

2009
12

目次
CONTENTS

- | | | | |
|---|-----------------------|----|-----------------|
| 2 | なかひまわりフェスティバル
2009 | 9 | 協働のまちづくり ほか |
| 4 | 農地制度が新しくなります | 10 | まちの話題 |
| 6 | ぴちぴち那珂っこ | 12 | Information |
| 8 | 公民館まつり2009 | 16 | さわやかさん、表紙の裏側 ほか |



秋に輝く太陽の花 ひまわり(なかひまわりフェスティバル 2009)

なかひまわり フェスティバル 2009



秋を彩る夏の太陽
—那珂総合公園—

今年も見事な
ひまわりを咲かせ
ました。

-那珂市企画課広報係撮影-



おいしいぞ! 楽しいぞ!
刺激する五感!!



秋の色濃い10月31日に、那珂総合公園で、なかひまわりフェスティバル2009を開催。会場周辺の畑には、夏の象徴ひまわりが大輪を咲かせ、一面に敷かれた黄色い絨毯が観光客の目を惹かせていました。

フェスティバル会場では多くの催し物が企画されたほか、食欲の秋らしく味覚に富んだ露店が軒を連ね、姉妹都市の横手市からは、B1グランプリで、ゴールデングランプリに輝いた横手やきそばが出店するなど、訪れたかたの空腹を満たしていました。

また、特設ステージでは郷土芸能やキャラクターショー、ダンス等を披露。そして、那珂ふるさと大使まついえつこさんのミニコンサートが開かれると、完成したばかりの那珂市民の歌をはじめとした、力強い歌声で会場を沸かせました。日も落ちると、火花が澄んだ夜空に花を咲かせました。

詰め掛けた8万7千人のかたがたは、それぞれに楽しい時間を過ごされていました。



B1 グランプリ
「横手やきそば」



◆さいせい幼稚園ダンス



いいねかなかな
なっかなかな

— Matsui Etsuko —

まつい えつこ
ミニコンサート



◆ベリーダンス

特設ステージ
イベントの数々

◆キャラクターショー



◆那珂太鼓



◆大助ぼやし



◆門部ひよとご踊り



◆水戸ホーリーホック
チアリーディング



◆よさこいソーラン

夜空を彩る
光の大輪!



◆フラダンス



農地制度が新しくなります

問い合わせ 農業委員会事務局 ☎298 - 1111 内線240

農地法の目的の見直し

改正農地法は、農地転用を規制するとともに、農地を効率的に利用する耕作者による地域との調和に配慮した権利取得を促進します。

○農地の権利を有する者の

責務の明確化

農地の所有権、賃借権等を有する者は、その適正かつ効率的な利用を確保しなければならぬ旨の責務規定が新たに設けられました。

「農地法等の一部を改正する法律」が本年6月24日公布されました。食料の安定供給を図るための重要な生産基盤である農地についての規制の見直し、農地の面的な利用集積を図る事業の創設等により、その有効利用を促進することを目的としています。この法律の施行は、公布後6か月以内となっており、主な改正ポイントは次のとおりです。

農地の権利移動の規制の見直し

農地の貸借の許可について、次の条件を満たすときは、法人については農業生産法人要件、個人については農作業常時従事要件を満たす必要がなくなりました。

・農地を適正に利用していない場合に貸借を解除する旨の条件が契約に付されていること。

・地域における他の農業者との適切な役割分担の下に継続的かつ安定的に農業経営を行うと見込まれること。

・法人の場合、業務執行役員のうち一人以上の者が農業（企画管理労働等を含む）に従事していること。

ただし、農作業に従事しない個人および法人が貸借する場合には、毎年、農地の利用状況を農業委員会に報告しなければなりません。また、右記の要件を満たさなくなった場合には許可が取り消されることがあります。

農業生産法人要件の見直し

述べたとおり、農業生産法人以外の法人も賃借権を設定できるようにになりました。しかし、所有権を取得するには、従来どおり農業生産法人の要件を満たさなければなりません。

構成員要件のうち、継続的取引関係を持つ個人および法人には議決権の制限がありました。次のように議決権制限が緩和されました。

・一つの関連事業者あたりの議決権制限（10分の1以下）については、出資受入れの自由度を高めるために廃止されます。なお、関連事業者の議決権の合計は、総議決権の4分の1以下である制限は維持されます。

・農業生産法人と連携して事業を実施することにより、その法人の農業経営の改善に特に寄与する者として政令で定める者が構成員である場合には、関連事業者の議決権の合計の上限が2分の1未満まで緩和されます。

農地の相続等の届出制度の創設

相続等（遺産分割、時効取得等）による権利取得は農地法の許可が必要ありませんが、相続等により許可を受けることなく、農地の権利を取得した者は、農業委員会にその旨を届け出なければならなくなりました。この届出制度の創設により、その所在について農業委員会が把握し、農地の適正かつ効率的な利用が図られないおそれがあるときは農地のあっせん等を行います。

遺産分割
時効取得...

相続など



届出が必要に

農地の賃借の特例

（契約当事者の選択幅の拡大）
存続期間の特例

農地の賃貸借の存続期間について、民法の規定により20年以内とされているところが、50年以内まで選択可能となりました。

農地転用規制の強化、違反転用に対する処分・罰則の強化

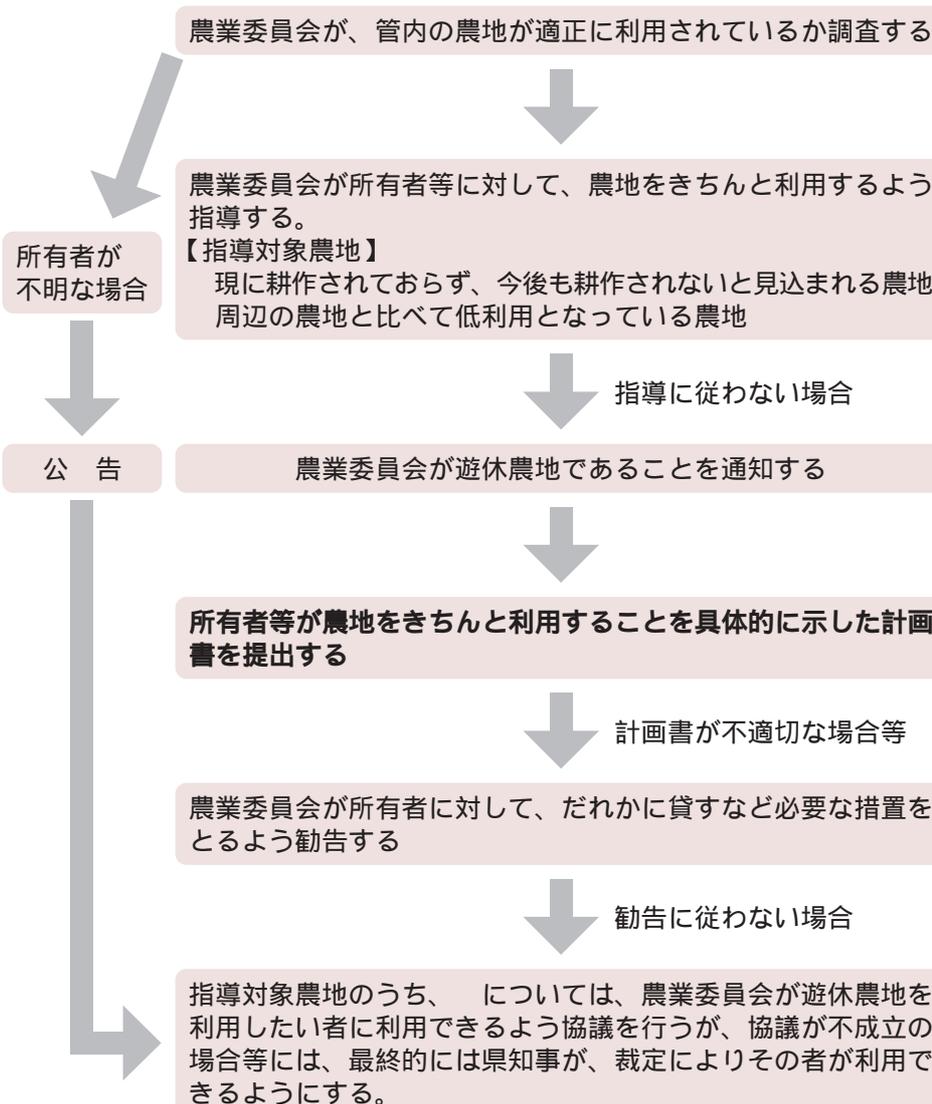
項目	改正前	改正後
転用の厳格化	国・都道府県が行う農地転用は、許可不要	国・都道府県が設置する学校、社会福祉施設、病院、庁舎または宿舍建設を目的に農地を転用する場合は、事業実施主体が許可権者（県知事等）と協議し、協議が成立すれば許可
	農用地区域内の縁辺部（周辺の部分）では、現に担い手が営農している農地であっても除外・転用が可能	担い手に対する農用地の利用集積に支障を及ぼす場合には除外不可
違反転用への対応の厳格化	違反転用	
	3年以下の懲役または300万円以下の罰金 （法人は300万円以下の罰金）	3年以下の懲役または300万円以下の罰金 （法人は1億円以下の罰金）
	違反転用における原状回復命令違反	
	6か月以下の懲役または30万円以下の罰金 （法人は30万円以下の罰金）	3年以下の懲役または300万円以下の罰金 （法人は1億円以下の罰金）

農地転用規制の厳格化

わが国の食料の「自給力」を強化するには、これ以上の農地面積の減少を食い止める必要があります。

国として、農地転用規制について、厳格化する政策を打ち出し、農地の確保に積極的な役割を果たしていくことを初めて明確にしました。

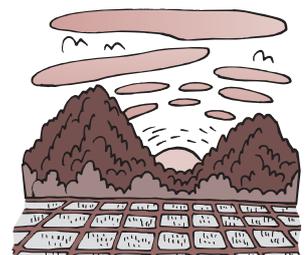
遊休農地対策制度の仕組み



遊休農地の対策の強化

すべての遊休農地を対象として、農業委員会の調査により利用状況を把握し、農地の有効利用の徹底を図ります。

所有者等に対する指導、通知、勧告までの手続きを農業委員会が一貫して行うことにより適切に遊休農地対策が講じられるようにし、所有者の不明な遊休農地も利用できるようになります。



ぴちぴち那珂っし

ここから食事は食事から

食育を支える柱

地産地消と食に関する理解と関心の増進

食に対する関心と理解を深めるための情報提供や、食に係わる関係者が連携した活動を推進します。

三 食育啓発活動の推進

市民への食育の周知と定着を図るため、食に関する正しい知識などの情報を提供し、食育に取り組む機会や支援が得られるよう体制を整える取り組みを行います。

食育応援
キーワード

健康づくり

安心づくり

◆具体的な取り組み
食品の安全性、栄養その他の食品に関する調査、研究、情報提供

私たちの家庭の中には様々な食材が出回り、市民の食への安全・安心に対する関心が高まっています。食に関する情報の収集・提供に努めるとともに、市民が安心して食事を楽しむことができる環境の整備を図ります。

【那珂市食育推進計画 9】

市民の食への安全・安心に対する関心はますます高まっています。私たちの周りには様々な食材が出回り、一人ひとりが食品情報などに関する知識を持つことが必要とされています。

生産者と消費者との結びつきを強める活動を、市民活動として継続的に展開しやすいよう取り組んでいきます。

① 市民運動への展開

市民活動として継続的に食育運動を展開しやすいよう、市民・団体・企業などの食育に取り組むネットワークを作り、生産者と消費者との結びつきを強める活動を展開します。

② 食育推進、食生活に関する情報発信

市民一人ひとりが食育に関心を持ち活動できるよう、市広報紙や市ホームページなどを活用し、食育の普及・高揚を図ります。

市民自らが、食に関する情報を発信し受け取ることができる仕組みを作り、食品情報などに関する知識を身につけられる環境を整えます。

③ 食育推進委員会の設置

食育推進計画を円滑に推進していくため、食育推進委員会を開き継続的に取り組んでいきます。



10月4日、大子町を会場に、常陸大宮保健所管内「食育キャンペーン」が開かれました。管内食生活改善推進員、県学校栄養士会などが参加し、食に関する正しい知識、学校給食の移り変わりなどの情報提供や健康相談、食育PRを行いました。行楽客を含め多くの買い物客で賑わい、食育への関心の高さが伺われました。

〔私たちができる大切なこと〕

私たち市民をはじめとする食育の関係者が、食育を応援するためのキーワードを基に、私たちができることをまとめ、那珂市の基本目標を達成するための問題解明や、内容を理解するうえでの重要な手がかりをまとめました。

食品の安全性、栄養その他の 食生活に関する調査、研究、情報の提供

市民一人ひとりが健康で豊かな生活をおくるため、食に対する正しい知識と理解を深めるとともに、判断し実践できる力を身につけ、自ら健康に留意しなければなりません。関係者は食生活や健康に関する情報提供や重要性の普及に努め、受信しやすい環境も整える必要があります。「家庭・市民」「農林漁業関係者」「食品関連業者及び食生活改善推進員」が連携した取り組みが重要です。

○家庭・市民

食の安全性への関心を持ちます
生産者との交流を図ります
生産者などとの結びつきを深めます
食育への活動に参加します
家族そろって食事をする時間をつくります

「私たちができること」

「一緒になってできること」

連携

健康づくり
安心づくり

○食品関連業者及び食生活改善推進員

生産者や消費者との結びつきを深めます
食育月間、食育の日を広めます
食への関心を深める情報を発信します
食品の安全性をアピールします
食品ごみを減らす活動を行います

○農林漁業関係者

消費者や食品関連業者との結びつきを深めます
食育月間、食育の日を広めます
食への関心を深める情報を発信します
食品の安全性をアピールします
食品ごみを減らす活動を行います

食育応援キーワード

健康づくり・・・生活習慣の改善と健康増進のための健康づくり

安心づくり・・・多様な情報を伝える安心づくり

食育に関する問い合わせ

○茨城県保健福祉部保健予防課 ☎301 - 3229

○総合保健福祉センター「ひだまり」 市健康推進課 ☎270 - 8071

ステージ発表



公民館
まつり
2009



公民館主催一日体験教室

10月30日から11月1日までの3日間、市中央公民館において「公民館まつり2009」が開催されました。集会ホールでは各団体が日ごろの練習の成果を十分に発揮した素晴らしいステージ発表が行われ、会場からは惜しみない拍手が送られました。また、館内では数々の作品の展示や、地区分館の活動状況が紹介され、来場者の興味をひきました。同時に開催されたお茶席やフォーカダンスの体験、公民館主催の一日教室においても参加された皆様は楽しい時間を過ごされ、盛況に終了しました。



バザー



館内作品展示



体験教室



協働特集⑥

協働のまちづくり

協働のまちづくりの主体である、市民、市民自治組織、市民活動団体などと市の相互のルールとして次のような基本的な原則を考えています。協働を進めていくためには、この原則をお互いに理解することが重要です。

協働のまちづくりにおける基本原則 対等の関係

協働のまちづくりを進めるうえで、市と市民自治組織や市民活動団体など（以下「協働する双方」という）は、お互いがまちづくりのパートナーであることを認識し、対等関係であることが重要です。

目標（目的）の共有

協働のまちづくりの目標（目的）が何であるか、協働する双方が共通理解していることが大切であり、市や地域が抱えている課題についても相互に確認しておく必要があります。

自主性・主体性の尊重

協働する双方が、お互いの価値観や行動原理の違いを理解したうえで信頼関係を築き、それぞれの自主性・主体性を尊重することが重要です。

情報の共有

協働する双方は、持っている情報をお互いに提供し合い、必要な情報を必要な時に入手できることが重要です。また、市においては、事業の企画・立案・実施・評価など、様々

このコーナーでは、那珂市が推進しております「市民との協働のまちづくり」について、市民の皆様にご紹介していきます。

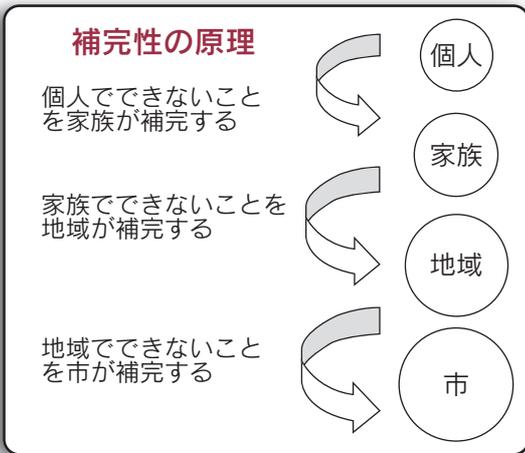
な過程において積極的に情報を公開し、透明性を確保する必要があります。

評価の実施

協働により事業を実施した後は、協働する双方の関わり方も含め、当該事業の成果（結果）を検証し、次に行う協働事業の推進に活かすことも大切です。

補完性の原理

市と市民の関係は、「市民は市から公共サービスを受ける側」というこれまでの考え方から、「地域でできることは、地域で自らが行う」という考え方に変え、次の図のような補完性の原理を基本とします。



問い合わせ

市民活動課自治推進係 ☎298 - 1111 内線484

那珂市防災訓練が実施されました



那珂市防災訓練が10月24日、那珂市立第一中学校グラウンドで行われました。那珂市地域防災計画に基づき、防災関係機関および市民に参加を呼びかけ、大地震を想定した防災訓練を協働で行い、総合的な災害予防、応急対策などの防災活動が迅速かつ的確に実施できるよう関係機関との協力体制の連携と、防災体制の強化、市民の防災に対する意識の向上と防災に関する知識の普及を目的に開催されました。

那珂市において、震度6強の強い揺れを観測し、家屋の倒壊や道路の損壊、多数の負傷者が発生したことを想定。消防車両

による会場内サイレン吹鳴を合図に、災害対策本部設置、消防団召集訓練、住民避難訓練を開始し、その後、情報収集訓練や非常炊飯訓練等を実施しました。市民のかたがたは、いざという時に備えて応急処置訓練および初期消火訓練を実際に体験しました。

また、自衛隊、警察、防災航空隊、医師会、歯科医師会の協力のもと、消防署との災害応急活動の連携を再確認することができました。市では、今回の防災訓練を生かし、今後も市民の皆様と安心安全なまちづくりを進めて参ります。

五台ソフト 初の全国大会出場へ



第3回春季全日本小学生男子ソフトボール大会茨城県予選会が10月24日、25日、那珂湊運動公園で開催され、五台ソフトボールスポーツ少年団（写真）が準優勝で全国大会の切符を手にし、菅谷ソフトボールスポーツ少年団が第4位入賞の成績を収めました。五台ソフトボールスポーツ少年団は昨年の関東大会出場に続く快挙で、来年3月に小田原市で開催される全国大会での活躍が期待されます。

心に温かく響く澄んだ歌声



11月13日、総合センターらぼーるで那珂市文化協会、(財)げんでんふれあい茨城財団主催、奥華子さんによる那珂市市制施行5周年協賛事業げんでんふれあいライブを開催しました。弾き語りで行われた奥華子さんのライブは、聴いた瞬間から虜にする歌詞、メロディーそして澄んだ魔法の歌声が響き渡り、満員の会場は終始温かい気持ちと感動で満たされ、最高の盛り上がりを見せました。

那珂市食用かんしょ栽培研修会



農政課は、農業所得向上につながる産地づくりを目指すため11月19日、中央公民館で「那珂市食用かんしょ栽培研修会」を開催しました。新規就農者や定年帰農者など75人が参加した研修では、紅金時、べにまさりなどを那珂台地でよく栽培する方法について、生産農家の講師のかが丁寧に解説しました。皆さんは高品質で安定したかんしょ栽培に取り組みもうと熱心に聞き入っていました。

元オリンピック選手が額田小に来校



トップアスリート派遣指導事業バスケットボール教室が11月20日、額田小学校で行われ、5、6年生が元オリンピック選手の大山妙子さんからバスケットボールの手ほどきを受けました。世界で競技経験のある大山さんから直接教わる貴重な機会とあって、子どもたちも真剣な表情でボールに慣れるための運動やシュート練習をおして、いずれのスポーツにも共通する基礎力を身につけました。

森林愛護隊「いばらき緑の文化賞」受賞



戸多小学校森林愛護隊が、永年にわたり森林・緑を守り育てる活動に取り組んできた功績を評価され、いばらき緑の文化賞を受賞しました。

森林愛護隊は、昭和50年に設立してから33年間、全児童が「緑の少年団」の一員という意識を持ち、森林や自然に対する愛護の精神を養うため、募金活動や自主的なボランティア活動等を実践。活動をおして地域の緑を守り育てることに貢献してきました。

気持ちを込めて、描いた一枚



【茨城県知事賞受賞作品】

写真上
鈴木優奈さん（中央）
三上明莉さん（左）
薄井耀さん（右）

「家族・ふれあい・感謝」をテーマに行われた、あたごふれあい絵手紙コンクールに菅谷学童保育所の鈴木優奈さんが茨城県知事賞を受賞。三上明莉さん、薄井耀さんが入賞しました。おめでとうございます。

ようこそ！インドネシアから研修生が来日



10月21日、インドネシア国家警察から3人の幹部職員のかたがたが、瓜連駐在所で地域安全活動研修に参加し、瓜連地区安全活動連絡会の17団体の会員と自主防犯活動をおして交流を図りました。

研修では、瓜連小学校の下校時間に立哨をして子どもたちとふれあったり、瓜連駅で自転車盗難防止ステッカーを貼付したりするなどの活動を行い、多くの経験を積んでいました。

晴天の下、みんな一緒に歩きました



第13回鹿島地区三世代区民歩く会が11月3日に開催され、100人の参加者は鹿島公民館と粟原釣場間、往復約7.6kmの道のりを歩きました。

途中、久慈川堤防や木島大橋などを歩いた皆さんは足取り同様に会話も弾み、世代を越えた交流を図りました。

終了後は手作りの焼きそばや豚汁などが振る舞われたほか、輪投げ大会も行われ、みんな笑顔あふれる時間を過ごしました。

しょうという運動です。

- ・子どもとの約束・時間・ルールをまもりましょう。
- ・仕事や部屋の後片付けをきちんとしましょう。

親から愛されていることを感じれば心が安定

【お父さん、お母さん！子どもの心が見えますか】

- ・ことば、動作などからのSOSのサインにいち早く気づき、対応できるようにしましょう。
- ・子どもの長所を見いだし、上手にほめましょう。
- ・機会をとらえ、親子の語らいの時間をもちましょう。

子どもの成長を温かく育む家庭

【お父さん、お母さん！子どもの自立性や社会性を育てていますか】

- ・子どもが自分で気づき、考え、行動することを温かく見守りましょう。
- ・子どもの友達を大切にし、笑顔で対応しましょう。
- ・自分のペースで物事を押しつけないようにしましょう。

問い合わせ /

市生涯学習課青少年係（瓜連支所）

☎298 - 1111 内線8283

＊人の動き＊

那珂市の人口（11月1日現在）

（ ）内は前月比

男	27,682人	(- 30)
女	28,515人	(- 3)
計	56,197人	(- 33)
世帯数	20,670世帯	(+ 4)

出生 38人
死亡 51人
(10月1日～31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)

- いきいきサロン 若竹グループ 2,852円
- ぴっぴお話の会 南波 哲龍 3,344円
- 野木 利三郎 10,000円
- 切手・テレカボランティアポピー 7,000円
- 第9回那珂ライオンズクラブ
チャリティゴルフ大会 73,530円



那珂ライオンズクラブの皆さん

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

＊国保三二情報＊

那珂市国保の加入者数 15,787人
(平成21年10月末現在・

前月比7人増加)

那珂市国保が医療費の一部として支払った金額 2億7,098万円
(平成21年10月・

前月比1,632万円減少)

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25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 / 市収納課収納係
☎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 5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。



1月の休日当番医

- 1日 埴内科消化器科 (後台) ☎295 - 2110
- 2日 那珂クリニック (中台) ☎295 - 9800
- 3日 なかむら内科・泌尿器科クリニック(飯田) ☎353 - 2310
- 10日 ルリア記念クリニック(中里) ☎296 - 3333
- 11日 瓜連中央医院 (瓜連) ☎296 - 0271
- 17日 諸岡医院 (瓜連) ☎296 - 1123
- 24日 鈴木呼吸器科内科 (中台) ☎353 - 2811
- 31日 ののがき脳神経外科クリニック(中台) ☎352 - 0555

診療時間 / 9 : 00 ~ 11 : 30

往診はしません。

保険証は必ずお持ちください。

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(県メディカルセンター内)へお問い合わせください。 ☎241 - 4199

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。

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

法律相談

日時 / 1月19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6日(水)、13日(水)
20日(水)、27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

心豊かでたくましい 青少年を育てるために

子どもを育てることは親のつとめです。子どもは親の感化によって成長するものです。地域社会の大人もまた、地域の子どもの育てる親です。それぞれの親たちに立派に教育されて人間性豊かに成長するのです。そのために、すべての親がよりよい心豊かな親とな

り、子どもたちのよい手本となるよう、親自身が変わらしましょう。こうして育てられた子どもたちも、やがて親になるのですから。

先人のことばの『三つ子の魂百まで』は子育ての基本

【お父さん、お母さん！家族の愛を育てていますか】

・親は最初の先生です。温かいことばをかけましょう。

・親子の絆を育み、助け合う心育てましょう。

・適時的確なしつけや善悪のけじめをはっきり教え、よい行いは大いにほめましょう。

家庭生活で大切にしたいマナー

【お父さん、お母さん！こんなことに心掛けていますか】

・笑顔であいさつ。学校や地域で進めている「オ・ア・シ・ス」運動を家庭でもしましょう。

オアシス運動はあいさつの言葉の頭文字をとったもので、

オ「おはようございます」

ア「ありがとうございます」

シ「失礼します(失礼しました)」

ズ「すみません(すみませんでした)」

を日ごろから言えるように心がけま



ヘルスメイトさんが作る健康料理⑤

ヤサイマーボ

材料（2人分）

白菜.....	2枚	
大根.....	200g	
豚ひき肉.....	100g	
にんにく.....	1片	
しょうが.....	20g	
ねぎ.....	20cm	
みそ.....	大さじ1	} A
しょう油.....	大さじ1	
砂糖.....	小さじ1	
酒.....	大さじ1	
七味とうがらし.....	適量	
サラダ油.....	大さじ2	
片栗粉.....	大さじ1	

作り方

白菜は白い茎の部分2cm長さ4cm位に切り、葉も縦・横に切り目を入れて同じような大きさに切る。

大根は厚さ5mmのいちょう切りにする。にんにく、しょうが、ねぎをみじん切りにする。

大根をひたひたになるくらいの水で柔らかく煮て、和風だしが鶏がらスープを少々入れる。柔らかくなったら大根とスープに分ける。

フライパンにサラダ油を入れ、を香りが出るまで炒め、豚ひき肉を入れてさらに炒める。

白菜、大根を入れ軽く炒め、大根を煮たスープ100ccを入れてふたをして野菜を柔らかく煮る。

Aで味付けし、水溶き片栗粉でとろみをつける。

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

樫村直美さん

瓜連(運動・休養部会)

キッチンにあるもので味付けしてみました。あとは豆板醤を七味の代わりに利用してはいかがでしょうか。

那珂市農用トラクター利用技術競技大会

那珂市農業機械士協議会主催の農用トラクター利用技術競技大会が10月29日、古徳地内のほ場で開催され、農業後継者や定年帰農者等の18人は、ロータリー耕の技術を競いあいました。

技術の向上のほか作業の安全意識の高揚を図ることを目的とした今大会で、最優秀賞には海野浩行さん(鴻巣)が選ばれました。

その他、最新技術であるトラクターの「リバーシブルプラウ」などが実演され、参加者から注目を集めていました。



鷺内区子供を守る防犯パトロール隊が発足

子どもたちを地域で守ってほしいと「鷺内区子供を守る防犯パトロール隊」が誕生し、11月1日に発会式が行われました。

早速、警察から防犯パトロールの方法と注意事項を学んだ隊員の皆さんは、声かけの大切さや防犯腕章の効果等を再認識するなど、今後の活動に生きる知識を身につけました。

同隊はこれから、子どもたちの登下校時等に立哨活動を行い、地域の安全確保に取り組んでいきます。



親が変われば、子どもも変わる運動那珂市推進大会

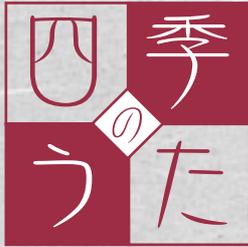


「親が変われば、子どもも変わる運動」那珂市推進大会が11月7日、総合センターらぼーで開催されました。

第1部の子育て体験発表では、5人の発表者が子育てをとおして感じたこと、子どもと接

する際に特に大切にしていることなど心温まる子育て体験談を披露し、会場に集まった参加者から多くの拍手が贈られました。また、第2部では、映画「お母さんもっと聞き上手に」が放映されました。

発表に聞き入っていた会場の皆さんにとって、心の琴線に触れる体験談の数々は、自らの子育てを見直すよい契機になったことでしょう。



【俳句】あせび句会

蟻蛸飛び起伏ゆつたり草千里
 森つつむ霧の奥より鳥の声
 秋水の枯れて水車の止りけり
 ほの暗き昔の住居木の突降る
 白萩のかすかにゆれて達磨像
 手をつなく幼宇宙語鱗雲
 陽射し受け銀杏黄葉の眩かり
 湯けむりの燻る奥飛騨紅葉雨
 落葉踏む音蒼天に吸はれけり
 畑のものの畑に燃やして秋惜しむ
 柿たわわ孫の笑顔と重なれり
 老夫婦狂言堪能彼岸花
 わが願ひ込めて一票夕薄暮

桜井 筑蛙
 雨宮 文枝
 高野 祝子
 宇佐美 和子
 大森 満子
 飯島 京子
 藤岡 みち子
 筒井 かよ子
 浅野 とし子
 草野 ゆたか
 會澤 ちい子
 海後 甫子
 益子 春子

【短歌】白鳥短歌会

安達太良の山に登りて鐘を打つ米寿の媼に嫁の手やさし
 廃校のフェンスに並みて烏瓜ドミノソファミと曲を奏つる
 柄に残る父の手ずれの手打鎌さらさらと畦刈りすむ
 芋あまた貯へ終はり雨となる 山茶花の白なほ鮮^{あざ}けし
 「我々は何処へ行くのか」ゴーギャンよ基地問題はいかになりゆく
 赤とんぼ菊の支柱に止まりおり心地よき風われを和ます
 紺碧の深きを載りて大銀杏限りなき黄を天に掲ぐる
 大森 満
 加藤 要
 草野 豊
 夷針 利理子
 仲沢 照美
 中崎 美登利
 中井川 胤文

菅谷 豊
 菅谷 喰
 菅谷 廣
 菅谷 大
 菅谷 近
 菅谷 田
 菅谷 鈴
 菅谷 石
 菅谷 山
 菅谷 西
 菅谷 小
 菅谷 武
 菅谷 大
 菅谷 笹
 菅谷 笹
 菅谷 住
 菅谷 出
 菅谷 生
 菅谷 児
 菅谷 氏
 菅谷 名
 菅谷 友
 菅谷 稀
 菅谷 幸
 菅谷 治

おめでた

10月15日〜11月14日届出
(敬称略)

戸籍のまど

菅谷 瓜
 菅谷 連
 菅谷 横
 菅谷 山
 菅谷 新
 菅谷 直
 菅谷 佐
 菅谷 川
 菅谷 肥
 菅谷 田
 菅谷 大
 菅谷 堀
 菅谷 住
 菅谷 鈴
 菅谷 狩
 菅谷 大
 菅谷 所
 菅谷 青
 菅谷 田
 菅谷 木
 菅谷 秋
 菅谷 大
 菅谷 金
 菅谷 竹
 菅谷 内
 菅谷 鴻
 菅谷 巢
 菅谷 後
 菅谷 台
 菅谷 後
 菅谷 台
 菅谷 鴻
 菅谷 巢
 菅谷 青
 菅谷 木
 菅谷 田
 菅谷 上
 菅谷 万
 菅谷 結
 菅谷 太
 菅谷 依
 菅谷 玲
 菅谷 奈
 菅谷 秀
 菅谷 政
 菅谷 淳
 菅谷 春
 菅谷 夫
 菅谷 修
 菅谷 平
 菅谷 正
 菅谷 人
 菅谷 拓
 菅谷 実
 菅谷 泳
 菅谷 燦

菅谷 菅
 菅谷 本
 菅谷 南
 菅谷 門
 菅谷 堤
 菅谷 瓜
 菅谷 額
 菅谷 額
 菅谷 額
 菅谷 額
 菅谷 平
 菅谷 菅
 菅谷 後
 菅谷 菅
 菅谷 中
 菅谷 下
 菅谷 下
 菅谷 鴻
 菅谷 中
 菅谷 福
 菅谷 菅
 菅谷 額
 菅谷 住
 菅谷 所
 菅谷 久
 菅谷 氏
 菅谷 名
 菅谷 利
 菅谷 明

おくやみ

菅谷 飯
 菅谷 田
 菅谷 南
 菅谷 酒
 菅谷 出
 菅谷 小
 菅谷 室
 菅谷 桐
 菅谷 原
 菅谷 會
 菅谷 澤
 菅谷 小
 菅谷 野
 菅谷 古
 菅谷 内
 菅谷 利
 菅谷 明

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います。



針金 宏昌さん(23歳) 菅谷

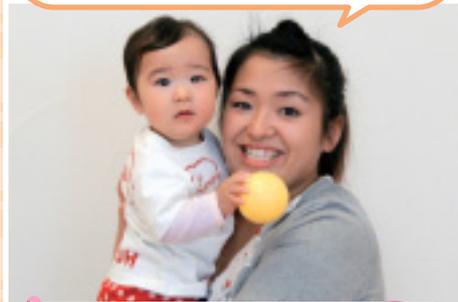
さわやかさん 59

私は那珂市の結婚式場に勤め始めて半年。式場には様々なかたがたがお越しになり、毎日新しい発見を感じながらとても楽しく仕事をしています。私は北海道の札幌出身で、那珂市に移り慣れない土地に初めは大変なこともありました。地域のかたがたから色々とお心遣いを頂き、今では住みやすく自然の豊かな良い街だなと感じています。また、茨城独特の言葉はとても新鮮で、温かみある響きに親しみを持っています。

最高の笑顔で感動を届けたい

結婚式のシーズンになると忙しい日々が続きますが、アウトレットやショッピングモールに出かけたり、友人と食事に行ったりして休日を過ごしています。いつも最高の笑顔でお客様に素晴らしい思い出と感動を届けられるよう、私はひとつひとつ丁寧な仕事に日々励み、また、地域からいろいろなことを学びながら、那珂市民の一人として将来的には街を盛り上げられていけるような人間になりたいと思っています。

健康でたくましく優しい人になってね



りんか 助川凜花ちゃん

12/23 生まれ

父・健太郎さん 母・弥生さん(中里)

伸び伸びと健やかに育ってね!!



まさき 海野正樹くん

12/12 生まれ

父・智之さん 母・千鶴さん(鴻巣)

健康ですくすく育ってね



せな 一木青浪くん

12/5 生まれ

父・信行さん 母・節子さん(中台)

HAPPY BIRTHDAY!!



はじめのたんじょうび

ーご家族からのメッセージー



表紙の裏側

晩秋を染め上げる夏の色(なかひまわりフェスティバル2009)

10月31日に開催する「なかひまわりフェスティバル2009」の時期に合わせ、会場的那珂総合公園周辺、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。

県外からも多くの観光客のかたが訪れ、特設した見晴台から眺めたり、ひまわりを背に一緒に記念写真を撮ったりと、秋の乾いた風景に鮮やかに映えるひまわりを觀賞していました。

