



# 広報うしく

## 2013.11.1

USHIKU CITY NEWS

第1108号

茨城県牛久市

### 主な内容

- ◆牛久市総合防災訓練…2P
- ◆牛久市環境基本計画を改定しました…3P
- ◆保健センター通信…4P
  - ・骨対策 骨粗しょう症に注意！！
- ◆市内61カ所の放射線量率一覧表…6P
- ◆子どもを虐待から守りましょう…7P
  - ・11月は児童虐待防止推進月間です
- ◆国民健康保険の加入・脱退の手続き…8P
- ◆借金にお悩みの方・無料法律相談会開催…8P
- ◆消費生活センターだより…9P
  - ・安価なブランド品にご注意！
- ◆牛久のわん・にゃんこ…9P
- ◆としょかん…10P
  - ・折原みと氏講演会
- ◆体育協会だより、文化協会だより…11P
  - ・牛久市レクリエーション協会、牛久市ゲートボール連合会、HIRO LANI フラストスタジオ
- ◆こぼれ話 各時代の歴史より…12P
  - ・再発見・牛久 第十八話
- ◆話題・街にひろう…13P
  - ・天皇陛下に牛久産の米と粟を献上
  - ・市民体育祭開催！
  - ・土浦・牛久場所開催
- ◆しあわせをよぶレシピ…17P
- ◆暮らしの情報…18P
  - ・牛久市市政情報誌を発行します！
  - ・猪子踏切の通行止めのお知らせ
  - ・新しい教育委員長が就任しました
  - ・点字電話帳(茨城県版)設置
  - ・平成26年度保育園入園児童募集
  - ・児童クラブ入級の児童募集(平成26年度)
  - ・ブロック、コンクリート片・レンガ類回収実施
- ◆今月のたいへんよくできました…28P
  - ・牛久保育園のお友だち

## 聖火と共に気分はオリンピック！

3地区で市民体育祭

10月13日、秋晴れの下で、牛久・岡田・奥野各地区で市民体育祭が行われました。

岡田地区では、子どもたちによって運ばれた聖火が、多くの参加者に見守られながら運動場に登場。市民体育祭では、ご近所同士や普段は接する機会の少ない他の行政区の方との間に、運動を通して交流の輪が広がりました。

(13ページに関連記事)

## 😊「あいさつ運動」を実施しています！😊

「牛久市役所に来ると元気がもらえる」そんなふうな市民の皆さんに思っただけのような、明るく元気な市役所を目指し、職員一人ひとりがおもてなしの心を持って、明るく元気な「あいさつ運動」に取り組んでいます。



### 市民憲章

1. 水と緑を愛し 美しいまちをつくりましょう
1. 未来をのぞみ 明るいまちをつくりましょう
1. 心をやさしく 福祉のまちをつくりましょう
1. 日日ははげみ 豊かなまちをつくりましょう
1. 笑顔をとやさず 平和なまちをつくりましょう

いつ起こるかもしれない大災害に備え、**総合防災訓練**を実施します。  
市民の皆様のご参加をお願いします

尊い命と財産が一瞬に奪われる災害。近年、地震や豪雨などにより、全国各地で大きな被害が出ています。大きな地震が発生したとき、自らの生命は自分で守り（自助）、自分たちのまちは自分たちで守る（近助）ために、警察・消防などの防災関係機関と協力して



牛久市では、**11月23日に総合防災訓練**を実施します。

総合防災訓練の中で、シェイクアウト訓練(初動時対処訓練)を牛久市内全域で実施します。年に1回の訓練です。この機会に、ご家庭で、職場で、もう一度地震への備えをしていただきたいと思います。

**日時** 11月23日(土・祝) 午前8時～8時10分  
**場所** 牛久市内全域 **対象** 牛久市内在住者

## シェイクアウト訓練(初動時対処訓練)

「緊急地震速報」を受信したら、同時刻一斉に参加者全員が机に隠れるなど身の安全を図る行動を実践していただき、自宅や会社などそれぞれの場所で地震から身を守るための3つの安全行動を行う訓練です。防災対策を確認するきっかけとしていただくことを目的としています。



### シェイクアウトプラスワン

シェイクアウト訓練は、皆さんの普段の生活の場で行う訓練です。そこには、意外と気付かない危険箇所が潜んでいることがあります。シェイクアウト訓練が終わったら、身の周りを点検してみましょう。

「緊急地震速報」は、気象庁が想定震度5弱以上の地震の揺れが予想された時に、強い揺れ(震度4以上)が予想される地域に対し発信するものであるため、牛久市からは発信できません。午前8時ちょうどに、防災行政無線、エリアメール、かっぱメールで訓練開始をお知らせします。訓練は1～2分程度で終了です。

## 発災時対応訓練

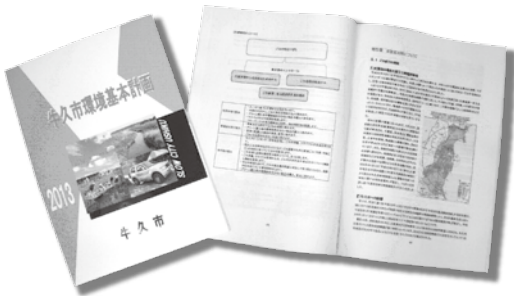
|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日時   | 11月23日(土・祝)午前8時30分～正午 (雨天決行)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 場所   | 牛久小学校、牛久第三中学校                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 参加対象 | 上町、下町、秋住団地、牛久駅西ニュータウン、刈谷、城中、新地行政区                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 訓練内容 | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 現地災害対策本部……………災害対策本部要員による現地災害対策本部の開設</li> <li>● 災害情報収集訓練……………初動対処班、消防団による地域の被害状況を把握</li> <li>● 住民避難訓練……………避難勧告を受け、自主防災組織・防災会の誘導で避難所へ避難</li> <li>● 避難所開設・運営訓練……………避難所の開設・運営</li> <li>● 応急救護所開設・運営訓練……………応急救護所を開設、負傷者のトリアージ※、応急処置の実施 (※トリアージ：負傷度による負傷者の選別)</li> <li>● 倒壊家屋からの救出・救護訓練…救出した負傷者を自主防災組織が応急救護所に搬送</li> <li>● 負傷者搬送訓練……………倒壊家屋から救助された負傷者を応急救護所に搬送</li> <li>● 初期消火訓練……………バケツリレーでの消火、水消火器・消火器での消火、消防団による消火活動</li> <li>● 炊き出し訓練……………避難者への食事を準備</li> </ul> |
|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

問 交通防災課危機管理室 ☎内線1690、1691



# 牛久市環境基本計画を改定しました

市では、環境保全などの基本方針を示す環境基本計画を改定しました。東京電力福島第一原子力発電所の事故を受けて、新たに放射能対策を盛り込んだほか、牛久市環境審議会の提言を受けて毎年内容を見直す制度も取り入れ、より実効性が高い基本計画を目指します。期間は平成28年までの4年間です。



「牛久市環境基本計画」冊子



牛久市環境審議会での審議の様子

## 環境基本計画って何？

環境基本計画は、本市の環境の保全および創出のための基本的な指針となるもので、平成18年3月に策定し、事業に取り組んできました。

この計画を引き継ぐものとして、当市を取り巻く環境の変化を踏まえ、平成24年12月25日に池辺勝幸市長から牛久市環境審議会(会長・福島武彦氏(筑波大学院教授))に環境基本計画の改定を諮問し、7回にわたり慎重な審議が重ねられました。そして、本年8月1日に環境審議会から市長に「牛久市環境基本計画(案)」として答申が行われました。

## 計画の概要

環境の保全および創出に関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、「生活環境」「自然環境」「地球環境」「ごみ対策」に「放射能対

策」を新たに加え、各環境項目の取り組みを定めています。

## 今回の改定の特徴

①前計画の評価から計画を構築するため、前計画の進捗状況を第1章にまとめ、評価を行いました。

②現在も影響を及ぼしている原子力発電所事故に伴う放射能汚染の問題について、長期にわたる取り組みが必要であることから、第5章に「放射能対策」を追加しました。原子力発電所事故による市が被った放射能汚染の経緯を説明し、これに伴う学校施設の除染作業や食品の放射能検査、内部被ばく検査など一連の対策を示しました。

③今後は、毎年、環境基本計画の進行状況や市民の意見を審議会に報告し提言を求め、この提言をもとに必要に応じて計画の見直しを行います。

## 計画書の閲覧

市内小中学校で配布のほか、環境政策課窓口や市ホームページ(<http://www.city.ushiku.lg.jp/>)、市内公共施設(市中央図書館、牛久自然観察の森、各生涯学習センター、総合福祉センター、牛久クリーンセンター、牛久運動公園体育館)で閲覧できます。なお、市では環境基本計画へのご意見を受け付けています。左記までお寄せください。

問 環境政策課 ☎ 内線1561

| 環境項目     | 具体的施策                     |
|----------|---------------------------|
| 1. 生活環境  | 大気環境の保全                   |
|          | 水環境の保全                    |
|          | 水の循環利用の促進                 |
|          | 騒音・振動環境の保全                |
|          | 有害化学物質・悪臭・土壌汚染対策          |
| 2. 自然環境  | 良好な自然環境の保全・活用             |
|          | 人と環境にやさしい都市基盤整備の促進        |
|          | 緑や水の美しい生活空間の創出<br>自然遺産の保護 |
| 3. 地球環境  | 地球環境に配慮した取り組みの推進          |
| 4. ごみ対策  | ごみの不法投棄の防止                |
|          | ごみの再資源化、発生抑制の推進           |
| 5. 放射能対策 |                           |

# 骨対策

## 骨粗しょう症に注意!!

### 骨粗しょう症とは…

「骨粗しょう症」とは、骨の密度が低くなり、骨がもろくなっていて非常に骨折の危険性が高くなった状態をいいます。骨量は20歳～30歳にピークを迎えた後は、ゆるやかに減少していきます。骨粗しょう症になる原因は、カルシウム摂取量の不足、加齢によるカルシウム吸収率の低下、運動不足、喫煙、飲酒などが挙げられます。特に女性は、閉経すると女性ホルモンが減少し、骨量が急激に減少するため、注意が必要です。

### こんな症状に要注意!!

骨量が減少すると、次のような症状がでてきます。初期には、自覚症状がないため気づきにくく、症状に気づいた時には、ある程度進行してしまっていることも考えられますので、日頃から注意しましょう。

- 骨折しやすくなっている
- 腰や背中が痛い
- 背中が丸くなってきている
- 身長が小さくなっている



### 牛久市の状況は…

平成21年～24年までの4年間で、牛久市の骨粗しょう症検診を受診した40歳～75歳(女性のみ)の結果をまとめてみました。やはり、年齢が進むにつれて要指導者や要治療者の割合が増えているのが分かります。40代・50代では9割近くが異常なしでしたが、60代以降になると半分以上の方が指導や治療が必要な状況になります。


| 年代        | 受診者総数 | 異常なし        | 要指導         | 要治療        |
|-----------|-------|-------------|-------------|------------|
| 40歳代      | 70人   | 61人(87.2%)  | 8人(11.4%)   | 1人(1.4%)   |
| 50歳代      | 317人  | 281人(88.6%) | 30人(9.5%)   | 6人(1.9%)   |
| 60歳代      | 255人  | 131人(51.4%) | 82人(32.1%)  | 42人(16.5%) |
| 70歳代      | 121人  | 47人(38.8%)  | 40人(33.1%)  | 34人(28.1%) |
| 40～75歳全年齢 | 763人  | 520人(68.1%) | 160人(21.0%) | 83人(10.9%) |

### これからの対策は…

まず、対策の基本は食事と運動です!!

丈夫な骨をつくるには、カルシウムをしっかり摂り入れることが大切です。運動は、骨に刺激を与えることで、骨量の増加や維持につながります。自分自身に合った運動を、毎日継続して行うことが重要です。

## カルシウム(Ca)はどれだけ摂ればいいのか…

| 年齢     | 男性    | 女性    | カルシウムを多く含む食品                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------|-------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 18~29歳 | 800mg | 650mg | <ul style="list-style-type: none"> <li>●牛乳200ml (Ca227mg)</li> <li>●木綿豆腐100g (Ca120mg)</li> <li>●わかさぎ50g (Ca225mg)</li> <li>●小松菜100g (Ca120mg)</li> <li>●ヨーグルト100g (Ca120mg)</li> </ul>  |
| 30~49歳 | 650mg |       |                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 50~69歳 | 700mg |       |                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 70歳以上  |       | 600mg |                                                                                                                                                                                                                                                                             |

カルシウムは、体内に吸収されにくい栄養素ですが、ビタミンDやビタミンKは、カルシウムの骨への吸収をサポートします。ビタミンDは、魚介類やきのこ類に多く含まれています。ビタミンKは、緑黄色野菜、納豆に多く含まれています。毎食心掛けることは、主食・主菜・副菜のそろった食事です。丈夫な骨づくりだけでなく、生活習慣病予防にもつながります。

## 早期発見のため、骨粗しょう症検診を受けましょう。 まずは、自分の骨量を知ることが大切です。

市では、5年に1回、整形外科病院などにおいて骨粗しょう症検診を受診することができます。詳しくは下記別表1をご覧ください。検診は、腕のレントゲンを撮って測定します。妊娠中の方は受診できません。結果は、検診当日に説明を受けることができます。



別表1

| 項目     | 内容                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 対象者    | 30歳以上の5歳節目の年齢に当たる方(年齢基準日平成26年3月31日)<br>例 50歳 昭和38年4月1日~昭和39年3月31日生まれの方<br>55歳 昭和33年4月1日~昭和34年3月31日生まれの方<br>60歳 昭和28年4月1日~昭和29年3月31日生まれの方<br>65歳 昭和23年4月1日~昭和24年3月31日生まれの方                                                                                                                                                                                                                |
| 料金     | 800円                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 協力医療機関 | <ul style="list-style-type: none"> <li style="width: 50%;">●牛久愛和総合病院健診センター</li> <li style="width: 50%;">●植松整形外科耳鼻咽喉科クリニック</li> <li style="width: 50%;">●岡見第一医院</li> <li style="width: 50%;">●奥田整形外科クリニック</li> <li style="width: 50%;">●つくばセントラル病院</li> <li style="width: 50%;">●鳥越クリニック</li> <li style="width: 50%;">●ひたちの整形外科</li> <li style="width: 50%;">●龍ヶ崎済生会病院総合健診センター</li> </ul> |
| 申し込み方法 | 市保健センター窓口または電話でお申し込みください。<br>☎873-2111内線1742(平日午前8時30分~午後5時15分)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

# 市内61カ所の放射線量率一覧表(保育園・幼稚園・小中学校・高校・公園など)

(単位：マイクロシーベルト/時)

| 施設名             | 測定日             |         | 測定の高さ |      |
|-----------------|-----------------|---------|-------|------|
|                 | 9/9～11          | 10/8～11 |       |      |
| 保育園             | 旧・中央保育園         | 0.090   | 0.088 | 0.5m |
|                 | 上町保育園           | 0.125   | 0.121 |      |
|                 | つつじが丘保育園        | 0.083   | 0.088 |      |
|                 | 向原保育園           | 0.075   | 0.081 |      |
|                 | 栄町保育園           | 0.109   | 0.098 |      |
|                 | 下根保育園           | 0.108   | 0.117 |      |
|                 | つばめ保育園          | 0.098   | 0.100 |      |
|                 | つばめ保育園牛久駅前分園    | 0.083   | 0.077 |      |
|                 | ふたばランド保育園       | 0.090   | 0.092 |      |
|                 | つつじが丘ふたばランド保育園  | 0.069   | 0.067 |      |
|                 | 牛久保育園           | 0.084   | 0.084 |      |
|                 | 牛久ひかり保育園        | 0.108   | 0.096 |      |
|                 | 牛久ふれあい保育園分園     | 0.125   | 0.113 |      |
|                 | ひたち野うしく保育園つくしんぼ | 0.058   | 0.054 |      |
|                 | 奥野さくらふれあい保育園    | 0.100   | 0.092 |      |
| 牛久みらい保育園        | 0.044           | 0.054   |       |      |
| 幼稚園             | 第二幼稚園           | 0.113   | 0.094 | 0.5m |
|                 | かわい幼稚園          | 0.106   | 0.100 |      |
|                 | 牛久幼稚園           | 0.108   | 0.094 |      |
|                 | ひたち野牛久幼稚園       | 0.094   | 0.100 |      |
|                 | こぼと幼稚園          | 0.075   | 0.065 |      |
|                 | フレンド幼稚園         | 0.075   | 0.069 |      |
|                 | 牛久文化幼稚園         | 0.061   | 0.069 |      |
|                 | 牛久教会こどものいえ幼稚園   | 0.083   | 0.077 |      |
|                 | 小学校             | 牛久小学校   | 0.113 |      |
| 岡田小学校           |                 | 0.096   | 0.098 |      |
| 奥野小学校           |                 | 0.104   | 0.109 |      |
| 牛久第二小学校         |                 | 0.131   | 0.123 |      |
| 中根小学校・第一幼稚園     |                 | 0.077   | 0.075 |      |
| 向台小学校・牛久ふれあい保育園 |                 | 0.106   | 0.084 |      |
| 神谷小学校           |                 | 0.079   | 0.067 |      |
| ひたち野うしく小学校      |                 | 0.111   | 0.127 |      |

| 施設名 | 測定日             |         | 測定の高さ |      |
|-----|-----------------|---------|-------|------|
|     | 9/9～11          | 10/8～11 |       |      |
| 中学校 | 牛久第一中学校         | 0.108   | 0.102 | 1m   |
|     | 牛久第二中学校         | 0.098   | 0.104 |      |
|     | 牛久第三中学校         | 0.100   | 0.088 |      |
| 高校  | 下根中学校           | 0.106   | 0.084 | 1m   |
|     | 牛久南中学校          | 0.069   | 0.086 |      |
|     | 牛久高校            | 0.129   | 0.079 |      |
| その他 | 東洋大学附属牛久高校      | 0.102   | 0.104 | 0.5m |
|     | 牛久栄進高校          | 0.073   | 0.069 |      |
|     | こども発達支援センターのぞみ園 | 0.096   | 0.142 |      |
|     | 神谷小さくら台児童クラブ    | 0.119   | 0.121 |      |
|     | 教育センターきぼうの広場    | 0.119   | 0.123 |      |
|     | すくすく広場          | 0.088   | 0.094 |      |
|     | 牛久クリーンセンター      | 0.136   | 0.134 |      |
|     | 牛久自然観察の森        | 0.144   | 0.140 |      |
|     | 二池              | 0.144   | 0.161 |      |
|     | 東みどり野区民会館       | 0.117   | 0.098 |      |
| 公園  | ひたち野みずべ公園       | 0.150   | 0.144 | 0.5m |
|     | ひたち野さくら公園       | 0.069   | 0.069 |      |
|     | ひたち野おやま公園       | 0.054   | 0.046 |      |
|     | 刈谷第1街区公園        | 0.094   | 0.088 |      |
|     | 本町第1街区公園        | 0.106   | 0.117 |      |
|     | 田宮東街区公園         | 0.065   | 0.073 |      |
|     | みどり野第1街区公園      | 0.088   | 0.069 |      |
|     | 小坂第1街区公園        | 0.060   | 0.060 |      |
|     | 柏田第2街区公園        | 0.054   | 0.063 |      |
|     | 栄町第1街区公園        | 0.060   | 0.052 |      |
|     | 牛久運動公園          | 0.088   | 0.102 |      |
|     | 牛久運動広場          | 0.077   | 0.086 |      |
|     | 奥野運動広場          | 0.109   | 0.098 |      |

※測定器：エネルギー補償型ガンマ線用シンチレーションサーベイメータ TCS-172B (日立アロカメディカル(株))を使用。  
 ※測定の高さ：小学生以下の子どもが多く利用する施設は地上0.5m、その他施設は地上1mの高さで測定しています。

## 追加被ばく線量の低下のために…

**市は「年間1ミリシーベルト以下＝毎時0.23マイクロシーベルト以下」を目指します。**  
 (環境省が長期的に達成すべき目標としている値)

※既に除染済みの施設に加え、公園や毎時0.23マイクロシーベルト(地上1m)以上の施設は、順次除染を行う予定です。

### ● ゲルマニウム検出器による分析結果 ●

9月に実施した「向原保育園」のおやつを含むミキサー給食検査結果(8月27日から5日間の昼食を分析)

| セシウム134   | セシウム137   |
|-----------|-----------|
| 不検出       | 不検出       |
| 下限値 <0.63 | 下限値 <0.62 |

測定機種：P型ゲルマニウム半導体検出器  
 (CANBERRA 社製 GC2018-7500SL-2002CSL)  
 単位：Bq/Kg (ベクレル/キログラム)  
 協力：公益財団法人震災復興支援放射能対策研究所

井戸水検査結果

|         | セシウム134   | セシウム137   |
|---------|-----------|-----------|
| 牛久第二中学校 | 不検出       | 不検出       |
|         | 下限値 <0.86 | 下限値 <0.55 |
| 猪子住宅    | 不検出       | 不検出       |
|         | 下限値 <0.8  | 下限値 <0.62 |
| 井ノ岡王井戸  | 不検出       | 不検出       |
|         | 下限値 <0.78 | 下限値 <0.72 |

### ● 甲状腺超音波検査の受付を開始します ●

11月1日から甲状腺超音波検査費用の一部助成が始まります。  
 詳しくは、11月1日全戸配布の「うしく NEWS」をご覧ください。





オレンジリボンには子ども虐待を防止するというメッセージが込められています。



# 児童虐待は社会全体で解決すべき問題です

— 11月は児童虐待防止推進月間 —

問 児童福祉課 ☎ 内線1734

## ■ 児童虐待はとても身近な問題

子どもへの虐待は、連日のようにマスコミで報道され、依然として痛ましい死亡事例も後を絶たない現状です。子どもへの虐待の発生件数は増え続け、平成23年度は全国で59,919件に達し、最多件数を更新しています。牛久市でも平成24年度は53人の虐待事例が発生しています。最近は晩婚化・出産年齢の高齢化により、里帰りしたくても親が高齢で介護を受けていたり、死亡していたりするため、「身近な支援者がいない」という事例が目立ちます。子育ては誰でも最初は手さぐりで始まりますが、インターネットなどで情報収集しながら孤軍奮闘しているうちに、「いつの間にか虐待に陥っていた」という痛々しい母親も多くなりました。

## ■ ひとりぼっちの親をつくらない

このように、社会情勢が複雑化する中、子育てに何らかの不安や困難を抱え、「孤育て」に苦しむ親は増えています。家族が身近な地域の中で温かく見守られ、子どもを通して地域と親がつながり、地域もさらに明るくなる、そのような地域づくりが期待されています。

## ■ 子どもを虐待から守るために

- 「虐待を受けているのではないか」と気になる子どもを発見した時には、ためらわずに行動を起こしましょう。相談や通告は下記までご連絡ください。  
※ 通告者の秘密は固く守られます。
- 地域全体で子どもを育て、家族を支えていくことが虐待の未然防止につながります。日頃から地域において「あいさつや声かけ」を積極的に行い、子育て中の家族を温かく見守りましょう。

### 相談や通告はこちらまで

- ◆ 牛久市役所児童福祉課(家庭児童相談室) ☎ 内線1734
- ◆ 土浦児童相談所 ☎ 821-4595
- ◆ いばらき虐待ホットライン(24時間対応) ☎ 0293-22-0293
- ◆ こどもホットライン ☎ 029-221-8181
- ◆ 児童相談所全国共通ダイヤル ☎ 0570-064-000

## 【虐待の種類】

### ■ 身体的虐待

殴る、蹴る、投げ落とす、激しく揺さぶる(赤ちゃんを激しく揺さぶらないで!)、やけどを負わせる、溺れさせる など

### ■ ネグレクト

家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かない など

### ■ 心理的虐待

言葉による脅し(お前を産まなければよかった、死ぬ、消えてしまえなど)、無視、兄弟姉妹間での差別的な扱い、子どもの目の前でDV(ドメスティック・バイオレンス)を行うことなど

### ■ 性的虐待

子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など

## ■ 子育ては一人で悩まずに

子育て中にはさまざまな不安や心配を感じる時があります。子育てに悩んでいるとき、子育てが「しんどい」と感じているときには一人で悩まず、下記までご相談ください。※ 相談者の秘密は固く守られます。



# 国民健康保険の加入・脱退の手続きはお済みですか？

## こんなときは医療年金課に届け出を！

職場の健康保険をやめたときや職場の健康保険に加入したときは手続きが必要です。このような事実が発生したときは医療年金課窓口にも必ず届け出をしてください。

### ■ 職場の健康保険をやめたとき

職場の健康保険をやめた証明書(資格喪失証明書、退職証明書、離職票など)と印鑑をお持ちになって、国民健康保険加入の手続きを行ってください。

### ■ 職場の健康保険に加入したとき

職場の健康保険証と国民健康保険証、印鑑をお持ちになって国民健康保険喪失(脱退)の手続きを行ってください。

### 加入の届け出が遅れると…

加入資格が発生した時点までさかのぼって保険税を支払うことになります。またその間の医療費は全額自己負担となります。

### 脱退の届け出が遅れると…

資格がなくなってから国民健康保険で診療を受けた場合、国民健康保険で負担した分の医療費は返していただくことになります。また保険税が二重払いになってしまうこともあります。

そのほか、子どもが生まれたとき、家族の健康保険の被扶養者からはずれたとき、または被扶養者になったとき、住所、世帯主、氏名が変わったときなども届け出が必要です。詳しくは医療年金課国保グループまでお尋ねください。

**問** 医療年金課国保グループ ☎内線1724、1726



## 借金にお悩みの方・無料法律相談会開催

借金の返済でお困りの方を対象に無料法律相談会が茨城県主催で開催されます。弁護士、司法書士が相談に応じます。また、各会場で「心の健康相談」も併せて実施します(秘密厳守)。

希望される方はお問い合わせください。

| 開催日時      |                | 開催場所                          |
|-----------|----------------|-------------------------------|
| 11月10日(日) | 午後1時<br>～2時30分 | 茨城県水戸合同庁舎(水戸市柵町1-3-1)         |
| 11月11日(月) |                | 茨城県土浦合同庁舎第一分庁舎(土浦市真鍋5-17-26)  |
| 11月12日(火) |                | 古河市三和庁舎(古河市仁連2065)            |
| 11月13日(水) |                | つくば市豊里地域交流センター(つくば市高野1197-20) |
| 11月14日(木) |                | 神栖市保健・福祉会館(神栖市溝口1746-1)       |
| 11月15日(金) |                | 日立シビックセンター(日立市幸町1-21-1)       |
| 11月16日(土) |                | 茨城県水戸合同庁舎(水戸市柵町1-3-1)         |

### 【申し込み・問い合わせ】

ご相談は **事前予約制** です。各会場開催日の前日まで受け付けます。

(平日午前8時30分～午後5時15分) ※定員になり次第、締め切り。

**申・問** 県生活環境部生活文化課 ☎029-301-2829 FAX029-301-2848





# 消費生活センター だより

消費生活に関するご相談は牛久市消費生活センターへ  
【相談日】 月～金曜日(午前9時～午後4時)

【問い合わせ】 牛久市消費生活センター ☎830-8802 FAX830-8803

## 安価なブランド品にご注意!

### 事例

インターネットのショッピングサイトでブランドバッグが格安販売されているのを見つけ、指定口座に代金を振り込んだが商品が届かない。電話やメールをするが、連絡がつかなくなり販売サイトも消滅してしまった。

### 対処方法

ネットショップでブランド品を安価で購入したが商品が届かないといったトラブルや、ニセモノを送り付けられた上、返品や返金の申し出に応じないといったトラブルが若者層を中心に発生しています。振り込んだお金を取り戻すことは困難です。詐欺が疑われる場合は、警察へ相談しましょう。

このようなトラブルには以下のような傾向があります。注意しましょう。

- ◆ドメイン名やURLに扱っているブランド名が含まれている。
- ◆人気モデルであっても豊富な在庫があるように表示されている。
- ◆ネットショッピングではクレジットカード払いや代金引換払いなどの決済方法が一般的だが、銀行振込で前払いを指定する。口座名義が個人名である。
- ◆説明や、売り文句の日本語表記に不自然さがある。
- ◆サイト運営業者とは関わりのなさそうな外国から商品が送られてくる。

ネットは顔が見えません。販売品や価格で判断せず、安心して買えるショッピングかどうか見極めることが肝心です。



## 「牛久のわん・にゃんこ」



折原家(さくら台2丁目)の“ミンミちゃん”(ダックスフンド/メス/15歳) 甘えん坊のミンミ、家族がお出かけするといつも窓からちょこんと顔を出してとても可愛いです。3月に家族が増えて自分もお母さんになったつもりで、泣くと心配してくれる優しい一面もあります。これからも、元気で家族を明るくしてね。

※掲載希望の方は、環境政策課(☎内線1562)か下記宛先まで、住所、氏名、電話番号に写真とエピソード(100文字程度)を添えて郵送または、Eメール(kankyoku@city.ushiku.ibaraki.jp)でお送りください。

【応募先】 〒300-1292牛久市中央3-15-1 牛久市役所環境政策課  
「牛久のわん・にゃんこ係」

ドッグラン市民無料開放日 11月6日(水)・10日(日)・27日(水)

問 ツインギー・アンド・パラダイス(猪子町832-5) ☎886-6616

※この事業は、ツインギー・アンド・パラダイスのご厚意により、無償で行っています。  
※利用条件など、詳しくはツインギー・アンド・パラダイスへお問い合わせください。

犬ねこの失踪・保護に関する情報は、環境政策課(☎内線1562)へご連絡ください。  
また、環境政策課ホームページのペット110番をご覧ください。

問 環境政策課 ☎内線1562





# としょかん

HP <https://library.city.ushiku.ibaraki.jp/>

- 市中央図書館 ☎871-1400 午前9時～午後9時
- 市役所エスカード出張所 ☎871-1400(中央) 午前10時～午後7時
- リフレ図書カウンター ☎871-1400(中央) 午前9時～午後5時
- 奥野生涯学習センター図書室 ☎875-1133 午前9時～午後5時
- 三日月橋生涯学習センター図書室 ☎874-1340 午前9時～午後5時

## 牛久市立中央図書館開館20周年記念第2弾

# 折原みと氏講演会

**演題** ～「夢を叶える12の方法」～

110万部のベストセラーになった『時の輝き』の著者である人気マンガ家・小説家の折原みとさんをお迎えし、講演会を開催します。  
※講演会終了後にサイン会を行います。講師の著書をお持ちください。

**日時** 11月30日(土)

**開場**：午後1時、**開演**：午後1時30分

**場所** エスカード生涯学習センターエスカードホール(4階)  
※エスカードホールには専用の駐車場がありません。公共交通機関をご利用ください。

**定員** 250人(未就学児の入場はできません)  
※定員になり次第締め切り。

**申し込み方法** 11月5日(火)から電話または市中央図書館カウンターにてお申し込みください。

**申・問** 市中央図書館 ☎871-1400



【折原みと氏プロフィール】

茨城県石岡市出身。1985年角川書店『ASUKA』で少女マンガ家デビュー。1987年ポプラ社刊『ときめき時代つまさきだちの季節』で小説家デビュー。以来、講談社、ポプラ社、実業之日本社などを中心に、マンガ・小説を多数出版。また、エッセイ集・絵本・詩集・フォトエッセイ・料理レシピ本・CDなど幅広く活躍中。

特別整理期間に  
ご協力いただき  
ありがとうございました



## 返却日を守りましょう

次にお待ちの方のためにも、借りた資料は期限までに返却してください。期限を過ぎても返却されない場合は、資料の貸出・予約などを制限させていただくことがあります。



### 読書団体連合会第6回自主講座

メインテーマ ～樋口一葉と私～

**日時** 11月9日(土)午後2時～

**場所** 市中央図書館視聴覚室(2階)

**演題** 「作品論  
一大つごもり・十三夜・にぎりえ」  
**講師** 齋藤 教子氏(元東京都立目黒高等学校校長・樋口一葉研究家)

**入場料** 無料 ※席は自由。

**主催** 牛久市読書団体連合会

**問** 市中央図書館 ☎871-1400

11月の行事予定 <場所：市中央図書館>

◆映画上映会◆ 11月17日(日)午後2時

『にんじん(洋画・吹替版)』

◆牛久おもちゃ病院◆ 11月17日(日)午前10時～正午

\*おはなしよんで…毎週水曜日午後2時

\*おはなし会…毎週土曜日午後2時 ※2日・23日はお休みします。

\*おはなしとんとん…毎月第2日曜日午前11時

\*うさちゃんきいて…毎月第3金曜日午前10時30分

11月の休館日 ★全館休館日…11日(月)・25日(月)

★市役所エスカード出張所は4日(月・振休)・23日(土・祝)も休館

## 加盟団体紹介

### 牛久市レクリエーション協会

スポーツダンスで健康と輝き！楽しく技術を学びキラキラと輝く時間を共有しませんか？親睦と仲間づくりに4カ月ごとにミニパーティー、年1回の一泊研修旅行、福祉を目的に年3回のチャリティーパーティーを開催しています。入会、見学は会場にて随時受付です。

【定期練習・場所】スポーツダンス講習会

○中級者コース：毎週日曜日午後6時30分～9時

向台小体育館または三日月橋生涯学習センター

○初級者コース：毎週日曜日午前9時30分～11時30分

三日月橋生涯学習センター

○初心者コース：毎週火曜日

午前9時30分～11時30分

三日月橋生涯学習センター

【入会金】なし、【月会費】1,000円

【保険】牛久市スポーツ保険に加入

(個人加入可)



チャリティーダンスパーティーの様です。

問 馬上<sup>もうえ</sup>☎・FAX843-5700

### 牛久市ゲートボール連合会

ゲートボールは競技者相互の親睦を図り、健康増進に寄与することを目的とするスポーツです。ゲートボールは脳の活性化と若さを保つことに役立ちます。いつからでも始められます。初心者の方もいつでも加入できます。練習日に現地に来てください。練習用の用具は用意してあります。

【定期練習】月・火・木曜日午前9時～正午

【場所】刈谷ゲートボール場



ねんりんピックよさこい高知2013  
平成25年10月26日～28日 チーム名：牛久豊友会<sup>うしくほうゆうかい</sup>

問 浅野☎872-1918

# 牛久市文化協会だより

(139)

牛久市文化協会事務局(生涯学習課内)  
☎・FAX886-8993

## 加盟団体紹介

HIRO LANI フラストアジオ

(代表：世川博子☎873-3498)

私の町牛久に根を張り、フラを広め、楽しんで貰いたいという願いがありました。

幼稚園生から70代まで、11年間みんな明るく、思いやりの心で楽しんでいきます。健康な心と身体に素敵なフラが芽生えます。まず一歩踏み出しましょう。



## 催し物のご案内

### ●第31回土浦各流合同謡と仕舞の会

日時 11月10日(日)午前10時～午後4時30分

場所 土浦亀城プラザ

入場料 無料

問 牛久松謡会(中川)☎874-6023

### ●新華扇流おさらい会

日時 11月16日(土)開場午前10時、開演午前11時

場所 エスカード生涯学習センターエスカードホール(イズミヤ4階)

入場料 無料

問 日本のおどり 嵯座(伏見)☎090-2901-7002

新華扇流治嵯会(栗島)☎872-6041

### ●八重花会おさらい会

日時 12月1日(日)開場午後0時30分、開演午後1時

場所 エスカード生涯学習センターエスカードホール(イズミヤ4階)

入場料 無料

問 花柳流八重花会(藤田)☎873-7851



# 再発見・牛久第十八話

牛久市文化財保護審議委員

栗原 功

## 小川(芋銭)家系譜⑩

佐々木・木村・小川

西郷隆盛が牛久宿本陣に立ち寄る

小川芋銭が牛久藩士の父賢勝からの口伝

水戸方面への往きか復りに

— 明治元年(1868年)に —

芋銭の父賢勝からの口伝の要点は次のようだ。

一年譜(西郷関係の資料)には出てないかと思いますが、父の話によりますと、明治元年に西郷隆盛が水戸方面への往きか復りに、牛久宿の本陣に休憩のため立ち寄ったそうです。その時の西郷さんは官軍の参謀ですから、小藩の牛久としては、もう怖い恐ろしい存在です。それで藩の主だった者が揃ってごきげん伺いに本陣へ出頭しましたところ、西郷さんは大きな声で「一同のもの、勤皇のことは承知であろうなア」とおっしゃって、あたりをじろっと見回したそうです。出頭した面々は、ただもう「へへ……え」と頭を下げるばかりだったそうです。

### 大総督軍参謀西郷隆盛

慶応4年(この年9月8日に明治に改元)1月7日の夜、新政府総裁(総理大臣に相当する)有栖川宮熾仁親王が小御所

(御所内)に公卿と諸藩主を集め、「徳川慶喜は朝廷を欺く大逆無道の敵」と断じて、その追討令(討ち取ることを発した。ところが、その直後に、明治天皇の叔母にあたる静寛院宮(和宮)。熾仁親王の許婚。前々將軍家茂未亡人)が侍女の土御門藤子を上京させ、参与岩倉具視に「慶喜助命と徳川家家名存続」の直書を差し出させて、寛典論による寛大な処分の内旨(内々の沙汰)を得た。慶喜の寛大な処分の背景には、慶喜の生家水戸徳川家の第二代光圀が尊王敬幕の思想に立ち、大日本史の編さんに着手し、皇統は南朝を正統としていたことと、慶喜の生母文明(登美宮吉子。水戸藩第九代藩主斉昭夫人)の父は南朝系の有栖川宮熾仁親王(新政府総裁熾仁親王の祖父)であったことが挙げられよう。

一方の旧幕府では、2月11日の江戸城内における旧重臣会議の席上で、慶喜が若年寄大久保一翁と陸軍総裁(または軍事取扱)勝海舟に諸事を任せ、その翌日上野寛永寺の塔頭・大寺院の書院(葵の間)に入り、以後ここにもって謹慎した。(大久保の発議によつて慶応3年10月に徳川第十五代將軍慶喜が朝廷へ大政を奉還した。大政奉還は坂本竜馬らにも多大な影響を与えた)

新政府では、総裁の熾仁親王が、東征大総督軍の大総督に任命されて、参内(内裏(天皇の住居)し、明治天皇より、錦旗(朝敵を討伐する官軍標章)と節刀(天皇の権

限を代行する意味を持つ)を授けられた。

2月15日、薩・長など22藩の藩兵で編成された五万余の東征大総督軍が京都を立つて東海・東山・北陸の三道を江戸へ進撃を開始した。

東海道を進撃する大総督軍の本隊は、3月5日に駿府城(現静岡市)に着き、ここに本営をおいた。参謀の西郷隆盛は、大総督有栖川宮親王に「3月15日に江戸城を総攻撃するよう」進言し、決裁後に全軍に命令した。

前將軍慶喜は、3月6日に、自分の謹慎の地と江戸城明け渡しなどについて、大総督軍参謀西郷と談判するため、自分の警衛にあつて旧幕府精鋭隊頭取山岡鉄舟を使者に立てた。もう一方で慶喜は、寛永寺座主の輪王寺宮親王に大総督軍の本営に行つて、大総督有栖川宮親王と会い、江戸百万市民のために江戸城無血開城と兵火を回避する懇請をしてくるように依頼していた。山岡は、3月9日に大総督軍本営に着き、西郷に面会を申し入れた。半日余りの西郷・山岡両者の巧みな駆け引きがあつた。その結果、公式に西郷・勝会談が行われることになった。

3月13・14両日の江戸薩摩藩邸における西郷・勝会談では、「江戸城無血開城と慶喜の水戸での謹慎」などが決まつた。

ところで、これより14年前の安政元年(1854年)、西郷が28歳のとき、水戸藩江戸小石川の中屋敷において、慶喜の父で同藩第九代藩主徳川斉昭の側用人藤田東湖に出会つた。東湖は24歳のとき、藩主斉昭のもとで郡奉行に挙げられると経世済民に留意した。水戸藩は光圀以来の水戸学といわれる尊王攘夷思想の発祥地。東湖著『回天詩史』は「三度死を決して而して死せず、

二十五回刀水を渡る』で始まるが、これが諸国の尊王攘夷の青年思想家たちに多大の感化を与えた。もう一方東湖著『弘道館記述義』には尊王攘夷が記述されてあつた。そもそも水戸学という尊王攘夷は、光圀以来の尊王敬幕を基本理念としていた。諸国の志士らが唱えた尊王攘夷は、非常の時局の中で、倒幕運動さらに討幕運動のスロウガンに掲げただけであつたのだ。

東湖の人物像を熊本藩出身の横井小楠は「其人弁舌爽やかに、議論甚密(中略)色黒の大男、中々見事なり」と、西郷は「天下真に畏るべき人物無し、ただ其の真に畏るべきものは東湖あるのみ」とそれぞれ評している。東湖は翌安政2年(1855年)10月の江戸大地震(マグニチュード6.9。関東大震災は7.9)に遭い、小石川の中屋敷で圧死した。

折しも、次期(14代)將軍候補に慶喜を担ぐ老中首座阿部正弘、水戸藩主徳川斉昭(慶喜の父)、越前藩主松平慶永、宇和島藩主伊達宗城、薩摩藩主島津斉彬らと、紀伊徳川家の家茂を擁立する勢力が激しく争つた。西郷も斉彬の命令で越前藩士橋本左内らと慶喜擁立に奔走するが、阿部急死後の安政5年に大老に就任した井伊直弼によつて家茂が將軍継嗣に決められたのであつた。



西郷隆盛(写真提供：鹿児島市立西郷南洲顕彰館)

## 天皇陛下に 牛久産の米と粟を献上



皇居で行われた「新嘗祭献穀献納式」に参列した山越さんご夫妻(前列右から2人)と澤田さんご夫妻(前列左から2人)、(後列左から)池辺勝幸市長、茨城県農林水産部の宮本次長

10月24日、皇居で「新嘗祭献穀献納式」が行われました。

新嘗祭は、例年11月23日(勤労感謝の日)に皇居で行われる、新穀を供え感謝する行事です。起源は古く、『古事記』にも天照大御神が行ったことが記されている歴史あるもので、宮中恒例祭典の中の最も重要なものとされています。

それに先だって行われる「新嘗祭献穀献納式」は、新嘗祭に使用される米や粟を、各都道府県から選ばれた生産者が天皇陛下に献納するものです。毎年10月下旬に皇居で実施されています。

この栄えある行事に、茨城県を代表して牛久市から、下根町の山越康義さんご夫妻が米を、女化町の澤田辰夫さんご夫妻が粟を持ち寄り参列しました。献納された米と粟は、天皇陛下も召し上がること。天皇陛下からは、お礼とともに農作物の作柄状況などについてお尋ねがあり、参加者一同、感激もひとしおのことでした。

問 農業政策課 ☎ 内線1521、1522

## 市民体育祭開催！ 秋空の下、

## 元気に交流

10月13日、牛久・岡田・奥野各地区で市民体育祭が行われました。奥野地区では、俵ポッチに大き



「かぼちゃ引きリレー」では、コロコロ転がるかぼちゃに四苦八苦(奥野地区)



「〇×ゲーム」では、文化ホールの席数などが出題されました(岡田地区)



「スプーンレース」では子どもたちの顔も真剣(牛久地区)

なかぼちゃを載せてバランスとスピードを競う「かぼちゃ引きリレー」が行われ、勢い余って転倒するランナーも出るなど、会場は大いに盛り上がりました。岡田地区では、〇×エリアに分かれて勝ち抜き戦を行う「〇×ゲーム」を実施。頭も使う種目に参加者は歓声を上げていました。牛久地区の「スプーンレース」では、参加者は悪戦苦闘しながらスプーンの上に載せたボールを落とさないように走っていました。どの会場でも、健康増進を図りながら、市民同士が交流を深めました。



## 土浦・牛久場所開催



「幕内土俵入」では、稀勢の里関などが子どもを抱えて土俵上を一周

10月14日、土浦市の霞ヶ浦文化体育会館を会場に、平成25年秋巡業「天相撲土浦・牛久場所」が開催されました。この地方巡業は6年ぶり2回目の開催となり、牛久市出身の大関稀勢の里関や土浦市出身の高安関など、テレビでもおなじみの力士たちが参加し、本場所さながらの取組が見られました。土俵上では、「公開稽古」や「人氣力士とちびつこの稽古」などが行われ、普段はなかなか見られない大相撲の魅力に、観客の皆さんは大満足。そして、幕内取組に稀勢の里関が登場すると、観客からはこの日一番の声援が送られました。

## 自分で梨を収穫体験

9月10日、オーナーによる梨の収穫がスタートしました。生産者の中島さんの管理の下、たくさんのお梨となり、オーナーたちはそれぞれ収穫を楽しみました。

初日に訪れたのは、梨好きの山本さんご一家(左写真)。新聞記事を読んで、すぐに申し込んだそうです。ご主人の豊さんは、5カ月になる美陽ちゃんを抱っこした奥様の由里子さんと一緒に収穫を楽しみました。今回収穫された梨の「新高」は、爽やかな甘さとともに収穫後も長く保存できるのが特長。来年は皆さんもオーナーになってみませんか？



梨の収穫を楽しむ山本さんご一家

## 家庭教育学級合同研修会

10月4日、市中央生涯学習センター文化ホールで



「平成25年度牛久市家庭教育学級合同研修会」が開催されました。第1部「子育て演習」では岡田小学校教頭の立花勝行先生を招き、親子で子どもの声をいかにして聴くかを各場面を想定しながら、参加者と一緒に考えていきました。

第2部では、キャスター・エッセイストとしてご活躍中の浜尾朱美さん(右写真)を講師として、『地域ぐるみで子育て』竹取の翁・姫からあなたまで』をテーマに講演がありました。浜尾さんは、社会全体で子どもの育ちを支える重要性やキヤスター時代の体験などを語りました。また、コミュニケーションの崩壊が始まってきている世の中について疑問を呈するとともに、ご自身の子育て体験を語りました。

## 秋の全国交通安全運動街頭キャンペーン

9月19日、ツタヤ牛久店(さくら台1丁目)前の交差点で「秋の全国交通安全運動街頭キャンペーン」が実施されました。

早朝7時30分から牛久市交通安全対策協議会や牛久警察署などの関係団体約70人が参加し、赤信号で停止した車の運転者や歩行者に、シートベルトの着用と交通事故防止を呼び掛けました。それに合わせて、新米と反射キーホルダー、チラシなどの交通安全啓発品を配布しました。このような街頭キャンペーンは年間4回実施されています。



ドライバーに安全運転を呼び掛け



## チュニジアで国際貢献

9月20日、市内に在住の平田昌信さんがJICAボランティアとしてチュニジアに派遣されることを報告するために市役所を表敬訪問しました。

チュニジアでは現在、車が普及・拡大し、修理などの技術向上が急務となっています。平田さんは整備士としての経験を活かし、チュニジア国立の職業訓練センターの自動車整備科で、2年間技術指導などを行う予定です。平田さんは「現地で若者の雇用拡大に貢献し、頑張りたいです」と話しました。



チュニジアへ派遣された平田さん(写真右)

## 認知症と糖尿病の関連講演会

10月12日、市中央生涯学習センター文化ホールで(財)桐仁会と市主催による「第25回県民のための健康管理講座」が開催され、約700人の来場者が熱心に聞き入りました。

近年、認知症と糖尿病には関連性があると言われています。そこで、認知症研究の第一人者、筑波大学精神神経科教授・朝田隆先生をはじめ、糖尿病について鈴木浩明先生、運動について理学療法士である鈴木康裕先生、栄養全般について管理栄養士である岩部博子先生から「今日から取り組める日常生活のコツ」を具体的にお話いただきました。



講演する朝田隆先生

## 華やかな花を咲かせました

市内のグループホームで施設利用者とスタッフが大きなパッチワークを完成させました。

パッチワークは、スタッフに助けられながら施設利用者が端切れなどの布を切り縫いして約2カ月をかけて完成させたもので、色とりどりの布で作られた大輪の花火が表現されています。作成した皆さんは「スタッフに助けてもらいながら一緒に作りました」、「大変でしたが、完成したときはうれしかった」と話しました。



## 牛久ゴールデンボーイズが優勝!

<9月21~23日、山吹運動公園野球場(常陸太田市) 参加16チーム>  
熟年野球(50歳以上)の茨城県熟年野球県大会で、牛久ゴールデンボーイズが決勝戦でトンカチクラブ(ひたちなか市)に勝利し、見事優勝しました。



## リトル・メジャー優勝! 関東大会へ

牛久リトルリーグメジャーチーム(6年生)は、東関東連盟秋季大会(茨城・千葉30リーグ参加)で圧倒的な力を発揮し、優勝しました。

同チームのメジャー大会優勝は、2000年の全日本選手権大会以来の快挙で、11月開催の関東大会にコマを進めます。



## スポーツチャンピオンフェスティバル2013

### 第10回牛久遠的・近的弓道大会～遠的の部結果～ <9月29日、牛久運動広場、参加54人>

遠的個人

| 順位  | 高校の部             | 一般の部 |
|-----|------------------|------|
| 優勝  | 師岡怜奈<br>(牛久栄進高校) | 福嶋勝之 |
| 準優勝 | 利根川実華<br>(牛久高校)  | 高木勉  |
| 第3位 | 大山和樹<br>(牛久栄進高校) | 坂本允  |

遠的高校団体

<敬称略>

| 順位  | チーム名                       |
|-----|----------------------------|
| 優勝  | 牛久栄進高校 A チーム<br>(齊藤・塚田・師岡) |
| 準優勝 | 牛久栄進高校 B チーム<br>(森・鈴木・本多)  |
| 第3位 | 牛久高校 B チーム<br>(安部・利根川・岡田)  |

※本年は近的の部と遠的の部に分けて開催(近的の部は5月に実施済み)。

## 平成25年度秋季市民卓球大会結果

<9月21日、牛久運動公園体育館、参加128人>

男子ダブルス

| 順位  | 1位リーグ       | 2位リーグ       | 3位リーグ |
|-----|-------------|-------------|-------|
| 第1位 | 大出・須田       | 石添(敏)・羽賀(仁) | 柏倉・飯塚 |
| 第2位 | 石添(直)・羽賀(昭) | 坂上・山根       | 中村・狩野 |
| 第3位 | 山越・鴻巣       | 佐々木・石堂      |       |

女子ダブルス

<敬称略>

| 順位  | 1位リーグ          | 2位リーグ |
|-----|----------------|-------|
| 第1位 | 石添(容)・佐藤(春)    | 堀・渡辺  |
| 第2位 | 藤田・佐藤(真)       | 池田・小山 |
| 第3位 | 阿弥・佐藤<br>上杉・相澤 |       |

男子シングルス

| 順位  | 1位リーグ    | 2位リーグ     | 3位リーグ |
|-----|----------|-----------|-------|
| 第1位 | 石添       | 堂下        | 柴山    |
| 第2位 | 須田       | 木村        | 中村    |
| 第3位 | 羽賀<br>大出 | 山本<br>佐々木 |       |

女子シングルス

| 順位  | 1位リーグ       | 2位リーグ    |
|-----|-------------|----------|
| 第1位 | 上杉          | 佐藤(真)    |
| 第2位 | 石添(容)       | 上杉       |
| 第3位 | 佐藤(春)<br>阿弥 | 山崎<br>小山 |

## 牛久野球連盟

### 第42回市内親善秋季野球大会結果

<9月1～29日、牛久運動公園、参加56チーム>

Aブロック

| 順位  | チーム名              |
|-----|-------------------|
| 優勝  | Pleasure          |
| 準優勝 | チームさくら            |
| 第3位 | 茨城マーリンズ<br>ビッグエイト |



Bブロック

| 順位  | チーム名              |
|-----|-------------------|
| 優勝  | ティガース茨城           |
| 準優勝 | joker             |
| 第3位 | K-Boys<br>Forever |



## 平成25年度牛久市中学校

### 新人体育大会(野球の部)結果

<9月27日・28日、牛久運動公園、参加市内5中学校>

| 順位  | 学校名     |
|-----|---------|
| 優勝  | 牛久南中学校  |
| 準優勝 | 下根中学校   |
| 第3位 | 牛久第一中学校 |





# しあわせをよぶレシピ

問 健康管理課(市保健センター内) ☎内線1743

## 「フライパンひとつでできる! 簡単ひじきの煮物」



1人分53kcal

和風のお惣菜を下準備から仕上げまでフライパンひとつで手軽に作りましょう。ひじきを短時間でもどすので、うまみもしっかり残り、うす味でもおいしく仕上がります。ふたをして蒸し煮にすることで、ふっくらと軟らかくなり、お子さんも食べやすくなります。



メニューを考えた  
牛久市ヘルスマイトの皆さん



ひじきには食物繊維のほか、鉄分やカルシウムも多く含まれています。

芽の部分を芽ひじき、茎の部分を長ひじきと呼びます。

### 作り方と材料(4人分)

| 材料      | 分量    | 作り方                                                                                                                                                                                                 |
|---------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ひじき(乾燥) | 20g   | (1) にんじんと油揚げはせん切りにする。<br>(2) 乾燥ひじきをフライパンに入れ、ひたひたになるように水を(分量外)を入れ、ふたをして火にかける。<br>(3) 沸騰したら、火を止めそのまま5分おき、ふたをずらして湯を捨てる。さらに(1)と分量の水を入れ、ふたをして弱火で蒸し煮にする。<br>(4) にんじんが軟らかくなったら、しょうゆで味を調え、最後にかつお節を混ぜてできあがり。 |
| にんじん    | 100g  |                                                                                                                                                                                                     |
| 油揚げ     | 1枚    |                                                                                                                                                                                                     |
| 水       | 100ml |                                                                                                                                                                                                     |
| しょうゆ    | 大さじ1  |                                                                                                                                                                                                     |
| かつお節    | 5g    |                                                                                                                                                                                                     |

## ちょっと休憩 ばれいく

### 短歌・俳句・山柳 コーナー

秋鯖に味噌の味良し妻の膳  
中央 いしなべ雪風

泥田より神秘の出現蓮の花  
南 たんぼぼ

晴天に稲穂揃いしきらめけり  
下根町 菅原さん

声もなく錦織り上げ時が逝く  
久野町 神田さん

人知れず陰で紅引く曼珠沙華  
小坂町 保井さん

還暦を迎えし気持は若葉なり  
神谷 山崎さん

すず虫も夜のライブで金の声  
刈谷町 小山さん

虫すだく夜空は冴えて秋に入る  
小坂町 飯塚さん

月冴えて灯もかすみたる今日の宿  
刈谷町 土屋さん

コーヒータイム虫の合唱聞き明月見ゆ  
田宮 岡村さん

秋の陽のあまねく溢れ木屋の  
香りほのかに母の忌近づく  
南 飯塚さん

このコーナーでは、市民の皆さんから寄せられたイラストや俳句、川柳などを紹介しています。なお、お便りには住所と氏名、電話番号を記入してください。また、匿名希望の方は、その旨記入してください。ペンネームもOKです。紙面の都合上、全てを掲載できない場合がありますが、今後たくさんのお便りをお待ちしています。

【あて先】 〒300-1292 牛久市中央3-15-1 「広報うしくちょっと休憩」係  
Eメール [shimin@city.ushiku.ibaraki.jp](mailto:shimin@city.ushiku.ibaraki.jp)



# 暮らしの情報



問…問い合わせ  
 申…申し込み  
 HP…ホームページアドレス  
 牛久市役所 ☎029-873-2111(代表)

## 牛久市市政情報誌を 発行します！

市民の皆さんと牛久の未来を語る、「市政情報誌」。毎号、さまざまなテーマを取り上げ、牛久市の今の姿と、将来像を皆さんと共有していきたいと考えています。

創刊号のテーマは「数字で見る、うしくの子育て・教育」。11月15日号と併せて各戸に配布しますので、ぜひご覧ください。



※現在制作中の為、内容については変更となる可能性があります。

行政経営課 ☎内線 3301

## 猪子踏切の通行止めのお知らせ

猪子踏切に歩道を整備するため、左記期間において車両通行止めの交通規制を行います。長期間にわたり、ご迷惑をお掛けしますが、迂回などご協力をお願いいたします。なお、歩行者・自転車は通行可能です。



通行止め期間 11月9日(土)午後10時～平成26年1月31日(金)午前10時

※(全面通行止め): 11月9日(土)午後10時～10日(日)午前5時

道路建設課 ☎内線 2511

## 新しい教育委員長が 就任しました

教育委員会委員の佐藤允通氏と池田孝子氏が9月30日をもって退任したことに伴い、10月1日から新たに宮原節子氏と芦田亜里香氏が教育委員会委員に任命されました。



芦田亜里香氏(新任)



宮原節子氏(新任)

また、10月1日に市教育委員会臨時会が開催され、後藤雅宣氏が委員長に、石井美知夫氏が委員長職務代理者に選出されました。現在の教育委員を紹介します。

委員長 後藤雅宣氏  
 委員長職務代理者 石井美知夫氏  
 委員 宮原節子氏(新任)  
 委員 芦田亜里香氏(新任)

教育長 染谷郁夫氏

【平成25年9月30日付】

退任 佐藤允通氏、池田孝子氏  
 教育総務課 ☎内線 3012

## 陸上自衛隊幹部学校 学生の現地学生教育

陸上自衛隊幹部学校学生が現地学生教育のため、奥野運動広場内

および駐車場において地図判読、地形研究および討議を行います。

日時 11月15日(金)午前9時～午後3時

場所 奥野運動広場および駐車場 ※人数は約110人、車両は乗用車

2両、マイクロバス8両が参加。 ※担当は陸上自衛隊幹部学校教育部

戦術第2教官室山本真也 ☎03・5721・7009(内線4555)

交通防災課危機管理室 ☎内線 1690、1691

## 点字電話帳(茨城県 版)設置

東日本電信電話株式会社(NTT東日本)の社会貢献活動の一環として、点字電話帳茨城県版が発行されました。市内では、市役所総合案内、社会福祉課、総合福祉センター、中央図書館、牛久市社会福祉協議会に設置しています。

点字電話帳には、茨城県内の行政機関、福祉施設、電気、ガス、水道、医療機関、交通機関、緊急ダイヤル、各種相談、テレホンサービスなど皆さんの生活に密接に関わる機関の電話番号が掲載されていますので、ぜひご利用ください。

社会福祉課 ☎内線 1711

# 平成26年度 認可保育園入園児童募集

【入園の基準】 保護者や同居の家族が、次のいずれかに該当し、また同居の家族やその他の方もお子さんを保育できない場合(就労などが1日5時間および月16日以上)

1. 家の外で働いている場合(求職中の方含む)
2. 家庭内で家事以外の仕事をしている場合
3. 妊娠、出産、病気または心身に障がいのある場合
4. 病人や心身障がい者を常時介護している場合
5. 震災、風水害または火災などの災害に遭った場合
6. 市長が認める1～5の状態に類する場合

【募集人数】 10月1日現在の入園児童数を基にしています。その後の入園状況によって、募集人数が変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

※平成27年4月に牛久小学校内に牛久市社会福祉協議会運営の保育園が開園し、公立保育園の上町保育園が平成26年度末で閉園する計画があります。上町保育園の児童は牛久小学校内の新設保育園に転園する予定です。その他の公立保育園についても、順次、牛久市社会福祉協議会運営の保育園となる計画です。

【申込書の配布場所】 保育園課(市ホームページでダウンロードができます)

【申し込み方法】 保育園入園申込書および必要書類を全て整え、申込受付日に提出してください。受付時に聞き取り調査がありますので、郵送での提出はご遠慮ください。

【申込受付日】 12月7日(土)・8日(日)の午前8時30分～午後5時15分※定員に達しない場合には、二次・三次受け付けを行います。

【受付場所】 市役所本庁舎総合案内ロビー(2階)

★予約入園(0歳児の5月以降の入園)… 育児休業後に復帰予定の方で、0歳児の5月以降の入園を希望する場合は、平成26年4月8日(火)までにお申し込みください。詳細については、お問い合わせください(予約の募集人数は4月の入園状況により決定します)。

| 保育園名         |                      | 募集人数 |    |    |    |    |    |
|--------------|----------------------|------|----|----|----|----|----|
|              |                      | 0歳   | 1歳 | 2歳 | 3歳 | 4歳 | 5歳 |
| 公立           | 上町保育園                | —    | 17 | 0  | 0  | 0  | 0  |
|              | つつじが丘保育園             | —    | 11 | 0  | 2  | 0  | 0  |
|              | 向原保育園                | —    | 7  | 7  | 2  | 1  | 1  |
|              | 栄町保育園                | 11   | 10 | 2  | 0  | 0  | 0  |
|              | 下根保育園                | 18   | 11 | 0  | 0  | 0  | 0  |
| 私立           | つばめ保育園               | 9    | 6  | 3  | —  | —  | —  |
|              | つばめ保育園牛久駅前分園         | 6    | 3  | 0  | —  | —  | —  |
|              | ふたばランド保育園            | 12   | 0  | 12 | 0  | 0  | 0  |
|              | つつじが丘ふたばランド保育園       | 24   | 0  | 10 | 1  | 4  | 2  |
|              | 牛久ひかり保育園             | 12   | 0  | 6  | 2  | 9  | 5  |
|              | 牛久ふれあい保育園            | 15   | 2  | 0  | 0  | 0  | 0  |
|              | 牛久ふれあい保育園ひたち野うしく駅前分園 | 9    | 6  | —  | —  | —  | —  |
|              | (仮称)牛久ふれあい保育園牛久駅前分園  | 6    | 6  | —  | —  | —  | —  |
|              | 牛久保育園                | 14   | 1  | 0  | 2  | 0  | 1  |
|              | ひたち野うしく保育園つくしんぼ      | 12   | 9  | 5  | 1  | 2  | 6  |
|              | 牛久みらい保育園             | 15   | 3  | 0  | 0  | 3  | 13 |
|              | 奥野さくらふれあい保育園         | 9    | 3  | 5  | 7  | 5  | 5  |
|              | (仮称)牛久さくら保育園         | 24   | 24 | 24 | 26 | 26 | 26 |
| (仮称)牛久めぐみ保育園 | 10                   | 16   | 22 | 24 | 24 | 24 |    |

## 【新規保育園の開園などについて】

(園の概要は市ホームページをご覧ください。)

- (仮称)牛久ふれあい保育園牛久駅前分園：平成26年2月にエスカート牛久1階に0歳児・1歳児をお預かりする保育園として開園する予定です。12月の受付時に2月入園と4月入園の申し込みを受け付けます。
- (仮称)牛久さくら保育園・(仮称)牛久めぐみ保育園：平成26年4月に牛久市下根町地内に開園します(牛久運動公園東側および西側)。
- つばめ保育園：平成26年4月から、0歳児から2歳児までの保育園となります。

## 【認定こども園の開園について】

- うしく文化認定子ども園：平成26年4月に幼保一体型認定こども園が開園します。認定こども園の保育園部への入園を希望する方は、直接園に申し込むことになります。問 つばめ保育園 ☎871-5740

問 保育園課 ☎内線1761、1762

## 児童クラブ入級の児童 募集(平成26年度)

留守家庭児童の放課後対策として、市内小学生を対象に児童クラブ(学童保育)を開設しています。利用するには毎年申請が必要です。

開設時間 【通常】授業終了後～午後6時(夏休みなどは午前8時～午後6時)、「延長利用」授業終了後～午後7時(夏休みなどは午前7時～午後7時)

閉級日 日曜日、祝日(振替日を含む)、お盆休み(8月12日～16日)、年末年始(12月29日～1月3日)

場所 市内各小学校、神谷小さくら台児童クラブ

内容 遊びを主体とした生活指導 ※児童の帰宅は、原則として保護者など信頼のおける大人の迎えを必要とします。

対象 市内の小学校に在学し、各児童クラブに通級できる市内在住の小学校1年生から6年生で次に該当する児童

①放課後などに保護者が勤務などのため、留守家庭になる児童

②放課後などに保護者ならびに同居の親族、そのほかの方から適切な保護を受けられない児童

※ただし、次のような児童は入級

できません。

・保護者が週2日以上勤務などをしていない場合

・児童クラブでの集団行動が行動面、健康面などで不適と認められる児童

費用 月額6000円(児童1人

につき月額3000円、おやつ・消耗品代が月額3000円)

※延長を利用する場合は別途月額2000円。土曜日利用の場合は別途月額1000円。

受付期間 12月7日(土)・8日(日)

の午前8時30分～午後5時15分

受付場所 市役所本庁舎総合案内フロアー(2階)

申込書の配布場所 市内の各公立保育園、市内の各児童クラブ、児童クラブ課(市のホームページからもダウンロードできます)

※平成25年度冬休みの入級は、11月29日(金)までに児童クラブ課へお申し込みください。

児童クラブ課 ☎内線3090、3091

## 牛久市環境美化の日

市では、環境美化意識の向上および地域の環境美化維持を目的と

して、11月の第3日曜日を「牛久市環境美化の日」に設定しています。快適な生活環境を確保するため、市内全域の清掃活動を実施します。市民の皆さんのご協力をお願いします。

日時 11月17日(日)午前8時～

※小雨決行(雨天の場合は、翌週となりません。また、一部行政区では実施時間などが異なることがありますので、回覧などでご確認ください)

場所 市内全域

内容 地域内の道路・公園・水辺などの公共の場所やその周辺の清掃活動を実施。

廃棄物対策課 ☎内線1571～1573

## 稀勢の里応援団イベ 稀勢の里応援団イベ

11月10日(日)から始まる「大相撲十一月場所」での稀勢の里関の勝数を予想してご応募ください。

的中した方には、「稀勢の里応援団加盟店」から賞品をプレゼントします(当選者多数の場合は抽選)。

なお、賞品の発送をもって、当選の発表に代えさせていただきます。

申し込み方法 場所中、「稀勢の里応援団のぼり」の立っている応援団加盟店にある応募用紙に、住所、氏名、年齢、電話番号、予想した勝数を記入の上、お買い物レシートを添付して応援団加盟店でご応募ください。

※1人1通の応募とさせていただきます。

申込締め切り日 11月17日(日)

牛久市観光協会 ☎874・5554 <http://www.kisenosato.e-ushiku.jp>

フリーマーケット

個人、グループ、プロ、アマチュアは問いません。初めての方も大歓迎。奮ってご参加ください。

日時 12月8日(日)午前10時～午後3時

場所 市中央生涯学習センター駐車場

出店料 (A)1区画2000円、(B)半区画1200円

定員 (A)30区画、(B)20区画

申し込み方法 はがきに①希望する区画(A、Bどちらかを必ず記載。「どちらでも」は不可)、②



# ブロック、コンクリート片・レンガ類回収実施のお知らせ

**回収日時** 11月30日(土) 午前9時～午後3時

**回収場所** 市中央生涯学習センター大駐車場

牛久クリーンセンターで通常回収できないごみについて、下記のとおり臨時に回収します。会場までご自身で搬入し、設置してあるコンテナに移し替えをお願いします。※搬入の際、受け付けを行いますので、牛久市民であることが確認できる物(運転免許証、保険証など)をお持ちください。

※大量にある場合は、直接下記の産業廃棄物収集運搬許可業者(有料)に依頼してください。

※牛久クリーンセンターで処理できるごみは「牛久市暮らしの便利帳(P57～P64)」を参照してください。

## ◆当日回収できる物

ご家庭で不要となった次の物が対象となります。

- ・ブロック、コンクリート片  
(乗用車などで運べる程度の量)
- ・レンガ類…赤レンガ、ガーデニングレンガ、タイルなど  
(乗用車などで運べる程度の量)

## ◆回収できない品目の例※下記の物は排出者の責任で処理をしてください。

- ・タイヤ、ホイール、バッテリーなど自動車用部品(販売店などへお願いします)
- ・爆発の恐れのあるもの
- ・有害物質
- ・医療廃棄物
- ・犬猫の死体など
- ・事業活動などにより生じたごみ
- ・ペンキが残っている缶
- ・農薬の缶(農協および販売店にご相談ください)
- ・消火器(廃消火器リサイクルシステムに従い、処理してください。(有料))※市内の指定引取場所：塚本産業(株) ☎872-2222

## ◆産業廃棄物収集運搬許可業者の一例※料金は自己負担となります。

- ・(株)そめや(さくら台4-35-1) ☎872-6685
- ・(有)ワタベ商会(岡見町2845-6) ☎873-1362

【お願い】年末の牛久クリーンセンターへのごみの持ち込みは大変混雑しますので、ごみ集積所に出せるごみは、集積所に出すようにお願いします。その他、ご不明な点は廃棄物対策課までお問い合わせください。

問 廃棄物対策課 ☎内線1571、1572

氏名(ふりがな)、③郵便番号、④住所、⑤確実に連絡のとれる電話番号(申し込み内容について問い合わせをすることがあります)、⑥出店品目(例：衣類、雑貨)を明記の上、「〒300・1292牛久市中央3・15・1牛久市商工観光課ゴツ多市係」宛てにご郵送ください。

※記入漏れなど、不備がある場合は受け付けできませんのでご注意ください。

※申し込みは1組1枚(2枚目以下)

降は無効。複数応募は不可。  
※電話、FAX、窓口での受け付けはできません。  
申込期間 11月1日(金)～11日(月) 必着※申し込みが定員を超えた場合は抽選(抽選結果は通知します)。  
問 商工観光課 ☎内線2552

## 元氣いばらき就職面接

若年者や離職者などの求職者を対象とした合同就職面接会を開

催します。会場内に事業所ごとにブースを設置し、各事業所の採用担当者や求職者が一同に会し、対面方式により面接選考や企業説明を行う面接会です。複数の企業の人事担当者と直接お会いできるチャンスです。履歴書は複数お持ちください。  
日時 12月3日(火) 午後1時30分～3時30分(受付は午後1時～)※予約不要。  
場所 県土浦合同庁舎(土浦市真鍋5・17・26)

対象 学生を除く若年者や離職中の求職者  
参加費 無料  
参加企業数 約20社  
※参加予定企業などの最新情報は「元氣いばらき就職面接会ホームページ」をご確認ください。  
問 いばらき就職支援センター 県南地区センター ☎825・3410 <http://www.pref.ibaraki.jp/bukyokul/kyokou/rosei/h25mensetu/index.html>

## 第38回牛久シティマラソン

市民ボランティア募集  
マラソン大会にボランティアとして参加してみませんか

牛久シティマラソン実行委員会は、ランナーの方への給水を主とした運営ボランティアを市民の方から募集しています。ご協力いただける方は電話でご連絡ください。

開催日 平成26年1月13日(月)  
成人の日

募集人数 40人

申込締め切り日 11月29日(金)

※募集人数に達した場合はこの日以前に締め切る場合があります。

申・問 第38回牛久シティマラソン実行委員会事務局(牛久運動公園内社会体育課) ☎873・2486

## みんなの広場 in クリーンセンター

みんなでやろう! 3R

日時 11月10日(日)午前10時~午後1時※雨天決行、デモ飛行のみ雨天中止。

場所 牛久クリーンセンター

内容 フリーマーケット、エコバッグにお絵かき、再生家具販

売、不用品で作る小物教室(参加を希望される方は、ご家庭で出た不用品(20cm四方程度の包装紙、チラシなど)をお持ちください)、ミニコンサート、陶芸・とんぼ玉・草木染め作品展、ラジコン飛行機展示・デモ飛行

※先着50人に紙飛行機おもちゃをプレゼント!

※ペットボトルキャップを5個以上お持ちいただいた方先着100人に、生ごみ再生堆肥と花の種セットをプレゼント。

入場料 無料  
問 牛久クリーンセンター ☎830・9333

## 奥野小地区社協「秋そば収穫祭」

毎年恒例、奥野小地区社協「秋そば収穫祭」を開催します。美味しいそばがきの無料配布も行います。皆さんお誘い合わせの上、お越しください。

日時 11月16日(土)午前10時~午後3時(予定)※雨天決行。

場所 奥野小地区社協事務所(旧中央保育園(牛久市正直町12

50・7))

内容 そばがき・けんちゃん汁無料配布(先着500人)、地元農家や企業の直売、お楽しみ抽選会など

問 奥野小地区社会福祉協議会 ☎080・6656・8491

## 親子ふれあい教室 参加者募集

日時 12月8日(日)【受付】午前8時30分、【開講式】午前9時

場所 市中央生涯学習センターほか

内容 リース作り、やきもの作り、しめ縄作り、ソーセージ作り、そば作り、パン作りの各教室

※各教室とも参加費あり。  
対象 親と子ども(市内に在住の小学生)

申し込み方法 11月9日(土)~24日(日)の午前9時~午後5時まで、市中央生涯学習センター

窓口へお申し込みください。先着順の受け付けとなります。

※各教室の定員や参加費の詳細は、インターネットで「青少年育成牛久市民会議」とご検索ください。

問 青少年育成牛久市民会議事務局 ☎871・2301

## 第27回茨城県水際線シンポジウム

水際線を活用した地域づくりについて県民の皆さんと一緒に考えるシンポジウムを開催します。今回は鬼怒川と小貝川を題材に流域の変遷と人との関わりについて講演とパネルディスカッションを行います。

日時 11月19日(火)午後1時15分~4時30分

場所 下妻市民文化会館

内容 テーマ「川と人とのふれあい」水辺を活かした地域づくり」(基調講演)宮村忠氏(関東学院大学名誉教授)、パネルディスカッション

参加費 無料(どなたでも自由に参加できます)

問 茨城県土木部河川課 ☎029・301・4485、下妻市建設課 ☎0296・43・2111 内線1712

「広報うしく」は、毎月1日号(行政区配布)と15日号(全戸ポストイング)の月2回発行しています。市ホームページでも全ての内容を掲載しています。

# 公共施設展示事業

牛久市では、平成22年度から優れた芸術作品を鑑賞する機会として「公共施設展示事業」を実施しています。本年度、市中央生涯学習センターロータリーに設置している立体作品が、前期の中山庄太郎さんの作品に代わり、10月から、うしく現代美術展出品作家の中村義孝さんによる石彫作品の展示に模様替えしました。

作品名は「男のトルソ」です。「トルソ」とはイタリア語で「胴体」や「果物の芯」を意味する言葉で造形芸術の世界では頭や手足が欠けた彫刻を指します。

中村さんに今回の作品についてお話を伺いました。

「力が全身にみなぎった男性像をトルソ立像として表現しました。この彫刻が中央生涯学習センターロータリーの空間を引き締める核となり、大樹のような生命力の象徴になればと願っています」と語る中村さん。

作品は平成26年3月までの展示となります。ぜひご覧ください。

問 生涯学習課 ☎871-2301



## 親子で遊ぼう！

### 市内保育園の子育て支援

毎月テーマを決めて親子で参加できる活動を行っています(対象年齢1歳児から就学前まで)。

※園開放日はどなたでも利用できますが、園行事などで利用できない場合があります。

| 保育園                                                     | 日程・内容                                                                                        | 園(庭)開放時間                               | 育児相談                                                |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 【ペンギンクラブ】☎871-5740<br>つばめ保育園<br>(遠山町764-1)              | 11月26日(火)「クリスマス製作」<br>時間10:00～                                                               | 園庭開放(土)<br>(要予約)<br>9:30～11:00         | 【子育てサロン・育児相談】<br>お母さん同士で話してみませんか。保育スタッフ、電話でも受け付けます。 |
| 【こころランド】☎873-5528<br>ふたばランド保育園<br>(中央5-5-2)             | 11月12日(火)「親子ふれあい遊び」<br>11月19日(火)「とおして遊ぼう(ひも通し)」<br>時間10:00～※30～40分程度の活動。開始時間までに来園。           | 園庭開放(月～金)<br>9:00～13:00<br>15:00～16:00 | 【育児相談】<br>子育てについて何でもご相談ください。園長・主任保育士・看護師が対応します。     |
| 【ピヨピヨひろば】☎871-6928<br>つつじが丘ふたばランド保育園<br>(田宮町199-1)      | 11月5日(火)「お散歩をしよう」<br>12月3日(火)「クリスマス飾りを作ろう」<br>時間10:00～※30～40分程度の活動。開始時間までに来園。                | 園開放(月～金)<br>9:00～13:00<br>15:00～16:00  |                                                     |
| 【くれよんぱーく】☎873-9560<br>牛久ふれあい保育園<br>(牛久町1606 向台小学校内)     | 11月14日(木)「あまーい千歳飴」<br>11月28日(木)「それゆけ秋ランド(散策活動)」<br>時間10:00～12:00※3日前までに電話で申し込み。              | 園庭開放(月～金)<br>(要予約)<br>10:00～12:00      | 【電話相談】<br>(月～金)13:00～17:00<br>保育士・看護師・栄養士がいます。      |
| 【たんぼぼひろば】☎886-9773<br>ひたち野うしく保育園つくしんぼ<br>(東端六町1286-1)   | 11月6日(水)「親子リズムあそび」<br>時間10:00～11:30※定員10組。<br>前日までに電話で申し込み。                                  | 園庭開放(月～金)<br>9:00～13:00<br>15:00～16:00 | 【電話相談】<br>園長・主任保育士・看護師がお話しをお伺いします。                  |
| 【カンガルーポケット】☎875-0056<br>奥野さくらふれあい保育園<br>(久野町725 奥野小学校内) | 11月19日(火)「秋を楽しもう」<br>時間9:30～11:00※前日までに電話で申し込み。                                              | 園庭開放(月～金)<br>9:30～11:00※前週までに申し込み。     | 【電話相談】<br>子育てに関する「不安」「迷い」「悩み」など、ご相談ください。            |
| 【としおちゃん】☎874-3993<br>牛久みらい保育園<br>(東端六町1260-11)          | 11月12日(火)・19日(火)「食事体験会」(要予約、食事代親子で450円)<br>時間11:00～<br>11月27日(水)「映画会」<br>時間10:15～※開始時間までに来園。 | 園庭開放<br>保育参観・参加<br>(月～金)<br>9:30～11:00 | 【電話相談】<br>子育てが「つらい」「困った」「話し相手がほしい」など、お気軽にご相談ください。   |



## 第74回ヘルシーボール教室

大人も子供も楽しく汗を流しましょう

日時 11月30日(土)午前9時～11時  
場所 牛久運動公園体育館サブアリーナ

対象 市内に在住・在勤の方。年齢は問いません。

参加費 大人のみ1000円(保険代として当日徴収)

※運動のできる服装で、上履きを持参してください。

申込締め切り日 11月27日(水)  
主催 ヘルシーボールサークル「Beヘルシー」

申・問 牛久市体育協会事務局 ☎ 873・2486

## イヤラウンドウォーク牛久市大会参加者募集

牛久沼かつばの小径を歩く

日時 11月10日(日)午前8時30分～

9時受け付け、午前9時集合、午前9時30分スタート※雨天決行。

集合場所 牛久駅東口ふれあい広場  
コース 10km団体歩行

牛久駅東口ふれあい広場～得月院～牛久城址～かつばの碑～三日月橋生涯学習センター(昼休

憩)～刈谷大橋～サワムラヤ靴店、解散午後2時

定員 150人(定員になり次第締め切り)※当日受け付けあり。

参加費 大人3000円(保険料含む)、小中学生無料※当日徴収、抽選会あり。

持ち物 飲物、昼食、レジャーシート、雨具など

申し込み方法 はがきに大会名、参加者全員の郵便番号、住所、

氏名、年齢、電話番号を記入の上、「〒300・1234牛久

市中央3・27・4サワムラヤ靴店」までお送りください。

申込締め切り日 11月5日(火)必着  
主催 (有)サワムラヤ靴店  
主管 牛久ウォーキングクラブ

共催 茨城県ウォーキング協会  
後援 牛久市

協力 茨城県ノルディック・ウォーク委員会  
入江 ☎ 873・2725

## 第34回つつじが丘合同文化祭

昼休みにビンゴゲームを行います。賞品をゲットしてください。

日時 11月10日(日)午前9時～午後4時

後4時

場所 牛久第二小学校体育館  
対象 どなたでも

共催 つつじが丘自治会、第2つつじが丘自治会

問 文化祭実行委員長(谷内) ☎ 72・3598

## 牛久栄進高等学校公開

本校教育に関心のある地域の皆さん(高校入試を控える中学生・保護者・学校関係者など)に教育活動の様子を公開します。授業、部活動、施設などを自由に見学することができます。

日程 11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後5時(事前申し込みは不要)

※詳細は、本校ホームページをご覧ください。

問 県立牛久栄進高等学校教務部(栗原、樫戸) ☎ 843・3110

## みのるの郷「みのる祭」

障害者施設「みのるの郷」は、7年目を迎えることができました。

今年も利用者・ボランティアさんの手作りバッグやぬいぐるみ、パン、コーヒーマーの販売や、模擬店の

焼きそばやたこ焼き、バザーなどの出店もあります。

日時 11月9日(土)午前10時～午後3時30分

場所 みのるの郷  
※模擬店やバザー販売は午前11時30分からです。

※食券は当日、受付でお買い求めください。

問 実行委員長(敷根) ☎ 869・8686

## ピア相談会

小児慢性特定疾患など長期に療養が必要なお子さんを子育て中の保護者の不安や悩みについて、ピア相談員がお聞きします。

一人で悩まないで、同じような経験を持つ仲間と話してみませんか。「ピア」とは「仲間」を意味します。

日時 11月21日(木)、12月5日(木)両日とも午前9時～正午、午後1時～4時※いずれの日も要予約(1件当たりの相談時間1時間程度)。

場所 竜ヶ崎保健所相談室(龍ヶ崎市2983・1)

※託児の準備はありません。

※託児の準備はありません。

※各相談日の1週間前までにお申し込みください。

**申・問** 竜ヶ崎保健所健康増進課  
☎0297・62・2172

## 第40回生活習慣病教室 (事前予約不要)

医師、各部門スタッフがあなたの疑問にお答えします。お気軽にご参加ください。

日時 11月15日(金)午後2時30分  
から約1時間

場所 牛久愛和総合病院B館2階  
大ホール

テーマ 「脳卒中くさあどうしよう!急に手足のちからが入らない!言葉がでない!」

講師 竹下幹彦医師(脳神経外科部長)

参加費 無料

**問** 牛久愛和総合病院総務課 ☎873・3111(代表)

## ワクチンの本当の話 kokorokoro特別講演会

近年、ワクチンと病気の関連性やその安全性に関してさまざまな議論がなされていますが、その接種は半ば義務化されています。子宮けいがんやインフルエンザなど

に代表されるワクチンの危険性を知り、それらとの向き合い方について一緒に学びましょう。

日時 11月14日(木)午後2時~4時  
場所 エスカード生涯学習センター  
ターエスカードスタジオ(4階)

講師 内海聡先生  
定員 100人

参加費 1000円

申し込み方法 メールで名前、連絡先、人数をお知らせください。

**問** 福祉作業所 kokorokoro  
☎873・4232 **Eメール**  
kokoromembers@gmail.com

## 講演会「放射能は地域 講演をどう変えたか」

福島第一原発事故による被災地から、その現状と問題点をお話しいただきます。

日時 11月16日(土)午後1時開  
場、午後1時30分~3時30分

場所 市中央生涯学習センター大  
講座室

講師 菅野清一氏(福島県川俣町  
議会議員)

参加費 300円(資料代)

**主催** 山崎久隆講演会実行委員会  
**問** 藤田 ☎080・5193・5218

## 牛久沼畔の歴史と自 然を楽しむ会

日時 11月16日(土)午前9時30  
分~正午

集合場所 得月院前駐車場(城中  
町)

内容 牛久城、城中貝塚、天神塚古墳などの遺跡に触れ、牛久沼とのかかわりから先人の暮らしをしのぶ。

定員 先着20人  
参加費 1人200円(資料、保険代)

**主催** NPO法人うしく里山の  
会・自然観察出前講座プロジェ  
クト

**申** NPO法人うしく里山の会  
事務局 ☎874・6600

## みかん狩りと雨引観 音・国土地理院見学

日時 11月15日(金)午前8時集合  
集合場所 牛久駅東口常陽銀行交差点を渡った左側のクリーニング店前

行程 集合場所午前8時30分発  
蜜柑園~雨引観音~国土地理

院~牛久駅東口着午後5時予定

参加費 2500円(バス代・保険・入  
園料・事務費※摘み取った蜜柑は持ち  
帰り300円/kg掛かります)

定員 30人

申し込み方法 ツアー名、住所、氏名、電話番号をご記入の上、郵送かFAXで申し込みください。

電話でも受け付けます。後日、参加確認とツアー詳細を記したはがきをお送りします。

申込締め切り日 11月6日(水)

**主催** 県南地域高齢者はつらつ百人委員会

**申・問** 百人委員会事務所(〒305・0044つくば市並木3・16・1横田AP102) **FAX** 858・0776、または鈴木

**☎・FAX** 876・6636、**☎** 90・3363・9380

## 筑波銀行年金無料相 談(要予約)

「裁定請求書」の作成・添付書類のご案内などのお手伝いをさせていただきます。

**第2土曜日年金相談会**  
日時 11月9日(土)午前10時~午後4時

場所 「すまいるプラザうしく」ひ  
たち野うしく支店内

**問** 筑波銀行牛久支店(蒲谷) ☎872・1310

## 平地林の手入れ作業「森林ボランティア」募集

身近にある平地林・里山をあなたの手で守り育てませんか。はじめての方・小さなお子さんのいるご家族も大歓迎。手入れされた木々は私たちにきれいな空気と元気をくれます。ご希望の方に薪の無料提供もします。

日時 11月17日(日)午前8時30分～正午

場所 岡見城城址(岡見町1567)※現地集合。

内容 下草刈り、伐採、枝打ち、持ち物 ナタ、カマ、のこぎり、作業服、手袋、飲み水、昼食、保険代1人300円(1家族500円)

※作業終了後とん汁を用意していません。

申・問 「木とふれあうネットワーク」事務局(阿部) ☎873・6424

## 歴史を語り合う会

日時 11月10日(日)午後2時～5時

場所 エスカード生涯学習センター第1講座室

演題 「古事記」の謎・第二話

内容 今回は古事記の中巻をお話

します。上巻は神話の世界でしたが、中巻は神武天皇から15代応神天皇までに起きたいろいろな事件が語られ、学校で習う日本史とは違う世界が開けます。神武は本当に紀元前660年に即位したのか? ヤマトタケルはなぜ死んだのか?

講師 津田征八氏

参加費 300円(資料代)

主催 牛久史談会

申・問 事務局(染谷) ☎090・7948・3361

## 新会員募集 ハワイの著名なクム(フラの指導者)に学んだ基礎を大切に レイラニ悦子先生の基本レッスンは、息が上がるらないのに毎回汗びっしょり(フラは有酸素運動です)。年齢を重ねても自分に合った美しいフラが踊れるよう、皆楽しく練習をしています。

日時 毎週土曜日(月4回)午前10時20分～正午

場所 市中央生涯学習センター中講座室

月会費 3000円

申・問 松本 ☎876・3974

## 牛久市景観ミステリーツアー参加者募集

日時 11月16日(土)午前9時15分集合

集合場所 市中央生涯学習センターロータリー

行き先 市内各所※午前9時30分～正午(予定)。

内容 「開拓地の記念碑を探そう!」

対象 どなたでも

定員 20人(先着順受け付け)

参加費 500円(資料代)

申し込み方法 電話、FAXまたはEメールでお申し込みください。

申・問 牛久市景観まちづくりネットワーク(坂) ☎・FAX 873・7903(電話午後6時以降受け付け) Eメール kyusaka@icoin.home.ne.jp

## プサルタリー&ギターアンサンブルオータムコンサート

〜古代ギリシャが発生の地と言われ、三角形の木製表面に弦を張った癒しの楽器です〜

日時 11月17日(日)開演午後1時30分(入場無料)

場所 ひたち野リフレリフレプラザ(2階)

出演 加藤誠とプサルタリーアンサンブル'Sola'他5団体

曲目 テイクファイブ、いそしぎ、花は咲くほか

申・問 加藤 ☎0297・82・6484

## 健康呼吸法体操のおもしろさ

日時 11月28日(木)の午後2時30分クラス

場所 エスカード生涯学習センター講座室(4階)

内容 タオルを使った気功による楽しいお手軽体操、健康維持を目的とした呼吸法

時間 約50分

効果 血行促進・免疫力向上・自然治癒力増強・自律神経のバランス・低体温の改善

参加費 1回につき500円(予約制)

申・問 NPO法人月曜クラブ(星野) ☎874・8766(月曜日)金曜日午後1時～7時

## 風邪予防・鼻炎ケアのためのアロマセラピーレッスン

風邪予防の知識を学び、アロマのハンドソープとケアジェルを作



# 牛久自然観察の森 11月のイベント

10日  
(日)

## 園長の里山ガイドツアー

～実りをむかえた晩秋の植物観察～

- \*午後1時～3時 \*参加無料
- \*ネイチャーセンター前集合
- \*当日受け付け \*荒天時中止

17日  
(日)

## ☆バードウォッチング☆

- \*午前9時～11時 \*参加無料
- \*ネイチャーセンター前集合
- \*当日受け付け \*荒天時中止



10日  
(日)

## 「赤ちゃんの ファーストスプーン作り」



赤ちゃんが始めて  
口にせるスプーン  
を手作りします。

雄製  
カフェラソチ

午前10時～午後2時  
材料費 1,000円  
昼食費 1人1,000円(希望される方のみ)

- \*ブレママ、ブレババ、そろそろ離乳食を始めるママ&ババ(先着5組)
- \*託児サービスあり(無料)
- \*電話で受け付け



### 【イベントの申し込み・お問い合わせ】

☎029-874-6600 FAX 029-874-6812

### 【開園時間】

午前9時～午後4時(入園無料)

11月の休園日:5日(火)、6日(水)、11日(月)、18日(月)、25日(月)、26日(火)、27日(水)

ります。

日時 11月24日(日)午前9時45分～11時30分

場所 市中央生涯学習センター小講堂

対象・定員 18歳以上の方20人(先着順)

材料費 800円(おつりが無いようにお願いします)

持ち物 筆記用具

申し込み方法 11月17日(日)までに電話でお申し込みください。

## 歯の何でも電話相談

歯に関する悩みや質問を無料で電話相談します。匿名でも結構ですので、お気軽にお電話ください。歯科医師が相談に応じます。

日時 11月17日(日)午後1時～4時

受付電話番号 ☎823・7930、☎835・0737

回答者 歯科医師  
相談料 無料

問 茨城県保険医協会 ☎823・7930 FAX 822・1341

## 牛久の巨樹

### 久野町観音寺のカヤ

この木は久野町観音寺境内の東側にある雌木です。「市民の木No.17」で、平成18年の調査では、幹周3・27m、樹高19・7mでした。カヤは宮城県以南九州屋久島に分布。牛久では斜面林や社寺境内に生育。樹皮は灰褐色から赤褐色で、縦に裂けます。葉は細長く、先は鋭く尖り、触れると痛いです。

雌雄異株。雄花は前年枝の葉腋。雌花は前年枝の先に付きます。球果は種皮に被われ、翌年秋に成熟。種子は倒卵状楕円形、長さ2～3cm。種子からとれる油は食用・頭髪用になります。材は甚盤、将棋盤として最高級品とされています。

《牛久の巨樹》94～95ページ掲載  
※『牛久の巨樹』は緑化推進課で販売中(一部1200円)。



資料提供: NPO法人うしく里山の会(樹木リサーチ)(文・石川満夫、写真・増田勝彦)

問 緑化推進課 ☎内線1511

# 伝えたい 残したい 20世紀のうしく



この写真は、昭和39年に岡田小学校で東京オリンピック開催を記念して撮影されたものです。当時、牛久町立の各学校で航空写真が撮られたそうです。

岡田小学校は、戦前の昭和13年に第一～第四尋常小学校を統合し、岡田尋常小学校と改称し、戦後の昭和22年に新制の岡田村立岡田小学校となり、昭和29年から町村合併により牛久町立岡田小学校となり、昭和61年に市制施行により牛久市立岡田小学校になりました。

(結束町・石山氏所蔵)

## 明治・大正・昭和初期の「昔のうしく」の写真を募集しています

皆様のご家庭に眠っている「昔のうしく」の写真はありませんか？市では今、そのような「昔のうしく」の写真、特に明治・大正・昭和初期の牛久の風景や施設、年中行事の様子が分かる写真を募集しています。「懐かしい」「残したい」写真がありましたら、ぜひご協力ください。

問 生涯学習課 ☎内線3031



牛久保育園のお友だちは、「お月見」をテーマにした作品と「お姫様のパネル」を披露してくれました。

パネルは、くりぬかれた段ボールを見た子どもたちが「お姫様にしよう！」とアイデアをふくらませて作りました。顔や手も出せるんですよ。頭に大きなりボンをつけたら、「ハイ、ポーズ」！

みんな、よくできましたね。

## 牛久保育園 のお友だち



さくらぐみ



平成25年11月1日(1108)号

発行・編集 / 牛久市市民活動課

〒300-1292 茨城県牛久市中央3丁目15番地1

☎029-873-2111 FAX029-873-2512 ホームページ <http://www.city.ushiku.lg.jp/>

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。