

 広報

2017

12

なか

NO.155

発行日 平成 29 年 12 月 11 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

わがまちの環境を考える	...	2
那珂市外部評価の取り組みについて報告します	...	4
NHK「民謡をたずねて」公開収録のお知らせ	...	5
平成 29 年度那珂市表彰式典	...	6
まちの話題	...	14
Information	...	16
さわやかさん ほか	...	20

い
な
か
那
珂
暮
ら
し





地球温暖化が与える深刻な影響

最近、アメリカ・カリフォルニア大学の研究者により「インドでは地球温暖化の影響で農作物被害が増え、過去30年間で約6万人の農家が自殺に追い込まれた」とする論文が発表されました。

また、7月12日にはイギリスの研究チームが「南極から過去最大級の氷山が分離し、漂流を始めた」と発表しています。分離した氷山は1兆トン以上のもので、面積は三重県と同じ広さです。「将来、氷山の分離は頻繁に起き、生態系への影響調査が欠かせない」との声明が同チームにより出されました。

ほかにも、世界中でさまざまな温暖化の影響が顕著になりつつあります。



◆「地球温暖化」ということばは、正しくない？

残念ながら、地球温暖化をまだ他人事のように考えているかたは多いようです。その原因は「地球温暖化」ということばにもあるのではないのでしょうか。

世界では「地球温暖化(Global warming)」ではなく、「気候変動(Climate change)」と呼ばれています。二酸化炭素をはじめとする7つの温室効果ガスが気候変動をもたらし、高温だけでなく降水量を増やしたり、逆に干ばつを起こしたりします。地球温暖化とは「温室効果ガスの大量排出により、さまざまな異常気象をもたらす」ということなのです。

また、地球温暖化は生物の生態系にも影響を与えるため、生態系と深くかかわっている私たちに深刻な影響をもたらします。

「地球温暖化防止対策をすると生活が不便になるから嫌だ」というかたも多いと思います。しかし、傍観者でいるとそのツケは私たちの世代でも払うことになります。さらに、私たちは、世界中の同世代、特に後進国の人々や将来世代、そしてヒト以外のあらゆる生き物に対して守らなければならない責務を持っています。そのことを心に留め、できることからでいいので地球温暖化防止対策に取り組んでほしいのです。

そこで、地球温暖化防止対策として温暖化の進行を食い止める「緩和策」と、温暖化による悪影響に備える「適応策」*の2つの例を紹介します。

*「緩和策」と「適応策」についての詳細は広報なか平成28年10月号をご覧ください



◆地産地消とふるさと納税は「緩和策」

「緩和策」としては地産地消に協力することが挙げられます。地産地消というのは、地元で生産したものを地元で消費することをいいます。地元の食べ物を食べることにより、輸送に伴って発生する温室効果ガスの排出量が少なくなり、環境への負荷を小さくすることができるため、「塵も積もれば山となる」で大きな地球温暖化防止につながります※¹。地域にお金を落とし、税収も増やすので、私たちに還元されるという利点もあります。地産地消は地球温暖化防止だけでなく、地域の活性化策の1つでもあるのです。

また、ふるさと納税に協力するのも地産地消を進めることになり、緩和策につながります。ふるさと納税は地産地消のほか、第1および1.5次産業※²の振興、雇用増加、ふるさと観の醸成、人口移住、6次産業※³化などさまざまな効果も得られる事業です。

地産地消やふるさと納税のように、地域住民が地域の未来を守ることが地球温暖化防止対策と密接に関連してくるのです。

※1 地産地消と地球温暖化の関係についての詳細は広報なか平成27年4月号をご覧ください

※2 1.5次産業…農業や水産業などの第1次産業に付加価値をつけて、より高度に産業化したもの

※3 6次産業……第1次産業が食品加工(第2次産業)、流通販売(第3次産業)にも業務展開している経営形態を表す



◆災害被害を少なくする自助は「適応策」

地球温暖化は、高温やゲリラ豪雨などさまざまな異常気象をもたらします。これに適応するため、減災のための備えが必要です。

減災とは、災害による被害をできるだけ小さくする取り組みで、減災のために特に大切なのは「自助」です。日常から「自分でできること」について考え、災害に備えておくことが大切です。異常気象災害に対しては、内閣府の「防災情報のページ」や「みんなで防災のページ」から減災防災のための「自助」に役立つ情報が得られますので参考にしてください。

災害被害を少なくする取り組みの推進には、地域のさまざまな組織・団体が連携する防災体制を構築し、維持していくことが必要ですが、まずは「自分のことは自分で守る」という意識付けや行動が大切です。



○防災情報のページ <http://www.bousai.go.jp/>

○みんなで防災のページ <http://www.bousai.go.jp/kyoiku/minna/>

ほかにも、環境省の「うちエコ診断」を受け、お財布にもやさしい家計にお得な防止対策を始めるのもお勧めです。

皆さんが自分で取り組みやすい緩和策や適応策を見つけ、地球温暖化防止対策に取り組んでください。

執筆：環境省 環境カウンセラー 勝井明憲

平成
29
年度

那珂市外部評価の取り組みについて報告します

問い合わせ
行財政改革推進室
☎298・1111
(内線572・573)

■本年度の外部評価の概要

市では、市民の視点に立った透明性の高い開かれた市政を推進するため、外部の意見を取り入れる外部評価を実施してきました。

平成24・25年度は事業仕分けを行い、平成26・27年度は市民判定人方式で外部評価を行いました。

平成28・29年度は全庁的に予算の事業単位にこだわらず「業務」の単位で選定し、公開の場で、外部の視点から業務の手順と状況を客観的に分析する業務点検の方式により実施しました。

見つかった課題点を、職員間および市民と共有することで、職員の意識改革と業務の効率化につなげることを目指しています。



〈外部評価委員 3人〉

伊藤伸氏(右端)

((一社)構想日本総括ディレクター)

石渡秀朗氏(左端)

((一社)構想日本特別研究員、元三浦市役所職員)

山本薫氏(左から2番目)

(アサヒビール(株)経営企画部デジタル戦略部副部長)



7月5日から10月11日まで、計3回(うち第3回は一般公開)外部評価委員会を開催しました。対象業務の手順をフロー図にしたものを基に、業務の点検評価および質疑応答を行いました。

■外部評価委員会の開催

■本年度の対象業務■

1	水道課 水道料金賦課徴収のしくみ
2	会計課 収入・支出に伴う伝票審査
3	議会事務局 議会運営の流れ、広報など
4	農業委員会事務局 農地転用の申請、許可など

※本年度も、市民にとって専門性が高くわかりにくい「業務」の中から、外部評価委員が上記4業務を選定しました

■市民向けフォーラムの開催

10月24日、本年度の取り組みを振り返り、公開でフォーラムを開催しました。

基調講演では、元消費者庁長官・元我孫子市長で、現在は中央学院大学教授の福嶋浩彦氏(写真)を講師に招き「あらため



て公共・行政・公務員を問う」をテーマとして、市長時代の体験談を交えながら、「公共サービスは最も高い質で提供できる者を実施者として選ぶことが重要」との講話がありました。

その後の意見交換会では、本年度対象となった業務の担当課長と外部評価委員、講師の福嶋氏から、取り組みの効果や感想、外部評価委員会からは今後の要望などの発言がありました。

外部評価の取り組みの詳細については、外部評価委員からの意見とともに、市ホームページで公表しています。市では、今後も引き続き、市が行う活動について市民の皆さんにも「自分事」として身近に考えていただくことができるよう、透明性の高い開かれた市政運営を推進していきます。



NHK 「民謡をたずねて」公開収録のお知らせ

「民謡をたずねて」は、日本を代表する民謡歌手が、地元をはじめ全国各地の民謡の魅力をたっぷりとご紹介する番組です。観覧をご希望のかたは、次の要領を確認してお申し込みください。

日 時	平成30年2月24日(土) 開場 午後1時 開演 午後1時30分(午後3時30分終演予定)
場 所	総合センターらぽーる
出 演 (順不同・敬称略)	唄 : 湯浅みつ子、藤みち子、星野勇人 塚原ゆかり、會澤あゆみ、谷島明世 三味線 : 西英輔、上原潤之助 尺八・笛: 篁竜男 鳴物 : 荒井ふみ子、田辺三花 はやし詞: 新津幸子、新津美恵子
司 会	大野済也アナウンサー
入 場 料	無料
放送予定	ラジオ第1・NHK-FM・国際放送 平成30年4月28日(土) 午後0時30～55分 平成30年5月5日(土) 午後0時30～55分 平成30年5月12日(土) 午後0時30～55分



湯浅みつ子



藤みち子



星野勇人



塚原ゆかり



會澤あゆみ



谷島明世

申込方法

郵便往復はがきに以下の必要事項を明記してお申し込みください。

【往信用裏面】①郵便番号②住所③氏名④電話番号

【返信用表面】①郵便番号②住所③氏名

【返信用裏面】何も書かないでください。※抽選結果を印刷して返送します

※6月1日から郵便料金が増額(104円→124円)になっています。往信面・返信面とも郵便料金が不足しないように注意してください

※応募多数の場合は抽選の上、当選のかたには入場整理券(1枚で2人入場可能)を、落選のかたにはその旨をお伝えするご案内をお送りします

注意事項

○未就学児の観覧は不可とさせていただきます。

○記入に不備があった場合は無効とさせていただきます。

○インターネットオークションなどでの転売は禁止とさせていただきます。

宛 先

〒311-0192 那珂市福田1819-5

那珂市役所 秘書広聴課「民謡をたずねて」係

申込期限

平成30年1月31日(水) ※必着

主 催

那珂市、NHK水戸放送局

問い合わせ

○秘書広聴課秘書グループ ☎298-1111 (内線423・424)

※平日 午前8時30分～午後5時15分

○NHK水戸放送局 ☎232-9722 (24時間自動音声案内)

URL <http://nhk.jp/mito>

《個人情報の取り扱いについて》

ご応募の際にいただいた情報は、抽選結果のご連絡のほか、NHKでは、受信料のお願いに使用させていただくことがあります。



平成29年度

那珂市表彰式典



表彰式典では、市民栄誉

賞1人、自治功労表彰2人、

功労者表彰および善行表彰

38人5団体の合わせて41人

5団体のかたを表彰しまし

た。

受賞者および功績概要

(順不同・敬称略)

■市表彰規則に基づく自治功労表彰

櫻村満(消防団員)／先崎光(同)

■市表彰規則に基づく功労表彰、善行表彰

笠井裕美子(保護司)／勝山文久(行政相談員)

／佐々木澄夫(登録調査員)／渡辺弘恵(同)

／井坂貢(同)／檜山仁一(同)／金子信(同)

／櫻村正巳(同)／加藤護(民生委員・児童委

員)／高野れい子(同)／會澤和恵(同)／片

岡三九男(青少年育成市民会議会長)／井澤庄

治(青少年相談員)／坂本君子(同)／船橋敬

文(消防団員)／薄井崇広(同)／高畑忠則(同)

／片岡哲也(同)／増子孝洋(同)／後藤昭一

(同)／茅根克吉(同)／小泉俊広(同)／杉

山和夫(同)／飛田利光(同)／菊池博昭(同)

／吉村勉(同)／寺門光秀(同)／秋山政人(同)

／會澤透(同)／木村博(同)／木内克行(同)

／佐藤一意(高領寄附)／小田倉昇一(交通安

全指導)／南正昭(地域環境美化)／柏村國勝

(交通安全指導)／軍司秀文(地域振興)／吉

原良一(交通安全指導)／いきいきサロン日の

出会(社会奉仕・地域環境美化)／菅谷下宿下

青年会(地域振興・地域環境美化)／福田高砂

会(地域環境美化)／菊池義敬(交通安全指導)

鴻楽会(地域環境美化・地域振興)／酒出オー

ルドスター(地域環境美化)

■那珂市市民栄誉賞



吉澤石琥さん

◆受賞理由

氏が受賞した日展の「特選」は、第5科「書」の部門で、毎回約8000点を超える作品の中からわずか10点のみに与えられる賞です。この「特選」を2回受賞すると審査員の資格が与えられます。

市においての活動実績としては、市立菅谷東小学校の書初め大会において、毎年、児童に字を書くことの楽しさや素晴らしい字を書くことに指導されています。

また、平成22年度まで100歳を迎えたかたに、それぞれのイメージに合わせたお祝いの書を贈っていました。さらに、那珂市と友好都市を提携している秋田県横手市が、市制施行5周年を迎えた際に、その記念として書を贈呈しています。

このように、「書」を通して那珂市の名を全国的に高め、市民に書道美術への親しみや楽しさを広げていることは、氏のご尽力の賜物であり、もって市民の郷土愛と誇りを高揚させるなど、市民に明るい社会への希望と活力を与えました。

◆業績

○第17回日展 初入選

(昭和60年以降29回連

続入選)

○改組新第1回日展

特選(平成26年)

○改組新第3回日展

特選(平成28年)



ポスター・標語で防火を呼びかけ

市内の小・中学生、一般のかたがたからご応募いただいた防火ポスター・防火標語は、いずれも火災予防に対する真剣な気持ちが含まれた素晴らしい作品でした。消防本部では厳正な審査の結果、最優秀賞・優秀賞を決定し、消防本部において表彰式を行いました。なお、最優秀作品については、防火ポスター・防火標語として印刷し、市内のスーパリーや、公共施設などに掲示し、防火を呼びかけます。



入賞された皆さん(表彰式)

防火ポスター入賞者

(敬称略)

小学生低学年

最優秀作品 小貫由奈 (菅谷西小3年)
優秀作品 中野来海 (額田小2年)

小学生高学年

最優秀作品 三村秀斗 (瓜連小6年)
優秀作品 下之蘭春 (五台小6年)

中学生

最優秀作品 小林陽菜 (那珂三中2年)
優秀作品 古木菖 (那珂二中1年)

福地冬都 (那珂二中2年)

防火標語入賞者作品

防火標語入賞者

(敬称略)

小学生

最優秀作品 鈴木博夢 (五台小1年)
優秀作品 後藤夢之 (五台小6年)

中学生

最優秀作品 青木大翔 (那珂一中2年)
優秀作品 青木涼馬 (那珂一中2年)

一般

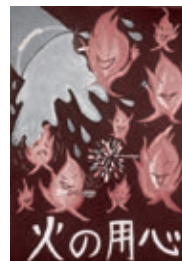
最優秀作品 秋本よしほ
優秀作品 須田圭介 (NTTエレクトロニクスオペテック(株))

あなたの火
見届けようね
消えるまで

「消したっけ」
戻って確認
見て確認

けしたかな
ゆびさしかくにん
もういちど

防火ポスター入賞者作品



小学生低学年の部 最優秀作品



小学生高学年の部 最優秀作品



中学生の部 最優秀作品

火災予防アトラクション・住宅用火災警報器設置促進キャンペーン

11月9日、イオン那珂町店駐車場において、幼年消防クラブ火災予防アトラクションが行われました。

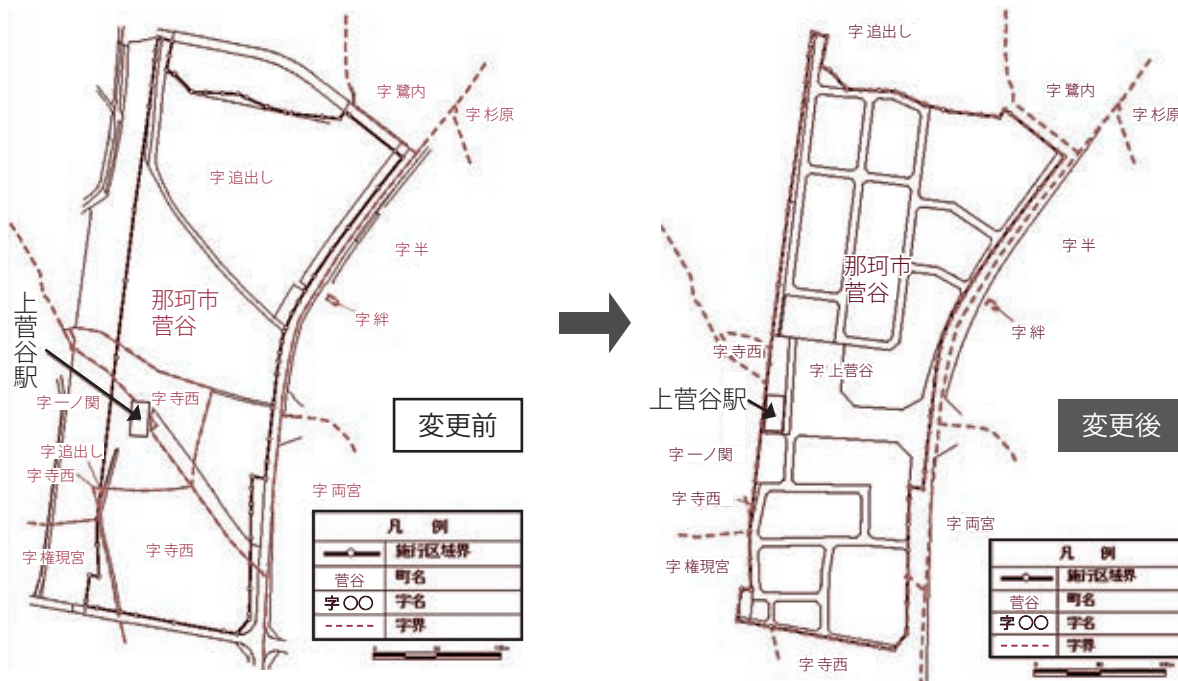
これは11月9日から15日までの火災予防週間に合わせて実施されたもので、当日は菅谷幼稚園児が「わたしたちは火あそびをしません」の掛け声のもと、いっせいに風船を空へ飛ばして火災予防意識の一層の向上を図り、お遊戯『いいねなか』を披露しました。

また、店舗入口付近では、市消防団女性消防部の皆さんが、買い物に訪れたかたがたに住宅用火災警報器の設置促進を呼びかけるキャンペーン活動を行いました。



12月2日から菅谷の一部の字名・地番が変更になりました

市では、上菅谷駅の東側約5.9haの区域について良好な街づくりのために、平成14年から上菅谷駅前地区土地区画整理事業を進めてきました。このたび、区域内の事業が完了したことから、区域内の字名を上菅谷に変更しました。また、整備後の新たな区画に地番を振り直すことにより、4000番台の地番が7000番台になりました。



問い合わせ

都市計画課都市計画グループ ☎298-1111 (内線354)



11月3日～5日、市中央公民館と総合センターら
 ぼーるで、第13回那珂市文化祭が開催されました。
 期間中、市中央公民館には市文化協会会員によ
 る作品が展示され、力作の数々が会場を埋め尽く
 しました。また、総合センターらぼーるでは市教
 育研究会主催の保幼小中美術展が行われ、児童・
 生徒の書道や絵画などが多数出展されました。
 4日および5日には、総合センターらぼーるで
 ステージ発表が行われ、演奏や演舞など、多彩な
 発表が披露されました。

第13回

那珂市文化祭

主催／那珂市文化協会
 後援／那珂市・那珂市教育委員会



＊いい那珂暮らし結婚新生活支援補助金＊

住みやすいまち♡

那珂市で新婚生活をはじめませんか

市では、経済的理由で結婚に踏み出せないかたを対象に、結婚に伴う新生活にかかる対象経費の一部を支援しています。



平成 29 年度のご案内

補助額 1 世帯あたり上限 24 万円 ※ 1,000 円未満切り捨て

申請期限 平成 30 年 5 月 31 日 (木) ※ 窓口必着

対象世帯 次の要件をすべて満たす世帯

- 平成29年1月1日から平成30年3月31日までに婚姻届を提出した世帯
- 夫婦のいずれかが40歳以下で、結婚を機に市内の住宅に居住している世帯
- 夫婦の所得が、合計額340万円未満の世帯(申請時点での最新の所得証明での金額)
- ほかの公的家賃補助をうけていない世帯

対象経費 平成 29 年 1 月 1 日から平成 30 年 3 月 31 日までの転入または転居にかかる次の経費

- 新規の住宅賃貸費用(賃料、敷金、礼金、共益費、仲介手数料など)
- 新規の住宅取得費用
- 結婚に伴う引越し費用(引越業者や運送業者への支払い)

※対象世帯、対象経費にはその他要件があります。詳しくは担当課までお問い合わせください



【申込み・問い合わせ】 政策企画課地方創生グループ ☎298-1111 (内線438)

問い合わせ

市民協働課市民活動グループ
☎298・1111 (内線264・265)

災害時に炊き出し用としても活用していきます。

また、大なべについては、整備したことにより、イベントがより一層充実したものとなりました。

戸多地区まちづくり委員会においては、委員会主催イベントの「戸多まつり」で使用するわた菓子機、ポップコーン機、かき氷機、バーベキューセットおよび大なべを整備し、来場者に各種食べ物を提供しました。ほかにも、記録用のカメラや、音響設備、テント、スタッフ用のつづみを整備したことにより、イベントがより一層充実したものとなりました。

この助成は、(一)自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ活動に必要な備品などの整備に対して助成を行い、地域のコミュニケーション活動の充実・強化を図ることにより、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与することを目的としている事業です。

平成29年度に宝くじの助成金を受けて戸多地区まちづくり委員会がイベント用備品を整備しました。

宝くじ社会貢献広報事業
宝くじ助成金でイベント用備品を整備



音響設備



大なべ・バーベキューセット



テント



戸多地区交流センター



カメラ



はっぴ



わた菓子機・ポップコーン機・かき氷機



市立図書館だより

☎352-1177

◆新着本案内

【一般書】

- 『波濤の城 The Castle in Billows』
／五十嵐貴久 著
- 『森へ行きましょう』／川上弘美 著
- 『エクスプロード EXPLODE』
／結城充考 著
- 『吹上奇譚 第1話 ミミとこだち』
／吉本ばなな 著
- 『ギリシャ語の時間』／ハンガン 著
- ／斎藤真理子 訳

【児童書】

- 『おおきく考えよう 人生に役立つ哲学入門』／ペーテル・エクベリ 作
／イェンス・アールボム 絵
- 『はたらく』／長倉洋海 著
- 『チューリップ畑をつまさきで』
／山本容子 著
- 『クリスマスがちかづく』
／斉藤倫 作
／くりはらたかし 画

※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/>

★『高架線』／滝口悠生 著 講談社

古アパート「かたばみ荘」では、出るときに次の入居者を自分で探してくるようになっていた。部屋を引き継いだ住人がある日失踪して…。人々の記憶と語りで綴られていく16年間の物語。『群像』掲載を書籍化。(出典：TRC MARC)



★『サンタちゃん』

／ひこ・田中 作 ／こはらかずの 絵 講談社

プレゼントの準備に忙しいサンタのところへ、「私がサンタになりたいの」という女の子があらわれた。袋のかつぎかた、ラッピング、世界地図の勉強、煙突からの家の出入りなど、サンタクロースになるための訓練をはじめて…。(出典：TRC MARC)



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			

おはなし会

18日 午前10時30分～
21日 午後2時～
午後3時～
26日 午後3時～

休館日 午後1時から開館 映画会 13日 午後1時30分～
※12月28日正午から平成30年1月4日午後1時まで休館となります。本を返却する場合は、正面玄関左側壁面にあるブックポストをご利用ください。なお、DVD/C/Dは破損する可能性がありますので、投函はしないでください

禁止される政治家の寄附の例

- 病気見舞い
- お中元やお歳暮
- お祭りへの寄附や差入れ
- 地域の行事やスポーツ大会への寄附や差入れ
- 葬式の花輪、供花
- 落成式、開店祝いなどの花輪
- 入学祝いや卒業祝い
- 結婚祝いや香典※

※政治家本人が結婚披露宴、葬式などに自ら出席してその場で行う場合は、罰則が適用されない場合があります



また、第三者が政治家を名義人とし、選挙区内の人たちに対する寄附をすることや、政治家の後援団体が選挙区内の人たちに対し行う寄附も、同様に禁止されています。

もちろん、選挙人も政治家に対し、寄附を求めることはできません。

A Q 寄附の禁止についてどうなの？

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。



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)



北から来ました北嶋の 「なかなかいい」那珂暮らし⑧

那珂市の市の鳥である白鳥。本格的な冬の訪れを前に、古徳沼や一の関ため池親水公園で、その姿を見せてくれます。

日本の主な冬鳥には鶴や鴨などがありますが、中でも白鳥は飛来が話題が毎年報じられるなど、冬鳥としての認知度はトップクラスではないでしょうか。また、『古事記』でも白鳥の記載が確認できることから、古くから日本人にとって、身近な鳥として親しまれていたことをうかがい知ることができます。その美しい鳴き声を聞くと、いよいよ冬がやってきたという実感がわいてきます。大きな羽を広げて飛んだり、優雅に水面を泳いだりする姿は美しく、チャイコフスキーのバレエ曲『白鳥の湖』に代表されることなどから、白鳥に優雅なイメージを抱くかたも多いと思います。

一見のんびりと水辺で過ごしているように思われがちな白鳥ですが、繁殖期に凶暴化することはあまり知られていません。子育て中はとても警戒心が強いので、むやみに近づくと容赦なく攻撃してきます。親子や夫婦の絆が強く、つがいで生涯を共にすることから、愛のシンボ

ルとも言われているにも関わらず、意外な感じがしますが、絆の強い鳥であるがゆえに気性も激しくなるのでしょうか、我が子を守るという意味では当然のことともいえます。白鳥たちからすれば、人間は全く未知の存在で、私たちにとっては興味の対象であっても、その興味は彼らからすると脅威でしかないということを忘れてはいけないのかもしれないかもしれませんね。

冬の終わりが近づくと、白鳥の北帰行が始まります。私もそのころには秋田へ戻ることになるでしょう。那珂市での生活も折り返しを過ぎ、白鳥と自分自身を重ね合わせると、感慨深い気持ちを抱かざるを得ません。



みんなの健康 ～医師のお話～

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

「胃ポリープ」について

河野胃腸科外科 河野史尊 先生

①胃底腺ポリープ
ピロリ菌の感染および委縮(老化)がない胃粘膜(主に胃の上半分)に発生します。大きさは米粒大で、100%がんになりません。検診で指摘されるポリープの大部分を占め、「異常なし」または「経過観察」と言われることが多いようです。

「ポリープ」とは、何らかの刺激によりその部分の細胞が、周囲の組織より早く、より多く成長し、盛り上がった形状のものを指します。胃透視の写真では、バリウムのたまりを除けるように島状に写ります。主に次の3種類のポリープが見られます。

皆さんは、市の健康診断や人間ドックを利用して、定期的に健診を受けられていますか？この中に含まれている胃がん検診では、バリウムと発泡剤を飲んで写真を撮る胃透視が主に行われています。その結果コメントの1つに「胃ポリープ」がありますが、今回はそれについて少し紹介します。

②過形成性ポリープ
胃粘膜の委縮(老化)がない状況で、繰り返される炎症性刺激により生じるもので、前述のポリープより大きめですが、これからのがん発生はありません。ピロリ菌との関連が強く、除菌治療をすることで消失するとされています。このため精密検査の対象になることがあります。

③腺腫性ポリープ
胃の粘膜が、ピロリ菌の感染により委縮(老化)すると、胃の粘膜が腸の粘膜に変化しますが、そこからごくまれに生じるポリープで、大腸ポリープに準じた性格を持ち、大きくなるとがん化する危険があります。こちらも精密検査の対象になることがあります。

このように、検診で指摘された「胃ポリープ」にもさまざまなタイプのものであります。1度医療機関でご相談いただき、必要に応じて精密検査などを受けられることをお勧めします。



秋田県横手市からお届けします ～横手だより～

皆さんこんにちは。那珂市から友好都市の秋田県横手市へ派遣されている三次紀之です。

11月に入り急激に気温が下がり、とても寒くなってきました。昨年は11月2週目には初雪を観測したそうで、冬もう間近という感じです。私も雪に備えてスノーブーツやスタッドレスタイヤを購入するなど着々と準備を進めています。



▲旧石田理吉家【市指文化財】

さて、今回は横手市増田地域のまちなみをご紹介します。平安時代の後三年合戦の舞台として知られ、秋田佐竹藩の支城が置かれた横手市は、交通の要として発展し、明治以降は農業と商業を中心産業として成長を重ねてきました。その中でも秋田県内随一といわれた

繁栄の歴史を伝える増田のまちなみには、明治・大正期に建築された伝統的な町家や内蔵が数多く残り、国の重要伝統的建造物群保存地区に選定されています。見どころはやはり内蔵で、その名のとおり屋敷の内部にある蔵のことです。私が見学したものは、1階が居住者の私的空間である座敷、2階が物品や文書を保存するための倉庫のような造りとなっていました。冠婚葬祭などの用途で使用されていた蔵もあるそうで、入口の扉はとても豪華で迫力があります。また、この内蔵は女優の吉永小百合さんがCM撮影で訪れたことでも話題となっており、多くの観光客でにぎわっていました。そのほかにも歴史的な建造物が並ぶ増田のまちなみは、風情があって古き良きまちという印象を受けました。横手市へお越しの際はぜひ立ち寄ってみてください。



▲観光物産センター「蔵の駅」の内蔵

8つの市町村が合併して誕生した横手市には、各地域に個性と魅力があると思います。こちらでの勤務も残りわずかとなってきましたが、できる限りいろんなところへ足を運び、もっと横手を知りたいと思います。

高齢者の暮らしを支える 「地域包括支援センター」

今月は「認知症のかたへの対応」についてお伝えします。

認知症のかたへの対応には、認知症に伴う認知機能低下があることを正しく理解していることが必要です。そして、偏見をもたず、認知症は自分たちの問題であるという認識をもち、認知症のかたを支援するという姿勢が重要です。

基本姿勢

認知症のかたへの対応の心得



「3つのない」

1 驚かせない

2 急がせない

3 自尊心を傷つけない

地域包括支援センターでは、認知症に関する相談対応や認知症を正しく理解し、認知症のかたやその家族を見守り支援するかたのために「認知症サポーター養成講座」を開催しています。ご相談、お問い合わせは地域包括支援センターへご連絡ください。

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

在宅医療・介護連携、 認知症施策の推進に 取り組んでいます

市では、平成28年4月に那珂医師会をはじめ、多職種の代表者など12人で構成する「在宅医療・介護連携、認知症対策検討委員会」を設置し、医療・介護の連携、認知症の早期診断・早期対応に向けた支援体制の整備などの検討を進めています。



10月18日検討委員会

問い合わせ

介護長寿課高齢者支援グループ

☎298-1111

（内線132・133）

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、公共施設、保育所（園）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	0.043	11月7日
	額田小学校	0.043	11月2日
	菅谷小学校	0.058	11月7日
	菅谷東小学校	0.054	11月9日
	菅谷西小学校	0.065	11月7日
	五台小学校	0.062	11月1日
	芳野小学校	0.061	11月8日
	木崎小学校	0.054	11月7日
	瓜連小学校	0.074	11月7日
	横堀幼稚園	0.064	11月7日
	菅谷幼稚園	0.057	11月9日
	菅谷西幼稚園	0.081	11月7日
	五台幼稚園	0.068	11月7日
	芳野幼稚園	0.062	11月9日
	那珂第一中学校	0.061	11月7日
	那珂第二中学校	0.052	11月8日
	那珂第三中学校	0.045	11月7日
	那珂第四中学校	0.034	11月6日
	瓜連中学校	0.071	11月7日
	茨城学園	0.055	11月13日
	ナザレ幼稚園	0.054	11月7日
	さいせい幼稚園	0.064	11月7日
	大成学園幼稚園	0.053	11月10日
	旧本米崎小学校	0.088	11月2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）	0.077	11月8日
生涯学習課	市中央公民館	0.072	11月1日
	市立図書館	0.083	11月1日
	那珂総合公園	0.073	11月1日
	歴史民俗資料館	0.081	11月1日
	ふれあいの杜公園	0.072	11月1日
市民協働課	ふれあいセンターよこぼり	0.077	11月10日
	ふれあいセンターごだい	0.078	11月7日
	ふれあいセンターよしの	0.091	11月8日
	総合センターらぼーる	0.099	11月8日
	戸多地区交流センター	0.057	11月7日
那珂聖苑	那珂聖苑	0.083	11月1日
都市計画課	中谷原公園	0.067	11月8日
	宮の池公園	0.083	11月8日
商工観光課	一の関ため池親水公園	0.067	11月9日
	静峰ふるさと公園	0.072	11月9日

○保育所（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	0.067	11月7日
	瓜連保育園	0.069	11月1日
	ゆたか保育園	0.085	11月2日
	かしま台保育園	0.063	11月6日
	ごだい保育園	0.077	11月7日
	大成学園額田保育園	0.045	11月1日
	地域子育て支援センター	0.073	11月4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（0.23 マイクロシーベルト／時間）を下回っています。

●水道水の環境放射能水準調査結果

10月15日から11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、窓を閉める。

☎ 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

図書館まつり



10月28・29日、読書週間に合わせて、市立図書館で、図書館まつりを開催しました。工作教室やおはなし会などのさまざまなイベントが催される中、シャープ(株)取締役の西山博一さんを招き、「放送メディアの変遷、そして未来へ」と題し講演会を開催。放送メディアの誕生から最新鋭8Kテレビに触れた内容をわかりやすく解説し、興味を引くお話に、参加した皆さんは聞き入っていました。

「曲がり屋」で秋の一日を楽しみました



11月8日、一の関ため池親水公園の曲がり屋を会場に「曲がり屋ごはん」が開催されました。竈で炊いた市内産コシヒカリのごはん、市内産牛肉と野菜を盛り込んだ箱膳弁当に、市文化協会茶道部会の皆さんによる抹茶のサービスが花を添え、秋の味覚を楽しみました。同公園では、アグリビジネスネットワーク「フェルミエ那珂」による地元農産物のマルシェも開催され、にぎわいを見せました。

英語でハロウィンパーティー



10月29日、グローバル化に対応できる人材を育成するための取り組みとして、英語だけで活動する「イマージョンスクール」が旧本米崎小学校で開催されました。当日はハロウィン体験として、かわいらしい仮装をした小学生40人が参加。ALTと英語でコミュニケーションをとりながら、パンプキンバツグづくりやゲームなどで楽しみ、少しずつ英語に馴染んでいた様子でした。

那珂野菜の魅力が広がっています



4月に設立したアグリビジネスネットワーク「フェルミエ那珂」の活動の輪が広がっています。10月13日、水戸市内でレストランなどを経営しているシェフの皆さんが援農に駆けつけ、会員とともに冬のレタスの定植を行いました。イベントをおして那珂野菜の鮮度の良さを知ったというシェフの皆さんを中心に、各店舗で那珂野菜を使ったメニューづくりがスタートします。

自らの子育てについて考える機会に



11月18日、総合センターら
ぼーるで「親が変われば、子
どもも変わる」運動那珂市推
進大会が開催されました。

この大会は、青少年育成那
珂市民会議の主催で、市民の
皆さんが子育てについて考え
る契機となるよう毎年開催し
ているものです。今年は保護
者による子育て体験発表のほ
か、(株)茨城ロボッツ・スポー
ツエンターテインメント代表
取締役社長の山谷拓志さんに
よる講演会が行われました。

「怒鳴らない子育て」のために



9月～11月の期間、市中央
公民館で、小学生以下のお子
さんの保護者を対象に「怒鳴
らない子育て」プログラムを
全7回で実施しました。

こども課の家庭相談員が講
師となり、ロールプレイング
などを交え、自分自身の感情
をコントロールして子どもが
行動すべきことを効果的に伝
える方法を学びました。

参加者からは「悩んでいた
のは自分だけじゃなかった」
などの声がありました。

世界陸上メダリストが那珂市に



だったという藤光さん。その
話を受けて青山さんは「いろ
んなスポーツを体験すること
が大事。体の使い方に幅が出
る」と話しました。藤光さん
からは「小学生のころから勉
強もスポーツも効率を意識し
ていた。ポイントを押さえる
ことが大切」「自分のサクセ
スストーリーをイメージして
普段の練習に取り組んでほし
い」と話がありました。

走り方教室では、体のバネ
を上手に使うためのコ
ツを藤光さんが指導。簡単な
動きから少し複雑な動きまで
実践され、最後は藤光さんと
ヨイドン。メダリストと走
るという貴重な体験をした参
加者は、皆そろって笑顔を見
せていました。



10月28日、那珂総合公園ア
リーナで、那珂ふるさと大使
の青山清英さん（日本大学文
理学部教授）と、世界陸上ロ
ンドン大会男子4×100m
リレーで銅メダルを獲得した
藤光謙司さんをお招きし、「平
成29年度那珂市体育協会講演
会」が開催されました。

青山さんは、藤光さんに
とって大学時代の恩師に当た
り、今回の講演会では、2人
によるトークショーと、藤光
さんによる走り方教室が企画
され、子どもから大人まで多
くのかたが集まりました。

トークショーでは、世界陸
上の感想や練習方法などの話
がありました。小学生のころ
はサッカーをやっていた、陸
上を始めたのは中学生から

善意銀行へ ご協力ありがとうございます

10月15日～11月14日(敬称略)

チャリティカラオケ発表会心音の会

29,173 円

(福) 青燈会 70,000 円

ぴっぴお話の会 南波久代
3,651 円

やまびこ音楽教室

代表 富山篤 30,000 円

なか自然の会 10,000 円

匿名 13,050 円

※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

第2次那珂市総合計画基本計画に ついて答申書が提出されました



11月14日、那珂市総合開発審議会
いさごさちとし
の砂金祐年会長(常磐大学総合政策学部
准教授)から、第2次那珂市総合計画基
本計画について、おおむね妥当と認める
旨の答申書が提出されました。

総合開発審議会は、議会議員、農業委
員会会長、商工会会長、学識経験者など
計20人の委員で構成され、市長からの
諮問に応じて総合計画などについて審議
し、答申することを役割としています。
今年度は、第2次那珂市総合計画のうち、
施策ごとの現状や課題、取組方針など明
らかにする基本計画について審議してき
ました。

第2次那珂市総合計画の計画期間は平
成30年度からの10年間です。今後は
この計画に掲げる市の将来像「人と地域
が輝く 安心・安全な住みよいまち」の
実現に向け、さまざまな施策を展開して
いきます。

★火災・救急の状況★

(平成29年10月31日現在)

○火災件数

2件 (本年累計20件)

○救急出場件数

182件 (本年累計1,893件)

※救急出場件数が増加しています。

真に緊急を要するかたのために、
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

★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／収納課収納グループ

☎ 298 - 1111 内線 173・174



※人の動き※

那珂市の人口(11月1日現在)

※()内は前月比

男 27,137人 (－2)

女 28,086人 (－8)

計 55,223人 (－10)

世帯数 22,469世帯 (+11)

○出生 32人

○死亡 55人

(10月1日～31日)

※国保ミニ情報※

○那珂市国保の加入者数 13,703人

(平成29年10月末現在・

前月比76人減)

○那珂市国保が医療費の一部として

支払った金額 2億9,372万円

(平成29年10月・

前月比1,503万円減)

※皆さんの日ごろの健康づくり、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

★事件・事故の発生状況★

(平成29年10月末現在)

○那珂市の交通事故

人身交通事故 212件

負傷者 264人

死者 4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 375件

うち 住宅侵入窃盗 20件

自動車盗 44件

車上ねらい 41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



マチイロ

マチを好きになるアプリ

いつでもどこでもスマホで広報誌!

- ☐ 端末に通知がくるから最新号を見逃さない
- ☐ 広報紙をオフラインでも確認できる
- ☐ 必要な部分を切り抜いて保存ができて、記事を共有できる
- ☐ 興味のある分野を登録すると、自分に合わせた情報が届く

問い合わせ／秘書広聴課広報グループ

☎ 298-1111 内線 425

ダウンロードはこちらから

Google Play App Store

茨城県那珂市を登録ください!



※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
※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

●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

●お知らせ版
市では「広報なか」のほかに「お知らせ版」(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「お知らせ版」も併せてご覧ください。



1月の休日当番医

- 1日 あいざわ循環器内科クリニック (竹ノ内)
☎ 229 - 1230
- 2日 ののがき脳神経外科クリニック (中台)
☎ 352 - 0555
- 3日 鈴木呼吸器科内科 (中台)
☎ 353 - 2811
- 7日 河野胃腸科外科 (竹ノ内)
☎ 295 - 5386
- 8日 小宅内科医院 (菅谷)
☎ 298 - 0050
- 14日 瓜連慶友整形外科 (古徳)
☎ 296 - 1116
- 21日 塙内科消化器科 (後台)
☎ 295 - 2110
- 28日 たに内科クリニック (古徳)
☎ 229 - 0721

■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「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



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

井戸水を飲用する皆さまへ

井戸水や湧水^{わき}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

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／必ず氏名をフルネームで記入してください。

問い合わせ／環境課環境グループ
☎ 298 - 1111 内線 447 ~ 449

法律相談

日時／平成30年1月 9日(火)
午後1時～5時
平成30年1月16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

申込方法／事前に電話または窓口で予約してください。

費用／無料(相談時間1回20分)

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

那珂市更生保護女性会設立60周年記念品を寄贈していただきました



10月30日、那珂市更生保護女性会の峯島会長と大和田副会長から、会設立60周年を記念して作成された「かるた」と「日めくりカレンダー」を寄贈していただきました。

那珂市更生保護女性会は、犯罪予防活動や児童福祉施設・少年院での援助活動をととして、青少年の健全育成のために活動されています。

頂いた寄贈品は、市内の幼稚園、保育所、学童などで活用させていただきます。



72年の平和

平成29年も間もなく終わろうとしています。皆さんにとって今年はこのような年でしたか。

今年の世界の出来事を振り返りますと、内戦やテロが多発し多くの無辜の人命が失われました。

そして、アジアにおいては、北朝鮮による弾道ミサイル発射などの挑発行為がエスカレートし、国民に大きな恐怖感を与えました。

8月29日午前5時58分に発射されたミサイルは、6時2分にJアラートを作動させました。

このJアラートは消防庁の所管となりますが、防衛省もまた完璧な警戒態勢を敷いて監視しています。元航空自衛隊空将のお話では、発射4分以内に発射地と着弾地が解析でき、日本国内に着弾すると判断した場合、イージス艦などの迎撃ミサイルにより百発百中の精度で迎撃できる態勢が構築されて

いるとのことでした。

また、中華人民共和国の中華思想はとどまることなく、尖閣諸島に揺さぶりをかけ続け、南沙諸島に軍事基地を建設し実効支配を始めています。そのため、自衛隊戦闘機のスクランブルの回数は記録的な数字となり、百里基地に配備されていた高性能戦闘機は尖閣諸島の周辺基地に配備されました。

大東亜戦争において、日本は、310万人もの多くの人命が犠牲となり、ばくだいな財産を失いました。敗戦から72年となりましたが、戦争の無い平和な時代が続いています。大変有り難いことです。私たちにとっては当たり前のことかもしれませんが、残念ながら、世界では今もなお各地の紛争で、理不尽な死に遭遇しています。この平和な日本を構築していただいたすべてのかたがたに深甚なる感謝を申し上げます。

この平和な時代を継続させ、世界の人々が安穏な生活を享受できる状況を築いていくのが、今ある、私たちの責務ではないかと思いません。

那珂市長 海野 徹

Cook



ヘルスメイトさんが作る健康料理 147

生鮭のソテー 紫ソース

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

成人食部会の皆さん

■コメント

玉ねぎのkokとベリーの甘酸っぱさが調和するソースです。DHAが豊富な季節の鮭を食べて脳を元気にしましょう。

■材料（4人分）

生鮭	4切れ	塩	適量		
オリーブオイル	適量	こしょう	適量		
A	塩	小さじ1／2	C	枝豆	60粒
	酒	小さじ2		ブルーベリー	40粒
	こしょう	少々		オリーブオイル	小さじ2
B	赤玉ねぎ(薄切り)	1／3個		レモン汁	小さじ2
	ブルーベリー	約20粒		ディル	適量
	赤ワインビネガー	60ml		塩	適量
	※	チキンブイヨン		小さじ2	りんご(薄切り)
	水	100ml			
	はちみつ	小さじ1			

※チキンブイヨンは事前に水で溶いてください

※チキンブイオンは事前に水で溶いてください

■作り方

- ①なべに赤玉ねぎと赤ワインビネガーを入れ、弱火で煮る。赤玉ねぎがしんなりしたら火を止めて粗熱をとる。
- ②①とAをミキサーにかけて滑らかにし、こしてから塩こしょうで味付けする。
- ③鮭にBで下味をつけ、オリーブオイルを敷いたフライパンを熱し、鮭を両面(皮面から)焼く。
- ④Cを混ぜ合わせ、塩で味付けする。
- ⑤皿に②を敷いて、③④の順に盛り付ける。
- ⑥仕上げにりんごの薄切りを花のように飾る。

■1人分（224kcal／塩分1.9g）



【俳句】那珂あせび句会

(吟行) 常福寺・瓜連保育園にて

名刹の色変へぬ松子等の声
鉄棒のぐんと秋空蹴り上げる
赤帽の野生児そろり秋の崖
遊具こぐ園児の主張赤とんぼ
地震にも負けぬ楼門秋の空
百花絵の寺の天井秋澄めり
抱かる水子の像や散る紅葉
立冬や極彩色の天井絵
鉄棒をくるくるくると秋日ざし
木の葉散る寺境内に見らの湧く
凜と建つ宝物殿に木の葉散る
雪駄干すなむあみだぶつ紅葉寺

桜井 筑蛙
松井 節子
高畠 久美子
小澤 佐代
海野 美恵子
雨宮 文枝
高野 祝子
宇佐美 和子
大森 満
藤岡 みち子
筒井 かよ子
浅野 とし子

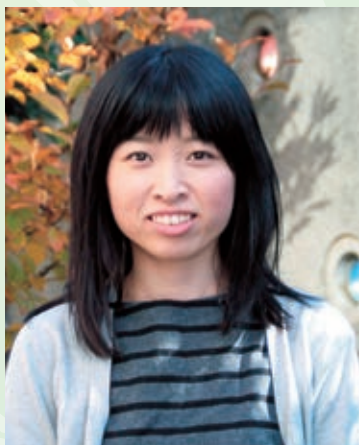
【短歌】白鳥短歌会

加藤要選

ひたひたと追い掛けてくる影法師負けじと老いを蹴とばす夕べ
子ら歌う「まつ赤な秋」にコスモスは応えるごとく校庭に揺る
今月も郵便ポストの前に来てハガキの短歌書き直してる
汗流し庭木々の枝を払いたり三年前の吾を思いて
調律の終えたピアノの音の冴えて口ずさみたり「埴生の宿」を
鎌首をもたげたような天南星夫は狭庭に三本も植う
水だまりに映れるビルの灯が夜をひきよするごとく煌めく
九十歳の姉は曲がれる腰のぼし「柔」を歌う親族らの前
丘の上ゆコキア見せむと病む吾の背を押しくる妻の息疾し

大森 勝代
赤塚 満夫
小野 瀬壽
仲沢 照美
海野 宏幸
池田 美代子
網 千恵子
菊池 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。



吉村 真歩さん (23歳) 平野

さわやかさん

147

子どもたちが喜ぶ姿は最高です

私は、今年の4月から水戸市で小学校の先生として、元気いっぱいな3年生の子どもたちの担任をしています。もともと子どもが好きだったこともあり、大学で教育を学び始め、在学中にはさまざまな実習を経験しました。小学校での教育実習では、勉強が得意な子どもも不得意な子ども全員が授業に積極的に参加できるよう、子どもに対する質問を工夫するなどしました。そのときの経験が今も生かされていると感じます。

現在、私が受け持つ小学3年生は、学

習面や友人関係が大きく変化する時期でもあります。子ども一人ひとりに向き合うことに苦労することもあります。また、一人ひとりに教材を手作りしたときは、心が折れそうになるほど大変でした。それでも、手間をかけた分だけ子どもたちは喜んでくれて、やり遂げようと頑張ってくれます。その姿を見ることは、疲れも忘れ、一番やりがいを感じる瞬間です。クラスの子どもたち皆がいきいきと学校生活を送れるように、子どもの思いに寄り添い、応えられるような教師になるために、日々努力を続けていきたいです。



生鮭のソテー紫ソース

※レシピは18ページに掲載

ヘルスマイトさんが作る
健康料理

Happy Birthday!!

はじめてのたんじょうび

ご家族からのメッセージ

いつまでも
姉妹仲良しでいてね♡

ふうな
近藤楓菜ちゃん 10/30 生まれ

父・彰太さん 母・歩さん (鴻巣)

笑顔いっぱい
元気に大きくなってね。

りか
野上莉楓ちゃん 10/24 生まれ

父・寿幸さん 母・結衣さん (横堀)

健康で元気に育ってね。

りく
宮崎陸くん 10/18 生まれ

父・純一さん 母・美由希さん (菅谷)

[12か月健診時に掲載希望者による抽選を行っています。]

裂紙の裏側

11月5日、芳野市民農園で芋掘り体験が行われ、市内外からご家族やご友人同士など多くのかたがたが参加しました。

好天にも恵まれた当日、皆さんは夢中で土を掘り進み、大小さまざまな芋を掘り当てて嬉しそうにしていました。

帰るころには掘った芋で袋いっぱい。皆さんに那珂市の秋を楽しんでいただきました。