

# つくばみらい



「特集」

## タイムカプセルが つないだ地域の絆



# 30年の歳月を超え集った懐かしい顔 タイムカプセルがつかないだ絆

タイムカプセル掘り出しに関わった皆さん。(左から) 蛭原智司さん(当時6年)、蛭原真一さん(当時5年)、  
大久保剛さん(当時5年)、杉山秀晃さん(当時6年)、坂塚弥さん(当時3年)、筑間章さん(当時4年)



同級生同士、息の合った連携で掘り出し作業を行う伊奈工業の蛭原さん(奥)と大久保さん(手前)。

**東** 小学校の昇降口脇に30年前に埋められたタイムカプセル。同小の30周年記念事業の一環として行われ、当時の児童全員、先生、PTAの皆さんが、思い出の品などをタイムカプセルに入れ、30年後に開封しようとして、埋設したものです。このタイムカプセルの開封式が8月11日、東小学校体育館で開催されました。式を主催したのは、タイムカ

プセルを埋めた30年前、在校生だった有志の皆さん。当時6年生で児童会長だった蛭原智司さんが中心となり結成された「東小タイムカプセル開封プロジェクト実行委員会」の皆さんです。

タイムカプセルをきっかけに再び集った卒業生たち

「実は誰も覚えていなかったんです(笑)。なので、まさか今年だとは思わなくて」。蛭原さんは、プロジェクトが動き出した半年前のことをこう振り返ります。埋設した当時も親からは「30年後にお前たちが掘り出すんだよ、とは言われなかった」と笑います。

「埋めたことはなんとなく思い出したんですけど、カプセルの大きさや材質、穴の深さとか、同級生や当時の先生に聞いても誰も覚えていなくて」。実行委員会メンバーで、まずは掘り出

してみよう、ということになったそうです。

まだ肌寒さの残る3月30日、実行委員のメンバーによる掘り出し作業が行われました。深さや大きさなどがわからなかったため、作業には重機も登場。重機を提供した伊奈工業㈱の大久保剛さんも東小の卒業生で、当時は5年生でした。タイムカプセル掘り出しの話を聞いて「快く引き受けた」と話します。

掘り始めてから2時間ほどで、深さ約1.5mの穴の底から白いスーツケースのようなタイムカプセルが現れました。蛭原さんは「無事に埋まりました。安心しましたね。自分たちの親がきちんとやってくれていたんだなって」と安堵の表情を浮かべました。



月に1回集まり、開封式当日に向けた企画を練る実行委員の皆さん

## 懐かしい笑顔があふれた タイムカプセル開封式

真夏の青空が広がった8月11日。東小学校の体育館でタイムカプセルの開封式が行われました。当日は、多くの卒業生が集まり、懐かしい顔を見つけては、お互いの近況を報告しあうなど、たくさんの方々の笑顔の輪ができていました。

式典では、招待された恩師の先生方からあいさつがあり、タ



なおいとしあき  
直井敏明さん  
・  
れん  
蓮くん



いたみりえ  
伊丹理恵さん  
・  
こうき  
幸樹くん

タイムカプセル埋設当時を知る方へのインタビュや、掘り起こし作業の様子などを収めた動画も上映されました。

タイムカプセル開封後は、各学年ごとに恩師の先生から直接、思い出の品が手渡されました。当時1年生だった直井敏明さんは、息子の蓮くん（東小6年）と一緒に参加。「タイムカプセルのことは）うっすら記憶にありました。絵と将来の夢を書いた作文が入っていたけれど、全く違う仕事に就いています」と笑っていました。当時2年生

「30年越しの宿題を、  
やっと提出できました」

半年にわたる準備を経て、無事に開封式を終えた実行委員の皆さんの表情は晴れ晴れとしていました。蛭原さんは「本音を言えば、（参加した皆さんを）泣かせたかった（笑）。でもみんなの笑顔を見ていたら、半年間準備した甲斐がありました。30年越しの宿題をようやく提出できた気分です」と笑顔で語りました。

（写真）恩師から思い出の品を手渡され、笑顔を見せる卒業生の皆さん。記念撮影や旧友との思い出話に花を咲かせ、まるで子ども時代にかえったかのように喜びを分かち合っていました。30年という月日が流れ、親になった人も多く、子どもと一緒に参加する姿も見られました。



▲タイムカプセル開封の瞬間



やってみたい！





# 私たちの笑顔あふれる

# まちづくり

## 市民協働のまちづくりへ

これまでの、主に行政が公共サービスの提供や地域課題を解決する役割を担ってききましたが、これからはより魅力的で満足度の高いまちにするため、市民力を生かしたさまざまな活動主体が、それぞれの役割分担の下、連携して協働を推進していくことが重要となっています。市では、平成31年3月に、協働の目的や目指す市民協働の姿や役割などを共有できるよう、「つくばみらい市市民協働基本指針」を策定しました。

### 【協働のイメージ】

<p>①どんなことを？ ⇒生活やまちづくりで一人ではできないことをやる 最近家の周りでごみが散らかってるなあ。でも一人じゃとても全部はできないなあ。</p> 	<p>②だれがやる？ ⇒地域や団体、事業者が市と協力して実施する町内会に相談して、やり方をNPO法人やボランティアに相談してみよう。</p> 
<p>④協働のスタート 仲間も増えたと、まちがいつもきれいになるぞお〜。今度は、ごみが出ない取り組みもみんな考えてみよう〜。</p> 	<p>③どんなふうによればいい？ ⇒情報を共有して同じ目的の人を募って実施する 参加できる人を募ろう。NPOやボランティア団体にも協力を呼びかけ、指導してもらおう。市とごみの受け入れについて協議しよう。</p> 

### 【協働って何？】

協働の取り組みは、自治会や子ども会の活動、ボランティア活動などはもちろんのこと、地域のごみ拾いや清掃、災害発生時の助け合い、防犯活動、子どもや高齢者の見守りなどさまざま。協働っていうとよくわからないけど、地域の課題やまちづくりに協力して関わることが協働ってことなんだ〜。



「つくばみらい市市民協働基本指針」は右のQRコードからご覧になれます



# つくばみらい市民塾

「やってみたい！」を後押しする1日市民活動体験

高校生以上の方を対象に、市内で活動する団体で市民活動を体験する取り組みを行います。「市民活動に興味がある！」「市民活動をはじめてみたい！」と思っ

ていても、何から始めればいいのか分からないという方、ぜひ、この機会に体験してみませんか。

▼体験日時・場所 9月中旬 11月下旬の期間で、参加者の希望と団体の受け入れ態勢を調整し決定します。

▼申込期間 8月26日(月)～9月20日(金)

▼対象 高校生以上の学生・一般の方

▼申し込み方法 市民活動体験一覧(5・6ページ参照)より、体験してみたいプログラムを選び、申込用紙に必要事項を記入し、地域推進課まで直接持参するか、郵送、FAX、もしくはメールにてお申し込みください。

### 【注意事項】

①高校生および18歳未満の方が参加する場合には、必ず保護

者の同意書も提出してください。②申し込み多数の場合は、先着順となります。

③体験会場までの交通費は、自己負担となります。

④体験の現場におけるケガや事故については、市の総合災害補償が適用されます。

⑤提供いただいた個人情報、受け入れ団体に提供しません。

⑥申し込み後に、都合が悪くなり、参加できなくなった場合には、速やかに地域推進課までご連絡ください。

### ■免責事項

いきいき市民塾の受け入れ先で生じたトラブルについては、当事者間で責任をもって解決するものとし、市はその仲裁や解決を行いません。

### 【問い合わせ】

伊奈庁舎地域推進課

〒300-2395 つくばみらい市福田195

☎58-2111(内線1303)

FAX 58-5611

✉chiki01@city.tsukubamirai.lg.jp

# 市民活動団体をご紹介します

「協働によるまちづくり」の推進においては、団体のあらゆる分野における活動は欠かすことができないものです。市内では、100以上の市民活動団体があり、魅力と個性にあふれる地域づくりに向けて、ご活躍されています。今回は市内に拠点を置き、活躍されている団体の活動の一部をご紹介します。



**1** NPO 法人  
古瀬の自然と文化を守る会  
田んぼアートをはじめとして、農業体験や自然観察など、都市と農村の交流活動を行っています。



**2** NPO 法人 城山を考える会  
年間を通じ、里山づくりや農園活動をはじめとして、里まつり、そばづくりなどを行っています。



**3** NPO 法人  
地球の緑を育てる会

ドングリを拾って育苗し、それを植えて森をつくる活動です。苗場は広くて静か、交流の場として楽しめます。



**4** ドレミファソライズ FC つくばみらい

空き缶やごみ拾いなど、公共施設の里親活動に参加しています。ボランティア活動などありましたら遠慮なくお声掛けください。



**5** 絹の台さくら公園きれいにし隊  
絹の台さくら公園のラジオ体操の有志が綺麗な公園を利用者と共有できるようにゴミや雑草の除去などを毎朝行っています。



**6** 手話サークル すずらん  
手話でお話したい方、手話を体験したい方は、笑いの絶えない【すずらん cafe】【こきぬ cafe】にぜひ、遊びに来てくださーい！



**7** 傾聴ほほえみ

お話しをする機会の少ない高齢者の方の個人宅や施設に伺います。笑顔を見せていただくと嬉しいので、耳も目もしっかりと傾けてお話を聴かせていただきます。また、小中学校でも体験授業を実施しています。



**8** 子育てボランティア「ソレイユ」

市が主催する講座などをパパ・ママが受講中、お子様を託児。また、イベント「親子でぎゅぎゅつと触れ合って遊ぼう」など親子でのふれあい遊びの場を開催してお子様の可愛い笑顔に癒されています。



**9** 読み聞かせ「虹の会」

虹の会は子ども達に絵本の読み聞かせをして25年。子ども達の喜ぶ笑顔に元気をもらいます。いっしょに体験しませんか？



**10** つくばみらいエキストラの会

平成16年発足。映像制作会社の要請により、年間約1600人のエキストラ派遣と、約70日間の現場立会を実施しています。

# いきいき市民塾

～やってみたい！を後押しする1日市民活動体験～

## 参加申込書および同意書

ふりがな	性別	住所	〒	-
氏名	( 歳)			
連絡先	(自宅) ☎	(携帯) ☎	-	-
区分	該当するものを○で囲んでください。 高校生 ・ 大学生 ・ 専門学校生 ・ 一般		【学生の場合】	学年：
緊急時の連絡先	氏名	続柄：	(☎	)
参加希望団体名	下の表から、参加を希望する団体の番号を第3希望までご記入ください。 第1希望：            第2希望：            第3希望：			
活動希望日	活動したい曜日や時間をご記入ください。団体と調整し決定します。(例：月・火曜の午前10時～正午)			
上記の個人情報を団体に提供することを承諾します。				
令和元年 月 日				
参加者のご署名 _____				
<b>同意書</b> (高校生および18歳未満の方のみ)				
上記の者が、つくばみらい市主催の「いきいき市民塾～やってみたい！を後押しする1日市民活動体験～」に参加することに同意します。				
令和元年 月 日				
保護者氏名： _____				



## ●市民活動体験一覧

◎番号は5ページの団体紹介と関連しています。

分野	団体	体験内容	受け入れ日	各日受け入れ可能人数
社会教育	① NPO 法人 古瀬の自然と文化を守る会	農業体験、農業実習	参加決定後調整	10人
	② NPO 法人 城山を考える会	里山環境学習、里山保全活動	第1・第3・第5日曜日	10人
環境保全	③ NPO 法人 地球の緑を育てる会	どんぐりの育苗や植樹活動	11月の毎週土曜日	20人程度
	④ ドレミファソライズFC つくばみらい	みらいの森公園の定期的な清掃や除草などのボランティア活動	毎月最終土曜日	10人程度
	⑤ 絹の台さくら公園きれいにし隊	絹の台さくら公園の清掃や除草などのボランティア活動	毎朝午前6時～7時頃	制限なし
福祉	⑥ 手話サークル すずらん	手話の普及活動、小中学校福祉授業への協力	参加決定後、調整	10人程度
	⑦ 傾聴ほほえみ	介護施設での訪問傾聴	毎月1日、17日	5人
子どもの健全育成	⑧ 子育てボランティア「ソレイユ」	公共施設、市内スーパーにてふれあい遊び	毎月第2・第4火曜日 毎月第4木曜日・第4金曜日	10人
	⑨ 読み聞かせ「虹の会」	市内小学校での読み聞かせ	参加決定後、調整	3人程度
観光の振興	⑩ つくばみらいエキストラの会	ワープステーション江戸で、出演エキストラの集合から解散までの立ち合い活動体験	参加決定後、調整	3人程度

# 初級日本語 ボランティア養成講座 受講生募集

**外** 国人のためのボランティア日本語教室『日本語ひろば』では、主に市内に住む外国人の方に日本語を教える活動をしています。

このたび、龍ヶ崎市日本語ボランティア『フレンド』と共同で「初級日本語ボランティア養成講座」を開催することになりました。

この講座は、(公財)茨城県国際交流協会との共催事業で、日本語でのコミュニケーションがまだ難しい外国人の生活を手助けしたいと思う方のための講座です。

外国人に日本語を教えることに興味がある方はこの機会にぜひ、受講してください。



普段の活動の様子



▶日程：全6回（前半3回は龍ヶ崎市会場、後半3回はつくばみらい市会場で実施します）

日程	会場
① 10月12日(土)	龍ヶ崎市民活動センター (龍ヶ崎市馴馬町 2445)
② 10月19日(土)	
③ 10月26日(土)	
④ 11月 9日(土)	伊奈公民館 (福田 195)
⑤ 11月16日(土)	
⑥ 11月30日(土)	

▶時間：午前10時～午後4時（昼に1時間休憩あり）

◎5時間/日×6回：全30時間

▶募集定員：15人（先着順）

▶修了証書：8割以上（5回）の講座に出席した方に茨城県国際交流協会の修了証書が発行されます。

▶講師：茨城県国際交流協会日本語教育アドバイザー

▶受講料：無料

▶申し込み先：市社会福祉協議会 ボランティア市民活動センター ☎ 25 - 2101

▶申込期限：9月13日(金)



日本語ひろばの皆さん

## 一緒に日本語を教えませんか？

『日本語ひろば』では、やさしい日本語を使って外国人への日本語学習支援や異文化交流活動を行っています。一緒に活動してみませんか。

▶日時：毎週日曜日 午後2時～3時30分

▶場所：伊奈公民館

☎ 日本語ひろば <sup>いたば</sup>板羽 ☎ 080 - 6928 - 2184

✉ itabaken2010@yahoo.co.jp

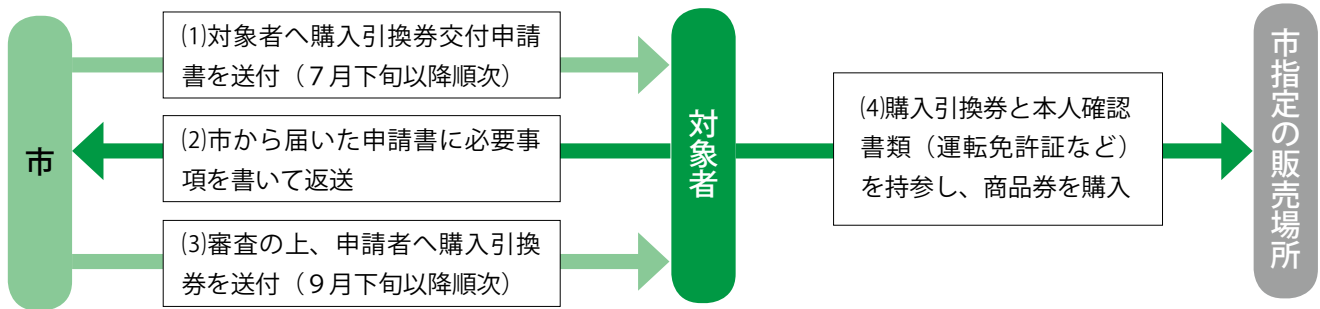
# 対象者に 市プレミアム付商品券を 販売します

市では、10月に予定されている消費税率の引き上げに伴い、所得の低い方や子育て世帯への影響を緩和するため、市内の飲食店やスーパー、商店などで利用できるプレミアム付商品券の販売を開始します。

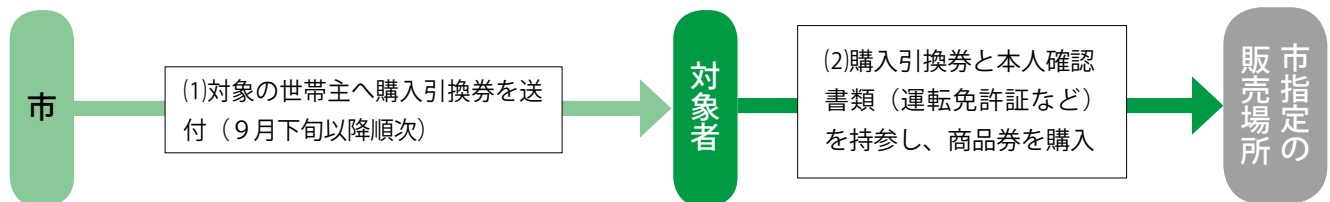
**購入方法** プレミアム付商品券の販売は、次の①②の方が対象です。

## 対象者①今年度住民税（均等割）が課税されていない方

※課税されている方の扶養親族や生活保護を受けている方などを除く



## 対象者②平成28年4月2日～令和元年9月30日に生まれた子の世帯主の方



### 【共通事項】

- ▶内容：1セット 5,000円分の商品券（500円券×10枚）を4,000円で販売※1人5セットまで。上記対象者①・②の両方に該当する方はそれぞれ購入可。②は対象の児童数を乗じた数まで購入可。
- ▶販売場所：伊奈庁舎1階プレミアム付商品券販売窓口・市内郵便局など※詳しくは、9月下旬以降に該当者へ送付する購入引換券に同封の案内に記載

- ▶販売期間：10月1日(火)～令和2年3月31日(火)（平日の開庁時間内）
- ◎日曜日の販売（午前8時30分～正午）：10月27日(日) 伊奈庁舎 / 11月17日(日) 谷和原庁舎 / 12月22日(日) 伊奈庁舎 / 令和2年1月19日(日) 谷和原庁舎
- ▶使用期間：10月1日(火)～令和2年3月31日(火)

■販売・受付窓口を開設しています

●期間：8月1日～令和2年3月31日(火) / ●場所：伊奈庁舎1階

問 つくばみらい市プレミアム付商品券係  
☎58 - 2111（内線9304）



# 市プレミアム付商品券 使用可能店舗一覧

※この一覧は、8月1日現在のものです。  
※随時、プレミアム付商品券取り扱い店舗募集中です。詳しくはプレミアム付商品券係までお問い合わせください。

【取扱店舗名】	【住所】
高久産業(株)	豊体 161-1
ビューティ すみれ	豊体 653-2
(株)斉藤商店	豊体 1058
丸松	豊体 1619
中村薬品	豊体 1692
サカモト洋品店	青木 59
セブンイレブンつくばみらい青木店	青木 131-7
カスミ谷井田店	谷井田 1244-1
ウエルシアつくばみらい伊奈店	谷井田 1332
ファッションセンターしまむら伊奈店	谷井田 1335
ポトス	谷井田 1353-13
(株)あさの生花店	谷井田 1379-5
(有)協和メガネ	谷井田 1379-8
HAIR & MAKE BANGS	谷井田 1939-8
肉のエビハラ	谷井田 2031-15
浜野商事(株)	伊丹 161
理容シイナ	山王新田 292-9
らーめん いっちゃん亭	山王新田 1428-18
(株)常陸自動車	山王新田 1622-1
近江屋衣料店	東栗山 1434-1
セブンイレブンつくばみらい板橋店	板橋 732-1
増田屋衣料店	板橋 1790
四十路	板橋 1821
青木製麺工場 (麺工房あおきや)	板橋 2277
(有)桜屋石油 ENEOS 板橋SS	板橋 2535-1
セブンイレブンつくばみらい東板橋店	板橋 2648-4
カフェレストラン 野いちご	板橋 2844-236
ビッグドラッグ板橋店	板橋 2844-259
そば処 大村庵	板橋 3060-3
居酒屋 おれんち	寺畑 78
ジェームス谷和原インター店	小絹 165-1
ふとんのマスダ	小絹 218
中島洋品店	小絹 695
(有)肉の菊屋	小絹 732
ヘアサロンしもむら	小絹 737-5
ダイソー茨城谷和原店	小絹 761
上野クリーニング	小絹 784-5
宝島 谷和原店	小絹 822

【取扱店舗名】	【住所】
ファッションセンターしまむら谷和原店	小絹 910
(株)カワチ薬品ドラッグストアクラモチ谷和原店	小絹 925-3
サンキ 小絹ファブリック館店	小絹 1368
サンキ 小絹ファッション館店	小絹 1429
(有)企画設計室タカハシ	筒戸 1117-1
(株)二葉	筒戸 1749-1
タカナシ洋品店	筒戸 2066-6
全国旅館観光施設ガイド	筒戸 2164-30
セブンイレブン谷和原インター店	筒戸 3363-4
(株)クリエイトエス・ディーつくばみらい店	絹の台 1-6-1
セブンイレブン谷和原絹の台2丁目店	絹の台 2-10-3
ココス谷和原店	絹の台 2-14-1
カメラのキタムラ谷和原店	絹の台 3-33-2
DCMホームックつくばみらい店	絹の台 6-20-1
(株)ヨークベニマルつくばみらい店	絹の台 6-20-1
丸源	東横戸 1663-6
J A茨城みなみ農産物直売所 みらいっ娘	上小目 223-2
プラントテック(株)	日川 1958-2
(有)ピーシーランド	北袋 392
杉山理容所	福岡 1517
クラフトベーカリー	陽光台 1-7-4 プリンセスコーワ 103
ウエルシアみらい平駅前店	陽光台 1-14-1
カスミみらい平駅前店	陽光台 1-14-1
珍来みらい平店	陽光台 1-14-1
sweets home iroha	陽光台 1-18-5 MTCビル 101
セブンイレブンつくばみらい陽光台店	陽光台 2-37-2
お米と暮らし本店	陽光台 3-5-8
セブンイレブンみらい平駅入口店	陽光台 4-16-6
ツルハドラッグみらい平店	紫峰ヶ丘 1-2-1
(株)とりせん みらい平店	紫峰ヶ丘 1-2-5
pain saito パンざいとう	紫峰ヶ丘 1-16-6
ヤックスドラッグつくばみらい平店	紫峰ヶ丘 5-1-1
カスミ富士見ヶ丘店	富士見ヶ丘 1-1
ダイソーピアシティ富士見ヶ丘店	富士見ヶ丘 1-1
ドラッグストアセキ富士見ヶ丘店	富士見ヶ丘 1-1



手続き・申請

## 保育施設申し込みが始まります

問 伊奈庁舎こども課

☎ 58・2111 (内線4203・4208)

受付は10月28日(月)から

令和2年度の認可保育施設(保育所(園)、認定こども園(幼稚園部除く)、小規模保育、家庭保育)の利用申込みを次のとおり受け付けます。

なお、詳細については、10月1日(火)から配布予定の「令和2年度(2020年度)版つくばみらい市保育施設の利用案内」をご覧ください。

▼利用できる基準▶認可保育施設の利用は、保護者が仕事や病気、出産、介護などの理由でお子さんを保育できない場合です。

### 【注意事項】

○利用調整(選考)は、保育の必要性(優先度)の高い順に希望施設の中から利用先を決定します。

○市外の認可保育施設を希望する場合でも、こども課が窓口になります。

▼受付期間・場所(4月利用のみ)

○期間:10月28日(月)~11月10日(月)  
※11月2日(土)・4日(月)・9日(土)は除く

○受付時間

▼提出書類▶市指定様式  
※提出書類については、「市保育施設の利用案内」をご覧ください。

平日:午前8時30分~午後5時  
日曜:午前8時30分~正午  
○場所:伊奈庁舎こども課  
※11月3日(月)は、谷和原庁舎1階ロビーのみで受付を行います。



手続き・申請

## 医療用ウィッグ購入費を助成

問 健康増進課(保健福祉センター内) ☎ 25・2100

市では、がん治療を受けている方の社会参加を応援するため、医療用ウィッグ購入費用の一部を助成しています。

▼対象者▶次の①②の両方に該当する方

①がん治療の副作用による脱毛症状に対処するために、医療用ウィッグを購入した方で、現にがん治療を受けている方  
または過去にがん治療を受けていた方

②医療用ウィッグを購入した日から申請日まで、市に住民票がある方

▼助成額▶1万円を上限に一人につき1回限り

※いばらきがん患者トータルサポート事業の補助を受けた場合、その交付額を差し引いた金額が対象となります。

▼配布場所▶伊奈庁舎こども課  
谷和原庁舎市民窓口課、健康増進課(保健福祉センター内)。  
◎市HPからもダウンロードできます。

▼申請方法▶必要書類を揃え、健康増進課窓口または郵送で申請してください。

▼申請に必要な書類

①市がん患者医療用ウィッグ購入費助成金交付申請書請求書  
②医療用ウィッグを購入した金額がわかる領収書【原本】  
③がん治療を証明する書類【写し】(お薬手帳、診療明細書など)

④いばらきがん患者トータルサポート事業補助金交付決定及び交付額確定通知書【写し】(県に申請した方のみ)

⑤切手付返信用封筒(郵送での申請の方で、領収書の返送をご希望の方)

※申請書は健康増進課窓口にあります。市ホームページからもダウンロードできます。



農業

## 農地の状況調査にご協力を

問 谷和原庁舎農業委員会事務局 ☎ 58・2111 (内線6302)

市農業委員会では、現在の農地の利用状況と今後の利用意向を把握し、農地利用の集積・集約化を図るため、令和元年度から2年間で、市内の農地をお持ちの方に実態調査(全農地)を実施しますので、ご協力をお願いします。

▼調査内容▶1筆ごとに現在の農地の利用状況と今後の意向確認を行います。

▼対象▶市内の全農地(所有者)※利用権設定や、中間管理機構を通じて貸しているなど、農地をすべて貸している方を除く。

▼調査方法

○該当地区の農地所有者へ調査票を郵送します。(9月下旬予定)

○調査票に記入の上、回答期限までに同封の返信用封筒で農業委員会まで返送をお願いします。

○返送期限▶10月25日(金)  
※期限までに回答がない場合、農業委員および担当地区の農地利用最適化推進委員が戸別訪問します。

▼送付物

①農地利用状況等調査のお願い

(調査依頼通知)

②調査票(農地利用状況および今後の農地活用意向調査票)

③調査票記入例

④返信用封筒  
▼調査対象地区▶今年度は、次の地区の農地所有者を対象に調査票を郵送します。

- 【小張地区】谷口、奉社、市野深、新戸、小島新田、善助新田
- 【豊地区】長渡呂、長渡呂新田、狸淵、弥柳、福田
- 【谷井田地区】山谷、上平柳、中平柳、下平柳
- 【三島・東地区】下島、伊丹、神住新田、戸茂、足高
- 【板橋地区】南太田、高岡、狸穴、大和田、野堀、神生、南太田戸茂ヨリ飛地、武兵衛新田、重右衛門新田
- 【小絹地区】西ノ台、筒戸、平沼
- 【谷原地区】東櫛戸、西櫛戸、西丸山、古川、加藤、成瀬、宮戸
- 【十和地区】日川、押砂、真木、十和、北袋、樫木、箕輪
- 【福岡地区】台、南、仁左衛門新田、坂野新田、北山



お知らせ

## 敬老祝い金の対象年齢を変更しました

伊奈庁舎介護福祉課 ☎58・2111（内線4301）

市では、毎年9月に長寿のお祝いとして敬老祝金を贈呈しています。

平均寿命が男女ともに80歳を超え、少子高齢化が進む中、限られた財源を有効かつ効果的に活用するため、これまで77歳の方に7千円、88歳の方に1万円、99歳以上の方に1万5千円を贈呈していた敬老祝金の対象と額を見直し、今年度から88歳の方に1万円、100歳の方に3万円を贈呈することとしました。

該当される88歳の方には、お住まいの地区を担当する民生委員・児童委員が、100歳の方には市職員が訪問し、9月中にお届けします。

この見直しにより捻出された貴重な財源は、今年4月から始まった「高齢者みまもり訪問サービス」など、高齢者が住み慣れた地域で安心して生活を続けるための事業に役立てます。皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

### 【今年度対象となる方】

令和元年9月1日現在、市の住民基本台帳に1年以上記録されている方で、次に該当する方  
○88歳の方（昭和6年4月1日



新消防ポンプ車と消防団第5分団の皆さん



お知らせ

## 市消防団第5分団に新ポンプ車

伊奈庁舎防災課 ☎58・2111（内線2506）

市消防団第5分団の「消防ポンプ車」が新しくなりました。

これまで使われていたポンプ車の老朽化に伴い新型消防ポンプ車を導入したもので、7月7

（昭和7年3月31日まで）に生まれ替わります。○100歳の方（大正8年4月1日～大正9年3月31日まで）に生まれ替わります。3万円  
■高齢者みまもり訪問サービスとは75歳以上のひとり暮らし高齢

者および高齢者のみの世帯の方に、市からの委託を受けた日本郵便(株)の社員などが、毎月1回訪問して見守りを行い、訪問した様子をご家族などに連絡するサービスです（ふれあい定期便事業）との併用はできません。この事業についてのお問い合わせは、介護福祉課までお願いいたします。

日に引渡式が行われました。

市消防団は、火災などの災害に備え、市内各地区に全部で11個分団が組織されています。

消防団員は、本業を持ちながら、「自分たちのまちは自分たちで守る」という精神に基づき、地域の安全と安心を守るため、消防・防災に関する知識を習得し、火災発生時における消火活動、地震や風水害といった大規模災害発生時における警戒巡視、避難誘導、災害防衛活動などに従事しています。

また、平常時においても、訓練のほか、火災予防、広報活動などに従事し、地域における消防力・防災力の向上に重要な役割を担っています。



手続き・申請

## 木造住宅耐震診断士を無料で派遣

伊奈庁舎開発指導課 ☎58・2111（内線5401）

広報つくばみらい6月号にも掲載した「木造住宅耐震診断士派遣事業」の申し込み期間を延長します。ご希望の方は、応募要件をご確認の上、必要書類を添えてお申し込みください。

▼耐震診断士派遣の応募要件  
①市内にある木造住宅で、昭和56年5月31日以前に建築確認を受け、建築された住宅  
②2階建て以下の住宅で、延べ床面積が30平方メートル以上。店舗などの併用住宅は、建物全体の2分の1以上が住宅として使用されていること

③過去にこの制度の耐震診断を受けていないこと  
④所有者は、市に住民登録があり、市税などを滞納していないこと  
▼申し込み方法「申請書」に、必要事項を記入・押印の上、対象住宅の建築年度と所有者であることを確認できる書類を添えて、開発指導課まで直接お持ちください。申請書はホームページからもダウンロードできます。

▼受付期限 9月30日(月)  
※診断の実施は11月以降を予定。



お知らせ

## 上下水道料金を改定します

伊奈庁舎上下水道課 ☎58・2111（内線5311）

10月1日(火)からの消費税率（国・地方）の変更に伴い、上下水道料金を改定します。

現在、上下水道料金は消費税8割の税込みで使用者の皆さまから消費税をお預かりしています。10月1日(火)から消費税率が10割へ変更になることに伴い、同日より上下水道料金を消費税10割の税込額に改正することになりました。使用者の皆さまにはご理解ご協力のほどよ

ろしくお願いたします。

なお、この改正については経過措置があり、9月30日(月)以前から水道または下水道を継続して使用している方に対しては、10月使用分（12月請求分）まで8割の消費税率が適用されます。※給水装置の新設などに伴う水道加入分担金についても、消費税率の変更に伴い、10月1日(火)の申請分から10割の税込額への変更となります。



安心・防災

## 市消防団ポンプ操法大会を開催します

問 伊奈庁舎防災課

☎ 58・2111 (内線2506)

9月29日(日)午前8時30分から  
伊奈庁舎駐車場で開催

「自分たちのまちは自分たちで  
守る」という使命感のもと、活  
動を行っている市消防団の皆さま



前回の操法大会の様子

んは、昼夜を問わず訓練を行っ  
ています。

この操法大会は、消防ポンプ  
車の基本操作を練磨し、迅速な  
消火活動および災害活動能力の  
向上を図るため、一年おきに実



手続き・申請

## エネファーム・蓄電池導入に補助金

問 谷和原庁舎生活環境課

☎ 58・2111 (内線3302)

新たに家庭用燃料電池システ  
ム、定置用リチウムイオン蓄電  
システムを導入した方を対象に  
その設備の購入費、工事費につ  
いて、市予算の範囲内において  
補助金を交付します。

※補助対象要件や提出書類、添  
付書類などの詳細は市のホーム

ページでご確認するか生活環境  
課までお問い合わせください。



お知らせ

## 全国家計構造調査にご協力ください

問 伊奈庁舎企画政策課

☎ 58・2111 (内線1205・1204)

10月から11月までの2カ月間  
にわたり、2019年全国家計  
構造調査が実施されます。8月・  
9月から調査員が世帯を訪問し  
ます。調査員が訪問した際には、  
世帯主のお名前や世帯人数など  
をお聞きしますので、ご回答を  
お願いします。調査により集め  
られた個人情報統計法によっ

て保護され、厳重に管理されま  
すのでご安心ください。また、  
調査員は必ず調査員証を携帯し  
ていますので、訪問した際は必  
ずご確認ください。

### ■対象地区

- ・ 鬼長地区の一部
- ・ 西ノ台地区の一部
- ・ 谷井田地区の一部

設備の種類	補助対象経費	補助金の額 (1施設当たり)
家庭用燃料電池システム (エネファーム)	設備本体(燃料電池ユニット、貯湯ユニットなど)および付属品(リモコンなど)の購入費、工事費(据付・配線・配管工事など)	上限5万円
定置用リチウムイオン蓄電システム	設備本体(蓄電池部、電力変換装置、蓄電システム制御装置など)および付属品(計測・表示装置、キュービクルなど)の購入費、工事費(据付・配管工事など)	上限5万円



## 骨粗しょう症予防教室参加者募集

問 健康増進課(保健福祉センター内)

☎ 25・2100

骨粗しょう症とは、骨量が低  
下し骨折しやすくなる病気です。  
一度低下した骨量を回復させ  
るのはとても大変です。健康増  
進課では、骨粗しょう症につい  
てより深く知ってもらうため、  
骨粗しょう症予防教室を開催し  
ます。家族と自分の骨を守るた  
め、日々の生活習慣を見直し、  
骨量の低下を予防することで、  
いつまでも健康的な生活を送る  
きっかけにしましょう。

▼日時 9月30日(月) 午前10時  
～午後11時45分

▼会場 伊奈庁舎2階会議室1・2  
▼定員 30人(定員を超えた場  
合は抽選)  
▼申し込み方法 9月13日(金)ま  
でに健康増進課までお申し込  
みください。

- ▼内容
- 骨密度測定(希望者のみ/負  
担額:200円)
  - 骨密度測定の結果の見方
  - 骨粗しょう症予防のための食  
生活(講話)
  - いつまでも丈夫な骨でいるた  
めに(講話)



## 市営住宅の入居者を募集します

問 谷和原庁舎開発指導課

☎ 58・2111 (内線5406)

### ▼入居資格

- ① 現在住宅に困っている方(持  
ち家のない方)
- ② 市内在住または在勤である方
- ③ 原則同居または同居しようと  
する親族がある方
- ※単身の方は、満60歳以上の方  
や身体障がい者(1級から4級)  
の方などの場合に限りません。
- ④ 市税などを滞納していない方
- ⑤ 収入基準に当てはまる方(基  
準月額:一般世帯15万8千円  
以下、裁量世帯21万4千円以下)

### ⑥ その他諸条件、例外あり

- ▼募集戸数 1戸(古川住宅2  
階1戸) ※エレベーターなし
- ▼場所・間取り 古川住宅(古  
川958・3) 3DK
- ▼家賃 所得と家族構成により  
変動
- ▼募集期限 9月13日(金) 午後  
5時まで(持参)
- ▼入居開始予定日 12月1日(日)
- ▼選考方法 所得の状況、住宅  
に困っている度合いなどを判  
断基準とし選考



募集

## 放課後子ども教室安全管理員を募集

問 教育委員会生涯学習課

☎58・2111 (内線7304)

放課後子ども教室は、地域の皆様のご協力をいただき、放課後に子どもたちが安心して活動できる居場所を設け、さまざまな学びや体験活動などを通して、地域全体で子どもを育てる取り組みです。

児童が放課後に、体育館や特別教室などを利用して、さまざまな体験活動を行う際の安全管理員を募集しています。

▼活動内容 、「地域の子どもは地域で育てる」という考えのもと、子どもたちが、安全で安心して活動できるように見守り・指導します。

▼活動場所 市内公立小学校全校 ※特に陽光台小学校、富士見ヶ丘小学校で活動できる方を募集します。

▼活動日数 週1回、年間30回程度

※月1回でも大歓迎です。

▼活動時間 午後3時～午後5時 (2時間程度)

▼応募資格 原則18歳以上で、子どもが好きて健康な方(資格不問)

▼募集人数 多数(活動は1班当たり4～8人程度)

▼謝金 有り(有償ボランティア) ※交通費込み



お知らせ

## 「都市計画」の地域別懇談会を開催します

問 谷和原庁舎都市計画課

☎58・2111 (内線5103)

市では、「都市計画マスタープラン」および「立地適正化計画」の2つの計画の策定作業を進めています。

都市計画マスタープランとは、将来の都市像や都市づくりの方針、地域別のまちづくりの方針を示すものです。また、立地適正化計画とは、少子高齢社会に対応した安心できる健康で快適な生活環境と持続可能な都市経営を考えていく計画です。

この2つの計画を策定するにあたり、各地域の皆さんの意見を反映させるために、「地域別懇談会」を開催します。ぜひ、ご参加ください。

■日時・会場

○9月5日(木) 午後7時～

板橋コミュニティセンター

○9月6日(金) 午後7時～

みらい平コミュニティセンター

○9月7日(土) 午後2時～

谷井田コミュニティセンター

▼応募方法 電話または、生涯学習課に直接お越しください。詳細については、ご説明します。興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。

○9月8日(日) 午前10時～

小絹コミュニティセンター

※どの会場に参加しても構いません。



学び

## 『今から考える老い支度・終活準備』研修会

問 地域包括支援センター ☎57・0203

地域包括支援センターでは

『今から考える老い支度・終活準備』～自分や家族が困らない為に、今出来ること～をテーマに権利擁護研修会を開催します。

3日間に渡り毎回違った内容で講演して頂きますので、皆様ふるってご参加ください。

▼開催日と内容

10月3日(木) 終活の基礎知識

10月10日(木) 相続手続きについて

10月17日(木) エンディングノート

の書き方について

▼時間 各日午後2時～4時



子育て

## はぐはぐ教室に参加してみませんか

問 健康増進課(保健福祉センター)

☎25・2100

市では、生後1カ月からの赤ちゃんのいる方を対象に、親子のふれあい遊びや交流を中心とした「はぐはぐ教室」を開催しています。

赤ちゃんと毎日過ごす中で「どんなふうに見えるのかな?」「みんなはどんなふうにはなしかけているのかな?」と思うことはありませんか?

はぐはぐ教室に参加して、近所のお友達を見つけてみましょう。

▼対象者 生後1カ月～6カ月のお子さんと保護者で、全3回とも参加できる方

▼会場 保健福祉センター

▼申込期間 9月9日(月)～9月30日(土、日、祝日を除く)

▼定員 20人 ※定員になり次第締め切り

▼申し込み方法 健康増進課にお申し込みください。

▼会場 伊奈庁舎2階会議室

1・2

▼講師 明石久美氏(明石シニアコンサルティング代表)

▼対象 市内在住・在勤の方、民生委員、福祉関係従事者などで原則3日間全てに参加できる方

▼参加費 無料

▼申し込み方法 市包括支援センターまで電話にてお申し込みください。

▼定員 70人(先着順)

▼申込期限 9月27日(金)

### はぐはぐ教室<<日程>>

日時	内容
【第1回】10月7日(月) 午前10時～11時30分	ふれあい遊び、保護者同士の交流、授乳・育児相談、保健師講話、体重測定
【第2回】11月14日(木) 午前10時～正午	ママのためのからだが楽になるストレッチ、体重測定
【第3回】12月6日(金) 午前10時～11時30分	ふれあい遊び、簡単な手作りおもちゃ作り、保護者同士の交流 体重測定



環境・くらし

## ごみの分別にご協力をお願いします

問 谷和原庁舎生活環境課

☎58・2111 (内線3306)

- 市では、ごみの分別を徹底することにより、排出されるごみの減量化とリサイクルに取り組んでいます。ごみの出し方について、特に注意してもらいたいポイントをご案内します。
- **プラスチック**：シャンプーや洗剤のボトル容器、カップ型容器、皿型トレイ、レジ袋など
  - 【注意点】
  - プラマークが付いているもの
  - 汚れているものは、洗って資源物専用指
  - ペットボトルマークが付いているもの
  - 汚れているものは、洗って資源物専用指



環境・くらし

## 資源物の持ち去り防止にご協力を

問 谷和原庁舎生活環境課

☎58・2111 (内線3306)

- 市では、家庭から集積所に出土された資源物の適正なりサイクルに努めています。しかし、集積所に出された資源物を市の委託業者が収集する前に、無断で持ち去られていると市に通報が寄せられています。
- 行為者に直接注意をするとトラブルになる恐れがあるため、安易に近づいたり、注意したりしないでください。
- 市民の皆さんが持ち去り行為を見かけた場合は、情報提供をお願いします。
- 常総警察署

### 見かけたら通報を

分かった範囲で構いませんので市生活環境課または常総警察署へご連絡ください。

- ・ 発見した日時と場所
- ・ 車両のナンバーや車種・色
- ・ 持ち去った資源物の種類と量
- ・ 人物の特徴

### 【問い合わせ】

○ 生活環境課廃棄物対策室

☎58・2111 (内線3306)

○ 常総警察署

☎0297・22・0110

## 「もみがら焼き」は周辺に配慮を！

稲刈りが終わると燻炭くんとんを作るなどの目的で、「もみがら焼き」が行われていますが、毎年もみがら焼きに伴う煙や臭いに関する苦情が多く寄せられています。もみがら焼きをする際には、「住宅地周辺で燃やさない」「風向きに注意する」など、周囲の住民の迷惑にならないよう十分に配慮してください。

問 谷和原庁舎生活環境課 ☎58 - 2111 (内線3306)

- 定袋に入れて出す
- キャップ、ラベルは「プラスチック」へ
- 汚れが落ちないペットボトルは「不燃ごみ」へ
- 可燃ごみ：再資源化ができない紙くずや生ごみ。レシートや写真などの紙、天然素材の衣類など

### 【注意点】

- 生ごみは水分が多いため、ごみ袋に入れる前に「ぎゅつ」とひと絞りする
- 可燃ごみ専用指定袋に入れて出す

- 紙箱、包装紙、紙袋や封筒、チラシなどの雑紙は「古紙」として出す(小さい紙などは紙袋や封筒に入れて散らばらないように出す)
- 不燃ごみ：資源物や可燃ごみ以外のもので、不燃ごみの袋に入り、袋の口がしばれるもの。

### 【注意点】

- 今回ご案内したごみの分別の種類以外にも、資源物(ビン、あき缶、古布)、粗大ごみ、有害ごみなどがあります。詳しくは「常総広域圏家庭ごみ分別の手引き」や市ホームページを参照の上、ルールを守ってごみを出してください。
- 傘に限り、不燃ごみの袋に入りきらない大きさであっても出すことができます。



環境・くらし

## 屋外広告物の表示は許可制です

問 谷和原庁舎都市計画課

☎58・2111 (内線5103)

- 道路沿いの土地、店舗の壁・敷地、住宅の塀、電柱などにはさまざまな大きさ・形の看板が設置されています。
- 市内のいたるところで目にするこれらの看板は、屋外広告物といいますが、無秩序に掲示されると、都市や自然の景観を大きく阻害します。
- このため、看板の設置には基準が定められており、原則として、市の許可が必要となりますので、次の点にご留意をお願いいたします。
- ① 看板設置のために、土地や塀などを貸す場合には、それが適法なものか、許可申請を行う予定であるものかどうかを依頼者に確認してください。疑問がある場合には、市へ連絡をしてください。
  - ② 店舗などの経営者の方は、基準に合った看板を設置するために、事前に市と協議をしてください。
- 良好な景観づくりと安全な広告物適正管理のために、市民の皆さんのご協力をお願いします。

# 東地区を対象に小学校の 統合に関する説明会を開催

## き

らくやまふれあいの丘すこやか福祉館で  
8月2日、東地区の皆さんを対象に、説明会を開催しました。

説明会の状況などの詳細は、市ホームページをご覧ください。なお、ご意見は趣旨を踏まえて要約しています。

### 【主な質疑応答など】

市民：地域としては、教育面だけではくれないので、東小



きらくやまふれあいの丘で行った説明会の様子

校が創立された歴史的な背景を踏まえた上で、今後の統合を進めていただきたい。また、当時、分校から本校に児童が通うようになった時に、やはりケンカがあったと聞いている。そういった経緯をしっかりと捉えて対策を考えてほしい。

市：学校の歴史については、東小学校も板橋小学校も、新しい学校へしっかりと引き継いでいきます。集団の中に入っていく児童の不安対策については、新しい学校へ、現在の先生方を配置するなどして、学校と教育委員会が連携して、迅速かつ、丁寧に子ども達の心のケアをしていきます。

市民：スクールバスの無償化について、板橋小学校の関東鉄道バスやコミュニティバスを利用している児童も、無償化の対象になるのか。また、体操服は、家計への負担から、卒業するまでは既存校のものを着用しては駄目か。

市：関東鉄道バスおよびコミュニティバスを利用する児童についても、スクールバスと同じ条

件とすることで進めています。体操服については、統合後も今着ている体操服を引き続き使ってもらい、買い替えのタイミングで新しい体操服を購入していただくことで進めています。

市民：スクールバスの乗車基準の「徒歩通学距離2.5キロ以上」というのはどのような基準でできたのか。

市：現在、当市の遠距離通学に関する補助要綱の距離基準は3キロとしていますが、今回、統合準備委員会の総務部会での協議の中で、2.5キロという基準が提案され、統合準備委員会が承認したものです。

市民：今後、統合の式典などがあるのであれば、両校の成り立ちや写真・エピソードなどを集めた冊子を配ってはどうか。地域の皆様の想いが繋がれば、理解されやすくなる。(提案)

市民：跡地利用について他自治体では、空き教室やプールを活かして特産品を開発している事例もあったので、そのような事業ができれば良いと思う。(提案)

問 教育委員会適正配置推進室  
☎ 58・2111 (内線 7106  
・7107)

## くらしのQ&A

### 高齢者の消費者トラブルを防ぐ

## Q

消費者被害は高齢者に多いと聞きます。どうすれば、トラブルを防ぐことができますか。  
(40代・女性)

## A

高齢者には一般に、①孤独 ②お金 ③健康という、3つの大きな不安があるといわれています。

① 孤独が狙われる：日頃のコミュニケーション不足から、優しい言葉で語りかけてくる販売員に好感をもち、必要のない契約をしてしまうことがあります。

② お金の不安につけ込まれる：収入に不安があると、「必ずもうかる」という言葉を信じ、投資詐欺にあつてしまうことがあります。

### 気づきと見守りがポイント

③ 健康への不安を利用される：誰もが何かしらの身体の不調を感じています。そこにつけ込まれ、高額な商品を購入させられることがあります。

高齢者の消費者トラブルを防ぐためには、高齢者の心理を理解し、家族や周囲で見守りをするのが大切です。

普段からコミュニケーションを心がけ、被害に気づいたらすぐに消費生活センターにご相談ください。

消費生活センターイメージ  
キャラクター「まみりん」



問 市消費生活センター  
(谷和原庁舎1階) ☎ 25  
3288

# 生涯学習講座のご案内

自分の趣味を見つけたい、芸術や文化に触れてみたい、一緒に学習できる仲間が欲しい。市では、学ぶ気持ちを持つ方を応援しています。公民館やコミュニティセンターには、いろいろな情報や学習・交流の場としての機能が充実。頭も身体も心もリフレッシュできるコミュニケーションスペースです。子育てに関するものから料理、健康講座など多種多様な講座をご用意しました。皆様のご参加を心からお待ちしています。

■受付期間：9月3日(火)～12日(木) 午前9時～午後5時

■受講対象者：市内に在住・在勤・在学の方

■申し込み方法

①郵送での申し込み…下記の例を参考に記入し、郵便往復はがきでお申し込みください。(はがき1枚につき1人1講座) ※9月12日(木)必着

②窓口での申し込み…申込者の宛名を記入した郵便はがきをお持ちいただくか、**郵便はがき代62円**を添えて受付場所にお申し込みください。申込用紙は受付場所にあります。(はがき1枚につき1人1講座)

■受付場所

◎生涯学習課(月～金曜日) 〒300-2395 福田195 ☎58-2111(内線7304)

◎伊奈公民館(火～日曜日) 〒300-2395 福田195 ☎58-5081

◎谷和原公民館(火～日曜日) 〒300-2422 古川1025 ☎52-2141

【ご注意ください】

- ①電話での申し込みはできません。
- ②申し込みの不備による責任は負いかねます。
- ③定員を超えた場合は、受講者を抽選で決定します。
- ④抽選の有無にかかわらず、申し込みの結果については、はがきで通知します。
- ⑤定員に満たない場合は、講座を開設しないこともあります。
- ⑥諸事情により講座内容・開催日時・場所が変更になる場合があります。
- ⑦開催場所へは各自お集まりください。

■郵便往復はがきの記載例

<p>62円 <input type="text"/>-<input type="text"/> <small>(往信)</small></p> <p>講座受付場所の住所 (住所は左記のとおり)</p> <p>つくばみらい市〇〇〇〇 〇〇〇公民館 または、 行 生涯学習課</p> <p>《往信：表》</p>	<p>62円 <input type="text"/>-<input type="text"/> <small>(返信)</small></p> <p>希望する講座名 (はがき1枚につき1人1講座)</p> <p>氏名(ふりがな) 性別・年齢 郵便番号・住所 電話番号</p> <p>《返信：裏》</p>
何も記入しないでください。	《返信：表》



## 教養講座



### 1 折り紙を作ろう

【伊奈公民館】

- 開催日：10月17日、11月14日、12月12日（各木曜・全3回）
- 時間：午前9時30分～正午
- 定員：16人
- 参加費：1,500円
- 講師：齋藤 裕子さいとう ひろこ

日本の伝統的な文化、折り紙。指先を使うことは、体や頭の若々しさを保つのに良いとも言われています。四季折々の行事や贈り物、お部屋のインテリアなどいろいろな作品を作ってみませんか？ ゆっくり丁寧に、分かりやすく先生が教えてくださいます。「雅鶴」、干支「ねずみ」、「すいせん」を折ります。

### 2 庭木の剪定教室～庭木のお悩み相談～

【伊奈公民館】

- 開催日：10月26日（土曜・全1回）
- 時間：午前10時～正午
- 定員：15人
- 参加費：700円
- 講師：藤澤 征志ふじさわ せいし

庭の植木を自分で剪定してみませんか。難しいと思われる「枝の透かし方」にはポイントがあります。本講座では実技をまじえながら、適切な枝の切り方を分かりやすくお教えします。また、庭木についての日頃の悩みなどがありましたら先生に相談してみてください。（雨天時は座学のみ）

### 3 京都の桜と嵯峨野周辺

【伊奈公民館】

- 開催日：令和2年2月27日、3月19日（各木曜・全2回）
- 時間：午前10時～正午
- 定員：16人
- 参加費：700円
- 講師：伊奈公民館職員

実際に京都の町並みを歩きながら撮影した写真をもとにお話しします。魅力ある京都をより理解していただくとともに、机上旅行で楽しんでいただければ幸いです。

- 1回目は「隠れた名刹や風情ある嵯峨野の町並み」
- 2回目は「京都の桜と京都御所周辺」

### 4 岡崎光子先生のちくちく針仕事

【谷和原公民館】

- 開催日：10月16日、11月20日（各水曜・全2回）
- 時間：午後1時～4時
- 定員：15人
- 参加費：3,500円
- 講師：岡崎 光子おかざき みつこ

雑誌や書籍への作品掲載多数のトップキルター岡崎光子先生が教えてくださるポーチ（20cm×25cm）は黒の帯地とレース生地で作成します。ヒモをつければ斜め掛けのバッグにもなる人気のデザインです。

### 5 開運暦の見方と使い方～新しい年をより良い年に～

【谷和原公民館】

- 開催日：11月20日、12月11日・25日（各水曜・全3回）
- 時間：午前9時30分～11時30分
- 定員：10人
- 参加費：3,000円
- 講師：佐藤 宗眩さとう そうげん

暦を読み解き運を呼び寄せるには、まず知る事が大切です。吉凶方位など九星気学で自分の家族の星を知り、来年がより良い年になるように勉強してみましょう。

◎新年の開運歴＋解説のテキスト付き。また希望者には無料手相鑑定があります。

### 6 はじめての羊毛フェルト「妖精」と「きのこ」

【谷和原公民館】

- 開催日：11月15日・22日（各金曜・全2回）
- 時間：午前9時30分～11時30分
- 定員：10人
- 参加費：1,800円
- 講師：中根 裕子なかね ゆうこ

ふわふわの羊毛を専用の針でチクチクさし固めて形を作る羊毛フェルト。初心者でも手芸が苦手でも大丈夫。クリスマスに飾れる「森の妖精（トムテ）」と「きのこ」を作成します。魅惑の羊毛フェルトの世界を体験してみませんか。

### 7 楽しい英会話

【谷和原公民館】

- 開催日：11月8日・22日・29日（各金曜・全3回）
- 時間：午後1時30分～3時
- 定員：15人
- 参加費：1,000円
- 講師：大好 さち子おおよし さちこ

英会話を始めてみたいという気持ちはあってもなかなか一歩を踏み出せない方は多いと思います。外国人講師のJones（ジョーンズ）先生も迎えた本講座では、そんな皆さんの参加大歓迎です。東京オリンピックを控えた今、英会話にチャレンジしてみませんか。

### 8 クリスマスのスワッグ（壁飾り）

【谷和原公民館】

- 開催日：12月18日（水曜・全1回）
- 時間：午前9時30分～11時30分
- 定員：16人
- 参加費：3,000円
- 講師：河原 由美かわはら ゆみ

ヨーロッパではリースと同じように飾られてきた長い歴史のあるスワッグ、最近では日本でも人気です。今年のクリスマスは、花束型のお洒落で簡単なスワッグ（壁飾り）を作ってみませんか。

### 9 ポーセラーツ（陶器の絵付け）

【谷和原公民館】

- 開催日：10月4日（金曜・全1回）
- 時間：午前10時～正午
- 定員：10人
- 参加費：1,700円
- 講師：上原 里恵うえはら りえ

絵に自信のない人でも安心。シール感覚で使える転写紙を使って自由にデザインします。世界に1つだけのコーヒーカップを作ってみませんか。今回はコーヒーカップとソーサー1客を作成します。

## 料理講座



### 2 ベーグルとパン作り

【伊奈公民館】

- 開催日：10月19日、11月2日（土曜・全2回）
- 時間：午前10時～午後1時 ■定員：12人
- 参加費：2回で3,000円 ■講師：藤田 真紀

1回目はベーグルを作ります。粉から手ごねで「ブルーベリーとクリームチーズのベーグル」3個と「もち麦ベーグル」3個を作ります。2回目のパン作りは事前に準備した生地を使って「あんパン」「クリームパン」「ウイナーパン」を各2個ずつ作ります。国産材料を使用し、健康志向のベーグルとパンです。

### 4 味噌づくり教室②～味噌工場味噌づくり～【伊奈公民館】

- 開催日：11月1日（金曜・全1回）
- 時間：午後1時～4時 ■定員：16人
- 参加費：4,301円 ■講師：坪井 幸裕

牛久市にある味噌工場で、工場見学や味噌を使った製品の説明を聞いた後、味噌作りを行います。味噌の量は約5kg（入れ物付）で家に持ち帰り、保管し完成させます。工場内で味噌のいい匂いを嗅ぎながら味噌作りをしてみませんか。  
※伊奈公民館集合後、市のバスで移動します。

### 6 「かあちゃん味噌」手作り講座

【谷和原公民館】

- 開催日：令和2年2月7日(金)・8日(土)
- 時間：下記参照 ■定員：各回10人
- 参加費：8kg・3,500円／12kg・5,500円 ■講師：JA女性部

国産大豆で味噌を手作りしてみませんか。次の①②③からいずれかの日程を選んでお申し込みください。（参加はいずれか1回）

- ①みそづくり8kg：2月7日(金) 午前10時～正午
- ②みそづくり12kg：2月8日(土) 午前10時～正午
- ③みそづくり12kg：2月8日(土) 午後1時～3時

### 8 ヘルシーデザート豆腐白玉と防災食

【谷和原公民館】

- 開催日：11月21日（木曜・全1回）
- 時間：午前10時～午後1時 ■定員：16人
- 参加費：700円 ■講師：庭川 弘子

冷めて固くならないお豆腐を使った白玉デザートと、防災食（ツナ入りのオムレツなど）を作ります。驚くほど簡単で美味しい、覚えて嬉しいレシピです。

### 1 本場中国料理を作ろう～餃子・マーボ豆腐ほか～【伊奈公民館】

- 開催日：11月16日・30日（各土曜・全2回）
- 時間：午前10時～午後1時 ■定員：12人
- 参加費：2回で1,500円 ■講師：猪瀬 海霞

全2回の講座です。1回目は「水餃子と焼き餃子」と「卵ときゅうりの中華スープ」の2品・2回目は「マーボ豆腐」・「レタス入りワンタンスープ」・「キクラゲと卵の炒め物」の3品です。ごはんも炊きます。美味しく食べている中華料理の家庭版、簡単で誰にでもできる家庭料理です。

### 3 味噌づくり教室①～国産大豆で味噌づくり～【伊奈公民館】

- 開催日：令和2年1月10日（金曜・全1回）
- 時間：午前10時～午後0時30分 ■定員：16人
- 参加費：4,500円 ■講師：秋葉 節男

国産大豆を使い、手作り味噌にチャレンジです。手作り味噌はまるやかで深みのある味わいです。塩加減、仕込み、熟成など、分かりやすく丁寧に説明してまいります。できたものは家に持ち帰り保管し完成。こだわりの自作の味噌を味わってみませんか。  
※味噌は8.5kgの量です。以前使用した樽を持参の方は300円引き。

### 5 つくばの農園でピザ作り

【伊奈公民館】

- 開催日：10月15日（火曜・全1回）
- 時間：午前9時30分～午後0時30分 ■定員：16人
- 参加費：1,600円 ■講師：中泉 美江子

家族で、友だち同士で、石窯ピザ作り体験にチャレンジしてみませんか。ピザ生地はつくば産小麦ユメシホウと米粉のミックスで、ソースも手作りです。生地作りから始め、野菜も自家農園で栽培したものを使います。石窯で焼いた後は自分で作ったものを食べます。＜飲み物、デザート付＞\*市のバスで移動します。

### 7 手作りデコマフィン

【谷和原公民館】

- 開催日：11月14日（木曜・全1回）
- 時間：午前10時～午後1時 ■定員：12人
- 参加費：1,500円 ■講師：小川 理恵

マフィンとはアメリカ式のカップケーキ状の焼菓子です。2種類の生地を作り、フルーツやナッツやチョコを入れて、簡単なのに美味しく、見た目もわくわくするようなインスタ映えするマフィンを4つ作ります。

### 9 簡単サムゲタン・チヂミ～体の中からポカポカ料理～【谷和原公民館】

- 開催日：11月27日（水曜・全1回）
- 時間：午前10時～午後1時 ■定員：16人
- 参加費：800円 ■講師：堀 祐子

前回好評だったサムゲタン（韓国の美味しい滋養スープ）は美容・健康効果も高くぜひ食卓に取り入れて欲しい料理です。冷え性でお悩みの方にもぴったり。丸鶏を使わずに短時間で気軽に作れるサムゲタンとチヂミ（韓国風お好み焼）と冬の養生の秘訣を先生に教えていただきます。

## 健康講座



### 1 たてごし 立腰体操で元気いっぱい 【伊奈公民館】

- 開催日:10月18日、11月1日・15日・29日、12月6日 (各金曜・全5回)
- 時間:午前10時～正午
- 定員:25人
- 参加費:700円
- 講師:石崎 弘美 (いしざき ひろみ)

「立腰」とは読んで字のごとく「腰を立てること」＝「骨盤を立てること」＝姿勢の大切さです。インナーマッスル、体幹トレーニングなどの基礎になるものです。肩こりや腰痛対策に、健康と美容と元気の源に、楽しく笑いながら、元氣よく体操をしましょう。

### 2 健康ヨガ～免疫力アップと腰痛予防～ 【伊奈公民館】

- 開催日:10月23日・30日、11月13日・27日、12月11日 (各水曜・全5回)
- 時間:午前10時30分～正午
- 定員:25人
- 参加費:700円
- 講師:井上 由子 (いのうえ よしこ)

呼吸を意識しながら体を動かすことで、自律神経を整え免疫力を上げていきます。また、柔軟性を高めて、肩こりや腰痛などの予防にも効果があります。背骨や骨盤をしなやかに動かして、体全体のバランスを整え、健康な体作りを目指しましょう。毎回、ポイントを押さえた資料を先生が配付してくれます。

### 3 ノルディックウォーキング～潤沼周辺を歩こう～【伊奈公民館集合】

- 開催日:令和2年3月26日 (木曜・全1回)
- 時間:午前8時～午後5時
- 定員:各回25人
- 参加費:3,000円 (昼食代込み)
- 講師:入江 秀夫 (いりえ ひでお)

ノルディックウォーキングは普通のウォーキングに比べてエネルギー消費が高く、また、膝・腰などへの負担も少なく、体幹の筋肉群を強化することができると言われています。気候のいい春の1日のんびり潤沼周辺を歩いてみませんか。\*雨天決行 (実技は座学になります) \*ポールが無い方は使用代500円別途。市のバスで移動。

### 4 ウエスト引き締めエクササイズ 【谷和原公民館】

- 開催日:9月27日・10月18日 (各金曜・全2回)
- 時間:午前10時～11時
- 定員:20人
- 参加費:700円
- 講師:K (ケイ)

棒を使って行うセルフマッサージで、血流やリンパの流れを良くしてから、気になるウエストに効果のあるストレッチや体操をし、効かせていきます。一緒にストレス解消・生活向上も目指します。運動が苦手な人も気軽にご参加ください。



## 移動学習



### 1 真岡・益子の街散策 【伊奈公民館】

- 開催日:11月7日 (木曜・全1回)
- 時間:午前8時～午後5時
- 定員:27人
- 参加費:2,500円

栃木県の真岡市と益子町を訪れます。午前中は真岡市の機織りの見学ができる木綿会館・明治時代の豪商が建てた回遊式の日本庭園を備えた岡部記念館「金鈴荘」・長連寺・酒造工場などを見学します。午後は益子町に移動し、昼食後、陶器の町をのんびり散策します。\*雨天決行 (荒天の場合は中止)。市のバスで移動します。





## おやがく みらい親楽講座

親としてのスキルアップや仲間作りの場としての講座です。子育てや日常生活で活かせる知識を学んだり、親子で参加して絆を深めたり。親であることが楽しい！！そんな時間を一緒に過ごしましょう！

■対象 … 10月1日現在で満1歳6カ月以上の未就園の子を持つ親子

■定員 … 各回親子20組 ※定員を超えた場合は抽選

■問 教育委員会生涯学習課 ☎ 58 - 2111 (内線 7304)

■申し込み … 氏名、住所、電話番号、お子さんの名前、お子さんの生年月日、託児希望の有無をご記入ください。全8回参加を原則としますが、回ごとに参加を希望する場合は参加希望の回の番号（1枚のハガキに複数記入可）を併せてご記入ください。

開催日	内容	時間	場所	参加費
① 11月 6日(水)	勝手に姿勢が良くなる立腰（たてごし）体操【託児室あり】	午前10時～11時30分	みらい平コミュニティセンター	無料
② 11月 15日(金)	英語で楽しく遊ぼう！	午前10時30分～11時30分	みらい平コミュニティセンター	無料
③ 11月 21日(水)	ココロとカラダが軽くなる！骨盤調整ヨガ【託児室あり】	午前10時～11時30分	みらい平コミュニティセンター	無料
④ 11月 27日(水)	おやこで楽しいおもちゃ作り&木の広場	午前10時～11時30分	谷和原公民館	無料
⑤ 12月 5日(水)	スイーツデコでクリスマスリースを作ろう【託児室あり】	午前10時～11時30分	伊奈公民館	800円
⑥ 12月 13日(金)	クリスマス パイツリーを作ろう～おやこで楽しくクッキング～	午前10時～11時30分	板橋コミュニティセンター	無料
⑦ 12月 19日(水)	おやこでリトミック♪	午前10時～11時30分	みらい平コミュニティセンター	無料



## わくわくチャレンジ講座

異なる年齢の集団で体験活動を行い、自主性・協調性・忍耐力を高め、互いに助け合う心・思いやる心を育てることを主な目的としています。

■対象 … 小学校1年生～中学校3年生

■受講料 … 教材費など

■申し込み … 後日、学校に募集案内を配布した際にお申し込みください。

※市内の私立学校や市外の学校に通学している方は、生涯学習課までお問い合わせください。

■問 教育委員会生涯学習課 ☎ 58 - 2111 (内線 7304)

開催日	内容
① 11月 24日(日)	学ぼう！TX講座～総合基地をのぞいてみよう～(小3～小6親子対象)
② 11月 30日(土)	スイーツデコでクリスマスリースを作ろう (800円)
③ 12月 14日(土)	タブレットを使って、プログラミングで遊ぼう！
令和2年	
④ 1月 18日(土)	牛乳パックで「はがき」を作ってみよう！（紙すき体験）
⑤ 1月 25日(土)	おもしろ理科先生がやってくる！ 「液体窒素 - 196℃の世界を体験しよう」

■犬を放さないでください  
犬は鎖などでつなぐか、オリや家の中で飼いましょ。放し飼いをすると、人に咬みついたり、交通事故により犬自身も犠牲になることがあります。散歩の際も、必ずリード（引き綱）をつけてください。器具などを

■飼い主がわかるようにしましょう  
飼い犬には必ず犬鑑札と注射済票を付け、さらに名札などで飼い主が分かるようにしましょう。

■最期まで責任をもって飼おう  
飼い主の都合で捨てられ、処分されてしまうペットが多数います。不幸な動物を増やさないために、飼育を始める前には、家族で話し合いをするなど、最期まで責任をもって飼育ができるのかを良く考えましょ。

9月は「動物愛護月間」です。これを機会に犬・猫の飼い方やマナーについて考えてみましょう。



9月は  
動物愛護月間です

■問 谷和原庁舎生活環境課  
☎58 - 2111 (内線3302)

■動物の虐待や遺棄は犯罪です  
動物を虐待したり遺棄する（捨てる）ことは犯罪になります。虐待や遺棄されている犬・猫を発見したら警察と市役所生活環境課へ連絡してください。

■猫は室内で飼いましょ  
屋外は交通事故など飼い猫にとって危険がいっぱいです。また、ふん尿の臭いやいたずら等で周囲に迷惑をかけることもあります。危険やトラブルを避けるために猫は室内で飼いましょ。

■フンの後始末は飼い主で  
散歩時は、エチケツト袋を持ち歩き、犬のフンは、飼い主が責任をもって後始末してください。

☎0297-22-0110  
○常総警察署

# 図書館 だより

図書館で開催するさまざまな催しをお知らせします。



☎ 図書館 (本館) ☎ 58 - 3710

## 図書館からのお知らせ (9月)

### ◆図書館休館日 (全館共通)

9月2日(月) 9日(月) 17日(火)  
20日(金) 24日(火) 30日(月)

### ◆おはなし会 (本館)

9月14日(土) (虹の会)  
9月28日(土) (図書館)  
午後2時～ (3歳ぐらいから)

### ◆おはなし会 (みらい平)

9月21日(土) (図書館)  
午前11時30分～ (3歳ぐらいから)

### ◆おはなし会 (小絹)

9月1日(日) (図書館)  
午前11時～ (3歳ぐらいから)

### ◆ちよちよちおはなし会 (本館)

9月19日(木)  
午前11時～ (0～2歳と保護者の方)

### ◆赤ちゃんタイム (本館)

9月19日(木)  
午前10時～正午 (乳幼児と保護者の方)

### ◆開館時間

午前9時～午後6時

### ◆図書館へのお問い合わせ

☎ 58 - 3710 (本館)

## 小学生の 読書感想画展

市内の小学生の皆さんが、本を読んだ感想を表現した読書感想画を展示します。

ぜひご覧ください。

▼日時 9月26日(木)～10月6日(日)  
午前9時～午後6時 (最終日の10月6日(日)は午後4時まで)

▼場所 図書館(本館) 2階廊下

## 図書館まつり(本館) 10月5日(土)・6日(日)開催

間宮林蔵記念館長による講演会、除籍した本のリサイクル市、科学あそび、ブックコートの体験、市内小学生の読書感想画展などを予定しています。

詳しくは、図書館内に掲示し

ているポスターやチラシなどをご覧ください。

## 間宮林蔵記念館長による講演

### 「間宮林蔵と伊能忠敬」

「間宮林蔵と伊能忠敬」という演題で、2人の関係や地図にまつわる話について講演を行います。

▼日時 10月5日(土) 午後2時  
～3時30分 (開場：午後1時30分)

▼場所 図書館(本館) 2階視聴覚室

▼定員 60人 ※定員になり次第締め切り

▼申し込み方法 9月1日(日)から図書館(本館)の電話またはカウンターで受け付けます。

## 藤井いづみさん講演会

### 「子どもと絵本のすばらしい世界」

絵本ってなあに？絵本の選び方は？子どもに読み聞かせをするときはどうする？など、基礎から学べる絵本人門の講演会を行います。

▼日時 10月6日(日) 午後1時30分～3時 (開場：午後1時)

▼場所 図書館(本館) 2階視聴覚室

▼定員 40人 ※定員になり次第締め切り

▼申し込み方法 9月1日(日)から図書館(本館)の電話またはカウンターで受け付けます。

## 文学散歩

### 「浅草へ文学の旅」

▼実施日 10月31日(木)

▼見学地

○吉村昭記念文学館

○ゆいの森あらかわ

○池波正太郎記念文庫

▼交通機関 行政バス1台

▼募集人員 28人

▼参加費 2000円(昼食代含む)

▼対象者 市内在住の方で、当

図書館利用カードをお持ちの方

※申込時、利用カードを確認し

ます。

▼申し込み方法 9月13日(金)～

27日(金)に図書館本館で、申込

書に必要事項を記入し、お申

込みください。

※代理の申し込みはできません。

※申込み多数の場合は、抽選に

より、参加者を決定します。

※抽選の結果は郵送によりお知らせします。



みらいフェスタで行われた炬火集火式

# みらいかがやくきぼうの火

## 茨

城国体の開催まであと2カ月を切った8月3日。総合運動公園で開催されたみらいフェスタで、つくばみらい市の炬火集火式が行われました。

この日は、市立小学校12校からひとりずつ代表児童が参加し、それぞれの学校でおこした「炬火」を持ち寄り、炬火皿に点火しました。

誕生した本市の炬火は、多数応募のあった中から、鈴木悠香さん（小絹小学校1年）が考えた「みらいかがやくきぼうの火」と名づけられました。

また、9月28日の茨城国体開会式（笠松運動公園）で本市の炬火を持って入場する「炬火ランナー」は衣笠ひなさん（伊奈中学校3年）に決定しました。



谷井田小学校



富士見ヶ丘小学校



東小学校



三島小学校



谷原小学校



陽光台小学校



板橋小学校



小張小学校



福岡小学校



豊小学校



小絹小学校



十和小学校



## 板橋小でタイムカプセル開封式

同小タイムカプセル開封実行委員会が主催

板橋小学校で8月11日、タイムカプセルの開封式が行われました。このタイムカプセルは30年前、同小の創立100周年記念事業で埋められたものです。当日は約200人の卒業生が集い、30年前の自分が描いた絵や作文を懐かしそうに手に取り、旧友との思い出話を花を咲かせていました。

◎実行委員会からのお知らせ：平成元年度に在籍していた方やご家族で、タイムカプセルを受けとっていない方は、各学年の担当まで連絡をお願いします。

当時6年生担当：中村将平 ☎ 070-2612-4622 / 当時5年生担当：森繁利 ☎ 090-7737-5296 / 当時4年生担当：東郷直樹 ☎ 090-9365-9331 / 当時3年生担当：岡妙子 ☎ 080-1027-6394 / 当時2年生担当：野原大輔 ☎ 080-1207-4014 / 当時1年生担当：鈴木佐紀人 ☎ 090-6005-9293



タイムカプセルに入っていた思い出の絵を手にする卒業生



日没を迎え、にぎわいを見せるみらいフェスタ会場内

## 夏の熱気に包まれた1日

みらいフェスタ 2019 が開催

市商工会青年部が主催する「みらいフェスタ 2019」が8月3日、総合運動公園で開催されました。茨城国体の開催を控えた今年は、炬火集火式を実施したほか、当市で開催する「アームレスリング」にちなみ、会場中央の特設ステージでアームレスリング大会が行われました。また、毎年人気のキャラクターショーやお笑いライブなども開催され会場を盛り上げました。

### 各種 スポーツ大会 結果

#### ■第13回市民ゴルフ大会

- 期日：7月1日
- 場所：筑波カントリークラブ
- 参加者数：男女合わせて219人
- 結果（敬称略）

総合優勝 **川村 泰啓**  
女子の部優勝 **笠見 公江**



総合優勝の川村さん㊦



女子の部優勝の笠見さん

#### ■市春季野球大会

- 期日：5月19日・26日ほか
- 場所：総合運動公園野球場ほか
- 参加数：21チーム

【結果】

優勝 戸頭ブルズ  
準優勝 小絹クロニー  
第3位 沼崎青年野球クラブ

#### ■市近隣小学生バレーボール大会【夏季の部】

- 期日：7月7日
- 場所：総合運動公園体育館
- 参加数：11チーム

【結果】

優勝 境トリニタス  
準優勝 サンガイア Jr.  
第3位 B-キッズ  
第3位 ファンタジスト A

#### ■混合バレーボール大会結果

- 期日：6月16日
- 場所：総合運動公園体育館
- 参加チーム数：8チーム

【結果】

優勝 ZERO  
準優勝 シルクீズ  
第3位 Starmine  
第3位 エンジェルズ



優勝した ZERO の皆さん



## 市長杯硬式テニス大会 参加者募集

スポーツ

▶日時:11月10日(日) 午前9時開始(予備日11月17日(日))

▶受付開始:8時15分(開会式:8時45分)

▶会場:常総運動公園 テニスコート

▶参加資格:原則として市内在住・在勤者、または市内テニスクラブ所属者

▶試合形式:男・女ダブルス/6ゲーム先取/セルフジャッジ(リーグ戦の後トーナメント戦の予定)

▶参加費:1ペア2,000円(当日、受付時に集金)

▶受付期間:9月1日(日)~10月13日(日)

▶申し込み方法:以下をメールにてご連絡ください。

①氏名②所属③代表者メールアドレス

☎ 谷和原テニスクラブ 市長杯担当

✉ tsukubamirai\_tennis@yahoo.co.jp



## スポーツクラブみらい 太極拳無料体験会

スポーツ

太極拳は、ゆったりとした動きの中でリラックス効果やバランス感覚を養います。楽しみながら健康寿命を延ばしましょう!この機会にぜひ体験してみてください。皆様のご参加をお待ちしています。

▶日時:10月4日(金)午後1時~3時

▶場所:小絹高齢者センター

▶講師:塚原 加代子先生

▶対象:小学生以上

▶募集人数:20人

▶持ち物:飲み物、上履き

☎ スポーツクラブみらい事務局 58

- 4566 / 鈴木 080 - 1224 - 5411



## 元気に!楽しく! シニアエクササイズ

募集

プラチナ世代対象のシニアエクササイズを開催します。いつまでも健康で活動的な日々を送れるように、「1日1汗」体を動かす事を日常の習慣にしませんか?習得した知識で生活の幅を広げ、家族や地域で活かしましょう。運動が苦手な方でも大丈夫です。男性・女性を問わず大募集します。

▶日程(全5回):①10月10日(木)/

②10月24日(木)/③11月13日(水)/

④11月27日(水)/⑤12月10日(火)

▶時間:①②:午後1時~3時/③④⑤:午前10時~正午

▶会場:きらくやまふれあいの丘 すこやか福祉館 トレーニング室

▶対象:市内在住のおおむね50歳~70歳の男女

▶定員:20人(先着順)

▶参加費:500円(5回分)

▶持ち物:ヨガマットまたはバスタオル(大判のもの)、飲み物、タオル、着替え(必要ならば)

▶募集期間:9月2日(月)~18日(木)まで

☎ 社会福祉協議会 ボランティア市民活動センター ☎ 25 - 2101



## 社会福祉協議会職員を 募集します

募集

▶正規職員:介護支援専門員・社会福祉士・保健師/一般事務/保育士

▶嘱託職員:保育園調理員

▶試験日:一次10月26日(土)/二次11月11日(月)予定

詳細については、社会福祉協議会 HP をご覧になるか、お問い合わせください。

☎ 市社会福祉協議会 ☎ 57 - 0205

# くらしの 情報

くらしの情報では、「市からのお知らせ」や「募集」「イベント」など、暮らしに関するさまざまな情報をお届けします。



## 子育てスマイル クッキング教室

募集

簡単で栄養満点のメニューを子育て中の仲間と一緒に作って、食べて、楽しく学べる教室です。乳製品を使ったカルシウムたっぷりのメニューを食べて、家族みんなで強い元気な骨をめざしましょう。調理中は、お子さんの様子がわかるように調理室脇の部屋で託児します。ぜひご参加ください。

▶対象:市内在住の子育て中の方(お子様が乳児から小学校低学年くらいまでの方)

▶日時:9月25日(木)午前10時~午後1時

▶会場:保健福祉センター

▶メニュー:白い麻婆豆腐、コールスローサラダ、もやしスープ、さつまいものチーズようかん

▶費用:300円/人

▶定員:8人(申し込み多数の場合は、初めて参加される方を優先して抽選)

▶託児:10人(申し込みの際にご予約ください)

▶申込期間:9月2日(月)~12日(木)(土日除く)

※お方は調理への参加はできません。

☎ 市食生活改善推進協議会事務局(保健福祉センター内) ☎ 25 - 2100



事業者の皆様！  
2019年10月1日から  
消費税・地方消費税の軽減税率制度がスタート。  
仕入税額控除の方式が変わります！



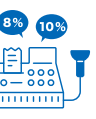
標準税率 10%と、  
飲食料品(酒類・外食を除く)  
新聞(定期購読契約された週2回以上発行されるもの)  
に係る軽減税率 8% について

帳簿・請求書・レシート等の記載を  
複数税率に対応させる必要があります。



全ての事業者の方に関係があります！  
飲食料品等の仕入れがあれば、対応が必要です。

レジや受発注・請求書管理システムの  
導入・改修が必要となることがあります。



中小企業・小規模事業者等の方向けに  
軽減税率対策補助金が拡充されました！

制度についてのお問い合わせ

●消費税軽減税率相談センター (フリーダイヤル) ☎ 0120-205-553  
受付時間は平日午前9時から午後5時まで。  
※ナビダイヤル0570-030-456(通話料がかかります)もご利用いただけます。

補助金についてのお問い合わせ

●軽減税率対策補助金事務局 (フリーダイヤル) ☎ 0120-398-111  
受付時間は平日午前9時から午後5時まで。



## 下水道ふれあいフェア イベント

- ▶日時：9月14日(土) 午前10時～午後4時(雨天決行)
- ▶会場：県南クリーンセンター「取手地方広域下水道組合」
- ▶内容：処理場見学、マンホール蓋展示、下水道コンクール作品展示、催し物(缶バッジ作成コーナー・ザリガニ釣り等)  
※天候により内容が変更となる場合がございます
- ▶入場料：無料
- ☎ 取手地方広域下水道組合 経営課 排水普及係 ☎ 0297 - 74 - 4170



## 県南市町村相互イベント紹介 全国コロッケフェスティバル イベント

- ▶日時：9月22日(日) 午前10時～午後3時30分 ※荒天中止
- ▶場所：龍ヶ崎市役所北側駐車場(龍ヶ崎市3710番地)
- ▶その他：駐車場は、流通経済大学駐車場(正門前)・(株)日立建機駐車場をご利用ください。駐車場から会場までは、無料のシャトルバスを運行します。駐車場には限りがありますので、公共交通機関のご利用にご協力ください。
- ☎ 第7回全国コロッケフェスティバル実行委員会事務局(龍ヶ崎市商工会) ☎ 0297 - 62 - 1444

## 創業セミナーを開催します

☎ 市商工会 ☎ 58 - 1700

ホームページ：<http://miraishoko.com>

昨年に引き続き、守谷市商工会と共催で実施します。1講座から受講可能です。

- ▶参加費：無料
- ▶対象：つくばみらい市もしくは守谷市で創業希望の方
- ▶定員：各回30人(定員になり次第締め切らせていただきます)
- ▶申し込み方法：市商工会窓口、電話、メール
- ▶市商工会所在地：つくばみらい市福田671-2
- ☑ info@miraishoko.com

日程	時間	内容	会場
9月14日(土) 午前10時	～ 午後5時	創業の現状、経営理念	守谷市商工会
9月21日(土) 午前10時	～ 午後5時	経営理念、経営戦略	守谷市商工会
10月5日(土) 午前10時	～ 午後5時	マーケティング戦略	守谷市商工会
10月12日(土) 午前10時	～ 午後5時	税務・財務・人材育成	守谷市商工会
10月19日(土) 午前10時	～ 午後5時	金融制度・IT利活用	つくばみらい市商工会
11月2日(土) 午前10時	～ 午後5時	事業計画作成のポイント	つくばみらい市商工会
11月9日(土) 午前10時	～ 午後5時	ロジカルシンキング	つくばみらい市商工会
11月16日(土) 午前10時	～ 午後5時	座談会・まとめ	つくばみらい市商工会

### このスペースに広告を掲載しませんか

広告料	<ul style="list-style-type: none"> <li>■半枠 10,000円/月</li> <li>□全枠 20,000円/月</li> </ul>
規格	<ul style="list-style-type: none"> <li>■半枠 縦45mm×横89mm</li> <li>□全枠 縦45mm×横182mm</li> <li>※刷り色は黒1色</li> </ul>

☎ 伊奈庁舎秘書広報課 ☎ 58 - 2111 (内線1103)



みらい平コミュニティセンター  
各種講座のお知らせ

イベント

■みらい平コミュニティセンター

【ZUMBA】

▶日時：9月10日(火) 午後7時30分～8時30分

▶定員：20人（中学生以上）

▶受講料：500円

【元大使館料理長の世界の料理～ギリシャ編～】

▶①9月12日(木) 午前10時～正午／②9月22日(日) 午前10時～正午

▶定員：各12人（中学生以上）

▶受講料：各1,500円

▶メニュー：チキンのトマト煮シナモン風味、リンゴのシロップ煮生クリーム添え

■板橋コミュニティセンター

【女性のためのリラクゼーションヨガ】

▶日時：①9月14日(土) 午前10時～11時／②9月28日(土) 午前10時～11時

▶定員：20人（中学生以上の女性）

▶受講料：500円（各回）

■小絹コミュニティセンター

【FP無料相談】

▶日時：9月21日(日) ①午前10時～10時50分／②午前11時～11時50分

▶定員：各回1組（18歳以上）

▶受講料：無料

[各講座の申し込み方法]

開催会場またはみらい平コミュニティセンター窓口で受講料を添えてお申し込みください。

他にも様々な講座等企画しています。詳しくは館内掲示やホームページをご覧ください。

☎ みらい平コミュニティセンター ☎ 38 - 7240



ひとり親家庭の母・父のための  
パソコン講習会

募集

ひとり親家庭の母・父及び寡婦の方の自立を応援するために、就職に必要な知識や技能を身付ける就業支援パソコン講習会です。

①エクセル基礎編：エクセルの基本操作、データ入力、表作成、簡単な関数等

②ワード基礎編：ワードの基本操作、書式設定、簡単な文書作成等

▶日時：①9月28日(土)、10月12日(土)

②10月26日(土)、11月9日(土)

▶時間：午前9時30分～午後3時30分

▶場所：クリエートパソコン教室※無料  
駐車場あり（水戸市北見町8-12）

▶定員：各15人（応募者多数の場合は抽選）

▶託児：2歳以上（事前予約が必要）

▶対象者：ひとり親家庭の母・父及び寡婦で2日間必ず出席できるパソコン初心者

▶参加費：1,000円（資料代）

▶応募締切：①9月13日(金)②10月11日(金)

☎ 茨城県母子寡婦福祉連合会 茨城県母子家庭等就業・自立支援センター ☎ 029 - 233 - 2355



常陽銀行  
年金相談

相談

常陽銀行年金相談コーナーでは、常陽銀行委嘱の社会保険労務士が無料で相談に応じ、年金請求手続きの代行をしてくれます。

▶予約方法：事前に電話で申し込み

◎予約電話 ☎ 58 - 5552

▶日時：9月5日(木)、10月4日(金)

午前10時～午後3時

▶場所：常陽銀行伊奈支店

☎ 常陽銀行年金センター ☎ 029 - 300 - 2844



わいわいクッキング・  
工作・体操教室

募集

市内にお住まいの知的・発達障害などがあるお子さんを対象にクッキング、工作、体操教室を行います。余暇活動に参加してみませんか？

▶日時：①体操教室9月7日(土) 午前10時～正午②クッキング10月5日(土) 午前10時～午後1時30分③工作教室11月2日(土) 午前10時～正午④クッキング(クリスマス会)12月14日(土) 午前10時～午後1時30分※講師の都合により、日程が変更になる場合があります。

▶会場：保健福祉センター

▶対象者：市内にお住まいの知的・発達障害等のある小学生～作業所に通っている方及びそのご家族（子どものみで参加の場合は要相談）

▶参加費：一人1回 クッキング300円、工作500円、体操は無料

※会場の都合上、クッキングのみ先着8組とさせていただきます。

※開催日の5日前までにお申し込みください。木曜日以降のキャンセルの場合は参加費をいただきます。

☎ 社会福祉協議会 ☎ 25 - 2101



障がい者就職面接会

お知らせ

令和元年度（前期）障がい者就職面接会を開催します。

▶日時

①9月27日(金) 午後1時～3時30分

②9月25日(水) 午後1時～3時30分

▶場所：①ホテルグランド東雲（つくば市小野崎488 - 1）②結城市民情報センター（結城市国府町1 - 1 - 1）

☎ ハローワーク常総 ☎ 0297 - 22 - 8609



## 「下水道の日」 普及促進展 '19

次のとおり下水道の普及促進展を開催します。会場には、市内小中学生から募集したポスターや書道などを展示します。また、処理場や地下通路の見学、実物大マンホールの展示のほか、スーパーボールすくいなども行います。入場は無料です。ぜひ、ご来場ください。

▶日時：9月15日(日)午前10時～午後4時  
▶場所：小絹水処理センター(絹の台7-1)  
☎ 谷和原庁舎上下水道課 ☎ 58 - 2111



## 農業委員会 各種申請

手続き・申請

9月の農地法に基づく許可申請の受付期間は次のとおりです。

▶受付期間：9月24日(火)～26日(木)  
※定例総会は10月10日(木)の予定です。  
☎ 農業委員会事務局 ☎ 58 - 2111

## お詫びと訂正

広報つくばみらい8月号(No.160)の19ページに掲載した「虹の会」の記事内容について、講師の氏名に次のとおり誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

誤：藤野いづみさん講演会

正：藤井いづみさん講演会



## 令和元年度 甲種防火管理新規講習

お知らせ

▶講習期日：10月17日(木)・18日(金)(2日間)

▶会場：ポリテクセンター茨城(常総市水海道高野町)

▶講習科目：防火管理の意義および制度、火気管理、施設・設備の維持管理、防火管理に係る訓練及び教育、防火管理に係る消防計画

▶受講料：5,800円(常総地方防火協会加入事業所は5,300円)(税込、テキスト代含む。テキストは当日配布)

▶定員：80人

▶受付期間：9月17日(火)～26日(木) 午前9時30分～午後5時

※土曜、日曜、祝日を除く。定員になり次第締め切り。

▶場所：常総地方広域市町村圏事務組合消防本部予防課(常総市水海道山田町808)

▶申し込み方法：受講申請書に必要事項を記入し、直接申し込んでください。

(FAX・郵送不可) 受講案内及び申請書は予防課又は管内各消防署にあります。常総地方広域市町村圏事務組合ホームページからもダウンロードできます。  
※2日間の講習の全日程を受講しなければ、資格を付与することはできません。

☎ 常総地方広域市町村圏事務組合消防本部予防課 ☎ 0297 - 23 - 0904



## やわら囲碁クラブ 会員募集

趣味・サークル

初級者から6段クラスの会員との囲碁を脳トレも兼ねて楽しくやりませんか? 男女、年齢は問いません。体験入部、見学者も歓迎です。

▶場所：小絹コミュニティセンター2階会議室

▶日時：毎週木曜日午後1時～5時(盆・正月のコミセン休館日は休み)

▶会費：500円/年

☎ 深町 ☎ 080 - 3601 - 5392



## 税理士による 無料税務相談

相談

関東信越税理士会土浦支部では、税に関する無料相談を行います。

▶予約方法：事前に電話で申し込み

▶日時：10月1日(火)、8日(火)、17日(木) ※1人40分程度。各日3人まで。

▶場所：関東信越税理士会土浦支部(土浦市中央1-11-19)

☎ 関東信越税理士会土浦支部 ☎ 029 - 824 - 5055



## 介護補助スタッフ講習 受講者募集

募集

この講習会は、厚生労働省茨城労働局の委託を受けて実施するもので、高齢者の就業を支援します。

▶日時：9月25日(水)～27日(金)3日間 午前10時～午後4時

▶会場：龍ヶ崎市シルバー人材センター会議室

▶講習内容：介護及び生活支援に関する基礎知識と技術を身につけ、介護・生活支援業務での就業を目指す

▶対象：①シルバー人材センターの会員でない満60歳以上の高齢者で、シルバー人材センターの会員になって就業できる方②全日程参加可能な方

▶定員：10人

▶受講料：無料

▶申し込み方法：シルバーセンター窓口にて所定の申込書で受付

▶募集締切：9月5日(木) ※延長の場合あり

☎ シルバー人材センター ☎ 25 - 2102

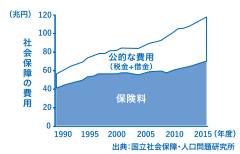
## 2019年10月1日、 消費税・地方消費税の税率は10%\*へ。

\*10%のうち2.2%は地方消費税です。



なぜ、税率が上がるんですか?

日本では高齢化が進み、社会保障の費用は増え続けています。みんなが安心できる社会にするためには、安定した財源を確保し、社会保障制度を次世代に引き継ぐとともに、全世代型へ転換していく必要があります。そのためには10%への税率の引上げが必要です。



### 知っていますか、地方消費税

一般に「消費税」と言うのは、消費税(国税)と地方消費税(地方税)を合計したものです。地方消費税は、地方自治体の重要な財源として、住民の皆様の身近な行政に生かされています。



引上げ分はなに使われるのですか?

引上げ分は、消費税・地方消費税ともに、全世代を対象とする社会保障の充実と安定のために使われます。例えば①待機児童の解消、②3歳から5歳までの幼児教育・保育の無償化、③真に支援が必要な学生の高等教育(大学など)の無償化、④介護職員の処遇改善、⑤所得の低い高齢者の介護保険料の軽減、⑥所得の低い年金受給者への給付金の支給などです。



家計や景気への影響は大丈夫ですか?

税率引上げに伴う家計への負担を減らすため、飲食品(お酒・外食を除く)と新聞(定期購読契約、週2回以上発行)に係る税率を8%に据え置きます(軽減税率制度)。このほか、家計や景気への影響を緩和するための各種対策を実施します。



プレミアム付商品券



自動車や住宅の購入や支障



キャッシュレス決済でのポイント還元

政府広報 消費税

検索

～水は大切な資源です。節水に心がけ、限りある水を大切に使いましょう。上下水道課 ☎58-2111 (内線5306)～

# 9月受付開始の

# みらい健診①

9月は「循環器疾患予防月間」です。

茨城県では、心疾患や脳血管疾患などの循環器疾患や糖尿病などの生活習慣病による死亡率が高いことから、9月を「循環器疾患予防月間」と定め「1、運動 2に食事 しっかりと禁煙最後にクスリ」をスローガンにしています。

実施日	健診当日受付時間	予約受付期間
10月28日(月)	次の①～④から選択 ※各時間60人まで	9月10日(火)～ 定員まで
10月29日(火)	①午前7時～7時45分 ②午前8時～8時45分 ③午前9時～9時45分 ④午前10時～10時45分	



循環器疾患や糖尿病などの生活習慣病の発見には、年1回健診を受診する事が大切です。

まだ、健診を受診されていない方はこの機会にご予約ください。

▼会場 保健福祉センター

▼健診項目

○基本健康診査・特定健康診査・後期高齢者の健康診査○胸部検査○肺がん検査(65歳以上は結核検査を含む)○胃がん検査(バリウム検査)○前立腺がん検査○肝炎ウイルス検査○大腸がん検査○喀痰細胞診※1  
※1・肺がん検査後、決められた期間で、痰を3日間採取し、後日提出します。

## 予約方法

① 予約受付電話での申し込み

☎0297-25-2983  
にっこり つくばみらい

② 健康増進課窓口での申し込み

▼ 予約受付時間 午前9時～午後5時

※右記以外の方法による受け付けは行いません。また、同一世帯のご家族以外の申し込みはできません。

※受付開始日の午前9時～10時は電話が集中し、大変かかりにくくなります。ご了承ください。

※定員になり次第締め切らせていただきます。

※がん検査は、被保険者証(健康保険証)の種類に関係なく、受診することができます。

※妊娠中の方は、市が実施する健診の対象になりません。

※各健診項目の受診は年度内1回です。対象者、負担額などは、「健康管理予定表」をご確認ください。

※検査は、異常の有無を見つけていることが目的のため、自覚症状のある方、検査部位の病気で治療中・経過観察中の方は医療機関への受診をお勧めします。

## こんにちは！ 地域包括支援センターです！

問 地域包括支援センター（伊奈庁舎内） ☎57-0203

### ■第13回

### 「認知症&在宅医療ガイドブック」を作成

このガイドブックは、高齢者や認知症の人が安心して暮らしていくために、「認知症」と「在宅医療」のことをわかりやすくまとめたものです。「認知症かもしれない...」「認知症になったら、どうすればいい?」「在宅医療って聞くけど、どういうこと?」など、疑問に思ったときに手に取ってご覧になってほしい内容になっています。

希望の方は各窓口でお声かけください。

■9月は「茨城県認知症を知る月間」です

茨城県では、9月を「認知症を知る月間」とし、認知症の早期発見や予防などの取り組みを推進しています。

【認知症についての相談窓口】

○ 地域包括支援センター  
☎57-0203

○ 認知症疾患医療センター  
\*とよさと病院

☎029-847-9581  
\*筑波大学附属病院

☎029-853-3645  
○ 若年性認知症コールセンター  
☎0800-100-2707

### ■正しい知識を持とう

伊奈庁舎1階ロビーおよび市立図書館では、9月の「認知症を知る月間」にあわせ、認知症に関する展示を行います。ぜひ、ご覧ください。



▶ 配布しているガイドブック

## 健康増進室スケジュール【10月】

### 【健康増進室】

- 火～土…午前9時～午後8時30分（月曜日休室）
  - 日曜日…午前9時30分～午後7時30分
  - 料 金…1回あたり200円（年齢などにより減額制度あり）
- ※初めて健康増進室を利用する場合は、事前に「健康増進室利用講習会」を受けてください。

### 【利用講習会】

講習日時 (1時間程度)	期 日	開始時間
	1日(火)	午後1時
	12日(土)	午後1時
	20日(日)	午後1時

- 対象者＝市内在住・在勤・在学者で15歳以上の方（中学生を除く）
- ※障害者手帳をお持ちの方はご持参ください。
- ※市外在住で本市に在勤・在学の方は、それを証明できるものをご持参ください（会社の身分証明書や生徒手帳など）。
- 定員＝各日10人（予約制） ●受講料＝無料
- 申込方法＝下記の申込受付開始日から電話または窓口でお申し込みください。お申し込みは、本人、家族のみです。

### 【ミニ教室】

教室名	日時（時間：午前11時～正午）			
肩こり・腰痛体操	1日(火)	8日(火)	15日(火)	22日(火)
リズム運動	2日(水)	9日(水)	16日(水)	23日(水)
ダンベル運動	3日(木)	10日(木)	17日(木)	24日(木)
バランスボール	4日(金)	11日(金)	18日(金)	25日(金)

- 対象者＝健康増進室利用証の交付を受けている方
- 定員＝各日22人（肩こり・腰痛体操のみ25人）
- 受講料＝200円（年齢などにより減額制度あり）
- 申込方法＝下記の申込受付開始日から電話または窓口でお申し込みください。お申し込みは、本人、家族のみです。
- ※各教室、2回まで。
- ◎申込受付開始日：9月12日(木)
- 受付時間＝午前8時30分～午後5時15分（土・日・祝日を除く）

## 介護予防カレンダー【9月】

# 健康 calendar

## 子どもの健診・教室【9月】

○会場：保健福祉センター

事業名	期 日	時 間	対 象
3～4か月児健診	4日(水)	午後1時～2時	令和元年5月生
1歳6か月児健診	26日(木)	午後1時～2時	平成30年2月生
2歳児歯科健診	27日(金)	午後1時～2時	平成29年8月生
3歳児健診	18日(水)	午後1時～2時	平成28年7月生
のびのび教室※	25日(水)	午前10時～11時30分	平成30年8月生
パパママ教室	7日(土)	午前9時～正午	妊娠中の夫婦 (夫婦で参加いただける方のみ)
離乳食教室(前半)	5日(木) (予約制)	午後1時～2時	5カ月～8カ月児向け
離乳食教室(後半)		午後2時30分～3時30分	9カ月～12カ月児向け
ひよこ広場(ピヨピヨ組)※	17日(火)	午前10時～11時30分	1カ月～8カ月児と保護者および妊娠中の方
ひよこ広場(コッコ組)			9カ月～12カ月児と保護者

※のびのび教室、ひよこ広場のピヨピヨ組は谷和原公民館が会場です。健診などの詳しい予定は「健康管理予定表」をご覧ください。

## 健康相談

【移動健康相談（予約不要）】

- 日 時 9月20日(金) 午前9時30分～11時
- 場 所 谷和原公民館福岡分館

## 献血のお知らせ

- 日時 9月3日(火) 午後2時30分～4時
- 場所 伊奈公民館

※事前申し込みは必要ありません。直接会場へお越しください。

### ○地域体操クラブ

シルバーリハビリ体操指導士によるいきいきヘルス体操

会 場	実施日（時間：午前10時～11時30分）			
青木自治会館	2日(月)	9日(月)		
内宿公民館（筒戸）	9日(月)			
みらい平コミュニティセンター	3日(火)	10日(火)		
谷和原公民館 谷原分館	3日(火)	10日(火)	17日(火)	24日(火)
西ノ台倶楽部	4日(水)	11日(水)	18日(水)	25日(水)
板橋コミュニティセンター	5日(木)	12日(木)	19日(木)	26日(木)
谷井田コミュニティセンター	5日(木)	12日(木)	19日(木)	26日(木)
谷和原公民館 福岡分館	5日(木)	12日(木)	19日(木)	26日(木)
きらくやま すこやか福祉館	6日(金)	13日(金)	20日(金)	27日(金)
カスミ富士見ヶ丘店	6日(金)	13日(金)	20日(金)	27日(金)

### ○すこやか貯筋教室

65歳～70歳前半の方を対象とした、筋力アップのためのややきつめの運動  
※ヨガマットなどの敷物、飲み物、フェイスタオルを持参してください。  
※参加は1人1会場。

実施日	時間	会場
5日(木)・12日(木)・19日(木)・26日(木)	午前10時～11時30分	谷和原公民館
	午後1時～2時30分	伊奈公民館

※悪天候や災害時などは休講になる場合があります。参加者への個別連絡は原則行いません。

※開催の可否は介護福祉課へお問い合わせください。

# 9月

## 子育て支援室だより

子育て中のママ・パパたち！子育て支援室でお友達をつくりませんか？市内各所にある「子育て支援室」では、楽しいおもちゃやアットホームなかわいい部屋作りをして、子育て支援担当の保育士が皆さんをお待ちしています。いろいろな催しも企画していますので、お気軽にお越しください。



子育て支援室が市内各所に出張します。皆さん遊びに来てくださいね！

フラワー  
出張支援室  
「キラキラ」

【開館時間】 午前9時30分～正午／午後1時～3時30分

月曜日	谷原分館	木曜日	伊奈公民館
火曜日	伊奈公民館	金曜日	福岡分館
水曜日	伊奈公民館		

おひさま  
出張支援室  
「ぱんだ」

【開館時間】 午前10時～午後3時

火曜日	谷井田コミュニティセンター
金曜日	板橋コミュニティセンター

木	金	土	日
<p>※各支援室の予定は変更になる場合があります。修正版はホームページに掲載します。 ※イベントのない日でも子育て支援室は開いています。ホームページなどでご確認ください。</p>	<p>子育て支援室 QRコード▶</p>		<p>1 図：おはなし会（小絹）3歳くらい～【午前11時～】</p>
<p>5 ★：伊奈公民館 小：公園で遊ぼう（一緒にお弁当も食べよう）【午前10時30分～正午】（雨天中止）</p>	<p>6 き：つくってあそぼう「カレンダー」【午前10時30分～午後0時30分】 ★：福岡分館 ば：板橋コミセン「スタンプアート」【①受付午前10時～10時30分/工作午前10時30分～11時30分】 【②受付午後1時～1時30分/工作1時～2時】 小：プレイパーク【午前10時30分～11時】 富：おぼけせんべい作り【午前10時～】☆要予約 ル：フリールームベビーday（1・2歳）</p>	<p>7</p>	<p>8 ★：映画会【午後2時～3時30分】</p>
<p>12 き：保健師・栄養士さんに相談【午前10時～11時30分】 ママのための離乳食実演会【午前10時30分～11時30分】 ☆要予約 ※：マタニティソート【午後1時～3時】 ★：伊奈公民館 小：成長記録会【午前10時30分～正午】 富：シャボン玉遊び（園庭）【午前10時～】 ◎：伊奈第1保育所「手型・足型制作」【午前10時～11時】</p>	<p>13 き：おもちゃ病院【午前9時30分～11時30分】 ★：福岡分館 ば：板橋コミセン「成長記録」 【①午前10時30分～正午/②午後1時～2時30分】 小：プレイパーク【午前10時30分～11時】 富：敬老の日制作「お守り作り」【午前10時～】 ル：フリールームベビーday（1・2歳）</p>	<p>14 ★：キッズタイム「サーキット遊びを楽しもう！」【午前9時30分～11時30分】 小：よーいどん【午前10時30分～11時】 図：おはなし会（本館）3歳くらい～【午後2時～】</p>	<p>15</p>
<p>19 き：産後産前ヨガ【午前10時30分～11時30分】☆要予約 ※：ふたごちゃん集まれ！！【午後2時30分～4時】 ★：伊奈公民館 ※：誕生会【午前10時～11時】☆要予約 小：誕生会【午前10時30分～11時】 富：身体測定【午前10時～】 ル：るんるんカフェ【午前10時～】野菜販売【午前10時～】 図：赤ちゃんタイム（本館）【午前10時～正午】 ちよちよちおはなし会（本館）0～2歳【午前11時～】</p>	<p>20 ★：福岡分館 ば：板橋コミセン「自由解放」【午前10時～午後3時】 小：プレイパーク【午前10時30分～11時】 富：身体測定【午前10時～】 ル：フリールームベビーday（1・2歳） ◎：谷和原第1保育所「ごっこ遊びを楽しもう」【午前10時～11時】</p>	<p>21 図：おはなし会（みらい平）3歳くらい～【午前11時30分～】</p>	<p>22</p>
<p>26 き：消防車・救急車見学「いざという時の対処法」【午前10時30分～11時30分】 ※：作ってあそぼう（ハロウィン）【午前10時30分～11時30分】 ★：伊奈公民館 ※：パネルシアター【午前10時30分～11時】 富：砂場遊び（園庭）【午前10時～】 ソ：子育てボランティアによる「親子でギュギュっとふれあい遊び」カスミ富士ヶ丘店【午前10時30分～11時30分】</p>	<p>27 ★：福岡分館 ば：板橋コミセン「自由開放」【午前10時～午後3時】 小：ミニ運動会【午前10時30分～11時30分】※飲み物・タオル持参 富：公園遊び【午前10時～】 ル：英語とふれあうストロベリー☆要予約【午前10時～】 ソ：かんがるうひろば 谷原分館【午前10時～正午】 参加費100円</p>	<p>28 図：おはなし会（本館）3歳くらい～【午後2時～】</p>	<p>29</p>

# Pick Up!

## ふたごちゃん集まれ!!

谷和原第2保育所の子育て支援室フラワーでは、毎月1回「ふたごちゃん集まれ!!」というイベントを開催しています。ふたごちゃんの子育てならではの喜びや愛しさ、大変さや悩みなど、みんなで情報共有しませんか。同じふたごちゃんの育児仲間だからこそ、分かり合え、支え合えることがあります。ふたごちゃん集まれの時間帯は子

どもたちに自由に遊んでもらい、遊びに来た保護者、ボランティアさん、子ども課の職員みなで子どもたちを見守ります。安心な空間です。子どもたちを自由に遊ばせながら、保護者のみなさんもリフレッシュしてください。ふたごちゃんの子育てをしている保護者のみなさんのご参加お待ちしております。開催日時は、子育て支援室フラワー

予定表またはみらいっこ通信、子育て支援アプリをご確認ください。



## 子育てイベントカレンダー（9月）

月	火	水
<p><b>【子育て支援室の表記】</b></p> <p>★：子育て支援室フラワー（上小目）</p> <p>★：フラワー出張支援室「キラキラ」 午前9時30分～正午/午後1時～3時30分</p> <p>★：子育て支援室おひさま</p>	<p>ば：おひさま出張支援室「ぱんだ」 （谷井田コミュニティセンター・板橋コミュニティセンター）</p> <p>き：きらくやまふれあいの丘（相生）</p> <p>小：小絹児童館（小絹）</p> <p>ル：認定こども園ルンビニー学園（陽光台）</p>	<p>富：富士見ヶ丘認定こども園（富士見ヶ丘）</p> <p>図：図書館</p> <p>ソ：子育てボランティア「ソレイユ」</p> <p>◎：公立保育所 あそびのひろば</p>
<p><b>2</b></p> <p>★：赤ちゃんやわらか抱っこ&amp;おんぶ教室 【午前10時30分～11時30分】 おもちゃ病院【午前9時30分～11時30分】</p> <p>★：谷原分館</p> <p>富：おばけせんべい作り【午前10時～】☆要予約</p> <p>ル：フリールームベビーday（0・1歳）</p>	<p><b>3</b></p> <p>き：ハッピーデイズ（成長記録と制作）【午前10時30分～正午】☆野菜販売【午前11時15分～正午】</p> <p>★：伊奈公民館</p> <p>ば：谷井田コミセン「スタンプアート」【①受付午前10時～10時30分/工作10時30分～11時30分】【②受付午後1時～1時30分/工作1時～2時】</p> <p>小：りすくらす0～1歳「アンパンマン体操」 【午前11時～11時30分】</p> <p>富：おばけせんべい作り☆要予約【午前10時～】</p>	<p><b>4</b></p> <p>き：木のおもちゃ広場【午前10時～11時30分】</p> <p>★：身体測定【午前10時30分～11時30分】</p> <p>★：伊奈公民館</p> <p>小：乳幼児工作【午前10時30分～11時30分】</p> <p>富：おばけせんべい作り【午前10時～】☆要予約</p>
<p><b>9</b></p> <p>★：谷原分館「赤ちゃんDay」 【午前9時30分～正午】</p> <p>富：敬老の日制作「お守り作り」【午前10時～】</p> <p>ル：フリールームベビーday（0・1歳）</p>	<p><b>10</b></p> <p>き：ハッピーデイズ（誕生会）【午前10時30分～正午】 ☆お菓子販売【午前11時15分～正午】</p> <p>★：誕生会【午前10時30分～11時30分】</p> <p>★：伊奈公民館</p> <p>ば：谷井田コミセン「成長記録」 【①午前10時30分～正午/②午後1時～2時30分】</p> <p>小：うさぎくらす1～2歳「アンパンマン体操」 【午前11時～11時30分】</p> <p>富：敬老の日制作「お守り作り」【午前10時～】</p>	<p><b>11</b></p> <p>き：キッズヘアークット【午前10時30分～11時30分】※3歳未満対象☆要予約</p> <p>★：伊奈公民館</p> <p>小：成長記録会【午前10時30分～正午】</p> <p>富：敬老の日制作「お守り作り」【午前10時～】</p>
<p><b>16 敬老の日</b></p> <p>開館日：き、★、小</p> <p>休館日：※、★、富、ル</p>	<p><b>17</b></p> <p>★：伊奈公民館</p> <p>富：身体測定【午前10時～】</p> <p>休館日：き、★、小</p>	<p><b>18</b></p> <p>★：リズムあそび【午前10時30分～11時30分】</p> <p>★：伊奈公民館</p> <p>★：ミニベアレントレーニング講座 【午前10時30分～11時30分】2階児童館</p> <p>小：きりんくらす2歳以上「アンパンマン体操」 【午前11時～11時30分】</p> <p>富：身体測定【午前10時～】</p>
<p><b>23 秋分の日</b></p> <p>★：ハイハイレース【午前10時30分～11時30分】※最終受付午前10時45分】</p> <p>開館日：き、小</p> <p>休館日：※、★、富、ル</p>	<p><b>24</b></p> <p>★：伊奈公民館</p> <p>富：公園遊び【午前10時～】</p> <p>休館日：き、★、小</p>	<p><b>25</b></p> <p>き：たのしみまショー（おはなし） 【午前11時30分～正午】</p> <p>★：伊奈公民館</p> <p>★：成長記録 【①午前10時～正午/②午後1時～3時】</p> <p>富：公園遊び【午前10時～】</p> <p>◎：伊奈第2保育所「誕生会」【午前10時～11時】</p>
<p><b>30</b></p> <p>★：谷原分館「リズムあそび」【午前10時30分～】</p> <p>富：ハロウィン制作①（足型とり）【午前10時～】</p> <p>保健師・助産師さんに相談 【午前10時～11時30分】</p> <p>ル：フリールームベビーday（0・1歳）</p>		

### 消費生活相談

～消費者契約に関するトラブルなどの相談～

- 日 時 毎週月～金曜日 ※祝日は除く  
午前9時～正午、午後1時～4時30分
- 場 所 消費生活センター（谷和原庁舎1階）
- 問い合わせ 消費生活センター ☎ 25-3288（センター直通）  
FAX 57-2288

### 人権相談

～日常生活でのトラブルやもめごとなど人権に関する相談～

- 日程・場所 9月4日(水)・板橋コミュニティセンター研修室1・2  
10月2日(水)・谷井田コミュニティセンター研修室
- 時 間 各日 午前10時～正午
- 問い合わせ 社会福祉課 ☎ 58-2111

### 女性相談 ～ひとりで悩んでいませんか～

～女性が抱える日常生活でのさまざまな悩みに関する相談～

- 日 時 9月26日(水) 午前10時～午後3時
  - 場 所 伊奈庁舎1階 相談室2
  - 予 約 地域推進課 ☎ 58-2111（内線1302）
  - 相談員 女性臨床心理カウンセラー（市外在住）
- ※先着4人まで。相談は1人50分以内。電話相談も可。

### 子ども福祉相談

- 家庭児童相談 子ども（18歳未満）の養育に関する悩みごと、子どもにかかわる家庭の人間関係など、児童福祉に関する相談に応じます。
  - ひとり親相談 母子・父子家庭・寡婦の方の生活全般の悩みなど、自立に向けた総合的な相談に応じます。また、母子・父子・寡婦福祉資金貸付に関する情報提供にも応じます。
  - 虐待・DV 子どもに対する虐待・ネグレクトについての相談・通告、配偶者やパートナーからの暴力についての相談などにも応じます。
- 日 時 毎週月～金曜日 午前9時～午後4時30分（祝日を除く）
  - 相談方法 電話または面接
  - 問い合わせ こども家庭支援室（こども課内） ☎ 58-2111  
※予約可能な方は事前連絡願います。

### 水道工事

水道工事（新設・改造・修繕・撤去など）は、市の指定を受けた「給水装置工事事業者」でなければ、行うことができません。工事の際は、指定を受けた業者に依頼し、上下水道課に届出をしてください。

#### ＜市内の給水装置工事事業者一覧＞

☎ 谷和原庁舎上下水道課 ☎ 58-2111

工事業者名	所在地	電話番号	工事業者名	所在地	電話番号	工事業者名	所在地	電話番号
(株)赤塚土木興業	長渡呂252	58-6213	常総土木工業(株)	福岡1383-1	52-5357	浜野商事(株)	伊丹161	58-2416
伊奈工業(株)	城中359	58-6168	(株)新みらい	絹の台2-2-3	34-1088	原信田建設(株)	板橋1783	58-0018
いなほ工業(株)	上島848	58-0382	(株)誠勝	簡戸1987-11	20-5470	常陸管工	上長沼617	52-5579
大久保水道工業	谷井田1403-3	58-8177	塚本建設工業(株)	東櫛戸980-1	52-3681	(有)福新設備工業	台198	52-5011
オービー建設(株)	谷井田750-1	47-7000	(株)寺田興業	南927-2	52-5809	(株)武平	福原188	57-0600
(有)片見設備工業	福岡1425-1	52-5804	常磐興業(株)	簡戸3178	52-2203	(有)文倉建設	鬼長1231-2	52-5622
(有)川口商事	鬼長526-1	52-3286	(株)豊島産業	川崎213-3	52-3335	(有)丸斉建設	真木106	52-2627
久下設備	城中55	58-0418	トヨシマ水工(株)	川崎382	21-2261	(株)山田組	城中952	58-2351
(有)坂本設備工業	豊体612-2	58-0070	(株)直井造園土木	日川1571	52-2600	谷原建設(株)	下長沼118-1	52-2298
常栄エンジニアリング(株)	田村450	52-7633	成島建設(株)	板橋3101	58-1131	(株)ユーエス設備工業	伊奈東33-229	44-6237

\*市外の事業者については、別途お問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

### 法律相談（弁護士・司法書士）

～日頃困っていること、悩んでいることなど法律に関する相談～

- 日 時 9月3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)
- 時 間 午後1時～4時
- 場 所 きらくやまふれあいの丘すこやか福祉館（3日、17日）  
保健福祉センター（10日、24日）
- 予 約 つくばみらい市社会福祉協議会（すこやか福祉館内）  
☎ 57-0205 当日の正午までに要予約

### 心配ごと相談

～日頃困っていること、悩んでいることなど福祉全般の相談～

- 日 時 9月11日(水) 午後1時～3時
- 場 所 保健福祉センター
- 予 約 つくばみらい市社会福祉協議会（すこやか福祉館内）  
☎ 57-0205 前日の午後5時までに要予約

### 行政相談

～行政の業務に対する意見・要望など～

- 日 時 9月19日(木) 午後1時30分～3時30分
- 場 所 谷井田コミュニティセンター 和室1
- 相談員 あいじま ひろし あまた のぶひろ  
相島 宏さん・秋田 信博さん

### 結婚相談

～お相手探し、イベント情報など結婚に関する相談～

- 日 時 9月15日(日) 午後1～3時（予約不要）
- 場 所 谷和原庁舎1階 相談室
- 相談員 やまぐち としこ みかや よしひと  
山口 利子さん・深谷 慶仁さん
- 問い合わせ 伊奈庁舎地域推進課 ☎ 58-2111（内線1302）

### 教育相談

～子どもの心身の健康や不登校など教育に関する相談～

- 日 時 毎週月～金曜日 午前9時～午後4時（祝日を除く）
- 場 所 教育支援センター
- 問い合わせ 適応支援教室なのはな ☎ 57-0983

つくばみらい市 給水装置工事事業者  で検索!



## 救急医療 ◎受診前にご連絡をお願いします

### ■取手北相馬休日夜間緊急診療所

取手医師会病院内（取手市野々井 1926） ☎ 0297-78-6111

#### 【診療時間】

（土曜日）午後5時～翌朝午前9時

（日曜・祝日・年末年始）午前9時～翌朝午前9時

#### 【診療科目】 内科・外科

### ■小児救急当番病院

休日(昼)	診療時間	病院名	所在地	連絡先
水曜日	午前8時～午後6時	総合守谷第一病院 (守谷市松前台 1-17)	守谷市	0297-45-5111
水曜日 以外	午前8時～午後6時	JAとりで総合医療センター (取手市本郷 2-1-1)	取手市	0297-74-5551

夜間	診療時間	病院名	所在地	連絡先
水曜日	午後6時～翌朝8時	総合守谷第一病院 (守谷市松前台 1-17)	守谷市	0297-45-5111
水曜日 以外	午後6時～午後11時	JAとりで総合医療センター (取手市本郷 2-1-1)	取手市	0297-74-5551

### ■救急電話相談（24時間・365日対応）

急な病気で心配な時、看護師が電話で相談に応じます。  
また、受診可能な医療機関も案内します。

#### ●茨城子ども救急電話相談

#8000（携帯電話、固定電話）または ☎ 03-5367-2367

#### ●茨城おとな救急電話相談

#7119（携帯電話、固定電話）または ☎ 03-5367-2365

## 粗大ごみ収集・申込日

※申し込み専用 ☎ 52-3152 午前9時～午後5時まで

地区	収集日	申込日
小張・豊、 絹の台、小絹	9月11日(水)	9月2日(月)～4日(水)
板橋、 紫峰ヶ丘・富士見ヶ丘	9月18日(水)	9月9日(月)～11日(水)
三島・東、 陽光台、谷原	9月25日(水)	9月17日(火)～18日(水)
谷井田、福岡・十和	10月2日(水)	9月24日(火)～25日(水)

## くみとり

業者名	指定地区
(株)シナクリーン ☎ 0297-48-2336	旧谷和原村全域 小張・豊・谷井田・三島（戸茂・戸崎・根柄を除く）・板橋（高岡）・東（東栗山・城中）
関東商事(株) ☎ 029-836-3007	板橋（高岡を除く）・東（足高）・三島（戸茂・戸崎・根柄）

## 市内の火災・救急

( ) は平成31年の累計

火災	7月分	救急	7月分
建物	0件 (1件)	交通事故	8件 (99件)
車両	0件 (2件)	急病	135件 (835件)
その他	0件 (7件)	その他	34件 (282件)
計	0件 (10件)	計	177件 (1216件)



## くらしの カレンダー

### 納税等カレンダー

納期限：9月30日(月)

国民健康保険税	3期	児童クラブ	9月分
介護保険料	3期	住宅使用料	9月分
後期高齢者医療保険料	3期	地代	9月分
保育料 <small>認定こども園・小規模保育を除く</small>	9月分	上下水道料金※ <small>(7月使用分)</small>	9月分

※取手地方広域下水道組合分を含む。

### 日曜開庁日のお知らせ

谷和原庁舎：1日・15日

伊奈庁舎：8日・22日

開庁時間：午前8時30分～正午※

### ■業務内容

住民関係	戸籍謄本・抄本、住民票の写し、身分証明書、印鑑登録および印鑑登録証明書などの交付
税務関係	所得証明書、評価証明書などの交付
納税等関係	納税証明書、軽自動車車検用納税証明書などの交付、市税および各種使用料の納付 ※ただし各種使用料については、納付書をご持参の場合に限ります。

※住民票の異動（転入・転出など）手続きはできません。

※パスポートの受け取りは8日・22日（伊奈庁舎）の開庁時間のみ可能です。

※パスポートの申請手続きはできません。

### ■問い合わせ 市民窓口課 ☎ 58 - 2111

・伊奈庁舎（内線 3401～3406）

・谷和原庁舎（内線 3450～3452）

31日(水) 男女共同参画推進委員会

26日(金) 令和元年度鬼怒川下流改修維持期成同盟会総会

25日(木) まちづくり検討委員会

23日(火) 想調整会議

18日(木) 夏の交通安全キャンペーン、令和元年度つくば地域医療構

16日(火) 常総広域正副管理者組合議員及び監査委員合同先進地視察

16日(火) 常総広域正副管理者組合議員及び監査委員合同先進地視察

13日(土) 小貝川・鬼怒川クリーン大作戦、子ども子育て支援事業計画策定のためのワークショップ

12日(金) 牛久沼流域水質浄化対策協議会総会

10日(水) 都市軸道路整備促進期成同盟会総会

8日(月) 国民平和実行2019、茨城県人会

7日(日) 第60回鬼怒・小貝水防連合体水防訓練、第5分団ポンプ車引渡式

6日(土) 青少年相談員連絡協議会

5日(金) 東地区適正配置懇談会

4日(木) 取手下水道組合議会臨時会

3日(水) 農業再生会議、常総広域組合議会臨時会

市長動静（7月）

市長の主な動静を情報公開します。

# あさのいち

※7月～9月は8:00～10:00開催

第1土曜日 9:00～11:00  
会場 みらいの森公園

2019年

4月/6	5月/11	6月/1	7月/6	8月/3	9月/7
------	-------	------	------	------	------

2020年

10月/5	11月/9	12月/7	1月/11	2月/1	3月/7
-------	-------	-------	-------	------	------

7・8・9月はサマータイム（8:00～10:00）開催！

若手農業後継者で構成されるつくばみらい4Hクラブを中心に、2018年12月からスタートした朝市「あさのいち」。

2019年4月から、あさのいちはさらにパワーアップします！

つくばみらい4Hクラブ員による新鮮で安心な農産物の直売はもちろんそのまま、ほかにも土曜日の朝にぴったりなお店と一緒に、皆様をお待ちしています。

## MAP



問い合わせ先 つくばみらい市役所 産業経済課  
TEL 0297-58-2111（代表）

主催：あさのいち実行委員会  
後援：つくばみらい市  
つくばみらい市観光協会

- ★無料駐車場あり
- ★小雨決行、荒天中止
- ★販売する野菜や出店するお店は回によって変わります。

この事業は、公益財団法人地域社会振興財団の交付を受け、長寿社会づくりソフト事業として実施しています。

当日の出品・出店  
情報や天候不良時の開催  
情報などは、あさのいち  
公式Twitterをご確認ください。



きさか たまき  
木坂 環ちゃん

あじさいと一緒に、ニコリ～！



ほそめま はると  
細沼 遼太くん

今日もたくさん遊ぶぞ～！



やまざき たくみ  
山崎 拓実くん

にいに達し負けじと大きくなあれ！

### ■応募方法

写真に住所、氏名、連絡先、写っている人やグループの名前、ふりがな、写真に添えたいメッセージなどを記入して、郵送またはメール（3MB以内）で送付してください。メールの場合は、必要事項を本文に記載してください。応募は、市内在住・在勤・在学者に限ります。写真の返却はできません。

★写真は真四角にトリミングしますので、それを意識した構図にするのがポイントです♪

### ■応募・問い合わせ

〒300-2395 つくばみらい市福田195 つくばみらい市役所秘書広報課「みらいをつくるば」係 ☎58-2111（内線1103）  
※メール受信後、市から1週間以内に受付完了メールを返信します。受付完了メールが届かない場合はお問い合わせください。

▶QRコードから簡単に応募ができます

