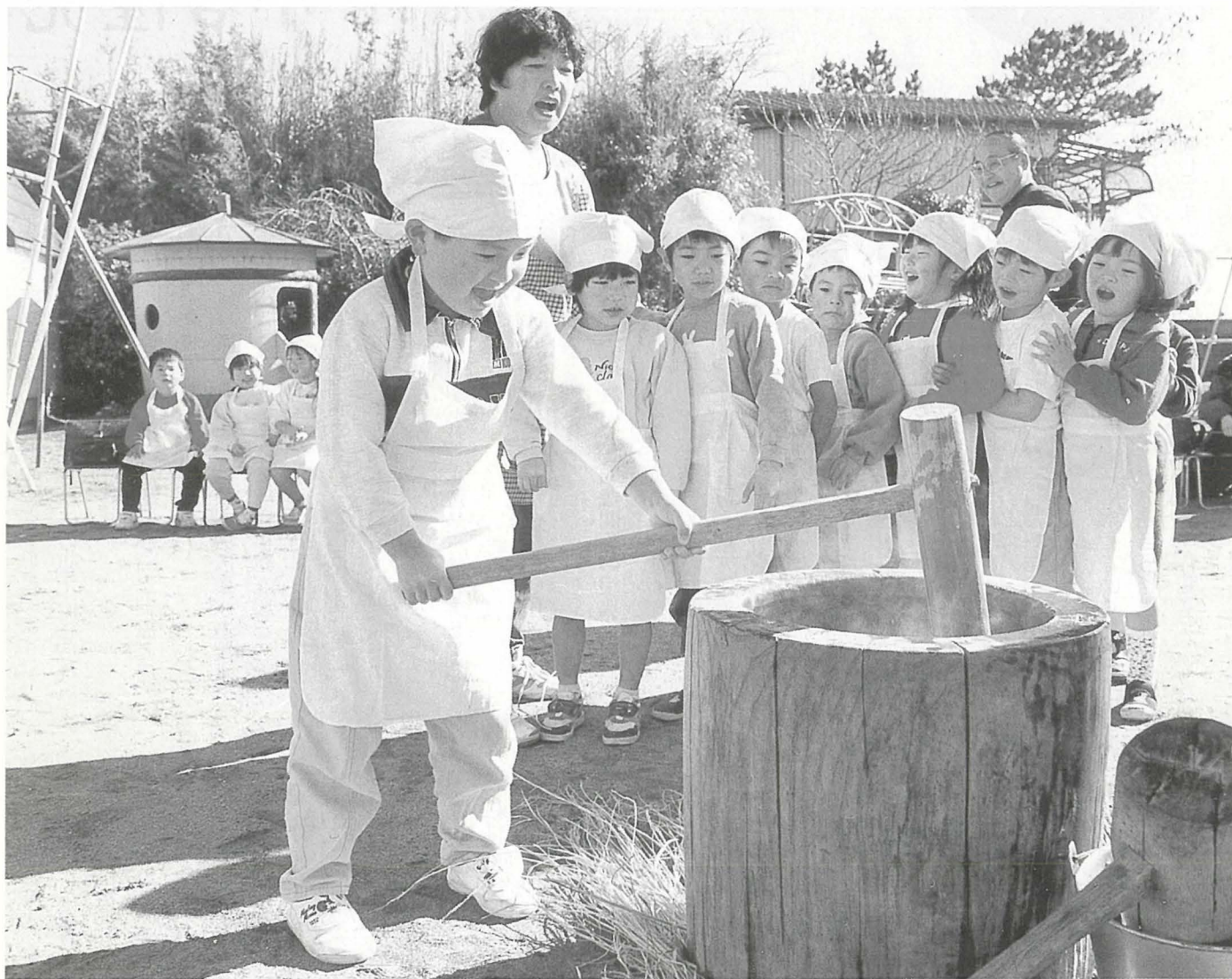




おおあらい

Vol.313



■ペタン、ペタンもちつきって楽しいな～ 早くみんなでたべようね！（第1保育所）



- みなさんの声をまちづくりに 町政懇談会パート②
- 平成8年度決算（町の家計簿）をお知らせします





謹んで新年の お喜びを申し上げます

大洗町長 小谷隆亮

町民の皆様、新年あけましておめでとうございます。
平成10年の輝かしい新春をお健やかに迎えに
なれましたこと衷心よりお喜び申し上げます。

常日頃より皆様には町勢発展のため温かいご支援と
協力を賜り心からお礼を申し上げます。

お陰様で昨年は懸案でありました県中央広域水道用水
供給事業の整備により、水道用水の安定供給を図るこ
とが出来ました。また、健康福祉センターの建設事業も平
成11年の開館に向け建設を進めているところです。更に、
ごみの最終処分場も広域事業で実施し、多くの関係者の
深いご理解で建設を進め、その完成をみたところです。
また、年次計画で整備中の公共下水道もより充実を図る
ことができました。

しかしながら、昨年は消費税引き上げによる国内消費
の伸びなやみや産業構造の変化等から景気は低迷し不安
定感が深まり、かつ、後半には金融機関等の相次ぐ経営
破たんなど、社会経済環境はかつてない厳しい状況にあ
り、私たちのまちの諸産業にとっても例外ではなく、非
常に厳しい環境であります。また今日、地方自治体を取
り巻く環境は、急速に進展する高齢化や少子化など、ま
だ経験したことのない新たな事態に直面しています。

今後、より一層の行財政基盤の強化と効率的な行政運
営に努め、来るべくこうした時代に的確に対処し、真に
豊かな福祉社会を築いていかなければなりません。

我が国は、戦後50年を経て今、大きな転換期にありま
す。つまり、中央集権的国家運営を抜本的に見直し、地
域主権型社会へ向けたシステムづくりが始まるうとして
いるところです。

このことは、町民の多様なニーズに添えていくために
は、その地域住民が自らの責任において自らを選択し判
断してまちを創るという参加共創型社会になるのです。

こうなりますと、町民一人ひとりが、自主意識の高揚を
図っていかなければならない社会です。

そこで、私たちのまちは、これまでいかに未来に生き
るかということを考え、海を開き、原子の火を育て、上
下水道、道路、公園、ごみ処理施設等生活環境の向上を
目指し種々施設づくりを進めながら、社会資本の一層の
充実と且つ産業の振興を図り、今日の発展的環境を作り
上げてきました。今また、新しい時代に向けて未来をひ
らくために勇気を出して立ち向わなければなりません。
明日の生活を創るために幾多の厳しい条件を乗り越え、
また、プラスの価値をつくるために思い切った選択が要
請されるであろうと思います。

私は基本的な視点として、その地域が持つ「固有の歴
史文化」「地域的特性」を核にしたアイデンティティー
（独自性、主体性）の追求や思索なしには新たなまちの
創造や再生は出来ないと考えます。真に成熟した社会の
形成が目標となっている今、まちづくりの本質を目指す、
地域に根ざした文化創造により個性あるまちづくりを目
標とすべきと考え、その為にあらためて歴史・文化・地
域の特性などアイデンティティーの何たるかをこの年、
皆様と一緒に探っていききたいと思えます。

本年も、まち活性化のため農業、漁業、商工業等の振
興はもとより、南中学校校舎改築等教育施設整備に努力
してまいります。そのほか、道路交通体系の整備や環境
整備など住民生活に密着した身近な事業や将来に向けて
の施策に取り組んでまいります。

今後とも、町勢発展のため町民の皆様方の温かいお力
添えを賜りますようお願い申し上げますとともに、
に、町民の皆様のご多幸をお祈り申し上げ、新年のご挨拶
といたします。

今年は寅年

今年（とら）は寅年。虎は千支の三番目、食肉目ネコ科の動物です。ライオンが「アフリカの百獣の王」なら、虎は「アジアの百獣の王」です。ウスリー（ロシアと中国の国境地帯）、中国大陸、朝鮮半島、東南アジアなど、温帯から熱帯地方にかけて広く生息していますが、日本列島には野生の虎はいません。



日本の文献に初めて虎が登場したのは『日本書紀』で、欽明天皇の六年（五四五年）に、百濟で虎退治をして、その皮を日本に持ち帰った人がいるということが記されています。生きた虎が日本に来たのは寛平二年（八九〇年）といわれ、その後、江戸時代には、虎は見せ物として江戸・大坂（大阪）などを回っていたようです。

多くの人が虎を見られるようになったのは、動物園が普及するようになってからです。しかし、虎はことわざなどによく登場し昔から親しまれています。

だれでも知っている「虎の子」は、大切なもの、秘蔵のものとい

うこと。「虎穴（こけつ）に入らずんば虎児を得ず」も、虎の子が貴重なものという意味から、危険を冒さなければ（虎の住んでいる穴に入らなければ）成功は得られないということです。

「虎刈り」は、丸刈りがはやらなくなつたので、最近はまだ見かけません。「虎の巻」は、もともと兵法の秘伝を記した書物のこと。以前は、学生さんなどが参考書などをこう呼んだものですが、この言葉もはやらなくなりました。

また、虎は強いもの、恐ろしいもののたとえにもよく使われます。「虎視眈眈（こしたんたん）」虎の威をかる狐（きつね）。「虎の尾を踏む」「虎は千里（ちやう）往つて千里還る」「虎は飢えても死肉を食わず」「虎は死して皮を残す」など、枚挙にいとまがありません。ただし、酔っ払いの大トラはいただけません。

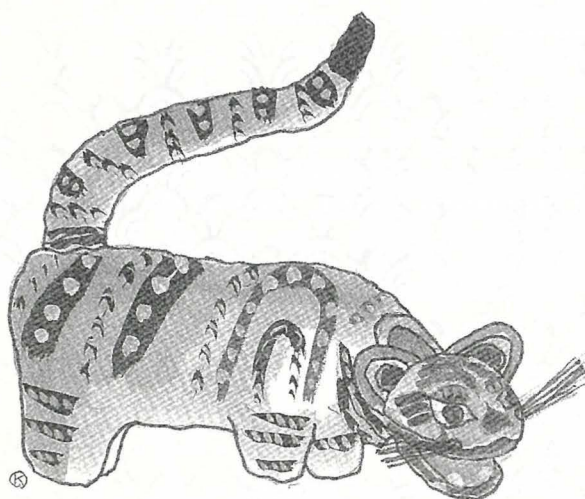


ところで、今年の年賀切手の意匠の題材は、福島県の郷土玩具「三春張り子の虎」です。これは、

郡山市にある通称「デコ屋敷」で作られている張り子の玩具です。デコというのは、木偶（でく）のこと、木彫りのデコに紙を張って張り子を作ります。職人さんの仕事場が集まっているのがデコ屋敷で、ここで作られている「三春駒」も、昭和二十九年の第一回の年賀切手に採用されました。

感じの虎です。製作者の一人はこう話しています。「このデコは江戸時代のもものが残っていて、新しいものもその形を踏襲しています。江戸時代には虎を見た人はほとんどいなかったもので、猫がモデルになったのかもしれません。」

いずれにしても、昨年は明るい話題の少ない年でした。今年は虎のように、威勢よく頑張りたいものです。



みなさんの声を町づくりに

町政懇談会 パート②

昨年開かれた町政懇談会（10月14日から11月20日・12会場）で皆様から寄せられました、貴重な意見提言の中から、その一部を抜粋、要約し、前回（12月号）に引き続きご紹介いたします。

行革の推進に

取り組みます

行革についての取組みと情報公開条例の制定の考えはありますか。

行政改革は、地方分権も合わせて進めていかなくてはならないと考えています。民間人を含めた行政改革推進会議を近日中に開催し、その中で、行政改革大綱を審議し、それにのっとり行革を推進します。

また、情報公開条例についても十分検討していきたいと考えています。

南中改築に伴い

教科型教室を採用

南中学校校舎改築に伴い、従来の授業から教科型の授業に転換することですが、どのような方法が詳しく教えてほしいのですか。

今までの学校施設の整備は、町が施設を作り、その施設を先生・生徒が使用するという方法を取っていました。今回の南中学校校舎改築に向けては、従来の発想を変えて先生や生徒、父兄の皆さんの意見を聞き、よりよい教育環境を創り上げようと取組んでおり、

現在は基本構想を策定中です。平成12年3月には完成させたいと考えています。

これからの教育環境は、週5日制の移行など変化が生じてきます。生徒自身もこうした教育環境の変化にも対応できるよう自主性を育てることに重点をおきたいと考えています。従って、今まで生徒が教室で先生が来るのを待って授業を受けるのではなく、生徒自身がそれぞれの教科ごとの教室まで勉強に向かうというような教科型教室での学習方法を取ってきたい。

この方法は、茨城県内では初めての取組みであります。



合併問題は慎重に

独自性ある町づくりを推進

町の人口は5年間で622名減少しています。原子力事業所の職員の増員計画や町内居住のための住宅問題、大貫台地開発等の人口増対策などに取り組んでいる状況の説明は受けましたが、決定的な対策にはならないのではないかと思います。人口の減少、高齢化福祉の進展に伴う財政需要の増加等を考えた場合、今後水戸市との合併を検討する必要があるのではないのでしょうか。

原子力事業所の職員の町内居住などは人口増に向けての抜本的対策ではありませんが、今現在出来ることから取り組んでいます。人口増加の問題は、就労の場、地価等も影響するので、そうした問題を精査しながら人口増につながる町づくりに取り組んでいきたいと考えています。

現在、国は地方分権の推進に取り組んでおり、今後、地方自治体に事務事業の権限移譲が行われる状況にあります。権限を移譲することで自治体が独自性を持つて経営出来るようになります。しかし、一方で5,000人〜10,000人規模の町村では経営が難しくなる自治体も出てきます。従って、地方分権が進めば、本町に限らず

全国的に市町村合併が推進されるものと思われます。こうした状況を踏まえ合併については町民の皆さんや議会等と十分検討し、将来に向けて間違いのない歩みをしていきたいと考えています。現在の町の財政は苦しい中でも独自性をもって経営出来る状況にあります。

魅力度を増すための

交通網の整備を検討

住宅環境は区画整理等で整ってきています。これにより人の流れも変化してきていますが、定期バスのルートは以前のままで変わりません。高齢の方や車を持っていない方のためにも、路線バスの新しいルートを検討してほしいと思います。また、大洗鹿島線を利用する人も増えており、駅前にはバスターミナルの整備と町内を巡回するコミュニティバスの運行を行うことにより観光面からも魅力ある町になると思うのです。

大洗水族館、マリントワー、幕末と明治の博物館、海洋博物館等豊富な観光資源が点在しています。これらをつなぐバスなどの、交通手段があれば観光面からも町の魅力度が上がってくると思います。駅前整備やバスの新ルートとも合わせて十分に検討したいと考えています。

きらきら 大洗っ子

出発は家庭から

Vol. 10

親として一子へのかかわり方したいで—
周囲と比較しない



みんな違って

みんないい

その子の良さを認めよう！

いいなあ

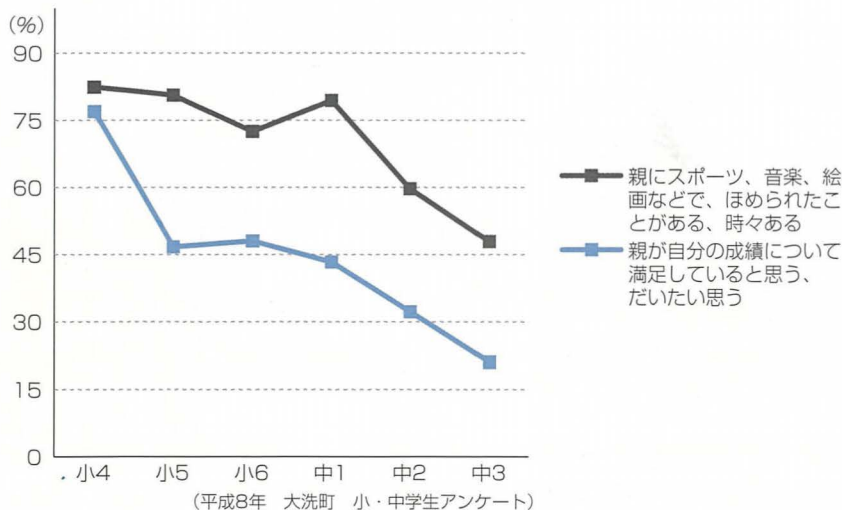
●子育ては、宝探しゲームのよう！ふと思った時…友達をいたわる優しい心、思いやる心、その子だけしか持っていない。まるで「光輝く宝」がかくれているようでおもしろい。（小学校保健の先生）

●この町に転校してきた時、「ぼくのランドセルみんなと違うからいやだ」と言う息子に、「大丈夫よ！」と送り出したものの、いじめられないかと心配。ところが、帰宅した息子は「ぼくのランドセルこれなんだ」って見せたら、「違ってあたり前だよ、転校生だもん」ってあっさり言われちゃったーとニッコニコ。ずっと前から同じ学校の生徒ですって顔をして、元気に登校しています。（小学生の母）

いま、小・中学生は

●なぜだろう？自信のなくなる子どもたち

■自分に対する親の評価をどうとらえているか



つぶやき

●誰も比較されるのが嫌なのはわかってはいるのに、どうしても他人の子どもの成績が気になる。（母）

●近所の子どもの塾通いや塾の広告を見ると不安になるけれど、夫婦で話し合って、母親の加熱を抑えている。（小学生の父）

●自分の子どもでもそれぞれ違う。でも兄弟姉妹でつい比べて見してしまう。結局、自信のない子に仕上がっているのかもしれない。（母）

●お姉ちゃん比べられるのが死ぬほど嫌だ。だって私の方が成績悪いの、私が一番気にしているのに。お母さんの目はいつも「お前はのろまでばかだ！」と言っているようだ。（小4女）

平成8年度決算(町の家計簿)

をお知らせします

創造と活力に満ちた
魅力あふれるまちづくり
を進めています

本町では、将来の都市像である「潤いとやすらぎのマリンシティ―大洗―」の実現を目指したまちづくりを進めています。特に、町民と行政が一体となり、創造と活力に満ちた魅力あるまちづくりのため、財政においては町民生活に直結する各種施策や本町発展の基礎を築くための諸施策を積極的に行っています。

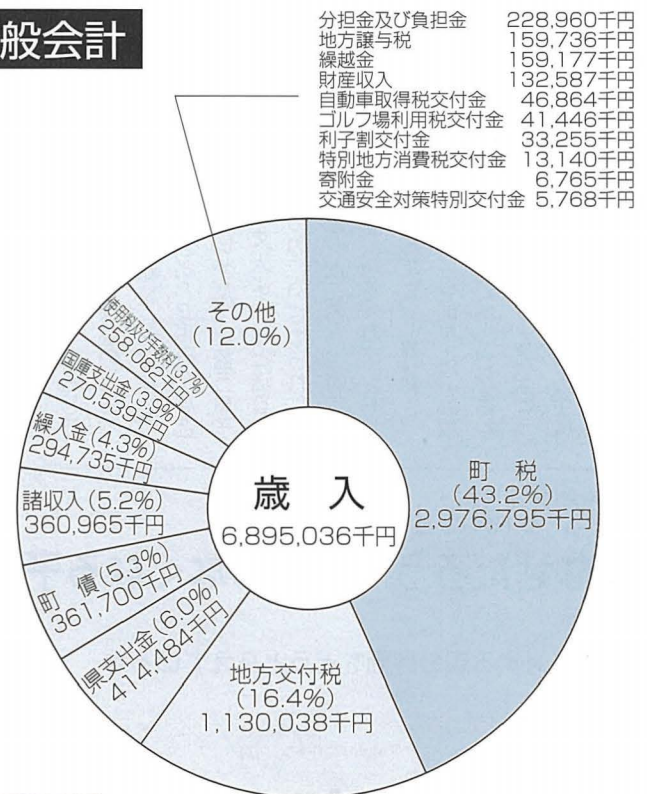
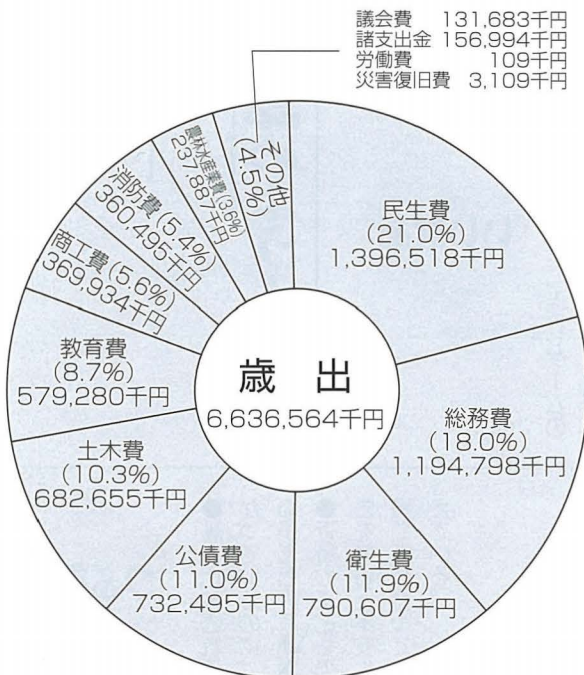
歳入面では、長引く景気低迷や金融機関の低金利を反映して利子割交付金が平成7年度以降連続で前年を下回る厳しい状況にはありますが、町税は対前年度で3%の伸びとなり、更に、地方交付税や町債の確保を図り、年間を通じて各種施策の適正な執行を行うことが出来ました。

平成8年度の決算状況

平成8年度の決算額は一般会計で歳入総額6億8,950万3千円、歳出総額6億6,365万6千円となりました。歳入総額から歳出総額の差し引き額は、2億5,847万2千円ですが、この金額から平成9年度へ繰り越した事業のための財源4,109万2千円を除く実質収支は2億1,738万円の黒字となりました。

この財源については、平成9年度予算において南中学校校舎改築、健康福祉センター建設等の大型プロジェクトや住民の多様なニーズに即応すべく、効率かつ有効に活用し、健全財政運営に努めます。

一般会計



●町税の状況

区分		収入済額(比率)	納税率(%)
内訳	町民税	9億7,242万円 (32.7)	90.4
	個人	7億7,479万円 (26.1)	88.7
	法人	1億9,763万円 (6.6)	97.9
固定資産税		16億7,509万円 (56.3)	88.5
軽自動車税		2,003万円 (0.7)	87.6
たばこ消費税		1億1,664万円 (3.9)	99.8
特別土地保有税		1,021万円 (0.3)	5.4
都市計画法		1億8,241万円 (6.1)	88.5
合計		29億7,680万円(100.0)	85.0

町民1人当たりの
負担した税金

(法人町民税は除く)

136,214円

町民1人当たりに使われたお金(一般会計)
325,274円

[平成9年3月31日]
人口 20,403人

議会費 町議会の運営のために  6,454円	総務費 町有財産、企画開発、町民会館、税、戸籍等住民サービスの運営などに  58,560円	民生費 高齢者や障害者の福祉、保育所の運営などに  68,447円	衛生費 ごみの処理、医療の充実などに  38,750円	農林水産業費 農業・漁業の振興のために  11,659円
商工費 商業の振興、マリントワー、海水浴場の運営などに  18,131円	土木費 道路や公園の整備などに  33,459円	消防費 消防・救急の運営などに  17,669円	教育費 学校改修や公民館の運営、生涯学習の推進などに  28,392円	公債費 借入金の元金・利子の支払いに  35,901円

町民1人当たりの
貯金額は(☆印部分を除く)
107,503円

●借入金の状況(一般会計)

借入金	金額
大蔵省資金運用部	16億3,720万円
郵政省簡易保険局	5億7,130万円
公営企業金融公庫	6億6,163万円
茨城県	2億7,306万円
市中銀行	14億9,845万円
その他(共済組合等)	1億9,011万円
計	48億3,175万円

町民1人当たりの
借金額は
236,816円

●積立金の状況

名称	8年度末現在高
財政調整基金	4億5,026万円
運動公園建設基金	2,023万円
無線放送施設更新基金	361万円
教育振興基金	2,772万円
社会福祉基金	8,059万円
消防車両購入基金	108万円
大洗マリントワー運営基金	1億7,563万円
ふるさと創生事業基金	4,658万円
地域福祉基金	2億4,444万円
減債基金	4億6,059万円
地域づくり推進事業基金	4億4,852万円
学校施設整備基金	2億3,414万円
☆国民年金印紙購入基金	1,600万円
☆土地開発基金	1億8,647万円

●特別会計の決算状況

会計区分	歳入	歳出	差引額
国民健康保険	17億5,881万円	16億8,093万円	7,788万円
老人保健	17億3,956万円	17億3,956万円	0円
公共下水道事業	7億6,756万円	7億5,603万円	1,153万円
桜道土地区画整理事業	1億135万円	7,259万円	2,876万円
地方卸売市場冷凍冷蔵事業	5,979万円	4,494万円	1,485万円
公平委員会	1,474万円	1,381万円	93万円

●企業会計の決算状況

水道事業	収 益	4億3,314万円	3億6,528万円	6,786万円
	資 本	2億6,077万円	5億2,997万円	▲2億6,920万円

※水道事業の不足分は、損益勘定留保資金などで補てんしました。

みんなのひろば

歌壇

●勝山一美選

被爆せし級友は故郷の石碑に刻まれてあり女性一人のみ

寺金九区 加部東ふみ

〔評〕戦争犠牲者の一人である。忠魂碑に級友の名が刻まれているという。結句がよい。

歩く人自転車の人駆ける人茜とんぽもイベント参加

寺金五区 堀野 満穂

〔評〕海浜公園イベント開催時の歌。あかとんぼまで参加している。と捉えたところがいい。

白き茶の花に集まる蜂たちの代わるがわるに交わす接吻

祝町二区 吉川 和

〔評〕茶の花に寄り集まって来た蜂たちをよく観察している。のどかな日差の中に平和が見えてくる。

大型の貨物車通り過ぎゆけり遅しきかな若き女性の

蔵前二区 田山 佳風

〔評〕トラックの運転者は何と若い女性、と見とれているのだ。遅しさが溢れているのである。

稔り田の如くせいだか泡立草休耕田に黄の色茂る

寺金九区 三村 佳代

〔評〕泡立草は異国より渡来、

忽ちにして芒原まで侵略され、休耕田まで犯し始めている。冬の波荒いる磯に四十年経て忘れず難船の父

東光台 田中 勝枝

〔評〕冬の荒れた渚に立つと破船したあの日の父が忘れられないと言っている。四十年たつ今も。それぞれの名を持つ湯屋に秋風は吹き分けざまに湯けむりあぐる

蔵前三区 鴨川 靖

〔評〕到る処から湯煙りをあがっている温泉郷。それらをうまく纏めて詠み込んでいっている。返り咲きのダリアの花に蜂一つ翅ふるわせて止りておりぬ

仲町四区 庄司千代子

〔評〕初冬であろう、返り咲いたダリアの花に蜂が一つ来ている。「翅ふるわせて」が成功している。お三時のお茶のお側に座り居てしきり寄りくる愛犬「カステラ」

祝町三区 河野 みよ

〔評〕いかにも楽しい歌である。三時のおやつに肖りたいばかりに。その名は愛犬「カステラ」

条幅を夫の書く時いきいきと八十路過ぎて若者の如し

大貫桜道 小野瀬イシ

〔評〕書の心は清々しく、雑念など相容れない。作者の目には若々しいまに見えろという。取っ手二つ付けたる孫の陶磁器を世界に一つと励ましてやる

南清水三区 広木 イチ

〔評〕おそろしく始めての孫の作である。一・二句の具体性がよい。世界に一つとは間違いない。苦しみて白紙答案提出の夢に目覚めぬ齡六十

髪金六区 川崎 京子

〔評〕私も同様の夢をよく見る。遠い昔のことであつても、普遍ともいえる体認事なのである。手術待つ心に深く沁みて来ぬ待合室に流るるしらべ

永町一区 高橋夫佐江

〔評〕緊急の手術。待たされる者にとつて不安は深い。流れくる調べに少しでも心紛らわしたい。冷奴貝のお刺身枝豆と盛られし藍のガラス器しまう

新町六区 関根 秀子

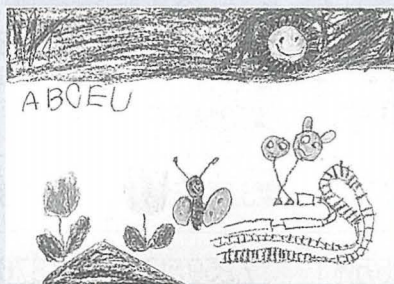
〔評〕夏の器は棚隅に一応片付けるという。この一首、「藍のガラス器しまう」とした処がいい。縋の水面を叩く音しつ々黒布敷きしとき夜の川

堀割六区 身内 ゆみ

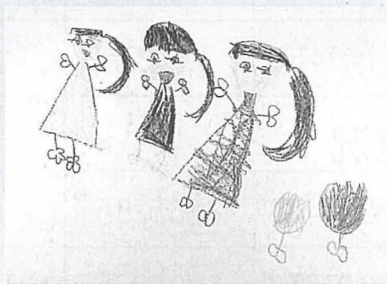
〔評〕船をつなぎ止めている太い綱が時おり音を立てている。その川は黒い布を敷いた様に暗い。目を細め惜しみつつ酒を飲む亡夫の仕草しきりに頭くる夜

船渡三区 照沼とよ子

〔評〕ふと御主人に想いが寄る。長い看病の中の一駒。上句に酒をたしなまれた趣が出ている。



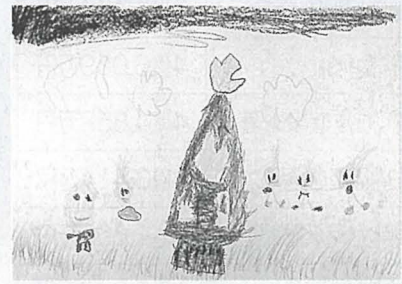
第1保育所 あくつ しょうたくん (6歳)



第1保育所 えびさわ ゆうりちゃん (6歳)



第1保育所 ささ まなみちゃん (6歳)



第1保育所 とびた まさきくん (6歳)

中学校の税に関する

作文・標語入選おめでとう

国税庁・全国納税貯蓄組合連合会では、税の仕組みや使い道などを正しく理解してもらおうと税に関する作文・標語を募集したところ、水戸税務署管内の中学校から作文1154点、標語8381点の応募がありました。審査の結果、本町の中学校から8点が入賞しました。

全国納税貯蓄会 佳作

二十一世紀に向けて



第一中学校2年
小野瀬美帆

「税金って、一体何のために納めているのだろう。どんなことに使われているのだろう。」ふと、こんなことを考えた。今まで私は、税金のしくみや使われ方、何のために税金があるのかさえ、全く知らなかった。いや、知らなかったというよりは、気にすることさえなかったといったほうが、正しいかもしれない。私たち中学生にとって、只一つ、自分でも納めている税金、消費税も、私が自分の財布を持ち歩くようになったころには、もう当然のように納められているので、税金について考える機会など、ほとんどなかったのだ。

「百円のものを買ったのに、どうして三円余計に払うのだろう。面倒だな。」

ぐらいにしか思っていなかった。

しかし、今年度から、三パーセントだった消費税が五パーセントに引き上げられ、今まで何気なく見過ごしてきた「税金」という存在が、非常に気になり始めた。そして、自分なりに調べ、意見を持つようになった今、税金が私たちの生活を支えており、より良い社会を築くためには、必要不可欠なものだということに気付いた。

そして、この私の考えを母に話し、父と三人で、税金について、じっくりと話し合ってみた。税金の使い道の話になったとき、父に「どうしておまえがお金を払わずに学校で勉強できるのか、知っているか。」と聞かれた。そう言えば、小学生のころ、

「あなたたちの使う教科書代や、授業料には国のお金が使われているのよ。」

と、先生が話して下さったことがある。その「国のお金」こそ、税

金だったのだ。父の話によれば、私たち中学生を、一人教育するのに年間約九十万円もの税金が使われているという。毎日、設備の整った学校の中で、気持ちの良い生活を送り、集中して勉強に励むことが出来るのも、税金の支えがあつてこそなのだ、と実感した。

消費税が五パーセントになったことに、不満を感じている人も、きつとたくさんいるだろう。私も、つい最近までそうだった。だが、税金について深く考え、自分なりの意見を持った今は違う。税金と、充実した未来が、切っても切れない関係にあることを、もっとたくさんの人に知ってほしいと願っている。

二十一世紀は、もう目前まで迫っている。私たちの新しい時代がやってくるのだ。これからの社会の担い手である私たちが、税金についてもっと学び、しっかりと自分の考えを持つことは、とても重要になってくるだろう。国民全員が、税金のことを理解し、自分から進んで納めていかなければならないはずだ。そして、国民の

茨城県納税貯蓄会 会長賞

税が支える社会



第一中学校2年
田山ゆかり

一人一人が、「自分もこの社会の一員である。」ということを実感し、税金を有効に利用出来るようになったとき初めて、豊かで明るい新世紀への道が開けてくるものと、私は信じている。

税について考えてみよう。私たちの周りには、あたり前のように公共の施設が立ち並んでいます。学校の立派な体育館で部活動ができたり、夏休みには、涼しく環境の良い図書館が利用できます。これは全て、国民による税が生きているのです。

私の町は、観光地で、年間を通して、多くの観光客が訪れます。そのため、特に衛生面には気を付けていて、新しいごみ処理場が作られたり、下水道工事も進んでいます。こうした町の中で、私たちはよりよい町の発展を望んでいます。そのお手伝いを、町のために貢献してくれているのが税金なのです。この私たちの支えとなっている税は、父や母が働いて納めた税や、私の納めた、わずかな消



南中学校1年
川上友美子

大洗町教育長賞
税金で21世紀にかけ橋を



第一中学校1年
桧山直子

大洗町長賞
納税で安心できる老後の暮らし



南中学校1年
高橋幸江

水戸税務署長賞
考えようみんながもつてる税の価値



第一中学校2年
福地里恵

水戸税務署長賞
幸せな明るい街に生きる税

費税も加えられています。こうして私たち国民が納めた税は、町のため、人のためと良い形となって役立っています。

高齢化社会と言われる今、お年寄りの方はどんな生活をしているのでしょうか。寝たきりの生活をしている人、一人暮らしをしている人。不便な生活をして困っている人は多いと思います。しかし、ここでもまた、税によって助けられているのです。

「さわやか号」、町でこんな名前の車を目にします。寝たきりの老人をおぶろに入れて廻るとい車です。私は、この時、社会福祉は、これからも絶対に欠かすことのできないものだと感じました。今、介護されているお年寄りは、今まで税金を納めてきたわけですから、今度は私たちが、また次の人たちが順番に税を納めていくことになるのです。このように税金は、人から人へと平等に使われていくのです。

私たちの日常生活。それは税に囲まれていると言っても過言ではありません。自分の身の周りをみつめてみると、税によってできたもの、便利に役立っているものがたくさんあります。また、ものだけでなく、税によって警察官や消防士さんなどの公衆の人々に守られ、支えられていることを私たちは忘れてはいけません。

そして国民一人一人が税に関す

る知識を得て、真剣に考える力が必要だと思います。その力があれば、きっと日本はすばらしい国に発展することでしょう。

納税は国民の義務。私は隠さず、忘れず納税する大人になりたいです。だって、豊かな社会を築いていくのは私たちなのですから。

茨城県租税教育推進協議会優秀賞 税について



第一中学校2年
田山 季遥

私達にとって、最も身近な税金といえば、消費税です。物を買うためには、この消費税というものを払わなければなりません。ほかにも、所得税などいろいろな税金がありますが、この税金たちはこの先どのように使われていくのでしょうか。

まず、私達が毎日授業で使っている教科書は、税金によって作られ、無料で配布されています。また、私達の学校の体育館は建て直されたばかりですが、これも私達が納める税金で作られました。ほかにも、六十五才以上の方に与えられる年金、公共施設の建設費、災害が起きたときの復興の費用などは、みんな税金が使われているそ

うです。いつおこるか分からない災害に税金が使われていることを知り、とても感心しました。

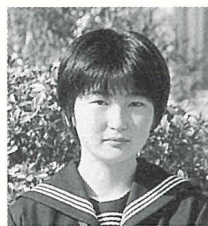
このように、税金は私達の身のまわりで、姿をかえ毎日の生活に役立っています。税金がなくては、今の私達の生活は考えられませんが。

ところが、その大切な税金が無駄に使われていたことをテレビで知りました。ある村で必要のないダム建設が行なわれたり、税金を私的なことに使ったりした人がいたそうです。たくさんの方が働いて納めた税金を無駄に使ってほしくはありません。大切な税金を有効に使ってもらいたいと思います。また、国民は税金を納めるのは義務なのだから、脱税などの不正行為をしないで、税金を納めることが必要だと思います。そうすれば、今よりも、もっともっと素晴らしい日本になってゆけば幸いです。そして、今よりもずっと暮らしやすい国になるでしょう。

私は、この作文を書くことによりほんの少しですが税についての知識を得ることができました。私が税について今後考えていかなければならないことは、たくさんあると思います。私が今払っている税金は消費税くらいだけでなく、二十一世紀に向けて税に対する正確な知識を得て、日本国民として正しい納税者になりたいと思います。そして、素晴らしい二十

一世紀の社会を作りたいです。

水戸地区納貯連会 佳作 私たちの身近な税



第一中学校2年
吉田 香織

税には、いろいろ、たくさん種類があります。しかし、その中で私が知っているものといえば、ほんのわずかに過ぎません。一番身近なところにある消費税のことです。今年の四月、以前の三分から、五%にアップしましたが、どうして上がらなければいけなかったのでしょうか。そのお金は、何に使うのに必要なのでしょう。

税金は、国のため、国民のため、県民、市民などのために、それぞれ何かの役に立っているようです。例えば、道路をつくったり、施設をつくったり、何かをつくるのに使われます。それから、お年寄の方々のために、年金を与えたり、学校の生徒のために使われたり、実際に私たちのすぐ近くでも使われているのです。

私が学校で、予防接種をしてもらったり、歯科検診をしてもらったりしたときにも、町から負担が

きて、料金が少し安くなっていたような覚えがあります。そういう面では、税の仕組みをつくった人が、納めてくれる人たちに感謝をしたいです。

でも、税の使われ方にも、問題はどこにあると思います。せっかく施設や建築物を建てるのに税金を使ったのに、途中で工事を中止してしまったり、たいして役に立たないものをつくってしまったりなどということや、テレビで聞いたことがあります。そんなふうに、むだ使いをしてしまうから、税金の値上げが相次ぐのだと思います。お金を使うときにはよく考えて、何のために、なぜ、どうやって使うのかという計画を、完ぺきにしてから使わなければいけないと思います。まして人が一生懸命働いた上で納められたお金のなかから、もっと大事にしてほしいです。

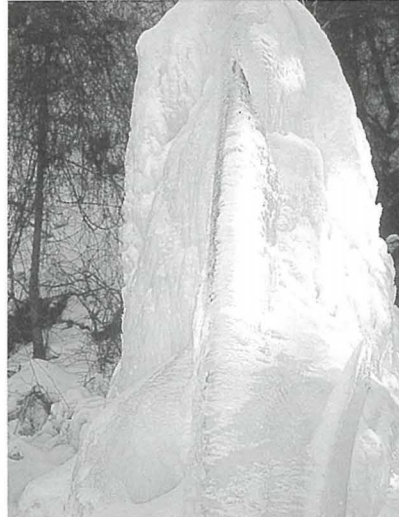
私はまだ、税金のことについてほんの一部分しか理解をしていません。これから、働くようになって、自分の給料で税金を納めるようになってと思います。その頃までには、税のことについて、きちんと理解していきたいと思います。

今までは、税に関しての興味が、ほとんどなかったのですが、これから、もっと興味や関心をもって生活するようにしていきたいです。私たちにとって、税とはとても身近なものですから……。



フォトPHOTO

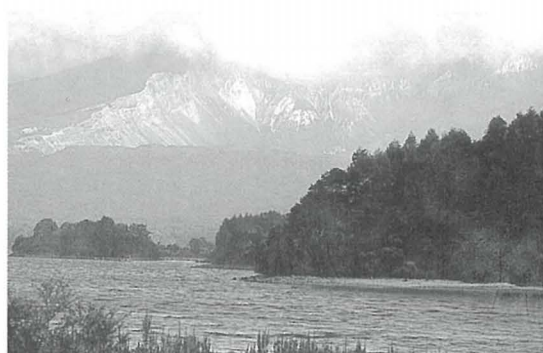
【講評】 萩谷 茂



「氷柱」 120mm 1/60 F8

松山 弘子

【評】 露出が大変難しい被写体ですが、中判カメラを使用して氷の質感をうまく表現しています。



「裏磐梯初冬」 80~200mm 1/30 F11

川崎 勝也

【評】 これも露出の難しい写真です。湖に露出を合わせるとバックの雪を被った山が出なくなってしまいます。



季節の

花だより



フクジュソウ

新年を迎え、家庭では松竹梅など室内飾りの切り花、鉢花が正月に一段と彩りを添えていることと思います。

花壇には、秋に植えられたパンジー、ビオラ、葉ボタンが美しく咲きそろい、春遅くまで楽しめます。戸外には花がすくなく、室内で鉢花を育て楽しむことが多くなります。ラン類やシクラメンの水やりに注意しましょう。(暖房によって加減しましょう)

今月は、正月にちなんでおめでたい花を紹介します。

○フクジュソウ(福寿草)

(別名 元旦草、賀正蘭)

キンポウゲ科で日本、朝鮮半島、中国、シベリアに分布している宿根草。冬は暖かく日当た

りが良く、夏は木陰の下などの涼しくなる場所を選んで植えると、一月から三月下旬まで黄色の花を咲かせます。寒さに強く、乾燥と過湿を嫌います。鉢栽培と庭木の下草に向いています。同じ仲間にあどニスという白、赤、黄花草があり、これは種で増やせます。

○スイセン(水仙)

ヒガンバナ科でスペイン、ポルトガル、北アフリカに自生し、房咲き種が中国、日本に半自生している球根種。日当たり、水はけの良い場所を選んで、九月頃に植え付け、肥料は少し多めに施して下さい。日本スイセンは十一月頃から、ラッパスイセンは二月頃から花が楽しめます。二、三年に一度植え替えて下さい。

○ローバイ(別名カラウメ)

中国原産の庭向きの花木種。寒中に向かつて黄花を咲かせ、強い芳香があります。正月向けの切り花として珍重されています。

花言葉

フクジュソウ 「幸せを招く」
スイセン 「つめぼれ」
ローバイ 「慈愛」

(大貫 寛昭 記)
—町緑化推進協議会—



▲一本のタスキを大切に次の走者へときずなが結ばれていきます



▲上位入賞を果たした一中の選手たちの勇姿

第52回三浜駅伝競走大会

中学男子の部 大洗一中が第3位と健闘

今回で52回を迎えた伝統と歴史のある三浜駅伝競走大会が、12月7日に行われました。

この大会には、中学、高校、一般の各部門に116チームがエントリー。

当日は微風でこの時期にしては暖かく走りやすいコンディションの中、ひたちなか市漁村センター前をスタートした選手達は、磯崎・平磯・大洗海岸・サンビーチ海岸のシーサイドコースを一本のタスキにチームの栄誉をかけて力走。

町内からは、中学男子の部に第一中学校、南中学校、そして一般男子2部到大洗水族館チームが参加し、大洗一中が抜群のチームワークをみせて、40チーム中、第3位と見事上位入賞を果たしました。沿道につめかけた大勢の皆さんからは、惜しめない拍手が送られていました。

町内のチームの結果は、次のとおりです。

中学男子の部（40チーム中）

大洗一中 3位 大洗南中 24位

一般男子2部（52チーム中）

大洗水族館 45位

メイチンさん 大洗の冬にぬくもりを味わう

大洗ライオンズクラブ（柴沼慎一会長）では、国際親善と相互理解を深め世界平和に寄与しようと、交換留学生の受け入れを行いました。

今回来町したのはジュリア・ロー・メイチンさん（16歳 中国系マレーシア人）でライオンズクラブ会員の庄司治三郎（磯浜町1402-4）さん宅に、11月28日から12月16日までホームステイし、その間、町内や県内の観光地を見学したり、東京ディズニーランドや鎌倉などを訪れ日本の文化に触れていました。

特に大洗の動燃見学や大洗ライオンズクラブ主催の第1保育所の子ども達とのもちつきにも参加し、日本の昔からの伝統行事に大変興味を持ったようで、つくたてのもちを神妙に食べながら、子ども達と楽しいひとときを過ごしていました。

日本に来て初めてのことばかり、まず冬の寒さに驚き、朝天然の氷がはっているのを見て感動していたようです。

メイチンさんはこの後、足利市のライオンズクラブを訪れ、1月5日、日本を後にしました。

青年交換留学生



▲ホームステイ先の庄司さんファミリーと（左から2番目）



▶子どもと一緒にベッタンベッタン不思議な体験にとまどい気味

独りで悩まないで!! 新前ママを応援します



▲不安がっていた子ども達を暖かく見守る保育ボランティア「すくすく」の方たち

保育付きリフレッシュ講座

中央公民館で、保育付きリフレッシュ講座が開かれています。この講座は、心の発達が最も盛んな乳幼児をもつ母親を集め、本紙でも毎月紹介している「きらきら大洗っ子」を子育て談義の教材として活用しながら、子育てへの知識を深め、町外から移ってきた方などが独りで悩みを抱えないよう、気軽に情報交換できる仲間をつくってもらおうと始まりました。

講座では、育児ストレスを発散させるストレッチ体操のほか、絵本の読み聞かせ方やお菓子づくりなどを学び、子育てに励む若いお母さんたちが、語り合ったり、悩みをぶつけたり気分転換してもらう場となっています。

お母さんが、講義を受けている間、子ども達のお世話をして下さる方々は、この講座のために結成された子育て支援隊、保育ボランティア「すくすく」。「地域の子どもは、地域で育てよう」と5人の発起人の方が町内の主婦などに呼び掛けて現在31人の仲間が集まり、町民の厚意で提供されたおもちゃなどで子ども達と遊んでいます。

11月19日に、大洗高校でサンマの調理実習が行われました。これは、10月に町内の中学・高校との間で情報交換をし、相互理解を深めようと、町内の2つの中学校と大洗高校の先生、町教育委員会で設立した大洗町中教高連絡協議会の活動の一環として行われたもので、今回は、大洗高校の1年4組の生徒が町の漁業組合婦人部の協力で苦手の魚料理の調理実習に挑戦しました。

8班に分かれた31人の生徒達は、公民館講座「男の料理教室」の講師としても活躍している大洗漁協婦人部の高橋早苗さん、大内章子さんの指導のもと、慣れない手つきながら、サンマを使った「マリネ」と「つみれ汁」を上手に調理し、教室はおいしい香りにつまれていました。

初めて魚をおろした生徒達は、「難しかったが、おいしくできたと思う。家でも試してみたい。」と話していました。

大洗町中教高連絡協議会

血がでるから
魚料理は にがて!!
でもおいしいね



▲三枚おろしに挑戦、大根おろしのようにはいかないわ



▲個人の部で優勝した関根涼平くん(左)と高崎徹くん(右)と先生方

第16回鹿嶋市スポーツ杯争奪柔道大会

勝武館2階級制覇

10月12日、第16回鹿嶋市スポーツ杯争奪柔道大会が開催され、大洗町からは、勝武館(永田勝男館長)が出場しました。

この大会には、北茨城市や龍ヶ崎市、つくば市など県内各地より27団体(約300名)が参加。勝武館の子ども達は他のチームと比べると体格では見劣りしましたが、気負いすることなく正々堂々と戦い、団体戦では、4ブロックに分かれた予選リーグを勝ち上がり決勝トーナメントへ進出しましたが、惜しくも入賞は逃しました。

個人戦では、軽量級の部(35kg未満)で、関根涼平選手、中量級の部(35kg以上55kg未満)で、高崎徹選手が見事に優勝。3階級のうち2階級を制覇した勝武館のレベルの高さを県内にアピールしました。

日頃より礼儀作法と立派な試合態度をモットーとする永田館長の教えは他チームの諸先生方の範にもなっています。これからのご活躍を期待しています。

くらしの情報 INFORMATION

大洗町役場 ☎267-5111

お知らせ

第8回健康まつり 「健康に関する標語」 の募集について

応募資格／大洗町に居住又は町内事業所に勤務している方
応募方法／ハガキ「標語・住所・氏名・電話番号を記入」か応募用紙（係に用意してあります）で
締切日／1月30日（金）

（当日消印有効）

※応募作品はハガキ・応募用紙いずれか1人1点といたします。

※優秀作品については賞状及び記念品を贈呈

問合せ／保健課（内線123）

第16回大洗 マラソン大会

日時／2月1日（日）
〔受付〕午前8時30分
〔開会式〕午前9時
集合場所／大洗文化センター前
※雨天の場合は、8日（日）に延期
種目／

小学4・5・6年生別
（男女別）2km

中学女子2km・中学男子3km

高校女子3km・一般女子3km

高校男子5km・一般男子5km

壮年（40歳以上）5km

親子（子供は小学3年以下）1km

参加資格／健康で走ることの好きな方

表彰／各種目とも1位から6位までに賞状及びメダル（小学生は学年別に表彰する）参加者全員に参加賞

参加料／無料

申込み／参加申込書に記入の上、1月23日までに提出して下さい

問合せ／生涯学習課

☎（267）0230

平成10年大洗町成人式

今春、成人を迎える皆さん、おめでとございます。

大洗町では、皆さんの前途をお

祝する、平成10年成人式を行います。

日時／1月15日（木）

〔受付〕午前9時30分

〔式典〕午前10時10分

場所／町文化センター

※本年の成人式該当者は、昭和52年4月2日～昭和53年4月1日の間に出生された方です。

一般家庭ごみ収集手数料の集金について

家庭用ごみ収集手数料の後期（10月～3月分）を2月から集金に伺いますので、訪問の際はご協力をお願いいたします。

なお、一般家庭ごみ手数料（10月～3月分）は、900円です。

問合せ／生活環境課（内線245）

新造船「さんふらわあ つくば」の一般公開

大洗と苫小牧を結ぶ（株）ブルーハイウェイラインのフェリーが新しくなります。就航を記念して一般公開いたします。

日時／1月28日（水）

午後1時30分～3時30分

場所／大洗港第4埠頭

問合せ／企画課（内線223）

水道管にも冬支度を

厳しい冬が訪れ、夜に冷え込んで気温が氷点下5度以下になると、凍結による水道管の破裂が多くなります。とくに風当たりの強い所や日陰、北向きにある水道管や量水器には、早めに冬支度をしてください。

防寒具はこのように

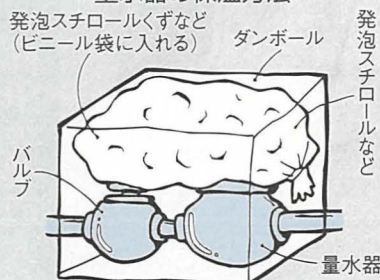
●水道管に防寒具をつけていない家庭では、早めに町の指定水道工事に依頼して保温材を取りつけるようお勧めします。

立上り管の保温方法



●水抜き装置の付いていない屋外用の立上り管は、不凍水栓（立上り管の中の水を抜いて凍結を防ぐ）に取り替えるようお勧めします。

量水器の保温方法



●量水器は、ビニール袋に発泡スチロールやぼろ布を詰めたものを量水器の箱の中に入れ、さらに段ボールなどを載せて保温してください。

凍って水がでないときは

水道管や蛇口にタオルなどを巻き、蛇口を開け、その上からぬるま湯をかけて、解かしてください。直接熱いお湯をかけると、割れることがあります。漏水の場合は、量水器の中にあるバルブを、右に回すと水が止まります。

給水装置は皆さんの財産

家庭内に引き込まれた給水管と、この管に取り付けられている止水栓や量水器（町の貸与品、蛇口など給水装置は皆さんの財産です。この給水装置の新設や改造、修理工事は、大洗町指定の水道工事が行い、その費用は皆さんの負担になります。

問合せ／大洗町水道課

☎（267）51255

茨城県警察視閲式が行われます

日時／1月13日（火）
午前10時30分から11時30分
場所／大洗港第4埠頭
（大洗マリントワー南側）
参加部隊／一般部隊、車両部隊（白バイ、パトカー、覆面パトカー、特殊車両、ヘリコプター、警察犬）警察音楽隊
問合せ先／茨城県警察本部
☎（224）2114
（内線2624）

会場／県信大洗支店
（営業時間内）

大洗水族館新春特別展

「軟体動物・タコ」

「その不思議な生態」

「デビルフィッシュ」これは、欧米でのタコのニックネームです。日本ではなじみ深い生物のタコも、その姿や特異な生態ゆえ欧米では歓迎されないようです。なぜなのでしょう？

そこで、この特別展では、その忍者まがいの変身術や知能の高さ、産卵から子育てに至るまでのタコの不思議な生態を紹介いたします。

特別展期間／1月2日（金）から3月1日（日）

問合せ／大洗水族館

☎（267）5151

郵便番号が7けたになります

—大洗郵便局—



2月2日から郵便番号が7けたに変わります。大洗町内の新郵便番号は下記のとおりです。また、役場宛ての郵便物は、個別郵便番号と宛名が正確に記載されていれば住所の記載は省略できます。

大洗町内新郵便番号

磯浜町 311-1301	五反田 311-1306
磯 道 311-1302	桜 道 311-1307
東光台 311-1303	大貫町 311-1311
和 銅 311-1304	神山町 311-1312
港中央 311-1305	成田町 311-1313

大洗局における個別郵便番号

大洗町役場	311-1392
保健センター・斎場	311-1301
生涯学習課・町民会館	
第1・第2保育所	311-1313
総合運動公園	

年金

「国民年金の現況届」

市区町村長の証明廃止

今月から国民年金及び厚生年金受給者の年一回の現況届にともなう市区町村長の証明が不要になりました。これは年金事務の簡素化を図るため変更されたものです。

これからの年金現況届のハガキには、役場住民課で町長の証明を受ける必要はなくなり、受給者本人（または代理人）が必要事項を記入し、署名捺印のうえ投函すれば済むことになりました。

税

給与支払報告書の提出をお忘れなく

各事業所の事業主の方は、平成9年中に支払った給与についての「給与支払報告書」を2月2日まで

でに税務課に提出してください。中途で退職、就職した方も含めてお願いします。

問合せ／税務課（内線141）

水戸税務署からの

お知らせ

申告書をご自分で作成できた方は直接税務署へ郵送して下さい。

郵送先／郵便番号310-8666
水戸税務署

還付申告者（医療費控除・住宅取得等特別控除など）、不動産所得者（地代や家賃）、年金受給者の方で相談を希望される方の申告会場等は、次のとおりになります。

受付時間／2月16日～3月16日
受付時間／午前9時～午後4時
申告会場／茨城県立青少年会館
※会場は、駐車場が狭いので、車でのご来場はご遠慮ください。

問合せ／水戸税務署

☎（231）4211

寄付ありがとうございます（敬称略）

▼拡大コピー機一式及び感熱紙2本（369、430円相当）
第一中学校備品として

▼綱引きロープ
8年度第一中学校卒業生一同

磯浜幼稚園備品として
（25、000円相当）
磯浜幼稚園

▼8年度磯浜幼稚園卒園児一同
（350、890円相当）
南中学校備品として
8年度南中学校卒業生一同

▼柔道マット50畳
（1、030、000円相当）
総合運動公園体育館用備品として

▼樹木（ケヤキ）1本
（200、000円相当）
大洗町柔道連盟

▼植栽用樹木として
磯浜町1276 加島清暉

▼ビデオテープセット（昭和の記録全36巻）（336、000円相当）
公民館視聴覚教材として

▼磯浜町545 小松崎力一郎
社会福祉事業の一部として

▼磯浜町875 高崎紳一郎
社会福祉事業の一部として

▼柔道マット3畳
（69、000円相当）
総合運動公園体育館用備品として

▼100、000円
社会福祉事業の一部として
磯浜町558 関根厚

▼100、000円
社会福祉事業の一部として
大貫町1010の1 安實

▼1、000、000円
健康福祉センター建設事業の一部として
大貫町309 鈴木美代吉

相 談

特設人権相談所が 開設されます

日時／1月22日(木)
午前10時～午後3時
場所／役場3階会議室
相談者／弁護士(弁護士は午前中のみ)、人権擁護委員
主催／水戸地方事務局・水戸人権擁護委員協議会

心配ごと相談

相談日／1月9日・13日・23日・30日・2月6日・13日
場所／商工会館婦人研修室
時間／午後1時30分～3時
※ただし、1月13日・2月6日は、弁護士が相談。(要予約) 相談料は無料です。
申込み／社会福祉協議会(内線160)

※相談料は無料ですので、お気軽にご相談ください。
問合せ／町長公室(内線214)

『1月10日は「110番の日」です!!』

守ります 地域の安全 110番

110番のしくみ

皆さんからの110番通報は、県警察本部通信指令課につながります。電話を受けた通信指令課では、その電話を聞きながら出動中のパトカーなどにすぐに無線で指令し、現場に急行するよう指示します。

110番にかけたら

電話がつながったらあわてず落ち着いて以下のことを話してください。

何があったのか?(泥棒、ケンカ、事故)
いつ、どこで?(発生の時間、場所、目標)
事案のあらまし?(事件、事故の様子、ケガ人)
犯人は?(人相、服装、ナンバー、逃げた方向)
あなたの住所、氏名(事件事故との関係、電話番号)

税理士による

還付申告無料相談

2月1日から2月15日までの間、税理士事務所において少額な還付申告相談及び申告書の作成を無料で行いますので、最寄りの税理士事務所へ事前に電話連絡のうえ、お出かけください。

事前連絡の受付時間は、午前9時30分～午後4時です。

なお、ご相談の内容によりましては低額な料金となることもありますので、事前連絡の際に担当税理士にお確かめくださるようお願いいたします。

問合せ／水戸市桜川2-2-35

茨城県産業会館12階

関東信越税理士会水戸支部

☎(221) 8786

図書室

■休館日

1月12日(月)・15日(木)・19日(月)・26日(月)・2月2日(月)・9日(月)・11日(水)・16日(月)

■貸出時間

午前9時30分～午後4時30分

■貸出期間

2週間1人3冊まで

図書紹介

堂々日本史(全8巻)

NHK取材班・編



KTC中央出版

素朴な疑問から出発
歴史の実像が見えてくる
NHK取材班が総力結集
NHK総合テレビ毎週火曜日
よる10時放送中

子どもノンフィクション 宇宙誕生のひみつ

近野十志夫・編



小峰書店

宇宙のなぞにいとむ科学者たち
原子力科学の平和利用をうったえたアルバート・アインシュタイン
世界にさきがけて大陸移動説をとらえたアルフレット・ウエゲナー
宇宙でおこる不思議な現象
天才チンパンジー・アイの話

●大洗文化センター●

☎266-2442

月	日	曜	催 事 内 容	開始時間	開催場所	主 催	入場方法
1	7	水	平成10年消防出初式	9:00~	ホール	大洗町消防本部	関係者
	15	木	成 人 式	9:00~	〃	大洗町教育委員会	〃
	23	金	運転免許更新新時講習会	9:00~	大会議室	水戸地区交通安全協会	〃
	28	水	補聴器無料相談説明会	13:00~	〃	(株)関東補聴器	〃
	30	金	補聴器無料相談説明会	9:00~	〃	あかまつ補聴器	〃

町の人口と世帯 (12月1日現在)

人口 20,360人(+22)
男 10,049人(+1)
女 10,311人(+21)
世帯数 6,596戸(-1)
転入 59人 転出 31人
出生 11人 死亡 17人

今月の納税

町・県民税(第4期)
国民健康保険税(第6期)
納期は
2月2日迄です。
国民年金は1月30日迄です。

保健センターカレンダー

月	日	曜	事業名	対象者	受付実施時間
1	20	火	機能回復訓練	障害をもった方で機能訓練が必要な方	9:00～11:00
			母親教室②	妊娠6カ月～8カ月の初産の方	13:30～15:30
	21	水	離乳食教室	生後3カ月～12カ月の乳幼児及び母親	11:00～13:00
	22	木	乳児健診	生後3カ月～4カ月の乳児 生後6カ月～7カ月の乳児	13:00～14:00
	23	金	機能回復訓練	障害をもった方で機能訓練が必要な方	9:00～11:00
			生活習慣改善指導	12月実施の基本健診の結果要指導のうち生活改善が必要な方	13:00～14:00
	26	月	基本健診事後指導	12月実施の基本健診の結果要指導の方	9:00～11:00
	27	火	機能回復訓練	障害をもった方で機能訓練が必要な方	9:00～11:00
			母親教室③	妊娠6カ月～8カ月の初産の方	10:00～14:00
	28	水	国保相談	老人医療受給券新規交付者	9:00～11:30
2	29	木	三種混合接種	生後3カ月～90カ月未満の乳幼児	13:15～14:00
	30	金	機能回復訓練	障害をもった方で機能訓練が必要な方	9:00～11:00
			母親教室④	妊娠6カ月～8カ月の初産の方	13:30～15:30
	2	月	母子相談	母親及び乳幼児	9:30～11:00
	3	火	機能回復訓練	障害をもった方で機能訓練が必要な方 (理学療法士指導)	13:00～15:00
	4	水	三種混合接種	生後3カ月～90カ月未満の乳幼児	13:15～14:00
	5	木	妊婦の離乳食体験教室	妊娠6カ月～8カ月の初産の方	9:30～13:00
	10	火	機能回復訓練	障害をもった方で機能訓練が必要な方	9:00～11:00
	13	金	機能回復訓練	〃	9:00～11:00

わが家のアイドル!



仙田 飛龍くん
(永町13区 7ヶ月)

●父 慈幸

●母 朋子

大道仁義・心大きく・
渡る世の中なり
という気持ちで、飛龍と命名しました。

磯島 玲奈ちゃん
(髭釜13区 1歳)

●父 欣治

●母 久美子

人の痛みが感じられる
優しい子に育って下さい。



保健 センター



なるほど The 健康

かぜに 効く 野菜

寒さが一段と厳しさを増して、かぜのひきやすい季節となりました。

万一かぜをひいてしまったら、まず安静と保温そして、充分な栄養をとることが早く治すポイントです。

かぜをひくと、ビタミン類の消耗が激しくなるので、ビタミンA・B類・Cを多く含むレバー・豚肉・緑黄色野菜などをよくとるようにします。

肉・魚・卵・豆腐・牛乳などのたんぱく質は自然治癒力を高める食品ですが、野菜をたくさん食べないと、せっかくとった栄養素はその力を発揮できません。

タンパク質・脂肪・糖質も、野菜に含まれるビタミン・ミネラルが潤滑油となっていて、はじめて働き出すのです。

かぼちゃ・人参に多く含まれるカロチンは、体内でビタミンAに変わり、皮膚や粘膜

をじょうぶに保ち、かぜの予防に役立ちます。

冬至にかぼちゃを食べる習慣は保存の効くかぼちゃを冬のビタミン源とした先人の知恵といえます。

油を使って調理するとカロチンの吸収がよくなるので、天ぷらやスープに利用を!!

また、ねぎ・玉ねぎ・ニラ・ニンニクには特有の匂いがあり、その正体は揮発性の硫化アリルといって延髄を刺激して血液の循環をよくし、食欲増進・消化促進のほか、発汗・解熱・制菌作用がありますのでかぜの予防に有効です。

小松菜・白菜・チンゲン菜・しそ・らっきょうなども寒さに対する抵抗力をつける野菜です。

これらの野菜をたくさん食べて元気に冬を過ごしましょう。

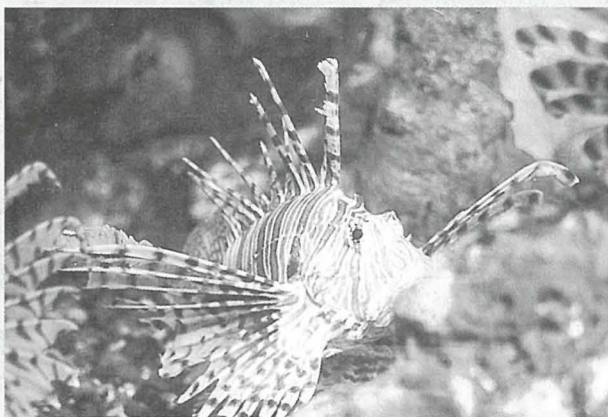
〈栄養士 野口洋子 記〉

大洗水族館の仲間たち

Vol.⑩

ミノカサゴ

「きれいなバラには刺がある」ということわざがありますが、これは魚の世界でも通用するようです。長く伸びた美しい^{ひれ}鰭とゆったりした優雅な泳ぎ、英名ライオンフィッシュと呼ばれるミノカサゴ、実は背鰭の刺に猛毒を持っています。うっかりこれに刺されると激痛が走り、膨れ上がってしまいます。しかし、これも身を守るための物で、厳しい自然界で生き抜くために、ミノカサゴが手に入れたやさやかな武器なのです。



ミニデータ

分類 フサカサゴ科

全長 25cm

分布 北海道南部以南：～インド洋・西南太平洋