

広報とうかい お知らせ版 人・自然・文化が響き合うまち Tokai

March [No.216]

3・25

Bi-monthly Magazine
for The People of Tokai

2010年 [平成22年]



①⑥⑦は東海南中学校、②③④⑤は東海中学校の卒業式の様子

さまざまな思いを胸に… 382人の卒業生が中学校を巣立ちました

3月10日、村内各中学校で平成21年度「卒業式」が行われました(東海中学校241人・東海南中学校141人)。やや緊張した面持ちながらも、卒業証書をしっかりと受け取った382人の卒業生たち。式典後に行われた卒業生の企画によるセレモニーでは、呼び掛けや合唱、中学校生活をまとめたスライドショーが上映されるなど、3年間の思い出を振り返るとともに、恩師や在校生に感謝の意を伝えました。「高い志」「たゆまぬ努力」「感謝の心」を忘れずに、力強く一歩を踏み出してください——白井嘉彦・東海中学校校長からの言葉です。

Contents [情報満載]

- ず〜むあっぷ「まちの風景」/とうかい有機農業セミナーほか…2
- 募集/「友情の船北海道研修の旅」実行委員ほか…3
- 催し物/第22回東海さくらまつり、東海ステーションギャラリー絵画教室ほか…4
- エトセトラ/公共施設の空き状況が確認できます、4月から新たに18店舗でレジ袋を有料化ほか…6
- げんきアップ通信/更年期障害を乗り越えるために…9
- さわやかインタビュー/尾又美帆さん…10
- ふるさと歴訪(髷渡) /大神宮と地域…10



餃子教室で餃子作りに挑戦 “グルメすいとん”はいかがですか？

ず〜むあつぱ 「まちの風景」

●真崎地区で笑顔あふれる“食”の祭り

3月13日、「真崎地区ワクワクFOODフェスティバル2010」が真崎コミュニティセンターで開催されました。これは“食”を通じて交流を深めようと真崎地区委員会が主催したものです。地元・村松小学校の児童による吹奏楽や太鼓の演奏が会場を盛り上げる中、来場者は、地域の人たちが用意した水餃子やチョコレートフォンデュ、味噌こんにゃく、ポップコーンなどを食べながら話に花を咲かせていました。また、紙トンボやベーゴマコーナーには子どもたちが集まり興味津々。“遊びの先輩”であるスタッフからコツを教わる姿も見られました。おいしいものを食べながら、世代を超えて地域の絆を深める——そんな祭りとなりました。



紙トンボに興味津々です

●1年間“東海村”について学んできました

3月2日、ハーモニー東海第10期生・16人の修了式が役場会議室で行われました。第10期生たちは、「ごみのゆくえ」や「救急車が来るまでにできること」、「住民自治の在り方」など、村の制度や施設、生活する上で必要な知識を学んできたことをスライドで振り返りました。続いて、具体的に設定したある家族に対して東海村の良いところを教えると想定した発表では、「保育所に入るまで一時保育が受けられる」「東海村吹奏楽団に入ることができる」「家庭菜園の畑を借りることができる」など約50項目を挙げ、「東海村」を1年間学んできた総まとめを行いました。「回を重ねるごとに徐々に村政に興味を持つようになりました」——修了生からの感想です。



福祉や教育等、分野ごとに東海村の良いところを発表する第10期生

●有機農業で、将来に安全・安心な食物を得られる環境を

3月7日、東海村研究交流プラザで、「とうかい有機農業セミナー」が行われました。虫や雑草等、さまざまな命と共生しながら行う有機農業——今年度、その指導者として「とうかい環境農業塾」の塾長を務めた涌井義郎さんは、講演の中で取り組みを振り返り、「有機農業の役割は、今の私たちのためだけでなく、この先の世代にも安全・安心な食物が得られる良い環境を残すことでもあるのです」と話しました。続くパネルディスカッションでは、村内で有機農業に取り組む農業者から、病虫害・雑草への対応策や失敗談等が出され、今後の有機農業推進に向けた課題や意気込みについて意見が交わされました。



財団法人農民教育協会・鯉淵学園農業栄養専門学校教授の涌井さん

4月の健康体操参加者募集

問合せ 保健センター(☎282-2797)

●のびのび健康体操(チューブ体操、ストレッチ体操など)		
時間	午前9時30分～10時45分	
対象	期日	場所
村内在住で65歳以上の方	16日(金)	総合福祉センター「絆」
	27日(火)	真崎コミュニティセンター
●エンジョイ・ヘルスアップ(ストレッチ体操、ヨガなど)		
時間	午前9時30分～11時	
対象	期日	場所
村内在住で40歳以上65歳未満の方	8日(木)	総合福祉センター「絆」
	15日(木)	中丸コミュニティセンター
	23日(金)	総合福祉センター「絆」

お知らせ・ピックアップ

いんぽお めーしょん

役場の

電話番号 ☎ 282-1711(代表)

テレホンサービス(☎0120-42-4848) ※屋外放送を無料で聞くことができます。

茨城県警察官を募集します

■**受験資格** 男性警察官A・女性警察官A…昭和56年4月2日以降に生まれ、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した方または平成23年3月31日までに卒業見込みの方、人事委員会が大卒同等と認める方 ※次の身体基準を満たす場合に限る。

男性	身長160cm以上、体重47kg以上、胸囲78cm以上	両眼とも裸眼視力0.6以上または矯正視力1.0以上、色覚が正常であること
女性	身長155cm以上、体重45kg以上	

■**採用人数** 男性警察官A…70人、女性警察官A…6人

■**試験日等** 5月9日(日)に、教養試験、論文試験を行います。

■**申し込み・問合せ** 4月14日(水)までに、ひたちなか西警察署警務課(☎272-0110)へ申し込みください。

募集

「第21回友情の船北海道研修の旅」

実行委員(アドバイザー・サポーター)募集

実行委員(アドバイザー)

- 期 間** 7月24日(土)～29日(木)
- 対 象** 村内在住・在勤の18歳以上55歳未満の方(高校生を除く)
- 募集人数** ①全体班(企画・運営)2人②記録班(写真撮影・報告書作成)2人③班指導(中学生リーダー・小学生のサポート)4人④養護班(参加者の看護・養護)2人(保健師または看護師の免許を有する方)——の合計10人程度
- 参加費** 10,000円/人(養護班の方を除く)
- その他** ▼選考に当たっては面接を行います。▼事前研修があります。

実行委員(サポーター)

- 内 容** 東海村における出発式・解団式会場の設営、記録写真の撮影、事前研修の補助等

申し込み・問合せ

4月3日(土)までに、青少年育成東海村民会議事務局(青少年センター内 ☎282-7049)へ申し込みください。

無料
会費

子育て支援ピーターパンサークル前期会員募集

■**日 時** 原則5月から9月までの毎週火曜日～金曜日の各曜日 午前10時45分～正午

■**場 所** おおぞら保育園(子育て支援センター)

■**対 象** 火曜日または水曜日(各先着50組)…1歳児(平成20年4月～平成21年3月生まれの幼児)とその保護者 木曜日または金曜日(各先着50組)…2歳児(平成19年4月～平成20年3月生まれの幼児)とその保護者

■**内 容** 遊び、リズム体操等

■**申し込み・問合せ** 1歳児の火曜日希望は4月13日(火)、水曜日希望は4月14日(水)、2歳児の木曜日希望は4月15日(木)、金曜日希望は4月16日(金)のそれぞれ午前10時～正午に、社会福祉法人淑徳会おおぞら保育園(☎287-3535)の窓口で申し込みください(電話での申し込みは不可)。※定員になるまで受け付けます。

「子供絵画教室」の会員を募集します

一緒に絵画の基礎を学んでみませんか。

■**活動日時** 第1・2土曜日 午前10時～正午

■**場 所** 中央公民館

■**対 象** 4歳から小学生まで

■**会 費** 1,300円/月

■**申し込み・問合せ** 清水宏美さん(☎282-7857)



4月のニート相談・DV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	総務部自治推進課村民相談室(内線1275)
●ニート相談(☎287-0862)…午前9時～正午、午後1時～5時	2日(金)、6日(火)、9日(金)、13日(火)、16日(金)、20日(火)、23日(金)、27日(火)、30日(金)
●DV相談(☎287-0863)…午前9時～正午、午後1時～4時	1日(木)、5日(月)、7日(水)、8日(木)、12日(月)、14日(水)、15日(木)、19日(月)、21日(水)、22日(木)、26日(月)、28日(水)
●消費生活相談(☎287-0858)…午前9時～正午、午後1時～4時	1日(木)、2日(金)、5日(月)、6日(火)、7日(水)、8日(木)、9日(金)、12日(月)、13日(火)、14日(水)、15日(木)、16日(金)、19日(月)、20日(火)、21日(水)、22日(木)、23日(金)、26日(月)、27日(火)、28日(水)、30日(金)

4月の心配ごと相談・人権相談・行政相談

場 所	心配ごと相談所(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
2日(金)	10:00～12:00	法律相談(当日受け付け)
	10:00～14:00	心配ごと相談・人権相談 行政相談
9日(金)	10:00～14:00	心配ごと相談・人権相談 行政相談
16日(金)	10:00～14:00	心配ごと相談・人権相談
23日(金)	10:00～14:00	心配ごと相談・人権相談 行政相談
30日(金)	10:00～14:00	心配ごと相談・人権相談
毎週	13:30～15:00	心配ごと電話相談
月・水曜日	(祝日を除く) (☎282-0917)	

ほしいも学校シンポジウムin東海

「ほしいも学校プロジェクト」や村などの共催により、地域の特産品であり、健康食品としても注目されている“干しいも”の新たな魅力を探るシンポジウムを開催します。

- 日 時 3月29日(月) 午後1時30分～5時
- 場 所 テクノ交流館リコッティ(東海駅東口)
- 内 容 干しいもの歴史紹介、基調講演…「ほしいも学校が未来をつくる」講師:佐藤卓さん(グラフィックデザイナー)、パネルディスカッション
- 問 合 せ ひたちなか商工会議所(☎273-1371)

催し物(講演会ほか)

生きがいづくり支援事業

NPO法人「楽楽茶の間」が村からの委託を受けて行っている「生きがいづくり支援事業」。健康体操やレクリエーションを通して、皆さんも楽しく仲間づくりをしませんか。

- 4月の期日・場所 2日(金)…石神コミュニティセンター、舟石川中丸区自治集会所、外宿二区自治集会所 6日(火)…真崎コミュニティセンター、なごみ・総合支援センター、豊白区自治集会所 9日(金)…白方コミュニティセンター、舟石川中丸区自治集会所、豊岡区自治集会所 13日(火)…舟石川コミュニティセンター、なごみ・総合支援センター、豊白区自治集会所 16日(金)…村松コミュニティセンター、豊白区自治集会所、百塚区自治集会所 20日(火)…石神コミュニティセンター、なごみ・総合支援センター、百塚区自治集会所 23日(金)…中丸コミュニティセンター、豊白区自治集会所、内宿一区自治集会所 27日(火)…舟石川コミュニティセンター、なごみ・総合支援センター、百塚区自治集会所
- 時 間 午前10時～午後3時
- 対 象 村内在住で65歳以上の方
- 参加費 350円/回(昼食代)
- 問 合 せ 岡部ちい子さん(NPO法人「楽楽茶の間」事務局 ☎284-0215)

参加費
無料

東海村おもちゃランド前期

障がいのある子もいない子も、みんなで一緒に手遊びや季節の遊びをして、元気に過ごしませんか。

- 日 時 4月から9月までのおおむね第4火曜日 午前10時～11時30分
- 場 所 総合福祉センター「絆」
- 対 象 村内在住の2・3歳児とその保護者(20組) ※応募者多数の場合は抽選となります。
- 申し込み・問合せ 4月9日(金)までに、東海村社会福祉協議会(☎282-2804)へ申し込みください。

参加費
無料

みんなですこやかウォーキング

- 日 時 4月7日(水) 午前10時から ※雨天時は中止となります。
- 集合場所 ふれあいの森公園(東海スイミングプラザ東側) ※駐車場の関係上、乗り合わせでの参加にご協力ください。
- 対 象 村内在住の方
- 内 容 約3キロメートルのウォーキング
- その他 飲み物とタオルをお持ちの上、歩きやすい服装でご参加ください。
- 問 合 せ 保健センター(☎282-2797) ※事前申し込みは不要です。なお、当日の午前9時30分から受け付けを行います。

参加費
無料

シルバーリハビリ体操

「誰にでも」「畳の上で立ってでも座ってでも」「音楽に合わせて」できる、介護予防とリハビリのための体操教室です。

- 日 時 4月12日(月)・26日(月)、5月10日(月)・31日(月) 午前10時～10時45分
- 場 所 総合福祉センター「絆」(大広間)
- 問 合 せ 高齢者センター(☎282-4300) ※事前申し込みは不要です。

4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	相談名	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(木)	9:30～11:00 13:00～14:00	
	元気アップ健康相談 ※予約制 (健康に関する相談)	22日(木)	9:30～11:00 13:00～14:00	
乳幼児健診	健診名	期日	受付時間	対象児
	乳児	15日(木)	13:15～14:00	平成21年11月生まれの子
	1歳6か月児	14日(水)	13:15～14:00	平成20年9月生まれの子
	3歳児	21日(水)	13:15～14:00	平成19年2月生まれの子
	2歳半歯科	23日(金)	13:15～14:00	平成19年9月生まれの子
乳幼児教室	教室名	期日	受付時間	対象児
	赤ちゃん教室	27日(火)	13:00～13:20	平成22年1月生まれの子
	ついきるクラブ	13日(火)	9:45～10:00	双子・三つ子を妊娠中または育児中の方

4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

期日	医療機関名	電話番号
4日(日)	村立東海病院	282-2188
11日(日)	尾形クリニック	282-4781
18日(日)	村立東海病院	282-2188
25日(日)	武藤小児クリニック	282-7722
29日(木)	茨城東病院	282-1151

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▼午前9時～午後5時…日曜日・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)▼午後6時30分～11時30分…毎日
ブッシュ回線の固定電話、携帯電話から(☎#8000)
すべての電話から(☎254-9900)

「東海さくらまつり」撮影会と写真コンテスト

撮影会

- 日 時 4月11日(日) 午前10時～午後3時
- 集合場所 阿漕ヶ浦公園管理棟前

写真コンテスト

- 日 時 5月16日(日) 午後1時から
- 場 所 中央公民館
- 応募作品 「東海さくらまつり」期間中(4月1日～18日)に、阿漕ヶ浦公園内または村内の観光地で撮影した写真(プリントサイズ:四切または四切ワイド)
- 審査員 室伏勇さん(日本写真家協会会員)
- 申し込み 5月16日(日)の午前10時から正午までに、写真裏面に題名・氏名・住所・電話番号を記載した応募票を貼付し、中央公民館へお持ちください。

問 合 せ

詳しくは、各コミュニティセンターなどに備え付けの応募要領をご覧になるか、渡邊二男さん(東海村写真連盟事務局長 ☎282-7505)へお問い合わせください。

第22回東海さくらまつり

4月1日(木)から18日(日)まで、約200本のソメイヨシノが咲き誇る阿漕ヶ浦公園で、「東海さくらまつり」を開催します。期間中は、日没から午後9時まで、園内の桜のライトアップを行います。

■メインイベント 4月10日(土)・11日(日) ※雨天の場合は、真崎コミュニティセンター(11日の舞踊のみ村松コミュニティセンター)が会場となります。

■イベント内容 4月10日(土)…▼オープニング(9:45～10:00) ▼「天装戦隊ゴセイジャー」ショー(第1部…10:00～10:45、第2部…13:40～14:40) ▼「ハートキャッチプリキュア!」ショー(第1部…11:00～11:45、第2部…14:40～15:40) ▼ヒップホップ(11:45～12:00) ▼民謡・楽帆会(12:10～12:45) ▼詩吟・霞朗詠会晴嵐会(12:45～13:20) ▼よさこいソーラン・東海花舞(13:20～13:40) 11日(日)…▼オープニング(9:50～10:00) ▼東海太鼓保存会(10:00～10:30) ▼民謡・楽帆会(10:30～11:05) ▼津軽三味線・奏絃会(11:05～11:40) ▼ひょうきん踊り(11:40～12:00) ▼舞踊連盟(12:10～12:45) ▼カラオケ連盟(12:45～15:30) 【広場特設会場】▼野点茶会(10:00～15:00) ▼写真撮影会(10:00～15:00)

■第39回村松山弓道大会 4月4日(日)の午前9時30分から午後4時まで、総合体育館弓道場で開催されます。

■問 合 せ 東海村観光協会事務局(経済環境部経済課内 内線1438)

入場料
無料

劇団とみがる「ミュージカルまつり2010in絆」

ミュージカル文化の楽しさを伝えるダンスや歌を中心とした発表会“ミュージカルまつり”を開催します。東海村の民話を題材とした



オリジナルミュージカル 前回の「ミニコンサートin絆」より「真崎城の白百合姫」の楽曲や、「ライオンキング」など有名なミュージカルの挿入歌等、ミュージカルの魅力満載のステージをお楽しみください。

- 期 日 3月27日(土)
- 時 間 午後2時30分開演(午後2時開場)
- 場 所 総合福祉センター「絆」(多目的ホール)
- そ の 他 入場券はありません。未就学児の入場も可能です。
- 問 合 せ 東海村文化・スポーツ振興財団(東海文化センター内 ☎282-8511)

東海村の民話の集い

- 日 時 3月27日(土) 午後1時30分から
- 場 所 中央公民館
- 内 容 ▼子どもたちによる民話紙芝居(白方さくらんぼ学童) ▼新作紙芝居(民話再生の会、白方小学校5年生) ▼朗読(だっぺの会) ▼人形劇(たんぼぼの会) ▼講演と民話の語り(川本欣治さん(茨城キリスト教大学准教授))
- 問 合 せ 中央公民館(☎282-3329)

学校施設等の利用調整会議

村内のスポーツ団体等を対象に、村内の学校施設(体育館・格技場・グラウンド)と久慈川河川敷グラウンド(ソフトボール場・サッカー場)を開放します。利用を希望する団体の代表者は、必ず利用調整会議に出席してください。

■日 時 ①小中学校体育館・中学校格技場
…4月20日(火)午後7時から ②小学校グラウンド・久慈川河川敷グラウンド…4月21日(水)午後7時から

■場 所 総合体育館(2階会議室)

■問合せ 教育委員会社会教育課文化・スポーツ振興担当(内線1423)

東海ステーションギャラリー利用の受け付け

4月から東海駅西口に新しく開設される「ギャラリーB」の利用受け付けを開始します。また、平成23年度分の「ギャラリーA」「ギャラリーB」の利用も受け付けます。どうぞご利用ください。

■貸出期間 ▼ギャラリーA(2階)…平成23年度分(平成23年3月27日～平成24年3月31日)▼ギャラリーB(1階)…平成22・23年度分(6月13日～平成24年3月31日) ※企画展等により一般貸し出しを行わない期間もありますのでご了承ください。

■申し込み・問合せ 4月1日(木)の午前9時から東海駅コミュニティ施設管理室(東海駅1階 ☎287-3680)へ申し込みください。※窓口での申し込みが優先となります。なお、希望者多数の場合は抽選となります。

一般ドック・脳ドック受診費用の助成

■対 象 国民健康保険に加入している20歳から74歳までの方および後期高齢者医療保険に加入している方(一般ドックと特定健康診査・高齢者健康診査の併用は不可)※助成人数に制限はありません。

助成対象の医療機関

一般ドック	費用(自己負担額)
村立東海病院 (☎282-2188)	40,000円(12,000円)
日立製作所水戸総合病院 (☎276-7011)	39,900円(13,300円)
日立製作所日立総合病院 (☎0294-23-3971)	39,900円(13,300円)
茨城県メディカルセンター (☎243-1111)	39,900円(13,300円)
脳ドック	費用(自己負担額)
聖麗メモリアル病院 (☎0294-52-8531)	28,000円(8,400円)
日立製作所水戸総合病院 (☎276-7011)	42,000円(14,000円)
日立製作所日立総合病院 (☎0294-23-3971)	42,000円(14,000円)
ブレインピア南太田 (☎0294-70-1711)	36,750円(12,250円)

※医療機関への予約は個人で行ってください。

■申し込み・問合せ 4月12日(月)から平成23年3月4日(金)までに、保険証と印鑑を持参の上、福祉部保健年金課国保年金担当(役場行政棟1階 内線1132)へ申し込みください。※必ず受診前に申請してください。なお、受付期間前の日程で予約されている場合は申し出てください。

人口動態職業・産業調査にご協力ください

厚生労働省では、毎年、出生・死亡・死産・婚姻・離婚の届けを基に人口動態調査を実施し、保健福祉の向上に役立てています。平成22年度は国勢調査を行うため、下記の届けに際しては、「職業・産業(死亡届のみ)」欄の記入にご協力ください。

■期 間 4月1日～平成23年3月31日

■対 象 出生届・死亡届・死産届・婚姻届・離婚届を提出される方

■問合せ 福祉部住民課管理担当(内線1121)

東海ステーションギャラリー絵画教室

用具の使い方や構図の取り方から学べる初心者向けの講座です。油彩・水彩の2コースで、静物画・人物画・風景画等、1年間で10点ほどの作品を仕上げます

■期 間 5月～平成23年2月 月2回日曜日(全20回) 午前10時～午後4時

■場 所 村内公共施設

■対 象 高校生以上の方(15人程度)

■受講料 年間22,000円/人(道具代別途)

■その他 道具をお持ちでない方は、4月10日(土)までにご連絡いただければ準備します。

■申し込み・問合せ 4月3日(土)の午前9時から東海駅コミュニティ施設管理室(☎287-3680)へ申し込みください。

エトセトラ

胸部CT検診のお知らせ

村では、肺がんなどの早期発見を目的に、胸部CT検診を実施します。

■期 間 5月20日(木)～22日(土)

■時 間 ①午前9時30分～11時30分 ②午後1時30分～3時30分

■場 所 保健センター

■対 象 村内在住で50歳以上の方

■定 員 100人/日

■費 用 3,000円/人(当日徴収)

■その他 前回の胸部CT検診の結果が「次年度再検」の方は、必ず受診してください。

■申し込み・問合せ 4月16日(金)(当日消印有効)までに、任意のがき(郵送料自己負担)または保健センター備え付けの申込用紙に住所・氏名・電話番号・生年月日・受診希望日時(第2希望まで)を記入の上、保健センター(〒319-1112 村松2005 ☎282-2797)へ申し込みください。※後日受診券を郵送します。



「住宅用太陽光発電システム」設置費用の補助

村では、環境に優しい住宅用太陽光発電の利用を支援し、環境負荷の低減を積極的に進めるため、新たに「住宅用太陽光発電システム」を設置する方に補助金を交付しています。

■**対象** 村内に住所を有し、平成22年度内に、村内の自己用住宅(店舗等との併用を含む)の屋根等に太陽光発電システムを設置する方または村内に建築された太陽光発電システム付きの住宅を購入する方

■**補助金額** 出力1kW当たり6万円(最大4kW分) ※予算(約70件分)がなくなり次第終了となります。

■**申し込み・問合せ** 4月1日(木)以降に、設置者またはその家族が経済環境部環境政策課環境保全担当(役場行政棟4階 内線1451)の窓口で申し込みください(電話での申し込みは不可)。※必ず設置前に申請してください。

文化保存・自然保護活動への補助

村では、文化の保存や継承、自然保護活動に関する新たな事業を行う社会教育関係団体(営利団体を除く)に補助金を交付します。

■**対象** ①村内に活動の拠点を置く②ほかの補助金を受けていない③規則または会則を制定し自主的に運営している④構成員が5人以上(過半数以上が村内に在住)——を満たす団体

■**対象事業** ▼文化保存事業 ▼文化継承事業(青少年対象) ▼自然保護に関する調査および学習事業

■**補助金額** 補助対象経費の2分の1以内の額(上限10万円)

■**申し込み・問合せ** 4月16日(金)までに、社会教育課(役場行政棟4階)備え付けの申請書に必要な書類を添付の上、教育委員会社会教育課文化・スポーツ振興担当(内線1422)へ申し込みください。

4月1日(木)から新たに18店舗でレジ袋を有料化

レジ袋を1枚断ると、約12グラムの二酸化炭素(CO₂)排出を削減できるといわれています。買い物の際は、マイバッグを持参しましょう。

■**レジ袋が有料となる店舗(18店舗)** ▼井坂合名会社▼小川酒店▼(株)大野書店▼黒澤酒店▼ケーキハウスワンダーボックス▼鮮魚食料品たかはし商店▼デンキプラザマツモト▼ドリームたんぼ▼橋本機工金物(株)▼花と雑貨の店ハーモニー▼M&E(有)おその江▼(有)寿屋河野商店▼(有)関田▼(有)ソレイユ▼横伝酒店▼Yショップひらの▼わかば商店 ※ジャスコ東海店、(株)カスミ舟石川店、(株)セイブ東海店、ステーションコム東海店、Yショップ須藤、Yショップ二軒茶屋店、FOOD OFF ストッカー東海店では、すでに有料化を実施しています。

■**問合せ** 経済環境部環境政策課環境計画推進室(内線1453)

浄化槽の設置費用を補助します

■**対象** ①下水道の認可区域外(現在下水道工事が行われていない場所でも、認可区域に入っている場合は不可)②専用住宅(店舗併用の場合は居宅部分が2分の1以上)③平成23年3月25日までに村の完了検査を受けられる④5人槽の場合は床面積140平方メートル以下、10人槽の場合は二世帯住宅(風呂・トイレ・台所がそれぞれ別)——を満たす方

■**補助金額** 5人槽…332,000円 7人槽…414,000円 10人槽…548,000円 ※単独槽の撤去を伴う場合は90,000円を上乗せした金額となります。

■**申し込み・問合せ** 12月28日(火)まで(予算金額に達した場合はその時点で終了)に、設置する浄化槽の名義人またはその家族が建設水道部下水道課管理担当(役場行政棟2階 内線1223)の窓口で申し込みください。※必ず設置前に申請してください。設置場所や設置する浄化槽の大きさを確認した後、申請書類をお渡しします(電話での申し込みは不可)。

各種福祉サービスの助成券を発行します

村では、各種福祉サービスを利用するための助成券を発行します。※現在使用している助成券は3月31日(水)までとなります。

通院時タクシー利用料金助成(即日交付)

■**対象** ①要介護1以上で65歳以上②身体障害者手帳1級~3級③療育手帳(A・A)④精神障害者保健福祉手帳1級・2級⑤難病の認定を受けている——のいずれかに該当する方 ※⑤に該当する方は保健センターへ申し込みください。

訪問理美容サービス(即日交付)

■**対象** ①要介護3以上②身体障害者手帳1級・2級③65歳以上の虚弱な方で理美容所を利用することが困難——のいずれかに該当する方

はり・きゅう・マッサージ等施術費助成(即日交付)

■**対象** ①70歳以上②身体障害者手帳1級・2級——のいずれかに該当する方

家族介護用品購入費助成

■**対象** ①要介護4以上で常時介護を必要とする65歳以上の寝たきりの方②要介護3以上で65歳以上の認知症の方③身体障害者手帳または療育手帳をお持ちで重度の障がいがある方——を在宅で介護している方

寝具乾燥消毒サービス

■**対象** 60歳以上で在宅の方

申し込み・問合せ

3月26日(金)以降に、対象要件を確認できるもの(各種保険証・障害者手帳等)と医療機関の診察券(通院時タクシー利用料金助成の方のみ)を持参の上、福祉部介護福祉課高齢支援担当(役場行政棟1階 内線1164)へ申し込みください。

火の取り扱いに注意!

火災はちょっとした気の緩みや不注意から起きることがほとんどです。尊い生命・掛け替えのない財産を守るためにも、火の取り扱いには十分注意し、火災を未然に防ぎましょう。

■**問合せ** 消防署警防担当(☎282-2038)

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

村では、平成22年度の土地・家屋価格等の縦覧を行います(手数料無料)。

■縦覧期間 4月1日(木)から30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

■縦覧場所 税務課窓口(役場行政棟1階)

■対象 ①固定資産税の納税者 ②委任状等を持参した代理人 ※「土地価格等縦覧帳簿」を縦覧できるのは村内に土地を所有している方、「家屋価格等縦覧帳簿」を縦覧できるのは村内に家屋を所有している方に限ります。

■用意するもの 自動車運転免許証等(本人確認ができるもの) ※代理の方は委任状が必要となります(法人の場合は法人代表者印を押印)。

■問合せ 総務部税務課資産税担当(内線1111)

JCO事故関連健康診断

■期日・場所

4月10日(土)	舟石川コミュニティセンター
4月11日(日)	那珂市総合福祉センターひだまり(那珂市菅谷3198)
4月18日(日)	舟石川コミュニティセンター

※住所に関わらず、どの会場でも受診できます。

■時間 午前7時～10時30分

■対象 平成11年9月30日のJCO臨界事故当時、避難要請区域内に在住・在勤していた方で、受診を希望する方

■費用 無料 ※専門の医師による健康相談や個々のケア相談も無料で受けられます。

■問合せ 茨城県保健予防課(☎301-3233)

犬・猫の避妊・去勢手術費用の一部助成

村では、犬・猫の無秩序な繁殖を抑制し、野良犬等の危害や迷惑を防止するため、飼い犬・飼い猫の避妊・去勢手術費用の一部を助成します。手術の時期や方法等については近くの動物病院へ相談してください。

■対象 ①畜犬登録および狂犬病予防注射が済んでいる(犬のみ)②平成23年3月末までに手術と報告書の提出が可能——を満たす犬・猫

■助成額 避妊手術…4,000円/頭・匹 去勢手術…3,000円/頭・匹 ※予算(約100頭分)がなくなり次第終了となります。

■申し込み・問合せ 環境政策課(役場行政棟4階)備え付けの申請書に必要事項を記入し、印鑑を持参の上、経済環境部環境政策課環境保全担当(内線1451)へ申し込みください。 ※必ず施術前に申請してください。

家庭用生ごみ処理機器購入費の補助

村では、生ごみの減量化・資源化を目的に、家庭用生ごみ処理機器(電動生ごみ処理機・コンポスト容器)の購入費を補助します。

■補助金額 ①電動生ごみ処理機…30,000円を上限に販売価格の2分の1を補助(1台/世帯)

②コンポスト容器…1台につき4,000円を上限に販売価格の2分の1を補助(2台まで/世帯)

■申し込み・問合せ 4月1日(木)から経済環境部環境政策課環境保全担当(役場行政棟4階 内線1451)の窓口で申し込みの上、整理券と印鑑を持参し、村内の指定販売店で購入してください。

公共施設の空き状況が確認できます

村では、インターネットを利用して公共施設の空き状況が確認できる照会サービスを開始します。

■照会開始日 4月1日(木)

■対象施設 東海村研究交流プラザ・阿漕ヶ浦公園・東海駅コミュニティ施設(東海ステーションギャラリー)・中央公民館・東海南中夜間照明グラウンド・総合体育館・テニスコート・久慈川河川敷グラウンド・東海文化センター

■照会方法 パソコン(<https://yoyaku.yoyaku-ibaraki.jp/web/>)または携帯電話(<https://yoyaku.yoyaku-ibaraki.jp/keitai/>)の「いばらき公共施設予約システム」からご利用ください。



■その他 仮予約については、施設ごとに後日あらためてお知らせします。

■問合せ 企画政策部財務課情報政策担当(内線1381) ※詳細は村公式ホームページをご覧ください。

グランドピアノを弾いてみませんか?

東海文化センターでは、ステージに設置のグランドピアノ(ヤマハCFⅢ-S)を個人練習用に開放します。ぜひご利用ください。

■利用可能日 4月14日(水)・17日(土)・25日(日)、5月11日(火)・15日(土)・23日(日)、6月2日(水)・18日(金)・26日(土)

■利用時間 火・水・金曜日…午後1時～8時 土・日曜日…午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く)

■場所 東海文化センター(ステージ)

■対象 演奏者が村内在住・在勤・在学の方

■利用料 300円/回 ※1人1回1時間、1期間(4月～6月)で2回まで利用可能。申し込み後の日程変更や利用料の払い戻しはできません。

■申し込み・問合せ 4月3日(土)の午前9時から東海文化センター(☎282-8511)の窓口で受け付けます。なお、空きがある場合のみ、同日・午後1時から電話予約を受け付けます。



2月の村内交通事故発生状況

	発生件数	死者数	負傷者数
2月中の件数	19	0	26
1月からの累計	37	0	51
前年との比較	+1	-1	+10

4月の資源物・ごみ収集日割表(祝日の収集も行います)

問い合わせ 経済環境部ごみゼロ推進課(☎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	12日・26日	真崎、村松北、権現山寮、真砂寮、原子力機構(荒谷台)	2日・16日
船場、照沼	2日・16日	内宿1、亀下	6日・13日 20日・27日	原子力機構(長堀1・長堀2)、長堀寮、舟石川3、石橋向住宅、外宿1、外宿2、竹瓦	1日・15日
原子力機構(長堀1・長堀2・荒谷台(箕輪)、須和間、フローレスタ須和間)	1日・8日 15日・22日	百塚、内宿2、豊岡、舟石川3	6日・20日	緑ヶ丘、南台、豊岡、亀下	6日・20日
緑ヶ丘	1日・15日	竹瓦	13日・27日	百塚、豊白、内宿1、内宿2	5日・19日
白方	8日・22日	舟石川2	7日・14日 21日・28日	白方、岡、原子力機構(百塚)	9日・23日
舟石川1、原子力機構(百塚)	5日・12日 19日・26日	南台、川根	7日・21日	舟石川1、船場	8日・22日
宿、押延、岡	5日・19日	豊白	14日・28日	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
		※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。		舟石川2、舟石川中丸	12日・26日
燃えるごみ				(毎週)月曜日・木曜日	1日・5日・8日・12日・15日 19日・22日・26日・29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)火曜日・金曜日	2日・6日・9日・13日・16日 20日・23日・27日・30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・長堀2)、長堀寮、石橋向住宅、外宿1、外宿2、船場、竹瓦、内宿1、内宿2					

※旧原子力機構(太田)は、4月から原子力機構(箕輪)に含まれます。



閉経時期の前後5年間(45歳〜55歳)をいいます。この時期は、男女共に身体的な変化が見られ、特に女性では卵巣機能が低下して女性ホルモン(エストロゲンや黄体ホルモン)の分泌が急激に減少します。これにより、脳の中で体温や血液循環を調整する働きをしている自律神経が乱れ、前述のような「更年期症状」が現れます。この症状がさらに重くなり、

月経異常、憂うつ、不眠…こんな不快な症状に悩んでいる方はいませんか？ 今月は、更年期に起きる症状やその原因、対処法についてのお話です。



暖かな春の日差しが心地よい季節となりました。そんな中、顔が火照る、突然汗をかく、のぼせる、動悸、目まい、肩凝り、腰や手足の冷え、

顔の火照り、動悸、めまい… 更年期障害を乗り切るために

日常生活に支障を来すようになったものを「更年期障害」と呼んでいます。閉経を迎えるころになると、不快感は少しずつ軽くなるといわれていますが、それ以降は、骨粗しょう症や脳梗塞、心筋梗塞等の健康面に注意が必要です。

■更年期障害の原因等
症状には、ストレスなどの心の状態も影響するといわれます。子育てからの解放、介護等、環境の変化によるものや、最近では働く女性が増え、この年齢に差しかかると仕事上のストレスから、急な症状に悩まされる場合もあるようです。

■更年期障害への対処方法
定期的な運動を続けている人は、比較的軽かったという報告もあり、軽い運動を始めてみるのも効果的ですが、更年期症状が重くなると家庭や仕事等にも支障を来すことがあります。つらい症状や更年期に対する不安を一人で我慢するよりは、適切な診断と治療を受けてみるのも良いでしょう。更年期障害は、血液検査等で診断することができます。

■薬を使った主な治療法等
▼「ホルモン補充療法」…女性ホルモンを補うために、ホルモン薬を

日常に支障を来すようになったものを「更年期障害」と呼んでいます。閉経を迎えるころになると、不快感は少しずつ軽くなるといわれていますが、それ以降は、骨粗しょう症や脳梗塞、心筋梗塞等の健康面に注意が必要です。

■更年期障害の原因等
症状には、ストレスなどの心の状態も影響するといわれます。子育てからの解放、介護等、環境の変化によるものや、最近では働く女性が増え、この年齢に差しかかると仕事上のストレスから、急な症状に悩まされる場合もあるようです。

■更年期障害への対処方法
定期的な運動を続けている人は、比較的軽かったという報告もあり、軽い運動を始めてみるのも効果的ですが、更年期症状が重くなると家庭や仕事等にも支障を来すことがあります。つらい症状や更年期に対する不安を一人で我慢するよりは、適切な診断と治療を受けてみるのも良いでしょう。更年期障害は、血液検査等で診断することができます。

■薬を使った主な治療法等
▼「ホルモン補充療法」…女性ホルモンを補うために、ホルモン薬を

最後に、男性でも、体がだるい、やる気が出ない、火照り、発汗、性功能や記憶力の低下等、男性ホルモンの低下により更年期障害が起こることが分かってきました。症状がつかない場合には、かかりつけ医や泌尿器科等への相談をお勧めします。

■問い合わせ
保健センター(☎282局2797)

内服するか、その成分が入ったパッチ剤を張る方法。

▼「漢方薬」…さまざまな種類の中から、その人の体質や症状によって使い分けることができます。効果が現れるのに少し時間がかかるといわれていますが、副作用も少なく長期間続けることができます。

▼「自立神経調整薬」…自律神経の働きを整えることで、ホルモン薬と同じように、火照りや発汗等に効果的といわれています。

その他、うつなどの精神的な症状には精神安定剤や抗うつ剤が出されることもあります。医師へ自分の症状を適切に伝え、治療の効果や副作用を理解し、納得した上で治療を受けることが大切です。無理をせず、かかりつけ医や婦人科等の医師に相談してみてください。



おまたみほ
尾又美帆さん
(舟石川)

今回は、茨城キリスト教大学生活科学部食物健康科学科に在籍する尾又美帆さん(20歳)の登場です。

ミシンの得意な祖母の影響もあり、小学生の時は手芸に夢中だったという美帆さんは、将来は家庭科の教師になりたいと日々勉強中。最近では家庭科の授業内容を考えたり、4枚の布を駆使してバッグを作ったりしたそうです。中でも生活に密着している料理、特に料理の見た目に興味があるそうで「介護食等も食べやすさだけでなく見た目も大事。料理は奥が深い」と話します。

そんな美帆さんは友達との遊びなどを企画することが好きだそうです。今は昔の同級生たちと食事会やスノーボードに行く計画をしているとか。話すことはあまり上手ではないけれど、いろいろな人と話し、上手にコミュニケーションを取れるようになっていきたいという美帆さん。明るく積極的な美帆さんのこれからの活躍が楽しみです。



ふるさと歴訪
歴史を再発見

大神宮と地域

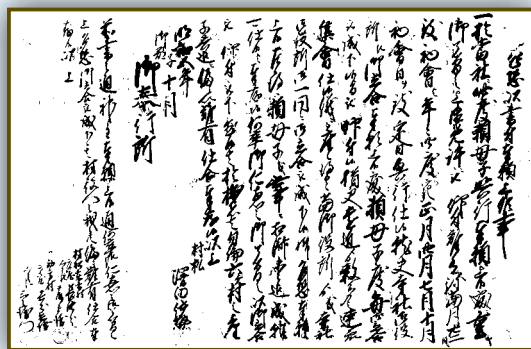
独立行政法人国立高等専門学校機構
茨城工業高等専門学校
教授 並木克央

村松の塙千里家文書の中に明和5(1768)年「乍レ恐以三書付一奉三願上」候事(おそれながらかきつけをもつてねがいあげたてまつりせうろうこと)という願書がみられます。大神宮の神職が郡奉行所に提出したもので、内容は「頼母子」の興業に関わるものです。頼母子とは中世以来みられた金融手段・組織で、人々が講をつくって掛金を行い、籤引きなどによって講の構成員に融通することをいいます。寺社が主宰することも多くみられました。

明和5年の願書には、大神宮が水戸藩に頼母子の興業を願い出て許可されたことが記されています。願書から興業の目的は分かりませんが、10月(初念)、正月、4月、7月の年4回の興業であったようです。また「遠近より数多之連衆集會仕候儀ニ御座候得者」とも記されており、村外からも多数の人員が参加するものであったことが示されています。さらに多数の人出で懸念される混乱や事件を防ぐため、水戸藩寺社役所の立ち合いを願い出てもいます。

このように多くの人が集まる大神宮とは地域にとってどのような神社だったのでしょうか。

ほかの史料には「村松 於二大宮司一 来ル 十二日より同 十八日迄七日 大々神楽修行 候由二而社中賑之為メ小見世物参(略)」(照沼信邦家文書)とみられます。大神宮で行われる大々神楽の人出を見込んで見世物小屋が開かれたようです。また、「村松明神之儀者余社下違年々正月十五日二者遠近郷尚更御他領より相当参詣も御座候」とも述べられており、大神宮が村松村の人々だけではなく、遠く水戸藩領外を含んだ人々の信仰を得ていたことが分かります。まさに「余社下違」い、信仰のみではなく広い地域の人々の現実の生活(頼母子や娯楽等々)にかかわる存在であったことが分かります。大神宮にとって徳川光圀が中興となる人でした。そうしてみると、同神社が水戸藩との関係を保ちつつ、広い地域に根付いた存在になったことは、水戸藩の宗教政策の帰結であったともとらえられます。



「塙千里家文書」