

広報とうかい お知らせ版 人・自然・文化が響き合うまち Tokai

September [No.186]

9・25

Bi-monthly Magazine
for The People of Tokai

2007年[平成19年]



みんなで泊まって、1つ1つを共同作業 青少年センターで「わくわく宿泊体験学習」

村では8月21日から25日まで、東海文化センター敷地内に張ったテントに村内の小学生が連泊する「わくわく宿泊体験学習」を催しました。参加した30人は、期間中、「東海村高校生会」ほかボランティア等の指導の下、いま話題の現代的チャンバラごっこ「スポーツチャンバラ」用の剣作りと対戦やら、ペットボトルを使ったいかた製作とプールでの進水実験、プロックリーの苗植え、キャンプには欠かせないキャンドルサービスやゲーム各種を満喫。親元を離れての5日間の共同生活の中では、協調性・自立心などを一層はぐくんでいったようです。

Contents [情報満載]

- 募集 / 古本市ボランティア、健康体操参加者、
「東海村吹奏楽楽器講座第9期」受講者、
「なごみ大学」指導者等、 村立幼稚園入園児、
第2回「ガーデニング講座」受講者ほか… 2
- エトセトラ / 「原子力安全シンポジウム2007」、
「レインボーフォーラムとうかい」、
茨城キリスト教大学地域特定推薦入学ほか… 5
- げんきアップ通信 / 糖尿病と三大合併症… 7
- さわやかインタビュー / 小泉有希さん… 8

9月の納付

納付税目 里川堰土地改良区費第3期分

9・25号/お知らせ

8月の村内交通事故発生状況

	発生件数	死者数	負傷者数
8月中の件数	24	0	29
1月からの累計	152	2	203
前年との比較	+8	+2	+13



役場の電話番号 ☎ 282-1711 (代表) クアツプ / Sep.

第11回古本市ボランティア募集

図書館では、11月4日から11日まで開催される古本市を手伝ってくれるボランティアを募集します。

- 活動期間 10月7日(日)から11月14日(水)までの都合の良い日時
- 対象 18歳以上の方(高校生は除く)
- 作業内容 本の整理、古本市の受け付け・片付けなど
- 申し込み・問合せ 10月5日(金)までに図書館(☎282-3435)へ申し込みください。

健康体操参加者募集

はつらつ健康体操

■日程等

期 日	場 所
10月1日(月)	白方コミュニティセンター
10月12日(金)	真崎コミュニティセンター
10月29日(月)	村松コミュニティセンター

- 時 間 午前9時30分～11時
- 対 象 村内在住で65歳以上の方
- 講 師 植田和子さん(健康運動指導士)
- 内 容 チューブ体操、ストレッチ体操など
- 参加費 無料

エンジョイ・ヘルスアップ!

■日程等

期 日	場 所
10月9日(火)	総合福祉センター「絆」
10月18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40歳以上65歳未満の方
- 講 師 杉山章子さん(エアロビクスインストラクター)、根本美智代さん(エアロビクスインストラクター)
- 内 容 ストレッチ体操、ヨガなど
- 参加費 無料

その他

①運動しやすい服装と上靴、タオルや飲み物をお持ちください。②初回に参加登録が必要です。

問合せ

保健センター(☎282-2797)

募集

参加費 無料

「ちびっこ集まれ! お父さんと遊ぼう」参加者募集

- 日 時 10月21日(日) 午前10時～正午
- 場 所 東海文化センター芝生
- 対 象 村内在住の2・3歳児とその父親(先着30組) ※夫婦での参加も歓迎します。
- 内 容 ゲーム、お店屋さんごっこなど
- そ の 他 運動しやすい服装でご参加ください。
- 申し込み・問合せ 青少年育成東海村民会議事務局(青少年センター内 ☎282-7049)で9月28日(金)の午前9時から電話で受け付けます。

参加費 350円/回

生きがいデイサービス参加者募集

NPO法人「楽楽茶の間」が行う健康体操やレクリエーションを通して、楽しく仲間づくりをしませんか。

■日程等

期 日	場 所
10月2日(火)	真崎コミュニティセンター 石神コミュニティセンター
10月4日(木)	船場区自治集会所 豊白区自治集会所
10月11日(木)	舟石川コミュニティセンター 豊白区自治集会所
10月15日(月)	豊岡集落センター 船場区自治集会所
10月18日(木)	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
10月22日(月)	村松コミュニティセンター 白方コミュニティセンター
10月25日(木)	外宿2区自治集会所 中丸コミュニティセンター 豊白区自治集会所

- 時 間 午前9時30分～午後3時
- 対 象 村内在住で65歳以上の方
- 内 容 健康体操、レクリエーションなど
- 問合せ 地域包括支援センター(なごみ・総合支援センター内 ☎287-2516)

10月の各種相談

場 所	心配ごと相談所(総合福祉センター内)	
問 合 せ	社会福祉協議会(☎282-2804)	
相談日	時間	相談種別
5日(金)	10:00～15:00 (弁護士相談は正午まで)	心配ごと相談(弁護士相談 ※予約制)
12日(金)	10:00～12:00	心配ごと相談
19日(金)	10:00～15:00	心配ごと相談 行政相談・人権相談
26日(金)	10:00～12:00	心配ごと相談 行政相談・人権相談
毎週月・水曜日	13:30～15:00	心配ごとと電話相談 (☎282-0917)

10月の休日診療日程

診療時間	午前9時30分～正午、午後1時～2時	
問 合 せ	救急医療情報コントロールシステム(☎241-4199)	
期日	病医院名	電話番号
7日(日)	尾形クリニック	282-4781
8日(月)	茨城東病院	282-1151
14日(日)	村立東海病院	282-2188
21日(日)	東原クリニック	283-2301
28日(日)	村立東海病院	282-2188

参加費
2,200円/人

チャレンジスクールテニスの部part2参加者募集

- 期 日 10月7日から11月11日までの毎週日曜日(全6回) 予備日…11月18日(日)
- 時 間 午前9時～11時
- 場 所 村テニスコート
- 対 象 村内在住・在勤(同居家族を含む)・在学中中学生以上の方
- 定 員 先着60人(最少催行人員40人)
- 申し込み・問合せ 9月28日(金)午前9時から10月5日(金)午後5時までに、参加費を添えて総合体育館(☎283-0673)へ申し込みください。

いきいき健康教室参加者募集

■日 程 等

期 日	場 所
10月5日(金)	村松コミュニティセンター
10月17日(水)	舟石川コミュニティセンター
10月23日(火)	総合福祉センター「絆」

- 時 間 午後1時30分～3時
- 対 象 村内在住で65歳以上の方
- 講 師 大沢美智子さん(レクリエーションコーディネーター)
- 内 容 リズム体操、ダンス、ゲームなど
- 参加費 無料
- その他 運動しやすい服装と上靴、タオルや飲み物をお持ちください。
- 申し込み・問合せ 初参加の方は、地域包括支援センター(なごみ・総合支援センター内 ☎287-2516)への申し込みが必要です。

「東海村吹奏楽楽器講座第9期」受講者募集

各楽器のプロ奏者を講師に招き、楽器別および合奏のレッスンを行います。

パート別レッスン

- 期 日 12月8日(土)・15日(土)、平成20年1月19日(土)、2月2日(土)・16日(土)・23日(土)(全6回)
- 時 間 午前11時から午後4時20分までの時間中、1クラス当たり80分間
- 場 所 東海南中学校
- 受講料 2,000円/人

合奏レッスン

- 期 日 12月8日(土)・15日(土)、平成20年1月19日(土)、2月16日(土)(全4回)
- 時 間 午後5時～6時
- 場 所 東海文化センター(ホール)
- 受講料 1,000円/人

対 象

村内在住・在勤・在学中小学4年生以上の方

そ の 他

- ①管楽器は受講者各自でご用意ください。②両方のレッスンの受講が可能です。

申 込 み

9月29日(土)から10月14日(日)までに、受講料を添えて東海文化センター窓口へ申し込みください(応募者多数の場合は、先着順となります)。

問 合 せ

(財)東海村文化・スポーツ振興財団(東海文化センター内 ☎282-8511)

文化祭「写真部門」展示作品募集

2007東海村文化祭「写真部門」への展示作品を募集します。なお、応募作品は選考の上、展示されます。

- 展示期間 11月2日(金)～4日(日)
- 展示場所 総合体育館
- 対 象 村内在住・在勤・在学の方または東海村写真連盟に所属している方(1人3点以内)
- テ ー マ 自由(既発表作品でも可。ただし他の公募展等での入賞・入選作品は不可)
- 形 態 サイズは半切以上で単写真、装丁済みであること(装丁後サイズは90cm×90cm以内)。
- 審査員 室伏勇さん((社)日本写真家協会会員)
- 申し込み 各コミュニティセンター、中央公民館等に備え付けの応募用紙に必要事項を記入の上、10月20日(土)の午前10時から正午までに、作品とともに「テクノ交流館リコッティ」へ直接お持ちください。
- 問 合 せ 渡邊二男さん(東海村写真連盟事務局 ☎282-7505)

10月の健康相談

場 所	保健センター(総合福祉センター内)		
問 合 せ	保健センター(☎282-2797)		
●健康相談	相談名	日時	
	母子健康相談 (乳幼児身体測定、育児相談)	29日(月)	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)	29日(月)	9:30~11:00 13:00~14:00
●乳幼児健診	健診名	日時	対象児
	乳児	31日(水)	13:15~14:00 平成19年5月生まれの子
	1歳6か月児	24日(水)	13:15~14:00 平成18年3月生まれの子
	3歳児	3日(水)	13:15~14:00 平成16年8月生まれの子
	2歳半歯科	5日(金)	13:15~14:00 平成17年3月生まれの子

●乳幼児教室	教室名	日時	対象児
	赤ちゃん教室	17日(水)	13:20~15:00 平成19年7月生まれの子
●妊婦教室	教室名	日時	内容
	ハローベビー スクール	31日(水)	9:30~13:00 妊娠中の日常生活について 調理実習など

介護予防事業「口腔機能向上教室」参加者募集

口の元気は体の健康や老化防止に深くかかわっています。お口のケアについて学びませんか。

■日程等

期 日	時間	場 所
10月1日(月)	10:40~11:40	白方コミュニティセンター
10月12日(金)	10:40~11:40	真崎コミュニティセンター
10月17日(水)	14:40~15:40	舟石川コミュニティセンター
10月23日(火)	14:40~15:40	総合福祉センター「絆」
10月29日(月)	10:40~11:40	村松コミュニティセンター

- 対 象 村内在住で65歳以上の方
- 内 容 口腔ケアの意義、正しい口腔ケアの方法
- 講 師 森玲子さん(歯科衛生士)
- 参加費 無料
- 申し込み・問合せ 各前日までに、地域包括支援センター(なごみ・総合支援センター内 ☎287-2516)へ申し込みください。

平成20年度村立幼稚園入園児募集

- 対 象 5歳児…平成14年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた幼児 4歳児…平成15年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた幼児 3歳児…平成16年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた幼児
- 募集人員 4・5歳児…希望者全員 3歳児…村松幼稚園(32人)、石神・舟石川・宿・須和間幼稚園(各16人)
- 申し込み 各幼稚園または教育委員会学校教育課の窓口へ備え付けの「入園願」に必要事項を記入の上、10月17日(水)の午後1時30分から2時30分までに、幼児の住民票(抄本)を添えて、該当する小学校区内の幼稚園へ申し込みください。
- 問合せ ①村松幼稚園(白方小・村松小学校区内 ☎282-2867)②石神幼稚園(石神小学校区内 ☎282-3100)③舟石川幼稚園(舟石川小学校区内 ☎282-2962)④宿幼稚園(照沼小学校区内 ☎282-3701)⑤須和間幼稚園(中丸小学校区内 ☎282-4631)——の各幼稚園または教育委員会学校教育課学校教育担当(内線1414)

参加費
無料

子育て支援事業「ハッピーランド」参加者募集

- 期 日 10月10日(水)・24日(水)
- 時 間 午前10時~11時
- 集合場所 笠松運動公園「水の広場」側駐輪場
- 対 象 村内在住の0歳から就学前までの乳幼児とその親
- 内 容 園内数か所に置いたカードを集めてくる「カードラリー」
- そ の 他 当日受け付けとなります。
- 問 合 せ 地域子育て支援センター(百塚保育所内 ☎270-5660)

参加費
500円/人

「第25回朗読の集い」参加者募集

- 朗読ボランティア「こだま」による朗読発表会、視覚障がい者の方との交流会を行います。
- 日 時 10月17日(水) 午前10時~午後1時
 - 場 所 中丸コミュニティセンター
 - 対 象 村内在住の方(先着20人)
 - 申し込み・問合せ 9月28日(金)から10月5日(金)までに、社会福祉協議会ボランティア市民活動センター「えがお」(☎283-4538)へ申し込みください。

「なごみ大学」指導者・支援者募集

- なごみ・総合支援センターでは、10月から要支援・要介護状態予防の授業を行う「なごみ大学」を開校するに当たり、指導者と支援者を募集します。
- 対 象 ①指導者…漢字の成り立ち・歴史・観光等に詳しい、手芸・楽器演奏・工作・絵画・料理が得意など、自分の個性を生かして指導できる方 ※年齢、住所、資格の有無は問いません。②支援者…村内在住の65歳以上で、介護予防に関心があり、1日単位(午前9時30分~午後3時45分)で支援できる方
 - そ の 他 指導料…1,000円/時 ①・②とも登録制で人数制限はなく、随時受け付けます。
 - 申し込み・問合せ 地域包括支援センター(なごみ・総合支援センター内 ☎287-2516)

SCスマイルTOKAI「秋のクラブ祭り」のお知らせ

いろいろな種目の体験や模擬店など、SCスマイルTOKAI(地域総合型スポーツクラブ)が開催するスポーツの祭典です。ぜひお越しください。

- 日時 10月14日(日) 午前10時～午後3時
- 場所 総合体育館
- 内容 エアロビクス・ステップエクササイズ・弓道・輪投げ・ラージボール卓球・ニュースポーツ
- 参加費 会員…無料、一般…100円
- 申し込み・問合せ SCスマイルTOKAI事務局(総合体育館内 ☎297-4370)

参加費
無料

大腰筋を鍛える! ステップエクササイズ参加者募集

- 日時 10月1日(月)・15日(月)・29日(月)、11月5日(月)・19日(月) 午前10時45分～11時45分
- 場所 総合福祉センター「絆」
- 対象 村内在住で40歳から65歳未満の方
- 定員 20人 ※定員を超えた場合は抽選となります。初心者・初参加の方を優先します。
- 内容 踏み台昇降運動器具を用いた有酸素運動
- 申し込み・問合せ 9月28日(金)の正午までに保健センター(☎282-2797)へ申し込みください。

エトセトラ

原子力安全シンポジウム2007

“住民の安心”につながる原子力安全の取り組みを考える

JCO事故から8年、今後も“住民の皆さんの安心”につながる取り組みを進めていくために、国・自治体・事業者・住民それぞれの役割などについて講演・公開討論します。ぜひ、皆さんのご意見をお聞かせください。



- 日時 10月17日(水) 午後0時30分～4時
- 場所 東海文化センター
- 内容 ①講演/「原子力安全の取り組みの現状」講師/岡本孝司さん(東京大学大学院教授) ②講演/「社会における安全規制」講師/城山英明さん(東京大学大学院教授) ③パネルディスカッション/「住民の安心につながる原子力安全の取り組みとは」
- 入場料 無料
- 問合せ 経済環境部原子力対策課原子力・防災担当(内線1517)

費用
500円/人

第2回「ガーデニング講座」受講者募集

- 日時 10月20日(土) 午後1時～3時30分
- 場所 中央公民館(大会議室)
- 対象 村内在住の方(先着30人)
- 内容 ①講演/「ミニ菜園を楽しむ」 ②ガーデニング実習(野菜の寄せ植え) 講師/原弘道さん(茨城大学農学部准教授)
- その他 当日は実習用のポット(13号鉢または直径40cm程度の鉢もしくはプランター)をお持ちください。
- 申し込み・問合せ 10月1日(月)から5日(金)までに、企画政策部政策推進課政策推進担当(内線1332)へ申し込みください。

参加費
無料

東海村おもちゃランド後期参加者募集

- 歌やおもちゃで元気に遊びませんか。
- 活動日 10月から3月までの第4火曜日
 - 時間 午前10時～正午
 - 場所 総合福祉センター「絆」
 - 対象 村内在住のおおむね1歳半以上の幼児とその保護者(40組)
 - 申し込み・問合せ 10月5日(金)までに、社会福祉協議会(☎282-2804)へ直接申し込みください。なお、応募者多数の場合は抽選となります。

映画「日本の青空」を上映します

1945年、憲法学者・鈴木安蔵を中心とした民間人によって作られた憲法草案が、実はGHQ案のお手本になっていた——日本国憲法誕生の真実を描いた映画です。

- 日時 10月13日(土) ①午後2時～4時 ②午後6時30分～8時30分 ※上映30分前開場
- 場所 東海文化センター
- 入場料 一般…1,300円(前売り1,200円) 60歳以上の方…1,100円(前売り1,000円) 中高生…800円
- 問合せ 加藤岑生さん(☎282-9067)

費用
1,200円/人

食生活改善推進員(ヘルスマイト)養成講座受講者募集

ヘルシーメニューの調理実習などを通して、食と健康について学びませんか。

- 期日 10月18日(木)・25日(木)、11月8日(木)・15日(木)・22日(木)・29日(木)、12月13日(木)・20日(木)(全8回)
- 時間 午前9時30分～午後0時30分
- 場所 総合福祉センター「絆」
- 対象 村内在住の方(先着25人)
- 講師 ひたちなか保健所長、管理栄養士
- その他 予約制保育サービス(無料)があります。
- 申し込み・問合せ 10月9日(火)までに保健センター(☎282-2797)へ申し込みください。

献血にご協力ください!

- 期 日 10月10日(水)
- 時 間 ①午前9時30分～正午 ②午後1時～3時30分
- 場 所 役場行政棟東側玄関口ビー
- そ の 他 ①平成16年10月から献血者の本人確認を行っています。本人確認がお済みでない方は、運転免許証等の提示が必要となります。②献血手帳または献血カードをお持ちの方は持参してください。
- 問 合 せ 保健センター(☎282-2797)

「第26回関東甲信越糖尿病セミナー」を開催します

- 糖尿病に係る講演やディスカッションなどを通じて、その正しい知識や予防・治療法の理解・普及を図ることを目的とした、(社)日本糖尿病協会と(社)日本糖尿病学会が共催するセミナーです。
- 期 日 10月7日(日)
 - 場 所 ひたちなか市文化会館
 - 入 場 料 一般…無料 コメディカル…1,000円 ※セミナーの内容が異なります。
 - 問 合 せ 茨城県糖尿病協会事務局(那珂記念クリニック内 ☎353-2800)

生ポリオワクチンの投与について

- 日 時 10月9日(火)・10日(水) 午後1時15分～2時 ※いずれかの日程で受けてください。
- 場 所 保健センター
- 対 象 生後3か月から90か月までの乳幼児で、合計2回の投与が済んでいない方
- そ の 他 当日は自宅で体温を測り、母子健康手帳と予診票を忘れずにお持ちください。
- 問 合 せ 保健センター(☎282-2797)

入場料
無
料

「レインボーフォーラムとうかい」を開催します

- 「東海村男女共同参画推進条例」の制定を記念し、「レインボーフォーラムとうかい」を開催します。男女の人権を尊重し、男女が互いに協力し合い、ともに生きるために大切な男女共同参画について一緒に考えてみませんか。
- 日 時 10月13日(土) 午後1時～3時30分
 - 場 所 テクノ交流館リコッティ
 - 内 容 ①寸劇/「茨城弁で語る女子差別撤廃条約」(はらんきょうの会) ②講演/「男と女・ともに生きる社会とは」 講師/ホルム麻直佳子さん(株式会社ビジケアサービス代表取締役)
 - そ の 他 ①予約制の託児サービス、②手話通訳があります。
 - 申 し 込 み・問 合 せ 10月5日(金)までに、総務部自治推進課ハーモニー・交流担当(内線1341)へ申し込みください。

茨城キリスト教大学看護学部看護学科 地域特定推薦入学について

- 試 験 日 11月10日(土)
- 場 所 茨城キリスト教大学
- 対 象 ①2008年3月に高等学校または中等教育学校を卒業見込みの方で、茨城キリスト教大学を第1志望とし、合格した場合は必ず入学②出願期間最終日の1年前から村内在住の高校生(または同様の期間に保護者が村に住所を有している。※居住地等の記載証明書を提出)で、村長および出身高等学校長が責任を持って推薦できる③全体の評定平均値が4.0以上④看護学に深い関心を持ち、本学卒業後、地域の保健・医療・福祉の向上に貢献する——を満たす方(3人)
- 試 験 内 容 小論文、個人面接
- 村長推薦出願期間 10月9日(火)から19日(金)までに、在学高等学校備え付けの申込書に必要事項を記入し、必要書類をそろえた上で、保健センター(☎282-2797)へ申し込みください。
- 申 し 込 み・問 合 せ 村長推薦出願後、10月25日(木)から11月5日(月)までに、村長推薦書とその他必要書類をそろえた上で、茨城キリスト教大学(☎0294-54-3212 ホームページ)http://www.icc.ac.jpへ申し込みください。

9月24日から30日は結核予防週間です

- 結核の初期症状は風邪とよく似ています。もし感染・発病しても薬を飲めば治りますが、せきやたん、微熱が2週間以上続くようなときは、医療機関で受診してください。なお、村では10月に結核検診を実施しますので、積極的に受診し早期発見に努めましょう。
- 問 合 せ 保健センター(☎282-2797)

10月の東海文化センター催し物案内

期日	催し物	開演	主催	入場料
7日(日)	津軽三味線佐々木光儀流35周年記念特別公演	10:00	津軽三味線佐々木光儀流35周年記念特別公演実行委員会事務局	全席指定 S席2,000円 A席1,500円
13日(土)	映画「日本の青空」上映会	14:00 18:30	九条の会東海準備会、映画「日本の青空」東海上映実行委員会	全席自由 1,300円
17日(水)	原子力安全シンポジウム2007	12:30	東海村	無料
25日(木)	平成19年度東海村文化祭小中学校音楽発表会	9:50	東海村文化祭実行委員会 東海村教育研究会	無料
27日(土)	卓立祭	9:00	東海中学校	無料
28日(日)	みなみ祭	8:45	東海南中学校	無料

資源物	(単位:日)	燃えないごみ・粗大ごみ	(単位:日)
真崎・村松北・舟石川中丸	1・9	外宿1	11・25
外宿2・原子力機構太田	16・23	内宿1・亀下	4・12
船場・照沼	1・16	百塚・内宿2・豊岡	19・26
原子力機構長堀1・原子力機構長堀2・須和間・原子力機構荒谷台・原子力機構箕輪	2・10 17・24	竹瓦	4・19
緑ヶ丘	2・17	舟石川2	12・26
白方	10・24	舟石川3	5・15
舟石川1・原子力機構百塚	3・11 18・25	南台・舟石川3・川根・原電滝坂	22・29
宿・押延・岡	3・18	豊白	5・22
		※資源物は各収集日の午前7時から8時30分までに出してください。	15・29
		燃えるごみ	
月・木曜日	真崎・村松北・白方・宿・岡・原子力機構太田・原子力機構箕輪・原子力機構百塚・原子力機構荒谷台・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		
火・金曜日	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1・原子力機構長堀2・長堀寮・原電滝坂・石橋向住宅・外宿1・外宿2・船場・竹瓦・内宿1・内宿2		

げんきアップ通信 66

「糖尿病」は、高血糖にならないと自覚症状が現れにくく、全身のさまざまな部分で血管障害を引き起こすといわれている生活習慣病の一つです。今月の「げんきアップ通信」では、糖尿病から起こる合併症についてお話ししてみたいと思います。

血液の中にあるブドウ糖(血糖)は、人体のエネルギー源として重要です。また、ブドウ糖が体内で働くためには、膵臓で作られるインスリンの助けが必要です。仮にインスリンの働きが低下し、血液の中の糖が増える、血管を詰まらせ、血管壁がもろくなるだけでなく、血液の流れが悪くなり、血液によって運ばれる酸素が不足するため特に細い血管から障害が起こり始めます。この細い血管に起こる合併症は「細小血管障害」といわれます。

①主に目の網膜(目の一番裏側の部分)に起こる「糖尿病性網膜症」、②腎臓に障害が起こる「糖尿病性腎症」があり、これに③「糖尿病性神経障害」を合わせた3つを糖尿病の「三大合併症」と呼んでいます。

三大合併症その①「糖尿病性網膜症」
初期段階では、目の網膜内に栄養を補給する細い血管にこぶができたり、もろくなった血管からわずかに出血したりしますが、視力には直接影響しないので、なかなか自覚することができず、多くは眼底検査によって初めて気付くようになります。しかし進行すると、網膜の中で最も重要で物を見る中心となる「黄斑」という部分に出血やむくみが起こり、視力の低下や物がゆがんで見えるなどの症状が現れてくるほか、血管の閉塞により網膜の組織が害され、血管の壁が弱くなっているために失明に至るような眼底出血を引き起こしてしまふこともあります。治療方法としては、初期であれば血糖コントロールと薬物治療となり、進行の程度によってレーザーによる光凝固治療が必要になることもあります。

三大合併症その②「糖尿病性腎症」
腎臓にある細い血管の働きが悪くなり、タンパク尿やむくみ、高血圧などの症状が現れてきます。この腎障害の程度は、尿中のタンパクの一種であるアルブミンを測定することによって検査することができます。

三大合併症その③「糖尿病性神経障害」
手のしびれや何かに触られているような感じ、何かを皮膚の上にもう一枚かぶせられている感じなどの症状が現れる合併症ですが、血糖コントロールが良くなると、症状が軽くなることも多いといわれています。



糖尿病治療は進歩しています。糖尿病と診断された方は、継続した治療や検査はもとより、血糖を正常な値にコントロールして合併症を予防することが大切です。なお村では、10月から保健センターやコミュニティセンターで住民検診を実施しますので、糖尿病その他の病気の早期発見・治療のため、この機会に受診してみたいかがでしょうか。詳しい日程などのお問い合わせは、保健センター(☎282局2797)で承っています。



こいずみ ゆき
小泉有希さん
(石神内宿)

今月は、茨城キリスト教大学生生活科学部人間福祉学科に在籍する小泉有希さん(22歳)の登場です。7月末に村が主催した第18回友情の船北海道研修の旅に参加し、アドバイザーとして子どもたちのサポート役を務めた有希さんは、「元気のいい小学生たちをまてめるのは大変でしたが、子どもこの接し方など、とても勉強になりました」と話します。その持ち前の行動力で何事にも積極的にチャレンジする彼女—中学生のころから「中高生ボランティアサークルWING」の一員として、児童保育のサポートや養護学校でのレクリエーション活動などに取り組む中で、福祉関係の仕事に興味を持ち始めたそうです。現在は、「ホームヘルパー2級」の資格取得を目指して実習や試験勉強に励む一方、これから始まる就職活動に向けて大忙し。「就職後は実務経験を積み、将来は『ケアマネジャー(介護支援専門員)』になることが夢です」と話す彼女の輝く瞳には、力強い意欲がみなぎっていました。



ふるさと歴訪
歴史を再発見

船場の自治をたどると

東海村文化財保護審議会委員

萩谷 信輝

船場には昭和11年からの「青年団活動記録簿」が残っています。青年会館建設計画に始まり、太平洋戦争後は公民館建設にかかわることが主な内容です。昭和21年11月3日に日本国憲法が公布されると、農村地域にも新しい時代の波が打ち寄せてきたことがうかがわれます。



「昭和二十二年三月六日 公民館建設協議会 新日本建設の原動力たるものは、若き青年に期待すること甚大なり。明るい村を建設し平和な国家を維持するには是非現在連合国軍政部でも奨励しての公民館の建設が急務である。青年の修養道場は勿論、一般区民の使用に供し、将来農村の民主化した産業、自治文化の中心たる殿堂会館である。ここに区内の上層下層の熱意極に熟し会館建設の機運絶好の機会ぞ起り、午後一時顧問はじめ今より十一年前の青年会館建造計画当時役員の方々に出席して戴き全員真面目なる協議だ。各人の自由なる意見を提出して練った結果二十八対九人で九人の不賛成者あり、結局一大事業であるから全員の大同団結を持つ事にして、午後六時を閉じた」

予算額は8万5000円でした。青年団の積立金、稲荷神社の立ち木の売却、寄付金などで充当しました。公民館開館式は昭和22年12月10日に行われ、次のように結んでいます。

「国内の多事多難の秋、民主的平和への建設の歴史的第一頁を飾るものであると信ずる。今後の運営によって一般の社会教育も、婦人会の活動、講演、映画もあらゆる修養、娯楽等の文化活動が此を中心として、次第に日本を再建する青少年の修養が行われて始めて文化的日本の建設が出来てくるであらう」

新しい時代を迎え、地域文化を創造していくための拠点としての公民館が自分たちの力によって建設された喜びと、文化国家をつくりだしていくこうとする心意気に深い感動を覚えます。