

発行日 令和元年8月13日

発行 那珂市

編集 シティプロモーション推進室

〒311-0192

茨城県那珂市福田1819-5

E-mail city-p@city.naka.lg.jp

URL <http://www.city.naka.lg.jp>

なか

目次 Contents

那珂市×オクリッジ市 中学生交換交流	… 2
あなたの空き家を活用しませんか	… 4
こころのバリアフリー	… 8
3B体操が開催されました	… 10
まち那珂topics	… 14
Information	… 16
さわやかさん ほか	… 20



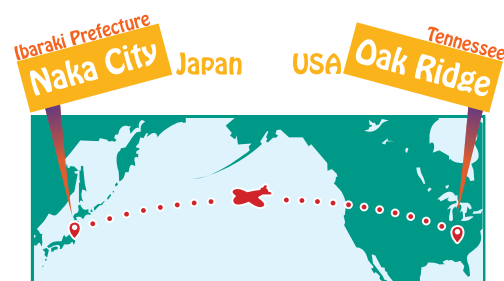
Welcome to Naka City



市の中学生交換交流事業により、国際親善姉妹都市であるアメリカ合衆国テネシー州オークリッジ市の中学生 10 人と引率の先生 2 人が、7 月 1 日～8 日の 8 日間、那珂市の家庭にホームステイしました。

期間中、オークリッジ市の皆さんは、市国際交流協会や那珂高校、倭文織グループ「手しごと」の協力を得ながら、茶道や華道、着物の着付け、書道、弓道、倭文織などの日本文化体験を楽しみました。

交流を通して友好を深めた両市の中学生。8 月 17 日には、那珂市の中学生 10 人がオークリッジ市を訪問します。



 Kaitlyn Adams カイトリン ◆鈴木 雫 (那珂三中)	 Isabella Scott ステラ ◆宇田川 茉稟 (瓜連中)	 Wesley Alig ウェスト ◆関 笙真 (那珂三中)	 Aiden Franklin アレックス ◆阪場 俊介 (那珂二中)	 Aaliyah Herron アリヤ ◆関口 望々子 (那珂四中)	 Lexie Scott レキシ ◆大森 哲夫・千苑子
--	--	---	---	---	--

ジェファソン中学校  **Jefferson Middle School**
Oak Ridge, Tennessee



◆…ホスト

その空き家、そのままなんてもったいない！

あなたの空き家を活用しませんか

家を相続したが住む予定がない。だからといって処分する予定もない…。皆さんの周りにこんな空き家はありませんか。

近年の少子高齢化や人口減少などにより、空き家は全国的な社会問題です。空き家をそのままにしておくと、害虫の発生や老朽化による倒壊の危険があります。また、不審者が侵入するおそれもあり、地域の防犯という観点からも、あまり望ましくありません。

市では、空き家バンク制度を設け、空き家の有効活用を促進しています。

空き家だって大切な資産です。だからこそ空き家のままじゃもったいない。空き家の活用について、ちょっと考えてみませんか。

問い合わせ

建築課開発指導グループ

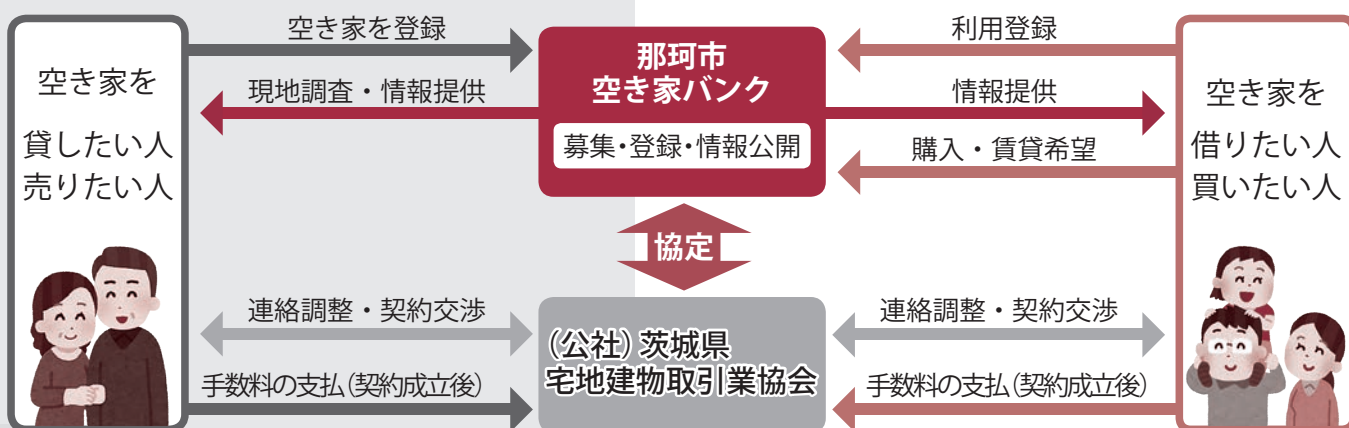
☎ 298・1111

(内線 342・343)

那珂市 空き家 バンク

市街化区域内の空き家の売却もしくは賃貸を希望する所有者、または市街化調整区域における区域指定※内の空き家の売却を希望する所有者から申込みを受けた空き家に関する情報を公開し、空き家の利用を希望する方に対し、情報を提供する仕組みです。

※区域指定とは、市街化調整区域内でも、出身者でない方が家を建てられる制度です。



空き家のリフォームに 補助金が交付されます!



対象経費・補助金額

対象経費	補助金額	
空き家の機能維持および 向上のために行うリフォーム工事 【20万円以上】	対象経費の 1/2	上限 30万円
空き家の居住部分に残存する 家財を処分するために必要な経費 【5万円以上】	対象経費の 1/2	上限 10万円

対象物件

「那珂市空き家バンク」に登録された空き家

対象者 次のすべてに該当するかた

- 那珂市空き家バンクの「空き家登録者」または「利用登録者」
- 登録物件の所有者などの2親等内の親族でないかた
- 市税などを滞納していないかた

申請の流れ

①申請 ▶ ②交付決定 ▶ ③工事・家財処分実施
工事・家財処分実施前 (市内事業者に依頼)

④実施報告 ▶ ⑤補助金の確定 ▶ ⑥請求・交付
工事・家財処分実施後

※必ずリフォーム工事・家財処分を**実施する前**に申請をしてください。

※補助金の交付申請を行うことができる期間には定めがあります。また、対象となるかた、物件、経費などには要件があります。リフォーム工事・家財処分をご検討のかたは、早めにご相談ください。

利用者の登録要件

次のすべてに該当する必要があります。

- 空き家に定住し、地域住民と協調して生活しようとする
- 市税などを滞納していない
- 暴力団員などでない

空き家の登録要件

次のすべてに該当する必要があります。

- 空き家が市街化区域内または市街化調整区域内における区域指定内に所在しており、個人が居住を目的として建築し、現に居住していない建物である
- 民間事業者による賃貸、分譲または宅地建物取引業としての媒介などを目的とする建物でない
- 老朽、損傷などが著しい建物でない
- 大規模な修繕が必要と認められる建物でない

- 所有者が市税などを滞納していない
- 所有者が暴力団員などでない
- 空き家に係る所有権により、当該空き家の売却または賃貸を行うことができる

公表
します

市の障害者優先調達推進法の取り組み

障害者優先調達推進法※

は、障害者就労施設で就労する障がい者や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、障害者就労施設などから優先的・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、この法律の趣旨に基づき、法が施行された平成25年度から目標額を設定し、障害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30年度の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

平成30年度実績：目標額270万円

課室名	内 容	実績額	障害者就労施設	作業数量 (障がい者分)
秘書広聴課	チラシ印刷	40,500 円	hikarie	5,000 枚
政策企画課	市営有料駐車場除草	8,000 円	ナザレ園	5 回
総務課	一般選挙における昼食	33,900 円	なるみ園	67 個
環境課	花苗購入	8,400 円	えくぼ	70 個
	花苗購入	12,000 円	ライフワークサポートなか	100 個
社会福祉課	冊子印刷	490,320 円	のぞみ	400 部
	窓付封筒印刷	90,180 円	ハートケアセンター ひたちなか	5,000 枚
菅谷保育所	除草作業	27,000 円	みらい	54 時間 /2 回
地域子育て 支援センター	除草作業	16,350 円	みらい	18 人 /3 回
健康推進課	パン購入	18,900 円	なるみ園	70 個
商工観光課	下江戸河川敷トイレ清掃	108,000 円	あおいとり	211 人 /72 回
	古徳沼トイレ清掃	106,500 円	みらい	379 人 /71 回
建築課	除草作業	7,100 円	ゴダイファクトリー	5 人 /1 回
学校教育課	除草作業 (旧戸多小学校、 各幼稚園)	618,740 円	みらい	189 人 /15 回
国体推進室	プランター清掃	28,944 円	みらい	100 個
	花苗購入	10,000 円	ナザレ園	100 個
	花苗購入	8,000 円	ライフワークサポートなか	100 個
市立図書館	焼菓子セット購入	3,000 円	かしの木	2 個
計		1,635,834 円	11 事業所	

令和元年度における
物品等調達方針を
策定しました

障害者就労施設で働く障がい者の平成29年度の県平均工賃は、1万3198円／月額（就労支援施設の場合）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、令和元年度の調達目標額を170万円とし、障害者就労施設などからの物品などの調達について、引き続き推進していきます。

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に、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ます。民間事業所などによるご協力についてもよろしく願います。

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）

まち・ひと・しごと 創生総合戦略

平成30年度までの進捗状況

市では、人口減少対策と地方創生の実現に向けて、平成27年10月に「人口ビジョン」と「総合戦略」から構成する「那珂市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定しました。

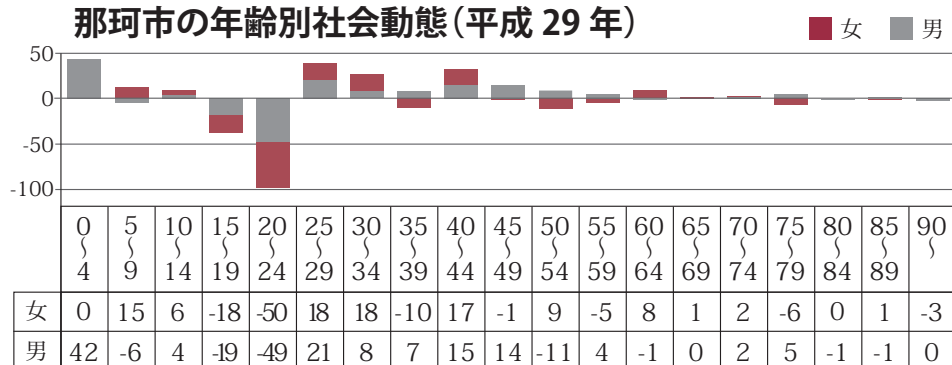
総合戦略では、令和元年度までの具体的な目標や施策をまとめています。

基本目標(KGI)の達成状況

基本目標	指標(出典)	策定時		目標値		現状値		達成率
Ⅰ 安定した雇用の創出戦略	15～29歳就業率 (総務省国勢調査)	50.1%	平成22年	51.8%	令和元年	49.1%	平成27年	94.8%
	15～29歳社会動態※改善数 (茨城県常住人口調査)	0人	平成26年	40人	平成28～令和元年累計	146人	平成28～29年累計	365%
Ⅱ 那珂市への人口還流戦略	社会動態による年間増加者数 (茨城県常住人口調査)	43人	平成21～25年平均	30人	平成27～令和元年平均	64人	平成27～30年平均	213.3%
Ⅲ 結婚・出産・子育て応援戦略	年間出生数 (5か年平均) (茨城県常住人口調査)	390人	平成21～25年平均	400人	平成27～令和元年平均	368人	平成27～30年平均	92.0%
Ⅳ 時代にあった地域の創造戦略	住みやすいと感じる市民の割合 (市民アンケート)	81.7%	平成23年	85.0%	令和元年	88.8%	平成30年	103.8%

※社会動態とは、一定期間における転入・転出に伴う人口の動きをいいます。

那珂市の年齢別社会動態(平成29年)



那珂市では、若年層が転出超過傾向であるものの、子育て世代は転入超過傾向であることが特徴です。

(出典：茨城県常住人口調査)

今年度は第1期総合戦略の最終年に当たることから、これまでの地方創生の取り組みの効果検証を実施し、切れ目のない取り組みを進めるためにも、第2期総合戦略において一層の成果を目指して、人口の社会増傾向を維持していくとともに、出生数を増加させるため、次のことに重点的に取り組んでいきます。



- 創業支援施設などの整備、相談事業の強化など、若い世代やU I Jターンを希望するかたに向けた、創業や雇用のマッチングを支援する取り組み
- 女性の再就職、子育てにやさしい環境整備など、仕事と子育てを両立する取り組み
- 移住を検討しているかたに向けた、移住定住体験プログラムの実施、「いい那珂暮らし」の情報発信強化など、市への関心度を高める取り組み

問い合わせ

政策企画課地方創生グループ ☎298-1111 (内線438)

こころのバリアフリー

Vol.2

穴場スポットへGO!!

前回(5月号)の掲載後、皆さんから、たくさんのお温まるご感想を頂戴し、ありがとうございました。

さて、今回は、市民の皆さんにはおなじみの「曲がり屋」と「一の関ため池親水公園」のバリアフリーを取り上げます。

「曲がり屋」と耳にすると、茅葺屋根をイメージされるかたが多いと思います。また「茅葺屋根の家」と耳にすると「車いすでは無理だろうな...」とあきらめてしまう人もいるのではないのでしょうか。

そこで早速、視察させていただきました。すると、曲がり屋にはスロープがついており、車いすやベビーカーなどでも出入りが可能であり、工夫

されたバリアフリーになつていました!

住居と馬小屋、物置が一体となった曲がり屋は、東北地方と茨城県の一部にみられる寒さの厳しい地方の代表的な民家形式であるといわれています。観覧料が無料で、室内も自由に見学でき、年に何度かイベントも開催され、多くのかたがたが訪れるそうです。

このように貴重な曲がり屋のとほ口(出入り口)に手づくりのスロープがあり、車いすでも、現代ではなかなか味わえない土間へ入ることが可能でした。現在は、4人のかたが交代で管理をされているようです。車いすで伺うと、筆者が何も言わなくても管理担当のかたが「大丈夫かな?」と

声を掛けてくださり、スロープなどでは自然に支えてくださったりと、何気ないサポートをしていただきました。

曲がり屋がある敷地内は一の関ため池親水公園になっています。皆さんもご存じのように野生の白鳥が飛来し、自然があふれています。公園内は、少々こう配がある箇所や点字ブロックがなかったりしますが、家族や友人と散歩するには絶好の場所です。車いすユーザーが利用可能な広いトイレや、公園の目の前には駐車場も整備されており、敷地内はとても広く、ご利益のありそうな大黒様と恵比須様が御座します。

市役所前という立地条件が良く、バリアフリーである「曲がり屋」と「一の関ため池親水公園」。春夏秋冬、どの季節も味わいのある場所です。市のバリアフリー観光の1つとして、PRするチャンスでしょう。

世間では、車いすユーザーなどの障がい者に対し、まだまだ抵抗のある人、どのように声を掛けたり、手助けをしたらよいのかと躊躇してしまう人がたくさんいます。市内にも有名な観光名所はたくさんあるのでしよう。そのような中で「モノ」も「ヒト」も、バリアフリーというのは、どのくらいあるのでしょうか。すべてがバリアフリーで当たり前になってほしいですね。

皆さんの周りでも、バリアフリーを探してみてください。



執筆：有賀絵理氏

(公社) 茨城県地方自治研究センター研究員、那珂市障害者差別解消支援地域協議会会長などを務める。

温暖化防止対策の新しい枠組み 「パリ協定」が始まります



地球温暖化は、人類が直面する最大の脅威の1つです。世界気象機関は、主要な温室効果ガスである二酸化炭素の2017年の世界平均濃度が405.5ppm^{※1}に達し、過去最高を更新したと発表しました。地球温暖化の防止のため、実効性のある対策と行動が早急に望まれています。

そこで注目されるのがパリ協定^{※2}です。パリ協定は、2020年以降の地球温暖化対策を定めた国際ルールで、18世紀の産業革命前からの気温上昇を2℃未満に抑えるという目標を達成しようとするものです。

パリ協定を各国が着実に実施していくためには、温暖化防止行動に関して、透明性のある枠組みの強化が必要です。そこで各国には、温室効果ガス排出量の削減努力を共通の土台で評価するため、ガイドライン^{※3}に基づき、1年ごとに温室効果ガス排出量・吸収量を取りまとめたデータ^{※4}を報告することが求められています。この報告は、温室効果ガス排出量・吸収量の推移を把握し、効果的な政策や対策を打ち出すための重要な情報源となります。

本年5月には、IPCC^{※5}第49回総会が京都で開催されました。IPCC総会は、世界の地球温暖化対策に強い影響を及ぼす国際会議で、今回の総会ではガイドラインの更新・改良版が採択されました。今後、パリ協定の適用が始まると、この更新・改良版に基づいて、各国は温室効果ガス排出量・吸収量を算出・報告することになります。

「パリ協定」はいよいよ本番です。

※1…産業革命前の水準は、約278ppm

※2…2015年12月に気候変動枠組条約締約国会議で採択された国際協定（詳細は、平成28年12月号掲載の同コーナーをご覧ください）

※3…2006年IPCC国別温室効果ガスインベントリガイドラインのこと

※4…国別温室効果ガスインベントリと呼ばれる

※5…国連気候変動に関する政府間パネルと呼ばれる政府間機構

わたしたち大人は未来に何を残すか

地球温暖化の危機を訴える若者たちの抗議行動が今、世界規模で広がっています。

きっかけを作ったのは、16歳のスウェーデン人、グレタ・トゥーンベリさんです。彼女は「若い人たちは、わたしたちの未来が奪われようとしていることに怒るべきだ」と語っています。地球環境の危機を招いたわたしたち大人の責任を鋭く批判するスピーチが若い世代の共感を呼びました。

彼女がたった1人で始めた抗議運動は世界規模で広がり、今年3月半ばに行われた抗議運動には、150万人以上の若者らが参加するまでになりました。昨年12月には、第24回気候変動枠組条約締約国会議で演説したり、フランスのマクロン大統領やローマ法王などとも面会したりするなど、その活動が注目され、今年のノーベル賞の候補者にもノミネートされています。

地球温暖化の影響を受けやすい未来世代は、今わたしたち大人との世代間の不正をただそうと立ち上がっています。



執筆：環境省 環境カウンセラー 勝井明憲

問い合わせ

環境課環境グループ ☎298-1111（内線447～449）

3B体操が 開催されました



6月30日、那珂総合公園アリーナにおいて、いきいき茨城ゆめ国体2019デモンストラーションスポーツ「3B体操」が開催され、3B体操の会員450人と一般102人が参加しました。

3B体操は、ボール・ベル・ベルターの3つの用具を使いながら音楽に合わせて行う健康体操で、どなたでも楽しむことができます。

当日もさまざまな年代のかたがたが集まり、国体ダンスなど練習の成果を披露し、楽しいひとときを過ごしました。



那珂市開催競技

馬術

9月29日(日)～10月3日(木)

市国体ボランティア募集

馬術競技の運営ボランティアを募集中です。
詳細は市国体ホームページをご覧ください。



▲市国体ホームページ



いきいき茨城ゆめ国体2019

天皇陛下御即位記念 第74回国民体育大会 翔べ 羽ばたけ そして未来へ

令和元年 9月28日(土) ▶ 10月8日(火)

問い合わせ

いきいき茨城ゆめ国体那珂市実行委員会事務局(生涯学習課国体推進室内)(瓜連支所)
☎298-1111 (内線8286～8289)

高齢者の暮らしを支える「地域包括支援センター」

オレンジカフェをご利用ください！

オレンジカフェとは、認知症のかたやそのご家族、地域のかたがたが集まって、お茶を飲みながらお話をして情報交換や交流を図る場です。

Q 予約しないと行けないの？

A 予約の必要はありません。気軽にご参加ください。

Q どんなことをするの？

A 身体を動かしたり、頭の体操をしたり、認知症や介護に関する講話を聴いたりなど、毎回内容は異なります。また、認知症や介護に関する相談ができます。



認知症や生活に関する困りごとは、お近くの地域包括支援センターまで！

お住まいの地区	地域包括支援センター	住所	電話番号
神崎・菅谷	青燈会	菅谷 605 - 2	295-5288
五台・戸多・芳野	ゆたか園	後台 2045 - 4	295-1287
額田・木崎・瓜連	ナザレ園	中里 361 - 2	296-3405

オレンジカフェ開催地一覧

めろんカフェ	中里 1184 - 1 ☎ 270 - 9005
だんらんカフェ	戸崎 269 ☎ 090 - 5502 - 8418
ゆたかカフェ	後台 3252 - 1 ☎ 295 - 1287
花ばたけカフェ	門部 4040 - 2 ☎ 296 - 3405
いこいカフェ	菅谷 533 ☎ 295 - 5288

問い合わせ

介護長寿課高齢者支援グループ
☎ 298-1111
(内線 132・133)

みんなの健康

問い合わせ

健康推進課健康増進グループ
(総合保健福祉センター「ひだまり」内)
☎ 270-8071

放置は禁物、油断は大敵、糖尿病！

西山堂慶和病院 院長 荷見 澄子 氏

戦後、我が国で最も患者数が増加した疾患が「糖尿病」ということをご存知のかたも多いと思います。

古くは平安時代に、かの藤原道長を悩ませた糖尿病。ぜいたくな食事をとっている人だけになると思ったら大間違い！運動不足と食事の欧米化とともに増えた国民病ですが、残念なことに欧米人より日本人は糖尿病になりやすいのです。肥満度を見るとやせ型の多い日本人は、インスリンという体内で血糖を下げる唯一のホルモンの出方が欧米人より低い人種です。

口が渇く、たくさん飲む、尿量が多いという糖尿病の典型的な症状は、かなり血糖値が高くなったときに出る症状です。患者さんの多くは、健診を機に異常を指摘され、半信半疑で病院を訪れるタイプと放っておくタイプに分かれますが、ここでその後の人生の明暗が分かります。糖尿病は、無症状のまま静かに全身をむしばむ病です。症状がないのが当たり前で、何か異常を感じたときはかなり進行して

いる例が少なくありません。

放っておくと知らない間に全身の血管を侵す糖尿病合併症は、視力を衰えさせ、足がしびれ、むくみっぽいと思っただけで尿蛋白が陽性となり、そのうちに透析療法が必要と宣告されてしまいます。普通は胸の痛みで気付く狭心症も、糖尿病の患者さんは痛みを感じないため、症状が進行して苦しくなってから病院に運ばれ、知らない間に心筋梗塞になつていた、そんな話を聞いたことはありませんか？

こんな合併症を起こさないためには、異常を早く見つけることが大切です。毎年の健診、皆さんは受けていますか？健診で糖の異常を指摘されたら早く病院に行き、自分の状態を把握し、生活習慣の是正に努める、これが糖尿病に負けないための第一歩です。普通に生活し、天寿を全うできうる病でもある糖尿病。おそれすぎず、あなどりすぎず、現実から目を背けずに進行を防ぐことが肝要です。

援助が必要なかたのための

ヘルプマーク
ヘルプカード

をご存知ですか？



ヘルプカード

ヘルプカードは、援助が必要なかたが自分がしてほしい援助などについて記載し、携帯しているものです。ヘルプカードを提示された際には、その中に記載された内容に沿った支援をお願いします。

ヘルプマーク

外見からは分からなくとも援助が必要なたがいます。ヘルプマークを見かけたら「バスや電車内で席をゆずる」「困っているようであれば声をかける」など、思いやりのある行動をお願いします。

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)

市立図書館だより

☎352-1177

◆新着本案内

【一般書】

『亥子ころころ』／西條奈加 著
『旅ドロップ TRIP DROPS』／江國香織 著

【児童書】

『アトリと五人の王』／菅野雪虫 著
『へんしんバス』／あきやまただし 作・絵

※その他の新着本については、市立図書館ホームページをご覧ください。
<http://www01.ufinity.jp/nakalib/>

★『綾峰音楽堂殺人事件』／藤谷治 著 ポプラ社

音楽評論家として著名な英文学教授・討木穰太郎は、顧問をしている綾峰フィルの解散と、その活動拠点である音楽堂の取り壊しを告げられる。そして迎えた最終公演の日、音楽堂で殺人事件が起き…。『asta*』連載を書籍化。(出典：TRC MARC)



★『あららのはたけ』／村中李衣 作／石川えりこ 絵 偕成社

畑の作物も虫もみんな自分のペースで生きている。横浜に住むエミと、山口に引っ越したえり。自然の不思議といじめに向き合う子どもの心を、少女たちの手紙のやりとりを通して描く。『Kaisei Web』連載を単行本化。(出典：TRC MARC)



図書館カレンダー

9月

September

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					

■ 休館日

※9月24日～10月4日は蔵書点検のため休館

■ 映画会 14日 午後1時30分～

※休館中の本の返却は、ブックポストをご利用ください。ただし、CD/DVDは破損防止のため、開館後にカウンターでご返却ください。

■ おはなし会

1日 午後2時～

15日 午後2時～

午後3時～

19日 午前10時30分～



～那珂市特産品ブランド認証品～

那珂パパイヤ 那珂パパイヤカレー 那珂パパイヤと梅のシロップ

独自開発の苗と栽培法により、ここ那珂市で「北限の露地栽培」を実現した那珂パパイヤ。健康維持に効果的とされる酵素が豊富で、サラダ、いため物、煮物、スープ、漬物などに合う万能な野菜です。

「那珂パパイヤカレー」には、じっくり煮込んだ那珂パパイヤが入っており、柔らかな食感が楽しめます。京都の老舗レトルトカレー会社の技で、厳選したスパイスの調和が取れた辛さに仕上がっています。

「那珂パパイヤと梅のシロップ」は、那珂パパイヤ、那珂市産の梅、砂糖だけを漬け込み、梅の爽やかな風味の中にパパイヤの成分も丸ごと入っています。水割りやソーダ割りのほか、ヨーグルトにも合います。

農薬・化学肥料を使用せずに栽培していることの証である「有機認証」を受けている那珂パパイヤは、まさに健康野菜。代表の柳沼さんは、この食文化を広め、健康な社会づくりを目指しています。



那珂パパイヤ
※価格は要問合せ
※収穫期は9月下旬～
11月中旬



那珂パパイヤカレー
648円
(税込)



那珂パパイヤと
梅のシロップ
1000円
(税込)

(株)やぎぬま農園

住 所 菅谷 3690

電 話 219-8127

営業時間 午前10時～午後5時

定 休 日 日曜日 (9月～11月は無休)

Cook



ヘルスメイトさんが作る健康料理 167

シリアルの特ライフル

1人分 (376kcal / 塩分 0.2g)

コメント

カスタードクリームがおいしいので挑戦してみてください。

協力

那珂市食生活改善推進員協議会

■材料 (4人分)

卵黄……………2個分
砂糖……………60g
薄力粉……………15g
牛乳……………250ml
バター……………10g
バニラエッセンス…少々

雑穀のシリアル……………60g
生クリーム……………100ml
砂糖……………大さじ 1/2
バナナ……………1本
ブルーベリー……………適量

■作り方

- ① ボウルに卵黄と砂糖を入れてすり混ぜ、薄力粉を加えてよく混ぜる。
- ② 牛乳を沸騰直前まで温め、①に一度に加えて混ぜ合わせる。
- ③ ②を万能こし器などでこしながらなべに入れる。
- ④ ③を中火にかけ、木べらで底から混ぜ続けながら煮る。
- ⑤ 煮立ったらとろ火にし、とろみがつくまでさらに3～4分混ぜながら煮る。
- ⑥ ⑤をボウルに移し、バターとバニラエッセンスを加えて混ぜる。
※乾燥防止のため、ラップを表面に張り付けておく。
- ⑦ ボウルに生クリームと砂糖を入れ、ボウルの底に氷水を当てながら泡立て器で七分立てまであわ立てる。
- ⑧ グラスにシリアルと⑥⑦を交互に重ねていき、切ったフルーツを飾る。



6/15

那珂市チーム「桜花」が全国大会へ

西部総合公園(常陸大宮市)で第31回全国ママさんバレーボールいそじ大会茨城県決勝大会が開催され、監督ほか12人の選手で構成された「桜花」が優勝を飾りました。

予選会から35チームで競い合った今大会、「桜花」は初戦から見事5戦連続のストレート勝ちで、3月に石川県で開催される全国大会への切符を手に入れました。皆さんが全国大会で那珂市旋風を巻き起こすことが期待されます。



6/1

オオキンケイギクの除去作業に参加

本米崎地内で開催された茨城県生物多様性センター主催の特定外来生物除去・啓発イベントに、市民活動団体の「なか環境市民会議自然部会」が参加し、特定外来生物であるオオキンケイギクの除去活動を行いました。

当日は、なか環境市民会議会員、地域のかたなど10人が参加し、約210kgのオオキンケイギクを除去後、環境センターに搬入。環境保護活動に汗を流しました。



7/2

第69回社会を明るくする運動

社会を明るくする運動は、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生に理解を深めるために法務省が主唱する運動です。この日は社会を明るくする運動那珂市推進委員会の皆さんが、イオン那珂町店、カスミ瓜連店およびフードオフストッカーサンモリノ那珂店で啓発グッズを配り、運動への理解を呼びかけました。

また、当日は内閣総理大臣メッセージが保護司会から先崎市長に伝達されました。



6/29

高萩市と交流を深めました

指導士の養成において親交のある那珂市および高萩市のシルバリーハビリ体操指導士会が高齢者福祉センターで初の交流会を開催し、約70人の指導士が一堂に会しました。

シルバリーハビリ体操の実技や活動状況の報告などで交流した指導士の皆さん。昼食時にはシルバリーハビリ体操の替え歌や居合道などのアトラクションを楽しみながら日頃の活動について情報交換し合いのぎずなを深めました。



7/4

共感する気持ちを大切に

家庭教育学級「第1回合同学習会」が総合センターら
ぽーるで開催されました。

フリーアナウンサーで「ひらけ！ポンキッキ」8代目お姉さんの鈴木もえみ氏による講演では「子どもの心をつかむ話し方」をテーマに、子どもの顔を見て話すことや、「頑張って」ではなく「頑張ってるね」と共感が大切といった具体的なアドバイスがあり、来場者は熱心に耳を傾けていました。



7/3

那珂市産農畜産物の魅力満載！

夏の味覚マッチングフェア
那珂彩葉が市中央公民館で開催され、生産者や飲食店経営者、バイヤーなど180人が集まりました。第1部では、吉野農園の吉野秀一氏がベジカフェの経営を含めた多角的経営の魅力を講演。続く第2部では、フェルミエ那珂の皆さんが自慢の農畜産物をPRしながら商談を進めていました。シェフによる提案料理も好評で、会場は那珂野菜の魅力であふれました。



7/20

白熱！スポーツ鬼ごっこ

子ども会親睦競技大会として「スポーツ鬼ごっこ」が那珂総合公園アリーナで開催されました。

スポーツ鬼ごっこは、1チーム7人が出場し、タッチされずに相手陣地奥にあるターゲットを奪ったチームに得点が入る競技で、子どもたちはチームメイトと連携しながらコート内を縦横無尽に走り回りました。白熱の試合が展開された結果、横堀子ども会が見事優勝しました。



7/6

国体「馬術競技」に親しまました

いきいき茨城ゆめ国体馬術競技会開催前イベントが、県立水戸農業高等学校特設馬術競技場で行われました。
デモンストレーションでは解説付きで馬術の魅力をPRしたほか、引馬体験では実際に馬に乗ることで馬術競技を身近に感じてもらいました。またステージ発表では、合唱のほかフラやヒップホップなどのダンスや舞踊が披露され、イベントに華を添えていました。

小・中学校にエアコンを設置



市教育委員会では、昨夏の猛暑を受けて、市内の小・中学校の普通教室と図書室にエアコンを設置する工事を進めてきました。7月初めに設置が完了し、適切な温度管理のもとで学習ができる環境が整いました。

熱中症をはじめ、子どもたちの体調管理を心配されていた保護者の皆さんも、ホッと一安心ですね。

問い合わせ／学校教育課学務・施設グループ（瓜連支所）
☎ 298 - 1111（内線 8276）

自立生活センターいろはから 図書を寄贈いただきました



7月10日、自立生活センターいろは（稲田代表）から、図書「わたしが障害者じゃなくなる日」を寄贈いただきました。

同センターは、障がい者自身が中心となり運営している団体で、障がいの正しい認識を広めるためにさまざまなPR活動を行っています。今回はその活動の一環として、那珂市のほか、水戸市、ひたちなか市の小学校を対象に図書の寄贈を行っているとのこと。

市では、寄贈された図書を市内各小学校に配布しました。

問い合わせ／学校教育課総務・再編グループ（瓜連支所）
☎ 298 - 1111（内線 8275）

事件・事故の発生状況 （6月末現在）

○那珂市の交通事故

人身交通事故	77 件
負傷者	93 人
死者	0 人

○那珂市の犯罪

刑法犯認知件数	214 件
うち 住宅侵入窃盗	21 件
自動車盗	5 件
車上ねらい	32 件

問い合わせ／那珂警察署
☎ 352 - 0110

善意銀行へ ご協力ありがとうございます

6月15日～7月14日（敬称略）

野木利三郎	30,000 円
佐藤知賀子創作人形教室 藤の会・蘭	28,100 円
さくらダンスクラブ 代表 渡辺繁	9,064 円
ぴっぴお話の会 南波久代	4,590 円
匿名	1,033,400 円

※善意銀行の寄付は、市社会福祉協議会でお受けしています。

☎ 229 - 0309

市固定資産評価審査委員会 委員を選任



平山正勝委員（横堀）

【任期】
令和元年7月1日～
令和4年6月30日

市固定資産評価審査委員会委員の任期満了に伴い、新たに平山正勝委員を市議会の同意を得て選任しました。

同委員会は、市長とは独立した中立的・専門的な立場で、固定資産課税台帳に登録された価格に関する不服を審査決定するための行政委員会です。

問い合わせ／総務課総務グループ
☎ 298 - 1111（内線 514）

※人の動き※

那珂市の人口（7月1日現在）

※（ ）内は前月比

男	26,857 人	（－ 23）
女	27,844 人	（－ 11）
計	54,701 人	（－ 34）
世帯数	22,739 世帯	（－ 3）

○出生 25 人

○死亡 48 人

（6月1日～30日）

※国保ミニ情報※

○那珂市国保の加入者数 12,915 人
（6月末現在・前月比 86 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 425 万円
（6月末現在・前月比 20 万円増）

※皆さんの日ごろの健康づくり、病氣予防の心掛けが医療費の増加や国保税の増額の抑制につながります。

※今月の納税※

○市県民税（普通徴収） 2 期

○国民健康保険税（普通徴収） 2 期

○後期高齢者医療保険料（普通徴収）
2 期

○介護保険料（普通徴収） 3 期

納期限：9月2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をご利用ください。詳細は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

火災・救急の状況 （6月末現在）

○火災件数 1 件 （本年累計 19 件）

○救急出場件数 174 件 （本年累計 1,118 件）

※火災出場件数が増加しています。火の取扱いには十分注意してください。

問い合わせ／市消防本部
☎ 295 - 2111

●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
city-p@city.naka.lg.jp

●お知らせ版
市では「広報なか」のほかに「お知らせ版」(月2回)を発行しています。



9月の休日当番医

1日 ルリア記念クリニック (中里)
☎ 296 - 3333

8日 メディカルGPクリニック横堀
(横堀)
☎ 298 - 3922

15日 西山堂慶和病院 (鴻巣)
☎ 295 - 5121

16日 小野瀬医院 (後台)
☎ 295 - 2221

22日 鈴木呼吸器科内科 (中台)
☎ 353 - 2811

23日 小宅内科医院 (菅谷)
☎ 298 - 0050

29日 瓜連慶友整形外科 (古徳)
☎ 296 - 1116

※診療時間は午前9時～11時30分です。

※受診の際は、必ず当該医療機関へ電話でお問い合わせください。

◆診療時間外の休日夜間診療などについては、次の機関にお問い合わせください。(24時間365日受付)

○子どもの病気について

茨城子ども救急電話相談

(☎ # 8000) (☎ 03-5367-2367)

○大人の病気について

茨城おとな救急電話相談

(☎ # 7119) (☎ 03-5367-2365)

◆茨城県救急医療情報システム

急病などですぐに受診したいときに、お近くの医療機関の情報を検索できます。

○パソコンから

(<http://www.qq.pref.ibaraki.jp/>)

○携帯電話から

(<http://www.qq.pref.ibaraki.jp/kt>)

ルールを守って楽しく花火

市消防本部では毎年7月～8月、幼年消防クラブ員を対象とした防火花火指導会を行っています。今年は、市内7か所の幼稚園・保育園(所)の行事に併せ、消防団女性消防部手作りの紙芝居指導や花火の正しい遊び方などを学びました。

夏真っ盛りの花火の季節。ルールを守って楽しい思い出をいっぱい作りましょう！



さいせい幼稚園花火指導



ひまわり幼稚園花火指導

◆楽しい花火のお約束

- 1 花火を人や家に向けたり、燃えやすいもののある場所で遊んだりしない。衣服に火がつかないように注意する。
- 2 風の強いときに花火はしない。
- 3 水を用意する。
- 4 子どもだけで花火はしない。大人と一緒に遊ぶ。
- 5 花火の筒先に顔や手を絶対出さない。点火するときや途中で火が消えたときは、特に注意する。
- 6 花火を分解して遊ぶことは危険なので絶対にしない。

問い合わせ／市消防本部

☎ 295 - 2111

無料法律相談

日時／9月10日(火)午後1時～5時
9月24日(火)午後1時～4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。

※相談時間1回20分(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／市民相談室

☎ 298 - 1111 内線117

人権相談

日時／9月4日(水)

午前10時～午後3時

※正午～午後1時を除く

場所／市役所(本庁)1階相談室

相談内容／人権を侵害されている問題や家庭内のもめごとなど

相談員／人権擁護委員

問い合わせ／市民相談室

☎ 298 - 1111 内線117

那珂ふるさと大使の佐藤一意さんが逝去



那珂ふるさと大使である佐藤一意さん(東京都)が7月17日に逝去されました。92歳でした。

佐藤さんは、日立自動車交通グループ会長として、バス・ハイヤー・タクシーなどで、地域社会の福祉の増進とユニバーサル社会の実現のために日々活動される一方、生まれ故郷那珂市の魅力を精力的に発信し、イメージアップに大きく貢献されました。また、貴重な浄財を寄付されるなど、市政進展にも寄与されました。

謹んで心よりご冥福をお祈り申し上げます。

7月の市内放射線量の測定状況をお知らせします

測定場所	測定値	測定日
1 横堀小学校	0.049	1日
2 額田小学校	0.046	1日
3 菅谷小学校	0.053	2日
4 菅谷東小学校	0.068	3日
5 菅谷西小学校	0.068	1日
6 五台小学校	0.060	2日
7 芳野小学校	0.039	1日
8 木崎小学校	0.045	2日
9 瓜連小学校	0.061	3日
10 ひまわり幼稚園	0.069	3日
11 那珂第一中学校	0.058	1日
12 那珂第二中学校	0.054	2日
13 那珂第三中学校	0.073	1日
14 那珂第四中学校	0.034	2日
15 瓜連中学校	0.058	2日
16 茨城学園	0.041	1日
17 ナザレ幼稚園	0.053	1日
18 さいせい幼稚園	0.066	8日
19 大成学園幼稚園	0.060	3日
20 旧本米崎小学校	0.077	9日

※測定値…「単位はマイクロシーベルト／時間」「国の除染などの基準値は0.23」

21 菅谷保育所	0.067	3日
22 瓜連保育園	0.064	2日
23 ゆたか保育園	0.071	1日
24 かしま台保育園	0.058	2日
25 ごだい保育園	0.084	9日
26 大成学園額田保育園	0.036	1日
27 いくり保育園	0.050	5日
28 地域子育て支援センター	0.062	6日
29 総合保健福祉センター	0.072	8日
30 市中央公民館	0.072	4日
31 市立図書館	0.079	3日
32 那珂総合公園	0.085	5日
33 歴史民俗資料館	0.081	2日
34 ふれあいの杜公園	0.077	5日
35 ふれあいセンターよこぼり	0.063	10日
36 ふれあいセンターごだい	0.079	10日
37 ふれあいセンターよしの	0.059	10日
38 総合センターらぼーる	0.095	10日
39 戸多地区交流センター	0.055	10日
40 那珂聖苑	0.077	5日

41 中谷原公園	0.047	5日
42 宮の池公園	0.069	5日
43 一の関ため池親水公園	0.046	9日
44 静峰ふるさと公園	0.055	9日

※1～28は地表面から50cm、29～44は1mの高さで測定

※学校給食センターで調理される食材は、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

※6月15日～7月14日の期間、市内各浄水場、芳野配水場の水道水の放射性物質の測定結果は、いずれも不検出

問い合わせ ☎ 298-1111

1～20	学校教育課	内線 8274
21～28	こども課	内線 252
29	健康推進課	内線 531
30～34	生涯学習課	内線 8282
35～39	市民協働課	内線 265
40	市民課	内線 152
41・42	都市計画課	内線 355
43・44	商工観光課	内線 243



選挙いろいろ Q & A

選挙のギモンや知りたいことにお答えします！

Q よく候補者や後援会の看板が街角に置かれていますが、
どういったルールがあるのですか？

A 政治活動をする際、公職の候補者など（現職も含む）の氏名や氏名が類推できる事項を掲示することは、一般には通年で禁止されています。ただし、公職の候補者やその後援団体などが政治活動のために使用する事務所に立札や看板を掲示する場合には、選挙管理委員会に枚数や設置場所を届け出て「証票」を貼付すれば、次の一定数の範囲内で掲示することができます。

【市長（指定都市を除く）および市議会議員の場合】

○公職の候補者など、1人が掲示できる立札、看板の類の数
6枚

○後援団体が掲示できる立札、看板の類の数（同一の公職の候補者などに係る後援団体が2以上あるときは、そのすべてを通じて次の数以内）
6枚

※1つの政治活動用事務所について2枚以内

問い合わせ

市選挙管理委員会 ☎ 298-1111

（内線 514・515）





【俳句】瓜連かつらぎ俳句会

ハンカチを押す手もしなや夏化粧
渋滞も事故にも遭わず蟻の列
大物を捉えて蟻の後さる
夏負けの筆置きしまま本も伏せ
秋の蟬生命限りをいと哀れ
猛暑日や余生に敵し昼も夜も
湖の面に陰影分かち揚火花
後で聞く今来た道は蝮道
霧移る山を背に負い滝見茶屋
幼な児のでんぐり返り秋の空
緑陰に一人の風を楽しめり
白萩や滝音を背の下り坂
ちよいと粹に子が買いくれし夏帽子

堀口	長谷川	真崎	栗原	井坂	秋野	堀口	長谷川	真崎	栗原	井坂	秋野
泉流	和希子	一耕	三枝	光位	三峰	泉流	和希子	一耕	三枝	光位	三峰

【短歌】白鳥短歌会

加藤要選

青空にニセアカシアの花白く紬の人は木陰に寄りぬ
つくばいにつかり間もなく砂あびし雀らまたもつくばいに浴ぶ
熱海より戻りし義母は帰るなり「家はいいな」と呟きにけり
母愛でし紫色の蛇の目傘行李の中に深く眠れり
白旗の火の見櫓だ泳げるぞ丸太のブールの北上川に
旅の荷を三日前より用意すも入れては出して鞆が喘ぐ
なまはげを見たる神社の一夜酒ぼわぼわと細胞ひらく
燃え尽きる埋み火のごとひっそりと雨の一日を老い猫とおり
草筆る妻を横目に暮会所へ行く道筋の連翹まばゆし

小野瀬	海野	水藤	仲沢	熊谷	大森	池田	菊池	加藤
壽	宏幸	和子	照美	富雄	勝代	美代子	和子	要

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。



さわやかさん

166

家族から頼られる優しいパパに

私は昨年の5月、結婚を機に日立市から那珂市に移住しました。妻の実家が那珂市であるものの、私自身は今まで那珂市にあまり縁がありませんでした。知り合いがあまりおらず戸惑うこともありますが、買い物しやすいなど住みやすいと感じています。

妻とは大学時代からの付き合いになります。同棲を始めてからも家事などを助け合いながら生活しています。同棲を始めてから気付いたことです。が、実家暮らしのときは親が家事をしてくれていたおかげで、ずいぶん楽を

していたんだなと感じます。

私の両親は、息子の自分から見てもとても仲が良く、今でもよく2人で出掛けています。いつも笑いの絶えない家庭だったので、私にとつての理想の家族です。

那珂市での生活も少し落ち着いてきた今は子どもがほしいです。子どもから「パパ」と呼ばれ、家族みんなで出掛けられたら幸せだろうなと思います。今の自分を見失わず、将来は一家の大黒柱として、妻から子どもからも頼られるパパになることが目標です。

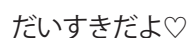


※レシピは13ページに掲載



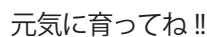
6/23
生まれ

父・聖弥さん 母・優里さん（菅谷）



6/14
生まれ

父・英敬さん 母・晶子さん（菅谷）



6/1
生まれ

父・涼平さん 母・恵さん（後台）

「12 か月児健康診査時に抽選を行っています。」

はじめてのたんじょうび

ご家族からのメッセー

那珂市と国際親善姉妹都市であるアメリカ合衆国テネシー州オークリッジ市の中学生が那珂市を訪問し、さまざまな日本文化を体験しました。

着物が似合うマリヤさん（表紙）は、お母さんも過去に那珂市に來たことがあり、その縁あってずっと日本に興味があったとのこと。來年で30周年を迎える両市の交流が、世代を超えてつながってることに感動しました。