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

Contents

特集１　あなたのチカラを求めています　P02
ー消防団員として活動してみませんかー

特集２　職場体験学習　P06

お知らせワイド版　P07
（食品放射性物質測定システム　ほか）

市の話題・トピックス　P10
（行方市民カラオケ大会・霞ヶ浦ラーメン誕生　ほか）

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・地元を食べよう　P18

図書館情報　P19

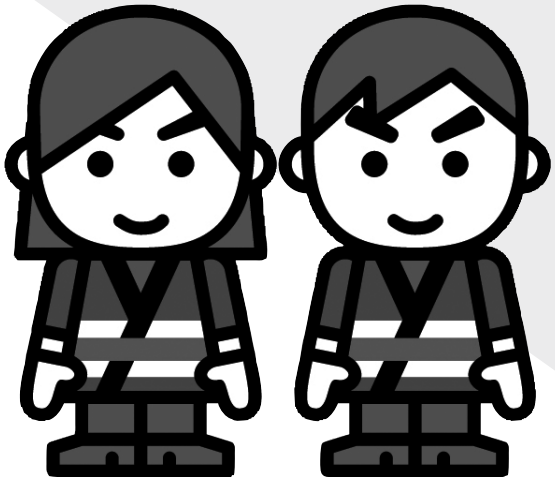
ぼくの学校、わたしの学校（小高小）　P20

2012
3
Mar
No. 79

竹を使ってパンができたよ！
ー玉造第一保育園ー

あなたのチカラを求めています！

消防団員として活動してみませんか



消防団とは、その地域に「住んでいる」「働いている」人によって構成される市町村の消防機関です。

一人ひとりが、それぞれの仕事をもちながら、“自分たちのまちは、自分たちの手で守る”という思いで、行方市では 1342 人が消火活動や救助活動だけでなく、災害を起こさないための火災予防や防災啓発など様々な活動を行っています。今回は地域を守る消防団を特集します。

消防出初め式　一斉放水後

行方市消防ポンプ操法競技大会

鹿行地区消防ポンプ操法競技大会

東日本大震災発生時　給水活動

東日本大震災から1年

２０１１年３月11日、午後2時46分。東日本大震災発生。日本の地震観測史上最大のマグニチュード9.0の巨大地震からちょうど1年が経ちます。

行方市においても震度６弱の揺れを観測し、死者１名、重傷者１名、また道路の損壊、電気・水道等のライフラインの寸断、住宅も３，４００棟以上が損壊を受け（内、全壊１１７・半壊６９８）、市内全域で未曾有の被害を受けました。市では災害対策本部を設置し、市内の被害状況の把握、避難所の確保、道路、水道、下水道などの復旧を行いました。

しかし、既存の防災計画が機能しなかった部分もあり、この震災を教訓として実効性のある防災計画を策定し、情報伝達手段、備蓄倉庫等の防災機能を確保していかなければなりません。

地震で被害を受けた玉造甲（里区）の道路

求められる地域の力

東日本大震災発生時、市職員が民生委員の方と協力し、市内の一人暮らしの高齢者約４００人の安否確認を行いました。しかし、電話が使えない状況だったために、確認する方法は実際に自宅に足を運ぶことでした。地震の影響で市内の道路が寸断された個所もある状況の中、高齢者が訪問時に自宅にいないなど、確認がとれず何度も足を運ばざるをえなかったこともあり、実際に安否確認が終了するまでには2日間を要しました。

そのような中、地区によっては消防団員が自主的にお年寄りの見回りをする、区長さんが先頭に立って炊き出しを行うなど、行方市の強みである『地域の助け合い』が行われていた地区もたくさんありました。災害時において市は避難所の設置や、道路、水道、下水道などの復旧、正確な情報収集等を行わなければなりません。東日本大震災の教訓を踏まえ、あらゆる災害を想定して防災対策や応急体制づくりを進めていかなければならないことは言うまでもありません。しかし、それだけでは不十分です。市民一人ひとりが災害に対する備えを自ら準備し、実際に起こってしまったら落ち着いて、自分、家族の身を守ることが大切です。そして次に求められるのが『助け合い』なのです。

災害時、地域の防災の要として消防団員の方はとても頼もしい存在です。実際に甚大な津波被害を受けた東北３県において消防団員の方の適切な誘導で命が助かったという例がたくさん報告されています。

団員確保が今後の課題

消防団は地域ごとに拠点を構え、有事の際に適切に対処できるよう設備・装備を整えてまちを見守っています。

特に近年、集中豪雨等の風水害が頻発し、また東日本大震災級の大規模地震の可能性が指摘されています。

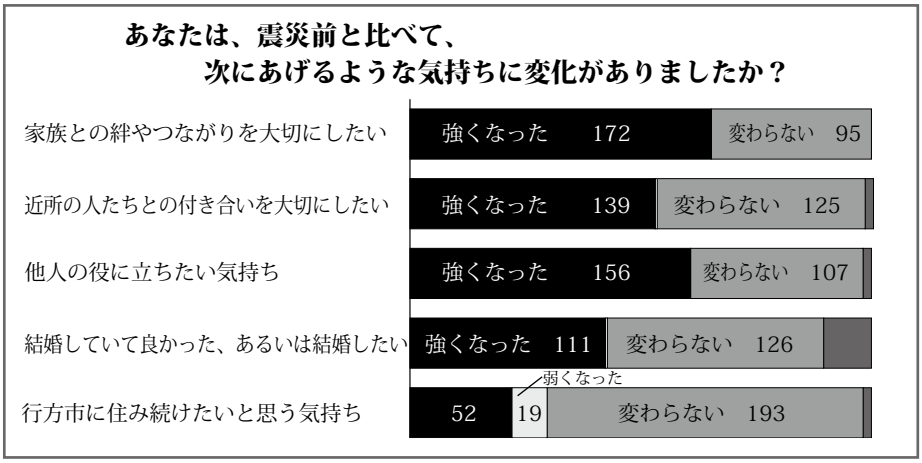
このような状況の下で、地域の安心・安全の確保に対する関心が高まりつつあり、消防団の地域密着性、要員動員力、即時対応力などの特性が注目されています。

しかし、この地域防災の重要な存在となる消防団員は近年減少傾向にあります。行方市でも合併当初１，４４７人だった団員数は現在１，３４２人となっています。人口の減少、少子高齢化、社会環境の変化などに伴って年々減少しています。

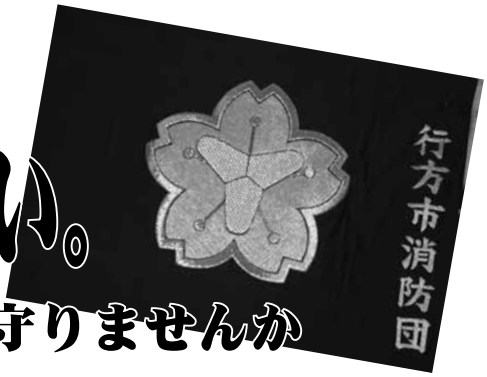
このような状況の中、平成23年度に行方市でも女性消防団が結成されました。女性消防団員の活動は広報活動や一般家庭への防火指導、一人暮らしの高齢者への防火訪問などを中心に活動していく予定です。

消防団は誰でも参加できる活動です。自分に合った活動のしかたや少しでも協力できることがあります。地域の安心・安全のためにあなたのチカラを消防団で生かしてみませんか。そして消防団の活動に市民のみなさんが理解を深めることも地域の防災力に繋がります。安心で安全なまちをみんなの力でつくっていきましょう。

あなたは、震災前と比べて、
次にあげるような気持ちに変化がありましたか？



資料：行方市震災アンケート調査　平成23年



大切なまちや家族を守りたい。

あなたも一緒にかけがえのないものを守りませんか

現在、行方市では1,342人の消防団員の方々が活躍しています。会社員、自営業の方、主婦の方など、年齢や性別、職業を問わず、いろいろな方が参加しています。消防団はどなたにでも参加できる活動です。あなたのチカラをそんな消防団で生かしてみませんか。

消防団は火災発生時ばかりではなく、地震や台風等の自然災害のときの活動や行方不明者の捜索などさまざまな活動を行っています。指示を出す立場としていつも心がけているのは団員の安全です。迅速な行動が求められる現場ですが、どんなときも2次災害を引き起こすことのないよう注意しています。

以前、夜警をしていたところ、一人暮らしの高齢者の方から「消防団が活動してくれていると思うとほっとする。寒い中ほんとうにご苦労様」と声をかけられたことがあります。消防団は大変なこともありますが、地域に貢献できる活動です。少子高齢化の影響もあり団員が減少傾向ですが、ひとりでも多くの方にご協力いただき、一緒に地域の安全を守っていきたいと思っています。

行方市消防団団長
齋藤　基さん

勤務地である香取市で祭りの実行委員会やNPO法人の運営などをきっかけに救急救命のボランティアなど様々なことを経験してきた中で、これから地元である行方市に対しても何か貢献したいとの思いから入団しました。

以前から常に自分の中で2%くらいはリスクに対しての緊張感を持って生きなければと感じていましたが、昨年の震災で「それでは足りないのでは・・・」と考えるようになりました。生活している以上、いつ何が起きるかはわかりません。

現在は団員数が減少傾向にありますが、その年齢、場所でなければ経験できないことがたくさんあります。女性も男性も「自分たちの地域は自分たちで守る」という思いで多くの人と一緒に活動していけたらいいですね。

行方市女性消防団
海老澤　文江さん

父が消防団員だったこともあり、消防団の活動に対しては憧れと尊敬の気持ちを持っていました。昨年の4月に入団し、初めて火災現場に出動したときは平日の昼間だったこともあり、消防機庫には私だけしか参集していませんでした。先輩から携帯電話で、火事現場に消防自動車で向かうよう指示を受けたので、使命感を持って車を運転し、火災現場に向かいました。

また昨年度は自動車ポンプの4番員として操法大会に出場し、機械操作に挑んだので、やりがいを感じました。今後も少しでも地域に貢献できるよう日々、訓練に励んでいきたいと思います。

玉造支団第4分団第6部
（谷島消防団）
森作　文晃さん

平常時の活動

防火啓発活動

地域を災害から守るためには、住民の防災意識の向上が不可欠です。まず災害を起こさせないため、火災予防や防災啓発などを積極的に行っています。

救命講習会

市民のみなさんがいざというときに疾患やケガに素早く対応できるよう、AED の使い方をはじめとした応急手当の普及・啓発を実施しています。

1 月 22 日、里・内宿消防団（玉 3-1）が地域住民を対象に AED の操作研修会を行いました

災害時の活動

消火活動

火災が発生すると、消防団員は現場に駆けつけ、早期鎮火に努めます。大規模災害の場合は近隣の消防団と連携し、より効率の良い消火を行います。

救助活動

地震や風災害などといった自然災害が発生した場合は、地形や道路網、世帯状況などを熟知した消防団員が、的確かつ迅速に救助・救出を行います。

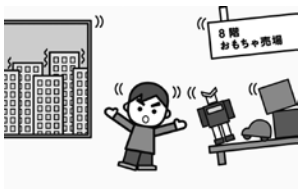
水防活動

台風や集中豪雨などにより、河川の氾濫や堤防の決壊が起きないよう土嚢積みなどの防災活動を迅速に行い、地域の被害軽減に努めます。

夏期訓練時には台風や集中豪雨に備えて土嚢の準備を行いました

平成 24 年 3 月 11 日実施

行方市災害情報伝達訓練



昨年 3 月に発生した東日本大震災での教訓を踏まえ、災害時の情報収集の仕方、収集された情報の整理・分析、地域での情報伝達・共有化、防災無線電話の操作等必要な各種手法を習得することによって、災害対応の基本的な初動活動の迅速化を図ることを目的に災害時情報伝達訓練を行います。

行政区の区長、民生委員児童委員、消防団、市職員などが協力し、休日の午前 8 時 00 分に震度 5 弱の地震が発生し、市内全域に被害が生じたことを想定し訓練を行います。東日本大震災発生時、携帯電話、固定電話は繋がり難い状況が続きました。今回の訓練ではそういった環境のときもスムーズに情報伝達を行えるよう原則として携帯電話、固定電話は使用せずに行う予定です。（消防団幹部の方と市防災担当職員が所有している災害時優先電話、庁舎間については防災無線電話を使用）

東日本大震災発生から 1 年。家庭や地域でも災害に対する心構えを確認し、「もしものとき」少しでも被害が軽減されるように備えていきましょう。

職場体験学習

1月26日・27日の2日間、麻生中学校の2年生が行方市内にあるさまざまな職種の29事業所で職場体験学習を行いました。

今回、市役所で職場体験をした3名のみなさんに取材、編集をしてもらいました。

↑説明を聞く箕輪さんと内山さん

↑いっしん館の小田嶋さんにインタビュー

↑川島さんと滝沢さん

↑原稿の編集作業を行いました

レポート 職場体験の様子を取材してきました！

私たちは、麻生中の生徒が体験しているグループホームいっしん館に取材に行きました。そこでは箕輪さん、内山さん、川島さんの3名が、食事の準備や、掃除、入浴のお手伝いなど利用者の方に関わるさまざまな仕事を体験していました。体験したなかでどのようなことが大変か、またやりがいは何かについて聞いてみたところ、「利用者の方と自然と会話をするのが難しい」「笑顔がうまく作れない」「掃除が大変」とそれぞれが話してくれました。やりがいについては「利用者の方が『ありがとう』と言ってくれることがうれしい」とのことでした。また、介護福祉士を目指している生徒もいて、「この体験をとおして自分の夢に近づけるといい」とも話してくれました。

いっしん館はとても温かい雰囲気で、その中で生徒たちは「緊張しない」「笑顔で対応」「会話を盛り上げる」「温かい雰囲気を作る」ことなどを心がけ、頑張って仕事をしていました。

また、いっしん館の職員の方にお話を伺うと「介護の仕事は大変なことも多いけれど、利用者の方の感謝を糧に介護を楽しいと思ってくれる人が増えてほしい」と話してくれました。

感想

今回、職場体験で行くところが市役所と決まった時、自分の中で役所に対して堅いイメージを持っていたので行く前はとても緊張していました。しかし、実際に行ってみると皆さんが優しく接してくださり、緊張も少し和らぎました。

1日目の午前中に行った書類の作業のときも担当の方が優しく教えてくださり、とても助かりました。午後からは旧庁舎の片付けをしました。いろいろな物がでてきて市役所の歴史を感じました。2日目の市報作成のときには貴重な経験をさせてもらい良かったと思います。特に編集のときには、自分が何気なく見ていた市の広報紙の作成の仕方が学べてとてもいいと思いました。

市役所での職場体験では今まであまり知らなかった仕事を経験することができてとても良かったと思います。これを機に市役所の仕事をもう少し調べてみたいと思いました。

内山さん・山崎さん・茂木さん

※このページは、秘書課へ職場体験に来た生徒が取材し作成しました。

「子ども手当」の申請はお済みですか？

社会福祉課（玉造庁舎）
☎0299（55）0111

平成23年10月1日から「平成23年度における子ども手当の支給等に関する特別措置法」により、新しい子ども手当の申請を受付中です。平成24年3月31日までに申請すれば、平成23年10月分からの手当が支給される制度になっています。まだ、申請がお済みでない方は、お問い合わせをいただくかお手元に申請書が残っている場合は申請をしてください。**申請期限は平成24年3月31日まで**です。ただし、公務員の方は所属官庁の総務部署に申請となります。

平成24年4月1日からの手当制度については、詳細が決定次第、市報に掲載します。

震災により被災された方へ 医療機関等の窓口負担免除延長のお知らせ

国保年金課（玉造庁舎）
☎0299（55）0111

平成24年3月1日以降も、東日本大震災による被災区域（警戒区域等以外）の住民の方で、国民健康保険、後期高齢者医療制度及び全国健康保険協会にご加入の方は平成24年9月30日まで引き続き、医療機関等の窓口負担は免除となります。

○震災発生後、他市町村へ転出した方を含みます。
○その他の医療保険にご加入の方はご加入の保険者より、引き続き、窓口負担が免除されることもありますので、詳細については、ご加入の保険者へお問い合わせください。

【窓口負担が免除される方】

（1）災害救助法の適用地域（東京都を除く）や被災者生活再建支援法の適用地域の住民（地震発生後、他市町村へ転出した方を含む）であり、
（2）次のいずれかに該当する方
①住家の全半壊、全半焼又はこれに準ずる被災をした方②主たる生計維持者が死亡し又は重篤な傷病を負った方③主たる生計維持者の行方が不明である方④主たる生計維持者が業務を廃止・休止した方⑤主たる生計維持者が失職し、現在収入がない方⑥原発の事故に伴い、警戒区域、計画的避難区域及び旧緊急時避難準備区域に関する指示の対象となっている方⑦特定避難勧奨地点に居住しているため、避難を行っている方

既に免除証明書が交付されている方は、有効期限欄に「平成24年2月29日まで」と記載されていますが「平成24年9月30日まで」引き続き使用することができます。

◎入院時食事療養費及び入院時生活療養費の自己負担の免除は、平成24年2月29日までとなります。

食品放射性物質測定システムを導入しました

市では、福島第一原発の事故を受け、農畜水産物の安心・安全の確認と不安を感じる市民の皆様にも安心して生活していただけるよう「食品放射性物質測定システム」を導入しました。

今回導入したシステムは、シンチレーション検出器を用いたもので、放射性ヨウ素、セシウム134、セシウム137を測定することが出来ます。

３月１日から検査申込を開始しますのでご希望の方は下記の方法でお申し込みください。

■検査対象
・市内で生産された農畜水産物
・市内の土、井戸水
※販売、流通しているものは検査対象外

■申込方法
農林水産課に直接又は電話にてお申し込みください。（後日、検査日時を連絡いたします。なお、検査日程は火・水・木曜日の午前９時から午後４時30分の間となります）
※申込時又は検査時に検査委託申込書を提出いただきます

■検査料金　無料

■検査方法
検査に必要な検体（試料）を１kg以上（水など液体は1000cc）を採取場所、採取日時を記載し、指定日に検査場所までお持ちください。

■検査場所
環境美化センターリサイクルプラザ２階（行方市麻生3268-14）

問い合わせ　農林水産課（北浦庁舎）
電話 0291-35-2111

住民基本台帳の閲覧状況について公表します

平成 18 年 11 月 1 日の住民基本台帳法改正により、住民基本台帳閲覧状況の公表が義務付けられました。同法の規定に基づき平成 23 年 3 月から平成 24 年 2 月までの閲覧状況を公表します。

閲　覧　者	閲　覧　事　由	閲覧日	閲覧対象
国土交通省関東地方整備局霞ヶ浦河川事務所	国土交通省起業霞ヶ浦浚渫事業に伴う借地事務	6 月 23 日	全域　141 人
独立行政法人国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所	飲酒・喫煙・くすりの使用についてのアンケート調査	8 月 23 日	四鹿　15 人
内閣府子ども若者・子育て施策総合推進室	親と子の生活意識に関する調査	10 月　4 日	麻生　18 人
内閣府政策統括官（共生社会政策担当）付参事官	平成 23 年度食育に関する意識調査	11 月 11 日	芹沢　16 人
厚生労働省健康局	肝炎ウィルス検査受検状況実態調査	11 月 24 日	繁昌　210 人
内閣府政策統括官（共生社会政策担当）付参事官	平成 23 年度自殺対策に関する意識調査	12 月 13 日	富田　16 人
日本たばこ産業株式会社	全国たばこ喫煙者率調査	12 月 20 日	芹沢　20 人
日本放送協会	テレビ放送に関するアンケート	12 月 26 日	手賀　24 人

問い合わせ先：玉造庁舎　総合窓口課（市民グループ）電話　0299-55-0111

外国人住民に関する制度が変わります

住民基本台帳法と出入国管理に関する特例法の一部が改正されることに伴い、現在の外国人登録制度は廃止され、外国人の方も日本人と同様に住民基本台帳に記載されるようになります。（平成 24 年 7 月 9 日施行）

【改正のポイント】

＊対象は、適法に 3 カ月以上日本に在留する外国人の方です。
＊外国人登録証明証に替わり、在留カード等が交付されます。
＊在留カードの交付等は入国管理局が行います。住所地に関する届け出は市町村です。
＊外国人の方も、住民票の写しが発行できるようになります。
＊他市町村に住所を移す場合は、「転出届」が必要になります。

詳しくは、総務省・法務省・行方市のホームページをご覧ください。

(カード表面)

【総務省ホームページ】・・・「外国人住民に係る住民基本台帳制度について」
【法務省ホームページ】・・・「入管法が変わります」・・・「日本に在留する外国人のみなさんへ
2012 年 7 月　新たな在留管理制度がスタート」

問い合わせ先：玉造庁舎　総合窓口課（市民グループ）電話　0299-55-0111

行方さくら周遊ネットワーク

問い合わせ
商工観光課（北浦庁舎）
電話　0291-35-2111

第8回オープンアート事業 行方アートさんぽみち

行方市を代表する芸術家の作品をアトリエや美術館で公開します。
画家：友水孝　モラ作家：黒田善子
グラフィックデザイナー：藤代範雄
期日　4月7日（土）～9日（月）
時間　午前 10 時～午後 4 時
場所　行方市沖洲

第21回 桜まつり～光の散歩道～

期間中ライトアップした桜を楽しんでください。公園から徒歩 8 分の「あそう温泉白帆の湯」もあわせてご利用ください。
期日　4月7日（土）～15 日（日）
時間　午後 6 時～午後 8 時
（ライトアップの時間です）
場所　羽黒山公園

商店街まるごとアート

商店街のショーウィンドウ等にアート作品を展示します。
期日　4月5日（木）～10 日（火）
時間　午前 10 時～午後 4 時
場所　玉造中央商店街

税金のお知らせ

差押の強化

市税は住民サービスを行う上で極めて重要な財源です。

東日本大震災における災害復旧をはじめ、福祉、医療、教育など、さまざまな市民サービスの提供は市税が主な財源の一つになっています。市税の滞納は市の財源を圧迫し市民サービスに支障を来すことになりかねません。

そのため、やむを得ない理由で納付できない方には納税相談を行っていますが、納付できるのに納付しない未納者には差押を強化しています。また、差押した不動産（田、畑、宅地など）や動産（バイク、自動車、船舶等）については公売による処分を実施しています。

【差押対象財産例】

預貯金

勤務先の給与

不動産

自動車

○うっかり納付を忘れたときなどは２４時間利用ができるコンビニ用納付書などもございますので収納対策課へご連絡をお願いいたします。

【問い合わせ】 収納対策課（麻生庁舎） ☎０２９９－７２－０８１１

平成 24 年 4 月 1 日から

「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」が外来療養でも使えます

従来は入院療養等で、患者さんが医療機関等の窓口で高額な負担がないように「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関等の窓口で提示すれば自己負担限度額の支払いですんでいました。

平成 24 年 4 月 1 日から入院療養等に加えて、外来療養等にも同一の医療機関での同一月の窓口負担を自己負担限度額の支払いにとどめるように改正されます。

外来での支払いが自己負担限度額を超えるような場合は、事前に「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付申請をしてください。現在交付されている方はそのまま認定証が使用できます。

問い合わせ　国保年金課（玉造庁舎）
電話　0299-55-0111

Q 対象となる医療機関は？
A 保険医療機関、保険薬局、指定訪問看護事業所などで受けた保険診療が対象（柔道整復、鍼灸、あん摩マッサージは対象外）

Q 同一の月に複数の医療機関等を受診したら、どうなるのか？医科・歯科はどうか？
A それぞれの医療機関等ごとに外来の高額療養費を算定します。同一の医療機関に併設された医科・歯科は別々に算定されます。合算ができないため、後日高額療養費の申請により償還払いになります。

Q 一つの薬局で複数の医療機関の処方せんがある場合はどうか？
A 同一の医療機関からの処方せんで調剤されたものが合算になります。

Q 同一月に同一の医療機関で入院と外来があった場合はどうか？
A 入院と外来は別々の取扱いとなり、後日申請により高額療養費の差額分を償還払いになります。

Q 月途中に認定証の交付を受けた時はどうなるのか？
A 翌月からの適用になります。必ず医療機関等に提示してください。

第 1 回行方市民カラオケ大会結果発表

活気ある商店街の再生と市民の健康増進を目的として、第 1 回行方市民カラオケ大会が 1 月 22 日、市と商工会が主催し、行方市文化会館で開催されました。

同大会は 2 部構成で行われ、第 1 部では市内のカラオケ団体の代表者が、第 2 部では市内各飲食店の予選会で勝ち上がった方が自慢ののどを披露しました。

課題曲「かすみの津頭」と自由曲それぞれの部門の入賞者は、右記のとおりです。

会場は、カラオケ愛好家などでほぼ満席になる盛況ぶりでした。

カラオケ団体対抗入賞者

第 1 部　カラオケ団体対抗

課題曲部門		
最優秀賞	市兵衛会	土子　隆正
優秀賞	さざなみ会	多田　文夫
優秀賞	カラオケ親睦会	小島　正夫
審査員特別賞	やすらぎ会	谷古宇昭治
自由曲部門		
最優秀賞	美鈴会	椎名千恵子
優秀賞	さざなみ会	多田　文夫
優秀賞	ひまわりカラオケ会	堀田　弘子
審査員特別賞	カラオケ親睦会	新橋　保

第 2 部　飲食店対抗

課題曲部門		
最優秀賞	山源	海老澤武美
優秀賞	魚福別館	岡崎　正良
優秀賞	レストラン大湖	永作　忠衛
審査員特別賞	ニューますみ	荒野喜代江
自由曲部門		
最優秀賞	山源	平沼　定子
優秀賞	居酒屋はしもと	木川　尚紀
優秀賞	ニューますみ	荒野喜代江
審査員特別賞	レストラン大湖	永作　忠衛

行方市出身者が金賞を受賞

第 49 回技能五輪全国大会

橋本亮さん

昨年 12 月に静岡県で開催された「第 49 回技能五輪全国大会」で、行方市出身の橋本亮さん（旋盤の部：日立プラントテクノロジー土浦事業所）と松本和将さん（電工の部：関電工茨城支店）の 2 人が、優勝にあたる金賞を受賞しました。

この大会は、23 歳以下を対象に、青年技能者の技能尊重機運の醸成を図ることを目的に開かれ、どちらの企業も、人材育成や企業のブランド力を高めるため、会社をあげて取り組まれた成果が今回の受賞となりました。

松本和将さん

藤田恵美さん OMOIYARI（おもいやり） コンサート

行方市社会福祉大会

1 月 28 日、ソロシンガーとして幅広く活躍されている藤田恵美さん（ル・クプル）を招き、コンサートが開催されました。

藤田さんは、ル・クプルのボーカルとして 1994 年にデビュー。97 年には NHK 紅白歌合戦に出場し、現在は、ソロ活動の傍ら、全国各地で思いやり運動の啓発活動を行っています。

180 万枚の売り上げを記録した「ひだまりの詩」やカバー曲などをぬくもりのある歌声で披露いただきました。

行方市産野菜等を PR

いばらき食の相談会

２月７日、水戸プラザホテルで第 11 回「いばらき食の商談会」が開催されました。茨城県内を中心に過去最大規模となる約 650 の企業・団体が出展し、担当者らが自社製品をＰＲしたり、商談を熱心に進めたりする中、行方市のブースでは「味噌豚」や「サラダちんげん菜」、「鯉こがれ」、「とまとグラッセ」等を試食として用意し、野菜や加工品について PR を行いました。

多くの方に行方市を紹介することが出来、有意義なものとなりました。

霞ヶ浦ラーメン誕生

行方市商工会新開発商品発表会

これまで行方産の農畜水産物を使って「なめがたバーガー」など約 50 品目の商品を開発してきた行方市商工会。

今年度は、霞ヶ浦に親しみを持っていただくため、行方市と茨城県霞ヶ浦創造事業推進協議会が支援し、素材のバリエーションも豊富でお年寄りからお子様まで幅広く食べられるラーメンをテーマに、市内の飲食店組合等と協力し、霞ヶ浦産の水産物や行方産農産物などを使って地域の特性を生かした食品開発をすすめ、「霞ヶ浦ラーメン」を商品化いたしました。そのほかにも、食べるラー油や５種類のソフトドリンク、６種類のメンチも開発されました。

「竹でパン作り」を体験しました

玉造第一保育園

２月 15 日、玉造第一保育園で年長・年中の園児たちが「竹でパン作り」を体験しました。

園児たちはホットケーキミックスにドライフルーツを混ぜて作ったパン生地を、竹を二つに割った器にオリーブオイルを塗って流し込み、針金で縛ったものをかまどを使い、直火で焼き上げるという行程を先生と一緒に体験しました。みんなで協力して焼きあがったパンはとてもおいしかったようです。

福は内！鬼は外！

麻生幼稚園　節分豆まき

２月３日、子どもたちに年中行事について学んでもらおうと鬼に扮した行方市商工会青年部の方が市内の幼稚園（麻生幼稚園、のぞみ幼稚園）を訪れました。

園児たちは「福は内ー！鬼は外ー！」と元気に豆まきを行いました。豆まきのあとは赤鬼さんに質問タイムです。「どうして鰯の頭を飾るのですか？」「好きな食べ物は何ですか？」最後はみんなで記念撮影を行いました。

茨城県知事賞特選受賞　宮本香奈さん

茨城県下水道促進週間コンクール

平成 23 年度茨城県下水道促進週間コンクール表彰式が行われ、宮本香奈さん (玉造中 2 年) が知事賞特選を受賞し表彰されました。このコンクールは下水道の理解と普及の促進を目的として、県内小中学生を対象に、絵画・ポスター、作文、書道、標語、新聞の 5 部門で行われるもので、宮本さんは、「標語の部」10,845 点の作品の中から茨城県知事賞特選を受賞されました。

「標語を書くことで下水道について関心を持ち、賞をいただいたことで、もっと知りたいという気持ちが膨らみました」と受賞の喜びを語ってくれました。

受賞作品　「川が活き　海が輝く　下水道」

連携を大切に！

行方市介護支援専門員連絡協議会総会　開催

1 月 17 日、行方市介護支援専門員連絡協議会総会が、玉造庁舎において開催されました。本協議会は、市内で活動する 75 名で構成され、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会を重ねています。総会閉会後には「震災後の対応」をテーマに、アール医療福祉専門学校の中村茂美先生を迎え事例発表会が行われました。今年は「連携」をテーマに毎月 1 回定例会を開催していきます。介護支援専門員の方、随時入会は可能です。興味のある方はご連絡ください。

事務局　地域包括支援センター　担当　内山

行方市スポーツフェスティバル

子どもから大人まで大勢の方が楽しみました

「行方市スポーツフェスティバル」が 1 月 29 日に文化会館で開催されました。本年度活躍した選手や指導者、また永年にわたりスポーツ発展に尽力されている功労者など 132 名の表彰者を始めとし、約 250 名の方が参加しました。

表彰式の後、同日に設立された「なめがたふれあいスポーツクラブ」の会員と共にスポーツ吹矢を行い、子どもから大人まで大勢の方が楽しみました。

パパと恵方巻きつくったよ！

「パパといっしょにクッキング in 行方」

1 月 28 日、北浦公民館において「パパといっしょにクッキング in 行方」が行われました。

13 組 33 名のパパと子どもたちが参加し、恵方巻き作りに挑戦しました。はじめて料理するパパも多く、具材を前に悪戦苦闘する姿もありましたが、子どもたちと協力して完成させました。

子どもたちからは、「失敗もあったけど、自分で作った恵方巻きはとてもおいしかった」「おうちでも作ってみたい」との感想があり、苦労して作った恵方巻きのお味は格別だったようです。

射　初　会

1月8日（日）麻生運動場弓道場

＜団体優勝＞　鈴木猛　柳町照夫　佐藤至學
＜射込優勝＞　斉藤勝美
＜金的賞＞　佐藤至學　中澤侯晴

スキー教室が開催されました

体育協会スキー部主催の「苗場スキー教室」が1月20日～22日に開催されました。初心者からレベルにあわせて指導者の熱心なアドバイスを受け、盛況の内に終了しました。

第6回　行方市近隣スポーツ少年団バレーボール大会

1月21日（土）北浦運動場体育館ほか2会場

【優　勝】石岡南ジュニアバレーボールクラブ

第6回　交流バスケットボール大会

1月22日（日）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28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4日（土）・5（日）北浦運動場体育館

＜男子の部＞【準優勝】玉造山王ミニバス
＜女子の部＞【優　勝】津澄ＭＢＳＳ
【準優勝】麻生ミニバス
【第３位】要ミニバス

第6回行方杯　少年サッカー大会

2月5日（日）玉造運動場陸上競技場

【優　勝】潮来サッカー【準優勝】津澄サッカー
【第３位】麻生サッカー【第３位】要サッカー

第24回　行方市スポーツ少年団本部長杯空手道大会

2月11日（土）玉造Ｂ＆Ｇ海洋ｾﾝﾀｰ体育館

＜形の部＞
幼・小学1・2年生男子【敢闘賞】高柳　聡史（北浦空手）
幼・小学1・2年生女子【敢闘賞】草壁もも乃（玉造山王空手）
茂木　一期（玉造山王空手）
小学3・4年生男子【敢闘賞】高柳　淳史（北浦空手）
小学3・4年生女子【敢闘賞】市村萌々香（玉造山王空手）
飯島　眞子（玉造山王空手）
小学5･6年生男子【敢闘賞】藤岡　裕真（玉造山王空手）
石間　尚樹（北浦空手）
小学5･6年生女子【敢闘賞】茂木　初音（玉造山王空手）
中学男子　【準優勝】萩原　聖大（玉造山王空手）
＜組手の部＞
幼・小学1・2年生男子【敢闘賞】横山　颯邪（北浦空手）
石井　悠斗（玉造山王空手）
幼・小学1・2年生女子【第３位】宮沢　乃愛（玉造山王空手）
【第３位】草壁もも乃（玉造山王空手）
【敢闘賞】茂木　一期（玉造山王空手）
小学3・4年生女子【第３位】市村萌々香（玉造山王空手）
【敢闘賞】豊村　　萌（玉造山王空手）
飯島　眞子（玉造山王空手）
小学5･6年生男子【敢闘賞】藤岡　裕真（玉造山王空手）
中学男子　【優　勝】萩原　聖大（玉造山王空手）

第6回　行方市小学生ハンドボール大会

2月11日（土）・12日（日）麻生運動場体育館他

男子の部【準優勝】麻生フェニックス Jr.
ちびっ子の部【第3位】麻生フェニックス Jr. A

第21回　ふれあいソフトバレーボール春季大会

2月12日（日）北浦運動場体育館

フリークラス【優　勝】 球遊会Ａ
初心者クラス【優　勝】 Beniyūka2 号
トリムクラス【優　勝】 Ｌｏｖｅｒｓ

宝くじの助成金で古宿区御輿整備事業を実施しました

古宿区に、宝くじの助成を受けて整備した御輿が奉納されました。古宿区では、毎年7月の最終土・日曜日に、「馬出し祭り」が行われていますが、勇壮な祭礼がゆえに、御輿の傷み等が著しく、今回宝くじの助成金と地区負担金を併せて整備しました。今後、これまで以上の祭礼の盛り上がりと、それによる地域全体のさらなる活性化を期待します。

この助成は宝くじの普及及び広報を目的として、コミュニティ活動に必要な施設や備品を整備するためのものです。

問 企画政策課（麻生庁舎）
☎0299-72-0811

麻生陣屋大通り商店街テント市開催

日時 3月11日（日）
時間 午前10時～午後3時
※雨天時中止
場所 麻生陣屋大通り商店街（麻生地区）
内容 歩行者天国、新鮮野菜販売、震災復興バザー、麻生商業協同組合大抽選会
問 行方市商工会
☎0299-72-0520

紙おむつサービス利用券における購入可能商品の変更について

市ではこれまで要介護認定（要支援1～要介護5）を受けている方で紙おむつ利用申請書を提出している方を対象者として、紙おむつ、補助パッド、介護用清拭品（おしりふき）、介護用シーツ（使い捨て）をサービス利用券を利用して市指定店で購入可能でしたが、**平成24年4月1日より紙おむつ、補助パッドのみ**が市指定店で購入可能となりますのでお知らせいたします。

問 介護福祉課（玉造庁舎）
☎0299-55-0111

身体障害者の認定審査事務が市に権限委譲されます

行方市に住民登録又は外国人登録されている方の身体障害者の認定審査等が、平成24年4月より茨城県から行方市に権限移譲されます。

この事により、身体障害者手帳の申請から交付までの時間が短縮されることになります。ただし、市の事務審査で判定困難な方は、従来どおり茨城県社会福祉審議会の判定を受けることになります。

問 社会福祉課（玉造庁舎）
☎0299-55-0111

農地法申請締切日の取り扱いが変わります

農地の売買・貸借・転用などの農地法申請締切日（毎月10日）は、変わりませんが、10日が閉庁日の場合（土曜・日曜・祝日等）の取り扱いが変わります。

今までは、翌開庁日でしたが平成24年4月の申請より前開庁日になります。

（例）10日が土曜日の場合

平成24年3月の申請まで
↓翌開庁日の12日（月）が締切

平成24年4月以降の申請
↓前開庁日の9日（金）が締切

問 農業委員会（北浦庁舎）
☎0291-35-2111

情報ひろば

INFORMATION

行方市の人口

総数 37,853人（-48）
男 18,792人（-21）
女 19,061人（-27）
世帯数 11,755世帯（+21）
平成24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）

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：3月19日（月）
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）、聴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！

異動があった際は届出が必要です

春は異動の季節。社会人になったり、学生で住所を異動したり。異動があった際は「国民健康保険」への届出が必要です。

職場の健康保険をやめた時

○届出に必要なもの

退職証明書（社会保険喪失証明書）、印鑑

職場の健康保険に加入した時

○届出に必要なもの

社会保険証、印鑑、国民健康保険証

学生で住所を異動する時

行方市から「転出証明書」により住所を異動する場合は、行方市国民健康保険に加入したままになりますので、国民健康保険へ届出をしてください。

○届出に必要なもの

在学証明書、印鑑、国民健康保険証

学生でなくなった時

学生で転出していた人が学生を終了した時や社会保険などへ加入した時は、行方市国民健康保険を喪失しますので届出をしてください。

○届出に必要なもの

印鑑、国民健康保険証

問　国保年金課（玉造庁舎）

TEL　0299-55-0111

「なめがた郷土かるた」巡り旅

神社の境内は樹木に覆われ、歴史を偲ばせる長い参道を北に向かって歩くと社殿が現れます。市指定文化財（建造物）の本殿は、南向きの一間社流れ造りで拝殿両脇端から屋根付きの玉垣が周囲を囲み、荘厳な趣を醸し出しています。

例祭は毎年７月で、市無形民俗文化財に指定されている羽生ばやしが保存会により奉納され大変賑わいます。

橘郷造神社　（玉造地区）

羽生の橘郷造神社は、弟橘姫命（おとたちばなひめのみこと）と木花開夜姫命（このはなさくやひめのみこと）を祀っており、平安時代の歴史書三大実録にも登場する古い歴史を持っています。源頼朝がこの辺りの橘郷を鹿島神宮へ寄進したと伝えられています。そのため中世期には鹿島神宮領橘郷の鎮守として、また近世以降は羽生地区の村社として人々の信仰を集めています。

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

公民館情報コーナー

自由参加型　公民館体験ふれあい教室

お好きな時間帯でお好きな種目に！ご自由にご参加ください！

見学だけでもＯＫです！

10:00 ～ 11:30　フォークダンス教室（レクリエーションダンス）

13:00 ～ 14:00　自彊式健康体操教室

（バスタオル or ヨガマット・フェイスタオル持参）

14:00 ～ 16:00　太極拳教室

期　日　３月２５日（日）

場　所　北浦公民館　２階会議室１・２

参加費　無料

※運動のしやすい服装で参加ください。

【問い合わせ先】北浦公民館　TEL　0291-35-3777

※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

講座の様子

11月18日（金）**親子教室**
楽しくたいそう4・5・6♪
みんなで記念撮影！
しました。

2月4日（土）**イクメン講座**
パパと体操を楽しみました♪

子育て広場に遊びにきませんか

子育て広場は，就学前のお子さんとその保護者のための遊び場です。お父さんもおじいちゃんもおばあちゃんも，み～んなで気軽に参加してください。

子育て広場　３月の行事予定

３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"
1	木			○		○	
2	金	○		○			
5	月					○	
6	火			○			
7	水	○				○	
8	木	○					
9	金	○		○			
12	月					○	
13	火			○			
14	水	○					
15	木			○		○	
16	金	○				○	
19	月					○	
21	水			○		○	
22	木	○					
23	金	○		○			
26	月					○	
27	火	○		○			
28	水	○				○	
29	木	○				○	
30	金			○			

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22話）・・・「絆」

東日本大震災から早いもので１年が経とうとしています。今なおとても苦しんでいる、そして頑張っている方がいるということは忘れてはなりません。

2011年を表す漢字は「絆」であるとおり、大震災の時には、家族の絆が深まったことではないかと思います。ろうそくを囲んで一部屋に家族全員揃って食べ物を分け合って食べた、という話も聞きます。

しかしながら、現在の日本は、残念なことに家族の絆が薄れており、高齢者の孤独死を引き起こしているという現状です。もし繋がりが保てていたら、悲しい事件になっていなかったかもしれません。家族の絆がしっかり結ばれていることにより、高齢者が悩みを相談できたり、また支援を受けやすい環境ができたり、高齢者ケアに影響してきます。高齢者宅を訪問すると、「子ども達は遠くに住んでいてあまり来てくれないんだよ」と寂しい声を聞くこともあります。

この機会に家族の存在についてじっくり見つめ直してみてはいかがですか？毎日当たり前のように一緒にいる家族ですが、自分が今元気に存在していることの感謝の気持ちは忘れてはいけないと思います。

当たり前の関係においても、常に思いやりの心・感謝の心を忘れずに生活したいものですね。

社会福祉士
栗又美紀

Health

健康づくり

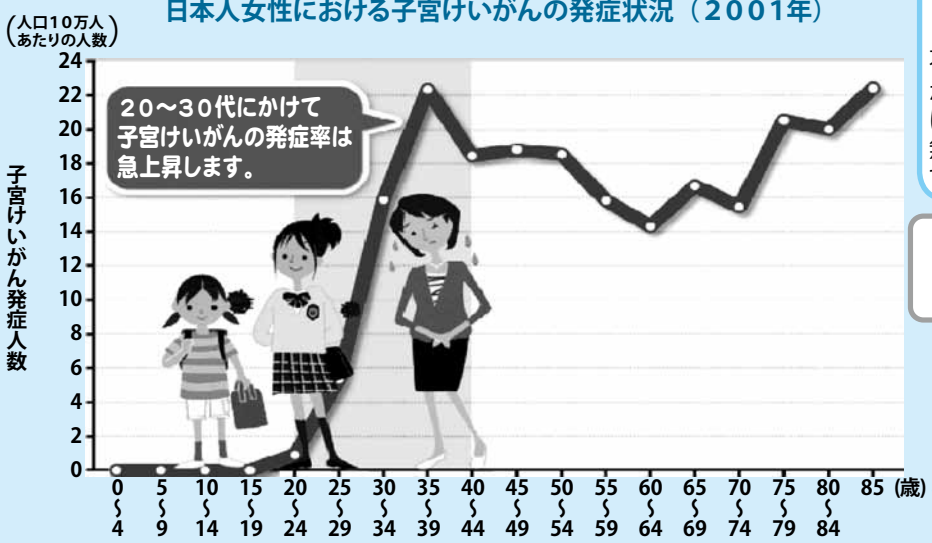
行方市健康増進課（北浦保健センター内）
☎　０２９１－３４－６２００

女性の健康づくり ～がん対策について～

子宮がん・乳がん等の女性のがんが若い世代に増えています。しかし、子宮がん・乳がん検診の受診率は、全国的に見ても２０%と低く、特に２０～３０歳代の受診率が低いことが現状です。早期発見･早期治療のためには検診が何より重要です。

子宮がん　子宮けいがんは２０～３０代の若い女性に多く見られるんです。

日本人女性における子宮けいがんの発症状況（２００１年）



「国立がんセンターがん対策情報センター，2008年人口動態統計（厚生労働大臣官房統計情報部署）より算出」

≪ 子宮けいがん ≫

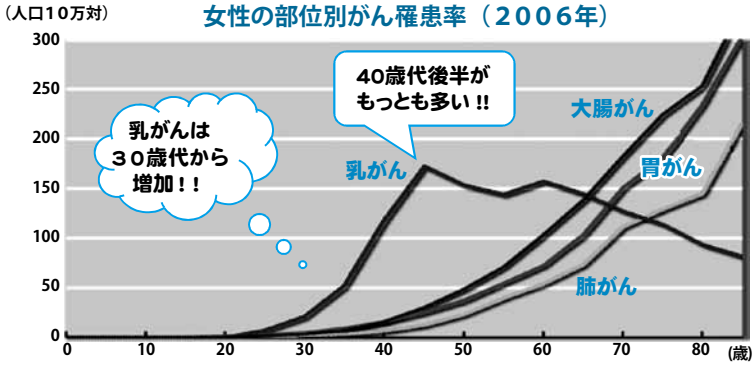
症状は、おりものの異常や不正出血、性交時出血などがありますが、がんが上皮内にとどまっている初期の頃は、無症状であることが多い病気です。

乳がん

日本人の女性で乳がんにかかる人は年々増加しています。女性にできるがんの中で最も多く、女性の２０人に1人がかかっており、毎年1万人以上の女性が亡くなっています。

＊乳がんは、乳房の中に固くて痛みのない小さなしこりができます。乳がんは、**自分で調べることのできる唯一のがん**ですので、日頃から意識することを心がけましょう。

女性の部位別がん罹患率（２００６年）



（独立行政法人国立がんセンターがん対策情報センターより）

子宮（頸部）がん・乳がん検診無料検診を受けましょう

近年増えている子宮頸がん・乳がん検診の受診率アップ，検診受診のきっかけづくりを目的として，次の年齢の方は無料で検診を受けることができます。この機会にぜひ検診を受けましょう。

平成 24 年度無料対象者（年齢は平成 24 年 4 月 1 日現在）

○**子宮（頸部）がん検診**　20・25・30・35・40 歳の女性
○**乳がん（マンモ）検診**　40・45・50・55・60 歳の女性

集団検診のご案内

≪麻生公民館≫　4／10・11・12・13・**14（土）**・16・17・18
≪玉造保健センター≫　4／20・**21（土）**・23・24・25・26・27
≪北浦保健センター≫　11／1・2・**3（土）**・5・6・7・8

※医療機関検診も実施しています

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

2012シーズンJリーグ開幕!!
今シーズンもみなさんのご声援をお願い致します!

1996年、アントラーズを初のリーグ優勝へと導いたジョルジーニョ氏を新監督に迎え、３月10日（土）、2012年シーズンＪリーグが開幕します。開幕戦は、ユアテックスタジアム仙台でベガルタ仙台と対戦し、今シーズンのホームゲーム初戦は、３月17日（土）の川崎フロンターレ戦になります。

ジョルジーニョ新監督体制のもと、強いアントラーズを見せてくれることでしょう。

また、鹿行地域５市で構成する「鹿島アントラーズ・ホームタウン協議会」でも、鹿島アントラーズと連携しながら、アントラーズを身近に感じ、楽しんでいただけるような事業を展開して、地域の活性化を図ってまいります。今シーズンも、スタジアムでみなさんの熱いご声援をよろしくお願い致します。

2012スローガン決定!「SMILE AGAIN with PRIDE」

東日本大震災のチャリティーイベントで掲げられた「SMILE AGAIN」のスローガンが、２０１２年“復権”を目指して戦うアントラーズのスローガンに決定しました。いまなお震災の傷に苦しむ被災地、ホームタウンにおいて、ともに戦い、アントラーズの勝利でみんなの笑顔を取り戻したいという願いが込められており、これまで築き上げてきた「PRIDE」を胸に戦います。

PHOTO : OFFICE PRIMAVERA

SMILE AGAIN with PRIDE

ホームゲーム

■ Ｊリーグ

◇３月17日（土）14：00～
第２節　川崎ﾌﾛﾝﾀｰﾚ

◇４月７日（土）17：00～
第５節　浦和ﾚｯｽﾞ

■ ヤマザキナビスコカップ

◇３月20日（火・祝）15：00～
第１節　ヴィッセル神戸

◇４月４日（水）19:00～
第２節　大宮ｱﾙﾃﾞｨｰｼﾞｬ

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

鯉

立身出世の例えとして用いられることも多く、大変縁起の良い鯉。実は栄養価も高い優れた食品です。

今回は霞ヶ浦北浦小割式養殖漁業協同組合組合長の竹石さんにお話を伺いました!

Q鯉の養殖はどのように行いますか？

霞ヶ浦の網生簀（いけす）にいる親鯉を、産卵時期になると陸にある生簀に放します。生簀の中で産卵し、５月の始め頃に稚魚が孵化します。２カ月半から３カ月経つと、稚魚が５ｃｍ以上の大きさになり霞ヶ浦の網生簀に放します。出荷できる大きさになるまでに１年半から２年半かかります。

Q霞ヶ浦の網生簀はどのようになっていますか？

１網に２千～３千匹の鯉を養殖しています。育てる大きさによって、網の中の数を決めています。大きく育てる場合は、網の中に２千匹くらい。小さく育てる場合は３千匹ぐらいという具合です。魚はスペースにあった成長をします。

Q出荷する前の作業は？

出荷３日前から餌を止めます。霞ヶ浦の網生簀から、陸の生簀に移し変えます。陸の生簀では地下水が流れており、この一連の「しめる」作業を行うと鯉の体が硬くなり旨味が凝縮されるとともに、湖魚特有の泥臭さが無くなります。

Books 図書館情報

春はあけぼの。やうやう白くなりゆく、山ぎは‥そういう季節になりました。

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。

「サラの鍵」

タチアナ・ド・ロネ

60年前、ナチスに連れ去られた少女サラが私の人生を変えていく…。パリで暮らす米国人記者ジュリアは戦時中に起きたユダヤ人迫害事件を取材することに。しかしその事件が彼女の、そして家族の人生を大きくゆさぶりはじめる

書籍
一　般「歪」　常場舜一
児童書「給食室の日曜日」村上しいこ

DVD
「猿の惑星」

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

3月14日（水）午前10時～	3月の「だっこでよみきかせ」と「絵本の時間」は『人形劇と読み聞かせ』です。	3月24日（土）午後2時～	○おはなし会（花まつり）♪春がきた

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。

【みなおしましょう。防災対策】

東日本大震災から一年が経ちます。
災害時の対応について、もう一度家族や職場などで確認しましょう。

・「会社のための災害対策マニュアル作成術」
・「高めよ防災力」
・「親子のための地震安全マニュアル」

※図書館にあります。参考にどうぞ・・・

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

Q鯉の養殖で大変なところを教えてください。

湖の水が変わるとプランクトンも変わり、鯉の体調が悪くなります。餌を少なくするなど、鯉の体調を万全に保つように気をつけています。鯉は昔から食べられており、食べても美味しく栄養豊富な魚です。霞ケ浦特産の湖魚を多くの人に食べてもらえるように、良い状態の鯉を提供していきたいと思っています。

竹石正明さん

鯉はたんぱく質・脂質・VB1・DEが豊富で疲労回復や利尿作用にすぐれています。

○材料（4人分）

鯉のあらい　20切れ　卵　1個
パルメザンチーズ　7g　青のり　7g
塩・こしょう・酒　少々　サラダ油　大さじ3　水菜　40g　ミニトマト　40g
レモン　30g

鯉のあらいのチーズ焼き

○作り方

①鯉のあらいは水気を切って、酒を振っておく。
②酒を振った鯉のあらいに塩コショウをまぶす。
③ボールに卵を割りほぐしておく。
④パン粉3対粉チーズ1の割合で混ぜておく。
⑤フライパンにサラダ油大さじ3を熱し、④を弱火で両面が薄く焼き色が付くように焼く。
⑥お皿に水菜、ミニトマトとともに盛り付け、レモンを添える。

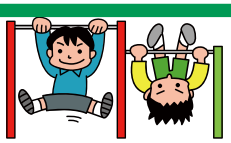
（一人分）
エネルギー 341 kcal
脂質 16.5g
たんぱく質 24.3g
塩分　1.2g

行方市食生活改善推進員連絡協議会

市報行方第79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！



小高小学校

一人一人の思いやよさを生かし，
心豊かにたくましく生きる子どもを育てる

◆所在地　行方市小高408　◆電話　0299-77-0107
◆学校長　横田秀一　◆職員数　16人　◆児童数　152人
◆開校日　明治10年3月15日

『かやの木』と共に

明治10年の創設以来、135年間、小高地区の子どもたちを見守り続けてきた小高小学校も、3847人の卒業生を送り出し、今年度末をもって閉校となります。

どの時代の卒業生も必ず口にするのは、『かやの木』の存在です。旧小高小学校（現麻生公民館小高分館）に聳え立つ樹齢約700年あまりの大木は、県の天然記念物にも指定されています。かやの木陰は、夏の暑さを遮り、子どもたちや地域の方々の憩いの場であり、全校集会もその下で行えたそうです。現校舎には、『2代目かやの木』が植樹され、子どもたちの成長と小高地区の発展を温かく見守ってくれています。

子どもたちが真剣に学び、元気に遊び、地域の方々が集い、笑い合ったこの学舎がなくなるのは本当に残念ですが、『かやの木』と共に、みんなの心に永遠に残るでしょう。

運動会（綱引き）

ありがとう。小高小学校

小高小の校庭は、全面芝生です。雨が降ってもぬかるみません。風が吹いても埃が立ちません。転んでも汚れないし、けがもしません。子どもたちは、いつも先を争って校庭に駆け出し、思いっきり遊んでいます。

運動会では、裸足で行う競技もあります。今年の運動会は、閉校を控えた最後の運動会ということで、卒業生や多くの地域の皆さんにも参加してもらい、青々と茂る芝の上で集合写真を撮りました。みんなが精一杯がんばり、思い出いっぱいの一日となりました。

例年ですと11月に、地域の方々を招いて『小高フェスティバル』を開催しています。今年度は、みんなで作り上げる思い出深い閉校式を開催しようと、現在準備中です。小高小への感謝の気持ちと別れを惜しむ気持ちをみんなで表現したいと考えています。

満開の桜に包まれる小高小を思い描きながら…。

運動会（かけっこ）

私は図書室で本を読むことが大好きです。本を読むと心が落ち着いて、物事を冷静に考えることができます。読書をとおして友だちもたくさんつくることができました。これからもいろいろな種類の本を読みたいと思います。

大野　紫温さん（5年）

縦割り班活動では「なわとび」や「ドッジボール」などをして1年生から6年生までが一緒に遊びます。下級生と上級生は活動をするたびに、仲良くなっています。小高小は今月で閉校になるので残りわずかな時間を大切に過ごしたいです。

高栖　沙英さん（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！

亀田さん（特別養護老人ホームきたうら）

特別養護老人ホームきたうらで介護職員として高齢者の方の生活のお手伝いをしています。難しいことも多々ありますが、私達の支援により毎日が楽しく笑顔で過ごしていただけるよう日々努力しています。ご本人はもちろんご家族の方々のお役に立てるよう今後も頑張ります。

◆編集後記◆ Editor's note

文化会館で開催された藤田恵美さんのコンサートを取材させていただきました。思いやりの心を大切にしたいという藤田さんの思いが込められていました。「ひだまりの詩」を直接聞くことができ、とても感動しました。（保）

スマートフォンやSNSの普及など情報伝達の仕方は日々、変化し便利になっています。活用することは災害時にも有効なことは明らかです。しかしそれだけでは不十分。東日本大震災から1年、今こそ見直したいですね。地域の力。（友）