

県南地域は発生件数が多いんですよ

ええっ！

特集

## 高齢者を狙う詐欺

# 電話詐欺

かばんを盗ま  
携帯番号が変わ  
今日中にお金が必  
女性とトラブル

牛久市防犯連絡員

ラーツク



©SHINOBU ARIGA

### CONTENTS —主な内容—

- 02-05 | 特集 高齢者を狙う詐欺
- 06 | マイナンバーの通知カードはお手元に届きましたか？
- 08-09 | 平成27年第4回市議会定例会 提出予定議案
- 10-11 | 介護予防・日常生活支援総合事業を実施しています
- 12 | 年末年始 市内施設の業務情報



バッグを無くして弁償

必ず儲かる

# ちょっと待って!! その電話

お金が戻ります

ATMに行ってください

示談金を用意して

キャッシュカードを預かる

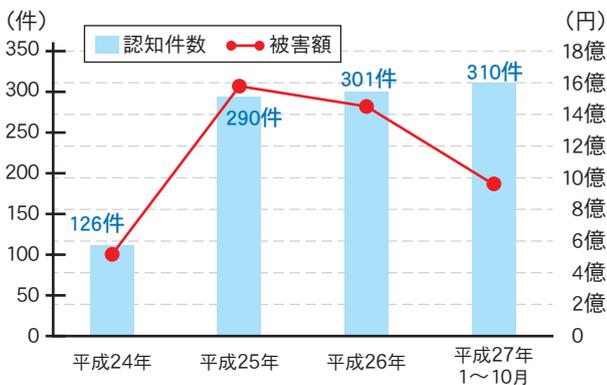
名義貸しは犯罪です

レターパックで現金を送って

## 詐欺被害の状況(茨城県内)

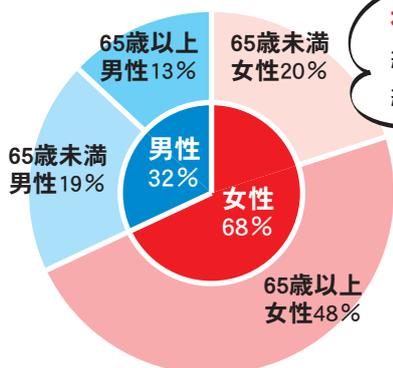
平成27年11月茨城県警察調べ

### ◆認知件数・被害金額の推移



被害金額	5億6,742万円	15億8,925万円	14億3,676万円	9億7,416万円
------	-----------	------------	------------	-----------

### ◆被害者の年代別構成



被害者の約7割が女性  
約6割が65歳以上



本年10月末現在、茨城県内の二七電話詐欺の発生件数は310件で、被害額は約9億7416万円に上ります。牛久市は県内でも発生が多く、10月末現在で18件、約3080万円の被害が確認されています。

牛久での発生が多い要因の一つは、「交通の便が良いこと」。東京都内などから鉄道や幹線道路を使い、自宅や最寄駅などに受け子と呼ばれる犯人が取りに来やすいのです。詐欺の内容は、「オレオレ詐欺」や「還付金詐欺」

が依然として猛威を奮っています。加えて犯人たちは世間の話題にも敏感。「マイナンバー」や「個人情報流出」に便乗した事例も報告されています。巧妙化する手口を知り、安心して生活していただけるよう考えていきましょう。

## 牛久市も狙われています

# 詐欺被害

# だましの手口

日々変化する巧妙化する手口。情報収集の手を緩めずに！

## ！ オレオレ詐欺

- 息子や孫を名乗り「携帯電話の番号が変わった」「カバンを無くしてお金が必要になった」などと電話を掛け、現金を取りに来たり、駅などに呼び出す。
- 警察官や銀行員を騙り、「あなたの口座が悪用されている。凍結するのでキャッシュカードを預かる」などと電話を掛け、キャッシュカードを取りに来る。

### 対処法

一人で対応せずに、すぐに警察や家族に連絡。だまされた振り作戦により犯人検挙。

## ！ 還付金詐欺

- 市役所や社会保険事務所などを名乗り「医療費の控除でお金が戻ります」「近くのスーパーなどのATMに行ってください」などと電話を掛け、ATMから現金を振り込ませる。

### 対処法

市役所や社会保険事務所が電話で「お金が戻ります」などと連絡することはありません。不慣れなATMは操作しないこと（銀行口座の売買や譲渡などは、犯罪収益移転防止法という犯罪に該当する）。

## ！ 架空請求詐欺

- インターネットなどの有料サイトの利用料や情報料、借金の返済など、電子メールやはがきで、ありもしない請求をしてくる。

### 対処法

送られてきたメールの連絡先には絶対に電話をしないこと。弁護士や消費生活センターに相談。

## ！ 金融商品取引名目詐欺

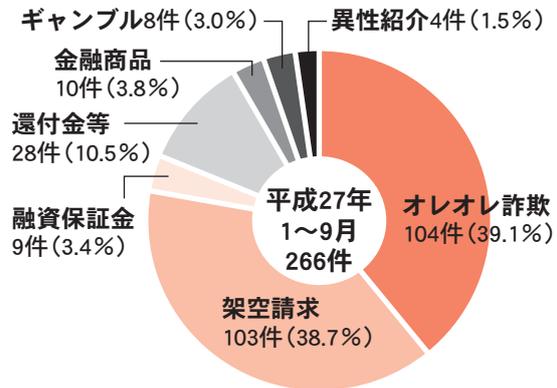
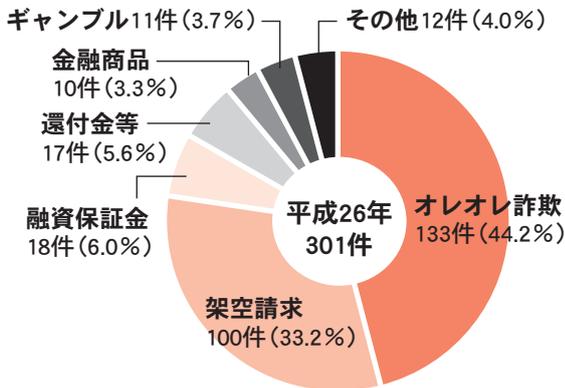
- 未公開株や社債券、老人ホームの会員券などのパンフレットが届き、電話で投資や資金運用の話を持ちかけ、「名義貸しは犯罪です」などと現金をゆうパックや宅配便で郵送させる。

### 対処法

儲かる話はないと心しておき、「名義貸しは犯罪」などと脅してきた場合はすぐに警察に相談。

## 詐欺の手口の変化(茨城県内)

平成27年10月茨城県警察調べ



## ！ マイナンバー制度に絡む詐欺に注意

「マイナンバーの登録料が1万5,000円ですので  
お支払いください」  
「公的機関に寄付するためマイナンバーを貸して」  
「マイナンバーを他人に教えたことは犯罪だ」  
「制度が始まると手続きが面倒になるので  
口座番号を教えてください」

現在、マイナンバー制度導入に乗じた詐欺が発生しています。国や自治体が、マイナンバーに関して個人情報照会することはありません。今後も、マイナンバー制度導入に乗じた新たな詐欺の発生が予想されます。

マイナンバーは一生使うものですので、マイナンバーの漏えいには十分ご注意ください。

**は全て詐欺!!**

茨城県警察二セ電話詐欺対策室 ☎029-301-0074 (24時間対応) まで

# 牛久市内検挙事例

二セ電話詐欺だとわかった瞬間！  
犯人を捕まえるチャンスです。

## 撃退ポイント①

### 「だまされた振り作戦」とは？

犯人の会話に話を合わせ、話をしていると、「明日自宅にいる？」「取りにいくから」「駅まで来てくれる」などというキーワードが出てきます。これらの言葉は犯人と接触する機会になるため、犯人をおびき出して捕まえることができます。

すぐに警察に連絡し、年金などをだまし取る悪い奴らを捕まえるため、ご協力ください。

110番もしくは  
茨城県警察二セ電話詐欺対策室  
☎029-301-0074 (24時間対応)

市内に住むAさんに電話があり、「介護施設を作りませう。入居できる権利がAさんを選ばれました。その権利を譲ってください」などと嘘を言い、さらに「名義貸しは犯罪。これは裁判になる。和解するには今日中に1700万円を支払ってください」などとAさんを誤信させたが、Aさんは警察に通報、自宅に現金を取りに来た男性を詐欺未遂の現行犯で逮捕した。



市内のB銀行の窓口に来た80歳の女性が、行員に保険の解約を要望してきたことから理由を聞いたところ「孫から電話があり、孫が書類を無くしてしまったのでお金が必要になった」と話したので、行員は詐欺だと直感し警察に通報し、未然に被害を防止した。

だまされた振り作戦

金融機関での未然防止

## インタビュー



牛久警察署  
生活安全課課長  
**高島茂之**さん

牛久警察署 ☎871-0110

牛久市内でも増えている二セ電話詐欺。被害に遭わないためにはどうすればいいのか、牛久警察署生活安全課課長の高島茂之さんに聞きました。

―市内で発生している詐欺の特徴は

息子や孫を名乗り、「女性を妊娠させてしまった」「会社の金を無くしてしまった」などと言って助けを求め、家族の弱みにつけ込むオレオレ詐欺や、「あなたのでしていることは名義貸しで犯罪だ」などと責め立て、あまりもしない示談話を持ちかけ、お金をだまし取るうとする架空請求詐欺の

被害が多くなっています。被害に遭われている方は、65歳以上の女性が大半です。

―被害に遭わないようにするには

被害に遭われた方は皆さん二セ電話詐欺を知っていました。しかし急に息子さんなどから助けを求め電話があると慌てて冷静さを失い、だまされてしまうのです。金融機関の方が被害者に対し、二セ電話詐欺の疑いがあるので、お金の引き出しを考え直すよう呼び掛けても、「これは二セ電話詐欺ではない」と聞き入れてくれないのが現状です。

「私はだまされたい」という過信は禁物です。

―普段から気を付けることは

二セ電話詐欺に関する情報に敏感になってください。牛久警察署では、市内に二セ電話詐欺犯人からの電話が掛かっていることがわかった時点で「ひばりくん防犯メール」を配信したり、市の防災無線や「かっぱメール」による広報を依頼したりと、市民の皆さんが被害に遭わないための情報を提供しています。犯人からの電話が掛かってきていることやその手口を知っていれば、冷静に見破ることもできると思います。少しでも、二セ電話詐欺かどうか迷った場合は、ぜひ牛久警察署に相談してください。お金を準備するのはそれからでも遅くありませんよ。



牛久警察署 安全・安心フェスティバル  
～稀勢の里関一日警察署長～の様子

# みんなできつくる「被害防止の取り組み」

## 家族の絆で撃退

詐欺被害防止には家族との約束事も有効です。「必ず相談して」「私以外の人にお金は絶対に手渡さないで」など話しあっておきましょう。

家族や知人が日ごろから高齢者本人と連絡を取り、意思疎通を図っておくことで詐欺の被害を未然に防ぐことができます。

## 地域で呼びかけ

牛久市では、地域の防犯活動として、「牛久市防犯連絡員協議会」や「自警団」による防犯パトロールを毎日行っています。また、「かっぱ祭り」や

「牛久警察署 安全・安心フェスティバル」稀勢の里関一日警察署長」など各種イベントで、楽しく防犯の知識を学べる

機会を提供しています。

二七電話詐欺撃退のポイントとは、誰かに相談することです。市や警察がいつでも相談にのりますので、ひとり暮らしであっても「相談先がない」と思わず、少しでも不安なことがあればご連絡ください。

今後も住み慣れた地域で、市民の誰もが安心して暮らしていけるように取り組んでいきます。

### 撃退ポイント②

#### 在宅中も留守番電話設定

詐欺の多くは「顔が見えない」という電話の特徴を悪用します。

第一の防犯対策は「電話を受けないこと」「犯人と話をしないこと」です。高齢者でひとり暮らしの方などは留守番電話設定を活用し、詐欺の電話を受けないような対策を取りましょう。



## 防犯情報を活用して

### ◆茨城県警察「ひばりくん防犯メール」

登録用メールアドレスに空メール(件名、本文記載のないメール)を送信すると自動で登録案内が返信されますので、案内に従って手続きを行ってください。

[add@mail1.police.pref.ibaraki.jp](mailto:add@mail1.police.pref.ibaraki.jp)



### ◆牛久市「かっぱメール」

牛久市が配信しているメールマガジン「かっぱメール」でも二七電話詐欺などの情報を提供しています。配信項目「地域安全情報」をお選びください。



### ◆牛久市「防災行政無線」

防災無線でも詐欺発生情報を放送しています。



## 相談して

◆不審な電話が掛かってきたら  
牛久警察署 ☎871-0110 もしくは  
茨城県警察二七電話詐欺対策室  
☎029-301-0074(24時間対応)

◆身に覚えのない請求書がきたら  
牛久市消費生活センター ☎830-8802  
相談日：月～金曜日(午前9時～午後4時)

◆無料弁護士相談  
茨城県弁護士あしんダイヤル  
☎029-221-3501(月～金曜日午前9時～正午、午後1時～5時)  
65歳以上の高齢者からのご相談に、茨城県弁護士会所属の弁護士が、30分までの電話を無料でお受けします。



マイナンバーのお知らせ 第7回

# マイナンバーの通知カードはお手元に届きましたか？

問 総合窓口課 ☎内線1624、1625



## 通知カードをまだ受け取っていない

※10月、11月に転入届や転居届をされた方は、通知カードの配達が遅くなる場合があります。

**こんな方は総合窓口課にお問い合わせください。**

- まだ届いていない
- 郵便局の不在票が郵便受けに入っていたが受け取りに行くのを忘れてしまった

など、**通知カードを受け取っていない方**

通知カードは簡易書留郵便で届きます



通知カードなどが封入されています



## 総合窓口課に問い合わせた結果、通知カードが市役所に返戻されていることがわかった場合

同一世帯全員分のカードを同一世帯員の方が受け取る場合は、以下の本人確認書類をお持ちになり、総合窓口課までお越しください。

※同一世帯員の方がお越しいただけない場合は、総合窓口課にご相談ください。

本人確認書類

### 【1点でよいもの】

- 住民基本台帳カード
- 運転免許証 ●パスポート

など官公庁が発行した写真付きの証明書



### 【1点で確認できるものがない場合】

- 健康保険者証 ●年金手帳
- 介護保険者証 ●年金証書

など2点以上必要



### 問い合わせ

- ◆マイナンバーの通知カードに関して…市総合窓口課 ☎内線1624、1625
- ◆マイナンバー制度に関して…マイナンバーホームページ、個人番号カード総合サイト(「マイナンバー」で検索)
- ◆マイナンバーコールセンター… ☎0120-95-0178(無料) 受付時間：平日午前9時30分～午後10時、土・日曜日、祝日午前9時30分～午後5時30分 ※年末年始(12月29日～1月3日)を除く。

# 個人住民税の特別徴収制度のお知らせ

問 税務課

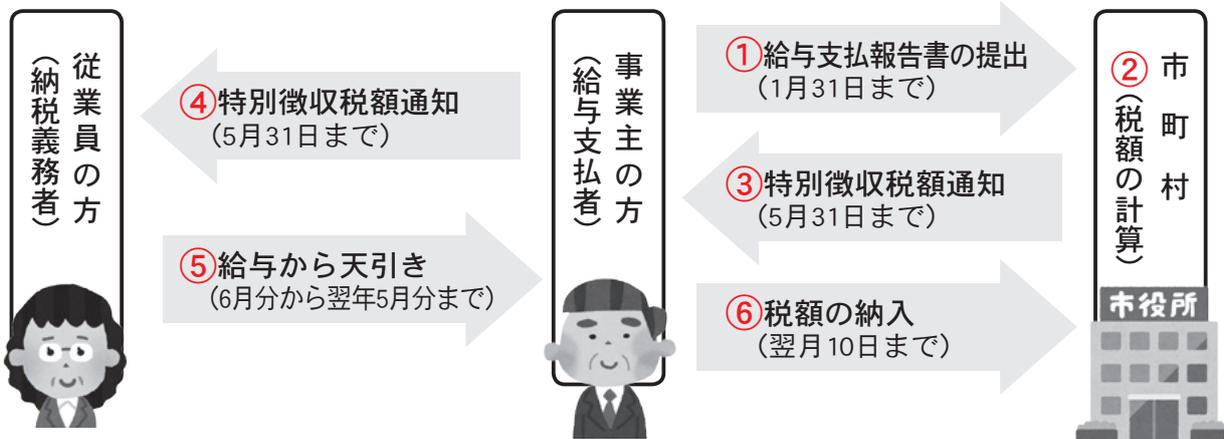
☎内線1056～1059

## 個人住民税の特別徴収とは…

給与支払者である事業主が、所得税の源泉徴収と同じように、毎月従業員に支払う給与から個人住民税を天引きして、従業員（納税義務者）に代わって納入する制度です。

※この制度は地方税法及び市町村条例の規定により、原則として所得税の源泉徴収をする全ての事業所に実施が義務づけられていますので、ご理解ご協力をお願いします。

## 特別徴収事務の流れ



## 個人住民税の特別徴収Q & A

**Q** 今まで特別徴収をしていなかったのに、なぜ今になって特別徴収をしないとイケないのですか？

### Answer

今までも、原則として所得税を源泉徴収している事業主は、個人住民税の特別徴収をしなければならないこととされてきましたが、徹底されていない実態があったのも事実です。このため茨城県では、納税者間の公平性、納税者の利便性などの確保を図るため、全ての市町村で平成27年度から、特別徴収実施を徹底する取り組みを行うこととしましたので、ご理解ご協力をお願いします。

**Q** 特別徴収をすることで、どういうメリットがあるのですか？

### Answer

従業員が住民税を納めるために金融機関や市町村役場などの窓口へ出向く必要がなくなります。また、普通徴収（従業員の方が金融機関や市役所などの納付場所で納める方法）は年4回払いですが、特別徴収では12カ月に分割して毎月の給与から天引きされますので、従業員の1回あたりの納付額は少なく済みます。

**Q** 特別徴収は手間がかかりそう。従業員も少なく、対応する余裕がないのですが…

### Answer

個人住民税の税額計算は市町村が行いますので、所得税のように税額を計算したり、年末調整をしたりするような手間が事業主にはかかりません。また、従業員が常時10人未満の事業所の場合は、市町村に申請し承認を受けることにより、年12回の納期を年2回にする制度（「納期の特例」）を利用できます。

何卒、ご理解ご協力をお願いします。

# 平成27年第4回市議会定例会 提出予定議案

問 総務課  
☎内線1011  
行政経営課  
☎内線3301

第4回市議会定例会が、12月4日から12月18日(会期15日間)まで開催されます。この定例会に提出する予定の条例の制定・改正案の概要について、市民の皆さんにお知らせします。

## 条例の制定・改正案

### 個人情報の提供に関する条例について

担当/市民部情報政策課

番号法の施行に伴い、各種の

行政手続における市民の負担

軽減及び利便性の向上(申請

時における添付書類の削減な

ど)を図るため、個人番号を利

用した庁内連携及び特定個人

情報の提供を行

う事務について

定めるものです。



牛久市小坂城址土地購入事務  
処理調査委員会委員の報酬及  
び費用弁償を定めるため、改  
正するものです。

### ◆議案第77号

牛久市税条例の一部を改正す  
る条例について

担当/総務部収納課

地方税法の改正に伴い、納税者

の申請に基づく「換価の猶予制

度」を創設し、徴収猶予及び換

価の猶予について見直しを行

うものです。

### ◆議案第79号

牛久市公園条例の一部を改正  
する条例について

担当/教育委員会スポーツ推進課

牛久運動公園野球場の改修工

事が終了し、スコアボード、

メインスタン

ド等の設備が

整ったことに

より、料金を

改正するも

です。



議案については、追加または  
変更になる場合がありますの  
で、予めご了承ください。

### ◆議案第75号

牛久市行政手続における特定  
の個人を識別するための番号  
の利用等に関する法律に基づ  
く個人番号の利用及び特定個

### ◆議案第76号

牛久市特別職の職員で非常勤  
のものの報酬及び費用弁償に  
関する条例の一部を改正する  
条例について

担当/総務部総務課

### ◆議案第78号

牛久市国民健康保険税条例の  
一部を改正する条例について

担当/保健福祉部医療年金課

## 12月補正予算案

### 一般会計補正予算

現在の歳入歳出予算額に8億5976万円を追加し、予算総額を268億9259万5千円とするものです。主な内容は次のとおりです。

#### 【総務費】

◆ 行政区集会所施設の整備や管理に対する助成をする  
1579万2千円

・ 竹の台行政区区民会館用地取得費用等の増額。

#### 【民生費】

◆ 地域介護拠点等の整備に対し助成する  
4326万円

・ 介護保険施設開設準備経費補助金の増額。

◆ 障害者へ介護給付費等を給付する  
7000万円

・ 障害者扶助費の増額。

◆ 国民健康保険事業特別会計繰出金  
3億5556万8千円

・ 国民健康保険事業特別会計へ

の繰出金の増額。

◆ 障害児給付費を支給する  
3000万円

・ 児童福祉扶助費の増額。

#### 【土木費】

◆ 道路施設を維持補修する  
4072万8千円

・ 市内道路補修費用の増額。

◆ 市道を改築整備する

910万円

・ 法面改修設計費及び舗装打ちかえ費用の増額。

#### 【消防費】

◆ 消防団を運営する

67万8千円

・ 牛久市役所内消防団設置に係る活動服購入費用の増額。

◆ AEDを配備し救急救命体制を整える  
431万5千円

・ 一部コンビニエンスストアへのAED設置費用の増額。

◆ 牛久駅東口広場へ災害時用トイレを整備する  
476万8千円

・ 災害用トイレ10基の整備費用



の増額。

#### 【教育費】

◆ 児童クラブを運営する  
141万5千円

・ 神谷小児童クラブ整備費用の増額。

◆ 下根中学校のグラウンドを拡張する  
5613万3千円

・ 下根中学校テニスコート整備費用の増額。

#### 国民健康保険事業特別会計補正予算

#### 補正予算

現在の歳入歳出予算額に2億3099万円を追加し、予算総額を98億7099万円とするものです。

主な内容は次のとおりです。

◆ 一般被保険者に現物分の医療費を給付する  
3億2233万2千円

・ 療養給付費負担金の増額。

#### 公共下水道事業特別会計補正予算

現在の歳入歳出予算額に476万6千円を追加し、予算総額を24億9335万円とするものです。主な内容は次のとおりです。

◆ 老朽化した管渠を改築する  
2960万円

・ 管渠改築工事費の増額。

#### 介護保険事業特別会計補正予算

現在の歳入歳出予算額に4711万7千円を追加し、予算総額を50億9320万円とするものです。主な内容は次のとおりです。

◆ 要支援者の居宅介護サービス費を給付する  
3180万3千円

・ 居宅介護サービス給付費の増額。

#### 後期高齢者医療事業特別会計補正予算

現在の歳入歳出予算額に1316万4千円を追加し、予算総額を12億6116万4千円とするものです。

◆ 後期高齢者医療費を負担する  
1869万7千円

・ 医療費負担金過年度精算費用の増額。

# 介護予防・日常生活支援 実施しています

問 高齢福祉課  
☎内線1751  
～1753

## 介護予防・日常生活支援 援総合事業とは

介護予防・日常生活支援総合事業とは、市町村が中心となつて、ボランティアなどの活用を含めた多様な生活支援サービスを充実することで、地域の支え合い体制づくりを推進し、効果的かつ効率的な支援を行うことを目指すためのものです。

平成27年度の介護保険制度の改正により、介護予防サービスのうち、「予防通所介護（デイサービス）」と「予防訪問介護（ヘルパー）」がこの事業に移行しました。牛久市では、市独自の生活支援サービスを加えて、6月から事業を開始しました。

## 事業の背景・基本的な考え方

### 市町村、住民等における意識の共有と自立支援に向けたサービス等の展開

多様な生活支援サービスを利用できるような地域づくりを市町村が支援します。介護予防や自立支援の理念、高齢者らが自ら介護予防に取り組むといった基本的な考え方などを、地域づくりの方向性として、地域住民と共有することが重要です。

### 共生社会の推進

地域に要支援者以外の高齢者、障害者、児童なども集える環境づくりを目指します。

### 多様な生活支援の充実

高齢者の単身世帯が増加し、軽度な支援を必要とする高齢者も増加する中、生活支援の必要性も増加しています。ボランティア、NPO、民間企業、協同組合などの多様な主体が生活支援サービスを提供することが必要となります。

### 高齢者の社会参加と地域における支えあい体制づくり

高齢者がボランティアなどで支え手として地域に関わることで、高齢者自身の生きがいや介護予防につながると考えられます。



## サービスの種類 ※図1参照

具体的なサービスとしては、シルバー人材センターを利用した訪問介護（買い物、掃除、洗濯）や、地区社会福祉協議会などで行うデイサービス、短期集中で体力向上や口腔機能改善を目指す教室などがあります。市では今後もサービスの充実に努めていきます。

## 対象者

- 対象者は以下の方です。
- ① 介護保険の要支援認定を受けている方のうち、「予防訪問介護」のみ、または「予防通所介護」のみ、もしくはその両方のみのサービスをご利用の方
  - ② 65歳以上で、国が定めた25項目のチェックリストに該当し、「事業対象者」と認定された方

## 介護予防・日常生活支援総合事業の利用までの流れと内容

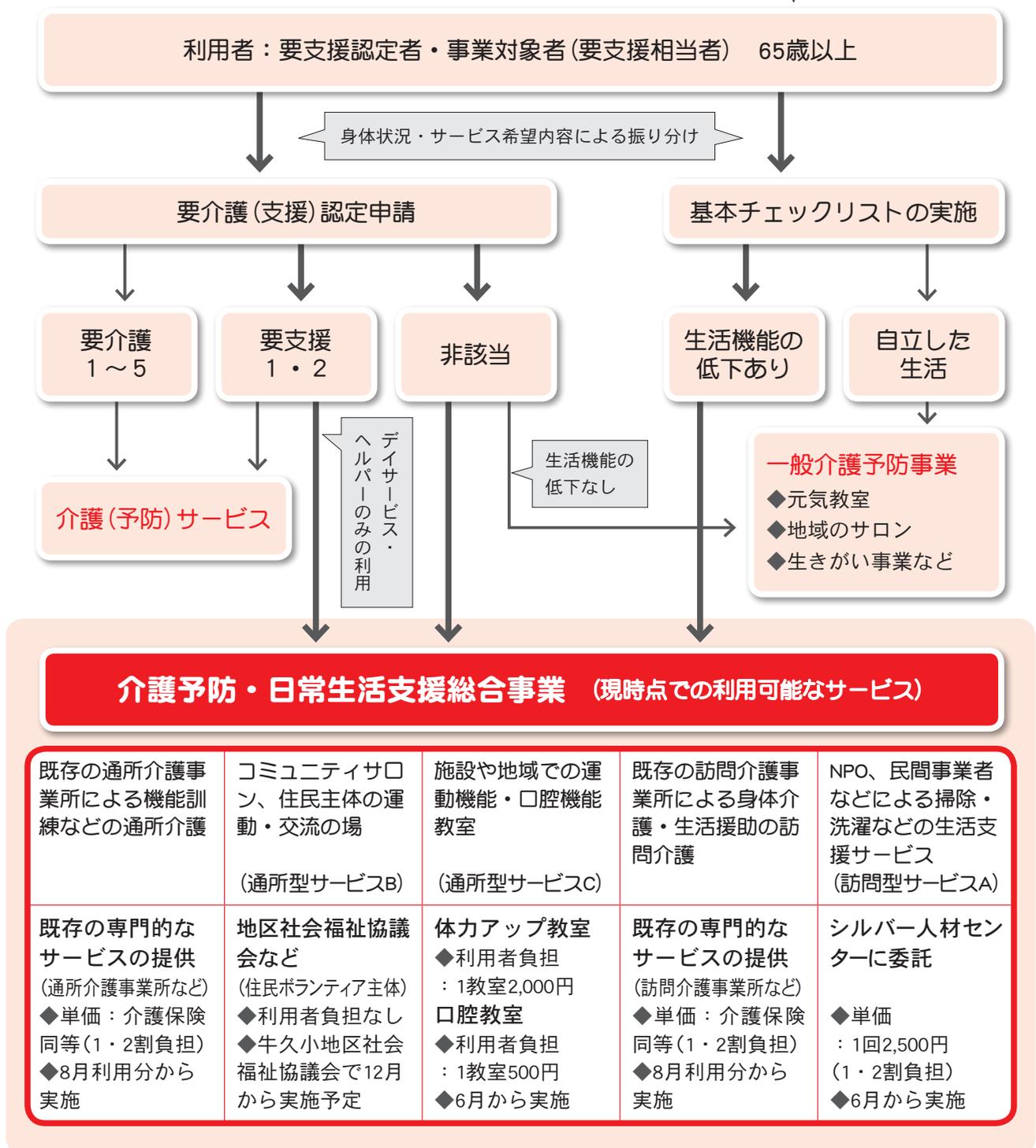


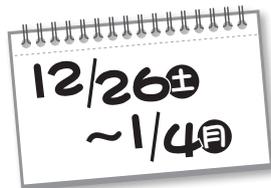
要支援認定を受けている方は担当のケアマネージャーと相談してご利用ください。  
新規にサービスをご希望される方は、

- ◆牛久市地域包括支援センター(☎878-5050) または、
- ◆高齢福祉課(☎内線1751~1753) にご相談ください。

市高齢福祉課窓口または  
牛久市地域包括支援センターに相談

【図1】





## 年末年始 市内施設の業務情報

**証明書・届け出** 【開庁】…開庁日 【○】…証明窓口を開きます 【休】…証明窓口を休みます

受付場所	12/26 (土)	12/27 (日)	12/28 (月)	12/29 (火)	12/30 (水)	12/31 (木)	1/1 (金)	1/2 (土)	1/3 (日)	1/4 (月)
市役所 エスカード出張所 <sup>※1</sup>	○	○	開庁	休	休	休	休	休	休	開庁
三日月橋・奥野出張所	○	○	休	休	休	休	休	休	休	開庁
ひたち野うしく 郵便局証明書発行業務			○	休	休	休	休			○

※1 12月28日(月)は、エスカード出張所の図書館業務は休みます。

問 総合窓口課 ☎内線1623

**市内各施設** 【○】…開館 【休】…休館

公共施設名		12/26 (土)	12/27 (日)	12/28 (月)	12/29 (火)	12/30 (水)	12/31 (木)	1/1 (金)	1/2 (土)	1/3 (日)	1/4 (月)	
生涯学習センター	中央生涯学習センターおよび文化ホール 三日月橋生涯学習センター 奥野生涯学習センター かっぱの里生涯学習センター	○	○	休	休	休	休	休	休	休	○	
	エスカード生涯学習センター	○	○	○	休	休	休	休	休	休	○	
	スポーツ	牛久運動公園 牛久運動広場 奥野運動広場 栄町運動広場 女化運動広場 ひたち野うしく小学校プール	○	○	休	休	休	休	休	休	休	休
		図書	中央図書館 <sup>※2</sup>	○	○	休	○	○	○	休	休	休
三日月橋・奥野生涯学習センター図書室 リフレ図書カウンター			○	○	休	休	休	休	休	休	休	○
子育て		すくすく広場 のびのび広場(市総合福祉センター内)	○	休	○	休	休	休	休	休	休	○
		その他	総合福祉センター	○	○	○	○	○	休	休	休	休
ひたち野リフレプラザ・会議室			○	○	○	休	休	休	休	休	休	○
牛久自然観察の森	○		○	休	休	休	休	休	休	休	休	
うしくあみ齋場 <sup>※3</sup>	○		○	○	○	○	○	休	休	休	○	
牛久市営青果市場	○		休	○	○	休	休	休	休	休	休	
牛久クリーンセンターリサイクルプラザ	○	○	休	休	休	休	休	休	休	休		

※2 12月29日(火)～31日(木)の中央図書館の開館時間は、午前9時～午後5時までです。

※3 通夜は12月30日(水)まで、火葬は12月31日(木)まで。

**ごみの収集** ※地区ごとのごみ収集は次ページを参考にしてください。

【○】…収集あり、ごみ持ち込み可 【休】…収集なし、ごみ持ち込み不可

ごみの収集	12/26 (土)	12/27 (日)	12/28 (月)	12/29 (火)	12/30 (水)	12/31 (木)	1/1 (金)	1/2 (土)	1/3 (日)	1/4 (月)
ごみの収集 <sup>※4</sup> クリーンセンターへ持ち込み <sup>※5</sup>	○	休	○	○	休	休	休	休	休	○

※4 集積所へのごみは、収集日当日の午前8時までに出してください。

※5 クリーンセンターへごみの直接持ち込みについては、午前8時45分から午後4時30分までの受け付けです。

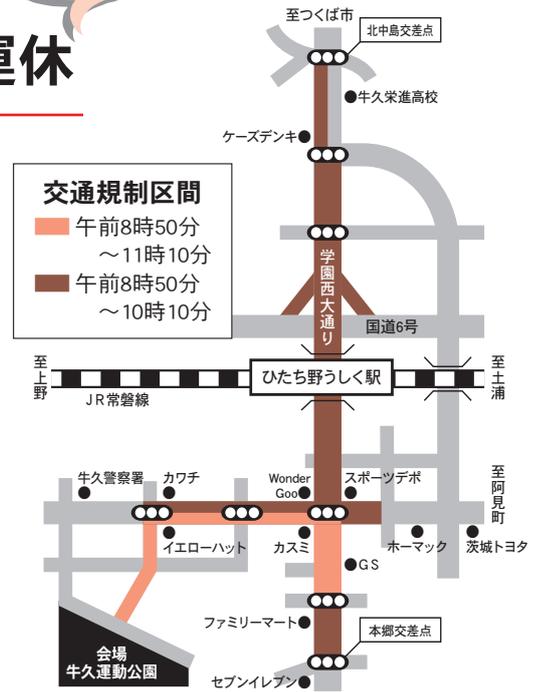
問 廃棄物対策課 ☎内線1571、牛久クリーンセンター ☎830-9333

平成28年  
1/11(月・祝)

# 第40回牛久シティマラソン開催に伴う 交通規制およびかっぱ号の一部運休

**交通規制** 問 牛久シティマラソン実行委員会事務局 ☎873-2486

平成28年1月11日(月・祝)、右図の通り「牛久シティマラソン」開催のため、マラソンコースおよび周辺道路の交通規制を実施します。ご迷惑をお掛けしますが迂回などのご協力をお願いします。



**かっぱ号(運動公園ルート)運休** 問 社会福祉課 ☎内線1771

当日は下記①～④のかっぱ号を運休します。

- ①牛久駅東口(07:05発)…牛久運動公園…牛久駅東口(08:07着)
- ②牛久駅東口(08:20発)…牛久運動公園…牛久駅東口(09:22着)
- ③牛久駅東口(09:40発)…牛久運動公園…牛久駅東口(10:42着)
- ④牛久駅東口(10:30発)…牛久運動公園…牛久駅東口(11:32着)



問 廃棄物対策課  
☎内線1571～1573  
牛久クリーンセンター  
☎830-9333

## 年末年始ごみ収集表 【×】…収集なし

	A地区	B地区	直接搬入
12/23(水)	燃えないごみ、白色トレイ・白色発泡スチロール	資源物	○
12/24(木)	×	燃えるごみ	○
12/25(金)	燃えるごみ	×	○
12/26(土)	資源物	燃えないごみ、白色トレイ・白色発泡スチロール	○
12/27(日)	×	×	×
12/28(月)	×	燃えるごみ	○
12/29(火)	燃えるごみ	×	○
12/30(水)～1/3(日)の収集はありません			
1/4(月)	×	燃えるごみ	○
1/5(火)	燃えるごみ	×	○

### ◆ごみ搬入時のお願い

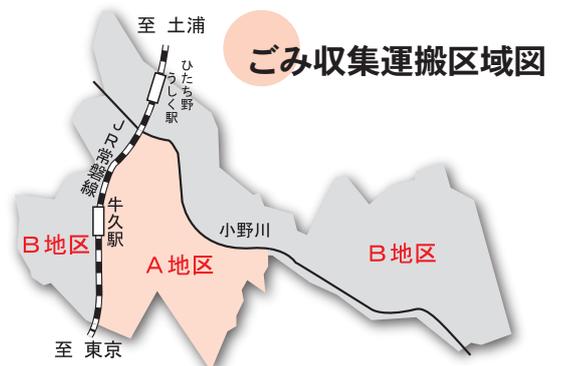
- ①ごみ搬入時には、エコカード(牛久クリーンセンター利用カード)をご持参ください。
- ②エコカードをお持ちでない方は、ごみ搬入前にエコカードの発行手続きが必要となります。午後4時までに牛久クリーンセンター事務所へお越しください。

年末年始のごみ収集について

牛久クリーンセンターの休館に伴い、年末年始のごみ収集は、左記の「年末年始ごみ収集表」とおり実施します。牛久クリーンセンターへ直接お持ち込みになる場合は、12月29日(火)午後4時30分が最終受け付けになります。

また、混雑時には、市委託収集車両の搬入を優先させていただきます。年始は1月4日(月)から平常どおり行います。

ます。年末は大変混み合いますので、時間に余裕を持ってお越しください。また、混雑時には、市委託収集車両の搬入を優先させていただきますので、ご了承ください。年始は1月4日(月)から平常どおり行います。



牛久市消防団第12(下根)分団

子供のオンラインゲーム  
トラブルにご注意を!

最近、テレビCMなどでオンラインゲームの広告を見る機会が多いのではないのでしょうか。スマートフォンや携帯電話の普及や携帯型・据置型ゲーム機の通信機能搭載によってゲーム利用者が増加し続ける一方で、寄せられている相談から利用者の低年齢化が進む現状が浮かんできます。またカード決済が多くなる場合にも利用されています。子供の相談は、ゲーム環境の多様化・複雑化が進んでトラブルが顕在化しにくく、一旦トラブルになると解決が困難です。



牛久市消防団では、団員を募集しています!  
詳しくは交通防災課まで  
問 交通防災課 ☎内線1682、1683



牛久市消防団第12分団(下根)分団  
団員数：15人 平均年齢：38歳  
分団長：池田俊祐 部長：下西良昌

私のまちの消防団



私たち第12分団は、世代間の隔たりなくチームワークを重視するとともに、団員それぞれの意見や考え方を尊重しながら活動しています。また、日頃から地域とのコミュニケーションをしっかりと取り、地域住民の皆様にご意見をいただき、それらを参考に災害予防に努めています。

機械器具点検、防災啓発のための巡回が主な活動となっていますが、防災活動以外にも地元のお祭りや警護、芋焼き大会、子供会との合同イベント等地域の行事には積極的に参加し、地域との連携強化、消防団への理解を深めてもらうように活動しています。



現在、私たち第12分団では、所属団員が高齢化傾向にあり、若い人の人材確保を求めています。現役の分団員の防災に対する知識、技術の向上はもちろんのこと、これから入る若い分団への育成のためにも消防団への理解を深めてもらえよう活動していきたいと思っております。ぜひ、第12分団への入団をお待ちしています。

消費生活の窓

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 牛久市消費生活センター  
☎830-8802

相談事例

◆親がゲームをしている。以前1度だけアイテムを購入したが、その時にカード情報を登録した。この度14万円の請求があり、6歳の娘に聞くと親の知らない間にアイテムを購入していた。

アドバイス

- ◆小学生の娘に親のスマートフォンを渡し無料オンラインゲームで遊ばせていたところ、クレジット会社から高額請求書が届いた。娘に聞いても具体的な状況が分からない。
- ①親子でゲームについて話し合う。
- ◆ゲーム内容や課金の仕組みについて確認する。
- ◆子供が遊んでいるゲームが無料か有料か、有料ならば何が有料か再確認する。
- ②クレジットカードの管理について注意する。
- ◆子供の取り出せる場所に保管しない。
- ◆利用明細を毎月確認する。
- ◆子供にスマートフォンを利用させる場合、登録したクレジットカード情報が残っていないかを確認する。



楽しく、おいしく、食農交流！

問 農業政策課  
☎内線1811、1812

10月22日に奥野小学校で「いなしき食農交流ミニフォーラム」が開催されました。これは、稲敷地域の女性農業士会が主催したものです。

4年生34人の子供たちが牛久産小麦ゆめかおりで作ったのは、ピタパン。手で生地をこねて、フライパンで生地を焼きます。香ばしいにおいに包まれながら、ピタパンが完成しました。具材は「うしく河童大根」と人参と豚肉のきんぴらに、イチゴジャムの2種類を用意。また、澤田茶園（女化町）の紅茶で作ったゼリーのデザートや、使用した地場産食材の紹介コーナーもあり、内容の濃い50分間となりました。



最後の感想発表では、「おいしかった。家でも作ってみたい」「自分で作るのが楽しかった」とたくさんの手が上がり、調理する喜びが伝わってきました。

仕事をしながら子育てや家事をこなしてきた女性農業士の皆さんは、まさに元祖ワーキングマザー。根本美子会長（稲敷市）は「一生懸命に取り組む子供たちの姿が印象的でした。ピタパンもとても上手に焼けて感心しました。家でもぜひ作って、家族で楽しむきっかけにしてほしいです」と笑顔で話してくれました。



— 女化文化芸術活動推進協議会主催【芸術祭・収穫祭】 —

# 女化秋祭り

12月12日(土) 午前10時～午後2時  
場所：女化青年研修所 ※雨天決行。

衣装での来場大歓迎！

**女化楽・楽広場** 要予約 ……午前10時～

◆体験楽習 キツネメイク／キツネの面作り／ロケット作り／アロマクラフト作り／アクセサリー作り／クリスマスリース作り／もちつき／焼き芋体験  
※要予約、先着順。幼稚園児・小学校低学年は保護者同伴。費用、持ち物などは予約時にご確認ください。

**ギャラリー展** ～受講生と講師のコラボ展～

◆期間 12月11日(金)・12日(土) 午前10時～午後2時  
◆内容 水彩画／パステル画／俳画／木工／ガラス工芸／写真／園芸／樹脂粘土／蜜蝋画 など約200点

**女化遊・遊広場** ……午前10時～

◆野外演奏会 牛久市民吹奏楽団／女化キッズ／女化太鼓／幼稚園(第1・第2幼稚園) ※雨天中止。

**女化産…ほっかほかの新さつま芋** 要整理券  
500個無料プレゼント ※整理券は午前10時～配布。

**新鮮野菜ツメ放題・大根掘り体験!** …午前10時45分～

◆内容 先着各50人1回100円 ※袋は協議会指定。

**当日受付コーナー**

◆内容 ソーラーカー試乗体験／足裏マッサージ／足首矯正／懐かしい遊び(ベゴマ・竹馬など)

**女化マーケット・オープン** ……午前10時～

◆内容 惣菜・石窯ピザ・とん汁など／アートバザール／新鮮野菜格安販売 ※売り切れ次第閉店。

◆注意事項 駐車場は女化神社の駐車場となります(ワゴン車で送迎します)。参加費は、当日各コーナーでお支払ください。申し込みは電話またはFAX、Eメールで申し込み(用紙は各生涯学習センターにあります)。

◆問い合わせ 女化文化芸術活動推進協議会 TEL&FAX：872-0442(火～木曜日午前9時～午後4時)  
Email：onabake@bz04.plala.or.jp

## 市内バス・タクシーの乗車モニター募集

問 都市計画課  
☎内線2528

市内で運行しているバス・タクシーのサービス向上や利用環境の向上を目的に市民モニターを募集します。



- ◆期間 平成28年1月中旬～2月中旬(1カ月間)
- ◆応募資格 市内に居住または通勤・通学などで市内のバス・タクシーをご利用の方。  
※多くの市民の方にモニターをお願いしたいため、昨年度実施いただいた方は応募できません。
- ◆調査内容 期間内にバスまたはタクシーに乗車いただき、乗務員の接遇、車内環境などを市が用意する調査票をもとに評価を行い、市に報告していただきます。(謝礼はありませんが、バスのモニターには、初乗り分の回数券を10枚、タクシーのモニターには、1,000円分のタクシー券を2枚支給します。)
- ◆対象路線など 路線バス、かっぱ号、タクシー
- ◆調査回数
  - ・路線バス、かっぱ号…10回
  - ・タクシー…2回

- ◆募集人数 各10人程度  
※複数のモニターを行うことは出来ません。また、応募数によっては抽選とさせていただきます。
- ◆応募方法 任意の用紙に、住所／氏名(フリガナ)／年齢／性別／電話番号／路線バス・かっぱ号・タクシーのいずれかのモニターを希望するか、バス・タクシーの利用頻度(○回、月)、(バスモニターを希望の方は)普段使用するバス路線名を記載いただき、郵送、持参、FAXまたはEメールでご応募ください。  
※路線の開設、時刻表の変更などを要望するものではありません。
- ◆応募締切 12月28日(月)必着
- ◆問い合わせ先 都市計画課☎内線2528  
Email : toshikeikaku@city.ushiku.ibaraki.jp

## 牛久市コミュニティバスかっぱ号 「バスロケシステム」を導入しました

問 社会福祉課  
☎内線1771

バスロケーションシステム(バスロケシステム)とは、GPSなどを用いてバスの位置情報を収集し、スマートフォンなどに情報提供するシステムです。これにより、現在位置が分かり、バス待ちのイライラを解消できます。

- ◆利用方法 スマートフォンで下のQRコードを読み取るか、URLを入力すれば、バスの現在位置がわかります。

URL : <http://ushiku-kappa.bas-go.com/>



そんな不安を解消するためにバスロケシステムを導入しました。



親子で  
遊ぼう



## 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：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
セ：支援センター開設 園：園開放 庭：園庭開放 保：保育参観	時：実施時間 定：定員 予：要予約 参：参加費
ペンギンクラブ…つばめ保育園 ☎871-5740(遠山町764-1) セ(月～金)10:00～17:00 庭(土)9:30～11:00※要予約。	12/1(火)「楽器を作ろう」 12/15(火)「クリスマス製作」 時10:00～ 予前日までに電話
ころころランド…ふたばランド保育園 ☎873-5528(中央5-5-2) セ・園(月～金)8:30～13:30	12/16(水)「○△□で何を作ろう? (構成画)」 時10:00～(約40分)※開始時間までに来園。
ピヨピヨひろば…つつじが丘ふたばランド保育園 ☎871-6928(田宮町199-1)セ・園(月～金)9:00～14:00	12/8(火)「クリスマスの飾りを作ろう」 時10:00～(約40分)※開始時間までに来園。 定10組 予前日までに電話
くれよんぱーく…牛久ふれあい保育園 ☎873-9560(牛久町1606 向台小学校内) セ・庭(月～金)9:00～15:00※要予約。	12/10(木)「クリスマスの準備を」 12/24(木)「クリスマス会」 時10:00～12:00 予3日前までに電話
たんぼひろば…ひたち野うしく保育園つくしんぼ ☎886-9773(東端穴町1286-1) セ・庭(月～金)9:00～13:00、15:00～16:00	12/10(木)「親子リズムあそび」 時10:00～11:00 定10組 予前日までに電話
カンガルーポケット…奥野さくらふれあい保育園 ☎875-0056(久野町725 奥野小学校内) 庭(月～金)9:30～11:00※前週までに申し込み。	12/15(火)「クリスマスの飾りを作ろう」 時9:30～11:00 予前日までに電話
としおちゃん…牛久みらい保育園 ☎874-3993(東端穴町1260-11)※0歳児から参加可能。 セ・庭(月～金)9:00～12:00、15:00～17:00 保(月～金)9:30～12:00	12/2(水)・8(火)「食事体験会」 時10:45～ 予前日までに電話 参親子で450円 12/21(月)育児講座 「リラックスおしゃべり会“お菓子付き”」 時10:30～ 予前日までに電話 参親子で100円
いちごくらぶ…牛久めぐみ保育園 ☎893-2618(下根町774-1)※0歳児から参加可能。 セ・庭(月～金)9:30～12:00、13:00～15:30	12/4(金)・9(水)「クリスマスリース製作」 時10:00～ 定10組 予前日までに電話 12/21(月)「クリスマス会」 時10:00～ 定30組 予前日までに電話
はっぴいたいむ…上町ふれあい保育園 ☎872-0358(牛久町2619 牛久小学校内) 庭(月～金)10:00～15:00※要予約。	12/9(水)「Merry X'mas」 時9:30～ 定10組 予前日までに電話
ピノキオクラブ…うしく文化認定こども園 ☎873-8253(遠山町643-2)	12/10(木)「アスレチック体操」、12/16(水)「クリスマス製作」 時10:00～(9:50までに来園) 参500円
さくらんぼ…牛久さくら保育園 ☎869-9557(下根町1371-2)	12/17(木)「親子ヨガ」 時10:00～11:00 定10組 予12/7(月)～前日までに電話

※各保育園では、育児相談を受け付けています。子育ての不安や迷い、ちょっとした悩みでもお気軽にスタッフにご相談ください。

# 青少年相談員 だより

— 愛のパトロール —

問 こども家庭課 ☎1732

茨城県青少年の  
健全育成等に関する条例

第33条 深夜外出の制限



私たち青少年相談員は、青少年の健全育成、非行防止、  
そして環境健全化のために活動しています

## 茨城県立こころの医療センターを訪れて

秋晴れの10月13日、牛久市青少年相談員連絡会では、笠間市にあるこころの医療センターを訪問しました。こころの医療センターは、精神疾患全般について診断・治療を行っている病院で、研修では、精神福祉士の方から「薬物依存」についてのお話をお伺いしました。薬物についてお話をいただいたのは、脱法ドラッグが『危険ドラッグ』という名称になって1年が経過し

### 薬物依存症者の特徴

- ① 自己評価が低く自分に自信が持てない
  - ② 人を信じられない
  - ③ 見捨てられる不安が強い
  - ④ 自分を大切にできない
- 依存症者への望ましい対応**
- ① ルールを守らせる事にとらわれすぎない
  - ② 過大な期待はせず、長い

- ③ 明確く安心できる場を提供する
- ④ 自立を促す関わりを心がける

目で見守る  
院内を見学した後、危険ドラッグによる事件が減少しているとお伺いし、少しほっとしました。今後も地域の精神科医療を担う病院として、先進医療に取り組んでいただきたいと思います。



薬物依存の説明を受ける相談員

## 牛久市 青少年相談員名簿

(担当学校区)

牛久第一中学校区	三品 太得子 ☎871-8353
	保科 久子 ☎895-0293
	大貫 研二 ☎874-6956
	倉本 悦子 ☎874-8929
	櫻井 愛子 ☎872-1086
	渡部 博 ☎873-1362
牛久第二中学校区	山岡 恒夫 ☎875-0533
	綾部 久留美 ☎874-8094
	唯根 直子 ☎875-0786
	吉田 正一 ☎875-0094
	飯田 勝子 ☎875-1002
	野口 春代 ☎875-1042
牛久第三中学校区	千葉 憲夫 ☎874-2117
	笠間 順子 ☎873-5174
	塚本 隆男 ☎872-3725
	岡野 典子 ☎873-3866
	森田 実 ☎872-6311
	高橋 眞樹 ☎873-8695
下根中学校区	大野 光雄 ☎872-1843
	岡久 浩子 ☎873-3721
	古里 誠公 ☎873-0242
	蓑毛 尚恵 ☎801-5171
	大野 裕司 ☎872-3442
	深田 佳子 ☎872-2405
牛久南中学校区	(会長)
	金山 和司 ☎873-8970
	諸橋 康之 ☎874-7410
	飯塚 壽子 ☎872-7582
	小竹 伸子 ☎873-4078
	杉田 久藏 ☎872-5450
柳原 くみ子 ☎873-4225	



地区活動を通して  
牛久第一中学校区

牛久第一中学校区では、原則月に一度学校区内のパトロールを行っています。

主に「茨城県青少年の健全育成に協力する店」として登録いただいている店舗への訪問、公園や危険箇所の見回りなどを実施しています。

訪問した店舗の責任者の方との意見交換や、見回り中に出会う児童・生徒への

声かけを通して、青少年を取り巻く地域の現状を把握するよう努めています。

また、奇数月には牛久第一中学校の先生方と合同でパトロールを行うことにより、情報の共有とお互いの信頼関係を築いています。

地域のパトロールを通して感じ取った危険や環境の変化を見逃さないように注意し、これからも学校と地



コンビニエンスストアで現状を聞く相談員

合同パトロールを実施して

牛久市と阿見町が隣接し、駅や商業施設などを利用する双方の子どもたちの行動エリアが重なるという事で、阿見町青少年相談員との合同パトロールを6月11日午後6時から8時まで行いました。

牛久駅やひたち野うしく駅とその周辺の駐輪場で見かけた子どもたちへの声かけと相談員活動の情報交換、情報の共有を行いました。

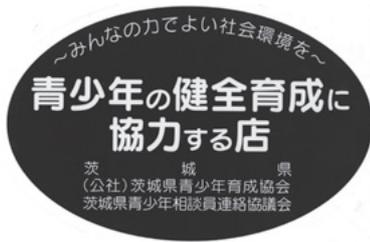
相談員の活動方法については、子どもたちへの声かけや状況把握など、概ね同じ内容でした。

また、情報交換した話の中で、最近ではコンビニやゲームセンターなどで子どもたちの姿を見かけなくなったりことやIT化が進み、スマホやインターネットなどが生活の中心となった今は、さまざまな情報が氾濫し、薬物や性犯罪などに子

どもたちが巻き込まれる危険性が大きくなるのが心配であるという意見が出ました。

学校では、情報機器の取り扱いについて、厳しく指導をしていただいています。が、家庭においてもなお一層の関心をもっていただきますようお願いいたします。

青少年の健全育成に協力する店



見たことが  
ありますか？  
このステッカー

青少年の健全育成に協力する店(新規登録店)

- ◆(株)ヨークベニマルひたち野うしく店
- ◆セブーンイレブン牛久上柏田3丁目店
- ◆ウエルシア牛久刈谷店

青少年を非行や犯罪から守るために家庭・地域・社会が一体となって青少年の健全育成のための環境を整えることが重要です。

市では、「青少年の健全育成に協力する店」の登録を進めており、登録店舗においては、青少年の健全育成条例の遵守など青少年のためのより良い環境づくりにご協力をいただいているところです。

平成27年10月1日現在で、107店舗において登録のご協力を頂いています。今後も地域の皆様のご理解とご協力をお願いします。



出発前の牛久市と阿見町の相談員

# 年末の交通事故防止県民運動!

12/1 (火) → 12/31 (木)

**地域  
安全**

問 交通防災課  
☎内線1685

## スローガン

「反射材 あなたの未来を  
照らしてる」

## 重点

- ・子供と高齢者の交通事故を防止しよう
- ・夕暮れ時と夜間の交通事故を防止しよう
- ・飲酒運転を根絶しよう

# 交通安全、防犯ポスター・標語、社会を明るくする運動作文コンクール

◆表彰式◆ 12月5日(土)保健センター研修室

## 交通

### ポスターの部

- ・市長賞 中島 真人 (向台小5年)
- ・警察署長賞 金子 翔貴 (神谷小6年)
- ・議会議長賞 荻谷 彩乃 (中根小6年)
- ・教育長賞 目黒 萌花 (神谷小6年)
- ・交通少年団長賞 田尻菜奈実 (中根小5年)
- ・優良賞 小栗 佑太 (ひたち野うしく小5年)
- ・優良賞 久保田侑貴 (牛久小6年)

### 標語の部

- ・市長賞 菅谷 優太 (ひたち野うしく小5年)
- ・警察署長賞 野口 英悟 (向台小6年)
- ・議会議長賞 小津安里紗 (岡田小5年)
- ・教育長賞 高橋 厚介 (中根小6年)
- ・交通少年団長賞 牛島 郁 (神谷小6年)
- ・優良賞 菊田奈那子 (神谷小6年)
- ・優良賞 大澤 光里 (向台小5年)

## 防犯

### ポスターの部

#### ●小学校低学年

- ・市長賞 猪狩 悠和 (向台小3年)
- ・警察署長賞 和田 更紗 (向台小3年)
- ・議会議長賞 工藤 悠悟 (ひたち野うしく小3年)
- ・教育長賞 林 彩音 (ひたち野うしく小1年)
- ・防犯連絡員協議会長賞 岡野 悠吾 (岡田小3年)
- ・優良賞 坂本 妃菜 (奥野小3年)
- ・優良賞 山道 結衣 (岡田小2年)

#### ●小学校高学年

- ・市長賞 深川 航 (ひたち野うしく小6年)
- ・警察署長賞 宮澤 麻綾 (牛久小4年)
- ・議会議長賞 齊藤 輝梨 (奥野小6年)
- ・教育長賞 小山 瑠奈 (ひたち野うしく小6年)
- ・防犯連絡員協議会長賞 中森 慶 (ひたち野うしく小6年)
- ・優良賞 松元亜香里 (岡田小6年)
- ・優良賞 萩野 希実 (向台小6年)
- ・優良賞 大津 芽依 (牛久小6年)

#### ●中学校

- ・市長賞 竹内 一真 (下根中1年)
- ・警察署長賞 飯島 由衣 (牛久三中2年)
- ・議会議長賞 松本 真奈 (牛久三中1年)
- ・教育長賞 段塚 柚香 (下根中2年)
- ・防犯連絡員協議会長賞 山内 和奏 (下根中2年)
- ・優良賞 田中 環 (牛久三中1年)
- ・優良賞 北澤 連樹 (牛久一中1年)
- ・優良賞 齋藤 絢香 (牛久一中2年)

### 標語の部

#### ●小学校低学年

- ・市長賞 糸賀菜那子 (ひたち野うしく小1年)
- ・防犯連絡員協議会長賞 横濱 実々 (岡田小2年)
- ・優良賞 佐藤 美緒 (ひたち野うしく小3年)

#### ●小学校高学年

- ・市長賞 齋藤 美優 (神谷小5年)
- ・防犯連絡員協議会長賞 長谷川 遥 (ひたち野うしく小6年)
- ・優良賞 シブヤ コンバラリッサ (牛久小6年)
- ・優良賞 大橋 拓真 (岡田小6年)
- ・優良賞 山中 愛斗 (奥野小4年)

#### ●中学校

- ・市長賞 藤原 愛莉 (牛久一中2年)
- ・防犯連絡員協議会長賞 佐藤 健太 (牛久一中3年)
- ・優良賞 大平 結希 (牛久二中1年)
- ・優良賞 藤田 光紀 (牛久一中3年)
- ・優良賞 飯島 葵 (下根中3年)



審査会の様子

## 「社会を明るくする運動」作文入賞

- ・飯島 七果 (牛久小6年)
- ・大川 優俐 (牛久二小3年)
- ・齊藤 亜門 (神谷小6年)
- ・成尾 優季 (牛久一中3年)
- ・林 俊佑 (下根中1年)
- ・齋田 知希 (奥野小5年)
- ・高橋 颯寿 (中根小6年)
- ・田中 咲羽 (ひたち野うしく小6年)
- ・石毛 陽乃 (牛久二中1年)
- ・村山 伍大 (牛久南中1年)
- ・竹村 望 (岡田小6年)
- ・石橋 碧紗 (向台小6年)
- ・山口 陽大 (牛久三中2年)



## 歯周病対策で健康力をアップさせよう!



「歯周病」とは歯と歯を支える歯ぐきなどの組織(歯周組織)におけるさまざまな病態の総称です。わが国では、中高年の8割以上がこの歯周病にかかっているといわれています。



歯は、食べ物がはじめて出会う「消化器」です。  
歯周病が全身のさまざまな病気に関わっていることがわかってきています。

### 肺炎

食べ物と一緒に歯周病菌が気管に入り、誤嚥性肺炎になる可能性があります。

### 動脈硬化

歯周病菌は血栓を作りやすく、脳卒中・脳梗塞を起こす危険性は2~3倍になります。

### 低体重児出産・早産

歯周病の炎症成分が子宮を収縮させるスイッチになり、低体重児出産・早産の危険性は7.5倍になります。

### 喫煙

喫煙は歯周病の進行を2~9倍悪化させる危険因子です。

### 糖尿病

糖尿病の人は、免疫力が低下して、歯茎の炎症が起こりやすくなるため、歯周病を悪化させます。さらに、歯周病がひどくなると血糖値をコントロールするインスリンの働きを妨げて、糖尿病の状態を悪くするといわれています。

### 認知症

認知症の大半を占めるアルツハイマー型認知症は、脳に萎縮が見られるのが特徴です。残っている歯が少ない人ほど噛む力が低下し、脳血流が減少することで脳の萎縮が進んでいたという報告があります。

## 歯周病



## 歯周病予防には「セルフケア」と「定期検診」が重要ポイント!

歯周病予防には、歯みがきなどのセルフケアに加え、歯科医師や歯科衛生士など専門家のプロケアも欠かせません。牛久市では対象年齢の方に、歯周疾患検診の受診券をお渡ししています。

今年の検診対象者は…30歳・40歳・50歳・60歳・70歳・80歳の節目の方(年齢は平成28年3月31日現在)

## 「歯周疾患検診」10年に一度のチャンス!

歯周疾患検診では主に歯周病の進行具合を確認してアドバイスを行います。10年に一度の節目検診です。自覚症状がなく普段なかなか歯医者さんに行かない人こそ、この機会にぜひご利用ください。

(平成27年度に対象となる方には、4月に受診券と協力医療機関についての案内をお送りしています。受診券や案内が必要な方はお手数でもご連絡ください)

歯周疾患検診は、牛久市歯科医師会加入の全ての医療機関の協力のもと実施しています





# としかんだより

https://library.city.ushiku.ibaraki.jp/

年末年始の休館日と  
開館時間をご確認ください。



## 特別貸出をご利用ください

年始の休館に伴い、貸出期間の延長と図書資料の特別貸出を実施します。

◆実施期間 12月24日(木)～31日(木)

◆貸出期間 全て3週間

◆対象 図書・雑誌(最新号)

はのぞく：30冊、紙芝居  
：10点、CD：3点まで  
(通常通りの貸出点数)

※全館で実施。期限内に読める範囲でご利用ください。  
※休館明けの貸出冊数は通常通りです。

## 年末年始の開館時間・休館日

12月29日(火)～31日(木)

◆中央図書館▼午前9時～午後5時まで開館

◆奥野・三日月橋各生涯学習センター図書室、市役所エスカード出張所、リフレ図書カウンター・二小学区地区社協事務所(田宮地区広場)▼休館

12月28日(月)・

1月1日(金)～3日(日)

▼全館休館

※休館中の返却は、中央図書館の返却ポストをご利用ください。CDも返却ポストに返せます(場所は入口自動ドアの左側)。中央図書館以外の返却ポストは全てご利用できません。

- 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  
午前10時～午後7時
- リフレ図書カウンター  
午前9時～午後5時
- 奥野生涯学習センター図書室  
午前9時～午後5時
- 三日月橋生涯学習センター図書室  
午前9時～午後5時
- 二小学区地区社協事務所(田宮地区広場)  
午前10時～午後5時

## 12月の予定

### 映画上映会

12月20日(日)午後2時  
「シャーロック・ホームズ 淑女殺人事件(洋画・字幕版)」  
牛久おもちゃ病院

12月20日(日)  
午前10時～正午

おはなしよんで  
12月2日(水)・9日(水)・  
16日(水)の午後2時15分

おはなし会  
12月12日(土)・26日(土)  
午後2時

おはなしイチゴ  
12月5日(土)午後2時

おはなしとんとん  
12月13日(日)午前11時  
うさちゃんきいて  
12月18日(金)午前10時30分

## 12月の休館日

全館休館日  
12月14日(月)・28日(月)  
市役所エスカード出張所は  
12月23日(水・祝)・29日(火)  
～31日(木)も休館  
奥野・三日月橋生涯学習センター図書室、リフレ図書カウンターは  
12月29日(火)～31日(木)  
も休館

## 著者を囲む集い 佐賀純一氏講演会

参加費 無料

日時 平成28年1月16日(土)  
午後2時～3時30分

演題 「私の家の  
日本文化」

土浦市で開業する傍ら、郷土や市井の人々をテーマにした著作を発表されている作家の佐賀純一氏をお招きして、著者を囲む集いを開催します。

- ◆場所 中央図書館視聴覚室(2階) ◆定員 先着80人
- ◆申し込み方法 12月1日(火)午前9時から、電話または中央図書館カウンターでお申し込みください。
- ◆共催 中央図書館、牛久市読書団体連合会
- ◆申し込み・問い合わせ 中央図書館☎871-1400

## クリスマスおはなし会スペシャル

すてきなおはなしがもりだくさん。  
クリスマスプレゼントを用意して、サンタさんとお待ちしています♪



- ◆日時 12月19日(土)  
午後2時～3時
- ◆場所 中央図書館視聴覚室(2階)

## ちょっと早い子どもの本の福袋



図書館のおすすめ本をセットでご用意しました。どんな本が入っているかは、借りてからのお楽しみ☆  
※他の本と一緒に返却できます。

- ◆期間 12月29日(火)～31日(木)
- ◆場所 中央図書館児童イベントコーナーとなり
- ◆対象 赤ちゃん～小学生



## 体育協会だより

牛久市体育協会事務局(牛久運動公園体育館内)  
☎873-2486 FAX873-2895

平成27年度生涯スポーツ優良団体表彰式  
文部科学大臣から表彰



10月9日、中央合同庁舎第7号館3階講堂(東京都)において「平成27年度生涯スポーツ優良団体」の表彰が行われ、牛久市体育協会所属の牛久マレットゴルフ友の会が文部科学大臣より賞状をいただきました。



牛久マレットゴルフ友の会は、福祉センター敷地内にコースを作り、日々練習しています。同協会では地域におけるスポーツの健全な普及および発展に貢献し、スポーツの振興に成果をあげたことが認められました。

茨城ロングホーンバスケットボールクラブ  
代表 澤田 司 問 太田☎871-0075



～クラブチーム熟成&スクールでバスケを基礎から～  
練習日 どのクラスもまず体験からいかがでしょうか？

- ◆クラブチーム 牛久二中体育館で土・日曜日
  - ◆中学生 下根中体育館で月・水・金曜日
  - ◆ミニバス 中根小体育館で水・土・日曜日
- 会費 入会金や年会費などお問い合わせください

## 牛久市文化協会だより

牛久市文化協会事務局(文化芸術課内)  
☎・FAX886-8993

### 第39回市民文化祭

参加  
しました♪



▲華道展

シビック  
コンサート▶



### イベント情報

●コール・フィオーレ クリスマス 歌の集い  
日時 12月12日(土)開場午後0時30分、開演1時  
場所 エスカードホール(4階)

入場料 無料

問 コール・フィオーレ(寺門)☎872-4122

●RKBCクリスマス会

日時 12月20日(日)午後1時30分～4時  
場所 リフレプラザ(ひたち野うしく 駅東口)

参加費 小学生以下500円、中学生以上無料  
※小学生以下プレゼントあり、中学生以上にはプレゼントはありません。詳細はHPに掲載。

問 ラビットキッズバトンクラブ  
(平岡)☎090-4093-4251

●草月流いけばな会

お正月しめ縄お飾り講習会

日時 12月27日(日)午後1時30分～  
場所 エスカード生涯学習センター講座室  
材料費 大3,500円、中2,500円、小2,000円

持ち物 エプロン、花鋏

申込締め切り日 12月20日(日)

問 草月流いけばな会

(伊藤)☎090-2329-8289

Tさん家(栄町) カイ(オス)

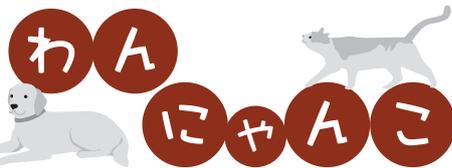


今年9月5日の譲渡会で出会いました。我が家に来た初日はキャリーに隠れて顔も見せてくれませんでした。今では良くなつき、膝に乗るようになりました。賢い、良い猫です。ボランティアさんの育て方が良かったのだと思います。こういう機会があり幸せです。ありがとうございました。

掲載わん・にゃん募集中！ 環境政策課までご連絡ください

ドッグラン 12月9日(水)・13日(日)・23日(水・祝)  
市民無料開放日 AM9:00～11:00

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。利用条件がありますのでお問い合わせください。



問 環境政策課 ☎内線1563

寒い季節になり暖房器具を使用することが多くなると、動物と暮らすうえで気を付けてあげなければならぬのが、コタツの電気コードなどをいたずらしておきる感電事故です。コードが遊び道具にならないよう工夫が必要です。万が一、コードを噛んで事故が起きてしまったら、直ちに動物病院で診察を受け、数日は様子を観察しましょう。

また、高齢や病気で寝ている時間が長い子には、低温やけどの注意も必要です。身体の位置を変えてあげたり、電気カーペットやストーブなどの温度調節に気を配って事故を未然に防ぎましょう。



毎月19日は食育の日 おとなも子どもも毎日食べよう！朝ごはん

しあわせをよぶ

レシピ

問 健康づくり推進課(市保健センター内) ☎内線1744



ご馳走を食べる機会の多いこの時期におすすめ！

## 大根とりんごのサラダ



### 【材 料】(4人分)

大根…………… 400g  
塩…………… 小さじ1  
りんご(小)・レモン…………… 各1個  
パセリ(みじん切り)…………… 大さじ1  
オリーブオイル…………… 小さじ1  
こしょう…………… 適宜

大根は、「牛久市で生産量第1位」さらに「日本人が一番多く食べている」野菜です。寒さが増すことにみずみずしく甘味も増しておいしくなります。消化を助けてくれる酵素が豊富に含まれているので、胸やけや胃もたれ、二日酔いなどの改善に有効とされています。

### 【作り方】

- ① 大根は皮をむき、1cm角に切り、塩をふり15分ほどおく。大根から水分が出たら軽くしぼっておく。
- ② りんごは皮付きのまま、2cm角に切る。レモン1/2個は、薄めのいちょう切りにする。残りのレモンは、よく絞ってレモン汁を作る。
- ③ ボールに大根、りんごを入れ、レモン汁とオリーブオイルを加え、混ぜ合わせる。
- ④ 皿に盛りつけ、レモンとパセリを飾る。お好みでこしょうをふる。

一口メモ

早く味をなじませたい時には、ポリ袋の中に野菜を入れてもみこんでみましょう。

❁ このレシピは「食と健康の応援団」ヘルスマイト(食生活改善推進員)が作成しました。

伝えたい 残したい

# 20世紀 のうしく

問 文化芸術課(中央生涯学習センター内) ☎871-2301

## 牛久駅

昭和45年1月頃撮影  
神谷在住 内田氏所蔵



この写真は、昭和45年1月頃に撮影された牛久駅の2、3番線プラットホームの様子です。このプラットホームは、常磐線上り列車の乗降用であり、中央の建物は待合室として使用されていました。

当時の駅舎は、木造平屋で改札口は西口のみになりました。昭和59年、駅の橋上化に伴い駅舎が新築される際に、翌年からの常磐線上野〜土浦間の15両編成化(それまでは12両編成)に対応するため、プラットホームも約60m延長されました。



明治・大正・昭和の

「昔のうしく」の写真を募集しています。



## 牛久の巨樹

問 都市計画課 ☎内線2522

### 井ノ岡町浄妙寺のイチヨウ



浄妙寺は奥野生涯学習センター前の道路を東へ向って坂を下り、左折して乙戸川を渡り、井ノ岡集落へ登った最初の角を右折した所です。境内には「市民の木」が3本あり、この木は「No.21」で、本堂の西側にあります。2006年の測定

では、幹周3・54m、樹高19・2m、最大樹冠幅は樹冠が切断されて10・3mに過ぎませんでした。これは雄木ですが、境内には雌木の巨樹もあります。病虫害に強く、火熱によく耐え、長命であるため、各地の社寺境内に植栽され、種子のギンナンは食用となります。

浄妙寺は天台宗の寺院。本堂内にある阿弥陀三尊像は市指定の文化財で、鎌倉後期の寄木作りです。

【資料提供】NPO法人うしく里山の会 樹木リサーチ(文章) : 平塚芳雄・写真: 戸塚昌宏

今回で牛久の巨樹の連載は終了します。1月1日号より新連載が始まりますのでご期待ください。

「牛久の巨樹」P116～117掲載 ※お求めは都市計画課まで(1,200円)

## 文芸さろん | 師走 |

神宮の森に参りし七五三 禍も福もそこそこ年詰る 含羞草乙女のように頭さげ 赤とんぼ里の案山子と戯れて 健診は女性八割にぎやかに 健康長寿此処にこそあり 子と孫とひ孫にかこまれ 愛妻と金婚祝の酒に酔う 母が言う寂しさわかる歳になり 故郷はあの夕焼けの中	ばーば 高階さん 雅子 ヒロシ 高橋さん 渡辺さん そら
--	--

【作品募集】イラストや俳句、川柳、短歌など

【あて先】〒300-1292牛久市中央3-15-1

「広報うしく文芸さろん」係

FAX : 873-2512

E-mail : shimin@city.ushiku.ibaraki.jp

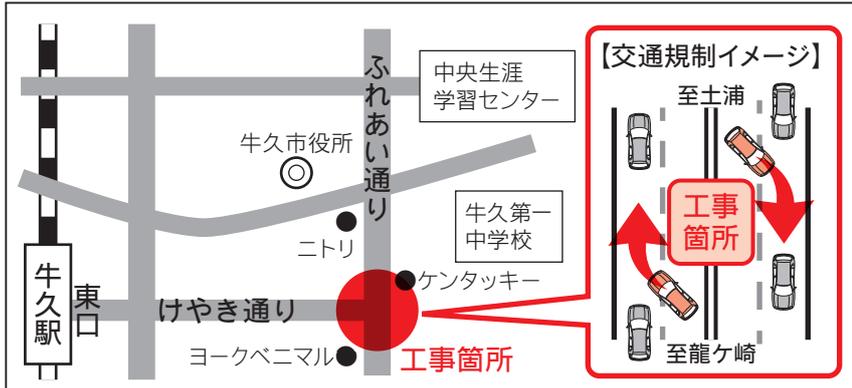
【記載事項】作品、氏名、電話番号、匿名希望の方はその旨(ペンネームもOK)



## 市からのお知らせ

### ●ふれあい通りで交通規制を伴う雨水管布設工事を行います

雨水排水整備のため、ふれあい通り内に雨水管を布設する工事を行います。下記の期間中は、車道の上下各1車線(中央側車線)を昼夜規制しての工事となります。長期間に渡り、通勤・通学時間帯に混雑が予想され、近隣や沿線の皆さんや通行される方には、ご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。



**工事時期** 平成27年12月初旬～平成28年12月28日(水)〈約1年間〉

**問** 道路建設課雨水対策室 ☎内線2514

### ●競争入札参加資格審査申請の受け付け

市が行う競争入札に参加を希望する方の資格審査の受け付けを行います。市の競争入札に参加するには、この資格審査を受ける必要があります。

**受付期間** 平成28年1月4日(月)～29日(金) ※土・日曜日、祝日を除く。

**受付場所** 契約検査課(市役所本庁舎3階)

**認定期間** 平成28年5月1日(日)～ ※物品(役務の提供を含む)は定期受け付けで2年間、建設工事・コンサルタントは追加受け付けのため1年間になります。

**申請方法** 持参または郵送。※提出要領、申請書類は市ホームページ「入札・契約情報」からダウンロードできます。また、契約検査課窓口でも配布します。

**問** 契約検査課 ☎内線1031、1032



**問** 牛久市役所

☎ 029-873-2111(代表)

FAX 029-873-7510(代表)

※番号のお間違いにはご注意ください。



「牛久市シティ  
プロモーション」  
フェイスブックページ

<https://www.facebook.com/ushiku.citypromotion>

牛久市の魅力を市内外に発信。  
楽しい情報、美味しい情報いろいろ  
あります。



**問** 政策秘書課

☎内線3201、3202



「かっぱメール」に  
登録しましょう!

かっぱメール

検索

市政イベント、防災・防犯、各学校など、市の情報をお届けする「かっぱメール」にご登録ください。かっぱメール登録・解説ページ(牛久市公式ウェブサイト)で登録できます。ご不明な点はお問い合わせください。



**問** 情報政策課 ☎内線1673

うししく



ちゃんみよTV

<http://chanmiyo.tv/>



「ちゃんみよ」こと、綾部みよさんをメイン司会とするインターネットバラエティ番組。動画サイト「USTREAM」で平日毎日生放送!

◆放送時間 平日午後6時45分～7時45分

◆スタジオ エスカードプラザ特設スタジオ

**問** [E](mailto:chanmiyo@chanmiyo.tv) chanmiyo@chanmiyo.tv

FMうしくうれしく放送

生放送「ひるラジ!」

月～金曜日午前10時～午後2時

午前11時～正午は牛久市広報番組を放送!

FM  
周波数  
85.4MHz

牛久市民の皆さんの生活に密着した情報が盛りだくさん! 災害時の情報伝達にも役立ちます。ぜひお聞きください!

**問** NPO法人牛久コミュニティ放送

☎875-8541 FAX875-8686 [E](mailto:ushiku@fmuu.jp) ushiku@fmuu.jp

「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。

## ●生涯かっぱつウオーキング教室参加者大募集

ヘルスロード  
スタンプ  
2個押印!

市内のヘルスロードを歩いて健康づくりを始めましょう!

お正月の食べ過ぎや運動不足が気になる年明けにウオーキング教室を企画しました! 正しい基礎知識を学んで、楽しく市内を歩いてみませんか? 生活習慣病予防や健康増進、転倒予防にも役立つウオーキングで健康な体づくりをしましょう。



生涯かっぱつキューちゃん

**日** 平成28年1月8日(金) 午前9時30分～正午(受付午前9時～)

**受付場所** 牛久市運動公園プール管理棟

**コース** 市内ヘルスロードの2つ「ひたち野みずべ公園散策コース」と「ひたち野うしく 駅グリーンハーモニーと運動公園散策コース」を組み合わせ合わせたコースに、新しく整備された小野川散策路(ウッドチップを敷き詰めた足腰への負担の少ない散策路)を加えたコース【8km】

**内** 【講座】…ウオーキングの効用について、靴の履き方・選び方、心拍数の測り方など【実技】…正しい姿勢と歩き方指導、ウオーミングアップストレッチ、ウオーキング(上記コース)、クールダウンストレッチなど ※小雨決行。

**講** 牛久ウオーキングクラブ(日本ウオーキング協会公認指導員)、市職員

**定** 先着30人

**料** 無料

**持** 飲み物、タオル、帽子 ※歩きやすい服装でお越してください。

**申** 12月1日(火)～22日(火)の平日に電話または健康づくり推進課窓口まで

**申・問** 健康づくり推進課(市保健センター) ☎内線1742

## ●第135回とくとく市

ポイントカード大抽選会開催!  
どうぞお楽しみに♪

**日** 12月20日(第3日曜日) 午前9時～11時(雨天決行)

**所** 牛久市営青果市場(田宮町624番地)

**内** ①抽選会商品は、地場産野菜などをたっぷりをご用意(午前9時～)、②サービス券付き「玉葱の袋詰め」限定100個を格安販売(午前9時45分～商品引換券販売)

**問** 牛久市営青果市場  
☎872-0042

## ●第120回うしくゴツ多市

フリーマーケット

**日** 12月13日(日) 午前10時～午後3時 ※小雨決行(荒天中止)。

**所** 中央生涯学習センター駐車場

**内** ①切り餅・キャベツ格安販売(正午予定・数量限定)、②シクラーメン格安販売(午後2時予定・数量限定)、③再生家具販売(午前10時～無くなり次第終了) ※内容と時間を変更することがあります。

※次回開催平成28年2月14日(日)

**問** 商工観光課 ☎873-2111  
内線1823

## ●第10回ブリアントヴィル うしく点灯式

JR牛久駅周辺を彩るイルミネーション「第10回ブリアントヴィルうしく」を開催します。イルミネーションはうしく現代美術展出品作家の協力で制作されたものです。点灯初日には点灯式を行います。

**開催期間** 12月5日(土)～平成28年2月14日(日)

### ◆点灯式

**日** 12月5日(土) 午後5時～

**所** エスカード北側広場

**内** ミニコンサート、軽食販売、10周年記念誌の配布 など

**問** 商工観光課 ☎1821

## ●あなたのコンサート企画を応援!

エスカードホールでステージ発表してみませんか? 合唱・演劇・落語などに、無料でホールを貸し出します。発表経験の少ない方、大歓迎です。

**開催日** 平成28年1月29日(金)、2月5日(金)・12日(金)・26日(金)、3月4日(金)・25日(金)

**時** 午後1時30分～8時30分

**所** エスカードホール

**対** どなたでも。ただし、申込多数の場合は市内在住・通勤通学者を優先。申込書は中央生涯学習センター窓口と市ホームページよりダウンロードできます。詳しくは、文化芸術課へお問い合わせください。

**締** 定員になり次第

**問** 文化芸術課 ☎871-2301



【あいさつ運動】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」実施中

## ●牛久市シルバー人材センターからのお知らせ



### ④初心者向け高齢者パソコン

#### 教室受講生募集

**日** **【Aコース】**平成28年2月1日～3月7日の毎週月・木曜日午前10時～正午、**【Bコース】**平成28年2月1日～3月7日の毎週月・木曜日午後1時～3時、**【Cコース】**平成28年2月3日～3月4日の毎週水・金曜日午前10時～正午、**【Dコース】**平成28年2月3日～3月4日の毎週水・金曜日午後1時～3時

**所** 市総合福祉センター

**内** パソコンの基本的操作の仕方、Eメール、インターネット、はがき作成(年賀状など)を予定。  
※「Windows Vista」使用、入力は「ローマ字」入力方式。

**対** 市内に在住の60歳以上の方(初めて受講の方を優先)

**定** 各コース5人※応募者多数の場合は抽選。12月28日(月)公開抽選を実施。

**¥** 2,000円(テキスト代含む)

**申** 往復はがきの往信用に参加希望者の氏名、年齢、電話番号とA～Dの中からご希望のコースを第2希望まで記入し、返信用に送り先を明記の上、「〒300-1214牛久市女化町859-3牛久市総合福祉センター内(公社)牛久市シルバー人材センターパソコン教室係」まで送付してください。複数枚のお申し込みは不可。結果は1月初旬ごろ、返信はがきで通知します。

**締** 12月25日(金)必着

### ①会員募集

元気で明るく前向きな会員を募集しています。高齢者の皆さんの知識・経験・技術を生かし、就業機会を提供する目的で運営しています。会員になって一緒に働き、収入を得るとともにシニアライフを楽しんでみませんか。

**内** 管理作業、屋内外一般作業、サービス・事務・技術作業ほか  
**対** 市内在住の健康で働く意欲のある60歳以上の方

### ②仕事のご依頼募集

家庭でのお困りごとやちょっと手を借りたいことなどがありましたら、お気軽にご相談ください。お見積りなど、詳しくは電話でお問い合わせください。

◆屋内でのお手伝い…電球・蛍光灯の交換、掛け時計の電池交換、家具の移動配置換え、パソコンの訪問アドバイスなど

◆屋外でのお手伝い…ご不在時の花・庭木の水やり、家の周りの清掃、墓の清掃など

### ③リサイクルショップ展示販売

牛久クリーンセンターリサイクルプラザ内でリサイクル家具、雑貨類を修理再生して、展示販売しています。まだ十分に使えるリサイクル商品を取り揃えていますので、ぜひご覧ください。※商品の予約、返品、返金はできません。

**利用時間** 火～土曜日午前10時～午後3時(日・月曜日、祝日休館)

## ●野外焼却(野焼き)の禁止

野焼きによる悪臭や煙の苦情が寄せられています。



ごみをドラム缶や簡易焼却炉、地面を掘って焼却することは「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」によって禁止されています。違反者には5年以下の懲役又は、1,000万円以下の罰金(またはその両方)が科されます。

ごみを燃やすと火災発生の原因となるばかりでなく、煙や臭いにより気分が悪くなったり、洗濯物や布団が汚れる・臭いがつくなどの近所の方への迷惑となります。

法律には下記の野焼き禁止の例外規定<sup>(※)</sup>もありますが、例外となる行為であっても、近隣より苦情のある場合は行政指導の対象となります。野焼きを発見したら、市廃棄物対策課または、牛久警察署生活安全課まで連絡をお願いします。

### ◆例外規定とは

- ・たき火その他日常生活を営む上で通常行われるもので軽微な場合
- ・国または地方公共団体が施設の管理を行う場合
- ・農業、林業、漁業を営むためにやむを得ない場合
- ・風俗習慣上または宗教上の行事を行うために必要な場合
- ・震災、風水害、その他の災害の予防、応急対策または復旧のために必要な場合

**問** 市廃棄物対策課 ☎内線1571～1573、牛久警察署生活安全課 ☎871-0110

**【①～④共通】**

**問** (公社)牛久市シルバー人材センター事務局

☎871-1468 FAX871-0800

●ご存知ですか障がい者週間

12月3日(木)～9日(水)の1週間は「障がい者週間」です。

障がいは病気やけがなどにより誰にでも起こり得る身近なものです。障がいは多種多様で、同じ障がいでも一人ひとり違います。外見では分からない障がいもあります。一人ではできないことも、周囲の理解や配慮があればできることがたくさんあります。

困っている場面を見かけたら一声かけて自分にできるサポートをしたり、「障がいがあるから」と決めつけず、それぞれの個性や能力を活用できるように考えることが大切です。

障がいのある人もない人も、誰もが人格と個性を尊重し支え合うまちをつくりましょう。

問 社会福祉課 ☎内線1711



人材募集・就職支援

●いばらき県南若者サポートステーション就労相談

「働きたいのに働けない」「就職活動のやり方を教えてほしい」など、就職に悩む若者の相談を受け付けます。

日 12月22日(火)午後1時～5時

所 ひたち野リフレ第2会議室

対 15歳～39歳の若年無業者およびその家族

料 無料

申 相談日の3日前までに電話、FAXまたはEメールでお申し込み。

問 いばらき県南若者サポートステーション(一般社団法人アイケイツクば)

☎893-3380 FAX893-3381

✉ info@saposute-tsukuba.jp

●牛久市国際交流協会主催 第66回世界家庭料理の会

ーインドネシア料理編ー ナディアさんのふるさとバンドウンの美味しいスープもご紹介させていただきます

日 平成28年1月23日(土)午前9時30分～午後1時ごろ

所 中央生涯学習センター調理実習室

メニュー

- 1 ナシ ゴレン(インドネシア風チャーハン)
- 2 サテ アヤム(焼き鳥)
- 3 ソト バンドウン(肉と大根のスープ)
- 4 コラック ピサン  
(バナナとココナッツミルクのデザート)
- 5 ジャスミンティー(インドネシアのお茶)



講師

ナディア・カマルディンさん

対 市内在住・在勤の18歳以上の方

定 25人程度 ※申し込み多数の場合は抽選です。その場合、平成27年6月開催のペルー料理、または平成27年9月開催の中国料理に参加していない方を優先させていただきます。

料 700円(当日徴収)

申 住所、氏名、年齢、日中連絡の取れる電話番号を明記の上、①はがき②FAX③ホームページからの入力のいずれかの方法でお申し込みください。お1人1通のみの申し込みに限ります。①、②の場合、下記までお申し込みください。③の場合は、牛久市国際交流協会ホームページから【インドネシア料理申込フォーム】を開き、必要事項を入力の上、送信してください。

締 12月18日(金)午後5時必着 ※参加の可否は1月中旬に郵送。

問 牛久市国際交流協会世界家庭料理の会インドネシア料理参加者募集係(〒300-1292牛久市中央3-15-1牛久市役所市民活動課内)内線☎1633 FAX873-2512

●いばらきの名産品をお得にGET!

「いばらきプレミアム商品カタログ」で6千円相当(送料等込)の厳選された茨城の名産品を、4千円でお得にGETしませんか?

牛久の味も  
選べます!



常陸牛、ほしいも、笠間焼など、さまざまな商品がラインナップ。地元牛久からも澤田茶園(女化町)のお茶と落花生が掲載されています。贈答用に、引出物に、自分へのご褒美に、ぜひご利用ください。

販売店 県内の郵便局、セイコーマート、いばらきコープ、いばらきプレミアム商品カタログ公式ホームページなど

問 茨城県販売流通課☎029-301-3966 HP <http://www.ibaraki-gift.com/> (「いばらきプレミアム商品カタログ」で検索)

### ●元氣いばらき就職面接会

学生を除く若年者や離職者などの求職者を対象とした「元氣いばらき就職面接会」を開催します。複数の企業(約20社)の人事担当者と直接会えるチャンスです。

**日** 12月3日(木)午後1時10分～3時30分(受付午後0時30分～)

**所** 茨城県筑西合同庁舎本庁舎大会議室(筑西市二本成615)

**対** 学生を除く若年者や離職中の求職者

**¥** 無料※事前申し込み不要。

**持** 履歴書(複数お持ちください)

**問** いばらき就職支援センター県西地区センター ☎0296-23-3811

### スポーツ

#### ●500キロ完歩フェスティバル開催中!

日本橋から京都まで旧東海道500キロを地図上で歩いてみませんか?トレーニング室でランニングマシンやエアロバイクを使って、仮想旧東海道を完歩しましょう。期間中完歩された方、全員を『新春初詣・明治神宮に詣で渋谷赤坂界限を歩く』に無料でご招待。

**日** 平成28年1月11日(月・祝)まで

**時** 午前9時～午後10時※第2・4月曜日休館。

**所** 牛久運動公園体育館2階トレーニング室

**¥** トレーニング室利用料…1日1回市内330円、市外490円(11枚綴りのお得な回数券あり)

**持** 運動できる服装、屋内シューズ、タオル、飲み物

**問** 牛久運動公園体育館2階トレーニング室 ☎873-2486

### ●平成27年度公立保育園の非常勤職員の募集

職 種	保育士 (フルタイム)	短時間保育士 (遅番)	調理員
募集人数	1人	3人	1人
応募資格	65歳未満で保育士の資格を取得している方		65歳未満の方
報 酬	時給1,000円 ※60歳未満の方は6カ月後月額移行制度あり(月額200,000円)。	時給1,000円	時給900円 ※キャリアアップ制度あり(10円～20円)。
	※遅番加算100円あり、キャリアアップ制度あり(10円～20円)。		
交通費	交通用具利用の場合、距離に応じて支給		
勤務日数・時間	勤務日数：週5日間 勤務時間：1日7時間30分 社会保険(厚生年金・健康保険)、雇用保険加入、特別休暇あり	勤務日数：週5日間 勤務時間：1日2時間 午後4時～6時 ※時差出勤あり。	勤務日数：週3日以内 勤務時間：午前8時30分～午後4時30分の間で指定された時間 ※時差出勤あり。
	任用期間 平成28年1月1日～平成28年3月31日 ※勤務実績により再任用制度あり。		
休暇・休日	日曜日、祝日、年末年始(保育士・短時間保育士は交代で土曜日出勤あり) ※勤務日数に応じて年次有給休暇付与。		
勤務場所	市内公立保育園	下根保育園	栄町保育園

◆選考方法 書類選考・面接試験 ※書類選考後、対象者に面接日(12月下旬)を通知。

◆申込方法 「非常勤・臨時職員登録申込書」に必要事項を記入の上、写真(4cm×3cm)を貼付して、保育課窓口へ提出するか郵送してください。申込書は人事課窓口のほか、ホームページからもダウンロードできます。

◆申込締め切り日 12月10日(木) ※募集人数に達しない場合は期限を延長します。

**申・問** 保育課 ☎1764

### 相談

#### ●常陽銀行年金無料相談(要予約)

銀行顧問の社会保険労務士がご相談に応じます。

**日・所** 【ひたち野うしくローンプラザ】12月12日(土)午前10時～午後4時、【常陽銀行牛久支店】12月14日(月)午前10時～午後3時

**持** 年金手帳など

**問** 常陽銀行ひたち野うしく支店 ☎871-8122、常陽銀行牛久支店 ☎872-5112

#### ●筑波銀行年金無料相談(要予約)

裁定請求書作成、添付書類のご案内などのお手伝いをします。

**第2土曜日年金相談会**

**日** 12月12日(土)午前10時～午後4時

**所** すまいるプラザ牛久(筑波銀行ひたち野うしく支店内)

**問** 筑波銀行牛久支店(蒲谷<sup>かばや</sup>) ☎872-1310

●うたごえ喫茶 in 牛久

アコーディオンやピアノ、ギターの響きとともに歌いませんか。

**日** 12月5日(土)午後6時～8時30分※要予約。

**所** コープ牛久店(2階)

**料** 1,200円※ドリンク付き(飲み放題)

**主** 牛久うたごえサークル

**問** 伊藤☎080-1076-4209、若井☎090-2536-8010

●2015MUSEジルベスターコンサート

様々な楽器や歌声が奏でる、華やかで楽しい年越しコンサート

**日** 12月27日(日)昼の部:午後3時開演、夜の部:午後6時30分開演

**所** 中央生涯学習センター多目的ホール

**曲目** 五十鈴川(箏)、ラ・ダンス(ピアノ)、カヴァレリア・ルスティカーナ幻想曲(クラリネット)、ミッドナイト・ベル(ヴァイオリン) 他

**料** 【前売り】大人1,000円、子供700円、【当日】大人1,200円、子供800円(全自由席)

**チケット販売窓口** 中央生涯学習センター、エスカードプラザ、ウインズユー

**問** 上仲☎090-1548-4172

●アルモとミュージックしまショーパート4

新しい曲・懐かしい曲・英語の曲・フラもあります。

**日** 平成28年1月30日(土)午後1時30分開演

**所** エスカードホール※入場無料。

**主** アルモニコス

**問** 福田☎873-4529

●歳末たすけあい托鉢

**日** 12月4日(金)午前9時～正午

**行程** 観成院(午前9時出発)～旧道から6号国道～薬師寺(午前10時～10時20分)～6号国道～牛久駅東・西口(午前10時40分～11時30分)～シャトー前通り～牛久市役所(午前11時50分～)

**主** 牛久市仏教会(会長:小林良雄)

**問** 観成院(古渡)<sup>こわた</sup>☎872-0631

●環境・温暖化防止牛久市民フォーラム

**日** 12月6日(日)午後2時～5時

**所** 中央生涯学習センター小講座室

**内** ①「地球温暖化防止活動推進内員としての活動について」これまでの温暖化防止への取り組みを紹介し、今後の方向を語る。(講師:浅野明宏氏)

②「エネルギーと環境について」化石燃料と人間環境の関わりを振り返り、今後のありようを考える。(講師:田森行男氏)

**対** どなたでも※参加費無料。

**主** 地球温暖化防止活動推進牛久グループ

**問** 事務局(中山)☎874-1296

●第2回牛久ラールゴ・ソロクリスマスコンサート

クラシック、映画音楽、演歌、クリスマスソングまでお楽しみください。

**日** 12月22日(火)午後2時(午後1時30分開場)

**所** 中央生涯学習センター視聴覚室

**内** 独奏、重奏 ※入場無料。

**主** 牛久ラールゴ・ギタークラブ

**問** 松井☎080-1147-4682

●第24回牛久ジュニア体操競技大会兼グリタカップ

未来のオリンピック選手を目指す子ども達が全国から牛久に集まり、熱い演技を披露します。ぜひ、ご声援をお願いします。

**日** 12月12日(土)・13日(日)…器械体操、12月23日(水・祝)…新体操

**時** 午前9時開始

**所** 牛久運動公園体育館

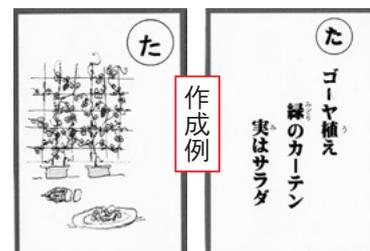
**料** 無料

**主** 牛久市体育協会牛久ジュニア体操クラブ

**問** 事務局☎872-3383

催し・講座

●「うしくエコかるた」標語募集  
標語の末尾で文字をとるカルタ



**募集期間** 12月1日(火)～平成28年1月29日(金)午後3時

**所** 市内の小学校

**内** 省エネ、ごみ削減、牛久の自然保護などの子どものエコな取り組みの標語を募集します。採用された標語は「うしくエコかるた」の読み札になります。

**申** 市内の小学校で申込書を配布しますので、小学校内に設置した応募箱に入れてください。

**主** 地球温暖化防止活動推進牛久グループ

**後** 牛久市、牛久市教育委員会

**協力** ガールスカウト茨城県第27団

**問** うしくエコかるた作成事務局(中山)☎・FAX874-1296



## メンバー募集

### ●女声合唱コスモス団員募集

予約なしで見学できます。

**日** 毎週木曜日午後1時15分～3時15分※開始10分前ぐらいに集合。

**所** 中央生涯学習センター音楽室(2階)

**内** 【講師】小川優美子先生(元NHK7代目歌のお姉さん)、【ピアノ】大黒喜志子先生

**団** 女声合唱コスモス

**問** 長尾☎873-9419

### ●英会話サークル会員募集

生きた英語をやさしく学びましょう。英語の好きな方ならどなたでも大歓迎。見学もどうぞ。

**日** 毎週木曜日午前10時～正午

**所** 中央生涯学習センター視聴覚室

**内** 月1回第3木曜日…外国人講師、月2回第2・4木曜日…日本人講師による授業。そのほか生徒の自由授業、DVD鑑賞など

**定** 数人

**¥** 月3,000円、入会金500円

**団** サークルオクト

**申・問** 大畑☎090-4847-6950

### ●金曜英会話

アイルランド出身のマイケル先生を囲み、英会話を楽しんでいます。中学生程度の英語力で大丈夫。見学は随時できます。

**日** 毎週金曜日午後1時～2時30分

**所** 中央生涯学習センター小会議室

**¥** 月3,500円

**団** 金曜英会話

**問** 呉☎872-0597、中山☎872-5852

### ●歴史を語り合う会

**日** 12月13日(日)午後2時～5時

**所** エスカード生涯学習センター第1・2講座室 ※予約不要。

**演題** 「勤皇移民団奈良県十津川郷土・北の大地へ」

**内** 明治22年8月18・19日奈良県吉野郡十津川郷を大水害が襲った。全被災者600戸、2,600人が政府に保護を求め、大移民団が北の大地へ移住した。希望の地「徳富」。しかし開拓民としての苦闘が始まる。

**講** 板宮 和雄 氏

**¥** 300円(資料代)

**主** 牛久史談会

**問** 事務局(染谷)☎090-7948-3361

### ●第26回セントラルグループ医療・福祉業績発表会



病院・介護施設の一年間の取り組みを発表形式で市民の皆さんに公開します。予約不要。

**日** 12月13日(日)午前10時～午後5時30分(午前9時45分開場)

**所** 中央生涯学習センター(口演発表：文化ホール、ポスター発表：多目的ホール)

**定** 1,100人

**¥** 無料

**主** 社会医療法人若竹会、社会福祉法人若竹会

**後** 牛久市、竜ヶ崎市・牛久市医師会

**問** つくばセントラル病院総務課☎872-1771(代表)

### ●牛久教会創立50周年記念ピアノコンサート

牛久市出身で新進気鋭のピアノニストの演奏をお楽しみください。

**日** 平成28年1月23日(土)午後2時～、午後6時30分～(昼夜2回)

**所** 日本キリスト教団牛久教会(南2-20-20)

**出演** 仙波和音

**¥** 【前売り】1,500円、【当日】2,000円

**主** 牛久教会

**問** 牛久教会(金子)☎872-1326 または教会ホームページ

### ●茨城YMCA

#### 小学生クリスマス祝会



**日** 12月19日(土)午前10時～正午

**所** 茨城YMCAわいわい児童クラブ牛久(南2-20-20)

**申** ①プログラム名「小学生クリスマス祝会」②参加する小学生の名前(ふりがな)③住所④電話番号⑤学校名⑥学年⑦性別⑧生年月日を明記の上、Eメール(info@ibarakiymca.org)で申し込み。

**定・¥** 30人・500円

**主** NPO法人茨城YMCA

**問** 茨城YMCA牛久センター(久米)☎070-2645-3929

### ●牛久味わい亭第12回落語会

三遊亭圓窓師匠に師事する茨城県南の一門が出演します。

**日** 12月13日(日)午後2時～(午後1時45分開場) ※入場無料。

**所** 中央生涯学習センター大講座室※お体の不自由な方は優先席を用意します。前日までに要連絡。

**出演** 牛々亭高堀、有難亭真仮名、有難亭良慈緒、好文亭梅絡

**主** 落語会「牛久味わい亭」

**問** 望月☎090-4757-4414

●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・里山を守り育てませんか。初めての方・小さなお子さんのいるご家庭も大歓迎。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。

**日** 12月20日(日)午前8時30分～正午

**所** 新地町※初めての方は三日月橋生涯学習センター駐車場に集合。

**内** 下草刈り、伐採、枝打ち  
※作業終了後、軽食(おにぎり・とん汁)を用意します。

**持** ナタ、カマ、ノコギリ、作業服、手袋、飲み水

**料** 保険代1人300円(1家族500円)

**団** 木とふれあうネットワーク

**問** 事務局(阿部) ☎873-6424

●太極拳無料体験教室

動作がゆっくりなので、体への負担が少なく中高年や運動の経験のない方でも無理なく体験できます。バランス・柔軟性・筋力が自然と身に付き、体力づくりに役立つ太極拳を始めてみませんか。



**日** 12月4日・11日の各金曜日 午前10時～11時

**所** 中央生涯学習センター中講座室(2階)

**料** 無料

※運動のできる服装・運動靴でお越しください。

**団** 牛久太極拳教室

**申・問** 荒尾 ☎873-3185

●プリザーブドフラワー・アレンジ・サークル

クリスマスや迎春など季節のテーマを楽しくおしゃべりしながら作ります。見学、体験レッスンもあります、どなたでも気軽に参加していただけます。

**日** 第3木曜日午後1時～、第4金曜日午後7時～※体験レッスンの日程はお問い合わせください。

**所** 中央生涯学習センター会議室・小会議室

**料** 1回2,700円～(花材費のみ)

**持** 工作はさみ、持ち帰り用袋

**団** プリザーブドフラワー・アレンジ・サークル

**問** 関 ☎828-6336

牛久自然観察の森

12月のイベント情報

わたしを磨く♪森で朝カツ

キンと冷えた空気に漂う森の香りや、森の目覚めとともに動きだす野鳥に出会う特別な朝。移動は軽く「スロウジョグ」で体をあたためながら、心も体もリフレッシュしませんか。

**6日(日)「森の和アロマ編」**

**13日(日)「小鳥ウォッチング編」**

**7時30分～9時**

□対象:30代～40代の女性。

□参加費:各回とも1000円。

□申し込み:お電話にて申し込み。

□集合場所:牛久自然観察の森第一駐車場

□備考:雨天、荒天時は中止。

赤ちゃん木育ひろば

木のおもちゃのレクチャーと笑顔の「親子記念撮影会」。はじめての木育ひろばをみんなで楽しみましょう!

**10日(木)11時～11時30分**

□対象:0歳～1歳未満の赤ちゃんとその親。

□参加費:大人1人300円。

※終了後も引き続き遊べます。

□集合場所:木育広場「うっしっし」

□申し込み:不要、当日受け付け。



森deランチ

幼児とその保護者を対象にした絵本の読み聞かせ会。

**11日(金)正午～午後1時**

今月のテーマ

～森でクリスマス☆～

□参加費:無料。

□集合:牛久自然観察の森バツタの原。

□持ち物:お弁当、水筒持参。

□申し込み:不要、当日受け付け。

□備考:雨天時はネイチャーセンター内で開催。



【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)

【休園日】 12月:7日(月)、14日(月)、21日(月)、24日(木)  
年末年始:12月28日(月)～1月4日(月)

牛久市文化財保護審議委員 栗原 功

## 小川芋銭の句碑(銚子市・牛久市)と歌碑(福島市)②

### 歌碑・河童の碑建碑

建碑者は福島市在  
住の池田龍一氏ら

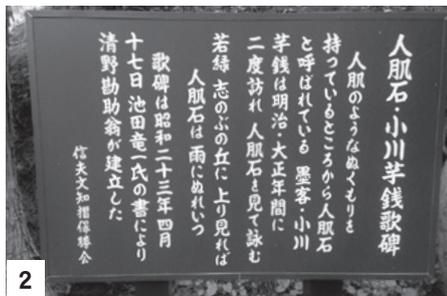
小川芋銭の歌碑は、福島県福島市山口の文知摺観音境内の後丘に建っている。

建碑したのは、福島市在住の池田龍一氏と清野勘助翁である。

池田龍一は、明治23年(1890年)の生まれで、京都帝国大学医学部大学院(現京都大学)を卒業後、大正9年(1920年)に三郡共立福島病院に小児科部長として迎えられた。以来、小児科の池田先生として親しまれていたが、その一方で異色の文人医師とも称されていた。その池田は昭和44年(1969年)に福島市内で病没した。池田は、『書道界で研究の対象として特筆される良寛(※)』の書に学び、



1 小川芋銭歌碑  
『若緑志のぶの丘に上り見れば  
人肌石は雨にぬれいつ』



2 小川芋銭歌碑  
2 現地の説明板  
所在地・文知摺観音境内(福島市山口)  
写真提供・安洞院

絵は芋銭の作品に傾倒し、短歌もよくした。ことに、芋銭の人となり、芋銭の芸術全般に深く心酔し、芋銭顕彰にも努め、また芋銭作品の鑑定者としても著名であった。

※良寛は、江戸幕府・徳川第9代將軍家重治世下の宝暦8年(1758年)に越後国(現新潟県)で生まれ、18歳で出家した曹洞宗の僧侶。当時儒者

池田龍一の子孫の方が寄贈 作品など25点—  
牛久市では平成24年7月に、池田龍一の子孫の方より、芋銭の絵画及び資料など25点を寄贈していただいた。

松尾芭蕉や正岡子規など多くの文人が句をのこしている。池田は、昭和27年(1952年)に建てられた芋銭を顕彰する『河童の碑』建立にも尽力し、河童の碑は池田龍一なくして建つことはなかったと伝えられている。

池田龍一の子孫の方が寄贈 作品など25点—

広報うしく11月1日号コーナーにおいて、表記に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

- 【1段目】13行目 **訂正箇所** 天皇陛下がお生まれになられた時も
- 正しくは** 天皇陛下(当時は皇太子殿下)がお生まれになられた時も
- 16行目 **訂正箇所** 大海を跳びいつる如と初日の出
- 正しくは** 大海を跳びいつる如初日の出
- 【2段目】1行目 **訂正箇所** 「野口雨情が『小川芋銭先生は絵を描く芭蕉』と称えた」
- 正しくは** 「酒井三良が『小川芋銭先生は絵を描く芭蕉』と称えた」

「一方、芋銭の画風を継承した酒井三良の場合は、『……小川芋銭先生は松尾芭蕉に深く傾倒されていたようですね。作品も芭蕉の句が一番多く描かれています。“絵を描いた芭蕉”と見ることができると思います』と回想している。」

(引用資料は「広報うしく」昭和62年12月1日号 栗原功著「小川芋銭伝(四)」)



「うしく河童大根」贈呈式

## 子どもたちにおいしい「うしく河童大根」を

11月17日、JA竜ヶ崎大根生産部会から牛久市に「うしく河童大根」が贈呈されました。贈呈された「うしく河童大根」は約600本。市内小中学校などの給食で使われます。部会長の山岡正男さんは、「大根は今年も豊作で、出来がいい」と話していました。

「うしく河童大根」は柔らかでみずみずしく、サラダに向くほ

か、煮物にしてもおいしいのが特長です。主に東京市場に出荷されます。



- 1 10月に行われた「うしく河童大根」の目揃会
- 2 JA竜ヶ崎大根生産部会から市にみずみずしい「うしく河童大根」が贈呈されました



1



2

地区社協の新事務所

## 牛久小学区地区社会福祉協議会事務所開き祭り

11月7日、牛久小学区地区社会福祉協議会の事務所開き祭りが、新事務所(旧上町保育園)で開催され、地域の皆さん約150人で賑わいました。

会場では、前日から準備されていた、焼きそば、漬物、豚汁などの無料配布もあり、心も体も温まる実りの秋の1日となりました。



式典での、上町ふれあい保育園の園児による合唱

## 寄 付

### ●「救急ボトル」を新たに500本寄贈

牛久ロータリークラブ(大津幸子会長)から牛久市社会福祉協議会に、昨年に引き続き「救急ボトル」500本を寄贈していただきました。

「救急ボトル」とは、一人暮らし高齢者の方などが、自身の緊急連絡先や医療情報などを記載した情報シートを専用のボトルに入れ、自宅の冷蔵庫に保管しておくことで、体調を崩して救急車を呼んだ時に、駆け付けた救急隊員が迅速に対応できるようにするものです。

牛久ロータリークラブからは、平成24年から合わせて3,500本

の救急ボトルを寄贈いただき、同協議会がこれまでに約2,800人(平成27年11月現在)の方に配布しています。救急ボトルを受け取った方からは、「一人暮らしなので、万が一に備えて『救急ボトル』をいただきました。これで安心です」など、多くの声が寄せられています。



救急ボトルは高齢者世帯の方などに無料で配布しています



園児が感謝の気持ち伝える

## 交通安全心掛けます!

交通安全教室などを開き、交通安全や防犯について子どもたちに教えている交通安全教化員に牛久幼稚園の児童が感謝の気持ちを伝えるため、市役所を訪れました。園児自身の似顔絵が書かれたボードを交通安全教化員に手渡した園児たちは「いつもありがとう。お仕事頑張ってください」と感謝の気持ちを伝えました。



学校給食「牛久の日」

## 学校で食の地産地消

10月23日、牛久市内の小中学校13校で、学校給食「牛久の日」が行われました。年3回行われるこの「牛久の日」には、牛久産の旬の食材を使った学校給食が出されます。この日の献立は、ユールンチー油淋鶏、小松菜のお浸し、さつまいもの味噌汁、ごはん、牛乳、リンゴ。牛乳と調味料以外の食材はすべて牛久産です。

岡田小学校を訪れた根本洋治



1



2

市長は、児童と一緒に給食を楽しみました。1つだけ余ったリンゴをめぐって、市長と児童がじゃんけんをするなど、なかなか給食の時間となりました。

児童の朝食摂取率が市内最低(7割台)であった岡田小学校では、食育に力を入れてきました。6年1組担任の谷本祐子教諭は、「児童の朝食摂取率は改善された」と言い、量に個人差はあるものの、普段から給食はみな残さず食べていると、元気いっぱいの児童を頼もしそうにみていました。

- 1 根本市長と児童がリンゴをめぐってじゃんけん!
- 2 リンゴなど旬の食材が揃った給食

牛久産食材で健やかに!

## 牛久の恵みたっぷりおやつ

市内保育園では今年、牛久産小麦「ゆめかおり」を使った新メニューが7点も登場。栄町保育園では9月29日、おやつに「さつまいもドーナツ」が提供されました。これは、平成26年に市で開催した「スローフードコンテスト」の作品をアレンジしたもので、「ゆめかおり」とさつまいもが使われました。



「おいしい!」とドーナツを食べる園児たち

下根保育園で10月23日、おやつの新メニューが登場しました。この日のおやつは、女化町のさつまいものスキムミルク煮と島田町のりんごのバターソテーで、地元の自然がギュッとつまったものです。子どもは地域の宝。農業者はもちろんのこと、献立を決める栄養士や調理員も幼少期の食を支えています。



おいしいおやつに思わずにっこり

## おめでとう 大会結果

### ●和歌山国体で4位入賞!

和歌山国体のゲートボール競技が9月5日・6日に和歌山県高野町で行われました。

牛久市ゲートボール連合会所属で茨城県南選抜「みなみレディース」のメンバー佐野文子さん、脇山英子さんの両名が北関東代表として出場し、見事4位となりました。次は2019年の茨城国体を目指して頑張ります。



出場し、入賞した佐野さん(前列右)と脇山さん(前列左)

牛久市民体育祭

## スポーツで楽しく交流

牛久・岡田・奥野の各地区で10月12日、市民体育祭が開催されました。

牛久運動公園で行われた岡田地区の「順送球」では、地域ごとにチームになり、細長い球を順番に送り、速さを競いました。参加者たちは、大きな声で応援し、スポーツを通して交流を深めました。



和気あいあい、秋のひととき汗を流しました

## 第25回うしくWaiワイまつり 同時開催「うしく菊まつり」「としょかんまつり」



1



2



3



4



5

「第25回うしくWaiワイまつり」が11月3日、中央生涯学習センター駐車場で開催されました。この催しは、生産者と消費者の交流を深め、産業の振興や活性化などを目的として開催されています。穏やかな秋晴れとなったこの日、会場は物産品やおいしい食べ物を求め、多くの家族連れなどでにぎわいました。

- 1 「うしくWaiワイまつり」大抽選会
- 2 コミュニティFM「うしくうれしく放送」が会場出張生放送！根本市長が出演
- 3 姉妹都市・常陸太田市の出店。「常陸秋そば」は今年も大人気
- 4 会場内で開催された「第6回うしく菊まつり」
- 5 中央図書館で開催の「第23回としょかんまつり」では雑誌のリサイクル市のほか、本の修理などが好評

### 常陸秋そばフェスティバル里山フェア 姉妹都市・常陸太田市で紅葉と秋そばを堪能

姉妹都市・常陸太田市との交流などを目的に、「常陸秋そばフェスティバル里山フェア」見学ツアーが11月7日、行われました。

参加者たちは、常陸太田市の大久保市長や市職員の方から歓迎を受けた後、竜神大吊橋(下写真)で紅葉を楽しみ、山吹運動公園で開催の同フェアで名産の「秋そば」を堪能しました。



### 第33回牛久市民号 秋色の会津西街道と会津芦ノ牧温泉

10月20日・21日の1泊2日の日程で、市民197人が「第33回牛久市民号」に参加しました。天候にも恵まれ、道中および散策場所で見事な紅葉を楽しみました。茅葺集落「大内宿」(下写真)や塔のへつりを散策し、夜は会津芦ノ牧温泉にて疲れを癒しました。参加者たちは、2日間にわたって、お住まいの地域や行政区の枠を超えて交流を深めました。



### 第8回うしくみらいエコフェスタ

#### 学びから行動へ！

楽しく遊びながら学び、環境保全を促すことを目的とした「第8回うしくみらいエコフェスタ」が10月18日、牛久運動公園で開催され、5,117人の来場者でにぎわいました。来場者たちは、アクリルたわし作りや卵の殻を使ったキャンドル作りなど、楽しみながら環境について学びました。



市の公式キャラクター「ラーシク」も登場！来場者たちに大人気

第66回茨城県消防ポンプ操法競技大会県南南部地区大会

## 消防団が消防ポンプ操法技術を競う



1



2

- 1 火を見立てたために放水。見事命中!
- 2 牛久市代表の「第10分団」(東端穴)

地域の防火・防災のために活動する消防団員が、消防ポンプ操法技術を競う「第66回茨城県消防ポンプ操法競技大会県南南部地区大会」が10月18日、中央生涯学習センター駐車場で開催されました。この大会は、消防団員が消防ポンプ操法技術を競うことで、実際の火災現場において、円滑な任務遂行を図ることを目的としています。

当日は、県南の9市町村が参加。牛久市からは代表して「第10分団」(東端穴)が参加しました。多くの観衆が見つめるなか、第10分団は「小型ポンプの部」に出場し、「敢闘賞」を獲得。第10分団の太田敬指揮者は「緊張を力に変えて、日頃の練習の成果を発揮できた」と話していました。

今後、地域の防火・防災のために消防団の活動が期待されます。

1158号

2015年12月1日号  
平成27年12月1日発行

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

TEL 029-873-2111  
HP <http://www.city.ushiku.lg.jp/>  
FAX 029-873-2401

今月の  
たいへんよくできました

### 牛久市立第二幼稚園



牛久市立第二幼稚園のお友だちが、クリスマスリースを披露してくれました。

リースの輪は、自分で育てたアサガオのツルが、幼稚園で取れたサツマイモのツルの好きな方を選んで編みました。ドングリや毛糸を飾りつけて出来上がり!

みんな、よくできましたね!



「だいにっこ」のマスコット「モカちゃん」は11歳という長寿のウサギ。3年前に大病をしましたが、牛久どうぶつ病院の「小林先生」の献身的な診察で、今ではとても元気。これからもいっぱい遊ぼうね。



牛久市はスローフードを応援しています。



再生紙、環境に優しい植物油インキを使用しています。