員費用、出入国書類作成手数料等)※▽別途、現地滞在費用(ホテル代を含む)および海外旅行保険料がかかります。▽航空運賃の改定等により、渡航費が変更となる場合があります。

その他▼東海村姉妹都市交流協議会に未加入の場合は、入会手続きが必要となります。

【申し込み・問い合わせ】

所定の申込書に必要事項を記入または、いばらき電子申請・届出サービス(右の二次元コードからアクセス可)で、5月31日(水)までに、政策推進課広報・国際化担当(☎282-1711 内線1306)または姉妹都市交流会館(☎282-0535)(日曜日を除く、午前9時～午後5時)へ申し込みください。なお、申込書は上記窓口に備え付けてあるほか、協議会ホームページからもダウンロードできます。

▼ホストファミリーの申し込みは



▼一般訪問団員の申し込みは



官 民
共 創

による情報発信・まちづくりの実現を目指して

株式会社JWAYと連携協定を締結しました

2月28日、東海村と株式会社JWAY(日立市)が、情報発信に関する連携協定を締結しました。協定では、村政やまちの話題、地域活動の情報発信について、連携して取り組むことなどが明記されており、今後、公共施設での視聴環境の整備や村独自番組の制作・配信、さらには高校生向けの情報発信講座の開設など、具体的な取り組みが進められます。このほか、協定に基づき、日常的な情報発信はもちろん、災害時の情報発信、村民の視聴環境の整備など、幅広い分野において連携策を検討していきます。

【写真左から】中言裕之さん(株式会社JWAY社長)、山田村長



◆東海村は株式会社JWAYと、どうして協定を結んだの？

株式会社JWAYは2005年に開局された地域密着型のケーブルテレビ局で、本村では、2019年6月に全エリアで開局されました。これまで村内のイベントや地域活動などで積極的に取材・撮影を行っており、2022年度は、年間158件もの話題が取り上げられました。同社の最大の強みである「身近な地域情報の映像発信力」を、本村のまちづくりや情報発信に生かすためには、2023年3月末現在において、村内の世帯に占める接続率が約15パーセントとなっている村民の視聴環境の向上がポイントであり、早期の向上や情報発信の充実を図ること等を目的として、協定を締結することとしました。



◆「村の話題」が放送される主な番組(JWAY 11チャンネル)をご紹介します♪

番組名	放送時間	放送内容
「週刊むらびと通信」 	月曜日～日曜日 11:30～11:45 (毎週月曜日に更新)	5月1日(月)からスタートする新番組。東海村の話題をギュッと15分にまとめてお届けします。あなたの身近な“あの人”が画面に映るかも知れません。
「コミュニティワイド」 	月曜日～日曜日 16:00～17:00ほか (毎週月曜日の16:00に更新)	東海村・ひたちなか市・日立市の情報が共通で放映される番組で、地域のニュースはもちろん、グルメやお出掛け情報などについて、幅広くお届けします。
「今週のTOPICS」 	月曜日～土曜日 17:00～17:30ほか (毎週月曜日の17:00に更新)	東海村・ひたちなか市エリアで放映される番組で、地域の身近な出来事をお届けします。

+ α 【新企画「給食だいすき」(今週のTOPICS内で放送)】

この企画では、村内の各小学校の「食育」への取り組みや思いを伝えるとともに、保護者が普段見ることができない「給食の様子」をお届けすることを目的としています。おいしく、楽しそうに給食を食べる子どもたちの様子や給食の“いま”をぜひご覧ください。
放送予定日 ▼▽照沼小学校…4月24日(月)～30日(日) ▼白方小学校…5月22日(月)～28日(日) ※その他の小学校については、順次、撮影・放送を予定しています。



※▽詳しい放送時間については、右の二次元コードからご覧ください。▽JWAYの番組は、各コミュニティセンターや東海村役場(1階・総合案内)で視聴することが可能です(原則、開庁時間内に限る)。操作等については各施設の職員にお問い合わせください。



【問い合わせ】地域戦略課プロジェクト推進担当(☎282-1711 内線1339)

青少年育成東海村民会議 各事業のボランティア募集!

子どもたちの成長や活動をサポートするボランティアを募集します。子どもたちとの関わり合いを通して、楽しみながら交流してみませんか。

対象▼村内在住・在勤で18歳以上の方(高校生を除く)

その他▼各事業ともに、下記の実施日以外に実行委員・スタッフ会議等があります。

申し込み・問い合わせ▼申し込みフォームから、青少年育成東海村民会議事務局(歴史と未来の交流館内 ☎287-0851)へ申し込みください。



◀青少年育成東海村民会議についてはこちら



◀申し込みはこちら

母と子のサロン



0歳児(第1子)とその母親を対象に、レクリエーションを楽しみながら、育児に関することを気軽に話し合える友達をつくってもらうための事業です。

実行委員は、育児についての情報交換や友達づくりのサポートなどを行います。

実施日▼6月2日(金)・9日(金)・17日(土)・23日(金)、11月10日(金)・17日(金)・25日(土)、12月1日(金)

自然体験学習の旅



小学4～6年生と中学2年生を対象に、雄大な自然の中で年齢を超えた集団活動を体験する事業です。

スタッフは、自然体験を中心とする研修のサポートなどを行います。

実施日▼8月27日(日)～29日(火)の2泊3日
場所▼とちぎ海浜自然の家(銚田市) ほか

ちびっこ集まれ!



2・3歳児とその父親を対象に、父子の触れ合いの場を提供するとともに、集団の中での子どもの行動・言動を今後の子育ての参考にしてもらうための事業です。

実行委員は、お店屋さんごっこなどのゲームの企画・運営を行います。

実施日▼10月下旬の日曜日(1日)

ふるさと体験教室



小学4～6年生を対象に、通年で「ふるさと東海村」の素晴らしさを再発見してもらう事業です。

実行委員は、企画会議や事業のサポートのほか、実施当日の安全確保のための見守りや声掛けを行います。

実施日▼5月14日(日)、ほか3回程度

山形県出身の語り部 多勢久美子さんが語る むかし話

全国各地で昔話や民話を語り伝えている山形県出身の語り部、多勢久美子さんが、「鶴の恩返し」などの昔話を語ります。昔話の豊かな世界をみんなで一緒に楽しみましょう。

期日▼5月14日(日)

時間▼午前10時～正午(午前9時30分受け付け開始)

場所▼村立図書館

定員▼先着70人程度

参加費▼無料

申し込み・問い合わせ▼4月30日(日)以降に、電話、メール(▽件名▽氏名▽電話番号—を明記)、またはお越しの上、村立図書館(☎282-3435 ✉tosyokan@vill.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みください。※電話またはご来館での申し込みは、村立図書館の開館日時(5月1日(月)・8日(月)・12日(金)を除く、午前9時30分から午後7時(土・日曜日、祝日は午後5時)まで)に受け付けます。



【講師プロフィール】

多勢久美子(たせいくみこ)さん
(山形県出身・島根県在住)

語り部歴31年。時には大笑いを誘い、時には涙を誘う語りの魅力。好きな言葉は「おかげさま」と「感謝」。

みんなで楽しくおいしく学ぼう！

「ヘルスマイト養成講座」に参加しませんか？



ヘルスマイトとは、食生活を通じた健康づくりを学び、地域での食育活動を実践するボランティアの皆さんです。親子クッキングや健康料理教室など、「食」を通じて、自分や家族、地域の方の健康を一緒に支えませんか。皆さんぜひご参加ください。

日時等▼下表参照(全6回)

場所▼総合福祉センター「絆」

対象等▼▽村内在住で18歳以上▽講座終了後、ヘルスマイトとしてボランティア活動ができる—を満たす方(先着20人)

講師▼ひたちなか保健所長、歯科医師、管理栄養

士、健康運動指導士 ほか

受講料▼1,335円/人(テキスト代)

申し込み・問い合わせ▼5月31日(水)までに、いばらき電子申請・届出サービスまたは電話で、保健センター(☎282-2797)へ申し込みください。



▲申し込みはこちら

日 時	内 容
1 6月30日(金) 13:00～15:30	▽開講式 ▽講義…「茨城県健康現状とこれからの健康づくりの課題」・「食中毒予防と手洗いチェック」
2 7月18日(火) 9:30～13:30	▽講義…「いつまでもおいしく食べるために歯を大切にしよう」▽調理実習…「野菜をたくさん使った体に優しい料理を作ろう」
3 8月21日(月) 9:30～13:30	▽講義…「子どもから大人までの食育」▽体験…「自分の野菜摂取レベルを測定してみよう！①」▽調理実習…「地場産物を使った料理を作ろう」
4 9月26日(火) 13:00～15:30	▽講義…「バランスの良い食事作りのコツ」・「身体活動・運動習慣のある生活」▽実習…「体を気持ちよく動かそう」
5 10月19日(木) 9:30～13:30	▽講義…「東海村の健康づくり計画・村の取り組み『とうかい減塩day×もっと野菜を食べようプロジェクト』について知ろう」▽体験…「自分の野菜摂取レベルを測定してみよう！②」▽調理実習…「みんなで楽しくおもてなし料理を作ろう」
6 12月14日(木) 13:00～16:00	▽講義…「自分の食生活と健康づくりを振り返ろう！」▽交流会…「あなたも地区組織活動に参加しましょう」▽修了式

消費生活 相談

「クレジットカード」のトラブルに注意！ 仕組みや支払い方法を理解してから、よく考えて利用しましょう

【問い合わせ】消費生活センター（産業政策課内 ☎287-0858）

クレジットカードはキャッシュレス決済が可能な便利なツールです。便利な反面、支払い方法を確認せずに使用すると想定外の手数料を請求されることや、利用明細を確認しないと支払残高が高額になっていることに気付かないことがあります。トラブルに遭わないためにも、使い過ぎには注意しましょう。



相談事例

- 【事例1】** 限度額いっぱい買い物をしたら、支払えなくなった。
- 【事例2】** リボ払いを選択したら、支払残高が高額になっていた。
- 【事例3】** ゲーム課金をしていたら、支払いが高額になってしまった。
- 【事例4】** 通信販売サイトの偽サイトにクレジットカード情報を入力してしまったため、自分のクレジットカードで商品を購入されてしまった。
- 【事例5】** もうけ話の契約で、事業者からクレジットカードを作るよう指示された。



被害に遭わないために…

- 【延滞に注意！】** 支払い計画を立てて利用しましょう。
- 【分割払い・リボ払いに注意！】** 手数料が発生する分割払いやリボ払いは、支払い方法や仕組みを理解してから利用しましょう。
- 【カードは適切に管理し、利用明細は必ず確認を！】** カードは絶対に他人に貸与しないでください。また、利用明細は必ず確認するようにしましょう。
- 【悪質事業者等に応じないで！】** もうけ話を持ちかけた上、「クレジットカードで支払えばよい」と言ってクレジットカードを作らせて支払わせるような悪質な事業者には、絶対に応じないでください。
- 【支払い管理をしっかり！】** 支払いを滞納すると個人信用情報機関に記録が残り、他のクレジットカード会社で作るときや、銀行等で自動車や住宅ローンを組むときに、審査に通らなくなる可能性があります。

不安を感じたときは、すぐに消費生活センターや消費者ホットライン（☎188）へご相談を！

国民年金 特例制度の利用と 免除申請について



免除・納付猶予制度▼保険料を納めることが困難な場合に、ご本人からの申請によって、保険料の納付猶予または全額、もしくは一部が免除になる制度です。次のいずれかに該当する方は、特例免除を申請できます。

- ① 退職（失業等）により納付が困難な方：申請者本人、世帯主または配偶者のいずれかが退職（失業等）した方で、申請を希望する場合は、雇用保険受給資格者証や雇用保険被保険者離職票の写しなど、失業していることを確認できる公的機関の証明の写しをお持ちください。
- ② 新型コロナウイルス感染症の影響により納付が困難な方：収入が減少し、所得が相当程度まで下がった方で、申請を希望する場合は、所得の申立書をお持ちください。

学生の皆さんへ▼申請により在学中の保険料の納付を猶予する「学生納付特例制度」が利用できます。申請を希望する方は、有効期限の記載のある学生証（写し）または在学証明書（原本）をお持ちください。なお、令和4年度においてこの制度により国民年金保険料納付を猶予されている方で、令和5年度も引き続き同じ学校へ在学予定の方には、はがき形式の学生納付特例申請書が送付されます。はがきでの申請の場合、学生証または在学証明書は添付不要です。

過去の分の免除申請は▼申請時点の2年1か月前の月分までさかのぼって申請できます。※申請書等は、年金事務所、保険課医療保険担当窓口（役場行政棟1階）に備え付けてあるほか、日本年金機構ホームページからもダウンロードできます。

産前産後期間の保険料免除▼出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間の国民年金保険料が免除されます。出産予定日の6か月前から手続きができます。

申し込み・問い合わせ▼水戸北年金事務所（☎231局2283）、保険課医療保険担当（☎282局1711 内線1133）

◎令和5年度の国民年金保険料の額は、1万6,520円/月です

役場および年金事務所の窓口では、国民年金保険料を納めることはできません。金融機関やコンビニエンスストア、スマホアプリを使用した電子決済をご利用ください。

こんにちは!

村立東海病院



“ながら運動”や“笑顔活動”で身体の凝りを解消しましょう

コロナ禍でうち時間やマスク生活が長くなり、肩や首回りに痛みを感じていませんか。また、会話の減少やスマートフォンの長時間の使用により、顔全体が凝ってしまうことはありませんか。今回は、それらの症状の解消はもちろん、若返りも期待できる簡単な運動や笑顔活動についてご紹介します。

身体の凝り解消や若返りに効果的な “ながら運動”をご紹介します

誰でもすぐに取り組める簡単な運動です。日常生活の隙間時間に、ぜひ実践してみてください。

ほうれい線を伸ばす運動

口を閉じて唇と頬の内側を舌で回す。慣れてきたら、徐々にスピードを上げる(写真①)。

表情筋をほぐす運動

口を大きく「あ」「い」「う」「え」「お」の順に開き、それぞれ5秒程度キープする。

凝り固まった眉間をほぐす運動

目を大きく開けて、ギュッと閉じる。

肩甲骨回りをほぐす運動

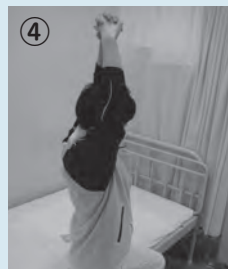
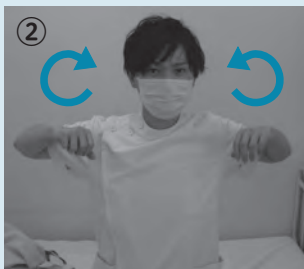
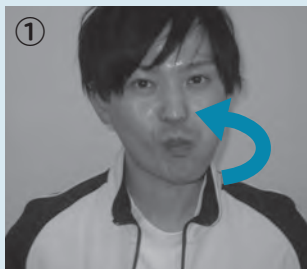
肩を大きく前後に回す(写真②)。

肩凝りを改善する運動

首をゆっくり左右に倒す(写真③)。

猫背を改善する運動

指を組んで腕を真上に上げて体を伸ばす(写真④)。



ストレスが肩凝りの原因の可能性も…“笑顔活動”で心も身体も健康に!

多くの方が悩みを抱える肩凝りには、ストレスとの因果関係があるといわれています。そのため、肩凝りの解消には、メンタルヘルスへの配慮も必要です。ストレスの鎮静には、“笑う”という行為が注目されており、脳の活性化や自律神経が整うことで幸福感を得られるといった効果があるようです。皆さんも、ながら運動と合わせて、趣味や身近な方とのコミュニケーションを通じた“笑顔活動”をしてみませんか。

村立東海病院 リハビリテーション室

【問い合わせ】村立東海病院(☎282-2188)、地域福祉課地域福祉・地域医療推進担当(☎282-1711 内線1138)

新型コロナウイルス感染症の拡大防止等のため、中止・延期などを行う場合があります。

Information

情報ガイド

東海村役場 ☎ 282-1711(代表)

暮らし



ゴールデンウィーク期間中にできない
マイナンバーカードの手続きがあります



▲HPIはこちら

公的個人認証システムの更新作業のため、次の期間中は全国的にマイナンバーカードの一部手続きが利用できません。ご不便をお掛けしますが、皆さんのご理解とご協力をお願いします。詳細は、村公式ホームページをご覧ください。

停止期間▼4月29日(土・祝)から5月7日(日)まで

住民課窓口(5月1日(月)・2日(火))でできない手続き▼電子証明書に関する手続き全般(発行・更新・ロック解除(初期化)手続き等)▼マイナ

●5月の休日診療

受付時間 午前9時30分～正午、午後1時～2時

期日	医療機関名	電話番号
3日(水)	村立東海病院	282-2188
4日(木)	東原クリニック	283-2301
5日(金)	村立東海病院	282-2188
7日(日)	武藤小児クリニック	282-7722
14日(日)	東海クリニック	283-1711
21日(日)	石井整形外科クリニック	270-5141
28日(日)	茨城東病院	282-1151

茨城子ども救急電話相談

☎ #8000 または ☎ 050-5445-2856
※毎日24時間対応(救急医療機関案内を含む)

茨城おとな救急電話相談

☎ #7119 または ☎ 050-5445-2856
※毎日24時間対応(救急医療機関案内を含む)

●5月の住まいに関する相談

場 所 都市政策課(役場行政棟2階)
問合せ 都市政策課(内線1247、1248)

相談日	時間	相談内容
18日(木)	10:00～16:00	新築、耐震リフォーム、省エネルギー、空き家等

●5月の村内交通事故発生状況

	発生件数	死者数	負傷者数
件数	3	0	3
累計(1月から)	14	0	14
前年比	1	0	0

●防災行政無線放送を電話で聞くには

無料テレホンサービス (☎ 0120-42-4848)
※24時間以内に放送した内容を確認できます。

災害現場の活動支援等のために「指揮統制車」を配備しました!

バーカードの暗証番号の再設定▽券面事項更新(住所や氏名の書き換え等)▽マイナンバーカードの一時停止解除
関係住民担当(内線1125)

ひたちなか・東海広域事務組合消防本部では、3月に、笹野消防署に指揮統制車を配備しました。この車両は、火災現場等へ出動し、情報収集や現場の活動支援を行う車両です。指揮隊長等が乗車し、消火の作戦を立てて他の消防車や救助工作車等の隊員に指示をします。また、ストレッシャー型指揮テーブル、発電機・投光器など指揮活動に必要な資機材や、パソコン・モニターなどを備



健康・医療



東海村を歩こう!

「みんなですこやかウォーキング」

期日▼5月12日(金)(雨天中止)
時間▼午前9時30分から(午前9時受付付け開始)

集合場所▼ふれあいの森公園
対象▼村内在住で、3～5キロメー

え付けており、悪天候時でも、車内で情報収集活動が行えます。

消防本部では、最新車両の配備はもとより、今後も皆さんが安心安全に過ごせるよう、火災予防の啓発などにも引き続き努めます。

関係住民担当(☎282局2153)

トルを1時間程度で歩くことができる方

内容▼1時間程度のウォーキング(ふれあいの森から新緑のコース)

その他▼事前申し込みは不要ですが、年度に一度、氏名・連絡先等の登録が必要となります。▽とうかいまるとこと博物館および、茨城県公式健康推進アプリ「元気アップ!」りばらき「ポイント対象事業です。▽飲み物やタオルをお持ちの上、歩きやすい服装でご参加ください。▽駐車場に限りがありますので、徒歩や乗り合わせでの参加にご協力ください。

関係保健センター(☎282局2797)

子宮頸がん予防ワクチンの種類が増えました

4月1日から、公費負担で接種できる子宮頸がん予防ワクチンに9価(シ

ルガード9)ワクチンが加わりました。これは、子宮頸がんの原因となるヒトパピローマウイルス(HPV)のうち、9種類の感染を防ぐワクチンです。

接種間隔▼1回目の接種を15歳未満

で受ける方は…1回目から少なくとも5か月、標準的には6か月の間隔を空けて2回目を接種します(5か月未満で2回目を接種すると、3回目の接種が必要)。▼1回目の接種を15歳以上で受ける方は…1回目から2か月後に2回目、6か月後に3回目を接種します。

交互接種について▼原則として、3回

とも同じ種類のワクチンを接種することが推奨されていますが、これまで2価(サーバリックス)ワクチンまたは4価(ガーダシル)ワクチンを接種した方で、9価(シルガード9)ワクチンの接種を希望する場合は、医師と相談の上、途中から9価(シルガード9)ワクチンに変更し、残りの接種を受けることもできます。

その他▼平成18年度生まれの女子のうち、子宮頸がん予防ワクチン接種が完了していない方は、今年度から

キャッチアップ接種制度の対象となるため、令和7年3月31日まで、公費で子宮頸がん予防ワクチンを接種できます。これに伴い、予防票の差し替えが必要となりますので、保健センターへお問い合わせください。※対象者には、個別に案内を送付しています。

問保健センター(☎282局2797)

福祉



円滑な社会復帰を目指して

「東海村再犯防止推進計画」を策定

国が平成28年12月に「再犯の防止等の推進に関する法律(以下「再犯防止推進法」)を施行し、平成29年12月に再犯防止推進計画を策定したことを受け、村でも、犯罪をした人が円滑に社会復帰できるよう、地域で立ち直りを支援し、誰一人として孤立することのない明るい地域社会の実現を目指すため、「東海村再犯防止推進計画」を策定しました。

再犯防止推進法の趣旨を踏まえて、村では、今後も犯罪のない地域づくりに力を注ぐとともに、犯罪や非行をした人の立ち直りを支え、犯罪や非行の繰り返しを防ぐ再犯防止の取り組みを推進していきます。※詳細は、村公式ホームページをご覧ください。



▲HPはこちら

問地域福祉課地域福祉・地域医療推進担当(内線1138)

東海村シルバリーリハビリ体操指導士会による「いきいき体操教室」

5月の日程等▼右下表参照
時間▼午前10時～11時30分
対象▼村内在住で65歳以上の方
その他▼体温を測定し、マスクを着

用の上、ご参加ください。▽飲み物

やタオル(汗拭き用)、ヨガマットまたはバスタオルをお持ちの上、動きやすい服装でご参加ください。

問保険課介護保険担当(内線1161)
※事前申し込みは不要です。

場 所	期 日
総合福祉センター「絆」	1日・8日・15日・22・29日(全て月曜日)
石神コミュニティセンター	2日・9日・16日・23日・30日(全て火曜日)
舟石川コミュニティセンター	
村民活動センター	2日・16日(全て火曜日)
村松コミュニティセンター	11日(木)
中丸コミュニティセンター	11日・25日(全て木曜日)
白方コミュニティセンター	
真崎コミュニティセンター	
	12日・19日・26日(全て金曜日)

参加してみませんか?

「認知症カフェ」

「認知症カフェ」は、認知症の本人やそのご家族、地域にお住まいの方など、どなたでも気軽に立ち寄れる場所です。

【①オレンジカフェ】

期日▼5月11日(木)
時間▼午後1時30分～3時30分

場所▼白方コミュニティセンター
内容▼フラダンスと一緒に踊ってみませんか?、連想ゲームなど

【②Village Bird(ビレッジバード)】

期日▼5月17日(水)
時間▼午後1時30分～3時30分
場所▼グループホームメジロ苑(白方1306・1)
定員▼10人程度

【③陽だまりカフェ】

期日▼5月18日(木)
時間▼午前10時～11時30分
場所▼村松コミュニティセンター
内容▼ミニ講話(認知症と栄養について)、頭と手指の体操、ミニゲームなど

【共通】

対象▼認知症の方とその家族、近隣に住まいの方、介護や福祉の専門職など
参加費▼100円/人(お茶菓子代等)
その他▼事前申し込みは不要です。▽途中入退室自由です。▽マスクを着用の上、ご参加ください。▽風邪症状がある方や体調が優れない方は、参加をお控えください。▽入場制限を行う場合があります。

【問】

▽①：北部地域包括支援センター(いばらき診療所内 ☎229局2315)
▽②：グループホームメジロ苑(☎306局0033)▽③：南部地域包括支援センター(特別養護老人ホームオークス東海内 ☎352局2867)

問保健センター(☎282局2797)

問保健センター(☎282局2797)

新型コロナウイルス感染症の拡大防止等のため、中止・延期などを行う場合があります。

北部地域包括支援センターが主催する 認知症予防教室「脳もからだも笑顔に！」

今月は、管理栄養士による「高齢期の栄養」に関する講座とフレイルチェック、看護師による脳トレを行います。元気な方も、健康についてちょっと気になるという方も、この機会にぜひご参加ください。

期日▼5月25日(木)

時間▼午前10時～11時30分

場所▼真崎コミュニティセンター

対象▼村内在住で65歳以上の方

定員▼20人程度

参加費▼無料

その他▼マスクを着用し、筆記用具をお持ちの上、お越しください。

期日▼5月1日(月)から24日(水)まで(土・日曜日、祝日を除く)に、北部地域包括支援センター(いばらき診療所内)へ申し込みください。

229局2315へ申し込みください。

子育て



多生児交流会

「サークルぐりとぐら」

双子や三つ子など、多生児ならではの子育ての悩みを話したり、触れ合い遊びをしたりして楽しみませんか。

期日▼5月9日、6月6日、7月4日、8月1日、9月5日、10月3日、11月7日、12月5日、令和6年1月9日、2月6日、3月5日(全て火曜日、全11回)※全日程に出席できない方も参加できます。

時間▼午前10時～11時30分

場所▼とうかい村松宿こども園

対象▼村内在住で、多生児を持つ保護者とその子(保護者のみや妊婦の参加も可)

●5月の健康相談

場所	保健センター(総合福祉センター「絆」内)	
問合せ	保健センター(☎282-2797)	
●健康相談	期日・受付時間	
母子健康相談(乳幼児身体測定、育児相談、離乳食・栄養相談)	19日(金)	9:00～11:30 13:00～15:00
元気アップ健康相談・体組成測定(健康に関する相談は事前予約)	19日(金)	9:00～11:30 13:00～15:30
●乳幼児健診	期日・受付時間	対象児
乳児	10日(水) 12:50～13:50	令和4年12月 生まれの子
1歳6か月児	11日(木) 12:50～13:50	令和3年10月 生まれの子
3歳児	17日(水) 12:50～13:50	令和元年11月 生まれの子
●乳幼児教室	期日・受付時間	対象児
赤ちゃん教室	22日(月) 13:00～13:20	令和5年2月 生まれの子

●5月の専門相談等

問合せ	東海村社会福祉協議会(☎282-2804)	
●弁護士による相談(事前予約)		
日時	12日(金)	午前10時～正午
場所	東海村社会福祉協議会(総合福祉センター「絆」内)	
●行政書士による相談(事前予約)		
日時	12日(金)	午後1時～3時
場所	東海村社会福祉協議会(総合福祉センター「絆」内)	
●LINEによる心配ごと相談		
期日	月～金曜日(祝日を除く)	
時間	午前8時30分～午後5時15分	
※LINEで「東海村社会福祉協議会」を友だち登録し、ご相談ください。		

問合せ	茨城NPOセンター・コムズ(☎291-8990)	
●就労体験相談会(事前予約)		
日時	25日(木)	午後1時30分～3時30分
場所	東海村社会福祉協議会(総合福祉センター「絆」内)	
※生活上の心配ごとや困りごとなど福祉についての相談は、月曜日から金曜日まで(祝日を除く)の午前8時30分～午後5時15分に、面談(要予約)または電話で受け付けます。		

●5月の行政相談等

●行政相談		
日時	10日(水)	午前10時～正午
場所	消費生活センター(役場行政棟2階)	
相談種別	行政相談委員による相談(事前予約)※	
問合せ	政策推進課(内線1301)	
※国など行政のサービスに対する要望等について、行政相談委員が無料で相談に応じます。事前予約は、月曜日から金曜日まで(祝日を除く)の午前9時～午後5時に、申し込みください。		
●女性生活相談		
期日	火・水・金曜日(祝日を除く)	
時間	午前9時30分～正午、午後1時～3時30分	
場所	総合福祉センター「絆」	
問合せ	総合相談支援課(☎287-2525)	
●消費生活相談		
期日	月～金曜日(祝日を除く)	
時間	午前9時～正午、午後1時～4時	
場所	消費生活センター(役場行政棟2階)	
問合せ	消費生活センター(☎287-0858)	

教養・スポーツ

「東海やったん祭」の実行委員を募集します！

東海やったん祭は、青少年のための手作りのお祭りです。今年で第40回を迎える東海やったん祭の企画や運営を行う実行委員を募集します。興味のある方は、ぜひご応募ください。

対象▼村内在住・在勤・在学で16歳以上の方

会費▼無料
申・期 4月28日(金)以降に、電話で、とうかい村松宿こども園子育て支援センター(☎282局7390)へ申し込みください。※申し込みは、年間を通して随時受け付けます。

募集人員▼若干名※申し込み多数の場合は抽選となります。
任期▼5月から令和6年3月31日まで
内容▼年5回程程度の企画会議(実行委員会)への参加、東海やったん祭(11月上旬～中旬に開催予定)の運営

その他▼昨年度の東海やったん祭の様子を村公式ホームページに掲載していますので、ご覧ください。



▲HPはこちら



▲申込はこちら

申・期 村公式ホームページからダウンロードした申し込み紙に必要事項を記入または、申し込みフォームから、5月16日(火)までに、東海やったん祭実行委員会事務局(生涯学習課(歴史と未来の交流館)内☎287局0851)へ申し込みください。

「とうかいまるごと博物館」への参加団体・企業等を募集します！

「とうかいまるごと博物館(通称「まる博」)では、村全域を「屋根のない博物館」と見立てて活動しています。現在「まる博」事業として、多様な団体・企業等が、歴史を体感し、自然に親しみ郷土愛を育むことのできる、さまざまなイベント等を実施しています。村内でイベント等の開催を計画している団体・企業等の皆さんは、この機会に「とうかいまるごと博物館」へ参加し、イベント参加者の募集や事業のPRを行ってみませんか。

対象事業▼村内の歴史・民俗・文化・科学・自然・郷土を題材とした、講座・見学会・体験・イベント等

これまでの実施例▼J・PARCハローサイエンス(J・PARC主催)▼天体観測会(東海村の環境調べ隊主催)▼すこやかウォーキング(保健センター主催)等

その他▼「まる博」事業として登録されたイベント等は、登録事業をまとめたリーフレットに掲載され、村内外に周知されます。▼詳細は、村公式ホームページをご覧ください。



▲HPIはこちら

申・問5月14日(日)までに、▼事業名▼事業内容▼実施期日等——を明記の上、メールで、生涯学習課博物館・文化財担当(歴史と未来の交流館内) ☎️287局0851 📧maruhaku@vill.tokaiibaraki.jpへ申し込みください。

歴史と未来の交流館 企画展示等のお知らせ

歴史と未来の交流館では、現在、国登録有形文化財の「照沼家住宅」に関する企画展示等を開催しています。

【照沼家文書の世界 ―山横目のしあわせ―(企画展示室)

東海村照沼の「照沼家住宅」は、江戸時代に照沼村の庄屋や地域をまとめる山横目として重要な役割を果たしていました。山横目の役割を照沼家文書を通して分かりやすく展示していますので、この機会にぜひご来場ください。

【カヤぶきマルシェ(展示室1)】

カヤぶき屋根の家の模型を作るワークショップなど、事前の申し込みが不要で参加できるイベントです。

【共通】

期間▼5月7日(日)まで

場所▼歴史と未来の交流館

入場料▼無料

【問】

生涯学習課博物館・文化財担当(歴史と未来の交流館内) ☎️287局0851

「とうかいまるごと博物館」阿漕ヶ浦の植物マップをつくろう！

阿漕ヶ浦にはどんな植物が自生しているのでしょうか。専門家の解説を聞きながら、手作りのマップを作成します。ぜひご参加ください。

期日▼5月20日(土)

時間▼午前10時から正午(午前9時30分受け付け開始)

集合場所▼阿漕ヶ浦公園駐車場

定員▼先着20人 ※中学生以下は保護者の同伴が必要となります。

参加費▼300円/人

申・問4月30日(日)から5月17日(水)までに、▼行事名▼氏名▼電話番号——を明記の上、メールで、生涯学習課博物館・文化財担当(歴史と未来の交流館内) ☎️287局0851 📧maruhaku@vill.tokaiibaraki.jpへ申し込みください。

「とうかいまるごと博物館」磯の生き物観察会

「東海村の環境調べ隊」と一緒に、引き潮の平磯海岸で磯の生き物を観察します。普段見ることができない生き物が見つかるかもしれません。

期日▼5月21日(日)

時間▼午前9時から正午(午前8時50分集合)

集合場所▼平磯海岸(ひたちなか市)

対象▼小学生以上の子とその親 ※大人のみや、家族での参加も可能です。

定員▼先着5組

参加費▼500円/組 ※家族で参加する場合は、一家族500円となります。

申・問4月30日(日)から5月6日(土)までに、▼行事名▼氏名▼電話番号——を明記の上、メールで、生涯学習課博物館・文化財担当(歴史と未来の交流館内) ☎️287局0851 📧maruhaku@vill.tokaiibaraki.jpへ申し込みください。

「とうかいまるごと博物館講座」古墳って何？―東海村の古墳の謎にせまる―

古墳とは一体何なのか、東海村の古墳の謎に専門家が迫ります。

期日▼5月21日(日)

時間▼午後1時30分から3時まで

場所▼歴史と未来の交流館

定員▼先着20人

参加費▼無料

申・問4月30日(日)から5月17日(水)までに、▼行事名▼氏名▼電話番号——を明記の上、メールで、生涯学習課博物館・文化財担当(歴史と未来の交流館内) ☎️287局0851 📧maruhaku@vill.tokaiibaraki.jpへ申し込みください。

「とうかいまるごと博物館」星空の下de語る会

星空の下、阿漕ヶ浦湖畔で、地域の歴史・自然・科学について語り合います。

期日▼5月27日(土)

時間▼午後6時30分から8時まで

集合場所▼阿漕ヶ浦公園駐車場

定員▼先着30人 ※中学生以下は保護者の同伴が必要となります。

参加費▼500円/人

申・問4月30日(日)から5月17日(水)までに、▼行事名▼氏名▼電話番号——を明記の上、メールで、生涯学習課博物館・文化財担当(歴史と未来の交流館内) ☎️287局0851 📧maruhaku@vill.tokaiibaraki.jpへ申し込みください。

「いづもの読書週間行事」 「あらあらふしぎな昔ばなし」

「とーんと、昔語りの会」の皆さんが、昔から伝わる不思議な話や面白い話を情感豊かに語ります。お子さんから大人まで楽しめる内容となっていますので、ぜひご来館ください。

期日▼4月29日(土・祝)

時間▼午後2時から(1時間程度、午後1時45分受け付け開始)

場所▼村立図書館

定員▼先着30人程度 ※当日先着順に受け付けます。

入場料▼無料

問 村立図書館 ☎282局3435

茨城県北の素晴らしさを伝えませんか？ 「ジオガイド養成講座」受講生募集！

NPO法人いばらきTU・N.A.G.Uジオでは「ジオガイド養成講座」を開催します。茨城県北地域のジオ(地質や地形)や歴史、文化等を通して茨城県北の素晴らしさを伝えませんか。

期日等▼▽6月11日：常陸太田市生涯学習センター(常陸太田市中城町3280)▽9月10日：調整中(参加者に別途通知)▽10月8日：総合センターらばーる(那珂市古徳371)

(全て日曜日、全3回)

定員▼25人

内容▼座学研修、現地研修

参加費▼1000円/回

申事前、常陸太田市観光物産協会(☎0294・72・8194)へ申し

込みください。

問 朝日さん(NPO法人いばらきTU・N.A.G.Uジオ事務局 ☎080・5095・8109)

チャレンジスクール 「弓道の部」

生涯を通じて楽しむことのできる日本の伝統的なスポーツ「弓道」を体験してみませんか。



期日▼5月20日(土)から6月25日(日)までの土・日曜日(6月3日(土)・4日(日)を除く、全10回)

時間▼午後4時15分～6時15分

場所▼総合体育館

対象▼村内在住・在勤(同居家族を含む)・在学中(中学生以上の方)

定員等▼▽一般：先着15人▽中学生：先着15人(最少催行人数合計15人)

参加費▼2000円/人

申・問 4月29日(土・祝)から5月7日(日)まで(5月1日(月)を除く)の午前8時30分～午後5時15分に、参加費を添えて、総合体育館(☎283局0673)へ申し込みください。

チャレンジスクール 「卓球の部」

幅広い年齢層が楽しむことができる代表的な生涯スポーツ「卓球」。レベルに応じたクラス別による指導を行いますので、初心者・経験者問わず、お気軽にご参加ください。

【小学生クラス】

期日▼6月3日(土)から7月8日(土)までの土曜日(全6回)

時間▼午後2時～3時30分

対象▼村内在住・在学の小学生の方

定員▼先着20人(最少催行人数10人)

【一般クラス】

期日▼6月6日(火)から23日(金)までの火・金曜日(全6回)

時間▼午後7時～9時

対象▼村内在住・在勤(同居家族を含む)・在学中(中学生以上の方)

定員▼先着25人(最少催行人数15人)

【共通】

場所▼総合体育館

参加費▼2000円/人

その他▼ラケットは貸し出し可能です。

申・問 4月29日(土・祝)から5月21日(日)まで(月曜日を除く)の午前8時30分～午後5時15分に、参加費を添えて、総合体育館(☎283局0673)へ申し込みください。

SCスマイルTOKAI

「日山ハイキング」

5月下旬は、日山のヤマツツジの花が見頃となります。山頂が真っ赤に染まる光景を一緒に眺めませんか。

期日▼5月20日(土)

時間▼午前7時30分出発(午前7時20分ふれあいの森公園駐車場集合)

場所▼日山(天王山)(福島県二本松市)

対象等▼村内在住・在勤(同居家族を含む)またはSCスマイルTOKAI

会員で、18歳以上の方(先着4人)

講師▼七尾茂さん(PGA指導員資格獲得者)

参加費▼▽一般・会員同居家族：1万2500円/人▽会員：1万

円/人

SCスマイルTOKAI

「ゴルフ教室」(1期)

ゴルフに興味がある初心者から、上達したい経験者まで参加できます。資格を持つプロの指導者がレッスンをを行います。

期日▼5月7日(日)から6月11日(日)までの日曜日(5月28日(日)を除く、全5回)

時間▼午後1時30分～2時30分

場所▼酒出ゴルフセンター(那珂市南酒出2504・3)

対象等▼村内在住・在勤(同居家族を含む)またはSCスマイルTOKAI

会員で、18歳以上の方(先着4人)

講師▼七尾茂さん(PGA指導員資格獲得者)

参加費▼▽一般・会員同居家族：1万2500円/人▽会員：1万

円/人

会員で18歳以上の方(先着15人)

内容▼田沢登山口から日山(天王山)山頂を経由し、茂原登山口へ到着するコース(所用時間約3時間30分)です。

参加費▼▽一般：1万3000円/人▽会員：9000円/人▽会員同居家族：1万1000円/人

申 5月17日(水)まで(月曜日を除く)の午前8時30分～午後5時15分に、参加費を添えて、総合体育館へ申し込みください。

問 SCスマイルTOKAI事務局(総合体育館内 ☎283局1001)

SCスマイルTOKAI

「ゴルフ教室」(1期)

ゴルフに興味がある初心者から、上達したい経験者まで参加できます。資格を持つプロの指導者がレッスンをを行います。

期日▼5月7日(日)から6月11日(日)までの日曜日(5月28日(日)を除く、全5回)

時間▼午後1時30分～2時30分

場所▼酒出ゴルフセンター(那珂市南酒出2504・3)

対象等▼村内在住・在勤(同居家族を含む)またはSCスマイルTOKAI

会員で、18歳以上の方(先着4人)

講師▼七尾茂さん(PGA指導員資格獲得者)

参加費▼▽一般・会員同居家族：1万2500円/人▽会員：1万

円/人

SCスマイルTOKAI

「ゴルフ教室」(1期)

ゴルフに興味がある初心者から、上達したい経験者まで参加できます。資格を持つプロの指導者がレッスンをを行います。

期日▼5月7日(日)から6月11日(日)までの日曜日(5月28日(日)を除く、全5回)

時間▼午後1時30分～2時30分

場所▼酒出ゴルフセンター(那珂市南酒出2504・3)

対象等▼村内在住・在勤(同居家族を含む)またはSCスマイルTOKAI

会員で、18歳以上の方(先着4人)

講師▼七尾茂さん(PGA指導員資格獲得者)

参加費▼▽一般・会員同居家族：1万2500円/人▽会員：1万

円/人

SCスマイルTOKAI

「ゴルフ教室」(1期)

ゴルフに興味がある初心者から、上達したい経験者まで参加できます。資格を持つプロの指導者がレッスンをを行います。

期日▼5月7日(日)から6月11日(日)までの日曜日(5月28日(日)を除く、全5回)

時間▼午後1時30分～2時30分

場所▼酒出ゴルフセンター(那珂市南酒出2504・3)

対象等▼村内在住・在勤(同居家族を含む)またはSCスマイルTOKAI

会員で、18歳以上の方(先着4人)

講師▼七尾茂さん(PGA指導員資格獲得者)

参加費▼▽一般・会員同居家族：1万2500円/人▽会員：1万

円/人

5月の資源物・ごみ収集日割表

【問い合わせ】清掃センター(☎282-7289)

資源物 ※各回収日の午前7時から8時30分までに出してください。			燃えないごみ・粗大ごみ		
真崎、村松北、舟石川中丸、外宿2	1日・8日 15日・22日	宿、押延、岡外宿1	3日・17日 10日・24日	真崎、村松北、権現山寮、真砂寮、原子力機構(荒谷台)	2日・16日
船場、照沼	1日・15日	内宿1、亀下	4日・11日 18日・25日	原子力機構(長堀)、長堀寮、舟石川3、外宿1、外宿2、竹瓦	1日・15日
原子力機構(長堀・荒谷台・箕輪)、須和間、フローレスタ須和間	2日・9日 16日・23日	百塚、内宿2、豊岡、舟石川3	4日・18日	緑ヶ丘、南台、豊岡、亀下	5日・19日
緑ヶ丘	2日・16日	竹瓦	11日・25日	百塚、豊白、内宿1、内宿2	4日・18日
白方	9日・23日	舟石川2	5日・12日 19日・26日	白方、岡、原子力機構(百塚)	9日・23日
舟石川1、原子力機構(百塚)	3日・10日 17日・24日	南台、川根	5日・19日	舟石川1、船場	8日・22日
		豊白	12日・26日	宿、川根、照沼、押延、須和間、フローレスタ須和間、原子力機構(箕輪)	12日・26日
				舟石川2、舟石川中丸	11日・25日
燃えるごみ ※祝日の収集も行います。					
真崎、村松北、白方、宿、岡、原子力機構(箕輪・百塚・荒谷台)、真砂寮、権現山寮、南台、緑ヶ丘、押延、須和間、川根、照沼、豊岡、亀下、フローレスタ須和間			舟石川1、舟石川2、舟石川3、舟石川中丸、百塚、豊白、原子力機構(長堀)、長堀寮、外宿1、外宿2、船場、竹瓦、内宿1、内宿2		
土曜日、祝日の直接搬入受付日時			清掃センター(燃えないごみ、粗大ごみ、資源物、剪定枝葉)		
13日・27日/8:30~12:00			3・4・5日/8:30~16:30(12:00~13:00を除く)		
6日・13日・20日・27日/8:30~11:30			3・4・5日/8:30~16:30		

申 5月5日(金・祝)まで(5月1日(月)を除く)の午前8時30分〜午後5時15分に、参加費を添えて、総合体育館へ申し込みください。

問 SCスマイルTOKA事務局(総合体育館内 ☎283局1001)

水戸ホーリーホックの試合を優待価格で観戦できます

水戸ホーリーホックホームタウン推進協議会が開催する「東海村の日」に、村内在住・在勤・在学の方に限り、公式試合(対ベガルタ仙台)が優待価格で観戦できます。サッカーが好きな方はもちろん、興味はあるけれどもまだスタジアム観戦をしたことがない方も、この機会に選手たちを近くで応援しませんか。

期日▼5月7日(日)

時間▼午後3時キックオフ

場所▼ケーズデンキスタジアム水戸(水戸市小吹町2058-1)

対象▼村内在住・在勤・在学の方

定員▼先着1000人

入場料▼▽メインサイド自由席：1500円/人▽バックホーム自由席：1000円/人▽ゴール裏ホーム自由席：500円/人

申 事前に、Jリーグ公式チケット販売サイト(下の二次元コードよりアクセス可)から申し込みください。※▽サイトへの利用登録が必要です。▽残席がある場合のみ、当日、試合会場の券売所で直接販売を行います。

問 生涯学習課文化芸術・スポーツ推進

「東海村将棋連盟」会員募集

初心者も歓迎します。共に将棋を楽しみませんか。

活動日▼土曜日

時間▼▽ジュニア(小・中学生)：午前9時15分〜正午▽一般：午前9時15分〜午後3時

場所▼中丸コミュニティセンター


会費▼60円/回(場所代等)

申・**問** 秋葉さん(☎090・8582・5059 FAX 282局2691)

その他

「ご存じですか?」
「植えてはいけないケシ」

【お住まいの近くに自生していませんか?】
ケシの仲間(ケシ属植物)には、法律(あへん法等)によって栽培や所持等が禁止されているものがあります。
「植えてはいけないケシ」と知らずに、自宅で観賞用として栽培したり、庭や畑などで自然発生していたりする例が、村内でも確認されています。



▲村内で自生が確認されたアツミゲシ

【東海村の新型コロナワクチン接種状況(4月12日時点)】

接種回数	接種率
1回目接種	85.1%
2回目接種	84.8%
3回目接種	73.9%
4回目接種	52.9%
5回目接種	28.5%

※公開時点で把握している数値です。

【植えてはいけないケシを見つけたら?】
4月〜6月は、ケシの開花時期です。これらの、植えてはいけないケシの疑いがある植物を発見した場合は、ひたひたな保健所または保健センターへご相談ください。なお、所有する土地で自生した場合は、なるべく早く抜いて可燃ごみとして処理してください。

【植えてはいけない3種類のケシ】
次の3種類のケシの栽培は、法律で禁止されています。

- ▽ケシ(ソムニフェルム種)
- ▽アツミゲシ(セティゲルム種)
- ▽ハカマオニゲシ(ブラクテアツム種)

問 ひたひたな保健所(☎265局5645)、保健センター(☎282局2797)

参加費は
無料だよ!



「はなのわペアレント・トレーニング」参加者募集!

子どもの行動に「困ったな…」「どうすればいいのだろう…」など、悩みを抱えていませんか。ペアレント・トレーニングとは、お子さんのさまざまな行動に対してどのような対応が効果的なのか、“子どもとの関わり方のコツ”を学ぶプログラムです。親と子がより良い関わり方で家庭生活が送れるよう、同じ悩みを持つ保護者の皆さんと一緒に学んでみませんか。

期日▼5月31日、6月21日、7月12日、9月13日(全て水曜日、全4回)

時間▼午前9時30分～11時15分(午前9時20分受け付け開始)

場所▼なごみ・総合支援センター

対象等▼村内在住で、おおむね3歳児～小学3年生の子を持つ保護者(先着20人)

内容▼▽第1回…オリエンテーション、子どもの行動を3種類に整理しよう、好ましい行動を増やすには▽第2回…好ましくない行動を減ら

すには▽第3回…子どもの協力を増やす方法
▽第4回…みんなで振り返りおしゃべり会

講師▼根本仁子さん(ペアレント・トレーニングリーダー)

その他▼新型コロナウイルス感染症の拡大防止等のため、中止・延期となる場合があります。

申し込み・問い合わせ▼5月1日(月)から17日(水)まで(土・日曜日、祝日を除く)に、電話で、子ども発達支援センター(なごみ・総合支援センター内 ☎282-3443)へ申し込みください。

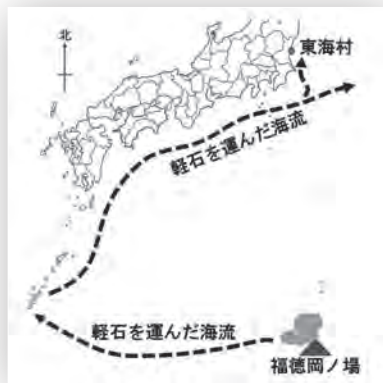
ふるさと歴訪
〜自然を探して〜

話題の「軽石」が村松に漂着!

軽石は、火山の噴火で空中に放出されたマグマが急な圧力の低下により泡立ち、内部がスカスカの状態で固まった、水に浮く軽い岩石です。

令和3(2021)年8月13日、東京から南に約1300キロメートル離れた小笠原諸島の「福徳岡ノ場」で、海底火山の巨大噴火が発生しました。噴出した軽石は海流に乗って沖縄各地に漂着し(左図)、漁業や海上交通などに大きな被害と影響を及ぼしました。関東沿岸と伊豆諸島でも、11月ごろの漂流や漂着が心配されたことは記憶に新しい出来事です。茨城県では大量の漂着はなく、大きな問題にはなりませんでしたが、問題となった軽石ですが、噴出から約10か月を過ぎた令和4(2022)年9月1日から13日にかけて、村内在住の反田孝美さんが、村松海岸(新川河口の北から八間道路先までの間)で314個もの軽石を採集し、歴史と未来の交流館に寄贈されました。それらの軽石の特徴はさまざまで、最大の物で長径が約133ミリメートル、形は角形・楕円形・円形を示し(下写真)、一部の軽石には漂流時に

付着したコケムシやエボシガイも観察されました。各地の情報をもとに検討した結果、村松海岸の漂着軽石は、福徳岡ノ場から移動・漂着したものと判断されました。



【図・軽石の移動推定図】



【写真・村松海岸に漂着した軽石】

石が、豊岡宮前遺跡の住居内から発見されています。

最後に、歴史的な軽石の話題の一つ。古墳時代の東海村にも軽石に興味を持ったお方が住んでいたようです。その証拠に、海岸から持ち帰って利用したと想像される軽石が、豊岡宮前遺跡の住居内から発見されています。

東海村文化財保護審議会委員

菊池 芳文