

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.27)
- p 04 10月から季節性インフルエンザワクチン接種費用の助成が始まります！
- p 07 令和6年度 認定こども園(教育認定)・村立幼稚園の入園児を募集します

ぜひご来場ください！
「大空マルシェ 2023」

日時

10月7日(土)
午前10時～午後5時

場所

大神宮、村松山虚空蔵堂

「大神宮」や「村松山虚空蔵堂」という歴史深いロケーションに、おしゃれなクラフト雑貨や、さまざまな種類のフード・ドリンクが集合します。ほかにも楽しい催しをたくさん用意していますので、ぜひご家族皆さんで足を運んでみませんか。

メインアーティストとして「yonige」が出演！

CMソングでも有名な「yonige」をはじめとした、7組のアーティストがライブステージを盛り上げます。

会場周辺の混雑緩和にご協力をお願いします

会場周辺には駐車場を用意していますが、混雑が予想されますので、乗り合わせや公共交通機関での来場にご協力をお願いします。

詳細は、大空マルシェ特設ホームページをご覧ください♪



【問い合わせ】大空マルシェ実行委員会(東海村観光協会内 ☎287-0855)

新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ

vol.27



令和5年秋開始接種について、お知らせします(9月13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をご覧ください。

【問い合わせ】健康増進課(保健センター ☎282-2797)

令和5年「秋」開始接種

接種対象者

初回接種を終了した生後6か月以上のすべての方

※初回接種とは、5歳以上の方は1・2回目接種、生後6か月～4歳の方は1～3回目接種のことをいいます。

使用するワクチン

オミクロン株XBB.1.5対応1価のワクチン

ワクチンの接種費用と接種回数

ワクチン接種は無料で、1人当たり1回接種します。

接種期間

9月20日(水)～令和6年3月31日(日)(予定)

区 分	12歳以上	5歳～11歳	生後6か月～4歳
村内のワクチン接種協力医療機関の接種開始日	9月25日(月)	10月12日(木)	10月11日(水)

村から発送する接種券等

▼接種券一体型予診票

▼送付状付き予防接種済証

▼封筒



「令和5年秋開始接種」と書かれたシールが貼ってあります。



紙の色は「アイボリー」です。



右上に「★★★★令和5年秋開始接種★★★★」と印字されています。

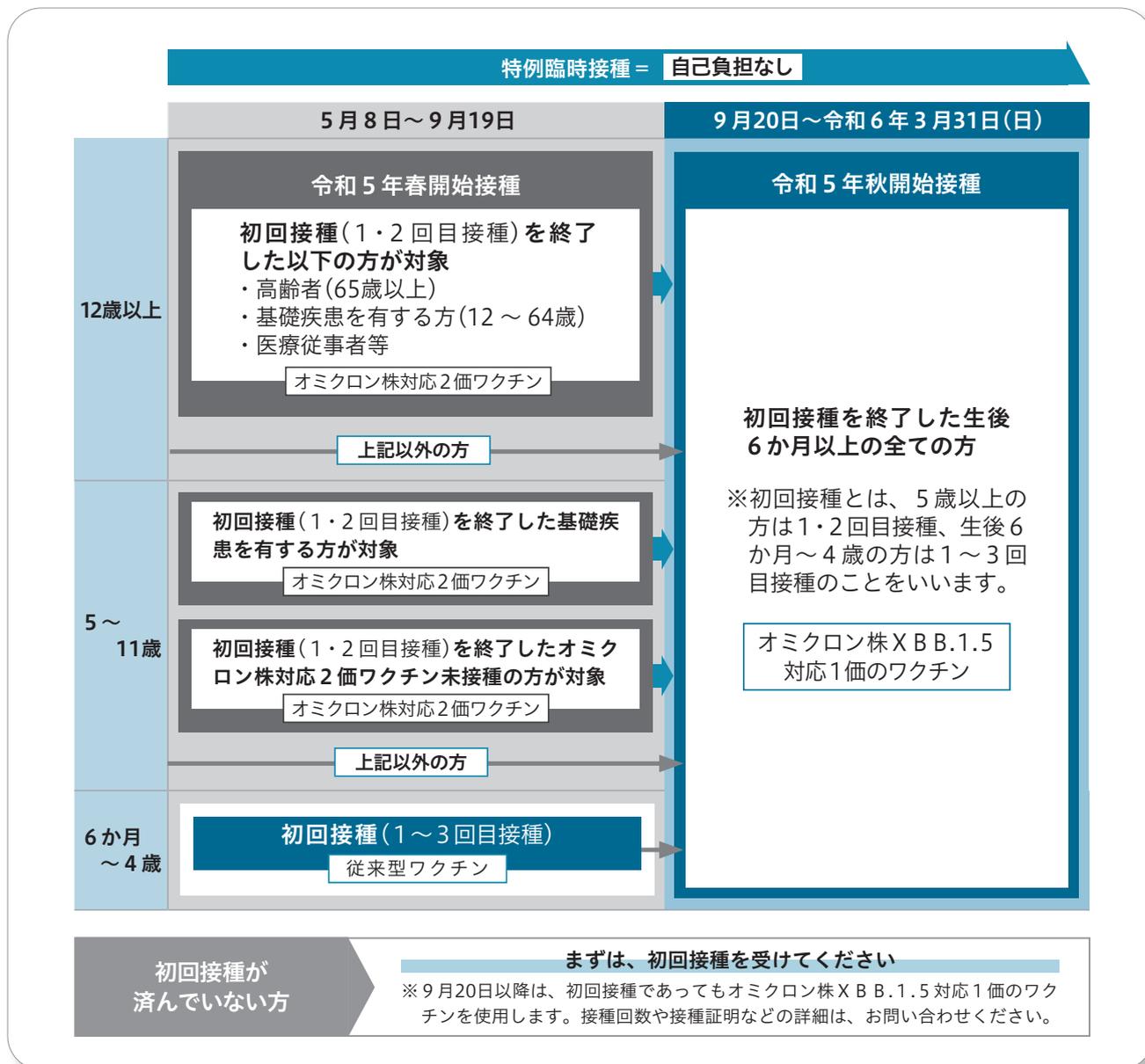
接種券の発送時期および接種予約について

お手元に接種券が届いた方から予約することができます。これまでに送付した接種券は、未使用であっても使用できませんので、必ず令和5年秋開始接種用の接種券であることをご確認の上、予約をお願いします。

区 分	接種券発送時期
65歳以上で令和5年6月30日までに前回接種を受けた方	発送済み
65歳以上で令和5年7月1日以降に前回接種を受けた方	前回接種から3か月を経過する頃
生後6か月～64歳の方	9月下旬以降(前回接種を受けた日が早い方から順次発送)

令和5年度の新型コロナウイルス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ウイルス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

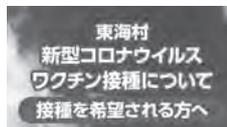
期日▼月曜日～金曜日(祝日を除く)

時間▼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

HP 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より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。

10月から

季節性インフルエンザワクチン 接種費用の助成が始まります！



村では、下表に該当する方を対象に、季節性インフルエンザワクチンの接種費用を助成します。助成を希望する方は助成期間内に接種してください。

なお、下表①・②に該当し事前申請が不要な方には、9月下旬以降に「インフルエンザ予防接種予診票(受診券)」を郵送します。

下表①・②に該当し事前申請が必要な方と、③・④・⑤に該当する方は、事前に必要な手続きをした上で接種を受けてください。

【申し込み・問い合わせ】保健センター(☎282-2797)

季節性インフルエンザワクチンは、季節性インフルエンザの発症を抑えたり、重症化を防いだりする効果が期待できます。ワクチンの予防効果は、接種した2週間後(13歳未満の子どもは2回の接種後)から5か月程度と考えられています。接種の際は、ワクチンの効果や副反応について理解した上で、体調の良いときに受けましょう。

助成期間▼

10月1日(日)から令和6年1月31日(水)まで

対象等▼

対 象	自己負担額	事前申請	その 他
① 満1歳から中学3年生までの方(接種日当日の年齢)	1,000円/回	不要	▼平成20年4月2日～令和4年10月4日に生まれた方 9月下旬に予診票を郵送します。
			▼令和4年10月5日～12月31日に生まれた方 満1歳になる日の1週間～2日前を目安に予診票を郵送します。
		要	▼令和5年1月1日～31日に生まれた方 12月1日(金)以降に、電話またはお越しの上、保健センターへ申し込みください。
【ご注意ください！】 接種は生後6か月から可能ですが、村の助成を受けて接種する場合は、必ず1歳の誕生日を迎えてから接種してください。			
② 65歳以上の方(接種日当日の年齢)	無料	不要	▼昭和33年10月4日までに生まれた方 9月下旬に予診票を郵送します。
			▼昭和33年10月5日～12月31日に生まれた方 満65歳になる日の1週間～2日前を目安に予診票を郵送します。
		要	▼昭和34年1月1日～31日に生まれた方 12月1日(金)以降に、電話またはお越しの上、保健センターへ申し込みください。
【ご注意ください！】 村の助成を受けて接種する場合は、必ず65歳の誕生日を迎えてから接種してください。			
③ 60歳以上64歳以下で、心臓・腎臓・呼吸器等の内部障がいおよび免疫機能障がいにより身体障害者手帳1級の交付を受けている方	無料	要	▼初めて申し込む方 身体障害者手帳をお持ちの上、保健センターへ申し込みください。
			▼助成を受けたことがある方 電話で、保健センターへ申し込みください。

対 象	自己負担額	事前申請	そ の 他
④ 満1歳以上65歳未満で、今年度の市町村民税が非課税世帯の方	無料	要	「東海村インフルエンザワクチン接種用村・県民税非課税証明書※」をお持ちの上、保健センターへ申し込みください。なお、満1歳から中学3年生までの子ども(対象①)がいる場合は、郵送された予診票を併せてお持ちください。 ※証明書の発行…税務課(役場行政棟1階)で申請してください(手数料200円)。交付を受ける際は、窓口に来る方の顔写真付き身分証明書(運転免許証等)をお持ちください。また、令和5年1月2日以降に転入した方は、令和5年1月1日時点でお住まいだった市町村に申請する必要がありますので、そちらへお問い合わせください。
⑤ 満1歳以上65歳未満で、生活保護世帯の方	無料	要	「生活保護受給者証」をお持ちの上、保健センターへ申し込みください。なお、満1歳から中学3年生までの子ども(対象①)がいる場合は、郵送された予診票を併せてお持ちください。

その他▼▽対象①・②に該当し、9月以降に転入した方(予診票が届かない方)は、保健センターへお問い合わせください。▽対象①～⑤に該当しない方は、接種費用が全額自己負担となります。接種を希望する方は、医療機関へ直接お問い合わせください。▽助成期間の後半になると、ワクチンの供給が減り、医療機関によっては接種できない場合がありますので、ご注意ください。

季節性インフルエンザワクチンと新型コロナワクチンは同時接種が可能です

季節性インフルエンザワクチンと新型コロナワクチンの接種間隔に関する規定が見直されたことから、接種間隔に関わらず、両ワクチンを接種できるようになりました。また、同時接種も可能です。



民生委員・児童委員を紹介します

【問い合わせ】東海村民生委員・児童委員協議会事務局(地域福祉課地域福祉・地域医療推進担当内 ☎282-1711 内線1138・1139)

皆さんの身近な相談者として、地域福祉の増進のために活動している民生委員・児童委員。令和5年9月1日付で、新たに原泰三さんと宇都野敦子さんが厚生労働大臣から委嘱されましたので、ご紹介します。

「民生委員・児童委員」って、どんな人？

民生委員・児童委員は、自らも地域住民の一員として、地域の高齢者や障がいのある方々、子どもたちを見守っています。また、村民の皆さんが抱える生活上の心配ごとや困りごとなどのさまざまな相談に応じ、必要な支援が受けられるよう、村民と村や東海村社会福祉協議会などの専門機関との「つなぎ役」を務めています。

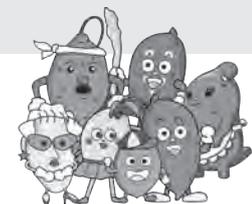
村では現在60人(定数62人)の民生委員・児童委員が活動しており、うち3人は、子どもや子育てに関する支援を専門に担当する主任児童委員です。地域住民の立場に立ち、地域の福祉を担うボランティアとして、日々活動を続けています。

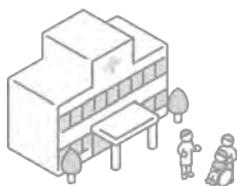
(敬称略)

No.	担当区域	氏名
24	百塚	原 泰三
41	長堀住宅	宇都野 敦子

福祉に関すること等でお悩みの方は…

担当区域の民生委員・児童委員または地域福祉課へお気軽にご相談ください。秘密は厳守されます!





正しく使用していますか？

医療福祉費支給制度(マル福・マル特)

村では、茨城県の医療福祉費支給制度(マル福)と村独自制度(マル特)の対象となる方について、健康保険適用分の医療費に対する助成を行っています(健康保険適用外の医療費は対象外)。今回は、マル福・マル特を使用する際に、注意してほしい3つのポイントについてご紹介します。※医療福祉費支給制度(マル福)の詳細は、村公式ホームページをご覧ください。



HPIはこちら

限度額適用認定証や特定疾病療養受療証の交付を受けた方は提示をお願いします！

医療費が高額になる場合や入院する場合は、健康保険証の発行元(以下「保険者」)に「限度額適用認定証」が交付されるかをご確認ください。該当する方は必ず申請をし、限度額適用認定証の交付を受けてください。また、人工透析が必要な慢性腎不全等の方も「特定疾病療養受療証」の交付を申請してください。医療機関受診の際は「健康保険証」・「医療福祉費受給者証」(以下「受給者証」)と併せて、医療機関窓口にも必ず提示してください。

【優先順位】①医療保険 → ②公費(国 → 茨城県のマル福) → ③村独自の医療費助成制度

※医療費は、医療保険での給付が優先され、一部負担金(自己負担金)などを公費で負担しています。

学校(園)でのけがで医療機関を受診するときは、健康保険証のみを提示してください！

保育所や幼稚園、学校等の管理下における災害(負傷等)については、学校等で加入する「日本スポーツ振興センター災害共済給付制度」が優先されるため、マル福・マル特制度の対象とはなりません。医療機関にかかる場合は受給者証は提示せず、健康保険証のみを提示し、後日、学校等を通じて「日本スポーツ振興センター」へ請求を行い、給付を受けてください。マル福・マル特制度と併用した場合は、村へ医療費を返還していただく場合があります。給付内容の詳細は、お子さんが通う学校等へお問い合わせください。

銀行口座や健康保険証が変わった場合は、必ず保険課の窓口へ届け出てください！

口座名義の変更や口座の解約などで、銀行口座の情報に変更があると、医療費の払い戻しが遅れることがあります。また、健康保険証の保険者番号・記号などに変更があると、医療機関で受給者証が使用できなくなります。銀行口座や健康保険証に変更があった場合は、必ず保険課(役場行政棟1階)へお越しの上、手続きをお願いします。

【銀行口座が変わった場合は…】

▽口座情報が分かるもの(通帳やキャッシュカード)▽受給者証▽印鑑(ゴム印不可)をお持ちの上、保険課で手続きをしてください。

【健康保険証が変わった場合は…】

▽健康保険証▽受給者証▽印鑑(ゴム印不可)をお持ちの上、保険課で手続きをしてください。

【問い合わせ】保険課医療保険担当 (☎282-1711 内線1134・1135)

令和6年度 認定こども園(教育認定)・ 村立幼稚園の入園児を募集します



10月2日(月)から、とうかい村松宿こども園・石神幼稚園・村松幼稚園と子育て支援課(役場行政棟4階)で、入園願等を配布します。園で受け取る場合は、お住まいの小学校区域の園へお越しください。※入園願等は、子育て応援ポータルサイト「のびのび子育て帳」(右の二次元コードからアクセス可)からもダウンロードできます。



▲のびのび子育て帳

【問い合わせ】子育て支援課認定・給付担当(☎282-1711 内線1185)

対象▼▽5歳児…平成30年4月2日～平成31年4月1日に生まれた幼児
▽4歳児…平成31年4月2日～令和2年4月1日に生まれた幼児
▽3歳児…令和2年4月2日～令和3年4月1日に生まれた幼児

その他▼▽入園の申し込みができるのは、令和6年4月1日時点で、お住まいの小学校区域の幼

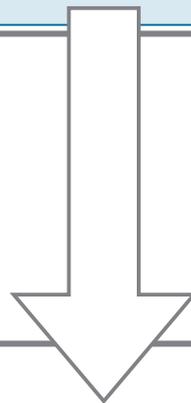
稚園または認定こども園となります。
 ▼とうかい村松宿こども園と石神幼稚園については、対象学区からの申し込み空きがあった場合のみ、対象学区外からの申し込みを受け付けます。



▲学区の確認はこちら

申し込み▼入園願等に必要事項を記入の上、下表の申し込み日時に、各園へ申し込みください。

園名等	対象学区と申し込み日時	対象学区外からの申し込み日時
とうかい村松宿こども園 (☎282-3700)	照沼小学区 10月19日(木)・20日(金) 午後1時30分～3時30分	▽一次募集…石神小学区の方 10月20日(金)午後3時30分～4時 ▽二次募集…白方・村松・石神・舟石川・中丸小学区の方 10月23日(月)午前10時～10時30分
石神幼稚園 (☎282-3100)	石神小学区 10月24日(火)・25日(水) 午後1時30分～4時	石神小学区以外の方 10月24日(火)・25日(水)午後1時30分～4時
村松幼稚園 (☎282-2867)	白方・村松・舟石川・中丸小学区 10月24日(火)・25日(水) 午前9時～10時、午後1時～2時 ※舟石川・須和間幼稚園は令和6年度に村松幼稚園へ統合となります。	



【対象学区外からの申し込みについて】

- ▼とうかい村松宿こども園…▽申し込み多数の場合は、当日抽選を行います。▽空きがあった場合のみ、二次募集を実施します。※空き状況は、子育て応援ポータルサイト「のびのび子育て帳」をご覧ください。
- ▼石神幼稚園…▽申し込み多数の場合は、事前に連絡の上、10月26日(木)の午前10時から抽選を行います。▽抽選に落選した方は、対象学区の園で入園申し込みを受け付けますので、各園へご連絡ください。

「とうかいまるごと博物館研究員(第3期生)」 養成講座の受講生を募集します!

「とうかいまるごと博物館研究員」(通称「まる博研究員」)養成講座は、歴史と未来の交流館を拠点に地域の歴史や自然を研究したり、伝えたりできる方(まる博研究員)を増やすことで、より多くの皆さんが村の歴史や自然に触れられるようにするという取り組みです。

講座は基礎から始めますので、村の歴史や自然について全く知らないという方も大歓迎です。楽しみながら村の歴史や自然について勉強し、歴史と未来の交流館や地域で活躍しませんか。



▲講座・フィールドワークの様子

期間▼10月から令和6年11月までの約1年間(下表参照)

対象▼村内在住・在勤で▽高校生以上▽月曜日～金曜日(祝日を除く)の参加が可能——を満たす方

定員▼先着10人

受講料▼無料 ※材料費等を徴収する場合があります。

申し込み・問い合わせ▼9月30日(土)から10月14日(土)までに、電話またはメールで、生涯学習課博物館・文化財担当(歴史と未来の交流館内 ☎287-0851) ☒maruhaku@vill.tokai.ibaraki.jpへ申し込みください。

こんな方におすすめ!

- ▽歴史や自然に興味がある
- ▽勉強したことを形にしたい
- ▽自分の知識をみんなに伝えたい



養成講座を受講すると…

▽村の歴史や自然に関する知識が身に付きます。また、それらの知識をより深めるためのサポートが受けられます。

▽講座を受講後、「研究員証」を交付します。地域で歴史や自然についてのエキスパートとして活躍できます。

▽文章の書き方や写真の撮り方などのスキルが身に付きます。

▽歴史と未来の交流館では研究員が活動できる場を用意しており、自分が学んだことや調べたことを形にすることができます。

▽歴史や自然を題材とした体験活動の講師やスタッフとして活躍できます。

【養成講座スケジュール】 ※講座の内容等は変更する場合があります。

期 日	時 間	内 容
10月17日(火)	10:00～11:30	開講式
11月14日(火)	10:00～11:30	【歴史講座】旧石器・縄文時代の東海村
12月5日(火)	10:00～11:30	【歴史講座】古墳時代の東海村
令和6年1月16日(火)	9:30～11:30	【フィールドワーク】古墳巡り
2月6日(火)	10:00～11:30	【自然講座】東海村の植物
3月12日(火)	10:00～11:30	【フィールドワーク】春の植物観察会
4月16日(火)	10:00～11:30	【自然講座】東海村の地質
5月21日(火)	10:00～11:30	【フィールドワーク】東海村ジオツアー
6月11日(火)	10:00～11:30	【歴史講座】中世の東海村
7月(期日未定)	10:00～11:30	【歴史講座】近世の東海村
8月(期日未定)	10:00～11:30	【歴史講座】古文書の読み方・扱い方
9月(期日未定)	10:00～11:30	【歴史講座】村松晴嵐荘・原子力と東海村
10月(期日未定)	10:00～11:30	【スキルアップ講座】魅力的な記事の書き方講座
11月(期日未定)	10:00～11:30	修了式

「東海ワンコイン劇場2023」



入場料500円の「東海ワンコイン劇場2023」。ご家族やご友人と一緒に、好きな映画をお楽しみください。

期日等▼

期 日	時 間	作 品 名 等
10月7日 (土)	① 10:00～ ② 13:40～	それいけ!アンパンマン ロボリィとぼかぼかプレゼント (2023年/東京テアトル) 上映時間 64分
	① 11:30～ ② 15:10～	映画ドラえもん のび太と空の理想郷 (2023年/東宝) 上映時間 107分 ※入場者特典として「パーフェクトまんがBOOK」を差し上げます (1人につき1冊)。
10月8日 (日)	① 10:00～ ② 15:20～	ラーゲリより愛を込めて (2022年/東宝) 上映時間 133分
	① 12:40～ ② 18:00～	銀河鉄道の父 (2022年/キノフィルムズ) 上映時間 128分



© やなせたかし/フレアベル館・TMS・NTV
© やなせたかし/アンパンマン製作委員会 2023



© 2022 映画「ラーゲリより愛を込めて」製作委員会
© 1989 清水香子



© 藤子プロ・小学館・テレビ朝日・シンエイ・ADK 2023



© 2022「銀河鉄道の父」製作委員会

場所▼東海文化センター

入場料▼500円/人(全席自由、3歳以上有料)

その他▼▽入場料は、上映当日に入場口でお支払いください。▽2歳以下は、保護者の膝上で鑑賞する場合のみ無料です。

問い合わせ▼東海文化センター(☎282-8511)

令和5年度「第11回 東海村小・中学校平和大使広島派遣」・「体験報告会」

“平和”について理解を深めました



8月5日から7日にかけて、令和5年度「第11回 東海村小・中学校平和大使」(团长：稲野邊縁 東海南中学校校長)として、村内各校の児童・生徒15人(小学生9人、中学生6人)が広島を訪問しました。平和への願いを込めて各校で作成した折り鶴を奉納したほか、原爆ドームや広島平和記念資料館の見学、被爆者からの体験講話など、さまざまな活動を通し平和について理解を深めました。また、平和記念式典に参列して小学生の平和の誓いを聞くなど、平和について深く考える機会となりました。



8月25日に東海村産業・情報プラザ「アイヴィル」で行われた体験報告会では、「原爆をなくすために、僕たちが少しでも多くの人に原爆や核兵器、戦争の恐ろしさを語り継いでいかなければならない」、「本当の平和とは何か、今の平和は尊い命の犠牲の上に成り立っている」、「当たり前の平和な世界を保つために、平和について考え、戦争を繰り返してはならないことを伝えていくことが大事である」など、平和への強い願いを訴えた平和大使たち。活動を通して感じたことや学んだことを発信し、今後の学習等に活かしてほしいです。

「特定非営利活動法人スポーツクラブ
スマイル東海」活動報告

こんにちは！SCスマイルTOKAIです！



【地域クラブ活動の様子】

SCスマイルTOKAIでは、こんな活動をしています！

☆スポーツ教室の開催

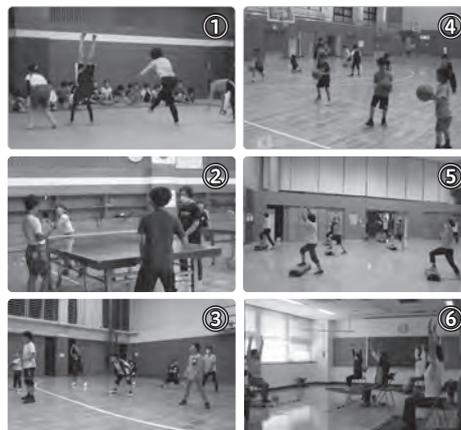
専門の資格を持つスポーツ指導者や、村内のスポーツ団体、村との地域連携により協力を得ている茨城大学の学生指導者等を講師に招き、各種スポーツ教室を開催しています。令和5年度からは、学校部活動の地域移行に伴い、地域クラブ活動として陸上競技の活動も始めています。会員向けの各教室の受講料は“1回当たり500円”を基本として、安価に設定しています(一部の特殊教室を除く)。

【子ども向け教室】

- ▼キッドビクス
- ▼競技エアロビク
- ▼ジュニア体操(写真①)
- ▼ジュニア卓球(写真②)
- ▼ジュニアテニス(硬式)
- ▼ジュニアバレーボール(写真③)
- ▼ジュニア陸上
- ▼ジュニア陸上アスリートクラス
- ▼ミニバスケットボール(写真④)

【一般向け教室】

- ▼エアロビクス
- ▼大人向け体操
- ▼ステップエクササイズ(写真⑤)
- ▼ソフトエアロビクス
- ▼ハイキング
- ▼ボディケア
- ▼ヨガ
- ▼ゴルフ
- ▼コアトレーニング(写真⑥)



☆スポーツイベントの企画・開催や地域スポーツ活動の支援・協力

上記のスポーツ教室のほか、健康教育事業「子育てパパの筋力トレーニング」(写真⑦)、「年代別女性の講座」(いずれも保健センター受託事業)、「ジュニア運動遊び教室」(生涯学習課受託事業)を開催しています。また、「体操教室体験会」など、さまざまなスポーツの体験会やクラブ教室の成果披露発表会等を、随時企画・開催しています。ほかにも、「スポーツ大好き夏期講座」(エンジョイ・サマースクール対象事業)や「スポーツフェスタ」(主催：東海村教育委員会)、「東海村スマイルマラソン」(主催：東海村マラソン大会実行委員会)に対する支援・協力を行っています。



SCスマイルTOKAIで一緒にスポーツを楽しもう！クラブ会員随時募集中！

年会費(個人年会費)▼

区分	新規会員	継続会員	▽年会費のほか、教室ごとに受講料がかかります。 ▽年会費の有効期限は、入会した年度の3月31日までとなります。 ▽大学生・一般の新規会員については、入会した月によって金額が異なります。詳細は、お問い合わせください。
幼児・小学生	2,400円	2,000円	
中学生・高校生	3,600円	3,000円	
大学生・一般	6,000円	5,000円	

入会手続き▼総合体育館備え付けの申込書に必要事項を記入し、申し込み(印鑑持参)後、郵便局で年会費をお振り込みください。クラブ会員証の発行までは、年会費の振り込み受領証が仮の会員証となります。

その他▼入会手続きが済んでいない方は会員対象教室への申し込みができませんので、各教室に申し込む前に入会手続きを完了してください。また、各教室に申し込みをする際は会員証をお持ちください。

「特定非営利活動法人スポーツクラブ スマイル東海」(SCスマイルTOKAI)は、村内の誰もが“いつでも・どこでも・誰とでも”運動やスポーツを気軽に楽しむことができる生涯スポーツ社会(コミュニティ)の形成を目指して、平成19年から活動している、会員制の地域スポーツクラブです。令和5年3月14日に茨城県から認証を受け、特定非営利活動法人(NPO法人)として活動をしています。

令和5年8月現在で、幼児から一般の方まで593人が会員登録し、さまざまなスポーツに取り組んでいます。

【問い合わせ】SCスマイルTOKAI事務局(総合体育館内 ☎283-1001)

会員以外の方でも参加できる、令和5年度後期開催の教室をご紹介します！

教室等一覧(一般向け)▼

教室名	期日等	場 所	対 象 等	参 加 費
(1)エアロビクス教室	火曜日(各期全7回) 19:45～20:45	総合福祉センター「絆」	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(各先着30人)	〈各期〉 一 般 …7,000円/人 会 員 …3,500円/人
(2)ステップエクササイズ教室	木曜日(各期全7回) 19:30～20:30			
(3)コアトレーニング教室	水曜日(各期全7回) 10:00～11:00	総合体育館		
(4)大人向け体操教室	金曜日(各期全7回) 13:30～15:00			
(5)ハイキング教室	▽10月28日(土) 龍王峡(栃木県) ▽11月25日(土) 陣馬山(東京都)		対象や参加費、申し込み方法など詳細は、「広報とうかい」でお知らせします。	
(6)ゴルフ教室	10月22日(日)～11月26日(日)の日曜日(11月12日(日)を除く、全5回) 13:30～14:30(予定)	酒出ゴルフセンター(那珂市南酒出2504-3)	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(各回先着4人)	〈各期〉 一 般 …1万2,000円/人 会 員 …1万円/人
(7)年代別女性の健康講座	9月28日・10月5日・12日(全て木曜日) 9:30～11:00	総合福祉センター「絆」	村内在住で、運動を始めてみようと思う50～64歳の女性の方(各回先着20人)	無料

教室等一覧(子ども向け)▼

教室名	期日等	場 所	対 象 等	参 加 費
(8)ステップアップ!ジュニア運動あそび	11月12日(日)～12月17日(日)の日曜日(全6回) ▽ホップクラス…9:30～10:30 ▽ステップクラス…11:00～12:00 ▽ジャンプクラス…13:30～14:30	総合体育館	対象や参加費、申し込み方法など詳細は、本紙(18ページ)をご覧ください。	
(9)ジュニア体操教室体験会	令和6年2月15日(木) 15:00～16:00、16:10～17:10	総合体育館	対象や参加費、申し込み方法など詳細は、「広報とうかい」でお知らせします。	

申し込み▼▽(1)・(2)・(3)・(4)…参加費を添えて、総合体育館へ申し込みください。(6)・(7)…参加希望日の前日までに、参加費を添えて((7)を除く)、総合体育館へ申し込みください。※▽受付時間は午前8時30分～午後5時15分です。▽総合体育館の休館日(月曜日(祝日の場合は翌開館日))には受け付けできません。



ホームページはこちら▼



令和5年度後期の活動を紹介する教室案内(写真左)を、総合体育館や村内公共施設に設置していますので、ぜひご覧ください。

SCスマイルTOKAIは、これからも地域スポーツのさらなる普及・発展と、スポーツ活動を通じた明るく豊かな生活の実現を目指していきます。これからのSCスマイルTOKAIの活動にご期待ください。



消費生活 相談

捨てるなんて「もったいない」！ちょっとした意識と工夫で、今日から家庭での「食品ロス」を減らしましょう

【問い合わせ】消費生活センター(産業政策課内 ☎287-0858)

まだ食べられるのに廃棄される「食品ロス」

食べ残しや売れ残り、賞味・消費期限が近いなど、さまざまな理由により、まだ食べられる食品が廃棄されてしまう「食品ロス」。農林水産省および環境省によると、令和3年度の食品ロス量は523万トンと推計されています。これは、国民1人当たり、毎日おにぎり1個分(114グラム)の食べ物が捨てられていることとなります。



食品ロスの約半分は家庭から！？

食品ロスは、食品メーカーや卸・小売店、飲食店などで発生していると思われるがちですが、全体の約半数は一般家庭から出されています。家庭での食品ロスを減らすには、私たち一人ひとりが「もったいない」という意識を持つことが大切です。食材は無駄なく使い、おいしく食べ切るようにしましょう。

家庭での食品ロスはなぜ出てしまうの？

家庭から食品ロスが出てしまう要因として、次のものがあります。

- ▽食べ切れずに残してしまう「食べ残し」

- ▽調理する際に、野菜の皮や茎など食べられる部分まで切って捨ててしまう「過剰除去」
- ▽腐ったり、賞味・消費期限が切れたりして、食べる前に廃棄されてしまう「直接廃棄」

家庭での食品ロスを減らすために…

家庭での食品ロスを減らすための、こつやポイントを紹介합니다。まずは、自分にできることから始めてみませんか。

【食品ロスを減らすこつ】

- ▽買い物をするときは、「必要な分だけ買う」
- ▽料理をするときは、「作りすぎない」
- ▽残っている食材から「使い切る」
- ▽食事をするときは、「おいしく食べ切る」

【買い物をするときのポイント】

- ▽買い物の前に、残っている食材をチェックする。
- ▽使う分、食べられる量だけを買う。
- ▽賞味・消費期限を確認し、賢く買う。

【外食をするときのポイント】

- ▽食べられる量だけを注文する。
- ▽注文する量が調整できるお店を選ぶ。
- ▽アレルギーや苦手な食材がある方は、料理から除外できないか、注文する前に店の人に聞いてみる。

国民年金
だより



「ご存じですか？」年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乘せして支給されるものです。給付金を受け取るには、年金生活者支援給付金請求書を提出する必要があります。※年金生活者支援給付金を既に受け取っている方で引き続き支給要件を満たしている場合、翌年以降の手続きは原則不要です。ただし、支給要件を満たさなくなったことにより、一度年金生活者支援給付金を受け取れなくなった方が、その後、再び支給要件を満たしたことにより年金生活者支援給付金の支給を受けようとする場合は、改めて認定請求の手続きが必要となります。

■対象となる方

▼老齢基礎年金を受給している方で、▽65歳以上▽世帯員全員の村・県民税が非課税▽前年の年金収入額とその他の所得額の合計が87万8900円以下——を満たす方
▼障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方で、前年の所得額が472万1000円+(扶養親族の数×38万円)以下である方

■手続きの流れ

①申請：基礎年金の請求書と併せて、水戸北年金事務所または保険課医療保険担当窓口(役場行政棟1階)で本制度の申請をする。②審査結果の受け取り：年金機構から送付される審査結果の通知を確認する。③振込通知書の受け取り：支払月の月上旬に年金機構から振込通知書が送付される。④年金生活者支援給付金の支給：年金に上乘せして支給される。※支払月の翌々月の中旬に、年金と同じ受け取り口座に、原則2か月分が年金とは別に振り込まれます。

■問い合わせ

給付金専用ダイヤル(☎0570・05・4092)

こんにちは!

村立東海病院



カルシウムだけじゃない! 健康な骨をつくる栄養たち

骨の健康を保つためには、「カルシウム」を摂取することが大切です。しかし、カルシウムは体内に吸収されにくいので、ビタミンDやビタミンKなど吸収を助ける栄養素を取り入れる必要があります。さらに、たんぱく質の摂取量が不足することで骨密度の低下を助長しますので、欠食や偏った食生活にならないよう、栄養バランスの取れた食事を心掛けましょう。

骨の健康を保つために必要な栄養素をご紹介します



カルシウム



乳製品や大豆製品、緑黄色野菜、海藻、魚、ごまなどに多く含まれます。チーズやバターなどは乳脂肪分や塩分を多く含むので、コレステロールが気になる方や高血圧の方は摂取量にご注意ください。

【1日当たりの摂取推奨量】

牛乳…200ml + 厚揚げ…100g + 煮干し…10g



ビタミンD



カルシウムの吸収率を上げる効果があり、魚やキノコなどに多く含まれます。また、日光に当たることで、ビタミンDを自分の体内で作ることができます。冬は1日1時間、日差しの強い夏は日陰で1日30分程度が目安です。

【1日当たりの摂取推奨量】

鮭…60g



ビタミンK



骨を作る働きを促します。納豆、緑黄色野菜、卵などに多く含まれます。

【1日当たりの摂取推奨量】

納豆…1パック



たんぱく質



骨の質を高めるコラーゲンを多く含んでいます。また、骨折を防ぐための筋肉を作るためにも欠かせない栄養素です。肉、魚、卵、乳製品、大豆製品に多く含まれます。

カルシウムの吸収を妨げる食品を避け、生活習慣を見直しましょう

カルシウムは、体の機能の維持や調節に欠かせないミネラルの一つで、体内の吸収率は他のミネラルとのバランスが影響します。例えば、インスタント食品や加工食品などにはリン(骨や歯を形成するミネラル)が多く含まれますが、リンを過剰に摂取するとカルシウムの吸収が阻害されます。また、お酒やたばこ、過度なダイエットは骨に悪影響を及ぼすため、注意が必要です。

【骨を強くするためのポイント】

▽3食バランスよく食べる。▽カルシウムを多く含む食品を食事に取り入れる。▽カルシウムの吸収や骨への沈着を助ける栄養素(ビタミンD、ビタミンK、たんぱく質)を取り入れる。▽カルシウムの吸収を妨げるリンの取り過ぎに注意する。▽お酒やたばこ、過度なダイエットは控える。

村立東海病院 栄養室

【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1139)

情報ガイド

東海村役場 ☎ 282-1711(代表)

●10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
1日(日)	茨城東病院	282-1151
8日(日)	石井整形外科クリニック	270-5141
9日(月)	村立東海病院	282-2188
15日(日)	尾形クリニック	282-4781
22日(日)	村立東海病院	282-2188
29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)

●10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
19日(木)	10:00～16:00	新築、耐震リフォーム、省エネルギーリフォーム、空き家等

●8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	4	0	4
累計(1月から)	38	0	41
前年比	-1	0	-4

●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。

暮らし



農業に携わる方等へ地域計画策定に向けた座談会を開催します

村では、農地利用等に関する地域計画策定に向けた、地域の方々の話し合いの場として、座談会を行います。

日時▼10月11日(水)午後6時～8時
※今後の開催予定については下表をご覧ください。

場所▼村松コミュニティセンター

対象▼真崎浦・大山下・細浦・新川(田エリア)で農業に携わる方や、農地を保有する方※村外の方も参加できます。

内容▼農地の担い手や農作物の現状の確認▽課題となっていること▽農用地の集積——等についてワ

対象エリア	1回目期日	2回目期日
①柳沢・宮下(田エリア)	終了	12月中旬
②東海坏(田エリア)	9月29日(金)	令和6年1月中旬
③真崎浦・大山下・細浦・新川(田エリア)	10月11日(水)	令和6年2月上旬
④北(田畑エリア)	10月下旬	令和6年2月下旬
⑤-1・⑤-2南(田畑エリア)	11月上旬	令和6年3月上旬

クシヨップ形式で意見交換し、話し合います。
申・関10月6日(金)までに、電話またはファックス・メール(▽住所▽氏名▽電話番号——を明記)で、農業政策課農業振興・農地保全担当

水道メーター(量水器)を交換します

当(内線12221 FAX282局2145
☎house@vill.tokaiibaraki.jp)へ
申し込みください。※詳細は、村公式ホームページをご覧ください。



▲HPはこちら

水道メーター(量水器)の有効期間は計量法により8年間と定められており、定期的に交換することとなります。交換時期に該当するお宅には、村が委託した施工業者(身分証明書(量水器交換業務作業用)と記載)を携帯が訪問して交換作業を実施します。敷地内に入り作業しますので、ご理解とご協力をお願いします。

期間▼10月5日(木)～11月6日(月)

場所▼村内給水区域内
交換対象▼水道メーター(量水器)の番

号の上2桁が15のもの

費用▼無料

施工業者▼有会社三ツ和工業、株式会社浜田工業所、株式会社イシガミ、弓山建設工業株式会社、ネモト建設工業株式会社、有会社大江管工事

その他▼▽交換作業への立ち会いは不要です。▽施工業者が費用を請求することはありません。不審な点があるときは水道課へご連絡ください。

【お願い】

▽作業は短時間で終了しますが、その間は断水となります。▽不在でも作業を行う場合があります。▽作業後、まれに濁り水が出る場合がありますので、水を少し出してからご使用ください。▽メーターボックスの上に物を置かないでください。▽メーターボックス付近は庭

健康・医療



木などで覆われないようにしてください。▽メーターボックス内に磁気活水器等を設置すると交換ができなくなるため、取り外してください。▽犬はメーターボックスから離れた所につないでください。問水道課業務担当(内線1154)

東海村を歩こう!

「みんなですこやかウォーキング」

期日▼10月6日(金)(雨天中止)

時間▼午前9時30分から(午前9時受け付け開始)

集合場所▼中丸コミュニティセンター
対象▼村内在住で、3〜5キロメートルを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(中丸パワースポットと芋葉をめぐるコース)

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!」りいばらき「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。問保健センター(㊚282局2797)

野菜、足りていますか? 「野菜摂取レベル測定会」でチェック!

センサーに手のひらを約30秒当てただけで、あなたの野菜摂取量が推定できます。お気軽にご参加ください。

期日等▼下表参照

対象▼村内在住・在学で、おおむね18歳以上の方
その他▼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
10月20日(金)	9:00 ~ 11:30、 13:00 ~ 15:30	保健センター
10月30日(月)	12:00 ~ 16:00	イオン東海店(1階・フードコート付近)

※事前申し込みは不要です。

献血にご協力ください

期日▼10月2日(月)

時間▼午前9時30分〜午後4時(午前11時45分〜午後1時を除く)

場所▼東海村役場

その他▼▽ファイザー社製またはモデルナ社製の新型コロナウイルスワクチンを接種した方は、接種後48時間以上を経過してから献血が可能となります。▽自動車運転免許証等の身分を証するもの(初めて献血する方と過去の献血で本人確認が済

んでいない方のみ)▽献血手帳・献血カード(お持ちの方のみ)——をお持ちください。▽医療機関からの要請により、当日は400ミリリットル献血での実施となります。問保健センター(㊚282局2797)

第10回健康公開講座

「タバコの真実と禁煙の道」

期日▼10月25日(水)

時間▼午後2時〜3時30分(午後1時30分受け付け開始)

場所▼村立東海病院
定員▼先着40人

講師▼薄井尊信さん(村立東海病院内科医)

問・㊚10月20日(金)までに、電話またはメール(▽参加者氏名(全員分)▽電話番号——を明記)で、村立東海病院(㊚282局2188 ㊚tokai-vill@tokai-h.jp)へ申し込みください。

福祉



「健康チェック」しませんか?

期日▼10月17日(火)・18日(水)

時間▼午前9時30分〜午後1時
場所▼カスミフードスクエア舟石川店

対象▼村内在住で原則65歳以上の方
内容▼健康チェック(アンケート)、健

康相談、骨の健康測定、認知機能かんたん体操等

問保険課医療保険担当(内線1167) ※事前申し込みは不要です。

東海村シルバーバリアビリティ体操指導士会による「いきいき体操教室」

介護予防のためのシルバーバリアビリティ体操を実施します。10月の日程等▼

場所	期日
総合福祉センター「絆」	2日・16日・23日30日(全て月曜日)
石神コミュニティセンター	3日・10日・17日・24日
舟石川コミュニティセンター	・31日(全て火曜日)
村民活動センター	3日・17日(全て火曜日)
村松コミュニティセンター	12日(木)
中丸コミュニティセンター	12日・26日(全て木曜日)
白方コミュニティセンター	6日・13日・20日・27日
真崎コミュニティセンター	(全て金曜日)

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。

東海村戦没者追悼式

先の大戦において亡くなられた方々の御霊に追悼の意を表するとともに、恒久の平和を祈念するため、村戦没者追悼式を開催します(一般参列可)。

期日▼10月21日(土)

時間▼午前10時～11時30分(予定)

場所▼東海村産業・情報プラザ「アイヴイル」

担当(内線1140)
閩地域福祉課地域福祉・地域医療推進

参加してみませんか?

「認知症カフェ」

①オレンジカフェ

日時▼10月12日(木)午後1時30分～3時30分

場所▼真崎コミュニティセンター

内容▼ミニ運動会

② Village Bird(ビレッジバード)

日時▼10月18日(水)午後1時30分～3時30分

場所▼グループホームメジロ苑

内容▼参加者の交流、情報交換、専門職による認知症や介護の相談等

③陽だまりカフェ

日時▼10月19日(木)午前10時～11時30分(午前9時30分受け付け開始)

場所▼中丸コミュニティセンター

内容▼認知症のミニ講話「認知症に関する消費生活センター」連した消費者トラブルについて、手指の体操、ゲーム、相談窓口等

【共通】

対象▼認知症の方とその家族、近隣にお住まいの方、介護・福祉の専門職等

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。

●10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)(事前予約) 20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) 20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 4日(水) 令和5年5月 12:50～13:50 生まれの子

1歳6か月児 5日(木) 令和4年3月 12:50～13:50 生まれの子

3歳児 18日(水) 令和2年4月 12:50～13:50 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 19日(木) 令和5年7月 13:00～13:20 生まれの子

歯ッピー離乳食教室 6日(金) 令和5年3・4月生まれの子(事前予約) 9:30～9:45

●10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 6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 13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・コモンズ(☎291-8990)

●就労体験相談会(事前予約)

日時 26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。

●10月の行政相談等

●行政相談

日時 18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)

▽途中入退室自由です。▽マスクの着用を推奨します。▽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。

【閩】

▽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)

「認知症サポーターステップアップ講座」

認知症の方が安心して暮らし続けられる地域づくりのための講座です。講話やグループワークを通して認知症への理解を深め、地域で活躍できる認知症サポーターを育成します。ぜひご参

加ください。

期日▼11月1日(水)

時間▼午前10時～午後0時30分(午前9時45分受け付け開始)

場所▼中央公民館

対象▼村内在住・在勤・在学の方で、これまで認知症サポーター養成講座を受講したことがある方

定員▼先着15人程度

内容▼第1部：講座(個人情報保護について)▽第2部：グループワーク「歩く会」開催に向けての具体的な役割について

受講料▼無料

その他▼マスクを着用の上、ご参加ください。▽11月7日(火)に歩く会の開催を予定しています。ボランティアとして活動を希望する方は、お問い合わせください。

申・閩10月2日(月)から27日(金)までに、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)へ申し込みください。

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、健康運動指導士による「肩こり・腰痛改善・呼吸法で心と身体のリラクシユ体操」です。腹部にある「丹田」という部位を意識して行う呼吸法で、体全体のリラククス効果や、ホルモンバランスの調整、ストレス軽減などさまざまな効果があるといわれています。この機会にぜひご参加ください。

期日▼10月26日(木)

時間▼午前10時〜11時30分

場所▼石神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、動きやすい服装でご参加ください。▽筆記用具と飲み物をお持ちください。

申・☎10月2日(月)から25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 ☎229局2315)へ申し込みください。

将来のために学んでみませんか? 「成年後見制度住民向け学習会」

「成年後見制度」は、法的に自分の権利や財産を守るための制度です。水戸地方支務局職員が成年後見制度や権利擁護について、分かりやすくお話し

ます。
日時▼10月27日(金)午後2時〜4時
(午後1時30分受け付け開始)

場所▼水戸市役所(水戸市中央1-4-1)

対象等▼▽成年後見制度に関心がある▽支援に携わっている▽専門職

のいずれかに該当する方(90人)

参加費▼無料

申・☎10月2日(月)から20日(金)

までに、電話またはファックス、メールで、水戸市社会福祉協議会

(☎309局5001 FAX309局5525

syakyo@mito-syakyo.or.jp)へ

申し込みください。

調剤薬局事務講座

講座終了後、調剤事務管理士試験(令和6年2月24日(土)実施予定)に挑戦し、資格取得を目指します。

期日▼12月3日(日)から令和6年2月

18日(日)までの日曜日(12月24日・31

日、令和6年1月7日、2月11日を除く、全8回)

時間▼午前10時〜午後4時

場所▼土浦市生涯学習館(土浦市文京町9-2)

対象▼母子(父子)家庭の母(父)または寡婦で、全日程出席でき、今後就労を希望する方

定員▼20人※応募者多数の場合は抽選となります。

受講料▼無料※テキスト代(6000円/冊)、ボランティア保険加入代

(224円/人)、試験代(6500円/人)がかかります。

その他▼▽託児サービス(小学生が対象、事前予約制)があります。▽母子(父子)家庭等となつて7年未満の方

で前年度の所得が一定以下の方は交通費の一部が支給されます。

申・☎子育て支援課(役場

行政棟4階備え付けま

たは、茨城県母子寡婦

福祉連合会ホームページからダウン

ロードした申込用紙に必要事項を記入の上、11月2日(木)(必着)までに、

郵送またはファックスで、茨城県母子寡婦福祉連合会母子・父子福祉センター(〒310-0065 水戸市八幡町11-52ラークハイツ内 ☎221局8497 FAX221局8618)へ申し込みください。

▲HPはこちら

教養・スポーツ

とうかいまるごと博物館「古文書講座むかしの農業」

歴史と未来の交流館の学芸員が「むかしの農業」をテーマに、古文書の読み方や魅力を解説します。ぜひご参加ください。

日時▼10月19日(木)午前10時〜11時

場所▼歴史と未来の交流館

定員▼先着30人

参加費▼無料

申・☎10月17日(火)までに、電話

またはメール(▽講座名▽参加者氏名(全員分)▽参加人数▽電話番号)を明記で、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@vil.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みください。

maruhaku@vil.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みください。

maruhaku@vil.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みください。

maruhaku@vil.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みください。

maruhaku@vil.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みください。

maruhaku@vil.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みください。

maruhaku@vil.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みください。

maruhaku@vil.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みください。

村立図書館の長期休館と 休館前特別貸し出し

村立図書館では、皆さんに気持ち良く利用してもらうため、蔵書・資料の点検作業を行います。これに伴い、作業期間中は休館します。長期休館に当たり、休館前は特別貸出期間として、村立図書館と各コミュニティセンターでの貸出数が通常の2倍に、貸出期間は約3週間となります。

作業期間(休館)▼10月16日(月)から24日(火)まで ※各コミュニティセンターの図書コーナーは、通常どおり開館します。

特別貸出期間▼10月3日(火)から15日(日)まで

貸出数▼▽図書・紙芝居：20冊▽雑誌：6冊▽CD・DVD：4点

その他▼大型絵本と大型紙芝居は、10月25日(水)以降に、村立図書館のカウンターへ返却してください。

☎村立図書館(☎282局3435)

とうかいまるごと博物館「博物館長と歩く植物観察会 紅葉のしくみ」

「紅葉のしくみ」をテーマに歴史と未来の交流館の博物館長が、須和間の雑木林を歩きながら、植物の名前や由来、その特徴などをお話しします。

日時▼10月28日(土)午前9時～11時

集合場所▼歴史と未来の交流館

定員▼先着15人

参加費▼無料

その他▼茨城県公式健康推進アプリ

「元氣アップ！りいばらき」ポイント対象事業です。

申・**開**9月30日(土)から10月26日(木)までに、電話またはメール(▽講座名▽参加者氏名(全員分)▽参加人数▽電話番号——を明記)で、生涯学習博物館・文化財担当(歴史と未来の交流館内 ☎287局0851

☎maruhaku@vill.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みください。

ステップアップ！ジュニア運動あそび

「運動が苦手」というお子さんが、「遊びを通して運動の楽しさを体験できるプログラムです。また保護者を対象に、お子さんの運動習慣づくりについての質問などができる「運動サロン」も同時開設します。

期日▼11月12日・19日・26日、12月3日・10日・17日(全て日曜日、全6回)

時間▼▽ホップクラス(年中・年長児)：午前9時30分～10時30分▽ス

テップクラス(小1・小2)：午前11時～正午▽ジャンプクラス(小3・小4)：午後1時30分～2時30分

場所▼総合体育館

対象等▼村内在住・在学の年中児～小学4年生(各クラス先着30人)

参加費▼無料

申10月7日(土)から11月5日(日)まで(月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)を除く)の午前8時30分～午後5時15

分に、総合体育館(☎283局1001)へ申し込みください。

☎SCスマイルTOKAI事務局(総合体育館内 ☎283局1001)

SCスマイルTOKAI「龍王峡ハイキング」

期日▼10月28日(土)

時間▼午前6時30分出发(午前6時20分ふれあいの森公園駐車場集合)

場所▼龍王峡(栃木県日光市)

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15人)

内容▼湯本駅から龍王峡駅までの岩と水の大景観コース(所用時間約3時間)

参加費▼▽一般：1万3000円/人▽会員同

居家族：1万1000円/人

申10月5日(木)から25日(水)まで(月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)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。

☎SCスマイルTOKAI事務局(総合体育館内 ☎283局1001)

第7回東海村ピアノマラソンコンサート「ピアノでつながる音楽会」

東海文化センターのグラウンドピアノ(ヤマハCFIII・S)をたくさんの方に演奏していただくピアノマラソンコンサートを開催します。今回は53組の方々、ピアノ独奏・連弾アンサンブルで、ピアノの音色をつないでいきます。

日時▼10月1日(日)午前10時～午後4時(予定)(午前9時30分開場)

場所▼東海文化センター

入場料▼無料(全席自由)

その他▼演奏中の録音・撮影は、所定の場所で主催者が認めた方のみ可能です。

☎東海文化センター(☎282局8511)

「東海村文化祭2023」将棋・囲碁大会に参加しませんか？

【将棋(一般、村内の小・中学生)】

期日▼10月29日(日)

時間▼午前9時～午後4時(小・中学生は午後3時まで)

場所▼東海文化センター

【囲碁(一般)】

期日▼10月29日(日)

時間▼午前9時～午後4時

場所▼中央公民館

【共通】

定員▼各先着10人程度 ※東海村将棋・囲碁連盟の会員は別途受け付けます。

参加費▼▽一般：1200円/人▽小

・中学生：500円/人 ※弁当代を含みます。

その他▼大会の詳細は、申し込み時にお知らせします。

【申・開】

9月30日(土)から10月22日(日)まで

(月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)を除く)の午前9時～午後5時に、電話で東海村文化祭実行委員会(東海文化センター内 ☎282局8511)へ申し込みください。

10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	2日・9日 16日・23日	宿、押延、岡外宿1	4日・18日 11日・25日
船場、照沼	2日・16日	内宿1、亀下	5日・12日 19日・26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	3日・10日 17日・24日	百塚、内宿2、豊岡、舟石川3	5日・19日
緑ヶ丘	3日・17日	竹瓦	12日・26日
白方	10日・24日	舟石川2	6日・13日 20日・27日
舟石川1、原子力機構(百塚)	4日・11日 18日・25日	南台、川根	6日・20日
		豊白	13日・27日
			舟石川2、舟石川中丸
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	月・木曜日 火・金曜日	
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)		ひたちなか・東海クリーンセンター(燃えるごみ)土曜日は要予約(前日の16:30まで)	
14日・28日/8:30~12:00 9日/8:30~16:30(12:00~13:00を除く)		7日・14日・21日・28日/8:30~11:30 9日/8:30~16:30	

その他

「つどえるサロン」に参加しませんか

今回のゲストスピーカーは佐藤穂奈美さん(BOOK & GEAR 焚火と本)。「地域で遊ぶ。地域を乗りこなす」をテーマに、駅周辺のフィールドワークとディスカッションを通して、地域資源の生かし方に関する実践的な取り組みを学びます。

日時▼10月13日(金)午後7時~9時
集合場所▼JR東海駅西口(1階・ギヤラリーB)

〒Projectホームページの専用フォームから申し込みください。

地域戦略課プロジェクト推進担当(内線1331・1339)



シルバー人材センター 刃物研ぎ作業日のご案内

日時▼10月5日(木)・16日(月)・25日(水)午前9時~11時30分

場所▼シルバー人材センター
料金▼400円~/本

その他▼シルバー人材センターへ直接お持ちください。▽仕上げり次第その場での引き渡しとなりますが、種類によってはお預かりする場合があります。※まな板はお預かりし、後日引き渡しとなります。

第15回「恋の華咲く マッチングパーティー」

期日▼10月29日(日)

時間▼午後2時~4時30分

場所▼常陸大宮文化センター(常陸大宮市中富町3135・6)

対象▼30歳~45歳の独身男性・女性

定員▼各15人 ※応募者多数の場合は抽選となります。

参加費▼男性:2000円/人▽女性:1000円/人(お茶代等)

その他▼参加決定後の無断キャンセルや10月25日(水)以降にキャンセルする場合は、キャンセル料がかかりますのでご注意ください。▽参加決定者には、10月23日(月)までに通知します。

9月27日(水)から10月20日(金)までに、メール▽氏名▽性別▽年齢▽住所▽携帯電話番号▽職業▽担当サポーター名(お相手探しをマリッジサポーターに依頼している方のみ)を明記で、マリサポ活動協議会

(@ibarakinarisapokenpokuk1@gmail.com)へ申し込みください。 ※電話での申し込みはできませんので、ご注意ください。

川野さん(いばらきマリッジサポーター)東北地域活動協議会会長

観光ボランティアガイドを募集します

観光ガイド活動をする新しい仲間を募集しています。人と話すことが好きな方や新しいことを始めたいという方は、一緒に村の魅力を伝えませんか。興味がある方は、お気軽にお問い合わせください。

活動日時▼火曜日を除く午前10時~正午(夏季・冬季は休み)

甲・関火曜日を除く午前9時~午後9時に、東海村観光協会事務局(☎287-0085)へ申し込みください。

☎090・2467・0207(正午~午後2時のみ)

【東海村の新型コロナワクチン接種状況(9月13日時点)】

対象▼初回(1・2回目)接種を終了し▽65歳以上▽5歳以上64歳以下で、基礎疾患を有する▽医療機関や高齢者施設・障害者施設等に従事する—のいずれかに該当する方

接種期間等	接種率
令和5年春開始接種 (5月8日~9月19日)	18.1%

※公開時点で把握している数値です。

「とうかい育ち」シールは村内産の新鮮な農産物の目印！

イオン東海店で「とうかい育ち」農産物を購入した方に「WAONポイント」を付与します！



村では、東海村のおいしい農産物を多くの方に知ってもらい地産地消を推進するため、村内産の農産物などに「とうかい育ち」シールを貼付し、販売しています。地産地消へのさらなる取り組みとして、イオン東海店(1階・東海村産農産物販売コーナー)で「とうかい育ち」シールが貼られた農産物を購入した方に対し、購入品数に応じてWAONポイントを付与します。

期間▼10月1日(日)～31日(火)

対象▼WAON POINTカード、イオンカードなど、WAONポイントの付与ができるカードをお持ちの方 ※購入時にカードをご提示ください。

問い合わせ▼農業支援センター(東海ファーマーズマーケット「にじのなか」内 ☎287-7867)※WAONポイント・WAONカードについては、イオン東海店(☎287-3311)へお問い合わせください。

ふるさと歴訪
〜自然を探して〜

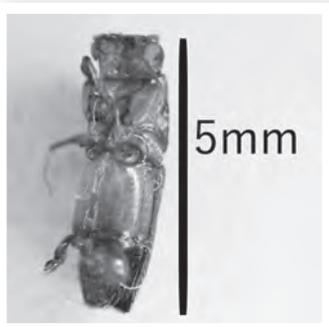
村内で「ナラ枯れ」始まる

ナラ枯れとは、コナラなどの樹皮からカシナガキクイムシ(カシナガ)という体長5ミリメートルの昆虫(写真①)が侵入し、この昆虫に付いていたナラ菌が繁殖、感染して、水を吸い上げる機能を失わせて木を枯らしてしまう伝染病です。

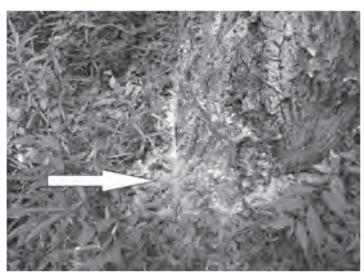
カシナガは、6月上旬にコナラに侵入し、木の中で産卵します。カシナガが侵入した際にナラ菌の胞子が持ち込まれ、その後、ナラ菌は増殖し、コナラはナラ菌の増殖を防ごうとして水分の通り道を止めてしまいます。これにより、7月頃から8月頃にかけて、葉がしおれて茶色に変色し、枯れてしまいます。

全国的に被害が拡大していますが、茨城県内でも大部分の市町村でナラ枯れが確認されています。

村内でのナラ枯れについては、昨年度あたりから話題になっていました。今年度改めて村内を調査した結果、豊岡、石神外宿、舟石川、船場、須和間、村松などでナラ枯れを確認しました。特に村松



【写真① カシナガ(オス、メス不明)
東海村環境政策課提供】



【写真② フラス(村松の林内にて令和5年8月撮影)】

の押延周辺は、ナラ枯れが数十本に拡大していました。

また、須和間、村松、石神外宿のコナラ林では葉は枯れていませんでしたが、林内に入って見たところ、木の根元にフラス(木くずとカシナガの排せつ物が混ざったもの)が発生していました(写真②)。白い粉状でよく目立つこれは、ナラ枯れの特徴です。今後の状況に注意する必要があります。

ナラ枯れの被害を最小限に食い止めるには、現在の状況を継続して記録しておくことが大切です。これが予防策につながります。自然界は動物(昆虫)、菌類、植物などがお互いに複雑な関係で結び付いています。ナラ枯れは、この複雑さを私たちに教えてくれているような気がします。

歴史と未来の交流館副館長(博物館長)

安嶋 隆