

A-press

2005.4.18

広報 あそう vol.605



入園式（太田幼稚園）

平成17年度予算総額109億円

豊かで暮らしやすいまちづくりに向けた 住民生活に直結した生活関連事業へ

平成17年度の一般会計、4特別会計、2事業会計総額でおよそ109億円の予算が3月の第1回定例会で可決されました。

本年度の予算編成にあたっては、通常予算を編成していますが9月2日合併予定のため、出来る限り経常経費を中心とした編成とし、行政経費の節減合理化や事務事業の見直しを行い、不要不急の歳出削減に努め、限られた財源を重点的・効率的に配分することを基本に編成しました。



町制施行50周年事業・麻生町閉町記念事業

今年度の主な新規事業として、町制施行50周年事業として記念誌の発行、麻生町閉町記念事業、町の地域イントラネット整備事業、合併に伴う行方3町情報ネットワーク整備事業、医療福祉費支給制度のうち小学校入学前までの外来自己負担の軽減を実施します。

一般会計予算の主な事業 (単位：千円)

快適で機能的なまちづくりの環境整備 (衛生費、農林水産業費、土木費、消防費 などから支出)

- 白帆の湯運営事業：79,487
- 地域医療対策事業：23,690
- 高度処理型浄化槽設置推進事業：8,456
- 広域火葬場負担金：10,437
- ごみ収集運搬委託：24,840
- 麻生町外2町環境美化組合負担金：469,486
- し尿処理事業：71,624
- 水道事業会計運営補助金：70,000
- 県単農道整備事業：32,039
- 基盤整備促進事業：65,698
- 排水機場修繕：2,000
- 道路維持補修事業：53,083
- 道路改良舗装事業：129,519



防災基盤整備事業

- 道路改良整備計画事業：7,049
- 町道1級7号線改良事業：56,326
- 公園管理事業：12,448
- 下水道特別会計繰出金：216,657
- 地域イントラネット整備事業：18,334
- 行方3町情報ネットワーク整備事業：113,361
- 鹿行広域消防負担金：230,737
- 防災基盤整備事業：31,900 など

郷土に根ざした創造的な人づくりの推進

(教育費から支出)



公民館事業

- 小学校教師用指導書購入：8,833
- 社会人TT事業：15,193
- 外国語指導助手招致事業：5,609
- 成人式：1,000
- 麻生藩家老屋敷記念館管理運営事業：2,641
- 公民館運営事業費：106,732
- 運動広場運営事業費：48,650
- 給食センター運営事業：195,069
- 幼稚園児送迎委託：18,000 など

その他の主な事業

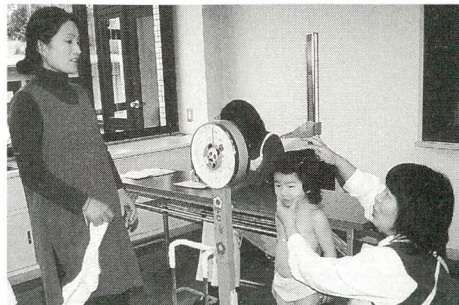


天王崎サイクリングの集い

- 町政施行50周年記念誌発行：3,500
- 麻生町閉町記念事業：2,858
- 天王崎サイクリングの集い：938
- 県知事選挙費：7,661
- 国勢調査費：5,979
- 行方郡合併協議会負担金：2,000
- 水辺の活性化事業補助金：3,000
- 鹿行地方広域市町村圏事務組合負担金：4,210
- 交通安全施設工事：2,013
- 国民宿舎白帆荘運営補助金：23,300
- 茨城租税債権管理機構負担金：2,022 など

健康でやすらぎのある地域づくり

(民生費、衛生費などから支出)



3歳児健診

- 特別養護老人ホーム設置補助金：25,000
- 障害者支援事業：84,609
- 社会福祉協議会補助金：27,088
- 国保特別会計繰出金：123,830
- 行方地方広域シルバー人材センター補助金：21,843
- 敬老者記念品配布事業：5,931
- 在宅介護支援事業：4,857
- 一人暮らし老人支援事業：3,656
- 介護保険特別会計繰出金：128,476
- 心身障害者福祉ワークス事業：5,068
- 補装具給付事業：3,912
- 家族介護用品支給事業：8,400
- 老人保健特別会計繰出金：104,055
- 医療福祉事業：123,365
- 保育所児童運営事業：159,759
- 児童手当支給事業：68,581
- 予防接種事業：9,265 など

豊かで力強い産業の育成

(農林水産業費、商工費などから支出)



農業体験学習

- 新田園空間創造整備事業：18,000
- 生産調整推進対策事業：18,338
- 土地改良区補助金：8,300
- 帆曳き船運航事業：5,039
- 商工会等補助金：11,057 など

●国民健康保険特別会計

主に病気やケガをしたときの医療費として支払われる予算です。17年度予算は給付率の上昇による影響等を見込みました。また疾病予防、重症化予防のための保健事業、医療費適正化のための事業等を実施していきます。

■平成17年度の主な事業（単位：千円）

医療費適正化事業費：4,500
保健事業費：6,999
高額療養費貸付事業費：4,000

■被保険者数 8,847人（平成16年12月末）

一般被保険者：6,230人
老人保健法該当者：1,980人
退職被保険者数：637人
国保加入割合：53.93%

■国保加入世帯 3,258世帯（平成16年12月末）

■歳入歳出予算額

17年度予算額	16年度予算額	増減率
1,807,300 千円	1,738,557 千円	3.95 %

●老人保健特別会計

高齢者が病気になっても安心して、適切な医療が受けられるように国民みんなでお金を出し合い、支えているのが「老人保健制度」です。

老人保健で医療を受ける方は、昭和7年9月30日以前に生まれた方と65歳以上で一定の障害のある方で、医療費の自己負担割合は1割負担（一定以上所得者は2割負担）です。

■老人医療受給者および医療費支払額の推移

	受給者	医療費支払額 (決算額より)
14年度	2,967 人	1,650,922 千円
15年度	2,879 人	1,707,194 千円

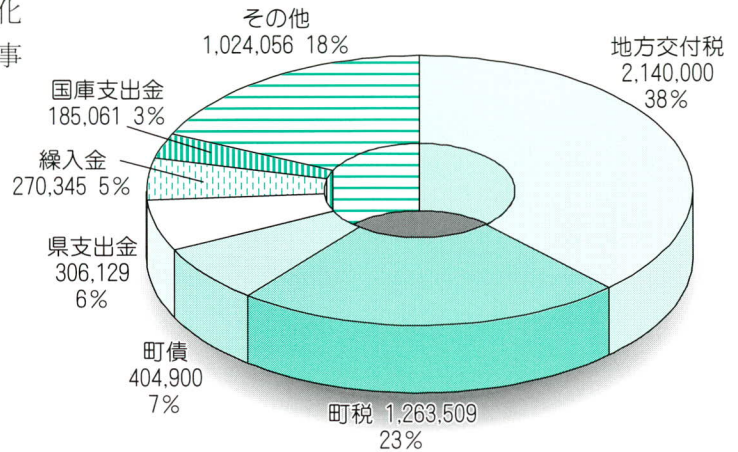
■歳入歳出予算額

17年度予算額	16年度予算額	増減率
1,425,270 千円	1,758,630 千円	△19.0 %

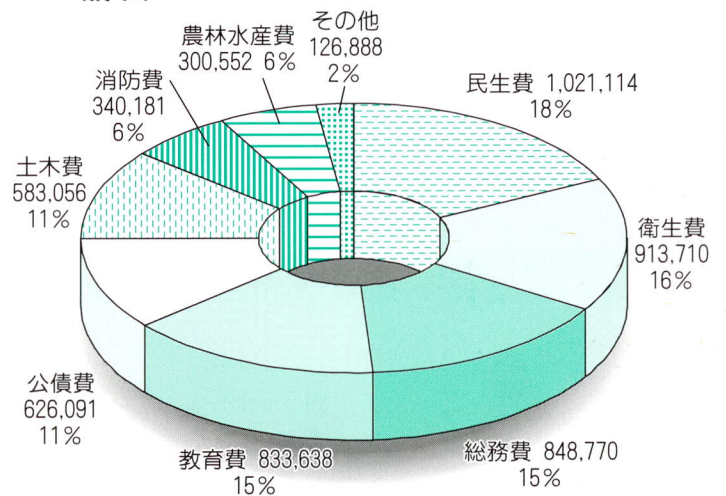
●一般会計 5,594,000千円

*事項別割合

●歳入



●歳出



*性質別経費内訳

(単位：千円、%)

経費別	17年度	割合	16年度	割合	増減率
人件費	1,423,573	25.4	1,386,531	23.8	2.7
物件費	906,825	16.2	770,669	13.2	17.7
維持補修費	17,495	0.3	13,373	0.2	30.8
扶助費	438,894	7.9	431,104	7.4	1.8
補助費等	1,115,495	19.9	1,157,379	19.9	△ 3.6
普通建設事業費	475,522	8.5	634,733	10.9	△25.1
公債費	626,071	11.2	849,620	14.6	△26.3
積立金	4,737	0.1	7,118	0.1	△33.5
繰出金	573,018	10.2	564,213	9.7	1.6
その他	12,370	0.3	13,260	0.2	△ 6.7
計	5,594,000	100	5,828,000	100	△ 4.0

●介護保険特別会計

介護を必要とする方やその家族を支える仕組みとして発足した介護保険制度は、6年目を迎えることとなります。要介護認定者、各種サービス利用者、給付費はそれぞれ伸びておりますが引き続き安定的な制度運用に努めます。

- 要介護（要支援）認定者 489人
うち施設サービス利用者 108人
在宅サービス利用者 288人
(平成16年12月末)



■歳入歳出予算額

17年度予算額	16年度予算額	増減率
761,000 千円	750,696 千円	1.4 %

●国民宿舎白帆荘運営事業会計



17年度の白帆荘運営事業会計は、収益的収入・支出とも増額を見込みました。また、経済情勢が大きく変化するなかで、経営の健全化に向けて努力してまいります。

■業務の予定量

区 分	17年度	16年度	増減率
宿泊利用者数	6,500 人	6,500 人	—
休憩利用者数	7,500 人	7,500 人	—
計	14,000 人	14,000 人	—

■白帆の湯利用者数

区 分	17年度	16年度	増減率
白帆の湯利用者数	94,700 人	86,680 人	9.3 %
計	94,700 人	86,680 人	9.3 %

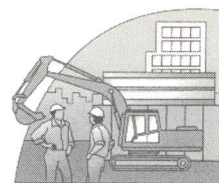
■収益的収入および支出

科 目	17年度	16年度	増減率
(収入)	千円	千円	%
事業収益	231,000	215,189	7.3
(支出)	千円	千円	%
事業費用	231,000	215,189	7.3

■資本的収入および支出

科 目	17年度	16年度	増減率
(収入)	千円	千円	%
資本的収入	0	0	—
(支出)	千円	千円	%
資本的支出	0	1,800	皆減

●下水道事業特別会計



17年度麻生町公共下水道事業は、事業認可区域169haの整備を進めるとともに、供用開始区域内の水洗化の促進、受益者負担金の賦課、さらには下水道設備の維持管理のための「下水道台帳」の整備を行います。また、麻生町の処理汚水量に応じた流域下水道維持管理負担金、潮来浄化センター終末処理場の施設建設に伴う霞ヶ浦水郷流域下水道建設負担金の支払いを引き続き行っています。

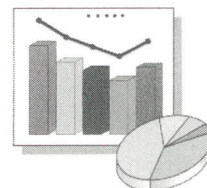
■平成17年度の主な事業（単位：千円）

- 公共下水道整備：30,000
- 流域下水道維持管理負担金：38,493
- 霞ヶ浦流域下水道建設負担金：32,316

■歳入歳出予算額

17年度予算額	16年度予算額	増減率
648,900 千円	592,480 千円	9.5 %

●水道事業会計



■業務の予定量

区 分	17年度	16年度	増減率
給 水 戸 数	4,070戸	4,070戸	—
年間総給水量	1,397,000 m ³	1,270,000 m ³	10.0 %
1日平均給水量	3,828 m ³	3,479 m ³	10.0 %

■収益的収入および支出

科 目	17年度	16年度	増減率
(収入)	千円	千円	%
水道事業収益	320,500	326,089	△1.7
(支出)	千円	千円	%
水道事業費用	320,500	326,089	△1.7

■資本的収入および支出

科 目	17年度	16年度	増減率
(収入)	千円	千円	%
資本的収入	3,830	16,124	△76.2
(支出)	千円	千円	%
資本的支出	119,450	219,369	△45.5

平成17年5月1日より 麻生町個人情報保護に関する条例が 施行されます

・・・あなたの大切な個人情報を守るために・・・

●個人情報とは

個人に関する情報で、これに含まれる氏名、生年月日その他の記述等により、特定の個人を識別することができるものをいいます。

●個人情報保護に関する法律とは

個人情報を利用する事業者に対して事業の分野、利用目的を問わず幅広く個人情報の取扱いに関する義務を課すとともに、個人情報の主体である本人が、個人情報取扱事業者に対して自ら開示、訂正、利用停止の求めができる法律です。

●個人情報保護に関する条例とは

町の実施機関（町長、教育委員会、選挙管理委員会、監査委員、農業委員会、固定資産評価審査委員会、議会）が保有する個人情報の開示、訂正、削除および利用停止を請求する権利を明らかにすることにより、個人の権利利益の保護を図るとともに、公正で民主的な町政の推進に資することを目的としています。

●条例に罰則の規定が盛り込まれました

*実施機関の職員若しくは職員であった者または実施機関から委託をうけて個人情報取扱事務に従事している者若しくは従事していた者が、正当な理由がないのに、個人情報を提供した場合（2年以下の懲役または100万円以下の罰金）

*上記に規定する者が、その業務に関して知り得た個人情報であって、行政情報に記録されたものを自己若しくは第三者の不正な利益を図る目的で提供し、または盗用したとき（1年以下の懲役または50万円以下の罰金）

*実施機関の職員がその職権を濫用して、専ら（もっぱら）その職務以外の用に供する目的で個人情報を収集したとき（1年以下の懲役または50万円以下の罰金）

*偽りその他不正の手段により、開示決定に基づく行政情報の開示を受けた者（5万円以下の過料）

個人情報保護法制の体系イメージ



●お問い合わせは 総務課

電話 72-0811 内線204

ふるさとめぐり



あたごじんじゃ 愛宕神社(白浜)

祭神：ほむすびのかみ火産靈神

創建は慶長十六年（1611年）といわれ、神官である鏡恵は、修験者として金峯山に49年間、1年も欠かさず入山したという。修行中「愛宕の神を郷里に祭祀せよ」とのお告げにより、金峯山釈迦獄の霊木で白馬に乗った神像を彫刻し、この地に祀ったと伝えられている。

祭礼は1月24日に行われる。祭礼の日には参詣者に愛宕様御神体の神札を配布する。また宝前の賽銭を自分の硬貨と取り替えると、火難除けのお守りになるという。

（あそうの石仏石塔 麻生町史編纂委員会）

金峯山

大和国（現在の奈良県）、吉野山から大峯山山上ヶ岳にかけての一带は古くは金峯山（きんぷせん）と称し、古代より世に広く知られた聖域でした。この金峯山に役行者神変大菩薩（えんのぎょうじゃじんべんだいぼさつ：「続日本紀」によると役行者は御所市茅原で誕生し、幼少の頃より葛城山で修行するなど山岳修行や苦行の末、金峯山にて金剛蔵王大権現を感得し、修験道の基礎を開かれたと伝えられています。千百年忌にあたる寛政十一年（1799年）光格天皇より、神変大菩薩の諡号（しごう）が贈られました）が白鳳年間に修行に入りました。修行している姿を桜に刻んで、山上ヶ岳（現在の大峯山寺本堂）と山麗の吉野山（現在の金峯山寺蔵王堂）に祭祀しました。これが金峯山寺の開創と伝えられています。

明治七年（1874年）、明治政府により修験道が禁止され、金峯山寺は一時期廃寺となりますが、明治十九年（1886年）に天台宗の末寺として復興しました。

昭和二十三年（1948年）には、蔵王堂（国宝）を中心に、金峯山修験本宗が立宗し、その総本山として今日に至っています。山号は国軸山、宇宙の中心の山という意味を号しています。

（金峯山修験本宗総本山金峯山寺資料より）

●交通：県道荒井麻生線白浜地内より蔵川方面町道左手奥

麻生分館事業 「味噌づくり教室」

3月12日に公民館調理室において行われました。

講師には結城市より秋葉先生を迎え、味噌づくりに挑戦しました。

参加者からは「材料を混ぜるのに意外と力があるんですね」、「1年後のできあがりを楽しみ」などの声が聞かれ、早くもできあがり待ちきれない様子でした。



募集

お問い合わせ
麻生町公民館 72-1573



「新緑ハイキング」参加者募集！

と き 5月22日(日)
と ころ 水戸市
募 集 先着40人
最低催行人数 25人
参 加 費 3,000円程度
募 集 期 間 4月19日(火)～5月8日(日)



「茶花教室」参加者募集！

と き 5月～3月 毎月1回(全10回)
と ころ 麻生町公民館
募 集 先着20人
参 加 費 無料 ※材料費は自己負担
講 師 荒張 富樫 先生
募集期間 4月19日(火)～5月8日(日)

生涯学習ページ



館ちゃん倶楽部 —公民館情報—

第5回 行方地区芸能発表会

3月6日に西浦地区学習センターにおいて開催されました。

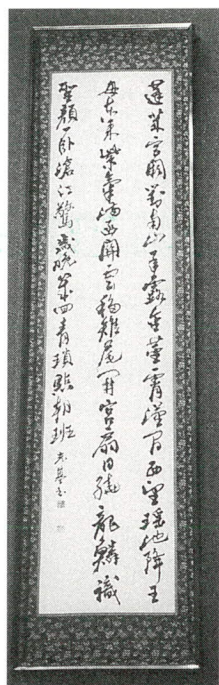
「みんなで楽しい発表会を…」と始まった発表会も今年で5回目を迎え、各発表者も日頃の練習の成果を十分に発揮して、すばらしい歌声や見事な踊りを披露していました。

また、観客席には楽しみにしていた方が早くから来られるなど、素晴らしい発表会となりました。



《 寄 贈 》

→文化協会の書道に所属している井上光基さんより、貴重な作品を寄贈していただきました。



←羽生幸三さんよりビデオ「昭和の記録（全32巻）」を寄贈していただきました。

ありがとうございました。

町民ギャラリー

－ 春の寄せ植え －

山野草、観葉植物など初夏を彩る寄せ植えにご期待下さい！

展示期間 4月17日(日)～4月30日(土)

主 催 ガーデニング愛好会

※ガーデニング愛好会より銀葉ひまわりの種（育て方レシピ付き）を先着200名にプレゼントしますのでお楽しみに！

－ 郷土の自然写真 －

鳥（カワセミ）風景

展示期間 5月9日(月)～29日(日)

撮 影 阿 部 輝 男

案内

お問い合わせ
麻生町公民館 72-1573



第29回 こどもまつり開催

今年も楽しい催し物やゲームがたくさん！お友達やご家族と一緒に公民館で楽しいひとときを過ごしてみませんか。

と き 5月3日(火) 10:00～

ところ 麻生町公民館 中庭ほか



昨年のこどもまつり

お知らせ

文集「白帆」第25号が発刊しました。公民館受付にて1冊700円で購入いただけます。



※図書とビデオの貸し出しが4月1日（金）から再開しました。



第2回 麻生町ジュニア ソフトテニス選手権大会

3月20日(日) 町民運動広場テニスコート

44名が参加し盛大に行われました。

【中学生の部】

優勝 羽生 沙智・内野 瑞希(麻生中)
準優勝 金田 桃枝・金田 千穂(麻生一中)
第3位 伊東 真実・坂本 知美(麻生一中)
第3位 宮内沙耶加・箕輪 楓(麻生中)



左から羽生さん、内野さん

【小学生の部】

優勝 茂木 志歩・箕輪 絵美(小高小)
準優勝 渋谷 悠希・茂木 愛実(小高小)
第3位 大野 綾香・渋谷 美咲(小高小)
第3位 槇田明日香・大盛 綾乃(麻生小)



左から茂木さん、箕輪さん

あそスポ —運動広場情報—

大会結果!

第22回 麻生町少年剣道錬成大会

3月12日(土) 公民館体育室

【面打ちの部】

優勝 小沢 瑛弥花(小高少年剣友会)
準優勝 土子 純平(小高少年剣友会)
第3位 吉崎 貴裕(小高少年剣友会)

【切り返しの部】

優勝 小沢 利起(小高少年剣友会)
準優勝 荒張 英好(小高少年剣友会)
第3位 海老澤 孝輔(小高少年剣友会)

【小学生団体の部】

優勝 小高少年剣友会チーム
準優勝 行方少年剣友会Aチーム

【小学生試合の部】

優勝 金子 渥(小高少年剣友会)
準優勝 浅野 貴司(小高少年剣友会)
第3位 永作 貴弘(小高少年剣友会)



中学生

小・中学生の部、優勝のみなさん

【男子個人の部】

優勝 河須崎 周 準優勝 椿 正巳

【女子個人の部】

優勝 岸根美友紀 準優勝 小沼ちえり
第3位 奥村 千尋 第3位 小沼 利恵

今月のあそスポット 小高少年剣友会チームから

ぼくたち小高剣友会は毎週水曜日に小高小学校体育館で剣道をやっています。人数は18人で小学生低学年から高学年まで男子も女子も幅広く練習しています。

チームのモットーは「れいぎ、時間を大切にがんばること」です。

寒げいこにも耐えて、一生けんめい練習をしているので1年に何度か試合に出られるようになり、自信を持つことが大事だと思えるようになりました。

最近では、行方地区の大会で良い成績をおさめることができたチームです。

なお、団員も募集していますのでいっしょに練習しませんか。 永作貴弘君(麻生小・6年)より



小高少年剣友会のみなさん

随時募集 毎週水曜日 午後7時30分～9時
小高小学校体育館

対象 小学生1年～6年生

小学生のバレーボール教室

時間 午後7時00分～9時00分
会場 町民体育館
講師 麻生町バレーボール連盟
対象 小学3年生～6年生
日程 4月2日～18年3月 *毎週土曜日

卓球・ラージボール卓球教室

日程 5/17, 24, 31 6/7, 14, 21, 28 7/5, 12, 19, 26
8/2, 9, 23, 30 毎週火曜日 全15回
時間 午後7時30分～9時00分
会場 町民体育館
講師 町体育協会卓球クラブ会員
対象 小学1年生～一般成人
※小学1・2年生は保護者同伴
※町外の方も参加できます

◇お申し込み・お問い合わせ先◇

麻生町民運動広場(麻生町南)
TEL 0299-77-0791
FAX 0299-77-0667

※教室に参加する場合はスポーツ安全保険掛け金として
中学生以下 500円
高校生以上 1,500円 が必要です
※途中からでも参加できます
※教室に参加される方に通知はしません
日程・場所を確認して参加してください

グラウンドゴルフ大会

期 日 5月14日(土) 予備日5/21(土)
時間 午前8時30分 集合
午前9時00分 開会式
会場 運動広場多目的広場
主催 麻生町体育指導委員会
対象 子どもから大人まで誰でも参加できます
※参加賞があるよ
親子で参加してみませんか(先着80名)
表彰 優勝・準優勝・第3位・ホールインワン賞
参加費 無料
組合せ 体育指導委員会が決定し、当日発表
申込期間 4月20日(水)～5月6日(金)

第4回 麻生町体育協会長杯 少年サッカー大会

3月13日(日) 町民運動広場多目的広場

この大会は麻生町商工会、麻生町商業協同組合の協力のもと全12チームの参加により盛大に開催されました。

麻生町では行方サッカースポーツ少年団が準優勝に奮闘しました。

各チームとも参加賞のサッカーボールを受け取り、大いに満足したようです。

募集

お申し込み・お問い合わせ
町民運動広場 77-0791

ハンドボール教室

【小学生の部】

日程 5/12, 19, 26 6/2, 9, 16, 23, 30
7/7, 14 毎週木曜日 全10回
時間 午後7時00分～8時30分
会場 町民体育館
講師 町体育協会ハンドボール部員
対象 小学生

【中学生の部】

日程 平成17年4月～平成18年3月 毎週水曜日
時間 午後7時30分～9時00分
会場 麻生高校体育館
講師 町体育協会ハンドボール部員
対象 中学生

※小・中学生の部ともに町外の方も参加できます

バスケットボール教室

日程 4/9, 10, 23 5/14, 29 6/11, 25 7/9, 23
8/3, 11, 27 9/10, 24 10/8, 29
11/12, 26 12/10, 25 1/14, 28 2/11, 25
3/5, 18, 25 土曜日 全27回
時間 午前8時30分～正午
会場 町民体育館 外
※○は会場が麻生町公民館
講師 東山正光・早尻孝一(北浦クラブ)
町体育協会バスケットボール部
対象 中学生～一般女子

柔道教室

日程 5/24, 31 6/7, 14, 21 毎週火曜日 全5回
時間 午後7時00分～9時00分
会場 町民体育館 2階トレーニングルーム
講師 町体育協会柔道部員
対象 小学1年生～一般成人
※町外の方も参加できます

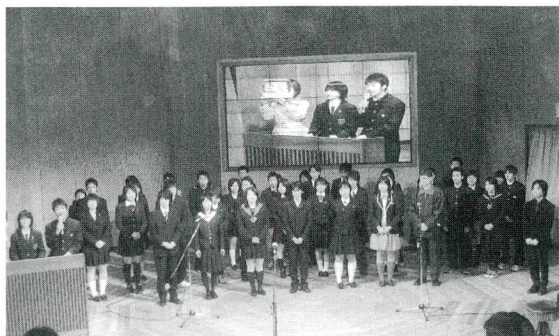
優勝 津澄SSS
準優勝 行方サッカースポーツ少年団
第3位 延方スポーツ少年団サッカー部



行方サッカースポーツ少年団のみなさん

愛・地球博 高校生平和プロジェクト

麻生高校2年生 永尾千明さんが参加



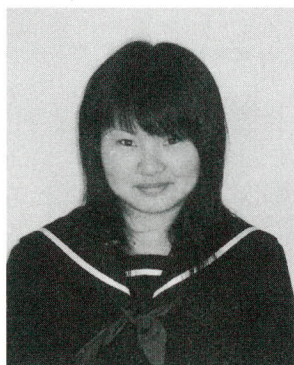
瀬戸会場 市民パビリオンでの開幕イベント
全国47都道府県の中・高生が参加

二十一世紀最初の国際博覧会「愛・地球博（愛知万博）」が2005年3月25日に開催されました。今回の万博は、企業の博覧会にとどまらず、初の試みとして市民参加型のプロジェクトが数多く展開されています。

今回、麻生町から永尾千明さんが、高校生平和プロジェクト「十代から世界へ！平和のために」の都道府県メッセンジャーとして、愛・地球博開幕イベントへ参加しました。

『47都道府県の平和署名リレーにご協力下さい』

麻生高等学校2年 永尾千明



あなたは「高校生一万人署名」を知っていますか？

2001年に戦争と核兵器の廃絶を願う長崎の高校生によって始められた署名活動です。この活動は次第に人々の支持を得ようになり、今では一万二千人を超える署名が集まっています。そこで3月25日から始まった「愛・地球博」の市民プロジェクトに参加し全国に広めよう、ということになりました。そのオープニングイベントには各都道府県からメッセンジャー（各都道府県に活動を広める役名）として高校生達が集まり、その中で私は茨城県のメッセンジャー

になりました。今まであまり戦争などに興味はなかったのですが、全国から集まった人たちからいろいろな話を聞き、「一人でも多くの人にこの活動を知ってもらいたい」という思いを持つようになりました。

高校生だからできること、それがこの平和署名リレーです。集まった署名はスイス・ジュネーヴの国連欧州本部に提出されます。私は麻生町高校生会の仲間や友達の力を借り、出来るだけいろいろなところに行き、署名を集めたいと思っていますので、見かけたら是非ご協力お願いします。

白浜ウォーキングセンター開館について お知らせします

- ①水・木・金 午後1時～午後4時
- ②土・日・祭日 午前9時～午後4時
- ③夏休み（毎日） 午前9時～午後4時

●ウォーキングに最適な季節になりました。健康づくりのために、ぜひお出かけ下さい。



お詫び

3月号「第34回行方地区美術展覧会受賞者の皆さん」にて、受賞者の氏名を記載できませんでした。本紙をもってお詫び申し上げます。

絵画の部 佳作 待春「水郷県民の森」 坂上 良男（敬称略）



健康づくりニュース

「白帆の湯」のサウナで健康な身体をつくりましょう！

サウナの楽しみ方も、それぞれのライフスタイルや健康状態に合わせて様々です。入り方にこれといった決まりはなく、自分の身体の状態によりそれぞれに楽しんでいいのですが、自分流にやっていいのかな？という不安を感じている人は多いようです。あそう温泉「白帆の湯」のサウナをもっと楽しんでいただくために、一般的なサウナの入り方とともに、効果的な入り方を考えてみましょう。

入浴時間

体調に合わせて「自分時計」で時間を決めます

一般的に入浴時間の目安は、10～20分間と考えて下さい。しかしサウナ浴の初心者、身体がサウナに慣れるまでは5分程度とし、慣れるとともに時間を延ばしていくことをお勧めします。

時間は、時計で正確に測るよりも自分時計、つまりその日の自分の体調で測ればよいでしょう。同じ5分、10分でも、体調が悪い時は長く感じるはずですし、逆に体調の良い時は短く感じるものです。時計とニラメッコして無理をしてはいけません。

ちなみに、サウナに4分間入っていると、皮膚温は40℃にも上昇することが分かっています。ぬるいサウナで60℃くらい、熱いサウナで110℃ありますが、低温で長時間入浴するよりも、高温で短時間入浴するほうが、はるかに効果があります。

反復3回

冷水浴やお風呂と組み合わせて3回の反復浴

入り方としては、3回反復浴が勧められています。まず、身体をよく洗って清潔にしてから約10分間入り発汗します。続いて5分間→5分間の2回入浴をしますが、その間に冷水浴またはシャワー浴をします。

サウナ浴の間に冷水浴やシャワー浴をはさむのは、熱した身体を冷やすというだけでなく、健康保持の面からも意味のあることなのです。

高温乾燥のサウナ浴では、血管は十分に拡がっ



ています。この拡がった血管が、水風呂や冷水シャワーを浴びると強い刺激を受けることになり、血管は急激に著しく収縮します。こうした血管反応が強まることにより、交感神経が刺激され自律神経の働きが高まるわけです。

反復浴の時間

サウナの反復浴は長くても30分を目安に...

冷暖房などで外気温から守られている現代人の皮膚は、外からの刺激にたいへん弱くなっています。風邪をひきやすいのもそうした皮膚の鍛錬不足に一因があると考えられています。サウナ↔冷水浴のくり返しによる皮膚の血管反応は、皮膚自身も強くし、外からの温度差などの刺激にも耐えることができるようになるのです。それぞれが、自分の体重等を考慮した入浴のタイムスケジュールをつくって反復浴をするようにすれば、自分に合ったサウナタイムを楽しむことができます。

高血圧症や成人病のある中・高年の人は、充分に注意が必要です。冷水浴を間に入れながら、3回のサウナ入浴をするわけですが、この反復3回浴は長くても30分（1回10分）を限度とします。少し健康に不安のある方や高齢者の場合は、8分、5分の2回浴ぐらいがいいでしょう。

最後に、サウナに入る前には、必ず水分を補給しましょう！いうまでもありませんが、入浴前のアルコール類摂取は厳禁です。



4月から銚田地方福祉事務所 が変わります

銚田地方福祉事務所の業務は、4月から鹿行地方総合事務所福祉課で行うことになります。

現 行 銚田地方福祉事務所



変更後 鹿行地方総合事務所 福祉課

鹿島郡銚田町銚田1367-3

電話 0291-33-4111

●合併により新たに市制が施行されますと、次の業務は新市の福祉事務所が行います。

- 生活保護の相談・申請
- 児童および妊産婦の相談
- 助産施設・母子生活支援施設の利用
- 児童扶養手当・特別障害者手当・障害児福祉手当等

●お問い合わせ 鹿行地方総合事務所 福祉課
電話 0291-33-4111

麻生県税事務所からのお知らせ

●自動車税は納期限（5月31日）までに納めましょう

自動車税は、4月1日現在の名義人に課税されます。

納税通知書を5月上旬に送付しますので、納期限（5月31日）までに納税して下さい。納税通知書が届かない場合には、ご連絡下さい。

●納税証明書（継続検査用）は車検の時まで大切に保管しましょう

納税通知書を使って自動車税を納めていただくと、領収書と一緒に車検用の納税証明書がついています。

この納税証明書は車検の時に必要となりますので、車検証と一緒にしておくなど、大切に保管して下さい。

●お問い合わせ 麻生県税事務所
電話 72-0773

ハーモニーフライト2005 参加者募集のお知らせ

県では、女性リーダーの人材育成を図るために女性の海外派遣を行ないます。

●研修先

オランダ・スウェーデン・フランス（予定）

●研修内容

- 男女共同参画・環境・福祉・教育に関する視察
- ホームステイ
- まちづくりなどを視察する自主企画研究

●派遣期間

9月21日(水)から10月1日(土)
このほか、3回の事前研修と1回の事後研修（いずれも1泊2日）を予定

●参加費

26万円程度
(県：2分の1、本人：2分の1負担)

●応募資格

5年以上県内に居住している30歳以上55歳未満の女性

●応募方法

申込書等関係書類を役場生涯学習課へ提出して下さい。

●募集期間

4月20日(水)から5月18日(水)

●お問い合わせ

県女性青少年課

電話 029-301-2178

FAX 029-301-2189

麻生警察署からのお知らせ

安全運転をお願いします

●ドライバーの皆さん、まだ通学路に慣れていない子供たちを、優しい運転で守ってあげて下さい。

●ドライバーの皆さんは、通学路や住宅地周辺などを走行するときはスピードを控えて、子供の飛び出しや子供の動きに注意を払って下さい。

●横断歩道などで道路を渡ろうとしている子供を発見したときは車を止めて安全に横断させて下さい。



水道料金(基本料金)徴収月調整のお知らせ

麻生町、北浦町、玉造町3町合併による事務調整の結果、水道料金(基本料金)徴収月調整をいたします。

6月請求の水道料金から、次のように変更となりますのでご理解をお願いいたします。

●6月請求の水道料金

計算例

一般用(口径20mm、毎月の使用水量20m³)とした場合

従来の方法ならば(当月基本料金+前月従量料金)

6月請求の 水道料金	=	基本料金 (6月使用水量 10m ³ まで)	+	従量料金 5月使用水量 10m ³ 超え, (178.5円/m ³) (20-10)×178.5=
3,675円		1,890円		1,785円

ですが、

今回は

(前月基本料金+前月従量料金)となりますので

6月請求の 水道料金	=	基本料金	+	従量料金 5月使用水量 10m ³ 超え, (178.5円/m ³) (20-10)×178.5=
1,785円		0円		1,785円

となります。

なお7月からは

7月請求の 水道料金	=	基本料金 (6月使用水量 10m ³ まで)	+	従量料金 6月使用水量 10m ³ 超え, (178.5円/m ³)
---------------	---	---	---	--

となります。

●お問い合わせ 水道課

電話 72-0811 内線313

エンジンオイルや重油等の取り扱いに注意

最近エンジンオイルや重油等の河川への流出事故が増加しています。

ちょっとした油断が、他人へ迷惑をかけるばかりでなく環境へも大きな影響を与える事になりますので、保管・処分は適正に行うよう注意して下さい。また、エンジンオイルや重油等が河川へ流出した場合、回収には多額の費用がかかり、その費用が原因者に請求されることもあります。

※河川の異常に気が付いたら連絡をお願いいたします。

●お問い合わせ 環境対策課

電話 72-0811 内線310

国民年金学生納付特例のお知らせ

学生納付特例制度は、在学期間中の保険料を社会人になってから納めることができる制度です。

20歳以上で、本人の前年の所得が68万円以下の学生が対象となります。承認期間は、4月(または申請した月の前月)から翌年の3月までです。4月から適用を受けたい方は、5月末までに申請して下さい。(新たに20歳になった方の申請は誕生日以降となります。)申請は毎年必要です。

●手続き先 町民課 国民年金係

●手続きに必要なもの

- ①年金手帳
- ②学生であることを証明するもの
- ③印鑑

●お問い合わせ 町民課 国民年金係

電話 72-0811 内線116

軽自動車税のお知らせ

●郵便局でも納税できるようになりました

平成17年度分より、郵便局での取扱いが開始されます。納税通知書は5月下旬に配布されますので、納期限(5月31日)までに納税して下さい。

●口座振替で納税の方へ

口座振替で納税の方は、納税証明書(継続検査用)を郵送いたします。6月上旬にハガキにて発送しますので、大切に保管して下さい。

●お問い合わせ 税務課

電話 72-0811 内線107

親子でそば打ち体験

このほど町内21か所の集落センター等で組織される、麻生町集落センター運営協議会（倉辻芳次会長）は、茨城県立白浜少年自然の家を会場に、親子そば打ち体験を行いました。

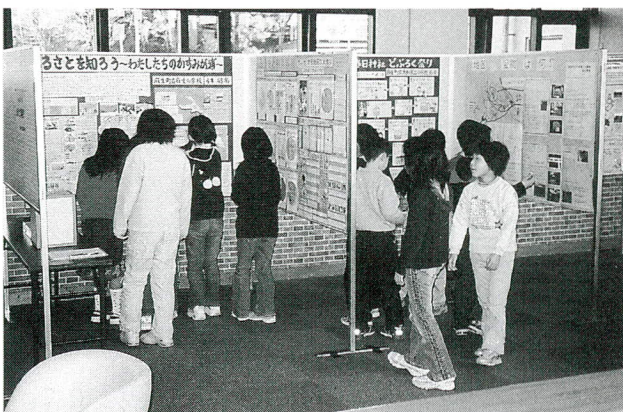
そば打ちを通して地域や親子の交流ができ、参加者は自分たちで打ったそばをおいしそうに味わっていました。



麻生町の魅力再発見

小学生が総合的な学習を利用して、麻生町の自然や人物、文化、歴史について地域の方々との交流や活動を通して、魅力を再発見する「ふるさと発見事業」の展示会が行われました。

展示作品を見た方は「地元に住んでいても知らないことが多く、読んでみて、へーと思うことが多かったですね」と作品内容の高さに驚いていました。



宿地区で河川清掃

宿地区では、霞ヶ浦・北浦清掃大作戦に併せて宿地区を流れる鯉千疋川の清掃を行いました。

清掃した地元の方は「三輪車が落ちていたり、けっこう大きなごみがあるんだよ。今後もきれいにしていきたいね」と話してくれました。



根本正枝さん 料理コンテストで日本一

料理コンテスト「ファミリーミートクッキングコンテスト」で、根本正枝さんが全国約2300人の参加者のなかから見事優勝に輝きました。

出品した「牛肉・梅肉・れんこんソース」は常陸牛、水戸の梅、霞ヶ浦のレンコンなど茨城の食材にこだわったもの。

根本さんは「今回受賞できてとてもうれしいです。今度は麻生町でしか食べられない、麻生町の名物になるような料理を作りたいです」と今後の目標を話してくれました。



「行方市」の誕生に向けて

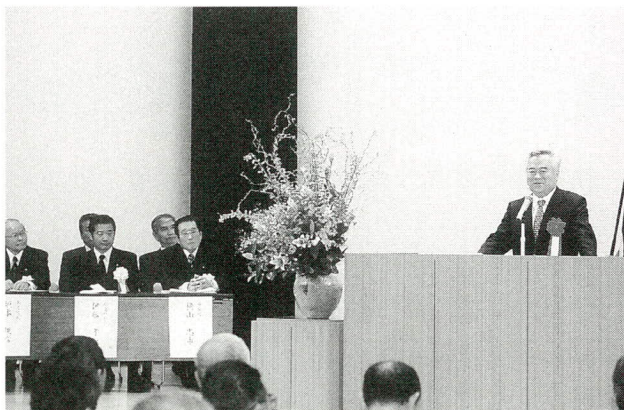
9月2日の「行方市」誕生に向けて行方市まちづくり推進式典がレイクエコーにおいて開催されました。橋本昌県知事、岡田広参院議員、香取衛・藤島正孝両県議らが来賓として出席しました。

式典では3町による合併協議の経過が報告され、続いて新市のまちづくり計画が示されました。

横山町長は「歴史や伝統、地域性が違う3町が合併できたのは、たくさんの方々の協力と大きな決断があったからこそ。これからは一体的なまちづくりを進め、住民に心から喜んでもらえる新市となるよう一層努力したい」とあいさつ。



橋本県知事は「行方市の基幹産業である農業は、農業粗生産高からみると県内でも上位に位置する。これからは農業をさらに発展させていくことが重要であるとし、また合併して良かったと言えるまちづくりをしていくことが大切だ」と話しました。



元気に育って ワカサギ稚魚の放流

「ワカサギ水産教室・体験学習」の一環として大和第二小学校、大和第三小学校の児童がワカサギの稚魚を放流しました。

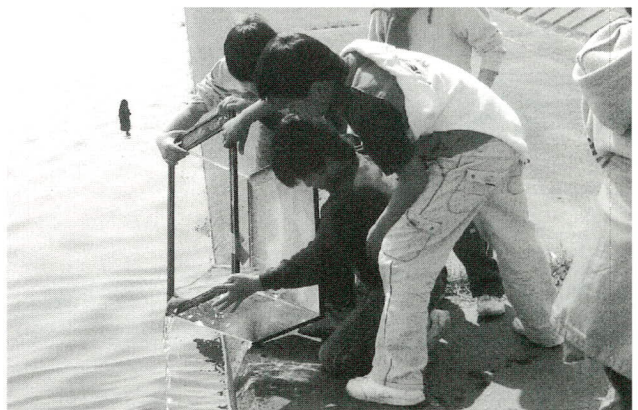
ワカサギの稚魚は児童たちが人工ふ化を行い、学校に持ち帰り生育させたものです。

人工ふ化は2月にきたうら広域漁業協同組合の協力のもと行いました。ワカサギから精子、卵を取り出し受精させ、受精卵を鳥の羽を使ってシュロ枠に塗ります。ワカサギを初めて触った児童は緊張した様子で作業を行っていました。



ふ化するまでの約25日間は学校で観察を行いました。児童たちは卵が少しずつ変化していく様子やふ化した稚魚の小ささに驚いていました。

放流を行った児童は「元気に育って欲しい」、「ワカサギがもっとたくさん増えて欲しい」と感想を話してくれました。



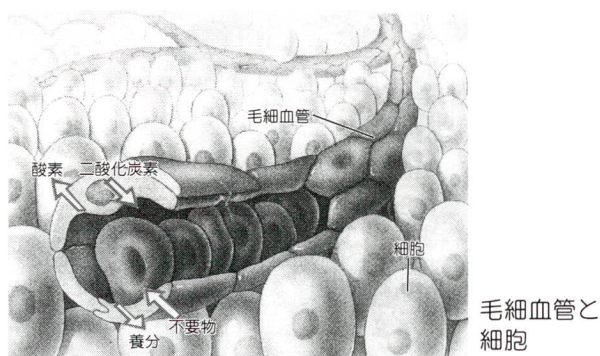
こんにちは

保健師です

(先月号からの続きです)

血管の細胞は生まれ変わるまでに6か月を必要とするので血管の傷みには少しでも早く気づくことが大切です。

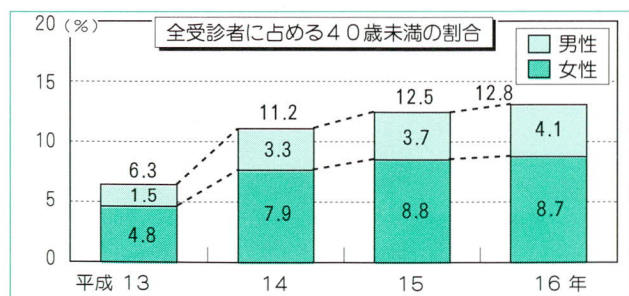
下の模型図は毛細血管(目に見えない太さ)から栄養と不要物、酸素と二酸化炭素をやりとりしているものです。このやりとりができないと周囲の細胞は壊死してしまいます。



血管には自覚症状があるか？

皮膚のように傷ついた時に「痛み」として自分で分かれば良いのですが、残念ながら血管には自覚症状がありません。若いうちから健診を受けて自分の血液の状態を診るようにしましょう。

麻生町では健康推進員さんの協力を受け40歳未満の若い世代の受診が増えています。血管の障害予防から考えると嬉しいことです。



でも、女性に比べると男性は少なめです。

麻生町の健診結果を分析

男女別、年代別に正常値を超えた人の割合を順位別にしました。(数値の単位は%)

男性

	～30代	40代	50代	60代	70代～
1位	肥満 41.5	高LDL 59.1	高LDL 53.8	高LDL 55.4	高LDL 49.4
2位	高LDL 40.0	肥満 48.5	肥満 49.6	肥満 42.3	最高血圧 44.4
3位	GPT 26.2	GPT 43.9	GPT 35.0	最高血圧 42.3	心電図 37.5
4位	中性脂肪 18.5	中性脂肪 37.9	中性脂肪 37.9	心電図 33.7	眼底 36.3
5位	尿酸 18.5	γ-GTP 34.8	尿酸 27.4	血糖値 29.1	肥満 33.8
6位	γ-GTP 15.4	尿酸 30.3	γ-GTP 26.5	HbA1C 25.7	尿酸 28.1
7位	心電図 13.8	血糖値 16.7	最低血圧 23.9	尿酸 23.4	血糖値 25.0
8位	低HDL 10.8	心電図 13.6	最高血圧 22.2	眼底 22.9	中性脂肪 20.6
9位	血糖値 6.2	最高血圧 12.1	血糖値 19.7	最低血圧 20.0	HbA1C 18.1
10位	HbA1C 4.6	低HDL 12.1	HbA1C 18.8	中性脂肪 17.7	最低血圧 16.9

女性

	～30代	40代	50代	60代	70代～
1位	高LDL 28.3	高LDL 43.8	高LDL 67.7	高LDL 66.7	高LDL 67.2
2位	肥満 18.9	肥満 24.2	肥満 33.2	肥満 45.2	最高血圧 42.7
3位	心電図 6.9	心電図 13.1	最高血圧 21.7	最高血圧 45.2	尿酸 36.8
4位	中性脂肪 4.4	中性脂肪 8.5	最低血圧 14.9	眼底 22.8	肥満 33.6
5位	血糖値 3.8	最高血圧 7.8	中性脂肪 14.5	心電図 19.1	心電図 28.1
6位	HbA1C 3.1	GPT 5.9	眼底 11.5	HbA1C 18.2	血糖値 15.8
7位	低HDL 3.1	最低血圧 5.2	心電図 11.1	血糖値 14.5	最低血圧 13.4
8位	尿酸 2.5	HbA1C 3.3	GPT 9.4	最低血圧 13.5	中性脂肪 13.0
9位	GPT 1.3	低HDL 3.3	HbA1C 9.4	中性脂肪 12.9	HbA1C 12.6
10位	眼底 1.3	血糖値 2.6	血糖値 8.9	GPT 11.9	クレアチニン 8.7

※ 先月号の「こんにちは保健師です」を合わせてみてくださいね。

男女共にLDL(悪玉)コレステロールの高い人の割合がとても多く、60代以上では眼底・心電図・クレアチニン(腎血管)などの異常値を示した人、即ち血管が傷んでいると思われる人が約20～40%近くにもなります。

老化は静かに

動脈硬化は乳児期から始まっています。小さい頃から食生活を大切にすることは勿論ですが、健診を受けて血管を守る食生活に軌道修正することが一番大事なことだと思いませんか？ **血管を守ることで「動ける身体」と「寿命」が大きく左右されていきます。**



※掲載を希望しない方は、役場総務課にご連絡ください。

おめでとうございます

赤ちゃん	保護者	住 所
坂本 理菜 ^{りな}	隆 行	石 神
前嶋 大輝 ^{ひろき}	豊 美	根小屋
芝 陽希 ^{はるき}	豊 和	白 浜
箕輪 ひかる	明	小 高
本澤 寧々 ^{ねね}	英 樹	小 高
前川 雄吾 ^{ゆうご}	正 光	井 貝

お悔やみ申し上げます

亡くなった方	年齢	世帯主	住 所
茂木 静	73	ふ ぢ	麻 生
柄澤 純子	63	俊 明	麻 生
寺川たけ子	69	信	麻 生
郡司 正勝	59	正 勝	矢 幡
山野 保	46	仁	石 神
石島 源市	90	弘	白 浜
大原 さだ	84	吉 松	宇 崎
稲田 幸八	87	次 雄	四 鹿
久保 良雄	67	昭 子	杉 平
久保田一廣	63	喜代子	杉 平
中根 五男	79	三 男	小 牧
藤崎 てつ	79	衛	板 峰
高根澤武夫	73	大 蔵	新 宮
飛弾 實	80	祐 一	於 下
高野 久昭	54	久 衛	於 下
鷺野 一	54	伸 子	行 方
茂木 キセ	86	キ セ	船 子
大野 信夫	85	剛	島 並
箕輪 トメ	92	文 雄	小 高
根本 とよ	96	勝	小 高
小牧 誠治	83	勝 正	小 高
宮内 ミツ	86	栄 子	井 貝

(氏名は新字で表示しています)

労働保険料の申告時期になりました

平成17年度の労働保険料の申告・納付は、
5月20日(金)までに済ませて下さい

労働保険(労災保険と雇用保険)の平成16年度の確定保険料と平成17年度の概算保険料の申告・手続きの時期になりました。

事業主の方には4月上旬までに申告書を郵送します。

5月20日(金)までに最寄りの銀行・郵便局などの金融機関または茨城労働局へ申告書とともに保険料を納付して下さい。

○お問い合わせ 茨城労働局労働保険徴収室

電 話 029-224-6213

FAX 029-224-6258

町職員の異動

○退職 (3月31日付)

永作 忠一(経済課長)、高栖 ヨネ子(住民係長兼年金係長)、大曾根 恵子(主幹)、宮内 千恵子(事務補)

○異 動 (4月1日付) 係長以上

*課長級 町民課：平山 謙二(健康増進課)、健康増進課：平山 博(総務課)、経済課：根本 憲(町民課)

*課長補佐級

総務課長補佐兼人事管理係長：鴛田 和夫(経済課)、企画財政課長補佐兼財政係長：永井 新衛(企画財政課)、学校教育課長補佐兼給食センター長：鬼沢 忠雄(学校教育課)、生涯学習課長補佐兼公民館長：小峰美代子(生涯学習課)、生涯学習課長補佐兼管理事務所長：小沼 唯男(生涯学習課)

*係長級

管財係長：永作 賢司(環境対策課)、総務課係長：新橋 進(健康増進課)、企画調整係長：小澤 常光(企画財政課)、住民係長兼年金係長：荒張 文枝(町民課)、国民健康保険係長：平野 義明(総務課)、保健衛生係長：浜田健太郎(環境対策課)、衛生管理係長：平山信一(企画財政課)、農政係長：石神勝徳(経済課)、土地改良係長：高野 修一(経済課)、建築係長：奥村 晃(建設課)

私の視点



元気に泳ぐこいのぼり

(全日写連麻生支部 小沼 克夫さん)

少子化により少なくなりましたが
今年も元気に大空を泳ぐこいのぼりを
見るようになりました
健やかに成長されますように

まちの人口 16,056人(男7,915人 女8,141人) 4,534世帯

まちの花：キク まちの木：イチョウ まちの鳥：ヒバリ



●広報 **あそう** 第605号 平成17年4月18日発行

●ホームページアドレス <http://www.town.aso.ibaraki.jp>

●町長へのメール kouho@town.aso.ibaraki.jp

●発行 麻生町役場

●編集 総務課 茨城県行方郡麻生町麻生1561-9 ☎0299 (72) 0811