

おおあらい

広報

Vol.573



天皇陛下御即位記念
いぎいき茨城ゆめ国体2019 誰もが主役! 最高の思い出を大洗で
第74回国民体育大会 翔べ 羽ばたけ そして未来へ
 大洗町 町民イベント 集火式

いよいよ開幕!! 選手を応援して会場を盛り上げよう!

—いぎいき茨城ゆめ国体2019— (関連P2~3)

9
 2019
 令和元年

- いよいよ開幕!!いぎいき茨城ゆめ国体2019P.2~3
- 情報クリップP.9~13
- 幼児教育・保育の無償化スタートP.4~5
- 大洗海の大学/夢town大洗P.14
- 9月は認知症を知る月間P.6
- 随想/友好都市協定締結「青森県!風間浦村」P.15
- 幕末と明治の博物館 第7回特別展「武石 堯絵画展」P.7
- まちのできごとP.16~17
- 大洗健康福祉まつり/大洗八朔祭P.8
- みんなのひろばP.18~19



いよいよ開幕！！

天皇陛下御即位記念

いきいき茨城ゆめ国体2019



第74回国民体育大会

翔べ 羽ばたけ そして未来へ

いよいよ！いきいき茨城ゆめ国体が開幕します！
今大会は令和初の大会となり、また「天皇陛下御即位記念」として開催されることから、大きな注目を浴びています。
そんな中、大洗町では、ビーチバレーボール、ゴルフ、レク・クロッキーの3競技が、それぞれ下記のとおり開催されます。

ビーチバレーボール（少年男子・少年女子）



9月13日(金)～16日(月・祝) 大洗サンビーチ特設会場

全国から男女各47組の高校生選手が参加します。ビーチバレーボールはオリンピックの正式種目にもなっており、将来のオリンピック選手の誕生が期待されています。



ゴルフ（成年男子）

9月29日(日)～10月1日(火) 大洗ゴルフ倶楽部

国体では各都道府県3人の選手の合計スコア（2日間36ホール）で順位を決定します。全国に名をはせる歴史と格式あるゴルフコースで繰り広げられる熱い戦いをぜひご覧ください。

レク・クロッキー（デモンストレーションスポーツ）



9月21日(土) 大洗町総合運動公園陸上競技場

マレー（木槌）でボールを打ち進め、（フープゲート）を通過させ、ペグ（杭）に打ちあてるゲームです。子どもからお年寄りまで、幅広い年代が楽しめるスポーツです。

★大洗町の炬火ニュース★

「大洗町の火」の名前が決定しました！

「大洗 海からのぼる みんなの火」

命名者 黒沢 碧海さん（大洗町立南中学校3年生）

大洗町の炬火ランナーが決定しました！

茨城 航平さん（茨城県立勝田工業高等学校1年生）

茨城さんには、9月28日（土）に笠松運動公園で開催される国体総合開会式にて、大洗町代表として炬火ランナーを務めていただきます！



国民体育大会とは・・・

国内最大のスポーツの祭典で、都道府県持ち回りで毎年開催されています。茨城県での開催は前回1974年（昭和49年）の「水と緑のまごころ国体」以来、45年ぶりの開催となります。



ようこそ大洗！



わたしたちのおもてなし



来町者の皆様を温かくお迎えし、大洗町の素晴らしさを感じてもらいましょう！
「誰もが主役 最高の思い出を大洗で」のテーマのもと、町民の皆様が「おもてなし」の主演になり、大会を盛り上げ、一緒に心に残る思い出をつくりましょう★

試合を応援しよう！

一流の選手達のプレーは必見！
会場に足を運び、茨城県選手や、全国から集まった選手達を応援しよう！
会場には町内小中学生が作成した都道府県応援のぼり旗がずらり！



町をキレイにしよう！

町がキレイだと、気持ちが良い！お花を育てたり、ごみを拾ったり…
全国からくるお客様を、キレイな町で気持ちよくお迎えしよう！



話しかけてみよう！

何気ない会話も、「おもてなし」になる！会話を楽しもう♪
「どこからきたの？」
「試合がんばってね！」
「また大洗に遊びに来てね！」



45年ぶりの茨城国体！みんなで成功させよう！ 誰もが主役！最高の思い出を大洗で

競技会場までの シャトルバスを運行

【ビーチバレーボール】
大洗駅～サンビーチ特設会場
【ゴルフ】
大洗駅～大洗ゴルフ倶楽部

競技会場には おもてなしコーナーを設置

来場者への無料ドリンクサービス
や、「大洗らしさ」のある“ふるまい”の
提供を行います！
みつだんで、しらす汁、干しいも など

競技結果は こちらから確認

正式競技、特別競技の競技
記録結果をご案内しています。

案内期間

9月1日(日)～12月26日(木)
茨城県ホームページ



PC・スマホ



フィーチャーフォン

清掃ボランティア活動のお願い

きれいな環境で来町者(選手・監督等)を迎え
られるよう、美化活動(個人宅前の清掃、町内会
での清掃活動等)の協力をお願いいたします。

期間 9月7日(土)～10月1日(火)
※活動できる日をお願いいたします。

協力いただける個人や団体の方は役場生活環境課
へご連絡ください。

TEL.029-267-5154 (直通)

ボランティアごみ袋の配布やごみ回収について対
応いたします。



第74回国民体育大会大洗町実行委員会
(大洗町教育委員会生涯学習課国体推進室)

〒311-1301 茨城県東茨城郡大洗町磯浜町 6881-88
TEL 029-267-5111 FAX 029-267-1051



第74回国民体育大会
大洗町実行委員会

検索

幼児教育・保育の無償化がスタートします

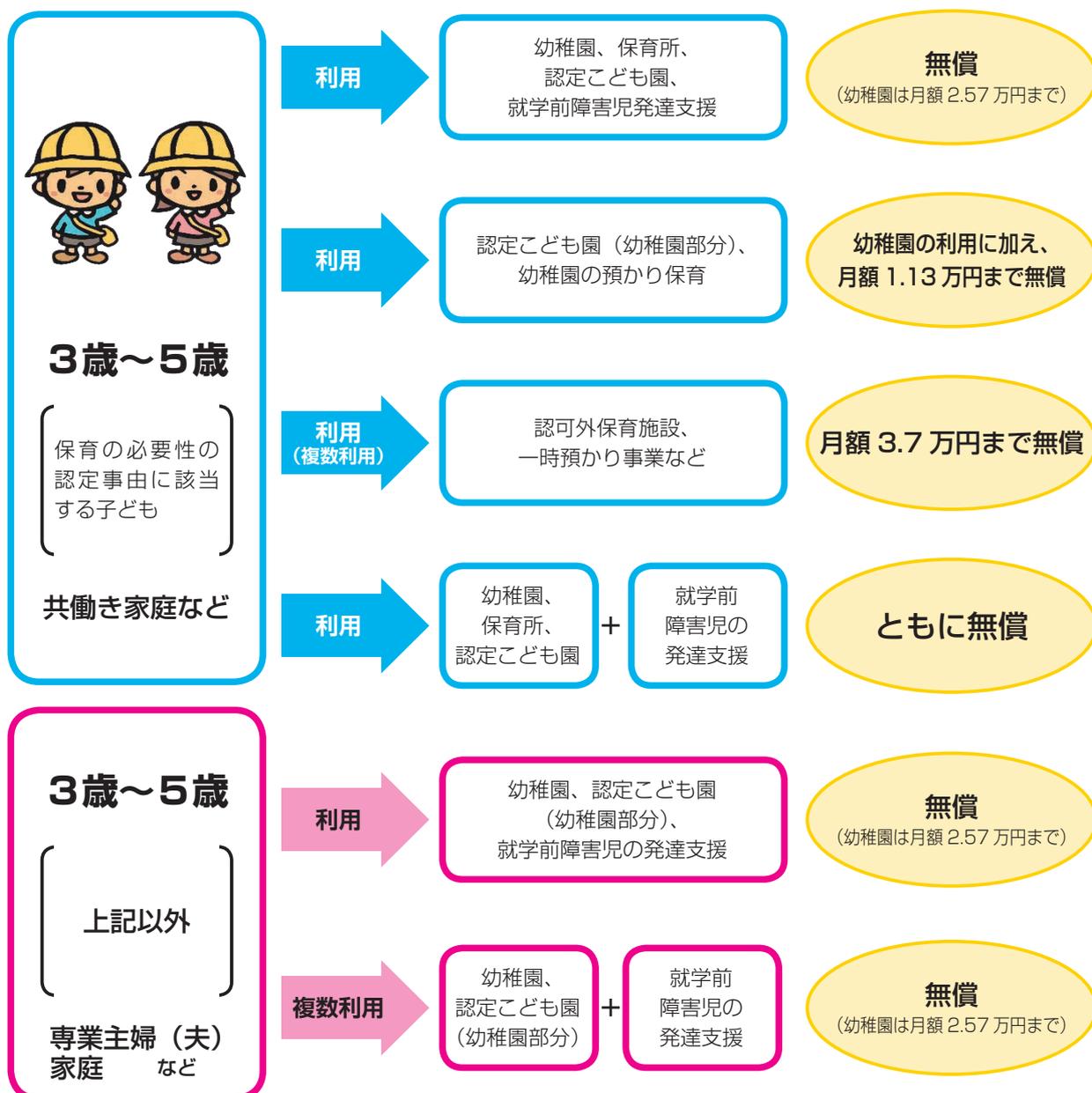
令和元年10月1日から幼稚園、保育所、認定こども園等を利用する3歳から5歳までの子どもの利用料（保育料）が無償化されます。通園送迎費、食材料費、行事費などは、これまでどおり保護者の負担になりますので、ご注意ください。

※0歳から2歳までの市町村民税非課税世帯の子どもも対象になります。

※無償化の期間は、満3歳になった後の4月1日から小学校入学前までの3年間です。

（注）幼稚園については、入園できる時期に合わせて、満3歳から無償化します。

幼児教育・保育の無償化の主な例



※例には記載してありませんが、地域型保育、企業主導型保育事業も対象になります。

幼稚園、保育所、認定こども園等を利用する子どもたち

<対象者・利用料>

■3歳から5歳までの全ての子どもたちの利用料が無償化されます。

※幼稚園・認定こども園（幼稚園部分）については、月額上限 2.57 万円です。

※通園送迎費、食材料費、行事費などは、これまでどおり保護者の負担になります。

ただし、年収 360 万円未満相当の世帯の子どもたちと、全ての世帯の第3子以降の子どもたちについては、副食（おかず・おやつ代）の費用が免除されます。

■0歳から2歳までの子どもたちについては、町民税非課税世帯を対象として利用料が無償化されます。

※子どもが2人以上の世帯の負担軽減の観点から、保育所等を利用する最年長の子どもを第1子と数えて、0歳から2歳までの第2子は半額、第3子以降は無償となります。

幼稚園・認定こども園（幼稚園部分）の預かり保育を利用する子どもたち

<対象者・利用料>

■無償化の対象となるためには、町から保育の必要性の認定を受ける必要があります。

※幼稚園・認定こども園（幼稚園部分）の利用に加え、利用日数に応じて、最大月額 1.13 万円まで（市町村民税非課税世帯であって、満3歳後最初の3月31日までの子どもは最大月額 1.63 万円）の範囲で預かり保育料が無償化されます。

認可外保育施設、一時預かり事業、病児保育事業を利用する子どもたち

<対象者・利用料>

■無償化の対象となるためには、町から保育の必要性の認定を受ける必要があります。

※3歳から5歳までの子どもは、月額 3.7 万円まで、0歳から2歳までの住民税非課税世帯の子どもは、月額 4.2 万円までの利用料が無償化されます。

就学前の障害児の発達支援を利用する子どもたち

<対象者>

■児童発達支援サービス等を受ける、3歳から5歳までの障害のある子ども。

※利用者負担以外の費用（医療費、食費等の実費で負担しているもの）は引き続きお支払いいただくことになります。

無償化に関する申請・問合せ先

◎保育所、認定こども園、認可外保育施設、一時預かり事業、

病児保育事業に関する事 → [大洗町こども課 子育て支援係](#)

◎幼稚園に関する事 → [大洗町教育委員会 学校教育課 学校教育係](#)

◎就学前の障害児の発達支援に関する事 → [大洗町福祉課 社会福祉係](#)

問合せ/こども課 ☎ 267 - 5111（内線 161）

9月は認知症を知る月間です

9月21日は世界アルツハイマーデーとして認知症の理解の向上と、認知症の方とその家族等への助言や生活の質の向上を目指す活動が世界各地で行われています。

「認知症になっても大丈夫」と思える地域づくりのために、認知症に対する誤解や偏見をなくし、「もしかして認知症？」と早く気づいて相談することが大切です。



< 認知症自己チェック表 >

このチェックリストの結果はあくまでおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。認知症診断には医療機関での受診が必要です。身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。

	1点	2点	3点	4点
財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか。	まったく ない	ときどき ある	ひんぱん にある	いつも そうだ
5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか。	まったく ない	ときどき ある	ひんぱん にある	いつも そうだ
周りの人から「いつも同じ事を聞く」などのもの忘れがあるとされますか。	まったく ない	ときどき ある	ひんぱん にある	いつも そうだ
今日が何月何日かわからないときがありますか。	まったく ない	ときどき ある	ひんぱん にある	いつも そうだ
言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか。	まったく ない	ときどき ある	ひんぱん にある	いつも そうだ
貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	できない
一人で買い物に行けますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	できない
バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	できない
自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	できない
電話番号を調べて、電話をかけることができますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	できない

チェックしたら合計を計算 合計 点

※ 20点以上の場合、認知症機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。

※ かかりつけ医または福祉課、地域包括支援センターに相談してみましょ。

(相談する際には、この「認知症自己チェック表」を持参してください。)

出典：「知って安心認知症」地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター



このマークをご存知ですか？

今年度より、認知症サポーター養成講座を受講した企業等に配布しております。認知症のことを正しく理解して温かく見守り対応することができる認知症サポーターが従業員に在る目印ですので、認知症になっても安心できる地域づくりの一環として随時企業等からの申込を受け付けております。希望する日時や場所に出向くことも可能ですので、お気軽にご相談ください。

問合せ先／福祉課 高齢者支援係 ☎ 267 - 5111 (内線 153)
地域包括支援センター ☎ 267 - 4100

『武石堯とおる絵画展～灯台とその風景、 そして万葉奈良の寺院・仏像を描く～』

武石堯（1937 -）は大洗町在住の画家で、灯台の絵や寺院・仏像などを題材にした作品で知られています。当館では、平成18年に生涯学習フェスティバルの特別協賛展示として「明治期の灯台とその風景」を開催、また平成27年には町教育委員会の主催で、教育・文化活動の一環として「塔」を題材とした絵画展を大洗町文化センター大会議室にて開催しました。武石は、その後も精力的に創作活動を続け、個展や海外の灯台をめぐる新聞連載を続けています。

本年は茨城国体の開催が予定されており、多くの人々が大洗町を訪れます。本展覧会では、灯台とその風景の近作を中心としながら、奈良の寺院や仏像などの作品を展示して、大洗町在住の画家武石堯を紹介します。

つきましては、特別展期間中大洗町民の皆様を博物館へ無料でご招待いたします。ぜひとも博物館へ足を運び、武石の描いた灯台とその風景、奈良の寺院・仏像などの作品をご鑑賞ください。



コードゥアン灯台（フランス）

会 期	9月7日（土）～11月5日（火）
会期中の休館日	毎週水曜日
開 館 時 間	9時～17時（入館は16時45分まで）
後 援	アクアワールド茨城県大洗水族館 一般社団法人大洗観光協会 株式会社茨城新聞社 株式会社東京かねふくめんたいパーク大洗

◆ギャラリートークのご案内

開催期間中の9月8日（日）、10月19日（土）14時より画家本人によるギャラリートークを展示室において行います。ふるってご参加ください。

ご希望の方は当日時間までに直接博物館にお越しください。参加費は無料ですが、下記の博物館無料招待確認カードが必要です。

問合せ／大洗町幕末と明治の博物館 ☎ 267 - 2276 FAX 267 - 0069

[HP] <http://www.bakumatsu-meiji.com/>



武石 堯（1937 -）

大洗町町民 博物館無料招待確認カード（コピー可）

◎無料招待期間 2019年9月7日（土）～11月5日（火）

◎お名前 _____ ◎ご年齢 _____ 歳 ◎同伴者 _____ 名

◎ご住所 大洗町 _____

- ・お一人様一枚が原則ですが、代表者が記入の上、切り取って当博物館の受付へお持ちくださるようお願いいたします。
- ・当博物館は有料施設として運営しておりますので、一般の入館者との区別のため「無料招待確認カード」で町民であることを確認させていただきます。

第18回 大洗健康福祉まつり

支え合い、笑顔で暮らす町づくり

開催日 10月6日(日)
時間 10:00～15:30(大ホール以外の催し物は10:00～13:00まで)
場所 大洗文化センター、漁村センター、中央公民館 ほか
入場 無料

講演会【13:30～15:00】

「ボケないためにボケまくる！これがボケないための常備薬」

講師 コント山口君と竹田君

講師プロフィール

左：山口君(お笑い芸人) 1956年11月23日 埼玉県出身

右：竹田君(お笑い芸人) 1957年1月22日 東京都出身

コメディアン経験から、ボケないためのボケる方法を伝授します。あなたも人前でボケたふりをして、人を楽しませてみませんか。ボケたふりをするには頭を使いますし、聞いた人は優越感に浸ることができます。あなたもボケまくってボケを防止し、あなた大切な人たちと笑顔で毎日を過ごしましょう。



【大ホールでの演目に大注目！！】

NPO法人自然生クラブによる「創作 田楽舞」や大洗南小学校金管バンド部による演奏や高齢者クラブによる歌謡発表など見逃せません！！

【楽しいイベントがいっぱい！！】

視覚障害を持つ方のスポーツを体験できるアイマスクサッカー、救命救急講習、健康チェックコーナーやニュースポーツ体験など、福祉・健康に関わる様々な団体や関係者による楽しい催し物が盛り沢山！ぜひお楽しみください。

【お楽しみ抽選会 15:00～】

毎年恒例のお楽しみ抽選会は、北海道フェリー乗船券や旅行券など、今年も豪華な景品をご用意しております。

※抽選券は、文化センターロビーにて13:00まで配布

問合せ/大洗健康福祉まつり実行委員会事務局(大洗町社会福祉協議会内) ☎266-3021

大洗の夏の
最後を飾る

大洗八朔祭

8月24日から25日にかけて、大洗の夏の最後を飾る恒例の大洗八朔祭が行われました。2日間、厳しい暑さに負けない威勢の良い掛け声とともに山車が町内を練り歩き、あちらこちらで笛や太鼓の音が響き渡り街中が賑わいました。

本祭では、曲松から大貫の商店街が歩行者天国となり、各商店街が工夫を凝らした催しが行われ、磯節パレードや子ども神輿、保育園児らによる山車などが祭りに華を添えました。午後6時30分には、山車・神輿が若見屋交差点に集合し、威勢の良い掛け声とともに共演し大洗の夏は最高潮に盛り上がりました。



情報クリップ

INFORMATION

大洗町役場

☎267-5111

国保・年金



年金生活者支援給付金について（令和元年10月から制度開始）

年金生活者支援給付金とは、公的年金等の収入や所得額が一定基準額以下の年金生活者の生活を支援するために年金に上乗せして支給されるものです。

受給要件（次の要件をすべて満たしている方が対象となります）／

- ・65歳以上で、老齢基礎年金の受給者であること
- ・同一世帯全員の住民税が非課税であること

- ・前年の公的年金等の収入金額とその他の所得との合計額が老齢基礎年金満額相当（約78万円）以下であること

支給基準額／月額5,000円
※保険料を納めた期間等により支給額は異なります。

【例】

保険料納付済期間	給付金（月額）
480月	5,000円
240月	2,500円
120月	1,250円

※障害年金・遺族年金の受給の方も対象となりますが、要件が異なります。

対象となる方には、9月以降日本年金機構より申請勧奨の通知が届きます。

詳しくは、日本年金機構のホームページをご覧ください。
問合せ／ねんきんダイヤル
☎0570(05)1165



在宅で暮らす

障害のある方への手当について

在宅で暮らす障害のある方に対する手当を紹介します。
各種手当の受給には申請手続きが必要ですので、福祉課までお問合せください。

	特別障害者手当	障害児福祉手当	特別児童扶養手当	心身障害児福祉手当
対象者	精神又は身体に著しく重度の障害を有するため、日常生活において常時特別の介護を必要とする状態にある在宅の20歳以上の方	精神又は身体に重度の障害を有するため、日常生活において常時の介護を必要とする状態にある在宅の20歳未満の方	20歳未満の精神又は身体に障害を有する児童を家庭で監護、養育している父母等	20歳未満の心身に障害を有する児童を監護、養育している父母等
要件（障害の程度）	①身体障害者手帳1～2級程度の異なる障害が重複している方 ②身体障害者手帳1～2級程度の障害及び療育手帳A程度の障害が重複している方 ③その他の疾患により、日常生活において常時特別の介護を必要とする状態にあり、長期にわたる安静が必要とする方	①身体障害者手帳1級程度、2級（一部）程度の方 ②療育手帳A程度の方 ③その他の疾患により、日常生活において常時介護が必要とする方	(1級) 身体障害者手帳1～2級程度 療育手帳A～A 精神障害者保健福祉手帳1級程度 (2級) 身体障害者手帳3級程度（内部障害（心臓、じん臓機能障害など）は例外があります） 療育手帳B程度 精神障害者保健福祉手帳2級程度	身体障害者手帳3级以上 療育手帳B以上 ※障害児福祉手当との重複受給はできません。
	医師の意見書による上記要件（障害の程度）の診断が必要です。			
手当の額	月額 27,200円	月額 14,790円	(1級) 月額 52,200円 (2級) 月額 34,770円	月額 3,000円
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・上記要件（障害の程度）は、手帳による等級の目安です。必ずしも手帳を取得する必要はありません。 ・手当により対象要件が詳細に定められていますので、場合によっては、対象とならないことがあります。 ・施設や病院などに入所・入院している場合や対象者・配偶者・扶養義務者の所得が一定以上ある場合は、受給できません。 			

問合せ／福祉課 社会福祉係（内線 151）

文化・教養 スポーツ



令和2年大洗町成人式

～新成人の皆さんへ～

成人式を盛り上げる成人式企画・運営委員募集のお知らせ

大洗町では次世代を担う新成人の門出を祝い、成人式を開催いたします。

また、当町では成人式を実施する際に、新成人の皆さんが主体となって成人式の企画運営を行っています。そこで、自分達の成人式として思い出に残る式典となるよう企画運営を行う新成人を募集します。

皆さんの司会や進行で成人式を盛り上げましょう！ぜひ、友達にも声をかけてみてください。

※平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの方が該当します。町内に住所のある方へは通知をお届けいたします。また、進学や就職などで町外へ転出している方で、式典に出席される場合は、ご家族からでも結構ですので、11月29日（金）までに生涯学習課へご連絡ください。

費用／無料
申込み／参加申込書を茨城県ナースセンターへ郵送又はFAXで（9月30日（月）必着）
（※参加申込書は、茨城県ナースセンターのHPからダウンロードするか、直接連絡をしてお取り寄せてください。）

大洗町成人式

日時／令和2年1月12日（日）13時～

場所／大洗文化センター

応募・問合せ／生涯学習課

☎（267）0230

くらし等



看護師等病院見学ツアー

職場の雰囲気を感じ、安心して復職ができるよう病院見学ツアーを開催します。

日時／①10月16日（水）

9時～15時15分

②10月29日（火）

10時～15時15分

会場／①水府病院・介護老人保健施設渡里の里

②ひたちなか総合病院

対象／県央地域に居住し、職場復帰を検討している看護職（ナースバンク未登録者には、登録をさせていただきます。）

定員／①10名、②10名（どちら

も先着順）

費用／無料

申込み／参加申込書を茨城県ナースセンターへ郵送又はFAXで（9月30日（月）必着）

（※参加申込書は、茨城県ナースセンターのHPからダウンロードするか、直接連絡をしてお取り寄せてください。）

問合せ／茨城県ナースセンター

☎（231）7021

FAX（226）0493

健康増進課

☎（269）1010

JICA海外協力隊募集

募集期限／9月29日（日）

応募資格／青年海外協力隊・シニア海外協力隊・日系社会青年海外協力隊・日系社会シニア海外協力隊

20歳～69歳

募集説明会／9月16日（月・祝）13時30分～15時30分

会場／茨城県立図書館

問合せ／JICA筑波

☎029（838）1117

HP

<https://www.jica.go.jp/volunteer/>

9月は高齢者月間

悪質商法等被害防止キャンペーン

見守り・声かけで

『悪質商法』や『二重電話詐欺』から高齢者をまもりましょう

- ・知らない人からの電話にはでない
- ・儲け話には気を付けよう
- ・離れて暮らす親に電話を…
- ・ネットでの注文は条件など画面を最後まで見て理解してから
- ・お金を請求されたら詐欺かもと考える



消費者庁「イラスト集」より

詐欺被害は高齢者に多く発生しています。

困ったとき 不安なときは早めに信頼できる人に相談しましょう！

相談／問合せ 大洗町消費生活センター（生活環境課内）（内線244）

被害にあわないための5カ条

1. 必要のないものは、はっきり断る
断ることは失礼になりません。
2. 名前と訪問の目的を聞く
訪問販売・訪問購入は目的、社名、商品サービスの内容を告げる義務があります。
3. 即断・即決をしない
「今すぐ決めて・・・」は断るのが安全です。
4. 甘い言葉には裏がある
5. 1人で悩まず相談する
周囲の人に協力を仰ぎましょう。

事前申請の無い 農地転用は 農地法違反です

農地を転用する際には、**事前に**農業委員会への許可・届出等の申請手続きが必要です。

事前の申請をせず農地転用に着手した場合は、原状回復や工事の中止を命ずる場合がございます。（農地法第51条）

必ず事前の申請をお願いします。

農業委員会事務局

☎267-5173

創業支援セミナー受講者募集

大洗町で創業を目指す方を対象に創業支援セミナーを開催します。

経営計画の基本、財務戦略やマーケティング戦略の策定など創業を成功に導くポイントを学び、最終的には創業計画書を作成します。

対象者／創業を予定している方、創業して間もない方、第二創業を目指す方、経営について学びたい方

日時／10月5日(土) 9時～16時、19日(土) 9時～16時

会場／大洗町商工会館

定員／20名(定員になり次第×切り)

受講料／2,000円(テキスト代)

申込期限／9月27日(金)

申込・問合せ／大洗町商工会

☎(266) 1711

森林ボランティア育成講座(県央地区) 受講生募集

荒廃した里山の再生を担うボランティアを育成する入門講座です。

手ノコ・鎌や刈払機・チェーンソーを使った森林整備の初歩を学びます。

日時／10月6、20日、11月10、24日、12月8日、1月12日の日曜日、計6回

会場／茨城町総合福祉セン

ターゆつゆう館(講義)、茨

城町内民有林(実習)

対象／18歳以上

受講料／3,000円

定員／20名

申込期限／9月25日(水)

申込み・問合せ／森のボランティア茨城(代表・大島)

☎090(1699) 6217

(受付時間20時～21時)

[HP]「森のボランティア茨城」

で検索

※本講座は、茨城県の後援、国土緑化推進機構緑の募金公募事業です。

ひとり親家庭の母・父のための「パソコン講習会」

就職に必要な知識や技能を身に付ける就業支援パソコン講習会です。

内容／①エクセル基礎編

エクセルの基本操作、データ

入力、表作成、簡単な関数等

②ワード基礎編

ワードの基本操作、書式設定、

簡単な文書作成等

日時／①9月28日(土)、10

月12日(土)

9時30分～15時30分

②10月26日(土)、11月9日

(土)

9時30分～15時30分

場所／クリエートパソコン教室(水戸市北見町8の12)

※無料駐車場有り

定員／各15名(応募者多数の

場合は抽選)

託児／2歳以上(事前予約が必要)

対象者／ひとり親家庭の母・

父及び寡婦で2日間必ず出席

できるパソコン初心者

自己負担額／1,000円(資料代)

応募締切／①9月13日(金)

②10月11日(金)

申込み・問合せ／(社福)茨

城県母子寡婦福祉連合会

茨城県母子家庭等就業・自立

支援センター

☎(233) 2355

相談

「法の目」司法書士法律相談

日時／10月5日(土)

10時～15時

会場／茨城司法書士会館(水

戸市五軒町1の3の16)

相談内容／借金、土地・建物、

相続、裁判、会社等に関する

ご相談、およびこれに関連す

る登記相談

※本相談は無料です。事前予

約不要

主催・問合せ／茨城司法書士会

☎(225) 0111

10月20日(日)は大洗町議会議員一般選挙の投票日です。

任期満了に伴う、大洗町議会議員一般選挙を次のとおり実施する予定です。

告示日(立候補届出日) 10月15日(火)

選挙期日(投票日) 10月20日(日)

投票時間 午前7時から午後6時まで

※立候補を予定されている方へ

立候補予定者説明会及び立候補届出書類の事前審査を行いますので、立候補を予定されている方は、必ず出席してください。

詳細については選挙管理委員会までお問合せください。

問合せ／選挙管理委員会(役場総務課内)

☎267-5123

消防車のサイレンの違いについて

消防車は、火災以外の災害にも出場いたします。その際、火災と火災以外の災害とでサイレン音を使い分けています。

消防車が火災現場に出場する場合



サイレンの合間に警鐘が3回入ります。

「ウーカンカン、ウーカンカン」

消防車が救急車の応援や、救助など火災以外の災害に出場する場合



「ウーウーウー」
警鐘が入りません。

※サイレン音の違いで火災と火災以外の災害の区別ができますので、消防隊の活動についてご理解とご協力をお願いいたします。

問合せ／大洗町消防本部 火災警防課警防救急係

☎266-1119

人権相談

相談日／10月10日（木）
10時～15時
場所／役場3階会議室
相談員／人権擁護委員
問合せ／町長公室
（内線212）

こころと体の健康相談

日時／10月7日（月）
13時30分～16時（要予約）
場所／ゆつくり健康館1階
健康増進課
内容／心身の健康に関するこ
と、検診結果等
（保健師、管理栄養士が対応）
申込み・問合せ／健康増進課
☎（2066）1010

育児相談

日時／10月7日（月）
9時30分～11時（申込み不要）
場所／ゆつくり健康館1階
健康増進課
内容／身体計測、栄養・育児・
母乳育児等の相談
（助産師、保健師、管理栄養
士が対応）
持物／母子手帳
問合せ／健康増進課
☎（2066）1010

行政相談

相談日／10月16日（水）
時間／10時～正午
場所／役場3階会議室
相談員／行政相談員
問合せ／町長公室
（内線212）

心配ごと無料弁護士相談

相談日／10月11日（金）
場所／ゆつくり健康館1階ポ
ランテア室
時間／13時30分～15時30分
☆在弁護士・要予約
申込み／社会福祉協議会
☎（2066）3021

茨城空港からのお知らせ ～茨城⇄神戸便3便化！～

茨城空港発着の神戸便が、8月1日より1日2往復から3往復に増便されました。朝・夜に加え、昼の時間が増便されたことで、より利用しやすくなっております。茨城空港からわずか75分、多様な文化を取り入れた港町である神戸は、レトロな雰囲気のカフェやレストランなど異国情緒あふれる景観が楽しめます。もちろん、スイーツや神戸牛に代表されるグルメも満喫できます。また、神戸空港から大阪まで40分、京都まで70分と関西圏へのアクセスも非常に良いため、観光にビジネスに更に便利になった神戸便をぜひご利用ください。



詳しくはこちら → <http://www.ibaraki-airport.net/>



大洗町国際交流員（CIR）に ウォランスカ・ドミニカさんが就任しました！

・ 自己紹介文 ・

私は、JETプログラム（語学指導等を行う外国青年招致事業）で派遣され、8月から国際交流員として大洗町役場で仕事をさせていただくことになりましたウォランスカ・ドミニカといたします。出身地はポーランドですが、イギリスでも生活していたため、2つの国が私の故郷です。どうぞよろしくお願いいたします。

これから、大洗町の皆さんにイギリスやポーランドの文化を紹介させていただきたいと思います。何か質問があれば、ぜひ、声をおかけください。以前、留学生として、大阪府の岸和田市に3週間ホームステイした経験がありますが、初めて日本に住むことになりました。もともと、港町生まれですので、大洗町は少し懐かしい気がします。海鮮料理が大好きですので、大洗町の様々なお店や食堂を訪れてみたいと思います。大洗町はもちろんのこと、茨城県のいろいろなところを観光したりするのを楽しみにしています！



・ プロフィール ・

- ◇出身&育ち：北ポーランドの港町のグディニャ市
- ◇大学：ケンブリッジ大学（英国）、専門は生物化学
- ◇趣味：言語の勉強・アニメ・読書・映画
- ◇好きな食べ物：お寿司・海鮮・タイ料理・イタリア料理
- ◇好きな音楽：ロック（洋楽・邦楽）・ポップ

・ 主な仕事 ・

- ◇外国人観光客誘致に向けた業務の支援・企画立案
- ◇町内在住の外国人に向けた情報提供
- ◇英語による町の広報
- ◇英会話教室
- ◇学校などを訪問しての交流・異文化紹介
- ◇町内イベントでの支援・企画・交流
- ◇公文書の翻訳、海外からの訪問客の通訳



ポーランド国旗



親子子どもの相談室
『ほくほくなびや』

相談日／毎週月曜～金曜(土・日・祝日はお休みです。)

時間／9時～17時

場所／大洗町教育センター

(消防署隣)

※秘密厳守。相談無料。

☆相談員(教員経験者) およ

び臨床心理士(要予約)の方

が相談に応じます。

相談専用ダイヤル／

☎(267) 3190

中央公民館 図書室

貸出時間／9時30分～18時

休室日／毎週月曜日

図書紹介／

「レオナルド・ダ・ヴィンチ

上・下」ウォルター・アイ

ザックソン 著

「JOAオリピック小事典

2020」日本オリピック・

アカデミー 著

「はじめて学ぶみんなの政治」

国分良成 監修

問合せ／生涯学習課

☎(267) 0230

茨城県近代美術館企画展

「憧れの欧米への旅 竹久夢二展」

“夢二式美人”で大正時代に一世を風靡した竹久夢二。肉筆の美人画をはじめ、雑誌の挿絵や本の装幀、海外でのスケッチ等、多彩な作品を紹介。

開催期間／9月7日(土)～10月27日(日)
9時30分～17時
(入場 16時30分まで)

休館日：9月9日(月)、24日(火)、10月15日(火)、21日(月)

※9月15日(日)～21日(土)

は満70歳以上の方無料

※土曜日は高校生以下無料

※障害者手帳・指定難病特定医療費

受給者証等をお持ちの方は無料

問合せ／茨城県近代美術館 ☎243-5111



竹久夢二「舞妓舞扇」
大正6(1917)年 絹本彩色

となりのまちから

「第13回かさま新栗まつり」(笠間市)

日時／10月5日(土)・6(日)
9時～16時

場所／笠間芸術の森公園

内容／☆栗の販売・試食会

☆モンブラン通り

☆栗茶席、栗カフェ ☆栗ゲーム 他

問合せ／「笠間の栗」を考える会

☎0296-77-1101

「おみたま産業まつり2019」(小美玉市)

日時／10月20日(日)
9時30分～15時

場所／空のえき「そ・ら・ら」

内容／模擬店、ヒーローショー、お楽しみ
大抽選会 他

問合せ／小美玉市商工観光課

☎0299-48-1111

宝くじ公式サイトで
宝くじを購入できる
ようになりました!

宝くじ公式サイトはコチラから



お得な特典、便利なサービスいろいろ! 宝くじ公式サイト会員登録ステップ

STEP1

「宝くじ公式サイト」を検索!
メールアドレスの登録
(仮登録)

「宝くじ公式サイト」を検索して、
宝くじ公式サイトの新規会員登録ページで
メールアドレスを登録(仮登録)します。

STEP2 会員情報の入力(会員登録)

- ① 入力いただいたメールアドレス宛に、メールが届きます。
- ② メールに記載されている会員登録用のURLをクリックします。
- ③ 画面に従って、氏名や生年月日等の情報を入力いただくと新規会員登録が完了します。

宝くじ売り場でポイントをためる/つかうための手続きは以上で完了

宝くじ公式サイトでのネット購入をご利用の方は、引き続きSTEP3の手続きをお願いします。



STEP3 決済情報の入力

ネット購入をご利用される方は、宝くじを購入するための「クレジットカード情報」および当せん金のお受け取りに利用する「口座情報」をご登録ください。

以上で、カンタン・便利な宝くじの「ネット購入」がご利用いただけるようになります!

本件に関する
お問い合わせ先

宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)
受付時間 10:30～18:30 (土・日・祝日、年末年始を除く) ※電話番号を十分ご確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。

役場窓口時間延長のお知らせ
＜9月中旬～10月上旬＞

次の日程で住民課(証明書発行のみ)・税務課・会計課の業務時間を午後6時30分まで延長しています。

どうぞご利用ください。

- ◆9月11日(水) ◆9月18日(水)
- ◆9月25日(水) ◆10月2日(水)

町の人口と世帯

(7月末現在)

人口	16,779人	(-23)
男	8,362人	(-8)
女	8,417人	(-15)
世帯数	7,558世帯	(6)

今月の納期

- 国民健康保険税(第3期)
- 介護保険料(第3期)
- 後期高齢者医療保険料(第3期)

納期は9月30日(月)までです。

NPO 法人 大洗海の大学

漕沼でカヌー体験！

先日、漕沼の松川漁港をベースにカヌー教室を開催いたしました！久々の開催とあってか、参加者が定員オーバーとなるくらい予約が入り、わいわい楽しい雰囲気の中実施することができました。ご指導いただくのはアイアンキッズ支援隊！参加した皆さんはとても良い体験となったようで、他の場所でカヌーをやったことがある方も「普段なかなかできないパドルの操作方法を詳しく学べてとても良かった」とのご意見も！慣れてきたら松川漁港からでて、少しの間漕沼ツーリングを楽しみました！場所のご協力をいただいた松川漁港さんありがとうございました。



大変好評で「時間が足りない！」という声もあったので、秋口にも開催したいと考えております。詳細は今後ホームページで掲載していきますので、「大洗海の大学」で検索してください！

その他、川釣り教室、料理教室も開催予定ですので、合わせてチェックしてみてください！



=体験教室 イベント 開催のご案内=

☆団体教室、クラフト教室 随時募集中

ジェルキャンドル・シェルマグネット・貝がらフォトフレームづくり・★(新)ドアプレートづくり★

☆浜のかあちゃんの魚料理教室 第3土曜日に開催

NPO法人大洗海の大学 TEL 266-3322 FAX 267-5417(3月までは火曜定休)

E-mail umi@anco-oarai.org URL <http://anco-oarai.org>

夢town大洗スポーツクラブからのお知らせ

◎第24回大洗カップサッカー大会

8月4日(日)に大洗総合運動公園で第24回大洗カップサッカー大会を開催しました。猛暑の中、近隣の市町村から10チーム(5年生以下)が参加し熱戦を繰り広げました。

また、サプライズゲストとして元サッカー日本代表の都並敏史さんが大洗まで来て下さいました。各チームとの写真撮影、サイン会をしていただき参加した子ども達はもちろん、父兄も大喜びでした。



優勝した那珂FCジュニオール



元サッカー日本代表の都並敏史さん

◎第47回町民ゴルフ大会

8月6日(火)に大洗ゴルフ倶楽部にて第47回町民ゴルフ大会を開催しました。

猛暑の中でのラウンドでしたが、無事に終了しました。

優勝：米川 勝夫さん

準優勝：山崎 勇一さん

3位：武藤 元久さん



左から山崎さん、米川さん、
斉藤副町長、武藤さん



夢town大洗スポーツクラブ事務局

大洗町成田町1626 TEL・FAX：267-1515(鴨川・淡河)

受付時間 火曜日から土曜日 9:00~17:00

随想

国際マリニリゾートの町を目指して

大洗町長 小谷隆亮

まず目に飛び込んでくるのはマリニタワー、次にサンビーチ、そして街並みを囲む豊かな緑。これは先日北海道出張の帰りにカーフェリーを利用し、大洗沖から眺めたわが町の景色です。日常の生活ではなかなか感じ取る機会がありませんが大きな宝であり、我々は本当に素晴らしい環境のもとに住んでいると改めて実感した瞬間でした。

さて、かねてよりクルーズ船誘致には本腰を入れており、何度となく商談会に臨んだことが実を結んで新たに外国クルーズ船の寄港が決定しました。これでオリンピック・イヤーとなる来年は、6月の外国クルーズ船初寄港をはじめ9月、10月と3回の外国客船の寄港が決定、国内クルーズ船を含めれば十数回の寄港が見込まれる状況にあります。

クルーズ船を誘致する目的は、知名度向上のためのイメージ戦略と地域振興です。県内を観光することもさることながら、基本は地元大洗で滞留時間を十分に取り、楽しく過ごしていただきたいと考えています。

これまでも、国内クルーズ船のつぽん丸やぱしふいっくびいなす入出港時の心を込めた歓送迎の対応は、乗客の皆様が大変喜んでいただいていますし、乗組

員からも「太平洋関東圏ならば東京・横浜に続くのは大洗」と評価されるなど大きな印象を残しています。

またクルーズ船に限らず、インバウンドの受入れに際しては、多言語対応やクレジットカード対応など外国人のライフスタイルや習慣を理解することが大切です。そして、何を見ていただくのか、何を楽しんでいただくのか、何を食べていただくのかなど、ストロングポイントをいま一度見直すとともに、大洗が持ち合わせている自然環境、観光施設、商店街、伝統文化や歴史、食資源を融合させ、官民一体・町民一丸となって魅力ある取り組みを強めていかなければなりません。

わが町は、国内のみならず外国からのお客様も陸・海・空と恵まれた交通体系のもと訪れていただける環境にあります。いま現在、県内随一の観光入込客を誇っていますが、多くの来遊客におごることなく、着実に内容に磨きをかけ、国際的なマリニリゾートの町として発展的な歩みをしていきたいと思います。



大洗町の発展につながる交流の輪

青森県風間浦村の概要

- ★本州最北端の「村」 ★人口は1,899人
 - ★面積は69.6km²で、総面積の96%が山林・原野
 - ★漁業と観光業が基幹産業
- 両町村を代表する水産物のあんこうをきっかけに相互交流が始まり今回の協定締結となりました。

青森県風間浦村・茨城県大洗町 友好都市協定調印式



8月2日、大洗町役場において、青森県風間浦村との間に「友好都市協定」及び「災害対策支援協力に関する覚書」を締結いたしました。

この協定締結により、今後は観光、産業、経済、文化、教育など幅広い分野における交流を深めるとともに、地震や台風等による大規模な災害が発生した場合は、救援物資の提供や職員派遣等の相互支援を行ってまいります。

友好都市協定締結
青森県 風間浦村
かざまうらむら

公益社団法人茨城県危険物安全協会 連合会長表彰受賞

6月27日古河市「古河市三和地域交流センター」において、茨城県危険物安全大会が開催され、危険物取扱いに従事する関係者の保安技術の向上と意識の高揚を図るため、保安の安全確保及び災害防止に貢献されたことが評価され、株式会社 IHS 大洗ホテル様と東興機械工業株式会社大洗事業所様の2団体が（公社）茨城県危険物安全協会連合会長表彰を受賞されました。



2019年度 第5回サマーカップ

2019年度 第5回ひたちなかサマーカップ 大洗ミニバススポ少男子が優勝！！

7月6、7日、ひたちなか市総合体育館で2019年度第5回ひたちなかサマーカップが開催されました。

キャプテンが不在の中、残ったメンバーで力を合わせて頑張り、予選を勝ち進み、1位グループに進出。1位グループでは、田彦、湊一と対戦。優勝候補の湊一との試合では、第1、2Qで点差をつけて勝利しました。田彦、湊一に勝利した大洗ミニバス男子が見事、去年に引き続き優勝に輝きました。

友好都市 群馬県片品村・長野県小海町の小学生が大洗町を体験！

大洗町と友好都市を結ぶ町村の交流事業として、群馬県片品村（7月23日～25日）、長野県小海町（8月8日～9日）の小学生が来町し、アクアワールド大洗や大洗サンビーチなど「海」のある大洗町の魅力を最大限に満喫していただきました。



（片品村の小学生）



（小海町の小学生）



～世界6カ国12名の 若手研究者が表敬訪問～

7月24日に、本町が目指す原子力研究開発拠点化の一環（人材育成事業）として、原子力技術向上のためのJMTR オンサイト研修（JAEA 主催）に参加している若手の海外研究者・技術者が、本町を表敬訪問しました。

今後とも、本町は「最先端の技術と高い安全意識を持つ国内外の専門家の育成」を支援してまいります。

ビーチバレー in 大洗を開催しました



7月27日、28日に大洗サンビーチバレーコートにて、「第30回ビーチバレー in 大洗」が開催されました。

30回目となる本大会は、2人制、4人制、男女混合チームなど、150チームのエントリーがあり、今年の9月に開催される国体に繋がる活気ある大会となりました。

室屋義秀エアショー in 大洗を開催しました

7月27日、大洗サンビーチにおいて、レッドブルワールドチャンピオンにも輝いた室屋義秀さんによる「エアショー in 大洗」が開催されました。宙返りや垂直に上昇した後の直滑降など、数多くの華麗なアクロバット飛行は、見る人の目を釘付けにし、何度も大きな歓声が上がりました。

エアショーに続いて、大洗文化センターにおいて、室屋さんによるトークショーが開催されました。エアショーやエアレースについてのお話や、来場者の質問に答えていただくコーナーがあり、充実したトークショーとなりました。



写真提供：『航空ファン』編集部

町立第一中学校の生徒が職場体験をしました

7月31日・8月1日の2日間、大洗町役場で職場体験を行いました。健康増進課に行き職場体験をしている中学生に取材を行ったところ、「赤ちゃん健診で母親のケアも行っており、赤ちゃんの体調も大事だけど、お母さんの心のケアも大切だということが分かった」、「今回の経験が将来や人と接するとき役に立つと思う」と話してくれました。



健康増進課に働いている人にも取材を行ったところ「中学生として真面目に視野を広くして頑張っていた」と伺いました。

今回の職場体験を通して事の大切さや大変さなどを学ぶことができました。

この経験を今後の生活に生かしていけるように頑張りたいと思います。

記事作成 大洗一中2年 小沼 那奈

第54回交通安全子供自転車全国大会 大洗小学校 団体の部において 6位入賞!!

8月7日に東京ビッグサイトにて第54回交通安全子供自転車全国大会が行われ、7月に行われた県大会を制し、茨城県代表として出場した大洗小学校は、全国の強豪校を相手に大健闘し、団体の部において、47チーム中6位という素晴らしい成績を収めました。

さらに、個人の部でも、高橋未音梨さんが第3位に入賞し、団体・個人ともに過去最高の成績を収めました。



わが家のアイドル



「うちのペット自慢」



散歩が大好き!!
 ちょっとメタボ体型ですが走るのが大好きなベリイです。
 東光台 石井さん宅のベリイ
 (ビーグル犬、メス、14才)

～自慢のペット写真募集中!～

【申込方法】 直接又は郵送、電子メールにより
 必要事項を記載し、下記までお申込みください。

【必要事項】

- ①飼い主さんのお名前、住所、連絡先
- ②ペットの名前、種別、性別、年齢
- ③紹介コメント (50 字程度)

【注意事項】

- ・写真は1枚のみ
- ・画質、サイズはこちらで調整させていただきますので、あらかじめご了承ください。

申込み・問合せ

住 所 / 〒311-1392
 大洗町磯浜町6881-275
 大洗町役場 町長公室 広報広聴係
 T E L / 267-5111 (内線212)
 E-mail : koushitsu@town.oarai.lg.jp



小松 ^{ことや} 瑚斗也くん

(磯浜町 平成28年9月生まれ)
 お父さん 直之さん、お母さん 久美さん
 「のびのび元気に育ってね☆」

『わが家のアイドル』載せてみませんか?

申込方法: 写真と必要事項を添えて直接またはメールにてお申込みください。

- 必要事項:** ①お子さんのお名前、生年月日
 ②保護者の方のお名前 (父、母)
 ③コメント (20字程度)

問合せ先 / 健康増進課 ☎266-1010
 ✉kenfuku@town.oarai.lg.jp

大洗町の歴史を見つめて 80

すごく古い! 姫塚古墳

3世紀〜7世紀の古墳時代の間、茨城県内では、盛んに土を盛り上げ、様々な人のお墓である古墳を形作りました。まだ文字が普及していない時代、それぞれのお墓に誰が葬られたかはよく分かっていません。しかし、その形や大きさ、副葬品の内容などを通して、どのようなクラスの人物が葬られていたのか、推測することができます。

茨城県内の古墳の数は、およそ1,800基。400〜500年間でこれだけの数が造られます。大きなものは全長200m近いものから、小さなものは10m前後まで、形も様々。実は、この1,800基の中で最も古い、3世紀中頃に造られたお墓が磯浜町永町の高台にある姫塚古墳です。全長29mと小さく、一見、何の変哲も無い高まりですが、発掘してみると、その形も、出てくる土器も大変古く、古墳時代の初頭に造られたことが分かってきました。

現在はまったくの未指定ですが、古墳時代初頭の姫塚古墳の価値に気が付いたため、土地をお持ちの方に協力をいただきながら、他の古墳と共に未来に残すべく、磯浜古墳群として、国指定の史跡を目指しています。

(生涯学習課 文化振興係)



姫塚古墳

夕焼けを抱き込むように太平洋
大洗大使 さいたま市 稲葉峻山

施餓鬼寺向拝に脱がれ遷きし靴
※八月十六日永町にある西福寺の施餓鬼会を見学した。
水戸市 相沢 正明

厨窓伝ひ朝顔五つ六つ
東光台 田中勝枝

杖を手に待宵草の道を歩す
髭釜 岸根世司子

朝顔や運転免許卒寿まで
永町 薄井言彰

立秋や残り布もて縫ふ小物
東光台 安藤千恵子

海風や海水浴の声乗せて
南清水町 雲井美智子

打ち寄する波音秋の声をのせ
新町 岸和田和子

夏立つやストロー舌でもてあそび
金沢町 猿田俊子

蚊遣火を着けたる指に燐寸の香
髭釜 川崎京子

盆の月懐かし人の香を焚く
和銅 金沢敏江

亡き人の御霊詣でる盆の墓
角一 関根明子

蝙蝠やかはたれ時に川面飛ぶ
中宿 田山隆利

朝顔が隣の塀を登り越す
テイサーピンス大洗 東岡金四郎

正座から始まる講義梅雨の寺
※水戸史学研鑽会吉田塾発足四十年になる史学云々
ある、隔月一回八地藏寺の本堂で講義を受ける。
この時の授業風景を詠んだ句である

寺釜 田崎國勝

暑い夏毎朝頑張るサッカーを
大洗小6年 軍司陸

秋の空ほこぼこぼこころこ雲
大洗小5年 鬼澤輝

雨降った雷落ちて停電だ
大洗小5年 斎藤由吏

はじまるよくわがたバトルカブト虫
大洗南小3年 高崎碧人

みずあそび遊んでいたらかみなりだ
大洗小3年 布施諒太

でんきぐもいきなりピカとかみなりが
大洗小3年 軍司海空

木にせみがみんみんみんとないている
大洗小2年 斎藤由朱

木の上で大きな声だみーんみん
大洗小2年 坂本琴音

かぶとむしもらってきたようらしいな
くすもすくーる くらもとゆうたろう

きれいだなみんなでみたよおほおほな
くすもすくーる おおかわももか

つかまえたせみとあそんでたのしいな
くすもすくーる ぐんじそら

あかとんぼそらにいつぱいとんでいる
くすもすくーる おのせあみ

すずむしのはやくなくのをぎきたいな
くすもすくーる はなみずともき

せみのこえみんみんみんとうれしそう
くすもすくーる あおきてつ

あさがおがばあばのおにわきれいだな
くすもすくーる おかざきまき

ぼくとわたしのちびっ子ギャラリー

恵泉保育園

ケイセンTシャツで集合!!



せんせいとおそろい



同じ色のお友達みつけた



オリジナルデザイン

カラフル!!



カラー別で集合





ふ つうに く らせる し あわせだより

認知症になっても「普通に暮らせる幸せ」のために！

高齢者の5人に1人が認知症になる時代に向けて、方針の転換が求められています。その根幹となるのは、認知症の方の「本人の声」です。

下記のメッセージは認知症と共に生きる本人が書いたものです。もし、あなたや大切な家族が認知症になり、認知症であることを周囲（地域）に伝えることを少しでも戸惑う気持ちがあるなら、あなたや周囲（地域）の意識から変えていかなければならないかもしれません。何からできるか一緒に考えていきましょう！

認知症が進むと、何もかもできなくなる、何もかもわからなくなると思われていますが、私は違うと思っています。

認知症が進むと、言葉がうまく出なくなったり、色々なことができなくなったりします。家族や支援者はそれを見て「何もわからない」と思っているように思います。本人は言い出すことができないのです。世話になっているし、投げ出されたらどうしようと思ひ、心まで閉ざしてしまいます。優しく心の中の声を聴いてくださることがあれば、きっと気持ちを話すことができると思っています。

私は認知症になり、声になっていなかった本人の気持ちを伝えたいと思っています。家族も支援者も病気や本人の気持ちを正しく理解することによって、毎日の生活は変わると思っています。

息子さんが自分の作ったご飯を認知症の母親が食べてくれず殴ってしまった事件は、周りに認知症を理解してくれる人がいたら、ご飯を食べてくれなかった母親をどうしたらよいか相談できる人がいたら、殴ることはなかったでしょう。

だから私は認知症を正しく理解してほしいのです。

一般社団法人 日本認知症本人ワーキンググループ 平みき
[IQ & Aでわかる診断後の認知症の人とそこご家族の支援方法]より

認知症だからって何でもかんでも私抜きで決めないでね。でも調子に波があるから、一度ダメでも誘い続けてほしいなあ。



※認知症の方の「本人の視点重視」は、国の施策（新オレンジプラン）の重要な柱として位置づけられています。

問合せ／
福祉課 高齢者支援係
☎ 267-5111
(内線 153)

健康づくりコーナー
お元気ですか？保健師・栄養士です



あなたは食べている？ 1日分の野菜350g！

野菜は身体の調子を整える栄養素であるビタミン・ミネラル・食物繊維の主要な供給源です。また、βカロテン、ビタミンE・Cなどの抗酸化物質には酸化を防ぐ働きがあることから、生活習慣病やがんの予防、老化を遅らせる働きなどが期待されています。ですが「平成29年国民健康・栄養調査」によると、1日の目標量である350gを満たしている世代はなく、全世代を平均して約70g不足していることとなります。

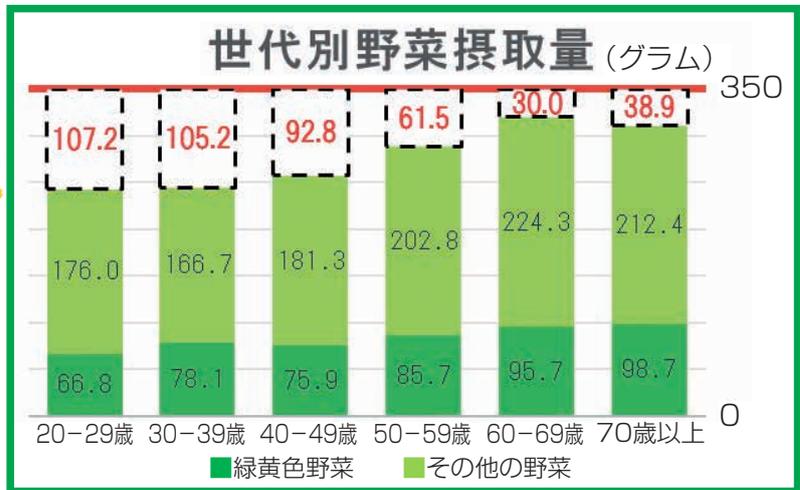
1日の食事に野菜料理をもう一皿足して、より健康的な食生活を送りましょう。



若い世代ほど
野菜が足りて
いない！

毎日野菜を +1 プラス1皿

野菜で健康生活
大人が1日に必要な野菜の摂取量は350g。これは日本人の平均摂取量にもう1皿加えた量に相当します。



問合せ／健康増進課 ☎ 266-1010

