

## 主な話題

- p 02 第13回「ほしいも品評会」の村内受賞者を紹介します  
p 03 「とうかい環境村民会議」による令和元年度の活動報告  
p 12 春季全国火災予防運動「ひとつずついいね！で確認 火の用心」



3月14日(土)開催

## 講演会「“原発問題”を自分のこととして考えるとは？」

**時間** 午後1時30分～4時 (午後0時30分受け付け開始)

**場所** 東海文化センター

村では、日本原子力発電株式会社東海第二発電所問題に関して、「住民の意向把握」を課題の一つとしています。このたび、平成30年度に島根県松江市で開催された「自分ごと化会議 in 松江」の意義・成果等を学び、多くの方が、原発を“誰かが考える問題”ではなく“自分の問題”と捉え、関心を高めるための調査・研究の一環として、講演会を開催します。

### ● 講演会について

定員▼800人

内容▼▽第1部…講演 ①「全国で開かれる自分ごと化会議の意義について」講師…伊藤伸さん(政策シンクタンク構想日本 総括ディレクター) ②「自分ごと化会議 in 松江 の取り組み」講師…福嶋浩彦さん(自分ごと化会議 in 松江 実行委員会共同代表・中央学院大学教授)  
▽第2部…パネルディスカッション パネリスト…山田村長、吉岡古都さん(自分ごと化会議 in 松江実行委員会広報担当・薬剤師)、福嶋浩彦さん

入場料▼無料

### ● 申し込み・問い合わせ

3月6日(金)(当日消印有効)までに、任意の様式に▽氏名▽住所▽電話番号▽年齢▽性別——を明記の上、郵送、メール、ファックスのいずれかで防災原子力安全課消防防災・原子力安全担当(〒319-1192 東海3-7-1 ☎282-1711 内線1523 ✉bousai@vill.tokai.ibaraki.jp FAX270-4418)へ申し込みください。※2月14日付けの新聞折り込みチラシを併せてご覧ください。

### 「自分ごと化会議 in 松江」とは

全国で唯一、県庁所在地に原子力発電所が立地する島根県松江市。「原発を自分のこととして考えられるようにしたい」という住民の思いから、平成30年11月から翌年2月にかけて、原発の肯定・否定や稼働の是非を問うということではなく、まちの課題を議論するという観点から、この取り組みが行われました。

この会議では、行政でも議会でもなく、選挙人名簿から無作為に選ばれた松江市民26人(島根大学の学生5人を含む)が議論を重ねました。そして、市民と地域、市・県・国、電力会社それぞれができることをまとめ、松江市長や島根県知事、経済産業大臣、中国電力株式会社等に提案書を手渡しました。



## 令和初のほしいもの祭典！

# 第13回「ほしいもの品評会」の村内受賞者を紹介します

東海村・ひたちなか市・那珂市のほしいもの三ツ星生産者が、自慢のほしいもの味や仕上がりを競い合う「ほしいもの品評会」。今回で13回目を迎え、ますます盛り上がりを見せました。1月18日・19日の2日間にわたってファッションクルーズニューポートひたちなかで開催された品評会の結果は以下の通りです。審査員として投票に参加していただいた皆さん、生産者自慢のほしいものはいかがでしたでしょうか。

【問い合わせ】農業政策課農業振興・農地保全担当(☎282-1711 内線1222)



## 「三ツ星生産者」とは？

ひたちなか・東海・那珂ほしいもの協議会で定められた、「生産履歴の記帳」「衛生的な加工に取り組んでいる」「法に基づく適正表示を行っている」を満たすほしいもの生産農家のことです。ほしいもの品評会など、ほしいもの産地を盛り上げる活動のほか、生産技術や品質の向上に努めています。

## 東海村産のほしいものが高く評価されました

来場者2千人による審査の結果、村内の生産者4人のほしいものが見事に受賞しました。村の特産品であるほしいもの生産者のリーダーとして、今後ますますのご活躍を期待しています。



【ほしいもの品評会受賞者】(敬称略)

部門	賞	氏名
たまゆたか	銀賞	萩谷 幸司
	銅賞	株式会社テルズ (照沼 勝将)
べにはるか	銀賞	株式会社テルズ (照沼 勝将)
	銅賞	ほしいもの屋はなわ (埴 一美) 柏村 学

【写真左から】柏村学さん、萩谷幸司さん、山田村長、照沼勝将さん(株式会社テルズ)、埴一美さん(ほしいもの屋はなわ)、綿引産業部長

ほしいものは、ビタミンB1、  
ビタミンC、カリウムが豊  
富でヘルシーフードとしても  
注目されているよ！



## 村内で活動・活躍している団体を紹介します！

### 新聞切り抜きボランティア

新聞切り抜きボランティアは、村や原子力に関する新聞記事のスクラップをしています。活動開始から24年目を迎え、「村の様子を語り継ぐ新聞記事を残すことには大きな意義がある」と、現在12人が活動しています。切り抜いた記事は、図書館エントランスに掲示しているほか、製本し、図書館の蔵書としていつでも閲覧できます。

新聞切り抜きボランティアは村立図書館の開館時間内であればいつでも好きな時間に活動できます。興味のある方は村立図書館へお問い合わせください。



#### 【Data】

活動日時▼開館時間内(休館日を除く)

活動場所▼村立図書館

連絡先▼村立図書館(☎282-3435)

# 「とうかい環境村民会議」による令和元年度の活動報告

村では、第2次東海村環境基本計画(平成24年3月策定)に基づき、「自然豊かな環境を一人ひとりが力を合わせて守り育て ライフスタイルを見直し 持続可能な社会を創造する」という理念を達成するため、村民・事業者・行政が協働で環境施策を推進しています。施策の実行主体として村民の立場から活動する「とうかい環境村民会議」の今年度の活動状況を報告します。

【問い合わせ】環境政策課環境計画・緑化推進担当(☎282-1711 内線1454)

## 自然共生社会部会

- 里山(「押延ため池いこいの森」)の整備
- 外来生物(セイタカアワダチソウ・オオキンケイギク)の除去
- 地域が行う緑地保全・整備活動への協力



◀国体の開催に合わせ、ホッケー競技の会場である阿漕ヶ浦公園近くの国道245号沿いで、オオキンケイギクの除去活動を行いました(昨年6月)。



◀整備が進む「押延ため池いこいの森」のイベント広場入り口に、車止めを設置しました。

## 循環型社会部会

- 3R(リデュース・リユース・リサイクル)活動の推進
- 家庭での生ごみ堆肥化に関する学習会・交流サロン
- 生ごみの水切りの啓発等



◀リユース推進のため、不要になった子ども服を必要な方へ提供する「とうかい・ぐるぐる市」を環境フェスタやしらかた交遊会まつりで開催しました。



◀生ごみの減量化を目指し、生ごみの堆肥化について学習会を開催しました。

## 低炭素社会部会

- エコドライブ、自転車利用促進、節電キャンペーン
- 「東海村エンジョイ・サマースクール」で環境に関する講座を開催
- 二酸化炭素排出量実態調査の実施



◀イオン東海店で、パネル展示や省エネクイズによるエコドライブ、自転車利用促進、節電の啓発活動を行いました(昨年8月、2月)。



◀小学生を対象とした「東海村エンジョイ・サマースクール」で、とうかい村民環境会議の活動紹介やSDGsについての講座を行いました。

## 生活環境部会

- 村内の湧き水の水質検査
- ごみの分別・減量に向けた啓発活動
- 村松・照沼地区の神社や石仏の現状調査



◀環境政策課ごみゼロ推進室や循環型社会部会と協力し、食生活改善推進員連絡協議会と「エコクッキング教室」を共催。ごみの分別や生ごみ3キリ運動について講座を行いました。



◀村松・照沼地区の史跡保存状況や周辺の環境について調査しました。

## 私たちと一緒に活動してみませんか？

とうかい環境村民会議では、上記の部会活動のほか「とうかい環境フェスタ with キャンドルナイト」の開催や環境基本計画の監査など、さまざまな活動を展開しています。村の環境を守るため、一緒に活動しませんか。興味のある方はとうかい環境村民会議ホームページ(<https://www.tokai-kankyousonminkaigi.com/>)をご覧になるか、とうかい環境村民会議事務局(環境政策課内 役場行政棟4階)へお問い合わせください。



## ちょっと待って！“副業や投資のもうけ話”急増する「情報商材」のトラブルにご注意を

【問い合わせ】消費生活センター(村民相談室内 ☎287-0858)

「情報商材」とは、インターネットを使った通信販売などで“副業や投資、ギャンブル等で高収入を得るための方法を教えます”などと称して販売されている情報のことです。情報商材に関するトラブルは、社会経験の乏しい若者の間で急増しています。今回は情報商材のこういった点に注意すべきか、相談事例やトラブルの特徴とともにご紹介します。

### 相談事例

#### ケース1 「一日数分の作業で月に数百万円稼げます」

短時間の作業で月に100万円稼げるという成功体験を配信している動画があり、今なら通常価格の半額だということで、クレジットカードで支払った。稼げるようになるまでサポートしてくれると言っていたが、稼げるためにはさらに高額な契約が必要だと後から連絡がきた。

#### ケース2 「数万円が〇億円になる投資法」

仮想通貨の運用でアプリに入金すると自動的に運用され、半年ごとに資金が30倍になるという広告を見て50万円のコースを申し込んだ。広告通りにもうからなかったのに、返金してもらおうと思ったが、サイトから何の連絡もない。

### トラブルの特徴

- ▼簡単な作業で大金が手に入ることを強調したり、カリスマが広告塔として登場したりするので、つい信用してだまされてしまう。
- ▼無料や少額の情報商材を販売してから次々に高額な契約を勧誘される。高額なほど簡単に稼げて元が取れると稼げることばかり強調し、全額返金保証するなど安心して、すぐに契約させられる。
- ▼お金がないと断ろうとしてもクレジットのリボ払いで決済させられる場合がある。また、借金の方法を指南したり、消費者の支払える額まで値引きしたりする。

### トラブルに遭わないために

インターネット上にはさまざまな情報があふれています。情報商材は契約前に中身を確認することができず、情報の信用性を見極める事が難しいため、購入してから広告や説明と違ったというトラブルが絶えません。「簡単そうだから…」などといって、安易に信用しないようにしましょう。

## 国民年金 だより 国民年金保険料の免除 ・納付猶予制度



国民年金保険料を納め忘れの状態や、万一、障がいや死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。

### ■いざというときに！国民年金保険料の免除・納付猶予制度

国民年金第1号の被保険者は、毎月の保険料(令和元年度は1万6410円/月)を納める必要がありますが、保険料を納めるのが難しい場合は、「国民年金保険料免除・納付猶予制度」の手続きを行うことによって、免除等が受けられます。手続き後、審査で承認された期間は年金の受給資格期間に含まれますが、年金額は保険料を全額納めた時に比べて少なくなります。納付猶予期間は、後から追納で納付した場合のみ、年金額に反映します。

### ■申請可能な期間が定められています

令和元年度の免除・納付猶予は令和元年7月分から令和2年6月分までの期間を対象として審査を行います。学生の場合は、4月分から翌年3月分までの在学期間を対象とした「学生納付特例制度」の申請が可能です。申請可能期間は、申請時点の2年1か月前の月分までとなります。

### ■申請に必要な書類等はこちら

保険料免除・納付猶予の申請の際は、印鑑と年金手帳をご用意ください。左記の場合は必要となる書類があります。

- ▼失業による特例免除：雇用保険受給資格者証の写しまたは、雇用保険被保険者離職票等の写し(ハローワーク等の公的機関が交付する、失業の事実が確認できる証明書等)
- ▼学生納付特例制度：学生証のコピー(両面)または在学証明書(原本)

### ■問い合わせ

水戸北年金事務所(☎231局2283)、住民課保険年金担当(☎282局17111内線113111133)

こんにちは!

# 村立東海病院であ



## 患者に寄り添う 医療ソーシャルワーカー

皆さんは、「医療ソーシャルワーカー」(通称:MSW (Medical Social Worker))という職業をご存じでしょうか。医療ソーシャルワーカーは、医療に関する情報提供や入退院時のさまざまな支援などを行い、患者さんやその家族が抱える経済的・社会的問題を解決に導くお手伝いをしています。最近では、社会福祉士や精神保健福祉士など、国家資格を取得する方も増え、より幅広い視点を持ち活躍しています。今回は支援の一例をもとに、医療ソーシャルワーカーについてご紹介します。



### 患者さんやそのご家族の問題解決への手助けを

#### 現状 それは、誰にでも起こり得ること

今まで一人暮らしをしていた高齢者が入院——。退院後は今まで通り自宅に戻れるのか、リハビリ継続のため施設に入所した方がいいのか、ご本人はもちろんご家族も悩ましい壁にぶつかります。



▲地域医療連携室の皆さん

#### 聞く 思いを聞く、思いに寄り添う

見通しが立たずに不安を抱えている中、まず患者さんやその家族の思いを聞くことから始めます。その後、医師や看護師、リハビリテーション担当者など、さまざまな職種で、どのような支援が必要かを検討していきます。

#### 支援 具体的な支援の方法を考え、提案する

自宅に戻る場合は、どうしたら一人暮らしでも安心・安全に過ごせるのか、ケアマネージャーと介護サービスの調整を行います。必要に応じて、本人やご家族を交えて、病院の職員や地域の医師、訪問看護師、サービス事業者、行政の職員などが集まり、必要な情報交換を行い、どのような準備を行うか検討します。

施設に入所する場合は、本人やご家族の希望、体の状態を踏まえ、条件に合った施設を探します。施設の職員と院内の看護師やリハビリテーション担当者が情報交換できるよう連絡調整を行います。

#### 大切にしていること

支援が必要な方と接するときに、社会資源(介護・障がいサービスなど)をただ単に紹介するだけでなく、相談援助の基本理念に沿ってその方自身を理解し、寄り添う姿勢を大切にしています。一人ひとりが持つ力や気持ちを尊重することも忘れません。医療ソーシャルワーカーの仕事は、病院と関係機関の橋渡しや解決に向けたお手伝いであり“解決するのはあくまで患者さんやご家族”であるという視点に立ち支援しています。



**村** 立東海病院には2人の医療ソーシャルワーカーが所属し、あらゆる相談に迅速に対応できるよう「患者サポート相談コーナー(患者相談窓口)」を設置しています。困ったことや不安に感じる事等があれば、外来・入院を問わず、医療ソーシャルワーカーへお気軽にご相談ください。

村立東海病院 地域医療連携室

【問い合わせ】村立東海病院(☎282-2188)、福祉総務課地域医療担当(☎287-0848)

# 情報ガイド

東海村役場 ☎ 282-1711(代表)

## ● 3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)	東原クリニック	283-2301
8日(日)	茨城東病院	282-1151
15日(日)	村立東海病院	282-2188
20日(金)	村立東海病院	282-2188
22日(日)	東原クリニック	283-2301
29日(日)	石井整形外科クリニック	270-5141

## 茨城子ども救急電話相談

☎ #8000 または ☎ 03-5367-2367  
※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 ☎ 03-5367-2365  
※毎日24時間対応(救急医療機関案内を含む)

## ● 3月の住まいに関する相談

場 所 都市整備課(役場行政棟2階)  
問合せ 都市整備課(内線1247、1248)

相談日	時間	相談内容
19日(木)	10:00～16:00	新築、リフォーム、耐震診断等

## ● 1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	7	0	10
累計(1月から)	7	0	10
前年比	±0	±0	+3

## ● 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)

## 暮らし



### 常陸那珂共同火力発電所建設工事 工事用設備から蒸気放出を行います

常陸那珂共同火力発電所の建設工  
事において、試運転のため、ボイラで  
発生した蒸気を工事用設備から一時  
的に大気へ放出します(1日に15回程  
度を予定、1回当たり1分程度)。な  
お、蒸気の放出に伴い放出音がしま  
す。皆さんのご理解をよろしく願ひ  
します。

期間▼3月2日(月)から23日(月)まで  
時間▼午前7時～午後9時

場所▼常陸那珂火力発電所構内(照沼  
768・23)

☎ 株式会社常陸那珂ジェネレーション  
(☎ 355局2523)

### 樹木所有者の方へ道路へ張り出した 樹木の伐採・枝払いをお願いします

車道や歩道へ樹木が張り出してい  
ると、車両や歩行者等の通行の妨げと  
なります。張り出した樹木が原因で事  
故が発生した場合、当該樹木の所有者  
が責任を問われる場合があります。樹  
木の所有者の方は、車道や歩道に張り  
出した樹木の伐採や枝払いをお願い  
します。

☎ 茨城県常陸大宮土木事務所道路管理  
課(☎ 0295・52・3152)

### 切れた電線には触らないで!

積雪の影響による樹木接触や樹木  
倒壊などにより、電線が切れてしまっ  
た場合があります。切れて垂れ下がって  
いる電線には絶対に触れないでくだ

### さい。

電線に樹木や看板、アンテナなど  
が接触している場合も大変危険です。  
見つけたらすぐに、東京電力パワ  
ーリッドへご連絡ください。

☎ 東京電力パワーグリッド株式会  
社(☎ 0120・995・007  
(フリーダイヤル)または ☎ 03・  
6375・9803(有料))

## 健康・医療



### とうかい健康ポイント事業の 応募が始まりました

「とうかい健康ポイント事業」の対象  
事業に参加し、100ポイント以上獲  
得した方へ、記念品(商品券)の引換券  
をお渡しします。

### 応募期間▼3月31日(火)(消印有効)

まで  
その他▼郵送で応募する場合は、検診  
や歯科受診等を行ったことが確認で  
きる書類の写しを同封してくださ  
い。※詳細は、村公式ホームページ  
をご覧ください。

☎ 申・関ポイントカード(必要に応じて  
関係書類)を郵送またはお持ちの上、  
保健センター(〒319・1112  
村松2005 ☎ 282局2797)へ申  
し込みください。

### 成人歯科健診はお済みですか

村では、生活習慣病  
の一つである歯周病を  
予防するために、成人  
歯科健康診査等(節目検  
診)を実施しています。まだお済みで



ない方は、期間内にぜひご利用ください。

**期間**▼3月31日(火)まで

**場所**▼村指定の歯科医院

**対象**▼村内在住で、妊婦または令和元年度中に30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる方

**費用**▼無料

**その他**▼▽受診票は、3月までに対象となる方に郵送しています。▽妊婦の方の対象期間は、出産日の前日までとなります。

**問**保健センター(☎282局2797)

### 定期予防接種はお済みですか

令和元年度中に接種する予防接種がまだお済みでない方は、早めにご予約接種を受けましょう。



**【麻しん風しん混合予防接種(2期)】**

**対象**▼平成25年4月2日〜平成26年4月1日生まれの方(年長児)

**助成額**▼全額助成(自己負担なし)

**【成人用肺炎球菌ワクチン(23価)予防接種】**

**対象等**▼過去に成人用肺炎球菌ワクチン(23価)を接種したことがなく、令和元年度中に65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる方および100歳以上の方▽令和元年度中に65歳の年齢に到達する方で過去に一度も肺炎球菌の予防接種を受けたことのない方は、令和元年度中の接種

をお勧めします。▽70歳以上の方は、令和元年度を過ぎた場合でも村独自の肺炎球菌予防接種の費用助成を受けることができますが、4月1日(水)以降は予診票の差し替えが必要となります。

**助成額**▼接種費用の2分の1(助成後の自己負担額は上限4000円/人)

**その他**▼▽75歳以上の対象者には、案内文のみ郵送しています。▽過去に一度も肺炎球菌の予防接種を受けたことのない方は、お問い合わせください。

**【共通】**

**接種期間**▼3月31日(火)まで(予診票の有効期限)

**その他**▼▽予診票は平成31年4月に、対象となる方に郵送しています。▽紛失、転入等で予診票をお持ちでない方はお問い合わせください。

**【申・問】**

保健センター(☎282局2797)

**【東海村を歩こう】**

**【みんなですこやかウォーキング】**

**【申・問】**

保健センター(☎282局2797)

「みんなですこやかウォーキング」に参加して、健康維持や運動不足の解消、村の魅力の再発見をしてみませんか。皆さんの参加をお待ちしています。

**期日**▼3月6日(金)※雨天時は中止となります。



**時間**▼午前9時30分から(午前9時受け付け開始)

**集合場所**▼総合福祉センター「絆」

**対象**▼村内在住の方

**内容**▼1時間程度のウォーキング(総合福祉センター「絆」周回ヘルスロードコース)

**参加費**▼無料

**その他**▼▽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。▽とうかいまるごと博物館対象事業です。

**問**保健センター(☎282局2797)※事前申し込みは不要です。

**【エンジョイ!ヘルスアップVer.11】前期**

とうかい健康ポイント対象事業として、運動習慣のない方のための生活習慣予防と、活力年齢維持を目的とした運動を行います。健康運動指導士による指導の下、体を動かすことの楽しさを一緒に味わってみませんか。

**期日**▼4月11日(土)から9月26日(土)までの木・土曜日(月に5回程度、全30回)※詳細は、お問い合わせください。

**時間**▼午前9時30分〜11時

**場所**▼総合福祉センター「絆」

**対象**▼村内在住で30歳から64歳までの方

**定員**▼先着20人

**参加費**▼無料

**その他**▼過去に本教室を受講したことがある方でも、修了後5年以上経過している場合は申し込むことができます。

**申・問**総合体育館備え付けの申込用紙に必要事項を記入の上、3月18日(水)以降(月曜日を除く)の午前8時30分から午後5時15分までに、SCスマイルTOKA事務局(総合体育館内☎283局1001)へ申し込みください。

**【一人で悩まず、まずは相談を「すこやか妊娠ほっとライン」**

**「すこやか妊娠ほっとライン」**

「思いがけない妊娠でどうしよう…」「産みたいけれど育てられるか心配…」といった、妊娠に関する不安や悩み、妊娠中の生活面での心配などを、一人で抱えていませんか。「すこやか妊娠ほっとライン」では、妊娠に関するさまざまな相談に専門の相談員が応じます。

相談は無料(通話料は自己負担)で、秘密は厳守されます。電話またはメールで相談できます。

**【電話での相談は…】**

☎301局1124(月曜日から金曜日まで(祝日、年末年始を除く)の午前10時〜午後6時)

**【メールでの相談は…】**

✉nishi.h.nota@na.or.jp

問公益社団法人茨城県看護協会「すこやか妊娠ほっとライン」(☎301局1124)



# 福祉



## 医療費助成金(指定難病・関節リウマチ・精神疾患)を支給します

指定難病(原因が不明で治療方法が確立していない難病)等の疾患を治療している方の医療費(自己負担分)を、月額4000円を上限に支給します。

**対象**▼村内在住で①指定難病(「指定難病特定医療費受給者証」を保有)②関節リウマチ③精神疾患(「精神障害者保健福祉手帳」または「自立支援医療受給者証(精神通院)」を保有)——のいずれかを治療し自己負担のある方  
**その他**▼助成対象となる医療費は、令和元年9月〜令和2年2月診療分です(令和元年9月に申請をしない方は、平成31年3月〜令和元年

8月診療分も対象)。▽助成対象となる指定難病等の詳細は、難病情報センターホームページ(<http://www.nanbyou.or.jp/>)をご覧ください。

**申・問**3月2日(月)から31日(火)まで(土日曜日、祝日を除く)の午前8時30分〜午後5時15分に▽申請書▽振込口座番号が分かるもの(通帳やカード)▽委任状・印鑑振込口座が対象者名義でない場合のみ▽必要書類(①の方は「指定難病特定医療費受給者証」と「指定難病特定医療費自己負担上限額管理手帳」、②の方は医師の診断書(過去に助成を受けたことがない方のみ)と医療機関の領収書、③の方は「精神障害者保健福祉手帳」または「自立支援医療受給者証」と医療機関の領収書(入院中の方のみ)——をお持ちの上、障がい福祉課(なごみ・総合支援センター内 ☎287局2525)へ申し込みください。

## 心の病気について話しましょう「家族交流会」

村内在住で心の病気を持つ家族がいる方を対象とした懇談・意見交換の場です。

**期日**▼3月13日(金)  
**時間**▼午後1時30分〜3時30分  
**場所**▼なごみ・総合支援センター  
**参加費**▼無料  
障がい福祉課(なごみ・総合支援センター内 ☎287局2525)

## 認知症予防教室「ソテリア東海」

認知症に関する講話や、参加者同士の交流、学習、共食などを行います。

**期日**▼3月5日・12日・19日(全て木曜日)  
**時間**▼午前10時〜午後3時

## ●3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、13日(金))  
育児相談、生後1〜2か月のお子さんの相談は事前予約) 9:30〜11:00  
13:00〜14:00

☑元気アップ健康相談・体組成測定 13日(金)  
(健康に関する相談は事前予約) 9:00〜11:30  
13:00〜17:00

### ●乳幼児健診 期日・受付時間 対象児

乳児 4日(水) 令和元年10月  
13:00〜13:45 生まれの子

1歳6か月児 5日(木) 平成30年8月  
13:00〜13:45 生まれの子

3歳児 11日(水) 平成29年1月  
13:00〜13:45 生まれの子

2歳半歯科 19日(木) 平成29年8月  
13:00〜13:45 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 6日(金) 令和元年12月  
13:00〜13:20 生まれの子

## ●3月の専門相談・生活相談等

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)

### ●暮らしサポート相談所(事前予約不要)

日時 17日(火) 午後2時〜4時  
場所 イオン東海店(1階・フードコート付近)

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。

## ●女性生活相談・消費生活相談

場所 村民相談室(役場行政棟2階)

### ●女性生活相談(☎287-0863)

期日 毎週月・水・金曜日(祝日を除く)  
時間 午前9時30分〜正午、午後1時〜4時

### ●消費生活相談(☎287-0858)

期日 毎週月〜金曜日(祝日を除く)  
時間 午前9時〜正午、午後1時〜5時  
※火曜日は午後4時までとなります。

## 認知症カフェに来ませんか? 「Village Bird(ビレッジバード)」

お茶を囲み、ゆったりとした空間で、認知症や介護の話をしませんか。どなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください。



**期日**▼3月18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  
**参加費**▼100円/回(お茶菓子代等)  
0033)

**場所**▼なごみ・総合支援センター  
**対象**▼村内在住で65歳以上の方  
**参加費**▼500円/回(教材費)  
岡地域包括支援センター(☎287局2516)



### 【東海村シルバーハビリ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ハビリ体操を実施します。いつでも、どこでも、一人でもできる体操です。ぜひご参加ください。



#### 3月の日程等▼

場所	期 日
総合福祉センター「絆」	2日・9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・31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	6日・13日・27日(全て金曜日) ※6日は村民活動センターのみの開催となります。
真崎コミュニティセンター	
中丸コミュニティセンター	5日(木)
村松コミュニティセンター	26日(木)

時間▼午前10時～11時30分

対象▼村内在住で65歳以上の方

参加費▼無料

その他▼飲み物やタオル(汗拭き用)、ヨガマット(ない方はバスタオル)をお持ちの上、動きやすい服装でご参加ください。

問 地域包括支援センター(☎287局 2516)

### 旧優生保護法による優生手術などを受けた方へ

平成31年4月24日に成立した「旧優生保護法に基づく優生手術等を受けた者に対する一時金の支給等に関する法律」に基づき、旧優生保護法下で優生手術などを受けた方に、一時金(320万円)を支給します。県では相談窓口を設置し、一時金の請求手続きに関する質問や相談を受け付けています。

受付日時▼月曜日から金曜日まで(祝日、年末年始を除く)の午前8時30分～午後5時15分

相談窓口▼茨城県旧優生保護法一時金受付・相談窓口(県子ども政策局少子化対策課内 水戸市笠原町978・6 ☎301局3270)

その他▼相談は、ファックス(☎301局 3294)やメール(✉shoutai@pref.ibaraki.jp)でも受け付けています。

問 茨城県旧優生保護法一時金受付・相談窓口(茨城県子ども政策局少子化対策課内 ☎301局 3270)

### 【介護予防健康体操教室(前期)】

期間▼4月から9月まで(全て火曜日、各クラス全18回)

時間▼Aクラス:午前9時～10時  
Bクラス:午前10時15分～11時15分  
Cクラス:午前11時30分～午後0時30分

場所▼総合福祉センター「絆」  
対象▼村内在住で60歳以上の方

定員▼各クラス45人※応募者多数の場合は抽選となります。

参加費▼3000円/人

その他▼欠席時の振り替えはできません。

申・問 3月6日(金)までの午前8時30分～午後5時15分に、身分証明書をもちの上、東海村社会福祉協議会(☎282局 4300)へ申し込みください。※電話での申し込みはできません。

### 【水中体操教室(前期)】

健康維持と障がい者の機能回復のための「水中体操教室」を開催します。

期間▼4月から9月まで(各コース全18回)

コース	クラス	時 間	定 員
一 般	月曜1組	9:30～10:30	各15人
	月曜4組		
	木曜1組	14:30～15:30	
	木曜4組		
	金曜1組	9:30～10:30	
	金曜4組		
一般土曜	土曜1組	11:00～12:00	
	土曜2組		
ゆっくりペース	月曜2組	11:00～12:00	各4人
	木曜2組		
	金曜2組		
少人数	月曜3組	13:00～14:00	
	木曜3組		
	金曜3組		

場所▼総合福祉センター「絆」

対象▼村内在住で▽一般コース:60歳以上▽一般土曜コース:おおむね40歳以上▽ゆっくりペースコース:60歳以上▽少人数コース:おおむね40歳以上で障がいがあり、医師の意見書を提出できる——を満たす方

内容▼水中でのウォーキングや体操など

参加費▼8100円/人

その他▼▽応募者多数の場合は抽選となります。▽受け付けの際に、簡単な健康チェックを行います。▽「少人数コース」以外を希望する方でも、医師の意見書が必要になる場合があります。▽欠席時の振り替えはできません。

申・問 3月6日(金)までの午前8時30分～午後5時15分に、身分証明書をもちの上、東海村社会福祉協議会(☎282局 4300)へ申し込みください。※電話での申し込みはできません。

### 総合福祉センター「絆」への送迎バスの運行日程表を配布

東海村社会福祉協議会では、総合福祉センター「絆」の利用希望者のために、日替わりで地域を回る送迎バスを運行しています。最寄りの乗降場所から、どなたでも利用できます。令和2年度運行日程表は、総合福祉センター「絆」、各コミュニティセンター、福祉総務課(役場行政棟1階、なごみ・総合支援センター)で配布しています。

問 東海村社会福祉協議会(☎282局 4300)

# 子育て



## 「親子でLet'sダンス」で体を動かしませんか

親子でダンスを楽しみましょう。わんわんひろば開放時間内に行います。

期日▼3月5日(木)

時間▼午前10時～11時

場所▼とうかい村松宿こども園

対象▼村内在住で6か月から就学前までの子とその保護者 ※保護者のみの参加も可能です。

講師▼久保花音さん(ダンスインストラクター)

参加費▼無料

その他▼飲み物、タオルをお持ちの上、動きやすい服装でのご参加ください。車でお越しの際は、とうかい村松宿こども園の砂利の駐車場(村松コミュニティセンター側)をご利用ください。園とうかい村松宿こども園子育て支援センター(☎282局7390)※事前申し込みは不要です。

## 教養・スポーツ

### とうかいまるごと博物館「スカシユリ春の種植え会」

村では、村の花スカシユリが身近に見られる環境を目指し、「スカシユリ

の故郷がえり運動」を行っています。ご自宅等で、スカシユリを育ててみませんか。また、スカシユリ増殖サポーターを随時募集していますので、お気軽にお問い合わせください。

期日▼3月15日(日)

時間▼午前10時～11時30分

場所▼中央公民館

定員▼10人程度

参加費▼無料

その他▼▽スコップをお持ちの上、動きやすい服装でのご参加ください。▽種・培養土・プランター・軍手を用意しています。▽希望する方はスカシユリの種を植えたプランターをお持ち帰りができます。

申・園 2月28日(金)から3月5日(木)までの午前9時～午後5時15分に、電話、メール(▽スカシユリ春の種植え会▽氏名▽電話番号▽参加人数▽プランター持ち帰りの有無——を明記)またはお越しの上、生涯学習課文化財・芸術文化担当(役場行政棟4階内線1422)maruhaku@vil.tokai.ibarak.jpへ申し込みください。

### 東海村少年少女合唱団 第38回「定期演奏会」

四季の移り変わりを表現した童謡メドレーや合唱ミュージカル、バンド演奏による合唱など、見て、聴いて、踊って楽しめる演奏会です。ぜひご来場ください。

期日▼3月22日(日)

時間▼午後1時30分開演(午後1時

開場)

場所▼東海文化センター

内容▼▽第1ステージ：合唱組曲「ふるさと東海村」より「いっぴい」、童謡唱歌ほか▽第2ステージ：合唱ミュージカル「太陽のうた」▽第3ステージ：ギターとともに「パプリカ」ほか

入場料▼無料

園生涯学習課文化財・芸術文化担当(内線1422)※事前申し込みは不要です。

### 東海村吹奏楽団 第13回「春の演奏会」

期日▼3月8日(日)

時間▼午後2時開演(午後1時30分開場)

場所▼東海文化センター

内容▼▽指揮：原進さん(東海村吹奏楽団常任指揮者)▽曲目：「富士山(Mont Fuji)」北斎の版画に触発されて「東京オリンピック・マーチ」ほか

入場料▼無料

園東海文化センター(☎282局8511) ※詳細は、東海村吹奏楽団ホームページ(<http://tmwo.bitter.jp/>)をご覧ください。

### 宝くじ文化公演「デーモン閣下&岡本知高の劇的コンサート」悪魔の森の音楽会

ロックシンガーデーモン閣下と、ソプラニスタ岡本知高が、夢の共演。

悪魔の森の主と、そこへ招かれたオペラ伯爵が繰り広げる音楽劇的コンサートです。二名の規格外の歌声と個性的なキャラクターによるトークをご堪能ください。



期日▼6月28日(日)

時間▼午後5時開演(午後4時30分開場)

場所▼東海文化センター

入場料▼2500円/人(税込)

その他▼▽全席指定となります。▽未就学児の同伴・入場はご遠慮ください。▽宝くじの助成による特別料金での開催です。

申・園 3月20日(金・祝)の午前9時から、東海文化センター(☎282局8511)およびプレイガイドでチケットを販売します。販売初日は1人につき4枚まで購入できます。残券がある場合のみ、同日午後1時から電話で予約を受け付けます。※プレイガイドにより、発売日時が異なりますので、ご注意ください。

### トレーニング基礎講座

#### トレーニングを始めてみよう!

これからトレーニングを始めようと思っている方、自己流なので効果が出ていないか分からない方、この機会に



# 3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			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	外宿1	11日・25日	真崎、村松北、権現山寮、真砂寮、原子力機構(荒谷台)	3日・17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)、長堀寮、舟石川3、外宿1、外宿2、竹瓦	2日・16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 竹瓦	5日・19日 12日・26日	緑ヶ丘、南台、豊岡、亀下	6日・20日	
緑ヶ丘	3日・17日	舟石川2	6日・13日 20日・27日	百塚、豊白、内宿1、内宿2	5日・19日	
白方	10日・24日	南台、川根	6日・20日	白方、岡、原子力機構(百塚)	10日・24日	
舟石川1、原子力機構(百塚)	4日・11日 18日・25日	豊白	13日・27日	舟石川1、船場	9日・23日	
宿、押延、岡	4日・18日	※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。		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)	13日・27日	
燃えるごみ ※祝日の収集も行います。			舟石川2、舟石川中丸			12日・26日
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					月・木曜日	
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					火・金曜日	

ぜび、トレーニング機器の取り扱い方や使用上のルール、マナー等を学んでみませんか。

**期日**▼3月28日(土)・29日(日)(全2回)

**時間**▼午前10時30分～11時45分

**場所**▼総合体育館

**対象**▼村内在住・在勤(同居家族を含む)・在学の中学生以上の方

**定員**▼先着10人(最少催行人数5人)

**講師**▼酒井祐斗さん(柔道整復師)、磯幸枝さん(バランスコーディネーター)

**参加費**▼1000円/人

**期**・**回**▼2月29日(土)から3月26日(木)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。

### 陸上自衛隊施設学校音楽隊 第30回「定期演奏会」

「東京オリンピックク・マーチ」や「ハウルの動く城」などを演奏します。ゲストとして水戸女子高等学校吹奏楽部が出演します。皆さんお誘い合わせの上、ぜひご来場ください。

**期日**▼3月7日(土)

**時間**▼午後2時開演(午後1時開場)

**場所**▼ひたちなか市文化会館(ひたちなか市青葉町1-1)

**入場料**▼無料

**その他**▼入場整理券(正午から配布)をお持ちください。

陸上自衛隊勝田駐屯地広報班(☎274局3211)

### その他

#### シルバー人材センター 「植木剪定(せんてい)作業見学会」

植木の手入れの仕方について、学んでみませんか。

**期日**▼①3月3日(火)(雨天時は3月11日(水))②3月9日(月)(雨天時は3月10日(火))

**時間**▼午前9時～正午

**場所**▼①村松コミュニティセンター ②真崎コミュニティセンター

**参加費**▼無料

#### 「いばらき企業説明会2020」

茨城労働局と茨城県では、就職支援の一環として、令和3年3月に大学等(大学院・大学・短期大学・高等専門学校・専門学校)を卒業予定の方および卒業後3年以内の方(令和2年3月卒業見込みの方を含む)を対象に、企業説明会を開催します。

**期日**▼3月10日(火)

**時間**▼午後1時～3時30分

**場所**▼ホテルレイクビュー水戸(水戸市宮町1-6-1)

茨城労働局(☎224局6218)、ハローワーク水戸(☎231局6221)

※事前申し込みは不要です。

### となりのまちから

#### 那珂市●第12回「那珂のひなまつり」

未来を担う子どもたちの幸せと健康への願いを込めて、市内4会場で、おひな様にちなんだイベントを開催します。那珂市歴史民俗資料館では江戸時代から平成のひな人形やつるしびなの展示を、曲がり屋ではつるしびなの展示のほか、和布小物等の販売や体験教室を行います。

色鮮やかな飾りに囲まれて、古来より伝わる伝統文化を身近に感じられるイベントですので、ぜひご来場ください。

**期間**▼3月8日(日)まで

**時間**▼午前9時～午後4時30分

**場所**▼①那珂市歴史民俗資料館(那珂市戸崎428-2) ※最終日のみ、ひな人形展は午後4時までとなります。②曲がり屋(那珂市菅谷4520-1)③那珂市中央公民館(那珂市福田1819)④那珂市総合センターらぼーる(那珂市古徳371)(①③④は月曜日休館)

**入場料**▼無料

那珂市歴史民俗資料館(☎297局0080)



# 3月1日～7日は春季全国火災予防運動 「ひとつずついね!で確認 火の用心」

●春先は火災が起きやすいシーズンです!

春は、冬に比べると、全国的に空気が乾燥しやすくなります。春一番のように強い南風が吹く季節でもあり、ひとたび火災が発生すると被害が大きくなりやすいので注意が必要です。

また春先は、農作業のために外で火を使う活動が始まる時季でもあります。気象条件をよく確認し、強風が予想される場合には火を使う活動を行わないようにしましょう。

**家庭ゴミ等を自宅の庭などで燃やす行為は絶対に行わないようにしましょう。**

【問い合わせ】ひたちなか・東海広域事務組合消防本部予防課(☎271-0735)



村火災予防ポスターコンクール  
最優秀作品  
舟石川小学校6年 西水 果歩さん

ふるさと歴訪 自然を探して

## 久慈川水系の自然

とある日の午後のことです。3月の穏やかな晴れの日、私はいつもの散歩道を歩いていました。すると雑草がまばらに生えた空き地の中を、野ウサギ2羽が餌を求めて忙しく跳びはねていましたが、私に気付くと、一目散に近くの森の中に逃げ去って行きました。

その3か月後の蒸し暑い日の午後、久慈川の土手道を散歩していると、対岸の広々とした砂地で大小合わせて4頭の犬、いや、よく見るとホンドギツネの親子がじゃれ合っているではありませんか。野生のギツネを間近で見るのは長い人生の中で生まれて初めての経験であり、とても感動しました。

この時思い浮かんだのが、3か月前に出合った野ウサギの存在です。ギツネと野ウサギは、捕食者と被捕食者という直接的な関係です。ウサギが増えればギツネが増え、ウサギが減れば捕食者であるギツネが減るといいう、生物群集における弱肉強食の関係で説明できます。

江戸時代以前は最強の肉食獣といえ、ニホンオオカミでしたが、明治時代に人の手で絶滅しています。そのため現在、ギツネは



【ホンドギツネの親子(平成29年6月撮影)】

陸上動物の生態系ピラミッドの最頂点に位置する最強の肉食系動物です。その主な餌は鳥ネズミ、ウサギ等の小動物が中心であり、これらの数をコントロールしています。

以前には決して出合うことのなかったギツネの存在からも、久慈川水系一帯の自然環境は、徐々に改善の兆しが見えているようです。

初夏には毎年、南方からたくさんのおウサギ、アマサギ等の渡り鳥がやって来て、留鳥のダイサギ、アオサギ等と共に大規模なサギのコロニーをつくり繁殖しています。時々オオタカやハヤブサ等の猛禽類が上空を旋回し、これらのサギを襲う様子も見られます。

秋には川を遡上するサケや落ちアユを狙うミサゴが空中から飛び込んで、獲物をつかみ上げる姿を観察することができます。時にはタヌキやイタチが水を飲む姿に出合えることがあります。冬になると、珍しい種類のカモが迷鳥として久慈川で休んでいる姿を見かけます。このように現在の久慈川水系は多様な自然環境に恵まれています。四季折々さまざまな動物に出合える場として、いつまでも大切にしたいと思っています。

前東海村自然調査会調査員

川上 仁司