



おいしい下妻の梨 いただきま〜す!  
北千住から「いいな!下ツアー」に参加された皆さんです  
(詳細は4ページ)

CONTENTS

2 今が旬 下妻の梨

5 まちのわだい

8 下妻市ふるさと博物館「為桜美展」

10 榊ふれあい下妻経営状況報告

11 口頭詩・市民文芸

12 消費生活まめ知識

13 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。



ゆうま  
関 優真 ちゃん(赤須)  
～寛人・祐美さんの長男～

3歳になって、ポケモンが大好きで毎日「バトルしようぜ」と言っていてポケモンの名前とワザを言い合っていて楽しく過ごしています。外で遊ぶのも大好きで、たくましく成長しているのが嬉しくてたまりません。これからも元気いっぱい大きくなってね。



とき  
中村 仁紀 ちゃん(下妻丁)  
～友哉・祐子さんの長男～

わんぱくで、甘えん坊の仁紀くん。お口が達者で、パパとママをいつも笑顔にしてくれます。優しい子で、お手伝いもしてくれて、ママは助かっています。先月、妹が産まれてお兄ちゃんになりました。妹をそっと見守っていて、とても優しい頼もしいお兄ちゃんです。これからも、明るく元気に思いやりのある子に育ててね。



るな  
大野 瑠奈 ちゃん(樋橋)  
～佑介・有香さんの長女～

いつも元気いっぱいな瑠奈。静かなのは寝ているときだけ(笑)。食欲旺盛で、スベリ台大好きで、音楽に合わせて踊っちゃう。そんな瑠奈のおかげでわが家は笑顔がたえません。これからも、無邪気な笑顔を忘れず、思いやりのある優しい子に育ててほしいと思います。

さわやかリレー

～わたしからあなたへ～ VOL.68

前回登場の川井 仁阿さんからの紹介



「花とともに」  
けいこ  
増田 啓子 さん(下妻乙)

幼少の頃から花を愛する家族のなかで育ったため、花は私にとって生活の一部となりました。平成元年に花のまち推進ボランティアクラブが発足されたのと同時に加入をし、活動のなかで多くの仲間との出会い・発見・よるこびを沢山頂きました。県道の花壇の花植や除草は大仕事ですが会員同士とても仲が良く、仕事があげばきと進み、きれいに咲いている花をみると疲れを忘れさせてくれます。また、地域の方も自発的に除草をして下さり感謝です。

仲間との楽しみとして花の見学会や寄せ植え講習会等があり、回を重ねるごとに腕を上げて来ました。花は人の心を癒してくれます。特にハーブや薔薇の香りを嗅ぐと一時夢心地になります。おめでたい時、又悲しみの時にも花が飾られたり贈られたりします。花は語らずして偉大な力を持っています。私も多くの人に支えられて今日まで来ました。花を介して受けた愛と思いやりの心を生きて喜びとして今日も庭の花に水を遣っています。



下妻市特産品アンテナショップの試食会



大田市場で下妻産梨のPR



茨城県庁で「甘熟梨」をPR

■都内で梨の販売PR

**8**月10日、東京都の大田市場において、下妻産梨のトップセールスを実施されました。当日は、稲葉市長、JA常総ひかり猪瀬組合長をはじめ市関係者による梨の試食

会が行われ、大田市場の関係者に「おいしい下妻の梨」をPRしました。

また、毎日賑わいを見せている足立区北千住の下妻市特産品アンテナショップ「シモンちゃんの家」においても店頭で試食販売を行い、買い物にきた方々に下妻の梨をアピールしました。

さらに、9月1日には、ブランド化を目指している「下妻甘熟梨」のPRに県庁を訪れ、県知事はじめ関係機関にアピールし、4日には東京都中央区銀座の茨城県アンテナショップ「黄門マルシェ いばらき農園」において、試食販売会を行いました。「黄門マルシェ いばらき農園」は、茨城県が銀座にオープンしたアンテナショップで、道の駅しもつま



県内指折りの出荷量を誇る下妻市の梨。冬の寒さや夏の暑さに負けず、愛情いっぱい、栄養たっぷり1年かけてじっくりと育てられ、市場へと出荷されています。そんな下妻の梨を市のブランド商品として積極的にPRし、生産力・販売力を向上しようとする様々な取り組みが行われています。

■下妻の梨の種類と特徴

**下**妻市の梨園では、幸水、豊水、あきづき、新高などの赤梨を生産しています。また、通常の梨より樹上で10日程度収穫を待った「甘熟梨」や旬の時期を長く楽しめる貯蔵性に優れた「貯蔵梨」の栽培に取り組んでいます。

また、梨の成分は90%近くが水で、そのほか、植物繊維、カリウム、ク



子どもたちも梨が大好きです

エン酸などが含まれており、水分補給や疲労回復に役立ちます。

梨の品種	出荷時期
ハウス梨(幸水)	7月
幸水	8月
甘熟梨(幸水)	8月下旬
豊水	9月上旬～中旬
あきづき	9月中旬～下旬
新高	9月下旬～10月中旬
貯蔵梨(豊水)	11月～12月

お問い合わせ(購入等)

下妻第1梨選果場  
☎0296・43・4174  
下妻第2梨選果場  
☎0296・44・5982

■大田市場関係者の声

- おいしい梨を計画的に供給してほしい。
- おいしい下妻の梨で売り上げを上げている。
- スーパーマーケットを経営しているので、消費者と直結している。これからも愛情を持って「下妻の梨」作りをして下さい。

■下妻市特産品アンテナショップ 買い物の声

- あまくて、みずみずしいおいしい梨ですね。
- 筑西市に親戚があるので、毎年この時期には「道の駅しもつま」によって「下妻の梨」を買って帰るんですよ。
- 私は、下妻市の出身なので毎日アンテナショップを利用しています。この時期に「下妻の梨」を食べると、ふるさと下妻を思い出します。

■「甘熟梨」のブランド化に向け、銀座の人たちの声

- 甘い梨で、ラフランスの糖度ぐらいあるようだ。
- こんなに甘い梨は初めて。シャリシャリした歯ごたえでおいしい。
- 甘熟梨をブランド化するには、梨のネーミングをして良いと思う。

**下**妻の梨に知識を持ち、産地に愛着を持った明るく活発な努力を継続的に確保することを目的とした「下妻の梨PRサポーター」が、下妻甘熟梨の対面販売やもぎ取り体験イベントで活躍しています。これ

■梨PRサポーターの育成

# 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)



下妻市へようこそ(ビアスパークしもつまにて)

今回の招待は、「県バス協会県西支部」と「被災地の子もたちに元気と希望を取り戻す体験学習実行委員会」が企画したもので、下妻市には17日に宮城県山元町立中浜小学校の児童、保護者の皆さん(総勢66名)が訪れました。



お友達がたくさんできました



みんなで食べるバーベキューは最高!

この会は、平成5年から行われているもので、トウモロコシの種まきから収穫までを体験することにより、自然とふれあい豊かな感性を育み、同時に親と子のスキンシップを図ろうとするものです。

参加されたみなさんは、おいしいトウモロコシを何本も頬張り、親子で楽しいひとときを過ごすことができました。



おいしいトウモロコシをガブリ!

## トウモロコシを食べよう会 わらべうたあそびランド

午後6時過ぎにビアスパークに到着した皆さんは、早速テーブルを囲んでバーベキューを楽しみ、ボーイスカウト、ガールスカウトの子供たちとスイカ割りや花火をして親交を深めました。

## 被災地の子もたちに元気と希望を ビアスパークで体験学習

東日本大震災で被災された地域の子もたちの「元気と希望」を取り戻そうと、被災地の子もたちを体験学習に招待する取組みが、8月17日から18日にかけてビアスパークで行われました。

今回の招待は、「県バス協会県西支部」と「被災地の子もたちに元気と希望を取り戻す体験学習実行委員会」が企画したもので、下妻市には17日に宮城県山元町立中浜小学校の児童、保護者の皆さん(総勢66名)が訪れました。

定員35名の募集に対し、417名という数の応募があり、下妻市への関心の高さがうかがえました。

福島県の被災者の方を招いた梨狩り体験

下妻の梨PRサポーターの活躍

## ■甘熟梨狩り体験を含めた モニターツアーを実施

8月28日、足立区北千住の「下妻市特産品アンテナショップ」で募集した「いいな!下ツアー」に当選された皆さんが下妻市を訪れました。

このツアーは、都内の方に下妻の魅力を知ってもらい、この夏一番の思い出作りをしてもらおうと企画されたモニターツアーです。

参加された皆さんは、梨狩り体験で甘熟梨を頬張り、砂沼の散策で自然を満喫、大宝八幡宮での参拝やビアパークしもつまの温泉入浴、そして、最後に訪れたやすらぎの里では、下妻市の農産物等のお土産を購入するなどして「日帰りバスツアー」を楽しみました。



「いいな!下ツアー」の甘熟梨狩り体験

今後も、梨狩りなどの農業体験を通じて都市に住む人たちとの交流を広げ、「下妻の梨」をはじめとした農産物のブランド化や観光資源のPRを積極的に進めていきます。

問い合わせ  
市農政課 ☎内線2622  
市商工観光課 ☎内線2633

## 下妻市の米の安全性が確認されました

この度、下妻市管内にて採取した平成23年産の米の放射性物質検査を実施したところ、すべての玄米で放射性物質は検出されず、安全性が確認されましたので、お知らせいたします。

問い合わせ  
市農政課 ☎内線2642

## 下妻の梨PRサポーターの声

- 生産者のこだわりを身近に感じる事ができた。
- 梨の摘果や収穫は大変だったが、農作業は楽しいと実感できた。
- 収穫してその場で食べることが、こんなに美味しいとは思わなかった。

## 北千住からの「いいな!下ツアー」参加者の声

- 市民の方々の心温まる対応に感動しました。
- 梨、自然、大宝八幡宮、温泉と、見たり触れたり味わったりとても新鮮でした。なにより、下妻市を愛する人々の心を感じることができました。
- 甘熟梨がたいへん美味しかったです。

## 夕遊まつりを開催

親子で楽しみました

8月21日宗道小学校において、恒例の『夕遊まつり』が開催されました。

これは、毎年夏休みに学校とPTAが中心となり、親子のふれあいや地域交流を目的として、模擬店や親子大玉おくりなどを行うものです。

当日はあいにくの雨模様で、楽しみにしていた大玉おくりは中止となりましたが、ヨーヨー釣りやくじ引きなど人気の模擬店には行列ができて、焼きそばやフランクフルトをたくさん食べて、楽しい夏休みの思い出を作ることができました。



狙いをさだめて：スーパーボールすくい



おいしい焼きそば：お父さんたちの手づくりです



ほしいものが当たるかな：くじ引き

## 今年もたくさん採れました

おかげカボチャ

「今年もたくさんカボチャが採れたよ」と栗崎昭吉さん(下妻丁)のお宅から連絡がありました。

このカボチャはベレー帽をかぶったような珍しい形のカボチャで、栗崎さんは「おかげカボチャ」と呼んでいます。

今年も収穫したカボチャに顔を描いたところ、大変かわいらしく仕上がりが、玄関先で訪れた人を和ませています。

来年はどんな顔のカボチャが登場するのか、今から楽しみです。



かわいいカボチャができました

## 水の探検バスツアー

親子で「下水道展11東京」を見学



これから水の探検に出発です

7月26日、第7回となる「水の探検バスツアー」が実施され、市内の小学生親子72名が、東京ビッグサイトで開催された「下水道展11東京」を見学しました。

下水道管が再現された空間を探検できたり、水や食べ物物の循環に下水道がどう関係しているかクイズを解きながら楽しく学んだり、各種イベントに参加してきました。限りある水の大切さを知り、下水道の役割についても知識が深まったことでしょう。

## 夏休みいけ花体験教室を開催

夏の思い出作りに

いけ花を通じて花に親しみ、夏の思い出作りをしていただくこと、下妻市華道文化協会による『夏休みいけ花体験教室』が、8月20日下妻公民館で開催されました。

夏休み中の開催とあって、たくさんの子どもたちが参加されましたが、講師の方の丁寧な指導により、慣れない手つきも徐々に様になり、みな思い思いに作品を完成させていきました。

完成した作品はみな素晴らしいので、参加された皆さんは皆一様に満足そうな笑みをこぼしていました。夏休みの楽しい思い出がまたひとつ増えたことでしょう。



お部屋にかざりたいね



もうすぐ完成！きれいにできました

## 親子でいっしょに体操を

わくわく親子体操

8月24日、下妻保健センターにおいて「わくわく親子体操」が開催されました。

この体操は、家の中でお子さんとご家族が手を取り合いながら一緒にできる体操で、体操を通してお子さんとふれあう機会を作ります。

参加した子供たちは、始めは緊張していましたが、音楽に合わせた体操が始まると、インストラクターの先生を見ながら手足を大きく動かして体操を楽しんでいました。この体操を通じて、親子のふれあいが充分感じられたのではないのでしょうか。



足と足でリズムにあわせて



お母さんのひざの上で一緒に体操を

# 下妻一高OB

■会期／2011年10月1日(土)～30日(日) ■会場／下妻市ふるさと博物館(下妻市長塚乙77) ■下妻駅より送迎バス有(土、日、祝)  
 ■開館／午前9時～午後4時30分 ■休館／10月3日(月)、11日(火)、17日(月)、24日(月) ■問合せ／0296-44-7111  
 ■入館料／一般:200円(160円)、児童・生徒100円(80円)()内は団体(15人以上)料金。65歳以上は無料

# の仲間たち

■主催／下妻市ふるさと博物館、為桜美展実行委員会 ■協賛／(株)ふれあい下妻(ピアスパーク、道の駅)  
 ■後援／下妻市、下妻市教育委員会、県立下妻第一高等学校、為桜同窓会、下妻一高PTA、  
 関東鉄道(株)、NHK水戸放送局、茨城放送、茨城新聞社、(株)常陽リビング社

# 為桜美展

■協力／下妻市文化団体連絡協議会、下妻市観光協会、下妻市商工会、JA常総ひかり、  
 下妻市金融団、下妻市建設業会、下妻市千代川建設業協会

同時開催／「私の描く下妻」小品展 ■会期／2011年10月1日(土)～30日(日) ■休館／毎週月曜日(10月10日(月)は開館)  
 ■会場／下妻市立図書館2Fギャラリー(下妻市砂沼新田35-1)  
 ■開館／平日午前9時～午後7時、土日祝午前9時～午後5時 ■問合せ／0296-43-8811

制作／為桜美展実行委員会 武笠誠

茨城県立下妻第一高等学校は、今年で創立114年を迎え、多くの美術家たちが巣立っています。今回、下妻市ふるさと博物館では、為桜美展実行委員会との共催のもと、「下妻一高OBの仲間たち・為桜美展」を開催します。この展覧会は、下妻一高を卒業し、現在も様々な制作活動を行っている作家たちの個性溢れる作品を紹介するものです。

尚、作品の展覧は、博物館全館及び野外広場など展示可能なスペースを全て使って展開致します。このような作品の展示の仕方は、ふるさと博物館では初めての試みであり、その点においても当展はユニークでエキサイティングな展覧会であります。又、芸術を身近に感じてもらい、作家と来館者の交流の場として共に楽しめるよう、作家によるギャラリートークや子どもを対象にしたワークショップも開催致します。

皆さまの(是非ともご家族で!)ご来館、心よりお待ちしております。

- |         |           |        |         |       |           |
|---------|-----------|--------|---------|-------|-----------|
| 〈招待出品〉  | ●武笠 誠     | 66回卒   | 造形      |       |           |
| ●松田 朝旭  | 元下妻一高美術教師 | 洋画     | ●板谷 寿裕  | 67回卒  | 水彩画       |
| ●佐藤 忠克  | 元下妻一高美術教師 | 洋画     | ●平井 登   | 67回卒  | 洋画        |
| ●館野 弘   | 元下妻一高美術教師 | 洋画     | ●山口 功   | 67回卒  | 洋画        |
| 〈一般出品〉  | ●飯村 好延    | 68回卒   | イラスト    |       |           |
| ●小林 一成  | 45回卒      | 書      | ●草間 又男  | 68回卒  | CG        |
| ●鈴木 蘆洲  | 49回卒      | 書      | ●篠原 良一  | 68回卒  | 洋画        |
| ●柳 雙舟   | 49回卒      | 書      | ●鈴木 裕子  | 68回卒  | 布作品(立体)   |
| ●市村 緑郎  | 54回卒      | 彫刻     | ●渡辺 道郎  | 68回卒  | 洋画        |
| ●井上 譲   | 54回卒      | 写真     | ●潮田 政幸  | 69回卒  | 洋画        |
| ●海老原 伸明 | 54回卒      | 書      | ●遠藤 勇   | 69回卒  | 洋画        |
| ●国府田 孝雄 | 54回卒      | 陶芸     | ●斎藤 茂男  | 69回卒  | 洋画        |
| ●諏訪部 久子 | 54回卒      | 北欧絵織物  | ●柴 鮮宇   | 69回卒  | 書         |
| ●千勝 弘巳  | 54回卒      | 日本画    | ●横島 誠   | 69回卒  | 洋画        |
| ●飯泉 俊夫  | 56回卒      | 洋画     | ●永塚 卓   | 70回卒  | 洋画        |
| ●榎本 茂子  | 57回卒      | 手づくり絵本 | ●名和 和男  | 70回卒  | イラスト      |
| ●羽子田 長門 | 59回卒      | 日本画    | ●小坂 和美  | 71回卒  | 彫刻        |
| ●松崎 俊一  | 59回卒      | 木版画    | ●小峰 尚   | 72回卒  | 陶芸        |
| ●飯田 光信  | 60回卒      | 写真     | ●小沢 陽子  | 73回卒  | イラスト      |
| ●菊池 一雄  | 60回卒      | 洋画     | ●籠山 佐知子 | 73回卒  | 写真        |
| ●鈴木 康之  | 60回卒      | 洋画     | ●荒木 均   | 75回卒  | 彫金・ドローイング |
| ●中村 芳楽  | 64回卒      | 絵巻物    | ●飯田 比佐夫 | 75回卒  | 洋画        |
| ●福田 玲子  | 64回卒      | 洋画     | ●塚越 節   | 75回卒  | 造形        |
| ●班目 和彦  | 64回卒      | 七宝     | ●坂井 尊美  | 76回卒  | ミクストメディア  |
| ●境田 桂風  | 65回卒      | 書      | ●服部 幽峯  | 79回卒  | 書         |
| ●照山 ひさ子 | 66回卒      | 洋画     | ●中川 靖之  | 80回卒  | 鍛金        |
| ●中尾 仁   | 66回卒      | 染色     | ●田邊 光則  | 85回卒  | 洋画        |
| ●中村 明二  | 66回卒      | 彫刻     | ●塙 美咲   | 108回卒 | 立体造型      |

## ギャラリートーク開催

■日時／10月8日(土)、15日(土)、22日(土)の3日間  
 午後1時30分～3時

作家の先生方に作品の制作意図や制作方法などについて質問も交えながら語っていただきます。

## ワークショップ開催 参加者募集

お申し込みは下妻市ふるさと博物館まで。  
 TEL／0296-44-7111

### 「藍染をしてみよう!!」

木綿のハンカチを藍染めで染める体験

■日時／10月9日(日)午前10時～12時  
 ■参加費／材料代・300円  
 ■募集定員／小学3年生～6年生、先着30名  
 ■募集期間／9月10日(土)～25日(日)

### 「昔の道具を描こう!!」

ふるさと博物館収蔵の昔の道具を描く体験

■日時／10月16日(日)午前10時～12時  
 ■参加費／材料代・300円  
 ■募集定員／小学1年生～6年生、先着30名  
 ■募集期間／9月10日(土)～25日(日)

### 「マイカップを作ろう!!」

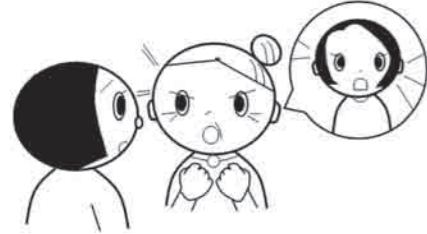
白いマグカップに絵付けをして焼いてオリジナルのカップを作る体験

■日時／10月23日(日)午前10時～12時  
 ■参加費／材料代・300円  
 ■募集定員／小学1年生～6年生、先着30名  
 ■募集期間／9月10日(土)～25日(日)

# 認知症を理解する PART5

## 9月は認知症予防月間です。

話した、聞いた内容は忘れてしまいますが、感情はしっかり残っています。



介護者が不用意に使った言葉や示した態度に不快感を覚え、その場で反発してきます。

感情を高ぶらせないためには「ありがとう、助かるわ。」や「ごめんなさい、少し待っていてね。」と感謝や共感を示したり、時には事実でなくても認め、誤るとすることも必要です。

### 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、お気軽にご相談ください。

問い合わせ  
介護保険課 ☎内線 1543

### 口頭詩

子どもの純粋な心のつぶやき



どうもろこし  
なりかわ かいと  
二歳(大宝保育園)

かいちゃん いらぬいよ  
どうもろこし いらぬい  
だって は みたい  
は みたいで こわいよ

#### 【解説】

どうもろこしを食べようとした時のことです。どうもろこしの並んでいる粒が、歯のように見えたので、「怖い」と言っていて、泣き出しました。確かに、言われてみれば、「歯」に見えるかな？でも、どこが怖かったのでしょうか？幼児期の観察力、発想って鋭いなーと感心してしまいました。「怖いよ」と言っていて泣きながら、食べたどうもろこし。甘くておいしかったね。

採集 母 成川直美

### 市民文芸

#### 俳句

伸びやかな女性コーラス夏木立 塚田三樹子(下妻丁)  
大ジョッキなでしこジヤンよくやった 神郡 貢(高道祖)  
星流れ一瞬間を深くせり 程山 静子(大園木)

#### 短歌

大地震に予約キャンセル相つぐも 息子は義援金処出せしとふ 田宮 道子(本宗道)  
カーテンを繰りて見つむるバイパスの 車 永瀬 光(伊古立)  
年毎に弱る手足に鞭打てず 進まぬ仕事に今日も暮れゆく 松田 昭(皆葉)  
世紀をひらくとたたへられしに原発の 事故の収束未だに見えず 外山とく子(下妻乙)  
久びさにカーテン開きアトリエの 主なきイーゼルそとまでみる 外山富久子(下妻丁)  
軒先を子猫したがへ母猫の止まりては 振り向き歩みうながす 増田 啓子(下妻乙)  
咲き満つる薔薇は風雨に巻かれるて 花びらあまた土すりて舞ふ 山本せい子(下妻丙)  
人住まぬ家を廻れる葛わか葉 ぐるぐるの伸びて道路におよぶ 吉原 眞子(高道祖)  
腕伸ばせば支えてくれる冷蔵庫 脚が弱りてよろめくわれを 渡辺 恵美(下妻丁)



## 平成22年度 株式会社ふれあい下妻の 経営状況をお知らせします

### 道の駅しもつま

(株)ふれあい下妻の平成22年4月1日から平成23年3月31日までの経営状況(第13期)が公表されましたので報告します。  
昨年度は、来店客の減少や買い控えによる売上の減少のほか、夏の猛暑や東日本大震災等の影響により大変厳しい経営を強いられ、売上高は、前年比98・4%、約1千4百万円減少の約8億7千1百万円となりました。

5月のNHKテレビ放映の効果も大きく、前年度を上回る売上が計上できました。  
昨年度に引き続き、利用者数アップのため、

### ピアスパークしもつま

4月に発生した雪害により、桃・柿・プラム等の果樹園が打撃を受け、出荷ができなくなりました。  
集客力のアップを図るため、下妻市民還元のレストランサービスの実施、新そば祭りの実施及び従来好評につき毎月行われているカラオケ交流会・フリーマーケット開催等、各種イベントを開催いたしました。消費者の外出控え・買い控えが大きく影響しました。  
3月には、東日本大震災の影響により3月11日から19日まで操業を停止し、特に、その後についても宴会・宿泊のほとんどがキャンセルとなり厳しい業績となり、売上高は、前期比89・8%、約3千万円減少の約2億6千6百万円となりました。  
また、温泉入場者数は、前期比93・1%、1万1千人減少の約14万3千人となりました。

テント販売を毎週実施して時間の取れないお客様のニーズへの対応を図り、さらに、大洗町と連携を図り鮮魚販売を実施し、お客様から好評を得ることができ、売上高は、前期比102・7%、約1千6百万円増加の約6億6百万円となりました。  
また、道の駅利用者数は、前期比98・2%、約1万1千人減少の約64万人となりました。

### ふれあい下妻の経営状況の推移

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	前期比増減	前期比
売上高	10億80万円	8億8,547万円	8億7,149万円	△1,399万円	98.4%
(道の駅)	6億2,671万円	5億8,971万円	6億 580万円	1,608万円	102.7%
(ピアスパーク)	3億7,409万円	2億9,576万円	2億6,569万円	△3,007万円	89.8%
税引前当期利益	164万円	△2,452万円	△2,809万円	△357万円	-
道の駅利用者	71万8,587人	65万1,451人	64万 24人	△11,427人	98.2%
温泉入場者	17万9,480人	15万4,002人	14万3,303人	△10,699人	93.1%

入湯税約1,234万円を市に納付  
(株)ふれあい下妻から、入湯税12,338,100円が市に納付されました。

## 高齢者にふりかかるトラブルあれこれ

高齢者を狙って、「いらぬ」と断つたのに商品を送りつけたり、「バチがあたる」などと不安をあおって契約させるなどの強引な手口による被害が発生しています。

不審な勧誘をうけたり、被害にあつてしまった場合は、消費生活センターにご相談ください。

### 【事例1】

#### 仏像の勧誘に注意！

仏像のパンフレットが届いた後、業者から電話があつた。仏像を勧められ、「いらぬ」と断つた。数日後、同じ業者から「仏像を送る」と電話があつたので、「いらぬ」と断つたが、「仏像に名前を彫ってしまったので解約できない」と言われた。2日後に仏像が届いた。支払わなければならないか。

● 一方的に送りつけられた場合、受け取る必要はありません

● 「買う」という返事をしていない場合は、契約は成立していないので受け取る必要はなく、代金を支払う義務もありません。いったん支払ってしまうと代金を取り戻すことが難しくなる場合がありますので、十分注意してください。

● 届いてしまったら・・・

● 訪問や電話勧誘で購入した場合は、クーリング・オフができます。早めに消費生活センターに相談してください。

### 【事例2】

永代供養の権利「高値で買い取る」？

有名なお寺の永代供養に関するパンフレットが届いた後、業者から電話が

あつた。「永代供養の権利を500万円で購入しないか。高値で買い取ってくれる人がいる」と勧められた。「震災で墓地を失った人が多くいるので1,000万円でも買いたい人がいる。予約金は100万円である」と言われた。あまりにもしつこかつたので申込書をファックスした。しかし、100万円を振り込む前に断つたところ、「買わないなら訴訟する」と迫られ、結局振り込んでしまった。

● 永代供養墓は転売するものではありません

● 永代供養墓は承継者に代わって寺院などが管理する墓のことで、通常、その権利や墓などを第三者に転売したりするものではありません。

● 業者と連絡が取れなくなることも多い

● このような手口で実際に買い取りが行われたケースは一件も確認されていません。業者と連絡が取れなくなってしまうことも多く、お金を取り戻すことができません。

## 生活習慣病を予防するために 日々の生活の中で無理なくできることを見つけよう！

♡ 1に運動 ♡ 適度な運動の継続  
血圧を下げ、肥満解消、糖尿病の改善につながります。運動が苦手な方は、手軽にできるウォーキングをはじめましょう。できれば1日20分、週3回程程度行うとよいでしょう。

♡ 2に食事 ♡ バランスのよい食事  
1日3食、食べすぎない、寝る前2時間は食べないなど、食事をする時間帯や食べ方にも注意しましょう。

● 積極的にとりたい食品  
緑黄色野菜・海藻・きのこ・豆類

● 控えめにしたい食品  
油を使った料理・砂糖・菓子類・塩分を多い漬物や加工品(1日の塩分目標量:男性9g未満・女性7.5g未満)

規則正しい生活  
最も基本となるもので、幼児期からの生活習慣が大切です！早寝早起き朝ごはんを基本にしましょう。

♡ しっかり禁煙 ♡ タバコへの用心  
「百害あって一利なし」といわれるタバコは、多くの有害物質を含み、健康への影響は全身におよびます。自分だけでなく、周囲の人にも被害がおよび、健康的な生活を送るために、また、家族のためにも、禁煙をおすすめします。

♡ 最後にクスリ ♡  
すでに、糖尿病や高血圧症、高脂血症になっている場合には、生活習慣の見直しに加え、薬によるコントロールが必要なことがあります。その場合はしっかりとかかりつけ医に相談しましょう。

自分で日々の生活の中で改善できることがないか？よい生活習慣にするにはどうすればよいか？考えてみましょう。そして、できることから始めましょう！

**健診を受けましょう！**  
私たちの健康をおびやかす、生活習慣病。異常を早期発見するには毎年の健診が欠かせません。年に1回の健診で健康チェックをしましょう。  
平成23年11月13日、平成24年1月12日、13日、14日に未受診者健診を行います。また、各種がん検診も行っておりますので、下妻市保健センター予定表をご覧ください。

健康についての問い合わせは… 保健センター ☎43-1990

## 健康一言

### 生活習慣病を見逃していませんか!? ～9月は健康増進普及月間です～

#### 生活習慣病ってなに？

運動習慣・食習慣・喫煙・飲酒・休養等の生活習慣、毎日のよくない生活習慣の積み重ねによって引き起こされる病気です。日本人の3分の2近くがこれが原因で亡くなっています。

#### どんな病気があるの？

自覚症状がないまま徐々に進行し、放置すると重症化します

高脂血症・糖尿病・高血圧症・尿酸血症・悪性腫瘍・脳出血・脳梗塞・狭心症・心筋梗塞・アルコール性肝炎・肥満症・腎臓病・慢性気管支炎・肺気腫・歯周病・骨メタボリックシンドロームなど

#### 生活習慣病チェック こんな生活が危険です！

- お酒をのみみだけのむ
- 脂っこい食べ物が好き
- 睡眠時間を十分とっていない
- おなかいっぱい食べないと気がすまない
- タバコがやめられない
- 甘い菓子やジュースを毎日口にする
- 20歳代前半より10kg以上太った
- 野菜は、ほとんど食べない
- 運動は、ほとんどしない
- 外食が多い
- 食事時間は不規則だ
- ストレスがたまっていると感じる

#### 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 9月25日(日)  
10月16・30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 10月

区分	日時	場所	問い合わせ
心配ごと相談	10月11日・18日・25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11日と25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) ※11日は第二庁舎大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(金) 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28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12日・26日(水) 午後1時～3時(予約制)	第二庁舎 3階 小会議室	福祉課 ☎内線1573
消費生活相談	月・火・木・金曜日(毎週) 午前9時～12時 午後1時～4時30分 日曜日(16日・30日) 午前9時～12時	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6日(木) 午後5時30分～7時30分 休日納税相談 10月30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)	9月30日
介護保険料(3期)	
後期高齢者医療保険料(3期)	

※ご利用ください。便利で確実な口座振替納付  
 ※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除く)の納付が出来ます。  
 ※納付書の紛失などで再発行希望の方は、市役所本庁舎1階収納課で再発行出来ます。

## 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

## 8月の交通事故

	発生件数	死亡	負傷
8月	31(20)	0(1)	47(22)
8月(累計)	172(158)	1(4)	235(218)

( )内は前年

## 下妻市の人口・世帯

—9月1日現在—

人口	44,562人(+3)
男	22,285人(+5)
女	22,277人(-2)
世帯数	14,774世帯(+13)

( )は前月比

## 下妻市の面積

面積 80.88km<sup>2</sup>

# 健康カレンダー Health Calendar

# 10月

日	月	火	水	木	金	土
						1 ☎ 西南医療
2 ☎ 西南医療 ☎ 古橋医院	3 乳がん検診 下妻保健センター	4 ☎ 西南医療 乳がん検診 下妻保健センター	5 乳がん検診 下妻保健センター	6 ☎ 西南医療 乳がん検診 下妻保健センター	7 乳がん検診 下妻保健センター	8 ☎ 西南医療
9 ☎ 友愛記念 ☎ 渡辺クリニック	10 ☎ 西南医療 ☎ とやまクリニック	11 ☎ 西南医療	12	13 ☎ 西南医療 1歳児相談 13:30～13:50	14 5か月児健診 13:30～13:50	15 ☎ 西南医療
16 ☎ 西南医療 ☎ 三津山クリニック	17	18 ☎ 西南医療 パクパク離乳食教室 10:00～10:15	19	20 ☎ 西南医療 1歳6か月児健診 13:30～13:50	21 3歳児健診 13:30～13:50	22 ☎ 西南医療
23 ☎ 西南医療 ☎ 平間病院	24	25 ☎ 西南医療 ベビー&ママ体操 10:00～10:30	26 ポリオ生ワクチン 14:00～14:30	27 ☎ 西南医療 すくすく相談 13:30～	28	29 ☎ 西南医療
30 ☎ 西南医療 ☎ 中岫産婦人科医院	31					

## ☎ 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

## ☎ 休日在宅当番医 午前9時30分～午後4時

古橋医院 ☎44-2792  
 渡辺クリニック ☎43-7773  
 とやまクリニック ☎30-5010  
 三津山クリニック ☎48-9131  
 平間病院 ☎43-5100  
 中岫産婦人科医院 ☎44-2438

## 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  
 プ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。

## ○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/