



おみたま

5
発行日 20.5.15



朝の読み聞かせ(5月2日、玉里北小学校にて)

第26号

目次 Omitama Information

| | |
|----------------------|-------|
| 小美玉市区長会総会 | 2・3 |
| 防音サッシ工事への助成 | 5 |
| 小美玉市ふるさとふれあいまつり参加者募集 | 6・7 |
| わだい | 12・13 |
| 情報ガイド | 14・15 |
| けんこうビュー | 17 |
| 四季の歌 | 18 |
| 小美玉市文化協会祭 | 20 |

読み聞かせで広がる…物語の世界 おはなしグループ「ひこうせん」

子どもたちは、絵本の絵を見ながら、感情豊かに語られる物語の世界に引き込まれています。きっとだれもが物語の主人公になっているのでしょう。

読み聞かせでは、子どもたちには難しい文章も分かりやすくなります。聞く体験を通して、おもしろかったと思う本を自分で手にとって読むことにつながり、きっと自分の世界が楽しく豊かに広がり、笑顔いっぱいになれると思います。大人による読み聞かせにより子どもたちが良い本と出会う機会が大きく広がります。(関連記事は、13ページ)



平成20年度 小美玉市区長名簿 (行政区順、敬称略)

| 学区 | No | 行政区名 | 氏名 |
|-----|----|-------|----------|
| 小川 | 1 | 本田町 | 柴崎 裕夫 |
| | 2 | 中田宿 | 高野 孝 |
| | 3 | 大町 | 服部 弘一 |
| | 4 | 川岸 | 山本 洋 |
| | 5 | 横町 | 片岡 浩 |
| | 6 | 橋向 | 中島 修 |
| | 7 | 坂上 | 加瀬 博正 |
| | 8 | 坂下 | 櫻井 潤 |
| | 9 | 二本松 | 片田 友宏 |
| | 10 | 下馬場 | 八文字 功 |
| | 11 | 小埞 | 後藤 静夫 |
| | 12 | 立延 | 郡司 克征 |
| | 13 | 中根 | 井坂 惠 |
| | 14 | 下田(一) | □ 久保田 雄候 |
| | 15 | 下田(二) | 飯田 勝夫 |
| | 16 | 宮田 | 押手 薫 |
| | 17 | 幡谷 | 桜井 光一 |
| | 18 | 川戸 | 斎藤 隆夫 |
| 野田 | 19 | 稻荷坪 | ◇ 沼田 俊男 |
| | 20 | 野田本田 | 沼田 金壽 |
| | 21 | 新林 | 坂井 宗徳 |
| | 22 | 野田古新田 | 高野 晏紀雄 |
| | 23 | 隠谷 | 谷口 克巳 |
| | 24 | 鷺沼 | 櫻井 浩一 |
| | 25 | 伏沼 | 吉村 一衛 |
| | 26 | 山川 | 服部 和郎 |
| 上吉影 | 27 | 世楽 | 山本 國男 |
| | 28 | 佐才 | 伊藤 信行 |
| | 29 | 上吉影 | 森島 和夫 |

4月12日(土)、四季文化館(みのくれ)において、平成20年度小美玉市区長会総会が行われ、総会に先立ち、新任区長47名への委嘱状交付式が行われました。

総会では、平成19年度の事業報告並びに収支決算、会計監査報告と平成20年度事業計画(案)並びに収支予算(案)についての審議、規約の改正等が行われました。また、小美玉市区長会設

立にご尽力され、2年間区長会長を務められた片田友宏氏が退任され、新区長会長に緑川忠雄氏(江戸住宅区長)が就任しました。さらにこれまで区長という重責を担われ、今回退任される皆さま47名に、島田市長から感謝状が贈られました。

地域のまとめ役、そして地域と行政を結ぶパイプ役としてご尽力いただく119行政区の区長は次のとおりです。



緑川忠雄区長会長

※区長会役員…○会長、○副会長、◇理事、□監事、△会計、▽書記

平成20年度小美玉市区長会総会を開催

区長会長に緑川忠雄氏(江戸住宅区長)が就任



行政区に加入しましょう!

小美玉市には、119の行政区(小川51地区、美野里49地区、玉里19地区)があります。それぞれの地区で、住みよいまちづくりに向けてさまざまな交流や、伝統・文化の継承など、特色ある活動を行っています。小美玉市で交流の輪を広げるために行政区に加入しましょう。

問い合わせ 秘書広聴課 ☎ 48-1111 内線 1221

| 学区 | No | 行政区名 | 氏名 |
|-----|-----|--------|--------|
| 納場 | 75 | 高田 | 山中吉夫 |
| | 76 | 手堤 | 永井政二 |
| | 77 | 大笹 | 岩渕勇 |
| | 78 | 寺崎 | 篠崎正和 |
| 竹原 | 79 | 竹原 | 川島忠利 |
| | 80 | 竹原下郷 | ○ 稲田弘 |
| | 81 | 中野谷 | 斎藤要 |
| | 82 | 上馬場 | 金子常男 |
| | 83 | 竹原中郷 | 倉田和男 |
| | 84 | 小曾納 | 櫻井浩 |
| | 85 | 花野井 | 島田征二 |
| | 86 | 中台 | 鈴木敏男 |
| | 87 | 希望ヶ丘 | 近藤中 |
| 羽鳥 | 88 | 大谷 | △ 谷内雅美 |
| | 89 | 金谷久保 | 島田理一 |
| | 90 | 十二所 | 伊藤伸吾 |
| | 91 | 高場 | 小林晃一 |
| | 92 | 羽鳥 | 岡崎忠雄 |
| | 93 | 脇山 | 白根澤勝 |
| | 94 | 花館 | 村田誠 |
| | 95 | 駅前 | 久保田晴信 |
| | 96 | 東平 | 前野恵美子 |
| | 97 | 旭 | 菊池裕 |
| | 98 | 羽刈前 | 緑川實 |
| | 99 | 羽鳥市営住宅 | 風野寿夫 |
| 100 | 中峰 | 山口誠 | |
| 玉里東 | 101 | 岡 | ◇ 上田稔 |
| | 102 | 大井戸平山 | 山口好次 |
| | 103 | 川中子 | 藤田泰正 |
| 玉里 | 104 | 上高崎 | 矢口長彦 |
| | 105 | 下高崎 | 羽鳥敏政 |
| | 106 | 玉里中台 | 磯行雄 |
| | 107 | 松山 | 高崎芳行 |
| | 108 | 第二東宝 | 岡井禎裕 |
| | 109 | 大宮 | □ 伴勇 |
| | 110 | 田木谷駅前 | 大川孝三 |
| 玉里北 | 111 | 田木谷 | 鶴町庄二 |
| | 112 | 新田木谷 | ○ 中島浄 |
| | 113 | 栗又四ヶ | 小崎孝則 |
| | 114 | みどり野 | 小松富士雄 |
| | 115 | 第三東宝 | 山田幸夫 |
| | 116 | 玉里団地 | 大宅克彦 |
| | 117 | 野村田池 | 川井理 |
| | 118 | 新高浜第一 | 關澤喜昭 |
| | 119 | 新高浜第二 | 幡谷捷 |

| 学区 | No | 行政区名 | 氏名 |
|-----|----|----------|--------|
| 上吉影 | 30 | 前原 | 國井一太 |
| | 31 | 飯前 | 眞家文夫 |
| | 32 | 上合 | ○ 中根要樹 |
| 下吉影 | 33 | 前野 | 清宮松男 |
| | 34 | 宿 | 清宮力雄 |
| | 35 | 下吉影荒地 | 田山敏夫 |
| | 36 | 下吉影本田 | 細谷重男 |
| | 37 | 貝谷 | 郡司和夫 |
| | 38 | 下吉影南原 | ▽ 石田幹治 |
| | 39 | 下吉影古新田 | 井川文夫 |
| | 40 | 百里自営 | 江沼宏 |
| | 41 | 百里開拓 | 宮澤昭 |
| 橘 | 42 | 羽木上 | 戸塚栄 |
| | 43 | 与沢 | △ 村山尚武 |
| | 44 | 外之内 | 長島正文 |
| | 45 | 倉数川前 | 藤崎好幸 |
| | 46 | 倉数川向 | 岡部衛 |
| | 47 | 与沢百里 | 小野木伸 |
| | 48 | 清水頭 | 藤岡勉 |
| | 49 | 山野 | 大塚眞一 |
| | 50 | 田中台 | 鈴木和見 |
| | 51 | 小川ニュータウン | 伊藤秀喜 |
| | 堅倉 | 52 | 堅倉 |
| 53 | | 大曲 | 田谷野次夫 |
| 54 | | 仲丸 | 前川忠 |
| 55 | | 西明地 | 木村功 |
| 56 | | 小岩戸 | □ 滑川隆 |
| 57 | | 上小岩戸 | 江幡行雄 |
| 58 | | 西郷地 | 井坂佑 |
| 59 | | 柴高 | 立原明 |
| 60 | | 上鶴田 | 狩谷信一 |
| 61 | | 下鶴田 | 浅野敦郎 |
| 62 | | 長砂 | 白田昭 |
| 63 | | 三箇 | 藤枝三郎 |
| 64 | | 先後 | 深作仲雄 |
| 65 | | 橋場美 | 木村喜由 |
| 66 | | 清風台 | 藤崎良浩 |
| 納場 | 67 | 張星 | 柳澤博 |
| | 68 | 部室 | 柳澤勇 |
| | 69 | 納場 | 小林重信 |
| | 70 | 江戸 | 松嶋一夫 |
| | 71 | 江戸住宅 | ◎ 緑川忠雄 |
| | 72 | 羽刈 | 荒川一秀 |
| | 73 | 五万堀 | 高谷弘通 |
| | 74 | 北浦 | ◇ 高橋一行 |



協定式：3月18日、陸上自衛隊朝霞駐屯地にて
(写真左：陸上自衛隊東部方面総監 泉一成 氏、右：島田穠一市長)

- 工事期間 平成 20年4月～6月末日
- 作業時間 月曜～土曜日、午前7時30分～午後5時30分(予定)
※天候や作業状況により日曜日に作業を行う場合があります。
- 主力部隊 陸上自衛隊古河駐屯地 第1施設団 第101施設器材隊
- 人数 60名程度
- 宿泊施設 小美玉市小川公民館を利用します。
- 入浴施設 小美玉市老人いこいの家小川温泉寿荘を利用します。(車両移動)
- その他 器材や土砂運搬などで大型の自衛隊車両が通行しますのでご注意願います。

市では、小川統合幼稚園(仮称)の敷地造成について、自衛隊による地域貢献及び経費節減を目的に、陸上自衛隊による工事協力をお願いしています。
去る3月18日に、小美玉市長と陸上自衛隊東部方面総監により協定書締結(写真)に至り、

平成20年4月から陸上自衛隊員による造成工事を行っています。
工事期間中は、たくさんの方の陸上自衛隊の工事車両等が市内の道路を走行しますので、地域の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

陸上自衛隊員が 小川統合幼稚園(仮称)の 敷地造成工事を行っています

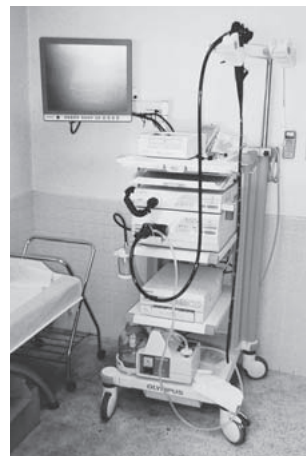
【問い合わせ】 小美玉市教育委員会 教育総務課 管理係 ☎48-1111 内線 2213



3月11日、小川消防団第7分団に新しい水槽付消防ポンプ自動車(ポンプ車)が配備されました。
この車両は、防衛省補助民生安定期間補助事業で購入配備されたもので、1.5tのタンクを備えており、出火建物に直近し、消火をしながら、消火栓や防火水槽などから水利を取ったり、ポンプ車からの中継水を受け、消火に当てる消防車です。



いざというときに備えて！ 小川第7分団に水槽付消防ポンプ自動車 が配備されました



外から見えない身体の中を、先端にレンズのついた管を差し入れて観察し、場合によっては処置・治療をする医療機器で、病気の発見、検査、治療に役立ちます。患者さん自身も自分の胃の内部を医師と同時に鮮明に見ることが出来ます。

「特定防衛施設周辺整備調整交付金」で 電子内視鏡(胃カメラ)装置一式を導入 〔白河診療所〕

みんなで防ごう土砂災害 6月は「土砂災害防止月間」です

土砂災害を防ぎ、安心して住むためには、対策工事だけではなく、「自分の身は自分で守る」という意識をしっかりと持ち、大雨の時の注意・早めの避難をすることが大切です。

土石流(どせきりゅう)、地すべり(じすべり)、がけ崩れ(がけくずれ)に注意しましょう。

小川地区の方へ 防音サッシ工事への助成を行います

市では、百里飛行場の民間共用化に伴う航空機騒音を軽減するため、昨年度に引き続き、茨城県と共同で、個人住宅の防音サッシ設置に要する工事費への助成を行います。対象となる工事及び住宅等は、次のとおりです。ぜひ、ご活用ください。

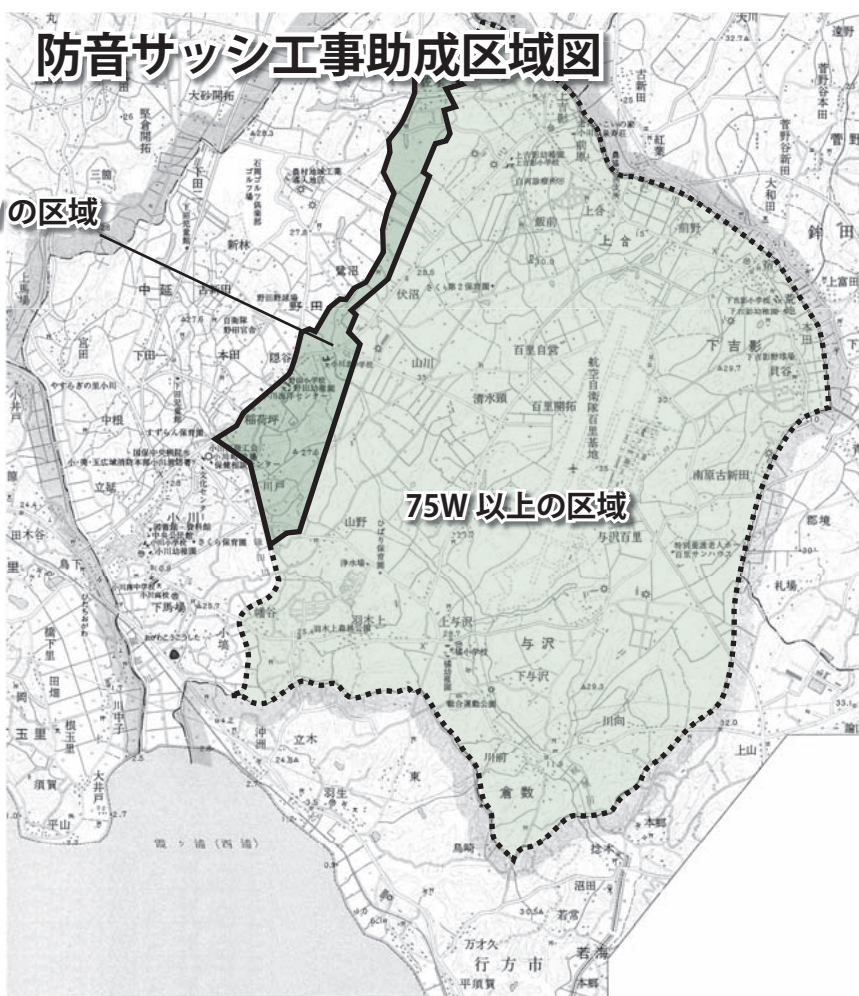
■対象となる工事

窓に防音仕様のサッシを取付け、遮音性及び気密性の向上を図る工事
例：防音ガラス交換工事、防音サッシ交換工事、内窓設置工事等
〔工事業者の選定及び契約等は、申請者が行うこととなります。〕

■対象となる住宅（図参照）

| 対象住宅 | 補助金限度額 | 備考 |
|---|--------|--------------------|
| 75W以上の区域において防衛施設庁告示（平成元年6月30日）後に新築された住宅 | 10万円 | 国による防音工事の助成を受けない住宅 |
| 70W～75Wの区域に存在する住宅 | 5万円 | |

※対象となる住宅の所有者で、補助金の助成を希望する方は、制度の内容及び添付書類等を確認のうえ、お申込みください。詳しくは、下記の申込み・問い合わせ先までご連絡ください。



■添付書類

- ・建物評価証明書又は建物登記簿謄本の写し
- ・住民票謄本
- ・工事概要書（工事内容、工事箇所等を記載したもの）
- ・工事見積書
- ・使用材料一覧表（製造所及び型番等を記載したもの、カタログの写し）

■申込締切 平成21年1月30日（金）
■申込み・問い合わせ

小美玉市役所 市長公室 空港対策課

☎48-11111 内線1171

（申込用紙は市ホームページ、市役所及び各総合支所に備えてあります。）

小美玉市ふるさとふれあいまつり 各種参加者募集!!

今年のまつりは8月30日(土)、希望ヶ丘公園で開催されます。あなたもこのまつりに参加して、まつりを盛り上げてみませんか？

〈豊年踊り大会〉

まつりのメインイベントと位置付ける豊年踊り大会は、毎年、約2,000人の参加者で賑わいます。一人ひとりが主役という意識のもとに、踊りの輪にぜひ、加わってください。

内 容 コンクール方式を採用
今年のテーマ曲は、
小美玉市の踊り歌『大きな大きな輪になろう』
豊年踊り・ちりから

費 用 無料
申込方法 まつり事務局までお申込みください。
申込締切 7月18日(金)



〈ヨサコイソーラン大会〉

まつりの前夜祭としてヨサコイソーラン大会が開催されます。趣向を凝らした衣装をまとって、日ごろの練習の成果を披露してください。

内 容 コンクール方式を採用
上位3チームは豊年踊り大会後に踊り披露

費 用 無料
申込方法 まつり事務局までお申込みください。
申込締切 7月18日(金)



〈ロックフェスティバル〉

アマチュアバンドによるロックフェスティバルを、展望コロシアムで行います。日ごろの練習の成果を思う存分発揮してください。

申込方法 まつり事務局までお申込みください。
申込締切 7月1日(火) ※締切後にオーディションを行います。
問い合わせ 滑川勝之 ☎090-5409-2955

〈バザー出店団体〉

出店料 5,000円(テント1張あたり)
申込方法 代金を添えて、まつり事務局までお申込みください。
申込締切 6月30日(月)

〈慶事お祝い花火〉

まつりの最後を飾る花火に、親しい人へのお祝いの気持ちを託してはいかがですか？出生・結婚・長寿など、慶事であれば内容は問いません。

花火にあわせ、お祝いをする方の名前を入れた提灯を会場に飾ります。まつり終了後にはそちらもプレゼントします。

費 用 1口5,000円
申込み代金は、花火打ち上げのための費用の一部とさせていただきます。
申込方法 代金を添えて、まつり事務局までお申込みください。
申込締切 7月18日(金)

〈ふるさとふれあいまつり企画運営委員募集〉

まつりの企画内容を検討する企画運営委員を募集します。企画運営委員はまつりの具体的な実施計画も検討し、また、まつり開催時にはその運営にも携わります。まさに、まつりを引っばる機関車役です。

募集人員 若干名

申込方法 まつり事務局までお申込みください。

申込締切 6月30日(月)

上記に関する申込み・問い合わせ

ふるさとふれあいまつり事務局 市民生活部 地域振興課 内線1134

小美玉市 まちの踊り歌「大きな大きな輪になろう」CD・カセットテープの販売窓口

価 格 CD・カセットテープともに1本1,000円(税込み)

販売場所 本庁 地域振興課 四季文化館(みの〜れ)

小川支所 総合窓口課 小川文化センター

玉里支所 総合窓口課 生涯学習センター(コスモス)



人権擁護委員による「全国一斉相談」を実施します

昭和24年(1949年)6月1日に人権擁護委員法が施行されました。

そこで、法務省と全国人権擁護委員連合会は、毎年6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、人権擁護委員制度の周知と人権尊重思想の普及高揚を呼びかけています。

人権擁護委員は、地域住民の人権が侵害されないよう常に注意を払い、もし、人権が侵害されたときは、その相談を受け、被害救済のために速やかに適切な処理を行います。

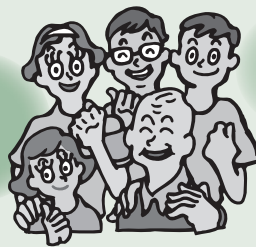
全国人権擁護委員連合会では、来る6月1日に「全国一斉特設相談」を開催し、全国的に人権擁護委員の周知を図ります。小美玉市人権擁護委員連絡会でも「人権擁護委員の日」にちなみまして、下記のとおり、特設相談を実施します。地元の人権擁護委員が、人権問題等でお困りの方のご相談を受付けます。

なお、小美玉市には市長から推薦されて、法務大臣が委嘱した次の人権擁護委員がいます。

| 開設日時 | 6月5日(木) | 6月6日(金) |
|------|------------|----------|
| 場 所 | 玉里保健福祉センター | 美野里四季健康館 |

開設時間は、午前10時から午後3時となります。このほか毎月1回特設人権相談を開設します。

| 氏 名 | 藤田 幹泰 | 田山 敏夫 |
|-----|-------|-------|
| | 加瀬 博正 | 福田 智子 |
| | 大和田 努 | 矢口 明子 |
| | 伊藤 伸吾 | 山本 善也 |
| | 笹目 秋子 | 野口 政夫 |



水戸地方法務局・茨城県人権擁護委員連合会
小美玉市人権擁護委員連絡会
小美玉市保健福祉部社会福祉課

〈お詫びと訂正〉

4月17日発行の「広報おみたま」4月号に掲載した内容に誤りがありましたので、ここに訂正し、お詫びいたします。

・P2、4行目(誤)総額171億7,500万円 → (正)総額300億9,896万円

・P8~9(漏れ) ●課長級 通信指令室長 佐久 勝男

●課長補佐級 福祉事務所小川支所副参事兼福祉係長 片岡 和己

// 美野里支所副参事兼福祉係長 菖蒲澤 真二

介護保険のしおり⑤

～在宅生活の環境を整えるための給付(1)～

居宅介護(予防)住宅改修

住み慣れた自宅を小規模に改修することで、介護が必要な状態になっても可能な限り在宅での生活が送れるよう支援するためのサービスです。

要支援1・2、および要介護1から5までの要介護区分に関わらず、改修費が支給されます。具体的には、下記のような改修が介護給付の対象となり、償還払い方式(一旦全額支払い後、給付分の9割が払い戻されること)により自己負担額は1割です。

- ・手すりの取り付け
- ・引き戸などへの扉の取替え
- ・段差の解消
- ・すべりの防止、移動の円滑化のための床または通路面の材料の変更
- ・洋式便器への取替え
- ・これに付帯して必要な工事



手続きの流れ

①相談

担当のケアマネジャーや市介護福祉課窓口へ相談します。

②申請・工事

工事を始める前に、給付の対象となるか確認するため、申請書や理由書、見積書、着工前の写真(日付入り)など所定の必要書類を市介護福祉課窓口へ提出します。書類審査が通った後、工事を開始します。

③工事費の支払い・払い戻しの手続き

工事費用は一旦全額自己負担します。工事後に改修完了の写真(日付入り)、領収書、払い戻しの請求書等を提出します。

④給付(払い戻し)

給付対象となる工事の部分について、20万円を限度に工事費用の9割(上限18万円)が払い戻されます。

※注意…介護給付の対象となる住宅改修は、既存住宅の改修のみで新築・増築および老朽箇所の修繕では適用されません。また、施設入所中の方などで、改修後も生活の拠点が在宅にない場合やご本人の住所地でないところの改修も給付の対象となりません。

【問い合わせ】 介護福祉課 介護保険係(玉里総合支所内) ☎48-1111 内線3115～3117

『茨城空港見学会』参加者募集!

市では、平成21年度の開港に向けて工事が進む、首都圏の北の玄関口『茨城空港』への見学会の参加者を募集します。参加ご希望の方は、以下の内容をご覧のうえご応募ください。なお、参加は無料ですが、先着順ですので、定員になり次第締め切らせていただきます。お早めのご応募をお待ちしています。



1.開催日時等

- 開催日時 6月12日(木)午後から
- 集合場所 小美玉市役所及び小川総合支所
- 出発時間 午後1時(小川総合支所は、午後1時20分)
- 見学場所 国土交通省が整備する茨城空港
*詳細は参加者が決定次第、事務局からご連絡します。

2.募集対象及び定員

- 対象 市内在住の方に限ります。
*なお、小学生以下の方は、保護者の同伴が必要となります。
- 定員 30名程度
*定員になり次第、締め切らせていただきます。

3.募集期間

- 5月23日(金)から定員になり次第終了。
*募集開始前の申込み並びに事前予約などは行いません。

4.応募方法

参加を希望する方は、以下の必要事項をご記入のうえ、なるべくファックスまたは電子メールでお申込みください。申込みは先着順となりますので、お早めにお申込みください。

- ①郵便番号、住所、電話番号 ②氏名、性別
- ③生年月日、年齢 ④勤務先または学校名
- ⑤希望集合場所 (役職名または学級名なども記入願います)

5.応募・問い合わせ(事務局)

〒319-0192 小美玉市堅倉835番地
小美玉市 市長公室 空港対策課内「茨城空港見学会」担当
☎48-1111 内線1171
FAX48-1199
電子メール kuko@city.omitama.lg.jp
ホームページ <http://www.city.omitama.lg.jp/hyakuri/index.html>

胃がん検診

大腸がん検診

腹部超音波検査

申込みのお知らせ

今年度から、胃がん・大腸がん検診・腹部超音波検査が単独検診になります。

小美玉市に住民票がある方で、下記日程の受診を希望される方はご連絡ください。今年4月以降に、人間ドック、他の医療機関(病院・企業等)で受診予定の方は受けられません。下記以外の日程については、成人保健事業年間予定表(3月13日発行の広報「おみたま」3月号折込み)でご確認ください。

◆検診内容・対象者・料金

| 検診名 | 内容 | 対象者 | 料金※ |
|---------|------------|-------------------------|--------|
| 胃がん検診 | バリウム検査 | 40歳以上 | 500円 |
| 大腸がん検診 | 採便検査(2日間分) | 40歳以上 | 500円 |
| 腹部超音波検査 | エコー検査 | 40歳以上 (※H19年度受診者は除く) | 1,000円 |

※75歳以上、身障手帳1・2級、療育手帳Aのつく方、生活保護の方は無料です。

◆日時・申込定員

| 期 日 | 検診場所 問い合わせ | 受付時間 | 定 員 | | |
|---------|------------------------------------|-----------------------------------|-------|----------|---------|
| | | | 胃がん検診 | 大腸がん検診 | 腹部超音波検査 |
| 7月1日(火) | 小川保健相談センター ☎58-1411 | 午前7時～ 9時30分 30分ごとの 時間予約制 | 180人 | 定員はありません | 100人 |
| 7月2日(水) | | | 180人 | | |
| 7月3日(木) | | | 180人 | | |
| 7月5日(土) | 180人 | | 100人 | | |
| 7月8日(火) | 180人 | | | | |
| | 四季健康館 ☎48-0221 (内線4004・4006) | | | | |

※定員になり次第締め切らせていただきます。

◆申込方法

| | |
|---------|---|
| 胃がん検診 | <ul style="list-style-type: none"> ・H19年度受診された方は、申込みは不要です。受診券が届きましたら、受診券の日時をご確認ください。都合が悪い場合は、変更しますのでご連絡ください。 ・<u>H19年度受診されなかった方は、新たにお申込みください。</u> |
| 大腸がん検診 | <ul style="list-style-type: none"> ・H19年度受診された方は、申込みは不要です。受診券・採便容器を送付します。届きましたら、日時をご確認ください。 ・<u>H19年度受診されなかった方は、新たにお申込みください。</u>採便容器を送付します。 |
| 腹部超音波検査 | <p>申込みが必要です。過去一度も受診されたことがない方を優先とさせていただきます。今までに精密検査となられた方は、医療機関での定期的な受診をお勧めします。 ※H19年度受診された方は受診できません。</p> |

◎今回、四季健康館実施分の通知は、納場地区(寺崎・部室は8月)の方を対象に受診券を発行させていただきます。

◆申込期間

6月10日(火)～17日(火) (平日 午前8時30分～午後5時30分)

窓口・電話にてご希望の検診場所にお申込みください。

6月の子宮がん・乳がん検診の申込みを受付けます

乳がんは女性のがんとしてかかる率が1位となっており、早期発見・早期治療が重要です。また、子宮がんは死亡率が減少しているにもかかわらず、最近では20代の若い世代の発症が増えています。年に1回は検診を受けましょう。「しこり」等、自覚症状がある方・毎年精密検査になる方は各自医療機関で受診してください。また今年度、人間ドック・医療機関で受診される方は受けられません。

◆ 6月の検診日程・検診場所

| 検診会場 | 四季健康館 | 小川保健相談センター |
|-------|---------------------------|----------------------|
| 問い合わせ | 48-0221 (内線 4004、4006) | 58-1411 |
| 受付時間 | 午後0時15分～午後1時 | |
| 検診内容 | 子宮がん・乳がん検診 | 乳がん検診 |
| 日 程 | 6/27 (金) 6/28 (土) | 6/29 (日) 6/30 (月) |

7月以降の日程については左表に一覧を掲載しています。

各検診の一日定員数が決まっていますので、ご希望の受診日にならない場合があります。ご了承ください。

◆ 対象・検診料金 (75歳以上、身障手帳1・2級、療育手帳Aのつく方、生活保護の方は無料)

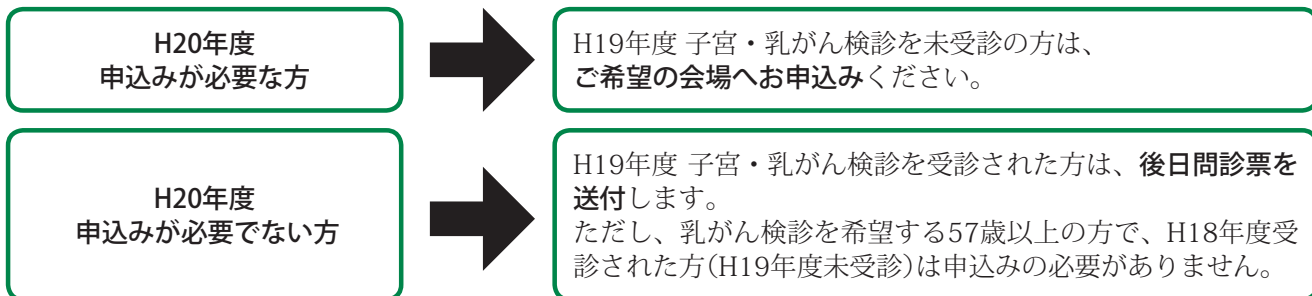
| | 子宮がん検診 | 乳がん検診 | | |
|--------|--------|-------|-------|---------|
| | | 視触診 | 超音波検診 | マンモグラフィ |
| 個人負担金 | 500円 | 500円 | 500円 | 500円 |
| 20～29歳 | ○ | / | / | / |
| 30～39歳 | ○ | ○ | ○ | / |
| 40～56歳 | ○ | / | ○ | ○ |
| 57歳以上 | ○ | ○ | / | ○ |

〈乳がん検診の対象者〉

- ・30～39歳の方
視触診と超音波検診のセット検診になります。
- ・40～56歳の方
マンモグラフィは2年に1回になりますので、昨年受診者は超音波検診のみの検診になります。
- ・57歳以上の方
視触診とマンモグラフィのセット検診で2年に1回となります。H19年度乳がん検診の未受診者が受けられます。



◆ 申込方法



乳がん検診を希望する 57 歳以上の方で、H19 年度受診された方は乳がん検診の受診ができません。

◆ 申込期間

ご希望の検診会場へお問い合わせください。


| | |
|------|--------------------------------------|
| 申込期間 | 6月3日(火)～13日(金) 平日 午前8時30分～午後5時30分 |
|------|--------------------------------------|

◆ 7月以降の日程一覧

対象検診日に近くなりましたら広報紙で申込みのお知らせをします。

| 検診会場 | 四季健康館 | 小川保健相談センター | | 玉里保健福祉センター |
|-------|---|--|---------|---------------------------|
| 問い合わせ | 48-0221 (内線 4004・4006) | 58-1411 | | 48-1111 (内線 3310・3311) |
| 受付時間 | 午後0時15分～午後1時 | | | |
| 検診内容 | 子宮がん・乳がん検診 | 子宮がん検診 | 乳がん検診 | 子宮がん・乳がん検診 |
| 日 程 | 7/ 6(日) 7/14(月) 7/15(火) 7/19(土) | 7/23(水) 7/24(木) 7/25(金) 7/26(土) | 7/12(土) | 7/16(水) 7/17(木) |
| | 9/ 9(火) 9/10(水) 9/11(木) 9/12(金) 9/13(土) | 9/ 8(月) | 9/ 8(月) | |

※その他の検診等については、3月17日発行の広報「おみたま」に成人保健事業年間予定表が折り込んでありますのでご確認ください。



今年も『劇団四季』がみの～れにやってくる！

「人間になりたがった猫」

日 時：2008年7月27日(日)
15：30 開場 / 16：00 開演

会 場：四季文化館(みの～れ)

全席指定：S席 4,200円、A席(バルコニー一席) 3,000円 ※3歳以上有料、3歳未満入場不可

チケット取扱い：四季文化館(みの～れ) ☎ 0299-48-4466

※託児室(有料：500円/1人)有り(公演1週間前までに要申込み)

6月1日(日)午前10：00～
チケット発売！
※発売初日は電話受付のみ

《お詫びと訂正》

4月24日発行「(仮称)小美玉市文化情報紙(準備号)」P3の劇団四季公演名に誤りがありました。正しくは上記のとおりとなります。お詫びして訂正いたします。

153チームが出場！ 第1回小美玉市少年剣道大会を開催



3月23日、県内の小中学生が一堂に会して、美野里中学校体育館、武道館を会場に「第1回小美玉市少年剣道大会」(小美玉市剣道連盟主催)が盛大に開催されました。

今大会には、153チーム(小学生50チーム、中学生男子66チーム、中学生女子37チーム)が参加出場し、激しい団体戦が繰り広げられました。大会結果は、次のとおりです。

わだい

小学生の部 優勝 鹿島神宮道場、準優勝 (財)水戸東武館、第3位 芳明館・堅倉剣道スポーツ少年団
中学生男子の部 優勝 阿見中学校、準優勝 土浦第四中学校、第3位 国田中学校・美野里中学校
中学生女子の部 優勝 潮来第一中学校、準優勝 協和中学校、第3位 常北中学校・藤代中学校



演武(日本剣道形)

「希望ヶ丘防犯パトロール隊」が 結成されました



昨年度から近辺で空き巣や車上荒しの被害が続発していることを受けて、4月6日、近藤 中区長を中心に区内の防犯パトロールを行う「希望ヶ丘防犯パトロール隊」が結成されました。

41名からなるこの組織は、「防犯パトロール中」の幟のぼりの設置をはじめ、防犯ベストと帽子をかぶり、区内を巡回しながら、見慣れない車や不審者などの発見に努めるほか、昨年、年少児に好ましくないことが発生したことなどを踏まえ、通学路での児童生徒の安全を確保するためにも巡回活動を行ないます。

近藤区長は、「この防犯パトロールを通して、空き巣、車上荒し等の抑制が図れるよう継続した活動を行い、地区内の安全・安心を確保していきたい」と抱負を述べていました。



「茨城空港春休み親子見学会」を行いました!



3月25日、国土交通省、航空自衛隊百里基地、茨城県ならびに市教育委員会、各小学校の協力により、市内の小学校に在学する4・5年生とその保護者22名による「茨城空港春休み親子見学会」が開催されました。

見学会では、最初に、茨城空港を整備する国土交通省の現場詰所を訪れ、担当官より説明を受けた後、実際に新設滑走路を歩いて見学しました。参加者たちは、新設滑走路の上に寝転んだり、皆で手をつないで横一列に並んだりして、広大さを実感していました。

また、茨城空港に関する夢などを記したメッセージストーンを舗装下の路盤に投入しました。石には、「皆に愛される空港に!」や「飛べ!飛行機」などの言葉が書かれ、開港を期待する気持ちが表れていました。

その後、茨城町の東関東自動車道茨城南IC(仮称)を見学しました。

現在、茨城南IC(仮称)から北関東自動車道茨城JCT(仮称)までの区間(8.8km)が工事中ですが、完成すると茨城空港への重要なアクセス道路となります。

見学会終了後、参加者からは、貴重な体験ができて良かったという声が多数寄せられました。



「4月の茨城空港見学会」を行いました!



今回の見学会は、冷たい雨が降りしきるあいにくの天気となりましたが、一般公募による18名の参加により茨城空港の新滑走路と空港のアクセス道路として整備が進む東関東自動車道水戸線の茨城 JCT(仮称)を見学しました。

はじめに、国土交通省の現地詰所で担当官から茨城空港建設概要や新設滑走路の舗装構成などの説明を受け、建設中の新設滑走路でメッセージ石の投入が行われました。

メッセージ石は、手のひらサイズの石に茨城空港への夢や期待などを込めて記入したもので、整備中の新設滑走路の舗装下の路盤材として使用されます。

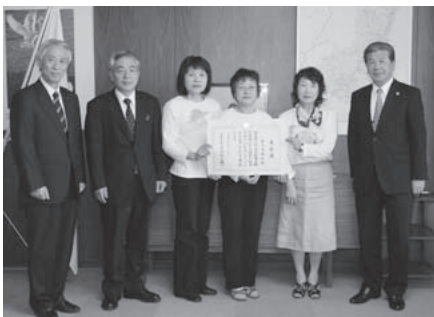
また、東関東自動車道水戸線と北関東自動車道の交差部である茨城 JCT(仮称)では、建設現場を見学しながらネクスコの担当者による高速道路の整備状況説明などを熱心に聞いていました。



子どもの読書活動に貢献 おはなしグループ「ひこうせん」が文部科学大臣表彰を受賞

子どもが積極的に読書活動を行う意欲を高め、特色ある優れた活動実践を行っている団体等に贈られる「平成20年度子ども読書活動優秀実践団体」に、「ひこうせん」(小玉知子代表)が選ばれ、4月23日(子ども読書の日)、国立オリンピック記念青少年総合センター(東京都渋谷区)で開かれた「子ども読書活動推進フォーラム」において、文部科学大臣から表彰を受けました。

ひこうせんは、設立以来13年間にわたり、図書館や保育園などで「おはなし会」を開くなど、子どもたちに、本への興味や関心をもたせるための活動を続けています。さらにその



活動の成果を「県読書をすすめる県民のつどい」などでも事例発表するなど、子どもの読書活動の推進や読書環境づくりへの普及啓発に貢献されています。

「かっこいいクルマの使い方」講演会を開催



小美玉市と石岡市主催(茨城県後援)で4月20日、石岡市総合運動公園小体育館において、バスや鉄道などの公共交通利用を促進するための講演会を開催しました。

かしてつ跡地バス専用道化検討委員も務める、筑波大学大学院システム情報工学研究科の谷口綾子さんを講師に招き、「かっこいいクルマの使い方」をテーマに講演を行いました。

谷口さんは「クルマ社会をバスや電車などの公共交通を利用する生活様式に変えない限り、高齢社会への対応など将来的な社会不安は解決しない」と訴えました。また、一人ひとりの移動が社会的にも個人的にも望ましい方向に自発的に変化することを促すコミュニケーションを中心とした交通政策等、「モビリティーマネジメント」について筑波大学構内バスでの実践例などを交えながら紹介しました。

第1回常陸小川ライオンズ杯(サッカー大会)を開催



第1回常陸小川ライオンズ杯(サッカー大会)[主催:常陸小川ライオンズクラブ、後援:美野里ライオンズクラブ、小美玉市サッカー協会]が市内の各会場で行われ、3部門で熱戦を繰り広げました。少年の部には9チーム、中学の部には4チームが出場し、一般の部では、11チームが3ブロックに分かれてのリーグ戦が行われ、県大会優勝のR355や一般フェスティバル優勝のアクティブライフを下し、小川FCが優勝カップを手に入れました。

少年の部: 4月20日(日)・27日(日)県立小川高校にて優勝:納場小SSS 準優勝:堅倉FC 第3位:小川JSC

中学の部: 3月15日(土)小川南中学校にて

優勝:小川南中学校 準優勝:美野里中学校 第3位:玉里中学校

一般の部: 4月6日(日)・13日(日)県立小川高校にて

優勝:小川FC 準優勝:アクティブライフ 第3位:フォース

情報ガイド

造林事業等の補助が受けられます

今年度、山林保全のため、植林等を予定される方に、県から補助金を交付します。申込みを希望される方は、左記までお問い合わせください。

対象 市内で5アール以上の森林等へ植林(150本以上)、下刈、除間伐、枝打ちを行う予定の方
申込期限 5月30日(金) 午後5時30分まで

その他 農地(開墾地等)への造林は、必ず農業委員会で農地転用手続きをして許可を受けてから植林してください。
 ただし、今年度は農業振興地域整備計画の見直を行っているため、農用地区域への植林は認められませんので、ご容赦ください。
 ※植林は5年間下刈りをするところが対象の条件です。
圃産業経済部農政課振興係
 ☎48-1111
 内線1154・1155

スポーツチャンバラ指導者講習会

子どもたちの体力低下が話題になっていきます。スポーツチャンバラは、子どもたちの体力向上を目指しています。今回大人の方がたにもスポーツチャンバラを知っていただくため講習会を催すことになりました。関心のある方はぜひご参加ください。

とき 6月15日(日) 午前10時~正午
ところ 茨城県立児童センターこどもの城(大洗町磯浜町8249-4)

内容 スポーツチャンバラの基本と指導法
対象 大人。男女・年齢は問いません。
服装 運動のできる服装でお越しください。
申込締切 5月31日(土)
後援 茨城県スポーツチャンバラ協会
甲間小美玉市スポーツチャンバラ協会(代表 三枝)
 ☎47-1217

事業主の皆さまへ 新規学校卒業生 求人受理説明会を 開催します

このたび、平成21年3月新規学校卒業生を対象とする求人募集・採用に係る取扱い等についての説明会を開催しますので、ぜひご参加ください。

とき 5月27日(火) 午後1時30分~3時30分
ところ ふれあいの里石岡ひまわりの館介護研修室(石岡市大砂10527-6)
内容 ・新規学校卒業生の求人から採用に係る取扱い
 ・高齢者・障がい者等に係る雇用施策について
 ・各種給付金(助成金)制度について ほか

甲間石岡公共職業安定所(ハローワーク石岡)新規学校卒業生担当
 ☎26-8141

「佐伯山・笠間稲荷ウォーキング」 参加者募集

とき 6月4日(水) 午前9時30分~午後3時
 受付: 午前9時~9時30分(時間厳守)
集合場所 笠間芸術の森公園北駐車場(小雨決行)
対象者 概ね50歳から70代まで

参加費 100円(保険、資料代)
 持ち物 昼食、飲み物、レジャースhirt、手袋、雨具、杖、帽子、タオル、健康保険証の控え等

申込方法 往復はがき又は封書で「笠間ウォーキング参加希望」と明記。郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、返信用にはご自分の郵便番号、住所、氏名を明記のうえお送りください。(1枚のはがきで3名まで可)
締切日 5月28日(水)
主催 県南地域高齢者はつらつ百人委員会
 ☎ FAX 029-84218575
 土浦市乙戸南1-24-24 石倉輝男

法務総合相談所を 開設します

法務局職員及び人権擁護委員が相談に応じます。秘密は固く守られます。
日時 6月1日(日) 午前10時~午後4時
 (受付は午後3時まで)
場所 ウララ2ビル4階(土浦市大和町9番2号)
相談内容 境界争い、相続・贈与・売買などの登記手続、抵当権の抹消手続、地代家賃の供託手続、戸籍の届出方法、成年後見制度、サラ金の取立て問題、夫婦・親子などの家庭内の問題、近隣のトラブル、セクハラ、子どものいじめ、DV問題など
料金 無料
甲間水戸地方務局総務課
 ☎029-227-9911

歯の何でも電話相談

歯科医師が相談に応じます。無料相談ですので、お気軽にお電話ください。
とき 6月8日(日) 午後2時~5時
受付電話番号
 ☎029-823-7930
 ☎029-835-0737
主催 茨城県保険医協会

棚一枚でもお気軽にどうぞ!

株式会社 笹光建設

〒311-3416 茨城県小美玉市与沢253-37
 TEL 0299-54-0618 FAX 0299-54-0421
 www.sasamitu.co.jp/

ささみつ 検索

新築/増改築/小さなリフォームなど

大好きいばらき就職面接会 (前期)参加者募集

大学院・大学・短大・専修学校等の平成21年3月卒業予定者の方及び既卒で未就職の方を対象に面接会を開催します。履歴書を複数持参のうえ、ご参加ください。

開催日・場所

■水戸会場

- ・5月27日(火)
- ・フェリヴェール・サンシャイン
(水戸市白梅2-3-86)

■土浦会場

- ・5月29日(木)
- ・ホテルマロウド筑波
(土浦市城北町2-24)

・各会場とも、(午前の部)午前10時30分〜午後12時30分、(午後の部)午後1時30分〜3時30分
・参加予定企業等の最新情報を「大好きいばらき就職面接会ホームページ」をご確認ください。

岡山労働政策課

☎029-301-3645
http://www.pref.hiroshima.jp/bukyoku/styokou/rosei/h20datsuki/index.html

調理師試験及び予備講習会

【調理師試験】

期 日 8月26日(火)

午前9時15分集合

試験場願書受付

常磐大学(水戸市見和1-430-1)

用意するもの

受験料6,400円、写真1枚、最終学校の卒業証明書または卒業(証書の写し(原本も持参)、受験願書、調理従事証明書、合格通知書作成、その他諸費1,000円

調理師連合会水戸支部願書受付

5月30日〜7月16日
受付時間・午前10時〜午後4時
※願書及び従事証明書等は調理師会にあります。

【予備講習会】

日 時 8月11日(月)、12日(火)の2日間

場 所

茨城県職業人材育成センター(水戸市水府町864-4)

受講料 29,000円

持参するもの

調理師試験教本及び参考資料3,600円、筆記用具、弁当

茨城県調理師連合会水戸支部

☎029-226-0727

平成20年度消費生活講座 (通信講座)の受講生募集

契約に関する基礎知識、金融商品に関する知識、くらしに関する知識に加え、昨今被害が増加している悪質商法に関する知識などを身に付けていただくことを目的とした通信講座です。

開講期間

平成20年7月〜10月

対 象

消費生活に関心を持っている県民の皆さん

人 数 300名

※応募者多数の場合は抽選になります。
受講料 無料(ただし、テキスト代、郵送料を(受講生負担))

申込方法

はがきなどに、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、職業、電話番号を記入のうえ、お申込みください。
申込締切 6月6日(金)
※当日消印有効

岡山県北地方総合事務所県民生活課

〒310-0802
水戸市柵町1-1-3
☎029-225-2490

肝炎インターフェロン治療費 助成制度について

肝炎インターフェロン治療にかかる医療費の一部が助成されます。

医療費助成の対象となる対象

- ① B型肝炎、C型肝炎及びC型肝炎ウイルス肝炎に罹患し、インターフェロンの治療をされている(される)方
- ② 茨城県に住民登録している方
- ③ 国民健康保険など各種医療保険に加入している方

助成対象となる期間

※他法令の規定により国または地方公共団体の負担による医療に関する給付を受けている方は対象となりません。

保健所へ申請書を提出した月の初日から1年間です。

医療費の助成の範囲

- ① インターフェロンの治療及

び当該治療に付随して発現する傷病に限られます。

自己負担額

② インターフェロンの治療にかかる保険診療の患者負担額から、規定の患者自己負担限度額を除いた額を助成します。

自己負担額

③ 健康保険から支給される高額療養費などは助成額に含まれません。

自己負担額

④ 保険診療以外の費用(室料差額など)は助成の対象となりません。

自己負担額

所得に応じた自己負担限度額(5万円、3万円、1万円)が自己負担金となります。

自己負担額

医療費の自己負担金が、自己負担限度額以内の場合、その医療費は助成となります。

自己負担額

申請手続き
水戸保健所(水戸市笠原町993-2)に必要な書類を揃えて申請してください。

自己負担額

認定されれば、県から肝炎インターフェロン治療受給者証が交付されます。
提出書類(①と②は水戸保健所にあります)

- ① 肝炎インターフェロン治療受給者交付申請書
- ② 肝炎インターフェロン治療受給者証認定に係る診断書
- ③ 世帯全員の住民票
- ④ 申請者及び申請者と同一の世帯に属する者の市町村税の課税年額を証明する書類
- ⑤ 健康保険証(コピー)
- ⑥ 返信用封筒(120円の切手を貼付)

茨城県保健予防課

☎029-301-3220

文部科学省所管 日本ボールルームダンス連盟認定

ダンス アカデミー美野里



社交ダンス
教室

会員募集中! 初心者 熟年者大歓迎!
詳細はiタウンページ(インターネット)に掲載中

小美玉市江戸165-3 ☎0299(48)2568
JBDFプロダンスインストラクター
半澤誠悦・松本悦子

北海道生まれの



いばらきコース 連携店

(株)エイフルコーポレーション

TEL:0299-47-0882 URL:http://www.ablecorp.jp

40歳～74歳の方で国民健康保険に加入の方へ

特定健康診査(個別健診)医療機関のご案内

特定健康診査は、集団健診と個別健診のどちらでも受診できます。個別健診のできる医療機関は下記のとおりです。受診希望の方は、**受診券・被保険者証・個人負担金(2,000円)**をお持ちになり、受診してください。

※個別健診の場合は、65歳～74歳の方の生活機能評価は行っておりません。

特定健診(個別健診)実施病院

(実施期間：H20.12.31まで)

| 医療機関名 | 住 所 | 医療機関名 | 住 所 |
|---------------|-------------------------------|---------------------|---------------------|
| 石岡循環器科脳神経外科病院 | 小美玉市栗又四ヶ 1768-29 | やまぐち病院 | 小美玉市栗又四ヶ木ノ内 1747-10 |
| 新澤医院 | 小美玉市堅倉 995 | 長島内科 | 小美玉市小川 1853-1 |
| 小川南病院 | 小美玉市小川 733-1 | 小美玉市医療センター | 小美玉市中延 651-2 |
| 希望ヶ丘ひきクリニック | 小美玉市中台 843-10 | 小美玉市国民健康保険 白河診療所 | 小美玉市飯前 589-3 |
| 斉藤病院 | 石岡市旭台 1-17-26 | 吉川医院 | 石岡市柿岡 3297 |
| 田中クリニック | 石岡市鹿の子 1-11-10 | 藤井内科クリニック | 石岡市鹿の子 2-1-36 |
| 杉並クリニック | 石岡市杉並 2-2-19 | ごとう内科 | 石岡市石岡 1-14-1 |
| 柏木医院 | 石岡市石岡 2158-3 | 芹澤医院分院 | 石岡市石岡 3165-17 |
| 石岡市医師会病院 | 石岡市大砂 10528-25 | 渡辺クリニック | 石岡市東光台 4-14-30 |
| 米村脳神経クリニック | 石岡市東石岡 2-13-27 フローラルプラザ 1F | 松山医院 | 石岡市東石岡 4-11-5 |
| 山王台病院 | 石岡市東石岡 4-1-38 | 石岡ひかりクリニック | 石岡市東大橋 1898-5 |
| 友部整形外科医院 | 石岡市南台 3-34-5 | 岡崎内科医院 | 石岡市府中 1-3-21 |
| 滝田整形外科 | 石岡市府中 2-2-12 | 川並クリニック | 石岡市府中 2-6-15 |
| 関クリニック | 石岡市府中 3-1-6 | 府中クリニック | 石岡市府中 5-11-1 |

【検診項目】

問診・身体測定(腹囲を含む)・血圧・採血(脂質、肝機能、血糖、尿蛋白)

※前年度の検診結果に基づき医師が必要と認めた場合に実施する項目 心電図・眼底・貧血

【問い合わせ】 医療保険課 ☎48-1111 内線1101

脳ドッグ検診の助成を行います

国民健康保険の被保険者の疾病予防と早期発見のため、脳ドッグ検診の助成を実施します。ぜひ、ご利用ください。

◆対象者

国民健康保険に加入している満30歳以上の方(検診日現在)で国民健康保険税を完納している世帯に属する被保険者

| 検診機関 | 検診料金 | 市補助金 | 一部負担金 |
|--------------------------------|---------|---------|---------|
| 石岡循環器科脳神経外科病院 ☎0299-58-5211 | 26,250円 | 15,000円 | 11,250円 |
| 山王台病院 ☎0299-26-3130 | 20,000円 | | 5,000円 |

◆あらかじめ検診機関で希望検診日の申込みをしてください。 ◆保険証・印かん持参のうえ、下記の窓口でお申込みください。

【問い合わせ】
 小美玉市役所医療保険課 ☎48-1111 内線1101・1103
 小川総合支所総合窓口課 ☎48-1111 内線2101・2102
 玉里総合支所総合窓口課 ☎48-1111 内線3104

◆検診当日に一部負担金を検診機関へお支払いください。



むし歯は日常のちょっとしたことに注意をすれば、経験しなくてすむ病気です。それには以下の大切な3つのポイントがあります。毎日の生活を見直し、むし歯ゼロを目指しましょう。

ポイント1

●歯みがきよりも大事!? 食生活でむし歯予防

①よく噛んで食べよう

食物(特に硬いもの、食物繊維が多い野菜や果物)をよく噛むことで、食物や唾液が歯の表面をこすって歯垢がつきにくくなります。

②むし歯になりやすいおやつ・なりにくいおやつ

以下の表を参考に、むし歯になりにくいおやつを選んであげましょう。



| | むし歯になりやすいおやつ | むし歯になりにくいおやつ |
|-----|---|---|
| 特徴 | <ul style="list-style-type: none"> ・歯につきやすい ・口の中に長い時間入っているもの ・砂糖が多く含まれている | <ul style="list-style-type: none"> ・歯につきにくい ・かみごたえがある ・砂糖が少ない |
| 食品例 | キャラメル・あめ・グミ・クッキー・チョコレート・ケーキ・まんじゅう など  | せんべい・クラッカー・すもも・果物・チーズ・おにぎり・小魚・スティック野菜 など  |

③だらだら食べない…時間と量を決める

私たちの歯は、飲食のたびに歯がわずかに溶ける脱灰^{だっかい}と、再び元に戻る再石灰化^{さいせつかいか}が繰り返されます。いつも食べ物が口の中に入っているような食生活(だらだら食い)をしていると、このバランスが崩れて脱灰の時間が長くなり、むし歯になります。おやつは時間、食べる分量を保護者が決めて、お菓子を袋ごと与えないようにしましょう。

④飲み物も工夫を

スポーツドリンクやジュースを水代わりに飲んでいると、乳歯は軟らかいためすぐにむし歯になります。喉が渇いたら、お茶や麦茶を飲みましょう。



ポイント2

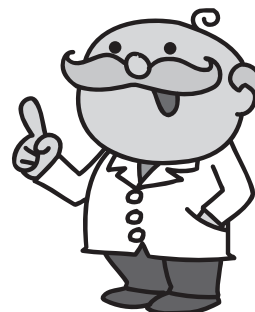
●毎日の歯みがきと仕上げみがき

食べた後は、歯みがきをしましょう。食べた後の歯みがきが基本ですが、特に大事なのは「寝る前」です。仕上げみがきは、特にむし歯のできやすいところ(歯の付け根、歯と歯の間、かみ合わせ)を重点的に。最低でも小学校3年生ぐらいまで続け、歯みがき後のチェックは高学年までしてあげるのが理想です。

ポイント3

●ホームドクターを作り、歯の定期検診を

歯科医院にはむし歯になってから行くのではなく、むし歯になる前に訪れて定期的な歯みがきの点検や指導、むし歯や歯並びのチェック、予防措置(歯の質を強くするフッ素を塗るなど)を受けることが重要です。気になることは歯科医師に相談しましょう。



四季の歌

～季節を詠む 時流を詠む～

小川短歌会

腰を病めば詮方なく家に籠れども畑を打ちたし馬鈴薯播きたし
花ひらき初めたるトマト苗植え居るに学友の訃報になぜかさびしも
刺抜きの地蔵に捧ぐる香煙もて痛む身体を清むる我も
白い米を夢に見たとう戦争の最中を耐えた日も遠くなれり
母逝きてはや一年と振り返る咲き初めし梅もあの日と同じ

幡谷啓子
宮本長治
山口清
沼田みどり
根本智恵子

みのり短歌クラブ

菜園の野菜使える安心に今日も夕餉の献立つくる
生きて行くしるべは何もあらねども冬日あまねき縁に坐れり
道に合うたびに交せる言葉ふえとぼしからざり老いのよるこび
冬晴れの箱根の空に弓を引くへラクレスの像力漲る
編む手止め窓より仰ぐ夜の空暗くしずまり月と星見ゆ

碓谷きえ
松島夏江
吉野年雄
大平勇次
藤井とり子

みのり短歌教室

購いし球根植えむと幾度も探す箱すみ花芽がのぞく
身も心も病みて千代紙折る智恵子安達太良遠く逝く五十三歳
夏近き空いつぱいの羊雲ゆつくりゆつくり東へ移る
わが母も娘三人育てしと映画「母へ」涙して見る
安達太良の白き山脈望み来てきみまるライブに笑い久しき

皆藤豊子
小林英子
佐藤まさ
白井ふく江
鈴木てるえ

玉里短歌会

光陰の早さに戸惑う老耄は妻逝きて今日十三回忌
姑様百歳黄泉への道に送り来て遺影の夫に報告をする
鴨の首傾げつつ水掬う小さき溜りの水温みたり
梅かおる天神さまに詣でたる我につがいの鳩くくみ鳴く
道のべの桜連翹雪柳いずれ劣らず吾を誘う

高柳義信
平野ふさ
池上昭
小松きそ
野口初江

寄稿

転勤と訪ねし人を見送りぬ思い出胸にそつと封じて
恒例の姉弟会なり一泊を六人揃う皆高齢者

平澤ヒロ江
小松庄治右衛門

お詫びと訂正

前号の「くるみ俳句会」の俳句に誤りがありました。ここに訂正し、お詫びいたします。
白鳥の帰り支度や水鏡

福島邦誉

小川俳句会

大平山訪けば桜の真つ盛り
花いかだ川幅広げ流れ行く
喜寿なれば一夜の宿も春爛漫
咲き満ちて山野かがやく桜かな
満開の桜を散らす通り雨

河原井美代
内田とみ
国友信子
清水静子
田山一男

みづうみ俳句会

花曇り空を押し行く鳥の声
つくばねに艶なる帷幄月
閑散と日差す帰雁の沼明かり
リーダーのめぐれる墓地に花の域
メール待つ一人の時間春の風邪

榎本喜代子
堺重夫
和田一晴
笹目徹
長島久美子

みのり俳句会

春めきて洋服店につい寄りし
春の海昔を偲ぶ関所跡
薄水を踏みながらゆく厨まで
老いの身に春は一足遅れ来る
引き返へすわけにもいかず春の泥

宇津野岩子
木名瀬やえ子
坂原光子
篠原新草
島田草心

くるみ俳句会

春ですね声はね返す山こだま
さざめきて春の生まれてゐる渚
みな眠る今宵のバスの花見酒
時として酔ひつづれたし四月馬鹿
さくら散る母の小鈴の天辺に

井坂あさ
渡部みつえ
岡島静進
林村小夜子
木村小夜子

玉里俳句おたまじゃくしの会

北山のいととき程の野路すみれ
それぞれの夢を乗せたる花筏
鶯の声しきりなる木立かな
道の駅バスに持ち込む春野菜
種浸し声高々と村の衆
垣根から香り漂う沈丁花
春一番飛沫飛びゆく波頭
清明や頻りに池の鯉跳ねる
梅三千短冊下がり静かなり
御社へつづく参道花明り

宮登志子
安彦昭子
荒井栗山
大塚幸子
茅場久子
高橋正治
高野紅葉
田山森俊
遠藤信
石橋ひろ

小川B&G海洋センターから 平成20年度水泳教室(全9回)の参加者募集!

| コース | 日 程 | 対 象 | 定 員 |
|---------------|-------------------------------|---------|-----|
| A | 6月17日～9月30日 毎週火曜日 午後4時～5時30分 | 小学4～6年生 | 60名 |
| B | 6月18日～9月24日 毎週水曜日 午後4時～5時30分 | 小学2・3年生 | 60名 |
| C | 6月19日～9月25日 毎週木曜日 午後4時～5時30分 | 小学1年生 | 60名 |
| D | 6月20日～9月26日 毎週金曜日 午後4時～5時30分 | 幼児4・5歳児 | 60名 |
| E | 6月18日～9月24日 毎週水曜日 午後7時～8時30分 | 一 般 | 20名 |
| F | 6月21日～9月27日 毎週土曜日 午後7時～8時30分 | 一 般 | 20名 |
| 温水浴 (水中運動) | 6月18日～9月24日 毎週水曜日 午前10時30分～正午 | 一 般 | 60名 |

※受付期間内でも、定員になり次第締め切ります。ただし、定員に満たない場合は期間外でも受け付けします。
(金額は同額です)

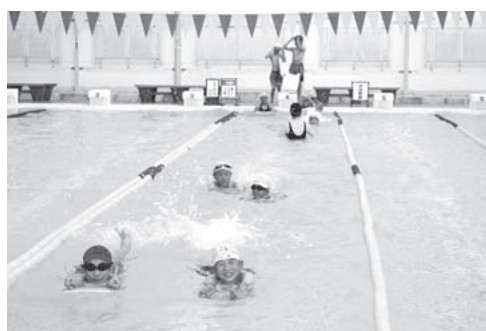
※温水浴教室のみ、定員枠を超えても受け付けします。

※夏休み期間は休講となります。

※受付期間内の休館日(月曜日)は、受け付けしません。

※水着、キャップ、ゴーグルは各自名前を書いてご用意ください。

※対象学年(歳)は、今年の年齢及び学年となります。



▲昨年の水泳教室のようす

受講料 各コースとも 2,000円

受付期間 6月1日(日)～7日(土)午前9時～午後6時

申込方法 受講料を添えて、小川B&G海洋センターにお申込みください。

電話・ファックスでの受け付けはしません。

【問い合わせ】 小美玉市教育委員会 生涯学習課 スポーツ振興係(玉里 B&G 海洋センター内) ☎ 26 - 5761

裁判員制度Q&A



裁判員制度とは、国民の皆さんに裁判員として刑事裁判に参加してもらい、被告人が有罪か無罪か、有罪の場合どのような刑にするのかを裁判官と一緒に決めてもらう制度です。裁判員制度は、国民皆さんの積極的な協力をなくしては成り立たない制度です。
このQ&Aを通して、裁判員制度に理解を深め、刑事裁判に参加することへの負担感や不安感を少しでも軽減していただきたいと思えます。

Q1 どのような事件を扱うのですか？

A1 裁判員裁判の対象事件は、一定の重大な犯罪であり、具体例は次のとおりです。

- ① 人を殺した場合(殺人)
- ② 強盗が人にけがをさせ、あるいは、死亡させた場合(強盗致死傷)
- ③ 人にけがをさせ、その結果、死亡させた場合(傷害致死)
- ④ ひどく酒に酔った状態で、自動車を運転して人をひき、死亡させた場合(危険運転致死)
- ⑤ 人が住んでいる家に放火した場合(現住建造物等放火)
- ⑥ 身の代金を取る目的で、人を誘拐した場合(身の代金目的誘拐)
- ⑦ 子どもに食事を与えず、放置して、死亡させた場合(保護責任者遺棄致死)などです。

このような事件であっても、被告人の言動等により、裁判員やその家族に危害が加えられたり生活の平穏が著しく侵害されるおそれがあり、裁判員の参加が非常に難しいような事件では、裁判官のみで裁判を行うことがあります。



わが家の アイドル



こぼりねね
小堀 寧々ちゃん

(平成 19 年 1 月 11 日生)

◆お外大好き!! 保育園でお友達をいっぱい作って、元気に明るく育つてね。



いそべりゅうび
磯辺 龍飛ちゃん

(平成 18 年 5 月 8 日生)

◆お姉ちゃんと、ママごと遊びをするのが大好きです。のびのびと育つてね。

★わが家のアイドルを募集します!

対 象 1歳から3歳ぐらまでのお子さま

申込先 秘書広聴課

☎ 4 8 - 1 1 1 1 内線1221

第 2 回 小美玉市文化協会祭を開催します

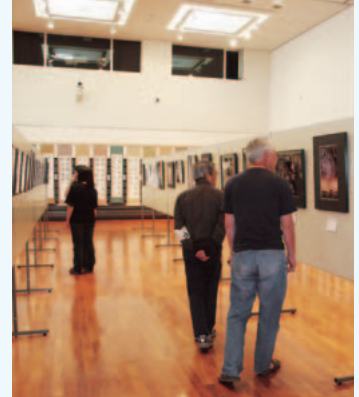
6月6日(金)から 8日(日)及び13日(金)から15日(日)に文化協会祭を開催します。ぜひご来場ください。

会 場 小川文化センター
四季文化館(みの〜れ)
生涯学習センター(コスモス)

内 容 舞台発表…コーラス・舞踊・
民謡 ほか
作品展示…絵画・書道・手芸・
盆栽 ほか

その他…茶会・はたおりり ほか
※詳細については、これから発行される
広報紙またはチラシをご確認ください。

問い合わせ 生活文化課
(小川文化センター内)
☎ 5 8 - 0 9 2 1



続けています!

～自然に親しみながら、自然の保護・育成に努めています～
小美玉生物の会の皆さん



広瀬先生と三輪教育長をお迎えして

【主な活動内容】
小美玉市の自然観察調査を毎月実施、小中学生・一般住民参加による自然観察会、市実施の公民館事業、生涯学習事業、農村環境整備事業、まちづくり事業、コミュニティ事業等への協力他調査研究結果を会報「さとやま」、市民文化祭、ホームページ等で報告。

今後は、「故郷の自然への理解を深め、かけがえない自然を大事にする心を育む活動を行い先人から受け継いだ豊かな自然を後世に引き継いでいきたい」と語ってくれました。

今回は、周辺の野山、池などの植物や生物の観察・調査を行い、自然に親しみながら、自然の保護・育成に努めている「小美玉生物の会」(大地 洗会長)を紹介します。
生物の会は、平成9年4月に発足し、植物班、鳥類班、昆虫班、魚類班の4班編成で、地域の生物の種類や分布の調査を通じて自然環境保全に向けての自主活動を行っています。
平成17年3月には、これまでの8年間に及ぶ自然観察と調査活動を「みりのりの自然」にまとめ発刊しました。平成18年3月新市合併に伴い小川、玉里地域へと調査活動は広がり新しい数々の知見が得られました。

6月

休日診療当番医(外科) 緊急診療所(内科・小児科)

緊急診療所(石岡市医師会病院内) ☎ 2 3 - 3 5 1 5

6月

| ◆受付 午前9時～11時30分・午後1時～3時30分 | | | | 休 日 | 6月1日・8日・15日 ◆受付 午前9時～11時30分 午後1時～3時30分 |
|----------------------------|---------|-------|-----------|---------------------------------------|---|
| 日 | 外 科 | | 夜 間 | | |
| 1 | 渡辺クリニック | (石岡市) | ☎(26)7633 | 6月1日・7日・8日・14日・15日 ◆受付 午後7時～10時30分 | |
| 8 | 友部整形外科 | (石岡市) | ☎(26)2339 | | |
| 15 | 関クリニック | (石岡市) | ☎(23)8300 | | |

◆病气やケガのとき、お医者さんを探す(24時間対応) ☎ 0 2 9 - 2 4 1 - 4 1 9 9

◆お子さんが急な病气などで相談したい時(相談時間:午後6時30分～午後10時30分) ☎ 0 2 9 - 2 5 4 - 9 9 0 0

〈編集・発行〉小美玉市役所秘書広聴課

☎ 0299 - 48 - 1111 内線 1221



この広報紙は、環境に優しい大豆インキで印刷しています。



携帯電話から市政情報をご覧になれます。

<http://www.city.omitama.lg.jp/mobile/index.html>

平成 20 年 5 月 15 日 広報おみたま 20

次回広報おみたま 6 月号の発行日は 6 月 12 日 (木) です。