

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

Tokai

July [No.256]

7・25

Bi-monthly Magazine
for The People of Tokai

2013年 [平成 25 年]



気持ちよく1日を始めよう！ 「3校合同あいさつ運動」

雨が今にも降り出しそうな梅雨空の7月4日、中丸小学校の正門前には、元気に「おはようございます！」とあいさつをする子どもたちの姿がありました。これは、中丸小学校・東海南中学校と県立東海高校の児童・生徒による「3校合同あいさつ運動」の様子で、この日は青少年相談員の皆さんも加わり、それぞれの学校の校門前で朝のあいさつをしました。コミュニケーションの第一歩ともいえるあいさつですが、自分から声を掛けるときは少し勇気があるもの——誰もが自然にあいさつを交わせるような、ふれあいのある地域社会をつくりたいですね。

Contents [情報満載]

- 第35回「東海まつり」…2
- 無人ヘリコプターによる水稻病害虫防除…3
- 区画整理地内の保留地を公売します…3
- いんふぉめーしょん / 甲状腺超音波検診…4
- 「児童扶養手当」の現況届を郵送します…6
- 東海村徴収嘱託職員募集ほか…8
- げんきアップ通信 / 体に必要な「水分量」…9
- 9月8日(日)は「茨城県知事選挙」・「東海村長選挙」の投票日…10
- ふるさと歴訪(霧籠) / 里帰りする「武人埴輪」…10



水稻病害虫防除を8月6日(火)に 無人ヘリコプターで実施します

東海村病害虫防除協議会では、良質米の安定生産と病害虫防除の効率化を図るため、無人ヘリコプターによる水稻病害虫の一斉防除を行います。防除の実施に際しては、周囲の環境への配慮から低空散布を行うなど、危被害防止のために万全の注意を払って実施しますので、皆様のご理解とご協力をお願いします。

- 実施日** 8月6日(火)(雨天等順延)
- 実施時間** 午前4時30分～11時ごろ
- 実施区域** 村内水田全域(右図参照)
- 使用薬剤** 「アミスターアクタラSC」(殺菌・殺虫剤)※いもち病・紋枯病・カメムシ類を防除します。
- その他** ▼主要道路、通学路、住宅周辺の水田は早朝に散布します。▼雨天、強風等で翌日以降に順延する場合は、防災行政無線でお知らせします。

【注意事項】

安全対策には万全を期して実施しますが、次の事項にご留意ください。

- ▼散布時間帯は、実施区域内の道路の通行を控えてください。
- ▼万が一、薬剤が皮膚に付いた場合はせついで洗い流してください。
- ▼自動車等に薬剤がかかると、跡が残る場合がありますので、薬剤がかかった場合は速やかに水洗いしてください。
- ▼事故防止のため、現場作業員の指示にご協力ください。



問い合わせ 東海村病害虫防除協議会事務局(経済課内 ☎282-1711 内線1433)

東海駅西第二地区 東海中央地区 区画整理地内の保留地を公売します

- 抽選日時** 8月8日(木) 午前10時
- 場所** 205会議室(役場行政棟2階)
- 対象** 村内に土地や建物(既保留地契約者を除く)、住所を有する方で、1世帯につき1人(共有可)※抽選参加者がいない場合は、村外の方も購入できます。なお、東海中央土地区画整理事業地内(18街区符号6、72街区符号2を除く)は村内・外を問わず随意契約(先着順)により購入できます。
- 申し込み・問い合わせ** 7月25日(木)から8月7日(水)まで(土・日曜日を除く)の午前8時30分～午後5時15分に、区画整理課(役場行政棟2階)備え付けの申込書に必要事項を記入の上①本籍地発行の身分証明書②申込者本人の住民票抄本③前年度の納税証明書④その他必要書類——を添えて、区画整理課管理担当(☎282-1711 内線1213)へ申し込みください。

■公売地

街区符号	面積	価格(単価)
【東海駅西第二土地区画整理事業地内】		
31街区符号10	377㎡	19,000,800円 (50,400円/㎡)
【東海中央土地区画整理事業地内】		
6街区符号9	209㎡	11,495,000円 (55,000円/㎡)
17街区符号2	334㎡	17,301,200円 (51,800円/㎡)
18街区符号6	287㎡	14,550,900円 (50,700円/㎡)
72街区符号2	388㎡	20,137,200円 (51,900円/㎡)
76街区符号5	272㎡	14,606,400円 (53,700円/㎡)

いんぽお めーしょん

役場の
電話番号 ☎ 282-1711(代表)

● 8月の休日診療 ●

受付時間 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)	村立東海病院	282-2188
11日(日)	茨城東病院	282-1151
18日(日)	石井整形外科クリニック	270-5141
25日(日)	村立東海病院	282-2188

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

全ての電話から (☎254-9900)

● 8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
8日(木)	総合福祉センター「絆」
22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。

● 8月の住まいに関する相談 ●

場 所 都市政策課(役場行政棟2階)

問合せ 都市政策課(内線1247、1248)

相談日	時間	相談内容
22日(木)	10:00～16:00	新築、増築、改築、耐震診断、リフォーム等

● 6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	18	0	19
累計 (1月から)	91	0	118
前年比	+1	±0	-1

●防災行政無線の内容が無料で聞けるテレホンサービス●

全ての電話から (☎0120-42-4848)

暮らし



疑問や不安にお応えします
「放射線に関する相談コーナー」

食品に含まれる放射性物質や、放射線の人体への影響など、身近な疑問や不安に専門家が対応します。
8月の日程等▼

期日	場 所
14日(水)	石神コミュニティセンター
17日(土)	総合福祉センター「絆」
21日(水)	真崎コミュニティセンター
28日(水)	舟石川コミュニティセンター
31日(土)	総合福祉センター「絆」

時間▼午前10時30分～午後1時30分
費用▼無料

岡原子力安全対策課(内線1518)
※事前申し込みは不要です。

旅行券・共通金券が毎月当たる
「共通金券プレゼントセール」

東海村商工会では、今年も「共通金券プレゼントセール」を実施しています。セールを実施している村内の商業・飲食・サービス店で500円利用することに1ポイントを加算、10ポイントたまると、セール実施店などどこでも使える共通金券や、旅行券が当たる抽選に応募できます。
実施期間▼12月31日(火)まで
実施店舗▼「共通金券プレゼントセール」の掲示(のぼり旗やポスター)のある村内の店舗(7店舗)
内容▼特別賞：旅行券1万円分(2本) 1等：共通金券5000円分

健康・医療



早めにご予約ください
甲状腺超音波検診

平成20年4月2日から平成23年4月1日までに生まれた方の甲状腺超

(1本) 2等：共通金券2000円分(5本) 3等：共通金券1000円分(7本) ※抽選は8月から平成26年1月まで毎月実施し、賞品の発送をもって当選者の発表にかえます。
その他▼セール実施店では共通金券の販売も行っていますので、贈答用などにご利用ください。
岡東海村商工会(☎282局3238)

音波検診を、村立東海病院で実施しています。実施期間は平成26年3月31日(月)までですが、混雑が予想され、子どもの体調(風邪症状など)次第で検診の延期が必要な場合もあることから、期間内に余裕を持って受診できるように、受診券をお持ちの方は早めにご予約ください。なお、受診券をお持ちでない方は、保健センターにお問い合わせください。
その他▼平成9年4月2日から平成20年4月1日までに生まれた方は、9月1日(日)まで集団検診を実施していますので、保健センターへお問い合わせください。
申 土・日曜日と祝日を除く午前8時30分～午後5時に、村立東海病院(予約専用電話 ☎277局3351)へ申し込みください。
岡保健センター(☎282局2797)

腹部超音波検診

村では、肝臓や腎臓など、腹部臓器のがんの早期発見を目的に、腹部超音波検診を実施します。

期日▼9月4日(水)～7日(土)・10日(火)・11日(水)

受付時間▼午前6時30分から9時30分までの、村が指定する時間

場所▼保健センター

対象▼村内在住で40歳以上の方

費用▼1000円/人(当日徴収)

印・関8月9日(金)(消印有効)までに、直接または郵送(はがきに①住所②氏名③生年月日④電話番号⑤希望日(第2希望まで)を記入)で、保健センター(〒319-1112 村松2005 ☎282局2797)へ申し込みください。

麻しん・風しん混合ワクチンの定期予防接種

感染力が強く、症状の重い麻しん(はしか)は、予防接種で感染を防ぐことができます。また、2回接種することで免疫効果は強く確実につくといわれています。未接種の方は、早めに予防接種を受けましょう。

対象▼第1期：1歳～2歳未満(1歳児) 第2期：平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれ(保育所・幼稚園の年長児)

費用▼無料

その他▼転入等で予防接種予診票がない方はお問い合わせください。

関保健センター(☎282局2797)

風しんの任意予防接種は優先的接種にご協力ください

風しんの全国的な流行に伴い、任意予防接種を受ける方が急増しており、今夏以降、麻しん・風しん混合ワクチンが一時的に不足することが懸念される状況となっています。子どもや生まれてくる赤ちゃんの健康のために、任意予防接種については、ワクチンの安定供給のめどが付くまでの間①妊婦の周囲の方②妊娠を希望する方または妊娠する可能性の高い方③のいずれかに該当し、十分な抗体価が確認できなかった方が優先して接種を受けられるよう、ご理解とご協力をお願いします。

関保健センター(☎282局2797)

効果を実感してください「筋力トレーニング教室」

3か月間の教室で、楽しく体を動かす習慣を身に付けましょう。

【A】40～64歳のコッコツ続ける筋トレ教室

時間▼午前9時30分～11時30分
対象等▼村内在住で医師などから運動を勧められている、または運動

習慣を身に付けたい40歳以上65歳未満の方(15人)

内容▼有酸素運動と筋力トレーニングの組み合わせにより、骨を支える筋肉の強化を目指します。

【B】65歳以上の方のためのやさしい筋トレ教室

時間▼午後1時30分～3時30分
対象等▼村内在住で足腰を丈夫にしたい、または最近つまずきやすくなったと感じる65歳以上の方(15人)

内容▼柔軟体操、簡単な筋力体操、音楽に合わせた体操、有酸素運動などを総合的にを行います。



【A・B共通事項】
期日▼9月13日(金)から12月6日(金)までの火・金曜日(全25回)

場所▼総合福祉センター「絆」
参加費▼7500円/人

その他▼健康運動指導士が指導します。▼9月6日(金)の午後1時30分～3時30分に、事前説明会(講話「筋力トレーニングの効果と運動時の注意点について」、ストレッチ、体調に関する問診等)を実施します。▼応募者多数の場合は抽選となります(初心者優先)。

【申・関】
8月9日(金)まで(土・日曜日を除く)の午前8時30分～午後5時15分に、保健センター(☎282局2797)へ申し込みください。

福祉



NPO法人「楽楽茶の間」による「生きがいづくり支援事業」

8月の日程等▼

期日	場所
2日(金)	石神コミュニティセンター なごみ・総合支援センター 外宿2区自治集会所 豊白区自治集会所
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 百塚区自治集会所
9日(金)	なごみ・総合支援センター 豊岡区自治集会所
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)	なごみ・総合支援センター 豊白区自治集会所 内宿1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 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▼300円/回(昼食代)
NPO法人楽楽茶の間の事務局(☎282局2334、火・金曜日のみ)、地域包括支援センター(☎287局2516)

「児童扶養手当」の
現況届を郵送します

「児童扶養手当」は、父母の離婚等により、父または母と生計を同じくしていない児童が養育される家庭に対し、生活の安定を確保するとともに、自立を促進することを目的として支給されるものです。

対象▼原則として18歳になる年(年度末)を迎えておらず①父母が離婚した②父または母が死亡した(遺族補償等を受ける場合を除く)③父または母が一定の障がいのある状態にある④父または母が生死不明⑤父または母が1年以上遺棄している⑥父または母が裁判所からのDV保護命令を受けた⑦父または母が1年以上拘禁されている⑧母の婚姻によらないで生まれた⑨母が

●8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)	2日(金) 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)	※希望日時をご連絡ください。	
●乳幼児健診	期日・受付時間	対象児
乳児	7日(水) 13:00～13:45	平成25年3月 生まれの子
1歳6か月児	8日(木) 13:00～13:45	平成24年1月 生まれの子
3歳児	21日(水) 13:00～13:45	平成22年6月 生まれの子
2歳半歯科	1日(木) 13:00～13:45	平成23年1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	27日(火) 13:00～13:20	平成25年5月 生まれの子

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

●二一ト相談・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)	
●二一ト相談(☎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

児童を懐胎したときの事情が不明である——のいずれかに該当する児童を養育する母または生計を同じくする父、父母に代わる養育者その他▼児童扶養手当は申請により支給されます。▼支給対象者が事実婚(婚姻届を提出していなくても、事実上夫婦関係にあること)の状態にある場合等は、申請しても支給されないことがあります。▼受給者や同居の扶養義務者世帯分離を含む)の前年の所得が一定額以上あるときは、その年度の一部または全部の支給が制限されます。

届現在、児童扶養手当を受給している方は、8月上旬までに現況届(引き続き児童扶養手当を受ける条件を満たしているかを確認するもの)を郵送しますので、必要書類一式をご用意の上、所定の期限まで

に手続きしてください。※現況届の提出がない場合は、8月分以降の手当を支給できなくなります。
☎ 社会福祉課子ども家庭担当(内線1185)

在宅で介護をしている方へ
在宅介護慰労金を支給します



村では、高齢者や障がい者の福祉の増進を図るため、在宅で要介護状態にある方を常時介護している方へ慰労金を支給します。
対象▼次の①または②に該当する方を在宅で常時介護している方
①満3歳以上65歳未満で▽身体障害者手帳1級・2級▽療育手帳の総合判定(A)▽精神障害者保健福祉手帳1級——のいずれかに該

当し、常時介護を必要とする方※申請後に訪問調査を行います。
②65歳以上で要介護4・5に認定されている方※ただし、平成24年8月1日から平成25年7月31日までの間に、障害者総合支援法(旧障害者自立支援法)の障害福祉サービスまたは介護保険法のサービス(いずれも原則として1週間以内のショートステイを除く)を利用した方や医療機関に長期入院をされた方は対象外となります。
支給額▼年額5万円/人
届・☎8月1日(木)から30日(金)まで(土・日曜日を除く)の午前8時30分～午後5時15分に、印鑑をお持ちの上、①の方はなごみ総合支援センター(☎287局2525)へ、②の方は介護福祉課高齢支援担当(内線1164)へ申し込みください。

「親子ふれあい1泊研修」

社団法人茨城県母子寡婦福祉連合会では、県内の母子家庭を対象に、1泊研修を開催します。親子で地域を越えた交流を楽しみませんか。
期日▼9月28日(土)の午後2時から29日(日)の午後1時まで
宿泊場所▼茨城県立児童センター「こどもの城」(大洗町磯浜町8249・4)

対象▼母子家庭の5歳から中学2年生までの子とその母親
参加費▼無料

申8月20日(火)までに、社会福祉課子ども家庭担当(内線1185)へ申し込みください。

問境洋子さん(東海村母子寡婦福祉会 会長 ☎282局4817)

金婚祝賀事業対象者の申告を受け付けています

社会福祉協議会では、年度内に結婚50周年を迎えるご夫婦(昭和38年4月1日〜昭和39年3月31日に結婚)を祝い、記念写真撮影を行います。まだ申告をしていない方は、お問い合わせください。なお、今回から祝賀会は行わず、記念写真の贈呈のみとなりますので、ご理解とご協力をお願いします。

撮影日時▼9月28日(土) 午前9時

30分(午前9時受付開始)

撮影場所▼総合福祉センター「絆」

問東海村社会福祉協議会(☎282局2804)



「東海村テニスシングルス選手権大会」

期日▼8月25日(日)、9月1日(日)
 ※荒天時は、9月8日(日)に延期します。

時間▼午前9時試合開始
場所▼村テニスコート
対象▼村内在住・在勤・在学の方、東海村テニス連盟登録者

種目▼男子シングルス(I・II部、壮年I・II部)、女子シングルス(I・II部)※壮年I・II部は、申し込み状況により統合する場合があります。

参加費▼一般：1500円/人 東海村テニス連盟登録者：1000円/人

申8月6日(火)の午後5時までに、所定の申込用紙に必要事項を記入の上、東海村テニスコートクラブハウス(☎282局8571)へ申し込みください。

問定田豊樹さん(東海村テニス連盟事務局 ☎090・3805・4705)

「好きながたちを作ろう!」 「だいたいつくろう!金属トレー」

銅板に好きな図柄を描き、金づちでたいて浮き彫りを制作します。

期日▼8月18日(日)・24日(土)

時間▼午前9時30分〜正午

場所▼東海村コミュニティ施設

対象▼小学生(両日とも参加できる方。小学2年生以下は保護者同伴)

定員▼先着20人

講師▼友常みゆきさん(金工作家)

費用▼1000円/人(材料費)

申・**問**8月1日(木)の午前9時以降に、東海村コミュニティ施設管理室(☎282局3680)へ申し込みください。

「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。

利用可能日▼8月9日(金)・18日(日)・9月4日(水)・11日(水)・25日(水)・10月2日(水)・9日(水)・14日(月)・祝

時間▼水・金曜日：午後1時〜8時

日曜日、祝日：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

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(8月〜10月)で

2回まで利用可能です。▽申し込み後の日程変更、利用料の払い戻しはできません。

申・**問**8月3日(土)の午前9時以降に、東海文化センター(☎282局8511)備え付けの申込書に必要事項を記入の上、利用料を添えて申し込みください。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。



「DVについて考えてみませんか」 「男女共同参画講習会」

日時▼8月27日(火) 午後2時〜4時
場所▼原子力視察研修室(役場行政棟5階)

定員▼50人(村内在住・在勤の方優先)

内容▼テーマ：『DV(ドメスティック・バイオレンス)とは？親密な関係での暴力、モラルハラスを考

える』講師：西山さつきさん(NPO法人レジリエンス副代表)

受講料▼無料

その他▼予約制保育サービス(無料)3

か月以上の乳幼児を希望する方は

8月15日(木)までに申し込みください。

申・**問**7月29日(月)以降に、自治推進課村民相談室(内線1275)へ申し込みください。

その他



募集

東海村徴収嘱託職員を募集します

業務内容▼村税等の徴収・滞納整理事務、税証明書発行等の窓口業務



募集人員▼1人

雇用要件▼パソコン(ワード・エクセル)の基本的な操作ができる▽普通自動車運転免許を有する▽を満たす方 ※村外在住の方も可
能です。

雇用期間▼10月1日(火)～平成26年3月31日(月)※更新の可能性が
あります。

勤務日時▼原則、月曜日から金曜日までの午前9時～午後4時

報酬等▼報酬：月額14万7000円
諸手当：通勤手当 福利厚生：社会保険(健康保険・厚生年金保険)と雇用保険に加入

選考方法▼9月11日(水)に、面接試験を行います。

申込▼8月23日(金)まで(土・日曜日を除く)の午前8時30分～午後5時15分に、履歴書(顔写真を貼付)をお持ちの上、税務課収納管理室(役場行政棟1階 内線1114)へ申し込みください。

仕事をあ探しの皆さん「就職相談会」を開催します!

村では、正社員やパート・アルバイトなど、仕事をあ探している方を対象に、いばらき就職・生活総合支援センターのキャリアアカウンセラ―による就職相談会を開催します。

期日▼8月30日(金)

時間▼午前10時～午後4時

場所▼205会議室(役場行政棟2階)

定員▼先着30人(村内在住の方優先)

内容▼セミナー(午前)：履歴書の書き方や面接時のマナーなど 個別面談(午後・希望者のみ)：キャリア

アカウンセラ―と30分程度の面談

(求人情報から希望する企業への

幹旋等)

参加費▼無料

その他▼予約制保育サービス(無料・

生後3か月以上の乳幼児)を希望

する方は、8月15日(木)までに申

し込みください。

申込▼7月29日(月)以降に、自治推

進課村民相談室(内線1275)へ

申し込みください。

総合福祉センター「絆」臨時休館のお知らせ

施設内電気設備等一斉点検のため、8月10日(土)は、総合福祉センター「絆」を全館休館としますので、ご理解とご協力をお願いします。

その資格、もう一度生かしてみませんか「看護職再就職支援研修」

未就業中で、看護職(看護師 准看護師)への再就業を考えている方を対象とした基礎講義と実技の研修です。

期間等▼9月2日(月)～5日(木)

※このほかに3日間、医療施設での実習を行います。

場所▼日立メディカルセンター看護

専門学校(日立市高鈴町1・4・

10)ほか

定員▼20人程度

参加費▼無料

その他▼医療施設での実習(3日間)

のみの研修もありますのでお問い合わせ

合わせください。

申込▼8月19日(月)までに、日立メ

ディカルセンター看護専門学校

(☎0294・59・3200)へ

申し込みください。

あなたの活躍の場を広げます!「クリーンスタッフ講習会」

オフィスなどのビルクリーニングの基礎知識と技能を修得して就職を目指す方のための講習会です。

期日▼8月27日(火)～29日(木)、

9月2日(月)～5日(木)(全7日)

※最終日に合同面接会を予定して

います。

時間▼午前9時～午後4時

場所▼茨城県職業人材育成センター

(水戸市水府町864・4)

対象▼①55歳以上で就職を希望して

いる②面接会を含む全ての日程に

出席できる③公共職業安定所に求

職登録してハローワークカードを

持っている④趣味・教養のための申

し込みではない――の全てを満たす

方※ハローワークカードをお持ち

でない方は、お問い合わせください。

定員▼20人(最少催行人数10人)※応

募者多数の場合は選考となります。

受講料▼無料

申込▼8月16日(金)まで(土・日曜日

を除く)の午前9時～午後5時に、

所定の申込書に必要事項を記入

の上、ハローワークカードと運転

免許証等本人確認ができるもの

を添えて、東海村シルバー人材セ

ンター(☎282局3446)、または

茨城県シルバー人材センター連合

会(水戸市市波町1918 ☎244局

4622)へ申し込みください。



8月の資源物・ごみ収集日割表

問い合わせ ごみゼロ推進室(☎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
燃えるごみ ※祝日の収集も行います。			舟石川2、舟石川中丸		
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		

体に必要な「水分量」を取れていますか？



7月に入り、暑い日が続いています。暑さが本格化する中、熱中症の予防にと水分補給を心掛けています。しかし、その水分補給で、本当に必要な量を摂取できているでしょうか。今回は、「水分補給」についてお話しします。

■**体重の約50パーセントは水分！**

人の体重は、約50パーセントが水分で占められており、通常、1日の水分摂取量と排出量のバランスは保たれています(下図参照)。水分は、食事や飲み水のほか、体内でつくられる水(代謝水)から摂取し、尿や便、汗、呼吸により排出されます。これらを調節することで体内の水分バランスを保っています。しかし、暑い時期や

運動をするときなど、汗をかく量がいっしょにより多いときは、それに見合う水分量を摂取する必要があります。

■**体内の水分が少なくなると...**

汗をかき、水分が多く排出されると、血液中の水分が減少します。このとき、水分を補給しないと、体内の血液が濃くなり、流れが悪くなることで、酸素や栄養素の運搬や体温調節がうまくいかずに熱中症を起こすことがあります。また、熱中症のほかにも、脳梗塞や心筋梗塞、深部静脈血栓症など、命の危険に関わる大変恐ろしい病気を起こす可能性があります。



▼食事	1.0リットル
▼飲み水	1.2リットル
▼体内でつくられる水	0.3リットル
●水分の出入り	1日2.5リットル
▼尿・便	1.3リットル
▼汗・呼吸	1.2リットル

■**水分補給は早めに！こまめに！**

のどの渴きは、すでに脱水が始まっている証拠です。渴きを感じてから水分を取るのではなく、渴きを感じる前に水分補給をすることが大切です。水分が不足しやすい屋外での作業時、入浴の前後、就寝の前後などに水分を取ることが特に重要とされています。

ただし、アルコールやカフェインを含む飲料は、尿の量を増やし、体内の水分を出してしまうので、水分補給としては適しません。なお、腎臓や心臓疾患の治療中で、水分の摂取について指示されている方は、主治医にご相談ください。

■**子どもや高齢の方は特に注意！**

子どもや高齢の方は、水分不足に対する感覚機能や、暑さに対する体の調節機能が成人に比べてとても低いため、のどの渴きを感じていなくても、こまめに水分補給をするように心掛けましょう。

【参考】環境省熱中症環境保健マニュアル2011年5月改訂版

■**問い合わせ**

保健センター(☎282局2797)





任期満了に伴う

「茨城県知事選挙」
「東海村長選挙」の投票日時は

9月8日(日)

午前7時～午後6時

※期日前投票の普及や他市町村の状況を踏まえ、投票時間は午後6時までとします。

■告示日

茨城県知事選挙…8月22日(木)

東海村長選挙…9月3日(火)

「東海村長選挙」に立候補を予定している方へ

立候補予定者説明会および
出納責任者予定者説明会を実施します

東海村長選挙立候補の届け出や選挙運動に関する説明会を開催します。東海村長選挙への立候補を予定される方とその出納責任者になる予定の方は必ず出席してください。

【立候補予定者説明会】

- 日 時 8月5日(月) 午後1時から
- 場 所 205会議室(役場行政棟2階)

【出納責任者予定者説明会】

- 日 時 8月5日(月) 午後3時30分から
- 場 所 205会議室(役場行政棟2階)

●問い合わせ 東海村選挙管理委員会(総務課内 ☎282-1711 内線1313)



ふるさと歴訪
歴史を再発見

里帰りする「武人埴輪」

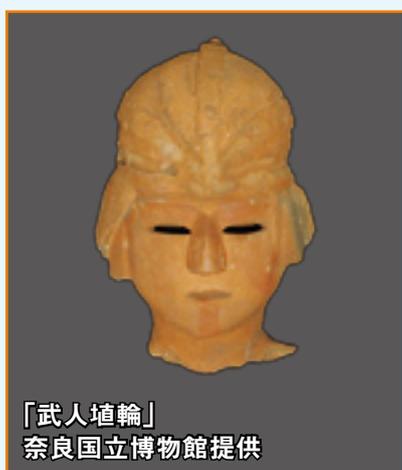
土浦市立博物館館長

茂木 雅博

私は昨年、このコーナー(平成24年8月25日号)で、奈良国立博物館所蔵のかわいい犬の埴輪を紹介させていただき、その文章の最後に、「この埴輪を里帰りさせたい」という希望を添えておいた。奈良国立博物館

で、それ以外に見せていただいた何点かの中には、明らかに東海村出土とはいえない「冠帽を被る人物頭部」も含まれていた。

が所蔵する埴輪を展示することが可能な県内の施設は、本村から近距離には少ない。しかし、この夢は幸い実現することとなり、本年10月12日(土)から11月24日(日)の日程で「はにわの世界―茨城の形象埴輪とその周辺―」というテーマの特別展が水戸市の茨城県立歴史館で開催されることが決定し、東海村から出土した2点の形象埴輪が里帰りすることとなった。



「武人埴輪」
奈良国立博物館提供

私は県立歴史館の担当者として昨年暮れに奈良国立博物館へ借用の交渉に同道し、伝東海村出土という6点の埴輪を調査させていただいた。それは「犬」「武人頭部」「馬丁」「馬の世話をする人」「巫女」「天冠を被る人物頭部」「馬形埴輪頭部」

りで、特に目の切り込みや口の表現が異なっている。端正な顔立ちであり、この武人埴輪は、茨城県を代表する舟塚1号墳出土の武人埴輪や動燃東海事業所から出土した武人埴輪とともに、古代東海村人の傑作である。この機会を逃すと、当分見学することはできないので、犬の埴輪とともにぜひ、鑑賞していただきたい。

〈東海村公式ホームページ〉 <http://www.vill.tokai.ibaraki.jp/>



「広報とうかい」は、環境に配慮して「植物油インキ」と「古紙パルプ配合率100%再生紙」を使用しています。