

市制施行
50周年



いしおか

広 報

2004年[平成16年]

8・15

No.765



井関地区では、毎年8月16日に行われる民俗行事で、集落に疫病などの災厄が入らないように、藁製で全身に杉の葉を刺した人形(通称 タイダラボッチ)が作られます。同じような行事が後継者不足、材料不足により途絶えているなか、とても貴重な民俗行事です。

提供：石岡まちづくりアカデミーⅢ

主な
内容

あなたの家の防災対策は…!

夏の火災予防

子どもたちを地域で守る

石岡のおまつり開催日変更について

保健センターだより

代田の大人形

【市指定文化財】

あなたの家の防災対策は…！

9月1日は「防災の日」です。（防災週間 8月30日～9月5日）

我が国は、その位置・地形・地質・気候などの自然条件から、地震・台風・豪雨等による災害が発生しやすい国土となっており、いつ災害が発生するかわかりません。被害を最小限にするためにも、日ごろから災害への備えを心がけましょう。

災害が発生したら

風水害のとき

夏から秋にかけては台風や集中豪雨の起こりやすい季節です。テレビ・ラジオなどの気象情報に注意し、早めの対策を心がけましょう。

台風などが近づいたら

- ◆家の雨戸や窓、テレビのアンテナ、風で飛ばされそうなものを補強する。
- ◆物干し竿やベランダの小物などを取り込む。
- ◆床上浸水に備えて、家財道具を移動する。
- ◆断水に備えて生活用水をためる。

- ◆停電に備えて電池などの予備を多めに確保する。
- ◆非常持出し品の点検をする。
- ◆大雨が降り出したら

- ◆河川水位に注意する。
- ◆川の近くの家では、早めに避難の準備をする。
- ◆下水があふれるのを防ぐため、排水をひかえる。

崖崩れ、地すべりに注意

大雨が続くと崖崩れの危険性が高くなります。日ごろから危険箇所を確認し、十分な対策を講じておきましょう。「斜面にひび割れがある」「小石が落ちてくる」「崖から音がする」などの現象があれば、崖崩れの前兆と考えられま

さい。

地震のとき

地震が起きて恐ろしいのは、建物の倒壊や地割れ、陥没、崖崩れなどの一次的災害だけでなく、その後起こる火災や津波などで、被害が拡大することです。

地震が起きたら

☆室内

- ◆揺れを感じたら、テーブルの下などに隠れ、身を守る。
- ◆揺れが収まったらすみやかに火を消し、電熱器具などのコンセントを抜く。
- ◆はだしで歩き回らない（ガラスの破片によるケガを防ぐため）
- ◆乳幼児や高齢者、障害者などの安全を確保する。

☆屋外



◆ビルの壁面やブロック塀、自動販売機などからすばやく離れる。

◆テレビやラジオによる正確な情報を入手し、デマに惑わされない。

◆自動車を運転中の場合は徐々に速度を落として止め、避難が必要なときにはキーを付けたまま離れる。(車で避難をしない)

家の中の安全対策

◆家具類の転倒・移動・落下防止に努める。

◆家具類をまとめて安全な空間をつくる。

◆ガラスの飛散防止(飛散防止フィルムをはる)

◆いざというとき避難できるように、出入口や通路には物を置かない。

災害に備えて

災害は、いつ・どこで起こるかわかりません。そして、そのとき家族が一緒にいるとは限りません。

災害時にどうすれば良いか、家族が離れ離れになったとき

はどうするかを事前に家族で話し合っておきましょう。

☆チェックしよう!

・避難場所を確認しておく。(散歩がてら、家族みんなで実際に避難場所に行ってみる)

・安全な避難ルートを決めておく。(最短距離よりも、安全ルートを優先)

・避難場所が広い場合、集合する位置を決めておく。

・出火防止や初期消火などの分担を決めておく。

・消火器や救急箱、非常用品の置き場所を確認しておく。

・ふだんから消火器具などの点検や家の補修、室内の整頓などをしておく。

・防災訓練への参加についても話し合い、積極的に参加する。

・小さい子供にも、留守番をしているときや外で遊んでいるときはどうすればよいか話しておく。

☆備えておきたい

防災用品や備蓄品

災害が起きてから必要な物を準備するのはなかなか難しいもの。普段からの準備がいざというときに立ちます。わが家ではどんな物を備えて

置くかを検討し、必要な物を用意しておきましょう。

◎火災のとき

消火器・三角バケツ・応急救護用品・軍手・ロープ・のこぎり・ボール・スコップ・毛布・防水シートなど

※風呂の水もためておくとかと役に立ちます。

◎避難時の持ち出し品

避難時は、両手を使えるようにしておくことが大事。平常時から、リュックなどの背負い式バッグに持ち出し品を入れておきましょう。

◎そろえておこう

・飲料水3日分程度(一日一人3リットル)

・食料(乾パン類など)

・懐中電灯、予備電池

・携帯ラジオ

・マッチやライター、ろうそくなど

・救急セット(包帯、三角巾、脱脂綿、消毒液など)

・衣類(下着、セーターやジャンパー類)

・防災頭巾かヘルメット、防

じんメガネ、軍手、タオル

・缶切り、ポリ袋、トイレッ

トペーパー、雨具、ナイフ

・ちり紙、歯磨きセット

・靴(頑丈で熱に強いもの)

八月二十二日(日)に

防災訓練を行います

石岡市では毎年防災週間前8月の第4日曜日に避難・誘導・救出・救難活動等を総合的に行う大規模な防災訓練を実施しており、今年は石岡中学校区を対象に次の日程により開催します。

地区住民の皆様多数ご参加くださいますようお願いいたします。

◆訓練日 八月二十二日(日)

午前七時~十時

◆場所 石岡市運動公園

訓練開始の合図は、花火とサイレンです。

当日は、航空自衛隊百里救難隊による負傷者の搬送や第七航空団・偵察航空隊による救難活動等が予定されており、かなり大きな騒音の発生が予想されますが、訓練の趣旨をご理解ください。

新たに二カ所防災ヘリ発着場

大規模災害が発生し茨城県防災航空隊に防災ヘリの要請をした場合の発着場として、昨年新たに二カ所設け、全部で五カ所になりました。

・染谷野球場

・柏原池公園

・石岡市運動公園

・小井戸運動広場

・井関農村公園

※問い合わせ 市役所総務課(内線254・255)



火は消した？ いつも心に きいてみて

油断がまねく大きな火災



夏は、一年中で一番火災の発生件数が少ない時期です。

この時期は、こたつやストーブ、たき火など、火を取り扱う機会が少なくなり、火災の発生が減少します。

しかし、毎年夏には大きな建物火災が発生しています。

家庭の中や外回りの燃えやすいものの管理に十分注意をしてください。

日頃から「火気の使用」や「使用器具」の安全に慣れ、油断をせずに大切な家庭などを火災から守ってください。

『火の用心』のため、どんなに小さな火でも最後まで目で確かめ、その場を離れるときは必ず火を消してから離れる習慣を身に付けておきましょう。

その油断火から

炎へ災いへ

『火の用心』の心構えを持

つていても、万一火災を起こしてしまった場合は、火災の被害を少なくするため、初期消火が重要です。

小さな火のうちに発見できれば、消火器や水バケツの備えでも消火に役立ち、最小の被害ですんだ事例もあります。

『火の用心』には、家族の一人一人が防火意識を心掛けることが大切です。

普通救命講習を

受けませんか？

私たちはいつどこで突然のケガや病気によって、命の危険におちいるか予測ができません。特に、

- ・「呼吸をしていない。」
- ・「心臓が動いていない。」
- ・「大きな怪我をした。」

など、直接命の危険にかかわる場合、素早い応急手当で助かる可能性が高まります。

倒れた人や怪我をした人の近くに居合わせた人（バイスタンダー）が一秒でも早く人工呼吸、心臓マッサージ、止血などの応急手当をすること、それが大切な人の命を救うことに繋がります。



命を救えるのはその場にいたあなたです！

呼吸が停止してから約2分後に人工呼吸を開始すれば約90パーセント位の確率で命が助かる可能性があると言われています。しかし、5分後では約25パーセントに落ちてしまい、10分後ではほとんどゼロに近くなります。

大切な人の尊い命を守るためにも、救急講習会に参加して応急手当の方法を身につけてみませんか？

【普通救命講習は、心肺蘇生法や止血法などを3時間ほど実施します。10名から30名以内での講習となり、受講者には修了証が発行されます。】

※講習会等の問い合わせ

消防本部 警防課

☎(23) 0119 (内線253)

子どもたちを地域で守る

防犯ブザーを配付しました

近ごろ、子どもをねらった凶悪犯罪が全国各地で多発しています。市では、子どもたちを犯罪から守るための安全対策の一環として、市内の小学校へ通う児童に「防犯ブザー」を無償で配付しました。



◆ 配付対象

- ・市内の小学校へ通っている児童。
- ・新たに、市内の小学校へ転入された児童。

※市外の小学校へ転校した場合には、返していただきまします。卒業した場合は、返していただく必要はありません。新しく入学する中学校などで引き続きご使用ください。

◆ 配付方法

- ・通学している小学校から配付。

※防犯ブザーの配付は一人1回限りです。

◆ 防犯ブザーの使用にあたって

- ・「防犯ブザー」は、所持していることを周囲の方に知ってもらうことで効果が上がります。ランドセルやバッグの中に入れておくのではなく、とつさの時にすぐに使用できるよう、登下校時だけでなく日常生活においても身に着けましょう。
- ・危険を感じたら迷うことなく「防犯ブザー」を鳴らして、助けを求めましょう。

- ・聴力に支障をきたす恐れがありますので、自分自身や他人の耳元で、ふざけて防犯ブザーを鳴らさないようにしましょう。

・防犯ブザーの電池切れに注意しましょう。（電池交換は、自己負担となります。）

◆ 地域の皆様へ

子どもたちの安全を守るためには、行政と保護者・地域住民の協力が不可欠です。もし「防犯ブザー」の音に気づいたら、周囲の方と一緒に通学して子どもを保護したり、警察に通報するなど、適切な子どもの安全確保にご協力をお願いします。



◆ 問い合わせ

教育委員会 教育総務課
☎(23) 11111 内線411

安全なまちづくりニュース

第3回 女性のための防犯のポイント

男性に比べ力の弱い女性は、どうしても犯罪者に狙われやすいといえます。しかし、正しい防犯知識があれば、犯罪を未然に防げます。

たとえば、犯罪者は人の目を嫌います。人気のない場所では不審者が近づいてきたときは、民家の前で立ち止まったり、携帯電話をかけたたり、人の目を集める行動をとりましょう。

また、個人情報や行動パターンを知られないように、住所や電話番号が書かれた書類は、細かく破いて破棄したり、通勤時間や通勤列車などは可能な限り時間をずらすなどの工夫も大切です。

また、チカンは、夕方からの発生が多く、比較的明るいところで歩行中の対象者を確認し先回りをして待ち伏せしたり、後をつけて人目のつかない暗い場所で犯行に及ぶケースがあります。このような犯行が発生する場所には、近隣住民に協力をお願いし、暗くなったら玄関灯を点灯してもらうようにしましょう。

アパートやマンションの高層階に住んでいる場合でも、油断は禁物です。一人暮らしの場合は次のことに注意しましょう。

- *「ただいまー」と言いながら家に入る。
- *周りをよく確認してから家のドアを開ける。
- *必ずドアスコップで確認し、相手の身分と用件を確認するまで、チエーンを開けないようにしましょう。
- *心配な場合は、荷物を玄関前においてもらったり、検査を担当する会社に確認の電話を入れてからドアを開けるようにしましょう。
- *表札に男性の名前を併記し「女性の一人暮らし」でないことをアピールすることも有効です。

※茨城県生活環境部生活文化課 安全なまちづくり推進室

石岡のおまつり 開催日変更について

今年から「石岡のおまつり」は、敬老の日(祝日)を最終日とする3日間に日程が変更になります。皆様のご協力をお願いします。

今年の開催日は、

神幸祭 **9月18日(土)**

大祭 **19日(日)**

還幸祭 **20日(月)**



◆マナーを守って楽しいお祭りにしましょう。

※問い合わせ 市役所 商工観光課 ☎(23) 1111 内線172

まちかど情報センターニュース

◆まちかど音楽祭 8月29日(日) 午後2時

第44回ヴァイオリン弾き語りー明治・大正・昭和の懐かしい歌ー出演 福岡詩乃里
よみかかせ会 おはなしなあに 9月11日(土) 午後2時〜2時30分

どんなおはなしが飛び出すのかな? 紙芝居や絵本の読み聞かせを行っています。
幼児・小学生・大人の皆さん、ぜひ聞きに来てください。

◆まちかど学習会 「身近なところで学習会」 なたでもお気軽に参加してください。
介護編 8月18日(水) 午後2時〜 葉のお話「漢方ってなあに?」

◆教育に関する悩み相談 (NPO法人茨城教育ネットワークによる)
子育てや教育全般に関する悩み等の相談に応じます。予約制
【相談内容の守秘義務は厳守されます。】

月曜から土曜(木曜は休館日) 午前10時〜午後1時の間で希望に応じます。
◆まちかどの集い 8月18日(水) 午前10時〜

基幹型在宅介護支援センターからまちかど情報センターに出張して、介護や健康について、気軽に参加できる相談、情報交換、交流の場を提供します。

◆心と健康相談 毎週水曜日 午前10時〜午後4時
ボランティアの先生が血圧・脈拍等を測り、健康相談等を行います。

◆折り紙教室 たんぽぽの会

8月28日(土)・9月25日(土) 午後1時30分〜4時
大人から子どもまで、なたにも出来る楽しい折り紙を、作っています。

◆わんにゃんキッズ 毎週火曜日 午前10時30分〜12時30分

8月24日 エアロビ体操 8月31日 外遊び(風土記の丘) 9月7日 敬老の日のプレゼント作り 9月14日 出前保育・お誕生会(福祉会館) 9月21日 外遊び(国府公園)

◆おしゃべり交流会 毎週水曜日 午前11時〜午後3時
ボランティアの皆さんと楽しくお話しませんか?

◆手芸教室 第2・第4火曜日 午後1時〜4時
気軽に来てみてください。楽しい物をたくさん作ります。

◆ミニギャラリー 8月20日(金)〜9月3日(金)
吉田政雄 第3回水彩画展
*ミニギャラリーへの展示・会議室の利用・ボランティア募集につきましては、まちかど情報センターまでお問い合わせください。

★問い合わせ まちかど情報センター(木曜日・休館日) ☎(27) 5171

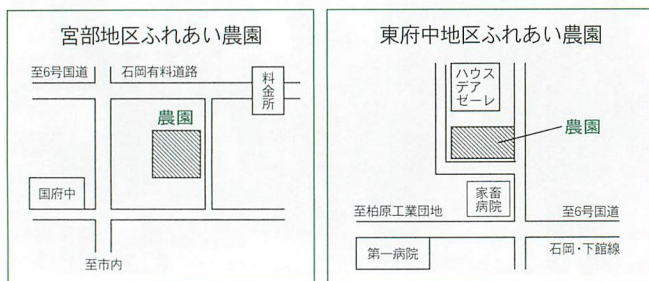
ふれあい農園をご利用ください！

自家製野菜の生産に興味・関心をお持ちの方、農業を体験したい方、ぜひご利用ください。

- ◆受付期間 随 時
- ◆受付場所 市役所 1 階 1 6 番窓口 農政課
午前 8 時 3 0 分～午後 5 時 1 5 分
※土・日曜日、祝日を除く
- ◆利 用 料 6, 1 2 0 円
- ◆農園場所 宮部地区・東府中地区
- ◆問い合わせ 市役所 経済部 農政課
(内線 1 6 5・1 6 6)

※申し込みの際には、印鑑と利用料をご持参ください。

農 園 の 場 所



消費者に喜ばれる 品質重視の米づくりを！

- (1) 適期収穫により品質・食味の低下を防ぎましょう。
- (2) 食味を良くし胴割米の発生を避けるために過乾燥を防ぎましょう。
- (3) ライスグレーダ網目は1.85mm以上を使って調整しましょう。

コシヒカリの品質目標

- ◆ 整粒歩合 8 5 % 以上
- ◆ 千粒重 2 1 . 5 g 以上
- ◆ 玄米水分 1 5 %
- ◆ 玄米粗タンパク 6 . 9 % 以下



※茨城県では県産米ホームページを作成し、産地情報や栽培技術情報など提供していますのでご覧ください。

<http://www.pref.ibaraki.jp/bukyoku/nourin/nosan/kome>

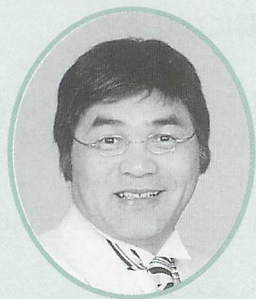
◆問い合わせ 市役所 農政課 内線 1 6 6

※問い合わせ 石岡市民会館 ☎ (22) 5187

★チケットは、市民会館及びまちかど情報センター・石岡市商工会議所・石岡SCパレット1階インフォメーションにてお求めになれます。

◆主催 石岡市 石岡寄席の魅

日時 十月九日(土) 午後六時開演
場所 石岡市民会館
出演者 木戸 銭 参千四
林家 たい平 (落語)
柳家 喜多八 (落語)
あした ひろし (漫才)
桂 文 楽 (落語)
桂 ひな太郎 (落語)
林家 正 楽 (紙切り)
綾小路 きみまろ (漫談)



第九回
石岡寄席

大好き いばらき 交通安全ふれあいのまち県民運動

～守ろう！高齢者 STOP！飲酒運転～

県では、この10年間に高齢者が関係した交通事故が約1.5倍となり、飲酒運転事故による死者数が全国ワースト1位を4回も記録しています。このため今年度から、交通安全意識啓発事業として、県民が一丸となって、高齢者を交通事故から守り、飲酒運転を追放する交通安全対策に取り組み、交通事故のない誰もが大好きといえるいばらき創りを目的とした「交通安全ふれあいのまち県民運動」を展開しています。

今年度は、20のモデル市町村で地域一丸となった活動を軸に全県的に、交通安全広報啓発活動を実施します。

◆主な事業

高齢者交通事故防止宣言署名および飲酒運転追放宣言署名活動

※期間 7月から10月末まで。

※対象 県民並びに県内に所在する企業や団体の事業所に勤務する方。

◆今年度モデル市町村

※【高齢者対策】：水戸・結城・下館・龍ヶ崎・牛久・神栖・千代田・協和・千代川・境

※【飲酒運転対策】：土浦・下妻・小川・友部・十王・大洋・江戸崎・美浦・東・明野

◆問い合わせ

県生活文化課安全なまちづくり推進室

☎029(301)2842

交通遺児育英基金へのご寄付 ありがとうございます

石岡地区交通安全対策推進協議会では、石岡市、美野里町、小川町、八郷町、千代田町、玉里村管内に居住する交通遺児のうち、小学校及び中学校に在学する児童生徒を対象に、育英助成することを目的とし、一時金を支給しております。

平成15年度中、交通遺児育英基金に次の方々より16万5433円の寄付をいただきました。

(敬称略・順不同)

◆石岡地区交通安全協会

89,713円

◆石岡市交通安全教師の会

64,540円

◆石岡市勤労青少年ホーム利用推進友の会

1,180円

◆匿名(石岡市在住)

10,000円

※問い合わせ 市民活動課 内線129

産業祭出店者募集

10月16日・17日に第31回産業祭が開催されます。市内で生産加工及び製造されている製品を、広く消費者のみなさんに宣伝紹介するために毎年行っています。

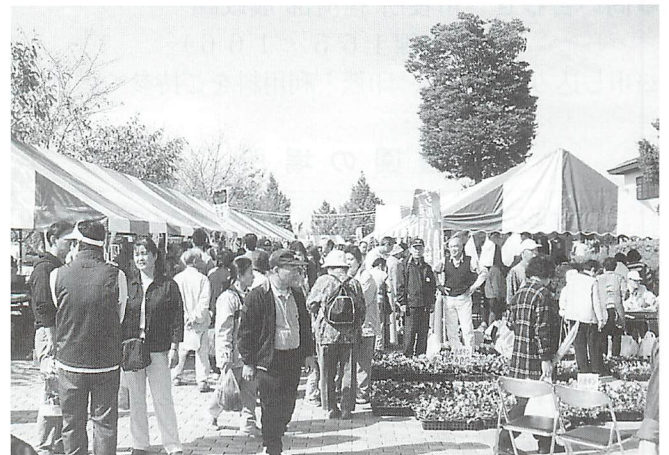
◆対象：市内に工場及び店舗を有する事業所の方

◆募集：「生産加工品の展示」「安売り市(物販)」

※申し込み多数の場合は抽選

◆申込期限：9月3日(金)

◆問い合わせ：市役所 商工観光課 内線171



飲用井戸等をご使用の方へ

茨城県給水施設条例改正

「茨城県給水施設条例」から

「茨城県安全な飲料水の確保に関する条例」へ

条例改正の主な内容

現行条例では、50人以上の方に水道水以外の水(井戸水等)を供給する施設について、保健所への届出や水質検査等が義務付けられていますが、今回の条例改正により新たに水道水以外の水を供給しているすべての賃貸住宅が条例の規制対象になります。

(アパート・賃貸式マンション・1戸建て式賃貸住宅・寄宿舍・貸家等)

★アパート等賃貸住宅を設置している方で、水道水以外の水(井戸水等)を使用している場合は、

10月1日から3ヶ月以内に、保健所への届出が必要になります。

*詳しいパンフレットは、土浦保健所または市役所環境保全課にあります。

県のホームページ

www.pref.ibaraki.jp/bukyoku/hoken/seiei/suido/

※問い合わせ

土浦保健所 ☎029(821)5342

保健センターだより

保健センター予定表 (H16年9月分)

★申し込み・問い合わせ
☎ (24)1386

◆乳幼児健診

会 場：保健センター 受付時間：午後1時～2時
*対象者には個人通知致します。

4か月児健診	【平成16年 4月生まれ対象】	9月 7日 (火)
10か月児健診	【平成15年10月生まれ対象】	9月14日 (火)
1歳6か月児健診	【平成15年 3月生まれ対象】	9月21日 (火)
2歳児母子歯科健診	【平成14年 8月生まれ対象】	9月 8日 (水)
3歳児健診	【平成13年 8月生まれ対象】	9月22日 (水)



◆育児相談

会 場：保健センター 受付時間：午前9時30分～11時30分
内 容：身体計測 育児・栄養相談 対象者：0歳～3歳まで
*お申込みは不要です。

9月 7日 (火)
14日 (火)

◆妊婦教室

会 場：保健センター 対象者：妊婦とその家族
*参加ご希望の方は保健センターまでお申込みください。

第1課 午前10時30分～正午 午後1時～2時30分
【午前：妊娠中の食生活・調理実習 午後：赤ちゃんのもく浴】

9月 6日 (月)

第2課 午前 9時30分～11時30分
【助産師による母乳指導・分娩の経過・呼吸法・補助動作】

9月13日 (月)

第3課 午前10時～11時30分
【運動指導士による妊婦体操・ストレッチ・リラクゼーション】

お 休 み



◆予防接種：ツベルクリン反応・BCG

会場：城南地区公民館 受付時間：午後1時30分～2時15分
対 象 者：生後3か月～4歳未満まで
*お申込みは不要です。

ツベルクリン反応

B C G

*ツベルクリン反応(ツ反)は48時間後に判定し、その結果陰性者にはBCG接種、陽性者には再ツ反接種となります。(再接種日は判定日にお知らせします)

9月 1日 (水)

9月 3日 (金)

◆タンポポ歯みがき教室

会 場：保健センター 受付時間：午後1時～2時
対象者：2歳6か月～就学前
内 容：歯みがき指導とフッ化物塗布
*お申し込みは9月13日(月)～9月17日(金)までです。定員50名に達した場合は期間内でも締め切ります。詳しくは保健センターまでお問い合わせください。
*前回(5月)のタンポポ歯みがき教室に参加された方は今回参加できません。

9月29日 (水)

◆リハビリテーション

会 場：保健センター
毎月第1～第4金曜日 午後1時30分～3時
内 容：病気や事故などによって障害を持った方々のためのリハビリテーションを行っています。
*見学希望・参加希望の方は電話でご連絡ください。(家族同伴可)

9月 3日 (金) 10日 (金)
17日 (金) 24日 (金)

◆結核検診・肺がん検診・基本健康診査

健診受付時間：午前9時30分～11時 午後1時～2時30分	9月 1日（水） 東地区公民館
対象者：石岡市に住所のある18歳以上の方	9月 2日（木） 東地区公民館
内 容：【18～39歳】 結核検診：胸部レントゲン、基本健康診査：問診・血圧・尿検査・血液検査（貧血・脂質） 【40歳以上】 結核・肺がん検診：胸部レントゲン、基本健康診査：問診・血圧・尿検査・血液検査（貧血・脂質・肝機能・腎機能・血糖）、心電図、眼底	9月 3日（金） 東地区公民館
料 金：18～39歳：500円 40～69歳：1000円 70歳以上：無料	9月 6日（月） 福社会館
*お申し込みの必要はありません。直接会場においでください。	9月 7日（火） 福社会館
*送付しましたハガキに必要事項をご記入のうえ、ハガキをご持参ください。ハガキのない方は会場でご記入ください。	9月13日（月） 保健センター
*詳しくは保健センターまでお問い合わせください。	

◆保健相談室

会 場：保健センター 午前9時30分～11時	
内 容：健康についての個別相談です。病気の予防について知りたい、健康診断の結果の見方を知りたい、子育ての不安について相談したい、最近何となく落ち込んでいる、話を聞いてもらいたいなどの不安がある方はご利用ください。	9月 8日（水）
*保健師と栄養士が相談をお受けします。	
*ご希望の方は保健センターまでお申込みください。（予約制）	

◆生活習慣改善指導

会 場：保健センター 午後1時～3時	
対 象：基本健康診査を受けた結果、要生活習慣改善指導のチェックがある方	
内 容：健診結果の見方や、生活習慣上の注意点などについて、医師や栄養士、保健師が個別に相談をお受けします。	9月 9日（木）
*ご希望の方は保健センターまでお申込みください。（予約制・定員1日15名）	

◆健康クラブ

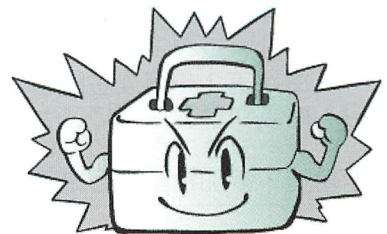
会 場：保健センター 午後1時～3時	A日程（初心者）	B日程（中級者）
内 容：健康チェック・運動実技等	I 9月27日（月）	9月30日（木）
*参加希望の方は保健センターへお問い合わせください。	II 9月15日（水）	

「子どもの救急ってどんな時？」講習会のお知らせ

お子さんが熱を出した時やケガをした時、どんな風に対応したらいいのか迷った事はありませんか？「病院に連れて行った方がいいのか、このまま様子をみていいのか…」そんな迷いや悩みが少しでも解消するように、小児科医を招いた講習会を開催します。救急外来を受診するかどうかの判断のポイントや、上手なお医者さんのかかり方などについて一緒に勉強しましょう。参加は無料です。

- ◆日 時 平成16年9月15日（水） 午後1時30分～3時30分
- ◆場 所 ふれあいの里石岡 ひまわりの館（石岡市大砂10527-6 ☎35-1126）
- ◆内 容 パンフレット「子どもの救急ってどんなとき？」を活用した講習会
- ◆講 師 福岡 和子先生（龍ヶ崎市：福岡小児科医院院長）
- ◆対 象 未就学児の親
- ◆申し込み・問い合わせ
土浦保健所 地域保健推進室
☎029-821-5351

★託児室を用意しますので、お子さん連れも可能です。



子宮がん・乳がん集団検診を受けましょう

本年度から子宮がん検診の対象者が25歳以上の女性に引き下げられました。無症状でも1年に1回は検診を受ける事が大切です。保健センターでは子宮がん・乳がんの集団検診を実施します。

ぜひこの機会に検診をお受けください。

◆実施日 10月 4日(月)・ 6日(水)・ 7日(木)・ 8日(金)
14日(木)・15日(金)・25日(月)・26日(火)

◆会場・受付時間 保健センター 12時15分～12時45分

◆対象者及び検査内容

*子宮がん検診 25歳以上の女性：子宮頸部検診

*乳がん検診 30～39歳：視触診及び超音波検診

40～56歳：視触診及び超音波検診

(及びマンモグラフィ(画像診断)2年に1回)

57歳以上：マンモグラフィ(画像診断)のみ(H15年度受けていない方)

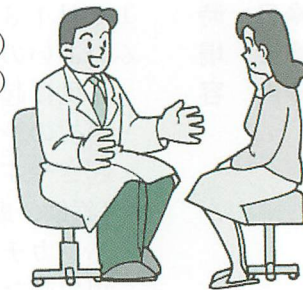
◆申込期間及び方法 9月1日(水)～9月21日(火)まで

保健センターの窓口または電話でお申し込みください。(☎24-1386)

◆費用 子宮がん：500円 乳がん 視触診：500円 超音波：1000円
マンモグラフィ：1000円(70歳以上の方は無料)

*定員は全日程において1日子宮がん100名、乳がん45名になり次第、期間内でも締め切ります。

*都合が合わない場合は、保健センターで受診券の発行を受けたうえ、個別医療機関でも検診を受ける事ができます。詳しくは保健センターまでお問い合わせください。



エイズ休日・夜間電話相談が開設されました

☎029-241-9991 (水戸保健所エイズ専用電話)

◆時間 平日 午後5時15分～翌朝8時30分まで 土日祭日 24時間

◆問い合わせ 土浦保健所保健指導課 エイズ担当 ☎029-821-5342

H16.9月の休日診療当番医 (外科・歯科)

◆受付 午前9時～11時30分・午後1時～3時30分							
日	外 科	日	外 科	日	歯 科	日	歯 科
5	渡辺クリニック 東光台4-14-30 ☎(26)7633	20	石岡第一病院 石岡13446-6 ☎(26)5151	5	比企歯科医院 東光台1-6-31 ☎(26)1456	20	比企歯科医院 東光台1-6-31 ☎(26)1456
12	田中クリニック 鹿の子1-11-10 ☎(23)2288	23	山王台病院 東石岡4-1-38 ☎(26)3130	12	石田歯科医院 (八)柿岡3431-5 ☎(43)6028	23	町田歯科医院 府中1-5-5 ☎(22)2464
19	石岡市医師会病院 大砂10528-25 ☎(22)4321	26	石岡循環器科脳神経外科病院 (玉)栗又四ヶ1768-29 ☎(58)5211	19	高野歯科医院 (千)市川419 ☎(23)8148	26	東歯科医院 (八)下林816-3 ☎(43)6648

H16.9月の緊急診療所 (内科・小児科)

緊急診療所 (石岡市医師会病院内) ☎23-3515

休 日	5日・12日・19日・20日・23日・26日 ◆受付 午前 9時～11時30分 午後 1時～ 3時30分
夜 間	4日・5日・11日・12日・18日・19日・20日・22日・23日・25日・26日 ◆受付 午後 7時～10時30分

命を守る赤十字講習会のご案内

～幼児安全法短期講習会～

こども(1歳～6歳までの幼児を対象)に起こりやすい事故の防止と、応急手当の方法について学びます。

- ◆日時 10月13日(水) 午前10時～正午
- ◆会場 ふれあいの里ひまわりの館 研修室
- ◆内容
 - ・子供に起こりやすい事故
 - ・事故の予防について
 - ・起きやすい事故に対する応急手当(誤飲、頭部打撲、熱傷等)
 - ・ハンカチやストッキングを使った応用包帯など

- ◆主催 石岡市赤十字奉仕団
- ◆講師 日本赤十字社茨城県支部講師
- ◆対象者 市内に居住または勤務されている方
- ◆受講料 無 料
- ◆定員 30名
(先着順で定員になり次第締切ります)

※当日、託児を希望される方は、申し込み時にお申し出ください。

- ◆受付期間 8月23日(月)～9月10日(金)

※申し込み・問い合わせ

社会福祉課 社会福祉係(内線158)

楽しい朝ごはんのメッセージ募集

あなたから大切な誰かへ伝えたい、朝食にまつわるメッセージを募集します。入賞者には賞状及び記念品が贈呈されます。

◆メッセージのテーマ

- ・「朝食の大切さ」「家族との楽しい食卓」を主なテーマとしますが、広く食事や健康に関するもの。
- ・未発表のもので、字数は50字程度とします。

- ◆応募資格 茨城県在住または通勤・通学している子どもからおとなまで

- ◆応募締切 9月15日(水) 必着

- ◆応募方法 応募用紙(保健センターにあります)または、郵便・FAX・e-mailにてご応募ください。一人何点でも結構です。ただし1回の応募につき作品1点とし、住所、氏名、電話番号、年齢(学生の場合は学校名・学年)、職業、メッセージを送る方、送りたい方、メッセージ内容(50字程度)を記入ください。

◆問い合わせ・応募宛先

〒310-8555 茨城県水戸市笠原町978-6

子ども家庭課「楽しい朝ごはんのメッセージ」係行

☎ 029-301-3252

FAX 029-301-3269

e-mail jifuku2@pref.ibaraki.lg.jp

基本健康診査・結核検診について

指定医療機関で、基本健康診査(結核検診を含む)が受けられます。受診券は、保健センターの窓口で発行しています。ぜひ、お申込みください。

なお、対象は40歳以上です。

◆医療機関検診の注意事項

※受診券の有効期間は、窓口発行日から1ヶ月間です。

※有効期間に受診できなかった場合には、期間変更ができます。料金は返金できませんので、ご了承ください。

※問い合わせ 保健センター ☎(24)1386

医療機関検診実施機関名

石岡市医師会病院 ☎(22)4321	石岡第一病院 ☎(22)5151	石岡ひかりクリニック ☎(26)8055
斎藤病院 ☎(26)2131	岡崎内科医院 ☎(22)2014	柏木医院 ☎(22)2874
川並医院 ☎(22)3301	山王台病院 ☎(26)3130	府中クリニック ☎(22)2146
芹澤医院 ☎(22)2035	関クリニック ☎(23)8300	杉並クリニック ☎(27)6700
藤井内科クリニック ☎(35)5005	寿星会石岡診療所 ☎(24)5080	ごとう内科 ☎(36)0510
石岡循環器科脳神経外科病院 ☎(58)5211		

ひまわりの館 トレーニング室に運動指導員を配置しました

トレーニング室の運動器具の正しい使用方法の指導や個人別のトレーニングプログラムの作成を行います。

わたしたちが、皆さんの健康をサポートします!



「皆さんが楽しく運動できるようにアドバイスします。」

「僕と一緒にいい汗かきましょう。」

- ◆トレーニング室を利用するには、入館料500円(お風呂等も利用できます)が必要です。

※問い合わせ ふれあいの里石岡 ひまわりの館
☎(35)1126

ネットワーク

市役所	☎23-1111
市民会館	☎22-5187
図書館	☎24-1507
府中地区公民館	☎24-1530
東地区公民館	☎26-6503
城南地区公民館	☎26-3341
福祉会館	☎22-2940
火災情報	☎24-1818
運動公園体育館	☎26-7210
常陸風土記の丘	☎23-3888
石岡海洋センター	☎23-5191
石岡保健センター	☎24-1386
ふれあいの里石岡	☎35-1126
まちかど情報センター	☎27-5171
テレホンサービス	☎0800-800-7766

イベント

大雅荘はーとふるビレッジ

納涼祭

日時 8月21日(土)

午後6時～9時

会場 大雅荘駐車場

内容 盆踊り・三村ばやし・模擬店各種・打ち上げ花火等

問い合わせ 大雅荘(安田・内田) ☎(24) 0731

募集

市長杯MIXテニス大会

日時 9月5日(日)

予備日 9月12日(日)

※試合開始午前9時(午前8時30分受付)

場所 柏原運動公園テニスコート

試合方法 全試合8ゲームプ

ロゼットマッチ

参加費 2,000円(1ペア)

※当日受付で支払い。

締切日 8月29日(日)まで。

申し込み・問い合わせ

電話またはFAXで申込み。

運動公園体育館管理事務所

☎(26) 7210

FAX(26) 7214

☎(23) 5566(松塚)

茨城県労働学院開催

県では、広く県民の皆さんを対象に、労働関係法規や諸制度に関する正しい知識を習得してもらうため「茨城県労働学院」を開催します。

主に基礎的な内容を中心とした講座ですが、ごなたも無料に参加できます。

日時 9月30日(木)～11月18日(木)の毎週木曜日

午後6時30分～8時30分

場所 土浦合同庁舎

定員 100名

締切日 9月10日(金)

※定員になり次第締切。

受講料 無料

申し込み・問い合わせ

県南総合事務所 商工労政課

☎029(822) 8511

FAX029(822) 9040

ガス溶接技能講習

日時 9月30日(木)・10月1日(金)

午前9時～午後5時

場所 土浦産業技術専門学院

定員 20名(定員になり次第締切)

受講料 2,750円(テキスト代を含む)

※技能講習修了証が交付されます。

受付日 8月30日(月)から。

申込方法

受講申請書(本学院にあります)に必要事項を記入し、印鑑を持って、受講料と一緒に

申し込みください。

問い合わせ 県立土浦産業技術専門学院

☎029(841) 3551

全日本中国語スピーチコンテスト茨城県大会参加者

日時 9月12日(日)

午前10時開会

会場 県立図書館視聴覚ホール(水戸市三の丸1-5-38)

出場資格 ①日本国籍を有し、茨城県にお住まいの方②中国語を母国語としない方③業務として中国語を日常使用していない方、など。

種目 ①朗読②暗唱③基礎(スピーチ)④一般(スピーチ)

②④は発表のとき原稿を見ないこと。

申込方法 申込用紙に記載し日中友好協会事務局まで。

締切日 8月20日(金)

申し込み・問い合わせ

茨城県日中友好協会事務局

☎029(224) 1169

FAX029(224) 1192

その他

県立カシマサッカースタジアムのバックスタンド側1階の「カシマサッカースタジアム」では、ワールドカップの栄光の軌跡を展示や映像で再現しています。

☆開館日 火～日曜日(年末・年始を除く)。

午後10時～午後4時

※Jリーグ試合開催日などには一部変更あり。

問い合わせ カシマサッカースタジアム

☎0299(84) 1155

食の知識を深める講演会「私たちの食卓は今!」

日時 9月6日(月)

午前10時～正午

場所 石岡市役所第4会議室

講師 関東農政局茨城事務所

所長 萩田 敏 氏

主催 消費生活連絡懇話会

後援 石岡市 石岡生活学校

ゆずり葉の会 石岡くらしの会 石岡市ボランティア連絡協議会

締切日 8月25日(水)

問い合わせ 消費生活連絡懇話会事務局 武永

☎(26) 2137

カシマサッカーミュージアムに行こう!



男女共同参画社会の実現を目指して

前回に続きまして、文部科学省が設置しました「女性の多様なキャリアを支援するための懇談会」がまとめた「多様なキャリアが社会を変える」第2次報告(女性のキャリアと生涯学習の関わりから)をお知らせします。

多様なキャリアが生かさせるために必要な生涯学習社会の形成

「キャリア」：職業だけでなく、「見える価値」と「見えない価値」が結びついた個々人の生活歴の結果、すなわち、生涯の意志的な設計の道のり全体のことをいいます。

今の社会では、様々な「キャリア」が、十分評価されていないのではないのでしょうか？

経済的価値と結びついた職業生活のみが「見える価値」として評価されやすく、家庭生活、地域活動、学習等の経済的価値と結びつきにくい活動は「見えない価値」として評価されにくいのが現状です。



職業

経済的価値と結びつく「見える価値」



育児、介護、地域活動等

経済的価値と結びつきにくい「見えない価値」

- 個人の主体的な活動を支え、その成果を社会で適切に評価し、さまざまな形で活用できるような新しい仕組み(生涯学習システム)の構築が求められています。
- このシステムにより、「見える価値」と「見えない価値」の垣根が緩和され、一人一人の主体性に応じた多様な選択が可能になり、意欲と活力に満ちた社会が形成されます。

男と女セミナーに参加してみませんか 男女共同参画社会の実現を目指し、男女が良きパートナーとしてお互いに尊重し、自分らしい生き方ができる社会を創るため、男と女セミナーを開講しました。随時参加を受付けていますので、共に学習し、語り合ってみませんか。

9月 9日(木)	介護保険の仕組みと家庭での介護	石岡循環器科脳神経外科病院理学療法士・石岡市高齢福祉課担当	石岡市役所 4階第3会議室
10月 3日(日)	女性プラザ主催の講演会に参加	作家 吉永 みち子 氏	茨城県女性プラザ
11月13日(土)	朗読劇 茨城弁で語る女性差別撤廃条約	はらんきょうの会	石岡市福祉会館

女性のための 困りごと相談

毎週木曜日 13:30～16:00
場所 市役所 1階相談室2

女性カウンセラーが悩みごとの相談をお受けします。
一人で悩まずご相談ください。電話での相談もお受けします。
秘密は厳守します。

●離婚・配偶者や恋人からの暴力、セクシュアル・ハラスメント
子育てなどの悩みごと。

石岡市役所 企画課女性行政担当 ☎ 0299-23-1111 【内線224】

納期を忘れないで

8月 市県民税 (2期)



市の木
「けやき」
昭和49年制定



市の花
「ひまわり」
昭和49年制定



市の鳥
「ひばり」
平成6年制定



市長と語ろう

— お気軽に —

9月の「市長と語ろう」は、次の日程で行います。

9月16日(木) 午前10時～正午
市役所2階 市長公室(1組20分程度)
8月31日までに秘書広報課へ
※6組を超えた場合は抽選になります。

秘書広報課(内線211)

- ◆と き
- ◆と ころ
- ◆申し込み

※問い合わせ