

7

JULY
2012



館野哲也選手



山室光史選手

祝 ロンドンオリンピック出場

写真提供: (株)ヨナミススポーツ&ライフ



こ

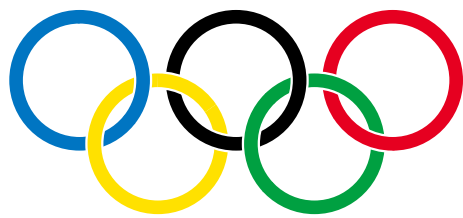
が

古河

広
報

No.82

特報	オリンピック出場	2
今月の特集		
●	総合的文化施設	4
●	節電対策	6
●	高齢福祉在宅サービス	8
●	非行問題に取り組む	12
●	国民健康保険税	14
●	市内の自治組織	16
●	健康づくり協力員	17



ロンドンで はばたけ市勢 アスリートの夢舞台へ

7月27日に開幕するロンドンオリンピック。多くのアスリートたちがこの夢舞台を目指して厳しい練習を重ね、その中でも一握りの選手が予選や選考会を勝ち抜いて世界と戦う挑戦権を得る。古河市出身で同オリンピックへ出場が決まっているのは男子体操競技の山室光史選手(KONAMI体操競技部)と、陸上男子400メートルハードルの館野哲也選手(中央大学3年)。市の代表として活躍を期待する2選手の紹介をします。



実力アップ メダル狙う

男子体操競技

やま むろ こう じ
山 室 光 史選手

KONAMI体操競技部



○略歴：1989年生まれ・23歳
古河一小2年で体操を始め、埼玉栄高へ進学。3年時、高校総体個人総合優勝。日本体育大学では、JAPAN CUP2009の日本代表に選抜されナショナルチーム入り。2010年世界体操競技選手権(ロッテルダム)のつり輪で4位。日体大卒業後の2011年4月にコナミスポーツ&ライフに入社。2011年世界体操競技選手権(東京)では、団体での銀メダルに貢献した他、個人総合とつり輪で銅メダルを獲得。



写真はロンドンオリンピック男子日本代表強化合宿において撮影

反骨精神で 勝負

陸上男子400メートルハードル

たての てつ や
舘野 哲也選手

中央大学3年



○略歴：1991年生まれ・20歳

総和北中では、3年時に四種競技で全国中学校体育大会優勝、400メートルジュニアオリンピック5位。東京・郁文館高では2年時、400メートルハードル日本ユース3位。八種競技歴代1位。3年時、400メートルハードル新潟国体5位、中央大学では400メートルハードルで、2010年日本ジュニア選手権優勝、2011年日本インカレ3位、2012年日本陸上選手権3位。



写真は中央大学多摩キャンパス陸上競技場において撮影

みんなで熱い応援を！

ガンバレ 山室選手、舘野選手

市民のための総合的文化施設づくり

市民アンケートの結果をお知らせします

現在、建設に向けて協議が進められている総合的文化施設について、市民が施設に求める目的や役割といったニーズを具体的に把握することを目的として、4月26日から5月上旬にかけて「総合的文化施設建設に向けた市民アンケート」を実施しました。

【問】 総和庁舎（本庁） 総合的文化施設推進室 ☎ 92-3111

○市民アンケート回答結果

（単位：件）

区分	送付数	回答数	回収率
一般市民※	5,000	1,868	37.4%
社会教育団体等	621	415	66.8%

※住民基本台帳より16歳以上無作為抽出。

アンケートの項目は、文化施設に期待する施設内容や事業ならびに図書館機能に関することなどです。

今回、施設に期待する機能や事業について、アンケートで要望の多かった内容をダイジェストでご紹介します。アンケートの意見については統計処理を行い、建設協議会で検討した上で基本設計および管理運営計画へ反映させていきます。

【文化施設に期待するもの】

- 図書館 (39.1%)
- カフェ・レストラン (38.9%)
- 大ホール (28.7%)

総合的文化施設の基本設備である大・小ホールでの催しのほか、図書閲覧などの複合的な魅力や気軽に立ち寄れる飲食スペースなどへの期待がうかがえます。

【文化施設が実施する事業に期待すること】

- プロの歌謡曲や演歌などの音楽公演 (37.5%)
- プロのクラシック音楽などの公演 (29.5%)
- プロの劇団演劇の公演 (28.7%)

音楽を中心とした本格的で多彩な演目に期待が寄せられていることがうかがえます。また、これに続くものとして、趣味教養を広げる各種生涯学習講座なども期待が高いことがうかがえます。

【どのようなことに利用したいか】

- コンサートなどの鑑賞 (44.9%)
- 図書館の利用 (34.1%)
- 映画上映会 (29.0%)

本格的なコンサートなどの鑑賞・発表事業における魅力的な公演の実施要望や、図書館施設への期待がうかがえます。

【図書館に求める機能について】

- 日常生活・趣味に必要な情報が得られること (43.3%)
- 気軽に立ち寄れる憩いの場所として利用できること (43.1%)

図書の閲覧にとどまらず、市民生活に密着した情報を得る場としての役割や、気軽に立ち寄り、集い語りやすらげる空間への期待がうかがえます。

【図書館で充実してほしいコーナー・サービス】

- 視聴覚（DVD・CD等）コーナー (29.4%)
- 自主学习コーナー (29.2%)
- インターネットコーナー (28.6%)

自主学习や調査研究に対応した、さまざまなコンテンツの提供に対する要望がうかがえます。



※各項目の率は、一般市民向けアンケートの回答数1,868件に占める割合を示します。（複数回答）

総合的文化施設

Q&A

ここでは、アンケートや投書箱に寄せられた主な意見を取り上げ、市の考え方を紹介します。

Q. 事業費の約 130 億円は近隣施設と比べて高くないですか。

A. 総合的文化施設は、基本計画をもとに大小のホール施設に加えて、図書館を含めた多機能諸室(さまざまな生涯学習や創作活動などにも対応できる部屋など)を設ける計画です。このようなことから、近隣施設とは性格や内容、規模が大きく異なるため金額だけで一概に比較する事はできませんが、1平方メートル当たりの工事単価で見ただけの場合でも、当施設の単価が著しく高いものではありません(別表参照)。なお、建設に必要な資金の95%は合併特例債を活用し、その返済の70%を国が負担することになりますので、基本計画で示している施設整備費約120億～130億円のうち約1/3(約40億～44億円)の市の負担で事業を実施することができます。

◆総事業費の概算 約120億～130億円の内訳

- 用地取得費……………約25億円 5万8000平方メートル〔用地規模〕×約4万3000円〔見込単価〕
 - 工事費等……………約95億～105億円
 - ・本体工事費(延べ床面積1万3000～1万4500平方メートル程度) 約75億～83億円 ※図書館等を含む。
 - ・外構工事費(駐車場・広場・サイン等) 約10億円
 - ・調査設計(設計・監理・地質調査等) 約4億～5億円
 - ・その他(舞台機材・家具・楽器などの備品等) 約6億～7億円
- ※施設本体工事以外にも用地取得費など全ての費用を見込んでいます。

◆近隣文化施設との比較(別表)

施設名	自治体概要			施設工事費等			
	人口(人)	面積(平方メートル)	標準財政規模(百万円)	建築年	延べ床面積(平方メートル)	本体工事費(億円)	工事単価(万円/平方メートル)
古河市総合的文化施設	142,995	123.58	28,281	—	13,000～14,500	75～83	57
野木町エニスホール	25,720	30.25	5,125	平成7年	5,959	38.8	65
坂東市ベルフォーレ	56,114	123.18	13,419	平成6年	6,843	34.8	51
結城市アクロス	52,494	65.84	10,491	平成3年	8,625	36.5	42

※計画による工事費単価(57万円/平方メートル)は概算であり、今後の入札結果により決定します。
 ※人口：平成22年国勢調査、標準財政規模：平成22年度決算、本体工事費：(社)全国公立文化施設協会。

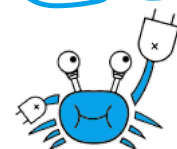
Q. なぜこれだけの規模の施設が必要なのでしょう。

A. 市民の文化拠点づくりとして、ホール施設だけでなく、図書館を含めた多機能諸室を設置することにより、文化教養、練習や稽古、創作活動などの育成・創造機能を充実させ、魅力のある総合的な文化施設を目指すとともに、古河市が北関東の中核的都市にふさわしい文化拠点を形成していくために今回の規模で計画しました。

《皆さんへお知らせ》

市民アンケートの詳しい結果の他、建設協議会における協議結果などを広報紙ならびに市公式ホームページにて今後も随時公表いたしますのでご覧ください。

夏の節電にご協力をお願いします! 地球にやさしいeco節電を



今年の夏も全国的に節電が求められています。一人一人が自分にできることから実行していきましょう。

【問】 三和庁舎 環境政策課 ☎ 76-1511

■今年の夏の節電対策は

政府の電力需給に関する検討会合(5月18日)では、需給検証委員会による検証の結果、おととしの記録的な猛暑並みを想定した場合の東京電力管内の今年の夏の電力供給予備率を、これまでの節電効果を踏まえ、瞬間的な需要変動のために必要とされる3%を上回る4.5%と見込み、数値目標を伴わない節電要請をすることとしました。

● 節電要請の内容 ●

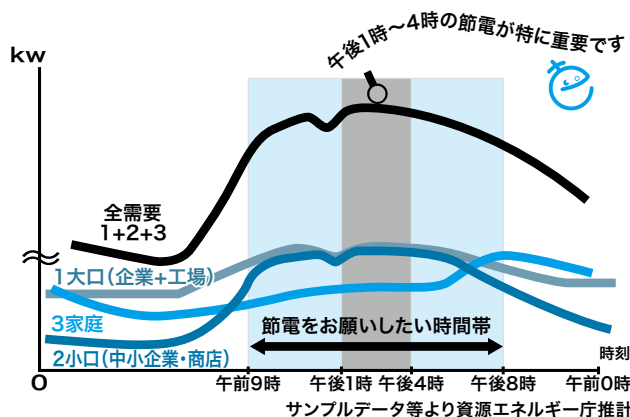
○7月2日(月)～9月28日(金)の平日
午前9時～午後8時

節電目標：数値目標を伴わない節電

○上記に加えて午前7時～9時
午後8時～午前1時

揚水発電の供給量増のための消費電力の抑制
※過度の節電による熱中症等の健康被害に留意すること。

【夏の昼間の電気使用の特徴】



市役所も節電しています

夏季省エネ月間：6月1日～9月30日

- 空調設備の使用抑制…運転時間の短縮
- エレベーターの使用抑制…稼働台数を制限
- クールビズの実施…5月14日から実施中
- 緑のカーテンの実施…ゴーヤ、アサガオなどを栽培
- 市庁舎の省エネ化…照明器具、空調設備を省エネ化

■市民、事業者の皆さんへ 節電のお願い

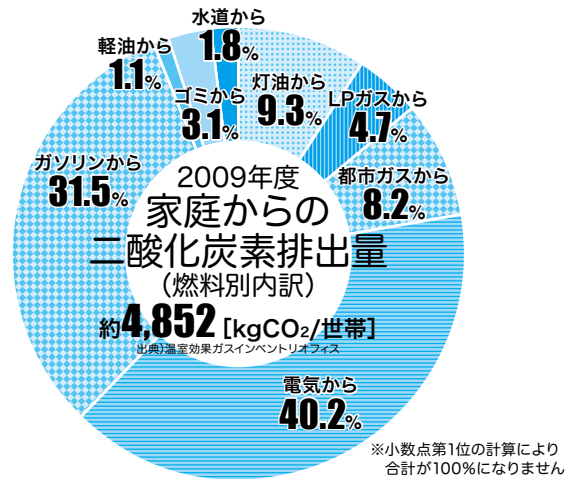
節電には、電力需給の安定化はもちろん、エネルギー消費の削減による地球温暖化防止、コストの削減など、社会・経済活動や環境などさまざまに影響をもたらす側面があります。

今年の夏は、^{ひっばく} 昨年^{ひっばく}の夏のような電力需給の逼迫という事態は想定されませんが、発電所のトラブルや急激な気温変化による需給増加の可能性があること、省エネ意識の一層の定着を図っていくこと、さらには環境負荷を減らす必要があることなどを考えると市全体で節電に取り組むことが大切です。

市民、事業所の皆さんにおかれましても、地球にやさしいライフスタイルの実践の機会として下記の「家庭での節電対策メニュー(夏)」等を参考に暑い夏を賢く乗り切られますようご協力をお願いします。特に、平日の午後1時～4時の節電が重要です。環境政策課では、電気の使用状況がわかる「省エネナビモニターの貸し出し」や「緑の

カーテンコンテスト」なども行っていますので、ぜひ、この機会にご利用・ご参加されてはいかがでしょうか。

なお、過度の節電は、熱中症などの健康被害を起こす恐れがありますので、節電対策に当たっては健康に十分ご注意ください。



家庭からの二酸化炭素排出量(世帯当たり、燃料種別、用途別)

●●● 家庭での節電対策メニュー(夏) ●●●

機 器	節 電 対 策	削減率
エアコン	室温28度を心掛けましょう(設定温度を2度上げた場合)	10%
	窓は「すだれ」、「よしず」などで日差しを和らげる	10%
	無理のない範囲でエアコンを消して、扇風機を使う	50%
照明	日中は消灯、夜間もできるだけ減らす	5%
冷蔵庫	設定温度を「強」から「中」に変え、扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品を詰め込みすぎない	2%
テレビ	省エネモードに設定し、画面の明るさを下げ、必要なとき以外は消す	2%
ジャー炊飯器	早朝にタイマー機能で1日分まとめて炊いて、冷蔵庫で保存する	2%
待機電力	リモコンの電源ではなく、主電源を切ったり、長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜く	2%

※その他にも、消費電力が大きい電気製品は、特に日中(午後1時～4時)を避けて使用するなど、ご協力をお願いします。

高齢者の日常生活を **応援** します!



シルバーリハビリ体操に参加する皆さん

市では高齢期を迎えた人が快適で安定した生活が送れるように、さまざまな高齢福祉在宅サービスを行っています。今回はそのサービス内容を紹介します。

※介護保険制度を利用できる人は、介護保険サービスの利用が優先になります。
※内容に一部変更が生じる場合があります。

軽度生活支援事業

軽度な日常生活支援が必要な人を対象に、ホームヘルパー派遣により家事支援を行います。

対象者 65歳以上のひとり暮らしの高齢者、高齢者のみの世帯

内容 週1回(2時間以内)とし、次の支援を行います

①家事援助サービス(調理、衣類の洗濯および補修、住居等の清掃および整理整頓、食材料・生活必需品の買い物等)

②公的機関および医療機関への用務等、日常生活に必要な外出等の代行

利用料 1時間当たり 200円



ひとり暮らし高齢者等給食サービス

加齢・心身障害および傷病等が理由で昼食の調理が困難な人を対象に、食の自立支援・食生活の安定および安否確認のため、お弁当(昼食)を配達します。

対象者 65歳以上のひとり暮らしの高齢者、高齢者のみの世帯

内容 身体状況や家族の状況を調査の上、必要な曜日に配達します

利用料 1食 300円

ひとり暮らし高齢者「愛の定期便」

ひとり暮らしの高齢者の安否確認、孤独感の解消を図るため、定期的(週3回程度)に乳製品等を配達します。

対象者 65歳以上のひとり暮らし

しの高齢者(ただし、介護保険要支援・要介護認定者等、ヘルパーや他のサービスで週3回程度安否確認ができる場合は、対象者から除きます)

利用料 無料

ひとり暮らし高齢者等緊急通報システム

ひとり暮らしの高齢者等が突発的な疾病等で、緊急に他の人の援助が必要になったときのために、消防署に直接つながる緊急通報装置を設置します。

対象者 65歳以上のひとり暮らしの高齢者で緊急・突発的に生命に重篤な危険が訪れる疾患等を有する人

負担 市民税非課税世帯は無料、その他の世帯は設置費用の2分の1

日常生活用具給付等事業

加齢などによる心身機能の低下のため防火等配慮が必要な人や、低所得により自宅に電話を設置できない人を対象に、次の物品の給付・貸与を行います。

対象者 低所得で65歳以上のひとり暮らしの高齢者等

内容 ①電磁調理器(給付)
②老人用電話回線(貸与、ただし通話料金等は自己負担)

負担 市民税非課税世帯は無料、その他の世帯は設置費用の2分の1

寝具類洗濯サービス

加齢などによる心身機能の低下のため寝具類の衛生管理が困難な人に対し、寝具類の洗濯および乾燥消毒サービスを行い、清潔な住環境を提供します。

対象者 65歳以上のひとり暮らしの高齢者、高齢者のみの世帯で衛生管理が困難な人

内容 敷布団・掛け布団・毛布が対象(年2回が限度)

利用料 市民税非課税世帯は無料、その他の世帯は1回3,000円

一般高齢者介護予防通所事業

要介護状態になることがないよう支援を要する(自立)高齢者の社会的孤立感の解消および生活機能の向上を図るため、施設等への通所によりレクリエーション等を行います。

対象者 閉じこもりがちまたは要介護状態になることのないよう支援を要する65歳以上の高齢者

内容 運動機能訓練・健康チェック・給食サービス・入浴・レクリエーション・生きがい講座・送迎等を週1回行います(ただし、通所施設の設備状況によってサービス内容が異なります)

利用料 サービス利用料および実費負担相当分(1回およそ1,000円)

高齢者通院タクシー助成

自力および家族等による送迎が困難な高齢者が、医療機関へ通院する際のタクシー代を助成します(自動車税減免を受けている人は利用できません)。

対象者 ①65歳以上のひとり暮らしの高齢者、高齢者のみの世帯

②70歳以上の高齢者

③要支援・要介護認定者

助成額 1回(片道)の利用額の半額で、1カ月8回までで、6,000円が助成限度



訪問理美容サービス

加齢などによる心身機能の低下のため理容所や美容所に出向くことが困難な高齢者に対し、訪問理美容サービス指定事業者が訪問して理髪を行います。

対象者 ①65歳以上のひとり暮らし高齢者、高齢者のみの世帯で、理美容所へ行くことが困難な人
②加齢、心身の障害によりねたきりの状態の人

内容 3カ月に1回を目安とし、年4回が助成限度

利用料 1回あたり2,000円以内の額

実施機関 市で指定した事業所に限ります

ねたきり高齢者等 家族介護用品購入費助成

在宅でねたきり等により常時おむつ等が必要な要介護3以上の人を介護している世帯に、助成券を交付します。

内容 介護用おむつ・使い捨て手袋・使い捨て清しきタオル・尿取りパッドの購入にかかわる助成券を年2回(前期分・後期分として)交付します

助成額 市民税非課税世帯は1カ月6,000円、市民税課税世帯は1カ月3,000円

実施機関 市で指定した販売所に限ります

生活管理指導 短期宿泊サービス

要介護認定で自立と認定された高齢者を一時的に施設に入所させることで、生活管理指導や、在宅生活が困難な場合の一時保護を行います(送迎はできる限り家族の人をお願いします)。

対象者

- ① 65歳以上で自立しているが、基本的な生活習慣が欠如しており、生活習慣指導が必要な人
- ② 疾病ではないが、体調不良で一時的に在宅生活が困難になる人

内容 原則として7日間を限度とし、施設に入所して生活管理指導や一時保護を行います(施設の決まりが守れなかったり問題行動があった場合は、退

所してもらう場合があります)
利用料 1日 499円(食費等は実費を施設にお支払いください)

徘徊高齢者 家族支援サービス

認知症で徘徊をしてしまう高齢者を在宅で介護している家族に対して、徘徊探知システム端末機を貸与します。

対象者 認知症の高齢者を在宅で介護している家族

利用料 月額 500円
 ※端末機の紛失・破損による交換および通話料金は全額自己負担となります。



はり・きゅう・あんま・ マッサージ施術費助成

高齢者および重度心身障害者に、はり・きゅう・あんま・マッサージに係る費用を一部助成することで、健康維持と心身の安定を図ります。

対象者 ① 70歳以上の高齢者
 ② 重度心身障害者

助成額 1回 1,000円(年2回)

施術機関 市で指定した施術機関に限ります



白内障補助眼鏡・補聴器購入費等助成

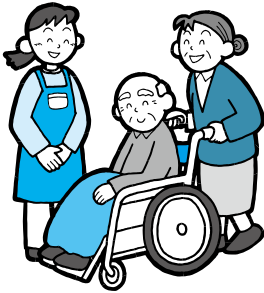
白内障補助眼鏡や補聴器等の用具の購入に関わる費用を助成します。

※購入してから2カ月以内に申請してください。

助成対象品目	対象者	助成基準額	利用に当たっての留意事項
白内障補助眼鏡用レンズ	65歳以上の 人	・補助眼鏡用レンズ(1回のみ) 2万円まで ・特殊眼鏡用レンズ(1回のみ) 4万円まで	①白内障手術後においても眼鏡を必要とする人に限ります。 ②手術後1年以上経過した場合は助成対象となりません。 ③申請には医師の診断書が必要です。
補聴器	65歳以上の 人	2万円まで(1回)のみ	①原則5年を経過しないと再助成を行いません。 ②身体障害者手帳の交付を受けている場合は、身体障害者に関わる制度が優先されます。
蓄尿袋 蓄便袋	65歳以上の 人	・蓄尿袋 6,000円まで(1カ月) ・蓄便袋 5,000円まで(1カ月)	①蓄尿袋、蓄便袋の助成は袋のみとします。 ②障害者の助成制度を受けている場合は対象となりません。

地域包括支援センター・地域型在宅介護支援センター

誰もが、住み慣れた地域で安心して在宅生活を送ることができるよう、専門の職員が介護保険や保険・医療・福祉サービスを紹介しながらご相談に応じます。お困りのことがありましたら、お気軽に地域包括支援センター、または在宅介護支援センターにご相談ください。



施設名	所在地	電話番号	担当区域
地域包括支援センター(健康の駅)	駒羽根 1501	☎ 92-5920	古河市全域
愛光園	新久田 250-4	☎ 48-6944	駅西地区(古河地区)
わたらせ	大山 507-5	☎ 47-0161	国道 354 号線以南(古河地区)
平成園	旭町 1-17-39	☎ 31-3737	駅東地区(古河地区)
青嵐荘	東牛谷 456-6	☎ 98-0030	総和北中学校区
白英荘	小堤 1796-2	☎ 98-6218	総和中学校区
バックアップ(総和中央病院)	駒羽根 825-1	☎ 91-1256	総和南中学校区
みどりの里	東山田 4796-2	☎ 78-1123	三和中学校区 三和東中学校区
秋明館	諸川 2530-4	☎ 77-3751	三和北中学校区

さらに高齢者の安全安心の向上に努めます

○救急医療情報カプセルの無料配布

「救急医療情報カプセル」とは、高齢者本人のかかりつけ医療機関や緊急連絡先などを記入した用紙を封入して、冷蔵庫に保管する筒状の容器です。冷蔵庫の外側や玄関の内側には、保管場所を示すシールを貼り、緊急搬送時や災害時に駆けつけた救急隊の迅速な救急活動につながります。配布日や方法は、決まりましたら広報などでお知らせします。



※救急隊が状況に応じて活用します。活用を約束する制度ではありません。

○ひとり暮らし高齢者対策の充実

ひとり暮らし高齢者世帯の実態を把握することで、福祉サービスの情報提供や日常的な見守り支援活動に活用するとともに、緊急時や災害時における支援体制の充実強化を図るための「ひとり暮らし高齢者現況調査」を実施しています。

対象者 4月1日時点で住民登録されている65歳以上の独居世帯

(民生委員が訪問している世帯は除きます)

調査方法 6月中に自宅へ郵送

調査期間 6月末から7月20日(金)まで

※簡単な現況調査ですのでご協力をお願いします。

【問】総和福祉センター「健康の駅」内 高齢福祉課 ☎ 92-5838



「第2回古河子どもまつり」で雪華雷鼓による演奏を披露

夏休みは、子どもが非行に走りやすい時期といわれています。

最近の青少年を取り巻く環境は、社会の急激な変化とともに大きく変化しています。携帯電話やインターネットの普及拡大等により、有害な情報が安易に入手できるような状況や、深夜営業店舗の増加から深夜外出を誘発・助長するような社会環境は、青少年の成長に大きく影響を与えるものであります。

7月は「青少年の非行・被害防止全国強調月間」です。家庭や地域、学校などが連携し、それぞれが役割を果たしながら、みんなで青少年の健全な育成に取り組んでいきましょう。

【問】古河庁舎 生涯学習課
☎ 22-5111

君たちを

いつも見守っているよ!



市では、さまざまな分野で豊かな経験を有した人たちが青少年相談員として活動しています。そして、青少年相談員の活動目的である『地域の青少年の健全育成と非行防止の推進』に向けた主な活動として、年間を通じて定期街頭パトロールや、特別



街頭パトロールを実施しています。特に

特別街頭パトロールは、地域で開催される花火大会や盆踊り、地区の運動会などの催事に伴い、声掛けや相談活動によって、青少年の実態を把握するとともに、青少年のよき理解者として青少年に接して、青少年の安全確保や犯罪等からの回避に取り組んでいます。

昨年度は、古河駐屯地納涼祭やさんさんまつり、古河提灯竿もみまつりなどの会場内やその周辺を巡回し、青少年への声かけ活動を行いました。



■青少年の健全育成に協力しています！

青少年の健全な成長のための社会環境を作るには、青少年相談員や行政のみならず関係する業界や、青少年育成に関係する団体の協力が、必要不可欠です。

このため、市では、青少年との関係が深く、青少年の健全育成に向けた取り組みに協力いただける店舗を「青少年の健全育成に協力する店」と位置付け、その登録を推進していて、現在、市内のコンビニエンス・ストアや書店、携帯電話販売店など 246 店舗が登録しています。

登録店舗には、ステッカーを標示し、登録店舗の遵守事項や業界の自主規制事項を遵守いただき、青少年にふさわしくない行動を発見した場合は注意するほか、生涯学習課内に設置されている青少年センターや警察への連絡など、青少年の健全育成と非行防止に協力をいただいています。

今回は協力いただいている店舗の中から、2店舗をクローズアップして、日頃の取り組みなどについて紹介します。

「ゲームセンターは怖い、汚い」などの印象がまだまだ拭き切れませんが、現在のアミューズメント業界はそういった印象を払拭すべく、お客さまが安全に安心してご遊戯いただける空間作りに、日々努めています。

当店では、青少年の皆さまの健全な「遊び」を演出するために、法律やモラルにもとづいた独自のルールを設置しています。そして、青少年の皆さまがルールやモラルに反する行為を見かけた際は、従業員一同毅然とした態度で注意を喚起し、悪い方向へ向かわぬよう、お声掛けさせていただいています。

フェスタ古河店
内田哲夫店長



J A ショップ三和では、地域の皆さまや行政の協力のもと「まちの安全・安心な生活拠点づくり」ならびに「次世代の青少年健全育成」へ取り組むというセーフティステーションの方針にもとづき、「青少年の健全育成に協力する店」に登録しています。

主な取り組みとしては、未成年の飲酒・喫煙防止のため、酒・たばこの販売時の年齢確認を徹底しています。また、行政と連携・協力を図り、地域が一体となって青少年の安全を見守る環境づくりに努めています。

J A ショップ三和
秋庭英城店長



◆青少年電話相談◆

こんなことで悩んだ時には電話をしてみよう！

- ◎学校のこと
- ◎家庭のこと
- ◎友達のこと
- ◎いじめや暴力のこと
- ◎異性関係のこと
- ◎気になること



古河市青少年電話相談

ナヤミナシナ
☎0120-783747

相談日 月曜日～金曜日
(年末年始、祝日を除く)

時間 午前9時～正午、午後1時～4時
※時間外は、留守番電話にかかります。

国民健康保険税の 納付が始まります

～納期限内納付に
ご協力をお願いします～



7月から国民健康保険税の納付が始まります。
保険税は国などの補助金や医療機関で支払う一部負担金とともに、国民健康保険を支える大切な財源です。
ぜひ、納期限内の納付にご協力をお願いします。

【問】古河庁舎保険年金課 ☎ 22-5111
総和庁舎保険年金窓口室 ☎ 92-3111
三和庁舎保険年金窓口室 ☎ 76-1511

■国民健康保険税の資格

国民健康保険税を納めるのは、国民健康保険の被保険者としての資格を得た時からで、加入の届出をした時からではありません。

加入の届出が遅れた場合は、加入資格を得た月までさかのぼって保険税を納めていただくことになります(遡及課税)。

また、国民健康保険の届出をするまで保険証がありませんので、その間の医療費はいったん全額自己負担となります。

国民健康保険税は世帯単位で課税となり、納税義務者は世帯主となります。世帯主がサラリーマンなどで職場の健康保険などに加入している場合でも、同じ世帯で1人でも国民健康保険に加入していれば、世帯主(※擬制世帯主を含む)宛てに納税通知書が送られます。

※擬制世帯主

国民健康保険被保険者の属する世帯において、その世帯主が国民健康保険の被保険者でない場合の世帯主のことです。

納税義務や届出義務は擬制世帯主が負うことになります。

■納税通知書の送付先

7月中旬に、納税義務者である世帯主宛てに送付します。

○普通徴収の納付(年8回)

7月～翌年2月までの8回

年度途中で税額が変更になった場合は、新しい納付書を送付します。

○特別徴収の納付(年6回)

仮徴収…4月、6月、8月

本徴収…10月、12月、2月

■年金から特別徴収される人

国民健康保険被保険者全員が65歳以上75歳未満の世帯は、原則として世帯主の年金から保険税が差し引かれます。ただし、年金からの差し引きとなる人でも、口座振替で納付することが可能な場合もあります。

※納付方法の変更をしても、年間の税額は変わりません。

※口座振替に変更するためには、申請書の提出が必要です。

◆平成 24 年度保険税の計算方法◆

区分	医療給付費基礎分 (0～74歳)	後期高齢者支援金分 (0～74歳)	介護納付分 (40～64歳)
①所得割額【注1】	※課税対象額×6.9%	※課税対象額×1.8%	※課税対象額×1.15%
②均等割額	1万5500円×加入者数	4,500円×加入者数	1万1500円×加入者数
③平等割額 (1世帯につき)	1万6000円	4,500円	/
①+②+③	算出額A	算出額B	算出額C
賦課限度額	51万円	14万円	12万円
国民健康保険税額	算出額 A + B + C の合計が年税額		

※課税対象額とは、{◇総所得金額－33万円(基礎控除額)}です。

◇総所得金額は、平成23年中(1月～12月)の分です。

※年度途中で世帯の被保険者に異動(加入や脱退等)があった場合は、その人の分についての税額を月割りで計算し直します。

- ・年度途中の加入の場合は、加入された月からの分が加算されます。
- ・年度途中の脱退(転出や職場の健康保険へ加入した場合等)の場合は、脱退された月の前月分までの課税となります。

【注1】所得のある被保険者ごとに算出し、世帯で合計します。擬制世帯主の分は除きます。

■保険税の軽減について

①所得額が一定の基準(下表参照)以下の世帯へ対し、均等割額、平等割額が軽減される制度があります。

前年中の世帯の総所得(軽減判定所得)金額	軽減割合
33万円以下	7割軽減
33万円+(24万5000円×世帯主を除く被保険者数と世帯主を除く特定同一世帯所属者数)以下	5割軽減
33万円+(35万円×被保険者数と世帯に属する特定同一世帯所属者数)以下	2割軽減

※所得の申告がされていないと所得基準に該当するか分かりませんので減額されません。所得の申告をお願いします。

※特定同一世帯とは、国民健康保険から後期高齢者医療制度へ移行して5年が経過するまでの間に継続して同一の世帯に属する人

②非自発的失業者(倒産や解雇など事業主の都合による離職)は、国保に加入する時、保険税の軽減措置を受けられる場合があります。

確認事項:「雇用保険受給資格者証」を確認しての申請となります。

期 間:失業時から翌年度末までの間

軽減内容:前年所得の給与所得を30/100として所得割を計算します。

※世帯に属するその他の被保険者の所得は通常の額を用います。

自治会・行政区の活動に参加しませんか

自治会や行政区などの自治組織は、地域コミュニティの核となる大変重要な地域の活動団体です。昨年の東日本大震災では、住民の安否確認など自治組織が大きな力を発揮しました。

また、孤立死対策や防犯パトロールなど地域のセーフティーネットとして、自治組織の可能性が注目されています。自治会・行政区の活動に積極的に参加して、地域力を高めませんか。



～こんな活動が行われています～

☆きれいなまちづくり☆

環境美化運動や市民総ぐるみ清掃への参加、ごみ集積所の設置と維持管理により、地域内の生活環境の向上に努めています。



▶市民総ぐるみ清掃にはきれいな地域を目指してみんなで協力

☆安心なまちづくり☆

防災訓練や初期消火訓練、防犯パトロールや交通安全の活動など、安心・安全なまちを目指す活動を行っています。また、災害時には支援活動も行います。



◀地域のスクールパトロール隊の協力で児童たちは安全に下校

☆ふれあいのあるまちづくり☆

夏祭りなどのイベントの開催、市民運動会、ソフトボール・バレーボール大会への参加を通し、住民相互の親睦を深めています。



▶市民運動会はみんなが一致団結して競技に参加

☆情報のあるまちづくり☆

広報紙等の配布や回覧、掲示板を利用したイベントポスターの掲示により、生活に役立つ情報提供を欠かさずに行っています。



◀市や各自治会・行政区からの情報がいち早く届き安心

※お住まいの地域の自治会・行政区が不明な場合は、自治振興課までお問い合わせください。

【問】 総和庁舎(本庁) 自治振興課 ☎92-3111

皆さんの健康づくりをサポートします！



意見交換をする定例会の様子

市民の皆さんの身近な存在、健康づくり協力員をご存じですか？健康づくり協力員は、市民の皆さんの健康づくりをお手伝いし、安心して子育てができる古河市を目指して、地域に根ざした活動をしています。

【問】古河福祉の森会館
健康推進課 ☎48-6883

健康づくり協力員とは……

健康づくり協力員は市民の皆さんの健康づくりを推進するために、自治会や行政区より推薦された人が市長から委嘱を受け、皆さんと行政のパイプ役になって地域で活動しています。古河地区45人、総和地区47人、三和地区43人の合計135人が活躍しています。



こんな活動をしています

○定例会の開催

古河・総和・三和の地区ごとに年間8回実施。楽しい雰囲気の中、赤ちゃんからお年寄りまでの幅広い健康づくりや市の保健事業などについて学んでいます。また、健康に関する講演会や視察研修も行い、定例会の中ではいろいろと意見を出し合い、活発に活動しています。

○赤ちゃん訪問

生後2カ月～3カ月の赤ちゃんのいるご家庭を訪問し、3カ月児健診・乳幼児健康相談・子育て情報等についてお伝えしています。

○乳幼児健診のお手伝い

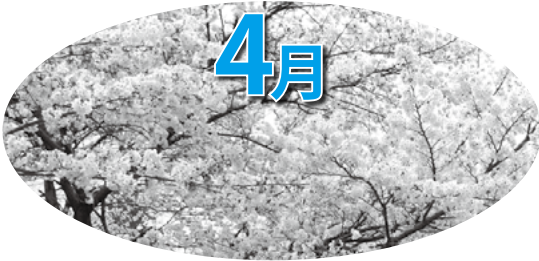
身体測定の結果の記録、絵本のすすめを行っています。

○広報活動

乳幼児健診や相談、離乳食教室、マタニティスクール等の紹介を行います。また、成人の特定健診やがん検診、健康相談、心の健康相談、ヘルストレーニング事業なども紹介します。

古河の春

今年の春も市内各所でイベントが行われました。



第20回ALLJAPANマ
レットゴルフ選手権
KOGA大会(4月29日)
：リバーフィールド古河
マレットゴルフ場



坂長オープン記念式典(4月29日)：坂長



第1回古河市マスターズ野球大会(4月6日～8日)：
古河市民球場他

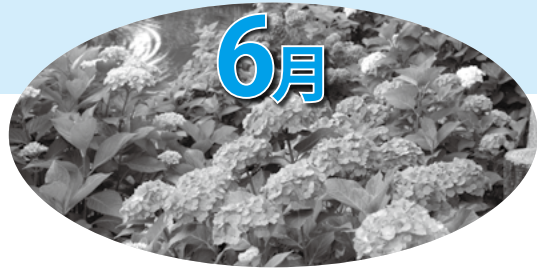


第11回ふるさと古河新茶まつり(5月20日)：古河総合公園



市民総ぐるみ清掃(5月20日)：市内全域





古河市ウォークラリー大会(6月16日)：
古河福祉の森会館【スタート、ゴール】



小学校運動会

(6月10日名崎小)：上
大野小・駒羽根小・西
牛谷小・名崎小の四校
は今年度耐震補強工事
実施のため6月に実施

古河さつき・盆栽展(6月1日～3日)：
中央公民館



第22回古河市マスタースサッカー大会

(5月19日～20日、26日～27日)：
古河市サッカー場、リバーフィールドサッカー場

消防団員基本訓練(5月13日)：

中央運動公園広場



まちの話題

世界大会で銅メダル

◆2012年世界ベンチプレス選手権大会

5月21～26日、チェコ共和国のピルゼンで開催された世界ベンチプレス選手権の一般男子66kg級に出場した、高橋恵介さん(BIG GUNS)が、見事銅メダルに輝きました。



▲日の丸を掲げ表彰に臨む高橋さん

全国大会に出場

○第30回全日本バウンドテニス選手権大会 檜山昌枝さん【古河市バウンドテニス協会】

みんなでのこった～

6月9日、古河体育館敷地内にある相撲場において「第27回古河市少年相撲大会」が行われました。

当日は小学1年生から6年生の児童、男女41人が出場し、

○第55回小学生・中学生全国空手道選手権大会 石川和泉さん【彰考館】佐藤俊輔さん・佐藤巧望さん・倉本慧さん・轟見和希さん・中島渉さん・中島昂さん【青雲塾誠空会】

○第12回全日本少年少女空手道選手権大会 清山ひなたさん・亀田美々さん【彰考館】岩澤奈々さん・齋藤奏海さん・宇都木未歩さん【総和空手道】

○第31回全日本珠算技能競技大会 高橋遼さん・福田晴菜さん【山中珠算学校】

高齢者叙勲

瑞宝双光章



江原達郎さん(88歳、下大野) 元釈迦小学校校長

学年ごとのトーナメントで競い合いました。普段から相撲が大好きという児童たちは、かわいいまわしを締めて練習の成果を発揮しようと真剣な表情で試合に臨みました。

大会終了後には、その場でちゃんこ鍋のサービスもあり、子どもたちや応援にかけつけた

力を合わせて楽しかったソフトボール

6月3日、第3回古河市行政自治会親善ソフトボール大会が上大野グラウンド他5会場で開催され、90チーム約2,000人の市民が参加しました。

当日は天候にも恵まれ、チャレンジ部門・エンジョイ部門に分かれた各会場で、熱戦が繰り広げられ、熱い応援が飛びました。選手たちは真剣なプレーの中にも笑顔があふれ、好プレー・珍プレーも続出。親睦を図ることができ、楽しい1日を過ごすことができました。



▲タイミングを合わせて1、2、3

家族も一緒においしく食べて、ごっつあんでした。



▲互角の勝負に応援も力が入ります

日々新たなり～記憶に残る夏…～

古河市長 白戸仲久

吹奏楽部の生徒が大活躍

2月11日に日立市で行われた、第14回ソロコンテストいばらき中学生の部に出場した古河一中と古河二中の7人の吹奏楽部の生徒は、それぞれの楽器で見事な演奏を披露しました。

大会では、古河一中の伊澤彩貴さん(マリンバ)、古河二中の稲村大さん(クラリネット)、竹中友紀さん(テナーサクソフォン)、小倉佑理恵さん(トランペット)が金賞を、古河二中の松田朋代さん(アルトサクソフォン)、岩本琢磨さん・石川琢弥さん(ともにマリンバ)が銀賞をそれぞれ受賞しました。

また、稲村さんはその後、県代表として出場した第10回JBA関東甲信越支部中学生管打楽器ソロコンテストでも最優秀賞を受賞し、第16回全日本中学生管打楽器ソロコンテストに出場し、優秀賞を受賞しました。



▲日頃の練習の成果を披露しました
(写真は古河二中の鴻の鳥祭)

私の夏休みの思い出の一つに「家の手伝いをたくさんしたなあ」という記憶があります。私の家は農家で牛を飼っていました。学校が休みになると働き手の一人としてよく手伝いをさせられたものでした。この頃の父や母が汗を流し汚れも気にせず必死に働く姿が、私の心に焼き付いています。これが私の心の支えとなっていて、今日も日々奮闘しているところです。

夏休みというとスポーツに芸術、さまざまな分野で普段より気合の入った合宿や練習試合などでたくさんの汗を流すことと思います。これも良き指導者との出会いが大きく左右し、信頼関係で築かれた指導側と学ぶ側の努力の結晶に結果がついてくるのではないのでしょうか。今月はロンドンオリンピックが始まります。古河市出身では体操競技の日本代表として山室光史選手(KONAMI体操競技部)、陸上競技400メートルハードルの日本代表として館野哲也選手(中央大学)が出場します。日本代表となった両選手に敬意を表するとともに、満足いく演技、実力を発揮されることを心から願っています。

学校の夏休みは40日程度、親も仕事があるので子どもと一緒に過ごすことはなかなか難しいことですが、共有する時間を持つよう心掛けて欲しいものです。遠方まで行かなくても市内には、9カ所の史跡文化財、7カ所の文化施設があります。また、多くの公園もあります。この機会に地図を片手に市内を散策してみたいかがでしょうか。新たな発見があるかもしれません。

また、8月には関東最大級ともいわれる第7回古河花火大会を盛大に開催します。そして「あの夏休みは……」と記憶に残る過ごし方をしてほしいと思います。子どもは成長するほど自立と自我が芽生えて、一時的に親から距離を置く傾向が見られます。家の外で家族以外と過ごすことも成長には必要ですが、親子で過ごす時間、言葉で会話することが、豊かな心を育む一歩だと思います。



キラリ！ 輝く人たち

「コツコツ積み上げる大切さ」

競輪選手 S級1班所属
ほりまさみ
堀 政美さん(43歳 西牛谷)

世界共通語でもあるKEIRIN。競輪選手はみんな国家資格に合格した人たちです。

今月から始まるロンドンオリンピックの自転車競技種目にも、競輪選手が出場します。活躍を期待したいですね。今回は競輪選手として長年第一線で活躍されている、堀さんに話を聞いてみました。



提供：(株)日刊プロスポーツ新聞社

難関を突破して競輪選手に

大分から引っ越してきたのは幼稚園の時。父親によく連れて行ってもらった競輪場のレースを見て競輪の選手になりたいと漠然と考えていました。市内の小・中・高で学び、サッカーに打ち込みましたが、高校卒業時に競輪選手になろうと決意。師匠につきトレーニングを重ね、一から学んでいきました。その後、10倍以上の難関を突破して競輪学校に入学。卒業後、21歳でデビュー。最初のレースは競輪の聖地・小倉でした。

全国で活躍しています

S級クラスに属する現在、年間30回近いレースに出場。全

国各地の競技場を飛び回ります。それ以外は午前と午後に分けてロードワークなどのトレーニング。レースでのけがは多いそうですが迷ったら負けと強い気持ちで挑みます。

練習が自信の裏付けに

普段からストイックさとは无缘で、ストレスをためないように食べたいものを食べている生活。一番の思い出は地元でもある取手の大会で初めて優勝した時。「本当にうれしかった」と話す堀さん。コンディションを整えるのに苦しい練習を自らに課しますが、レースに臨むのは楽しいそうです。

クラスが上に上がるとそれだけレースの楽しみが増えていき勉強になるとか。今は年間を通

して前年より良い成績をあげることを目標にしています。

また、かつて出場していたビックレースの雰囲気は特別なので、「今年はぜひ出場したい」と練習にも力が入ります。

「地道に積み上げてきたものが今を支えている」と振り返る堀さん。練習は裏切らないと確信し、今日も鍛えられた太ももで強くペダルをこいでいます。



「できるだけ長く選手生活を続けたい」と話してくれた堀さん。「やれば必ずできる」という強い信念を持ち、一方、家庭では奥さんと3人のお子さんに囲まれた優しいパパでした。

図書館のオススメ

◇一般書

・美しき一日の終わり

有吉玉青 著

ある日、父が家に連れてきた少年・秋雨は、美妙より7つ年下の異母弟であった。それから50余年。互いへの思いを心の奥底に秘め、それぞれの人生を歩んだ2人は古い家で再開する…。

出版社…講談社 分類…Fア

・柚子は九年で

葉室麟 著

自分の残り時間を考えた。10年、20年あるだろうか。そう思った時から、歴史時代小説を書き始めた。老いを前にした

焦りかとも思ったが、二度と諦めたくはなかった。
出版社…西日本新聞社
分類…914ハ。

私たちがオススメしています。



◇児童書

・しょうぶだ!ぴゅんすけとぴった

串井てつお 作

泳ぐことが得意などのさまがえるの「ぴゅんすけ」と、変身することが得意なあまがえるの「ぴった」が会いました。2匹は特技を見せ合っているうちにけんかになってしまい…。

出版社…PHP研究所 分類…Eシ

・ライオンがいないどうぶつ園

フレート・ロドリアン 作

町にできたどうぶつ園には、ライオンがいません。がっかりした子どもたちは諦めきれず…。ライオンが欲しい子どもたちと、町長さんがくり広げる楽しいお話。ドイツで生まれた愛らしい名作童話。 出版社…徳間書店 分類…943ラ 古河図書館

注目企業人!

～市内の企業を元気に支えるみんなを紹介～

「熱い目標を胸に、日々前進！」

八木友里恵さん 26歳・柳橋 京三電機(株) 勤務

小学校からバレーボールを始め、高校は東京都の名門校で、春高バレーやインターハイに出場しました。ポジションは、守備のスペシャリストである“リベロ”。「バレーはチームプレー。仲間と信頼し合えるところがいい」と語る八木さん。

今の会社を選んだのも、品質や環境において、とても信頼できる会社だからとのこと。入社当初は、他の部署とのやりとりに戸惑いもありましたが、バレーで培った経験を生かし、積極的にコミュニケーションをとることで乗り越えてきました。

現在は、製品を企画する部署で、毎日やり

がいを感じています。職場は温かい人ばかりで、相談しやすい環境。上司や先輩を見習い、もっと勉強をして、「いつか、自分が携わったものを製品にしたい」と爽やかな笑顔で話してくれました。

■プロフィール

入社4年目。趣味は体を動かすことで、バレーはもちろん、夏はサーフィン、冬はスノーボードと多岐にわたります。最近、温泉でサウナと水風呂のリピートをするのが楽しみ。



古河ヒストリー

◎展示室Ⅲの秘密 ～奥原晴湖の粉本資料～

古河の歴史を証言してくれる資料群—古河歴史博物館には、そういった貴重な市民共有の文化遺産が多数保存されています。その中には、古河ゆかりの文人・画家たちの作品という、歴史資料とは少し毛色の異なるものも多く、年間を通じて絵画や書作品ばかりを陳列する展示室Ⅲを用意、年に5～6回の展示替えを行いながら数々の優品を公開しています。

さて、歴史博物館に美術専用の展示室とはあまり整合性がないうように聞こえますが、実は、この展示室には、それぞれの作品や作者について歴史的に辿ることを可能とする大変貴重な歴史資料が公開されているのです。

そこで、展示室Ⅲに列品されるその貴重な歴史資料とは何か、奥原晴湖(1837～1913)とその作品世界を事例として取り上げることにしましょう。ちなみに晴湖は、古河藩士池田家の出身で、明治期における南画界を代表する女流画家であった人物。多くの文人墨客や政界人らと交流し、維新期の気風にのった豪放闊達な画風で一世を風靡しました。

奥原晴湖の貴重な歴史資料。

それは、他のコレクションではなかなかは見られない、当館ならではの特徴として来館者の眼を楽しませてくれるもの…。それこそが晴湖の遺した豊富な「粉本」なのです。

「粉本」? 「ふんぼん」と読みますが、聞き慣れないという向きも多いことでしょう。東洋における絵画の世界では、下絵を描くのに、「胡粉」という蛤・帆立や牡蠣などの貝殻から作られた白色顔料を用いていました。そのことから、絵の下書きのことを指すことばとして使われるようになります。そのほかにも、手本となる絵画、また後の制作の参考とするために絵画を模写したもの、さらに手控えなどのことも粉本と呼ばれていました。

当館における絵画作品の貴重な歴史資料とは、奥原晴湖が伝えてくれた膨大な粉本資料にほかなりません。その内容も、晴湖の学んだ中国・日本絵画の等寸大の模写や縮図、晴湖自身の画稿や手控えなど、幅広く及んでおり、彼女が自らの筆致や作風を確立するために日夜努力した過程のすべてがここに収められているといっても過言ではな



▲奥原晴湖粉本資料 縮図帖より

いのです。そしてこれらを晴湖の完成作品と比較することによって、この学習の成果を、自分の作画へどのように活用したのかといった、制作過程などを知ることも可能となるのです。

さて、晴湖は、南画の流行が過ぎつつあった明治24年、埼玉県熊谷に隠棲します。古河出身の美術史家・藤懸静也によると、隠棲先の熊谷において、古河時代から制作した多くの粉本類の整理を、晴湖自ら行っていたと伝えられています。画題別に丁寧に整理され、晴湖手製の帙に収められた縮図帖からは、男勝りの豪放な人物として語られる晴湖の、几帳面で繊細な一面が伝わってきます。そうした姿勢からも、晴湖がいかに粉本資料を大切な存在と認識していたかが窺えることでしょう。

実際、粉本には、勉強家だったという晴湖の弛まない研鑽の跡が表れており、見るに付け、つくづく敬服させられるのです。古河歴史博物館学芸員 倉井直子

文化の扉

田代三喜と目薬「真珠散」

田代三喜は医聖と仰がれた医者であり、明国(中国)に留学し金元時代の名医の医方である李朱医学を日本に伝え、その学派は後世派とよばれました。また古河公方に仕え、当時の古文書に「江春庵三喜齋」などその名がみられ、連歌師宗長の紀行『東路の津登』の永正6(1509)年8月の条には「江春庵とて関東の名医」「古河の江春庵」と江春庵(三喜)の記載がみられます。当時の三喜の在所は沼森(八千代町沼森)であったと考えられています。

明治15(1882)年12月に猿島郡山田村(現古河市山田)の眼科医長谷川良齊が目薬「真珠散」の売薬検査願を茨城県に提出し、翌16年1月に鑑札が下げ渡されています。「真珠散」は、



▲「真珠散」包紙

真珠・芦眼石・唐石膏・麝香・龍腦が薬剤として使われ、これを散薬にして眼中に点ずるものでした。「真珠散」包紙の内側に印刷された広告には、良齊から9代前の長谷川宗甫が延宝年間(1673～1681)に初めて調薬したもので「諸眼症百発百中の良剤」とうたっています。この「真珠散」は田代三喜の秘方であると売薬検査願や包紙広告に記されています(長谷川家文書)。

三喜の没年等には諸説ありますが、明治初年に廃寺になった長谷の永仙院の過去帳には、「天文十三年甲辰(1544)四月十五日三喜一宗居士」の記載がみられます。永仙院跡には三喜の供養碑が昭和17(1942)年に建てられました。

三和資料館

古河市にゆかりのある小説や人物を紹介

古河文学・人物館

「コドモノクニ」と「コドモノテンチ」

先月号では鷹見久太郎と絵雑誌「コドモノクニ」を紹介しましたが、今回は、その後継誌といえる絵雑誌「コドモノテンチ」を紹介します。

ところで、久太郎は「コドモノクニ」の創刊にあたり、「絵雑誌が子供の心性の発達に、重大な関係を有するものであるという責任を、常に忘るることのないように務めなければならない」と述べています。子どものための雑誌作りに、いかに真摯に向きあっていたかを物語る言葉ではないでしょうか。

こうして、画風や色彩、ちょっとした言葉遣いに至るまで、細心の注意を持って編集された

「コドモノクニ」でしたが、経営的には必ずしも順調とはいかず、昭和6年、久太郎は、ついに東京社の経営権を手放すこととなります。

しかしながら、子どものための雑誌への久太郎の熱情は冷めやらず、2年後、「コドモノテンチ」を創刊します。ここでも、久太郎の編集意図に賛同した詩人・画家が再び集い、まさに「コドモノクニ」そのものといえる絵雑誌が誕生したのでした。

現在、古河文学館では「1ページの絵本」と題して、「コドモノクニ」「コドモノテンチ」の原画に付ける詩や物語を募集中です。皆さんも、オリジナルの作品を作ってみてはいかがでしょうか。

古河文学館 秋澤正之



▲「コドモノクニ(大正11年11月号)」と「コドモノテンチ創刊号(昭和8年5月)」

認知症は早期発見、予防が大切な病気です。「認知症危険度チェック」をしてみましょう！

★認知症危険度チェック！

最近1カ月で、こんな状態に心当たりがありませんか？

当てはまるものにチェック☑してください。

- 同じことを何回も言ったり、聞いたりする。
- 今切ったばかりなのに電話の相手の名前を忘れる。
- しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探し物をしている。
- よく知っている人の名前を忘れる。
- 物の名前が出てこなくなった。
- 簡単な計算の間違いが多くなる。いつも大きなお金で支払いをする。
- 料理・片付け・運転などのミスや、蛇口・ガス栓の閉め忘れが多くなった。
- 雑誌や新聞、テレビ番組の内容が理解できなくなった。
- 薬の飲み忘れが多くなった。
- 今日の日付・時間がわからない。
- 慣れているところでも道に迷うことがある。
- 約束の日時・場所を忘れたり間違えたりする。
- ささいなことで怒りっぽくなった。

- 自分の失敗を人のせいにして、以前よりも疑い深くなった。
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった。
- 身だしなみに気をかけなくなった。
- 一人で外出することが減った。
- 気分が落ち込みやすくなった。

※これは認知症を診断するものではなく、あくまでも目安です。



いくつチェック☑が付きましたか？ 5つ以上チェックがある人は要注意です。

認知症の症状は、最初は日常生活のちょっとした変化にあらわれることが多いといわれています。以前の様子と違ったり、気になる言動がみられたら、一人で悩んだりご家族だけで対応するのではなく、早期に専門医（神経内科・精神科）やかかりつけ医に相談しましょう。

市の地域包括支援センター（☎92-5920）でも相談窓口を設けていますのでご利用ください。

今回チェックがつかなかった人も、日頃から脳を使うことを心掛け、脳を活性化しましょう。

今回は、認知症を予防し、脳を活性化するための生活習慣をご紹介します。



脳トレにチャレンジ

次の漢字を合体させたら、何という文字になるでしょう？
☐に文字を入れてください。

- ①日+月=☐
- ②門+耳=☐
- ③工+穴=☐
- ④生+日=☐
- ⑤田+羽+共=☐

※答えは27ページにあります。



高齢福祉課

憩いのパークの魅力

古河総合公園の大賀ハス

ひーらいた、ひーらいた、れんげのはなが、ひーらいた♪大賀ハスは、今月が最盛期です。

昭和26年、千葉市で約2,000年前の地層から古代ハスの実3個が発掘され、うち1個の発芽に成功。発掘した大賀一郎博士の名にちなみ大賀ハスと名付けられました。

総合公園の大賀ハスは、昭和50年に千葉市からハスの根2本をいただいたことに始まります。植えられた大賀ハスは、その年の夏には花を咲かせ、まちなみの話題となっています。



▲千葉市職員から大賀ハスの根を受けとる野原助役(中央・当時)【広報古河1975年5月号】

その後、ハス池は拡張され、現在の面積は3,000平方メートル程です。ハスの花は朝4時～5時ごろから開き始め、大きく開くのは7時～9時ごろ、昼ごろには、大半は閉じます。早起きしないと、すてきな大賀ハス池には出会えません。花は8月上旬まで楽しめますが、茎が伸び続けるので、始めは眼下で咲いていた花も、やがて、頭上で咲

く程となります。こんな場合でも、桃林の台地から見下ろせる所が、このハス池の隠れた魅力であります。



▲市内在住の芸術家石神明治さんが描いてくださった絵葉書(桃林、御所沼雪景色等と5枚セットで300円)

ハスには花が終わった後に、もうひとつの楽しみがあります。果托かたたくです。インテリアやクラフトの材料として人気です。毎年9月下旬ごろより50円で販売しています。



▲果托とは、花が咲き終わった後に種が入っていた部分です。ハチの巣に似ていることから、ハチス→ハスという名前になったそうです

【問】古河総合公園管理棟

☎47-1129 FAX48-5685

✉ sougou-park@koga-kousya.or.jp

HP <http://www.koga-kousya.or.jp/koga-park/index.html>

表紙写真



いよいよ今月から始まる4年に一度の祭典“オリンピック”。今年はイギリスのロンドンで行われます。古河市出身では、体操競技に山室光史選手、陸上競技に館野哲也選手が出場します。代表を獲得するまでの努力は並大抵のことではありません。日頃の練習の成果を発揮できるように、本番の競技に臨んで欲しいと思います。

市内には、2人の出場を祝う横断幕やポスターの掲示がしてあります。ぜひみんなで応援しましょう。

届け 応援 ロンドンへ

26ページの答え

①明 ②聞 ③空 ④星 ⑤翼

古河市データ

人口



(6月1日現在) 住民基本台帳から
総人口…144,141人 (+49)
男…………72,304人 (+53)
女…………71,837人 (-4)
世帯数…55,553世帯 (+76)
() 内は前月比

わが家のアイドル



なかむら みゆ なな
中村美結・奈愛ちゃん
(2歳9カ月・2カ月 水海)

4月にお姉ちゃんになったばかりの美結。まだまだ、焼きもちやくけどお姉ちゃんとしての意識もできてきたよね！奈愛が泣くと、おむつを持ってきたり、ラックを揺らしたりとたくさんお手伝いをしてくれるよね♥
これからも姉妹仲良く元気に育って行ってね。いつも笑顔の美結と奈愛が大好きだよ♥
(父：忠仁さん・母：有香理さん)

今月の料理

小アジのマリネ

<高血圧予防食>



- ①小アジ8尾は、はらわたとぜいごを取り、塩・コショウ各少々を振り、かたくり粉適量をまぶして、油で揚げる。
- ②タマネギ小1個は薄切りにし、ピーマン2個と赤ピーマン1個は細切りにする。
- ③ワインビネガー大さじ4・サラダ油大さじ1・粉末コンソメ少々・こしょう少々を混ぜ、②の野菜とあえる。
- ④器に③の半量を敷き、揚げた小アジをのせ、残りの③を上重ね、汁もかけ、30分程度置いて味をなじませる。
- ⑤皿に盛りつけ、くし型に切ったレモンとミニトマトを飾る。

<4人分>

<1人分>

エネルギー=236kcal
タンパク質=19.7g
脂質=12.8g
カルシウム=47mg
食塩相当量=1.2g



日々奮闘!



子育てアドバイス

「赤ちゃんの暑さ対策」

汗対策
赤ちゃんは、大人がびっくりするほど汗をかきます。汗をかいたままにしておくと、冷えて風邪の原因になります。下着が汗ばんでいたら着替えさせましょう。水で濡らして絞ったタオルで体を拭いたり、シャワーで流してあげることがいいでしょう。



健康推進課

夏のお出掛け
外出は涼しい時間帯にしましょう。帽子をかぶせたり、ベビーカーには日よけを付けるなどして、直射日光を避けましょう。ベビーカーの高さでは、地面からの熱で、温度がかなり高いことがありますので、注意が必要です。

室温調節
よほどの猛暑日は別ですが、外気温との差が5度以内、27〜28度くらいがいいでしょう。エアコンは、一日中つけたままにするのではなく、暑さの厳しい時間帯に使用しましょう。扇風機を利用する場合は、熱を奪い過ぎないように、肌に直接風が当たらないようにしましょう。

水分補給
水分は、こまめに与えましょう。一度に多く与えるよりは、こまめに与えることが大切です。母乳やミルクを基本として、必要に応じて、白湯や麦茶を与えましょう。

平成24年7月1日発行

発行所/〒306-0291 茨城県古河市下大野2248
編集/広報室 ●ホームページ/ <http://www.city.tanaka.lg.jp/>

古河市役所 ☎0280(92)3111