

# 文芸

## 《短歌》

○来て見よと夫の呼ぶ声夕虹の二橋かかるにしばし安らぐ  
田口すい子(南川又)

●真夏日の続く畑に通る雨葉蔭に赤きトマト光りて  
中島三千代(桜の郷)

●折り鶴を持参し記帳すオバマ氏の帰途を見送る広島市民  
河野 久子(昭 和)

土づくり一つで味が違うと言うメロン栽培達人の言  
鳥羽田早苗(鳥羽田)

来た道を何度も何度も振り返る坂道多い散歩のコース  
浦井 正子(宮ヶ崎第四)

紫陽花の瑠璃色眺め感じ入り他に目をやれば色々多彩なり  
萩谷彰一郎(長 岡)

この人にと期待をかけて投票し十八歳から記念の選挙  
秋山 禮子(越 安)

淋しいねいつの間にやら玄関に立て掛けてある回覧板が  
大場 邦男(長 岡)

来客は老いをたずねて娘が連れて顔が見たいと何と嬉しや  
田口 正子(南川又)

小学生スクールバスで通学し道で行き合うあまたの笑顔  
小堤美智子(小 堤)

(評) 田口さん一雨上りに太陽と反対側の空に、主虹、副虹と二重の虹が見られたのだからか。古語では「のじ」「ぬじ」とも言われ、夏の季語でもある「虹」、情景が浮かんでくるような雰囲気をもつ作品。中島さん「酷暑、災害と言われ今年の夏、日照雨(そばえ)とも言う通り雨に、赤いトマトがとも引き立っている。作者の観察眼の細かさが感じられる。河野さん「八

## 《俳句》

○栗の毬鈴生りつづく散歩道  
秋山 禮子(越 安)

●夕焼けもしかと汲みあげ水車  
中島三千代(桜の郷)

●初蟬の声聞きながら草を引く  
田口すい子(南川又)

強日射す旧家の庭の巴旦杏  
小堤美智子(小 堤)

美容院出て夕焼けにペダル踏む  
鳥羽田早苗(鳥羽田)

庭に売るとれたて玉子青田風  
岡山 一二(上石崎)

新盆や家族揃いの墓参り  
浦井 正子(宮ヶ崎第四)

蛞蝓の這つていた後光り出す  
萩谷彰一郎(長 岡)

高齢者混み合う外科医梅雨の空  
高田 宗雄(桜団地)

夏近し心を癒す月あかり  
上野 愿重(鳥羽田)

(評) 秋山さん「鈴生り(すずなり)」とは、神楽鈴のように多くむらがつて房をなすこと。ふさなりとも言う。いつも通る散歩道に栗いが鈴生りにつづいている様子。俳句はこういう水車が水だけではなく、夕焼けをも汲みあげていると観たのはすばらしい。田口さん「草引きをしていくと、初蟬の声がきこえてきた。季節の移りを間近に感じたのだろう。小堤さん「巴旦杏」はスモモの品種。「旧家の庭」は適切。鳥羽田さん「美容院を出て自転車帰っていく」とは若々しい。

## 【作品の送付先】

ハガキ等に3頁、3句以内を書いて、住所氏名郵便の上、月末までにお送りください。  
〒311-1319 茨城町小堤1080  
茨城町秘書広聴課 宛  
FAX..029(292) 6748  
問合せ先 秘書広聴課 ☎029(240) 7126 (直通)

# テレビショッピングは契約条件をよく確認しましょう

自宅で手軽に買い物ができるテレビショッピングは、映像や音声での臨場感あふれる商品紹介で買う気にさせる演出が見られます。一方、返品可否など重要な事項やデメリットについては表示時間が短く、分かりにくいことでトラブルが増えています。

## 事例1

テレビショッピングで健康器具を注文し、届いてすぐに試してみたが、思うように使えなかった。そこで返品しようとして業者と連絡すると「開封した場合、返品は受けられない」と言われたので「実際に使ってみなければ分からないではないか」と苦情を言ったが「返品についてはテレビでも伝えているし、同封している書類にも書いてある」と言っており、こちらの言い分を聞いてくれなかった。(七十歳代 女性)

## 事例2

母親がテレビショッピングでネットワークを購入した。通常価格十万円のもの半額だったので注文したが、届いたものはテレビと見栄えが違い、価格ほどの価値がないように思えた。返品を申し出たが断られた。(当事者・六十歳代 女性)

●テレビショッピングでは、返品条件などについて表示時間が短く、分かりにくいことがあります。印象だけにとらわれず、返品条件や使い方をよく確認してから注文しましょう。

●テレビショッピングなどの通信販売にはクーリング・オフの制度はなく、事業者が返品の特約を設けている場合は、それに従うこととなります。返品ができる場合でも「開封後の返品は不可」「使用後は返品できない」などの条件があることもあります。注意が必要です。

●印象だけにとらわれず「商品の使い方」「使用上の制限」「返品できるか」などをよく確認してから注文しましょう。



困った時や心配な時には、茨城町消費生活センターにご相談ください。

【問合せ先】茨城町消費生活センター ☎029(291) 1690 (直通)

# エクササイズ教室の参加者募集

健康増進課では、運動習慣を身につけて、これからも若々しい心と体を保つためのエクササイズ教室を実施します。ちょっとしたコツを知れば、健康づくりも楽になるはず！  
「運動を続けられるか心配」という方でも、気軽に参加できる内容になっています。みんなと一緒に、無理なく楽しく体を動かしてみませんか。教室に参加して運動不足を解消し、身体と心の健康を保ちましょう！

## 【実施内容等】

コース名・日時	コース内容	場所	定員
すっきりチャレンジコース 月曜13:15~14:15	音楽に合わせた健康体操で、全身をシェイプアップ。汗ばむ程度の運動量です。	茨城町総合福祉センターゆうゆう館内2階 多目的室	各25名
はっする筋トレコース 月曜14:30~15:30	バランスよく筋肉をひきしめる運動。二の腕のたるみや背中脂肪が気になる方にお勧め。		
しなやかストレッチングAコース 金曜9:45~10:45	脂肪を燃焼させるストレッチ中心。腰痛予防の効果もあります。	茨城町総合福祉センターゆうゆう館内2階 娯楽室	各30名
しなやかストレッチングBコース 金曜11:00~12:00			

【実施期間】平成28年10月3日(月)~平成29年3月17日(金)

毎週月曜日又は金曜日実施予定  
(コースにより異なるため、詳細日程は参加者の方に後日通知でお知らせします。)

【対象】・すっきりチャレンジコース (65歳未満で町内在住の方)  
・はっする筋トレコース (65歳未満で町内在住の方)  
・しなやかストレッチングコース (75歳未満で町内在住の方)

※ただし医師から運動制限されていない方  
【募集方法】1 上記4コースの中から1コースをお選びください。  
2 健康増進課にて申請書に必要事項を記入し、提出してください。印鑑が必要となります。  
※申請書は町のホームページや健康増進課窓口にあります。  
※申込者が多数の場合には、平成28年度エクササイズ教室(前期)に参加されていない方を優先とし、その後は抽選となります。

【募集期間】平成28年9月1日(木)~9月16日(金)

【参加費用】3000円(1コース20回)初回の教室開始前に納入してください。

【問合せ先】健康増進課 ☎029-240-7134 (直通)

# すこやかカーニバル

## がん検診を受けましょう

日本では、がんで亡くなる方が年間30万人を超え死亡原因の第1位、本町においても、同様に死亡原因の第1位となっています。

がんは、痛みなどの自覚症状が無いまま進行するケースが多く、早期に見つけるには定期的ながん検診を受けることがとても重要です。

## 《がん検診が大切な理由》

### 早期発見・早期治療ができる

がん検診は、自覚症状のない方を対象にしています。早期発見であれば治療も軽くすむことが多いので、身体的負担・経済的負担・治療にかかる時間が少なく、治せる可能性は非常に高いと言われています。

もし、がん検診を受けて精密検査が必要な結果が出た場合には、早期発見・早期治療のため、速やかに医療機関を受診しましょう。

### がんになる前の状態を発見できる

がん検診は、早期がんが見つかるばかりではなく、がんになる前の状態が見つかることもあります。具体的にはポリープや潰瘍などです。軽い場合は経過を観察して、必要に応じて治療す

ることで、がんになることを防ぐことができます。

町では、胃がん検診・大腸がん検診・肺がん検診・前立腺がん検診・乳がん検診・子宮頸がん検診を実施しています。

「いつ・どこで受けられるのか?」「費用は?」「対象年齢は?」など、詳しい内容については、健康増進課(保健センター)までお問い合わせください。

ご自身の健康と、ご家族のために、がん検診を積極的に受けましょう。

健康増進課(保健センター) 9月の予定			
日	曜日	事業名	受付時間
2	金	ごっくん(離乳食)教室	9:45~10:00
5	月	大腸がん検体回収(23日も同時刻に開催)	8:30~10:00
		健診結果説明会 会場 ゆうゆう館保健センター	13:00~13:30
11	日	パパママ教室	10:15~10:30
13	火	1歳6か月児健診	13:00~13:30
14	水	健康相談	9:00~11:30
		育児相談	10:00~10:15
15	木	婦人科がん検診(16日、28日も同時刻に開催)	9:00~9:45
27	火	3歳児健診	13:00~13:30

健康増進課(保健センター)  
☎240-7134