



■ 主な内容 ■

- P2～3 12月3日～12月9日は障害者週間です
- P4～5 寒くなるこれからの季節
水道管にも冬仕度をしよう！
- P6～9 まちのできごと
- P10 スポーツ大会結果
- P11 ふるさと見て歩き
～日向神社と奉納軍配～

みんなで力を合わせて
～第24回ふれあい広場～

障がいをお持ちの方に対する制度には次のようなものがあります

事業名	事業概要	対象者
身体障害者補装具の交付・修理	日常生活を改善するため、各種障がいに応じた装具を購入・修理する際の補助	身体障害者手帳の所持者で、判定の結果（判定が不要な場合もあります）、補装具が必要と認められた方
日常生活用具の給付・貸与	自力で日常生活を営むことが困難な重度の身体障がい者（児）に対してそれを改善するため、浴槽・湯沸器・便器等を給付・貸与	基準を満たす身体障害者手帳、療育手帳所持者で日常生活用具が必要と認められる方
自動車改造費補助	自らが就労等に伴い、所有・運転する自動車の改造に要する一部の経費に対し補助金を交付	身体障害者手帳 1級、2級（上肢、下肢、体幹機能障害のみ） 過去5年以内に補助を受けていない方
重度障害者住宅リフォーム助成事業	居住する住宅の一部を改善する場合に費用の一部を助成	- 身体障害者手帳 1級、2級（下肢、体幹機能障害のみ） - 療育手帳 ④
いばらき身障者等用駐車場利用証制度	障がい者、高齢者、難病患者及び妊産婦の方などに身障者等用駐車場の利用証を交付	基準を満たす障がい者、高齢者、難病患者及び妊産婦で、歩行困難な方 ※障がいの種類により該当する等級が異なります。
その他、有料道路通行料や各種交通機関等の割引制度、障害児福祉手当や特別障害者手当等があります。 ※申請方法等、詳細については下記までお問い合わせください。		

相談相手がいることを知っていますか？

相談支援事業所は事業者としてのネットワークを生かし、また障害者相談員の皆さんは、同じ障がい者または障がい者の家族の立場で自らの豊富な経験から、障がいのある方やその家族の様々な相談に応じています。不安や悩みなどをお気軽にお尋ねください。

身体障害者相談員

横塚 静江
53-1587

會澤 隆典
53-7057
連絡はFAXをお願いします。

小田部 まつゑ
52-3126

矢野 正紀
56-2014

横山 一洋
55-2634

知的障害者相談員

澤海 ひさ子
52-3893

上野 克範
53-4526

堀江 たみ子
58-2380

篠田 美津江
55-3570

相談支援事業所

市社会福祉協議会 美和支所
（身体障がい・知的障がいの相談）
58-3818
毎週月～金曜日 8:30～17:15

メンタルサポートステーション きらり
（精神障がいの相談）
0295-72-5881
毎週月～土曜日 10:30～17:15



■問い合わせ■

福祉課 社会福祉グループ ☎52-1111（内線135）

各総合支所市民福祉課（代表） 山 方 ☎57-2121 美 和 ☎58-2111
緒 川 ☎56-2111 御前山 ☎55-2111



寒くなるこれからの季節

水道管にも冬支度をしよう！

寒さが厳しくなってくると水道管や水道メーター等が凍結し、水が出なくなったり、破裂したりすることもあり、高い修理費用がかかってしまう場合もあります。ちょっとした準備で防ぐことができますので、ご家庭でできる防寒対策を行いましょう。

凍結から水道管を守るために

◆特に凍結しやすい場所

- ・風当たりの強い所にある水道管やメーター
- ・北向きで日陰にある水道管やメーター
- ・むき出しになっている水道管
- ・家の外にある蛇口

◆こんな時には注意しよう

- ・外気温がマイナス4度以下になった時
- ・旅行などで家を留守にするなど、長期間水道を使用しない時

◆露出している水道管や蛇口を保温

水道管や蛇口に保温材や毛布等を巻き付け、水に濡れて凍らないようにその上から隙間なくビニールテープ等でしっかり巻いてください。



◆メーターボックス内を保温

メーターボックス内に保温材（発泡スチロールや毛布や布切れ等）を入れ、水道メーター等を保温してください。

保温材の上からビニールなどを巻いて濡れないようにしてから、メーターを上下左右から保護するように取り付けてください。



◆水を出しておく

翌朝特に冷え込みが予想される時は、前夜から箸の太さぐらいに水を少しずつ出しておくのも有効ですが、出した分の水については、料金がかかりますので出し過ぎにはご注意ください。お風呂の浴槽などにためるようになって有効活用しましょう。

凍結してしまったり

◆ぬるま湯をかける

凍結して水が出ない時には、自然に溶けるのを待つか、蛇口をいっばいに開けて、凍った部分にタオル等をかぶせ、その上からぬるま湯をゆっくりとかけてください。

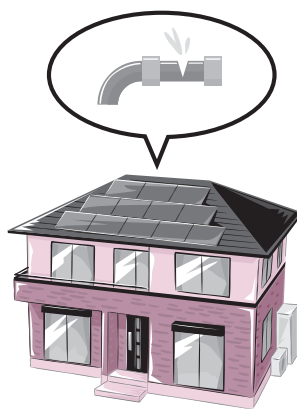
熱湯を一気にかけるとひび割れや破裂を起こすことがあるので注意しましょう。



破裂してしまったら

水道管が破裂した時は、メーターボックス内の補助止水バルブを閉めて水を止めます。

応急処置として破裂した部分に布かテープをしっかり巻いて、「市指定給水装置工事業者」へ修理の依頼をしてください。



水道料金が増えたら

◆漏水していないかチェック！

冬は、凍結による水道管の破裂により漏水が発生しやすい環境となっています。「急に水道料金が高くなった」「いつも地面または壁が濡れている」ということはありませんか。このような場合は一度水道メーターをチェックしてみましょう。

家庭内の水道の蛇口を全部閉めて、トイレや給湯設備等でも水を使用していない状況にしてから、水道メーターを見てください。この時、メーターのパイロット（銀色のコマ）が回転していれば漏水の可能性あります。

お早めに「市指定給水装置工事業者」に修理を依頼してください。なお、地下漏水等については水道料金の減免制度がありますので、水道課または各総合支所経済建設課にお問い合わせください。

家庭内の水道の蛇口を全部閉めて、トイレや給湯設備等でも水を使用していない状況にしてから、水道メーターを見てください。この時、メーターのパイロット（銀色のコマ）が回転していれば漏水の可能性あります。

お早めに「市指定給水装置工事業者」に修理を依頼してください。なお、地下漏水等については水道料金の減免制度がありますので、水道課または各総合支所経済建設課にお問い合わせください。



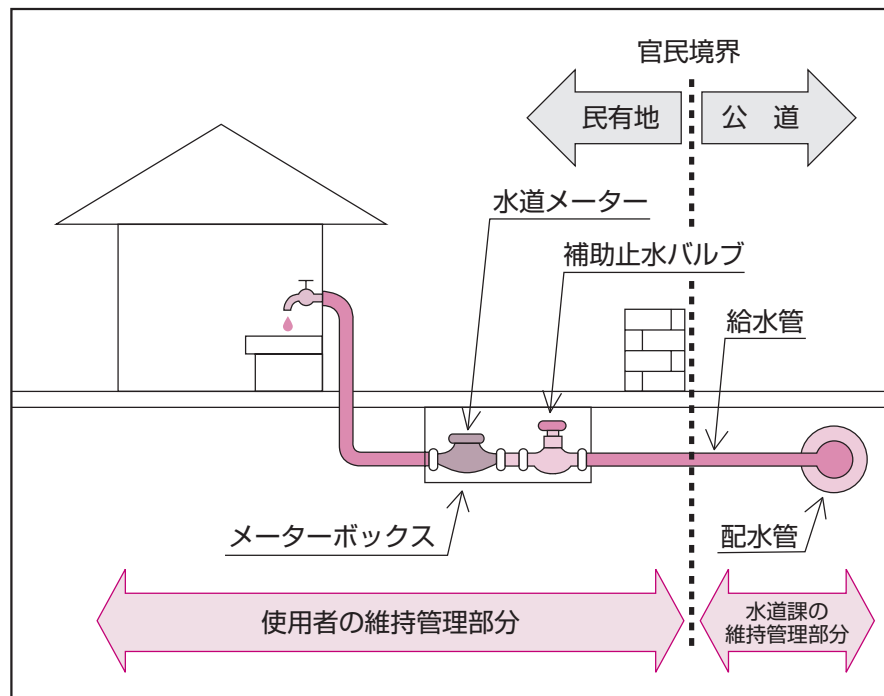
パイロット

給水装置の修理は誰がするの？

道路に埋設している水道管（配水管）から分かれて家庭まで引き込まれた給水管、止水栓、水道メーター、蛇口などの給水用具をまとめて「給水装置」といいます。これら給水装置は、水道メーターを除いて使用者（所有者）の財産となります。給水装

置のうち公道部分については市で維持管理していますが、宅地内における凍結による水道管破裂や老朽化による漏水等の修理費用については使用者（所有者）の負担となります。（左図参照）

漏水は、大切な水が無駄にするだけでなく、ご家庭では思わぬ出費ともなりますので、日頃から凍結防止や給水装置の点検に努めましょう。



■問い合わせ■

水道課 ☎52-0427
各総合支所 経済建設課（代表）
山 方 ☎57-2121 美 和 ☎58-2111
緒 川 ☎56-2111 御前山 ☎55-2111

市議会臨時会

平成24年第3回常陸大宮市議会臨時会が、10月12日に開会され、次の議案が審議され、可決されました。

○文化センター災害復旧工事請負契約の変更契約の締結について

事故多発地点に交通安全のぼり旗を設置

9月27日、秋の全国交通安全運動の街頭キャンペーン終了後に、国道293号線の茨城みどり農業協同組合緒川給油所からY字路区間（物産センターかざぐるま周辺）にのぼり旗100本を設置しました。



▲色とりどりののぼり旗で、ドライバーの方へ交通安全の呼びかけ

正月時代劇のロケが市内で行われました

この区間は、事故多発区間であるため、交通安全事故防止の意識付けと交通安全の普及・浸透を図るために、交通安全協会緒川支部のメンバーが、駐在所の協力を得て設置をしました。

特にこれからの夕暮れ時、ドライバーの方は早めにライトを点灯し、歩行者も反射材の着用を心がけるなど、交通事故防止に努めましょう。

先日、NHK正月時代劇「御鑓（おやり）借（か）り酔（よ）いどれ小（こ）籐（とう）次（じ）留（ど）書（が）し」の撮影が、御前山地域那珂川大橋下流の河川敷で行われ、正田健一さん、茂垣徳一さんが舟を提供し、市内からエキストラ4人が出演する等、市民の方の協力のもと順調に撮影が進みました。

この番組は、平成25年元日に放送予定です。



茨城みどり農業協同組合から奥久慈の恵「うまかつ」を寄贈

9月28日、市内の小中学校の給食の一日分に当たる精米400キロ「奥久慈の恵 うまかつ」が、茨城みどり農業協同組合から市へ寄贈されました。

このお米は、常陸大宮市と大子町で生産されたもので、地元の農産物の良さを知り、食の安全と安心そして環境について考える機会になればとの願いを込めて寄贈されたものです。

寄贈されたお米は、10月9日に大宮地域の小中学校の給食で、19日に山方・美和・緒川・御前山地域の小中学校の給食で提供され、児童・生徒たちは、地元のふっくらおいしいご飯を味わいました。



▲左から三次市長、柏盛幸組合長

第4回まちづくり ネットワーク会議開催

9月30日、美和地域の名所等を巡り、市内の魅力を再発見するとともに知識を深めることを目的として、第4回常陸大宮市まちづくりネットワーク会議が30人の参加のもと開催されました。

午前はピジョン美和の森すくすくハウスで美和木材協同組合の方が、ピジョン美和の森の活動内容や同協同組合で取り組んでいるモリ券について説明をし、活発な質問や意見が飛び交い、有意義な時間となりました。

その後、みわ★ふるさと館北斗星に立ち寄り、多くのお客さんでにぎわう盛況ぶりに、参加者たちは改めて人気の高さを感じていました。

午後は尺丈山に登り、山頂からの雄大な景色を眺めながら昼食を取り、参加者同士で交流を図りました。和やかな雰囲気のまま、午後の会議が始まり、尺丈山「百樹の森」森づくりボランティア協議会の方が活動内容について説明をしてくれました。また、茨城大学の先生による地理学から見た美和地域独特の地形について小講義が開講され、普段聞くことのできない専門的な話を聞くことができました。

また、団体の紹介と年間の活動計



▲尺丈山頂上の展望台にて

画の発表や今後の活動についての協議をし、まちづくりネットワークとしての新しい活動が始まりそうです。

下山した後は、しいたけ園を見学し、しいたけの栽培方法や原産の風評被害を払拭すべく導入された原木の除染機の説明を受けました。

台風の接近で、天候を心配しながら、急ぎ足で美和地域を巡る一日でしたが、市内の新たな魅力を知った参加者も多く、貴重な一日となったようです。



オカリナの音色を楽しんで

10月6日、おがわふれあいの森内の「オカリナの森」の野外音楽堂で、宗次郎氏による音楽会が開かれました。

開演前に激しい雨が降り始め、野外での開催が危ぶまれましたが、開演時間を遅らせて開催されました。

今回は、「故郷ふるさと」、「七つの子」、「赤い靴」、「アメイジング・グレイス」など、なじみのある曲を中心に全13曲が演奏され、訪れた130人の方は、開演前の悪天候を忘れ、澄んだ音色に耳を傾けていました。



◀雨上がりの森にオカリナの澄んだ音色が響き渡りました

よるでカボチャ？ 不思議な形のサツマイモができました

千田の蓮田国男さん宅の畑で珍しい形のサツマイモが収穫されました。

サツマイモを何本か合わせたような形をしていて、その様子はまるで赤い色をしたカボチャのよう。紅あずまと安納いもが、それぞれ同じような形で出てきました。

蓮田さんによると、「収穫したサツマイモでこんな形をしたものは、これだけ」と話してくれました。また、この辺りで安納いもの栽培は難しいそうです。

珍しい形をした季節の収穫物に心が和むできごとでした。

▼左が紅あずま（重さ1080g）
右が安納いも（重さ960g）



▲奥様の節子さん



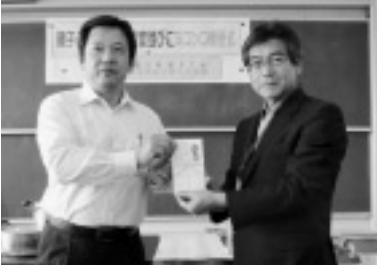
最新のカンコンロが
寄贈されました

10月12日、大宮小学校5年生の親子と茨城県高圧ガス保安協会大宮大子支部による、親子ふれあい料理教室とガスコンロ贈呈式が同校家庭科室で開催されました。

これは、同協会が推進している事業で、LPガスの安全な使用方法やLPガスを生かした調理方法を学ぶとともに、最新のガスコンロに触れることで、事故の未然防止を図ることを目的に実施されました。

飯田正博協会支部長より蓮見信之大宮小学校長にガスコンロ10台の目録が手渡されました。

その後、柴田朱里先生（聖愛保育園）を講師に迎え、寄贈されたガスコンロを使用して料理教室が行われました。参加した親子は興味深く機器を操作し、できあがった料理をおいしそうに試食していました。



▲左から飯田正博協会支部長、
蓮見信之大宮小学校長

今年のB級グルメは？

10月14日、常陸大宮ショッピングセンター・ピサード駐車場を会場に常陸大宮ふるさとB級グルメ選手権が開かれ、今年は昨年より6団体増えて、30団体が出店しました。

出店団体の他に、「宇都宮餃子」や「厚木シロコロ・ホルモン」、そして昨年グランプリに輝いた「大宮チキンバンバン」がゲスト出演し、各店とも開始前から長蛇の列を作りました。

来場者が投じた割り箸の数で審査され、今年の結果は次のとおりとなりました。

グランプリ 「常陸大宮手打ちけんちんうどん」
(まるしんドライブイン)

2位 「大宮旨トロもつ煮込み」(割烹せきね)

3位 「大宮鶏から南蛮棒」(いせき家)



花カフェでもてなし

10月13日、茨城大学の学生たちが企画した地域交流イベント「花カフェ」が、常陸大宮公民館塩田分館で開催され、地元や市内から多くの方が来場してにぎわいました。公民館前は季節の花を植えたプランター30個が飾られ、テーブルを並べて、一日カフェがオープン。周辺の道沿いに学生たちが植えた様々な品種のコスモスやケイトウも見頃でした。学生たちは、地元塩田のそば粉を使っ

て試作を重ねた「そば粉のピザ」や手作りのケーキ、コーヒ、お茶

などで地域の方をもてなし、茨城大学落語研究会の学生たちによる落語の公演、病院職員のグループ「フロイデスターズ」が指導する健康体操も好評でした。



御前山ビオトープで自然を満喫

10月16日、御前山ビオトープで御前山小学校5年生と御前山中学校1年生を対象に、自然観察会や米の脱穀が行われました。

千園こきや足踏み脱穀機、唐箕など昔ながらの農具を使っ

ての作業となり、児童たちは初めて目にする、昔の方の知恵と工夫に興味津々の様子でした。

また自然観察会では、会場周辺のイヌシヨウマやアサザ、フタバアオイなど、希少動植物について説明を受け、参加した生徒たちは熱心に聞き入っていました。



平成24年度常陸大宮市子ども会 育成連絡協議会事業報告②

10月20日 常陸大宮市子ども会幹部研修会
～やすらぎの里公園～

来年度の子ども会を担う小学5年生58人が参加し、7班に分かれて午前はレクリエーション、午後はウォークラリーを行いました。ウォークラリーでは、班の仲間と協力し助け合いながら問題に取り組みました。

「今日体験したことを子ども会にも生かしたい」という感想が多く寄せられました。これからの子ども会のリーダーとして大いに活躍してください！



1日限定のカフェがオープン！

茨城大学人文学部社会科学科

4年 大畠 絵美さん



常陸大宮市で様々な地域連携活動を行っている私たち茨城大学の学生は、市内の方々への感謝を込めて、「花カフェ」というイベントを10月13日に塩田地区にて開催しました。「花カフェ」は、地区内外の方々に、私たちが育ててきた花をめでながら、協働で収穫したそば粉を使ったピザや、市内の料理名人に教わったお菓子を食べていただき、学生を含めた様々な方々の交流の場としてのカフェを1日限定で開くというイベントでした。

企画から当日の運営まで学生が主導した初めてのイベントであり、常に不安を抱えての運営となりましたが、当日は地区内外から大勢の方々が「花カフェ」に来店してくださり、今は充実した気持ちです。もちろん、飲み物や食べ物の提供に時間がかかってしまうなどの課題が残りましたが、今後は1つ1つ改善しながら、この「花カフェ」が継続され、更なる市民の連携を生み出す常陸大宮市の新たな魅力の1つへと成長していったらと考えています。

知って得する 消費者情報③⑥

「海外宝くじ」に当選！？ 海外からのダイレクトメールにご注意

「あなたに未処理賞金があります。2億円以上の賞金をもらうためには、10日以内に手数料を払うことが必要です。返信がないとデータが抹消され、今後一切賞金は受け取れません」という内容の封書が海外から届き、身に覚えはないのに不審だ、といった相談が最近多く寄せられています。

こういったダイレクトメールは、手数料や登録料などを払えば高額賞金が入るような書き方をしますが、実際は支払った料金をだまし取られ、賞金は入金されません。更には個人情報が悪用される危険があります。

また、海外宝くじを国内で購入することは、刑法に抵触するおそれがあります。

申し込んでもいないくじに当選することはありません。

こういったダイレクトメールが届いた時には、誘い文句に惑わされず無視すること、そして絶対にお金を支払わないことです。

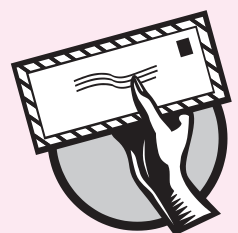
不審に思ったり、困ったりした時は消費生活センターに相談してください。

■茨城県消費生活センター

☎029-225-6445

■常陸大宮市消費生活センター

☎52-2185（直通）（本庁商工観光課内）



第7回一般女子バレーボール大会

開催日：9月23日
主催：市バレーボール連盟（佐藤勝会長）
会場：西部総合公園体育館
参加チーム：12チーム

優勝 グルービー
準優勝 大宮ユアーズ
第3位 ステップ
〃 フォルターズ



▲優勝したグルービーの皆さん

第8回常陸大宮市テニス大会

開催日：【ミックスダブルス】9月9日
【男子ダブルス】9月30日
【女子ダブルス】9月30日
主催：市テニス連盟（坂井満会長）
会場：西部総合公園テニスコート

ミックスダブルス

優勝 菊池 司・蝦名とも子
準優勝 関 信一・西丸 久美
第3位 宇留野 純・貝 智子

男子ダブルスの部

優勝 合原 義人・松田 洋一
準優勝 小林 守・石井 進
第3位 会沢 幸洋・菊池 司

女子ダブルスの部

優勝 関 昌子・吉田恵美子
準優勝 古徳 和代・梶 美穂子
第3位 金澤 訓子・小室 京子

第16回秋季ソフトボール大会

開催日：9月30日、10月8日
主催：市ソフトボール連盟（神永哲男会長）
会場：西部総合公園多目的グラウンド他3会場
参加チーム：37チーム

優勝 舟生ソフト
準優勝 上村田ソフト
第3位 泉睦ソフト
〃 富岡ソフト



▲優勝した舟生ソフトの皆さん

第11回ミックスバレーボール大会

開催日：10月8日
主催：市バレーボール連盟（佐藤勝会長）
会場：西部総合公園体育館
参加チーム：15チーム

優勝 フューチャーズ
準優勝 JBクラブ
第3位 フォルターズ
〃 ウィンズ



▲優勝したフューチャーズの皆さん

第73回

ふるさと見て歩き

日向神社と奉納軍配

◇日向神社

宇留野には、旧宇留野村の鎮守日向神社があります。祭神は神日本磐余彦命（神武天皇）で、江戸時代の初めに水戸藩がまとめた『開基帳』によれば、日向神社が開かれたのは大永七年（一五二七）とされます。

日向神社があるのは県内で常陸大宮市

が唯一と思われ、大変珍しいものですが、残念ながら神社の縁起などは不明です。同名の神社では、京都山科の日向大神宮が著名です。こちららはもともと日向国（宮崎県）高千穂にあったものを京都に移したといわ



▲日向神社



▲宇留野城西側に残る土壁

れていて、天照大御神ほか三柱の神を祭神としています。

宇留野の日向神社は、宇留野氏の氏神とされ、宇留野城の主郭部分に築かれています。城が機能していた時代から、城内に祀られていたと考えられます。

宇留野氏は佐竹十四代義俊の四男義公に始まる一族で、宇留野城主となりました。義公の子・義久の後は佐竹十六代義舜の三男義元が継ぎ、宇留野四郎と称しました。宇留野四郎義元は享禄二年（一五二九）、小貫氏から部垂城を奪い、実兄の佐竹十七代義篤との間で十二年に及ぶ戦（部垂の乱）を招くことになりました。この戦乱で、宇留野（部垂）の

当主義元は子の竹寿丸、小場義実と共に自害に追い込まれましたが、宇留野氏は佐竹本家側について義元を追討したこともあり、存続が認められました。宇留野氏は慶長七年（一六〇二）の佐竹氏の秋田移封により、一部の人々は本家と共に秋田へ移住しましたが、大部分はこの地に土着しました。

◇日向神社の奉納軍配

日向神社に伝えられる宝物に伝宇留野氏奉納軍配（市指定文化財）があります。

軍配は、戦の指揮に使う「軍配団扇」の略称で、もともとは小ぶりの団扇形の面（「羽」という）に柄を付けたものでした。羽の部分には戦勝祈願の願文や天候の予想、方位の吉凶や合戦の日取りなどの占いに關する意匠（北斗七星や月など）が描かれました。戦の方法についての学問である軍学で、占いが重要視されたように、戦を指揮する軍配にもその意味が込められていたことがわかります。現在、軍配といえば相撲の行司が用いる大ぶりで柄の短いものを思い浮かべますが、それは江戸時代以降広まったものです。

常陸国総社宮（石岡市）の社宝の一つ、佐竹義宣が天正期に奉納したとされる軍配（県指定文化財）は、鞆革製で金箔が施されたもので、羽の意匠は片面に種子と円形に配した十二支、片面には朱漆で日輪が描かれ



▲佐竹義宣奉納軍配（常陸国総社宮所蔵）

ています。吉凶を占うモチーフは戦国期の軍配に多用されていました。日向神社の軍配は二握あり、それぞれ全長が五〇センチ（軍配①）と四六センチ（軍配②）です。材質は木製で、羽の部分に鞆革を張り、その上から漆、金箔押ししたもの（①）と羽の部分に鞆革張りにし、漆塗りのだけのもの（②）で、どちらも無地です。羽の部分に後世の補彩と思われる跡も見られますが、戦国期の軍配の様子をよく残す、貴重なものです。



▲軍配①



▲軍配②

歴史民俗資料館大宮館

52-1450

救急事故を防ぎましょう

今年も残すところ1カ月あまりとなりました。これからの季節、救急車の出動が一年で最も多くなる時期を迎えます。この時期に多い救急事故の傾向や注意点を知り、事前に対策を立てておきましょう。

入浴中の事故の予防について

- ▶あまり長湯せず、湯温は39℃～41℃くらいにしましょう
- ▶脱衣所や浴室の室温が低くならないようにしましょう
- ▶食後すぐの入浴や深夜の入浴は避けましょう
- ▶高齢者が一人で入浴する場合は、時々声をかけて様子を見るようにしましょう

風邪やインフルエンザなどの予防について

- ▶外から帰ったら、うがいとせっけんを使った手洗いを習慣付けましょう
- ▶人ごみを避けましょう（人ごみの中に行く時はマスクを着けましょう）
- ▶咳やくしゃみをする時は、マスクやハンカチで口、鼻を覆いましょう
- ▶バランスの良い食事と十分な睡眠を取りましょう

飲酒による事故の予防について

- ▶自分の適量を知り、その日の体調にも注意しましょう
- ▶短時間のうちに多量の飲酒（一気飲み）はしないようにしましょう
- ▶周囲の人は、酔った人に付き添って一人にしないようにしましょう
- ▶酔った人が吐いた場合、喉に詰まらせないように注意しましょう

休日や夜間に診察してくれる病院をお探しの時は、「救急医療情報コントロールセンター」にお問い合わせください。オペレーターが、24時間体制でご案内いたします。

029-241-4199

インターネットを使い、休日夜間の対応病院や当番医が知りたい時は、下記サイトから、最新の情報を確認できます。

茨城県救急医療情報システム <http://www.qq.pref.ibaraki.jp/>
とちぎ医療情報ネット <http://www.qq.pref.tochigi.lg.jp/>

お子さんが急な病気ですぐに受診させた方がよいか、様子を見てからでも大丈夫か、不安な時は「茨城子ども救急電話相談」にご相談ください。

電話番号 プッシュ回線の固定電話、携帯電話から **#8000**
すべての電話から **029-254-9900**

相談日時 午後6時30分～午後11時30分
ただし、日曜・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）は午前9時～午後5時

●●●●● ドクターヘリ離着陸時のご注意 ●●●●●

県では平成22年7月からドクターヘリの緊急運航が開始され、本市では今年の10月までに、160件近くの出動要請をしています。ドクターヘリ離着陸場所として主に市内の学校のグラウンドなどを指定しています。ヘリの離発着時には消防隊員が安全管理に十分注意を払っていますが、大きな音や風圧に伴う砂ぼこりが発生します。近づくことは大変危険ですので消防隊員の指示に従ってください。また、洗濯物等がぼこりにより汚れたり、飛ばされたりすること考えられますので付近の皆さんのご理解、ご協力をお願いします。



資源の持ち去りは禁止されています

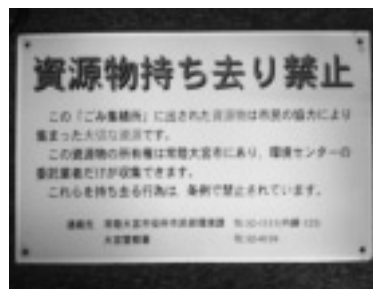
市民の皆さんのご協力により、ごみ集積所に出された瓶・缶・ペットボトル・古紙（新聞等）などの再生資源を、市が回収する前にトラックなどで持ち去る行為は禁止されています。しかし、市内ではこのような行為が横行していて、警察と連携しパトロールを実施しています。

○持ち去りを禁止している資源物

- ・ 瓶類・缶類・紙類
- ・ 鉄、アルミニウムその他の金属類を原料とするごみ

○持ち去り防止にご協力ください

再生資源の持ち去り行為を行っている不審な車を見かけたら、声をかけるなどせずに、本庁環境課または各総合支所市民福祉課まで情報の提供（日時・場所・車両ナンバーなど）をお願いします。



問い合わせ

環境課環境推進グループ

☎52-1111 (内線123)

各総合支所市民福祉課(代表)

山 方 ☎57-2121

美 和 ☎58-2111

緒 川 ☎56-2111

御前山 ☎55-2111



常陸大宮済生会病院

副院長

小島 正幸先生



グルコサミンは効くの？

最近、テレビ・新聞などで、グルコサミンの宣伝をよく見ます。本当に飲んで効くのかという疑問がわくと思います。日本だけでなく、欧米でもサプリメントとして使用され、グルコサミン、コンドロイチンの内服が膝や股関節の変形性関節症に有効であったという報告もありますが、本当に効果があるのかどうかは異論の多いところです。

2008年発行の日本整形外科学会編集の変形性股関節症診療ガイドラインでは、以下のように述べられています。

1. サプリメント（コンドロイチン、グルコサミン等）は症状の緩和に対して有効な可能性はあるが、一定の見解は得られていない。
2. 5年以上内服の報告はなく長期的な有効性や進行予防効果については不明だが、安全性に関してはアレルギーの問題を除けば、少なくとも負の効果は認められていない。

日本だけでなく、欧米でも臨床研究が行われています。2010年のイギリス医学会雑誌（British Medical Journal）に、1994年から2009年に報告された論文から合計3,803例を対象とした10試験の解析結果が報告されました。グルコサミン、コンドロイチンまたはそれらの併用による効果が評価されましたが、結果は、プラセボ（偽薬）との比較で、有意差はなく効果はないとの結果でした。

また、これとは別に2010年に報告された1,583例を対象とした大規模な研究（グルコサミン／コンドロイチン関節炎介入試験）では、2年間の内服で、プラセボ（偽薬）、グルコサミン1日1,500mg、コンドロイチン1日1,200mg、グルコサミン＋コンドロイチン、セレコックス1日200mg（医薬品の消炎鎮痛剤）間で有意差はなく、いずれの治療でも痛みがある程度は軽減し、重大な副作用はなかったという結果でした。

<結論>

効果のある人もいるようなので、サプリメントとして用いる分には、問題はありません。ただし、グルコサミンは原料としてカニやエビの甲殻を使用しているため、カニ、エビのアレルギーがある人は、使用しない方がよいでしょう。

ひたまるがゆく

ゆるキャラたちの運動会



先日、行方市で行われたゆるキャラたちの運動会「茨城ゆるキャラ祭 in なめがた2012」に参加し、尻相撲やかかけっこ、さいころゲームなどで競い合いました。

運動があまり得意そうに見えないひたまるですが、並み居るライバルたちを抑えて、大健闘！なんと…優勝してしまいました！



▲かけっこでは、全力を出して2位に！

御前山ビオトープ周辺の植物等



シダ植物 チャセンシダ科 チャセンシダ属

主に石灰岩上に生えるといわれている、常緑性で多年草のシダ植物です。葉が四方に広がり、葉の先がしだいに細くなってつる状に伸び、先端に芽を付けます。そこから出た葉がまた伸びる様子を、クモが網を張った状態に見立てたことが名前の由来です。

全国的に分布し、本県では山地の岩上などに見られます。乱獲や道路工事、森林伐採などによって生育地、個体数とも減少しています。

(写真・データ提供 御前山ダム環境センター)

第40回花と緑の環境美化コンクール

大好きいばらき県民会議主催の第40回花と緑の環境美化コンクールに、市内の29団体から応募がありました。7月、8月に市内審査及び中央審査が行われ、以下の団体が受賞されました。

<茨城県議会議長賞>



◀舟生高齢者クラブ寿会
(山方地域)

▼小舟下睦美会
(緒川地域)



<茨城新聞社長賞> 小松喜楽会 (緒川地域)

<茨城県花き園芸協会賞>

下郷区環境部会 (緒川地域)

<大好きいばらき県民会議理事長賞>

高齢者クラブ福寿会 (美和地域)、大宮警察署東富町交番withおがわ花の会 (大宮地域)

広報 常陸大宮 11月 第98号

発行日 平成24年11月26日

発行/常陸大宮市

編集/秘書広聴課

〒319-2292

茨城県常陸大宮市中富町3135-6

TEL 0295(52)1111 FAX 0295(53)6010

E-mail email@city.hitachiomiya.lg.jp

URL http://www.city.hitachiomiya.lg.jp/



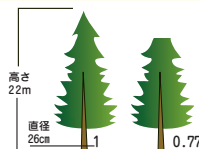
常陸大宮市の人口 (11月1日現在・推計常住者)

総人口 44,028人 (男 21,603人 女 22,425人)

世帯数 16,134世帯

この印刷物は、常陸大宮市役所が、印刷プロセスで使用する2.44kgのアルミ板をリユースして印刷する事で、

CO2排出量を24.75kg削減しました。



24.75kgのCO2削減量とは
樹齢50年(高さ22m・直径26cm)の杉の木約1.77本分が
1年間に吸収するCO2量に匹敵します。

(出典：林業白書)

常陸大宮市役所は、MCPによる印刷を通じ、インドネシア・バリ州の森林再生事業(国立公園内の植樹3,000本)に参加しています。