

Tokai

広報とうかい お知らせ版
人・自然・文化が響き合うまち

June

[No.147]

6・25

Bi-monthly Magazine
for The People of Tokai

2004年[平成16年]



筋力の維持・向上を図り 身体機能の低下を予防しよう！

6月3日、筋力トレーニング教室が総合福祉センター「絆」で実施されました。この教室は、高齢者の身体機能低下を予防することで、介護を必要としない筋力の維持・向上を目的に全28回行われるもの。今回は、理学療法士の指導の下、下肢筋力の柔軟性やバランス能力を向上させる「ニーベントウオーク」や、個人の筋力に応じてマシンを使用したトレーニング。「以前と比べると筋肉が柔らかくなった感じがして、体の後ろにある物が取りやすくなりました」と参加者の1人は笑顔で話してくれました。

Contents [情報満載]

ず〜むあっぷ「まちの風景」／日本原子力
研究所東海研究所の施設見学会ほか… 2
募集／生きがいデイサービス参加者、
健康体操・健康教室参加者ほか… 3
エトセトラ／電動生ごみ処理機の購入
費を補助します、7月11日は参議
院議員通常選挙の投票日ですほか… 7
げんきアップ通信／胃がんについて… 9
さわやかインタビュー／小林康剛さん… 10



●科学の楽しさを肌で体験

5月22日、住民に原子力をより身近に感じてもらおうと、日本原子力研究所東海研究所の施設見学会が開催されました。水などの透明な物質の中で電気を帯びた粒子が高速運動すると発生する青白い光の「チェレンコフ光」や、中性子を医療に利用する「医療照射設備」などを見学した来場者は、日ごろ見学することができないだけに熱心な面持ち。また、発光ダイオードをさまざまな色に光らせる実験教室や、シャボン玉の中に入る体験コーナーなどに、子どもから大人まで、科学の楽しさを肌で感じる事ができたようです。



●歴史を語る真崎浦干拓時代の舟着き場

5月20日、西野いくさん(村松在住)が村表彰規程により表彰状を授与されました。これは、村の歴史を語る上で貴重な文化財である真崎浦干拓時代の舟着き場跡を、永年にわたり代々保存してきたとともに、村の歴史を体感できる場所として活用してほしいと、村に提供してくれたことを受けてのもの。「このような表彰状をいただき大変うれしいです。ありがとうございます」と西野さんは笑顔で話してくれました。今なお当時の面影をしのばせる舟着き場跡一。今後、どのように活用されるか期待が寄せられます。

●オーストラリアの男女共同参画に聞き入る

5月14日、男女共同参画社会を目指して「日本とオーストラリアの男女共同参画について」をテーマとする講座が、中央公民館と自治推進課の共催により東海村姉妹都市交流会館で催されました。来日して16年になるオーストラリア出身のアリスン・ワッツさん(船場在住)を講師に迎え、生まれ育ったオーストラリアの風景などをスライドで紹介し、日本での戸惑いの経験を交えながらの和やかな講演。人権を尊重する視点から“機会の平等”を主とするオーストラリアと日本との違いを、来場者たちは傾聴していました。



6月の納付

納付税目 村県民税第1期分
国民健康保険税第2期分
里川堰土地改良区費第2期分
坏土地改良区経常賦課金前期分
介護保険料第2期分

5月の村内交通事故発生状況

	発生件数	死者数	負傷者数
5月中の件数	13	0	18
1月からの累計	117	2	149
前年との比較	+21	+1	+39



お知らせ

ピクアップ/Jun.

参加費
無料

健康体操・健康教室参加者募集

運動は筋力を鍛えるだけではなく、心の健康にも効果があります。ぜひ、ご参加ください。

はつらつ健康体操

■日程等

期 日	場 所
7月5日(月)	白方コミュニティセンター
7月9日(金)	石神コミュニティセンター
7月12日(月)	中丸コミュニティセンター
7月16日(金)	舟石川コミュニティセンター
7月23日(金)	真崎コミュニティセンター
7月26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 おおむね60歳以上の方
- 講 師 植田和子さん(健康運動指導士)
- 内 容 筋力トレーニング、ストレッチ体操など

いきいき健康教室

■日程等

期 日	場 所
7月2日(金)	中丸コミュニティセンター
7月7日(水)	村松コミュニティセンター
7月13日(火)	舟石川コミュニティセンター
7月14日(水)	白方コミュニティセンター
7月27日(火)	真崎コミュニティセンター
7月28日(水)	石神コミュニティセンター

- 時 間 午後1時30分～3時
- 対 象 おおむね60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、ゲームなど

その他

①運動のできる服装・靴、タオルをお持ちください。②ボランティアによる送迎サービスが無料でご利用になれますので、利用日の2日前までに社会福祉協議会在宅福祉サービスセンター(☎283-4344)へ申し込みください。

問 合 せ

東海村(地域型)在宅介護支援センター(☎287-1121)・東海村(基幹型)在宅介護支援センター(福祉部高齢福祉課内 内線1164)

参加費
350円/回

募集

生きがいデイサービス参加者募集

健康体操やレクリエーションを通して、仲間づくりをしませんか？

■日程等

期 日	場 所
7月6日(火)	豊白集会所
7月8日(木)	石神コミュニティセンター
7月12日(月)	白方コミュニティセンター
7月15日(木)	真崎コミュニティセンター
7月20日(火)	舟石川コミュニティセンター
7月22日(木)	村松コミュニティセンター
7月26日(月)	豊白集会所
7月29日(木)	中丸コミュニティセンター

- 時 間 午前10時～午後2時30分
- 対 象 60歳以上で①独り暮らし②高齢者世帯③居間独居——の方などのうち、介護保険の保険給付を受けていない方
- 内 容 健康体操、かるた取りなどのゲーム
- そ の 他 ボランティアによる送迎サービスが無料でご利用になれますので、利用日の2日前までに福祉部高齢福祉課高齢福祉係へ申し込みください。
- 申し込み・問合せ 福祉部高齢福祉課高齢福祉係(内線1163)

「2005成人の集い」実行委員募集!

成人の集いを自分たちでプロデュースしてみませんか? 「2005成人の集い」実行委員として活躍していただける、平成16年度の成人者で村内在住(原則)の方を募集しています。

- 募集人員 10人程度
- 内 容 成人の集いの企画・運営
- 申し込み・問合せ 7月30日(金)までに、教育委員会社会教育課生涯学習係(内線1424)へ申し込みください。

7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	
相談日	時間	相談種別
2日(金)	10:00～15:00	心配ごと相談(弁護士相談 ※ (弁護士相談は正午まで) 予約制)
9日(金)	10:00～12:00	心配ごと相談
16日(金)	10:00～15:00	心配ごと相談 行政相談・人権相談
23日(金)	10:00～12:00	心配ごと相談 行政相談・人権相談
30日(金)	10:00～12:00	心配ごと相談

7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
4日(日)	東海病院	282-2188
11日(日)	東原クリニック	283-2301
18日(日)	東海病院	282-2188
19日(月)	長澤医院	282-2009
25日(日)	武藤小児クリニック	282-7722

ものわすれ予防・リハビリ教室参加者募集

ものを置き忘れて、人の名前などを思い出せないことはありませんか？ 村では、そんな「ものわすれ」の予防を図るために「ものわすれ予防・リハビリ教室」を開催します。関心のある方は、お気軽にご参加ください。

■日 程 等 月2回 午後1時30分から4時30分まで(詳細については、参加者のみにお知らせします)。

■内 容 自分史の作成や音楽療法など

■講 師 小徳勇人さん(医師)

■申し込み・問合せ 福祉部高齢福祉課高齢福祉係(内線1163)へ電話で申し込みください。

第26回東海まつり花火大会 スポンサー募集

8月8日(日)に阿漕ヶ浦公園にて行われる予定の東海まつり花火大会で、花火を上げてみませんか？ 打ち上げ花火のスポンサーを募集します。



●打ち上げ花火の種類と価格

打ち上げ花火の種類	価格
5号玉	7,000円/発
4号玉	6,000円/発
スターマイン	110,000円/台
スターマインスペシャル	150,000円/台
スターマインデラックス	200,000円/台
スターマインスーパーデラックス	300,000円/台

●申し込み・問合せ 7月15日(木)までに、東海まつり実行委員会事務局(☎283-2141)へ申し込みください。

ヨガ・指圧サークル 「コスモス」会員募集

●活 動 日 毎月第2・4金曜日

●時 間 午前10時～11時30分

●場 所 中央公民館

●対 象 村内在住の方

●会 費 1,000円/月

●申し込み・問合せ 笹島直美さん(☎283-3752)

美しい東海村の自然を守るために 東海村環境監視員募集

村では、東海村の自然を守るために、ボランティアの環境監視員を募集します。

●対 象 20歳以上で村内在住の方

●募集人員 5人程度

●申し込み・問合せ 経済環境部環境政策課環境保全係(内線1451)へ申し込みください。

参加費
1,000円/月

朗読ボランティア養成講座受講生募集

■期 日 7月6日から12月21日までの毎月第1・3火曜日(全12回)

■時 間 午後1時30分～3時30分

■場 所 総合福祉センター「絆」

■内 容 民話の読み聞かせの実技など

■対 象 村内在住・在勤・在学の方(25人)

■申し込み・問合せ 東海村ボランティアセンター(社会福祉協議会内)へ申し込みください。

参加費
無

キッズビクス参加者募集

子どもと一緒に音楽に合わせて体を動かしてみませんか？ ストレスの発散になるはずですよ。

■期 日 ①2歳児おやこクラス…7月27日(火) ②3・4歳児おやこクラス…8月4日(水)

■時 間 午前9時30分～11時

■場 所 総合福祉センター「絆」

■対 象 ①2歳児おやこクラス…村内在住の2歳児とその保護者 ②3・4歳児おやこクラス…村内在住の3・4歳児とその保護者

■定 員 先着30組

■申し込み・問合せ 7月9日(金)までに、保健センターへ申し込みください。

東海村役場	282-1711	地域福祉センター(総合案内・会議室の予約等)	(社福)東海村社会福祉協議会内
防災行政無線放送テレホンサービス	0120-42-4848	高齢者センター	282-4300
東海村合同庁舎(会議室の予約等)	283-3344	障害者センター	282-4599
東海村中央公民館	282-3329	児童センター	306-1017
東海村立図書館	282-3435	保健センター	282-2797
東海村青少年センター	282-7049	救急医療情報コントロールシステム	241-4199
東海村総合体育館	283-0673	東海村消防本部・消防署	282-2038
東海スイミングプラザ	287-0807	東海村石神外宿浄水場(土・日曜日、祝日の断水等の連絡)	282-9200
東海村テニスコートクラブハウス	282-8571	小・中・高校生のための心の悩み電話相談室(毎週金・土曜日 午後3時30分～7時)	282-7070
東海文化センター	282-8511	東海村姉妹都市交流会館	282-0535
東海ステーションギャラリー	287-3680	東海村(基幹型)在宅介護支援センター	287-2516
東海村立東海病院	282-2188	(社福)東海村社会福祉協議会	282-2804
東海村清掃センター	282-7289	東海村在宅福祉サービスセンター	283-4344
		(社)東海村シルバー人材センター	282-3446
		ひたちなか西警察署東海地区交番	287-0110
		東海郵便局	282-2001
		J R東日本東海駅	282-2008
		常陸海浜広域斎場	265-7191
		災害情報案内専用ダイヤル	283-4919

家族介護者の交流会 参加者募集

家庭で寝たきりの高齢者や障がい者などの介護をしている方を対象に、交流会を開催します。

- 期 日 7月6日(火)
- 時 間 午前10時～午後2時
- 場 所 総合福祉センター「絆」
- 参加費 無料
- その他 各コミュニティセンターより送迎バスが利用できます。
- 申し込み・問合せ 6月29日(火)までに、社会福祉協議会へ申し込みください。

木彫りを楽しむ会 会員募集

- 活動日 毎月第1・3水曜日
- 時 間 午後1時～3時30分
- 場 所 中央公民館
- 対 象 村内在住・在勤の方(若干名)
- 会 費 2,000円/月
- 申し込み・問合せ 齊藤信夫さん(☎282-3596)

ほっとで はあとな 体験キャンプ2004実行委員・参加者募集

那珂町と瓜連町の参加者と合同で、車いす体験や交流会などを行います。

- 期 日 ①事前研修…7月29日(木) ②体験キャンプ…8月4日(水)～6日(金)(2泊3日)
- 場 所 瓜連町総合福祉センター「らぼーる」(瓜連町古徳371)
- 対 象 村内在住・在学の中学・高校生(23人)
- 参加費 5,000円/人(全日程の食事代、保険料、諸経費を含む)
- 申し込み・問合せ 東海村ボランティアセンター(社会福祉協議会内)へ電話で申し込みください。

子育てボランティア 研修生募集

県では、子育て支援の研修を開催します。

- 日 程 等 ①7月17日(土)…リリー保育福祉専門学校(水戸市梅香2-1-44) ②8月5日(木)…日立市女性センター(日立市鮎川町1-1-10)
- 時 間 午前9時30分～午後5時30分
- 定 員 各会場50人
- 内 容 子どもとの接し方や遊び方など
- 参加費 500円(テキスト代)
- その他 3歳以上のお子さんを対象にした無料保育サービスが利用できます(要予約)。
- 申し込み 7月9日(金)(当日消印有効)までに保健センター備え付けの申し込み用紙に必要事項を記入の上、リリー保育福祉専門学校(☎226-0206)へ郵送で申し込みください。
- 問 合 せ 茨城県保健福祉部子ども家庭課少子化対策室(☎301-3247)

グランドピアノで 練習しませんか?

東海文化センターでは、グランドピアノを皆さんに無料開放します。

- 使用可能日 7月7日(水)・16日(金)・22日(木)、8月3日(火)・18日(水)・29日(日)、9月10日(金)・15日(水)・28日(火)
- 時 間 午後1時～8時 ※8月29日(日)のみ午前9時から午後5時まで
- 場 所 東海文化センター
- 対 象 村内在住・在勤・在学の方
- 使 用 料 無料(1人1回1時間、1期間2回)
- 申し込み・問合せ 7月3日(土)より(財)東海村文化・スポーツ振興財団(東海文化センター内)窓口(午前9時より)と電話(午後1時より)で受け付けます。

東海村消費生活学級生募集

「安全な商品ってどんなもの？」など、日々の生活について関心のあるもの、疑問があるものを学んでみませんか？

- 日 時 月ごとに受講生が決定
- 場 所 役場会議室など
- 会 費 600円／年
- 対 象 村内在住の方(先着10人)
- 申し込み・問合せ 7月2日(金)までに経済環境部経済課商工観光係(内線1438)へ申し込みください。

切手整理ボランティア会員募集

使用済み切手などを整理するボランティアを募集しています。ご近所、お友達をお誘い合わせの上、ぜひご参加下さい。

- 活 動 日 毎月第2・4火曜日
- 時 間 午前10時～正午
- 場 所 総合福祉センター「絆」
- 内 容 使用済み切手などの分別整理
- 会 費 無料
- 申し込み・問合せ 東海村ボランティアセンター(社会福祉協議会内)

「心を育てる田舎暮らし」 講演会参加者募集

緑豊かな自然に囲まれて暮らす“田舎暮らし”——。そんな“田舎暮らし”には子育てに役立つものがたくさんあります。“田舎暮らし”が持つ素晴らしさを学びつつ、子育てについても学んでみませんか？

- 日 時 7月14日(水) 午前10時～11時
- 場 所 百塚保育所
- 対 象 村内在住の乳幼児を持つ保護者(先着20人)
- 講 演 演題「心を育てる田舎暮らし」講師／吉村ふく好さん(人形劇団「プーク」元団員)
- 参加費 無料
- その他 無料保育サービスが有りますので、ぜひご利用ください。
- 申し込み・問合せ 6月28日(月)から30日(水)までの午前10時から午後4時までに、地域子育て支援センター(百塚保育所内 ☎270-5660)へ申し込みください。

かわいい犬・猫の イラスト作品を募集

村では、8月20日(金)に開催する予定の「環境フォーラム」会場(東海文化センター)に展示する“かわいい犬と猫のイラスト”を募集しています。参加者全員に参加賞が、入賞者には賞状と記念品が贈られます。

- 対 象 小学生以上で村内在住・在勤・在学の方
- 申し込み・問合せ イラストを描いたはがきを8月11日(水)(必着)までに、経済環境部環境政策課環境保全係(内線1451)へ直接もしくは郵送で申し込みください。



優良自動車運転者表彰対象募集

- 対 象 村内在住の交通安全協会会員で①日常・業務・通勤等で自動車を運転している②平成16年10月1日をもって、自動車運転免許を取得してから10年以上がたつ③5年以上無事故・無違反④過去に優良自動車運転者表彰を受けたことがない——に該当する方
- 申し込み・問合せ 8月30日(月)までに、自動車運転免許証のコピー(余白に職業・勤務先・電話番号を記入)に、自動車安全センター(東茨城郡茨城町長岡3783-3 ☎293-8822)発行の無事故・無違反証明書(1通)を添えて、ひたちなか西地区交通安全協会(ひたちなか西警察署内 ☎272-7526)へ申し込みください。

民謡教室参加者募集

- 期 日 7月7日から平成17年3月16日までの毎月第1・3水曜日(全18回)
- 時 間 午後1時30分～3時
- 場 所 村松コミュニティセンター
- 対 象 村内在住・在勤の方(先着10人)
- 講 師 小嶋楽楓さん(第10・20回磯節全国大会優勝者、素人民謡名人位)
- 申し込み・問合せ 7月5日(月)までに、村松コミュニティセンター(☎282-9944)へ申し込みください。

養護学校・特殊通学児童サポート事業利用者募集

- 期間限定の学童保育を実施します。
- 期 日 ①7月26日(月)～30日(金) ②8月23日(月)～27日(金)
 - 時 間 午後1時30分～5時
 - 場 所 総合福祉センター「絆」
 - 対 象 村内在住の養護学校および特殊学級に通学する児童(各先着10人)
 - その他 事前に面談会を開催します。開催日時は、申し込みの際にお知らせします。
 - 申し込み・問合せ 社会福祉協議会

参加費
無料

参加費
300円/日

7月11日は参議院議員通常選挙の投票日です

- 投票できる方 満20歳以上(昭和59年7月12日までに生まれた方)で村の住民基本台帳に引き続き3か月以上登録されている方(平成16年3月23日までに転入届出をした方)
- 投票時間 午前7時から午後8時まで
- 期日前投票 7月10日(土)までの午前8時30分から午後8時まで、役場議会棟1階101会議室で行います。
- 問合せ 東海村選挙管理委員会(企画総務部総務課内 内線1313)

東海スイミングプラザが今年もオープンします

- 期 日 7月1日(木)～9月10日(金)
- 時 間 午前9時～午後4時 ※7月20日(火)より1か月間は日没まで
- 利用料 大人(中学生以上)…200円/回
子ども…100円/回 未就学児…無料 コインロッカー…100円/回
- その他 ①正午から午後1時、午後4時から5時までは利用できません。②未就学児は水着を着用した保護者の同伴が必要となります。
- 問合せ 総合体育館

幼児教育の普及を図る 幼稚園就園奨励補助事業

村では、3歳児から5歳児を村立または私立の幼稚園に通園させている世帯の保育料を一部減免し、保護者の経済的負担を軽減する事業「幼稚園就園奨励補助事業」を行っています。ぜひ、ご利用ください。



●内 容

区 分	補助限度額(年額/円)		
	園児1人か同一世帯から複数の場合の第1子	同一世帯に園児が2人以上の場合の第2子	同一世帯に園児が3人以上の場合の第3子以降
生活保護世帯および村民税非課税世帯	村立 20,000	村立 42,000	村立 64,000
村民税所得割課税額非課税世帯	私立 137,700	私立 196,000	私立 253,000
村民税所得割課税額(8,800円以下の世帯)	村立 20,000	村立 42,000	村立 64,000
村民税所得割課税額(102,100円以下の世帯)	私立 104,900	私立 176,000	私立 246,000
村民税所得割課税額(8,800円以下の世帯)	村立 —	村立 —	村立 —
村民税所得割課税額(102,100円以下の世帯)	私立 80,400	私立 161,000	私立 241,000
村民税所得割課税額(102,100円以下の世帯)	村立 —	村立 —	村立 —
村民税所得割課税額(102,100円以下の世帯)	私立 56,500	私立 147,000	私立 237,000

※2人以上に所得がある世帯は所得割課税額を合算します。

- 対 象 3歳児から5歳児を村立または私立の幼稚園に通園させている世帯
- 申し込み 幼稚園に備え付けの「保育料等減免措置に関する調書」に必要事項を記入の上、企画総務部税務課が発行する平成16年度の「村民税課税証明書」または「村民税・県民税特別徴収税額通知書」の写しなど、村民税の所得割課税額が分かる書類を添付し、7月5日(月)までに、通園している幼稚園へ提出してください。
- 問合せ 教育委員会学校教育課学校教育係(内線1413)

エトセトラ

電動生ごみ処理機の購入費を補助します

村では、ごみ減量化対策の一環として「電動生ごみ処理機」を購入する費用を1世帯あたり1台に限り、消費税抜き販売価格の2分の1、上限20,000円まで助成します。電動生ごみ処理機を利用して、“リサイクル”をあなたも始めてみませんか？

■取扱販売店

販売店(50音順)	電話番号
イオン(株)ジャスコ 東海店	287-3311
伊藤電気工事	283-2977
(株)川崎電機商会	282-1685
河野商事	282-1821
光陽無線 東海店	282-2405
(有)サトウ	282-7115
帝石プロパンガス(株)、北関東支店 東海カスタマーステーション	282-1234
デンキプラザマツモト(松本電器)	282-0324
東海電機商会	282-2598
東海農工(株)	282-2786
(株)東海富士電化センター	282-2785
(株)中村住設店	282-1875
(有)野上住設	282-4076
橋本機工金物(株)	282-1010
ひたちなか農業協同組合東海中央支店	282-0203
ヒラノデンキ	282-8613
広木電機	282-9427
ミズコシデンキ	284-0190

- 注 意 点 ①予算の範囲内で助成しますので、申し込みが80基分になり次第締め切ります。②価格は販売店および機種により異なりますので、販売店でご確認ください。③「電動生ごみ処理機」で発生したたい肥は、設置者自ら処理してください。
- 申し込み・問合せ 土・日曜日、祝日を除いた午前8時30分から午後5時15分まで(正午から午後1時まで除く)に経済環境部環境政策課環境保全係(内線1451)に申し込みを済ませ、印鑑を持参の上、上記販売店で購入機種を選択してください。

7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		
●健康相談	相談名	日時	
	母子健康相談 (乳幼児身体測定、育児・栄養相談)	22日(木)	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)	22日(木)	9:30~11:00 13:00~14:00
●乳幼児健診	健診名	日時	対象児
	乳児	7日(水) 13:15~14:00	平成16年2月生まれの子
	1歳6か月児	8日(木) 13:15~14:00	平成14年12月生まれの子
	3歳児	9日(金) 13:15~14:00	平成13年5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	1日(木) 13:20~15:00	平成16年4月生まれの子
	こどもクラブ	21日(水) 9:30~11:00	おおむね2歳児
●妊婦教室	教室名	日時	内容
		6日(火) 10:00~15:00	助産師・栄養士の講話 歯科検診など
	ハローベビー スクール	10日(土) 9:30~11:30	妊婦体操・呼吸法
		24日(土) 9:30~11:30	赤ちゃんのお風呂の入れ方
		※10日と24日は、ご家族も一緒に参加できます。	

「村政懇談会」を開催します

村長による村政運営方針の説明のほか、皆さんからの村政に対するご意見・ご要望に、村の執行部が直接お答えします。開催日にはそれぞれ対象地区を設定していますが、他地区の開催日でも参加できますので、ぜひお気軽にご来場ください。

■日 程 等

期 日	会 場	対 象 地 区
7月14日(水)	石神コミュニティセンター	外宿1、外宿2、内宿1、内宿2、竹瓦
7月15日(木)	村松コミュニティセンター	宿、照沼、川根、サイクル機構太田、サイクル機構箕輪、晴嵐荘
7月16日(金)	白方コミュニティセンター	白方、岡、豊岡、亀下、百塚、豊白、サイクル機構百塚
7月20日(火)	舟石川コミュニティセンター	舟石川1、舟石川2、船場
7月21日(水)	真崎コミュニティセンター	真崎、舟石川3、原電滝坂、原研荒谷台
7月22日(木)	中丸コミュニティセンター	押延、須和間、緑ヶ丘、南台、舟石川中丸、原研長堀1、原研長堀2

■時 間 午後7時~9時

■問 合 せ 企画総務部自治推進課自治推進係
(内線1341)

茨城県では不妊治療費を補助します！

県では、不妊治療を受けた方に治療費の一部を負担しています。ぜひ、ご利用ください。

●対 象 者 体外受精または顕微授精の不妊治療を受けた①法律上の婚姻をしている夫婦で、夫または妻のいずれか一方が県内に住所を有すること②夫および妻の前年(1月から5月までの申請については前々年)の所得の合計が650万円未満であること③茨城県が指定する医療機関において実施した治療であること——を満たす方

●補 助 内 容 1年度当たり10万円を限度に、通算2年間補助します。

●問 合 せ ひたちなか保健所健康指導課(☎265-5647)

となりのまちから イベントガイド

十王町 ● Jホールの催し物

「きらめきのリズム~鳥居恵子 Latin Concert in Jホール」

- ◆期 日 7月31日(土)
- ◆時 間 午後6時開演
- ◆場 所 ゆうゆう十王・Jホール
- ◆入 場 料 2,000円
- ◆問 合 せ ゆうゆう十王・Jホール(☎0293-32-7111)

「ダメ。ゼッタイ。」普及運動ヤング街頭キャンペーン

- 日 時 6月26日(土) 午後2時~4時
- 場 所 旧那珂湊魚市場周辺商店街(ひたちなか市湊本町21)
- 内 容 ①ヤングボランティアおよび薬物乱用防止指導員など約50人による薬物乱用防止啓発活動 ②薬物乱用防止啓発資料の配布 ③店舗店頭における薬物乱用防止一声運動を中心とした街頭募金活動の実施
- 問 合 せ ひたちなか保健所(☎265-5645)

7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
2日(金)	落語VS邦楽-柳家花緑+藤原道山・みやざきみえこー	18:30	(助)東海村文化・スポーツ振興財団	全席指定 3,500円 (当500円増し)
4日(日)	映画「名探偵コナン 銀翼の奇術師」	①10:20 ②14:00	日立セントラル(株)	1,700円ほか
	映画「ホーンテッド・マンション(日本語吹き替え版)」	①12:20 ②16:00		
18日(日)	平成10年度吟士権コンクール準決勝大会	8:30	県吟詠剣詩舞総連盟	無料

資源物 (単位:日)	燃えないごみ・粗大ごみ・有害ごみ (単位:日)
宿・照沼・晴嵐荘・サイクル機構太田・サイクル機構箕輪の各区 1・15	押延・須和間・船場・原研荒谷台の各区 7・21 内宿1・内宿2・竹瓦の各区 1・15
真崎・原研荒谷台の各区 2・16	真崎区・真砂寮・権現山寮 2・16
川根・押延・須和間・船場の各区 5・20	外宿1・外宿2・舟石川3・原電滝坂・長堀1・長堀2の各区、長堀寮、石橋向住宅 5・22
緑ヶ丘・南台の各区 6・21	緑ヶ丘・南台の各区 6・20
白方・岡・サイクル機構百塚の各区 7・22	豊岡・百塚・亀下・豊白の各区 14・28
舟石川1・舟石川2の各区 8・23	白方・岡・サイクル機構百塚の各区 9・23
舟石川中丸・原電滝坂・長堀1・長堀2の各区 9・26	舟石川1区 8・26
豊岡・百塚・豊白の各区 12・27	宿・照沼・川根・晴嵐荘・サイクル機構太田・サイクル機構箕輪の各区 13・27
内宿1・内宿2・舟石川3の各区 13・28	舟石川2・舟石川中丸の各区 12・29
外宿1・外宿2・竹瓦・亀下の各区 14・29	
燃えるごみ	
月・木曜日	宿・真崎・白方・豊岡・照沼・川根・岡・押延・須和間・亀下・晴嵐荘・サイクル機構太田・サイクル機構箕輪・サイクル機構百塚・原研荒谷台・緑ヶ丘・南台の各区、真砂寮、権現山寮
火・金曜日	百塚・船場・外宿1・外宿2・内宿1・内宿2・竹瓦・舟石川1・舟石川2・舟石川3・舟石川中丸・原電滝坂・長堀1・長堀2・豊白の各区、長堀寮、石橋向住宅

いばらき就職支援センターが開設！

県では、若年雇用者問題への対策を充実させるとともに、就職が困難な中高年離職者等への対応を図るため「県民雇用相談コーナー」や「就職サポートセンター」を整理総合し、就職・内職相談、職業適性診断、職業能力開発支援、職業紹介までのサービスを受けることができる「いばらき就職支援センター」を開設しました。ぜひ、ご利用ください。なお、同様の就職支援を日立地区センター(日立商工会議所内)でも行っています。

- 日 時 平日/午前9時～午後8時(職業紹介は午前9時から午後4時まで) 土・日曜日/午前9時～午後5時(職業紹介は行いません) ※日立地区センター…平日/午前9時～午後4時(職業紹介も同じ時間帯で対応します)。
- 問合せ いばらき就職支援センター(水戸市三の丸1-7-41 ☎300-1916) 日立地区センター(日立商工会議所内/日立市幸町1-21-2 ☎0294-27-7172)



今月は「胃がん」についてのお話です。

胃がんを患う人は、50代後半から60代に最も多く、比較的男性に多く見られます。最近では減少傾向にあります。依然として日本人に最も多いがんです。

症状としては、早期の場合は無症状のことが多いのですが、人によっては食べ物がつかえる感じや弱い胃の不快感、胸焼け、げっぷ、食欲不振などの症状があります。さらに、おなかの膨らみ、時々痛む、下血(便に血が混ざる)、黒い便が出る、食べ物のお好みが変わる、吐き気、体重の減少、貧血などの症状が現れたときは、医療機関での受診をお勧めします。

胃がんの原因は、胃の粘膜への強い刺激で発生するといわれ、そのため、食生活との関連が注目されています。胃がんを予防するためには①塩辛いもの

や濃い味付けの食べ物を控え、魚や肉などの焼け焦げは食べないようにする②食べ過ぎは避け、あまり熱いものは冷ましてからなど、胃に負担の掛からないようにする③アルコールや刺激物はほどほどに、たばこは吸わないようにする④発がんを抑制する作用のある緑黄色野菜や果物、牛乳を積極的に取るようにする——などのことを日ごろから心掛けることが大切です。

また、胃がんは早期に発見し適切な治療を受ければ、かなりの確率で治癒できます。しかし、初期の段階では自覚症状がないため、1年に1回は定期検診を受けることが重要です。

保健センターでは、毎年5月に、胃がん検診を総合検診の中に含めて実施しています。検査方法としては、バリウムを飲むでのX線撮影ですが、最近ではバリウムも改良され、随分飲みやすくなっています。この機会に、ぜひ検診を受けましょう。

●問合せ 保健センター(☎282局2797)

さわやかインタビュー

Vol.146



こばやし やす たか
小林康剛さん
(舟石川)

今月のさわやかインタビューは、水戸ホーリーホックに所属しているプロサッカー選手の小林康剛さん(24歳)に登場してもらいました。今年でプロ生活5年目を迎える小林さんは、中学生のころに鹿島アントラーズユースにスカウトされたことがプロへの道を歩み始めるきっかけになったそうで、幼いころからの夢を実現させた今、「大好きなサッカーを職業としていることに幸せを感じる」とか。そう話す彼のポジションはフォワード。常に得点を要求されるため、その使命感は人並み以上に強く、「得点したときは、サポーターの皆さんと喜びを分かち合える最高の瞬間」と熱く話します。

「よく食べて、よく睡眠を取ること。そして、何よりもずっとサッカーを好きでいること。これがプロサッカー選手への第一歩」と話す彼から皆さんにメッセージです。「試合会場で皆さんをお待ちしています。たくさんの声援が私たちに力を与えてくれるのです——」。



ふるさと歴訪
自然を探して

ムサシアブミ



茨城大学名誉教授

鈴木 昌友

変な名前の植物です。しかし、花を覆う仏炎苞を見ると、馬に乗るときに足を踏み掛ける鐙ぶらえに似ていると感じる方もいるでしょう。昔、武蔵国で作られた鐙に似ているので、「ムサシアブミ」という名が付けられたといわれています。この変わった仏炎苞をつける植物が、4月から5月にかけて、東海村白方の森林の中で見られるのです。高さ30センチメートルぐらいの2本の葉を出し、葉はさらに3枚に分かれ、葉の先端は急にとがって、細長く尾状になっています。サトイモ科の植物で、鐙のような形をした仏炎苞はムサシアブミの特徴です。仏炎苞は、皆さんご存知のミズバショウなどにもあり、ミズバショウのあの白い苞と同じです。

ムサシアブミは関東地方以西の地域のほか、四国、九州、沖縄、そして台湾などに分布し、やや湿った林下に生育し、特に海岸近くの林で見られることが多い植物です。関東地方では群

馬県館林市に移植された記録があり、神奈川県では西区浅間下の段丘崖の下部で採集されましたが、栽培品が逸出したものであることが記録されています。最近、筑波山の中腹で移植されたムサシアブミを見ることができました。売店の店頭にも鉢植えが並べられ、変わった花なのですぐ目に留まり、珍しい物に対する人間の興味心をあらためて感じました。最近出版された『千葉県植物誌』にも「スギの植林地に多量に野生化しているのを見た」との記載がありました。

東海村の産地は、既に昭和58年には群落の調査が行われており、平成6年出版の『東海村の自然』に写真入りで掲載されていますが、昨今、個体数の減少が感じられ寂しくなっています。東海村が北限の産地となるムサシアブミは、東海村の自然財としても、また日本の植物地理学の資料としても、大変貴重なものなので、大切にしたいものです。

〈東海村ホームページアドレス〉 <http://www.vill.tokai.ibaraki.jp/>



「広報とうかい」は、環境に配慮して「大豆油インキ」と「古紙配合率100%再生紙」を使用しています。