



主な内容

- 市民記者レポート
 - ふれあいの里石岡ひまわりの館入浴施設開館
 - 春の全国火災予防運動
 - 「家庭の日」図画・作文コンクール入賞者
 - 在宅介護支援センターのご案内
 - 第1回定例会の予定

節分祭

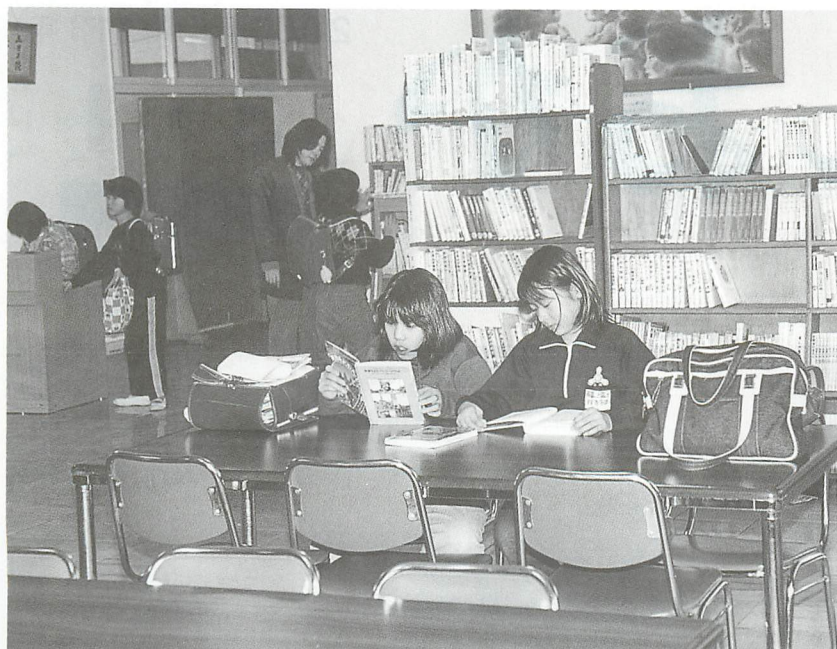
2月3日(土)、常陸國總社宮で節分祭が行われました。神楽殿に年男が袴姿で登場、「福は内」のかけ声とともに福豆や福銭などをまき、福を求め境内を埋め尽くした参拝客は競うように福豆を拾いました。

学校図書館ってどんなところ？



市民記者 鈴木弘子

子どもたちの読書離れがすすんでいます。昨年10月の毎日新聞第46回学校読書調査によると、一か月に1冊も本を読まない小学生は16%、中学生43%、高校生59%だそうです。子供たちが毎日通う学校の中にある学校図書館は、今どんな様子なのでしょう。取材してみました。



▲放課後の図書室には、たくさんの子どもたちが次々と訪れます。

石岡小学校

放課後の図書室に子どもたちが次々やってきました。図書主任の永田先生によると、3年生が一番貸し出しが多いそうです。ぎつしりと書き込まれた各学年ごとの貸し出しノートは3年生が一番厚くなっていました。昨年5月にはのべ210名の生徒が借りています。学年が上がるごとに貸し出しノートは薄くなっています。蔵書は一万冊を越えていて、文部科学省の設けた基準（学校図書館図書標準）には達しているのです

が、古い本もかなりあります。基準を満たすために古い本もなかなか廃棄できないでいる現状のようです。永田先生は「今、小学校では調べ学習がとて多いんです。たとえば、図書室の本を使って歴史のことを調べたり、6年生では世界の食文化のことを調べたり、4年生では国語の辞書の使い方勉強したりします。そのために、図書予算をもっと欲しいですね。」と熱心に語って下さいました。



城南中学校

昼休みの図書室、入ってすぐのカウンターには数名の図書委員。



入り口脇の書架にはマンガも。教室の配置の都合で書架と閲覧室とが別々の部屋になっています。図書室としては少し狭いのですがとても明るくて、お揃いの白い本棚には本が良く整理されて並んでいます。本は決して多いとは言えませんが生徒たちが手に取りたいくなるように本の配置や分類など良く工夫されています。実は、図書委員の発案によるものだそうです。開館時間は昼休みだけで、あとは鍵がかかっているのは少しもったいないなと感じました。図書委員の生徒たちに、「最近読んだ面白い本」を聞

くと、「いじわるばあさん」「サザエさん」「さくらももこのエッセイ」「桶川女子大生ストーカー殺人事件」「はだしのゲン」と教えてくれました。図書主任の小森先生は、「子どもたちがいつでも来れて、好きな本を好きなだけ読める、安心できる空間になればいいですね。中学生は本と真剣に向き合う時期です。」

全く同感です。

石岡第一高等学校

高校の図書室はさすがに図書館の雰囲気があつて、入り口のドアも重厚です。入り口脇のガラス戸の中には本が表紙を見せて展示してあります。図書室の広さは教室の約4倍くらい。レースのカーテンと大きな木のテーブルが図書室の雰囲気を柔らかくしています。右奥に長椅子で本が読めるコーナーがあります。図書館担当の小井戸・吉田両先生、事務職員の前部さんにお話を伺いました。



「一昨年までは図書館に専任の司書がいたのですが、その方が退職されたあとは専任の職員はいません。校務分掌（学校教職員のなすべき事務を分担して受け持つこと）で6人の職員が担当しています。」現在蔵書2万冊をコンピュータ化するための入力作業を授業の傍らなさっているそうで、図書委員が大いに助けてくれているそうです。1か月平均の入館者664名に對して、貸し出し110冊というのは「読む子は限られていますね」ということなのでしょう。放課後の勉強の場として使われることが多いようです。

取材を終えて

この取材で私が感じたのは先生方の熱心さでした。授業や担任を持ちながら、出来る限りの工夫で生徒たちを本に近づける努力をしておられます。たとえば朝の十分間読書を取り入れている石岡小学校・城南中学校。また、調べ学習のための資料を市立図書館から団体貸し出しを受けている学校もあります。現在の学校図書館は熱心な先生と図書委員で成り立っていると言えるでしょう。

でもそれだけに頼っていて良いのでしょうか。子供たちが毎日通う学校。そしてその中にある学校図書館をもっと充実させることで、子どもたちの読書離れをくい止めることが出来る、と私は思っています。そのためには？

まず図書館に専任の人がいること。子どもが好きで、本が好きで、本の情報をよく知っている人において欲しいと思います。そして、一人一人の子どもにあつた本を必要に

応じて紹介していく事が大切です。専任の人がいれば先生に對して、教科に必要な資料集めの協力をする事が出来ます。いつでも図書館をあけていることが出来ます。鍵をかける必要はありません。

そして新しい本、読みたくなる本がたくさんあること。学習資料としても使いやすく整理されていること。

これだけは欠かせません。

文部科学省は学校図書館を学習情報センター・読書センタールと位置づけ、「学校教育に欠くことのできないもの」としています。さらに、「今後の学校図書館の役割の重要性に鑑み」、平成14年度末までに12学級以上の学校に司書教諭を配置する、としています。また「司書教諭がその職責を十分に果たせるよう校務分掌上の工夫を行い、担当授業時間数の減免を行うことは可能である」とも言っています。この点について石岡市教育委員会の稲田課長に伺いました。

「平成14年度から総合的な学習の時間が完全導入され、

学校図書館は情報収集のベースとして格好の場所となるものです。石岡市においても、司書教諭有資格者の養成・確保、そしてその発令をよりいつそう計画的に推進するよう努めて参りたいと考えております。具体的司書教諭の担当授業時間数や専任化については、県の動向を踏まえながら今後検討して参ります。」私は小学校で読み聞かせをしています。今まで本を読んでもらうのが嫌いな子に出会ったことがあります。読書の習慣が身に付くこの時期に子どもの身近なところに本があつて、それを手渡す大人がいること、そして本の楽しさを知らせていくことがとても大事だと思います。そのために学校図書館にはもつと図書予算を増やし、専任の人の配置を願ってやみません。

長い間お待たせしました

「ふれあいの里石岡ひまわりの館」

入浴施設三月一日(木)午前10時開館

＊安全対策は万全です。＊

☆お風呂のお湯はいつも満杯、あふれます。

☆打たせ湯は、別配管で新鮮湯です。

☆ミストサウナもしっかり除菌で安全です。

●2月の準備期間中に、市長

や議長を始め市の関係者が

入浴体験しました。ご報告

致します。

●3月は、週一回のレジオネ

ラ属菌・水質検査を行います。

●4月からは、月1回の検査

を、行います。

また、専門家の助言を月一

回受け、衛生管理を徹底し

ます。

バスの運行のお知らせ

(3月1日より)

入浴料金

一般 500円

小学生以下 200円

3歳未満 無料

※いつも、きれいな施設で気

持ちよく利用するため、次

の事に協力ください。

・入る前に、体を洗ってくだ

さい。

・浴槽には、タオル等を入れ

ないでください。

・サウナには、濡れた体では

入らないでください。

・その他、施設の決まりを守

りましょう。

トレーニング室・

娯楽教養室など

屋内施設のお知らせ

●利用時間(有料施設共通)

午前10時から午後10時

ただし、受付時間は午後9

時まで

休館日

毎週月曜日。

ただし、月曜日が祝日の日は

開館し、火曜日が休館となり

ます。

アンケートに

ご協力ください

ひまわりの館では、お客様の

声を大切にして運営します。

備え付けのアンケートにご協

力をお願い致します。

◎ご来館を職員一同心からお

待ち申し上げます。

※お問い合わせは

ひまわりの館

電話(35) 1126

八木コース(火・木曜日運行)

[行きコース]

[帰りコース]

停留所名	発車予定時刻	停留所名	発車予定時刻
八木	9:00	ふれあいの里	14:00
長者峰	9:01	策内	14:06
中郷	9:02	柏原大橋	14:07
代田	9:03	茶屋場住宅前	14:10
ふれあいセンター入口	9:04	杉並小学校前	14:11
関川小学校入口	9:06	出し山入口	14:12
台石川	9:07	並木東	14:13
石川	9:08	一高グランド前	14:15
坂井戸	9:09	市役所	14:16
羽成子	9:11	石岡中学校前	14:18
高浜中央	9:13	県営住宅前	14:20
高浜公民館前	9:14	南小学校前	14:21
東上町	9:15	法務局前	14:22
東田中入口	9:16	しらゆり保育園入口	14:23
しらゆり保育園入口	9:17	東田中入口	14:24
法務局前	9:18	東上町	14:25
南小学校前	9:19	高浜公民館前	14:26
県営住宅前	9:20	高浜中央	14:27
石岡中学校前	9:22	羽成子	14:29
市役所	9:24	坂井戸	14:31
一高グランド前	9:25	石川	14:32
並木東	9:27	台石川	14:33
出し山入口	9:28	関川小学校入口	14:34
杉並小学校前	9:29	ふれあいセンター入口	14:36
茶屋場住宅前	9:30	代田	14:37
柏原大橋	9:33	中郷	14:38
策内	9:34	長者峰	14:39
ふれあいの里	9:40	八木	14:40

小井戸コース(火・木曜日運行)

[行きコース]

[帰りコース]

停留所名	発車予定時刻	停留所名	発車予定時刻
小井戸	10:30	ふれあいの里	15:30
上小井戸	10:31	策内	15:36
栗又四箇	10:33	柏原大橋	15:37
粕上	10:34	ソントン前	15:40
下大橋	10:35	東府中入口	15:41
大橋神社前	10:36	関東銀行石岡東支店前	15:44
東大橋	10:37	八軒	15:46
石岡酒造前	10:38	石岡酒造前	15:47
八軒	10:39	東大橋	15:48
関東銀行石岡東支店前	10:41	大橋神社前	15:49
東府中入口	10:44	下大橋	15:50
ソントン前	10:45	粕上	15:51
柏原大橋	10:48	栗又四箇	15:52
策内	10:49	上小井戸	15:54
ふれあいの里	10:55	小井戸	15:55

※火曜日が休館日にあたる場合及び年末年始(12月28日～1月4日)は運休



スポーツ情報

イベント

●体育館スケジュール●

- ◆3月 4日(日)
第15回市民綱引大会
- ◆3月10日(土)・11日(日)
県スポーツ少年団バドミントン大会
- ◆3月23日(金)
石岡市スポーツ少年団表彰式
- ◆3月26日(月)・27日(火)
石岡地方中学生バスケットボール大会

●陸上競技場スケジュール●

- ◆3月10日(土)
わいわいスポーツ天国

●多目的広場スケジュール●

- ◆3月10日(土)・11日(日)
石岡市少年野球連盟卒業大会

●柏原テニス場スケジュール●

- ◆3月11日(日)
市町村硬式テニス大会
- ◆3月25日(日)
市町村ソフトテニス大会

●柏原野球場スケジュール●

- ◆3月10日(土)・11日(日)
石岡市少年野球連盟卒業大会

●柏原球技公園スケジュール●

- ◆3月10日(土)・11日(日)
石岡市少年野球連盟卒業大会

結果

●市スポーツ少年団 本部長杯剣道大会●

石岡市スポーツ少年団本部長杯剣道大会が、1月21日、運動公園体育館で開催されました。

結果は、次のとおりです。

【3年生以下の部】

優勝 窪田 貴 (杉並剣)
準優勝 金子 初輝 (杉並剣)
三位 内藤 和也 (関川剣)
三位 小松崎 淳史 (関川剣)

【4年生の部】

優勝 渡辺 拓哉 (杉並剣)
準優勝 桑原 孝弥 (南剣)
三位 矢口 恵美 (杉並剣)
三位 古木 克佳 (東剣)

【5年生の部】

優勝 太田 菜摘 (関川剣)
準優勝 豊田 裕一 (東剣)
三位 岡野 遼 (府中剣)
三位 望月 仁志 (府中剣)

【6年生の部】

優勝 古木 良典 (東剣)
準優勝 太田 有耶 (関川剣)
三位 鈴木 一真 (関川剣)
三位 小松崎 由佳 (関川剣)

大原コース (水・金曜日運行)

[行きコース]

[帰りコース]

停留所名	発車 予定時刻	停留所名	発車 予定時刻
大原	9:00	ふれあいの里	14:00
大原中央	9:01	東南産業前	14:06
姥神	9:02	谷向入口	14:07
大雅荘前	9:03	光風荘前	14:08
水内南	9:04	国分台住宅前	14:09
水内公民館	9:05	石岡二高前	14:10
水内東	9:06	国分寺	14:11
宿平	9:07	国分町	14:12
三村農協前	9:08	国府三丁目	14:13
根古屋	9:09	金比羅前	14:14
平和橋	9:12	国府六丁目	14:15
中津川南	9:13	国府五丁目	14:16
湖北水道前	9:15	貝地	14:17
茨木三差路	9:16	貝地寺前	14:18
茨木	9:17	茨木	14:19
貝地寺前	9:18	茨木三差路	14:20
貝地	9:19	湖北水道前	14:21
国府五丁目	9:20	中津川南	14:22
国府六丁目	9:21	平和橋	14:23
金比羅前	9:22	根古屋	14:26
国府三丁目	9:23	三村農協前	14:27
国分町	9:24	宿平	14:28
国分寺	9:25	水内東	14:29
石岡二高前	9:26	水内公民館	14:30
国分台住宅前	9:28	水内南	14:31
光風荘前	9:29	大雅荘前	14:32
谷向入口	9:30	姥神	14:33
東南産業前	9:31	大原中央	14:34
ふれあいの里	9:37	大原	14:35

染谷・半の木コース (水・金曜日運行)

[行きコース]

[帰りコース]

停留所名	発車 予定時刻	停留所名	発車 予定時刻
染谷	10:30	ふれあいの里	15:30
宝持院前	10:31	大砂集落センター前	15:32
集落センター入口	10:33	村上	15:33
高根川	10:34	村上東	15:34
池袋	10:36	大砂	15:35
宮部公民館	10:37	鹿の子	15:36
若宮四丁目	10:38	鹿の子東	15:37
国分寺入口	10:39	西羽黒	15:38
若松町	10:40	府中中学校前	15:39
府中中学校前	10:41	若松町	15:40
西羽黒	10:42	国分寺入口	15:41
鹿の子東	10:43	若宮四丁目	15:42
鹿の子	10:44	宮部公民館	15:43
大砂	10:45	池袋	15:44
村上東	10:46	高根川	15:46
村上	10:47	集落センター入口	15:47
大砂集落センター前	10:48	宝持院前	15:49
ふれあいの里	10:50	染谷	15:50
碁石沢	10:55	ふれあいの里	16:00
半の木	10:57	碁石沢	16:02
半の木公民館	10:58	半の木	16:04
明翠苑入口	10:59	半の木公民館	16:05
半の木入口	11:00	明翠苑入口	16:06
根当西	11:01	半の木入口	16:07
根当	11:02	根当西	16:08
池の台北	11:03	根当	16:09
池の台東	11:04	池の台北	16:10
ふれあいの里	11:10	池の台東	16:11

※水曜日が休館日にあたる場合及び年末年始(12月28日～1月4日)は運休

ふれあいの里石岡無料送迎バス時刻表

火をつけた あなたの責任 最後まで

春の全国火災予防運動

今年度の統一標語「火をつけた あなたの責任 最後まで」をスローガンに、住宅防火対策の推進・地域における防火安全体制の充実・林野火災予防対策の徹底・乾燥時及び強風時の火災発生防止対策の推進を重点目標とし、3月1日から3月7日まで、春の全国火災予防運動を行います。

春先は、空気が非常に乾燥し、風の強い日が多いことから、一年中で最も火災が起りやすい季節です。

ひとりひとりが火の取扱いに十分注意し、わが家わが町から火災を起こさないようにしましょう。

火の用心7つのポイント

1 寝たばこやタバコの投げ捨てをしない。

2 子供には、マッチやライターで遊ばせない。

3 風の強いときは、たき火をしない。

4 天ぷらを揚げるときは、その場を離れない。

5 家の回りに燃えやすいものを置かない。

6 電気器具は正しく使い、たこ足配線はしない。

7 ストープには、燃えやすいものを近づけない。

消防署では、火災予防運動期間中3月1日～3月7日、次の行事を行います。ご参加ご協力をお願いいたします。

☆防火座談会など
婦人会・町内会・その他の団体を対象とした防火座談会及び防火映画会を行います。

☆希望の団体は消防署にご連絡ください。

☆自主防災組織の訓練立ち会い
地域で行う訓練等に出向します。ご希望の団体は消防署にご連絡ください。

☆16ミリ映写機・フィルム・ビデオの貸し出し
事業所・家庭・幼児向けの防火フィルム・ビデオの貸し出しをしています。ご希望の方は消防署までご連絡ください。

※問い合わせは、消防本部予防課まで。

☎(23)0294 内線212



火災のときの

119番

火災のときの119番

ボヤなどの小さな火災でも、発見したら、119番通報してください。119番に通報すると、最寄りの消防本部の指令室につながりますので、左のようなポイントで、できるだけ正確に伝えてください。

*携帯電話やPHSからの119番通報は、一部の地域で使用できないことがあります。また、通報地点と離れた地域の消防機関につながる可能性があるため、つながったら現在地を正確に伝えてください。

通報のポイント

- ①火災が起こったことを知らせる
- ②出火場所を伝える(住所や目印になる建物など)
- ③火災の大きさ(何が燃えているのか。建物の場合は建物の種類、燃えている階も伝えます)
- ④逃げ遅れた人やけが人がいるか
- ⑤通報者の名前・電話番号

ペットからうつる

病気に気をつけて！

今やペットは家族の一員になっており、人間と同じ環境にあります。

家庭で飼育されている可愛い動物たちが、わたしたち人間にうつる危険な病原体を持つていることを知っていますか。ペットの健康については日ごろから注意し、人につる病気にについては十分注意しましょう。

ペットからうつるおもな病気

【犬・猫】

幼虫移行症・カンピロバクター症・ブルセラ症・パストレルラ症・レプトスピラ感染症・クプトスポリジウム症・リステリア症・トキソプラズマ症・ネコひっかき病・サルモネラ症

【鳥類】

オウム病・カンピロバクター症・クリプトスポリジウム症・結核(鳥型)

【爬虫類・魚類】

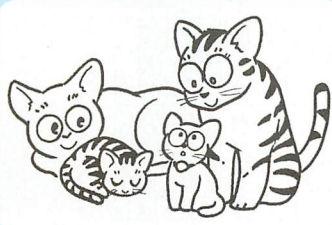
サルモネラ症

予防対策

- ①ペットの定期的な健康診断。
- ②ペットにさわったら消毒効果のあるもので手を洗う。
(例：薬用ソープ等)
- ③こまめに掃除をする。
- ④口移し・キスはしない。
- ⑤糞便処理後の消毒。
(例：薬剤・熱湯処理等)

※問い合わせ

茨城県動物指導センター 防疫課
☎0296(72)1200



「家庭の日」図画・作文

コンクール

青少年を育てる石岡市民の会では、「家庭の日」図画・作文コンクールを実施しました。入賞者は次のとおりです。

【図画の部】応募総数231点

◆最優秀賞

宮本 舞 (府中小1年)
秋山 研人 (東小4年)
倉持 美香 (東小6年)
櫻井 誉子 (国府中1年)

◆優秀賞

栗原 拓也 (石岡小1年)
石橋 昂 (南小1年)
黒沢 英斗 (石岡小2年)
井坂 友美 (高浜小3年)
黒沢 奈菜 (石岡小4年)
宮崎 彩 (杉並小4年)
駒田 百合 (東小5年)
中根亜里沙 (東小6年)
幕内麻奈美 (南小5年)
小林 紫乃 (国府中2年)
富田 友香 (国府中2年)
初沢 悠人 (国府中2年)

◆佳作

木間塚政人 (関川小1年)
古澤百合子 (杉並小1年)
遠藤 里美 (杉並小2年)
土田 愛 (杉並小2年)
太田 美咲 (北小2年)

【作文の部】応募総数216点

◆最優秀賞

小沼 香奈 (府中小2年)
惣野代丈浩 (東小4年)
山本陽二郎 (石岡小4年)
浅田由希子 (杉並小4年)
奥川 衣里 (南小4年)
小松崎愛里 (府中小4年)
長峰 可帆 (東小4年)
村瀬 千明 (杉並小5年)
山口 佳恵 (三村小5年)
長谷川和奏 (東小5年)
金指 教文 (三村小6年)
酒井 真織 (杉並小6年)
宇津野早紀 (府中小6年)
中澤 里美 (府中中1年)
田能 彰子 (国府中1年)
石橋 征也 (国府中1年)
樫村 学 (府中中2年)
長峰 彰大 (石岡中2年)
大金 慎 (国府中2年)

◆優秀賞

日浅 健太 (南小2年)
甲 洋輔 (府中小3年)
安島 大貴 (東小5年)
福田 憲人 (石岡中2年)
中村 祐介 (府中小1年)
渋谷美沙貴 (北小2年)
山田 絢香 (杉並小2年)

◆佳作

大場有一郎 (東小3年)
三城 眞紀 (三村小4年)
鈴木 進也 (南小4年)
磯部 隆信 (高浜小5年)
田上由香里 (三村小6年)
大沢 英宗 (府中小6年)
富田 裕理 (石岡中1年)
長谷川亮二 (国府中2年)
小倉みゆき (城南中3年)
村田 香織 (東小1年)
鈴木 佑実 (北小1年)
幕内 達也 (南小1年)
寺門 昂哉 (杉並小1年)
羽生千恵理 (三村小2年)
大野 悟史 (府中小2年)
森 智美 (杉並小3年)
高塚 美咲 (関川小3年)
谷中 美咲 (高浜小4年)
今泉 圭介 (南小4年)
石上 祐也 (北小4年)
金子 柚摩 (杉並小4年)
豊崎 悠 (府中小5年)
鬼沢 修平 (高浜小5年)
佐谷戸麻衣 (石岡小6年)
広瀬 優子 (南小6年)
塙 香織 (府中小6年)
関口 夏希 (府中小6年)
好美 大 (石岡中1年)
瀧下裕太郎 (府中中1年)
野崎 裕里 (府中中1年)
櫻井 誉子 (国府中1年)
木村ひかり (府中中2年)
大山真喜子 (城南中2年)

“子どもも変わる運動”って

— 子どもたちを変えられるのは、私たち大人なのです —

子どもを育てることは親のつとめです。子どもは親の感化によって成長するのです。

地域社会の大人もまた、地域の子どもの育てる親です。それぞれの親たちに立派に教育されて人間性豊かに成長するのです。そのために、すべての親がよりよい心豊かな親となり、子どもたちのよい手本となるよう、親自身が変わらしましょう。

そこにこの運動のねらいがあります。こうして育てられた子どもたちも、やがて親になるのですから。

まず、大人自身が変わること

- ◆「自分さえよければいいという考え方や態度」を改めましょう。
- ◆「他の人に責任を転嫁する態度」を改めましょう。
- ◆「気分や一時の感情で接する態度」を改めましょう。

青少年を育てる石岡市民の会 (青少年センター内) ☎(24) 1198

毎月第3日曜日は 家庭の日です

青少年の心を育てるキャンペーン



●● 第 1 回定例会の予定 ●●

今年の第 1 回石岡市議会定例会は、下記の日程で開催される予定です。

	月	日	曜	主 な 内 容
1	3 月	5 日	月	開 会
2	3 月	7 日	水	一 般 質 問
3	3 月	8 日	木	一 般 質 問
4	3 月	9 日	金	一 般 質 問
5	3 月	1 2 日	月	議 案 質 疑
—	3 月	1 3 日	火	予算特別委員会
—	3 月	1 4 日	水	予算特別委員会
—	3 月	1 5 日	木	予算特別委員会
—	3 月	1 6 日	金	予算特別委員会
—	3 月	1 9 日	月	予算特別委員会
—	3 月	2 1 日	水	常 任 委 員 会
—	3 月	2 2 日	木	議会運営委員会
6	3 月	2 3 日	金	委員長報告、討論、採決、閉会

※始まる時間は、すべて午前 10 時からです。

■本会議の傍聴をご希望の方は、市庁舎 4 階の傍聴席入口からお入りください。また、市庁舎 1 階ロビーとまちかど情報センターのテレビモニターでも、本会議の様子をご覧いただけます。

■予算特別委員会は、傍聴ができません。ただし、市庁舎 1 階ロビー、まちかど情報センターのテレビモニターでは、その様子をすべてご覧いただけます。

■常任委員会、議会運営委員会の傍聴は、いずれも委員長の許可制となっています。傍聴をご希望の方は、当日の午前 9 時 30 分までに議会事務局へお申し出ください。ただし、会議室のスペースの関係上（傍聴席は最大 10 人分程度しか設けられません）希望者多数の場合は先着順とさせていただきます。

※議会に関するお問い合わせは、
市役所内線 3 1 2 番 議会事務局議事係まで

特別養護老人ホームの 入所受付について

石岡市で建設中の「特別養護老人ホームのぞみ（仮称）」が、平成 13 年 4 月 1 日（石岡市大字石岡 10527-6 ふれあいの里石岡内）にオープンする予定です。

入所希望者の受付は、3 月 1 日から市役所高齢福祉係（1 階 12 番窓口）で行ないます。

※問い合わせ
石岡市役所 高齢福祉係
☎（23）1111（内線 154）

在宅介護支援センターのご案内

在宅介護支援センターは、介護を必要としている方やそのご家族等のための、総合的な相談窓口です。また、現在は介護を必要としていない方にもご利用いただき、介護予防や保健福祉サービスの利用方法に関する情報を提供し、健康や日常生活に関する各種相談に応じます。

●各種相談

介護について、困っていることや分からないことはありませんか？直接お越しいただくのはもちろん、電話相談や家庭訪問もさせていただきます。

●情報提供

各種の保健福祉サービスについての情報を提供し、サービスを受けやすいようにお手伝いいたします。

●手続代行サービス

市の高齢福祉課等と連携をとり、必要に応じてサービス利用申請書の作成（提出）代行を行います。

●福祉用具の紹介

在宅介護を支えるための様々な用具や介護機器を紹介し、選び方から使用方法までをアドバイスいたします。展示コーナーは常時開設しておりますので、お気軽にどうぞ。

最寄りの支援センターへお気軽にご相談ください

☆相談に関する秘密は厳守します☆相談は無料です

- * 石岡市基幹型在宅介護支援センター
石岡市大字石岡 10527-6（ふれあいの里石岡内）
☎（35）1127 FAX（35）1132
- * 石岡市在宅介護支援センター センチュリー石岡【地域型】
石岡市三村 6286-1
（特別養護老人ホームセンチュリー石岡内）
☎（27）0001 FAX（27）0005
- * 石岡市在宅介護支援センター ねあたり【地域型】 ※平成 13 年 4 月オープン
石岡市大字石岡 10888-3
（軽費老人ホーム・ケアハウス ハートピア石岡内）
☎（23）5211 FAX（23）2232

介護予防教室「ひまわりクラブ」 が 4 月から始まります

- 日 時 毎月第 2 水曜日 午前 10 時～正午
【第 1 回は、4 月 11 日（水）です。】
- 場 所 石岡市基幹型在宅介護支援センター（ふれあいの里）
- 対 象 石岡市在住の 65 歳以上の方で、
★気楽におしゃべりをしたり、悩みを相談したりできる仲間が欲しい方
★趣味や生きがいを見つけたい方
★自分の趣味や特技を生かしたい方
★将来に備えて介護や福祉サービスについて知っておきたい方
★その他・・・
- 内 容 レクリエーション（ゲームや歌）、健康や介護に関する相談、介護保険や福祉サービスに関する勉強会等
- お問い合わせ
石岡市基幹型在宅介護支援センター（ふれあいの里石岡内）☎（35）1127

塩分の取り過ぎが 高血圧の原因に!?

日本人は塩分を取り過ぎる傾向にあり、平成10年度の厚生省が発表した日本人の食塩摂取量は1日13g。塩分の取り過ぎは高血圧の原因ともなるので、1日10g以下を目標にしましょう。



塩分がもたらす

血管へのダメージ

人間の体を流れる血液は、細胞に酸素や栄養を運ぶ働きをしています。心臓の収縮と拡張のポンプ作用によって、血液は全身のすみずみまで流れ、送り出されているのです。このとき、血管の壁にかかる圧力を「血圧」とよんでいます。

塩分を取り過ぎると血液中の塩分濃度があがり、薄めようとして体が水分を求めてきます。塩辛いものを取ると水が飲みたくなるのはこのためです。水分を摂取すると血液量が増え、この血液を全身に送り出すために心臓の拍出量も増えて血圧があがります。また、食塩の成分であるナトリウムは、血管壁の細胞に働きかけ、血管を収縮させるため血圧があがります。

血圧が高い状態を「高血圧」といいますが、高血圧が怖いのは、血圧が高いということよりも、高血圧が続くことで起きる動脈硬化です。軽い高血圧でも放っておけば、徐々に血管の弾力性が失われ、破れやすい状態になります。そして、生命にかかわる脳卒中や心筋梗塞、狭心症、腎不全など、重大な合併症を引き起こしてしまうのです。

血圧が高いといわれたら、くれぐれも軽く考えずに、日常生活の改善と定期的な検査を受けるようにしましょう。高血圧の原因になる塩分の取り過ぎには十分に注意し、1日10g以下の塩分を目標に薄味の食生活を心がけていきましょう。

CHECK & TRY あなたの塩分取り方チェック

- | | |
|--|--|
| ① 外食、テイクアウト、インスタント食品が多い ☐ | ⑤ かまぼこ、ちくわ、さつまあげなど練り製品が好き ☐ |
| ② ラーメンやそばなどめん類が好きで、汁を飲む ☐ | ⑥ せんべいやポテトチップスが好き ☐ |
| ③ 洋風料理より和風料理が好き ☐ | ⑦ パンにはバター、マーガリンをたっぷりぬる ☐ |
| ④ たらこ、塩辛、佃煮、干もの、塩鮭が好き ☐ | ⑧ 漬けものや味わう前にしょうゆや塩をかける ☐ |

判定

- が6個以上 → [危険ゾーン] 塩分の取り過ぎです。今すぐ減塩を心がけないと高血圧を引き起こします。
- が3~5個 → [要注意ゾーン] 少々、塩分の取り過ぎのようです。薄味になれるように食生活を改善しましょう。
- が2個以下 → [安心ゾーン] 塩分の取り方はますます合格点のようです。○がゼロになるよう目指しましょう。



食生活
改善のコツ

薄味テクニックで塩分を減らそう

- しょうゆなどは直接かけないようにしよう
料理の味も確かめなくて、しょうゆやソースをかけるのはやめ、別の小皿に入れ、つけて食べるようにすると塩分をグンと減らせます。
- 香味野菜や酸味を上手に活用しよう
ねぎ、しょうが、三つ葉、しそ、など香りの高い野菜やレモンやすだち、酢などの酸味を上手に使い、塩分を減らしましょう。
- 料理方法に工夫をもたせよう
一般的に煮ものより焼きもの、焼きものより炒めものが塩分が少なめです。しょうゆはだし汁などで割って使いましょう。
- 素材の味を楽しもう
鮮度のよい食材を選んで、素材そのものの味を楽しむようにしましょう。素材の甘さや香りなどが感じられるはずです。
- 汁ものは残そう
うどん、そば、ラーメンなどの汁は飲まないようにしましょう。みそ汁も減塩みそを使用したり、具たくさんにするなどの工夫をしましょう。
- 塩分の多い食品は取らない
保存食品や加工食品、スナック菓子などは大変多く塩分が含まれています。食べ過ぎには十分に注意をするようにしましょう。

● ● そ の 他 ● ●

納税は期限内に！

— 振替納税のご利用を！ —

平成12年分の確定申告による所得税の納期限は3月15日（木）です。申告がまだの方は、お早めにお済ませください。

また、振替納税をすでに利用されている方は、指定された預貯金口座の残高を確認しておいてください。振替納税をまだ利用されていない方は、納税のため手数が省け、うっかり納期限を忘れてしまうこともない振替納税が、大変便利ですので、ぜひご利用ください。



特許・意匠・商標
なんでも110番

特許・実用新案・意匠・商標の出願、訴訟、調査、外国での特許取得などのほか、知的所有権全般について弁理士が無料で相談に応じます。

相談日時 月～金 午前10時～正午
午後1時～4時

場所 東京都千代田区霞ヶ関3-4-2
弁理士会館 1階

☎03(3519)2707

海技免状の更新・
失効再交付講習

日 時 3月17日（土）

☆更新 午後1時30分～4時

☆失効 午後1時30分～5時

場 所 亀城プラザ（土浦市）

受講料 更新 11,000円

失効 16,000円

申込期限 3月5日

申し込み・問い合わせ 山城海事代理
事務所 ☎029(252)2299

お く や み

（1月届出分）

影高	山野	ミヨ	子	76	東 町
大新	國	昌	也	54	東の辻
鈴	木	正	美	54	東の辻
田	上	よ	し	91	水久保
大久	保	方	一	79	水久保
色	川	志	ん	51	大 砂
色	川	繁	雄	86	村 上
佐	藤	あ	子	65	根 当
山	中	三	鶴	61	根 当
吉	崎	み	き	88	半の木
皆	藤	義	衛	86	高 浜
板	垣	裕	弘	82	高 浜
荒	野	け	い	77	高 浜
樽			清	87	北根本
川	口	明	義	86	中津川
小	湊	ね	美江	57	中津川
前	島	春	樹	86	東田中
小	沼	文	明	73	東田中
本	田	い	滋	73	東大橋
本	田	は	ね	52	東大橋
大	山		つ	95	三 村
狩	谷	主	實	92	三 村
飯	田	軍	税	80	三 村
田	口	よ	治	81	石 川
栗	田	い	ね	58	石 川
勝	田	ト	ミエ	83	井 関
白	田	や	ま	92	柏原町
大久	保	和	一	84	柏原町
高	岡	金	次郎	92	国府二
永	井		淳	73	国府五
鴨志	田	園	江	76	府中五
中	村		清	70	府中五
小	林	榮	次郎	65	府中五
篠	塚		誠	63	府中五
會	澤	カ	ツ	82	若宮一
高	野	き	み	61	若宮三
山	崎	恭	子	94	総社一
仲	田	豊	治	88	総社一
関	口	一	男	66	総社一
貝	塚	伊	久野	91	若松一
木	村	泰	之	71	若松二
岡	村		靖	87	東石岡一
及	川	ハ	ル	53	東石岡二
菊	地	敬	藏	44	東石岡三
深	澤	ワ	カ	91	東石岡四
櫻	井	ス	エ	64	東石岡四
飯	田	た	か	79	東石岡五
梅	谷	國	松	73	旭台三
友	常	よ	しい	95	東光台二
藤	枝	と	し	92	東光台四
谷	田	ま	す	76	行里川
藤	田		稔	69	並 木
幕	内	せ	つ	99	東府中
				74	南台三
				88	南台四

（敬称略）

変わります！ 21世紀の参議院議員選挙

◆今回の参議院通常選挙から、次の点が改正されます。

- ・参議院議員の定数が252人から242人に削減されます。
- ・非拘束名簿式による参議院比例代表選挙では、候補者名または政党名のいずれかを記載して投票します。各政党の総得票数（候補者個人の得票数を含む）により各政党の当選人の数が決まり、そのなかで得票数の多い候補者から順次当選人となります。

※詳しくは、石岡市選挙管理委員会（内線255）までお問い合わせください。

市税・使用料等の納付の

自動払込（口座振替）が銀行・農協等の他に

郵便局でも利用できます（平成13年4月分から）

市県民税・固定資産税・軽自動車税・国保税・国民年金保険料
介護保険料・下水道使用料・市営住宅使用料・簡易水道使用料
保育料・農業集落排水施設使用料・市営霊園使用料

☆お申し込みは、お近くの郵便局で3月1日から受付ます。

※ 預金通帳と通帳印が必要です

市役所 ㉓ 1111
市民会館 ㉒ 5187
図書館 ㉒ 1507
府中地区公民館 ㉒ 1530
東地区公民館 ㉒ 6503
城南地区公民館 ㉒ 3341
福祉会館 ㉒ 2940

情報 ネットワーク

テレホンサービス ㉓ 3333
火災情報 ㉒ 1818
運動公園体育館 ㉒ 7210
常陸風土記の丘 ㉓ 3888
海洋センター ㉓ 5191
保健センター ㉒ 1386
ふれあいの里 ㉓ 1126

イベント

市民会館（大ホール）

◆3月31日（土） 午前9時～
カギヤ楽器音楽教室発表会
入場料 無料

募集

「初めての中国語」講座

開催日 4月～6月の3ヶ月間に10日間開催 毎週木曜日 午後6時30分～8時30分
会場 「サポート・ワン」
講師 高建華氏
受講料 10,000円（このほかテキスト代として1,500円）
申込方法 ハガキに氏名・住所・電話番号・郵便番号を記入して申し込み。
申込締切 3月15日必着
申し込み・問い合わせ
〒315-0037 石岡市東石岡4-6-14 高野政夫 ☎（26）5340

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へ
受付期間・場所 4月2日～
市役所1階16番窓口 農政課
（土・日曜日、祝日は除きます）
利用料 6,120円
農園場所 宮部地区・東府中地区
申し込み・問い合わせ
印鑑と利用料を添えて農政課まで。
内線165・166

石岡古文書勉強会会員募集

歴史の生証人として、遺されている古文書をひも解いてみませんか。興味のある方ぜひご参加ください。
開催日時 毎月第3土曜日 午前10時～正午
会場 まちかど情報センター
講師 櫻井 雅子 先生（元県立歴史館勤務、NHK学園・筑波大学講師）
会費 月額2,000円（資料代を含む）
申し込み・問い合わせ
多田 ☎（22）3113

2002FIFAワールドカップ 開催地住民向けチケット販売

対象者 申込日現在茨城県に居住している方
試合開催日 平成14年6月2日（日）・6月5日（水）・6月8日（土）
申込期間 2月15日～3月14日
申込方法 「チケット申込ガイド」の専用申込書に必要事項を記入し郵送
※「チケット申込ガイド」は、市役所企画課・茨城県各地方事務所・県企画部ワールドカップ開催準備室にあります。（配布は一人1部限り）
※1試合4枚まで購入可。ただし、同行者も「開催地住民」であること。
開催地住民販売用チケット枚数
3試合で合計約10,100枚
※申込多数の場合は、コンピュータによる無作為抽選
問い合わせ
◇「開催地住民販売用チケット申込ガイド」について
茨城県ワールドカップ開催準備室
☎029（301）2766
◇その他申込全般について
JAWOCチケットセンター
☎03（3287）1199
第1次販売チケットインフォメーション ☎0180（993）531

市政モニターを募集します

石岡市では、市政に対し自由で清新な意見を聴き、市民参加の豊かで生きがいのあるまちづくりに役立てるため、市民の方に市政モニターをお願いしています。

任期 平成13年4月から14年3月まで
活動内容 ①市の行政についての意見・要望などを通信票に記載し、随時提出 ②アンケートの回答
③モニター会議 ④施設見学会
※通信用の封筒・切手などは配布いたします
募集人数 20名
応募資格 ①市内にお住まいで20歳以上の方 ②市行政機関の委員等の委嘱を受けていない方
③公務員でない方 ④市政モニターを経験していない方

応募方法・期限

官製ハガキ（住所・氏名・年齢・職業・電話番号を記載）または、電話で3月26日までに申し込みください。

※申込先・問い合わせ

〒315-8640 石岡市大字石岡3165-2
石岡市役所秘書広報課 ☎（23）1111 内線212

平成13年度

石岡市奨学生募集

◆応募資格

- ①平成13年3月末現在、石岡市に1年以上住む方のお子さんと、人物・能力ともに優秀で、経済的理由から修学が困難な方
- ②他の団体から奨学金の支給を受けない方
- ③高等学校に平成13年度入学予定者および在学者

◆採用予定人員 11人

◆支給月額 8,200円（平成12年度額）

☆返還の必要はありません。奨学金は4月分からで、受け取りは6月中旬からです。

◆受付期間 3月12日から23日まで

◆申し込み先 在学中学校または教育委員会学務係

◆問い合わせ 教育委員会 学務係まで 内線413

まちかど情報センターニュース

一日平均 八十人の来館

二十一世紀の幕開けとともに「まちかどウォークラリー大会」「第一回まちかど映画祭」「第一回まちかど音楽祭」などの事業を開催し「まちかど情報センター」が一月十四日オープンしました。

一日平均八十名を超える方々が来館しています。最も利用が多かったのは、インターネットのコーナーです。また印刷機やコピー機・会議室の利用も徐々に増え、その使いやすさが好評です。一月二十四日には、石岡小学校四年生七十二人の子どもたちが先生と一緒に見学に来て、七十インチの大型ビデオ・書いた文字がそのまま印刷される会議室のOAボード、さらに介護相談・税金相談用のテレビ電話も試し、和やかなひとときでした。

毎日、常勤スタッフと市民のボランティアが、センターの説明や機器の利用案内をしています。当センターは「まちづくり市民会議」（島田哲理事長）が

運営管理をしています。まちづくり市民会議とは、市民の

声がまちづくりに反映されることを願い、二年前、五十四名の市民が集まりました。この会

は「人が輝くまちづくり」をテーマにまちづくり談

議・公開講座を開催し昨年、市へ提言書を提出しました。その中から中心市街地活性化

をめざす「銀河計画」の一つ「まちかど情報センター」

（市民のネットワークの充実と情報発信が目的）が取り上

げられ現在に至っています。三月上旬には、石岡市議会が

開催、七十インチ大型ビデオで、その模様を中継します。



▲第一回まちかど音楽祭
進藤正太郎氏「津軽三味線」演奏



フラワーパーク3月の催し物

菜の花まつり 3月10日～3月25日

☆春植え球根プレゼント 3月10日～3月25日

☆球根つかみ取り 3月10日・11日・17日・18日
20日・24日・25日

☆生花展 3月10日～3月18日

☆園芸教室 3月11日（日）午後1時30分～

※問い合わせ フラワーパーク ☎（42）4111

香丸資料館だより（3月）

- | | |
|-------|--|
| 3/2～7 | 玉里村文化協会展 |
| 8～14 | 富田四郎 日本画展 |
| 15～21 | 恒墨会 |
| 22～27 | 五人展 太田教子（パッチワーク）
中村君江（手織）・山口由紀子（陶芸）
菅原将子（手紡ぎ・手織・染め）
渡辺宏子（ ） |
- ☎（23）5916

図書館だより

春はなにかといそがしい季節ですが、ほっとした時間を図書館で過ごしたいかながでしようか。今月もさまざまな行事を催しますので、みなさまのご来館とご利用をお待ちしています。



◆第28回交流読書会

テキストを読んで、自由に感想や意見を出し合い、読書の楽しさを共有してみませんか。また、読書会を作りたい方、本に興味のある方、お気軽にご参加ください。

日時 3月8日（木）
午後1時30分～

テキスト 「光の海」津村節子著
会場 図書館 3階



◆おはなし会

日時 3月17日（土）
午後2時30分～（約30分）

対象 幼児から小学校低学年
会場 図書館 2階

◆春休み映画会

日時 3月27日（火） 1回目 午前10時15分～
2回目 午後2時～
プログラム 「トイ・ストーリー2」（90分）
会場 図書館 3階

◆休館日

5日・12日・19日・20日・26日・31日



▲環境問題について出前授業（12月5日）

南小学校の5年生が、総合的な学習の時間で「環境について」市家庭排水浄化推進協議会の鈴木かつ会長を講師に招いて、霞ヶ浦や市内を流れる山王川の水質浄化について学習しました。

子どもたちは、鈴木先生の生の話を聞き、霞ヶ浦や山王川の汚れに驚くとともに、自分たちができる水質浄化はなにかを真剣に考えました。



▲東日本優秀演奏発表会に出場（12月26日）

北小学校合唱団が、昨年8月に行われたTBSこども音楽コンクール茨城県大会において最優秀賞を受賞し、茨城県代表として江戸川区総合文化センターで行なわれた東日本優秀演奏発表会に出場しました。

子どもたちは、日ごろの練習の成果を発揮し、澄んだ歌声を会場いっぱい響かせました。



▲情報センターオープン（1月14日）

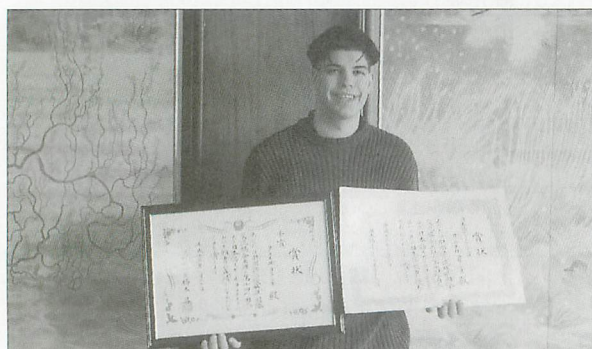
情報受発信の拠点と市民交流の場を提供する「まちかど情報センター」が完成し、オープニングセレモニーが行なわれました。この情報センターは、まちづくり市民会議の方たちが中心市街地に昔の人通りを取り戻そうと提言し実現したものです。待ち合わせやインターネット体験などお気軽にお立ち寄りください。



▲屋内温水プールオープン（1月15日）

石岡小学校の屋内温水プールが、同校に隣接する市民広場に完成し、オープン式典が行なわれました。このプールは、学校施設として利用するほか社会体育施設として一般市民にも開放され、年間を通して利用できます。

式典後、石岡小学校の児童が初泳ぎを楽しみ、午後からは市民にも無料開放されました。



▲日本語コンテストで県知事賞（1月20日）

（財）茨城県国際交流協会主催の「第10回外国人による日本語スピーチコンテスト」が水戸市民会館で開かれました。当市からは市内の中学校で英語指導助手をしているダニエル・コリンズさんが出場、日本の英語教育をテーマに自分の考え方や感じたことを発表し、見事、県知事賞と日本語ボランティア賞を受賞しました。



▲災害物資調達協定を締結（1月29日）

石岡市といばらきコープ生活協同組合（大崎信子理事長）との間に、「災害救助に必要な物資の調達に関する協定」が結ばれ、食料や日用品・寝具など災害時に必要とする物資をスムーズに市民に供給することが出来るようになり、これまで以上に災害時の住民生活を守ることが強化されました。



ま

ち

の

で

き

こ

と



芸
文
いしおか

一月例会作品

俳句 いしおか俳句同好会

東光台五 野村 洋子

小正月酢の香ふりまく割烹着

府中五 土井 湧輔

幹に負ふ戦争の痕冬木の芽

泉 町 醍醐 味風

噴水の高さが狂う雪の朝

大谷津 大関 ひさ

雪晴れて句ごころ湧かす空の蒼

泉 町 石神 秋羅

平常心ゆらぎだしたる寒の入り

東石岡五 小田部洪子

初春や魚の泳ぐ皿二枚

短歌 いしおか短歌同好会

大谷津 海老澤明子

あたらしき水汲みあたらしき

筆とりて手本に対す正月四日

東光台 内田千代子

喪の家のひそけき正月嬰兒の

泣声響く二十一世紀へ

若宮一 飯田 静江

母の歳をわづかに越えて新し

き世紀に入るを幸福と思ふ

井 関 田口 房子

この年も恙なくあれうからら
よ湖岸の台地に初日あまねし

府中二 山口ふみ子

高く低き藍の山脈抜きいでし

富士は朝日受け朱に輝けり

泉 町 藤岡みつ子

ふかふかの絆天の中子は寝入り

老い人笑みつつ家路に向かふ

俚謡 いしおか俚謡会

題「鏡」

総社二 鈴木 虚心

忘れ形見の 帯締めながら

鏡のぞけば 母が居る

国府六 大西 和子

髪を梳いてる 白寿の母が

世紀迎える 初鏡

国府二 篠原美千代

いつも変わらぬ 優しい心

写す笑顔の 三面鏡

杉並四 助川 浩史

薄い化粧に 心も軽く

母は働く 今鏡

高 浜 宮本 小徳

孫の顔肌 見とれて我に

そつとのぞいた 初鏡

国府二 斉藤 花山

明けて新年 家族で祝う

先祖様には 鏡餅

市民ずいひつ

ゆずり葉雑文同好会

「〇円からいただきます」

知 子

節分を過ぎると、スーパ
ーは「ひな祭り」の曲が流れ、

チョコ特売コーナー等も出て

はなやいだ雰囲気となる。

本日の目玉商品は、三倍も

ありそうな大粒イチゴのパッ

ク詰め。女子高生(?)連れが

メモを片手に品定めしている。

「パツとみ(見ばえ?)いいけ

ど味できに大まかかもね」

「ねだんできにはピッタシ」

「ミルクとかも買っうね。」

と横のワゴンから練乳を取り

出しかごに入れる。

「納豆〇円・豆腐〇円・パン

三割引きで〇円・〇円からに

なりまーす。」

「千円からお預かりします。」

いつもながらレジ係はテキ

パキとお客をさばいていく。

帰り道、スタンドで給油す

る。バイト風の店員が

「〇リッターで〇円・〇円か

らのお返し。ありがとうございますア。」

「でき・とか・からー

付けなくても会話に何の支

障もないのだが、はつきり言

い切るのを嫌う傾向なのだろ

うか。

「休みを取る」は「休みとか

を取る」「量が少ない」は

「量できに少ない」と言う。

若者ことばの変わりは速い。

気づく頃には「フルーイ」と

なり、新語が生まれている。

次はどんな話し方がはやる

のかと気がかりでもある。

3 月の各種無料相談

※相談日・時間等は変更になる場合もあります。

■相談名	■日時	■会場
法律相談	第2・3・4火曜日(3/13・21・27)午後1時～	市役所会議室(弁護士による相談：予約制)
登記・行政相談	3月8日(木) 午後1時～3時	市役所会議室
法律相談	3月2日(金) 午前10時～午後4時	石岡商工会議所 ☎(22)4181：予約制
社会保険・年金相談	第1金曜日(3/2) 午前10時～午後2時	石岡商工会議所 ☎(22)4181
不動産相談	第1金曜日(3/2) 午前10時～午後3時	石岡商工会議所 ☎(22)4181：予約制
身体障害者・戦傷病者 補装具等巡回相談	3月14日(水) 午後1時30分～午後3時	土浦市保健センター ☎0298(26)1111
こころの健康相談	一般 第1・3金曜日 午後1時～3時 老人 第4 火曜日 午前10時～正午	土浦保健所 ☎0298(21)5342 (精神科医による相談：予約制)
地域児童相談	3月2日(金) 午前10時～午後3時	福祉会館 ☎(22)2940：予約制
市民健康相談	火・金曜日 午前9時～午後4時	福祉会館 ☎(22)2940
交通事故相談	月～金曜日 午前9時～午後4時30分 弁護士相談日 水曜日 午後1時～4時	県南地方交通事故相談所 ☎0298(22)8511(内線128)
困りごと相談	毎週金曜日 午前9時～正午	福祉会館 ☎(22)2411
消費生活相談	月～金曜日	市役所市民活動課(内線128)
教育相談	月～土曜日 午前9時30分～正午 午後1時～5時	教育相談室・府中小学校 ☎(24)5519
女性のための困りごと相談	3月23日(金) 午後1時30分～5時	まちかど情報センター ☎(27)5171：予約制

健康カレンダー 3月

*予約は保健センターへ ☎(24)1386

日	種 目	受 付 時 間	会 場	対 象 な ど
2 (金)	リハビリテーション	午後 1:00～	ふれあいの里石岡ひまわりの館	予約制
5 (月)	妊婦教室Ⅰ課	午前10:30～	保健センター	予約制
6 (火)	育児相談	午前 9:30～11:30	保健センター	0～3歳まで
	4か月児健診	午後 1:00～ 2:00	保健センター	平成12年10月生まれ
9 (金)	リハビリテーション	午前11:00～	保健センター	予約制
12 (月)	妊婦教室Ⅱ課	午前 9:30～	保健センター	予約制
13 (火)	育児相談	午前 9:30～11:30	保健センター	0～3歳まで
	10か月児健診	午後 1:00～ 2:00	保健センター	平成12年4月生まれ
14 (水)	2歳児母子歯科健診	午後 1:00～ 2:00	保健センター	平成11年2月生まれ
16 (金)	リハビリテーション	午後 1:00～	ふれあいの里石岡ひまわりの館	予約制
19 (月)	妊婦教室Ⅲ課	午前10:00～	保健センター	予約制
23 (金)	リハビリテーション	午後 1:00～	ふれあいの里石岡ひまわりの館	予約制
27 (火)	1歳6か月児健診	午後 1:00～ 2:00	保健センター	平成11年9月生まれ
28 (水)	3歳児健診	午後 1:00～ 2:00	保健センター	平成10年2月生まれ

3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	4日・11日・18日・20日・25日 受付 午前9時～午後3時30分
夜 間	3日・4日・10日・11日・17日・18日・ 19日・20日・24日・25日・31日 受付 午前7時～午後10時30分



耳の日（3月3日）

休日診療当番医

▼受付 午前9時～11時30分・午後1時～3時30分

月日	外 科	歯 科
2/25	齊藤病院 旭台1-17-26 ☎(26) 2131	吉田歯科医院 (八) 柿岡1838-2 ☎(43) 0331
3/4	渡辺クリニック 東光台4-14-30 ☎(26) 7633	椿歯科医院 国府2-1-5 ☎(22) 2457
3/11	石岡市医師会病院 石岡10528-25 ☎(22) 4321	平井歯科医院 国府3-2-19 ☎(22) 2473
3/18	石岡脳神経外科病院 (玉) 栗又四1768-29 ☎(58) 5211	色川歯科医院 (千) 稻吉5-3-11 ☎0298 (31) 2672
3/20	石岡第一病院 石岡13446-6 ☎(22) 5151	比企歯科医院 東光台1-6-31 ☎(26) 1456
3/25	山王台病院 東石岡4-1-38 ☎(26) 3130	石田歯科医院 (八) 柿岡3431-5 ☎(43) 6028

4月1日から 家電リサイクル法が 始まります！

家電リサイクル法は、消費者・家電小売店・家電メーカーがそれぞれの役割を果たしながら協力して成り立つものです。

《対象機器と消費者負担額》

エアコン	3,500 円
テレビ	2,700 円
冷蔵庫	4,600 円
洗濯機	2,400 円

上記は、これまでに公表されている大手メーカーのリサイクル料金です。その他に、消費税・収集運搬費用がかかります。

※問い合わせ
環境保全課 清掃係（内線144）

わたしのまちの交通安全

市役所脇に「飲酒運転追放宣言のまち 石岡市」の看板が設置されました。

平成12年中の石岡市における飲酒運転中の交通事故発生件数は33件、前年に比べ12件の増で、死亡者1名(前年0)、負傷者51名(前年37名)となっています。

わたしのまちの交通安全推進事業実施委員会では飲酒運転追放三ない運動を推進しています。

☆酒を飲んだら運転しない。

☆酒を飲んだ者には運転させない。

☆運転する者には酒を出さない。



こんにちは
赤ちゃん



こう へい
豊崎 光平 ちゃん
1歳10か月・山王台

とっても元気な光平君は、おじいちゃんが大好き。おじいちゃんが車の鍵を持つとソワソワしちやいます。もちろんお風呂も一緒。ごしごしシャンプーしてもらいます。でも泣かないよ!

おじいちゃんから

元気で明るく素直に育って!

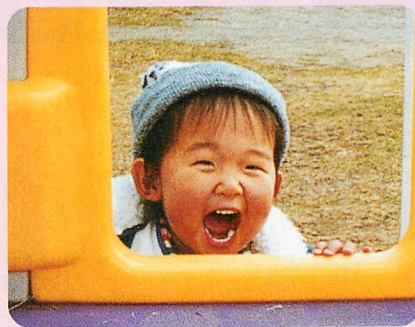


こずえ
生田目 梢 ちゃん
1歳・府中四

ちょっと甘えん坊の梢ちゃんは、子犬のマイケルとお友達。いつもハイハイしてマイケルを追いまわしています。テレビの天気予報がお気に入り。天気予報が始まるとテレビの前に釘付け。

ママから

みんなに可愛がられる子に!



しょう や
新田 将也 ちゃん
1歳11か月・鹿の子

車が大好きな将也君。家中車のおもちゃでいっぱい。お気に入りにはショベルカー! お外で本物を見つけると嬉しくて大騒ぎ。今度はパワーショベルに乗ってみたい!!

おばあちゃんから

健康で元気に育ってね!

作品

平成12年度
「家庭の日」図画コンクール

入賞者



最優秀賞
宮本 舞さん(府中小)



最優秀賞
倉持 美香さん(東小)



優秀賞
小林 柴乃さん(国府中)



優秀賞
中根 亜里沙さん(東小)