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

2012
1
Jan
No. 77

迎春の縁起物
―しめ縄飾り作り―

羽生和次さん

Contents

特集１　なめがたの食を全国へ　P03
特集２　地区懇談会　P04
お知らせワイド版　P06
（税金申告相談・シルバーリハビリ体操　ほか）
市の話題・トピックス　P14
（緑の少年団結団式・芸術鑑賞教室　ほか）
情報ひろば　P18
子育て・包括支援　P20
健康づくり　P21
アントラーズ・地元を食べよう　P22
図書館情報　P23
ぼくの学校、わたしの学校（行方小）　P24

新年のごあいさつ　2012年1月

震災からの復興を目指して

行方市長　伊藤孝一

謹んで新年のごあいさつを申し上げます。皆様方におかれましては、希望に満ちた新年をお迎えのことと思います。

昨年発生した東日本大震災は、地震や福島第一原子力発電所の事故が合わさった未曾有の災害であり、甚大な被害と影響をもたらしました。これによる復旧や復興対策の事業は、国及び地方財政にも新たな負荷がかかっています。行方市においても三千四百戸余りの家屋で被害を受けたほか、道路や上下水道施設、農水産施設においても被害をもたらしました。その一部は、液状化被害によるものも含まれ、関係自治体間で情報の共有化を図り、国等の関係機関に対し、被災者の救済、再発防止策、復旧復興施設に関する提案や要望を行うため「東日本大震災液状化対策自治体首長連絡会議」を発足し、総理官邸に野田首相を訪ね、液状化被害に対する財政支援や復旧復興事業における特別措置などを求める要望書を直接手渡しました。

平成24年度予算方針につきましては、「子供たち、お年寄りが安心して生きる喜びを分かち合えるまち」や「公正・公平な偏りのないまちづくり」を骨子として、「事業の選択と集中」の考え方に基づき推進していきます。優先事業として取り組んでいる学校等適正配置計画につきましては、地域の合意が得られているところから順次整備を進めており、平成24年4月に麻生中学校と麻生小学校が、平成25年4月に麻生東小学校が開校予定となり、平成26年4月には統合玉造小学校が開校見込みとなりました。北浦地区につきましては、北浦中学校周辺に平成28年4月開校に向けて準備を進めていくこととしました。そのほかにも、結婚支援や定住化促進、第6次産業の推進、健康づくりの推進、農畜水産物の県外PR活動などを積極的に進めていきたいと考えております。

行方市周辺の基盤整備も進んでいます。先月、東関東自動車道水戸線の潮来ー鉾田間道路設計地元説明会が開催されました。また、東日本大震災で崩落した北浦に架かる鹿行大橋については、今年の6月頃には新しい鹿行大橋が開通する予定です。

年頭にあたり、皆様のご健勝とご多幸をご祈念申し上げ、新年のごあいさつといたします。

安全安心に暮らせるまちづくりを目指して

行方市議会議長　貝塚順一

新年あけましておめでとうございます。

市民の皆様におかれましては、平成24年の新春を健やかにお迎えのことと、心からお喜び申し上げます。

2011年は、国の内外で様々な出来事がありました。チュニジア、エジプト、リビアで、長期独裁政権が崩壊、ミャンマーの民政移管、南スーダンの独立など、国際的に民主化の進展が見られました。また、ヨーロッパでは、ユーロ危機が深刻化し、それが各国に波及するなど、経済の停滞を招いています。日本の経済も、円高、株式等の下落を招き、大きな影響を受けています。

3月11日には、2万人を超える死者、行方不明者を出した東日本大震災が発生し、東北地方から関東地方の広範囲に極めて甚大な被害をもたらしました。行方市においても道路や上下水道施設などが損壊したほか、さらには、市民の家屋にも大きな被害が生じました。現在、復旧はもちろん、復興に向けて市を挙げて頑張っているところであります。

福島第1原子力発電所の事故に伴う多くの放射性物質により、広範な地域が汚染され、農作物、畜産物、水産物等に風評被害も含め、大きな被害をもたらしました。行方市も、ホウレンソウ、原木しいたけ等が一時的に出荷停止となるなど、生産者は深刻な打撃となりました。一刻も早く風評被害等がなくなり、今までどおりの流通に戻る事を念願するものであります。

行方市議会も、昨年4月24日の統一地方選挙によりまして、前定数より4人減の20名が新たに選出されました。

少数精鋭となりました市議会は、議員全員が一丸となり、議会改革・活性化はもちろんのこと、市の直面する課題解決に向け、市民の皆様の代弁者として、「安全で、安心して暮らせるまちづくり」に向け、最善の努力をしてまいります。今後とも、一層のご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

最後に、この一年が、市民の皆様にとりまして、幸多い年でありますようお祈り申し上げ、新年のごあいさつとさせていただきます。

～なめがた食彩マーケット会議の取り組み～

なめがたの食を全国へ

農水産物をはじめとする地域資源を最大限にＰＲし、ブランド戦略を展開しながら、知名度の向上を図ることを目的として発足した『なめがた食彩マーケット会議』。

発足から約２年、これまでの取り組みと今後の展開について紹介します。

平成 22 年 4 月に設立

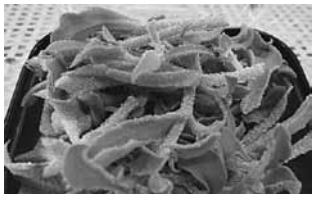
行方市は広大な農地と湖、温和な気候、首都圏の大消費地に近いなどの恵まれた条件のもと、全国有数の農業産地として発展してきました。しかし、その一方で「つくれば売れる」「出せば売れる」といった環境にあったため、外食・中食等、食の外部化や消費者の安全・安心志向の高まりなど、消費者・実需者ニーズに合った商品づくりや産地づくりのための販売戦略確立への取り組みが弱いという課題がありました。

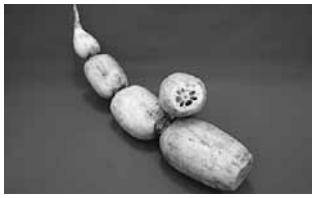
そこで、意欲的な農業者や水産業者を中心に、関係機関が一体となった市レベルでの農水産物の販売推進体制を整備し、効率的・効果的な消費宣伝活動について検討を進め、観光産業や商工業者と連携した販売促進・ＰＲなどの展開を促進していくべく誕生したのが『なめがた食彩マーケット会議』です。

22年４月の発足以来、関係団体と協力しながら市内外でさまざまな取り組みを実施してきました。大消費地での生産者自身によるＰＲ販売や、新鮮野菜の直売、また、トップセールスとして市長自らがＪＡなめがた中川組合長とともに東京中央卸売市場で行方産野菜のＰＲを行いました。目の肥えた仲買人の方に直接行方産野菜の良さをＰＲできたことは販売推進にとってプラスとなりました。震災後は、放射性物質の影響により行方産農水産物が厳しい状況となる中、風評被害払拭のための取り組みも積極的に行ってきました。

また付加価値を生み出すことによる新たな消費ルートの拡大にも取り組みました。『行方豚肉の味噌漬け』は行方市養豚組合と共同開発し、1年がかりで製品化した自信作です。

今後さらに、産地間競争の激化やグローバル化が予測される中で、他産地と区別でき、消費者・実需者に認められる商品価値の高い農水産物を中心として販売促進とブランド化の推進を図る必要があることからよりいっそうの事業の充実を図っていく予定です。





トップセールス in 築地市場

11 月 22 日、東京築地市場で、伊藤市長とJAなめがたの中川組合長が行方産農産物の販売促進活動を行いました。
当日は、大勢の市場関係者が集まったせり台前で安心安全な行方野菜を宣伝したほか、エシャレットとサラダちんげん菜のスティックやわさび菜とみず菜のサラダなどの試食とともに先着 150 人にサツマイモ 1 箱ずつをプレゼントしました。

消費宣伝 in 岐阜県駿河屋

行方市産野菜は北海道から関西圏内まで届いています。岐阜県にあるスーパー駿河屋にて消費宣伝を行ってきました。みず菜、わさび菜、エシャレット、サツマイモ等が店頭に並び、サラダちんげん菜の試食はとても喜ばれました。中部地方ではまだあまり知られていないわさび菜やエシャレットの食べ方等の宣伝をしてきました。

とれたて!
わかさぎキャンペーン

7 月 21 日から 12 月 10 日までの短い期間のみワカサギトロール漁の解禁となります。解禁日より約 3 週間、市内の飲食店でわかさぎ料理のサービスを実施しました。
行方市内の飲食店でお食事をした方に霞ヶ浦の初物わかさぎを使った料理を一品サービスし、たいへん好評でした。

PR

行方豚肉の味噌漬けを開発!

行方市養豚組合となめがた食彩マーケット会議による共同開発製品です。ほぼ 1 年がかりで製品化にこぎつけました。味噌漬けを真空パックすることで、長期保存が可能となりました。また、柔らかく美味しい行方豚肉がさらに柔らかくジューシーになりました。これから本格的に販売していく予定です!!

風評被害を吹き飛ばそう!

風評被害払拭のために様々な PR 活動を行ってきました。県内のスパーはもとより、大消費地である東京の各所で行方産野菜の安全性をPRし、消費宣伝を行いました。消費者の方からは、被災地ということもあり「頑張ってください」など多くの温かい言葉とともに野菜を購入していただきました。

秋の収穫祭 & 鯉の市

11 月 5 日・6 日に道の駅「たまつくり」前において開催しました。行方産の野菜から畜産、水産まですべてがそろう年に1回の収穫祭。焼肉の試食や子牛とのふれあい、鯉のうま煮販売やワカサギ唐揚げ試食など「行方市」ならではのイベントとなりました。各ブースでは行列ができ、鯉の市では販売時間前から並ぶ人もいるほどの盛況となりました。

市長と語ろう
地区懇談会

この懇談会は、行政と市民が一体となった協働のまちづくりを進めるため、直接市民の皆さまからの意見・提言などをお伺いし、市政に反映させるためのものです。
各地区でさまざまな意見・要望等があげられましたので一部を掲載させていただきます。

北浦地区

スクールバスについて

問 統合小学校への通学は自力登校が可能な子どもは数％ではないかと思いますが、スクールバスは保護者負担なのでしょうか。

答 24年度開校を予定している麻生地区の小学校において、概ね4㎞以上を超えた場合スクールバスということで対応していますので北浦地区も同様です。費用については現在、スクールバスを利用している幼稚園でも保護者に1カ月3千円程度の費用負担をいただいていますので同様にお願いしたいと思います。

問 保護者による負担だけで全ての費用が賄えるのですか。

答 スクールバスの運営には保護者の方の負担と市の費用負担が必要ですが、現在、へき地通学における国からの補助制度を適用してもらえないかということで市と県で文部科学省に交渉してきました。行方市のような大規模な例は今までにないとのことですが、モデル的なケースとして補助の対象にしてもらえるということで約束をとりつけてきました。対象になると最大で2分の1が支給されます。ただ、今回、行方市はモデル的なケースとなることから2分の1全額が補助されるかは不確定です。あわせて、県からも補助をしてもらえないか要請しています。

幼稚園のスクールバス

少子化対策

問 県の婚活事業が盛況で約35組のカップルが誕生したと聞きました。行方市にも結婚相談所の機能を含めた少子化対策センターを作ってほしい。市内の子どもの数が減少しているので早急に対応してほしいと思います。

答 議会でも同様の意見が出ています。婚活関係事業については現在も進めておりますが、その他の事業については検討して参ります。

行方市で実施した婚活事業『畑で婚活』

玉造地区

地域コミュニティ助成対象事業

問 コミュニティ事業交付金（米軍再編交付金）の使用について対象を拡大してほしい。

答 防衛省からの交付金であるため、市単独で使用枠を拡大することはできません。防衛省には再三にわたって使い勝手をよくするように要望していますが、改善されないのが現状です。今後も地域の要望として正確に伝えていきたいと思います。行方市だけの問題ではなく、基地を抱えている隣接市町村と連携を図りながら、期間限定の米軍再編交付金の延長について国へ要望していきます。また、今回、騒音地域の区に対しまして、区運営交付金として上乗せをして交付金を配布しましたので活用いただきたいと思います。

交付金を利用して購入されたのぼり旗

省資源街灯整備事業

問 92区に街灯ＬＥＤ電球5基を設置するということで、班内の希望を取りまとめるように依頼があったのですが、進捗状況はどうなっていますか。

答 先日、入札を行い業者選定をしましたので、まもなく事業開始となります。

麻生地区

防犯灯の設置について

問 現在、器具の設置は区が負担となっていますが、学校統合により集落境など人家のない道を利用しての通学が必要になります。これから先、通学路に関する場所には市で設置してもらえないでしょうか。

答 現在は基本的に設置を地元の区にお願いしており、電気料金や電球などの消耗品に関しては市の負担となっております。集落境の通学路について、ただいまの意見を受けまして学校統合による通学路の現況を確認して検討したいと思います。

麻生地区　地区懇談会

学校の跡地利用について

問 現在、文化活動は旧地区3ヵ所の公民館を中心に活動しています。廃校になる学校跡地を文化活動の出来る場所として利用できないでしょうか。

答 学校跡地については今の段階で具体的な利用方針については決定していません。今後、皆さんのご意見を考慮しながら検討していきたいと思います。

伊藤市長

今回、3会場で開催した地区懇談会で様々な意見を伺うことができました。今年度は特に学校統廃合に関する質問が多かったように思います。未来を担う子ども達の教育環境の整備、育成に力を入れていきたいと考えています。

今回いただいた意見を市政に反映するべく努力していきます。貴重なご意見をありがとうございました。限られた財源を最大限に生かし、『元気な行方市』を皆さんとともに作っていきたいと思いますので今後もご意見をお寄せください。

たくさんの方にご参加いただきありがとうございました。

税の申告はお早めに！

申告期間

2/16～3/15まで

期間後半は混雑が予想されます。
早めの申告をお願いします。

平成24年1月1日現在、行方市にお住まいの方は、申告が必要です。

所得税・住民税申告は、前年1月1日～12月31日までの所得を申告するもので、住民税や国民健康保険税・介護保険料などの課税資料となり、また申告をされませんと各種証明書の発行ができないほか保育園・幼稚園の入園などに必要な書類の発行ができませんので、必ず**平成24年3月15日（木）まで**に申告してください。

■申告の必要な方

①給与収入が2,000万円を超えている方
②事業所得（営業所得・農業所得）があった方
③不動産・利子・配当所得があった方
④給与所得者で給与以外の所得があった方
⑤平成23年中に会社を退職された方、また年末調整が済んでいない方
⑥平成23年中に2社以上の会社に勤めていた方で年末調整が済んでいない方
⑦公的年金等以外の所得がある方
⑧生命保険契約等に基づく保険金の満期一時金があった方
⑨土地・家屋等の資産譲渡をした方
⑩障害者年金や遺族年金等を受けている方
⑪諸控除を受けようとする方

■申告の必要ない方

①勤務先から「給与支払報告書」が市に提出されている方
②扶養に取られている方（他市区町村在住者の扶養を除く）
③年金所得のみで扶養控除や医療費控除などをされない方
④確定申告をされた方は住民税の申告は必要ありません

■市役所では受付できない申告

①青色申告②株式・土地の譲渡所得
③住宅借入金等特別控除（初年度）④繰越損失⑤先物取引
⑥過年度申告⑦消費税申告⑧贈与税申告

●所得税の還付申告は、平成24年1月4日から税務署で申告することができます。また、e-TAXや郵送で送ることもできます。詳しくは潮来税務署まで・・・

要介護1以上の認定を受けている65歳以上の方で認知症や寝たきり度（日中ベッド上で過ごす割合）がある一定以上の判断基準を超える方は『障害者控除対象者認定書』の交付を受けることで、所得税や住民税の障害者控除を受けることが出来ます。また、寝たきりの方のオムツに係る費用の医療費控除の取り扱いもございますので、市役所介護福祉課（℡ 0299-55-0111）までお問い合わせください。

東日本大震災により被害を受けられた方へ

この震災により住宅や家財などに損害を受けられた方は、平成23年分所得（又は平成22年分）に係る所得税・住民税の全部又は一部を軽減することが出来る場合があります。平成23年分については今回の申告に併せて申告することが出来ます。また、**平成22年分で軽減を受ける場合は税務署でのみ受け付けを行っております。**なお、税務署では1月4日より還付申告を受け付けており、雑損控除の事前相談（損害額等の計算）も予約制で行っております。申告期間は例年以上の混雑が予想されますのでこの機会をぜひご利用ください。

・消費税・贈与税・相続税等の申告全般についての問い合わせは　潮来税務署　℡ 0299-66-6931（自動音声案内サービス　0を選択）

■申告に必要なもの　※申告する内容によって複数にまたがる場合があります

申告者全員		**□申告書　□印鑑（認印可、シャチハタ不可）　□通帳等（還付または納税の際に必要。本人名義）**
該当する方のみ	給与・年金所得者	□給与・年金源泉徴収票（源泉徴収票を紛失された場合は、必ずお勤め先や年金支払者に再発行を依頼してください。市役所では発行できません。）
	事業所得者 （営業・農業・漁業・不動産）	□収支内訳書（必ず作成して持参してください）　□雑収入（戸別所得補償、東京電力損失補てん金等）の額のわかるもの　□領収書等
	譲渡所得者 （土地などの売買・交換等）	□売買契約書の写し　□領収書　□買取証明書（公共事業への売買のみ）
	一時所得者 （生命保険などの満期）	□保険会社からの明細書
	退職者	□給与所得の源泉徴収票　□退職所得の源泉徴収票
	諸控除を受ける方	□生命保険料控除証明書　□地震保険料控除証明書　□国民年金保険料控除証明書 □医療費の領収書 ※医療費控除を受ける方で保険会社などから医療費の補てんがされた場合には、明細書も必要となります。また、領収書を紛失された場合には、かかった病院などで再発行をしてください。健康保険組合などが発行する医療費のお知らせでは医療費控除は受けられません。
	東日本大震災により被害を受けられた方 （22 年分で軽減を受ける場合は税務署のみで受付）	□被害を受けられた資産、取得時期、取得価額のわかるもの（わからない場合はその面積のわかるもの） □被害を受けた資産の取り壊し費用、除去費用、修繕費用などのわかるもの □被害を受けたことにより受ける保険金等（被災生活再建支援金を含む）の金額のわかるもの □ 22 年分で軽減を受ける場合、22 年分の確定申告書の控え、もしくは源泉徴収票や保険控除証明書等

■申告日程表

申告会場	麻生保健センター予防接種室	北浦庁舎２階第１会議室	玉造庁舎２階第１会議室
受付時間	《午前の部》　午前８時３０分～１１時３０分 《午後の部》　午後１時００分～　４時００分		
指定日	対象地区	対象地区	対象地区
２月 16 日（木）	麻生地区	津澄地区	玉川地区
２月 17 日（金）			
２月 20 日（月）			
２月 21 日（火）			手賀地区
２月 22 日（水）	太田地区		
２月 23 日（木）			
２月 24 日（金）		要地区	玉造地区
２月 27 日（月）	大和地区		
２月 28 日（火）			
２月 29 日（水）			
３月　１日（木）			現原地区
３月　２日（金）	行方地区		
３月　５日（月）		武田地区	
３月　６日（火）			
３月　７日（水）	小高地区		立花地区
３月　８日（木）			
３月　９日（金）			
３月 12 日（月）			
３月 13 日（火）			
３月 14 日（水）			
３月 15 日（木）			

●潮来税務署●

1 月 24 日から申告相談会場を開設します。（土日を除く）

【受付期間】

午前 9 時～午後 4 時

※所得税の還付申告（医療費控除や雑損控除等は 1 月 4 日から税務署で申告することができます。

●午前中に受付をされた方でも当日の混雑状況により午後からの申告相談となる場合がありますので、ご了承ください。

●受付簿は当日午前 8 時にお出しします。事前予約などはできません。

【問い合わせ先】●住民税や一般的な所得税の申告についての問い合わせは　行方市役所税務課　TEL 0299-72-0811　●所得税

難病患者福祉見舞金の請求をされていない皆様へ

社会福祉課（玉造庁舎）☎0299（55）0111

行方市では、難病患者に対して、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」を支給しています。

支給対象になる方で、まだ請求をしていない方は早急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　一万円

締め切り　3月30日
（受付期間を延長しました）

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
③印鑑

平成24年度非常勤講師を募集しています

学校教育課（北浦庁舎）☎0291（35）2111

勤務内容　ティームティーチング（複数の教員による学習指導）による教科指導など

勤務地　市内各小学校

採用期間　平成24年4月～平成25年3月

募集人数　5名（予定）

勤務時間　週29時間以内

報酬等　時間単価1，750円程度
交通費支給

社会保険等　社会保険、厚生年金の適用はありません（雇用保険、労災保険は適用有）

募集資格　・教育職員免許法に基づく教員の免許状を有する者・教員の職務を行うのに必要な熱意と識見を有する者・地方公務員法第16条の欠格事項に該当しない者

提出書類　・願書（様式第1号、2号、3号）・教員免許状の写し

提出先　〒311-1792
茨城県行方市山田2564-10
行方市教育委員会　学校教育課

2月24日（金）までに持参または郵送

選考方法　提出書類及び面接
（面接日は後日通知）

※所定の志願書は行方市教育委員会学校教育課または行方市ホームページからダウンロードできます。（http://www.city.namegata.ibaraki.jp/）

第6回水郷美術展覧会作品募集

生涯学習課（北浦庁舎）☎0291（35）2111

主催　行方市・潮来市

開催期間　2月8日（水）～2月12日（日）
午前9時～午後5時
（最終日は午後3時まで）

搬入期日　2月6日（月）
午前10時～正午

会場　潮来市立中央公民館

部門
絵画　40号以内
書道　縦2．12m（7尺）横0．9m（3尺）以内
写真　半切～全紙（高校生は四つ切可）
陶芸　縦・横・高さ1m（3尺）以内

応募資格　行方市・潮来市に在住・在勤の高校生以上

出品料　1，000円（高校生無料）

表彰式　2月12日（日）
午後1時30分～

申込方法　申込書を行方市生涯学習課（北浦公民館内）又は、麻生・玉造公民館へ提出。また専門部の出品に関しては各部門内で取りまとめ提出してください。※申込書及び要項・出品票は各公民館においてあります。行方市ホームページからもダウンロードできます。

申込締切　1月20日（金）

新しい教育委員さんを紹介します

教育委員、石川直枝さんが11月30日をもって退任されました。長きにわたり市の教育にご尽力をいただきました。ありがとうございました。

石川氏の退任に伴い、永峰美津枝さんが教育委員に12月1日付で選任されました。

永峰　美津枝 さん

税金のお知らせ

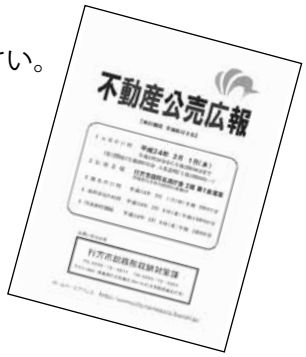
今月の税金

国民健康保険税　第７期
納付期限（口座振替日）
は１月31日です。

納付期限のお忘れにご注意を！

※ 今月の納付期限は 31 日ですのでお忘れのないようご注意ください。

不動産公売を実施します！！



入札参加を希望する方は、市役所各庁舎にある『公売広報』をご確認ください。
また、郵送をご希望の方は行方市役所収納対策課までご連絡ください。

■公売日時　２月１日（水）
受　　付　12 時 50 分　入札開始　午後１時 20 分
入札終了　午後２時

■場　　所　行方市役所　北浦庁舎　２階第１会議室（行方市山田 2564 － 10）

■公売対象不動産

売却区分	財産の表示・見積価額・公売保証金額
１１－２	行方市麻生字寺前　403 番１　　田　1,154㎡ ・見積価額　400,000 円　（公売保証金額　40,000 円）

■公売には、原則として、定められた公売保証金を納付すれば、どなたでも参加することができます。ただし、買受人の制限（国税徴収法第９２条）、公売実施の適正化のための措置（国税徴収法第１０８条）等、買受人となることができない方は参加できません。

■執行機関は買受人への不動産登記簿上の所有権移転などの登記は行いますが、物件の引渡の義務を負いません。物件内の動産類やごみの撤去、占有者の立ち退きなどは、全て買受人自身で行っていただきます。また、隣地との境界は買受人と隣地所有者で協議してください。

■公売参加には、行方市農業委員会の発行する『買受適格証明書』の提出が必要となります。
証明書の交付申請の手続等については、事前に行方市農業委員会事務局（北浦庁舎１階）へお問い合わせの上、証明書発行等を受けてください。

■公売日直前に、滞納税の完納などで中止になる場合がありますので、入札参加前に公売実施の有無を収納対策課へご確認ください。

■ 農地（田）については土地改良区の賦課金がかかる場合があります。
（公売広報でご確認ください）

【問い合わせ】　収納対策課（麻生庁舎）　☎０２９９－７２－０８１１

めに』
ず自分の体力に合わせて―

ませんか！

ハビリ体操

拡大するとともに筋肉を伸ばすことを主眼とする体むための動作の訓練にもなる体操です。行方市ではせるように『シルバーリハビリ体操の普及に取り組

ん、シルバーリハビリ体操をあなたの日常生活に取

ぜひお気軽にご参加ください。

導者　行方市シルバーリハビリ体操指導士会

の飲み物

活支援センター℡０２９９-５５-０１１４

自分の健康を守っていきましょう

行方市シルバーリハビリ体操指導士会
会長　菅澤トヨ

新年明けましておめでとうございます。昨年は東日本大震災、被災地での避難生活、放射能の問題など大変な年であったと思います。被災された方々に心からお見舞い申し上げます。シルバーリハビリ体操教室も行方市全体で31教室、指導士数も88名となり各地区の体操教室へ参加しています。これも地域包括支援センターをはじめ皆様のご協力の賜物と感謝申し上げます。

教室に参加されている皆さんから、姿勢がよくなりつまずかなくなった等の声を聞くと私たち指導士の励みにもなります。体操を始めてすぐに効果が表れるものではありません。一日、1ミリ、1グラム、いつでもどこでも、ひとりでも、無理なくできる体操です。いつまでも健康で若々しく生活が送れるよう、コタツと仲良しにならず、日頃から身体を動かすことを心がけ、シルバーリハビリ体操教室に参加し、自分の健康は自分で守って行きましょう。

シルバーリハビリ体操とは？

リハビリの権威である大田仁史先生（県立健康プラザ管理者・前県立医療大学長）が考案した、介護予防を目的とした体操です。関節の柔軟性を高めたり、筋肉が強化できる運動で、高齢者はもちろん、どなたでも無理せず自分の体力・体調に合わせて気軽に取り組むことができます。

教室

	開催日	時　間
	第１・３火曜日	午前9時30分～
	第２・４月曜日	午前9時30分～
ンター	第２・４水曜日	午前9時30分～
	第１・３金曜日	午後1時30分～
	第２・４金曜日	午後1時30分～
	第２・４月曜日	午前9時30分～
	第１土曜日	午前9時30分～
	第１・３金曜日	午前9時30分～
	第２・４水曜日	午後1時30分～

玉造教室

教室名	場　所	開催日	時　間
あさがお	玉造保健センター	第１・３月曜日	午後1時30分～
水仙	玉造保健センター	第２・４月曜日	午後1時30分～
元気で～さ～びす館	玉造農村環境改善センター	第２・４火曜日	午前9時30分～
ひまわり	榎本地区農民研修センター	第２・４水曜日	午後1時30分～
紫陽花	玉造公民館	第１・３木曜日	午後1時30分～
新田親和会	新田コミュニティーセンター	第１水曜日	午後1時30分～
若海わかば会	若海農村集落センター	第１・３水曜日	午後1時30分～
藤井長寿会	藤井公民館	第２・４金曜日	午前9時30分～
舟津親和会	舟津コミュニティセンター	第１・３火曜日	午前9時30分～
なでしこ羽生	羽生地区学習センター	第２・４木曜日	午前9時30分～
大好き上山会	上山農村集落センター	第１・３金曜日	午前9時30分～

『元気でいきいきと暮らすた
ー無理せず

はじめてみ

シルバーリ

シルバーリハビリ体操は関節の運動範囲を維持
操であり、立つ、座る、歩くなど日常の生活を営む
高齢者のみなさんが元気にはつらつと日々を過ご
んでいます。

今の元気な身体を維持したいと考えている皆さん
り入れてみませんか？
各地区で下記のとおり教室を開催していますので
◇**対象者**　市内在住の概ね 60 歳以上の方　◇**指導**
◇**準備するもの**　運動しやすい服装、水分補給用

【申し込み・問い合わせ先】行方市地域包

Interview

参加者の方にお話しを聞きました

「あさがお」
白鳥 和代 さん

平成20年からシルバーリハビリ体操教室「あさがお」に参加しております。この体操を始めてから足や腰の調子が大変良くなりました。指導士の皆様には感謝申し上げます。

先日、地元の友だちに「楽しく体操や話しができて、健康維持にもつながるよ」と話をしたところ、地元にシルバーリハビリ体操教室「大好き上山会」が発足することになりました。・・・とても楽しみです。

健康維持のために、これからもみんなで楽しく続けていこうと思います。

「はつらつ寿会」
額賀 貞夫 さん

核家族の増加とともに、こもりがちの高齢者も増加しているようです。

私が参加しているシルバーリハビリ体操教室「はつらつ寿会」では、先生方の熱心な指導により、無理なく楽しみながら体力づくりをしており、ストレス解消にもなっています。

また、昼食後、皆で歌い、笑い、話し合い、温泉につかったりと楽しく過ごすことが健康の秘訣でもあると思います。

これからも、会のみんなとシルバーリハビリ体操を続けていきたいと思います。

「富田なかよし会」
濱田 三男 さん

シルバーリハビリ体操教室「なかよし会」は、平成22年6月からスタートしました。体操の指導をしてくださる先生方は皆さんとても熱心で、明るく楽しい教室です。この体操に出会えて本当によかったと思っています。

元気で、楽しく、笑顔あふれる教室は、自分の健康を維持していくためには一番だと思います。

皆さんも私たちと一緒にシルバーリハビリ体操をしてみませんか。

麻生教室

教室名	場　所	開催日	時　間
麻生はつらつ会	麻生公民館	第１・３金曜日	午前9時30分～
行方みどり会	西浦地区学習センター	第１・３木曜日	午前9時30分～
麻生若葉会	新田集会所	第２・４金曜日	午前9時30分～
青沼さくら会	青沼ふるさとコミュニティーセンター	第２・４木曜日	午後1時30分～
中台・なかよし会	中台集会所	第２・４水曜日	午前9時30分～
島並・コスモス会	島並農村集落センター	第１・３金曜日	午後1時30分～
宇崎長寿会	宇崎農村集落センター	第２・４火曜日	午後1時30分～
四鹿杉平・ひまわり会	四鹿杉平農村集落センター	第２・４火曜日	午前9時30分～
矢幡・めぐみ会	矢幡営農センター	第１・３火曜日	午後1時30分～
根小屋・みのり会	根小屋構造改善センター	第１・３火曜日	午前9時30分～
白帆会	西浦地区学習センター	第１・３火曜日	午後2時00分～

北浦

教室名	場　所
はつらつ寿会	北浦荘
要・すずらん会	要地区館
いきいきゼミナール・内宿	内宿ふるさとコミュニティセン
いきいきゼミナール・繁昌	繁昌地区学習センター
ラーク北浦	北浦公民館
稲ヶ谷・カナリヤ会	稲ヶ谷カナリヤ児童館
依田谷・すみれ会	依田谷児童館
行戸十ヶ沢・ひばり会	行戸十ヶ沢公民館
武田・両宿会	武田地区館

玉造工高生徒が優勝と準優勝

高校生ものづくりコンテスト全国大会

11 月 20 日、東京都内で第 11 回高校生ものづくりコンテスト全国大会が開催され、玉造工業高校（平沼栄校長）の電気科３年、茂木祐太さん（玉造中出身）が電気工事部門で優勝、情報技術科３年、二重作慶貴さん（鉾田南中出身）が電気回路組立部門で準優勝の好成績を収めました。

このコンテストは、創造性豊で課題に果敢に挑戦できる人材の育成を目的に開催され、2 人は、11 月 22 日に伊藤市長を表敬訪問し、成績を報告しました。

茂木さん（写真右）は、「就職後、技能五輪に挑戦したい」、二重作さん（写真左）は、「大学に進学し、電気について勉強したい」とそれぞれ決意を述べていました。

市岡裕子さんがゴスペルソングを披露

青少年健全育成講演会

11 月 20 日、ゴスペルコンサートや講演活動などで国内外で幅広く活躍されている市岡裕子さんを招き、講演会が開催されました。

市岡さんは、喜劇俳優だった故・岡八郎さんの長女で、講演では、うつによる母の自殺、弟の死、父のアルコール依存など、ご自身が苦難に見舞われる中、アメリカでゴスペルと出会い、慰められたことなど、人生経験から学んだ生き様についてお話しいただきました。

力強いゴスペルの歌声に、市文化会館に詰めかけた 512 名の来場者から、大きな拍手が送られました。

冬の夜を彩りました

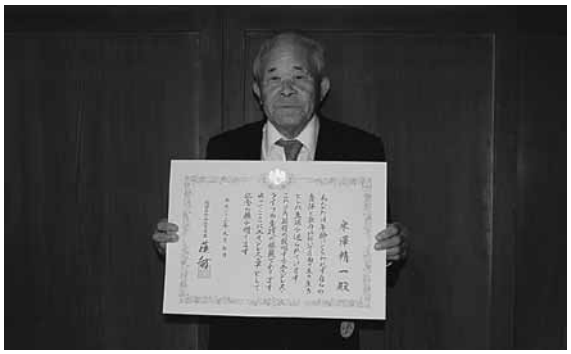
イルミネーションフェスティバル

12 月 3 日から 25 日まで、麻生公民館駐車場において、イルミネーションフェスティバルが開催されました。

このイベントは、行方市商工会青年部が中心となって毎年行われ、約 5 万個の電球が冬の夜を彩りました。

12 月 3 日に行われた点灯式では、各種模擬店が軒を連ねたほか、ハンドベル演奏や市内中学校合同によるブラスバンド演奏、各種団体によるよさこいソーランなど多くの催し物が開催されました。

点灯式当日は、約 1,500 人の来場者で賑わいました。



エイジレス・ライフ実践者

米澤精一さんにエイジレス章　授与

内閣府では、年齢にとらわれず自らの責任と能力において自由で生き生きとした生活を送る高齢者を「エイジレス・ライフ」実践者として広く紹介しています。

この度、91 歳を迎えた現在でも、ボランティアグループ「歌と日本舞踊の会」の会長として活動している米澤精一さん（次木在住）に、蓮舫内閣府特命担当大臣から「エイジレス章」が授与されました。

米澤さんは、月 1 回程度、高齢者施設を訪問し、会員とともに日舞等を演じ、高齢者福祉の向上に貢献され、「受章を励みに、今後も続けていきたい」と話していました。

芸術鑑賞を楽しみました

行方市芸術鑑賞教室

幼稚園児・小学３年生・小学６年生・中学３年生を対象に文化会館において実施しました。10月４日、小学３年生が人形劇団ひとみ座による「賢治のカバン」、10月12日小学６年生が劇団青い鳥ティアティカル・カンパニーによる「正劇アラビアン・ナイト」、10月25日中学３年生が麻布劇団市ホワイト・エンゼルによる「Ａｎｇｒｙ」、11月22日幼稚園児が劇団青い鳥ティアティカル・カンパニーによる「泣いた赤おに」の舞台劇を鑑賞しました。公演終了後には、出演者と握手したり、記念撮影をしたりと、出演者と一体となり有意義な芸術鑑賞となりました。

生産者が都会でなめがた野菜を販売ＰＲ

なめがた野菜どっさりフェア

10月25日～27日と11月15日～16日の５日間、東京都板橋区ハッピーロード大山商店街で「なめがた野菜どっさりフェア」を開催しました。同フェアは１月に続いて２回目の開催で、今回は市内７つの農業団体が合同で実施しました。

地元農産物を生産者が直接販売するこの企画は、テレビ番組で紹介されたこともあり、連日大勢の買い物客で賑わいました。新鮮でおいしい農産物販売のほか、野菜ソムリエによる試食提供や農業振興センターによる焼きいも販売も好評で、長蛇の列ができるほどの売れ行きでした。

今年も上々の出来でした

春日神社　どぶろく祭り

11月23日、今年も恒例のどぶろく祭りが開催されました。どぶろく祭りは平安時代の初期、奈良の春日神社から分離した青沼の春日神社の建立を祝って始められた五穀豊穣のお祭りです。

今年の当番地区は馬場尻区でした。新米を使って仕込んだどぶろくは夜遅くまで参拝客に振る舞われ、たくさんの人が出来上がったばかりのどぶろくを味わっていました。

緑の少年団結団式が行なわれました

玉造中学校

11月29日、玉造中学校全校生徒337名を団員とする緑の少年団の結団式及び子どもの森づくり推進事業が行われました。

第一部は結団式として、学校長あいさつ、茨城県緑の大使からのメッセージ、県緑化推進機構の田村理事長による緑の講和、団旗の授与、生徒代表の渡邊琹奈さんの緑の少年団としての誓いのことばを述べ閉会しました。

第二部としてシャラの記念植樹を行い、生徒たちの質問に答えながら、全員が緑の大切さを学びました。

『行方市総合計画後期基本計画』策定に係る絵画・作文コンクール受賞作品発表

ふるさと行方市の将来像と ぼくの夢、私の未来

市ではまちづくりの仕事をしていく上で基本となる『総合計画』後期５ヵ年計画を作成しています。

市民のみなさんとともに考えまちづくりを進める、明るい未来の計画とするため、今回、次代を担う中学生の皆さんに、行方市の将来像を考えていただきました。絵画部門 26 点、作文部門 529 点とたくさんの応募の中から厳正なる審査の結果、絵画９点、作文 20 点の優秀作品を選考し、11 月 19 日（土）、麻生公民館において表彰式が開催されました。優秀作品に選ばれたのは下記の方々です。入賞おめでとうございます。

	学　校	氏　名
行方市長賞	北浦中１年	河野　遥南
行方市議会議長賞	北浦中１年	高正　大輔
行方市教育長賞	北浦中３年	田所　優香
行方市総合計画審議会長賞	北浦中１年	野原　実輝
	北浦中３年	青木友香理
入　選	麻生中１年	箕輪　美和
	麻生一中１年	稲川　夏帆
	北浦中３年	齋藤　美紀
	玉造中１年	橘川　結衣

絵画の部（市長賞）河野遥南さんの作品

作文の部（市長賞）、高野優衣さんが入賞作品を朗読発表しました

	学　校	氏　名
行方市長賞	北浦中１年	高野　優衣
行方市議会議長賞	北浦中３年	野原　美希
行方市教育長賞	麻生中３年	額賀　七彩
行方市総合計画審議会長賞	北浦中１年	和田　美里
	麻生中１年	杉山　奏絵
	北浦中１年	河野　遥南
	北浦中１年	亀田　千晶
	麻生一中１年	稲川　夏帆
	玉造中３年	高野　恵里
	玉造中２年	山中　麻未
入　選	麻生中３年	須田　千尋
	北浦中１年	河野　彰弘
	北浦中２年	成田　真子
	麻生中３年	宮内　美咲
	麻生中３年	越川明日美
	麻生一中１年	村松ありす
	玉造中１年	代々城姫佳
	玉造中３年	磯山　綾花
	玉造中１年	山崎　達也
	北浦中３年	飛騨　祐花

絵画部門　受賞者

作文部門　受賞者

Topics まちの話題

軟式野球後期大会

11月20日（日）　潮来市かすみの郷

　優勝、準優勝の下記のチームが市代表として、来年開催される水郷大会に出場予定です。活躍が期待されます。
【優　勝】黒潮クラブ（行方市）
【準優勝】ブラックエンジェルス（行方市）

第６回市内女子ミニバス親善リーグ戦

5/ 22・9/ 3・11/ 20　北浦運動場体育館

【優　勝】津澄ＭＢＳＳ　【準優勝】麻生ミニバス
【第３位】玉造山王ミニバス

第６回バスケットボール大会

11 月 23 日（水）北浦運動場体育館

男子の部【優勝】　アレグロ　女子の部【優勝】　Ｑｕｅｅｎ‘ｓ

第１２回社会人サッカー大会

11月20日・27日　北浦運動場第1グラウンドほか

【優　勝】ＢＩＤＡＮ　【準優勝】上山ＦＣ
【第３位】ＦＩＮＡＬＳ【第４位】ＫＦＣ

ＢＩＤＡＮ

第６回行方杯ミニバスケットボール大会

11/ 26日・27日　北浦運動場体育館ほか５会場

【団体表彰】
男子の部　　【準優勝】玉造山王ミニバス
女子の部　Ｂブロック【第３位】津澄ＭＢＳＳ
【個人表彰】
優秀選手　高柳颯人（玉造山王ミニバス）・茂木杏奈（津澄ＭＢＳＳ）

玉造山王ミニバス

津澄ＭＢＳＳ

行方市バレーボール連盟大会

11月27日（日）麻生運動場体育館

【優　勝】暖心倶　【準優勝】南愛球会　【第３位】Lovers

第６回行方市長杯剣道大会

12月4日（日）北浦運動場体育館

団体戦
【優　勝】納場剣道スポ少Ａ
個人戦（高学年の部）
【優　勝】吉川直輝（行方少年剣友会）【第３位】大川翔隆（小高少年剣友会）
個人戦（低学年の部）
【第３位】箕輪　羽月（行方少年剣友会）

第6回行方市長杯卓球大会

12月3日（土）麻生運動場体育館

＜団体戦＞
（男子）【第３位】北浦中学校（行方市）
（女子）【第３位】玉造中学校（行方市）
＜シングルス＞
（男子）【第３位】舟串郁哉（玉造中）

行方市民インディアカ大会

12月4日（日）玉造運動場体育館

【優勝】てんとうむし【準優勝】ポップコーンＢ【第３位】ポップコーンＣ

行方地区弓道大会

12月3日（土）麻生運動場弓道場

【団体優勝】　深沢辰五郎・久保喜雄・高野敬光
【射詰優勝】　大崎真一
【射込優勝】　高野敬光
【金 的 賞】　柳町照夫・大崎真一

全国体育指導委員功労者を受賞

　11 月 10 日･11 日、東京都「東京体育館」を会場に開催された “ 第 52 回全国スポーツ推進委員研究協議会 ” の表彰式において、行方市体育指導委員　中澤侯晴さんが長年の功績により表彰を受けました。
　中澤さんは、旧玉造町から合併後の当市において体育指導委員として生涯スポーツの普及・推進・総合型地域スポーツクラブ設立に向けご尽力されております。おめでとうございます。

第30回茨城県民生委員児童委員大会
茨城県民生委員児童委員協議会長賞を受賞

多年にわたる民生委員児童委員活動の功績により、行方市から次の方が表彰されました。

（順不同・敬称略）

◎麻生地区　切島　キヨ
　大原　孝
◎玉造地区　寺田　美千代
　香取　篤澄

彼岸花の球根を集めています

里山の環境整備で彼岸花を植えていますが、彼岸花の球根が足りません。

そこで市民の皆様から彼岸花の球根を募集いたしますので、ご提供いただける方は商工観光課までご連絡ください。皆様のご協力をお待ちしております

問　商工観光課（北浦庁舎）
☎0291-35-2111

休日窓口の臨時休業のお知らせ

住民基本台帳関連サーバ室の移設工事および戸籍システム機器更新作業のため、麻生庁舎で開設している休日窓口（各種証明書の発行業務）を臨時休業いたします。ご不便をおかけいたしますがよろしくお願いいたします。

＊休業日　2月11日（土）
3月3日（土）・4日（日）

※死亡届による埋火葬許可証の交付については対応いたしますので、事前にご連絡ください。

問　総合窓口課（玉造庁舎）
☎0299-55-0111

県税事務所からのお知らせ

「便利な自動車税の口座振替をご利用ください」

一度手続きすると、自動車税（軽自動車税を除く）納税のために金融機関に出向く必要がなく、新しく自動車を取得したときも再度申込みの手続きは必要ありません。

預金口座のある県内の金融機関でお申し込みください。（ゆうちょ銀行（旧郵便局）、一部金融機関を除きます）

※平成24年2月末までにお申し込みいただくと、平成24年度の自動車税から口座引落しになります。

問　茨城県行方県税事務所
☎0299-72-0041

環境美化センターリサイクルプラザからのお知らせ

「自転車・家具等を無料で提供します。」

ご希望の方は、左記の申込期間内に来館して手続きを行ってください。

申込期間　1月19日（木）～28日（土）
受付期間　午前9時～11時30分
　午後1時～4時
休館日　1月22日（日）
対象者　行方市在住の方
（市に住民票を有する小学生以上の方）
抽選日　2月10日（金）
　午前10時～

問　行方市環境美化センター
　リサイクルプラザ
☎0299-80-6200

安心をつなぐダイヤル110番

1月10日は、「110番の日」です。

110番は、警察に対する緊急の通報をするための電話です。緊急を要さない電話は相談窓口（＃9110）又は、行方警察署へおかけください。携帯電話から110番通報するときは現場近くの安全な場所から・現場の住所・近くの目標物（コンビニエンスストア、ガソリンスタンド、学校、病院など）を伝えてください。

110番6つのポイント

①事件ですか、事故ですか？
②それはいつですか？
③場所はどこですか？
④犯人は見ましたか？車のナンバーは見ましたか？
⑤現場はどうなっていますか？
⑥あなたのことを教えてください。

情報ひろば

INFORMATION

行方市の人口

総数　37,949人（-28）
男　19,107人（-17）
女　18,842人（-11）
世帯数　11,731世帯（＋2）
平成23年12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）

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

年金聞きたい放題
常陽 年金相談コーナー
日時：1月20日（金）
午前10時～午後3時
場所：常陽銀行麻生支店
☎0299（72）0551
※電話にてご予約ください。
ベストパートナーバンク 常陽銀行
麻生支店　0299（72）0551
北浦支店　0291（35）2121
玉造支店　0299（55）0101
常陽銀行顧問の社会保険労務士がご相談に応じます。
【ご相談の主な内容】
○年金のお受取り手続きについて（年金請求書の記入方法や必要書類など）
○年金受給に必要な資格期間や年金受給見込額について
（ただし、年金額調査には1～2週間程度かかります。）
○60才以降も勤務する場合の年金について
○失業給付を受けた時の年金について
○加給年金について（配偶者や子に関する加算）
○その他年金に関するご質問
ご相談の際は、基礎年金番号通知書・年金手帳（本人・配偶者）、預金通帳、印鑑（認印）、鍵歴メモをご持参ください。なお、お持ちの方は社会保険業務センターより送付された年金請求書、加入記録のお知らせ・見込額、雇用保険被保険者証、年金証書を併せてご持参ください。

※行方市では、新たな自主財源の確保や地元商工業者などの活性化、市民生活情報の提供を目的に有料広告掲載の取り組みを行っています。

国民健康保険について知ろう！

国保優良世帯表彰

平成 22 年度中に 1 度も病院等にかからないで、かつ国保税の未納がない世帯（国民健康保険の加入者が 2 人以上の世帯）に行方市国民健康保険から表彰状と記念品が贈呈されます。

優良世帯に対しては平成 24 年 1 月 28 日（土）に開催される行方市社会福祉大会（会場：行方市文化会館）の席上で表彰されます。

1 年間、1 度も家族全員が病院等にかからないことは、すばらしいことで健康に留意されて過ごされた賜物です。

行方市国民健康保険の医療費は年々増加しており、財政も逼迫しています。ひとり、ひとりの健康意識が医療費抑制に繋がります。病気にならないためには、年に 1 回の健診と日頃からの健康づくりが必要です。

問　国保年金課（玉造庁舎）
℡　0299-55-0111

「なめがた郷土かるた」巡り旅

常陸国風土記は、奈良時代の初め、和銅６年 (713) に出された元明天皇の詔（おことば）によって編纂されました。実際には、風土記という名前ではなく、天皇の命に応じて全国の国府が提出した報告書でした。内容は、当時の人々の暮らしぶりや、地域の伝承、朝廷の中央集権国家形成への歩みなどが記録されています。行方市には、常陸国風土記にまつわる地名伝承が多く残され、曽尼駅家もその一つです。

曽尼駅家（そねのうまや）　（玉造地区）

常陸国風土記に、「堤賀（てが）の里の北に曽尼の村あり、古く疎禰毘古（そねひこ）という佐伯（土着民）がいたのでその名を付けた。今駅家を置く。曽尼の駅家という」とあります。駅家は、大化二年（６４６）、国府（府中）から鹿島に通じる官道に置かれた馬の乗り継ぎ場でした。玉造泉の地に碑が建っています。

行方郷土かるたは１組　2,000円　購入は麻生・北浦・玉造各公民館へ

公民館情報コーナー

＊行方市公民館まつり＊

◇日　時　1月 14 日（土）・15 日（日）　午前９時 30 分　～　午後４時
◇内　容　展示会（講座・教室・利用団体・市内小学生優秀作品等）
・体験教室　（組み紐　等）・金魚すくい・ヨーヨー釣り
・相談コーナー（園芸・ガーデニング　等）・おたのしみコーナー
・音楽コンサート（会場：文化会館　入場無料）

◇募　集
体験教室・音楽コンサートに参加しませんか!!
音響効果抜群の文化会館のステージがあなたをお待ちしています!

工芸盆栽教室　教室参加者募集！

◇日　時　2月 14 日（火）・15 日（水）　午後２時～４時
◇内　容　山野草・花木などをワイヤー等の工芸材料を使い、生の盆栽のような作品を作ろう！
◇会場＆申し込み　　北浦公民館　℡０２９１－３５－３７７７

【問い合わせ先】北浦公民館　℡　0291-35-3777

見学者・歓迎　**英語を教えることが大好きです！**

時間＼対象・曜日	火	水	木
18:30 ～ 19:15			小学５・６年生
19:30 ～ 20:20	中学１年	中学２年	中学３年（入試対策）
20:30 ～ 21:20	高校２・３年（長文標準）	高校１・２年（長文基礎）	高校２・３年（センター対応）

・指導料　１か月　5,000円（入会金なし）

受講生募集　**春休み２日間**（3/24(土)～25(日)）　**英語にチャレンジ！**

対象生徒	学習時間	学習内容
中学新２年生	18:00 ～ 19:00	中学１年英語の復習
中学新２・３年生	19:15 ～ 20:15	中学１・２年英語の復習
高校生	20:30 ～ 21:30	入試に出る仮定法・分詞構文

・希望者は、3/10(土)までに、電話でご連絡下さい。
・受講料　２，４００円（テキスト代含む。）

大川英語教室　TEL ０２９９－６６－６７５３　指導者　大川　英世
潮来市小泉 2593－16（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

市では「市報行方」に有料広告を掲載される方を募集しています。
詳しくは秘書課まで
〒 311-3892　行方市麻生 1561-9
℡ 0299-72-0811　FAX0299-72-2174

受付
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

※行方市では、新たな自主財源の確保や地元商工業者などの活性化、市民生活情報の提供を目的に有料広告掲載の取り組みを行っています。

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・どろんこ〉
パワフル＆リズミカル！！ヨガ
日　　時　1月16日（月）9時30分受付
場　　所　玉造保健センター
講　　師　木村幸子

ス・トミック講座　恵方巻を作ろう！！
日　　時　1月27日（金）　9時30分受付
場　　所　麻生公民館
講　　師　嶺ゆみ
募集人数　親子10組（先着順）
申込期間　1月10日～17日
そ の 他　材料費がかかります。

イクメン講座～パパと一緒に遊ぼう～パパビクス！！
日　　時　2月4日（土）9時30分受付
場　　所　玉造B＆G海洋センター
講　　師　佐藤直子
☆男性の子育て参加応援のための講座です。1歳～4歳までの未就学児の子どもとお父さんが対象で人数の制限はありませんので奮ってご参加ください。

子育て広場　1月の行事予定

1月		麻生公民館		北浦公民館		玉造保健センター	
		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
6	金	○				○	
10	火	○				○	
11	水			○			
12	木	○		○			
13	金	○					
16	月	親子教室					
17	火					○	
18	水			○			
19	木	○		○		○	
20	金	○				○	
23	月					○	
24	火	○		○			○
25	水			○		○	
26	木	○		○			
27	金	ス・トミック講座					
30	月					○	
31	火			○		○	

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

コラム（第20話）・・・騙されていませんか？

3月11日の東日本大震災から10カ月が経とうとしています。みなさんあの時の恐怖は未だ消えずに記憶に残っていることでしょう。大きな震災だったために、多くの方の自宅が被害に遭ったのではないかと思います。そんな中、「家の点検を無料で行いますよ」と見知らぬ人が突然訪問してきたことはありませんか？悪質業者は被災地を狙って、遠方から来ることが多いようです。強引に点検を行い、その日のうちに契約を迫るという点が悪質業者の特徴です。そして次から次へと工事を迫り高額を払わせるという手口です。「このままだと危険ですよ。今すぐ修理が必要です」と不安をあおり、不必要な工事の契約を迫ります。一人暮らしの高齢者が被害に遭うケースが増えています。親と同居していない方、知らないうちに親が悪質業者に騙されていることも考えられます。しかし最近では、お年寄りだけでなく、若い方も被害に遭っているのが現状です。

行方市でも、家の修理に必要以上に高額を支払ってしまった、家に注文していない品物が勝手に送られてきて料金を支払ってしまった等の報告を受けています。「まだ自分は若いから大丈夫！」との油断はできません。まずは冷静になり、事実確認を行いましょう。みなさん、気をつけましょう！

社会福祉士
栗又美紀

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

～１０歳若返る!!ウォーキング講座～
けんこう応援教室

あたまとからだを元気アップさせる運動を紹介します。ウォーキングを中心に、自宅で簡単にできる運動の実践を通して、いきいきと楽しく元気に暮らす方法が学べます。
ご興味のある方は、ぜひこの機会にご参加ください！

【開催要項】**２月２日～３月29日**
毎週木曜日　午前９時30分～11時
（※３月22日はお休みです。）

☆対象　行方市民で65歳未満の方
場　所：麻生公民館　体育室
講　師：健康運動指導士
定　員：30名
参加費：無料

【お申込・問合せ】
健康増進課　（北浦保健センター）
☎ 0291―34－6200

申込締切
1／20（金）

《受講生の感想より》
◆運動や生活を意識するようになった。
◆みんなで運動ができて楽しかった。
◆正しい歩き方が身についた。
◆身体を動かす事の楽しさがわかった。

麻疹・風疹混合ワクチン（MR）の予防接種は済みましたか？

ＭＲ（麻疹・風しん）の予防接種は済んでいますか？母子健康手帳をもう一度見る等して確認してください。

平成２３年度対象は
就　学　前（平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれ）
中学１年生（平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれ）
高校３年生（平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれ）
＊対象者にはすでに予診票をお送りしてあります。

まだＭＲの予防接種を受けていない方は、平成24年3月31日まで接種期間はありますが、冬休みを利用して早めの接種をお勧めします。

【問い合わせ先】北浦保健センター　☎ ０２９１－３４－６２２０

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

©㈱鹿島アントラーズＦＣ

行方市民の皆様へ新年のご挨拶!!

謹んで、新年のごあいさつを申し上げます。

行方市民の皆様におかれましては、東日本大震災で大きな被害に見舞われたにもかかわらず、鹿島アントラーズへ熱いご声援を頂き、誠に有り難うございました。

大震災の影響によるチームの活動休止やスタジアム破損によるアウェイ連戦。また、リーグ戦６位、ナビスコカップ優勝と、クラブ創設２０周年を迎えた２０１１年は激動のシーズンとなりました。

本年は、行方市民の皆様をはじめ、ホームタウンである鹿行地域の皆様を元気づけることが出来るよう、２年ぶり通算８度目のＪリーグ制覇を目指して、選手・スタッフ一丸となり頑張ってまいりますので、引き続き、皆様のご声援をお願い致します。年頭にあたり、行方市民の皆様のご健勝とご多幸をご祈念申し上げ、新年のご挨拶と致します。

株式会社　鹿島アントラーズ　エフ．シー

冬の特別企画　バックステージツアーのお知らせ!!

現在、カシマサッカースタジアムは復旧工事を行っておりますが、ミュージアムでは一部コースを変更してバックステージツアーを開催しております。開催日についてはオフィシャルサイトをご覧ください。

■問合せ先：カシマサッカーミュージアム
（県立カシマサッカースタジアム内）
TEL 0299-84-1155(午前 10 時～午後 4 時)

IBARAKI WITH HOPE we can cope

試合の結果

第 33 節 対 清水ｴｽﾊﾟﾙｽ ○ 3-0

第 34 節 対 横浜Ｆ・ﾏﾘﾉｽ △ 1-1

鹿島アントラーズオフィシャルサイト
http://www.so-net.ne.jp/antlers/

お問い合わせ　企画政策課（麻生庁舎）☎ 0299－72－0811　HP http://www.city.namegata.ibaraki.jp

地元を食べよう

米　豚

行方産のお米を食べて愛情たっぷりに育った豚は甘みがあってあっさり！肉の旨味を味わうために、シンプルに食したい豚肉です。

千ヶ崎さん、後谷さん、河嶋さんにお話しを伺いました。

Q米豚とは？

行方市では転作の一環として飼料用米が作付けされています。その飼料用米を食べさせて育てた豚が「米豚」となります。今年で4年目の試みとなり、昨年より本格的に生産しています。現在、行方市内では私達3農家で育てています。

Q米豚の特徴は？

脂身に甘味があり、あっさりとしています。肉質も柔らかいです。お肉はしゃぶしゃぶにしてもらうと良さがわかります。良いお肉はアクが出ません。アクが出るお肉は、あまり良くないお肉です。米豚はアクが出ることもなく、シンプルに焼いて塩コショウで食べてもらうと美味しさが際立ちます。噛めば噛むほどにお肉の甘みがでてきます。

Q養豚で大変なところは？

豚は人間と同じ病気にかかります。豚は恒温動物であっても、体温を10度程度しかうまく調整することができません。温度差が激しく寒い時期には、肺炎やマイコプラズマなど病気にかかりやくなってしまいます。健康な豚であるためには、この温度調整を上手に行えるような環境づくり・体制を整えてあげるようにしています。

Books 図書館情報

たくさんの本をそろえ、来館をお待ちしております。今年もよろしくお願いいたします。

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。

「名のないシシャ」

山田悠介

人間が死ぬまでの寿命がカウントダウンとして見え、しかもその寿命を変えられる存在がいたら？ そして、そんな不思議な力を持つ名無しの少年が人類の運命を握っていたら？“運命と命”のゲームを描く。

一般 「ジェントルマン」山田詠美
「親が70歳になったら知っておきたい80のこと」
宮崎牧子

児童 「メイはなんにもこわくない」きむらゆういち

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

☆小さいお子さんとお母さんのために

1月11日（水）午前10時～	○だっこでよみきかせ（ふわふわのおはなし）ほか ○絵本の時間	1月28日（土）午後2時～	○おはなし会（バレンタインデー）

Jan 1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。

年末年始には日本の伝統的な行事が多く行われます。日本のすばらしい伝統や文化を次世代に引き継ぎたいものですね。
図書館にも参考になる本をそろえてありますのでご利用ください。
・子どもの伝統行事
・12カ月のしきたり　ほか

施設名	開館時間	電話番号
行方市立図書館（玉造乙1175）	午前9時～午後5時 休館日は月曜日	0299－55－1495
行方市北浦公民館図書室（山田2175）	午前9時～午後5時 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時～午後5時 休館日は月曜日	0299－72－1573

豚肉はビタミンB1をおおく含み糖質の代謝を助けます。

○材料（4人分）

豚ロース肉　200ｇ　白菜　1/4株
人参　1本　大根　120g
パプリカ（赤）（黄）（緑）　各20ｇずつ
塩　小さじ1　こしょう　少々
酒　大さじ1　カボス　適宜　水　100cc

米豚と野菜のミルフィーユ風

○作り方

レシピ提供
行方市食生活改善推進員連絡協議会北浦地区

①白菜は、洗って、大きめの4等分くらいに切る。人参は、白菜と同じくらいの長さの5mm幅の短冊切にする。パプリカは縦半分に切り、薄い千きりにする。豚肉も、白菜の長さに切る。
②おおきな鍋に白菜、人参、豚肉を順番に重ねる。一番上に白菜がくるようにする。火がとおると野菜のかさが減るので、押し付けて、重ねる。③白菜の積み重ねた上にパプリカを散らして、水、塩、こしょう、酒を振りいれ、火にかける。
④沸騰したら、弱火にしてふたをする。食べるときに大根おろしにカボスの汁をあえたり、好みの香辛料等で食べる。

（一人分）
エネルギー 122 kcal
たんぱく質 13.1g　脂質 3.0g
食塩相当量 0.5g

Q今後について教えてください。

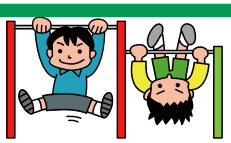
常磐自動車道下り「友部SA」及び北関東自動車道「笠間SA」にて、行方産米豚を使用した「豚丼（とんどん）」が販売されています。新しい試みで始まった「米豚」。徐々に広まりつつありますが、これからも販路拡大に向けての取り組みを行っていきたいと思います。

千ヶ崎功さん　後谷正行さん　河嶋康寛さん

市報行方第77号／発行・編集　行方市秘書課／〒311-3892 茨城県行方市麻生1561-9 ☎(0299)72-0811 Fax(0299)72-2174 URL http://www.city.namegata.ibaraki.jp／E-mail name-info@city.namegata.lg.jp

ぼくの学校、わたしの学校

市内の小・中学校を児童・生徒のみなさんがPR！



行方小学校

心豊かでたくましく，自ら学び自ら考え，実践力のある児童を育てる
夢に向かって，たくましく生きる行方っ子の育成

◆所在地　行方市行方643　◆電話　0299-77-0215
◆学校長　河野　洋　◆職員数　13人　◆児童数　68人
◆開校日　明治22年7月3日

122年の伝統を大切に、最後まで児童と共に！

本校は、明治22年7月3日、大字行方字神宿の東光寺に行方、於下、五町田にあった3校が統合し創立されました。今年で創立122年となりますが、地域の方々と教職員が一体となって教育に取り組んでおり、児童は健やかに育っています。

昼休みは、緑の広場での鬼ごっこ、グラウンドいっぱい走り回るサッカー、仲良く手を繋ぎながらの一輪車など、低学年から高学年までの児童が、学年の枠を超え、自由に楽しく遊んでいます。また、児童朝会、合唱の発表などの改まった場では、聞き手を意識し、話し歌うことができます。これも、伝統的に受け継がれてきた良き校風の賜かと思われます。

しかしながら、少子化の波は本校にも及び、本年度をもって閉校となります。大変寂しいことですが、茶臼ヶ丘で培った不易のものを今後も大切に生活していくよう指導に取り組んでいるところです。

秋季大運動会

最後のお楽しみ学習会は、体育館宿泊と三世代交流餅つき

本校は、三世代交流を目的としたお楽しみ学習会を行っています。マーチングバンドを依頼したり、学校以外の施設を利用したりと、毎年保護者の皆様と教職員が何度も話し合い、楽しい1日が過ごせるように計画しています。

今年は閉校なので、行方小学校に十分浸ってもらおうと、11月19日の土曜日の夜は保護者の方と体育館に宿泊し、20日の日曜日は地域の方と餅つきをして、みんなで楽しく会食をすることができました。

夜中に体育館の屋根から聞こえる雨音を布団に入りながら静かに聞いた経験や、みんなでついた餅を地域の方と楽しく食べた経験は、貴重なものとなりました。また、地域の方がたくさん集まるということで、5年生が総合的な学習の時間に、地域の方にご指導・ご協力をいただきながら作った八俵のもち米を販売しました。収穫までの苦労と完売の喜びを体験できたことは、働くことの意義を理解することに繋がりました。

地域の方との餅つき

学校の周りの桜やいっぱいの花が私たちの学校の自慢です。入学式のころには満開の桜でとてもきれいです。

行方小学校は今年で閉校になります。私たちが最後の卒業生なので力をあわせ最後の輝きを出せるように毎日頑張っています。

大堀　夏瞳さん（6年）

縦割り班で活動する「ふれあいタイム」では、1年生から6年生までが「サッカー」や「おにごっこ」などをして遊びます。また「ふれあい給食」もあります。どちらも自分たちで計画を立てて実施するのでみんなとても楽しみにしています。

石橋　陽輝さん（6年）

ルーキー ROOKIE

市内で頑張るフレッシュな人を紹介していきます！

東山さん（農業・トマト栽培等）

ハウスでトマトをメインにメロン・春菊・わさび菜・水稲を栽培しています。就農10年を過ぎましたがまだまだ勉強することがたくさんあります。経営に関することももちろんですが、『美味しい』とたくさんの人に言ってもらえる確かな農作業技術をしっかり身につけていきたいと考えています。

◆編集後記◆ Editor's note

昨年は、家族の絆、地域の絆の重要性が再認識された1年でした。学校行事でも餅つきや昔遊びを通じた3世代交流を取り入れている学校が増えていますが、皆さんも家族や友達同士で正月遊びに親しんでみてはいかがですか。（保）

今回もたくさんの方に地区懇談会にご出席いただきました。ただ、やはり若い方や女性の参加は少ないのが現状です。今後は幅広い世代、立場の方からも意見をいただけるよう広聴事業に取り組んでいきたいと思います。（友）