

広報 しもつま

6

2009

No.638



わがやの にんきもの

*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。



りゅうのすけ
藤田 隆之介ちゃん(江)
～隆宏・昌代さんの長男～

隆はとにかく音楽が大好き。寝てもさめても歌を唄っています。今のマイソングは『赤鬼と青鬼のタンゴ』そんな隆は家族のアイドル。マイクをもってこいのぼりだって唄います。弟の宏くんには子守唄を唄ってあげる優しいお兄ちゃん。これからも2人仲良く元気に大きくな～れ！



メンドザ アリウスちゃん(山尻)
～アルフォンソ・由美さんの長男～

朝起きるとすぐ玄関に座り、お散歩の催促。おじいちゃんとの散歩が日課です。何でもお姉ちゃんのマネをして、今は積み木遊びが得意です。上手にできると自分で頭をナデナデ。とても嬉しそう！1歳9か月になり、元気いっぱい。このアックンは我が家の人気者です。



こうだい
塚越 皓大ちゃん(本宿町)
～健一・朝子さんの長男～

最近朝の日課は、寝ているパパの頭を叩いたりお腹の上でジャンプしたりと元気ハツラツ。最近、みーちゃん（お姉ちゃん）のまねばかりで、お絵かきが上手になったり、色々な事が少しずつ出来る様になり毎日成長をしているね。皓大の笑顔には家族みんながいやさされているよ。これからも笑顔をいっぱいみんなに見せてね。

さわやかリレー

～わたしからあなたへ～ VOL.41

前月登場の**家所 佳紀**さんからの紹介



「バラの花と大事なことをみつめて」
白鳥文子さん(下妻乙)

赤白 黄色と今年も我が家はバラの花で満開。
目下 私の趣味とストレス解消はこのバラの花。
嬉しいこと悲しいこと一言で語ることでできないこれまでの私の人生。
時折 この社会の理想と現実があまりに異なってしまう。どう生きればいいのか・どう生きていけるのか・私自身まともな答えが見付からず日々悶々と悩むことも沢山あった。

ただ、生きているだけでストレスが溜まるといふ現代社会。これからは、どんな小さなことでも「楽しいことだけを考えながら」そして「大事なことをみつめて」健康に留意していきたいと思います。
又、ちよっぴり年齢を気にしながら仕事もこつこつと... ゆっくり...と。

CONTENTS

- 2 ふるさと博物館企画展 常総線の歴史と騰波ノ江駅
- 4 7月診療分から医療福祉費支給制度（マル福）が一部かわります
- 6 7月から市立図書館は祝日も開館します
環境家計簿で電気やガスの使用量をチェックしましょう
県営園場整備事業 騰波ノ江地区が完成
平成21年度自治区長永年勤続表彰者
- 8 しもつまMYスクール まちのわだい 栄典者紹介ほか
- 11 口頭詩・市民文芸
- 12 消費生活センター・健康ちょっと一言
- 14 健康カレンダー・各種相談・6月の納税・市の人口
- 16 わがやのにんきもの・さわやかリレー

広報しもつま平成21年6月号
発行/下妻市総務部秘書課（〒304-8501 茨城県下妻市本城町2丁目22番地）TEL0296-43-2111
Eメール info@city.shimotsuma.lg.jp 下妻市ホームページ www.city.shimotsuma.lg.jp



こがね 関東平野の黄金をわけ・・・走る ～常総線の歴史と騰波ノ江駅～

関東の駅百選に認定された「騰波ノ江駅」旧駅舎

昔の常総線…

懐かしいですか？初めて見ますか？



常総鉄道貨物列車 昭和11年頃



常総鉄道ハ53号客車 昭和戦前期



特急「しもだて」号 昭和32年頃



駅務室 懐かしい硬券と日付印字器(ダッチングマシン)がある



タブレット
(鉄道の単線区間での通行票)



合図燈

開催期間：6月27日(土)～7月26日(日)

開館時間：午前9時～午後4時30分

休館日：6月29日(月) 7月6日(月)

13日(月) 21日(火)

入館料：一般200円(160円)

児童・生徒100円(80円)

()内は15人以上の団体料金

*65歳以上、小学生未満は無料

主催 市ふるさと博物館

協賛 関東鉄道株式会社



ふるさと博物館外観

問い合わせ

ふるさと博物館 ☎ 44-7111

元騰波ノ江駅長さんのお話

●日時：6月27日(土) 午後2時～

●場所：ふるさと博物館企画展示室

●お話しする人：小坂照男さん(若柳)

小坂照男さんはこんな人

なんと！騰波ノ江駅と同年・大正15年生

奥さんとふたりあわせて約30年も騰波ノ江駅に勤務。まさに騰波ノ江駅の生き字引です！

そして、知る人ぞ知る、砂利運搬・三所支線(大田郷駅～関本駅経由・終点三所駅)の車掌さんでした！

*企画展示室でいろいろなエピソードをお話してくれます。お気軽にお越しください。参加は自由です。(入館料は有料)

講演会 古レールの世界 ～関東鉄道常総線～

●日時：7月4日(土) 午後2時～3時

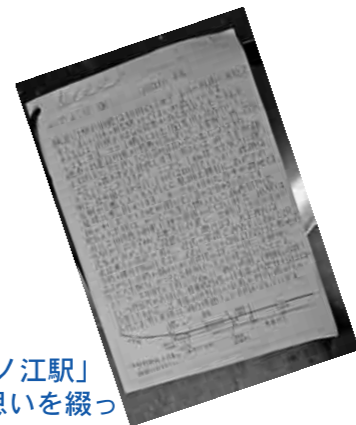
●場所：ふるさと博物館講座室

●講師：鉄道研究家・小野寺靖先生(下妻丁)

下妻に古レールを研究している方がいます！

昔、常総線で使われていたレールの秘密がわかります！そのレール、騰波ノ江駅では今何に使われていると思いますか…

*レールの世界をのぞいてみませんか？参加費は無料です。(入館料は有料)



「騰波ノ江駅」への思いを綴ったノート

取り壊し間近には！
旧騰波ノ江駅の取り壊しが近づくと、鉄道ファンが遠方から訪れ駅舎や車両の写真を撮るカメラマンで賑わいました。駅舎内に置いてあったノートには、訪れた人の駅舎への思いがぎっしりと綴られているそうです。



旧常総筑波鉄道時代の懐かしい列車

映画「下妻物語」のロケに使用され、また関東の駅百選に認定された「騰波ノ江駅」。昨春秋、80年以上親しまれてきた旧駅舎は、その面影を残しながら新駅舎に改築されました。「騰波ノ江駅さよならイベント」には沢山の人が訪れ、名残を惜しんだそうです。
ふるさと博物館では、旧騰波ノ江駅舎が取り壊されて約1年、旧駅舎で使われていた懐かしい資料を展示します。また、関東鉄道株式会社との協力により普段なかなか目にすることのできない、常総線で使われていた資料を紹介します。
この機会にぜひ、騰波ノ江駅そして大正2年に開業し、約1世紀が経った今でも人々に親しまれている常総線の歴史をたどっていただけたらと思います。

そして「さよならイベント」
昨年6月28日に、さよならイベントを開催。旧常総筑波鉄道時代の懐かしい列車が運行され、地元の皆さんをはじめ、遠くから訪れた鉄道ファンを楽しませてくれました。

医療福祉費支給制度(マル福)が一部かわります

医療福祉費支給制度は、茨城県の制度に基づき、保険診療分の医療費の一部負担金(1割～3割)からマル福自己負担分を除いた金額を県と市が助成する制度です。またその他に市が独自事業として、マル福自己負担分を助成する制度があります。今回は、平成21年7月診療分からマル福制度の改正点について説明します。

医療福祉費支給制度(マル福)とは・・・
この制度は、妊産婦・乳幼児・母子家庭の母子・父子家庭の父子・重度心身障害者などの皆さんの健康保持・増進を図るため、医療機関等に支払う医療費を助成する制度です。

下妻市独自の医療費助成制度が拡大されます

医療費の無料化が5歳未満から就学前までに

現在妊産婦と5歳未満の乳幼児(重度心身障害者等含む)のマル福自己負担金(別表1)の助成をおこなっていますが、平成21年7月診療分から乳幼児(重度心身障害児を含む)の助成対象

象年齢を引き上げ、就学前までに拡大し医療費の無料化を実施します。
※該当する方は特に手続きはありませぬ。(一部転入者等の方は除きます)

別表1 病院等で本人が支払うマル福自己負担金額

マル福の受給対象者	外来自己負担金	入院自己負担金	入院食事代
乳児(1歳未満)	1日 600円 (医療機関ごと 月2回まで)	1日 300円 (医療機関ごと 月3,000円まで)	<ul style="list-style-type: none"> 一般の方 1食 260円 非課税世帯は所得・年齢に応じて別表2を自己負担
幼児(1歳以上小学校入学前)			
妊産婦			
母子家庭の母子			
父子家庭の父子	なし	なし	
重度心身障害者等			
65歳以上の重度心身障害者等			

別表2 入院時食事代

所得区分	入院食事代(1食当たり)	
一般の方(下記以外の人)	260円	
低所得Ⅱの方 (低所得Ⅰ以外の非課税世帯)	90日までの入院	210円
	過去12か月以内に90日を超える入院	160円
低所得Ⅰの方(非課税世帯)	100円	

※乳幼児(重度心身障害者等含む)および妊産婦のマル福自己負担金の償還払いを下妻市独自事業で実施します。診療月から3か月後を目安として、マル福自己負担金を登録いただいた口座に振り込み(毎月25日前後)ます。支給について改めて通知することはありません。

7月から 妊産婦マル福の適用方法が変わります 妊産婦特有の疾病のみの助成になります

平成21年7月以降、妊産婦マル福の申請をする場合は妊産婦特有の疾病のみの受給に変わります。受給対象となる疾病は、次のとおりです。

妊産婦医療費助成対象疾病

異常分娩

- 微弱陣痛・過強陣痛
- 児頭骨盤不適合妊娠(CPD)
- 軟産道強靱
- 回旋異常
- 胎位異常(骨盤位等)
- 多胎分娩
- 胎児ジストレス
- 臍帯巻絡・下垂・脱出
- 前期破水
- 癒着胎盤
- 分娩時母体損傷
- 弛緩出血
- 頸管裂傷
- 子宮内反
- 産科ショック
- 播種性血管内凝固症候群(DIC)
- 羊水塞栓
- HELLP症候群・急性妊娠脂肪肝

その他

妊産婦特有の疾病および妊娠に合併した疾病で、医師が安全な出産のために必要と認めたもの



※妊娠に合併した疾病で、他科の検査・診断・治療を要する場合は原則として産婦人科医療機関から紹介する場合を対象とする。

申請の方法は、次のとおりです。

申請の流れ(平成21年7月1日以降)

妊娠届出を保健センターにし、母子手帳が交付されます。その後、保険年金課でマル福申請の説明を聞いていただきます。

申請に必要なもの

- 健康保険証
- 妊産婦医療福祉費支給申請書(医療機関等の証明のあるもの)
- ※県内医療機関および保険年金課にあります。
- 母子手帳
- 印鑑(ゴム印以外)
- 金融機関の通帳(本人または配偶者)

対象の期間

■ 対象疾病の認定を受けてから、出産の翌月末日まで

利用の仕方

■ マル福医療福祉費受給者証と保険証を対象疾病治療の医療機関へ提示し受診する。

問い合わせ

保険年金課 内線 1514

県営圃場整備事業 騰波ノ江地区が完成



竣工記念碑の除幕式
記念碑には騰波ノ江地区の農地と農業の歴史が刻まれている

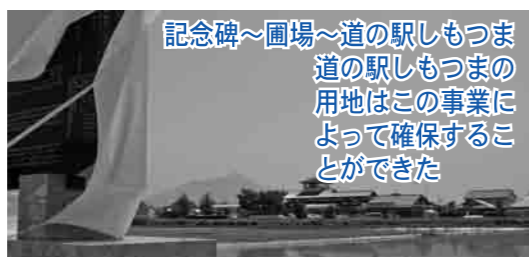
平成20年度に県営圃場整備事業 騰波ノ江地区（現在の事業名は経営体育成基整備事業 騰波ノ江地区）の工事が完了し、5月20日には県知事をはじめ多くの事業関係者が出席し、竣工式ならびに記念式典が挙行されました。
平成3年に騰波ノ江地区圃場整備事業推進協議会が設立され、完成までに18年の歳月を要した事業となりました。

事業の概要

- 推進協議会の設立
平成3年
（騰波ノ江地区圃場整備事業推進協議会）
- 事業期間
平成8年度から20年度
- 総事業費
約43億9千万円
- 総面積
361ヘクタール

この事業の完成により、騰波ノ江地区は県内でも有数の、農地が集積され大区画化が図られた地区のひとつになりました。
（全体の50%を超える農地が1ヘクタール以上の大区画として整備）

大区画された優良な農地は、農業経営の省力化や低コスト化を促進し、大規模経営が可能になり、担い手農家の育成が図られました。



記念碑～圃場～道の駅しもつま
道の駅しもつまの用地はこの事業によって確保することができた

STOP! 地球温暖化

6月は環境月間です

「環境家計簿」で電気やガスの使用量をチェックしましょう

地球温暖化の原因とされる二酸化炭素が家庭からどれくらい出ているかを記録して、排出量を削減する取り組みをおこなうことを目的に、「環境家計簿」を6月下旬各家庭に配布します。

8月分・9月分の取り組みについて、コンテストを実施します。応募のうち、独創的で見習うべき取り組みを発表・表彰します。
※不明なことがありましたら、ご要望により自治会（各団体）単位で、「環境家計簿」についての説明に伺います。

「電気」「ガス」「水道」「燃料」について、1か月分の使用量にCO2排出係数を掛け、排出量を算出するもので、省エネに取り組んでエネルギー使用量を減らすとCO2排出量を減少させることになり、生活費の節約にもつながります。

日常生活から排出するCO2量を算出することは、私たちが地球環境に与えているダメージを理解することになるので、「環境家計簿」をきっかけにライフスタイルを見直しませんか。

（記入例）

検針のお知らせなどを参考に
電気使用量550kwh×排出係数0・38＝CO2排出量209kg



問い合わせ
生活環境課

☎内線1422

平成21年度自治区長永年勤続表彰者

このほど平成21年度自治区長永年勤続者表彰式が開催され、地域の代表として長年ご活躍された20名の区長さんに感謝状ならびに表彰状が贈られました。

●感謝状（10年以上勤続で退職された方）6名

- | | |
|------------|---------|
| 上宿第1自治区長 | 浅野平次郎さん |
| 栗山南自治区長 | 外山雄一さん |
| 仲町2自治区長 | 原田精一さん |
| 長塚1（イ）自治区長 | 清水幹三さん |
| 長塚1自治区長 | 青木利男さん |
| 中台代表区長 | 吉沢 豊さん |

●表彰状（5年以上勤続されている方）14名

- | | |
|------------|---------|
| 栗山1自治区長 | 栗田 實さん |
| 相原山代表区長 | 落合繁治郎さん |
| 本宿3自治区長 | 黒川二郎さん |
| 小野子2の2自治区長 | 冷牟田正義さん |
| 中城公園西区自治区長 | 諸 政雄さん |
| 大町1自治区長 | 大塚武彦さん |
| 大町6自治区長 | 山中淑陸さん |
| 新町代表区長 | 坂下 清さん |
| 新町2自治区長 | 山口知一さん |
| 平方1自治区長 | 塚田晏洋さん |
| 原北自治区長 | 菊池 正さん |
| 原南自治区長 | 河田安一さん |
| 羽子自治区長 | 飯泉 要さん |
| 鎌庭東自治区長 | 野村 彰さん |

市立図書館

7月から祝日も開館します

開館時間

祝日開館にあわせて土曜日・日曜日の閉館時間が変わります。

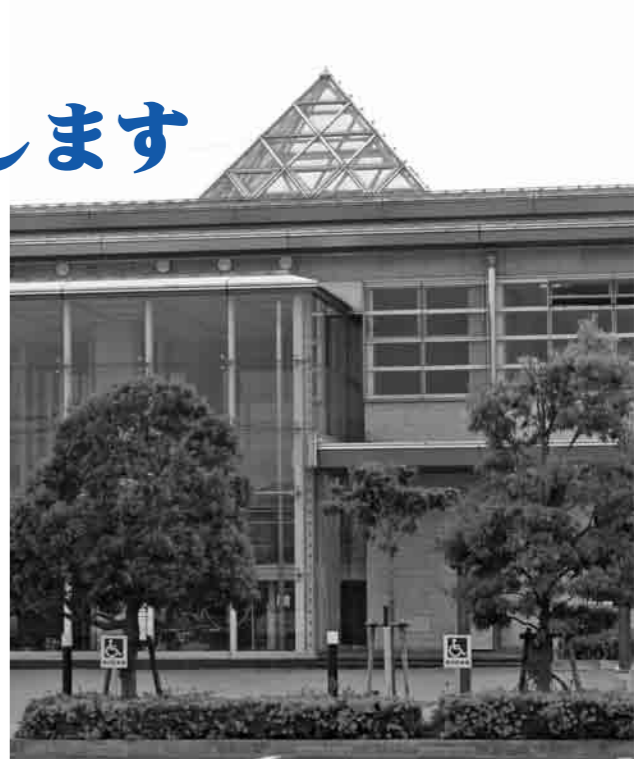
- 土曜日・日曜日・祝日
午前9時～午後5時
※閲覧室・館内施設（読書室・会議室など）とも同じ時間です。
- 火曜日～金曜日（平日）
※これまでと変更はありません。

月曜日の取り扱い

月曜日が祝日に当たるときは開館します

期間

7月1日（水）～平成22年3月31日（水）
※この期間、試行的に実施します。



問い合わせ 図書館 ☎43-8811

まちのわだい

市内でおこなわれた各種行事や地域の話など…
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)

合言葉は“花と笑顔と思いやり”



私たちの学校は、児童数443名15学級の学校ですが、以前に比べると減少しているということです。現在学校には「花と笑顔と思いやり」という文字が大きく校舎に掲げられています。花壇には学校はパンジーやキンセンカ、リビングストーンデージーなどの花が鮮やかにたくさん咲き、栽培委員会の人たちも大忙しです。

『花いっぱい学校』
6年 水越裕乃
私は、5年生の時から栽培委員会に入っています。種をまいたり、苗を植えたり、水をかけたりしてきました。暑いときの作業は大変でした。また、水やりは花の様子や天気を見てとても気をつけてきました。いろいろな苦労しますが、きれいな花がたくさん咲いているのを見るととてもうれしくなります。



パンジーの移植をする栽培委員会



おじいちゃんたちと楽しくゲーム遊び

『交流活動』

4年 大島伸之
ぼくは、ルーエ下妻に行っておじいちゃんやおばあちゃんたちと一緒に楽しく過ごしました。しょいんさんたちもみんないい人ばかりで、みんな幸せで良かったと思いました。ただ、おじいちゃんやおばあちゃんたちは、ぼくたちと話をしたり手をつないだりしている時に、なみだを流す人がいたのでふしぎに思いました。「お家でも、こういうふうにも子ども達とくらしたいね。」と言われ、ぼくたちといっしょにいるみんなにうれしくなるんだなと思います。



生活委員会による毎朝のあいさつ運動

6年 鈴木歩
した。ぼくは、家にいるおじいちゃんやおばあちゃんのことを大切に、なくちゃいけないと思いました。

『あいさつ運動』
ぼくは、6年生になって生活委員会に入りました。朝のあいさつ運動は、最初は楽しみでしたが慣れていくにつれ、つらくいやになってきました。でもそんな時に笑顔であいさつが返ってくると「がんばるぞ。」という気持ちになります。これからも毎日、だから元気なあいさつが返ってくるようがんばりたいと思います。

永年の功績が称えられて晴れの受章

平成21年春の叙勲

このほど発表された平成21年春の叙勲において、当市から初澤万男さん(下妻乙)が瑞宝小綬章に、堀口日出子さん(本宗道)が瑞宝双光章に、黒須和子さん(平方)が瑞宝単光章の荣誉に輝きました。

瑞宝小綬章
初澤万男さん

元茨城西南地方広域市町村
圏事務組合消防正監

瑞宝双光章
堀口日出子さん

保護司

瑞宝単光章
黒須和子さん

元下館河川事務所地下水位
観測員



黒須さんは、昭和42年から平成15年まで36年余の永きにわたり、利根川水系鬼怒川の平方地下水位観測所観測員として、毎朝夕水位観測に精励し治水事業の推進に多大な貢献をされました。

初澤さんは、昭和32年から平成11年までの永きにわたり、消防団員や消防署員として、消防力の強化・拡充を実現するために尽力されました。なお、平成2年から下妻消防署長、平成8年からは茨城西南広域消防本部の消防長として活躍されました。



堀口さんは、昭和58年から旧千代川村の保護司として、また、平成18年からは下妻市の保護司として、26年余の永きにわたり犯罪や非行に陥った人の更生保護に尽力されました。なお、現在も引き続き活躍されています。



千代川建設業協会から防犯ブザー寄贈
このほど、下妻市千代川建設業協会から千代川中学校の1年生に、防犯ブザーが寄贈されました。ブザーの大音量は、もしものときに周囲に危険を知らせ、相手を威嚇し連れ去りなどの犯罪を防ぐ効果があります。通学時やひとりで出かけるときに必ず携帯してほしいと寄贈されたものです。



ブザーが生徒に手渡される

防犯ブザーの寄贈は今回で6回目になります。



5月28日に下妻市文化団体連絡協議会（鈴木賢一会長）の記念講演会が市民文化会館で開催されました。今回の講演会は、講師に若者たちから「夜回り先生」と呼ばれ、日々、青少年の非行・薬物汚染・心の問題等に尽力し、更生と予防に取り組まれている水谷修氏を招き、「生きていくてくれてありがとう」夜回り先生からのメッセージというテーマでおこなわれました。

当日は招待された市内の中学生や高校生、一般参加者で会場に入れない人がでるほどの盛況ぶり、満員となった会場では水谷氏から熱のこもったメッセージが届けられました。

参加者からは、「水谷先生の熱意のある言葉が、心に染みしました。」「自分の行動を見つめなおしてみようと思いました。」「などの感想が寄せられました。

下妻市文化団体連絡協議会
記念講演会が開催される
夜回り先生からのメッセージ

おいしいお米を自分たちでつくろう
宗道小学校の児童が田植え体験



みんなとても楽しそう

ゴールデンウィークがあけたばかりの5月7日、宗道小学校の3年生から6年生までの児童199人が田植えの体験をしました。

この田植え体験は、地元区長さんの田んぼを借りて毎年おこなわれており、



やさしく教えてください

今年で6年目になります。

3年生の子どもたちは今回が初めての経験でしたが、地元の農家の方から稲の苗の植え方を教えてもらい、楽しく上手に？植えることができました。秋にはおいしいお米ができるのが楽しみです。

口頭詩
子どもの純粋な心のつばき



プレゼント

えびはら かれん
四歳十か月（法泉寺保育園）

ママ
おたんじょうびのプレゼント
なにがほしい
おふろのかびどりのおくすり
それとも
おちやわんあらうせんざい
それとも ハンドクリーム

【解説】

ママの喜ぶプレゼントは家事用品だと思っていたんですね。なんとその後のケアのハンドクリームまで！

でも、毎日の私の姿をちゃんと見てくれるんだと嬉しくなりました。どんなプレゼントよりも素敵なプレゼントだなど、とってよかったか気持ちになりました。

採集 母 海老原恵美子

小貝川フラワーフェスティバル
5月23日・24日
第18回 花とふれあいまつり
5月24日



- 1 今年初めての大声コンテスト
- 2 東部中学校吹奏楽
- 3 ウィマムの手作り加工品販売コーナー
- 4 千代川舞踊愛好会
- 5 ジャンパーベキュー
- 6 よさこいソーラン愛好会
- 7 村岡はやし連
- 8 下妻産のすいか“黒美人”を販売

市民文芸

俳句

母の日の母の知らざる八十路かな 加藤 保（加養）
夏は来ぬビー玉柄ののれん下げ 柴崎 久江（柳原）
雨あがり筑波山肌若葉燃え 松田 昭（皆葉）

短歌

大鉢の君子蘭の花咲き揃ひ 外山とく子（下妻乙）
「ただ今」と帰れる家のある幸を 外山 はま（下妻丁）
しみじみ思ひ茶をすすりを 外山 はま（下妻丁）
パンくずをまきし庭先に 外山富久子（下妻乙）
愛らしき二羽のむく鳥くび傾げる 外山富久子（下妻乙）
うす紅に地の面を染めし花はな華 増田 啓子（下妻乙）
やさしき風に身を起こしをり 増田 啓子（下妻乙）
今日はわが誕生日だよとポロニアの 木村 りん（下妻乙）
ピンクの小鉢われに購ふ 須藤恵美子（前河原）
信じてTVの前を動かす 須藤恵美子（前河原）
久々に予約の医師の診察に 本田 なか（下粟）
退転と聞き思わず涙す 本田 なか（下粟）
儘ならぬ日々の仕事に今日重ね 松田 昭（皆葉）
七十路の余生明日に生きて 松田 昭（皆葉）
四苦八苦電子申告やつと終え 松田 正義（原）
冷たく光る画面を閉じぬ 松田 正義（原）

強引な電話勧誘には毅然とした態度で

さまざまな商品やサービスの電話勧誘に頭を悩ませている方も多いことでしょう。

職場や家庭に勧誘の電話が…。
みなさんはどう対応していますか？

【事例】

「人権問題に取り組んでいる〇〇会のもので。社長さんはいらつしやいますか？…地域の人権問題をご存じですよね。人権問題についてみなさんに代わって取り組んでいるので、ご協力いただくために本のご購入をお付き合ってください。」と、電話があった。本の代金を聞き、6万円といわれたので断ると、

「人権問題を理解していただけないようですね。…まあ、とにかく送るから見てくださいよ。」と、威圧的な口調で押し切られてしまった。高額な本が送られてきたが、送り返



したらどんな嫌がらせをされるか心配だ。今回は買うしかないだろうか。

はつきり断る勇気を！

事例は、人権問題を扱っている団体を名乗る者からでしたが、そのほか、政治団体や環境団体を名乗った強引な勧誘もあります。

「お宅の町にもうちの関係者がいるので、まわさせてもらいますよ」という脅し的なことを言われることもありま

れるのは耐えられない」と感じることも多いでしょう。

ですが、一度相手の要求に応じると何度も高額な本や寄付金を要求されることもあるのです。

電話を受けたときは嫌な思いや恐怖もあるかもしれませんが、「購入するつもりはありません」とか「送ってきて着払いで送り返します」など、はつきりと断る勇気が一番大切です。

商品が届いてしまったら…

8日以内にクーリング・オフの通知を出し、商品を着払いで送り返すことができます。

また、はつきりと断ったにも関わらず送りつけてきた場合は、商品を受取拒否することもできます。

困ったら相談を

クーリング・オフの通知方法や契約トラブルなどでお困りのときは、消費生活センターにご相談ください。

下妻市消費生活センター
(千代川庁舎内)
☎44・8632

歯周病とは

歯ぐきの病気で、以前は歯槽膿漏と呼ばれていました。

歯の周りにたまった歯垢(プラーク)にいる歯周病菌が原因で、歯肉に炎症が起ります。そのままにしておくと歯槽骨(歯を支えている骨)が破壊され、歯が抜けてしまいます。

さらに、歯周病菌は「心疾患・心筋梗塞」「早産による低体重児出産」「脳卒中」「糖尿病」などとの関連が報告されています。

次のような症状はありませんか？

- 歯を磨いたら、歯ぐきから出血する
- 歯ぐきが赤くなっている
- 歯と歯の間の歯ぐきが腫れている
- 腫れている歯ぐきを指で押すと膿が出る
- 口臭が気になる
- 歯ぐきが下がっている
- 歯がすいて、食べ物がはさまりやすくなった
- 歯がぐらついてきている など

歯ぐきを鏡でよく見てください！

このような症状があったら、歯科医

院を受診しましょう。

歯周病は、高血圧や糖尿病と同じ生活習慣病ですが、予防のできる病気です。

歯周病予防のポイント

- 正しいブラッシング
歯ブラシだけでは歯垢を完全に除去できないので、歯間ブラシやデンタルフロス(糸ようじ)を使ったり、歯磨き剤や洗口液を使ってみましょう。
- かかりつけの歯科医を持ちましょう
定期的な検診とアドバイスを受ける。
- 栄養のバランスのとれた食生活
- ストレスをためない規則正しい生活を心がけましょう
- 禁煙しましょう

健康な歯ぐきで8020をめざしましょう！

健康についての問い合わせは…
保健センター ☎43・1990

見学随時受付

無料駐車場 100台完備

map

http://WWW.shimotsuma-sportsclub.com

下妻市田下35-1(旧294号沿) TEL:0296-43-0224

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

各種相談 7月

区分	日時	場所	問い合わせ
心配ごと相談	7月14日・21日・28日(火) 午後1時30分～3時30分 受付：午後1時15分～3時 ※法律相談は14日と28日(予約制)	下妻公民館 2階 小会議室 ※21日は第二庁舎3階中会議室 (法律相談は2階学習室)	社会福祉協議会 ☎44-0142
行政相談	7月10日(金) 午後1時30分～3時30分	千代川公民館 1階 小会議室	秘書課 ☎内線1212
	7月17日(金) 午後1時30分～3時30分	下妻公民館 1階 和室	
人権相談(困りごと)	7月24日(金) 午後1時30分～3時30分	下妻公民館 2階 小会議室	人権推進室 ☎内線1583
こころの健康相談	7月8日(水) 午後1時～3時(予約制)	第二庁舎 3階 小会議室	福祉事務所 ☎内線1573
消費生活相談	月・火・木・金曜日 午前9時～正午 午後1時～4時30分	下妻市消費生活センター (千代川庁舎内)	消費生活センター ☎44-8632
納税相談	夜間納税相談 7月2日(木) 午後5時30分～7時30分 休日納税相談 7月26日(日) 午前8時30分～午後5時	本庁舎 1階 収納課	収納課 ☎内線1363～1365

6月の納税 納期は6月30日です

[税目] [口座引落日]
市・県民税(第1期) 6月30日

コンビニや郵便局でも税金が納付できるようになりました。コンビニエンスストアで、曜日や時間を気にすることなくいつでも納付できます。また、ゆうちょ銀行・郵便局(関東各都県と山梨県のみ)でも納付できます。

テレフォンサービス

火災・災害のとき ☎44-3111
市役所などの行事・催し物 ☎43-4000

5月の交通事故

—累計—
発生件数 23(19) 97(127)
死亡 1(0) 3(1)
負傷 30(28) 116(173)
()内は前年

下妻市の人口・世帯

—6月1日現在—
人口 45,466人(－10)
男 22,709人(－18)
女 22,757人(+8)
世帯数 15,196世帯(+9)
()は前月比

下妻市の面積

面積 80.88km²



現在の騰波ノ江駅の様子です。建てかえられた駅舎と古いタイプの列車。毎月第3土・日には、ステーションギャラリーが開かれ、鉄道模型も走ります。

今月の表紙

今回取り上げている騰波ノ江駅ですが、今年28日の日曜日は、この駅をスタートして、大宮のあじさい苑や砂沼のあじさいを見ながら、ピアスパークしもつまへのコースで「駅からハイキング」が催されます。あじさいが咲く初夏の風景をぜひ楽しんではいかがでしょう…。



編集デスク

健康カレンダー Health Calendar

7月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 ④ 西南医療 のびのび遊びの広場 10:00～10:30 1歳児相談 13:30～13:50	3 ぴよぴよ教室 10:00～10:30 5か月児健診 13:30～13:50	4 ④ 西南医療
5 ④ 西南医療 ⑤ 湖南病院/ ときたクリニック	6	7 ④ 西南医療 元気アップ教室 9:30～10:30	8	9 ④ 西南医療 キッズらぶ(親子リトミック) 10:00～10:30 1歳6か月児健診 13:30～13:50	10 3歳児健診 13:30～13:50	11 ④ 西南医療
12 ④ 友愛記念 ⑤ 浅田医院	13	14 ④ 西南医療	15 ポリオ生ワクチン 14:00～14:30	16 ④ 西南医療 すくすく相談 13:30～	17	18 ④ 西南医療
19 ④ 西南医療 ⑤ 古橋医院	20 ④ 西南医療 ⑤ 平間病院	21 ④ 西南医療 胃がん・大腸がん検診 豊加美市民センター 6:30～9:00	22 胃がん・大腸がん検診 働く婦人の家 6:30～9:00	23 ④ 西南医療	24 後期マタニティ&マザロン 13:30～16:00	25 ④ 西南医療
26 ④ 西南医療 ⑤ まつたこどもクリニック	27 すくすく相談 13:30～ 胃がん・大腸がん検診 下妻市保健センター 6:30～9:00	28 ④ 西南医療 胃がん・大腸がん検診 大宝公民館 6:30～9:00	29 胃がん・大腸がん検診 大宝公民館 6:30～9:00	30 ④ 西南医療 胃がん・大腸がん検診 上妻市民センター 6:30～9:00	31 胃がん・大腸がん検診 上妻市民センター 6:30～9:00	

○茨城子ども救急電話相談

ブッシュ回線の固定電話・携帯電話からは局番なしの #8000
すべての電話から ☎029-254-9900
相談日時365日/午後6時30分から午後11時30分

○茨城県救急医療情報コントロールセンター

休日や夜間に小児科の医療機関をお探しのときは ☎029-241-4199
年中無休/24時間対応

○茨城県救急医療情報システム

www.qq.pref.ibaraki.jp/

○夜間応急診療所

保健センター内 ☎43-1990
土・日・祝日(1月1日を除く)
午後7時から翌朝7時

⑤ 休日在宅当番医

午前9時30分～午後4時
湖南病院/ときたクリニック ☎44-2556
浅田医院 ☎44-3957
古橋医院 ☎44-2792
平間病院 ☎43-5100
まつたこどもクリニック ☎30-5558

④ 小児救急当番医

火・木曜：午後6時～翌朝8時
土曜日：午後6時～午後11時
日曜・祝日：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

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

日本司法書士会連合会
法テラス下妻法律事務所
〒304-0063 下妻市小野子町1-66 JA常総ひかり
県西会館1階 TEL 0503383-5393
茨城県弁護士会所属 弁護士 萩原 慎二 弁護士 大伴 理恵

法テラスは国が設立した法人です。当事務所では、民事法律扶助制度を利用した無料法律相談を行っています。(※扶助制度を利用するに当たり、一定の資力要件が必要となります)