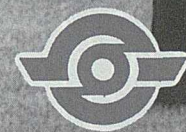




町消防ポンプ操法大会

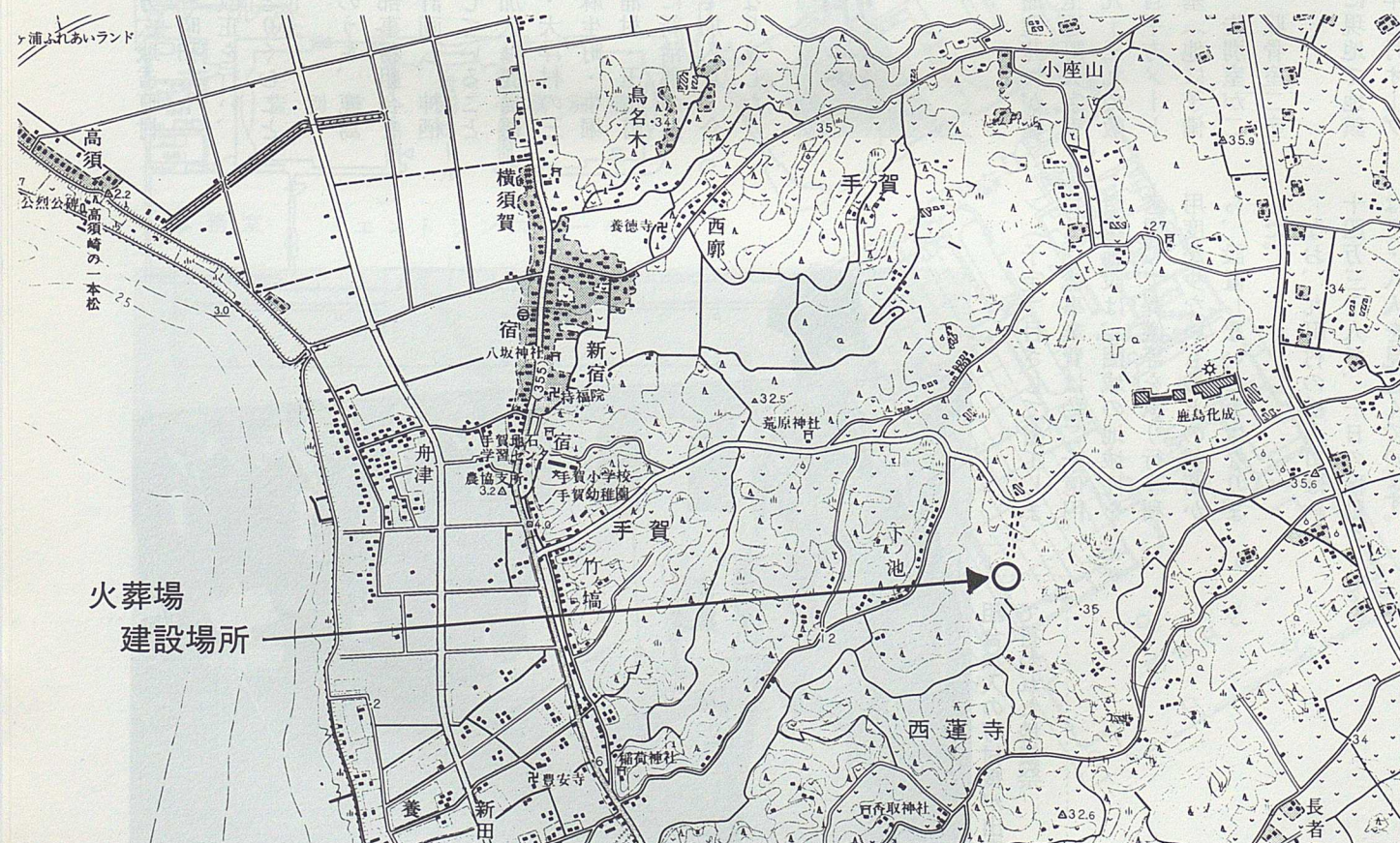


玉迷

'94
広報

10月号
No. 411

火葬場完成予想図



加入町村(9町村)

旭村・鉾田町・大洋村
麻生町・牛堀町・潮来町
北浦村・玉造町・出島村

霞ヶ浦聖苑

火葬場建設へ着工

来年五月オープン目ざし

鹿行地方広域市町村圏事務組合では、来年の五月にオープン(予定)目ざして火葬場の建設に取りかかりました。さる九月九日には現地の手賀地内(字長峯四三三九―三九)で地鎮祭を行いました。建設される火葬場は、火葬炉が五基で待合室が三室、待合室ロビー等を備える近代的なものです。

圏内には波崎町の 一カ所だけ

鹿行広域市町村圏事務組合は、鹿島郡の七町村と行方郡の五町村合わせて十二町村で構成されていますが、圏内にある火葬場施設は波崎町が単独で設置（火葬炉数二基）しているだけ。

そのため、圏内の皆さんが火葬場を利用するのは、近隣の火葬場で「北総斎場」（千葉県神崎町）・「大洗町火葬場」（大洗町）・「常陸海浜

広域斎場」（那珂湊市）・「石岡地方斎場」（石岡市）・「土浦市斎場」（土浦市）の五施設がほとんどで、著しい不便を強いられている状況にあります。

平成四年の玉造町の例をみると、火葬数五十九のうち、石岡地方斎場二十九、土浦市斎場十七、常陸海浜広域斎場四、北総斎場一、その他八。

年々増加する火葬率

町内の死亡者数に対する火葬率をみると、平成二年が百十五人のうち火葬数が三十五人（火葬率三〇・四％）、平成三年が百三十二人のうち四十八人（三六・四％）、平成四年が百三十七人のうち五十九人（四三・一％）、平成五年が百三十五人のうち六十人

（四四・四％）と年々増えています。

昭和五十七年に実施した圏域住民意識調査でも、住民が最も整備を期待している施設に「火葬場」をあげており、火葬場建設への要望は高まっています。

組合加入は九町村で

そこで鹿行地方広域市町村圏事務組合では、昭和六十一年に組合規約の改正を行い、火葬場の整備にとりくむことになりました。

組合十二町村のうち、鹿島町と大野村は一部事務組合を設立して設置を計画し、神栖町も独自で計画していることから、火葬場の加入は鹿島郡が旭村・鉾田町・大洋村の三町村。行方郡が麻生町・牛堀町・潮来町・北浦村・玉造町の五町村。それに新治郡の出島村が事務委託で加入し、合わせて九町村となりました。

火葬炉は五基

火葬場（霞ヶ浦聖苑）が建てられる場所は玉造町大字手賀字長峯四三三九―三九で敷地面積が八千五百平方メートル。火葬炉は五基（他に予備スペース一基）、告別室が二室、霊安室一室、収骨室二室、待合室三室。

さる九月九日に現地で地鎮祭が行われ、来年五月オープン

ン（予定）目ざして着工しました。総事業費は約二十億円。斎場施設は、圏域の地域性を考慮して葬儀等を執り行う利用度が少ないものとの判断から、設置しないことになりました。

なお、九町村の総人口は約十四万三千人で、一日の稼働は三・八人を見込んでいます。

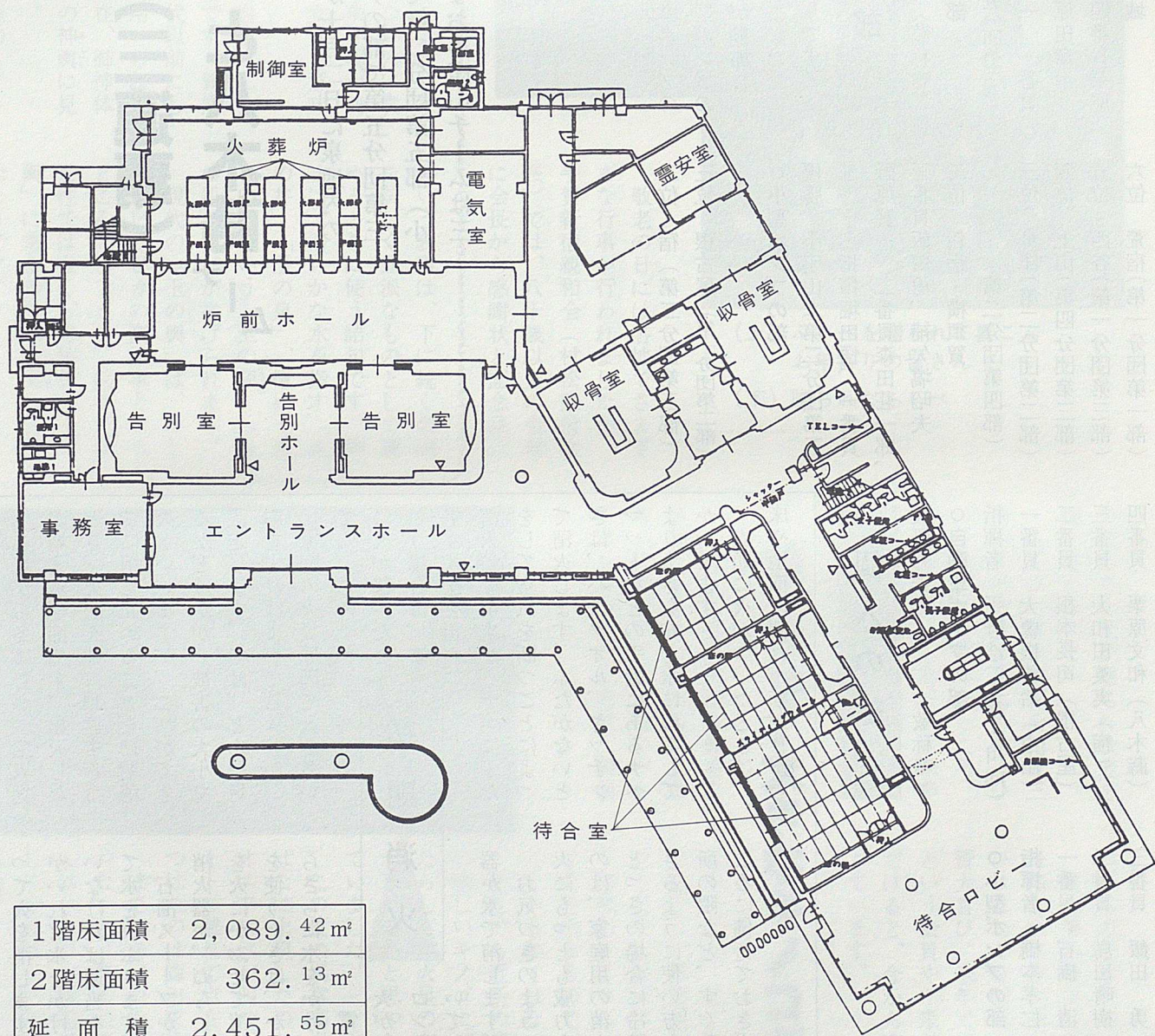


組合加入の町村長が出席して行われた地鎮祭。



建設場所

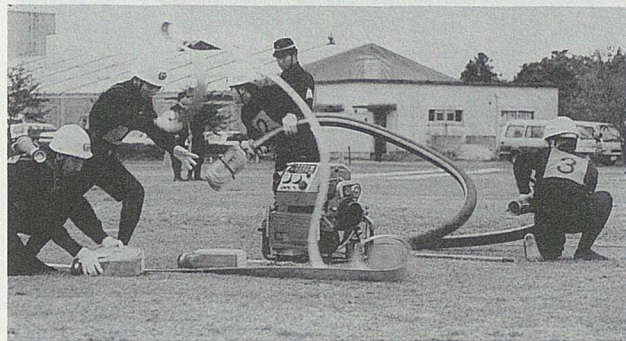
火葬場平面図



町消防ポンプ操法競技

優勝は小座山^{チム}（三連覇） と八木時^{チム}

町消防団のポンプ操法競技大会が十月二日に泉地内の総合運動場で行われ、自動車ポンプの部で第五分団第三部（八木時）が、小型ポンプの部で第二分団第五部（小座山）がそれぞれ優勝しました。なお小座山チームは三連覇を達成しました。



大会には、自動車ポンプの部に六チーム、小型ポンプの部に二十二チームが参加し、訓練の成果を競いました。結果は次のとおりです。

団体の部

〈敬称略〉

○自動車ポンプの部
優勝 八木時（第五分団第三部）
……指揮小松崎信一、一番員
神林一典、二番員原田章治、
三番員塚正実、四番員栗原
文和、補欠久米正城

二位 宿（第二分団第三部）
三位 根古屋（第一分団第二部）

○小型ポンプの部
優勝 小座山（第二分団第五部）
……指揮堀田悟、一番員
野原賢一、二番員森田莊一郎、
三番員飯田勇、補欠堀昭夫
二位 新宿・横須賀
（第二分団第四部）
三位 舟津（第二分団第二部）
四位 上山（第四分団第三部）
五位 西谷（第一分団第三部）
六位 荒宿（第一分団第一部）

個人の部

最優秀表彰

〈敬称略〉

○自動車ポンプの部
指揮者 平野浩（上宿・川向）
一番員 大曾根善治（中山）
二番員 根本長司（根古屋）
三番員 大和田英実（宿）
四番員 栗原文和（八木時）

○小型ポンプの部
指揮者 橋本孝仁（西谷）
一番員 石橋 清（緑ヶ丘）
二番員 島田晴樹（上山）
三番員 飯田 勇（小座山）

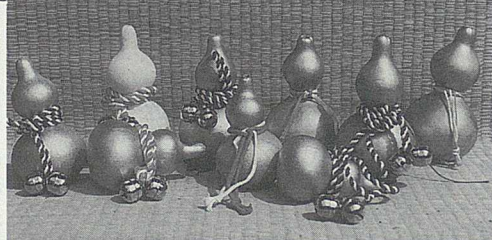
初期消火

これから冬にむかって火災の増える季節です。出火したとき、火が天井に到達するまでに消し止めることを初期消火といいますが、これができるかどうか、被害の大小を決定します。では、どんな対応をすればよいのでしょうか。家庭の火災原因で大変多いてんぷらのナベに火が移ったという場合は、まずガス栓を止め、消火器で消すか、ナベにふたをして空気を断つことによつて消火します。ふたがないときは、バスタオル、キッチンマットなどの手近にあるナベより大きな布を水にぬらしてかぶせます。衣類に火がついたときは、床や地面に倒れ、転がりまわ

つて火を消します。そばに人がいれば水をかけてもらい、いなければ適当な容器を使って水をかぶります。石油ストーブからの出火も消火器か、ぬらした大きな布を火にかぶせて消します。布を使うときは、かぶせた上からさらに水をかけます。

電気製品から火がでたときはコンセントを抜いてから、消火器が水で消します。お気づきのように、初期消火にもっとも威力を発揮するのは、家庭用の消火器です。とっさの場合に冷静に対処できるように使い方を覚え、台所の隈など、すぐ手の届くところに備えておきましょう。

ふくべで祝った 敬老の日



（上）ふくべを贈られて喜ぶお年寄りの皆さん
（下）贈られたふくべ

敬老の日には各地でさまざまな行事が行われましたが、手賀新宿親和会（村松重信会長）では、八十歳以上の会員に会長から感謝状と記念品（

や、やつ！大きなキノコだ…

ひょうたん）が贈られ敬老を祝いました。これは、昨年親和会結成三十周年を記念してふくべ（ひょうたん）を贈ったところ、会員から大へん喜ばれ、来年もぜひひとの要望が強かったので今回も贈られることになったものです。

夏の暑いなか、会長さんが丹精こめて作った「福を呼ぶ」ひょうたんを贈られた会員は皆大喜び。来年で三個たまるという会員や、来年からいただけると、今から楽しみに待っています。

言葉の履曆書

玉の輿

結婚シーズンともなれば、「玉の輿」に乗ることになった女性が話題に上ったりします。昔から、美人のせいで身分不相応の結婚が可能になった話は少なくありません。

「氏無くして玉の輿」、略

して「玉の輿」といえば、家柄がよいわけではないのに貴人の用いる立派な乗り物に見えるようになった女性を意味します。

輿は人を乗せた台を、二人以上で運ぶ乗り物です。賀籠が普及した江戸時代以前にもっぱら上流階級で用いられた。その形は現在、御神体を乗せて担ぐ祭礼の神輿に見ることができま



この夏の異常高温で突然道ばたに出現したのか、大きなオニフスベが四つ、二、三メートル離れて点在。最初に見つけたのは森田重雄さんで、「まさかキノコとは知らなかった」と。集まっていた皆さんは「これが縁起のいいきざしになれば」と話していま

頑張つてます

農業経営士

船串孝雄さん (浜)

後継者や経営面など厳しい状況をかかえているなかあつて、町の基幹産業である農業を支えていこうと頑張っている一つに『農業士会』があります。そこで町の農業経営士として、県の農業経営士として活躍されているのが船串孝雄さん。活動の様子を述べていただきます。

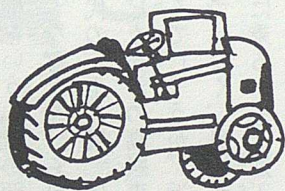


私達町農業士会は、農業経営士二名、婦人農業士一名、青年農業士十一名で構成し、平成二年十二月に発足しました。任務はそれぞれ、概ね次の通りです。

○農業経営士は、(一)県内外の先進農家留学研修生や先進農家研修者の受け入れ。(二)地域農業の中核者としての幅広い活動。

○婦人農業士は、(一)先進的農家経営の実践と成果の発表。(二)後継者グループ、農村婦人グループ活動等に対する助言並びに研修生等の受け入れ。

○青年農業士は、(一)地域農業の確立に必要な組織活動及び革新技術導入活動、(二)4Hクラブ等農業青年グループ活動に対する援助活動、(三)国内外の農業事業の調査研究と地域



への普及等、その他。

発足当時は五名でしたが、青年農業士が五年間で十一名認定され、現在合わせて十四名で活動しております。

これまでに坂本町長、加国農業委員会会長をはじめ、役場、農協、普及所などの農業関係機関との懇談会を行ったり、新しく青年農業士が認定されるごとに歓迎会を行い会員相互の親睦を深めています。今年三月には、新規就農者(二名)の歓迎会等も行いました。

近年、就農者数が少なくなっているなかで、農業経営を実践している我々としては、新政策にも示された様に、他産業従事者に遜色ない経営の確立を目標(既に確立している)に、玉造町の基幹産業である農業の発展のために会員一同頑張っているところです。

(題)(話)(の)(節)(の)

サツマイモ



落ち葉を燃やすたき火の端っこにサツマイモを一つ、二つもお薦めです。作り方は簡単。つ。こうやってできあがった皮をむいたサツマイモをしばらく水につけたあと、柔らかくなり時間にかけて蒸し焼きにされるためです。急激に熱を加えると、イモの甘みが十分にひきだされません。

焼きイモというと、太ることを連想するためでしょうか、食べたけれど我慢しているという話をよく聞きます。しかし、サツマイモは本当はとても健康的な食べ物。ビタミンC、カロチンが豊富で、便通を整える食イモのサラダとはまた違った物繊維もたっぷりです。焼きイモばかりでなく、バター焼にして料理に付け合わせたり、みそ汁の具にしたりして家族そろって食べてください。サツマイモを使ったサラダもお薦めです。作り方は簡単。

熱いうちにつぶし、レモンの搾り汁とマヨネーズを混ぜればできあがり。ポイントはこのとき、ぬるま湯でふやかしたレーズンを入れること。サツマイモの甘みと、レモンレーズンの酸味がうまく調和して、ジャガ

魚食普及月間

魚は体に優しいヘルシーフード

魚を食べると、「頭の働きがよくなる」「疾病の予防になる」「記憶学習能力が向上する」などのメリットが、各国のさまざまな研究から分かっています。このため、疾病予防と健康増進の観点から、世界中で魚が注目されています。

十月は、「魚食普及月間」です。改めて、魚のよさを見直してみよう。

人間の体は、水分を除いた大部分がタンパク質でできています。筋肉や血液、骨や内臓はもちろん、体の機能に欠かせない酵素やホルモンなどもタンパク質からつくられます。わたした

ちは、いろいろな食べ物からタンパク質を摂取しています。それらを一度、タンパク質の材料であるアミノ酸に分解した後、自分に合ったタンパク質につくり変えているのです。

タンパク質の豊富な食品というと、多くの人は肉を思い浮かべているでしょうか。牛や豚、鳥のいずれの部位にも、百グラム中に十六グラム以上のタンパク質が含まれています。たしかに、タンパク質の含有量は多いのです。

では、魚はどうでしょうか。種類によって多少差はあるものの、百グラム中に二十グラム以上のタンパク質を含むものが目白押しです。サンマで二十・六

グラム、ブリで二十一・四グラム、マグロで二十四・三グラム、カツオになると二十五・八グラムもあります。魚は肉に負けないほど、多くのタンパク質を含んでいるのです。

DHAは脳の働きをよくなる

EPA(エイコサペンタエン酸)と、DHA(ドコサヘキサエン酸)をご存じですか。これらはマグロやサバ、イワシなど背の青い魚の脂に、特に多く含まれている脂肪酸です。これらの物質は血液をサラサラにし、血管を詰まりにくくしたり、悪玉コレステロールを減らしたりする働きをします。このため、心筋梗塞や脳梗塞などはもちろん、さまざまな成人病を防いでくれる役目をします。

また、DHAは脳の働きをよくする物質としても注目されています。DHAを多く摂取すると、脳の発達にたいへん効果が

あるということです。さらに最近の研究では、老人性痴呆(アルツハイマー)にも有効なことが少しずつ分かってきました。

魚のよさは世界でも認められている

イギリスでは、「Fish is brain food」、中国では「吃魚可使頭腦聰明」といって、古くから「魚を食べると頭がよくなる」ということが経験上分かっています。日本人も、昔から多くの魚を食べています。カルシウムの補給はもちろん、魚が頭にいいということは、日本人も体験か



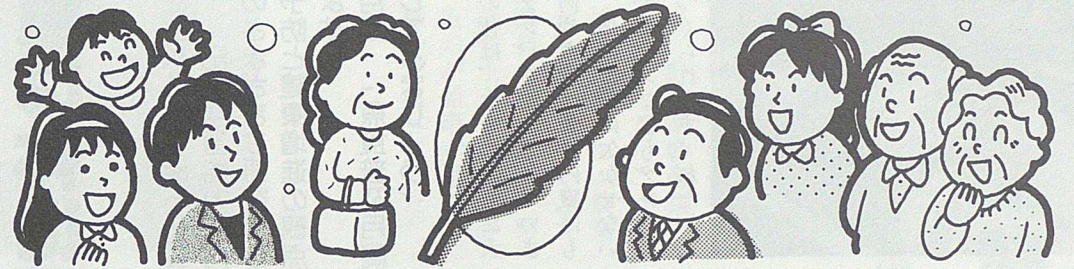
ら分かっていったようですね。魚は体にいいのはもちろん、脳の発達に効果がある健康食です。これからは、魚がおいしい季節です。魚にあった料理を工夫して、魚をたくさん食べましょう。

●ネズミによる実験 記憶学習能力を高めるDHA

農林水産省食品総合研究所では、DHA入りのエサを与えたAネズミと、そうでないBネズミとで迷路を使った実験をしました。一匹のネズミは、すでに「出口には水がある」と学習しています。ですから、エサの違いで記憶学習能力の違いが分かるのです。この結果、一回目は両方のネズミとも迷ってしまいました。

だが、袋小路に迷い込む回数はAネズミのほうが少なかったのです。一回目はAネズミは、一回迷っただけで出てきましたが、Bネズミはまた迷ってしまつたのです。このデータから、落ち着きや集中力、視覚や嗅覚、覚え込みや判断力などは、DHA入りのエサを食べたAネズミのほうが高いことが証明されました。

ひとりひとりの優しさは、社会の資産です。



文芸
俳句
短歌

短歌

寒風に吊し切りさるる鮫鯨が
大き口あけ叫ばんとする
小 沼 正 藏
まぎれ来し馬追ひ一匹枕辺に
声細々と鳴き始めたり
久 米 妙 子
米めぐる決り知らねど安き値
を唯うれしやと新米購う
鈴 木 節 子
素焼せし絵皿塗り終え庭に出
づサルビアの花燃ゆる夕昏れ
鈴 木 和 代
近く夏の残りのいのちふりし
ばり一つ咲きたり路地の朝顔
大久保 和 子
大雷雨ありて暑さは終熄す今
朝爽やかな秋を賜わる
鈴 木 夢 情
葛花紫に咲く富弘の美術館へ
の道も優しく
奥 田 尚 子
そこはかと秋深まりし山寺に
彼岸参りの人の群れ立つ
郡 司 春 枝
ゆきずりの人と語れるふる里
の古き杭立つ影ゆれる川

菅 谷 富 栄
ひい孫の仕ぐさかたちも日々
殖えて言葉にならぬ声も増し
ゆく
大和田まさる
雨乞ひて空見上ぐれば満天の
星と半月我に笑みたり
高 塚 麻 子
山峡の瀬音高鳴る水しぶき紫
陽花愛でつつ長瀬下る
島 田 敏 子
君が代に詠まれてゆかしさざ
れ石手触りながら由来読み取
る
八 木 みさほ
【訂正】九月号短歌の覽
大久保和子さんの短歌で脱穀
を脱け穀に訂正して下さい。

俳句教室

緑蔭のいつも小暗き仁王門
藤 川 秀 子
肩寄せて秋夕焼に佇つ母児
永 野 一 碩
法師蟬余命の種を鳴き綴る
鈴 木 夢 情
送り火や梶無川も賑々し
石 毛 正 子
稲刈の一戸二戸減り野の静か
飯 島 所 子
爽やかに湖の明るさ遠筑波
大和田秋海棠
灯の外へ大きくふくれ踊る輪
長谷川鶏頭子

俚謡教室

兼題折句「あ・う・き・ち」
雨の土砂降り嬉しい恵み
今日はさわやか千切雲 義一
明日の日曜嬉しいプラン
君と僕とのチャンスだぜ 美代
愛し合つてりや噂も平気
君の心が力綱 竹堂
碧い大空うわさの種は
奇想天外千切れ雲 いなほ
あつい仲なの浮きくして
今日の外食ちらし鮎 茶水
褪せているけど初々しさが
消えぬ写真の乳兄弟 有美
兄が得意の腕立て伏せに
気合入れている力こぶ 久子
朝の茶柱運良いいだと
気持わくわく調子づく 幾代



青い山脈浮かんだ雲に
北の大地は血が通う 藤娘
明日は帰るの嬉しい知らせ
今日もパーマを一寸替えとくじ
愛の絆の嬉しい土産
器量愛らし父の里 才依
秋田米なら売れつ子小町
気立やさしい知恵娘 せい子
合図されてもうっかりのがし
気持のんびり注意されし女
あの日別れた上野の駅
きつと会う日を契る指 咲子
雨が降らなくうらやむ空は
今日も青空千切れ雲 昭千

荒磯育ちのう飼いの鳥は
清い流れに散るさだめ 正花
現原明神産土神に
今日はめでたい稚児参り 茂伸
甘い誘いにうかつにつて
きつと断わる知恵もないきよ女
あなた一緒に海辺を散歩
きつと又ねと誓い合う 栄子
秋の筑波に浮かんだ雲は
切れてばかり千切れ雲 育子
あつい思いに浮き立つ心
今日の旅立ち血がおどる ふき子
秋の夜長を浮かれて飲んで
今日も夜道を千鳥足 正人
朝の三峰雲海のなか
木々もおぼろに地もかすむ
合せ鏡に写した皆なに
きりり締め込む蝶結び 喜代
愛想いいのは噂のとおり
傷はくらしの知恵の無さ 青声

アイラブゆうちん



公民館生花教室で五人が
資格取得



公民館生花教室の受講生五人が、このほど龍生派の所定の課程を修められ、それぞれ資格を取得しました。なかでも石田マリ子さんは「教授」の免許を取得されました。
五人の皆さんは、代々城美代子さん（初伝）、井坂恵美子さん（初伝）、酒井安江さん（初伝・中伝）、山中あや子さん（中伝・皆伝）、石田マリ子さん（教授）です。皆さんはさらに上の階級を目指して精進を続けています。

幾万と知れずや宵の虫合せ
落慶のなりし山門萩の花
山 野 草 月
しなやかに風にたわむれ萩若葉
飯 島 伸 子
作業帽止り直して赤とんぼ
小 島 てる代
虫鳴いて我が身に戻る終い風
遠 藤 輝 子
刈田より刈田へ鳥の躍り来し
武 田 淳 子
浪立つや筑波風の野分かな
小 谷 草 洞
川 島 草 人

歳時記

行く秋の 所々や 下り築
紅葉から ますかりけり 蕪村
下り築 一茶
築は古くからある魚法の一つで、川の流に竹簀などを仕掛けて魚をとる方法です。川を下る魚をとるのを下り築、上る魚をとるのを上り築といえます。アユやマス、フナやカジカなどをとるときに、使われることが多い魚法です。昔は全国各地の川でよく見かけましたが、最近は魚の資源保護などを理由に、あまり築を仕掛けなくなってきたようです。

下り築

秋になると、川に近い街道などに、「〇〇名物××築」などと書いたのぼり旗を見かけることがあります。これは、観光用につくられたものです。築で落ちアユなどをとり、その場で料理してくれるのです。塩焼きは、アユ料理の定番といえます。築でとれたアユは、金ぐしのうねり打ちといつて、尾がはねる形にくしを打ち、ひれに化粧塩をした塩焼きをタデ酢で食べます。焼いてみそをぬった魚田（魚の田楽）や、フライなどのアユ料理も格別です。河原のアカシヤの林などにしつらえた小屋で料理に舌鼓を打ち、築の簀棚の水音を聞きながら、時折、水面をはねるアユを見るのは風情がありますね。
さて、十月は「食生活改善普及運動月間」です。毎日の食事の栄養バランスがよいと、成人病を引き起こす要因ともなります。毎日の食生活を見直し、偏った食事をしていないかどうか、チェックしてみましょう。



有料道路における

障害者割引制度が改正

— 十月一日から —

十月一日から、有料道路における障害者割引制度が改正されました。改正された内容は、いままで本人が運転の場合、合肢体不自由の方に限られていましたが、重度の身体障害者もしくは重度の精神薄弱(児)者すべてが対象となり、さらにその介護者が運転する場合も割引が認められるようになりました。

▼適用範囲

○本人運転の場合……身体障害者(手帳を持っているすべての人)が自ら運転する乗用自動車、貨物自動車(ライトバン等に限る)及び特殊用途自動車(身体障害者輸送車に限る)で、当該身体障害者又はこれと生計を一にする者が所有するもの。(身体障害者一人につき一台です)

○介護者運転の場合……重度の身体障害者(手帳の種別が第一種身体障害者)または重度の精神薄弱(児)者へ療育手帳

(A・A)が乗車し、その移動のために介護者が運転する乗用自動車、貨物自動車及び特殊用途自動車で、重度障害者又はこれと生計を一にする者が所有するもの。(重度障害者一人につき一台です)

▼割引率 五〇%以下
▼交付手続
役場町民課福祉係へ次のものを提示し、申請してください。

①身障手帳または療育手帳
②運転免許証(障害者自ら自動車を運転する場合のみ提示してください)
③自動車検査証の写し(車検証の写し)

児童手当制度

「手当を受けられる方へ」

児童手当の目的

児童を養育している方に手当を支給することにより、家庭生活の安定と児童の健全育成がはかれることを目的としています。

児童手当のしくみ

○支給の対象……三歳未満の児童を養育している人に支給されます。ただし、前年の所

かねてより出店が計画されていたカスミストアが、(株)ホームセンターカスミ(本社土浦市)に変更して出店される見通しとなりました。カスミストアとしての出店については、既に手続きも終了しており建設を待つのみとなりました。

第二回 会長杯

ゴルフ大会

▽日時 十一月十七日(木)午前九時スタート
▽場所 玉造ゴルフ倶楽部若海コース
▽対象者 会員及び家族、従業員
▽参加費 一人三千円

第二回 会員親睦

ボウリング大会

▽日時 十一月二十七日(日)午前十時受付
▽場所 潮来町日の出「いたこボウル」(現地集合)
▽対象者 会員及び家族、従業員
▽競技方法 二人一組のダブルス制
▽参加費 一人 三千円

「カスミストア」が「ホームセンターカスミ」で変更出店へ

商工会
だより

分で終わります。なお、原則として手当は、毎年二月、六月、十月にそれぞれの前月分までが支給されます。

○特例給付
所得制限により児童手当を受けられないサラリーマン(



得が一定額以上の場合には、所得制限により児童手当は支給されません。

○児童手当の額

第一子 五千元(月額)
第二子 五千元(月額)
第三子以降 一千元(月額)

○児童手当の支給

認定請求をした日の属する月の翌月から開始され、支給事由の消滅した日の属する月

あなたのクルマは

大丈夫?

点検整備推進運動実施中

大切な人を乗せて走るクルマ。それだけに運転中のトラブルは絶対に避けたいものです。

「クルマの健康は自分で守る」のがドライバーの基本です。日ごろの点検整備をキチンとして、いつもベストの健康状態で快適運転を心がけたいものです。

ただいま十一月まで『自動

車点検整備推進運動』を行っています。あなたのクルマは大丈夫ですか。

○エンジン・オイルは…定期的にオイルの交換を行わないと、エンジンをいためたり焼け付きを起こします。

○マフラーは…穴があいたまま使用すると、騒音をまきちらすだけでなく、排気ガスが車室内に入ることがあり、危険です。

○ブレーキは…ライニングやパッドが摩耗したまま使うとブレーキがきかなくなり、事故につながるります。

○ベルト類は…ベルトが切れると、オーバー・ヒートしたり、ハンドルが重くなる、ライトが暗くなるなど、とても危険です。

○タイヤは…タイヤがすり減ると、スリップしてブレーキのききが悪くなり、とても危険です。

労働保険の加入はお済みですか

労働保険とは、労災保険と雇用保険とを総称したものです。

最低資本金充足の手続きはお早目に

○会社の資本金は、株式会社は一千万円以上、有限会社は三百万円以上であることが法律で義務づけられています。○平成八年三月三十一日まで、この最低資本金を満たすための手続き等をしない会社

は解散したものとみなされま

す。○最低資本金を満たすため等の手続きについてのご相談・ご質問は、最寄りの法務局または司法書士へお尋ねください。

へ水戸地方法務局 登記部門
○二九二二二二五二二二
〈茨城司法書士〉 〇二九二二二五二二二

海技免状の更新・失効再交付講習会

▽日時 十一月二十二日(火)
(更新講習:午前九時~正午
失効再交付講習:午後一時~午後五時)
▽場所 那珂湊市中央公民館

▽申込締切 十一月十日(木)
▽受講手続
①海技免状のコピー(裏と表の両面)
②写真二枚(3cm×3cm)
③印鑑

④住民票・戸籍抄本等(本籍地・氏名等変更のあった方)
▽問い合わせ先 海事代理士 鎌野明彦(〒三三三二二二二二) 〇二九二二二六三三七三

講演会へようこそ

▽講演 『広がる人生をどう生きる—女と男の二十一世紀—』(講師 婦人教育会館長 深尾凱子)

▽日時 十一月十九日(土)午前十時
▽場所 大洋村立中央公民館
▽利用 マイクロバス
▽申込締切 十月二十八日(金)
▽申込先 役場町民課(〇五五〇二二二二)

善意銀行へ

○%……十三万五千七百円(社会福祉法人常山会特別養護老人ホーム玉寿荘から納涼大会寄付の一部)
○%……十万円(掛田博さんから玉寿荘へ)



玉寿荘から善意銀行へ

茨城県最低賃金が改正

1 日 4,629円
1 時間 581円
平成6年10月1日から実施
〈問い合わせ先〉
茨城労働基準局賃金課
〇二九二-24-6215
鹿島労働基準監督署
〇二九9-83-8461

暮らしのワザポイント

靴が足に合わずに、痛い思いや靴ずれができた経験をした方も多いでしょう。では、足に合う靴は、どうやって選べばいいのでしょうか。まず、手で中底を

触ってみます。足の裏が直接当たる靴の中底に、しわや凹凸があるものは、足を疲れさせますので避けたほうがいいでしょう。

足に合う靴を選ぶ

次に、靴を床に置いてください。かかとの部分がつかりと地面についている靴が、バランスも安定感もいいのです。ところが女性の履くヒールは、かかとの接地面積が小さいので、安定が悪ければ、履き心地はもちろん、足が疲れやすくなります。靴を選ぶときは、特にバランスや安定感を確かめましょう。靴の先を指で押すのも、チェック法の一つです。革が厚くて弾力性のない靴や、逆に革が薄くて反発力のない靴も、足が疲れやすくなるといえます。



次に、靴と足の大きさが合っているかどうかの見分け方です。実際に、靴を履いてみましょう。

ペンを小道具に使う

靴の中で指が動かなくなったり、親指のつめが強く当たる靴は、どんなに気に入ったデザインでも避けるべきです。さらに、足の指先をつま先一杯に押し込みます。このとき一本のボールペンが、かかとの部分に挟まるスペースがあれば合格です。

では、床を歩いてください。立ち止まって両足でかかと立ちや、つま先立ちをしてみましょう。しゃがんだり、足を開閉したりなどしてみてください。これは、靴が足に当たらないか、靴の中で足が滑らないかのチェックです。見て触り、履いて歩く——ぜひ実践してみてください。

あなたは大丈夫？糖尿病

下のイラストにご注目。あなたに当てはまるものはありますか。これは、糖尿病の自覚症状を示したものです。「疲れやすい」などは、夏バテのときにもみられるものですが、インスリン非依存糖尿病では、病気がかなり進んだ状態であると考えられます。

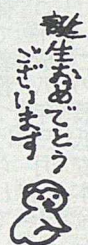
たかが糖尿病で……とタカをくくっていませんか。初期の自覚症状がないために、本人の気づかぬうちに病気が進行し、最後にさまざまな合併症を引き起こす——それが糖尿病なのです。40歳以上の男性では、ほぼ10人に一人と予測されている糖尿病患者。この糖尿病という恐ろしい病気を正しく理解し、あなたも早期発見、早期治療に努めてください。



ところ	八木 蒔	中山	緑ヶ丘	浜	小座山	羽 生	羽 生	根古屋	西 谷	川 向	八木 蒔	内 宿
赤ちゃん	千ヶ崎 直人	高橋 玲華	大久保 捺希	永作 知也	野原 帆乃佳	羽 生 一斗	野口 晃司	高野 眞希	根崎 瑞陵	川島 瑞希	土子 翼	栗股 航平
続柄	長男	長女	長女	三男	二女	長男	長男	長女	二男	長女	長男	長男
保護者	勝 則	和 夫	仁 志	勝 男	賢 一	一 広	正 夫	隆 一	益 州	誠 人	秀 明	昭 一

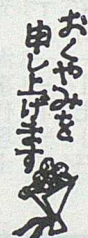
ところ	氏 名	年齢
横須賀	新堀 浩	五七
芹沢	若泉 ミヨ	八二
藤井	梅原 いそ	九四
羽生	小松崎 たまき	七四
緑ヶ丘	小澤 徳恭	八〇
諸井	南 成子	四五
中山	笹目 ミヨ	八一
浜	小谷野 すみ	八〇

※掲載を望まないときは、届出の際、もしくは役場企画商工課(☎五五〇二二)へご連絡ください。



出産

(9月受け付け分)



死亡

(9月分受け付け分)