

広報



おおあらい

Vol.325



■元気に育ってね、負けずにぼくも大きくなるぞ！（一人一木運動）



- 平成9年度決算（町の家計簿）をお知らせします
- 民生委員、児童委員は地域の頼れる福祉の相談員





謹んで新年の お喜びを申し上げます

大洗町長 小谷隆亮

新年あけましておめでとうございます。

町民の皆様方には、平成11年の輝かしい新春をお健やかにお迎えになられましたこと衷心よりお喜び申し上げます。

また、町勢発展のため温かいご支援とご協力を賜り心からお礼を申し上げます。

さて、昨年は健康福祉センター「ゆつくら健康館」の建設も順調に進み、本年4月のオープンに向けて最終の準備を進めています。また、県内初の教科教室型校舎を採用した南中学校改築工事も、平成12年3月の完成を目指し建設を進めているところです。また、8月の大雨災害に伴う海岸漂着ごみの撤去・回収には、多くの町民の皆様のご協力をいただき誠にありがとうございました。この間、国等に要望してまいりましたごみ処理経費の財政支援については、国から2分の1の補助が受けられることになり、膨大な量のごみ処理も昨年中に無事終了することができました。

国内では長引く景気の低迷により社会経済環境は、かつてない厳しい状況にあります。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。こうした中、懸案でありました「新大洗水族館」の建設を補正予算で復活していただいたほか、国の緊急経済対策を盛り込んだ補正予算で、我が町に「子ども科学館」の建設を決定していただくなど、核となる新しい観光施設が誕生します。これにより一層の賑わいが生まれることと思います。また、人口減に歯止めをかけるべく取り組んできましたサイクル機構寮（旧動燃）の建設誘致や日揮株式会社大洗研究所の

増設が決定するなど、町の活力を創り出すべく一生懸命に取り組んできたところです。

しかし、今日の地方自治体を取り巻く環境は、急速に変貌してきており、個性豊かな地域社会の形成や高齢・少子化への対応など、新たな課題に的確に対応していく必要があります。

これまでの我が国の中央集権型の行政システムは、こうした新たな状況と課題に適合しないものになってきており、21世紀にふさわしい国・地方を通じる簡素で効率的な行政システムを構築していくためには、分権型社会への変革を成し遂げなければなりません。そのための地方分権の推進が強く求められています。

地方がその実状にあった個性あふれる行政を積極的に展開出来るよう、地方自治体の自主性・自立性を高めるための地方分権に向けての体制づくりを推進いたします。

なお、本年も昨年に引き続き、町の活力を創造するため農業、漁業、商工業等の振興はもとより、子供やお年寄り、障害者が安全快適に暮らせる福祉のまちづくり、家庭・地域・学校が連携した教育環境や教育施設の整備、保育所の延長保育など子育てがしやすい環境づくりといった住民生活に密着した事業や将来に向けての施策に積極的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、皆様のご多幸を心からお祈り申し上げます。新年のごあいさついたします。

今年は卯年

今年(ことし)は卯年。十二支の四番目のうさぎ年です。卯は東の方角、また「卯の刻」といえば、午前六時ごろを指します。

明治中ごろから日本でも飼育

うさぎは、ウサギ科の哺乳類(ほ乳類)です。うさぎという耳が長く、目が赤く、毛は白、ピョンピョンと跳ねる動物を思い浮かべますが、これはわたしたちがよく見る日本白色種で、ほかにも多くの種類がいます。毛が白黒(または白茶)でパンダウサギとも呼ばれるタッチ、耳の下がったロツブイヤー、耳の短いピーターラビットなどです。

うさぎが家畜化されたのは十三世紀ごろといわれ、その後、ポルトガルの航海者が食糧の補給源として各地に広めたとされています。第一次世界大戦のころはヨーロッパ各地で食用、毛皮用にさかんに利用されました。日本では日清、日露戦争のころから、日本白色種が大量に飼育されるようになりました。

うさぎを数えるときに、一匹、二匹と言わずに一羽、二羽と言います。これは、昔、獣肉を食べるのを忌み嫌っていた時代に、鳥のような数え方をしてうさぎを食べていたからでしょう。うさぎは貴重なたんばく源

だったのです。

悪役や英雄さまざまな役回り

うさぎの話は、古くは「古事記」に発しています。うさぎが海の上に並んだワニザメをだまして因幡の国に渡ろうとします。しかし、最後にワニザメの怒りを買ってしまい、皮をはぎ取られて苦しんでいるうさぎを大國主命(おおくにのみこと)が救うというお話です。

だれでも知っているうさぎの話といえば、「うさぎとカメ」です。うさぎとカメが向こうの山まで、どちらが先に行けるか競争します。早いうさぎは、カメがのろいのを見て途中で油断して昼寝をしてしまい、その間にカメがゴールするというお話で、地道に努力すれば必ず成功するという教訓です。

こうした話は、動物競争物語として各国にあります。ただ勝つ方の動物がカメではなく、ハリネズミ、カニ、ヒキガエル、ナメクジだったりします。負ける方もうさぎだけではなく、ウマ、キツネ、ヒョウ、ゾウなどさまざまです。

もう一つ、日本の昔話で有名なのが「カチカチ山」です。この話にはちょっと残酷なシーンもあるので、最近ではあまり語り継がれていない

ようです。

……タヌキにおばあさんを殺されてしまい、嘆き悲しむおじいさんに同情して、うさぎがあだ討ちをします。うさぎはタヌキを薪拾いに誘い、タヌキが背負った薪にカチカチと火打ち石で火をつけてやけどをさせます。さらに、タヌキを泥船に乗せて川に沈めてしまいます。

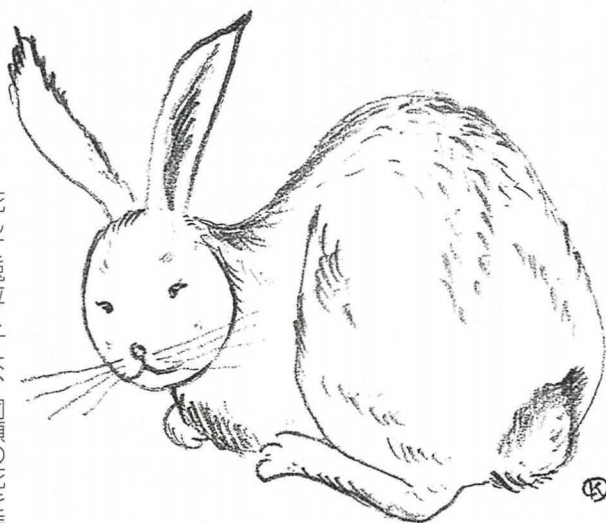
うさぎの復讐という筋書きですが、知恵が勝利をもたらすということ、弱きを助け強きをくじく勧善懲悪の教えとされています。

うさぎは悪役だったり英雄だったり、だましたりだまされたりと、いろいろな役回りをこなしています。

よく知られている月の餅つきうさぎ

うさぎは身近な動物のわりには、親しまれていることわざは少ないようです。

「兎死すれば、狐これを悲しむ」「狐



死して兎泣く」は、同類の死を悲しむということ。「兎に祭文」は「馬の耳に念仏」と同じ意味で、言っても無駄なこと。「兎の登り坂」は、最も得意とする場所で力を発揮すること。「兎兵法」は生兵法のこと、役に立たないこと。どのことわざもふだんあまり聞きません。

よく知られているうさぎというと、月の餅つきうさぎでしょう。平成十一年用の寄附金付・お年玉付五十円郵便切手の意匠は、「佐原張り子」の餅つきうさぎです。これは、千葉県佐原市の手張りの民芸品です。八十円の方は、「山形張り子」の玉乗りうさぎです。

平成9年度 決算 町の家計簿をお知らせします

21世紀をみすえ

創造力豊かな魅力ある

ふるさと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。

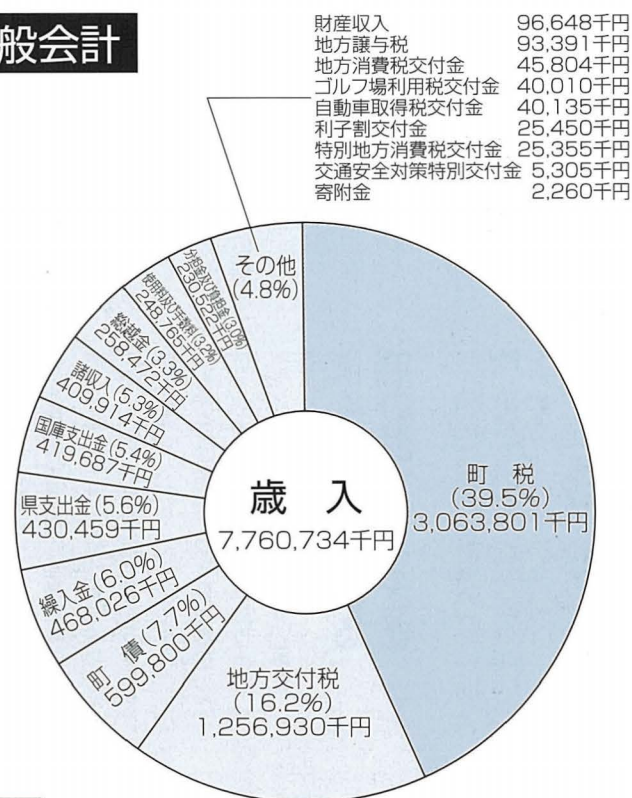
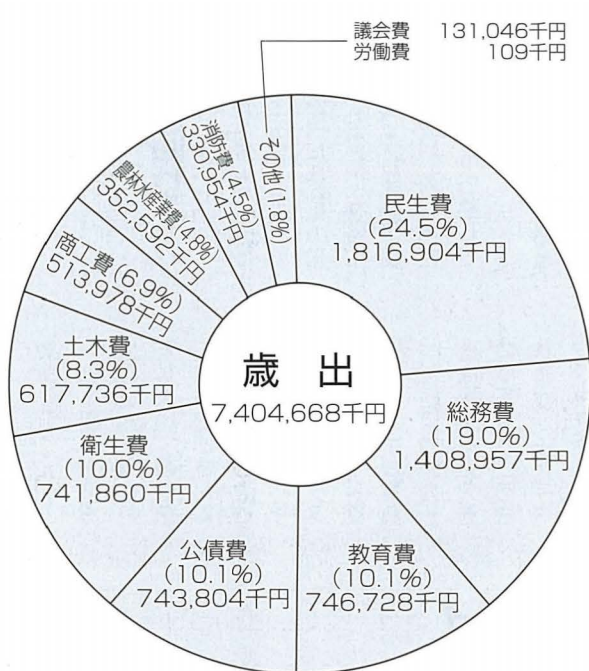
歳入面では、景気低迷や金融機関の低金利を反映して利子割交付金が平成7年度以降連続で前年を下回る厳しい状況にあります。町税は対前年度で2・9%の伸びとなり、更に、地方交付税や町債の確保を図り、年間を通じて各種施策の適正な執行を行うことが出来ました。

平成9年度の決算状況

平成9年度の決算額は一般会計で歳入総額7億7,607,340千円、歳出総額7億4,046,668千円となりました。歳入総額から歳出総額の差し引き額は、3億5,606,672千円ですが、この金額から平成10年度へ繰り越した事業のための財源8,725万4千円を除く実質収支は2億6,881万2千円の黒字となりました。

この財源については、後年度の財政負担を考慮しての基金の積立、健康福祉センターの建設費や町民生活向上のため、効率かつ有効に活用し、健全財政運営に努めています。

一般会計



●町税の状況

区 分		収入済額 (比率)
内 訳	町 民 税	9億9,890万円 (32.6)
	個 人	8億1,932万円 (26.7)
	法 人	1億7,958万円 (5.9)
固定資産税		17億1,489万円 (56.0)
軽自動車税		2,050万円 (0.7)
町たばこ税		1億3,769万円 (4.5)
特別土地保有税		588万円 (0.2)
都市計画税		1億8,594万円 (6.0)
合 計		30億6,380万円 (100.0)

町民1人当たりの負担した税金

・法人町民税
・固定資産税、都市計画税のうち
原研、サイクル機構(旧動燃)課税分は除く

101,860円

町民1人당に使われたお金(一般会計)

365,212円

[平成10年3月31日]
人口 20,275人

議会費 町議会の運営のために  6,463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  69,492円	民生費 高齢者や障害者の福祉、保育所の運営などに  89,613円	衛生費 ごみの処理、医療の充実などに  36,590円	農林水産業費 農業・漁業の振興のために  17,390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  25,350円	土木費 道路や公園の整備などに  30,468円	消防費 消防・救急の運営などに  16,323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  36,830円	公債費 借入金の元金・利子の支払いに  36,686円

町民1人當りの
貯金額は(☆印部分を除く)
102,816円

●借入金の状況(一般会計)

借入金	金額
大蔵省資金運用部	16億3,724万円
郵政省簡易保険局	5億3,263万円
公営企業金融公庫	6億 513万円
茨城県	2億1,549万円
市中銀行	18億 505万円
その他(共済組合等)	1億4,481万円
計	49億4,035万円

町民1人當りの
借金額は
243,667円

●積立金の状況

名称	8年度末現在高
財政調整基金	4億6,169万円
運動公園建設基金	2,033万円
無線放送施設更新基金	363万円
教育振興基金	2,570万円
社会福祉基金	8,319万円
消防車両購入基金	108万円
大洗マリントワー運営基金	1億4,150万円
ふるさと創生事業基金	0円
地域福祉基金基金	2億4,366万円
減債基金	4億6,182万円
地域づくり推進事業基金	2億9,668万円
学校施設整備基金	3億4,531万円
☆国民年金印紙購入基金	1,600万円
☆土地開発基金	1億8,693万円

●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	17億9,601万円	16億5,630万円	1億3,971万円
老人保健	19億 228万円	18億9,760万円	468万円
公共下水道事業	6億8,806万円	6億7,542万円	1,264万円
桜道土地区画整理事業	2,876万円	2,876万円	0円
地方卸売市場冷凍冷蔵事業	6,714万円	3,909万円	2,805万円
公平委員会	1,620万円	1,526万円	94万円

●企業会計の決算状況

水道事業	収 益	4億4,911万円	5億5,451万円	▲1億540万円
	資 本	8,876万円	1億7,628万円	▲8,752万円

※水道事業の不足分は、繰越利益剰余金、損益勘定留保資金などで補てんしました。



民生委員児童委員は 地域の頼れる福祉の相談員

地域に密着した福祉活動

民生委員・児童委員は厚生大臣から委嘱された地域福祉の増進を図るための委員で任期は3年です。また、主任児童委員は児童福祉を専門に担当しています。

ここでは、平成10年12月1日に

改選された新しい民生委員児童委員・主任児童委員の氏名と主な活動内容をお知らせいたします。

民生委員児童委員は、一定の担当地区を受け持ち、皆さんの身になって幸せな暮らしが出来るようお手伝いをしています。

その活動は、要保護者に関する調査、相談、指導、助言や福祉事務所、児童相談所などに対する協力など多岐にわたり、また、ひと

主任児童委員の活動

り暮らし老人の訪問活動など地域に密着した福祉活動を推進しています。

主任児童委員は、民生委員児童委員と連携しながら、子供たちのための環境整備や子育ての支援など子供の福祉を専門に担当しています。

納税

納税貯蓄組合連合会が 設立しました

納税貯蓄組合の健全な発展と組合組織の普及育成を図るため、昨年11月24日、納税貯蓄組合「連合会」が設立されました。

なお、初代連合会会長には川上俊彦さん（永町3区）が就任しました。

本町の納税貯蓄組合は179の組合で発足以来46年を経過しています。その間、組合長の高齢化や後継者不足などにより、現在では組合数が115まで減少しています。

こうした厳しい状況を踏まえ、個々の納税貯蓄組合同士が団結し、「連合会」を結成することにより、各組合の円滑な運営を目指します。



水防

水防功労者建設大臣表彰 茨城県知事感謝状 大洗町消防団 大洗漁協、学校

昨年8月27日から30日の大雨による那珂川氾濫での、防水活動で大洗町消防団（川上俊彦団長）が平成10年度防水功労者建設大臣表彰を受賞しました。

また、茨城県からは、防水活動や人命救助、被災地での援助活動や漂着ごみの清掃などに尽力した企業、団体、小中学校、高校など40団体に感謝状が贈られました。大洗町の受賞団体は次の通りです。

建設大臣表彰（防水功労者）	
大洗町消防団	（ ）
茨城県知事感謝状	
大洗町消防団（消防関係）	（ ）
大洗町漁業協同組合（廃棄物関係）	（ ）
磯浜小学校	（ ）
祝町小学校	（ ）
大貫小学校	（ ）
夏海小学校	（ ）
第一中学校	（ ）
南中学校	（ ）
大洗高校	（ ）

東茨城郡南部選挙区確定結果 (届出順)

	田山東湖	久保田正二郎	柴沼弘道	大高道夫	投票率
郡南部計	17,442	11,356	13,816	17,956	68.62%
大洗町	8,794	456	564	1,605	72.25%
茨城町	2,637	8,643	1,267	6,803	70.03%
小川町	2,813	854	3,956	2,250	66.91%
美野里町	1,492	813	7,451	1,738	62.60%
内原町	1,706	590	578	5,560	72.00%

茨城県議会議員一般選挙 東茨城郡南部選挙区得票数

当	大高道夫	17,956票
当	田山東湖	17,442票
当	柴沼弘道	13,816票
	久保田正二郎	11,356票

選挙

茨城県議会議員選挙
(東茨城郡南部選挙区)

田山東湖氏当選
(三選)

(三選)

任期満了に伴う茨城県議会議員一般選挙の投票が、去る12月13日(日)、町内11カ所の投票所で行われ、同夜即日開票されました。東茨城郡南部選挙区では、三選を目指す地元の前職、田山東湖氏が見事当選しました。

今回の選挙は、制度改正の効果もあり、大洗町での不在者投票は前回の507票から938票に大幅に増加しましたが、町全体の投票率は前回の74・64%を2・39ポイント下回り72・25%でした。

なお、県全体の投票率は史上最低だった前回(55・70%)から更に5・06ポイント下がり50・64%でした。

セーフティーハウス 「子供を守る110番の家」 を設置

学校とPTAでは、地域の方々のご協力をいただき、本年1月より大貫小学校地区26ヶ所と祝町小学校地区18ヶ所に「子供を守る110番の家」を設置しました。

この、「子供を守る110番の家」とは、児童や生徒が通学路や生活圏において、犯罪に巻き込まれそうになったり、身の危険を感じたときなどや怪我等の事故に遭ったときに気軽に立ち寄れる家のことです。目印として、次の図のステッカーを貼っています。

なお、磯浜小学校地区や夏海小学校地区でも現在、セーフティーハウスの早期設置に向け準備を進めています。

子供を守る
110番の家



大洗町立小中学校
大洗町PTA連絡協議会
水戸警察署

人権

人権擁護委員に榎本英輔さん

人権擁護委員の榎本英輔さん(磯浜町8294番地・67歳)が法務大臣から平成10年12月1日付けで再度、委員として委嘱されました。

人権擁護委員は国民の基本的人権を擁護し、その普及を図る必要から昭和23年に制度として発足。本町には、榎本委員のほか、和田直衛委員(大貫町332番地の2)、清宮澄委員(成田町105番地)が活躍中です。

世界人権宣言50周年
国連人権高等弁務官からの
メッセージを伝達

去る12月1日、本町の3名の人権擁護委員が、世界人権宣言50周年を記念してメアリー・ロビンソン

ン国連人権高等弁務官からのメッセージを小谷町長に手渡ししました。

1998(平成10)年は、国連において「世界人権宣言」が採択(昭和23年12月10日)されて50周年にあたります。世界人権宣言は「すべての人間は、生まれながらにして自由であり、かつ、尊厳と権利について平等である。人間は、理性と良心とを授けられており、お互いに同胞の精神をもって行動しなければならない。」とうたっています。

世界人権宣言50周年を機会に、人権とは何か、人権の尊重とはどういうことかについて、私たち一人ひとりが身近なところから改めて考えてみましょう。



メッセーを手に。右から榎本委員、小谷町長、清宮委員、和田委員

みんなのひろば

歌壇

●勝山一美選

黒き瞳を亡夫殊のほか愛ほし
孫健やかに母とはなりぬ

寺金五区 堀野満穂

〔評〕孫娘の殊の外黒い瞳を愛し
んだ亡き夫。その夫に娘を重ねて
詠んだ歌。

「只今」と言うより早くランドセル
を投げ出す孫の元氣いとおし

南清水一区 広木チイ

〔評〕小学生低学年であろう。状況
が生々として伝わってくる。

黄色の稲田を抜けてゆく風に
案山子の朱き布がなびけり

船渡三区 照沼とよ子

〔評〕田園風景をよく描写している。
案山子の朱き布は実際である。

わが国に如何なる希望抱きしや命
を賭ける密航者絶えず

永町六区 身内ゆみ

〔評〕「命を賭ける」は読者に強い
インパクトを与える。時事詠。

赤々と海の上に月昇るとき寄り添
う影を岸にたたしむ

蔵前三区 鴨川 靖

〔評〕月の光の中に寄り添う人影。
淡々とした口マンを浮ばせて。

老松にかかりし月を仰ぎ見る十夜
真如の寺辞するとき

〔評〕風情豊かな景を捉えている。
下句、格調高く歌いあげている。

萩群れて濃き紫のなびきおり庭辺
はなやぐ光の中に

永町六区 猪瀬ゆき

〔評〕秋の花の華やぐばかりの美
しさを手際よく詠み込んでいる。

不陽気の所為か今年の果物は味う
すくして甘みは足りぬ

寺金十二区 小野瀬イシ

〔評〕果物は味が生命である。天
候不調に思いを置きながらの作。

鶏頭のたねをこぼして昼下がりに
しかに風の行くが見えたり

新町六区 関根秀子

〔評〕上句の具象性を下句の心象
でとらえたところがいい。

「帰化野草日本国籍得しごとく」
と詠みし人あり言ひ得て妙か

寺金九区 加部東ふみ

〔評〕結句の含みをもつ表現によ
って一首を軽妙に打出させてい
る。

人の住む気配なき家の廻りにも次
つぎ花は咲きて夏過ぐ

寺金九区 三村佳江

〔評〕居住者のない空家。そこに

咲き次ぐ花の姿は何とも愛しい。

我が町の誇る磯節踊り手の揃う身
振りに祭り盛りあぐ

仲町四区 庄司千代子

〔評〕作者のゆきとどいた眼が一
首をはなやかな気分へと誘う。

洪水の濁りに染みし秋の海領海の
ごと線引きさるる

祝町二区 吉川 和

〔評〕「領海のごと線引きさるる」
は大きな発見である。

村落の墓処高どにあれば碑をこと
ごとく灼きて夏日かたづく

祝町一区 佐藤 毅

〔評〕炎暑のひと日。丘の上の墓
地が見えてくる。故郷であろうか。

吾と同じ波長の人か雑踏の中より
だんだん近づいてくる

成田町 大野恵美

〔評〕人さまたまというがその中
にも自分に似た人と思われる人が
いるのだ。

テーブルの花を囲みて金婚を祝い
てくるる生きる幸せ

永町四区 川上ひさ

〔評〕結婚五十年。人生幾波坂を
乗り越えて来て今があるのだ。

宙がえり何度でも出来る無重力宇宙
の仕事場聞える不思議

宙がえり何度でも出来る無重力天女
になって地球見おろす

〔評〕驚くべき発想。向井千秋さ
んの天空よりのメッセージであ
る。上句は向井さん作。これに應
えて全国より十数万の下区が届
いたと言つ。

校道八区 上野君枝

〔評〕驚くべき発想。向井千秋さ
んの天空よりのメッセージであ
る。上句は向井さん作。これに應
えて全国より十数万の下区が届
いたと言つ。



恵泉保育園 年中児
「レースを巻いて 作りました」



恵泉保育園 年少児
「毛糸を巻いて 作りました」



恵泉保育園 未満児
「わらを編んで 作りました」



恵泉保育園 年長児
「つるをあんて 作りました」



税を知る週間

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1105点、標語9973点の応募がありました。審査の結果、本町の中学校から9点が入賞しました。また、第一中学校に全国納税貯蓄組合連合会から感謝状が贈られました。

茨城県納税連会 会長賞

「いつもとわりで生きる税」



第一中学校3年
田山ゆかり

「長寿国日本、今年も世界一」最近、こういった高齢化に関する記事をよく目にする。私の身近なところで考えてみても、家族に八十三歳になる祖父がいたり、近所にはたくさんのお年寄りがいる。私は、今年の夏、けがをしたため、一か月近く毎日、病院に通っていた。そこにも、たくさんのお年寄りが、診察を受けたり、リハビリをして不自由な体を克服しよ

うと必死だった。私は、毎日のように会ってお互いのけがや病気の話をして、親しくなるうちに、このおじいさんやおばあさん達は、毎日、病院にかかっている、医療費の心配はないのだろうか、と聞いた。そして、母に聞いてみると、「私達みんなが、健康保険税を納めているから、七十歳以上のお年寄りは、一部負担金だけで診察を受けられるから心配ないんだよ。」と、教えてくれた。また、私の治療費も、本当にかかるお金の三十分の一で済むそうだ。私達が安心して生活できる社会と税は、結びつきの深いものだということを実感した。今まで、学校や図書館、または道路や下水道などが税で賄われ、自分達の生活に密接に関わっていることは知っていたが、こども税は、私達に還元されていたということが分かった。

私も大人になれば、こういった税金を納め、そして年を重ねれば、若い人達の税金によって支えられる。この世の中は、周りの人々と支え合い、助け合って生きているが、税も同じなのだ。また、私は、体の不自由な人達のための施設や、それを介護する人々を雇ったりするために、税金を多めに役立ててほしいと思う。今、私達は、何の不自由もなく、反対に豊かすぎるほどの生活をしている。だから、周りで助けを求めている声が聞こえていなかったのかも知れない。一人ひとりが、ちょっとした税金の無駄使いをなくせば、本当に困っている人達の不安や困難を少しでも和らげてあげられるのではないだろうか。これは、私にもできることだ。例えば、学校の使っていない教室の電気を消したり、机やいす

など、公共のものを大切に扱うことだってできる。これは、ほんの小さな心がけにすぎないが、一つの税金の節約だと思う。ほんのわずかながら、私が納めている消費税。そして、大人の人達も、働いて税金を納めるということとは、簡単なことではないと思う。だから私は、その税が特定の人の手に渡るのではなく、全ての人に平等に使われてほしい。税金が公正に、そして有効に利用されていくことが私達の願いだ。そのためにはまず、二十一世紀を担う私達が、税のことを知り、学び、動きださなければならぬ。そして、その一歩を踏み出した時こそ、心も生活も豊かな社会が実現する時だと思ふ。これは遠い未来のことではない。近い将来、私達の課題となり、解決すべきことなのだから。

水戸国税モニター会長賞

「消費税 福祉育てる

大きな輪」



第一中学校1年
桜井洋子

水戸国税モニター会長奨励賞

「納税で 大きくなつてく

この社会」



第一中学校1年
佐谷戸恵

水戸税務署長賞

「よく知ろう みんなの社会に

生きる税」



第一中学校2年
打越大介

水戸地区納貯連会 会長賞 「明るい未来に生きる税」



第一中学校3年
福地里恵

「税金」それは私にとって悪い印象そのものでした。テレビや新聞では、税金が無駄使いされているとよく目にしたり、耳にします。私たちの一番身近な税金「消費税」は、買い物をするとき必ず払わなければならない税金です。そのような税金の無駄使いは、許されないことだと思います。

しかし、よく考えてみると税は本当に無駄な事ばかりに使われているのだろうか、報道などでは、そのような事ばかり記事にしていますが、本当に税の使いみちはそれだけなのだろうか考え、税の使われ方などを自分なりに調べてみました。

すると、税は私たちの身近なたくさんの方で役立っている事が分かりました。例えば、学校や体育館、図書館、警察署や病院などの建物、その他道路や信号までもが公共施設として扱われ、税金で作られていたのです。

詳しく調べてみると、建物それぞれにも国の税金で建てたもの、県の税金で建てたもの、市町村の税金で建てたもの、とわかれていた事が分かりました。私たちの今使っている教科書や義務教育の間では、教育費にも税金が使われており、義務教育が成り立っているおかげで、みんな平等に教育を受けられる事が分かりました。税のおかげで、教育を受ける事ができる環境にいるという事です。

世界の中には勉強をしなくてもする事が出来ない子供たちがたくさんいます。だからこそ、きちんと学校での勉強を行い、必要なことを身につけていかなければならないし、勉強できる環境にいる事に感謝しながら毎日を送る必要があると感じました。

その他にも税は、お年寄りがよい生活を送るために役立ったり、世界で飢えに苦しんでいる国の人々や、災害が起きた所の援助金など、私たちの健康で豊かなくらしを送るためにも「税」はいろいろ私たちの役に立っているんだと理解し、改めて、税に関するきちんとした知識を得る事が出来ました。

これからは、国民一人ひとりがきちんとした税の知識を持ち、国や地方自治体は、税を本当に必要なものだけに使い、私たちの明るい未来に役立ててもらいたいです。そうすれば、これからは五パ

ーセントの消費税も「仕方がなく払うもの」から「払って当然なもの」として快く払う事が出来ることでしょうか。そして、私たちが払っている税金が、世界のどこかできつと役に立っていると願っています。

水戸地区納貯連会 入選 「未来への税金」



第一中学校1年
大崎真理子

私の家は自営業です。私の母は、父の仕事の経理をしています。母は年に何回か、帳簿というノートは何冊も持って、経理士さんの所に見せに行き、勉強してくるみたいです。他の家庭でも、私の母みたいな仕事をしている人がたくさんいると思います。

税金、それは、みんなが国に納めなければいけないもの、だという事は私にも分かります。いろいろな税金があることも知っています。所得税、住民税、個人事業税、国民健康保険、国民年金、源泉税、これらが、私の母が扱っている税

金と年金の種類です。この他にも、物品にかかっている税金とか、たくさん税金があるのは分かっていますが、その税金がどんなふうに使われているかは、全くといっていいほど分かっていません。ただし、私の母とかがときどき、

「私達は、ちゃんと税金を納めているんだから、〇〇さんも（〇〇さんとは、私のおじさんのことです。）堂々と、福祉のサービスを受けてもいいんだよ。」と、言っていました。おじさんは、体が不自由で車イス生活です。私の父の兄弟も同じようなことを言っていました。また、テレビを見ていると、「まったく、国会議員さん何やってるのかしらね。私達の本当の生活が分かっているのかしらね。」と、ぼやきます。勝手に消費税三パーセントから五パーセント、かと思えば銀行倒産、長い不況、特別減税だのわけの分からな

いことだらけです。私は思います。みんなの税金です。ただ、今だけに使う税金や年金ではありませぬ。何十年先のことも考えて、計画し、集める、使う、そして分か

りやすく、私達小中学生にも分かる、使い方をしていたきたいと思っています。



南中学校3年
田山ちあき

大洗町教育長賞
「税金は みんなのよりよい未来をつくる」



南中学校1年
藤山志の

大洗町長賞
「税金が 豊かなくらし作り出す」



南中学校3年
川上健一郎

水戸税務署長賞
「消費税 みんなの住みよい町づくり」



フォトPHOTO

【講評】佐川 泰久

季節の花だより



ウメ

福寿草も正月の花です。でも一番飾りたい正月になかなか咲いてくれません。この時期は温室育ちのものも楽しめます。まれに部屋の中にいても黄色のつぼみが咲いてくれないことがあります。根が傷んでいたり、光線不足と乾燥しすぎで黒くなつて枯れてしまつこともありますので乾燥に注意して時々霧を吹いてあげましょう。

また、春を待つ花、タンポポを室内で観賞するのも良いものです。野原に自生しているタンポポを深い鉢に植え替えて持ち帰り、室内の日だまりの良い場所に置きますと美しい花を咲かせます。葉が多くなつたらおひたしや天ぷらで味つてみてはいかがでしょうか。

パンジー、ビオラ、葉ボタンなど花壇に植えてある花が乾燥によつて枯れることがあります。時々、日中の暖かい日を選んで十〜十二時頃までに水をたっぷりかけて下さい。また、ヨトウムシの食害に遭つこともあるのでオルトランなどの薬剤を散布しましょう。

(大貫寛昭 記)

―町緑化推進協議会―



「雪景」 35〜70mm F8 1/250

鈴木 茂治

【評】雪の撮影は露出がむずかしいのですが、この写真は雪の白さと質感がよくできています。



「翡翠」 600mm F5.6 1/125

小松崎 弘

【評】大変むずかしい被写体を、みごとに写しています。バックのボケもきれいで鳥を引き立てています。

フォトに掲載する皆さんの作品を募集しています。(写真はサードパス判でOKです)
住所、氏名、電話番号を明記のうえ、役場町長公室広報公聴係まで、郵送か直接お持ち下さい。

一月の園芸作業は戸外では少なく、室内での鉢花管理が中心になります。水やりと防寒、日当たりの良い場所への鉢の移動が主な仕事となります。

正月というと松竹梅を思い浮かべます。室内に切り花や鉢花を飾ってみてはいかがでしょうか。梅の鉢花を早く咲かせるには、戸外で二週間は寒さに遭わせ、室内に入れて温かい場所に置き、日中霧水を時々かけますと早く開花します。咲き始めたら高温と乾燥に注意して長く楽しめるようにします。咲き終わったら戸外の軒下に出して自然の寒さに慣らし、春の手入れ(枝の切り戻し、植え替え)の時期を待ちます。(三月中下旬まで)

みんなに呼びかけ 「火の用心」

町婦人防火クラブは、秋季全国火災予防運動の一環として消防広報車による巡回広報を行なうとともに、人通りの多い大洗駅前やスーパーの前で「火災の発生しやすい季節です。火の元には十分ご注意ください」と明るい笑顔で防火チラシや火災予防グッズを配布し、注意を呼びかけました。

婦人防火クラブ街頭広報

▼「防火は一人ひとりの心がけが大切」と呼びかける皆さん



めざせ! 模範ドライバー

模範的なドライバー育成のため、10月19日、茨城県自動車教習所において安全運転競技会水戸地区大会が開催されました。

学科試験およびS字カーブ・クランク・縦列駐車等の運転競技が行われ、総合得点により、原研大洗に勤務されている吉成麻美さんが女子の部で最優秀賞に選ばれ、11月14日に行われた県大会で健闘しました。

また、優秀賞にはサイクル機構大洗工学センターの宮地紀子さん・館義昭さん、役場の猪瀬諭さん・関克則さんが受賞されました。

安全運転競技大会

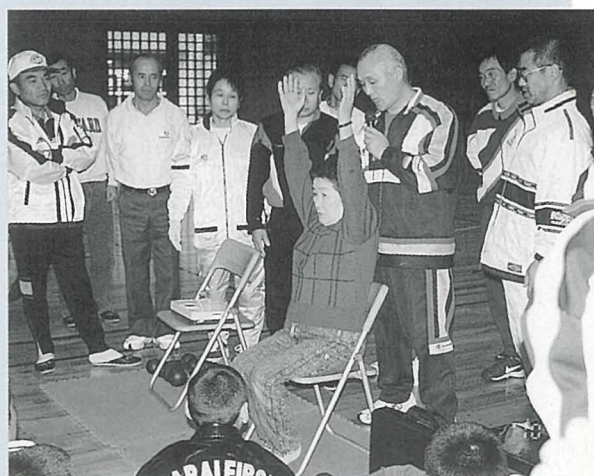
▲最優秀賞受賞の吉成さん



町のできごと zoom in

健康な体は筋肉の バランスが大切

健康とスポーツのまちづくり実技セミナー



▲軍司先生による実技、みなさん真剣です

11月21日(土)、大洗一中体育館において「誰でもできる軍司式筋肉調整の実技体験」が行われ、運動部の生徒やスポーツ愛好家、ご年配の方々約100名が参加しました。

「骨の定位置を決めるのは筋肉の弛緩と緊張のバランス」「ぎっくり腰などは発生源の筋肉の緊張を解けば簡単に治る」という講師の軍司先生の話にみなさん熱心に耳をかたむけ、実演に真剣に取り組んでいました。

膝が痛かった野球部の生徒や腰から足にかけてしびれのあった主婦の方からは「痛みが消えた」と喜びと驚きの声が聞かれました。

身近になったよ町議会

中学生議会

11月28日(土)、役場3階議場において、子どもたちの政治への関心や意義を高めるため(社)大洗青年会議所が青少年育成事業として企画した1998年度(社)大洗青年会議所11月例会「中学生議会」が開催されました。

中学生20名が議員と担当課長に役割を分担し行われ、はじめのうちは緊張していた中学生も次第に本領を発揮、本物の議会さながらに今後の学校施設や地域活性化等8項目について活発な質問・答弁がかわされました。

議会後、参加した生徒たちはホッとした様子で「町の行政が身近になった」と感想を語っていました。

▲ちょっと緊張、しっかり答弁

鮭の勇姿と産卵に感動

11月28日、アイアンキッズでは、那珂川にのぼってくる鮭の建網漁や人工授精を見学し、鮭の遡上できる川の大切さ、命の尊さを学びました。

こどもたちは、跳びはねている鮭をおそろおそろ覗き込んだり、受精の瞬間にイクラの色がきれいな桃色に変わる様子に驚きの声を上げていました。

これから2月にかけて、この日の受精卵をこどもたちが育てて那珂川に放流します。大海原に旅立った小さな命が元気に帰ってくるようなきれいな那珂川の大切さを学んだ一日でした。

アイアンキッズ



▲初めて見る鮭の人工授精



▲「よし、あとはまかせろ」

第53回三浜駅伝競走大会

チームワークでタスキをつなぐ

12月6日、磯崎、平磯、大洗の三浜をタスキでつなぐ第53回三浜駅伝競走大会が行われ、中学、高校、一般の各部門、合わせて103チームが参加しました。

町からは、中学生男子の部で大洗一中・南中が、一般男子2部で例年出場している大洗水族館と初参加の日本核燃料開発(株)が出場、寒風の中、沿道の人たちの声援を受けて力走を見せました。

結果は次のとおりです。

中学生男子の部(36チーム)

大洗一中 第8位 大洗南中 第17位

一般男子2部(51チーム中)

大洗水族館 第41位 日本核燃料開発(株) 第48位

くらしの情報 INFORMATION

大洗町役場 ☎267-5111

お知らせ

「健康標語」

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／2月1日（月）

（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17回大洗マラソン大会

日時／2月7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、14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（参加料無料）

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

申込み／参加申込書に記入の上、

1月22日までに提出

問合せ／生涯学習課

☎（267）0230

第二十三回

大洗水墨画会新春展

会場／県信大洗支店

日時／1月11日（月）から1月29

日（金）まで（営業時間）

主催／大洗水墨画会

後援／大洗町教育委員会

平成11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11年成人式を行います。

日時／1月15日（金）

〔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53年4月2日～昭和54年4月1日の間に出生された方です。

水戸まで歩こう

「伊能ウォーク」参加者募集

江戸時代の測量家、伊能忠敬の歩んだ足跡をたどり、全国約1万キロをリレー方式で踏破する「平成の伊能忠敬 ニッポンを歩こう 21世紀への100万人ウォーク」の参加者を募集しております。

内容／「デリー隊」

役場から水戸市までの14キロを歩く

【見送りウォーカー】

役場前から1～2キロを見送り歩く

日時／2月19日（金）

午前8時45分出発

集合受付／役場前 午前8時集合

（雨天決行）

参加方法

【「デリー隊」】はがき大の用紙に郵便番号、住所、氏名、電話番号、年齢を記入し当日の朝、受付に参加料五百円（完歩証、ゼッケン、バッジ、保険費用）とともに持参【見送りウォーカー】受付は必要なし、無料

対象／健康な方

問合せ／朝日新聞社伊能忠敬プロジェクト事務局

☎03(5541)8965

一般家庭ごみ収集手数料の集金について

平成10年度一般家庭ごみ収集手数料の集金にお伺いいたしますので、訪問の際はご協力をお願いいたします。

事件事故 強い味方の 110番 1月10日は

「110番の日」です

上手な110番のかけ方 あわてずに落ち着いて

「何があったのか」

「いつ、どこで」

「どういう事件・事故か」

「犯人は」

「あなたの住所、氏名」

をお話し下さい

なお、今年度より年一回（10年4月～11年3月まで）の徴収となりました。料金は従来どおりです。年間／1、800円

問合せ／生活環境課

☎内線（244・245）

由紀さおり・安田祥子 童謡コンサート



2月14日（日）大洗文化センター

■開場15:30 ■開演16:00

入場料金（全席指定）一律4,500円（当日500円増）

大洗文化センター自主文化事業として

由紀さおり・安田祥子童謡コンサート

「歌 うた 唄」が開催されます。チケットは大洗文化センターで取り扱っております。

主催・問合せ 大洗文化センター（町民会館）

☎266-2442

※未就学児の入場はご遠慮下さい

年金

国民年金Q&A

Q 20歳の学生です。国民年金には加入しなければならないのですか？将来年金はもらえるのですか。

A 現在、国民年金は、すべての人が20歳から60歳までの全期間加入して満額の老齢基礎年金を受けるしくみとなっています。会社員

や公務員となって厚生年金や共済年金に加入している人は、老齢基礎年金に上乗せしてその年金制度からも給付を受けられるわけです。

学生は平成3年4月から強制加入となりました。学生期間が未加入のままの場合、老齢基礎年金が満額受けられませんし、ケガなどで障害者となってしまう時もあるの給付も受けられませんでした。

現在では、強制加入により、障害者となってしまうときにも障害者基礎年金の対象となり得るようになります。

年金の将来については、急激な少子化で悲観的な見方が多いことも事実です。しかし国民年金制度は、時代の変化に対応し、国民生

活の安定に大きな役割を果たしてきました。これからも年金制度は社会保障のひとつとして国民全体で支えてゆかなければなりません。年金制度の将来的な安定運営については継続的な検討が重ねられており、いずれは少子化に対応した制度に改革され、若い人の年金に対する不安も解消されていくと思います。

税

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

水戸市北見町1番17号

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。

受付期間／2月16日～3月15日

受付時間／午前9時～午後3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、車での来場はご遠慮ください。

問合せ／水戸税務署
☎（231）4211

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10年中に支払った給与についての「給与支払報告書」を2月1日ま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）

税理士による

還付申告無料相談

2月9日と2月10日の2日間、税理士事務所において次の方々のうち、少額な還付申告相談及び申告書の作成を無料で行ないますので、最寄りの税理士事務所へ事前に電話連絡の上、お出かけ下さい。

事前連絡の受付時間は、午前9時30分～午後4時です

①年金を受けている人

②給与所得者で医療控除を受けようとする人

③年の途中で退職・就職された方

問合せ／水戸市桜川2-2-35

茨城県産業会館12階

相談

特設人権相談所が開設されます

日時／1月21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（午前中のみ）

人権擁護委員

主催／水戸市方法務局・水戸人権擁護委員協議会

相談料は無料です。お気軽にご相談ください。

問合せ／町長公室（内線214）

相談日／毎週金曜日

場所／商工会館婦人研修室

時間／午後1時30分～3時

※第2金曜日のみ弁護士が相談（要予約）相談無料。

申込み／社会福祉協議会

（内線161）

（要予約）相談無料。

申込み／社会福祉協議会

（内線161）

となりのまちから

水戸地方広域市町村圏協議会

水戸の梅まつり

大河ドラマ「徳川慶喜」展示館

水戸市

春のさがけ「水戸の梅まつり」が偕楽園・弘道館で2月20日～3月31日まで行われます。

偕楽園では、100種3千本の梅が咲き誇り、まつり期間中の日曜日にはいろいろなイベントが行われます。

また、偕楽園より一望できる千波公園ふれあい広場では、慶喜公ゆかりの建物群を再現し、最後の将軍とその時代を体験できる大河ドラマ「徳川慶喜」展示館が開館されています。ご家族おそろいでお出かけ下さい。

入場料金 大人 800円 こども 400円

団体（30人以上） 640円

問合せ 水戸観光協会 ☎224-0441

水戸市観光課 ☎224-1111（内線513）

募集

文部省教育改革

モニター募集

教育改革に関し、広く国民の意見・要望等を反映させるため、教育改革モニターを募集します。

内容／文部省が依頼するテーマなどについて、周囲（家庭・地域・勤務先等）の意見をまとめて文書で提出する。

期間／2年間（平成11年～12年度）

募集人員／県内で2人

応募資格／20歳以上で教職員及び非就業者（主婦、学生等）

ただし、次の方は応募できません

○国会議員及び地方公共団体の議会の議員

○常勤の国家公務員及び地方公務員（教職員を除く）

○行政相談委員

申込み／〒310-8588

水戸市三の丸1の5の38

茨城県教育庁企画室広報担当グループ

☎（221）8111

内線5122

締切／2月4日（消印有効）

※申込書は、教育庁企画室または

町学校教育課で直接受け取るか、80円切手を貼った返信用封筒（宛先明記）を同封して教育庁企画室まで請求して下さい。

鉾田一高定時制

成人特例選抜生徒募集

様々な事情で成人になるまで高校の教育を受けられなかった方々のための制度です。

入学の際は簡単な作文と面接だけです。夜間部ですので働きながら学ぶことができ、4年間で高校卒業の資格をとることができます。

応募資格／平成11年4月1日現在満20歳以上の者

願書提出／2月4日～2月6日

作文・面接／3月4日（木）

問合せ／県立鉾田第一高等学校

〒311-1517

鹿島郡鉾田町大字鉾田10

90の2

☎0291(33)2161

※電話での問合せは、午後3時半から午後8時半まで

外国人相談員募集

募集人員

①日本語及びタイ語の通訳、翻訳ができる方 1名

②日本語及びタガログ語の通訳、翻訳ができる方 1名

翻訳ができる方 1名

※英語ができることが望ましい
※年齢、国籍は問いません
※長期間勤務できる方が望ましい
勤務地／〒310-0851

水戸市千波町後川745

県民文化センター分館2階

（茨城県国際交流協会事務局）

☎（241）1611

条件／週1回勤務

午前9時～午後4時45分

月額13,000円

（通勤手当なし）

応募方法／履歴書一通を1月31日までに（茨城県国際交流協会事務局に郵送）

採用方法／書類審査、面接

問合せ／（茨城県国際交流協会事務局）



図書館

1月11日（月）・15日（金）

18日（月）・25日（月）

2月1日（月）・8日（月）

11日（木）・15日（月）

22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

しらんぷり

梅田俊作／佳子 著・絵



ポプラ社
ドンチャンがまたいじめにあっている。ヤガラセたち4人組は、ドンチャンの画用紙の上にえのぐをぬりたくっている。

ほくとセイヤとヨッチャンは、絵を描くのに一生懸命のふりをしている。口に出したら、こんどはこつちがやばいからだ。しらんぷりを続けるほくたち…

三たびの海峡

帯木 蓬生・著



新潮社
すべてを奪った地に男は半世紀ぶりに渡ろうとしていた。命に代えてもやるべきことがあった。朝鮮海峡に逆巻く感動の嵐。朝鮮半島の側から日本人の手で描かれた悲しくも熱い復讐物語。

●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	入場方法
1	6	水	成人式リハーサル	17:00～	ホール	関係者
	15	金	平成11年度成人式	9:00～	ホール	関係者
	17	日	ピアノ発表会	12:00～	ホール	関係者
	29	金	運転免許更新時講習会	9:00～	大会議室	関係者

町の人口と世帯 (12月1日現在)

人 口 20,235人 (+4)
男 9,974人 (+4)
女 10,261人 (±0)
世帯数 6,618戸 (+5)
転入 43人 転出 39人
出生 21人 死亡 21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1日迄です。
国民年金（1月分）
納期は
1月29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	18	月	機能回復訓練	障害をもった方で機能訓練が必要な方 (整形外科医診察指導)	13:00～15:00
	19	火	母親教室②	妊娠6カ月～8カ月の初産の方	13:00～15:30
	21	木	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	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
	26	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	13:30～15:00
	27	水	基本健診事後指導	12月実施の基本健診結果要指導の方	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 内生活改善が必要な方	13:00～14:00
	28	木	国保相談	老人医療受給券新規交付者	9:00～11:30
			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
2	29	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	10:00～15:00
	1	月	母子相談	母親及び乳幼児	9:00～11:00
	2	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
			生活習慣改善指導	12月実施の基本健診の結果要指導の 内生活改善が必要な方	13:00～14:00
	4	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
	5	金	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
	9	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
	12	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
			三種混合接種	生後3カ月～90カ月未満の乳幼児	13:00～14:00
	16	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

わが家のアイドル!



あさの みか
浅野 美夏ちゃん
(明神5区 2歳4カ月)

●父 正彦
●母 裕美

うちのワンパク天使です

こがみ よしあき
五上 好亮くん
(1丁目5区 3歳)

●父 好一
●母 浩子

素直な子に育ってね!



健康まつり健康標語

- 禁煙は肺ガン防止の第一歩!喫煙者にはイエローカード
- 何時でもできる すぐ出来る 心の健康 大笑い
- 楽しい食事に 楽しく運動 ストレスためずに 健康管理
- 健康は心とからだの綱渡り バランス保って いつまでも

朝食習慣を 改善しましょう

なるほど
The
健康

皆さん、朝食をしっかりとって
いますか?
朝食には、眠っている体と脳
を目覚めさせ、一日の生活のリ
ズムをつくるという大切な役目
があります。
朝食は、例えば、車のエンジ
ンをかけるキーのようなもので
す。
睡眠中は体温が下がり、体も
脳も休んでいる状態ですから、
朝食抜きでエンジンがかからな
いままでは頭がボーッとして仕
事の能率も上がりません。とも
かく、何かを口にすることが大
切です。
胃に物が入ると、体温が上が

って体にも脳にも刺激が与えら
れ、活動しやすくなります。
時間や食欲がなくても、できれ
ば飲み物と一緒にパンやご飯な
どの主食を食べましょう。脳や
体のエネルギー源になる糖質が
とれます。特に脳はエネルギー
を蓄えられないため、常に供給
することが必要です。朝は胃の
中空ですから、一日の活動を
始めようとしても、エネルギー
が不足してしまいます。
そのため、糖質は欠かせませ
ん。

最も望ましいのは、一日に必
要な栄養の約1/4～1/3程
度が確保できる朝食です。昼と
夜の二食で、一日に必要な栄養
をバランスよくとるのは難しい
からです。朝食はパンかご飯に
卵料理、野菜または果物、そし
て牛乳が乳製品がそろった理想
的。卵はたんぱく質も脂質も含
むので、エネルギーの持続に優
れています。野菜や果物、牛乳
、乳製品は、外食では不足しがち
なので、朝食でとると良いので
す。
一日をさわやかにスタートす
るために欠かせない朝食。
今日から、朝食の習慣を改善
して、健康な毎日を過ごしまし
よう。

(栄養士 野口洋子 記)

大洗水族館の仲間たち

Vol.22

オーストラリアオオガニ (タスマニアキングクラブ)

カニの中でタカアシガニが身長世界一とすれば、体重世界一はオーストラリアオオガニになります。何しろ、甲羅の幅は60cmにもなり、体重は10kg以上、爪の長さも45cmになるのですから、さぞかし食べ応えがあるだろうと思います。オーストラリアを旅行した時のこと、中華料理店の水槽にこのカニが何匹も重なって入っているのを見たことがあります。とても食べたかったのですが、値段もキングクラスで泣く泣くあきらめました。今でもこの時のことが悔やまれてなりません。でも、水族館のカニは食べませんのでご安心あれ。



ミニデータ

分類 オウギガニ科

全長 60cm

分布 オーストラリア東南部～南部