



広報

つくばみらい



みんなのパワーでエイエイオー!

雨雲を吹き飛ばす大きな歓声のもと、市内幼稚園の運動会が10月6日、開催されました。

市内の幼稚園では、お父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃんが応援に駆けつける中、園児たちは走ったり、踊ったりと元気な姿を披露しました。

(写真：谷和原幼稚園)

●主な内容

- | | |
|------------------------------------|------------------------|
| P 2 (仮称) みらい平地区
コミュニティセンター建設始まる | P 9 復興庁に対し意見提出 |
| P 4 千葉県浦安市と災害協定を締結 | P11 どすこい! クッキング! 参加者募集 |
| P 5 救急医療情報キットを配布 | P12 お知らせ情報 |
| P 7 市道通行止めのお知らせ | P17 保健だより |
| P 8 人間ドック・脳ドック助成制度を
ご利用ください | P24 子ども特派員 わが街を行く! |

11

しもつき

平成25年 霜月

No.91

10月1日現在人口・世帯数 (前月比)

総人口47,672人 (+97) 男23,916人 (+52) 女23,756人 (+45) ・世帯数17,820世帯 (+64)

平成26年秋開館予定

(仮称) みらい平地区コミュニティセンター建設始まる

みらい平地区においては、6月末、伊奈・谷和原丘陵部一体型特定整理事業の整備が完了し、当該地区の住所も換地処分され、新住所へと変更になりました。

みらい平地区の人口は、10月1日現在8364人と年々増加を続けており、つくばみらい市の人口増加率も茨城県内第1位

となつていきます。そのような人口の増加に伴い、市民の交流・ふれあいの場、文化芸能活動の場となるコミュニティセンター

が、平成26年秋の開館を予定し、建設工事が開始されます。建設工事にあたり10月2日、片庭市長はじめ工事関係者出席のもと、工事の安全などを祈願した起工式が開催されました。

(仮称)みらい平コミュニティセンターは、みらい平どんぐり

公園向かいの紫峰ヶ丘4丁目4番地に鉄筋コンクリート2階建てで建設し、会議室や多目的室、市民の皆さんの要望が強かった図書館分館や児童館、さらには、防災備蓄倉庫といったさまざまな用途を備えた複合施設となつていきます。

58 問 教育委員会生涯学習課
2111 (内線9311)



▷起工式で鉄入れを行う片庭市長

用途	内容	
1階	図書館	蔵書数約2万冊、閲覧コーナー、利用者用端末、児童コーナー設置
	プレイルーム	子育て支援室としての利用も可能
	多目的室	120人収容できる会議が可能、壁収納の可能な可動式ステージを設置、電動映写スクリーンを設置
2階	防災備蓄倉庫	避難所として対応可能な防災品を配備
	会議・研修室	可動間仕切りを設置し、フレキシブルな利用が可能、映写スクリーンを設置
	調理室	I Hヒーター完備
	和室	茶道ができるよう炉、水屋などを設置
	音楽スタジオ	防音室とし、バンドなどの練習も可能
キッズコーナー	児童館	子どもの遊び場・待機場所とし、安心して遊ばせることができるよう、見通しの良いローパーテーションを設置
	児童館	児童図書館、遊戯室を設置

平成27年4月開校予定

(仮称) 陽光台小学校 まもなく工事着工

市では、より良い教育環境の充実を図るため、平成23年度より建設検討委員会を立ち上げ検討・審議を行い、平成27年4月開校を目指して、みらい平地区に新設小学校の計画を進めてき

ました。このほど準備が整い、11月頃から建設工事を開始する予定です。平成25・26年度の2カ年工事の期間中、市民の皆さんには、ご迷惑をおかけいたしますが、





〔仮称〕 未来平地区コミュニティセンター外観イメージ図

ご理解ご協力のほどよろしくお
願ひします。

今年度、校舎本体工事着工を
迎える、(仮称) 陽光台小学校建
設事業の平成25・26年度スケ
ジュールと工事の概要などをお
知らせします。

〔事業スケジュール〕

- 平成25年度
 - 校舎本体工事、体育館・プー
ル・外構などの実施設計
- 平成26年度
 - 校舎本体工事、体育館・プー
ル・外構などの工事

〔校舎本体工事の概要〕

- 工事場所
 - 陽光台3丁目1番地
- 敷地面積
 - 25000.97㎡
- 工事概要
 - 建築物
 - 校舎棟：木造、RC造、2階
建て
 - ・延床面積：8955.57㎡
 - ・1階延床面積：4565.03㎡
(校務ゾーン、特別教室、普
通教室 他)
 - ・2階延床面積：4327.92㎡



△ (仮称) 陽光台小学校中庭イメージ図



〔仮称〕 陽光台小学校外観イメージ図

- (普通教室 他)
- ・R階延床面積：62・62㎡
- 機械室棟：RC造、1階建て
- ・延床面積：189.98㎡
- 工事種別
 - ・建築工事(土工事、コンクリー
ト工事、木工事、内装工事
他)
 - ・電気設備工事(電灯設備、発
電設備 他)
 - ・機械設備工事(空調換気設備、
給排水衛生設備)
- 〔施工業者〕
西松・谷原特定建設工事共同
企業体

58 問 教育委員会学校教育課 ☎
2111 (内線9213)

千葉県浦安市と災害協定を締結

市では10月2日、大規模災害時における市民生活の利便および安定を図ることを目的に、千葉県浦安市と「災害時における相互応援に関する協定」を締結しました。



▷協定を締結し、握手を交わす
松崎市長（左）と片庭市長（右）

伊奈庁舎で行われた調印式には、片庭市長、松崎秀樹浦安市長はじめ関係者出席のもと、協定書の調印が行われ、片庭市長は「浦安市の災害対応は、ハード・ソフトの両面から、防災・減災対策を進めるにあたり、見習う部分が多く、つくばみらい市の安心と安全を築いていくうえで、今回の災害協定の締結

10月分からの手当額が変更

10月より特別児童扶養手当、特別障害者手当および障害児福祉手当の額が改定されました。これは、平成12年度以降、物価下落時に据置き措置がとられた経緯から生じている特別水準を3年間で解消することが盛り込まれた「国民年金法等の一部

手当名	9月まで (改訂前)	10月から (改訂後)
特別児童扶養手当（1級）	50,400円	50,050円
特別児童扶養手当（2級）	33,570円	33,330円
特別障害者手当	26,260円	26,080円
障害児福祉手当	14,280円	14,180円

措置が実施できない場合に、生活必需品や資機材、車両の提供、職員の派遣など相互に応援を行います。

今回の浦安市との災害協定の締結は、3月19日に同協定を締結した友好都市の埼玉県伊奈町に続く、2自治体目となります。

を改正する法律等の一部を改正する法律」が成立したことに伴うものです。（今年度0・7%引き下げ）
改定額は表のとおりです。

問 伊奈庁舎社会福祉課 ☎58
2111（内線1154）

国民健康保険加入者の皆さんへ

現在の日本の医療保険制度は、必ず何らかの健康保険に加入することが義務つけられています。社会保険などに加入していない方は、必ず国民健康保険に加入してください。

また、社会保険などの被扶養者になれると思われる方が、国民健康保険に加入し、被保険者となっている場合があります。社会保険などの被扶養者認定要件は、各社会保険などによって異なりますので、勤務先に問い合わせのうえ、

善意の寄附をいただきました

「プレミアムヘアークラウドイット様より」

理美容室プレミアムヘアークラウドイット（中島督仁代表）様より、安心して暮らせるまちづくりに役立ててほしいと、みらいフェスタでの売上金の一部が市に寄附されました。

【匿名希望の方より】

市成人式に役立ててほしいと、5000円と切手（50円×10枚）が市に寄附されました。



片庭市長に目録を手渡し中島代表（左から3番目）と従業員の皆さん

政治倫理審査会委員が選任

市では、市長などの特別職と市議会議員を対象に、常に良心に従い誠実かつ公正に職務を行う政治倫理の確立を求め、平成19年に政治倫理条例を制定しました。政治倫理に反しているとの調査請求に対して調査を行う政治倫理審査会を設置し、このほど市長から次の5人の方が委嘱されました。

- 会長 鈴木 忠博
- 副会長 原田 健至
- 委員 坂倉 悦子
- 委員 渡邊 泰紀
- 委員 飯田 廣

【敬称略】

問 伊奈庁舎国保年金課 ☎58
2111（内線1182）

問 伊奈庁舎総務課 ☎58
2111（内線1214）

救急医療情報キットを配布

市では、市内に住所を有する高齢者や障がい者の安全・安心を確保するため「救急医療情報キット」を無料で配布します。

救急医療情報キットとは、救急医療情報シート、本人の写真と診察券の写し、健康保険証の写しなどを入れた専用の容器を、自宅の冷蔵庫に保管しておくことで、万一の救急時に備えるものです。駆けつけた救急隊員が取り出して搬送先の医療機関に手渡すことで、速やかでより適切な救急医療活動を受けることができます。

日頃から救急隊員などに必要な情報を伝えられるように、準備しておきましょう。

- 配布物
- ・キット本体：1個
- ・ステッカー：2枚
- ・救急医療情報シート：1枚
- ・救急医療情報キット案内：1枚



■対象

- ・65歳以上のひとり暮らしの方
- ・65歳以上の高齢者のみの世帯の方
- ・65歳以上の人で日中独居になる方

農業用使用済塩化ビニール収集

農業用使用済塩化ビニールを安全かつ適正に処理するため、

県・市・農業団体および排出農家が一体となつて経費を負担し、農業用使用済塩化ビニールの収集を実施します。

- ▼収集日：11月19日(火)
- ▼収集場所：茨城みなみ農協谷和原低温倉庫
- ▼収集対象物：農業用塩化ビニールフィルム(農ビ)

※農ビには、統一マーク(農ビ)が青色でプリントしてあります。※黒色・シルバー・糸入りは収集しません。

- ▼料金：登録料金Ⅱ1戸当たり1000円/処理料金Ⅱ1戸当たり1000円(1t未満)
- ▼注意：土やゴミをよく落とし、から持ち込むようにしてください。ブルーシートは回収することができません。
- ▼申込期間：11月5日(火)から18

・障害者手帳をお持ちの方で、視覚障がいまたは聴覚障がいのある身体障がい者のうち、3級以上の方など

※印鑑をご持参のうえ、介護福祉課まで申請してください。

58 2111 (内線1174)

日(月)まで(土、日は除く) ※申し込みの際は、印鑑と登録料金および処理料金をご持参ください。

58 2111 (内線8154)

農業用暗渠排水設置資材費補助

■補助の内容

- ①生産調整達成農家
- ②申請は年に1度限りで、年度内に施工した圃場に限り
- ③補助対象となる施工圃場については、生産調整の対象となる圃場に限り
- ④補助対象となる資材については、パイプ類および水こう

■補助基準

圃場面積30㎡当たりパイプの総延長が400mの範囲内が目安

農業者年金に加入しませんか

農業に従事(年間60日以上)している60歳未満の方で、保険料納付免除を受けていない国民年金の第1号被保険者の方は、誰でも農業者年金に加入できます。

農業者年金には、次のようなメリットがありますので、ぜひご検討ください。また、詳細については、農業委員会までお問い合わせください。

●農業者年金のメリット

●少子高齢化に強い年金
農業者年金は、自ら納めた保

険料と運用益を積み立てています。加入者の減少や受給者の増加などがあっても、財政的な安定は損なわれない、少子高齢化時代にあつた安心できる年金制度です。

●終身年金で80歳までの保証付き

原則65歳になれば年金は生涯支給されます(終身年金)。仮に加入者、受給者が80歳前に亡くなった場合でも、死亡した翌月から80歳までに受け取れるはずであつた農業者老齢年金の現在価値に相当する額が、死亡一時金として遺族に支払われます。

●公的年金なので所得税・住民税の節税
保険料は全額が社会保険料控除の対象となります。保険料は月、2万円から6万7千円まで自由に選べます。

●国からの保険料助成がある唯一の政策支援年金
認定農業者で、青色申告をしているなど意欲ある担い手には、国から月額最高1万円の保険料補助があります。(保険料の国庫補助)

■申請期限

平成26年3月20日(休)必着

58 2111 (内線8156)

問 谷和原庁舎農業委員会事務局

58 2111 (内線8121)

浄化槽をお使いの皆さんへ

浄化槽は、微生物などの働きを利用して生活排水をきれいにする装置です。そのため、浄化槽の機能を十分に発揮させるには、定期的な維持管理（保守点検・清掃）と定期検査（法定検査）が必要であり、法律により実施が義務付けられています。適正な維持管理と定期検査を行い、浄化槽を正しく使ったいただくよう皆さんのご協力をお願いいたします。

保守点検

- 浄化槽内の機器、送風機やタイマーなどの点検調査を行います。
- また、消毒剤を定期的に補充し、放流先が不衛生にならないようにするのも重要な作業です。
- 10人槽以下の家庭用浄化槽の場合、年3～4回行う必要があります。
- 県に登録している保守点検業者に委託してください。

清掃

- 浄化槽内に溜まった汚泥などを抜き取るのが清掃です。
- 年に1回以上（全ばつ気方式は6カ月に1回以上）行う必要があります。

要があります。常総衛生組合の許可を受けた清掃業者に委託してください。

法定検査

- 浄化槽の保守点検・清掃がきちんと行われ、きれいな水が放流されているかを検査します。
- 最初の検査は、浄化槽を使い始めてから3～8カ月以内に行う必要があります。その後は毎年1回受ける必要があります。
- 県指定検査機関である、(公社)茨城県水質保全協会に申し込みをしてください。(☎029-291-4004)

一括契約システム

- 保守点検、清掃、法定検査を一括して契約できる「一括契約システム」があります。

合併浄化槽設置補助金

平成25年度の合併浄化槽設置補助金交付申請期限は、11月29日(金)までです。

補助金の交付を受けるためには、浄化槽設置工事を補助金交付決定日以降に着手し、年度内に完了する必要があります。

約システム」があります。大変便利なシステムですので、ぜひご利用ください。現在契約されている保守点検業者、清掃業者または(公社)茨城県水質保全協会に申し込みをしてください。(☎029-291-4004)

取手地方広域下水道組合から

お知らせします

取手地方広域下水道組合が徴収している下水道使用料について、11月(9月使用分)から上水道料金一元化を実施のうえ、つくばみらい市が上下水道料金として徴収します。

一括契約システム

上下水道料金一元化の実施にあたり、水道料金・下水道使用料の使用月に対する請求月を統一いたします。

交付申請期限

補助金交付対象区域や補助金額など詳細につきましては、上下水道課までお問い合わせください。

58 問 谷和原庁舎上下水道課 ☎ 2111 (内線8211)

単独処理浄化槽は、合併処理浄化槽への転換を

単独処理浄化槽は、トイレからの汚水のみを処理し、台所やお風呂からの生活雑排水は、そのまま放流されてしまいます。生活雑排水も併せて処理できる合併処理浄化槽に転換することで、汚れの量をおよそ8分の1に減らせます。身近な水環境の保全のため、合併処理浄化槽への転換をお願いします。

【調整方法】

8月使用分(11月請求分)を10月に繰上げて請求するものとし、11月5日振替において、7月使用分と8月使用分を請求します。

【預金口座振替をご利用の場合】

振替日	下水道組合	つくばみらい市
10月31日(木)	—	水道料金 (8月使用分)
11月5日(火)	下水道使用料 (7月・8月使用分)	—
12月2日(月)※	下水道使用料 (11月5日の再振替のみ)	上下水道料金 (9月使用分)

※ゆうちょ銀行・郵便局以外の再振替は、12月3日(火)となります。

58 問 谷和原庁舎上下水道課 ☎ 2111 (内線8211)

4127 問 取手地方広域下水道組合業務課 ☎ 0297-74

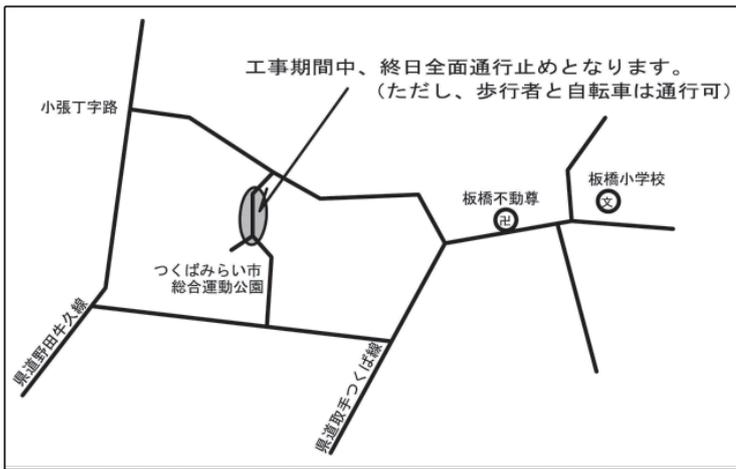
市道通行止めのお知らせ

総合運動公園正門前

小張の総合運動公園正門前において、道路拡幅工事を行います。工事期間中は全面通行止めの作業となるため、終日通ることができなくなります。ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしく願います。

▼工事期間：11月初旬～平成26年2月末（予定）

▼規制内容：終日全面通行止め（歩行者と自転車は通行可）



TX車両基地東側

首都圏新都市鉄道株式会社が行う、TX車両基地への入出庫線の複線化工事のため、市道129号線は、全面通行止となりますので、併設する仮設道路を通行してください。なお、仮設道路は、高さ制限3mとなります。高さ3m超の車両については、迂回路または国道294号線へ迂回してください。ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしく願います。

▼工事期間：11月～平成28年3月（予定）



▼規制内容：高さ制限3m
▼問い合わせ先
・工事関係：鉄道・運輸機構 谷鉄道建設所 ☎38-6366
・迂回路関係：市役所建設課

問 谷和原庁舎建設課 ☎58-2111（内線8186・8182）

消すまでは心の警報ONのまま ～秋季全国火災予防運動～

11月9日(土)～15日(金)までの7日間は、秋季全国火災予防運動が実施されます。火災が発生しやすい時期を迎えるにあたり、火災に対する意識を強く持ち、火災の発生を未然に防ぎましょう。

また、タバコの投げ捨ては絶対にしないでください。

いのちを守る7つのポイント

3つの習慣

- 寝たばこは、やめる。
- ストープは、燃えやすいものから離れた場所で使用する。
- ガスコンロなどのそばを離れる時は、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。
- 寝具や衣類からの火災を防ぐために、燃えにくい製品（防災製品）を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、消火器などを備える。
- 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。

国際シンボルマーク（車いすマーク）

国際シンボルマークは「障がいのある人々が利用できる建物や公共輸送機関であることを示す、世界共通のマーク」です。個人所有の車に表示しても、道路交通法上の規制を免除されたり、身障者等用駐車場が優先的に利用できるなどの証明にはなりませんのでご注意ください。

利用証は、県内および他県の一部でも使用できます。利用証発行には申請が必要です。該当要件がありますので、事前にお問い合わせください。

国際シンボルマーク・身障者等用駐車場の適正な利用に、ご理解とご協力をお願いします。

▽国際シンボルマーク
色Ⅱ青地に白



△いばらき身障者等用駐車場利用証

問 伊奈庁舎社会福祉課 ☎58-2111（内線9140）
住宅用火災警報器を
設置しましょう！

消防法により、すべての住宅に設置が義務付けられました。住宅火災の逃げ遅れ者を無くすためにも、設置しましょう。

▼設置が必要な場所：寝室／階段の上部（2階以上に寝室がある場合）

問 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

人間ドック・脳ドック

助成制度をご利用ください

市では、国民健康保険および後期高齢者医療保険に加入されている皆さんに、疾病の早期発見や生活習慣病の予防など、健康管理に努めていただくため、人間ドック・脳ドック健診の助成を実施していますので、ぜひご利用ください。

定員

国民健康保険に加入されている方
 ・人間ドック⇨先着50人
 ・脳ドック⇨先着15人
 後期高齢者医療保険に加入されている方

・後期高齢者医療保険料を滞納している方
 ・平成25年度に「みらい健診」を受診された方および受診予定の方

申し込み方法

助成申請書（受付窓口へ備え付け）に、必要事項を記入のうえ、提出してください。
 なお、申し込みの際は、印鑑、保険証および健康診査受診券を持参してください。

受付窓口

・伊奈庁舎国保年金課
 ・谷和原庁舎市民窓口課
 午前9時～午後5時（土、日、祝日を除く）

ご注意ください

・人間ドック、脳ドックを受診される方は、市が行う健康

助成額

・人間ドック⇨1万7千円
 ・脳ドック⇨2万8千円

対象者

◎満年齢40歳以上（健診当日）の国民健康保険加入者
 ◎後期高齢者医療保険加入者
 ただし、次の方は助成を受けることができません。
 ・国民健康保険税を滞納している方



診査（みらい健診）を受けるとはできません。両方受診した場合は、助成金を返還していただくこととなりますのでご注意ください。
 ・脳ドックの助成は、3年に1回となります。平成23・24年度に脳ドックの助成を受けられた方は、平成25年度は助成対象になりません。
 ・助成は、人間ドック、脳ドックのどちらか一方になります。
 ・詳しい検査項目・本人負担額などは、各医療機関にご確認ください。

申問 伊奈庁舎国保年金課 ☎
 58・2111（内線1185・1187）

実施医療機関	電話番号	国民健康保険加入者		後期高齢者医療保険加入者	
		人間ドック	脳ドック	人間ドック	脳ドック
筑波学園病院（つくば市）	029 - 836 - 1355	○	○	○	○
筑波記念病院 《つくばトータルヘルスプラザ》（つくば市）	029 - 864 - 3588	○	○	—	—
筑波メディカルセンター 《つくば総合健診センター》（つくば市）	029 - 856 - 3500	○	○	○	○
つくば白亜クリニック（つくば市）	029 - 837 - 0208	○	—	○	—
総合守谷第一病院《健康増進センター》（守谷市）	0297 - 45 - 5111	○	○	○	○
守谷慶友病院（守谷市）	0297 - 21 - 9101	○	○	○	○
JAとりで総合医療センター《健診管理センター》（取手市）	0297 - 74 - 5551	○	○	○	○
取手北相馬保健医療センター医師会病院（取手市）	0297 - 71 - 9500	○	○	○	○
ハートフルふじしろ病院（取手市）	0297 - 83 - 7177	○	○	○	○
丸野医院（取手市）	0297 - 74 - 4199	—	○	—	○
きぬ医師会病院（常総市）	0297 - 23 - 1771	○	○	○	○
牛久愛和総合病院《総合健診センター》（牛久市）	029 - 873 - 4334	○	○	○	○
つくばセントラル病院《健診センター》（牛久市）	029 - 874 - 7985	○	○	○	○
鳥越クリニック（牛久市）	029 - 874 - 8823	○	○	—	○
霞ヶ浦成人病研究事業団健診センター（阿見町）	029 - 887 - 4563	○	○	○	○
龍ヶ崎済生会病院（龍ヶ崎市）	0297 - 63 - 7111	○	○	○	○

復興庁に対し意見提出

復興庁が実施した「被災者生活支援等施策の推進に関する基本的な方針(案)」のパブリックコメント(意見募集)に関して、本市の意見を提出しました。

■提出した意見(原文)

「被災者生活支援等施策の推進に関する基本的な方針(案)」の中で、『20ミリシーベルトを下回るが相当な線量が広がっている地域においては、居住者等に特に強い健康不安が生じたと言え、地域の社会的・経済的一体性等も踏まえ、当該地域では、支援施策を網羅的に行うべきものと考えられる』と記載、さらに「東京電力原子力事故により被災した子どもをはじめとする住民等の生活を守り支えるため

の被災者の生活支援等に関する施策の推進に関する法律」第1条において、『当該放射性物質による放射線が人の健康に及ぼす危険について科学的に十分解明されていないこと等のため、一定の基準以上の放射線量が測定される地域に居住し、又は居住していた者及び政府による避難に係る指示により避難を余儀なくされている者並びにこれらの者に準ずる者(以下「被災者」という。』と定義されていることから、これまで、国が進めてきた放射能汚染対策の一定の基準に基づき、汚染状況重点調査地域の指定を受けた市町村を「支援対象地域」と指定すべき

と考える。

各施設放射線量率測定結果

単位：毎時マイクロシーベルト

施設別	施設名称(所在地)	測定日(10/2~7日)		
		測定値(地上50cm)	測定値(地上1m)	
保育所	1 伊奈第1(山王新田)	0.09	0.08	
	2 伊奈第2(小張)	0.08	0.08	
	3 伊奈第3(長渡呂新田)	0.07	0.08	
	4 伊奈第4(狸穴)	0.09	0.09	
	5 谷和原第1(仁左衛門新田)	0.09	0.09	
幼稚園	6 谷和原第2保育所 谷和原幼稚園(上小目)	0.12	0.11	
小学校	7 すみれ(下島)	0.08	0.08	
	8 わかくさ(板橋)	0.08	0.08	
	9 小張(小張)	0.10	0.11	
	10 豊(豊体)	0.12	0.11	
	11 谷井田(谷井田)	0.11	0.09	
	12 三島(下島)	0.10	0.10	
	13 東(足高)	0.09	0.10	
	14 板橋(板橋)	0.12	0.10	
	15 谷原(加藤)	0.10	0.10	
	16 十和(上長沼)	0.10	0.10	
	17 福岡(福岡)	0.09	0.09	
	18 小絹(小絹)	0.09	0.09	
	中学校	19 伊奈(市野深)	0.10	0.10
		20 伊奈東(南太田)	0.14	0.13
		21 谷和原(古川)	0.10	0.11
		22 小絹(絹の台)	0.10	0.10

※2月より第1月曜日週のみ、測定を実施しています。

地区別	施設名称	測定日(10/2~7日)	
		測定値(地上50cm)	測定値(地上1m)
小張	23総合運動公園	0.11	0.10
	24常総アイデンティグラウンド	0.06	0.06
	25消防団第1分団器具置場	0.17	0.14
豊	26伊奈庁舎	0.09	0.09
	27県立伊奈高等学校	0.07	0.07
	28県立伊奈特別支援学校	0.10	0.11
	29青木コミプラ	0.17	0.15
	30豊南部地区処理場	0.14	0.13
谷井田	31谷井田コミュニティセンター	0.14	0.14
	32中平柳地先	0.12	0.13
	33間宮林蔵記念館	0.23	0.21
三島	34山王新田農村公園	0.17	0.16
	35中島公民館	0.10	0.11
	36消防団第4分団器具置場	0.14	0.14
東	37浅間神社	0.16	0.13
	38さるまい自然公園	0.18	0.16
板橋	39勘兵衛新田児童公園	0.11	0.11
	40きらくやまふれあいの丘	0.17	0.16
	41歴史公園	0.19	0.17
	42高岡・狸穴処理場	0.16	0.14
	43板橋コミュニティセンター	0.13	0.11
	44消防団第6分団器具置場	0.17	0.15
谷原	45谷和原庁舎	0.15	0.14
	46下小目処理場	0.17	0.15
	47上小目中継ポンプ場	0.17	0.15
十和	48谷和原公民館十和分館	0.13	0.11
	49城山運動公園	0.12	0.12
	50樫木農村公園	0.13	0.13
	51真木集落改善センター	0.11	0.10
福岡	52谷和原公民館福岡分館	0.12	0.12
	53福岡堰さくら公園	0.12	0.12
	54消防本部東部出張所	0.12	0.12
小絹	55小絹コミュニティセンター	0.16	0.13
	56西ノ台桜の公園	0.17	0.17
	57小絹児童クラブ (ふれあいセンター内)	0.14	0.13
	58絹の台桜公園	0.12	0.12
	59細代新農村集落センター	0.14	0.12
	60古民家松本邸	0.19	0.17
	61絹ふたば文化幼稚園	0.07	0.07
	62ピジョンランド常総保育園	0.10	0.09
	63ちびっこハウスエンジェル	0.13	0.12
	みらい平	64みらい平ふたばランド 幼稚園・保育園	0.08
65あい保育園富士見ヶ丘		0.09	0.09
65ちょうちょう公園		0.13	0.12
66石の公園		0.09	0.10
	67てんとうむし公園	0.11	0.12

いつまでも”新米”ドライバーで

秋の全国交通安全運動(9月21日~30日)の一環として、運



安全運転を呼び掛ける片庭市長

転者への安全運転の啓発を行うため9月18日、板橋不動尊・板橋小学校前交差点において、街頭交通安全キャンペーンを開催しました。

当日は、片庭市長、常総警察

署長はじめ、さまざまな団体の皆さん約110人が参加し、”新米”ドライバーの頃の気持ちを

忘れず安全運転を心がけて欲しいと、つくばみらい市産新米コシヒカリを一人ひとりに手渡ししながら、安全運転を呼び掛けました。

谷和原中の江原さん 県U14クラブチャンピオンシップ男子バレーボール大会で優勝

第8回茨城県U14クラブチャンピオンシップ男子バレーボール大会が開催され、江原海都さん(3年)が所属するサンガイ

アJr.ユース(つくば市)が見事優勝し、茨城県代表として関東大会に出場しました。

江原さんは、谷和原中学校男子バレーボール部を引退後もクラブチームで練習に励んでおり、「最後の総体はケガで出場できなく悔しい思いをしたので、今回の優勝はうれしい。今後もバレーボールを続けるので、活躍できるように頑張りたい」と話してくれました。

全日本ジュニアソフトテニス大会

第24回全日本ジュニアソフトテニス大会が、8月16日から19日にかけて、千葉県白子町テニ



ベスト8に輝いた皆さん

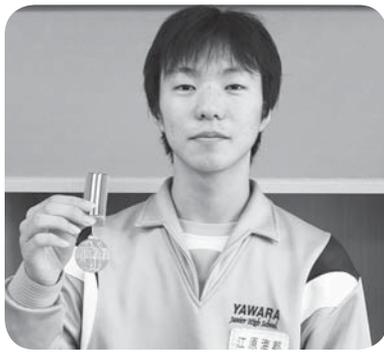
スコートにて開催されました。市スポーツ少年団「みらいジュニア」が出場し、ジュニアローリーグ女子団体で、ブロンク優勝し、決勝トーナメントに進出してベスト8に入賞しました。

「みらいジュニア」では、新団員を募集しています。低学年の子どもたちも多数在籍していますので、ぜひ一度体験にお越しください。

【質問】「みらいジュニア」代表

美濃政昭 ☎ 090-4025

6349



優勝した江原さん

さまざまなスポーツを満喫

第8回スポーツフェスティバル

秋空となった10月14日、第8回スポーツフェスティバルが総合運動公園で開催されました。

当日は、市内の各スポーツ団体の皆さんが、スポーツの楽しさを知っていただこうと、子どもから大人まで気軽に参加できる体験教室を開催しました。

今年も市内の立浪部屋から3人のお相撲さんが参加し、取り組みや大勢の子どもたちと綱引きなどをしました。

会場に訪れた皆さんは、思いのスポーツを体験し、スポーツの秋を満喫していました。



11月は「男女共同参画推進月間」

市では、男女共同参画推進に関する条例を定め、また、つくばみらい市男女共同参画都市宣言を行いました。しかし、まだまだ市民の皆さんには、周知されていないところがあります。男女共同参画の理解を深め、男女共同参画に関する推進活動が積極的に行われるよう、毎年11月を男女共同参画推進月間として取り組んでいます。

市においても、男性の育児参加促進やワーク・ライフ・バランスのきつかけづくりを目的として、12月に小学生とその父親を対象に「どすこい！クッキンググー！パパといっしょにクッキング」講座を実施します。また、次世代を担う若い世代が、男女共同参画を正しく理解し、それぞれの個性と能力を發揮できるように、平成21年度か

ら、11月を中心に「中学生出前講座」を実施しています。

「男女共同参画」標語募集

家庭や職場、学校、地域の中で「男女共同参画社会」について感じることなどを作品にしてみませんか。日常生活の中で親しみやすく取り組むイメージが持てるものを募集します。

男女共同参画の推進は、皆さん一人ひとりが、ほんの少し意識していただくことが、取り組みの第一歩となります。

性別にかかわりなくだれもが、個性や能力を發揮する機会がある

り、一緒に喜びも責任も分かち合うことで、思いやりあふれ、ともに輝く社会が実現します。私たちのまわりの男性と女性のパートナーシップについて、この機会に考えてみませんか？

限ります。

- ・応募作品の著作権は、つくばみらい市に帰属します。

- ・入賞作品は、市が推進する男女共同参画社会づくりの実現に向けた啓発事業（広報紙、HP、公共施設への掲示など）に使用します。
- ・発表は市のホームページでお知らせするとともに、入賞者には通知します。

申問 谷和原庁舎市民サポート課
☎58・2111（内線8141）

男女共同参画推進リーダーセミナーを開催

茨城県鹿行生涯学習センターでは、地域の男女共同参画を積極的に推進するリーダーとして必要な知識、先進的な実践に関する情報、ネットワークの活用など、専門的な研修を開催します。ご興味のある方はぜひご参加ください。

- ▼開催日：平成26年1月17日（金）～18日（土）（1泊2日）
- ▼会場：茨城県鹿行生涯学習センター
- ▼申し込み方法：電話

申問 茨城県鹿行生涯学習センター
茨城県女性プラザ課 ☎0299・73・3877（月曜日を除く、午前9時～午後9時）

男女共同参画推進事業

どすこい！クッキング！～パパと一緒にクッキング～ 参加者募集

今年も大人気の講座を開催！

お相撲さんに教わって、親子で一緒に「ちゃんこ鍋」をつくります。ふだん、お子さんとなかなか話す時間が取れない、というお父さんにも良いふれあいのチャンスです。

▼対象者＝市内在住の小学生とその父親（男性の保護者）

▼日時＝12月7日（土） 午前9時30分～午後2時30分

▼会場＝谷和原公民館

▼メニュー＝立浪部屋特製鶏つくね入りちゃんこ鍋

▼費用＝800円／人

▼定員＝12組（応募多数の場合は抽選となりますが、初めて参加される方を優先します）

※小学生は、1組2人までとします。

▼申込期間＝11月1日（金）～11日（月） 午前9時～午後5時（土、日、祝日を除く）

▼申し込み方法＝申込書に必要事項を記入のうえ、市民サポート課までご持参ください。郵送またはFAXでの申し込みも受け付けます。（郵送は11月11日（月） 必着）

※申込用紙は、谷和原庁舎市民サポート課（1階）にあります。また、市ホームページからもダウンロードできます。

▼主催＝つくばみらい市

▼協力＝立浪部屋

申問 谷和原庁舎市民サポート課
☎58・2111（内線8141）

①応募資格：市内在住または通学・通勤している方

②応募方法：応募用紙に必要事項を記入し、郵送、FAXまたは市民サポート課まで持参してください。

③応募期間：11月1日（金）～12月20日（金）

④20文字程度でご応募ください。

■注意事項

・作品は未発表で自作のものに

※応募用紙は市役所および各公共施設に用意してあります。

※応募用紙は市役所および各公共施設に用意してあります。

※応募用紙は市役所および各公共施設に用意してあります。

※応募用紙は市役所および各公共施設に用意してあります。

情報

お知らせ

— Information —

食生活改善推進員による

おやこの食育教室

生涯にわたる健康づくりの基礎は、子どもの時期の食習慣が大きく影響するといわれています。教室では、食事バランスガイドを学び、食事づくりを通して親子で食育を体験することができます。ぜひご参加ください。

▼対象者 市内在住の小学生とその保育者（対象外のお子さんをお連れの場合は、必ずご相談ください）

▼日時 11月24日(日) 午前10時～午後1時

▼会場 谷和原保健福祉センター
▼メニュー じんじんおにぎり、ハンバーグ、ごろごろサラダ、ミルクかん

募集します

市ターゲットボード ゴルフ大会参加募集

▼日時 11月16日(土) 午前9時開会 ※予備日、11月17日(日)

▼会場 さらくやまふれあいの丘

▼定員 40人（申込多数の場合抽選）

▼参加資格 市内在住・在勤者

▼参加費 無料

▼申込期限 11月8日(金)

▼**申問** 教育委員会生涯学習課

ポータル推進室 ☎58・4005

健康な体は食事から

ヘルシークッキング教室

時間をかけずにおいしくてヘルシーなメニューを調理実習してみませんか。今回のテーマは、「肥満を予防する食事」です。

▼日時 11月29日(金) 午前10時～午後1時

▼会場 谷和原保健福祉センター
▼メニュー 鶏肉のごま焼き、切り干し大根のザワークラウト風、きのこ長芋のバター焼き、みそ汁

▼費用 200円/人

▼定員 20人（申込多数の場合抽選）

▼申込期限 11月15日(金)

▼**申問** 市食生活改善推進協議会事務局（谷和原保健福祉センター内） ☎25・2100

※注意：①標語には、必ず「住警器」の語を入れてください。

②応募者の住所、氏名、年齢、電話番号を明記してください。

▼**申問** 常総地方広域市町村圏事務組合消防本部予防課住警器標語係 ☎0297・23・0904 / FAX 0297・22

▼**住所** 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ください。

▼日時 11月17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

～午後1時

▼会場 谷和原保健福祉センター
▼メニュー 鶏肉のごま焼き、切り干し大根のザワークラウト風、きのこ長芋のバター焼き、みそ汁

▼費用 200円/人

▼定員 20人（申込多数の場合抽選）

▼申込期限 11月15日(金)

▼**申問** 市食生活改善推進協議会事務局（谷和原保健福祉センター内） ☎25・2100

▼**住所** 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ください。

▼日時 11月6日(水) 午前10時～午後3時

▼場所 常陽銀行伊奈支店

▼**申問** 常陽銀行年金センター ☎029・300・2844

▼**住所** 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ください。

▼日時 11月17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

品・サービスを取り扱う銀行代

・3574 / E-mail joso.fd-yobouka@utopia.ocn.ne.jp

ご利用ください

常陽銀行 年金相談

常陽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、無料でご相談に応じ、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ください。

◎予約電話 ☎58・5552

▼日時 11月6日(水) 午前10時～午後3時

▼場所 常陽銀行伊奈支店

▼**申問** 常陽銀行年金センター ☎029・300・2844

▼**住所** 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ください。

▼日時 11月17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

品・サービスを取り扱う銀行代

理業者です。
申問 谷和原郵便局 ☎ 52-2001

お知らせします

集積所の適正な管理のお願い

最近ゴミ集積所（ゴミ置場）に「分別不十分なため収集できないゴミ」がそのまま放置されていることが多数あります。

集積所の維持管理（清掃・修繕・改良など）は、そこを使用する皆さんで行っていただくことになっていきます。収集できないゴミが放置されますと、臭いや散乱など、管理する皆さんに

多大な迷惑が掛かります。ごみの出し方については「家庭ごみ分別の手引き」を参考に

して、当該ゴミ収集日の朝8時までに集積所に出してください。テレビなど家電4品目・建築廃材など、収集できないゴミが長期間集積所に放置されている場合は、生活環境課まで連絡してください。

問 谷和原庁舎生活環境課 ☎ 58-2111（内線8136）

農業委員会各種申請

11月の各種申請の受付期間は次のとおりです。

▼受付期間 11月11日(月)～14日(木)
※定例総会は、11月25日(月)の予定です。

『平成26年つくばみらい市成人式』

平成26年の成人式は、次の日程で開催します。

【日 時】平成26年1月12日(日)
午後1時30分 式典開式
(受付…午後0時30分から)

【会 場】総合運動公園体育館
(小張1770)

【対象者】平成5年4月2日～

平成6年4月1日生まれの方

※対象の方には、12月上旬に案内状を送付します。

※住民票を市外に異動している方で、市成人式に参加を希望される方は、生涯学習課までご連絡ください。

問 教育委員会生涯学習課 ☎ 58-2111（内線9312）

申問 谷和原庁舎農業委員会事務局 ☎ 58-2111（内線8120）8122

「親が変われば、子どもも変わる運動」推進講演会

青少年をめぐる問題が深刻化しているなか、親・大人が自らを振り返り、家庭や学校、さらに地域全体で、次の世代を担う青少年の健全育成を目的に開催します。

どなたでも自由に参加できます。皆さんのお越しをお待ちしています。

※託児（生後6カ月以上）を希望する方は、11月8日(金)までに生涯学習課へご連絡ください。(無料)

▼日時 11月16日(土)

▼開場 午後1時

▼開演 午後1時30分

▼会場 さらくやまふれあいの丘 世代ふれあいの館

▼入場料 無料

▼共催 青少年育成つくばみらい市市民会議／つくばみらい市PTA連絡協議会

▼講師 佐藤 みよ子氏

▼内容 青少年を取り巻く課題への対応をテーマに講演します。

問 青少年育成つくばみらい市市民会議事務局(教育委員会生涯学習課内) ☎ 58-2111（内線9314）

市内一斉清掃 ご協力をお願いします

市では環境美化運動の一環として、ボランティアの市民参加による市内一斉清掃(クリーン作戦)を実施します。

ご参加、ご協力をお願いします。

▼日時 11月24日(日) 午前8時頃から2時間程度

※小雨決行(荒天の場合は12月1日(日)になります)

※時間は目安です。各地域の都合に合わせて実施してください。

▼場所 地域の道路など清掃可能な公共の場所

問 谷和原庁舎生活環境課 ☎ 58-2111（内線8136）

第9回城山の里まつり

城山を考える会では、毎年恒例の里(秋)まつりを開催します。自然豊かな里山の中で、地元で採れた野菜を使つての豚汁作りをはじめ、かまど炊飯作りや手打ちそば作りなど、さまざまなイベントを行います。

また、わたあめ・焼き芋・野菜の直売コーナーも設けます。

ご家族・ご友人をお誘いあわせのうえ、里山の秋を味わいにいらしてください。

(次ページへ)

～おかしな電話勧誘を受けた時は、市消費生活センター(☎25-3288)までご連絡ください～

※企画が変更になる場合があります。

▼日時 11月30日(土) 午前9時
午後2時(雨天中止)

▼場所 城山運動公園野球球場周辺
▼料金 入場料無料(模擬店は有料)

問 NPO法人城山を考
会(代表) 横田 8090・
8039・9090

あなた一人で悩んでいませんか

人はみんな人権があります。それぞれが個人として人権を尊重されなければなりません。しかし、残念ながら女性に対する人権侵害が依然として発生しており、大きな社会問題となっています。

水戸地方事務局および茨城県人権擁護委員連合会は、悩みを持った女性が気軽に相談できる専用の電話「女性の人権ホットライン」を設置しています。

職場における男女差別やセクハラ、夫・パートナーからの暴力やストーカーなどの女性に対するあらゆる人権侵害について、お気軽にご相談ください。秘密は厳守します。

- ◇全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間の実施
- ▼期間 11月18日(月)～24日(日)
- ▼時間 午前8時30分～午後7時

※ただし、土・日曜日は午前10時～午後5時

▼相談員 法務局職員または人権擁護委員

▼全国共通ナビダイヤル 0570・070・810

問 水戸地方事務局人権擁護課
8029・227・9919

元気がばらつき就職面接会開催のご案内

学生を除く若者や求職中の方を対象に、合同就職面接会を開催します。複数の企業の人事担当者と直接お会いできるチャンスですので、ぜひご参加ください。参加費は無料です。履歴書は複数お持ちください。

▼日時 12月3日(火) 午後1時30分～3時30分(受付：午後1時) 面接会

※予約不要
▼場所 県土浦合同庁舎(土浦市真鍋5-17-26)

▼対象者 学生を除く若年者や離職中の求職者
▼参加企業数 約20社
※会場内に事業所ごとにブースを設置し、各事業所の採用担当者と一緒に会話し、対面方式により面接選考や企業説明を行う面接会です。

※参加予定企業などの最新情報は、「元気がばらつき就職面接会」のホームページをご確認ください。

<http://www.pref.ibaraki.jp/bukyoku/syounkou/rosei/h25menseu/index.html>

問 いばらき就職支援センター
県南地区センター 8029・825・3410

自衛官募集

▼試験種目 陸上自衛隊高等工科学校生徒(一般)
▼受験資格 男子で中卒(見込み) 17歳未満の者

▼受付期間 11月1日(金)～平成26年1月10日(金)

▼試験期日 第一次試験：平成26年1月18日(土) 第二次試験：平成26年2月1日(土)～4日(火)の間の指定する1日

問 自衛隊茨城地方協力本部
龍ヶ崎地域事務所(龍ヶ崎市寺後3629-5) 80297・64・3351 URL <http://www.mod.go.jp/pc/ibaraki/>
E-mail hql-ibaraki@pc.mod.go.jp

住生活総合調査にご協力ください

施策の推進に必要な基礎資料を得るため、住生活全般に関する実態や居住者の意向・満足度などを総合的に調査するものです。

今回は、10月に実施された住宅・土地統計調査(総務省)に回答いただいた世帯から、茨城県が無作為抽出した世帯が対象です。調査をお願いする皆さんには、重ねてお手数をおかけすることとなりますが、ご協力のほどよろしくお願い致します。

▼調査の目的 今回の調査では、住宅や世帯の実態を把握するデータ(土地統計調査(総務省)のデータをリンク(かけ合わせ))して集計・分析することにより、データの有効活用を図り、今後の施策の推進に必要な基礎資料を効果的に得られるよう工夫しています。

▼調査の期日 12月1日(日)現在より行います。
▼調査の対象 リンケージ集計を行うことから、平成25年住宅・土地統計調査の対象となる世帯から抽出した普通世帯について行います。

▼調査機関 国土交通省が主管し、各都道府県、市町村の協力のもとに実施します。

▼調査の方法 11月21日(木)から12月10日(火)までの間に、統計調査員証を持った調査員が対

象となった世帯を訪問し、調査票を配布・回収する方法により行います。

▼主な調査項目 ①現在お住まいの住宅およびそのまわりの環境の評価について ②最近の居住状況の変化について ③住宅の住み替え・改善の意向について

▼調査結果の公表 調査結果は、全国のほか、地方ブロック別市部郡部別にまとめられ、公表されます。これらの結果は、インターネットで閲覧できるほか、報告書にもまとめられ、住生活の安定・向上に係る総合的な施策を推進する上で基礎資料として利用されるとともに、広く国民一般の利用に供されます。

問 谷和原庁舎都市計画課 802111(内線8162) 家屋の取壊し

固定資産税は、1月1日に、土地・家屋を所有している方に1年分の税金が課税されます。そのため、年内に家屋(居宅・店舗・倉庫・物置・車庫・外便所など)を取壊し(一部取壊しも含む)ても、年内中に連絡がない場合には、来年度も引き続き、課税されたままとなってしまう。

取壊した家屋への課税を防ぐためにも、取壊しをした場合に

は、すぐにご連絡ください。連絡後、職員が取壊しの確認に伺います。

問 伊奈庁舎税務課固定資産
係 電話 58・2111 (内線
1136・1137)

税理士による 無料税務相談会

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。予約制となりますので、事前に電話でご連絡をお願いします。

▼日時 11月12日(火)・26日(火)
※1人、40分程度

▼場所 関東信越税理士会土浦支部
支所 税務相談所 (土浦市東真鍋町2-5 土浦市民会館東隣)

※相談予約受付時間は、月～金曜日、午前10時～午後2時(祝日を除く)です。

申問 関東信越税理士会土浦支部
電話 029・824・5055

多重債務相談窓口

返済のために借金を重ねている、返済しているのに元本が減らない。状況をお聞きし、債務整理のアドバイスや法律専門家への引継ぎをしています。相談無料。秘密は守ります。

問 財務省関東財務局水戸財務事務所
多重債務相談窓口 電話

029・2211・3190 (平日、午前8時30分～正午/午後1時～4時30分)

不妊に関する 市民公開講座

▼日時 11月24日(日) 午前10時～午後0時20分

▼場所 つくば国際会議場 大会議室101

▼内容 ①不妊カプルの心理とサポートについて ②不妊症をなおす安心安全な治療と手術 ③がんに負けない未来の不妊治療

問 茨城県保健福祉部子ども家庭課
児童育成・母子保健グループ
電話 029・301・3257

いいお産の日

◇いいお産の日 in つくば「産んでゴールじゃない! 快適お産おっぱいライフ」

▼日時 11月2日(土) 午後0時30分～4時30分

▼場所 LALAガーデンつくば ※入場無料 (一部有料イベントあり)

▼イベント 助産師相談、動物占い相談ブース、授乳ショーなど

申問 NPO法人子連れスタイル推進協会
E-mail: info@akufam.com
H.p.: http://akufam.com/

◇いいお産の日 in 守谷 9年

ぶりの開催! 「家族みんなでいいお産」

▼日時 11月4日(祝) 午前10時～午後4時30分

▼場所 イオンタウン守谷 ※入場無料 (一部有料イベントあり)

▼イベント 助産師相談、キッズヨガ、マタニティヨガ、抱っこひもショーなど

申問 もりや子育てネット
ワークまもり E-mail: 1103@mamamori.net
H.p.: http://mamamori.net

第27回茨城県 水際線シンポジウム

茨城県の美しい水際線を守るとともに、潤いのある水辺環境の創造によって地域の活性化を図るため、水際線を活用した地域づくりについて、県民の皆さんと一緒に考えるシンポジウムを開催します。皆さんのご参加をお待ちしています。

▼日時 11月19日(火) 午後1時15分～4時30分

▼場所 下妻市民文化会館

▼内容 テーマ『川と人とのふれあい』水辺を活かした地域づくり

・基調講演: 宮村 忠氏 (関東学院大学名誉教授)
・パネルディスカッション
▼入場料 無料 (どなたでも自

由に参加できます)

問 茨城県土木部河川課

電話 029・301・4485 / 下妻市建設課 電話 0296・43・2111 (内線1712)

みんなで楽しむ音楽会

市内の音楽同好会サークルによる合同演奏会を開催します。秋の一時をみんなで楽しむことのできる音楽会! 多くの方とのふれあいのできる音楽会! 皆さんのご来場をお待ちしています。

▼日時 11月17日(日) 午後0時45分開場、午後1時15分開演

▼開場 さらくやまふれあいの丘世代ふれあいの館

▼入場料 無料

▼主催 市文化協会洋楽部

▼後援 市教育委員会

問 久積 電話 58・6086

第13回 音の泉 オータムコンサート

地元で日々研鑽を積んでいる音楽家たちのクラシックコンサートです。ソプラノ、ピアノ、フルート、ヴァイオリンの演奏があります。お誘い合わせのうえ、お越しください。

▼日時 11月3日(日) 午後1時10分開場、午後1時30分開演

▼場所 守谷中央公民館
問 音の泉 高橋 電話 52・7524

包丁研ぎ教室

毎日美味しい料理を作るために、市ボランティア団体「みらい研ぎクラブ」では、数回に分けて包丁研ぎ教室を開催します。お気軽にご参加ください。

▼日時 11月17日(日) 午前10時～正午

▼会場 谷和原公民館(調理室)

▼定員 16人(先着順)

▼申込期限 11月9日(土)

▼費用 無料

▼持ち物 包丁(2丁まで)

▼対象者 市内在住者

申問 遠藤 電話 090・2635・8154

図書館だより

利用カードの更新手続きを

お願いいたします

利用カードの有効期限は、登録日から5年間です。登録日とは、利用カードを作成した日または前回更新手続きをした日です。引き続きご利用を希望される方は、更新の手続きが必要です。有効期限が切れる前に、更新してください。

利用カードの更新は、登録内容（氏名・住所・電話番号など）に変更がないか確認させていただくためにも、必要な手続きです。ご協力をお願いします。

更新方法

利用カードと現住所を確認できるもの（運転免許証・健康保険証など）をカウンターへお持ちください。

中学生以上の方は、登録者本人からの申請が必要です。小学生以下の場合は、保護者からの

や当館ホームページのテーマ別検索「新着CD・DVD」をご覧ください。

■CD

渡部陽一わたべ しょういちの世界名作童話劇場 日本篇／佐村河内守さむら こうち交響曲 第1番《HIROSHIMA》

／アップ・オール・ナイト（ワン・ダイレクション／演奏）
／KANJANI∞BEST
2004・2012 BEST ALBUM ほか

■DVD

一般向け：燃えよドラゴン／ツリー・オブ・ライフ／俺たちに明日はない ほか

児童向け：火垂るの墓／くまのプーさん／リロアンドスティッチ ほか
貸出中の場合は予約ができませんので、カウンターでご確認ください。

また、貸出は視聴覚資料（CD・DVDなど）で3点となります。

新しいCD・DVDが 入りました!

詳しくは、館内に掲示している「新着CD・DVDリスト」

図書館休館日

本館・分館共通

11月4日(月) 11日(月)
18日(月) 25日(月)
29日(金)

おはなし会

11月9日(土) (虹の会)
11月23日(土) (図書館)
午後2時
3歳ぐらいから

開館時間

午前10時～午後6時

図書館へのお問い合わせ

みんなのとしよかん
☎ 58-3710

くらしのQ&A

送りつけ商法

Q

送りつけ商法が多いと聞きましたが、具体的な手口について教えてください。(60代、女性)

A

注文した覚えがないのに「以前、注文のあった健康食品を代金引換で送る」と電話があり、断っても商品が送られてきたという相談が多く寄せられています。

一方的に商品を送りつけられた場合は、安易に受け取らないようにしましょう。代金支払いの義務も、商品を受け取る必要ありません。業者名や連絡先をメモしておくことも大切です。

新たな手口で「魚介類を代金引換で送る」とハガキが届いたが、注文した覚えがないという相談もあります。

その商品、頼んでもますか？

また、「注文のあった健康食品を送る」と電話があったので「頼んでいない」と断ると、後日「損害賠償請求書」が郵送されてきたというケースもあります。書面に「法的手段を取る」などと不安をおぼるような脅し文句が書いてあっても、注文した覚えのない請求なら、支払わずに無視して、相手には連絡しないでください。

困ったときは、市消費生活センターへご相談ください。



問 市消費生活センター
(谷和原庁舎1階) ☎ 25
3288

健康フェスタ開催

●日時 **12月14日(土) 午前9時30分～午後3時30分**

●会場 **谷和原保健福祉センター**

問 健康増進課（谷和原保健福祉センター内） ☎25 - 2100

健康づくりについて楽しみながら学べるイベントです。お子さんから大人まで体験できるコーナーを用意して皆様のご来場をお待ちしています。

＜事前に予約が必要なイベント＞	時間	定員	申込期限
1 運動体験教室 (1) わんぱく親子体操 講師：日本3B協会指導員 中村 久代子氏 (2) ハリ・コリ・痛みを予防する ボディバランス教室 講師：ボディバランスインストラクター 長 由貴氏 (3) 誰でも簡単！ イスを使ってできる疲労回復体操 ※①か②のどちらか一方をお選びください。 講師：健康運動指導士 岡野 陽介氏	午前10時～11時30分 ※対象：満3歳～就学前までのお子さんとその保育者	10組	11月1日(金)～15日(金)
	午後1時30分～2時30分 ※対象：満18歳以上で、運動制限のない方	20人	
	①午後1時30分～2時15分 ②午後2時15分～3時 ※対象：満18歳以上の方	各25人	
2 ヘルスメイトによる手作りおやつ教室～親子でクッキング～ ＜メニュー＞かぼちゃの蒸しパン ※①か②のどちらか一方をお選びください。	①午前10時～11時30分 ②午後1時30分～3時 ※対象：3歳～小学生までのお子さんとその保育者 (対象以外のお子さんをお連れになる場合は、必ずご相談ください)	各20人	11月1日(金)～12月13日(金)
3 講演会 こころの健康づくり講演会 演題：更年期とうつについて 講師：茨城県立医療大学 医学博士 山川 百合子氏	午前10時～11時30分	50人	

●予約制イベントの申し込み方法

- ・健康増進課（谷和原保健福祉センター内）窓口または電話 ☎25-2100
- ・申込受付時間…午前8時30分～午後5時15分（土・日・祝日を除く）

※市内在住の方が対象です。

※申し込みは、先着順となりますので、定員になり次第締め切らせていただきます。

＜予約なしイベント＞	時間
1 健康チェックコーナー ・血管年齢測定 ・骨密度測定（負担額200円）・栄養相談	午前9時30分～午後3時30分
2 歯科コーナー 歯科医師による歯科相談	①午前9時30分～11時30分 ②午後1時30分～3時30分
3 キッズ・パパママコーナー ・エプロンシアター ・赤ちゃん人形抱っこ体験 ・妊婦体験 など	午前9時30分～午後3時30分

※そのほか、健康関連展示コーナー、手洗いチェックコーナー、クイズ、スタンプラリーなどがあります。参加賞もご用意していますので、ぜひ来場ください。

国民健康保険に加入している40歳以上の方へ

「特定健康診査・特定保健指導」を受けて“生活習慣病”を予防しよう

特定健康診査は、40歳から74歳の方を対象に、血液などの検査項目に腹囲測定を含む内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）に着目した、生活習慣病を予防するための健診です。

生活習慣病とは、食生活や喫煙、飲酒、運動不足など生活習慣との関係が大きい、心疾患、糖尿病、高血圧症、高脂血症（脂質異常症）などの病気のことです。

進行しても自覚症状に乏しいため、気がついたときには病状が

特定健康診査を受けるには1〜3の方法で

受診してください（年度内の重複受診は不可）

1. みらい健診②で受診

特定健康診査受診券（うぐいす色）、国民健康保険証、自己負担額を持参し、みらい健診②会場で受診してください。

2. 契約医療機関で受診

特定健康診査受診券（うぐいす色）、国民健康保険証、自己負担額を持参し、ご希望の契約医療機関で受診してください。（医療機関へ事前予約が必要で

かなり進行している場合があります。

特定健康診査の結果に基づき、生活習慣病になるリスクの高い方には、保健師、栄養士などから生活習慣改善の具体的なアドバイスなどが無料で受けられる、特定保健指導の案内をします。

特定健康診査を受けていない方は、年1回必ず受診し、ご自身の健康状態をチェックしましょう。

特定健康診査契約医療機関については、受診券に記載されています。

3. 市国保ドック費用助成制度を利用したドックで受診

ドック助成券、国民健康保険証、自己負担額を持参し、ご希望の契約医療機関で受診してください（国保年金課へ助成券の申し込みおよび医療機関へ予約が必要です）。ドック契約医療

機関および助成額については、広報11月1日号8ページでご確認ください。

※平成25年4月1日までに国民健康保険に加入されている40歳以上の方には、4月に特定健康診査受診券を送付しています。

成人歯科検診のお知らせ

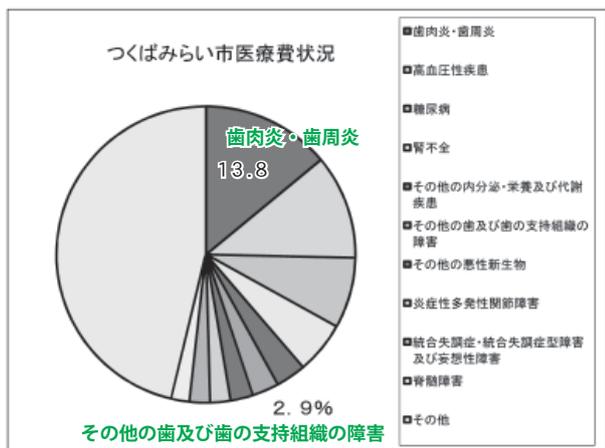
『歯周病』とは、歯周組織が歯垢（プラーク）に含まれている「歯周病菌（細菌）」に感染し、歯肉（歯茎）が腫れたり、出血したり、最終的には歯が抜けてしまう歯周組織の病気の総称です。国の調査によると歯周病は、日本人が歯を失う最大の原因となっております。

35歳以上になると実に80%の人に歯周炎が見られるようになり、50歳を境に歯を失う割合が急増します。また、心臓病や糖尿病、喫煙、ストレスなどと密接に関係し、生活習慣病ともいわれ、全身に影響を与えることがわかっています。

（平成25年4月2日以降に国民健康保険に加入された方で、受診を希望される方は、国保年金課までお問い合わせください）

58問 伊奈庁舎生国保年金課 2111（内線1185） ☎

平成24年5月診療分（入院外）



市でも歯肉炎や歯周炎で受診される割合が多くなっています。定期的に検診を受け、自分の歯の状態を正しく知り、生活習慣の見直しをしてみましよう。市では、18歳以上の方を対象に、次の日程で成人歯科検診を実施しますので、ぜひこの機会に歯とお口の健康チェックをしましょう。

【成人歯科検診日程】

実施日	受付時間	会場	申込期間	申し込み方法
12月14日(土)	午前9時30分～11時30分 午後1時30分～3時30分	谷和原保健福祉センター	11月11日(月)～29日(金)	①申込受付専用電話 ☎25-2983 ②谷和原保健福祉センター窓口（土、日、祝日を除く、午前9時～午後5時）

■負担額：500円

- ① 問診
- ② 歯肉出血検査
- ③ 歯科診察
- ④ ブラッシング指導

問 健康増進課（谷和原保健福祉センター内） ☎25-2100

みらい健診②を受けましょう！

予約なしで最寄りの会場で健診が受けられる、みらい健診②が始まります。

【健診項目】

※胃がん検診はありません。
 ■基本健康診査・特定健康診査・後期高齢者の健康診査

■胸部検診・肺がん検診・喀痰細胞診(検診当日容器を配布し、後日回収)・大腸がん検診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診・血清クレアチニン検査

※詳しくは「市健康管理予定表」や「市ホームページ」をご覧ください

予約なしで最寄りの会場で健診が受けられる、みらい健診②の受診となります。

【特定健康診査自己負担額無料制度】

市では、今年度から節目の年齢の方を対象に「特定健康診査自己負担額無料制度」を開始しました。対象となる方は、国民健康保険に加入している方で、表の生年月日の方です。この機会にぜひ特定健康診査を受診してください。

【大腸がん検診無料クーポン券】
 【肝炎ウイルス検診無料クーポン券】

■健診当日は被保険者証(健康保険証)を必ずお持ちください。

実施日	会場・受付時間	
	午前9時30分～11時	午後1時30分～3時
10月30日(水)	総合運動公園研修道場	
10月31日(木)	谷井田コミュニティセンター ※	
11月1日(金)	小絹コミュニティセンター	
11月5日(火)	台営農研修センター ※	
11月6日(水)	三島小学校 ※	板橋コミュニティセンター
11月7日(木)	板橋コミュニティセンター	
11月13日(水)	きらくやまふれあいの丘すこやか福祉館	
11月14日(木)	小絹コミュニティセンター	
11月15日(金)	谷和原保健福祉センター	
12月4日(水)	谷井田コミュニティセンター ※	
12月5日(木)	谷和原保健福祉センター	
12月6日(金)		
平成26年2月9日(日)		

※車でのご来場はご遠慮ください。

対象となる方には「大腸がん検診無料クーポン券」「肝炎ウイルス無料クーポン券」を5月に郵送しました。

【社会保険被扶養者などの、がん検診受診などについて】

市が行うがん検診・肝炎ウイルス検診は、ご加入の被保険者証(健康保険証)の種類に関係なく、受診することができます。また、みらい健診で特定健康診査の受診を希望する場合は、事前にご加入の各医療保険者にお問い合わせください。

■平成25年度無料対象生年月日

対象生年月日	対象内容
S 47. 4. 2～S 48. 4. 1	■特定健康診査 自己負担額無料 ■大腸がん検診 無料クーポン券 ■肝炎ウイルス 検診無料クーポン (該当になる方で、 過去に市の肝炎ウ イルス検診を受診 した方は対象外)
S 42. 4. 2～S 43. 4. 1	
S 37. 4. 2～S 38. 4. 1	
S 32. 4. 2～S 33. 4. 1	
S 27. 4. 2～S 28. 4. 1	
S 22. 4. 2～S 23. 4. 1	
S 17. 4. 2～S 18. 4. 1	

市民公開講座にご参加ください

県民健康フォーラムin県南

きぬ医師会などでは、生活習慣病を予防するための公開講座を開催します。予約・参加費は不要です。お気軽にご参加ください。

▼日時：11月2日(土) 午後2時
 ▼会場：守谷市中央公民館(守谷市百合ヶ丘2-2540)

1)

▼内容：講演「免疫と長生き」

講師 順天堂大学医学部免疫学特任教授 奥村 康先生

23 1771
 問 きぬ医師会 ☎0297

生活習慣病予防対策推進事業地域フォーラム

つくば市医師会などでは、生活習慣病を予防するための公開講座を開催します。予約・参加費は不要です。お気軽にご参加ください。

▼日時：11月16日(土) 午後1時～午後4時30分

▼会場：つくば市市民ホールやたべ(つくば市谷田部471-1)

▼内容：第1部「認知症予防のために良い生活習慣(講演)」

／第2部「自身の認知度を調べてみましょう」／第3部「認

知症の進行を止め、すこやかな老後をおくるために(講演)

／第4部「パネルディスカッション」もう怖くない認知症

／第5部「医療相談と各種検査」

問 つくば市医師会 ☎0297-877-1414

からだにやさしいサイバーナイフ治療

昨今、「切らずに治すがん治療」として、サイバーナイフによる定位放射線治療が注目されています。「サイバーナイフ」定位放射線治療「いずれも聞き慣れない言葉ですが、どういうもので、どういう治療が可能なのか」という事を、実際の経験を踏まえながら分かりやすくお話します。参加費は無料です。お気軽にお申し込みください。

▼日時：12月7日(土) 午後2時30分～4時15分

▼会場：谷和原保健福祉センター

▼講師：つくばセントラル病院 サイバーナイフセンター長 土田 幸広 医師

▼定員：50人

※定員になり次第締切

申問 特定医療法人つくばセントラル病院地域連携室 ☎029-874-8592

ノロウイルス・RSウイルス

感染症に注意ください

11月に入ると、ウイルス性胃腸炎（ノロウイルス）や呼吸器感染症（RSウイルス）が流行し始めますので、ご注意ください。

●ノロウイルスとは？

ノロウイルスは、感染性胃腸炎の原因となるウイルスのひとつで、毎年11月から翌年4月にかけて多発します。また、その感染力は非常に強く、多くの遺伝子型が存在するため、一度感染しても、異なったタイプのウイルスに感染して、再び同じような症状に見舞われることもあります。抵抗力の弱い乳幼児や高齢者では、重症化することもありますので、特に注意が必要です。

●どんな症状？

ノロウイルスの潜伏期間は、24〜48時間です。主な症状は、下痢・吐き気・おう吐・腹痛・発熱などです。こうした症状が1〜2日続いた後、治癒します。治癒した後、ふん便からのウイルス排出は1週間程度、長いと1カ月程度続くため、注意が必要です。

●感染予防のポイント

ノロウイルスは、ウイルスに触れた人や食べ物から感染するため、次のことに十分注意して

ください。

- ・食品は中心部までしっかりと加熱する。（ノロウイルスに汚染されている食品でも、「中心温度85℃以上で1分以上の加熱」をすれば、感染性はなくなる）
- ・調理器具は洗剤で十分に洗浄したあと、同様に加熱殺菌するか、塩素系漂白剤で消毒する。
- ・ふん便や吐物の処理には、使い捨てマスクと手袋を使用する。
- ・おう吐物で汚れた床や衣類は、塩素系漂白剤で消毒する。
- ・おう吐物などを処理したあとは、流水で十分に手洗いとうがいをする。

●症状がでたら・・・

脱水にならないように十分に水分をとり、おう吐や下痢、腹痛などの症状が出たときには、早めに受診をしてください。また、感染の疑いがあるときには、調理に従事しないようにしましょう。

◆RSウイルス感染症とは？

急性呼吸器感染症で、毎年11月から翌年1月に流行し、乳児の半数以上が1歳までに感染し、その後も再感染を繰り返します。

◆どんな症状？

接触や飛沫（唾液など）を介して気道に感染し、2日〜1週間（通常4〜5日）の潜伏期間の後に、発熱、鼻水、咳などの症状がでます。息を吐くときに、ゼーゼー、ヒューヒューという呼吸音があるのが特徴で、乳幼児特に生後6カ月以内の乳児）

小児肺炎球菌ワクチンが切り替わります

切り替わります

市では、肺炎球菌が引き起こす髄膜炎や敗血症、肺炎などの重い病気を防ぐため、生後2カ月から生後60カ月に至るまでの間にあるお子さんを対象に、小児肺炎球菌ワクチンを定期予防接種として実施しています。

11月1日金の国の制度改正により「プレベナー（沈降7価肺炎球菌結合型ワクチン）」から「プレベナー13（沈降13価肺炎球菌結合型ワクチン）」へ一斉に切り替わります。

これにより、初回接種時に生後2カ月から生後7カ月までに至るまでの間にある方の追加接種の間隔について、10月31日（木）までは、初回接種後60日以上の間隔をおいて行うことになっていましたが、11月1日（金）からは、初回接種後60日以上の間隔をおいた後であって、生後12カ月に至った日以降に行う事になりま

の場合、重症化しやすい傾向にありますので、注意が必要です。

◆感染予防のポイント

接触や飛沫により感染しますので、手洗いとうがいを行いましょう。

◆症状がでたら・・・

気管支炎の咳は、気温の変化

すので、接種間隔に注意し、予防接種のスケジュールを組み立ててください。

なお、すでに「プレベナー」で数回接種している場合は、残りの回数を「プレベナー13」で接種しますので、切り替えによる接種回数などの変更はありません。

【接種スケジュール】

1. 開始が生後2カ月から生後7カ月に至るまでのお子さん

初回接種については27日以上の間隔をおいて3回、追加接種については生後12カ月以降に、生後12カ月から生後15カ月に至るまでの間を標準的な接種期間として、初回の3回目接種から60日以上の間隔をおいて1回接種します。ただし、初回の2回目および3回目の接種は、生後12カ月に至るまでに完了させる必要があります。それを超えた場合は行いません（追加接種は

が激しくなると出やすく、湿度に気を付け、せき込んだ時にはだっこしたり、上半身を起こして背中をさすったりすると少し楽になります。また、熱があるときには、脱水予防や痰を出しやすくするために、水分を十分に摂りましょう。

実施可能）。

2. 開始が生後7カ月に至った日の翌日から生後12カ月に至るまでのお子さん

初回接種については27日以上の間隔をおいて2回、追加接種については生後12カ月以降に、初回の2回目接種から60日以上の間隔をおいて1回接種します。ただし、初回の2回目の接種は、生後13カ月に至るまでに完了させる必要があります。それを超えた場合は行いません（追加接種は実施可能）。

3. 開始が生後12カ月に至った日の翌日から生後24カ月に至るまでのお子さん

60日以上の間隔をおいて2回接種します。

4. 開始が生後24か月に至った日の翌日から生後60か月に至るまでのお子さん

1回接種します。

問 健康増進課（谷和原保健福祉センター内） 2100 2100

保健だより

【健康増進室12月スケジュール】

健康増進室のご利用案内

- 火～土…午前9時～午後8時30分
- 日曜日…午前9時30分～午後7時30分(月曜日休室)
- 料 金…1回あたり150円(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※1」を受けてください。

	期 日	開始時間	使用料
健康増進室 利用講習会※1 (1時間30分程度)	1日(日)	午後1時	無料
	6日(金)	午後1時	
	14日(土)	午後1時	
	20日(金)	午後6時30分	

- 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。
- 定員=各日8人(予約制)
- 申し込み方法=電話または窓口で直接お申し込みください。申し込みは、本人、家族のみです。

	期 日	開始時間	使用料
肩こり・ 腰痛体操 (1時間程度)	3日(火)	午前11時	150円
	10日(火)		
	17日(火)		
	24日(火)		
バランスボール・ シェイプアップ (1時間程度)	4日(水)	午前11時	150円
	11日(水)		
	18日(水)		
	25日(水)		
チューブ運動 (1時間程度)	5日(木)	午前11時	150円
	12日(木)		
	19日(木)		
	26日(木)		
バランスボール・ リフレッシュ (1時間程度)	6日(金)	午前11時	150円
	13日(金)		
	20日(金)		
	27日(金)		

- ◎ミニ教室※2の使用料には、健康増進室使用料を含みます。
- 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(予約制・定員になり次第終了)
- 申し込み方法=電話でお申し込みください。2日目以降は窓口でも可。申し込みは、本人、家族のみです。(都合により、休講または変更する場合があります)※バランスボールはどちらか一方

<講習・ミニ教室申込期間>

11月18日(月)から受け付けます。(土・日・祝日を除く)
午前8時30分～午後5時15分

①健康増進課(谷和原保健福祉センター内) ☎25-2100

○相談

	日 時	会 場
移動 健康相談 (予約不要)	18日(月) 午前9時30分～11時30分	杉下公民館 ※車でのご来場は ご遠慮ください。
こころの 健康相談 (予約制)	13日(水) 午後1時30分～3時30分	谷和原保健福祉 センター

○献 血 ◆皆さまのご協力をお願いします◆

期 日	時 間	会 場
22日(金)	午前9時30分～正午 午後1時～4時	伊奈公民館

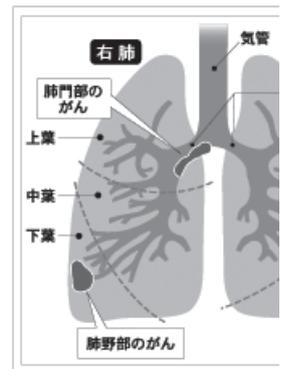
※健診などの詳しい内容は、「健康管理予定表」をご覧ください。

～がん対策室通信～

肺がんを知ろう

年間、男性で約5万人、女性で約2万人の人が亡くなる肺がん。罹患する方も年々増加傾向にあり、早期発見の重要性が知られるようになりました。今月は、肺がんについてお話しします。

気管、気管支、肺胞の一部の細胞が何らかの原因でがん化したものが肺がんです。肺がんは、喫煙との関係が非常に深いがんです。日本人を対象とした研究では、喫煙者の肺がんリスクは、男性で4・8倍、女性で3・9倍という結果でした。また、周囲に流れるたばこの煙を吸う受動喫煙によっても発症リスクが高まることから、たばこを吸わない人でも発症することがあります。肺がんは大きく分けて、肺門部と肺野部に発生します。



肺門部のがんは、喀痰細胞診検査(痰の中に、はがれたがん細胞が混じっていないか検査をする方法)や気管支鏡で見つけやすく、胸部X線検査で見つけにくいのですが、反対に肺野部のがんは、胸部X線検査で見つけやすいがんです。早期発見・治療はすべてのがんにとって重要ですが、特に肺がんは進行するにつれて周りの組織を破壊しながら増殖し、血液やリンパの流れに乗って広がっていくた

め、特に重要な意味を持ちます。しかし、肺がんの初期の症状としては、せき・痰や発熱など単なる風邪と思いついでしまうような症状がほとんどで、肺がん特有の症状はありません。そのため、自覚症状をチェックするだけではなく、定期的な健診で胸部X線検査を受けながら、肺がんのリスクと向き合うことが重要です。

市の健診では、胸部X線検査に追加して喀痰細胞診検査も行っています。なお、喀痰細胞診検査は、喫煙指数の高い方が胸部X線検査と併せて受診することができま。この機会に、ご自分の毎日の生活習慣の見直しと、健診の計画をしてみましよう。

保健カレンダー(11月)

○子どもの健診・教室など

会場：谷和原保健福祉センター

事業名	期 日	時 間	対 象
3～4カ月児健診	20日(水)	午後1時～2時	平成25年7月生
1歳6カ月児健診	27日(水)	午後1時～2時	平成24年4月生
2歳児歯科健診	8日(金)	午後1時～2時	平成23年10月生
3歳児健診	12日(火)	午後1時～2時	平成22年9月生
パパママ教室(予約制)	23日(土)	午前9時～正午	妊娠中の夫婦
離乳食教室(前半)	22日(金) (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)※	26日(火)	午前10時～11時30分	1カ月～8カ月児と保護者
ひよこ広場(コッコ組)			9カ月～12カ月児と保護者

※ピヨピヨ組は谷和原公民館が会場です。

粗大ごみ収集・申込日（11月）

地区	収集日	申込日
小張・豊、小絹、絹の台	11月13日(水)	11月5日(火)～6日(水)
板橋、紫峰ヶ丘・富士見ヶ丘	11月20日(水)	11月11日(月)～13日(水)
三島・東、谷原、陽光台	11月27日(水)	11月18日(月)～20日(水)
谷井田、福岡・十和	12月4日(水)	11月25日(月)～27日(水)

※申し込み専用 ☎ 52-3152 午前9時から午後5時まで

休日当番病院（11月）

日	病院名	所在地	連絡先
3日(水)	宗仁会病院	取手市	0297-85-8341
4日(木)	きぬ医師会病院	常総市	0297-23-1771
10日(水)	JAとりで総合医療センター	取手市	0297-74-5551
17日(水)	取手医師会病院	取手市	0297-78-6111
23日(水)	水海道さくら病院	常総市	0297-23-2223
24日(水)	守谷慶友病院	守谷市	0297-45-3311

小児科救急当番病院（11月）

日	病院名	所在地	連絡先
毎週水曜日	総合守谷第一病院	守谷市	0297-45-5111
水曜日以外	JAとりで総合医療センター	取手市	0297-74-5551

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）

日曜日開庁のお知らせ（11月）

谷和原庁舎	3日・17日
伊奈庁舎	10日・24日

開庁時間：午前8時30分から正午まで

業務内容：窓口業務の一部（下記のとおり）

【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
市税、各種使用料および手数料など（納付書持参の場合のみ）の収納

【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）およびパスポート申請などの手続きはできません。

なお、第2第4日曜日の開庁時間のみパスポートの交付が可能です。

問い合わせ先：市民窓口課 ☎58-2111

伊奈庁舎（内線1111～1115）

谷和原庁舎（内線8110～8112）

市社会福祉協議会心配ごと相談（11月）

11月5日(火) 法律相談(弁)…谷和原保健福祉センター
12日(火) 法律相談(弁)…すこやか福祉館
15日(金) 心配ごと相談…すこやか福祉館
" 心配ごと相談…谷和原保健福祉センター
19日(火) 法律相談(司)…谷和原保健福祉センター
26日(火) 法律相談(弁)…すこやか福祉館

◎法律相談（弁）（司）

弁護士・司法書士による相談（要予約）午後1時～4時

◎心配ごと相談

相談員による相談 午後1時～3時

予約・問い合わせ先

(社)つくばみらい市社会福祉協議会（すこやか福祉館内）

☎ 57-0123

行政相談（11月）

毎日の暮らしの中で、例えば「道路の案内標識が見えにくい」など、困っていることはありませんか？こんなとき、行政相談委員にご相談ください。

日時 11月21日(水) 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

また、随時相談を受け付けています。

問い合わせ先 行政相談委員

今川 和宏さん ☎52-2525 筒戸1749-1

相島 宏さん ☎58-0676 下平柳828-3

教育相談（11月）

家庭教育や子育てに関すること・不登校・友人関係・受験・カウンセリングなど何でも結構です。ご利用ください。来所相談のほか、電話相談も受け付けています。

伊奈公民館	小絹コミュニティセンター
毎週水曜日	毎週火曜日
午前9時～午後5時	
☎ 57-0983（相談室直通）	☎ 52-7566（相談室直通）

●相談員 羽田 暁さん

消費生活相談

市消費生活センターでは、消費生活に関する苦情や問い合わせを、専門の相談員が受け付けています。消費生活についてのトラブルに巻き込まれたり、迷ったりしたときには、お気軽にご相談ください。

日時 毎週月～金曜日 午前9時～正午、午後1時～4時30分

※祝日・年末年始は除く

場所 市消費生活センター（谷和原庁舎1階）

☎25-3288（セキ直通） FAX 57-2288

人権相談（11月）

家庭内の問題、いじめ、セクハラ、近隣関係など、心配ごとや困っていることがありましたら、お気軽にご相談ください。プライバシーは厳守されます。

日時 11月12日(火) 午前10時～正午

場所 板橋コミュニティセンター

また、随時相談を受け付けています。

問い合わせ先 人権相談員

相島 宏さん ☎58-0676 下平柳828-3

岡野 美智子さん ☎52-2636 下長沼228-1

11月の納税など

国民健康保険税	5	期	分
後期高齢者医療保険料	5	期	分
保育料	1	1	月分
児童クラブ	1	1	月分
住宅使用料	1	1	月分
地代	1	1	月分
上下水道料金(取手含)	9	月	分
下水道受益者負担金	3	期	分
農集排受益者負担金	3	期	分
下水道受益者負担金(取)	3	期	分

☆納期限は12月2日(月)です。
(取)：取手地方広域下水道組合

火災・救急統計

●火災	9月分	25年分
建物	0件	6件
車両	0件	1件
その他	0件	3件
計	1件	10件
●救急	9月分	25年分
交通事故	17件	161件
急病	58件	747件
その他	17件	243件
計	92件	1,151件

【おわびと訂正】

広報つくばみらい10月1日号(No.90)、14ページ中「スポーツクラブみらい太極拳無料体験講師名」に誤りがありました。おわびして次のおお訂正します。

誤 → 正
・塚原 佳代子 ・塚原 加代子
【敬称略】

～水道工事は市指定給水装置工事事業者へ～

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事業者により、上下水道課へ届け出をしてください。

市内の指定給水装置工事事業者は下記のとおりです。また、市外の事業者を知りたい場合は、別途お問い合わせください。

なお、市ホームページにも一覧が掲載されています。

(トップページ→上下水道→水道工事・修理→給水装置工事事業者)

＜市内給水装置工事事業者一覧＞ 問 上下水道課 ☎58-2111 (内線8207)

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256	58-6213	常磐興業(株)	筒戸3178	52-2203
伊奈工業(株)	城中359	58-6168	(株)豊島産業	川崎213-3	52-3335
いなほ工業(株)	上島848	58-0382	(株)直井造園土木	日川571	52-2600
大久保水道工業	谷井田1403-3	58-8177	成島建設(株)	板橋3101	58-1131
オービー建設(株)	谷井田750-1	47-7000	浜野商事(株)	伊丹161	58-2416
(有)片見設備工業	福岡1425-1	52-5804	原信田建設(株)	板橋1783	58-0018
(有)川口商事	鬼長526-1	52-3286	常陸管工	上長沼617	52-5579
久下設備	城中55	58-0418	(有)福新設備工業	台198	52-5011
(有)坂本設備工業	豊体612-2	58-0070	(株)武平	福原188	57-0600
常総土木工業(株)	福岡1383-1	52-5357	(有)文倉建設	鬼長1231-2	52-5622
常業エンジニアリング(株)	田村450	52-7633	松本工業(株)	板橋2536	58-2187
(株)新みらい	絹の台2-2-3	34-1088	(有)丸斉建設	真木106	52-2627
(株)誠勝	筒戸1987-11	20-5470	(株)山田組	城中952	58-2351
関建設(株)	上島168-2	58-2138	谷原建設(株)	下長沼118-1	52-2298
塚本建設工業(株)	東檜戸980-1	52-3681	吉田設備	樫木45-3	52-5830
(株)寺田興業	南927-2	52-5809			

水道水の節水にご協力ください。

水は、私たち生命を維持するための大切な資源です。節水に心がけ、限りある水を大切に使いましょう。

市長9月の動静(9月1日～30日)

ここでは、市長の月間の主な動静を情報公開します。

- 1日(日) 消防団ポンプ操法競技大会
- 2日(月) 庁議・映画「天心」完成披露試写会
- 3日(火) 第3回定例会一般質問
- 4日(水) 第3回定例会一般質問
- 5日(木) 理美容室クラフティ様からの寄附金受領
- 7日(土) 小絹中学校、伊奈東中学校体育祭
- 10日(火) 県南政経懇話会
- 11日(水) 常総地方広域市町村圏事務組合管理者会
- 17日(火) 歩道整備計画ワークショップ・地籍調査地権者説明会
- 18日(水) 秋の全国交通安全運動街頭キャンペーン・100歳表彰者訪問・歩道整備計画ワークショップ・常総青年会議所通常総会
- 19日(木) サッカークラブ常総アイデンティ様からの寄付金受領・第3回定例会本会議・歩道整備計画ワークショップ
- 20日(金) 歩道整備計画ワークショップ
- 22日(日) 秋季ソフトボール大会
- 24日(火) 平成26年度新規採用職員2次試験
- 25日(水) 平成26年度新規採用職員2次試験
- 27日(金) 茨城県知事へ開智学園設置認可要望
- 28日(土) 谷井田小学校、小張小学校、谷原小学校、十和小学校運動会
- 29日(日) 秋季野球大会・バウンドテニス大会・認定子ども園建設予定地地鎮祭・立浪部屋千秋楽慰労パーティー
- 30日(月) 常総地方広域市町村圏事務組合定例議会

子ども特派員 わが街に行く!

この紙面は、自分の住んでいる街や校内活動を、自分たちで取材・編集する「子ども特派員」とともに編集しています。

今回の「子ども特派員」は、三島小学校6年生の坂本美羽さん、峰風花さん、宇津木茉奈さん、藤田美津希さん、飯田遥香さん（写真左から）が、つくばみらい市エキストラの会を紹介します。

輝け！エキストラ

私たち子ども特派員は、つくばみらい市エキストラの会の皆さんが、時代劇のエキストラとして撮影に参加しているワープステーション江戸を訪ねました。

ワープステーション江戸に行って最初に思ったことは、江戸時代の建物がたくさんあって、すごいなあと思いました。自分も江戸時代にいるみたいな気分になりました。また、ドラマで見たことがある橋や映画の舞台になったところもあり、映画の世界に入ってしまったかのようでした。ここで、



いろんな俳優さんや女優さんが演技しているの、ワープステーション江戸は本当にすごい所だなと思いました。

当日は、撮影が終わってしまっていたので、撮影風景を見ることはできませんでしたが、エキストラの会の皆さんにインタビューすることができました。実際に演技をしているエキストラの方にインタビューをしてみると、私たちの知らないことがたくさんありました。普段、映画やドラマを見ている時、エキストラの人を注目しなかったけれど、今度はもっとエキストラの人がどのような演技をしているかが見たくなりました。また、私たちも演技をしてみたい!という意志があれば、エキストラとして出演できるんだと思い、一度エキストラをやってみたいと思いました。



エキストラの皆さんに聞きました♪

- Q. エキストラをしていて楽しいことは何ですか?
 A. ふだん会えない芸能人の人に会えること。いろいろなしょうが着られることです。
- Q. 撮影にはどのくらい時間がかかりますか?
 A. 短い時は30分～1時間で、長いときは丸一日撮影することもあります。
- Q. どのような撮影が多いですか?
 A. 時代劇がほとんどで、農民や町民などいろいろな役を演じています。
- Q. エキストラをする時、気をつけていることは何ですか?
 A. 一つは、しゃべらないことです。なぜなら、他の人が演技している時もしゃべってしまうと、声が入ってしまうからしゃべってはいけません。もう一つは、その役になりきることです。江戸の人なら江戸の人になりきったり、この人はどんなことを考えているだろうということを考えながら、歩いたりセリフを言うことです。



問 伊奈中学校 58・0201

ばってください。

▼方法：自宅前に出してください。

▼PTA役員が回収に伺います。新聞、雑誌はひもでし

ばってください。

▼対象：伊奈中学校区

▼集積場所：関東鉄道バスターミナル／三島小学校

▼回収物：新聞／雑誌／段ボール／アルミ缶

▼日時：11月16日(土) 午前8時

※小雨決行(雨天時は翌日)

資源回収を実施します。

伊奈中学校

校のお知らせ情報を掲載します。

このコーナーでは、市内小中学校

学校通信

24