

Tokai

広報とうかい お知らせ版
村民の叡智が生きるまちづくり

August [No.233]

8・25

Bi-monthly Magazine
for The People of Tokai

2011年[平成23年]



東日本大震災から5か月——復旧・復興に向け、東海村の“元気”を発信していこうと第33回「東海まつり」が開催されました。恒例の花火大会は中止となったものの、祭りを締めくくるグランドフィナーレでは、来場者の“想い”が込められたメッセージ入りの風船約700個が一齐に夜空に放たれ、天高く舞っていました。



「社会を明るくする運動」

を実施しています！

法務省が主唱するこの運動は、「犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ」をスローガンに、国や自治体、地域のボランティアなど多くの人たちが手をつなぎ、犯罪や非行のない明るい地域社会の実現と、罪を犯してしまった人たちの社会復帰を支える全国的な活動です。運動は、年間を通して実施していますが、7月1日から31日までの1か月間は「強調月間」となっています。

村では、東海村保護司会（会長・川崎公靖さん）、東海村更生保護女性会（会長・鈴木綾子さん）、東海那珂ロータリークラブ（会長・稲田栄一さん、新世代奉仕委員会委員長・江田五六さん）、東海村人権擁護委員（代表・右井勉さん）と村の5者が共同で推進委員会（委員長・村上達也村長）を組織し、さまざまな啓発活動を行っています。

「社会を明るくする運動」とは…

「社会を明るくする運動」は、すべての国民が、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、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築くこととする全国的な運動です。

この運動は、昭和24年、罪を犯した人たちの立ち直りや、犯罪や非行の防止を推進する更生保護制度の思想に共鳴した東京・銀座の商店会連合会の有志によって開催された「銀座フェア」を始まりとしています。

その後、現在に至るまで街頭啓発活動や講演会等のさまざまな活動を展開し、今年は61回目となります。

地域の力が犯罪や非行を防ぐ さまざまな啓発活動を実施

第61回「社会を明るくする運動」の実施に当たり、6月3日に、



東海村保護司会会長の川崎さんらから村長に対し、「社会を明るくする運動法務大臣メッセージ」が伝達されました。

また、関係5者により推進委員会を組織し、6月15

日に開催された会議では、「強調月間」を中心にしたような啓発活動を行っていくかについて検討しました。

◆
そして迎えた「強調月間」初日の7月1日には、JR東海駅で、通勤・通学者に対し、チラシやポケットティッシュ、メモ帳、東海村更生保護女性会の会員が真心込めて手作りした「押し花しおり」等の啓発物品を配布する街頭啓発活動を行いました。当日は、人権啓発キャラクターの「人権ま



7月1日、東海村保護司会、東海村更生保護女性会、東海那珂ロータリークラブ、東海村人権擁護委員など推進委員会の委員、総勢34人がJR東海駅で啓発活動を行いました。



もるくん」の着ぐるみも登場し、登校途中の学生たちが足を止め、写真を撮るなど人気を集めました。

さらに7月4日には、村の11人の保護司が東

海中学校・東海南中学校を訪問し、学校での生徒の様子等について、校長などと懇談するとともに、いじめや非行をテーマにした「社会を明るくする運動作文コンテスト」への協力を依頼しました。

このほか、7月中旬には、啓発リーフレットを全世帯に配布するとともに、公共施設にのぼり旗やポスターを掲示しました。

また、8月6日に行われた「東海まつり」にも推進委員会の委員らが参加し、来場者にうちわや押し花しおり等の啓発物品を配布して、運動に対する理解と協力を呼び掛けました。



**なぜ犯罪や非行が起きるのか…
皆さんも考えてみてください**

テレビや新聞では、毎日のように事件のニュースが報道されています。犯罪や非行をなくするためには、取り締まりを強化し、犯罪を犯してしまった人を処罰することも必要です。しかし、罪を償い、立ち直ろうと決意した人を社会で受け入れることや、犯罪や非行を生み出さない地域づくりをすることもまた、大切なことなのです。村では、今後も東海村保護司会、東海村更生保護女性会、東海那珂ロータリークラブ、東海村人権擁護委員の皆さんと連携しながら、犯罪や非行のない明るい社会づくりを目指していきます。

明るい社会の実現には、皆さん一人ひとりの理解と協力が必要です。皆さんも、ぜひこの機会に、どうして犯罪や非行が起きてしまうのか、安心で安全な暮らしの実現のために、今何が求められているのか、そして、自分には何ができるのかを考えてみてはいかがでしょうか。

問い合わせ

社会福祉課地域福祉推進担当(☎282局
1711 内線1182・1185)

※「社会を明るくする運動」については、法務省保護局の専用ウェブサイト(<http://www.moj.go.jp/HOGO/hogoo6.html>)でもご覧いただけます。

役場の電話番号▼

☎ 282-1711 (代表)

防災行政無線の内容を無料で聞ける
テレホンサービス▼

☎ 0120-42-4848

東海村公式ホームページ▼

<http://www.vill.tokai.ibaraki.jp/>

災害に関する お知らせ

～東北地方太平洋沖地震関連のお知らせ～

雑損控除(屋根瓦)について

被災者に対し、税負担を軽減できる雑損控除の制度の一例をご紹介します。

●**質問例** 自宅の本体に被害はなかったのですが屋根瓦の一部が崩れてしまい、先月50万円掛けて崩れた所だけ取り替えました。所得税が戻る場合があると聞きましたが、私の所得税は戻りますか。私は会社員ですが、まだ確定申告をしていません。勤務先からもらった平成22年分の源泉徴収票では、給料500万円に対して所得税が10万2500円引かれていました。

●**回答** 屋根瓦の一部が被害を受けた場合、柱など住宅自体に大きな被害がなく修理費がそれほど掛からない方は、原状回復(修理)のために支払った額によって雑損控除が受けられます。この場合の雑損控除の額は、「修理費用－5万円」として計算しますので、「45万円(50万円－5万円)」になります。その結果、所得税がおおよそ2万5000円還付されるとともに住民税も減額されます。ただし、屋根瓦を全部ふき替えたり、材質を変えた場合、この取り扱いはいけません。また、収入や損害の状況により、雑損控除を受けられない場合もあります。

●**問合せ** 太田税務署(☎0294-72-2171)
※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時にお問い合わせください。

倒壊等建物の滅失登記をします

水戸地方法務局では、速やかな復興のため、被災建物の滅失登記については、被災者が登記申請をすることなく、登記官が職権により行います。

●**期間** 平成24年3月31日(土)まで

●**対象** 茨城県全域

●**その他** 現地調査の際に、聞き取り等を行うことがあります。

●**問合せ** 水戸地方法務局不動産登記部門滅失登記対策委員会(☎221-5139)

東海村産米の放射性物質検査

県では、平成23年産米の安全性を確認するため、国や市町村、生産者団体等と連携し、出荷前の米の放射性物質検査を実施します。

●**検査時期** 9月上旬

●**対象** 村内の水田・陸田のうち、予備調査1か所、本調査1か所(品種にかかわらず出荷が始まる前の米)

●**検査方法** 収穫前の予備調査と、収穫後の本調査の2段階で検査します。

●**その他** 米生産農家の方は、検査結果が国の定めた暫定規制値(500Bq/kg)以下であることが確認できるまで、出荷・販売・譲渡をしないでください。

●**検査結果** 村公式ホームページ、県のホームページ等で公表します。

●**問合せ** 茨城県県央農林事務所(☎231-3034)、東海村経済課(内線1433)

農畜産物等の損害賠償請求窓口

村では、JAひたちなかと共に、東京電力福島第一原子力発電所の事故に伴う、農畜産物の損害賠償請求に関する窓口を開設しています。必ず事前にお問い合わせの上、お越しください。

●**期間** 9月6日(火)～11日(日)

●**時間** 午前9時～午後4時

●**場所** 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)

●**対象** 村内在住で、自ら農畜産物を生産し、出荷・販売している農業者(JA出荷者、JA外出荷者(任意組合、農業法人等))

●**請求内容** 東京電力福島第一原子力発電所の事故による実損害・風評被害等 ※原子力損害賠償紛争審査会の指針に基づいて行います。

●**問合せ** ▼JA出荷者…JAひたちなか東海営農センター(☎282-0203)※土・日曜日を除きます。

▼JA外出荷者…農業支援センター(☎287-7867)

震災の作文、写真・動画を募集します

東海村における震災の体験を風化させないため、また、新たなまちづくりや防災対策の一助とするため、記録集を作成します。ぜひご応募ください。

	内 容	要 件
作文の部	▼震災の体験(震災発生日だけでなく、その後の体験も可) ▼震災を通じて思ったこと、考えたこと ▼今後のまちづくりに対する提言等	①1200字以内(タイトルを含む)※文章に写真を付けた場合は2枚以内(添付する写真の詳細は写真・動画の部を参照) ②手書きまたは電子データ(メール、CD・DVDに複製したもの)
写真・動画の部	▼村内で撮影されたもの(被害状況に限らず、炊き出しの様子や通勤中のスナップ、ボランティア活動、片付けの様子等も可) ▼復旧・復興する村の様子等	▼写真…①プリントしたものまたは電子データ ②形式はJ P E Gでサイズは「1024×768」以下 ③撮影日時・場所と簡単な説明を付記 ▼動画…①CDに複製したもの ②形式はM P E G 1または2、WMV ③撮影日時・場所と簡単な説明を付記

- 対 象 村内在住の方、東海村とつながりのある方
- 応募方法 10月31日(月)(必着)までに、氏名・住所・電話番号を添えて、持参・郵送・電子メールのいずれかの方法で、まちづくり国際化推進課(役場行政棟3階 〒319-1192 東海3-7-1 電子メールtsch@ice.hidecnet.ne.jp)へ応募してください。※電子メールの件名は【東海村3.11文集】としてください。
- その他 ▼未発表の作品で1人1点とします。▼書籍やサイト等から無断でコピー(ダ

- ウンロード)したものは応募しないでください。著作権等の問題が発生した場合、投稿者の責任となります。▼作品の著作権は村に帰属します。▼作品は返却しません。▼原則、記名で公開します。▼校正(表記の統一、事実誤認の修正等)は、村に一任させていただきます。▼記録集は冊子・ホームページでの公開を予定していますが、場合によっては掲載できないこともあります。
- 問 合 せ まちづくり国際化推進課まちづくり国際化推進担当(内線1341)

応援職員を紹介します！ 問合せ：人事課人事担当(内線1322)

長崎県川棚町・三重県菰野町から新たに応援職員

8月1日から、新たに長崎県川棚町から1人、三重県菰野町から2人の職員の方が、支援の手を差し伸べてくれることになりました。

長崎県川棚町職員は、経済課に配属され、農業施設の復旧に係る工事監理業務等に従事しています。また、三重県菰野町職員は、下水道課に配属され、下水道施設の復旧に係る工事監理業務等に従事しています。

なお、今後は、それぞれ職員を交代しながら、平成24年3月31日まで支援していただく予定です。



川棚町経済課農地保全担当
主幹 山田 大介さん

期間：8月1日～31日



菰野町下水道課工務担当
主幹 石川 正義さん

期間：8月1日～31日



菰野町下水道課工務担当
主幹 中原 伴章さん

期間：8月1日～9月30日

島根県松江市職員が引き続き復旧作業を支援

島根県松江市の職員は、5月10日から交代で来村し支援に当たってくれています。職員2人がそれぞれ、被災した建物の設計業務や村道の復旧工事に従事しています。



松江市建設部建築課
技師 浅津 満男さん

期間：8月1日～15日



松江市建設部下水道工務課
副主任 坂根 彰さん

期間：8月1日～31日

非常持ち出し品は準備していますか…

9月1日は「防災の日」です

3月11日に発生した“東北地方太平洋沖地震”を機に、防災への意識が高まっています。

9月1日の「防災の日」にちなみ、いま一度、家庭での防災対策を家族で考え、いざというときにすぐに持ち出せるように、非常持ち出し品の準備や点検をしておきましょう。

1次 持ち出し品 (例)

◆1次持ち出し品は、災害が発生して避難するとき、まず最初に持ち出すべきものです。

携帯ラジオ

予備の乾電池は多めに用意



救急医薬品

ばんそうこう、傷薬、包帯、風邪薬、胃腸薬、鎮痛剤など

非常食

乾パン、缶詰など火を通さなくても食べられるもの。飲料水。缶切り、栓抜き、紙皿、紙コップなども用意



懐中電灯

1人に1灯。予備の乾電池も忘れずに！



その他

下着・上着などの衣類、洗面用具、タオル、ウエットティッシュ、かっぱ、ヘルメット、ライター、ラップフィルム(止血や食器にかぶせて使う)など



貴重品

現金(10円硬貨があると公衆電話の利用に便利)、預金通帳、印鑑、運転免許証など



いざというときに支障がないように、使用期限・賞味期限や持ち出し品の不足がないか、定期的に点検しましょう。

2次 持ち出し品 (例)

◆2次持ち出し品は、災害復旧までの数日間(最低3日分)を生活できるように準備しておくものです。

飲料水

飲料水は1人1日3リットルを目安。ペットボトルや防災タンクにためておく



食品



米(レトルト食品・乾燥食品・アルファ米が便利)、缶詰やレトルトのおかず、チョコレート・あめなどの菓子類、調味料など

燃料

卓上こんろ、ガスボンベ、固形燃料など



その他

生活用水(風呂や洗濯機に備蓄)、毛布、寝袋、ドライシャンプー、鍋、やかん、防災タンク、バケツ、各種アウトドア用品など



避難生活が長引くときに 便利なもの

携帯トイレ、使い切りカイロ、裁縫セット、ガムテープ、地図、さらし、筆記用具、スコップなど



阪神・淡路大震災で 役に立ったもの

ホイッスル、予備の眼鏡・補聴器、ビニールシート、新聞紙などや、救助用具としてロープ、スコップ、バール、ハンマー、のこぎり、車のジャッキなど

問い合わせ 原子力対策課原子力・防災担当(☎282-1711 内線1518)

村政への提案レター

～あなたの声をお聞かせください～

- 村政に関するご提案・ご意見等、お気軽にお寄せください。
- この封書は、平成24年3月31日まで有効です。

封書は切手を貼らずに郵便ポストへ投函^{とうかん}してください。

また、この提案レターはお互いの立場を尊重するものと考えていますので、必ず住所・氏名・職業・年齢・電話番号(内容について確認させていただく場合がありますので、日中連絡が取れる電話番号)を明記してください。無記名のものにはお答えできませんので、ご注意ください。

■問い合わせ 自治推進課村民相談室(☎282-1711 内線1276)

きりとり線

のりしろ②貼り付け

3191190

東海村東海三丁目7番1号

〈受取人〉

料金受取人払郵便

ひたちなか支店
承認
432

差出有効期間
平成 24年 3月
31日まで

(切手を貼らずに
お出しください)

東海村長 行

(総務部自治推進課扱い)

のりしろ①貼り付け

きりとり線

のりしろ③貼り付け

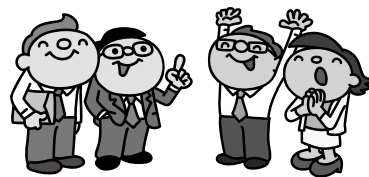
きりとり線

あなたの声を市政に！

より良いまちづくりに向けたあなたのアイデアをお気軽にお寄せください。

行政では目が届かない問題も、みんなで工夫すれば、解決できることもあると思います。

お互いに知恵を出し合い、住み良いまちを目指しましょう！



※お寄せいただいたご提案やご意見には、原則として文書で回答させていただきますが、内容により、その他の回答方法や回答できない場合もありますので、あらかじめご了承ください。
 なお、内容が**利己的・営利目的・誹謗中傷**と判断されるものについては、受け付けできません。
 ※村内の公共施設には、村民提案用のはがき「私の提案カード」(切手不要)を常時備えていますので、ご活用ください。

きりとり線

(これは封書になりますので、切り取って投函してください。)

のりしろ ②

きりとり線

のりしろ ①

住所		東海村	
氏名	年齢	電話番号	職業
氏名		職業	
年齢		電話番号	

きりとり線

のりしろ ③

いんぽお めーしょん

役場の
電話番号 ☎ 282-1711(代表)

●9月の休日診療●

診療時間 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
4日(日)	尾形クリニック	282-4781
11日(日)	茨城東病院	282-1151
18日(日)	村立東海病院	282-2188
19日(月)	石井整形外科クリニック	270-5141
23日(金)	村立東海病院	282-2188
25日(日)	武藤小児クリニック	282-7722

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
プ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)

●9月の健康体操参加者募集●

問合せ	スマイルTOKAI事務局 (総合体育館内 ☎297-4370)
●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
1日(木)	総合福祉センター「絆」
9日(金)	総合福祉センター「絆」
15日(木)	総合福祉センター「絆」
29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
※初めて参加する方は、事前に申し込みください。	

●7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	20	0	28
累計 (1月から)	111	1	141
前年比	-13	+1	-28

●防災行政無線の内容が無料で聞けるテレホンサービス●

すべての電話から (☎ 0120-42-4848)

暮らし



9月は「動物愛護月間」です

▼動物を飼うときは、習性をよく理解し終生責任を持って飼いましょ
う▼人と動物との調和のとれた豊かな環境づくりを心掛けましょ
う▼動物をいたわり、命を大切にしましょ
う▼不幸な生命を生まない、避
せないために、避
妊・去勢手術を受けましょ
う▼飼い主は鑑札・迷子札などを
着け所有者を明示しましょ
う▼ペットの逃走防止に努めましょ
う▼動物をみだりに



9月9日は「救急の日」です

救急医療と救急業務に対する正しい理解と認識を深め、救急医療関係者の意識を高揚することを目的に、9月9日を「救急の日」としています。その日を含む1週間(今年は9月4日(日)から10日(土)まで)を「救急医療週間」として、各地で救急に関す

図 茨城県動物指導センター(☎0296・72・1200)、東海村環境政策課(内線1451)

虐待し、または遺棄した方は、「動物の愛護及び管理に関する法律」により罰金(50万円以下)に処せられます。この機会に、ペットや野生動物など、身近にいる動物を見つめ直してみませんか。

【応急手当ての重要性】

るさまざまな活動が行われます。

急病やけがなどにより救急車を要請し、現場に救急隊員が到着するまでの間、その場に居合わせた人が速やかに適切な応急手当てを実行することで、傷病者の救命効果が向上します。救命率を高めるためには、皆さんによる応急手当て、救急隊員の応急処置と搬送、医療機関での処置というスムーズな連携が不可欠です。連携プレーの第一歩は、皆さんの応急手当てから始まりますので、救命講習会などを受講し、日頃から救急・救命のために備えてください。

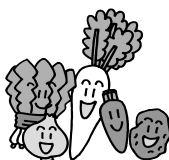
図 消防本部救急救助担当(☎282局2038)※自治会職場・サーク



「第2回とうかい元気市」を開催

とうかい元気市実行委員会では、地元で取れた新鮮な野菜や果物、魚介類、加工品や工芸品、手作り品などを販売する「とうかい元気市」を開催します。ぜひご来場ください。

期日 ▼8月28日(日)
時間 ▼午前8時～11時
場所 ▼役場正面玄関前
図 とうかい元気市実行委員会(東海村商工会内 ☎282局3238)



健康・医療



「みんなですこやかウォーキング」を実施

日時▼9月7日(水) 午前9時30分から(受け付けは午前9時から・雨天時は中止)※開始時間が30分早くなっていますのでご注意ください。

集合場所▼村松コミュニティセンター(国道245号側の屋外倉庫前)

対象▼村内在住の方

内容▼阿漕ヶ浦・虚空蔵堂コース(1時間程度のウォーキング)

参加費▼無料

その他▼飲み物やタオルを持参の上、歩きやすい服装でご参加ください。

問 保健センター(☎282局2797)

「ヘルスメイト養成講座」食から元気を届けよう」を開催

食生活を通じた健康づくりを学び、食育活動を行うヘルスメイト(食生活改善推進員)を養成する講座です。

日程等▼下表参照

時間▼午前9時30分から(平成24年1月26日(木)のみ午後1時から)

場所▼総合福祉センター「絆」

対象▼講座修了後、ヘルスメイトとして活動できる村内在住の方

定員▼先着30人

費用▼1200円/人(テキスト代)

講師▼荒木均さん(ひたちなか保健所長)、小室秀子さん(管理栄養士)、高島和代さん(健康運動指導士ほか)

申・問 9月13日(火)までに、保健センター(☎282局2797)へ申し込みください。

期 日	内 容
9月27日(火)	県民の健康状況と生活習慣病予防等(講話)
10月14日(金)	年代別の食事のポイント(講話)
11月29日(火)	バランスの取れた食事を作ろう①(調理実習)
12月15日(木)	食中毒予防のポイントと食品表示(講話)
平成24年1月17日(火)	食事のバランスを見直そう(講話)
平成24年1月26日(木)	グループワーク①、健康体操(実技)
平成24年2月9日(木)	グループワーク②
平成24年3月1日(木)	バランスの取れた食事を作ろう②(調理実習)

「ステップエクササイズ」を開催

期日▼10月4日・11日・25日、11月1日(すべて火曜日全4回)

時間▼午前10時～11時

場所▼舟石川コミュニティセンター

対象等▼村内在住で20歳以上40歳未満の方(30人)※応募者多数の場合は抽選となります(初心者優先)。

内容▼ステップ台を使った有酸素運動

講師▼綿引晴子さん(エアロビクスインストラクター)

参加費▼無料

その他▼予約制保育サービス(無料)があります。

申・問 はがきに「ステップエクササイズ」参加希望と①住所②氏名(ふりがな)③生年月日④電話番号⑤経験の有無⑥保育希望の有無⑦保育希望

●9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)	15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)	※希望日時を連絡ください。
●乳幼児健診	期日・受付時間 対象児
乳児	7日(水) 平成23年4月 13:00～13:45 生まれの子
1歳6か月児	8日(木) 平成22年2月 13:00～13:45 生まれの子
3歳児	14日(水) 平成20年7月 13:00～13:45 生まれの子
2歳半歯科	21日(水) 平成21年2月 13:00～13:45 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	20日(火) 平成23年6月 13:00～13:20 生まれの子

●9月の心配ごと相談・人権相談・行政相談等●

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)	10:00～12:00	行政書士による相談(事前予約)
	10:00～14:00	心配ごと相談・人権相談
16日(金)	10:00～14:00	心配ごと相談・人権相談・行政相談
	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・行政相談
	10:00～14:00	心配ごと相談・人権相談・行政相談
毎週 月・水曜日	13:30～15:00 (祝日を除く)	心配ごとと電話相談 (☎282-0917)

●9月のニート相談・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	自治推進課村民相談室(内線1275)
●ニート相談(☎287-0862)	
期 日	毎週火・金曜日(祝日を除く)
時 間	午前9時～正午、午後1時～5時
●女性生活相談(☎287-0863)	
期 日	毎週月・水・木曜日(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

がある場合は、子どもの名前(ふりがなと年齢)を記入の上、9月8日(木)(必着までに、保健センター(〒319-1112 村松2005 ☎282局2797)へ申し込みください。

水中体操教室を開催

期間▼10月3日(月)から平成24年3月24日(土)まで(各全20回)
時間等▼

クラス	時間	定員
月曜1組	9:30 ~ 10:30	各先着13人
木曜1組		
土曜1組	11:00 ~ 12:00	各先着10人
月曜2組		
木曜2組	13:00 ~ 14:00	各先着13人
土曜2組		
金曜3組		先着13人

「リハビリテーション」コース

クラス	曜日	時間	定員
リハビリ1組	月	13:00 ~ 14:00	各先着6人
リハビリ2組	木	14:30 ~ 15:30	
リハビリ3組	木	14:30 ~ 15:30	

場所▼総合福祉センター「絆」
対象▼健康維持コース：村内在住で65歳以上の方 ※月曜2組と木曜2組は、ほかの組よりもゆつくりと水中体操を行います。 **リハビ**

リテーションコース：村内在住で障がいがあり、機能回復訓練を希望する40歳以上の方

内容▼水中でのウォーキングや体操等参加費▼6000円/人

その他▼初参加の方、障がいのある方、高齢の方を優先します。▼受け付けの際に簡単な問診を行います。▼医師の意見書が必要になる場合があります。

申・問 9月1日(木)から10日(土)までに、高齢者センター(☎282局4300)へ申し込みください。

特定疾患・関節リウマチ・精神疾患患者に助成金を支給します

特定疾患(原因が不明で治療方法の確立していない難病)の患者等に対し、医療費の自己負担分のうち、月額4000円を上限に医療福祉助成金を支給します。

申請期間▼9月1日(木)～30日(金) ※土・日曜日、祝日を除きます。

対象▼①特定疾患の治療をしている方(一般特定疾患医療受給者証)をお持ちで自己負担のある方 ②関節リウマチの治療をしている方 ③精神疾患の治療をしている方(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のある方——のいずれかに該当する村内在住の方
必要書類等▼▽申請書▽医療機関の

領収書(領収日が平成23年3月から8月までのもの)▽口座番号が分かるもの(預金通帳やカード)▽委任状・印鑑(振込口座が申請者本人名義でない場合のみ)——のほか、①の方は「一般特定疾患医療受給者証」、②の方は医師の診断書(過去に助成を受けたことのない方のみ)、③の方は「精神障害者保健福祉手帳」「自立支援医療受給者証」をお持ちの方は「自己負担上限額管理票」が必要となります。

申・問 ①・②の方は、保健センター(☎282局2797)へ、③の方は、なごみ・総合支援センター(☎287局2525)へ申し込みください。

福祉



金婚対象者の把握調査を実施中

社会福祉協議会では、10月の金婚祝賀会開催に当たり、年度内に結婚50周年を迎えるご夫婦(昭和36年4月1日～昭和37年3月31日に結婚)の把握調査を実施しています。

各地区の民生委員が対象となるご夫婦のお宅を訪問し調査していますが、まだ訪問を受けていない方は、東海村社会福祉協議会(☎282局2804)へご連絡ください。

「生きがいづくり支援事業」を開催

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」を開催します。

期 日	場 所
9月2日(金)	なごみ・総合支援センター 石神コミュニティセンター 外宿2区自治集会所
9月6日(火)	なごみ・総合支援センター 真崎コミュニティセンター 百塚区自治集会所
9月9日(金)	なごみ・総合支援センター 白方コミュニティセンター 豊岡区自治集会所
9月13日(火)	なごみ・総合支援センター 舟石川コミュニティセンター 豊白区自治集会所
9月16日(金)	なごみ・総合支援センター 村松コミュニティセンター 内宿1区自治集会所
9月20日(火)	なごみ・総合支援センター 石神コミュニティセンター 百塚区自治集会所
9月27日(火)	なごみ・総合支援センター 舟石川コミュニティセンター 舟石川中丸区自治集会所

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 加藤啓子さん(NPO法人楽楽茶の間事務局 ☎282局2334) ※火・金曜日にお問い合わせください。

子育て



「ハッピーランド」を開催

期日等▼9月8日(木)：1歳以下の乳児とその親 9月22日(木)：2歳から就学前までの幼児とその親
時間▼午前10時～11時
場所▼中丸コミュニティセンター
対象▼村内在住の方
内容▼1歳以下：わらべ歌、ベビーマッサージ等 2歳から就学前まで：リズム体操等
参加費▼無料
その他▼▽飲み物をご持参ください。▽1歳以下に参加する方は、大きめのタオルをご用意ください。
園地域子育て支援センター(百塚保育所内) ☎282局2949 ※事前申し込みは不要です。

教養・スポーツ



茨城県北ジオパーク「インタープリター」養成講座を開催

県北地域ジオツアー(地質観光ツアー)の案内人を養成する講座です。
期日▼10月23日(日)、11月5日(土)

・6日(日)・19日(土)・20日(日)

時間▼午前10時～午後4時

場所▼茨城大学ほか

対象等▼村内在住・在勤で全日程を受講できる方(6人程度) ※応募者多数の場合は抽選となります。

受講料▼無料 ※交通費・昼食代・施設等の入場料は自己負担となります。

その他▼本講座を修了した方には、「インタープリター認定証」を交付し、県北地域ジオツアーの案内をはじめ、県北ジオパークの普及・推進活動に参画していただきます。

甲・園まちづくり国際化推進課(役場行政棟3階)備え付けの応募用紙に必要事項を記入の上、9月30日(金)(必着)までに持参・郵送(ファクシミリ・電子メールのいずれかで、茨城大学社会連携課(〒310-8512 水戸市文京2-1-1 ☎288局8825 FAX 288局8586) geopak@mx.ibaraki.ac.jp)へ申し込みください。

その他



消費生活学習会「消費者が気になる放射線と放射能」を開催

消費生活センターでは、最近、消費者が日常生活で特に気になっている放射線と放射能についての学

習会を開催します。正しい知識を持ち、正しく選択できる賢い消費者を目指しませんか。

期日▼9月2日(金)

時間▼午後2時～3時30分

場所▼原子力視察研修室(役場行政棟5階)

対象▼村内在住・在勤・在学の方
定員▼先着50人

講師▼日本原子力研究開発機構東海研究開発センター職員
参加費▼無料

甲・園 8月30日(火)までに、東海村消費生活センター(☎287局0858 FAX 282局1627) itisusin-soudan@vill.tokai-japan.jpへ申し込みください。

※当日質問したい内容を事前に受け付けますので、申し込み時にお知らせください。

募集 「東海村と原子力の未来を考えるフォーラム2011」事前意見募集

村では、9月18日(日)に開催予定の「東海村と原子力の未来を考えるフォーラム2011」でパネルディスカッションを行います。議論の参考とするため、今後、東海村が原子力とどのように付き合うべきかのご意見等をお寄せください。

対象▼村内在住・在勤・在学の方
提出方法▼役場総合案内(行政棟1階)、総合福祉センター「絆」、な

ごみ・総合支援センター、各コミュニティセンター備え付けの用紙に必要事項を記入の上、9月8日(木)までに、同所に設置してある御意見箱に入れてください。 ※ご意見は、1人1枚でお願いします。

その他▼9月18日(日)に開催予定の「東海村と原子力の未来を考えるフォーラム2011」については、9月10日発行の「広報とうかい」と同時に配布するチラシをご覧ください。

園まちづくり国際化推進課まちづくり国際化推進担当(内線1341)

9月27日からライター等の販売規制が始まります

子どものライターによる火遊びで起きる火災等を防ぐため、消費生活用製品安全法関係の改正法令が施行され、9月27日(火)からPSCマークの表示がないライター等は、原則販売禁止となります。PSCマークの表示があるライターであっても、子どもの手が届かない所に保管してください。また、家庭にある不用品なライターは、使い切るかガスを抜きをして、お住まいの自治体のルールに従い廃棄してください。

園茨城県生活文化課(☎301局2828) <http://www.pref.ibaraki.jp/bukyoku/seikan/syouse/index.html>

《お詫び》8月10日発行の「広報とうかい」(平成23年度村政懇談会の記事、7ページ・3段目)に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

【誤】…「浸水で3台の発電機のうち2台が停止しました。」

【正】…「浸水で3台の発電機のうち1台が停止しました。」

9月の資源物・ごみ収集日割表

問い合わせ 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	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)	2日・16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	1日・15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、南台、豊岡、亀下	6日・20日
緑ヶ丘	2日・16日	舟石川2	7日・14日 21日・28日	百塚、豊白、内宿1、内宿2	5日・19日
白方	9日・23日	南台、川根	7日・21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	豊白	14日・28日	舟石川1、船場	8日・22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)	13日・27日
				舟石川2、舟石川中丸	12日・26日
燃えるごみ ※祝日の収集も行います。					
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、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)月曜日・木曜日	
				(毎週)火曜日・金曜日	



■年に一度の体の声

皆さん、年に1度の検診(健診)は受けましたか？
または、これから受ける予定ですか？
村では総合検診(胃、肺、大腸、前立腺、ウイルス肝炎等)を6、7月に実施しました。結果がお手元に届いて、ご覧になった方もいるかと思っています。

検診を受けて、異常がないから、はい終わり！と考える方も、もしかしたらいるかもしれません。せっかく検診を受けたのですから、自分の体を見つめ直し、生活習慣を振り返りましょう。検診結果の見方を少し変えれば、病気の黄色信号を発見し、予防につなげることができそうです。

■意外と知られていない睡眠の影響

よくいわれている生活習慣病の予防は、食事や運動をテーマとすることが多いのですが、今回は意外と知られていない「睡眠」の大切さについてお話ししたいと思います。
私たち人間は、人生の3分の1の時間を睡眠に充てているといわれています。睡眠は、人間の生活

睡眠、満足に取れていますか？

習慣の一部です。NHKが実施した「生活時間調査」によると、平成22年度の国民の平均的な睡眠時間は7時間14分とされており、年々減少傾向にあります。日々の生活に追われてなかなか満足 of 睡眠が取れていない方もいると思いますが、睡眠不足は生活の質を下げるだけではなく、生活習慣病のリスクとしても重要視されてきています。

個人差は多少ありますが、生活習慣病等のリスクを減らすために、最良な睡眠時間は7〜8時間といわれています。皆さん、日頃から満足のいく睡眠を取れていますか。

■睡眠時間が短いと太る？

食事や運動などに気を付けても、なかなか思うように体重が落ちないという方はいませんか。もしかしたら、睡眠に問題があるのかもしれない。

睡眠時間が十分に取れていないと、食

欲を増進させるグレリンというホルモンは増加しますが、逆に食欲を抑制させるレプチンというホルモンは減少します。そのため空腹感が増し、太りやすくなるという報告があります。さらに睡眠時間が短くなると、メタボリックシンドローム、糖尿病、高血圧、高脂血症などの生活習慣病を発症させるリスクが高まるという報告もあります。

皆さん毎日忙しいと思いますが、生活習慣病の予防のためにも、良質な睡眠の確保ができるように少し意識して生活を工夫してみてください。

■小さなことでもご相談を！

保健センターでは、保健師や栄養士による「元氣アップ健康相談」を個別に行っています。検診結果を一緒に振り返り、日常生活における工夫・改善を提案します。継続すれば、健康な体質への変化につながります。また相談内容は食事、運動、睡眠などの生活習慣をはじめ、ささいなことでも構いません。相談希望の方は、保健センターまでご連絡ください。

■問い合わせ

保健センター(☎282局2797)



おもりあやな
大森綾奈さん

(村松)

今回は、社会福祉法人親和会南台保育園に勤務する大森綾奈さん(23歳)の登場です。

就職して3年目の今年、初めて0歳児を担当し、これまで以上に現場でしか分からないことがたくさんあることを実感しているという綾奈さん。「毎日慌ただしいものの、目に見えて成長が分かることがとても楽しく、親心のような感覚で日々を過ごしています」と生き生きした表情を見せてくれました。

休日によくライブに行くという綾奈さん——「切っても切れない存在」と話す音楽は聞くだけではありません。東海村吹奏楽団に所属し、トランペット奏者としても活躍しています。高校で部活を引退後すぐ入団し、幅広い世代の人と共に、目標に向かって練習に励んでいます。現在は9月25日にひたちなか市のファッションクルーズで行う演奏会に向けて練習中なのだから。「大きな家族みたい」という団員と奏する綾奈さんの演奏、ぜひ聞いてみたいですね。



キツネノカミソリ(ヒガンバナ科)

東海村自然調査団調査員

内山 治男

キツネノカミソリは多年生草本球根植物で、本州から九州、朝鮮半島に生育します。名前の由来は花の色がキツネの体色に似ていることや、葉はスイセンの葉に似ており薄く平べったい感じなので、カミソリの刃に例えられました。花期は8月で、花茎を30センチメートルほど伸ばし、先端に数個の花を咲かせます。

花はヤマユリと同じく、外花被片と内花被片がそれぞれ3枚ずつあります。球根(鱗茎)はヒガンバナと同じく、アルカロイドの一種のリコリンという有毒物質を含みますが、医薬品の原料として利用されます。

キツネノカミソリの属名

は *Lycoris* (リコリス) といい、この仲間の園芸品種を表わす総称として親しまれています。この仲間は、花の時期に葉が枯れてないことが共通しています。葉のない地面から花茎が伸びてくるので、キツネにだまされた感じがします。葉が広がる時期はキツネノカミソリは早



撮影場所 石神内宿

春から初夏、ヒガンバナは晩秋から春です。このような寒い時期に葉を広げる性質は、周囲の植物が葉を広げる前に少しでも光合成を行い、栄養分を球根(鱗茎)に蓄える性質があるカタクリ(ユリ科)と同じであると考えられています。

村内において、キツネノカミソリはヒガンバナほど目に付く存在ではありません。自生地がヒガンバナと比べて少ない上に、互いの生育環境が異なる事が原因です。ヒガンバナの生育場所は水田のあぜや草地などの明るく目立つ所ですが、キツネノカミソリは林内や林縁などのあまり目立たない所に生育することが多いからです。また、キツネノカミソリはヒガンバナのように花被片が反り返ること

がなく、雄しべや雌しべも花被片から大きく飛び出さないので花の豪華さはありません。キツネノカミソリは新暦のお盆の8月中旬頃から、ヒガンバナは秋のお彼岸の9月下旬頃から花が咲きます。どちらもご先祖様と縁の深い植物だと思います。