## 広報とうかい

TOKAI VILLAGE
Public Relations
Magazine

NOVEMBER 2021.11.10 No.921



#### <sup>気和2</sup>年度 東海村の 決算報告

令和2年度の決算を振り返り、皆さんの納めた税金等がどのように使われたのかをご報告します。

なお、詳しい資料等は企画経営課(役場行政棟 3 階)で閲覧できるほか、村公式ホームページ(右QRコードよりアクセス可)でもご覧いただけます。

【問い合わせ】企画経営課財政経営担当(☎282-1711 内線1334)

#### ー般会計の決算状況

一般会計は、福祉や教育、道路の整備など村政運営の基本となる会計です。令和2年度の歳入決算額は249億6,689万円、歳出決算額は242億75万円で、歳入歳出差引額は7億6,614万円ですが、令和3年度に実施する事業の財源として1億461万円を繰り越したことから、実質的な差額は6億6,153万円となりました。

事業の効率化等により歳出削減に努めていますが、経常的な経費が増加傾向にあることから、さらなる事業の見直しや新たな財源の確保に努めるなど、引き続き健全な財政運営に努めます。

#### 歳入 249億6.689万円 (前年度比 + 47億9.262万円)

地方消費税交付金(3.3%) 8億1,851万円

繰越金 (4.3%) 10億7,160万円 県支出金 (4.3%) 10億8,393万円 一般会計 成入 249億 繰入金 (8.5%) 21億1,236万円

国庫支出金 (29.5%) 73億6,613万円

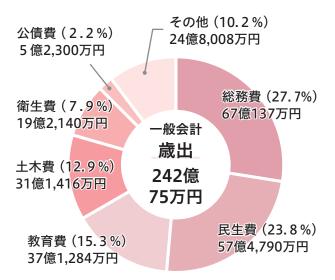
#### 歳入の内容▼

区 分	主な内容		
村税	村民税や固定資産税、都市計画税等の税金		
国庫支出金	村の特定の事業に対し国から交付されたお金		
<b>繰入金</b> 他会計や基金から一般会計に移したお金			
県支出金	村の特定の事業に対し県から交付されたお金		
繰越金	前年度決算の剰余金		
地方消費税交付金 消費税の一部が交付されたお金			
その他	使用料や手数料、地方譲与税、村債など		

#### 【主な増減】

- ■国庫支出金 +41億744万円(特別定額給付金事業費補助金の増など)
- ■村債 + 3 億540万円(庁舎空調設備改修事業債の増など)
- 村税 ▲1億1,603万円(固定資産税の減など)

#### 歳出 242億75万円 (前年度比 + 50億9,808万円)



#### 歳出の内容▼

区分	主な内容
総務費	村の運営全般に使われたお金
民生費	福祉や医療などに使われたお金
教育費	幼稚園や小中学校、社会教育等に使われたお金
土木費	道路や公園の整備等に使われたお金
衛生費	保健・環境衛生、ごみ処理などに使われたお金
公債費	村債の元金や利子の償還等に使われたお金
その他	議会・消防・商工・農林水産業等に使われたお金

#### 【主な増減】

- ■総務費 +41億3,266万円(特別定額給付金の増など)
- ■教育費 + 4 億280万円(歴史と未来の交流館建設工事の増など)
- ■民生費 + 3 億6,102万円(総合福祉センター「絆」空調 改修工事の増など)

#### 令和2年度の主な事業

#### 総務費

一人10万円の特別定額給付金を給付。また、 老朽化した庁舎空調設備の改修工事を行った。

#### 民生費

総合福祉センター「絆」の 老朽化した空調設備の改修 工事を実施。また、障害福 祉サービスの利用に伴う自



立支援給付費を支給したほか、子育て世帯への臨時特別給付金を給付した。

#### 衛生費

新型コロナウイルス感染症の村民支援策として実施した水道料金減免に係る水道料金減収分について、水道事業会計に補助金を支出した。

#### 農林水産業費

東新川用排水路改修工事第5期工事に取り組 み、計画していた護岸改修を完了。また、農業 振興のための基金を設け、積み立てを行った。

#### 商工費

新型コロナウイルス感染 症の事業者支援策として、 感染症予防対策支援補助金 や割引キャンペーン事業補 助金などを支出した。



#### 土木費

施設規模の見直しおよび老朽化対策を兼ねた駅西広場再整備工事を実施。また、石橋向 荒谷台線交差点改良舗装工事など道路の更新 整備や維持補修のほか、舟石川橋修繕に取り 組んだ。

#### 教育費

令和元年度に引き続き、歴史と未来の交流館の建設 工事や備品購入等



を進め、施設が開館。また、老朽化した総合 体育館外装の改修工事を行った。

#### 特別会計の決算状況

国民健康保険や介護サービスなどの特定の事業を行うために、一般会計と区別して運営する会計です。

事 業 名	歳入	歳出	差し引き
国民健康保険事業	29億5,228万円	28億3,606万円	1億1,622万円
後期高齢者医療	5 億3,299万円	5 億3,012万円	287万円
介護保険事業	26億8,756万円	26億824万円	7,932万円
介護サービス事業	464万円	368万円	96万円
東海駅西土地区画整理事業	1 億762万円	4,111万円	6,651万円
東海駅東土地区画整理事業	3,758万円	3,212万円	546万円
東海駅西第二土地区画整理事業 ※	1,626万円	1,626万円	0万円
東海中央土地区画整理事業	9億932万円	6億9,772万円	2億1,160万円

※令和2年度をもって事業が終結し、会計を廃止しました。

#### 公営企業会計の決算状況

住民の福祉の増進を目的として、主に料金収入によって経営される会計です。

事 業 名	収益的収入※1	収益的支出※1	資本的収入※2	資本的支出※2
水道事業	8 億3,918万円	7億4,478万円	8,827万円	4億7,733万円
病院事業	3 億741万円	3 億804万円	4,760万円	1億2,198万円
下水道事業	11億9,093万円	11億7,606万円	8億1,415万円	11億2,157万円

※1…水道供給や診療、下水処理などの運営に関する収支 / ※2…管路や施設、機器の整備更新に関する収支

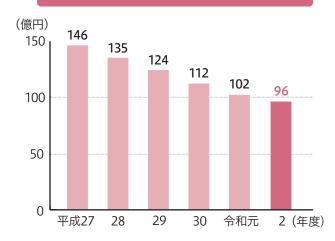
#### 借金と貯金で見る 慰海樹

#### ■令和2年度は借金・貯金ともに減少

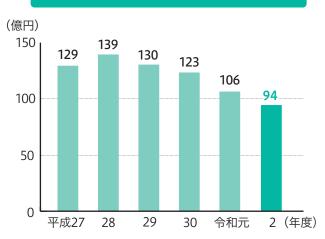
過去に借り入れた借金(村債)の返済が進んで、借金の残高は96億円となり、前年度と比べて6億円減少しました。

また、歴史と未来の交流館や総合福祉センター「絆」の空調設備改修工事といった大型事業の財源等として貯金(基金)を取り崩したため、貯金の残高は94億円となり、前年度と比べて12億円減少しました。

#### 村の借金(全会計村債残高)の推移



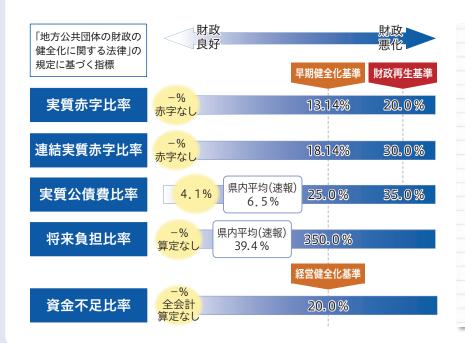
#### 村の貯金(全基金残高)の推移



#### 健全化判断比率等で見る 頭海湖

#### ■健全な財政状況を維持

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」(平成19年法律第94号)に基づき、財政の健全度を示す「健全化判断比率」と「資金不足比率」の2つの指標を算定しました。各指標とも国の定めた基準のうち最初の黄色信号である早期健全化基準等を下回っており、東海村の財政は健全であるといえます。



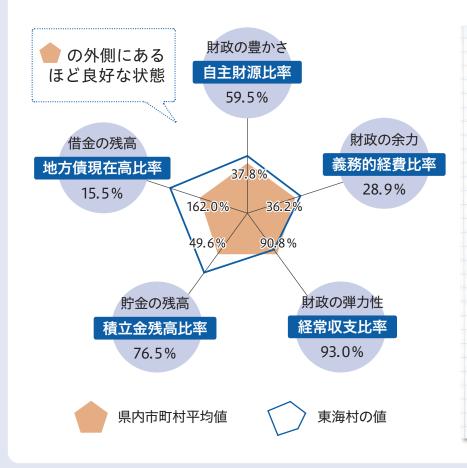
#### 【指標の説明】

- ■**実質赤字比率** 市町村の一般会計 等の赤字の程度を指標化し、財政 運営の深刻度を示すもの。
- ■連結実質赤字比率 全ての会計の 赤字・黒字を合算し、市町村全体と しての赤字の程度を示す比率。
- ■実質公債費比率 市町村の借入金 の返済分等の大きさを指標化し、 財政負担を見るための比率。
- ■将来負担比率 市町村の借入金や 将来支払いが見込まれる負債分を 指標化し、将来の負担を示すもの。
- ■資金不足比率 公営企業の事業規 模に対する資金の不足額の比率を 示し、経営状況を把握するもの。

#### 財政指標で見る 憩海湖

#### ■他自治体と比べて良好

事業者からの固定資産税などが多いため、自主財源比率は他自治体と比べて高い水準にあり、国や県からの補助金などの依存財源に頼らない構造となっています。その一方で、施設の維持管理費などが影響して経常収支比率が高く、財政構造上の弾力性が低い状態といえます。



#### 【用語の説明】

- ■**自主財源比率** 歳入のうち、自主 財源(村税、使用料、手数料など) が占める割合。この割合が高いほ ど、安定的で自主的な財政運営が 可能といえる。
- ■義務的経費比率 歳出のうち、義務的で任意では削減できない経費 (人件費、公債費、扶助費)のこと。 この比率が高くなると財政の硬直 度は高まるといえる。
- ■経常収支比率 人件費など、毎年 経常的に支出する経費に、一般財 源がどの程度費やされているかを 求めた割合。数値が低いほど財政 に弾力性があるといえる。
- ■積立金残高比率 財政調整基金、 減債基金およびその他特定目的基 金の年度末現在高の合計額の標準 財政規模に対する割合。
- ■**地方債現在高比率** 地方債残高の標準財政規模に対する割合。

#### これからの<equation-block>海綱の財政

#### ■より一層、健全な財政運営を目指します

今後の財政状況を見通してみると、固定資産(償却資産)の減価などの税収減が見込まれるほか、社会保障関係費や公共施設の維持管理・更新経費などを考慮すると今後も厳しい財政運営が予想されます。

しかし、これは村政を変えるための大きな契機とも言えます。これからは、単に"財政を切り詰める"という ことだけに注力するのではなく、窓口におけるキャッシュレス決済の導入や施設予約のオンライン化をはじめ、

ICTの活用による行政の効率化や行政サービスの在り方など、"行政経営の質を向上すること"が重要となります。本村でもICTを活用した事業をさらに展開することで、住民の皆さんの利便性向上に取り組んでいきます。

今後とも、将来に渡り持続可能な財政運営のために、事業の見直しや新たな財源の確保に努めます。



#### マイナンバーカードって何が便利なの? 本当に安全なの?

#### マイナンバーカードに関する

#### "皆さんの疑問"にお答えします!



マイナンバーカード(個人番号カード)は、社会保障・税番号(マイナンバー)制度の開始に伴い平成28年1月か ら交付を開始した、顔写真付きのICチップ搭載プラスチック製カードです。希望者の申請に基づいて発行し、 初回は無料で取得することができます。

今や、村民の約4割が取得しているこのマイナンバーカード(10月10日現在)。一方で、その使用用途や安全 性など、疑問や不安をお持ちの方も多いかもしれません。そこで今回は、マイナンバーカードとは何か、そのメリッ トや安全性について紹介します。まだお持ちでない方は、この機会にマイナンバーカードを作ってみませんか。

#### 疑問1

#### マイナンバーカードにはどんなメリットがあるの?



#### メリット(1)

#### 公的な身分証明書として使える! マイナンバーを 必要とする手続きの本人確認は、これ1枚でOK!

- ▽運転免許証等と同じように、公的な身分証明書として幅 広く利用できます。
- ▽運転免許証を返納した方や学生などで、顔写真付きの身 分証明書を必要とする方にお勧めです。
- ▽就職や転職、出産・育児、病気、年金受給、ふるさと納税 などの手続きのほか、災害時などにマイナンバーの提示を 求められたときでも、マイナンバーカード1枚で手続きが できるため、あれこれ書類をそろえる必要がありません。

#### メリット②

#### 休日や夜間でも、全国の主要なコン ビニで各種証明書が取得できる!

平日はもちろん、土・日曜日、祝日(年 末年始とシステムメンテナンス時を除 く) などの休日や夜間でも、コンビニで、

各種証明書が取得できます。 時間▼午前6時30分~午後11時

発行可能な証明書▼住民票、印鑑証明、 所得証明書

手数料▼各200円/通

#### メリット③

#### 健康保険証として利用可能に! 将来的には、運転 免許証と一体化も!

対応する医療機関や薬局(順次拡大予定\*1)で、次のこ とが可能となります。

▽マイナンバーカードを健康保険証として利用できます<sup>\*\*2</sup>。

▽手続きをしなくても、**限度額を超える自己負担の支払 いが不要**になります。

▽本人の同意の下、服薬履歴などが医師と共有でき、よ り良い医療が受けられるようになります。

#### メリット(4)

利です。

#### いつでも、どこでも、オンラインで 確定申告ができる!

税の申告(e-TAX)が、いつでも、 どこでも、オンラインで可能です。

窓口の時間外や休日でも、自宅や外 出先から手続 きができるた め、とても便



- ※1…利用の可否等については、各医療機関等へお問い合わせください。
- ※2…マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには、事前申し込みが必要です。スマートフォンや セブン銀行ATM、役場・郵便局等に設置の端末から簡単に手続きができます。※詳細は、「マイナポータル」ホ-ムページ(右QRコードよりアクセス可)をご覧ください。



#### と待って!

#### そもそもどんなカードなの?

▽プラスチック製のICチップ付きカードで、表面には氏名、住所、生年月日、性別、本人の顔写真等が、また裏面にはマイナンバー(個人番号)が記載されています。

▽有効期限があります(20歳以上:発行日から10回目の誕生日まで、20歳 未満:発行日から5回目の誕生日まで)。

 $\nabla$  I C チップ(カード裏面)の中には、カードに記載されている情報や電子 証明書 $^*$ などが記録されています。

※電子的に本人であることを証明するもので、署名用電子証明書と利用者証明用電子証明書の2種類がある。有効期限は発行日から5回目の誕生日まで。6ページのメリット②・③・④の手続き時に必要。



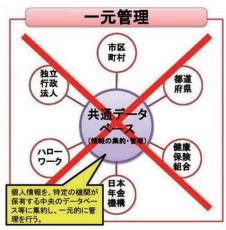
#### 疑問 2

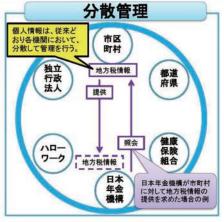
#### マイナンバーカードは安全なの? ~Q&A~



- Q. マイナンバーを他人に知られたら、自分の個人情報が全部漏れてしまうの?
- A. <u>分散管理のため、芋づる式に情報が漏れることはありません</u>。

これまでどおり、<u>個人情</u> 報は各機関で分散して管理 します(右図参照)。





- Q. マイナンバーを知られて、成り済まし の被害に遭ったらどうしよう…。
- A. <u>他人が成り済まして使用すること</u> はできません。

なぜなら、<u>マイナンバーを使用する</u> <u>手続きでは、必ず身分証明等による本</u> <u>人確認をすることが義務付けられてい</u> るからです。

また、マイナンバーカー ドは顔写真付きのため、 他人が成り済まして使用 することはできません。

- Q. マイナンバーカードをなくしたら、ICチップの情報 が盗まれてしまうのでは?
- A. <u>プライバシー性の高い情報は記録されておらず</u>、 他人に情報が盗まれることもありません。

マイナンバーカード(ICチップ)には、<u>税や年金等の</u> プライバシー性の高い情報は記録されていません。

また、使用の際は<u>暗証番号が必要となるため、他人が</u>使うことはできません。暗証番号を一定回数間違えるとカードがロックされたり、不正に情報を読み取ろうとするとICチップが壊れたりするように作られています。

カードをなくしてしまった場合でも、24時間365日、 国のコールセンターで一時的に利用をストップできます。

#### 【問い合わせ】住民課住民担当(☎282-1711 内線1125)

※カードの申請・受け取り方法など、マイナンバーカードについて詳しく知りたい方は、「マイナンバーカード総合サイト」(右QRコードよりアクセス可)または村公式ホームページをご覧ください。





#### 教育委員を紹介します

【問い合わせ】学校教育課企画総務担当 (☎282-1711 内線1411)

東海村議会の承認を得て、渡辺 克平さんが東海村教育委員に再任されま したので、ご紹介します。

任期▼令和3年11月1日から令和7年10月31日まで(2期目)

#### ●「教育委員」とは…

教育行政の基本方針や重要施策・事項について審議し、 意思を決定する合 議制の機関「教育委員会」の構成員です。また、学校行事(入学式・卒業式・運 動会)やその他の教育関連行事へ参加し、教育現場の実情を踏まえながら、 より良い教育行政を目指し活動しています。



渡辺 克平さん

#### 

#### 「交流館DEまる(博)体験」してみませんか?

コンパクトな面積の中に多様な文化財や自然がある東海村の特徴を生かし、東海村全域をフィールドに、歴 史・自然に親しみ、郷土愛を育む活動を展開する「とうかいまるごと博物館(略して「まる博」)」。 歴史と未来の交流館では、エンジョイ・サマースクールで大人気の縄文ストラップ作りや本 格的なフィールドツアー等、いつでも気軽に体験できるメニューを用意しています(下表参照)。 詳細は、村公式ホームページ(右QRコードよりアクセス可)をご覧ください。



【問い合わせ】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)

#### 【申し込みが必要な体験】

申し込みの際に希望する日時をお知らせください。

No.	体験名	所要時間
1	博物館長と歩く植物観察会	1 時間30分
2	自然ツアーにご招待	2 時間
3	史跡ツアーにご招待	2 時間
4	彫刻ツアーにご招待	1 時間
5	植物カードを作ろう	1 時間
6	展示解説ツアー	30分
7	縄文ストラップ作り	20分
8	アンギン編みでコースター を作ろう	1 時間

申し込み▼11月21日(日)から、12月22日(水) 以降に実施する体験の予約を受け付けます。 ※▽体験の予約は希望日の2か月前から1か 月前までに申し込みください。▽行事の都合 等により希望日に添えない場合があります。



ぜひ、家族や友人と一緒に ご参加ください!

#### 【申し込みが不要な体験】

下記の講座を日替わりで実施しています。詳細は、 お問い合わせください。

No.	体験名	所要時間
9	交流館DE植物観察	30分
10	サギわらいで遊ぼう	15分
11	まる博テーブルでタイムトラベル	15分
12	弓矢体験	15分
13	本物の○○にさわってみよう	15分
14	交流館クイズ	10分
15	東海村パズル	10分
16	ぬりえ	10分
17	縄文ファッションを着てみよう	10分
18	縄文土器の文様をつけてみよう	5分

#### 【共通】

**その他▼**未就学児(メニューによっては小学2年生 以下)は保護者の同伴が必要です。

#### 【体験の様子(No.1、No.10)】





#### 令和4年度 東海村奨学金制度(入学準備金·修学資金) 授学生を募集します

村では、経済的な理由により修学が困難な方を対象に、入学準備金・修学資金を貸与します。

対象▼令和4年4月に高等学校や大学等へ入学または在学する予定の方で▽村内に1年以上住所を有する方の子(養子を含む)▽学校教育法で規定する高等学校、高等専門学校、専修学校、大学(短大・大学院含む)に入学予定または在学中▽学業成績が優秀で向学心が旺盛▽経済的な理由によって修学困難──の全てを満たす方※入学準備金については、高等学校に入学予定の方は私立のみ対象となります。

返還期限▼奨学金に係る学校を卒業した1年後の翌月から10年以内に全額返還(無利息)

**その他**▼入学準備金と修学資金の併願は可能ですが、それぞれの願書を提出する必要があります。

申し込み・問い合わせ▼学校教育課(役場行政棟4階)備え付けの願書に必要事項を記入し、12月10日(金)から令和4年1月21日(金)まで(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)に、学校教育課企画総務担当(☎282-1711 内線1412)へ出願者本人がお越しの上、申し込みください。※▽願書は村公式ホームページからもダウンロードできます。▽出願時に面接を行いますので、事前に出願の日時をご連絡ください。

#### 【入学準備金】

学校の種別		貸与限度額	募集人員
高等学校(私立のみ)		30 万円以内	若干名
高等専門学校		30 万円以内	石「石
市体学坛	高等課程	30 万円以内	
専修学校 	専門課程	50 万円以内	10人程度
大学	国公立	30 万円以内	10八住反
	私立	50 万円以内	

貸与期間・・・・令和4年3月に一括貸与 ※入学決定時期 によっては遅れる場合があります。

#### 【修学資金】

学校の種別		貸与月額	募集人員
高等学校	国公立	2万5,000円	
同守子仪	私立	3万5,000円	5人 程度
高等専門	第1~3学年	2万5,000円	住权
学校	第4学年以上	4万円	
専修学校	高等課程	3万5,000円	15 人
守修子仪	専門課程	4 万円	程度
大学		4 万円	

貸与期間・・・令和4年4月から在学する学校の正規の 修業期間(令和4年4月時点で第1学年以外に在 籍する方は残修業期間)

#### 11月12日~25日は

#### 「女性に対する暴力をなくす運動」 即間です





国の男女共同参画推進本部では、11月12日から25日(女性に対する暴力撤廃国際日)までの2週間を「女性に対する暴力をなくす運動」の実施期間としています。配偶者やパートナー、交際相手からの暴力や、性犯罪、売買春、

セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など、女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものであり、決して許されるものではありません。今年度の運動は、「性暴力

を、なくそう」をテーマとしています。※詳細は、 内閣府男女共同参画局「性犯罪・性暴力対策」特 集サイト(右QRコードよりアクセス可)をご覧 ください。



【問い合わせ】村民相談室(☎282-1711 内線1276)

#### パープルリボン運動

パープルリボン運動は、国際的な、女性に対する暴力根絶運動です。ねじって 丸めた紫色のリボンを身に着けることで、 女性に対する暴力防止を訴えます。

困ったときは、 ひとりで悩まず ご相 談ください

▽内閣府性犯罪・性暴力被害者のための ワンストップ支援センター

2 # 8 8 9 1

▽警察庁性犯罪被害相談電話

**2** # 8 1 0 3



#### 

#### 「わた史ノート」を 作成してみませんか?



「わた史ノート(エンディングノート)」とは、これま での人生を振り返り、自分自身の気持ちを見つめ直す ための、村独自のノートです。

自立した生活が困難となり誰かの支援が必要となっ たときに、「どこで誰の支援を受けて暮らすのか」、「医 療や介護とどう関わるか」、「どのような備えが必要か」 など、わた史ノートを活用してこれまでの人生を振り 返り、これからどう過ごすかを考えてみませんか。

あなたが大切にしている人たちに自分の希望や現状 を伝えておくことで、医療や福祉のサービスを利用す るときや、人生の最期を迎えるときの希望を、身近な 人に知ってもらうためにも役立ちます。

#### 【「わた史ノート」に記入できること】

▽自分の健康・関係者について ▽財産・葬儀・お墓につい て ▽遺言・大切な人へのメッセージ ▽今後の日標 など

#### 【「わた史ノート」を無料で配布しています】

下記の場所で「わた史ノート」を無料で配布していま すので、ぜひご活用ください。

配布日時▼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

配布場所▼▽なごみ・総合支援センター ▽高齢福祉課 (役場行政棟1階)

**問い合わせ▼**地域包括支援センター(☎287-2516)

#### **スマが日興度がある行へ…** FREIDSTONE PLANT ?



#### 「スマホ体験会」

スマホをお持ちでない方を対象に、「スマホ 体験会|を開催します。「スマホを使ってみたい けど、操作できるのか心配…」という皆さんの、 不安や疑問にお答えしますので、この機会にぜ ひお越しください。

期日▼11月17日(水)、12月3日(金)

時間▼▽午前10時30分~ 11時40分 ▽午後1 時~2時10分▽午後3時~4時10分※▽各 回15分前から開場します。▽各回の終了後、 個別の相談を受け付けます。

場所▼403会議室(役場行政棟4階)

対象▼スマホを持っていない方

定員▼各回先着15人

参加費▼無料

内容▼スマホの操作体験、機能紹介、スマホ にするなら"今でしょ!"キャンペーンの説明

**その他▼**▽体験会で使用するスマホは主催者が 用意します。▽新型コロナウイルス感染症の 拡大防止のため、中止・延期となる場合があ ります。

問い合わせ▼企画経営課プロジェクト推進室 (内線1335)※事前申し込みは不要です。





エイトブリッジ









吉住

茨城県出身の「カミナリ」をはじめ、お笑い第7世代の芸 人による爆笑ライブです。皆さん、ぜひお楽しみください。

日時▼12月11日(土)午後2時開演

場所▼東海文化センター

定員▼先着350人程度 ※感染症対策のため、座席の間隔 を空けた配席となります。

出演▼カミナリ、エイトブリッジ、パーパー、ランジャタイ、 錦鯉、吉住

入場料▼4,000円/人(全席指定)※座席の指定はできません。

**その他▼**▽未就学児は入場できません。▽託児サービスは 開設しません。▽新型コロナウイルス感染症の拡大防止 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▼**11月14日(日)の午前9時以降に、 電話で東海文化センター(☎282-8511)へ申し込みくださ い。※▽初日の予約は一人につき4枚まで受け付けます。 ▽入場券は、入場料と引き換えに、11月21日(日)の午前 9時から東海文化センター窓口でお渡しします。



#### フレイル予防で伸ばそう!

健康寿命

「フレイル」とは、加齢により心身の活力が低下した、健康と要介護の中間を意味します。このコーナーでは、健康寿命を伸ばすために欠かせないフレイルの予防方法等についてご紹介します(全4回)。今回は、「低栄養予防」についてです。フレイルの兆候にいち早く気付き、予防に取り組むことで改善が期待できます。

問 地域包括支援センター(☎287-2516)

#### 「太りすぎ」よりも「痩せすぎ」に注意!

65歳以上の高齢者にとっては「痩せすぎ」に注意が必要です。これは中年の頃、メタボリックシンドローム(メタボ)※を気にしていた方も同様です。高齢期になって十分な食事量が足りていないと、栄養が不足して、筋力の減少や免疫機能の低下等により、フレイルが進行してしまう危険があります。

※メタボリックシンドローム(メタボ)とは…内臓脂肪の蓄積に加え、「脂質異常」「高血糖」「高血圧」の中から2つ以上に該当した状態を言います。動脈硬化を促進させ、心筋梗塞や脳梗塞を引き起こす危険性が高まります。

#### 自分の体重は適正かな?BMIでチェックしよう!

BMIとは、身長と体重から算出される「体格指数」です。 体重を測る習慣をつけ、体重の変化に気を付けましょう。 特に何もしていないのに、6か月間で体重が2~3キログ ラム減った方や、BMIが18.5未満の方は注意が必要です。

#### BMIの計算方法

BMI( $kg/m^2$ ) = 体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

年齢	目標とするBMI
18 ~ 49歳	18.5 ~ 24.9
50 ~ 64歳	20.0 ~ 24.9
45キリト	21 E 24 O

(参考)厚生労働省/日本人の食事摂取基準(2020年版) 策定検討会報告書

#### 「たくさん」よりも「満遍なく」を意識して! 低栄養を予防する食生活の③ つのポイント

いろいろな食品を組み合わせて毎日きちんと食べ、栄養不足にならないことが健康長寿につながります。なお、病気などで治療中の方は、主治医の指示に従ってください。

#### 【1 「たくさん」よりも「満遍なく」が大切です! ゙

主食(ごはん・パン・麺等)、主菜(魚・肉・卵・大豆製品等)、副菜(野菜・キノコ類・海藻類等)を基本として、いろいろな食品を少しずつ満遍なく取り入れるほか、3回の食事は欠かさず食べるよう意識しましょう。

#### 【2 筋力量を維持! タンパク質を含む食品を取りましょう!

【タンパク質を上手にとるコツ】▽食事が食べ切れない時は、タンパク質を含む「おかず類」を先に食べる ▽牛乳、ヨーグルト、チーズ等の乳製品を間食(補食)で補う ▽魚の缶詰や冷凍食品など、長期保存できて調理に便利なものを活用する ▽料理が大変な場合は、市販の総菜やレトルト食品などを活用する

#### 【3 かみ応えのある食品を取り入れ、よくかんで食べましょう!

食べる力を維持するために、かみ応えのある肉類や野菜はよくかんで食べるようにしましょう。

低栄養予防について、たい方は、「食べて元気にフレイル予防」(厚生労働省)をご覧ください▶





#### フレイル予防のための講座です! 「しっかり食べて 低栄養予防」

高齢期の食生活のポイントを、ベテラン管理栄養士が分かりやすくお伝えします。しっかり食べて、フレイルを予防し「健康長寿」を目指しましょう。

- **■日時** ▽12月6日(月)午後1時30分~午後3 時 ▽12月7日(火)午前10時~11時30分
- ■場所 総合福祉センター「絆」
- ■対象等 65歳以上で、▽特に何もしていない のに6か月で体重が2~3キログラム減ってし まった▽高齢期からの食生活に関心がある―― のいずれかに該当する方(各先着15人程度)
- ■講師 佐藤光惠さん(管理栄養士)
- ■参加費 無料
- ■その他 新型コロナウイルス感染症の拡大防止の ため、中止・延期などを行う場合があります。
- ■申し込み・問い合わせ 11月12日(金)から30日(火) まで(土・日曜日、祝日を除く)に、地域包括支援セン ター(☎287-2516)へ申し込みください。



里親が育てる。

社会が支える。

#### 里親を必要としている子どもたちがいます あなたも里親になりませんか



里親制度は、さまざまな事情により家庭で生活できないお子さんを、里親の家庭において、温かい愛情と家庭 的な雰囲気の中で養育していただく制度のことです。茨城県では、子どもたちの健やかな成長のために里親制度 を積極的に推進しており、里親になっていただける方を広く募集しています。

【問い合わせ】子育て支援課子ども家庭担当(☎282-1711 内線1182)、児童家庭支援センターあいびー(☎291-3770)

#### 里親への各種支援

子育ての経験がない方でも、登録前の研修で必要な知識などを身に付けることができます。子育てで困ったと きは、児童相談所や里親支援機関の支援員が電話や訪問により、疑問や悩みをお聞きし、一緒に解決方法を考え ます。さらに、地域の里親会による支援や交流活動もあります。※里親には迎え入れたお子さんの養育費として、 里親手当・生活費・学校教育費・子ども医療費などが支給されます。

#### 里親の種類

- ▽**養育里親…**18歳までの子どもを、子ども が自立したり生まれ育った家庭に戻った りするまで、自分の家庭に受け入れて育 てる里親です。
- ▽養子縁組里親・・・特別養子縁組(戸籍上も 自分の子どもとして育てること)を前提と して養育する里親です。
- ▽専門里親…養育里親のうち、虐待や非 行、障がいなどの理由により、専門的 な援助を必要とする子どもを養育する 里親です。
- ▽親族里親・・・実親が死亡、行方不明などに より養育できない場合に、祖父母などの 家族が子どもを養育する里親です。

#### **単親になるまでの流れ**



**相談・ガイダンス まずは里親リクルーター**(児童家庭支援 センターあいび一) へご相談ください。 ガイダンス後、児童相談所に研修を受け るための申請をします。

基礎研修·実習



養育里親基礎研修(1日)、県内の乳児院で の基礎実習(1日)を行います。

登録前研修·実習



登録前研修(1日)、県内の乳児院・児童養護 施設での登録前実習(各1日)を行います。

登録申請

児童相談所に必要書類と申請書を提出し ます。

調査·審議·登録

家庭調査後、審議会を経て、里親登録と なります。

#### 里親について詳しく知りたい方は、お問い合わせください

#### 児童家庭支援センターあいびー(**公291-3770**)

ブログ(右下QRコードよりアクセス可)で、里親リク ルート事業の活動などを紹介していますので、ご覧くだ さい。里親制度について関心をお持ちの方は、ぜひお問 い合わせください。※児童家庭支援センター あいび一は、茨城県より「里親制度等普及促 進・リクルート事業 |を受託しています。



#### 【里親の声】

私は広報紙を見て里親制度を知りました。さまざ まな事情があって親元で暮らせない子どもが多くいる ことに非常に驚きました。そんな子どもたちに温かい 家庭を提供したいと思い、研修や実習を経て里親 登録をしました。 O歳の子どもの養育をお願いされ た時は、育児経験がなかったため不安も大きかった のですが、児童相談所や里親支援機関の支援員 の方など、さまざまな機関から手を差し伸べていた だき、とても助かりました。今では支援の輪を心強 く感じながら、育児を楽しんでいます。

子どもに対して体罰等が繰り返されると、心身の成長・発達にさまざまな悪影響が生じ る可能性があり、体罰は決して許されないものであることが法律で定められています。子 どもの権利が守られる体罰のない社会の実現に向けて、皆さんで取り組んでいきましょう。

【問い合わせ】子育て支援課子ども家庭担当(☎282-1711 内線1182)



#### ▮ 子どもと上手に関わるために…

#### 【イライラを認め、気分を落ち着かせる】

子育てはストレスがたまることもあります。原因は子ど ものことなのか、自分の体調の悪さや忙しさなどなのか …。振り返ってみると気持ちが落ち着くかもしれません。

#### 【自分に合うやり方でストレスを解消する】

自分の時間や心に余裕がないときは、次の方法を試し てみましょう。

▽深呼吸して気持ちを落ち着ける ▽ゆっくりと5秒数え る ▽窓を開けて風に当たり気分転換をする

#### 【周りの人に相談する】

一人で抱え込まず、周囲に相談することも大切です。 子育てに悩んだときや、身近に悩んでいる人がいるとき は、子育て支援課子ども家庭担当または右記へご相談く ださい。

#### 子どもと関わる際の写つのポイント

▽子どもの気持ちや考えに耳を傾ける ▽子どもの状況に応じて、身の回りの環境を整える ▽注意の方向を変えたり、子どものやる気に働き掛 けたりする

▽肯定文で分かりやすく、 時にはお手本となる ▽良いことやできていることを具体的に褒める

▽児童相談所虐待対応ダイヤル

いちはやく **22189** 

▽児童相談所相談専用ダイヤル

覚えています。

幸せな気持ちになったことを今でも

目を輝かせて接してくれて、

とても

人見知りの自分に子どもたちは

**☎0120-189-783** 

を選んだことに自分でも驚きました

不安よりも "この仕事に就きた

人前に出ることの多い保育の仕



、だったため、

は

幼

い頃から赤面症で人見 保育の仕事に就きた

かけは、

中学生の時の職場体験でし

た。この仕事に就きたいと思ったきっ いと両親に伝えた時には驚かれまし

#### 「保育」という おしごと

保育者からのメッセージ



と聞き、感動して涙が出ました。 抱えた子を笑顔にしたい」と幼 ち合えるすてきな時間を、 のない時間です。 事だと思います。 な時期に携わる責任のある什 たちの人生の土台となる大切 い頃から保育者を目指していた に過ごしてみませんか。 たちと過ごす毎日はかけ いもありますし、 保育という仕事は、 子供たちと育 何より子ども その分やりが 子ども がえ

じめなかった保育所生活を楽しくし 場に来る機会がありました。 然お母さんに会った際、 な姿を見てうれしくなりました。偶 たその子が以前と変わらず一生懸命 しいけれど、とても頑張り屋さんだっ に担任した子が保育実習生として職 就職して長い年月が経ち、 も周りになじめない子や問題を てくれた先生の姿を見て、 「みんなにな 自分

が、この仕事を選んだことを後悔し 自信がなく引っ込み思案な私でした い、という気持ちが強かったのです。

たことはありません。どんなに大変

時間が 界はいつも純粋で、 思わせてくれました。 自分自身も多くのことを学び、 とはありません。子どもたちの裏表 なことがあっても、 しさに触れる毎日に笑顔が絶えるこ ない素直な心に向き合うことで、 "自分は自分のままでいい"と その温かさや優 子どもたちの

須和間幼稚園

金田

亜紀子 主幹教

### みんなで健活!!

【問い合わせ】健康増進課(保健センター ☎282-2797)



厚生労働省は、健康づくりのために1日10分多く体 を動かす「+10(プラステン)」を勧めています。「+10」 によって、死亡、生活習慣病、がんのリスクを3~4 パーセント、ロコモ※・認知症の発症を8.8パーセント も低下させることができるそうです。さらに、2~3 か月継続で血圧を下げることができ、1年間の継続で 1.5~2.0キログラムのダイエット効果も期待できま す。体を動かすことは、気分障害の予防・解消になり、 コロナ疲れの解消にも有効です。まずはいつもより 10分多く体を動かすことを心掛けてみましょう。

※ロコモ…ロコモティブシンドローム(運動器症候群)の通称。骨や関 節、筋肉などの衰えが原因で、「立つ」「歩く」といった機能が低下 している状態のこと。

#### ●日常生活で体を動かしてみましょう!

あなたが体を動かせそうなのは、いつ、どんな時 ですか。ご自身の生活や環境を振り返って、動く機 会を見つけてみましょう。

∖▽歯 磨きをしながらかかとを上げ下げする ▽テレビを見ながら足踏みをする

▽トイレで座る時にゆっくり座ってゆっくり立つ

#### 動画の解説を聞きながら、 体を動かしてみませんか?



厚生労働省が、筋肉体操などメディア などで活躍中の谷本道哉さん(近畿大学 生物理工学准教授)と考案した「おうちで +10(プラステン)超リフレッシュ体操」(下 QRコードよりアクセス可)。体操のほか、 筋トレ、キックボクシングなどの動画がご 覧いただけます。それぞれ3分間程度で手 軽に行える運動を紹介していますので、自 分に合ったものを組み合わせて、在宅勤務 や家事の合間にトライしてみませんか。





(参考)▽スマートライフプロジェクト健康イベント&コンテ ンツ身体活動・運動 ▽日本整形外科学会公式口コモティブ 予防啓発サイト ロコモONLINE

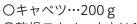
#### 海対へルスメイトの「おうちで簡単オススメレシピ」



#### キャベツとワカメのサラダ







○乾燥ワカメ…大さじ1 〇しょうゆ…小さじ1

○塩昆布…小さじ1

○鶏がらスープの素…小 さじ1/2

○ごま油…小さじ2 〇酢…小さじ1/2~1

〇いりごま…適量

☆キャベツとワカメは、水切り不要です! ☆ビタミンCとミネラルが豊富です♪

#### 【作り方】

- ①キャベツを小さめにちぎる。
- ②耐熱皿にキャベツをのせ、ふんわりラッ プをしたら、600Wの電子レンジで3分半 程度温める。
- ③キャベツがしんなりしたら、残りの材料 を加えてよく混ぜる。
- ④少し時間を置いて、ワカメがキャベツの 水分を吸ったら出来上がり♪





#### ご協力ありがとうございました!

#### 第43回「東海まつり打ち上げ花火」

10月16日、村内の6か所で、東海まつり実行委員 会主催による、第43回「東海まつり打ち上げ花火」が 実施されました。

"こんな時だからこそ 伝えたい 絆ぎたい"という思 いを込めて打ち上げられた花火を、たくさんの方々が、 自宅周辺などから笑顔で見上げました。

実施に当たり、自治会や地域の方々をはじ め、学校や団体、企業などからたくさんのご 支援とご協力をいただきました。皆さん、あ りがとうございました。

【問い合わせ】東海まつり実行委員会事務局 (東海村観光協会内 ☎287-0855)

#### 中央公民館講座 🔘



- ■日程等 下表参照
- ■対 象 村内在住・在勤・在学の方
- ■受講料 無料 ※一部費用がかかる講座があ ります(下表参照)。
- ■その他 ▽応募者多数の場合は抽選で決定 します。▽受講の可否は、応募者全員に郵送で お知らせします。▽新型コロナウイルス感染症 の拡大防止のため中止となる場合があります。
- **■申し込み・問い合わせ** 11月10日(水)から20

日(土)(必着)まで(11月15日(月)を除く)の午前9時 ~午後9時(11月14日(日)は午後5時まで)に、電 話、郵送(はがき)・メール(▽講座名▽住所▽氏名 (ふりがな)▽年齢▽電話番号▽勤務先・学校名(村 外在住者のみ)――を記入)、「いばらき電子申請・届 出サービス」(右下QRコードよりアクセス可)また

はお越しの上、中央公民館(〒319-1115 船場768-15 ☎282-3329 🗑 tyuuoukouminkan@vill.tokai. ibaraki.jp)へ申し込みください。



#### 【募集講座一覧】

#### 講座名等

#### ① 日本列島の動きを見張る -GEONET(ジオネット)による 地殼変動監視—

大地震や火山噴火の「その時」、日本列島がどんな動きをし たのかを紹介し、地殻変動がどのような意味を持っているの かを解き明かします。また、スマートフォンから国土地理院 のホームページにアクセスし、最新情報について解説します。

#### ② 発達障害を理解しよう

発達障害のある方は、外見からは分かりにくく、"実は生き づらさを感じている"ということがあります。発達障害のある 方が自分らしく生きていくためには、周囲の皆さんの温かな理 解が欠かせません。多様性を認め合い、誰もが暮らしやすい社 会を目指して、「心のバリアフリー」について学びます。

#### ③ 大人の学校【まる博ゼミナール】 化石から分かること

村内では貴重な化石が多数発掘されています。化石から読 み取れる大昔の東海村の地形や姿――。悠久の時を超えた化石 が語り掛ける世界に、耳を傾けてみませんか。講師が発掘した 秘蔵の化石もご紹介します。

#### ④ 東海村文化協会技芸連盟連携講座 革工芸講座(全4回)

使えば使うほど手になじみ、深い味わいが出てくる革製品。 自分だけのオリジナルデザインのコインケースを 製作しませんか。追加募集(9人分)を受け付けま すので、ぜひご参加ください。



#### 日程等

期日▼12月3日(金)

時間▼午後1時30分~3時

定員▼20人

講師▼国土交通省 国土地理院職員

**その他▼**スマートフォンをご使用の方 は、お持ちの上ご参加ください。

期日▼12月11日(土)

時間▼午後1時30分~3時

定員▼20人

講師▼水口進さん(常磐大学人間科 学部教授、心理臨床センター次長)

期日▼12月18日(土)

時間▼午後1時30分~3時

定員▼20人

講師▼菊池芳文さん(前・東海村の自 然調查団 地史·古生物部門)

期日▼令和4年1月15日·22日·29日、 2月5日(全て土曜日、全4回)

時間▼午後1時~3時30分

講師▼塙貴子さん(東海村技芸連盟)

費用▼3,000円程度/人(材料代)



#### STATION GALLERY



所▼ J R 東海駅 (ギャラリーA…駅舎 2 階、 ギャラリーB…駅舎1階)

問い合わせ▼東海駅コミュニティ施設管理室(☎287-3680)※新型コロナウイルス感染症の拡大防止の ため、中止・延期となる場合があります。

#### 【企画展】芸大·茨大·筑波大率業修了制 作選抜展出品作家のその後[木でつくる -里佳孝 × 深澤慎太郎 × 槙野央-/

企画展「芸大・茨大・筑波大卒業修了制作選抜展」 の、過去25年間の出品者204人から、現在活躍中の 作家を紹介するシリーズ企画です。今回は、木を素 材にした造形を手掛ける3人の作家の近作を展示し ます。







期間▼11月21日(日) ~ 12月4日(土)

時間▼午前10時から午後7時(最終日は午後1時)

#### 関連企画を開催します! …………

関連企画として、下記のイベントを開催しますの で、皆さんぜひお越しください。

#### 3人の作家による「ギャラリートーク」

日時▼11月21日(日)午後2時~3時

場所▼ギャラリーA・B

**その他**▼事前申し込みは不要です。

#### 深澤さんの解説による「制作工程映像公開」

日時▼11月27日(土)午後2時~3時

場所▼ギャラリーA

**その他**▼事前申し込みは不要です。

#### 槙野さんによる実技体験ワークショップ「みんなの 鉛筆|

期日▼11月28日(日)

時間▼▽午後1時~2時 ▽午後2時10分~3時10分

場所▼ギャラリーB

対象▼小学生以上の方

申し込み▼事前に、東海駅コミュニティ施設管理室 (☎287-3680)へお越しの上、申し込みください。

列島をいっき呑みする秋出 俳 の る朝顔 旬 し軒の下 白 台 渋谷ひろし

く列島よそに秋燕 種まき終えしミニ花壇 白 小林 東海林笑湖 大内たけみつ 久男

短

歌

十五夜に兎を探す孫と爺 場

鰯雲ゴ ヤ の棚ののぞき窓 松 堀 庭田紀久子 木 純子

事語

前り診

始む歯科医秋暑し

身に入むや講演無しの整理券 村松北 百 小野寺紀夫

早朝

塚 増渕みよ子

生き様を見感涙にむせぶ 亡き兄の文集届き誠実な

宿

手押し車とひこの姿よ 秋風にコスモスゆれるその先に

に草刈る肩の汗ば 白方中央 みて 寺島

揚羽蝶飛び踊るがごとし 沼

はや萩の咲き薄の揺れ この夏はことに暑しと思いしに 海老根ヨシイ 佐 藤 昇

秋茄子の

緑ケ丘

佐藤

正

白 方 佐 藤

菊つくり花見るときは陰 の 操

功夫 サラダにのせて秋の香りに 庭草と共に伸びたる紫蘇の実を

嫁ぐ娘をそっと見送る

ごめんなさいの声の素直さ 夜更けごろ間 違い電話の少年 白 梅津

0

秀雄

今朝もさわやか二人の食事 やつや黒きを三つもぎ 須和間 柴山

庭のコスモスぼんやりと見る 友の来てしゃべって笑って去り 西 大貫は る

16

場合があります。

業者、

土地提供者に対して撤去指導

不法投棄行為者、

搬入業者、

排出

発見した場合は、 をしています。 . 期 不法投棄や野焼 発見・早期対応が最も重要です。 専用フリーダイヤル %きの防-

正な残土処分の撲滅に 物の 茨城県では、 不法投棄や不適 産業廃

監視パト 向けて、 ロールを集 強 調月間に、 中

ては、 的に実施しています。 巧妙化している不法投棄事案に対 「捨て得は許さない」という方針 また、 年々悪質



12 に あ 事 います。 !遭う可 件や事故など 誰 遭 も わ が れ 能 突然、 被害 た 性 が

止解決には、



犯罪被害者等支援 シンボルマーク ギュっとちゃん

不法投棄を発見したら通報を! 11月は「不法投棄防止強調月間

不法投棄 1 1 Ó 番」へ通 報をお願

ĹΊ

は

相談窓口

や最寄りの警察署へご相

受付日時▼月曜日から金曜日まで 相談電話番号▼「不 法 **2**0120 - 536 - 380 投 棄 1 1 0 番

要です。

皆さんのご協力をお願

い

周囲の方のご理

方やそのご家族が回

復するためには、 被害に遭われた

ください。

また、

期日▼ 12

月4日(土)

30

分

てみませ

ます。

相談電話番号▼

局0110)、

被害相談「勇気の電話\_

または☎0120-21-8103

日を除く)の、 絡ください なか警察署(☎227局0110) )時15分 ※受付日時外は、 午前8時30分~午 ひたち \ \ ! (祝 連 後

5

**閰**環境政策課生活環境保全担当 (23)局3033) 4 5 1) 茨 城 、県廃 棄 物規 內 制 課 線 問ひたちなか警察署(☎227局0110

## 健 康

11月25日~12月1

日

は

犯罪被害者週間

親子でみそ作り体験 スメ 1 トジュニア 事業

日本の伝統食文化について学びなが 親子で一緒に、 みそ作りを体験

ら、

### 矢 療

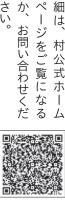
茨城県警察本部性犯罪 ひたちなか警察署(☎272 解と温かな支援が必 **2**#8103 定員▼6組 対象▼村内在住の小学生とその保護 **場所**▼石神コミュニティセンタ **時間**▼午後1時30分~3時 生のきょうだいがいる場合は 申し込むことができます。 (保護者一人につき児童1人)※小

学

その他▼応募者多数の場合は 参加費▼200円/ ります。 人 抽 選

申・間11月19日(金)の午後5 ス可)から、 2797)へ申し込みください。 ビス」(左下QRコードよりア ば 「いばらき電子申請・届 村公式ホー 保健 センター  $\Delta$ **8** 出 時 ※ 詳 282 ク サ 局 セ

ار



## ま

#### **l**nformation

#### 情報ガイ

東海村役場 🕿 282-1711(代表)

#### ●常住人口(推計)

令和3年10月1日現在(前月比) 世帯数 15,407 世帯 (-7)(+11)総人口 37,695 人

#### ●11月の納付

納期限 11月30日(火)

固定資産税(第3期分)

国民健康保険税(第5期分)

後期高齢者医療保険料(第5期分)

坏土地改良区経常賦課金(後期分)、水利費

#### ●11月の休日診療

受付時間 午前9時30分~正午、午後1時~2時

١	期日	医療機関名	電話番号
	14⊟(⊟)	村立東海病院	282-2188
	21⊟(⊟)	茨城東病院	282-1151
	23日(火)	村立東海病院	282-2188
	28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☎ 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)

#### ●窓口業務時間延長

実施日時 第1・3木曜日午後7時まで

【住民課】住民登録、印鑑登録、パスポー トの交付、各種証明書・許可書の発行、国 保・国民年金・後期高齢者医療等に関する 手続きなど

【高齢福祉課】介護保険・高齢支援の申請

【税務課】各種証明書の発行、村税納税相 談(要予約)

【会計課】国税、県税、国民年金保険料を 除く各種税金・使用料等の支払い

【子育て支援課】保育所・幼稚園・認定こど も園の手続き、児童手当・児童扶養手当の 申請など

【水道課】給水の開始・中止の手続き、上下 水道料金の支払いなど

※詳しくは、村公式ホームページをご覧ください。

#### 助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。

### 福祉



# 入学祝い品を差し上げますひとり親世帯のお子さんへ

ます。 (学用品)を差し上げい、入学祝い品(学用品)を差し上げい、入学祝い品(学用品)を差しているへ入学するお子さんを養育している村内在住で令和4年4月に小学校

問社会福祉法人茨城県母子寡婦福祉連1182)へ申し込みください。曜日、祝日、年末年始を除く)に、曜日、祝日、年末年始を除く)に、

# 権ホットライン」強化週間です11月12日~18日は「女性の人

合会(☎22局7505)

います。

「女性の人権ホットライン」を設置して
「女性の人権ホットライン」を設置して
が、パートナーからの暴力、ストートや、パートナーからの暴力、ストートや、パートナーからの暴力、ストートを、パートナーからの暴力、ストートを、パートナーからの暴力、ストートを、パートナーからの暴力、ストートを、パートナーからの暴力、ストートを、パートナーからの暴力、ストートをできる。

ます。

談ください。なお、秘密は厳守されけ付けていますので、お気軽にご相を延長するとともに、土・日曜日も受を延長するとともに、土・日曜日も受強化週間中は、電話での相談時間

期間▼11月12日(金)から18日(木)まで

かります。

**時間▼**午前8時30分~午後5時となり 日曜日は午前10時~午後5時となり

810(全国共通ナビダイヤル)相談電話番号▼☎0570‐070‐

けています。 日から金曜日まで(祝日を除く)の午日から金曜日まで(祝日を除く)の午

9919)
■水戸地方法務局人権擁護課(☎27局

# 職業訓練の生徒を募集します障がいのある方を対象とした

ませんか。

**時]**▼〜11~50~150~30日(水)まで(3か月間) **期間**▼令和4年1月6日(木)から3月

**場所**▼株式会社ひたちなかテクノセン**時間**▼午前9時10分~午後3時50分

**対象▼**▽身体障害者手帳▽療育手帳 学が可能な方

費用▼無料 ※別途、テキスト代がか内容▼パソコン周辺機器の取り扱いや定員▼10人(最低実施可能人数6人)

■ ハローワーク水戸(23)局 ハローワーク水戸(23)局 160 mhttp://www.ibaraki-it.ac.jp/gakuin/)

# 教養・スポーツ 大

# ノキ植林内の植物」参加者募集!「博物館長と歩く観察会 スギ・ヒ

話しします。名前や由来、その特徴などを楽しくおが、交流館周辺を歩きながら、植物のマに歴史と未来の交流館の博物館長マに歴史と未来の

**韩勛▼**F前9 寿 0 分~1 **期日▼**12月 4 日 (土)

場所▼歴史と未来の交流館時間▼午前9時30分~11時

**参加費**▼無料 定員▼先着15人

車・間11月13日(土)から30日(火)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(歴史と学習課博物館・文化財担当(歴史と学習課博物館・文化財担当(歴史と

## |「探鳥会」 |とうかいまるごと博物館

その他▼12月16日(木)の午後1時30分

から、茨城県立産業技術短期大学校

さい。

でい。

でい。

でかませんか。この機会にぜを楽しんでみませんか。この機会にぜす。専門家の話を聞きながら、秋の鳥す。専門家の話を聞きながら、秋の鳥

期日▼12月5日(日)

**時間**▼午前9時~正午

定員▼先着5組

**参加費▼**500円/人 ※家族で参加

**その他▼**▽開催場所については、後日、 参加者に通知します。▽ベビーカーで 参加者に通知します。▽双眼鏡・図

車・間11月13日(土)から25日(木)までに、メール(▽参加者氏名▽電話番に、メール(▽参加者氏名▽電話番館・文化財担当(歴史と未来の交流館館・文化財担当(歴史と未来の交流館の 23局の851 [個maruhaku® vill.tokai.ibaraki.jp) へ申し込みくがさい。

# 「展示解説ツアー・自然編」とうかいまるごと博物館

参加ください。 示の世界を旅してみませんか。ぜひご 学芸員による解説を聞きながら、展

期日▼12月5日(日)

時間▼午後2時~3時

場所▼歴史と未来の交流館

18

## 定員▼先着5人

#### 申・問11月13日(土)から 参加費▼無料 未来の交流館内 ☎287 学習課博物館·文化財担当 電話またはメール

🍽 maruhaku@vill.tokai.ibaraki.jp)

局0851

(歴史と

生 涯

、申し込みください。

#### The Japanese Culture Classes for Foreigners

#### A: 'Ikebana'

Ikebana trial lesson where you can enjoy flowers and a calm time will be held as follows:

**Time:** 1:30 – 2:30 p.m.

Date: Saturday, 27 November

Fee: 600 yen (including material fee)

Please apply by Fri. 19Nov.

#### B: 'Shodo'

Shodo (Calligraphy) is a form of artistic writing involving the use of a brush and India ink.

Trial lesson will be held as follows:

**Time:** 1:30 – 2:30 p.m. Date: Saturday, 4 December

Fee: 500 yen

Please apply by Fri. 26Nov.

Both classes will be held at Tokai-mura Sister City Hall (next to the Tokai Village Office).

All the necessary tools are prepared.

Inquiries: The Tokai-mura International Association

(TIA) Secretariat

**ph.&fax**: 029-279-1814 (9:00a.m.- 5:00p.m.)

e-mail: tia2020@net1.jway.ne.jp

Applications are limited 10 people each, so please

note that a selection will be made in case.

We also ask for your understanding to wear a mask.

#### 外国人のための日本文化体験教室

#### A: 「生け花」体験教室

ませっ ぱな いや ラスムホ 季節の花で、癒しと潤いの時間を過ごしませんか。

**日時**▼11月27日(土曜日)午後1時30分~2時30分

**参加費▼**600円/人(花材費)

もう しゅきり 申し込み締切▼11月19日(金曜日)

#### B:「書道」体験教室

墨汁たっぷりの筆を手に、好きな漢字を書いてみませんか。

**日時**▼12月4日(土曜日)午後1時30分~2時30分

**参加費▼**500円/人

もう し しめきり がっ にち きんようび **申し込み締切▼**11月26日(金曜日)

場所▼東海村姉妹都市交流会館(東海村役場隣)

ていん かく にん おうぼしゃたすう ぽぁぃ ちゅうせん 定員▼各10人 ※応募者多数の場合は抽選となります。

**その他▼▽必要な用具は主催者が用意します。▽マスク** <sup>ちゃくょう</sup> 着用でご参加ください。

(**☎·** 029-279-1814( 中前 9 時 ~ 中後 5 時) **[**tia2020@ net1.jway.ne.jp)

## とうかいまるごと博物 勾玉づくり体験

古墳時代の装飾品「勾玉」を作りま 自分だけのオリジナルの勾玉を作

"古代のロマン"を身に着けてみま

期日▼12月18日

**定員**▼先着20人 時間▼午前10時~11時30分 場所▼歴史と未来の交流

■・週11月13日(土)から30日(火)まで 参加費▼無料 vill.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みくだ 館内 ☎級局0851 @maruhaku@ 物館・文化財担当(歴史と未来の交流 話番号――を明記)で、 に、メール(▽参加者氏名▽年齢▽電 生涯学習課博

でも配信します

の様子はWeb会議システムZo

事前に、

I

స (http://www.j-parc.jp/c/ J-PARCセンターホー

時間▼午後6時~7時

場所▼いばらき量子ビー ム研究セン

# 間子でひもとく物質と反物質の性質の違い 第54回丿・PARCハローサイエンス「K中

す。会場参加(先着10人)のほか、 る「KOTO実験」についてお話ししま 中間子を使って物質と反物質の謎に迫 いK中間子について紹介するほか、 存じですか。一般的には知られていな 皆さんは「K中間子」という粒子をご Κ

間亅 - PARCセンター広報セクショ ン(公284局4578

index.html)から申し込みください。

**その他▼**▽とうかいまるごと博物 講師▼塩見公志さん(亅‐PARCセ ジで開催の有無をご確認ください。 対象事業です。▽事前にホームペー ンター素粒子原子核ディビジョン) ▽マスクを着用の上、

ター(-QBRC)(白方162-1)

お越しくだ

19

# シリーズ「放射線・原子力の基礎講座 第4回「世界と日本のエネルギー問題

催します。 講座を4回シリーズで開 放射線や原子力の基礎 福島第一原発



がり角を迎えています。エネルギーに やすく説明します。 対する理解を高められるよう、分かり 事故以来、日本のエネルギー政策は曲

期日▼12月11日(土)

時間▼午後1時30分~4時

場所▼笠間市地域交流センターともべ 対象等▼県内在住の方(先着30人) 「トモア」(笠間市友部駅前1‐10)

内容▼▽演題…「世界と日本のエネル ギ―問題」▽**講師…**山本隆三さん (常葉大学教授)

受講料▼無料

**申・問**12月4日(土)までに電話または ウンロードできます。 込書は、原子力科学館ホームページ 0526)へ申し込みください。※申 子力協議会(公28局3111 288局 項を記入)で、公益社団法人茨城原 ファックス(所定の申込書に必要事 (http://www.ibagen.or.jp/) からタ

# 企画展

のめ、 なま玉子をはじ 殻から落ちる



描

上田薫「玉子にス 城県近代美術館蔵)

出された顔かたち一 企画展3「ふえいす

掘

ŋ

# 上田薫とリアルな絵画

身近なもの

ーン B」1987年(茨

物埴輪、人土偶や人

を振り返るとともに、現代の作家た知られる上田薫(1928~)の仕事 ちによるリアルな絵画表現を紹介し

時間▼午前9時3分~午後5時(入場 期間▼12月12日(日)まで(月曜日休館 は午後4時30分まで

**場所**▼茨城県近代美術館(水戸市千波 東久保666-1

入場料▼▽一般…870(730) ります。▽11月13日(土)(茨城県民 受給者証等をお持ちの方は無料とな は、20人以上の団体料金となります。 370(240)円/人 ※▽括弧内 円/人 ▽高校生・大学生…610 (土)は満70歳以上の方が無料となり の日)は全ての方が無料、 ▽障害者手帳·指定難病特定医療費 (490) 円/人 ▽小・中学生… 人 ▽満70歳以上…430(360) 12 月 4 日 )円/

間茨城県近代美術館(☎243局5111) その他▼「日時指定WEB整理券」(オ ンラインで取得、 ibk.ed.jp/)をご覧ください。 (http://www.modernart.museum 方は優先して入場できます。※詳細 茨城県近代美術館ホームページ 無料)をお持ちの

壺輩など、昔 面が付いた

国指定重要文化 財 顔面付土器(明 治大学博物館蔵)

的や性格を考えます。

は午後4時30分まで)

越しください。 クを着用の上、

入場料▼▽一般…350(290)円/ 特定医療費受給者証をお持ちの方と ます。▽身体障害者手帳・療育手帳・ 弧内は、20人以上の団体料金となり 円/人 ▽**高校生以下…**無料 ※▽括 ▽11月13日(土)(茨城県民の日)・14日 付き添いの方1人は無料となります。 精神障害者保健福祉手帳·指定難病 円/人 ▽大学生…180(140) 人 ▽満70歳以上…170(140) (日)は全ての方が無料となります。



します。

# 第86回「ふれあいトーク」 村長と直接意見交換ができます

してみませんか。 まちづくりに対する皆さんの思いを話 村民参加のまちづくりを推進するた 村長と1対1で会話ができます。

を作ってきました。 から人々は「顔」の付いた器や人形など 場所▼イオン東海店(1階・フードコ 日時▼11月21日(日)午後2時~5 ト付近)

の時代に作られた顔について、 の付いた資料を紹介します。それぞれ 本展では、主に県内から出土した顔 その目

期間▼11月23日(火・祝)まで(月 曜

時間▼午前9時30分~午後5時(入場

間秘書広報課秘書·女 「サイクルサポートステーション」 性活躍担当(内線 1 3 0 2

# への協力事業者を募集します

加盟し、茨城県や関係市 ト利活用推進協議会」に たち海浜シーサイドルー 村では現在、「大洗・ひ



町村との連携の下、「自転車を活用

援する「サイクルサポートステーショ た地域振興」に取り組んでいます。 ン」にご協力いただける事業者を募集 くりを進めるため、サイクリストを応 村内で自転車を利用しやすい環境づ

対象▼▽サイクルサポートステーショ ことができる▽サイクリストにトイ 望に応じ、スポーツバイクに対応し た空気入れや修理用工具を貸し出す 所を確保できる▽サイクリストの要 を掲出できる▽駐輪ラックを置く場 ンであることを明示するのぼりなど

レや休憩スペースを提供できる

内容▼日常生活や村政に関することなど

その他▼▽事前申し込みは不要で、

日に先着順で受け付けます。▽当日

のやりとり結果を、

村公式ホー

ページで公表(匿名)します。▽マス

雇用期間▼令和4年1月4日(火)か

免許を有する―

-を満たす方(1人)

住民対応ができる▽普通自動車運転 的な操作ができる▽窓口や電話での ソコン(ワード・エクセル等)の基本 力を有する▽役場に通勤が可能▽パ

ら3月31日(木)まで(更新の可能性

準備します。 空気入れ、修理用工具は、協議会が を満たす村内の事業者 ※のぼりや

> 5時15分に、高齢福祉課介護保険室 曜日を除く)の午前8時30分~午後

(〒319-1192 東海3-7-

役場行政棟1階 内線1161

**聞・** 固企画経営課(役場行政棟 3 階)備 クセス可)からもダウ 村公式ホームページ 経営課企画調整担当(内線1336) え付けの登録申請書に必要事項を記 (下QRコードよりア へ申し込みください。 人の上、11月30日(火)までに、 ロードできます。 ※申請書は、 企画

# 期日▼12月3日(金)

# ・草刈り・草取り講習会(見学会)

シルバー人材センター「植木剪定

へ申し込みください。

**時間**▼午前9時~正午

場所▼東海村合同庁舎 対象▼村内在住の満60歳以上で、受講 働く意欲のある方 ※見学会は、村 後シルバー人材センターに入会して たでも参加可能です。 内在住の60歳以上の方であればどな

## 受講料▼無料

**雇用要件等▼**▽高等学校卒業程度の学 **業務内容▼**行政事務の補助や窓口業務

を募集します

会計年度任用職員(高齢福祉課)

その他▼持ち物等については、 知らせします。 別途お

**車・間**11月22日(月)まで(土・日曜日を 除く)の午前8時30分~午後5時15 局3446)へ申し込みください。 分に、シルバー人材センター(☎280

# で働きやすい環境づくりを! **「Self‐Biz(セルフビズ)\_**

報酬等▼月額13万5920円~ ※▽通

日を除く)の午前9時~午後5時

勤手当を支給します。

▽雇用保険・社

会保険に加入します。

**勤務日時▼**月曜日から金曜日まで(祝

あり)

ルフビズ)」と題し、 の一環として、「Self‐Biz(セ 軽装による勤務を励行してきました の実施期間と定め、 め、5月から10月までを「クールビズ」 イルによる環境負荷の軽減を図るた 村ではこれまで省エネ型ライフスタ 11月1日から、 ノーネクタイ等の ノーネクタイ等に 職員の働き方改革

**間**東海

Ī 5

まつり運営 会内 2 287 局

村観 Μ 0

光協 の

申・問履歴書(顔写真貼付)に必要事

細は別途お知らせします。

項を記入し、郵送またはお越しの

11月22日(月)(必着)まで(土・日

選考方法▼書類選考、

面接試験

※ 詳

【次の点に留意して取り組みます】

のご理解をお願いします。

ことにより、公務能率を向上させ、 え、快適で働きやすい服装で勤務する 服装を選択することができる環境を整

よる勤務を通年で実施しています。

日々の気温や職員一人ひとりの

室内での温度差等に応じて柔軟に

民サービスの向上に努めます。皆さん

▽公務員としての品位を失わない 節度ある服装

▽議会や式典への出席など社会通 ▽TPO(時・場所・場合)をわきま えた服装

念上必要と判断される場におい

てはネクタイ等を着用

# 第26回「東海ー~MOのまつり」 の開催を中止します

ます。 開催を目指しこれまで慎重に検討を重 ますので、ご理解とご協力をお願いし 来年の開催に向けて準備を進めていき 皆さんには大変申し訳ありませんが、 感染症の拡大防止のため、中止します。 ねてきましたが、新型コロナウイルス 開催を楽しみにしていただいている 第26回「東海ー~MOのまつり」は

#### 【東海村のコロナワクチン接種状況】

10月31日時点の接種状況は

3万5,202人 接種対象者数

3万651人 1回目接種者数

**2**万**9,192**人 2回目接種者数

※▽公開時点で把握している数値です。▽接種対 象者は令和3年度中に12歳以上となる方です。







#### ぼくの夢 わたしの夢



-夢は"美容師"

中丸小学校6年 田仲 柚稀

「美容師になりたい!」。これが今、私が描く将 来の夢です。

私は小さい頃から、ヘアアレンジやおしゃれを することが好きだったので、人をきれいにする美 容師という仕事に憧れを持っていました。美容師 さんに髪を切ってもらうと、いつも自然と笑顔に なります。私もそんな風に人をきれいにする仕事 に就いて、"お客さんを笑顔にしたい"と思うよう になりました。

美容師になるには、美容のための勉強と練習を たくさんしなければなりません。とても大変なこ とだと思います。ですが、踊ることが大好きでダ ンスを6年間続けてきた私は、好きなことならど んなに大変でも、目標に向かって努力し続けられ る自信があります。夢をかなえるために、一歩ず つ進んでいきたいと思います。

#### ちびっこ美術館

「お友だちと遊んだよ」



お友だちと遊んでいる時の 絵を描いてくれたのは、お絵 描きが大好きな健心くん(6 歳)。"こんな生き物がいたら いいな・・・"と想像して描いた そうで、「"花カマキリ"と"虹 色トカゲ"を描いたよ!」と元気 いっぱいに話してくれました。



サンフラワーこどもの森保育園 游木 健心<

#### 集まれ! TOKAI Kid's





H27.11.14生



H28.11.12生



ままとき っむぎ 大友 紬稀ちゃん R 2.10.22生



をなうかいと 佐藤 介登くん R 1.9.25生



まとう \*\* は 佐藤 嬉歩ちゃん R 3.9.9生







応募ができます! ぜひご応募ください♪



なりた きます 成田 美鈴ちゃん H29.8.1生



なりた まずね 成田 鈴音 ちゃん R 2.5.21生



「広報とうかい」では、村内在住の就学前のお子さんの写真を募集しています!

▽「TOKAI Kid's」応募▽住所▽氏名▽電話番号▽お子さんの名前(ふりがな)と生年月日▽性別――を明記の上、写真を添え て、郵送・メール・持参のいずれかで申し込みください。※掲載はお子さん1人につき、1年に1回とします。

《郵送での申し込み》〒319-1192 東海 3 - 7 - 1「TOKAI Kid's」係 《メールでの申し込み》kouhou@vill.tokai.ibaraki.jp

【問い合わせ】秘書広報課広報戦略・国際化担当(役場行政棟 3 階 ☎282-1711 内線1305)