



善行賞を受賞した皆さん

平成19年度大洗町善行賞授与式

2月25日(月)に大洗文化センターにおいて、各校長から推薦された町内の小・中学生64名及び大洗高校生2名、計66名に大洗町善行賞が授与されました。「ごみ拾いを継続して実施している」「人命救助をした」「弱っている動物を助けた」など、日頃から心がけている行いや、思わず行動にあらわれた優しい心に対し、毎年贈られています。

しきなみ子ども短歌コンクール

第3回しきなみ子ども短歌コンクール(文部科学省後援)に、全国から68,259名、107,237首の応募があり、その中で大洗町の次の生徒が入選しました。

優秀

- 「かえるさんいなほのかげにかくれてるといてよどいていねかりするよ」
祝町小1年 海老原 魁
- 「古い木がみんながんばり生きているしぜんのかとともすごいな」
祝町小3年 猪股 千春
- 「妹はなんでもわたしのまねをするわらった顔やへんな顔も」
祝町小3年 大内 梨菜
- 「水しぶき父のせなかに光るあせ今日も大りょうみんなにここに」
夏海小3年 米川 桃音

入選

- 「みんなとねはなびたいかいたのしいなよるのおそらがあかるくなった」
祝町小1年 後藤 哲哉
- 「くらやみのそらにひらいたきくのはなうちゅうじんもみてるかな」
祝町小1年 平田慎太郎
- 「とうこうはんまいあさげんきにあるいていくがっこうまでのたのしいじかん」
夏海小1年 米川 りこ



生涯学習フェスティバルにて短歌の展示

いきいき体操全体会開催

2月27日(水)、町文化センターにおいて「いきいき体操全体会」が開催され、町内21箇所毎朝体操をしている会員約300名の方が集まりました。

小谷町長から、16年にスタートした五反田いきいき会代表大井和代さんに感謝状が贈られ、大洗海岸病院理事長会沢治先生による「高齢者の健康管理について」というテーマの講演があり、皆さん日常生活の過ごし方について再認識していました。

また、社会福祉協議会松川支部の有志で結成した松川劇団の皆さんによる「振り込め詐欺」の寸劇が披露され、皆さん騙されないように注意しましょうと呼びかけていました。

最後に、シルバーリハビリ体操指導士高木三郎さんの指導によるストレッチといきいき体操を行い、有意義なひとときを過ごしました。



講演する
会沢治先生



松川劇団による寸劇

桜で環境美化を

2月19日、夏海小学校の6年生16名が卒業記念として山桜を植樹しました。場所は広浦の農免道路から特養施設「ひぬま苑」へ向かう通路わき。山桜は「広浦・神山の農地と環境を守る会」の事業として行われ、学校がこれに協力する形で実施されました。全部で70本植えた中で児童それぞれが1本ずつ受け持ち、小雨にも負けず夢中でスコップを振っていました。きっと子ども達が高校生になる頃、淡いピンクの花を咲かせることでしょう。



わが家のライフスタイル



さとう たくま
佐藤 匠馬くん

(桜道4区 1歳)

お父さん 智之 お母さん 裕子

「たくちゃんです。みんなお友達になってね。」



おおぬき あんじゅ
大貫 杏樹ちゃん

(桜道6区 1歳)

お父さん 誠一 お母さん 明子

「やさしく 元気に育ってね。」

「私が惚れこむ大洗」

■大洗が好きで、大洗に定住した方に大洗のどこが好きになったのか伺うコーナーです。

「いつまでも素晴らしい自然環境を」

土浦市から越して来て3年目、ご主人(土浦市)、奥さん(東京都)、お子さん二人の4人家族、大貫町にお住まいの菊地さんご家族を紹介します。

Q: 大洗に移住されたきっかけは何ですか?

A: 夫婦で海が好きで、サーフィンをしに通っていて、新築するならこの地だと自然に思い、移住しました。

Q: 大洗のどこに魅力を感じましたか?

A: 大洗の海と茨城を代表する観光地として整備されているところ。地域の方々も親切で、個々に町の美意識が高く町のクリーンアップの行き届いているところ。教育面では、アクアワールドに何回も所外保育をしてもらい、子ども達は大喜びです。

Q: 大洗で一番好きな場所はどこですか?

A: 大洗南中学校脇の見晴台から見える海辺。

Q: 町に関係した取り組み活動等がありますか?

A: サーフショップ主催のビーチクリーンに毎月1回参加しています。また、生涯学習講座のフラダンス教室に参加しています。

Q: 町に対する要望はありますか?

A: いつまでも、この素晴らしい自然環境を守ってほしいです。また、海が一望でき、児童館と図書館が一緒になった施設をつくって頂きたいです。



大洗町の歴史をみつめて 15

古墳の歴史

鬚釜遺跡の埴輪棺

鬚釜遺跡は鏡塚古墳の西約700mに位置します。弥生・古墳時代を中心とした遺跡で、方形周溝墓とよばれる墓が複数発見されました。埴輪棺は4号方形周溝墓とよばれる墓の溝の中からの出土です。調査後に発表された図面を参照する限りでは、墓は方形ではなく弧を描くため、私はこの墓は円墳であると考えています。

埴輪棺は高さ82cm、口径52cm、底径21cmの素焼の製器で、朝顔のように開く上部と円筒形の下部で構成されることから朝顔形円筒埴輪とよばれています。朝顔と円筒が接するくびれた部分には凸帯とよばれる帯状の突起がめぐります。

多くの研究者は、この埴輪は埋葬用に特注された



と考えています。鏡塚もしくは車塚古墳の埴輪が再利用されたと考えています。それは、円筒部の下半分を除く外面のすべてと朝顔の内面が赤く塗られていることから推測できます。外面の下半分に赤塗がないことは、この部分まで埋めこむことを想定して作られており、棺として横に寝かせて使用することは考えていないことを示します。また、82cmの大きさも、4号墳の規模には不釣り合で、鏡塚などの首長墓用として製作されたと考えられます。当時も再利用や転用が、しばしば行われていたのです。

(国士館大学教授

井 博幸)

灯台の白際立ちぬ枯岬
鮫鱈鍋の湯気に木蓋の鳴り止まず

大洗大使 さいたま市 稲葉 峻山

暖かやジヨギング少し遠くまで
葉の中にくろりと碧き竜の玉

東光台 田中 勝枝

〔評〕 竜のひげは、人家の雨だれの所などに植えられ、常に深い緑に茂っている、竜の玉は竜のひげの実である。茂った葉の中に青い宝石のように付いていて、美しい。

雪しまく湖に白鳥群れてをり
八重冬至梅香しく日盛りに

角一 鈴木 さた

〔評〕 八重冬至の梅は咲くのが早い、他の梅に先駆けて花を開き、日当りのよい庭園で、ふくよかな香りを周りにただよわせている。

初春の雨の潤す大地かな
春水を蹴り白鳥の翔つ勇姿

新町 岸和田 和子

〔評〕 大分暖くなり水もぬるんできた、白鳥もそろそろ北の国へ帰る頃である。旅立ちの練習でもするよ様に、水を蹴って翔立つ姿は、りりしく逞しい。

突堤へふいの高波春寒し
神磯に春の夕波静まらず

髭金 川崎 京子

戸を練れば冴え返りたる明の月
照り翳りして淡雪のはんなりと

明神町 小松崎 美代

嶽始だけは忘れず年重ね
海へ出てまだ寒かりし二月かな

成田町 杉山 いはを

ありつたけ声張り上げて鬼やらひ
春嵐筑波紫峰を遠くせり

永町 浅見 三千子

一人居の箸遊ばせておでん鍋
もてなしは節句の客にお白酒

桜道 上野 君枝

成人の娘と酌む父のくずれ顔
我が庭も隣の庭も梅固し

永町 鈴木 芳子

ひとり言すぐに忘るる春の雪
さびしさと春の寒さのあるばかり

髭金 小野瀬 きよ

あかぎれを隠す娘の掌を抱きしめる
大試験留守の部屋にも豆を撒く

金沢町 猿田 俊子

庭先をくねりて流る冬の雨

成田町 藤沼 美則

春の海潮騒を聞き文を読む

東光台 大谷 義治

すいせんのはなにたいようさしてきた

六才 かわさき りん

さくらさくしょうがつこうへかようみち

六才 こたに りょうと

けんどうでばんばんうちこむさむいよる

いそ小一 さとう なる

さむいけどれんしゅうするよ一輪車

いそ小二 川崎 理子

はつひのでまっかなたいようきれいだな

いそ小二 木村 聡汰

でんせんでじょうずにゆきがつなわたり

いそ小二 はなわ だいき

ぼくとわたしのちびっこギャラリー

恵泉保育園

恵泉保育園では、年間を通して食に興味を持ってもらうために、いろいろな指導を行って来ました。



「ホットドックの旅」



「けんちゃんの
手洗い」



マーガレット広場でも
手洗い指導を
行いました!



「朝ごはんを食べよう」



夏には、全園児で
育てた枝豆の
収穫をおこないました!

アクアワールド大洗の仲間たち「番外編」

しんかい6500と母船よこすかが大洗港にやってくる!!

来る4月12日（土）、日本が誇る有人潜水調査船「しんかい6500」とその母船「よこすか（4,439トン）」が大洗港第4埠頭にやってきます。10時から15時30分まで、よこすかの船内及びしんかい6500（外観のみ）を一般公開する予定です。

これは、現在開催している企画展「深海」に併せ、(独)海洋研究開発機構の協力を得て、しんかい6500 in 大洗実行委員会が主催するものです。

また、賞品が当たるジャンケン大会を1日2回（11時・14時）開催します。

めったにないチャンスですので是非ご覧頂き、深海への思いを馳せていただければと思います。



写真提供: (独)海洋研究開発機構



アクアワールド・大洗

<http://www.aquaworld-oarai.com> TEL 029-267-5151

健康づくりコーナー
お元気ですか? 保健師です



自分の食べ物のバランスと量は?

今回は、前月で出したエネルギー必要量に合わせて、食べ物のバランスと量について考えてみましょう。国から示された食事バランスガイドでは、①主食（ご飯・パン・麺類）②副菜（野菜・きのこ・いも・海藻）③主菜（肉・魚・卵・大豆料理）④牛乳・乳製品⑤果物の5つに分けられ、特に病気があり医師から食事療法の指示がある方以外は、望ましい食事とおおよその量が分かるようになっています。

①あなたの一日に必要な適量は?

3月号で出した量です。

②サービングで知る一日の適量

サービング(SV)は、一回の食事提供量のこと。1つ分=1SVになります。

1日に必要なエネルギー(kcal)	1,600	1,800	2,000	2,200	2,400	2,600	2,800	料理例
主食	4~5		5~7		7~8			●1つ分 = ごはん小盛り1杯 = おにぎり1個 = 食パン1枚 = ロールパン2個 ●1.5つ分 = ごはん中盛り1杯 ●2つ分 = うどん1杯 = もりそば1杯 = スパゲティ
副菜	5~6				6~7			●1つ分 = サラダ = きゅうりとわかめの酢の物 = 具だくさん味噌汁 = ほうれん草のお浸し = 煮豆 = きのこソテー ●2つ分 = 野菜の煮物 = 野菜炒め = 芋の煮っころがし
主菜	3~4	3~5		4~6				●1つ分 = 冷奴 = 納豆 = 目玉焼き1個 ●2つ分 = 焼き魚 = 魚の天ぷら = まぐろとイカの刺身 ●3つ分 = ハンバーグステーキ = 豚肉の生姜焼き = 鶏肉のから揚げ
牛乳・乳製品	2			2~3				●1つ分 = 牛乳コップ半分 = チーズ1かけ = スライスチーズ1枚 = ヨーグルト1パック ●2つ分 = 牛乳瓶1本分
果物	2		2~3					●1つ分 = みかん1個 = りんご半分 = かき1個 = 梨半分 = ぶどう半房 = もも1個

どうでしょうか?あと、ここに入るのは、お茶や水の水分だけです。一度、自分の食べている物（1日分）と比較してみるといいかもしれませんね。案外、ここへ入らない物が多かったりするかもしれません。

