



CONTENTS

- 2 平成22年国勢調査
- 4 都市公園整備状況・防犯パトロール隊発足
- 5 市体育協会クラブ紹介
- 6 ふるさとまつり連合渡御・Eポート大会
- 7 千人おどり・砂沼の花火大会

- 8 まちのわだい
- 11 口頭詩・市民文芸
- 12 消費生活まめ知識・健康ちょっと一言
- 14 健康カレンダー・各種相談・9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

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。



しょう
倉持 翔ちゃん(下妻乙)
～知紀・ゆり子さんの長男～

いつもお姉ちゃんと一緒に踊ったり、遊んだりするのが大好きな翔。

最近では男の子らしく自動車に夢中で、車の音が聞こえるとベランダに猛ダッシュ!!“オオー”“ブーブー”と大興奮の毎日です。

これからも、お姉ちゃんや弟、みんなといっぱい遊んで、いっばい笑おうね。



りくと
川田 陸人ちゃん(原)
～登・朱美さんの次男～

いつも元気いっぱい、いやしの笑顔をつりまく陸人。

最近では、覚えた歌や仮面ライダーの真似をして、みんなを楽しませています。その時の姿は、とても愛らしいです。

これからも、素直で、兄弟なかよく、優しい子に育て下さいね。



しおん
飯村 紫音ちゃん(高道祖)
～聖太・瞳さんの長男～

好奇心が強く、いたずらっ子な紫音。

なのに人前に出るといつも後ろにかくれてしまう恥ずかしがりやさん。

来年は幼稚園。たくさん友達つくて、元気で心の優しい子に育ってほしいです。

さわやかリレー

～わたしからあなたへ～ VOL.57

前月登場の**塚本 千代子**さんからの紹介



「うけつぐ」
鯨井 道子さん(砂沼新田)

屋久島を訪ねて、雪の中の縄文杉を仰いだ。樹齢六千年ともいわれる大樹の年輪を見ると、百年がわずかに一センチメートル余、この一センチが人の生涯の長さであることを知らされた。下妻に生まれて、下妻に育ち、下妻に住んで今、仕事に、家事に、趣味にゴルフ・俳句をする傍ら、庭に六十本もの薔薇を育てている。二年前に他界した夫が、大切に大切に育てていたのを受け継いだ。薔薇は、手間のかかる植物で、手を抜くことが

出来ない。まるで子供を育てる様に、向き合う。だから可愛い。仕事が終わって日の落ちる頃、薔薇は、私を待っていてくれたかの様に輝き始める。ほっとする瞬間に明日への活力が生まれる。受け継いでよかった。一センチ余の生涯だから、精一杯生きて、家族に、仲間に、次の世代に、自分の出来る限りのことを、知っている限りのものを、継いで行きたいと思う。

広報しもつま平成22年9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

平成22年10月1日

国勢調査が実施されます

みなさまのご協力をお願いいたします！

平成22年国勢調査について

国勢調査は、日本の人口や世帯の実態を明らかにすることを目的として行われる、国の最も重要な統計です。日本国内に住んでいる全ての人・世帯を対象として大正9年以来5年ごとに行われ、今回が19回目となります。

下妻市の取組み

国勢調査を円滑にかつ効率的に進するため、平成22年6月4日付けで、「平成22年国勢調査下妻市実施本部」を設置しました。

調査期日・調査対象

平成22年10月1日現在、下妻市内

主な調査項目

にふだん住んでいる全ての人を対象として調査を行います。下妻市内に居住する外国人も対象となります。

世帯員に関する事項…

男女の別、出生の年月、就業状況など

世帯に関する事項…

世帯員の数、住宅の種類など

調査の方法

調査は、9月中旬から国勢調査員が各世帯を訪問し、調査票を配布します。

調査員による「書き方の説明」とおり記入してください。

提出方法

調査は回答しやすく、また提出しやすい調査とするため、次の2つの方法がありますので、どちらかひとつを選んで提出してください。

①封をした「調査書類収納封筒」を直接調査員に提出する。

②「郵送提出用封筒」(料金受取り払い)により、郵送で提出する。

守秘義務と報告義務

国勢調査員をはじめとする調査関係者には、統計法により個人情報保護するための厳格な守秘義務があり、記入していただいた内容は、統計の作成以外に使用することはありません。

また、調査票は外部の人の目にふれないように厳重に管理されます。

統計法では調査対象者に対し、調査票に記入し提出する義務(報告義務)が定められています。

問い合わせ先

平成22年国勢調査下妻市実施本部
市企画課 統計係内
☎内線1315・1316

国勢調査コールセンター

調査票記入についての問い合わせは、コールセンターで9月11日から受け付けています。

☎0570・01・2010
(ナビダイヤル)

ナビダイヤルの通話料金は、一般の固定電話の場合、全国一律に市内通話料金でご利用いただけます。携帯電話の場合、所定の通話料金となります。

設置期間

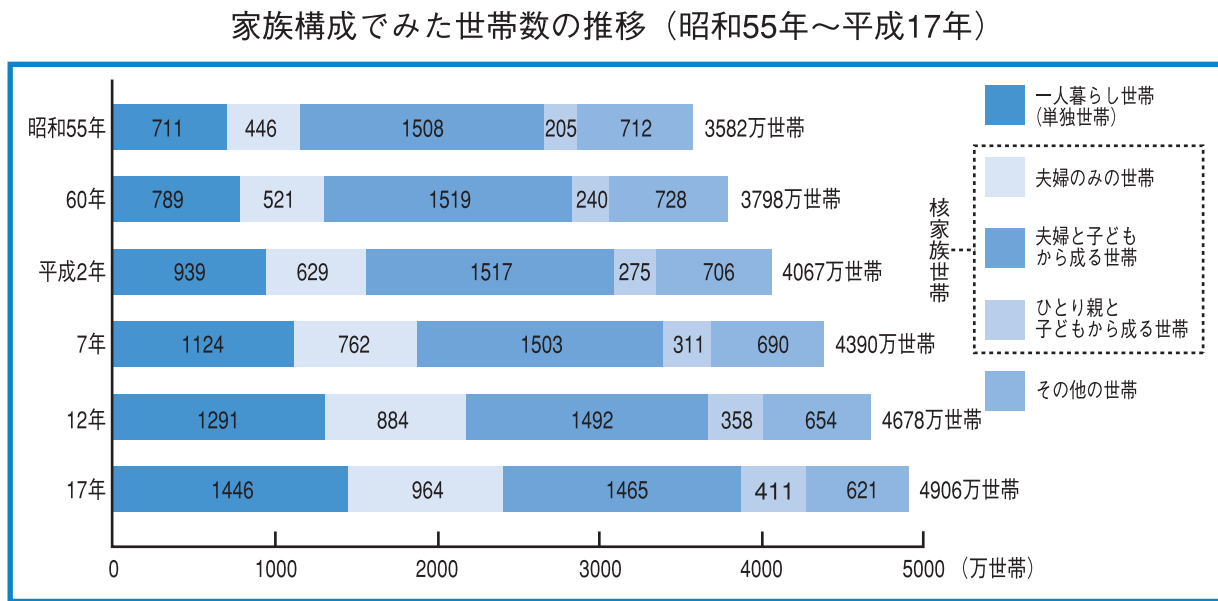
平成22年9月11日から10月31日まで

受付時間

午前8時から午後9時まで
(土・日・祝日もご利用できます)

国勢調査でわかること

日本の今を知り、日本の未来を考える

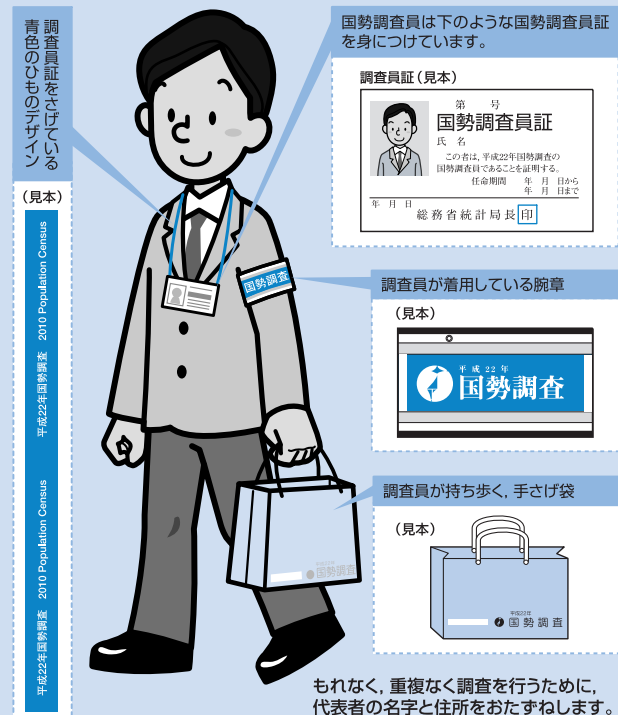


平成17年国勢調査の結果によると、典型的な世帯といわれる「夫婦と子供から成る世帯」は1465万世帯と一般世帯全体の29.9%を占めています。また、「一人暮らし世帯」も1446万世帯と29.5%を占めています。

このように、「夫婦と子供から成る世帯」と「一人暮らし世帯」は共に約3割を占めていますが、「一人暮らし世帯」は平成12年調査と比べ155万世帯の増加と家族構成でみた世帯数の中で一番多く増加しており、今後も多くなると考えられます。

国勢調査員とは

国勢調査員は市区町村の推薦に基づいて総務大臣が任命した非常勤の国家公務員です。



もれなく、重複なく調査を行うために、代表者の名字と住所をおたずねします。

ご注意ください

●下妻市では、今回の国勢調査はインターネットによる回答方式は実施しません。(東京都内においては、モデル地域として先行的に実施されます。)

●前回の調査では、国勢調査をよそおった「かたり調査」があったことが報告されています。不審な訪問者や、不審な電話・電子メールなどにご注意ください。

●国勢調査では、電子メールでおたずねしたり、金品を請求することはありません。

●調査は9月中旬から、国勢調査員証を持った調査員がご自宅へお伺いします。(国勢調査員証には、皆さんにご理解いただくため、調査員の写真が貼り付けてあります。)

●不審な点がございましたら、必ず「国勢調査下妻市実施本部」までお問い合わせください。

Let's スポーツ！～私たちと一緒に スポーツを楽しみませんか～

活動内容紹介

■下妻ソフトテニススポーツ少年団（下妻JSTクラブ）

こんなクラブです。



全日本ジュニア大会入場風景

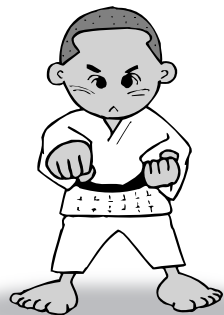
★PR：生涯スポーツとして最適なソフトテニス、心身ともに柔軟な小学生の時期から正しい基本を身につけ、各種資格の取得や、関東・全国大会など各種大会への参加を通じ、県内外の選手との交流もできます。みなさまの参加を心よりお待ちしております。

★会員数：女子31名・男子3名 合計34名で週3回活動中。

問い合わせ 落合和美 下妻乙893-10 ☎44-6225

■下妻市空手協会

こんなクラブです。



★PR：当協会では、現在三つの道場が活動しています。三道場がそれぞれ特色ある稽古や運営を展開していますので、事前に連絡のうえ、見学して適性を見極め入門してみませんか。

詳しくは、(社)日本空手協会下妻支部 早浦館のホームページをご覧ください。

URL：www.jka-ibaraki.com/shimotsuma/

道場名：①社団法人日本空手協会下妻支部 早浦館道場(全空連加盟)

②国際武道空手連合 三心塾

③健康空手道会

問い合わせ 三浦 仁 下妻乙350 ☎44-2367

■下妻市ダンススポーツクラブ連合会

こんなクラブです。



下妻市ダンススポーツの集い

★PR：ダンスを通じた、美容と健康、そして仲間づくりのためにも、ぜひお友だちと一緒に入会してはいかがでしょうか。総会兼交流会・年2回のダンスパーティーの主催や、暑気払い・宿泊研修会・新年会なども実施しています。

また、砂沼フェスティバル、近隣市町のダンスパーティーなどにも参加し交流を深めています。

★会員数：7団体 95名

問い合わせ 野村 とき子 半谷588 ☎43-0786

公園の環境整備を進めています

市内には12の都市公園があり、たくさんの方に利用されていますが、多くの樹木が成長し「密植」状態となった公園が増えてきました。放置すると根が張り切れず倒木などの危険性が高くなったり、枝葉が増え薄暗い場所ができるなど、利用者の安全確保や防犯上の問題も懸念されます。



整備前



整備後

明るく見通しも良くなり、子どもたちも安心して遊べる公園になりました。

これにより、一時的には緑が少なくなる場合もありますが、適切な手入れは樹木の健全な成長にもつながるとともに、うっそうとした公園が明るく安全な公園となるなど、利用者みなさまからも評価をいただいています。

また、公園施設には樹木の他にベンチや遊具などありますが、これらも危険度や修繕費用などを考慮し、順次整備を行ってまいりますので、計画的な公園づくりにみなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

自分たちのまちは、自分たちで守る

「小野子町内防犯パトロール隊」が発足しました

安全で安心なまちづくりのためにと、「小野子町内防犯パトロール隊」が結成され、その発足式が8月9日、小野子公民館(観音堂)で行われました。

当初は地区内に発生する犯罪や火災などを未然に防ごうと、5月から有志6人で自主パトロールを続けていましたが、このたび町内会の承認を得て、市民自警団として正式に誕生しました。

「自分たちのまちは、自分たちで



守る」を合言葉に、隊員たちのパトロールが連夜続いています。

110番6つのポイント

次ことに注意して、あわてずに通報してください！

- ①事件ですか、事故ですか？
 - ②それはいつですか？
 - ③場所はどこですか？
 - ④犯人を見ましたか？
 - ⑤車のナンバーは見ましたか？
 - ⑥現場はどうなっていますか？
 - ⑦(けが人はいいますか？ 被害状況は？)
 - ⑧(あなたが何を教えてください。)
- (通報者のお名前・住所・電話番号など)



すごーく暑かった夏

千人おどり、砂沼の花火大会・8月7日



そして楽しかった夏

ふるさとまつり連合渡御・7月31日



Eボート大会・8月8日



まちのわだい

市内でおこなわれた各種行事や地域話題など…
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)



おいしい梨をお届けします

梨の出荷報告

猛暑が続く今年の夏、作物への影響も心配されましたが、梨の出荷が順調に始まり、その報告が8月9日、下妻市果樹組合連合会からありました。

今年の梨は、猛暑の影響はいくぶん小ぶりですが、その分甘みは充分とのことで、概ね8月が「幸水」、9月に入り「豊水」「あきづき」が出荷されます。

また、出荷数は少ないですが下妻ブランドとして売出し中の「甘熟なし」は、甘い香りが魅力の逸品です。

今年もいい梨がとれました

上本部・本城地区商工親睦会と、相原山・上宿・坂本・本宿本城の子ども会が共催で、子どもたちの夏の思い出にと「上本部納涼祭」を8月21日、法泉寺保育園駐車場で開催しました。

わたアメ・焼きそばなどの模擬店や輪投げゲームなどを楽しんだ後は、キャンプファイヤーや花火で、楽しい夏の夜をすごしました。

「中山全さん（本城町）からのお便りです。」

地域が一体となつて

上本部納涼祭



よーし、たくさんとっちゃうから

親子でふれあうひととき

宗道小学校で夕遊まつり

夏休みを利用して、親子でそして地域の方ともふれあいを図ろうと、学校とPTAが中心となり「夕遊まつり」を8月22日、宗道小学校で開催しました。

かき氷・ヨーヨーつりなどの模擬店には行列ができ、親子大玉送りゲームでは熱戦が繰り広げられるなど、楽しい夏の思い出ができました。



うまく見つかるかな

オオムラサキと森の文化の会では、国蝶のオオムラサキをもっと理解してもらおうと、「オオムラサキ観察会」を7月25日、小貝川ふれあい公園・オオムラサキの森で開催しました。

また、河川を管理する下館河川事務所からも説明があり、川の成り立ちやしくみなども知ることができました。ゴミ拾いも行い河川美化に協力しながらの観察会では、熱心に説明を受け、オオムラサキを探しながら森の中を散策しました。

はばたいている姿が見られたかな

オオムラサキ観察会

わらべうたあそびランドでは、春に植え付けたトウモロコシを収穫してみんなで食べようと、「トウモロコシを食べよう会」を7月25日、神明集落センターで開催しました。

トウモロコシの成長を通じ自然とのふれあいを知り、また、当日はスイカ割りなども行い、親と子がおいしさと楽しさでふれあう大切なひと時をすごしました。

大きな実が収穫されました

トウモロコシを食べよう会



どれから食べようかな



ふわふわのワタアメはいかが

下妻市華道文化協会では、夏休みを利用してたくさんの方々にいけ花にふれていただくようと、「夏休みいけ花体検教室」を8月21日、下妻公民館で開催しました。

夏休みとあつてたくさんの方々が参加しましたが、思い思いにいたいけ花に講師から指導を受けたあとは、そのできばえに満足そうな笑みがこぼれていました。



とってもきれいにできたね

自分の部屋にもかざりたいな

夏休みいけ花体検教室



練習の成果を発揮します

この夏開催される、中学校総合体育大会の関東及び全国大会に出場する、市内各中学校の生徒18名が、8月5日、市役所へ出場報告に訪れました。

下妻中学校からは柔道、東部中学校からは男子ソフトボール・柔道・水泳、千代川中学校からは柔道・水泳が出場することになりました。

選手からは「暑さに負けず精一杯を出したいです」など、力強い決意表明がありました。

関東・全国大会の活躍を誓い

下妻・東部・千代川中学校生が市役所を訪問

ご存じですか？この数字

273

<H22全国キャラバンメイト資料>

この数字は市内の認知症サポーターの人数です。介護保険課で行っている「認知症サポーター養成講座」を受けた方が認知症サポーターとなります。認知症を正しく理解し、認知症の方や家族を地域で温かく見守る応援者です。

下妻市地域包括支援センター

- ・地域包括支援センターは高齢者やその家族、地域の皆様の総合相談窓口です。
- ・介護・医療・福祉についてお困りのことがありましたら、お気軽にご相談下さい。

問い合わせ
介護保険課 ☎内線 1 5 4 3

口頭詩

子どもの純粋な
心のつぶやき

あったか

初澤 翔生

五歳四か月（法泉寺保育園）

ママ

あったかいごはんを

たべると

こころもあったかくなるよ



【解説】

夕飯の時に、少し冷めてしまったごはんをそのまま食べようとした時に、「レンジでチンすれば？そうしたら…」と言って出た言葉です。慌ただしく過ごしている毎日ですが、この言葉で心がほっと温かく穏やかになりました。

採集 母 初澤直美

市民文芸

俳句

少年の志膨らむ雲の峰

程山 静子（大園木）

補聴器に頼り色なき風の中

山本 一步（下妻乙）

新涼や貴船神社の水みくじ

木村まり子（加養）

短歌

朝々に鏡に写る片ゑくぼ
亡母に似たとへこませてみる 永瀬 光（伊古立）

友と二人つくばのホテルに一泊の
夜景をたのしむ刻を忘れて 本田 なか（下栗）

西空にわずかに残る夕日見て
地下足袋を脱ぎ今日も終りぬ 松田 昭（皆葉）

梅雨晴れに庭師の入りて響かする
剪定鋏の音小気味よし 吉原 真子（高道祖）

難聴のわれに聞こゆる鳥の声
にごらぬものに耳は応ふる 渡辺 恵美（下妻丁）

サッカーのW杯に日本中の
老いも若きも沸きに沸きたり 外山とく子（下妻乙）

熱帯夜眠れぬままに短歌を詠み
なかなか出来ぬ駄作ばかりで 外山富久子（下妻乙）

えごの木にドレミドレミと青き実の
風立ちをれば振子のごとし 増田 啓子（下妻乙）

五能線の窓より望む日本海
夕べしらしらと沖にたつ波 山本せい子（下妻丙）

交通事故ゼロを願ひ

全国交通安全啓発キャラバン隊

交通安全意識を高めようと、8月23日水戸市を出発した「全国交通安全啓発キャラバン隊」の県内リレーが24日下妻市を訪れ、内閣府特命担当大臣のメッセージ伝達式が千代川公民館で、交通安全運動関係者約200人が参加し開催されました。

メッセージは、隊長の県交通安全母の会連合会長から市長に伝達され、市長は、「交通事故を絶滅するため、市民が一丸となって交通安全運動を推進すること」を伝え、キャラバン隊の活躍を願いました。



白バイ隊の先導でスタートです



メッセージが伝達されました

モータースポーツのメッカ筑波サーキットが、創立40周年をむかえ記念イベント感謝祭「筑波サーキットで夏祭り」を、8月15日に開催しました。

レース車のデモンストレーション走行やキッズバイク試乗会をはじめ、下妻青年会議所の協力による下妻名産品の大食い大会（豚丼）など、おとなから子どもまで楽しめるイベントが、普段なかなか入ることのできないパドックやコースで行われ、サーキットを間近で体験することができました。

週末は迫力満点のレース観戦に出かけてみてはいかがでしょうか。



プロの技です、まねしないでください



女性ライダーになっちゃおうかな

地域のみなさんの支えもあって

筑波サーキット創立40周年



住宅用火災警報器の 訪問販売にご注意！

下妻市では条例により、新築住宅は住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。既存の住宅についても、平成23年5月31日までに設置が義務付けられています。

そこで注意していただきたいことが：

【事例1】

「点検」と言って高額な火災警報器を設置された。

知らない男性が来て、何かの点検だと言った。よくわからないままドアを開けると、突然台所・玄関・和室に次々と火災警報器を取り付けた。

「みんながつけることに決まったから」と言われた。そういうものかと思いい9万円を支払った。

【事例2】

取り付けないと罰せられると言われた。

男性が、「火災警報器を取り付けない

と罰せられる。」と言って警報器を売りに来た。

【事例3】

「市役所から来た」と言い、強引に取り付けられた。

「市役所から来た」と訪問され、訳がわからないまま警報器を4か所取り付けられ5万円を支払った。

領収書もなにももらっていない。市役所と関係があったのか。

ひとことアドバイス

●不審な訪問販売や電話勧誘があった場合は、家族や消費生活センターなどに相談しましょう。

●公的機関（消防署や市役所など）が、訪問し販売することはありません。

●訪問販売や電話勧誘販売の場合、クーリング・オフ（無条件解約）することができます。

●設置についての詳しいことは、最寄りの消防署にお問い合わせください。

下妻消防署 ☎43・1551

健康一言

女性を守る、乳がん・子宮がん検診

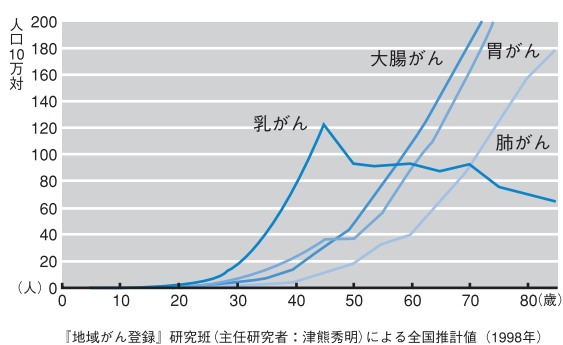
勇気をもって検診を

20人の女性のうち1人が発症、とくに40歳代の女性にできるがんの約半分を占め、発生率はこの20年間で約2倍に増加、これが乳がんの現状です(図1)。

だれが乳がんになっても不思議はなく、初めて検診を受け早期の乳がんが見つかる方や、お友達が乳がんになり心配になって検診を受けたら自分も見つかった方などもあります。

20歳になったら子宮がん、30歳になったら乳がん検診を年1回は受けましょう。

（図1）女性の部位別がん発生率



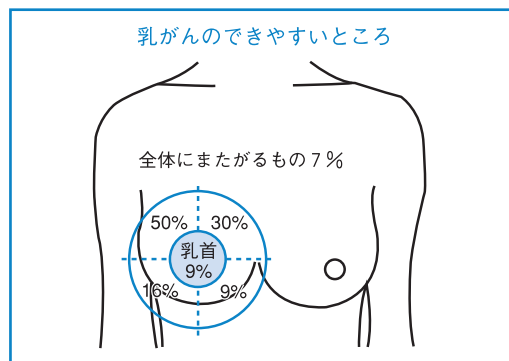
がんの死亡率を下げるがん検診

がんは遺伝すると思われていますが、遺伝によるがんは5%程度です。むしろ喫煙、食生活及び運動等の生活習慣が原因であることが多く、これらに気をつけ少しでも発がんリスクを下げるのが大切です。

しかし、生活習慣に気をつけてもリスクをゼロにすることはできません。そこで重要となるのが、定

期的な検診です。

欧米も日本と同様、乳がんの患者は年々増加していますが、日本と違い検診受診率が高いため死亡率は年々下がってきています。



無料クーポン券によるがん検診

女性特有のがん（子宮頸がん、乳がん）は、他のがん検診に比べさらに受診率が低いことから、国は女性特有のがん推進事業として、一定の年齢に達した女性に対し、無料クーポン券・検診手帳を配布し、受診率向上を図っています。

今年度の無料クーポン券対象者は下記の通りです。市から受診券を送付しましたので、ぜひお受けください。

昨年4月2日から今年の4月1日までの間に次の年齢になった方

子宮頸がん検診：20歳、25歳、30歳、35歳及び40歳

乳がん検診：40歳、45歳、50歳、55歳及び60歳

無料クーポン券対象年齢以外の方には市の補助がありますので、集団もしくは医療機関でのがん検診をご利用ください。

健康についての問い合わせは…保健センター ☎43-1990

休日相談日のお知らせ

契約トラブルや多重債務、消費生活についてのトラブルでお悩みの方、休日にも相談できます。電話または面接相談のいずれも可能です。

■相談日 9月26日(日)

■時間 午前9時～12時

■場所 下妻市消費生活センター

(市役所千代川庁舎1階)

☎44・8632

クーリング・オフは

- 必ずハガキで
- 裏・表ともコピーを取って
- 契約日を含め8日以内に（マルチ・内職商法は20日以内）
- 「特定記録郵便」または「簡易書留」で
- 自分で店に出向いたり・通信販売・自動車などクーリング・オフできないものもあります。

契約解除通知

契約日	平成〇〇年〇月〇日
商品名	〇〇〇〇
金額	〇〇〇〇円
販売会社名	〇〇〇〇
担当者	〇〇 〇〇
上記日付の契約を解除します。	
支払った〇〇〇〇円を返金し、商品を引き取ってください。	
平成〇〇年〇月〇日	
茨城県下妻市△△△〇-〇〇番地	
〇〇 〇〇	

※詳しいことは、消費生活センターまでお問い合わせください。

各種相談 10月

区 分	日 時	場 所	問 い 合 わ せ
心配ごと相談	10月12日・19日・26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12日と26日（予約制）	下妻公民館 2階 小会議室 （法律相談は2階学習室） ※12日は第二庁舎中会議室に 変更になります	社会福祉協議会 ☎44-0142
行政相談	10月21日（木） 午前10時30分～午後3時 ※10月の相談は、一日合同行政相談 （10月21日）のみの開催となります。	下妻公民館 2階 大会議室	秘書課 ☎内線1212
人権相談（困りごと）	10月22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	10月13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～12時 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 10月7日（木） 午後5時30分～7時30分 休日納税相談 10月31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1362～1365

9月の納税 納期は9月30日です

[税目]

[口座引落日]

国民健康保険税（3期）

介護保険料（3期）

後期高齢者医療保険料（3期）

9月30日

※コンビニエンスストアで税金など（後期高齢者医療保険料をのぞく）の納付ができますのでご利用ください。

8月の交通事故

—累計—

発生件数 20(10) 158(135)

死 亡 1(0) 4(3)

負 傷 22(18) 218(169)

()内は前年

下妻市の人口・世帯

—9月1日現在—

人 口 45,289人（－20）

男 22,642人（－20）

女 22,647人（ 0）

世帯数 15,337世帯（＋4）

()は前月比

下妻市の面積

面積 80.88km²

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

今月の表紙



保健センターで開催された、「パパのための沐浴講座」です。
なれない手つきのお父さん、それを見守るお母さん。子育ては夫婦の助け合いが大切ですね。

編集デスク

私の職場は窓の外に、ゴーヤでできた緑のカートンが掛かっています。まだ小さいと思っていたゴーヤの実も、気づかぬうちに大きくなり成長の速さを感じています。
大きくなったものから収穫し配布をしていましたが、私も数本いただき、先月号の広報で紹介したゴーヤのマリネに挑戦しました。
簡単に調理できて夏バテ防止に、さらには暑さもやわらげてくれる一石二鳥のゴーヤのカートン、来年は私もチャレンジしたいと思います。(N)

健康カレンダー Health Calendar 10月

日	月	火	水	木	金	土
					1 遊びの交流会 千代川緑地公園 10:00～10:30	2 ☎ 西南医療
3 ☎ 西南医療 ☎ 坂入医院	4	5 ☎ 西南医療 元気アップ教室 9:30～10:30 すくすく相談 13:30～	6	7 ☎ 西南医療 乳がん検診 下妻保健センター	8 乳がん検診 下妻保健センター	9 ☎ 西南医療
10 ☎ 西南医療 ☎ 軽部病院	11 ☎ 西南医療 ☎ 浅田医院	12 ☎ 西南医療 乳がん検診 下妻保健センター	13 乳がん検診 下妻保健センター	14 ☎ 西南医療 乳がん検診 下妻保健センター	15 乳がん検診 下妻保健センター	16 ☎ 西南医療
17 ☎ 友愛記念 ☎ 古橋医院	18	19 ☎ 西南医療 5か月児健診 13:30～13:50	20 バクバク離乳食教室 9:45～10:00 ポリオ生ワクチン 14:00～14:30	21 ☎ 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	22 前期マタニティ&ママサロン 13:30～15:30	23 ☎ 西南医療
24 ☎ 西南医療 ☎ とやまクリニック	25	26 ☎ 西南医療 ベビー&ママ体操 10:00～10:30	27	28 ☎ 西南医療 1歳6か月児健診 13:30～13:50	29 3歳児健診 13:30～13:50	30 ☎ 西南医療
31 ☎ 西南医療 ☎ 平間病院						

☎ 小児救急当番医

火・木曜：午後6時～翌朝8時
土曜：午後6時～午後11時
日曜・祝日：午前8時～午後6時
※土曜日の午後11時以降、日曜日の午前0時～午後8時の救急搬送は通常通り西南医療センター
病院で受け入れますが、直接来院の方は原則として小児科医の診察はありません。
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

茨城子ども救急電話相談

毎日の夜間／午後6時30分から午後11時30分
休日の昼間／午前9時から午後5時
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
※すぐ受診させた方がよいのか、様子をみても大丈夫なのか不安なときは、ご相談ください。

☎ 休日在宅当番医 午前9時30分～午後4時

坂入医院 ☎43-6391
軽部病院 ☎44-3761
浅田医院 ☎44-3957
古橋医院 ☎44-2792
とやまクリニック ☎30-5010
平間病院 ☎43-5100

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

○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/