

誇れる湖と肥沃な台地 笑顔輝くゆめタウンなめがた

# 広報 なめがた

Namegata City Public Relations

2009

9

Sep

No. 49

## Contents

特集	メタボ追放・健康づくり ～ウォーキングのススメ～	P02
お知らせ	ワイド版 (市長選挙・農業振興地域整備計画ほか)	P06
市の話題	・トピックス (商店街活性化へ・プランター寄贈ほか)	P11
情報ひろば		P14
子育て	・包括支援	P16
健康づくり		P17
アントラーズ	・環境	P18
図書だより	・簡単レシピ	P19
なめがたをあるく	(化蘇沼稻荷例大祭)	P20

勇壮な姿で登場！  
麻生祇園馬出し祭

## メタボ追放・健康づくり

### ウォーキングの

### ススメ



『メタボリックシンドローム』…  
今ではすっかり聞き慣れた言葉になりましたね。これは内臓脂肪型肥満を共通の要因として、高血糖、脂質異常、高血圧が引き起こされる状態で、それぞれが重複した場合には命にかかわる病気を招くこともあります。そうなる前に生活習慣の改善をすることが大切です。食生活の見直しはもちろん必要ですが、併せて運動量を増やすことが重要です。

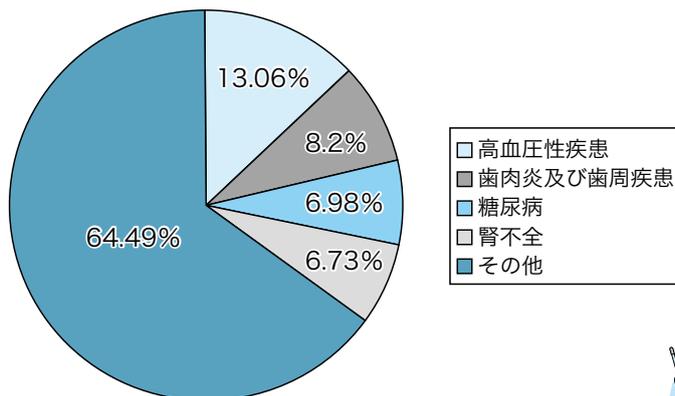
今月号では、生活習慣病を予防し、健康で長生きするために、身近で手軽にできるウォーキングを特集します。

## 市の医療費の現状

20年度の市の国民健康保険総医療費（被保険者0～74歳）は、37億3657千円で、1世帯あたりの年間医療費の平均は約51万円となります。19年度は約45万円なので比較すると約6万円の増加となります。

医療費（入院外）の内訳について調べてみると生活習慣病といわれる高血圧性疾患、糖尿病などの割合が高くなっています。これは行方市だけではなく全国的にいえることです。

医療費内訳（H20年5月診療分）



## 特定健診を受診して生活習慣を見直そう

20年4月から40～74歳までの方を対象として、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診の実施が医療保険者へ義務付けられました。

20年度、生活習慣病予防及び特定健診を受けた市民6187人のうち「肥満」と判定されるBMI 25以上の人は1875人。実に3割以上の人が肥満という結果がでています。肥満者の多くは医療費内訳の上位疾病となる糖尿病、高血圧症などの危険因子を持っており、そのまま放置しておくこと疾患、脳血管疾患など、生命に関わる病気を招いてしまいます。

メタボリックシンドロームの予備軍や該当者を減らすためにも、特定健診を毎年受診し、生活習慣を見直しましょう！

### BMIとは？

「ボディ・マス・インデックス」の略で、身長と体重から求める国際的な体格の判定方法です。統計的に疾患が最も発生しにくく、長生きできる数値は22です。

### ○ BMI 算出方法

$$\text{BMI} = \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)} \div \text{身長(m)}$$

### ○ BMI による判定

BMI	体格判定
18.5 未満	や せ
18.5 ～ 25 未満	標 準
25 ～ 30 未満	肥 満
30 以上	高度肥満



健康増進課 保健師  
駒館 佳子

運動の習慣化は、肥満・糖尿病・高血圧・脂質異常症・骨粗しょう症などの生活習慣病の予防に明らかに効果をもたらします。ウォーキングの主な効果としては、持久力の維持・向上、足の筋力や筋持久力の維持・向上、脂肪燃焼、骨粗しょう症や生活習慣病の予防・改善が図られるほか、心のリフレッシュ・ストレス解消にも効果的です。

より効果的なウォーキングをするためには目的をはっきりさせることが重要です。【①転倒予防を意識してウォーキングがしたい↓短時間・低強度②いつまでもウォーキングを続けたい↓長時間・中強度③いずれはジョギングに移行したい↓長時間・高強度】運動量は速度・時間・頻度を目標や体調・気分に合わせて調節しましょう。まずは無理のない範囲で設定し徐々に強度を上げるようにしましょう。

また、有酸素運動のひとつである「ウォーキング」は、個人の体力・年齢に合わせておこなえるので、運動経験が少ない人でも安全に手軽にできます。

健康づくりの第一歩として、ウォーキングを始めてみませんか！

## ウォーキングを始めてみましょう！

生活習慣を見直し、病気を予防するには食生活の改善や適度な運動が必要です。でも、健康のためになにかスポーツを始めようと思っても継続して行っていないのは難しいですね。

行方市では手軽に運動が始められるように「ウォーキング」の普及に努めています。昨年の10月4日には「行方市ウォーキング大会」を実施し、700人以上の参加がありました。当日実施したアンケートからは「次回も参加したい」という回答が9割を超え、また「地区のグループで歩くことを決めた」という嬉しい報告もありました。

市では、大会後、行方市ウォーキング推進プロジェクトチームを設置し、市内のウォーキングマップの作成、大会の実施準備等に取り組んできました。今年度の大会詳細は下記のとおりです。たくさんの方に参加していただき、健康づくりのきっかけになればと考えています。

ウォーキングはその気になれば散歩や買い物、通勤通学の時間など、いつでも、どこでも、老若男女を問わず手軽にできる有酸素運動です。『みんなが健康で生き生き』のまちを目指してまずは歩いてみませんか！

## ふれあい

# ウォーキング大会



時間  
場所  
内容

午前9時〜

北浦ふれあいの郷 第1グラウンド

北浦湖畔のウォーキング

※4キロ・6キロのコースが選べます。

体重・体脂肪測定、健康相談ができます。

お楽しみ抽選があります！

参加費

100円（中学生以下無料）

※傷害保険料込

対象者

市内在住の小学生以上の方

申込

9月24日（木）までに直接または電話にてお申込ください。

申込先

国民年金課（玉造庁舎）

☎ 0299-5510111

10/3  
(土)



昨年開催のウォーキング大会



16 ミッチー  
ウォーキング会  
代表 大崎功さん

○この時間にやらなければということは決まらずに体調の良いときにおよそ2kmを20分くらいで歩くようにしています。毎月第4水曜には会の仲間と集まり、霞ヶ浦周辺などの4〜5kmのコースを、それぞれ近況を報告しあったりしながら楽しく歩いています。私たちの姿を見て会員以外の方も歩いてみようかな、とあっていただけるとうれいすね。



スマイル・ウォーク20  
代表 若泉孝子さん

○市のウォーキング教室に参加したことがきっかけで毎日歩数、血圧、体重をチェックする習慣ができました。自分の健康は自分で守っていかなければと思っています。会での活動は会員の方とのコミュニケーションなど、とても楽しいですね。笑顔でウォーキングを楽しみ健康の維持に努めていければと思っています。

Interview  
○ウォーキング実践者の方に聞きました！

# 平成21年度 住民基本健診のお知らせ

## 〔北浦地区〕

期 日	時 間	地 区	会 場
10月27日(火)	9:30~11:00	吉川・繁昌	北浦保健センター
	13:00~14:30	中根・山田	
10月28日(水)	9:30~11:00	行戸・南高岡	
	13:00~14:30	小幡・北高岡	
10月29日(木)	9:30~11:00	両宿・内宿・成田	
	13:00~14:30	三和・長野江・次木	
10月30日(金)	9:30~11:00	小 貫	
	13:00~14:30	全 地 区	

## 〔玉造地区〕

期 日	時 間	地 区	会 場
11月16日(月)	9:30~11:00	玉川地区	玉川地区学習センター
	13:00~14:30		
11月17日(火)	9:30~11:00	手賀地区	手賀地区学習センター
	13:00~14:30		
11月18日(水)	9:30~11:00	浜・立花地区	羽生地区学習センター
	13:00~14:30		
11月19日(木)	9:30~11:00	緑ヶ丘・現原地区	榎本地区農民研修センター
	13:00~14:30		
11月20日(金)	9:30~11:00	谷島・横町・内宿・加茂・上宿・下宿・里	玉造保健センター
	13:00~14:30		
11月24日(火)	9:30~11:00	高須・川向	
	13:00~14:30	柄貝・泉・諸井	
11月25日(木)	9:30~11:00	全 地 区	
	13:00~14:30		

## 〔麻生地区〕

期 日	時 間	地 区	会 場
12月 3日(木)	9:30~11:00	矢幡・宇崎	太田分館
	13:00~14:30	石神・根小屋・岡	
12月 4日(金)	9:30~11:00	蔵川・小牧・板峰・新宮・天掛・籠田	大和分館
	13:00~14:30	青沼・四鹿・杉平・白浜	
12月 7日(月)	9:30~11:00	島並・南・橋門	小高分館
	13:00~14:30	小高・井貝・繕沢・谷	
12月 8日(火)	9:30~11:00	於下・今宿・藤井久保・船子	西浦学習センター
	13:00~14:30	行方・五町田	
12月 9日(水)	9:30~11:00	粗毛・玄通・蒲縄・古宿	麻生保健センター
	13:00~14:30	新田・宿・下淵・田町・新原	
12月10日(木)	9:30~11:00	富田・全地区	
	13:00~14:30	全 地 区	

## 〔検診項目及び料金〕

検 診 項 目	料 金
結核検診(19歳以上)	無 料
肺がん検診(胸部レントゲン)40歳以上	無 料
// (喀痰検査)40歳以上	1,000円
生活習慣病予防健診(19歳~39歳)	500円
特定健診(40歳~69歳の国保加入者)	500円
// (70歳~74歳の国保加入者)	無 料
高齢者健診(75歳以上)	無 料
肝炎ウイルス検査(40歳及びもれ者)	1,000円
前立腺がん検診(50歳~74歳の男性)	700円

次に該当する方は、今回の健診を受ける必要はありません。

- ①病気、妊娠等の理由により検診を受けられない方
- ②学校、職場、他機関等で受診されている方
- ③行方市で実施した総合健診を受けた方

※昨年度より法改正があり、年齢・医療保険により健診の名称が変更になりました。

※特定健診は、国保加入者の方のみ受診できます。国保以外の方は各々の医療保険者からの通知等により確認をお願いします。

※健診年齢は平成22年3月31日現在の年齢です。

※住民健診受付票をご持参ください。(世帯ごとに郵送しますので、ご持参ください)

※都合の悪い方は、いずれの日でも受けられます。

※健診時間は、厳守してください。

※通知が来ない方、病院等で健診を受けている方、その他ご不明の点がありましたら、健康増進課へご連絡ください。

【問合せ先】

健康増進課 ☎0291-34-6200

# お知らせ

## ワイド版



### 9月10日は下水道の日です！〈下水道への接続のお願い〉

下水道課 ☎ 0299-5510111

下水道工事が完了して使えるようになっている地域のみなさんは、下水道へ接続する工事（排水設備工事）をしていただき、一日でも早いご利用をお願いします。

市では下水道供用開始3年以内の方を対象として、排水設備工事にかかる費用に對し資金の助成を行っています。（ただし、新築・事業所等は対象外となります。）

- 助成内容（どちらか一方の助成となります）
- 1 補助金の交付 4万円
  - 2 融資あっせん 限度額 50万円

融資あっせんにより金融機関から融資を受けた方に市が利子補給します。  
※詳細については、事前に下水道課までお問い合わせください。

◎なお、茨城県も資金の融資あっせん及び利子補給を行っています。  
限度額 2百万円

（供用開始3年を超えても対象）  
問 茨城県鹿行県民センター環境・保安課

☎ 02991-336056

下水道キャンベーンを実施します（行方市・潮来市日時 9月27日（日）午前9時30分～15時場所 ショッピングプラザ ラ・ラルー（潮来市）内容 パネルの展示・啓発チラシ等の配布未接続世帯への戸別訪問（麻生地区）

### 難病患者福祉見舞金支給制度

（平成21年度分）

社会福祉課 ☎ 0299-5510111

行方市では、平成20年度から難病患者に對して、難病患者とその家族の労苦を見舞うとともに、福祉の増進を図るために「難病患者福祉見舞金」の支給を始めました。平成21年度も支給対象になる方は、早めに申請してください。

対象者 行方市に住所を有する方で、茨城県から交付された「一般特定疾患医療受給者証」又は、「特定疾患登録証」をお持ちの方。

見舞金額 年額 1万円  
申請期間 平成21年9月1日～10月30日  
必要書類

- ① 「一般特定疾患医療受給者証」又は「特定疾患登録証」
- ② 難病患者本人の預金通帳（ゆうちょ銀行を除く）
- ③ 印鑑

### 行方市の農業振興地域整備計画の見直しを実施します

農林水産課 ☎ 02991-3521111

〔農業振興地域整備計画の見直しについて〕

行方市では、平成22年度から平成23年度にかけて行方市の農業振興地域整備計画（農振計画）の見直しを行います。この農振計画は、「農業振興地域の整備に関する法律（農振法）」に基づいて、おおむね10年先を見通した農業を振興するための総合的基本計画として定められたものです。現在、行方市の農業振興地域整備計画は、麻生地域、北浦地域、玉造地域の旧町ごとに定められています。今回の見直しにより行方市全域の計画として策定されることとなります。

〔農用地区域について〕

農業振興地域には、農用地として利用するための「農用地区域」が指定されています。農用地区域の農地は、原則として農業以外の目的には利用できません。

\*農用地区域からの除外について  
農用地区域に指定されている農地を、やむを得ず、農業以外の目的に利用する場合は、農振法第13条第2項の要件を満たし、更にその目的について、農地法、都市計画法、建築基準法などの他法令による許認可が見込まれる必要があります。この要件を満たしていることを条件に「農業振興地域整備計画の変更（農振除外）」手続きが必要となりますので、事前に農林水産課へご相談ください。（農振除外完了まで、申出締切日から約5ヶ月の期間を要しますのでご注意ください）

\*個別の農振除外申出（随時変更）の受付締切日  
平成21年度 9月30日・2月1日  
平成22年度 5月31日・9月30日・1月31日  
\*平成23年度は農振除外の手続きを一時停止します！

行方市の農振計画見直しは、平成22年度に市内各地域の情勢調査（基礎調査）及び関係機関との調整を行い、平成23年度に計画確定の手続きを行う予定です。このため、平成23年度中は、農振除外手続きを一時停止いたしますので、計画のある方はお早めに農林水産課へお申出ください。

### 行方市情報メール一斉配信サービスを開始します

9月1日から、市のイベント情報、災害や不審者情報、選挙速報、健診等の情報について、登録いただいた市民の皆さんのパソコンや携帯電話へ、メールで配信するサービス（メールマガジン）を開始いたします。

パソコンでの受信を希望される方は、市ホームページの「情報メール一斉配信サービス（[http://www.city.namegata.ibaraki.jp/mail\\_service/](http://www.city.namegata.ibaraki.jp/mail_service/)）」から、携帯電話は、以下の2次元バーコードから登録できます。



2次元バーコード

※携帯電話は、こちらのアドレス [http://www.city.namegata.ibaraki.jp/mobile/mail\\_service/](http://www.city.namegata.ibaraki.jp/mobile/mail_service/) から登録できます。



※9月は、行方市長選挙に関する情報を中心に配信する予定です。

問 秘書広聴課 ☎ 0299-72-0811

# 行方市長選挙のお知らせ

行方市選挙管理委員会

☎0299-72-0811

投票日 平成21年9月13日(日)

午前7時～午後6時

告示日 平成21年9月6日(日)

投票所 市内33か所(入場券に記載)

## 【期日前投票等】

投票日に、仕事やレジャー、買い物、入院などで投票所へ行くことができない方は、期日前投票又は不在者投票ができます。

## 期日前投票

期間 平成21年9月7日(月)から

9月12日(土)

時間 午前8時30分から午後8時まで  
場所 行方市役所 各庁舎(3か所)  
※入場券を持参してください。

病院等(指定施設)での不在者投票

期間 平成21年9月7日(月)から

9月12日(土)

手続 投票の方法等、詳しくは施設代表者(不在者投票管理者)にお問い合わせください。

※不在者投票を希望される方は、投票手続に数日を要するため、早めに施設代表者(不在者投票管理者)へその旨をお伝えください。

## 税金

のお知らせ

### 今月の税金

固定資産税 第3期

国民健康保険税 第3期

納付期限(口座振替日)

は9月30日です

## 軽自動車等を廃車したら届出を

軽自動車(軽乗用車、軽トラック、オートバイ、バイクなど)を廃車した場合は、必ず届出をしてください。

届出をしないで、そのままに放置しておくとう軽自動車税が毎年賦課されてしまうことになります。

○軽自動車の廃車手続きは

①自動車車検証②ナンバープレート③理由書(ナンバープレート紛失等の理由により返納できない場合)④申請依頼書(代理人申請の場合)⑤印鑑(所有者及び使用者の印鑑)をご準備のうえ下記事務所、支局で手続き願います。

### <四輪の軽自動車>

軽自動車検査協会 茨城事務所 (〒311-3123 東茨城郡茨城町字広山 887-59)

☎ 029-293-9989

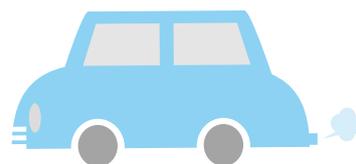
### <二輪(250cc以上)の軽自動車>

茨城運輸支局 (〒310-0844 水戸市住吉町 353)

☎ 050-5540-2017

○125cc以下のバイクは

バイク(125cc以下)などの廃車については、市役所各総合窓口課で手続きができます。電話で必要書類などをお問い合わせのうえ届出をお願いします。



## 滞納処分について

市では、納税の公平性を保つため、催告に応じない市税等滞納者に対しては、積極的に滞納処分を実施しています。滞納処分とは、地方税法および国税徴収法に基づき、やむを得ず財産(不動産、給与、預貯金など)を差押さえて、公売などを行い滞納税金に充てることをいいます。普通自動車、軽自動車、バイクなどについては「タイヤロック」も実施しています。事情により期限内に納付できないときは、収納対策課へお早めにご相談ください。

問い合わせ 収納対策課(麻生庁舎) ☎ 0299-72-0811

# 市の職員数・給与などの公表

市の職員数・給与などの概要についてお知らせいたします。  
これは市の「人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、市民の皆様には職員の任用や勤務条件をご理解いただくためのものです。

## 職員数 職員の任免及び職員数に関する状況

◇採用者・任用替職員数（平成21年4月1日）

区分	試験採用	選考採用	任用替	計
一般行政職	5	0	1	6
技能労務職	0	0	▲1	▲1
計	5	0	0	5

◇退職者数（平成21年3月31日）

区分	定年	勤奨	その他	計
一般行政職	7	4	0	11
技能労務職	5	2	0	7
計	12	6	0	18

◇年齢別職員数の状況（平成21年4月1日）

	10代	20代	30代	40代	50代	計
男性	0	22	87	72	79	260
女性	0	11	31	45	73	160
計	0	33	118	117	152	420

◇部門別職員数の推移（各年4月1日）

区分	平成21年	平成20年	増減数
一般行政部門	281	283	-2
教育部門	98	106	-8
公営企業等	41	44	-3
総合計	420	433	-13

## 給与 職員の給与の状況

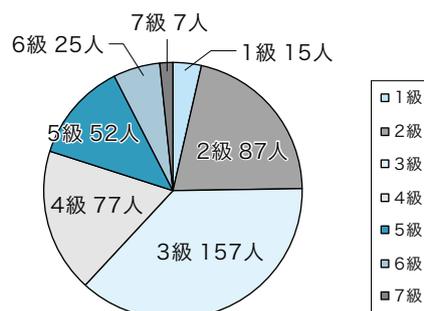
◇平均給料月額及び平均年齢（平成21年4月1日）

区分	平均年齢	平均給料月額
一般行政職	43.6歳	327,200
技能労務職	51.8歳	298,000

◇初任給の状況（平成21年4月1日）

区分	行方市	
一般行政職	大学卒	172,200
	短大卒	152,800
	高校卒	140,100

◇級別職員数（一般行政職）



◇経験年数別・学歴別平均給料月額の状況（平成21年4月1日）

区分	学歴	経験年数 10～15年未満	経験年数 15～20年未満	経験年数 20～25年未満
一般行政職	大学卒	285,200	318,400	378,500
	短大卒	266,400	300,700	344,200
	高校卒	255,000	291,900	322,500

◇特別職の報酬等の状況（平成21年4月1日）

区分	給料月額	期末手当	区分	報酬月額	期末手当
給料	市長	697,500	報酬	議長	315,000
	副市長	556,140		副議長	265,000
	教育長	507,780		議員	249,000
		計	計	計	計
		6月期 1.60月分			6月期 1.60月分
		12月期 1.75月分			12月期 1.75月分
		計 3.35月分			計 3.35月分

※平成20年4月1日から平成22年3月31日までの間の給料を、市長は10%、副市長・教育長は7%の削減措置を行っている。

## 勤務時間・研修 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

◇勤務時間（標準的なもの）

区分	状況
正規の勤務時間	1週間あたり40時間
開始・終了時間	開始 8:30 終了 17:30
休憩時間	12:00～13:00

◇職員研修の状況（平成20年度）

研修名		研修対象者	研修日数	受講者名
基本研修	新規採用職員共同研修	1年未満の職員	8日	3人
	職員第2部研修	採用後5年目の職員	2日	6人
	職員第3部研修	採用後7年目の職員	2日	2人
	現任係長研修	係長の職にある職員	3日	4人
専門研修	訴訟法務講座	指名した職員	2日	1人
	政策形成基礎講座	指名した職員	3日	1人
	政策法務講座	指名した職員	6日	1人
	政策評価講座	指名した職員	3日	1人
	公共マーケティング技法導入講座	指名した職員	2日	1人
	クレーム対応能力向上講座	指名した職員	2日	1人
	女性職員のためのステップアップセミナー	指名した職員	2日	1人
	人事評価研修	指名した職員	2日	1人
	ファシリテーション講座	指名した職員	2日	1人
	法務マスター研修	指名した職員	24日	1人
	福祉担当職員のカウンセリング実務研修	指名した職員	2日	2人
	公務窓口接客研修	指名した職員	1日	7人
	カウンセリングマインド養成研修	指名した職員	1日	2人
自主研修	講演「職場風土の改善とCS」	課長補佐以上の職にある職員	1日	52人
	講演「自治体における危機管理について」	全職員	1日	94人
	裁判員制度研修	全職員	1日	370人

## 指定管理者制度導入施設の評価について

行方市では、平成18年度から公共施設の管理・運営に指定管理者制度を導入しています。指定管理者制度とは、公共施設の管理・運営に民間の活力を取り入れ、市民サービスの向上や管理経費の縮減を図るものです。市では、この指定管理者が提供するサービスが安全かつ適正な水準で確実に実施されているかを判断するため、評価を行っています。

◆平成20年度の評価結果を公表します。

No.	施設名	指定管理者名	評価結果					所管課
			管理運営 全般	施設の 維持管理	サービスの 維持向上	危機管理 対策	総合評価	
1	霞ヶ浦ふれあいランド	(財)市開発公社	A	B	A	A	A	商工観光課
2	観光物産館こいこい	(株)玉造観光物産センター	A	B	A	A	A	//
3	高須崎公園	(財)市開発公社	B	A	B	B	B	都市計画課
4	高須崎公園体験農場	(財)市開発公社	B	B	C	B	B	//
5	高須崎交流センター	(財)市開発公社	B	B	B	B	B	//
6	北浦荘	(社)社会福祉協議会	B	B	B	B	B	社会福祉課
7	ディサービスセンター	(社)親和会	A	A	A	B	A	介護福祉課

### 評価の基準

- A（優良）：仕様書及び事業計画書の内容や目標を上回る成果があり、優れた管理運営が行われた場合
- B（良好）：仕様書及び事業計画書の内容どおりの成果があり、適正な管理運営が行われた場合
- C（課題含）：仕様書及び事業計画書の内容や目標を下回る項目があり、さらなる工夫・努力、改善が必要な場合
- D（要改善）：管理運営が適正に行われたとは認められず、大きな改善を要する場合

### ◆評価結果の活用

- (1) 指定管理者に必要な指導、指示を行うことにより、施設の適正な管理運営を確保します。
- (2) 施設の管理運営に反映させることで、利用者サービスの向上を図ります。

問合せ先 総務部 総務課 行政改革推進室 ☎ 0299 - 72 - 0811

# 障害のある方で一定の基準を満たせば NHK受信料が免除になります

社会福祉課 ☎0299-551-0111

## 全額免除になる方

身体障害者 身体障害者手帳をお持ちで、世帯全員が市民税非課税の場合（手帳の等級は関係ありません）  
知的障害者 療育手帳をお持ちで、世帯全員が市民税非課税の場合（手帳の等級は関係ありません）  
精神障害者 精神障害者手帳をお持ちで、世帯全員が市民税非課税の場合（手帳の等級は関係ありません）  
半額免除になる方

身体障害者 身体障害者手帳をお持ちの方が世帯主で左記に該当する場合。

- ・視覚障害 1・2・3・4・5・6級の方
- ・聴覚障害 2・3・4・6級の方
- ・肢体不自由 1・2級の方
- ・内部障害 1・2級の方
- 知的障害者 ④・Aの療育手帳をお持ちの方が、世帯主の場合。
- 精神障害者 1級の精神障害者手帳をお持ちの方が、世帯主の場合。

※全額免除の世帯は、地上デジタル放送用のチューナーとアンテナ工事が無料で受けられます。  
・現在のアナログテレビ放送は平成23年7月24日で終了し、地上デジタル（地デジ）放送に切り替わります。  
・地デジを受信するためには、チューナー（受信装置）とアンテナ工事が必要となります。

まだ申請されていない場合はお早めに申請してください。

## 参加者募集

### 文学散歩

期 日 11月6日（金）  
場 所 鎌倉（鎌倉文学館ほか）  
負担金 4,500円（昼食は各自負担）  
募集人員 40人（申込者多数の場合抽選）  
募集期間 10月1日（木）～16日（金）



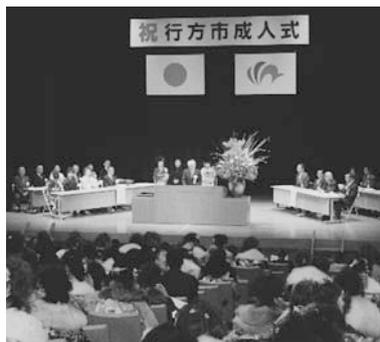
### 読み聞かせ講座（初級編）

期 日 9/26（土） 10/3（土）  
10/10（土） 10/25（日）  
時 間 午後2時から  
場 所 行方市立図書館  
講 師 小沼淳子先生  
内 容 読み聞かせの基本  
申込締切 9月20日まで  
申込方法 行方市立図書館へ直接お申込下さい。  
申 問 行方市立図書館  
☎ 0299-551-495



## 平成22年1月10日（日） 成人式を開催します

時間 式典 午前10時  
場 所 行方市文化会館  
対 象 平成元年4月2日～平成2年4月1日に生まれた方で行方市に在住及び行方市出身の方  
問 生涯学習課  
☎ 0291-351-2111



9/20  
（日）

## 行方 新撰組の日！

新撰組の筆頭局長であった芹澤鴨は、行方市芹沢の出身です。芹澤鴨が亡くなったといわれる9月に、芹澤鴨生家近くの法眼寺にて鴨忌をおこないます。また、霞ヶ浦ふれあいランドで地元劇団「まちづくり市民劇団●玉造座」の公演や新撰組ゆかりの方々が出席するイベントなども開催されます！

### 【法眼寺】

10:00～11:00 芹澤鴨・平間重助  
追善供養

### 【霞ヶ浦ふれあいランド】

12:00～13:30 パレード  
(12:15～12:35 狂歌の小径除幕式)  
13:40～15:00 殺陣パフォーマンス  
15:30～16:30 新撰組●玉造座公演（開場 15:00）



問 行方市観光協会

☎ 0299-55-1221

# なめがた夏の風景

今年の夏も市内各地でお祭りやイベントが開催されました。取材で出会ったたくさんの風景の中から一部をご紹介します。



## 色とりどりの草花が歓迎！

### 大和2小よりプランター寄贈

「公共施設に飾って下さい。」と、90鉢のサルビア、マリーゴールド、ペチュニアのプランターが届けられました。大和第2小学校の児童たちが自分たちで種を蒔き、丹誠込めて大切に育てたもの。見事に咲く、サルビア、マリーゴールド、ペチュニアは、北浦庁舎や北浦公民館、北浦給食センターに飾られ、訪れる人々を楽しませてくれています。



## リーダー的存在として

### 農業三士が市長を訪問

農業三士（農業経営士、女性農業士、青年農業士）の認定者と退任者の皆さんが市長室を訪問しました。

市長からは「地元でも参考となりえる農家経営をされ、農業振興に貢献されていることに感謝しています。リーダー的な存在として行方市の農業を引っ張って行ってほしい」と話がありました。



## みんなの安全のために！

### 行方市建設業協議会が除草作業

6月19日（金）行方市建設業協議会の皆さんが355バイパスの交差点約70ヶ所を中心に除草ボランティアを行いました。会長の兼平光典さんは『草木が伸びて危険な場所がたくさんあるので会員の方に協力をお願いして実施しました。事故防止につながればいいと思っています。』と話してくれました。

## 商店街活性化へイラストシャッター！

### 鉾田2高美術部の皆さん

鹿島鉄道の廃止などで人通りが減ってしまった玉造中央商店街にインパクトをつけたいと、旧玉造町駅前前で写真店を営む高野整一郎さんが、県立鉾田第2高校美術部の生徒に依頼し、明るい色彩のイラスト入り店舗シャッターが完成しました。

美術部顧問の小林宏美先生は、「依頼があれば、今後も続けたい」と話し、高野整一郎さんは、「他の店舗でも協力をいただければ商店街の活性化につながるのでは」と話していました。



## グラウンドゴルフ教室

6月7日～ 高須崎公園にて

24名の参加により開催されました。参加者のみなさんはとても楽しかったようで、早く次の大会に出たいと意欲たっぷりでした。



## 関東小学生ソフトテニス選手権大会

7月4日 山梨県甲府市

当市の玉造山王ソフトテニススポーツ少年団より4名の選手が出場しました。【高学年女子の部】  
小沼菜緒・小沼莉緒・高橋みずき・渡辺沙緒里

## 行方地区弓道大会

7月5日 麻生運動場にて

- 【団体優勝】 中澤 侯晴  
水海 洋
- 【射詰優勝】 中澤 侯晴
- 【射込優勝】 斉藤 勝美
- 【射込2位】 元木 康晴
- 【射込3位】 高橋 秀行

## 行方市民社会人サッカー大会

7月12日

北浦第1グラウンドにて

- 【優勝】 上山FC
- 【準優勝】 ファイナルズ
- 【第3位】 B I D A N

### 【お詫びと訂正】

市報行方8月号第4回市内ミニバスケットボール大会結果について誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。  
(誤) 【第3位】 要ミニバス  
(正) 【第3位】 麻生ミニバス

## 行方市近隣スポーツ少年団サッカー大会

8月2日 北浦第1・2グラウンド

18チームの参加により開催されました

- 優勝 鉾田サッカー
- 準優勝 津澄サッカー
- 第3位 日の出スポーツ少年団  
サッカー部
- 第3位 FCドルフィン大洋



↑ 準優勝 津澄サッカー

## 市民運動会開催のお知らせ

秋晴れの中、市民間の親睦交流を深めるため市民運動会を開催いたしますので奮ってご参加ください。なお、実施にあたっては昨年同様、麻生地区・北浦地区・玉造地区ごとに開催します。市民の方々が自由に参加できるようオープン種目を中心に保育園、幼稚園、学校、PTA、消防団などの団体での参加も予定しています。

たくさんの皆様方のご来場お待ちしております。

※各地区とも雨天の場合は中止といたします。

- 麻生地区市民運動会 10月11日(日) 麻生運動場多目的広場
- 玉造地区市民運動会 10月18日(日) 玉造運動場陸上競技場
- 北浦地区市民運動会 10月25日(日) 北浦運動場第1グラウンド

- 問** スポーツ振興課 (北浦体育館内) ☎ 0291-35-2120  
麻生運動場 ☎ 0299-77-0791  
玉造運動場 ☎ 0299-55-3211



行方市の人口  
 総数 38,998人 (-13)  
 男 19,342人 (-6)  
 女 19,656人 (-7)  
 世帯数 11,611世帯 (+10)  
 平成21年8月1日現在  
 ( ) は前月との比較

行方市民憲章  
 やさしい自然  
 かがやく人  
 わたしたちがつくる  
 魅力あるまち、行方市



市の花  
ヤマユリ(山百合)



市の木  
イチヨウ(銀杏)



市の鳥  
シラサギ(白鷺)

屋外広告物は許可が必要です  
 9月は「屋外広告物美化強調月間」

私たちの身の回りには、商店の看板、野立て広告など、いろいろな種類の屋外広告物があります。こうした屋外広告物は、まちの雰囲気を作り出す役割を果たす反面、無秩序に掲出されると街の美観や自然景観を阻害するだけでなく、私たちに危害を及ぼすこともあります。このため、広告物の設置については必要なルールが設けられており、多くの場合許可を受けることが必要となります。まちの良好な景観を作り出すため、屋外広告物の表示をするときには必ず許可を受けましょう。

○屋外広告物を表示してはいけない地域(禁止地域)

- ・郊外の道路沿線や信号機又は道路標識から一定の区域
- ・第一種(第二種)低層住居

専用地域などの用途地域や国定公園など。

※ただし店舗等の敷地内については、一定の基準内で表示することができます。

○屋外広告物を表示してはいけない物件(禁止物件)

電柱、街路樹、信号、道路標識など。

○許可には広告物の種類により有効期間(最長3年)があり、いったん許可を受けた広告物でも、有効期間の経過後に引き続き設置するためには、更新の手続が必要です。有効期間が切れた屋外広告は、違反広告物として除却命令の対象になりますので、ご注意ください。

問

都市計画課(玉造庁舎)  
 ☎ 0299(55)0111



○差別問題○家庭内の問題○金銭貸借・貸地借家、近隣間のもめごと

期日 10月6日(火)麻生公民館  
 10月6日(火)北浦公民館  
 10月7日(水)玉造公民館

時間 午前10時〜午後3時

特設人権相談所開設

(予約不要・相談無料・秘密厳守)

人権擁護委員自宅電話相談

根本維子0299-731-2110  
 箕輪次男0299-721-0670  
 茂木宏一0299-771-0336  
 代々木博0299-551-3359  
 荒井政夫0299-551-2014  
 瀧崎美子0299-551-0432  
 島田幸子0299-1351-2669  
 水野義貞0299-1351-2460  
 平山邦寛0299-1351-0616

※早朝・夜間は急用以外はご遠慮ください。

主催 人権擁護委員協議会  
 水戸地方法務局鹿嶋支局

厨房器具(市の備品)を売却します

方法 条件付一般競争入札  
 入札物品 厨房器具24品(旧玉造学校給食センターで使用していた業務用厨房器具)  
 売却条件 24品目全部を一括で売却、現状渡し、輸送費用等は買取人負担

最低売却希望価格 50万円(税抜き)

入札参加資格 県内に住民基本台帳登録または外国人登録している方、県内に事業所を有する法人、その他要件有り

入札参加申込 受付期間 9月9日〜9月15日  
 受付場所 麻生庁舎 財政課  
 物品公開 9月8日午後2時〜4時30分(旧玉造学校給食センター)  
 入札日時 9月25日午後1時30分(麻生庁舎)

※詳しくは市HPでご確認ください

申問

財政課(麻生庁舎)  
 ☎ 0299(72)0811

学校教育課(北浦庁舎)  
 ☎ 0299(35)2111

この家普通じゃない!  
 住むと病気が逃げてく

何じゃいそりゃ?はい、ありがとうございます。つまり、病気になりづらい家をつくってます。同業者の方にもゼヒ!おすすめしたい住宅です。

※実はこのスゴイ家の秘密、とんぼ住宅のホームページからご覧いただけます。

ウェブ検索は、

税金・水道料金の納付は、常陽銀行の口座振替をご利用ください。

※お申込方法等については、お近くの常陽銀行窓口へご相談ください。

ベストパートナーバンク



麻生支店 0299(72)0551  
 北浦支店 0291(35)2121  
 玉造支店 0299(55)0101

# シリーズ 戸籍

## ③婚姻届



現在の戸籍は、夫婦単位で戸籍を編製します。

子供が結婚すると、今までの戸籍から抜けて妻（夫）と二人だけで新しい戸籍が作られます。今の制度は、夫婦別姓ではありませんので、婚姻するとき夫の氏か妻の氏か、どちらかを選ばなければなりません。婚姻届の時に夫の氏を選べば夫が、妻の氏を選べば妻が戸籍の筆頭者になります。一度決まった筆頭者は、その人が死亡しても変わることはありません。

日本人の婚姻は、民法の規定により、男は満18歳以上、女は満16歳以上でなければ婚姻することは出来ません。未成年の婚姻の場合は、実父母（養父母）の同意が必要となります。また、届出の正確性を高めるために、当事者の意思を証明する人として、成年の証人二人が必要となります。

詳しくは、総合窓口課市民グループへお尋ねください。



問：総合窓口課 市民グループ  
☎ 0299-55-0111

## 「なめがた郷土かるた」巡旅

めぐりたび

今月号から、「なめがた郷土かるた」にちなんで、行方市内ふるさと巡旅をご案内いたします。ふるさと行方の身近な宝物ですので、どうぞお楽しみ下さい。

かっぱの恩返し（玉造地区芹沢の民話）

夏の夕方、芹沢の殿様が、馬で梶無川の橋を渡ると、馬の尾をつかんで引き止める者がいたので、刀で切って館に帰りました。夜中に河童が来て、「切られた片腕を返してください。」というので、哀れに思い返してやりました。河童はお礼に手を接ぎ、傷を直す秘薬の製法を伝授したと言います。



「なめがた郷土かるた」は、1組2,000円  
購入は、麻生・北浦・玉造公民館または生涯学習課まで。

## 受講生募集

### ふるさと教室「常陸風土記めぐり・彫刻になった玉造の歴史」

彫刻家宮路久子さん、郷土史家の海老澤幸雄さんを講師に玉造地区に残る古代の歴史の地を、バスでまわります。

日時 10月3日（土）午後1時30分～4時

場所 集合 玉造公民館駐車場

対象 市内在住・在勤・在学の小学生～一般（小学生は保護者同伴）

人数 20名程度 料金 無料

申込方法 直接窓口、またはお電話にて9月25日までにお申込ください。

### ナイト市民講座「特別な日のフラワーアレンジメント教室」

1日の疲れを癒す花との時間。記念日のためのブーケ作りやテーブルを飾るアレンジメントを学びます。

場所 麻生公民館 研修室 料金 材料費 1,500円程度

日時 9/29（火）・10/27（火）・11/10（火）午後7時～9時

対象 市内在住・在勤・在学の一般の方 人数 20名程度

申込方法 直接窓口、またはお電話にて9月15日までにお申込ください。

申・問 生涯学習課（北浦庁舎）☎0291-35-2111

## 英語を教えることが大好きです!

時間	曜日	火	水	木	金
18:30～19:15	対象	小学校高学年 <small>(火曜)</small>			小学校高学年 <small>(金曜)</small>
19:30～20:20	対象	中学1年 <small>(火曜)</small>	中学2年	中学3年	中学1年 <small>(金曜)</small>
20:30～21:20	対象	高校2・3年 <small>(応用)</small>	高校1・2年 <small>(標準)</small>	高校2・3年 <small>(発展)</small>	

・教材 小学生：オリジナルテキスト  
中学生：英語教科書、オリジナル問題等  
高校生：英語長文総合問題、オリジナル問題等  
・指導料 1ヵ月 5,000円  
(入会費なし)  
指導者 大川 英世

**大川 英語教室** TEL 0299-66-6753 携帯 090-5204-4065  
潮来市小泉（潮来高校近くで古高方面への道路沿い）

## 広告募集

「市報行方」へ  
広告を掲載しませんか

行方では、「市報行方」に有料広告掲載される方を募集しています。

詳しくは、行方市役所 秘書広報課まで

〒311-3892 行方市麻生1561-9

☎0299-72-0811 FAX0299-72-2174

受け付け  
広告原稿提出（発行1ヵ月前）

↓  
広告掲載内容審査

↓  
広告掲載決定

↓  
掲載発行



## Bringing up a child

# 子育て

行方市子育て支援センター

☎ 0299-55-0130(直通)

子育て相談は随時受付しています

### ス・トミック講座《五感・表現・文化伝承・創作》

作る楽しさ体験しよう！バルーンアート

日時 9月30日(水) 9:30受付

場所 北浦公民館

講師 佐々木美季さん

募集人数 親子20組(先着順)

申込期間 9月7日(月)～18日(金)

費用 500円(材料費)

### 親子教室&ス・トミック講座《五感・表現・文化伝承・創作》

アフリカのたいこで遊ぼう！

日時 9月18日(金) 9:30受付

場所 玉造公民館

講師 大泉彰由樹さん、大泉究さん

### 親子教室《のびのび・どろんこ》

親子ビクス～ママとスキンシップ～

日時 9月8日(火) 9:30受付

場所 玉造公民館

講師 佐藤直子さん



### 子育て広場 9月の予定

9月		麻生		北浦		玉造		
		午前 9:30～ 11:30	午後 1:30～ 3:30	午前 9:30～ 11:30	午後 1:30～ 3:30	午前 9:30～ 11:30	午後 1:30～ 3:30	
1	火	○		○			○	
2	水			○			○	
3	木	○		○				
4	金	○				○		
7	月					○		
8	火	親子教室						
9	水	○		○			○	
10	木	○		○				
11	金	○		○				
15	火	○				○		
16	水	○				○		
17	木	○		○				
18	金	親子教室&ス・トミック						
24	木	○		○				
25	金	○		○			○	
28	月					○		
29	火	○				○		
30	水	ス・トミック講座						

開催場所 麻→麻生公民館 北→北浦公民館 玉→玉造保健センター



## Inclusive support

# 地域包括支援センター

行方市地域包括支援センター

☎ 0299-55-0114

いつまでも健やかにすみなれた地域で生活していけるよう、高齢者やご家族のみなさんを、医療、保健、介護及び福祉などさまざまな方面から総合的に支援します

### 【全国認知症サポーター100万人キャラバン】

### 【認知症サポーター養成講座】 ～認知症を学び地域で支えよう～

「認知症サポーター」は特別なことではなく、認知症について理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者になることです。自分でできる範囲で活動できればいいのです！たとえば・・・

- ★友人や家族に、認知症について学んだことを伝える。
- ★認知症の方や介護する家族の気持ちを理解するよう努める。
- ★隣人や街で働く人としてできるだけ手助けをする。

認知症サポーターとして活動してみたいと思った方は、是非お申し込みください！

- 日時 9月16日(水)
  - テーマ 認知症サポーターにできること
  - 時間 13:30～15:00(受付13:00～)
  - 場所 玉造保健センター 研修室
  - 対象者 一般(年齢制限なし)
  - 人数 20名
  - 参加費用 無料
  - 申込方法 電話でお申し込みください。
- ※定員になり次第、締切とさせていただきます。
- 申込先 行方市地域包括支援センター
  - ☎ 0299-55-0114(直通)
  - 担当 内山



Health

# 健康づくり

行方市健康増進課（北浦保健センター内）

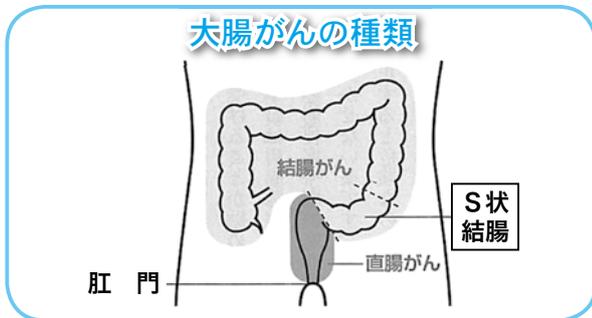
☎ 0291-34-6200

## 健康つらみ がん予防（5） ～大腸がん～

大腸がんは、長さ約2mの大腸（結腸・直腸・肛門）に発生するがんで、この20年間で患者数は約4倍に増加しています。今後、がんの中で最も多くなると推定されていますが、原因の解明が進み予防しやすくなっています。

大腸がんが出来やすいのは「直腸」と「S状結腸」で大腸がんの約70%がここに集中しています。

行方市では、30歳以上の方を対象に便潜血反応検査（2日法）による大腸がん検診を実施しています。大腸がんは、早期に発見して治療をすれば治る可能性の高いがんです。自覚症状がなくても年に一度は検診を受けることが大切です！



### 大腸がんの検診方法

- 便潜血反応検査（検診）  
大腸にがんやポリープなどがあると出血が見られます。便潜血反応検査では、便の中の血液の有無を検査します。
- 内視鏡検査（精密検査）  
検診で陽性と判定された人は精密検査を受けるようになります。内視鏡検査は、直腸から盲腸まで大腸全体を内視鏡で観察する検査で、疑わしい細胞を採取し検査できます。

### 《危険因子と予防》

大腸がんの急増は肉食の多い欧米型の食生活への変化が原因と考えられています。脂肪を多量にとると、がんの促進因子が増し、がんが発生しやすくなるといわれています。また、繊維分の多い食物は便の量を増やし腸内での便通過速度が速くなるのでがんの発生を少なくするといわれています。

大腸がんを防ぐには脂肪をとりすぎないことと、食物繊維の多い食物を十分にとることが大切です。

**[大腸がんの危険因子]**・・・肥満・喫煙・アルコール・こげた肉・脂肪の多い食事

**[大腸がんの予防因子]**・・・運動・野菜・果物・カルシウム

### 乳がん・子宮がん検診のお知らせ（北浦地区）

お申し込みは、各地区保健協力員さんまたは健康増進課（北浦保健センター）へ電話でお申し込みください。

期 日 11/4（水）・11/5（木）・11/6（金）  
11/8（日）・11/9（月）・11/10（火）・11/11（水）

受付時間 午前10時～午後1時

場 所 北浦保健センター

対 象 者 <乳がん検診>

25歳～39歳の女性 ⇒ 乳房超音波検査

40歳～59歳の女性 ⇒ 乳房超音波検査+乳房X線撮影

60歳以上の女性 ⇒ 乳房X線撮影

※X線撮影は2年に1回です。

<子宮がん検診>

20歳以上の女性 ⇒ 問診・頸部検査

料 金 乳がん検診（超音波）・・・1,000円

乳がん検診（X線）・・・1,000円

子宮がん検診・・・1,000円

申込期限 9月25日（金）まで

申込及び 健康増進課（北浦保健センター）

問合せ先 ☎0291-34-6200

### 献血のお知らせ



期日	9月16日（水）
時間	<午前> 9:30～11:30
会場	行方市役所玉造庁舎
期日	10月30日（金）
時間	<午前> 10:00～12:00 <午後> 1:00～3:30
会場	麻生保健センター
期日	10月30日（金）
時間	<午前> 10:00～1:00 <午後> 2:00～3:30
会場	セイミヤモール麻生店
期日	11月13日（金）
時間	<午前> 9:30～12:00 <午後> 1:00～3:30
会場	北浦公民館
【問合せ先】 健康増進課 ～献血にご協力ください～	



©(株)鹿島アントラーズFC

## 「シルバーファミリーデイズ」開催！！

9月12日（土）、鹿島アントラーズ・ホームタウンである行方市に在住で、65才以上（昭和19年12月31日生まれ以前）の方を無料でご招待します。

事前にチケットの引き換えをできなかった方、見逃してしまった方も、チケットを手に入れることができます！！

まだまだ暑い日が続くこの時期、夕涼みを兼ねてのゲーム観戦はいかがですか？

Jリーグ25節 vs. 川崎フロンターレ  
(キックオフ 19:00、開場 16:00)

\* 試合当日、カシマサッカースタジアム第3ゲート脇のテントでチケットの引き換えを行います。年齢及び住所の確認できるものを持参ください。

\* 65才未満の方は、有料となります。

### 今月のホームゲーム日程

◇9月12日（土）午後7時00分  
25節 川崎フロンターレ戦

◇9月26日（土）午後6時00分  
27節 名古屋グランパス

※チケット料金はお問合せください。

お問合せ 企画課（麻生庁舎） ☎ 0299-72-0811 HP <http://www.city.namegta.ibaraki.jp>

## なめがた環境通信 なめがた環境通信

### 児童環境科学セミナーを

### 開催しました

(7月30日・31日 8月3日・6日)

市内の小学5年生を対象に霞ヶ浦ふれあいランド（学習棟）で児童環境科学セミナーが開催されました。これは、霞ヶ浦の現状を知り、将来の霞ヶ浦について考えることを目的に実施され、252名の児童が参加しました。

子ども達は、霞ヶ浦湖上で水を採集し、臭いや水温の調査、プランクトン採集や霞ヶ浦の透明度の計測などを行いました。さらに、プランクトンを顕微鏡で観察し、パックテストなどの実験を行い、霞ヶ浦の水の汚れを調べるなど盛りだくさんの学習を行いました。セミナーの最後には、「霞ヶ浦を汚さないようにするためには、みんなが出来ることを考えてみよう」というテーマでグループ討議を行い、活発な意見が沢山出されました。子どもたちはまず自分の出来ることから、始めようという意識を高めたようでした。

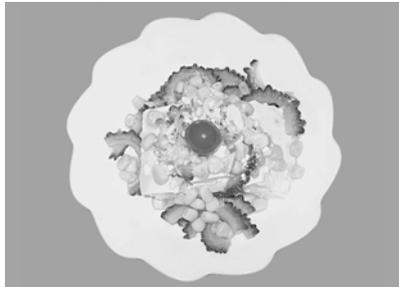


主催 環境保全行方市民会議  
行方市教育委員会

主管 独立法人水資源機構利根川  
下流総合事務所

問 環境課（北浦庁舎）  
☎ 0291-35-2111

# ヘルシー クッキング



## トーフとゴーヤの酢味噌あえ

夏野菜をたくさん取りましょう。  
野菜には抗菌化作用があります。

### ○材料（1人分）

もめんトーフ 100 g ゴーヤ 60 g  
とうもろこし 20 g  
カッテージチーズ 6 g 砂糖 小さじ1  
酢 大さじ1と1/2 味噌 小さじ1と  
1/3 ミニトマト 1個 みょうが 適量

### ○作り方

- ①なべに水を入れトーフを4等分に切り湯どうしする。
- ②ゴーヤはたて半分に切り種とわたを取り除く。薄切りにし茹でてザルにあげる。とうもろこしも茹でて、実をはずしておく。
- ③ボールに味噌、カッテージチーズ、酢、砂糖を入れて混ぜ合わせ②を加えてあえ、トーフに盛り付ける。
- ④盛り付けたらみょうがのみじんぎりを盛り付ける。ミニトマトをそえる。冷やして食べてもおいしいです。

エネルギー 221kcal  
タンパク質 14.0 g  
ビタミンC 49 g  
塩分 1.7 g



健康増進課 管理栄養士  
平野 紀美子

ゴーヤはビタミンCを多くふくみます。苦味は「モルデシン」という物質です。

# BOOKS 図書館情報

このほかにもたくさんのお本が入っています！  
希望する本がないときは図書館職員へ声をかけてください。市内の各図書室のほか、県立図書館からも取り寄せます。

## 新着図書

「八つ花ごよみ」 山本一力作



ふたりで眺める満開の桜。病で言葉を失くした妻は、ただ温かな涙を流していた…。苦楽をともにした連れ合い、あるいは友という大切な絆を慈しみ生きる、江戸の熟年世代の深々とした喜びを描く。

一般書 刺客長屋／森村 誠一

児童書 忍者サノスケじいさんわくわく旅日記21／なすだみのる  
たまごにいちゃんぐみ／あきやまただし

行方市立図書館のホームページで「新着案内」と「蔵書検索」ができます。

## イベント情報

開催場所は行方市立図書館になります。

だっこでよみきかせ 9月9日（水）午前10時～

『おつきさんのめだまやき』ほか

おはなし会 9月26日（土）午後2時～

『お月見』

※市のHPのイベントカレンダーで詳しい内容がご覧いただけます。

## Sep 9月図書館カレンダー

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			



□は休館日※公民館図書室は異なる場合があります。

施設名	開館時間	電話番号
行方市立図書館 (玉造乙 1175)	火曜日～金曜日 (午前9:30～午後6:30) 土・日・祝日 (午前9:30～午後5:00)	0299-55-1495
行方市北浦公民館図書室 (山田 2175)	午前9:00～午後5:00 休館日は月曜日	0291-35-3777
行方市麻生公民館図書室 (麻生 1221)	午前9:00～午後5:00 休館日は月曜日	0299-72-1573

# なめがたをあるく



## 吉式ゆかしい日本の風情 化蘇沼稲荷神社例大祭「巫女舞」



化蘇沼稲荷神社



稽古風景



清々しい3名のみなさん



化蘇沼稲荷神社本殿

化蘇沼稲荷神社は、文明10年（1478）、当時の領主大掾（だいじょう）氏が創建し、その後火災で焼失しましたが、天文3年（1534）、武田氏により再建されたと伝えられています。また、再建のとき奉納相撲をもって五穀豊穡を祈願したともいわれ、別に「関取稲荷」とも呼ばれています。

現在も毎年8月25日に例大祭が行われ、豊作を祈願する奉納相撲のほか、武田地区当番区の小学生による巫女舞も奉納され、雅楽の調べにのせて古式ゆかしい舞が披露されます。

和子さんの指導のもと、稽古を重ねてきました。稽古は、厳かな雰囲気で行われ、宮内さんが自ら手を添え、きめの細かい指導を行い、3人とも真剣な面持ちで取り組んでいました。

巫女になることは、以前から聞かされていたそう、巫女舞について額賀さんは、「手を曲げたりまっすぐにしたりするのが難しい」と話してくれました。

巫女舞は、文献によると江戸時代から始まったとされており、太平洋戦争中に一時中断されたものの、昭和21年（1946）に復活。以後、毎年披露されています。

3人の巫女の艶やかに舞う姿は、多くの見学者を魅了しました。今後とも武田地区に残る貴重な伝統文化を、絶えることなく後世に語り伝えていっていただきたいものです。

## ROOKIE

市内で頑張るフレッシュな人を紹介していきます！

五十野さん  
（農業生産法人  
有くらぶコア）

根菜類、葉物、香  
菜など年間をと  
おして10種類以上  
のものを栽培して  
います。

生産だけにとどまらず、加工、販売など、多面的な農業経営をしていきたいと考えています。5月には「ふきのとう」という店舗も開店し、よりがんばっていきなさいです。



## 編集後記

麻生祇園馬出し祭を取材させていただきました。馬と神輿の勇壮な戦いを間近で目にするのができ、大いに堪能した1日でした。（保）

みなさんは日頃、運動していますか？スポーツクラブに入会したり、テニス教室に申し込んだりとやる気（？）はある私ですが、継続するのはなかなか難しいですね…。今回の特集はウォーキング。楽しみながら行うのが続けていける秘訣なのだと思います。（友）