

2010

12

目次
CONTENTS

- | | | | |
|---|-----------------------------|----|--------------------------|
| 2 | 平成22年度
那珂市表彰式典 | 8 | 国際親善姉妹都市盟約締結
20周年記念事業 |
| 3 | 受章おめでとうございます | 9 | 協働のまちづくり Q&A |
| 4 | インフルエンザなど感染症への
備えは万全ですか？ | 10 | まちの話題 |
| 6 | 子育てフェスタ2010 | 12 | Information |
| 7 | 公民館まつり2010 | 16 | さわやかさん、表紙の裏側 ほか |



秋の陽に向かって美しく咲き誇る（ひまわり畑）

平成22年度 那珂市表彰式典



永きにわたる功績をたたえて、40人、1団体を顕彰

市勢の発展、振興に尽くされたかたを顕彰する平成22年度那珂市表彰式典が、11月3日総合センターらぼーるで開催され今年度は40人、1団体の皆さんが受賞されました。

式典では小宅市長が、「多年にわたる地道な努力の積み重ねによりそれぞれの分野で市民の模範となる優れた功績を残されました。今後ともその優れた見識と豊富な経験を生かされ、那珂市のさらなる発展にお力添えをお願い申し上げます」とあいさつし、受賞者に表彰状と記念品が贈呈されました。受賞者および功績概要は次のとおりです。

市表彰規則に基づく自治功勞表彰

福田耕四郎(市議会議員) / 広島勇(消防団員) / 三田寺幸明(民間交通安全指導員) / 間宮恒雄(同) / 山田進(同) / 中井川保夫(同) / 寺門光男(同) / 市毛邦男(同) / 加藤昭(同) / 檜山榮一(同) / 船橋一夫(同) / 大橋晴代(同) / 川崎清美(同) / 鈴木のり子(同) / 塙きよ子(同)

市表彰規則に基づく功勞表彰および善行表彰

吉原誠一(農業委員会会長) / 大和田清(堀之内区長) / 山田進(豊喰区長) / 市毛勇(木崎第4区長) / 會澤宏(木崎第7区長) / 足立隆治(民間交通安全指導員) / 小貫征勝(同) / 小林孝(同) / 佐藤勝明(同) / 柴山嘉子(民生委員・児童委員) / 會澤恒男(同) / 大竹將夫(消防団員) / 原口一英(同) / 大高猛(同) / 川崎紀(同) / 片野修一(同) / 箕川覚(同) / 中井川寛(同) / 田中好志(同) / 鴨志田慎一(同) / 塩野保(同) / 寺門俊雄(同) / 金澤弘文(同) / 飛田正美(同) / 川崎克夫(地域の環境美化に貢献) / 榑浅川建設(同)

(順不同・敬称略)



■まちづくり講演会を熱心に聞く会場の皆さん

また、表彰式典終了後、協働のまちづくりを推進することの重要性について市民の皆さんと共通理解するため、井上繁氏(常磐大学コミュニティ振興学部長)を講師に迎え、まちづくり講演会が開催されました。



■代表して謝辞を述べる民間交通安全指導員・前豊喰区長の山田進さん

■危険業務従事者叙勲受章

元警部／昭和31年に茨城県警察に奉職され、平成10年に退職されるまでの42年間、主に交通関係の業務に従事されました。特に、ひき逃げ事件の現場に残された細かな遺留品から犯人を特定し、事件を解決した時にやりがいを感じたそうです。退職後も安全運転中央研修所に5年間勤めるなど、県内の交通環境整備に力を注がれました。



瑞宝双光章
赤井 清さん
(菅谷)

元消防監／昭和34年に日立市消防本部に奉職され、日立市内の4消防署すべての署長を務められた後、日立消防署長として平成11年に退職されました。退職後は、予防行政業務で市民のかたがたに防災への意識を喚起していた経験を生かして、平成16年に飯田女性防火クラブを立ち上げるなど、地域の防災活動に尽力されています。



瑞宝双光章
川崎由夫さん
(飯田)

■秋の褒章受章

元農林業センサス調査員／昭和35年からの世界農林業センサスの調査員から50年にわたり農林業センサス調査員として従事され、平成17年の農林業センサス調査に際しては、ほかの調査員の模範となり調査に尽力されました。また、国勢調査員として10回従事、このほか、統計調査員として数々の調査に尽力されました。



藍綬褒章
小林 通さん
(飯田)

平成22年度 秋の褒章・叙勲 危険業務従事者叙勲

受章おめでとうございます

危険業務従事者叙勲、秋の褒章・叙勲が内閣府から発表され、市内では6人のかたが受章されました。警察官や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、公共の事業に尽力したかたに贈られる秋の褒章に1人、地方自治や教育に長く貢献したかたに贈られる秋の叙勲に3人が選ばれ、荣誉に輝きました。

■秋の叙勲受章

元市議会議員／会沢さんは、昭和59年3月に那珂町議会に当選。6期24年にわたり地方自治と、住民の福祉、文化、教育の向上に多大な貢献をされました。また那珂町議会の際は副議長に就任。那珂町と瓜連町の合併後、平成18年3月から平成20年3月まで那珂市議会の議長に就任するなど、厳正な市政の運営に尽力されました。



旭日双光章
會澤 明さん
(後台)

元公立中学校長／昭和29年に横堀小学校に赴任してから36年間、教職の道を歩まれた富山さんは、平成2年に那珂第四中学校長を退職。平成7年からは、豊富な知識、経験を生かして瓜連町教育長を約9年間勤められました。平成16年には長年の功績が評価され文部大臣賞を受賞するなど、地方教育行政の充実発展に尽力されました。



瑞宝双光章
富山勝三さん
(瓜連)

元消防団長／昭和45年に那珂町消防団員を拝命以来、38年間の長きに渡り郷土の防災活動のために尽力され、平成12年に副団長を、平成16年以降は豊富な消防経験と人柄から消防団長として、的確な指揮を振るわれました。飛田さんの豊富な経験と知識は、消防の発展に貢献し、社会公共の福祉に多大なる功績を残されました。



瑞宝单光章
飛田榮績さん
(中台)

インフルエンザなど

感染症への備えは万全ですか？



今年度は、新型インフルエンザ（A/H1N12009）および季節性インフルエンザの大流行の兆しはまだありませんが、これから本格的なインフルエンザの流行シーズンを迎えるにあたり、十分に栄養と睡眠を摂り、手洗いやうがいを行ない、人混みに出る時はマスクをするなど感染予防に心掛けましょう。

昨年発生した新型インフルエンザ（A/H1N12009）は一年以上に及び、世界的大流行（パンデミック）を起こしました。昨年は全国で新型インフルエンザが蔓延し、約2074万人が罹患しましたが、日本では人口あたりの重症化例・死亡者数が他国と比べて少ないと報告されています。その背景には、学級・学年閉鎖など、公衆衛生学的対策が徹底され、地域での広がりや抑制されたこと、タミフルの投与などの医療体制の充実、国民の予防意識の高さなどが要因と考えられています。



今年8月、世界保健機関（WHO）は世界的大流行の終息を宣言し、警戒水準（フェーズ）を「最盛期越え（ポスト・パンデミック期）」に切り替えました。しかしウイルスが消え去った訳でなく、A/H1N12009ウイルスは依然存在し、今後も流行を繰り返す可能性を秘めています。

今年度は、まだA/H1N12009ウイルスの目立った感染報告はありませんが、季節性のA香港型の感染が地域で見られる状況です。今後、本格的なインフルエンザの流行シーズンを迎えるにあたり、感染拡大防止のために健康管理に十分配慮し、日頃から「手洗い、うがい、咳エチケット」など感染予防を心がけるとともに、いち早く症状などに気づき、インフルエンザ様症状がある場合は速やかに医療機関を受診するなど、適切な対応を取ることが重要です。

問い合わせ

保険課 保健センター

☎270・8071

インフルエンザ Q&A

今年度のインフルエンザワクチンは？

インフルエンザには無数のタイプがあり、この冬に、どのタイプのインフルエンザが流行するかはわかりませんが、新型インフルエンザワクチン接種事業（平成22年度）では、流行の可能性が比較的高いと思われる3つのタイプのインフルエンザ「新型インフルエンザ（A/H1N1）と、2種類の季節性インフルエンザ（A/H3N2とB型）」に効果が期待できる「3価ワクチン」の接種が広く行われています。

接種を受けたほうがよいのはどんな人ですか？

季節性インフルエンザでは高齢のかたが重症になりやすいのに対し、新型インフルエンザは子どもや成人も含め、年齢にかかわらず重症になる可能性があります。もともと子どもや、基礎疾患（慢性疾患）を持つかた、妊婦のかたなどは、健康な成人よりも重症になる可能性が高いと考えられています。

それらの重症になりやすいかたも

感染症予防の原則

(感染性胃腸炎・手足口病・O157・インフルエンザなど)

◆感染症と正しく向き合う

感染症は、必要な防護をしてい
ればうつる可能性を下げることが
できます。

◆早めの予防と措置

「体調がおかしい」など早めに自
覚し、医療機関へ受診をして治療
を受ける。

◆偏見を持たない

感染症に関する正しい知識を持
ち、感染症の患者などの人権が損
なわれないようにする。

できていますか？ 正しい手洗い

新型インフルエンザを含む
感染症予防の基本は手洗いです！

START 1 POINT.1 両手のひらをよくこすりましょう。

2 POINT.2 手の甲もよくこすり洗しましょう。

3 POINT.3 指先はとくに丁寧に洗しましょう

4 POINT.4 指の間もくまなく洗しましょう

5 POINT.5 親指と手のひらも洗いぬいこ。

6 POINT.6 手首も忘れずに…。

手洗いの方法

- ① 手を洗うときは、時計や指輪をはずす。
- ② 爪は短く切っておく。
- ③ 流水で手を十分に濡らす。
- ④ 水を止めてから液体石けん液を用い、洗い残しの多い部位（指先、指の間、手首および親指の付け根）に注意して、約20秒程度手指全体を強くこすり合わせる。
- ⑤ 手の高さは胸より低くして、指先から水が落ちるように流水で十分にすすぐ。
- ⑥ すすぐときに、水が衣類や体に飛びはねないようにする。
- ⑦ 洗い終わったら、ペーパータオルなどを用いて、両手を完全に乾かす。
- ⑧ 水道の栓は、できるだけ直接手で触らないようにして閉める（手の再汚染を防止するため）。

※手洗い後、ハンドクリーム等の保湿剤を使用するなどして手荒れ対策にも気を付けましょう。

茨城県 最新の情報はこちら
茨城県保健予防課 検査 厚生労働省 検査

新型インフルエンザ (A/H1N1 2009)

全国で蔓延した新型インフルエンザ (A/H1N1 2009) は、季節性インフルエンザよりも多くの人が感染し、感染する力は季節性インフルエンザよりもやや強いと言えます。

かかったときの症状は、季節性インフルエンザとほぼ同じです。

平成21年 新型インフルエンザ罹患者・死亡者数

	罹患者数(割合)	死亡者数
国内	約2074万人(16.3%)	198人
茨城県	約41万人(13.7%)	5人

含めて、ワクチンにはインフルエンザの発症をある程度おさえる効果や、かかっても重症になるのを防ぐのに一定の効果が期待できます。また、まわりの人に感染が広がるのをおさえる効果も期待できます。

(厚生労働省・新型インフルエンザワクチン接種事業(平成22年度)に関するQ&Aより抜粋)

秋晴れの美しい空の下、10月23日に那珂市地域子育て支援センター「つぼみ」で、子育てフェスタ2010を開催しました。「今年の子育てフェスタも楽しみに来ました！」とたくさんのかたがたが訪れました。

子育て支援センター「つぼみ」 子育てフェスタ2010



●センター利用のかたによるフリーマーケット出店



楽しいー！ おいしいね！
親子が笑顔で、おなかも心も大満足



●保育所の先生のお話、始まりはじまりー！

子育てフェスタ2010は、保育所と支援センター利用の皆さんの協力で、様々な催し物が企画されました。場内では、えがおの写真展・リズムの広場・保育所の先生と遊ぼう・情報コーナーなどを、場外ではゲームコーナー・フリーマーケット・模擬店などを行いました。味自慢の「つぼみカレーとワンタンスープ」に皆さんは、「おいしいー」と大満足。そして、ゲームや体験コーナーでは、親子が言葉を交わし笑顔で楽しむ姿に、子育て家族の幸せが溢れていました。

今回も家族の皆さんに心のゆとりと子育ての楽しさを感じていただけた、子育てフェスタ2010は笑顔の中で終了しました。



●親子でゲームに挑戦！





体験教室



バザー



市中央公民館にて、11月19日から21日までの3日間、「公民館まつり2010」が開催されました。
中央公民館で活動する各団体によるステージ発表や作品展示、さらには体験教室やバザーなど、さまざまな催しが行われ、たくさんのかたが詰めかけた会場は、大きなにぎわいを見せていました。



館内作品展示



公民館まつり 2010



ステージ発表



那

珂市国際交流協会は、平成2年8月3日、那珂町(当時)の円滑な国際化の推進を目的に発足しました。また、同年10月29日には、互いに原子力研究機関を有し、生活環境や自然環境などが類似しているオークリッジ市(米国・テネシー州)と国際親善姉妹都市盟約を締結しました。以来、両市の間で様々な交流活動を通じ、友好の固い絆を築いてまいりました。



記念式典には、オークリッジ市長夫妻をはじめ、姉妹都市応援会、ホストファミリーなど約100人が出席したほか、在ナッシュビル日本国総領事である佐藤博史氏も出席されました。厳粛ななかにもそれぞれ楽しいスピーチやアトラクションにより、お互いの真心が通じ合い、非常に思い出に残る感動的な式典でした。

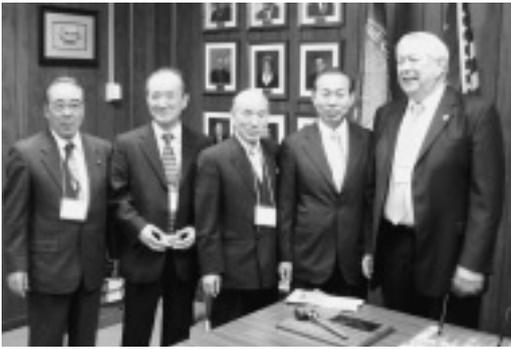
那珂市国際交流協会発足20周年 並びに 国際親善姉妹都市盟約締結20周年記念事業

この20周年という大きな節目を迎え、更なる親密な友好関係を築いていくため、10月18日から23日まで、寺門義一副市長を団長とする総勢16名の派遣団がオークリッジ市を訪問しました。

派遣団は、20周年記念式典に出席したほか、オークリッジ市長、教育局長、商工会議所長などを表敬訪問、また市内の施設を訪問し、行く先々で交流の花を咲かせました。



今回の記念事業は、これまで培ってきた友好の歴史の積み重ねが大きく反映された素晴らしいものであります。今後も、様々な分野での幅広い交流を継続し、両市の結びつきが一層深まり、共に発展していけるよう、より親密な友好関係を築いてまいります。



◆オークリッジ市長を表敬訪問
市役所や図書館、法廷、消防署なども訪問しました



◆『友情の鐘』の前にて
両市の変わらぬ友情と平和の祈りのシンボルの前で記念撮影



◆姉妹都市盟約締結20周年記念式典
オークリッジからパネル、那珂市から日本人形をプレゼントしました

N A K A S H I



O A K R I D G E

◆オークリッジからのプレゼント
両市の名前を文字写真で表しています

派遣団員 (敬称略)

【市代表団】

寺門 義一(副市長)、須藤 博(議長・協会副会長)、
平松 俊男(教育長)、吉羽 房男(商工会長・協会副会長)

【市民の翼】

小宅 昭子(菅谷)、戸邊 公恵(杉)、小貫 恵美子(下江戸)、
櫻井 静雄(菅谷)、上村 真紀(戸崎)、堀江 祐紀子(菅谷)、
森島 栄子(中台)、鹿志村 孝子(菅谷)、小森 友子(菅谷)、
鴨志田 和枝 (杉)

【事務局】

木村 利文、萩野谷 智通

協働のまちづくり Q & A

このコーナーでは、「市民との協働のまちづくり」について、市民の皆様から寄せられた質問とその回答についてお知らせしています。



質問

地域まちづくりサポート職員制度は、自治会制度に移行後はどうなるの

回答

サポート職員制度は、平成22年4月からスタートしました。任期は2年です。本年度は、自治組織にスムーズに移行するためのサポートが主になっていますが、自治組織移行後の1年間は、新たな組織による運営がスムーズに軌道にのるように、市との連絡調整や運営のサポートなどを行っています。

昨年12月に市が策定しました「那珂市協働のまちづくり指針」、本年3月に制定しました「那珂市協働のまちづくり推進基本条例」、「出前講座メニュー」は、那珂市ホームページ上でご覧いただけます。

質問

地区まちづくり委員会や自治会の役員への報酬はどうするの

回答

市から報酬を支払うことはなくなりますが、各委員会や自治会に市から出る交付金や、自治会費の中から報酬（手当）を支払っていただくようになります。そのためには、各委員会や自治会ごとに、報酬（手当）を支払う役員の範囲や報酬の額を会則等で定める必要がでてきます。

問い合わせ

市民協働課市民活動グループ

☎298・1111

(内線263・265)

宝くじ普及広報事業

田向区 宝くじ助成

平成22年度に田向区（五台）が宝くじの助成金を受け、子供神輿や太鼓などのお祭り用品の整備を行いました。

子供神輿や太鼓を新たに整備することで、長年引き継がれてきた祭りを絶やすことなく盛り上げ、地域の信頼関係やふれあいを育み、より一層豊かな地域コミュニティの醸成が期待されます。



問い合わせ

市民協働課

市民活動グループ

☎298・1111

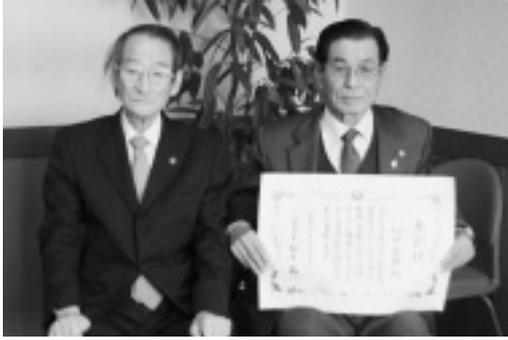
(内線263・265)



宝くじは
豊かさ築く
チカラ持ち。

宝くじは、広く普及に役立てられています。

この事業は(財)自治総合センターが宝くじの普及広報を目的としてコミュニティ活動に必要な施設や備品を整備するために助成しているものです。



初田義雄さんに茨城県知事表彰 全国社会福祉協議会会長表彰

平成7年から民生委員・児童委員として務められた初田義雄さん（戸）が10月25日、茨城県知事表彰ならびに11月5日、全国社会福祉協議会会長表彰を受賞されました。初田さんは、民生委員・児童委員としての活動や民児協での組織発展にも尽力されたほか行政、社協の福祉関係の委員会、検討会への参画等また、地域に根ざした福祉の活動や事業への協力等民児協以外の活動にも尽力されました。



おはなしで豊かなひとときを

11月6日、7日と那珂市立図書館において「図書館まつり」が開催されました。6日には、フリーアナウンサーの宮本隆治氏の講演を行いました。講演では、表現力豊かなトークに会場は和やかな雰囲気となりました。7日には、体験教室や、おはなし会も催され、子ども向けおはなし会では、大型絵本の読み聞かせや、人形劇、腹話術に、参加した子ども達は、物語の中に引き込まれていました。



「桜田門外の変」から歴史を紐解く

なかなか塾主催「那珂八景と桜田烈士史跡巡り」が11月14日に開催されました。桜田門外の変は那珂市とも関わりを持ち、明治維新の口火を切る歴史的な事件。映画「桜田門外ノ変」の公開もあつて、時代背景など興味を持たれた皆さんが多く参加されました。講演の後には、那珂八景や静神社、三嶋神社など烈士縁の地と史跡を巡りながら見聞を広げ、当時の様子に思いを馳せていました。



春を彩る花のじゅうたん

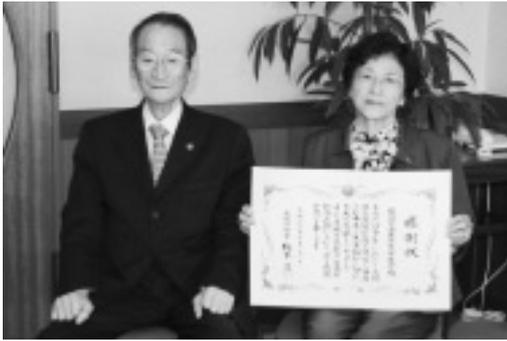
秋晴れの11月6日、日本のさくら名所100選地の静峰ふるさと公園で、NPO夢AKARI、那珂市ネットワーカー、ボランティアの皆さんがシバザクラ2千株を植えました。作業後は、ひまわりの種のパウダーが入ったひまわりうどんが振る舞われ、お腹を満たし親睦を深めました。シバザクラの見ごろは4月から5月。八重桜まつりには、色鮮やかな花のじゅうたんも広がっていることでしょう。

安全安心な那珂市の実現へ



11月4日、中央公民館で、那珂市安全安心ネットワーク防犯講演会が開催されました。この講演会には、市内各地域の自警団・防犯協会の関係者が参加し、まず市内での犯罪の現状等について学びました。その後、水戸市の元吉田自警団長の荻野行広さんによる、元吉田地区での自警団の取り組みについての講演が行われました。参加された皆さんは、荻野さんのお話に真剣に耳を傾けていました。

那珂市更生保護女性会に茨城県知事から感謝状



多年にわたり茨城県立茨城学園の運営に協力、茨城県の児童福祉の向上に多大な貢献をされた那珂市更生保護女性会に10月22日、茨城学園創立100周年の記念式典において茨城県知事から感謝状が授与されました。那珂地区更生保護女性会は、地域社会の犯罪・非行の未然防止のための啓発活動を行うとともに、青少年の健全な育成を助け、犯罪や非行のある少年の改善更生に尽力されています。

安全安心ボックスを設置しました



JR水郡線上菅谷駅北駐輪場に「安全安心ボックス」が設置され開所式が11月11日、行われました。安全安心ボックスは、自転車等の盗難被害が増加している中、特にJR水郡線上菅谷駅北駐輪場で多発していることから、那珂警察署と那珂地区防犯協会が、同所に安全安心ボックスを設置。防犯協会菅谷分会員が駐留、立ち寄り、警戒場所として活用し自転車等盗難被害防止対策の強化を図ります。

子育てについて考える契機に



子育てについて考える契機にしようと、「親が変われば、子どもも変わる運動」那珂市推進大会が、11月6日、総合センターらぼーるで開催されました。第1部では4人の発表者が、子育てを通して感じたことなど、自らの子育て体験を発表しました。第2部では、水戸市青少年育成推進会議会長の中川實さんによる講演が行われました。会場の皆さんから大きな拍手が発表者のかたがたに送られました。

**消防団第5分団第2部に
最新消防ポンプ積載車を配備**



消防団第5分団第2部（飯田）
配備の消防ポンプ積載車が老朽化
したことに伴い10月13日、新型車
両が引き渡されました。

この車両は、各種災害に対応で
きるよう最新型のポンプと自動昇
降装置などを備えた車両です。こ
の車両の配備により、地域を守る
消防団の消防力の強化が図られる
こととなります。

**人権擁護委員の
委嘱発令がされました**

10月1日付けで、小笠原純生さ
ん（瓜連）と海野崇さん（門部）
に、法務大臣から人権擁護委員の
委嘱発令がされました。

人権擁護委員は、人権擁護委員
法に基づき、地域の中で人権思想
を広め、人権侵害が起きないよう
に見守り、人権を擁護していくた
めの活動を行っています。



◆小笠原純生さん



◆海野崇さん

【任期】：平成22年10月1日
～平成25年9月30日

**ご協力ありがとうございます
善意銀行へ**

10月15日～11月14日（敬称略）

滑川 順一 20,000円
社団法人秋田犬保存会
茨城県中央支部 20,000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



秋田犬保存会茨城県中央支部の皆さん

＊人の動き＊

那珂市の人口（11月1日現在）

※（ ）内は前月比

男 27,630人 (+7)
女 28,494人 (+14)
計 56,124人 (+21)
世帯数 20,889世帯 (+25)

○出生 38人 (10月1日～31日)
○死亡 44人

＊国保ミ二情報＊

- 那珂市国保の加入者数 15,762人
（平成22年10月末現在・
前月比12人減少）
- 那珂市国保が医療費の一部として
支払った金額 2億6,498万円
（平成22年10月・
前月比596万円減少）

※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。

＊今月の納税＊

- 固定資産税・都市計画税 3期
- 国民健康保険税（普通徴収） 6期
- 後期高齢者医療保険料（普通徴収）
6期
- 介護保険料（普通徴収） 5期

納期限：12月27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

1月

January

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 ※4日は13:00から開館

●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/1月18日(火) 13:00~17:00
場所/市役所(本庁) 1階 市民相談室
相談員/弁護士
申込方法/事前に次まで予約してください。

申し込み・問い合わせ/
市秘書課市民相談室
☎298-1111 内線117

心配ごと相談

日時/1月12日(水)、19日(水)、
26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

浄化槽をお使いの皆様へ 法定検査を受けましょう

浄化槽の法定検査は、保守点検と清掃が定期的実施され、きれいな水が放流されていることを確認するためのものです。地域の水環境を保全するためには検査の結果、不具合等が発見された場合には速やかに改善を図ることが重要です。

このため、浄化槽の所有者には、年1回の法定検査が法律により義務付け

られています。

法定検査を受検しないまま放置しますと、浄化槽からの放流水の水質が悪化し、地域の水環境に影響をもたらすおそれがありますので、県指定検査機関である、茨城県水質保全協会または保守点検・清掃を委託している業者に連絡の上、必ず受検をお願いします。

問い合わせ/
(社)茨城県水質保全協会
☎227-4836
茨城県生活環境部環境対策課
☎301-2966

1月の休日当番医

1日	慶和病院 (鴻巣)	☎295-5121
2日	小宅内科医院 (菅谷)	☎298-0050
3日	諸岡医院 (瓜連)	☎296-1123
9日	岡田クリニック (後台)	☎270-8188
10日	那珂クリニック (中台)	☎295-9800
16日	埴内科消化器科 (後台)	☎295-2110
23日	那珂中央クリニック (飯田)	☎298-7811
30日	小豆畑病院 (菅谷)	☎295-2611

■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。

寄贈、ありがとうございます



11月8日、那珂市環境緑化協同組合から、観葉植物のほか、パンジー、ベゴニア、葉牡丹、シクラメン等が寄贈されました。

市役所に飾られた植物は訪れるかたがたの目を楽しませています。寄贈、ありがとうございました。



曲がり屋で、切手・絵はがきを販売しています

一の関ため池親水公園内の曲がり屋では、次のとおり郵便切手、郵便はがき、絵はがきを販売しています。曲がり屋前には、ポストが備え付けられていますので、その場で投函することができます。ぜひご利用ください。

◆販売時間

午前9時～午後4時30分

※曲がり屋の休館日（1月1日、4月～10月までの月曜日（月曜日が祝日のときは翌日））を除く

◆販売場所

曲がり屋（一の関ため池親水公園内）

◆販売しているもの

○切手（市販のもの） 50円・80円

○はがき（市販のもの） 50円

○絵はがき（曲がり屋の風景など6種類） 1枚30円

※これ以外の郵便商品や季節のはがき（年賀はがき等）の取り扱いはありません。

◆問い合わせ

那珂市観光協会（那珂市商工観光課内）

☎298 - 1111（内線245）

◆絵はがき（全6種）

【1】



【2】



【3】



【4】



【5】



【6】



今年も、「白鳥」が曲がり屋前の一の関ため池に飛来しました。白鳥見学とともに、曲がり屋にもお立ち寄りください。



Cook



ヘルスメイトさんが作る健康料理⑥

スペアリブと野菜たっぷりポトフ風

■材料（4人分）

- 豚スペアリブ…………… 8本
- 白菜…………… 1/4個
- にんじん…………… 1本
- たまねぎ…………… 1個
- ブロッコリー…………… 1/3個
- セロリ…………… 1/2本
- ローリエ…………… 1枚

- にんにく…………… 1片
- コンソメ(キューブ)…… 2個
- こしょう…………… 少々



■作り方

- ①白菜は大きめのざく切り、にんじんは皮をむき大きめに切る。玉ねぎは八つ切りに、ブロッコリーはおおまかに房を分ける。セロリは筋を取り、5cm位の長さに切る。
- ②鍋に水カップ4、ローリエ、にんにくを入れて煮立てる。スペアリブを加え、色が白っぽくなったら火を弱めて蓋をし、肉が少し柔らかくなるまで15分ほど煮込む。
- ③②に①の野菜、コンソメ、こしょうを加え、ゆっくりと全部の材料がやわらかくなるまで蓋をして煮込む。（白菜がかさばって蓋が閉まらないときは、白菜がしんなりしてから蓋をする）
- ④スープごと器に盛る。

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

海野 恭子さん

北酒出(運動休養部会)

■その日に冷蔵庫に残っている野菜を大きく切ってなんでも入れて野菜をたくさん食べてください。野菜によってはスープに溶けてしまうものがありますが、それもまた美味しいですよ。



【俳句】あせび句会

鷹渡る遙かに続く潮の道
 小春日や大空を指す乙女像
 ゆるゆると鳶の輪をかく園小春
 平凡に生きて来て今日の冬紅葉
 コスモスや見え隠れして黄の帽子
 穂芒の風来る野点兔菓子
 冬薔薇人恋ふごとく香りけり
 団栗の落つるにまかせ木のベンチ
 天も地も秋のただ中雲と水
 風に舞ひ風にさすらふ落葉かな
 休憩の卓に頭に木の實際降る

桜井 筑蛙
 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
 大森 満
 飯島 京子
 藤岡 みち子

【短歌】ときわ短歌会

「第九」歌ふ方の人の眺めかと暮秋の向日葵畑に見惚れぬ
 歌言葉浮かび出ぬまま滝の音絶え間なく聞く溪谷の道
 大浦湾に入り来る船を眺めつつピンカートンを待つ思いせり
 もみじ葉の地に着くまでのきらめきに残りの生を思いつつ行く
 両足に靴まではいたかかし君がい骨となり物置になり
 生きたいと恐怖におののく友人の長いメールが毎日届く
 連れ添いし妻を気遣い近づけて血圧計を夫は見つむる
 おまえより長生きすると夫の言う暗証番号未だ知らずに
 唐黍も西瓜も狙われ烏との智慧くらべしつつ夏の過ぎたり
 親たくても望み薄なり台風に週間延期のひまわり祭り

加藤 要
 川上 恵美子
 やまとちずる
 草野 豊
 梅沢 悦子
 仲沢 照美
 山屋 勝代
 武田 八重子
 赤塚 満夫
 片岡 明

戸籍のまど

10月15日～11月14日届出
 (敬称略)

おめでた

住所	出生児氏名	届出人
菅谷	笹嶋	晃暉 勇太
菅谷	野口	心夢 剛
菅谷	篠原	由依 健二郎
飯田	鈴木	博夢 孝博
菅谷	川越	心陽 真一
向山	大内	啓生 紀明
瓜連	西村	心結 和也
菅谷	片寄	葵 達弘
菅谷	峯村	紗英 宏隆
菅谷	菊池	快斗 均
中台	根本	美月 裕之

菅谷	大和田	瑞貴	勝広
中里	小坪	つばさ	裕則
竹ノ内	片岡	柚月	卓也
額田東郷	船橋	咲良	一也
菅谷	後藤	颯志	雅人
竹ノ内	金澤	幸花	武久
津田	矢澤	礼伊	辰也
菅谷	會澤	嵩虎	誠一
菅谷	山本	心結	達彦
菅谷	佐藤	汰樹	義之
鴻巣	海野	士	繁
後台	横田	莉穂	雅弘
菅谷	片岡	望	泰
菅谷	猿田	珠莉愛	佳宏
後台	榊	優利菜	浩二
菅谷	荒木	優瑞	寿也
菅谷	根本	こころ	毅

おくやみ

住所	氏名	年齢
横堀	坏	一美
田崎	鹿島	光男
西木倉	植田	知光
菅谷	稲田	勝昌
下大賀	秋山	君子
下江戸	秋山	行雄
戸崎	和田	幸
東木倉	後藤	與志晴
古徳	佐藤	由
額田南郷	加藤	昭夫
菅谷	中村	さつ
戸崎	黒澤	薫
後台	寺門	琴
菅谷	住谷	省吾郎
額田南郷	鈴木	司
中台	柏	実
下大賀	寺門	務

瓜連	堀口	俊光	79歳
福田	助川	すず	92歳
豊喰	坂本	愛子	83歳
菅谷	外岡	榮子	82歳
福田	福田	泰治	87歳
菅谷	面野	ナツ子	85歳
門部	勝山	正一	87歳
後台	塩野	時江	64歳
鹿島	中崎	正木	94歳
古徳	秋山	みつ	81歳
額田北郷	中島	祐寿	55歳
菅谷	清水	敏夫	60歳
北酒出	鈴木	はま子	77歳
本米崎	綿引	とき子	77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。



片岡 藍香さん(22歳) 竹ノ内

さわやかさん

患者自身に目を向けたケアを大切に

私は子どもの頃から人のために頑張る仕事に就きたいと思い、看護師を目指すし、今年4月から病棟で消化器科内科の看護師をしています。仕事は、毎日覚えなければならぬことがたくさんあって、必死に取り組んでおり毎日が勉強です。命に係わる仕事のため、責任感や緊張感を感じますが、人のために貢献できる仕事なので毎日が充実しています。将来は、専門的な分野を目指して、

長期的な視野で考え患者さんのケアに取り組みたいと考えています。休日には、ピアノを弾いたり読書をして楽しんでいます。よく散歩もしています。料理は得意分野で休日は家族のために作っています。また、友達と外出をしてリフレッシュしています。業務ではなく患者さん自身に目を向けて、患者さん自身と向き合いケアすることに、日々努力していきたいと思っています。

健康でやさしい子に育てね



ゆう 浅野由羽ちゃん 10/15 生まれ 父・健一さん 母・由希恵さん(豊嶋)

二人仲良く元気に育てね



ゆい 井上結愛ちゃん 10/2 生まれ 父・誠さん 母・美紀さん(後台)

明るく元気に育てね



はると 川田遥翔くん 10/29 生まれ 父・和明さん 母・真紀子さん(菅谷)

HAPPY BIRTHDAY!!



はじめてのたんじょうび

ご家族からのメッセージ



表紙の裏側

那珂市の秋の風物詩になりつつある、一面に広がるひまわり畑です。那珂総合公園周辺、4.2ヘクタールに及ぶ畑に約25万本のひまわりが花を咲かせました。ひまわり畑を訪れた人たちは、見晴台から眺めたり、ひまわり畑を背に記念写真を撮ったりと、ひまわりを鑑賞し楽しんでいました。 [10月29日]

ヘルスメイトさんが作る

健康料理



スペアリブと野菜たっぷりポトフ風

※レシピは14ページに記載