

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

2014

1

Jan

No. 101

謹賀新年

Contents

新春のごあいさつ	P02
東京スカイツリー界隈のグルメ散策	P03
お知らせワイド版 (平成24年度決算・税金申告相談ほか)	P04
市の話・トピックス (秋の叙勲・こめパン給食・子ども神輿復活ほか)	P12
情報ひろば	P16
子育て・包括支援	P18
健康づくり	P19
図書館情報・公民館情報・文化財巡り旅	P20
アントラーズ・かわいい笑顔・ルーキー・市長のつばき	P21
なめがたを食べよう(ワカサギ)	P22



行方市マスコットキャラクター
なめりーミコット

色・艶うっとり！競走馬 — ミッドウェイファーム —



行方市長 鈴木 周也

明けましておめでとうございます。

市民の皆さまには、夢と希望に満ち溢れた輝かしい新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

昨年を振り返りますと、台風26号の影響により、市内の広い範囲に土砂崩れや崖崩れが発生したほか、家屋や道路の損傷、農業などにも甚大な被害をもたらしました。これらの早期復旧に向け、現在、最優先で取り組んでおりますのでご理解ご協力をお願いいたします。

明るいニュースとしましては、2020年オリンピック・パラリンピックの東京開催が決定しました。スポーツに対する関心が一層高まりつつある中、今年は、子ども達に対する強化策やスポーツ少年団の指導者を対象とした研修・交

流事業を推進していきたいと思います。また、市民が気軽にスポーツに親しむための施策の充実を図ってまいります。

日本人の食文化「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録されました。行方市においても行方産の農畜水産物を活用した食育に力を入れております。今後とも、児童生徒への農業体験や水産体験教室などを通じて地元産の食材に理解を深めていただくとともに、将来的には食生活改善とあわせて生活習慣病の予防にもつながることであり、食卓において「和食」を見つめ直していかねばなりません。

さて、私が重点事業に掲げているマル福の拡充につきましては、先月の定例議会におきまして、議会の承認をいただき、26年度から、支給の対象を中学3年生まで拡大するとともに、これに対する所得制限の撤廃についても決定しました。今後、子育て世代の負担軽減が期待されるとともに、これから行方市に住み続けていただけるよう企業誘致を積極的に進めるなどして雇用創出に努めてまいります。

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



行方市議会議長 高柳 孫市郎

明けましておめでとうございます。

市民の皆さまには、平成26年の輝かしい新春を健やかに迎えのことと、心からお喜び申し上げます。

2013年は、国内でさまざまな出来事がありました。異常気象による各地での集中豪雨など、安全で安心な生活を望む私たちにとって憂慮すべきことでした。特に、10月16日の台風26号は、行方市に甚大な被害をもたらしました。その復旧復興に向け、市を挙げて全力で行っているところです。

政治においてわが国では、一昨年暮れの衆議院解散総選挙の結果、自民党が政権を奪還しました。国の債務残高が1000兆円を突破するなど、国の経済が依然として厳しいとされる中、

アベノミクス効果など安倍政権が打ち出している経済政策による財政改革等への期待が望まれるところです。

行方市においても、合併8年が経過する中、3代目の鈴木新市長が誕生し、新たな市政運営がスタートいたしました。行方市は、社会基盤の整備やその他の課題解決のため、厳しい財政状況の中で政策を選択・推進しています。そこで、市議会としても本格的な地方分権時代を視野に入れ、効率的な行政運営の中から必要な事業を実現するため、広範にわたり議会に与えられた役割を果たしていかなければなりません。

市議会は、皆さま方の代弁者として「市民のための行財政改革」や「誰もが将来にわたって、安心して暮らせる」まちづくりに向け、精一杯の努力をさせていただきます。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。

終わりに、今年一年が、市民の皆さまにとりまして幸せ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。



東京スカイツリー界隈のグルメ散策 なめがた味覚フェア

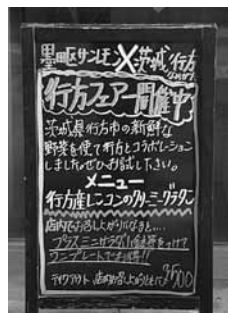
なめがたシティギャラリーでは、11月22日から12月1日までの10日間、同施設周辺にある14店舗の飲食店に行方産野菜を提供し、これらの野菜を使ったオリジナルメニューの作成と、お客様への提供をお願いしました。各店舗のご協力により、行方産野菜の魅力を多くの方に知ってもらうことができました。



スマイルキッチン店長
加藤京子さん



スマイルキッチン提供
お芋のオムライス根菜のピクルス添え



サンレモン店頭案内板



サンレモン提供
レンコンとあわび茸のグラタンセット

なめがたシティギャラリー（東京都墨田区業平 1-12-3）

東京スカイツリー®から徒歩約10分という好立地の場所に位置する行方市の情報発信施設です。情報発信や交流事業のほか、毎週土・日、新鮮な野菜や川魚加工品、漬物等の行方産特産品を販売しております。

各店舗が提供したアイデア豊富なメニューは、味はもちろんのこと、行方産野菜の食感を十分に楽しめるものでした。そのうちの2店舗を紹介します。

スマイルキッチン

「お芋のオムライス根菜のピクルス添え」行方産のさつまいもを入れた炊き込みご飯を、醤油風味にフライパンで炒め、玉子焼きに包まれていました。醤油風味ということでも子どもからお年寄りまで喜ばれているそうです。



店長の加藤さんは、「1日10食限定で提供しています。お客様からは、『お芋がしっとりしていてとてもおいしい』と評判も上々です。私は、料理に野菜を多く取り

入れていますので女性のリピーターが多いです。これからも行方産の野菜を取り入れていきます」と話していました。

こちらのお店では、洋食料理やシフォンケーキ、パンなどを手作りしています。

サンレモン

「レンコンとあわび茸のグラタンセット」行方産のレンコンとあわび茸を使用したグラタンのほか、サイドメニューとしてごぼうサラダ、ごぼうのポタージュ、レンコンハンバーグなども提供いただき

ました。これらの野菜も行方産です。

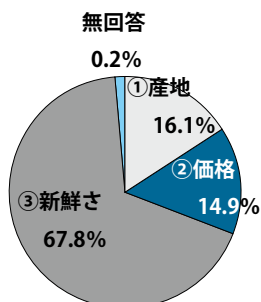
同店の従業員は、「ホワイトソースとレンコンの甘みがちょうどよいです。以前、レンコンを酢の物で食べたとき、ほくほくして甘みがあったことを記憶しています。イベントは12月1日で終わりになりますが、私共の店では、このメニューを今後も継続していきます」と話していました。

各店舗に行方産野菜について意見を伺ったところ、新鮮、品質がよい、味がよいといった意見が寄せられました。また、13店舗が、今後、行方産野菜を使ってみたいと回答しました。

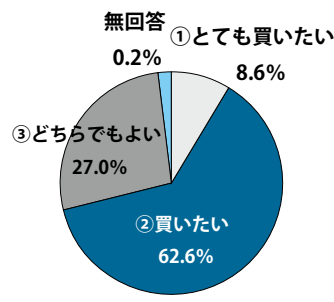
なめがた味覚フェアお客様アンケート結果

回答者数 174名

野菜を買うときに最も重視することは何ですか？



行方野菜が売っていたら買いたいのですか？



平成 24 年度行方市決算

平成24年度

決算の概況

市民の皆さんが納めた税金や国・県からの補助金は、市民生活のためにさまざまな形で使われています。決算は、それらのお金が、皆さんの暮らしやまちづくりにとどのように生かされたかをまとめたものです。

一般会計

平成24年度の一般会計決算額は、歳入が198億3,344万円、歳出が185億9,274万円で、当年度における「歳入歳出差引額」は12億4,070万円となりました。

この差引額から翌年度へ繰り越すべき財源を差し引いた「実質収支」は7億6,880万円となりました。

【歳入】

全体では前年度に比べて4億7,448万円（2.3%）の減となりました。

学校施設整備等に伴い市債が増となる一方、東日本大震災に伴う災害復旧関連経費が23年度と比べ減となったため、地方交付税・国庫支出金などが減となりました。

【歳出】

全体では、前年度に比べ7億9,955万円（4.1%）の減となりました。厳しい財政状況の中、限られた財源の重点的配分を行うとともに、経費の一層の削減など財政の健全化に努めながら、東日本大震災で失った元気をとりもどすため、保健・医療・福祉、教育・文化、産業、生活環境、社会基盤の各分野について種々の施策を推進してきました。

特に、教育費については、統合小学校整備事業が増額となったほか、土木費については、通学路整備事業等が増額となっています。

特別会計・企業会計

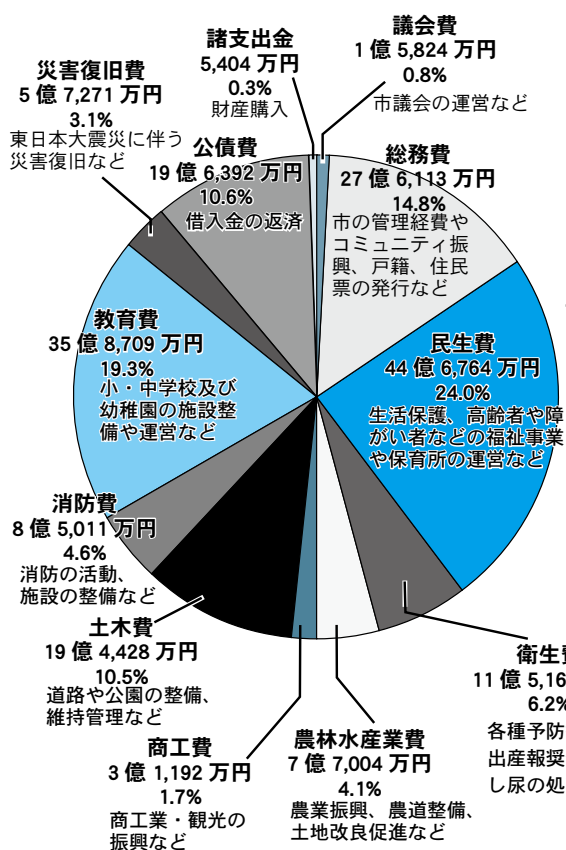
一般会計のほかに、特定の事業を行うための7つの「特別会計」と、地方公営企業法を適用している「水道事業会計」があります。

「特別会計」と「水道事業会計」の収益的収支を併せた決算額は、歳入総額104億2,961万円、歳出総額101億8,480万円で、差引2億4,481万円となりました。

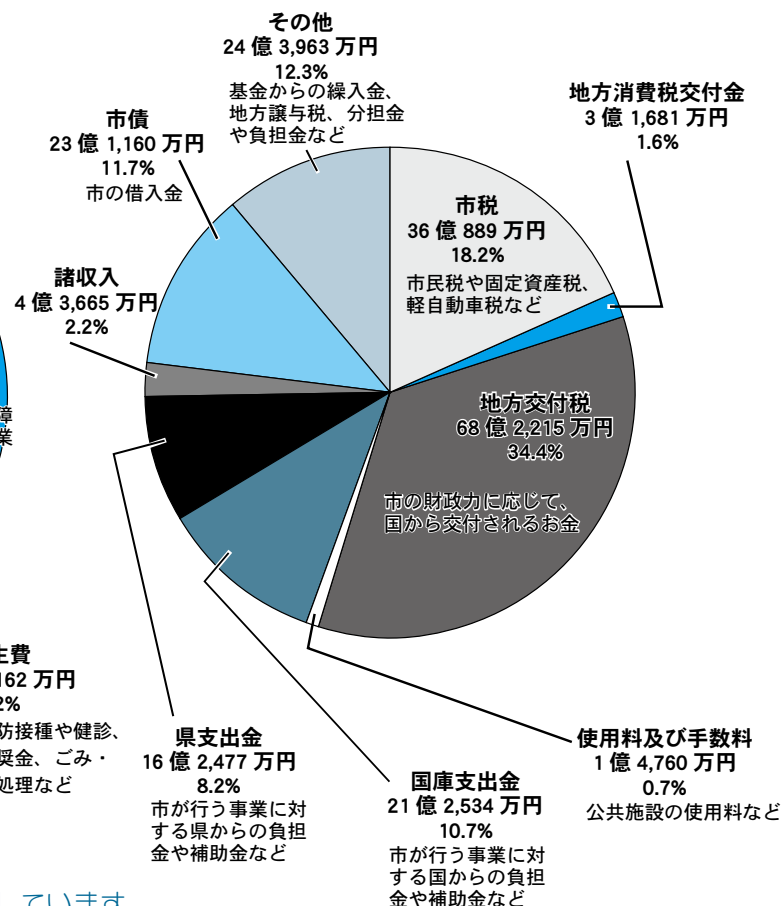
【問い合わせ】 財政課（麻生庁舎）

☎0299（72）0811

一般会計歳出 185 億 9,274 万円



一般会計歳入 198 億 3,344 万円



※数値は、表示単位未満を四捨五入しています。

特別会計・企業会計決算額

会計区分	歳入決算額 主な項目	歳出決算額 主な項目	歳入歳出差引残金
国民健康保険	52億 794万円 国民健康保険税、国庫支出金、 共同事業交付金、前期高齢者 交付金、繰入金など	51億 5,041万円 保険給付費、後期高齢者支援 金、共同事業拠出金、介護納 付金など	5,753万円
介護保険 (保険事業勘定)	31億 6,231万円 保険料、支払基金交付金、国 庫支出金、県支出金、繰入金など	30億 8,099万円 保険給付費、地域支援事業費、 総務費など	8,132万円
介護保険 (サービス事業勘定)	920万円 介護予防サービス費収入、繰 入金など	825万円 新予防給付事業費など	95万円
後期高齢者医療	2億 9,818万円 保険料、繰入金など	2億 9,698万円 広域連合会納付金	120万円
農業集落排水事業	1億 7,009万円 負担金、県支出金、繰入金など	1億 5,784万円 総務費、公債費、事業費、災 害復旧費	1,225万円
特定環境保全公共 下水道事業	3億 8,814万円 国庫支出金、市債、県支出金、 使用料、繰入金など	3億 7,068万円 事業費、公債費、総務費、災 害復旧費など	1,746万円
流域関連公共 下水道事業	3億 3,992万円 使用料、負担金、市債、繰入 金など	3億 2,795万円 公債費、維持費、下水道費、 災害復旧費、総務費	1,197万円
戸別浄化槽 整備事業	6,507万円 市債、国庫支出金、県支出金、 負担金、繰入金など	6,233万円 事業費、総務費	274万円

水道事業会計

※数値は、表示単位未満を四捨五入しています。

区分	歳入	歳出	差引額
収益的収支	7億 8,876万円	7億 2,937万円	5,939万円
資本的収支	2,048万円	4億 339万円	△ 3億 8,291万円

企業会計である水道事業は、給水などの営業面からみた収支を「収益的収支」、設備など所有財産の面からみた収支を「資本的収支」としています。

「資本的収支」の△ 3億 8,291万円は、過去の施設整備の際に借り入れた起債の元金等です。

税の申告は お早めに!

申告期間

2/17~3/17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 26 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。

平成 26 年度 (平成 25 年分所得) の市民税・県民税の申告相談は、平成 26 年 2 月 17 日～3 月 17 日までの (土・日を除く) 期間、麻生・北浦・玉造の各庁舎で行います。

申告相談の待ち時間を少なくするため、日程表のとおり対象地区を指定しましたが、ご都合がつかない場合は他の日時にお越しください。また、申告期限が近づくにつれて大変混み合い長時間お待ちいただくようになりますので、お早めに申告相談をされますようお願いいたします。

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 26 年 3 月 17 日 (月) までに申告してください。事前に申告書および収支内訳書等の用紙が必要な場合は、税務課 (麻生庁舎) までご連絡ください。なお、北浦・玉造の総合窓口にも用意してあります。



■申告が必要な方

- 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 25 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 25 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

■申告が不要な方

- 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消費税申告⑦贈与税申告⑧過年度申告

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できます。また、寝たきりの方のオムツに係る費用で医療費控除の対象になる場合もございますので、市役所介護福祉課 (TEL 0299-55-0111) までお問い合わせください。

■申告に必要なもの

☐印鑑 ☐確定申告書等（税務署より送付されている場合） ☐市民税・県民税申告のご案内ハガキ（市より送付されている場合）
所得の種類によって下記の表よりお持ちください（申告する内容によって複数にまたがる場合があります）

該当する方のみ	給与・年金所得者	☐ 給与・年金源泉徴収票（紛失された場合は、給与・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） ☐ 領収書等 ☐ 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
	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
	雑損控除を受ける方	☐ り災証明書（初めて雑損控除を受ける場合） ☐ 被害のあった建物等の修繕等に係る領収書 ☐ 昨年の雑損控除計算書 ☐ 昨年の確定申告書の控え（雑損控除の繰越がある場合）
	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受けてください。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。
	その他	☐ 通帳等（還付または納税の際に必要。本人名義） ☐ その他上記以外に申告に必要となるもの

■申告日程表

申告会場	麻生保健センター	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17日(月)	麻生地区	津澄地区	玉川地区
2月18日(火)			
2月19日(水)			手賀地区
2月20日(木)			
2月21日(金)	太田地区	要地区	玉造地区
2月24日(月)			
2月25日(火)			
2月26日(水)			
2月27日(木)	大和地区	武田地区	立花地区
2月28日(金)			
3月3日(月)			
3月4日(火)			
3月5日(水)	行方地区	現原地区	立花地区
3月6日(木)			
3月7日(金)			
3月10日(月)			
3月11日(火)	小高地区	武田地区	立花地区
3月12日(水)			
3月13日(木)			
3月14日(金)			
3月17日(月)			

- 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。

自宅のパソコンで 申告書等を作成できます！

国税庁ホームページ（<http://www.nta.go.jp/>）の「確定申告書等作成コーナー」で画面の案内にしたがって金額等を入力することにより所得税、消費税、贈与税の申告書や青色申告決算書などを作成することができ、自宅のプリンターで印刷すればそのまま税務署に提出（郵送可）することができます。また、作成したデータは、e-Tax 送信用データとして利用することができます（贈与税を除く）。

平成 26 年度 放課後児童クラブ・降園後保育 利用者募集

放課後児童クラブ・降園後保育事業とは、保護者が就労や病気、介護等の理由で放課後や降園後に子どもの養育を十分にできない児童・園児を対象に市内の小学校や幼稚園、公共施設等を利用して家庭に代わって預かる事業です。緊急の時は電話でも利用できます。

○対象者 市内小学生（1～6年生）および市立幼稚園に通園する園児

○開催場所

名 称	対 象 者	実施場所
麻生キッズ	麻生小	麻生小学校
麻生東キッズ	麻生東小	麻生東小学校
津澄エンゼルキッズ	津澄小・北浦幼	津澄小学校
武田キッズ	要小・武田小	武田小学校
玉造キッズ	現原小・玉川小・玉造小・ 玉造西小・手賀小・羽生小	玉造農村環境改善センター
麻生エンゼル	麻生幼・太田幼	麻生幼稚園
玉造エンゼル	玉造幼	玉造幼稚園

※土曜日は玉造農村環境改善センター 1 力所だけの実施となります。

※要小・北浦幼の利用者についてはタクシーによる移動を行います。

○利用料金

1 カ月 10 日以上の利用	月額 5,000 円（8 月のみ 10,000 円）
// 9 日までの利用	利用日数× 500 円（8 月のみ 1,000 円）

※次の場合減免制度があります。

兄弟利用の 8 月分利用料・母子父子世帯等のうち市民税非課税世帯

○申込方法

玉造庁舎社会福祉課子育て支援室または麻生・北浦庁舎総合窓口で申込用紙に必要事項を記入の上、各窓口へ提出してください。（行方市のホームページからもダウンロードできます）審査後、結果を通知します。現在利用されている方で継続を希望する場合も申し込みが必要となります。印鑑をご持参の上手続きをしてください。

○申込期間 2 月 3 日（月）～2 月 28 日（金） 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分（土日祝日除く）

○問い合わせ 社会福祉課子育て支援室 0299-55-0130（直通）

○開催時間（預かり時間）

【小学校のある日】

放課後～午後 6 時 30 分

【幼稚園のある日】

降園後～午後 6 時

【土曜日・長期休業中や振替休業日の 1 日保育時】

キッズ 午前 8 時～午後 6 時 30 分

エンゼル 午前 8 時～午後 6 時

○休 業 日

日曜日・祝日

お盆（8 月 12 日～ 16 日）

年末年始（12 月 28 日～ 1 月 4 日）

大雪や台風で学校等が休みの日



消費税法の一部が改正されました

改正されました

1 主な改正内容は次のとおりです。
(1) 消費税収入の使途が明確化されました。
(2) 消費税率および地方消費税率について、次のとおり 2 段階で引き上げることとされました。

(3) 特定新規設立法人に係る事業者免税点制度の不適用制度が創設されました。

(4) 任意の中間申告制度が創設されました。

(5) 税率引き上げに伴う経過措置が設けられました。

適用開始日 区分	現 行	平成 26 年 4 月 1 日	平成 27 年 10 月 1 日
消費税率	4.0%	6.3%	7.8%
地方消費税率	1.0% (消費税額の 25 / 100)	1.7% (消費税額の 17 / 63)	2.2% (消費税額の 22 / 78)
合 計	5.0%	8.0%	10.0%

※経済財政状況の激変にも柔軟に対応する観点から、消費税率引き上げの前に、経済状況等を総合的に勘案した上で、消費税率の引き上げの停止を含め、所要の措置を講ずることとされています。

れました。

2 平成 25 年 6 月に成立した「消費税の円滑かつ適正な転嫁の確保のための消費税の転嫁を阻害する行為の是正等に関する特別措置法」により、以下の 4 つの特別措置が設けられており、平成 25 年 10 月 1 日から施行されております。

(1) 消費税の転嫁拒否等の行為の是正に関する特別措置

(2) 消費税の転嫁を阻害する表示の是正に関する特別措置

(3) 価格の表示に関する特別措置

(4) 消費税の転嫁および表示の方法の決定に係る共同行為に関する特別措置

右記 2 (3) の価格の表示に関する特別措置（総額表示義務の特例）の内容は次のとおりです。

事業者は、自己の供給する商品または役務の価格を表示する場合において、平成 25 年 10 月 1 日から平成 29 年 3 月 31 日までの間、消費税の円滑かつ適正な転嫁のため必要があるときは、「現に表示する価格が税込価格であると誤認されないための措置」を講じている場合に限り、税込価格を表示（総額表示）しなくてもよいこととされました。

なお、消費者の方々にも配慮する観点から、この特例の適用を受ける事業者は、できるだけ速やかに「税込価格」を表示するよう努めることとされています。

国税庁ホームページ「消費税法改正のお知らせ」
http://www.nta.go.jp/shinsei/ripai/shohi/shohi_kaisei201304.htm

民生委員児童委員が改選されました

麻生地区

氏 名	電 話	担当区域
谷田 泰章	72-0401	富田 1 区
出沼 栄子	72-2465	富田 2 区
小峰 實	72-0463	粗 毛
小沼 唯男	72-2517	玄 通
永作 忠一	72-0011	蒲 縄
永作 秀子	72-0609	古 宿
須貝 明	72-0508	新 田
堀井 恵子	72-0375	下 渕
茂木 弘志	72-2230	田 町
小澤よし江	72-1269	新 原
矢幡いづみ	73-3678	台矢幡・なぎさ
倉辻 芳次	73-3535	太田・横須賀
邊田 茂雄	73-3157	石 神
平山 一巳	73-3587	根 小 屋
宮寄多喜男	73-2070	蔵 川
嶺 松男	73-3008	白 浜
境橋 勇	73-3434	宇 崎
宮内 周作	73-3230	岡
横山 吉一	73-2751	青 沼
大輪 章	73-2545	杉平・四鹿
久保田喜裕	73-2446	四 鹿
宮内 三男	73-2456	小牧・板峰
藤崎 昭雄	73-2233	新 宮
田口 忠	73-3821	天 掛
久保田 治	73-2710	籠 田
鬼澤 忠雄	77-0386	於下・今宿
平山 和枝	77-0453	行 方
宮内千恵子	77-1155	船子・藤井久保
今泉 晴美	77-0066	五 町 田
松兼 知子	72-1553	島 並 上
大里てい子	72-0585	島 並 下
土子 康夫	77-1598	南
小牧 文子	77-0097	橋 門
畑木 治美	77-1466	櫛・内宿・元
額賀 久	80-8228	井貝・繕沢
箕輪 保治	77-1365	谷
荒張 紀子	77-0050	主任児童委員
小嶋 幸江	73-3566	主任児童委員

※麻生宿区は3月に委嘱予定

一斉改選により、次の方々が行方市民生委員児童委員として厚生労働大臣および茨城県知事から委嘱されました。

地域の皆さんの身近な相談役としてよろしくお願いします。

任期は平成 25 年 12 月 1 日から 3 年間です。

北浦地区

氏 名	電 話	担当区域
方波見康一郎	35-2650	吉 川
大野 晃二	35-2652	繁昌東部
小沢 輝子	35-2186	繁昌西部
石間 文雄	35-0798	中 根
宮本 次男	35-2507	山田一区
内野英治郎	35-2339	山田二区
田中よし子	35-2877	山田三区
山野 恵通	35-0634	山田四区
磯山 裕子	35-3636	行 戸
野村 喜義	35-3767	小幡北部
齋藤 福美	35-0523	小幡南部
石橋 一男	35-2698	南 高 岡
小林みどり	35-3190	北 高 岡
和田 孟	35-1503	両 宿
茂木 文男	35-2896	内 宿
井川 伸幸	35-1452	成 田
河野 秀男	35-0354	三 和
大原登美子	35-3122	長 野 江
五十野道夫	35-1626	次 木
本澤 稔	35-3134	小 貫 上
額賀 憲次	35-2158	小 貫 下
真家 栄子	35-2503	主任児童委員
柳町 直美	35-1734	主任児童委員

玉造地区

氏名	電 話	担当区域
山口 正男	56-0823	荒 宿
栗又 正美	56-0307	藤 井
阿部 多聞	56-0021	根 古 屋
松本かほる	56-0156	西 谷
大森 一夫	56-0523	西 蓮 寺
飯田 貢	55-1017	新田・竹の塙
磯山 春枝	55-0374	舟津・竹の塙
新堀 久子	55-0565	宿・横須賀
理崎 幸次	55-2723	新宿・小座山
代々城一成	55-0830	里・内宿
鈴木せい子	55-0040	横町・下宿
成島富士男	55-0267	加茂・上宿
鈴木 俊資	55-1676	川向・高須
金田美佐雄	55-0229	柄 貝
塙 和治	55-1450	諸 井
成島 誠一	55-0690	泉
中田美代子	55-0090	緑ヶ丘・中山
三枝 卓爾	55-1327	緑ヶ丘
根崎 俊男	55-0730	捻木・若海
平間喜代子	55-2317	芹沢・中山
根本 知子	55-2124	上 山
須貝 禧則	55-2414	浜・谷島
菅谷三千男	55-0667	浜
小沼 秀之	57-0955	八 木 蒔
高崎 洋	57-0744	羽 生
井野場和郎	57-0802	羽 生
粥川 正栄	57-0718	沖 洲
並木 祥子	55-1606	主任児童委員
緑川 正實	55-1892	主任児童委員

新成人のみなさんへ 20 歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったときやいざというときの生活を、現役世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。具体的には、若いときに公的年金に加入し保険料を納め続けることで、年をとったときや、病気やケガで障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、年金を受け取ることができる制度です。

国民年金のポイント

◎将来の大きな支えになります

国民年金は 20 歳から 60 歳までの人が加入し、保険料を納める制度です。国が責任をもって運営するため、安定していますし、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

◎老後のためだけのものではありません

国民年金には、年をとったときの老齢年金のほか障害年金や遺族年金もあります。障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。また遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族（「子のある妻」や「子」）が受け取れます。

「学生納付特例制度」と「若年者納付猶予制度」

★「学生納付特例制度」

学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。対象となる学生は、学校教育法に規定する大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校（修業年限 1 年以上である課程）、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。

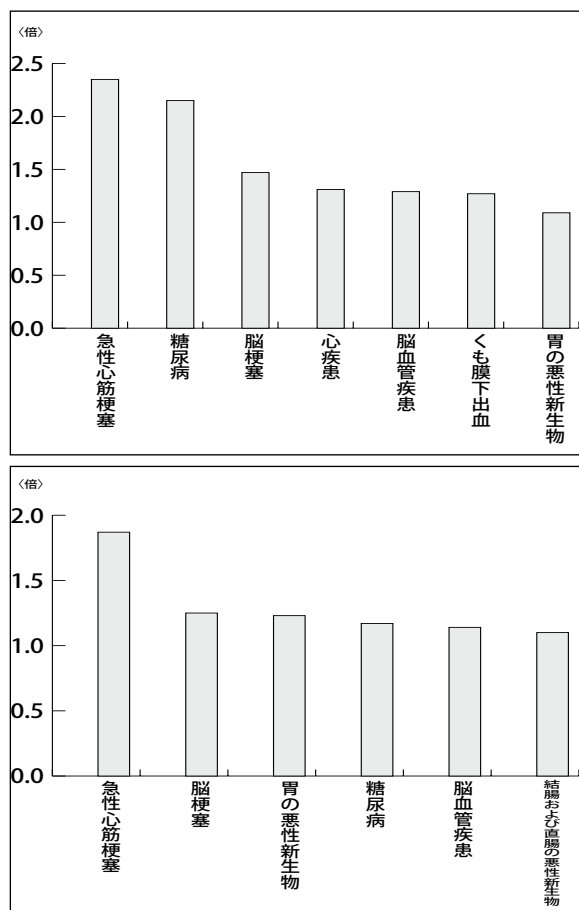
★「若年者納付猶予制度」

学生でない 30 歳未満の方で、ご本人および配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

■国民年金のご相談・手続き等については市役所または年金事務所までお問い合わせください。

【問い合わせ】国保年金課（玉造庁舎）Tel 0299-55-0111

水戸南年金事務所 Tel 029-227-3251



シリーズ 国民健康保険

いろいろなデータからわかること

次のグラフは、2004年～2008年の標準化死亡比からのデータです。原因ごとに、全国の何倍かを表しています。行方市で特徴的なことは、男女ともに急性心筋梗塞の死亡率が高く、女性では脳血管疾患の死亡率も高くなっています。より一層の高血圧対策、喫煙対策および男性での肥満対策が重要となることがわかります。また、別のデータでは女性の喫煙率が年々高まっていることもあり、やはり注意が必要です。日頃の自己管理がとても大切です。

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。

■公売期日 平成26年2月27日（木）
■受付 午後0時50分 ■入札説明 午後1時
■入札開始 午後1時20分 ■入札終了 午後2時
■場所 北浦公民館2階「会議室」
■対象物件 下記「公売対象不動産」をご覧ください
詳しいことは、市役所各庁舎にある「公売広報」や市ホームページを
ご覧いただくか、収納対策課にお問い合わせください。

■公売対象不動産

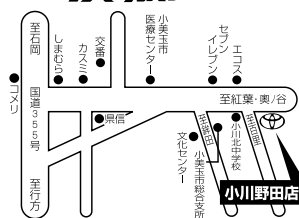
区分	所在	地番	地目	地籍 (㎡)	見積金額 (円)	公売保証金 (円)
13-9	岡字前谷	92-1	田	1,912	360,000	40,000
13-10	岡字後谷	97-1	田	1,030	80,000	10,000
13-11	於下字今宿	2371 2372	田	496 1,520	480,000	50,000
13-12	於下字今宿	2450	田	2,313	580,000	60,000
13-13	南字南	929	田	1,593	350,000	40,000
13-14	小高字離谷	1562-1	田	2,565	500,000	50,000
13-15	吉川字磯部	1331-1 1331-2	田	1,432 1,000	590,000	60,000
13-16	吉川字沖畑	288 289 316	畑	488 892 247	530,000	60,000
13-17	吉川字大蒲	1410	田	251	23,000	3,000
13-18	吉川字北浦	1341	田	1,115	160,000	20,000
13-19	北高岡字向	340-1	山林	5,613	110,000	20,000
13-20	玉造字緑ヶ丘	甲 5948-1	畑	1,004	170,000	20,000
13-21	次木字安生	777-14 777-15	山林	856 416	280,000	30,000
13-22	捻木字西光寺	626-1	田	2,204	310,000	40,000
13-23	捻木字香取	625-1	田	1,941	270,000	30,000

※所在はすべて行方市内

- 農地法の許可を必要とする農地（田・畑）の公売参加には、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。2月10日（月）までに行方市農業委員会事務局（北浦庁舎1階 TEL 0291-35-2111）で申請手続きした上で、入札前までに証明書の発行を受けてください。
- 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

茨城トヨペット 小川野田店



☎ 0299-58-2831
番号をよくお確かめの上、おかけください。



国内旅行・貸切バス

霞観光株式会社

環境に優しい新型バスの導入を進めています。

《バス運転手随時募集中!》

TEL. 0299-55-2529

秋の叙勲受章おめでとうございます

笹目孟さん・佐々木和夫さん・横山喜延さん

旭日双光章

地方自治功労

笹目 孟 さん

谷島在住の笹目孟さんが、旭日双光章を受章されました。

笹目さんは、6期23年の長きにわたり、玉造町議会議員として在籍され、その間、副議長および議長を歴任し、議会の円滑な運営に尽力。議員任期中には、多方面にわたって町の地域振興と発展のために大なる助力を惜まず、行政運営に多大なる貢献をされました。



瑞宝単光章

鉄道業務功労

佐々木 和夫 さん

浜在住の佐々木和夫さんが、瑞宝単光章を受章されました。

佐々木さんは、昭和43年に関東鉄道株式会社石岡機関区庫内手として入社。その後、鹿島鉄道株式会社へ出向し、運転士や石岡機関区車両区首席助役、同区車両区長、関東鉄道株式会社鉄道部運転車両課課長補佐などの要職を歴任され、平成20年に定年退職されました。



瑞宝単光章

消防功労

横山 喜延 さん

青沼在住の横山喜延さんが、瑞宝単光章を受章されました。

横山さんは、昭和23年に、当時18歳の若さで大和村消防団に身を投じて以来、組織運営に尽力されました。また、分団長、麻生町消防団副団長として、部下団員を掌握し、一糸乱れぬ統率指導力を発揮され、身の危険も顧みず率先して難に向かい、全団員の信頼と敬服の的となりました。



玉造工業高生が全国優勝

第13回高校生ものづくりコンテスト全国大会

11月16日(土)と17日(日)の2日間、徳島県立徳島科学技術高等学校で開催された第13回高校生ものづくりコンテスト全国大会(電気工事部門)において、玉造工業高等学校電気科3年生の伊原千瑛さん(銚田南中出身)が優勝しました。

このコンテストの電気工事部門は、180cm×180cmサイズの縦に設置された合板に、課題どおりの屋内配線を、安全かつ正確に施工する技術を競うもので、伊原さんは、常に回路図を確認しながら丁寧な作業を心がけました。



平成25年度茨城県表彰

井上山百合の会

平成25年度茨城県表彰式が、県民の日の11月13日(水)、茨城県庁講堂で開かれ、井上山百合の会が、社会貢献活動や地域の活性化に取り組んだ団体として、橋本昌茨城県知事から表彰状が贈られました。

井上山百合の会は、多年にわたり、井上地区に自生するヤマユリなどの植物の保護や地区周辺の整備・保全を通じ、地域住民の環境に対する意識の高揚に寄与されました。

おめでとうございます。

霞ヶ浦のワカサギを釣りました

なめがたワカサギ釣り大会

12月1日(日)、なめがたワカサギ釣り大会が開催され、子どもから大人まで111人が参加しました。

競技範囲は霞ヶ浦大橋から北利根橋までの間の霞ヶ浦沿岸。参加者は朝早くから竿を振るい、一般の部・女性の部・子どもの部(小学生以下)に分かれて、4時間半の競技時間内で釣ったワカサギの重量を競いました。

終了後は、天王崎観光交流センターコテラスで、ワカサギ料理やピザが振る舞われ、参加した皆さんはワカサギ釣りの一日を楽しみました。



今年のどぶろくも良い出来です

青沼 春日神社 どぶろく祭

11月23日(土)、青沼の春日神社で、恒例のどぶろく祭が開催されました。

今年の当番は台組の皆さん。地元産新米コシヒカリで造られたどぶろくは、さわやかで甘みがあり、香りが良いと好評でした。

今年も、市内外から多くの皆さんが参拝に訪れました。毎年振る舞われるどぶろくを楽しみに、県南地区から参拝に訪れているという方は「参拝を始めて、もう20年ほどになります。今年もどぶろくを楽しみにしてきました。今年のどぶろくもとてもおいしいです。甘くて良い香りがしますね」と話していました。

第32回茨城県民生委員児童委員大会

受賞おめでとうございます

11月6日(水)、茨城県立県民文化センターにおいて、第32回茨城県民生委員児童委員大会が開催され、民生委員児童委員として多年にわたり本市の地域福祉向上のために尽力いただいた方々が表彰されました。

行方市の被表彰者は次の方々です。(敬称略)

◇民生委員児童委員

//
//
//
//

山口美佐子
野原トシ子
磯山 和子
佐山 晴美
中野 和朗



新しい園舎を探検したよ！

麻生幼稚園児と太田幼稚園児が交流

12月2日(月)、麻生幼稚園で太田幼稚園との交流会が行われました。園児たちは遊戲室でクリスマスの歌を合唱し、ゲームを楽しんだあと、新しい園舎内を探検。お互いに交流を深めました。

本年4月に統合を迎える麻生幼稚園と太田幼稚園。新しい園舎で一緒に遊んだ園児たちは、「お友達がたくさん増えてうれしい」「4月からどの教室になるのかな」と期待に胸をふくらませていました。

手作り竹ほうき 300 本を寄贈

手賀の吉田豊三郎さん

手賀在住の吉田豊三郎さんから、市立の小中学校・幼稚園に手作りの竹ほうきを 300 本寄贈していただきました。吉田さんは約 10 年前から地元の小学校に竹ほうきの寄贈を始められ、平成 19 年度からは市内全校に寄贈していただいています。

手賀小学校の 6 年生が市内の児童・生徒を代表し、「毎年ありがとうございます。これからも元気でがんばってください」とお礼を述べました。吉田さんは子どもたちに囲まれ、「もうすぐ 88 歳になるけど、それほど苦にはならないですよ。指先を使うので元気でいられます」と笑顔で話していました。

児童生徒の皆さん、この善意のほうきで学校をきれいにしてくださいね。



こめパンの給食を食べたよ

田宮満さんより こめ粉を提供していただきました

学校給食では、安全安心の重視と地産地消の観点から、地場産野菜をたくさん使用しており、行方産コシヒカリを使ったご飯を提供しています。

11 月 19 日（火）の給食は、お米でできた「こめパン」を主食にした献立でした。このパンは田宮農園代表 田宮満さんから、こめ粉の提供を受けてできたものです。田宮さんは、環境に配慮した合鴨農法を取り入れており、農薬・化学肥料を減らした特別栽培のお米を、地域の子供たちにもっと食べてほしいとの思いから提供してくださいました。ご厚意に感謝申し上げます。

この日、こめパンを食べた麻生小学校の 1 年生は「もちりしっとりしていて、とてもおいしい」と大満足でした。

科学の不思議を体験しました

青少年のための科学の祭典 鹿行地区大会

科学の面白さや楽しさを体験してもらおうと、11 月 17 日（日）、麻生中学校において「青少年のための科学の祭典」が開催されました。

市内および近隣の小中学校や高校の教員、企業などから、35 のブースと 2 つのサイエンスショーが出展され、鹿行地区や近隣の小中高生、大人など総勢 1,896 人が工作や実験など科学の楽しさに触れました。特に「吸水性ゲルを使って芳香剤を作ろう」「アイスクリームをつくろう」のブースは行列ができるほど人気がありました。

次回は来年、鉾田市で開催されます。



子ども神輿が 80 年ぶりに復活

活力ある地域づくりをめざして（矢幡区）

矢幡区では、11 月 17 日（日）に子ども神輿による「矢幡ふるさと祭り」を 80 年ぶりに復活しました。

当日は晴天に恵まれ、法被姿の子ども達が、地区の神社から太田小学校までの約 3 km の道のりを、重さ 70 キロの神輿を担いで練り歩きました。辺りには、子ども達の「わっしょい、わっしょい」と威勢のよいかけ声が響きわたりました。参加した子ども達は「神輿は重たかったけど、みんなできて楽しかった」と話していました。

※今回の子ども神輿は、宝くじの社会貢献事業として助成を受けて購入しました。

第4回行方市長杯選手権ゲートボール大会

11月7日(木) 北浦運動場第1グラウンド

【優勝】内宿

軟式野球後期大会

11月3日(日)・10日(日) 浜野球場

優勝した黒潮クラブは市代表として、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【準優勝】零-zero-

【第3位】ブラックエンジェルス【第3位】ベアーズ



黒潮クラブ

第16回 社会人サッカー大会

11月17日(日) 北浦運動場第1グラウンド

【優勝】BIDAN【準優勝】麻生クラブ

【第3位】F I N A L S



B I D A N

第4回行方市ゴルフ連盟大会

11月21日(木) ノースショアカントリー倶楽部

【優勝】千ヶ崎 良治【準優勝】並木 文男

【第3位】羽生 義隆 ベスグロ(78) 田口 操

第8回バスケットボール大会

11月23日(土) 北浦運動場体育館

男子の部【優勝】63's

女子の部【優勝】G-CREW

茨城県体育協会ゴルフ大会

11月23日(土) 水戸レイクスCC

団体の部【準優勝】行方市体育協会A

(佐山正・原延征・須貝清・羽生義隆)

個人の部【優勝】佐山 正

行方市ソフトボール連盟杯大会

12月1日(日) 浜野球場ほか

【優勝】新宮同志会

第8回市内女子ミニバス親善リーグ戦

6/23・9/1・11/24 北浦運動場体育館ほか

【優勝】玉造山王ミニバス【準優勝】北浦 GrassesMBCW

【第3位】麻生ミニバス



玉造山王ミニバス

第20回行方市麻生杯柔道大会

11月30日(土) 麻生運動場体育館

幼年の部 【第3位】石神 煌(麻生柔道)

小学3年生(男子個人戦)【準優勝】仲田 将孝(玉造柔道)

【第3位】高崎 兜(麻生柔道)

小学4年生(女子個人戦)【第3位】相川 乃香(麻生柔道)

小学5年生(男子45kg級)【第3位】鈴木 尊仁(玉造柔道)

小学5年生(男子45kg超級)【第3位】吉川 大貴(玉造柔道)

小学6年生(男子50kg級)【第3位】黒田 匡志(麻生柔道)

【第3位】高栖亜久里(麻生柔道)

中学生(男子50kg級) 【第3位】関野 太紀(玉造中)

中学生(女子55kg超級) 【優勝】今井 香帆(麻生中)

中学生(男子75kg級) 【準優勝】野原 雅人(玉造中)

【第3位】前川 明輝(麻生中)

中学生(男子75kg超級) 【第3位】高栖 一貴(麻生中)

第2回行方市バレーボール連盟親善大会

12月1日(日) 麻生運動場体育館ほか

【優勝】あおぞら(石岡市)【準優勝】ババーズ(行方市)

【第3位】Precious(行方市)【第3位】青空クラブ(行方市)

第8回行方市長杯剣道大会

12月1日(日) 北浦運動場体育館

個人戦 高学年の部

【第3位】大崎 庸之 【第3位】大川 翔永

(玉造山王剣道) (麻生剣友会)

行方市民インディアカ大会

12月1日(日) 玉造運動場体育館

【優勝】ポップコーンB 【準優勝】ポップコーンC

【第3位】てんとうむし

情報ひろば



行方市の人口

総数	37,813人 (-34)
男	18,754人 (-17)
女	19,059人 (-17)
世帯数	12,696世帯 (+2)
平成25年12月1日現在	
※外国人住民を含む	
()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



行方市のうた

(1番) われを^{はぐく}む^{さとやま} 里山は^{たいち}の^{めく}恵に^あ満ちあふ^{あさひ}る 朝日
湖に^{かがや}輝き^{やま} 夕日^はの^{きぼう}端そめる
ああ ふるさと わが^ま希望^{こころ}
(2番) 祭りばやしに^ふ心おど^{こころ}り^{こころ} 風土記の^ふ里に^{こころ} 童の^{こころ}声は^{こころ}ず^{こころ}
む^{こころ} 谷津田^{こころ} 風に^{こころ}そよぎ^{こころ} 稲穂^{こころ}
黄金に^{こころ}輝く^{こころ} ああ ふるさと
ああ わが^{こころ}安らぎ^{こころ}
(3番) 古の^{こころ}なごり^{こころ} 受けつぎ^{こころ}
し^{こころ} 大空^{こころ} はばたく^{こころ} 子どもら^{こころ}
の^{こころ} 夢を^{こころ} 育む^{こころ} 学舎は^{こころ} 拡く^{こころ}
心の^{こころ} 礎ぞ^{こころ} ああ ふるさと
ああ わが^{こころ}未来^{こころ} あー

教育委員会委員・公平委員会委員・監査委員

が選任されました

平成25年第3回行方市議会臨時会において、教育委員会委員には根本安定氏、邊田益男氏が、監査委員には大橋和範氏がそれぞれ議会の同意を得て選任され、12月2日に市長から辞令を交付されました。また、同議会において、一条善恵氏が公平委員会委員に選任されました。



再任された
根本安定教育長

新たな教育委員会の体制は次のとおりです。

委員長 菅谷 千明
委員長職務代理者 永峰 美津枝
委員 鬼澤 光一
委員 邊田 益男
委員 欠員
教育長 根本 安定

羽生成一郎氏、有馬七郎氏が9月30日をもって教育委員を退任されました。お二人には、市の教育現場のリーダーとしてご尽力をいただきました。

新しい選挙管理委員会委員

が選出されました

行方市選挙管理委員会委員の任期満了に伴い、平成25年第3回行方市議会臨時会において、4人の委員が選挙により選出され、12月2日開催の選挙管理委員会において、委員長に瀧崎紘一郎氏が、委員長職務代理者に橋本富雄氏がそれぞれ選出されました。任期は4年間です。



左から、橋本富雄氏、瀧崎紘一郎氏、鈴木市長、横瀬洋三氏、羽生昭市氏

選挙管理委員会(麻生庁舎総務課内)
0299-72-0811

難病患者福祉見舞金の

請求をされていない方へ

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。

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」または、「特定疾患登録証」をお持ちの方。
見舞金額 年額 1万円
締め切り 2月28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」または「特定疾患登録証」②難病患者本人の預金通帳

③印鑑
問 社会福祉課(玉造庁舎)
0299-55-0111

過払い金回収
↑相談¥0 着手金¥0 成功報酬制!
借金整理・交通事故・遺言・相続
LEGAL PLUS 秘密厳守
弁護士法人 リーガルプラス
茨城県弁護士会所属
かしま法律事務所
124号イオンそば
☎0299-85-3350(平日10:00~18:00)
リーガルプラス 検索 代表弁護士 谷 靖介

常陽銀行
●麻生支店：行方市麻生 1135-31
TEL:0299-72-0551
●玉造支店：行方市玉造甲 337
TEL:0299-55-0101
●北浦支店：行方市山田 1301-1
TEL:0291-35-2121

はい、
こちら消費生活センター!



消費生活センターの
出前講座を開催しています!



悪質商法や振り込め詐欺による高齢者の被害が依然として後を絶たないことから、行方市消費生活センターでは、各老人クラブの定例会等で、「高齢者が悪質商法にあわないために」というテーマで講座を実施しています。

講座では、消費生活相談員から実際に市内であったトラブルや、県内で起きている被害などの事例の解説や、トラブルを未然に防ぐ対処法の説明を行っています。受講者の方は驚いたりうなずいたりしながら大変熱心に聞いてくださいました。

センターでは消費者被害を未然に防ぐために、今後もこうした活動を続けてまいります。時期は問いませんので、各地区等での集会や行事等にご利用ください。

— まずはお電話を! —

問: 消費生活センター

TEL 0291-34-6446

ワークライフバランスとまちづくり

NPO法人ひと・まちなっとわーく 富山 かなえ

私たちは「仕事と私生活のバランスを保ちながら、いきいきと暮らしたい」と願っています。しかし、現実には仕事が忙しく、家事・子育て・介護などとのバランスをとることが難しくなっています。また、多忙な日々を過ごすことによって「地域のことは何も分からない」という人たちが増えています。その結果、まちづくりを支える新たな人材が生まれてこない状態になっていると思います。

「近所の子どもやお年寄りに笑顔であいさつすること」「自治会や地元のお祭り、防犯活動に参加すること」「選挙の時は投票に行くこと」これらはすべて地域を豊かにするまちづくり活動の一つです。このような仕事や家庭の枠を超えた活動を通して、地域の課題を共有し、解決策を考えていくことは、暮らしやすい環境をつくり、巡り巡って仕事や私生活に張合いを出すことに繋がります。

仕事と私生活のバランスを保つために、職場では、女性リーダーの育成や、女性の視点を活かした働きやすい環境づくりを進める取り組みが始まっています。また、家庭では「育メン」に象徴されるとおり、家事や子育ての役割分担にも変化が起きています。

しかし、多くの企業や事業所では、社員がまちづくり活動へ参加するための積極的な支援策は進められていません。今後、企業や事業所が果たすべき社会的な責任という観点から、社員のまちづくり活動への参加を奨励することは重要な課題になると考えます。また、自治体による啓発も必要となるでしょう。地域における課題を見つけ出し、解決に導くことは、個人の能力や企業の存在価値の向上、さらに社会全体にとって有益な効果が期待できると考えます。

ワークライフバランスの意味は、一人ひとりが仕事と私生活のバランスをとることだけでなく、「自分は社会の一員としてどのように生きるか」を意識することではないでしょうか。まちづくり活動には、そうした自分自身と向き合うことができる、最高のフィールドが用意されていると思います。

迎春

霞ヶ浦が広がる 実り豊かな郷土が 大好き!
行方市で いっしょに 健康づくり
痛みを和らげて 明るく楽しい暮らしを!

山下鍼灸整骨院

行方市船子7-4 TEL 0299-77-5959



Bringing up a child

子育て

行方市子育て支援室

☎ 0299-55-0130(直通)

子育て相談は随時受付しています

1月実施予定の教室・講座です。期日や内容等はチラシでお知らせします。たくさんの親子の参加をお待ちしています。

ス・トミック講座

恵方巻を作ろう!!

日 時 1月24日(金) 9:30受付
場 所 西浦地区学習センター
講 師 兼平佳子氏
募集人数 親子10組(先着順)
申込期間 1月8日(水)~17日(金)
そ の 他 材料費がかかります

親子教室《のびのび・どろんこ》

楽しくたいそう part 2

日 時 1月30日(木) 9:30受付
場 所 北浦保健センター
講 師 岡野真由美先生(カワイ体育教室)

0歳児親子教室~ベビーマッサージ~

日 時 2月5日・12日・19日 9:30受付
場 所 玉造保健センター
講 師 川島綾子先生(にこにこ baby)
募集人数 0歳児の親子10組
申込期間 1月20日(月)~24日(金)

子育て広場 1月の行事予定

午前 9:30~11:30

1月	コテラス(麻生)	北浦公民館(北浦)	玉造保健センター(玉造)
6 月			○
7 火	○		
8 水		○	○
9 木	○		○
10 金		○	○
14 火	○	○	
15 水		○	○
16 木	○		○
17 金		○	
20 月	○		○
21 火	○		
22 水		○	○
23 木	○		○
24 金		○	
27 月	○		○
28 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44話)・・・今年目標

「一年の計は元旦にあり」といいますが、皆さん今年の目標を立てましたか?

地域包括支援センターで実施している教室の一つに、生き生き健康教室というものがあります。この教室は、参加者の方々と【元気に毎日を過ごすためのコツ】を学ぶための教室です。コツのひとつとして必ず、1年後の目標を立て、その目標を実現するために、毎日の目標を立ててもらっています。皆さん最初は「来年のことまで考えられない・・・」「何の楽しみもないから・・・」等と話されますがゆっくり話を聞き自分の思いを言葉にすることで、必ず目標を立てることができます。例えば、1年後も畑仕事をしたい、自分で切符を買って電車で旅行をしたい、杖を使わず友達の家まで歩いていきたい。どんなことでもいいのです。1年後どんな生活をしていきたいか、どんな自分でいたいかわ想像してみてください。そして立てた目標を家族にも伝えてみてはどうでしょうか。できれば目標を文字に書き、いつでも目に見えるところに貼っておくことをお勧めします。いつも目にするすることで、目標を意識しながら生活することができるからです。年代によって掲げる目標は違うのは当然です。ただ、1年後の目標達成に向けて毎日の生活があるのは同じです。

1年後の皆さんが今よりも笑顔で暮らせるように、今年も地域包括支援センターを活用してください。





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

メタボ予防 ～基礎編2～

あなたは
大丈夫？

メタボリックシンドロームをチェックしてみよう

メタボリックシンドロームの診断基準

メタボリックシンドロームは腹囲が基準となります。腹囲に加え、①～③のうち2項目以上に該当したら、メタボリックシンドロームと診断されます。

特定健診 判定結果

腹囲または
BMIで
肥満と判定

+

1. 血圧に異常

2. 脂質に異常

3. 血糖に異常



※喫煙歴も診断基準の一つになります

□腹 囲

- 男性 **85 cm**以上
 - 女性 **90 cm**以上
- は**内臓脂肪型肥満**

□血 圧

- 最高血圧（収縮期血圧）
130 mmHg 以上
 - 最低血圧（拡張期血圧）
85 mmHg 以上
- の両方またはいずれか

1

□血清脂質

- 中性脂肪値
150 mg/dL 以上
 - HDL コレステロール値
40 mg/dL 未満
- の両方またはいずれか

2

□体重（BMI: 体格指数）

- BMI: **25** 以上
- ※ BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)
- 計算方法 身長 160cm、体重 70kgの場合
(例) 70kg ÷ 1.6 m ÷ 1.6 m = 27.3

□血 糖

- HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）
5.5 % 以上 (NGSP 値: 国際標準値)
- ※平成 25 年度から判定基準が国際標準値に変わりました。これまでの HbA1c(JDS 値) と比べて 0.3 ～ 0.5% 高く表示されています。

3

献血のお知らせ

冬の季節は、体調を崩す方や忙しい時期のため献血者が減少します。
みなさまの温かいご協力をお願いいたします。



◇期日 1月6日（月）

◇時間 〈午前〉 10:00～12:15
〈午後〉 1:30～ 4:00

◇会場 ベイシア玉造店

◇期日 1月12日（日）

◇時間 〈午前〉 10:00～12:15
〈午後〉 1:30～ 4:00

◇会場 セイミヤモール麻生店

◇期日 2月6日（木）

◇時間 〈午前〉 9:30～11:30
◇会場 行方市役所 玉造庁舎

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。



「星の民のクリスマス」

古谷田 奈月

【日本ファンタジーノベル大賞（第25回）】
最愛の娘が家出した。クリスマスに父が贈った童話の中へ。父は小さな娘を探すため、小説世界へともぐりこむ。残酷でファンタスティックな、愛に満ちた冒険譚。

新成人におすすめの本

- ★何者（朝井リョウ）
- ★人間にとって成熟とは何か（曾野綾子）
- ★企画立案の教科書（齊藤誠）
- ★想像ラジオ（いとうせいこう）
- ★挫折を愛する（松岡修造）
- ★かあちゃん取扱説明書（いとうみく）

《おせち料理は食べましたか？》

おせちの材料にはそれぞれ意味があるようで、黒豆はまめに働く、とかけていたり、長寿や健康・子孫繁栄などを願って作られているようです。日本食が世界文化遺産に選ばれました。日本の伝統文化を大切にしたいですね。

イベント情報

☆小さいお子さんとお母さんのために

1月8日（水） 午前10時～	おいでよほんのたのしいじかん
1月25日（土） 午後2時～	おはなし会 （テーマ：せつぶん）



「なぜ日本は若者に冷酷なのか」

山田昌弘



「影を買う店」皆川博子

「こうさぎと4ほんのマフラー」

でくねいく

「こやぶ医院は、なんでも科」柏葉幸子

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。

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。

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時30分～午後6時30分 休館日は月曜日 土・日・祝日 午前9時30分～午後5時	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）	6月1日から平成26年2月28日まで 耐震工事のため休館いたします。	

公民館情報コーナー

行方市公民館まつりが開催されます

とき 2月8日（土）・9日（日）
ところ 行方市北浦公民館・文化会館

○内 容○ 公民館活動の学習成果発表

展示会（講座・教室・利用団体・輝く未来展作品・書初め大会作品）

体験教室（和紙おりがみ・タイルクラフト・組紐・ミニ木目込み・フラワーアレンジ等）

相談コーナー（園芸・盆栽・寄せ植え等）
体験お楽しみコーナー

8日 芸能踊りの祭典
（舞踊・フラダンス・よさこいソーラン・ベリーダンス等）

9日 音楽の集い（コーラス・大正琴・オカリナ演奏）

みなさまのご来館をお待ちしております。

＝つどいあい 学びあい

笑顔つながる公民館めざして＝

【問い合わせ】北浦公民館 TEL 0291-35-3777

「行方市文化財」巡り旅⑨

まんぶくじ あみだによらい
萬福寺 阿弥陀如来
りゅうぞう りょうきょうじぞう
立像及び両脇侍像

県指定有形文化財（彫刻）
指定年月日：昭和33年3月12日
所在地：行方市羽生745



天台宗雷電山慈心院萬福寺阿弥陀堂の本尊木造阿弥陀如来立像及び両脇侍像は、室町時代中期の作と伝えられ、一説には、平重盛が京都東山の地に四十八願の祈願を込めて安置された尊仏とされています。

阿弥陀如来立像は、像高96センチ、ヒノキの寄木造りで、螺髪は細い針金を入念により合わせ一つずつ植付けしています。玉眼入りの上品な顔立ちで、口をわずかに開き、4本の歯が見える全国でも数少ない歯吹像です。衣紋は截金紋様（雷紋・九紋・蓮華唐草紋）を施し、仏足石にない足裏にまで輪棒華瓶の截金を施しています。像高72センチの両脇侍像（観世音菩薩、勢至菩薩）とともに阿弥陀如来三尊立像は稀有の秀作といえます。

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



© 株式会社鹿島アントラーズ F.C.

行方市民の皆さまへ新年のご挨拶!!

謹んで、新年のご挨拶を申し上げます。

昨年は国内3大タイトルのトロフィーをホームタウンに持ち帰ることができず、非常に不甲斐ない結果に終わりました。しかしながら、大迫選手を始めとした若手が躍進し、今季に向けて大きなプラス材料となりました。また、行方市の皆さまからも熱いご声援をいただき、心より感謝申し上げます。

今年は2009年以来のリーグ制覇を実現し、地域の皆さまと夢を共有できるクラブとしてあり続けられるよう、選手・スタッフ一丸となって邁進してまいります。皆さまにおかれましては、引き続きご声援をいただきたくお願い申し上げます。

年頭にあたり、行方市の皆さまのご健勝とご多幸をご祈念申し上げ、新年のご挨拶といたします。



©KASHIMA ANTLERS



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

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

かわいい笑顔あつまれ!



はい!
ぼく、元気です♪
かりや ゆうひ
狩谷 裕飛くん
1歳 H24.11.18生まれ

お子さんの笑顔を紙面に飾ってみませんか?
お問い合わせは秘書課 (麻生庁舎) まで。



ルーキー

市内で頑張るフレッシュな
人を紹介していきます!

小野瀬さん
(竜翔寺保育園)

保育士2年目で1歳

児を担任しています。
子どもたちの基本的な生
活習慣の自立を促しなが
ら、集団生活の中で
善悪を教え、成長を
見守っています。責任
も重く大変な仕事です
が、とてもやりがいのある仕事です。
休日にはパンやお菓子を作るのが好き
です。夢は、結婚して幸せな家庭を築
くこと。保育経験を子育てに生かした
いです。

竜翔寺保育園は緑に囲まれ、みんなの
びのび生活しています。
毎日笑顔が絶え
ず、みんないい子た
ちです。
保育士資格を持つ
方、私たちと一緒に
働きませんか。お待
ちしています!



編集後記

市長のあまねくつぶやき
ます。明けましておめでとうござい
ます。昨年は、猛暑や台風など自然
の威力に驚かされる1年でした。然
が、東京オリンピックの開催決
定や、朝ドラ「あまちゃん」の大
ヒット、東北楽天イーグルスの大
優勝など、賑やかさを少しづつ
取り戻してきたような気がします。
流行語をつなげたなら、おもて
なしの「倍返しをする」は今で
ました。「じゃえじゃえ」になり
ました。また、昨年の世相を表す漢字
は「輪」でした。が、さまざまなか
ら意味と希望を込め、私の今年の
目標とする漢字は「森」でいいこ
うと思っています。小さくても木を
少しずつ植え、目の前の木ばかり
入れをしない、大きな森を創って
いきます。
本年もよろしく願います。
行方市長 鈴木周也

市内の午年生まれの方は、昨年11月30
日現在で3009人です。今年の千支に
ちなみ、表紙は、ミッドウェイファーム
で調教されている競走馬を撮影させてい
ただきました。駿馬のごとく、今年が市
民の皆さまにとりまして、飛躍の年にな
りますようご祈念申し上げます。(保)
新年明けましておめでとうございます。
昨年は多くの方との出会いがありました。
イベントを楽しむ子どもたちの笑顔、「な
めがたを食べよう」の生産者の方々のお
話など、あらためて行方市の良さを実感
した一年でした。今年も皆さまの笑顔
をたくさん撮影していきます。(美)

なめがたを食べよう

ワカサギ

vol22



尾びれがピンと張っているのが新鮮な証拠です

銀白色に輝く美しい姿のワカサギ。寒い冬が旬で、まさに今、脂がのつて一番おいしい時期です。
12月上旬、麻生地区で水産業を営み、漁を始めて50年のベテラン漁師の越川留吉さんを訪ね、お話を伺いました。
「この時期は毎日午前一時半に起きて、二時から漁を始めます。七時半の操業終了まで2回、漁をします。一時間のトロール漁で、ワカサギとシラウオを合わせて60〜70キロ揚げられますよ。今年は豊漁なので12月31日まで漁期が



出荷作業中の越川さんご夫妻にお話を伺いました

伸びました。これは、霞ヶ浦の水質が良くなってきたこともありですね」
越川さんが組合長を務める麻生漁協では、ワカサギの人工ふ化に20年取り組んでおり、近年その成果も出てきたのではないかと話されていました。
霞ヶ浦は水位が浅く、日光がよく通るため、骨が柔らかく脂がのつたワカサギが育ちます。一尾の大きさは約10センチほどで、特に大きいものは、お正月の昆布巻き用の焼きワカサギに加工するそうです。



捕れたてのワカサギ

越川さんが捕ったワカサギは、関東近辺の市場に出荷されています。また、漁師市などの直売や越川さんのお宅でも買うことができます。
越川さんおすすめめのワカサギ料理を教えてくださいました。
「焼いても甘露煮にしてもおいしいですね。子持ちのワカサギならフライにすると特においしい。簡単な食べ方ですが、フライパンにオリーブオイルを引き、ワカサギがきつね色になるまで焼き、塩コショウ、またはカレー粉で味付けするだけで、おいしい一品になりますよ。地元で捕れたワカサギを、子どもたちにとくさん食べてもらいたいですね。カルシウム豊富で、骨も強くなります。うちの孫たちも良く食べていますよ」
霞ヶ浦の冬の味覚、ワカサギ。脂がのつたおいしい旬を食べてみませんか。

おいしく食べよう！チャレンジクッキング



ワカサギの柳川風

○材料（2人分）

- ・ワカサギ 80g
- ・ごぼう 50g
- ・しめじ 60g
- ・ぎんなん 4個
- ・卵 2個
- ・みつば 30g
- ・かつおだし 200ml
- ・砂糖 大さじ1
- ・しょうゆ 大さじ2
- ・みりん 大さじ1
- ・けずり節 適宜

○作り方

- ①ワカサギは、さっと火にあぶる。（生臭みを取る）
 - ②ごぼうは、さがきにして水につけ、あく抜きする。
 - ③しめじは、石づきを取り、小房にわける。
 - ④みつばは、2cmに切る。
 - ⑤かつおだしを取る。
 - ⑥鍋にだし汁、ごぼう、しめじを入れて、5分ほど煮る。ごぼうに火が通ったらワカサギを入れ煮る。
 - ⑦卵を溶きほぐし、みつば、ぎんなんを入れ、卵を流し入れ、むらす。
- 【1人分栄養量】エネルギー 196kcal たんぱく質 14.7g 脂質 6.3g 塩分 1.4g