

主な話題

- p 02 第2次東海村環境基本計画の進捗状況
p 06 こんにちは！ 村立東海病院です
p 07 情報ガイド

贈り物や、ご自宅用にも！東海村のおいしい「ほしいも」

オリジナルステッカーで村内産ほしいもをPR！

ほしいもの生産量全国一を誇る茨城県。その9割以上が、東海村、ひたちなか市、那珂市地域で生産されていることをご存じですか。

このたび、村内産のおいしいほしいもをPRしようと、東海村ほしいも生産組合の若手生産者の皆さんがアイデアを出し合い、オリジナルステッカーを製作しました。村内の三ツ星生産者による今シーズンの新物から、このステッカーが貼られていますので、店頭で見つけた際はぜひご賞味ください。



【オリジナルステッカー】

「三ツ星生産者」とは？

ひたちなか・東海・那珂ほしいも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」を満たす生産農家のことです。ほしいも品評会など、ほしいも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。

村内のほしいも生産者が「第12回ほしいも品評会」で受賞！

毎年1月に開催され、東海村、ひたちなか市、那珂市のほしいも生産者が、自慢のほしいもの味や仕上がりを競い合う「ほしいも品評会」。今年は1月19日・20日の2日間にわたり、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、来場者2千人による審査の結果、東海村から5人の方が見事に受賞されました。村の特産物「ほしいも」生産者のリーダーとして、今後もますますのご活躍を期待しています。



【ほしいも品評会受賞者】(敬称略)

| 部門 | 賞 | 氏名 |
|-------|----|-------------------|
| たまゆたか | 銀賞 | 萩谷 幸司 |
| | 銅賞 | 塙 一美 |
| べにはるか | 銀賞 | 萩谷 幸司 |
| | 銅賞 | 柏村 学 |
| | 銅賞 | 岩崎 裕二郎 |
| 希少品種 | 銅賞 | 株式会社テルズ (照沼勝将) |

【写真左から】岩崎裕二郎さん、柏村学さん、山田村長、萩谷幸司さん、照沼勝将さん(株式会社テルズ)、綿引産業部長

ほしいもは、ビタミンB1、ビタミンC、カリウムなどが豊富な、体に優しい無添加食品です！



～第2次東海村環境基本計画の進捗状況～

「とうかい環境村民会議」による平成30年度の活動をご紹介します！

村では、平成24年度から平成33年度までの10年を計画期間とした第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。

今回は、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」の皆さんの活動状況を紹介いたします。

【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

自然と共生できる社会を目指して

- ▽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
- ▽水神堂、前谷津、天神山の整備活動への協力



昨年5月、総合福祉センター「絆」周辺の緑地帯で、外来生物の除去作業と動植物の観察会を行いました。

押延ため池いこいの森は、林床の下刈りや回遊歩道の整備が進み里山らしくなり、地域の自然観察会が行われました。



循環型社会部会

限りある資源でごみを出さない暮らしへ

- ▽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・交流サロンの開催
- ▽生ごみの水切り啓発等



リユース推進のため、不要になったベビー・子ども服を必要な方へ譲渡する「とうかい・ぐるぐる市」を、環境フェスタや白方交流会まつりで開催しました。

生ごみの減量化を目指して、生ごみの堆肥化について村民向けの学習会を開催しました。



低炭素社会部会

車・エネルギーを賢く使う低炭素社会へ

- ▽エコドライブ・自転車利用促進・節電キャンペーン
- ▽自転車の走りやすいまちづくりのための意見聴取
- ▽二酸化炭素排出量実態調査



村内を自転車で試走した3年分の調査結果を白方交流会まつりで公表。自転車の走りやすいまちづくりを目指し、バリアフリー緑石の設置や適正な標識の表示について、住民の方から意見聴取を行いました。

生活環境部会

安全な暮らしと豊かな環境を目指して

- ▽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
- ▽舟石川・船場地区の神社や石仏の現状調査



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。

会員を募集しています！

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-kankyou-sonminkaigi.com/>)をご覧ください。とうかい環境村民会議事務局(環境政策課内 内線1454)へお問い合わせください。

選んでみましょう！ジェネリック医薬品



ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは？

最初に作られた薬(先発医薬品=新薬)の特許が切れてから作られた薬のことです。

●成分・効き目は、新薬と同じ！

厚生労働省により、新薬と同等の効き目や安全性を持つと認められたものが製造されていますので、安心です。

●新薬より改良が進んでいることも！

ジェネリック医薬品によっては、飲みやすさや副作用を抑える工夫など、後発品ならではの改良が進んでいる場合もあります。

●家計への負担を軽減！

ジェネリック医薬品は開発コストがかからない分、価格が安く設定されています。新薬の3～5割ほど安くなる場合が多く、家計への負担を軽減できます。

ジェネリック医薬品を利用する場合は まずは医師に相談を！

ジェネリック医薬品を利用するには、医師へ「ジェネリック医薬品にしてほしい」と伝えることが必要です。ただし、すべての新薬に対しジェネリック医薬品が製造販売されているわけではなく、治療内容によっては適さない場合もあります。まず医師に相談し、その選択や使用法については薬剤師と相談してみましょう。



村では医療費の抑制を図るため、ジェネリック医薬品に切り替えた場合、自己負担額の軽減が比較的大きい方を対象に、差額通知書を送付しています。差額通知書には、ジェネリック医薬品への切り替えを手軽に伝えられるカードやシールが入っています。ぜひご利用下さい。

ご協力ください！医療機関の適正受診



「適正受診」で、医療費を節約できます！

医療機関にかかるときは、適正受診を心掛けることで、医療費を節約することができます。

●訪問指導を行っています

国民健康保険(国保)の医療費は年々増加してきています。国保医療費の適正化に向け、村では、次の方を対象に訪問指導を行っています。

重複受診者…▽同じ疾患で複数の医療機関を受診している方

重複服薬者…▽同じ疾患で複数の医療機関を受診し、かつ重複する投薬を受けている方

頻回受診者…▽月に15日以上受診している方 ▽整形外科および接骨院等の受診で、急性期ではないと思われる受診が平均20回以上、3か月継続している方

●医療費節約のための6つのポイント

- ① **かかりつけ医を持つ**。→初診や紹介状なしで大病院を受診すると、特別料金がかることがあります。
- ② 緊急時以外は、**休日や夜間の受診は控える**。→休日・夜間は医療費が高く設定されており、窓口負担も高額になります。
- ③ 子どもの急な病気で心配な時は、まず**小児救急電話(#8000)を利用する**。
- ④ **かかりつけ薬局を持つ**。→薬の疑問はかかりつけ医やかかりつけ薬局に相談することで、薬の重複を避け、薬代を節約することができます。
- ⑤ **お薬手帳を作る**。→余分な薬をもらうことがなくなり、薬の飲み合わせによる副作用の予防にもつながります。
- ⑥ 効き目が同じで価格の安い**ジェネリック医薬品を選択する**。

一番の節約は、健康な体作りです！

病気の治療には、お金も時間もかかります。食生活や運動習慣を見直し、普段から規則正しい生活を心掛けましょう。



【問い合わせ】住民課保険年金担当(☎282-1711 内線1131～1133)

村内で活動・活躍している団体を紹介します!

民話再生の会

平成13年、公民館事業「郷土再発見講座」で民話のビデオ作りがありました。その仲間が平成16年「民話再生の会」を立ち上げ、子どもから大人まで楽しく故郷を理解できる紙芝居作りを行い、第1話「おかめ笠ぬき田」から始まり現在29作目を制作中です。題材選びは主に昭和56年発行の『東海村のむかし話と伝説』です。この本には村の有志が古老から聞き取った話が200余話載っています。当初は紙芝居作りだけでしたが、年に一度の新作発表の場を設けたり、村の行事や学校、高齢者施設、笠間の陶炎祭等での上演の機会があったり、多くの人との交流も楽しんでます。



【Data】

活動日時▼毎月第1・3・4木曜日の午後

活動場所▼中央公民館 会員数▼10人

連絡先▼代表 河本 紀久雄(☎283-1851)

その他▼全ての紙芝居は村立図書館にありますので、ご自由にご利用ください。

第68回「社会を明るくする運動」 作文コンテスト

茨城県教育長賞を受賞

第68回「社会を明るくする運動」作文コンテスト(小学生の部)で、茨城県教育長賞を受賞した村立舟石川小学校6年生の箱崎渉太さんが、1月25日、村長へ報告に訪れました。

このコンテストは「社会を明るくする運動」茨城県推進委員会の啓発活動の一環として行われたもので、県内の小中学校から、計1万点を超える作品の応募がありました。箱崎さんの作品は「協力雇用主制度」をテーマに、罪を犯した人を受け入れる社会づくりの重要性について書かれていることが高く評価され、今回の受賞となりました。



「社会を明るくする運動」は、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪のない地域社会を築こうとする全国的な運動です。

夢や信念を持ち、仲間と共に “自立への一歩”を踏み出す

平成30年度 立志式

2月1日、東海文化センターで平成30年度「東海村立志式」が開催されました。

今年度立志の年を迎えた村立東海中学校・東海南中学校の2年生(397人)は「Go for it all! ~拝啓 未来の私へ~」のテーマのもと、職場体験や文集作成に取り組んできました。集大成となる立志式では、自分たちのメッセージや全員合唱などを披露しました。また、講演会では東海中学校出身の齋藤紀明さん(株式会社リクルートスタッフィング情報サービス執行役員)から『「らしく」働くということ』の題で、これからの社会で働くことについて、最新の情報を交えたお話をいただきました。

実行委員長を務めた石田裕二郎さん(東海中)は「自分の道を自分で切り開きこれからの将来について考えていきたい。」と話していました。立志という節目の年を迎え、一歩大人へと近づいた2年生の皆さん。それぞれの夢や目標をかなえてください。





消費者被害に遭わないように気を付けよう！ 若者の消費者トラブル事例 ～春の新生活に向けて～

【問い合わせ】村民相談室(消費生活センター)(☎287-0858)

春は、就職や進学などで生活環境が大きく変わる季節です。大人になると自分の自由な意思で契約をすることができますが、契約上の責任も発生するため、自らの行動に責任を持つことが求められます。“自分だけは大丈夫”という考えは捨てて、“自分も消費者被害に遭う可能性がある”という意識を持つことが大切です。また、多くの若者が日常的に利用しているSNSも、便利さの反面、消費者被害に遭うきっかけとなることがあるので注意が必要です。

【成年直後の若者を取り巻く消費者被害】

20～22歳の若者に多いのが、「アダルト情報サイト」「賃貸アパート」などの相談です。

男性からの相談は、「フリーローン・サラ金」が上位に挙がっているほか、「内職」や「副業」、「教養娯楽教材」等の、お金もうけや投資に関するものが目立ちます。女性の場合は「美」に関するものが多く、「脱毛エステ」や「美顔エステ」などのエステティックサービスや、「美容医療サービス」の相談が寄せられています。

【事例①】スマートフォンでアダルトサイトの再生ボタンをタップしたら、突然「会員登録完了」という画面が表示された。相手に電話をするとプリペイド型電子マネーで入会金を支払うよう指示された。

【事例②】賃貸アパートを退去した際に、元から付いていた壁の傷の修理代を、原状回復費として敷金から差し引かれた。

【事例③】SNSで知り合った異性に、「入会金50万円を払えば自己啓発セミナーを全て無料で受講できる」と勧められた。「学生だからそんな大金は払えない」と言ったが、断りきれず契約をしてしまった。

【事例④】友人に誘われて美顔エステの無料体験をしたところ、30万円のコースを勧められて契約をしてしまった。効果がなく中途解約を申し出たが、違約金が高額で納得できない。

消費者トラブルに遭わない、被害に遭っても冷静に対処できるといった“賢い大人の消費者”となるための知識を身に付けましょう。商品やサービスに関するトラブルに遭ったときは、1人で悩まずに消費生活センターに相談しましょう。

国民年金 だより



ご存じですか？「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(平成30年度は1万6340円/月)を納める必要がありますが、保険料を納めることが難しい場合は、「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、免除等を受けることができます。

保険料を納められず、万が一障害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。

審査の結果承認された期間は、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。

■免除・納付猶予の申請期間
平成30年度(2018年度)の免除・納付猶予は、2018年7月分から2019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3月分までの学期間を対象とした「学生納付特例制度」が申請可能です。なお、申請可能期間については、申請時点の2年1か月前の月分までとなります。

■保険料免除・納付猶予の申請方法
保険料免除・納付猶予の申請の際は、印鑑と年金手帳が必要で、また、次の場合は必要書類をご用意ください。

▼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1711 内線1131～1133)

こんにちは!

村立東海病院



村立東海病院の3階病棟をご紹介します!

○40人の患者さんが入院できる3階病棟

当院の3階病棟には、40人の患者さんが入院できます。膝・股関節の人工関節置換術や脊椎間狭窄症の手術を受けた患者さん、転倒や事故による骨折で手術をされる整形外科の患者さんや、肺炎、心不全、糖尿病等の内科疾患系の患者さんなどが多く入院しています。

○25人のスタッフが、毎日元気に頑張っています

3階病棟には、現在25人の看護師が在籍しています。看護師免許を取得して間もない新人看護師から経験豊かな看護師、子育て真っただ中のお母さん看護師や優しい男性看護師が、チームワークを大事にし、毎日元気に頑張っています。

○心掛けているのは「患者さんが安心できる、丁寧な看護」

突然の入院・手術で不安を抱えている患者さんに、安心して入院生活を送っていただけるよう、患者さんやご家族に寄り添いながら、優しく丁寧な対応と思いやりのある看護を心掛けています。

安心・安全に治療や手術を受けていただき、患者さんが少しでも早く入院前の生活に戻れるよう、他のスタッフと情報を共有しながら、患者さんそれぞれに合わせた看護が提供できるよう努めています。

○患者さんやご家族の気持ちに寄り添った「退院支援調整」

高齢の患者さんや独居等の患者さんが増えていく中、突然の入院や手術などで、「病状は良くなっているけれど、元の生活に戻れるのか」「家族として、どのように介護をしていけば良いのか分からない」「このまま本当に良くなるのかな」など、退院後の生活に不安を感じる患者さんやご家族が増えてきています。

当病棟では、入院早期から退院に向けて、患者さんが「自分らしく生活するためにどんな支援が必要なのか」「患者さんは何を一番大切だと思っているのか」を、病棟看護師と退院調整看護師、医療ソーシャルワーカーが連携し、ご家族の介護負担にも目を向け、寄り添いながら退院支援調整を行っています。

どんな些細な不安でも構いませんので、遠慮なくご相談ください。治療法の選択はもちろん、退院後の生活を選択する際も、患者さんと十分にコミュニケーションを取り、意思決定を支援していくことが大切だと考えています。



私たちは、今後も「笑顔とやさしさ」をモットーに、1日でも早く患者さんが希望する場所や入院前の生活に戻れるよう、一緒に悩み考え、「この病院に来て良かった」と思っていたいただけるような看護を目指していきたくと思っています。

スタッフ一同、日々研さんしてまいりますので、どうぞよろしくお願い致します。

村立東海病院 看護部 3階病棟

【問い合わせ】村立東海病院健診室(直通) (☎282-2614)、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 |
|--------|-----------|----------|
| 3日(日) | 東海クリニック | 283-1711 |
| 10日(日) | 村立東海病院 | 282-2188 |
| 17日(日) | 村立東海病院 | 282-2188 |
| 21日(木) | 茨城東病院 | 282-1151 |
| 24日(日) | 武藤小児クリニック | 282-7722 |
| 31日(日) | 東原クリニック | 283-2301 |

救急医療機関をお探しのときは

茨城県救急医療情報コントロールセンター
(☎241-4199) ※月～土 午前9時～午後5時30分

茨城子ども救急電話相談

☎ #8000 または ☎ 03-5367-2367
※月～土…午後5時30分～翌日午前9時、
日・祝・年末年始…午前9時～翌日午前9時

茨城おとな救急電話相談

☎ #7119 または ☎ 03-5367-2365
※月～土…午後5時30分～翌日午前9時、
日・祝・年末年始…午前9時～翌日午前9時

● 3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(土) | 総合福祉センター「絆」 |
| 7日(木) | 総合福祉センター「絆」 |
| 9日(土) | 総合福祉センター「絆」 |
| 14日(木) | 総合福祉センター「絆」 |
| 16日(土) | 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。 | |

● 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 |
|--------|-------------|----------------|
| 28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 | 7 |
| 累計(1月から) | 7 | 0 | 7 |
| 前年比 | -5 | 0 | -9 |

● 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



茨城県最低賃金

「時間額822円」に改定

茨城労働局では、茨城県最低賃金を「時間額822円」に改定しました。平成30年10月1日から、県内の全産業・全労働者に適用されています。
☎茨城労働局賃金室(☎224局6216)

健康・医療



医療費助成金を支給します

(指定難病・関節リウマチ・精神疾患)

指定難病(原因が不明で治療方法の

確立していない難病)等の患者の医療費(自己負担分)を月額4000円を上限に助成します。

対象▼村内在住で①指定難病の治療をしている(「指定難病特定医療費支給者証」をお持ちで自己負担がある)②関節リウマチの治療をしている③精神疾患の治療をしている(「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)」をお持ちで自己負担がある)——のいずれかに該当する方

必要書類▼申請書 ▼振込口座番号が確認できるもの(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)▼①の方は「指定難病特定医療費支給者証」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)、医療機関の領収書、③の方は「自立支援医療受給者証」または「精神障害者保健福祉手帳」、医療機関の領収書(入院中の方のみ)

対象期間▼医療機関の領収書は、診療日が平成30年9月～平成31年2月のものに限り(平成30年9月に申請をしていない方は、平成30年3月～8月の診療分も対象)。

その他▼助成対象となる指定難病については、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1日(金)から29日(金)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、必要書類をお持ちの上、地域生活支援センター(☎287局2525)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。まだ受診していない方は、ぜひ期間内にご利用ください。



期間▼3月30日(土)まで
場所▼村指定の歯科医院
対象▼村内在住で、平成30年度中に30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる方および妊婦の方
費用▼無料

その他▼受診票は、平成30年3月までに対象となる方に郵送しています。▼妊婦の方は、出産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

平成30年度中に接種する予防接種がまだお済みでない方は、早めに予防接種を受けましょう。

【①麻しん風しん混合予防接種(2期)】

対象▼平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれの方(年長児)

【②2種混合(ジフテリア・破傷風)予防接種(2期)】

対象等▼平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれの方(小学6年生)▽平成30年度を過ぎた場合でも13歳の誕生日の前日までは接種することが可能です。4月1日(月)以降は予診票の差し替えが必要となります。

▽標準的な接種期間は小学6年生のため、平成30年度中に接種することをお勧めします。

【③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、平成30年度中に65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる方▽平成30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、平成30年度中の接種をお勧めします。▽70歳以上の方は、平成30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(月)以降は予診票の差し替えが必要となります。

【①～③共通】

接種期間▼3月31日(日)まで(予診票の有効期限)

助成額▼①②全額助成(自己負担なし)▽③接種費用の2分の1(助成後)

【申・問】

の自己負担額は上限4000円/人
その他▼予診票は、平成30年4月に対象となる方に郵送しています。▽紛失、転入等で予診票がない方はお問い合わせください。▽成人用肺炎球菌ワクチン(23価)予防接種で75歳以上の対象者の方には、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。

保健センター(☎282局2797)

【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20回)
時間等▼下表参照

| 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 | 14:30～15:30 | |
| | 木曜1組 | 9:30～10:30 | |
| | 木曜4組 | 14:30～15:30 | |
| | 金曜1組 | 9:30～10:30 | |
| | 金曜4組 | 14:30～15:30 | |
| 一般土曜 | 土曜1組 | 9:30～10:30 | 各15人 |
| | 土曜2組 | 11:00～12:00 | |
| ゆっくり | 月曜2組 | 11:00～12:00 | 各15人 |
| | 木曜2組 | | |
| | 金曜2組 | | |
| 少人数 | 月曜3組 | 13:00～14:00 | 各4人 |
| | 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60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

●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、育児相談) | 22日(金) 9:30～11:00 13:00～14:00 |
| 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) | 22日(金) 9:00～11:30 13:00～17:00 |

| 乳幼児健診 | 期日・受付時間 | 対象児 |
|--------|-----------------------|-------------------|
| 乳児 | 6日(水) 13:00～13:45 | 平成30年10月 生まれの子 |
| 1歳6か月児 | 7日(木) 13:00～13:45 | 平成29年8月 生まれの子 |
| 3歳児 | 13日(水) 13:00～13:45 | 平成28年1月 生まれの子 |
| 2歳半歯科 | 14日(木) 13:00～13:45 | 平成28年8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 | 8日(金) 13:00～13:20 | 平成30年12月 生まれの子 |
| 歯ッピーバー スデー教室 | 20日(水) 9:30～10:00 | 平成30年4月生ま れの子(事前予約) |

●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 1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 8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 19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 28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)
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～5時
※火曜日は午後4時までとなります。

歳以上で障がい等があり、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等
参加費▼9000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。▽「少数人コース」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2月28日(木)～3月14日(木)に、身分証明書をお持ちの上、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。

みんなですこやかウォーキング

期日▼3月6日(水)

時間▼午前9時30分から(午前9時受け付け開始)※雨天時は中止となります。

集合場所▼白方コミュニティセンター
対象▼村内在住の方
内容▼1時間程度のウォーキング(いばらきヘルスロード)白方桜薫る田園コース)

その他▼飲み物やタオルをお持ちの上、動きやすい服装でご参加ください。なお、駐車場



に限りがありますので、車でお越しの際は、乗り合わせなどご協力ください。

さい。
保健センター(☎282局2797)

福祉



東海村シルバーリ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リハビリ体操を実施します。
3月の日程等▼

| 場 所 | 期 日 |
|---------------|--------------------------|
| 総合福祉センター「絆」 | 4日・11日・18日・25日(全て月曜日) |
| 舟石川コミュニティセンター | 5日・12日・19日・26日(全て火曜日) |
| 白方コミュニティセンター | 1日・8日・15日・22日・29日(全て金曜日) |
| 真崎コミュニティセンター | 8日・22日(全て金曜日) |
| 中丸コミュニティセンター | 7日(木) |
| 村民活動センター「えがお」 | 5日・19日・26日(全て火曜日) |

時間▼午前10時～11時30分
対象▼村内在住で65歳以上の方
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。
地域包括支援センター(☎287局2516)

那珂医師会による

認知症予防教室「ゾテリア東海」

認知症に関する講話や参加者同士の交流、学習会、共食等を行います。

期日▼3月7日・14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(教材費)

その他▼昼食をお持ちください。

地域包括支援センター(☎287局2516)

介護予防健康体操教室(前期)

参加者募集

有酸素運動やシナプソロジー(脳トレ)、筋力トレーニングを中心とした体操教室を開催します。

期間▼4月から9月までの火曜日(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

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2月28日(木)～3月14日(木)の午前8時30分～午後5時15分に、身分証明書をお持ちの上、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。

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20日(水)

時間▼午後1時30分～3時30分

場所▼グループホームメジロ苑(白方1306・1)

参加費▼1000円/回(お茶菓子代等)

問グループホームメジロ苑(☎306局0033)※事前申し込みは不要です。

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の懇談・意見交換の場です。

期日▼3月15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

地域生活支援センター(☎287局2525)

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 | 1日・8日 15日・22日 | 外宿1 | 12日・26日 | 真崎、村松北、権現山寮、真砂寮、原子力機構(荒谷台) | 1日・15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)、長堀寮、舟石川3、外宿1、外宿2、竹瓦 | 4日・18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 | 4日・11日 18日・25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、南台、豊岡、亀下 | 5日・19日 | |
| 緑ヶ丘 | 4日・18日 | 舟石川2 | 7日・14日 21日・28日 | 百塚、豊白、内宿1、内宿2 | 7日・21日 | |
| 白方 | 11日・25日 | 南台、川根 | 7日・21日 | 白方、岡、原子力機構(百塚) | 8日・22日 | |
| 舟石川1、原子力機構(百塚) | 5日・12日 19日・26日 | 豊白 | 14日・28日 | 舟石川1、船場 | 11日・25日 | |
| 宿、押延、岡 | 5日・19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) | 12日・26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 | 14日・28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 | | | | | (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 | |

東海村吹奏楽団 第12回「春の演奏会」

期日▼3月10日(日)
時間▼午後2時開演(午後1時30分
開場予定)
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：祝典序
曲「大序曲1812年」ほか
入場料▼無料
その他▼共演▼村立東海中学校吹奏楽
部▼村立東海南中学校吹奏楽部
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。

陸上自衛隊施設学校音楽隊 第29回「定期演奏会」

陸上自衛隊施設学校音楽隊による定期演奏会を開催します。「ロレーヌ行進曲」や「チキチキバンバン」などの演奏を行います。また、ゲストとして茨城工業高等専門学校吹奏楽部が出演します。ぜひご来場ください。

期日▼3月9日(土)
時間▼午後2時～4時(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▼座席の都合上、入場を制限する場合があります。
陸上自衛隊勝田駐屯地広報班(☎274局3211)

その他

「いばらき企業説明会2019」開催

期日▼①3月5日(火)②3月14日(木)
時間▼①午後1時～3時30分
場所▼①ホテルマロウド筑波(土浦市城北町2-24)②ホテルレイクビュー水戸(水戸市宮町1-6-1)
対象▼2020年3月に大学院・大学・短期大学・高等専門学校・専門学校を卒業見込みの方および3年以内に卒業した方(2019年3月卒業見込みの方を含む)
その他▼履歴書は不要です。
茨城労働局(☎224局6218)、茨城県内各ハローワーク※事前申し込みは不要です。

となりのまちから

水戸市●第123回「水戸の梅まつり」

日本三名園の偕楽園では約1000品種3000本、日本最大級の藩校である弘道館では約60品種800本の梅が咲き誇ります。期間中は、さまざまなイベントを楽しむことができます。
期日▼3月31日(日)まで
場所▼偕楽園・弘道館

主なイベント等▼

| 第7回「全国梅酒まつりin水戸」 | |
|------------------|----------------------------|
| 期間▼3月1日(金)～3日(日) | 時間▼10:00～16:00(3日は15:00まで) |
| 場所▼常盤神社 | |
| 夜・梅・祭 2019 | |
| 期日▼3月2日(土) | 時間▼18:00～21:00 |
| 場所▼弘道館 | |
| 期日▼3月9日(土) | 時間▼18:00～21:00 |
| 場所▼偕楽園 | |

笠間市●第15回「茨城国際音楽アカデミーinかさま」

笠間市では、若手演奏家の育成と音楽文化の振興、地域活性化を目的として第15回「茨城国際音楽アカデミーinかさま」を開催します。

アカデミーの期間中には、公開レッスンのほか世界最高峰の講師陣、受講生、音楽愛好家によるさまざまなコンサートも開催します。すてきな音楽の時間をお楽しみください。

期日▼3月21日(木・祝)～28日(木)
場所▼茨城県教育研修センター(笠間市平町1410)他

茨城国際音楽アカデミーinかさま「実行委員会事務局(笠間市教育委員会生涯学習課内)☎0296-77-1101)※コンサートの日程など詳細は、笠間市ホームページ(<https://www.city.kasama.lg.jp/page/page009646.html>)をご覧ください。

春季全国火災予防運動 3月1日(金)～7日(木)

「忘れてない? サイフにスマホに火の確認」

●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行わないようにしましょう。

家庭ゴミ等を燃やす「野焼き」は法律で禁止されていますので、**絶対に行わないでください。**

【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

石神小学校6年
大坪 万里菜さん

(春季啓発ポスター)

ふるさと歴訪
〜歴史を再発見〜

東海村民の戦場体験

日中戦争からアジア・太平洋戦争期にかけて、水戸連隊区で召集された旧村松村と旧石神村の村民は、東アジアから東南アジア、太平洋各地に至るまで、さまざま地域へと出征しました。現在の東海村域からどれほどの人数が出征したのかは定かではありませんが、苛烈な戦闘と、過酷な戦場生活の中で、旧村松村で161人、旧石神村で140人、合計301人が戦死したとされています。

『東海村史・通史編』(1992年、648ページ)の「地域別戦没者数」の表によれば、戦没者が最も多かった地域がニューギニアで52人、2番目が比島(フィリピン諸島)で38人、さらに内地の28人、中国の25人、ビルマの23人と続いています。ニューギニアでの犠牲者がひとときわ多いことが分かります。

ニューギニア島には1942年から44年にかけて多数の軍人・兵士が投入されましたが、連合軍の猛攻を抑えることは



【戦没者村葬】

できず、制海・制空権を奪われて、日本軍は孤立を余儀なくされました。同地に投入された陸軍の第18軍では、合計約10万人が戦死しましたが、そのほとんど(約9万人)が餓死であったとされています(吉田裕『アジア・太平洋戦争』岩波書店、2007年、135ページ)。第18軍には茨城県民を多く含む第51師団が所属していたので、その中には、東海村から出征していった人も含まれている可能性が高いです。

村からはるか遠く離れた南方の戦地で亡くなった方々の心情がどのようなものであったのか、想像するのは容易なことではありません。『東海村と戦争』という、生涯学習課が制作した戦争体験者の証言を収めたDVDがありますが、その中で証言者の1人が、自らの戦場体験を「言葉に言い表せない」と表現されていました。

戦争体験者がいよいよ少なくなる中で、その体験の重みを改めて受け止めていかなければならないと思います。

茨城大学人文社会学部准教授

佐々木 啓