



広報

# ちよかわ

Public Relations of CHIYOKAWA

村の情報をみなさんの手に

10

2005  
No.393



CONTENTS

- 2 明るく 楽しく 自分らしく
- 4 犯罪や非行のない明るい社会を
- 6 平成16年度千代川村の決算
- 9 村長からの手紙
- 10 歴史再発見
- 11 高齢者の交通安全教室
- 12 千代川村の下水道事業
- 13 みんなの広場
- 17 さわやかリレー
- 18 わたしの健康法・豆知識
- 19 広報 文芸
- 20 11月の救急医療のお知らせ
- 21 ぐらしのワンポイント
- 22 しあわせクッキング

表紙の写真



この写真は、大形小学校秋季大運動会の地区対抗リレーの一コマです。力走してきた選手たちがゴールの瞬間、ガッツポーズをする子や、うなだれる子など、いろいろな思いをバトンに秘めてゴールイン。その瞬間をパチリ。

福祉ふれあいハウス

明るく楽しく自分らしく



障害があっても、なにかができる！  
ひとりでできないときは、みんなで...

私たちが力を合わせ作りあげた作品です...福祉ふれあいハウス通所者のみなさん

県では、在宅の障害者の自立と社会生活の適応力を高めることを目的に、障害者福祉ワークス運営事業を実施しています。千代川村においても、平成9年4月から福祉ふれあいハウスがオープンし、16名の通所者がこの事業に取り組んでいます。

福祉ふれあいハウスでは、地域のみなさんとの交流を大切に、障害者の自立と社会参加を支援しながら自分たちの生活基盤をしっかりと築いていくために活動しております。

だれもが住み慣れた地域や家庭で人間らしく生活できる社会を目指すことを目的にさまざまな事業を展開しています。

この事業の一端をご紹介します。

作業訓練  
農作業活動



ボランティアのみなさんのご協力のもと、ミニ農園にじゃがいも、さつまいも、スイカ、カボチャ、きゅうり、大根、白菜、キャベツなどの作付けをして、水やりや、肥料をまいたり、スイカなどの花合わせなどもいっしょに行い、すくすくと生育する過程をみんなで観察し、地域のみなさんといっしょに収穫を体験して喜んでいきます。7月には、保育所の園児たちと大きなスイカに、大きな歓声をあげ、通所者のみなさんといっしょに収穫をして交流を深めました。



大きなスイカにビックリ！

制作活動



室内では、障害の程度に合わせて、張り招き猫、くまのぬいぐるみ、バンダナ、エプロンなど11種類の制作活動に取り組んでいます。今年にはジャスコ笠間店で開催された「福祉の店ナイスハートバザール」事業にも出展させていただきました。通所者のみなさんは、作る意欲がわき大変喜んでいきます。

スポーツ・レクリエーション等



情操教育の一環として通所者がとても楽しみにしています。年1回のぶどう狩りなども実施しました。バスを利用して、ボランティアのみなさんや保護者のみなさんも参加し、歌を唄うなどなごやかな雰囲気です。バスのなかには笑い渦でいっぱいでした。また、新鮮なぶどうを口のなかいっぱい頬張って、楽しい1日となりました。



新鮮なぶどうを口のなかいっぱい

が必要です。福祉ふれあいハウスの通所者たちは、地域の農業経験の豊富な方や福祉ボランティアの愛情に包まれ、毎日新たな自己発見のなかで生きがいを見出しながら生活しています。障害者のみなさんも、ひとりの人間として障害に対する心のバリアフリーを確立し、人にやさしいまちづくりをこれからも目指します。

このように、充実した事業を展開するためには、地域のみなさんの優しい見守りボランティアの温かな手助け



「通所しているみなさんが作ったダイコン大きいね」ときぬ保育所園児たち

福祉ふれあいハウス事業

● 作業訓練

農作業活動

じゃがいも・さつまいも・スイカ・カボチャ・キュウリ・大根・白菜・キャベツ等

制作活動

張り招き猫・エプロン・バンダナ・ロウソク・カーネーション・くまのぬいぐるみ・ティッシュケース等

造園活動

芝刈り・草取り

● 生活訓練

調理・清掃・洗濯・あいさつ等基本的な生活動作の訓練

● 機能回復訓練

リハビリ体操・散歩・音楽療法

● 更生相談

生活相談・歯科講習会

● スポーツ・レクリエーション

絵画・陶芸教室・輪投げ大会・プール体験・桜散策・バーベキュー・ぶどう狩り・菊観賞・春秋家族交流遠足・県ゆうあいスポーツ大会・クリスマス会・ショッピング体験等

● 送迎サービス

通所者送迎

# 犯罪や非行のない明るい社会を

## 千代川村更生保護女性会

**更**生保護女性会は、母の立場から犯罪を犯した人や非行に陥った少年の立ち直りを助け、犯罪や非行のない明るい社会をつくらうとする団体です。

この更生保護女性会の組織は、全国組織となっており、茨城県では、「茨城県更生保護女性会連盟」があり、約2,000名もの会員と33地区で構成されています。

その下部組織として、水海道地区更生保護女性会があります。さらにその分会として千代川村更生保護女性会があり25名の会員で活動しています。会員のみなさんは、青少年の健全な育成を目指して、地域のみなさんと身近な問題について話し合い、犯罪や非行の防止につとめております。また、「いつでも、どこでも、誰とでも」をモットーに、時や場所、人数などの枠にとらわれず、子育ての問題、親子関係、家庭のあり方、犯罪や非行防止などに取り組み、明るい社会をつくることを目的にさまざまな事業を展開しています。私たちが取り組んでいる事業の一端を紹介します。



飯島六之助区長会長さんと更生保護女性会のみなさん



### 子育て支援活動

更生保護女性会では、毎月1回幼児を対象に総合運動公園ふれあいハウスにおいて、子育て支援活動を行っています。子どもたちとのゲームや紙芝居、また本の読み聞かせなど四季折々の行事を入れながら、若いお母さんたちの悩みを聞いたり、子どもの面倒をみたりして、お母さん達のストレス解消の場ともなっています。



子どもたちといっしょに遊ぶ会員のみなさん

### 矯正施設収容者や家族に対する援助活動

私たちは会員は毎年矯正施設（少年院など）を訪問し収容されている少年たちと

交流を深めながら、母親的な立場に立って、励ましや日頃の悩みを聞いたり相談にのったりしています。牛久市の茨城農芸学院（少年院）へ4回訪問し、いろいろな活動を少年たちといっしょにしてみました。その活動のひとつとして、第1回目は6月に学院相撲大会の応援に参加しました。相撲部屋から数名の力士が指導に来て、少年たちの指導にあたり、素肌に廻し1本で土俵に上がった少年たちは、目をキラキラ輝かせながら真剣に相撲に取り組み、その姿を見て、我が子と思いつつ声援を送り、身を乗り出すほど力が入り、体が熱くなってしまうほどでした。

また、収容されている少年たちは、決して根から悪い人はひとりもいませんし、誰もが更生しようと努力しており、社会全体が温かく見守ってあげたら必ず立ち直ってくると会員全員が感じました。

その後、会員あてにたくさんの方から便りが寄せ

### 社会を明るくする運動の推進

社会を明るくする運動は、全国的な国民運動として、毎年行われています。

千代川村でも、保護司会と連携を取り合っており、中学校第1学期最後の登校日の早朝、校門前で「おはよう」の声かけとともに薬物乱用、非行防止を一人ひとりにやさしく呼びかけました。



中学生にノートを配る保護司

### 更生保護女性会のご理解と加入を

更生保護女性会は、地道な活動を通じて明るく住みよい地域づくりを目指す活動です。

ひとりでも多くの方に参加していただき、愛の手を携えて、犯罪非行の予防・青少年の健全育成のために私たちといっしょに活動しましょう。

加入連絡は更生保護女性会員にお願いします。



力士たちの指導を受けながらの相撲大会



院生のための衣類の補修作業

られ、その一通をご紹介します。ひとつ、ひとつの応援の言葉が違う意味でまた応援してくれたような気がしました。いちばん感じられたことは、私たちが悪いことをしても、応援してくれる人や支えてくれる人がこんなにいるんだなと元気づけられ、がんばるぞ！という気持ちを持つことができました。また、院内では使うことの出来ないいい匂いの石鹸をいただき、私の母親を思い出して、1日も早く更生して、社会に貢献しようという気持ちになりました。いつも農芸学院の行事に来てくれてとてうれしく思います。という内容でした。第2回目は7月に訪問し、

収容されている少年たちが使用する布団づくりや、衣類の補修などの奉仕作業をしてきました。第3回目は9月に訪問し、運動会に参加しました。家の人たちが来られない院生たちの母親代わりになり、競技に参加し昼食をいっしょに食べてきました。第4回目は成人式にも参加させていただきました。

院生のみなさんが、希望を持っていきいきと暮らすことができ、必ず更生して更生保護女性会は、矯正施設に収容されている少年たちのためにいろいろな奉仕活動に参加しております。

## 青少年に母の愛を

千代川村更生保護女性会  
会長 堀口日出子（本宗道）



千代川村更生保護女性会は、県下でも古く46年の歴史があり、現在25名で活動しております。子育て支援活動をしていると、子どもたちから、私たちに近寄り、あいさつをしてくれます。そのあいさつの言葉がとてうれしく、私たちを元気にしてくれます。このようなささやかな事が明るい社会のために誇りを持って活動できる源となっております。これからも良き伝統を守り続けていきたいと思ひます。

私たちの活動には、子育て支援活動が加わり幅広くなっていますが、“青少年に母の愛を”をモットーとし健全な青少年の育成と更生を助けることが仕事です。

会員みんなでがんばりますので、みなさまこれからも、ご協力をお願いします。

# 千代川村の決算

千代川村の平成16年度の一般会計、各特別会計、水道事業会計の（平成16年4月から平成17年3月）決算が9月定例議会で承認されました。

決算は、みなさんからお預かりした税金や、国・県からの補助金などが、どのように使われたかを数字で表したものです。平成16年度の一般会計と5つの特別会計、水道事業会計を含めた歳入総額約72億5千540万4千円で歳出総額は、約67億3千700万8千円でした。みなさんに村の財政状況を理解していただき、村政に一層の関心を深めていただくために、決算状況についてお知らせいたします。

## 一般会計

一般会計は、千代川村の財政の中核をなすもので、村税などの自主財源と地方交付税などの依存財源により運営されています。民生、衛生、教育、土木などの暮らしを支える基本的な行政サービスに使用されています。

平成16年度の一般会計の決算は、歳入総額が40億1,668万円、歳出総額37億9,766万円、歳入が歳出を上回り、902万円が、平成17年度に繰越となりました。

## 歳入

村に入ったお金

歳入  
40億1,668万円

歳出  
37億9,766万円

29・5パーセントを占める  
地方交付税

一般会計の歳入決算額は、前年度と比べて4・3パーセント増の40億1,668万円となりました。

歳入のうち、村税や使用料及び手数料など村自らが収入したお金を「自主財源」といい、17億1,854万円で歳入全体の42・8パーセントを占めています。

自主財源で足りない分は

地方交付税や国・県からの補助金、さらに村債（建設事業などに着手する時に借りるお金）で賄います。これを「依存財源」といい、22億9,804万円で全体の57・2パーセントの割合となっています。

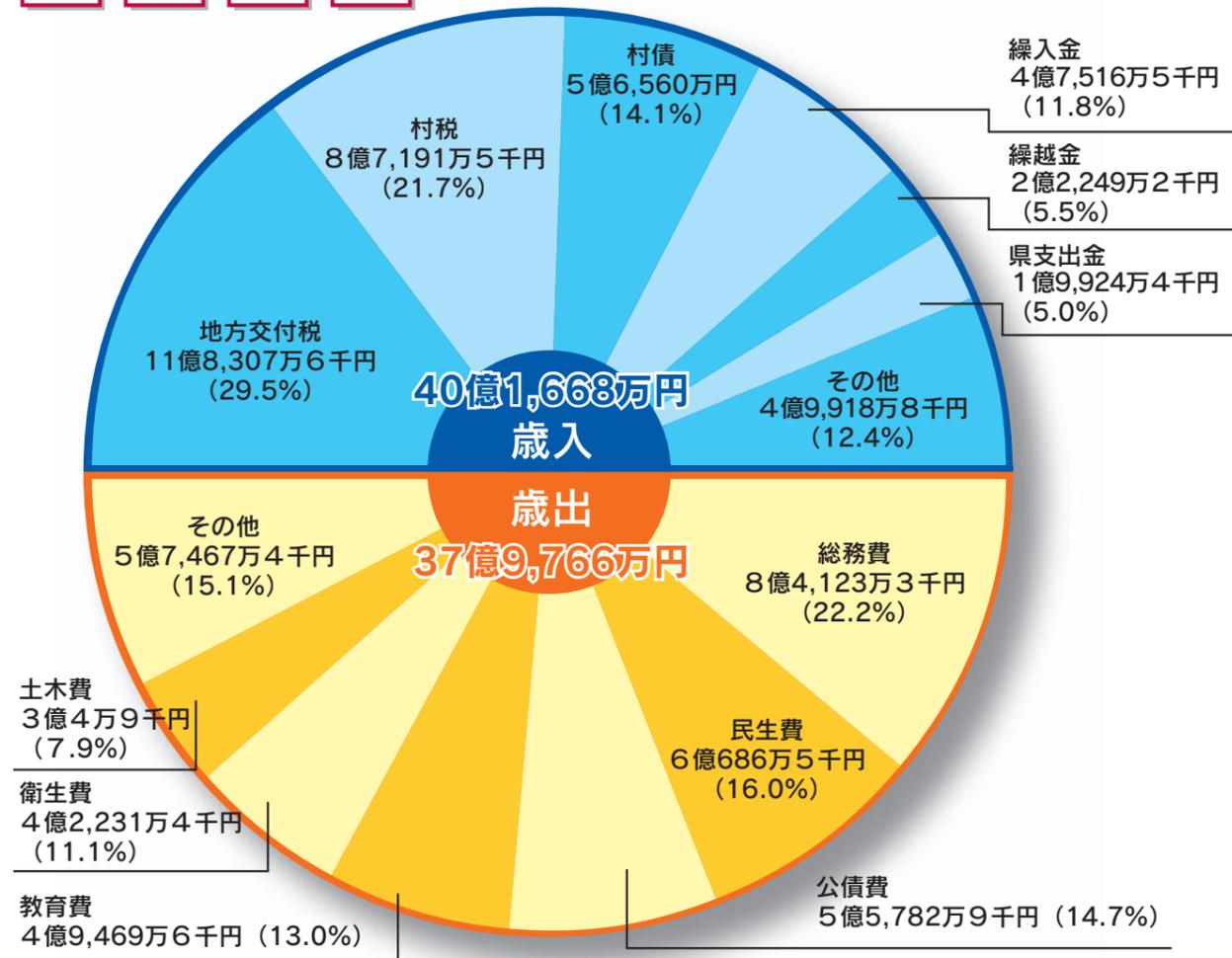
## 歳出

村が使ったお金

8万円で29・5パーセントを占めています。

16年度の村が使ったお金（歳出）は、一般会計で37億9,766万円で前年度と比較すると4・6パーセントの増です。村民一人あたりで計算すると、40万円1千円で昨年度より約1万8千円の増額となっています。

## 一般会計



村民1人あたりに使われたお金 **401,656円**

### 総務費



88,972円

### 民生費



64,185円

### 公債費



58,998円

### 教育費



52,321円

### 衛生費



44,666円

### 土木費



31,734円

### その他



60,780円

# 特 別 会 計

歳入	11億4,056万8千円	国民健康保険	9億 206万1千円	歳出
	8億3,617万2千円	老人保健	8億2,406万4千円	
	6億1,637万9千円	下水道事業	5億8,459万9千円	
	4億 831万5千円	介護保険	3億9,457万3千円	
	29万1千円	結城郡町村公平委員会	10万5千円	

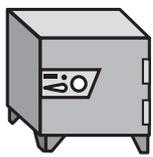
## 水道事業会計の決算状況

(単位：千円)

貸借対照表	資 産 の 部		負 債 ・ 資 本 の 部	
	固定資産合計	2,242,433	負債合計	9,883
	流動資産合計	591,900	資本金合計	1,429,035
	資産合計	2,834,333	剰余金合計	1,395,415
損益計算書			負債・資本合計	2,834,333
	営業収益	188,578	営業費用	167,519
	営業外収益	39,137	営業外費用	57,193
	特別利益	0		
	計	227,715	計	224,712
当年度純利益			3,003	

## 村有財産の状況

### 基金



963,096千円

### 車両



48台

### 出資金



18,799千円

### 建物



33,206m<sup>2</sup>

### 土地



245,931m<sup>2</sup>

**一般会計と特別会計**  
 村の予算や決算の経理上の区分けを指します。村の行政運営の基本的な経理は一般会計に計上します。  
 これに対し、特定の事業を行うために村に入ってきたお金（歳入）を、その事業のために使う（歳出）必要がある場合は、特別会計として計上することができます。

**繰越金**  
 前年度の残ったお金を今年度に繰り越したものです。  
**分担金及び負担金**  
 教育関係・民生費などからの負担金です。

**地方交付税**  
 地方の財政状況により、国税となる所得税・法人税・酒税・たばこ税・消費税から交付されるお金のことです。

用語解説

# 村長からの手紙



暦の上では、十分秋ですが、いつまでも暑い日が続いております。今日から彼岸ですがまだ気温が30度からあります。

夏の暑さの疲れが出てくる頃だと思えます。体には充分気をつけていただきたいものです。躍動感あふれる9月！私の好きな月のひとつです。

稲刈りの真最中、田んぼのなかで、一生懸命働く人、縦横無尽に動く大型コンバイン等、あつという間の稲刈終了ご苦労さまです。そして、中学校、各小学校の運動会。秋空の下、どの学校でも子どもたちがいきいき、キラキラと輝いております。

各学校を廻って感じたことを少し述べさせていただきます。

中学校は、ややもするとふざけがちな年代の生徒たちが、たとえピリでも最後まで一生懸命走ってる姿、全員が一体となってる応援等、見ていてとてもすがすがしく感激いたしました。

宗道小学校、さすが校庭いっぱいの特、応援の家族の多さ、声援の大きさ、300人超える生徒数の運動会、張りがあつて、にぎやかで子どもたちもついつい頑張ってしまうのではと思えました。

一転蚕飼小学校、台の上から挨拶しましたが、60人という少人数の開会式です。でもやっている姿は、いちばん真剣味溢れておりました。そして、地区のみなさん総出のような運動会。みんな出番が多くなごやかで、家族的な運動会のような運動会。みんな出番が多くなごやかトルハードル競争で茨城県第1位となった子がおりました。表彰式をおこないましたが、このような小さな学校からでも、すごい子が出るんだと、私自身もとてもうれしく思いました。

最後に大形小学校に私が行った時には、地区対抗リレーをやっております。各地区それぞれカッコの良いユニホームを着てすごい盛り上がりを見せておりました。児童も応援席も一体となり、自分の地区への応援に声を張り上げておりました。昔も今もこの地区対抗リレーは、ほんとうに盛り上がるものだなと、改めて感じさせられました。特に、大形小学校は各地区色とりどりのユニホームということで、より一層の盛り上がりを見たような気がしました。

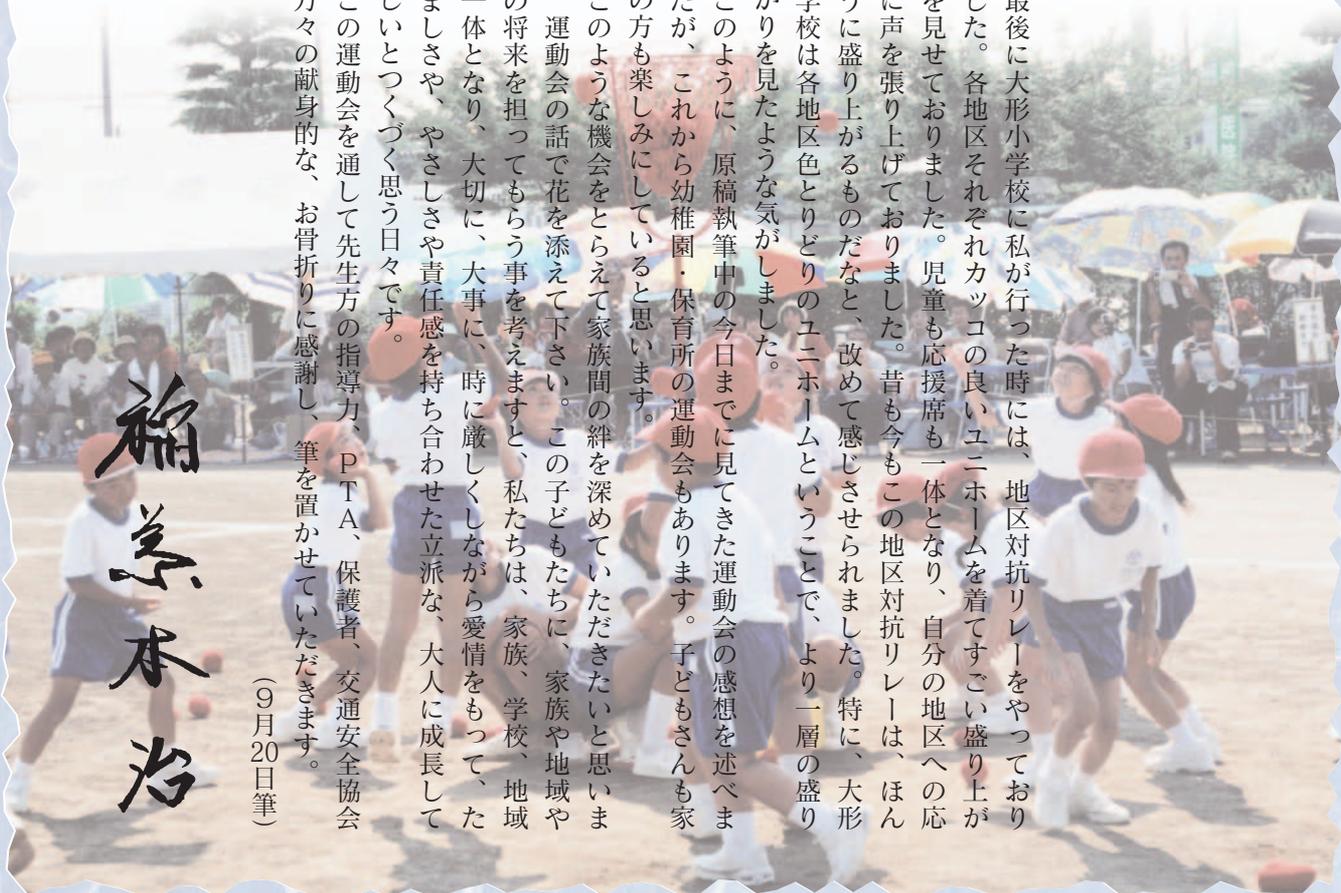
このように、原稿執筆中の今日までに見てきた運動会の感想を述べましたが、これから幼稚園・保育所の運動会もあります。子どもさんも家族の方も楽しみにしていると思います。

このような機会をとらえて家族間の絆を深めていただきたいと思います。運動会の話で花を添えて下さい。この子どもたちに、家族や地域や国の将来を担ってもらう事を考えますと、私たちは、家族、学校、地域が一体となり、大切に、大事に、時に厳しくしながら愛情をもって、たくましさや、やさしさや責任感を持ち合わせた立派な、大人に成長して欲しいとつくづく思う日々です。

この運動会を通して先生方の指導力、PTA、保護者、交通安全協会の方々の献身的な、お骨折りに感謝し、筆を置かせていただきます。

(9月20日筆)

福永本治



# 歴史

## 再発見 5

### 千代川のあけほの

千代川村域にはいつ頃から人が住んでいたのでしょうか？それは、今から約3万年前の旧石器時代からです。村岡の筑波サーキット北側にある西原遺跡から、旧石器時代（先土器時代・無土器時代）の石器が二十数点発見されています。この時代の石器は関東ローム層と呼ばれる火山灰層、いわゆる「赤土」の中から発見されます。西原遺跡のものにはまさに赤土の中からも、しかも石斧として利用して



西原遺跡出土の旧石器

いた石器をさらに割ってリサイクルして楔形石器や削器（ともに削る道具）に再加工しています。つまり西原遺跡の石器発見地点は今から3万年前に石器の再加工が行われた場所なのです。石器の石材は利根川上流部で産出される黒色頁岩で、打ち割ってナイフなどを作るのに適した石材です。

### 縄文時代の「落とし穴」

縄文時代に入ると、多くの人々が村域に定住するようになったと考えられます。村岡集落北方の本田屋敷・仲道遺跡からは縄文時代の



西原遺跡の落とし穴例

集落跡が発見されています。また西原遺跡からは落とし穴列が発見されました。今から約四千年前のものですが、これらの落とし穴を築くには大規模な労働力を投入し、集団で鹿などを追いかむような狩を行ったと考えられます。本田屋敷・仲道遺跡の住民がこれらの落とし穴を掘り、獲物を捕らえた可能性が考えられます。

### 古代のくらし

下栗のヘキサホールの裏手に野方台遺跡が所在します。千代川村で初めて発掘調査が行われた遺跡で、古墳時代から平安時代にわたる大集落であったことがわかっています。今から約千七百年前から千年前までの長い間、人々が生活をしていました。当時の庶民の住



野方台遺跡出土ガラス玉

居は竪穴住居ですが、これらが重なるように三百軒以上も確認されたのです。竪穴住居には炉またはカマドが設けられ、土器を使って煮炊きをしていました。甗と呼ばれる蒸し器が出土するので、当時の人々は蒸したご飯を食べていたと考えられます。

### 古代人のお墓

古墳時代には、豪族などの有力者が亡くなると前方後円墳や円墳などの塚が築かれ、丁重に埋葬されました。村域では村岡の柴崎古墳群が代表的です。50mを超す、当地域では大型の前方後円墳が2基あります。一方、野方台遺跡からは17基の古墳が発見されました。いずれも墳丘が削平され、石室だけが見つかっています。1基の石室からはガラス玉が出土しました。今か



野方台遺跡土坑墓出土土器群

ら約千三百年前のガラスは、青く、とても神秘的な輝きを発しています。平安時代のお墓も村域から発見されています。野方台遺跡からは木製の棺に納められ、長方形の穴を掘って埋葬された「土坑墓」が見つかりました。棺は腐ってなくなっていました。灰釉陶器とよばれる釉をかけて焼かれ壺や文字が墨書きされたお碗が棺の脇に埋められていました。鎌庭木仙房A遺跡からは、火葬した骨をいれた甗が埋葬された「火葬墓」が見つかっています。火葬の習慣は仏教がこの地へ伝来していたことを示すものです。いずれのお墓も、この地域を治めた有力者のものと考えられます。

(文化財係 ☎ 44・3141)

# 高齢者の交通事故が増えています



ゆずりこよ みんなもいつかは 高齢者

茨城県の交通事故による死者数は、平成5年の494人から平成16年には266人にまで減少しています。しかし、そのなかで高齢者は、減少しない年齢層となっています。

交通事故に遭わないためには、高齢者自身の安全対策も大事です。



おばあちゃん、自転車正しく乗れるかなあ (第3回下妻地区交通安全高齢者自転車競技大会)

## 夕暮れ時に多い 高齢者の交通事故



夕暮れ時に多い 高齢者の交通事故

人口の高齢化にともない、65歳以上の高齢者の交通事故が増えています。平成16年中の交通事故による県内の高齢者の死者数は106人で、交通事故死者数全体の39・8パーセントも占めています。

高齢者の交通事故死亡原因で最も多いのは、歩行中の事故(41・5パーセント)です。特に、夕方から夜にかけての時間帯で多くなっています。

夕方は、交通量が多くなり、日が落ちて見通しが悪くなるため、交通事故の危険が高まる時間帯です。高齢になり、目や耳、身体の機能などが衰えてくると、危険を察知したり、とっさの行動をとったりするのが遅れてしまうため、事故に遭う危険がより高くなるのです。



自分で守る 姿勢が大事

高齢者の歩行中の交通事故

故では、本人が第一当事者となったケースは少なくありません。そのほとんどは、「信号無視」や「走行車両の直前直後の横断」「横断禁止場所での横断」など、高齢者自身の交通ルール違反が原因です。

交通事故を防ぐ基本は、交通ルールをきちんと守ることと心得ましょう。また、自分が歩いていれば、自動車は気がつくだろう、止まって道を譲るだろうと、相手をあてにしている、交通事故は防げません。ドライバーは歩行者に気がつか

なかったり、運転マナーが悪かったりする場合もあります。自分から周りの自動車に注意し、安全を確かめながら歩くこと、自分の安全は自分で守る姿勢が大切です。



自分の身体の変化を知ろう

だれでも、加齢にともなう、身体の機能や能力は変化します。それに気づかず、無理をしてしまうことが、事故の危険につながります。



おばあちゃんといっしょに交通安全教室 きぬ保育所



横断歩道を渡る時は右の手をあげましょう ちよかわ幼稚園

自分の身体の変化をちゃんと知ることが、交通事故を防止するための第一歩です。村では、交通安全協会の協力により、「反射タスキ」や高齢者運転標識「もみじマーク」を無償配布しています。ご希望の方は総務課までお越し下さい。

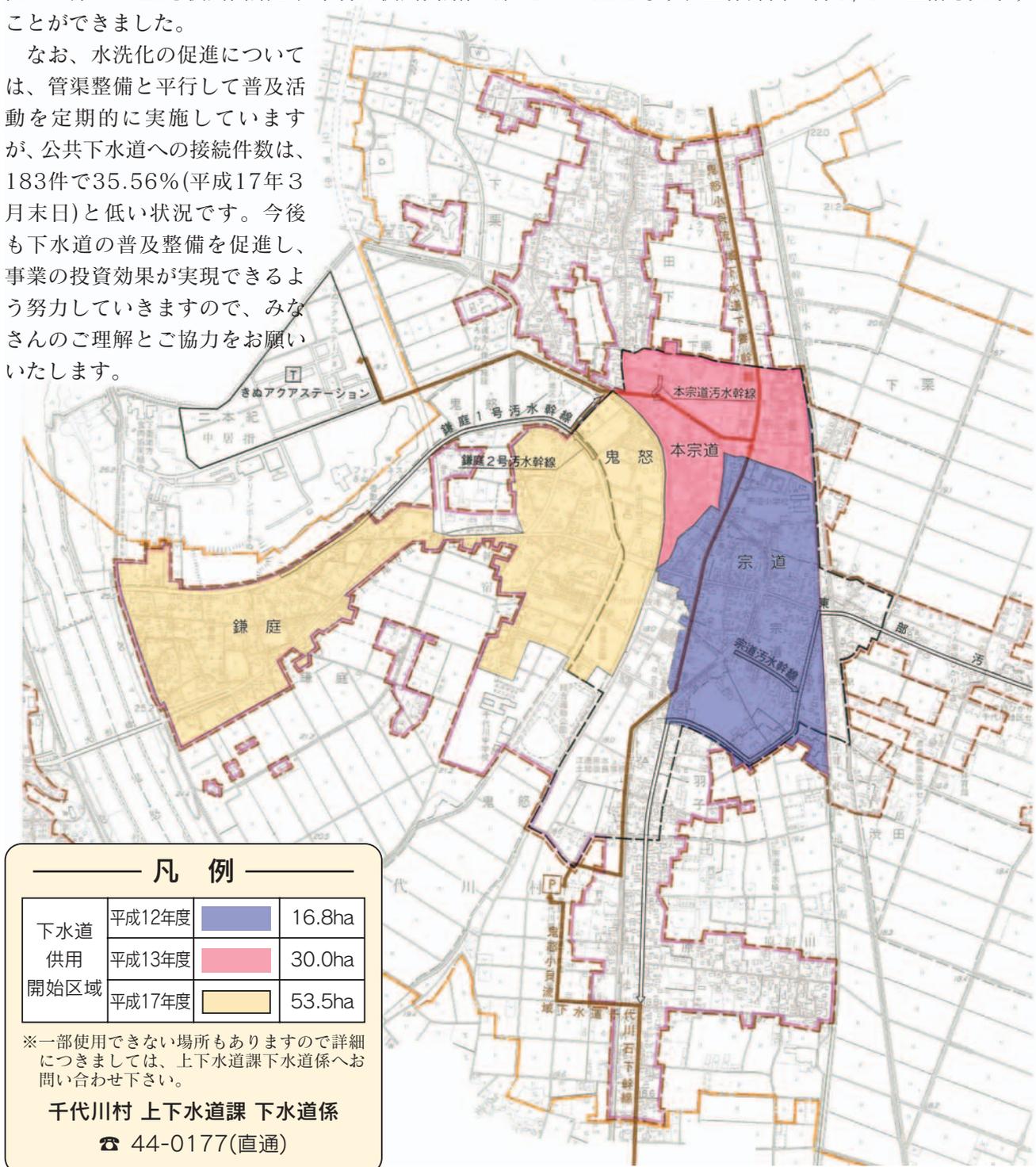
# 千代川村の公共下水道事業

下水道の普及向上を図るため、  
下水道が整備された地域のみなさんは宅地内の接続工事にご協力をお願いします。

**本**村の公共下水道事業は、平成6年度から工事に着手し村内全域435.3haを全体計画とし<sup>お せい かん きょ</sup>汚水管渠の整備を進めてきました。その結果、平成12年9月に、本宗道地区の一部16.8haが供用開始の運びとなり、翌年、平成13年10月に宗道地区並びに本宗道地区の一部30.0haの供用開始が行われ、当初の下水道認可区域46.8haが供用開始区域となりました。

その後、下水道認可区域の拡大を図りながら順調に整備を進め、平成17年6月1日に鎌庭地区並びに鬼怒地区の一部53.5haを供用開始し、本村の供用開始区域は100.3haとなり、全体計画の約1/4の整備を完了することができました。

なお、水洗化の促進については、管渠整備と平行して普及活動を定期的実施していますが、公共下水道への接続件数は、183件で35.56%(平成17年3月末日)と低い状況です。今後も下水道の普及整備を促進し、事業の投資効果が実現できるよう努力していきますので、みなさんのご理解とご協力をお願いいたします。



# みんなの広場



宗道小4年生による“台風の日”



蚕飼小 北島朋弥君

村内で開かれた各種行事、地域の話などを募集中。  
みなさんからの情報をお待ちしています。

## 元気いっぱい の運動会 村内の各小学校・中学校

中学校では9月10日、村内の各小学校では、9月17日に運動会が行われました。両日ともに、秋空の下、朝からとても蒸し暑く、今まで一生懸命練習してきた競技に汗だくになりながら、真剣に取り組んでいました。

中学校では、“未来へつながる千代川のきずな 今、新たなきずなの花が咲き誇る！”を運動会スローガンとし、生徒たちが最後まで諦めないで、力走している姿に、生徒も応援席も一体となって“がんばれ！”の声。また、小学校では、一家総出で応援しようという両手では、持ちきれないほどのお弁当や飲み物等を持参し、自分の子どもが競技に取り組む前に、デジタルカメラやビデオカメラを持ちながら、定位置を確保し、応援しながらの撮影となつて大忙しのお父さん・お母さん。また、地区対抗リレーでは、自分の地区への応援に声を張り上げ、全員が一体となつての運動会となりました。この機会に、もつともつと家族や友だち、近所の人たちとの絆を深めて下さい。また、蚕飼小学校では、先頃、全国小学生陸上競技交流大会で見事優勝した、北島朋弥君の表彰式も行われました。おめでとうございます。



大形ソーランを踊る大形小のみなさん



親子でつなひきをする宗道小のみなさん



はだか同士でぶつかり合う騎馬戦 千代川中



おじいちゃんとおばあちゃんといっしょに玉入れをする蚕飼小

## 耐震補強・大規模 改造工事が完成

### 大形小学校

大形小学校の校舎は昭和55年度に建築され25年経過していますが、内外装の汚れや外壁のひび割れ・鉄筋のさび等が見られるため、外壁及び内装の塗装とひび割れの補修が必要となっていました。また、昭和56年以前に建築された建物は耐震診断を実施し、基準強度に満たない場合は補強工事をしなければならぬことになっていきます。

このため、平成13年8月に予備診断、14年度に耐震診断を実施しその結果東西方向に強度が基準を満たしていなかったことから、15年度に耐震補強及び大規模改造工事の実施設計を下妻市の軽部建築設計事務所にて委託、16年5月に千代川村では初めての一般競争入札を行い、株式会社間組が2億139万円（消費税込）で落札し、16年と17年の2カ年継続事業で施工され9月に完成しました。工事は、子どもたちのいない夏休みに集中して実施され、耐震補強工事は9カ所への鉄骨ブレース補強と2カ所の階段壁ブレース設置、2カ所の耐震スリット及びEX Pジョイ

ント補強、高架水槽の補強工事が行われました。

大規模改造工事は、屋上及びベランダの防水工事、外壁の補修及び塗装工事、内部は、昇降口の下駄箱取替え、教室と廊下の間仕切り取替え、理科室の実験台と家庭科室の調理台取替え、黒板や掲示板の張替え、内壁や建具の塗装、教室等の床の研磨塗装、廊下や階段の床の張替え、受変電設備交換や電気器具の取替え、放送設備や自動火災報知器類の交換、全部のトイレの改修工事等が行われました。

工事期間中は、各教室や職員室等の机・家具・書庫類の移動など教職員やPTAのみなさんには大変ご苦労をおかけしましたが、2学期からは、模様替えし、明るくなった教室で子どもたちが安心して勉学に励むことができるでしょう。



大形小学校校舎がきれいになりました

## 違反屋外広告物 除却作業

### 快適で魅力的な村づくり

9月20日、千代川村建設協会をはじめ、青少年相談員・下妻警察署・N T T東日本・東京電力など関係各機関の協力をいただき、はり紙・はり札・立看板等村内の主要道路の電柱やガードレールに掲出されている、違反広告物の除却作業を行いました。違反広告物の数は、年々増すばかりで、今回は特に、電柱に貼り付けられたはり紙・はり札が多く見受けられました。

2時間の除却作業で、はり紙・は



きれいになった教室で学ぶことができます



違反広告物がこんなに除去されました



主要道路沿いの除去作業

り札を200枚、立看板を60枚撤去し、美しく快適な環境の保全と、風致の維持に大きな効果をあげることができました。

屋外広告物については、屋外広告物法及び茨城県屋外広告物条例により、必要な規制がかけられており、違反広告物に対しては、100万円以下の罰金が課せられます。

屋外広告物を掲出する際には、必ず許可を受けましょう。

## 第44回衆議院議員総選 挙(小選挙区・比例代表)

### 茨城県知事選挙が行われる

9月11日、午前7時から午後8時まで、村内10投票所で一斉に投票が行われました。

県内小選挙区の最終投票率は64・46パーセント。県内55・95パーセントと戦後最低の投票率だった前回衆院選(2003年11月)を8ポイント上回り、大幅アップとなりました。千代川村の投票率は、68・84パーセントでした。

午後8時45分から中央公民館で開票が行われた結果は、次のとおりです。

県知事選挙	衆議院 比例代表	衆議院 小選挙区
橋本まさる 4,103票	新党日本 178票	稲葉のぶとし 188票
間宮たか子 940票	自由民主党 2,350票	いがらし弘子 723票
	民主党 1,251票	ながおか桂子 1,934票
	社会民主党 164票	なかむら喜四郎 2,243票
	公明党 810票	
	日本共産党 248票	

## 今年も豊作です

### 宗道小 香飼小 稲刈り実践活動

宗道小学校では、5月にみんな力を合わせ、小さな苗を田んぼ一面に植えました。その苗も日差しをいっぱい浴びながらすくすく育ち、豊作の秋となった9月21日、全児童で稲刈りに取り組みました。

この活動は、今年で2年目となりますが、コンバインの機械化が進む今、日本古来の稲作農業についての関心を深め、生産の意義を学ぶこと



ほだかけをする宗道小のみなさん



稲刈りは腰が痛いよ



コンバインで脱穀をする香飼小のみなさん

# スポーツ大会結果

## ■ 柔 道

### 水海道市近隣市町村少年柔道大会 (6月5日)

場所：水海道市民体育館

個人戦	4年生の部	優勝	永瀬むさ志
	5年生の部	優勝	篠山 友和
	2年生の部	3位	飯村 柁貴
	4年生の部	3位	宇都野颯斗
	6年生男子の部	3位	山下 雄大
	6年生女子の部	3位	澤内 奈奈

### 明野清明館少年柔道大会 (6月12日)

場所：筑西市農業者トレーニングセンター

個人戦	4年生の部	優勝	永瀬むさ志
	6年生の部	優勝	桑野 優希
	4年生の部	2位	山下 恭平
	5年生の部	2位	相原 佑吏
	5年生の部	3位	浦里太可良

### 下妻地区防犯柔剣道大会 (8月21日)

場所：下妻市総合体育館

団体戦	低学年の部	3位	千代川柔道スポーツ少年団
	高学年の部	3位	千代川柔道スポーツ少年団
個人戦	中学男子初段以上の部	3位	中野 博貴

### 関城少年柔道大会 (8月28日)

場所：筑西市関城体育館

個人戦	4年生の部	優勝	宇都野颯斗
	6年生の部	2位	澤内 奈奈
	4年生の部	3位	山下 恭平

### 日整全国少年柔道大会茨城県予選 (6月26日)

場所：茨城県武道館

団体戦	第2位	千代川柔道スポーツ少年団
-----	-----	--------------

### 全国少年練成大会 (7月31日)

場所：日本武道館

団体戦	敢闘賞	千代川村柔道スポーツ少年団
-----	-----	---------------

## ■ 剣 道

### 第12回青雲塾剣誠会館長杯争奪近隣少年剣道大会 (7月10日)

場所：三和町総合体育館

個人戦	小学1年生女子の部	3位	小竹 亜実
	小学3年生男子の部	敢闘賞	小竹 史之

### 下妻地区防犯柔剣道大会 (8月21日)

場所：下妻市総合体育館

個人戦	3年生以下の部	3位	小林 寛
	4年生の部	3位	小林 誠
	中学男子1・2年の部	2位	海老澤康司
	中学男子3年の部	3位	海老澤健人

## ■ 野 球

### 第9回八千代町近隣学童野球大会 (7月3日・10日)

場所：八千代町民公園

優勝	宗道ニューモンキーズ
----	------------

### 下妻市東部地区親善少年野球大会 (6月19日)

優勝	大形少年野球団
3位	宗道ニューモンキーズ

### 第21回(社)下妻青年会議所旗争奪少年野球大会

(7月2日・3日・8日・9日)

場所：砂沼球場・石下町民球場・千代川村総合運動公園野球場

優勝	宗道ニューモンキーズ
----	------------

### 県西地区学童野球2部リーグトーナメント

(7月18日・23日)

準優勝	宗道ニューモンキーズ
-----	------------

### 第33回村長杯争奪社会人軟式野球大会

(8月28日・9月4日)

場所：千代川村総合運動公園野球場

優勝	千代川村役場野球部
----	-----------

準優勝	チーム明
-----	------

## ■ バレーボール

### 第1回教育大会兼第8回大和村近隣スポーツ少年団交流大会

(6月18日)

女子の部	Cブロック	優勝	千代川クレッシェンズ
------	-------	----	------------

### 第24回五霞近隣市町村バレーボールスポーツ少年大会

(7月19日)

準優勝	千代川クレッシェンズ
-----	------------

### ソフトバレー県西支部大会

(8月21日)

Aブロック	優勝	千代川クレッシェンズAチーム
-------	----	----------------

Cブロック	準優勝	千代川クレッシェンズBチーム
-------	-----	----------------

### 第1回かすみがうら市長杯スポーツ少年団バレーボール大会

(8月27日)

第3位	千代川クレッシェンズ
-----	------------

### 第10回真壁町近隣市町村スポーツ少年団球技大会

(9月24日)

バレーボールの部	敢闘賞	千代川クレッシェンズ
----------	-----	------------

## ■ 水 泳

### 第28回(2005年度)

### 全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会

(8月26日)

場所：東京辰巳国際水泳場

女子50mバタフライ	第4位	浅野可奈美
------------	-----	-------

### 関東中学校水泳競技大会 (8月9日・10日)

場所：横浜市

女子400mメドレーリレー

岩田あすみ、会田輝実、中村可菜絵、猪瀬和希
-----------------------

男子100m背泳	中里 真也
----------	-------

男子200m背泳	中里 真也
----------	-------

男子200mバタフライ	鈴木 竜太
-------------	-------

男子200m個人メドレー	鈴木 竜太
--------------	-------

### 全国中学校水泳競技大会 (8月22日)

場所：三重県鈴鹿市

女子400mリレー

大貫智子、羽子田莉菜、小竹涼子、羽子田志穂
-----------------------

# さわやかリレー

～わたしからあなたへ～

vol. 261

前月登場の鈴木満江さんからの紹介

## Eボート大会に参加して

人見 由香利 (鎌庭)



”Eボート大会に出場申し込んだからヨロシクね!”と、友人から半ば強制的な誘いの電話があったのは、昨年夏の夏事でした。主人の休みが少ない我が家にとって貴重な日曜日がつぶれてしまうので、最初は断ろうかと思いましたが、

気乗りしないながらも、大会前日の練習に参加しました。指導員の方も、私達全員が初心者ということを知り、オールを持ち方や水中での漕ぎ方など、基本的な事から丁寧に教えてくれました。

いざ、ボートに乗り込み漕ぎ出しましたが、これがなかなか難しく、あまりの不格好さと一生懸命漕いでいるのに、真つすぐ進む事ができず、右に左に曲がってしまい、岸辺で見ていた関係者の方々の笑いを誘ってしまいました。本番では順位なんて考えずゴールすることを目標にしようということになりました。

大会当日、台風の

影響で朝から強い雨と風で中止かと思われましたが、予定通り開催される事になりました。

遠方の県からも多数参加があり、迫力あるレースが展開され、私達の気持ちは、いやがおうにも高ぶって、出場するからには優勝するぞ!”という想いに変わっていました。

いよいよレース本番、カッパを着て頭にはタオルをかぶり、周囲から大笑いされながらも決勝に進出し、チーム全員が一丸となった結果、見事優勝することができました。

もちろん、その日の夜は祝勝会を開き、初挑戦にもかかわらず、優勝できた快挙を互いにたたえ合い、喜び合い楽しい時間を過ごすことができました。

あれから一年…

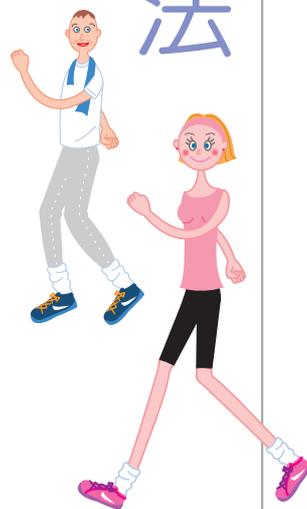
またEボート大会の季節がやってきました。今年は昨年の全国大会とは違い、茨城県の地区予選会でしたが、なかなかの盛り上がりようでした。昨年の悪天候とは違って変わって焼け付くような真夏の太陽がジリジリと照りつける暑さは昨年よりもまた一つ年齢を重ねた私達にとっては体力的にも、お化粧にも大きなダメージでした。

しかしながら、昨年経験したコツと優勝チームの意地で見事にV2を成し遂げることができました。その晩の祝勝会の盛り上がりは言うまでもありません。

日頃の子育て中心の生活のなかでは、子供の成長に喜んで、感動したりする事は数多くありましたが、自分自身が何かに挑戦し、やり遂げて、喜びや感動を味わうということは、めったにありませんでした。最初は気乗りせず、何となく出場したEボート大会にこんなにも感動し、充実感や達成感はもちろんの事、優勝できた喜びや嬉しさを素晴らしい友人達と分かち合えた事がなにより嬉しく感じました。

千代川村に嫁いで早十年。毎日があつという間に過ぎ去っていく日常生活の中で、忘れかけていた心の躍動感をひとつでも多く味わえることができるように、これからもいろんな事にチャレンジしていきたいと思う今日この頃です。

# 健康法



## 歩くことの大切さ

落合 栄子（宗道）

最近、友達との食事会の話題は、健康と年金のことばかりです。

私は、特に健康について深く考えていませんでしたが、年齢的にも「これからは、少し気をつけないと」という思いは持っていました。

勤務先での20数年の検診は、いつも「異常なし」。

ここ何年かの村の検診も「異常なし」です。

そんな私でも、ここ2、3年少し便秘気味になってきました。ヤーコン茶、梅干にハチミツを加えて飲んでみたり、アロエなども試してみましたが、いまいちでした。

ある時、新聞で「ゴマが肌にもお通じにもよい」とい

う記事を読み、どうかたと思いついて試してみました。

朝、夕にすりゴマをスプーン一杯ずつ味噌汁や炒め物にかけて食べてみたらこれが私にはよく合い、スムーズな一日を過ごせるようになりました。

予防をかねて、寝る前には軽くストレッチ運動もしています。

もうひとつ私には13年位前から毎日していることがあります。それは犬との散歩です。勤めていた時の散歩は、休みの日以外夜のため「急げ、急げ」の散歩でした。今日は行きたくないなあと思っても、「クンクン」鳴きながらすり寄られるとリードを手を持ってしまいます。その犬も年を取り、だんだん私に合わせてゆつくりになってきました。

勤めを辞めてからの散歩

は、「筑波山を見、しらすぎを見ながら」余裕の散歩です。歩いたり止まったりで「ウォーキング」とはいかないけれど、私の健康のもとだと思っています。

その犬も去年の12月に亡くなり、別れは辛かったけれど毎日続けることが出来たのは犬のおかげです。長い間ごくろうさま。そしてありがとうございます。とあらためて言いたいです。

今は、「現状維持」を目標に、若い犬と一緒に楽しく歩いている毎日です。



わたしの健康法は歩くことです

## 豆知識

腸内細菌に着目しよう



病気の予防ができます。例えば、便秘の解消には、脂肪やたんぱく質の摂取を控え、食物繊維を取ると下半身の筋力を鍛えるといったことも大切です。

また、ヨーグルト・乳酸菌飲料にたくさん含まれている乳酸菌やビフィズス菌は腸内細菌を代表するものですが、これらの持つ機能を有効に利用すれば、腸内環境の改善につながります。

腸内細菌と病気との関係についての研究の結果、世界で初めて食品の健康効果を表示できる「特定保健用食品制度」ができました。特定保健用食品に指定されているヨーグルト・乳酸菌飲料は乳酸菌やビフィズス菌の株の種類が特定され、健康への効果が立証されています。これらを上手に利用して健康維持に努めましょう。

腸内環境を改善する

食生活やライフスタイルを改善して腸内細菌のバランスを良くすれば、

# 文芸

## 俳句

樋びらき 平成十七年九月抄

したたかな錆色つぶて稲雀  
坂井 耕人(五箇)

諸肌を脱ぎ尚誇る百日紅  
中島 みよし(皆葉)

七十路にもひびく選挙や秋暑  
松田 昭(皆葉)

味噌汁に舌打つ秋の夕飼かな  
染野 清平(皆葉)

小林 紫水(唐崎)

ごくど飲む水にも秋の立ちにけり

浅野 悦子(鎌庭)

一生を農にいきよか稲雀

安原 百合子(鯨)

ひぐらしや声を競へて暮色濃し

塚原 明子(砂子)

顔洗ひても洗ひても炎暑かな

程山 静子(砂子)

新涼の水存分に米炊く

小竹 善文(五箇)

まひ戻る風のかたちの稲雀

齊藤 紫雲(小島)

有難く新涼を受く老いの肌

石塚 富男(八千代)

又しても空家がひとつ百日紅

荒川 すぎ(八千代)

ちりちりと晴れてより咲く百日紅

石川 溪泉(八千代)

晩学や九月の星へ窓ひらく

佐伯 六花(八千代)

八十の農夫の脛や百日紅

荒井 ミヨ子(八千代)

稲掛けも語り部となる里景色

## 短歌

平成十七年九月作品

浅野 悦子(鎌庭)

人の波海の波間にたわむれる  
夫と孫とにまぶしき一日

飯泉 淑子(原)

原爆の惨禍の記録胸痛しテレ  
ビの「ヒロシマ」黙して見つむ

猪瀬 ととき(田下)

今日も又ままならぬ身に一日過  
ぎ淋しく聞きぬひぐらしの声

海老原 政江(宗道)

お盆も過ぎ残暑のつよい日中な  
れど夜ともなれば虫の音響く

小倉 房子(宗道)

暑き日に蝉鳴きてなお暑き増  
す一人留守居の木槿咲く午後

小貫 よし(宗道)

常総の木内監督のあの笑顔今  
尚浮かぶすこやかならん

北沢 しづ(宗道)

秋立てど三十五度の炎天下家  
内において熱中症になるとう

小竹 八重子(五箇)

生け垣に夕顔の花そよぎおり  
散歩の親子しばし眺むる

小林 美智雄(唐崎)

弾力を内に秘めたるうつくし  
さ風にそよげる若き竹群

松田 正義(原)

雨のふる窓辺に下がるにがう  
りの伸びゆく蔓が空中に舞う

## 戸籍のインフォメーション

### ○おしあわせに

新 郎	染野 一也	皆 葉
新 婦	生澤 知美	つくば市
新 郎	猪瀬 欣也	皆 葉
新 婦	中川 暁史	新治村
新 郎	飯島 久弘	鎌 庭
新 婦	大堀 真智子	つくば市
新 郎	國府田 和幸	村 岡
新 婦	高野 美枝子	石下町
新 郎	篠山 清隆	鎌 庭
新 婦	田所 梨江	かずみがうら市

### ○おめでとうございます

柴 晴齋	[男]	宗 道
保護者:	大輔・寛子	
畠山 渚	[女]	宗 道
保護者:	久志・由美	
大塚 龍斗	[男]	宗 道
保護者:	政幸・淑恵	
倉田 萌楓	[女]	羽 子
保護者:	恵輔・由美子	
渡辺 莉央	[女]	別 府
保護者:	真也・明美	
渡邊 希良璃	[女]	鎌 庭
保護者:	建史・雅代	

### ○おくやみもうしあげます

飯塚 豊 (75)	別 府
世帯主:	飯塚 文男
坂上 次男 (66)	鬼 怒
世帯主:	坂上 妙子
中山 四郎 (52)	皆 葉
世帯主:	中山 四郎
堀江 春寿 (74)	下 栗
世帯主:	堀江 真智子
浅野 治 (44)	鎌 庭
世帯主:	浅野 利男
池田 正樹 (23)	宗 道
世帯主:	池田 正男
海老原 洋次 (71)	宗 道
世帯主:	海老原 政江

### むらのうごき

平成17年10月1日現在 世帯数・人口			
世帯数	2,772世帯	(+ 4)	
人 口	男 4,808人	(- 4)	
	女 4,693人	(+12)	
	計 9,501人	(+ 8)	
	( )		は前月比

# 11月の救急医療のお知らせ

日	月	火	水	木	金	土
		1 ④茨城西南医療センター	2	3 ④茨城西南医療センター ⑤湖南病院/とき田クリニック ⑥石下歯科医院	4	5 ④湖南病院
6 ④茨城西南医療センター ⑤平間病院 ⑥古橋歯科医院	7 ④友愛記念病院	8 ④茨城西南医療センター	9	10 ④湖南病院	11	12 ④友愛記念病院
13 ④友愛記念病院 ⑤中岫産婦人科医院 ⑥為我井歯科医院	14 ④友愛記念病院	15 ④茨城西南医療センター	16	17 ④茨城西南医療センター	18	19 ④茨城西南医療センター
20 ④茨城西南医療センター ⑤渡辺クリニック ⑥西町歯科医院	21 ④友愛記念病院	22 ④茨城西南医療センター	23 ④茨城西南医療センター ⑤鯨井内科 ⑥大久保歯科医院	24 ④茨城西南医療センター	25	26 ④茨城西南医療センター
27 ④茨城西南医療センター ⑤木村外科内科医院 ⑥松崎歯科医院	28 ④友愛記念病院	29 ④茨城西南医療センター	30	○茨城県緊急医療情報システム <a href="http://www.qq.pref.ibaraki.jp/">www.qq.pref.ibaraki.jp/</a> ○小児救急輪番・病院群輪番 <a href="http://www11.ocn.ne.jp/~syoubou/index.html">www11.ocn.ne.jp/~syoubou/index.html</a> ○小児緊急パンフレット『子どもの救急ってどんなとき?』 <a href="http://www.pref.ibaraki.jp/bukyoku/hoken/kodomobook.pdf">www.pref.ibaraki.jp/bukyoku/hoken/kodomobook.pdf</a>		



○#8000 (プッシュ回線の固定電話)  
 ☎029-254-9900 (プッシュ回線ではない固定電話、携帯電話・公衆電話)  
 ○相談時間：月・火・水・木・金/午後6時30分～午後10時30分  
 ☆休日夜間に診てくれる医療機関を知りたいときは…  
 ☎029-241-4199 (茨城県救急医療情報コントロールセンター)

## ④ 小児救急医療輪番制

茨城西南医療センター (境町 2190) ☎ 0280-87-8111  
 友愛記念病院 (総和町関戸 726) ☎ 0280-98-3511  
 湖南病院 (下妻市長塚 48-1) ☎ 0296-44-2556  
 対象年齢：15才未満  
 診療時間：月・火・木・土/午後6時～翌朝8時、日曜・祝祭日/午前8時～午後6時

## お願い

- ・緊急の場合以外は、通常の診療時間内に医療機関で診察を受けて下さい。
- ・保険証を必ず持参して下さい。
- ・対象となる診察は、内科診察です。

## ⑤ 休日在宅当番医 診療時間：午前9時30分～午後4時

病院名	住所	☎
湖南病院/とき田クリニック	下妻市長塚 48-1	44-2556
平間病院	// 江 2051	43-5100
中岫産婦人科医院	// 下妻丁 148	44-2438
渡辺クリニック	// 本城町 1-44-2	43-7773
鯨井内科	// 下妻丁 250-1	44-0088
木村外科内科医院	// 下妻乙 210-1	44-2527

## ⑥ 歯科休日在宅当番医 診療時間：午前9時～11時30分

歯科医院名	住所	☎
石下歯科医院	石下町新石下4100-1	0297-42-8118
松崎歯科医院	石下町新石下256	42-2403
古橋歯科医院	千代川村別府313	0296-43-5688
為我井歯科医院	八千代町西大山494	49-2838
西町歯科医院	下妻市下妻乙123-1	43-6155
大久保歯科医院	八千代町菅谷1100	48-2255

## 今月の納税

### 村県民税 (第4期) 国保税 (第4期)

納期限 10月31日 (月)

※納期内に忘れずに納めましょう

# 手づくりドライフード ~手軽で便利な保存食・非常食~



野菜や果実は、乾燥させると保存食になります。秋から冬にかけては、保存食づくりに良い季節。旬の恵みを無駄にしないためにも、食材が余ったときはドライフードづくりに挑戦してみたいかがですか。

少しだけ余ってしまった大根は、2~3ミリの薄い輪切りにして、ざるの上に重ならないように並べます。それを風通しの良いひなたに出し、カラカラになるまで乾燥させておけば、煮物の具などに重宝します。

大根の葉も捨てずにいっしょに干せば、汁物や炒めものなど、ちょっと緑が欲しいときに役立ちます。

大根やにんじん、かぶなどの皮は、細く切ってざるに広げ、4~5日干せばカラカラになります。切り干し大根などの料理のほか、漬物にしても抜群の歯ごたえが楽しめます。

“ゆず”も、汁を絞った残りの皮を干してみてください。吸い物などの香りづけに重宝します。使い残しのシイタケも、ざるのにせて日干しにしましょう。ラップをかけて冷蔵庫に入れるよりずっとおいしく保存でき、栄養価も高くなります。カラカラになるまで干さなくても大丈夫。必要なときに使えて便利です。

シイタケに限らず、シメジや舞茸などのキノコ類も同様です。リンゴやサツマイモも薄切りにしてざるの上で乾燥させましょう。リンゴはそのまま、サツマイモは油で揚げてスイートポテトチップスとしておやつにどうぞ。

## 災害〇をめざして

		村 内		下妻署管内	
		9 月	累 計	9 月	累 計
火 災	建 物	1 ( 0)	7 ( 5)	1 (- 2)	33 ( 0)
	車 輛その他	0 ( 0)	3 ( 3)	0 ( 0)	31 ( 9)
	計	1 ( 0)	10 ( 8)	1 (- 2)	64 ( 9)
交 通 事 故	人 身 事 故				
	件 数	5 ( 0)	74 ( 14)	26 (-19)	522 (-34)
	死 者	0 ( 0)	0 (- 1)	0 ( 0)	10 ( 3)
	傷 者	5 (- 1)	97 ( 20)	31 (-31)	683 (-27)

9月24日現在 ( ) 内は対前年比

## 編集デスク

朝・夕めっきり涼しくなりましたが、風邪などをひいている方はいませんか。

さて、食欲の秋・実りの秋ですが、何を食べてもおいしい季節ですね。栗などもお店に並ぶようになりまして。私は、お彼岸に栗おこわを作りましたが、この栗おこわを作ると「おふくろの味」を思い出します。私の栗おこわは、「おふくろの味」にはおよびませんが、いつも思い出します。私の義母は、とても料理が好きで、いつも自分で工夫をして、おいしい料理を食卓の上のせてくれました。私たちのため、また、孫たちのために毎日食事の用意をすることを惜しまない義母でした。仏前に栗おこわを供えて「おばちゃん、私上手になったかなあ」と問いかけをしています。みなさんもふと「おふくろの味」を思い出す時がありますよね。これから「おふくろの味」に、チャレンジしていこうと思います。(T)

れこそ汗だくになって走り回っていました。それは全部で12種類あるのですが、パッケージの外からじゃ分かって買っては開けてガツカリを繰り返して、最後の1種類が出るまでとても長い道のりでした。

あれはやはり企業の戦略なのでしょう。私のような性格で何十本と買う人が、全国ではたくさんいるのでしょね。周りの人には「なんでそんなの集めてるの?」とか「集めてどうするの?」など、最後の頃は「1種類くらいなくてもいいんじゃない?」などと言われてしましました。やはり本人が夢中になって集めていても周りの人から見るとくだらないことなのかもしれません。でも、ひとつでも夢中になれる「なにか」を持つていると毎日が少し楽しいかなとも思っています。

みなさんにもそれぞれその「なにか」があると思います。「なにか」がない人はこれから趣味を見つけてみるのにはいい季節になってきました。私も景品を集め終わりました。また夢中になれるものがなくなってしまうので、これから探そうかなと思います。○○○の秋。あつという間に季節が変わります。さて冬になるまでに〇に何が入るのでしょうか。(A)



茨城の伝統的な  
食材を使って



## すだれ麩のぎんあんかけ

### すだれ麩のぎんあんかけ

- 1 ビニール袋に鶏ささみひき肉、絹ごし豆腐、みりん、塩、砕いた焼き麩を入れ、よく混ぜる。
- 2 むきえびはゆがいておく。
- 3 ラップを長く切って、すだれ麩を広げて片栗粉をふる。すだれ麩の上2cmあけて1を平らにのばし、むきえびをのせていく。
- 4 のの字に巻き、ラップでしっかり包む。(ふくらんで破裂しないようにラップは2重にすると良い)
- 5 レンジで約3分、加熱する。
- 6 少しおいてからラップをとる。冷めてから切って器に盛り、ぎんあんをかける。枝豆はさやから出して塩ゆでにして散らす。

(1人分：90Kcal、たんぱく質8.3g、脂肪0.9g、塩分0.6g)

### ぎんあん

- 1 本しめじは石づきを切っておく。人参は型で抜き、12枚薄切りにして水にさらす。
- 2 出し汁を火にかけ調味料を入れて、本しめじ、人参を入れて煮立たせる。水溶き片栗粉でとろみをつける。

#### 材料 (6~8人分材料)

すだれ麩 (もどしたもの)	1枚
片栗粉	大さじ1
鶏ささみひき肉	100g
絹ごし豆腐	100g
みりん	大さじ1
塩	小さじ1/4
焼き麩	20~30g
むきえび	100g
片栗粉	適量
ラップ	適量

#### \* ぎんあん

だし汁	350cc
酒	大さじ1
みりん	大さじ1
塩	小さじ1/2
本しめじ	1パック
人参	6cm (もみじ型抜き12枚分)
枝豆 (冷凍)	24粒
(片栗粉 大さじ2弱、水 大さじ3)	
あれば、ゆずの皮少々	

## ひとこと

夜、虫の声が秋の訪れを告げています。

食欲の秋、実りの秋、スポーツの秋、読書の秋、芸術の秋などといいますが、何をするにも気持ちのよい季節ということでしょう。みなさんのご家庭では、どんな秋を過ごされるのでしょうか。

広報ちよかわ10月号 平成17年10月10日発行 (No.393)

発行／千代川村

編集／千代川村企画課広報広聴係

茨城県結城郡千代川村大字鬼怒230番地

TEL 0296・43・5111 FAX 0296・44・6004

Eメール info@vill.chiyokawa.ibaraki.jp

ホームページ www.vill.chiyokawa.ibaraki.jp



広報ちよかわは環境にやさしい大豆油インキと古紙配合率100%再生紙を使用しています。