

誇れる湖と肥沃な台地 笑顔輝くゆめタウンなめがた

市 報 なめがた

Namegata City Public Relations

2010

3

Mar

No. 55

行方産のお米おいしいよ！
津澄小学校 学校給食

Contents

特集1 考えよう！学校給食 P02

特集2 大場家住宅が映画ロケ地に！ P05

お知らせワイド版 P06

(証明窓口サービス・税金のお知らせ ほか)

市の話題・トピックス P12

(なめがた狂歌大会・文化財防火デー ほか)

情報ひろば P16

子育て・包括支援 P18

健康づくり P19

アントラーズ・環境通信 P20

図書館情報・ヘルシークッキング P21

なめがたをあるく (行方市文化会館) P22



いただきます

考えよう！



1月25日の献立

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・ポークメンチカツ
- ・大根サラダ
- ・筑前煮
- ・給食週間ミルクプリン

エネルギー	872cal
タンパク質	31.6 g
脂質	29.1 g
カルシウム	407mg
※小学生の量で算出しています	

子どもたちが大好きな給食。
命を育み、心と体を育てる給食。
それは地域を担う子どもたちに最も身近な『食』のかたち。
学校給食のいまを知り、子どもたちに身に付けてほしい望ましい食習慣についても考えましょう。

学校給食

おしえて！

行方市の学校給食のいま

1日に約3650食を調理！

行方市では、4つの幼稚園、18校の小学校、4校の中学校に給食を提供しています。平成17年の合併を機に統合がすすめられ、給食費も統一して新たな歩みをはじめました。

現在は、1日に約3650食を麻生学校給食センター、北浦学校給食センターの2つの施設で調理しています。

午前8時には本格的に調理が始まります。平成21年度に改訂された衛生管理マニュアルに従い衛生的な調理を行っています。例えば加熱調理（揚げ物、焼き物、蒸し物）は中心温度が85℃で1分以上になるよう確認するなど安全な給食を提供するためにさまざまな注意を払っています。午前10時ごろには安全を確認する検査を実施。午前10時45分ごろから各校へ配送を開始します。

安全・安心な食材で作られる給食

給食センターでは栄養士が作成した献立にもとづいて食材を発注して

います。同じ品質なら少しでも安い品をと、情報を集めながら工夫を重ねていますが、産地を十分確認するなどして安価な外国産の食材は使用が控えられている傾向にあります。

外国製品から国産品に切り替えたことで大幅な値上げにつながった例もありますが、価格を優先しても安全を後回しにすることはありません。

地産地消に取り組んでいます

食を取り巻く環境は大きく変化しています。行方市の子どもたちが、生涯を通じて健康に過ごせるよう、地域で採れた安心・新鮮・おいしい農産物を学校給食に取り入れ地場農産物の大切さや、地域の産業などを学んでほし

学校給食における地産地消状況（図1）

※平成20年度末現在

品 目	全体使用量 (単位：kg)	行方産 使用割合
米	37,544	100%
チンゲンサイ	2,351	100%
水菜	887	100%
人参	9,489	46%
きゅうり	4,769	41%
たまねぎ	12,258	0%
じゃがいも	5,923	6%
さつまいも	734	100%
いちご	15,380 個	100%
しめじ	889	100%
なめこ	291	100%
エリンギ	572	100%
生レンコン	529	100%
大葉 10 枚 / 束	2145 束	100%
生しいたけ	122	81%
キャベツ	11,662	6%
大根	3,227	56%
長ネギ	3,277	0%
かぶ	196	100%
生小松菜	52	100%

いくらかかるの？

—行方市の給食—

給食1食あたりの食料費
約240円（年間の平均）
（この金額は食料の実費で、光熱費や人件費などは含まれません。）

い・・また地域に伝わる様々な食文化に触れながら、郷土への関心を高め、郷土への愛着を持つてもらいたい・・このような理由から、市では積極的に地場農産物を利用した献立をたてています。米は年間をとおして100パーセント行方産のコシヒカリを使用。野菜もJAなめがた、産直センター等を通じて地元産の農産物を積極的に使用しています。（図1参照）



大鍋を使い効率よく筑前煮が作られています。



メンチカツを揚げる作業。
メンチカツに使用されている豚肉は茨城産のものです。



筑前煮の材料となるこんにゃくを切る作業。食料によって機械で切る場合と手作業で行う場合があります。

おいしく食べて！ 食育としての学校給食

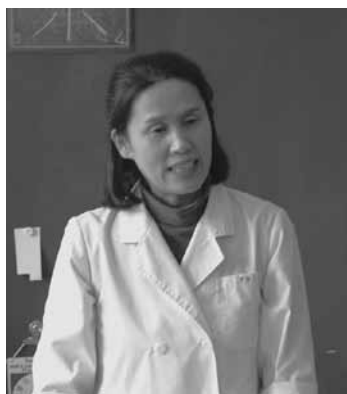
残食がでてしまう現実

学校給食はたくさんの方の地域の人たちの手がかかっています。地域で育ったお米や野菜を使い、栄養のバランスを考えて作った献立を給食センターで様々な注意をして作り、安全で安心な食事を子どもたちに提供しています。一生懸命作った給食ですが、残食がで

てしまうことも事実です。21年度の4月から9月の平均では全体の19・2%が残食として廃棄処分されています。7月や9月などの暑い時期は食べにくいことを考慮して調理場でも出す量を調整するといった工夫もしており、残食量は20年度より減少傾向ではありますが、ゼロにするのは難しいのが現状です。

和食の良さを知ってほしい

現在、月水金のご飯、火曜日がパ



栄養教諭
高野加代子さん
(たかのかよこ)

鹿行地区内の給食センターで栄養士として勤務後、21年度4月より行方市の栄養教諭として市内の小中学校の食育指導にあたる

献立は、市内の給食センター栄養士が集まり検討会議を実施し決定しています。季節を感じることものできる行事食を実施したり、なるべく旬の食材や地場産物を使用した献立となるように工夫しています。また、月に1回、行方の日を設けて郷土の味を楽しんでもらっています。2月18日には行方市漁業振興協議会の協力で霞ヶ浦北浦

産のワカサギが南蛮漬けで登場しました。ワカサギ漁の方法や食の歴史、栄養素などを説明しながら楽しく食べることができました。地元で獲れたものは子どもたちにとっても関心が高いようです。給食は食育において実践です。食生活は一生続いていきます。食の大切さを学ぶことで、自分で自分のことを管理できる能力を培ってほしいと思います。

ン、木曜日がパンか麺類を基本として献立を作成しています。残食量は、子どもたちの体調や気温などに左右されることや時間的なこともあり厳密な数量を把握することが難しいですが、行方市の残食量は和食の日に多い傾向があります。

子どもたちの好きなものだけで給食の献立を作れば残食を減らすことにはつながりますが、学校給食には、栄養補給と同時に食べることに付いて学ぶという目的があります。昔ながらの郷土食や和食の良さを知ってもらいたい。そのために献立に積極的に取り入れています。残食ながらそういったメニューの日に残食が多いのです。

食を通して生きる力を

多くの食材が氾濫し、子どもたちにとって『食べやすいもの』『おいしいもの』となっている現代。特にここ数年は、地域の郷土食や和食を『食べたことがないから食べられない』という子どもたちが増えてきました。また、『寝るのが遅くなり朝ごはんが食べられない、おやつを食べて晩ごはんが食べられない』という声も耳にします。

生活習慣と食習慣は密接に関係し

ています。食生活の乱れは、心身の成長や一生の健康に大きな影響を与えるので望ましい食習慣を身に付けることが大切です。

国は平成17年6月に「食育基本法」を制定しました。これはすべての国民が健全な心身を培い、豊かな人間性を育むためには、食生活の大切さを学ぶ「食育」を推し進めることが大切だと定めたものです。

学校給食が食育を担う大切な拠点であることは間違いありません。行方市では今年度4月より専任の栄養教諭を配置し、各学校への食に関する学級活動での指導、給食の時間における食材の説明、保護者に対して食育だよりを発行するなど、今まで以上に具体的な指導を行っています。

それと同時に『家庭での食育』も重要です。家族で食卓を囲み、食事のマナーや給食の献立などを話し合ってみてください。小中学生は将来の自分の健康の基を作っているとても大切な時期です。残さず食べること、食事のマナーといった基本的なことをしっかりと身に付けることが大切です。給食も食の実践の場としてその一翼を担いますが、家庭、地域でも食を通して生きる力を育みましょう。

大場家住宅が映画ロケ地に！



茨城放送「タ刊ほっと」生出演



市支援の会関係者との対談



歴史アイドル 美甘子さん

水戸藩開藩4百年を記念して制作される映画「桜田門外ノ変」(佐藤純彌監督)。1月22日に高萩市穂積家住宅のロケを皮切りに、すべて茨城県内でロケが行われています。今回の映画化は、水戸藩領関係自治体や市民有志でつくる「桜田門外ノ変」映画化支援の会が中心となって進められ、千波湖畔に完成したオープンセットには、江戸城桜田門や彦根藩邸などが再現されています。

2月2日には、茨城県指定文化財大場家住宅(玉造甲)において、ロケが行われ、主人公、関鉄之助を演じる俳優の大沢たかおさんや西村雅彦さんなどが当地を訪れました。本市でも、映画制作への協力と地域活性化の起爆剤につなげるため、「桜田門外ノ変」行方市支援の会を設立しました。当日は、商工会女性部や虹の会、農村女性地域活性化推進連絡会の皆さんが行方産の食材を使って炊き出しを行い、

出演者やスタッフに振る舞いました。また、市民がエキストラとして出演しました。

今回、幕末映画の制作ということで、坂本龍馬大好き歴史アイドル(通称…歴ドル)の美甘子さんをお招きし、茨城放送への生出演など各種マスメディアへの出演・取材をとおして行方市の幕末の魅力や食のおもてなしなどの広報宣伝を行っていただきました。

市支援の会関係者との対談で美甘子さんは、「幕末の日本を動かした尊皇攘夷のルーツが水戸にあることを知りました。水戸徳川家が、天皇中心の国家を目指していたことも不思議です。桜田門外の変が時代を変えたことは事実です。今の時代、草食系男子などと言っていますが、自分の意思で責任をもって行動できる男子が増えればいいと思います。行方市の皆さん、おもてなしをいただきありがとうございます。炊き出し」などと話し、炊き出しスタッフの皆さんやエキストラ



「桜田門外ノ変」行方市支援の会の皆さん

ラの出演者などと、にこやかに写真撮影に応じてくれました。美甘子さんの今後のご活躍をお祈りいたします。

現在、「桜田門外ノ変」特典付映画製作協力券を行方市観光協会事務局や行方市商工会等において、1枚2千円で販売しております。この機会に是非お求めください。

問合せ 商工観光課(北浦庁舎)
TEL 0291・35・2111



地元エキストラの皆さん



佐藤純彌監督



大場家住宅映画ロケ風景

より便利になるよう努力していきます。

休日に来庁される際には事前に確認されることをおすすめします。



お知らせ

ワイド版

INFORMATION

証明窓口サービスが土日でもご利用いただけます！

行方市では、現在、毎週土曜日に住民票及び戸籍謄(抄)本の交付窓口を開庁しておりますが、仕事や家庭の都合などで平日窓口に来ることのできない市民の皆様へのサービス向上のため、市役所麻生庁舎において、平成22年4月から毎週土曜、日曜日に、住民票の交付・各種証明書の発行など、業務を拡大し窓口を開庁いたします。

開庁日

毎週土曜日・日曜日(平成22年4月から) ※年末年始(12月29日～1月3日はお休みです。)

開庁時間

午前8時30分～午後5時15分

開庁場所

麻生庁舎1階 総合窓口

TEL 0299-72-0811

※北浦・玉造は開庁しませんのでご

注意ください。

発行できる証明書

次ページの表をご確認ください。ただし、他の市町村や他の機関への問合せが必要な場合や書類に不備がある場合など、取扱いができない場合があります。

休日に来庁される場合には事前に確認されることをおすすめします。

平成22年4月1日から市役所の閉庁時間が午後5時15分に変わります。

閉庁時間が変更となる施設

市役所麻生庁舎・北浦庁舎・玉造庁舎
麻生・北浦・玉造保健センター
水道課

※公民館、図書館、市民運動場の利用時間に変更はありません。

市では、平成20年人事院勧告に基づき、職員の勤務時間を1日8時間(午前8時30分から午後5時30分)から1日7時間45分(午前8時30分から午後5時15分)に短縮させていただくこととなり、これに伴い、市役所等の閉庁時刻が一部変更になりましたので、ご協力をいただきますようお願いいたします。

なお、毎週土曜、日曜日に麻生庁舎において、住民票の交付、税証明などの窓口を開設いたします。市民の皆様のご利用をお待ちしております。

住民票、戸籍関係の交付

住 民 票 の 写 し 等	・住民票・住民票の除票・住民票記載事項証明 ・住所証明（軽自動車税用） * 請求者（窓口に来た人）の本人確認をさせていただきますので、運転免許証など、本人であることを確認できるものをお持ちください。 * 第三者（同一世帯以外の方）の場合、委任状が必要です。	総合窓口課
印 鑑 登 録 証 明	・印鑑登録証（カード）が必要です。 * 証明書の発行のみで、登録は平日のみの受付となります。	
戸 籍 謄 本 ・ 抄 本 等	・全部事項証明書（戸籍謄本）・個人事項証明書（戸籍抄本） ・除籍謄本・除籍抄本・改正原戸籍謄本・改正原戸籍抄本 ・戸籍の附票・身分証明書（本人のみ）・独身証明書（本人のみ） * 本籍と筆頭者名を確認の上お越しください。 * 本籍が行方市にある方のみです。 * 請求者（窓口に来た人）の本人確認をさせていただきますので、運転免許証など、本人であることを確認できるものをお持ちください。 * 直系親族以外の方や第三者からの請求の場合、委任状が必要です。	

本人でないと交付できない場合がありますので、事前に電話で確認されることをおすすめします。

税関係証明の交付

市民税関係の証明書	・所得証明書（児童手当用も含む）、課税証明書、非課税証明書 * 未申告の場合は交付できない場合があります。 * 本人以外の場合、委任状が必要です。	税 務 課
資産税関係の証明書	・評価額証明書、公課証明書、台帳記載事項証明書、資産証明書 * 本人以外の場合、委任状が必要です。 * 現況証明書、住宅用家屋証明書は発行できません。また、台帳閲覧、公図の写しの交付もできません。 * 内容に異動・修正があった場合や、確認が必要なものは平日のみの取扱いとなります。	
納税関係の証明書	・納税証明書 * 本人以外の場合、委任状が必要です。 ・軽自動車継続車検用証明（委任状は不用です。）	
そ の 他	・法人所在証明書 （法人の代表者の印を持参いただくか会社印を押印した委任状が必要です。）	

請求者（窓口に来た人）の本人確認をさせていただく場合がありますので、運転免許証など、本人であることを確認できるものをお持ちください。

旅券の交付・埋火葬許可書の交付

旅 券（パスポート） の 交 付	・申請された旅券の交付（受領） 本人のみ受領でき、代理での受領はできません。 * 申請時にお渡しした引換書を必ず御持参ください。	総合窓口課
埋火葬許可書の交付	火葬場の予約を済ませ、届出人の印鑑を持参の上おいで下さい。（休日は北浦庁舎、玉造庁舎ではお取り扱いできませんので、直接麻生庁舎においでください。）	

国民健康保険からのお知らせ

国保年金課課

☎ 0299 (55) 0111

○保険証更新について

平成22年度の保険証は平成22年4月1日から更新されます。3月下旬に郵送しますので、ご確認ください。

※皆様の医療費は大切な国保税で賄われています。その国保税の納付が滞れば国保財政の運営が危機に陥ります。国保税は納期限内に納付ください。

※納付が滞ると期間の短い保険証になつたり、保険証が交付できない場合もあります。

○高齢受給者（70歳から74歳）の

一部負担割合について

70歳から74歳の方は医療機関の窓口での支払い負担割合は1割（現役並所得者は3割）となっています。負担割合が1割に据え置かれていることによるもので、その期間が1年間延長され、平成23年3月31日まで1割となります。1年間延長されたことに伴い、高齢受給者証を再交付いたします。（3割負担の方は変更ありません。）3月下旬に郵送しますので、現在の受給者証と差し替えて、医療機関へ提示ください。

障害者手帳をお持ちの方の

自動車税・自動車取得税の減免制度が

一部改正されます。

行方県税事務所

☎ 0299 (72) 0482

身体障害者手帳、療育手帳、精神手帳をお持ちの方で、一定の要件を満たす場合は、自動車税・自動車取得税が免除になります。

障害がある方本人が運転される場合はこれまでと同様ですが、家族の方が運転される場合は平成22年4月1日より手続きが一部簡素化されます。

なお、すでに免除を受けている方については、改めて申請する必要はありません。

	本人運転	家族運転	常時介護者運転
障害者手帳	○	○	○
運転免許証	○	○	○
自動車税の通知書	○	○	○
印鑑	○	○	○
世帯全員の住民票（住民票謄本）	注1	○	—
常時介護証明書	—	—	注3
その他	—	注2	—

注1

自動車の所有者が家族名義で同居の場合と家族運転で同居の場合は、「世帯全員の住民票（住民票謄本）」が必要になります。なお、同居でない場合など不明な点は、県税事務所へ確認してください。

注2

障害者の方が福祉施設に入所している場合は、福祉施設の「一時帰宅等証明書」、「障害者の住民票」、「健康保険証、源泉徴収票、施設入所の申込書などの扶養関係が分かる書類」が必要になります。

注3

「常時介護証明書」は、市役所で発行します。



国民年金の保険料は、お支払い方法によっておトクな割引料金が設定されています。

水戸南年金事務所

TEL 029-227-3251

国保年金課（玉造庁舎）

TEL 0299-55-0111

国民年金保険料は、金融機関・郵便局・コンビニ窓口にて現金払いで1年度分を前納すると年間3,220円の割引になりますので、ぜひご利用ください。

☆前納用（1年度分・6ヶ月分）納付書は4月上旬に郵送する納付案内書につづられています。

※現金払いでの前納は、1年度（12ヶ月分）や6ヶ月分だけではなく、任意の月分から年度末までの分を前納することも可能です。この場合、専用の納付書が必要となりますので年金事務所までお問い合わせください。

現金前納のお支払いは

4月1日から4月30日まで

国民年金の保険料は、以下の方法でも納められます！

○口座振替（便利でお得な口座振替による前納もおすすです）

口座振替のお申し込みは、預貯金口座をお持ちの金融機関（郵便局を含む）の窓口、または年金事務所で受け付けています。年金手帳、通帳、通帳印をお持ちください。

○クレジットカード納付 クレジットカードによる納付を希望の場合は年金事務所にお申し込みが必要です。

○インターネットや携帯電話を利用しての納付

納付方法については、日本年金機構のホームページをご覧ください。http://www.nenkin.go.jp/

税金

のお知らせ

所得税の確定申告

相談・申告書の受付及び納期限は**3月15日（月）**までです。

確定申告による所得税の納期限は平成22年3月15日（月）です。申告書の提出後に、納付書の送付や納税通知等による納税のお知らせはありません。納付には便利な振替納税を是非ご利用ください。

振替納税を利用	振替日（平成22年4月22日（木））に指定の金融機関の預貯金口座から自動的に引き落とされます。事前に口座の残高をご確認ください。 ※新たにご利用になる場合又は転居等により所轄の税務署が変わった場合は、「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」を提出してください。
現金で納付	納期限（平成22年3月15日（月））までに金融機関（歳入代理店）又は所轄の税務署で納付してください。納付書をお持ちでない方は、税務署又は所轄の税務署管内の金融機関に用意してある納付書を使用してください。 ※金融機関に納付書がない場合には、所轄の税務署にご連絡ください。
電子納税を利用	自宅やオフィスのインターネット等を利用して納付できます。 詳しくは、e-Tax ホームページ（ www.e-tax.nta.go.jp ）をご覧ください。

―還付される税金がある場合の受取方法について―

還付される税金があるときは、確定申告書の「還付される税金の受取場所」に、振込先金融機関名、預貯金の種別及び口座番号（ゆうちょ銀行の場合は、記号番号のみ）を正確に書いてください。なお、振込先の預貯金口座はご本人名義のものに限ります。

詳しくは、国税庁ホームページ【www.e-tax.nta.go.jp】で確認されるか、税務署におたずねください。（潮来税務署：0299-66-6931）

平成21年度分の税金の納付はお済みでしょうか？

平成21年度分の市・県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税の納期限が3月1日ですべて期限を経過いたします。

忘れてしまったり、納付書をなくしたなどで、また納付がお済みでない方はお早めに納付をしてください。

納付がない場合は納期限内納税者との公平を保つため、やむを得ず財産（不動産、動産、債権）を差押え、公売等により税金に当てることになりますのでご注意ください。



市営住宅の入居者募集について

建設課（玉造庁舎） ☎ 0299（55）0111

左記記載の市営住宅の入居者を募集します。

住宅名 みなみ原団地（旧麻生）
所在地 青沼841番地14
間取り 3LDK
構造 RC造
募集戸数 1戸



募集期間 平成22年3月8日～3月19日
入居資格

左記の①～③の全ての要件に該当する方
①単身入居以外の方で現在住宅に困っている方

②市税等を滞納していない方
③公営住宅法で定める基準内の収入である方

（例）一般世帯の場合

（1世帯の合計所得額－控除額）÷12
≦15・8万円以下

入居者の選考

募集戸数より申込者が多い場合は、市営住宅管理条例第8条により入居選考委員会を行い入居者を決定いたします。

入居可能予定時期 平成22年5月
申込用紙

所定の申込書がありますので、建設課（玉造庁舎）及び総合窓口課（麻生庁舎・北浦庁舎）にお問い合わせください。

※募集内容・申込み書等については、行方市ホームページにも掲載しています。

（<http://www.city.namagata.ibaraki.jp/>）

申込先 建設課（玉造庁舎）



みなみ原団地

環境美化センターの受付時間が変わになります

環境美化センター

☎ 0299（72）1853

平成22年4月1日から、行方市職員の勤務時間を1日8時間から1日7時間45分に短縮させていただくことに伴い、環境美化センターへのごみの直接搬入受付時間を左記のように変更いたします。

市民の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

直接搬入受付時間

平日

午前 8時30分～11時30分

午後 1時～4時30分

土曜日

午前 8時30分～11時30分

※毎日の生活でのごみ分別の注意点

・燃えるごみの指定袋に、空き缶等はいれないでください。台所ごみの水分をよくきってください。

・ビンの中身は捨てて中をゆすいでください。飲料用の缶やペットボトルはつぶさないでください。

・燃えないごみ（赤・黄コンテナ）の中に、資源ごみ（ペットボトル・空き缶・ビン）は入れないでください。

・金属キャップは燃えないごみの扱いとなります。

専用住宅での高度処理型浄化槽整備に対し補助金を交付いたします

下水道課（玉造庁舎）

☎ 0299（55）0111

専用住宅に高度処理型浄化槽（窒素及びリン除去型）を設置される個人の方に、補助金の交付が予定されています。

受付開始 平成22年4月1日から先着順にて受付いたします。

補助対象地域 公共下水道整備区域及び認可区域、農業集落排水整備区域及び認可区域を除く、行方市全域が対象

補助予定基数 10人槽≦1基

7人槽≦18基

5人槽≦11基（計30基）

人槽	金額
5人槽	876,000円
7人槽	1,219,000円
10人槽	1,719,000円

平成22年度中に工事が完了することが補助を受ける条件となります

単独処理浄化槽（し尿）の撤去補助金

補助予定基数 5基

補助予定金額 9万円

補助対象 単独処理浄化槽（し尿）を高度処理型浄化槽（窒素及びリン除去型）に入替える方が対象となります。

就学校の指定変更・区域外就学について

学校教育課（北浦庁舎） ☎ 0291（35） 2111

○就学校の指定について

お子さんが市立の小・中学校に入学するとき、住民登録をしている住所に基づいて（通学区域Ⅱ校区）教育委員会は通学すべき学校を指定します。

○就学校の指定変更

（市内で指定された学校以外の学校への就学を希望する場合）
保護者が左記の理由等により指定された学校の変更を希望する場合、学校の指定変更の申し立てを行うことができます。

【転居による理由】
・家を新築するなど転居が明らかであるため、あらかじめ転居先の校区の学校に通学したい場合
・年度の途中で市内のほかの校区に転居するが、区切りの良い時期（学期）まで現在の学校に通学したい場合

【保護者の勤務等による理由】
・保護者が共働きで、放課後、祖父母などの家に帰らせたいためその校区の学校に通学したい場合
・子どもを保護者の勤務先（自営業地を含む）に帰らせたいためその校区の学校に通学したい場合

【心身上の理由】

・心身上の理由（いじめ・不登校の対応等）により現在の指定された学校を変更したい場合

【地理的な理由】

・通学の利便性などにより指定された学校を変更したい場合

【その他の理由】

・兄弟姉妹が指定された学校の変更を許可されているときで、同じ学校に通学したい場合
・その他諸事情からやむを得ないと教育委員会が認めた場合

○区域外就学

（市外から行方市立の小・中学校への就学を希望する場合）
住民登録が行方市以外の児童生徒で、何らかの理由により行方市の小・中学校への就学を希望する場合、区域外就学の願出を行うことができます。願出後、住民登録地の教育委員会と協議を行い、許可が出た場合に就学することができます。

○手続き方法について

就学校の指定変更・区域外就学を希望する場合、他に私立学校へ就学する場合は手続きが必要です。詳しくは、学校教育課（☎ 0291・352111）へお問合せください。

臨時技術補助員（支援を必要とする子のための介助員）募集

勤務先 行方市内の幼稚園及び小学校
雇用期間 平成22年4月1日～平成22年9月30日（勤務日：月曜日～金曜日）
募集人員 若干名 **応募資格** 市内もしくは隣接市在住
賃金 時給750円（通勤距離により別途交通費支給）
勤務時間 午前8時30分～午後3時30分
※勤務時間により厚生年金保険、健康保険、雇用保険の適用あり
休日 土・日曜日・祝日及び夏休み、冬休み等（雇用期間に応じ年次有給休暇あり）
応募方法 市販の履歴書に必要事項を記入し持参または郵送により応募してください。
提出期限 平成22年3月15日（月）午後5時必着
選考方法 書類選考後、採用予定者に面接をします。面接は3月下旬を予定しています。
問・申 〒311-1792 行方市山田2564-10
学校教育課 ☎ 0291-35-2111

臨時技術員（幼稚園教諭）募集

勤務先 行方市内の幼稚園
雇用期間 平成22年4月1日～平成22年9月30日（勤務日：月曜日～金曜日）
募集人員 若干名 **応募資格** 市内もしくは隣接市在住
賃金 日給7,440円（通勤距離により別途交通費支給）
勤務時間 午前8時30分～午後5時15分（休憩時間1時間）
※勤務時間により厚生年金保険、健康保険、雇用保険の適用あり
休日 土・日曜日・祝日及び夏休み、冬休み等（雇用期間に応じ年次有給休暇あり）
応募方法 市販の履歴書に必要事項を記入し持参または郵送により応募してください。
提出期限 平成22年3月15日（月）午後5時必着
選考方法 書類選考後、採用予定者に面接をします。面接は3月下旬を予定しています。
問・申 〒311-1792 行方市山田2564-10
学校教育課 ☎ 0291-35-2111

行方市障害者地域活動支援センター指導員（契約職員）募集

受付期間 平成22年3月1日（月）から平成22年3月17日（水）（日曜休）
午前8時30分から午後5時30分までに市販の履歴書（写真貼付）を提出※郵送不可 直接事務局へ提出すること
採用職種 契約職員（指導員） **採用予定数** 若干名
応募資格 障害福祉に対し理解がある方、普通自動車運転免許を有する方又は採用までに取得可能な方
採用時に行方市または近隣市町村に住所を有し、通勤可能な方
契約期間 平成22年4月1日から平成23年3月31日 **給与等** 本会の契約職員の規則に基づき支給
問合せ・申込先 〒311-3512 行方市玉造甲403
行方市社会福祉協議会（事務局）地域福祉係 ☎ 0299-36-2020

2月14日は伝統子ども教室発表会

あわせて親子フラワーアレンジメント教室も

1年間の成果を発表する集いが麻生公民館で行われました。

舞踊教室の発表は、大ホール。きれいな衣装に身を包み華やかな舞台に参観者もうっとり。ロビーでは茶道教室による子ども茶会が開かれました。かわいらしい子ども達のお手前にお父さんやお母さんも少し緊張気味でした。そのほか、バレンタインをテーマにアメやお菓子を材料にした楽しい親子アレンジメント教室も実施され、楽しい一日になりました。



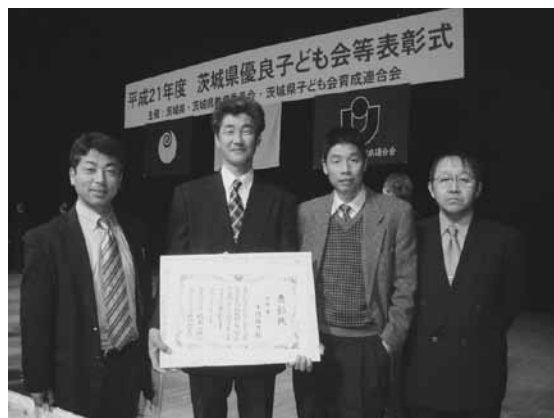
春を待つエコな「吊し雛作り教室」

私だけのお雛様ができました

1月から2月にかけて麻生公民館で行われた「春を待つエコな吊し雛作り教室」。30分前開始がいつの間にか当たり前、玉造生活大学の皆さんを講師に迎え毎回、楽しくできました。初めは不安だった生地集めもお互いの協力でスムーズに。牛乳パックやペットボトルの蓋を使ったキャップ作りなども教えていただき、エコに目覚めた方も。

茨城県植物病疫協会設立 50周年記念大会

1月21日（木）に開催された記念大会において、山田在住の阿部高之さんが茨城県議会議長賞を、行方市農作物病虫害防除対策協議会が茨城県農林水産部長賞を受賞しました。農作物共同防除の導入から現在にいたるまでの推進を始め、無人ヘリオペレータ、ナビゲーターの育成に尽力をつくしている功績が認められての受賞となりました。



小沼満男さん 優良子ども会表彰

平成21年度優良子ども会等表彰式が、1月30日に小美玉市四季文化会館「みの一れ」で開催されました。

その席上、顕著な活動をしている子ども会育成にあたった功績により、優良子ども会指導・育成者が表彰されました。行方市の表彰者は次の方です。

○優良子ども会指導部・育成の部 小沼満男さん

現在、行方市子ども会育成連絡会の理事として活躍されています。

どんど焼きで五穀豊穡を祈る

要小学校正月お楽しみ会

1月23日(土)、地域の高齢者とのふれあいを目的とした、要小学校(原英夫校長、児童数127人)恒例の、第34回正月お楽しみ会が開催されました。

餅つきやメッセージを記した風船とばし、昔ながらのどんど焼きなど、保護者も参加して楽しいひとときを過ごしました。

同校PTA会長の石崎光春さんは、「子どもたちには、地域のすばらしい習わしを後世に伝えていってほしい」と話していました。



尺八と琴を体験しました！

玉造西小学校

2月2日(火)、玉造西小学校(伊能忠雄校長、児童数47人)で「琴・尺八のミニコンサートと琴学習会」が開催されました。5・6年生全員に配られたという尺八は校長先生の手作り！音を出すことが難しいと言われる尺八ですが、練習を重ね、当日は4名の児童が『ゆうやけこやけ』『若草の夢』を披露しました。琴の体験では柳町文子さんを講師にむかえ、琴の基本的な構造や音の出し方の説明を受けたあと実際に『さくら』の演奏をしました。

鬼は外！みんなで豆まき

北浦幼稚園

2月3日(水)、市内各幼稚園で節分の豆まきが行われました。

北浦幼稚園(森田幸雄園長、園児数68人)では、同園PTA役員が扮した鬼に、園児たちは「鬼は外」と大きな声を出しながら豆を投げ、鬼を追ひました。最初のうちは泣き叫ぶ園児もいましたが、その後、鬼たちとも仲よくなり、一緒に記念写真を撮りました。最後には、テレビで人気の「ピラメキたいそう」で汗を流しました。



文化財防火デー合同消火訓練

国指定重要文化財西蓮寺仁王門ほか

1月24日(日)、西蓮寺境内とその周辺で文化財防火デーに伴う消防署と消防団による合同訓練が行われました。

訓練は、「周辺の山百合の里から出火し、貴重な文化財を有する西蓮寺の複数の建物に延焼する恐れがある」との想定で、参加者約150人は、本番さながらの訓練に望みました。

市消防団長の鈴木喜昭さんは、「行方市には多くの文化財があり、火災はいろいろな場合が想定されるので、今後とも訓練を継続していきたい」と話していました。

行方市スポーツ振興を考える集い

1月17日(日) 行方市文化会館

市体育協会と教育委員会が共催する「集い」が初めて開催されました。プログラムは、市のスポーツ振興に寄与した選手や指導者に対する体育協会表彰(175名)とプロスポーツ選手の紹介をメインに楊名時太極拳が披露されました。旧北浦町出身の小澤英明選手(元鹿島アントラーズ、現パラグアイのSルケーニョ所属)のビデオメッセージには参加者380名が引きつけられました。次年度も引き続き開催する予定です。



▲受賞者代表の島田俊平君が謝辞



清掃ボランティアを行いました

1月9日(土) 麻生高校

生徒会の主催で、通学路や市街地・霞ヶ浦湖岸を清掃しました。市内の人からいただいた「ご苦労様」の声に励まされ、軽トラック1台のごみを収集しました。同校2年の中村義季さんは「日頃お世話になっている地元に貢献出来たことや呼び掛けにたくさんの参加者が集まってくれたことが、とても嬉しいです」と話してくれました。

「なめがた狂歌」授賞式が開催されました

2月7日(日)北浦公民館において「なめがた狂歌」授賞式が開催されました。

「行方市」への関心を高め、情報発信基地「なめがた」を全国に広めることで豊かな文化と街づくりを図っていく目的で全国より狂歌を募集しました。最年少は小学校6年生から最高齢は91歳まで幅広い年齢層の658名の方々から1363首の作品をご応募いただきました。*「狂歌」とは、五七五七七の和歌様式に社会風刺や滑稽・ユーモアを詠むもので、行方市でも江戸時代に旧麻生藩の藩士を中心に盛んに行われていたものです。



茨城県知事賞

跡継ぎのいない田圃も今年また豊作ですと子達へ便り

行方市南 宮内かつ

茨城県議会議長賞

ソーラーの余った電気を売った分エコな女房は水を買うなり

東京都町田市 甘利健一

茨城県教育委員会教育長賞

温暖化増える水かさ減る森林気付かなければ消えゆく未来

麻生第一中学校 高須理佳

行方市長賞

霞ヶ浦夕日見てたら忘れたよ今日返されたテストの点数

麻生中学校 森内秀美

行方市議会議長賞

両親の言う事聞かぬ反抗期飯と小遣いだけは受け取る

神奈川県横浜市 阿部 浩

行方市教育委員会教育長賞

残り火の今宵は燃えて熱くなる八十路なれども女は女

銚田市舟木 中村純子

その他

秀逸16首・選者賞4首・入選94首が選ばれました。

射 初 会

1月10日(日) 麻生運動場弓道場

<団体優勝> 星野 翔太・山口 泰範・斉藤 勝美
 <射詰の部> 【優勝】 斉藤 勝美
 <射込の部> 【優勝】 斉藤 勝美【準優勝】 久保 喜雄
 <金の賞> 元木 康晴

行方市近隣スポーツ少年団バレーボール大会

1月16日(土) 北浦・麻生・玉造各運動場体育館

【優勝】 大宮バレーボールスポーツ少年団
 【準優勝】 Wink

茨城県スポーツ少年団剣道大会

1月31日(日) 茨城県武道館

茨城県武道館において行方市を代表して行方少年剣友会スポーツ少年団が出場し第3位になりました。おめでとうございます。



行方少年剣友会のみなさん

第26回玉造ロータリークラブ杯 ミニバスケットボール大会

2月7日(日) 麻生運動場・北浦体育館

<男子の部>

【優勝】 石岡KID 【準優勝】 羽生ミニバス

<女子の部>

【優勝】 津澄MBSS 【準優勝】 要ミニバス

【第3位】 麻生ミニバス



羽生ミニバスのみなさん

第4回行方杯 少年サッカー大会

2月7日(日) 麻生運動場

【優勝】 潮来スポーツ少年団

【準優勝】 津澄サッカースポーツ少年団

【第3位】 小貫サッカースポーツ少年団

【〃】 玉造山王サッカースポーツ少年団

第22回 行方市スポーツ少年団 本部長杯 空手道大会

2月11日(木) 玉造B & G 海洋センター

<形の部>

～幼・小学1・2年生男子～ 【優勝】 近藤 一晟

～幼・小学1・2年生女子～ 【優勝】 石田 美奈

～小学3・4年生男子～ 【優勝】 山口 朝陽

～小学3・4年生女子～ 【優勝】 戸村 衣梨子

～小学5・6年生男子～ 【優勝】 楠 理久

～小学5・6年生女子～ 【優勝】 中山 朋佳

～ 中学男子 ～ 【優勝】 萩原 聖大

～ 中学女子 ～ 【優勝】 小泉 純子

<組手の部>

～幼・小学1・2年生男子～ 【優勝】 近藤 一晟

～幼・小学1・2年生女子～ 【優勝】 石田 美奈

～小学3・4年生男子～ 【優勝】 山口 朝陽

～小学3・4年生女子～ 【優勝】 長峰 湖雪

～小学5・6年生男子～ 【優勝】 楠 理久

～小学5・6年生女子～ 【優勝】 石田 佳奈

～ 中学男子 ～ 【優勝】 若松 芳樹

～ 中学女子 ～ 【優勝】 石橋 萌永

※本部長杯争奪型競技

～ 低学年の部 ～ 【優勝】 近藤 一晟

～ 中学年の部 ～ 【優勝】 山口 朝陽

～ 高学年の部 ～ 【優勝】 中山 朋佳

※本部長杯争奪戦組手競技

～ 低学年の部 ～ 【優勝】 石田 美奈

～ 中学年の部 ～ 【優勝】 山口 朝陽

～ 高学年の部 ～ 【優勝】 石田 佳奈

最優秀選手 楠 理久





行方市の人口
 総数 38,841人 (-34)
 男 19,296人 (-14)
 女 19,545人 (-20)
 世帯数 11,696世帯(+15)
 平成22年2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
イチョウ(銀杏)



市の鳥
シラサギ(白鷺)

特設人権相談所開設

(予約不要・相談無料・秘密厳守)

○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 4月6日(火) 麻生公民館

4月6日(火) 北浦公民館

4月7日(水) 玉造公民館

時間 午前10時～午後3時

人権擁護委員自宅電話相談

算輪次男 0299・72・0670

茂木宏一 0299・77・0336

邊田美知子 0299・73・3157

代々木博 0299・55・3359

荒井政夫 0299・55・2014

瀧崎美子 0299・55・0432

島田幸子 0299・35・2669

水野義貞 0299・35・2460

平山邦寛 0299・35・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

水戸地方事務局鹿嶋支局

行方市男女共同参画研究会

会員募集

～行方市は一人ひとりが輝く男女
 共同参画のまちを目指します～

行方市男女共同参画研究会は、
 行方市の男女共同参画推進につい
 て活動を行っています。地域の実
 情やそこに生まれる課題を見つめ
 ながら、何をすべきかを考え、男
 性・女性が社会の様々な場面で活
 躍できるよう取り組んでいます。

より多くの皆様にご参加をいただ
 き、一緒に理解を深めてまいりた
 いと考えています。性別、識見の
 有無などは問いません。お気軽に
 お問合せください。

応募資格 行方市に住所を有する
 20歳以上の方

料金 無料

詳しい応募方法や内容のお問合せ
 は行方市役所企画課となります。

問合せ 企画課(麻生庁舎)

TEL 0299・72・0811

「高齢者はつらつ」

百人委員会 委員募集

高齢者自らが地域の高齢者を対
 象に健康づくり、生きがいづくりに
 関する事業を、企画し実施する
 委員会です。ぜひご応募ください。

応募資格 県内に住んでいる概ね
 60歳以上で、委員会の活動にきち
 んと出席できる方で、経験年数が
 10年以下の方。

※地方公共団体の長及び議員は除
 く※報酬・交通費はなし

任期 平成22年4月1日から24年
 3月末日

応募方法 はがきに住所・氏名(フ
 リガナ)・年齢・性別・電話番号
 と「応募の動機、活動の抱負、社
 会活動歴など」を明記し、3月12
 日(金)まで(当日消印有効)に
 申し込んでください。

応募・問合せ先

〒310・8586

水戸市千波町1918

(社福)茨城県社会福祉協議会

茨城わくわくセンター

TEL 029・243・8989

福祉の就職総合フェア

～就職面接会～

日時 3月7日(日)
 午後1時～3時30分

場所 フェリヴェール・サンシャ
 イン(水戸市白梅2・3・86)

参加施設 現在職員を募集中又は、
 平成22年3月卒業予定者の採用予
 定のある社会福祉施設・団体及び
 介護支援事業所等50事業所

参加対象者 福祉の職場に就職を
 希望する方

参加方法 参加無料。求職者の事
 前申込・予約は不要。入退場自由。
 当日会場にて受付します。＊当日
 は面接会ですので、各自履歴書を
 ご持参ください。

駐車場には限りがありますので駐
 車できない場合は、ご了承ください。

問合せ 社会福祉法人茨城県社会福
 祉協議会 茨城県福祉人材センター

TEL 029・244・4544

なぜ多くの人が家づくりで失敗してしまうのか？

家づくりに失敗しない為のお助け本プレゼント

住宅会社選びで失敗したくない！という方は必見の「お助け本」です。一生に一度、とも言える大切な家づくりに失敗した...という悲しい思いはして欲しくない。という気持ちを込めて、これまで出会った数々のお客様の生の声や経験を基に書いたものです。

この本を読んだ感想【行方市 30代男性】
 坪単価・オプションのいいかげんを業者が多いと思います。いらない経費をけずって本当によい住宅を提供して頂けるといいと改めて思いました。

【応募方法】官製ハガキに郵便番号・住所・氏名・電話番号
 家づくりへの思いをご記入の上、以下のあて先までお送りください。
 【あて先】〒311-3515 行方市井上 1539-2 とんぼ住宅お助け本係

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)0552
北浦	支店	0291(35)2122
玉造	支店	0299(55)0102

⑤戸籍と住民票



戸籍が、夫婦・親子といった親族、身分関係を登録し公証するものに対して、住民票は、居住関係や世帯主と世帯員との関係を公証することを主な旨としています。住所があるかないかによって、選挙権の行使、義務教育の就学、国民健康保険の加入及び給付などの住民としての権利や義務が発生します。

戸籍の請求は、戸籍に記載されている者または配偶者、直系尊卑属が請求する場合や、法令で定める者以外の請求の場合は、委任状の提出が必要です。

また、住民票は、生計を共にする社会生活上の単位により編成されることから、世帯の構成員であれば、同一世帯内の住民票を請求することができます。戸籍の請求と同様に、法令で定める者以外の請求の場合は、委任状の提出が必要です。

いずれの場合も、請求者の本人確認をさせていただきますので、来庁の際は運転免許証等の提示をお願いいたします。

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
Tel 0299-55-0111

「なめがた郷土かるた」巡り旅

行戸にある天台宗随願寺には、虚空菩薩、薬師如来、観世音菩薩の三尊が安置されています。その中で古くから智慧をさずける仏様として信仰を集めているのが虚空蔵様です。「十三参り」とは、子供の開運出世を願い智慧・福・徳を授かるよう参詣する行事です。ふだん信仰とは無縁の子供達も健康安全祈願・学力向上を願い、神妙な面持ちで両手を合わせる真剣な姿がうかがわれ、ほほえましい光景が見られます。

虚空蔵尊 (北浦地区 行戸)

別名、行戸の虚空蔵様と呼ばれ、旧暦の三月十三日に数年(かぞえとし)十三歳を迎えた子どもたちが「十三参り」としてお参りすると、知恵や福德などを授かるといわれています。この虚空蔵尊にはうなぎの彫刻があり「うなぎは虚空蔵様のお使いだ」といって、この地区の人はいなぎを食さない風習があるといわれています。



行方郷土かるたは 1組 2,000円 購入は生涯学習課又は各公民館へ

成人式記念アルバムの受け取りをお願いします

平成22年行方市成人式(1月10日開催)で撮影した集合写真を1冊のアルバムにまとめ、成人者の皆様に記念品(式典に参加された方が対象)としてお渡しいたします。受取期間をご確認の上、各公民館にてお受け取りください。(本人が来られない場合は、家族の方や友達でも結構です。)あらためて通知等のご連絡はいたしませんので、よろしくお願いいたします。

◇受取期間

3月2日(火)～3月27日(土)

◇受取場所

麻生公民館(Tel 0299-72-1573)

北浦公民館(Tel 0291-35-2907)

玉造公民館(Tel 0299-55-0171)

注) ①受付時間は、8時30分から17時30分です。

②月曜日は、公民館が休館日となりますのでご注意ください。



佐原ひまわり基金法律事務所

家族のこと、お金のこと、不動産のこと
困ったときには何でもご相談ください

弁護士 河合 巖

予約電話番号：0478-79-9181

借金を整理して生活を楽に

あなたのお困りごと無料相談室

債務整理・自己破産・過払金返還請求
不動産登記・会社登記・裁判手続・法律相談

司法書士 黒田 良一

事務所 〒287-0042

千葉県香取市山之辺1463-7(国道51号線沿い)

電話 0478(58)2777 携帯 080-5030-5665



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けています

親子教室《のびのび・どろんどろん》

一緒に歌おう♪子守唄 & 閉講式

●日 時 3月4日(木) 午前9時30分受付

●場 所 玉造公民館

●講 師 平野淑江

◇11時から閉講式になります。

講座の様子

1月20日(水)

魔女おばさんが

やってくる



魔女おばさんの楽しいお話♪
みんな聞き入っていました!

子育て広場 3月の予定

3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	月					○	
2	火	○		○			○
3	水	○				○	
4	木	親子教室					
5	金	○		○			○
8	月					○	
9	火	○		○			○
10	水	○				○	
11	木	○		○			
12	金	○		○			○
15	月					○	
16	火	○		○			
17	水	○				○	
18	木			○		○	
19	金	○		○			○
23	火	○				○	
24	水	○		○			○
25	木	○		○			
26	金	○		○			
29	月					○	
30	火	○		○			○
31	水	○				○	

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ただけるよう、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

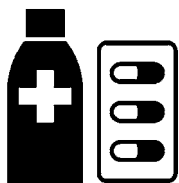
よりよい介護を目指して！ 行方市介護支援専門員連絡協議会総会が開催されました

平成22年1月19日(火)に行方市介護支援専門員連絡協議会総会が玉造保健センターにおいて盛大に開催されました。

本協議会は、20年1月に高齢者の皆様が住み慣れた地域で安心して過ごすためのお手伝いができるよう皆で連携し勉強していくために結成されました。現在76名が入会しております。

総会閉会後には、アール医療福祉専門学校より中村茂美先生をアドバイザーとしてお迎えし、「サービス事業所との連携」をテーマに事例発表が行われました。





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 ストレスが引き起こす病気「うつ病」～主な症状について～

家庭や職場環境の変化などがストレスとなって気分が落ち込み、何をやっても楽しくないし、何もする気が起きない・・・このようなことは誰にでも起こりえますが、大抵は一時的なことです。

ところが、こうした状態がいつまでも続いてなかなか回復せず、日常生活に支障が出たり、本人が辛い思いをするような場合があります。これが「うつ病」です。

●うつ病の主な症状

（気分の低下）

- ・ゆううつになる、元気がない
- ・絶望感、悲壮感におそわれる
- ・自分を責める
- ・不安、イライラ、悲しみが起こる
- ・ボーっとする

（意欲の低下）

- ・やる気にならない
- ・注意力・決断力・集中力がなくなる
- ・物事への関心や興味がなくなる
- ・対人関係を避ける

（身体の不調）

- ・食欲不振、不眠、吐き気、めまい、だるい
- ・体重が減少する

●要注意なのはこんな人

- ・まじめで几帳面、責任感が強い
- ・がんこ、厳格な人
- ・人に相談するのが苦手、一人で頑張りすぎる



●もしも、うつ病になったら

発病のきっかけの多くはストレスなので、ストレスのある生活から離れて休養をとることがもっとも有効です。状況に応じて薬物療法や心理療法が取り入れられます。

心の疲れがたまりすぎると、心身の状態をさらに悪化させてしまいかねません。無理や頑張りすぎは禁物。悩み、ストレスで心が辛いときには誰かに相談しましょう。

●相談窓口

茨城県精神保健福祉センター ☎ 029-243-2870

茨城県鉾田保健所 ☎ 0291-33-2158

行方市健康増進課（北浦保健センター） ☎ 0291-34-6200

予防接種の確認をしてみてください！！

①MR（麻しん・風しん）1～4期

MR 1期⇒1才～2才の誕生日の前々日まで

MR 2期⇒H15年4月2日～H16年4月1日生まれ（平成22年に入学する児童）

MR 3期⇒H8年4月2日～H9年4月1日生まれ（現在の中学1年生）

MR 4期⇒H3年4月2日～H4年4月1日生まれ（現在の高校3年生）

※はしかの集団発生・妊娠中の風しん感染を防ぐためにも今、皆で予防接種を受けることでウィルス自体を撲滅していただく必要があります。

MR 2～4期の方の公費負担は、平成22年3月31日までで終了となります。

②二種混合（破傷風・ジフテリア）

H9年4月2日～H10年4月1日生れ（現在の小学6年生）

ケガをした時などに破傷風を予防するためにも、まだ済んでいない方は接種を済ませましょう。

③その他

ポリオ・三種混合などは、7歳半に到達すると公費で接種できなくなってしまうので確認してください。



【問合せ先】健康増進課（北浦保健センター） ☎ 0291-34-6200

ポリオ予防接種のお知らせ

期 日	4月2日（金）
受付時間	午後1:30～2:00
会 場	北浦保健センター

献血のお知らせ



◇期 日	3月26日（金）
◇時 間	<午前> 9:30～11:30
◇会 場	行方市役所玉造庁舎

◇期 日	3月26日（金）
◇時 間	<午後> 1:30～4:00
◇会 場	なめがた地域総合病院

平成22年1月27日より
英国滞在歴に関する献血制限が
緩和されました

1980年（昭和55年）～1996年（平成8年）の英国滞在歴の献血制限が、「1日以上（1泊以上）」から「通算1ヶ月以上（31日以上）」に緩和されました。

鹿島アントラーズ

行方市は鹿島アントラーズのホームタウンです



© 株式会社鹿島アントラーズFC

今シーズンもみなさんのご声援をお願いします！

2010 シーズン J1 リーグが開幕！！

3月6日（土）、いよいよ2010年シーズン J1 リーグが開幕します。

初戦の相手は、昨シーズンと同様、浦和レッズ。ホーム、カシマサッカースタジアムへ迎えての戦いとなります。

昨年最終節、自ら「優勝」を引き込み、前人未到の3連覇を果たしたアントラーズ。勢いそのままに「4連覇」という、さらなる高い目標に向けての、挑戦が始まります。今シーズンもスタジアムでみなさんの熱いご声援をお願いします。



鹿島アントラーズ vs. 浦和レッズ戦の交通情報について

例年、4万人近くの来場者が予想され、ゲーム開始前及び終了後には、スタジアム周辺の道路がたいへん混雑いたしますのでご注意ください。

観戦される方でお車でのご来場の場合は、時間に余裕をもって、スタジアムにご来場ください。また、できる限り他の観戦者との乗り合わせにご協力をお願いします。

鹿島アントラーズ公式サイト <http://www.so-net.ne.jp/antlers/index.html>

今月のホームゲーム
 ◇ 3月6日（土）16：00～
 第1節 浦和レッズ戦
 ◇ 3月24日（水）19：00～
 ACL3 ヘルプ・ラ・ジャ・ラ戦
 ◇ 3月27日（土）14：00～
 第4節 モンテディオ山形戦

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

なめがた環境通信

◇ 犬の鑑札と注射済票が変わります！ ◇

先日の県保健福祉部生活衛生課主催「犬猫の飼養実態調査」につきましては、ご協力いただきましてありがとうございました。飼い主からは「散歩の際のマナー意識も高くなりました」や「近所から愛される犬や猫にしたい」など貴重な意見もいただき、今後の犬猫の適正飼育の推進施策検討にとても参考になりました。あらためましてお礼申し上げます。今後は飼い犬の適正飼養等の指導及び啓発に活用させていただきます。

なお、市では犬の登録や狂犬病予防注射促進を目的に、3月2日より鑑札及び注射済票を右記のとおり変更いたします。新しい鑑札等で愛犬への飼い主のマナーも再確認いただければ幸いです。



飼い主へのワンポイントアドバイス

小さな命、大切に！「捨て犬」「捨て猫」をなくしましょう！

飼い主は、生まれてくる子犬や子猫の将来に責任を持たなければなりません。無計画な繁殖をして不幸な命を作らないためにも「生まれない手術」「生まさない手術」を受けましょう。

ヘルシー クッキング



れんこん団子の豆乳スープ

○材料（2人分）

豆乳 260cc 水 140cc
鶏ひき肉 50 g れんこん 25 g
玉ねぎ 15 g ほうれん草 50 g
人参 20 g 卵黄 1/2ヶ 味噌 10 g
片栗粉 大1/3杯 こしょう 少々

○作り方

- ①玉ねぎはみじん切りにする。れんこんの半量はすりおろし、半分はみじん切りにする。
- ②ボールに鶏ひき肉とれんこん、玉ねぎ、卵黄、片栗粉、こしょうをいれ、粘りがでるまで混ぜ合わせる。
- ③ほうれん草はゆでて3cm長さに切る。
- ④鍋に豆乳、水をいれ、煮立たせる。ふきこぼれないように注意しながら、②をスプーンで、落とし入れ、浮き上がってきたら、野菜をいれ、味噌を溶いて、こしょうで味をととのえる。

（一人あたり）

エネルギー 184kcal たんぱく質 12.4 g
塩分 1.7 g



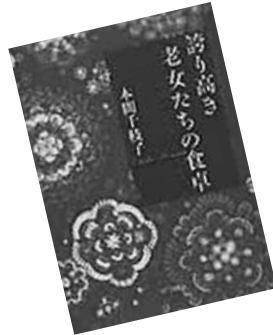
健康増進課 栄養士
平野 紀美子

豆乳はビタミン、ミネラル等を多く含み骨粗しょう症を予防、血圧上昇の予防など、体の健康を維持増進する働きがわかってきました。

BOOKS 図書館情報

新着図書

このほかにもたくさんの本が入っています！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。



「誇り高き老女たちの食卓」

本間 千枝子

人生の歳月を重ねてこそ、ほんとうに欲しいものを「ぼつちりと」いただくことの幸せを味わえる。食をめぐる出会いと思い出に満ちた、味覚の豊穡な時間の物語。



花世の立春／平岩弓枝



かいけつゾロリきょうふのようかいえんそく／原ゆたか
よなよなペンギン／りんたろう

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 3月10日（水）午前10時～

『ともだちいいな』ほか

おはなし会 3月27日（土）午後2時～

『花まつり』ほか

Mar 3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	31			

□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



臨場感溢れる音の空間 行方市文化会館



行方市文化会館



文化会館外観



文化会館ホール



譜久島 肇さん

行方市には、県内屈指の音響効果を持つ文化ホール「行方市文化会館」があります。行方市文化会館は、旧北浦村時代、「北浦ふれあいの郷」の地域文化振興の拠点施設として平成6年10月にオープンしました。当会館は、市民の皆様が伝統芸能や芸術に触れ、文化・芸術及び教育の振興を図るために作られた施設です。メインホールは542人が収容できます。諸設備も充実しており、演劇や発表会など多彩な用途に使用できます。その他、リハーサル室、楽屋、幼児専用室もあり、文化活動のしやすい環境となっています。また、館内は高齢者や身体の不自由な方にもご利用いただきやすいように様々な配慮がなされています。

今回、文化会館建設に伴い、設計から携われた、沖縄県出身で北浦地区在住の音楽活動家、譜久島肇（ふくしまはじめ）さんに、文化会館の音響性能や、過去に同館で公演された著名な音楽家などについて伺いました。

「文化会館ホールは、音楽によいとされているシューボックス型の構造を持ち、その形状が靴箱に似た形で、反射音が多く、心地よい響きを生み出しています。外国からも音楽家を招き、ロシアのピアノリスト、ニコライ・トカレフ氏と同ホールで演奏会を開催したほか、ハンガリー・カントウース少年少女合唱団によるコンサートも開かれました。また、プロの音楽家がCD録音に使用したこともあり、私も、北浦少年少女合唱団やコーロ・エスペランサに合唱の指導をしており、このホールで数多くのコンサートを開催し、響きのよさを楽しんでいます。練習は、毎週日曜日の午後6時30分から10時まで、北浦公民館において行っていますので、是非一度、見学に来てください」

市内には、譜久島さんのような音楽活動家が多くおりますので、今後、文化会館を会場とした市民グループによる音楽祭が活発に開催されることを期待します。

ROOKIE

市内で頑張るフレッシュな人を紹介していきます！

菊地 さん
(久力製作所)

主に営業を担当しています。是非、最近リニューアルした久力製作所のHPを見てみて下さい！趣味は下手なんですがアコースティックギターを弾くことです。



編集後記

大場家住宅で行われた、「桜田門外ノ変」映画ロケ。テレビでしか拝見できない豪華な俳優さんたちの迫真の演技。そして、俳優さんを陰で支えるスタッフの皆さんの努力に深く感銘を受けました。(保)

地域の人達が育てた野菜を大事に使用した給食。廃棄処分するのは本当に悲しい気持ちになるそうです。今月号の特集が食育にたいして少しでも考えるきっかけになればと思います。(友)