



砂沼サンビーチに行こう

わがやの にんきもの



野村 怜央ちゃん(下妻丁)
～千秋・弘美さんの長男～

ちょうど1歳のお誕生日に歩けるようになり、最近はいたずらざかりの我が家の人気者、怜央です。
ひきだしの中身を全部出してしまったり、気に入った物は箱の中に隠してしまったりと、予想外の行動に、笑ってしまう毎日です。又、最近はお車のハンドルがお気に入り。常に鍵を持ち歩いて「キヤッキヤ」と喜んでます。これから車でいっぱいお出掛けして楽しい思い出を沢山作ろうね。

お子さんの写真を掲載してみませんか

このコーナーでは、市内在住の1歳～3歳までのお子さんの写真に、お父さん・お母さんのコメントをつけて紹介しています。

誕生日記念など、思い出の1ページとしていかがですか。

ご希望の方は、
市長公室・広報広聴係
☎内線1212
までご連絡ください。



平塚 月菜ちゃん(原)
～健浩・宏美さんの長女～

わが家のお姫様は、ちょっと泣き虫な甘えんぼ。笑顔の可愛い元気いっぱいの子です。
テレビの音楽に合わせて踊っては、みんなを楽しませてくれる月菜ちゃん。最近では、おしゃべりも上手になり日に日に成長する姿を見て、幸せを実感します。
これからも笑顔を絶やさず、みんなに愛されるやさしい子に育てね☆

さわやかリレー

～わたしからあなたへ～ VOL.79

前回登場の霜村 尚武さんからの紹介



「和楽器と共に」

としひろ
吉川敏治さん(若柳)

私は凝り性です。ですが、首や肩が凝る訳ではありません。趣味に凝り性なのです。
二十代は、毎日将棋盤に向かっています。
三十代前半は、小品盆栽に夢中でした。
三十半ばになり、会社の民謡クラブに入ったのがきっかけで尺八を始め、東京まで月に二、三回稽古に通い、尺八と篠笛を勉強し二十年を過ぎた頃、師匠

の元を離れ独学を続け、還暦を機に中棹三味線、六十三歳から太棹(津軽)三味線を習い出しと凝り性なのです。
尺八・篠笛・三味線の魅力と奥深さを実感しつつ、趣味を通じての仲間と共に、妻と娘達(三味線・太鼓)に孫二人も加わって、イベント等での演奏を楽しみ、そんな人生を送れる事に、感謝、感謝です。

下妻甘熟梨をご賞味ください

「下妻甘熟梨」生産者リーダー
栗野 寿広さん(若柳乙)



つくば学園都市で「下妻の梨」のPR活動を行っていたが、下妻が梨の産地であることが隣の「つくば市」でも知られていなかった。

「下妻の梨」の知名度がゼロの中で、食味を重視した「下妻甘熟梨」に取り組み、他の梨との差別化とブランド化にチャレンジしました。

販売では、消費者と対面して「まず食べてもらって、おいしさをわかってもらわなければはじまらない」との思いから、県内のスーパーマーケット3店舗で試食販売を行いました。実際に「下妻甘熟梨」を食べてもらったお客さんからは「梨って、こんなにおいしかったの。」と言われることが多く、「おいしいものを作れば必ず買ってもらえる」との手応えを感じました。

地元の人にも、「下妻甘熟梨」の新しい食味として「あまみ」「はざわり」「うまみ」のバランスの良さを十分に楽しんでもらいたいです。

下妻産の梨の品種と出荷時期

梨の品種	出荷時期
ハウス梨「幸水」	7月上旬～7月下旬
露地「幸水」	8月上旬～8月中旬
▶ 下妻甘熟梨「幸水」	8月下旬～9月初旬(約10日間)
露地「豊水」	9月上旬～9月中旬(彼岸頃まで)
あきづき	9月中旬～9月下旬
新高	9月下旬～10月上旬
貯蔵梨「豊水」	11月～12月

10日程度遅らせ、樹上で十分に熟させた高い糖度と梨本来の風味を持った食味重視の商品「下妻甘熟梨」を誕生させました。

■ブランド化を目指して
「下妻甘熟梨」は、下妻市で生産される「幸水」の約1パーセントしか作られていない希少な梨です。食味にこだわった「下妻甘熟梨」の商品化を契機に「下妻の梨」のブランドとして知名度を上げようと、消費者と対面して「おいしさを実際に伝えて販売する試食販売」を基本としてブランド化に取り組んでいます。

また、愛嬌のある下妻の梨オ리지

ナルキョクター「なしっぺくん」も誕生し、ブランド化を目指したPR活動の一翼を担っています。

■「下妻甘熟梨」の特徴①
「樹上で完熟させてから収穫」
食味を重視することから、より完熟に近づけるため、通常の梨を収穫



「なしっぺくん」の入ったのぼり旗でPR

するよりも10日程度遅らせ、食べ頃を待ちます。樹上で十分に熟させてから丁寧に収穫しています。

■特徴②
「土づくりからのこだわり」
馬ふんを使った良質の肥料を生産者が統一して使用し、土壌診断に基づき独自の肥培管理で肥料を与え、甘熟梨専用の畑で栽培することでおいしさが増しています。

■特徴③
「徹底した品質管理」
果実の数を制限して間引く摘果の作業等ひとつひとつの管理に手間をかけ、厳選された果実の規格は2L

以上と大きく、色・形状ともに自信があります。

■「下妻甘熟梨」は、うまい食べ物
「下妻甘熟梨」の販売は期間限定です。例年では8月下旬から9月初旬までの約10日間が出荷時期とされていますが、天候等の影響により出荷時期に多少のずれを生じることがあります。今年も「下妻甘熟梨」の生育も順調で8月25日から9月2日頃までの販売が見込まれています。



■梨本来のおいしさを食べてもらいたい
下妻産の梨は、7月上旬からハウス栽培の梨に始まり、露地栽培の幸水、豊水、あきづき、新高などの赤梨が生産されています。

「幸水」は贈答用としてのニーズが高まる8月上旬からお盆までが出荷の主流ですが、お盆前の出荷は見た目重視になりがちのところがありません。そこで、下妻市果樹組合連合会に所属する梨生産者の若手有志が組織したプロジェクトチームでは「梨本来のおいしさを食べてもらいたい、伝えたい」と新商品の開発に地道な努力を重ねた結果、収穫を通常より



私たち7人が下妻甘熟梨を生産しています

ブランド梨「下妻甘熟梨」
今、注目されている「下妻甘熟梨」を紹介し

下妻市は、茨城県内でも有数の梨生産地。そんな下妻市で、梨生産者の若手有志が「梨本来の旬のおいしさを伝えたい」との熱い思いからプロジェクトチームを組み、平成20年の夏から新たな商品を開発し、従来とは違う幸水梨の生産・販売を開始しています。

地元でとれた旬のうまいもの特集として「下妻甘熟梨(幸水)」を紹介しています。

■下妻産梨の販売拡大に梨生産者大会開く

7月23日には、つくば市のホテルで下妻梨生産者大会が行われ、梨の生産者や指導者機関、市場関係者など200名が参加いたしました。

今年の下妻産の梨も生産者が丹精込めた結果、順調に生育しており、同席していた市場関係者には、有利に販売できるように要請を行いました。

また、稲葉市長は「下妻産の梨は本市の特産物であり、今後も大いにPRしていきたい。」と生産者を激励し、8月8日早朝には、東京都大田市場において、下妻産の梨を市場関係者にPRしました。

生産者大会後のアトラクションでは、下妻のご当地アイドル「しもんchu」が持ち歌「ペア・ペア・なっしんぐ」（ペア梨）を披露し、会場を盛り上げていました。



明るく元気な「しもんchu」メンバー

■「下妻甘熟梨」の販売等に関する問い合わせ

▼JA常総ひかり下妻梨第二選 果場直売所

所在地 下妻市数須209
電話 44・5982
営業時間 午前8時30分～午後5時
駐車場 30台
最寄りの施設等 道の駅しもつまの北側向かい

▼JA常総ひかり下妻地区センター 営農課

所在地 下妻市下妻丙63011
電話 43・1311

下妻甘熟梨への思い



下妻市果樹組合連合会 会長 塚田 静さん(大木)

下妻甘熟梨に取り組んでから今年で5年目を迎えるが、梨農家の若者たちが毎年改良を重ねて、おいしい梨をつくっている姿はとても頼もしく、これからも応援していきたい。下妻甘熟梨は十分に熟するまで手間をかけて収穫したもの。梨本来の味が楽しめます。どうか一人でも多くの人に、下妻のおいしい梨を食べてもらいたい。

▼下妻市特産品アンテナショップ 「シモンちゃんの家」

平成23年6月15日に北千住駅東口にオープンし、1周年を迎えた「シモンちゃんの家」でも期間限定で「下妻甘熟梨」が販売されます。また、下妻市の季節の新鮮な野菜や特産物を販売し、ますます元気に下妻市をPRしています。

なお、8月28日と9月1日の2日間、アンテナショップ利用者の皆さんを下妻市に招待して「下妻甘熟梨」の梨狩りなどを体験するツアーを企画し、現在、アンテナショップで参加者を募集しています。



所在地 東京都足立区千住旭町35-18
営業時間 午前10時30分～午後8時
電話 03・5284・1071
最寄り交通機関 つくばエクスプレス・JR線・私鉄 各線北千住駅東口から徒歩3分

平成24・25年度の 市政モニターを委嘱

7月9日に市政モニターの委嘱書交付式が行われ、今回は男性6名、女性11名の計17名が平成24・25年度の市政モニターとして委嘱されました。

昭和62年度からスタートした市政モニター制度は、市政について市民と行政の相互理解を図り、市民参加をより円滑に推進することを目的とした広聴活動であり、みなさんの声を市政に反映させるものです。

なお、交付式の後に、今春完成した「東部中学校の新校舎」と、下妻の南の玄関口とされる「やすらぎの里しもつま」の見学会を行いました。



「リフレこかい」を施設見学する市政モニター

■市政モニター(敬称略)

- | | |
|-----------|-----------|
| 田中睦子(下木戸) | 信田理絵(田町一) |
| 山口和男(坂井) | 丁目) |
| 大塚貞子(下妻丙) | 飯泉美保(長塚) |
| 藏持紀子(大園木) | 高野恵美(桐ヶ瀬) |
| 伊藤敏子(半谷) | 根本律子(本宗道) |
| 鈴木 牧(前河原) | 中山 勝(原) |
| 鶴見清忠(大木) | 根本加津子(鎌庭) |
| 倉持康文(半谷) | 飛田雅子(長塚) |
| 小島信一(若柳甲) | 内山 学(長塚) |

市政にみなさんの声を、市民と行政の相互理解を推進

下妻市まちづくり女性 スタッフ(第9期)発足



新スタッフで元気にスタート

7月26日に、今回が第9期となる「下妻市まちづくり女性スタッフ」が発足し、委嘱書交付式が行われました。これから市内在住の女性14名の新たなスタッフが2年間活動します。

この制度は、女性の持つ豊かな感性と生活体験を通じた身近な視点を市政に取り入れるとともに、女性の積極的な行政参画を図ることを目的としています。市民と行政が協働で人にやさしい夢のあるまちづくりを推進するために、女性の積極的な行政参画は不可欠です。このような中、第9期のスタッフが活躍され、すばらしい成果が得られるものと期待されています。

■まちづくり女性スタッフ(第9期)敬称略

- | |
|------------------------|
| 座長 宇津野美代子(大園木) |
| 森節子(横根) 塚田 壽子(半谷) |
| 副座長 小島生子(宗道) 塚田幸恵(前河原) |
| 青木菜美子(下木戸) 諸井良江(樋橋) |
| 安藤とも子(下妻丁) 安田 歩(若柳乙) |
| 石濱今日子(高道祖) 渡邊直美(大串) |
| 入江理津子(大宝) |

女性の視点で、人にやさしい夢のあるまちづくり

デビュー15周年

綾戸智恵 Wonderful World コンサート

平成24年

9月2日(日)

開場:17:00 開演:17:30

下妻市民文化会館大ホール

【入場料】

全席指定()内は友の会会員料金

シングル券 **6,000**円(5,500円)

ペア券 **11,000**円(10,000円)

※未就学児の入場はお断りいたします。

好評につき
至急お問い合わせください

【予定曲目】

- ♪ Tennessee Waltz (テネシー・ワルツ)
- ♪ What A Wonderful World (この素晴らしき世界)
- ♪ Amazing Grace (アメイジング・グレイス)
- ♪ Route 66 (ルート66)
- ♪ Take Me Home, Country Road (カントリーロード) 他

【お問合せ先】

下妻市民文化会館 0296-43-2118

【主催】

下妻市・下妻市教育委員会・下妻市民文化会館
(下妻市自治振興公社)

Photo by Eishun Ikeda



◆イベント情報◆

『しもんchuステージ』

とき 8月25日(土) 午後1時~

下妻市より生まれました!

下妻市をPRして元気に盛り上げていくご当地アイドルです!

『歌って! 踊って! HAPPY TIME』

とき 8月19日(日)・25日(土)・26日(日)

午前11時~

アニメソングの演奏や、子どもたちの歌と踊りなど...

問い合わせ

砂沼広域公園管理事務所 ☎43-6661

ホームページ

<http://www.sanumasunbeach.com/index.html>

※幼児招待券がダウンロードできます!

暑い日は、やっぱりプールが気持ちいい...。今年、『砂沼サンビーチ』は、9月2日(日)まで開園します。

楽しい夏の思い出づくりに、ご家族皆様でお出かけください。

営業時間
午前9時~午後5時
(土曜日、日曜日、8月13日から16日の間は午前8時30分から午後5時)



暑い夏は『砂沼サンビーチ』へ行くこう!

予算の執行状況

区分		予算額	執行額	対予算比率
収益的収支	収入	1,045,806,000円	1,043,987,675円	99.8%
	支出	1,076,352,000円	1,030,557,659円	95.7%
資本的収支	収入	137,887,000円	138,344,938円	100.3%
	支出	438,331,000円	432,355,113円	98.6%

借入資本金の種類と借入高

借入資本金の種類	借入高
財務省財政融資	4,238,604,192円
公営企業金融公庫	357,218,372円
銀行等資金	864,950,000円
合計	5,460,772,564円



損益計算書

費用		収益	
1. 営業費用	784,873,553円	1. 営業収益	788,648,230円
2. 営業外費用	207,153,314円	2. 営業外収益	216,328,714円
3. 経常利益	12,950,077円		
費用合計	1,004,976,944円	収益合計	1,004,976,944円

貸借対照表

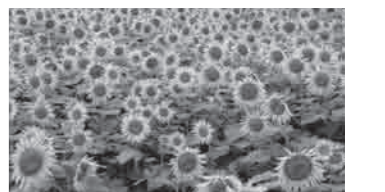
資産		負債・資本	
固定資産合計	10,924,806,820円	負債合計	127,313,226円
流動資産合計	405,566,070円	資本合計	11,203,059,664円
資産合計	11,330,372,890円	負債・資本合計	11,330,372,890円

問い合わせ 上下水道課 ☎44-5311

平成23年度水道事業の業務状況

市では地方公営企業法に基づき、水道事業の業務状況を年2回公表しています。今月は、平成23年度の業務状況をお知らせいたします。

昨年度1年間に使われた水の量は3,390,128立方メートルです。1立方メートルは、ドラム缶5本に相当する量です。平成24年3月末日現在の給水人口は40,042人、給水世帯は13,776世帯です。



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。
(市長公室 広報広聴係 内線1212)



全国大会での活躍を期待します

6月23日、ケーズデンキスタジアム（水戸）を会場に行われた「全国小学生陸上競技交流大会茨城県代表選考会」の6年男子100メートルの部において、宗道小学校6年の酒井良彰さんが13秒24の自己新記録で見事優勝し、8月25日に日産スタジアム（横浜市）で開催される「第28回全国小学生陸上競技大会」に茨城県代表として出場します。

全国大会の抱負を酒井さんは「自己記録更新を目指し、決勝レースに残れるよう頑張りたい。」と力強く語ってくれました。

第28回全国小学生 陸上競技大会出場へ 酒井良彰さん（宗道小学校6年）

6月3日、若柳本田公民館において、新調した子ども神輿の御神入れが行われ、集まった子ども達が光り輝く神輿を元気に担ぎました。

これまでの子ども神輿は、屋根が回転してしまうほど老朽化が進み、地区の活性化のためにも新しい子ども神輿を望む声が高まっていました。

若柳本田自治区長の海老澤保一さんは「永年の夢であった神輿の新調が、地区の皆さんの協力により叶って大変うれしい。8月に行われるのはのえ子ども夏まつりに参加するので、多くの子ども達に来てもらいたい。」と笑顔で話してくれました。



新調した子ども神輿

子ども神輿を新調 若柳本田自治会



願いが叶いますように

7月7日の七夕が近づいた7月初旬、市内の幼稚園・保育園で七夕かざりが行われました。

子ども達は、様々な願いを短冊に込めて、笹の葉に一つひとつ丁寧に結びつけ、彩り豊かに飾りつけられた七夕かざりを前に「たなばたさま」の歌を大きな声でうたっていました。

願い事の中には「パパとママとみんながなかよくくらすように」「しあわせがみんなにきますように」など家族愛や絆を願うものがあり、昨年の東日本大震災以降、子ども達の中にも人と人のつながりの大切さや思いやりの気持ちが広がっています。

短冊に願いを込めて 幼稚園・保育園で七夕かざり



日の丸を手に黒須選手を囲んで

7月6日、市役所本庁舎の大会議室において、ロンドン五輪の女子近代五種に出場する黒須成美選手の壮行会を開催しました。壮行会には、約200名の市民が参加し、黒須選手の五輪出場を祝いました。

稲葉市長からの激励の言葉や母校の上妻小学校6年、大久保舞さんからは花束が贈られ、市民の応援メッセージが書き込まれた日の丸の旗を手渡された黒須選手は「精いっぱい頑張って下妻を盛り上げたい。ロンドン五輪では、トップ10を目指して頑張りたい。」と意気込みを話してくれました。

ロンドン五輪での活躍を願って 近代五種出場黒須成美選手壮行会



熱いエールを送る下妻中学校の生徒達



花束を笑顔で受け取る黒須選手

また、7月9日には母校の下妻中学校で激励会が行われ、673名の後輩達から体育館いっぱい響く熱いエールが送られました。

中居指自治会では、平成24年度の宝くじ助成を受けて子ども神輿や太鼓、鼓を新調し、7月14日に中居指コミュニティセンターで記念祝賀会が行われました。

この助成は、宝くじの社会貢献広報事業としてコミュニティ活動に必要な備品等を整備するために行われるもので、地区ではこれまで以上に夏祭りを盛り上げ、地区全体の活性化につなげていこうとしています。

7月22日に行われた夏祭りでは、新調した子ども神輿などを前にたくさん喜びの声が聞かれ、子ども達が元気いっぱい神輿を担ぐ姿に声援が送られていました。



新しい神輿に喜びいっぱいの子ども達

宝くじ助成事業で コミュニティ活動を推進 中居指自治会

7月2日、市内で自営業等を営む古橋勇さん、生井鋭さん、山内光洋さんの有志3名から、下妻のPRに役立ててほしいと、市ホームページの案内キャラクターで市民などから親しまれている「シモンちゃん」をイメージした着ぐるみが寄贈されました。

現在、着ぐるみは市役所千代川庁舎のロビーに展示され、来庁された方々を明るく笑顔でお出迎えしています。温かい善意ありがとうございます。



下妻のPRに期待されます

あたたかい善意 ありがとうございます 着ぐるみを寄贈

4コマで学ぼう認知症⑤

～前頭側頭型認知症～



前頭側頭型認知症は症例が少ない稀な認知症です。初期段階では物忘れなどの記憶障害が現れにくいのが特徴です。主に人格障害が目立ちます。同じ行動を繰り返す、毎日同じものを食べる、他人の迷惑を顧みず、自己中心的な行動をとる、急に機嫌が悪くなる等の症状があります。(次回で4コマは終了です。)

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



ひこうき

くりはら ひな

三歳一か月(きぬ保育園)

パパのおくちのなか

ひこうきみたい

【解説】

パパの口の中を見て、歯にある銀のつめもの(治療のあと)を「ひこうきみたい」と言いました。自分の歯は白くてきれいなので、銀のつめものがとても不思議に思えたようです。子どもの発想力には本当に驚かされます。

採集 母 栗原美穂

五穀豊穡・家内安全を願って

黒駒不動尊「雨乞い祭」

7月27日、耳不動尊として有名で奉納されたキリを借りて耳にあてると耳の病が治るといって黒駒不動尊において「雨乞い祭」「道標除幕式」が行われました。

伝統の「雨乞い祭」は、緑日となる7月28日の前夜祭として五穀豊穡・家内安全を願って盛大に行われ、境内では満水にした木製の大タライを地区の若い人達が担ぎ上げ、大タライに乗った一人が周囲の人達に水をかけながら激しく練り歩くと、観衆からは大きな歓声が沸きあがっていました。



活気に満ちた若者達が練り歩く

都内で下妻市の特産品をPR

茨城県人会連合会総会



下妻の味を堪能していただきました

7月6日、東京都及びその近郊で活躍する茨城県出身者で組織される「茨城県人会連合会」の総会が都内ホテルで開催され、各界で活躍する約500人が参加しました。

当市では、稲葉市長がビアスパークしもつまの地ビールをはじめ、ウイマムの飲むヨーグルト、手作りウインナー、下妻産のきゅうり等を紹介し、盛大にPRしました。ウイマムの飲むヨーグルトを試飲した60代の女性は「こんなに濃厚な飲むヨーグルトは初めて。体に良さそう。ぜひ家族にも飲ませたい。」と話してくれました。

きれいな河川となるように

鬼怒川・小貝川クリーン大作戦

7月7日、今年で22回目となる「鬼怒川・小貝川クリーン大作戦」が実施されました。

クリーン大作戦は、河川愛護月間である7月に鬼怒川・小貝川流域の24市町と茨城県・栃木県及び国土交通省下館河川事務所等で構成する「鬼怒川・小貝川流域ネットワーク会議」が主催し、平成3年から毎年実施されているものです。

今回は、朝早くから周辺住民や団体など総勢2,005名が参加し、約27立方メートルのゴミが回収されました。



大きなゴミも回収されました

台風シーズンに備えて

第53回鬼怒小貝水防連合体水防訓練



真剣なまなざしで訓練に臨む団員達

7月29日、第53回鬼怒・小貝水防連合体水防訓練が、つくばみらい市下平柳地先の小貝川河川敷で行われ、当市のほか、つくば市、常総市、つくばみらい市及び八千代町の消防関係者約300人が参加しました。

下妻市消防団からは第6分団と第7分団から精鋭20名の団員が参加し、これからの台風シーズンや局地的集中豪雨による水害等に備え、猛暑のなか本番さながらに「五徳縫い」などの伝統的な水防工法の訓練に汗を流していました。来年度は下妻市が訓練会場として予定されています。

市民文芸

俳句

絶筆の身の潔さ桜桃忌 程山 静子(大園木)
金環日食若葉の影も環環環 外山 敏子(下妻丁)
クレヨン絵からとび出す蝶々かな 菱毛 長重(大木)

短歌

目を閉じて読経聞く間にも浮かび来るは 田宮 道子(本宗道)
花菖蒲花瓶に生けて独居の厨に 永瀬 光(伊古立)
手料理舌打ちにけり 松田 昭(皆葉)
露晴れて善し悪し別に今日も過ぎ 松田 昭(皆葉)
老の疲れを夕餉で癒す 松田 昭(皆葉)
氏神の杜に頻き鳴くうぐひすの 外山とく子(下妻乙)
澄めるその声に足音ひそむる 外山とく子(下妻乙)
牡丹ちり石楠花のはな咲き初めて 外山富久子(下妻丁)
淡きその彩心のなごむ 外山富久子(下妻丁)
種をまき十九年を経るといふ 関 千代子(下妻乙)
燭台大蒔菫の開花にあへり 関 千代子(下妻乙)
麦畑に湧き起りたる大うねり 増田 啓子(下妻乙)
風は実りの香りをかもす 増田 啓子(下妻乙)
感謝して暮らしてゆかねばいけないと 吉原 眞子(高道祖)
娘にさとされる齢となりぬ 吉原 眞子(高道祖)
子のくれし漢字パズルをわが脳の 渡辺 恵美(下妻丁)
トレーニングとし熟語解きする 渡辺 恵美(下妻丁)

くらしの中のかくれた危険 製品安全チェックで、楽しい夏休み!!

製品の誤った使用方法や使用者の不注意、または家電製品の長期間の使用による事故が発生しています。身近な製品を点検したり、正しい使い方を確認し、事故やけがをしないように注意しましょう。

- 次の症状がみられたら使用を中止してください。
 - ① 電源コードやプラグが異常に熱い
 - ② 焦げ臭い
 - ③ プレーカーが頻繁に落ちる
- トラッキング現象を防止するプラグやタップを利用することもよいでしょう。

事例3 冷水筒が割れてやけど

冷水筒に熱湯を入れてふたをして運ぼうとしたら、破裂してやけどを負った。

原因

「熱湯不可」の冷水筒に、熱湯を入れてすぐにふたをするという使い方をして繰り返したためにできた傷が、内側の圧力が高まったことで破損しました。

- 取扱説明書をよく読み、表示も必ず確認して正しく使用してください。

◆ 製品事故や製品のリコール情報、社告については、独立行政法人製品評価技術基盤機構「nec (ナイト)」のホームページを参考にしてください。
<http://www.nite.go.jp/>

問い合わせ

下妻市消費生活センター
☎ 44・8632

製品の誤った使用方法や使用者の不注意、または家電製品の長期間の使用による事故が発生しています。身近な製品を点検したり、正しい使い方を確認し、事故やけがをしないように注意しましょう。

事例2

エアコンの電源プラグから発火

スイッチを入れていなかったエアコンから発火し、カーテンが焦げた。

原因

電源プラグをコンセントに長期間差し込んだままだったため、電源プラグにほこりや湿気がたまり、トラッキング現象が発生して発火しました。

※トラッキング現象：コンセントに差し込んだプラグの周辺に綿ぼこりや湿気などがつくことにより、プラグの刃と刃の間に電流が流れ火花放電を繰り返すことで、絶縁樹脂が炭化し電流が流れ発熱、発火するもの

- 長期間使用しないときは、コンセントから電源プラグを抜き、ほこりがたまらないように清掃してください。

事例1

扇風機から出火して全焼・やけど

使用中の扇風機付近から出火し、住宅を全焼して重度のやけどを負った。

原因

30年前から使用している扇風機で、部品から異常な発熱が生じ、火花が発生して周囲のほこりなどに着火しました。

- 次の症状がみられたら使用を中止してください。
 - ① スイッチを入れてもファンが回らない
 - ② ファンの回転が遅かったり、不規則だったりする
 - ③ モーター部分が熱い、焦げ臭い
 - ④ モーターから異常な音がする
 - ⑤ コードが折れ曲がったり破損している
 - ⑥ スイッチを入れても回らないが、叩くと回りだす

ちよつと

健康一言

女性の健康づくり

生涯充実した毎日を送るために、健康であり続けることはとても大切です。
女性のライフサイクルをみると、結婚・妊娠・出産・育児とめまぐるしく変化してきます。育児が一段落する頃に更年期を迎え、エストロゲンの分泌が激減することで、心身の症状が現れやすくなるようです。

骨粗鬆症：エストロゲンが急激に減ってしまうことで骨代謝のバランスが崩れて骨密度が減り、骨粗鬆症が起りやすくなります。

心身の健康づくりに関して、食事は私たちの身体をつくる源。更年期を切り切るためには何よりもバランスのとれた食事が大切です。野菜・果物・海藻・乳製品に含まれるビタミンやミネラル、大豆・魚・肉などに含まれる良質なたんぱく質などは女性の身体にとって大切な成分です。特に、女性に嬉しい成分を多く含む物として「大豆」があります。

大豆に期待される効果として、①悪玉コレステロールの低下 ②骨密度の低下抑制 ③更年期症状の緩和作用があげられます。大豆製品としては、納



「適塩」が調理のポイントです

豆・豆腐・油揚げ・きな粉・おから・豆乳・高野豆腐等がありますが、上手に毎日の食事に取り入れていきたいですね。
味噌やしょうゆも大豆製品ですが、塩分が多く含まれます。この塩分は摂りすぎてしまうと健康を害し、高血圧やがんなどを引き起こしかねません。下妻市は高血圧で治療している方が多いため、ご自身と家族の健康を考えた場合、適塩に心がけることが何よりも大切です。

保健センターでは、「からだ元気になる栄養教室」を実施しています。テーマは「適塩！」ご夫婦やご家族で是非ご参加ください。

- 9月19日(水) 騰波ノ江市民センター
 - 9月27日(木) 高道祖市民センター
 - 9月28日(金) 豊加美市民センター
 - 11月7日(水) 下妻公民館
- 時間：午後1時30分～3時30分
(受付：1時15分～)

希望者に味噌汁の塩分濃度測定をします。(ご自宅の味噌汁をお持ちください)

お申し込み受付

下妻市保健センター
☎ 43・1990 (直通)

更年期障害：のぼせ、ほてり、発汗、不眠、イライラ、憂うつ、肩こり、食欲不振等あらわれる症状や程度には個人差があります。
脂質異常症：エストロゲンには善玉コレステロールの合成を促進し、悪玉コレステロールの増加を抑制して血液中の脂質のバランスを調整する働きがあります。更年期以降はそのバランスが崩れ、血中の悪玉コレステロール値が高くなる傾向にあります。

各種相談 9月

区分	日時	場所	問い合わせ
心配ごと相談	9月18日(火) 受付:午後1時15分~3時	第二庁舎 大会議室	社会福祉協議会 ☎44-0142
法律相談	9月11日・25日(火) 午後1時30分~3時30分 ※事前に予約が必要です(当日不可)	下妻公民館 2階 学習室	
行政相談	9月14日(金) 午後1時30分~3時30分	千代川公民館 1階 小会議室	市長公室 ☎内線1212
	9月21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)	9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	9月12日(水) 午後1時~4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(9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 9月6日(木) 午後5時30分~7時30分 休日納税相談 9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1362~1366

8月の納税情報

[税目] [納期限及び口座引落日]

市・県民税(2期)
国民健康保険税(2期)
介護保険料(2期)
後期高齢者医療保険料(2期)

8月31日

※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の納付が出来ます。
※クレジットカードで税金の納付が出来ます。

問い合わせ 収納課 ☎内線1362~1366

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

7月の交通事故

—累計—
発生件数 19(18) 150(141)
死亡 0(0) 1(1)
負傷 28(27) 221(188)
()内は前年

下妻市の人口・世帯

—8月1日現在—
人口 44,162人 (- 8)
男 22,073人 (+ 3)
女 22,089人 (- 11)
世帯数 14,891世帯(+ 28)
()は前月比

下妻市の面積

面積 80.88km²

健康カレンダー Health Calendar

9月

日	月	火	水	木	金	土
						1 ④ 西南医療 特定健診(未受診者健診) 下妻保健センター 9:30~11:30 13:30~15:00
2 ④ 西南医療 ⑤ 中山医院	3 ④ 西南医療 特定健診(基本健診) 下妻保健センター 9:30~11:30 13:30~15:00	4 ④ 西南医療 特定健診(基本健診) 下妻保健センター 9:30~11:30 13:30~15:00	5 ④ 西南医療 特定健診(基本健診) 下妻保健センター 9:30~11:30 13:30~15:00	6 ④ 西南医療 特定健診(基本健診) 下妻市立図書館 9:30~11:30 13:30~15:00	7 特定健診(基本健診) 下妻市立図書館 9:30~11:30 13:30~15:00	8 ④ 西南医療
9 ④ 西南医療 ⑤ 渡辺クリニック	10 ④ 西南医療	11 ④ 西南医療 元気アップ教室 9:30~10:00	12 ④ 西南医療	13 ④ 西南医療 遊びの広場 10:00~10:30 1歳児相談 13:30~13:50	14 びよびよ教室 10:00~10:30 5か月児健診 13:30~13:50	15 ④ 西南医療
16 ④ 友愛記念 ⑤ 軽部病院	17 ④ 西南医療 ⑤ 宇津野医院	18 ④ 西南医療	19 ④ 西南医療 ポリオ生ワクチン 14:00~14:30	20 ④ 西南医療 キッズくらぶ(園リトミック) 10:00~10:30 1歳6か月児健診 13:30~13:50 夜間健診(特定・基本) 下妻保健センター 18:00~20:00	21 3歳児健診 13:30~13:50	22 ④ 西南医療 ⑤ 湖南病院/ とき田クリニック
24 ④ 西南医療 ⑤ 浅田医院	24 ④ 西南医療	25 ④ 西南医療	26 ④ 西南医療	27 ④ 西南医療 すくすく相談 13:30~	28 後期マタニティクラス 13:00~13:30 ママサロン 13:30~15:30	29 ④ 西南医療
31 ④ 西南医療 ⑤ 古橋医院						

④ 小児救急当番医

月・火・水・木・土曜:午後6時~午後11時
日曜・祝日:午前9時~午後4時
小児輪番病院は、入院治療を必要とする子供の救急医療を行なっています。
受診される際は、医療機関に必ず事前に電話でご相談ください。
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

※すぐ受診させた方がよいのか、様子をもても大丈夫なのか不安なときは、ご相談ください。
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

○茨城県救急医療情報システム

www.qq.pref.ibaraki.jp/

⑤ 休日在宅当番医 午前9時30分~午後4時

中山医院 ☎43-2512
渡辺クリニック ☎43-7773
軽部病院 ☎44-3761
宇津野医院 ☎45-0311
湖南病院/とき田クリニック ☎44-2556
浅田医院 ☎44-3957
古橋医院 ☎44-2792

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