

しもつま 10

Shimotsuma City Public Relations, Japan

2016 OCT vol.726



炎荒々しく 奇祭「タバシカ祭」

9月14日 タバシカ祭(大宝八幡宮で)

広報しもつま 2016年 10月号 No.726

発行/下妻市長公室秘書課 ☎0296-43-2111
〒304-8501 茨城県下妻市本城町2-22
印刷/富岡印刷所

URL <http://www.city.shimotsuma.lg.jp/>
E-mail info@city.shimotsuma.lg.jp
広報しもつまは、資源保護のための再生紙を使用しています。

11/5・6日 雨天決行 入場無料
2016 10:00-17:00 予定 10:00-15:30 予定
会場 砂沼広域公園

収穫祭

茨城の「うまい」が大集合!



水と緑豊かな野菜の王国!

茨城をたべよう



みんなで盛り上げよう! ステージイベントも盛りだくさん!

5日目のみ 教育番組でこどもたちに大人気! 蝶野正洋氏 トークショー!

納豆の妖精♥ねば〜る君登場! 有名パティシエ Toshi Yorozuka オーナーシェフ 鏝塚俊彦氏 来場!

おもしろお笑いライブ 休久岡一行 キヤベツ種彦 オスベンキ

i-FM フジニと いっしょに! KATSUMIの笑顔がいいね!

ご当地丼&ラーメン登場! 有料 各日限定300食! 「夢のコラボ丼」常陸牛×ななかいの里コシヒカリ 「つくば福来らーめん」福来みかんを使用したラーメン

NHK みと なつとうどーもくんが やってくる! 5・6日両日開催 1000名 臨時駐車場 900名 駐車場

6日目のみ 5人組ダンス&ポークグループ NEVA GIVE UP ライブ!

下妻出身 江戸むらさき お笑いライブ

両日開催! 食の祭典へみんなで行こう!

県西地域の美味しいものいっぱい! 県西うまいもんストリート

いばらき花フェスタ 県産品が当たる! ジャンケン大会! 2日限りの出張料理店 東京 恵比寿「日本料理 雄(ゆう)」 著名人・芸能人が足繁く通う人気店の味! お取り寄せ半年待ち! TV番組で話題の超有名銘菓 数量限定 完全メロン生洋菓

会場案内 砂沼広域公園(下妻市長塚乙4-1) 下妻駅から便利な直通バス運行! 会場案内図

健康寿命のカギを握る「食事」と「運動」



クッキング & エクササイズ

健康な体をつくり、健康寿命を延ばすには「運動」「栄養（食事）」「休養」が大切です。今回は、健康づくりに向けて生活改善を日常生活に取り入れるためのヒントに、一つの講座で「運動」と「栄養」の二つが楽しく体験できる市主催の「クッキング&エクササイズ」を紹介します。

知っていますか

下妻市の死亡原因「脳血管疾患」が多いことを

本市の死亡原因を見ると、男性では「脳血管疾患」「脳梗塞」「糖尿病」、女性では「くも膜下出血」「脳血管疾患」「脳内出血」などが全国と比較しても死亡率が高く、茨城県内の上位を占めています。

左表は、高齢化率などの人口構成の影響を除外した上で、本市の死亡率が全国の何倍かを表したものです。全国を「1」として地域の特徴を表す簡単な指標です。県内での本市の順位、市の数値、県の数値の順に並べ

下妻市の疾患別標準化死亡比 ※()は茨城県

項目	男性	女性
脳血管疾患	5位 1.37 (1.19)	7位 1.38 (1.21)
くも膜下出血	28位 1.21 (1.38)	6位 1.78 (1.25)
脳内出血	13位 1.30 (1.17)	8位 1.35 (1.19)
脳梗塞	6位 1.48 (1.19)	9位 1.34 (1.23)
糖尿病	7位 1.79 (1.23)	11位 1.55 (1.22)
腎不全	12位 1.22 (1.01)	13位 1.12 (0.99)
急性心筋梗塞	21位 1.43 (1.45)	21位 1.53 (1.45)

平成28年茨城県立健康プラザ資料より



減塩生活の第一歩 目で見て分かるカンタン塩分チェック

ています。本市で死亡率が高い「脳血管疾患」「脳梗塞」「くも膜下出血」「脳内出血」などは「血管」に関わる疾患です。血圧が高い状態や脂質異常症を放置しておく、と動脈硬化が進展し、血管が弱くなることによって出血を起こしやすくなります。それが脳でおきれば脳出血やくも膜下出血の発症となり、あふれた血液が脳組織にダメージを与えてしまいます。健康で楽しく生活していくには、病気を予防するため、「血管」を若々しく保つための対策が重要になっています。

「血管」を若々しく保つために

健康な体をつくるには、食事と運動のバランスが大切です。「血管」を若々しく保つためのポイントとして、食事では「減塩」「野菜を食べよう」、運動では「有酸素運動」を日常生活に取り入れ、習慣化していくことがあげられます。

「減塩」の目標は
男性8グラム以下／日
女性7グラム以下／日

日本人は、男女ともに塩分をとり過ぎていく傾向にあります。塩分のとり過ぎは、高血圧を引き起こし、病気の発症につながるといわれています。厚生労働省が発表した「平成26年国民健康・栄養調査結果の概要」によると、1日あたりの食塩摂取量の平均値は10.0グラムで、男性10.9グラム、女性9.2グラムであることが分かりました。食事をちよつと工夫して「減塩」に取り組みましょう。

「野菜を食べよう」
350グラム以上／日

野菜を食べる効用に、①よく噛んで食べることで食べ過ぎ防止 ②糖や脂肪の吸収を抑え、血糖上昇をゆるやかにして脂

「有酸素運動」は
10分以上30分程度／日

脂肪つきにくい ③野菜に含まれるポリフェノール類による酸化作用で血管を若々しく保つ ④ナトリウムの排泄効果による血圧低下 ⑤食物繊維による便秘予防などがあげられます。主食、主菜、副菜をそろえた食事で、毎食野菜を調理前で両手軽く一杯(約120グラム)以上を心掛けましょう。

話をしながら続けられるような軽い運動なら、どんな運動でも有酸素的運動といえます。ウォーキングなら、歩きながら楽に話ができるくらいがベストです。運動で心臓から送り出される血液が増えるため、一時的に血圧は上がりますが、血流が体全体に行き渡ると血管が広がるため、血圧は下がってきます。

楽しく運動! 野菜を食べよう! 「クッキング&らくらくエクササイズ」参加者募集



インストラクターによる手軽な運動(エアロビクス)で汗を流した後、管理栄養士や食生活改善推進員と一緒に簡単に野菜たっぷり、減塩の食事が調理体験できる市主催の健康づくり教室です。

- 日時 11月16日(水) 午前9時30分～午後1時
- 会場 千代川公民館 大会議室・調理室
- 定員 25人(事前に予約してください)
- 対象 市内在住、74歳以下の男女
- 参加費 無料
- その他 動きやすい服装、調理用エプロン、バンダナ、水分補給できるものをご持参ください。味噌汁の塩分濃度測定を実施します。味噌汁の「汁のみ20cc程度」をお持ちください。

【申込締切】11月2日(水)まで

申込み・問い合わせ
保健センター ☎43-1990

運動指導士 高塚 和子先生



太極舞は、年齢を問わず誰でもできる運動です。できる範囲でゆっくり動き、呼吸法を意識した有酸素運動で、体の中から温まります。下半身の筋力強化や体幹トレーニングになり、ふらつきの予防などの効果があります。



管理栄養士 中山 登志枝先生

食事を作る上で気を付けたいのが減塩と野菜をとること。だしを効かせて、おいしく減塩するのがポイントです。調理では減塩の食事を体験し、普段の味付けと比較できます。毎日の積み重ねで健康づくりをしていきましょう。

参加者の声 小寺 香代子さん (横根)



太極舞は初めての体験で、いつもと違う運動ができて気分転換になりました。調理ではカレー味で減塩する方法を覚えたので、他の料理でも実践してみたいです。(9月29日、下妻公民館で)

前河原築堤工事の第1期盛土完成で工事見学会開催



前河原地区の第1期堤防盛土の全景

平成27年9月の関東・東北豪雨で大規模な溢水が発生した前河原地区の第1期堤防盛土が完成し、施工業者および国土交通省下館河川事務所が主催する工事見学会が9月3日、前河原地先の鬼怒川左岸で開かれ、地域住民や行政関係者など49人が参加しました。

今回の第1期工事は、北台川水門から下流の堤防総延長650.5mの区間に、高さ約1~4mの盛土を行い、新たな堤防にビニールシート張やブロック張、張芝をしたもので、昨年9月の洪水時の水位から50cmほど高くなりました。

今後は、沈下を確認した上で、第2期工事でさらに約1mの盛土を行うほか、周辺の水路整備なども行い、早期完成に向けての工事が進められます。



新たな堤防を歩きながら工事の説明を受ける参加者

平成27年度 株式会社ふれあい下妻の 経営状況をお知らせします



満開のヒマワリと道の駅しもつま

「株式会社ふれあい下妻」の平成27年4月1日から平成28年3月31日までの経営状況（第18期）を公表します。

平成27年度は、道の駅しもつまのリニューアルに伴う大規模改修工事とビアスパークしもつまが関東・東北豪雨での鬼怒川の溢水による浸水被害を受けたことから、両施設とも半年余りの休業期間がありました。その間、イベントによる販売促進や大幅な食事メニューの変更など売上増加および収益向上に向けた取り組みをはじめ、労務管理を徹底し、経費削減対策を行いました。

その結果、売上高ではビアスパークが休業の影響から大幅減少となりましたが、道の駅・本館のリニューアルオープン後の集客が順調で、約5カ月の休業期間があつたにもかかわらず前期実績を上回り、全体としては前期比86.19%の約6億8,000万円となりました。

また、経営の健全化とビアスパークの水害からの復旧を図るため、市から8,000万円の支援と道の駅の休業に対する補償として39,518,000円を給付しました。

道の駅しもつま

大規模改修工事で「農産物直売所」を本館の中心部に配置するとともに、新たに「ベーカリー」「コンビニエンスストア」を新設し、施設内に回遊性を持たせて利用者の利便性を向上させた結果、売上高は営業再開後順調に推移し、前期比4.21%増の約5億3,106万円となりました。

また、道の駅利用者数は、前期比12.44%減の約54万5,386人となっています。

ビアスパークしもつま

定期直売市の開催やイベントなどの情報発信の強化に取り組みましたが、水害により予定していたディナーショーなどが中止となりました。休業期間中はリース料の免除交渉や経費削減交渉など支出の削減に努めましたが、売上高は前期比46.68%減の約1億4,897万円となりました。

また、温泉入場者数は、前期比43.18%減の約9万2,108人となりました。

入湯税を市に納付

「株式会社ふれあい下妻」から、入湯税12,533,850円が市に納付されました。

経営状況の推移

項目	平成25年度	平成26年度	平成27年度	前期比較
売上高	7億7,740万円	7億8,899万円	6億8,003万円	△1億 897万円
道の駅	5億 966万円	5億 959万円	5億3,106万円	2,147万円
ビアスパーク	2億6,774万円	2億7,941万円	1億4,897万円	△1億3,043万円
税引前当期利益	△2,694万円	1,000万円	8,743万円	7,742万円
道の駅利用者	61万5,925人	62万2,863人	54万5,386人	△7万7,477人
温泉入場者	15万9,924人	16万2,093人	9万2,108人	△6万9,985人

高齢者の長寿祝福、末永い健康と長寿を

9月19日の敬老の日に先立ち、高齢者の長寿を祝う「第45回下妻市敬老福祉大会」が9月11日、市民文化会館で開催されました。日頃親しんでいる歌や踊りを披露し、鑑賞し合う同大会には市内の老人クラブや同好会、個人など40組が出場。集まった約500人は、ステージ発表に合わせて一緒に歌ったり、シルバーリハビリ体操で体をゆっくり動かしてリラックスしたりと楽しいひとときを過ごしました。



百歳音頭を元気に披露する上妻南ながいきクラブのメンバー

百歳音頭で踊りを披露した上妻南ながいきクラブの須藤常夫会長は「歌詞のとおり百歳までみんなで元気に過ごしたい」と笑顔を見せていました。

市では平成28年度中に米寿の88歳を迎える市民が238人、100歳以上は32人。最高齢は106歳の男性で、県内では男性で2番目の長寿となっています。稲葉市長は9月20日と26日に100歳以上の長寿者宅や施設等を訪ね、祝い状や記念品を手渡し、長寿を祝福しました。



内閣総理大臣からの100歳長寿の祝い状を伝達する稲葉市長

広報しもつま2016年9月号の記事に誤りがありました。お詫びして訂正します。

○7ページ:茨城県建築士会下妻支部と災害時における建築物についての協定締結組織の名称 【誤】茨城県建築士協会下妻支部 → 【正】茨城県建築士会下妻支部

有料広告欄

有料広告欄

秋の大運動会



9月10日に各中学校で、9月17日には各小学校で運動会が開催されました。両日とも好天に恵まれ、絶好の運動会日和となりました。

各校とも笑いあり、涙ありの子どもたちの成長を感じるプログラムが満載。子どもたちが真剣に競技に取り組む姿と、見守る保護者の声援で会場全体が熱気に包まれていました。



訪日外国人旅行者誘致

下妻の梨で訪日外国人旅行者誘致へアピール

農業が盛んな茨城県の地域特性から下妻の梨を生かして訪日外国人旅行者(インバウンド)を誘致しようと、台湾の旅行業者とブログ等を使って情報を発信する人気ブロガーが9月3日、下妻第一梨選果場を訪れ、隣接する梨畑で梨狩り体験や試食を行いました。下妻の梨の海外輸出を支援してきた日本貿易振興機構茨城貿易情報センター(ジェトロ茨城)が農業を観光資源とした体験型プログラムとして招聘したもので、JA常総ひかり、下妻市果樹組合連合会、下妻市が共催して、ブランドイメージの向上と固定ファンの獲得を目的に対応しました。



おいしい梨の見分け方の説明を受ける台湾の旅行業者とブロガーたち

15万人を超えるアクセス者を有する人気ブロガーでモデルのジェシカさんは「採って食べた梨は甘くて、とてもみずみずしい。梨リキュールの味は初めての感覚。友達にも飲ませてあげたい」と話し、ブログ用の写真を撮っていました。

観光・地域振興

道の駅しもつまリニューアル1周年記念イベント盛り上がる

平成27年9月11日にリニューアルオープンした道の駅しもつまが1周年を迎え、9月10日から2週間にわたりミニライブや即売会などさまざまなイベントを開き、来場者を盛り上げました。

9月11日には記念イベントの目玉としてマグロの解体ショーと即売会が行われました。本館の正面玄関前に体長1mを超えるマグロが姿を現すと、大きな人だかりで、見事な手さばきでマグロがふるまわれる様子は詰めかけた人たちの目を釘付けにしていました。終了後は切り身などの即売会に長蛇の列ができていました。

マグロを解体している途中で出たカマがプレゼントされるジャンケン大会で見事勝ち取った塚原昭夫さん(77)は、埼玉県戸田市から夫婦で訪れていました。「リニューアルで明るくなり買い物しやすくなった。下妻の梨や納豆がおいしいのでよく買いに来ている。マグロのカマは塩焼きで食べたい」と笑顔でした。



マグロの解体ショーでカマの大きさに歓声をあげる来場者

市民協働

市民目線のまちづくりへ「協働のまちづくり市民スタッフ」発足

市政への市民参画や協働のまちづくりを推進する「下妻市協働のまちづくり市民スタッフ」が9月28日発足し、公募から選ばれた市民スタッフ17人が、稲葉市長から委嘱を受けました。

この市民スタッフ制度は、平成8年度から10期20年にわたり女性の目線から市の活性化につながる取り組みを重ねてきた「下妻市まちづくり女性スタッフ」と平成25年度から協働のまちづくりの推進のために活動した「下妻市協働のまちづくり市民会議」を発展的に統合したもので、任期は2カ年度となっています。

交付式後の第1回会議では、座長に栗原キヨさん、副座長に川端誠さんが選ばれました。

今後は、月1回の活動などを通じ、市民の目線や生活体験を生かしたまちづくりへの提案等が行われます。



協働のまちづくり市民スタッフ

- | | |
|-------------|-------------|
| 青木 菜美子(下木戸) | 赤荻 めぐみ(下妻乙) |
| 飯村 えみ子(黒 駒) | 石川 泰宏 (高道祖) |
| 猪又 一仁 (下妻丁) | 植園 淳 (高道祖) |
| 小幡 将秀 (黒 駒) | 川端 誠 (本宗道) |
| 栗原 キヨ (下妻丙) | 栗原 正徳 (福 田) |
| 黒川 玲 (今 泉) | 高橋 玉江 (下妻丙) |
| 塚田 幸恵 (前河原) | 永田 加代子(高道祖) |
| 堀口 日出子(本宗道) | 安原 春光 (宗 道) |
| 与儀 詠子 (本宗道) | ※五十音順・敬称略 |

有料広告欄

有料広告欄



五行の舞を奉納する巫女

秋の豊作に感謝する大宝八幡宮の秋の大祭が開かれ、神楽殿で十二座神楽が奉納されました。巫女装束に身を包んだ大宝保育園の女児4人が、太鼓、小太鼓、笛の音に合わせて厳かに舞いました。

十二座神楽は市指定文化財で、起源は明らかではありませんが、室町時代の境内図に神楽殿が描かれ、現存の神楽面も江戸期に奉納されたものであることから古い歴史がうかがわれます。

カメラが趣味で写真撮影に訪れたつくば市の60代女性は「子どもからおじいちゃん、おばあちゃんまで伝統を地域で伝えようとしている雰囲気が温かい」と話し、会場にカメラを向けていました。

大宝八幡宮・十二座神楽奉納 9月15日
厳か伝統の舞

下妻小学校6年生の青田れもんさんと騰波ノ江小学校5年生の栗野隆也さんが、8月28日に三重県伊勢市で行われた第13回全国小学生学年別柔道大会で入賞し、その報告のため市役所を表敬訪問しました。

青田さんは6年生女子45kg超級で3位、栗野さんは5年生男子45kg超級で8位入賞を果たしました。

現在も下妻優心塾スポーツ少年団に所属し、日々練習に励む両氏。青田さんは「中学校でも柔道を続けて全国優勝したい。一本で勝つ柔道を目指して練習します」。栗野さんは「来年は6年生で全国優勝を目指します。自分の甘さを無くして辛い練習も頑張ります」と次の目標に目を輝かせていました。



全国大会で活躍した青田さん(左)と栗野さん(右)

市内小学生が柔道の全国大会で活躍
全国小学生学年別柔道大会出場報告 9月6日

いきいき茨城ゆめ国体2019

第74回国民体育大会 翔べ 羽ばたけ そして未来へ

「いばラッキー」が市内小学校の運動会に登場

市内の各小学校で運動会が行われた9月17日、茨城国体マスコットキャラクターの「いばラッキー」が下妻小学校、騰波ノ江小学校、宗道小学校、高道祖小学校の運動会に登場。子どもたちを応援したり、一緒に踊ったりして茨城国体をPRしました。

愛らしい表情で子どもたちの人気を集めるいばラッキー。これからも市内イベントなどに登場し、茨城国体や下妻市が会場となるソフトボールやEボートの競技をアピールしていきます。



茨城国体のイメージダンス「そして未来へ」を児童と一緒に踊るいばラッキー(高道祖小学校)

水と緑のまごころ国体(昭和49年開催)回顧展



※展示イメージ

平成31年に茨城県で2回目の国民体育大会が開催されることから、「水と緑のまごころ国体(昭和49年開催)回顧展」を開催します。

前回大会の開会式での集団演技や炬火リレー、各競技の様子などなつかしい写真とともに、平成31年に開催する国体の会場図等が展示され、国体について幅広く知ることができます。

- 期間 11月5日(土)～18日(金)の14日間
- 場所 道の駅しもつま・総合案内所(下妻市数須140 ☎0296-30-5294)

問い合わせ 茨城県国体・障害者スポーツ大会局総務企画課 ☎029-301-5402



下妻産の新米を試食する来場者

下妻の南の玄関口・やすらぎの里しもつまで、「下妻産新米まつり」が開催されました。地域ブランド米を目指すJA常総ひかりと下妻市担い手育成総合支援協議会が主催しました。

モチモチ食感が特長のミルクキークイーンと、やさしい甘みで食味・香り・粘りのバランスが抜群のコシヒカリの食べ比べ試食会をはじめ、購入者には空クジなしの大抽選会が行われ、2日目の9月18日は雨にもかかわらず市内外から家族連れなどでにぎわいを見せていました。

夫と娘2人の家族4人で埼玉県八潮市から訪れた寺杣直美さんは「去年は水害で新米まつりが開催されず残念だった。下妻産のお米はおいしいので、いつも新米を楽しみにしています」と話が聞けました。

下妻産の新米、大人気
下妻産新米まつり 9月17・18日



畳やたいまつを燃やした白装束の若者が境内を走り回る(9月14日)

火の粉を浴びると火の災いを退けるといわれる炎の奇祭「タバカ祭」が9月12日と14日の両日、大宝八幡宮で行われました。

全国でも珍しい火祭りでも、境内には市内外からの参拝客やアマチュアカメラマンが集まり、畳やたいまつを燃やした白装束の若者が走り回ると、子どもたちは歓声をあげながら逃げ回っていました。

この祭は、約640年前に敷地内で起きた火災を畳と鍋蓋で消し止めたという故事を戯曲化した祭として受け継がれています。

幻想の火祭り燃ゆる炎
大宝八幡宮・タバカ祭 9月12・14日



10月1・2日に沖縄県那覇市で開催される空手の世界大会「空手1プレミアムリーグ2016沖縄大会」への出場が決まった下妻市出身の浅野慧大選手(大正大1年)が稲葉市長を表敬訪問しました。

同大会で男子個人組手-75kg級に出場する浅野選手。世界中の実力ある空手家が顔をそろえる世界大会への出場は、平成27年12月に全日本空手道連盟が主催する全日本大会の団体戦で、茨城県代表として全国3位を果たした活躍が認められたものです。

浅野選手は「自分の持っている技を最後まで出し切り、あきらめずに戦う気持ちを貫きたい」と力強く抱負を語り、稲葉市長は「夢を大きく持って活躍してほしい」と激励しました。

空手の世界大会で活躍誓う
空手1プレミアムリーグ2016沖縄大会出場
「浅野慧大選手」表敬訪問 8月29日



活躍を誓う握手(右から須藤市議会議員、浅野選手、稲葉市長)

わがやの にんきもの

このコーナーでは、市内在住の1～3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、【秘書課・広報広聴係 ☎43-2112】までご連絡ください。



みれい
高橋 心怜ちゃん

和也・美穂さんの二女 下妻乙

手遊び歌とダンスが大好きな活発な性格です！

最近では、お姉ちゃんのお下がりのお人形を抱っこしたり、おんぶしたりと女の子らしい面も見ることができるようになりました。

将来は、優しいお姉さんになってほしいな♪



かえで
池田 楓ちゃん

裕輔・鮎巳さんの二男 本城町

小さかった楓があっという間に3歳!!

お兄ちゃんやお姉ちゃんのマネをしてたくさんのお話を1人でできるようになったね!戦隊物が好きで見えない相手と戦っている楓(笑)

池田家みんなを癒してくれてありがとう!これからも元気に育てね、大好きだよ♡



あたる
赤澤 暖ちゃん

雄太・菜月さんの二男 鬼怒

9月で2歳を迎えた暖。小さい頃から愛嬌があって、それは今でも変わらず♡

かえるのうたとアンパンマンの歌が大好きで、上手に歌って聞かせてくれます。

これからも暖らしく、毎日楽しく過ごしてもらいたいな♡
大好きだよ♡



口頭詩

子どもの純粋な心のつぶやき



すぎやま たいが
4歳7カ月時点
(西原保育園)

でんちぎれ
ママ
でんちぎれちやうよ
たいよつのでんちがぎれて
はやくおんぶにかえよう

【解説】
保育園からの帰り道、車窓から見える太陽を見ながら言った言葉です。太陽が電池で動いていると思っていることが、とてもかわいいと思ひ採集しました。
採集 母 杉山 明美

下妻小友幼稚園 ドングリの森



年長(ひかり組)
年中(ゆり組)の皆さん



折り紙で折ったドングリに、年中さんはお顔をくるくるくると「わあ～○○ちゃんにそっくり!」。自分がドングリに変身したイメージを楽しんでいました。

年長さんは、どんぐりの葉のプロッタージュ(擦り絵)が盛り上がりました。

素敵な秋の森が完成!今度は、みんなで本物のドングリを拾いに行こうね。



毎年、秋には楽しみがあり、砂沼サンビーチで行われる、砂沼フレンドリーフェスティバルです。今年も、第29回だそう。伝統あるこのイベントに商工会青年部に入部以来、携わってきました。実行委員長が毎年交代し、催事内容も毎年変わります。だからこそ、これだけ長い間持続できたのかもしれない。スタッフには商工会青年部が中心となり、一般ボ

「砂沼フレンドリーフェスティバル」

わたしからあなたへ さわやかに vol.129

前回登場の木瀬裕さんからの紹介



築嶋 尚文 さん(下妻丙)

有料広告欄

俳句

幸せは自分の尺度衣被 篠崎 順子(若柳甲)

菊花昨夜の雨を芯に抱き 浅野 悦子(鎌庭)

露草の色で描きたき空の色 木村まり子(加養)

桐一葉悟りの如く落ちにけり 飯村 真琴(黒駒)

短歌

夜の床に五七の言の葉さぐりつつ 渡辺 恵美(下妻丁)

一首浮べりメモ張に記す 吉原 真子(高道祖)

雀らの飛び立つ姿に幼な児が 小林美智雄(唐崎)

まあかはいと言葉を發す 田宮 道子(本宗道)

戦なき世の倅せを胸にきざみ 伊東 豊乃(加養)

若き兵士の遺影を拝す 稲葉 節子(加養)

逝きし娘の三人の友訪い呉れて 稲葉 節子(加養)

語るひと刻心温もる 伊東 豊乃(加養)

やわらかな朝風にゆらぐ夏菽の やさしき花に亡き夫偲ぶ 稲葉 節子(加養)

男の孫は誕生日前に一升餅を 背負いてよちよちわれに寄り来る 稲葉 節子(加養)

有料広告欄

相談ごと

◆行政相談

日時 11月2日(水) 午後1時~4時
 場所 下妻公民館 2階 大会議室
 ※11月の相談は「くらしの困りごと相談所(11月26日)」のみの開催となります
 問合せ先 秘書課 ☎43-2112

◆人権相談

日時 11月18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 ☎43-8246

◆こころの健康相談

日時 11月2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
 日時 11月30日(水) 午後1時~4時(予約制)
 場所 市役所第二庁舎 3階 中会議室
 問合せ先 福祉課 ☎43-8352

◆消費生活相談

日時 月・火・木・金曜日(毎週)
 午前9時~正午 午後1時~4時30分
 日曜日(11月27日)
 午前9時~正午
 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 11月10日(木) 午後5時30分~7時30分
 ・休日納税相談
 日時 11月27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 ☎43-8274

◆法律相談

日時 11月8日(火)・15日(火)・22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 市役所第二庁舎 3階 大会議室
 問合せ先 下妻市社会福祉協議会 ☎44-0142

人口と世帯

10月1日現在の常住人口

		前月比
人口	43,037人	(-32)
男	21,461人	(-20)
女	21,576人	(-12)
世帯数	15,239世帯	(+ 6)

☎ 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 11月1日~11月30日

11/1 火	元気アップ教室(9:15~10:00)	小 西南
2 水	カミカミ離乳食教室(予約制13:15~13:30)	小 西南
3 木	在 湖南病院/とき田クリニック	夜 小 西南
4 金	びよびよ教室(10:00~10:30) 5か月児健診(平28.5月生13:15~13:30)	小 古河
5 土		夜 小 西南
6 日	在 とやまクリニック	夜 小 友愛
7 月		小 西南
8 火	2歳児歯科健診(平26.9月生13:15~13:30)	小 西南
9 水		小 西南
10 木	すすく相談(予約制13:30~) ウォーキング教室 (9:30~10:00) 砂沼サンビーチ玄関前	小 西南
11 金	乳がん検診(予約制) 下妻保健センター	小 古河
12 土		夜 小 西南
13 日	在 まつだこどもクリニック	夜 小 西南
14 月		小 西南
15 火		小 西南
16 水	後期マタニティクラス(予約制13:15~13:30) ママサロン(13:30~15:30)	小 友愛
17 木	キッズくらぶ(親子リトミック)(10:00~10:30) 3歳児健診(平25.8月生13:15~13:30)	小 西南
18 金	1歳6か月児健診(平27.4月生13:15~13:30)	小 古河
19 土		夜 小 西南
20 日	在 三津山クリニック	夜 小 西南
21 月		小 西南
22 火	子宮がん検診 (予約制 12:45~13:15) 下妻保健センター	小 西南
23 水	在 平間病院	夜 小 西南
24 木	すすく相談(予約制13:30~)	小 西南
25 金	子宮がん検診 (予約制 12:45~13:15) 下妻保健センター	小 古河
26 土	セット健診(健診+胃がん) (予約制 7:00~10:30) 下妻保健センター	夜 小 西南
27 日	在 中岫産婦人科医院 特定健診(基本健診) (9:30~11:30、13:30~15:00) 下妻保健センター	夜 小 友愛
28 月	子宮がん・骨粗しょう症検診 (予約制 12:45~13:15) 下妻保健センター	小 西南
29 火		小 西南
30 水		小 西南

在 休日在宅当番医 午前9時30分~午後4時

湖南病院/とき田クリニック	まつだこどもクリニック
☎44-2556	☎30-5558
とやまクリニック ☎30-5010	平間病院 ☎43-5100
三津山クリニック ☎48-9131	中岫産婦人科医院 ☎44-2438

夜 夜間応急診療所 下妻保健センター内 ☎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: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

開館20周年記念

市村 緑 郎 展

ROKURO ICHIMURA

2016
 11月3日[木]
 ~12月11日[日]
 会期中入館無料

◆ギャラリートーク◆

市村晴子氏(市村緑郎夫人)

清家悟氏(彫刻家)

日時:11月12日(土) 午後1時30分~

場所:ふるさと博物館 企画展示室

主催 下妻市教育委員会(主管課:生涯学習課)

共催 下妻市文化団体連絡協議会

■開館時間 午前9時~午後4時30分

■休館日 11/7(月)・14(月)・21(月)・28(月)
 12/5(月)

下妻市ふるさと博物館

茨城県下妻市長塚乙77(ピアスパーク手前)

☎0296-44-7111

ふるさと博物館では、平成27年9月関東・東北豪雨による水害からの復旧を広く市民の皆様にお知らせするために本企画展を開催します。ぜひご来館ください。



「リラ」 1994年
 235×70×70 FRP
 第26回日展・会員賞



有料広告欄