

# つくばみらい

【特集】

# おいしいね！

- 食が育てる「心とカラダ」 -



[特集]

# 食が育てる『心とカラダ』



## 食

べること。それは人が生きる上で欠かせない営みだ。食で温まり、腹が満たされ、体が温まり、幸福を感じる。体内に取り込まれた食物はやがて吸収され、活動のためのエネルギーとなり、あるいは筋肉や血液、骨や皮膚など、あなたの体の大切な一部となっていく。いわば、あなたの体は「あなたがこれまで食べてきた物」でできている。

近年、日本社会では食生活の乱れが問題化してきている。偏った栄養摂取や、朝食の欠食など、特に子どもたちを取り巻く食事環境が深刻化してきている。本来、最も大切にされるべき「食」が、軽んじられているのだ。

そのような中、国では平成17年に「食育基本法」が、平成18年に「食育推進基本計画」がそれぞれ制定された。

現在、教育の現場では、子どもたちに食に関する正しい知識や、望ましい食習慣を伝えるべく、さまざまな取り組みがなされている。

そこで今回の特集では「食育」をテーマに、学校給食の魅力や食育の取り組み、市の食育事業について紹介していきたい。

### [食育とは]

生涯を通じた健全な食生活の実現、食文化の継承、健康の確保のため、自らの食について考える習慣や、食に関するさまざまな知識と食を選択する判断力を身に着けるための学習などの取り組み。

みんな大好き「給食」

「ただきます!子どもたちの元気な声が教室に響いた。学校給食の取材のため、谷原小学校の1年生の教室を訪ねた。この日の献立は麦ごはん、牛乳、チキンチャップ、根菜のデミグラスソース煮、コンソメスープ。児童たちは笑顔でおかずをほおばり、どんどん食べ進めていく。

給食をしっかりと食べるため、最近では食べることに集中する時間「もぐもぐタイム」を設けている学校が多いが、この日は、もぐもぐタイムを待たずして完食する子も続出した。

1番最初に食べ終わった岡野海翔くんは「いつも完食している。給食は大好き」と、きれいになったお皿を見せてくれた。ごはんが好きだという風見琉雅くんは「給食はみんなで食べるから楽しい」と笑顔。たくさん児童に話を聞いたが、皆「給食が好き」と口を揃える。特に野菜が好きというから驚いた。その人気のヒミツはどこにあるのだろうか。



栄養教諭の先生に聞いた人気のヒミツ。

うちの給食は、ココがすごい!



谷原小学校栄養教諭 堀越さゆり先生

給食の人気のヒミツを探るため、市の給食献立を考えているうちの一人、栄養教諭の堀越小百合先生に市の給食の魅力や食育への取り組みを伺った。

学校に来る楽しみの一つに

近年、家庭での和食離れが増えてきているため、和食を中心に献立を考えているそうだ。特に魚を積極的に取り入れており、

子どもが好む味に仕上げ、食べやすく工夫している。「献立表を見てワクワクするような、給食が学校に来る楽しみの一つになれば」と話す。

ダシをしっかりと、塩分控えめ

「給食の汁物は、しっかりとダシをとっています」。市販の味噌汁の塩分濃度が1.0~1.2割なのに対し、当市の給食の味噌汁はなんと約半分の0.6割。カツオ節などを使いしっかりとダシをとり野菜をたくさん入れているため、薄味でも旨味を感じることができるといいます。

調味料・食材にこだわる

「体に入るものなので、調味料は保存料や添加物を極力避けています」。給食に使う野菜も、なるべく地場産や国内産の新鮮なものを使っているという。豚

肉や鶏肉も国産のものが中心だ。地元農家から旬の野菜を仕入れ、味噌汁に欠かせない味噌も地元産。「地元の農家さんも、子どもたちのために減農薬に配慮した野菜を作ってくれる」と感謝する。

五感を使った体験で「食育」

ソラマメを扱った食育の授業では、ソラマメの栄養や名前由来などを学んだ後、さやむきを体験。においや手触りを確かめ、最後に給食でゆでたソラマメを食べる。ほかに、カツオ節削り体験やダシの味比べなど、五感を使った「食育」で、子どもたちの食への興味を引き出す取り組みを行っている。

また、毎月の献立に、日本各地の郷土料理や世界の料理を取り入れており「食を通じて、ほかの地域や国に興味を持ってもらえたら」と期待を込める。

おいしい野菜を届けています!

市内で農業を営む秋田さん。1年を通じて給食にきゅうりを提供している。子どもたちの健康のため、減農薬に取り組み、有機質肥料を使うなど、安心安全な野菜づくりに努めている。秋田さんのきゅうりは食味が良く、鮮度が長持ちするのが長だ。「いつも子どもたちの食べる姿を思い浮かべながら収穫しています」。



あきた 秋田 宏美さん

給食の大人気メニューをうちで作ってみよう!



鶏肉のレモン煮

鶏もも肉 切り身	60g × 4枚
塩	小さじ1
酒	小さじ1と1/3
片栗粉(衣用)	適宜
揚げ油	適宜
~レモンだれ~	
砂糖	大さじ1
しょうゆ	小さじ2
みりん	小さじ2
レモン果汁	大さじ1と1/3

- 【作り方】
- 鶏肉に塩と酒で下味をつけ、表面に片栗粉をつける。
  - ①を油で揚げる。
  - レモンだれの調味料を合わせて加熱する。
  - ③に水溶性片栗粉でとろみをつける。
  - ②に④をかけて、できあがり。

のり酢和え



ほうれん草	130g (約1/2束)
もやし	100g (約1/2袋)
ツナ缶	60g (小1缶)
きざみのり	適量
A { しょうゆ	小さじ2
酢	小さじ2

- 【作り方】
- ほうれん草はゆでてから2~3cmに切る。もやしもゆでる。
  - ツナ缶の油をきっておく。
  - ボウルに①、②を入れAを和える。
  - きざみのりを加えて器に盛る。

バランスの良い食事の大切さ伝える

# 私たち、食生活改善推進員です！

市が実施する「食育」の取り組みの中心を担うのが、食生活改善推進員（ヘルスマイト）だ。ここではその活動についてご紹介したい。



## 食

生活改善推進員（食改）は、さまざまな世代の人に、食を通じた健康づくりを広めるべく活動している。現在、市には37人の「食改」がおり、市の料理教室の講師を務めるほか、中学校で魚のおろし方講座を開催するなど幅広く活動している。献立は和食が中心で、ダシを効かせた減塩料理や野菜を豊富に使った料理を積極的に提案している。

会長の片見礼子かたみれいこさんは「食改」になって28年のベテランだ。料理教室の参加者に「おいしかつ

た。家でも作ってみます」と言ってもらえることが何よりうれし  
いと話す。「ダシのおいしさを  
あったり、和食の魅力を伝え、  
バランスの良い食事の大切さを  
伝えていきたいですね」と語っ  
てくれた。



①



②

①：料理中の様子。②：泣き出すこともなく、楽しく遊びながら待つ子どもたち。③そろって「いただきます」。料理を前に会話も弾む。

## 託児で安心、 料理を楽しむ

## 子

育て中の親を対象にした料理教室「子育てスマイルクッキング」が1月30日、保健福祉センターで開催された。

参加したのは7組の親子。それぞれ0歳から3歳の子を持つママたちだ。普段は幼い我が子の世話をしながら、毎日慌ただしくキッチンに立つ。

## VOICE - 声 -

にしゅうのりこ  
西浦教子さん・みのりちゃん（2歳）

今回で2回目の参加です。もともと料理は好きですが、家では子どもに呼ばれると作業が中断しがちで、どうしても時間がかかってしまいます。この教室では料理に集中できるので楽しいです。



しかしながらこの日は、「食改」の皆さんが託児を引き受け、ママたちは安心して料理に専念できた。同年代のママ同士、包丁を握りながら会話も弾む。献立は油揚げとネギの卵とじ井、切り干し大根のミルク煮、牛乳わらびもち。カルシウムたっぷりの健康メニューが並んだ。食生活改善推進員の皆さんの指導のもと、ママたちは手際よく調理を進めていく。時折、子どもに呼ばれるが、調理室とつながる隣室で託児が行われているので、子どももママも安心だ。今回、初めて参加したという荒井麻沙あらいあさみさんは「子どもを見てもらえるので助かるし、同じ子育て世代のママとも交流できてすごく楽めました」と充実した様子で話してくれた。



①



③

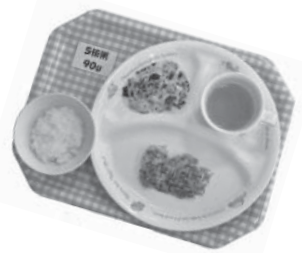


②

①：試食タイムの様子。栄養士が参加者の相談に乗る。②③：月齢に応じ、柔らかさの違うおかゆやおかずを試食した。

## 赤ちゃん「食育」

乳幼児期は「食育」の大切なプロセスだ。市では月に1回、離乳食教室を開催し、赤ちゃんの月齢に応じた離乳食の進め方を伝えている。



月に1回、市ではおおむね1歳までの子を持つ親を対象に、離乳食教室を開催している。子どもの月齢に合わせて前半と後半に分かれており、離乳食の進み具合に応じ、離乳食の疑問や不安なことについて市の栄養士が相談に乗っている。

離乳食教室では、講話の後、試食タイムがある。つぶし加減の違うおかゆや、ダシで煮たおかずを実際に食べる様子を見て、栄養士がアドバイスする。

中山逸美さんは離乳食を始めて1カ月になる娘の詩季ちゃん（6カ月）を連れて参加。「もう少しと食べてくれると思った」と苦笑しながら「量や味を工夫しながら頑張ってみたいです」と前を向く。

上田彩花さんは、息子の湊大くん（10カ月）と参加。1日3回の離乳食はおかずのバリエーションが悩ましいが、素材や味を変えてみたり、大人の食事を味付けする前に取り分けるなどの工夫をしていると話す。よく食べるといふ湊大くん。食べ過ぎが少し心配で、と話しながらも「作りがいはありますね」と笑顔を見せてくれた。

VOICE - 声 -  
なま井あゆみさん・こお 洸和くん（6カ月）

意外と食べてくれたので安心しました。今まで食材を頑張ってつぶしていましたが、今回の試食でもそんなにつぶさなくても食べてくれたので、もうちょっと進めてみようかなと思いました。



市の管理栄養士、水野美知子さんは「離乳食の進み具合は子どもによってまちまち。あせらずに子どもの成長のペースに合わせて」とアドバイスする。

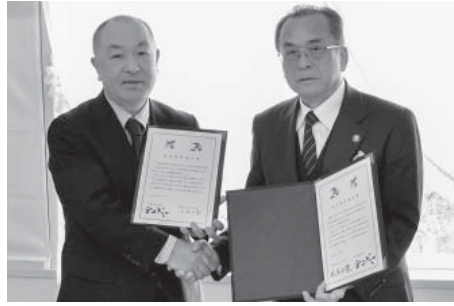
生きている限り、人は食べ続ける。それは、呼吸をすることと同じくらい無意識なことなのかも知れない。「食」についても便利さや効率性が優先される現代社会。しかしながら「食べることは本来、心とカラダのバランスを保つための最も大切にされるべき営みなのだ。」

「食育」に遅い早いはない。何歳からでも、今日からでも始められる。一食一食を大切に。人は生涯「食育」と向き合っていく。



## 千葉県香取市と友好都市協定を締結

問 谷和原庁舎市民サポート課 ☎58・2111（内線3202）



協定書を手に握手を交わす宇井市長と片庭市長

当市は千葉県香取市と1月19日、友好都市協定を結びました。香取市と当市は、伊能忠敬と

間宮林蔵それぞれのゆかりの地であることから、平成28年3月に「郷土の偉人の交友関係をきつかけとしたふれあい交流に関する協定」を締結しています。その後は両市のボランティア団体同士の交流のほか、伊能大図フロア展を当市で開催するなど交流を深めてきました。今年、伊能忠敬没後200年という節目の年にあたることから、両市の友好関係をさらに推進し、より幅広い分野での交流を通じて、両市のさらなる発展と互いの理解・連携を深める

ことを目的に、香取市と友好都市協定を締結しました。1月19日に香取市内で行われた協定締結式には、伊能忠敬・間宮林蔵それぞれの顕彰会をはじめとした関係者が出席。式の中で香取市の宇井成一市長は「友好都市協定の締結が、伊能忠敬没後200年という節目の年である事に、時空をこえためぐりあわせを感じる。両市の交流の絆がより一層強くなることを願う」とあいさつ。

片庭市長も「両偉人が築き上げた交友関係を今後の両市の交流に生かし、幅広い分野で交流を進めていきたい」と話し、宇井市長と固く握手を交わしました。

③ 関東鉄道株式会社が運行する路線バスの冊式回数券



## 高齢者の運転免許自主返納を支援します

問 伊奈庁舎安心安全課 ☎58・2111（内線2503）

市では、高齢者の運転による交通事故の減少を図るため、運転免許を自主返納した方に、公共交通機関の利用券などを交付する支援を行っています。▼対象者①次の①②いずれにも該当する方。

- ① 住民基本台帳に記載されている方で、運転免許の有効期限内に、都道府県公安委員会にすべての種類の運転免許を自主返納した方
- ② コミュニティバス「みらい号」の冊式回数券

② 平成29年4月1日以降に自主返納した方で、自主返納したときに満年齢65歳以上の方

▼ 支援内容① 支援は1人1回とし、次の①②③の公共交通機関の冊式利用券および回数券のうち、1万円を上限として選択できます。

- ① デマンド乗合タクシー「みらいくん」の冊式利用券
- ② コミュニティバス「みらい号」の冊式回数券



## 【国民健康保険】保険者証更新のお知らせ

問 伊奈庁舎国保年金課 ☎58・2111（内線4403）

毎年3月末は、保険者証の切り替え時期です

現在お使いの「国民健康保険被保険者証」の有効期限は、3月31日(日)までとなっています。新しい保険者証は、3月末までに加入者全員分をまとめて、世帯主様宛に郵送します(特定記録郵便)。お手元に届きましたら記載内容をご確認いただき、4月1日(日)からは新しい保険者証で受診してください。郵送を希望しないなど、保険者証を窓口で受け取りたい方は、国保年金課までご連絡ください。

4月から保険者証と高齢受給者証が1枚に

これまで、70歳～74歳の方には「保険者証」のほか、一部負担金の割合を記載した「高齢受給者証」を7月に送付していましたが、今回の保険者証更新(平成30年4月)からは、利便性の向上のため、保険者証に高齢受給者証の内容も記載した1枚のカードになります。70歳以上の方の一部負担金の負担割合は、毎年8月に切り替

① 申請方法② 都道府県公安委員会から発行された、運転免許の取消し通知書の写しまたは、運転経歴証明書の写し(有料)を添えて、自主返納してから6カ月以内に安心安全課へ申請してください。

【自主返納に関する問い合わせ】  
常総警察署 ☎0297・220110  
伊奈庁舎安心安全課 ☎58・2111（内線2503）

・現在、高齢受給者証をお持ちの方 ・昭和23年3月2日～4月1日生まれの方	3月に今年7月31日(火)までの「保険者証兼高齢受給者証」を送付します。その後7月に有効期限を更新した「保険者証兼高齢受給者証」を送付します。 ※7月31日(火)までに75歳になる方は、誕生日の前日が有効期限になります。
昭和23年4月2日～昭和24年7月1日生まれの方	3月に70歳の誕生月の月末(誕生日が月の初日である場合は誕生日の前日)までの保険者証を送付し、有効期限が切れる前に、有効期限を更新した「保険者証兼高齢受給者証」を送付します。
上記に該当しない方	来年の7月31日まで(1年4カ月)の保険者証を送付します。



手続き・申請

## 【追加受付】小規模工事等契約希望者登録制度

問 伊奈庁舎財政課 ☎ 58・2111 (内線2204)

この制度は、市内に主たる事業所を有する法人または住所を有する個人で、市競争入札参加資格審査の申請を行っていない方を対象とした登録制度です。市が発注する工事などのうち小規模な工事などの受注および施工を希望する方を登録し、積極的に業者選定の対象とすることにより、市内業者の受注機会の拡大を図り、市内経済の活性化に寄与することを目的としています。

※登録日は申請時期により異なりますのでお問い合わせください。

場合は申請不要です。

▼受付時期 随時受付

▼受付場所 伊奈庁舎財政課

▼登録期間 登録日から平成31年4月30日まで

▼送付先 〒3000・2395

つくばみらい市福田195

つくばみらい市財政課契約検査係



お知らせ

## 市長選挙および市議会議員補欠選挙

問 市選挙管理委員会(総務課内) ☎ 58・2111 (内線2103)

つくばみらい市長選挙およびつくばみらい市議会議員補欠選挙の期日は次のとおりです。

▼投票日 4月22日(日)

▼告示日 4月15日(日)

選挙の詳しいお知らせは、広報4月号でお伝えします。

なお、次の日程で立候補予定者の説明会などを開催します。



環境・くらし

## ごみカレンダーを配布しました

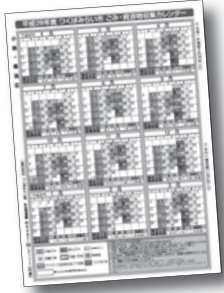
問 谷和原庁舎生活環境課 ☎ 58・2111 (内線3304)

3月号の広報紙と併せて「ごみ・資源物収集カレンダー」を各戸に配布しましたのでご確認ください。

4月から平成31年3月までのごみ収集はこのカレンダーにより行います。

万が一、紛失してしまった場合や、複数枚必要な場合は、市のホームページからダウンロードできます。

https://www.city.tsukubamirai.lg.jp/viewer/info.html?id=265



▼提出書類 小規模工事等契約希望者登録申請書(フォルダ・緑色)

※添付書類などの詳細については、市ホームページでご確認ください。

▼申請方法 郵送または持参

▼送付先 〒3000・2395

つくばみらい市福田195

つくばみらい市財政課契約検査係

【市長選挙立候補予定者説明会】

▼日時 3月26日(月) 午前10時

場所 伊奈庁舎2階会議室1・2

【市長選挙立候補の受付】

▼日時 4月15日(日) 午前8時

30分〜午後5時

場所 伊奈庁舎2階会議室1・2

【市議会議員補欠選挙立候補予定者説明会】

▼日時 3月26日(月) 午後2時

場所 伊奈庁舎2階会議室1・2

【市議会議員補欠選挙立候補の受付】

▼日時 4月15日(日) 午前8時

30分〜午後5時

場所 伊奈庁舎2階会議室1・2

## 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9回 講演会を開催しました

地域包括支援センターでは、平成29年度から新たに作り組んでいる、在宅医療・介護連携推進事業の一环として、12月6日に「住み慣れた地域で自分らしく生きる」を支える」というテーマで講演会を開催しました。

当日は、実際に在宅医療や介護保険サービスを利用しながら自宅で過ごし、ご家族が看取った方を事例として、主治医やケアマネジャーなどの専門職と家族が、実際にどのように連携し支援していったか、話し合っていたいただきました。

参加者からは「実際に介護されたご家族のお話を聞き、とても重みがあった」、「入院しなくても家で病院と同じ様なことができるということを知り、参考になった」などのご意見をいただきました。

在宅で療養しながらもさまざまな支援を受け生活するというのが、少しでもイメージできたのではないのでしょうか。

このような研修会は来年度も実施していく予定です。ぜひ、ご参加ください。



講演会の様子

■第2回みらいマラソン交通規制図



お知らせ

■**みらいマラソン開催に伴う交通規制**

問 教育委員会スポーツ推進室 ☎58・2111 (内線7307)

3月4日(日)に第2回みらいマラソンが開催されます。  
開催に伴い、次のとおり通行止めを行いますのでお知らせします。ご不便をおかけしますが、迂回にご理解とご協力をお願いいたします。

なお、大会当日は沿道での  
瀬間

○スタート時間：午前9時  
【通行止め箇所と時間】  
■都市軸道路  
○紫峰ヶ丘1丁目・公園前・成瀬間



- 法花坊・成瀬間
- ◆午前8時～正午(予定)
- 常総取手線
- 古川・豊体間
- ◆午前9時30分～正午(予定)

## 3月14日(水) Jアラート 全国一斉情報伝達訓練

地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、次のとおり情報伝達訓練を行います。この訓練は、全国瞬時警報システム(Jアラート)を用いた訓練で、つくばみらい市以外の地域でもさまざまな手段を用いて情報伝達訓練が行われます。

■日時：3月14日(水) 午前11時頃

【放送内容(参考)】

- ①♪上り4音チャイム
- ②「これは、Jアラートのテストです」×3回
- ③「こちらは、ぼうさい つくばみらいです」
- ④♪下り4音チャイム

◎Jアラートとは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、国から人工衛星など通じて瞬時にお伝えするシステムです。

問 伊奈庁舎安心安全課 ☎58 - 2111 (内線2506)



協定書を手にする張替会長(左)と片庭市長(右)

市ではこの4月から、空き家の有効活用や適正管理を推進するため「空き家バンク」制度を開始します。制度開始に先立ち、市では2月6日、公益社団法人茨城県空家バンク協会の張替武敏(はりかたけ たけとし)会長と、空家家の媒介に関する協定を結びました。

この制度は、空家家を売りたい・貸したい方が、空家家に関する情報を「空き家バンク」に登録し、空家家の利用を希望する方へ情報を提供する制度です。利用者は希望すれば、茨城県空家建物取引業協会に契約交渉の媒介を依頼することができます。

空家家バンク制度の詳しい内容については、広報4月号でお知らせします。



お知らせ

■**空き家媒介の協力で協定**

問 谷和原庁舎都市計画課 ☎58・2111 (内線5103)





募 集

## あなたの力を市政に活かしませんか

問 谷和原庁舎市民サポート課 ☎58・2111（内線3203）

### 市政に女性の参画を

市では、政策・方針決定の場への女性の参画を促進するため、さまざまな分野で活躍する女性の情報を登録いただき、活用する「女性人材登録制度」を行っています。

市政に興味・関心のある方、自分の経験や得意分野を活かしたい方、自薦・他薦問いませんので、この機会にぜひ、ご登録ください。

- ▼登録対象者＝次の事項のいずれにも該当する方が対象です。
- 満18歳以上の女性
- 市内に在住または勤務、もしくは市内の団体に所属する方
- 各種分野で豊富な知識、資格をお持ちの方や社会活動で活動実績を有する方



▼登録方法＝申請書に必要な事項を記入し、郵送または市民サポート課まで直接持参してください。なお、他薦の場合、登録者の了承が必要となります。また、申請書は、谷和原

庁舎市民サポート課に用意しているほか、市ホームページからダウンロードできます。



健康

### 【市民健康教室】脳梗塞を防ぐ生活習慣

問 健康増進課（保健福祉センター内）☎25・2100

#### 脳梗塞を予防する生活習慣を学ぶ

脳梗塞は脳の血管が細くなったり、血管に血栓（血のかたまり）が詰まったりして、脳に酸素や栄養が送られなくなることで脳の細胞が障害を受ける病気です。寝たきりの原因や死亡の要因にもなる脳梗塞を防ぐためには、日頃の予防がとても大切です。

市では、脳梗塞を予防する生活習慣について、きぬ医師会病院の柴田智行先生を講師にお迎えし、市民健康教室を開催します。ご自身またはご家族の健康のためにぜひ、ご参加ください。

▼活用方法＝登録していただいた方の情報は「女性人材登録名簿」および「女性人材登録台帳」に記載され、諸事業の推進に女性の参画を必要とする際や、市審議会などの委員を選挙する際に活用します。

▼テーマ＝「知って納得 今日から実践 脳梗塞を防ぐ生活習慣」

▼講師＝きぬ医師会病院脳神経外科診療科長・救急部長 柴田智行先生

▼日時＝3月19日（月）午後1時30分～3時30分

▼会場＝保健福祉センター 研修室兼会議室

▼定員＝50人（定員になり次第締め切り）

▼申込期限＝3月12日（月）

戸別回収の対象地区	
みらい平地区	陽光台・紫峰ヶ丘・富士見ヶ丘
小絹地区	細代・寺畑・小絹・筒戸・西ノ台・西ノ台南・絹の台・アミティ桜公園
小張・豊地区	小張・青木・長渡呂・弥柳
谷井田地区	上平柳・中平柳・下平柳・谷井田・山谷
板橋地区	板橋・狸穴・伊奈東・南太田・平和台
三島地区	山王新田・神住新田



環境・暮らし

## 生ごみの堆肥化事業に参加しよう

問 谷和原庁舎生活環境課 ☎58・2111（内線3304）

市では、家庭から排出される可燃ごみの減量化と再資源化を図るため、生ごみ堆肥化事業に参加していただける世帯を募集しています。

この事業は、皆さんご家庭から排出される生ごみを、専用の回収容器を使い、週2回戸別回収し、処理施設で堆肥化しています。

この事業に参加を希望する世帯の方は、対象地区をご確認の

上、生活環境課に電話でお申し込みください。ご不明な点があれば、お問い合わせてください。

#### 申し込み方法

左上の表にある対象地区は、戸別回収を開始していますので、随時申し込みを受け付けています。

#### 実施方法

- 回収容器（初回のみ）、生ごみ専用袋が常総環境センターから無料で配布されます。
- 回収容器に専用袋をセットして生ごみを入れます。
- 回収は週2回です。回収日の午前8時30分までに、回収容器を自宅前に出してください。
- ※生ごみを通常の家庭ごみとして出す場合は、市指定の可燃ごみ袋で、指定日に集積所に出してください。

#### 堆肥の提供

○堆肥化事業に参加している世帯が対象です。申し込みにより無料で提供されます（1世帯につき年1回5キ）。

○申込者が直接、堆肥化施設（守谷市野木崎）へ取りに行ってください。



募集

## 無農薬コシヒカリのオーナーになろう

問 谷和原庁舎産業経済課 ☎58・2111 (内線3104)

市内で田んぼアートなどを主催しているNPO法人「古瀬の自然と文化を守る会(古瀬の会)」では、20年以上前から無農薬コシヒカリの栽培に取り組んでおり、東京都内の消費者から大変好評を得ています。

そこで古瀬の会では、地元の方にもぜひ味わってもらいたいと、平成30年度産米について、市内在住者のオーナーを募集します。この機会に、地元でとれる貴重な無農薬コシヒカ리를味わってみませんか。



古瀬の会が手掛ける「田んぼアート」

では多くの時間が必要になりますが、このオーナー制度ではそのような手間はすべて農家の方が行います。

市内在住・在勤の方であればどなたでも申し込み可能です。お気軽にお問い合わせください。



## 富士見ヶ丘小学校見学会を開催します

お知らせ 問 教育委員会学校教育課 ☎58・2111 (内線7101)

富士見ヶ丘小学校が完成しました

市では、より良い教育環境の充実を図るため、みらい平地区2校目となる小学校の建設を進めており、このたび富士見ヶ丘小学校が完成しました。

完成に伴い校舎・屋内運動場及び児童クラブの見学会を開催します。この機会にぜひ、ご覧ください。

▼日時 3月18日(日) 午前10時～正午

▼会場 富士見ヶ丘小学校(富士見ヶ丘2-18-1)

▼申し込み 不要。当日、来場者名のご記入をお願いします。



完成した富士見ヶ丘小学校

▼申込期間 3月1日(休)～4月27日(金)

▼募集口数 限定15口(先着順)

▼料金(1口) 1万8千円(無農薬コシヒカリ新米30kg)

※収穫祭などの農業イベントにご家族、ご友人と一緒に参加できます。

【申し込み・問い合わせ】

NPO法人古瀬の自然と文化を守る会 小菅 ☎090・3316・0539

☎58・2111 (内線7101)

【注意事項】

○駐車場に限りがあります。できる限り徒歩または自転車でお越しください。

○上履きまたはスリッパを持参してください。



募集

## 「市民ウォークDAY」伊能忠敬ゆかりの地を歩く

問 スポーツ推進室 ☎58・2111 (内線7309)

今回は、当市と友好都市協定を締結した千葉県香取市を歩きます。伊能忠敬と間宮林蔵、2人の偉人の交流に思いを馳せ、歴史を学びながら健康的に歩きましょうか?

▼日時 3月25日(日) 午前7時30分集合・受付、午前8時出発、午後3時30分解散予定

※雨天時は中止。

▼参加資格 市内在住・在勤で健康な方(小学生以上)

▼集合場所 伊奈庁舎教育棟前

▼コース(予定) 千葉県香取市「水の郷さわら・道の駅」から江戸の風情が残る小野川沿いを歩く約4kmのコース。

▼定員 100人(応募多数の場合は抽選)

▼参加費 500円(当日徴収)

▼申し込み方法 郵送または窓口

◎郵送申込: 往復はがきに住所・氏名・連絡先を記入の上、投函してください。グループの場合

は代表者の住所と連絡先・参加者全員の氏名を記入してください。1組最大4人まで。お子さんのみの参加は不可。往復はがき以外での申し込みや記入漏れがあるものは無効です。

※3月9日(金)消印まで有効。

◎窓口申込: 官製はがきに必要事項を記入の上、スポーツ推進室まで申し込んでください。

※申し込み期間 3月1日(休)～9日(金) 午前9時～午後4時(土、日を除く)

### 郵便往復はがきの記載例

62円 (往復)	3000-2395	何も記入しないでください。 返信時に市で詳細を記入します。
つくばみらい市福田195 生涯学習課 スポーツ推進室 行		
《往信: 表》		《返信: 裏》

62円 (往復)	□□□□-□□□□	申請者 住所 氏名 電話番号 (複数で申し込む場合は 全員分を記入)
申し込む方の 郵便番号 住所 氏名 (複数で申し込む場合は 代表者の宛先を記入)		
《返信: 表》		《往信: 裏》



子育て

## 「はぐはぐ教室」参加者を募集

健康増進課（保健福祉センター内） ☎25・2100

市では、生後1カ月からの赤ちゃんがいる方を対象に、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。

赤ちゃんを毎日過ごす中で「ほかの人は赤ちゃんにどんな風に話しかけているのかな？」「赤ちゃんと遊ぶにはどうしたらいいの？」と思うことはありませんか？

はぐはぐ教室に参加して、遊

び方や、近所のお友達を見つけましょう。

▼対象者 生後1カ月～6カ月の  
お父さんと保護者で、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 3月19日(月)～4月  
13日(金) 午前8時30分～午後  
5時15分(土、日、祝日を除く)

▼定員 20人(定員になり次第



募集

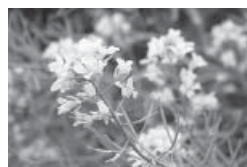
## 菜の花新芽摘みを体験しよう

問 谷和原庁舎産業経済課 ☎58・2111 (内線3105)

つくばみらい市菜の花米研究会

会では、水を入れる前の田んぼに菜の花を咲かせ、咲いた菜の花を緑肥としてすきこむ事で農薬の使用量を通常より70%減少させるなど、こだわりのお米をつくっています。

このお米は「菜菜ちゃん」として市認証特産品「みらいプレミアム」にも認証されています。



研究会では「菜菜ちゃん」を身近に感じてもらうため、菜の花の新芽摘み体験を開催し

締め切り)

▼申し込み方法 健康増進課窓口  
または電話でお申込みください。



はぐはぐ教室の様子

ます。

体験会では菜の花の新芽を使った料理も紹介します。で、お気軽にご参加ください。

▼開催日時 3月24日(土) 午前  
11時～

▼申込期間 3月1日(木)～15日(木)  
午前9時～午後5時(土、日  
を除く)

▼開催場所 つくばみらい市西  
丸山地区「菜菜ちゃん」作付  
圃場

※申し込みいただいた方にあら  
ためて詳細をご案内します。

▼参加料 無料

▼申し込み 産業経済課までお  
申し込みください。

## くらしのQ&A

### 賃貸アパートの退去

Q

賃貸アパートの契約を更新せず退去しようと  
考えていますが、注意することはありますか。

(30代・男性)

A

賃貸アパートを退去する前  
に、必ず契約書を確認して  
ください。借主は、契約書  
に定められた日(一般には解約日の1  
カ月前が多い)までに、解約して退去  
することを貸主に通知する必要があり  
ます。通知をしないと、不足する通知  
期間の賃料を請求されることがありま  
す。解約を通知した後では、貸主の同  
意がないと契約を元に戻すことはでき  
ませんので注意が必要です。

### 退去前に契約書・ガイドラインを確認

また、借主には、賃貸アパートの退去  
時に原状回復義務があります。不注意で  
付けてしまった傷や汚れは、修復しなけ  
ればなりません。反対に、経年劣化での  
傷や汚れはそのままよいとされています  
。実際は、貸主が工事業者を手配して  
修復しますので、借主が預けた敷金から  
原状回復費用が差し引かれて返金されま  
す。もし不足分の費用があれば、請求さ  
れることとなります。

退去時のトラブルについて、国土交  
通省が「原状回復をめぐるトラブルと  
ガイドライン」で、貸主・借主の負担  
割合や範囲などの考え方を公表してい  
ます。トラブルに備えて事前に確認し  
ておくとよいでしょう。

消費生活センターイメージ  
キャラクター『まみりん』



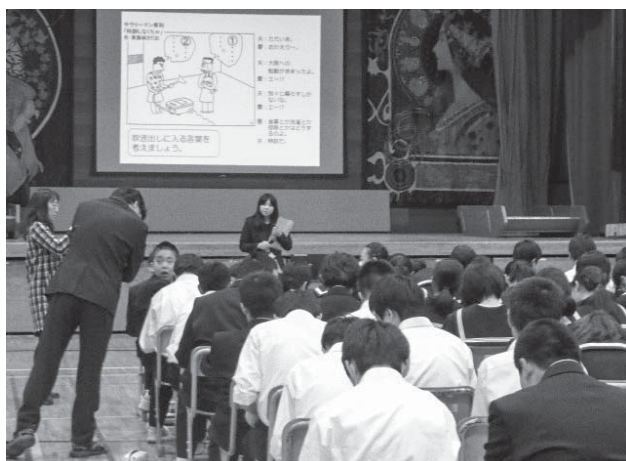
問 市消費生活センター  
(谷和原庁舎1階) ☎25  
3288

# 広めよう 自分らしく豊かにくらす 男女共同参画社会

(平成 29 年度標語募集 中学生の部最優秀作品 小島 茉莉さんの作品)

問 谷和原庁舎市民サポート課 ☎ 58 - 2111 (内線3203)

市では、男らしさ女らしさではなく、誰もが自分らしく個性と能力を生かしながら、意欲に応じてあらゆる分野で夢や希望を実現して活躍できる「男女共同参画社会」づくりに向けて、さまざまな取り組みを行っています。今回は、今年度実施した主な事業をご紹介します。



## ■中学生出前講座を実施

若いうちから男女共同参画の必要性を正しく理解し、意識をもって行動してもらうことが大切であることから、中学 1 年生を対象に、出前講座を実施し、家庭や職業、自分らしさなど、身近な話題を事例に説明を行いました。

講座後に実施したアンケートでは、「他の人の考えなどに無理にあわせようとせず、いつも自分らしさを忘れないようにしようと思った」「大切なのは、男女ではなく、その人の個性であって、それを尊重しようと思った」などの声がありました。



## ■市男女共同参画推進委員会から意見書を提出

つくばみらい市男女共同参画推進委員会は、本市における男女共同参画社会の実現を目指し、男女共同参画の推進に関する総合的な施策及び重要事項について調査・審議しています。

市が策定した計画に基づく平成 28 年度の各事業の実施報告を受け、委員会からは、男女共同参画に関する意識の啓発につながるような情報の提供や、性的マイノリティへの理解促進などについての意見がまとめられ、市に意見書が提出されました。市では、この意見書をもとに、より一層の男女共同参画の推進に取り組んでいきます。



## ■父と子の料理教室

市内にある相撲部屋「立浪部屋」協力のもと、「どすこい！クッキング！～パパといっしょにクッキング～」を開催。父親の子育て参画を促進するとともに、ワークライフバランス(仕事と生活の調和)について考えるきっかけづくりとなりました。



## ■啓発キャンペーン

12月2日に開催された健康フェスタに合わせ、男女共同参画社会の実現に向けて理解と協力を呼びかけるため、啓発キャンペーンを実施しました。

当日は市男女共同参画推進委員が、来場者に、市男女共同参画推進条例リーフレットなどの啓発品を配布しました。



入選者の皆さん

## ■男女共同参画標語を決定

親しみやすいイメージがもてる作品を募集したところ、多くの応募があり、審査の結果、今年度の最優秀・優秀作品を決定しました。

中学生の部で最優秀賞に選ばれた小島<sup>こじま</sup>栞<sup>しおり</sup>さんは「最優秀賞受賞には驚いた。今後も男女共同参画社会をもっと広めていきたい」と笑顔で話してくれました。また、高校生・一般の部で最優秀賞に選ばれた栗原<sup>くりはら</sup>萌恵<sup>もえ</sup>香<sup>か</sup>さんは「受賞できてうれしい。これからの社会がこの標語のようになってくれたら」と期待を込めて話してくれました。

なお、今年度の応募総数は686点でした。たくさんのご応募ありがとうございました。

## ■高校生・一般の部（敬称略）

**最優秀賞** 「個性を尊重し、男女がともに協力し合う社会へ」  
栗原<sup>くりはら</sup> 萌恵<sup>もえ</sup> 香<sup>か</sup> （伊奈高等学校1年）

**優秀賞** 「男女共に 個性を生かせる社会にしていこう！」  
鈴木<sup>すずき</sup> 優洋<sup>まさひろ</sup> （伊奈高等学校3年）

## ■中学生の部（敬称略）

**最優秀賞** 「広めよう 自分らしく 豊かにくらす 男女共同参画社会」  
小島<sup>こじま</sup> 栞<sup>しおり</sup> （伊奈中学校1年）

「男女共に 尊重し合い ひとりひとり 豊かな人生を」  
榎野<sup>えの</sup> 実桜<sup>みお</sup> （伊奈東中学校1年）

**優秀賞** 「男女共同参画社会で なくそう男女の差別」  
名越<sup>なごや</sup> 泰志<sup>たいし</sup> （谷和原中学校1年）

「一人一人の個性を生かす男女共同参画社会」  
大津<sup>おおつ</sup> 颯太<sup>そうた</sup> （小絹中学校1年）

問 谷和原庁舎生活環境課 ☎ 58 - 2111 (内線 3304)

## A 電話予約して戸別に収集してもらう方法 (粗大ごみ収集券の購入・利用)

- ① 予約日を確認し、生活環境課へ電話予約する
- ・予約日は、お住まいの地区により異なります。
  - ・予約日は収集日前週の月曜日～水曜日で、祝日などにより変更もあります。詳しくはごみ・資源物収集カレンダー、ホームページでご確認ください。

◎ 受付専用電話番号 ☎ 52 - 3152  
※ 1回の収集日につき 8 点まで。収集は粗大ごみに限る。

- ② 「つくばみらい市粗大ごみ収集券」を取扱店で購入する
- 粗大ごみ収集券は、粗大ごみ 1 点につき 1 枚必要です (1 枚 500 円)。  
※ 払い戻し、交換、再発行はできません。  
※ 粗大ごみ収集券の取扱店は、下記の粗大ごみ収集券取扱店一覧をご確認ください。

- ③ 収集日に粗大ごみを出す
- 収集券に氏名と受付番号を記入の上、粗大ごみに貼付し午前 8 時までに出してください。
- ごみを出す場所
- ◎ 戸建て住宅の方…家の出入口付近 (敷地内) に出してください。ごみの集積所に粗大ごみを置かないでください。
  - ◎ アパート・マンションの方…備え付けられた集積所または予約時に指定された場所へ出してください。
- 留意事項
- ※ 道路、歩道上は通行の妨げになりますので、粗大ごみを置かないでください。
  - ※ 粗大ごみの収集は市の委託業者が行います。
  - ※ 本人の立ち会いは不要です。雨天でも収集を行います。

粗大ごみの出し方は図 A、B の 2 通りあり、ごみの出せる日や掛かる費用などが異なりますので、ご注意ください。

まだ使えるものは、必要な方に譲ったり、リサイクルショップに持ち込むなど、再利用によるごみの減量化にご協力をお願いします。

## B 個人で常総環境センターへ直接搬入 (有料) する方法 (常総環境センターでの現金払いとなります)

- ① 搬入するごみを車に積み、生活環境課へ
- ※ 生活環境課 (谷和原庁舎) で申請が必要です。認印をご持参ください。

- ② 窓口で家庭廃棄物搬入許可申請書に必要事項を記入する
- 市の担当者が、搬入する粗大ごみなどの分別状況を確認し、許可証を発行します。
- ※ 市役所での受け付けは開庁時間のみとなります。  
※ ごみ・資源物の分別は「家庭ごみ分別の手引き」をご参照ください。  
※ 市役所伊奈庁舎での手続きはできません。

- ③ 市発行の許可証を持って常総環境センターへ
- ご自身で粗大ごみなどを搬入してください。常総環境センターでは、現金払いの有料処理となります。
- 常総環境センター
- ◎ 家庭系一般廃棄物…143 円 (税抜き) / 10kg あたり
  - ◎ 受付時間…午前 9 時～午後 4 時 (土・日・祝日を除く)
  - ◎ 所在地…守谷市野木崎 4605 番地 / ☎ 0297 - 48 - 2314

A の注意事項…次の場合は粗大ごみを収集できません。

- ・粗大ごみに収集券が貼られていないもの
  - ・粗大ごみ収集券に氏名、受付番号の記載がないもの
  - ・事前予約がないもの
- 予約日以外の受付、追加、変更はできません。

### ■ 粗大ごみ収集券取扱店一覧 (平成 30 年 2 月 1 日現在)

地区名	取扱店名	地区名	取扱店名
小張	田中商店	谷原	セブンイレブンつくばみらい古川店 (併)小目橋商事 (併)川口商事
豊	中村薬局 セブンイレブンつくばみらい青木店 ファミリーマートフレストつくばみらい豊体店	小絹	読売センターつくばみらい 鈴木商店(併)ホットリビング ドラッグストアクラモチ谷和原店 セブンイレブン谷和原インター店 ローソン谷和原小絹店 タカナシ洋品店 丸隆ストア
谷井田	読売センター伊奈 セブンイレブンつくばみらい谷井田店 ウエルシアつくばみらい伊奈店 カスミ谷井田店	絹の台	セブンイレブン谷和原絹の台 2 丁目店
東	セブンイレブン茨城伊奈城中店	陽光台	カスミみらい平駅前店 ウエルシアみらい平駅前店 セブンイレブンみらい平駅前店 セブンイレブンつくばみらい陽光台店 ファミリーマートフレストつくばみらい陽光台店
板橋	ビッグドラッグ板橋店 ファミリーマートつくばみらい高岡店 セブンイレブンつくばみらい板橋店 セブンイレブンつくばみらい東板橋店 フューチャーナカヤマ 読売センターみらい平	守谷市	セブンイレブン守谷松並店 ローソン守谷松並庚塚店
福岡	ミニストップ谷和原福岡店 手代木屋菓子店 福岡運輸(株)		

# 人事行政の運営状況

## (平成28年度)

人事行政の公平性と透明性を高めるため、市では職員の任免や給与・勤務条件などの人事行政の運営状況を公表します。

なお、詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 伊奈庁舎総務課 ☎ 58 - 2111 (内線2101)

### 任免および職員数の状況

#### ①職種別職員数 (人)

職 種	H28年度		H29年度	
	職員数	退職者数	職員数	採用者数
行政職	336	9	339	12
技能労務職	8	0	8	0
合 計	344	9	347	12

※採用者に再任用職員などを含む。

#### ②任命権者別職員数 (人)

任命権者	H28年度	増 減	H29年度
	職員数		職員数
市 長	270	0	270
議 長	4	0	4
教育委員会	66	2	68
農業委員会	4	1	5
合 計	344	3	347

#### ③職種別応募採用状況 (人)

職 種	募集人数	応募人数	受験者数	合格者数	採用者数
事 務 職	8人程度	135	120	10	10

※事務職とは、事務・保育士・幼稚園教諭を含む。

### 給与の状況

#### ①給与支給総額 (平成28年度決算額) (千円)

職員数	給料・手当	期末勤勉手当	合 計	給与/人
344	1,480,987	495,098	1,976,085	5,745

#### ②初任給、平均年齢、平均給料月額 (平成29年1月1日現在)

職 種	初 任 給	平均年齢	平均給料月額
行政職	大卒 178,200円	39.5歳	302,059円
	短大卒 158,800円		
	高卒 146,100円		
技能労務職	高卒 143,500円	52.5歳	303,225円
	中卒 135,500円		

#### 【過去3年間のラスパイレース指数】

ラスパイレース指数とは、国の平均給料月額を100とした場合の地方公共団体の給料水準を示したものです。

平成26年度	平成27年度	平成28年度
98.7	97.8	97.7

#### ③職員手当

H28	6月期…期末手当1.225月分	勤勉手当0.8月分
期末・勤勉	12月期…期末手当1.375月分	勤勉手当0.9月分
地域手当	6%	
管理職手当	部長	課長補佐
	75,000円	35,000円
扶養手当	参事	課長
	60,000円	50,000円
扶養手当	配偶者…13,000円/月	子・親など…6,500円/月

※そのほかに、住居手当、通勤手当、時間外手当などがあります。

#### ④特別職の報酬など (円)

区 分	給 料・報 酬 月 額	期 末 手 当
市 長	741,000	6月期…1.500月分
副市長	578,000	
教育長	540,000	
議 長	392,000	12月期…1.750月分
副議長	352,000	
議 員	331,000	
		計3.25月分

### 勤務時間その他の勤務条件の状況

#### ①標準的な勤務時間

8時30分から17時15分 (12時から13時は休憩時間)

#### ②休暇

年次休暇 (1年で20日付与)、療養休暇、特別休暇、介護休暇などがあります。

### 分限処分および懲戒処分の状況

分限処分…1件 懲戒処分…1件

### サービスの状況

#### ①職務に専念する義務の免除の状況 (件)

事 由	件 数
講習会などの参加	12
福利厚生事業	130

#### ②営利企業などの従事許可の状況 (件)

事 由	件 数
不動産等賃貸借	8
農業	21
統計等調査員	0
行政協力員など	5

### 研修の状況

#### 主な研修の状況 (人)

研 修 名	対 象 者	人 数	研 修 内 容
管理監督者研修	管理監督職員	327	人事評価・議会答弁研修 他
庁舎内特別研修	全職員	182	接遇・コミュニケーション 他
階層別研修	該当職員	128	新採・職員1～3部 他
県自治研修	指定職員	35	政策法務・クレーム対応 能力向上・法制執務 他

### 勤務成績の評定の状況

全職員を対象とした人事評価制度を実施しています。

#### ①評価制度の仕組み

- ・評定期間…4月1日から3月31日
- ・評価基準日…1月1日
- ・評価者…1次、2次、調整者による複数評価
- ・評価尺度…S、A、B+、B、C、Dによる6段階評価
- ・面談…1次評価者により年4回実施 (期首・中間・期末・F B)

#### ②評価項目

- ・業績評価、態度評価、能力評価

### 福祉および利益の保護の状況

#### ①職員の福利 (人)

事 業	実施項目	実施人数
各種健康診断の実施	定期健康診断	185
	人間ドック	146
	がん検診	113
メンタルヘルスサポート事業	メールによる相談	

#### ②職員互助会の会員数など (平成28年4月1日現在)

項 目	内 容	
会 員 数	347人※職員数に特別職を含む	
歳入予算額	3,348千円	
内 訳	職員掛金	1,885千円
	繰越金	1,463千円
	諸収入	0千円

給料月額×0.15%×12カ月=掛金/人  
※諸収入は預金利子などです。市からの補助金はありませぬ。



## 空高く舞う、手作り凧

第12回市たこあげ大会を開催

市たこあげ大会が1月21日、谷和原中学校のグラウンドで開催されました。この日は風が弱く、思うように揚がらない凧が多い中、カラフルな絵が描かれた自作の凧を手に、元気に走り回る子どもたちの姿が見られました。会場には「古瀬の自然と文化を守る会」の皆さんによる昔遊びブースの出展や、市食生活改善推進員の皆さんによる「みらい鍋」がふるまわれ、大会を盛り上げました。



来訪したアイデンティみらいの皆さん

## アイデンティみらい、関東2部昇格

選手の皆さんが片庭市長を表敬訪問

小張を本拠地とするサッカークラブ「アイデンティみらい」が今年から関東社会人2部リーグへ参戦します。同クラブは2017年の県1部リーグで初優勝した後、関東社会人サッカー大会でも優勝。さらに、上位リーグへの昇格を賭けた入れ替え戦に見事勝利を収め、関東2部リーグへの昇格を決めました。吉葉暉選手は「応援してくれる人も増えてきた。昇格という結果を出したい」と新シーズンへの意気込みを語ってくれました。

## 鍛錬の成果競い合う

市長杯剣道大会・社会人剣道交流大会

市長杯剣道大会・社会人剣道交流大会が12月17日、総合運動公園研修道場で開催されました。結果は次のとおりです。

■市長杯剣道大会：小学生未装着の部・優勝 武田暁太郎  
／小学生低学年の部・優勝 飯塚彩弥／小学生高学年の部・優勝 武藤健起／中学生男子の部・優勝 石川歩夢／中学生女子の部・優勝 細川彩蘭／高校生男子の部・優勝 太田垣友馬／高校生女子の部・優勝 武笠真衣

■社会人剣道交流大会：第一部・優勝 小室晃／第二部・優勝 北泉順也

【敬称略】



## レクリエーションや工作で交流

「冬の合同学習会」をきらくやまで開催

市内の特別支援学級に通う児童生徒が交流する「冬の合同学習会」が2月14日、きらくやまふれあいの丘世代ふれあいの館で開催されました。参加した子どもたちは、レクリエーションや工作体験を通じ楽しく交流。「著作りのカンナがけが楽しかった」、「本棚が上手につくれた。家で使いたい」とできたばかりの作品を手に笑顔を見せられました。



# 秋の叙勲・褒章・ 危険業務従事者叙勲



瑞宝双光章 【建設行政事務功労】

ながおか まさとし  
長岡 正利 氏（陽光台）70 歳

■元 国土地理院測図部長

長岡氏は昭和 46 年に建設省（測量・地図の「国土地理院」）に入省され、その後、環境庁や建設省河川局への出向を経て、51 歳で勲奨退職されるまで、国における建設行政に貢献されました。その後は民間企業での勤務のかたわら、地図・測量の普及啓蒙に尽力されました。

【受章者の声】このたび、はからずも叙勲の栄に浴しましたところ、片庭市長様をはじめ、関係の皆様から丁寧なご祝意を賜りましたこと、篤く御礼申し上げます。当日は皇居にて天皇陛下に拝謁を賜りましたが、この栄誉もひとえに皆様のご支援の賜と感謝申し上げる次第であります。

永年にわたる職務に対する功労や社会貢献をたたえる秋の叙勲、社会の各分野における優れた行いや業績をたたえる褒章、永年にわたって危険性の高い公務に携わり、社会に貢献された功績をたたえる危険業務従事者叙勲の受章者をご紹介します。

市内からは、瑞宝双光章に長岡正利氏、横瀬允泰氏、海老原邦雄氏、瑞宝単光章に山口善男氏と酒井一男氏がそれぞれ受章されました。

今回の受章をお祝い申し上げますとともに、ますますのご活躍をお祈りいたします。



瑞宝双光章 【消防功労】

えびはら くにお  
海老原 邦雄 氏（紫峰ヶ丘）65 歳

■元 東京消防庁消防正監

海老原氏は、昭和 46 年に東京消防庁に入庁され、杉並消防署に配属。その後、金町消防署・警防課長や東京消防庁・消防団課長を歴任され、杉並消防署長として退職されるまで永きにわたり、地域住民の生命と安全を守るためその職責を全うされました。海老原氏は在職中、消防組織の充実強化や、消防団制度の改善などにも取り組まれました。

【受章者の声】はからずも瑞宝双光章受章の栄に浴し、大変光栄に思っております。多くの方から賜った数々のご指導ご協力と家族の支援のおかげと心から感謝申し上げます。今後とも地域へのご恩返しのため、わずかなりとも努めてまいります。



瑞宝双光章 【警察功労】

よこせ まさやす  
横瀬 允泰 氏（陽光台）71 歳

■元 警視庁警部

横瀬氏は、昭和 39 年に警視庁巡査を拝命され、昭和 40 年に万世橋警察署に配属。その後、小岩警察署、亀有警察署、西新井警察署などを経て平成 18 年に退職されるまで永きにわたり、地域住民の暮らしを守るためその職責を全うされました。横瀬氏は在職中、犯罪の防止や交通事故予防などに取り組まれ、安全・安心なまちづくりに寄与されました。

【受章者の声】このたびは叙勲の栄誉を賜り大変光栄に思っております。これもひとえに職場の先輩同僚をはじめ、家族や地域の皆様のご指導ご協力のおかげと深く感謝しております。今後は健康に留意し、日々大切に過ごしてまいります。



瑞宝単光章 【警察功労】

やまぐち よしお  
山口 善男 氏（狸穴）71 歳

■元 警視庁警部補

山口氏は、昭和 39 年に警視庁巡査を拝命し、昭和 40 年に第一機動隊に配属。その後、大森警察署、千住警察署、葛飾警察署、下谷警察署を経て、戸塚警察署を最後に退職されるまで 40 年の永きにわたり、住民の生命と地域の安全を守るため、その職責を全うされました。

【受章者の声】叙勲の栄誉を賜り大変光栄に思っております。これも多くの関係者の皆様のおかげと感謝しております。また、私を支えてくれた家族にも感謝しております。今後は健康に留意し、日々を家族と大切に過ごしてまいります。



瑞宝単光章 【消防功労】

さかい かずお  
酒井 一男 氏（城中）65 歳

■元 つくばみらい市消防団副団長

酒井氏は、昭和 59 年に当時の伊奈村消防団に入団。以降、32 年間の永きにわたり、地域住民の安心安全な暮らしを守るため尽力されました。平成 16 年に長男の昌宏さんが市消防団に入団してからの 12 年間は、親子で消防団活動に従事されるなど、地域防災に深く関わり、多大な貢献をされました。

【受章者の声】このたびは叙勲の栄誉を賜り大変光栄に思っております。これもひとえに多くの関係者の皆様のおかげであると心より感謝しております。今後この栄誉に恥じることのないよう生きていきたいと思っております。



## 子どもの発達と感覚統合 研修会を開催します

今回のテーマは“感覚統合”です。感覚統合とは、脳に入ってくるいろいろな感覚をうまく整理したりまとめたりすることで、発達が気になる子へのリハビリテーションの一つとして注目されています。この感覚統合について、市健康増進課協力のもと、研修会を開催しますので、皆さんのご参加をお待ちしております。

- ▶日時：3月13日(火) 午前10時～正午
- ▶場所：保健福祉センター研修室兼会議室
- ▶定員：40人（先着順）
- ▶内容：子どもの発達と感覚統合
- ▶講師：茨城西南医療センター病院 作業療法士 根本浩則氏

☎ 社会福祉協議会支所ボランティア市民活動センター ☎ 25 - 2101



お知らせ

## 「いばらき企業説明会 2018」開催のお知らせ

茨城労働局と茨城県は、平成31年3月に大学などを卒業見込みの方および3年以内の既卒者を対象に企業説明会を開催します。事前申し込みは不要です。お気軽にお越しください。

### 【土浦会場】

- ▶日時：3月19日(月) 午後1時～3時30分（参加企業：40社）
- ▶場所：ホテルマロウド筑波（土浦市城北町2 - 24）

### 【水戸会場】

- ▶日時：3月26日(月) 午後1時～3時30分（参加企業63社）
- ▶場所：ホテルレイクビュー水戸（水戸市宮町1 - 6 - 1）

☎ 茨城労働局職業安定課 ☎ 029 - 224 - 6218 または各ハローワークまで



募集

## シニア世代のための 合気道体験教室

初心者でも簡単に楽しく始めることができる教室です。合気道を通して、いつまでも健康でいきいきと生活することを目指しています。ちょっと身体を動かしたい方、新年度に何か始めたいと思っている方、男女問わず参加してください。

- ▶日時：4月6日・13日・20日・27日、5月11日 午後6時～7時
- ※すべて金曜日。全5回コース。5回セットでの体験となります。

- ▶場所：総合運動公園体育館2階武道場
- ▶応募資格：市内在住・在勤者で50歳～60歳代の男女

- ▶参加費：300円（全5回分）
- ▶持ち物：運動のできる服装
- ▶申込期限：3月23日(金)

☎ 市体育協会合気道部 山本 ☎ 090 - 8808 - 5758



お知らせ

## 森林湖沼環境税を 4年間延長します

茨城県では、県民共有の財産である森林や湖沼・河川を良好な状態で次世代に引き継ぐため、平成29年度までを課税期間とする森林湖沼環境税を導入し、保全・整備に取り組んでまいりました。今後さらなる森林の整備や水質の改善を図るため、課税期間を平成33年度まで4年間延長し、取り組みを推進してまいりますので、県民の皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

- ◎納税者：県内に住所・事務所などがある個人・法人
- ◎税率：個人…1,000円/年

☎ 茨城県総務部税務課 ☎ 029 - 301 - 2418

# 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。



学び

## 健幸年齢のための スマートな生き方講座

健幸華齢とは、「身体の健康だけでなく、幸せ（こころ豊か）に、そして仲間との交流を楽しみながら齢を重ねる」という意味が込められています。健幸華齢の実現に向けてスマートな生き方・老い方を食事や運動、医療の面から解説していただきます。また、講演の中では、「スマートエクササイズ～健幸華齢に向けて今やっておくべきエクササイズ～」を紹介していただき皆さんに体験していただきます。講演者は筑波大学教授の田中喜代次氏、実技指導は(株)T H Fのおおつきなみ氏です。

- ▶日時：3月31日(土) 午前10時～正午（受付：午前9時30分～10時）
- 場所：総合運動公園体育館
- ▶対象：どなたでも自由に参加できます。
- ▶参加費：無料
- ▶定員：300人（先着順）
- ▶その他：動きやすい服装で、室内履き・タオル・飲み物などをご持参ください。
- ▶主催：スポーツクラブみらい
- ☎ スポーツクラブみらい ☎ 58 - 4566（平日午前10時～午後5時）



## 農業委員会 各種申請

手続き・申請

3月の農地法に基づく許可申請の受け付け期間は次のとおりです。

▶受付期間：3月22日(木)～26日(月)

※定例総会は4月10日(火)の予定です。

☎ 農業委員会事務局 ☎ 58 - 2111 (内線 6300 ~ 6302)



## 市立幼稚園教諭募集

募集

▶募集職種と人数：クラス担任(嘱託) … 1人/クラス担任(臨時) … 3人/クラス担任補助(嘱託) … 5人

▶雇用期間：4月1日から1年間

▶賃金(時給)：クラス担任…1200円/クラス担任補助…930円

▶勤務時間：クラス担任(嘱託) … 7時間/クラス担任(臨時) … 7時間45分/クラス担任補助(嘱託) … 5時間  
詳しくはお問い合わせください。

☎ 教育委員会学校教育課 ☎ 58 - 2111 (内線 7106)



## 特別支援教育支援員募集

募集

▶募集職種と人数：特別支援教育支援員(嘱託) … 2人

▶仕事内容：児童・生徒への介助や学習活動上のサポート

▶雇用期間：4月1日から1年間

▶賃金(時給)：890円

▶勤務時間：午前8時30分～午後4時までの4時間勤務

詳しくはお問い合わせください。

☎ 教育委員会学校教育課 ☎ 58 - 2111 (内線 7106)



安心・防災

## 春季全国火災予防運動

### 『火の用心 ことばを形に 習慣に』

3月1日(木)～7日(水)までの7日間、平成30年春季全国火災予防運動が実施されます。

この運動は、火災が発生しやすい時期を迎えるにあたり、火災予防の意識を高め、火災の発生を予防し、生命・財産を守ることを目的としています。

### 住宅防火

～いのちを守る7つのポイント～

#### 【3つの習慣】

○寝たばこは絶対やめる

○ストーブは燃えやすいものから離れた位置で使用する

○ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す

#### 【4つの対策】

○逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する

○寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する

○火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する

○お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる

※消防法によりすべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務化されました。「逃げ遅れ」をなくすためにも設置しましょう。また、職員を名乗った「かたり商法」には十分注意してください。

☎ つくばみらい消防署 ☎ 58 - 0111 / 谷和原出張所 ☎ 25 - 3119 / 東部出張所 ☎ 52 - 1190



相談

## 税理士による 無料税務相談

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：4月3日(火)・11日(水)・18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) ※予約受付時間は、平日の午前10時～午後2時(祝日を除く)です。

☎ 関東信越税理士会土浦支部 ☎ 029 - 824 - 5055



相談

## 常陽銀行 年金相談

常陽銀行年金相談コーナーでは、常陽銀行顧問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：3月19日(月)、4月5日(木) 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



相談

## 谷和原郵便局 年金相談

谷和原郵便局では、毎月無料の年金相談会を実施しています。

▶予約方法：事前に電話で申し込み

▶日時：3月18日(日) 午前9時～午後4時

▶場所：谷和原郵便局

※年金請求書の作成、届出代行などの社会保険労務士の業務は行っていません。

※郵便局は、ゆうちょ銀行の商品・サービスを取り扱う銀行代理業者です。

☎ 谷和原郵便局 ☎ 52 - 2001



## 広報つくばみらいに 広告を掲載しませんか？

広報紙は市内の約 19,000 世帯に配布しています。事業やイベントなどの PR にご利用ください。

- ▶ 募集する掲載月：5月号～10月号
- ▶ 受け付け：随時。定数になり次第締め切り。
- ▶ 申し込み：掲載希望月の1カ月前までを目安に、申込書に必要事項を記入し、広告デザインを添えて政策秘書課までお申し込みください。詳しくは政策秘書課までお問い合わせください。

広告料	<input checked="" type="checkbox"/> 半枠 10,000 円/月 <input type="checkbox"/> 全枠 20,000 円/月
規格	<input checked="" type="checkbox"/> 半枠 縦 45mm×横 89mm <input type="checkbox"/> 全枠 縦 45mm×横 182mm ※刷り色は黒1色

☎ 伊奈庁舎政策秘書課 ☎ 58 - 2111 (内線 1105)



## かすみがうらマラソン ランナーズヴィレッジ

かすみがうらマラソン兼国際盲人マラソンに集まったランナーの選手村に、地元の特産品や土浦のカレーをはじめ各地のご当地グルメが大集合！応援の方もぜひ、ご来場ください。

- ▶ 日時：4月15日(日) 午前10時～午後5時
- ▶ 場所：川口ショッピングモール 505 (土浦市川口一丁目3)
- ▶ 主な内容：チャリティ大鍋炊き出し、ご当地グルメ飲食・特産品ブース

☎ 土浦市商工観光課 ☎ 029 - 826 - 1111



## 市立コミュニティセンター 講座受講生募集

【元大使館料理長の世界の料理-ロシア編-】[みらい平]  
▶ 日時：①3月16日(金) 午前10時～午後2時  
②3月18日(日) 午前10時～午後2時

- ▶ 対象・定員：中学生以上・各12人
  - ▶ 受講料：各1,500円
  - ▶ メニュー：ビーフストロガノフ、苺のキセル
- 【はじめてのデジカメ上手な活用法！】[谷井田]  
▶ 日時：3月22日・29日(各木曜日) 午後2時～4時《全2回》  
▶ 対象・定員：18歳以上・12人  
▶ 受講料：無料

【無料FP講座】[小絹]

- ①子育て世代の教育資金づくり
  - ②一目で分かる家計プランニング
- ▶ 日時：①3月17日(土) 午前10時～正午  
②3月24日(土) 午前10時～正午  
▶ 対象・定員：18歳以上・各12人

【素敵にハイドロカルチャー】[小絹]

- ▶ 日時：3月15日(木) 午後1時～2時30分
- ▶ 対象・定員：18歳以上・8人
- ▶ 受講料：1,000円

【はじめての韓国語】[板橋]

- ▶ 日時：3月6日・13日・20日(各火曜日) 午前10時～11時45分《全3回》
- ▶ 対象・定員：18歳以上・8人
- ▶ 受講料：500円

◎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所定の申込書に受講料を添えて申し込んでください。ほかにも毎月さまざまな講座などを企画しています。詳しくは館内掲示やホームページをご覧ください。

◎ひなまつりイベント [みらい平] 3月3日(土)開催。他3館のコミュニティセンターでは3月1日(木)～3日(土)開催。

☎ みらい平コミュニティセンター ☎ 38 - 7240



## 動画コンテスト & マルシェを開催します

「みらい夢動画コンテスト」をみらい平コミュニティセンターで開催します。コンテスト当日は、応募作品の審査と授賞式のほか、武蔵野美術大学の学生が当市を舞台に制作した短編動画「つくばカミングアウト」の上映や、会場隣のどんぐり公園で特産品などを販売する「マルシェ(市場)」を開催します。ぜひ、皆さんでお越しください。

▶ 開催日：3月24日(土) 午前中開催  
※詳しい時間は追って市ホームページでお知らせします。

▶ 場所：◎動画コンテスト…みらい平コミュニティセンター1F多目的室  
◎マルシェ…どんぐり公園(みらい平コミュニティセンター隣)

☎ 伊奈庁舎みらいまちづくり課 ☎ 58 - 2111 (内線 1205)



## 茨城いのちの電話 相談員養成講座

いのちの電話は自殺予防を目的としたボランティア活動です。電話という手段で対話し、悩みをかかえる方の支えになってください。

▶ 応募資格：23歳以上の方で、いのちの電話の趣旨に賛同し、活動に積極的に参加して下さる方。

- ▶ 募集人数：40人程度
- ▶ 研修期間：6月～2020年3月
- ▶ 研修場所：つくば市周辺
- ▶ 募集期限：5月7日(月)

申し込み方法など詳しくはお問い合わせください。

☎ 茨城いのちの電話 ☎ 029 - 852 - 8505

## 図書館からのお知らせ

### ◆図書館休館日（全館共通）

3月5日(月) 12日(月) 16日(金)  
19日(月) 22日(木) 26日(月)

### ◆おはなし会（本館）

3月10日(土) (虹の会)  
3月24日(土) (図書館)  
午後2時～（3歳ぐらいから）

### ◆おはなし会（小絹）

3月3日(土) (図書館)  
午後3時～（3歳ぐらいから）

### ◆おはなし会（みらい平）

3月17日(土) (図書館)  
午前11時30分～（3歳ぐらいから）

### ◆ちょちょおはなし会（本館）

3月15日(木) (図書館)  
午前11時～（0～2歳と保護者）

### ◆赤ちゃんタイム（本館）

3月15日(木) (図書館)  
午前10時～正午（乳幼児と保護者）

### ◆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）



お知らせ

## ネーミングライツの スポンサーを募集します

市では、市有施設に企業などの法人名や商品名などの愛称を付けてもらいスポンサーから収入を得るネーミングライツ制度を導入します。※正式名称は変えません。  
▶ネーミングライツは、次のような効果が期待できます。

①市にとっては施設の維持運営費の確保に。  
②施設に親しみや愛着を持ってもらえる。スポンサーにとっては企業PRに加え地域社会への貢献度アップ効果も。

▶対象施設：スポーツ施設、公園施設、集会施設などの市有施設。

※庁舎、学校、幼稚園、保育所などは除きます。

▶企画提案：市内市外の企業などから愛称を付けたい施設、料金、期間を提案していただきます。

▶募集期間：随時募集・随時相談を受け付けています。ぜひ、ご検討ください。詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎ 伊奈庁舎財政課 ☎ 58 - 2111（内線2205）



イベント

## 守谷子どもミュージカル 第12回公演『桃太郎』

ぼくはどうして桃から生まれたんだろう…。みんなが知っている日本の昔話とは少し違う、力の湧く感動のミュージカルです。

▶日時：3月18日(日) 昼の部…午後1時開演／夜の部…午後5時開演

▶会場：取手市民会館

▶料金：自由席（前売り1,500円／当日1,800円）

☎ 守谷子どもミュージカル なかがわ 中川 ☎ 090 - 9694 - 3982 / ✉ moriya.km.2006@gmail.com



募集

## 市社会福祉協議会 短時間保育士を募集

▶採用日：4月1日(日)

▶募集人数：若干名（年齢不問・有資格者）

▶勤務日：月曜～金曜日のうち契約日数

▶勤務時間：週5日／2時間（午前7時30分～9時30分・午後4時～6時）

※必要に応じて時間外勤務があります。

▶賃金：時給930円（交通費支給あり）

▶仕事内容：主に朝夕の保育担当。または平常保育の保育補助。

▶勤務地：ふれあい第1保育園またはふれあい第2保育園（仮称）となります。

▶募集期間：随時。ただし、職員採用決定後募集終了。

▶試験日：随時（面接試験）

▶応募方法：申込書兼履歴書（写真貼付）と保育士証のコピーを市社会福祉協議会まで提出してください。申込書兼履歴書はホームページからダウンロードできません。詳しくは社会福祉協議会ホームページをご覧ください。

☎ つくばみらい市社会福祉協議会 ☎ 57 - 0123



相談

## 肝炎無料相談会

肝炎に関するさまざまなことについて専門の医師が個別に相談会を開催します。どうぞお気軽に相談ください。相談は無料です。事前予約も可能です。

▶日時：3月24日(土) 午後1時30分～3時30分（相談時間ひとり20分～30分）

▶場所：きぬ医師会病院（常総市新井木町13 - 3）

▶相談医：きぬ医師会病院 つしまけんすけ 対馬健祐医師

☎ きぬ医師会病院肝炎相談係 ☎ 0297 - 23 - 1771

～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5308）～



**市都市計画課  
屋外作業員を募集**

- ▶採用日：4月1日
  - ▶募集人数：2人（年齢不問）
  - ▶勤務日：原則週5日（土・日・祝日・年末年始除く）
  - ▶勤務時間：7時間（午前9時～午後5時）
  - ▶賃金：時給870円（交通費支給あり）
  - ▶仕事内容：市内都市公園の除草作業など
  - ▶勤務地：谷和原庁舎都市計画課
  - ▶募集期限：3月9日（金）午後5時
  - ▶面接試験：受付終了後、連絡します。
  - ▶応募方法：都市計画課に電話連絡の上、必要書類の提出をお願いします。
- ☎ 谷和原庁舎都市計画課 ☎ 58 - 2111  
(内線 5107)



**市ホームページ  
バナー広告募集**

- 市の公式ホームページにバナー広告を掲載しませんか。
- ▶掲載位置・募集枠数：市ホームページTOPの画面下段に5枠
  - ▶受け付け：随時。定数になり次第締め切り。掲載期間は、ひと月を単位に最長1年間。年度途中の場合は年度末まで。
  - ▶申し込み：掲載希望月の1カ月前までに申込書に必要事項を記入し、広告デザインを添えて政策秘書課までお申し込みください。詳しくは政策秘書課までお問い合わせください。
  - ▶掲載料：1枠15,000円/月
- ☎ 伊奈庁舎政策秘書課 ☎ 58 - 2111 (内線 1105)



**日本心臓ペースメーカー友の会  
講演会を開催します**

- 日本心臓ペースメーカー友の会では、講演会を開催します。心臓ペースメーカー植え込みの方、予定されている方、ご家族の方を含め多くの方のご参加をお待ちしています。
- ▶日時：3月11日（日）午後1時30分～（受付：午後1時～）
  - ▶場所：取手ウェルネスプラザセミナールーム（定員100人）
  - ▶内容：講演「心臓ペースメーカーなどの基礎知識と最近の話題（仮）」（講師：取手北相馬保健医療センター医師会病院 わたなべゆたか 渡邊 寛 医師）、Q & A
  - ▶参加費：無料
- ☎ 日本心臓ペースメーカー友の会茨城県支部 栗山 ☎ 0297 - 83 - 6199

# 自衛官募集

☎ 自衛隊茨城地方協力本部 龍ヶ崎地域事務所 ☎ 0297 - 64 - 3351

受験種目	幹部候補生（一般）	一般曹候補生	自衛官候補生
受験資格	<ul style="list-style-type: none"> <li>■大卒…22歳以上26歳未満の方</li> <li>※20歳以上22歳未満の方は大卒（見込含）、修士課程修了者など（見込含）は28歳未満の方</li> <li>■院卒…20歳以上28歳未満の方 修士課程修了者など（見込含）</li> </ul>	18歳以上27歳未満の方	採用月の1日現在、18歳以上27歳未満の方
受付期間	3月1日（木）～5月1日（火）（締切日必着）		年間を通じて行っています。
試験期日	1次…5月12日（土）・13日（日） 2次…6月12日（火）～15日（金） <b>【海・空飛行要員のみ】</b> 3次海：7月9日（月）～13日（金） 3次空：7月14日（土）～8月2日（木）	1次：5月26日（土） 2次：6月27日（水）～7月2日（月） ＊いずれか1日を指定されます。	受付時にお知らせします。

※応募資格年齢の起算日は、募集種目ごとに異なります。詳しくはお問い合わせください。

## 健康増進室スケジュール【4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
	6日(金)		午後1時
	15日(日)		午後1時
	21日(土)		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。
- ※市外在住で当市に在勤・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
- 申し込み方法＝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。申し込みは、本人、家族のみです。

【ミニ教室】 ※4月から木曜日は隔週で内容が変わります。

教室名	日時（時間：午前11時～正午）			
肩こり・腰痛体操	3日(火)	10日(火)	17日(火)	24日(火)
ダンベル体操	4日(水)	11日(水)	18日(水)	25日(水)
疲労回復体操／ ヨガ風ストレッチ	5日(木)	12日(木)	19日(木)	26日(木)
バランスボール	6日(金)	13日(金)	20日(金)	27日(金)

- 対象者＝健康増進室利用講習会を受けたことのある方
- 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）
- 申し込み方法＝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。申し込みは、本人、家族のみです。
- ※一人2種類、2回まで。

◎申込受付開始日：3月8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）

問 健康増進課（保健福祉センター内） ☎25 - 2100

# 健 けんこう 康

カ レ ン ダ ー  
- c a l e n d a r -

## 子どもの健診・教室など【3月】

○会場：保健福祉センター

事業名	期 日	時 間	対 象
3～4カ月児健診	14日(水)	午後1時～2時	平成29年11月生
1歳6カ月児健診	15日(木)	午後1時～2時	平成28年8月生
2歳児歯科健診	2日(金)	午後1時～2時	平成28年2月生
3歳児健診	7日(水)	午後1時～2時	平成27年1月生
のびのび教室※	8日(木)	午前10時～ 11時30分	平成29年2月生
パパママ教室	17日(土)	午前9時～ 正午	妊娠中の夫婦
離乳食教室(前半)	6日(火) (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)※	13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。

## 移動健康相談（予約不要）

- 日 時 3月5日(月) 午前9時30分～11時
- 場 所 下長沼公民館
- 内 容 血圧、体重、体脂肪測定、塩分チェック、保健師・栄養士による相談、シルバーリハビリ体操指導士による体操、骨密度測定（200円）

## 介護予防カレンダー【3月】

### ○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

【実施時間：午前10時～11時30分】

会 場	実施日			
板橋コミュニティセンター	1日(木)	8日(木)	15日(木)	22日(木)
谷井田コミュニティセンター	1日(木)	8日(木)	15日(木)	22日(木)
みらい平コミュニティセンター	6日(火)	13日(火)	20日(火)	27日(火)
きらくやますこやか福祉館	2日(金)	9日(金)	16日(金)	23日(金)
青木自治会館	5日(月)	12日(月)	19日(月)	26日(月)
谷和原公民館 谷原分館	6日(火)	13日(火)	20日(火)	27日(火)
谷和原公民館 福岡分館	1日(木)	8日(木)	15日(木)	22日(木)
内宿公民館（筒戸）	12日(月)	26日(月)		
西ノ台倶楽部	7日(水)	14日(水)	28日(水)	

### ○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きつめの運動

※ヨガマットなどの敷物を持参してください。参加は1人1会場。

会 場	実施日			
伊奈公民館 午前10時～11時30分	1日(木)	8日(木)	15日(木)	22日(木)
谷和原公民館 午後1時30分～3時				

※悪天候時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。

問 伊奈庁舎介護福祉課 ☎58 - 2111（内線4306）



# 子育てひろば

子育てひろばでは、子育て支援室の  
情報を中心にお届けします。

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、手づくりの遊具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  
お待ちしております。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！

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	伊奈第1保育所		

おひさま  
出張支援室

【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><b>1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*：身体測定【午前9時30分～11時30分】</li> <li>*：職場復帰についてみんなで話そう座談会【午後1時30分～】</li> <li>富：室内遊び・外遊び【午前10時～】</li> <li>★：伊奈公民館【午前9時30分～】</li> <li>ル：るんるんひな祭り【午前10時～】</li> <li>小：リすくらす（0歳～1歳）【午前11時～11時15分】</li> </ul>	<p><b>2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*：おはなし会【午前10時45分～】</li> <li>★：福岡分館【午前9時30分～】</li> <li>小：プレイパーク【午前10時30分～11時】</li> <li>き：ひなまつり会【午前10時30分～11時30分】</li> <li>ル：ベビーDay（1・2歳）【午前9時30分～正午】</li> <li>*：板橋出張支援室【午前10時～午後3時】</li> <li>富：ひな祭り会【午前10時～】</li> </ul>	<p><b>3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>図：おはなし会（小編）3歳くらい～【午後3時～】</li> <li>*：ひなまつりイベント おひさまおはなし会</li> </ul>	<p><b>4</b></p>
<p><b>8</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>富：室内遊び・外遊び【午前10時～】</li> <li>★：伊奈公民館【午前9時30分～】</li> <li>小：うさぎくらす（1歳～2歳）【午前11時～11時15分】</li> <li>ル：読み聞かせ【午前11時～】</li> <li>き：ロディーヨガ【午前10時30分～11時30分 ※要予約】</li> </ul>	<p><b>9</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★：福岡分館【午前9時30分～】</li> <li>き：おもちゃ病院【午前9時30分～11時30分】</li> <li>小：プレイパーク【午前10時30分～11時】</li> <li>富：肉まん作り【午前10時～】</li> <li>ル：お楽しみ会「人形劇」【午前10時～ ※要予約】</li> <li>*：板橋出張支援室【午前10時～午後3時】</li> </ul>	<p><b>10</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>小：よーいどん【午前10時30分～11時】</li> <li>き：ゆかいなコンサート【午前10時～11時】</li> <li>図：おはなし会（本館）3歳くらい～【午後2時～】</li> </ul>	<p><b>11</b></p>
<p><b>15</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>富：室内遊び・外遊び【午前10時～】</li> <li>き：キッズヘアカット【午前10時30分～11時30分 ※3歳未満。要予約】</li> <li>★：伊奈公民館「誕生会」【午前9時30分～】</li> <li>ル：給食試食会【午前11時～ ※要予約。15組】</li> <li>*：せいさく「カレンダーづくり」【午前10時～11時】</li> <li>小：きりんくらす（3歳以上）【午前11時～11時15分】</li> <li>図：赤ちゃんタイム（本館）【午前10時～正午】</li> <li>ちよちよちおはなし会0歳～2歳【午前11時～】</li> <li>*：ふたごちゃん集まれ【午後1時～】</li> </ul>	<p><b>16</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>富：身体測定【午前10時～】</li> <li>★：福岡分館「誕生会」【午前9時30分～】</li> <li>小：プレイパーク【午前10時30分～11時】</li> <li>*：板橋出張支援室「カレンダーづくり」【午前10時30分～午後2時】</li> <li>ル：ベビーDay（1・2歳）【午前9時30分～正午】</li> <li>*：午前中休室</li> </ul>	<p><b>17</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>図：おはなし会（みらい平）3歳くらいから【午前11時30分～】</li> </ul>	<p><b>18</b></p>
<p><b>22</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>富：室内遊び・外遊び【午前10時～】</li> <li>★：伊奈公民館【午前9時30分～】</li> <li>ル：読み聞かせ【午前11時～】</li> <li>小：みんなで公園あそび【午前11時～11時30分】</li> <li>*：成長記録【午前10時～午後3時】</li> <li>き：英会話ぶち【午前10時30分～11時30分 ※要予約】</li> </ul>	<p><b>23</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*：板橋出張支援室【午前10時～午後3時】</li> <li>★：福岡分館【午前9時30分～】</li> <li>小：プレイパーク【午前10時30分～11時】</li> <li>ル：ベビーDay（1・2歳）【午前9時30分～正午】</li> <li>富：修了の会【午前10時～】</li> <li>ソ：かんがるうひろば（谷原分館）【午前10時～正午】</li> <li>*：午前中休室</li> </ul>	<p><b>24</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>図：おはなし会（本館）3歳くらい～【午後2時～】</li> </ul>	<p><b>25</b></p>
<p><b>29</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>富：室内遊び・外遊び【午前10時～】</li> <li>★：伊奈公民館【午前9時30分～】</li> <li>ル：読み聞かせ【午前11時～】</li> </ul>	<p><b>30</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*：板橋出張支援室「出張成長記録&amp;誕生日カードづくり」【午前10時30分～午後2時】</li> <li>★：福岡分館【午前9時30分～】</li> <li>ル：ベビーDay（1・2歳）【午前9時30分～正午】</li> <li>富：休室</li> </ul>	<p><b>31</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*各支援室の予定は変更になる場合があります。その際はホームページで随時修正していきます。各イベントの詳細はそれぞれの支援室にお問合せください。</li> </ul>	

◎3月～5月 あそびのひろば（公立保育所＋ふれあい第1保育園）はお休みです。

◎3月 お話クラブみらい認定こども園はお休みです。

子育て支援室  
QRコード▶





# 支援室だより

## 図書館（本館）赤ちゃんタイムを活用しよう

図書館（本館）では、親子が周りの利用者に気兼ねなく本を選ぶ時間として、毎月第3木曜日（8月を除く）の午前10時から正午まで「赤ちゃんタイム」としています。この時間はお子さんが少々泣いたり、声を出したりしても大丈夫。周囲の皆さんも親子を「あたたかく見守る時間」になっているので、安心して本を選ぶことができます。

また、子育て支援室フラスターの保育士もおりますので、ちょっとした育児相談も可能です。さらに午前11時頃から1階にある子どもの絵本コーナーにて乳幼児向け「ちょちょちおはなし会」も実施していますので、ぜひ、図書館（本館）赤ちゃんタイムを活用してみてください。



月	火	水
<p>子育て支援カレンダー</p> <p><b>3月</b></p>	<p>【子育て支援室の表記】</p> <p>✳️：子育て支援室フラスター（上小目）</p> <p>き：きらくやまふれあいの丘（神生）</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>◎：あそびのひろば（公立保育所+ふれあい第1保育園）</p>	<p>富：富士見ヶ丘認定こども園（富士見ヶ丘）</p> <p>✳️：子育て支援室おひさま（紫峰ヶ丘）</p> <p>★：キラキラ（出張支援室）</p> <p>み：みらい認定こども園（筒戸）</p> <p>図：図書館</p> <p>ソ：託児ボランティア「ソレイユ」</p>
<p><b>5</b></p> <p>★：谷原分館「リズムあそび」【午前9時30分～】</p> <p>富：肉まん作り【午前10時～】</p> <p>ル：ベビーDay（0歳・1歳）【午前9時30分～正午】</p> <p>✳️：おもちゃ病院【午前9時30分～11時30分】</p>	<p><b>6</b></p> <p>✳️：誕生会【午前10時30分～11時30分】</p> <p>✳️：谷井田出張支援室【午前10時～午後3時】</p> <p>★：伊奈公民館【午前9時30分～】</p> <p>富：肉まん作り【午前10時～】</p> <p>ル：読み聞かせ【午前11時～】</p> <p>小：成長記録会【午前10時30分～正午】</p> <p>き：つくってあそぼう【午前10時30分～午後0時30分】</p>	<p><b>7</b></p> <p>✳️：親子教室【午前10時30分～11時30分】</p> <p>★：伊奈第1保育所【午前9時30分～】</p> <p>富：肉まん作り【午前10時～】</p> <p>小：成長記録会【午前10時30分～正午】</p> <p>ル：読み聞かせ【午前11時～】</p>
<p><b>12</b></p> <p>★：谷原分館（誕生会）【午前9時30分～】</p> <p>富：身体測定【午前10時～】</p> <p>ル：ベビーDay（0歳・1歳）【午前9時30分～正午】</p>	<p><b>13</b></p> <p>富：身体測定【午前10時～】</p> <p>ル：読み聞かせ【午前11時～】</p> <p>★：伊奈公民館（誕生会）【午前9時30分～】</p> <p>小：入園おめでとう会【午前11時～正午 ※要予約】</p> <p>き：ハッピーデイズ（成長記録）【午前10時30分～正午】</p> <p>野菜販売【午前11時15分～正午】</p> <p>✳️：谷井田出張支援室「カレンダーづくり」【午前10時30分～午後2時】</p>	<p><b>14</b></p> <p>✳️：足形アート【午前10時30分～11時30分】</p> <p>富：身体測定【午前10時～】</p> <p>ル：読み聞かせ【午前11時～】</p> <p>★：伊奈第1保育所「誕生会」【午前9時30分～】</p> <p>小：誕生日会【午前10時30分～11時】</p> <p>き：発育相談【午前11時～正午】</p>
<p><b>19</b></p> <p>ル：ベビーDay（0歳・1歳）【午前9時30分～正午】</p> <p>★：谷原分館「赤ちゃんDay」【午前9時30分～】</p> <p>富：修了の会【午前10時～】</p>	<p><b>20</b></p> <p>✳️：作ってあそぼう【午前10時30分～11時30分】</p> <p>✳️：谷井田出張支援室【午前10時～午後3時】</p> <p>✳️：保健師・栄養士さんへ相談【午前10時～11時30分】</p> <p>ル：読み聞かせ【午前11時～】</p> <p>★：伊奈公民館【午前9時30分～】</p> <p>小：映画会【午前10時30分～正午】</p> <p>富：休室</p>	<p><b>21</b></p> <p>小：新1年生オリエンテーション【午前10時30分～11時30分 ※要予約】</p>
<p><b>26</b></p> <p>★：谷原分館【午前9時30分～】</p> <p>富：室内遊び【午前10時～】</p> <p>ル：ベビーDay（0歳・1歳）【午前9時30分～正午】</p>	<p><b>27</b></p> <p>✳️：谷井田出張支援室「出張成長記録&amp;誕生日カードづくり」【午前10時30分～午後2時】</p> <p>★：伊奈公民館【午前9時30分～】</p> <p>富：修了の会【午前10時～】</p> <p>ル：読み聞かせ【午前11時～】</p> <p>き：ハッピーデイズ（誕生会）【午前10時30分～正午】</p> <p>お菓子販売【午前11時15分～正午】</p> <p>✳️：リズムあそび【午前10時30分～11時30分】</p>	<p><b>28</b></p> <p>富：修了の会【午前10時～】</p> <p>ル：読み聞かせ【午前11時～】</p> <p>き：リズムあそび【午前11時30分～正午】</p> <p>✳️：誕生会【午前10時30分～11時】</p> <p>★：伊奈第1保育所【午前9時30分～】</p>

## 春分の日

## 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 時 3月7日(水) 午前10時～正午
- 場 所 板橋コミュニティセンター研修室
- 相談員 まちだ ゆきこ ひとみ さねとし  
町田 幸子さん、人見 実俊さん
- 問い合わせ 社会福祉課 ☎ 58-2111 (内線 4108)

## こども福祉相談

～18歳未満の子どもの養育、虐待、DV、ひとり親家庭などに関する相談～

- 日 時 毎週月～金曜日 午前9時～午後5時  
※祝日は除く
- 相談方法 電話または面談
- 場 所 伊奈庁舎1階 こども福祉課
- 問い合わせ こども福祉課 ☎ 58-2111 (内線 4206・4207)  
※予約可能な方は、事前に連絡願います。

## 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  
※祝日は除く
- 場 所 教育支援センター

＜移動教育相談＞ ※3月26日(月)～30日(金)は実施しません。

日 程 ※祝日は除く	会 場
毎 週 火 曜 日	小絹コミュニティセンター
毎 週 木 曜 日	板橋コミュニティセンター
毎 週 金 曜 日	みらい平コミュニティセンター

- 時 間 午後1時～4時
- 問い合わせ 適応支援教室なのはな ☎ 57-0983

## 水道工事

水道工事(新設・改造・修繕など)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 (内線 5309)

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	原 信 田 建 設 (株)	板橋1873	58-0018
伊 奈 工 業 (株)	城中359	58-6168	(株)新 み ら い	絹の台2-2-3	34-1088	常 陸 管 工	上長沼617	52-5579
い な ほ 工 業 (株)	上島848	58-0382	(株) 誠 勝	筒戸1987-11	20-5470	(有)福新設備工業	台198	52-5011
大久保水道工業	谷井田1403-3	58-8177	塚本建設工業(株)	東橋戸980-1	52-3681	(株) 武 平	福原188	57-0600
オービー建設(株)	谷井田750-1	47-7000	(株)寺 田 興 業	南927-2	52-5809	(有)文 倉 建 設	鬼長1231-2	52-5622
(有)片見設備工業	福岡1425-1	52-5804	常 磐 興 業 (株)	筒戸3178	52-2203	(有)丸 齊 建 設	真木106	52-2627
(有)川 口 商 事	鬼長526-1	52-3286	(株)豊 島 産 業	川崎213-3	52-3335	(株)山 田 組	城中952	58-2351
久 下 設 備	城中55	58-0418	(株)直井造園土木	日川571	52-2600	谷 原 建 設 (株)	下長沼118-1	52-2298
(有)坂本設備工業	豊体612-2	58-0070	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
常栄エンジニアリング(株)	田村450	52-7633	浜 野 商 事 (株)	伊丹161	58-2416			

\*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。

つくばみらい市 給水装置工事事業者 🔍 で検索!



## 3月の各種無料相談

### 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 弁護士：3月6日(火)、13日(火)、20日(火)、27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(6日、20日)  
保健福祉センター(13日、27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)  
☎ 57-0123 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 3月14日(水) 午後1～3時
- 場 所 保健福祉センター(社会福祉協議会谷和原支所)
- 予 約 つくばみらい市社会福祉協議会(すこやか福祉館内)  
☎ 57-0123 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 3月15日(木) 午後1時30分～3時30分
- 場 所 小絹コミュニティセンター 相談室
- 問い合わせ 行政相談委員 いまがわ かずひろ 今川 和宏さん ☎ 52-2525  
あいじま ひろし 相島 宏さん ☎ 58-0676
- 備 考 随時相談を受け付けています。

### 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 3月18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 おぐま ちえこ 小熊 千恵子さん・とよしま りゅういち 豊嶋 隆一さん
- 問い合わせ 市民サポート課 ☎ 58-2111 (内線 3202)

## 休日救急当番病院

日	病院名	所在地	連絡先
4日(日)	取手医師会病院	取手市	0297-78-6111
11日(日)	守谷慶友病院	守谷市	0297-45-3311
18日(日)	水海道さくら病院	常総市	0297-23-2223
21日(祝)	JAとりで総合医療センター	取手市	0297-74-5551
25日(日)	東取手病院	取手市	0297-74-3333

## 小児科救急当番病院

休日(昼)	受付時間	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	0297-45-5111
水曜日以外	午前8時30分～午後6時	JAとりで総合医療センター	取手市	0297-74-5551

夜間	受付時間	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	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	0297-74-5551

※JAとりで総合医療センターは、平成29年4月から小児救急体制が変更になりました。深夜23時～翌朝8時30分までは、救急搬送される患者に限定されます。

## 粗大ゴミ収集・申込日

地区	収集日	申込日
小張・豊、小絹、絹の台	3月14日(水)	3月5日(月)～7日(水)
板橋、紫峰ヶ丘・富士見ヶ丘	3月21日(水)	3月12日(月)～14日(水)
三島・東、谷原、陽光台	3月28日(水)	3月19日(月)～20日(火)
谷井田、福岡・十和	4月4日(水)	3月26日(月)～28日(水)

※申し込み専用 ☎ 52-3152 午前9時～午後5時まで

## くみとり

業者名	指定地区
(株)シイナクリーン ☎ 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30年の累計

火災	1月分	救急	1月分
建物	1件(1件)	交通事故	28件(28件)
車両	0件(0件)	急病	126件(126件)
その他	0件(0件)	その他	50件(50件)
計	1件(1件)	計	204件(204件)



## くらしの カレンダー

### 納税等カレンダー

納期限：4月2日(月)

保育料 <small>認定こども園・小規模保育を除く</small>	3月分
児童クラブ	3月分
住宅使用料	3月分
地代	3月分
上下水道料金※	3月分 (1月使用分)

※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：4日・18日

伊奈庁舎：11日・25日

開庁時間：午前8時30分～正午

### ■業務内容

税務関係	納税証明書、所得証明書、評価証明書、軽自動車車検用納税証明書などの発行
納税等関係	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発行

※住民票の異動(転入・転出など)およびパスポートの申請等の手続きはできません。

※第2・第4日曜日の開庁時間のみパスポートの受け取りが可能です。

■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)	26日(金)	22日(月)	21日(日)	19日(金)	18日(木)	17日(水)	9日(火)	7日(日)	5日(金)	4日(木)	
いばらき産業用地視察会懇親会(圏央道沿線地域)	第2次男女共同参画計画答申	高年クラブ連合会研修会	たこあげ大会	千葉県香取市との友好都市協定締結式	福祉活動計画策定委員会	第1回市地域福祉計画策定委員会・市地域会議、常総衛生組合管理者会	第4回常総線活性化に伴う5市首長・議長	賀詞交歓会「みらいを語る新春の集い」	消防出初式、成人式	関係機関新年あいさつ	協議会御用始式
										市役所御用始式、常総衛生組合御用始式、シルバー人材センター御用始式、社会福祉	

### 市長動静(1月)

市長の主な動静を情報公開します。



くしはた なおみち  
串畑 直迪くん



うえた みなと  
上田 湊大くん  
生まれて初めて雪に触りました\*



はらだ めい しまざき  
原田 芽季ちゃん・島崎 このはちゃん  
ばあたん良くなってね!



おの あおいちゃん・ゆずなちゃん  
みらいをつくるよ!



いしかわ まよ  
石川 方葉ちゃん  
彩り豊かな人生になりますように!



かかげら こうき  
金原 向輝くん  
生後5カ月 イタズラ大好き!



ほそや ゆうせい  
細谷 勇成くん  
歌やピアノ、音楽が大好き!



おちあい はると  
落合 悠仁くん  
お気に入りのおもちゃでポーズ



まるこ ちゅう いたとう  
丸子 千笑ちゃん・伊藤 碧音ちゃん



■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政策秘書課「みらいをつくるば」係 ☎58-2111(内線1105)  
※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

