



城里町社会福祉協議会の臨時職員を募集します

町社会福祉協議会では、ふれあいタクシーのオペレーター (臨時職員) を募集します。

職務内容 電話等による、ふれあいタクシーの予約受付及びドライバーへの指示連絡、パソコン入力等

募集人員 2人

勤務場所 常北保健福祉センター1階 ふれあいタクシー情報センター

勤務日及び勤務時間

月曜日から金曜日の①午前7時～正午②正午～午後5時 (ローテーションによる、週数回の勤務)

勤務開始日 12月3日 (月)

※採用者は、11月下旬から10日前後の研修を実施します

賃金 時給750円

応募資格 ①高等学校卒業以

上の学歴を有すること②町内に居住又は通勤可能なこと③55歳以下④簡単なパソコン操作ができる方

応募方法

市販の履歴書 (写真添付) に必要事項を記入して、町社会福祉協議会 (常北保健福祉センター2階) までお申込みください

応募期間 9月18日～10月5日まで (郵送の場合は、10月5日消印まで有効)

採用決定 面接の上、決定

問合せ

町社会福祉協議会
 ☎029-288-7013

筋力アップ教室の参加者募集

日頃から適度な筋力トレーニングの習慣をつけることが、元気に過ごしていく近道です。ぜひ、ご参加ください。

日程 11月9日、30日
 12月14日、21日
 平成20年1月11日、25日
 2月8日、22日

各日とも午前10時～11時30分 (9時40分から受付)

場所 常北保健福祉センター

研修室

対象者 町内在住で教室に関心のある方 先着50人

指導員 インストラクター 磯崎幹子

持参するもの 動きやすい服

装と靴、タオル、飲み物 (水分補給用)、健康手帳 (持っている方)

申込受付 10月1日から

※定員になり次第、締切り

申込み・問合せ

健康福祉課 (常北保健福祉センター内)
 ☎029-240-6550

「平成20年版茨城県民手帳」の予約受付

●ポケット判 (7cm×12cm) 鉛筆付き 300円/冊

●標準判 (8.2cm×13.9cm) 400円/冊

●デスク判 (14.9cm×21cm) 900円/冊

内容

各月の行事予定表、週間ダイアリー/住所録/市役所、役場、県庁や出先機関、主な官公庁、公立病院等の所在地・電話番号/県内主要最新統計データ/全国都道府県勢の概要、茨城県市町村勢の概要/郵便料金、印紙税額早見表、計量単位換算表/市町村区域図など

申込方法

電話・FAX・Eメール等で手帳のサイズ、冊数、氏名、連絡先をお知らせください

申込締切り 9月28日 (金)

申込先・問合せ 企画財政課

☎029-288-3111

☎029-288-3113

✉kikaku@townshiroto.jp

第26回「BARAKIウォークフェスティバル」

日時 10月21日 (日) 午前8時30分受付～午後3時

集合場所 常陸大宮市 御前山総合支所

参加費 無料

持参品 昼食、水筒、雨具、敷物 (ゴザ等) など

申込方法 はがきに住所・氏名 (ふりがな)・年齢・電話番号を明記のうえ、10月15日までに申し込んでください (電話、FAXでも可)

定員 300人 (先着順)

申込先・問合せ

県生活環境部 環境政策課 (〒310-8555 水戸市笠原町978-6)
 ☎029-301-2946
 ☎029-301-2949

障害者就職面接会

日時 9月28日 (金)

午後1時～3時30分

場所 ホテルレイクビュー水戸

申込先・問合せ

ハローワーク水戸 (水戸公共職業安定所)
 ☎029-231-6221

知事と語ろう「明日の茨城」

県では、橋本昌知事と県民の皆さんとが直接、自由に話し合う対話集会「知事と語ろう『明日の茨城』」を開催します。「茨城」について日頃感じていることや、気付いたことを知事に直接伝えてみませんか?

日時 10月11日 (木)

午前10時～正午

場所 水戸合同庁舎2階

参加対象 20歳以上の方

募集人数 100人

参加費 無料

申込方法 官製はがき、FAX、Eメールに、郵便番号・住所・氏名 (ふりがな)・年齢・性別・電話番号・職業を記入し申し込んでください

※複数の方で申し込む場合、必要事項は申込み者全員分をご記入ください

締切り 9月27日 (木) 必着

申込先・問合せ 県北地方総合事務所 県民生活課 (〒310-0802 水戸市柵町1-3-1)

☎029-225-2490
 ☎029-228-1725
 ✉hokusenmin@prefiba-raki.jp

ねんりんピック茨城2007 イベント観覧者募集

ねんりんピック茨城2007では、県内4会場で実施するイベントの観覧者を募集しています。

募集内容（▼がイベント名）
笠松運動公園

・11月10日 ▼総合開会式
結城市民文化センター「アクロス」

・11月11日 ▼音楽文化祭
▼ファッションショー

つくば国際会議場

・11月10日 ▼美勇伝（NACK5公開生放送 HIT S! THE TOWN）

・11月11日 ▼グッチ裕三ライブ ▼三村奈々恵マリン
パソコンサート ▼柳生真吾
講演会

・11月12日 ▼平野レミトークショー ▼長谷川きよし
トーク&ライブ

・11月13日 ▼服部幸應の食育・健康トーク ▼大田仁史&遙洋子のいきいき健康
トーク ▼金田一秀穂の世界一受けた授業

県民文化センター

・11月13日 ▼シンポジウム
▼総合開会式

応募方法 官製往復はがきに、応募者本人の郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号・イベント名、同伴者がいる場合は同伴者の氏名・年齢、同伴者と応募者の関係、総合開会式については、希望するシャトルバス乗り場を記入してください。※車椅子、手話通訳、託児所（つくば会場のみ）の利用希望者は、その人数も記入

Dr. 健康コラム

熱中症予防についてのQ&A

国保七会診療所

上井 雅哉

Q 熱中症とは？

A 熱中症は、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調節が機能しなくなるなどの原因で起こります。時に死に至る可能性のある病態ですが、予防することが可能です。

Q どんなときに、どのような人に、起こりやすい？

A 暑さへの慣れが関係するので、急に暑くなったときです。気温が比較的低くても湿度の高いとき、風の弱いときは汗が乾きにくいため要注意！

また、高齢者、子ども、肥満の人、過度の着衣、普段運動をあまりしない人などはより影響を受けやすいと言えます。

Q 症状と対処法は？

A 【重症度Ⅰ度】めまい、立ちくらみ、筋肉のこむら返り、汗がふいてもふいても出てくる↓水分、塩分を補給しましょう。早め早めの手当

てが大切！

【重症度Ⅱ度】頭ががんとする、吐き気、吐く、体がだるい、判断力・集中力の低下

↓涼しい場所です足を高くして休み、水分・塩分を摂ります。自分で水分・塩分が摂れなければすぐに病院へ！

【重症度Ⅲ度】意識がない（失神）、体がひきつくる（けいれん）、体温が高い（40℃以上）、呼びかけに対し返事がおかしい、真直ぐに歩けない↓水や氷で冷やしなが

ら、救急隊を要請します。

Q（応急処置として）効果的に体温を下げる方法は？

A 濡れタオルをあてて扇ぐ、太い血管のある首、脇の下、足の付け根を氷嚢で冷やすなどが有効です。

Q 日常生活での注意点は？

A 暑さを避け（外出時日傘・帽子）、薄手で放湿性の高い衣服を選んで着用し、こまめに水分を補給することが大切です。

Q 高齢者は普段、どのようなことに注意したらいい？

A 高齢者は、体の血液量が若年者に比べて減少しているため、特にこまめに水分をとる（入浴後に飲み、寝る前に

飲み、枕元にも置く）よう努めてください。入浴もぬるめで短時間が勧められます。（ただし、水分制限、ナトリウム制限のある方はどの程度まで摂ったらよいかを主治医にお尋ねください）

Q 水分、塩分の補給は？

A 運動時など、運動の前後の体重減少分に見合った水分を摂るべきですが、汗を多くかく場合には塩分の補給も必要です。0.2%程度の食塩水（1ℓの水にティースプーン半分の食塩（2g）が適当です。また、糖分は疲労の予防に役立つため、好みで角砂糖やはちみつを溶かして飲みます。市販のスポーツドリンクも有効です。冷やして飲む方が深部体温を下げる効果があり、吸収する器官である小腸に速やかに移動します。

まだまだ暑い日もあります。以上を参考にして、暑さを乗り切ってください。

・参考文献「環境省 熱中症保健指導マニュアル2007年6月改訂版」



「ふるさと発見歴史講演会」の案内

昨年引き続き「ふるさと発見歴史講演会」講演会を開催します。今年は知っているようで知らない、地元産業「栗野春慶塗」についてです。

日時 10月28日(日) 午前10時から

場所 コミュニティセンター城里 研修室

講演内容 「栗野春慶塗」の伝統を守って」

講師 稲川武男さん(栗野春慶塗伝承者)

申込期間 9月10日(月)～10月12日(金)まで

(平日午前9時～午後5時)

申込先 教育委員会事務局生涯学習グループ

問合せ ☎029-288-3135

郷土資料館主催「栗野春慶塗パネル展」

茨城県指定無形文化財「栗野春慶塗」は、日本三大春慶にも数えられる透き漆の仕上がりが美しい伝統工芸です。

製作に従事する稲川武男さんは、技術の保存と継承に永年尽力した功績により、昨年、地域文化功労者文部科学大臣表彰を受けました。

郷土資料館では、稲川さんにご協力いただき

栗野春慶塗の製作の様子などを紹介する「栗野春慶塗パネル展」を開催します。たくさんの方のご来場をお待ちしています。

会場・会期 (2会場を巡回)

●コミュニティセンター城里

10月24日(水)～11月1日(木)

●桂図書館・郷土資料館

11月7日(水)～12月13日(木)

問合せ 郷土資料館

☎029-288-4946



後期高齢者医療制度の被保険者証のお知らせ

平成20年4月1日から後期高齢者医療制度が始まるに伴い、新たに後期高齢者医療の被保険者証が市町村から送付されます。

●加入対象者および加入日について

75歳以上の方(65歳以上の一定の障害を有する方で広域連合が認定した方も含みます)が対象となります。なお、平成20年3月31日の時点において、老人保健法医療受給者証をお持ちの方は、今までの国民健康保険や社会保険等の健康保険から全員が後期高齢者医療の被保険者になります。

また、平成20年4月1日以降に75歳(一定の障害を有する方については65歳)の誕生日をむかえる方は、誕生日から後期高齢者医療の被保険者となります。

例) 9月15日が75歳の誕生日の場合 ⇒ 9月15日から後期高齢者医療の被保険者

●被保険者証をお届けする時期について

①平成20年3月31日の時点で75歳になっている方

⇒平成20年3月中に1人1枚の後期高齢者医療の被保険者証をお渡しします。

②平成20年4月1日以降に75歳の誕生日をむかえる方

⇒75歳の誕生日をむかえる日までに後期高齢者医療の被保険者証をお渡しします。

●平成20年4月1日以降は、後期高齢者医療の被保険者証を医療機関窓口に出してください

現 在

健康保険証

+

老人保健法医療受給者証

➡

平成20年
4月1日から

後期高齢者医療
被保険者証

(大きさは、現行の
医療受給者証と同じです)

●問合せ

茨城県後期高齢者医療広域連合 (〒311-4141 茨城県水戸市赤塚1-1ミオス1階)

☎029-309-1212

☎029-309-1126

[HP] <http://www.ibaraki-kouikirengo.ecnet.jp/>

城里町役場 保険課 老人医療係 ☎029-288-3111 (内線372)