

なか

発行日 平成28年7月11日

発行 那珂市

編集 秘書広聴課広報グループ

〒311-0192

茨城県那珂市福田1819-5

E-mail hisho-k@city.naka.lg.jp

U R L <http://www.city.naka.lg.jp>

目次 Contents

まちづくり委員会正副委員長・正副自治会長 … 2

那珂市議会 第2回定例会 … 4

国民年金保険料免除制度 … 6

那珂市消費生活センターです … 7

那珂ふるさと大使通信 … 8

那珂市内放射線量測定状況 … 13

まちの話題 … 14

Information … 16

さわやかさん ほか … 20

写真：親子の集い



地区まちづくり委員会の正副委員長、 自治会の正副自治会長を紹介します

地区まちづくり委員会は、地区内の自治会だけではなく、地区内で活動している市民活動団体などで構成され、市内8地区に設置されています。地区まちづくり委員会では、構成団体間の交流や情報交換、区域内におけるまちづくりの共通目標の設定や共通課題の解決、区域内の行政要望の取りまとめなどを行っています。

神崎地区まちづくり委員会		
委員長	副委員長	拠点施設【神崎地区交流センター】
山田 義文	大内 廣三	横堀1526番地1(ふれあいセンターよこぼり内) ☎・FAX 270-8008

額田地区まちづくり委員会		
委員長	副委員長	拠点施設【額田地区交流センター】
成田 昭夫	船橋 利秋	額田南郷31番地2 ☎・FAX 295-6110

菅谷地区まちづくり委員会		
委員長	副委員長	拠点施設【菅谷地区交流センター】
平野 道代	平野 治	菅谷2378番地1 ☎ 295-7175 FAX 229-0832
	柏村 勝	

五台地区まちづくり委員会		
委員長	副委員長	拠点施設【五台地区交流センター】
宮田 経詔	峯島 正則	後台1491番地43(ふれあいセンターごだい内) ☎ 353-2666 FAX 353-2667

戸多地区まちづくり委員会		
委員長	副委員長	拠点施設【戸多地区交流センター】
根本 衛	市村 陽一	戸2297番地 ☎・FAX 297-0877

芳野地区まちづくり委員会		
委員長	副委員長	拠点施設【芳野地区交流センター】
間宮 一	里口 邦夫	飯田307番地1(ふれあいセンターよしの内) ☎ 295-2673 FAX 295-2819
	高橋 明	
	平松 茂夫	

木崎地区まちづくり委員会		
委員長	副委員長	拠点施設【木崎地区交流センター】
海野 藤男	仲田 精	門部2899番地1 ☎・FAX 298-0767

瓜連地区まちづくり委員会		
委員長	副委員長	拠点施設【瓜連地区交流センター】
金子 巖	飯田 士朗	古徳371番地(総合センターらぼーる内) ☎ 296-1134 FAX 296-3934



地区	自治会名	自治会長	副自治会長
神崎	本米崎	佐川 茂	海老澤 守
	向山	大内 廣三	小澤 一好
	横堀	中庭 一郎	田所 盛一
	堤	澤畑 榮一	澤畑 壽一
	杉	笹嶋 信成	瀬谷 正志
額田	額田第一	片野 雄三	成田 俊幸
	額田第二	原 孝正	和田 和昭
	額田第三	中原 彰	菊池 寛
			綿引 勝見
	額田第四	小松崎 洋光	武藤 明男
	額田第五	中島 澄夫	鈴木 富士雄
額田第六	岩佐 茂	宮崎 洋一	
菅谷	鷺内	寺門 好明	加藤 利行
			大森 政一
	東組	平塚 友一	宮田 俊三
			柏村 勝
	寄居	荒木 武平	植田 貢
	伸之内	成田 義美	赤津 秀雄
	堀之内	磯崎 芳信	萩野谷 孝
	下宿下	宮田 光明	横須賀 猛
	下宿上	檜山 均	入江 洋
	菅谷中宿	宮田 實	松田 正紀
			中道 秀哉
	上宿第1	後藤 只男	大柴 正義
	上宿第2	照沼 捷	椿 一則
	上宿第3	會澤 伸洋	藤 正文
	一の関	卜部 一弘	飯塚 賢治
	原福田	高橋 賢	高橋 正美
	仲福田	海野 好文	吉原 正夫
	下福田	坪 哲夫	鈴木 和則
	かしま台	野田 敏之	大窪 勝廣
	ときわ台	小原 建治郎	今川 茂則

地区	自治会名	自治会長	副自治会長
五台	野仲	峯島 智之	増子 眞次郎
	上宿	塩野 稔	塩野 好文
	後台中宿	峯島 正則	井上 康夫
	田向	柏崎 清一	増子 健一
	後台第三	櫻庭 壮恵	久野 光一
	中台第一	石井 信行	森島 好雄
	中台なみき	江面 遠	石井 信一
	中台津田	根本 良久	小野崎 敏雄
	東木倉	山田 修	見川 泉
	西木倉	谷田部 義孝	植田 純夫
豊喰	坂本 龍男	上田 隆夫	
戸多	下江戸	秋山 耕一	小貫 弘
	大内	根本 文雄	根本 隆
	田崎	阿久津 敏樹	鈴木 好一
	立石	柳橋 優	小田部 好男
	宿	須藤 淳	檜山 幸一
	若宮	関 勝栄	小林 久雄
中谷原	水野 一男	小暮 一義	
芳野	飯田	間宮 一	川久保 利春
	鴻巣	里口 邦夫	細谷 清一
	旭	高橋 明	萩谷 孝夫
			瀬谷 昭男
戸崎	平松 茂夫	檜山 公明	
木崎	鹿島	箕川 正美	小林 近光
	白河内	仲田 精	綿引 文男
	門部台	海野 藤男	大久保 賢一
	門部坪	助川 高志	中井川 和
	下河原	會澤 順一	古谷 虎行
	北酒出	鈴木 稔	小林 昭夫
	内宿	池島 義昭	桐原 優
	新宿	袴塚 勝壽	片岡 安
	静	金子 巖	萩庭 興
	下大賀	飯田 士朗	寺門 久一
瓜連上	渡辺 久雄	古目谷 富男	
瓜連中	綿引 秀榮	櫻井 勝巳	
瓜連下	中井川 明夫	加藤 公	
古徳	小泉 孝	大曾根 栄	
中里	安島 英典	小坪 光久	
鹿島	海老根 康夫	井坂 悟	
平野第1	赤川 博	小林 克利	
平野第2	庄司 眞一	目黒 嵩	
平野第3	松淵 慶信	君塚 雅人	

市内69の自治会では、市民の最も身近な地域コミュニティである班（組合）という単位を通じて、地域の皆さんとの交流や親睦を深める活動、地域のさまざまな情報の回覧や広報紙の配布、防犯や環境美化などの活動を行っています。

自治会長は、地域の代表として、皆さんからの行政に対する要望を取りまとめるとともに、自治会役員などと協力し、地域における課題の解決に取り組んでいます。また、自治会だけでは解決できない課題について、行政と協議を行うなど、行政との重要なパイプ役を担っています。

お問い合わせ

市民協働課市民活動グループ
☎298・1111
(内線263・265)

平成28年第2回那珂市議会定例会

6月10日～28日の19日間の会期で開催

議会



市長提出議案は報告7件、条例の一部改正3件、平成28年度補正予算2件、その他4件合わせて16件について審議され、全議案について可決されました。

行政概要報告（抜粋）

■県立那珂高等学校における選挙啓発について

5月23日、県立那珂高等学校において「有権者になるみなさんへ」と題して、3年生159人を対象に市選挙管理委員会による出前講座を実施しました。一票を投じることの必要性、政治活動へ参加する際の注意点などについて説明するとともに、実際の投票方法を知ってもらうため、投票所を模したセットにより、生徒代表の22人による模擬投票を行いました。

■協働のまちづくり推進フォーラムの開催について

3月12日、総合センターらぼーるにおいて、83人の参加のもと「つまり場から広がるふれあいの輪」協働のまちづくり推進フォーラムを開催しました。特定非営利活動法人くらし協同館なかよしの理事長、塚越教子氏による「みんなが生きがいを持って元気に暮らせるまちづくり」と題した基調講演の後、事例発表として、市民活動支援事業の部で、瓜連おはやし保存会、NPO法人那珂市サッカー協会、日独自然保護研究会、額田城跡保存会が発表、市民自治組織の部として、木崎地区まちづくり委員会が発表しました。

■臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金および高齢者向け給付金について

平成26年4月の消費税率引き上げに伴い、所得の低いかたや子育て世帯の負担を緩和するため、臨時福祉給付金および子育て世帯臨時特例給付金を支給しました。

臨時福祉給付金については、3月末日までに8424人に支給しました。子育て世帯臨時特例給付金については、3月末までに6635人に支給し、事業終了となりました。

4月からは高齢者向け給付金（年金生活者等支援臨時福祉給付金）の支給が開始されました。支給対象者は、平成27年度臨時福祉給付金の支給対象者（平成27年度分の住民税が非課税など）で平成29年3月31日までに65歳以上になるかたです。申請書を支給対象者に発送し、5月6日から受け付けを開始しました。第1回目の支給は6月9日を予定しています。

■障がい者就労支援および障害者差別解消法に伴う取り組みについて

障がい者への理解と社会参加の一層の促進を図り、働く障がい者の工賃向上の一助となることを目的に、昨年の12月から引き続き、毎週火曜日、市役所本庁舎1階ロビーにおいて、障がい者就労支援事業所の定期的な物品販売会を行っています。

また、障害者差別解消法施行に伴い、全職員を対象に障がい者差別解消職員研修会を行いました。5月11日から全11回の日程で、職員、臨時職員など735人が参加しました。

■徘徊高齢者家族支援サービス事業について

4月から徘徊行動の見られる認知症高齢者を介護している家族に対し、高齢者の位置探索機器の貸与を開始しました。

■八重桜まつりについて

4月16日から5月3日まで、「八重桜まつり」を静峰ふるさと公園で開催しました。4月23日、24日および29日に、郷土芸能やよさこいソーラン、コンサートや夢AKARIによるライトアップ、モデル撮影会などの各種イベントを実施し、大勢の家族連れや観光客で賑わいました。開催期間中には、約3万3000人が来園しました。

■市営住宅の管理業務の一部委託について

行財政改革大綱による外部委託の検討および増え続ける緊急修繕業務や家賃滞納整理などに対応するため、4月から市営住宅管理業務の一部（滞納整理・緊急修繕・24時間コールセンターの開設など）を（財）茨城県住宅管理センターへ委託しました。

■公共下水道事業について

平成27年度に工事が完了した、額田地区の13・12ha、後台地区の11・59ha、門部地区の7・04haについては、4月に供用開始しました。

■額田幼稚園の閉園式について

3月19日に額田幼稚園で、園児、教職員、地域のかたがたをはじめ、卒園生や保護者など約120人の参加のもと、閉園式を行い、49年間の歴史に幕を下ろしました。

■コミュニティ・スクールについて

学校と地域住民などの信頼関係を深め、一体となって学校運営の改善や児童生徒の健全育成に取り組みことを目的として、学校運営協議会（コミュニティ・スクール）がスタートし、白鳥学園那珂市立瓜連小学校、瓜連中学校の2校を学校運営協議会設置校に指定し、18人を委員に任命しました。

■「戦後70年 戦争の記憶」について

3月末に「戦後70年 戦争の記憶」を発行しました。市史編さん委員会により、戦争の回顧、戦時下の国民生活、戦時下の教育、満蒙開拓、敗戦と占領政策、戦争体験、史料編の章立てにより戦争の全体像を理解できるように編さんしました。歴史民俗資料館・生涯学習課・図書館・中央公民館において販売しています。

■消防業務について

消防訓練指導については、3月1日から5月31日までに事業所や学校などを対象として14回行い、1737人が参加して、防火防災知識の習得と防火意識の向上を図りました。

また、応急手当普及のため普通救命講習会を10回行い、213人が修了しました。救命入門コース（受講対象者：小学4年生以上、講習時間：90分）は1回行い、29人が参加しました。

火災出場件数については、車両2件、その他2件で合計4件、救急出場件数については、急病290件、交通事故59件、その他147件で合計496件となっています。

さらに、出水期を控え、水防体制の強化と防災意識の高揚を図るため、5月28日に東海村石神外宿久慈川右岸河川敷において、那珂市・常陸太田市・日立市・常陸大宮市・東海村の4市1村により、平成28年度久慈川水系連合水防訓練を行いました。

■東日本大震災について

市民の放射線に対する不安を解消するため、公共施設等における空間放射線量および水道水の放射性物質濃度の測定を引き続き実施するとともに、簡易測定器により、保育所や学校の給食食材および市内で生産された農畜産物を独自に検査し、食に

おける安全の確保と風評被害の防止に努めています。これらの測定結果については、市ホームページや広報紙などで公表しています。

なお、市内および県内農産物の放射性物質検査については、原木しいたけを除いたすべての農産物で未検出または基準値以下であり、出荷制限は解除されています。

被災されたかたを支援するため、引き続き被災者生活再建支援制度による国の支援金および県・市の災害見舞金を支給しており、5月末現在の支給状況は、次のとおりです。国

の支援金は、全壊が206件、大規模半壊が9件、合計215件で総額2億7475万円です。県の災害見舞金は、半壊179件537万円です。市の見舞金は、住家の全壊が46件、半壊が242件、非住家の半壊以上が278件、合計566件で総額1948万円です。

また、災害援護資金の貸付は、10件で1930万円です。

平成28年6月10日

那珂市長 海野 徹

全議案可決

市長提出議案

◎報告

専決処分について（那珂市税条例等の一部を改正する条例）
／専決処分について（那珂市都市計画税条例の一部を改正する条例）
／専決処分について（那珂市国民健康保険税条例の一部を改正する条例）
／専決処分について（那珂市固定資産評価審査委員会条例の一部を改正する条例の一部を改正する条例）
／専決処分について（那珂市立幼稚園保育料徴収条例の一部を改正する条例）
／平成27年度那珂市一般会計繰越明許費繰越計算書について
／平成27年度那珂市下水道事業特別会計繰越明許費繰越計算書について

◎条例の一部改正

那珂市復興産業集積区域における固定資産税の課税免除に関する条例の一部を改正する条例
／那珂市家庭的保育事業等の設備及び運営に関する基準を定める条例の一部を改正する条例
／那珂市医療福祉費支給に関する条例の一部を改正する条例

◎平成28年度補正予算

平成28年度那珂市一般会計補正予算（第1号）
／平成28年度那珂市一般会計補正予算（第2号）

◎その他

茨城県央地域定住自立圏の形成に関する協定の締結について
／物品売買契約の締結について
／人権擁護委員の推薦について
／那珂市固定資産評価審査委員会委員の選任について

国民年金保険料の
納付が困難！

そんなときは…

「保険料の免除制度」があります！！

国民年金の月額保険料は、1万6,260円（平成28年度）ですが、所得が少ないなど保険料を納付することが経済的に困難な場合には、申請により保険料の納付が免除される制度があります。

保険料の免除制度

この制度では、前年度の所得などを審査し、承認を受けることにより、その期間の全額または一部の納付が免除されます。

承認期間 7月から翌年6月まで

◆免除制度の種類

保険料の免除制度	保険料額（月額）	老齢基礎年金にどれくらい反映される？
全額免除	—	2分の1が反映
4分の3免除	4,070円	8分の5が反映
2分の1免除	8,130円	4分の3が反映
4分の1免除	12,200円	8分の7が反映

※注意事項※

一部免除制度は、保険料の一部を納付することにより、残りの保険料が免除になる制度です。一部保険料を納付しなかった場合、その期間の一部免除が無効（未納）となるため、将来の老齢基礎年金の年金額に反映されません。

保険料の納付猶予制度

50歳未満のかたで所得が少なく、本人と配偶者の所得が一定の基準以下であれば、その期間の保険料の納付を先延ばし（10年間）にすることができます。

承認期間 7月から翌年6月まで



平成28年7月1日に、対象年齢が「30歳未満」から「50歳未満」に拡大されました。詳しくは、お問い合わせください。

免除・納付猶予を申請するには

- 年金手帳と印鑑をお持ちください。
- 失業が理由のときは、雇用保険被保険者離職票または雇用保険受給資格者証の写しが必要です。

保険料の「追納」をおすすめします

国民年金保険料免除、納付猶予が承認された期間は、国民年金の保険料を定額で納めた場合よりも老齢基礎年金の受け取り額が少なくなってしまいます。これらの期間の保険料は、10年以内であれば後から納めることができます。ただし、3年度目以降に保険料を追納する場合には、承認を受けた当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。

追納することにより、保険料を納付した場合と同じ年金額で老齢基礎年金を受け取ることができます。

学生を対象とした「学生納付特例」の平成28年度分申請は4月から始まっています！



問い合わせ 保険課保険・年金グループ ☎298-1111（内線142～147）



SF商法(催眠商法)を知っていますか？

—あなたもハマる!? 催眠商法のワナ—

今回は、悪質商法の「SF商法」とはどのようなものかを皆さんにお知らせします。悪質商法に巻き込まれないように注意してください。

SF商法ってどういうもの？

「景品をプレゼントします」「健康にいい話をします」と言って人を集め、閉め切った会場で日用品などを次々と無料で配り、雰囲気を盛り上げ興奮状態にしてから最終的に高額な商品を売りつけるもの。

事例

近くの空き店舗で開催している健康講座に参加すると、卵やお米などの食品や日用品をもらえるとの広告が自宅のポストに入っており、早速友人と出向いた。

講座の最後に、健康食品などの販売があり、さまざまな高額商品を購入する契約をした。

取り扱われる商品

布団、磁気マットレス、電気治療器、健康食品、浄水器などの家電製品など



■高齢者が会場に出向き、商品の説明や健康関連の話を聞き、無料商品をもらう

《出向くきっかけ》

- 知人に誘われたから
- 無料で商品がもらえるから



■毎日のように通うようになる

《通い続ける理由》

- 無料・割引商品がもらえるから
- 来場のたびに押してもらえるスタンプカードがあるから
- 持病などの健康に不安があり、健康講座が面白いから
- 自宅にいるより楽しいから



■そのうち、高額な商品の購入を勧誘され、高額と思いつつも購入してしまう

《購入した理由》

- 説明を聞いてよいものだと思い、特別販売、特別割引などと言われたから
- 店員が「あなたのために勧めている」などと説得し続けるから

注意したいポイント

教訓
ただより高い
ものはない!

- 無料で商品がもらえるからといって安易に会場へは近づかないようにしましょう。
- 老後の大切な資金を取り崩しても購入が必要かどうか、よく考えるようにしましょう。
- 「今日だけ」「今だけ」「特別に」というような言葉に惑わされず、本当に必要な商品なのかよく考えましょう。

◆もし契約してしまったら

特定商取引法では、上記のような集客方法をとるものも訪問販売と定めています。訪問販売は、契約書を受け取った日から8日以内であれば、クーリング・オフができます。やむを得ず契約したり、購入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。

◆困ったことやわからないことがありましたら、消費生活センターにご相談ください◆

ふるさと大使の「那珂良し来良し」

な か よ し こ よ し



問い合わせ

秘書広聴課秘書グループ
☎ 298・1111 (内線 423・424)



税理士法人古田土会計代表社員、公認会計士

こ だ と みつる
古田 土 満 さん
(千葉県在住)

那珂ふるさと大使の古田土満と申します。昭和27年生まれて芳野小学校、芳野中学校を卒業しました。現在は東京都江戸川区で、税理士法人古田土会計の代表社員と公認会計士の仕事をしています。「日本中の中小企業を元気にする」という使命感を掲げ中小企業で働く社員と家族を幸せにするためにお金の儲け方とお金の残し方の指導を約2000社の顧問先に行っています。平成27年7月には『社員100人までの会社の社長の仕事』という本を出版し、今年の7月ごろには5冊目の著書として経営計画の本を出版する予定です。

古田土会計は平成26年度の「おもてなし経営企業30選」(経済産業省)や「がんばる中小企業300選」(中小企業庁)に選ばれ、「精神障がい者等雇用優良企業20社」(厚生労働省)に認定されました。私たちが中小企業のモデルとなつて、日本中の中小企業を元気にしたいと思つてい

ます。

私は那珂市で生まれ、那珂市に育てられたものですから恩返しとして「ふるさと納税」を那珂市にしています。多くの那珂市出身者が那珂市に「ふるさと納税」をすれば市の財政の助けになるばかりでなく、那珂市の特産品を頂ければ、産業がうるおい、雇用が創出されます。地元愛も強くなります。私は「ふるさと大使」に選ばれたことに感謝しています。私のことが記事になると母がとても喜んでくれます。親に恩返しはできませんが、親が喜んでくれることができましたことが親孝行です。これからも那珂市のためにお役にたてることはしていきます。



那珂市の障害者優先調達推進法の 取り組みについて公表します

問い合わせ

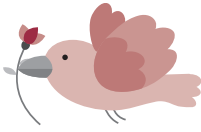
社会福祉課障がい者支援グループ
☎298・1111(内線126～128)

※障害者優先調達推進法は、障がい者就労施設で就労する障がい者が在宅で就業する障がい者の経済面の自立を進めるため、国や地方公共団体、独立行政法人などの公的機関が、物品やサービスを調達する際、障がい者就労施設などから優先的に積極的に購入することを推進するために制定されました。

市では、この法律の趣旨にのっとり、法が施行された平成25年度から目標額を設定し、障がい者就労施設からの物品などの調達を推進しています。平成27年度の目標額は110万円でしたが、実績がまとまりましたので、公表します。

※障害者優先調達推進法

国等による障害者就労施設等からの物品等の調達の推進等に関する法律

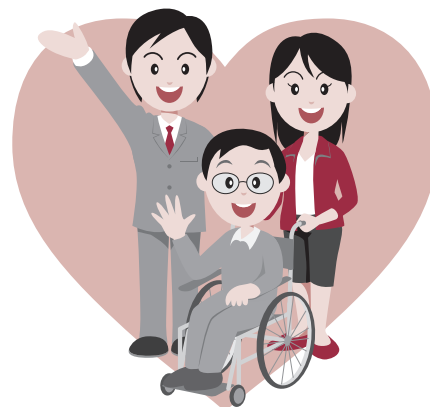


課名	内容	実績額(円)	障害者就労施設
商工観光課	下江戸河川敷トイレ清掃 (1,500円/回)	111,000	あおいとり (飯田)
	古徳沼トイレ清掃 (1,500円/回)	111,000	みらい (戸)
こども課	木崎学童保育所除草	9,500	みらい (戸)
	日本米崎学童保育所除草	11,500	みらい (戸)
	地域子育て支援センター内 除草・防草シート張り	22,500	えくぼ (後台)
学校教育課	日本米崎小学校除草	155,100	みらい (戸)
	旧戸多小学校除草	255,000	みらい (戸)
	横堀幼稚園除草	34,000	ゴダイファクトリー (後台)
	額田幼稚園除草	42,000	ゴダイファクトリー (後台)
	菅谷幼稚園除草・畝づくり	19,250	ゴダイファクトリー (後台)
	菅谷西幼稚園除草	36,000	ゴダイファクトリー (後台)
	五台幼稚園除草・畝づくり	23,650	ゴダイファクトリー (後台)
	芳野幼稚園除草・畝づくり	31,750	ゴダイファクトリー (後台)
総合公園	花壇整備	154,710	みらい (戸)
建築課	市営住宅除草 (かしま台、静駅前、上宿西)	78,150	ゴダイファクトリー (後台)
社会福祉課	封筒印刷 (長3窓あき)	52,460	ハートケアセンターひたちなか (ひたちなか市)
	窓付封筒作成および印刷	185,976	身体障害者就労支援施設のぞみ (水戸市)
	返信用封筒作成および印刷	110,916	身体障害者就労支援施設のぞみ (水戸市)
	封入封緘	69,535	オアシス (鴻巣)
計		1,513,997	7 事業所

■平成27年度実績…目標額110万円

障がい者就労施設で働く障がい者の平成26年度の県平均工賃は、1万1465円/月額(就労継続B型の場合)であり、障がい者が日常生活を営むために十分な額ではありません。市では、平成28年度の調達目標額を、155万円とし、障がい者就労施設などからの物品などの調達について、更に推進していきます。

また、国が定める基本方針では、国、地方公共団体などが自ら率先して推進することを呼び水として、民間部門へも取り組みの輪を広げることが重要としていことから、民間事業所などによるご協力についてもよろしくお願ひします。



■平成28年度久慈川水系連合水防訓練



5月28日、東海村の久慈川河川敷で久慈川水系連合水防訓練を実施しました。

連合水防訓練は出水期を前に、水防技術の向上と水防体制の充実、住民の水防に対する理解と協力を深めることにより、洪水による水害の未然防止や軽減を目的として、毎年実施されているものです。国土交通省をはじめ、県土木部各関係機関のご協力・ご指導をいただき、那珂市、常陸太田

市、日立市、常陸大宮市、東海村の4市1村の持ち回りで、今年は、東海村が当番で訓練を実施しました。

訓練は「土のうこしらえ」「竹とげ」「木流し」「むしろ張り」「五徳縫い」「折り返し」「積土のう」「月の輪」工法を行いました。「竹とげ」工法は、各種水防工法に使用する竹の先端を尖らせるものです。「木流し」工法および「むしろ張り」工法とは、堤防の川側斜面の深掘れ（洗堀）の進行を抑える工法で、投入した樹木の抵抗力やむしろ（現在はブルーシートなどを使用）に骨組み材や重し土のうを取り付けた状態で河川に投入し直接堤防を保護するものです。「五徳縫い」工法および「折り返し」工法は、堤防の天端や裏側に亀裂が生じた場合に竹の弾力性を利用して亀裂の拡大を防ぐものです。「月の輪」工法は、堤防から漏水している場合、漏水箇所周辺に土のうを月の輪状に積み上げ水深を保つことにより、川側との水位差を小さくし、漏水量の増加を抑え、堤防内部の土砂流出による決壊を防止するものです。那珂市水防団は、今回の水防訓練をはじめ、水害から市民を守るために日々努力を重ねています。



土のうこしらえ工法



積土のう工法

（秋田県横手市から参りました） 中村の「なかなかいい」那珂暮らし②

こんにちは、友好都市の秋田県横手市役所から那珂市役所へ派遣されている中村元です。

私が那珂市に派遣されたルーツを辿ると、およそ420年前にこの地を治めていた戸村氏が秋田へ移り横手城代となった縁から始まっているということから、横手と縁のある場所を家族で巡ってきました。

歴史民俗資料館から始まり、戸村城跡で往時を偲んだ後、戸村氏の菩提寺の龍昌院に立ち寄りしました。実は横手にも「龍昌院」があるので、戸村氏と一緒にお寺も移ったも



ので、現在では戸村家顕彰碑が建立されています。

戸村氏の歴史を辿った後は、源義家の伝説が残る「鞍掛石」と「静のムクの木」を回りました。鞍掛石には義家が馬の鞍を石の上に置くと石が鞍の形になってしまったという伝



説が、静のムクの木には義家が地面に差して忘れていった鞭が木になつたという伝説が残っています。これらは「後三年合戦」と呼ばれる奥州討伐の合戦に向かった際のもので、その合戦の舞台となつたのが現在の横手市です。余談ですが、合戦の最中にわらで包んだ豆が馬の体温で発酵して納豆が生まれたという言い伝えから、横手市を「納豆発祥の地」とする説があります。後に茨城県名産となる納豆は、合戦に参加した武将や兵が伝えたのかもしれないね。また、後三年合戦をモチーフにした横手の武将パフォーマー「清原紅蓮隊」では、私の同級生が義家を演じています。420年前から続く縁で私がここにいるというのは不思議なものです。が、那珂市で出会うものを新たな縁として、大事にしていきたいと思えます。

口呼吸の恐ろしさを知っていますか？

かわすみ歯科医院 川澄 一夫 先生

私は、中学校の校医をしています。が、口呼吸の生徒が意外に多いです。人は本来、鼻で呼吸することによって健康が保たれるようになってきています。生まれたばかりの赤ちゃんは、みな鼻呼吸です。ところが、人は口で呼吸することもできるのです。何かのきっかけでそれが習慣になってしまふのです。

しかし、口で呼吸することは、鼻でものを食べるのと同じぐらい、体の使い方からすると奇妙なことです。機能に逆らった使い方をする、体はいろいろな体調不良を引き起こし、ひいてはさまざまな病気の発症へとつながっていきます。

口呼吸が引き起こす病気はたくさんありますが、口腔内では、まず口臭があります。これは口呼吸により口の中が乾燥して、だ液による殺菌・消毒が不十分なために起こります。2つ目はドライマウスです。この病気の人は、頻繁に水分をとつても口の乾きはとれません。なぜなら、口に潤いをもたらすのはだ液だからです。水分をとりすぎると、だ液はかえって薄められ、口の中はますます乾いてしまふのです。口を閉じてさえいれば、口の中は自然にだ液に満ち、潤うものです。3つ目が歯周病です。歯周病の予防で最も大切

なのは、歯磨きであることは言うまでもありません。そもそもだ液には、抗菌作用がある物質や免疫物質が含まれています。しかし、口呼吸の人はだ液の分泌が少ないので、歯周病の原因となる細菌が繁殖し免疫機能も低下してしまいます。これは虫歯でも同じことが言えます。ですから、同じように歯磨きをしても、口呼吸の人は、歯周病の感染リスクが鼻呼吸の人に比べて非常に高くなっています。

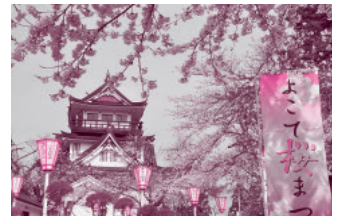
口呼吸の習慣は、体の免疫システムを破壊し、さまざまな病気を引き起こす要因となります。

「たかが呼吸一つ」と思ってもくれませんが、呼吸は体にとって非常に重要なことです。健康に長生きするために、口呼吸の習慣を改め、本来の鼻呼吸に戻しましょう。



れています。

業務内容としては各地域のイベント・お祭りに関する業務となっています。旧横手市と増田町・平鹿町・雄物川町・大森町・十文字町・山内村・大雄村の8市町村の合併で誕生した横手市では、それぞれの旧町村ごとのイベントやお祭りがあり、4月には横手公園展望台での桜まつり、5月には秋田県唯一の熱気球（バルーン）のイベント「秋田スカイフェスタ」、や「さんない芝桜まつり」、「大森リゾート村芝桜フェスタ」などのイベントが行われ、多くの観光客でにぎわっていました。



私は現在、夏のお祭りやイベントに向けて地元の関係者や企業のかたがたのご協力を得ながら準備を進めているところです。観光部門での業務は初めてということもあり、とまどうこともあります。法令や規則に縛られることがほとんどない部門ですので、参加者に楽しく過ごしてもらい、そしてよかったと感じてもらえるようにしたいと思います。横手市での経験や人々との交流を通じて、那珂市の観光をさらに盛り上げられるヒントが得られればと思っています。最後に宣伝になってしまいますが、7月に「第13回よこての全国線香花火大会」、8月に「横手の送り盆まつり」、9月に「横手やきそば四天王決定戦2016」が予定されていますので、ぜひ横手市に遊びにきてください。

秋田県横手市から
お届けします
～横手だより～



皆さんこんにちは、那珂市役所入庁5年目の竹林隆太です。私は、現在那珂市から派遣職員として、秋田県の南東に位置する横手市にきています。那珂市からは、高速道路を利用して5～6時間ほどで横手市に到着します。市街地は那珂市の国道349号線沿いの店舗の並びに似ており、市街地を過ぎると豊かな水田地帯があり、のどかな風景が広がっています。生活環境としては那珂市とさほど変わらないような感じがします。



そんな横手市という新しい土地で4月から横手市商工観光部観光おもてなし課に勤務しています。職場は、JR奥羽本線の横手駅から徒歩2分にある「よこてイースト」という建物の一面にあり、スーパーや銀行、FMラジオ、交流センターが併設されています。近くの広場では、弾き語りコンサートやフリーマーケット、農産物販売が行われ、若者からお年寄りまでさまざまな人でにぎわっており、とても活気であふ



◆新着本案内

【一般書】

- 『失われた過去と未来の犯罪』
／小林泰三 著
- 『PTAグランパ!』
／中澤日菜子 著
- 『神奈備』
／馳星周 著
- 『老いも病も受け入れよう』
／瀬戸内寂聴 著
- 『少女奇譚 あたしたちは無敵』
／朝倉かすみ 著

【児童書】

- 『カルペパー一家のおはなし』
／マリオン・アピントン 作
／ルイス・スロボドキン 絵
- 『こころのおと』
／ピーター・レイノルズ 文・絵
／なかがわちひろ 訳
- 『やさいのがっこう とまとちゃんの
たびだち』
／なかやみわ 作
- 『あそぼ』
／エルヴェ・テュレ 作
／たにかわしゅんたろう 訳

★『蜃気楼の犬』
／呉勝浩 著 講談社
県警本部捜査一課の番場は、歳の離れた身重の妻を愛し、日々捜査を続けるベテラン刑事。ルーキー刑事とともに難事件の捜査に取り組む中で、番場は自らの「正義」を見失い……。『小説現代』掲載に書き下ろしを加えて書籍化。
(出典：TRC MARC)



★『魔女バジルと黒い魔法』
／茂市久美子 作・よしざわけいこ 絵 講談社(わくわくライブラリー)
「黒い魔法」は、ひとがおくられたくない魔法のこと。ある日バジルの家に、予言のような詩が届きました。心配になったバジルは……。『魔女バジル』シリーズ第3弾。『毎日新聞』大阪本社発行版連載を加筆・訂正。
(出典：TRC MARC)



図書館カレンダー

8月

August

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			

休館日

おはなし会

- 7日・21日
午後2時～
- 18日
午前10時30分～
- 26日
午後3時～



選挙いろいろ

Q & A

このコーナーでは、市民の皆さんが選挙について抱いている疑問や、知りたいことについてお答えしていきます。

Q 無効投票って何？

A 無効投票とは、適法な記載がなされていない票や適法な投票用紙を使用していない場合などをいいます。

無効投票となる場合の一例は、以下のとおりです(衆議院比例代表選挙、参議院比例代表選挙以外の場合で記載しています)。

- 所定の用紙を用いないもの
↓投票用紙は公製公給するものなので、所定の用紙以外は無効投票になります。
- 公職の候補者でない者、または、公職の候補者となることができないう者の氏名を記載したもの
↓選挙は立候補制度のため、ほかの選挙や選挙区の候補者など、当該選挙の候補者でない者を書いた場合、無効投票となります。
- 1つの投票に2人以上の候補者の氏名を記載したもの
↓1人1票の単記投票の原則から、候補者A、候補者Bと2人書いた場合、どちらの候補者に投票したのか分からないため、無効投票となります。
- 候補者の氏名のほか、他事を記載したもの
↓秘密投票の原則から、候補者名以外に他事を記載すると無効投票になります。例えば、「がんばれ○○○○」、「◇◇◇◇◇◇♥」などです。ただし、職業、身分の類の記載は、有効投票になる場合もあります。
- 白紙投票、単なる雑事、記号等を記載したもの
↓これらの票は、候補者の誰を記載したか確認し難い投票として、無効投票になります。

問い合わせ

那珂市選挙管理委員会
☎298・1111
(内線514・515)

那珂市内の放射線量の測定状況をお知らせします

市内の小中学校、幼稚園、都市公園、保育所（園）、体育施設などで放射線量を測定しています。また、市ホームページにも掲載しています。

○小中学校、幼稚園

担当課および測定場所	測定値	測定日
学校教育課	横堀小学校	0.052 6月8日
	額田小学校	0.053 6月10日
	菅谷小学校	0.057 6月10日
	菅谷東小学校	0.064 6月7日
	菅谷西小学校	0.071 6月7日
	五台小学校	0.066 6月10日
	芳野小学校	0.062 6月7日
	木崎小学校	0.063 6月7日
	瓜連小学校	0.074 6月10日
	横堀幼稚園	0.065 6月7日
	菅谷幼稚園	0.058 6月8日
	菅谷西幼稚園	0.078 6月10日
	五台幼稚園	0.068 6月10日
	芳野幼稚園	0.071 6月8日
	那珂第一中学校	0.055 6月8日
	那珂第二中学校	0.076 6月8日
	那珂第三中学校	0.065 6月7日
	那珂第四中学校	0.043 6月10日
	瓜連中学校	0.070 6月6日
	茨城学園	0.078 6月10日
	ナザレ幼稚園	0.048 6月10日
	さいせい幼稚園	0.073 6月7日
	大成学園幼稚園	0.074 6月10日
旧本米崎小学校	0.096 6月2日	

○公共施設

担当課および測定場所	測定値	測定日
健康推進課	保健センター(ひだまり)	0.083 6月6日
生涯学習課	中央公民館	0.086 6月3日
	図書館	0.075 6月1日
	那珂総合公園	0.075 6月3日
	歴史民俗資料館	0.080 6月3日
	ふれあいの杜公園	0.088 6月3日
市民協働課	ふれあいセンターよこぼり	0.072 6月9日
	ふれあいセンターごだい	0.079 6月7日
	ふれあいセンターよしの	0.075 6月8日
	総合センターらぼーる	0.091 6月8日
	戸多地区交流センター	0.064 6月8日
那珂聖苑	那珂聖苑	0.084 6月1日
都市計画課	中谷原公園	0.070 6月1日
	宮の池公園	0.073 6月1日
商工観光課	一の関ため池親水公園	0.070 6月14日
	静峰ふるさと公園	0.069 6月14日

○保育所、保育園など

担当課および測定場所	測定値	測定日
こども課	菅谷保育所	0.066 6月3日
	瓜連保育園	0.070 6月2日
	ゆたか保育園	0.077 6月3日
	かしま台保育園	0.074 6月10日
	ごだい保育園	0.072 6月2日
	大成学園額田保育園	0.042 6月1日
	地域子育て支援センター	0.070 6月1日

○測定値の単位は、すべて、マイクロシーベルト／時間です。

○小中学校、幼稚園、保育所（園）は地表面から50cmの高さでの測定値で、公共施設は地表面から1mの高さでの測定値です。

○測定結果は、すべて国の除染などの基準を下回っています。

○その他の高さの測定値は市ホームページをご覧ください。

●水道水の環境放射能水準調査結果

5月15日から6月14日までの期間、市内各浄水場（後台、木崎、瓜連）および芳野配水場の水道水の放射性物質（放射性ヨウ素および放射性セシウム）の測定結果は、いずれも不検出となっています。

詳細は、市ホームページをご覧ください。

◆学校給食食材の放射性物質測定検査について

学校給食センター（那珂・瓜連）で調理されている給食食材は、毎日放射性物質の測定を行い、基準値を超えていない食材のみを使用しています。

問 那珂市役所
 学校教育課
 健康推進課
 生涯学習課
 市民協働課
 都市計画課
 商工観光課
 こども課
 水道課
 那珂聖苑
 学校給食センター

☎298-1111
 内線8274
 内線531
 内線8282
 内線263
 内線355
 内線244
 内線252
 内線8365
 ☎352-0073
 ☎298-1102

【日常生活で少しでも放射線を少なくできる方法】

- 校庭・園庭などの屋外での活動後には、手や顔を洗い、うがいをする。
- 土や砂を口に入れないように注意し、口に入った場合には、うがいをする。
- 登校・登園時、帰宅時に靴の泥をできるだけ落とす。
- 土ぼこりや砂ぼこりが多いときは、窓を閉める。

男と女 輝いて生きる講演会



5月28日、総合センターらぼーるで、女性ネットワークなか総会終了後に「男と女 輝いて生きる講演会」が開催されました。

画家であり、茨城新聞に『灯台めぐり・ペダル旅』を連載中の武石堯さんを講師に迎え「私の家庭活動への参加」と題した講演では、武石さんの家庭での積極的な家事への関わり方に、会場からは驚きの声が上ががり、拍手がわき起こり大変盛り上がりました。

消費者月間をPR



国では、毎年5月を「消費者月間」としています。

市でも5月20日に消費者月間統一テーマ「みんなの強みを活かせる安全・安心な社会に一億総活躍」の下、マルトSC那珂でPR活動を実施しました。

当日は、市消費生活センター職員のほか、市内の消費者団体の皆さんが、啓発リーフレットを来店者に配布し、悪質商法などへの注意を促しました。

地域とともにある学校づくり



6月18日、総合センターらぼーるで、市家庭教育学級開設事業および市学校運営協議会啓発事業「地域とともにある学校づくり」推進フォーラムが開催されました。

ドキュメンタリー映画『みんなの学校』の上映後、先進地事例である福島県三春町立三春小学校、鉾田市立野友小学校などからパネラーを招き「地域と学校の連携・協働の在り方」をテーマにディスカッションが行われました。

花いっぱい運動



6月2日、那珂市農業後継者クラブ（会長・井上大輔さん（左から2番目））の皆さんから、「花いっぱい運動」の活動として、今年もベゴニアのプランター40鉢が市役所や瓜連支所など8施設に寄贈されました。現在17人の会員で活動している同クラブは、この活動を20年以上も続けられています。

当日は天候にも恵まれ、色とりどりの花が各施設に彩りを添えてくれました。



親切に教えてくれました

6月10日、五台小学校の5年生が県立水戸農業高校の水田で田植え体験をしました。素晴らしい晴天の下、子どもたちは裸足で水田に入り、農業科1〜3年生のお兄さんやお姉さんたちに教わりながら楽しんで田植えを行っていました。

泥だらけになりながら自分たちで植えた苗は、秋には自分たちで稲刈りする予定なのだとか。大きくなるのが楽しみです。



関東大会出場決定

東消防署救助隊が、6月16日に行われた第43回茨城県消防救助技術大会障害突破の部に出場し準優勝の好成績を収めました。

出場した海老根隊員、竹之内隊員、森戸隊員、石井隊員、新江隊員は、1日4時間以上の訓練を行い、大会本番では、その成果を存分に発揮しました。大会の結果、7月に神奈川県厚木市で行われる第45回消防救助技術関東地区指導会への出場権を獲得しました。



白球を追いかけて

菅谷ソフトボールスポーツ少年団が、6月4・5日に開催された「関東小学生男・女ソフトボール大会茨城県予選」で第3位となり関東大会への切符を手に入れました。

関東大会には選抜チームも多数参加する中、菅谷ソフトは、4〜6年生の女子3人を含む12人の単位団での参加となります。チームからは「練習の成果を存分に発揮し、勝利を目指し頑張りたい」との言葉をいただきました。



子ども会は楽しいよ！

6月11〜12日、常陸太田市西山研修所で市子ども会育成連合会主催の「第12回親子の集い」が行われました。

各地区子ども会の親子97人が参加し、がりがりトンボづくりからスタート、ウォークラリーで気持ちよい汗をかけた後は、鉄板焼きの夕食、キャンプファイヤーで他子ども会の参加者とも親睦を深めることができました。梅雨の谷間で暑い2日間でしたが、元気に楽しく過ごせました。

農地利用最適化推進委員を委嘱

4月1日から施行された改正農業委員会法で、「農地等の利用の最適化」といった「担い手への集積・集約化、遊休農地の発生防止・解消、新規参入を促進」する活動が農業委員会の新たな必須業務として位置づけられ、農地利用最適化推進委員が新設されました。

農地利用最適化推進委員は、農業委員と連携して、地域の農地と担い手の状況や課題に応じた現場での実践活動に取り組んでいきます。

農業委員会から次のかたがたが、地域ごとの推薦・募集をもとに農地利用最適化推進委員として委嘱されました。

問い合わせ／

農業委員会事務局

☎298-1111 (内線240)



■農地利用最適化推進委員の皆さん
(海野市長、宮本副市長を囲んで)

地区	氏名	住所
神崎	大森 頼正	杉
	小田倉 文雄	額田南郷
額田	助川 操	額田東郷
	加藤 守正	額田南郷
菅谷	平野 保雄	菅谷
	片岡 律子	竹ノ内
五台	中山 祥二	中台
	植田 治夫	西木倉
戸多	関 勝栄	戸
	柳橋 彪	戸
芳野	吉原 勇	鴻巣
	和田 正國	戸崎
木崎	會澤 順一	門部
	桐原 隆	南酒出
瓜連	和田 幸一	瓜連
	大曾根 きみ子	古徳

ご協力ありがとうございます 善意銀行へ

5月15日～6月14日 (敬称略)
那珂市職員退職者友の会

24,077円
切手・テレカボランティアポピー
11,602円
野木利三郎 10,000円
那珂市県庁友の会 70,381円
根本毅 100,000円

※善意銀行の寄付は、那珂市社会福祉協議会でお受けしています
☎229-0309

＊国保ミニ情報＊

○那珂市国保の加入者数 14,757人
(平成28年5月末現在・
前月比80人減)

○那珂市国保が医療費の一部として
支払った金額 3億4,616万円
(平成28年5月・
前月比378万円減)

※皆さんの日ごろの健康づくり、病気予防の心がけが医療費の増加、ひいては国保税の増額を抑えることにつながります。ご協力をお願いします

＊今月の納税＊

- 固定資産税・都市計画税 2期
- 国民健康保険税(普通徴収) 1期
- 後期高齢者医療保険料(普通徴収) 1期

納期限：8月1日

■市税の納付は口座振替で
市税の納付には、便利で確実な口座振替制度がありますので、どうぞご利用ください。
詳細については、下記までお問い合わせください。
問い合わせ／収納課収納グループ
☎298-1111 内線173・174

お詫びと訂正

広報なか6月号(No.137)11ページに掲載しました「平成27年度下半期 那珂市の財政事情」の「◆市債現在高」の表の一部に誤りがありました。お詫びして次のとおり訂正します。

区分	平成27年	平成28年	増減
	9月30日現在	3月31日現在	
民生債	2,270万3千円	2,102万8千円	△167万5千円
小計	160億6,822万8千円	159億1,665万9千円	△1億5,156万9千円
下水道事業債	102億1,371万3千円	98億7,131万6千円	△3億4,239万7千円
水道事業債	5億7,531万7千円	7億8,322万1千円	2億790万4千円
合計	314億8,582万円	310億7,645万4千円	△4億936万6千円

●市役所の電話番号
☎298-1111 (代表)

●ホームページ URL (携帯可)
http://www.city.naka.lg.jp

●メールアドレス
hisho-k@city.naka.lg.jp

●おしらせ版
市では、「広報なか」のほかに、「おしらせ版」(月2回)を発行しています。このコーナーではその一部を掲載していますが、「おしらせ版」も併せてご覧ください。



8月の休日当番医

- 7日 たに内科クリニック (古徳)
☎229-0721
- 11日 ルリア記念クリニック(中里)
☎296-3333
- 14日 瓜連慶友整形外科 (古徳)
☎296-1116
- 21日 ルリア記念クリニック(中里)
☎296-3333
- 28日 小豆畑病院 (菅谷)
☎295-2611

■診療時間/午前9時~11時30分

※受診の際、必ず当該医療機関へ電話でお問い合わせください

※診療時間外は、「茨城県救急医療情報コントロールセンター(☎241-4199)、または「那珂市消防本部」(☎295-2111)へお問い合わせください。119番は、消防本部ではなく「いばらき消防指令センター」につながります。119番は「緊急事態」のための電話です。安易な利用は避け、適正利用にご協力ください

＊人の動き＊

那珂市の人口(6月1日現在)

※()内は前月比

男	27,322人	(- 4)
女	28,193人	(- 3)
計	55,515人	(- 7)
世帯数	22,227世帯	(+ 32)

○出生 25人 (5月1日~31日)
○死亡 54人

★火災・救急の状況★

(平成28年5月)

○火災件数
2件 (本年累計8件)

○救急出場件数
153件 (本年累計845件)
※大切な命を守るため、住宅用火災警報器を設置しましょう
問い合わせ/那珂市消防本部
☎295-2111

法律相談

日時/8月16日(火)午後1時~5時

場所/市役所(本庁)1階相談室

対象者/市内に住所を有するかた

相談員/弁護士

申込方法/電話または窓口で事前に予約してください。

費用/無料(相談時間1回20分)

その他/同じ事案について再度の相談はご遠慮ください。

申込み・問い合わせ/

秘書広聴課市民相談グループ

☎298-1111 内線117

★事件・事故の発生状況★

(平成28年5月末現在)

○那珂市の交通事故

人身交通事故	105件
負傷者	141人
死者	1人

※暗くなる前から反射材を身に付けましょう!

○那珂市の犯罪

刑法犯認知件数	227件
うち 空き巣	14件
自動車盗	8件
自転車盗	10件

※防犯は 鍵かけ 声かけ 心がけ!

問い合わせ/那珂警察署

☎352-0110

萩野谷勇さん(中里)が 旭日単光章を受章



萩野谷勇さん(中里)が旭日単光章を受章され、6月20日に海野市長が伝達を行いました。

萩野谷さんは、昭和47年から3期12年の永きにわたり瓜連町議会議員を務め、在任中は、瓜連町議会において文教常任委員長、那珂東部農業共済事務組合議会議員、大宮地方環境整備組合議会議員を務めるなど、地方自治の振興と住民の福祉の向上に多大な貢献をされました。





「住みよさ」ランキング

『住みよさランキング2016』が、6月21日に東洋経済新報社から配信されました。

これは、全国813都市（全国790市と東京23区）を対象に、安心度（人口当たり病院・一般診療所病床数、65歳以上人口当たり介護老人福祉施設・介護老人施設定員数、15～49歳女性人口当たり出生数、0～4歳人口当たり保育施設定員数（待機児童数）、利便度（人口当たり小売業年間商品販売額、人口当たり大型小売店舗面積）、快適度（汚水処理人口普及率、人口当たり都市公園面積、転入・転出人口比率、新設住宅着工戸数）、富裕度（財政力指数、人口当たり地方税収入額、納税者1人当たり課税対象所得額）、住居水準充実度（住宅延べ床面積、持ち家世帯比率）の5つの観点と15の指標から「住みよさ」を判定するものです。

那珂市は昨年と同じく、全国で

第40位、茨城県内では第1位守谷市、第2位つくば市に次いで第3位にランキングされました。総合評価偏差値は54.36で、特に、利便度や快適度、住宅水準充実度において高い評価を受け、反対に安心度と富裕度においてはやや低い評価でした。

「住みよさ」を増進させるためには、商業の活性化や大型商業施設の誘致を図り、汚水処理の推進や新設着工住宅を増やし、持ち家比率を高める施策を展開することが必要となります。

そのような課題を解決するため、今年度から、市街化区域以外にも無条件で住宅が建築できる区域（区域指定制度）の導入の検討に入り、併せて定住促進のため助成金制度も設けました。ランキング上位に入るだけではなく、市民のかたがたに「住みよさ」を実感していただけるよう「まち・ひと・しごと創生総合戦略」のもとに、人口減少に対応し、それぞれの地域で快適に住みよい環境が確保できるさまざまな取り組みを進めています。

那珂市長 海野 徹

Cook



ヘルスマイトさんが作る健康料理 ⑬⑩

栄養たっぷり コールスロー

今月のヘルスマイトさん

那珂市食生活改善推進員協議会

高齢食部会の皆さん

■コメント

水菜や冷凍枝豆には鉄分が多く含まれ、特に妊婦さんにおすすめのメニューです。

■材料（4人分）

キャベツ	200 g
にんじん	60 g
ミニトマト	6 個
水菜	200 g
冷凍枝豆	40 g
コーン	40 g
マヨネーズ	60 g
塩	適量
こしょう	適量



■作り方

- ①キャベツ、にんじんは千切りにする。水菜は長さをそろえてざく切りにする。
- ②①に軽く塩を振ってしんなりさせ、水気をしぼる。
- ③冷凍枝豆は水につけて解凍し、さやから取り出しておく。
- ④②、③、汁気を切ったコーンをマヨネーズで和え、こしょうで味を整え、皿に盛る。ミニトマトを半分に分けて飾る。

■1人分（160kcal／塩分1.9g）



【川柳】 那珂川柳会 植木利衛選

ウソついて今更口をすぼめても
 期待の子左団扇は泡となり
 鏡見てコラーゲンなど欲しくなり
 元彼に今さらなによ啖呵切る
 ごめんねと謝られても今更ね
 浮気虫封じましたといふ言いい
 まあいか明日はいい事ありそうな
 気がつけば古希夕映えに立ち尽す
 あの時にこうしていたら今頃は
 ケータイに固定電話が駆逐され
 盆栽の枝折ったまま孫帰り
 チョーもてた話が好きなメタボ腹
 腰伸ばせ背中伸ばせと言われても
 好きなもの気にせず食べて肥満体
 五十年今更酒はやめられず
 おじいちゃん昔話もほどほどに
 いい女だったセピアのソーシヨット

課題「今更」

伊藤 久美子
 岡村 久美子
 岡部 久美子
 帯刀 久美子
 小保田 悦子
 小森 友子
 佐藤 友子
 沢藤 友子
 清水 友子
 高橋 友子
 田尻 友子
 丹波 友子
 富田 友子
 山田 友子
 横須賀 友子
 植木 友子

戸籍のまどでは、新生児と亡くなられたかたの氏名などを掲載していますが、不正使用や目的外使用防止の観点から、ホームページ上での掲載はいたしませんのでご了承ください。

【短歌】 ときわ短歌会 片岡明選

茶屋街を歩く人らをすり抜けて器用に出格子行き来をつばめ
 山がまた無くなりてゆくダンプにて運び出される赤き碎石
 イタリアの町並映すテレビ見て待合室に順番を待つ
 高齢化は人にもペットにも進みあていよいよ介護の世に入りたり
 灯をあびて今を流るる北上川の行方のやがて見えなくなりたり
 寝たきりの老いは去りゆくヘルパーに手を合はすとふ布団の中で
 源平の戦のごとくヨシキリは葦の河原で勝鬨あげる
 十万円を毎月嫁に渡すゆゑ円満なると知人は言へり
 がびの眉鳥の美しき囀りひびかいて遠慮がちなるうぐいすのこえ
 縄やかなバツクミュージック聞きながら診療椅子に口を開けたり
 両の目が無くなるほどの笑顔みせ「三歳だよ」と指を出したり
 ごろんごろ寝返りをうつ春の夜の強風に花びらは散りしか
 巖門を出ずれば穏しき内海の面風ぎいて涼風届く

川上 恵美子
 池田 美代子
 塙 紀子
 池田 美代子
 小坂 けい子
 小宅 進
 草野 豊
 加藤 要
 小坂 けい子
 塙 紀子
 池田 美代子
 大森 勝代
 川上 恵美子



鴨志田 洋介さん(23歳) 後台

さわやかさん 130

私は、茨城大学大学院教育学研究科の1年生で、音楽を専攻しています。音楽との出会いは、小学校1年生のときでした。運動会で五台小金管バンドの演奏に憧れ、5年生になるとすぐに入学しました。それから中学・高校では吹奏楽部、大学ではオーケストラに所属し音楽を続けてきました。現在は、金管バンド時代の仲間とアンサンブル「多夢幸ドリムブラス」を結成し、デイサービスや地域のイベントなどにボランティアで出演しています。

音楽の楽しさを子どもたちにも伝えたい

高校生のときには音大を目指すことも考えましたが、子どもたちに音楽の楽しさを伝えることに目標を見出し、教育学部への進学を決めました。2年後には、小学校への採用が決まっているので、今後は大学院の2年間で有意義に過ごし、チャンスがあれば海外留学などにもチャレンジしたいです。そして将来は、日常生活や音楽を通して、目の前の子どもたちの気持ちに寄り添い、前向きに成長を見守れるような先生になりたいと思います。

みんなに可愛がられて、これからもすくすく成長してね。



らいしん 三平頼新くん 5/26 生まれ 父・敏幸さん 母・裕美さん(後台)

ふたり仲良く 元気に大きくなってね♡



はると みなと 滑川陽翔くん・湊翔くん 5/3 生まれ 父・大輔さん 母・歩弥さん(菅谷)

これからも笑顔いっぱい、元気に大きくなってね♡



りの 坂本裡音ちゃん 5/17 生まれ 父・一成さん 母・由紀さん(菅谷)

[12か月健診時に掲載希望者による抽選を行っています。]

HAPPY BIRTHDAY!!



はじめてのたんじょうび

ご家族からのメッセージ

