



いばらき

特集

フロンティアアドベンチャーの
活動に密着！

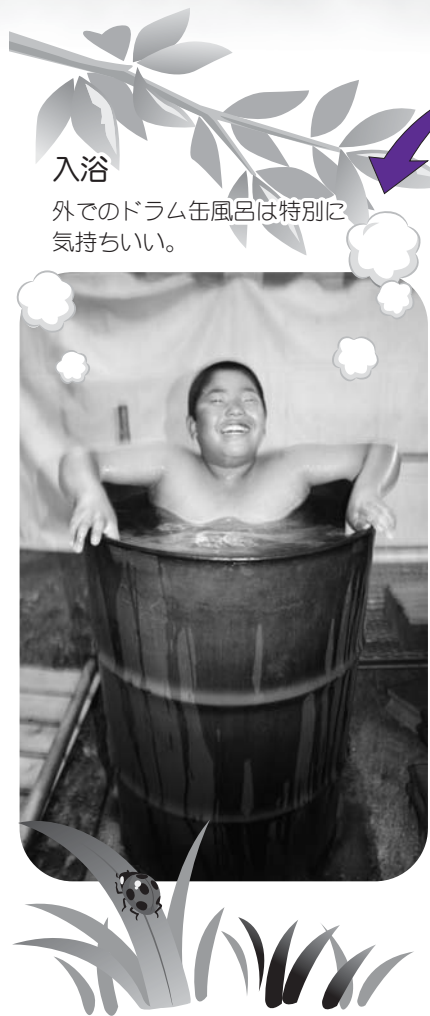
各課からのお知らせ
タウンニュース
文芸、すこやかニュース
情報ひろば
健康レシピ

9

2016

思い出に残る夏

(広浦秋の月で開催されたあんばまつりにて)



入浴

外でのドラム缶風呂は特別に気持ちいい。



夕食

夕食は手巻き寿司。好きな具材を巻いて、みんなでいただきます！



キャンプファイヤー

一日の締めくくりは、みんなで囲むキャンプファイヤー。



道連中学生



道連小学生

中学生の部

先鋒	林 龍次郎 (青葉中)
次鋒	大蔵 蓮 (明光中)
中堅	町田真之介 (青葉中)
副将	渡辺 哉斗 (青葉中)
大将	渡辺 颯斗 (青葉中)

小学生の部

先鋒	西連寺優至 (青葉小)
次鋒	橋本 颯 (青葉小)
中堅	和田 紘典 (青葉小)
副将	矢萩 穂華 (長岡小)
大将	橋本 駿 (青葉小)

大会出場者

レポーター 雨谷 益水

いばらき少年剣友会
全国大会で小学生が準優勝、中学生が3位入賞

まちかどレポート

7月26、27日の二日間、日本武道館（東京）において、第51回全国道場少年剣道大会が開催され、全国各県の厳しい予選を勝ち抜いた小学生537チーム、中学生421チームの参加のもと、道場日本一を目指して熱戦が繰り広げられました。

茨城県代表として、町内にある「いばらき少年剣友会」（代表・雨谷益水）が出場。全国の強豪道場が多数参加する中、小学生が準優勝、中学生が3位入賞という立派な成績を残しました。

夏休みに子どもたちが潤沼自然公園で共同生活を送る、フロンティアアドベンチャー事業「里山で暮らそう！わんぱくキッズ隊」を開催しました。今年は、45名の参加者（小学生40名、中学生5名）が、7月27日（水）から8月3日（水）までの7泊8日のキャンプ生活をしました。

子どもたちは、自ら食事を作ったり、自分たちで張ったテントで寝泊まりするなど、仲間たちと自立した生活を送り、初体験のドラム缶風呂での入浴や筑波山登山などを楽しみました。

また、キャンプ期間中の二日間は、友好交流都市「群馬県玉村町」の小学生12名も加わり、たくさんの仲間と夏の思い出を作りました。

今回は、玉村町の子どもたちも参加した7月31日の活動取材しました。

7月31日（5日目）の活動に密着！！



テント張り

玉村町の子どもたちが宿泊するテントをみんなで力を合わせて組み立てました。



玉村町 歓迎セレモニー

茨城県へようこそ！
今年も群馬県玉村町から小学生が参加してくれました。



昼食

この日のメニューは玉村町産の野菜を使った玉村カレー！おいしくできました。



しじみストラップ作り

しじみに飾りを付けてオリジナルにアレンジしました。



今年も夏がやって来た！

里山で暮らそう！

わんぱくキッズ隊

フロンティアアドベンチャー事業



平成29年4月からの認定こども園・

保育園・幼稚園利用の受付が始まります！

子ども・子育て支援新制度

○施設利用にあたっては教育・保育の必要に応じた**支給認定**を受ける必要があります。

- ※支給認定区分とは
- 1号…お子さんが満3歳以上で、認定こども園・幼稚園での教育を希望する場合
 - 2号…お子さんが満3歳以上で、保護者が就労・疾病等の保育事由に該当し、保育を希望する場合
 - 3号…お子さんが満3歳未満で、保護者が就労・疾病等の保育事由に該当し、保育を希望する場合

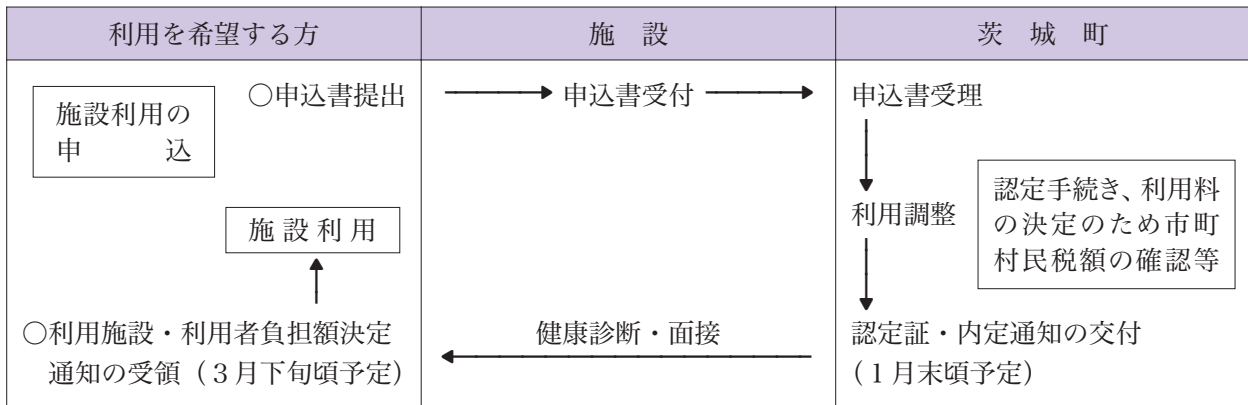
施設区分	対象年齢 (平成29年4月1日の年齢)	支給認定区分	保育の必要性	教育・保育時間
認定こども園	満3歳以上	1号認定	なし	教育標準時間
		2号認定	あり	保育標準時間 保育短時間
	満3歳未満	3号認定		
保育園	満3歳以上	2号認定		保育標準時間 保育短時間
	満3歳未満	3号認定		
幼稚園	満3歳以上	1号認定	なし	教育標準時間

保育の必要量の区分	施設利用可能時間	※1 就労の場合、両親ともに月120時間以上の就労時間が必要です。
保育標準時間※1	11時間	※2 就労の場合、両親ともに月64時間以上の就労時間が必要です。求職活動でご利用の場合は3か月間限定の入所となり、保育短時間となります。
保育短時間※2	8時間	

保育を必要とする事由とは（下記の事由に一つでも該当すれば保育が必要と判断されます）

- ☐ 月64時間以上の就労
- ☐ 妊娠、出産(産前産後8週のうち必要な期間)
- ☐ 保護者の疾病・障害
- ☐ 同居または長期入院等している親族の介護・看護
- ☐ 災害復旧
- ☐ 求職活動(起業準備を含む)(3か月を超えない期間)
- ☐ 就学(職業訓練校等における職業訓練を含む)
- ☐ 虐待やDVのおそれがあること

○利用手続きの流れ



※1号認定の場合、町の利用調整はなく、施設が内定・入所を決定します。

茨城町の教育・保育施設

※施設により受け入れる年齢が異なりますのでお問い合わせください。

	施設名	住所	連絡先
認定こども園	飯沼こども園	茨城町上飯沼1276-1	☎ 292-6868
	さくら保育園	茨城町小幡2162-3	☎ 219-0007
	いばらき中央認定こども園	茨城町小堤990	☎ 292-1207
	いばらき幼稚園	茨城町小堤970-8	☎ 292-0162
	まさみ幼稚園	茨城町中石崎852	☎ 293-7111
	長岡幼稚園（公立）	茨城町長岡3168	☎ 292-4019
	沼前幼稚園（公立）	茨城町宮ヶ崎1443	☎ 293-9209
幼稚園	大戸幼稚園（公立）	茨城町大戸1893	☎ 292-8358
保育園	ふじ保育園	茨城町長岡3480-34	☎ 292-6655
	ひぬま保育園	茨城町長岡3652-22	☎ 292-2084
	ウイステリアナーサリースクール	茨城町桜の郷231-8	☎ 303-6311

○入園にあたっては、必要に応じて事前に複数の施設の見学や説明等を受けておくことをお勧めします。（説明会や見学については各施設にお問い合わせください。）

入園を希望する場合の手続きについて

施設を利用する場合、お子様の年齢や保育の必要性の有無に応じた「支給認定」を受ける申請が必要になります。町では、利用申込みと支給認定を兼ねた申請書になっています。

保護者の皆様の申請に基づいて、町が「支給認定証」を交付します。

☆申込書配布場所：町内各施設、茨城町役場こども課窓口

※町ホームページの「子育て・教育→保育所・幼稚園・認定こども園→入所申込み関連のページ」でも利用案内申請書をダウンロードできます。

☆受付期間・受付場所について

希望施設	認定区分	受付期間	受付場所
認定こども園	1号認定	平成28年10月3日(月)～10月31日(月)	第一に希望する施設（こども課でも受付可）
	2号・3号認定	平成28年11月1日(火)～11月30日(水)	
保育園	2号・3号認定	平成28年11月1日(火)～11月30日(水)	
幼稚園	1号認定	平成28年10月3日(月)～10月31日(月)	

茨城町以外の施設利用を希望する場合

事前に希望先施設のある自治体に受付日程を確認の上、こども課にお問い合わせください。

支給認定を受けている方、施設を利用されている方の現況届について

現況届とは、年1回、家庭の状況（2、3号認定の場合は保育を必要とする事由等の状況を含む）の確認をさせていただくものです。2・3号認定の場合、就労証明書等を添付していただきますが、6・7・8月に提出済の方は提出不要です。詳細は、後日、改めて通知します。認定の変更をする場合や、転園を希望する場合は変更申請が必要となりますので、お問い合わせください。

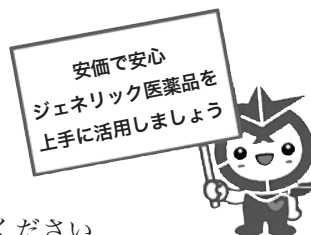
【問合せ先】 こども課 ☎ 029-240-7144（直通） ※公立は学校教育課 ☎ 029-240-7121（直通）

職場（会社）の健康保険に加入した皆さまへ

国民健康保険の加入者が就職等により、職場（会社）の健康保険に加入した場合は、国民健康保険から脱退する手続きが必要です。手続きの際に必要なものをご持参のうえ、保険課（5番窓口）までお越しください。

【手続きに必要なもの】

- ・職場（会社）の健康保険証及び国民健康保険被保険者証（保険証）（職場の保険に加入した方全員分）
 - ・マイナンバーカード又は通知カード（職場の保険に加入した方全員分）
 - ・来庁する方の身分証明書、印鑑（朱肉を使うもの）
- ※別世帯の方が手続きをする場合は、委任状が必要ですのでお問い合わせください。



職場（会社）の健康保険に加入しているのに、国民健康保険の保険証を使用して医療機関を受診してしまうと、国民健康保険が負担した医療費を後で返還していただくことになります。

また、国民健康保険からの脱退の手続きを取らないと、国民健康保険税が課税されたままになるなどの原因になりますので、職場の健康保険に加入した場合は、必ず手続きをお願いします。

【問合せ先】保険課 国保グループ ☎ 029-240-7113（直通）

相談支援事業のご案内

相談支援事業は、障害のある方やそのご家族の生活をサポートするため、各種相談を受け、必要な情報の提供や助言、その他の障害福祉サービスの利用支援を行うものです。

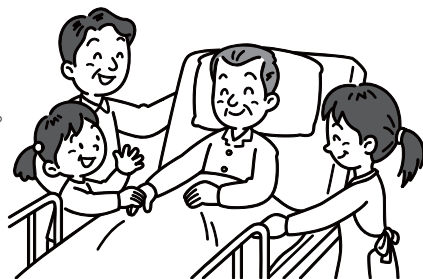
【対象者】

- 65歳未満で、下記のいずれかに該当する方およびそのご家族や支援者の方
- ・身体障害者（児）
 - ・知的障害者（児）
 - ・精神障害者（児）

茨城町では、相談支援事業を下記の事業所に委託しています。
ご相談される際は、下記の連絡先までご連絡ください。

【相談支援事業所】

社会福祉法人茨城補成会 潤沼家族会議室
〒311-3122 茨城町上石崎4698-2
☎ 029-293-7401
相談受付時間 午前9時～午後6時（土・日曜日・祝日・年末年始を除く）



水戸・勝田都市計画用途地域の変更に関する説明会を開催します

現在、町では奥谷・小堤地区の県道茨城鹿島線及び県道茨城岩間線沿線の用途地域の変更を検討しております。つきましては変更案について、住民の皆様のご意見を伺うため、下記のとおり説明会を開催いたします。（どなたでもご自由にご参加いただけます。）

■開催日時 9月20日（火）午後7時から

■会場 茨城町消防本部庁舎 1階多目的会議室

■説明内容 水戸・勝田都市計画用途地域の変更について（奥谷・小堤地区）

【問合せ先】都市整備課 ☎ 029-240-7116（直通）

子育て支援センター

～遊びにおいでよ～



町子育て支援センターでは、子育て親子に寄り添い親子がふれあう、子どもとの絆づくりを大切に活動を行っています。

★遊戯室『まんまる一む』開放★：日曜日、祝日を除き午前9時から午後5時まで
－10月20日（木）は子育てセミナー「スマイル講座」の保育に使用するため、遊戯室の利用は午後1時からとなります。－

－活動予定－

★読み聞かせ★

～子育てボランティアによる読み聞かせを実施しています。～
・日時：5日（水）・19日（水）
午前11時～11時15分
・場所：遊戯室「まんまる一む」

★砂場開放★

～戸外の気持ちよさを感じながら砂場で遊びましょう。～
・日時：26日（水）
午前10時30分～11時30分
・場所：ゆうゆう館 中庭 砂場

★『ミニ・セミナー』★

～親子でふれあって遊んだり歌をうたったり、楽しい時間を過ごしましょう。～
・日時：平日11時～
・場所：遊戯室「まんまる一む」
＊毎日内容を変えて実施予定。詳細は月のチラシをご覧ください。
－活動状況により実施しない場合があります。－

『子育て相談』 町内の未就学児とその保護者対象

日 時：12日（水） 午前9時30分～11時30分
場 所：保健センター 健診室
内 容：保健師、管理栄養士による相談、身体計測
＊町保健センターと連携して行います。予約制ではありませんので都合の良い時間にお越しください。

「子育てボランティアと遊ぼう」

毎月1回、遊戯室「まんまる一む」でボランティアの方々と一緒に遊んだり、おしゃべりしたりしながら、過ごしてみませんか？
時間は午前10時30分から11時30分です。
＊10月は7日（金）です！＊

《子育てセミナー》『スマイル講座』を保育付きで行います！ ＊未就学児とその保護者対象＊

子育て中の保護者同士が学び合う講座です。お子さんは、ボランティアと保育士の資格をもつ職員がお預かりし、遊戯室で遊んで過ごしますので、安心してゆったりとした気分に参加して頂けます。
管理栄養士とみんなで一緒に調理をしながら、子育て中の皆さんと情報交換や交流をしてみませんか。

『管理栄養士との調理実習』 定員8組

～子どもが喜ぶわくわくメニュー～
日 時：20日（木） 午前10時～正午
場 所：保健センター・栄養指導室
・予約受付時に保育申込書をお渡しします。
・準備物などがありますので、ご確認ください。
＊予約開始日 9月29日（木）＊



前回の活動の様子

🍎 ＊ 🍇 ＊ 🍌 ＊ 🍌 ＊ 🍇 ＊ 🍌 ＊ 🍌 ＊ 🍇 ＊ 🍌 ＊ 🍌 ＊ 🍇 ＊ 🍌 ＊

－活動にはボランティアの皆さんのご協力を頂いていますので、小さいお子さん、兄弟・姉妹のいるご家庭でも安心して参加できます。どうぞお気軽にご参加ください。－

－詳細は、お問合せください。－

【問合せ先】こども課 子育て支援センター ☎ 029-291-0980（直通）
茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」内

7/12
(火) 農業の魅力を伝える新農業人フェア就農相談会

町農業公社は7月12日までに、農業関連学校3校（茨城県立農業大学校、日本農業実践学園、鯉淵学園農業栄養専門学校）の学生を対象とし、新農業人フェア就農相談会を開催しました。

町内の農業関係の法人の協賛により、ジャガイモの収穫や野菜のボイル作業など農作業を体験した後、就農相談会にて法人と情報交換をしました。学生たちは、実際に農業に携わる生産者から経営の仕方や考えを真剣に聞き、地域農業の将来のあり方を学びました。



7/6
(水) 茨城町観光ボランティアガイド勉強会を開催



五浦六角堂での現地ボランティアガイドによる案内

町観光協会では、昨年7月に「茨城町観光ボランティアガイド」を設立し、町内外からの観光客の方々に町の魅力を伝えています。6日には、より優れたガイドを目指そうと、14名の観光ボランティアガイドが勉強会に参加しました。

視察した茨城大学五浦美術文化研究所では、現地ボランティアガイドによる案内で、五浦六角堂や天心邸などの施設や歴史の説明を受け、ガイドの仕方や説明の工夫について学びました。また、北茨城あじさいの森では、あじさいに関する資料を片手に、様々な品種の特長を確認し、酒沼自然公園のひめまあじさいまつりでのガイド活動に向けての知識を深めました。

7/16
(土) ひめま流域クリーン作戦

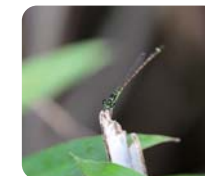


酒沼の水質浄化活動に取り組んでいるクリーンアップひめまネットワークは、「大好きいばらき県民会議」との共催で、酒沼自然公園を中心に「ひめま流域クリーン作戦」を実施しました。

当日は地元企業・団体・中学生・高校生・地域住民など720名が参加したほか、一般社団法人日本釣用品工業会の協力でダイバーによる湖底清掃も行い、一般ごみ（総量230kg）や環境に悪影響を及ぼすおそれがある外来植物（総量400kg）の駆除を行いました。

7/9
(土) 酒沼ラムサール環境学習会

町みどり環境課ではラムサール条約登録湿地である酒沼の豊かな自然に触れ合う体験型の学習会を開催しています。第2回目となった9日は「ヒメマイトトンボと昆虫観察会」をテーマに、約70人が参加しました。珍しいヒメマイトトンボが飛ぶ姿を発見することができ、大人から子どもまで感動する貴重な体験となりました。



7/20
(水) 夏の交通事故防止県民運動

「気をつけて 子供に自転車 お年寄り」をスローガンに、夏の交通事故防止県民運動が実施され、運動期間初日の20日に、交通安全協会や交通安全母の会など関係団体がイオンタウン水戸南センターコートに集結し、交通安全指導を行いました。

夏は、屋外での活動や家族旅行等のレジャーの機会が増え、子供や高齢者が歩行中の交通事故に遭う危険性が高くなるため、運転をする場合には、歩行者を見かけたら十分注意し、思いやり運転に努めることを呼びかけました。



7/11
(月) 水戸京成百貨店共同企画 メロンキャンペーンで熊本へ義援金



6月26日、京成百貨店との共同企画で本年4月に発生した熊本地震の災害支援としてチャリティーキャンペーンを水戸京成百貨店特設会場にて実施しました。キャンペーンでは、寄付をしてくれた方に町内産メロンをプレゼントしました。

11日、小林町長と水戸京成百貨店の西村会長は、日本赤十字社茨城県支部（水戸市小吹町）を訪問し、チャリティーキャンペーンで集まった18万6,554円を熊本災害義援金として寄託しました。

エクササイズ教室の参加者募集

健康増進課では、運動習慣を身につけて、これからも若々しい心と体を保つためのエクササイズ教室を実施します。ちょっとしたコツを知れば、健康づくりも楽になるはず！
「運動を続けられるか心配」という方でも、気軽に参加できる内容になっています。みんなと一緒に、無理なく楽しく体を動かしてみませんか。教室に参加して運動不足を解消し、身体と心の健康を保ちましょう！

【実施内容等】		場所	定員
コース名・日時	コース内容		
すっきりチャレンジコース 月曜13：15～14：15	音楽に合わせた健康体操で、全身をシェイプアップ。汗ばむ程度の運動量です。 バランスよく筋肉をひきしめる運動。二の腕のたるみや背中脂肪が気になる方にお勧め。	茨城町総合福祉センターゆうゆう館内 2階 多目的室	各25名
はっする筋トレコース 月曜14：30～15：30			
しなやかストレッチングAコース 金曜9：45～10：45	脂肪を燃焼させるストレッチ中心。腰痛予防の効果もあります。	茨城町総合福祉センターゆうゆう館内 2階 音楽室	各30名
しなやかストレッチングBコース 金曜11：00～12：00			

- 【実施期間】平成28年10月3日（月）～平成29年3月17日（金）
毎週月曜日又は金曜日実施予定
（コースにより異なるため、詳細日程は参加者の方に後日通知でお知らせします。）
- 【対 象】・すっきりチャレンジコース（65歳未満で町内在住の方）
・はっする筋トレコース（65歳未満で町内在住の方）
・しなやかストレッチングコース（75歳未満で町内在住の方）
※ただし医師から運動制限されていない方
- 【募集方法】1 上記4コースの中から1コースをお選びください。
2 健康増進課にて申請書に必要事項を記入し、提出してください。印鑑が必要となります。
※申請書は町のホームページや健康増進課窓口にあります。
※申込者が多数の場合には、平成28年度エクササイズ教室（前期）に参加されていない方を優先とし、その後は抽選となります。
- 【募集期間】平成28年9月1日（木）～9月16日（金）
- 【参加費用】3000円（1コース20回）初回の教室開始前に納入してください。
- 【問合せ先】健康増進課 ☎029-240-7134（直通）

文 芸

《短歌》

○来て見よと夫の呼ぶ声夕虹の二橋かかるにしばし安らぐ
田口すい子（南川又）
●真夏日の続く畑に通り雨葉陰に赤きトマト光りて
中島三千代（桜の郷）
●折り鶴を持参し記帳すオバマ氏の帰途を見送る広島市民
河野 久子（昭 和）
土づくり一つで味が違うと言うメロン栽培達人の言
鳥羽田早苗（鳥羽田）
来た道を何度も何度も振り返る坂道多い散歩のコース
浦井 正子（宮ヶ崎第四）
紫陽花の瑠璃色眺め感じ入り他に目をやれば色多彩なり
萩谷彰一郎（長 岡）
この人にと期待をかけて投票し十八歳から記念の選挙
秋山 禮子（越 安）
淋しいねいつの間にやら玄関に立て掛けてある回覧板が
大場 邦男（長 岡）
来客は老いをたずねて娘が連れて顔が見たいと何と嬉しや
田口 正子（南川又）
小学生スクールバスで通学し道で行き合うあまたの笑顔
小堤美智子（小 堤）
（評）田口さん―雨上りに太陽と反対側の空に、主虹、副虹と二重の虹が見られたのだろうか。古語では「のじ」「ぬじ」とも言われ、夏の季節でもある「虹」、情景が浮かんでくるような雰囲気をもつ作品。中島さん―酷暑、災害と言われる今年の夏、日照雨（そばえ）とも言う通り雨に、赤いトマトがとも引き立っている。作者の観察眼の細かさを感じられる。河野さん―「八

《俳句》

○栗の穂鈴生りつづく散歩道
秋山 禮子（越 安）
●夕焼けもしかと汲みあげ水車
中島三千代（桜の郷）
●初蟬の声聞きながら草を引く
田口すい子（南川又）
強日射す旧家の庭の巴旦杏
小堤美智子（小 堤）
美容院出て夕焼けにペダル踏む
鳥羽田早苗（鳥羽田）
庭に売るとれたて玉子青田風
岡山 一二（上石崎）
新盆や家族揃いの墓参り
浦井 正子（宮ヶ崎第四）
蛞蝓の這つてい後光り出す
萩谷彰一郎（長 岡）
高齢者混み合う外科医梅雨の空
高田 宗雄（桜団地）
夏近し心を癒す月あかり
上野 愿重（鳥羽田）
（評）秋山さん―鈴生り（すずなり）とは、神楽鈴のように多くむらがつて房をなすこと、ふさなりとも言う。いつも通る散歩道に栗いがが鈴生りにつづいている様子。俳句はこういう水車が水だけではなく、夕焼けをも汲みあげていると観たのはすばらしい。田口さん―草引きをしていて、初蟬の声がきこえてきた。季節の移りを間近に感じたのだろう。小堤さん―「巴旦杏」はスモモの品種。「旧家の庭」は適切。鳥羽田さん―美容院を出て自転車帰っていくとは若々しい。

【作品の送付先】

ハガキ等に3頁、3句以内を書いて、住所氏名明記の上、月末までにお送りください。
郵便 〒311-1319 茨城町小堤1080
宛 茨城町秘書広聴課 宛
FAX ☎029（292）6748
FAX ☎029（292）6748
【問合せ先】秘書広聴課 ☎029（240）7126（直通）

テレビショッピングは契約条件をよく確認しましょう

自宅で手軽に買い物ができるテレビショッピングは、映像や音声での臨場感あふれる商品紹介で買う気にさせる演出が見られます。一方、返品可否など重要な事項やデメリットについては表示時間が短く、分かりにくいことでトラブルが増えています。

事例1

テレビショッピングで健康器具を注文し、届いてすぐに試してみたが、思うように使えなかった。そこで返品しようとして業者に連絡すると「開封した場合、返品は受けられない」と言われたので「実際に使ってみなければ分からないではないか」と苦情を言ったが「返品についてはテレビでも伝えているし、同封している書類にも書いてある」と言って、こちらの言い分を聞いてくれないかった。（七十歳代 女性）

事例2

母親がテレビショッピングでネックレスを購入した。通常価格十万円のもの半額だったので注文したが、届いたものはテレビと見栄えが違い、価格ほどの価値がないように思えた。返品を申し出たが断られた。（当事者・六十歳代 女性）

●テレビショッピングでは、返品条件などについて表示時間が短く、分かりにくいことがあります。印象だけにとられず、返品条件や使い方をよく確認してから注文しましょう。

●テレビショッピングなどの通信販売にはクーリング・オフの制度はなく、事業者が返品の特約を設けている場合は、それに従うことになりま。返品ができる場合でも「開封後の返品は不可」「使用後は返品できない」などの条件があることもあります。注意が必要です。

●印象だけにとられず「商品の使い方」「使用上の制限」「返品できるか」などをよく確認してから注文しましょう。

困った時や心配な時には、茨城町消費生活センターにご相談ください。

【問合せ先】茨城町消費生活センター ☎029（291）1690（直通）



がん検診を受けましょう

日本では、がんで亡くなる方が年間30万人を超え死亡原因の第1位、本町においても、同様に死亡原因の第1位となっています。

がんは、痛みなどの自覚症状が無いまま進行するケースが多く、早期に見るには定期的ながん検診を受けることがとても重要です。

《がん検診が大切な理由》

早期発見・早期治療ができる

がん検診は、自覚症状のない方を対象にしています。早期発見であれば治療も軽くすむことが多いので、身体的負担・経済的負担・治療にかかる時間が少なく、治せる可能性は非常に高いと言われています。

もし、がん検診を受けて精密検査が必要な結果が出た場合には、早期発見・早期治療のため、速やかに医療機関を受診しましょう。

がんになる前の状態を発見できる

がん検診は、早期がんが見つかるばかりではなく、がんになる前の状態が見つかることもあります。具体的にはポリプや潰瘍などです。軽い場合は経過を観察して、必要に応じて治療す

ることで、がんになることを防ぐことができます。

町では、胃がん検診・大腸がん検診・肺がん検診・前立腺がん検診・乳がん検診・子宮頸がん検診を実施しています。

「いつ・どこで受けられるのか?」「費用は?」「対象年齢は?」など、詳しい内容については、健康増進課（保健センター）までお問い合わせください。

ご自身の健康と、ご家族のために、がん検診を積極的に受けましょう。

健康増進課（保健センター）9月の予定			
日	曜日	事業名	受付時間
2	金	ごっくん（離乳食）教室	9:45～10:00
5	月	大腸がん検体回収 （23日も同時刻に開催）	8:30～10:00
		健診結果説明会 会場 ゆうゆう館保健センター	13:00～13:30
11	日	ババママ教室	10:15～10:30
13	火	1歳6か月児健診	13:00～13:30
14	水	健康相談	9:00～11:30
		育児相談	10:00～10:15
15	木	婦人科がん検診（16日、28日も同時刻に開催）	9:00～ 9:45
27	火	3歳児健診	13:00～13:30

主催・茨城町・茨城町観光協会
協賛・茨城町商工会・茨城町花き生産組合

ひぬまdeマルシェ

＊第Ⅰ章＊

Welcome to Halloween At 渚沼自然公園キャンプ場

Time 2016.10.16 (sun) 10:00～16:00

Event

- ハロウィンフェスティバル
- ワークショップ
- ハンドメイドクラフト・インテリアマーケット
- ベジタブルマーケット
- ライブステージ
- フード＆ドリンク
- And More...

【問合せ先】商工観光課 ☎ 029-240-7124 (直通)

茨城町シルバーリハビリ体操教室 講演会 & 合同体操

主催：茨城町シルバーリハビリ体操指導士会

講演 シルバーリハビリ体操と身体に関わり
くいつまでも元気で暮らすために＞

理学療法士 所 圭吾先生

合同体操 シルバーリハビリ体操
(椅子の体操、嚙下体操など)

茨城町シルバーリハビリ体操指導士

○日時 9月29日(木) 午後1時～3時30分

○受付時間 午後0時30分～1時

○場所 茨城町中央公民館大ホール(体育館)

○その他 入場無料、上履き・タオル・飲み物持参

【問合せ先】健康増進課 ☎ 029-240-7134 (直通)

大空マルシェ

大神宮の“大”、村松山虚空蔵堂の“空”——歴史深いロケーションで、村の歴史と文化の魅力を次世代に伝える「大空マルシェ」を開催します。ぜひお越しください。

▼日時 10月8日(土) 午前10時～午後5時 ※雨天決行、荒天時は中止となります。

▼場所 大神宮・村松山虚空蔵堂

▼内容 ハンドメイドクラフト品の販売、フードコート、アコースティックライブなど

【問合せ先】東海村観光協会事務局 ☎ 029(287)0855

※詳細は、東海村観光協会ホームページ(http://tokai-kankei.com/)をご覧ください。

第5回 笠間浪漫

笠間焼を中心とする地場産業や笠間の美味しい野菜など、「手作り・笠間産・郷土愛・田舎・懐かしい」をテーマに田舎の良さ、面白さが味わえるイベントです。

▼日時 10月7日(金)～10月10日(月・祝) 午前9時～午後5時 ※8日と9日には、午後5時から9時まで「夜の部」を開催します。

▼場所 笠間芸術の森公園イベント広場(笠間市笠間2345)

【問合せ先】(一社)笠間観光協会 ☎ 0296(72)9222

となりのまちから

埴輪制作遺跡探訪と町内ウォーク 参加者募集!

(日本スポーツ連盟、いばらきヘルスロード365認定)

○日時 9月24日(土) ※雨天決行
受付時間 午前8時50分～
スタート 午前9時30分
終了予定 午後3時頃

○集合場所 茨城町総合福祉センター
ゆうゆう館駐車場

○参加費 一般・協会員 300円
個人会員・小中学生 無料

○コース 町内13km

○持ち物 飲み物、昼食、レジャーシート
雨具

○申込み 9月20日(火)までにハガキまたはFAXにて、参加者の ①市町村名 ②氏名 ③性別 ④連絡先を記入し、お申込みください。

○主催 茨城県ウォーキング協会

【申込・問合せ先】深見 博
☎ 090-4122-2225 FAX 0296-45-5750
〒309-1107 茨城県筑西市門井1978-9

「第5回水戸まちなかフェスティバル」の 開催に伴う交通規制について

9月25日(日) 午前9時から午後5時は、水戸まちなかフェスティバルの開催に伴い、中心市街地(水戸中央郵便局前～大工町交差点)交通規制を行います。

当日、水戸市内は混雑が予想されますので、マイカーの利用を控え、公共交通を利用されるようご協力をお願いします。

【問合せ先】水戸まちなかフェスティバル実行委員会
(水戸市商工課) ☎ 029(232)9185

9月の納税

○国民健康保険税(普通徴収) 5期
○後期高齢者医療保険料(普通徴収) 3期

・税金は納期限内に納めましょう。
・納税は、安心便利な口座振替がおすすめです。お申込みは、茨城町内の金融機関窓口で受付中です。
・口座振替を申し込まれている方は、前日までに預金残高の確認をお願いします。

納期限は9月30日です。

茨城町戦没者追悼式

先の大戦において尊い犠牲となられた町関係の戦没者の方々に対し、追悼の意を表するとともに、町をあげて平和を祈念し、町発展の決意を新たにすするため、町戦没者追悼式を実施します。

▼日時 9月23日(金) 午前9時

【問合せ先】(公社)茨城原子力協議会
☎ 029(282)3111
FAX 029(283)0526
HP http://www.ibagen.or.jp/

▼申込み方法 「原子力科学館」ホームページより、所定用紙(ダウンロード可)に記入の上、ファックスまたは電話で、開催日の一週間前までに申込みください。

【問合せ先】(公社)茨城原子力協議会
☎ 029(282)3111
FAX 029(283)0526
HP http://www.ibagen.or.jp/

▼日時 9月17日(土) 午後1時30分～4時

▼場所 茨城県水戸生涯学習センター(旧県庁)

▼参加費 無料

▼申込み方法 「原子力科学館」ホームページより、所定用紙(ダウンロード可)に記入の上、ファックスまたは電話で、開催日の一週間前までに申込みください。

【問合せ先】(公社)茨城原子力協議会
☎ 029(282)3111
FAX 029(283)0526
HP http://www.ibagen.or.jp/

放射線・原子力の基礎 講座

県民の方を対象とし、放射線や原子力の基礎講座を4回シリーズで開催します。

放射線の正しい知識と原子力の安全等に関する幅広い知識の普及・啓発するための基礎講座です。ぜひご参加ください。

水戸ニューモラル講演会

心のあり方(心づかい)が大切なモラルについて学びませんか。

▼日時 9月25日(日) 午後1時20分～3時30分(受付開始…午後1時)

▼場所 茨城県立歴史館 講堂

▼参加費 無料

▼申込み方法 9月18日(日)までに電話またはファックスに住所、氏名を記入の上、問い合わせて先までお申込みください。(定員…60名)

【問合せ先】水戸モラロジー事務局 事務局 ☎ FAX 029(263)2553

「法の日」司法書士法律相談

「法の日」にちなみ、司法書士法律相談会を実施します。

借金、土地・建物、相続、裁判、会社等に関するご相談やこれに関する登記相談を受け付けます。

▼日時 10月1日(土) 午前10時～午後3時

▼場所 茨城司法書士会館(水戸市五軒町1丁目3番16号)

▼相談料 無料

▼その他 事前予約は不可。当日、お仕事の都合などにより、会場においていられない方のために、茨城司法書士会館において電話相談も行います。問い合わせ先の電話番号にお掛けください。

【問合せ先】茨城司法書士会 ☎ 029(225)0111

人工肛門・人工膀胱保有者のためのオストミー講習会

オストメイト(人工肛門・人工膀胱保有者)のための講演や懇談会を行います。

▼内容 講演「ストーマケアについて」、オストメイト同士の懇談会など

▼日時 10月9日(日) 午前10時～午後3時(受付開始…午前9時30分)

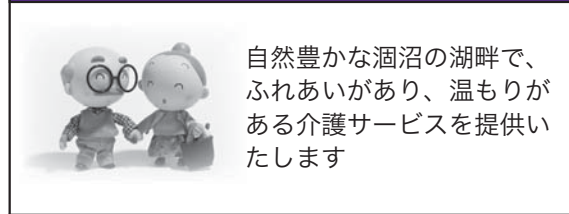
▼場所 水戸市福祉ボランティア会館 ミオス2階会議室

▼参加費 1,000円(昼食代を含む)

▼申込み方法 10月2日(日)までに、電話にてお申込みください。(同伴参加の場合は、同伴者の氏名もお伝えください。)

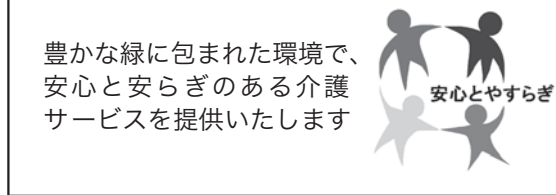
【問合せ先】日本オストミー協会茨城県支部 中部地区センター長 皆川俊雄 ☎ 029(292)5192 茨城町小幡7-12

認知症対応型介護保険施設



自然豊かな渚沼の湖畔で、ふれあいがあり、温もりがある介護サービスを提供いたします

随入居 時見学可



豊かな緑に包まれた環境で、安心と安らぎのある介護サービスを提供いたします

グループホーム ひぬま
茨城町中石崎 159-1 ☎ 029-240-8117 (担当 小柴)

グループホーム ひぬまの杜
茨城町中石崎 1055 ☎ 029-240-8321 (担当 久保田)

茨城町明日のまちづくり検討委員会を設立しました

～茨城町の未来を描く～

町が抱えている課題を見出し、地域活性化のための方策を町に提言する組織として、7月22日に「茨城町明日のまちづくり検討委員会」が設立され、委員に委嘱状が交付されました。

これからは、これまでのような行政主導ではなく、地域の特性を生かしながら町民と町が一体となって進める「協働のまちづくり」が必要不可欠です。子や孫などの次世代が未来に希望を持てる魅力ある茨城町とするため、活発な議論を行っていきます。

～明日のまちづくり検討委員会とは～

○委員会の概要

地域を熟知している町民が主体となり、地域活性化に繋がる施策の提言を行うため、2年間の任期の中で、町の現状を把握しながら議論を深めていきます。

その内容は来年度策定予定の「茨城町第6次総合計画」に反映させる予定です。

○委員の構成

今、町を担っている働き盛りの方を中心として、地域に密着している商業経営者や生活上多くの役割を持っている女性、IターンやUターンによる新規就農者など、様々な分野にわたる15人で構成されています。

また「茨城町ひぬま高校生会」を特別委員とし、次代を担う高校生の意見を取り入れます。



委員名 順不同・敬称略
 (委員長) 松野 聖史
 (副委員長) 青木 いづみ
 (委員) 野口 裕司・福田 健・堀江 誠・坪 雄一・
 藤枝 憲太・村田 鉄平・照山 友子・
 大信 淳子・小林 百合子・郡司 邦子・
 田口 生恵・林 孝一・永田 照心
 (特別委員) 茨城町ひぬま高校生会
 (コーディネーター) 常磐大学人間科学部教授 水嶋 陽子

【問合せ先】 秘書広聴課 ☎029-240-7126(直通)

大橋行政書士事務所

相談
無料

TEL 029-292-8098 FAX 029-291-0098
 茨城町谷田部 1020 番地 1
<http://office-oohashi.com/>

相続、遺言、成年後見など
 その他、申請許可業務など実績多数
 お気軽にご相談ください！

残される者のためにできること、はじめませんか。

中高年向け『スマホ・タブレット講座』開講

中高齢者・全くの初心者でも安心！
 安心・安全・楽しく使える「スマホ・タブレット講座」
 ※ 詳細は、お気軽にお問い合わせ下さい



パソコン・スマホ・タブレット講座

パソコンスクール水戸(とうがさき) ☎090-3592-2519
 水戸市千波町2074-4(50号バイパス沿い水戸プラザホテル向側)

不動産取得税のお知らせ

○ 不動産取得税とは

不動産取得税とは、土地を売買、贈与、交換、または家屋を建築（新築、増築、改築）、売買、贈与、交換などによって取得したときに、課税される県の税金です。所有権の登記の有無、有償・無償、取得の理由（相続は非課税）は関係ありません。

○ 税額の計算

税額 = 固定資産評価額 × 税率

- ・ 固定資産評価額とは、市町村の固定資産課税台帳に登録されている価格です。
- ・ 税率は、土地及び住宅は3%、住宅以外の家屋は4%です。

○ 軽減措置

以下に主なものを例示しますが、これら以外にも様々な軽減措置があります。詳しくは、水戸県税事務所までお問い合わせください。

- ・ 宅地等については、固定資産評価額の2分の1の額を控除して税額を計算します。
- ・ 取得した宅地等に住宅を新築した、又は既存住宅（中古住宅）を購入等した場合。
- ・ 住宅を新築、又は新築未使用住宅を購入した場合、既存住宅（中古住宅）を購入等した場合。
- ・ 公共事業に土地・家屋を提供し、その代わりに不動産を取得した場合。

【問合せ先】 茨城県水戸県税事務所 課税第二課
 水戸市柵町1-3-1
 ☎029-221-4820
 ※「県税のホームページ」もあわせてご活用ください。
<http://www.pref.ibaraki.jp/kurasu/zeikin/kurashi/index.html>

「茨城県央地域定住自立圏共生ビジョン(案)」へのご意見を募集します

町では、茨城町を含む茨城県央地域9市町村（水戸市、笠間市、ひたちなか市、那珂市、小美玉市、茨城町、大洗町、城里町、東海村）で形成する「定住自立圏」の圏域を対象として、圏域の将来像や関係市町村が連携して推進していく具体的取組の内容を記載する「茨城県央地域定住自立圏共生ビジョン」の策定を進めています。策定にあたり、皆様のご意見をお寄せください。

意見公募期間

9月5日（月）～10月4日（火）

閲覧場所

茨城町役場 企画政策課（庁舎14番窓口）
 ※町ホームページからも9月5日よりご覧いただけます。

提出方法

直接持参または郵送、ファックス、Eメールのいずれかの方法により
 水戸市政策企画課へ提出してください。
 〒310-8610 本庁舎南側臨時庁舎
 ☎029-232-9106 FAX 029-232-9462
 Eメール teiju-vision@city.mito.lg.jp

【問合せ先】 企画政策課 ☎029-215-8003（直通）

蒸し暑く疲れやすい夏。いつも通りの生活をしているだけでも体力を消耗してしまいます。
今回は、体調に合わせて「猛暑をのりきるパワーアップメニュー」をご紹介します。

がっつりスタミナメニュー 豚しゃぶ 納豆だれがけ

栄養成分 (1人分)
エネルギー 208 kcal
塩分 1.0 g

食欲があるときには、しっかり食べて夏バテを防ぎたいものです。お肉などでたんぱく質をしっかりとって、スタミナをつけましょう。香辛料や香味野菜を組み合わせると、気持ちもシャキッとします。



健康 レシピ

Presented by
町管理栄養士

第1回 夏バテ予防

さっぱりヘルシーメニュー 豆腐バナナプリン

栄養成分 (1人分)
エネルギー 52 kcal
塩分 0 g

暑さに疲れて元気がなくなると、胃腸の働きも弱りがちです。そのようなときは、少量でも栄養価の高い食材を選ぶようにしましょう。



豚しゃぶ 納豆だれがけ (材料/4人分)

豚小間肉	320 g
もやし	240 g
にら	80 g
ひきわり納豆	2パック
穀物酢	大さじ2
しょうゆ	大さじ1 小さじ1
七味唐辛子	適量

- ①もやしはさっと洗い、水気を切る。にらは4 cm長さに切る。
- ②納豆だれを合わせる。
- ③鍋に、お湯を多めに沸かし、①を軽く茹でる。火を消し、同じお湯に豚肉を一度に入れ、菜箸でほぐす。肉の色が完全に変わったら別のざるにあげ、広げて冷ます。
- ④お皿にもやしとにらを盛り、豚肉をのせて②をかける。

豆腐バナナプリン (材料/5人分)

バナナ	1本
絹ごし豆腐	100 g
ヨーグルト (無糖)	100 g
レモン果汁	小さじ1
はちみつ	小さじ2
お湯	1/4カップ
粉ゼラチン	5 g (1袋)

- ①バナナは飾り用に人数分 (1人1枚) を輪切りにして取っておく。(レモン汁をかけておく)
- ②残りのバナナとAを全て加えてミキサーにかけ、ボウルに移す。
- ③80℃くらいのお湯に、ゼラチンを入れてよく溶かし、②のボウルに加えて混ぜる。
- ④型やカップに流しこみ、冷蔵庫で冷やし固める。最後に①のバナナを飾る。



「ひまわりともうと」
いしだ かなで (5歳)



「ひまわりばたけ」
すさき あんじゅ (6歳)



編集・発行 / 茨城町 町長公室 秘書広聴課

〒311-3192 茨城県東茨城郡茨城町小堤1080 TEL 029-292-1111 FAX 029-292-6748
ホームページアドレス <http://www.town.ibaraki.lg.jp/> メールアドレス ibarakit@town.ibaraki.ibaraki.jp

DATA

茨城町の人口と世帯数

※カッコ内は前月比です。
(住民基本台帳 平成28年7月末現在)
◆総人口 33,483人 (-68)
男 16,748人 (-41)、女 16,735人 (-27)
◆世帯数 12,892世帯

DATA

茨城町民憲章

- 1 ふるさとの自然を守り、美しい環境の町をつくりましょう。
- 1 からだをきたえ、教養を高めて、すこやかな町をつくりましょう。
- 1 隣人や家庭の愛を大切にして、まごころのかよい合う町をつくりましょう。
- 1 自分の仕事に責任と誇りをもち、活気に満ちた町をつくりましょう。
- 1 文化遺産を愛護し、先人の努力に感謝できる町をつくりましょう。

再生紙を使用しています



※ 環境に優しい大豆インキを使用しています