

# おみたま



## 第 104 号

### 目次 OmitamaInformation

行政懇談会	2
消防ポンプ操法大会 消防団大活躍!!	5
わだい	6
おみたま産業まつり 2014	8
11月11日は介護の日	11
生涯学習インフォメーション	13
第9回小美玉市書き初め大会	14
けんこうビュー	15
竹原小学校6年生社会学習体験	18

## おみたま産業まつりを開催!

10月12日、「おみたま産業まつり2014」が空のえきそら・らで開催されました。

団体や企業による模擬店、メインステージでのイベント・上棟式や大抽選会などが行われました。

たくさんの参加者でにぎわい、笑顔が印象に残る1日となりました。

(8ページにも写真を掲載しています)



# 市民の皆様と行政が意見を交換

## 行政懇談会を開催しました

小美玉市では、公平公正で偏りのないオープンな市政を目指し、区長会との共催により9月30日から10月2日にかけて、市内3地区で行政懇談会を実施しました。ここでは、各地区で出された提案とそれに対する市の考え方についてお知らせします。

### 小川地区（9月30日）

#### 小川文化センター（アピオス）

##### 【地区懇談事項】

◆商店前街路灯老朽化に伴う防犯灯への切替対応

**問** 夜間に道路を歩行、車の走行時に危険な場所が目立ちます。小川地区内を点検し、防犯灯を設置していただきたい。



**答** 夜間における交通量の多い道路で、特に通学路や犯罪の危険性の高いところを優先的に整備しています。新設や器具交換を伴う修繕には全てLED防犯灯を採用しています。

◆元気っ子幼稚園3年保育の実施

**問** 3年保育を求めて近隣へ通園したり、年少を他園で年中から元気っ子幼稚園へ転園させる人もいます。転園は子どもへの負担が大きく、園児服などの金銭面での負担もあります。是非早期実現を。



**答** 幼稚園ごとにサービス面において格差があることから、3歳から集団生活を経験させたいという保護者のニーズに対応するため、「市立幼稚園の複合・多機能化」や「市立幼稚園の認定こども園への移行」なども検討しています。

◆4m幅未満の道路舗装

**問** 道路幅4m以上でないことですが、舗装しない方針との補修も部分的であり、ここぼこが激しい状態です。



**答** 通行上危険性の高い箇所については発見しだい補修していますが、それ以外は現場の実情等を考慮し対処しています。改善すべき路線等は関係行政区からご相談いただいた上で現地調査し、話し合いながら、良い方向を導き出してまいります。

◆不法投棄による環境問題

**問** 高場池の西側約500m付近は、道路沿いに不法投棄されたタイヤ・冷蔵庫・ガラス破片等により著しく環境が悪化しています。撤去できないか。監視カメラの設置についても検討願いたい。



**答** 高場池の西側約500m付近は、道路沿いに不法投棄されたタイヤ・冷蔵庫・ガラス破片等により著しく環境が悪化しています。撤去できないか。監視カメラの設置についても検討願いたい。

**答** 民有地内の不法投棄物は、廃棄物処理法や市の環境美化条例の規定により、その占有者・所有者がゴミの散乱等を防止し清掃を行うとされていますが、地区の皆さんが自らクリーン作戦等で清掃を実施される場合には、市としても廃棄物の処分先や処分方法について支援しております。監視カメラ等の設置は今後検討します。

**問** その他の懇談事項  
空き家を子育て世代にうまく活用してもらえないか。

**答** 観光行政との連携や、再利用について検討を重ねていきたい。

**問** 小川地区の商店街は人通りが少ない状況です。空き店舗を活用して、安い家賃で貸し出すなどまちを活性化していただきたい。

**答** 商工会や地域の方々からも、活性化に向けた利活用の話が出ておりますので、実態調査を含め、関係機関と協議を重ねながら、より良い方向へいくようにしたい。川戸区に下水道がいまだにありません。

**答** 下水道事業は、全体の中で区域を定め、国の認可を受けて事業を進めています。管でつないでいくものですが、飛び飛びというわけにはいきまませんので、順次本管から整備しています。

**要望** 小川地区は、小さい子を安心して遊ばせられる公園がありません。例えば、「そら・ら」にちよっとした遊具があれば、土日に子どもを連れて遊びに行けます。

**問** 空のえき「そら・ら」についてですが、何を目的として客を呼ぼうとしているのか分かりません。もう少しオープンにして入りやすいように。客を引っ張るセンスが必要です。

**答** 議論した中で決定して、整備した施設ですので、今の施設を使用者と共に最大限利用しながら魅力を上げていきたい。「そら・ら」ならではのの特長ある商品や料理を提供できるような議論をしています。

**要望** 道路の縁石が草だらけです。道路の里親制度を市の事業としてやってみたらいいのではないか。行政だけで全てやるという時代ではありません。市民を巻き込んで、生きた金を使って欲しい。

**答** 道路の縁石が草だらけです。道路の里親制度を市の事業としてやってみたらいいのではないか。行政だけで全てやるという時代ではありません。市民を巻き込んで、生きた金を使って欲しい。

**要望** 区の公民館隣の公園は一週間に一度草刈りして維持管理しています。管理するのにも経費がかかります。市の公園の中で使われていないところは閉鎖して集約し、有効に使っている公園の維持管理にお金をまわしては。

**問** 中小の業者対象のリフォーム助成制度を全国

## 玉里地区（10月1日） 玉里保健福祉センター

### 【地区懇談事項】

**問** ◆大井戸湖岸公園の活用と管理  
地元住民の意見を取り入れて造った公園が宝の持ち腐れにならないように、活用に、管理は。



**答** 毎週のトイレ清掃と年間3回程程度の芝刈り及び草刈作業を業者に業務委託しているほか、市職員の巡視による清掃、草刈作業などで対応しております。区長さんのご協力で除草剤の散布や芝刈り作業などを実施し、また、

的にやっています。小美玉市でもぜひやってください。

**答** どうするのが一番いいのか、調査研究します。

**問** 小美玉市は非核平和都市宣言していますが、他市町村では、中学生代表を派遣して派遣してはいます。

**答** 派遣については今後検討していきたい。

地元住民の皆さんにも公園利用の際にゴミ拾いなどをしていただいております。皆さんと一緒に盛り上げ、育てていきたい。

**問** ◆旧玉里地区内の小学校統合及び小中一貫校の進展  
状況の報告と小中一貫校の構想の説明を。



**答** 6月4日に学校規模配置適正化検討委員会から答申をいただき、年内に事業の具現化に向けた実施計画案の作成を目指し、地域説明会を行うなど住民の皆さんに周知しながら今年度中の策定を予定しております。玉里地区は市内初の小中一貫校になることから、児童・生徒の安全を十分に確保しながら一貫教育が行えるよう、学校用地及び施設の整備について検討を行っております。統合後の遠距離通学支援として、スクールバスの導入地域についても検討しております。

**問** ◆市道の車両規制速度（時速30km）設定と「徐行」看板設置について  
通学路となっている玉里北小区、新高浜常会



**答** 交通規制の要望は、市と石岡警察署が協議し

た上で申請し、石岡警察署がその道路の種類や歩行者の通行量などを総合的に判断して茨城県警察本部へ上申します。茨城県警察本部では上申された内容を検討し、最終的に茨城県公安委員会が規制を決定することになります。

**問** 【その他の懇談事項】  
空のえき「そらら」がオープンしてから、4千4百万円の予算を追加しましたが、使い道は。

**答** オープンに間に合わせる必要があった臨時駐車場の排水の改善、イベント経費、お子様連れがゆつくり時間を過ごすために必要な遊具等の整備です。

**要望** 田木谷の新しい道路の路肩が雨で崩れてしまう。業者からの受け渡しの際にもつと丁寧に検査してほしい。

**問** 防災マニュアルはいつできるか。また、11月の防災訓練は何をやるのか。

**答** 一番最初に動かなければならぬ市職員の初動マニュアルができ、自動参加するようにしました。また、災害備蓄品は1万2千食を目標にしていますが、これだけでも足りませんので、流

通品を役立てようと様々な業者との災害協定を結んでいるところですが、防災訓練はこれまで「見せる訓練」でしたが、今年からは自助・共助・公助それぞれの場面を設定し、11月22日（土）午前9時から行います。この訓練をもとに課題整理をし、マニュアルに生かしていきます。

**問** ゲリラ豪雨などで水害が起きる場所が玉里地区内に3か所あります。把握していますか。

**答** 平成22年度に洪水ハザードマップを作成しまして、浸水が予想される区域として霞ヶ浦沿岸から旧園部川までのエリアを想定していますが、点として把握していませんので、消防等の関係機関と連携して把握します。

**問** 玉里北小の雨後の排水が悪いです。

**答** 昨年度、校庭の全体を平らにならす工事をしました。

**問** 民生委員会が災害時に助けを必要とする人たちを地図に記した防災マップを作成し、行政に提出してあります。防災訓練できるのは動ける人たちのみ。弱者への対応はどう考えていますか。



**答** 福祉部と社会福祉協議会が同居老人や高齢者世帯を把握しており、安否確認をすることになっていきます。

**問** 国道355号の通学路に段差があります。石

**答** 場所を確認し、管理者である県につなぎます。

### 美野里地区（10月2日）

### 四季文化館（みのくれ）

#### 【地区懇談事項】

◆小学校通学に係わる家庭への経済的負担軽減の件

**問** 堅倉小学校に通う先後区・三箇区の家では、一児童につき通学定期代3カ月で1万2千円+保護者負担金年間1万2千円かかっています。通学に係る経済的負担の軽減、きめ細かい対応をお願いします。また、学校統廃合に向けてスクールバス運行の検討や、市内循環バスの路線やダイヤの見直しは。



**答** これまでの経緯を踏まえながら、路線が継続されるよう、受益者及び行政による経費負担、あわせて地域の皆さんによるさらなるバス利用、ご活用のご協力、ご

理解をいただければと思います。市としては、この路線について引き続き支援をしていきたいと考えております。スクールバスについては、小中学校の再編・統合を進める中で必要性が答申されており、予算とスケジュールを含めた実施計画の策定を進めているところですが、循環バスについては、ルートの拡大や時間変更など様々なご意見をいただいております。地域公共交通会議の中でも対策について議論しております。本日のご意見も検討してまいります。

◆行政区に限定した戸別受信機の利用方法について



**問** 岡脳神経外科病院付近でフェンスが低いところもあります。よく点検して改善していただきたい。

**答** 今回整備いたしました無線放送を制御する基地局の機械的な能力が、市内一斉放送、旧町村単位でのエリア別放送、各小学校区単位でのエリア別放送は技術的に可能ですが、行政区単位での個別放送には、対応できない状況です。今後、技術面での進化・機械的な性能の向上を、十分に研究しながら、長期的な視点での運用の方向性を検討してまいります。

**問** 戸別受信機が各戸に設置されましたので、行政区内に限定して戸別受信機を有効に活用できる情報伝達方法についてご検討を要請します。

**答** 今回整備いたしました無線放送を制御する基地局の機械的な能力が、市内一斉放送、旧町村単位でのエリア別放送、各小学校区単位でのエリア別放送は技術的に可能ですが、行政区単位での個別放送には、対応できない状況です。今後、技術面での進化・機械的な性能の向上を、十分に研究しながら、長期的な視点での運用の方向性を検討してまいります。

◆集落環境の変化への対応について

**問** 社会経済の変化、少子化、高齢化が進む中で、集落の各種事業、小枝払い、草刈り、行事の推進、施設等の維持管理が厳しくなっています。近い将来、一集落単位では、機能の維持が難しくなってくると思われれます。変化に対応した地域づくり



後どう対応していくのか、具体的な取組と新たな支援を検討してください。

**答** 少子高齢化の進展に伴い、いわゆる「限界集落」は中山間地域だけの問題ではなく、将来は都市部においても発生が懸念されています。一朝一夕に解決できるものではなく、隣接する複数の行政区、又は小学校区コミュニティでの取組みが求められます。併せて、市で交付している各種補助事業の見直しを含め地域の自主性をさらに高めたい。

◆過去に提案した案件の早期実現について

**問** 過去に開催した区長会議で提出した案件の中で未解決のものがあり、引き続き引かれています。また、今後の見通しは。JR羽鳥駅の橋上化の進捗状況は。市民に広く情報共有していくべきだと考えます。

**答** 過去に開催した区長会議で提出した案件の中で未解決のものがあり、引き続き引かれています。また、今後の見通しは。JR羽鳥駅の橋上化の進捗状況は。市民に広く情報共有していくべきだと考えます。



◆その他の懇談事項

**問** 3月で廃止された羽鳥保育所の跡地及び駅東の市有地を、地域が活用できるように考えていただきたい。

**答** 今回の計画はありませぬ。皆さんのご意見を伺いながら、良い活用方策を一緒に模索していきたい。

**問** 循環バスが試行期間3年で廃止になってしまっているのではないかと心配しています。時間帯によっては利用者がいません。ダイヤや路線の見直しは。通学への有効利用は。現在の運行状況は。

**答** 循環バスの運行状況は1日平均74人ですが、社会実験の目標は1日100人に設定しています。運行開始から2年半が社会実験の間で、平成28年3月までを一つの運行の目標としております。その後も引き続き運行できるようにしていきたい。

◆その他の懇談事項

**問** 3月で廃止された羽鳥保育所の跡地及び駅東の市有地を、地域が活用できるように考えていただきたい。

**答** 今回の計画はありませぬ。皆さんのご意見を伺いながら、良い活用方策を一緒に模索していきたい。

**問** 循環バスが試行期間3年で廃止になってしまっているのではないかと心配しています。時間帯によっては利用者がいません。ダイヤや路線の見直しは。通学への有効利用は。現在の運行状況は。

**答** 循環バスの運行状況は1日平均74人ですが、社会実験の目標は1日100人に設定しています。運行開始から2年半が社会実験の間で、平成28年3月までを一つの運行の目標としております。その後も引き続き運行できるようにしていきたい。



# 茨城県消防ポンプ操法県央地区大会

## 小美玉市消防団大活躍！！

第4分団 ポンプ車操法の部 優勝  
第8分団 ポンプ車操法の部 第3位  
第17分団 小型ポンプ操法の部 優勝

10月5日、大雨の中茨城県消防学校で第65回茨城県消防ポンプ操法競技大会県央地区大会が開催されました。

本市からはポンプ車操法の部に第4分団（納場：加藤英樹分団長）第8分団（野田：吉田康弘分団長）、小型ポンプ操法の部には第17分団（岡・川中子：坂宗行分団長）が参加し、大変優秀な成績を収めました。

また、ポンプ操法の部で指揮者：加藤秀文選手 2番員：加藤保選手 4番員：大山正利選手、小型ポンプ操法の部で指揮者：上田哲大選手 1番員：小松正典選手 2番員：坂大輔選手 3番員：石橋直樹選手がそれぞれ優秀選手賞を受賞しました。



### 【出場選手】敬称略

#### 第4分団

指揮者：加藤秀文 1番員：加藤将隆 2番員：加藤保 3番員：加藤慎二  
4番員：大山正利 補助員：小綿秀晃

#### 第8分団

指揮者：吉田康弘 1番員：松本洋輔 2番員：鈴木智久 3番員：金谷洋祐  
4番員：赤羽久一 補助員：小石川寛則

#### 第17分団

指揮者：上田哲大 1番員：小松正典 2番員：坂大輔 3番員：石橋直樹 補助員：西村哲也



1列目：第17分団、2列目：第4分団、3列目：第8分団



## 児童防災教室を実施！

消防本部では、災害の怖さを認識させるとともに、各種体験を通じ災害時の対応力を育むことを目的に、市内の小学6年生を対象に「児童防災教室」を開催しました。

玉里消防署において、4日間で345名の児童が参加しました。

当日は猛暑の中、地震や火災時の煙、洪水の怖さなどを学び、消防士の訓練を体験しました。



参加児童からは、「嵐の体験ができたのがすごかった。水の中は思ったようには進めませんでした。」「訓練体験は、難しかった。」「とても勉強になった。」等の声が聞かれ、先生からは、「児童が身をもって体験できる場がたくさん設定されており、興味深く、意欲をもって臨むことができました。」「児童がここまで防災について体験できる機会がないので、大変有意義であったと思います。」等の感想が寄せられました。

## 飯島利武氏が厚生労働大臣賞を受賞



10月20日、厚生労働省講堂で国民健康保険関係功績者に対する表彰状授与式が行われ、飯島利武氏（小美玉市国民健康保険運営協議会会長）が国民健康保険功績者厚生労働大臣賞を受賞しました。

飯島氏は、昭和44年4月から旧小川町国民健康保険運営協議会委員に従事し、合併後は現在に至るまで小美玉市国民健康保険運営協議会会長として尽力されています。

長年にわたり市の国民健康保険運営においてご活躍していただいていることに深く感謝します。

## JA常陸小川の子育て支援プロジェクト

JA常陸小川では頑張る  
ママを応援します!!  
紙オムツ3カ月分（毎月1セット×3）  
をプレゼント致します。

※お申込は、生後3カ月までのお子様のお父様・お母様を対象とさせていただきます。  
※応募多数の場合、予告なく終了させていただく場合があります。

詳しくは、下記JA窓口担当者までお問い合わせください。  
小美玉市川戸1397-8 JA常陸小川 小川中央支所  
TEL0299-58-3400 FAX0299-58-7760 担当:長島



# 第39回全日本クラブ野球選手権大会で優勝！

— 茨城ゴールデンゴールズ 芝田直弥さん（羽鳥） —

9月5日から8日に行われた、社会人クラブ日本一を決める第39回全日本クラブ野球選手権大会で、茨城ゴールデンゴールズ（関東地区（北）代表）が見事優勝しました。

2点を追う9回、四球や失策から1点を返し、1死一・三塁から樋口選手が同点の犠牲フライ。延長10回タイブレークに持ち込み、2死満塁で3番岩田選手が右中間にサヨナラ打！松山フェニックス（中国・四国地区代表）を8対7で下し、4試合連続の逆転勝利で6年ぶり3度目の優勝を決めました！

この大会好調の、羽鳥在住の芝田直弥外野手は、1・2回戦では4番指名打者で、準決勝・決勝では7番ライトで出場し、決勝ではチーム初得点となるタイムリースリーベースを放つなどチームの優勝に貢献しました。

芝田選手は10歳の頃から野球を始め、小学生時代は地元羽鳥のスポーツ少年団「羽鳥ハリケーン」で活躍していました。その後、中学・高校・大学と野球を続け、2013年に茨城ゴールデンゴールズに入団、現在ではチームの中軸打者として頼られる選手になりました。

優勝した茨城ゴールデンゴールズは、11月1日から京セラドーム大阪で開かれる第40回社会人野球日本選手権に出場します。芝田選手の益々の活躍に期待しています。



## 平和を祈念して 小美玉市戦没者追悼式

10月3日（金）生涯学習センターコスモスにおいて、小美玉市戦没者追悼式が行われました。

式典は島田市長をはじめ、ご来賓やご遺族の方々など多数のご参列者のもと、亡くなられた多くの犠牲者のご冥福を祈り、平和を願う市民の決意を表すため追悼のことばが捧げられ、参列者全員による献花が厳粛に執り行われました。



## 霞ヶ浦をきれいに！「小美玉ネット」の清掃活動②

9月19日（金）小美玉ネットの皆さんによる霞ヶ浦湖岸の清掃活動が実施されました。

市民の皆さんが日頃から清掃活動をしてくださっていることもあり、今回の清掃は前回実施したときよりもゴミの量が少なく、予定よりも清掃範囲を拡大しました。

その結果、肥料袋や缶をはじめ、釣りに使うおもり錘やザル、そしてタイヤ、ブラウン管テレビなどが捨てられており回収量としては、可燃ゴミ21袋、ビン缶4ケース（コンテナ）、その他0.5ケース、タイヤ4本、テレビ1台でした。

がんばった後は大井戸湖岸公園でお茶休憩。皆さん甘いものを食べて、笑顔がよりいっそうまぶしく輝いていました。会員同士の親睦が一層深まったように感じます。皆さんお疲れ様でした。



★小美玉ネット（沼田マサ会長）は、大好きいばらき県民会議の運動方針（福祉社会・生活環境・人・茨城の風土づくりなど）に沿った取り組みをしている団体です。

主な活動としては、霞ヶ浦湖岸や市内の清掃、アクリルたわしの普及などを行っています。ぜひ、あなたも会員になって「より良い茨城づくり」のために一緒に活動しませんか。

**【問い合わせ】** 市民協働課 市民協働係 ☎ 48-1111（内線 1252）



# おみたま産業まつり2014

10月12日、空のえきそ・ら・らを会場に「おみたま産業まつり2014」が開催されました。  
会場には60もの団体や企業が出店し賑わい、メインステージでは、「玉里太鼓」や「おみたんじゃんけん」・「歌謡ショー」・「ものまねショー」などが催され、来場した皆さんはとても楽しんでいました。  
来場者数は6千人を超え、上棟式、抽選会にはたくさんの方の  
参加ができて、まつりを大きく盛り上げました。





“市民の皆様の疾病予防と健康に役立つために”

小美玉市医療センター  
医師による

医療講演

のお知らせ

申込不要

参加無料

質問自由

# 排尿障害について

～ 排尿困難や尿失禁はありませんか？ ～

と き 平成26年 12月17日(水)  
午後1時から ※終了予定は、午後1時30分

ところ 小美玉市医療センター  
『受付前待合ホール(1階)』  
(中延651-2 【☎58-2711】)

講 師 小美玉市医療センター医師 和田郁生

## 《講師紹介》

和田郁生(わだいくお)

【秋田大学  
医学部卒】

専門は、  
泌尿器科、  
血液浄化  
(血液透析)、  
麻酔です。  
趣味は、映画鑑賞と旅行  
です。



## 医療講演のお問合せ先

小美玉市医療センター  
地域医療連携係  
☎58-2711

排尿障害は、どの年代でもみられますが、加齢とともに増加して  
いきます。

今回は、いろいろな症状と病気、またその検査方法について、  
お話しさせていただきます。

## 第2回まちづくり審査会開催!



去る10月15日に開催された第2回まちづくり審査会では、  
平成26年度まちづくり組織支援事業後期申請分の審査が行われ、  
新たに玉川地区コミュニティがまちづくり組織として認定され  
ました。地域で活動しているまちづくり組織認定団体は47団  
体となります。

市では、更なる住民の自治力向上(地域コミュニティの活性化)  
を目指して、「自分たちの住む地域は、自分たちで良くしていこう  
という取り組み」を応援していきます。

### 【今回新たに認定されたまちづくり組織】

No.	組織名	代表者	活動目的	会員数	種類
1	玉川地区コミュニティ	上田 稔	本会は、玉里東小学校区内の住民が、より豊かで楽しく住みよいまちの実現を目指し、自主性をもって、まちづくりのために活動することを目的とする。	全世帯 (玉里東小学校区)	学区 まちづくり 組織

### 【平成26年度補助金交付事業】

No.	まちづくり組織	種類	対象事業	補助金額
1	玉川地区コミュニティ	学区まちづくり組織	自立化支援補助	200,000円
			地域世代間交流まつり	70,000円
			広報事業	20,000円
2	江戸住宅町内会	まちづくり委員会	江戸住宅町内会文化交流促進事業	100,000円
合 計			2団体 4事業	390,000円

【問い合わせ】 市民協働課 ☎48-1111 (内線1253)





# かしこく なかよく たくましく 堅倉小学校



みなさん、こんにちは。  
 僕の名前は“かたくラッコ”。去年、堅倉小学校の子どもたちが創り出してくれたキャラクターなんだ。堅倉小学校は明治6年創立の歴史と伝統のある学校で、これまでに7,000人を超える卒業生を送り出しているんだ。そんな堅倉小学校を、僕が紹介するよ。



## かしこく

昇降口を入ると、正面には「ノートの使い方」が掲示されているよ。「ノートは思考の作戦基地」と考えてノート作りを大切にしているんだ。堅倉小の子どもたちは、これを手本にして、授業だけでなく家庭学習にも取り組んでいるよ。

また、高学年では「教科担任制」を取り入れて、学力向上を図っているんだ。

## なかよく

毎月1回の「縦割り班活動」で1～6年生が一緒に遊んだり作業を行ったりして、思いやりや協力することの大切さを学んでいるよ。

また、「靴をそろえることは心をそろえること」を合言葉に、堅倉小の子どもたちは、毎日、昇降口靴箱の靴のかかとをきちんとそろえているんだよ。



## たくましく

バランスのとれた体をつくるために、体カテストの結果を活かして、楽しい運動にも取り組んでいるよ。

投げる力をつけるために「フォームロケット」、跳ぶ力やリズム感、持久力をつけるために、ジャンプ台を使った縄跳びなど、遊びながら体力を向上させようとしているんだ。

## 人権相談

いじめ、差別、虐待、セクハラ、配偶者やパートナーからの暴力、近隣とのもめ事など、さまざまな人権に関する問題でお悩みの方は、お気軽にご相談ください。人権擁護委員が相談に応じます。相談は無料で、秘密は守られます。

12月5日(金)  
 10:00~15:00  
 四季健康館

### 【問い合わせ】

社会福祉課 社会福祉係 ☎: 48-1111 (内線 3224)

### 航空券・ホテルの予約はこちら



茨城空港内にあります  
 旅行のお店です



#### セントラルツーリスト茨城空港店

小美玉市与沢 1601-55

茨城空港1階

●営業時間 9:00～17:00

●水曜・年末年始休業

TEL: 0299-54-0500



棚一枚でもお気軽にどうぞ!

株式会社

## 笹光建設

〒311-3416 茨城県小美玉市与沢253-37

TEL 0299-54-0618 FAX 0299-54-0421

www.sasamitsu.co.jp/

ささみつ

検索

新築/増改築/小さなリフォームなど



いいひ いいひ

# 11月11日は、介護の日

～いい日、いい日、毎日、あったか介護をありがとう～

現在、わが国は超高齢社会を迎えています。当市においても、高齢化率は24%を超えている現状です。高齢化などにより介護が必要な方々が増加しているなか、介護に関する課題も多様化しています。

国は、平成20年度に“介護についての理解と認識を深め、地域における幅広い世代の方々に介護を身近なものとして考えてもらうきっかけの日”として11月11日を『介護の日』としました。

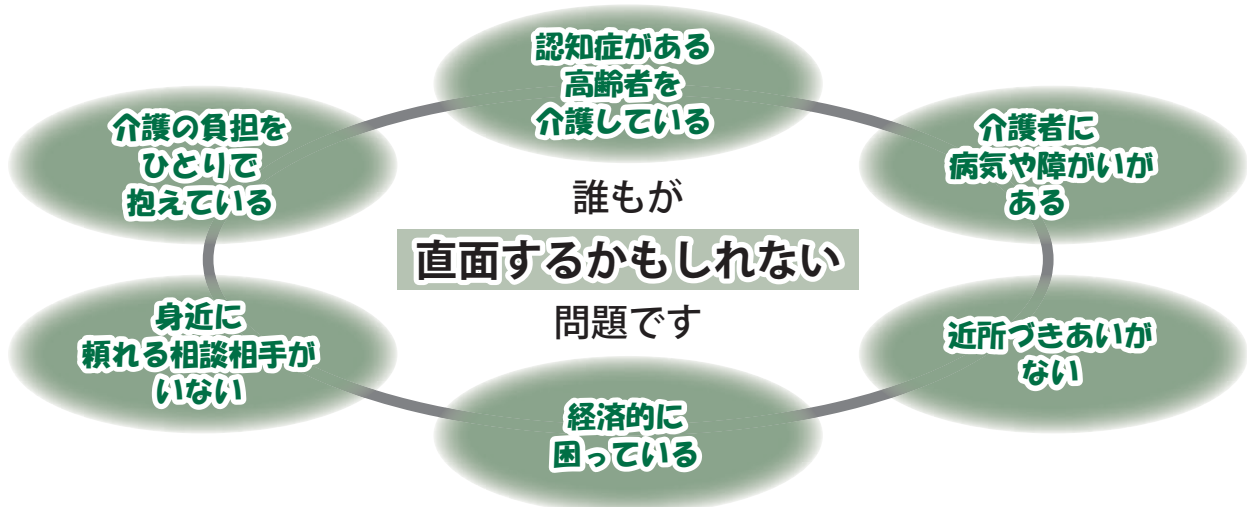
介護をがんばりすぎるあまり、心身ともに疲労し追いつめられてはいませんか？また、地域に暮らす介護者から相談を受けている方はいませんか？一人で抱え込まずに、一緒に考え、介護がしやすい環境をつくっていきましょう。最寄りの相談窓口までお気軽にご相談ください。

## 介護をする人へ

## 地域の人へ

～介護を頑張りすぎてはいませんか～

～まわりにこんな人はいませんか～



高齢者や介護者が孤立してしまわないよう、普段から近所でのあいさつを心がけましょう。高齢者が安全に過ごせる、介護者が心にゆとりをもって介護できる、そんな「あったか介護」の地域をみんなで一緒につくっていきましょう。

### 【相談窓口一覧】

- 《玉里圏域》  
介護福祉課 地域包括支援センター（玉里総合支所内） ☎：58-1282（直通）
- 《小川圏域》  
介護福祉課 地域包括相談支援センター小川（小川保健相談センター内） ☎：48-1111（内線 2424・2425）
- 《美野里圏域》  
小美玉市地域包括支援センター美野里（四季健康館内） ☎：35-7172（直通）



獨協大学名誉教授／園長  
大久保 貞義

## 石岡で、第2の人生を幸せに。

新館は自立の方を中心に、本館は要支援～要介護の方まで、安心してお住まいいただけます。創設以来、笑顔の介護を重視してきました。最期の看取りまで行っています。  
◎入居金60万円より/月額費用151,000円より



見学・体験入居随時受付中

お問い合わせ・資料請求は  
TEL. 0299-23-2300



介護付有料老人ホーム（茨城県指定介護保険特定施設）  
**ロイヤルハウス石岡**  
〒315-0001 茨城県石岡市石岡13446-10 TEL.0299-23-2300



# 防災行政無線による情報伝達訓練の実施

地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、次のとおり情報伝達訓練を行います。この訓練は、全国瞬時警報システム（Jアラート）を用いた訓練で、全国一斉に市内子局および戸別受信機の訓練放送を行います。

(1) 訓練実施日時 11月28日（金） 11：00 頃

(2) 訓練で行う放送試験

※市内各所に設置されている屋外子局（ラッパ型放送機）及びご家庭に設置された、戸別受信機より、最大音量で一斉に次のように放送されます。

情報伝達手段	放送内容
防災行政無線	①上りチャイム ②「これはテストです。」 「これはテストです。」 「これはテストです。」 ③「こちらは、防災おみたまです。」 ④下りチャイム



※Jアラートとは、地震や津波や武力攻撃などの緊急情報を、国から人工衛星などを通じて瞬時にお伝えするシステムです。

※大音量の放送になりますので、ご注意下さい。

**【問い合わせ】** 防災管理課 危機管理室 ☎：48-1111（内線 1014）



## 2つの給付金



### 臨時福祉給付金

#### 対象者

平成26年度分

#### 住民税の非課税者

※課税者の扶養親族や生活保護受給者等は除く

1人につき1万円

対象となる年金や児童扶養手当等の受給者は1万5千円

### 子育て世帯 臨時特例給付金

#### 対象者

1月分の

#### 児童手当の受給者

※児童手当の所得制限限度額以上の方や生活保護受給者等は除く

子ども1人につき1万円

### 申請手続きはお済みですか？

- 給付金の受給には申請が必要です。平成26年1月1日時点で住民登録がある市区町村（申請先）から **申請書**を入手し、申請してください。
- 平成26年1月1日時点で小美玉市に住民票がある方は、7月上旬頃に申請書が郵送されていますが、支給対象者と見込まれる方で、まだ申請書が届いていない方や、紛失されてしまった方は、下記までお問い合わせください。
- 公務員の方は、所属庁に必要書類をお問い合わせください。

小美玉市での申請期間は

**平成27年1月5日（月）  
まで延長となりました。**

※延長期間を過ぎると受け付けできませんので早めの申請をお願いします。

#### 【問い合わせ】

申請に関すること ☎：48-1111（代表）

①臨時福祉給付金 社会福祉課（内線 3224・3225）

②子育て世帯臨時特例給付金 子ども福祉課（内線 3228）

制度に関すること（厚生労働省）

・2つの給付金に関する専用ダイヤル：0570（037）192

# 生涯学習・スポーツインフォメーション



## 平成26年度小美玉市成人式に ご出席ください!



【日 時】平成27年1月11日(日) 11:00~(受付開始10:00~)

【場 所】小川文化センター アピオス

【対象者】平成6年4月2日から平成7年4月1日までに生まれ、市内に住んでいる方、または市内の中学校を卒業した方。

【その他】※当日は清楚な服装でご出席ください。

※式典通知が届かない方は、生涯学習課までご連絡ください。

(通知は、平成26年10月1日時点で市内に住所を有する方および平成21年度に市内の中学校を卒業された方を対象に11月中旬に発送します)

※保護者の方も、ぜひ一緒に式に臨まれてはいかがでしょうか。

### 【問い合わせ】

小美玉市成人式実行委員会事務局(教育委員会生涯学習課)  
〒311-3433 小美玉市高崎291-3  
生涯学習センターコスモス ☎: 26-9111  
FAX: 26-9261

### 手作り講座 受講生募集

## クリスマスツリーとサンタクロースを作ろう

ミニクリスマスツリーとサンタクロースをつくりテーブルを飾ろう!



【定 員】15名(先着順とし、定員に達し次第締め切り)

【講 師】大園 恵美子先生

【日 時】12月5日(金) 10:00~12:00

【場 所】羽鳥ふれあいセンター

【受講料】400円(材料費:クリスマスツリー、サンタクロース 各500円)※どちらかのみ作成でも可

【持ち物】はさみ、筆記用具

《対象》市内在住・在勤・在学の方

《受付期間・受付施設》

11月26日(水)~11月30日(日) 9:00~17:00

○羽鳥ふれあいセンター

《申込方法》

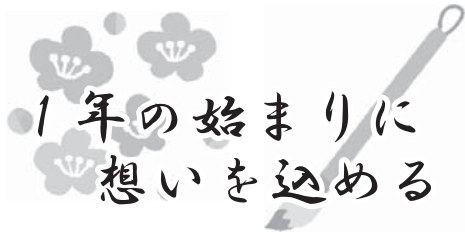
受講をご希望の方は、受講料と材料費を添えて羽鳥ふれあいセンターに直接お申し込みください。

※電話、FAX、メール等での申し込みは受付いたしていません。

### 【問い合わせ】

羽鳥ふれあいセンター ☎: 46-4748





1年の始まりに  
想いを込める

# 第9回小美玉市 書き初め大会

2015年の年の初めに書き初め大会を開催します。

参加者全員の作品を小川文化センター（アピオス）・四季文化館（みの〜れ）・生涯学習センターコスモスに展示、その後、優秀作品を四季文化館（みの〜れ）に展示し表彰します。

ご都合により【昼の部】に参加できない方につきましては【夜の部】を設けております。

なお、大会当日は、書の先生による課題の実演がございます。

皆さん奮ってご参加ください。

**【日 時】** 平成27年1月4日（日） 昼の部…13:00開始（12:30～受け付け）  
夜の部…19:00開始（18:30～受け付け）

**【場 所】** 昼の部…小川小学校・野田小学校・上吉影小学校・下吉影小学校・橘小学校・竹原小学校・羽鳥小学校・堅倉小学校・納場小学校・玉里小学校・玉里北小学校・玉里東小学校の体育館  
夜の部…小川文化センター（アピオス）・四季文化館（みの〜れ）生涯学習センターコスモス

**【持 ち 物】** 書写の教科書・書道用具・墨液・新聞紙3枚・上履き・雑巾（タオル）  
※本大会は書写の教科書のみをお手本としておりますので、忘れないように注意願います。  
このため、他のお手本の会場内への持込はご遠慮願います。

**【参 加 料】** 無料 ※書き初め用紙が必要な方は、当日会場にて20枚100円でお渡しします。（要事前申し込み）  
※書き初め用下敷きが必要な方は、当日会場にて1枚550円でお渡しします。（要事前申し込み）

## 課 題

幼 年：自由課題

小学1年生：げんき

小学2年生：なかよし

小学3年生：光るにじ

小学4年生：世界の子

小学5年生：強い信念

小学6年生：創造する心

中学1年生：不言実行

中学2年生：自然の神秘性

中学3年生：無限の可能性

一 般：自由課題

**【申込締切】** 平成26年12月12日（金）

**【作 品 展】** 日時 平成27年1月10日（土）～平成27年1月15日（木）15:00まで  
場所 小川地区……小川文化センター（アピオス）  
美野里地区…四季文化館（みの〜れ）  
玉里地区……生涯学習センターコスモス

**【優秀作品展】** 日時 平成27年1月17日（土）～平成27年1月25日（日）15:00まで  
場所 四季文化館（みの〜れ）光のホワイエ（部室1069）

**【表 彰 式】** 日時 平成27年1月18日（日）13:30～  
場所 四季文化館（みの〜れ）森のホール

**【主 催】** 小美玉市／小美玉市書道連合会



## 【申し込み・問い合わせ】

生活文化課 小川文化センター（アピオス） ☎：58-0921  
四季文化館（みの〜れ） ☎：48-4466

-----切り取り線-----

第9回小美玉市書き初め大会申込書【一般参加者用】					
参加する部	昼の部		・	夜の部	
ふりがな					
氏 名					
住 所	〒		TEL	— —	
参加場所【昼の部】	小学校 体育館		参加場所【夜の部】	小川文化センター（アピオス）	四季文化館（みの〜れ）
必要備品	書き初め用紙		セット（20枚）	下敷き 枚	

「健康のために何か運動を始めよう。」そう思った時の手軽な運動として、ウォーキングがあります。今回はウォーキングの効果と方法についてご紹介します。

## 【ウォーキングの効果】

1日10分でも効果あり！出来れば週2～3回、1日20～30分の運動を行いましょう。

### ◆生活習慣病の予防

肥満の予防・改善・・・皮下脂肪や内臓脂肪が燃焼されます。

血糖値の改善・・・血液中の糖が筋肉で使われ、血糖値が下がります。インスリンの働きが良くなります。

脂質異常症の改善・・・中性脂肪を下げ、善玉コレステロールを増やします。

### ◆骨粗しょう症の予防

骨が適度に刺激されることによりカルシウムの吸収が促され、骨が丈夫になります。

日光に当たると、体内でビタミンDが作られます。ビタミンDはカルシウムの吸収を助けます。

### ◆脳の活性化・ストレス解消

脳にたくさんの血液と酸素が送られ、脳が活性化します。また、ウォーキングによりセロトニンというホルモンが放出されます。このホルモンは心の安定を促す働きがあるため、ストレス解消につながります。



## 【正しいウォーキングの方法】

速さの目安：おしゃべりが楽しめる、軽く息が弾む速さ

あごを引いて、目線はまっすぐ。  
少し遠くを見るように。

膝を伸ばす。  
膝から下を大きく振る。

歩幅を広げてかかとから着地。  
歩幅の目安：身長(cm) - 100cm



肩の力を抜きリラックス。

胸を張り、背筋を伸ばす。

腕は90度に曲げ、リズムカルに振る。  
少し後ろに引くことを意識する。

つま先で地面をける。

※10分のウォーキングで消費できるカロリー：約40kcal

## 【ウォーキングを行う時の注意点】

### ◆準備運動とクールダウン

運動の前後にストレッチを行い、筋肉をほぐしましょう。準備運動は身体を温め、ケガの防止や脂肪燃焼の効率アップにつながります。運動後のクールダウンは、運動で溜まった疲労物質の排出を助けます。

### ◆水分補給

脱水症状予防のため、ウォーキングを始める前にコップ1～2杯の水分を摂りましょう。運動中も、のどの渇きを感じる前に、水分を補給しましょう。一度にたくさん飲むのではなく、少量ずつゆっくりに飲みましょう。

### ◆朝・夜のウォーキング

朝食前の空腹時は血糖値が低いいため、めまいや気分が悪くなる場合があります。運動の1～2時間前に、バナナなどを軽く摂ってから始めるようにしましょう。夜のウォーキングは自律神経を刺激し、寝付きを悪くするおそれがあります。寝る2～3時間前には終了出来るようにしましょう。

### ◆食後のウォーキング

食後すぐの運動は、消化不良の原因となります。食後は1～2時間ほど食休みをしましょう。

※足腰の痛みなど身体に不調がある時には、無理に行わないようにしましょう。



# 平成 26 年 12 月の窓口業務延長日

12月の窓口業務延長日は3、10、17、24、31日（毎週水曜日）です。 19：00まで

実施場所	実施している課
小美玉市役所本庁	市民課、医療保険課、会計課、税務課（税に関する証明）、収納対策課（納付書再発行）
小川総合支所	総合窓口課
玉里総合支所	（戸籍関係、住民票関係、印鑑登録、印鑑証明、税の証明、納付書再発行、国民健康保険関係、医療福祉関係（マル福）、後期高齢者医療関係、市税等の収納）

※他市町村や関係機関への照会、確認が必要な場合は、即日対応できない場合もあります。あらかじめご了承ください。  
 ※ご不明な点については、事前に担当課へお問い合わせください。

## 情報ガイド

「就職カレッジ」を開催します

ジョブカフェいばらきでは、「脱フリーター・脱無職」を目指している15歳〜40歳代前半の方を対象とした就職支援セミナーを開催します。

【日時】11月27日（木）、28日（金）、12月4日（木）、5日（金）、11日（木）

各日午前9時30分〜16時30分  
 【会場】土浦市亀城プラザ（土浦市中央2-16-4）

【対象者】15歳〜概ね40代前半の求職者で全日程（5日間）参加できる方 先着30名

【問い合わせ・申し込み】特定非営利活動法人 雇用人材協会 ☎029-3000-1738

「霞ヶ浦水辺ふれあい事業」を開催します

「水質について考えよう！」を開催します。水のろ過装置の作成などを通して、霞ヶ浦の水質浄化について学びます。料金は無料です。

【日時】11月30日（日）  
 午前9時30分〜11時30分

【対象】小・中学生  
 【人数】40人 ※定員になり次第締め切り

【場所】霞ヶ浦環境科学センター

【申し込み】11月23日（日）までに霞ヶ浦水辺ふれあい事業実行委員会事務局（霞ヶ浦環境科学センター内）まで、電話またはファックスでお申し込みください。

【問い合わせ】霞ヶ浦環境センター ☎029-828-0291 ファックス029-828-0967

12月2日は社労士の日

全国一斉電話相談会を開催します。（相談無料）労働問題、年金問題について国家資格者である社会保険労務士が相談に応じます。

【ナビダイヤル】0570-064-794（通話料はお客様負担となります。）

【日時】12月2日（火）  
 午前11時〜午後7時

【テーマ】「ブラック企業に、しない！ならぬ！全国の経営者と労働者を応援する相談ダイヤル」

## 備えて安心!! 戸別受信機

市防災行政無線の戸別受信機の設置については、平成26年度末の市内全域完了を目指しています。設置希望のお申し込みは随時受け付けていますので、申請がお済みでない方は、お急ぎください。



【問い合わせ】 防災管理課 危機管理室 ☎：48-1111（内線 1014）

**有料広告 募集中!**

詳しくは、Web 又は 下記問い合わせ先へ  
<http://city.omitama.lg.jp/28.html>  
 ☎：48-1111 内線 1212  
 （秘書広聴課 広報広聴係）

**安心価格宣言!**

11代目代表

- 量
- 襖
- 障子
- アミ戸

家具の移動無料!

創業300年 国産品の **相心畳店**

☎0299(26)0669  
 石岡市旭台 1-15-1  
 石岡ジャスコ交差点近く

# 四季の歌

～季節を詠む 時流を詠む～

## 小川短歌会

机並べて共に学びし歌友逝ける何故急ぎしや遺影に問ひぬ  
夕つ方訪ひ来たる人木犀の香を先づ褒めて挨拶をせり  
先月の歌会に会いたる君なのに訃報を今朝の新聞に見る  
うり畑の茂みに抱卵せる雉子は近づく我を番いで威嚇す  
帯化せし山百合のつばみ三十ヶ咲き初めたるを今朝もながむる

## 美野里短歌クラブ

合歡の蕊そろりなでゆく夏の風池の面にふれさざ波の立つ  
わが庭に培う胡瓜いきおいて朝あさ採りて食べるしあわせ  
校庭の木陰の流しソーメンに保育の兄らの笑顔はじける  
今しばし手足のばして休みいる夫亡き後のひとりの昼を  
戦争の映画は大方見ぬ夫行きしニューギニアに兄戦死して

## 玉里短歌会

鯛の跳ぶ一尾が跳びて二尾三尾水輪広がる初秋の湖  
雨あがり一斉に鳴く蟬の声台風去りし午後ひととき  
渋滞の車の事故の荒きさま気温三十三度の道路のゆがみ  
盆の夜我に離れぬ蠅一匹夫の化身といとしみ追わず  
デイサービス玉里かたかな文字教室九十二歳はいそいそと行く

## 寄稿

台風の過ぎ去りし午後はればれとトンボや蝶も楽しげに飛ぶ  
定期的中止となりし点滴に庭の剪定又夫の姿  
季節の品届けてくれる人達の噂語りて亡母に供える

永作喜代子	幡谷啓子	根本智恵子	沼田敏子	中根良子	大平勇次	宇都宮和子	碓谷きえ	松島夏江	奥村と	野口初江	高見沢こう	遠藤藜子	正木敦子	鶴町俊子	石川久章	藤田久子	平澤ヒロ江
-------	------	-------	------	------	------	-------	------	------	-----	------	-------	------	------	------	------	------	-------

## 小川俳句会

秋落暉二つに分けて遠筑波  
裾あたりまだ咲き足らぬ菊人形  
満月や旧の暦も捨てられぬ  
歩きつゝ野辺に紫花の花つみぬ  
秋の蝶きらめきのぼる屋根の上

## みづうみ俳句会

栗御飯二世帯集う夕餼かな  
穂芒に白い風湧く日暮れ道  
栗飯を炊きしかおりの朝餼かな  
はらからを忍ぶ望郷秋彼岸  
川幅の水嵩広く秋の川

## みのり俳句会

庭先に風呼ぶごとく秋海棠  
夏休み嘘寝の子等に子守唄  
水澄むや笹舟流せしころをふと  
花茗荷藪蚊を払いながら採る  
夏祭り老若男女踊りぬく

## 櫻の会

厨事昭和のままに石露の花  
桔梗咲き二色揃って明るい日  
生き方は逝き方なるや吾亦紅  
生き物は晩秋を知る雨一条  
満月や削り過ぎたる一行詩

## くろみ俳句会

一段を空けて夏物納めけり  
山里の色付き始む柿日和  
玉入れの玉はね返る秋の空  
降るごとく木の実の落ちる山路かな  
筑波路は神話あまたや柿の秋

## 玉里俳句会

輝きて子規の句碑建つ菊日和  
あちこちにカメラカメラの運動会  
野紺菊かがみて摘めば母の声  
霧深きドライブ誰も黙しおり  
棒先にまた止まりたる赤蜻蛉

河原井美代	柏山尚一	田友信子	国木和代	鈴木信子	長島久美子	中島恵子	内田とみ	茅場久子	榎本喜代子	坂藤清子	佐藤清心	島田草子	白根清子	関本国子	岡田妙子	岡島奈津江	網代津江	阿久津小夜子	木村小夜子	福島邦誉	松崎淑子	堀内いづみ	安彦昭山	荒井栗山	清水昭子	斉藤富子	大石康子	中里文男	鶴町文男
-------	------	------	------	------	-------	------	------	------	-------	------	------	------	------	------	------	-------	------	--------	-------	------	------	-------	------	------	------	------	------	------	------



# 竹原小学校6年生

## 社会学習体験



10月10日(金)、竹原小学校6年の子どもたちが、太平洋クラブ美野里コースにて社会学習体験を行いました。  
この日、ジャパングルフツアーチャレンジトーナメントが開催され、プロゴルファーとのふれあいやアナウンス体験、施設見学、パッティング体験など様々な経験をしました。



▲説明を聞いている子どもたち ▲間近で見るプロゴルファーに興味津々!

**どきどき!選手紹介アナウンス!**



▲サインをもらう子どもたち



▲プロゴルファーとともに集合写真をパチリ★



▲クラブハウス内見学



▲今日の感想はどうですか~?



▲みんなでゴルフボール拾い



▲わくわく!パッティング体験



楽しかった~

〈編集・発行〉小美玉市役所秘書広聴課  
☎0299-48-1111 内線 1212



この広報紙は、環境に優しい大豆インキで印刷しています。



携帯電話から市政情報がご覧になれます。

<http://www.city.omitama.lg.jp/m/>

平成 26 年 11 月 13 日 広報おみたま 18

次回広報おみたま 12 月号の発行日は 12 月 11 日 (木) です。