

湖山の匠制度を新設 ～ 3人の匠を初登録 ～



地域文化の振興を進め、市民の潤いある生活の実現を目的として、本市にゆかりがあり、芸術などの分野においてその顕著な実績が認められる方を内外に広く発信するとともに、活動や技術を支援する制度を新設しました。

市内各部署から推薦を受け、選考委員会を経て、令和5年度は3人の匠が登録され、1月29日に登録証授与式を開催しました。

今後は、ホームページや広報誌などで作品や活動内容を紹介し、さまざまな活動支援を行っていく予定です。

☎ 生涯学習課 ☎ 029-897-0564

令和5年度登録者紹介



美術 (日本画) **飛澤龍神さん**

昭和25年(1950)石岡市生まれ、本市在住の画家。昭和61年(1986)に上野の森絵画大賞展に入選、秋季新興展にて日本美術協会賞を受賞。平成10年(1998)には新興展文部大臣奨励賞を受賞し、その後も新興展にて数多くの賞を受賞。令和4年(2022)11月には茨城県文化芸術功労者表彰を受賞。

その時々的心境を表現した作品や季節の変化をとらえた四季折々の景色、植物、花鳥、山水など、日本の自然を題材にした作品、霞ヶ浦の水辺を描いた作品がある。



美術 (日本画) **間島秀徳さん**

昭和35年(1960)取手市生まれ、本市在住の画家。平成7年(1995)に、本市にアトリエを構えた。平成12年(2000)に文化庁在外研修員として、フィラデルフィア(ペンシルバニア大学)、ニューヨークに滞在。平成27年(2015)から令和3年(2021)まで信州大学の教授、同年(2021)から武蔵野美術大学の教授を務めている。

水をテーマに作品を制作し、個展を中心に活動。ギリシア語で「運動」と「変化」を意味する「キネシス」を作品のタイトルとしている。



美術 (陶芸) **都賀俊雄さん**

昭和14年(1939)本市(旧七会村)生まれ、本市在住の陶芸家。昭和48年(1973)に美術教師を退職し、陶芸の道に入る。

平成12年(2000)には、「真空窯焼成」を成功させる。筑波山系の山々を形作る鉱物を起源とした粘土を用い、真空容器の中でプラズマを発生させ、そこにさまざまな金属を高温で蒸発させてその金属粒子をイオンにして加速し、作品の表面に結晶を形成する処理法により、独特な光彩を放つ焼き物「つくば焼き」を開発した。



ご存じ
ですか？



健康に過ごしながらか医療費を節約する

3つのキーワード

日頃から節約を心掛けている方もいると思いますが、医療費を抑えながら健康に過ごすための方法をご存じですか？誰でもできる医療費節約法をご紹介しますので、ぜひ実践してみてください。

☎ 国保年金課 (千代田庁舎)

① セルフメディケーション

自分自身の健康に責任を持ち、軽度な体の不調は自分で手当てすることをいいます。次のような行動によって、病気の予防に努め、医療機関にかかる回数を減らすことにより、医療費節約の効果が期待できます。



日ごろから健康管理に気を配り、規則正しい生活を送る



栄養バランスを考えた食事や体を動かす習慣を身に付ける



定期的に健診(検診)を受ける

② ポリファーマシー

単に服用する薬が多だけでなく、複数の薬を服用することで、副作用を招いたり、正しく薬が飲めなくなったりしている状態をいいます。ポリファーマシーを予防・解消するため、次のことを心掛けましょう。



かかりつけ医を受診しましょう

かかりつけ医とは、自分や家族の病気や体質などを把握してくれている、身近で相談できる地域の医師のことです。同じ病気で複数の医療機関を受診し、検査や投薬などを繰り返すことは、体への負担・副作用につながります。不調を感じたら、まずはかかりつけ医に相談しましょう。

かかりつけ薬局で薬をもらいましょう

かかりつけ薬局とは、どの医療機関を受診しても、いつも薬を調剤してもらう薬局のことです。薬の重複や飲み合わせなどをチェックし、薬歴を把握した上でアドバイスをしてくれます。



おくすり手帳を活用しましょう

おくすり手帳とは、処方された薬の名前・量・日数・使用方法などを記録できる手帳です。おくすり手帳があれば薬の重複などが分かり、医療費の節約につながります。必ず1人1冊にまとめ、持ち歩くようにしましょう。



③ リフィル処方箋

症状が安定している方に対して、医師が決めた期間・回数内(3回を上限)で、繰り返し使用できる処方箋のことです。

次のようなメリットがあります。

- 薬をもらうための通院が減るので、時間や通院費を節約できる
- 通院の回数が減るので、医療費の抑制につながる
- 感染症流行期の通院による感染リスクを減らせる

リフィル処方箋を発行するかどうかは医師が判断します。希望する方は、かかりつけ医にご相談ください。

処方せん

リフィル可 (3回)

リフィル可 (3回)

リフィル可 (3回)