

しもつま Shimotsuma



1
2009
No.633

わがやの にんぎもの

*このコーナーに掲載をご希望の方は、
秘書課広報広聴係（内線1212）にご連絡ください。



みお
田中 美緒ちゃん(別府)
～大作・美千代さんの次女～

1歳4か月の美緒。ハイハイも卒業し、歩くのが上手になりました。音楽が大好きで、体を動かしたり、リズムに合わせてひざをたたいたり。それに、たくさんの言葉を理解し、話せるようになりました。「パパ」、「ママ」、「ねーね(姉)」、「あんにゃ(兄)」、「じーちゃ」、「ばーば」。家族全員、呼べるようになりました。今度は、靴を買わなくちゃね。



はやと
水柿 颯翔ちゃん(黒駒)
～秀樹・万里子さんの長男～

テレビが大好きで、お気に入りの歌やCMが流れると、身振り手振りで楽しそうに踊るようになりました。どんどん成長していく姿に微笑ましくもあり、驚かされる毎日です。これからも、いつもニコニコ笑顔で元気いっぱい、そして優しい子に育ってね。



ひろと
奥山 博斗ちゃん(村岡)
～仁・しのぶさんの四男～

泣き虫で甘えん坊の博斗君、最近、アンパンマンのジャングルジムで、お兄ちゃんと一緒に遊ぶのが楽しみです。うまいぼうのおかしを両手に持つよばりの博くん。お兄ちゃんたちに負けないよう、強くたくましく育ってね。

さわやがリレー

37

～わたしからあなたへ～

前月登場の**飯村 幸恵**さんからの紹介



「初心を忘れず 感謝を忘れず」
青木 菜美子さん(下木戸)

私が美容の仕事をはじめたのは、19歳の時でした。大きな夢を見て美容の世界に飛び込みましたが、現実は甘くなく、幾度となくつまづき、涙を流しました。そんな私を支えてくれた、家族や友人達、ご指導下さった先生。一緒に仕事をしてきた仲間、そしてお客様方の温かい心。そのような大きく力強い協力があつたからこそ、ここまで続けてこられたのだと、しみじみ思

います。今年、36歳にして独立し、念願の店をオープンさせる事ができました。今まで関わってくださったすべての方に、この場をかりて、お礼が言いたいです。本当にありがとうございます。そして私も皆の期待にそえるよう、初心を忘れず、多くの笑顔を増やしていけるよう、感謝を忘れず、日々精進していきたいと思

CONTENTS

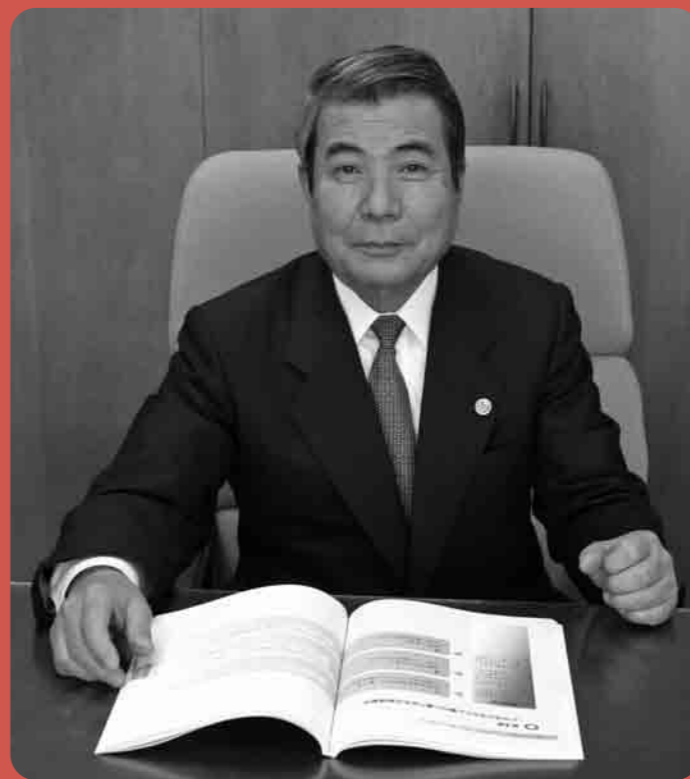
- 2 新年のごあいさつ
- 4 公平委員会委員・固定資産評価審査委員会委員の選任
行財政改革の進捗状況報告
- 5 関東鉄道常総線にPASMO(パスモ)が導入されます
レジ袋の無料配布中止が2月1日からスタート
- 6 まちのわだい交通安全協会下妻支部が県から表彰 ほか
- 8 博物館収蔵資料紹介・口頭詩・市民文芸
- 9 広報しもつま・窓口用封筒・市ホームページの広告募集
- 10 新型インフルエンザの発生に備える
- 11 定額給付金の給付を装った詐欺にご注意ください
- 12 健康カレンダー
- 13 おめでた・おくやみ市の人口・1月の納税
- 14 わがやのにんきものさわやかリレー

今月の表紙



今年の干支、丑年にちなんで、牛舎におじゃましたところ、子牛が2頭いました。遊びに来ていた近所のお子さんも牛を見て大喜び、一緒に記念撮影をしました。

新年のごあいさつ



下妻市長 小倉敏雄

新年明けましておめでとうござい
ます。

皆様方には、輝かしい希望に満ち
た新春をお迎えのこととお喜び申し
上げます。

さて、新しい年を迎え、下妻市は
「第5次下妻市総合計画」に掲げる市
の将来像「輝く自然・あふれるやさ
しさ・活力みなぎるまち しもつま」
の実現に向けて様々な施策を推進し
てまいります。

地域基盤の整備では、合併特例債
事業として平成18年度より実施して
いる「やすらぎの里しもつま」が3
月末に南側の公園部分が完成し、4
月には全施設オープンとなります。

この施設は、下妻市の南の玄関口に
位置し、道の駅しもつま共々、交流
拠点として多くの皆様にご利用いた
だけるものと考えております。その
他、東部中学校建設事業や都市計画
事業の南原平川戸線道路整備事業に

つきましても引き続き推進してい
ります。

生活基盤の整備では、雇用機会の
拡大を図るため、昨年から進めてい
る敷地面積11ヘクタールと大規模な
「しもつま桜塚工業団地」の造成工事
は順調に進んでおり、年度内に企業
へ売却する予定であります。今後、
工場の操業が開始されますと、市民
の雇用と市の財源確保に大いに期待
をしてまいります。

地域間の交流におきましては、平
成11年にオープンし、今年で10周年
を迎えます「ピアスパークしもつま」
や「道の駅しもつま」は、それぞれ
に多くの方のご利用をいただいてお
りますが、さらなるサービスの充実に
努め、利用者増を図ってまいりた
いと考えております。

また、新たな取り組みとして、市民
の消費生活全般に関する相談や苦情
に対応するため「消費生活センター」

の開設を予定しています。

しかしながら、わが国の経済は、
アメリカのサブプライム問題を契機
に世界経済の悪化を招いた影響を受
け、企業の倒産、内定の取り消し、従
業員のリストラ等生活が脅かされ、
さらに政治不信を招いている状況は
多くの国民に将来への不安を与えて
いるのではないのでしょうか。

そのような中で市の財政状況も、
国の三位一体改革による国庫補助金
の削減や地方交付税等の縮小、さら
には景気悪化等の影響による市税取
入の低迷など、依然として厳しい状
況にあります。

このため、財政基盤の強化を図る
ため滞納整理の強化や企業誘致を積
極的に推進するとともに「第3次下
妻市行財政改革大綱」や「財政健全
化計画」、「行政評価システム」な
どにより、職員一人ひとりが創意工
夫を重ねながら経費節減を図り、最
少の経費で最大の効果を発揮できる
ような行政運営を目指していきたい
と考えております。

結びに、市政に対する市民の皆様
の更なるご理解とご協力をお願いす
るとともにご多幸とご健勝をお祈り
申し上げます。年頭のご挨拶とい
たします。



やすらぎの里しもつま



中学生議会



塚田真希選手市民栄誉賞贈呈式・祝勝会



防犯ボランティアパトロール



第23回国民文化祭・いばらき2008 口頭詩フェスティバル

3月14日 PASMOMO を導入 関東鉄道常総線がますます便利に！

本年3月14日から、常総線全駅の改札口がICカード(PASMOMO)対応になります。PASMOMO(パスモ)とは、写真のようなICカードです。

PASMOMOでできること

- ①改札機にタッチするだけで駅構内に入場できる
- ②約1秒間タッチするだけで、スムーズに改札を通ることが出来ます。定期入れに入れたままでも大丈夫！
- ③乗り越し清算もらくらく
- ④あらかじめPASMOMOにチャージ(電子的にお金を貯めておくこと)しておけば、改札機で自動的に清算してくれます。運賃をいちいち確かめずに、そのまま改札を通ることが出来ます。



③ 毎回切符を購入しなくてもよい
PASMOMOはチャージした残金があれば何回でも使用できるので、鉄道を利用する度に切符を購入する必要はありません。定期券としても利用できます。

④ 他社線への乗り継ぎもこれ1枚
JR線やつくばエクスプレス線など、PASMOMOに対応している鉄道・バス路線に乗り継ぐときも、PASMOMOで自動清算されます。JRの「Suica(スイカ)」との相互利用ができ、常総線・JR、常総線・TXの通しで1枚の定期券にすることが可能です。

⑤ 紛失しても安心
個人情報等を事前に登録しておけば、PASMOMOを紛失した場合、再発行が可能です。

※常総線活性化支援協議会では、筑波大学のご協力のもと、「常総通信」というニューズレターを定期的に発行しています。図書館・公民館等に備えてありますので、ぜひご覧ください。

問い合わせ
関東鉄道(株)鉄道部業務課
☎029・8222・3718
常総線活性化支援協議会
(市役所企画課内)
☎内線1311・1314

2月1日 いよいよスタート レジ袋の無料配布中止 合言葉は ”レジ袋は結構です“

マイバッグ等の持参にご協力ください

日本国内で使われているレジ袋は年間約300億枚、下妻市でも約1,350万枚が使われています。私たちがとって便利なレジ袋ですが、レジ袋は製造時や焼却時にたくさんの二酸化炭素が出ます。地球温暖化防止やごみの減量を目指して、市内スーパー6店舗で、2月1日からレジ袋の無料配布が中止されます。

これをきっかけに、レジ袋だけでなく、ごみを出さないライフスタイルを考えてみませんか。

実施店舗

- ・ジャスコ下妻店
- ・カスミフードスクエア下妻店
- ・カスミ千代川店
- ・FOODOFFストックアパー下妻東店
- ・キダストアパー千代川店
- ・とりせん下妻店

問い合わせ 生活環境課 ☎内線1425

※ごみの減量化についてご意見等ありましたらぜひお寄せください。

公平委員会委員・固定資産 評価審査委員会委員の選任

先の、平成20年第4回市議会定例会において、塚田勇さん(長塚)を下妻市及び下妻地方広域事務組合公平委員会委員に、青柳健一さん(鯨)を固定資産評価審査委員会委員に選任することが同意されました。

任期は、塚田さんが1月17日から25年1月16日までの4年間、青柳さんが1月20日から24年1月19日までの3年間です。

下妻市及び下妻地方広域事務組合 公平委員会委員



塚田 勇さん



青柳 健一さん

固定資産評価審査委員会委員

行財政改革の進捗状況を報告します

現在市では、平成18年度に策定した「第3次下妻市行財政改革大綱」に基づいた「実施計画」と「集中改革プラン」による行財政改革を推進しています。

このほど、平成19年度末における行財政改革の進捗状況をまとめ、12月1日に市民の代表により構成される行政改革懇談会に報告し、審議さ

れました。その報告書がまとまりましたので概要をお知らせします。

※報告書についての詳しい内容は、市ホームページで公開しています。また、企画課(本庁舎2階)窓口でも閲覧できます。

問い合わせ
企画課 ☎内線1311

平成19年度 新たに取り組んだもの〔抜粋〕

【財政の健全化対策】
● 財政健全化計画の策定
内容：市民・有識者からなる「下妻市財政健全化検討委員会」を平成18年10月から5回開催し、平成19年11月に「財政健全化と財政運営に関する提言書」としてまとめました。

【自主財源の確保】
● 広報紙や市ホームページに有料広告を掲載する
内容：要綱を定め広告を募集し、平成19年4月から広報紙等に掲載し、約55万円の新たな財源を確保しました。

【経費の節減】
● 庁舎清掃委託料の節減
内容：平成19年10月から庁舎の清掃業務の一部など、職員ができるものは自ら実施し、委託料を約350万円節減しました。
● 千代川庁舎休日直の廃止
内容：千代川庁舎の休日直は、市民の利用が少ないため平成20年3月末をもって廃止しました。

全取組件数は79件であり、平成19年度末時点の状況をA・B・Cの3段階に分類すると、下表のようになりました。

区分	件数	比率(%)
A	45	57.0
B	28	35.4
C	1	1.3
完了	5	6.3
合計	79	

※進行度の区分
A:計画どおりある
 いは計画以上
B:やや遅れている
C:進んでいない



まちのわだい

市内でおこなわれた各種行事や地域の問題など…
みなさんからの情報をお待ちしています。

(秘書課 広報広聴係 内線 1212)

交通安全協会下妻支部が 県から表彰を受ける

茨城県交通安全県民大会で
交通安全功労団体

11月27日、県民文化センターにおいて、第44回茨城県交通安全県民大会が開催され、交通安全協会下妻支部が交通安全功労団体として表彰されました。

各季の交通安全期間や新学期の主要交差点、通学路での立哨活動、小・中学校や高齢者に対する交通安全教室の開催、交通安全施設の整備、祭礼時等の交通整理など、地域に貢献した活動が評価されたものです。

市民の皆さん一人ひとりが交通ルールを守り、交通事故のない安全で快適な住みよい社会の実現を目指しましょう。



通学路での立哨活動

男女共同参画社会をめざして講演会開催

スーパー主夫の体験から



山田先生の軽快で楽しい講演会

12月7日、市立図書館において、約100名の方が参加し、今回で6回目となる男女共同参画講演会が開催されました。

講師に、スーパー主夫を自称し、明治国際医療大学非常勤講師として活躍されている山田亮氏を招き、「主夫からみたワークライフバランス」心地よい家族のカタチ提案」と題して講演をいただきました。山田氏は、大阪市立大学卒業後様々な職業を経験し、結婚・子育てをしながら博士課程に進学し、自らスーパー主夫としてのエッセーなど執筆活動しながら男女共同参画の講演を通して幅広い活動をされています。

ワークライフバランスについて、関西弁の軽快で分かりやすい楽しい



地球温暖化問題を取り上げた寸劇

お話で、男性の生活自立・家事自立はライフ面の男女機会均等であり、人字型からM字型人間関係へ共同化して、まず家族の家事参加をする。そして、感謝と思いを忘れずに家事は楽しい生活のための手段として歩み寄る事が大事。との自身の体験を交えて話され、会場の参加者も、「家族の助け合いが楽しい家庭を築くのですね」との感想を述べるなど、楽しく聴講しました。

また、オープニングでは女性団体連絡会等の有志により結成され、参加者も増えて2年目となる「simons」による寸劇で、少子化問題や振り込め詐欺などの社会問題を取り上げ、会場を盛り上げました。

下妻市のチームが県のサッカー大会で初の栄冠

茨城県学年別少年サッカー大会



たくさんの賞状やトロフィーを手にした選手の皆さん

このほど、JA共済CUP2008第35回茨城県学年別少年サッカー大会（高学年の部）において、JSCしもつまがみごと優勝の栄冠に輝きました。

大会は、11月3日から23日にかけて、各地区予選を突破した64チームが参加し開催されました。JSCしもつまは、リーグ戦を危なげなく勝ち抜き、決勝トーナメントでは、準決勝で鹿島アントラーズFC（鹿嶋市）、決勝ではKIIエルマンガSC（古河市）をともに1対0で下しての優勝です。

県サッカー協会主催の少年サッカー大会において下妻市のチームが優勝したのは、初めての事です。おめでとうございます。

やすらぎの里しもつま 「リフレこかい」で地域交流

こかい地区クリスマス会



子どもたちが餅つきを体験

12月14日、やすらぎの里しもつまふるさと交流館「リフレこかい」で、蚕飼地区まちづくり推進委員会主催による「こかい地区クリスマス会」が開催されました。

冷たい雨の降るあいにくの空模様でしたが、お年寄りから子どもまでたくさんの皆さんが集い、クリスマスツリーやイルミネーションで飾られたふるさと交流館で蚕飼地区の親睦を深めました。

参加した皆さんは、もちつき体験や映画上映会、趣味の作品展示会やバザーなど、スタッフの皆さんが企画した様々な催しで、夕方まで楽しい1日を過ごしました。

下妻の新しい歌に感謝状

”下妻のひと”コチャコイ節

このほど、作詞家の松本英祐先生に感謝状が贈られました。

先生は、「下妻のひと」と「コチャコイ節」という2曲の新しい歌を作ってください、その歌を教え子の皆さんが歌い、音楽で下妻の名を広め イメージアップに貢献してくださいました。

ぜひ一度聴いてみてください。



感謝状は教え子から先生に届けられる



下妻スポーツクラブ

<http://www.shimotsuma-sportsclub.com>

下妻市田下35-1 (旧294号治) TEL:0296-43-0224

見学随時受付

無料駐車場 100台完備

map



ふるさと博物館収蔵資料紹介 ⑥8
「柳華舟 書「韓愈詩」」

博物館収蔵品の中に、書道家・柳華舟先生の書(掛軸)があります。この書は、「韓愈詩」の中の一節を書いたもので、1996年の茨城県展において「特賞」を受賞された作品です。

華舟先生は、現在下妻で活躍する書道家で、茨城県展や全国書聖会、また謙慎書道会などで功績を収め、個展も開いています。この作品は、以前、博物館に展示していただいた際、先生のご好意で寄贈していただいたものです。



「韓愈詩」の中の一節

「下妻の美術家たち」展覧会の開催

「墨のかほりをのせて新春を寿ぐ」柳華舟 書展のご案内

ふるさと博物館では、下妻で活躍中の作家を紹介する「下妻の美術家たち」の一環として「墨のかほりをのせて新春を寿ぐ」柳華舟 書展を開催しています。華舟先生の業績や先生独自の世界を紹介するとともに、活字で済まされるが多くなったこの時代に、墨と筆で表現された文字の温かさや面白さを感じていただければと思います。

■開催期間 1月10日(土)～2月1日(日)

* 休館日 1月13日(火)、19日(月)、26日(月)

■開館時間 午前9時～午後4時30分

ギャラリートーク(作家と語る)

■日時 1月31日(土) 午後1時30分～3時

■場所 ふるさと博物館 企画展示室

作品を鑑賞しながら、華舟先生を囲んでお話してみませんか：

口頭詩
子どもの純粋な心のつばやき



ありさんのえんそく

さくま ゆうき

五歳一か月(騰波ノ江幼稚園)

ありさんのきょうれつだ
みてみて
あめがやんだから
みんなよろこんで
えんそくにいくのかな
ありさん
いちれつにならんでえらいな

【解説】

梅雨に入ってからもなく、朝、幼稚園に行く時は降っていて、帰りに晴れた日の事です。玄関前の敷石にありの行列を見つけてきました。きょうぎ良く一列に並んで歩くありの姿がみんなのおでかけのように見えたようで、ほほえましかったです。

採集 母 佐久間美紀

市民文芸

俳句

邯鄲や晩学の夜の道づれに 平石 律子(下田)
喪心の終わりなきまま十二月 柴崎 久江(柳原)
母いつも聞きてに座はる花ハッ手 塚原 明子(大園木)

短歌

袋田の滝の流れは鮮やかに四方の紅葉の木樹を映せり 山本せい子(下妻丙)
冬日照る庭の寒菊に花蛇のしほし止まりて 横倉 愛子(小島)
手足を擦りぬ ひとり居の昼は訪ひくる人もなく 飯村八重子(半谷)
笑ふことなどつひぞ忘るる 夕光に木守柿ひとつかがやけり 伊東 豊乃(加養)
熟れ極まりて深きその朱 山形の旅の土産にいただきて 渡辺 恵美(下妻丁)
日夜手もとに置く肩たたき 点滅の星かと紛ふジェット機を 寺田 陽子(下妻乙)
溶けこまきむか玄冬の空 澄み渡る頭上に月照る十三夜亡き息子を 本田 なか(下粟)
忍び刻を忘るる 七十路生き昭和のくらしは語り草 松田 昭(皆葉)
世の道徳は消えさる如し 疾風に櫛の落葉散りしきて 松田 正義(原)
冬深みゆく師走に入りぬ

平成21年度 広告募集

広報しもつま・窓口用封筒・市ホームページに掲載する広告を募集します

種類	位置	規格	回数又は月数	掲載料
広報しもつま①	最下段(表紙及び最終面を除く) ※募集は、通し枠で3枠、2分の1枠で6枠とします。	通し枠 (42mm×178mm)	1回	15,000円
			3回	43,000円
			6回	80,000円
		2分の1枠 (42mm×88mm)	12回	150,000円
			1回	8,000円
			3回	23,000円
窓口用封筒(1枠)②	裏面に印刷	60mm×85mm	6回	42,000円
			12回	80,000円
			掲載した封筒の使用完了まで 20,000枚×@4.0円	
市ホームページ③	広告の掲載位置は、市ホームページのトップ画面で、市の指定する位置とする 表示方法は、バナー広告とする			
	規格(1枠)	縦43ピクセル、横138ピクセル、 8KB以内、GIF形式(アニメーション可)又はJPEG形式	1月	15,000円
			3月	43,000円
			6月	80,000円
			12月	150,000円

①「広報しもつま」は、毎月14、600部発行しており、その中の3ページの最下段に広告枠を設けます。「広報しもつま」は、広告の内容が毎回変更になるときは、審査の都合上、割引掲載料が適用されませんので、ご了承ください。

②「窓口用封筒」は、窓口で使用している封筒の裏面に3段の広告スペースを設け、今後使用が見込まれる20,000枚を印刷します。

③「市ホームページ」への掲載位置は、トップ画面の中の市が指定したところとなります。

●申込資格 市内または近隣市町に住所または事業所を有する者

●申込方法 広告掲載申込書と広告原稿を、市役所総務課へお申し込みください。(広告掲載申込書は、市のホームページからダウンロードするか、総務課に用意してあります)

●申込締切 平成21年2月20日(金)
※「下妻市広告掲載の取扱いに関する要綱」に定められた広告(公の秩序又は善良の風俗に反するおそれのあるものなど)は掲載できません。詳しくはお問い合わせください。

申し込み・問い合わせ
総務課 ☎内線1222
ホームページ
www.city.shimotsuma.lg.jp

◆下妻市の公文式教室です
下妻教室・千代川教室・下妻南教室・大宝教室
お近くの教室または
☎0120-372-100 までお問い合わせ下さい。
KUMON

羽子板・破魔弓・雛人形・鎧・兜・鯉のぼり・玩具花火・国旗
人形のきくや
下妻市下妻乙311(駅前通り) 営業時間
TEL.0296-44-3213 8:30~19:00
http://www.ningyoukikuya.com

「新型インフルエンザ」の発生に備えて

新型インフルエンザって？

● 新型インフルエンザとは、鳥類に感染していた鳥インフルエンザウイルスが変化した、人に感染しやすく、今までに流行したことのない新しい型のインフルエンザのことです。
 ● 人は新型インフルエンザに対する免疫をもっていないため、発生すると簡単に人から人へ感染が広がります。
 ● 症状は発熱やせき、くしゃみなどと考えられています。重症化する場合も想定されます。

もしも発生した場合下妻市では？

● 流行規模を予想することは難しいですが、全人口の25%が新型インフルエンザに感染したと想定した場合、下妻市内の患者数や死亡数は次のようになります。
 ● 新型インフルエンザは、いつ発生するか誰にも予測することはできませんが、現在の状況ではいつ発生してもおかしくありません。

下妻市の人口を45,000人とすると

	中等度 (致死率0.5%)	重度 (致死率2%)
外来患者数	4,354人	8,699人
入院患者数	194人	720人
死亡者数	59人	252人

資料：茨城県新型インフルエンザ対策行動計画

新型インフルエンザの感染を防止するには？

● 新型インフルエンザは、通常のインフルエンザと同様に人と人が接触することで感染が拡大します。
 ● 新型インフルエンザが発生したら、不要な外出は控え、人が集まる場所へはできるだけ行かないようにします。
 ● 通常のインフルエンザ対策と同じように、外出後の手洗い・うがい、外出時のマスク使用を徹底します。



詐欺などの一例

● 市役所職員を名乗る者から、「定額給付金の給付に必要なので、家族構成や個人名、口座番号を教えてください。」として、個人情報の提供を求めるもの
 ● 市役所職員を名乗る者から、「定額給付金に関する通知を送ったが届いていないか。届いていないのであれば電話が欲しい。」として、フリーダイヤルへ電話するよう求めるもの

定額給付金の皆さまへの連絡や給付は まだはじまっていません

定額給付金の給付をよそおった「振り込め詐欺」や「個人情報の問い合わせ」にご注意ください

● 市役所職員を名乗る者から、「定額給付金の給付のための手続きが混み合っているので、通帳を持ってATM（金融機関等の現金自動預払機）まで行き、電話をして欲しい。」として、フリーダイヤルの電話番号を伝えるもの

消費生活に関する問い合わせは・・・
 ・ 県消費生活センター
 筑西分室（筑西合同庁舎）
 ☎ 24・9108
 ・ 商工観光課 商工係（千代川庁舎）
 ☎ 内線2634

イヤルの電話番号を伝え、ATMへおびき出そうとするもの

このようにするのは、絶対にありません

- ① 市役所や総務省などがATMの操作をお願いすること
- ② ATMを自分で操作して、他人からお金を振り込んでもらうこと
- ③ 市役所や総務省などが給付のために手数料などの振込みを求めること
- ④ 現時点で、皆さまの世帯構成や銀行口座の番号などの個人情報を紹介すること

自宅や職場などに市役所や総務省の職員などがかたった電話がかかってきたり郵便が届いたら、迷わず市役所や警察署にご連絡ください。

今、できることは？

● 新型インフルエンザに対する情報を集め、正しい知識を持ちましょう。
 ● 感染を防ぐためには不要な外出をしないことが大切です。感染流行期に外出を避けるため食料（最低でも2週間分程度）や日用品を備蓄しましょう。
 ● 新型インフルエンザが発生したら、県や市からの情報に注意し、落ち着いて行動しましょう。
 ● インフルエンザワクチンを毎年接種し、体にあらゆる型の抗体をつけておくことも大切です。

マスクの選び方は？

● 新型インフルエンザを防ぐために望ましいマスクは唾液（たえき）などと一緒に飛散するウイルスを捕らえられる不織布でできた、フィルターの性能が高いもので、使い捨てのものが良いとされています。
 ● 国内で製造されたものが日本人の顔にフィットしやすいですが、いろいろなマスクを試し、自分にあったものを選びましょう。
 ● 1人につき1か月20〜25枚必要です。

〈流行期のための食料と日用品などの備蓄〉

食品（長期保存可能なもの）の例
 米／乾めん類（そば・うどんなど）／きりもち／コーンフレーク／シリアル類／乾パン／各種調味料／その他レトルト・フリーズドライ食品／缶詰／インスタントラーメン／菓子類／ミネラルウォーター…など

インフルエンザ対策の物品
 マスク／ゴム手袋（破れにくいもの）／水枕・氷枕（頭や脇の下の冷却用）／漂白剤（塩素系のもの：消毒作用がある）／消毒用アルコール…など

日用品・医療品の例
 紙おむつ／生理用品／常備薬（胃薬・鎮痛剤・持病の処方薬）／ばんそうこう…など

通常の災害時のための物品（あると便利）
 懐中電灯／乾電池／ラジオ・携帯テレビ／トイレット・ティッシュペーパー／ビニール袋／洗剤（衣類・食器用）・石けん…など

健康についての問い合わせは・・・
 保健センター ☎ 43-1990

株式会社 関商運輸グループ <http://www.sekisho-trans.co.jp>
 下妻市平沼274-1 ☎0296-43-6544

軽自動車から大特まで **県西車検センター** ☎0296-30-0369

お引越は **下妻引越センター** ☎0120-436544

おめでた 11月26日から12月20日まで (届出順)

増田 匠人	生井 琉聖	稲葉 将汰朗	栗原 大翔	森脇 温大	神部 瑠衣	程塚 葵	飯田 柚	小島 悠翔	齊藤 諒	齊藤 有海	小島 蓮	内山 みのり	田崎 龍羽	高野 琉碧
男	男	男	男	男	女	女	女	男	男	女	男	女	男	男
直人	幸男	誠一	淳一	健司	将人	一弘	之典	知之	彩	北大宝	和樹	学	康夫	昌博
下妻丁	石の宮	下妻乙	加養	下木戸	高道祖	鬼怒	本宿町	砂沼新田	鎌庭	北大宝	堀篁	本宿町	下妻戊	桐ヶ瀬

おくりやみ 11月26日から12月20日まで (届出順)

平井 大島	荒井 弘	笠島 かく	神部 長一	飯村 善男	村井 健治	生井 勝	飯島 一夫	飯嶋 ふさ	佐藤 一美	須藤 優仁	戸嶋 倫也
99	93	78	87	70	65	56	84	76	83	49	男
元一	昇	本人	飯村健	高道祖	高道祖	黒駒	田下	鎌庭	北大宝	石の宮	克也
下妻乙	桐ヶ瀬	平方	高道祖	高道祖	高道祖	黒駒	田下	鎌庭	北大宝	石の宮	鬼怒

海老原 浪雄	染野 勘一	長谷川 さん	櫻井 武男	矢島 源	中嶋 清一	平石 武男	張替 晃	海老澤 さく	飯塚 ヒサ	渡邊 昇	柴崎 勝津子	坂井 栄蔵	星 操	廣瀬 はる	青田 ヨシ	渡邊 茂	佐野 章
83	80	86	65	72	91	94	82	86	89	68	61	56	83	79	92	75	80
本人	本人	陸子	本人	欣一	本人	本人	本人	進	敏之	本人	耕一	勇	笠原 秀夫	成敏	俊一	本人	下妻乙
宗道	長塚	半谷	今泉	大園木	下妻丁	高道祖	高道祖	大木	横根	小野子町	大木	大木	大木	小野子町	高道祖	皆葉	赤須

※広報への掲載を希望しない場合は、お届けの際に市民課窓口にお申し出ください。

**おめでた・おくりやみ欄を
終了します**

個人情報保護等に配慮するため、おめでた・おくりやみ欄の掲載を、本年3月号をもって終了します。

下妻市の人口・世帯
— 1月1日現在 —

人口 45,571人 (— 56)
男 22,775人 (— 39)
女 22,796人 (— 17)
世帯数 15,113世帯 (— 8)
()は前月比

下妻市の面積
面積 80.88km²

12月の交通事故
— 累計 —

発生件数 30(27) 285(325)
死亡 1(0) 2(1)
負傷 37(33) 379(424)
()内は前年

テレホンサービス
火災・災害のとき ☎44-3111
市役所などの行事・催し物 ☎43-4000

1月の納税
納期限：2月2日

市・県民税(第4期)	国民健康保険税(第7期)	介護保険料(第7期)	後期高齢者医療保険料(第7期)
[税目]	[口座引落日]	2月2日	

健康カレンダー Health Calendar 2月

日	月	火	水	木	金	土
1 ① 西南医療 ② 古橋医院	2	3 ① 西南医療 元気アップ教室 9:30~10:30 ポリオ生ワクチン 14:00~14:30	4	5 ① 西南医療 遊びの広場 10:00~10:30 1歳児相談 13:30~13:50	6 びよびよ教室 10:00~10:30 5か月児健診 13:30~13:50	7 ① 西南医療
8 ① 友愛記念 ② まつたこどもクリニック	9	10 ① 西南医療 パクパク離乳食教室 9:45~10:00	11 ① 西南医療 ② とやまクリニック	12 ① 西南医療	13	14 ① 西南医療
15 ① 西南医療 ② 平間病院	16	17 ① 西南医療 キッズくらぶ ベビー&ママ体操 9:15~9:30	18	19 ① 西南医療 1歳6か月児健診 13:30~13:50	20 3歳児健診 13:30~13:50	21 ① 西南医療
22 ① 西南医療 ② 中嶋産婦人科医院	23	24 ① 西南医療	25	26 ① 西南医療 すくすく相談 13:30~	27 前期マタニティ&ママサロン 13:30~16:00	28 ① 西南医療

茨城 お子さんが急な病気で心配なとき、
ご相談ください。

**子ども救急
電話相談**
毎日 18:30~22:30

プッシュ回線の固定電話、携帯電話からは
シャープ
短縮ダイヤル **[#8000]**

すべての電話から
[029-254-9900]
相談は無料です。ただし通話料は利用者負担となります。

① 小児救急当番医
入院治療を必要とする子どもの救急医療を行なっています。
受診の際は必ず事前に電話でご相談ください。

火・木曜：午後6時~翌朝8時
土曜：午後6時~午後11時
日曜・祝祭日：午前8時~午後6時
西南医療…茨城西南医療センター病院(境町2190)
☎0280-87-8111
友愛記念…友愛記念病院(古河市東牛谷707)
☎0280-97-3000

② 休日在宅当番医 午前9時30分~午後4時

古橋医院	☎44-2792
まつたこどもクリニック	☎30-5558
とやまクリニック	☎30-5010
平間病院	☎43-5100
中嶋産婦人科医院	☎44-2438

お詫びと訂正
1月18日(日)の休日在宅当番医 正しくは、湖南病院/とき田クリニック ☎44-2556です。

○ 夜間応急診療所
保健センター内 ☎43-1990
土・日・祝祭日(1月1日を除く) 午後7時から翌朝7時



急がず、あわてず、着実に、一歩前進!

編集デスク

新年あけましておめでとうございませう。

新しい年を迎え、皆さま方はいかがお過ごしでしょうか。表紙にも登場してもらいましたが、今年も丑年ということですが、今年も丑年という事で、たとえゆつくりでも着実に、前に進む1年になってほしいと願っています。

本年もよろしくお願ひいたします。