

茨城県知事選挙の投票日は 9月5日(日) です

新型コロナウイルス感染症対策のお願い

投票所内での感染症対策に取り組みます。投票所に来られる皆様におかれましても、マスクの着用等にご協力をお願いします。

期日前投票所をご利用ください

投票所の混雑緩和のため、期日前投票所を2か所に設置します。

期日前投票所	期 間	時 間
茨城町役場	8月20日(金)～9月4日(土)	午前8時30分～午後8時
イオンタウン水戸南	8月28日(土)～9月4日(土)	午前10時～午後8時

身体に障害等をお持ちの方は、郵便等により投票をすることができます

身体障害等により投票所に行くことが困難な方（下表に該当する方）は、郵便等により自宅で投票することができます。申請書の審査等に時間がかかる場合がありますので、制度のご利用を考えている方は、お早めに町選挙管理委員会までお問い合わせください。

▶郵便等投票のできる方

手帳等の種類	内 容	等 級
身体障害者手帳	両下肢・体幹・移動機能の障害	1級または2級
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸の障害	1級または3級
	免疫・肝臓の障害	1級から3級
戦傷病者手帳	両下肢・体幹の障害	特別項症から第2項症
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓の障害	特別項症から第3項症
介護保険被保険者証	要介護状態区分	要介護5

【問合せ先】茨城町選挙管理委員会事務局（茨城町総務課内）
☎029-240-7125(直通)

8月は経済産業省主唱の
電気使用安全月間です！

電気は
正しく安全に
使いましょう！

濡れ手は
使わない時
OFF!

わたしは
電気保安官キョーコ

一般財団法人
関東電気保安協会

<https://www.kdh.or.jp/>

文芸

○うちの子と呼ばれる犬と猫が居る知人の家は三人家族
中島三千代(桜の郷)
●無造作に机の上に生けた花俺の流派もまんざらでなし
高田 宗雄(大 戸)
●真夜に咲く月花美人の甘い香を独り占めする夜の明けるまで
浦井 正子(宮ヶ崎)
パトロンの家を歩き来し餌貰い自由を暮らす桜耳猫
河野 久子(網 掛)
先輩が上梓をしたる歌集『大樹』老いゆく我の先達となり
田口 すい子(南川又)
ヨシキリが私を起こす朝の五時小気味よい今朝のできごと
小堤美智子(小 堤)
酒を断ちあれから三年経ちました長くもありまた短くもあり
飯島 裕(大 戸)
整体に今日は未だ見ぬ顔見知りわたしのセカンドオピニオン
内田 理(長 岡)
生前に丹精込めにし栗林主なしとて花咲き誇る
秋山 禮子(越 安)
健やかに老いゆくことを願いつつ今日も励めるグランドゴルフ
清水 操(馬 渡)

《俳句》
○雨だれが太鼓を叩く男梅雨
野口 秋夫(下石崎)
●水無月の雨にふくらむ沼沼川
小堤美智子(小 堤)
●知音くるコロナけとばしマスクして
田口 正子(南川又)
居眠りの耳へとびこむ雉の声
横田 康治(長 岡)
若鮎の激流にきて水に溶け
飯島 裕(大 戸)
小判草かすかな風に應えたり
内田 理(長 岡)
青田風受けて励めるウォーキング
清水 操(馬 渡)
風変わるタンポポの花咲き誇り
上野 愿重(鳥羽田)
茎枯れて刈り取り迎え麦の秋
佐久間 勲(前 田)
新盆や二人きりの墓参り
浦井 正子(宮ヶ崎)

《作品の送付先》
ハガキ等に3首、3句以内を書いて、住所氏名明記の上、月末までにお送りください。
郵便 〒311-3192
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)

(評)野口さんー今年の梅雨は雨量も多く、時に荒々しさを見た。勢よく降つてはさうと止む様を指す季語「男梅雨」を「太鼓」のイメージが補強する益荒男ぶりの句が光る。小堤さんー沼沼川の増水を「ふくらむ」と捉え、生きもののように捉える視点が効果的な句。田口(正さんー旧知の仲の訪問は、コロナ禍を吹き飛ばしてくる勢いがあつたに違いない。

すこやかニュース

食中毒に気をつけましょう

食中毒を引き起こす原因は主に細菌とウイルスです。特に気温や湿度が上がる夏場には細菌が増えやすくなり、細菌が原因となる食中毒を引き起こしやすいです。食中毒の代表的なものとしては、腸管出血性大腸菌やカンピロバクター、サルモネラ属菌などがあります。菌それぞれに増殖するのに適した温度がありますが、約20～50℃(特に人の体温くらい)で増えやすくなります。

食中毒を防ぐためには、細菌を食べ物に「つけない」、食べ物に付着した細菌を「増やさない」、食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」の3原則を守ることが必要です。

●**つけない**
手にはさまざまな雑菌が付着しています。石鹸を泡立て、流水による手洗いをしましょう。洗い終わったら、清潔なタオルやペーパータオルでよくふき取り、乾かすことが大切です。

※手を洗うタイミング：調理を始める前、生の肉や魚・卵などを取り扱う前後、トイレの前後、おむつ交換の前後、動物に触った後、食事前など

●**増やさない**
食べ物に付着した菌を増やさないためには、低温で保存することが重要です。肉や魚などの生鮮食品やお惣菜などは、購入後はできるだけ早めに冷蔵庫に入れます。また、テイクアウト食品などの持ち歩き時間は短く済ませ、できるだけ早めに食べきるようにしましょう。

健康増進課(保健センター) 8月のお知らせ

日 曜日	事 業 名	受付時間
1 日	新型コロナワクチン集団接種(完全予約制) ※7日、8日、21日、22日、28日、29日も同時刻に実施	8:30～
5 木	5歳児健診(時間指定制)	13:00～14:30
18 水	健康相談 3～4か月児相談(時間指定制)	9:00～11:30 9:45～
19 木	2歳児歯科検診(時間指定制)	13:00～14:00
24 火	1歳6か月児健診(時間指定制)	13:00～13:45
27 金	ごっくん教室(申込制)	9:45～10:00 10:15～10:30
29 日	女性のがん検診(申込制) 30日、31日も同時刻で実施	10:00～12:30

※予定が変更になる場合があります。

●**やっつける**
肉料理などは中心部までよく加熱することが大切です。75℃で1分以上加熱することが目安です。また、包丁やまな板などの調理器具は、使用する度、きれいに洗浄しましょう。熱湯をかけたり、台所用殺菌剤を使用したりして殺菌すると効果的です。

●**食中毒かなと思ったら**
食中毒の主な症状として、下痢や嘔吐がありますが、これらの症状は、原因物質を排除しようという体の防衛反応です。医師の診断を受けずに、市販の下痢止めなどの薬をむやみに服用しないようにし、早めに医師の診断を受けましょう。

【問合せ先】健康増進課
☎029(240) 7134(直通)