

2011

8

目次  
CONTENTS

- |   |                                |    |                 |
|---|--------------------------------|----|-----------------|
| 2 | 春の叙勲・危険業務従事者叙勲<br>受章おめでとうございます | 9  | 児童扶養手当 ほか       |
| 3 | 国民年金保険料の免除制度について               | 10 | まちの話題 ほか        |
| 4 | 水鳥                             | 12 | Information     |
| 7 | 特定健診のおしらせ                      | 16 | さわやかさん、表紙の裏側 ほか |
| 8 | 教育支援センターにご相談ください               |    |                 |



よく狙って、狙って（第23回高ク連スポーツ大会）

## 春の叙勲・危険業務従事者叙勲 受章おめでとうございます

春の叙勲、ならびに危険業務従事者叙勲が内閣府から発表され、市内では4人のかたが受章されました。公共の事業に尽力したかた、地方自治に貢献したかたに贈られる春の叙勲に2人、また消防など危険性の高い公務に励んだかたに贈られる危険業務従事者叙勲に2人が選ばれ栄誉に輝きました。受章者の皆様、おめでとうございます。

**元消防監**／鈴木さんは、昭和40年に消防本部2期生として那珂町消防吏員を拝命以来、那珂市消防本部消防長で退職するまでの40年9か月の永きにわたり、複雑多様化する多くの各種災害現場で指揮を執り活躍されました。

また、日夜地域住民の生命・身体・財産を火災等から守るために消防業務一筋に尽力され、火災・救急業務等に大きく貢献されました。



**瑞宝双光章**  
鈴木 優さん  
(笠間市)

**元一等陸尉**／富川さんは昭和44年に陸上自衛隊に入隊され、平成16年に退職されるまでの34年、主に第二戦技教官室渡河交通班教官として、施設学校の生徒たちに道路や橋のつくり方など、陸上・河川交通の基礎を伝えられました。平成10年には、イギリスから輸入されたパネル橋MGBのかけ方について、日本で最初に教育をされました。これまでに指導した教え子は3000人を超え、災害

等が発生した時に、現地で活動する教え子の姿をテレビで見るたびに、誇りに感じるそうです。



**瑞宝双光章**  
富川 鐵男さん  
(平野)

**元郵政事務官**／鈴木さんは、昭和39年から34年7か月の間、水戸中央郵便局を中心に郵便業務に従事されました。鈴木さんは、迅速かつ丁寧な仕事をされる中で、常に地域貢献を考え実践する姿は他の職員の模範となり、実直な人柄にチームリーダーとして多くの信頼を集めていました。

受賞に際して「身に余る栄誉は、多くの上司、同僚のご指導、ご支援の賜と深く感謝申し上げます。今後はこの誉れに恥じない一層の精進を致す所存です」と、語っていただきました。



**瑞宝単光章**  
鈴木 廣國さん  
(菅谷)

**元各種統計調査員**／加藤さんは、統計調査従事年数58年と永きに渡り、統計の普及高揚に努められました。加藤さんは、温厚で責任感が強い人柄から人望も厚く、数々の調査を円滑に進められ、平成9年に那珂町統計調査員会会長を就任。また、区長会長も歴任するなど、地域社会の発展とコミュニティの育成にも尽力されました。

「日頃から地域の皆さんと信頼関係が築いてくれたからこそ、調査員を続けることができました」と、感謝の気持ちを語っていただきました。



**瑞宝単光章**  
加藤 寛さん  
(横堀)

# 国民年金保険料の納付が困難な場合には、「保険料の免除制度」があります

国民年金の月額保険料は、150円(平成23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、申請手続きをしていただくことにより、保険料の納付が全額または一部免除される制度があります。

この制度では、年金事務所です前年所得などを審査し、承認を受けることにより、その期間の全額もしくは一部の納付が免除されます。免除の

■表1 免除を受けた期間の保険料額等

	保険料額 (月額)	老齢基礎年金の 受給資格期間には?	受け取る老齢基礎 年金の計算には?
全額免除制度	納付なし	老齢基礎年金の受給資格期間に入ります	年金額に2分の1が反映されます
4分の1納付制度 (4分の3免除)	3,760円	4分の1を納付すると老齢基礎年金の受給資格期間に入ります	年金額に8分の5が反映されます
2分の1納付制度 (2分の1免除)	7,510円	2分の1を納付すると老齢基礎年金の受給資格期間に入ります	年金額に4分の3が反映されます
4分の3納付制度 (4分の1免除)	11,270円	4分の3を納付すると老齢基礎年金の受給資格期間に入ります	年金額に8分の7が反映されます

**注意事項** 一部納付(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となる制度です。一部保険料を納付しなかった場合は、その期間の一部免除が無効(未納と同じ)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。また、障害や死亡といった不慮の事態が生じた場合に、障害基礎年金または遺族基礎年金を請求できなくなる場合がありますので、必ず一部保険料を納付していただく必要があります。

## 全額免除および一部免除の所得基準

- 全額免除 (扶養親族等の数+1) × 35万円 + 22万円
- 4分の1納付 78万円 + 扶養親族等控除額 + 社会保険料控除額等
- 2分の1納付 118万円 + 扶養親族等控除額 + 社会保険料控除額等
- 4分の3納付 158万円 + 扶養親族等控除額 + 社会保険料控除額等

## 全額免除および一部免除の世帯構成別の所得基準の目安

世帯構成	全額免除	一部納付		
		4分の1納付	2分の1納付	4分の3納付
4人世帯 (夫婦、子ども2人)	162万円	230万円	282万円	335万円
2人世帯(夫婦のみ)	92万円	142万円	195万円	247万円
単身世帯	57万円	93万円	141万円	189万円

※申請者本人のほか、配偶者、世帯主のかたも、前年所得が一定の基準額以下であることが条件です。

承認期間は、7月から翌年6月までです。免除を受けた期間の保険料額は表1のとおりです。

## ■全額免除・一部免除のほかに「若年者納付猶予制度」があります

30歳未満のかたで所得が少なく、保険料の納付が困難なときは、申請手続きをしていただく、年金事務所です前年の所得などを審査し、承認されることにより、その期間の保険料の納付が猶予され、あとから保険

料を納めることができます。

申請者本人と配偶者の前年所得が、一定の基準額以下であることが条件です。

## ■申請に必要なもの

- 年金手帳または基礎年金番号通知書
- 印鑑
- ※失業等が理由のときは、雇用保険被保険者離職票、雇用保険受給資格者証のいずれかが必要です。

## ■原則、毎年申請が必要です

全額免除・一部免除、若年者納付猶予制度は、原則として毎年申請が必要です。ただし、保険料全額免除または若年者納付猶予が承認されたかたが、申請時に翌年度以降も申請を行うことをあらかじめ希望する場合は、翌年度以降は、あらかじめ申請を行わなくても、継続して申請がいったものとして自動的に審査を行います。(失業等を理由とした場合を除く)

## ■保険料の「追納」をお勧めします

国民年金保険料免除、若年者納付猶予が承認された期間は、国民年金保険料を納めた場合よりも老齢基礎年金の受取り額が少なくなってしまう。これらの期間は、10年以内であれば、あとから保険料を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。

## 問い合わせ

保険課 保険・年金グループ  
☎298・1111  
(内線1425147)

# 水鳥

14

## 那珂市域の伝説展

7月23日(土)～9月4日(日)

民話や伝説は庶民の中から生まれた文芸であり、昔から語り継がれてきた文化遺産でもあります。伝説の中には、必ずしも史実を踏まえているとは限りませんが、先人の願いや知恵が含まれており、心豊かなものもあります。民話・伝説については、教育委員会が発行した『那珂町の民話』や『瓜連町史』、楠見松男著『瓜連町の昔ばなし』があり、先祖から子孫への心を伝える架け橋となっています。今回は、特に伝説を取り上げ、「土地にまつわる伝説」、「人や動物の伝説」および今話題のパワースポットに比類する「霊験あらたかな伝説」に分けて紹介しています。たくさんの魅力ある伝説を生んだ郷土への思いを、さらに深めていただく機会となれば幸いです。



◆鞍掛石

源頼義・義家父子の東北遠征に関する伝説的史跡は、県内各地に数多く存在しています。那珂市域においてもかなりの数に上り、それらは先の『広報なか』72号で紹介しています。今回は市内およびその周辺地域にまで広がっています。市内の門部には、義家が休息した際に乗っていた馬の鞍を掛けたとされる「鞍掛石」があります。これと同じ名の石が常陸太田の真弓町にもあります。義家が戦勝を祈願して朱塗りの弓を納めたので「真弓山」の名が起こり、雪の上に膝をついて長いこと祈願したのでその下が寒水石となり、膝の跡がついた「膝掛石」もあります。また、菅谷の旧349号の両側には大きな「宮の池」があり、古代にはその畔に鹿島神社がありました。義家

「土地にまつわる伝説」  
「八幡太郎義家伝説」



◆記念碑



◆鹿島神社

は、東北遠征の途次神社に立ち寄り戦勝を祈願しました。平定の帰途お礼の参拝をしたおりに、菅草で社殿を造り鹿島神社の隣に八幡の神を祀りました。これにより、「菅屋」から「菅谷」の地名が起こり、鹿島・八幡を併せて「両宮」の名称が起こり、「宮の池」の名も付けられました。現在の鹿島神社は、安政4年(1857)に両宮の地から遷宮されたものです。上河内の素戔神社境内には義家が軍を休めたときに兜を掛けたとされる松があります。現在は数代目の松と記念碑が建っています。



◆母蓮如の墓

岩瀬城(常陸大宮市)の城主白石志摩守義光は佐竹氏に敗れて戦死し、その母子は縁者である鴻巣鷲神社隣の慈眼寺を頼って身を寄せました。母は子どもを養育するために、名の通っていた常福寺了実上人に預けました。母は自らも尼となり、我が児が無事に修業に堪えられるように、また亡父の菩提を弔うためにと風雨を問わず毎日鴻巣から瓜連の寺へ通い続けて見守りました。母蓮如(写真はその墓)の深い愛情と強い信念をうかがうことが出来ます。母が通い続けた道筋は比丘尼街道と呼ばれ、その子はやがて常福寺2代目の住職了誉上人となりました。親子の心の通じ合いの力を思い起こさせてくれます。

「常福寺了誉上人と比丘尼街道」

### 【人や動物の伝説】

#### 「孝子善重と与重」

#### ―野仲自治会が被災碑を修復―

江戸時代中頃のこと、五台村野中の百姓理兵衛には善重・与重の兄弟がおり、兄弟は両親の教えをよく守り労苦をいとわず熱心に働きました。しかし暮らしは一向によくならず、心配した近所の人たちが弟与重を他家へ養子にと勧めましたが、与重は受けません。「自分はこの家を離れないし、それは父の本意でもあろう」と。兄は田畑を分けようとしたが、それは家の財産を少なくすることであるからとこれまた受けません。

この兄弟の麗しい情愛が郡奉行に聞こえ、さらに藩に届いて6代藩主徳川治保から表彰されました。天明8年(1788)のことです。このような善行が広く行き渡るようになると大正7年(1918)に顕彰碑(題字の「錫類」は茨城県知事力石雄一郎)が建てられました。これが、この度の東日本大震災により台石から落下・転倒しました。これを、この度野仲自治会員が協議し、郷土の誇りでもあるこの碑を修復して元通りに建て直してくれました。自治会員の心根を示す温かな話題です。



◆顕彰碑

#### 「四匹の狐」 ―めぐってみるのも一興―

静の青木山に四匹の兄弟狐が住んでいました。ある日、「私らの仲間には、いたずらして人間を困らせるものもいるが、何か役に立つことをしよう」と相談した兄弟狐たち。そこで長男の源太郎狐は本家の里を守り、大きな川を守る。次男の甚二郎狐は田畑を開墾し、灌漑・稲作を教えた。三男の紋三郎狐は山を守り、四男の四郎介は海を守ることとなりました。こうして衣食住にわたって人間の生活を大いに高めた四匹の狐たちは人々の尊敬を受けるところとなりました。現在、源太郎狐は瓜連城に(常福寺境内稲荷)、甚二郎狐は米崎城に(本来崎稲荷)、城跡は残存しない)、紋三郎狐は笠間城に(笠間稲荷)、四郎介狐は湊城に(ひたちなか

市湊中央稲荷)と、それぞれの郷土の稲荷神社として祀られています。総合センターらぼーるの前庭には「四匹の狐」のモニュメントが置かれています。郷土づくりや協働の意義、自然への畏敬や感謝の念に思い

をいたしながら四社をめぐってみるのも楽しみの一つと思えます。



◆甚二郎狐



◆源太郎狐



◆四郎介狐



◆紋三郎狐

【霊験あらたかな話】  
「北向き地蔵尊」  
「境内は根本ふみさんが毎朝清掃」

この地蔵尊は南酒出に祀られています。久慈川の洪水により対岸の小島にあった地蔵尊が流れ着き、村の人々は総出で南向きに安置して供養しました。ところがその晩のこと、地蔵の森の方から鳴き声のようなものが聞こえてくる。明けて朝早く行ってみると地蔵は北を向いている。直してもなおしても北を向いてしまい、夜泣きの声が続いた。よくよく耳を澄まして聴いてみると「北が恋しい、北が恋しい」との地蔵の声。村人たちは地蔵尊を故郷でもある北方の小島に向けて安置することにしました。それ以来、地蔵尊の夜泣きがやんだという。この地蔵尊は安産に御利益があり、難聴も治ると伝えられています。ここには、村人たちの優しい心根がうかがえます。

また、驚くことにこの境内はいつ訪ねてもきれいに掃き清められています。現在は南酒出東前組で管理されていますが、中でも地蔵尊の隣にお住まいの根本ふみさんは、「これまで災難を乗り越えてこられたのはお地蔵様のおかげ、朝の清掃をしてから私の一日は始まる、やらないと気が済まないのです。これは母の遺志でもあるんですよ。」と控えめに話されています。



◆境内



◆北向き地蔵尊

「くすぐり地蔵尊」

下大賀の弘願寺境内にある地蔵尊です。釈迦は、「人には生老病死の四苦がある」と説いています。これらの苦難から逃れたいと思うことは自然の気持ちです。本人が痛み苦しんでいる部位と同じ地蔵尊の部位をさすり（くすぐり）ながら平癒を祈願すると、地蔵尊は代ってその病を引き受けてくれるので、身代わり地蔵尊とも呼ばれています。現在、地蔵尊の腹部は空洞化しています。胃腸関係が最も多い病と思われます。



◆くすぐり地蔵尊

「丑の刻参り」

江戸時代のこと、菅谷仲之内に下人や小作人を使って大百姓を営んでいた軍司四郎左衛門がいました。ある日、彼に恨みを持つ者が丑三つ時（午前2時頃）に、彼をかたどった藁

人形を鎮守のご神木に5寸釘で打ち付けて呪ったのです。四郎左衛門の頭は破れるように痛みました。彼は苦痛に堪えられず、呪いの難から逃れようと菅谷の鹿島神社や不動尊に一心に祈願しましたがなかなか治りませんでした。ある朝、正覚寺（浄土真宗）へ参りご本尊の阿弥陀如来を伏し拝みました。その時、阿弥陀如来が下りてきて足で四郎左衛門の頭を蹴ると、頭の真ん中から長い釘が抜け出し、どっと血があふれ出しました。悶絶した四郎左衛門もやがて回復し、苦痛も取れてしまいました。感きわまった四郎左衛門は、さっそく浄土真宗の門徒になったと言われています。



◆正覚寺

# 特定健診のおしらせ

昨年、那珂市国保の特定健診を受けた4,380人のうち、まったく異常のなかったかたは、わずか3%でした。

異常として多かった項目の上位は、HbA1c、LDLコレステロール、血圧でした。(下表参照)

## —糖尿病が分かる検査—

# HbA1c

(ヘモグロビン エーワンシー)

ご自身の値を  
確認してみま  
しょう。

順位	検査項目	異常値	異常者割合
1	HbA1c	5.2%以上	61.5%
2	LDLコレステロール	120mg/dl以上	48.7%
3	収縮期血圧	130mmHg以上	45.3%
4	腹囲	男85cm以上 女90cm以上	29.2%
5	心電図	軽度異常以上	27.8%

(平成22年度那珂市国保特定健診結果)

問い  
合わせ

健康増進グループ  
270・8071  
総合保健福祉センター  
「ひだまり」

## HbA1cが高いと体では どんなことが起こるの でしょう

血液中に糖が多いと、血液中のたんぱく質(赤血球や白血球、コレステロール、コラーゲンなど)と糖がくっついて、たんぱく質本来の働きを悪くしてしまいます。

結果として、動脈硬化、皮膚や骨の老化、傷が治りにくい、がんになりやすいなどの変化が体の中で起こってきます。

## HbA1cを改善するには どうしたらよいのでしょう

HbA1cが高くなる原因の多くは、食生活をはじめ、生活習慣と関係があります。

平成21年度、HbA1cが7.0%以上の(糖尿病の合併症が起こる値)かたに保健指導を行ったところ、食生活の改善や治療の開始などにより、平成22年度の健診では77%のかたがHbA1cの改善がありました。HbA1cが5.2~6.0%のかたについては、適切な食生活と生活習慣改善だけで、正常値(5.1%以下)になる可能性は十分あります。

## ◎症状がないから大丈夫!?

糖尿病の症状は、物が見えづらい、胃の調子が悪い、物忘れなど糖尿病の症状だとは思われず見逃されることが多く、3人に1人は自分が糖尿病だと気づいていないと言われています。

まずは、特定健診を受けて、自分のHbA1cの値を知ることから、糖尿病予防、生活習慣病予防をはじめませんか?

※健診の日程等については、平成23年度各種健康診査一覧表を参照ください。(3月に全戸配布してあります)

※那珂市国民健康保険被保険者の皆さまは、6月下旬にお送りした個人通知(黄色の封筒)もご覧ください。

# お話しください悩まずに

## 教育支援センター にぜひ相談ください

小中学生の皆さん、勉強や友達など学校生活のことや家庭生活について悩みはありませんか。また、保護者の皆さん、子育てやしつけについて相談したいことはありませんか。

那珂市教育支援センターでは、さまざまな悩みをもつ子どもたちの相談や教育に関する保護者などの相談に応じています。

「だれかに相談にのってもらいたいな…」と思ったら、お気軽にご連絡ください。

### 相談内容

- 友達について
- いじめについて
- 学校に行けない
- 勉強について
- 家での生活について
- 進路について
- 子育て・しつけについて
- その他

## 教育相談

(那珂市教育支援センター)

☎295-5921

☎295-5913

教育やしつけについての経験豊かなスタッフが、電話や面接による相談に応じています。相談されるかたの立場に立って、よくお話をお聞きし、支援や助言に当たっています。安心してお気軽にご利用ください。相談内容については、秘密を守ります。

### ◆相談日時

月曜日～土曜日（祝日は休み）

午前9時～午後4時30分

### ◆相談場所

那珂市教育支援センター

(那珂市商工会館2階)

### ◆スタッフ

カウンセラー、教育相談員

### ◆相談方法

電話相談（随時）

来所相談（予約制）

### ◆相談対象

幼児、小・中学生および

その家族、教職員、その他



### 案内

## 那珂市教育支援センター

那珂市菅谷4404-7 那珂市商工会館2階

案内図



### 【ひまわり教室開設日】

火曜日から金曜日（祝日は休み）

午前9時30分～午後3時

○保護者のかたとの相談のほかに、お子さんの個別相談や支援を行っています。（幼児～中学生、その他）  
○小中学生の場合、個別相談以外に「ひまわり教室」という場所で生活するシステムがあります。詳しくはお問い合わせください。

まずはお電話から

# ご存知ですか？ 児童扶養手当

## ■児童扶養手当とは

児童扶養手当は、父母の離婚などにより父または母と生計を同じくしていない児童が養育される家庭（ひとり親家庭）の生活の安定と自立の促進に寄与し、児童の福祉の増進を図ることを目的として支給される手当です。

## ■支給の対象となるかた

- 次のいずれかに該当する「18歳に達する日以後の最初の3月31日（18歳になってからの年度末）までの児童」を扶養しているひとり親家庭の父・母または両親に代わってその児童を養育しているかたが対象になります。
- ① 父母が離婚した児童
  - ② 父または母が死亡した児童
  - ③ 父または母が一定の障害の状態にある児童
  - ④ 父または母の生死が明らかでない児童
  - ⑤ 父または母から引き続き1年以上上遺棄されている児童
  - ⑥ 父または母が引き続き1年以上拘禁されている児童
  - ⑦ 母が婚姻しないで生まれた児童
  - ⑧ 母が懐胎した当時の事情が不明である児童

## ■ご注意ください

受給資格があっても申請しない場合や、婚姻の届け出をしていなくても事実婚と認められる場合、公的年金を受けることができる場合などは手当が支給されませんのでご注意ください。なお、受給資格者、同居の扶養義務者の前年所得が一定以上ある場合は、その年度（8月から翌年の7月まで）手当の一部、または全部の支給が制限されます。

## 現在 児童扶養手当を受給しているかたへ

引き続き児童扶養手当を受ける条件を満たしているかどうかを確認するために、8月に現況届の続きが必要となります。受給資格があるかたには現況届を郵送しますので、期限までに手続きをお願いします。提出がない場合は、8月分以降の手当を支給できませんのでご注意ください。

## 問い合わせ

子ども課子育て支援グループ  
☎298・1111  
(内線252)

# 那珂総合公園一部施設、 歴史民俗資料館が 利用再開となりました

東日本大震災の影響により、休園・休館となっていた那珂総合公園の一部施設（テニスコートや野球場など屋外施設）と、歴史民俗資料館が、7月1日よりご利用いただけるようになりました。

歴史民俗資料館では、再開翌日の7月2日から「七夕展」を開催し、開館を待ちわびていた多くのかたがたが詰め掛けていました。



その他の市内施設についても、鋭意修復に取り組んでおり、早期の復旧・利用再開を目指しています。市民の皆様にはご不便をおかけしてありますが、ご理解のうえ、今しばらくお待ちください。

## 那珂FCの2人が国際大会に出場



7月22日～24日に埼玉県で開催された埼玉国際ジュニアサッカー大会に、那珂FC所属の菅谷晃平さん（菅谷東小6年）と、石川頌悟さん（菅谷東小6年）の2人が、那珂FC創立以来初めてとなる茨城県選抜チームの一員として出場しました。初戦の中国江蘇省選抜戦には2人とも先発出場し、菅谷さんは1得点を挙げ、石川さんも好セーブを見せるなど、2人は世界の強豪を相手に奮闘しました。

## 美しい花の色彩で道路を華やかに



6月25日、市内のボランティア団体「なかなか塾」が、那珂インター線飯田押敷交差点付近の沿道にて、道路美化活動の一環として植栽を実施しました。

当日は、小雨が降るあいにくの天気ながら、東海那珂ロータリークラブ、那珂高校、水戸農業高校、なるみ園などから、約90人のかたがたが参加し、マリーゴールドやペゴニア、サルビアなど約3千株の花を沿道に植えました。

## 初めての蛍に歓声



7月2日、一の関ため池親水公園にて、市民活動団体「水辺の会」主催の蛍鑑賞会が行われました。

この蛍は、水辺の会が5年前から飼育に取り組み、今回ついに成功したものです。

当日は、特別招待として菅谷西幼稚園の園児たちも招かれました。園児の中には初めて蛍を目にする子も多く、輝きを放ちながら暗闇の中を飛び回る蛍の姿に歓声が上がっていました。

## 大洞ため池環境浄化活動



飯田地区では自治会活動の一環として、6月26日に大洞ため池の草刈りを飯田自治会、飯田夏祭り実行委員会、地域住民のかた総勢110人の参加者が集まり実施しました。

それぞれ刈り払い機、草刈り鎌、熊手等で除草を行い、3時間程で生い茂っていた雑草がきれいに刈られました。

地区では、今後も溜池の草刈り清掃作業のボランティア活動を継続していき、溜池の環境の浄化を行っていきます。



## 正しい知識と適切な対応を学ぶ

放射線等に関する研修が、市内の全ての幼稚園、小中学校の先生を対象に、6月24日と7月7日の2回、中央公民館で行われました。

研修では那珂核融合研究所から講師を招き、放射能や放射線の正しい知識を学びました。また、福島第一原子力発電所の事故による那珂市への放射線の影響や、子どもたちの健康を守るための生活上の適切な対応を学びました。



## 小学生が菊づくり体験

6月24日、芳野小学校6年生50人が一乗院菊花会のかたがた10人を講師に招き2回目の菊づくりを体験しました。

腐葉土、赤玉土、もみガラを炭にしたものなどを一定の割合で混ぜることについてご指導をうけ、この日は土作りと、さし芽をしておいた苗を菊鉢に移植する作業をしました。6年生は、作業にとまどいながらも、美しい花が咲くことを楽しみにしながら植え替えを行っていました。



## 根本正顕彰会が東木倉村絵図を紹介

6月26日、第1回公開講座「根本正と東木倉村絵図」が行われ、根本喜代寿さん（東木倉）方で保存されていた天

保検地（1840年代）の際に描かれた村絵図がはじめて紹介されました。保存状態もよく、街道から家並み、溜池や神社がはっきりとわかるもので、ことに清水寺境内は大きく描かれ、本堂・山門・弁天池など当時の見事な伽藍（がらん）配置を知ることが出来ます。根本正顕彰会の地道な活動が進んでいます。



## 社会を明るくする運動

7月1日、イオン那珂町店ほか2か所で、保護司会、更生保護女性会など、および海野市長が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪のない地域社会を築こうとする「社会を明るくする運動」街頭啓発を行いました。

また、法務大臣メッセージが保護司会の代表のかたから海野市長に伝達されました。

## 体育館で授業を行う (芳野小)



◆体育館で授業を行う芳野小の様子

東日本大震災に伴う校舎耐震補強工事の影響で、校舎への立ち入りが禁止になっている芳野小では、体育館等で授業を行っています。

1学期、1・2年生は仮設のプレハブで、3～6年生は、体育館にて、学年ごとに板で仕切って授業を行っています。

6・7月は非常に暑い環境となっていました。子どもたちは暑さを吹き飛ばすほどの元気を見せ、明るく過ごしていました。9月からは、全学年とも改修後の教室に移動できる予定になっています。

## ご協力ありがとうございます 善意銀行へ

6月15日～7月14日(敬称略)

萩谷	30,000円
滑川順一	10,000円
菅谷ゴルフ愛好者親睦コンベ	
菅谷自治会長有志主催	67,535円
ぴっぴお話の会	南波久代
	4,439円
野木利三郎	10,000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。  
☎298-8881

## ＊人の動き＊

那珂市の人口(7月1日現在)

※( )内は前月比

男	27,481人	(-6)
女	28,399人	(-3)
計	55,880人	(-9)
世帯数	20,969世帯	(+5)

○出生	29人	(6月1日～30日)
○死亡	39人	

## ＊国保ミニ情報＊

- 那珂市国保の加入者数 15,918人  
(平成23年6月末現在・前月比20人減少)
  - 那珂市国保が医療費の一部として支払った金額 2億8,740万円  
(平成23年6月・前月比3,277万円増加)
- ※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。

## ＊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：8月31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



●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

### 法律相談

日時/9月6日(火) 13:00~17:00  
20日(火) 13:00~16:00  
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

### 9月から証明書発行窓口の 日曜日開庁を実施します

9月4日から毎週日曜日に市民課の窓口の一部を開庁し、住民票の写し等の証明書を交付します。  
◆開始日/9月4日(日)  
◆開庁曜日/毎週日曜日  
◆開庁時間/8:30~12:00  
13:00~17:15

◆開庁場所/市民課(本庁1階)  
◆取扱業務/住民票の写しの交付、戸籍謄本(全部事項証明書)および抄本(個人事項証明書)の交付、印鑑登録証明書の交付、戸籍の附票の写しの交付、軽自動車税用住所証明書の交付  
※転入・転出・転居等の住民異動手続き、印鑑登録、パスポート業務、現在戸籍以外の謄本および抄本の交付等はいりませんので、平日にお越しください。

※窓口に来られたかたの運転免許証等本人確認書類の提示をお願いします。また、印鑑登録証明書を請求されるかたは、印鑑登録証をご持参ください。  
※第三者からの請求は、委任状が必要になります。  
※毎週木曜日に実施しています窓口業務の時間延長につきましても、継続して実施します。

申し込み・問い合わせ/  
市民課戸籍・窓口G  
☎298-1111 内線152~155

### 人権相談を開設します

日時/9月16日(金) ※受付は先着順  
10:00~15:00(昼休みを除く)  
場所/市役所(本庁) 5階会議室  
開設相談/  
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/市秘書課市民相談室  
☎298-1111 内線117

### 被災した歴史資料に ついてのお願い

家屋および蔵などに被害を受け、それまで保管されていた貴重な歴史資料が破棄・処分されてしまうことがあります。家の記録や地域の歴史を伝える多くの資料が失われてしまうことを防ぐため、歴史民俗資料館ではそれら資料の受け入れおよび相談機関の紹介を行っています。水に濡れたり、ぼろぼろになってしまっても実際には貴重な資料である場合があります。ご自身の判断で処分せず、ご連絡ください。

問い合わせ/市歴史民俗資料館  
☎297-0080

## 9月の休日当番医

4日 ルリア記念クリニック(中里)  
☎296-3333  
11日 小宅内科医院(菅谷)  
☎298-0050  
18日 瓜連慶友整形外科(古徳)  
☎296-1116  
19日 鈴木呼吸器科内科(中台)  
☎353-2811  
23日 那珂中央クリニック(飯田)  
☎298-7811  
25日 那珂記念クリニック(中台)  
☎353-2800

■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。

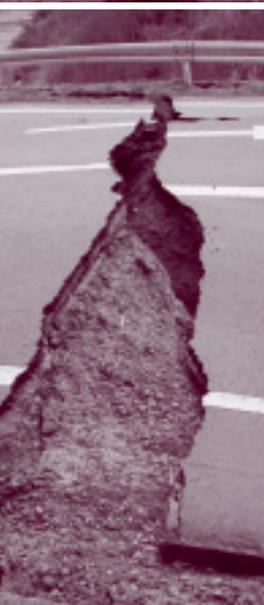
### 心配ごと相談

日時/9月7日(水)、14日(水)、  
21日(水)、28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



# 東日本大震災 震災写真・映像募集



東日本大震災では、那珂市においても多くの被害を受けました。

震災から約5か月が経ち次第に日常生活を取り戻しつつある今、震災の記録と教訓は後世に伝えていくべき大切なことです。

そこで、市民の皆様が撮影しました震災に関する写真・映像等を募集します。ご提供いただいた資料は、震災の記録として役立ててまいりますので、ご協力をお願いいたします。

## 提出・問い合わせ

〒311-0192  
那珂市福田1819-5  
那珂市役所 企画課市政情報グループ  
☎298-1111 (内線437)

## 【募集内容】

那珂市内で撮影した震災に関連する写真や映像

### ◆提出媒体

- プリント写真
- CD・DVDに保存したデジタルデータ
- ※提出いただいた写真、記憶媒体の返却はできません
- ※スマートメディア、USBメモリでの受付はいたしません

### ◆提出方法 持参または郵送

※任意の用紙に住所、氏名、年齢、電話番号、撮影日および場所（可能なら状況説明）を明記したものを添付してください。

### ◆その他

提供いただいた資料の著作権は提供者に帰属します。ただし、提供者是那珂市に対して、提供した資料を使用する権利を無償で許諾するものとなります。



ヘルスメイトさんが作る健康料理①  
春雨の酢のものサラダ

## 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

斎藤 昭子さん  
菅谷(運動休養部会)

### ■コメント

冷やして食べると、さっぱりとおいしく頂けます。

### ■作り方

- ①薄焼き卵を砂糖、塩を入れて作る。
- ②薄焼き卵、きゅうり、ハムを細切りにする。
- ③春雨を熱湯で3～5分茹で、お好みのやわらかさになったら、軽く水洗いして、よく水切りをする。
- ④さらに春雨を盛り、かけ汁の材料を混ぜてかける。②の具を色よく飾り、上に紅しょうがをのせる。
- ⑤かけ汁を別に添える。

### ■材料(2人分)

春雨……………50g  
きゅうり……………1/2本  
ハム薄切り……………3～4枚  
卵……………1個  
紅しょうが……………少々

### 【かけ汁】

しょうゆ……………大さじ1.5  
オリーブオイル…大さじ1.5  
ごま油……………大さじ0.5  
酢……………大さじ3  
砂糖……………大さじ1.5  
塩……………少々

# 四季のうた

## 戸籍のまど

6月15日～7月14日届出

(敬称略)

### おめでた

住所	出生児氏名	届出人
杉	市島 大地	智之
飯田	小田倉 咲夜	悠也
横堀	田那辺 愛来	丈覧
菅谷	佐藤 海音	貴夫
鴻巣	齊藤 玄和	和広
後台	齊藤 衣月	二郎
菅谷	小沼 峻太郎	勝典
菅谷	長瀬 幸大	健
菅谷	福本 煌希	敦

### おくやみ

住所	氏名	年齢
戸崎	長我部 蓮	清
菅谷	渡邊 大晴	昌則
菅谷	根本 一颯	強
額田東郷	住谷 咲良	聡
飯田	田中 隼翔	博之
後台	富田 冴	学
本米崎	田所 みよ	86歳
菅谷	坂場 みよ	86歳
飯田	黒澤 義雄	89歳
中台	青木 伸子	62歳
菅谷	平野 いつ子	70歳
平野	山形 義正	61歳
瓜連	小幡 節子	72歳

南酒出	檜山 はる	95歳
額田東郷	船橋 勇	85歳
豊喰	鈴木 英	78歳
本米崎	関 義夫	92歳
菅谷	井川 榮一	74歳
額田南郷	加藤 光夫	90歳
豊喰	富岡 ちよ	93歳
竹ノ内	市村 茂	86歳
中台	日下 ユミ子	93歳
額田南郷	川又 まさ	78歳
下大賀	先崎 一夫	84歳
門部	小池 洋治	51歳
本米崎	武藤 やみ江	89歳
飯田	大森 登美代	89歳
横堀	野田 誠	81歳

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



### 俳句 瓜連かつらぎ俳句会

暁の目覚めや初夏の風涼し  
落花浴ぶ勿来の関の碑に  
雷雲の迫る鉄塔股にかけ  
白つじ遅速なきままはつと咲く  
新緑の中白妙の四度の滝  
手の届く程にありそな蚊帳の月  
一瀑の白布ひろげて岩襖  
せせらぎに初河鹿聞く夜のしじま  
ねぎらいのひと言そえし朝螢  
初夏や二の腕頼りなき余生  
八十路にも母恋しさのカーネーション

萩野谷 ヨシ子  
塙 静風  
眞崎 一耕  
長谷川 和希子  
栗原 富久  
井坂 光位  
堀口 泉流  
鈴木 三風  
木内 晴絵  
秋野 三峰  
栗原 三枝  
飯島 カチ子  
堀口 白流

### 短歌 那珂短歌会 片岡明選

肩パットはずし化粧も控え目にして町内の会合にゆく  
曲水の宴を思ひて巡りゆく遣り水の辺に桔梗咲きをり  
屋根支える袋より毀れ落ちてくる割れし瓦の小さき音たつ  
九十歳を越えたる母は日付入れ日に一枚のぬり絵仕上げ  
ハンサムなワイシンさんの作りたるラベル貼られし南瓜の並ぶ  
「おばあちゃんじゃなくえつちゃん」と下心ありての幼の呼ぶ声優し

池田 美代子  
加藤 要  
武田 八重子  
塙 紀子  
山屋 勝代  
梅沢 悦子  
秋葉 静枝  
小坂 けい子  
渡辺 知英子  
片岡 明



先崎あゆみさん(24歳) 下大賀

わやかさん

### お客様に笑顔をはがけています

私はお菓子の製造・販売をしています。仕事内容は、生地づくりからはじめ盛り付け、トッピング、お店の棚への商品のレイアウト等を行っています。毎日が勉強ですが、日々充実しております。一生懸命お菓子づくりに取り組んでいます。新しいメニューを決める際には、お客様のニーズに合わせて提供すること、見た目や買うかたの視点も考え、試行錯誤を重ねながら試作を作り上げます。完成には長いものでメニューを決めて

から一週間ほどかかるものもあり、新商品が完成し出来上がったときには嬉しく、ネーミングをし店に並べます。お菓子づくりは大変ですがやりがいがあり楽しいです。また、お客様に購入していただく時は嬉しく思います。これからもお客様に笑顔を絶やさず、お客様の声を取り入れた、喜ばれるお菓子づくりをモットーに励んで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



大きくなってね



かずき 井上和紀くん 6/18 生まれ 父・博司さん 母・純子さん(後台)

優しく元気にね!



だいち 平山大馳くん 6/9 生まれ 父・拓さん 母・麻衣さん(杉)

元気いっぱい大きく育ててネ



かいと 平野快斗くん 6/2 生まれ 父・一博さん 母・恵美さん(菅谷)

ヘルスメイトさんが作る 健康料理



春雨の酢のものサラダ

※レシピは14ページに記載

### 表紙の裏側

神崎運動公園で開催されました高齢者クラブ連合会の平成23年度スポーツ大会の様子です。クロッカー・ゲートボール・パタンク・輪投げ・グラウンドゴルフと、日頃の練習の成果を皆さんは存分に発揮され、暑さ対策など健康管理も十分に、はつらつと競技を楽しまれていました。 [6月30日]