

市報

なめがた

Namegata City Public Relations

2016

9

September

No. 133



## ◆主な内容

特集 行方市中学生海外派遣研修 p.2

お知らせワイド版 p.4

(市の職員数・給与の公表、行方市定住居援助成金 ほか)

まちの話題 p.10

(アントラース石井監督が優勝報告 ほか)

なめがたを食べよう (アスパラガス) p.24

## 馬とみこしの勇壮な対決

7月23日から24日にかけて、麻生地区の八坂神社において「馬出し祭り」が開催されました。

境内では、ヤマタノオロチに見立てた馬を、みこしが勢いよく追い立てる対決が繰り広げられ、五穀豊穰と無病息災を願いました。

# 中学生がオーストラリアで国際交流 平成28年度 行方市中学生海外派遣研修



ウエスタンポート・セカンダリー・カレッジの生徒たちと

行方市中学生海外派遣研修事業は、未来を担う行方市の中学生を海外に派遣し、語学研修とその国の文化、風俗、習慣等に触れ、国際感覚を養うとともに、広い視野から郷土や国家・国際社会に対する理解を深めることを目的として、行方市発足以来、今年で10回目の開催となりました。

これまでに、合計255人の先輩たちをオーストラリアに派遣してきました。本年度は、8月3日から12日までの10日間、オーストラリアのメルボルンへ20人の中学生を派遣。中学生は、現地校（ウエスタンポート・セカンダリー・カレッジ）での語学研修や観光施設の見学のほか、ホストファミリーのお宅に6日間滞在し、その家族と一緒に生活しました。その間、英語を学ぶことはもちろんのこと、オーストラリアの文化を肌で感じ、現地の人々との交流を深めました。



ウエスタンポート・セカンダリー・カレッジ



メルボルンはここです↑



出発式代表あいさつ  
北浦中3年 柏葉瑠奈さん  
「オーストラリアの文化・生活に触れ、たくさんのことを学び、わがまち『行方市』のよいところを伝えます」

## ▶研修スケジュール

- 8月3日 出発式後、成田空港からメルボルンへ
- 8月4日 メルボルン市内研修（王立展示館、セントパトリック大聖堂など）
- 8月5日～8月10日 ホームステイ  
受け入れ校にて語学研修、各種交流プログラム実施  
ホストファミリーと一緒に過ごす（6日・7日）  
フェアウェルランチパーティ（10日）
- 8月11日 ホストファミリーとお別れ、修了書授与  
メルボルン市内研修（キャプテンクックの家など）
- 8月12日 成田空港着後、行方市役所で解団式



解団式



メルボルン市内研修



解団式代表あいさつ  
麻生中3年 高橋一真さん

「単語やジェスチャーを使ってコミュニケーションをとることができました。この研修は、僕たちにとってプラスになったと思います」



語学研修を通して現地校生徒と交流を図りました

### 姉妹校提携に向けた現地調査

行方市教育委員会教育長 正木邦夫

これまで継続して実施してきました中学生海外派遣研修事業をさらに発展させ、姉妹校提携による相互交流を図るため、今回の中学生海外派遣研修事業に同行しながら、オーストラリア・ビクトリア州を訪れ、現地調査を行いました。学校訪問に先立ち、ビクトリア州庁舎を訪れ、同州教育訓練省のジョエル担当部長などと会談。行方市の紹介および今回の訪問について説明した後、教育訓練省から、姉妹校提携に関する助言をいただきました。現地校調査として、ウィンダム・セントラル・カレッジとドロマーナ・カレッジを訪問しました。両校とも行方市の中学校との交流に興味を示されました。

特に、ドロマーナ・カレッジの訪問は、7月から北浦小学校との交流が始まったドロマーナ小学校のブルース校長の紹介で実現しました。ドロマーナ・カレッジのアラン校長は、「ドロマーナの小・中学校が小中一貫で行方市の小・中学校と交流することは素晴らしいと思うし、ぜひやってみたい」と話すなど、今回の現地調査は、今後、行方市としての国際教育を進めていく上で、大きな成果が得られました。

これから、ビクトリア州政府などとの協議が進み、公立学校との姉妹校交

流および現地生徒宅へのホームステイが可能となった場合は、生徒を安心かつ安定的に派遣することができるようになります。また、オーストラリアの学生を行方市へ受け入れることにより、派遣生徒以外の生徒たちも、交流を深めることができるようになります。

将来、姉妹校提携が実現した場合は、ホームステイ受け入れに伴う市民とのさまざまな交流事業を通じて、行方市の魅力を肌で感じてもらうとともに、市民の国際理解を深めていくことが期待されます。



ウィンダム・セントラル・カレッジ訪問



ビクトリア州教育訓練省との協議



ドロマーナ小学校訪問



ドロマーナ・カレッジ訪問

### 問い合わせ

学校教育課（北浦庁舎）

☎ 0291-351211

# 市の職員数・給与などの概要について 市の職員数・給与などを公表します

市の職員数・給与などの概要についてお知らせします。  
これは、市の「人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、市民の皆さまに職員の任用や勤務条件を公表するものです。

## 職員の任免および職員数に関する状況

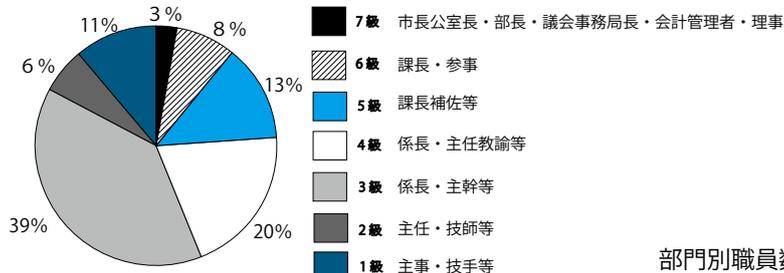
採用者数（平成 28 年 4 月 1 日）単位：人 退職者数（平成 28 年 3 月 31 日）単位：人

区分	試験採用	選考採用	再任用	計
一般行政職	11	0	2	13
技能労務職	0	0	0	0
計	11	0	2	13

区分	定年	勸奨	その他	再任用	計
一般行政職	13	1	3	1	18
技能労務職	3	0	1	0	4
計	16	1	4	1	22

※再任用には短時間勤務職員を含んでいません。

級別構成率（平成 28 年 4 月 1 日）



分限および懲戒処分の状況（平成 27 年度）単位：人

処分の種類		件数
分限処分	降任	0
	免職	0
	休職	9
懲戒処分	戒告	0
	減給	0
	停職	0
	免職	0

部門別職員数の推移（各年 4 月 1 日）単位：人

区分	H27	H28	増減数
一般行政部門	250	245	△5
教育部門	67	64	△3
公営企業等	36	35	△1
総合計	353	344	△9

年齢別職員数の状況（平成 28 年 4 月 1 日）単位：人

区分	10代	20代	30代	40代	50代	60代	計
男性	1	16	48	81	75	2	223
女性	1	20	23	28	49	0	121
計	2	36	71	109	124	2	344

## 職員の給与の状況

平均給料月額および平均年齢（平成 28 年 4 月 1 日）

区分	平均給料月額	平均年齢
一般行政職	326,800円	44.9歳
技能労務職	326,600円	53.4歳

初任給の状況（平成 28 年 4 月 1 日）

一般行政職	大学卒	176,700円
	短大卒	157,300円
	高校卒	144,600円

経験年数別・学歴別平均給料月額の状況（平成 28 年 4 月 1 日）

経験年数	10～15年未満	15～20年未満	20～25年未満	
一般行政職	大学卒	281,600円	311,200円	348,400円
	短大卒	—	302,600円	331,800円
	高校卒	278,000円	294,000円	310,100円



特別職の報酬等の状況（平成 28 年 4 月 1 日）

区分	給料月額	期末手当	区分	報酬月額	期末手当
給料	市長	542,500円	報酬	議長	315,000円
	副市長	598,000円		副議長	265,000円
	教育長	546,000円		議員	249,000円
					計
		6月期 1.50月			6月期 1.60月
		12月期 1.65月			12月期 1.75月
		計 3.15月			計 3.35月

※市長は給料の30%を減額しています。

## 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

勤務時間（平成 28 年 4 月 1 日）

区分	状況
正規の勤務時間	1週間あたり38時間45分
開始・終了時間	開始 8:30 終了 17:15
休憩時間	12:00～13:00

職員研修の状況（平成 27 年度）単位：人

研修区分	受講人数
基本研修	61
専門研修	33
自主研修	368
計	462

# 行方市に定住する方を応援します!

## 行方市定住応援助成金

…申請は登記後 90 日以内です。

**内容** 定住を目的に、本市内に新たに土地・住宅を取得して居住を始められる方に対して、予算の範囲内で助成金を交付する制度です。なお、来年度は制度の見直しを行うため、この内容での助成は、平成 29 年 3 月 31 日までに登記した物件になります。

※ここでいう「土地」は、本人またはその家族が所有し、現に居住している宅地（一画地や道路を挟んだ宅地なども含む。）は除きます。

- 助成金額**
- ①住宅等取得助成として、土地・住宅の取得価格の 1%（上限 20 万円）
  - ②子育て助成として、子ども 1 人につき 5 万円（16 歳未満の子）
  - ③Uターン、Iターン助成として、1 世帯につき 5 万円（Uターンの場合は条件あり）

- 対象要件**
- 助成金の交付申請時点で、定住する世帯に満 20 歳以上満 45 歳以下の夫婦が含まれていること。
  - 世帯に本市の市税または税外収入金を滞納している者がいないこと。

※その他詳しい要件についてはお問い合わせください。

【問い合わせ】政策秘書課 まちづくりグループ（麻生庁舎） ☎ 0299-72-0811



「全国一斉!法務局休日相談所」開設のお知らせ

水戸地方法務局総務課

☎ 029 (227) 9911

登記、供託、戸籍・国籍、人権擁護などの法務局の取り扱う業務全般について、法務局職員、司法書士、土地家屋調査士、公証人および人権擁護委員が相談に応じます。秘密は固く守ります。

**■日 時**

10月2日(日) 午前10時〜午後4時  
(受付は午後3時まで) ※要予約

**■場 所**

水戸地方法務局(水戸市三の丸1-1・42 駿優教育会館)

**■料 金** 無料

**■相談内容**

土地の境界争い、相続・贈与・売買などの登記手続き、抵当権の抹消手続き、地代家賃の供託手続き、戸籍の届け出方法、成年後見制度、夫婦・親子など家庭内の問題、近隣とのトラブル、セクハラ、子どものいじめ、DV問題など



「未来につなぐ相続登記」講演会のお知らせ

水戸地方法務局総務課

☎ 029 (227) 9911

相続登記の申請をせずに放置していることにより、いろいろなトラブルが発生しています。山林や田畑が、ご先祖様の名義のままになっていませんか。次代につなぎ、未来につなぐ相続登記をしませんか。

相続の専門家が講演会を実施します。

**■公証人講演会**

10月2日(日) 午前10時〜午前11時  
講師 茨城公証人会公証人  
演題 「相続と遺言」

**■司法書士講演会**

10月2日(日) 午後1時〜午後2時  
講師 茨城司法書士会司法書士  
演題 「未来につなぐ相続登記」

**■参加費** 無料

**■定員**

30人 ※事前予約・定員になり次第締切

**■場 所**

水戸地方法務局(水戸市三の丸1-1・42 駿優教育会館)

**■予約・問い合わせ**

水戸地方法務局総務課  
☎ 029・227・9911

# イノシシ注意情報!!



平成 27 年度は 153 頭捕獲。 平成 28 年度は 10 頭捕獲。

現在、市内でイノシシの目撃、農作物被害が多発しています。

行方市鳥獣被害対策協議会では、地元猟友会の協力により、イノシシやカラス等の有害鳥獣捕獲を行っています。今年も、すでに 10 頭のイノシシが捕獲されています。

捕獲には、わなを使います。わなが仕掛けられている付近には標識が付けられていますので、危険ですから絶対に近づかないでください。

8月17日時点で、麻生地区（新原・青沼付近）3件・北浦地区（山田・繁昌・小貫付近）15件・玉造地区（井上・西連寺・谷島・里内宿付近）7件の目撃情報があります。

目撃情報は捕獲の大きな手助けとなります。目撃や農作物被害があった場合にはすぐにご連絡ください。イノシシは臆病な動物なので、何もしない限り、突然おそってくることはありません。見かけても、刺激を与えず、興奮させないでその場から離れてください。

## イノシシの生態

イノシシは昼夜を問わず、なんでもよく食べる雑食性です。畑等に収穫の残りが置いてあるとイノシシの格好の餌場となり、呼び寄せてしまいますので絶対に止めましょう。行動範囲は大体2~3kmくらいで、時期によって広がりを見せます。イノシシは本来警戒心が強く、臆病で注意深く、あまり人前に姿を現しません。その反面、一旦慣れてしまうと大胆不敵になります。見かけても、刺激を与えず、興奮させないでその場から離れてください。



平成 28 年度サツマイモ被害の様子

【連絡先】 行方市鳥獣被害対策協議会（農林水産課内）

☎ 0291-35-2111 内線 241・242

## いばらき就職支援センター

出張相談

いばらき就職支援センター 鹿行地区  
就職支援センター  
☎ 0291 (34) 2061

いばらき就職支援センターでは、県内を中心とした求人情報の提供および職業紹介や転職に役立つ就活セミナーを開催しています。  
また、出張相談も実施していますので、ぜひご利用ください。

### ■出張相談会場

▼麻生公民館 第一会議室（麻生 1221）  
毎月第3金曜日  
午前10時～午後3時

▼玉造公民館 相談室（玉造乙 1179）  
毎月第4金曜日  
午前10時～午後3時

※祝祭日、年末年始の相談は行いません。

### ■問い合わせ

いばらき就職支援センター 鹿行地区  
就職支援センター（鉾田合同庁舎内）

☎ 0291・34・2061  
FAX 0291・34・2062

## 出店者募集のお知らせ

一般財団法人 行方市開発公社

☎ 0299 (55) 3927

霞ヶ浦ふれあいランド内にある飲食店の出店者を募集します。

### ■貸付施設所在

茨城県行方市玉造甲1451・1

### ■使用形態

本施設は、飲食店として利用するための施設です。

### ■申込方法

9月10日（土）までに一般財団法人行方市開発公社までご連絡ください。

### ■問い合わせ

一般財団法人 行方市開発公社  
〒311-3512

行方市玉造甲1234（霞ヶ浦ふれあいランド内）

☎ 0299・55・3927  
FAX 0299・55・3926

## 臨時福祉給付金および障害・遺族基礎年金受給者向け給付金 (年金生活者等支援臨時福祉給付金) が支給されます

平成 26 年 4 月から消費税率が 8 %へ引き上げられたことに伴い、所得の少ない方々への影響を緩和するために、暫定的・臨時的な措置として、「臨時福祉給付金」が支給されます。また、賃金引上げの恩恵が及びにくい年金受給者へ、平成 28 年度臨時福祉給付金の対象者のうち、障害基礎年金や遺族基礎年金等を受給されている方を対象に「障害・遺族年金受給者向け給付金」を支給します。

### ■支給対象者

#### ▶臨時福祉給付金

基準日（平成 28 年 1 月 1 日）において行方市に住民登録がされている方で、平成 28 年度分市民税（均等割）が課税されない方。ただし、ご自身を扶養している方が課税されている場合や生活保護制度の被保護者となっている場合などは対象外です。

#### ▶障害・遺族基礎年金受給者向け給付金

「臨時福祉給付金」の対象者で障害基礎年金や遺族基礎年金等を受給されている方（「高齢者向け給付金」の支給を受けた方は除きます。）

### ■給付額

▶臨時福祉給付金 支給対象者 1 人につき 3,000 円

▶障害・遺族基礎年金受給者向け給付金 支給対象者 1 人につき 30,000 円

（「臨時福祉給付金」とあわせて受け取ることができます）

### ■申請方法等

#### ①申請書発送

8 月下旬に給付対象となる可能性のある方に申請関係書類をお送りしています。同封の案内文書をよくお読みいただき、申請手続きをしてください。

#### ②申請方法

「臨時福祉給付金および年金生活者等支援臨時福祉給付金（障害・遺族基礎年金受給者向け）申請書（請求書）」をご記入の上、添付書類を添えて、同封の返信用封筒を使用して返信または申請窓口を開設しますので、直接申請にお越しくください。

#### ③申請期間および申請場所

▶郵送申請 9 月 30 日（金）消印有効

▶直接申請 9 月 1 日（木）～9 月 14 日（水）（平日のみ）3 庁舎玄関ロビー

9 月 15 日（木）～9 月 30 日（金）（平日のみ）税務課（麻生庁舎）・総合窓口室（北浦庁舎）・社会福祉課（玉造庁舎）

10 月 3 日（月）～12 月 28 日（水）（平日のみ）社会福祉課（玉造庁舎）のみ

④その他 市で審査後、ご指定の口座に振り込みします。

**【問い合わせ】** 社会福祉課（玉造庁舎） ☎ 0299-55-0111

## 国民年金からのお知らせ 納付猶予制度の50歳未満への拡大について

平成28年7月1日から、30歳未満を対象とした若年者納付猶予制度の対象年齢が拡大され、50歳未満を対象とした納付猶予制度となります。

ただし、平成28年6月以前の期間は、引き続き30歳未満であった期間が納付猶予制度の対象となります。所得が少ないなど保険料の納付が困難な場合は、納付猶予制度の他にも、免除制度等もあります。

また、日本年金機構では、国民年金保険料を納付期限までに納めていただけない方に対して、電話、書面、面談により早期に納めていただくよう案内を行っています。

未納のまま放置されると、強制徴収の手続きによって督促を行い、指定された期限までに納付が無い場合は、延滞金が課されるだけでなく、納付義務のある方(※)の財産を差し押さえることがあります。

※納付義務者とは被保険者本人、連帯して納付する義務を負う配偶者および世帯主です。

### 国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

平成28年4月分から平成29年3月分までの国民年金保険料は、月額16,260円です。保険料は、日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができます。

また、クレジットカードによる納付やインターネット等を利用しての納付、そして便利でお得な口座振替もあります。

【問い合わせ】水戸南年金事務所 ☎ 029-227-3251  
国保年金課（玉造庁舎）☎ 0299-55-0111

## シリーズ 国民健康保険

### 柔道整復師（整骨院・接骨院） にかかるときにはご注意ください

整骨院や接骨院で柔道整復師の施術を受けるときに、健康保険が使える症状は限定されています。ご注意ください。

#### ○健康保険が適用される場合

- ・外傷性の打撲・捻挫・挫傷（肉離れなど）・骨折・脱臼
- ※骨折・脱臼については、緊急の場合を除き医師の同意が必要です。

#### ○次のような場合は健康保険が適用されません（全額自己負担となります）

- ・内科的要因によるもの
- ・単なる肩こり、筋肉疲労
- ・脳疾患後遺症などの慢性病
- ・改善の見られない長期の施術
- ・他の保健医療機関にて同一負傷で治療中のもの
- ・工作中や通勤途中に起きた負傷（※労災保険の対象となります）

#### ○整骨院・接骨院にかかるときの注意点

- ・「療養費支給申請書」に署名する際には、申請書に記載された負傷名・負傷原因・施術回数・金額に間違いがないかよく確認しましょう。
- ・長期に施術を受けてもなかなか症状が改善しない場合は、内科的要因が関わっている可能性もありますので、医師の診断を受けましょう。

【問い合わせ】国保年金課（玉造庁舎）☎ 0299-55-0111

# 税金のお知らせ

## 不動産公売の案内

差押不動産の入札による公売を実施します。買受を希望する方は、下記の内容をよくご確認の上、入札してください。また、詳細は、市役所各庁舎にある「公売広報」や市ホームページでご覧いただけます。

### 今月の税金

- 固定資産税 第3期
  - 国民健康保険税 第3期
- 納付期限（口座振替日）は  
9月30日です。

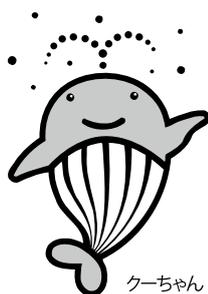
- 公売日時 9月29日（木）
- 受付 午後0時50分 入札説明 午後1時
- 入札開始 午後1時20分 入札終了 午後2時
- 場所 麻生保健センター（麻生庁舎敷地内）
- 執行機関 行方市

### ■公売対象不動産

売却区分	所在	地番	地目	地積 (㎡)	見積金額 (円)	公売保証金 (円)
16-1	小高字源次郎谷 小高字源次郎谷	1525 番	田	773	495,000	50,000
		1526 番	田	2896		
16-2	小貫字香取谷	682 番	田	2035	245,000	25,000
16-5	芹沢字榎本	1919 番 7	畑	793	190,000	20,000

- 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。証明書の交付申請の手續等については、事前に行方市農業委員会事務局（北浦庁舎1階 電話 0291-35-2111）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。
- 市では、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、すべ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



# オータムジャンボ5億円

1等・前後賞合わせて

## 9月26日月発売!

公益財団法人茨城県市町村振興協会

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

発売期間 9/26日～10/14日

抽せん日 10/21日

支払開始日 10/26日

1枚 300円

★宝くじは、ぜひ茨城県内でご購入願います。

## 米寿記念 初めての個展を開催

根小屋の平山昭三さん

今年米寿を迎える根小屋在住の平山昭三さんが、この夏、吉崎美術館（富田）において、初めての個展を開催しました。

平山さんが好きなのは、地元の風景。特に水郷の風景を描くことが多いそうです。会場には、霞ヶ浦や水門などを描いた作品のほかに、亡くなった奥さまへ追悼の思いで描いてきたという花の作品など、30数点が並びました。

6月に国立新美術館（東京）で開かれた日洋展で初入選した100号の大作「公民館の駐車場」は、麻生公民館の屋上から見た駐車場の様子が色彩豊かに描かれています。

師事する地元の洋画家 小牧 幹さんからは、「これからも自分探しをしながら、ぶれずに絵を描き続けてほしい」とアドバイスがあったそうです。この言葉に答えて、現在もひたむきに活動を続けている平山さんの今後の活躍が期待されます。



平山昭三さん（中央）を囲む、洋画家 小牧 幹さん（最後列）と、「絵の会・東京」「絵の会・土浦」の仲間

## 第44回花と緑の環境美化コンクール

行方市推薦花壇

このコンクールは、地域住民および児童・生徒の環境美化に対する関心・意欲を高め、花いっぱい運動が地域や団体に根ざした運動となるよう推進することを目的に、大好きいばらき県民会議が主催で実施しているものです。

今回、行方市からは、応募のあった中から4点推薦することとなりました（八木蒔フラワー誼会、癒しの郷フラワークラブ四鹿・杉平地区、麻生東小学校、北浦小学校）。



麻生東小学校



北浦小学校



八木蒔フラワー誼会



癒しの郷フラワークラブ四鹿・杉平地区

## 手作り竹ぼうき 150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、市立の幼稚園・小中学校に手作りの竹ぼうきを150本寄贈していただきました。

吉田さんは10数年前から地元の小学校に竹ぼ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。

7月19日(火)、学校教育課の職員が吉田さんの自宅を訪れ、市長から贈られた感謝状を手渡し、同日、すべての市立幼稚園・小中学校に竹ぼうきを届けました。

児童生徒の皆さん、この善意のぼうきで学校をきれいにしてください。



## 教師力の向上を目指し教職員が研修

第3回なめがた未来塾

7月27日(水)に開催された「第3回なめがた未来塾」に、市内の幼稚園の教職員14人が参加しました。元大洗町幼稚園長平山洋美先生から子どもの育ちを支援する保育者の姿勢、教師力の向上に向けて求められる資質・能力についての講話を聞いた後、幼稚園教育の今後の在り方について研究協議を行いました。

先生方は、熱心に研修に参加していました。本研修で身に付けた力を幼児教育の充実に活かしてほしいです。



## 英語と触れ合う楽しい時間

サマースクール ～ ALTと英語であそぼう～

7月21日から7月27日の間の6日間、市内の小学生と行方市の学校に勤務するALT(外国人指導助手)がゲームなどを通じて英語に親しむ「サマースクール」を、市内各公民館で開催しました。

各会場2日間ずつ開催し、1日目は英語でゲームやダンスなど体を使った遊びを行い、2日目はALTと一緒にアクセサリー作りを行いました。

市では、中学生海外派遣研修やオーストラリアのメルボルンの小学校とテレビ電話で交流を行うなど、国際交流を進めています。早くから国際感覚を養い、英語に触れ合う機会をこれからも増やしていきたいと思っています。

## J1リーグ1stステージ優勝報告！

鹿島アントラーズ 石井監督

7月27日（水）、J1リーグの1stステージを制した鹿島アントラーズの石井正忠監督が、優勝報告と市内小学校にサイン入りTシャツを贈呈するために来庁しました。

2ndステージは、これからの巻き返しを期待して、ホームタウンの皆さまにはぜひスタジアムに足を運んでいただき、熱い声援をお願いします。



## 不法投棄物の撤去活動を行いました

小貴地区

7月24日（日）、不法投棄されたゴミを小貴地区（阿部澄良区長）の上大和名、榎本、中二反田、下二反田の住民が協力し、山林や道路沿いの投棄物を撤去するなどして、地区の環境美化活動を行いました。

自分たちの住んでいる地区を少しでもきれいにし、住み良い場所にするために、また、清掃活動を行うことで、今後のゴミの不法投棄を未然に防ぐ効果にもつながります。

## 災害時における支援と協力

市と茨城放送が協定締結

8月4日（木）、市と株式会社茨城放送は、「災害時における放送要請に関する協定」を締結しました。

この協定は、市内で地震や風水害などの大規模災害が発生した際、茨城放送のエリア内で放送しているAM波・FM波を通じ、市民の皆さまへの告知や情報提供を行うもので、鹿行5市では初めてとなるものです。

締結に際し、北島社長から「防災情報や防災への取り組みを、市と連携して早く正確に市民に伝えたい」とあいさつがありました。

本協定により、災害時の避難勧告等の市民の安全に関わる大切な情報を、より身近にきめ細かく発信できるようになります。



## エチオピアで消防ポンプ自動車活躍

鹿行広域消防本部の旧型ポンプ車を寄贈

鹿行広域事務組合消防本部の消防ポンプ車更新に伴い、旧ポンプ車をエチオピア連邦民主共和国へ無償寄贈しました。

7月26日（火）には、エチオピア大使館よりチャム・ウガラ・ウリヤトゥ全権大使をはじめ、NPO法人「エチオピアの未来の子供」よりタスファイエ・ガライヤ理事長らが出席し寄贈式が行われました。式では、同事務組合管理者の原 浩道 潮来市長が、「エチオピアの安心安全な生活に役立ててほしい」と話し、目録を手渡しました。また、構成3市からは旧町時代の消防はんてんが手渡され、大使館員らがこのはんてんを羽織り記念撮影しました。

大使は、「エチオピアでは水が非常に重要であり、火事等の災害時だけでなく水の運搬にも活用したい」と話しました。

# 夏

2016

今年の夏も市内各地で  
お祭りやイベントが開催されました



## オーストラリアの小学校とテレビ電話で交流

北浦小学校 外国語活動の取り組み

北浦小学校が、今年度からオーストラリア・ビクトリア州立ドロマーナ小学校と、インターネット電話を使った国際交流を行うことになり、7月25日（月）、北浦小学校6年生の児童4人が、テレビ電話を通じて、ドロマーナ小学校6年生の子どもたちと、英語や日本語で言葉を交わしました。

北浦小学校の児童が「好きな日本の食べ物は何か?」と尋ねたところ、ドロマーナ小学校の子どもは「おにぎりや寿司、餃子」などと答えていました。

ドロマーナ小学校は、日本語や日本文化に興味のある子どもたちが多く在籍していて、北浦小学校では、今後も交流を続けていくとのことです。



## 第29回 B&G スポーツ大会茨城県大会

7月9日(土) かすみがうら市千代田 B&G 海洋センター

行方市から11人の選手が参加しました。

風間華可さん、理崎嘉人くん、理崎智香さんの3人は、全国大会参加標準記録を突破し、8月20日(土)東京辰巳国際水泳場で開催されたB&G全国ジュニア水泳競技大会へ出場しました。

- 小学生3・4年生 男子 50 M 自由形  
【第4位】瀧崎悠生(玉造小3年)  
【第7位】矢畑陽介(麻生小4年)  
【第8位】石間涼介(北浦小3年)
- 小学生3・4年生 女子 50 M 自由形  
【第1位】風間華可(玉造小4年)  
【第6位】理崎智香(玉造小4年)  
【第10位】藤原優月(玉造小4年)
- 小学生5・6年生 男子 50 M 自由形  
【第3位】理崎嘉人(玉造小6年)  
【第8位】大場浩樹(玉造小6年)  
【第12位】額賀 慎(麻生東小5年)
- 小学生5・6年生 女子 50 M 自由形  
【第11位】原目理沙(北浦小5年)  
【第12位】石間里恋(北浦小5年)

- 小学生3・4年生 男子 50 M 背泳ぎ  
【第2位】矢畑陽介(麻生小4年)
- 小学生3・4年生 女子 50 M 背泳ぎ  
【第2位】風間華可(玉造小4年)
- 小学生5・6年生 男子 50 M 背泳ぎ  
【第4位】理崎嘉人(玉造小6年)  
【第8位】額賀 慎(麻生東小5年)
- 小学生3・4年生 男子 50 M 平泳ぎ  
【第4位】石間涼介(北浦小3年)
- 小学生3・4年生 女子 50 M 平泳ぎ  
【第5位】藤原優月(玉造小4年)
- 小学生5・6年生 男子 50 M 平泳ぎ  
【第3位】大場浩樹(玉造小6年)
- 小学生5・6年生 女子 50 M 平泳ぎ  
【第8位】石間里恋(北浦小5年)  
【第9位】原目理沙(北浦小5年)
- 小学生3・4年生 男子 50 M バタフライ  
【第2位】瀧崎悠生(玉造小3年)
- 小学生3・4年生 女子 50 M バタフライ  
【第2位】理崎智香(玉造小4年)



## 行方市スポーツ少年団を紹介します！ ★第5回★ 玉造柔道スポーツ少年団



玉造柔道スポーツ少年団では、柔道で相手を思いやり、自分より小さい人、弱い人を助けてあげる優しさ、礼儀がきちんとできる人間を育てることを目標に日々鍛錬しています。幼児、小学生を教えています。

随時、見学・体験入部を受け付けています。無料で柔道着を貸し出しますのでお気軽においでください。

玉造柔道スポーツ少年団をよろしく申し上げます。

### ◆活動日

- 火曜日 19:00～21:00 玉造 B&G 海洋センター柔道場
- 金曜日 19:00～21:00 玉造 B&G 海洋センター柔道場
- 土曜日 19:00～21:00 玉造 B&G 海洋センター柔道場

◆問い合わせ 杉山 和典 ☎ 0299-55-0259

## 夏季グラウンドゴルフ大会

7月22日(金) 高須崎公園

【優勝】栗原 一夫 【準優勝】新橋 保  
【第3位】野原 亨



入賞者の皆さん

## 第34回行方市近隣スポーツ少年団サッカー大会

7月31日(日) 北浦第1グラウンド

【優勝】FCドルフィン大洋  
【準優勝】青柳EFC  
【第3位】麻生SSS



## 地元の漁師が水産物をPR

夏の漁師市とうなぎ祭りを同時開催

8月11日(木・山の日)、行方市漁業振興協議会による水産物の直売会が、霞ヶ浦ふれあいランドで開催されました。各漁業者のブースには、霞ヶ浦や北浦で水揚げされたワカサギ・シラウオ・川エビなどが販売され、お盆を前に多くの方が買い求めていました。

今年は、なめがた食彩マーケット会議による「うなぎ祭り」が同時に開催され、限定200食で販売されたうなぎのひつまぶし丼を求め、長蛇の列ができるにぎわい振りでした(協力:中川学園調理技術専門学校)。

出店した漁業者は、「地元で捕れた水産物を、多くの方に味わっていただきたい」と話していました。



## ■市民運動会開催のお知らせ■

秋晴れの中、市民間の親睦交流を深めるため市民運動会を開催します。

市民の方々が自由に参加できるよう多数のオープン種目を中心に、保育園、幼稚園、スポーツ少年団などの団体での参加も予定しています。

たくさんの皆さま方のご来場をお待ちしています。

期 日：10月9日(日)

場 所：北浦第1グラウンド

※雨天の場合は、翌10日(月曜日:体育の日)に延期し、10日も雨天の場合には、中止とします。



## 行方の魅力発信広報番組『なめトーク』

IBS茨城放送(水戸局 1197kHz・土浦局 1458kHz)とi-fm(水戸局 94.6MHz)で、毎月第2・第4金曜日の午前10時35分から5分間放送しています(「HAPPYパンチ」の番組内)。

行方市民向けの募集・お知らせ情報や、行方市の観光・イベント情報など旬の情報をお知らせします!

【問】政策秘書課 Tel 0299-72-0811

## FM補完中継局「i-fm」が開局!

茨城放送では、昨年8月から、従来のAM放送に加えFM放送を開始しました。

周波数は94.6MHzです。

これまで茨城放送の受信が困難だった地域も解消され、茨城県内ほぼ全域で受信可能となりました。

※90MHz以上の周波数に対応したラジオが必要で



# 情報ひろば



## 行方市の人口

総数 36,397人 (+8)  
 男 18,105人 (-5)  
 女 18,292人 (+13)  
 世帯数 12,775世帯 (+33)  
 平成28年8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)  
 われを育む 里山は  
 大地の恵に 満ちあふる  
 朝日 湖に輝き  
 夕日 山の端そめる  
 ああ ふるさと わが希望  
 (2番)  
 祭りばやしに 心おどり  
 風土記の里に 童の声はすむ  
 谷津田 風にそよぎ 稲穂  
 黄金に輝く ああ ふるさと  
 ああ わが 安らぎ  
 (3番)  
 古のなごり 受けつぎし  
 大空 はばたく 子もらの  
 夢を 育む 学舎は 拡く心の  
 礎 ぞ ああ ふるさと  
 ああ わが未来 あー

## 市役所 開庁時間

平日(月曜～金曜)  
 午前8時30分～午後5時15分  
 ※休日窓口業務については、  
 お問い合わせください。

## 文化財保護指導員による文化財の巡視を行います

行方市の大切な歴史を守るために、指定文化財と開発の進む遺跡の現状を確認する目的で年2回、文化財の巡視を行います。

県の文化財保護指導員と市教育委員会の職員が、調査のため敷地内に入りますので、文化財所有者や遺跡地権者の皆さまには、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

### 問い合わせ

生涯学習課文化振興グループ  
 ☎0291・35・2908



文化財愛護  
 シンボルマーク



## 元気いばらき就職面接会 (鹿嶋会場)

学生を除く若者や離職され求職中の方を対象に、合同就職面接会を開催します。

複数の企業の人事担当者と直接お会いできるチャンスですので、ぜひご参加ください。

※参加費無料。予約不要。履歴書を複数持参の上、ご参加ください。

### ■日時

9月27日(火) 午後1時30分～午後3時30分(受付：午後1時～)

### ■会場

鹿嶋勤労文化会館(鹿嶋市宮中325-1)

### ■対象求職者

学生を除く若者や離職された求職中の方

### ■参加事業所

県内に本社または就業場所がある事業所 約20社

### ■問い合わせ

いばらき就職支援センター鹿行地区センター(銚田合同庁舎内)  
 ☎0291・34・2061

## 学生の皆さんへ！ 就職面接会を開催します

大学院・大学・短大・専修学校等(高校は除く)の平成29年3月卒業予定者および既卒未就職者を対象に「大好きいばらき就職面接会(後期)」を開催します。

県内企業約90社の企業説明や面接を受けることができます。事前申し込み不要・参加費無料です。履歴書を複数枚お持ちください。また、面接会の回り方を指導するプレセミナーにもぜひご参加ください。

### ■開催日および場所

9月30日(金)  
 ホテルレイクビュー水戸

### 【水戸会場】

10月11日(火)  
 ホテルマロウド筑波

### 【土浦会場】

午前11時～午前11時50分  
 プレセミナー

### ▼面接会

午後1時～午後4時

### ▼問い合わせ

茨城県労働政策課  
 ☎029・301・3645(直通)



**相談無料・着手金0円+成功報酬**<sup>\*1</sup>

**過払い金回収**  
 過去10年以内に返済が終わった方  
 高い金利を長年払っていた方  
 回収実績 6000件

**交通事故**  
 保険会社との交渉を代理  
 示談額チェック・増額交渉  
 年400件の実績<sup>\*2</sup>

**B型肝炎給付金**  
 昭和16～63年生まれの方  
 集団予防接種を受け、B型肝炎に感染した方  
 条件を満たせば給付金を受けられます

**LELEGAL PLUS**  
 弁護士法人リーガルプラス 秘密厳守

**かしま法律事務所**  
 (124号イオンそば)  
 相談予約 ☎0120-13-4895 (平日・土曜日9:30～18:00)  
 電話番号

リーガルプラス 検索 茨城県弁護士会所属(法人) 代表弁護士 谷 靖介

スマートフォンをお持ちの方は、2次元コードから行方市公式ホームページをご覧ください。

行方市公式ホームページ  
 閲覧用2次元コード

本市のまちづくりに協力していただいている方・団体等に、話題を提供いただき、様々な『男女共同参画』について、コラムを連載いたします。市民の皆さまの声もお寄せください。ご意見をお待ちしております。

## 男女共同参画の授業を受けて

行方市立玉造中学校 2年 荒張 遥菜

私は、男女共同参画についての授業を受けて、自分の中にあった「男だから、女だから」という固定観念がなくなったように感じました。

この授業には、男性の保育士の方、女性の救急救命士の方、女性のタクシードライバーの方の3人の方が来てくれました。3人の方がそれぞれの職業のユニホームを着て登場したときに、その意外さに素直にびっくりしました。そして、私が自分でも知らないうちに、男性はこうで、女性はこうだと決めつけていたことにも驚きました。

私達のクラスは女性の救命救急士の方に話を聞きました。この方は小柄な方でしたが、できないことや大変なことは男性の職員の方に手伝ってもらっていると話していました。その話を聞いて、女性の方も働きやすい環境になっているんだなと思いました。昔では考えられないことかもしれませんが、今は男女の格差のようなものがなくなってきて、とてもいいことだと思いました。

私の将来の夢は、医療関係の仕事に就くことです。まだはっきりと決まっていませんが、たくさんの医療の仕事を見て、自分に合った仕事を見つけていきたいと思いました。

私は、今日の固定観念や性差にとらわれない職業選択についての授業を受けて、職業を選択する幅を広げることができたような気がして、とてもよかったです。これから、進路や職業の選択をする際は、この授業を受けて学んだことを生かしていきたいと思います。

※男女共同参画事業出前講座とは

職場体験に取り組む中学2年生を対象に、固定観念や性差にとらわれることなく、幅広い視野を持って職業選択が行えるような意識啓発を目的として実施しています。



6月23日に開催された玉造中学校での様子



# 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

行方市で いっしょに 健康づくり

健康保険・労災・交通事故 受付

## 山下鍼灸整骨院

行方市船子7-4 TEL 0299-77-5959

詳細は行方市ホームページのバナー広告をご覧ください。

<http://namegata.mypl.net/shop/00000337549/>



# Books 図書館情報

今年度の目標利用者数 10,000人  
 7月31日現在の利用者数 2,858人  
 たくさんのご利用をお待ちしております！

## 新着図書

この他にもたくさんのお本が入っています！希望の本がないときは、県内の図書館から借りることができますので、図書館の職員へ声をかけてください。



### このあたりの人たち

川上 弘美

ひみつ、にわとり地獄、おばあちゃん、事務室…。町ができていく。8年の歳月をかけ、丹精込めて創り上げた、〈このあたり〉をめぐる26の物語。『monkey business』等掲載に書き下ろしを加えて単行本化。



### ピカゴロウ

ひろた だいさく

ひなちゃんの元に落ちて来た、小さなカミナリさまの「ピカゴロウ」。雲の上のおうちから雲の下を見るのが大好きなピカゴロウは、下をのぞきすぎて落ちてしまったのです。さあ、雲の上のおうちに帰れるかな？



### もっと知りたいサルバドール・ダリ

村松 和明

スペインが生んだ奇才・サルバドール・ダリ。カタルーニャにおける原風景から、シュルレアリスムの時代、波乱の晩年まで、ダリの生涯や変遷をたどりながら、作品の魅力と本質に迫る。見返しに主要参考文献あり。

### 《敬老の日 読書のおすすめ》



- ・水戸黄門 天下の副編集長 月村 了衛
- ・絵本 佐賀のがばいばあちゃん 島田 洋七
- ・プレゼントはごしごしザブン 鈴木 清子

### 《文学散歩参加者募集のご案内》

みんなで文学散歩に出かけましょう  
 期 日 10月21日(金)  
 場 所 東京都北区(田端文士村記念館 他)  
 募集人員 40人(応募者多数の場合抽選)  
 参加料 3,000円(昼食代込)  
 申込締切 9月30日(金)  
 申 込 先 市立図書館  
 ※出発時刻・出発場所は後ほどお知らせします。  
 ※参加料は変更になる場合がございます。ご了承ください。

### ★小さいお子さん向けに 図書館 おはなしの森

9月14日(水) 10:30~11:30	おいでえほんのたのしいじかん 読み聞かせ その他
9月24日(土) 14:00~15:30	おはなし会 (テーマ:お月見)

★下記アドレスから図書館内の資料を検索できます。  
<https://lib.city.namegata.ibaraki.jp/WebOpac/webopac/index.do>

### September 9月 図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

□は休館日 ※公民館図書室は異なる場合があります。

施設名	開館時間	電話番号
行方市立図書館 (玉造乙 1175)	火曜日~金曜日 9:30~18:30 土・日・祝日 9:30~17:00 休館日は月曜日	0299-55-1495
行方市北浦公民館図書室 (山田 2175)	9:00~17:00 休館日は月曜日	0291-35-3777
行方市麻生公民館図書室 (麻生 1221)		0299-72-1573



**借金 の 整理**   **離婚**   **相続**  
**破産**   **過払金**   **金銭問題**  
**各種民事・家事事件**   **不動産・建築**

**神栖・鹿島セントラル法律事務所**  
 (前 神栖ひまわり基金法律事務所)  
 問合せ 0299-91-1171 秘密厳守・夜間対応可  
 弁護士 瀧 智英 (茨城県弁護士会所属) 鹿島セントラルビル新館5階  
 弁護士 谷本 雅晃 (茨城県弁護士会所属) 茨城県神栖市大野原4-7-11

**神栖法律事務所**  
 茨城県弁護士会所属  
 弁護士 安重洋介 (あんじゅうようすけ)

〒314-0143  
 神栖市神栖 1-4-10 セントラルパレスビル103号  
 ☎ 0299-95-9222  
 ☎ 0299-95-9229  
<http://www.kamisu-law.com/>  
 ご相談は平日9時から18時まで受け付けています。

神栖法律事務所 検索



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、介護および福祉などさまざまな方面から総合的に支援します

### 9月は「認知症を知る月間」です！



認知症とは、さまざまな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりすることで、今までのような社会生活や家庭生活がうまく送れなくなった状態です。65歳以上の7人に1人が認知症と言われており、高齢になるほど発症する確率は高く、今後ますます増加すると予想されています。

高齢者とお話をしていると、「物忘れが出てきたから認知症かな?」というお話を聞きますが、「単なる物忘れ」と「認知症」は違います。食事の例を挙げると、食べた物を忘れてしまうのは単なる物忘れです。しかし、食べたこと自体を忘れてしまうのは認知症です。また、久々に会った人の名前をなかなか思い出せないことがあるかと思いますが、これは単なる物忘れになります。認知症になるとその人が誰なのかも分からなくなってしまいます。このように年齢を重ねて誰にでも起こり得る物忘れと認知症には違いがあります。

認知症の方を地域で支えていくためには、認知症の知識を正しく身につけ、対応していく必要があります。

下記のとおり「認知症サポーター養成講座」を開催します。認知症サポーターとは、特別なことをする人ではありません。認知症について正しい知識をもち、認知症の人やその家族を応援する人です。

また、「認知症予防講演会」を開催します。認知症とはどのような病気なのか、どのようなことを心がければ予防できるのか、一緒に考えてみませんか？

そして、全5回コースで、認知症を予防するための「脳はつらつ教室」を開催します。

詳しくは地域包括支援センターにお問い合わせください。みなさんのご参加をお待ちしております。

#### <認知症サポーター養成講座>

**日時** 9月14日(水)  
午後1時30分～午後3時  
**場所** 玉造保健センター

#### <認知症予防講演会>

**日時** 9月27日(火)  
午後1時45分～午後3時15分  
**場所** 玉造保健センター  
**講師** NPO 法人認知症予防サポートセンター  
城 直美 先生

#### <脳はつらつ教室>

**対象者** おおむね65歳～80歳の方  
**日時** 10月19日、26日、11月2日、9日、16日 ※水曜日 午後1時30分～午後3時30分  
**場所** 玉造保健センター  
**内容** 脳の健康診断、ウォーキングと料理で認知症予防  
**講師** NPO 認知症予防サポートセンター

申込締切  
10月7日(金)

※すべて電話でお申し込みください。

【申込先】 行方市地域包括支援センター ☎ 0299-55-0114



Bringing up a child

## 子育て

こども福祉課

☎ 0299-55-0130(直通)

(午前8時30分～午後5時15分)

### ★親子教室&親子ふれあい講座★

#### ○親子ビクス♪ ～ママとスキンシップ～

日 時：9月16日(金) 午前10時～

※受付は午前9時30分～

場 所：玉造保健センター 研修室

※親子教室へ登録されている方は、通知をお送りしています。

※親子教室に登録されていない方は、親子ふれあい講座での参加となります。

(事前申込不要・未就学児の親子が対象)

持ち物：動きやすい服装・タオル・飲み物・筆記用具

#### ★0歳児親子教室「ベビーマッサージ教室」★

対 象：市内在住の0歳児の親子

※兄弟を連れての参加も可能です。

日 時：10月4日(火)・12日(水)・19日(水) 午前10時30分～

※受付は午前10時15分～(要事前申込)

※3日間参加をお願いします。

場 所：北浦公民館 1階 和室

持ち物：マッサージ用オイル・バスタオル・ハンドタオル・飲み物(親子分)・筆記用具

参加費：無料(マッサージオイルをお持ちでない方は別途441円)

申込期間：9月14日(水)～9月23日(金)

※定員10組になり次第受付終了となります。

申込方法：お電話にてこども福祉課までご連絡ください。

### 子育て広場カレンダー

午前9:30～11:30

9月	麻生公民館(麻生)	北浦公民館(北浦)	玉造保健センター(玉造)
1 木	★	○	
2 金	○		★
5 月			○
6 火		★	
7 水	○		○
8 木	○	○	
9 金		○	○
12 月			○
13 火	○	○	
14 水		○	○
15 木	○		○
20 火	○	○	
21 水	○		○
23 金			○
26 月			○
27 火	○	○	
29 木	○		○
30 金		○	

★の日は、絵本の読み聞かせ(10:30～)があります。

## 公民館情報コーナー

### 公民館講座のご案内

各公民館前期講座が6月から開講し、創作講座(竹細工、ビーズフラワー、布ぞうり、木目込みパッチワーク等)や生活・健康教養講座(季節の健康料理、巻き寿司、トライビクス、アロマヨーガ等)などが盛況に行われました。

公民館後期講座(絵手紙、ランニング、男の料理、ガーデニング、歴史講座等)も開催を予定しています。

まだ空きのある講座・教室もありますので、お問い合わせください。



前期受講生作品展  
(麻生公民館ギャラリー)



貴重な体験に大喜びをする子どもたち(星の観測教室)

#### 【問い合わせ】

北浦公民館 ☎ 0291-35-3777

麻生公民館 ☎ 0299-72-1573

玉造公民館 ☎ 0299-55-0171

## 「行方市文化財」巡り旅 41

### もくどうじゅうにしんしょうりゅうどう 木造十二神将立像

市指定有形文化財(彫刻)

指定年月日：平成17年7月21日

所在地：行方市小牧285



普門寺の隣にある銚薬師堂には、木造十二神将立像12躰が薬師如来立像の左右に6躰ずつ置かれています。

これらの仏像は、室町時代後半に制作されたもので、像高は、42.0～43.0cmの一木造りで、各像とも頭部には十二支の動物の標識をつけ、身体はこげ茶に彩色、漆箔(補彩)されています。

十二神将は、仏教の信仰・造像の対象である天部の神々で、それぞれが激しい怒りの表情や態度を表して、薬師如来像を守護しているとされる武神です。

※天部とは、仏教の尊像の4区分(如来、菩薩、明王、天)の第4番目にあたるもので、梵天、帝釈天、金剛力士、四天王、吉祥天、十二神将などがあります。

【問い合わせ】生涯学習課文化振興グループ ☎ 0291-35-2908



Health

# 健康づくり

健康増進課（北浦保健センター内）

☎ 0291-34-6200

## 塩分の摂り過ぎに注意!!

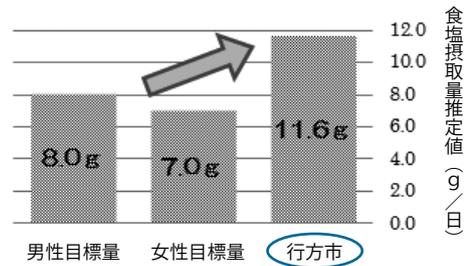
### 塩分を摂り過ぎると…

『高血圧』、『心筋梗塞』、『脳血管疾患』、『**胃がん**』、『**慢性腎臓病**』の原因に！  
※行方市は、全国に比べて心筋梗塞や脳梗塞、脳血管疾患の死亡が多い状況です。

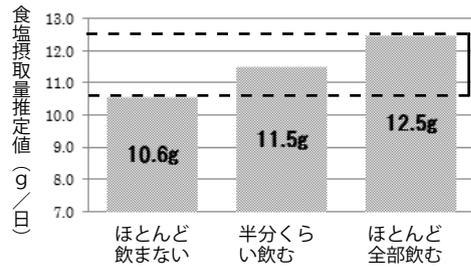
目標量より  
4.6g も多い!!



行方市の食塩摂取量推定値



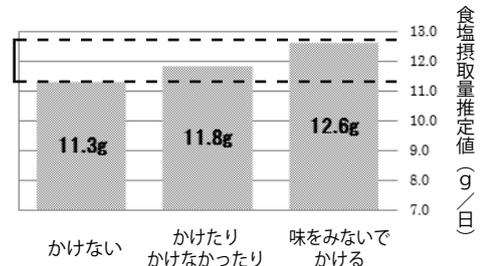
麺類の汁を飲む人の塩分摂取量



汁を飲むか飲まないかで

**1.9g** も差が!!

味付のおかずにしょうゆ等をかける人の塩分摂取量



しょうゆをかける人は、  
かけない人より **1.3g** も多い!!

(出典：平成 27 年行方市塩分摂取調査より)

### ★塩分の摂取を減らす方法★

#### ① 麺類の汁は飲まない

→スープを飲まなければ、その分の塩分が減る。

(例) しょうゆラーメンの塩分 (麺 (1玉 220g) : 0.4g スープ (約 380ml) : 5.9g)

#### ② しょうゆやソースは「つける」

→しょうゆやソースはかけるより、つけた方が減塩になる。

#### ③ 味噌汁 (すまし汁) を具たくさんにする

→具が多くなるとその分飲む汁の量が少なくなるため、塩分摂取を抑えられる。

#### ④ 料理にだしや酢、香辛料を使う

→うま味成分や香りを利用すると、塩分が少なくても料理の味を引き立てることができる。

(かつお節、きのこ類、レモン、ゆず、山椒、わさび、しょうが、カレー味、唐辛子など)

#### ⑤ 塩分を多く含む食品を食べすぎない

→加工食品 (ハム、明太子、ちくわやはんぺん等の練り製品など) に含まれる “隠れた塩分” に注意しましょう。



## 市長のあまねくつぶやき

### 「総合戦略書について」

今月も「健康で文化的なまちプロジェクト」についてつぶやきます。

医師数が全国でワースト2位の茨城県。その中でも医師数が少ない地域が鹿行エリアです。市民の皆さんも最も課題だと感じている、昨年のアンケートでも保健・医療の充実が1位となっています。特に身近な不満として救急医療体制の脆弱化を挙げています。

本市の医療の中核を担うなめがた地域総合病院は、平成12年6月のオープンから16年を迎え、この4月から「土浦協同病院なめがた地域医療センター」に名称が変わりました。常勤医師が多いときで27名体制の時期もありましたが、数年前に20名にまで減少してしまいました。このままでは地域医療体制がままならないため、茨城県やJA厚生連、大病院などに働きかけを実施し、その結果、常勤医師数を23名に増員することができました。さらには、介護老人施設の隣接地に新たな内科の診療所がオープンし、市内全体の医師数も増加しました。

しかし、他地域と比較してもまだ充分な医療体制とは言えず、特に救急医療の体制が脆弱なことは変わりません。なめがた地域医療センターでは、救急患者の受け入れ

体制を見直し、8月からの平日夜間と休日の医師の配置を、これまでの1名体制から、内科系と外科系の2名体制に充実を図りました。このことにより、救急体制がさらに強化されました。

今後は、行方市の中心に位置しているなめがた地域医療センターへ公共交通の乗り入れなどを進めることにより、高齢者など交通弱者への対策も進めてゆきます。

また、病院に協力をいただきながら、子育て支援や、栄養サービス、地元食材を使っている健康食クッキング、子どもたちの絵を飾るなど、コミュニティとしての機能や周辺地域にみんなが集える場所づくりをすることで、この地域を拠点化して周辺地域のにぎわいを創出していきたいと考えています。

これからも、健康に対する考え方や予防対策、病気について広く知ってもらうことで、誰もがみんなを助け合う地域づくりを進めてゆきます。

行方市長 鈴木周也



市長へのEメール  
投稿用2次元コード



市政に対する意見や  
提案をメールでお寄せ  
ください。

## はい、こちら行方市消費生活センター！



### インターネット接続回線契約の解約

#### 【事例】

5日ほど前に、電話会社の代理店を名乗る者から「光回線の契約をしないか。電話料金が安くなる」と電話があった。対応したのは70代の母で、話はよく分からないが「はい、はい」と答えたらしい。後日、書類が届き、光回線でインターネット接続回線契約をしたことになっていた。書類の裏に、クーリング・オフの記載があったので、クーリング・オフしたい。

#### 【解説】

- ・インターネット接続回線は、電気通信サービスです。プロバイダー等との電気通信サービスに関する契約は、クーリング・オフ対象外となっています。たとえ、訪問販売や電話勧誘販売であっても、クーリング・オフができません。
- ・事例のように、事業者が自主基準によるクーリング・オフをもうけていることがあります。契約内容の書面をよく確認しましょう。

「料金が安くなる」という言葉だけですぐに契約したりせず、契約内容や月額料金はもちろんですが、オプションや解約料等についてもよく確認しましょう。必要のない契約をしてしまった場合は、消費生活センターにご相談ください。

— まずはお電話を！ —

【問い合わせ】行方市消費生活センター ☎0291-34-6446

# 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

## “敬老の日特別企画”「シルバーファミリーデー」 が開催されます

市内在住の65歳以上の方を無料でご招待！！

今年も“敬老の日特別企画”として、9月17日(土)のジュビロ磐田戦の日に、『シルバーファミリーデー』が開催されます。

これにあわせて、ホームタウンである行方市内に在住の65歳以上の方(昭和27年4月1日以前に生まれた方)を無料で試合にご招待します。

また、同伴のご家族の方にも特別割引料金(有料)でチケットを販売しますので、ぜひこの機会にご家族そろってスタジアムにご来場ください！

- 開催日時 9月17日(土) 18:30～ vs ジュビロ磐田
- 開催場所 県立カシマサッカースタジアム
- 対象席 カテゴリー3指定席(メイン)、カテゴリー4指定席(バック)、サポーターズシート(自由席)
- 当日引換 試合当日(9/17)、スタジアム第3ゲート脇のイベント窓口で、午後2時から招待券の引き換えができます。

※必ず運転免許証や健康保険証など、住所および年齢の確認できるものをご持参ください。

■ご家族(ご同伴)の方のチケット特別割引料金

	特別割引料金	一般当日券
カテゴリー3指定席(メインスタンド1階)	3,200円	4,500円
カテゴリー4指定席(バックスタンド1階)	2,700円	3,500円
サポーターズシート(ゴール裏自由席)	1,000円	2,800円

☆鹿島アントラーズは公式 SNS にて情報発信しています☆

Facebook ■ URL <http://www.facebook.com/official.KashimaAntlersFC>

Twitter ■ URL [http://twitter.com/atlr\\_official](http://twitter.com/atlr_official)



©(株)鹿島アントラーズFC



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

### 今月のホームゲーム

#### ■J1リーグ2ndステージ

◇9月17日(土) 18:30～  
第12節 ジュビロ磐田

#### ■天皇杯

◇9月3日(土) 18:30～  
2回戦 対戦相手未定

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

## かわいい笑顔あつまれ!



やました ももよ  
山下 桃代ちゃん  
4歳 H24.6.12生まれ



やました さくら  
山下 桜花ちゃん  
0歳 H28.2.26生まれ

姉妹一緒の  
保育園生です!

夏休み期間中には、子ども放送局、オーストラリア海外派遣研修、メディアクリエーター研修、「夢」議会など、次代を担う小中学生を対象としたさまざまな事業が行われました。参加した子どもたちの真剣なまなざしとまぶしい笑顔を見て、行方市の将来に期待が持てました。(健)

今年も多くのカメラマンが来場した「馬出し祭り」。空いた場所が見つからず右往左往する私に、「ここから撮影したら」と何人かが場所を譲ってくださったおかげで、今号の表紙写真が撮れました。馬が勢よく駆け抜けていく一瞬は迫力があり、夢中でシャッターを切りました。(美)

## 編集後記

### ■茨城県救急医療情報システム

電話案内(24時間対応) ☎029-241-4199  
インターネット <http://www.qq.pref.ibaraki.jp/>  
携帯サイト <http://www.qq.pref.ibaraki.jp/kt/>



### ■鹿嶋市夜間小児救急診療所

診療時間 夜間(毎日)20時～23時(受付:22時45分まで)  
対象 中学生以下  
場所 鹿嶋市宮中1998-2 鹿嶋市教育センター内  
☎0299-82-3817

# なめがたを食べよう

## アスパラガス

vol.54

「簡単な調理でおいしく食べられる「アスパラガス」。栄養価も高く、料理の彩りとしても緑色がきれいに映えます。」

今回は、ご家族でアスパラガスを栽培している小貫地区の鬼澤幸次さんにお話を伺いました。

「行方産のアスパラガスは、特に柔らかくてみずみずしいです。土壌も栽培に適し

ているのでしょね」

ハウス内に入ると、高く伸びた茎にはふわふわとした葉が生い茂り、その下からは何本も若い芽が出ていました。私たちが食している部分は、この芽の部分です。

「アスパラガスの収穫時期は、4月から8月にかけて。春先が最も柔らかい旬の時期です。春に植え付けをした株は、約3



みずみずしいアスパラガス



収穫したばかりのアスパラガスを手にする鬼澤さん



若い芽が顔を出しています

年後に初めて収穫できるようになります。年を追うごとに出来る芽が増えてきて、長くて10年くらい収穫を続けることができます。夏場以降は翌年の収穫に備えて株を残しておき、大きく生長させることにより、根の部分に栄養分が蓄えられます」

鬼澤さんのこだわりは、有機肥料を使用し無農薬で栽培しているということ。ハウスの温度や与える水の管理、害虫予防の対策は大変ですが、消費者に安心して安全なアスパラガスを届けるために努力しています。

「アスパラガスは、焼いて塩を振って食べると素材そのものが味わえます。ほかにも肉巻きや天ぷら、炒め物もおいしく、おすすめです」と鬼澤さん。

今後、鬼澤さんは、アスパラガス栽培の仲間を増やしていくこと、また、行方産アスパラガスの収穫量を増やすための研究もしていきたいと考えています。

いろいろな食べ方が楽しめるアスパラガス。皆さんもぜひどうぞ。

### おいしく食べよう！チャレンジクッキング



しょうがが香る。アスパラガスと豚肉の塩炒め

#### ○材料（2人分）

- アスパラガス 6本 (100g)
- 豚もも薄切り肉 4枚
- (下味: 酒 小さじ1
- こしょう 少々)
- ぶなしめじ 70g
- しょうが ひとかけ
- サラダ油 小さじ1
- 塩 小さじ1/3
- こしょう 少々
- しょうゆ 小さじ1
- ごま油 大さじ1

#### ○作り方

- ①アスパラガスは根元の硬い部分を切り、下半分の皮をピーラーでむき、3～4等分に切る。豚肉は食べやすい大きさに切ってボールに入れ、酒、こしょうを加えて、よくもみ込む。ぶなしめじはほくしておく。しょうがは千切りにする。
  - ②フライパンにサラダ油を中火で熱し、しょうがを入れて香りが立つまで炒める。豚肉、ぶなしめじを加えて炒める。豚肉の色が変わってきたら、アスパラガス、塩、こしょう、しょうゆを加えて全体をざっくり混ぜる。
  - ③フライパンに水大さじ2杯を入れて蓋をし、2分ほど蒸し焼きにする。アスパラガスに火が通ったら、最後にごま油で香りをつける。
- 【1人分栄養量】エネルギー 185kcal たんぱく質 12.3g 脂質 13.0g カルシウム 15mg 食塩 1.4g