

# かすみがうら 広報 3 2019

kasumigaura public relations

No. 168



## 笑顔であふれる手作りひな人形!

3月1日、やまゆり保育所で女の子の健やかな成長を願う節句の「ひなまつり会」を開催しました。園児たちが作ったひな人形が飾られ、とても華やかでかわいいひな壇が完成していました。

### Headline News

- スクールインフォメーション(小学生・中学生) ..... p. 2 ~ 5
- シルバーリハビリ体操 ..... p. 6 ~ 7
- 第18回霞ヶ浦帆引き船フォトコンテスト ..... p.15
- 第2回健康まつり ..... p.16
- 第5回かすみがうら子ども未来フェスティバル ..... p.17

### 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!



きらり輝く 湖と山 笑顔と活気のふれあい都市



# School INFORMATION

## スクール★インフォメーション

平成30年中に、スポーツや学習面、文化活動などさまざまな分野の大会やコンクールで優れた成績を収めた中学生・チームを紹介します。

県民総合体育大会  
ソフトテニス女子団体の部 第2位  
茨城県中学校新人体育大会  
ソフトテニスの部女子団体の部 優勝  
**霞ヶ浦中 女子ソフトテニス部**



県民総合体育大会  
ソフトテニス女子個人の部 第3位  
**霞ヶ浦中 酒井菜々花・宮崎紫帆**



県民総合体育大会  
女子総合 優勝  
**霞ヶ浦中 女子運動部**

全国中学校  
ソフトテニス大会男子個人の部 出場  
**霞ヶ浦中 白井宏宜・加固真門**



茨城県納税貯蓄組合連合会  
中学生の税についての作文  
会長賞  
**霞ヶ浦中 山田結衣**



県民総合体育大会  
バレーボール女子の部 第2位  
**霞ヶ浦中 女子バレーボール部**

ハンドボール茨城  
選抜(JOCジュニア  
オリンピックカップ関東大会) 出場  
**霞ヶ浦中 古村希星**



県民総合体育大会  
水泳男子 200m背泳ぎ 第3位  
**下稲吉中 大谷勇陽**



関東中学校  
ソフトテニス大会男子団体の部 優勝  
全国中学校  
ソフトテニス大会男子団体の部 出場  
**霞ヶ浦中 男子ソフトテニス部**



茨城県小中学校読書感想文  
コンクール  
優秀  
**霞ヶ浦中 大竹理央**



県民総合体育大会  
ソフトテニス女子個人の部 第5位  
**霞ヶ浦中 大原杏菜・浅野らら**



全国中学校  
ソフトテニス大会男子個人の部 出場  
**霞ヶ浦中 佐久間啓輔・飯塚弘貴**



JOCジュニアオリンピックカップ  
大会(ハンドボール) 出場  
茨城県選抜チーム選手  
**下稲吉中 浅野間千陽**



全国中学校都道府県対抗野球大会  
茨城代表  
**霞ヶ浦中 服部皓太**



茨城県  
児童生徒科学研究作品展  
げんでん財団科学賞  
**下稲吉中 澤田賢吾**



茨城県中学校新人体育大会  
バレーボール男子の部 優勝  
**霞ヶ浦中 男子バレーボール部**



茨城県中学校新人体育大会  
陸上男子走り高跳び  
第2位  
**霞ヶ浦中 関口拓也**



平成30年度  
少年の主張茨城県大会  
優秀賞  
**霞ヶ浦中 仲澤美穂**



県民総合体育大会  
剣道女子団体の部 第3位  
**霞ヶ浦中 女子剣道部**



茨城県発明工夫展児童  
・生徒の部  
茨城県発明協会会長賞  
**下稲吉中 宮崎凌駆**



土浦警察署管内 防犯ポスター展  
土浦警察署長賞  
七会小 鈴木 拓哉



WE LOVE  
トンボ絵画コンクール  
銀賞  
霞ヶ浦南小 根本 望衣



霞ヶ浦南スポーツ少年団  
茨城県学童ジュニア野球大会  
低学年の部 優勝



かすみがうら南J・ラビッツ  
茨城県ミニバスケットボール選手権大会  
(茨城新聞社杯茨城県ミニバスケット  
ボール選手権大会) 第3位



全国小学生バドミントン選手権大会  
茨城県予選会  
シングルス 第3位  
新治小 大滝 祐翔



茨城県  
火災予防ポスターコンクール  
最優秀賞  
霞ヶ浦北小 白井 碧玖

スポーツ鬼ごっこ全国大会 特別個人賞  
下稲吉小 石塚 匠馬



茨城県交通安全ポスター作品コンクール  
優秀賞(茨城県交通安全母の会連合会長賞)  
志筑小 萩島 美優



スクール★インフォメーション

平成30年中に、スポーツや学習面、  
文化活動などさまざまな分野の大会や  
コンクールで優れた成績を収めた  
児童・チームを紹介します。

# 日頃の努力の 成果が実を結ぶ!

茨城県少年少女  
新人ハンドボール大会  
低学年混合の部 第2位  
新治クラブ



茨城県少年少女  
新人ハンドボール大会  
男子の部 優勝  
新治クラブ



いばらき教育の日 標語  
県知事賞  
上佐谷小 中根 陸斗



シルバーラビッツスポーツ少年団  
全日本バレーボール大会  
茨城県大会 女子の部 優勝

茨城県交通安全ポスター作品コンクール  
優秀賞(茨城県教育委員会教育長賞)  
下稲吉東小 金森 咲希



MOA美術館  
かすみがうら市児童作品展  
県知事賞  
下稲吉小 高野 凜ノ介



## 体操の効果は？

- ◎動きが楽になった ◎関節の痛みが緩和した
- ◎つまづきにくくなった ◎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

などの効果がみられています。  
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。

## シルバーリハビリ体操って？

「立つ、座る、歩く」などの日常生活に必要な動作を維持するために、茨城県立健康プラザの大田仁史管理者が考案した体操で、関節や筋肉の動きを良くすることを目的としています。  
道具は必要なく、「いつでも、どこでも、1人でもできる」体操で、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。

元気で  
楽しく  
介護予防



市では、超高齢化社会への突入に備えて、介護予防のための体操「シルバーリハビリ体操」の普及を行っています。今と変わらない生活を送るためにも体操を始めてみませんか。  
☎ 地域包括支援センター ☎ 0299 - 59 - 2111

# シルバーリハビリ体操

ちょっと体験！ シルバーリハビリ体操

### 【肩こり予防体操】



肩関節の動きをよくする運動

### 【腰痛予防体操】



お尻、もの裏側の筋肉を強化する運動

### 【転倒予防体操】



ももを上げる力をつける運動

### ▼ シルバーリハビリ体操の様子



▼皆さんの参加お待ちしております(シルバーリハビリ体操指導士の皆さん)

## あなたも始めてみませんか？

### ▶見学、体験してみたい

シルバーリハビリ体操は、現在市内 31 か所の会場（あじさい館、やまゆり館、大塚ふれあいセンター、働く女性の家、千代田公民館や、各地域の集落センターなど）で開催しています。  
参加費は無料ですので、お近くの会場へお気軽にお越しください。  
会場により開催日時が異なりますので、詳しくは地域包括支援センターにお問い合わせください。  
【持ち物】水分補給用の飲み物、タオル、上履き(会場による)

### ▶家の近くで教室を開催してほしい

新たに教室を始めたい方々を募集しています。自治会、老人会など地域の方々が集まる場での体操指導を行います。地域ぐるみで健康寿命を延ばしましょう。お気軽にご相談ください。

### ▶シルバーリハビリ体操指導士になって活動したい

市では 2019 年度シルバーリハビリ体操 3 級指導士の養成講習会を行います。  
指導士はボランティアとして地域の高齢者にシルバーリハビリ体操を指導し、関係機関と連携しながら自助、互助で地域づくりを担います。指導士の活動年齢は 8.6 歳若いとの結果も出ており、自身の介護予防にもつながります。かすみがうら市では現在 56 人の指導士が活動しています。

### ▶受講者募集 3 級指導士養成講習会 日程

| 日程         | 会場    | 申し込み方法   |
|------------|-------|--|
| 1 7月4日(木)  | あじさい館 | 地域包括支援センターに電話でお申し込みください<br>☎ 0299 - 59 - 2111<br>申し込み期限<br>2019年6月14日(金)まで |
| 2 7月9日(火)  |       |  |
| 3 7月11日(木) |       |  |
| 4 7月17日(水) |       |  |
| 5 7月19日(金) |       |  |
| 6 7月23日(火) |       |  |

### 受講資格

- ①市内に住民登録がある方
- ②常勤の職を持たない概ね 60 歳以上の方
- ③地域で体操普及のボランティア活動のできる方

### シルバーリハビリ体操の動画を見よう!

- ▶ いばキラ TV (県公式動画チャンネル) URL  
<https://www.ibakira.tv/movies/view/102131>

いばキラ TV シルバーリハビリ体操 検索



くらし

平成31年度固定資産税に係る縦覧制度

土地および家屋の納税者は、固定資産の評価額などを縦覧帳簿で確認できます。

縦覧期間 ※土曜日を除く

4月1日～5月7日

時間 午前9時～正午・午後1時～4時

場所

・税務課(千代田庁舎)

・霞ヶ浦窓口センター(霞ヶ浦庁舎)

縦覧できる方

① 固定資産税土地または家屋を納税されている方

② 納税者の同居親族で納税者から委任が認められる方

③ 納税者から委任状を持参された代理人

必要書類 期間中は、手数料無料です。

来庁された方の本人確認のため、運転免許証などの公的な身分証明書をお持ちください。

国税務課(千代田庁舎)

産前産後期間の国民年金保険料の免除

4月1日～産前産後期間の国民年金保険料が免除になります。

免除期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間の国民年金保険料が免除されます。

除かれず。

なお、多胎妊娠の場合、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6

カ月の国民年金保険料が免除されます。

※出産は、妊娠85日(4カ月)以上の出産をいいます。(死産、流産、早産された方を含みます)

対象者

国民年金第1号被保険者であり、出産日が平成31年2月1日以降の方

届出時期

出産予定日の6カ月前から届出できます。

※ただし、法施行日である4月1日以前以降です。

必要書類

本人確認ができるもの(運転免許証など)、印鑑、母子健康手帳(出産前に届出する場合)

※被保険者ご自身が別世帯の場合は、出生証明書など(出産日および親子関係を明らかにする書類)が必要です。

受付場所

・国民年金課(千代田庁舎)  
・霞ヶ浦窓口センター(霞ヶ浦庁舎)  
・中央出張所

国民年金課(千代田庁舎)

「古民家 和の祭典」の開催

国指定文化財の椎名家住宅は、かすみ

がら市が誇る東日本最大の古民家です。この素晴らしい文化財を舞台として大正琴の演奏と子供たちによる日本舞踊

の発表会を開催します。ぜひ、ご参加ください。

日時 3月31日(木)午前10時～午後12時半  
場所 椎名家住宅(加茂4-4-8)

出演 大正琴ひまわりの会  
かすみ(がら)日舞子供体験教室  
主催 かすみ(がら)市市民学芸員の会

歴史博物館

☎ 029(896)0017

広報誌やホームページの有料広告のご案内

市の広報誌やホームページを利用して、会社やお店の宣伝などに活用しませんか。要項や基準などはホームページをご覧ください。お問い合わせください。

広報誌の有料広告

広告料・規格

1回半枠1万円(タテ45×ヨコ186)  
全枠2万円(タテ45×ヨコ177)

※原稿の色は白黒となります。

掲載広告データ

ワード・エクセル・イラストレーター・インデザインなどで必ず作成してください。

※ワード・エクセルのデータは、掲載時若干イメージが変わる場合があります。

ホームページ・バナー広告

広告料 1カ月(半枠)8千円

バナー規格

① タテ50ピクセル×ヨコ150ピクセル

② GIF画像またはJPEG画像(静止画のみ)

相談会

遺言・相続に関する無料法律相談「要予約」

面談による遺言・相続に関する無料法律相談を行います。

日時 4月18日(木)午前10時～正午、午後1時～4時、午後6時～8時

場所 茨城県弁護士会土浦支部土浦市中央

1・13・3 大國電城公園ハイスクエア

定員 14人(先着順)

申請 茨城県弁護士会土浦支部事務局

☎ 029(897)3349

募集

介護支援専門員の更新研修および再研修

日程 5月～7月(1班)、7月～10月(2班)

申込みの人または人事委員会がこれと同等

警察官採用試験の実施

男性警察官A・女性警察官A

受験資格

1980年4月2日以降に生まれた人で、大学(短期大学を除く)を卒業した者

しくは、2020年3月31日までに卒業見込みの人または人事委員会がこれと同等

※詳細は介護労働安定センター茨城支部

センター茨城支部ホームページをご覧ください。

☎ 029(227)1215

☎ 029(227)1215

☎ 029(227)1215

☎ 029(227)1215

☎ 029(227)1215

☎ 029(227)1215

☎ 029(227)1215

☎ 029(227)1215

☎ 029(227)1215

☎ 029(227)1215

☎ 029(227)1215

国保年金ニュース

納付に困ったら学生の方には、学生納付特例制度があります!

国民年金第1号被保険者の方は、毎月保険料を納めていただく必要がありますが、学生の方には、申請により在学中の保険料納付が猶予される「学生納付特例制度」が設けられています。

★所得の目安

118万円+(扶養親族等の数×38万円)

▼免除受付

平成31年度(4月～平成32年3月分)の免除申請は、4月1日(日)から受付開始となります。

▼必要書類

在学証明書または学生証の写し(両面)、本人と確認できるもの(運転免許証など)、認印

▼申請場所

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

※学生納付特例制度により、平成30年度の保険料を猶予されている方で、平成31年度も引き続き在学予定の方には、3月末に基礎年金番号が印字されたはがき形式の学生納付特例申請書が、日本年金機構より送付されます。

このはがきに必要事項を記入し、返送いただくことにより、平成31年度の特例申請ができます。(この場合、在学証明書または学生証の写しの添付は不要です)

詳しくは、下記国保年金課までお問い合わせください。

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

☎ 国保年金課(千代田庁舎)

かすみがうら市の人口

- 人口 42,148人 [前月比 - 8]
- 男性 21,388人 [前月比 +11]
- 女性 20,760人 [前月比 -19]
- 世帯数 17,339世帯 [前月比 +39]

▶平成31年3月1日現在(住民基本台帳人口)



読み聞かせ会・お話し

- ▼読み聞かせ会「つくしんぼ」  
日時 4月4日(木)午後4時～(大塚児童館)  
5日(金)午後4時～(稻吉児童館)  
16日(木)午後4時～(新治児童館)
- ▼お話し「石のスープの会」  
日時 4月13日(日)午前10時半～(図書館本館)

あじさい館土曜名画座

陽光桜 - YOKO THE CHERRY BLOSSOM -

日時 4月13日(日) 17:00～  
※30分前から開場します。

場所 あじさい館[視聴覚室]

料金 100円 [上映時間 114分]

☎ 霞ヶ浦中地区公民館  
☎ 029-897-0511

【ストーリー】  
高岡正明は、家業を息子に任せ、サクラの新品種開発に没頭する日々を過ごしていた。そこには、教員時代、教子を戦地へと送り出した深い哀しみと生涯を賭けて誓った平和への決意があった。戦前戦後を駆け抜け、奇跡の桜を誕生させた知られざる偉人の人生をユーモラスな家族愛と共に描く。

●30キロメートル以内  
▼対象者  
市内または近隣市町村(土浦市、つくば市、石岡市、小美玉市、行方市など)に住所または事業所、店舗などを有する方  
※広告審査を行いますので、掲載希望月の1カ月前までにお申し込みください。  
※広報誌の有料広告は先着順になります。  
☎ 情報広報課(霞ヶ浦庁舎)



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】

- 7日 野上病院 ☎ 029-822-0145
- 14日 県南病院 ☎ 029-841-1148
- 21日 神立病院 ☎ 029-831-9711
- 28日 淀縄医院 ☎ 029-822-5615
- 29日 野上病院 ☎ 029-822-0145

【内科】

- 7日 小原内科医院 ☎ 029-821-1015
- 14日 鳥山診療所 ☎ 029-843-0331
- 21日 荒川沖診療所 ☎ 029-843-0859
- 28日 小林医院 ☎ 029-831-6688
- 29日 松本内科医院 ☎ 029-843-1211

○石岡地区▶▶▶診療時間 9:00～11:30/13:00～15:30

【外科】

- 7日 石岡市医師会病院 ☎ 0299-22-4321
- 14日 石岡市医師会病院 ☎ 0299-22-4321
- 21日 石岡市医師会病院 ☎ 0299-22-4321
- 28日 八郷整形外科内科病院 ☎ 0299-46-1115
- 29日 山王台病院 ☎ 0299-26-3130
- 30日 石岡第一病院 ☎ 0299-22-5151

【内科・小児科】

7.14.21.28.29.30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  
6.7.13.14.20.21.27.28.29.30日  
石岡市医師会病院 ☎ 0299-23-3515

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しています。

☎ 0800-800-3674

茨城県救急医療情報システム

歯科を除く医療機関案内  
月～土: 午前9時～午後5時半  
☎ 029-241-4199

茨城子ども救急電話相談・茨城おとな救急電話相談

救急車の要否や応急手当のアドバイス、医療機関の案内  
平日(月～土): 午後5時半から翌朝午前9時まで  
休日(日・祝・年末年始): 午前9時から翌朝午前9時まで  
☎ 子ども: # 8000 または 03-5367-2367  
☎ おとな: # 7119 または 03-5367-2365

|    |   |   |  |           |
|----|---|---|--|-----------|
| 1  | 月 |   |  |           |
| 2  | 火 |   |  |           |
| 3  | 水 |   |  |           |
| 4  | 木 | ◇ | 窓口サービス時間延長 19:00まで 千代田庁舎                         | 千代田庁舎     |
| 5  | 金 |   |  |           |
| 6  | 土 |   |  |           |
| 7  | 日 |   |  |           |
| 8  | 月 |   |  |           |
| 9  | 火 | ○ | 1歳6カ月児健診(H29.9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] 9:00/14:00 やまゆり館 4月1日(日) 9:00から予約受付  | やまゆり館     |
| 10 | 水 | ○ | 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 |
|    |   | ○ | にこにこ教室(個別相談) [要予約] 9:30 霞ヶ浦保健センター                | 霞ヶ浦保健センター |
|    |   | ▲ | 心配ごと相談 13:30～15:00 働く女性の家                        | 社会福祉協議会   |
| 11 | 木 | ◇ | 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(未満児教室) [要予約] 10:00 霞ヶ浦保健センター              | 霞ヶ浦保健センター |
|    |   | ○ | にこにこ教室(個別相談) [要予約] 9:30 霞ヶ浦保健センター                | 霞ヶ浦保健センター |
|    |   | ▲ | 法律相談 [要予約] 13:00 働く女性の家 4月1日(日) 8:30から予約受付       | 社会福祉課     |
| 12 | 金 |   |  |           |
| 13 | 土 | ■ | あじさい土曜名画座 17:00 あじさい館                            | 霞ヶ浦中地区公民館 |
| 14 | 日 | ■ | かすみがうらマラソン                                       | スポーツ振興課   |
| 15 | 月 | ○ | 4カ月児健診(H30.12月生) 13:00 霞ヶ浦保健センター                 | 霞ヶ浦保健センター |
| 16 | 火 |   |  |           |
| 17 | 水 | ○ | 3歳児健診(H27.12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 10:00 やまゆり館 4月3日(日) 9:00から予約受付 | やまゆり館     |

|    |   |   |   |           |
|----|---|---|---|-----------|
| 18 | 木 | ◇ | 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(未満児教室) [要予約] 10:00 霞ヶ浦保健センター             | 霞ヶ浦保健センター |
|    |   | ○ | にこにこ教室(個別相談) [要予約] 9:30 霞ヶ浦保健センター               | 霞ヶ浦保健センター |
| 19 | 金 |   |   |           |
| 20 | 土 | ▲ | なんでもかんでも相談 13:30 やまゆり館                          | 社会福祉協議会   |
| 21 | 日 |   |   |           |
| 22 | 月 | ▲ | 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 |
|    |   | ○ | めだか教室(H30.4・5月生)13:00 霞ヶ浦保健センター                 | 霞ヶ浦保健センター |
| 23 | 火 | ▲ | 子育て相談 [要予約] 9:00/14:00 やまゆり館 4月1日(日) 9:00から予約受付 | やまゆり館     |
| 24 | 水 | ▲ | 心配ごと相談 13:30～15:00 あじさい館                        | 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     |
|    |   | ○ | にこにこ教室(未満児教室) [要予約] 10:00 霞ヶ浦保健センター             | 霞ヶ浦保健センター |
| 25 | 木 | ○ | にこにこ教室(個別相談) [要予約] 9:30 霞ヶ浦保健センター               | 霞ヶ浦保健センター |
|    |   | ▲ | 法律相談 [要予約] 13:00 あじさい館 4月1日(日) 8:30から予約受付       | 社会福祉課     |
|    |   | ■ | ミニウォーキング [要予約] 10:00 往西寺 4月23日(日)まで予約受付         | 霞ヶ浦保健センター |
| 26 | 金 |   |   |           |
| 27 | 土 |   |   |           |
| 28 | 日 |   |   |           |
| 29 | 月 |   |   |           |
| 30 | 火 |   |   |           |

◆問い合わせ先一覧

- 千代田庁舎・霞ヶ浦庁舎 ☎ 0299-59-2111・029-897-1111
- 中央出張所 ☎ 029-831-6399
- 働く女性の家 ☎ 029-831-2234
- 地域包括支援センター ☎ 0299-59-3645
- 大塚ふれあいセンター ☎ 0299-59-4088
- やまゆり館 ☎ 029-832-5601
- あじさい館 ☎ 029-897-0511
- 霞ヶ浦保健センター ☎ 029-898-2312
- 千代田公民館 ☎ 0299-59-5252
- 社会福祉協議会 ☎ 029-898-2527

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】

■大和 ☎ 090-2417-8502  
○スポーツ広場▶毎週日 9:30 ○硬式テニス▶毎週日 9:00 / 毎週金 19:00 ○ピンポン▶毎週日 12:30 / 毎週日 19:00 ○フットサル▶毎週日 19:00 ○よさこいソーラン▶毎週日 10:30 ○軽音楽▶毎週日 9:30 ○こどもひろば▶13日(日) 9:00 ○グラウンドゴルフ▶毎週日 9:00 / 毎週金 13:00 ※場所はすべて第1常陸野公園 ○太極拳▶毎週日 13:30 働く女性の家 ○社交ダンス▶毎週日 13:00 千代田中央公民館 ○スポーツ吹矢▶毎週日 10:00 千代田公民館講堂 ○ウォーキング▶24日(日) 9:30 市内とその周辺を歩く ○英会話広場▶第1.2.3.4日 9:30 大塚ふれあいセンター ○スポーツ鬼ごっこ▶毎週日 15:00 わかぐり運動公園

【エンジョイスーツクラブ】

■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▶毎週日 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▶毎週日 20:00 体育センター ○弓道 [要予約]▶第1回(時間は要問合せ)多目的運動広場 ※ソフトバレーボール&卓球およびグラウンド・ゴルフの体験は3回限定

シルバーリハビリ体操教室日程

【指導士の会】 ■三木 ☎ 090-7422-1815  
○あじさい館▶第1.2.3.4日 13:00  
○千代田公民館▶第2.4日 10:00  
○働く女性の家▶第1.2.3.4日 10:00  
○大塚ふれあいセンター▶第1.2.3.4日 13:00  
○やまゆり館▶第1.2.3日 10:00

4月の納期限▶5月7日(火)

期限内納付にご協力ください。  
○固定資産税 [1期]  
○介護保険料 [1期]

有料広告欄

有料広告欄

地方創生コラム⑦

地域の力で かすみがうらを元気に!

地方創生の目的は、『住んでよし・働いてよし・訪れてよし』の魅力ある地域づくりにより地元へ定住・移住する人を増やし、地域社会の活力を維持することです。「地域づくり」について、本市は「みんなで作る連携と協働のまちづくり」をモットーに、市民協働で取り組むとしています。

▶市民と行政の協働とは

「協働」という言葉が一般化したのは2000年代に入ってからと言われています。行政ニーズが多様化・複雑化する一方、阪神淡路大震災以降、ボランティアなどさまざまな市民活動が活発になっていた状況を受け、行政だけでは・市民だけでは解決できない課題に対して、お互いの不足を補い、協力し合い、それぞれの立場からの意見や特性を認め合いながら活動する「協働」のスタイルが、全国に普及していきました。その背景には、地方分権の進展によって、自ら知恵を絞り、限りある財源でさまざまな課題解決に取り組まなければならなくなった自治体が、多様なアイデアや実行力を持つ市民グループの参画を求め、との事情もあったと考えられます。

▶真の市民協働に向けて

古くは「自分達の住む地域の問題は自分達で解決する」との考えのもと、住民自ら道普請など公共事業を行なってきましたが、近代化に伴い人が地域外に働きに出るようになってから、公共の問題の解決は自治体が税金によって担うようになりました。「住民自治」が行動から概念となる中、市民協働による取り組みには、課題解決だけでなく、本来の住民自治に立ち戻るとの意義もあります。

一方、多くの自治体で、行政側が市民協働を公共サービスのコスト削減や担い手確保のための手法と捉える風潮があることは否めません。今後は、市民協働のまちづくりが行政スタイルの主流となることは確実なため、自治体職員には、「協働」の意義を理解し、市民から知恵と協力を引き出す能力を身に付けることが求められます。一方、そのパートナーとして「行動する市民」の存在が不可欠であることも言うまでもありません!

問 地域未来投資推進課(千代田庁舎)

一般財団法人自治総合センター「コミュニティ助成事業」

宝くじの助成金で山車や備品を整備

逆西四区では、今までの山車が老朽化により危険な為、「安全で思い出に残る夏祭り」をテーマに助成金を活用して新しい山車とその備品を整備しました。

この助成金は、宝くじの社会貢献広報事業としてコミュニティ活動に必要な施設や備品を整備するために助成しているものです。



【逆西四区】山車、提灯

問 市民協働課(霞ヶ浦庁舎)

かすみがうらマラソン応援川柳結果発表

イバラキング  
茨城王 Presents 「かすマラ応援川柳 vol.8」

毎年好評をいただいている「かすみがうらマラソン応援川柳」。ご応募いただいた作品の中から特にユニークな川柳などを市内のフルマラソンコースに掲示します。

▶最優秀賞

◎もいつきろ むぢゅうでかけりゃ もいちきろ(1キロ)  
渋谷 直樹

▶優秀賞(8作品)

- ◎カメラより 足を止めんな 撮ってんど!  
がんばんぺ部門 夏舟
- ◎「平成」も一緒に走っぺ ラストラン  
がんばんぺ部門 32 ジャンボ
- ◎その走り 半端ないって! むぎもねえ  
がんばんぺ部門 日野まる
- ◎いやどうも どうかでみた顔 はしってら  
ごじゃっぺ部門 筑波ひよこ
- ◎エイドでの モグモグタイムも いがっぺな  
ごじゃっぺ部門 ケンゴードットコム
- ◎だじだよ 記録は改ざん しねーがら  
ごじゃっぺ部門 テクノポー
- ◎みだごどねー 蓮田の景色 はんぱねー!  
いなっぺ部門 ヒデリン
- ◎息つなげ レンコンみてえに んめーぐあい  
うまっぺ部門 まびまび

問 スポーツ振興課 ☎ 029-897-0511

平成 31 年度納付期限

市税などの納付をお忘れなく!

平成 31 年度の市税などの納付期限は下記のとおりです。期限内納付にご協力ください。また、支払いは口座振替が安心で便利です。ぜひご利用ください。

|            |         |      |         |
|------------|---------|------|---------|
| 市・県民税      |         |      |         |
| 【1期】       | 7月1日月   | 【2期】 | 9月2日月   |
| 【3期】       | 10月31日水 | 【4期】 | 12月25日水 |
| 固定資産税      |         |      |         |
| 【1期】       | 5月7日火   | 【2期】 | 7月31日水  |
| 【3期】       | 9月30日月  | 【4期】 | 12月2日月  |
| 国民健康保険税    |         |      |         |
| 【1期】       | 7月31日水  | 【2期】 | 9月2日月   |
| 【3期】       | 9月30日月  | 【4期】 | 10月31日水 |
| 【5期】       | 12月2日月  | 【6期】 | 12月25日水 |
| 【7期】       | 1月31日金  | 【8期】 | 3月2日月   |
| ※7.8期は、翌年  |         |      |         |
| 軽自動車税      |         |      |         |
| 【全期】       | 5月31日金  |      |         |
| 後期高齢者医療保険料 |         |      |         |
| 【1期】       | 7月31日水  | 【2期】 | 9月2日月   |
| 【3期】       | 9月30日月  | 【4期】 | 10月31日水 |
| 【5期】       | 12月2日月  | 【6期】 | 12月25日水 |
| 【7期】       | 1月31日金  | 【8期】 | 3月2日月   |
| ※7.8期は、翌年  |         |      |         |
| 介護保険料      |         |      |         |
| 【1期】       | 5月7日火   | 【2期】 | 7月1日月   |
| 【3期】       | 9月2日月   | 【4期】 | 10月31日水 |
| 【5期】       | 12月25日水 | 【6期】 | 3月2日月   |
| ※6期は、翌年    |         |      |         |

問 納税課(千代田庁舎)

あじさい館展示

4月は「切り絵同好会」の作品展

あじさい館では、市内の文化団体などが作成した絵画、写真、陶芸、工芸品などの芸術作品を月替わりで展示しております。

▶期間 3月26日(火)～4月21日(日)

問 生涯学習課 ☎ 029-897-0511

消費生活センターからのお知らせ

見守り新鮮情報 シリーズ⑤

退会するのに違約金!  
キャンペーン価格で入会したジム

近所にスポーツジムがオープンし、新規入会キャンペーンが行われていたので、割引料金で申し込みをした。ジムでマシンを使って運動したところ、膝が痛くなってしまった。自分には負荷が大きすぎると思い、退会を申し出ると「キャンペーン価格で入会した場合、半年間はやめられない。やめる場合は半年分の会費に相当する違約金を支払わなければならない」と言われた。

▶ひとこと助言

- スポーツジムなど、店舗で交わした契約は原則クーリング・オフ出来ません。契約する際は、契約書面や規約を必ず読み、施設の利用方法や退会の手続き、解約時の料金精算方法などを確認しましょう。確認の際、分からないことはスタッフに十分に説明してもらいましょう。
- 特にキャンペーンなどで入会金無料や月会費の割引を行っている契約では、その条件として、一定の期間解約が出来なかったり、中途解約すると違約金などを請求されたりすることがあるので注意しましょう。
- 入会后、健康状態などにより通うことが困難になる場合もあります。事前に家族や周囲の人に相談することも大切です。

不審な点があれば、速やかに消費生活センターにご相談ください。

◆消費生活センターでは

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(水)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。

問 かすみがうら市消費生活センター(霞ヶ浦庁舎)

有料広告欄

有料広告欄

千代田俳句同好会

白木蓮や雲を脱ぎたる筑波山  
水神の注連あたらしく春立ちぬ  
対岸の日当りてそり鴨の陣  
唐梅の香りにふれて良き日和  
烈風は水戸の風なり梅の花

紫陽花俳句会

道の辺に座して手にかこ若菜摘  
帰り花夕日に淡く浮き上がり  
竹林に日矢のいくすし春立てり  
休耕地砂巻き上げて春近し

出島短歌会

夫ゆきて須磨子の勇気なき我に四月終りゆくただ終りゆく  
終い湯に浮びし袖子を頬に当てきれいなあれ一人の微笑  
姑そしてまたその姑に教わりし睦月の料理思ひ出しぬ  
新年にえらばりし者が走りゆく未来を照らし富士のすがしき

投稿作品

未曾有の読めぬ元宰相が入閣す僕は読めると孫したり類  
陽だまりに辛夷ふくらむ春一日友の訃報を知るは寂しき  
筑波嶺や気高く楚楚と福寿草夕映え富士に追憶の像  
如月の雨も凌ぎて芽は丸み咲く日想うや満天星つし  
粉雪と淡雪降りし終日晩節の書を読み過こしぬ  
雪かふるポストに日の目あたたかさ  
お祭りの友とわけあひ雛の菓子  
笑い顔ジババうれし梅香る

大塚隼人  
飯沼礼子  
大西周  
加藤貞江  
神原清志

飯田功  
久保慶悦子  
萩原とし子  
福田宏通

薬師寺玲子  
飯島ヒロエ  
岡田恭子  
須崎三代子

菅谷味子  
古野はつ子  
篠塚しほ  
中島良平  
石塚清  
やまぐちまむ  
いいたいさを  
横井正子

▶投稿作品(俳句・短歌・川柳)を募集しています。4月1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。

生活の中に  
スポーツを

いさぎ茨城ゆめ国体2019開催記念  
かすみがうら

スポーツチャンネル



体育協会獵友会霞ヶ浦支部射撃部

射撃部は、現在43人で活動しております。  
今のところ男性のみですが、経験豊富なメンバーが活動を盛り上げています。

年間を通じて13回、笠間にある県営射撃場を中心にクレー射撃大会などを開催しております。

クレー射撃は、散弾銃を使用して空中に放たれるクレーと呼ばれる陶器を狙い、撃ち落とした数によって得点を競う競技です。

ご存知の方も多いと思いますが、本年開催される茨城国体などスポーツ競技にも選択されております。

散弾銃を使用するにあたって、銃の所持許可を取得する必要がありますが、クレーが割れた時の爽快感は何とも言えません。

県で開催される射撃大会にも参加し、また遠征射撃として福島県内の射撃場でも技術の向上を図ることも、メンバー間で腕前を競い合っています。  
射撃部では、今後もさらなる技術向上に向けて切磋琢磨してまいります。

体育協会ゲートボール連合

市体育協会ゲートボール連合は、会員が年々歳を重ねて退会してしまい、現在では7人の会員で活動しております。

あじさい館において毎週3回、(金・土・日)の午前中(午前8時30分〜正午)練習を行い、会員間の親睦を図っております。

また、その他の活動として近隣市町村(石岡市・土浦市・つくば市・龍崎市・稲敷市・利根町など)が開催している親善大会、ペア大会などに毎月1回ずつ参加して楽しくプレーしております。

今年の課題は、どうしたら新しい会員を増やしていけるかを最大の目標にして、新会員の確保に努めてまいりたいと考えております。

少しでもゲートボールに興味のある方は、ぜひ練習に参加してみたいかがでしょうか。



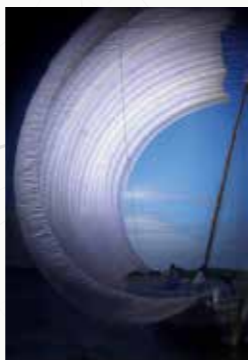
問 スポーツ振興課  
☎029(897)0511

第18回 霞ヶ浦帆引き船 フォトコンテスト

「霞ヶ浦帆引き船フォトコンテスト」は霞ヶ浦帆引き船・帆引き網漁会保存会の主催で行われており、今年で18回目となる今回は、第17回世界湖沼会議(いばらき2018)応援事業の一環として開催されました。撮影者の目線で、帆引き船と霞ヶ浦の風景の一瞬を切り取った484点(一般部門・帆引き船の部375点/霞ヶ浦の風景の部81点/小中学生部門28点)の素晴らしい作品が寄せられ、審査の結果35点が入賞しました。  
☎歴史博物館 ☎029-896-0017



最優秀賞/茨城県知事賞  
「帆引き日和」 平 堅次(土浦市)



審査員特別賞  
霞ヶ浦河川事務所長賞  
「風に立つ」  
廣岡 忍(埼玉県春日部市)



最優秀賞を受賞した(左から)飯嶋 禮夢さん、平 堅次さん、滝本 光晴さんと審査員特別賞を受賞した廣岡 忍さん

審査評  
折本良平は46歳の1880年に帆引き船網漁を發明して以来、延々として2019年の今まで138年間引き継がれている帆引き船です。2001年に「21世紀に残す日本の風景遺産100選」で掲載されたことを基としてフォトコンテストを開催した年です。そこから18年間ひたすら帆引き船の写真を審査して来ました。初期の頃は写った写真を「何でも出せばいい」の雰囲気でしたが、年々機材の発展と共に技術や視点の向上で、この1、2年の写真は基本コンセプトは殆ど差が付きません。如何にその差を付け、グレードの高い作品を作れるかが勝敗の差です。やはり自然現象にはかないませんが、その魅力を味方に写真技法を駆使し、感覚を澄ませて、自分なりの作品を作れば間違いだと思います。小中学生も沢山参加して頂き、素直な写真も素晴らしいと思います。勇壮な力強いロマンのある写真を期待しています。  
(公社)日本写真家協会会員・日本旅行写真家協会発起人理事 立木 寛彦



最優秀賞  
市長賞  
「一致団結」  
滝本 光晴(土浦市)



最優秀賞  
市教育長賞/ココロラ賞  
「茨城の宝」  
飯嶋 禮夢(かすみがうら市)

市内の入賞者



優秀賞/ココロラ賞  
「のぞきこむ霞ヶ浦」  
紺野 いづみ



読売新聞社賞  
「風のいたづら」  
初鳥 千代子



行方市観光協会会長賞  
「白帆と筑波山」  
福田 弘



読売新聞社賞  
「湖上のダイヤモンド富士」  
田井 俊夫



優秀賞  
「落陽に染まる」  
藤枝 多美男



霞ヶ浦漁業協同組合長賞  
「大漁」  
加瀬 雅俊



富士OGMゴルフクラブ出島コース賞  
「危ない!」  
藤井 美代志



常陽銀行賞  
「帆影」  
小松崎 正義



入選/ココロラ賞  
「霞ヶ浦と帆引き船」  
石川 叶多



第5回 かすみがうら Kids Future Festival  
**子ども未来フェスティバル**

世界に1つの  
キーホルダーが  
完成したよ!

みんなで楽しく  
科学を学ぼう!



**体験を通して驚きと喜びを!**  
 2月16日、あじさい館で「第5回子ども未来フェスティバル」を開催しました。このイベントは、市民の有志の方々により構成されている実行委員会によって企画され、「地域の宝である市内の子どもたちが、様々な体験を通して楽しく科学を学び、将来について考えるきっかけづくりになれば」という想いから行われているものです。当日は、市内の小学生35人と保護者14人が参加しました。

開会式後のオープニングアトラクションには、茨城大学中南米音楽研究会の皆さんが登場し、主にアンデス地方で演奏されている音楽「フォルクローレ」を演奏しました。普段身近にある楽器とは見た目も音色も違う民族楽器に、子供たちは興味津々。演奏にも参加しました。

「おもしろ体験」では、昔ながらの「コマ」から最新の「コマまで、さまざまな種類のコマを実際に回したり、紫外線で固まる特殊なプラスチック「UVレジン」を使ったキーホルダー作りを行いました。」

**生涯学習課**

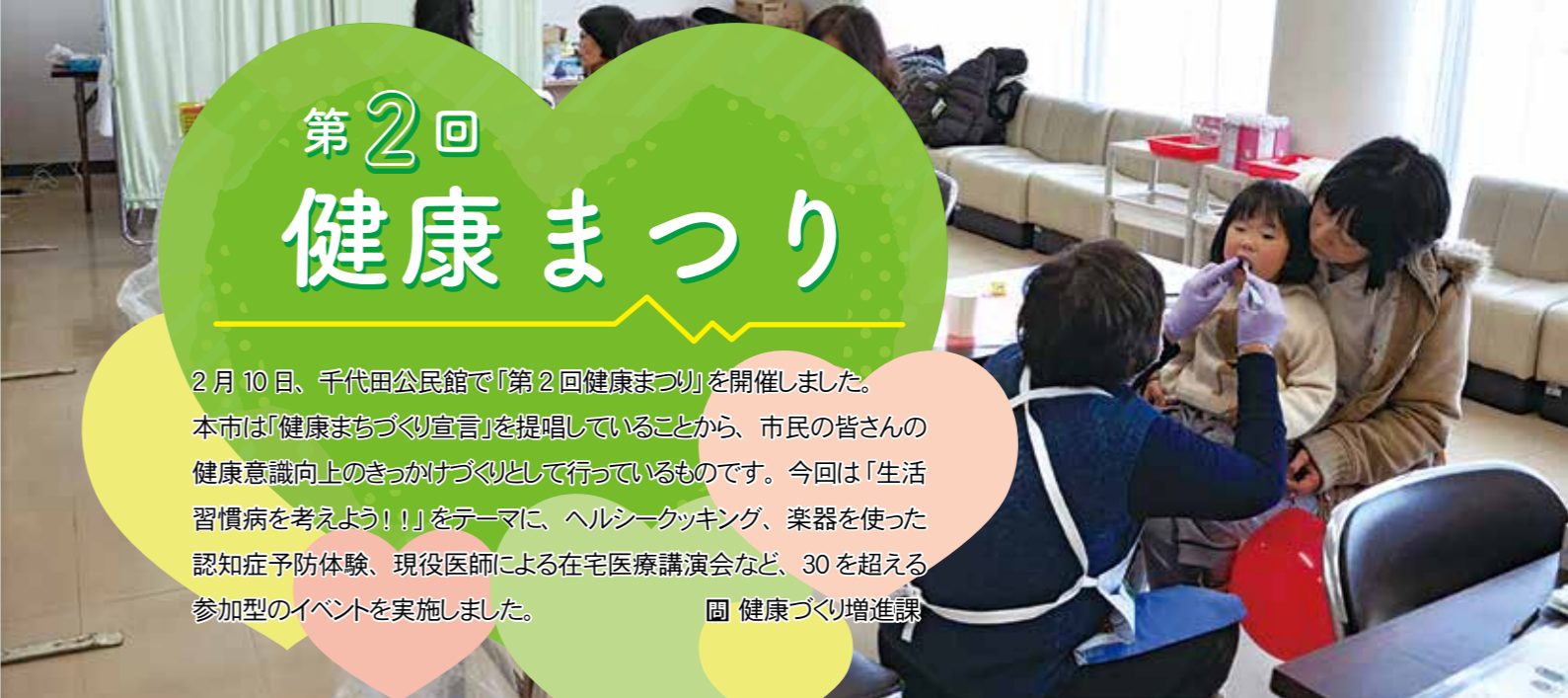


- ① 民族楽器の印象的な音色にウットリ
- ② 綺麗で優しい音が鳴りました
- ③ こんなコマ、見たことないね!
- ④ 講師は、おもしろ理科先生の石孝弘さん
- ⑤ オリジナルのコマ作りに挑戦です!
- ⑥ 子どもだけじゃない! 実行委員の皆さんも主役です
- ⑦ あっという間に固まることにビックリ!
- ⑧ みんな一生懸命取り組みました

第2回  
**健康まつり**

2月10日、千代田公民館で「第2回健康まつり」を開催しました。本市は「健康まちづくり宣言」を提唱していることから、市民の皆さんの健康意識向上のきっかけづくりとして行っているものです。今回は「生活習慣病を考えよう!!」をテーマに、ヘルシークッキング、楽器を使った認知症予防体験、現役医師による在宅医療講演会など、30を超える参加型のイベントを実施しました。

**健康づくり増進課**



**参加者の声**

参加者からは、「去年参加してみたら楽しかったので今年も来ました」「先生たちがみんな親切で、安心して検査できました」「骨密度や血糖値などを測定してもらえて大満足でした」「腰の矯正を無料でしてもらえて嬉しい」などの声があり、健康まつりを通じて多くの方が健康について学ぶ機会となりました。



今月のスマイル



↓大井川知事、坪井市長と記念撮影をする関川忠雄さん(右)



**地** 茨城県市長会自治功労者表彰  
地域の農業発展に大きく貢献

2月12日、市町村会館で茨城県市長会自治功労者表彰式が行われ、関川忠雄さん(深谷)が表彰を受けました。関川さんは平成16年から30年まで農業委員として、平成21年から27年まで農業委員会会長として永きにわたり、市の農業生産力向上および農業経営の合理化を図り、農業者の地位向上に尽力し、地域の農業発展に大きく貢献された功績が認められ受賞となりました。

**魅** 移住定住促進体験ツアー  
魅力を伝える体験ツアーが開催

2月5、6日の2日間、保育や介護など福祉の仕事に興味のある県外の若者を対象とした「移住定住促進体験ツアー」が開催。市の魅力と生活を伝えるスポットを巡りながら、市内の保育や介護施設を訪問しました。参加者からは「かすみがうら市は山と湖の両方があり、自然にあふれた場所ですととても落ち着きますね」と話してくれました。



↑保育士の話を熱心に聞き入る参加者たち

**筑** 第5回日本ジオパークネットワーク関東大会  
波山地域の魅力を届ける

2月2、3日の2日間、つくばカピオを主会場に「日本ジオパークネットワーク関東大会」が開催されました。関東の10の地域から200人を超えるジオパークの関係者が一同に会し、日本ジオパーク委員会委員長の中田節也氏の基調講演のほか、筑波山や霞ヶ浦を巡るジオツアーや分科会が行われ、筑波山地域の魅力をアピールしました。



↑基調講演を行う、日本ジオパーク委員会の中田委員長

**生** 市民健康づくり応援講演会  
生活習慣病の予防、食習慣の改善

3月3日、千代田公民館で「食習慣改善セミナー」を開催しました。生活習慣病予防と食育に関する講演を、野菜と生活に関する専門家のカゴメ株式会社の管理栄養士ラボの協力により県内で初めて行いました。会場では16種類の野菜ジュースの飲み比べ大会もあり、参加者は野菜が食べたくなるコツなどについて学んでいました。

いるひなあられに見立てたボール運びでは、園児の声援と歓声がホールに響き渡りました。ひなあられをみんなでおいしくいただきました。ひなまつりの由来について紙芝居で学びました。



まちのわだい  
My Town Topics

**健** ひなまつり会  
やかな成長を願う節句

3月1日、やまゆり保育所で、女の子のやかな成長を願う節句「ひなまつり会」が開催されました。ホールには園児たちが作成したひな飾りが壇上いっぱい並べられ、とても華やかでかわいいひな壇が出来上がっていました。紙芝居でひなまつりの由来について話しを聞き、ひなあられに見立てたボール運びで元気に楽しんでいました。また、ひなあられとひなまつりにちなんだ給食が振る舞われ、園児たちの笑顔であられたひなまつりのお祝いとなりました。

↓旬のいちごを手に取り笑顔が溢れる子どもたち



**旬** 市子ども会育成連合会主催事業  
の恵みを味覚と視覚で満喫!

3月2日、春らしい陽気のなか「親子いっしょハイキング」が開催。親子37組111人が参加。第一常陸野公園を出発し、季節が変わりゆく里山の風景と友達や親子で会話をしながらハイキングを楽しみました。いちご園では、旬のいちごを「これが甘そう」と舌鼓。ハイキング後は、市高校生会によるレクリエーション大会などが行われ、友達や親子の絆を深める楽しい一日となりました。

**伝** 第6回いばらきっ子郷土検定県大会  
統や文化などを楽しみながら学ぶ

2月2日、県民文化センターで「いばらきっ子郷土検定県大会」が開催。市大会を2年連続で勝ち上がった千代田中学校から2年生5人が出場し、早押しクイズで熱戦を繰り広げましたが惜しくも敗退。リーダーの小松原凜さんは「市や県についてとても勉強になりました。来年は優勝を目指して後輩たちにがんばってもらいたいです」と話してくれました。



↑チーム丸となって早押しクイズに挑戦する千代田中の生徒

# 熱き走りに 熱き声援を 届けよう!

## かすみがうらマラソン 兼 国際盲人マラソン 2019

2019.04.14  
(SUN) START!

春恒例の「かすみがうらマラソン兼国際盲人マラソン 2019」が4月14日回  
に開催されます。

全国各地で開催されるマラソン大会の中でも「地域の方々の声援や  
おもてなしがとても熱心」と高く評価されているマラソン大会です。

沿道では、家族連れやおしいちゃん、おばあちゃんなどさま  
ざまな世代がランナーに拍手やエールを送る姿をたくさん  
見かけます。また、市民の皆さんが自主的に軒先で  
給水所「私設エイド」を設置して、おにぎりや漬物、  
フルーツなどを提供して応援を行っています。

皆さんも一生懸命走るランナーに声援を  
送ってみませんか。

かすみがうらマラソンホームページで  
は、交通規制案内のほかにもカウント  
ダウンやかすみがうらマラソン応援川柳  
などの情報もご覧いただけますので  
ぜひチェックしてみてください。



スポーツ振興課  
☎ 029-897-0511

### 交通規制のお知らせ

大会当日は大会運営のため、コース区間が下記の時間通行止めとなります。コース  
区間周辺にお住まいの方には、多大なるご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力  
をお願いします。また、通行を予定している方は迂回をお願いします。  
スタート地点などの交通規制につきましてはホームページをご覧ください。

