

Contents [主な話題]



- 「東海村国民健康保険保健事業実施計画」(データヘルス計画)を策定しました!..... 2
- 「とうかいヘルスマイレージ2016」がスタートします!..... 6
- いんぷおめーしょん..... 10

東海村学童クラブ 夏季休暇期間の利用申し込みを受け付けます!

各小学校に隣接の東海村学童クラブ(石神・舟石川・中丸・白方・照沼)では、夏季休暇期間の利用申し込みを受け付けます。なお、舟石川・中丸・白方学童クラブについては、定員に空きがないため、利用を希望する場合は、石神・照沼学童クラブのどちらかを選択していただくことになります。

対象▼▽夏季休暇期間中、保護者の就労等の理由により、日中の保育ができない▽石神・照沼学童クラブの開所時間内に、保護者等による送迎が可能——を満たす小学1～6年生

定員▼40人程度 ※申込者多数の場合は、入所できない場合があります。

開所日時▼月曜日から金曜日まで(祝日を除く)の午前7時30分～午後7時

利用料▼月額1万2,500円/人(7月が2,500円/人、8月が1万円/人)※おやつ・昼食代、行事費用等は実費となります。

申し込み▼各学童クラブ備え付けの申込書に必要事項を記入の上、6月17日(金)(消印有効)までに、郵送で、テルウェル東日本株式会社東関東支店へ申し込みください。

問い合わせ▼テルウェル東日本株式会社東関東支店(☎043-227-7121)、子育て支援課保育所・幼稚園担当(☎282-1711 内線1184)

平成28年「経済センサスー活動調査」にご協力ください!

ビルくん&ケイちゃん



総務省・経済産業省では、平成28年6月1日を基準日として、平成28年「経済センサスー活動調査」を実施します。「経済センサス」は、全ての産業分野における経済活動の状態を明らかにするために実施されるもので、その調査結果は、国や地方公共団体が行う行政施策の企画・立案や地域産業の活性化等、まちづくりに欠かせない資料として利用されます。皆様のご理解とご協力をお願いします。

調査対象

全国の全ての事業所と企業 ※個人経営の農・林・漁業など一部の事業所を除きます。

調査項目

売上高や費用などの経理事項

調査方法

5月下旬から、調査員が調査対象となる事業所や企業を訪問して調査票を配布します。記入済みの調査票は、6月1日(水)以降に調査員が回収します。なお、今回の調査からインターネットでも回答することができますので、ぜひご利用ください。

その他

▽調査員が聞き取った内容や調査票に記入した内容は、統計以外の目的に使用することはありません。▽調査員は、茨城県知事発行の「調査員証」を携行しています。

問い合わせ

総務課統計・IT管理担当(☎282-1711 内線1316)

「東海村国民健康保険保健事業実施計画」

「データヘルス計画」を策定しました！

東海村国民健康保険では、このたび、国の指針に基づき「東海村国民健康保険保健事業実施計画」(以下、データヘルス計画)を策定しました。今回は、その概要をご紹介します。

「データヘルス計画」とは？」

生活習慣病の発症や重症化を予防するため、保険者(市町村)が保有しているデータ(健康診断の結果や医療費の支払額を示すレセプト)などを活用して、効果的・効率的な保健事業について計画実施・評価・改善を行うものです。

「東海村国民健康保険の現状」

東海村の国保には、平成28年3月31日現在で8110人(加入率21.1%)が加入しています。そのうち、特定健康診査の対象者(40～74歳)は、6001人となっています。

※「特定健康診査」…高齢者の医療の確保に関する法律に基づき、生活習慣病を予防する観点で、平成20年4月から医療保険者に義務付けられた40～74歳の方を対象とする健診をいいます。

「特定健診の年代別・男女別受診率(平成26年度)」
下グラフを見ると、年代別の受診率は、男

女とも60歳未満の受診率が低く、年齢が上がるにつれて高くなっています。また男女別では、どの年代においても女性の受診率が高くなっています。

東海村では、40～50歳代の男性の受診率が低い現状があり、特に50～54歳は18.2%

で、70～74歳の56.7%の受診率と比べると約40%も低い状況です。

自覚症状がな

いまま、病気が進行して

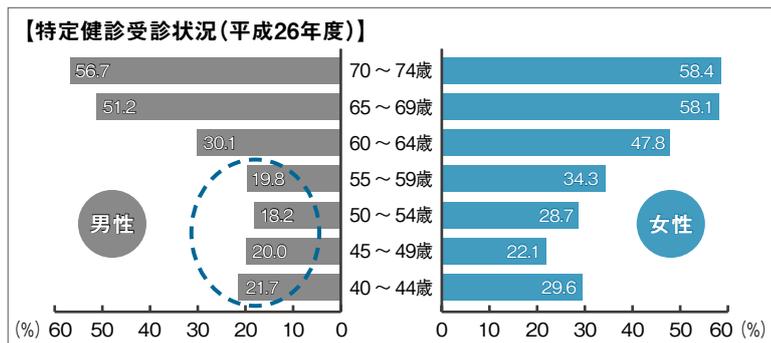
いる可能性も考

えられるため、働き盛りの世

代にこそ、特定健診の必要

性や生活習慣の見直し、健

康への意識を高める取り組みが重要になってきます。



山田村長スリム化への道

私もチャレンジしました。メタボの方は一緒に！

① 平成26年度の間人ドックの結果、腹囲(85センチメートル以上)と脂質異常を指摘され、メタボリックシンドローム予備群と診断される。

それまでは体調の変化等、自覚症状は全くなく、体重計も持っていないだったので、「なんとなくスボンがきつくなったなあ…」くらいに感覚でした。

② 保健師と栄養士から指導を受け、食生活の見直しと運動の目標を決める。

【食事の目標】野菜を多くとる、寝る前に食べない。
【運動の目標】趣味がランニングであるため週3回運動をする、勝田マラソンを(歩かずに)完走する。
【体重の目標】75キログラムから70キログラムにする！

③ 平成27年6月から食生活の見直しと運動プログラムを開始。血圧計と体重計を購入し、毎朝測定。週1回は腹囲測定も。

以前は寝る前に食べることがありましたが、目標を設定してからは冷蔵庫に食べ物を置かなくなり、何かを口にしたいと感じたときは水をなめたりしていました。
体重や血圧の値はパソコンで管理(保健師に月1,2回報告)。グラフを作成して、数値の増減がひと目で分かるようにしました。

東海村の現状と今後の課題

村では、平成20年度から「特定健康診査等実施計画」に基づき、メタボリックシンドロームに着目し、糖尿病や高血圧等の生活習慣病の発症や重症化予防に取り組んできました。そこから見えてきた現状と課題は、次のとおりです。

特定健診

- ▼**40～50歳代の男性の特定健診受診率が約2割と低い**(40代…20.9%、50代…19.0%)。
- ▼特定健診結果で、**男性のメタボリックシンドローム率が高い**(50.1%)。
- ▼特定健診結果で、**受診勧奨者の医療機関の受診率**が国や県、同規模市町村と比較して**低い**(48.4%)。

予防可能な疾病

- ▼**心疾患による死亡率**が、同規模市町村と比較して**7%高い**。
- ▼**男女とも急性心筋梗塞による死亡率**が全国と比べて**高い**。
- ▼心疾患の基礎疾患を見ると、**高血圧症が約8割、脂質異常症が約7割、糖尿病が約5割**の方に見られる。

医療費

- ▼1件当たりの入院医療費は、**心疾患が約70万円(県内16位/46保険者)、脳血管疾患は約60万円(県内37位/46保険者)、糖尿病は約59万円(県内21位/46保険者)**となっている。
- ▼同規模市町村と比べて**要介護認定率は低い**が、**要介護認定者の病気保有率が高く、一人当たりの医療費**も国や県、同規模市町村と比較して**高い**(東海村…9,859円、国…7,952円、県…8,159円、同規模市町村…8,363円)。

そこで村では、次のことに取り組めます！

心疾患の中で、“高血圧”は該当者が最も多い項目です！

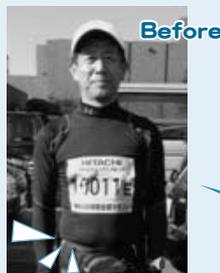
④

④ 食生活の見直しと運動を継続した結果…

▼【特定健診を受けたことがない方へ】健康に重要なことは、**食事と運動習慣**です！

▼特定健診を受けても、「保健指導の対象とならなければ大丈夫だ」と思いがちです。特定健診を受け、**数値や体の状態を知ることで、健康意識を高めたり、生活習慣を見直すきっかけ**になったりします。

▼また、周囲の家族等が「○○すれば、お父さんはもっとかっこいいよ！」などと、**上手にほめたり、励ましの言葉をかけることが、本人のやる気をアップ**させます。



- 3.5kg



75キログラムあった体重は、6か月で71・5キログラムとなり、マイナス3・5キログラムの減量に成功！腹囲も2〜3センチメートル細くなりました！

現在も継続して食事に留意し、運動することを心掛けており、体重と血圧も毎朝測定しています。

村では、心疾患による死亡率を下げるために 高血圧の発症予防・重症化予防に取り組みます！

- ▼40～50歳代の男性の特定健診の受診率向上と保健指導の徹底
- ▼特定健診の結果で、医療機関の受診が必要な方に受診を勧め、早期治療による重症化予防を図ります。

特定健診を受けていない方は、受けている方に比べると…

- ▼女性の肥満率が高い。
- ▼男女共に、習慣的に喫煙している方の割合、運動習慣がない方の割合が高い。
- ▼男女共に、平均血圧値が高い。



特定健診は医療機関でも受診できます！

東海村国民健康保険に加入している40～74歳の方を対象(4月下旬に受診券(ピンク色)を郵送済み。受診当日に、国民健康保険の資格を喪失している場合は対象外)に、特定健診を実施します。集団健診のほか医療機関でも受診することができますので、ぜひ受診してください。

なお、人間ドック補助金の申請方法等については、「健康カレンダー」または「広報とうかい」(3月25日号)をご覧ください。

【期 間】

6月1日(水)～平成29年1月31日(火)

【場 所】

村内の茨城東病院・尾形クリニック・村立東海病院・東海クリニックのほか、那珂市内の指定医療機関(15か所)でも受診できます。※医療機関等の詳細は、特定健診受診券に同封の指定医療機関一覧表をご覧ください、事前に申し込みの上、受診してください。

【費 用】

無料

年に1回は、特定健診を受けましょう！
東海村は、無料で受けられます！

- ▼テレビを見ながらストレッチ。 ▼ウォーキングをする。
- ▼背筋を伸ばして姿勢よく歩く。
- ▼手の届く範囲に食べ物を置かない。
- ▼食べ過ぎないように腹八分目を守る。
- ▼一口食べたなら20回以上かむ。 など

生活習慣を少し変えてみるのが、
健康づくりの第一歩です！



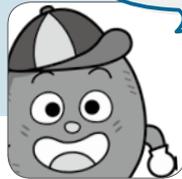
ご利用ください！ 自動血圧計

福祉保険課(役場行政棟1階)に、自動血圧計を設置しました！

東日本大震災で破損してから姿を消していた血圧計…今回、データヘルス計画の保健事業の一環として、窓口に復活しました！ また、今後は食生活や生活習慣改善のための情報等も掲示していく予定ですので、役場にお越しの際にはぜひお立ち寄りください。

【問い合わせ】福祉保険課国保年金担当(☎282-1711 内線1131)

エコのことなら
僕にお任せ！



「とうかい環境村民会議」だより

Vol.25

環境活動を通じて、持続可能な社会の実現を目指す「とうかい環境村民会議」の活動をシリーズで紹介していきます。

【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)
HP<http://www.tokai-kankyousonminkaigi.com/>



「環境フェスタwithキャンドルナイト」を一緒に盛り上げてくれる方を募集します！

環境フォーラム実行委員会

東海村の夏の風物詩である「環境フェスタwithキャンドルナイト」。今年は、7月23日(土)に開催します。役場庁舎改修工事中で中庭が使用できないため、今年の会場は東海文化センター(正面駐車場)となります。多くの皆さんにご参加いただき、イベントを盛り上げていきたいと思っております！

★「キャンドルアート」の作品を募集します！



昨年度初めてコンテスト形式として開催し、大好評だった「キャンドルアート」を今年も募集します！個人はもちろん、学校やサークル、身近な仲間同士で思い思いのキャンドルアートを作って、とうかいキャンドルナイトを一緒に盛り上げてみませんか。今回もコンテスト形式で開催し、入賞者には記念品を贈呈します。また出展者の皆さん全員に、参加賞を差し上げます。たくさんの応募をお待ちしています！

【日 時】7月23日(土) 午後6時30分～8時30分(小雨決行)※展示準備が午後3時～6時、後片付けが午後8時30分～9時となります。

【場 所】東海文化センター(正面駐車場)※主催者で場所を指定し、後日連絡します。

【内 容】縦横3メートル以内、高さ2メートル以内

【参加費】無料

【申し込み】環境政策課環境計画・緑化推進担当から募集要領と申込書入手の上、6月6日(月)までに、申し込みください。



★「エコキャンドルづくり教室」を開催します！

環境フェスタの開催に先立ち、今年も廃食油と空き瓶を使った「エコキャンドル作り教室」を開催します。



【日 時】6月25日(土) 午前10時～

【場 所】真崎コミュニティセンター

【定 員】15人 ※小学3年生以下は、保護者が同伴してください。

【参加費】無料

【その他】空き瓶と、油を拭くための布をお持ちください。

【申し込み】6月13日(月)から17日(金)までに、環境政策課環境計画・緑化推進担当へ申し込みください。



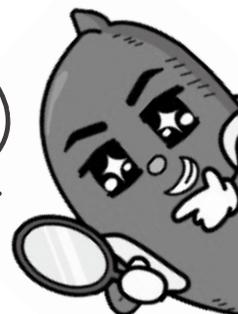
「緑のカーテンのまちづくりコンテスト」終了のお知らせ

低炭素社会部会

毎年行ってきた「緑のカーテンのまちづくりコンテスト」ですが、村内でもある程度の普及が見られることから、昨年度をもってコンテストを終了することとしました。これまで、応募を通じてご協力いただいた皆さんに感謝するとともに、今後も、さらなる普及率向上のために、新たな形での事業展開を検討していきます。

「とうがいヘルスマイレージ2016」が スタートします!

この機会に自らの生活習慣を見直し、ヘルシーライフを送ってみませんか?



検診や健康づくり事業に参加して、
ポイントを集めよう!

「とうがいヘルスマイレージ」は、健康づくりに進んで取り組んだ方への特典です!

村が指定するヘルスマイレージポイント対象事業に参加して、合計100ポイント以上集めた方には、もれなく“選べる記念品”をプレゼントします。さらに、抽選で25人の方を“健康体験優待ツアー”(一部自己負担あり)へご招待します。

村内在住で20歳以上(平成29年3月31日(金)現在)の方が対象です!

若い世代からの健康づくり活動のきっかけとして、また、その継続・定着を目指して、村全体の健康づくりの機運を高めるとともに、皆さん一人ひとりが、健康で幸せな生活ができることを目的としています。

参加方法

ステップ1

保健センターまたは福祉保険課、子育て支援課、なごみ・総合支援センター、東海文化センター、総合体育館、総合福祉センター「絆」で、ヘルスマイレージポイントカードを入手する。

なお、本誌に掲載のポイントカード(次ページ)もご利用いただけるほか、村公式ホームページからもダウンロードできます。

ステップ2

「ヘルスマイレージポイント対象事業一覧」(9ページ参照)に掲載されている事業に参加して、マイレージポイントを集める。

対象事業に参加する際は、ポイントカードをお持ちください。当該事業の担当者が、専用のスタンプを押します(一部事業については、提出時にポイントを付与)。

ステップ3

合計100ポイント以上集まったら、ポイントカードを応募する。

【応募方法】

平成29年2月1日(水)～3月31日(金)に、ポイントカードに必要事項が記入されていることを確認の上、持参または郵送で、保健センターへ提出してください。

※各種健診、がん検診、歯科検診、歯科受診、献血、インフルエンザワクチン接種をした方は、提出時に受診日が分かるもの(健診結果通知書、領収書、献血カードなど)を提示してください(郵送の場合は写しを同封)。

問い合わせ

保健センター(〒319-1112 村松2005 健康増進課健康づくり担当 ☎282-2797)

【ヘルスマイレージポイント対象事業一覧】



※ポイントの付与は、いずれも初回のみとなります。

事業名	ポイント数(P)	問い合わせ
各種健診受診(特定健診・職場健診・ヤング健診等) ※応募時に、健診結果通知書など受診日を確認できるものを提示してください。	30	▼国民健康保険加入の特定健診・人間ドックに関すること…福祉保険課(☎287-0848) ▼その他健診に関すること…保健センター(☎282-2797)
がん検診受診(肺がん・大腸がん・胸部CT・乳がんなど) ※応募時に、健診結果通知書など受診日を確認できるものを提示してください。	30	
人間ドック(健診+がん検診) ※応募時に、健診結果通知書など受診日を確認できるものを提示してください。	60	
歯科検診・歯科受診のいずれか ※応募時に、受診日を確認できるものを提示してください。	20	保健センター (☎282-2797)
健康に関する講演会	20	
健康講座(健康増進課主催、ダイエットプログラムなど)	10	
みんなですこやかウォーキング	5(1回当たり)	
献血 ※応募時に、献血カードを提示してください。	10	
インフルエンザワクチン接種 ※応募時に、接種日を確認できるものを提示してください。	10	
子育て支援講演会(保健センター主催)	20	
食生活改善推進員(ヘルスマイト)食育活動	10	
特定保健指導・元気アップ相談	10	
健康チャレンジ100	30(100日以上)	
いきいき体操教室	10	
ゾテリア東海	10	
認知症スクリーニングテスト	10	
介護予防出前講座	10	
カンガルーサークル(百塚保育所主催)	10	なごみ・総合支援センター (☎287-2516)
ハッピーランド(百塚保育所主催)	10	
かるがもサークル(とうかい村松宿こども園主催)	10	
お父さんと一緒に遊ぼう(長堀すこやかハウス主催)	10	
子育て支援講演会(子育て支援課主催)	20	
チャレンジスクール (弓道・卓球・バドミントン・ゴルフ・合気道・剣道)	各10	子育て支援課 (☎287-0896)
トレーニング基礎講座	10	
各種教室(体操・ハイキング・エアロビクス・ステップエクササイズ)	各10	総合体育館 (☎283-0673)
介護予防健康体操	10	S Cスマイル東海 (☎283-1001)
機能回復プール(水中体操を含む)	10	
筋力トレーニング室の利用	10	
育児講座「いっしょに遊ぼう」	10	

いんばおめーしょん

役場の電話番号 ☎ 282-1711(代表)

●6月の休日診療●

受付時間 午前9時30分から午後2時まで
※正午～午後1時を除きます。

期日	医療機関名	電話番号
5日(日)	村立東海病院	282-2188
12日(日)	東原クリニック	283-2301
19日(日)	茨城東病院	282-1151
26日(日)	村立東海病院	282-2188

救急医療機関をお探しのときは ▼毎日…
24時間対応

茨城県救急医療情報コントロールセンター
(☎241-4199)

茨城子ども救急電話相談 ▼月曜日～金曜日…
午後6時30分～翌日午前8時 ▼日曜日、祝日、
12月29日～1月3日…午前8時～翌日午前8時

プッシュ回線の固定電話、携帯電話から
(☎ #8000)

全ての電話から (☎ 254-9900)

●6月の健康体操参加者募集●

問合せ SCスマイルTOKAI事務局
(総合体育館内 ☎283-1001)

●エンジョイ・ヘルスアップ(ストレッチ体操、ヨガなど)

期日	場所
2日(木)	総合福祉センター「絆」
9日(木)	総合福祉センター「絆」
23日(木)	総合福祉センター「絆」
30日(木)	総合福祉センター「絆」
時間	午前9時30分～11時
対象	村内在住で30歳以上65歳未満の方

※初めて参加する方は、事前に申し込みください。

●6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
16日(木)	10:00～16:00	新築、増築、改築、耐震診断、リフォーム等

●4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	8
累計 (1月から)	53	2	71
前年比	-9	+2	-12

●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)



麦の作付けに補助金を交付します

村では、畑地の地力回復や風蝕被害防止のために、麦を作付けし、鋤き込みを行う方に対して補助金を交付します。

対象▼平成29年2月末日までの間、村内の畑地や陸田に麦を作付けする方(村外在住の方を含む)

補助金額▼5000円/10アール
その他▼面積に応じて麦種子(規格外)を無料で配布します。

申・閏6月7日(火)から30日(木)まで(月曜日と6月8日(水)を除く)の午前8時30分～午後5時15分に、所定の申請書に必要事項を記入の上、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局7867へ申し込みください。※申請書は農業支援センターに備え付けてあるほか、村公式ホームページからもダウンロードできます。

「ご協力ください!」 「東海村春のクリーン作戦」

地域の環境美化運動の一環として、村内全域を対象とした春のクリーン作戦を実施します。美化運動をとおして、環境をいたわる心を育み、不法投棄やポイ捨てのない「きれいなまち」をつくりましょう。なお、回収の際は、燃えるごみと、草枝葉類の分別にご協力をお願いします。

期日▼6月4日(土)※雨天時は午前6時30分に防災行政無線放送で周知し、6月5日(日)に延期します。

時間▼午前7時～8時

場所▼村内全域
環境政策課環境保全担当(内線1452)

「危険物取扱者保安講習会(一般)」

期日▼7月5日(火)

時間▼午前9時30分～午後0時30分
場所▼ひたちなか市文化会館(ひたちなか市青葉町1-1)

申・閏6月15日(水)から21日(火)まで

に、東海消防署をはじめとするひたちなか・東海広域事務組合の各消防署または消防本部備え付けの受講申請書に必要事項を記入の上、郵送で、公益社団法人茨城県危険物安全協会連合会(〒310-0852 水戸市笠原町978・26 茨城県市町村会館2階 ☎301局7878)へ申し込みください。

6月5日～11日は「危険物安全週間」です

危険物災害をなくそう

危険物決める無事故のストライク

ガソリン、軽油、灯油をはじめとする燃料や塗料など、消防法で定められた「危険物」には、一般的に次のような危険性があります。

- ▼火災が発生する危険性が高い
- ▼火災が拡大する危険性が高い
- ▼火災が発生すると消火が困難

危険物に対する意識を再認識して、危険物を取り扱う事業所では自主保安体制を確立するとともに、一般家庭でも危険物を使用する際は、取り扱いに注意しましょう。

閏ひたちなか・東海広域事務組合消防本部予防課(☎271局0730)



「甲種防火管理者資格取得講習会」

期日▼7月7日(木)・8日(金)
 時間▼午前9時～午後3時
 場所▼ひたちなか・東海広域事務組合
 消防本部(ひたちなか市笹野町2-8-1)

対象▼防火管理者に選任される予定の方または防火管理者の代行者として防火管理業務に従事することが予想される方
 定員▼先着70人
 受講料▼6000円/人(テキスト代等)

甲・問東海消防署をはじめとするひたちなか・東海広域事務組合の各消防署または消防本部備え付けの申請書に必要事項を記入の上、写真(縦4cm×横3cm、正面上半身像)を添えて、6月7日(火)から17日(金)まで(土日曜日を除く)の午前9時～午後4時に、ひたちなか・東海広域事務組合消防本部予防課(☎271局0735)へ申し込みください。



「消防設備士試験」の受験準備講習会

消防設備士は、消火器やスプリンクラー設備等の消火設備、自動火災報知設備等の警報設備、救助袋等の避難設備の設置工事、点検整備を行うことができる国家資格です。

期日等▼甲・乙第1類：7月14日(木)・15日(金) ▼甲・乙第4類：7

月21日(木)・22日(金) ▼乙第6類：7月28日(木)・29日(金)

時間▼午前9時～午後4時30分
 場所▼茨城県建設技術研修センター(水戸市青柳町4193)

定員▼各先着80人
 受講料▼1日のみ：1万5000円/人
 2日間：1万5750円/人 ※別途、テキスト代が掛かります。また、茨城県消防設備協会会員等には助成があります。

甲・問6月6日(月)から24日(金)まで(土日曜日を除く)に、東海消防署をはじめとするひたちなか・東海広域事務組合の各消防署または消防本部備え付けの受講申請書に必要事項を記入の上、一般社団法人茨城県消防設備協会(☎226局9611)へ申し込みください。

消防設備点検資格者講習会と再講習

「A点検資格者講習会」

期日▼第1種点検資格者：8月2日(火)～4日(木) ▼第2種点検資格者：8月23日(火)～25日(木)

受講料▼講習区分(第1種・第2種)ごとに3万1800円/人(科目免除の時間数により2万9800円/人) ※別途、合否判定結果通知郵送料(82円)が掛かります。

【B再講習】
 期日▼第1種点検資格者：9月7日(水) ▼第2種点検資格者：9月8日(木)

受講料▼再講習区分(第1種・第2種)ごとに手数料(8200円/人)、再講習修了者に対する

免状交付手数料(15400円/人)が掛かります。



【共通】

場所▼茨城県建設技術研修センター(水戸市青柳町4193)

甲・問Aは6月6日(月)から17日(金)まで、Bは7月4日(月)から15日(金)まで(土日曜日を除く)に、東海消防署をはじめとするひたちなか・東海広域事務組合の各消防署または消防本部備え付けの受講申請書に必要事項を記入の上、一般社団法人茨城県消防設備協会(☎226局9611)へ申し込みください。

健康・医療



子宮頸がん検診と乳がん検診が医療機関で受診できます

村では、子宮頸がん検診と乳がん検診を村指定の医療機関で受診できる「施設検診」を実施しています。



期間▼平成29年1月31日(火)まで
 場所▼村の指定する医療機関となります。 ※詳細は、村公式ホームページをご覧ください。保健センターへお問い合わせください。

対象▼村内在住の女性で、子宮頸がん検診は20歳以上、乳がん検診は30歳以上の方
 費用▼無料

甲・問転入等で申し込みをしていない方で、「施設検診」を希望する方は、保健センター(☎282局2797)へ申し込みください。

福祉



金婚祝賀事業対象者の申請を受け付けています

東海村社会福祉協議会では、年度内に結婚50周年を迎えるご夫婦(昭和41年4月1日～昭和42年3月31日に結婚した方)を祝い、記念写真の撮影(贈呈)を行います。希望する対象者は、自己申請が必要です。詳細は、9月初旬に郵送する案内状(申請した対象者のみ)をご覧ください。



なお、金婚祝賀事業は平成29年度の実施をもって終了となりますので、延期を希望される方はご注意ください。
 撮影期間▼9月中旬～10月中旬
 撮影場所▼東海村社会福祉協議会の指定するカメラ店

甲・問6月1日(水)から8月31日(水)までに、所定の申請書に必要事項を記入の上、東海村社会福祉協議会(☎282局2804)へ申し込みください。

●6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)	10日(金) 9:30～11:00 13:00～14:00	
元気アップ健康相談 (健康に関する相談)	※希望日時をご連絡 ください。	
●乳幼児健診	期日・受付時間	対象児
乳児	15日(水) 13:00～13:45	平成28年1月 生まれの子
1歳6か月児	9日(木) 13:00～13:45	平成26年11月 生まれの子
3歳児	22日(水) 13:00～13:45	平成25年4月 生まれの子
2歳半歯科	29日(水) 13:00～13:45	平成25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	16日(木) 13:00～13:20	平成28年3月 生まれの子

●6月の専門相談・生活相談等●

場 所	東海村社会福祉協議会(総合福祉センター「絆」内)	
問合せ	東海村社会福祉協議会(☎282-2804)	
相談日	時間	相談種別
3日(金)	10:00～12:00	弁護士による相談 (事前予約)
10日(金)	13:00～15:00	行政書士による相談 (事前予約)

※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)	
問合せ	村民相談室(内線1275)	
●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～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～4時 ※月・水・金曜日は午後5時までとなります。

「ご協力をお願いいたします」
「高齢者状況調査」

村では毎年1回、「高齢者状況調査」を行っています。昨年度までは65歳以上の方が対象でしたが、今年度からは70歳以上の方が対象となります。



この調査は、対象となる方の健康状態等を把握することにより、支援が必要な方への福祉サービスの推進や、災害等の緊急時における迅速な対応を目的として行われるものです。皆さんのご協力をお願いします。

調査期間▼6月1日(水)～7月31日(日)
調査方法▼各地区の担当民生委員・児童委員が対象者の自宅を訪問して、聞き取り調査をします。
☎287局
2516

那珂医師会による
認知症予防教室「ソテリア東海」

期日▼6月2日・9日・16日・23日・30日
(全て木曜日)
時間▼午前10時～午後3時
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▼400円/回
その他▼昼食をお持ちください。
☎287局
2516

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。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。



6月の日程等▼

場 所	期 日
総合福祉センター「絆」	6日・13日・20日・27日 (全て月曜日)
石神コミュニティセンター 舟石川コミュニティセンター	7日・14日・21日・28日 (全て火曜日)
白方コミュニティセンター	3日・10日・17日・24日 (全て金曜日)
真崎コミュニティセンター	10日(金)
中丸コミュニティセンター	17日(金)
村松コミュニティセンター	24日(金)

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 ※実費が掛かる場合があります。

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。

☎287局
2516

障がいのある方のための
水泳教室を開催します!



平成31年に開催される第19回「全国障害者スポーツ大会」に向けて、選手の育成・強化のために水泳教室を開催します。

期日▼6月18日(土)、7月30日(土)、8月20日(土)

時間▼午前9時30分～11時30分(午前9時受け付け開始)

場所▼笠松運動公園
対象▼障がいのある小学5年生以上の方

定員・内容▼

コース	対象等
Aコース	対象▼25メートル泳ぐことができない方で保護者が入浴できる方 定員▼先着10人 内容▼水に慣れ親しむことを目的とします。
Bコース	対象▼途中立ち止まらずに25メートルを完泳できる方 定員▼先着30人 内容▼競技力向上を目指します。

参加費▼無料

その他▼水着やゴーグル、水泳用帽子（正面に記名）、タオル、水泳補助具（必要な方）、飲み物等をお持ちください。

申・問各開催日の1か月前から1週間前までに、ファクシミリまたは電子メールで、茨城県障害者スポーツ文化協会 ☎301局3375 FAX301局3378 ㊟supokyo5@bz04.plala.or.jpへ申し込みください。



百塚保育所の子育てサークル室
「こあらひろば」を開放します

期日▼6月2日(木)・16日(木)
時間▼午前9時30分～11時30分
場所▼百塚保育所

対象▼村内在住の乳幼児とその保護者
内容▼自由遊び、読み聞かせなど
参加費▼無料

その他▼飲み物やタオル、着替えをお持ちください。
問百塚保育所子育て支援センター ☎270局5660 ※事前申し込みは不要です。

親子で遊ぼう
「ハッピーランド」

日程等▼6月9日(木)：七夕製作
▽6月23日(木)：リズム・ふれあい遊び
時間▼午前10時～11時
場所▼舟石川コミュニティセンター

対象▼村内在住の乳幼児とその親
参加費▼無料
その他▼飲み物やタオル、着替えをお持ちください。
問百塚保育所子育て支援センター ☎270局5660 ※事前申し込みは不要です。

さちのみ認定子ども園の子育て支援事業
「さちのみ」がスタートします!

6月から、子育て支援事業「さちのみ」がスタートします。楽しい企画を用意してお待ちしています。ぜひご利用ください。
期日▼毎週月～金曜日
時間▼午前10時～午後4時



場所▼さちのみ認定子ども園(石神内宿2330)

対象▼0歳以上の未就園児とその保護者
参加費▼無料
問さちのみ認定子ども園 ☎212局5057

「おさなご発見ひろば」
子どもと一緒にく・みる・つくる・あそぶ!

6歳以下のお子さんとその保護者を対象に、親子で楽しむワークシヨップや食のミニ講習等を行います。ぜひお越しください。
期日▼6月26日(日)・27日(月)
時間▼午前10時～午後3時
場所▼水戸友の家(船場648・2)

参加費▼無料
問水戸友の家 ☎282局9701



「筑波山ハイキング」

つつじヶ丘から男体山を目指すコース(所要時間約4時間)です。筑波山のみに生育する植物「ホシザキユキノシタ」を見つけてみませんか? ぜひご参加ください。
期日▼6月22日(水)
時間▼午前7時出発(午前6時50分ふれあいの森公園集合)

場所▼筑波山(つくば市)

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30人)

参加費▼一般：8500円/人 会員：5000円/人 会員同居家族：6500円/人

申 6月3日(金)から16日(木)まで(月曜日を除く)の午前9時～午後5時に、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

募集
「劇団とみかる」の公演に
出演しませんか?

「ミュージカル文化」を広めようと活動している「劇団とみかる」では、12月に予定している公演の出演者を募集します。体験レッスン会を行いますので、お気軽にご参加ください。
期日等▼6月4日(土)：ダンスレッスン 6月11日(土)：歌唱レッスン
時間▼午後1時
場所▼村松コミュニティセンター
参加費▼無料
その他▼飲み物と上履きをお持ちの上、動きやすい服装でご参加ください。
問 劇団とみかる ☎tonical.office@gmail.com / 東海文化センター ☎282局8511 ※事前申し込みは不要です。



「フジのひらめき工房」ショー
in 東海村

NHK教育番組(Eテレ)で放送されている大人気工作番組「フジのひらめき工房」が東海村にやってきました。



©NHK

フジはもちろん、タノチーミーやシナプーなど、魅力的なキャラクターによる「ひらめき」を大事にした、歌って踊れるステージをぜひお楽しみください。

期日▼8月27日(土)

時間▼①午前11時開演(午前10時30分開場)②午後2時開演(午後1時30分開場)

開場)

場所▼東海文化センター

入場料▼一般:3000円/人▼小学生以下:500円/人※全席指定となります。

また、3歳未満の子さんの場合、膝上1人は無料、座席を必要とする場合は入場料が掛かります。

申・関6月4日(土)の午前9時から、東海文化センター(☎282局8511)

またはプレイガイドで入場券を販売します。

なお、残券がある場合のみ、同日午後1時から電話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。▽現在、東海文化センター内の改修工事を行っているため、窓口販売

の会場は、隣接する中央公民館との共有スペースで行います。

その他



平成28年度

「東海村まちづくり出前講座」

「東海村まちづくり出前講座」は、村の行政について、もっと知りたい、勉強したい、考えたいなど、さまざまな団体の要請に応じて、皆さんの学習の場に役場の職員を講師として派遣するものです。ぜひご利用ください。

期日▼通年(12月29日～1月3日を除く)

時間▼午前9時から午後9時までの2時間以内

場所▼村内公共施設等

※会場の手配や準備は、各団体でお願いします。

対象▼村内在住・在勤・在学中で、5人以上の団体

上の団体

内容▼講座メニューは、広報広聴課

(役場行政棟3階)や各コミュニティセンター、村立図書館等に備えてあるほか、村公式ホームページでもご覧いただけます。

講師料▼無料※施設の使用料や村で準備できない材料等については、各団体の負担となります。

申・関所定の申込書に必要事項を記入の上、講座実施希望日の14日前までに、広報広聴課秘書広聴担当(内線1301)へ申し込みください。

募集
東海スイミングプラザ
監視員募集

雇用期間▼7月1日(金)～9月11日(日)勤務時間▼午前8時30分～午後4時30分(シフト制)※7月20日(水)～8月20日(土)は午後7時までとなります。

対象等▼18歳以上(高校生を除く)で25メートル以上泳ぐことができる▽期間内に10日以上勤務できる——を満了の方(60人程度)

賞金▼時給910円

選考方法▼6月4日(土)または5日(日)に面接試験を行います。

なお、経験者は、6月4日(土)の午後4時から集団面接を行います。

その他▼採用後、6月25日(土)に普通救命講習と事前研修があります。

申・関6月1日(水)まで(月曜日を除く)の午前9時～午後5時に、総合体育館(☎283局0673)備え付けの履歴書に必要事項を記入の上、申し込みください。

「夏休みキャンプ教室」

日時▼7月23日(土)午前10時から24日(日)午後2時まで

場所▼陸上自衛隊勝田駐屯地

対象▼県内在住の小学生とその保護者

※1世帯に付き保護者1人が同伴してください。

定員▼延べ100人※応募者多数の場合は抽選となります。

内容▼自衛隊テント設営、飯ごう炊き

ん、キャンプファイア等参加費▼2500円/人

募集
自衛官候補生(陸・海・空)を募集します

対象▼18歳以上27歳未満(採用予定月の1日現在の)の男子

試験日程▼6月18日(土)または19日(日)

場所▼霞ヶ浦駐屯地(土浦市右柳2410)

給料等▼自衛官候補生期間(3か月)：12万6900円▼2等(陸・海・空)士昇任後：16万1600円

※そのほか、自衛官任用一時金(2等(陸・海・空)士任官の翌月に17万6000円を支給)や各種手当の支給等があります。

その他▼当初3か月間は、自衛官候補生として教育訓練を受講します。

その後、陸上は1任期目を1年9か月、海上・航空は1任期目を2年9か月として採用されます(以降は2年を1任期)。

受付期間▼6月13日(月)まで

申・関自衛隊茨城地方協力本部水戸募集案内所(☎226局9294)

HP <http://www.mod.go.jp/pco/>

6月の資源物・ごみ収集日割表

【問い合わせ】ごみゼロ推進室(☎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	1日・8日 15日・22日	外宿1	10日・24日
船場、照沼	1日・15日	内宿1、亀下	6日・13日 20日・27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 竹瓦	6日・20日 13日・27日
緑ヶ丘	2日・16日	舟石川2	7日・14日 21日・28日
白方	9日・23日	南台、川根	7日・21日
舟石川1、原子力機構(百塚)	3日・10日 17日・24日	豊白	14日・28日
宿、押延、岡	3日・17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。	
燃えるごみ ※祝日の収集も行います。		燃えないごみ・粗大ごみ	
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		(毎週)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		(毎週)火・金曜日	

ibaraki / ibnq1-ibaraki@pco.mod.go.jpへ申し込みください。

「大好きいばらき就職面接会(前期)」

県内企業約90社による、企業説明や面接を受けることができますので、ぜひご参加ください。

期日▼6月13日(月)

時間▼プレセミナー：午前11時～11時50分
面接会：午後1時～4時

場所▼ホテルレイクビュー水戸(水戸市宮町1-6-1)

対象▼平成29年3月に大学院・大学短期大学・専修学校等(高等学校を除く)を卒業見込みの方と、既卒で未就職の方

参加費▼無料

その他▼履歴書を複数枚お持ちください。

茨城県労働政策課(☎301局3645) ※事前申し込みは不要です。

IBS茨城放送がFM放送も聴けるようになりました!

IBS茨城放送(株式会社茨城放送)では、従来のAM放送に加え、FM放送「i-fm」(FM水戸局：94.6MHz、FM日立局：88.1MHz、FM水戸局：119.7MHz)も聴けるようになりました。



茨城県内ほぼ全域で受信可能。

▼建物内でもクリアで高音質のステレオ放送。

▼AM放送と同じ内容を放送。

▼水戸局は、90MHz以上の周波数に対応したラジオの受信機で、日立局は、既存のラジオの受信機で聴取可能。

株式会社茨城放送(☎244局3997)

募集 「さくらんぼの会」 会員募集

箏は指先を使って弾くことで、脳を活性化するといわれています。一緒に箏の音色を楽しみませんか。初心者も大歓迎です。

活動日時▼水曜日：午後6時30分～9時
土曜日：午前9時30分～正午 ※いずれも月4回行います。

場所▼中央公民館

会費▼3000円/月

申込▼富永寿子さん(☎282局8209)

東海音頭の練習用DVDを貸し出します!

東海音頭保存会では、東海音頭の振り付け映像を収めたDVDを貸し出しています。今年の東海まつりに向けて、踊りの指導・練習用として、ぜひご利用ください。

申込▼星トシ井さん(東海音頭保存会事務局 ☎090・8720・8678) ※生涯学習課文化スポーツ振興担当(役場行政棟4階内線1422)でも貸し出し可能です。

となりのまちから

笠間市●第13回「道の市」

「道」を中心に、笠間を訪れる方と笠間市民が交流する「道の市」——プロ・アマ問わず多くの出展者が集まり、手作りの作品を展示・販売します。ワークショップやデモンストラクションなどの体験型イベントもあり、手作りの現場を楽しめる内容となっています。

期日▼6月4日(土)・5日(日)

時間▼午前10時～午後5時 ※5日(日)は午後4時までとなります。

場所▼笠間市弁天町駅前通り界隈

第13回「道の市」笠間ハンドメイドフェア in 弁天町実行委員会事務局(一般社団法人笠間観光協会 ☎0296・72・9222)

大洗町●「大洗魚市場ホッキまつり」

大洗町でとれた新鮮なホッキ貝や魚介類、干物等の海の幸を特別価格で提供します。活気いっぱいの大洗魚市場へぜひお越しください。

日時▼6月12日(日) 午前9時～午後2時 ※雨天時も行います。

場所▼大洗町魚市場

申込▼大洗町農林水産課(☎267局5111)





姉妹都市・アイダホフォールズ市への一般訪問団員募集!

東海村国際交流協会では、村の国際親善姉妹都市・米国アイダホフォールズ市を訪問する一般訪問団員を募集します。

30年以上続くこの姉妹都市交流。訪問団は、市長の表敬訪問や市内施設の視察、歓迎行事等への参加のほか、ホームステイを予定しています。ホームステイや現地の方々との交流を通して、異文化を学んでみませんか。皆さんの参加をお待ちしています! なお詳細は、村公式ホームページをご覧ください。

【期 間】

10月2日(日)～12日(水)

【対 象 等】

村内在住・在勤または東海村国際交流協会会員で、21歳以上の方(先着10人程度)

【費 用】

約18万円(航空券、燃料サーチャージ、出入国書類作成手数料等を含む、現地滞在費用は別途)※航空運賃等の改定により、金額が変動することがあります。

【そ の 他】

▽海外旅行保険に加入します。▽訪問に当たり、東海村国際交流協会に入会していただきます。会費など詳細については、同協会ホームページをご覧ください。

【申し込み・問い合わせ】

姉妹都市交流会館(☎282-0535)備え付けの申込書に必要事項を記入の上、5月31日(火)から6月24日(金)までに申し込みください。※申込書は、村公式ホームページからもダウンロードできます。

ふるさと歴訪―自然を探して―

メダケの赤衣病

「メダケ」は関東地方以西に広く分布し、林縁や河畔、海岸等に生育するササの一種です。タケという名前が付いていますが、メダケは茎(タケ・ササ類では「桿」)を包む鞘、すなわちタケノコの皮が成長しても剥がれず、枯れるまで桿に残るため、ササの仲間に分類されます。ちなみに、タケとササは、タケノコの皮が成長すると桿から剥がれるか、剥がれずに枯れるまで残るかという違いにより区別されます。

メダケは地上からの高さが8メートル近くに達し、ササの仲間としては大型になります。が、すらっと細く、しなやかで優しい印象を受けるので「女竹」と呼ばれます。竹かごや竹細工、釣り竿等の材料として、メダケは古くから人々に利用されてきたため、人家の周辺にも多く植えられてきました。東海村でも、メダケは各地に群生しています。特に、石神外宿、竹瓦から亀下にかけて



メダケの赤衣病



メダケ

メダケに寄生するサビキノは「メダケ赤衣病菌」と呼ばれ、冬から春にメダケの桿に黄色からだいたい色の胞子の塊をマット状に拡げます。桿が衣をまとったように胞子の塊に覆われるので、「赤衣」の名が付きました。この塊を触るとグニャグニャとした感触で、表面はなめらかもしくは粉状です。冬から春にかけて胞子の塊が肥大化し、夏になると塊はぼろぼろと剥がれ落ちて、桿には黒い斑点が形成されます。こうして、メダケ赤衣病菌はメダケから栄養を奪い取って弱らせ、枯死させることもあるのです。

の久慈川の河川敷には、まとまったメダケの群生地があります。

さて、冬から春にかけて、メダケの桿に黄色あるいはだいたい色の奇妙な塊が付着しているのを見たことはありませんか? これは「赤衣病」といい、サビキノの胞子の塊がメダケに寄生することで発生する病気です。サビキノ類は、シイタケやマツタケなどのきのこ類と同じ担子菌類の一群で、生きた植物に寄生し、植物体から栄養を奪って生活しています。

千葉科学大学専任講師

糟谷 大河