



CONTENTS

- 2 新年のごあいさつ
- 4 広報しもつま等への広告募集
- 5 ふるさと博物館企画展
- 6 まちのわだい

- 9 口頭詩・市民文芸
- 10 消費生活まめ知識・健康ちょっと一言
- 12 健康カレンダー・各種相談・1月の納税・市の人口
- 14 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。



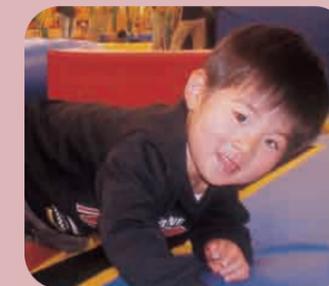
大関 はるかちゃん(下妻丙)
～正継・知子さんの次女～

わたしのお姉ちゃんは下妻MBCでミニバスをやっています。練習や試合のときは、いつも見に行きます。お姉ちゃんのドリブルはかっこいいです。
わたしは、下妻MBCのアイドルです。
好きな食べものは、ももです。好きなテレビはアンパンマンです。



中山 万愛ちゃん(渋谷)
～裕康・有香さんの長女～

たくさん言葉を覚えて、お話上手な万愛。
一生懸命、話をして、うれしそうにはにかむ笑顔にいつも元気をもらっています。
「写真をとるよ」と声をかけると、お気に入りのソファに移動し、ポーズを決め、すました顔で、カメラ目線のできあがり。
これからも、かわいい笑顔の絶えない万愛でいてね。



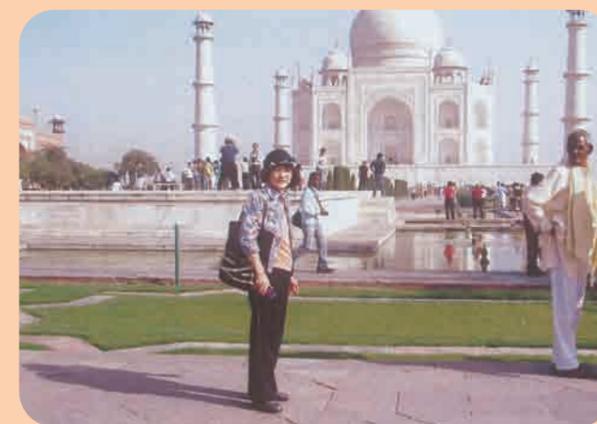
渡邊 悠太ちゃん(下妻丙)
～義徳・雅子さんの長男～

さかなや動物が大好きな悠太。動物園に行くとき声をあげてはしゃいで喜びます。
弟とおもちゃの取り合いをしてケンカしていますが、とても仲良く遊んでいます。
おおらかで思いやりのある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.61

前月登場の菊池 博子さんからの紹介



「一期一会を大切に」
井上 静江さん(下妻乙)

主人が他界して、早くも二十六年を数えております。
当時、十六歳だった息子も多く皆様の支援ご鞭撻をいただき、今はお陰様で三人の女の子の父親となり、しっかりと母さんをお囲み楽しく明るい家庭を作っております。
今は、息子夫婦と孫たちに囲まれてとても幸せな毎日です。
今年は大好きな、海外旅行でインドに旅をしてみました。
悠久の都三千年もの年月を越え凛々しく、美しいタージマハルは、見る人々を虜にするには十分すぎる感動でした。これからは世界遺産を追い求めながら、これからは

仕事の合間を見て、一期一会を大切に、ある人との出会いで陶芸に時間を費やし、陶芸の難しさに魅力を感じ作品の出来上がりに、一喜一憂しながらのめり込んでおります。どの作品にも、そこにはドラマがあり今度こそ、今度こそと頑張っています。これからも多くの人達との出会いを大切に、少しでもこの幸せを誰かに分ち上げたいと思い、僅かですが世界の恵まない子供たちが救われる事を願いつつ、毎年ユニセフに協力をさせて頂いております。
これからも、出来る範囲で続けて行きたいと思っております。



下妻市長 稲葉 本治

新年明けましておめでとうございます。
 本年は、市長に就任しまして、初めての元旦を迎える年となりました。市民の皆様とともに新しい年を迎えられることをたいへんうれしく思います。

の誕生や小惑星探査機「はやぶさ」の帰還などの話題とともに、宮崎県での口蹄疫発生や中国との尖閣諸島問題、ロシアの北方領土問題、北朝鮮の韓国への砲撃など外交の問題もありました。

また、県内では3月に茨城空港が開港したことや12月には県議会議員65議席の改選などがありました。国内の社会情勢を見てみますと、

更に、少子化が進むなか、子育てを支援するための窓口を一本化する「子育て支援課」の設置をしています。本年の事業といたしましては、平成24年4月の開校に向けての東部中学校建築事業や小学校体育館の耐震補強改修工事、つくば下妻第2工業団地へのアクセス道路南原平川戸線工事などを推進することや南部環状

景気対策の効果が現れず依然として先行きが不透明な経済状況であるとともに、少子高齢社会における政策や地球温暖化問題への対応などの課題が山積しているように思われます。私は、昨年4月に市民の皆様のご支持をいただきました市長に就任をいたしました。私の市政運営の基盤は「市民協働」でありまして、市民と一緒にまちづくりを考えたいという考えを積極的に推進してまいります。

平成23年度としましては、合併特例期間の終了を見据えて、新たな財源を確保するために企業誘致を積極的に進めながら限られた予算の中で市民福祉の向上と市政の発展を図るため、事業を厳選しながらメリハリのある予算を編成したいと考えております。結びに、迎えました新しい年も市民の皆様とともに「いきいき下妻」をつくるために市政に全力を注いでまいりたいと考えておりますので、旧年に倍するご支援ご協力をお願いするとともに、皆様のご健勝とご多幸を心からお祈りいたしまして新年のご挨拶いたします。



稲葉市長初登庁 (4月)



ふるさとまつり連合渡御 (7月)



知事と語ろう「明日の茨城」(10月)



春の降雪、梨園被害調査 (4月)



猛暑、砂沼サンビーチ入場者大幅増 (7・8月)



千人おどり (8月)



小野子町内防犯パトロール隊発足 (8月)



土屋アナさんに感謝状贈呈 (11月)



下妻市防災訓練 (11月)



江戸時代後期の雛人形



うさぎ雛



貝雛

ひなに魅せられて

ひな人形の世界

二月五日(土)～二月二十七日(日)

三月の節句行事「ひなまつり」は、毎年各家でひな人形を飾るなど身近なものとなっています。ふるさと博物館では、各家で大切に伝えられ保管されてきた「おひなさま」(江戸期～昭和期)や特色あるおひなさまを借用し展示します。「ひなまつり」の歴史を振り返りながら、華やかで心和む「ひな人形」の世界を楽しんでいただけたらと思います。

●講演会・真壁町のおひなさま見学ツアー●

【講演・見学日程】

日時：2月19日(土) 午前9時30分～

場所：下妻市ふるさと博物館

内容：9:30 おひなさま展鑑賞

講演会 「みんなが主役のひなまつり」

講師 川島利弘先生
(真壁、八七咲き社中代表)

鈴木謙一先生
(桜川市企画課市民協働推進室係長)

11:00 市バスにて真壁町のおひなさま見学へ出発

昼食・町並み案内人による説明・自由散策

16:00 ふるさと博物館にて解散

※市バスでの真壁のおひなさま見学は、先着50名で締め切らせていただきます。

申込期限：2月13日(日)

参加費：1,200円(昼食代)、当日徴収いたします。

●申し込み先：ふるさと博物館 ☎44-7111

下妻市ふるさと博物館

下妻市長塚乙77番地(ビaspark手前)

☎0296-44-7111

開館時間：午前9時～午後4時30分

休館日：2月7日(月)・14日(月)・21日(月)

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

平成23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

広告の位置、規格および掲載料

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
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
窓口用封筒(1枠)②	裏面に印刷	60mm×85mm	掲載した封筒の使用完了まで 20,000枚×@4.0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。

●申込期限 2月18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

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)



現場査察を行う吉原消防署長

下妻消防署では、年末・年始などで混雑が予想され、火災となった場合は多くの犠牲者が出る可能性のある施設に対し、防火査察(立入検査)を実施しています。
査察は、火災を未然に防ぐとともに、万が一火災が発生した場合でも被害を拡大させないよう、消防設備の点検や防火管理体制の確認を行うもので、12月1日から、大型店舗での査察が始まり、避難経路の確保や消火器の設置状況・スプリンクラーの作動状況などを確認しています。

火災の根絶をめざして 大型店舗の年末特別査察

冬のオオムラサキの生態を知ってもらおうと、「オオムラサキ越冬幼虫観察会」が「オオムラサキと森の文化の会」の主催により、12月2日・4日小貝川ふれあい公園(オオムラサキの森)で、市内の小学生など約200人が参加し開催されました。
子どもたちは、普段はなかなか見ることのできない幼虫を落ち葉の中に見つけると、みんなで見せ合いノートに記録を取り観察をしましたが、小さな幼虫が春には成虫となって羽ばたくのが信じられない様子でした。



あっ見つけたよ、どこ?どこ?

そっと見つけてあげようね オオムラサキ越冬幼虫観察会

冬のオオムラサキの生態を知ってもらおうと、「オオムラサキ越冬幼虫観察会」が「オオムラサキと森の文化の会」の主催により、12月2日・4日小貝川ふれあい公園(オオムラサキの森)で、市内の小学生など約200人が参加し開催されました。
子どもたちは、普段はなかなか見ることのできない幼虫を落ち葉の中に見つけると、みんなで見せ合いノートに記録を取り観察をしましたが、小さな幼虫が春には成虫となって羽ばたくのが信じられない様子でした。

心身共に健康で、人間性・郷土愛豊かな青少年の育成を図ることを目的に、「第28回下妻市教育振興大会」が、12月5日市民文化会館で、約500名の教育関係者が参加し開催されました。
青柳教育長からの力強い大会宣言のあとは、市の教育振興に寄与した45名の方が表彰されました。
同日、下妻市人権教育講演会が開催されました。
「キーコンピテンシー(主要能力)と人権教育」と題して、かけがえのない自分、そして相手を大切に人権教育をテーマに、NPO法人水戸こどもの劇場・横須賀聡子氏の講演が行われました。



受賞者の皆さま、ありがとうございました



人権の大切さを再認識しました

教育と人権の充実をめざして 下妻市教育振興大会

12月19日千代川公民館において、約150名が参加し男女共同参画推進事業講演会が開催され、8回目となる今回は、男女共同参画の原点に戻る「地方自治体における男女共同参画政策の現状と課題」をテーマに、茨城大学渋谷敦司教授の講演が行われました。
また、オープニングではSimonsによる「江戸しぐさ」や「振り込め詐欺」の寸劇が上演され、会場を和ませ盛り上げていました。

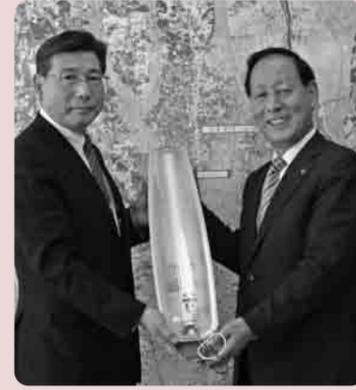


迫真の演技が披露されました



渋谷教授の講演にも熱が入ります

女と男が手を取り合い 男女共同参画推進事業



稲葉市長に防犯灯が手渡されました

まちを明るく照らします 東京電力から防犯灯の寄贈

「安全で安心なまちづくり」に役立てください。」と、今年も東京電力株式会社下館支社から、防犯灯15基が寄贈されました。
防犯灯はまちを明るく照らすとともに、犯罪や事故の防止にもつながり、通学路や危険な箇所などに設置され、まちを守ってくれます。

親子や子どもたちでふれあい、そして遊んでもらおうと「ワールド遊びと芋煮会」が「わらべうた・あそびランド」の主催により、11月28日小貝川ふれあい公園で、約130名が参加し開催されました。
おにごっこ・綱ひき・紙ヒコーキ飛ばしなど、親子そろって自然の中でたくさん遊び、心地よい汗を流したあとに、5月に種をまき大きく育った採れたての里芋で鍋を作り、秋の味覚も楽しみました。
みんなでいっしょに外で遊ぶことが少なくなったこの頃、子どもたち



おいしそうなおイモ、はやく食べたいね

いっばい遊んで、おいしく食べて ワールド遊びと芋煮会

は楽しく貴重な体験に笑顔があふれていました。



乗る前の点検も大切です、皆さん忘れずに!

安全運転技術の向上と地域の交通安全推進を目的に、「安全運転セミナー講習」が「下妻地区安全運転管理者協議会」の主催により、11月29日筑波サーキットで開催されました。
この講習には、下妻警察署管内の下妻市・八千代町の各会員事業所から従業員約20名が参加し、県警察本部交通機動隊員による講習と実技指導を受けました。
参加者からは「自分ではできていたと思っていたことができていなかった。安全運転について再認識しました。」などの声が聞かれました。

交通事故をなくすため 安全運転セミナー講習

ご存じですか？この数字

11

この数字は下妻市の居宅介護支援事業所の数です。事業所にはケアマネジャーがいます。ケアマネジャーは要支援・要介護の認定を受けた方が適切な介護サービスを利用できるよう支援をしています。

＜平成22年12月 介護保険課資料＞

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、お気軽にご相談ください。

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

よこのワイパー

坪山 健彰

四歳三か月（上妻幼稚園）

なんで よこにないの
まえには ついているのに
よこにもつけて
よくみえないから



【解説】

車に乗っている時に雨が降ってきて、だんだんガラスが曇り外がみえなくなつた時につぶやいたひと言です。フロントガラスと同じように横のガラスにもワイパーがついていたら、外の景色がよくみえるのにならうと思います。子どもの発想はユニークだなと思った出来事でした。

採集 母 坪山智恵

鉄道の楽しさが味わえます

とばのえステーションギャラリー

「関鉄レールファン CLUB」では、もつと鉄道に親しんでいたと、毎月第3土曜日・日曜日に常総線騰波ノ江駅舎内で、「とばのえステーションギャラリー」を公開しています。騰波ノ江駅舎の建て替えをきっかけに、今年で3年目となりますが、会員の手作りによる鉄道模型レイアウトの展示や運転体験など、鉄道ファンならずとも楽しい体験ができます。12月18日・19日にはクリスマス特別企画として、「あわてんぼうのサンタクロース・サンタが駅にやって来る」も行われ、子どもたちは、列車に乗ってやってきたサンタクロースから、ちよつと早いプレゼントをもらいました。



ちよつと早いけど、メリークリスマス



本物みたい、ずっと見ていたいな

みんなで楽しいふれあいを

やすらぎの里でクリスマス会

地域の住民や訪れた方とのふれあいを図ろうと、「蚕飼地区まちづくり推進委員会」の主催による「クリスマス会」が、12月5日やすらぎの里公園で開催されました。住民による手作りのイベントで、もちつきや輪投げ大会、とん汁の無料配布などたくさん催し物のほか、小学生以下の子どもたちにはクリスマスプレゼントも贈られ、ちよつと早いクリスマス気分を味わいました。また、やすらぎの里に立ち寄った市外の方なども、手作りで温かみのあるイベントを楽しんでいました。



よいしょ、うまくつけたかな

お詫びと訂正

12月号「まちのわだい」秋の叙勲者紹介にあたり、石井匡之亮さんの記事の中で、「向島消防署の消防司令」とご紹介するところを、誤って「向島消防署の消防指令」とご紹介してしまいました。お詫びして訂正いたします。

市民文芸

俳句

あしなえに冬至の夕日美しき 浅野 悦子（鎌庭）
立冬や兜太の腕に力瘤 鈴木 素香（下妻丁）
破魔矢受く起伏の多き人の世に 山本 一步（下妻乙）

短歌

冬の日の信濃に一茶の句碑を読み 渡辺 恵美（下妻丁）
ころほのぼの満たされてをり 伊東 豊乃（加養）
あをぞらにときめきて待つ小惑星 寺田 陽子（下妻乙）
イトカワの微粒子解明さるるを 寺田 陽子（下妻乙）
夕焼けに映えて筑波峯藍の濃く 永瀬 光（伊古立）
明日も晴れると希望湧き来る 松田 昭（皆葉）
除夜の鐘老の一打の去年今年 松田 昭（皆葉）
世の幸せを菩提に祈る 松田 昭（皆葉）
年々に叙勲はあれど義姉上の 矢実 澄子（本宗道）
家の名譽と心より祝く 矢実 澄子（本宗道）
一首すら詠めぬ日のあり老いの身の 飯村八重子（半谷）
胸のつかへに縛られてをり 飯村八重子（半谷）
元気なる今の限りを大切に 伊東 豊乃（加養）
夕日に向きて深く息吸ふ 伊東 豊乃（加養）
雨降ると葺が出るど夫は言い 稲葉 節子（加養）
雨具を持ちて顔のほころぶ 稲葉 節子（加養）
筑波嶺を背にして続く雑木林の 桜井 英子（谷田部）
それぞれの木々日増しに紅葉す 桜井 英子（谷田部）

若者も狙われている！

ひとりで悩まず
相談を



者金融でお金を借りて支払った。紙1枚に簡単な打ち方が届いた。やってみましたがまったく儲からない。お金を返してほしい。

●パチンコ・パチスロはギャンブルです。「確実に勝てる」方法はありませぬ。攻略法関係の取引に近づくべきではありません。

下妻市消費生活センター ☎44・8632
月・火・木・金
午前9時30分～12時、午後1時～4時30分

【事例3】

本当に必要だったかしら……

街を歩いていたら、「就職活動に有利ですよ」と声をかけられた。就職活動を始めたところだったので、ファミレスで話を聞いた。今は就職がとても難しいという話を2時間くらい聞き、「就職対策講座」を紹介された。高額だったので断っていたが、帰してくれず、バイトの時間が迫っていたので仕方なく契約書にサインしてしまつた。解約したい。

●クーリング・オフができる契約です。販売会社に解約通知を出しましょう。契約が本当に必要なものを冷静に判断し、必要がなければきっぱりと断る勇気も必要です。

【事例2】

確実に勝てる……はずが……

パチンコ・パチスロ情報誌を見て、攻略情報を買っている業者に連絡した。攻略法は5万円で、「必ず出る」と言われた。その通りに打つても全く出なかつた。業者に連絡すると、「打ち方があなたに合わなかつたのかもしれない。今回はもつと精度の高い確実な情報を提供できる」と言われた。30万円と言われ高額だと思つたが、負けを取り戻さなければと思ひ、消費

【事例1】

無料オンラインゲームのはずが……

携帯電話で無料オンラインゲームに登録したところ、全く知らないアダルトサイトにも登録されてしまい、5万円の請求メールが届いた。

●覚えのない請求を受けた場合は、安易に支払うべきではありません。また、請求者に電話やメールで連絡してはいけません。



判定：0～2 まずは脳卒中の危険は小。自分で取りのぞける危険因子は0にしましょう。脳卒中を起こしたことがあれば、十分に注意を。

判定：3～7 かなり脳卒中の危険が高い状態です。高血圧や脂質異常症、糖尿病、肥満などはすぐに治療を始めましょう。

判定：8以上 知らずにもう一過性脳虚血発作や小さな脳梗塞を起こしているかもしれません。脳ドックを受診してみてもいいでしょう。

脳卒中を防ぐには

生活習慣の改善がとても重要です。

脳卒中の危険因子は病気では高血圧・脂質異常症・糖尿病と心臓病(心房細動・心臓弁膜症)です。生活習慣や食生活ではタバコ・大量飲酒・過労、睡眠不足・運動不足・肥満・脱水状態・感染症などです。

生活習慣・食生活を見直し、危険因子をできるだけ取り除きましょう。

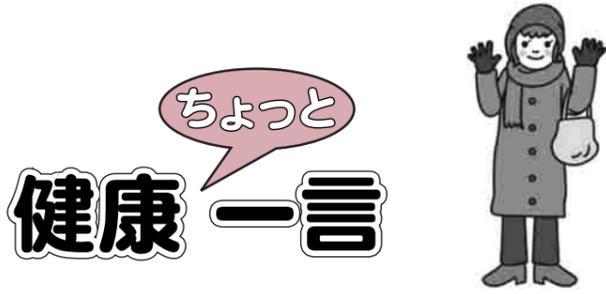
寒い冬に注意することは

暖かいところから寒いところに行くときの「温度差」です。急激な「温度差」が血圧をあげ、脳卒中の引き金になります。次のことに注意しましょう。

- ①外出する時は、軽くて暖かい服装を。
- ②暖かい部屋から寒い廊下やトイレに行くときは、上着を着たり靴下をはく。

入浴するときは、前もって脱衣所と浴室を温めておきましょう。冷えた体でいきなり熱いお湯に飛び込むのは厳禁です。

健康についての問い合わせは…保健センター ☎43-1990



脳卒中にならないために

脳卒中とは

脳の血管が狭くなる・詰まる・破れたりした結果脳細胞に酸素や栄養が届かなくなって、脳の細胞が障害を受けたり、出血した血液で脳が圧迫されて障害を受ける病気です。

脳卒中はがん、心臓病に次いで日本における死亡原因の第3位となっています。

脳卒中には、①脳の血管が詰まる脳梗塞、②脳の血流が一時的に悪くなる一過性脳虚血発作、③脳の血管が破れる脳出血の3種類があります。

脳卒中あなたは大丈夫？

脳卒中の危険度チェック
あなたはいくつあてはまりますか？

- BMI (体格指数) 25以上の肥満である。
- 高血圧である。
- LDL (悪玉) コレステロール値が高い。
またはHDL (善玉) コレステロール値が低い。
- 血糖値 (又はHbA1c) が高い。
- 以前に脳卒中を起こしたことがある。
- 不整脈がある。
- タバコをすう。
- アルコール類を適量以上飲むことが多い。
- 働きすぎ、睡眠不足などで疲れている。
- かぜなどの感染症にかかっている。
- ふだんあまり水分をとらない。
- 血のつながった親族に脳卒中になった人がいる。

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
1月16日(日)・30日(日)
2月20日(日)・27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

各種相談 2月

区分	日時	場所	問い合わせ
心配ごと相談	2月8日・15日・22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8日と22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)	社会福祉協議会 ☎44-0142
行政相談	2月4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
	2月18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)	2月25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	2月9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 2月3日(木) 午後5時30分～7時30分 休日納税相談 2月27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

1月の納税 納期は1月31日です

[税目]	[口座引落日]
市・県民税(4期)	1月31日
国民健康保険税(7期)	
介護保険料(7期)	
後期高齢者医療保険料(7期)	

※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。

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

12月の交通事故

-累計-		
発生件数	28(21)	263(223)
死亡	0(1)	5(4)
負傷	32(27)	349(291)
()内は前年		

下妻市の人口・世帯

-1月1日現在-	
人口	45,135人 (-28)
男	22,554人 (-28)
女	22,581人 (0)
世帯数	15,282世帯 (-10)
()は前月比	

下妻市の面積

面積 80.88km²

健康カレンダー Health Calendar

2月

日	月	火	水	木	金	土
		1 ① 西南医療 元気アップ教室 9:30～10:30	2	3 ① 西南医療 遊びの広場 10:00～10:30 1歳児相談 13:30～13:50	4 びびび教室 10:00～10:30 5か月児健診 13:30～13:50	5 ① 西南医療
6 ① 西南医療 ② 坂入医院	7	8 ① 西南医療 バクバク離乳食教室 9:45～10:00	9	10 ① 西南医療 すくすく相談 13:30～	11 ① 西南医療 ② 軽部病院	12 ① 西南医療
13 ① 友愛記念 ② 湖南病院/ とき田クリニック	14	15 ① 西南医療 キッズくらぶ(ベビ&ママ)課 10:00～10:30	16	17 ① 西南医療 1歳6か月児健診 13:30～13:50	18 3歳児健診 13:30～13:50	19 ① 西南医療
20 ① 西南医療 ② とやまクリニック	21	22 ① 西南医療	23	24 ① 西南医療 すくすく相談 13:30～	25 前期マタニティ&ママサロン 13:30～15:30	26 ① 西南医療 パパのための沐浴講座 10:00～12:00
27 ① 西南医療 ② 平間病院	28					

① 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

② 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
湖南病院/とき田クリニック ☎44-2556
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/

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、様子を見て大丈夫なのか不安なときは、ご相談ください。

編集デスク

あけましておめでとうござい
ます。
皆さま輝かしい新年を、お迎
えのことと存じます。
「二年の計は元旦にあり」、今
年はどんなことを思われました
でしょうか。
私事ではありますが、今年も広報
紙の編集に携わり2年目を迎え
ます。少しでも分かりやすい広
報紙づくりを心がけたつもりで
すが、いかがだったでしょうか。
今年もイベントやお祭りの取
材など、皆さまのところに伺
いし、親しみやすい広報紙づく
りをお手伝いしておりますので、ど
うぞよろしくお願いたします。

今月の表紙



1月3日に行われた、「第40回新春歩け歩け大会」です。
お天気にも恵まれ約500名が参加し、すがすがしい一年のスタートが切られました。