VOL. 323
2005年 5/26

◆タイトルのバックにある淡いグリーンは“岩間町の形”茨城県のほぼ中央に位置します。自然の緑と豊かさが共生する町をめざしましょう。

広報 いわま

●編集・発行 岩間町 TEL.0299(37)6611 ●http://www.town.iwama.ibaraki.jp/

町の人口（5月1日現在）男 8,121人・女 8,352人 計16,473人（－41）／5,293世帯（＋7） （ ）内は3月比

愛宕山で行われた老人会輪投げ大会（4月24日）

春うらら

和気あいあい 輪投げ大会

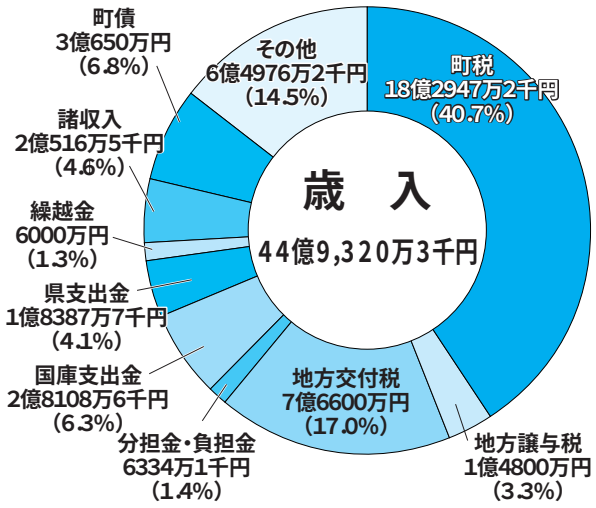
CONTENTS

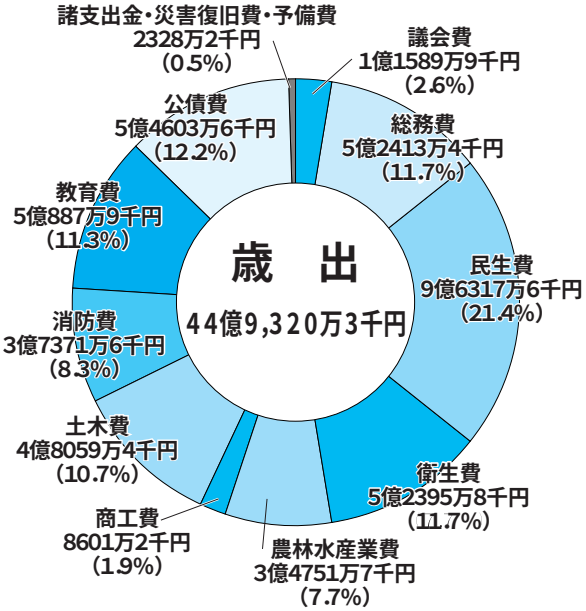
2 …… 平成17年度予算概要
3 …… 岩間町・笠間市・友部町合併
7 …… 人事異動
8 …… タウンニュース
9 …… 学校だより
10 …… 公共下水道の使える区域
12 …… 国保の届出
14 …… 食改
15 …… お知らせ
16 …… いわまの自然/フィリップのコーナー

平成１７年度予算をお知らせします

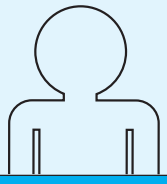
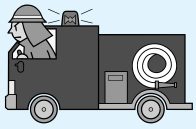
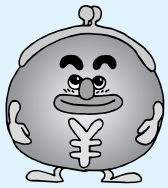
町の平成17年度予算が３月の町議会定例会で審議され、可決されました。
予算編成にあたっては、経常経費対前年度20%削減を基本として、限られた財源の中で、重点的かつ効率的な観点から、施策の厳選を徹底するとともに、事業の必要性、費用対効果等について十分精査・検証することを基本方針としました。

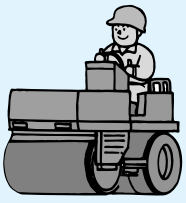
一般会計 予算の内訳





町民一人当たりに使われるお金

総　額	総務費	衛生費	商工費	消防費	公債費
272,117円	31,742円	31,732円	5,209円	22,633円	33,069円
人口:16,512人（平成17年4月1日現在）で算出	税金の賦課徴収や選挙・統計など町の総括的な事務に使うお金	保健衛生やごみ処理など安全で衛生的な生活のために使うお金	商工業や観光の振興のために使うお金	笠間地方広域事務組合への負担金や消防団運営などに使うお金	借入金を返済するために支払うお金
					

議会費	民生費	農林水産業費	土木費	教育費	諸支出金・災害復旧費・予備費
7,019円	58,332円	21,046円	29,106円	30,819円	1,410円
議会の活動に使うお金	福祉全般の事務・事業に使うお金	農道整備や農林業振興のために使うお金	道路や川などの整備に使うお金	小中学校の施設整備など教育全般に使うお金	
					

予算総額は96億5,052万4千円

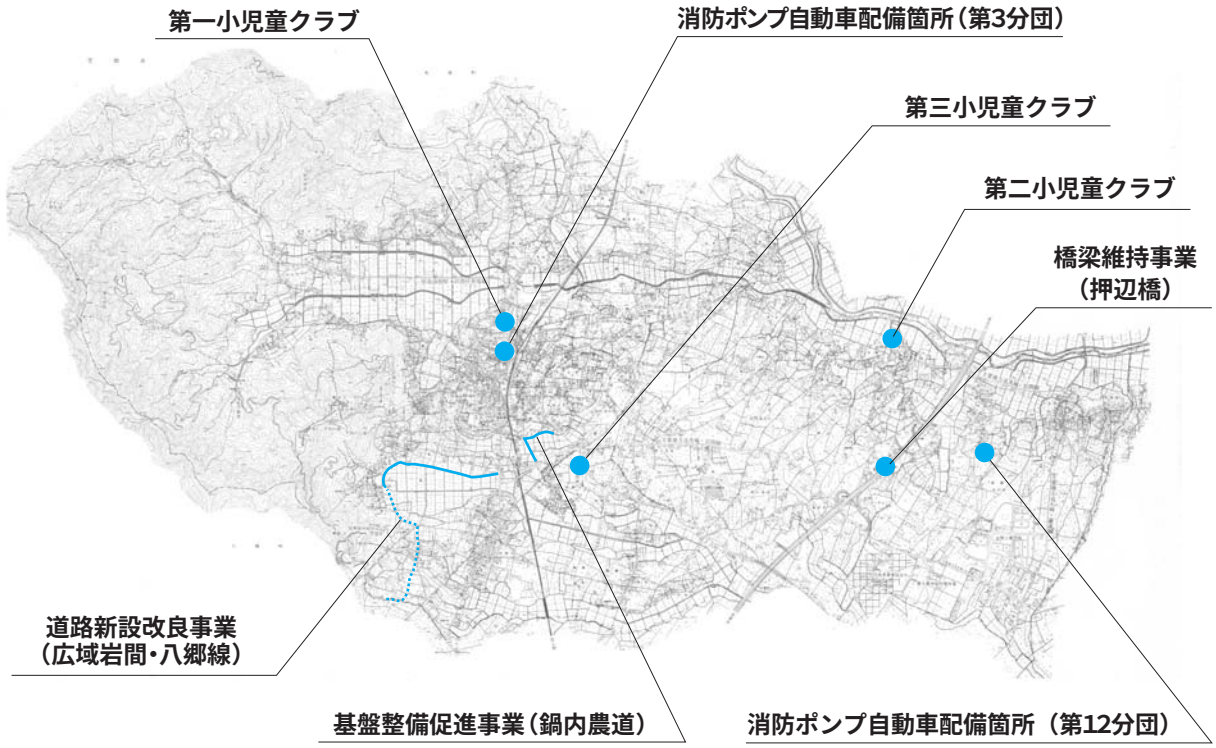
（　）内は前年度当初比較

一般会計	44億9,320万3千円	（3億1,701万1千円減）
国民健康保険特別会計	14億　652万8千円	（7,830万8千円増）
老人保健特別会計	13億1,267万5千円	（4,785万8千円減）
介護保険特別会計	6億1,369万6千円	（8,101万4千円増）
公共下水道事業特別会計	5億1,335万8千円	（6,074万2千円減）
農業集落排水事業特別会計	4億2,129万8千円	（1億5,689万1千円減）
水道事業会計	8億5,674万8千円	（4億94万9千円増）
工業用水道事業会計	3,301万8千円	（264万8千円増）

合計（1,958万3千円減）

今年度主要事業の予算と位置

●橋梁維持事業
【常磐自動車道に架かる町道橋梁（押辺橋）に対する耐震補強対策工事】……3千5百万円
●岩間八郷間の広域アクセス道路新設改良事業……6千万円
●基盤整備促進事業【鍋内地区農道の改良拡幅工事】……1千928万円
●放課後児童クラブ事業【一小・二小・三小】……1千418万9千円
●消防ポンプ自動車購入事業【第3分団・第12分団】……2千5百万円



岩間町・笠間市・友部町・合併

平成18年3月19日「笠間市」が誕生。

合併協議の経過

２月21日　各臨時議会で笠間市・友部町・岩間町合併協議会設置議案が可決され、３首長は協議会設置の調印を行い、合併協議会が設置されました。４回の合併協議会において協議が整い、３月22日合併協定調印式が行われました。翌23日各議会で合併関連案が審議可決されたことにより、３月28日に３首長は県知事へ合併申請書を提出しました。今後、６月の県議会の議決を経て、総務大臣への届出を行い告示されることで、平成18年３月19日「笠間市」が誕生します。

合併申請した後に橋本知事を囲む三首長

主な協議結果

★合併方式は新設合併（対等合併）
★合併の期日は平成18年3月19日
★新市の名称は「笠間市」
★新市の事務所の位置は、現在の友部町役場

★町・字名の取扱い
原則として現行のとおりとし、
岩間町、友部町は「大字」を除く
（例）岩間町大字下郷5140番地
└→　笠間市下郷5140番地

今後の合併協議会開催予定　（傍聴できます!）

第5回合併協議会	6月2日（木）午後4時～	笠間市中央公民館2階会議室
第6回合併協議会	7月5日（火）午後１時30分～	友部町役場2階会議室

新市まちづくりの重点ビジョン　～恵まれた交通基盤を活かしたまちづくり～
新市の将来像　～ 住みよいまち 訪れてよいまち　笠間市 ～

基本理念

地理的・交通優位性を活かしたまちづくり
住民が安心して暮らせるまちづくり
環境に恵まれた交流拠点づくり
住民協働のまちづくり
行財政の基盤強化

問い合せ先
笠間市・友部町・岩間町合併協議会事務局（笠間市中央公民館内）
☎ 0296-73-0133　Eメールgappei@city.kasama.ibaraki.jp
http://www.city.kasama.ibaraki.jp/~gappei/

7月1日から　住民異動届を出す際は本人確認のご協力を！

最近、本人が知らない間に他人によって転入届や転出届などを出される事件が全国的に発生しています。これらの事件を未然に防止するため、住民異動届出時に窓口で来庁者の本人確認をさせていただきます。

対象となる届出	転入・転出・転居・世帯に関する変更の届出
本人確認の対象者	窓口に届出書を持って来られた方 （代理人、使者として来られた方も対象になります。）
本人確認のため提示いただくもの	運転免許証、パスポート、住民基本台帳カードなど （官公庁発行の顔写真付の身分証明書）

※持参されない場合は、窓口で質問をさせていただくことがあります。
皆様のご理解とご協力をお願いします

問い合せ先　役場住民課　戸籍係　☎37-6611（内線103）

知って得する国民年金

第1号被保険者の保険料　20歳から60歳になるまでの40年間納めます。

月額 13,580円（平成17年度）

※年齢・所得・性別に関係なく全国一律です。
毎月ご自身で納めてください。

国民年金保険料の納付がコンビニでもできます。

国（社会保険庁）から送付される納付書で各金融機関・郵便局・コンビニエンスストア（一部取扱いを行っていないところがあります）・社会保険事務所などで納めてください。

保険料の納付は便利な口座振替で

いそがしい毎日、口座振替を利用すれば振り込みに行く手間も省け、納め忘れもなくなり安心です。

●申し込み手続き

申し込み用紙は、金融機関の窓口に用意してありますので、①保険料納付書、②預貯金通帳、③預貯金通帳届け出の印鑑、をお持ちになって、お申込みください。

NEW 口座振替早割制度がお得です！

通常は「当月保険料を翌月末引落し」ですが、この早割制度（当月保険料を当月末引落し）を利用すれば、**月額40円割引**されます。

問い合せ先　役場住民課　年金係　☎37-6611（内線106）

皆さんからのご意見・ご提案 ありがとうございます

◆ご意見等にお答えします　岩間町長　仲田　昭一

◆ご意見・ご提案◆

犬の飼主の教育をしてほしいです。犬のフンの事は何回言っても、看板を出しても、飼主が実行してくれなければダメです。是非、飼主さんに、フンが不潔なことを教えてあげてください。

◆回　答◆　地域整備課 環境係

町では犬のフンの後始末を飼い主の皆さんに徹底していただくように、これまでも看板、啓発物品、防災無線等を通してモラル向上を訴えています。

また、犬の登録、狂犬病予防注射時にもチラシを配布して啓発しています。しかし、未だに町のいたるところにフンの放置があることは残念です。

今後、飼い主の方に犬のフンの後始末をしていただくよう訴えていくとともに、継続して啓発活動を行っていきます。また、対策の効果の確認を行いながら、他の改善策も考えて良好な環境を保全するために努力していきます。

町では、ご意見箱を役場・公民館・海洋センターに設置し広くご意見・ご提案をお聞きしていますが、匿名のため直接お答えできないご意見・ご提案には広報紙を使って回答させていただきます。

※問い合せ先　役場秘書企画課　☎37-6611（内線216）

ごぞんじですか

6月1日は人権擁護委員の日

● 人権擁護委員とは

住民の人権が侵害されないよう注意を払い、相談や被害救済などにあたります。

● このような場合ご相談を

日常生活の中で身近におきたことが、人権問題または人権侵害になると思われた時は、人権擁護委員にご相談ください。

● 岩間町の人権擁護委員

塩畑　育男	土師1283-88	☎45-2584
松嶋　紀子	下郷4377	☎45-5395
平山　正	下郷4533-18	☎45-2423
真木　育子	下郷2343-1	☎45-7059

問い合せ先　役場保健福祉課
☎37-6611　（内線111）

行政相談委員 西山澄兄さん 再委嘱

行政相談委員は、国、県、町などの仕事について、住民からの苦情や要望を受け付けて、その解決を図る「行政相談」を行っています。新渡戸の西山澄兄さんが、4月1日付で総務大臣から引き続き委嘱されました。

毎日の暮らしの中で、困っていること、悩んでいることがありましたら、お気軽にご相談ください。

西山さんは、毎月第2水曜日に保健福祉センターで行政相談を受け付けていますので、お気軽にご利用ください。

西山さん自宅　下郷536　☎45-4936

教育長に松嶋繁さんが就任

3月31日付で退任された小松崎洋右さんに代わり、4月6日付で参り坂の松嶋繁さん（70歳）が教育長に就任されました。

松嶋さんは、昭和32年4月に霞ヶ浦高等学校に赴任されてから、平成7年に退職されるまで38年間教職に就かれ、この間大貫小学校、岩間中学校では、校長を歴任されました。

今野英雄さん ご寄付 ありがとうございました

代理で来庁された息子さんの **今野公雄さん**

町に土地を所有されている福島県在住の今野英雄さんが、現金10万円を町へ寄付されました。

町では感謝の意を表すとともに、寄付金の使途については慎重に検討し、有効に活用することとしています。

人事異動

▼教職員

《転出及び退職》3月31日付
（ ）内は転出先

岩間第一小学校
本田久代（勧奨退職）
根本和子（勧奨退職）
加藤明（稲田小）
唯野正樹（大原小）
渡辺厚子（箱田小）

岩間第二小学校
菱沼昇一（沢山小）
大塚拓実（勧奨退職）
嶋田徹（勧奨退職）
寺内由美子（笠間南小）

岩間第三小学校
色川憲一（大戸小）
岡野みのり（宍戸小）
堀江昌代（笠間東中）
樋口幸子（稲田中）

岩間中学校
黒澤雅博（水戸教育事務所）
高垣百合子（定年退職）
郡司みどり（水戸二中）
大枝利任（小川小）
柳橋輝広（笠間南小）
大野明美（岩間一小）

《転入》4月1日付
（ ）内は旧任校

岩間第一小学校
市川三千代（笠間南小）
阿久津恵美子（笠間小）
大野明美（岩間中）
鈴木真由美（稲田小）

岩間第二小学校
大久保秀隆（水戸教育事務所）
下条美子（笠間小）
佐川孝子（酒門小）
高野基行（新採用）

岩間第三小学校
高野裕一（笠間中）
相吉敏子（笠間南小）
永田明美（新採用）
渡辺政子（稲田中）

岩間中学校
平沢久（御前山中）
杉山健二（七会中）
藤枝美智江（友部中）

▼町職員

（ ）内は旧所属

《退職》3月31日付
池田弘（会計課）
清水みさ子（秘書企画課）
菅野文子（保健福祉課）
笹島博（建設課）
西山きよ江（建設課）
佐久間俊子（学校教育課）

《異動》2月21日付

笠間市・友部町・岩間町合併協議会派遣
塙栄（秘書企画課）
西山浩太（秘書企画課）
松本浩行（秘書企画課）
成田崇（秘書企画課）

秘書企画課
渡辺光司（地域整備課）

3月31日付

茨城県派遣終了
大峰浩一

4月1日付

総務課
小松崎則男（税務課）
藤枝みゆき（保健福祉課）

秘書企画課
園部孝男（学校教育課）

税務課
藤枝勉（産業振興課）
羽持千晴（議会事務局）
小沼健（農業委員会）
石田早苗（総務課）

会計課
小林かづえ（保健福祉課）

住民課
平沢知之（税務課）
鈴木英幸（保健福祉課）

保健福祉課
岡野晃久（総務課）
美留町幸恵（税務課）

地域整備課
片岡佐知子（下水道課）

建設課
入江いみ子（学校教育課）
小松崎慎治（水道課）

水道課
菅谷清二（地域整備課）

学校教育課
萩谷博（住民課）
田口節子（住民課）

タウンニュース

船出、そして旅立ち　～春の図工教室～

皆で力を合わせて作った船の前で、元気いっぱいのポーズをとる子ども達

旧岩間第一分校での図工教室が、春休みに地元の子ども達61名、東京の子ども達20名の参加で行われました。図工教室とは、武蔵野美術大学生が毎年春・夏休みに小学生と造形的な活動を中心に行っているものです。

今回のテーマは「船出」で、みんなで繰り出す航海の巨大な船を制作しました。またサバイバルな遊びをしたり、お祭りの店作りをするなど、普段の生活ではできないことを体験しました。子ども達は自然に囲まれながら、のびのびと活動し、目を輝かせながら楽しんでいました。

新入生と在校生が向かい合っての入学式 三小

4月7日（木）、町内各小学校で入学式が行われました。今年は一小が58人、二小が36人、三小が59人の新一年生が誕生しました。

三小では、数年前から対面式の入学式が行われています。それは真ん中に演台をおいて、新入生と在校生が向かい合い、先生、保護者は横に座るもので、お互いの顔が良く見えてよいと好評のようです。式では、在校生全員で新一年生に向かって、歓迎の言葉を言った後、「みんな花だよ」の歌を合唱しました。その声は、体育館いっぱいに響き渡り、皆の心をひとつにしているようでした。

お互いの顔がよく見えてよいと好評の対面式入学式

春満喫　あたご山 桜まつり

天狗コンテスト出場者が天狗せんべいを子ども達に配り、喜ばれていました

町観光協会主催の「岩間あたご山桜まつり」が、4月24日（日）、愛宕山の野外ステージを中心に開催されました。当日は穏やかな天候のもと、多くの人達がつめかけ、春の一日を満喫しました。

ステージでは合気道の演技や保育園児の和太鼓、リズムダンスなどが披露されました。また、今年から始まった天狗コンテストでは、出場者が思い思いの天狗に扮し会場を沸かせていました。ステージ以外でも、老人会輪投げ大会、物産展などが催され、子どもからお年寄りまで楽しいひと時を過ごせたようです。

学校だより

岩間第一小学校

岩間第一小学校では、「あいさつ・清掃・読書」を合い言葉に『夢をもち、強く生き抜く、自立する児童の育成』を教育目標に設定し、様々な活動を展開しています。

今年度は、桜の花の便りとともに五十八名の新入生を迎えました。

全校児童三百七十名。一人一人がそれぞれの目標に向かってスタートを切りました。今回の学校だよりは、去る四月十八日から二十二日まで行われた六年生による「朝のあいさつ運動」の感想文を紹介します。

六年　池田　来未

六年生になって私は、あいさつ運動をすることになりました。以前から大きな声であいさつするのは苦手だったので、「大丈夫かな。」と心配でした。しかし、今までの六年生が、私たちに向かって、大きな声であいさつをしてくれていたので、私も頑張ろうと思いました。

やがて、あいさつ運動の当日になりました。初めは、少し恥ずかしかったのですが、大きな声で「おはようございます」と言いました。すると、まだ小さくてかわいい一年生が、私たちに負けないくらい大きな声で、「おはようございます」とあいさつを返してくれました。とてもうれしくなりました。

今度は、あいさつ運動ではない日もみんなに大きな声で「おはようございます」とあいさつをしたいなあと思いました。

六年　長谷川　昌紀

六年生となると同時に、一年生の給食の後片づけや朝のあいさつ運動など、様々な役割分担ができました。

特にあいさつ運動では、元気が必要でした。登校してきた人に思い切って「おはようございます」とあいさつをすると、元気よく返事を返してくれるので、とてもいい気分になれます。これを繰り返していると、クラスや学校全体が明るくなると思います。

ぼく自身は、あまり大きい声でできない日もありましたが、またの機会があったら、やってみたいと思いました。

六年　長谷川　理香

私があいさつ運動をやってみて思ったことがあります。あいさつは心をすがすがしくしてくれることです。昇降口で、「おはようございます」と声をかけて「おはようございます」と元気な返事が返ってくると何だか心がすがすがしくなりました。しかし、逆にあいさつをしても、返事がないときは、心がどんよりとしてしまいました。「おはようございます」というあいさつ一つで、その日の気分が変わってしまうなんて、あいさつは、とても不思議なものだなあと、思いました。

このように不思議な力をもったあいさつをこれからも大切にしていきたいと思ったあいさつ運動でした。

放課後児童クラブスタートしました

今年４月から放課後児童クラブが町内の各小学校内で開設されました。これは昼間保護者のいない家庭の児童のために、放課後や学校休業日に放課後児童クラブを開設し、家庭に代わる生活の場として適切な遊びや指導を行い、その児童の健全育成を図り、仕事と子育ての両立を支援する事業です。

楽しく遊ぶ第二小児童クラブの子ども達

図書館だより

【新刊案内】

〈児　童　書〉

- しばわんこの和のこころ　川浦　良枝
- ふしぎな図書館　村上　春樹
- さるのせんせいへびのかんごふさん　穂高　順也
- 教室はまちがうところだ　蒔田　晋治
- ぴょこたんのなぞなぞ1616　このみ ひかる
- ボクらもみんな生きている　藤原　英司

〈一　般　書〉

- なにがあっても大丈夫　櫻井よしこ
- 対岸の彼女　角田　光代
- 奪還　第二章　終わらざる闘い　蓮池　透
- 子どもが育つ魔法の言葉　ドロシーローノルト
- あるがまま行く　日野原重明
- 無理している人ほど傷つきやすい　加藤　諦三

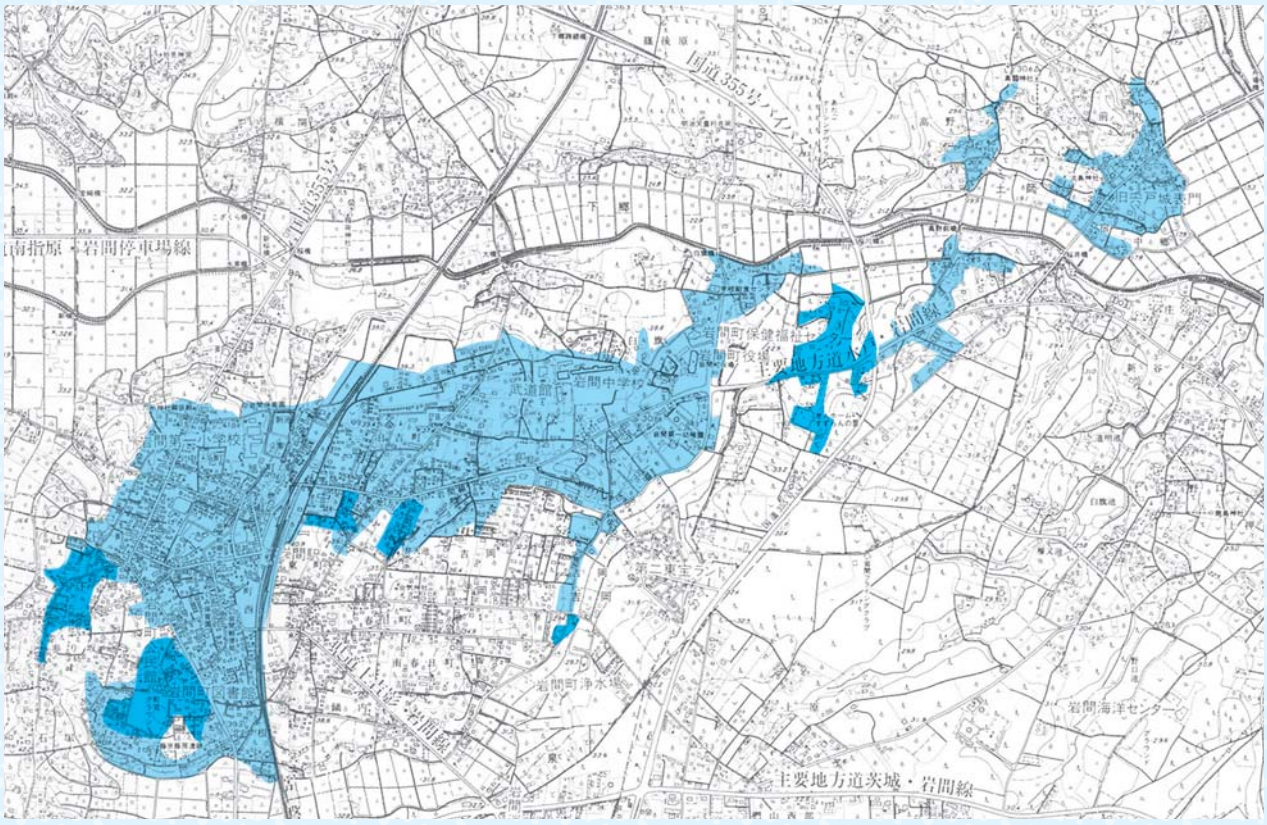
※ビデオも合わせてご利用ください。

公共下水道を使える区域が広がりました

下水道マスコットキャラクター
スイスイ

平成17年４月から公共下水道を使える区域が広がりました。
下水道を使える区域のみなさまには、すみやかに接続をお願いします。
公共下水道への接続は岩間町排水設備指定工事店でお願いします。

公共下水道を使える区域
今回広がった区域



問い合せ先　役場下水道課　☎ 37-6611（内線 227・228）

平成１７年４月診療分から

未就学児まで医療費助成

現在、3歳未満児の乳幼児に対する医療費助成制度（マル福）が設けられています。町ではその対象年齢を小学校に就学するまでに引き上げ、平成17年4月1日からの医療費を助成することにしました。該当する方は役場住民課で手続きをしてください。

問い合せ先　役場住民課　国民健康保険係
☎ 37-6611　（内線 104･105･106）

忘れずに！児童手当の現況届

児童手当を受けている方は、毎年6月に現況届を提出しなければなりません。6月下旬に用紙を郵送しますので、忘れずに提出してください。この届出をしないと、受給資格のある方でも6月以降の手当が受けられなくなります。

その他必要な届出

●他の市町村に転出した時
前に住んでいた市町村へ受給事由消滅届を、新たに住むことになる市町村に認定請求書を提出してください。

●出生などにより、対象となる児童が増えた時
額改定請求書を提出してください。

問い合せ先　役場保健福祉課　児童手当係
☎ 37-6611　（内線 112）

ごぞんじですか？

森林の伐採には届出が必要です

森林法により地域森林計画の対象になっている森林の立木（除伐、枯損木は除く）を伐採するときは、自分の森林であっても、事前に「伐採及び伐採後の造林届出書」の提出が必要です。

地域森林計画の対象森林かどうかは？

役場産業振興課で確認できます

届出の時期は？

伐採を始める90日から30日前まで

届出先は？

伐採する森林がある市町村
（申請用紙は役場産業振興課にあります）
ただし、保安林については、県に事前に伐採許可申請を行ってください。

問い合せ先　役場産業振興課　☎37-6611（内線123）
県北地方総合事務所林務課笠間林業指導所　☎0296-72-1174

ママが ほっ と一息できる場所

すくすくベビークラス

第１回目の「すくすくベビークラス」が４月11日(月)町保健福祉センターで行われました。これは、早い時期の育児支援が目的で、時間に追われているお母さんのほっと一息できる場を作りたいという思いから新しくできたものです。

部屋はリラクゼーションをテーマにしたバックミュージックがかかり、アロマオイル入りの加湿器を使うなどリラックスできるよう工夫されていました。参加者はハーブティーを飲みながら、ひとつの輪になって雑談し和やかな雰囲気で過ごせたようです。毎月１回、保健福祉センターで行っていますので、赤ちゃんのいるママは是非参加してみませんか。

ハーブティーを飲みながら、話がはずむ参加者のみなさん

問い合せ先　町保健福祉センター　☎45-7888

歯の何でも電話相談

6月12日（日）午後2時～5時
☎　029－823－7930

茨城県保険医協会では、６月12日に「歯の何でも電話相談」を開設します。

ふだん、主治医に聞けないこと・入れ歯のこと、子どもの歯の悩み、矯正、歯周病、ブラッシングの仕方、料金のことなど、歯についての悩みや質問を何でも受け付けます。

匿名で結構ですので、お気軽にお電話ください。歯科医師が相談に応じます。

知っておきたい 国保のポイント

国保の届け出、おすみですか？

国保（国民健康保険）は、いざというときの病気やケガに備えて加入者が保険税を出し合い、必要な医療費にあてる助け合いの制度です。国保に加入するとき、やめるとき、また家族に異動があったときなどは、必ず届け出を出してください。

こんなときは14日以内に届け出を！

●国保に加入するのはこんなとき

	手続きに必要なもの
他の市町村から転入してきたとき	他の市町村の転出証明書、印かん
職場の健康保険をやめたとき	職場の健康保険をやめた証明書、印かん
家族の健康保険の被扶養者からはずれたとき	被扶養者からはずれた証明書、印かん
子どもが生まれたとき	保険証、母子健康手帳、印かん
生活保護を受けなくなったとき	保護廃止決定通知書、印かん
外国人が入るとき	外国人登録証明書

●国保を脱退するのはこんなとき

	手続きに必要なもの
他の市町村に転出するとき	保険証、印かん
職場の健康保険に入ったとき	国保と加入した健康保険の両方の保険証、印かん
家族の健康保険の被扶養者になったとき	
国保の被保険者が死亡したとき	保険証、死亡を証明するもの、印かん
生活保護を受けるようになったとき	保護開始決定通知書、保険証、印かん
外国人がやめるとき	保険証、外国人登録証明書

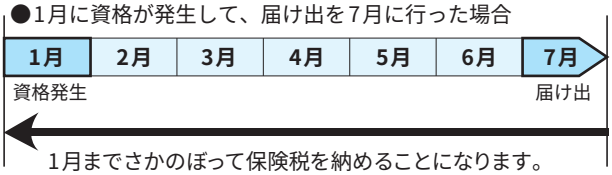
●こんなときも届け出が必要です

	手続きに必要なもの
住所、世帯主、氏名などが変わったとき	保険証、印かん
退職者医療制度に該当しなくなったとき	
修学のため、他の市町村に住所を移したとき	保険証、在学（園）証明書、印かん
保険証をなくしたり、汚れて使えなくなったとき	本人であることを証明するもの（使えなくなった保険証、運転免許証など）、印かん
退職者医療制度に該当したとき	保険証、年金証書、印かん

加入の届け出が遅れると…

加入資格が発生した時点までさかのぼって保険税を納めなければならなくなります。また、**その間の医療費は全額自己負担となります。**

●1月に資格が発生して、届け出を7月に行った場合



1月までさかのぼって保険税を納めることになります。

脱退の届け出が遅れると…

●保険証が手元にあるため、うっかりそれを使って診療を受けてしまう人がいます。この場合、国保が負担した医療費は、あとで返していただくことになります。

●新たに加入した職場の健康保険などと国保の両方に保険税を二重に納めてしまうことがあります。

問い合せ先　役場住民課　国保係　☎37-6611　（内線 104･105）

からだの機能を高める 日常生活術

脳の機能を高める！

脳が若返るメカニズム

人間の高度な精神・身体活動を担っているのは、脳幹などの古い脳をくるんでいる最も外側の大脳皮質といわれています。人間らしい喜怒哀楽の感情は、この大脳皮質にある運動野や体性感覚野が働くことで可能になります。

カナダの脳外科医・ペンフィールドの研究によると、運動野や体性感覚野の3分の1前後は、手の動きをコントロールしていて、これに足の運動を加えると、個人差はありますが、大脳皮質の半分近くが、なんと手足の指令に使われていることが明らかになっています。昔から手足をよく使う人はいつまでも若々しいといわれるのは根拠のあることだったのです。

手足や舌・唇をコントロールするのが大脳皮質の大部分ですから、こうしたからだの器官を積極的に刺激することで、大脳を活性化できるわけです。遊び気分で下段の運動を習慣化し、若い脳を保ちましょう。

心配な物忘れとは？

自分の物忘れが老化によるものか、認知症※によるものか。認知症によるものだとすると心配です。

たとえば、さっきの食事で何を食べたか忘れてしまったとか、買い物忘れがあっても心配はありません。心配なのは食事したこと自体を忘れてしまったり、すでに買ったことを忘れ、何度も同じものを買ってしまうこと。こちらは認知症の可能性が高いからです。

基本的に自分のいる場所や時間がわかり、物忘れを自覚しているうちは心配ありません。そうでない場合は要注意です。

※平成16年12月、これまで「痴呆」と呼ばれていたものを「認知症」と名称変更することが厚生労働省の検討会で決まりました。

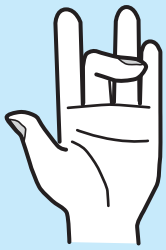
いつでもできる 脳の機能を高める運動

体操のポイント

- 1日1回、各5回程度行おう！
- 毎日行って習慣にしよう！
- はじめは上手にできなくてもじっくりのんびり気長にとり組もう！
- 暇なときには何度でも行うと効果的！

指曲げ運動

① 中指の第2関節を直角に曲げます。
② 人差し指と薬指を同時に曲げます。
③ 薬指と小指を同時に曲げます。
④ 1と同じように中指を曲げます。
⑤ 人差し指と中指を同時に曲げます。
⑥ 中指と小指を同時に曲げます。

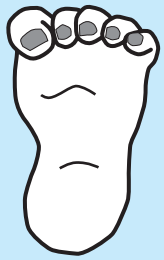


舌曲げ運動

① 舌があごに届くくらい思い切り下に伸ばします。
② 鼻をなめるくらい思い切り上に伸ばします。
③ 右の頬にくっつくくらいグッと右に曲げます。
④ 左の頬にくっつくくらいグッと左に曲げます。

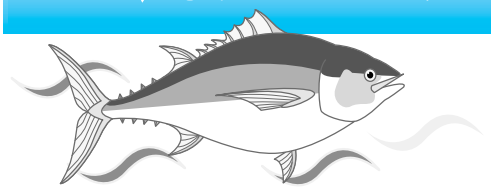
足曲げ運動

① 足指をまるめて、じゃんけんのグーをつくります。
② 指1本ずつが大きく離れるように、パーをつくります。
③ 手で足の指をつまみ、1本ずつぐるぐる回します。
④ 手の指を足の指の間に入れて、パッと抜きます。



食生活改善推進協議会〔6班〕　【伝えていきたい伝統食】

海からの生命力、魚料理で健康に！



血液をサラサラにしたり、ガン予防の効果がある脂肪酸のＤＨＡや骨粗鬆症予防に不可欠なカルシウムなどの栄養分がとれる小魚を積極的に食べましょう。

豆アジの南蛮漬け風

＜材 料＞　4人分

豆アジ300g、ピーマン（赤、黄、緑）各1個

Ⓐ・・・（生姜の千切り 小1かけ、酢 大さじ2、しょう油 大さじ2）

＜作り方＞

① 豆アジは、えらと内臓を除き水洗いする。水気をふき、小麦粉をまぶし中温（170℃）の油でカラッとなるまで揚げる。

② ピーマンは縦に8等分し、焼き網で焼く。

③ Ⓐを混ぜ合わせ、豆アジとピーマンを漬け汁に浸す。

※ピーマンのかわりにオニオンスライスやししとうなどでも良い。

ワカメと絹さやの和風サラダ

＜材 料＞　4人分

絹さや 200g、塩 少々、生ワカメ 100g、生姜の千切り少々

Ⓑ・・・（マヨネーズ 大さじ4、しょう油大さじ1）

＜作り方＞

① 絹さやは茹でて、ざるにあけて広げ、アツアツのうちに塩をふっておく。

② 生ワカメは、ざるに広げ熱湯をまんべんなく廻しかける。

③ Ⓑの調味料と絹さやと生ワカメを混ぜ合わせ、生姜の千切りを散らす。

トマトジャム

＜材 料＞

完熟トマト 700g（正味600g）、グラニュー糖 250g、レモン汁 1個分

＜作り方＞

①トマトは洗い、熱湯に30秒間つけ、ざるにあけ、へたを取り、皮をむく。（湯むき）

② ① のトマトを横半分に切り、種を取り除く。この時に出た汁はこして使う。

③ 果肉はザク切りにしておく。

④ 果肉、汁、グラニュー糖、レモン汁を加えて中火で20～30分間とろりとするまで煮詰める。

お知らせ

岩間町役場電話番号 ☎(37)6611

募集

国家公務員Ⅲ種（税務職員）

受験資格　昭和60年4月2日～昭和63年4月1日生まれの者
試験の程度　高等学校卒業程度
申込書請求先　水戸税務署、関東信越国税局人事第二課、人事院関東事務局
受付期間　6月21日（火）～28日（火）消印有効　土日は除く
問合せ　水戸税務署総務課
☎029（231）4211

裁判所事務官Ⅲ種

受験資格　昭和59年4月2日～昭和63年4月1日生まれの者
受付期間　7月11日（月）～19日（火）
第一次試験日　9月11日（日）
第一次試験種目　教養・適性試験（択一式）、作文試験
問合せ　水戸地方裁判所事務局総務課人事第一係
☎029（224）8421

調理師国家試験予備講習会

茨城県調理師連合会では、8月9日の調理師国家試験に備えて、予備講習会を行います。
申込期間　6月1日（水）～20日（月）
申込先・問合せ　茨城県調理師連合会岩間支部
☎（45）7181

茨城県高等学校等奨学生

県では、高校生等を対象とした平成17年度の奨学生を募集します。奨学資金は無利息です。
返済期間　貸与終了月から6ヶ月据置後、20年以内
返済方法　半年賦または年賦
手続先　在学している学校
出願期限　6月30日（木）ただし、各学校の提出期限は各校が定めていますので注意してください。
問合せ　茨城県高校教育課
☎029（301）5245

ご近所の底力再生事業を助成します

県では、地域コミュニティの再生・活性化をめざし、自治会・町内会等の地域活動団体が行う地域福祉や子どもの健全育成、防犯といった地域の課題を解決するための新たな取り組みに対して助成を行います。
助成額　10万円以内
募集期限　6月17日（金）
申込先・問合せ　大好きいばらき県民会議（茨城県生活文化課県民運動推進室）
☎029（224）8120

案内

県立中央病院予定分娩者受入休止

県立中央病院の産婦人科医師の減少に伴い、当面の間、予定分娩の患者の受入を休止しています。産科における予定分娩は休止しますが、次の診療は従来どおり行っています。▼がんを中心とした婦人科の診療▼他院での分娩予定者（里帰り出産の方）の外来診療▼産科救急患者の診療（産婦人科医が在院している場合のみ）
問合せ　茨城県立中央病院
☎0296（77）1121

斎場「やすらぎの森」で仮泊ができます

広域斎場「やすらぎの森」では、平成15年4月から式場業務を行っています。通夜後の遺族宿泊については、利用者の利便性をより一層高めるために4月から遺族控室を使用して仮泊（仮眠）ができるようになりました。
使用料　1万円（区域外の方は3万円）
問合せ　笠間広域斎場やすらぎの森
☎0296（72）7011

ご利用ください吾国山洗心館

吾国山洗心館では、5名以上の団体であればどなたでもご利用になれます。川遊び、バター作りなど、様々な活動の相談に応じます。
野外活動　ハイキング、キャンプ、星座・野鳥観察等
屋内活動　クラフト活動（ガラス工芸、焼き物の絵付け等）チャレンジランキングゲーム等
休館日　毎週月曜日（夏休み期間は除く）、年末年始
申込先・問合せ　茨城県立吾国山洗心館
☎0296（74）2551

その他

電波利用保護旬間（6月1日～10日）

総務省では、6月1日から10日まで、「電波利用保護旬間」として、携帯電話、消防・救急無線、テレビ・ラジオなど市民生活に欠かせない電波の利用を保護する活動を行っています。社会生活を脅かす不法な電波をなくすため、電波はルールを守って正しく使いましょう。
問合せ　関東総合通信局
▼不法無線局による混信・妨害
☎03（5562）7555
▼テレビ・ラジオの受信障害
☎03（5220）5690
▼放送相談（地上デジタル放送）
☎03（5220）5693

スポーツ

町民ソフトボール大会（4月24日）

優勝　椚山西部
準優勝　安居A
第3位　土師、吉岡1区

いわまの自然

オオバアサガラにとまるアサギマダラ

オオバアサガラ（大葉麻殻）

— エゴノキ科 —

難台山への沢沿いの林道周辺に、白い花を多数つけ大型の花穂をたらしているオオバアサガラがみられます。本州・四国・九州と中国南部に生育する高さ８～10ｍの落葉高木で直立し、よく枝分れします。和名は葉が大きくて、木の質がもろく麻殻のように折れやすいことに由来するといわれます。若枝はほとんど無毛で表皮は糸状にはがれます。材質はやわらかいので箸やマッチの軸木にも使われます。葉は互生し柄がある長さ10～25 cmの大型の広楕円形で裏面は毛が密生し、そのため灰白色をしています。初夏の頃、開花した純白の花は背後の深い緑に映えて、清楚で美しいです。花は直径７mm程で５深裂し星状毛があります。果実の穂もたれ下がります。一つ一つの果実は長さ７～10 mmの倒卵形で10本の稜があり淡褐色の毛が目立ちます。本種のけあさがらという別名もそのためでしょう。近畿以西の西日本に多い類以種のアサガラは葉は小さく、葉裏の網状の脈があまり隆起せず緑色しているので区別できます。

（岩間町文化財保護審議会委員　佐久間裕子）

岩間中学校の新学期が始まりました。新入生はとても幼くてかわいらしく、学ぶことに一生懸命です。アメリカに戻れば、学生たちはすでに春休みを終え、それぞれの学年の修了に差し掛かっているところです。彼らの学校生活はとても違います。アメリカ教育制度がどのようなものかについて聞かれることが多いので、今回はそれについて取り上げてみようと思っていました。

アメリカでは、３ヶ月間の長い夏休みの後、９月から学校が始まります。そして、学校にもよりますが、５月の終わりか６月の中旬ごろには修了します。アメリカが産業大国になる前は、学校は、長い夏休みの間、子どもたちを家に帰していました。そして、子どもたちは、家族の農場で働いていました。今日、農場に住んでいる子どもたちは多くはありませんが、学期は変わっていません。

もう一つの主な違いは、中学校と高校の学生たちはたいてい制服を着ないということです。制服を着るのは、普通、問題のある生徒が通う学校か、私立の学校です。前者の場合は、平等性を示したり、問題を露呈させないためです。後者の場合は、格式を与えます。子どもたちは、普段着でほとんど公立の学校に通います。ほとんどのものは許可されている上、着ているものが適当でないかわいせつなものでなければいいのです。

私達は、まったく式典というものがありません。入学式の代わりに、新入生は一日中オリエンテーションに出席します。生徒はそれぞれ違うカリキュラムの授業を一日の間に受けます。彼らは、学校カウンセラーに会い（学校に常勤している）、個別に最適な授業を決めます。

数学や科学、外国語など難しい科目については、基礎から応用までの授業があります。もっとも優秀な中学校の生徒は高校レベルの授業も受けることができ、それはまた同じように、高校生が大学レベルの授業を受けられることになります。学生たちは、自分に合った授業を受けることができます。

私たちは一年間かけて授業を受ける必要がありますが、すべての授業は選択して出席することになります。そのため、日本のようなクラスはありません。一時間目の授業は、形としてクラスのような役割を持ちます。しかし、私たちは毎日の放送を聞いたり、特別な広報紙などをもらうことで済ませています。私たちには、日本の学生たちがもっているようなクラスメイトの意識はないのです。

コロラド州にある伝統的な学校

日本とアメリカの学校教育には他にも多くの違う点がありますが、文化の違いがすべて我々の学校教育に反映されており、両者（日本とアメリカ）の大きな違いを簡単に見て取ることができます。しかしながら、それぞれがとても重要であり、両者とも優秀な生徒を育てていきます。教育とは学生にとって何が最適なシステムかを見つける材料です。だから、アメリカ人の英語の先生がいることは最高なわけです（笑）。

Phillip Ramirez