



# おみたま

10  
発行日 20.10.9



## 第31号

### 目次 Omitama Information

男女共同参画条例(素案)の意見募集	2~4
長寿を祝う!市長が高齢者宅等を訪問	5
アビリン市へ訪問団を派遣	8・9
わだい	10・11
情報ガイド	12・13
生涯学習インフォメーション	14
けんこうビュー	15
四季の歌	16
小美玉市の歴史を知ろう	17

## オレンジフレアが満開 希望ヶ丘公園

希望ヶ丘公園で、9月中旬からコスモスが花開きはじまりました。色鮮やかに目に飛び込んでくるのは、早咲きのオレンジフレア。そのほか紫やピンク、白などのコスモスも咲き始め、色とりどりの「秋の桜」が訪れた人を楽しませています。

また、JA美野里町女性部の皆さんが、栗や里芋、ミョウガ、インゲン等のとれたて野菜を販売するなど、開花期間中は、多くの観光客で賑わっています。

# 男女共同参画条例（素案）の

## パブリックコメントを実施します

皆さまのご意見をお寄せください

小美玉市では、「小美玉市男女共同参画推進委員会」を設置し、男女共同参画条例づくりに取り組み、このほど素案を作成しました。

男女共同参画条例の策定に伴い、広く市民の皆さまのご意見を募集するためパブリックコメントを実施します。いただいたご意見を基に推進委員会にて検討し、条例素案を修正していき

ます。ここでは、小美玉市男女共同参画条例素案を全文（前文と全28条）を紹介します。



### 前文

日本国憲法には、個人の尊重と法の下の平等がうたわれており、男女平等の実現に向けては、昭和50年の国際婦人年から今日まで、世界では国際連合を中心として、女性に対する差別をなくす目的で作られた女子差別撤廃条約が採択されるなど、積極的な取り組みが行われてきました。

日本でも、男女が公平な労働条件の下で働くことを目指した男女雇用機会均等法や男女が平等な立場で生活することを目指した男女共同参画社会基本法が制定されるなど、男女平等を実現するための法律や制度がした

いに整備されてきました。

小美玉市においても、平和で豊かな男女共同参画社会の実現に向けて、男女が平等な立場でいきいきと暮らす社会づくりに向けて、様々な取組を行ってきました。

しかしながら、依然として性別による固定的な役割分担意識やこれに基づく社会慣行が存在しており、真の男女平等の達成にはさらなる努力が求められています。

こうした世の中の動きを踏まえ、小美玉市では、多様な性のあり方や人権が尊重され、一人ひとりが個性と能力を發揮し、責任を分かち合う男女共同参画社会づくりに、自分たちの暮らし地域全体で取組んでいくために、市民の参画により、この条例を制定します。

### 第1章 総則

#### （目的）

**第1条** この条例は、男女の人の権の尊重及び平等の理念に基づき、男女共同参画の推進に関し、基本理念を定めるとともに、市、市民及び事業者及

び教育関係者の責務と基本施策を明らかにすることにより、男女共同参画社会を実現することを目的とする。

#### （定義）

**第2条** この条例において、次の各号に掲げる用語の意義は、当該各号に定めるところによる。

#### （1）男女共同参画

すべての人が、性別にかかわらず、社会の対等な構成員として、自らの意思で社会のあらゆる分野における活動に参画することをいう。

#### （2）市民

市内に居住し、通学し、通勤し、又は市内で活動する者をいう。

#### （3）事業者

個人又は法人にかかわらず、市内において事業を行うすべての者をいう。

#### （4）積極的改善措置

男女共同参画を推進するため、必要な範囲において、男女間の格差を積極的に改善することをいう。

#### （5）セクシュアル・ハラスメント（性的いやがらせ）

性的な言動により他人の生活環境を害すること及び性的言動に対する他人の対応によりその他人に不利益を与えることをいう。

#### （6）ドメスティック・バイオレンス（配偶者等への暴力）

配偶者、恋人等の親密な関係にある者への身体的又は精神的な苦痛を与える暴力行為及びそれを目撃することである子ども等への心理的虐待をいう。

### 第2章 基本理念

#### （男女の人権の尊重）

#### 第3条 男女共同参画の推進

は、男女の個人としての尊厳が重んじられること、男女が直接的にも間接的にも性別による差別的な取扱いを受けないこと、性別にとらわれず個人として能力を發揮する機会が確保されること、その他男女の人権が尊重されることを旨として行わなければならない。

#### 2 男女共同参画の推進にあ

たっては、男女の性別にかかわらず、性同一性障害をもつ人その他多様な性をもつ人の人権についても配慮しなければならない。

#### （暴力の根絶）

#### 第4条 男女共同参画の推進

は、あらゆる形態の暴力を根絶することが男女共同参画社会を実現するために不可欠であることを旨として行わなければならない。

#### （社会制度または慣行について）

#### 第5条 男女共同参画の推進に

### 目次

前文	
第1章 総則	(第1条・第2条)
第2章 基本理念	(第3条第9条)
第3章 市、市民、事業者及び教育関係者の責務	(第10条第15条)
第4章 男女共同参画を推進するための基本的施策	(第16条第26条)
第5章 小美玉市男女共同参画審議会	(第27条)
第6章 雑則	(第28条)
附則	

あたつては、性別による固定的な役割分担にとらわれることのないように、社会における制度または慣行をできるかぎり中立なものとするように配慮しなければならない。

### (共同参画の機会確保)

**第6条** 男女共同参画の推進は、男女が市の政策または事業者における方針の立案及び決定に共同して参画する機会を確保するために積極的改善措置をとることを旨として行わなければならない。

### (家庭生活とその他の活動の両立)

**第7条** 男女共同参画の推進は、男女が家族の一員として、子育て、家族の介護その他の家庭生活における活動と学校、職場、地域などの活動を両立させることができるようになすことを旨として行わなければならない。

### (性と生殖に関する健康と権利)

**第8条** 男女共同参画の推進は、妊娠、出産などに関して男女が互いに理解を深め、性と生殖に関する健康と権利が尊重されることを旨として行わなければならない。

### (国際協調)

**第9条** 男女共同参画の推進は、国際社会と協調することを旨として行わなければならない。

ない。

## 第3章 市、市民、事業者及び教育関係者の責務

### (市の責務)

**第10条** 市は、前章の基本理念にのっとり、男女共同参画施策を総合的かつ計画的に実施する責務を有する。

2 市は、男女共同参画の推進にあつては、市民、事業者、国及び他の地方公共団体との連携に努めるとともに、男女共同参画施策を実施するための体制の整備その他必要な措置を講じるものとする。

### (市民の責務)

**第11条** 市民は、基本理念にのっとり、家庭、学校、職場、地域その他社会のあらゆる分野において、男女共同参画の推進の重要性を自覚し、市と協力して、積極的に男女共同参画を推進するよう努めなければならない。

### (事業者の責務)

**第12条** 事業者は、基本理念にのっとり、事業活動を行うにあつて、男女共同参画を積極的に推進するとともに、働く男女が仕事と家庭生活等を両立させることができるよう職場環境を整備し、市が実施する男女共同参画を推進するための施策に協力するよう

努めなければならない。

### (教育関係者の責務)

**第13条** 学校教育、社会教育その他あらゆる教育現場に関わる者は、基本理念にのっとり、それぞれの教育の場において男女共同参画の推進に配慮するよう努めなければならない。

### (性別による権利侵害の禁止)

**第14条** すべての人は、家庭、学校、職場、地域その他社会のあらゆる分野において、性別を理由として、直接的にも間接的にも差別的な取扱いをしてはならない。

2 すべての人は、家庭、学校、職場、地域その他社会のあらゆる分野において、セクシュアル・ハラスメントを行つてはならない。

3 すべての人は、家庭、地域その他社会のあらゆる分野において、ドメスティック・バイオレンスを行つてはならない。

### (情報に関する留意)

**第15条** すべての人は、公衆に情報を提供するにあつては、性別による固定的な役割分担及び前条各項に規定する行為を助長し、又は連想させるような表現その他過度な性的表現を行わないように努めなければならない。

## 第4章 男女共同参画を推進するための基本的施策

### (基本計画)

**第16条** 市長は、男女共同参画を総合的かつ計画的に推進するための基本的な計画（以下「基本計画」という。）を定めなければならない。

2 基本計画は、次に掲げる事項について定めるものとする。

- (1) 男女共同参画を総合的かつ計画的に推進するために必要な施策の大綱
- (2) 男女の人権の尊重に関する事項
- (3) 前2号に掲げるもののほか、男女共同参画を総合的かつ計画的に推進するために必要な事項

3 市長は、基本計画を策定し、または変更しようとするときは、あらかじめ第27条に規定する小美玉市男女共同参画審議会の意見を聴くとともに、市民及び事業者の意見を反映するよう努めるものとする。

4 市長は、基本計画を策定し、または変更したときは、すみやかにこれを公表しなければならない。

### (施策の策定などにあつての配慮)

**第17条** 市は、施策の策定及び実施にあつては、男女共同参画社会の形成に配慮しなければならない。

(市民及び事業者の理解を深めるための措置)

**第18条** 市は、基本理念に関する市民及び事業者の理解を深めるため、情報の提供、広報啓発活動その他適切な措置を講じなければならない。

### (教育及び学習の振興)

**第19条** 市は、学校教育、社会教育その他の教育の分野において、男女共同参画の推進に関する教育及び学習の振興を図るため、必要な措置を講ずるものとする。

### (調査研究)

**第20条** 市は、男女共同参画の推進に関する施策の策定に必要な調査研究を行うものとする。

### (審議会などにおける男女共同参画の推進)

**第21条** 市は、各種審議会の設置にあたり、審議会の委員の委嘱などを行う場合は、男女の均衡に配慮するよう努めるものとする。

### (市民及び事業者に対する支援)

**第22条** 市は、男女共同参画の推進に関する市民及び事業者の活動を支援するため、情報の提供、人材の育成その他の必要な措置を講ずるよう努めるものとする。

(推進体制の整備)

第23条 市は、男女共同参画を総合的かつ計画的に推進するため、必要な推進体制を整備するものとする。

(財政上の措置)

第24条 市は、男女共同参画を総合的かつ計画的に推進するため、必要な財政上の措置を講ずるよう努めるものとする。

(報告書の作成及び公表)

第25条 市長は、必要に応じ、男女共同参画の推進に関する施策の実施状況について報告書を作成し、これを公表するものとする。

(苦情及び相談)

第26条 市は、男女共同参画の推進に関する市民及び事業者からの苦情及び相談を処理するための総合的な窓口を設けるものとする。

■閲覧場所及び意見の提出方法

男女共同参画条例素案は市のホームページ、本庁舎及び各総合支所の玄関ロビーにて閲覧できます。(意見とともに氏名または団体名及び連絡先を記入し、左記により郵便、FAX、電子メールにて企画調整課までお送りいただくか、閲覧場所に設置してある回収箱にご投函ください。)

第5章 小美玉市男女共同参画審議会

(審議会の設置)

第27条 男女共同参画を総合的かつ計画的に推進するため、小美玉市男女共同参画審議会(以下「審議会」という。)を置く。なお、審議会は小美玉市男女共同参画審議会条例(平成20年小美玉市条例第26号)により運営するものとする。  
2 前項の審議会について必要な事項は、小美玉市男女共同参画審議会条例(平成20年小美玉市条例第26号)に定める。

第6章 雑則

(委任)

第28条 この条例の施行に関し必要な事項は、市長が定める。

附則

この条例は、平成21年4月1日から施行する。

郵便：〒319-0192

小美玉市堅倉835

小美玉市役所企画調整課 宛

FAX：48-1199

E-mail：kikaku@city.omitama.lg.jp

期間：10月22日(水)

～11月17日(月)まで

問い合わせ

企画調整課男女共同参画係

☎48-1111 内線1232

初期消火活動に貢献  
篠根氏、磯山氏へ  
感謝状を贈呈

去る7月3日に羽鳥地内において車両火災が発生した際、炎上車両の初期消火活動に従事し、二次的災害を防ぎ被害を最小限に食い止めた功績に感謝の意を表して、9月1日消防本部において篠根捷應氏・磯山忠吾氏への感謝状の贈呈式が行われました。



(写真：前列左から：磯山忠吾氏・金谷正明消防長・篠根捷應氏)

『茨城空港見学会』参加者募集!

市では、平成21年度の開港に向けて工事が進む、首都圏の北の玄関口『茨城空港』への見学会の参加者を募集します。参加ご希望の方は、以下の内容をご覧のうえご応募ください。なお、参加は無料ですが、先着順ですので、定員になり次第締め切らせていただきます。お早めのご応募をお待ちしています。



1. 開催日時等

- 開催日時 11月13日(木) 午後から
- 集合場所 小美玉市役所及び小川総合支所
- 出発時間 午後1時(小川総合支所は、午後1時20分)
- 見学場所 茨城空港ターミナル地区周辺  
\*詳細は参加者が決定次第、事務局からご連絡します。

2. 定員

- 30名程度
- \*なお、小学生以下の方は、保護者の同伴が必要となります。
- \*定員になり次第、締め切らせていただきます。

3. 募集期間

- 10月20日(月)から定員になり次第終了。
- \*募集開始前の申込み並びに事前予約などは行いません。

4. 応募方法

参加を希望する方は、以下の必要事項をご記入のうえ、ファックスまたは電子メール等でお申込みください。申込みは先着順となりますので、お早めにお申込みください。

- ①郵便番号、住所、電話番号 ②氏名、性別
- ③生年月日、年齢
- ④勤務先または学校名  
(役職名または学級名なども記入願います)
- ⑤集合希望場所

5. 応募・問い合わせ(事務局)

〒319-0192 小美玉市堅倉835番地  
小美玉市 市長公室 空港対策課内「茨城空港見学会」担当  
☎48-1111 内線1171 FAX48-1199  
電子メール kuko@city.omitama.lg.jp  
ホームページ <http://www.city.omitama.lg.jp/hyakuri/index.html>

# 長寿を祝う！市長が高齢者宅、施設を訪問

## 今年度新たに6人が100歳に、最高齢者は、106歳の小田部ちよさん（先後）

今年度めでたく100歳になられる6人の方と市内最高齢者で106歳の小田部ちよさん（先後）に、長寿を祝って、市からの褒状と記念品が贈られました。また、6人の方には、内閣総理大臣及び茨城県知事からも褒状と記念品が贈られました。

9月11日、島田市長が7人を訪問し、褒状と記念品を手渡し、お一人おひとりにお祝いの言葉を掛けられました。皆さん100歳とは思えないお元気なお姿で、市長が話しかけると笑みを浮かべたり、握手をしたり、写真撮影にも快く応えてくださいました。また、長寿の秘訣について伺うと、「ストレスをためず、明るく過ごすこと」、「青魚や野菜を摂ること」と、思い思いの言葉が返ってきました。

**最高年齢は、106歳！**



◆小田部ちよさん（先後）

車椅子の生活ですが、食欲も旺盛で、変わりなく元気に過ごされています。

**今年度100歳の方がたに長寿の秘訣を伺ってみました！**

◆外之内光男さん（部室）



毎日牛乳を飲んで、読書をし、常に市政のことを頭に置いているそうです。とても100歳とは思えない元気なお姿が立派です。

◆大塚さわじさん（中延）



病気もなく、普段は起きた生活を送り、毎日リハビリに励まれています。

◆鶴見ヒロさん（高崎、晴風園）



普段は、お友達との会話や趣味の書道・カラオケ・折り紙などをして、楽しく過ごされています。長寿の秘訣は、常に感謝の気持ち忘れず、くよくよせず、明るく過ごすことだそうです。

◆飯塚文男さん（上玉里）



日中2時間位テレビを見るのが日課で、自宅で月2回の訪問看護を受けながら元気に過ごされています。長寿の秘訣は、よく食べ、コレステロールを下げる青魚（イワシ、サンマ）を摂ることと、日に3度の日本酒だそうです。

◆小池うめさん（堅倉）



車イスですが、食堂で皆さんと会話を楽しみながら食事をとっています。長寿の秘訣は、野菜を摂ることだそうです。

◆物井信枝さん（納場）



とても元気で、自分のことは自分でしています。テレビを見るのが好きで、長寿の秘訣は、のんきにして、ストレスを溜めないことだそうです。

### ■市内の100歳以上の高齢者の皆さん（敬称略）

- 小田部 ちよ（先後）
- 岩松 おう（堅倉）
- 藤枝 たか（羽鳥）
- 数登 そて（小川）
- 田口 徳一（上玉里）
- 高橋 ちよ（羽島）
- 坂 ちよ（川中子）
- 岡田 さく（上玉里）
- 金子 ふさ（竹原）
- 外之内 光男（部室）
- 大塚 さわじ（中延）
- 鶴見 ヒロ（高崎）
- 飯塚 文男（上玉里）
- 小池 うめ（堅倉）
- 物井 信枝（納場）

※平成20年9月1日現在で掲載

市内で今年、70歳とられる方は、8,160人です。また、今年度88歳とされる方は、1,700人で、100歳以上が15人です。いつまでも健康で長生きしてください。

# 11月実施の特定健康診査（集団健診）

## ■日時・実施会場

期 日	会 場	対象行政区（午前の部）	対象行政区（午後の部）
11/10（月）	小川保健 相談センター	市内全地区  受付時間 9時30分～11時30分	市内全地区  受付時間 1時～2時30分
11/11（火）			
11/19（水）	美野里 四季健康館		
11/20（木）			
11/21（金）	玉里保健 福祉センター		
11/22（土）			

\*特定健康診査（集団健診）は今年度最後の健診です。まだ、受診をされていない方は、下記の受け方を参考に会場へお越しください。

## ■受け方

国民健康保険加入の方	40歳～74歳の方 受診券・被保険者証・個人負担金をお持ちになり、会場へお越しください。 なお、満65歳以上の方は、あわせて生活機能評価問診票をお持ちください。
国民健康保険以外の方	医療保険者から届いた受診券・被保険者証・保険者が定めた個人負担金をお持ちになり、会場へお越しください。なお、医療機関受診指定がされている場合がありますのでご注意ください。
長寿医療制度の方 （後期高齢者医療制度）	生活機能評価問診票・被保険者証をお持ちになり、会場へお越しください。
18歳～39歳の方	個人負担金をお持ちになり、会場へお越しください。

## ■内容及び対象・料金

特定健康診査	40歳～74歳	尿検査・身体測定・血圧・眼底・心電図・採血	1,000円
健康診査	満75歳～	尿検査・身体測定・血圧・採血	無料
生活機能評価	満65歳～	身体測定・問診・血圧	無料
健康づくり健診	18歳～39歳	*特定健康診査と同様の内容	1,000円
結核・肺がん検診	40歳以上	*胸部レントゲン検査 *喀痰検査	無料 500円
前立腺がん検診	50歳以上の男性	*採血検査	500円
肝炎ウイルス検診	40歳以上の未受診者	*採血検査(B型・C型肝炎ウイルスセット検査)	500円

\*保険の種別に関係なく受けられます。

## ■その他

- 長寿医療制度加入の方の受診券は、健診当日、会場にて発行します。
- 長寿医療制度加入の方で、生活習慣病（糖尿病、高血圧性疾患、虚血性疾患、その他心疾患、くも膜下出血、脳内出血、脳梗塞、脳動脈硬化、その他脳血管疾患、動脈硬化）で既に医療機関を受診している方は、健康診査の受診はできません。
- 健康手帳をお持ちの方は、ご持参ください。（40歳以上の方で持ちでない方は、当日発行します。）
- 身体障害者手帳（1・2級）療育手帳（Aのつく方）をお持ちの方は、ご持参ください。
- 個人負担金は、つり銭のないようご注意ください。

## ◆国民健康保険加入者 40歳～74歳の方は個別健診（医療機関）も実施しています。

（満65歳～74歳までの方の生活機能評価については、受診できません。）

期間は、12月31日までで個人負担金は2,000円です。健診項目は次のとおりです。

問診・身体測定（腹囲を含む）・血圧・採血（脂質・肝機能・血糖・尿蛋白）です。前年度の健診結果に基づき医師が必要と認めた場合には、心電図・眼底・貧血検査を実施します。受診券と保険証がないと受診できません。病院等は、市のホームページをご覧ください。下記までお問い合わせください。

【問い合わせ】 医療保険課 ☎ 48-1111 内線 1101

# 2007 財政健全化判断比率を公表します

県や市町村の財政を適正に運営することを目的として、「地方公共団体の財政の健全化に関する法律（財政健全化法）」が平成 19 年 6 月に公布されました。これにより、全ての地方公共団体において平成 19 年度決算から財政健全化にかかる各指標の公表が義務付けられました。また、平成 20 年度決算からは基準を超える団体は早期健全化計画あるいは財政再生計画を策定し、早急に改善に取り組まなければなりません。

## ◎財政健全化法とは？

従来の再建法制では、地方公共団体の普通会計（地方公共団体本体の会計）において赤字額が標準財政規模<sup>\*1</sup>の 20% を超えるといきなりレッドカードが出て財政再建団体となり、イエローカードともいえる注意喚起の段階がありませんでした。また、特別会計や企業会計にいくら累積赤字があっても財政再建団体とならず、地方公共団体全体の姿を反映したものではありませんでした。

今回の財政健全化法では、「早期健全化」と「財政再生」の 2 段階で財政悪化をチェックするとともに、特別会計や企業会計も併せた連結決算により地方公共団体全体の財政状況をより明らかにしようとするものです。

## ◎財政の健全度を判断するには？

4 つの指標で判断します。

実質赤字比率……………普通会計の実質赤字が標準財政規模に占める割合

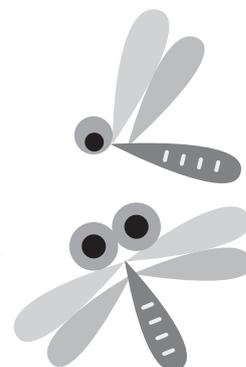
連結実質赤字比率……………全会計の実質赤字が標準財政規模に占める割合

実質公債費比率……………一般会計等が負担する公債費<sup>\*2</sup>が標準財政規模に占める割合

将来負担比率……………一般会計等が将来負担すべき債務が標準財政規模に占める割合

また、公営企業は次の指標で判断します。

資金不足比率……………資金不足額が事業規模に占める割合



これらの指標は平成 19 年度決算（平成 20 年秋）から公表しなければなりません。また、平成 20 年度決算（平成 21 年秋）からは公表とあわせて、基準を超える団体に早期健全化計画・財政再生計画・経営健全化計画の策定が義務付けられます。

<sup>\*1</sup>標準財政規模：地方公共団体が自由に使える財源の標準的な規模を表します。

<sup>\*2</sup>公債費：地方債（市の借金）の返済金

## ◎小美玉市の算定結果は？

平成 19 年度決算に基づき健全化判断比率を算定したところ、下表のとおり、いずれの指標についても早期健全化基準を下回る見込みです。

	実質赤字比率	連結実質赤字比率	実質公債費比率	将来負担比率
算定結果	なし	なし	13.3	106.2
早期健全化基準	(13.10)	(18.10)	(25.0)	(350.0)

各公営企業における「資金不足比率」については、平成 19 年度決算において資金不足を生じた公営企業はないため、該当ありません。

【問い合わせ】 財政課 ☎ 48-1111 内線 1242

# 「アビリンロードに 夢をのせて！」

7月24日から8月5日の13日間、小美玉市の姉妹都市でありますアメリカ合衆国カンザス州アビリン市へ19名の訪問団を派遣しました。



結団式

「もっと英語を覚えたい!」「友達をつくりたい!」「アメリカの文化を体験したい!」などさまざまな目的意識をもって、市内の15名の中学生・高校生が、小美玉市として第1回目の青少年姉妹都市訪問団(堤千穂団長)に参加しました。

訪問団派遣にあたり、事前研

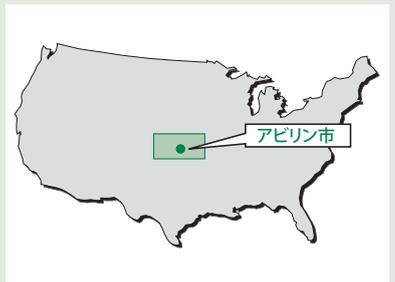


出発式

修会が6月から開始され、団員は学校が終わってからの午後7時から派遣に向けた研修会に取り組みました。事前研修会は全部で5回開催され、ホームステイの心構えや、英会話の練習、アビリン市で披露する小美玉市の踊り歌「大きな大きな輪になる」の練習などを行いました。無事全ての研修を終えた出発2日目の7月22日には、結団式が開催され、団員の団結が図られました。

## 《アビリン市の紹介》

アメリカ合衆国カンザス州ディッキンソン郡の郡庁所在地で、カンザスシティからは西へ約250km、ウイチタから北へ約185kmのところに位置しています。1857年にティム・ハーセイという開拓者が丸太小屋を建てて、住み始めたのが始まりという、歴史的にはまだ新しい街です。海拔442mのところにある同市は、人口約7,000人、小麦の生産をはじめとした農業が産業の中心となっていますが、最近機械生産などの工業も伸びてきているようです。同市はまた、第34代アメリカ大統領アイゼンハワーの出身地として広く全米にも知られ、市内には同氏の墓地や、ゆかりの品を集めたアイゼンハワー記念館などがあります。



そして、いよいよ出発当日の7月24日、市役所に集合した団員は、島田市長からの激励の言葉を受け、期待と不安を胸にアビリン市へ出発しました。

小美玉市を出発してから飛行機やバスを乗継ぎ、丸1日がかかりでアビリン市へ到着するとホストファミリーの方が温かい笑顔で訪問団を出迎えてくださいました。

団員は、すぐにホームステイ先の家庭へ案内され、二人一組のペアとなりそれぞれの家庭で交流を楽しみました。はじめは、「英語が通じるだろうか」「仲良くできるだろうか」と不安を抱えたまま1泊目を迎えた団員も多かったようですが、ホストファミリーの温かいおもてなしで、心が通じ合うことにさほど時間はかからなかったようでした。

到着翌日には、歓迎パーティを盛大に開催していただき、両市の友好な関係とこれからのさらなる発展を確認し合いました。パーティではアビリン市への記念品として獅子頭を贈ったところ大変喜んでいただきました。



歓迎会

滞在中は、アビリン市や近隣地区の名所をたくさん視察したことで、姉妹都市をより深く知ることができました。ボラン

ティアの方がたの手づくり感あふれる案内で、たくさんの人たちとの交流を楽しむことができました。



ロデオ見学



消防署見学



トピカ議場見学



料理づくり



アイゼンハワーセンター見学



動物園

帰国する8月4日の朝、アビリン市を出発する時には、朝早くにもかかわらず、空港へ向かうバスの見送りに多くの方が来てくれました。約2週間のアビリン市滞在でしたが、新たに交流の絆が深まったことと思います。



お別れパーティー

帰国前日のお別れパーティーでは、ホストファミリーをはじめとしたアビリン市の方がたへの感謝の気持ちをそれぞれの団員が英語でスピーチをしました。片言の短い英語の中にも感謝の気持ちがいっぱい詰まったスピーチは、とても感動的なものでした。また、パーティーの最後には、参加者全員で小美玉市の踊り歌「大きな大きな輪になろう」を踊り、会場は大いに盛り上がり、笑いあり涙ありの大変思い出深いものとなりました。

「また絶対に行きたい!」「この思い出を一生忘れません!」「素晴らしい体験ができた!」などの声ばかりでした。団員も今回の交流を通じ、たくさんの人たちと出会い、普段できない経験をしたことで、それぞれ多くのことを学んできたことでしょう。

アビリン市は、アメリカ合衆国のほぼ中央に位置する農業が盛んな自然豊かな街です。日本では滅多に見ることができなくなってしまうホテルも生息しています。今回の派遣事業に参加した子どもたちもアビリン市の人びとのやさしさや大自然に触れ、出発前よりひと回り大きく成長したような気がします。

小美玉市として第1回目の青少年姉妹都市訪問団を派遣し、アビリン市との新たな交流がはじまりました。来年夏には、アビリン市から訪問団が本市を訪れる予定です。これからもこの交流を通じ、本市からたくさん子どもたちが国際感覚豊かな人材に育っていったくれることを願います。



## 共に福祉を学ぶ 「第2回福祉にっこりまつり」を開催



9月21日、生涯学習センター（コスモス）で、地域の第一線で活躍する福祉関係者やボランティア団体が一堂に会し、「第2回福祉にっこりまつり」（小美玉市福祉まつり

実行委員会・小美玉市社会福祉協議会主催）が開催されました。

センター内の文化ホールで、福祉功労者の顕彰式が行われた後、福祉映画「河童のクウと夏休み」の上映会などが行われました。ほかにも、高齢者、障がい者、子どもたちの作品展示コーナーや、羽鳥駅前にある「こんこんショップ」の出張販売、アクリルたわしや点字のしおり等をつくるチャレンジコーナー、盲導犬とのふれあい体験、車いすやセニアカーの試乗等の福祉用具体験でもりだくさんでした。

屋外では、たくさんのボランティア協力団体による模擬店が並び、非常食炊出し実演（試食）や福祉作業所によるフランクフルト販売が行われ、順番待ちになるほどの盛況ぶりでした。そのほか青空ステージでは、朗読劇、みのり太鼓、大型紙しばい、手話コーラスなどが披露され多くの人で賑わいました。

たくさんの方が集い、さまざまな福祉体験を通じて交流し、福祉への理解を深めた一日となりました。

## 堅倉学区子ども会夏休み絵画展

9月1日から20日まで、堅倉小学校で「堅倉学区子ども会夏休み絵画展」が開催されました。この絵画展は、夏休みに堅倉学区の各子ども会で、子どもたちが自分でテーマを決め、描いた作品15点を展示したもので、夏休みの楽しかったまつり、花火、海等の思い出が描かれています。どの作品も明るくのびのびと描かれていて、運動会に学校を訪れた地域の方がたにも好評でした。



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

# わだい

## ギブソン・ジェyson先生がやって来ました！ — 新任英語指導助手 (ALT) 紹介 —



前任のマーチン・タイラー先生に替わり、新しくギブソン・ジェyson先生が小美玉市の英語指導助手（ALT）として着任されました。

ギブソン・ジェyson先生は、1年間、主に美野里中学校に英語指導助手として勤務されます。

**出身地** アメリカ（カンザス州）

**趣味** 読書、旅行、音楽鑑賞

**特技** 大学時代に学んだ演劇、サックス演奏、歌を歌うこと

**小美玉市の第一印象**

すばらしい地域で、人びとは親切で親しみやすい。

**抱負** たくさんの地域の人たちと友達になること。いろいろな所を訪ねること。

## 地域の人びとが歌や踊りで交流 中台東「ホトメの里」の会



9月7日、玉里中台地区の谷津田を借用し、ビオトープづくり活動をしている中台東「ホトメの里」の会（中野敏雄会長）は、社会福祉法人聖隷会（佐賀忠弘理事長）の授産施設「あけぼの荘」と共催で、ホトメの里ふれあい集いを開催しました。

あけぼの荘の園庭で入所者、地域の人びと、子どもわくわくクラブ会員・グループホーム「たまりの里」入所者を招待して盛大に行なわれました。

ふれあいの集いは、ANAKの長谷川夫妻による美しい歌とバンド演奏、北川さんの協力による唱歌や童謡を全員で歌い、「話し方教室」の中根さん、真家さんによる紙芝居等が行なわれ、カキ氷や焼いもが振舞われました。

最後に、「あけぼの荘」の職員、入所者12人によるよさこいソーラン踊りが行なわれ、参加者はにぎやかなひとときを楽しみました。

## 防犯キャンペーンを行いました 小岩戸おやじの会



9月14日、小岩戸おやじの会（磯辺寛会長、会員20名）が、市内のスーパーで、「みんなで作ろう安心の街」を推進する一環として、防犯活動のキャンペーンを行いました。空き巣や車上荒しの被害防止をはじめ、「自転車の防犯登録をしましょう」、「振り込み詐欺に注意しましょう」と呼びかけ、チラシやサッシロックを市民の方に配布しました。また、小岩戸おやじの会は、地域安全の一助になればと毎週水曜日、区内及びその周辺地域の防犯パトロールを実施しています。

## 50ものつぼみが花開き始めました!月下美人

9月12日午後9時ごろ、三箇の西村公利さん宅で約50ものつぼみをつけた月下美人（ゲッカビジン・サボテン科）が、今夜あたり開花しそうだという連絡をいただきかけつけたところ、真っ白な花を咲かせ独特の甘い香りを漂わせていました。

西村さんは花卉農家で、トルコキキョウ作りが本職ですが、「ハウスで肥料を入れながら大事に育ててきたので、今年はたくさんつぼみがついたのでしょう」とうれしそうに話されていました。

月下美人は、夏から秋にかけて咲き、一度咲くと枯れてしまう、一夜限りの花です。残念ながら撮影時に50全ての開花は見られませんでした。が、闇夜に咲いた月下美人は、真っ白で美しい花でした。カメラに花を収めたあと、しばし見とれてしまいました。



## 9月の空港見学会

9月11日、一般公募による30名の参加により、茨城空港の新滑走路と茨城空港のアクセス道路として整備が進む東関東自動車道水戸線の工事現場見学が行なわれました。

はじめに、ターミナル地区周辺で国土交通省の担当官から茨城空港の概要説明や新滑走路の舗装構成などの説明を受けた後、新滑走路を見学しました。

なお、新滑走路<sup>かさ</sup>上での見学は、工事完成に伴い、今後既設滑走路、嵩上げ工事の実施による暫定供用のため、敷地内に入場できなくなるので、今回で最後となりました。

また、東関東自動車道水戸線と北関東自動車道の交差点である茨城ジャンクション（仮称）の建設現場で、ネクスコ担当者による高速道路の整備状況などの説明を受けた後、涸沼川橋の建設現場を見学しました。

参加者は、2,700mの広大な滑走路や、国内でも珍しい工法が採用されている涸沼川橋の建設状況を目のあたりにし、驚きとともに感慨もひとしおの様子でした。



## 巨大きのこを発見!

9月上旬、上吉影の大越さんの休耕地で、50センチ、重さ10キロもある巨大きのこが発見されました。あまりに巨大で食べられるのかも分からず、調べてもらったところ、美味のニオウシメジ（仁王しめじ）ということが分かり、大変驚いたそうです。

ニオウシメジは、沖縄県や南九州では珍しいものではなく、豊一豊分の大物も見ついているとのことですが、北限は群馬県とされており、県内では、探しても見つかるものではなく、珍しいものとのことでした。大きく育っても歯ごたえ抜群で味もよく、料理の幅も広いのです。

休耕地には、この巨大きのこのほか、30センチくらいの株（写真）が4つほど見つかり、育つのを楽しみにしているそうです。



地域社会への貢献と信頼

**株式会社 トーホー測研**

代表取締役 島田 裕一

建設コンサルタント登録 健15号第7988号  
測量業登録 第(2)22022号  
補償コンサルタント登録 補15第4256号

〒319-0126 小美玉市大谷790-21  
TEL:0299-36-8822 FAX:0299-36-8823  
E-mail:toho@ibaraki.email.ne.jp

北海道生まれの



いばらきコープ 連携店 (株) エイフルコーポレーション

TEL:0299-47-0882 URL:http://www.ablecorp.jp

# 情報ガイド

**全国一斉**  
「女性の権利ホットライン」強化週間  
**あなた一人で悩んでいませんか**

「女性の権利ホットライン」は、悩みを持った女性が気軽に相談できる専用の電話相談窓口です。

職場における男女差別やセクハラ、夫やパートナーからの暴力、ストーカーなどの女性に対するあらゆる人権侵害について相談を受け付けています。秘密は厳守します。

とき 11月17日(月)～23日(日)までの7日間、  
午前8時30分～午後7時  
(ただし、土・日は午前10時～午後5時)

☎0570-070810  
相談員 人権擁護委員・法務局職員  
☎029-227-9919  
岡水戸地方法務局人権擁護課

## 人権週間記念フェスタ

茨城県では、多くの県民の皆さまに身近なところから人権を考えていただく機会とするため、人権週間(12月4日～10日)期間中に記念フェスタを開催します。

とき 12月6日(土)  
午後1時～(開場:正午)

ところ 石岡市民会館ホール  
(石岡市総社1-2-5)

内容 表彰式、人権メッセージ・人権作文朗読、アトラクション、講演/重松清氏(作家)「日常の家族の風景から」

入場料 無料

申込方法 電話、Eメール、ファックスまたははがきでお申込みください。

Eメール、ファックス及びはがきの際は、催事名(「人権週間記念フェスタ」・住所・氏名・電話番号・参加人数を明記のこと)。

定員 900名(先着順)  
☎茨城県人権啓発推進センター  
〒310-8555

水戸市笠原町978-6  
☎029-301-3136  
FAX029-301-3138  
Eメールアドレス  
koso5@prefibaraki.lg.jp

## 「梅と緑」のセミナー 偕楽園で学ぼう

第1回

とき 10月27日(月)  
午後1時～

ところ 茨城県市町村会館1階講堂  
(水戸市笠原町978-26)

講演  
○「ウメを知る」  
近藤 秀明氏

(梅と緑の相談員、元日本樹木医会会長)

○「公園樹の剪定管理について」  
中村 澄夫氏

その他 (茨城県造園建設業協会、樹木医) 当日の駐車場は、県庁駐車場をご利用ください。

主催 茨城県

## 「今知ってほしい タバコの真実!」 講演会

生活習慣病予防対策推進フォーラム

ガンは日本人の最大の死因といわれており、その中でも多いとされる肺がんの原因として最も影響の大きなものがタバコです。今回はタバコがもたらす人体への影響について理解を深めていただくため、健康フォーラムを開催します。

とき 11月8日(土)  
午後1時30分～午後4時20分  
ところ 石岡市中央公民館 大講堂  
(石岡市柿岡5680-1)

講演  
○「ニコチン依存を考えるー今知ってほしいタバコの真実」  
真壁医師会副会長・平間病院院長 平間 敬文先生

○「タバコと歯周病ー歯周病から生活習慣病への危機」  
茨城県歯科医師会理事・無煙世代を育てる会講師  
渡辺 進先生

※講演後は落語家・桂文楽師匠による落語「たばこの悪い話」をお楽しみください。  
※当日講演終了後、質問を受付けます。

対象者 子どもから大人までなたでも参加できます。

定員 600人(定員になり次第締切ります。)

参加費 無料

申込方法 電話またはファックスでお申込みください。

申込締切 10月24日(金)  
☎岡石岡市医師会事務局  
☎23-98886 FAX23-8571

小美玉市四季健康館  
☎48-0221 FAX48-0044

## 自衛官(2等陸海空士)募集

受付期間 随時受付中  
応募資格 日本国籍を有する者

処遇 初任給 15万9500円  
9か月後 17万4300円  
ボーナス 年2回4.5か月(平成19年度)

身分 特別国家公務員  
福利厚生 衣食住(無料)  
試験期日会場

10月20日(月) 勝田駐屯地  
11月22日(土) 百里基地  
12月13日(土) 土浦駐屯地  
試験科目 筆記試験、口述試験、身体検査、適性検査、作文  
(筆記試験は、国語・数学・社会の3科目)

七五三詣は優美な花の天井の社殿で



元気の杜 小美玉市小川鎮座  
☎0299 (58) 0846

文部科学省所管 日本ボールルームダンス連盟認定

## ダンス アカデミー美野里

会員募集中! 初心者 中高年者大歓迎!

小美玉市江戸165-3

☎0299(48)2568

JBDFプロダンスインストラクター

半澤誠悦・松本悦子



社交ダンス 教室

岡自衛隊茨城地方協力本部  
百里募集事務所  
☎52-13366  
http://www.mod.go.jp/pco/ibaraki/

### 源泉徴収義務者に対する 年末調整説明会

給与等の支払いのある源泉徴収義務者の皆さまを対象として、平成20年分年末調整説明会を行います。

とき 11月17日(月)

午前10時～正午

ところ 茨城県立県民文化センター

(小ホール)

岡水戸税務署法人課税第2部門

☎029-231-4293(直通)

☎029-231-4211(代表)

内線321・322

事業主の皆さまへ  
**パートタイム労働法が  
変わりました!**  
平成20年4月1日からスタート

#### 改正のポイント

- 1 労働条件の文書交付・説明義務  
労働条件を明示した文書の交付等の義務化など
- 2 均衡の取れた待遇の確保の促進  
(働き・貢献に見合った公正な待遇の整備)
- ① 全てのパート労働者を対象に、通常の労働者との均等の取れた待遇の確保措置の義務化など
- ② 通常の労働者と同視すべき。パートタイム労働者に対して、差別

的な扱いの禁止

#### 3 通常の労働者への転換の推進

通常の労働者への転換を推進するための措置を義務化

#### 4 苦情処理・紛争解決援助

① 苦情を自主的に解決するように努力義務化

② 都道府県労働局長による紛争解決援助・均等待遇調停制度

#### 資料請求・問い合わせ

茨城県労働局雇用均等室

〒310-8511

水戸市宮町1-8-31

☎029-2224-6288

ホームページ

http://www.ibarakioudokyo.go.jp/

### 不動産を公売します

茨城租税債権管理機構では、一般の方も参加できる入札により不動産を公売しますので、ぜひ参加してみたいかがですか。

とき 12月10日(水)

受付：午後0時50分

説明：午後1時

ところ 水戸合同庁舎2階大会議室

(水戸市柵町1丁目3番1号)

#### 公売対象不動産

売却区分番号 20-40

見積価額 218万円

財産の表示 (登記簿による表示)

所在 小美玉市羽鳥字東裏

地番 2698番46

地目 畑

地積 399㎡

その他 ①中止になる場合がある

ります。

#### ②農地につき「買受適格証明書」の提出が必要

です。

※当該証明書の申請期限等詳細は、小美玉市農業委員会へお問い合わせください。

#### 岡茨城租税債権管理機構

水戸市柵町1丁目3番1号

水戸合同庁舎7階

☎029-2225-1221

ホームページアドレス

http://www.ibaraki-sozei.jp/

#### 第2回

### 企業と再チャレンジ女性との 交流会

とき 11月21日(金)

午後1時30分～3時30分

ところ つくば国際会議場

(つくば市竹園2-20-3)

#### 内容

○授乳服のモーハウス社長 光畑 由佳

●企業・業界の現状と再チャレンジ女性に期待するもの、意見交換・質疑応答

○プラネット・システム(有) 代表取締役 速水 智子

●企業・業界の現状と再チャレンジ女性に期待するもの、意見交換・質疑応答

対象者 育児、介護等で退職し、再就職を希望している方(30名)

受講料 無料

その他 一時保育有り(定員10名)

岡(財)21世紀職業財団茨城事務所

☎029-2226-2413

### 県立小川高等学校公開

とき 11月1日(土)

受付 午前8時30分～正午

#### 内容

公開授業 午前8時50分～

全校討論会 午前9時50分～

入試説明会 午前10時50分～

部活動・施設公開 午前11時30分～

岡茨城県立小川高等学校

☎58-1403

### 回収します! あなたの家の古い電話帳!

NTT東日本では、地域環境保護・資源の有効活用のため、「古い電話帳から新しい電話帳へ」の考えのもと、古い電話帳のリサイクルを積極的に推進しています。新しい電話帳をご家庭に11月中にお届けしますので、その際古い電話帳を配達員へお渡しください。

ご不在等で古い電話帳を回収できなかったお客さまへは、改めて回収にお伺いしますので、ご連絡くださいますようお願いいたします。

岡タウンページセンター

☎0120-506-309

(フリーダイヤル)



お気軽にご来店の上 豊富な展示品をごゆっくりご覧下さい

和型 3.3m **58**万円より

※写真は一例です。

〈お見積り無料!〉

お気軽にお申し付け下さい。

小美玉・石岡展示場

小美玉市 国道6号線沿い!



石岡市 至土浦

至土浦 墓地情報センター

墓石のことなら BJCグループ

## 株式会社 墓地情報センター

小美玉・石岡本部 / 国道6号沿い ☎0299-47-1424 (代)

〒319-0113 茨城県小美玉市竹原 2277-1 [営業時間] AM8:45～PM7:00 年中無休(年末年始を除く)

0120-424-024

# 生涯学習インフォメーション



## 生涯学習講座

### 「裁判员制度～もしもあなたが選ばれたら～」

“私の視点、私の感覚、私の言葉で参加します”をスローガンに、一般の方がたが刑事裁判に参加する「裁判员制度」が平成21年5月21日に開始されます。

生涯学習センターコスモスでは、市民の皆さまに制度の意義や仕組みについて理解を深めていただけるよう講座を開催します。

**と き** 11月30日(日)午後2時～3時30分

**と ころ** 小美玉市生涯学習センターコスモス(集会室)

**講 師** 水戸地方検察庁職員

**内 容**  
・裁判员制度の説明  
・DVD視聴  
・質疑

**対象者** 市内に在住・在勤している20歳以上の方

**定 員** 60名(定員になり次第締切ります)

**受付開始日** 11月2日(日)

**申込方法** 氏名・住所・電話番号・年齢を明記し、ファックス(26-9261)または、直接、生涯学習センターコスモスまでお申込みください。参加費は無料です。

## 平成20年度エアロビクス教室参加者募集!!

運動不足・メタボリック気味の方、健康維持・ストレス解消を目的とされる方、初心者の方など大歓迎です!リズムに合わせ、思いっきり体を動かして、気持ちよい汗を流してみませんか!?

**日 時** 11月7日(金)・14日(金)・21日(金)・28日(金)・  
12月5日(金)(全5回)  
午後8時～9時30分

**会 場** 玉里B&G海洋センター 体育館

**受講料** 1,000円

**受講資格** 小美玉市在住・在勤の方

**募集人員** 50人 ※定員になり次第締切ります。

**持参するもの** 動きやすい服装、シューズ、タオル、飲料水、  
ダンベル1kg1組(なくても結構です)

**申込方法** 参加申込書に必要事項をご記入のうえ、受講料を添えて直接、玉里B&G海洋センターまでお申込みください。

※電話・FAXでの受付は不可とさせていただきます。

※参加申込書設置場所

玉里B&G海洋センター・小川総合支所2階教育総務課、希望ヶ丘公園(市ホームページからダウンロードも可能です。)

**申込期間** 10月26日(日)～11月5日(水)

午前8時30分～午後5時30分  
月曜・祝祭日は休館となります。

**主 催** 小美玉市教育委員会  
小美玉市玉里B&G海洋センター

【申込み・問い合わせ】

玉里B&G海洋センター(栗又四ヶ2406-4)

☎26-5761

## 小美玉市近郊 中学校軟式野球大会が 開催されました

8月26日・27日にかけて、玉里運動公園、小川運動公園を会場に小美玉市近郊中学校軟式野球大会(小美玉市、市教育委員会共催)が開催されました。

大会には、近隣中学校14校が参加し、白熱した試合が展開されました。大会結果は次のとおりです。

優勝 桂 中 準優勝 桜丘中  
第3位 小川北中 第3位 七会中

## 「第3回小美玉市バスケットボール大会」 参加チーム募集!

**と き** 11月23日(日)

**と ころ** 小川北中学校、小川南中学校(予定)

**参加資格**  
・チーム代表者が市内在住または勤務者。  
・帯同審判員を必ず1名つけること。

**参加料** 1チーム 3,000円

**申込締切** 11月13日(木)

**主 催** 小美玉市体育協会・小美玉市バスケットボール協会

【申込み・問い合わせ】 希望ヶ丘公園管理センター

☎47-0167



## メタボリックシンドロームを予防する運動①

### － 減る脂～スリムアップ教室参加者の感想から －

メタボリックシンドロームは、皆さんご存じのように腹囲が男性85cm以上・女性90cm以上で、血圧や脂質・血糖値がちょっとだけ高い状態です。ちょっとだけ高い・・・それでも動脈硬化が進んで、脳卒中や心筋梗塞などの病気になる危険度が何十倍も高くなるのが問題となっています。

この状態から抜け出すためには、お腹の中に溜まった内臓脂肪を減らすことが必要です。食べすぎや運動不足で貯めた内臓脂肪ですから、解消するためにも食事と運動で減らすことが大切です！必要な栄養素を取り入れながら筋肉量を増やすことでリバウンドせずに減量することが可能です。内臓脂肪は運動で落としやすい脂肪ですので、運動を取り入れるとウエストにくびれができたり、おしりがキュッと小さくなったりと効果が目に見え、やる気もアップします。

市ではメタボリックシンドロームを予防・改善するため、「H19年度減る脂～スリムアップ教室」として、12回コースで運動(集団)を中心に、食生活の見直し(個別相談)を行いました。熱心に参加された方がたからは、よい結果に喜びの声が聞かれました。今回は、教室に参加されたお二人の感想を紹介させていただきます。運動の効果を出すヒントがいろいろありますので、これから運動を始める方は、ぜひ参考にされるとよいと思います。

### ＝教室に参加して＝

※体重・体脂肪・腹囲は3か月実施後の結果です。現在も運動を続けられ、お二人ともさらにスリムになりました。

**前島成江さん**(43歳 江戸住宅) 体重3.7kg減 体脂肪8.5%減 腹囲4.5cm減

〈教室に参加した動機〉

太っていたし思ったように動けなかった。スリムな体になりたいと思っていた。

〈教室に参加して変わったこと・学んだこと〉

まずウエストが4cm減った。ストレッチと筋力トレーニングをしてから歩くと体重が減りやすいことを知った。

〈現在も続けていること〉

お腹の筋力を使うトレーニング・ストレッチ・歩くこと。とにかく楽しく、痩せることを想像してやること。

〈教室に参加しての感想とこれから運動を始める人へ一言〉

とにかく参加してよかった。栄養指導もあって勉強になった。これから運動を始める方には、教室に参加してから始めるといいと思います。

**金子きよみさん**(60歳 上合) 体重3.4kg減 体脂肪4%減 腹囲7.5cm減

〈教室に参加した動機〉

招待状が来て、ウエストでなくへそ周りを測ってみてびっくりした。何とかしようと教室に参加した。

〈教室に参加して変わったこと・学んだこと〉

カロリー計算がわかるようになったので、食べる時目安がわかるようになった。間食が減った。年を重ねて筋力がかかり落ちていることがわかったが、継続していれば体が柔らかくなったり筋力が付くことを実感した。

夫も家で一緒に実践し、ウエストが6cm減った。

〈現在も続けていること〉

ウォーキングを7,000～8,000歩ほど毎日続けている。歩く前にはフットセラピーとストレッチをしてから出かける。現在、体重6.2kg減・体脂肪7.9%減!!

〈教室に参加しての感想とこれから運動を始める方へ一言〉

一番よかったのは血糖値が下がったこと。自分に自信が持てたし、参加してよかった。くせがとれてきちんとした歩き方ができるようになった。自分の体型を見つめ直して自分から動くようにすること、それを続けることが大切。教室に参加するだけでなく、学んだことを自分で実践することが大切。

次回は、メタボリックシンドロームを予防するための具体的な運動についてご紹介していきます。

教室に関する問い合わせ 四季健康館 健康増進課 ☎48-0221

# 四季の歌

～季節を詠む 時流を詠む～

## 小川短歌会

肘に肩に人工関節埋めこみて<sup>はたら</sup>生き生くる夫の執念  
東海道五十三次大井宿に平成の世を我が孫の住む  
二十日余り経てやうやくに親指の包帯とれたり書かん残暑見舞ひ  
過ぎ行きに思ひ馳せつつ娘の浴衣孫に着せんと腰上げをする  
廢屋の枇杷の太木にこの年も鈴なりの実を鳥ら啄む

石田 是江  
鶴町 俊子  
永作 喜代子  
中根 良子  
沼田 敏子

## みのり短歌クラブ

何となく雨降る気配感じつつ夜更け目覚めて耳をすませり  
道沿いに水流れる青田中青鷺ゆつくりわが前を飛ぶ  
カラフルな洗濯物を干す吾子よわれにもそんな日々<sup>あじ</sup>のありにき  
寄せ植えの松のみどりの新芽つむ遠く時鳥の鳴くを聞きつつ  
青鷺のつがい青田に立ちている動かぬさまは端正に見ゆ

藤井 とり子  
白根澤 清香  
菊地 道子  
皆藤 充孝  
宇津野 岩子

## みのり短歌教室

雨止みし乙字ヶ滝の激流に芭蕉の詠みし水かさ<sup>あみ</sup>をしのぶ  
昏れ早き空地埋めて月見草今年も咲けり亡き人の頭つ  
閑跡の八百年の大杉に藤からまりて皮のみに生く  
菊会を退きてひとりの菊作りよき花咲けよと芯止め始む  
膝を病む我にと孫は玄関の踏台買いて盆に訪い来る

小林 英子  
佐藤 まさ  
白井 ふく江  
鈴木 てるえ  
塚本 きぬ子

## 玉里短歌会

盆棚を飾り終りて回転灯をともしせば夫の面影の頭つ  
純白の花をゆらしてさるすべり迎え火近しと告ぐる如くに  
雷神の憤怒とも見ゆ稲妻は間断のなく黒雲明るむ  
孟蘭盆に狂い咲きたる藤の花こぶりなれども形ととのふ  
篠竹に巻きつき咲ける大輪の朝顔の花の一時儂し

平野 ふさ  
小松 きそ  
池上 昭  
山口 清  
高柳 義信

## 小川俳句会

沿道の尾花の揺るるバスの旅  
夕月や流るる雲とたわむれる  
試歩の身に道づれ愛し赤トンボ  
虫の音や夢か現か眠り入る  
八十路行く明日は日本の敬老日

## みづうみ俳句会

群れて飛ぶ蜻蛉大空ほしいまま  
秋澄むや見えぬて遠し斤舎ビル  
夕照や臂咄トンボの水面上つ  
赤トンボ肩にあそべる野の昼餉  
霧晴れて高原の花すがすがし

## みのり俳句会

自由なき時代を生きて原爆忌  
せせらぎとよく響き合ふ蝉時雨  
蟻の道見てゐて仕事はかどらず  
会ふことに心弾みし夏の朝  
主似の家山子きりりと立ちてをり

## 櫻の会

つくつくぼうし主は留守で恙無し  
差すよりも廻しておりぬ秋日傘  
朝顔に呼ばれ会話の中にをり  
かぐや姫居るやも知れぬ竹の春  
ははを置く鏡の奥の九月かな

## くるみ俳句会

托鉢の衣に草鞋秋の風  
山よりの風に白萩揺るるかな  
栗弾け八幡太郎決起の地  
独り居の庭の垣根の乱れ萩  
朝まだき肌<sup>はだか</sup>に沁み入る白露かな

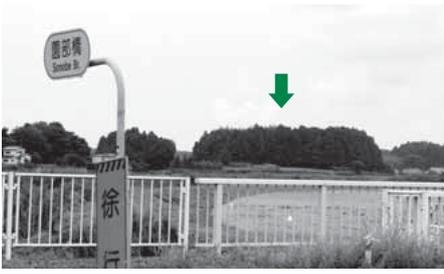
## 玉里俳句おたまじゃくしの会

秋の蝶念仏堂をひらり訪ふ  
黄金田を飲み込んで行くコンバイン  
ふり塩にぼりつと焦げし秋刀魚かな  
爽やかや清流添いの蔵の街  
筑波嶺にまつすぐ続く稲穂波

内田とみ 清水静子 河原井美代 国友信子 田山一男 堺重夫 和田一晴 和目徹 笹島久美子 長島恵子 中島恵子 篠原新草 島田清心 白根澤清香 関本千代 岡島あさ 井坂よし 池田静堂 林村小夜子 木村小夜子 大塚幸子 茅場久子 島田篁村 塚田文江 中根彪

# 竹原城跡 戦国時代のおみたま

国道六号線に架かる石岡・小美玉市境の橋「園部橋」から南東側を見渡すと、うっそうとした森が田んぼ中に見ることが出来ます。この森には、今から遡ること、約四百五十年前の戦国時代に築城された竹原城が所在しています。(左写真矢印)



園部橋からみた竹原城

竹原城は、園部川に突き出した舌状台地の特徴を巧みに利用して築城され、本丸、外郭、土塁、壕などの施設が確認されています。本丸が東西一一五m、南北一〇〇m、外郭は東西二八二m、南北二〇〇mの規模を誇ります。園部川

に架かる橋は大手橋と呼ばれています。現在では、本丸は雑木林、外郭は畑地と竹やぶ、壕は水田となっています。発掘調査が実施されていないので、城内にどのような建物があったかはよく分かっていません。さらに、城跡の北側と東側にも壕の痕跡が複数確認されていることから、竹原城は大規模な城郭であったものと推定されています。

平成十九年、城跡北側の壕跡よりもさらに北側、本丸から北東四〇〇mの地点で発掘調査が実施され、南北方向に伸びる二本の溝が確認されました。溝からは、煮炊きに使用した内耳土鍋、火鉢、古瀬戸焼、常滑焼の破片が出土しています。この溝は、竹原城の外郭的な施設である可能性があります。

見つかっています。これらの古代の出土遺物は現在、玉里史料館で開催されている参考展「おみたま、発掘！」にて展示されています。参考展の開催は十月十九日(日)までです。話題を竹原城に戻しますと、永祿二年(一五五九)、竹原城は、現在の石岡を中心にして勢力を誇っていた大掾貞国が府中城の支城として築城し、城主には、弟義国を任じました。これより遡ること二十余年、天文六年(一五三七)、兄貞国の命により、義国は田木谷の取手山にも館を築き、小河城主、園部宮内大輔の侵攻に備えました。

天正年間、小美玉の地では、園部川を境に大掾氏と水戸城主江戸氏、園部氏との間で幾多の合戦がありました。天正十三年(一五八五)、江戸氏は、片倉の地に砦を築き、大掾氏に対する最前基地としました。同年、大掾清幹(貞国の嫡子)は、弓削の地(竹原)に砦を築城してそれに対抗しました。翌年八月には、江戸氏は弓削砦を攻め落とし、

府中に侵攻しました。大掾氏は真壁氏らの援軍を得て、これを撃退し、佐竹義重の仲介によって江戸氏と和議が結ばれました。この一連の戦いは府中合戦と呼ばれています。

その後、佐竹義宣は小田原攻めに功績を挙げ、天正十八(二五九〇)年八月、豊臣秀吉から朱印状をもつて、常陸と下野の地に領知を安堵されました。同年十二月、佐竹氏は江戸氏に続いて、大掾氏をも攻略しました。この時、竹原城主義国も討死し、竹原城も築城から僅か三十一年で落城したと伝えられています。



竹原城跡出土の中世遺物



古代の出土遺物

(今回の掲載は12月号です)  
【小美玉市教育委員会  
生涯学習課 ☎26-9111】

## 裁判員制度

### Q&A



裁判員制度とは、国民の皆さんに裁判員として刑事裁判に参加してもらい、被告人が有罪か無罪か、有罪の場合どのような刑にするのかを裁判官と一緒に決めてもらう制度です。

裁判員制度は、国民皆さんの積極的な協力をなくしては成り立たない制度です。

このQ&Aを通して、裁判員制度に理解を深め、刑事裁判に参加することへの負担感や不安感を少しでも軽減していただきたいと思っています。

Q1 裁判所に行く日のどれくらい前に、その日時を知らせてもらえるのですか？

A1 通常は裁判の6週間前までは通知をします。

原則として期日の6週間前までに、また、審理の間が通常よりも長くかかると考えられる事件については、8週間程度前までにはお知らせする予定です。また、このお知らせには、裁判員に選ばれた場合にいつからどの程度の期間務めていただくか(職務従事予定期間)を記載します。

# わが家の アイドル



いとう たかまさ  
伊藤 貴将ちゃん  
(平成 19 年 3 月 9 日生)  
◆プールと絵本が大好き！  
優しい子に育ってね。

## 続けています!

～消費生活安定向上を図り、住みよい地域づくりを目指し活動しています～  
小美玉市消費生活の会美野里支部



当支部は、美野里生活学校として昭和51年に結成され、現在小美玉市消費生活の会美野里支部として、市民の消費生活の安定向上と住みよい地域づくりを目指して活動をしています。写真は、リサイクルや水質汚染防止の一環として、EM菌を使ったエコ石けんを作っているところです。エコ石けんは、家庭で出た廃油にEM菌等を混ぜてつくるため、リサイクルにも役立ち、またEM菌を使用することにより、水質浄化等も期待できます。その他にも、食の安全安心を目指す「手作りみそ」をつくったり、マイバック運動の推進など、さまざまな消費生活に係わる問題が解決されることを願い、会員同士が、和気あいあいと生活課題に取り組んでいます。

〈主な活動内容〉  
安全安心のみそ作り、ホウ酸団子作り、ぼかしの作成、エコ石けん作り、マイバック運動の推進、リサイクル品の作成および啓発、紙芝居公演のボランティア、消費者関連各種講演会等への参加および学習

## がんばっています

常陸小川クラブ



7月31日から8月3日にかけて、川崎市とどろきアリーナで開催された第39回全国ママさんバレーボール大会に、茨城県での予選を勝ち抜いて出場した常陸小川チームがトーナメント戦(Dブロック)で惜しくも優勝をのがしたものの、準優勝となりました。

選手の皆さんは、熱い戦いを終えて、応援してくれた子ども達とともに笑顔で記念撮影をしました。



## 小美玉市 産業祭



平成 20 年  
**10月26日**  
(日曜日) 10時から(雨天決行)  
ところ  
小美玉市玉聖運動公園  
(B&G海洋センター)  
主催  
小美玉市産業祭実行委員会

11月

### 休日診療当番医(外科)

### 緊急診療所(内科・小児科)

11月

◆受付 午前9時～11時30分・午後1時～3時30分			休日 夜間	11月2日・3日・9日
日	外 科	◆受付 午前9時～11時30分 午後1時～3時30分		
2	府中クリニック (石岡市) ☎(22)2146	11月1日・2日・3日・8日・9日・15日		
3	斉藤病院 (石岡市) ☎(26)2131	◆受付 午後7時～10時30分		
9	滝田整形外科 (石岡市) ☎(23)2071			

◆病気やケガのとき、お医者さんを探す(24時間対応) ☎029-241-4199

◆お子さんが急な病気などで相談したい時(相談時間:午後6時30分～午後10時30分) ☎029-254-9900

〈編集・発行〉小美玉市役所秘書広聴課  
☎ 0299 - 48 - 1111 内線 1221



携帯電話から市政情報がご覧になれます。  
<http://www.city.omitama.lg.jp/mobile/index.html>

平成 20 年 10 月 9 日 広報おみたま 18

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。

次回広報おみたま 11月号の発行日は 11月13日(木) です。