



主な内容 p2-3メタボリックシンドローム予防 p4-5県議・市議
選挙、奨学生募集、出産育児一時金、年金 p6稲バラ p7-9くら情
p12うまいもん p13イナビト p14-15保健センター

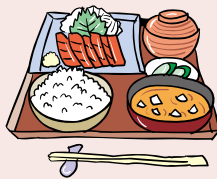
表紙 10月4日、宮本看護専門学校で行われた戴帽式の一コマです。(関連記事p10-11)

■メタボリックシンドロームを予防・解消するために

生活習慣の改善をしましょう。ポイントは「食生活」と「運動」です。

食生活

- 1日3食、規則正しく食べる。朝食や昼食をぬかない
- 腹八分目を心がけ、食べ過ぎない
- ゆっくり良くかんで食べる
- 菓子や甘い物を控え、買い置きをしない
- 外食する場合は単品メニューを避け、副菜のついた定食を選ぶ
- お酒を飲む場合は、つまみに野菜中心の低エネルギーのものをを選び、飲んだあとに脂っぽいものなどを食べない。飲み過ぎず、早めに切り上げる



運動

- 日常生活のなかで積極的に体を動かそう
- 駅やデパート、勤務先などでは、エスカレータやエレベータを使わず階段を
- 洗車や庭木の手入れ、布団を干すなど体を動かす家事を
- テレビを見ながら、腹筋や腕立て伏せなど筋力トレーニングを
- 車での移動を控え、徒歩や自転車を利用する
- 休日はごろ寝せず、趣味やスポーツなど好きなことに熱中する



■生活習慣病・メタボリックシンドローム予防教室

生活習慣病は自覚症状がほとんどないため、見過ごしやすく、自覚症状が現れた時には慢性化や重症化、合併症へと進行していることが少なくありません。早期発見、早期治療が大切で、検診で、血糖値・血圧・脂防値など「ちょっと高め」だった方や、「太りすぎ」だった方は、是非この教室を機会に、生活習慣の改善に取り組んでみませんか？

健康増進課までお申し込みください。

回数	実施日	内容	準備物
1	1月18日(木)	オリエンテーション・健康チェック・血圧測定・体脂肪測定・保健師講話	検診結果表 血液検査表 筆記用具
2	1月25日(木)	健康チェック・血圧・体脂肪測定・運動講話と実技	
3	2月1日(木)	健康チェック・血圧・体脂肪測定・栄養講話	
4	2月8日(木)	健康チェック・血圧・体脂肪測定・運動講話と実技	運動時 (室内用靴・タオル・水)
5	2月15日(木)	健康チェック・血圧・体脂肪測定・栄養講話	
6	2月21日(水)	健康チェック・血圧・体脂肪測定・村山耕子医師講話	
7	3月1日(木)	健康チェック・血圧・体脂肪測定・調理実習	
8	3月8日(木)	健康チェック・血圧・体脂肪測定・運動講話と実技	調理実習時 (エプロン・三角巾・材料費)
9	3月15日(木)	健康チェック・血圧・体脂肪測定・個別栄養相談と運動実技	
10	3月22日(木)	健康チェック・血圧・体脂肪測定・個別栄養相談と運動実技・継続のポイント・まとめ	

期間：平成19年1月18日(木)～3月22日(木)全10回

時間：午後2時～3時30分(3月1日は午前10時より)

場所：稲敷市ふれあいセンター

申込：1月12日(金)まで

この際禁煙も



禁煙は動脈硬化を促進させる代表的な危険因子です。生活習慣を改善するときには、ぜひ禁煙も加えましょう。禁煙の第一歩は「やめる」意思を持つことです。

■メタボリックシンドローム予防講演会

以前より、ウエスト周りが太くなった、検診結果で血圧・血糖値・中性脂肪がちょっと高めだった方、メタボリックシンドロームって、どんな病気か詳しく知りたい方など、是非ご参加ください。健康増進課までお申し込みください。

日時：平成19年2月21日(水)午後2時から

場所：稲敷市ふれあいセンター研修室

講師：村山耕子氏(村山内科クリニック医師)

定員：100人

申込：2月9日(金)まで※定員になりしだい締切り



予防しましょう メタボリックシンドローム

最近、テレビや新聞などで聞いたり目にしたりする「メタボリックシンドローム」。自分に関係ないと見過ごしていませんか？

メタボリックシンドロームとは内臓脂肪の蓄積により、高脂血症や、糖尿病、高血圧症を合併する症候群のことをいいます。

このメタボリックシンドロームという状態は、動脈硬化を急速に進行させることがわかってきました。動脈硬化は自覚症状がなく進行し、心臓病や脳卒中など命に関わる危険な病気を起こす原因となります。

「ちょっと太りすぎみ」「ちょっと血圧が高め」、そのちょっとを見逃すと将来大変な事になるかもしれません。

稲敷市健康増進課健康増進係(ふれあいセンター内) tel:0297-87-6111

■メタボリックシンドロームチェック

あてはまる方にチェックし、合計点数を見てみましょう。

項目	はい	いいえ
自分のウエストサイズを知っている？	0点	1点
ウエストは男性85cm以上、女性90cm以上ですか？	3点	0点
健診で肥満を指摘された事がありますか？	2点	0点
健診で高脂血症、糖尿病、高血圧のいずれかの指摘を受けたことがありますか？	2点	0点
食べるのが早いほうですか？	1点	0点
食事は満腹になるまで食べますか？	1点	0点
間食をよく取りますか？	1点	0点
1日の歩行時間は30分以上ですか？	0点	1点
タバコを吸いますか？	1点	0点
あなたの合計	点	

6点以上の方：メタボリックシンドロームの疑いあり

5～3点の方：メタボリックシンドローム予備軍の可能性あり

2点以下の方：今は大丈夫。「ちょっと～が～」を見逃さないように

■メタボリックシンドローム診断基準

①の腹囲に加えて②～④のうち2つ以上当てはまる場合は、メタボリックシンドロームと判定されます。

①おへその高さの腹囲
男性85cm以上、女性90cm以上

②脂質
中性脂肪150mg/dl以上
またはHDLコレステロール40mg/dl未満

③血圧
収縮期血圧130mmHg以上
または拡張期血圧85mmHg以上

④空腹時血糖
110mg/dl以上



県議会議員・市議会議員選挙 12月10日(日)は投票日です

告示日

茨城県議会議員選挙

12月1日(金)

稲敷市議会議員選挙

12月3日(日)

投票日

12月10日(日)

午前7時～午後8時

※投票所入場券を持参してください。

投票所

投票は市内38か所の投票所で行います。投票所入場券を郵送しますので、投票所をご確認のうえおでかけください。

投票所入場券

はがき1枚に世帯4人まで連記されていますので、切り離して必ず本人が投票所に持参してください。

期日前投票

投票日当日(12月10日)に仕事や旅行などで投票所に行けない方は、期日前投票をご利用ください。選挙によって開始日が異なりますのでご注意ください。

茨城県議会議員選挙

12月2日(土)～9日(土)

稲敷市議会議員選挙

12月4日(月)～9日(土)

※12月4日以降はどちらの選挙の投票もできません。

時間

午前8時30分～午後8時

場所

稲敷市役所各庁舎(江戸崎庁舎、新利根庁舎、桜川庁舎、東庁舎)

●稲敷市選挙管理委員会(江戸崎庁舎内) ☎029・892・2000(内線2209)



平成19年度奨学生募集 学資の貸し付けを行います

市では、経済的な理由により就学が困難な方に対して学資の貸し付けを行います。

市では、経済的な理由により就学が困難な方に対して学資の貸し付けを行います。集15名以内※大学に在学中の方も対象

出願資格

市内に居住する方の子弟で、高等学校(盲学校、ろう学校、養護学校の高等部を含む)に在学し、大学(短期大学を含む)や専門学校などに進学を希望する生徒で、人物、

貸与額

月額2万5000円

手続き方法

要項などを教育総務課または各総合窓口課で受け取り、申込書に必要事項を記入し、

必要書類(合格証、医師の証明、在学証明など)を添えて、教育総務課へ申し込みください。願書交付は12月11日(月)～。出願期間は4月10日(火)～5月2日(水)(土日祝日を除く)

※必要書類の中には発行に時間がかかるものがありますので、早めに準備してください。

●稲敷市教育委員会教育総務課(新利根庁舎) ☎029・87・3427(直通)



第2回学校給食運営委員会開催 学校給食費等の改正について答申

今年度2回目となる学校給食運営委員会が10月16日に開催され、懸案事項となっていた旧4地区の給食費の調整について協議を行いました。

その結果、給食費の市内統一には至りませんでした。が、米飯の委託・持参地区の現状を維持しつつ統一す

ることで、出席委員(18名)全員の賛同を得ました。

特に、米飯の委託・持参

については賛否両論がある

ため、今回の改正を土台に

引き続き、保護者の考えを

ふまえながら意見を取りま

とめていきます。

この他、夏休みに実施した給食費未納者宅訪問の結

果報告があり、収納額は市全体で41件。約90万円でした。(未納額は10月1日現在、江戸崎地区1185件・約552万円、新利根地区32件・約89万円、桜川地区10件、東地区6件・約17万円)また、未納者対策については今後とも継続的に進めて行くとの説明がありました。

●稲敷市教育委員会学校教育課(新利根庁舎) ☎029・892・2000(内線3601・3801)



出産育児一時金受領委任払制度 出産費用を国保から直接病院へ

市国民健康保険では、出産を控えた被保険者の出産費用の負担をやわらげ、安心して出産してもらえるよう、来年1月1日から「出産育児一時金受領委任払制度」を始めます。

この制度では、出産にかかる費用を出産育児一時金の中から(上限35万円)被保

険者の方に代わって、国保から直接病院(委任払取扱機関)などに支払います。

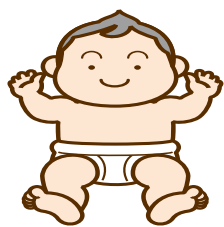
ただし、原則として国民健康保険税に滞納がない世帯に限りです。

制度の利用を希望される方は、保険課国保係にご連絡ください。

手続き方法

総合窓口課(桜川庁舎は保険課国保係)で必要な手続きを行ってください。

●稲敷市保険課国民健康保険係(桜川庁舎) ☎029・892・2000(内線4605)



しても環境省の許可が下りるまで使用ができなくなります。取りまとめたの申請となりますので1月31日までに農政課へ申請書類を提出してください。

●稲敷市農政課農林水産係(東庁舎) ☎0299・7813385(直通)



年金を受けている皆さんへ こんなときには手続きを

誕生日が来たとき

毎年1回、誕生日の初旬に「現況届」を社会保険業務センターから受給者に送っていました。12月生まれの方から現況届の提出を原則不要とします。今後は住民基本台帳ネットワークで受給者の現況(生存)確認を行ないます。(11月生まれの受給者までは、今年も現況届の提出が必要)

ただし、次の場合は、現況届以外の届出が引き続き必要です。提出が必要な届出は、社会保険業務センターから送付されます。

①加給年金額を受けられている場合(生計維持確認届)
②障害の程度の確認のため「診断書」の提出が必要な場合

●年金受給権者住所・支払

住所や、支払いを受ける金融機関を変更するときは、

「年金受給権者住所・支払機関変更届」を社会保険事務所に提出してください。

●稲敷市保険課国民年金係(桜川庁舎) ☎029・892・2000(内線4609)

保険料納付相談

日時：12月20日(水)午前10時～午後3時30分
場所：江戸崎庁舎2階北会議室



選手とファンとのキャッチボール⑤

毎月、ゴールデンゴールの選手を一人ずつ紹介し、紹介してほしい選手や聞きたい事など、リクエストもお待ちしております。

池上 勝之
外野手 背番号/4
生年月日/1979年12月18日
経歴/相武台高校 - 東京自衛術クラブ
趣味/ボウリング



よく見ることですが、かねでも、一番は楽しんで

「野球を始めたきっかけは？」

少年野球クラブに入っていた兄の影響を受けて、小学校3年生のときに始めました。今は外野手をやっています。今は外野手をやっています。今は外野手をやっています。

「休日の過ごし方は？」

休みの日とかは原付(バイク)で成田とか土浦とかに行っちゃいますよ。最近ではボウリングにハマってます。チームのみんなで رفتりして。この前はスコア200を出しました!みんなで行くと盛り上がり、その雰囲気の良いスコアが得意みたいです。

「バッティングがうまくなる秘訣を教えてください。」

そうですね。ボールをよく見ることで、かねでも、一番は楽しんで



「今後の目標を。」
やっぱり、来年の大会(クラブ選手権、都市対抗野球)ですね。2年連続同じ結果だったので...。その大会で満足いく結果を出すことが目標です。今シーズン以上の結果を出したいです。

「応援してくれるみなさんには本当に感謝しています。これからもよろしくお願います。」



案内

初歩からの古文書講座 受講生募集

歴史民俗資料館では、資料館講座「初歩からの古文書講座」を開催します。

市内在住・在勤で、初心者の方を対象とします。第1回講座は12月16日(土)に開催予定です。

受講料は無料。教材・資料は資料館所蔵品を利用しますが、別途必要となったものについては受講生の負担となります。

日時: 毎月第3土曜日・午後2時~4時/会場: 市立図書館2階会議室/講師: 坂本弥太郎氏、根藤隼人氏
定員: 15人程度(定員になり次第締め切り)

稲敷市立歴史民俗資料館

☎0299-79-3211

病院でミュージカル ホスピタルシアター

みやざきホスピタルでは、第1回ホスピタルシアターとして、ボランティアア

「ブギヤトル・リーフ」によるオリジナルミュージカル「風の太鼓く希望の力で明日は変わる」を公演します。

日時: 12月9日(土)午後2時~場所: みやざきホスピタル6階レインボーホール/入場料: 無料

みやざきホスピタル(上)

根本3474 ☎0297-87-3321

年末年始のパスポート取扱い窓口

県南パスポートセンターでは、次の期間、年末年始の休みとなります。

【県南パスポートセンター(土浦市大和町「ウララ3」4階)】
期間: 12月29日(金)~1月3日(水) / 年内交付: 12月19日(火)までに申請

県南パスポートセンター

☎029-825-455

県南パスポートセンター

☎029-825-455

県南パスポートセンター

☎029-825-455

農林水産統計 統計調査員を募集

農林水産省では、農林水産統計調査に興味や関心がある一般の方を対象に、各種統計調査に携わる統計調査員と調査補助者を募集しています。

統計調査員、調査補助者のご協力によって得られたデータは、農林水産行政の企画立案や円滑かつ効果的な推進のための基礎資料として活用されることとなっています。応募を希望される方は、まず登録をお願いします。

関東農政局土浦統計情報センター(担当: 飯島)

☎029-821-0002

航空科学博物館 イベント情報

航空カレンダー展(2007年)

内容: 成田空港に乗り入れている航空会社や飛行機などに関するカレンダーを一室に展示/開催期間: 12月19日(火)~1月14日(日)

クリスマス行事

市長への手紙から(抜粋) 市民の声に 答えます

市民からのご意見

粗大ゴミ収集の時は、軽トラックなどを持っていないので大変困っています。市によるトラックでの引取りはできませんか。

市長からの回答

粗大ごみは、各自、衛生土木組合に持ち込むことになっています。市では行政サービスとして粗大ごみの収集を無料で年4回市内4地区で実施していますが、市が必要なトラックを手配す

と相当な台数と費用がかかります。そのため、運ぶ方法がない場合にはシルバ一人材センターを紹介しています。

近年ごみの有料化の話が聞かれ、住民に対する一部費用負担を求める自治体も少なくありません。当市においてもごみ処理費の増加は例外ではなく、更にごみ処理費用の負担増加を招くことはできません。ご理解いただき、市民の皆様のご協力をお願いします。

飼犬のマナーアップ 「稲敷の犬たち」



犬小屋はいつも清潔に!

糸賀梨絵さん(三次)と愛犬のジュリア(ゴールデン・レトリバー/メス/5歳)。「糸賀家のかわいい長女と長犬です。」
●掲載希望の方は生活環境課 tel.029-892-2000(内線4400)まで

内容: クリスマスツリーを囲んでのミニコンサート、お菓子などのプレゼント/開催日: 12月23日(土)
●航空科学博物館(千葉県山武郡芝山町若山1-1-3) ☎0479-78-0557

霞ヶ浦圏域 河川整備計画

茨城県では、霞ヶ浦圏域の県が管理している河川を対象に、洪水対策に関すること(治水)、農業用水などの河川水の利用に関すること(利水)、河川環境の保全に関すること(環境)などについて河川整備計画を作成しています。この計画に地域の皆さんのご意見を反映させるため、計画の原案を公表しますので、ご覧のうえご意見をお聞かせください。

縦覧期間中、県ホームページの河川課ホームページでも原案を公開します。

縦覧期間: 12月1日(金)~15日(金) ※土・日を除く/縦覧場所: 稲敷市役所道路維持課、竜ヶ崎土木事務所

稲敷市道路維持課(東庁)

含 ☎0299-78-3395(直通)
●竜ヶ崎土木事務所河川整備課(龍ヶ崎市馴染町35) ☎0297-65-3411

年末の交通事故防止県民運動

茨城県と茨城県交通対策協議会では、年末の交通事故防止県民運動を推進します。交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践により交通事故防止を徹底しましょう。

運動期間: 12月1日(金)~12月31日(日) / スローガン: 「つい一杯 鈍る判断 待つ地獄」/ 運動の重点: 【最重要】 飲酒運転の追放

【重点】 高齢者の交通事故防止、薄暮時および夜間の交通事故防止、後部座席を含むシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

茨城県生活文化課安全なまちづくり推進室

☎029-301-2842

くらしと情報

- 休日診療当番医** 診療時間：午前9時から午後4時まで
- 12月3日(日) いなしきクリニック(蒲ヶ山) tel.029-892-3372
 湯原病院(阿見) tel.029-887-0310
 吉澤胃腸科医院(龍ヶ崎) tel.0297-66-0977
 菊地整形外科(龍ヶ崎) tel.0297-64-6111
- 12月10日(日) 坂本医院(桑山) tel.029-892-2232
 河合内科医院(阿見) tel.029-843-3301
 福岡小児科医院(龍ヶ崎) tel.0297-66-3245
 斎藤クリニック(龍ヶ崎) tel.0297-64-3527
- 12月17日(日) 鈴木クリニック(沼田) tel.029-892-3640
 宮崎こどもクリニック(阿見) tel.029-891-3000
 細井クリニック(龍ヶ崎) tel.0297-66-2000
 みやおか外科整形外科クリニック(龍ヶ崎) tel.0297-62-3761
- 12月23日(土) 古橋医院(西代) tel.0299-78-3770
 小林医院(阿見) tel.029-889-1134
 兼子内科循環器科(龍ヶ崎) tel.0297-64-3105
 飯野クリニック(龍ヶ崎) tel.0297-60-2323
- 12月24日(日) ゆはらクリニック(古渡) tel.029-894-2002
 おおさわ眼科医院(阿見) tel.029-843-7272
 池田病院(龍ヶ崎) tel.0297-64-1152
 西新道外科医院(龍ヶ崎) tel.0297-62-0855
- 12月29日(金) 朝野循環器科クリニック(龍ヶ崎) tel.0297-62-0178
 牛尾病院(龍ヶ崎) tel.0297-66-6111
- 12月30日(土) 江戸崎病院(阿波) tel.029-894-2611
 かたやま耳鼻咽喉科(阿見) tel.029-887-3349
 さくらクリニック(龍ヶ崎) tel.0297-65-1211
 いがらしクリニック(龍ヶ崎) tel.0297-62-0936
- 12月31日(日) 角崎クリニック(中山) tel.0297-87-6030
 美浦中央病院(美浦) tel.029-885-3551
 はたの内科松葉クリニック(龍ヶ崎) tel.0297-65-7282
 野村医院(龍ヶ崎) tel.0297-62-6561

市の人口(常住人口)


 総人口：48,915人(-29)
 男：24,255人(-16)
 女：24,660人(-13)
 世帯数：14,958戸(+1)
 ※11月1日現在。()は前月比

交通事故件数


 発生件数：23(282)
 負傷者：26(359)
 死者：1(8)
 ※10月1日～31日
 かつこ内は年累計

■稲敷地域小児救急医療輪番制

お子様の休日・夜間の急な病気に対応するための小児科医による小児救急輪番制です。土曜日・祝日は行っていませんのでご注意ください。

曜日	診療時間	医療機関名
月	午後6時～9時	牛久愛和総合病院①
火	午後6時～9時	東京医科大学霞ヶ浦病院②
水	午後6時～9時	牛久愛和総合病院①
木	午後6時～9時	龍ヶ崎済生会病院③
金	午後6時～9時	東京医科大学霞ヶ浦病院②
日	午前9時～正午	東京医科大学霞ヶ浦病院②
//	正午～午後3時	龍ヶ崎済生会病院③

①tel.029-873-3111 ②tel.029-887-1161

③tel.0297-63-7111

※担当の小児科医がやむを得ない事情により、臨時休診する場合がありますので、あらかじめ受診先に診療の可否について電話などで確認してください。

■茨城子ども救急電話相談

子どもの急な病気の際に、看護師のアドバイスが受けられます。平日の午後6時30分～午後10時30分利用可能。

プッシュ回線の固定電話から = tel. 局番なしの # 8000

非プッシュ回線の固定電話・携帯電話・公衆電話から = tel.029-254-9900

■茨城県救急医療情報システム

休日や夜間に受診可能な医療機関が探せます。毎日24時間対応。

救急医療情報コントロールセンター = tel.029-241-4199

救急医療情報システム = ホームページ <http://www.qq.pref.ibaraki.jp/>、携帯サイト <http://www.qq.pref.ibaraki.jp/kt/>

■いなしき健康相談

医師が医療相談などに、24時間年中無休でお答えします。

●フリーダイヤル tel.0120-69-3389

犬猫引取

手数料：2,000円(一匹) / 場所：江戸崎庁舎第2駐車場奥 / 日時：12月14日(木)午後2時10分～30分
 ●稲敷市生活環境課 tel.029-894-2327(直通)

12月の納税

納期限 12月25日(月)
 固定資産税：3期
 介護保険料：5期
 国民健康保険税：5期

くらしと情報

■法律相談・心配ごと相談・行政相談・人権相談

月日	相談種類	会場
11月30日(木)	☎、☎、☎	江戸崎公民館
12月7日(木)	☎、☎、☎	東庁舎
12月14日(木)	☎、☎、☎	ふれあいセンター
12月19日(火)	☎	江戸崎庁舎
12月20日(水)	☎	桜川庁舎
12月21日(木)	☎、☎、☎	桜川庁舎

時間：☎、☎、☎=午後1時30分～4時 / ☎=午後1時～4時

☎ **法律相談** 法律問題の相談に弁護士がお答えします。電話でご予約ください。12月11日(月)・午前8時30分から受付。定員は各会場6名です。

●稲敷市総務課 tel.029-892-2000(内線2209)

☎ **心配ごと相談** 日常生活の諸問題について相談に応じます。電話でご予約ください。

●稲敷市社会福祉協議会 tel.029-892-5711

☎ **行政相談** 行政に関する相談を受け付けます。直接ご来場ください。

●稲敷市総務課 tel.029-892-2000(内線2209)

☎ **人権相談** 人権に関する相談に、人権擁護委員などがお答えします。

●稲敷市人権同和対策室 tel.029-892-2000(内線3300)

稲敷市地域交流スペース

特別養護老人ホーム水郷荘3階 tel.0299-79-2319

陶芸教室(予約制)	火・木曜=午後1時～
	日曜=午前9時～
料理教室	12月25日(月) 午前10時～
リハビリ体操教室	12月25日(月) 午後1時～
太極拳教室	12月13日(水) 午後1時30分～
生花教室	12月21日(木) 午後1時30分～
手話愛好会	12月15日(金) 午後7時～
カラオケ教室	火・土曜 午後1時30分～
絵手紙教室	12月27日(水) 午後1時30分～
梅さんの落語会	12月8日(金) 午前10時30分～
茶道教室	12月28日(木) 午前10時～
囲碁教室	月曜 午後1時～
陶芸などの展示会	12月9日・10日 午前10時～

■教育相談

教育相談員が、お子さんに関する相談に応じます。

日時：毎週火、水、木曜日・午前9時～午後5時 / 場所：新利根庁舎教育相談室 / 相談形式：電話相談、来室相談

●稲敷市教育委員会教育相談室 tel.0297-87-0121(直通)

■家庭教育相談

専門の相談員が、子育てに関する悩みにお答えします。

日時：12月7日(木)、21日(木)・午前10時～午後4時 / 場所：各公民館・生涯学習センター / 申込：要予約(会場含め)

●稲敷市教育委員会生涯学習課 tel.0297-87-3439(直通)

■子育てサロン

就学前のお子さんとその保護者を対象に開催します。

日程：12月7日(木)、21日(木) 江戸崎体育館 / 時間：午前10時～正午

●稲敷市教育委員会生涯学習課 tel.0297-87-3439(直通)

■子育てカレンダー

☐ **子育て支援センター**：新利根つばさ保育園 tel.090-2210-7355

12月5日(火)	サロンの日・相談日(読み聞かせ)	定員なし
12月8日(金)	りすちゃん広場(0～1歳)	定員15組
12月12日(火)	フラワーアレンジメント講座	定員12組
12月15日(金)	うさちゃん広場(1～2歳)	定員15組
12月20日(水)	くまちゃん広場(2歳～)	定員15組
12月21日(木)	子育てクリスマス会	定員50組
12月22日(金)	サロンの日・相談日(読み聞かせ)	定員なし

※21日は江戸崎保育園と合同、会場は新利根改善センター

☐ **子育て支援センター**：江戸崎保育園 tel.090-3232-2680

12月5日(火)	サロンの日・相談日(読み聞かせ)	定員なし
12月15日(金)	子育て広場	定員なし
12月21日(木)	子育てクリスマス会	定員50組

※21日は新利根つばさ保育園と合同、会場は新利根改善センター

☐ **ふれあい広場**：江戸崎第二保育所 tel.029-892-4094

12月12日(火) クリスマス会 定員30組

☐ **あそびのひろば**：桜川保育所 tel.029-894-3703

12月13日(水) 新聞紙で遊ぼう・クリスマス会 定員30組

■交通事故相談

日時：12月20日(水)・午前10時から午後3時まで / 会場：茨城県稲敷合同庁舎

●県南地方交通事故相談所 tel.029-823-1123



4b



4a



5b

5a



6



1b



1a



2b



2a



3b



3a

で・き・ご・と

10-11月

市内の様々な行事、
出来ことなどを取り上げます。

●稲敷市秘書広聴課 tel.029-892-2000(代表)

「県消防ポンプ操法競技大会県南南部地区大会」が10月22日牛久市で行われ、市を代表して桜川消防団第3分団(浮島の柳縄・仲郷)が自動車ポンプの部に出場。敢闘賞となりました。出場選手(敬称略)／指揮者・村野信吾／1番員・根本政実／2番員・山野勝彦／3番員・浜田真士／4番員・浜田国彦／補助員・村野祐和

⑥消防操法大会、敢闘賞 桜川第3分団

「県消防ポンプ操法競技大会県南南部地区大会」が10月22日牛久市で行われ、市を代表して桜川消防団第3分団(浮島の柳縄・仲郷)が自動車ポンプの部に出場。敢闘賞となりました。出場選手(敬称略)／指揮者・村野信吾／1番員・根本政実／2番員・山野勝彦／3番員・浜田真士／4番員・浜田国彦／補助員・村野祐和

⑤柴小で菊の栽培

柴崎小学校では、市の花である「菊」を育てることで、郷土に愛着をもってもらい環境美化につなげようと、6年生53名が菊の栽培を行いました。今年5月から栽培を始め、児童たちは毎日交代で水かけや手入れを行い、このほどきれいな菊の花を咲かせました。

④郷土料理を子どもたちに

市食生活改善推進員協議会東支部では、地域に伝わる郷土料理を子どもたちに受け継いでもらおうと、郷土料理教室を、9月と10月にあずま北小学校(写真4a)とあずま東小学校(写真4b)で開催しました。参加した5年生の児童たちは、のっぺ汁やレンコンのキンピラなどをつくり、郷土の味を楽しんでいました。

③大日苑でコンサート

大日苑を建設した故植竹庄兵衛氏の孫にあたる神崎愛さんのミニコンサートが10月15日大日苑で開催されました。神崎さんのソプラノの歌声やフルートの美しい調べで聴衆を魅了していました。

②清掃活動

ライオンズクラブとボーイスカウト稲敷第1団による清掃活動が10月1日行われ、広域農道沿いの空き缶やペットボトルなどのゴミを拾い集めました。(写真2a)

また、市子ども会育成連合会主催の「水辺の清掃活動」が10月14日和田岬周辺で行われ、防波堤沿いや公園内のゴミを収集しました。(写真2b)

①キャンドルの前で戴帽式
宮本看護専門学校で10月4日戴帽式が行われ、31名の看護学生が壇上で校長先生からナースキャップを受けました。その後、ナイチンゲール誓詞を朗唱し、看護師への決意を新たにしていました。



写真提供：西川孝史さん

プロフィール

全日本ジュニア障害馬術大会
2006、3位。全日本障害馬
術大会2006、ダービー競技
4位。現在、日本馬術連盟の強
化指定選手。15歳

●(有)ヨシザワライディング
ファーム／稲敷市羽賀2412
番地1 / tel.029-892-7321

イナビト

稲敷で生きる人々

第8回 よしざわ ひかり
吉澤 彩さん

今月は兵庫国体馬術少年団体障害飛越で優勝した吉澤彩さん(時崎)です。

☆

■乗馬をはじめたきっかけ

私の父は乗馬クラブを経営していて、若いときは全日本や国体の選手として活躍していました。そんな父の影響で物心ついた時にはもう馬に乗っていました。本格的に乗馬レッスンを始めたのは5歳の頃から。試合に出るようになったのは小学1年生からです。小さいときから馬が好きでいつも馬と一緒にいました。

■乗馬の魅力は？

乗馬の魅力は馬と一体になることです。馬はとても繊細な動物で人の気持ちをととも感じるので、良い事も悪い事も伝わってしまいます。自分の気持ちが通じて馬が一所懸命応えてくれると、とても嬉しい。そんな馬との感じ合いが結果に結びついた時は、最高の気持ちです。

■国体で優勝した感想は？

初めて出場した国体で優勝を飾れて嬉しかったです。団体は準決勝で強豪の千葉に接戦で勝ち、決勝戦では愛媛と戦い、準決勝ほど苦戦せずに勝つことができ優勝することができ

ました。個人競技はダービーで4位入賞。標準障害は8位入賞。出場した3種目全てに入賞することができました。ただ、馬の調子が良かっただけに自分のミスで優勝を逃してしまい、個人競技は悔しい結果でした。

■今後の目標を教えてください。

来年も国体に出場して、今年優勝できなかった個人で勝つことです。あと、団体は一つ年下の妹、翼とペアを組む予定なので、姉妹で優勝したいですね。最終目標はオリンピックです。ハードルは高いのですが、出場めざしてがんばりたいです。



みずみずしい穫れたてのブロッコリーです。実がぎっしりつまっていますよ。



新鮮なおいしいブロッコリーをプレゼント。どんどん応募ください。



包丁を使って、決まった大きさに切りそろえます。



高城さんご夫妻と。一日でこんなに収穫するんです。



あずまブロッコリー

問合：JA 稲敷東部経済センター
電話：0299-78-2141
住所：稲敷市上之島3221番地2
※直接販売は行っていません。市内では直売所浮島 (tel.029-894-6622) で入手できます。要確認。

プレゼント
JA 稲敷あずまブロッコリー部会から読者の方10名に「ブロッコリー1箱(4kg・12玉入り)」をプレゼント！

▽応募方法：はがきに必要な事項(①今月のお題「私のブロッコリーの食べ方」②郵便番号、③住所、④氏名、⑤年齢、⑥電話番号)を書いてご応募ください。
▽応募先：〒300-0595 / 広報稲敷「うまいもんプレゼント⑫」係▽締切：12月15日(金)消印有効。▽注意：応募は一人一通/当選者には直接お届けします。

農家紹介
今月はJA稲敷あずまブロッコリー部会長の高城正明さん(釜井)のお宅におじゃましました。あずまブロッコリーは約20年程前に休耕田を利用して始まりました。現在32軒の農家が栽培を行っています。主に京浜市場

今月のレポーター
「私もヨガのインストラクターです。農作業は初めてですが、がんばりま〜す。」
黒田和美さん(伊佐部)

食べ方
ブロッコリーは茹でて食べるのが一番。グラタンやシチューに入れてもいいです。私もただいまみましたが、ほのかな甘みとシャキシャキとした食感がGOOD!

ブロッコリーの効果
ブロッコリーはがん予防や風邪予防に欠かせないビタミンCが豊富に含まれている健康野菜。カロチン、ビタミンB2、カリウムなども豊富です。

に出荷。新鮮でおいしいと高い評価を受けています。

保健センター public health center

- ふれあいセンター tel.0297-87-6111
- 江戸崎保健センター tel.029-840-5170
- 桜川保健センター tel.029-894-3909
- 東保健センター tel.0299-80-4500

保健センターだより 献血について

市では、今年度は年間に13回の献血を行っています。場所はショッピングセンターや企業、高校、市役所などで、皆様のご協力のもとに行われています。

昨年度の茨城県の献血順位は全国

44位と低く、市でも前年度に比べて56人の減になっています。

献血は、全血献血で、200ml 献血と400ml 献血があります。

来年度は、成分献血も行う予定ですので、一般の方にもご協力をお願いします。

輸血に必要な血液をいつでも十分に

確保しておくためには、絶えず献血が必要となりますので、皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

また、今年の10月から、献血手帳がカード化され、携帯しやすく、本人確認がスムーズになりました。また、次回の献血可能日が印字されるので、わかりやすくなっています。



献血車での献血の様子



江戸崎総合高校での献血の様子

骨粗しょう症

最近背中が丸くなってきた、腰や背中が痛い……それは骨粗しょう症の危険信号かもしれません。以前はすべて年のせいとされてきましたが、今では予防や治療をすることができます。

骨粗しょう症とは、骨のなかのカルシウムの量が極端に減ってしまう病気です。骨粗しょう症になると骨がもろくなり骨折しやすくなります。だれで

も年齢とともに骨のカルシウムは減ることが分かっています。特に女性は、閉経期を境に、骨をつくるときに大切な役割をしている女性ホルモンが失われ、急激に骨の量が減ります。

骨粗しょう症予防には、食事でカルシウムを摂取することや適度な運動をこころがけることが大切です。また、アルコールの飲みすぎや喫煙はカルシ

ウムの吸収を低下させるので注意が必要です。骨粗しょう症の検診で、自分の骨の状態を知ることできます。

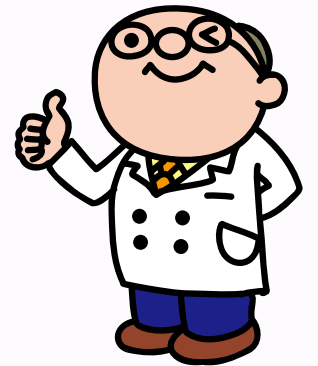
保健センターで実施する骨粗しょう症検診の対象となる方は、ぜひこの機会に受診してください。

骨粗しょう症検診

検診内容：かかとの超音波検査
対象者には1月に通知をします。
▽対象者：40、45、50、55、60、65、70歳の女性（平成19年3月31日

に上記の年齢になる方）
▽申込：1月15日（月）～17日（水）に各保健センターまでお申し込みください。

▽料金：500円



検診日程

実施日	時間	場所
2月1日（木）	午前10時～11時	ふれあいセンター
	午後1時30分～2時30分	江戸崎保健センター
2月2日（金）	午前10時～11時	東保健センター
	午後1時30分～2時30分	桜川保健センター

精神保健

内容：こころの健康、悩み、病気についてご相談ください。／申込：予約制。会場へ申し込む。

1月25日（木）	こころの健康相談	午後1時30分～3時30分	ふれあいセンター	要予約
1月25日（木）	こころのリハビリ	午前10時～11時30分	ふれあいセンター	要申込
1月26日（金）	こころの健康相談	午後1時30分～3時30分	江戸崎保健センター	要予約

乳幼児予防接種

申込：予約制。会場へ申し込む。1月実施分は12月20日（水）から会場で受け付け。

1月5日（金）	三種混合	午後1時30分～2時	東保健センター	要予約
1月15日（月）	BCG	午後1時30分～2時	東保健センター	要予約
1月19日（金）	三種混合	午後1時10分～1時40分	江戸崎保健センター	要予約
1月22日（月）	麻疹風しん混合	午後1時10分～1時40分	江戸崎保健センター	要予約

相談

内容：健康に関する悩みや疑問に、保健師がお答えします。お気軽にご相談ください。

1月15日（月）	住民健康相談	午前10時～11時	桜川保健センター	直接来所
----------	--------	-----------	----------	------

マタニティスクール

申込：対象者には通知

2月7日（水）	マタニティスクール①	午前10時～午後3時	桜川保健センター	要予約
2月14日（水）	マタニティスクール②	午前10時～午後3時	桜川保健センター	要予約

献血

血液が不足しています。皆さまのご協力をお願いします。

2月15日（木）	献血	午前9時30分～正午	新利根庁舎
2月15日（木）	献血	午後1時30分～3時30分	新利根工業団地組合

- 稲敷市立図書館 tel.0299-79-3111、検索：opac.city.inashiki.lg.jp
- 江戸崎公民館図書室 tel.029-892-4110
- 新利根公民館図書室(改善センター内) tel.0297-87-2175
- 桜川公民館図書室 tel.029-894-2981

市立図書館

映画会(大人向け)

▽題名「HAZAN」▽内容：板谷波山、芸術を愛し、家族に愛された……。ひとりの人間を描いた小さな美しい物語。▽日時：12月3日(日)午後2時～(上映時間108分)▽申込：当日、図書館カウンターへ申し込む▽定員70名

子ども映画会

▽題名「ハリーポッターと炎のゴブレット」▽日時：12月9日(土)、10日(日)午後2時～(上映時間157分)▽申込：当日、図書館カウンターへ申し込む▽定員70名

おはなし会

ボランティアの方が、紙芝居や絵本を読んでもくれます。

▽内容：クリスマス会です。すてきなプレゼントを用意してまっています。

▽日時：12月17日(日)午後2時～

12月の展示

「捨てられない」を克服して大掃除
家事が苦手だと思っている人も多いかと思えます。でも考え方ややり方だけで、家事はやりがいのある楽しい仕事に変身します。あなた自身の快適生活を見つけるお手伝いができることを願って……ぜひ、お役立てください。

年末年始の休館日

年末年始のため12月28日(木)～1月4日(木)を休館とします。なお、次の期間は貸し出し点数を増やします。ぜひご利用ください。

12月14日(木)～27日(水)＝本・雑誌10冊まで

12月21日(木)～27日(水)＝ビデオ・CD6点まで

新着図書

「空」Chaco、「リミックス」藤田宜永、

「鬼に喰われた女」坂東真砂子、「ガン日記」中野孝次、「ラストワンマイル」楡周平、「ベストリーホワイト」大崎善生、「ぼくはいくじなしと、ここに宣言する」森毅 ほか

江戸崎図書室

新着図書

「初恋温泉」吉田修一、「われ巢鴨に出頭せず」工藤美代子、「謝謝宮沢賢治」王敏、「子育てハッピーアドバイス③」明橋大二郎、「世界の日本人ジョーク集」早坂隆 ほか

図書カレンダー 12月

市立図書館休館日＝■

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

江戸崎図書室休室

毎週月曜日、12月26日、12月28日～1月4日

新利根・桜川図書室休室

毎週月曜日、12月23日、12月28日～1月4日

■開館(室)時間：午前9時～午後5時、※図書館は水曜日のみ午前11時～午後7時

新着図書(図書館)

「月下の恋人」浅田次郎、「戦国一孤独な男」山本勘助、「心ゆたかな四季ごよみ」吉沢京子 ※写真左から



- 稲敷市教育委員会生涯学習課 社会体育係(新利根庁舎) tel.0297-87-3439(直通)
- 江戸崎総合運動公園 tel.029-892-8661(直通)
- 桜川総合運動公園 tel.029-894-3600(直通)

市民スキー教室のお知らせ

市教育委員会では、スキー教室を来年1月と2月に福島県たかつえスキー場で開催します。詳しくはチラシ(応募用紙付き)を各小学校を通じて児童へ配布しますので、そちらをご覧ください。

しくはチラシ(応募用紙付き)を各小学校を通じて児童へ配布しますので、そちらをご覧ください。

江戸崎・桜川地区対象
1月26日(金)～27日(土)

新利根・東地区対象
2月2日(金)～3日(土)

▽対象：市内の小学生と保護者※保護者は、参加児童が小学4年生以下は必ず参加。小学5、6年生は希望者のみ。▽応募期間：12月3日(日)～10日(日)※月曜日は除く。午前8時30分～午後5時

盛り上がったよスポフェス

10月8日、稲敷市民スポーツフェスティバル2006が江戸崎総合運動公園を会場に開催されました。(写真1、2)

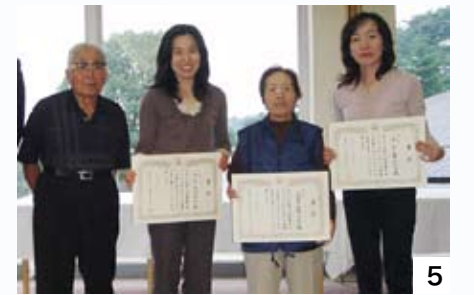
多くの市民が一堂に会し、交流を深め、気軽にスポーツやレクリエーションに親むることができるようにと企画されたこの大会も今年で2回目。17種目で新記録が出るなど、熱い競技が繰り広げられました。



市民ゴルフ大会

第2回稲敷市民ゴルフ大会が開催され、一般の部が10月19日、ザ・インペリアルカントリークラブで行われ102名が参加しました。またシニア・女子の部が10月20日、霞台カントリークラブで開催され、シニア101名、女子30名が参加しました。20日のシニアの部には、今大会最高年齢者の糸賀敬助さん85歳が出場し、豪快にドライバーを飛ばしていました。

大会結果
▽一般の部(写真3)＝優勝：岡沢正一(70.8)、準優勝：飯田勝己(71.0)、第3位：岩戸良夫(71.2)▽シニアの部(写真4)＝優勝：長倉次男(70.2)、準優勝：松本次男(71.2)、第3位：高須康(71.2)▽女子の部(写真5)＝優勝：高橋佳代子(73.8)、準優勝：斉藤すみ子(74.0)、



第3位：糸賀妙子(75.2)
※カッコ内はネット。

身障者水泳選手権大会

第23回日本身体障害者水泳選手権大会が、10月21日に大阪市舞洲障害者スポーツセンター「アミティ舞洲」で行われ、武藤直樹さん(鳩崎)が男子100メートル自由形にて2分25秒79を記録し、見事3位入賞を果たしました。

稲敷市内の建築案内 その一 昭和と明治の建物

●市郷土資料調査委員・池田恵子

稲敷市には文化遺産として後世に伝えたい建築物がいくつかあります。それらの一部を紹介したいと思います。

大日苑の ステンドグラス

江戸崎の門前に残る大日苑は江戸崎入り干拓の植竹庄兵衛氏の居宅として昭和十四年に建てられました。アー・デコ風の洋風建築と入母屋の屋根の大



大広間



大広間欄間のステンドグラス



6畳間欄間のステンドグラス

広間の和風建築の和洋折衷様式でその中でも大広間の欄間に嵌め込まれたステンドグラスは大変興味深いものがあります。

明治の文明開化と共に、西洋建築が日本の建物に取り入れられ、住宅も同様に一部の階層に好まれ日本建築の棟梁たちが腕を振るいました。和風の建物にも洋風の要素を取り入れ、和と洋を上手く調和させたのがこの大広間だと言えます。

日本のステンドグラスの技法は宇野澤辰雄と小川三知の二人によって基礎が築かれました。宇野澤はドイツに、小川はアメリカに留学しました。特に興味深いのは小川三知と板谷波山(茨城県出身の陶芸家は東京美術学校の同期生で親しく行き来をしていました。また、波山の息子の板谷梅樹も小川のアトリエで働き、後に独立して板谷アトリエを開きました。大日苑のステンドグラスの作者は不明ですが品のある作品で小川

の流れを汲むものではないかと願っています。また、小川の作品は東京・音羽の鳩山会館でも見ることが出来ます。

関口邸のレンガ造りの長屋門及び蔵

美浦村との境近くに建っている関口分家の長屋門と蔵は明治期の建築の様子を今に残す貴重な建物で特に長屋門の出入り口のアーチや左右に見られる上部がアーチの窓は大変珍しい造りです。一見すると中国に迷いこんだのではな

いかと思うようなレンガに瓦屋根の造り方の長屋門は他

に類を見ないように思いますが、また、蔵も基礎が塀を兼ねていて地面からそびえて見える様は威厳さえ感じられます。

●歴史民俗資料館 ☎029-79-3211



関口家のレンガ造の蔵



関口家のレンガ造の長屋門

俳句

遠目にも式部と判る実の色に
秋灯下声出して読む童話かな
足癒えて跛の癖や秋の草
浦と云ふまぶしきものも秋色に
月代をだけでもと月の出る時刻
初露の出窓につきし朝となり
牧場で孫と遊ぶや秋暑し
湖に映る筑波や秋の暮
十六夜の月の輪七つありにけり
しみじみと妻の顔みて敬老日
青空にロッキーマン脈雪かぶる
昏れるまで消えずに立てる秋の虹
大揺れに揺れてコスモス嵐かな
薄紅葉しづけき気配湖の上
五能線秋の入日と共に往く
光体となりて草の実風にとぶ
胃カメラで明日再検の長き夜
コスモスの倒れし茎の太さかな
シャボン玉飛ばす秋空孫二人
秋草の野にある心活けにけり
さわやかやきちりと締めし三角巾
茸狩り父得意気に帰りけり
木の上で食いし思ひ出柿見上げ

小林寿恵王(田宿)
金野みどり(小角)
武部三郎(小角)
代静(犬塚)
中條やい子(大宿)
篠田啓子(新山)
根本京子(高田)
川崎典雄(鳩崎)
青木富喜代(月出里)
青木啓泰(本宿)
幸田不死男(荒宿)
小林文子(根宿)
福本きみえ(新山)
細川えつ子(荒宿)
宮本芳子(切通)
矢口由里子(西町)
矢崎健一(古渡)
永長小夜(古渡)
高須湖城(浮島)
根本ナカ(神宮寺)
埜口信子(阿波)
高柳幸子(古渡)
坂本きよ子(下馬渡)

短歌

錦秋の山麓に観る白根山一樹一樹の色異なりて
目の痛み伝える孫を娘は医者へつれゆく車窓越しに見る
朝顔が最後の力ふりしぼりむらさきの花今朝は三つも
木蓮が咲き盛る秋彼岸すぎで田圃も収穫終えぬ
ウフウフと携帯電話が楽しげな少女の乗るバス秋の野をゆく
孫らより敬老の日に贈られしバックを持ちて旅の日思う
刈り終えて田圃にキャッチボールする父子等の声夕空に響く
玄関で娘に笑顔でもみじ手のバイバイされればネクタイ直す
夕飯の支度しながら虫たちのすだく音色に秋風しみる
心まで何故か老いこみ淋しき日子らと暮せるしあわせを思う
淡く薄く口紅を引く瞬間に苦しい恋の手ごたえを知る
百キロを徒歩にて帰り来たる孫大学生の顔となりたり
稲敷市と変りたる故郷へ帰りし叔母は今浦島という
言い過ぎしこと悔やみつ帰る道に霧らせて吾亦紅咲く
「お早よう」と眉美しき少年は凛々しく声かけ霧に消えゆく
言ふほどのことにはあらね電線に鴉と鳩が並びて止まる
麻痺の子は麻痺を嘆かずはへたる筆に太ぶとと「春」と書きたり
台風を心配しながら息子は稲刈り終えてほつと安らぐ
憲法と平和に過ぎし改憲を戦争とおもうわれは七十六歳
張替えの終えし障子に夕茜映りてわれは母の胎内
咲き乱るる秋の中よりこぼるぎの啼く声満つる夕月の庭
父に似し叔父も逝きたり描きかけの絵をアトリエにぼつんと残して
いくとせの想いを歌に託せしか山鳩啼けりと名付けし歌集

内田君代(沼田)
上村喜佐子(小角)
鴻野ハルエ(田宿)
鈴木栄(大宿)
根本富貴子(田宿)
野沢とよ(羽賀)
坂本緑(鳩崎)
山本彰治(高田)
椎木道代(柴崎)
篠田すい(下太田)
永井由紀子(柴崎)
福田雅子(上根本)
宮湖敏江(下太田)
永長小夜(古渡)
吉原きのる(浮島)
板橋道子(福田)
小泉實(福田)
平山栄子(八筋川)
山根三千人(西代)
柴崎文子(町田)
諸岡静江(伊佐部)
根本邦子(押砂)
飯嶋伊津子(阿波)





ぶら〜り・稲敷 no.18 熊野神社

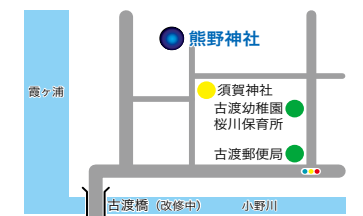
古渡岡地区にある熊野神社は文治年間(1185~90)に、熊野別当の湛増という人物が古渡の地にお祀りしたのが始まりとされている(『新編常陸国誌』)歴史ある神社です。また、神仏習合の古い時代には、小野の逢善寺の末寺であった智福院が別当寺を務めていたとされています。

熊野神社に関しては、永禄11年(1568)仲夏、江戸崎城主土岐治英が東条之庄峰熊野権現宝閣を建立し、

続いて天正15年(1587)、同じく江戸崎城主土岐治綱が東条之庄古渡峰熊野三社大権現を再興して御遷宮したことが、棟札を書き写した史料に伝えられています(『東町史史料編古代・中世』、『東町史通史編』)。

普段は、集落の奥にひっそりとしたたたずまいを見せている熊野神社ですが、毎年10月には地域の人たちの手によって、現在でも受け継がれている例大祭が行われます。

このときだけは、集落内の人達が集まり、子供たちが境内の土俵で相撲を取るなど、にぎやかな「ムラの鎮守の秋祭り」の場所となります。



ご意見を! 市民のみ
なさんのご意見、ご提案を今後の編集に反映していきたいと思いません。秘書広聴課まで。

編集後記 ▽人間ドックでの再検査でCTスキャンを初めて体験しました。何事もなくホットしましたが、メタボリックシンドロームチェック(p2参照)をすると、予備軍の可能性ありに当てはまってしまいました。生活習慣を見直すきっかけになりそうです。まずはともあれ「禁煙」から……(坂本) ▽数年ぶりに新型マシンが導入されます。今までのマシンは故障することもなく、よく働いてくれました。さらばG4。ようこそintel (G4出)

