

2011

7

目次
CONTENTS

- | | | | |
|----|-----------------------|----|-----------------|
| 2 | 地区まちづくり委員会・自治会 | 11 | 熱中症を防ぐために |
| 4 | 取り付けましたか？
住宅用火災警報器 | 12 | 那珂市消費生活センターです |
| 6 | 議会 第2回定例会 | 13 | まちの話題 ほか |
| 9 | 特別児童扶養手当 | 14 | Information |
| 10 | 家庭での夏の節電対策について | 18 | さわやかさん、表紙の裏側 ほか |



積み重ねられた瓦礫の山（災害ごみ：那珂総合公園調整池）

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23年4月から協働のまちづくりにおける自治組織制度がスタートしました。市内8地区ごとに設置された地区まちづくり委員会の正副委員長さんと、69の自治会の正副自治会長さんを紹介します。

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】
生田目 遼雄	小川 静也	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】
松本 守	船橋 利秋	額田南郷31番地2(新設)
		☎・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】
小林 淨	會澤 恒男	菅谷2378番地1(旧中央公民館菅谷分館)
	平野 道代	
☎・FAX 295-7175		

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】
峯島 壽	根本 良久	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】
美山 哲男	大武 文雄	戸2297番地(旧戸多幼稚園)
		☎・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】
吉野 四郎	木名瀬 正造	飯田307番地1(ふれあいセンターよしの内)
	和田 正國	
☎ 295-2673 FAX 295-2819		

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	澤幡 祝行	門部2769番地1(旧木崎学童保育所)
		☎・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】
谷島 貞男	寺門 征也	古徳371番地(総合センターらぼーる内)
		☎ 296-1134 FAX 296-3934

地区まちづくり委員会は、現在の地区(旧町村単位)を基本単位とし、地区内の自治会だけでなく、地区内で活動している市民活動団体などで構成されます。昨年までの分館や3支部(体育協会・青少年育成那珂市民会議・明るく住みよい那珂市民運動推進協議会)、社会福祉協議会支部で行っていた事業を継続して行っています。

自治会は、昨年までの区を基本とした単位自治組織です。(芳野1・2・6区は統合され、飯田自治会となりました)69の自治会長さんと、74の副自治会長さんがいます。(額田地区の額田第二自治会、菅谷地区の鷺内自治会、菅谷中宿自治会、五台地区の東木倉自治会、芳野地区の旭自治会は2人です)

市民の最も身近な地域コミュニティである組合(班)という単位を通じて、日常的な交流や支え合い、課題解決に結びつく活動などを行います。



地区まちづくり委員会・自治会

地区	自治会名	旧区名	自治会長	副自治会長
神崎	本米崎	本米崎	武藤 等	山田 義文
	向山	向山	小澤 一夫	小田倉 壽治
	横堀	横堀	生田目 搦雄	加藤 正毅
	堤	堤	小川 静也	小藺井 秀男
	杉	杉	木野内 忠雄	海野 宏幸
額田	額田第一	第1	檉村 紀男	船橋 進
	額田第二	第2	小林 保久	小泉 正宏
	額田第三	第3	平山 弘治	堀米 瑞男
				川野輪 善市
	額田第四	第4	箕川 敏男	川又 隆一
	額田第五	第5	中嶋 紀夫	川崎 保道
額田第六	第6	宮崎 勝文	鈴木 宇一郎	
菅谷	鷺内	鷺内	鹿島 勇	加藤 進
				大森 政一
	東組	東組	赤津 忠昭	宮田 正紀
	寄居	寄居	平野 建一	荒木 武平
	仲之内	仲之内	赤津 健次	成田 義美
	堀之内	堀之内	堀江 信一	磯崎 弘郎
	下宿下	下宿下	檉村 富雄	平野 重雄
	下宿上	下宿上	檜山 智三	古屋 薫
	菅谷中宿	中宿	高村 忠夫	松田 正紀
				寺門 喜勝
	上宿第1	上宿1	柏村 國勝	軍司 秀文
	上宿第2	上宿2	川野 勝行	照沼 捷
	上宿第3	上宿3	宇佐美 健一	秋葉 昭
	一の関	一の関	小橋 順	卜部 一弘
	原福田	原福田	高橋 脩	寺門 勝一
	仲福田	仲福田	吉原 良一	海野 彰彦
下福田	下福田	後藤 衛	助川 俊彦	
かしま台	かしま台	坪 幸	篠原 晃重	
ときわ台	ときわ台	飛田 捷	北島 公則	

地区	自治会名	旧区名	自治会長	副自治会長
五台	野仲	野仲	車田 務	山田 均
	上宿	上宿	増子 孝之	藤根 毅
	後台中宿	中宿	三田寺 正義	海野 安夫
	田向	田向	鴨志田 弘	井上 清
	後台第三	後台3	高橋 昌三	加藤 二郎
	中台第一	中台1	後藤 和夫	石井 信行
	中台なみき	中台2	菊池 義敬	江面 遠
	中台津田	中台津田	根本 良久	石川 孝次
	東木倉	東木倉	海老澤 季雄	小藺井 博士 坂場 實
西木倉	西木倉	高橋 正夫	山田 満彦	
豊喰	豊喰	宮田 経詔	坂本 龍男	
戸多	下江戸	下江戸	小貫 暎夫	秋山 良三
	大内	大内	秋山 不二夫	黒澤 正宏
	田崎	田崎	小堆 幹治	小瀧 辰雄
	立石	立石	美山 哲男	小田部 陽一郎
	宿	宿	檜山 英治	檜山 忠雄
	若宮	若宮	大武 文雄	高岡 章博
	中谷原	中谷原	水野 一男	小暮 一義
芳野	飯田	第1・2・6	木名瀬 正造	鈴木 重成
	鴻巣	第3	吉野 四郎	古橋 司農夫
	旭	第4	畔野 誠	高畑 精一
				勝山 三郎
戸崎	第5	和田 正國	小林 孝	
木崎	鹿島	第3	鈴木 隆	箕川 貢雄
	白河内	第4	澤幡 祝行	仲田 精
	門部台	第5	海野 藤男	初瀬 喜一郎
	門部坪	第6	中井川 恭之	中井川 實
	下河原	第7	會澤 光一	會澤 功
	北酒出	第8	鈴木 秀義	鈴木 功
	内宿	第9	桐原 陽一	瀬谷 敏雄
	新宿	第10	袴塚 正浩	片岡 英明
	静	静	金子 巖	先崎 二郎
	下大賀	下大賀	飯田 士朗	寺門 久一
瓜連	瓜連上	瓜連上	渡辺 久雄	萩野谷 光男
	瓜連中	瓜連中	萩野谷 孝夫	関谷 紘一
	瓜連下	瓜連下	秋野 一郎	中井川 明夫
	古徳	古徳	小徳 修一	勝村 晃夫
	中里	中里	引田 武雄	鈴木 清治
	鹿島	鹿島	高畑 誠	檉村 貞夫
	平野第1	平野1	大内 俊正	赤川 博
	平野第2	平野2	谷島 貞男	根本 昌明
	平野第3	平野3	小野瀬 一則	和久 幸夫

自治会長さんは、地域の代表として、皆さんからの市政に対する要望の取りまとめや地域に共通する課題等について自治会役員の皆さんなどと協力しながら解決していくとともに、自治会だけでは解決できない課題については、行政と協議するなど、行政との重要なパイプ役を務めていきます。

皆さんの温かいご理解とご支援をお願いいたします。

取り付けましたか？住宅用火災警報器

皆さんは火災の怖さを真剣に考えたことがありますか？？
 火災から大切な家族の命を守るため
 自分自身の命を守るため
 地域の安心・安全を守るため
 「今」できることがあります。
 住宅用火災警報器をつけましょう。



那珂市においては、平成20年6月1日からすべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられました。

取り付けが必要なのは寝室と階段の天井または壁面（※寝室が2階等にある場合）です。

また、火災警報器には煙感知式と熱感知式があります。寝室や階段には煙感知器が義務付けられていますが、それ以外の火気を使用する場所（台所等）には熱感知式を推奨しています。

住宅用火災警報器は、防災設備取扱い店や電気器具販売店、ホームセンター、家電量販店などで購入できます。



お求めの際は日本消防検定協会の「NSマーク」の付いているものをお勧めします。「NSマーク」が付いている住宅用火災警報器は国が定める法令規格に適合しています。

取付場所

設置する場所

子供部屋や高齢者の居室など、就寝に使われている部屋には取付けましょう。

- 寝室・階段への取付けは義務付けられています。
- 台所・居室への取付けもおすすめします。※市町村の火災予防条例で取付けが義務付けられている場合があります。

※市町村の火災予防条例によって義務設置場所、設置時期が異なることがありますので、最寄の消防本部、消防署に確認しましょう

義務設置…寝室・階段（煙式）※階段は2階等に寝室がある場合です
任意設置…台所・居室（煙式または熱式）



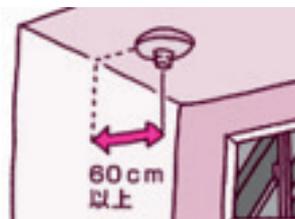
問い合わせ
 消防本部予防課
 ☎ 295・2111

内線 27

取付位置

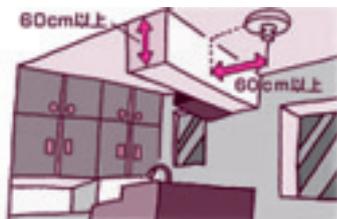
【天井の場合】

壁面からの取付位置



◆火災警報器の中心を壁から60cm以上離します

【梁などがある場合の取付位置】



◆火災警報器の中心を梁(はり)から60cm以上離します

【エアコンなどの場合の吹き出し口付近の取付位置】



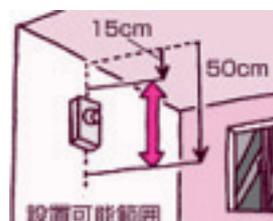
◆換気扇やエアコンの吹き出し口から1.5m以上離します

日本消防検定協会の
NSマーク



悪質な訪問販売にご注意ください
○消防署や市役所の職員等が一般住宅を訪問し、住宅用火災警報器等を販売することは絶対にありません。
○不審に思ったら…
・はつきり断る
・書類（契約書）には、押印やサインをしない
・相手が脅迫的な行動に出たときは、警察に通報する

【壁面の場合】



◆天井から15～50cmの範囲に火災警報器の中心がくるように取り付けます

お手入れ点検方法

「いざ」というときにきちんと作動するように、日頃からお手入れや点検をしましょう。

○警報が鳴ったときは

【火災のとき】

大声で「火事だー」と周りに火災を知らせ、119番通報をしましょう。可能なら消火を行ってください。

消火が難しいような場合は、速やかに避難してください。

【火災ではないとき（誤報）】

湯気や煙などを感知して警報が鳴った時は、警報音停止ボタンを押すか、ひもがついているタイプのもはひもを引く、もしくは、室内の換気をする。警報音は止まり、通常の状態に戻ります。

【台所でよくなる場合】

煙や湯気が直接かからない場所に警報器の場所を変えるか、熱式の警報器に取り換えてください。

煙霧式の殺虫剤を使用する際は…

警報器を取り外すか、ビニール袋で覆ってください。その際は、火災予防に万全を期すとともに、殺虫剤使用後は必ず警報器を元の状態に戻してください。

○点検の方法

正常に作動するか、月に1回点検しましょう。

【お手入れ】

警報器にホコリが付くと火災を感知しにくくなります。汚れが目立ったら、乾いた布でふき取りましょう。

特に、台所に取り付けた警報器は、油や煙などにより汚れがつくことがあります。布に水やせっけん水を浸し、十分絞ってから汚れをふき取ってください。

【テスト】

テストは、ボタンを押したり、ひもがついているタイプのものは、ひもを引いて行えます。詳しくは製品の取扱説明書をご覧ください。

○交換の時期と廃棄方法

【電池切れ】

電池切れの時には音声でお知らせするか、ピッ…ピッ…と短い音が一定の間隔で鳴りますので、新しい電池に交換してください。

【警報器本体の寿命は…?】

警報器本体の寿命は、おおむね10年です。設置後10年が経過したら新しい警報器に交換してください。廃棄する場合は、お住まいの地域のルールに従って適正に廃棄してください。

た、普通救命講習会を2回行い38人が修了し、応急手当の普及に努めました。

火災出場件数につきましては、建物2件、林野が1件、その他が4件、合計7件、救急出場件数につきましては、急病が324件、交通事故が78件、その他が169件、合計571件となっております。

■東日本大震災について

3月11日に発生した東北地方太平洋沖地震により、那珂市では震度6強を観測、直ちに災害対策本部を設置しました。地震直後から市内で全戸停電となり、避難所の開設や仮設トイレの設置にあたりました。避難所は最大で7か所開設し、利用者数は延べ約1万1千人にも上りましたが、全員が住む場所を確保したことなどにより4月10日に閉鎖しました。

被害を受けた住家は5月末日現在で、全壊が50棟近く、半壊が120棟以上となっております。住家が被害を受け、65歳以上で環境上の理由および経済的理由により、そこで生活を継続することが困難になった高齢者4世帯5人につきましては、養護老人ホームへの入所措置を講じました。

上水道につきましては、浄水施設や配水管等が損壊し市内全域で断水となったため、給水所の設置や市民のかたから井戸を提供していただく

などで対応しました。3月末には応急復旧工事の結果、市内全域で給水を再開しました。特に被害の大きかった木崎浄水場内沈澱池や幹線道路横断管等の復旧箇所につきましては、年内完成を目指して本復旧作業を進めており、事業費の概算は2億2900万円です。

公共下水道につきましては、地震発生後780世帯余りで利用不可能な状態にありましたが、応急復旧工事により現在は全世帯で利用可能です。本復旧工事の概算は、事業費2億4千万円、復旧延長2万1747メートルです。工事の期間および着手時期は、平成23年度から平成24年度の2か年を予定しており、本年10月上旬の工事着手に向けて作業を進めております。

農業集落排水につきましては、供用開始している5地区は、管路および処理施設の一部に損傷があります。が利用可能です。しかし、4月1日の供用開始を予定していた鴻巣地区は、管路部の損傷が大きく全世帯で利用不可能な状態となっております。本復旧工事の概算は、事業費9億円、復旧延長5433mです。工事の期間および着手時期は、平成23年度から平成24年度の2か年を予定しており、本年10月上旬の工事着手に向けて作業を進めております。

農業水利施設につきましては、中里第2排水路横断災害復旧工事および

古徳、静等5か所のため池災害復旧工事を4月に発注しました。

市営住宅につきましては、屋根の棟、水道管の漏水、ガスの亀裂等の被害箇所の応急処置を行いました。今後は、鴻巣、静駅前、鷺内住宅等の室内被害の個別調査を行い、修繕を進めてまいります。

市内の道路につきましては、道路表層・のり面等の破損が約3キロメートル、陥没箇所として下水道管埋設部が約22キロメートルおよび点在する約1300か所が被害を受け、4月に12本の応急復旧工事を発注しました。事業費は概算で4億9千万円です。また、バードラインの一部や木崎橋等が現在でも通行止めになっております。

市内の幼稚園につきましては、園舎が被害を受け、特に被害の大きかった五台と横堀の幼稚園では各小中学校を使用しております。また、小中学校につきましても、校舎や体育館、プール等が被害を受け、本米崎小学校、額田小学校、戸多小学校および瓜連中学校を除く体育館は、特に損傷が大きいため使用禁止となっております。今後、順次改修工事や修繕を進めてまいります。

給食センターにつきましては、調理施設等の損壊により給食を提供できませんでしたが、5月9日から市内小中学校16校の給食を再開しました。

社会教育施設につきましては、総合公園がアリーナ棟の外壁剥離、室内プールの天井落下等大きな被害を受けました。総合公園内のテニスコート、野球場、多目的広場および歴史民俗資料館は、大きな被害はありませんでしたので、アリーナ棟のまわりに危険防止の防護柵を設置し、7月1日から使用を開始する予定です。

また、図書館は天井の一部が落下し、瓜連体育館は屋根や外壁等が剥離しました。修繕が終了し、安全が確認された後、速やかに使用を再開します。中央公民館は、天井の一部落下した集会ホールは使用を禁止しておりますが、その他の会議室等は使用が可能です。ふれあいの杜公園および神崎運動公園は5月1日に、瓜連グラウンドは5月17日に修繕が完了しましたので、開園しました。

コミュニティセンターにつきましては、4館すべて通常どおり開館しています。ただし、総合センターらぼーの多目的ホールは、移動客席および舞台吊りものの損傷が激しく、修繕作業中です。修繕が終了し、安全が確認された後、速やかに使用を再開します。

那珂聖苑につきましては、3月14日から火葬業務を、3月25日から式場使用を再開しました。正面入口の石積の崩落や火葬炉付帯設備を固定するアンカーボルト破損等の被害を

市長提出議案

◎報告

専決処分について（平成23年東日本大震災に係る災害被害者に対する市民税等の減免の特例に関する条例）／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（平成22年度那珂市一般会計補正予算（第7号））／専決処分について（平成22年度那珂市下水道事業特別会計補正予算（第3号））／専決処分について（平成22年度那珂市農業集落排水整備事業特別会計補正予算（第3号））／専決処分について（平成22年度那珂市介護保険特別会計（保険事業勘定）補正予算（第4号））／専決処分について（平成22年度那珂市水道事業会計補正予算（第2号））／専決処分について（平成23年度那珂市一般会計補正予算（第1号））／専決処分について（平成23年度那珂市下水道事業特別会計補正予算（第1号））／専決処分について（平成23年度那珂市公園墓地事業特別会計補正予算（第1号））／専決処分について（平成23年度那珂市農業集落排水整備事業特別会計補正予算（第1号））／専決処分について（平成23年度那珂市水道事業会計補正予算（第1号））／専決処分の報告について（損害賠償補償事故の賠償額の決定）／平成22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22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／平成22年度那珂市農業集落排水整備事業特別会計繰越明許費繰越計算書について／平成22年度那珂市上菅谷駅前地区土地区画整理事業特別会計繰越明許費繰越計算書について／平成22年度那珂市一般会計事故繰越し繰越計算書について／平成22年度那珂市下水道事業特別会計事故繰越し繰越計算書について／平成22年度那珂市農業集落排水整備事業特別会計事故繰越し繰越計算書について

◎条例の一部改正

那珂市税条例の一部を改正する条例／那珂市災害弔慰金の支給等に関す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／那珂市原子力発電施設等立地地域における固定資産税の特別措置に関する条例の一部を改正する条例

◎平成23年度補正予算

平成23年度那珂市一般会計補正予算（第2号）／平成23年度那珂市一般会計補正予算（第3号）

受けており、今後、順次修繕を進めてまいります。

被災されたかたを支援するため、4月7日から、被災者生活再建支援制度による国の支援金、災害援護資金の貸付および県・市の災害見舞金の申請受付を開始しました。5月20日から市の見舞金の支給を開始し、支給状況は5月末日現在で、住家の全壊が24件、半壊が67件、非住家の半壊以上が45件、合計136件で総額620万円です。

被害を受けた那珂市に対して全国から多くの義援金が寄せられています。5月末日現在で、個人から26件、66万6282円、法人・団体等

から23件、753万2584円、合計49件で総額819万8866円です。この義援金の配分につきましては、5月13日に第1回那珂市災害義援金配分委員会を開催し、配分対象者や配分基準等を決定しました。配分金額は、死亡および全壊が4万円、半壊が2万円、国および県からの義援金と合わせ、5月27日から支給を開始しました。支給状況は5月末日現在で、死亡が1件、全壊が23件、半壊が67件、合計91件で、国および県の支給金額と合わせ総額3105万円です。

東京電力福島第1原子力発電所の事故の影響を考慮し、水道水の放射

性濃度の測定や、市内のモニタリングポストの観測値の監視を継続して行っております。市民の健康への影響は現在のところありませんが、農畜産物の出荷制限や事故後の風評被害等を受け、損害を受けた農業者の賠償請求を取りまとめるため、5月19日に「東京電力原発事故農畜産物損害賠償対策那珂市協議会」を設置しました。関係者への周知および説明会を行った後、6月6日に申請窓口を開設しました。

地震により発生した災害ごみにつきましては、3月13日から那珂総合公園調整池において受入れております。また、3月14日に、り災証明書

の発行窓口や震災に関する総合相談窓口を市役所1階に開設しました。那珂市の受けた被害は大きく広範囲に及ぶものであり、被害総額は50億円を超える額になりますが、早期復興・復興に向け鋭意取り組んでいるところです。

平成23年6月7日

那珂市長 海野 徹

特別児童扶養手当とは

精神または身体に障害のある20歳未満の児童を家庭において監護している父、もしくは母、または父母に代わってその児童を養育しているかたが受給できる手当です。手当には、障害の程度により1級、2級があります。該当となる障害の程度は右表のとおりです。ただし、次の場合は受給資格に該当しません。

- ・児童および父、母または養育者が日本国内に住んでいないとき
- ・児童が障害による公的年金を受給することができるとき
- ・児童が児童福祉施設に入所しているとき（保育所・通園施設・肢体不自由児施設への短期母子入所を除く）

なお、特別児童扶養手当は児童扶養手当、子ども手当、障害児福祉手当との併給が可能です。

○手当額および支払月

	手当月額 (児童1人につき)	支払月 (支給対象月)
1級	50,550円	4月(12～3月分) 8月(4～7月分)
2級	33,670円	12月(8～11月分)

■所得による支給制限

請求者や配偶者および扶養義務者の所得が所定の限度額を超えている場合は、手当を受給することができません。

■申請について

この手当を受けるためには、申請が必要です。

申請は、市役所1階の社会福祉課で受け付けています。手当は申請のあった翌月分から該当となります。申請時に必要な書類は次のとおりです。

- ・認定請求書
- ・請求者と対象児童の戸籍謄本
- ・請求者と対象児童が含まれる世帯全員の住民票
- ・診断書（障害によって所定の様式があります）
- ・振込先口座申出書（請求者名義の口座）
- ※通帳（請求者名義）

認定請求書、診断書、振込先口座申出書などの所定の様式は社会福祉課にありますので、お問い合わせください。また、平成23年1月1日現在で那珂市にお住まいでなかった場合は、平成23年度の所得証明書等が必要となります。

○手当の該当となる障害の程度

1級	<ul style="list-style-type: none"> ・身体障害者手帳の判定がおおむね1・2級（内部的疾患含む）程度に該当するかた ・療育手帳の判定が㊤・A程度の知的障害である場合または同程度の精神障害がある場合
2級	<ul style="list-style-type: none"> ・身体障害者手帳の判定がおおむね3級（内部的疾患含む）程度に該当するかた ・療育手帳の判定がB程度の知的障害である場合または同程度の精神障害がある場合

※障害の程度はおおむね上記のとおりですが、身体障害者手帳または療育手帳をお持ちでないかたも、上記と同程度（国民年金の障害等級における1・2級と同じ）と診断されれば、該当となります。

※障害が重複する場合は、それぞれの障害程度を総合的に確認し、手当の等級が認定されます。身体の機能障害、病状または精神障害でそれぞれ単独の診断書で受理しても等級の認定に影響がない場合には、単独の障害での申請となります。

なお、診断書は次の場合において省略することができます。（手帳の写しを添付）

○療育手帳の判定が㊤・Aの場合

※判定月の当月または翌月申請に限る

○身体障害者手帳（内部障害を除く）の等級（複数障害がある場合は障害ごとの等級）が1からおおむね3級の場合

現在、受給しているかたは 所得状況届の提出が必要です

手当を受給しているかたは（支給停止のかたも含む）、毎年、所得状況届を提出することになっています。これによって、8月分以降1年間の手当支給の可否が決定されますので、社会福祉課から通知がありましたらご提出ください。

家庭での夏の節電対策について

節電のお願い

資源エネルギー庁

東日本大震災のため電力の供給が落ち込んでいます。このため、ご家庭では、夏（7月～9月）の平日の9時～20時における使用電力を15%減らすことをめざして、節電に取り組んでいただきますようご協力をお願いします。特に7月～9月の平日は冷房需要が増え、1日の中では14時頃に家庭を含む全体の電力需要が最も大きくなります。1日を通じた節電を心がけつつ、特に日中（9時～20時）の節電をお願いします。

どんな電気製品を使っている？

夏の日中（14時頃）には、在宅世帯は平均で約1200Wの電力を消費しており、そのうちエアコンが約半分を占めています。外出中の世帯でも、冷蔵庫、温水洗浄便座、待機電力などにより、平均で約340Wの電力を消費しています。

主な電気製品の消費電力について

家庭には1000Wを上回る電気製品がたくさんあります。消費電力の大きい電化製品（温水洗浄便座、電気ポット、食器洗い乾燥機、オーブントースター、掃除機、ドライヤー、洗濯乾燥機（乾燥）、浴室乾燥機、ジャー炊飯器、電子レンジ、アイロン、IHクッキングヒーター等）は、平日の日中（9時～20時）を避けて使いましょう。

家庭の節電対策メニュー

家庭で取りくむ節電対策メニュー

家庭で取りくむ節電対策メニュー		節電効果	
		削減率	削減消費電力
1	エアコンは室温28℃を心がけましょう	10%	130W
		<small>※設定温度を2℃上げた場合</small>	
2	すだれやよしずなど窓からの日差しを和らげましょう（エアコンの節電になります）。	10%	120W
3	無理のない範囲でエアコンを消して、扇風機を使いましょう	50%	600W
		<small>※除湿運転やエアコンの頻繁なオンオフは電力の増加になるので注意しましょう</small>	
4	冷蔵庫の設定を「強」から「中」に変え、扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品をつめこまないようにしましょう	2%	25W
5	日中は照明を消して、夜間も照明をできるだけ減らしましょう	5%	60W
6	テレビは省エネモードに設定するとともに画面の輝度を下げ、必要な時以外は消しましょう。	2%	25W
		<small>※標準→省エネモードに設定し、使用時間を2/3に減らした場合</small>	
7	便座保温・温水のオフ機能、タイマー節電機能があれば、これらを利用しましょう	いずれかの対策により	
8	上記の機能がなければコンセントからプラグを抜いておきましょう	1%未満	5W
9	ご飯は炊飯器で早期にタイマー機能で1日分まとめて炊いて、冷蔵庫に保存しましょう	2%	25W
10	リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切りましょう。長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜いておきましょう	2%	25W

外出している時にも、4、7、8、10の対策に取りくみましょう

削減率の合計が15%をこえるように節電しましょう

※節電効果の記載値は、在宅世帯の日中の平均的消費電力（14時：1200W）に対する削減率と削減消費電力の目安です（資源エネルギー庁推計）。また、削減率は全て小数点以下を切り捨てています。

その他の対策メニュー

- エアコンのフィルターを定期的（2週間に1回程度）に掃除しましょう
- 冷蔵庫内にビニールカーテンを取りつけましょう
- お湯はガスコンロで沸かし、ポットの電源は切りましょう
- 洗濯機は、容量の80%程度を目安にまとめ洗いをしましょう
- 日中、短時間であればノートパソコンの電源を抜いて使いましょう
- 掃除機の紙パック式はこまめにパックを交換しましょう
- 節電のための家事スケジュールを立てておきましょう（日中（9時～20時）を避けて電気製品を上手に使うため、1日の家事スケジュールを事前にたてておきましょう）
- 旅行や外出も節電に役立ちます（外出時の家庭の電力消費は、在宅時を大きく下回ります。旅行や外出は、有効な節電手法の一つです）
- 食器のまとめ洗いやシャワー時間の短縮など節水を心がけましょう（節水によって、水を送るポンプや上下水道施設の消費電力を減らすことができます）

⚠ エアコンの控えすぎによる熱中症などに気をつけて、無理のない範囲で節電しましょう

[熱中症を防ぐために]

～厚生労働省～

熱中症の発生は7月～8月がピークになります。熱中症を正しく理解し、予防に努めましょう！

熱中症は、適切な予防をすれば防ぐことができます。熱中症になった場合も、適切な応急処置により救命することができます。一人ひとりが、熱中症予防の正しい知識をもち、自分の体調の変化に気をつけるとともに、周囲の人にも気を配り、予防を呼びかけ合って、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

● 熱中症とは

- 高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調整機能がうまく働かないことにより、体内に熱がたまり、筋肉痛や大量の発汗、さらには吐き気や倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害などが起こります。
- 気温が高い、湿度が高いなどの環境条件と、体調が良くない、暑さに体がまだ慣れていないなどの個人の体調による影響とが組み合わさることにより、熱中症の発生が高まります。急に暑くなった日は特に注意しましょう！
- 屋外で活動しているときだけでなく、就寝中など室内で熱中症を発症し、救急搬送されたり、不幸にも亡くなられたりする事例が報告されています。室内にいるときも注意が必要です！

● 熱中症の予防法 熱中症の予防には、「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です！

水分・塩分補給

- こまめな水分・塩分の補給
- ※ 高齢者、障害児・障害者のかたは、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給を

体調に合わせた取り組み

- こまめな体温測定
(特に体温調整が十分でない高齢者、障害児・障害者、子ども)
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどによる体の冷却

熱中症になりにくい室内環境

- 扇風機やエアコンを使った温度調整
- 室温が上がりにくい環境の確保
(こまめな換気、遮光カーテン、すだれ、打ち水など)
- こまめな室温確認、WBGT値(※)の測定
- ※ 無理をしてエアコンを使わないと体調を崩すことがあります。
- ※ WBGT値：気温、湿度、輻射熱から算出される暑さ指数で、熱中症予防のために運動や作業の強度に応じた基準値が定められています。

外出時の準備

- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめな休憩
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用

注意してほしいこと・お願いしたいこと！

◆ 暑さの感じ方は人によって異なります！

人間の体調や暑さに対する慣れなどが影響して、暑さに対する抵抗力(感受性)は個人によって異なります。自分の体調の変化に気をつけ、暑さの抵抗力に合わせて、万全の予防を心がけましょう。

◆ 高齢者のかたは特に注意が必要です！

熱中症患者のおよそ半数は高齢者(65歳以上)です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対する体の調整機能も低下しています。のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分補給をしたり、暑さを感じなくても扇風機やエアコンを使って温度調整をするように心がけましょう。

◆ まわりが協力して、熱中症予防を呼びかけ合うことが大切です！

一人ひとりが周囲の人に気を配り、熱中症の予防を呼びかけ合うことで、熱中症の発生を防ぐことができます。特に、熱中症にかかりやすい高齢者、障害児・障害者や子どもについては、周囲が協力して注意深く見守るようにしましょう。

◆ 節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れないようご注意ください！

皆さまに節電の取り組みをお願いしていますが、節電を意識しすぎるあまり、健康を害することのないようご注意ください。気温が高い日や湿度の高い日には、決して無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使用するようにしましょう。

● 熱中症になったときの処置は…

- ◆ 涼しい場所へ避難させる
 - ◆ 衣服を脱がせ、身体を冷やす
 - ◆ 水分・塩分を補給する
- 自力で水を飲めない、意識がない場合は、直ちに救急隊を要請しましょう！

熱中症情報に関するホームページ
環境省
熱中症情報 http://www.env.go.jp/chemi/heat_stroke/
熱中症予防情報サイト <http://www.nies.go.jp/health/HeatStroke/index.html>



那珂市消費生活センターです

食中毒を予防しよう！

問い合わせ

那珂市消費生活センター
☎298・1111
(内線118)

6つのポイントをきちんと行い、家庭から食中毒をなくしましょう。日頃の食事に注意して、偏食せずに多くの食材を取り、体力をつけて、免疫をつけることが大切です。それでも、下痢や嘔吐、発熱などの症状が出た場合は医師の診断を受けましょう。

梅雨期から9月にかけてはもともと食中毒の発生が増える時期です。食中毒というと、レストランや飲食店での食事が原因と思われるがちですが、毎日食べている家庭の食事で発生していますし、発生する危険性がたくさん潜んでいます。帰宅後や食事の前の手洗いは基本ですが、家庭で出来る予防を心がけましょう。

食中毒とは、有害、有毒な微生物や、科学物質等、毒素を含む飲食物を人が口から摂取した結果として起こる、下痢や嘔吐や発熱などの症状を示す健康被害を言います。

食中毒予防の3原則

- 「つけない」
- 「ふやさない」
- 「やっつける」



食中毒を防ぐ基本は、食中毒の原因となる細菌やウイルスを「つけない」「ふやさない」「やっつける」ことです。

家庭でできる 食中毒予防の6つのポイント

point 1 食品の購入

寄り道しないでまっすぐ帰ろう

消費期限などの表示をチェック!

肉・魚はそれぞれ分けて包む

point 2 家庭での保存

帰ったらすぐ冷蔵庫へ!

入れるのは7割程度に

冷蔵庫は10℃以下に維持

冷凍庫は-15℃以下に維持

肉・魚は汁がもれないように包んで保存

point 3 下準備

冷凍食品の解凍は冷蔵庫で

タオルやふきんは清潔なものに交換

ゴミはこまめに捨てる

こまめに手を洗う

生肉・魚を切ったら洗って熱湯をかけておく

井戸水を使っていたら水質に注意

生肉・魚は生で食べるものから離す

野菜もよく洗う

包丁などの器具、ふきんは洗って消毒

point 4 調理

加熱は十分に(めやすは中心部分の温度が75℃で1分以上)

台所は清潔に

作業前に手を洗う

電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする

調理を途中で止めたら食品は冷蔵庫へ

point 5 食事

食事の前に手を洗う

盛り付けは清潔な器具、食器を使う

長時間室温に放置しない

point 6 残った食品

時間が経ち過ぎたりちょっとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる

作業前に手を洗う

手洗い後、清潔な器具、容器で保存

温めなおすときは十分に加熱する(めやすは75℃以上)

早く冷えるように小分けする

公共施設に花を寄贈



6月9日、那珂市農業後継者クラブの皆さんから、那珂市役所をはじめ、中央公民館や総合センターらぼーる等、市内の施設計11か所にセンパーベゴニアのプランター45鉢が寄贈されました。
15人の会員で構成される那珂市農業後継者クラブは、この事業をこれまで20年以上も続けられていて、毎年色とりどりの花で、市内の公共施設に彩りを加えてくれています。

国際交流つどい 韓国料理教室



国際交流協会では市民の皆さんに市内に住む外国のかたがたとの交流を深めるため6月29日、中央公民館で「国際交流のつどい 外国のかたがたと一緒に韓国料理を作りませんか」を開催しました。料理の講師に永田和子さんと金子さんを迎え、参加された皆さんは、チヂミ他2品を楽しく和気あいあいとつくりました。国際交流の輪が料理をとおして広がり、多くの情報交換を楽しみました。

那珂市の特産 那珂かぼちゃ・味来



ひたちなか農業協同組合専務生田目さんと、那珂地区とうもろこし部会・南瓜部会のかたがたが6月23日、市の特産品である那珂かぼちゃと味来（とうもろこし）を持ち、風評被害の払拭と、PRもかねて表敬訪問されました。採れたての那珂かぼちゃと味来は、今年も実りもよく甘く育ちました。市では、そのおいしさを多くの皆さんに味わっていただくため、これからも広くPRしてまいります。

7月24日地上デジタル化完全移行



6月15日～8月26日の期間市役所1Fロビーで、総務省テレビ受信者支援センターデジサポ茨城が地デジ臨時相談コーナーを設けています。7月24日に現在のアナログ放送が地上デジタル放送に完全移行するため、地上デジタルに関する意見や相談を毎週木曜日、10時～16時の間随時受付をしています。相談に訪れたかたはアンテナの交換に関すること等について、アドバイザーに相談していました。

＊ 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／市収納課収納G

☎298-1111 内線172・173

図書館カレンダー

地震の影響により、市立図書館は当分の間休館します。

再開については、詳しい日程等が決まりましたら改めてお知らせします。

問い合わせ／市立図書館 ☎352-1177

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)

切手・テレカボランティア ポピー	8,000円
寺門正次	3,800円
那珂市区長会	118,439円
匿名	1,665円
匿名	5,000円
野木利三郎	10,000円
特定非営利活動法人たすけあい	
ネット民の会	500,000円



那珂市区長会の皆さん

※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。
☎298-8881

＊ 国保ミニ情報 ＊

- 那珂市国保の加入者数 15,938人
(平成23年5月末現在・前月比22人増加)
- 那珂市国保が医療費の一部として支払った金額 2億5,462万円
(平成23年5月・前月比1,929万円減少)

※皆さんの日頃の健康づくり、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。

＊ 人の動き ＊

那珂市の人口(6月1日現在)

※()内は前月比

男	27,487人	(+2)
女	28,402人	(+12)
計	55,889人	(+14)
世帯数	20,964世帯	(+14)

- 出生 44人 (5月1日～31日)
- 死亡 47人

熱中症対策に関する 気象情報の拡充について

気象庁は、7月中旬までに、新たな「高温注意情報」の発表開始、「異常天候早期警戒情報」における熱中症に注意を呼びかけるコメントの追加、気象庁ホームページの充実など、熱中症対策に関する気象情報等を拡充します。情報等については、次のとおりです。

問い合わせ／水戸地方気象台防災業務課 ☎224-1106

発表条件	情報名	発表官署	アドレス先
5日目を降の1週間の平均気温が平年よりかなり高いまたはかなり低い場合	異常天候早期警戒情報	気象庁	http://www.jma.go.jp/jp/soukei/
向こう1週間で最高気温が概ね35度以上になることが予想される場合(数日前に発表)	高温に関する茨城県気象情報	水戸地方気象台	http://www.jma.go.jp/jp/kishojoho/
翌日または当日の水戸市、土浦市で最高気温35度以上が予想される場合	茨城県高温注意情報		

●市役所の電話番号
☎298-1111 (代表)

●ホームページ URL
<http://www.city.naka.lg.jp>

●メールアドレス
kikaku@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3回(ただし、5月、8月、1月は月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。

那珂市民憲章

わたしたち那珂市民は、那珂・久慈の清らかな流れと豊かな緑に恵まれた郷土を愛し、市民としての誇りを持ち、明るく住みよいまちをめざします。

- 一 すこやかな心と体をつくりましょう
- 一 伝統を大切にし教養をふかめましょう
- 一 助け合い思いやる心をもちましょう
- 一 きまりを守り安全を心がけましょう
- 一 自然を愛し資源をいかしましょう

心配ごと相談

日時/8月3日(水)、17日(水)、
24日(水)、31日(水)
いずれも9:00~15:00

場所・問い合わせ/

那珂市社会福祉協議会(市総合保健福祉センター「ひだまり」内)☎298-8881

農地パトロールの実施 (利用状況調査)

農業委員会では、農業委員と農業委員会事務局が次の事項について農地パトロールを実施します。

- 目視による遊休農地の把握
- 農地法の許可(届出)案件の履行状況調査・確認
- 農地の違反転用の早期発見

調査期間/7月~10月

調査対象地域/市内のすべての農地

問い合わせ/農業委員会事務局

☎298-1111 内線240

農地の適正な管理について

農地(田・畑)に雑草が繁茂して、近隣の農地や生活環境に影響を及ぼす箇所が見受けられます。ご自分の所有または借り受けている農地は、草刈り、耕起等を行い周囲に迷惑をかけないように、適正な管理をお願いします。

問い合わせ/農業委員会事務局

☎298-1111 内線240

那珂市グリーンカーテン

誰もが楽しみながら実践できる省エネ効果の高い、緑のカーテン作りに参加してみませんか。緑のカーテンを街中に広めましょう。

対象者/市内の一般家庭、事業所、店舗
応募方法/応募用紙に必要事項を記入し、郵送、持参、Eメールでグリーンカーテン・取り組みの様子の写真を添えてご応募ください。

応募期限/10月17日(月)

その他/応募用紙は、市環境安全課、瓜連支所または市ホームページから取得できます。

ご応募いただいたグリーンカーテンの写真・エピソードは、市のホームページで紹介します。

参加者の中から抽選で記念品を進呈します。

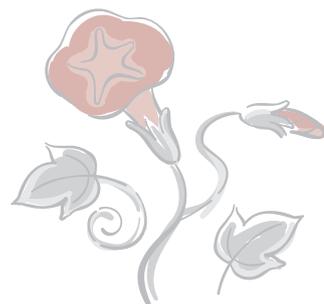
申し込み・問い合わせ/

市環境安全課環境グループ

☎298-1111 内線446~448

Eメール

kankyou-a@city.naka.lg.jp



8月の休日当番医

- 7日 なかむら内科・
泌尿器科クリニック(飯田)
☎353-2310
- 14日 ののがき脳神経外科クリニック
(中台)
☎352-0555
- 21日 埴内科消化器科(後台)
☎295-2110
- 28日 小野瀬医院(後台)
☎295-2221

■診療時間/9:00~11:30

※受診の際、必ず当該医療機関へ電話で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。

法律相談

日時/8月9日(火) 13:00~17:00

場所/市役所(本庁) 1階 相談室
相談員/弁護士

申込方法/事前に予約してください。

申し込み・問い合わせ/

市秘書課市民相談室

☎298-1111 内線117

埼玉県桶川市から6人の職員が災害復旧応援に



5月9日～6月3日の期間、埼玉県桶川市から、災害復旧の応援のために6人の職員が那珂市に派遣され、業務にあたってくださいました。

3人ずつ2班にわかれて、交替で那珂市での業務にあたった桶川市の皆さんは、地震で被害を受けた市内の建物の被害状況を調査する業務に従事しました。



派遣された桶川市職員の皆さん

- 総務課主席主任 武藤聡さん
- 会計課主任 佐藤尚徳さん
- 財政課主任 島田悟さん
- 税務課主査 辻本潤一さん
- 契約管財課主任 加藤昇さん
- 建築課主事 荻佑樹さん

Cook



ヘルスメイトさんが作る健康料理⑩

トマトの豚肉巻き揚げ

今月のヘルスメイトさん



那珂市食生活改善推進員
連絡協議会

秋山 かつさん
戸多(高齢食部会)

■コメント

からの量はお好みでどうぞ。揚げたての熱いうちがおいしいですよ。

■作り方

- ①トマトはヘタを取り、1個を6つのくし型に切る
- ②豚薄切り肉を広げて、練りがらしを中心に薄くぬり、トマトを乗せてクルクルと巻いて、楊枝で留める
- ③ボウルに卵を溶き、水・みじん切りした青じそ（4枚分）を混ぜ、小麦粉を加えてサクッと全体を混ぜて衣をつくる
- ④バットにラップを敷き、茶こしで小麦粉をまんべんなく振り、②を並べてからさらに茶こしで小麦粉（大さじ2）を振りかけて全体にまぶす
- ⑤④を衣につけ、175℃に熱した油でカラッと揚げる
- ⑥楊枝を抜いて器に盛り、150℃位に下げた油で素揚げした青じそ、レモン、塩を添える

■材料（4人分）

- トマト……………中2個
- 豚薄切り肉……12枚（180g）
- 練りがらし……小さじ2
- 小麦粉……………カップ2/3
- 青じそ……………4枚
- レモン……………1個
- 塩……………適量

【衣】

- 卵……………1/2個
- 小麦粉……………カップ2/3
- 青じそ……………4枚
- 水……………カップ2/3



【俳句】あせび句会

たくましき幹のねぢれや糸桜
 風なきに揺るる芽吹き谷深し
 治まらぬ原発事故や燕来る
 震災の闇満天の春の星
 登校の列の真ん中新入生
 倒壊の墓に合掌入彼岸
 花の山震災募金の少女立つ
 地震恐しされど春耕怠らず
 鎮魂の潮風孕み鯉幟
 鶯草の風の中なるいのちかな
 余震なほ闇にくつきり春の星

桜井 筑蛙
 大森 満
 飯島 京子
 藤岡 みち子
 筒井 かよ子
 浅野 とし子
 草野 ゆたか
 益子 春子
 雨宮 文枝
 高野 祝子
 宇佐美 和子

【短歌】白鳥短歌会

おちこちに野焼きのけむり立つ夕べ風のゆくえに傾きにつつ
 池田 美代子
 白鳥の羽を休まず久慈川の地震の傷あと橋に残れり
 中崎 美登利
 野も山も川も汚され悲鳴上下く自然を守れ自然と生きよ
 大森 勝代
 待ちわびし用水の来て草々を生き返らせて竜のごと行く
 夷針 利理子
 大地震に崩れし土手を被いたるシートの下に菜の花の満つ
 大森 満
 落味噲は春のご馳走と自慢する母の一品夕餉を飾る
 赤塚 満夫
 しまわれし背広のすがた崩れゆき孤独死多発の2010年
 仲沢 照美
 度々の地震の報に学ばされ震度びたりと当てるもわびし
 草野 豊
 高らかに「世紀を拓く原子の火」と歌ひし日々の日ごと遠のく
 加藤 要

戸籍のまど

5月15日～6月14日届出

(敬称略)

おめでた

住所	出生児氏名	届出人
菅谷	佐藤 楓良	圭一
後台	寺門 航玖	光秀
後台	小坪 孝明	良孝
平野	藤咲 心音	裕太郎
菅谷	石井 陽仁	順
杉	根本 蒼翔	正利
鴻巣	関 颯翔	聡志
瓜連	北見 梨桜	孝一
後台	峯島 心美	直樹
額田南郷	松本 琉希	保男
菅谷	海瀬 美空	憲
菅谷	本多 悠生	健朗

菅谷	久米 美紗姫	裕之
豊喰	木村 優吾	崇
横堀	中庭 千尋	貞雄
菅谷	今瀬 陸	桂一
南酒出	根本 翔永	忠直
菅谷	益子 征也	豊
平野	石川 潤	強
竹ノ内	駒橋 勇太	俊実
額田北郷	中島 新太	智弘
菅谷	森嶋 真彩	仁
菅谷	森嶋 珠菜	仁
菅谷	山田 優奈	貴行
菅谷	小林 璃琉	佳史
本米崎	大部 蒼太	正美
菅谷	今澤 ひまり	良太
菅谷	鶴岡 希珠	浩太郎
菅谷	庄司 瑛翔	智也
戸	會田 奏	裕之
菅谷	天下井 亮士	亮
門部	仲田 昊生	雄輔
戸	小山 蒼介	英樹

おくやみ

住所	氏名	年齢
菅谷	藤本 斗輝	卓
額田南郷	阿部 陽菜	健太
額田東郷	澤畑 けさ	92歳
静	櫻村 正文	84歳
本米崎	田所 のぶ	96歳
門部	勝山 みよ子	68歳
瓜連	佐々木 ミサヲ	83歳
中里	片岡 邦男	81歳
額田北郷	高野 保一	86歳
鴻巣	秋葉 俊夫	85歳
後台	山田 静枝	90歳
菅谷	飛田 とく江	92歳
瓜連	志保石 善壽	85歳
南酒出	袴塚 節子	77歳
横堀	中庭 進	88歳
福田	福田 昇	66歳
額田南郷	大内 政	95歳

※このコーナーは、市民の皆様から届出があったもののうち、掲載を希望されたかたのみ掲載しています。

向山 大内 正一	90歳
菅谷 大塚 光一	74歳
菅谷 関根 律子	77歳
平野 岩佐 あきの	90歳
額田南郷 佐藤 キノ	93歳
津田 古田 米子	72歳
戸崎 富田 てる	86歳
田崎 増子 周一	79歳
後台 後藤 馨	82歳
戸 寺門 けさ	85歳
東木倉 松本 容子	41歳
後台 渡邊 道男	53歳
戸 高橋 はるみ	59歳
福田 外山 きみ	92歳



藤田 憲昭さん(24歳) 平野

さわやかさん 76

夢はシーバス・ハチマルオーバー

私の趣味は釣りです。小2の時に父の釣りに連れて行ってもらったのがきっかけで、小中学生の時には、近所のため池に、高校生の時には、福島県にスモールマウスバスを釣りにと、暇さえあれば釣りに出掛けていました。釣りは、仕掛け、場所、潮の流れが変わる時間等の知識や経験と、ルアーを狙った場所に正確に投げ入れる技術を使う、魚と駆け引きする奥深いスポーツです。そして、同じ釣りを楽しむ

仲間との会話や、自分の考えでやりたいうように釣り、時間を忘れて自分の世界に没頭できる楽しみがあります。今、狙っている魚はスズキです。別名シーバスとも呼ばれるスズキは出世魚であり、小さいものはセイゴ、フツコと呼ばれるため、80cmを超えたスズキと出会うことが私の夢です。始めて17年目を迎えました。私は釣りを生涯の趣味として、これからも魚と対話していきたいと思えます。

HAPPY BIRTHDAY!!



はじめてのたんじょうび

ご家族からのメッセージ



明るく元気に育ってね



のぞむ 堀江 希くん 5/26 生まれ
父・政博さん 母・厚子さん (鴻巣)

優しく元気に育ってね



せな 遠藤 汐夏ちゃん 5/14 生まれ
父・学さん 母・朋子さん (福田)

元気いっぱい優しい女の子になってね



ゆな 櫻村 優奈ちゃん 5/31 生まれ
父・寿一さん 母・香奈子さん (菅谷)

表紙の裏側

那珂総合公園調整池へ搬入されていた、東日本大震災で発生した災害ごみの受け入れが、震災から約3か月が経過した6月12日をもって終了しました。地震の影響で崩れた瓦やブロック、木材等が高々と積み重ねられたその光景に、改めて地震の力の大きさを認識させられました。 [6月13日]

ヘルスメイトさんが作る健康料理



トマトの豚肉巻き揚げ

※レシピは16ページに記載

