

しろさと

3月号

平成24年
2012

No.86



練習の成果を披露！

ななかい保育所生活発表会

(関連記事は8頁に記載)

Contents

東日本大震災から1年.....	2
城里町農業委員会委員一般選挙の結果について..	4
がん検診を受けましょう.....	5
お知らせ.....	6
まちのわだい.....	8
Dr. 健康コラム.....	10
はるその常北高校.....	11
文芸しろさと.....	12
桂図書館資料館だより&今月の相談.....	13
1才になりました.....	14



東日本大震災 から1年

～地震災害に備えて～

平成23年3月11日午後2時46分、東日本大震災が三陸沖を震源として発生。城里町でも震度6弱を記録し、大きな被害を受けました。

震災の日から間もなく1年が経過しようとしています。あらためて、震災時の状況を振り返り、地震にはどのような備えが必要かを考えてみましょう。

● 城里町の被災状況

東日本大震災の長時間にわたる大きな揺れにより、多くの家屋が屋根瓦の落下や塀の倒壊などの被害を受け、町内の道路も陥没や土砂崩れなどが多数発生しました。

また、震災発生時から3日間にわたり停電したため、広範囲で通信手段が断たれ、情報収集・提供が全くできない状態に陥りました。さらに、水道施設においても町内5箇所の浄水場が稼働停止し、町内全域で断水が発生したため、飲料水や生活水の確保が困難となりました。

これらの影響で、家庭では電化製品が使用できなくなるとともに、飲料水や食料品など生活必需品の入手が困難となり、日常生活に重大な支障が生じました。

○家屋への被害 (平成24年2月7日現在)

全壊/15棟、半壊以上/244棟

○避難所への避難者数

ピーク時1,000人超

○町施設等の被災状況

- ・役場本庁舎、桂支所、坏地区公民館、常北中学校(旧校舎の大半)、かつら保育所が損壊により使用不可。常北学校給食センターは復旧工事のため稼働を休止している。
- ・道路の被災箇所(軽微な箇所除く)/約150か所、通行止め/震災直後10か所→1月4日現在なし

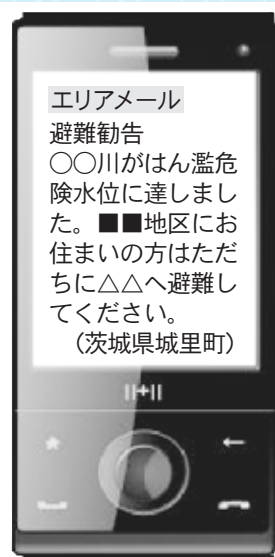
【町道8-0595号線復旧前後の様子】



▲復旧前



▲復旧後



※画面はイメージです。



- ・城里町内に一斉配信されます。
- ・緊急地震速報とは異なる専用警告音でお知らせします。



情報の
配信を依頼



城里町役場

城里町では、3月1日からNTTドコモの「エリアメール」サービスを活用した災害発生時の連絡手段を導入しました。
エリアメールは、町内の送信エリア内にあるNTTドコモの携帯電話(二部古い機種を除く)に対し、避難勧告・指示や警戒区域情報、洪水情報、土砂災害警戒情報などを一斉に配信するものです。

エリアメールによる情報提供

地震が発生したとき、被害を最小限に抑えるにはどうしたらよいか？

まず、一人ひとりが地震について関心を持ち、日頃から正しい心構えを身につけておくことが大切です。実際に発生した被害や、自らの体験を生かしながら、地震に対する備えを、この機会に家庭などで話し合ってみましょう。

防災マニュアルその①

家庭での防災会議

地震の時に家族が慌てず行動できるよう、日頃から話し合い、情報を共有しておきましょう。

- 地震はいつ起こるかわからないことから、時間帯や誰が在宅してるかなど様々なケースを想定し話し合っておきましょう。
- 話し合いでは、想定したケース毎に分担を決めるほか、高齢者や乳幼児など家族構成も考慮し、次のようなことも相談しておきましょう。
 - ・家の中でどこが一番安全か
 - ・避難場所、避難路はどこか
 - ・非常持出袋はどこに置いてあるか
- 住所、氏名、連絡先や血液型などの自分の情報を記載した避難カードを作成し、普段から携帯しましょう。



防災マニュアルその②

家族との連絡方法の確認

家族が離ればなれで被災したときを考えて、お互いの安否の確認手段を考えておきましょう。

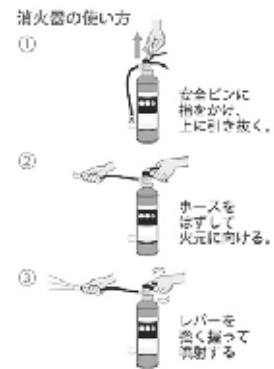
- 家族が離ればなれで被災した場合、自分の身の安全が確保できたら、次は家族の安否を確認しましょう。
- 被災地では、連絡手段が限られていますので、公衆電話等から利用できるNTTの「災害伝言ダイヤル171」や携帯電話の「災害用伝言板」などのサービスがあるので活用方法を知っておきましょう。

防災マニュアルその③

火災を防ぐ・火災に備える

地震による火災が発生すると大きな被害をもたらします。火災を出さないためには日頃からの備えが大切です。

- 時間帯や季節、場所などによって出火の危険性は異なります。様々な状況をイメージして出火防止に努めましょう。
- 消火器の正しい使い方を理解し、いざという時に使いやすい場所に備えておきましょう。
- また、消火器には有効期限があるので確認しておきましょう。



防災マニュアルその④（もし地震が発生したら？）

身の安全の確保

まずは周囲を確認。身の安全を確保しましょう。

- あわてて行動すると、転倒した家具類、飛び散ったガラスの破片等でケガをする恐れがあります。
- 小さな揺れの時、または揺れがおさまった後に、窓や戸を開け、出口を確保しましょう。

消防庁防災マニュアル－震災対策啓発資料－ (http://www.fdma.go.jp/bousai_manual/index.html) より

問合せ 総務課 ☎029 - 288 - 3111 (内線223、225)

城里町農業委員会委員一般選挙の結果(1月29日執行)

任期満了に伴う城里町農業委員会委員一般選挙は、1月24日に告示され、第1選挙区(定数7)、第2選挙区(定数6)、第3選挙区(定数3)の各選挙区において、立候補届出者が定数を超えなかったため、無投票となり立候補者16名が当選しました。

※当選者の氏名(備考欄の団体等からの推薦者を除く)は、下表をご覧ください。

問合せ 城里町選挙管理委員会 ☎029 - 288 - 3111 (内線222)

* 城里町農業委員会委員が決定しました *

2月16日に第1回臨時総会が開催され、農業委員会委員の役職及び担当区域が決定しました。

	氏名	担当区域	備考
第1選挙区	根本 正典	石塚西区、新町区、石塚1・2・3区	議会推薦
	片根 邦	石塚4・5・6・7区、大堀区	会長職務代理者
	三村由利子	那珂西2・3区	議会推薦
	檜山 成一	那珂西1区、中妻区、上泉区	
	富永 幸男	増井1・2区、磯野区	
	園部 廣	上入野1区	
	江幡 龍夫	上入野2区	土地改良区推薦
	川又 憲明	上青山区、下青山区、勝美沢区	
	綿引 幸一	小坂区、春園区	
第2選挙区	代々木英夫	下古内1・2・3区	
	森田 幸正	上坏区、粟区一部	
	黒澤 正行	下坏区、粟区一部	
	青柳 英幸	北方区、高久区	
	加藤木勝三	錫高野区、孫根区	
第3選挙区	小林 講一	阿波山区、高根区、岩船区	
	長谷川 毅	上阿野沢区、下阿野沢区、御前山区	
	鯉渕 善子	上古内区	J A水戸推薦
	勝村 忠次	小勝1・2区	
	富田 昇	塩子1・2区	会長
	蘭部 文明	徳蔵区、塩子3区	J A茨城中央推薦
	片岡 藏之	上下赤沢区、大真区	



会長
富田 昇



会長職務代理者
片根 邦

農地に関する相談等がありましたら、お気軽に農業委員または事務局までお問い合わせください。

問合せ 農業委員会事務局 ☎029 - 288 - 3111(内線360~362)

人権擁護委員に委嘱されました

人権擁護委員は、市町村において地域住民の人権が侵害されないよう注意を払い、人権が侵害された場合には、その相談を受けるとともに、法務局などと連携し、被害救済にあたります。また、人権の大切さについての理解を深めてもらうための活動に努めます。

このたび、1月1日付で人権擁護委員2人が再任されましたのでお知らせします。任期は3年間です。

【人権擁護委員】

阿久津 紘さん(小勝)
盛田 守さん(徳蔵)

問合せ 健康福祉課 ☎029 - 240 - 6550

県町村議長会副会長に 小松崎三夫議長が 選任されました

1月31日に行われた、茨城県町村議会議長会臨時会において、小松崎三夫町議会議長が茨城県町村議長会副会長に選任されました。

問合せ 議会事務局
☎029 - 288 - 3111(内線300)

がん検診を受けましょう！

〜城里町のがん検診の受診状況から〜

■がん検診の必要性

日本人の死亡原因第1位は「がん」で、年間およそ30万人の方が亡くなっています。

現在のところ、がんを完全に予防することはできないため、早期に発見し、早期に治療をおこなうことが重要です。

そのために必要なのが「がん検診」です。

■町のがん検診について

広報しろさと4月号、健康カレンダー、及び町ホームページで検診日程・場所等をお知らせします。受診を希望する方は平成24年4月1日〜4月末日までに、次の方法により健康福祉課までお申込みください。

■申込方法

- 平成24年度健康カレンダー表紙の申込書（検診連絡カード）を切り抜き、住所、氏名等の必要事項を記入し、希望する検診に○を付けて、次の①〜③のいずれかの方法でお申込みください。
- ① 郵送、② FAX、③ 健康福祉課または各支所へ直

■接持参する

※はがきと同じ内容を記載し、電子メールでの申し込みも可能です。

※平成23年度にがん検診を受診した方には、全員に対して平成24年度の間診票を送付しますので、新たに申し込みをする必要はありません。

■城里町のがん検診受診者数（平成17年度〜23年度）

健康増進法に基づき、城里町が行っているがん検診は、肺がん、胃がん、大腸がん、子宮がん検診、乳がん、前立腺がんの6種類です。部位別で一番受診者が多かったのが肺がん、続いて大腸がん、子宮がん、乳がん、前立腺がん、胃がんの順となっています。

受診者数は、子宮がん検診、乳がん検診は平成21年度から徐々に増加していますが、それ以外の肺がん検診、大腸がん検診、胃がん検診は年々大幅に減少しており、前立腺検診は横ばいという状況です。

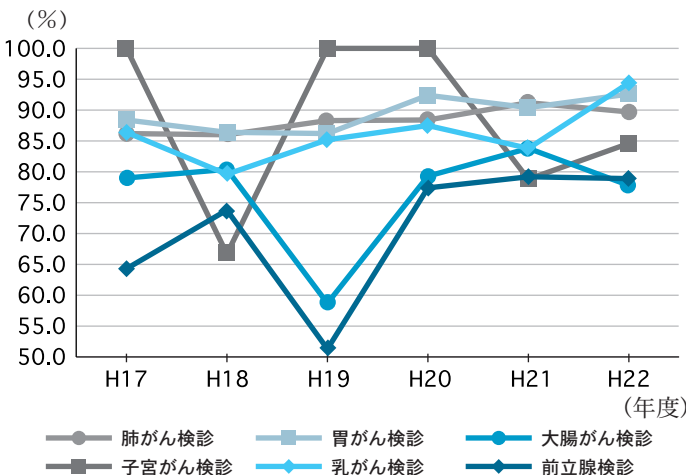
■がん検診の結果で、「要精密検査」となったら・・・

速やかに（1〜2か月以内）医療機関で精密検査を受けましょう。がん検診はスクリーニング（ふるい分け）ですから、確定診断には不十分です。異常の有無を確認し、必要があれば早期に治療を行うため、早めに精密検査を受けましょう。なお、精密検査は、健康保険が適用されますので、保険証を持参して受診しましょう。

【資料1】 城里町のがん検診で要精密と判定された人数 (単位:人)

	H17	H18	H19	H20	H21	H22
肺がん検診	94	86	94	138	91	136
胃がん検診	138	176	289	184	167	148
大腸がん検診	138	138	138	135	126	108
子宮がん検診	3	3	1	4	9	13
乳がん検診	44	49	27	40	74	54
前立腺検診	56	61	39	31	43	38

【資料2】 年度別精密検査受診率



【資料3】 城里町のがん検診による

がん発見者数

(単位:人)

	H17	H18	H19	H20	H21	H22
肺がん	0	2	3	1	1	2
胃がん	0	3	6	1	1	2
大腸がん	1	4	2	1	4	2
子宮がん	0	0	0	0	0	0
乳がん	1	2	2	1	6	1
前立腺がん	6	7	4	5	4	3

問合せ 健康福祉課(常北保健福祉センター内) ☎029-240-6550



お知らせ

INFORMATION

城里町役場 (代表)
☎029-288-3111

お知らせ

土地及び家屋等縦覧帳簿の縦覧について

納税者の皆さんが、ご自分の土地や家屋の価格(評価額)が適正かどうか比較し判断できるようにするため、土地及び家屋価格等縦覧帳簿の閲覧期間を次のとおり設けています。

期間 4月2日(月)～5月1日(火)

※土曜日午後、日曜・祝日を除く
時間 午前8時30分～午後5時15分

場所 税務課

縦覧できる方 町内に所在する土地・家屋の固定資産税の納税者またはその家族等代理権を有する方

持参するもの ①納税者本人が確認するための納税通知書・課税明細書または運転免許証
②印鑑

問合せ 税務課
☎029-288-3111
(内線121)

総合老人保健センター「ひぬま荘」土地建物売却のお知らせ

茨城町にある総合老人保健センター「ひぬま荘」の土地・建物

を一般競争入札により売却します。
公売募集期間 3月1日(木)～3月30日(金)

※詳細については組合事務局までお問い合わせください。

申込先・問合せ 水戸地方広域市町村圏事務組合
☎029-293-8939

募集

労働基準監督官を募集します

厚生労働省の専門職員(労働基準監督官)を募集します。

受験資格 ①昭和57年4月2日～平成3年4月1日生まれの方

②平成3年4月2日以降に生まれた方で大学をすでに卒業している方または平成25年3月までに卒業見込みの方

募集期間

○インターネットによる場合
4月2日(月)～12日(木)

○郵送・持参の場合
4月2日(月)～3日(火)

申込方法 原則としてインターネットによる申し込みとなります。(申込み専用アドレス
<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>)

※インターネットにより申し込みができない場合には、茨

城労働局または最寄りの労働基準監督署、公共職業安定所などで受験申込書を手直し込んでください。

※募集要綱は茨城労働局ホームページ(<http://ibaraki-roudoukyoku.site.mhlw.go.jp>)からご覧いただけます。

問合せ 茨城労働局
☎029-224-6211

高校生会員を募集します

城里町高校生会では、ともに活動する会員を募集しています。高校生でボランティアに興味がある方はお気軽にお問い合わせください。

※町外在住の方も入会できます。
活動内容
○ふれあいの船事業(小学生が船で北海道に行く宿泊学習)に引率として参加
○その他町の事業や子ども会活動に協力
○会員相互のレクリエーション事業など

定例会 日時/毎月第2土曜日
午後2時から

場所/常北公民館
年会費 500円

広告

申込先・問合せ

教育委員会事務局
☎029-288-3135

おでかけください!

●第23回東海さくらまつり

期間 4月1日(日)から15日(日)まで

ライトアップの時間 日没～午後9時

場所 阿漕ヶ浦公園(国道245号沿い)

問合せ 東海村観光協会
☎029-282-1711



納め忘れはありませんか？

～町県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料～

平成23年度分の納付がお済みでない場合には、お早めに納付をお願いします。
未納の状態が続くと、次のような措置をとることがありますのでご注意ください。

●町県民税・固定資産税・軽自動車税を滞納すると・・・

督促状を送付しても納付がない場合は、催告書を送付します。
それでも納付がない場合は、地方税法に定める延滞金の加算や滞納処分による差押えを行います。

【滞納処分】 所有財産の調査・把握のため、預貯金残高及び生命保険加入状況の調査や勤務先への給与額の照会などを行い、差押財産を決定します。
差押えは滞納期間や滞納額の多さにかかわらず、また、滞納者の意思とは関係なく行います。

【差押実績】

(H21年4月～H24年1月)

預貯金	151件
給与	4件
生命保険	82件
不動産	48件
合計	285件

●国民健康保険税・後期高齢者医療保険料を滞納すると・・・

地方税法に定める滞納処分のほかに、次のような措置をとります。

【保険証について】 前年度分の保険税(料)に滞納があると、『短期被保険者証』を交付します。(有効期間が短いため、頻繁に更新手続きが必要。)さらに滞納が続くと、保険証の代わりに『資格証明書』を発行します。(資格証明書で医療機関等にかかるときは一旦全額自己負担となります。)

【保険給付について】 給付(療養費、高額療養費、葬祭費など)の全部または一部を差止めます。納税相談に応じない場合は、差止めた給付から滞納分を差引きます。

●介護保険料を滞納すると・・・

地方税法に定める滞納処分のほかに、介護サービスを受ける際、滞納期間に応じて給付を制限します。

【1年以上滞納した場合】 一旦、介護サービス費用の全額を自己負担します(通常は1割負担)。後日、申請により保険給付9割分の払い戻しを受けることができます。

【1年6カ月以上滞納した場合】 保険給付の全部または一部が一時支払われなくなります。また、差止められている保険給付を滞納している保険料にあてる場合があります。

【2年以上滞納した場合】 滞納している期間に応じて、自己負担分を1割から3割に引き上げます。また、高額介護サービス費などの支給も差止めます。

※2年以上滞納すると介護保険料を遡って納めることができなくなりますのでご注意ください。

◆放置しないで早めに相談を！

滞納している税金等を放置すると、延滞金が加算されたり差押えなど不利益な処分を受けることになります。事情があり納付できない場合でも、相談がないと状況を把握することができないため、やむを得ない事情により納付できない場合は、早めにご相談ください。

問合せ 町県民税、固定資産税、軽自動車税／税務課収納対策室 ☎029 - 288 - 3111(内線121、122)
国保税、後期高齢者医療保険料、介護保険料／保険課 ☎029 - 288 - 3111(内線372)

広告

1/27 ^{たこ}和風作りに挑戦

常北小学校

常北小学校の児童が和風作りを体験しました。講師を務めたのは、阿波山在住の徳宿尚仁さん(89歳)。徳宿さんは、「子どもの頃はよく凧あげをして遊んでいた。和風は凧系のつけ方で飛び具合が変わるのでバランスの調整が難しい。」と話していました。

児童たちは、グループごとに分かれて、凧を作成。低学年の児童は、上級生や区民会議の協力者、保護者の手を借りながら、慎重に竹ひごの取り付け作業をしました。

最後に、講師にアドバイスを受けながら凧系を取り付け、和風を完成させました。

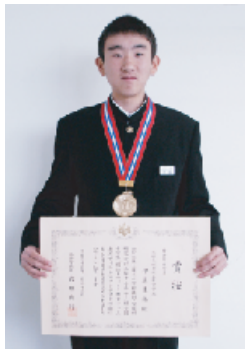


できあがった凧を手にした児童は「家に帰ったら早速凧あげをしたい。」とうれしそうに話していました。

1/21-22 木工チャレンジコンテスト全国大会出場

平成23年度 第12回全国中学生創造ものづくり教育フェア(全日本中学校技術・家庭科研究会主催)の木工チャレンジコンテスト『アイデア部門』で、桂中学校2年の伊藤圭祐くんが製作した作品が特許庁長官賞を受賞しました。

出品作品▶
「がんばっぺ
いばらき!
耐震コップ
収納ラック」



また、伊藤くんは、1月21日(土)、22日(日)に東京で行われた全国大会(12人が出場)の『製作部門』にも出場しました。

伊藤くんは「1年生の授業で木工芸を学んだ際、面白いと思い、木工芸が好きになった。全国大会は時間が限られているため、とても緊張した。」と感想を話していました。



▲全国大会では、指定された材料とテーマで作品を製作しました。

2/4 ななかい保育所 生活発表会

ななかい保育所

ななかい保育所で「生活発表会」が行われ、45人の児童が演劇や合奏、ダンスなどを披露しました。この日のために一生懸命練習してきた児童たち。たくさんの観客を前にしながらも、堂々と練習の成果を発表していました。

児童のかわいらしい演奏やダンスに、訪れた保護者たちから大きな拍手が送られました。

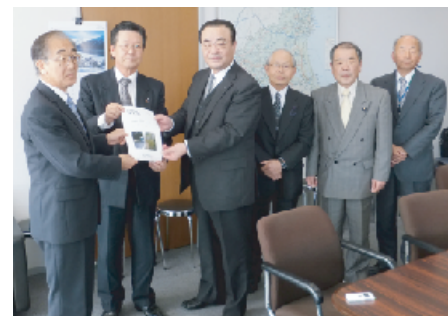


1/24 県道笠間緒川線の早期の改良整備を要望しました

城里町と笠間市、常陸大宮市、大子町で構成する笠間大子線改修期成同盟会の会長(城里町長)は、茨城県に「県道笠間緒川線と大子美和線の整備促進に係る要望書」を提出しました。

この両県道は、笠間市から大子町を結び、沿線住民の生活道路であると同時に、観光シーズンには観光道路として重要な路線であるにもかかわらず、狭隘(きょうあい)な箇所や改修の進んでいない箇所が多く、沿線住民が危険にさらされている状況もあり、早期の改修整備が強く望まれています。

この要望を受けた、茨城県土木部長は「限られた予算の中で事業を進め、整備促進に努めたい」と話されました。



▲写真左から 茨城県土木部長、阿久津町長、写真右から2人目 小林副議長

SPORTS

1/7.9

常陸大宮市近郊 女子ミニバスケットボール大会

常陸大宮市西部運動公園体育館

5年生以下12団体が参加して行われたこの大会で、桂ミニバススポーツ少年団がみごと優勝を果たしました。



▲優勝した 桂ミニバススポーツ少年団

2/10

ノーマイカーデーに町長も参加

県内の公共交通機関の活性化とCo²排出削減など環境問題への配慮を目的として、茨城県公共交通活性化会議が行っている「いばらき公共交通利用促進キャンペーン」。このキャンペーンの一環として2月10日(金)に県内一斉に実施された「ノーマイカーデーいばらき～マイカーの利用を控える日」県央9市町村とともに城里町も参加しました。

日ごろマイカー通勤している職員もバスを利用したり、乗り合い通勤やエコドライブに努めることで、公共交通機関の活性化とCo²排出削減などに取り組みました。



1/28

小学校最後の思い出づくり

石塚小学校

石塚小学区区民の会と石塚小学校PTAでは、間もなく卒業を迎える6年生に、「石塚小学校での生活を忘れることなく『思い出多い学舎』として巣立ってもらいたい。」と、6年生を送る会として餅つき大会を開催し、卒業を祝福しました。

この餅つき大会は児童、区民の会、PTA関係者などおよそ200人が参加して行われました。参加した児童は、臼と杵を使った餅つきを体験。つきたてのきなこ餅やとん汁を地域住民と一緒に食べることで小学校の思い出をまたひとつ増やすことができました。

石塚小学区区民の会石川丈幸会長は、この活動を通して「青少年のより健やかな成長を願って誰もが我が子の親にとどまらず、地域の親になっていただき青少年の健全な育成に手を差し伸べていただけたら誠に有難い。」と感想を述べられました。



図書館等自動販売機の立ち入り調査を実施しました。

有害図書等自動販売機の設置は、青少年の性的感情を刺激したり、粗暴性・残虐性を誘発したりするなど、青少年健全育成の阻害要因となっています。

これらの自動販売機は、茨城県青少年の健全育成等に関する条例により、「有害図書等および有害器具等を自動販売機等に収納してはならない。」と規制されています。

2月7日(火)に、笠間警察署、県、町の担当者が立ち入り調査を行い、収納物をひとつひとつ確認し、その場で指導を行いました。

条例違反の自動販売機を設置させないためには、行政、警察、学校、地域住民の連携による対応が重要です。

悪質業者は言葉巧みに話をもちかけます。「自動販売機くらいなら……」「遊んでいる土地がお金になるなら……」といった考えで安易に土地の提供をしないようご注意ください。設置を認めると有償・無償を問わず口約束でも撤回は困難になりますので慎重に対応しましょう。

問合せ 教育委員会事務局 ☎029 - 288 - 3135



貧血検査からわかること(2)

○貧血症の原因

貧血症(狭い意味では赤血球減少症のこと)はその原因により細かく分類されていますが、きわめて単純化しますと(イ)赤血球の造血障害つまり骨髓で赤血球をつくる過程のどこかにトラブルがあるものと、(ロ)赤血球はつくられるが出血により失ってしまう場合や免疫の作用により本来の赤血球寿命(約4カ月といわれます)よりはやく体内で破壊されることによるものがあります。

(イ)には免疫の働き等により骨髓の造血幹細胞自体が少なくなってしまう再生不良性貧血(しばしば白血球数、血小板数も少なく汎血球減少症を呈する)、造血に必要な物質たとえば鉄分やビタミンが不足した場合の貧血が含まれます。

ビタミンB12が欠乏すると赤芽球(将来赤血球となる元の細胞)のDNA合成がうまくいかないので赤血球は骨髓内で壊れてしまいます。

また、鉄欠乏はヘモグロビンが合成されないためやはり赤血球になれずに崩壊します。

(ロ)のうち赤血球寿命の短縮をきたす貧血を溶血性貧血と呼んでいます。造血能が低下している(イ)と血球が減ったことが引き金となりむしろ赤血球を盛んに作り出している(ロ)とを見分けるために役に立つ指標があります。

網赤血球とは赤芽球から核が失われたばかりの若い赤血球をいいますが、その絶対数を知れば骨髓の造血の状態がわかります。網赤血球数の明らかな増加があれば骨髓での赤血球造血が盛んであるといえます。

貧血の診断に有用な指標がもう一つあります。平均赤血球容積(MCV)と略される)がそれです。

○平均赤血球容積による貧血の分類

貧血検査の指標を組み合わせ、平均赤血球容積(フェムトリットル)÷血球容積%×10÷赤血球数(100万/マイクログリットル)で算定され、基準値の例は81、100(施設により異なる)です。MCVが80以下の小球性貧血

の代表として、鉄欠乏性貧血があげられます。一方MCVが101以上の大球性貧血には、ビタミンB12欠乏症などの巨赤芽球性貧血が含まれます。ちなみにそれらの間の数値を示す場合は正球性貧血と呼んでいます。

○鉄欠乏性貧血

貧血検査で小球性貧血があり、貯蔵鉄の指標であるフェリチンが低下していれば診断はそれほど難しくありません。また、胃腸障害に注意すれば、経口鉄剤の内服で貧血が劇的に改善することも少なくありません。

ただし、背景にある貧血の原因がなんであるか調べることもとても重要です。思春期であれば急激な成長、偏食、月経開始による鉄需要増加から不足するでしょうし、成人女性であれば妊娠、出産、授乳にともなう貧血が起こるでしょう。

また、中年期以降であれば、消化管、尿路系の病的出血や、月経異常の有無をよく調べることも大切です。痔の出血は少量としても毎日少しずつ繰り返し起これば鉄欠乏性貧血の原因になります。貧血検査ががんの早期発見のきっかけとなることもあるので、定期的な検診はきちんと受けていただきたいと思えます。

40~74歳の国民健康保険加入者で町の健診会場以外で健康診査を受けた方へのお願い

町では、特定健診の対象となる40歳から74歳までの方の健康診査結果を継続的に管理することで身体状況の把握に努めています。また、その結果生活習慣の改善が必要と判定された方に対して特定保健指導を行うことで、生活習慣病の予防に努めています。

今年度(平成23年4月1日~平成24年3月31日)において、町で指定した会場で実施した健康診査(町補助のドックを含む)を受診した方は、12月末現在で対象者全体の47.6%(平成23年度城里町の目標値60%)となっています。

町の健康診査以外に勤務先や病院等で、健康診査診を受診された方についても、結果を把握し、必要な特定保健指導を行う必要があるため、勤務先や病院等で受診した健康診査結果(写し)の提出にご協力をお願いします。

すでに、提出済みの方は、引き続き来年度もご協力をお願いいたします。

問合せ・提出先 保険課(常北保健福祉センター1階)特定健診担当

☎029-288-3111(内線372)



はその 常北高校

3年生を送る会

1月31日

毎年恒例の「3年生を送る会」、今年は本校体育館での開催となりました。3年生2クラスによる演劇の競演や、1、2年生各クラスの発表のほか、吹奏楽部の演奏、有志によるバラエティ豊かな出し物が行われ、大変盛り上がりしました。また、異動した先生方のビデオレターやスライドショーの上映に続き、最後には先輩に贈る言葉として「率先垂範」のくす玉が披露されるとともに、3年生全員に花が贈られました。



3年生による進路講話

2月3日

進路が決定した3年生7人が講師となり、進路決定に至るまでの取り組みを1、2年生に向けて講演しました。それぞれの体験から語られる説得力ある話の内容と、時々笑いを誘う個性豊かで伸び伸びとした先輩たちの体験談に、1、2年生は熱心に耳を傾けました。

【7人の発表者と進路決定先】

進 学	飯村 徹郎(常北)	茨城キリスト教大学／文学部／文化交流学科
	小野 綾也(常北)	茨城県立産業技術短期大学校／情報処理科
	瀧 寿雅(水戸四)	水戸総合福祉専門学校／介護福祉学科(B特待)
就 職	仁瓶 美彩子(永山)	文化デザイナー学院／建築インテリア学科
	赤津 翔(双葉台)	株式会社カラフル／ホール接客
	小林 卓也(水戸五)	日立オートモティブシステムズ／専任職(技能系)
	鈴木 清(常北)	株式会社コメリ／販売員



講話の中から

- ・ 大学に提出する志望理由書などの作成は、早くから取りかかった方が絶対いいです。
- ・ 志望校に10回以上足を運び、特待生試験にも合格しました。
- ・ 最初の不合格は辛かったです。奮起して面接練習に励み、次に受験した企業に無事合格できました。

常北高校進学説明会

1月22日

常北高校では昨年度より、高校入試出願の時期に合わせて中学3年生とその保護者を対象に「進学説明会」を開催しています。今年は雨の日曜日にもかかわらず、中学生と保護者合わせて78名の皆さんが来校されました。



常北高校の特色と魅力について語る生徒会長の小林卓也君(2年桂中出身)

吹奏楽部による歓迎演奏や学校概要説明に続き、生徒会役員による学校行事と部活動の説明、さらに生徒代表3名による「常北高校の特色と魅力」についてのスピーチなど、本校生徒も大活躍しました。

スーツ着こなしセミナー

1月25日

「洋服の青山」より講師をお招きして、3年生のためのスーツ着こなしセミナーを開催。



社会人としての身だしなみを学びました。実際にスーツを試着した生徒たちは、一足早い社会人の気分を味わいました。

問合せ 常北高校 (城里町春園1634) ☎029-288-2028 [HP] <http://www.johoku-h.ed.jp/>

消費生活センターだより④ ～ 若者をねらう「悪質商法」～

3月は、就職、進学、進級を控えた若者たちが夢膨らむ時期である反面、不安の募る時期でもあります。この時期になると、若者の心の際に忍び寄るのが「悪質商法」の数々です。そこで今回は、若者を中心に被害が多発している「インターネットに関連する悪質商法」の事例を紹介しましょう！

事例① 架空請求

利用した覚えのない有料サイト利用料金を電子メールや郵便で一方的に請求され、指定した口座に現金を振り込むように要求された。

(助言) 心当たりがない請求は、一切無視しましょう。相手に連絡を取ると、かえって新たな個人情報を知らせることになってしまいます。

事例② 海外通販のトラブル

ブランド品の靴やバックなどを格安で販売する海外サイトから偽物や粗悪品が届き、苦情を言おうとしても、業者と連絡が取れなくなった。

(助言) 連絡先がサイトに明記されているが、その連絡先が実在するものかなど、不審な点がないかどうかよく確認し、納得してから購入しましょう。

困った時は、ひとりで悩まずご相談ください。

城里町消費生活センター(コミュニティセンター城里2階 産業振興課内)

☎029-288-3111(内線385) 相談日/毎週 月・水・金曜日 午前9時～午後4時

文芸しるさと

短歌

ほぼづきの朱き実庭のあちこちに孫らと鳴らせしは遠き日のこと 所 美恵子
今日を生きし証とならむパンジーを植ゑ草を引き日の暮るるまで 渡辺千紗子
長ねぎの白き部分と緑葉をやるわりつなくこのさみどりは山形 式妙
絵手紙の教室に蠟梅の香り立ち黄の花いくつ春を告げるる大森 久子
八十路来て米寿に近い夫あるをさちと思ひて感謝に生きる青柳 京子
師走ともなれば宅配の多いこと名を確かめて受領印押す 杉山みちこ

俳句

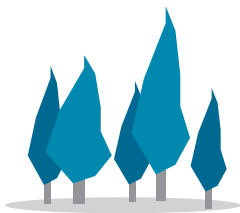
亡きひとの机上冬ばら孤高なり 今瀬多代美
新雪を弾き孟宗竹太し 鯉渕寿美恵
息白く宝くじ買ふ長き列 仲田まちゑ
山茶花咲きマラソン日和「ヨイドン」 いそべきよ
春の雨佳境むかへしミステリー 飯田 勇一
初旅やそばに娘の笑顔あり 森 静江

白鳥を包む光の眩しかり 飯村 昭子
足のみを照らす寒燈星の数 竹内 幸子
煤はらひ恵比寿大黒床に寝せ 一杉 常子
地球儀のここがマチュピチュ 寺門 孝子
春よ来い 寒椿一輪挿に似合ひけり 袴塚よし子
梅林をゆつくり歩み図書館へ 瀨谷 博子
雪重し百年の松枝支え 岩下 金司

お正月買いし一鉢の福寿草黄色輝きふつくらと咲く 鶴田 すが
絵手紙の友と集いて会食し笠間焼選びて楽しい余韻 藪部 光子
喜寿祝い孫子たずさい九人なる世界遺産の日光の観 富田 欽子
どの様に生くるも逝くも一生なら残生悔なく生きたしと思ふ 枝 不美
おしなべて変わりゆく世かこの年も国も自然もわれのめぐりも 片見 和枝
短歌会の友祝ひくれし我が米寿独り居は身にしみてうれしき 川上千代子
立春の川面はゆるく流れゆき 立春の川面はゆるく流れゆき 中州に集う水鳥の群 島 愛子

川柳

頬白や梢離れず春日和田口 勝元
竹伐りでかぐや姫はと孫がいい 飯村 孝一



百余段降り来ぬ姥の懐の陽だまる渚に歌碑たずねたり 多田志保子
老いの身はつかれ感じる時なれど思いきり伸ばす両手両足 坪井きよ子
「お父さん家に着いたよ」と息子は語る冷たき夫の頬を撫でつつ 萩谷登喜子
季来れば山があなたを呼ぶだろう夫婦一緒に山歩くらむ 富田佐智子

新着図書から

▼鷹匠は女子高生！／佐和みずえ／汐文社▼ラ・キューイジーヌ・ド・フミコ／狐野扶実子／世界文化社▼その「正義」があぶない。／小田嶋隆／日経B P社▼竹下佳江短所を武器とせよ／吉井妙子／新潮社▼美人画の系譜／高階秀爾／小学館▼中国毒／柴田哲孝／光文社

カレンダー 3・4月

日	月	火	水	木	金	土
				3/1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
4/1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

火～金 10:00～18:00
土・日 10:00～17:00
■休館日
○おはなし会 11:00から

3月12日(月)～3月20日(火)
は蔵書点検のため休館となります。

蔵書点検に伴う 休館のお知らせ

日本と世界の文豪による名短篇を、漢字1文字の趣に合わせた1冊に3人の作家、3作品を編んだアンソロジー。全百冊
※1巻「憧」には太宰治「女生徒」、ラディゲ「ドニイズ」、久坂葉子「幾度目かの最期」が収録されています。

ポプラ百年文庫シリーズ

桂 図書館・資料館 だより

☎029-289-4946

パソコン・携帯から蔵書検索・予約できます

PC <http://lib.town.shirosato.ibaraki.jp>

携帯 <http://mlib.town.shirosato.ibaraki.jp>

携帯用QRコード



落合 博満
ダイヤモンド社

採配

邪念を振り払い、今この一瞬に最善を尽くす。監督の採配とは、ひとりで言えば、そういうものだと思う。落合博満が勝利を引き寄せる66の言葉を紹介。8年間、中日ドラゴンズの監督として生きた思いをありのままに明かす。



近藤 史恵
双葉社

ホテル・ピーベリー

木崎淳平はハワイ島を訪れる。友人から奨められたホテルは「リピーターを受け入れない」ことが特徴だという。やがて同宿者がプールで溺れ死ぬ事件が起きた。直後にはバイク事故でもう一人が不穏な空気に充ちた、傑作ミステリー。

★新しいAV資料を 入荷しました★

新しいDVD、CDを入荷しました。新刊コーナーに置いてありますので、ご利用ください。
※借りたい資料が貸出中の時には予約ができます。カウンターの係員にご相談ください。

今月の相談コーナー 3月

相談内容	日時	場所	内容等	相談員	問合せ
消費生活相談	毎週 月・水・金曜日 9:00～16:00	産業振興課	内容／悪質商法や多重債務 などの消費者トラブル ※事前に電話で申し込み	消費生活相 談員	産業振興課 ☎029-288-3111 (内線385)
	21日(水) 10:00～12:00	コミュニティセ ンター城里3階		弁護士	
教育相談	毎週月曜日 13:00～17:00	常北公民館	内容／教育に関すること全般 ☎029-288-2409 ✉soudan@town.shirosato. lg.jp	町の教育相 談員	教育委員会事務局 ☎029-288-3135
心配ごと相談	14日(水) 28日(水) 10:00～12:00	コミュニティセ ンター城里3階	内容／家庭内の心配ごと、 交通事故、結婚、離婚、 遺産相続、土地問題など	町の相談員、 弁護士	社会福祉協議会 ☎029-288-7013
こころの 相談会	27日(火) 13:30～16:30	常北保健福祉 センター	内容／こころの病気に関す ることなど ※事前に電話で申し込み	精神保健福 祉士、保健師	健康福祉課 ☎029-240-6550

3月29日生まれ

父・陽一さん 母・知穂さん
富田 美桜 ちゃん(石塚)



1才おめでとう! これからも元気にすくすく大きくなってね!

3月11日生まれ

父・泰啓さん 母・智美さん
高倉 幸希 ちゃん(小勝)



「かわいい♥」が口癖。おてんばは程々にね。兄弟仲良く元気が一番。

3月5日生まれ

父・賢二さん 母・幸子さん
園部 英明 くん(上入野)



笑顔を忘れず、優しく勇氣ある男の子になってネ!

HAPPY BIRTHDAY

なりました

3月生まれの1才は **11人**

国民健康保険または後期高齢者医療制度で

高額な外来診療を受ける皆さんへ

平成24年4月から
制度が変わります。

これまでは入院診療のみに適用された限度額適用認定証(※注)が外来診療でも使用できるようになります。4月1日以降、外来で高額な医療費がかかった場合には、「限度額適用認定証」等を提示すれば、高額療養費相当分が差し引かれて請求されるため、窓口での負担が少なくなります。

※注 住民税非課税世帯の方には、「限度額適用・標準負担減額認定証」が交付されます。

平成24年3月末まで

外来診療でかかった医療費の一部負担金を
全額支払い

数か月後

高額療養費を申請

平成24年4月から

高額な外来診療を受ける際に医療機関の窓口で提示するもの

	高額な外来診療を受ける方	病院の窓口で提示するもの	事前の手続き
①	70歳未満の方、または70歳以上で住民税 非課税 世帯の方	保険証 高齢受給者証(70歳~74歳の方) 限度額適用認定証等	限度額適用認定証等の交付申請をしてください。
②	70歳以上75歳未満で住民税 課税 世帯の方	保険証 高齢受給者証	必要ありません
③	75歳以上で住民税 課税 世帯の方	保険証	必要ありません

①に該当する方は、保険証と印鑑を持参し、保険課または各支所の窓口で「限度額適用認定証」等の交付を申請してください。

※「限度額適用認定証」等を病院の窓口で提示しない場合は、一部負担金を全額負担したうえで、高額療養費の申請手続きをしていただくことになります。

申請方法 保険証と印鑑を持参し、役場保険課または桂支所、七会支所にて申請してください。

問合せ 保険課(常北保健福祉センター内) ☎029-288-3111(内線372)

町の人口

2月1日現在

	人数	前月比
人口	21,141人	-22
男	10,245人	-10
女	10,896人	-12
世帯	7,171世帯	+8

今月の納税等

水道使用料	(3月分)
下水道使用料	(3月分)
農集排使用料	(3月分)
住宅使用料	(3月分)

納期限: 3月30日

納税には、簡単で便利な口座振替をご利用ください

城里町役場

〒311-4391

編集・総務課

東茨城郡城里町石塚1428-25

3月1日発行

☎029-288-3111 FAX029-288-3113



ホームページで町の各種情報がご覧いただけます。

PC <http://www.town.shirosato.lg.jp/>

携帯 <http://www.town.shirosato.lg.jp/mobile.php>

