

なめがた 市報 行方

Namegata City Public Relations

8
August 2021
No.192

特集1 オリンピック聖火リレー (p.2～)

特集2 シルバーリハビリ体操 (p.4～)

お知らせワイド版 住民健診のお知らせ ほか (p.6～)

まちの話題 北浦小学校 校訓碑設置 ほか (p.18～)



自転車で聖火を運んだ大木卓也さん(左)と船で聖火を運ぶ岡里明美さん(右)

思いをつなぐ

茨城県では、7月4日(日)から7月5日(月)の2日間にわたり、聖火リレーが実施されました。

本市は、茨城県の2日目、第7区間にあたり、4人のランナーが聖火とともに、自転車や船を活用する特殊区間コースを走りました。

(7月5日(月) 霞ヶ浦ふれあいランド周辺)

今月号に掲載している事業について、新型コロナウイルス感染症などの影響により中止や変更となる場合がございます。参加される際は、事前に問い合わせ先までお問い合わせください。



特集1 聖火、行方市を駆ける

ランナー紹介

第1走者 踊 正太郎（よう しょうたろう）さん

生まれながらの全盲で、三味線との運命的な出会いにより困難を乗り越え、三味線一筋。生まれ育ててくれたこの茨城の地を基盤とし、音楽活動を中心に講演、執筆、後進の育成にと精力的に活躍されています。

第2走者 石田 束（いしだ つかね）さん

「子育て真っ盛りの際は、地域の皆さんに本当にお世話になりました。会社員である自分にはなかなかできない、学校での読み聞かせボランティア、通学の見守り隊、スポーツ少年団の活動支援。市のファミリーサポートも活用させていただきました。今回は地域への恩返しの一歩として聖火リレーに参加しました。」と語っていました。

第3走者 大木 卓也（おおき たくや）さん

病気により競輪選手を断念しましたが、2004年のアテネパラリンピックパラサイクリング男子タンDEMスプリントにおいて銀メダル獲得、そのほかにも輝かしい成績を残しています。今回の聖火リレーに参加し、困難から逃げずやりきること、そんな思いや経験を伝えたいと語っており、現在は奥様と二人三脚、アスリートの競技力向上、高齢者の健康維持に尽力されています。

第4走者 岡里 明美（おかざと あけみ）さん

行方市で生まれ中学生まで地元で過ごし、高校は名古屋短期大学附属高校、現在の桜花学園高校に進学しました、在学中はインターハイ、国体、選抜の3冠を達成し、卒業後はシャノン化粧品に入社、日本リーグ10連覇に貢献されました。1993年からの10年間日本代表として活躍し、1996年のアトランタオリンピックでは7位入賞と輝かしい成績を残しています。現在もバスケットボールの競技人口拡大に尽力されています。



（日）に行われました。

茨城県の2日目、7月5日

行方市での聖火リレーは、

聖火リレーは「希望の道を、つなごう」をコンセプトに福島県のナショナルトレーニングセンターJヴィレッジを3月25日にスタートした後、日本の各道府県を巡り、東京へと運ばれました。

近代オリンピックでは、パリ大会（1924年）まで聖火はありませんでした。アムステルダム大会（1928年）の際、スタジアムの外に塔を設置し、そこに火を灯し続けるという案が採用されたことが契機となり、現在のような聖火が誕生しました。

昨年、古代オリンピックの聖地であるオリンピックの遺跡ヘラ神殿前で採火された聖火は、オリンピックの延期決定後に、複数のランタンに分けて厳重に管理・保管されました。



ナショナルサイクルルート「つくば霞ヶ浦りんりんロード」を「自転車」で、また、日本第二の湖「霞ヶ浦」を「船」といった、本市の地域資源を生かした特色あるリレールートでした。「雄大な霞ヶ浦とその湖面を優雅に走る帆引き船」、「筑波山」が織りなす風景等、本市の魅力を国内外に発信しました。また、聖火リレーに合わせてスタートセレモニーも行われ「麻生中学校吹奏楽部」、「認定こども園のぞみ」、「北浦童太鼓」の皆さんに盛り上げていただきました。



特集2 シルバーリハビリ体操しませんか？



約35%

皆さん、この数字は何の割合か分かりますか。これは、令和3年4月末現在の市内の65歳以上の割合（地域包括支援センター調べ）です。年々、市の高齢化率は増加しており、今後も増え続けていくことが予想されます。市の高齢化率は、鹿行地区の中で最も高い値です。

3人に1人が65歳以上の今、自分の健康は自分で守る。それに加え、家族など身近な人の健康を守るにはどうすればよいのか考える必要があります。

フレイルとは

高齢になると、外出の機会や、社会とのつながりが減り、病気になるまいまでも心身の活力（筋力・認知機能など）が低下します。このような健康と要介護の中間段階をフレ

イル（虚弱）と言います。昨今の新型コロナウイルスの感染拡大により、自宅に閉じこもりがちになっていませんか。社会とのつながりを失い、生活範囲が狭まることで、こころやからだの機能低下につながります。

シルバーリハビリ体操とは

茨城県立健康プラザ管理者の大田仁史先生が考案した、県独自の介護予防体操です。立つ、座る、歩くなど、日常生活を営むための動作訓練につながる体操で構成されています。椅子に座ったり、床に寝たりして行う体操もあるので、体力や身体機能の低下した方でもできるようにつくられています。また、発声練習や、高齢者に多い誤嚥（ごえん）を予防する体操もあります。特別な道具は使いませんので、覚えてしまえばご自宅でも簡単にできます。

ついでに通う場所

現在、行方市シルバーリハビリ体操教室が抱える課題のひとつが、教室の減少です。参加者の高齢化による減少に伴い、教室数も少なくなってきました。高齡化や体調不良による参加者の減少で、再開時期が未定の教室もいくつかあるのが現状です。

新たに教室を始めたいというグループがあれば、指導士の調整等、指導士会と市が支援を行います。地域住民通いの場を増やしていけるよう、これからも指導士会と市で協力をして周知を行っていきま

外に出ることが大切

行方市シルバーリハビリ体操指導士会会長の小峰幸子さんより、指導士になったきっかけや活動に対する思いをお聞きました。

Qなぜ指導士になろうと思ったのですか。

A今は亡くなりましたが、私の父が70歳の頃から家にこもるようになりました。そこで、退職したら高齢者の方が外に出られるようなボランティアをやりたいと思っていました。行方市の広報でシルバーリハビリ体操教室の指導士養成の事を知り、申し込みました。



▲シルバーリハビリ体操指導士会会長 小峰 幸子さん

Qそのような思いで指導士になり、体操をする中で感じていることはありますか。

A指導士の資格を取り、初めて教室に見学に行ったとき、参加している高齢者の皆さんがお元気なのに驚きました。シルバーリハビリ体操は激し

い運動ではないのですが、初めて行った私にはきついと感

じる運動もありました。それを難くこなしている皆さんを見て感激しました。長く続けていくからだと思います。皆さん、本当に前向きです。筋肉を付けよう、いつまでも自分の足で歩けるように頑張ろう、という思いが伝わってきました。70代、80代の方が多いですが、60代の方もいらつ

しやいます。「早いうちから、からだづくり」との考えに頭が下がります。教室に行くたびに、もっと、たくさんの方が参加してくれたらいいの

と思います。

Q最後に一言お願いします。

A健康のためには、外に出るといことが大切です。外に出れば誰かと話します。コミュニケーションを取ることができ

ます。私たちの教室でも、始まる前や休憩の時間の様子を見ると、皆さん、話がはず

いつでも・どこでもできる シルバーリハビリ体操



んでとても楽しそうです。これが大事なのだと思います。さらに、シルバーリハビリ体操は、筋力を付けることもできる

るので、最高です。

人生100年時代です。人生の最後を迎えるまで自立して生活できるよう、シルバーリハビリ体操教室で体力づくりをしていきませんか。ぜひ、お待ちしております。

行方市地域包括支援センター
住所：行方市玉造甲478-1
電話：0299(55)0114

健康増進課からのお知らせ

令和3年度 住民健診

※完全予約制※

健診は、体の異常や病気などの「早期発見・早期治療」を目的に実施しています。
「忙しいから」「何の症状もないから」「元気だから」と健診を受けずにいると、病気や異常を見逃してしまう可能性があります。この機会を逃さず、ぜひ健診を受けましょう。

申込期間	8月17日(火) ~ 8月31日(火)
申込方法	<p>電話もしくは市ホームページからお申し込みください。</p> <p>0291-34-6200 (行方市保健センター) 午前9時30分から午後5時まで (土日、祝日は除く)</p> <p>市ホームページ用 QR コード </p> <p>※市ホームページからのお申し込みは、午前9時30分から午後5時以外の時間帯でも可能です。 ※市ホームページからお申し込みの場合、記入漏れがありますと予約がとれない場合がございます。</p>

※ 各日程、定員になり次第メ切とさせていただきます。

《住民健診日程・場所》

日にち	場所	日にち	場所	日にち	場所
10月20日(水)	太田地区館	11月15日(月)	手賀地区 学習センター	11月24日(水)	行方市 保健センター (旧北浦 保健センター)
10月21日(木)	西浦地区 学習センター	11月16日(火)	羽生地区 学習センター	11月25日(木)	
10月22日(金) ★	麻生公民館	11月17日(水)	榎本地区農民 研修センター	11月26日(金)	
10月23日(土)		11月18日(木)	玉造公民館	11月27日(土)	
		11月19日(金)	地域包括 支援センター (旧玉造 保健センター)		
		11月20日(土)			

★ 10月22日(金):視力・聴力セット検査実施日

《受付時間》

午前 9 時 30 分～11 時 / 午後 1 時～2 時 30 分

※申込時、受付時間の指定はできません。

※健診受診日の 2～3 週間前に受付時間を記載した受診票を郵送いたします。

《受診項目》

項目	対象	個人負担金	内容	
① 基本健診	生活習慣病予防健診	19～39 歳	1,000 円	問診・身体計測・尿検査・血圧測定・血液検査(脂質・肝機能・血糖値)・心電図・眼底検査・貧血検査・尿酸・クレアチニン・eGFR
	特定健康診査	40～75 歳誕生日前で国民健康保険加入者・社会保険扶養の方 ^{※1}	1,000 円 (40・45・50・55・70 歳以上は無料)	上記+腹囲測定
	高齢者健康診査	75 歳以上	無料	問診・身体計測・血圧測定・尿検査・血液検査 ※心電図・眼底検査・貧血検査を追加できます。(別途料金)
② 肺がん検診	19 歳以上	無料	胸部 X 線検査	
③ 大腸がん検診	40 歳以上	500 円	2 日間採便検査	
④ 前立腺がん検診	50～74 歳の男性	500 円	血液検査	
⑤ 肝炎ウイルス検査	40 歳以上の未検者	1,000 円 (40・45・50・55・60 歳は無料)	血液検査	

※1…社会保険扶養の方は当日「健康保険証」と「特定健康診査受診券」の提示が必要です。

《土浦協同病院なめがた地域医療センターによる健診会場への出張検査》

検査項目	対象者	個人負担金	場所	実施期間
視力・聴力セット検査	19～60 歳	2,000 円	麻生公民館	10 月 22 日(金)、1 月 14 日(金)

～ 次回以降の健康診査の予定 ～

① 1 月総合健診

麻生公民館	地域包括支援センター	行方市保健センター
令和4年1月14日(金)、15日(土)	令和4年1月21日(金)、22日(土)	令和4年1月24日(月)

※1月総合健診の申込は11月頃を予定しております。

※基本健診、肺がん・胃がん・大腸がん・前立腺がん・腹部超音波検診、肝炎ウイルス検査実施。

② 2 月追加健診 (胃がん検診、腹部超音波検診のみ実施)

行方市保健センター
令和4年2月5日(土)、6日(日)



国民健康保険証をお持ちの方へ 医療機関健診のご案内

- 特定健康診査の医療機関健診 … 県内の医療機関で受診可能
- 人間ドック等 … 契約している医療機関で受診可能

※ 医療機関での健診をご希望の方は、国保年金課へご連絡ください。

行方市 国保年金課 TEL 0299-55-0111(玉造庁舎)

01

選挙のお知らせ①

【問い合わせ】

選挙管理委員会（麻生庁舎・総務課内）
☎0299-72-0811**投票日 令和3年9月5日(日) 7:00～18:00**

■ 選挙の日程

【茨城県知事選挙】

告示日 令和3年8月19日(木)

【行方市長選挙】

告示日 令和3年8月29日(日)

立候補受け付け

▶日時 令和3年8月29日(日) 8:30～17:00

▶場所 麻生庁舎 別棟 A・B 会議室(麻生庁舎隣)で行います。

立候補予定者説明会

▶日時 令和3年8月4日(水) 14:00～

▶場所 麻生庁舎 別棟 A・B 会議室(麻生庁舎隣)で行います。

事前審査

▶日時 令和3年8月24日(火) 9:00～12:00

▶場所 麻生庁舎 別棟 A・B 会議室(麻生庁舎隣)で行います。

■ 投票できる人

平成15年9月6日以前に生まれた日本国民で、令和3年9月1日において引き続き3カ月以上行方市の住民基本台帳に記録されている方

【転出・転入した場合の取り扱い】

▶茨城県知事選挙

県内の市町村へ転出された方は、現住所の市町村長または行方市長が発行する住所証明書を添付の上投票できますが、県外へ転出した場合は、投票できません。6月2日以降に県内の市町村から転入の届出をされた方は、住所証明書を添付の上、従前の市町村での投票をお願いします。

▶行方市長選挙

投票日までに転出された方および6月2日以降に転入の届出をされた方は、投票できません。

■ 投票所入場券

投票所の入場券を郵送します。ご本人の分を切り離して指定の投票所に持参してください。届いていない場合や紛失した場合でも選挙人名簿に登録されていれば投票できますので、その旨を受け付けに申し出てください。(本人を確認する書類を提示していただく場合もあります)

■ 期日前投票

投票日に、仕事や外出、入院などで投票所に行くことができない方は、期日前投票または不在者投票ができます。場所は、行方市役所各庁舎(麻生庁舎ロビー/北浦庁舎第4会議室/玉造庁舎ロビー)です。入場券を持参してください。(届いている場合)

※選挙によって期間が異なりますので、ご注意ください。なお、5月19日から6月1日までに転入された方の期日前・不在者投票の期間も下記と異なりますので詳しくは、選挙管理委員会にお問い合わせください。

【茨城県知事選挙】

▶期間 8月20日(金)から9月4日(土)までの8:30～20:00

【行方市長選挙】

▶期間 8月30日(月)から9月4日(土)までの8:30～20:00

02

選挙のお知らせ②

【問い合わせ】

選挙管理委員会（麻生庁舎・総務課内）
☎0299-72-0811

■ 不在者投票

投票所に行けない方は、不在者投票をご利用ください。

※不在者投票は、郵送によるやり取りとなりますので日数を要します。お早めのご相談をお願いします。

1 滞在地での不在者投票

仕事等で市外に滞在中の方は、行方市への投票用紙請求・受領後に滞在先の選挙管理委員会で不在者投票ができます。

2 指定施設における不在者投票

都道府県の選挙管理委員会が指定した病院・老人ホーム等に入院・入所中の場合、その施設内で不在者投票ができます。詳しくは、各施設でご確認ください。

3 郵便等による不在者投票

身体に一定の重度の障害を有する方や要介護（要介護状態区分：「要介護5」）の方は、郵便等による不在者投票制度があります。この制度を利用する場合は、郵便等投票証明書の交付を受けることが必要となり、この証明書をお持ちでない方や有効期限が切れている方は、事前に選挙管理委員会への申請が必要ですので、お早めに選挙管理委員会へご相談ください。また、この証明書を所持している方の投票用紙請求期限は、9月1日（水）までとなりますのでご注意ください。

■ 開票

▶日時 9月5日（日） 20:00～

▶場所 北浦中学校体育館

▶臨時電話 0291-35-3866

※選挙結果については、市のホームページ上でもお知らせします。

■ 新型コロナウイルス感染症対策

選挙管理委員会では、安心して投票できるよう、投票所内での感染・まん延防止に取り組んだ上で選挙を実施します。

投票所の混雑緩和のため、期日前投票のご利用もお願いします。

【選挙管理委員会が実施する感染症対策】

- ・投票所、期日前投票所には、アルコール消毒液を設置します。
- ・投票管理者、投票立会人、投票所スタッフは、マスクを着用します。
- ・投票所内は、扉や窓の常時開放または定期的な換気を実施します。
- ・記載台、鉛筆等の不特定多数の方が触れる箇所は、定期的に消毒を実施します。

【有権者の皆さまへのお願いに関する事項】

- ・投票の際はマスクの着用をお願いします。
- ・来場前、帰宅後の手洗い等の対策をお願いします。
- ・投票所では、有権者が持参した鉛筆を使用できます。
- ・周りの方との距離の確保にご協力をお願いします。

■ 特定患者等の特例郵便等投票

新型コロナウイルス感染症で宿泊・自宅療養等をしている方で、一定の要件に該当する方は「特例郵便等投票」ができます。濃厚接触者の方は、投票所等において投票できます。

詳しくは、総務省のホームページを確認し、不明な点は選挙管理委員会にお問い合わせください。

総務省

特例郵便等投票制度

周知ホームページ▶



03

職員採用試験のお知らせ

【問い合わせ】
働き方改革課（麻生庁舎）
☎ 0299-72-0811

令和4年4月採用 行方市職員採用試験（後期）を実施します

【試験区分・採用予定人数・受験資格】（学歴区分：A 大学卒等 B 短大・高校卒等）

試験区分	採用予定人数	受験資格
一般事務 A	5人程度	平成3年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた人で学校教育法による大学（短期大学を除く）を卒業した人または令和4年3月31日までに卒業見込みの人
一般事務 B		平成7年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた人で学校教育法による高等学校もしくは短期大学を卒業した人または令和4年3月31日までに卒業見込みの人
社会福祉士 A・B	1人程度	平成3年4月2日以降に生まれた人で、社会福祉士の資格を取得した人または令和4年3月31日までに取得見込みの人

※上記の受験資格に該当する人であっても、次のうちいずれかに該当する人は受験できません。

- ア 日本国籍を有しない人
- イ 禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまでまたはその執行を受けることがなくなるまでの人
- ウ 本市職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過していない人
- エ 日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、またはこれに加入した人

【試験日・試験会場】

区分	期日	会場	内容
第1次試験	10月17日(日)	北浦公民館（行方市山田2175）	教養試験（論文・作文を含む） 職場適応性検査
第2次試験	第1次試験合格者へ通知します。	第1次試験合格者へ通知します。	集団討論 面接試験

【受付期間】

8月2日(月) 9:00～8月31日(火) 17:00



◀行方市の公式 HP へ
アクセスできます。

【申し込み手続き】

市ホームページで申し込み方法および注意点を確認した上で、いばらき電子申請・届出サービスからお申し込みください。

申し込み方法および注意点の確認【採用試験等情報ページ内】

<https://www.city.namegata.ibaraki.jp/> ※スマートフォンからの申し込みも可能です。

原則、インターネットによる方法で申し込んでください。インターネットによる方法で申し込みができない方は、**8月20日(金)**までにお問い合わせください。

【新型コロナウイルス感染症への対応について】

- (1) 今後の感染拡大の状況や国、地方公共団体の外出自粛要請等の状況によっては、試験の日程および会場等について変更を行う場合があります。その場合は、市ホームページ等で随時お知らせしますので、試験前に確認してください。
- (2) 試験当日は、感染予防のため以下の点に留意のうえ受験してください。
次に該当する方は他の受験者への感染の恐れがあるため、受験を控えるようお願いします。
 - ア 新型コロナウイルス感染症に罹患し治癒していない方
 - イ 保健所から「濃厚接触者」として健康観察の指示を受けている方
 - ウ 試験当日までに発熱や咳などの風邪症状が続いている方
- (3) 感染予防のため、必ずマスクを持参・着用するとともに、咳エチケットの徹底をお願いします。
- (4) 試験室は換気のため、試験中も適宜窓やドアなどを開けます。室温の高低に対応できるよう服装には注意してください。

04

国保年金保険料のお知らせ

【問い合わせ】
国保年金課（玉造庁舎）
☎0299-55-0111

■ 国民年金保険料の免除期間・猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除・法定免除）、納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ、老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）の受取額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除等の承認を受けた期間の保険料については、10年以内であればさかのぼって納めること（追納）ができます。ただし、免除等の承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

追納は、古い月のものから納付することとなりますが、次の点にご注意ください。

- ・一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていなければ追納はできません。
- ・「法定免除・申請免除期間」が「納付猶予・学生納付特例期間」より先に経過した月分である場合は、どちらを優先して納めるか本人が選択できます。

詳しくは「ねんきん加入者ダイヤル」（0570-003-004）またはお近くの年金事務所にお問い合わせください。

■ 国民年金保険料の臨時特例措置が延長されました。

【対象期間】

令和3年7月分から令和4年6月分まで

※令和元年度分、2年度分についても適用になります。

【必要な書類】

- ・国民年金保険料免除・納付猶予申請書
- ・所得の申立書

※申請書は、国保年金課または日本年金機構ホームページからダウンロードできます。

国民年金第1号被保険者の方で、新型コロナウイルス感染症の影響により、収入源となる業務の喪失や売り上げの減少などにより、所得が相当程度まで下がった場合の臨時特例措置による国民年金保険料免除・納付猶予の申請手続きが、令和2年度に引き続き令和3年度についても延長されます。

令和3年度免除・納付猶予申請の受付開始日は、令和3年7月1日（木）です。なお、申請書は必要な添付書類とともに、市役所または年金事務所へ郵送してください。

※申請書等を直接提出することも可能ですが、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、できる限り郵送による手続きにご協力ください。

05 行方市子育て世帯応援給付金と 児童扶養手当のお知らせ

【問い合わせ】
こども福祉課（玉造庁舎）
☎ 0299-55-0111
FAX 0299-36-2610

■ 児童手当を受給している公務員の方へ 行方市子育て世帯応援給付金の申請を忘れていませんか

上記の申請期限は**8月31日**（火）です。
該当する公務員の方は、忘れずに申請してください。

【給付金の対象となる方】

対象児童に係る令和3年4月分の児童手当を受給していて、令和3年4月1日時点で行方市に住所があった方

※特例給付（所得制限超過により、児童1人あたり月額5,000円の児童手当を受給している方）も支給対象となります。

【対象児童】

児童手当の令和3年4月分の対象となる児童（平成18年4月2日から令和3年3月31日までに生まれた子ども）

【給付額】

対象児童1人につき**10,000円**を支給します。
令和3年4月分の児童扶養手当を受給している方には、対象児童1人につき5,000円を追加で支給します。

【給付金の受給手続きについて】

下記の必要書類を窓口にご提出ください。
認定後、随時指定口座に振り込みます。

【必要書類】

- ・行方市子育て世帯応援給付金申請書（請求書）【公務員】
- ・請求者名義の口座の金融機関名、口座番号、口座名義人（カナ）が分かる通帳やキャッシュカードの写し
- ・公務員であることが分かる身分確認書類（共済組合員証、身分証明書の写し等）

■ 児童扶養手当現況届のお知らせ

児童扶養手当の現況届の受け付けを次の期間で行います。

この現況届は、毎年1回、児童扶養手当の受給資格を有している全ての方にご提出いただくものです。現況届が未提出の場合、11月分（1月支給分）以降の手当の判定を行うことができず、支給することができませんのでご注意ください。なお、ご案内の通知は、8月中旬の発送を予定しています。

通知を確認の上、現況届および必要な関係書類のご提出をお願いします。

【集中受付期間】

8月16日（月）～**8月31日**（火） ※土・日曜日を除く
8:30～12:00、13:00～17:15

【受付窓口】

こども福祉課（玉造庁舎1階）、麻生総合窓口室（麻生庁舎1階）、北浦総合窓口室（北浦庁舎1階）

※下記期間については、**こども福祉課（玉造庁舎）のみ**受付時間を**20:00**まで延長します。

8月27日（金）、**30日**（月）、**31日**（火）

※児童扶養手当は、毎年、本人の所得、扶養義務者の所得、事実婚の有無、年金受給の状況、その他から判断しています。以前、該当にならなくても今年度は該当になることもあります。児童扶養手当を請求されていない方で、該当すると思われる方はお問い合わせください。

06

特別児童扶養手当と
特別障害者手当等のお知らせ

【問い合わせ】
社会福祉課（玉造庁舎）
☎ 0299-55-0111
FAX 0299-55-0110

■ 特別児童扶養手当・特別障害者手当等の現況届のお知らせ

特別児童扶養手当、特別障害者手当、障害児福祉手当を受けている方は、毎年8月に現況届の提出が必要となります。提出いただいた現況届により、所得状況および現に対象者が在宅で養育または介護されているかなどの受給資格を確認します。

なお、現況届が提出されない場合、8月以降の手当が受けられなくなりますので、忘れずに手続きをしてください。

【日時】

8月12日(木)～8月31日(火) ※土・日曜日を除く

8:30～12:00、13:00～17:15

※仕事のご都合により、上記日時で手続きができない方は、以下の日時にて受け付けます。

8月30日(月) 8:30～20:00 (玉造庁舎のみ)

【提出先】 社会福祉課障害福祉グループ（玉造庁舎1階）、麻生総合窓口室（麻生庁舎1階）、北浦総合窓口室（北浦庁舎1階）

07

沿道樹木等の適正管理のお願い

【問い合わせ】
道路維持課（玉造庁舎）
☎ 0299-55-0111

■ 道路上に張り出している樹木等の伐採・せん定のお願い

沿道樹木等の管理が適正にされていないと、道路や歩道に張り出した枝への接触、枯れ枝の落下、道路への倒木などにより、歩行者や自動車の通行に支障となることがあります。

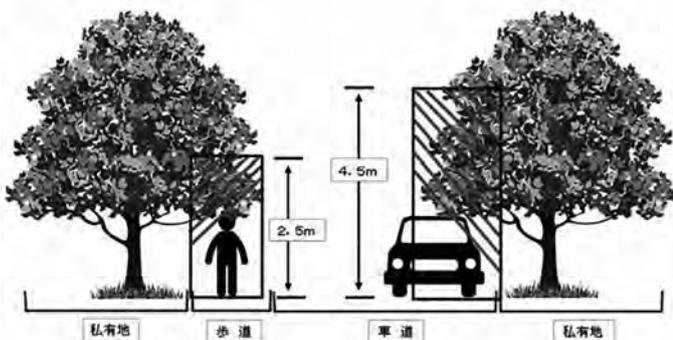
これらが原因で歩行者や自動車等に事故が発生すると、樹木の所有者の責任を問われることがありますので、沿道樹木等の適正な管理をお願いします。なお、風雨等により**建築限界**を侵すなど道路交通への危険が迫ったときは、やむを得ず緊急措置として道路管理者においてせん定または伐採し、道路の交通安全確保を行いますので、ご理解をお願いします。

【建築限界】

道路法第30条および道路構造令第12条では、道路を安全に通行するため、車道の上空4.5m、歩道の上空2.5mの範囲に通行の障害となる物を置いてはならないと規定されています。

※樹木等を伐採・せん定いただく場合には、次のことにご注意ください。

- ・電線や電話線がある箇所は、事前に最寄りの電気事業者、通信事業者にご相談ください。
- ・作業にあたっては、作業の安全確保、通行車両、歩行者、自転車等への安全確保に十分配慮してください。



08

サツマイモ基腐病・みどり整備
推進事業のお知らせ【問い合わせ】
農林水産課（北浦庁舎）
☎ 0291-35-2111■ サツマイモ基腐病の発生
（県内初）

県内に出荷されたサツマイモ基腐病に感染した可能性がある切り苗について、販売先や栽培ほ場を追跡したところ、6月29日に県南地域で農業体験を目的に栽培しているサツマイモ畑において、本病の発生が確認されました。

本病のまん延防止のためには、早期発見と速やかな防除対策を徹底することが必要ですので、**サツマイモが畑で枯れている、株元の茎が黒くなっている**などの本病の症状が疑われる場合は、鹿行農林事務所経営・普及部門（0291-33-6192）行方地域農業改良普及センター（0299-72-0256）に連絡をお願いします。



◀写真は生研支援センターイノベーション創出強化研究推進事業（01020C）令和2年度版マニュアル「サツマイモ基腐病の発生生態と防除対策」より転載

■ 令和3年度身近なみどり
整備推進事業の募集

市では、茨城県の「森林湖沼環境税」を活用し、生活に身近な平地林・里山林の整備・保全を推進しています。

お近くに、手入れの必要な山林などがありましたら、ご相談ください。

【事業の対象条件】

- ① 民有林または事業実施後に森林となることが確実な区域であって、地域の環境保全に寄与する区域
- ② 市と森林所有者等において、10年間の森林の転用禁止などを定めた森林保全管理協定が締結されることが確実な区域
- ③ 区域面積がおおむね0.05ha～1ha

【整備の例】

- ・平地林・里山林の整理伐等整備
- ・有害鳥獣（イノシシ）対策としての里山林整備等

【申請期間】

8月31日（火）まで

09

事業者の方へ一時金のお知らせ

【問い合わせ】
商工観光課（北浦庁舎）
☎ 0291-35-2111
県相談窓口
☎ 029-301-5558

■ 茨城県から対象となる事業者の方へ一時金が支給されます

茨城県からの営業時間短縮要請および外出自粛要請の影響を受け、売上が大きく減少した事業者に一時金が支給されます。

【支給対象】

以下のいずれかに該当する中小企業および個人事業者

- ① 営業時間短縮要請に協力した飲食店と直接取引がある事業者
例）飲食料品卸売業、おしぼりなどの供給者など
- ② 外出自粛要請により直接的な影響を受けた、主に対面で個人向けに商品やサービスを提供する事業者
例）イベント業、小売業、宿泊業、旅客運送業、理美容業など

※1～2月分の一時金を受給した方も対象です。

※営業時間短縮要請を受けた飲食店は対象外です。

【申請方法】

- ・電子申請（県のホームページからアクセス）
- ・書面申請（簡易書留などで郵送）

【主な要件】

- ・茨城県内に本店または主たる事業所があること
- ・2021年4月～6月のいずれかの月の売上が、前年（または前々年）同月比で**30%**以上減少していること

※白色申告の個人事業者は、前年（または前々年）の月平均の売上と比較してください。

【支給額】 1事業者あたり一律**20**万円
（1回限り）

【申請期間】 8月31日（火）まで
※当日消印有効

詳細はこちらから→



10

お盆時期のごみ収集のお知らせ

【問い合わせ】

環境課（北浦庁舎）

☎ 0291-35-2111

環境美化センター

☎ 0299-72-1853

■ 8月13日(金) から15日(日) までのごみの収集

お盆前後は、環境美化センターが大変混み合います。ごみの持ち込みは、早めをお願いします。

また、13日(金)～15日(日)は環境美化センター休業日となるため、ごみの持ち込みはできません。

8月13日(金)	玉造地区の燃えるごみ・資源ごみ収集日 環境美化センター休業日
8月14日(土)	北浦地区の燃えるごみ・資源ごみ収集日 紙類の資源ごみ回収日(各ストックヤードへ) 布類の資源ごみ回収日(各回収場へ) 環境美化センター休業日
8月15日(日)	紙類の資源ごみ回収日(各ストックヤードへ) 環境美化センター休業日

※ごみは収集日当日に集積所へ出すようにしてください。8:00までに集積所へ出してください。
夜間のごみ出しはやめましょう。

11

水道使用に係る開始届等
電子申請開始のお知らせ

【問い合わせ】

水道課（泉配水場）

☎ 0299-55-1108

■ 電子申請を開始しました

8月1日(日)から水道使用に係る開始届等、一部の届け出について「いばらき電子申請・届出システム」を利用した受け付けを開始します。お持ちのスマートフォンなどから、市のホームページへアクセスいただき、必要事項を入力するだけで水道の開始や休止などの届け出ができますので、ぜひご利用ください。

【利用可能な届出】

- ・水道使用開始届
- ・水道使用休止届
- ・水道使用者変更届・送付者変更届

※上記以外の届け出につきましては、引き続き届出書の提出による手続きが必要になります。直接窓口
に提出するか、郵送での提出をお願いします。また、上記届け出につきましても引き続き窓口での届
け出が可能です。詳しくは、市のホームページをご確認ください。

行方の魅力発信広報番組
「なめトーク」

IBS 茨城放送 (i-FM) (水戸局 94.6MHz、守谷・日立局 88.1MHz、水戸局 1197kHz、土浦・県西中継局 1458kHz) 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！

※本市は、茨城放送およびエフエムかしまと、それぞれ「災害協定」を締結しています。地震や風水害などの大規模災害が発生した際には、放送エリア内において本市の情報をお知らせします。

エフエムかしまの放送エリアは
鹿行地域でお聴きいただけます

ひろどきナルナの番組内「鹿行ナビ」、毎月第2火曜日の午前11時40分から10分間、行方市の魅力を生中継でお届けします。ぜひ聴いてください。

■放送エリア

鹿行地域（鹿嶋市、潮来市、神栖市、行方市、鉾田市）

■周波数 76.7MHz

12

市税と保険料のお知らせ①

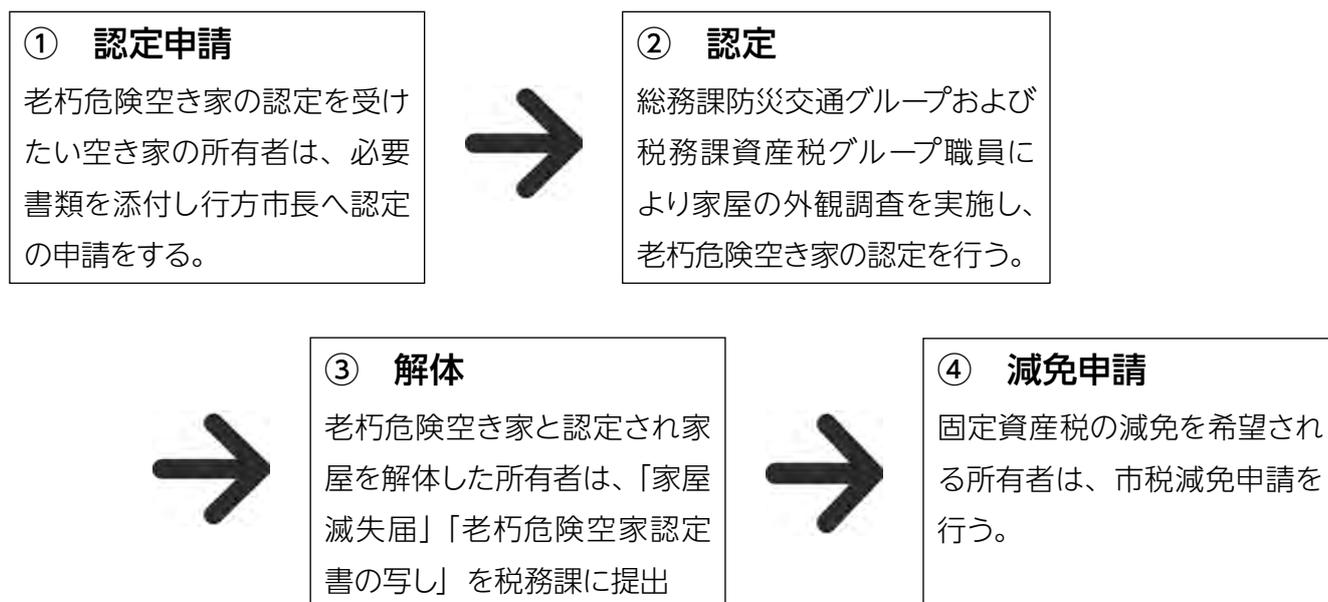
【問い合わせ】
 収納対策課（麻生庁舎）
 税務課（麻生庁舎）
 ☎ 0299-72-0811

■ 老朽危険空き家の撤去に係る固定資産税の減免措置について

人口減少、少子超高齢化等の進展により、人の住んでいない空き家は全国的に増加しています。これが適切に管理されずに老朽化し、危険な状態で放置されると、火事や犯罪の温床になったり、倒れて通行人に危害を及ぼす可能性があります。社会問題化している老朽危険空き家は、市においても増加傾向にあり、その原因の一つが「空き家を解体すると土地の固定資産税が上がる（軽減措置が解除）」という税の仕組みにあると言われています。

市では、屋敷や壁が壊れて居住できない状態にある空き家において、所有者等からの申請を基に空き家の調査を実施し、老朽危険空き家として認定します。認定された空き家を解体した後の土地に係る固定資産税に対し、減免措置を実施します。

【行方市老朽危険空き家の撤去に係る固定資産税の減免措置の流れ】



【固定資産税の軽減措置】

住宅用地の区分	適用範囲	固定資産税課税標準額
小規模住宅用地	住宅の敷地で住宅1戸につき200㎡までの部分	評価額× 1/6
一般住宅用地	住宅の敷地で住宅1戸につき200㎡を超え、住宅の床面積の10倍までの部分	評価額× 1/3

※賦課期日（1月1日）の前日までに家屋が滅失されていた場合、住宅用地に対する固定資産税の軽減措置は解除されます。

13

市税と保険料のお知らせ②

【問い合わせ】

収納対策課（麻生庁舎）

税務課（麻生庁舎）

☎ 0299-72-0811

【減免額の算定】

減免額の算出については、軽減措置が解除された土地に係る固定資産税の額と、当該土地が住宅用地特例の適用があるものとみなして算出した固定資産税の額の差額相当分とする。

【減免適用期間】

適用期間は減免決定初年度を含め**3**年間とする。

【問い合わせ先】

○老朽危険空き家に関すること

総務課 防災交通グループ

○固定資産税減免に関すること

税務課 資産税グループ

8月の市税と保険料は…

市・県民税 第2期 国民健康保険税 第2期
介護保険料 第3期 後期高齢者医療保険料 第2期
納期限(振替日)は8月31日です。

不動産公売の案内

差押不動産の会場公売を実施します。
買受を希望する方は、市役所各庁舎にある
「公売広報」や、市ホームページで詳細を
ご確認の上、入札してください。

■公売日 令和3年10月6日(水)
■受付 12時50分 開始
■公売会場 茨城県行方合同庁舎(行方市麻生1700-6)
2階 大会議室

売却区分番号	所在	地番	地目・種別	地積 (㎡)	見積価額 (円)	公売保証金 (円)
2021-1	行方市羽生字鳥塚	2240番	田	1,697	390,000	40,000
2021-2	行方市南高岡字聖塚 行方市南高岡字聖塚	787番1 791番	山林 宅地	325 1581.30	1,830,000	190,000
2021-3	行方市羽生字三反町	2413番	田	4,492	860,000	90,000
2021-4	行方市小貫字北谷 行方市小貫字北谷 行方市小貫字北谷	99番1 99番2 99番3	田 田 田	984 380 778	440,000	50,000
2021-5	行方市白浜字中宿 行方市白浜字中宿 行方市白浜字中宿 行方市白浜字中宿	266番2 266番3 266番地2 266番地3	宅地 宅地 作業所 居室	672.35 398.01 105.99 1F 102.27 2F 33.12	2,600,000	260,000

■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 TEL0291-35-2111)へお問い合わせの上、証明書発行等を受けてください。

■公売日前に、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までご確認ください。

【問い合わせ】収納対策課(麻生庁舎)TEL0299-72-0811

北浦小学校 校訓碑設置

「ひとのために じぶんのために 未来のために」



6月9日(水)、北浦小学校(武田民弥 校長)正門脇に設置された校訓碑の除幕式が6年生や関係者で行われました。北浦小学校は、津澄小・要小・武田小の3校が統合して平成28年に開校しましたがこれまで校訓がありませんでした。令和2年度に校訓策定委員会を設置し皆さまの意見を吸い上げ、子供たちにも分かりやすい「ひとのために じぶんのために 未来のために」に決定し、6月に石碑が完成を迎えました。

完成した石碑をみながら、感慨深げな北浦小の児童たちでした。

令和3年度行方市消防団夏季訓練

6月12日(土)、玉造運動場および玉造小学校において、行方市消防団夏季訓練が行われました。

今回は、新型コロナウイルス感染症対策のため、例年より参加人数を縮小して実施し、市内の消防団員や消防署員など約360人が参加しました。

訓練では、火災時に多い中継送水を想定した放水や風水害時に使用する土のう作成、新型コロナウイルス感染症予防の研修、東京電力パワーグリッド(株)による「台風時における配電設備の被害」について講演を行いました。



花と緑で潤いのあるまちづくり

6月12日(土)、なめがたネットワーク連絡協議会(菅谷京子 会長)が、霞ヶ浦ふれあいランドにおいて、花壇植栽活動を行いました。「きれいな花壇を楽しんでいただきたい」という思いで色とりどりの花々を植えましたので、ぜひご覧ください。

当協議会は現在34人の会員が、チャレンジいばらき県民運動の推進と、地域の人たちのネットワークづくりに取り組み、住みよい茨城づくり、行方づくりを進めており、一緒に活動してくれる会員を随時募集しています。



二セ電話詐欺を未然に防止

金融機関に対して感謝状を贈呈

6月24日(木)、常陽銀行玉造支店ATMコーナーにおいて、携帯電話で通話をしながらATMを操作している女性客(69歳)を小沼 裕香さん(写真中央)が発見し、声を掛けた。すると、女性客が「保険料の還付を受ける取るため、ATMを操作した」と話したため、詐欺の被害者ではないかと思い、二セ電話詐欺と疑われる旨を女性客に説明するとともに、警察へ通報し、二セ電話詐欺を未然に防止できました。



第71回社会を明るくする運動 市内各所にのぼり旗と横断幕を設置



7月2日(金)、第71回社会を明るくする運動の推進にあたって、のぼり旗が麻生庁舎と麻生公民館に設置されました。

この運動は犯罪や非行の防止と犯罪や非行をした人たちの更生について理解を深め、安全で安心な地域社会を築こうとする全国的な運動です。7月を活動の強調月間とし、別日には、北浦地区・玉造地区それぞれの庁舎と公民館、ふれあいランドにものぼり旗を設置し、麻生庁舎には横断幕を設置しました。

強調月間の終了後も、啓発活動を精力的に行っていきます。

災害時の施設使用に関する協定合同締結式

7月6日(火)、行方警察署、潮来市、行方市で、災害が発生した時に警察署が被災し、使用不能となった場合の代替警察施設および派遣部隊等の活動拠点となる施設として、両市の施設の一部を使用するための協定を締結しました。

この協定は、災害発生後に早期の初動態勢の確立とともに、迅速かつ円滑な災害警備活動を行うことを目的としています。使用する施設は、潮来市が大生の潮来衛生センター、行方市が麻生の環境美化センターとなっています。



行方市出身 根崎 良文さんの個展 「保内郷を描く」が開かれました



大子町の景観や歴史をテーマにした根崎さん(行方市シティプロモーション推進懇談会委員)の初の個展が、大子ドレメ美術館で開かれました。(7月3日～8月3日。入館無料)

行方市出身の根崎さんは小学校2年生の時に初めて常磐線に乗り、その感動を水彩画で表現したのが絵の始まりとのことでした。2021年版茨城県民手帳の挿絵も根崎さんの作品です。

第16回行方市長杯軟式少年野球大会結果

5月23日(日)、5月29日(土)
浜球場、北浦第2グラウンド

- 【優勝】 美野里スラッカーズ
- 【準優勝】 水戸市野球スポーツ少年団
- 【第3位】 大野ファイターズ
- 【第4位】 玉造ジャイアンツ



市庁舎跡地活用に関するご意見をお聞かせください

市では、新庁舎建設の基本的な考え方を示した「行方市庁舎建設基本計画」を策定し、令和7年度の開庁に向けた作業を進めるとともに、庁舎移転後の現在の3つの庁舎の跡地活用について検討を進めています。

基本計画では、現在の庁舎周辺の地域特性や歴史的経緯などを考慮した整備の方針(案)を記載していますが、より具体的な市庁舎跡地の活用策について、行方市に関わる皆さんがどのようなご意見、ご要望をお持ちなのかをお聞かせください。

【募集方法】

インターネット(市ホームページ)で回答してください。
(<https://www.city.namegata.ibaraki.jp/page/page009640.html>)
また、下記のQRコードからも回答できます。

【募集期限】

8月31日(火)まで

▼回答はこちらから



【回答内容】

新庁舎建設について
庁舎跡地の活用について(活用方法・整備してほしい機能)

高齢者PCR検査受け付けます！【8・9月検査のお知らせ】

【期日】 8月5日(木)、8月19日(木)、9月9日(木)、9月22日(水)

【時間】 9:30～10:30

【対象】 市内在住の満65歳以上の方で無症状の方

【場所】 行方市保健センター駐車場(ドライブスルー方式)

【料金】 5,000円

【申し込み方法】 介護福祉課高齢福祉Gまでお電話ください ☎ 0299-55-0111

【申込期限】 希望する日の前週(金) 12:00まで

広告

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
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

青少年に深夜外出させないで!!
深夜：午後11時～翌日午前4時まで

映画館・カラオケボックス・まんが喫茶・インターネットカフェへの深夜入場は…
親と一緒にいけません!

茨城県青少年の健全育成等に関する条例 茨城県

情報ひろば



行方市の人口

総数 33,351人(-55)
男 16,692人(-34)
女 16,659人(-21)
世帯数 12,976世帯(-20)
令和3年7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



市の花 市の木 市の鳥
ヤマユリ イチョウ シラスギ
(山百合) (銀杏) (白鷺)

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 童の声はずむ
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 子どもの
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

<https://www.youtube.com/watch?v=IVAUma8WqIM>



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。

家庭教育支援員による「こんにちは訪問」を実施します

地域の子育て経験者や教員 OB をはじめとする地域の人材を中心に家庭教育支援チームを作り、家庭教育支援員が家庭を訪問して、保護者の子育てに関する相談や家庭教育に関する内容の情報提供を行います。

【対象】 市内在住 小学校 1 年生の家庭 (全戸訪問)

【組織】 家庭教育支援チーム員 (2 人体制の 3 チーム)

【実施時期】 9 月から 11 月に麻生地区、北浦地区、玉造地区の順に訪問予定です。

※必ずしも自宅でお待ちいただく必要はありません。不在の場合は家庭教育や子育てに関する情報のチラシを置いていきます。

- 【内容】**
- ① 保護者からの相談への対応
 - ② 保護者に対して家庭教育に関する内容の情報提供
 - ③ 専門家への橋渡し

【問い合わせ先】 生涯学習課 ☎ 0291-35-2111

「行方市高齢者買い物支援事業」のお知らせ

令和 3 年度から、市内にお住まいの 75 歳以上の高齢者世帯に対して、いばらきコープの宅配手数料を一部助成するサービスがスタートしました。食品や日用品の宅配に合わせ、地域の高齢者の見守り活動も兼ねたサービスとなっております。なかなか見回りに来ることができないご家族や、市外や県外にお住まいのご家族、買い物が大変なご家庭など、この機会にぜひご利用ください。

※ご利用にあたっては、いばらきコープへの加入が必要です。

- 【対象】**
- ① 独居または夫婦二人等、世帯全員が満 75 歳以上
 - ② 同一敷地内に子ども世帯が居住していない
 - ③ 以上の 2 点を踏まえて行方市が条件に合致すると認めの方

【内容】 いばらきコープの個人宅配シルバー割引者を対象に、宅配手数料 88 円 / 週を月 2 回まで市が助成します。

【申込先】 いばらきコープ コープデリお申し込み受け付けセンター ☎ 0120-043-502

【問い合わせ先】 介護福祉課高齢福祉 G までお電話ください ☎ 0299-55-0111

医療機関案内

+ 茨城子ども救急電話相談 24 時間 365 日
☎ 03-6667-3377 (短縮ダイヤル # 8000)

+ 茨城おとな救急電話相談 24 時間 365 日
☎ 03-6667-3377 (短縮ダイヤル # 7119)

+ 中毒 110 番
つくば (9 : 00 ~ 21 : 00) ☎ 029-852-9999
大阪 (24 時間対応) ☎ 072-727-2499
日本中毒情報センター <https://www.j-poison-ic.jp>

+ 鹿嶋市夜間小児救急診療所
☎ 0299-82-3817
診療時間 夜間 (毎日) 20 : 00 ~ 23 : 00
(受付 22 : 45 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



SDGs から考える地域公共交通と基本的人権 － SDGs 目標 11「住み続けられるまちづくりを」

行方市 SDGs 推進アドバイザー・茨城大学准教授 野田 真里

地域公共交通は住民生活の生命線

SDGs が目指す「誰一人取り残さない」包摂的な社会にむけては、誰もが自由に支障なく移動できる交通システムが欠かせません。先般、私が SDGs に関するアドバイザー業務でなめがた地域医療センターを訪問した際、新型コロナウイルスのワクチン接種のため、多くの高齢者がいらっしやいました。そこで、私が再認識したのは地域公共交通の重要性です。市民の方にお伺いしたところ、「私は足が不自由で、車の運転もできない、体調も不安なので、地域医療センターに通うのにもとても助かっています」とのことでした。地域公共交通は文字通り、「住民生活の生命線」といえるでしょう。

SDGs と公共交通のメリット

SDGs においても公共交通の役割は重視されています。SDGs 目標 11 は「包摂的で安全かつ強靱（レジリエント）で持続可能な都市及び人間居住を実現する」とあり、地域社会の持続可能な開発を考えるうえで重要な目標となっております。この目標の下には、公共交通に関連する 2 つのターゲットがあります。最も重要なのは、ターゲット 11.2 で、「2030 年までに、脆弱な立場にある人々、女性、子ども、障がい者及び高齢者のニーズに特に配慮し、公共交通機関の拡大などを通じた交通の安全性改善により、すべての人々に、安全かつ安価で容易に利用できる、持続可能な輸送システムへのアクセスを提供する」とあります。また、ターゲット 11.7 でも、「2030 年までに、女性、子ども、高齢者及び障がい者を含め、人々に安全で包摂的かつ利用が容易な緑地や公共スペースへの普遍的アクセスを提供する」とあります。上記のとおり、地域公共交通は「住民生活の生命線」として目標 3「すべての人々に健康と福祉を」と密接に関わっています。とりわけターゲット 3.6「2020 年までに、世界の道路交通事故による死傷者を半減させる」に貢献することが期待されます。

地域公共交通は SDGs の推進に必要なツールであり、多くのメリットがあります。まず、①社会的弱者にとっての重要な交通手段です。「茨城は車社会」という言説はよく耳にしますが、誰もが車を運転できるわけではありません。また、②地域活性化に必須なインフラ・リソースであり、③ゼロエミッション社会にむけて CO2 排出を抑える等もあげられるでしょう。

行方市「ブラックバス号」「ハートバス号」が運ぶ、基本的人権としての交通権

行方市は令和 2 年度「行方市地域公共交通計画」を定めました。市民の皆様にはおなじみの、行方市営路線バス（麻生地区、北浦地区、玉造地区）や、デマンド型コミュニティバス（乗合タクシー）等を通じて、「誰一人取り残さない」アクセスを目指しています。「ブラックバス号」（写真）や「ハートバス号」は見た目のインパクトやネーミングの楽しさ等から、多くの市民に愛されていると承知しています。これを、SDGs から考えてみますと、交通権という基本的人権が重要です。交通権とは生活の質 QOL の向上にむけ移動する権利であり、日本国憲法の第 13 条（幸福追求権）、第 22 条（居住・移転および職業選択の自由）、第 25 条（生存権）など関連する人権を集合した概念で、「交通基本法」等で示されています。地域公共交通は、市民の皆さまを目的地に運んでいることはもとより、「一人ひとりの基本的人権を運んでいる」という視点も重要ではないかと思えます。



◀ブラックバス号は SDGs の思いを
乗せて今日も行方市を走る（著者撮影）

【問い合わせ】

政策秘書課（麻生庁舎） ☎ 0299-72-0811
mail:seisaku01@city.namegata.lg.jp



図書館

行方市立図書館
☎ 0299-55-1495

スマートフォン用▶



おすすめ新着本



琥珀の夏
(辻村 深月 著)



ぐはんづくり
(婦人の友社編集部 編)



世界史探偵コナン 10
(青山 剛昌 原作)



もりの100かいだてのいえ
(いわい としお 著)

◆直木賞候補作あります!◆

- ・スモールワールズ (一穂 ミチ)
- ・おれたちの歌をうたえ (呉 勝浩)
- ・テスカポリトカ (佐藤 究)
- ・星落ちて、なお (澤田 瞳子)
- ・高瀬庄左衛門御書留 (砂原 浩太朗)

芥川賞
候補作も
順次入荷予定

◆映画上映会◆

「はたらく細胞」

- 8月4日(水) 10:00～
第5話 スギ花粉アレルギー
第6話 赤芽玉と骨髓球
- 8月18日(水) 10:00～
第7話 がん細胞
第8話 血液循環
- 8月25日(水) 10:00～
第9話 胸腺細胞
第10話 黄色ブドウ球菌

今話題の
人気作

定員：先着 20人程度

会場：行方市立図書館 2階 学習室

※参加希望の方は、事前に行方市立図書館
まで電話でお申し込みください。

◆おはなしの森◆

8月11日(水) 10:30～
おいで絵本の楽しい時間
読み聞かせ その他

August 8月 図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16 休	17	18	19	20	21
22	23 休	24	25	26	27 休	28
29	30 休	31				

広告

年金・ローン・共済無料相談会

年金：年金の専門家である社会保険労務士が相談に応じます。年金のお受け取り手続きや、年金受給に必要な資格期間や受給見込額についてなど、さまざまな疑問にお答えいたします。

ローン：住宅・自動車・教育・農業関連の資金など、今から将来にかけて必要となるお金のご用意について、この機会にぜひご相談ください。

共済：ご加入中の保険等内容などを無料診断します。
※相談は予約制となっておりますので、事前にお電話でご予約のうえご来店ください。ご予約状況によりご希望に添えない場合もございます。

JAなめがたしおさい

開催日時：9月18日(土) 午前9時～午後3時
開催店舗：玉造支店 行方市玉造甲 1005-1 Tel: 0299-55-0010

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、政策秘書課まで。

☎ 0299-72-0811
FAX0299-72-2174

受け付け
広告原稿提出
(発行1カ月前)
↓
広告掲載内容審査
↓
広告掲載決定
↓
掲載発行



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住み慣れた地域で生活していけるよう、高齢者やご家族の皆さんを、医療・保険・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。

認知症サポーターになろう！

認知症サポーターとは、“なにか”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く理解し、認知症の人と家族をあたたかく見守り、声掛けやちょっとした手助けができる地域の「応援者」です。

認知症サポーターは全国で約1300万人います。(令和3年3月31日現在)認知症は誰にでもなる可能性のある病気です。他人事として無関心でいるのではなく「自分の問題である」という認識を持つことが重要になっています。

麻生地区民生委員児童委員協議会
定例会 (R3.6)



認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを一緒にしませんか？

— 認知症サポーター養成講座を開催します！ —

【日時】 9月9日(木) 13:30～15:00

【場所】 地域包括支援センター

【内容】 1. 認知症を理解する 2. 認知症サポーターにできること

【参加費】 無料

【申込先】 ☎0299-55-0114 (地域包括支援センター直通)

【申込期限】 9月3日(金)まで



出前講座も行っております！

ご希望の方は地域包括支援センターまで
お気軽にお申し込みください。

〈シルバーリハビリ体操コーナー〉～階段の昇降～

階段をのぼるとき、おりる時に力が入るふくらはぎの筋肉を強くするための体操です！

1

イスに向かって肩幅に
脚を開いて立ち、
イスの背を持つ



2

そのままかかとを上げて
5～6秒間保つ



ワンポイント

脚はそろえて行わず、
肩幅程度に広げましょう！
かかとを上げながら
ゆっくり息を吐きます。



Bringing up a child

子育て

子育て世代包括支援センターどれみ (行方市保健センター内)

♪子育て相談ダイヤル♪

☎080-2211-4411

子育て相談ができます!お気軽にお電話ください!

★子育て広場は完全予約制です。
利用当日の8:40から9:15までに、上記までご連絡ください。

◆親子講座を開催しました◆

【楽しく体操】

7月6日(火)講師にカワイ体育教室の先生をお迎えして「楽しく体操」を開催しました。ウサギやカエルなどのポーズをとったり、縄を使って綱引きをしたり、親子で楽しみながら体操を行いました。



◆子育て力アップ講座参加者募集◆

「子どもの発達について学ぶ」をテーマに、子育て力アップ講座を開催します。参加希望の方は、下記にお申し込みください。

【日時】 9月6日(月) 10:00～11:30

【場所】 行方市保健センター

【対象】 0歳～5歳児の保護者、祖父母、地域の方

【募集人数】 15人 ※保育有り

【講師】 公認心理師 小沼芳明先生

【申込期間】 8月10日(火)～8月31日(火)

子育て世代包括支援センターどれみ

◆ベビーマッサージ教室参加者募集◆

下記の日程で、ベビーマッサージ教室の参加者を募集します。マッサージを通して、赤ちゃんからのメッセージを受け止め、親子の絆を深めましょう。

【日時】 9月7日(火)

① 10:00～10:30 ② 11:00～11:30

③ 13:30～14:00 ④ 14:30～15:00

※終了後、10分程度ママ同士の交流および育児相談の時間を設けます。

【場所】 行方市保健センター

【講師】 松田佳織先生

【定員】 5組

【対象】 ①③ 1カ月～5カ月児の親子

②④ 6カ月～10カ月児の親子

【持ち物】 ベビーオイル・バスタオル(普段お使いになっているもの)・ハンドタオル2～3枚・飲み物

【申込期間】 8月17日(火)～8月31日(火)

子育て世代包括支援センターどれみ

子育て広場カレンダー

【午前】 9:30～11:30

【午後】 13:00～15:00

8月	麻生(麻生公民館)		北浦(保健センター)		玉造(玉造公民館)	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後
2 月			○			
3 火	○		▲♪			
4 水	○				○	
5 木	★				○	
6 金			★		◆	
10 火	♪				★	
11 水			◆			
16 月			○			
17 火	○					
18 水			○		▲	
19 木	◆		○			
20 金					○	
23 月			○			
24 火	○				♪	
25 水	○					
26 木			○		○	
27 金			○			
31 火	▲		○			

▲幼稚園教諭による子育て相談 ◆保健師による子育て相談

★絵本の読み聞かせ(10:30～) ♪ミュージック・ケア(10:30～)

「子育て広場」とは…

就学前のお子さんとそのご家族のために開かれる遊び場です。行ってみたい会場どこに参加しても大丈夫です。お気軽にご来場ください!

お母さんだけでなく、他のご家族の方も大歓迎です!お子さんの安全を守るためにスタッフがいますが、お子さんをお預かりして保育するものではありません。お子さんから目を離さないようお願いいたします。

◆親子講座参加者募集◆

「リズム体操」の参加者を募集します。親子で一緒に体を動かし、楽しみましょう。

【日時】 9月15日(水) 10:00～11:00

【場所】 行方市保健センター

【講師】 佐藤直子先生

【定員】 10組

【対象】 7カ月～2歳児の親子

【持ち物】 汗拭きタオル、飲み物

※動きやすい服装でお越しください。

【申込期間】 8月16日(月)～8月31日(火)

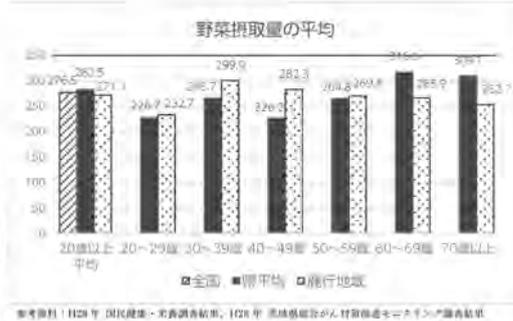
子育て世代包括支援センターどれみ



8月31日はやさいの日！～ 野菜を食べよう～

1日に摂りたい野菜の量は、350g以上です。
しかし、実際に食べている野菜の量は約70g
(小鉢1皿分)不足していると言われています。

野菜摂取の目標量
1日 350g以上



☆ 緑黄色野菜(120g/日)と淡色野菜(230g/日)が目安

※ ただし、漬物は塩分がとても多いので野菜とはカウントしません。

緑黄色野菜 120g/日			淡色野菜 230g/日		
・ トマト	・ にんじん	・ グリーン	・ キャベツ	・ ごぼう	・ かぶ
・ ピーマン	・ ねぎ(葉)	・ アスパラガス	・ レタス	・ ねぎ(白)	・ セロリ
・ ゴーヤ	・ オクラ	・ ブロッコリー	・ 白菜	・ だいこん	・ カリフラワー
・ かぼちゃ	・ にら	・ さやいんげん	・ なす	・ きゅうり	・ らっきょう
・ 小松菜	・ ほうれん草		・ 玉ねぎ	・ もやし	

☆ 食べる量に気を付けたい野菜

野菜の中には、炭水化物が多く含まれていることから、ごはんなどの仲間となるものがあります。
ごはんなどの仲間となる野菜は、とうもろこし、さつまいもなどのいも類、かぼちゃ、れんこんなどです。
これらは一般的に野菜と言われているものでも、エネルギーや糖質を多く含むため、他の低エネルギーの野菜類とは違い、食べる量に気を付けたい食品です。

〈ごはん 50g と同じエネルギーになる食品の量の例〉



☆ 野菜の食べ方いろいろ



行方市は野菜の宝庫！ 地元の野菜を食べて この暑い夏を乗り切ろう！

公民館情報

麻生公民館・北浦公民館に 図書除菌機が導入されました。

麻生公民館、北浦公民館の図書室用に新型コロナウイルス対策として、図書除菌機が導入されました。それぞれ、麻生公民館受け付けカウンター、北浦公民館図書室受け付けカウンターに設置しています。

除菌機に本をセットしてスタートしてから30秒で除菌完了です。ぜひご活用ください



【問】麻生公民館 ☎ 0299-72-1573
北浦公民館 ☎ 0291-35-3777

歌碑や文学活動の足跡を巡る旅 5

徳川 齊昭

つたえ聞く 名にも高須の 一つ松
波にこえぬる 緑みすらし

歌碑所在地：行方市玉造甲 一つ松公園



光圀公より八代下り、九代藩主となったのが水戸藩藩主徳川齊昭公でした。齊昭公は、天保5年(1834年)4月5日、水戸藩水軍訓練を高須崎付近の霞ヶ浦で実施した際、高須の一本松を訪れました。その時、詠じられた歌を松の支柱に自らの矢立の筆で書かれましたが、その支柱はその後、歌の書かれた部分を切り取り、漆加工を施し記念物として現も残されています。

齊昭公は、幕末の動乱期を生きた名君であり、藩政改革に力を注ぐ一方で「尊王攘夷」を掲げ江戸幕府の政治にも大きくかかわりました。そのため亡くなった後に「烈公」という諡号(死後に奉じられるおくり名)を送られたことでも有名です。

義公(光圀)烈公(齊昭)お二人の歌が刻まれた歌碑は、高須崎の一つ松公園に昭和4年と昭和8年に建立されました。

一本松はその後、昭和27年には茨城県の天然記念物に指定されるなど、長く輝かしい歴史を誇りましたが、昭和51年に天命が尽き、根幹の遺骸が風化するばかりになりました。

しかし、その姿は多くの絵画や歌に残され、今も往時を偲ぶことができます。 文責(行方市教育委員会生涯学習課)

※玉造史叢「高須の一本松追憶」(成島 謙二氏)「徳川光圀と玉造」(海老沢 幸雄氏)「枯死した蛟竜の松の姿を想起して」(宮崎 幸男氏)等を参考にしています。

【問】生涯学習課文化・社会教育グループ ☎ 0291-35-2111

はい、こちら行方市消費生活センター！

屋根工事の点検商法にご注意を！！

【事例】

訪問してきた業者から「近所で屋根修理をしている。たまたまお宅の前を通りかかったが、2階の屋根がずれているようだ」と言われ不安になり、翌日、その業者に点検してもらうことにした。業者が2人で来て屋根に上がり、点検終了後、撮影した動画をTVに映し「屋根瓦がずれている。修繕が必要だ」と説明を受けたが、瓦がずれているかどうかはよく分からなかった。また、業者からは「今回はたまたま通りかかった従業員がずれた屋根瓦を見つけたので、補修工事代を安くすることができます」と言われた。契約したが、不審なので解約したい。

【解説】

住宅の屋根や床下を「無料で点検します」と突然自宅に訪問してきた業者から「このままでは大変なことになる」等と不安をあおられ、高額な商品やサービスを契約させられたという相談が、全国の消費生活センターに寄せられています。以下のポイントを押さえておきましょう。

- ① 突然、訪問してきた業者から屋根の点検や屋根工事の契約を勧められた場合は、その場で点検依頼や契約はせず、相手の言うことが事実か、必要な工事かどうかを家族や周囲の人に相談しましょう。
- ② 無料や格安で点検すると訪問してくる業者には、対応しないようにしましょう。
- ③ 屋根工事の契約をする際は、複数業者から見積書を取って比較することも大切です。訪問販売や電話勧誘販売等は、クーリング・オフを行うことができます。

何か分からないことがあったりトラブルにあってしまった場合は、一人で悩まず早めに行方市消費生活センターに相談してください。

— 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。

鹿島アントラーズの試合観戦に関するアンケートにご協力ください

ホームタウンの皆さまを対象に試合観戦に関するアンケートを実施します。
QRコードからアンケートフォームに沿って回答のご協力をお願いします。
アンケートにご協力いただいた方の中から抽選で100組200人にホームゲームの観戦ペアチケットの招待クーポンをプレゼントします。



2021 シーズンスローガン

【招待試合】 10月2日(土) または 3日(日) VS 横浜FC戦
【アンケート回答締切】 8月30日(月)

今月のホームゲーム
【J1リーグ】
◇8月15日(日)
第24節
徳島ヴォルティス

※状況によりプレゼント内容が変更となる可能性がございます。
あらかじめご了承ください。

アンケートQRコード▶



市ではフードロス削減の取り組みとして「手前どりキャンペーン」を実施します

市では、持続可能なまちづくりを推進していくために、SDGs(エス・ディー・ジーズ)の理念に沿ったまちづくりを市政方針としており、現在は、その理解を深めるための取り組みを行っています。

本年度、その取り組みの一環として、フードロス削減を目的とした「手前どりキャンペーン」を実施しますので、食料品を販売している小売店のご参加をお願いします。

【取り組み概要】

小売店内の食品陳列棚へ、下記「手前どりポップ」を設置し、賞味期限の短い食品から優先して消費することを啓発します。(サイズ:20.5cm×4cm)

【申し込み方法】

ご協力いただける店舗へ、必要な枚数の啓発用ポップ(1店舗あたり20枚目安)をお渡しします。ご協力いただける際には、政策秘書課までご連絡をお願いします。

政策秘書課政策秘書グループ ☎0299-72-0811



◆編集後記◆
毎年この季節は、エアコンがいか
に優れた機械かを思い知らされます。
家に帰ったとき、家族がエアコンを
つけてくれていると、天国にきたよ
うな気分になります。昔は扇風機一
つで夏を乗り切れた記憶があります
が、昨今のこの環境では不可能に思
えてきます。就寝前にエアコンのタ
イマー機能を使うなどの方法で寝苦
しい夜を乗り切りたいですね。うっ
かりタイマーを設定せずに就寝して
しまった場合には、次の日に後悔す
ることになりますので、その点はご
注意を！(大)

かわいい笑顔あつまれ！

おもちゃで遊ぶのが大好き！

たかしま さくら ちゃん 1歳
高嶋 咲良

スマホでもっと楽しめる！市報なめがた デジタルブック！

▼市報に登場するこのマークに注目！

市報に掲載されていない画像や動画をご覧いただけます。右のQRコードから無料アプリ(カタボケ)でご覧ください。

デジタルブックは10言語に対応

※対応言語：日本語、英語、中国語(繁体字・簡体字)、韓国語、タイ語、ポルトガル語(ブラジル)、スペイン語、インドネシア語、ベトナム語(※ベトナム語は音声読み上げ機能には対応していません。)

「市報行方」は、公共施設等にも配置しています。
【市報配布に関するお問い合わせ】
総務課(麻生庁舎) ☎0299-72-0811

スマートフォンをお持ちの方は、こちらから市公式ホームページをご覧ください。