

かすみがうら 広報 9 2017

kasumigaura public relations No. 150



迫力の舞 観客を魅了!

8月19日、下稲吉東小学校で行われた「みんなの夏まつり」ステージイベントとして、稲吉囃子保存会「稲吉會」がお囃子を披露。狐やヒョットコなどの面をつけた踊り手や獅子による迫力ある舞が観客を魅了しました。

Headline News

- 始めませんか？ シルバーリハビリ体操 p. 2 ~ 3
- 職員の給与公表 p. 4
- 第2回 みんなの夏まつり p.13

ニセ電話詐欺にご注意ください

- ・「現金・キャッシュカード渡して」は詐欺!
- ・「名義貸しは犯罪」は詐欺!
- ・「ATMを操作して医療費等を還付」は詐欺!
- ・カード型電子マネーの「番号教えて」は詐欺!

このような不審電話を受けた時には、
最寄りの警察署もしくは
ニセ電話詐欺相談ダイヤル
(TEL 029-301-0074)まで通報を!



自宅でもできる シルバーリハビリ体操にチャレンジ!

92種類ある体操の中から、「腰痛」「肩こり」「転倒」を予防する体操を紹介します。

【肩こり予防】～肩と腕の運動～



①指を組み、肘を前に伸ばす
②ゆっくり両腕を頭上に上げ、なるべく肘を耳に近づけてまっすぐ十分に伸ばす
③手の平を頭上に乗せ後頭部に回す。その後、肘を後ろへ引いて胸を張る

【腰痛予防】～腹斜筋の運動～



①右手で左肩をつかむ②左手は、右手をすくうようにして右肩をつかむ③首を右後ろに向けていき、体重を右のお尻に移し、息は止めずにそのままの姿勢を10～15秒保つ

※左方向も同様にひねる

【転倒予防】～ももを上げる力をつける運動～



①背筋を伸ばし両肘を90度に曲げて、胸の前で保持する②右膝を右肘に付けるような気持ちで、右足を上げてから静かに下ろす③左膝を左肘に付けるような気持ちで、左足を上げてから静かに下ろす

※②と③を繰り返す

▼体操指導士養成講習会のご案内
募集期限 10月20日(金)まで
受講資格 ①市内に住居登録がある方②常勤の職をもたない、おおむね60歳以上の方③地域で体操普及のボランティアができる方
日程 11月2日(日)、8日(水)、14日(火)、17日(金)、22日(水)、28日(火) (全6回)
場所 初回は、茨城県立健康プラザ(市で用意したバスで移動)。2～6回は、あいさし館。
申込方法 地域包括支援センターに、電話でお申し込みください。
 ※詳しくは電話0299-59-2111まで。

体操指導士をしてみませんか?
 市では、ボランティアとして地域の高齢者に体操を指導し、関係機関などと連携しながら自助・互助で地域づくりを行う体操指導士を養成しています。
 現在、市内で指導士として活動するのは51人。1チーム3～4人で15チームを編成し、市内約30カ所の教室を輪番制で体操指導を行っております。1カ月の指導回数は約3回です。
 シルバーリハビリ体操の指導を行うことで、指導士の活動年齢は8.6歳(男性14.5歳・女性7.2歳)若いのと結果が出ています。介護予防体操の指導が、地域住民や大切な人のため、そして自分のためにもなっています。

始めませんか?

シルバーリハビリ体操

～住民参加・住民主体の介護予防～



市では、行政と住民が一体となって超高齢化社会を共に乗り切っていくために、介護予防のための体操「シルバーリハビリ体操」の普及を推進しています。年を取っても「いつまでも元気」な生活ができるよう、皆さん一緒に始めませんか。

☎ 地域包括支援センター ☎ 0299-59-2111

体操の効果

体操を6カ月以上継続することで、身体面、精神面の両方で効果がみられています。「動きが楽になった」「関節の痛みが緩和した」「まっすぐ、転びにくくなった」「むせにくくなった」「元気が出た」「友人や仲間が増えた」「外出の機会が増えた」との効果がみられ、介護予防の体操が、身体機能の向上だけでなく、仲間づくりや、閉じこもり予防にもなっています。

(実際に体操をしている方の声)

・体操を10年継続しているおかげで何も薬は飲んでいないし、大きな病気はしていません。血圧はいつも正常値です。

「シルバーリハビリ体操は、「立つ、座る、歩く」などの日常生活に必要な動作を元にした、関節や筋肉の動きを良くする介護予防のための体操で、茨城県立健康プラザの大田仁史管理者が考案しました。「1日に1回」でも関節が動くように、「1日1回」でも筋力がつくようにすることを目標としています。
 「このような姿勢でもできる」「いつでもどこでも、一人でもできる」体操で、道具などは必要ありません。自分のペースに合わせてできるので、どなたでも無理なく行えます。

シルバーリハビリ体操とは

参加してみませんか?

皆さんの近くの地区公民館などで、体操を始めませんか?

市内24カ所で、シルバーリハビリ体操教室が開催されています。参加費用は無料です。会場により開催日、時間が異なりますので、体操を見学してみたい、体験してみたい方は、地域包括支援センターにお問い合わせください。

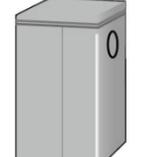
また、新規の会場も随時募集中です。※一部の会場の開催日については、「お知らせ」や「カレンダー」(8頁)に掲載しています。

【会場一覧】

働く女性の家・大塚ふれあいセンター・千代田公民館・上土田集落センター・清水公民館・ふれあいサロン(逆西)・第2千代田南集会所・トーホーランド集会所・新生ひろさとコミュニティセンター・岩坪集落センター・牧の内集落センター・柏崎「ミニ」ティセンター・下稲吉東2公民館・深谷公民館・牛渡兵庫集落センター・中志筑集落センター・上稲吉集落センター・牛渡下郷集落センター・下高野公民館・神立シティーナ・大塚団地公民館・戸崎集落センター・東野寺集落センター・下佐谷集落センター

お友達と会えるのも
 楽しみのひとつ。
 気軽に参加してね。



コンポスト容器	EMぼかし容器	電気式生ごみ処理機
1世帯当たり2基まで 購入価格(税抜)の4分の3 (1,000円未満は切り捨て) 限度額 4,000円/1基	1世帯当たり2基まで 購入価格(税抜)の4分の3 (1,000円未満は切り捨て) 限度額 2,000円/1基	1世帯当たり1基まで 購入価格(税抜)の4分の3 (1,000円未満は切り捨て) 限度額 20,000円
		

市では、家庭での生ごみ処理を推進し、生ごみの減量化・再資源化を図るため、左記のような生ごみ処理容器および生ごみ減量化機器の購入費の一部に対し補助金を交付しています。

生ごみ処理容器設置事業 補助金のお知らせ

環境保全課(霞ヶ浦庁舎)

申請場所 千代田窓口センター(千代田庁舎・中央出張所(働く女性の家・環境保全課(霞ヶ浦庁舎))

※詳しい申請方法などについては、環境保全課にお問い合わせください。市ホームページをご覧ください。

注意事項 ①過去5年間に補助を受けた方は、補助の対象になりません。

②上記の製品以外は補助対象外です。

③補助金には限りがありますので、予算がなくなり次第終了します。



食品ロスを減らそう!

まだ食べられるにもかかわらず廃棄された食品を、「食品ロス」と言います。日本では、毎年大量の食品ロスが発生しており、その多くは一般家庭から捨てられたものです。もちろんコンポストなどの生ごみ処理容器を活用し、家庭で発生した生ごみを再資源化することも大切ですが、「もったいない」という気持ちを忘れず、買いすぎ・期限切れ・食べ残し・調理の際の過剰除去などのないよう、まずはごみの発生抑制を心がけましょう。



公平委員会からの業務報告

勤務条件に関する措置の要求の状況 ▶ 0件
不利益処分に関する不服申立ての状況 ▶ 0件

職員数 [平成29年4月1日現在]

職員採用試験の実施状況 [平成29年4月1日採用]	職種	応募者数	受験者数	採用者数
行政職	49人	43人	10人	
消防職	20人	16人	5人	

退職者の状況 [平成28年度]

区分	定年	勲奨など	合計
	18人	3人	21人

③再任用職員(1人)を含む

部門別職員数の状況 ▶ 合計 410人

一般行政部門	教育部門	消防部門	公営企業
261人	30人	88人	31人

③再任用職員は平成28年度から短時間勤務のため含まない

勤務条件ほか

① 標準的な勤務時間

1日につき7時間45分(開始時刻8:30 終業時刻17:15、休憩時間12:00～1時間)の勤務時間とし、1週間で38時間45分と定めています。

② 年次休暇の状況 [平成28年]

区分	付与日数	取得日数	取得率
	38.4日	9.0日	23.4%

③ 職員研修・職員の人事評価の実施状況

職員一人ひとりの資質と能力を向上させ、市民の信頼にこたえていくため、「人材育成基本方針」に基づき職員研修計画を定め、マネジメント研修のほか、茨城県自治研修所への派遣研修、通信教育研修費助成などを実施しました。職員の主体的な職務遂行や能力開発、効果的な人材育成の推進を目的に、人事評価を実施し、その結果を定期昇給や勤勉手当の成績率に反映しています。

④ 職員の分限・懲戒処分の状況 [平成28年度]

分限処分	休職6件	懲戒処分	1件
------	------	------	----

⑤ 育児休業などの状況 [平成28年度新規]

育児休業	1人	育児部分休業	1人
------	----	--------	----

市職員の給与など公表

総務課職員担当(千代田庁舎)

「人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、市職員や特別職の給与・職員数状況などをお知らせします。詳しくは、市ホームページで9月30日までに公表します。



① 給料 [平成29年4月1日現在]

一般行政職		消防職	
平均年齢	平均給料	平均年齢	平均給料
42.4歳	321,500円	39.1歳	308,500円

② 職員の初任給などの状況

区分	区分	大学卒	高校卒
一般行政職	初任給	178,200円	146,100円
	10年経過	252,000円	212,600円
	15年経過	301,000円	252,000円
消防職	初任給	204,100円	164,900円
	20年経過	352,600円	287,600円

③現在の基準によるもので、採用時期により異なります

③ 一般職員の期末・勤勉手当支給割合

区分	6月期	12月期	合計
期末手当	1.225月分	1.375月分	2.6月分
勤勉手当	0.85月分	0.85月分	1.7月分

④ 特別職などの報酬

区分	給料月額	区分	報酬月額
市長	779,000円	議長	334,000円
副市長	592,000円	副議長	285,000円
教育長	546,000円	議員	269,000円
期末手当	6月期 1.55月分 / 12月期 1.7月分		

市の情報公開・個人情報保護状況を公表

総務課(千代田庁舎)

情報公開条例および個人情報保護条例に基づき、平成28年度の運用状況についてお知らせします。

個人情報開示請求・決定件数 ▶ 1件

情報公開請求・決定件数 ▶ 18件

[内訳]

総務部 4件 ▶ 市民部 2件 ▶ 保健福祉部 3件 ▶ 環境経済部 3件 ▶ 土木部 1件 ▶ 上下水道部 1件 ▶ 教育委員会 2件 ▶ 農業委員会 1件 ▶ 議会事務局 1件

個人情報取扱事務件数 ▶ 497件

[内訳]

地方創生・事業推進 5件 ▶ 市長公室 28件 ▶ 総務部 20件 ▶ 市民部 73件 ▶ 保健福祉部 86件 ▶ 環境経済部 64件 ▶ 土木部 25件 ▶ 上下水道部 39件 ▶ 会計課 2件 ▶ 選挙管理委員会 20件 ▶ 監査委員 5件 ▶ 固定資産評価審査委員会 2件 ▶ 教育委員会 104件 ▶ 農業委員会 5件 ▶ 議会 5件 ▶ 消防本部 14件

霞ヶ浦保健センターからの ご案内・お知らせ

予防接種費用の一部を助成します

インフルエンザの予防接種費用の一部を助成します。対象の方には通知をします。

期間 10月1日回～12月31日回

対象者 接種日に本市に住民登録がある方で、次の①～③のいずれかに該当する方。①満65歳以上の方②満60歳～65歳未満の方で心臓・腎臓・呼吸器に障害のある方、またヒト免疫不全ウイルスによる免疫障害のある方(身体障害者手帳で内部障害1級程度の方)③満1歳～中学3年生の方

助成額と回数 2,000円/1回のみ

※差額は医療機関でお支払いください。

※生活保護世帯の方は、接種前に社会福祉課で免除証明書の交付を受け、ワウチン接種の際、医療機関に提出してください。

免除証明書の提出がないと無料とはなりません。



子宮・乳がん・骨粗しょう症検診のご案内

集団健診をご希望される場合は、予約受付期間内にお申し込みください。

集団健診日程

①10月29日回

②10月30日回

③11月9日回

※骨粗しょう症検診は、10月29日回と11月9日回のみとなります。

場所 ①霞ヶ浦保健センター

③働く女性の家

予約受付期間 9月25日回～29日回

申込方法 午前8時半～午後5時15分 霞ヶ浦保健センターに電話

健康カレンダーををご覧ください。

※検診内容や負担額など詳しくは、健康カレンダーをご覧ください。



0296(0000)3312 健康カレンダー

くらし

土地取引の後には届出を！

一定面積以上の土地取引を行った場合、国土利用計画法に基づき、権利取得者譲受人は、個人・法人を問わず、市(都市整備課)に届出を行う必要があります。

▼届出の必要な面積
市街化区域2千平方メートル以上、市街化区域以外の都市計画区域5千平方メートル以上、都市計画区域以外の区域1万平方メートル以上

届出の必要な取引

売買、交換、共有物持分の譲渡、一時金を伴う地上権、賃借権の譲渡または設定など

届出期限

契約締結日から2週間以内
 〇 都市整備課(霞ヶ浦庁舎)

難病患者福祉金を支給

難病患者福祉金を支給しますので、申請手続きをお願いします。

期間 10月2日(日)～31日(火)の平日

場所 午前8時半～午後5時15分
 社会福祉課千代田庁舎・霞ヶ浦窓口センター(霞ヶ浦庁舎)・中央出張所(働く女性の家)

対象者 土浦保健所から指定難病特定医療費受給者証の交付を受け

行政書士無料相談会

日時 10月28日(日)午前10時～午後4時
 場所 あじさい館
 〇 茨城県行政書士会関東支部 ☎ 0299-733003

募集

平成29年度「創業支援セミナー」

創業に向けた基礎知識やノウハウの習得を目指すセミナー(1回のみの参加も可)を開催します。

日時 10月15日(日)・22日(日)・29日(日)・11月12日(日)・19日(日)・26日(日)の午後2時～5時

場所 働く女性の家
 定員 30人(先着)
 受講料 1,000円(全6回)
 申込方法 電話でお申し込みください。



ており、本市に住民登録をして居住している生活保護を受けていない方。

支給額 難病患者一人につき年額2万円
 必要な物 ①難病患者福祉金支給申請書(様式第1号)②茨城県から発行された「指定難病特定医療費受給者証」の写し③受給者名義で振込先の口座番号がわかる預金通帳④印鑑

社会福祉課(千代田庁舎)

航空観閲式について

防衛省は、自衛隊記念日行事の一環として10月29日(日)に航空観閲式を航空自衛隊百里基地において実施します。当日および事前の飛行訓練に際しては、「迷惑をおかけします」の理解をお願いします。

※本観閲式は政府主催行事のため、招待者以外の方の入場はできません。

〇 航空自衛隊百里基地渉外室 ☎ 0299-500113001

急傾斜地崩壊防止施設の点検

茨城県が管理する急傾斜地崩壊防止施設の適正な維持管理を行うため、施設の点検調査を行います。そのため、皆さんの土地に立ち入らせていただくことがありますので、ご理解・ご協力をお願いします。なお、作業員は身分証明書を携帯し



田畑などの踏み荒らしのないよう作業します。調査期間 9月下旬～11月中旬(土)

〇 茨城県土木事務所河川整備課 ☎ 029(822)4345

浄化槽をお使いの皆さんへ

浄化槽の設置者は、浄化槽法第11条の規定により、年1回の水質検査(法定検査)の受検が義務付けられています。受検されていない場合は、(公社)茨城県水質保全協会に申し込みください。

※過去2年以上法定検査を実施していない方は、年内に受検案内文を送付します。

〇 公益社団法人茨城県水質保全協会検査部(水戸市吉沢町650-1) ☎ 029(29)4004

〇 茨城県東部南県民センター環境・保安課 ☎ 029(822)7386



消費税軽減税率制度の説明会

事業者の方を対象に、消費税の軽減税率制度に関する説明会を開催します。

日時 10月20日(金)午前10時～11時・午後2時～3時

場所 土浦税務署(土浦市城北町4-15)
 定員 各回60人予定 ※事前登録が必要
 申込方法 電話でお申し込みください。

〇 国土土浦税務署法人課税第1部門 ☎ 029(822)1100

相談会

行政相談週間【10月16日～22日】
 行政相談週間に伴い、左記のとおり相談所を開設します。

日時 10月20日(金)
 午前10時～正午・午後1時～3時
 場所 あじさい館
 相談委員 小松崎正衛委員
 小倉征夫委員
 〇 秘書広聴課(千代田庁舎)



就労相談職業自立サポート【要予約】

働きたいけど、どうしたらいいかわからない...そんなあなたをサポートします。

日時 10月9日(日)午後1時～4時
 場所 勤労青少年ホーム
 対象 15歳～39歳までの若者(その保護者) 〇 いばらき県南若者サポートステーション ☎ 0299(300)3880

無料税務相談会【要予約】

土地やマイホーム、相続などで暮らしているの税の相談に税理士がお応えします。

日時 10月3日(日)・10日(日)・18日(日) 午後1時～3時
 場所 関東信越税理士会土浦支部(土浦市) 〇 029(824)5055

募集

親子15組(2カ月～ハイハイ前までの赤ちゃんとその保護者)の赤ちゃんとその保護者)費用 参加費200円

持ち物 バスタオル1枚、飲み物
 ※10月4日(日)午前9時から予約受付
 ▼子育て相談
 日時 10月10日(日)・24日(火)の午前9時半～11時・午後2時～4時
 ※10月2日(日)午前9時から予約受付
 ※家庭訪問相談も受け付けています。

〇 やまゆり館 ☎ 029(802)5001

読み聞かせ会・お話し会

▼読み聞かせ会【つくしんぼ】
 日時 10月6日(金)午後4時～(稲吉児童館)・10日(日)午後4時～(新治児童館)・12日(日)午後4時～(大塚児童館)
 ▼ハロウィンお話し会【石のスープの会】
 日時 10月8日(日)午後(図書館)
 〇 図書館 ☎ 029(809)0647

国保年金ニュース

受け取る年金を増やしたい！
付加年金制度をご利用ください

国民年金の定額保険料に付加保険料(1カ月400円)をプラスして納めると、将来受け取る老齢基礎年金に付加年金が上乘せられます！

たとえば、付加保険料を10年間(120月)納めた場合、400円×12カ月×10年で48,000円(年額4,800円)納めることになりますが、将来年金を受け取る時は、付加年金として年額24,000円が毎年加算されます。

※付加保険料を納める月数により、将来受け取る付加年金の年額は変わります。

この付加年金は老齢基礎年金と同様に生涯にわたり支給されますので、大変お得です！

ただし、保険料の免除を受けている方および国民年金基金に加入されている方は、付加保険料を納めることができません。

付加保険料の納付を希望される方は手続きが必要です。

▶手続き先

- 国保年金課(千代田庁舎)
- 霞ヶ浦窓口センター(霞ヶ浦庁舎)
- 中央出張所(働く女性の家)



〇 国保年金課(千代田庁舎)

かすみぐら市の人口

- 人口 42,400人 [前月比-15]
- 男性 21,519人 [前月比-3]
- 女性 20,881人 [前月比-12]
- 世帯数 17,018世帯 [前月比-1]

▶平成29年9月1日現在(住民基本台帳人口)



10月

お知らせ&カレンダー



休日緊急診療当番医

◎土浦地区 ▶▶▶ 診療時間 9:00～正午/13:00～16:00

【外科】

- 1日 県南病院 ☎ 029-841-1148
- 8日 伊野整形外科医院 ☎ 029-821-6028
- 9日 野上病院 ☎ 029-822-0145
- 15日 神立病院 ☎ 029-831-9711
- 22日 野上病院 ☎ 029-822-0145
- 29日 中央大形整形形成外科 ☎ 029-821-0220

【内科】

- 1日 小原内科医院 ☎ 029-821-1015
- 8日 烏山診療所 ☎ 029-843-0331
- 9日 荒川沖診療所 ☎ 029-843-0859
- 15日 小林医院 ☎ 029-831-6688
- 22日 松本内科医院 ☎ 029-843-1211
- 29日 山中内科クリニック ☎ 029-843-0870

◎石岡地区 ▶▶▶ 診療時間 9:00～11:30/13:00～15:30

【外科】

- 1日 山王台病院 ☎ 0299-26-3130
- 8日 石岡市医師会病院 ☎ 0299-22-4321
- 9日 石岡第一病院 ☎ 0299-22-5151
- 15日 石岡市医師会病院 ☎ 0299-22-4321
- 22日 石岡市医師会病院 ☎ 0299-22-4321
- 29日 府中クリニック ☎ 0299-22-2146

【内科・小児科】

- 1.8.9.15.22.29日 石岡市医師会病院 ☎ 0299-23-3515
- ◆夜間緊急診療受付時間 18:00～21:30
- 1.7.8.9.14.15.21.22.28.29日 石岡市医師会病院 ☎ 0299-23-3515

休日・夜間救急医療情報

休日や夜間に緊急対応している医療機関(歯科を除く)を24時間、案内しています。
☎ 029-241-4199

防災行政無線(24時間・通話無料)

防災行政無線で放送した内容を確認できるテレホンサービスを行っています。
☎ 0800-800-3674

1 回	○ 地区健診 9:30/13:30 霞ヶ浦保健センター	霞ヶ浦保健センター
	■ 帆引き船通常操業 14:00 歩崎公園	観光商工課
2 回	○ 地区健診 午前: 田伏集落センター(受付 9:30～10:30)/午後: 農村環境改善センター(受付 13:30～14:30)	霞ヶ浦保健センター
3 回	○ 地区健診 午前: 柏崎コミュニティセンター(受付 9:30～10:30)/午後: 志土庫地区第一公民館(受付 13:30～14:30)	霞ヶ浦保健センター
4 回	○ にこにこ教室(5・6歳教室) [要予約] 14:00 霞ヶ浦保健センター	霞ヶ浦保健センター
5 回	◇ 窓口サービス時間延長 19:00 まで千代田庁舎	千代田庁舎
	○ にこにこ教室 [要予約] 10:00 霞ヶ浦保健センター	霞ヶ浦保健センター
6 回	▲ 教育支援相談 [要予約] 13:00 霞ヶ浦庁舎	学校教育課
	○ スマート・エクササイズ教室 [要予約] 9:40～やまゆり館	霞ヶ浦保健センター
7 回	■ ふれあい生涯学習フェア 2017(作品展示) 9:00～あじさい館	生涯学習課
	■ 帆引き船通常操業 14:00 歩崎公園	観光商工課
8 回	■ ふれあい生涯学習フェア 2017 市民ふれあいスポーツフェア 8:30～あじさい館	生涯学習課
9 回	■ ふれあい生涯学習フェア 2017(作品展示) 9:00～あじさい館	生涯学習課
10 回	○ めだか教室(H28.10・11月生) 13:00 霞ヶ浦保健センター	霞ヶ浦保健センター
	▲ 子育て相談 [要予約] 9:30～11:00/14:00～16:00 やまゆり館 10月2日 9:00から予約受付	やまゆり館
11 回	▲ 心配ごと相談 13:30～15:00 働く女性の家	社会福祉協議会
	◇ 窓口サービス時間延長 19:00 まで千代田庁舎	千代田庁舎
12 回	▲ 法律相談 [要予約] 13:00 働く女性の家 10月2日 8:30から予約受付	社会福祉課
	○ にこにこ教室 [要予約] 10:00 霞ヶ浦保健センター	霞ヶ浦保健センター
13 回		
14 回	■ ライドハンターズinかすみがうら 10:30～歩崎公園	観光商工課
	■ 霞ヶ浦まるごとグルメフェス 9:00～歩崎公園	観光商工課
15 回	■ かすみがうらエンデューロ 8:00～歩崎公園	観光商工課
	■ 霞ヶ浦まるごとグルメフェス 8:00～歩崎公園	観光商工課

◇行政案内 ○健康 ▲相談 ■イベント

このカレンダーは広報誌からはずし掲示してご利用いただけます。

16 回		
17 回	○ 3歳児健診(H26.6月生) 13:00 霞ヶ浦保健センター	霞ヶ浦保健センター
	■ 日赤幼児安全法講習会(託児付き) [要予約] 10:00 やまゆり館 10月3日 9:00から予約受付	やまゆり館
18 回	▲ 教育支援相談 [要予約] 13:00 霞ヶ浦庁舎	学校教育課
	○ 1歳6カ月児健診(H28.3月生) 13:00 霞ヶ浦保健センター	霞ヶ浦保健センター
	■ ベビーマッサージ&リズムうたあそび [要予約] 10:00 やまゆり館 10月4日 9:00から予約受付	やまゆり館
19 回	◇ 窓口サービス時間延長 19:00 まで千代田庁舎	千代田庁舎
20 回	▲ 楽だカフェ / 認知症相談窓口 13:30～15:30 あじさい館 ※楽だカフェは初回のみ要予約	地域包括支援センター
21 回	▲ なんでもかんでも相談 13:30～16:30 やまゆり館	社会福祉協議会
22 回	■ 帆引き船通常操業 14:00 歩崎公園	観光商工課
23 回	▲ 育児相談 [要予約] 9:30 霞ヶ浦保健センター	霞ヶ浦保健センター
24 回	▲ 子育て相談 [要予約] 9:30～11:00/14:00～16:00 やまゆり館 10月2日 9:00から予約受付	やまゆり館
	▲ 教育支援相談 [要予約] 13:00 霞ヶ浦庁舎	学校教育課
25 回	▲ 心配ごと相談 13:30～15:00 あじさい館	社会福祉協議会
	○ 4カ月児健診(H29.6月生) 13:00 霞ヶ浦保健センター	霞ヶ浦保健センター
	◇ 窓口サービス時間延長 19:00 まで千代田庁舎	千代田庁舎
26 回	▲ 法律相談 [要予約] 13:00 あじさい館 10月2日 8:30から予約受付	社会福祉課
	○ にこにこ教室 [要予約] 10:00 霞ヶ浦保健センター	霞ヶ浦保健センター
27 回	○ スマート・エクササイズ教室 [要予約] 9:40～やまゆり館	霞ヶ浦保健センター
28 回	■ かすみがうらわくわくフェスタ 2017 9:00～15:00 日立建機(株)千代田ハウス跡地	商工会 ☎ 0299-59-3755
29 回	■ 帆引き船通常操業 14:00 歩崎公園	観光商工課
30 回		
31 回	○ ミニウォーキング [要予約] 9:30～新治広域焼却場(集合)	霞ヶ浦保健センター

かすみがうらスポーツカルチャー日程

◎参加費▶ 各日 200円 / 中学生以下 100円
▶施設休館日は、クラブもお休みです

【なかよしスポーツクラブ】

岡 大和 ☎ 090-2417-8502

- ◎スポーツ広場▶ 毎週 9:30 ◎硬式テニス▶ 毎週 9:00 / 毎週 19:00 ◎ピンポン▶ 毎週 12:30 / 毎週 19:00 ◎フットサル▶ 毎週 19:00 ◎よさこいソーラン▶ 毎週 10:30 ◎軽音楽▶ 毎週 9:30 ◎こどもひろば▶ 14日 9:00 ◎グラウンドゴルフ▶ 毎週 9:00 / 毎週 13:00 ※場所はすべて第1常陸野公園 ◎太極拳▶ 毎週 13:30 働く女性の家 ◎社交ダンス▶ 毎週 13:00 千代田公民館 ◎ウォーキング▶ 25日 9:30 市内とその周辺を歩く ◎英会話広場▶ 第1.2.3日 9:30 大塚ふれあいセンター

【エンジョイススポーツクラブ】

岡 高田 ☎ 090-2420-7846

- ◎スポーツ吹矢 [初回 500円] ▶ 第2.3.4日 19:30 ◎グラウンドゴルフ▶ 毎週 (10日を除く) 9:00 ◎ターゲットバードゴルフ▶ 第1.3日 9:00 ※場所はすべてあじさい館 ◎ソフトバレーボール&卓球▶ 毎週 (10日を除く) 20:00 体育センター ◎弓道 [要予約] ▶ 第1回 13:30 多目的運動広場

シルバークリニック体操教室日程

【指導士の会】 岡 椎名 ☎ 090-4711-1860

- ◎あじさい館▶ 第1.3.4.5日 13:00
- ◎千代田公民館▶ 24日 10:00
- ◎働く女性の家▶ 第1.2.3.4.5日 10:00
- ◎大塚ふれあいセンター▶ 第1.3.4.5日 13:00
- ◎やまゆり館▶ 3日 11:00 .11日 10:00 .20日 10:00

10月の納期限▶ 10月31日

- 期限内納付にご協力ください。
- ◎市県民税 [3期] ◎国民健康保険税 [5期]
- ◎後期高齢者医療保険料 [4期]
- ◎介護保険料 [4期]

◆問い合わせ先一覧

- ◎千代田庁舎・霞ヶ浦庁舎 ☎ 0299-59-2111・029-897-1111
- ◎霞ヶ浦保健センター ☎ 029-898-2312
- ◎千代田公民館 ☎ 0299-59-5252
- ◎中央出張所 ☎ 029-831-2234
- ◎あじさい館 ☎ 029-897-0511
- ◎社会福祉協議会 ☎ 029-898-2527
- ◎やまゆり館 ☎ 029-832-5601

有料広告欄

有料広告欄

地方創生コラム①

地域の力で かすみがうらを元気に!

先月のコラムでは、本市が地方創生の基本目標として掲げる「新しい人の流れをつくる」に関連して、観光などを目的に本市を訪れる人を増やすためには、「地域資源のブランド化(ブランディング)」が必要、とお伝えしました。今回はその具体的な取り組みをご紹介します。

▶ かすみがうら未来づくりカンパニーの取り組み

先月のコラムでお伝えしたとおり、地域にどんなに良いもの(観光スポットや農水産品など)があっても、お客さまに喜ばれる見せ方や味の工夫で新しい価値を付け、よその地域と差別化しなければ(これが「ブランド化」です)、人を呼び込むことはできません。

昨年4月、本市が金融機関や民間企業との共同出資で設立した株式会社かすみがうら未来づくりカンパニーは、歩崎公園の市交流センターのレストラン「かすみキッチン」や、地産商品の販売「かすみマルシェ」、市内の観光果樹園などを巡るサイクリングプログラム「かすみがうらライドクエスト」の展開を通じ、私たちの身近に以前からあった豊かな自然環境、歴史・文化遺産、美味しい食材などを、新しい視点で、体験型観光プログラムや地産地消のヘルシー料理などに仕上げることでブランド化に取り組んでいます。

▶ 地元食材の美味しさを再発見! ~「かすみキッチン」

未来づくりカンパニーが市交流センターの2階で営業するレストラン「かすみキッチン」は、「地産地消×ヘルシー」をテーマに、地元食材にこだわった料理を提供しています。市内産食材の使用割合は平均7割程度と大変高く、また、メニューにも工夫を加え、一般的な料理とは違う、地産食材の新しい食べ方(例えば、全く臭みのない養殖ナマズをカルパッチョやスモークで!)を提案していることから、観光で訪れた方はもちろん、市内からのお客さまからも「地元食材の美味しさを再発見できた!」と好評をいただいています。このように、「かすみキッチン」は、料理を通じて多様で質の高いかすみがうら市産食材の素晴らしさを、市内外に発信する役割を担っています。

次号でも引き続き、かすみがうら未来づくりカンパニーによる、地域資源のブランド化の取り組みをご紹介します。

☎ 地方創生・事業推進担当(霞ヶ浦庁舎)

市政懇談会を開催

市民協働のまちづくり! 皆さまの声を聞かせてください

市では、協働のまちづくりの一環として、市民の皆さまと市長が意見交換をさせていただく「市政懇談会」を開催します。今回は「健康なまちづくり」をテーマに、市の施策について懇談をします。皆さまのご参加をお待ちしております。



▶ テーマ 「健康なまちづくり」

▶ 開催日・対象地区

期日	地区	会場
10月11日(木)	霞ヶ浦中学校区	あじさい館
11月1日(木)	下稲吉中学校区	やまゆり館
11月15日(木)	千代田中学校区	千代田公民館

▶ 開催時間 午後7時から9時

※該当する地区予定日に都合がつかない場合は、別地区の日に出席することも可能です。

☎ 秘書広聴課(千代田庁舎)

ふれあい生涯学習フェア 2017

ふれあい生涯学習フェア 2017 ~ディスカバーかすみがうら・集まろう! みんなで!~



文化・芸術などの生涯学習の分野で市民が主役となり、1年間の活動成果を発表する生涯学習の祭典。8日(日)は「市民ふれあいスポーツフェア」も同時開催。体験型スタンプラリーに参加して、電球ソーダ容器(限定200個)をゲットしよう。

▶ 日時 10月8日(日) 午前8時半~ ※展示は7日(土)~9日(月)

不要図書
無料配付
7日~9日
各日9時から

▶ 場所 あじさい館

▶ 内容 獅子舞山車の乗車体験(1200~)、市内3中学校吹奏楽演奏(1230~)、オニツカサライブ(1300~)、ジャズビッグバンド演奏(1330~)など

※詳しくは、生涯学習課ホームページをご覧ください。

☎ 生涯学習課 ☎ 029-897-0511

農業用使用済みプラスチック回収

適正な処理を推進するために...

農業用使用済みプラスチック(農ビ・農ポリ)の回収を、市内全域を対象に行います。

▶ 申込場所 農林水産課(霞ヶ浦庁舎)

▶ 申込期間 10月2日(日)~31日(日)

▶ 収集日 【農ビ】11月20日(日) 【農ポリ】11月21日(日)

▶ 時間 午前9時~11時

▶ 場所 土浦農協霞ヶ浦梨選果場

▶ 処理費 【農ビ】7円/kg 【農ポリ】30円/kg

● 申し込みの際に、登録料1,000円(口座引き落としを希望する場合は、登録後に貯金引き落とし承諾書を提出していただきます)と印鑑を必ずお持ちください。

● 申し込みは毎年必要になります。なお、今年度、既に申し込みをされた方は、改めての申し込みは不要。

● 古い農ビ・農ポリは回収できない場合があります。また、種類によっては回収できないものがありますので、事前にお問い合わせください。

● 車両での計測は軽トラ(軽乗用車含み)のみです。それ以外の大きい車両は各自パレットへ降ろした後、パレット計測となります。

● 今年度の収集は、11月の回収で終了です。

☎ 農林水産課(霞ヶ浦庁舎)



県南エリア イベント情報

第86回 土浦全国花火競技大会

全国の全国の花火師が内閣総理大臣賞・日本一の花火師の座を目指して競い合います。

▶ 日時 10月7日(日) 午後6時(競技開始) ※荒天の場合は、翌日以降に延期

▶ 場所 桜川畔(学園大橋付近)

※詳しくは、大会ホームページをご覧ください。

☎ 土浦全国花火競技大会実行委員会(土浦市商工観光課内)

☎ 029-826-1111



土浦全国花火競技大会ホームページ

消費生活センターからのお知らせ

くらし安心応援通信 シリーズ⑱

「墓を引っ越しする」と言ったら、寺から高額な費用を要求された!

遠方の寺の檀家となっており、亡くなった両親の遺骨や先祖の位牌がある。高齢で、遠くまで墓参りに行けないので、遺骨などを家の近くの合同納骨堂に移したい。寺に問い合わせると「250万円支払うように」と言われた。支払うべきなのか?

▶ ひとこと助言

墓を撤去し、遺骨を他の寺などの墓に移す際に、高額なお布施(檀家をやめる時に寺へお礼として慣習的に支払う、いわゆる「離檀料」)を要求されたという相談が寄せられています。

● こういったお布施については明確な基準などはないため、金額に納得がいかない場合は、基本的には寺と話し合うことになります。

● 墓の引っ越しは勝手にすることができず、一般に墓地管理者である寺から「埋蔵(埋葬)証明書」をもらったうえで自治体に申請し、「改葬許可書」を受け取る必要があります。

● 一般的に墓を移転する際は、墓を撤去しさら地にする費用、新たな墓の購入費などが必要となります。



◆消費生活センターでは

悪質商法、架空請求などの契約トラブル、商品サービスの安全性など消費生活に関するご相談は何でも承ります。まずはお電話でご相談ください。

時間 午前9時~正午/午後1時~4時

①月(火)木(金) 場所: 霞ヶ浦庁舎

②水(木)金 場所: 勤労青少年ホーム(事前に電話してください)

● 消費者教育や被害の注意喚起など、対象者に応じた出前講座を行っています。ぜひご利用ください。

☎ 消費生活センター(霞ヶ浦庁舎)

有料広告欄

有料広告欄

文芸ひろば

詠歌の紹介

千代田俳句同好会

老鶯やいまだに残る奉安殿
蓮の花今を盛りと風の中
垣に添って歩道に散って夏落葉
遠き日の奉安殿や若荷の子
竹林の囲ふ葉屋根夏の風

紫陽花俳句会

亡き人の思ひ出つまる遠花火
老いて尚まだ角とれず冷奴
蓮咲いてほりと音す泥の息
かふと虫捕って輝く児の瞳

出島短歌会

にわか雨靴下片方込み忘れ風にあおられ必死に耐えし
風呂上り宵のしほしを藤椅子に夕餉待ちをりそよ風うけて
いただきし夫婦茶碗の笠間焼きひび割れいるも毎日使う
山頂にたどり着きしは宝篋山仲間のコピーほうびの味なり

荒れ果てし谷間の川に光あり幼き頃に舞いし螢を
夏の宵一日の無事に感謝し明日の佳き日を願いて眠る
いつの間にか伸び伸び空へ向かいしをそと摘みたりトマトのわき芽
おしこちゃん孫だ孫だの詐欺電話貴方教えてフルネーム
生き過ぎましたと嘆く言葉聞き流し二人で五脚步幅合わせ
案じ合う老友今朝のくすり聞か
盆帰り囲むこぼは茨城弁
つけたしの父の日に飲む手酌酒

桜井筑娃
中島暉子
萩原初枝
福田妙子
山内勝昭

久保慶悦子
田能幸雄
萩原とし子
福田宏通

名倉親子
飯島ヒロエ
岡田恭子
須崎三代子

石塚清
沼野はつ子
中島良平
磯山徳治
菅谷味子
やまぐちさむ
宇津野野蛙
いいたいさを

▶投稿作品(俳句・短歌・川柳)を募集しています。10月4日(日)までに情報広報課(〒300-0192 大和田562番地)へお願いします。
なお、応募多数な場合には掲載されない場合がありますのでご了承ください。



①提灯の明かりの下、老若男女が一緒になって盆踊りを楽しみました②迫力ある獅子舞に、観客の視線は釘付け③下稻吉中学校の児童によるダンスチームが、かわいらしいダンスを披露④金魚の動きをじっとみつめてタイミングをはかります⑤真剣に狙いを定めて!!⑥トップバッターで緊張しながらも素敵な合唱を披露した下稻吉東小学校の6年生⑦しっとりとしたサクスの音色が体育館に響きました⑧型ぬぎに挑戦!!うまくできたかな?⑨素晴らしい演奏を披露した下稻吉中学校吹奏楽部⑩大人気の射的!次々と挑戦者が現れ賑わいました



THE 2nd EVERYONE'S SUMMER FESTIVAL

Camera Report

第2回 みんなの夏まつり

8月19日(土)下稻吉東小学校で「第2回みんなの夏まつり」が行われました。この事業は、地域の自主性・独自性を尊重した「地域社会づくり」を目的に、「下稻吉中地区公民館」(ミニ)「ミニ」推進委員」の主催により開催されました。第1部のステージイベントは、下稻吉東小学校6年生によるのびのびとした歌声の合唱からスタート。下稻吉中学校吹奏楽部の演奏では、雄大な音色の楽曲からポップなものまでが演奏され、会場の人々を楽しませていました。また、軽快なお囃子の音色で始まった稲吉囃子保存会「稲吉會」のステージでは、獅子舞やおかめ、ひよこなどが登場し、夏祭りらしい雰囲気会場に広がりました。第2部では、校庭に設置された櫓の周りを囲んでの盆踊りが行われ、浴衣姿の地域住民や子どもたちが夏の風情を満喫しました。踊り方のわからない子どもには周りの大人たちが笑顔でサポート。世代を超えて交流を楽しみました。会場にはたくさんのお土産も並び、多くの来場者が楽しい夏まつりをお楽しみしました。

問 歴史博物館 ☎029(806)0017

かすみがうら市のジオ食



栗

かすみがうら市の栗栽培の歴史

千代田地方は、古くから山栗の自生地でした。そのため、山栗はしばしば屋敷の周りなどに、二、三本植えられることもありました。ある時に下志筑の長谷川茂造は、自宅の庭木の山栗に注目しました。茂造は、庭木の山栗を一粒残さず拾い、計りにかけてみえました。すると、反当たりを収入に換算したら、かなりの利益が出る計算となりました。茂造は栗を畑に植えようと決心し、早速、埼玉県の安行から苗木を購入し、山林を開拓し栗栽培を始めました。明治31年の春、茨城の栗が茂造の手によって誕生したのです。

長谷川茂造氏の栽培栗が注目され、急速に増加したのは大正に入ってからです。千代田の栗は、長谷川茂造のほかに、八木岡新右衛門、兵藤直彦らの接木法による品種改良や病虫害対策など、長い間の栗の研究が継続された結果、「千代田の栗」や「志土庫の栗」などがブランド栗となっていました。



千代田の栗

栗の栄養分
栗は、ほとんどが水分と炭水化物です

が意外とビタミンCが豊富です。また、糖質やアミノ酸の代謝を助けるビタミンB1、高血圧予防に効果があるカリウムも豊富です。渋皮には、老化防止やガン予防などにも効果的とされるポリフェノールの一種のタンニンも含まれています。

栗の食べ方

栗ご飯や栗おこわといった、飯に混ぜる食べ方、モンブランや甘露煮といったスイーツとしての食べ方が一般的です。最近はおかずとして栗の天ぷら、栗の甘醤油漬け、スープとしての栗のポタージュ、お菓子としての栗チップス、栗のパウンドケーキや栗チョコなど幅広く料理されるようになりました。

栗林の景観を楽しむ

秋が深まるこの季節の紺青の空が澄みきった日に、栗畑や栗の苗木畑を歩いてみると、すばらしい景色の景観を楽しむことができます。食べてよし、見てよし、そして心落ち着かせてくれる栗。かすみがうら市の大地が育むふるさとの味、栗をこの秋に堪能しましょう。

(深井 征一郎)



みんなの夏まつり フォトアルバム

今月のスマイル



↓選挙啓発活動ボランティアとして啓発品を配布し投票を呼び掛ける生徒



若 高校生による投票立会人および選挙啓発活動年層の政治参加を促すために

8月27日に執行された茨城県知事選挙において、市選挙管理委員会が、市内在住の高校生を期日前投票所の立会人(9人)や選挙啓発活動ボランティア(8人)に選任。若い世代の政治や選挙への関心を高めようと選任したもので、啓発活動では、有権者に啓発品を手渡しながら、投票率向上のため笑顔で投票を呼び掛けました。

↓日本赤十字社茨城県支部 深谷一広 事務局長(左)より奉仕団旗を授与される 斉藤二三子 委員長(右)



赤 赤十字奉仕団結団式並びに設立総会 赤十字奉仕団が誕生しました

8月25日、あじさい館で「赤十字奉仕団結団式並びに設立総会」が行われました。赤十字の人道・博愛の精神に基づき明るく住みよい社会を築き上げていくための事業に奉仕することを目的に、本市の地域女性団体連絡会が母体となり設立されたもので、日常の奉仕活動や非常災害時における救護活動などでの活躍が、今後期待されます。

人 かすみがうら子ども大学(前期)の暮らしをサポートするロボット

8月12日、あじさい館で「かすみがうら子ども大学(前期)」が行われました(全4回)。参加者は28人。3回目となる今回は、「ロボットライフで輝く未来の世の中へ」をテーマに、専門家から人間の生活を支えるロボット開発の現状などについて講義を聞いたり、立ち乗り型モビリティロボットを体験試乗。皆さん楽しく学習しているようでした。



↑立ち乗り型モビリティロボットを体験試乗する子どもたち

腹 塩ビ管でできる!健康かんたん尺八 式呼吸をマスターし 豊かな音色を

7月19日、あじさい館で「塩ビ管でできる!健康かんたん尺八」の最終回が行われました(全6回)。塩ビ管の尺八といっても、音は竹でできた本物にひけを取りません。参加者は、より良い音を出すために呼吸筋のストレッチなどを入念に行い、腹式呼吸を意識しながら馴染みの曲を練習。「きちんと音が出るようになってよかった」との感想がありました。



↑真剣な面持ちで練習をする参加者

1 お母さんと一緒に包丁にチャレンジ 2 鍋の具合は大丈夫かな? 3 ケーキの生地を型に入れるの楽しいね 4 親子で一緒に作った料理の味は格別です!



料 親子で料理とスイーツ教室 料理で深める親子の絆

8月6日、働く女性の家で「親子で料理とスイーツ教室」が行われました。参加した親子6組が、「サンドイッチ」「南瓜のケーキ」「ヨーグルトゼリー」作りに挑戦。エプロン姿の子どもたちとお母さんが、包丁を使って具材を切ったり、ボールに入れた具材を混ぜたりと、親子のふれあいを楽しみながら調理をしました。最後に、出来たての料理をいただくと、教室には「おいしい!」の声が響きました。



↓水にもすっかり慣れて水中カメラにピースサインで応える子どもたち



苦 ジュニアスイミング教室 手な水泳を“無理なく”克服

7月28日、B&G海洋センタープールで「ジュニアスイミング教室」が開講しました(全5回)。参加者は48人。教室では、市スポーツ推進委員などの指導のもと、参加者のレベルに応じた水慣れから泳ぎの基本動作などを学びました。参加者からは「プールに行くのが楽しくなった」「ビートバンなしで25分に挑戦します」との感想がありました。

手 バードクラフトづくり 作りでかわいい 鳥のアクセサリ

8月20日、雪入ふれあいの里公園で「バードクラフトづくり」が行われました。参加者は7人。作成したのは、鳥のアクセサリ。木でできた鳥の型にアクリル絵の具で色を塗り、マグネットやストラップなどを付けてオリジナルの作品に仕上げました。参加者からは「鳥が好きなので、色を塗るのがとても楽しかった」との感想がありました。



↑鳥のアクセサリづくりを楽しむ親子

まちのわだい My Town Topics





霞ヶ浦まるごと

in 歩崎公園

グルメフェス★2017

10月14日(土) 9:00 ~ 16:00 / 15日(日) 8:00 ~ 16:00

問 観光商工課



霞ヶ浦のいろんなグルメ まるごと食べつくせ

◆常陸牛串焼き ◆海の唐揚げ ◆わがさぎフライ ◆美明豚ケバブ ◆行方バーガー ◆地ビール
◆究極のメロンパン ◆冷やし焼き芋 ※ほかにも盛りたくさん! ホームページでご確認ください。



同時開催

- りんりんフェスタ ~つくば霞ヶ浦サイクリング~(14日)
- ライドハンターズ in かすみがうら(14日)
- かすみがうらエンデューロ(15日)

シャトルバスのご案内(一般来場の方へ)

- JR常磐線「神立駅」東口 8:00(14日)/8:15(15日) ~ 16:30
- かすみがうら市役所霞ヶ浦庁舎 8:00(14日)/8:00(15日) ~ 16:30
- 霞ヶ浦ふれあいランド 8:00(14日)/9:00(15日) ~ 16:30



「おいしい!」で

幸せになる日