



トロッキに乗って 小さな旅



しもつませつぶん スタンプラリー



下妻市イメージ
キャラクター
シモンちゃん

節分祭で商品券をGETしよう!

【節分祭・スタンプの設置場所・開催期間】



宗任(むねとう)神社 (下妻市本宗道91番地)

節分祭:平成26年1月11日(土)

スタンプ期間:平成26年1月8日(水)~1月14日(火)

平安時代末期、東北地方で起こった前九年の役で活躍した安倍宗任を祭神とし、1109年創建と伝わっています。豊田郡33郷と猿島12郷の総社で、境内の森は茨城の自然100選に選ばれています。日本一早い節分祭の他、輪くぐり祭や虫ふうじも珍しい神事です。宗任神社社務所 TEL0296-43-5460



大宝(だいほう)八幡宮 (下妻市大宝667番地)

節分祭:平成26年2月3日(月)

スタンプ期間:平成26年1月31日(金)~2月6日(木)

関東最古の八幡さまと言われ、大宝元年(701年)に藤原時忠が筑紫宇佐の八幡神を勧請・創建したと言われていいます。境内はかつての大宝城の城跡で、南北朝時代の動乱の名残をとどめる国指定史跡です。本殿は安土桃山時代(1577年)建築で国の重要文化財に指定されています。大宝八幡宮社務所 TEL0296-44-3756



下妻(しもつま)神社 (下妻市下妻乙80番地)

節分祭:平成26年2月3日(月)

スタンプ期間:平成26年1月31日(金)~2月6日(木)

天正19年(1591年)に多賀谷重経が古沢村の牛頭天王を勧請・創建したと言われています。江戸時代には城廻村(現在の下妻乙番地)の守護神として尊敬されました。境内には市天然記念物の大ケヤキがあり、樹高20メートル、幹周7メートル、推定樹齢500年以上と言われています。下妻神社 総代 山本 TEL0296-44-2846



愛宕(あたご)神社 (下妻市下妻丙152番地)

節分祭:平成26年2月3日(月)

スタンプ期間:平成26年1月31日(金)~2月6日(木)

「多賀谷家譜」によると、多賀谷重経が京から愛宕社を大町の北西に遷移したことがその歴史の始まりとされています。明治6年(1873年)4月、村内の八坂神社を合祀して二所神社と呼ばれるようになります。境内のくま笹をとって火除けのおまじないとする人や、お祭りで防火、家内安全を祈る人が多く見られます。大宝八幡宮社務所 TEL0296-44-3756



高道祖(たかさい)神社 (下妻市高道祖4546番地)

節分祭:平成26年2月13日(木)

スタンプ期間:平成26年2月10日(月)~2月16日(日)

創祀は中世期、高道祖が田中庄33郷に属していた頃と言われています。もとは山王さまと称した日枝神社でしたが、大正5年、村内の道祖神社を合併、高道祖神社と改めました。高道祖神社の道祖神祭は、一つには子授け祈願の神事として、もう一つには厄払いと招福を願う節分祭として地域の信奉を集めています。高道祖神社 総代 佐藤 TEL0296-43-7120

■参加対象

どなたでも参加できます。ただし、応募は1世帯につき1回まで(2枚目以上無効)

■景品

1等 下妻市観光協会商品券(5000円相当)10名様
2等 下妻市観光協会商品券(3000円相当)50名様
※平成26年3月中旬~下旬に抽選を行い、当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。(商品券は、協会登録店のみ利用可)

■お問い合わせ

下妻市役所産業振興課内 下妻市観光協会事務局 電話 0296-43-2111 (内線 2632)

■応募方法

スタンプラリー専用「応募はがき」に、所定のスタンプを3箇所以上収集して、下妻市役所産業振興課内(千代川庁舎)下妻市観光協会事務局まで直接持参いただくか、50円切手を貼って郵送してください。ただし、切手がない郵送での応募は無効。※スタンプラリー専用「応募はがき」は、各社務所や市役所に置いています。

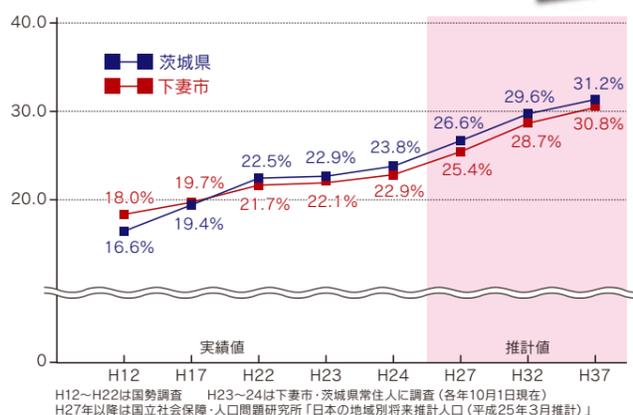
■応募締切

平成26年3月7日(金)まで(当日消印有効)

今からできる健康づくり



表1 高齢化率(65歳以上人口割合)の推移



H12~H22は国勢調査 H23~24は下妻市・茨城県常住人口に調査(各年10月1日現在)
H27以降は国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口(平成25年3月推計)」

表2 国民健康保険加入者の医療費の推移(下妻市)



資料：下妻市保険年金課調べ

です。ジョギングやランニングに比べ消費カロリーは少ないですが、身体に大きな負担をかけず、手軽に長く続けられる点を考慮すると、続かないジョギングよりは、毎日少しずつのウォーキングの方が、健診結果や体に良い兆候が現れてきます。

はじめはゆっくりと、徐々に運動機能を高めていくような体づくりが大切です。

ウォーキングは、いいことたくさん

ウォーキングにはダイエット効果があると言われますが、歩き続けることで新陳代謝が活発になり、基礎代謝も上がり、太りにくい体質に変わっていきます。新陳代謝が活発になると老廃物も排出されやすくなり、便秘が解消されます。その他にも、歩くことが骨を刺激して強化するなど、全身運動であることから、筋肉もついてきます。さらに、体内に酸素を多く取り込むことで脳を活性化させると言われています。

また、歩くことによつて糖尿病や脳卒中、心筋梗塞などの生活習慣病が起りにくくなることが知られていることから、厚生労働省の研究班が「歩数がどれだけ増え

高齢化の進展とともに、「健康」で暮らせることへの関心がこれまで以上に高まっています。

また、「健康維持」には、「適度な運動」「栄養バランスの取れた食事」「質の高い睡眠」と言われ、この三つをバランスよく行うことが理想とされています。

その中でも、今月号では「適度な運動」を取り上げ、誰にでも気軽にできる「ウォーキング」について、考えてみます。

高齢になっても元気に暮らせる工夫

3 人に1人が65歳以上という社会が目前に迫ってきており、下妻市でも緩やかながら確実に迫ってきています(表1)。

このような高齢化社会では、「高齢になっても地域で元気に暮らせること」は、「社会貢献」である」という考え方が重要になってきます。何も行動を起こさなければ医療費をはじめとする社会保障関係費が増大し、自治体の財政を圧迫していくこととなります(表2)。「健康」は個人の幸せだけでなく、社会保障関係費を抑制する効果等があり、社会のためにもなるのです。

でも、健康づくりは、「何から始めたらいいかかわからない」「き

つい「面倒」と思っている人は多いのではないのでしょうか。そんな人にお勧めする運動は、誰にでも気軽にできる「ウォーキング(歩行)」です。

ウォーキング、はじめてみませんか

ウォーキングは、屋内・屋外を問わず、手軽にできるのが特徴です。買い物へ行く途中や通勤・通学、近所に遊びに行くとき、家事をしているときなど、いろいろな場面を取り組めます。これがウォーキングを継続しやすい理由のひとつです。

また、ウォーキングの魅力は、老若男女を問わず、幅広く誰にでも、自分なりにできるといふこと

れば、発症リスクがどれだけ下がるか」を研究したところ、一歩歩くことで医療費が0.0014円節約されるという試算を出しています。全ての20歳以上の日本人が、歩くのを三千歩(2キロメートル前後、約30分)増やした場合、国全体で年間約1,600億円の医療費の節約効果があると言われています。より多くの市民の方々が「歩く」習慣を身につけることで、医療費抑制の効果が期待されます。

ウォーキングは室内でもできますが、友人や家族、夫婦など気心の知れた人と話しながら、外の景色を楽しみながら行うと楽しみを

増し、ストレスも解消できます。「歩く」ことを難しく考えるのではなく、時間のあるときやないとき、体の状態など、その時々で自分のライフスタイルに合わせて、少しずつでも歩いてみましょう。



新春歩け歩け大会

i.n.t.e.r.v.i.e.w



本橋 トヨ子さん (桐ヶ瀬)

登山クラブなどに所属し、時間をみつければ、毎日歩くという本橋トヨ子さんに話が聞けました。

歩くきっかけは

登山が好きで、山を歩いているうちに、きちんとした歩き方も覚えたいと思い、約10年前に県生涯学習センターのウォーキング講座を受けました。好きな山を颯爽と登りたいという思いからです。

いつ、どのくらい歩く

家事の合い間などを見計らって歩きます。自由気ままが好きなので、歩くコースはその時の気分で毎日変わります。歩く時間は1時間程度、歩数は7千歩を目安に毎日歩きます。1日トータルでは1万歩を目指しています。

歩いて、いいことは

しばらく体重は変わっていません。体力は維持できていると思います。年々、重いものを持つ力は弱くなっているかもしれませんが、歩くことで持久力についてはいいと思います。

これからの目標は

登山が好きなので、少しでも多くの山に出かけていきたいです。山を楽しむためにも体力を保つことは大切なので、歩くことは続けて、健康を維持していきたいと思っています。



平成25年秋の栄典者

受章おめでとーうございませう

平成25年秋の叙勲・褒章において、下妻市からは、旭日小 紺章に1人、瑞宝双光章に3人、瑞宝単光章に1人、藍綬褒章に1人の計6人の方々が栄誉に輝きました。受章されたみなさんをご紹介します。

瑞宝双光章

平塚 順一さん
元下妻市千代川消防団長
(70歳・原)

昭和39年に千代川村消防団に消防団員として所属して以来、災害現場において消防業務に精励し、平成7年から千代川村消防団長、市村合併を経て、平成18年の退任まで42年間を消防団員として務められました。「名誉ある受章は、消防団の周りの人たちの支えで大過なくできた結果です。苦楽を共にした皆様に感謝いたします」。

旭日小 紺章

外山 崇行さん
県商工会連合会長
(76歳・下妻丁)

平成21年に茨城県商工会連合会の会長に就任し、市町村合併に伴う商工会の完全合併の達成や経営革新・農商工等連携事業の支援、東日本大震災により被災した県内中小小工業者の復旧・復興などに多大な貢献をされました。「小規模企業の事業活動の活性化を図るため、地域の発展と文化の継承を支えていきたいと思ひます」。

瑞宝双光章

吉田 武徳さん
元茨城県警察警部
(71歳・大串)

昭和37年に下妻警察署に新任巡査として勤務以来、警察本部や県南県西の各署で30年余りに及ぶ刑事を経て、平成15年に古河警察署の警部として退職まで42年間を警察官として務められました。「困難や苦難の多い仕事でしたが、その場その時々に地域の方々や周りの方に助けられ、全力で仕事に取り組むことができ、感謝の極みです」。

瑞宝双光章

井坂 芳夫さん
元茨城県警察警部
(71歳・高道祖)

昭和37年に下妻警察署外勤係に警察官として勤務以来、県内8箇所の警察署で主に交通事故捜査を担当し、平成15年に真壁警察署の警部として退職まで42年間を警察官として務められました。「この受章は、職場の上司、先輩、同僚、そして家内に支えられてできたものと、皆様に感謝しながら健康に留意して生活していきたいと思ひます」。

藍綬褒章

須藤 則子さん
保護司
(76歳・前河原)

平成3年に保護司に就任し、平成4年からは水戸地方裁判所下妻支部・下妻簡易裁判所の駐在保護司を務めるなど、罪を犯した人々の改善更生と犯罪の予防に尽力されました。「身に余る栄誉を賜り、恭しい思いで一杯でございます。これもひとえに、多年にわたる温かい皆様方のご支援の賜と、ありがたく厚く感謝申し上げます」。

瑞宝単光章

谷中 茂行さん
元陸上自衛隊3等陸尉
(61歳・田町二丁目)

昭和45年に北海道上富良野町で陸上自衛隊に入隊して以来、全国各地の駐屯地で主に輸送業務を担当し、平成18年に古河駐屯地総務部企画室の3等陸尉として退職まで36年間を自衛官として務められました。「家内の協力があって、健康で仕事を全うすることができました。これまで支えていただいた皆様方に深く感謝いたします」。

砂沼広域公園遊歩道

(周回型・公園)

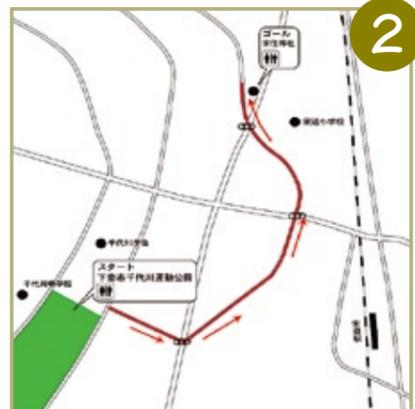


【コースの特徴】
茨城百景にも選ばれた砂沼遊歩道。ゴムチップ舗装で、体に優しい遊歩道になっています。

延長 6キロメートル
所要時間 1時間30分
歩数 8,500歩
消費カロリー
男性 291キロカロリー
女性 240キロカロリー

旧江連雨水遊歩道

(往復型・市街地)

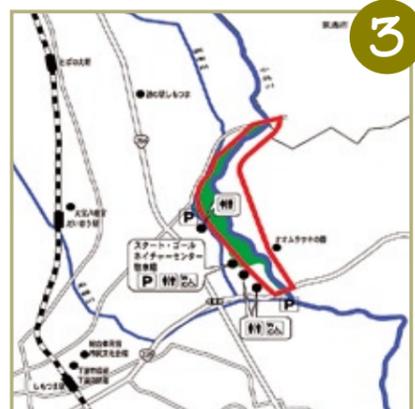


【コースの特徴】
旧江連用水跡、雨水排水幹線として整備した際、人々の憩いの場として遊歩道が整備されました。

延長 1.2キロメートル
所要時間 20分
歩数 1,964歩
消費カロリー
男性 64キロカロリー
女性 53キロカロリー

小貝川ふれあい公園

(周回型・公園)



【コースの特徴】
お花畑、オオムラサキの舞う森。自然あふれる公園で、ポピーの見頃は5月中旬から6月下旬。

延長 6.73キロメートル
所要時間 1時間45分
歩数 9,700歩
消費カロリー
男性 340キロカロリー
女性 280キロカロリー

歩いて健康増進「いばらきヘルスロード」

茨城県では、県民が身近なところで、歩いて健康増進にチャレンジ出来る「いばらきヘルスロード」の整備を図り、ウォーキング活動の実践を支援しています。全ての県民が健康で明るく元気にくらせる社会の実現を目指して策定された「健康いばらき21プラン」の重点施策として、平成14年度からスタートした「いばらきヘルスロード」は、下妻市内にも自然や景観を生かした3コースが指定されています。ぜひ、家族や仲間たちと安全に楽しくウォーキングしてみたいかでしょうか。

誰でも参加できる

新春歩け歩け大会

日時▶平成26年1月3日(金) 午前7時(花火合図)
受付 午前7時20分
開会式 午前7時50分
出発 午前8時
※雨天の場合 1月4日(土)

場所▶下妻市民文化会館前
コース▶市民文化会館→福田→大宝八幡宮→坂井→堀籠→市民文化会館(約8.4km)
※参加者には完歩賞と福袋(抽選)を配布します。

問い合わせ 生涯学習課 ☎内線2833

下妻市のウォーキングイベント

市では、市民の健康づくりを目的とした「歩く」に関連した事業を行っています。

保健センターでは、食事と運動を一緒に学ぶ「フックキング&ウォーキング教室」を年4回開催し、また毎年11月の下妻市文化祭には、千代川地区で「ふれあいウォークフェスティバル」が開催され、子どもから大人まで大勢の参加を得ています。

これから参加できるイベントとしては、毎年1月3日に行われる「新春歩け歩け大会」があります。今回で43回を迎え、参加者は例年600名を超えています。心と体の健康のためにも、新しい年を節目に歩きはじめてみてはいかがでしょうか。

平成25年度(上半期) 水道事業の業務状況

問い合わせ
上下水道課
☎44-5311

予算の執行状況

区分		予算額	執行額	対予算比率
収益的収支	収入	924,519,000円	475,364,305円	51.4%
	支出	953,882,000円	443,374,995円	46.5%
資本的収支	収入	187,357,000円	53,778,500円	28.7%
	支出	469,173,000円	188,952,556円	40.3%

借入資本金の種類と借入高

借入資本金の種類	借入高
財務省財政融資	3,914,180,319円
公営企業金融公庫	335,140,822円
銀行等資金	710,248,500円
合計	4,959,569,641円

損益計算書

費用	金額	収益	金額
1.営業費用	369,517,656円	1.営業収益	439,011,570円
2.営業外費用	73,857,339円	2.営業外収益	36,352,735円
3.経常利益	31,989,310円		
費用合計	475,364,305円	収益合計	475,364,305円

貸借対照表

資産	金額	負債・資本	金額
固定資産合計	10,515,696,708円	負債合計	74,787,303円
流動資産合計	477,336,651円	資本合計	10,918,246,056円
資産合計	10,993,033,359円	負債・資本合計	10,993,033,359円

用語解説

- 収益的収支**
当該年度の企業の経営活動で発生する収益(収入)と、それに対応する費用(支出)です。主な収入は水道料金で、支出には水道水提供に要する経費のほか、職員給与費、支払利息、建物などの固定資産の減価償却費などが計上されます。
- 資本的収支**
水道水の安定供給を維持し、利用増に対処するために要する諸設備の整備・拡充などの資産の取得に要する経費や、施設の取得に要した企業債の元金償還金などの支出と、資産の取得に要する企業債などの収入が計上されます。

- 借入資本金**
長期借入金です。水道管など水道施設の建設費用のために用いられます。借入高は返済の済んでいない借入金の残高を示します。
- 損益計算書**
一定期間の企業の経営成績を示す報告書で、その期間内に得た収益から、それを得るために要した費用を差し引く形で、損益の発生原因とその期間の純利益(または純損失)を明らかにした報告書です。
- 貸借対照表**
企業の一定時点における財政状態を明らかにするために、資産、負債、資本を一表に記載した報告書で、一般的に「バランス・シート」と呼ばれています。

市では、地方公営企業法に基づき「水道事業の業務状況」を年2回公表しています。今回は、平成25年度上半期(平成25年4月1日～9月30日)の業務状況をお知らせします。

9月末現在で、この半年間に使われた水の量は174万1,485立方メートルで、ドラム缶に換算すると約871万本の水量になります。また、9月末現在の給水人口は39,752人、給水世帯は14,046世帯です。

大地震に備え「下妻市防災訓練」を実施

安心・安全なまちづくり

茨城県南西部を震源とする大型の直下型地震が発生したことを想定した「下妻市防災訓練」を11月10日、県の広域避難所となっている砂沼サンビーチの駐車場で開催し、市や地域住民、消防、警察、自衛隊、災害時応援協定締結企業など関係者約600名が消火活動や倒壊家屋からの被災者救出、救急救命講習などを実施しました。また、災害時の相互支援協定を締結している浦安市からは中村副市長の特別参加がありました。

訓練は、下妻市内に震度7の地震が発生し、家屋の倒壊や火災が起こり、今後も強い余震が起こる可能性があることを想定し、行政だけでは対処しきれないことを踏まえ、自主防災組織をはじめとする地域の「共助」により、被害を最小限に抑えることを目的としました。



救急救命講習に取り組む地域住民の皆さん

ヘリコプターによる被災状況の確認に始まり、初期消火訓練では、バケツリレーでの消火活動に多くの市民が協力し、家屋が倒壊した現場では、がれきに挟まれた被災者を身近にある道具を使い工夫して救出しました。また、AED(自動体外式除細動器)を使った救急救命講習では、救急救命士から指導を受けて訓練用の人形で体験するなど、参加者は真剣に取り組んでいました。

展示・体験コーナーでは、協定締結企業等による災害時に役立つ機能や商品のPRに多くの市民が関心を寄せ、「煙体験ハウス」で火災により煙が充満した状態を体験した60歳代の男性は「煙で前が見えないと足が先に進まなくなってしまう。平衡感覚もなくなるので、実際に逃げるのは大変だ」と話してくれました。



煙が充満した「煙体験ハウス」から脱出してきた参加者

支援体制の確立

ダイナパック株式会社と災害時における物資の調達に関する協定の締結

11月28日、段ボール等の包装資材を製造・販売する「ダイナパック株式会社」と災害時における物資の調達に関する協定を締結しました。

段ボールは、避難所でのクッションの役割や断熱性のほか、プライバシー保護の間仕切りなど、多目的に使用できる物資で、ダイナパック株式会社つくば事業所の安達所長からは「避難所で市民の皆さまが少しでも快適に過ごせるような用途に使用していただければありがたい」と話していました。



協定書に調印、取り交わした安達つくば事務所長(左)と稲葉市長(右)

消防・防災

下妻市消防団第4分団第3部に消防ポンプ自動車が増備

11月22日、下妻市消防団第4分団第3部に消防ポンプ自動車が増備され、市役所本庁舎前で引き渡しが行われました。

納車式で、野中副市長から鍵の引き渡しを受けた安達政男第4分団長は「最新型消防車両の機動力を生かすためには、日々の訓練が必要とされます。これからも第4分団の団結力を強化し、消防団員としての自覚と責任を持って、下妻市民のため任務を全うします」と力強く語りました。



機動力が高い最新型消防ポンプ自動車

有料広告欄

有料広告欄



見応えある特作花壇を鑑賞する来場者たち

下妻の秋の風物詩となっている恒例の「下妻菊まつり」が、大宝八幡宮の境内で11月1日から20日まで開催され、菊の愛好家や七五三の晴れ着姿の参拝者などで賑わいました。

会場には、花卉が大きく盛り上がる「厚物」や管状に流れるように広がる「管物」、菊花を組み合わせる富士山や扇子をかたどった「特作花壇」など、下妻市菊花会の会員の力作約700鉢が展示され、来場者の目を楽しませていました。

市内下木戸から友人と訪れた60歳の女性は「いろいろな形で菊を見られるのが楽しみで、毎年来ています。とてもきれいで心が和みます」と話してくれました。

香り立つ菊の競演に 参拝者の心が和む 第28回下妻市菊まつり

本に親しみ、図書館を身近に感じてもらうと、おはなし会や本の修理体験、折り紙工作などを企画した「図書館まつり」が11月9日、市立図書館で開催され、市内外からの親子連れなどで賑わいました。

イベントの中でも、現在育児中のお父さんたちのボランティアで構成する「パパ's 絵本プロジェクト」による、おはなしや絵本を歌で伝えるステージは人気を集め、子どもだけでなく大人も一緒に楽しんでいました。

「パパの出張絵本ライブ」を鑑賞した育児中の30歳代男性は「歌いながら絵本を伝えるのは楽しいですね。家では時々、声色を変えて絵本を読んであげていますが、これからも家族で本に親しんでいきたい」と話してくれました。

本に親しむ 図書館まつり



「パパの出張絵本ライブ」を楽しむ参加者たち

下妻駅前が明るく元気に イルミネーション点灯式・駅前マルシェ

栗山商店街の「しもつま生活向上夢工場実行委員会」と関東鉄道が共催するイルミネーションが下妻駅前広場に設置され、駅前が華やかで鮮やかに飾られています。

イルミネーションは、8万個のLEDで飾られた機関車や8体の星座が制作され、今年、関東鉄道常総線開業100周年記念と、宮沢賢治没後80年をコラボレーションしたオブジェとして、地上の銀河の光景を生み出しています。

列車のオブジェは、実行委員会メンバーの手作りで運転席も設置され、8体の星座は下妻中学校や下妻一高、下妻二高、下妻特別支援学校の生徒たちがペットボトルをリサイクルしたオブジェとなっています。

11月10日に点灯式が行われ、会場からは「わあー、きれい」「駅前が明るくなった」などと歓声が上がりました。また、陶ランタンのキャンドルナイトも来年1月31日まで設置され、今、まさに必見の地となっています。

さらに、下妻駅前広場から延びる栗山商店街の店先では、新鮮な野菜や雑貨、菓子等が並べられた市場「駅前マルシェ」が11月17日に開催され、市内外からの来場者に国鉄ビール列車の乗客も加わり賑わいをみせていました。



機関車や星座のオブジェが来場者の目を楽しませています



ゆっくり歩いて駅前マルシェでお買い物



勢いよくスタートするランナーたち

紅葉の砂沼湖畔を走り抜ける「第25回砂沼マラソン大会」が11月17日、砂沼サンビーチをメイン会場に開催され、晴天に恵まれた中、1,220名のランナーが参加し、力走しました。

今大会には、昨年のロンドン五輪で女子近代五種に出場した黒須成美選手が招待され、「親子2キロ」と「砂沼一周6.5キロ」にゲスト参加し、会場を沸かせていました。

東京都品川区から「親子2キロ」に参加した須藤慎治さんと小学2年生の周祐くんは「下妻出身の私は、いつか息子と砂沼マラソン大会で走ってみたいと思っています。今回念願が叶って、きれいな景色の中を息子と走ることができて良かった」と6位入賞を喜んでいました。

紅葉の砂沼湖畔を走り抜ける 第25回砂沼マラソン大会



騰波ノ江駅で トロッコに乗れる新スポット 「とばのえ支線」(トロッコ専用線) 開通式

関東鉄道常総線「騰波ノ江駅」に、本線の東側に並走する70メートルのトロッコ専用線が完成しました。関東鉄道ファンCLUBと関東鉄道が、今年、常総線開業100周年の記念事業の一環として取り組んできたものです。

11月23日の開通式では、関係者によるテープカットが行われた後、開通を待ち望んでいた鉄道ファンたちがトロッコに乗り込み、自分たちの足で漕ぎ出すと、ゆっくりとした動きながらもレールの上を走る感触を楽しんでいました。

親子3人で乗車した30歳代の女性は「息子が電車好きで、『とばのえステーションギャラリー』にはよく来ています。トロッコ線の建設途中を見ていたので楽しみにしていました。子どもたちも喜んで乗っていたし、楽しいスポットができましたね」と話してくれました。



トロッコで出発進行



尾木先生の授業を真剣に聞く中学生たち

いじめを改めて生徒たちに認識してもらおうと、千代川中学校の第2学年主任教諭が応募したNHK・Eテレのスペシャル番組「いじめをノックアウト」に当選し、教育評論家の尾木直樹さんと尾木ママが10月31日に来校して2年生69名に課外授業を行いました。

尾木先生は授業の中で「いじめをしない・させない・見逃さない」という「三ない活動」を生徒たちが自ら行動してほしいと、全国の実例などをあげながら強く訴えました。

尾木先生の熱い思いを受けた倉持菜々さんは、「もっと自分たちで考えて行動できることがたくさんあると気付くことができた。生徒同士が声を掛け合っていじめ防止につなげたい」と話してくれました。

この放送は、12月13日の午後7時25分からNHK・Eテレで放送される予定です。

千代川中学校でいじめを考える課外授業 NHK・Eテレ「いじめをノックアウト」を収録

ごみの分別・リサイクルにご協力を

ごみ組成調査を実施しました

市では毎年1回、市内を8つの地区に分けて、1地区あたり2～3箇所の集積所を無作為に抽出し、家庭から出されているごみの中がどの程度分別されているかを調査し、今後の基礎資料を得ることを目的にごみ組成の分析を実施しています。今年度は平成25年10月～11月に実施し、結果は下記のグラフのとおりです。

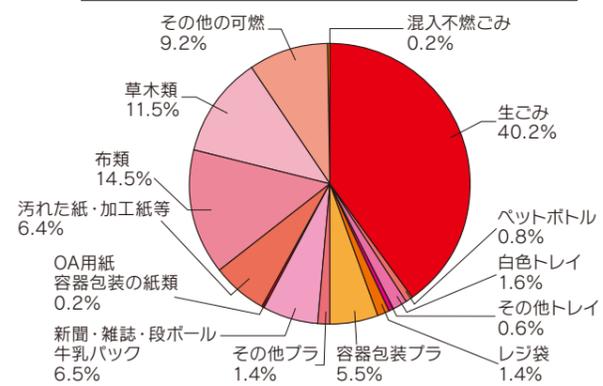
■生ごみの“もうひとしほり”を

可燃ごみの約4割は「生ごみ」です。また「生ごみ」の80%から90%が水分と言われています。「生ごみのもうひとしほり」で水分を少なくすることで、大幅なごみの減量につながります。水分が少なくなると、ごみの減量だけでなく、生ごみのイヤな臭いの防止やごみ袋の節約にもなり、より少ないエネルギーでごみを処理することが出

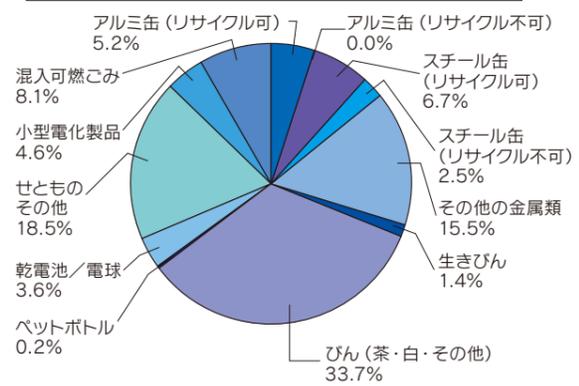
来ます。「生ごみのもうひとしほり」のコツとして、空き缶やペットボトル、鍋のフタなどを押しつけて水切りすることで、直接触れずに生ごみの水分を少なくすることができます。

“生ごみのもうひとしほり”で、ごみの減量にご協力ください。

可燃ごみの組成【グラフ1】 ※重量比



不燃ごみの組成【グラフ2】 ※重量比



生ごみコンポストや機械式処理機を使ってごみの減量化を

～市の補助制度をご利用ください～

市では、家庭から排出される生ごみの堆肥化による土壌還元を促進し、ごみ収集量の減量、資源の有効利用を図るため、生ごみコンポストや機械式処理機を購入した方に助成をしています。

【補助金額】

- コンポスト：購入金額の1/2
上限 3,000円(1世帯2基まで)
- 機械式処理機：購入金額の1/3
上限20,000円(1世帯1基まで)

【申請手続】(必要書類等)

補助金交付申請書(市生活環境課)、領収書・仕様書(カタログ可)、印鑑、通帳(口座振込先の分かるもの)
※機械式処理機とは、一般的に電気で生ごみの水分を飛ばし、堆肥化・ごみの減量を行うもの(乾燥式)です。主に屋内で使用するもので、その他にバイオマス式、ハイブリッド式などがあります。電気店、ホームセンター、大型店舗等でお買い求めいただけます。

【申請期限】 購入後20日以内

有料広告欄



美しい筑波山を望む会場でナイスショット

美しい筑波山を望む「ほっとランド・きぬ」のグラウンドゴルフ場で11月14日、「第10回グラウンドゴルフ大会」が開催され、常総市、筑西市、八千代町、下妻市のグラウンドゴルフ愛好家180名が参加し、日頃の練習の成果を存分に発揮しました。

晴天に恵まれた中でのプレーでは、ナイスショットが連発でホールインワンが出るなど、会場に歓声が沸いたり、惜しいショットにはため息が出たりとにぎやかな雰囲気でした。

優勝した市内皆葉の大関多喜子さんは「ラッキーが重なっただけ、運が良かった。グラウンドゴルフは、余計なことを考えず、夢中になってやれる運動です。これからも健康のため続けていきたい」と話してくれました。

練習の成果を披露 第10回グラウンドゴルフ大会



大宝八幡宮十二座神楽の「五行の舞」を披露する子どもたち

古典の意義を再認識しようと「古典の日(11月1日)」制定を記念した「民俗芸能フェスティバル」が11月24日、下妻市文化会館で開催され、県内外から16団体が参加し、囃子や太鼓、舞などの伝統芸能が披露されました。

開会のあいさつで大塚武彦実行委員長は「地域の人口が減少する中で、このままでは伝統芸能が先細ってしまう。子どもたちには慈愛の念を持って、後継者育成に努めていきたい」と日本の文化を次世代に継承していく大切さを訴えました。

当市からは、巫女装束の子どもたちが舞う「大宝八幡宮十二座神楽」と、大杉囃子の「親子体験教室」が披露され、会場からは惜しみない拍手が送られました。

伝統芸能の祭典 古典の日制定記念 「民俗芸能フェスティバル」

まちのわだい Town Topics

文化を通じて心ふれあう 平成25年度下妻市文化祭

市民の生き生きとした文化活動を紹介する「平成25年度文化祭」が、下妻会場と千代川会場で10月27日から11月20日まで開催されました。

市民によるステージ発表や、児童から大人まで幅広い作品の集中展示が行われた11月1日から3日には、多くの市民が会場に足を運び観覧を楽しみました。また、ちぎり絵や茶道、日本舞踊などの体験教室も人気を集め、楽しみながら文化活動にふれました。

初めてちぎり絵を体験した小学5年生の女子児童は「先生のアドバイスで、思ったより早く、きれいに作品ができた。とても楽しかったので、またチャレンジしたい」と力作を手に、笑顔で話してくれました。



ちぎり絵の体験を楽しむ小学生たち

茨城県の水際線(川や湖沼などの水辺とその周辺)の水辺環境を次世代に引き継ぐとともに、今後の水辺環境を活かしたまちづくりを考えようと「第27回茨城県水際線シンポジウム」が11月19日、下妻市民文化会館で開催され、市民活動団体や関係者など約350名が参加しました。

パネルディスカッションには、市内で鬼怒川や小貝川の水辺環境を活かした地域活動を実践する市民団体などの代表者5名が参加し、これまでの活動報告と今後の課題などについて発表しました。この中で、花と一万人の会の飯島順一会長は「活動を継続するうえで、『民の役割』と『官の役割』を明確にしていくのが重要」と官民一体となった継続性のある協働のまちづくりを提言しました。



水辺を活かした地域づくりを考えるパネルディスカッション

川と人とのふれあいを考える 第27回茨城県水際線シンポジウム

わがやの にんぎもの

このコーナーでは、市内在住の1歳～3歳までのお子さんの写真に、お父さん・お母さんのコメントをつけて紹介しています。誕生日など、思い出の1ページとしていかがですか？ご希望の方は、【市長公室・広報広聴係 ☎内線1212】までご連絡ください。



堀 仁美ちゃん

伴仁・陽子さんの長女 若柳乙

生まれた時は心配しましたが、今は元気にのびのびと育っています。アンパンマンが大好きです。また、お話が好きで、保育園での出来事やお友達のことを楽しそうに教えてくれます。これからも笑顔をふりまき、優しく思いやりのある子に育ててくださいね。



草間 優斗ちゃん

聡・奈津子さんの長男 小島

いたずら大好き1歳6ヶ月の優斗。たまにママを困らせるけど、毎日元気いっぱい！バナナとミカンが大好きでよく食べるよね。これからも楽しい思い出つくりだね。



山久手 千栞ちゃん

昌弘・早希子さんの長女 高道祖

お歌とダンス、おままごとが大好きな千栞ちゃん。弟の面倒もよく見てくれて、「ありがとう」が明るく言える千栞ちゃんが、おとうちゃん、おかあちゃんは大好きだよ♡



口頭詩

子どもの純粋な心のつゆやき



鳩貝 弘太
4歳7か月
(上妻幼稚園)

パパのたんじょうび
きょうは
パパのたんじょうびだから
ひとおおきくなったね
こうたも
はやくたんじょうびが
くるといいなあ
5さいになれるから
でも まだちいさいから
たんじょうびは
こないんだよね

【解説】
家族の中で一番誕生日がおそろいだった自分は一番小さいので最後まで思っているようでした。自分の誕生日を待ち遠しく思っている姿が、とてもかわいくて笑ってしまいました。
採集母 鳩貝留美子

上妻幼稚園

早く来てね サンタさん

▼園児のみなさん



「幼稚園にもサンタさん、来てくれるかな?」「もう、サンタさんにプレゼントお願いしたよ!」、と心待ちにしながら制作を楽しむ姿が見られました。



「幼稚園にもサンタさん、来てくれるかな?」「もう、サンタさんにプレゼントお願いしたよ!」、と心待ちにしながら制作を楽しむ姿が見られました。

俳句

市民文芸

名を呼べば応へる犬や片しぐれ 染野 清平(皆葉)
寄せ鍋や相撲甚句の隣部屋 飯村 真琴(黒駒)
ベルサイユ宮殿出でて冬の虹 塚田三樹子(下妻丁)

短歌

紅葉から冬へと装いかわりたる 福田多喜子(下妻乙)
林はるかなり雪の男体
うどんのごとすると飲む内視鏡に 渡辺 恵美(下妻丁)
わが胃字さる色健やかに
稲刈りも終りて畔に佇めば 浅野 悦子(鎌庭)
夕日まつかに吾をつつめり
文化祭に菊花展あり大輪の 飯泉 淑子(原)
黄菊白菊日和に匂う
静かなる父の墓標の朽ち跡に 倉田 淑子(原)
南天の木の生え伸び来たり
吹く風も秋めいて来て爽やかに 稲葉 節子(加養)
自転車をこぐ娘らの髪おどる
娘から月に一度の絵手紙は 神郡 亜佐(高道祖)
孫の笑顔と四季の花ばな
稀勢の里勇み足にて二敗なり 関 富喜(下妻丁)
網には一歩遠くなりたり
ふくしまの野馬追の行事の放映に 関 千代子(下妻乙)
将門のむかしを彷彿とせる

わたしから あなたへ

さわやか
リレー
vol.95

前回登場の飯村省一さんからの紹介



上野 善孝さん(黒駒)

早朝散歩

9月末に会社を退職し、朝歩くようになった。5時、眠い目をこすりながら散歩に出かける。外はまだ暗いが、徐々に明るくなっていく。歩くという簡単な出会いがある。

胸を張りひたすら歩いていく人。走っている若い女性。犬を何匹も連れた人…。老夫婦が一匹の犬を連れゆったりと歩いていった。脇を通り掛かると「朝」早いですね」と声をかけられた。霧が濃く10m先が見えな

い中を歩いたことがある。突然、2台の自転車が目の前に現れ「おはようございます」と言っていてあつという間に通り過ぎて行った。朝の清々しさの中の一言は私に爽やかさと元気を与えてくれる。

ある朝、雲に浮かぶ筑波山を前に鮮やかな朝焼け。東の空全体が真っ赤に染まり、素晴らしい風景だった。感動とともに何か得た気分になる。健康づくりと新たな出会いを期待しながら、これからも歩き続けたい。

相談ごと

◆行政相談

日時 1月10日(金)午後1時30分～3時30分
場所 千代川公民館 1階 小会議室
日時 1月17日(金)午後1時30分～3時30分
場所 下妻公民館 1階 和室
問合せ先 市長公室 ☎内線1212

◆人権相談

日時 1月24日(金)午後1時30分～3時30分
場所 下妻公民館 2階 小会議室
問合せ先 人権推進室 ☎内線1583

◆こころの健康相談

日時 1月8・22日(水)午後1時～4時(予約制)
場所 市役所第二庁舎 3階 小会議室
問合せ先 福祉課 ☎内線1573

◆消費生活相談

日時 月・火・木・金曜日(毎週)
午前9時～12時 午後1時～4時30分
日曜日(1月12・26日)
午前9時～12時
場所 下妻市消費生活センター(千代川庁舎内)
問合せ先 下妻市消費生活センター ☎44-8632

◆納税相談

・夜間納税相談
日時 1月9日(木)午後5時30分～7時30分
・休日納税相談
日時 1月26日(日)午前8時30分～午後5時
場所 市役所本庁舎 1階 収納課
問合せ先 収納課 ☎内線1363～1366

◆心配ごと相談

日時 1月21日(火)受付 午後1時30分～3時
場所 下妻公民館 2階 小会議室
問合せ先 下妻市社会福祉協議会 ☎44-0142

◆法律相談

日時 1月14・28日(火)
午後1時30分～3時30分
※事前に予約が必要です(当日不可)
場所 14日 市役所第二庁舎 3階 大会議室
28日 下妻公民館 2階 学習室
問合せ先 下妻市社会福祉協議会 ☎44-0142

人口と世帯

12月1日現在の常住人口

	前月比	前年比
人口	43,789人 (-31)	(-421)
男	21,919人 (-3)	(-212)
女	21,870人 (-28)	(-209)
世帯数	15,095世帯 (+1)	(+82)

☎ テレホンサービス

◆火災・災害のとき ☎0296-44-3111
◆市役所などの行事・催物 ☎0296-43-4000

健康カレンダー Health Calendar 1月1日～1月31日

1/1 水		小 西南
2 木	在 軽部病院	小 西南
3 金	在 湖南病院/とき田クリニック	小 西南
4 土		
5 日	在 宇津野医院	小 友愛
6 月		小 西南
7 火	元気アップ教室(9:30～10:00)	小 西南
8 水		小 西南
9 木	遊びの広場(10:00～10:30)	小 西南
10 金	ぴよぴよ教室(10:00～10:30) 5か月児健診(13:15～13:30)	小 古河
11 土		小 西南
12 日	在 菊山胃腸科外科医院	小 西南
13 月	在 坂入医院	小 友愛
14 火		小 西南
15 水	胃がん追加検診(予約制) 下妻保健センター(8:00～10:30)	小 西南
16 木	胃がん追加検診(予約制) 下妻保健センター(8:00～10:30)	小 西南
17 金		小 古河
18 土		小 西南
19 日	在 中山医院	小 西南
20 月		小 西南
21 火	2歳児歯科健診(13:15～13:30)	小 西南
22 水		小 友愛
23 木	キッズくらぶ(親子リトミック)(10:00～10:30) 1歳6か月児健診(13:15～13:30)	小 西南
24 金	3歳児健診(13:15～13:30)	小 古河
25 土		小 西南
26 日	在 浅田医院	小 西南
27 月		小 西南
28 火	カミカミ離乳食教室(13:15～13:30)	小 西南
29 水	後期マタニティクラス(13:15～13:30) ママサロン(13:30～15:30)	小 西南
30 木	すくすく相談(13:30～)	小 西南
31 金		小 古河

在 休日在宅当番医 午前9時30分～午後4時

軽部病院 ☎44-3761 菊山胃腸科外科医院 ☎44-2014
湖南病院/とき田クリニック 坂入医院 ☎43-6391
宇津野医院 ☎44-2556 中山医院 ☎43-2512
浅田医院 ☎44-3957

夜間応急診療所 保健センター内 ☎43-1990

土・日・祝日(1月1日を除く):午後7時～翌朝7時

小 小児救急当番医

月・火・水・木・金・土曜日:午後6時～午後11時
日曜・祝日、年末年始(12月29日～1月3日)
:午前9時～午後4時

小児輪番病院は、入院治療を必要とする子供の救急医療を行っています。
受診される際は、医療機関に必ず事前に電話でご相談ください。
・西南…茨城西南医療センター病院(境町2190)☎0280-87-8111
・友愛…友愛記念病院(古河市東牛谷707)☎0280-97-3000
・古河…古河赤十字病院(古河市下山町1150)☎0280-23-7111

インフルエンザの予防接種はもう受けましたか?

助成対象
接種期間
平成26年
1月31日
まで

毎年秋から冬にかけてはインフルエンザの流行シーズンです。今年も9月頃から発病者が始め、徐々に増加しています。11月には、常総保健所管内で学級閉鎖も発生しました。

予防接種ワクチンを受けることで、発病を抑える以上に大きな効果が期待できるのは“重症化を予防する”ことです。予防接種をしたからといって「インフルエンザに絶対に感染しない」というものではありませんが、ある程度の発病を阻止する効果があり、たとえかかったとしても症状が軽くなることを防ぐことができます。

インフルエンザワクチンは、効果が出るまでに2週間程度かかることから、接種を12月中には済ませることをお勧めします。



市では接種費用の一部を助成しています

◆市内指定医療機関または協力医療機関に予約をしてからお受けください。

対象者	助成金額 (1回につき)	助成回数
65歳以上または60歳以上 65歳未満で身体障害者 内部疾患1級程度の方	2,000円	1回
【小児】生後6ヶ月から 13歳未満の方	1,000円	2回
【小児】13歳から 中学3年生相当年齢の方	1,000円	1回

◆対象接種期間:平成25年10月1日～平成26年1月31日

問い合わせ 保健センター ☎43-1990

事業主の皆様へ

個人住民税の特別徴収(給与天引き)手続きはお済みですか?

■住民税の特別徴収とは

事業主が、毎月の給与を従業員に支払う際に、市町村から通知された金額で、個人住民税(県民税+市民税)を給与から天引きして市町村へ納入する制度です。

地方税法の規定により、原則として所得税を源泉徴収している事業主は、従業員の個人住民税を特別徴収しなければならないことになっています。

■特別徴収には、こんなメリットがあります

- ①従業員の個々の税額は、市町村が計算して通知しますので、事業主は税額の計算を行う必要はありません。また、所得税のような年末調整もありません。
- ②従業員が納税のために金融機関等に出向く必要がなくなり、納め忘れの心配がなくなります。
- ③普通徴収の納期は原則年4回ですが、特別徴収は年12回です。このため、従業員の1回あたりの負担額が少なくて済みます。

住民税は、充実した行政サービスのための大切な財源です

問い合わせ 税務課市民税係 内線1342～1346

有料広告欄

有料広告欄