

広報

なか

2017

8

No.151

発行日 平成 29 年 8 月 14 日

発行 那珂市

編集 秘書広聴課広報グループ

〒 311-0192

茨城県那珂市福田 1819-5

E-mail hisho-k@city.naka.lg.jp

U R L <http://www.city.naka.lg.jp>

目次 Contents

国際親善姉妹都市 オークリッジ	…	2
防災の日 ~日ごろから災害への備えを~	…	4
わがまちの環境を考える	…	6
八重桜まつり写真コンテスト	…	8
那珂市内放射線量測定状況	…	15
まちの話題	…	16
Information	…	18
さわやかきん ほか	…	22

写真：じゃがいもほり体験をする親子

那珂
幕どし





国際親善姉妹都市 オークリッジ 平成29年度 中学生交換交流

国際親善姉妹都市であるアメリカ・オークリッジ市の中学生10人と引率の先生2人が、7月3日～10日の8日間、那珂市に滞在し、さまざまな日本文化を体験するとともに、日本の家庭にホームステイをし、ホストファミリーとの親交を深めました。

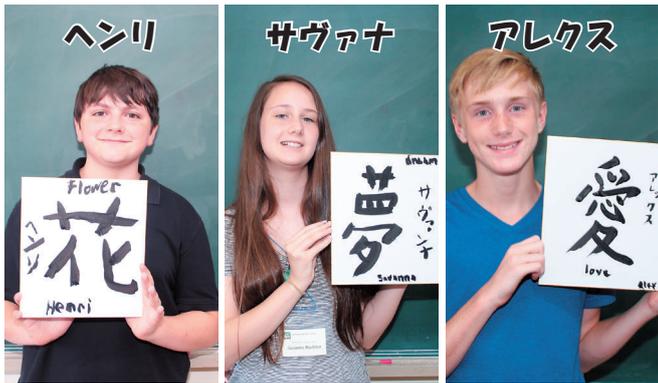
那珂市に到着したときのオークリッジ市の皆さんは、長旅の疲れや緊張の表情が見えましたが、日が経つにつれて、日本での生活にも慣れ、日本の中学校に通ったり、小学生や高校生との交流をしたり、ホストファミリーといるいろいろな場所に出かけたりして打ち解けていきました。出発の日には、どの家族も抱き合いながら別れを惜しむ姿が見られました。

今度は、8月19日～29日の11日間、那珂市の中学生10人がオークリッジ市を訪問します。

那珂市とオークリッジ市。海を越えた両市の友好は、中学生交換交流を通じて一層深まっています。

Naka-Oak Ridge 2017 Naka-Oak Ridge 2017 Naka-Oak Ridge 2017 Naka-Oak Ridge





Jefferson Middle School
Oak Ridge, Tennessee

ジェファーソン中学校

- Henri Scott / 石沢 悠人
 - Savanna Maddux / 檜山 由莉
 - Alexander Dahl / 吉原 美礼
 - Allison Myers / 根本 花菜
 - Alexandra Shanafield / 秋山 実咲
 - ◇ Kristina Casalenuovo / 上田 和江
- ※○は生徒、◇は引率者、日本名はホスト



Robertsville Middle School
Oak Ridge, Tennessee

ロバーツビル中学校

- James Everitt / 井上 凜
 - Jordan Oxendine / 秋山 咲
 - Thomas Schultz / 遠藤 春菜
 - Mateo Cacheiro / 宮前 知明
 - Aidan Seay / 鈴木 渉
 - ◇ Julie Kinder-McMillan / 薄井 享
- ※○は生徒、◇は引率者、日本名はホスト



9月1日は「防災の日」

～日ごろから災害への備えを～

地震や竜巻、豪雨など、全国各地で多種多様な自然災害が発生しています。災害はいつ、どこで発生するかわかりません。被害を最小限に抑えるために、日ごろから災害に備えておくことが重要です。

住まいの安全対策

◆家具の配置を工夫しましょう

就寝中に地震に襲われると家具の転倒や逃げ遅れる可能性があり大変危険です。寝室などには、なるべく背の高い家具を置かないようにしましょう。また、安全に避難ができるように入り口や廊下、階段には倒れやすいものを置かないようにしましょう。

◆家具を固定しましょう

家具の転倒を防止する器具などを取り付けて家具を壁に固定することが重要です。また、粘着マットや粘着ベルトなどで家具を固定することも有効です。

家族で防災会議を開きましょう

仕事や学校など、家族が離れているときに災害が起きても混乱しないよう、災害が起きたらどうするのかについて日ごろから家族全員で話し合っておくことが大切です。

【話し合つてみる】

- 家族一人ひとりの役割分担
- 避難所、避難経路の確認
- 災害時の連絡手段（災害用伝言ダイヤル「171」、災害用伝言板「Web171」など）

非常備蓄品・持出品を備えましょう

◆非常備蓄品

大規模災害が発生すると、防災後72時間は救助活動が優先されるため、物資の供給が遅れる可能性があります。そのため、食料や飲料水は各家庭で最低3日分以上備えておきましょう。

また、消火用水や生活用水も必要です。日ごろからお風呂の水をため置きしたり、ペットボトルの水を備蓄するなど、水の確保に努めましょう。

◆非常持出品

家族構成に応じて物資を用意し、すぐ取り出せる場所（玄関・物置など）に保管しましょう。

非常備蓄品(例)

飲料水	1人1日3ℓ
保存食品	お米、パックのごはん、乾麺、カップラーメン、缶詰など
子ども食	乳幼児の粉ミルク、離乳食、おやつ
生活用品	給水用ポリタンク、カセットコンロ、トイレトーパー、ティッシュ、ウェットティッシュ、紙皿・紙コップ、ラップ、ビニール袋など

非常持出品(例)

貴重品類	現金（小銭を多めに）、健康保険証（コピー可）、預金通帳・印鑑
道具類	携帯電話・充電器、携帯ラジオ、懐中電灯、電池、マッチ、ローソク、ナイフ（缶切り）、時計
安全対策品	ヘルメット、携帯レインコート、軍手
救急医療品	常備薬、救急医薬品、三角きん・ガーゼなど
生活用品	洗面用具、ごみ袋、ウェットティッシュ
衣類	下着・靴下、防寒着、毛布、タオル
非常食・水	非常食（缶詰・レトルト食品など）、飲料水、粉ミルク・離乳食（乳幼児がいる場合）

◆避難情報の名称変更について

「高齢者やその支援者などは避難を開始する段階である」ということを明確にするため、避難情報の名称が変更となりました。

変更前	変更後
避難準備情報	避難準備・高齢者等避難開始
避難勧告	避難勧告 ※変更なし
避難指示	避難指示(緊急)

【いつぞの意味】

○避難準備・高齢者等避難開始

避難に時間を要する人（高齢者や乳幼児など）と、その支援者は避難を開始してください。その他の人は、避難の準備を整えましょう。

○避難勧告

速やかに避難しましょう。外出することでかえって命に危険が及ぶような状況では、近くの安全な場所への避難や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。

○避難指示(緊急)

まだ避難をしていない人は、早急に避難しましょう。外出することがかえって命に危険が及ぶような状況では、近くの安全な場所への避難や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。

◆那珂市の防災対策

■拠点避難所の備え

避難所・避難場所は市内に37か所あります（平成29年3月に見直しを実施）。そのうち、拠点避難所（6か所）および総合保健福祉センター「ひだまり」には、備蓄食料や防災資機材を備える防災倉庫を設置しています。
※拠点避難所のうち、那珂総合公園については、現在防災倉庫を準備中です

■災害情報の伝達

災害時には、いち早く正確な情報を得ることが重要です。市では、次

のような方法で情報を発信します。

◆防災行政無線

各家庭、事業所に配布された戸別受信機と市内全域に設置されている109基の屋外スピーカーから災害情報や避難情報をお伝えします。

【戸別受信機の取り扱いについて】

戸別受信機は、皆さんの生命・財産を守る大切な情報伝達機器です。常に電源を入れておき、放送が聞ける状態にしておきましょう。

○試験放送として、毎週日曜日の午後5時に「七つの子」のメロディーを流しています。戸別受信機の受信確認をお願いします。

○電池は定期的（単1形、単2形で1年ごと）に交換をお願いします。

○テレビや無線LANなどの電化製品は、放送の受信を妨げることがあります。2m以上離れたところに、アンテナを十分に伸ばした状態で設置しましょう。

○戸別受信機は防災課にて無償貸与しています。転出などをされる場合には、防災課までご返却ください。

○機器に不具合がある場合は、修理、交換しますので、防災課までご持参ください。

◆那珂市避難所・避難場所一覧◆

番号	名称	所在地
1	旧本米崎小学校	本米崎 2706-1
2	本米崎公民館	本米崎 1513
3	横堀小学校	横堀 1502-1
4	横堀公民館	横堀 1722-1
5	ふれあいセンターよこぼり	横堀 1526-1
6	笠松運動公園	向山 1282-1
7	第二中学校	額田南郷 2386-4
8	額田小学校	額田北郷 311
9	額田中央公民館	額田北郷 612
10	菅谷小学校	菅谷 2378-1
11	菅谷西小学校	菅谷 4542-1
12	菅谷東小学校	菅谷 891-2
13	第一中学校	後台 2547
14	第四中学校	菅谷 2476
15	総合保健福祉センター「ひだまり」	菅谷 3198
16	中央公民館	福田 1819
17	五台小学校	東木倉 960-1
18	水戸農業高等学校	東木倉 983
19	那珂高等学校	後台 1710-1
20	ふれあいセンターごだい	後台 1491-43
21	旧戸多小学校	戸 2297
22	那珂総合公園	戸崎 428-2
23	宿農村集落センター	戸 3628-1
24	第三中学校	飯田 3645
25	芳野小学校	飯田 3992
26	ふれあいセンターよしの	飯田 307-1
27	木崎小学校	門部 2765
28	門部台農村集落センター	門部 2715-2
29	静公民館	静 564-1
30	下大賀コミュニティセンター	下大賀 1526-1
31	瓜連小学校	瓜連 1296
32	総合センターらぼーる	古徳 371
33	古徳公民館	古徳 191-4
34	平野コミュニティセンター	平野 1800-333
35	瓜連体育館	古徳 310
36	瓜連中学校	瓜連 1015
37	中里公民館	中里 583-5

- 避難所
- 避難場所のみ
- 拠点避難所

◆情報メール一斉配信サービス

情報メール一斉配信サービスとは、あらかじめメールアドレスを登録していただくことによって、市から配信される災害、防災または緊急に関する情報などを携帯電話やパソコンへメール配信するサービスです。

○登録方法 市ホームページから登録することができます。

◆緊急速報メール

市内にいるかたの携帯電話に配信されるもので、避難を呼びかけるときなどに配信します。登録は必要ありません。

○対象 NTTドコモ、au、ソフトバンクの携帯電話（スマートフォンを含む）

※設定が必要な場合や、受信できない機種があります

◆**県域地上デジタル放送（NHK）**
地上デジタル放送のリモコンの「dボタン」を押すことにより災害、避難情報などを入手することができます。

※市ホームページ、ツイッター、フェイスブックでも災害情報などを発信します

問い合わせ

防災課防災グループ
☎298・1111
(内線442・443)

紙を安易にごみにしないでください

◆ なぜ、古紙のリサイクルをしなければならないのか

①地球上の森林資源を保護するため

国内での紙の原料は、古紙と木材(パルプ材)です。木材だけを使って紙を作ろうとすると、**新たな木材需要は1.6倍**、現在の需要と合計すると**2.6倍**の木材を切り倒す必要があります。現在、地球上の森林資源は著しく減少し深刻な事態を招いており、その対策は重要な課題となっています。古紙のリサイクルは、大切な森林資源を守ることになるのです。



②廃棄物処理費用を減らすため

那珂市の家庭から出される可燃ごみのうち、半分以上が古紙です。可燃ごみは大宮地方環境整備組合環境センターで焼却後、笠間市、山形県米沢市など5か所に埋立て処分されます。これらの処理には多額の費用が必要となり、平成27年度は大宮地方環境整備組合において総額8億5000万円、これは、**市民1人当たり約8000円**を負担したことになります*。古紙のリサイクルは、廃棄物処理費用を大幅に減らすことができます。

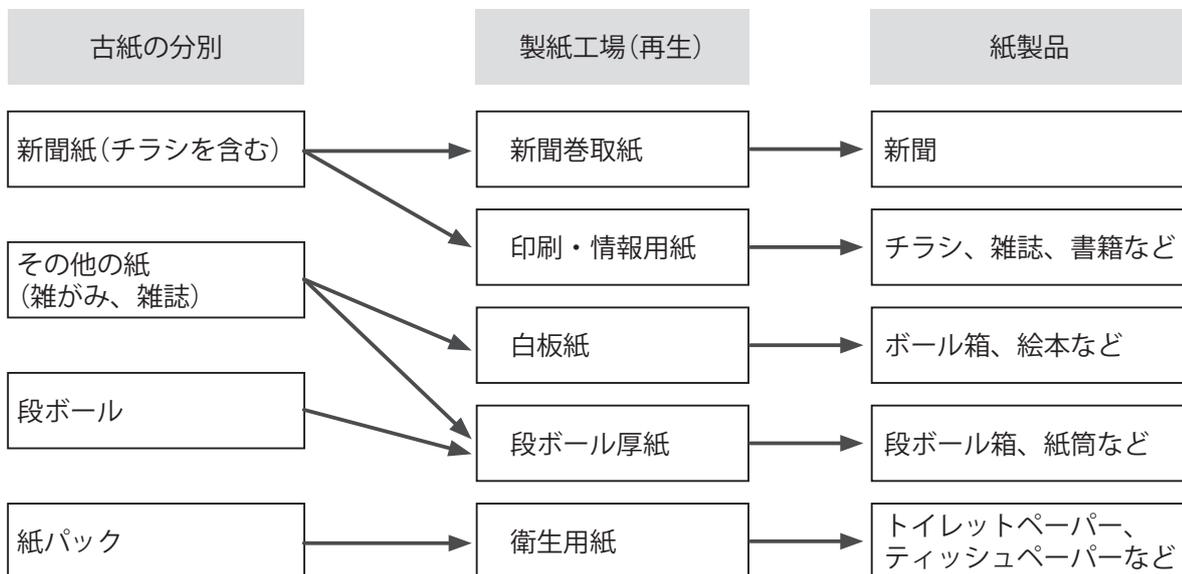
※提供：大宮地方環境整備組合

③地球温暖化(気象変動)防止のため

古紙を可燃ごみとして焼却するには、重油など化石燃料が使われるため、焼却処理で二酸化炭素が排出されます。したがって、古紙の分別・リサイクルは二酸化炭素の排出量を減らし、地球温暖化を防止することになります。

◆ 古紙はどのように生まれ変わるのか

古紙のリサイクルを支えるのは、排出するときの初期分別です。紙製品によって使用される古紙の種類が異なるため、種類ごとに分けて排出することが最大のポイントになります。



◆ 雑がみの分別で変わった古紙回収率

2016年の古紙回収率は81.3%、利用率は64.2%に達しています*。
この10年間で多くの自治体が雑がみを古紙回収の区分に追加したことが増加要因の1つであるといわれており、市でも雑がみを古紙回収の区分に加えています。雑がみは、新聞、雑誌、段ボール、飲料用紙パック以外の紙、板紙のことをいいます。

なお、ファイル、バインダー、カレンダーなどを排出するときには金具を取り外してください。

※出典：(公財)古紙再生促進センター(平成29年3月)



トイレットペーパーの芯



メモ用紙、紙製ファイル



ティッシュなどの紙箱



使用済みのコピー用紙



雑がみの例



チラシ



包装紙



紙袋



封筒



台紙



はがき



ダイレクトメール



カレンダー



ノート

◆ 古紙の品質向上のために分別を徹底しましょう

回収率は増えましたが、紙の原料としては不適な紙類や異物の混入も増えています。そうしたものが混入してしまった古紙は、原料として使うことが非常に難しくなります。その混入量が多いものが、雑がみといわれます。分別を徹底して、品質の良いリサイクル紙製品を作りましょう。

リサイクルできない紙類と異物		紙製品トラブル
昇華転写紙(アイロンプリント紙)、詰物(緩衝剤)	デパート、ショッピングモール、スーパーなどで販売されるカバンや靴の緩衝剤として使用されている紙	色付きの斑点
臭いのついた紙、芳香紙	石けん、化粧品、線香、香料などの臭いがしみついた紙	異臭
汚れた紙	食品残さが付着した紙や油污れのついた紙(使用済みペーパータオル)	汚れや異臭
紙以外の異物	石、ガラス、金属、土砂、木片、布類、プラスチック類が混入しているものや、雑誌などの付録CD、DVDが外されずに排出されたもの	斑点、機械の破損

その他のリサイクルできない紙類と異物

感熱紙(レシート)、カーボン紙・ノーカーボン紙(複写伝票)、印画紙(写真)、粘着物(シール)、防水加工された紙(紙コップ)、アルミ箔の紙(カップ麺のふた)、不織布(マスク)、紙おむつ、合成紙(地図)、箔押しされた紙(金銀の折り紙など)、新聞チラシなどに付随した試供品(シャンプー・香水など)、圧着はがき(親展はがき)



八重桜まつり写真コンテスト

4月15日から5月3日までの八重桜まつり期間中に撮影した写真を対象に、八重桜まつり写真コンテストを実施しました。たくさんの応募の中から6月19日、厳選な審査を行い入賞作品が決定しました。



モデル写真の部



	氏名(敬称略)	作品名	審査結果
1	坏 晃	華の微笑	推薦(那珂市長賞)
2	高橋 儀浩	そよ風に乗って	特選(那珂市観光協会会長賞)
3	佐野 哲也	八重の下で	特選(那珂市商工会会長賞)
4	潮田 敏子	貴方への想い	佳作
5	笠原 栄作	花美人	佳作
6	岡田 浩志	春うらら	佳作



八重桜写真の部



	氏名(敬称略)	作品名	審査結果
7	中坂 美喜子	八重桜を愛でる!	推薦(那珂市長賞)
8	金子 政彦	散歩日和	特選(那珂市観光協会会長賞)
9	綿引 孝一	八重桜まつりだよ? コンコン(見に来てね)	特選(那珂市商工会会長賞)
10	武藤 富行	春の陽ざしを浴びて	佳作
11	中崎 文六	満開	佳作
12	潮田 敏子	漲る血潮	佳作

問い合わせ 商工観光課商工観光グループ ☎298-1111 (内線243)

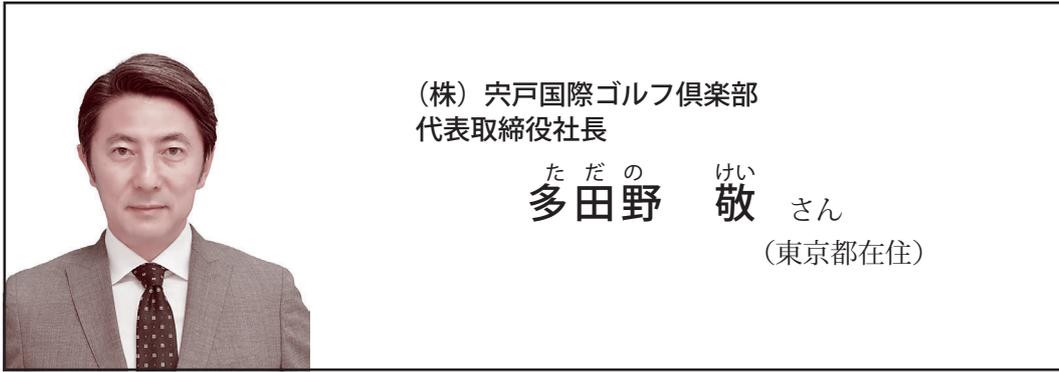
ふるさと大使の「那珂良し来良し」



問い合わせ

秘書広聴課秘書グループ

☎298・1111（内線423・424）



(株) 宍戸国際ゴルフ倶楽部
代表取締役社長

ただの けん さん
多田野 敬
(東京都在住)

平成28年7月より那珂ふるさと大使を拝命しました多田野敬です。

現在私が代表取締役社長を務めている(株)宍戸国際ゴルフ倶楽部では、那珂市と常陸大宮市にまたがる高台に「静ヒルズカントリークラブ」を運営しています。

当カントリークラブにおきましては、今年から新たに「LPGAステッブ・アップ・ツアー 静ヒルズレディース森ビルカップ」を開催させていただきましたことになりました。第1回大会となった今年は、5月10日からの3日間で県内外から3500人近い大勢のギャラリーの皆さんにお越しいただき、中嶋常幸プロと取り組む「ヒルズゴルフ・トミアアカデミー」1期生の平塚新夢選手が17歳5か月で史上5人目となるアマチュア優勝

を果たし、大会を大いに盛り上げてくれました。

また、大会期間中に地元小学校の課外授業「ゴルフからこころを学ぶ」を実施し、今年は芳野小学校と瓜連小学校の4年生が当カントリークラブでゴルフを体験、そしてプロゴルファーのプレーを間近で観戦し、大変意義深い活動になりました。

さらに、那珂市に協力をいただいで、地域のPRと特産品を販売するブースを設けたところ、選手をはじめ多くのお客さんに手に取っていただき、大変ご好評をいただきました。

これからも那珂ふるさと大使として、ゴルフ場運営を通して那珂市の魅力を全国に発信していけるよう微力ながら尽力して参ります。



▲ボランティアの皆さんと



▲平塚新夢選手に優勝杯を贈呈



▲市内小学生がゴルフ体験



▲那珂市から副賞を贈呈



北から来ました北嶋の 「なかなかいい」那珂暮らし④

日ごとに暑さが増し、いよいよ夏本番となってきましたが、皆さん体調など崩していませんか？

「東北の人は暑いのが苦手」そんな印象をお持ちのかたも多いかもしれません。確かに東北の夏は短く、お盆を過ぎれば朝晩の涼しさの度合いが次第に増していきます。もしかするとその短い夏が、東北の人は暑いのが苦手というイメージを定着させたのかもしれませんが、かくいう私は暑さに強く寒さに弱いことから、皆さんが抱く東北出身者のイメージからするとおおよそかけ離れているといえそうです。

こうも連日の暑さが続くときさすがに参るというものですが、最近はエアコンだけに頼らず、五感で「涼」を取る方法が見直されています。耳で涼む風鈴、香りで涼む蚊取り線香、そして目で涼むホタルなどのいわゆる伝統的な涼の取り方がそれで、エアコンの当たり過ぎが結果的に夏バテの一因となっていることがその理由のようです。

そんな、目で涼むホタルを観賞できる清水洞の上公

園へ、先日足を運んできました。暗やみの中黄緑色の光が幻想的に浮かび上がる風景に、目を奪われることしばし。それもそのはず、ホタルが放つ不規則な光には人の心を穏やかにする癒しの効果があるのだとか。急速な都市化に伴う自然環境の悪化により、日本各地で危機に瀕していたというホタルの生息地ですが、近年では地元住民を中心としたさまざまな取り組みによって、再び多くのスポットで優美なホタルの光が観賞できるようになってきています。

改めてホタルが美しい里山環境の象徴的な生き物であることを認識し、ホタルとそれを取り巻く自然が残っているこの素晴らしい環境に思いをはせながら、夏の暑さを忘れるつかの間のひとときとなりました。



みんなの健康～薬のお話～

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

薬物乱用について

そよかぜ薬局 渡邊 龍雄 先生

今回は、増加傾向にある薬物乱用について話をします。

薬物乱用とは、麻薬、覚せい剤など法律で規制されている薬物を不正に使用することや医薬品を本来とは違う用量、用法、目的で不正に使用することをいいます。

薬物乱用は人体の大切な臓器に深刻な害を及ぼします。特に、人間の1番大事な脳を侵し、精神(こころ)に悪影響を及ぼすことが恐ろしく、たとえ1度の使用でも死に至ることがあり、また、強い精神的・身体的依存性があるため、1度でも使用するとやめられなくなります。

薬物の乱用は本人をダメにするだけでなく、家族や友人、社会を巻き込みます。「個人の自由」では済まされません。1度薬物に侵された脳には効果的な治療法はなく、根気強く長い時間をかけて治療するしかありません。たとえ、根気強く治療して、治ったように見えても、ある日突然小さ

なきつかけで症状が再発し、幻覚や妄想に襲われる「フラッシュバック」が起こります。その害は一生ついてまわります。

「でも実際にそんなことが本当に身近であるの？」と思われる人が大半でしょうが、普通の家庭にも知らないうちに入り込んでいるケースも決して少なくはありません。例えば、風邪薬の中にも麻薬に似た成分があり、最近では12歳未満への投与が禁止された成分もあります。こういうものをずっと服用していたり、むやみに服用することは薬物乱用になってしまいます。

今、自分にやさしく、周りの人たちにもやさしい生活が必要な時代です。相談にいられたかたに「私はできることをやっているだけで人助けをしているわけでは無い。なぜなら、皆さんの中にある無限の可能性と力を信じているからだ」と話をさせていただくことがあります。薬物やいい加減な情報に振り回されず、自分と自分の未来を信じて生きてください。

■ご存じですか？ 児童扶養手当

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

「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。

ただし、児童の心身におおむね中程度以上（特別児童扶養手当2級と同じ程度）の障がいがある場合は、20歳未満までとなります。

■支給の対象となる児童

- ① 父母が離婚した児童
- ② 父または母が死亡した児童
- ③ 父または母が政令で定める障がいのある児童
- 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1年以上遺棄されている児童
- ⑥ 父または母が1年以上拘禁されている児童
- ⑦ 父または母が裁判所からのDV保護命令を受けた児童
- ⑧ 母が婚姻せずに生まれた児童
- ⑨ 母が懐胎したとき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は、手当が支給されませんのでご注意ください。公的年金受給者は年金額が児童扶養手当額より低い場合、その差額分が支給されることとなりました。

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）の手当の一部、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月に現況届の手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253）

高齢者の暮らしを支える「地域包括支援センター」

このコーナーでは認知症について「認知症とは」「認知症の予防」「認知症のかたへの対応」をテーマにこれから3回にわたって掲載します。今回は「認知症とは」をテーマにお伝えします。

認知症は、だれにでも起こりうる脳の疾患です。いろいろな原因で脳の細胞が変形したり萎縮したり、働きが悪くなったりしたためにさまざまな障がいが起こり、生活する上で支障がおよそ6か月以上継続している状態を指します。また、加齢によるもの忘れと、認知症によるもの忘れには次のような違いがあります。

加齢によるもの忘れ	認知症によるもの忘れ
<ul style="list-style-type: none"> ・もの忘れを自覚できる ・何を食べたか思い出せない ・ヒントを出すと思い出す 	<ul style="list-style-type: none"> ・もの忘れを自覚できない ・食べたこと自体を忘れてる ・ヒントを出しても思い出せない



問い合わせ

地域包括支援センター青燈会（神崎・菅谷地区）
☎295-5288 菅谷605-2
地域包括支援センターゆたか園（五台・戸多・芳野地区）
☎295-1287 後台2045-4
地域包括支援センターナザレ園（額田・木崎・瓜連地区）
☎296-3405 中里361-2

最近もの忘れが気になるというかたは、各地域包括支援センターへご相談ください。相談は無料です。秘密は守ります。

次回は「認知症の予防」について、10月号に掲載します。



危険な特定外来生物「ヒアリ」にご注意を！！

【ヒアリを見つけたら】

市内にヒアリが生息している可能性は低いと思われていますが、触ると毒針で刺してきますので、絶対に直接素手で触らないようにしてください。ヒアリと疑われるアリは、市販のアリ用殺虫剤または熱湯をかけることで駆除できます。

ヒアリを見つけた場合は、発見者、発見日時、発見場所および発見時の状況についての情報を、できる限り写真画像を添付の上、県環境政策課生物多様性センターまたは市環境課にご連絡ください。

【ヒアリの特徴】



ヒアリ

体長

2.5 ～ 6.0mm

体色など

赤茶色、腹部は濃い黒赤色、おしりに毒針

- 草地など比較的開けた場所を好み、土で直径 25 ～ 60cm、高さ 15 ～ 50cmのドーム状のアリ塚を作る。
- 雑食性で、節足動物、トカゲなどの小型脊椎動物、樹液、花みつ、種子などをえさとする。

【ヒアリに刺されたら】

万が一、ヒアリに刺された場合は、アルカロイド系の強い毒による痛みやかゆみなどの症状が引き起こされます。20 ～ 30分は安静にして、体調に変化がないか様子を見てください。

まれに、アレルギー反応（アナフィラキシーショック）を起こす場合があります。じんましん、激しい動悸、めまいなど容態が変化したときは、早急に医療機関を受診し「ヒアリに刺されたこと」「アナフィラキシーの可能性があること」を伝え、治療を受けてください。

問い合わせ

県環境政策課生物多様性センター ☎301-2940

環境課環境グループ ☎298-1111（内線447～449）



マチを好きになるアプリ



▲ダウンロードはこちらから

広報紙をもっと身近なものとしていただくため、市ではスマートフォンやタブレット端末へアプリを利用して配信しています。配信に利用している行政情報アプリ「i 広報紙」が「マチイロ」にリニューアルされ、さらに使いやすくなりました。ぜひご利用ください。

問い合わせ

秘書広聴課広報グループ

☎298-1111（内線425）

◆広報紙をアプリで読むには？

「マチイロ」をダウンロードします。

お住まいの地域で「茨城県那珂市」を登録し、簡単な設定をします。

最新の広報紙が配信されます。



◆アプリだと何が便利なの？

- 新しい広報紙が掲載されると端末に通知がくるので最新号を見逃しません。
- 広報紙をオフラインでも確認できるので、イベントなどの日時や申込先などを、いつでもスマートフォンなどで確認できます。
- ご自身で必要な部分を切り抜いて保存ができ、その画像を共有することもできます。（スクラップ&SNSでシェア）
- 興味のある分野を登録することで、自分に合わせた情報が届きます。

※アプリの利用は無料ですが、情報の受信には通信料がかかります

※「i 広報紙」をご利用中のかたは、アップデートで新アプリに切り替わりますので、新たにダウンロードする必要はありません

※アプリ内の広告は那珂市とは関係ありません。アプリ運営のために表示されているものですので、ご了承ください

◆「マチイロ」以外で広報紙を読むには？

市ホームページまたは「いばらき ebooks」でもご覧いただけます。

■ルールを守って楽しい花火

消防本部では毎年7月から8月にかけて、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10か所の幼稚園・保育園・保育所の行事に併せ、消防団女性消防部手作りの紙芝居などで花火の正しい遊び方について学んでもらいました。

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！



消防団女性消防部による紙芝居指導

瓜連保育園幼年消防クラブ

◆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遊びはしない。
- ③水を用意する。
- ④子どもだけで花火遊びはしない。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。

ストップ、ドロップアンドロール

～もしも体に火がついてしまったら～

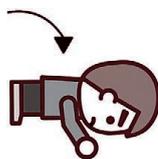
①ストップ

体に火がついたまま走り回ると、かえって火が大きくなってしまうのでその場で止まります。



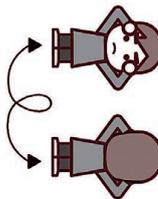
②ドロップ

立っていると、頭などに燃え移ってしまうので、その場に倒れて燃えているところを地面に押し付けます。



③ロール

左右にゴロゴロ転がることで、広い範囲を消火することができます。火が消えたら病院などで手当てを受けましょう。



岩手県釜石市からお届けします

～釜石通信～

「橋野鉄鉱山の奥」

こんにちは。昨年4月から那珂市の再任用職員として釜石市に派遣されている車田豊です。

明治日本の産業革命遺産の1つである釜石市の橋野鉄鉱山をご存知ですか？ここでは江戸の末期から鉄鉱石を切り出していました。

橋野鉄鉱山は途中から奥に入って行けません。足場が悪いこと、高炉以外も世界遺産になっていることから無断での侵入を禁じています。

先日、その進入禁止地域にある採掘現場に行く機会がありました。熊が出没するため熊よけの鈴をつけて歩き始めましたが、普段運動していないので非常に疲れます。



採掘現場

途中で熊のふんを発見すること数回。橋野鉄鉱山から、川沿いの道を歩いて行くこと2時間、目的の場所に着きました。

ちょっとした石垣が築いてあるだけで、いにしへの採掘場の風景はほとんど感じられません。ほぼ露天掘りだったのでしょう。しかし、石が磁石に付くのですから周囲一帯に鉄鉱石があることがわかります。しかし、それにしても人力で重い鉄鉱石を高炉まで運んだ人々の体力には驚くべきものがあります。

また、釜石製鉄所の中を訪れる機会がありました。現在、製鉄はしていませんが、特殊線材と呼ばれる太い針金状のものを製造しています。この特殊線材は良質のもので、世界各地に輸出されており、タイヤの中の鋼材や海底ケーブルの鋼材にも加工され使用されているとのこと。残念ながら工場の中は写真撮影禁止でした。



従業員は約300人ほどであるとのことだと思います。鉄を生み出し、鉄により栄え、そして、現在の釜石を見ることは日本の産業の変遷であり、改めて世の栄枯盛衰を感じるものがありました。

最後に、過日、全国的に報道された山林火災においては、およそ400haが消失したとのこと、改めて自然災害の恐ろしさを感じました。



◆新着本案内

【一般書】

- 『病巣 巨大電機産業が消滅する日』 / 江上剛 著
- 『天狗の回路』 / 中上紀 著
- 『パーマナント神喜劇』 / 万城目学 著
- 『古都再見』 / 葉室麟 著
- 『書架の探偵』 / ジーン・ウルフ 著
- 酒井昭伸 訳

【児童書】

- 『よくわかるネット依存 心身への影響から予防策まで』 / 遠藤美季 監修
- 『いろいろはっば』 / 小寺卓矢 写真・文 / 佐藤孝夫 監修
- 『この本をかくして』 / マーガレット・ワイルド 文 / フレヤ・ブラックウッド 絵
- 『ようかいりょうりばんづけ』 / 澤野秋文 作

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

◆夏休みおはなし会

腹話術師の春風ねばりさんと児童サービスボランティアによるおはなし会を行います。

期日 8月27日(日)

時間

○図書館ボランティアによるおはなし会
午後2時～2時30分

○腹話術「しんちゃんとおそぼう」
午後2時30分～3時

場所 市立図書館 2階会議室

◆夏休み理科実験教室

那珂核融合研究所による理科実験教室を行います。いろいろな実験を体験してみませんか。

期日 8月22日(火)

時間 午前の部 午前10時～正午
午後の部 午後1時～3時

場所 市立図書館 2階会議室

対象 主に小学生



※ともに申込みは不要です。直接会場までお越しください。時間内であれば自由に参加できます

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
- おはなし会
- 3日・17日 午後2時～
- 21日 午前10時30分～
- 22日 午後3時～

■ 映画会
9日 午後1時30分～



選挙いろいろ Q & A

問い合わせ
 那珂市選挙管理委員会
 ☎298・1111
 (内線514・515)

このコーナーでは、市民の皆さんが選挙について抱いている疑問や、知りたいことについてお答えしていきます。

Q 投票所入場券をなくしてしまった場合は投票できますか？

A 投票所入場券は、選挙人に対し、選挙があることのお知らせと、投票所での本人照合をスムーズに行うため、選挙資格がある人に送付しています。選挙人名簿に登録されていれば、投票所入場券が届いていない場合やなくしてしまった場合でも投票はできますので、投票所で受付の係員にお申し出ください。

Q 投票所入場券はいつ届くの？

A 法令では「選挙期日の公示(告示)日以後できるだけ速やかに選挙人に投票所入場券を交付するように努めなければならない」としています。公示(告示)日の翌日から始まる期日前投票の場合、間に合わないこともありませんが、選挙人名簿に登録されていれば入場券がなくても期日前投票はできます。

Q 投票日当日の投票所はどこですか？

A 投票日当日の投票所は、選挙の際に送付する「投票所入場券」でお知らせします。なお、投票所は選挙人の住所に応じて決められており、これ以外の投票所では投票できませんのでご注意ください。また、選挙期日に近い時期に市内で転居された場合は、転居前の住所に応じた投票所での投票となる場合があります。



那珂市内の放射線量の測定状況をお知らせします

市内の小中学校、幼稚園、都市公園、保育所（園）、体育施設などで放射線量を測定しています。また、市ホームページにも掲載しています。

○小中学校、幼稚園

担当課および測定場所		測定値	測定日
学校教育課	横堀小学校	0.058	7月6日
	額田小学校	0.037	7月5日
	菅谷小学校	0.057	7月4日
	菅谷東小学校	0.066	7月5日
	菅谷西小学校	0.065	7月6日
	五台小学校	0.044	7月4日
	芳野小学校	0.060	7月7日
	木崎小学校	0.042	7月4日
	瓜連小学校	0.075	7月6日
	横堀幼稚園	0.055	7月6日
	菅谷幼稚園	0.054	7月5日
	菅谷西幼稚園	0.073	7月5日
	五台幼稚園	0.068	7月6日
	芳野幼稚園	0.056	7月5日
	那珂第一中学校	0.067	7月4日
	那珂第二中学校	0.047	7月6日
	那珂第三中学校	0.049	7月5日
	那珂第四中学校	0.038	7月6日
	瓜連中学校	0.064	7月4日
	茨城学園	0.044	7月5日
	ナザレ幼稚園	0.054	7月6日
	さいせい幼稚園	0.077	7月8日
	大成学園幼稚園	0.075	7月10日
旧本米崎小学校	0.088	7月7日	

○公共施設

担当課および測定場所		測定値	測定日
健康推進課	保健センター(ひだまり)	0.081	7月7日
生涯学習課	中央公民館	0.075	7月6日
	図書館	0.076	7月1日
	那珂総合公園	0.083	7月2日
	歴史民俗資料館	0.083	7月1日
市民協働課	ふれあいの杜公園	0.073	7月2日
	ふれあいセンターよこぼり	0.063	7月12日
	ふれあいセンターごだい	0.072	7月12日
	ふれあいセンターよしの	0.086	7月12日
	総合センターらぼーる	0.096	7月12日
戸多地区交流センター	0.051	7月6日	
那珂聖苑	那珂聖苑	0.084	7月1日
都市計画課	中谷原公園	0.064	7月3日
	宮の池公園	0.060	7月3日
商工観光課	一の関ため池親水公園	0.055	7月12日
	静峰ふるさと公園	0.066	7月12日

○保育所、保育園など

担当課および測定場所		測定値	測定日
こども課	菅谷保育所	0.066	7月7日
	瓜連保育園	0.067	7月3日
	ゆたか保育園	0.081	7月5日
	かしま台保育園	0.063	7月4日
	ごだい保育園	0.076	7月11日
	大成学園額田保育園	0.049	7月4日
	地域子育て支援センター	0.072	7月6日

○測定値の単位は、すべて、マイクロシーベルト／時間です。

○小中学校、幼稚園、保育所（園）は地表面から50cmの高さでの測定値で、公共施設は地表面から1mの高さでの測定値です。

○測定結果は、すべて国の除染などの基準を下回っています。

●水道水の環境放射能水準調査結果

6月15日から7月14日までの期間、市内各浄水場（後台、木崎、瓜連）および芳野配水場の水道水の放射性物質（放射性ヨウ素および放射性セシウム）の測定結果は、いずれも不検出となっています。

詳細は、市ホームページをご覧ください。

◆学校給食食材の放射性物質測定検査について

学校給食センター（那珂・瓜連）で調理されている給食食材は、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しています。

【日常生活で少しでも放射線を少なくできる方法】

- 校庭・園庭などの屋外での活動後は、手や顔を洗い、うがいをする。
- 土や砂を口に入れないように注意し、口に入った場合は、うがいをする。
- 登校・登園時、帰宅時に靴の泥をできるだけ落とす。
- 土ぼこりや砂ぼこりが多いときは、窓を開める。

☎ 那珂市役所
学校教育課
健康推進課
生涯学習課
市民協働課
都市計画課
商工観光課
こども課
水道課
那珂聖苑
学校給食センター

☎ 298 - 1111
内線 8274
内線 531
内線 8282
内線 263
内線 355
内線 243
内線 252
内線 8365
☎ 352 - 0073
☎ 298 - 1102

料理を通して国際交流



6月21日、中央公民館で市国際交流協会主催の「国際交流のつどい外国料理教室」が開催され、外国のかたを含む28人が参加しました。講師に中国出身の陳妹燕(チン・シユエン)さんと戴萍(テイ・ピン)さんを迎え、肉まん、鍋焼き肉、中華スープ、中華サラダを参加者と一緒に作りました。難しい肉まんの包み方を、中国人参加者がほかの参加者に教える場面も見られ、皆さん楽しく中国料理を作りました。

マッチングフェアを開催



7月5日、中央公民館で、農業の6次産業化や地元産農畜産物の価値向上・販路拡大を目指すアグリビジネスネットワーク「フェルミエ那珂」と市が主催した「アグリビジネスセミナー・夏の味覚マッチングフェア那珂野菜」が開催されました。このイベントは、生産者と流通のバイヤーや飲食店関係者をマッチングするもので、各生産者が地元の野菜や農畜産加工品を紹介しながら交流を深めました。

子ども会親睦競技大会



7月22日、子どもの健全育成を図り、子ども会の親睦を深めることを目的に、那珂市子ども会親睦競技大会が那珂総合公園で行われ、市内子ども会に所属する児童125人が参加しました。
実施種目のスポーツ鬼ごっこは、相手チームにタッチされないように避けながら相手陣地にある宝を奪い合う競技で、戦術がぶつかり合う真剣勝負の結果、チームよしのが見事優勝しました。

花いっぱい運動花苗贈呈式



7月7日、県国体・障害者スポーツ大会局主催で、五台小学校において、いきいき茨城ゆめ国体「花いっぱい運動」の花苗贈呈式が行われました。贈呈式では、県立水戸農業高等学校農業科の生徒の皆さんが、種から育てたマリィゴールドの苗を、五台小学校の児童の皆さんに贈呈しました。
2年後に開催される茨城国体では、たくさんの花で選手をお迎えしましょう！



空手でめざせ日本一

6月24日につくばカピオで開催された「2017茨城県空手道選手権大会JOSOカップ」において、極真会館茨城県常総支部那珂道場に所属する幼稚園児から中学生までの選手計8人が入賞し、その報告のため市役所に来庁されました。

この大会は、各地方大会・ブロック大会の入賞者も出場するハイレベルな大会で、入賞した8人は、8月に京都で行われる全日本大会の出場権を獲得しました。



那珂市産の野菜をPR

7月23日から30日まで、京成百貨店内のウエスタン牧場で、那珂市産野菜のPRイベント「第2回ベジフルweek那珂」を開催し、お店のサラダバーで那珂市産野菜を味わっていただきました。

那珂かぼちゃ、なす、トマト、トウモロコシ、ピーマンなどバラエティ豊かな農家直送新鮮野菜が並べられたサラダバーは、お客さんにとっても好評で、那珂市産野菜の良いPRの機会となりました。



社会を明るくする運動

7月3日、イオン那珂店、カスミ瓜連店、フードオフストッカーサンモリノ那珂店で、保護司会、更生保護女性会、青少年相談員連絡協議会、連合民生委員児童委員協議会の皆さんが、来店者に対して犯罪や非行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くための啓発活動を行いました。

また、当日は、総理大臣のメッセージが保護司会から海野市長へ伝達されました。



ワールドカップを目指して

那珂市ラグビースクール出身で、水戸日立ラグビースクール所属の菅野侑朗さん（那珂一中3年・写真左から3人目）が、東日本大会で準優勝に輝き、9月に水戸市で行われる全国大会に出場します。

菅野さんは、180cm 100kgの恵まれた体格を生かし、柔道では初段の腕前。「この大会に出場するために頑張ってきました。全国大会は強豪ばかりですが、得意のパワープレーで優勝したいです」と力強いコメントをいただきました。

広告募集

市内事業者等のみならず
広告を募集しています

広報なか、市ホームページ等に掲載することができます。
お気軽にご相談ください。

料 金 ■ 広報なか 半枠1か月1万円～
市ホームページバナー 1枠1か月1万円

対 象 ■ 市内および近隣市町村に住所または事業所もしくは店舗等を有するかた（政治・宗教・風俗営業等を除く）

掲載2か月前までにご相談ください【空き状況・詳細はお問い合わせください】
問い合わせ ■ 行財政改革推進室 ☎ 298-1111 内線 572

★火災・救急の状況★

(平成 29 年 6 月 30 日現在)

○火災件数

0 件 (本年累計 14 件)

○救急出場件数

175 件 (本年累計 1,080 件)

※救急出場件数が増加しています。
真に緊急を要するかのために、
救急車の適正利用をお願いします

問い合わせ／消防本部

☎ 295 - 2111

民生委員・児童委員に対する
厚生労働大臣特別表彰を受賞



5 月 31 日、市役所において、民生委員・児童委員に対する厚生労働大臣特別表彰を受賞した椎名猛博さん(元民生委員・児童委員)、鈴木孝雄さん(同)に対して、海野市長より表彰状が伝達されました。

椎名さんは、平成 8 年 5 月から平成 28 年 11 月まで活動され、連合民生委員児童委員協議会会長として、地域に根ざした組織運営に尽力されました。

鈴木さんは、平成 13 年 12 月から平成 28 年 11 月まで活動され、地区民生委員児童委員協議会副会長を歴任するなど、支援が必要な地域住民の相談に応じて援助を行ってきました。

お 2 人は、行政と住民の「パイプ役」として長年にわたり社会福祉の増進に貢献され、その功績が顕著であったことから、今回の受賞となりました。

★ 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／収納課収納グループ

☎ 298 - 1111 内線 173・174

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)

- ぴっぴお話の会 南波久代 3,739 円
- 切手・テレカボランティア ポピー 10,270 円
- さくらダンスクラブ 代表 渡辺繁 6,130 円
- (有)大和田新聞販売 車いす 2 台



(有)大和田新聞販売

※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

※人の動き※

那珂市の人口(7 月 1 日現在)

※()内は前月比

男	27,137 人	(- 14)
女	28,107 人	(+ 13)
計	55,244 人	(- 1)
世帯数	22,426 世帯	(+ 11)

○出生	43 人
○死亡	43 人
	(6 月 1 日～30 日)

※国保ミニ情報※

○那珂市国保の加入者数 13,965 人
(平成 29 年 6 月末現在・

前月比 75 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 3,058 万円

(平成 29 年 6 月・

前月比 1,422 万円減)

※皆さんの日ごろの健康づくり、病氣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

★事件・事故の発生状況★

(平成 29 年 6 月末現在)

○那珂市の交通事故

人身交通事故	136 件
負傷者	177 人
死者	3 人

※暗くなる前から反射材を身に付けましょう!

○那珂市の犯罪

刑法犯認知件数	241 件
うち 住宅侵入窃盗	15 件
自動車盗	37 件
車上ねらい	20 件

※防犯は 鍵かけ 声かけ 心がけ

問い合わせ／那珂警察署

☎ 352 - 0110



●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

hisho-k@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



9月の休日当番医

- 3日 那珂記念クリニック (中台) ☎ 353 - 2800
- 10日 瓜連慶友整形外科 (古徳) ☎ 296 - 1116
- 17日 鈴木呼吸器科内科 (中台) ☎ 353 - 2811
- 18日 那珂クリニック (中台) ☎ 295 - 9800
- 23日 あいざわ循環器内科クリニック (竹ノ内) ☎ 229 - 1230
- 24日 諸岡医院 (瓜連) ☎ 296 - 1123

■診療時間/午前9時～11時30分

※受診の際、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

※119番は消防本部でなく「いばらき消防指令センター」につながります。119番は「緊急事態」のための電話です。安易な利用は避け、適正利用にご協力ください

人権相談

日時/9月8日(金)

午前10時～正午

午後1時～3時

場所/市役所(本庁)1階相談室

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/

秘書広聴課市民相談グループ

☎ 298 - 1111 内線 117

井戸水を飲用する皆さんへ

井戸水や湧水は、私たちの生活に欠かせないものであり、飲用井戸の衛生確保は、設置者自らに実施していただいています。

○井戸やその周辺は、みだりに人や動物が入らないようにし、周囲の清潔保持に努めましょう。

○いつも水の色、濁りや味、においなどに注意しましょう。

○定期的(年1回以上)に水質検査を受けましょう。

※水質検査は、環境課で預かり、検査機関に対して依頼しています。また、厚生労働大臣および茨城県知事の登録を受けた検査機関でも受けることができます(いずれも有料)

問い合わせ/環境課環境グループ

☎ 298 - 1111 内線 447 ~ 449

法律相談

日時/9月5日(火)

午後1時～5時

9月26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

費用/無料(相談時間1回20分)

申込方法/電話または窓口で事前に予約してください。

その他/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/

秘書広聴課市民相談グループ

☎ 298 - 1111 内線 117

有害ごみの出し方について

有害ごみの電池・電球・体温計(水銀入り)については、それぞれ回収業者が異なるため、別々に袋詰めして排出してください。

問い合わせ/環境課環境グループ

☎ 298 - 1111 内線 447 ~ 449

可燃ごみの出し方について

家庭から出される燃えるごみは、美観・清潔の維持および迅速な収集を行うために、1度に出せるごみを少量に限らせていただいています。

※ごみ出しのルールが守られていないごみは収集できません

ごみ排出量の目安/指定袋5個まで

ごみ排出時間/収集当日の朝8時まで

指定袋の出し方/氏名の記入をお願いします。

問い合わせ/環境課環境グループ

☎ 298 - 1111 内線 447 ~ 449

ルールを守って
ゴミを出しましょう





市長

こうご



平和の尊さ

今月、那珂市では、平和祈念事業として「沖縄戦写真パネル展」を8月13日まで市立図書館1階展示コーナーにおいて、また、8月16日から27日まで、総合センターらぼーる1階ロビー展示コーナーにおいて開設しています。

「沖縄戦」は昭和20年3月26日から始まりましたが、組織的戦闘は6月20日に開始し6月23日に終了しました。その後も熾烈な掃討作戦は続き、7月2日にアメリカ軍は沖縄戦終了を宣言しました。

日本側の戦死者は18万8千余人で、そのうち半分に当たる9万4千人が民間人でした。対して、アメリカ軍側の戦死者は1万2千余人でした。

特に、ひめゆり学徒隊の犠牲者や1千人を超えるといわれる集団自決者は悲話として後世に伝えられています。

大東亜戦争において茨城県内では、昭和20年6月10日と7月19日にB29爆撃機により、日立市とひたちなか市が空襲され、1千528人が犠牲となりました。

あわせて、7月17日から18日にかけて、艦砲射撃も行われ、多賀地区では870発が、また、勝田地区では368発の16インチ対陸上砲弾が撃ち込まれ、403人の死者・行方不明者を出しました。水戸市においては、8月2日未明に160機のB29により1千145tの焼夷弾が投下され市街のほとんどが焦土と化し、死者は300人を超えました。尊王思想発祥の地への報復のため、攻撃は熾烈を極めたともいわれています。

その後、広島市と長崎市に原子爆弾が投下され合計21万人が死亡し、結果としてポツダム宣言を受諾し大東亜戦争が終了しました。我々は、大きな犠牲の上に手にした現在の平和のありがたさを、改めて考えなければなりません。

那珂市長 海野 徹

Cook



ヘルスメイトさんが作る健康料理 143

トマトのパスタ

今月のヘルスメイトさん

那珂市食生活改善推進員協議会

子ども食部会の皆さん

■コメント

トマトを使ったパスタです。リコピンの力を借りて夏を乗り切りましょう!!

■材料 (5人分)

- パスタ (14mm) 300g
- ホールトマト 800g
- トマト 300g
- なす 400g
- しめじ 120g
- たまねぎ 400g

- にんにく 2片
- ローリエ 5枚
- 乾燥バジル 小さじ2
- オリーブオイル 大さじ6
- 塩 適量
- 黒こしょう 少々
- 揚げ油 適量

■作り方

- ①茹でるパスタの倍以上の熱湯に1%の塩を入れ、芯が残るくらい(アルデンテ)にパスタを茹でる。
- ②なすを1cm程度の輪切りにし、たまねぎ、にんにくをみじん切りに、トマトをくし切りにする。
- ③なすを網の上に並べて塩を振り、10分程度おいてあくを抜き、水気を拭いておく。
- ④オリーブオイルでにんにくを炒め、香りが出たらたまねぎを炒める。
- ⑤④にしめじを入れてサッと炒め、ホールトマトを加える。塩こしょうで味を調べ、ローリエとバジルを加えて10分程度煮込んだ後、トマトを加えてさらに5~10分程度煮込む。
- ⑥⑤に③であくを抜いたなすを加え、茹でたパスタとあえる。あえるときに茹で汁を加えて仕上げる。

■1人分 (563kcal / 塩分1.0g)



【俳句】瓜連かつらぎ俳句会

一日を甚平で過ごす余生かな
 孫抱く如くに西瓜貰いけり
 研ぎあげし鎌炎天に立ち向かう
 秋めくや仕舞い忘れた手芸糸
 在りし日の面影ゆれる百合の花
 ふくよかな風あり五月花ざかり
 のぼたんの紫紺の花を黄蝶舞う
 山門の仁王の瞬ばたき夏の蝶
 精一杯生きてる証し蝉時雨
 縞もよりの洒落し服着て鬼やんま
 鯉跳ねて満月ゆがむ神の池
 稲の香の漂い初めし今日の風
 夾竹桃いくさ終わりし遠き日を

塙 真崎 静風
 栗原 富久 耕
 木内 晴絵
 栗原 三枝
 飯島 カチ子
 萩野谷 ヨシ子
 長谷川 和希子
 井坂 光位
 秋野 三峰
 堀口 泉流
 井坂 光位
 塙 静風

【短歌】白鳥短歌会 加藤要選

泰山木の花を好める人思い今年も届けぬ宝珠の蕾
 キヤベツ喰う虫をつぶせば一滴の液がはねたり五分の魂か
 ネモフィラの丘より見放く太平洋風の海原すぐそこに夏
 血と雨にワイシャツ濡れて樺美智子氏の殺されし日に共謀罪生る
 複眼に世の中見てははかがかな聞き飽きましたアメリカカファースト
 ひたひたと寄せ来るものを受けべし風に振られて咲く雪柳
 湯の川が国後島にあるんだと友は言いたり流水来た日
 人前で着せ替えられるマネキンのリネンのシャツの胸のふくらみ
 AIを載せぬしラジオか駄々こぬる時のげんこの功を奏しき

池田 美代子
 赤塚 満夫
 大森 勝代
 仲沢 照美
 海野 宏幸
 網 千恵子
 小野 瀬 壽
 菊地 和子
 加藤 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。



相澤 請寿さん (22歳) 菅谷

さわやかさん

143

健康な生活をサポートしたい

私は、今年の春から新入社員としてドラッグストアで働いています。現在、日本では国民の健康増進を図るために「健康日本21」という政策が掲げられています。高齢化社会が進んでいく中で、これから先、自分自身で健康を管理するセルフメディケーションの推進が必要とされています。そういった中で人々の健康な生活をサポートし、提供できるのは現在の職業だと思いました。

私は、小さいころから運動が大好きでバスケット、陸上、水泳などさまざまなスポーツに取り組んでいました。中でも水泳は18年間続けており、中学、高校では関東大会に出場し、強豪大学で水泳を続けてきました。水泳をやっていく中でトレーニングや食生活、身体のケアといった健康管理に対する知識を身に付けることができました。スポーツを通して学んだこの知識を生かし、健康な社会づくりに貢献できるようにこれからも努めていきたいと思っています。まだまだ未熟者ですが、人々に豊かな社会生活と健康な暮らしを提供できるように日々頑張りたいです。

Happy Birthday!!

はじめてのたんじょうび

ご家族からのメッセージ

これからもスクスク大きく育ってね♡

はると 寺門陽斗くん 6/2 生まれ

父・朋宏さん 母・真琴さん (菅谷)

いつも明るく元気に大きくなーれ!

れん かな 常松蓮くん・奏月ちゃん 6/17 生まれ

父・弘幸さん 母・真琴さん (菅谷)

元気に大きく育ってね!

ゆら 助川碧来くん 6/13 生まれ

父・康平さん 母・彩菜さん (中台)

[12か月健診時に掲載希望者による抽選を行っています。]