



輝く未来へ、新たな一歩



## 高校生のための

【対象】  
高校生及び  
その保護者の方

ツアー詳細  
お申込みはこちら



定員  
各コース  
**20名**  
(先着順)  
※参加費無料

# 下妻市 企業見学 バスツアー



参加して体感しよう!企業の魅力!

**A**  
コース

**2月29日(木)**  
12:30~17:00

【訪問企業】  
東洋硝器(株)  
株オートウェイ  
株LIXIL

※2/21申込締め切り

**B**  
コース

**3月4日(月)**  
12:30~17:30

【訪問企業】  
株三五関東  
岡部(株)  
SMC(株)

※2/26申込締め切り

**C**  
コース

**3月11日(月)**  
12:30~16:15

【訪問企業】  
新光電子(株)  
SMC(株)

※2/26申込締め切り

**D**  
コース

**3月11日(月)**  
12:30~17:30

【訪問企業】  
ニチアス(株)  
日本コア(株)  
EL APSC合同会社  
(エステイローダー)

※2/26申込締め切り

集合・解散場所：下妻市役所(下妻市本城町三丁目13番地)  
バス出発時間：12:30(※出発時間までにバスにご乗車ください。)

主催：下妻市 お問い合わせ：下妻市企画課 TEL:0296-43-8367



なかむら なんと  
中村 虹斗さん

商社マンになる！



たかつか かのん  
高塚 樺音さん

教師になって未来の下妻市を担う子どもたちを育てていきたい



まえの そうだい  
前野 壮大さん

勉強を好きになる子どもが増える教師になる



いいつか ひより  
飯塚 日愛さん

体育教師に絶対なる！



やまなか しょうた  
山中 将多さん

地域貢献のできるような人になる



こいて ななは  
小出 奈々葉さん

美しいをお手伝いするエスティシャンになる



あおき みり  
青木 美璃さん

就職活動がんばる！



くらしげ かずき  
倉茂 嘉寿貴さん

ケガを治せるようにがんばる



なかやま さや  
中山 沙耶さん

看護師になる！

はたちの誓い  
将来の夢をお聞きしました

下妻中  
東部中  
千代川中



1月7日、冬の澄み切った青空の下、千代川公民館において、令和6年下妻市はたちのつどい「YELL」が開催され、令和5年度に二十歳（はたち）を迎える327人が出席しました。

式典では、菊池博市長が「試練を力に変え、決して臆することなく夢の実現のために着実に歩いて行ってほしい」とエールを贈るとともに、中学時代の恩師からのビデオメッセージが披露されると、なつかしい映像に拍手や歓声が上がっていました。

今年は、新型コロナウイルス感染症が5類に移行されたことから、市内3中学校の卒業生などが一堂に会しての実施となり、振袖や羽織袴、スーツ姿の大勢の人たちで会場は華やいだ雰囲気になりました。友人同士で写真を撮り合い、昔の話や近況報告などを語り合っていました。

# はたちのつどい

— YELL —



## 恩師からのメッセージ



千代川中学校  
山崎 紀子先生

はたちを迎える皆さん、おめでとうございます。  
皆さんが中学校を卒業してから一年後、緊急事態宣言が出され、経験したことのない生活が始まりました。今まで通りの生活が難しい中で、その時できることを考え、実行してきたことと思います。これから先、何が起ころうと、その時を過ごしてきた皆さんなら、考え、乗り越えることができるでしょう。今の自分が在ることに感謝し、地域や社会に貢献できる人になってほしいと、心より願っています。



東部中学校  
沼田 拓先生

東部中学校卒業生のみなさん、ご成人おめでとうございます。  
みなさんが卒業してから、野球部の生徒をはじめ何人かは会って話をすることがありましたが、みなさん素敵な男性、女性に成長していて、とてもうれしく思います。  
運動会にて全員で組んだ円陣、淡海祭での各クラスの合唱や学年合唱、土砂降りの修学旅行。とても印象に残っています。これからみなさんは、一人の大人として、社会の一角を担っていくこととなりますね。みなさんのこれからのさらなる成長と成功を、今後も応援しています。



下妻中学校  
渡辺 一広先生

20歳を迎えられた皆さん、おめでとうございます。  
5年前、皆さんと過ごした1年間は私にとって、心に残るかけがえのない思い出となっています。本当にありがとうございます。  
いよいよこれからは、自分で自分の道を決め、切り開いていくことになります。家族、友達、様々な人達への感謝の気持ちを忘れずに後悔のない人生にしてください。



# 筑波サーキット GO! カートフェス

12月9日、筑波サーキットGO! カートフェスが開催され、市内外から訪れたたくさんの来場者で賑わいました。

筑波サーキット(村岡)を会場にしたGO! カートフェスでは、ゴーカート走行体験や普段見ることができないコントロールタワーの見学などが行われました。ゴーカート走行体験では、走行会や大会でも使用されるコース1000を走行し、楽しそうに運転する子どもたちや親子で2人乗りのゴーカートに乗る姿などが見られました。その他にも、セーフティーカートの乗車などGO! カートフェスならではの体験が盛りだくさんのイベントとなりました。

## 名前の由来は？

下妻市内にある筑波サーキットですが、名前は「筑波」サーキットです。下妻市にあるのにどうして「筑波」？不思議に思った方も多いのではないのでしょうか。

「筑波サーキット」という名称になったのは、近くにあるランドマークといえば筑波山で、覚えてもらいやすく、筑波サーキットから筑波山が綺麗に見えることから名付けられたそうです。(諸説あり)



## TOPICS ~しもつまニュース~

### 令和6年下妻市新春の集い

1月17日、千代川公民館において、下妻市、下妻市商工会、常総ひかり農業協同組合の共催により令和6年下妻市新春の集いが開催され、地元選出の国会議員、県議会議員、市議会議員、各種団体や市関連企業の代表者など182人が参加し、新年のあいさつを交わしながら、市の発展を誓い合いました。

主催者を代表して菊池市長が「新型コロナウイルス感染症が5類へ移行しましたが、コロナ禍がきっかけで人々の生活スタイルが一変、市民ニーズも多様化している。こうしたニーズを的確に把握しスピード感をもって応えていく決意」と力強くあいさつしました。

また、会場ではお楽しみ抽選会やアトラクションが行われ、茨城県城里町出身の大道芸人ちゃむらいのバランス芸に、会場からは盛大な拍手が贈られました。



## 防災への意識 新たに 令和6年下妻市消防出初式を開催

令和6年下妻市消防出初式が1月7日、下妻市役所西側駐車場で行われ、下妻消防署員、下妻消防団員、女性消防団員など関係者418人が参加しました。

一日点検官として、大形小学校4年生の齊藤貴大さんと菅沼楓さんを任命し、服装点検、機械機具点検、車両観閲が行われ、参加者は緊張した面持ちで出初式に臨んでいました。

寺田光浩下妻市消防団長は「様々な災害を想定した訓練や日ごろからの点検などを遂行し、気を緩めず団員366名全員が力を合わせ、下妻市民を各種災害から守るための活動に邁進したい」と意気込みを語りました。



### 令和5年の取り組みや活動を一部紹介!

#### 消防団詰所を建て替え



12月15日、老朽化に伴う建て替え工事が完了した下妻市消防団第4分団第3部(上妻地区)の消防団詰所の引渡式を行いました。新しい消防団詰所は、鉄骨造2階建て・延べ床面積65㎡です。引渡式には地元消防団員をはじめ、自治区長、土地の提供者、下妻消防署員など関係者が参加。菊池市長から鍵を渡された安達政男第4分団長は「新たな地域防災の拠点が更新され、気持ちを新たに、消防団活動に邁進してまいります」と力強く語りました。

#### 高規格救急車が配備



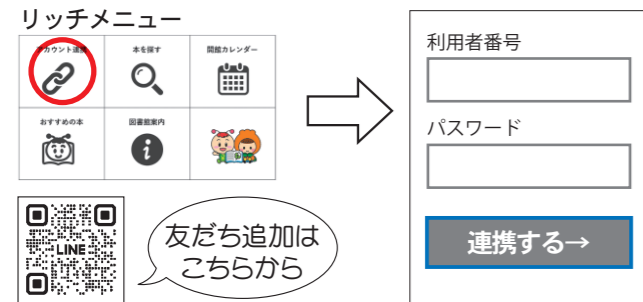
茨城西南広域消防本部下妻消防署千代川分署の高規格救急車が更新され、12月22日に納車式が行われました。この高規格救急車は、LED式警告灯や補助赤色蛍光灯などにより安全性を高めたり、事故防止や事故被害を低減する装置が装備されています。車両内部も高度救命処置用資機材が搭載されており、人工呼吸器やベッドサイドモニター、除細動器などの最新の機材や、前席と後席を分ける隔壁扉、半永久的に殺菌や防臭などを持続する光触媒アークフラッシュにより感染症対策に有効な機能も備えています。

図書館システムが新しくなりました

<図書館システムに新たな機能が追加>

下妻市立図書館では図書館システム更新に伴い新たな機能が追加されました。

- 下妻市立図書館LINE公式アカウントを開設しました。本の検索や開館日の確認、図書館利用カードの仮申し込みができます。
- 図書館利用カード、Web予約のパスワードを交付されている方は、アカウントを連携すると以下の機能が利用できるようになります。
  - ・マイポータル機能  
貸出中一覧、予約中一覧、Myカレンダー、等
  - ・各種メッセージ通知機能  
貸出のお知らせ、延滞資料のお知らせ 等
  - ・図書館利用カード機能 等  
表示されたバーコードを読み込み、資料を貸出



入賞した瀬端左近さん



3R促進ポスターコンクールで小学生が入賞

環境省と3R活動推進フォーラムが行う3R(廃棄物等のリデュース、リユース、リサイクル)をテーマとした3R促進ポスターコンクールにおいて、騰波ノ江小学校5年・瀬端左近さんの作品が佳作に選ばれました。

「3Rを理解し意識してもらうために、大きな文字で分かりやすくなる工夫をしました。受賞できてうれしいです」と話してくれました。

3Rの取組みは下妻市においても推奨しています。限りある資源を未来につなげるために、今できることから始めましょう。

☎ 環境課

<読書通帳が替わります>

図書館システム更新に伴い読書通帳機も新しくなりました。今までの「読書通帳」は使えなくなり、「読書おもいで帳」に替わります。すでに登録されている方は「読書通帳」を持って、図書館カウンターへお越しください。

「読書おもいで帳」を作成するにあたり市立各中学校の美術部にデザインを募集したところ、多数の応募をいただきました。審査の結果、下妻中学校2年・高野由彩さんのデザインが採用されました。



高野さん(中央)と入賞された皆さん 「読書おもいで帳」表紙

<読書おもいで帳 無料交付キャンペーン実施中>

令和6年3月31日(日)まで  
期間中は新規登録及び再交付が無料になります。  
詳しくは図書館にお問い合わせください。

☎ 市立図書館 ☎ 0296-43-8811

シモンちゃんバスで学ぶ正しいバスの乗り方

市内の小学校低学年の児童を対象に、下妻市地域公共交通活性化協議会がバスの乗り方教室を開催しました。

この教室は、公共交通に親んでもらうことや将来的なバスの利用促進を目的に、関鉄パープルバス株式会社の協力により開催され、下妻小学校、上妻小学校、豊加美小学校の児童延べ約160人が参加しました。

参加した児童からは「これからは一人でもバスに乗れそう」「バスに乗って出かけてみたい」などの声があり、乗車体験では本物のシモンちゃんバスに終始大興奮の様子でした。

今後も公共交通の利用促進に向けて、バスの乗り方教室を含めたモビリティマネジメント事業を実施してまいります。

☎ 企画課



豊加美小学校でのバスの乗り方教室 (10月13日)

人型ロボット「Pepper」活用授業を行いました

12月12日に大形小学校において、人型ロボット「Pepper(ソフトバンクロボティクスの商標)」を用いた授業を行いました。

大形小学校は本年度、騰波ノ江小学校とともに茨城県遠隔教育実証研究事業の指定を受け、プログラミングを活用した授業づくりの研究を進めています。

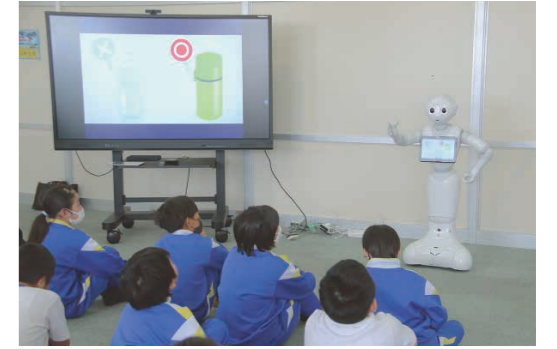
このような状況もあり、本市はソフトバンク株式会社の協力を受け、大形小学校と騰波ノ江小学校において、Pepperを活用した授業の実証実験を行っています。

今回の授業では、教員がこれまでの研究の成果を生かし、Robo blocks(プログラミング用アプリケーション)を用いてPepperをプログラミングし、授業の補助講師として活用しました。

4年生は、近年問題となっている川や海のプラスチックごみについて学び、5年生は、SDGsの目標と世界で起きていることについて考え、発表しました。

Pepperが進行役となった授業について、児童は、「わかりやすく楽しく授業ができた。また、Pepperの授業を受けたい」と話してくれました。

☎ 学校教育課



野球しようぜ!

大谷翔平選手から野球グローブが届きました

ロサンゼルス・ドジャースに所属する大谷翔平選手から、市立小学校9校に野球グローブが寄贈されました。グローブは各校に3個ずつ届き、そのうち1個は左利き用でした。

グローブには大谷選手の気持ちが込められたメッセージも添えられており、「野球しようぜ 大谷翔平」と締めくくられていました。

1月11日に高道祖小学校で行われた披露会では、児童が箱から出したばかりの大谷選手のサイン入りグローブを手にはめ、キャッチボールをしたり、野村隆校長がノックしたボールを追いかけたりしました。

五十嵐透真さん(6年)は、「左利き用があつてうれしい」、橋本大輔さん(6年)は、「グローブが届くのを楽しみに待っていた」、吉原仁さん(6年)は、「憧れている大谷選手から贈られたグローブを大切に使いしていきたい」と話してくれました。

☎ 学校教育課

教育委員に高野剛さんを任命

高野剛さん(52歳・小島)が、令和5年第4回市議会定例会で議会の同意を得て、教育委員会委員に任命されました。任期は、令和6年1月20日から令和10年1月19日までの4年間です。

高野さんは、これまでに下妻市立総上小学校PTA会長を務められ、現在は下妻市青少年相談員連絡会会長として尽力されるなど、教育の充実に貢献されています。

今後も、これまでの経験を活かし、本市の教育の振興・文化の向上のためご活躍いただくことを期待しています。

☎ 学校教育課





### 「地球のステージ」公演会が開催

11月19日、千代川公民館において、世界各地で医療救援活動や住民の心のケアに携わるNPO法人地球のステージ代表理事であり医師でもある桑山紀彦さんをお招きし、「地球のステージ」と中川健歯科医師(下妻乙)による歯科講話を開催し、100名を超える参加がありました。

医師でもある桑山さんは、世界の紛争、災害の地で会った人たちが明るくたくましく生きる姿を、オリジナルの音楽と大画面の映像に語りを変えて、「いのちの大切さ」「人権の尊さ」「世界で生きる人々のたくましさ」を伝えていました。

また、中川歯科医師による口腔機能や誤嚥予防の講話も具体的な症例を例に行われました。

健康づくり課



### シルバー人材センター会員による奉仕作業

12月28日、市役所周辺において、シルバー人材センターの会員によるボランティア清掃活動が行われました。

この奉仕活動は、毎年年末に行われ、当日は48名の参加者が、総合体育館、中央公民館、多賀谷城跡公園などで清掃活動を行い、街の美化に取り組みました。

多賀谷城跡公園の掃き掃除をしていた会員からは「年末にきれいにできて気持ちがいい」との声がありました。

長寿支援課

### 成年後見制度を漫才で楽しみながら学ぶ

12月24日、千代川公民館において、成年後見制度講演会が行われました。

成年後見制度とは、認知症や知的障害、精神障害などにより判断能力が十分でない方が、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、権利や財産を守る仕組みです。

司法書士の太田亮介さんから成年後見制度の制度説明があり、漫才師「青空一風千風」の漫才により、成年後見制度の解説が行われました。参加者は、時折笑いがあったり、うなずきながら成年後見制度について、楽しく学んでいました。

長寿支援課



### 地域おこし協力隊 荒川さんが退任

下妻市地域おこし協力隊として活躍された荒川莉さんが、12月21日をもって3年間の任期を終え、退任しました。

荒川さんは、令和2年6月22日から下妻市第1号の地域おこし協力隊員として着任し、「下妻市の農業と食の魅力伝える活動」や「観光資源である筑波サーキットと市民を繋げる活動」を中心に行われました。また、在任中に取得した野菜ソムリエとして、地場野菜の販路拡大にも貢献されました。さらに、ふるさと納税の返礼品の開発、仲介業の請負も行うなど、下妻市のPRに精力的に取り組みました。

退任後荒川さんは、「下妻市に家族で定住し、食と農、筑波サーキットとの連携を継続していく」と話しました。

都市整備課



廣瀬優真さん(左)と吉田下妻消防署長

### 人命救助で高校生に感謝状

12月25日、人命救助した下館工業高校3年の廣瀬優真さん(若柳)に下妻消防署長から感謝状が贈呈されました。

10月6日に起きた大宝地内での普通乗用車同士の交通事故で、廣瀬さんは負傷した運転手をすみやかに道路脇に避難させ、消防に通報しました。その後、事故車両から炎が上がったため、消防隊が到着するまでの間、交通整理を実施し、二次災害も防ぎました。

下妻消防署の吉田日出夫署長は「人命にかかわる大きな交通事故での勇敢な行動で負傷者を無事搬送することができた」と謝辞を述べ、廣瀬さんは「無我夢中で動いた。命が助かってよかった」と話してくれました。



菊池市長(左)と幸森つくば支社長

### 明治安田生命から寄附金

11月28日、明治安田生命から寄附金506,000円の寄贈がありました。この寄附金は、同社の「地域の元気プロジェクト」、「みんなの健活プロジェクト」により、自治体や地域社会との連携を深める活動の一環として、「私の地元応援募金」(従業員募金と会社拠出寄附をマッチングした寄附)で集まった本市あてのものです。

同社のつくば支社 幸森真人支社長は、「社会貢献をこれからも続けていきます」と話していました。

秘書課

### 小野子町内防犯パトロール隊が社会参加章を受章

小野子町内防犯パトロール隊(川渡次男隊長)はこのたび、内閣府が年齢にとらわれず自らの責任と能力において自由で生き生きとした生活を送り、社会参加活動を積極的に行っている高齢者グループに与える「社会参加章」を受章し、市長を表敬訪問しました。

小野子町内は、平成22年に結成して以来、小野子町内の住民に対して積極的に声かけを実施。「歩いて健康、守って防犯」を合言葉に、安全で安心なまちづくりに大きく貢献しています。このたびの受章、おめでとうございます。

秘書課



### SMCからソーラーパネル式蓄電池が寄贈

12月27日、SMC株式会社からソーラーパネル式蓄電池が寄贈されました。下妻工場長の山崎敏寛さんは、「災害時に役立つソーラーパネル式蓄電池です。避難所等で役立てていただきたい」と話しました。

同社のソーラーパネル式蓄電池の寄贈は、令和3年度から毎年寄贈され、今年で3回目の寄贈です。また、令和4年12月16日には、SMC株式会社と災害時の備蓄品の提供や被災者の救助活動に関して定めた「災害時の協力体制に関する協定」を締結しています。

消防防災課

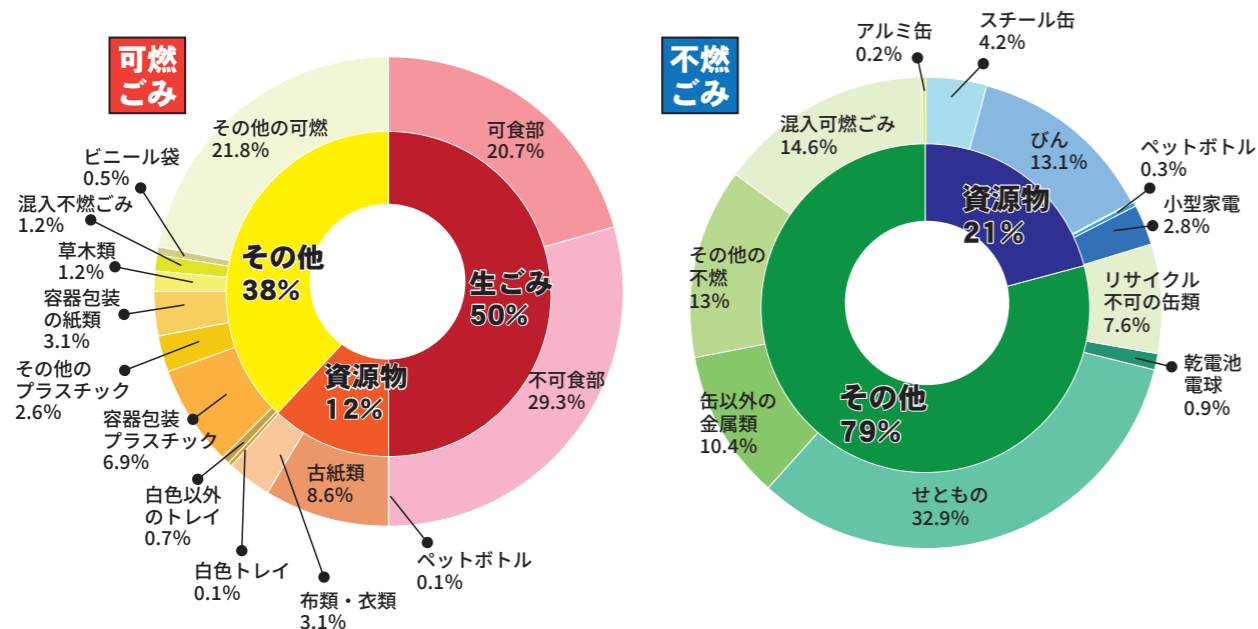


山崎下妻工場長と寄贈されたソーラーパネル式蓄電池



## ごみの減量・分別・リサイクルにご協力を!!

市内のごみ集積所を無作為に抽出し、家庭からのごみがどの程度分別されているかを分析する、ごみの組成調査を毎年1回実施しています。令和5年12月に実施した調査結果は、以下のグラフのとおりです。



### 今回は可燃ごみ全体の約2割が食品ロス!

今回の調査において、「可燃ごみ」の半分は生ごみが占めていることがわかります。そのうち、20.7%を占めるのが可食部です。これは、食品や材料を加工・調理等してできた食品のことで、いわゆる食べ残しや使わなかった食材、本来食べられるはずの「食品ロス」でした。

SDGsへの取り組みや、昨今の食品価格の高騰の影響もあり、「食品ロス」については、昨年の同調査と比較してみると、8.2%減少しています。

今後もごみを減量化するためには、食べ物を捨てることはもったいないということを意識し、「食品ロス」を減らしていきましょう!

※不可食部とは

製造・加工・調理等の工程で発生した、食用にはできないもののことで、種やヘタなど、食べられない部分を指します。



### 資源物はごみ袋に入れないで!

リサイクル可能な資源物の混入割合は「可燃ごみ」で全体の11.8%、「不燃ごみ」で全体の20.6%となっており、多くのリサイクル資源が含まれていました。市では、飲食料品のかん・びん・ペットボトルや小型家電類の一部を資源物として回収しています。資源をごみとして捨ててしまえば、焼却・埋め立て処分となってしまう。資源として排出することで、市指定ごみ袋を必要とする家庭ごみを減らすことができます。また、地球資源・地球環境の保全につながります。

飲食料品用のかん・びんは、令和5年2月より、リサイクル資源で出すルールとなりました。不燃ごみ袋でかん・びんが出された場合は、回収しませんので、ご注意ください。



問 環境課 ☎43-8234 FAX44-7833

### 力を合わせて、おいしく健康長寿に役立つ調理実習 下妻市老人クラブ連合会「健康づくり事業」

12月15日、千代川公民館において、老人クラブ連合会主催による「健康づくり事業」として、おいしく健康長寿に役立つ調理実習が行われ、3クラブから20人が参加しました。

調理は、「タラのアクアパッツァ」「かぼちゃのサラダ」「クレームダンジュ」の3種類のメニューを下妻市食生活改善協議会の指導を受けながら進められました。老人クラブの会員の皆さんは力を合わせながら調理をしていました。

参加者からは、「家でも作れそう」「楽しくできてとてもよかった」などの声がありました。

老人クラブでは、高齢者自らの生きがいを高め、会員相互の親睦と「健康」「友愛」「奉仕」の三本柱を基本理念として活動を行っています。60歳以上の方はどなたでも入会できます。老人クラブに入会し、多くの仲間と一緒に楽しみませんか。

問 長寿支援課



#### ■ 材料

- ① 春キャベツ .....150g (1/6玉)
- ② 塩 ..... ひとつまみ
- ③ 鶏ささみ .....110g (2本)
- ④ 酒 .....5g (小さじ1)
- ⑤ ホールコーン缶 .....30g
- ☆粒マスタード .....8g (小さじ2)
- ☆レモン汁 .....5g (小さじ1)
- ☆塩 .....1g
- ☆砂糖 .....3g (小さじ1)

#### ■ 1人分栄養量

エネルギー	98kcal
たんぱく質	14.8g
脂質	1.3g
食塩相当量	1.1g

#### ☆だし汁

顆粒だし	...0.2g
水	.....30ml (大さじ2)

### おいしいヘルシーレシピ

下妻市食生活改善推進員おすすめ

### 春キャベツとささみのマスタードサラダ

#### ■ 作り方

- 1 キャベツはざく切りにして、塩をふり、しんなりしたら、流水ですすぎ、水気をしぼる。
- 2 ささみは筋をとって、耐熱容器に入れて、酒をふり、ラップをして電子レンジ(600w)で約1分半加熱する。冷ましてから細かく身をほぐす。
- 3 ボウルに☆を入れて、よく混ぜ、1と2、コーンを加えてなじませ、出来上がり。

#### Point!

春キャベツの柔らかな歯ごたえを生かしたレシピ。酸味とマスタードの辛味がクセになる一品です。ささみは電子レンジで簡単に加熱。そして和えるだけ!

# 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、ご家族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・シティプロモーション係 ☎43-2112】までご連絡ください。



いいじま そう た  
**飯島 颯大ちゃん**

我が家の長男。この髪型にすると気に入ったようで、「みてーみてー！」と大はしゃぎ。



おおくし こはく  
**大串 虎伯ちゃん**

いつもニコニコ笑顔の虎伯。みんなに「はくちゃん」と呼ばれ、手を挙げてはーい！とお返事してくれる我が家の人気者です。毎日いろいろな事を覚えて成長していく姿をみるのが楽しみです。これからも元氣いっぱい大きくなってね。



やたべ ゆうと  
**谷田部 結斗ちゃん**

2歳記念に写真館でパシャリ！寝起きてご機嫌斜めだったけど、タキシード姿すごくかっこよく撮れたね！最近はや葉もたくさん話せるようになって日に日にかわいくなっていく結斗のことがみんな大好きだよ！



## ちよかわ幼稚園 うんとこしょ どっこいしょ!

「うんとこしょ どっこいしょ！」サツマイモ堀りを楽しんだ経験から、年少組の劇「おおきなさつまいも」が始まりました。クラスみんなで大きなサツマイモを作り、それを見た年長児、年中児はびっくり!! 「やってみたい!!」という声から、それぞれ発表会で楽しんだ役に変身し、みんなで「おおきなさつまいも」の劇で遊ぶことになりました♪子どもたちの素敵な楽しい思い出がまた増えました。



◀たんぼほ組・もも組  
その組の皆さん

**「冬の楽しみ」**  
私は市内で生まれ育ち、結婚。市内に家を建て、夫・小5息子・小1娘・猫一匹で住んでいます。我が家の猫は息子が大好きで、息子が学校へ行く時は「ニャー」となでてもらいに來ます。ひとなですると満足する日もあれば「もつ行くの?」という顔で見送る日もある、かわいい家族の一員です。娘は良き遊び相手になって、かわいがってます。そんな子ども達の冬の楽しみは、祖父にスキーに連れて行ってもらう事です。

### わたしからあなたへ さわやかリレー vol.217



前回登場の林健太さんからの紹介  
**延嶋 貴子さん(小野子町)**

小さい頃は雪あそびだけでしたが、2人とも年中さんから「やってみる!」とスキーにチャレンジ!初めは怖がってましたが、年に数回行くようになり、今息子は少し急なコースもスピードを出して滑れる位に!娘も上手になり楽しんでます。2人ともやりたい事をあきらめず、チャレンジして成長していく姿に親として嬉しく思っています。私も子ども達とチャレンジ精神を忘れず、一緒に頑張っていきたいです。

**俳句**  
子のほっぺつるつる白秋大根も  
餌台にマナーのありて冬うらら  
木村まり子(加養)

**短歌**  
山茶花のみごとに咲けるくれないを  
こよなく照らし夕陽落ちゆく  
大らかに心優しく生きゆけよ  
三人の子らはそれぞれの道を  
八度目の辰年迎へてしみじみと  
親へ感謝の若水供ふ  
伊東 豊乃(加養)

沼尻 俊子(下妻丁)  
山本 弘美(原)  
木村 りん(下妻乙)

## 市民文芸

「令和6年能登半島地震」被災地に義援金を贈りました

下妻市 300,000円  
下妻市議会 200,000円

被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。

有料広告欄

有料広告欄

相談ごと

**◆行政相談**  
 時 3月8日(金) 午後1時30分～午後3時30分  
 所 千代川公民館 1階 小会議室  
 関 秘書課 ☎43-2112 FAX43-1960

**◆人権相談**  
 時 3月22日(金) 午後1時30分～午後3時30分  
 所 下妻公民館 2階 小会議室  
 関 福祉課 人権推進室 ☎43-8246 FAX43-6750

**◆こころの健康相談**  
 時 3月6日(水)・27日(水)  
 午後1時～午後4時  
 所 下妻市役所 1階 相談室 1-4  
 関 福祉課 ☎43-8352 FAX43-6750

**◆消費生活相談**  
 時 月・火・木・金曜日(毎週)  
 午前9時～正午・午後1時～午後4時30分  
 日曜日(3月31日) 午前9時～正午  
 所 下妻市消費生活センター  
 (市役所 2階 商工観光課内)  
 関 下妻市消費生活センター ☎44-8632 FAX44-9370

**◆納税相談**  
 【夜間納税相談】  
 時 3月7日(木)・21日(木)  
 午後5時15分～午後7時  
 【休日納税相談】  
 時 3月31日(日) 午前8時30分～午後5時  
 所 下妻市役所 1階 収納課  
 関 収納課 ☎43-8274 FAX44-9411

**◆法律相談**  
 時 3月12日(火)・19日(火)・26日(火)  
 午後1時30分～午後3時30分  
 ※事前予約必要(当日不可)  
 所 下妻公民館 2階 小会議室  
 ※相談開始時間は、状況により遅れる場合があります  
 関 下妻市社会福祉協議会 ☎44-0142 FAX44-0559  
 都合によりスケジュールが変更となる場合がありますので、ご了承願います。

人口と世帯 1月1日現在の常住人口 ( )=前月比

人口	41,621人	(- 13)
男	21,104人	(+ 2)
女	20,517人	(- 15)
世帯数	17,294世帯	(+ 31)

今月の表紙

はたちのつどいで撮った1枚。再会した友人と手をつなぐ姿は、とても微笑ましい光景です。



Health calendar 健康カレンダー 3月1日～3月31日

3/1 金	すくすく相談(予約制) 13:30～	小 赤
2 土	5歳児キッズ(予約制) 13:00～	小 西
3 日	砂沼湖畔クリニック ☎43-8181	小 友
4 月	ママサロン(予約制) 13:30～15:30	小 西
5 火	ことばの教室(予約制) 13:15～	小 西
6 水	後期離乳食教室(予約制) 13:15～13:30	小 西
7 木		小 西
8 金	5か月児健診(R5.9生まれ) 13:15～13:30	小 赤
9 土		小 西
10 日	湖南病院 ☎44-2556	小 友
11 月		小 西
12 火	2歳児歯科健診(R4.1生まれ) 13:15～13:30	小 古
13 水	5歳児キッズ(予約制) 15:00～	小 西
14 木	1歳児相談(R5.3生まれ) 10:00～10:15 1歳6か月児健診(R4.8生まれ) 13:15～13:30	小 西
15 金	3歳児健診(R2.12生まれ) 13:15～13:30	小 赤
16 土		小 西
17 日	まつだこどもクリニック ☎30-5558	小 友
18 月		小 西
19 火	ことばの教室(予約制) 13:15～	小 古
20 水	渡邊クリニック ☎43-7773	小 西
21 木		小 西
22 金	健康相談教室 8:45～11:15 すくすく相談(予約制) 13:30～	小 赤
23 土		小 西
24 日	軽部病院 ☎44-3761	小 赤
25 月		小 西
26 火		小 古
27 水		小 西
28 木		小 西
29 金		小 赤
30 土		小 西
31 日	宇津野医院 ☎45-0311	小 西

※場所の記載がないものは下妻保健センター

**在** 休日在宅当番医 午前9時30分～午後4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なっています。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。  
 Please call the following contact in advance when you want to have a consultation to the doctor.  
 西…茨城西南医療センター病院(境町2190) ☎0280-87-8111  
 友…友愛記念病院(古河市東牛谷707) ☎0280-97-3000  
 赤…古河赤十字病院(古河市下山町1150) ☎0280-23-7111  
 古…古河総合病院(古河市鴻巣1555) ☎0280-47-1010

**☎** 茨城子ども救急電話相談  
 ※すぐ受診させた方がよいのか、様子をみても大丈夫なのか不安なときは、ご相談ください。  
 実施時間帯：24時間365日  
 プッシュ回線の固定電話・携帯電話からは局番なしの『#8000』  
 すべての電話から ☎050-5445-2856

**☎** 茨城おとな救急電話相談  
 ※すぐ受診させた方がよいのか、様子をみても大丈夫なのか不安なときは、ご相談ください。  
 実施時間帯：24時間365日  
 プッシュ回線の固定電話・携帯電話からは局番なしの『#7119』  
 すべての電話から ☎050-5445-2856

有料広告欄

有料広告欄

有料広告欄

有料広告欄

有料広告欄

有料広告欄