

常陸大宮

2007
8

No.35

主な内容

あなたの備えは大丈夫？	②～⑧
市民バスアンケート	⑩～⑫
市知ってニュース	⑭～⑰
スポーツ	⑱～⑲
ぐるっと常陸大宮	⑳
図書情報館情報	㉓

市の花



ばら
ROSE

市の木



さくら
CHERRY TREE

市の鳥



かわせみ
KINGFISHER

市の花「ばら」

気品高く情熱ある美しい花は、市を愛する市民の心と幸せのシンボルとしてふさわしい花です。

市の木「さくら」

市民の優しい心と、希望に満ちた明るい未来を築きあげるシンボルとしてふさわしい木です。

市の鳥「かわせみ」

鮮やかな色彩から「渓流の宝石」と呼ばれ、市の豊かな自然のシンボルとしてふさわしい鳥です。

常陸大宮市の花木鳥が決まりました

市民の皆さんから応募のあった候補について、常陸大宮市市のシンボル等選定委員会において協議検討を重ね、候補の選定を行いました。市では、選定委員会からの報告を受けて8月1日付けで制定しました。

防災は日頃の備えから

あなたの備えは大丈夫？

9月1日は「防災の日」。大正12年（1923年）のこの日に発生した「関東大震災」を教訓に、防災を見直すために定められた日です。

この震災の記憶が遠ざかってきた平成7年1月、阪神・淡路大震災が発生、そして平成16年10月に新潟中越地震、本年3月に能登半島地震、先月16日には新潟県中越沖地震と私たちは大震災の恐ろしさを改めて思い知らされました。

阪神・淡路大震災のなかで、私たちが教訓として学んだのは、自分の身は自分で守る「自助」の大切さ、そして地域住民やボランティアなど人と人が助け合う「共助」の大切さです。阪神大震災では、救助された35,000人のうち27,000人が家族や近隣の人達によって救出されたといわれています。

いざというとき、大切な命や財産を地震から守るためには日頃から危機管理が大切。過去の教訓を生かし普段の備えを再点検し、地域の防災力を高めておくことが重要です。

家の内外の安全対策

災害は、突然起こります。日頃からの備えは、とても大切です。被害を最小限に抑えるために身のまわりを点検し、不備な点は整備しておきましょう。

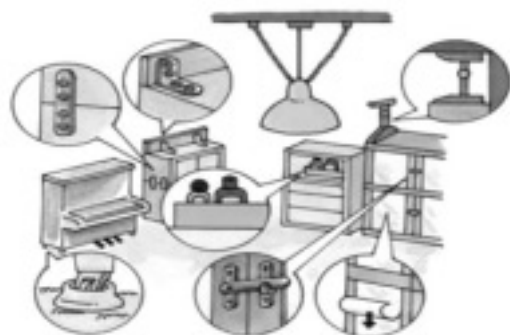
家の外の安全対策

地震でブロック塀や石塀が倒壊し、下敷きになった人が亡くなったケースもあります。ブロック塀にしっかりとした基礎部分が無いものや鉄筋が入っていないものは補強しましょう。また、プロパンガスのボンベはしっかりと固定しましょう。

家の中の安全対策

本棚やたんすなどの家具には、転倒しないようL字型金具などを使ってしっかりと留めておきましょう。食器棚などのガラスには、ガラス飛散防止フィルムを張っておきましょう。

また、寝ているときに棚が倒れてきたり、上に置いたものが落ちてきたりしないように家具の配置を工夫しましょう。



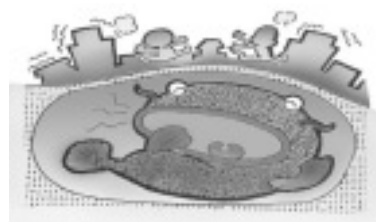
いろいろな
転倒防止措置方法

地震の 基礎知識

日本は世界有数の地震国。日本で地震が発生しやすいのは、日本列島が太平洋、フィリピン海、北アメリカ、ユーラシアのいくつものプレートに取り囲まれているという地理的な条件によるものです。

プレートはいわば地球を覆う殻のようなもので、それぞれが地球の表面をさまざまな方向に移動しています。このため、海側のプレートが陸地側のプレートとぶつかりその下に沈み込みます。このとき、陸側のプレートの先端もともに引きずり込まれてひずみがたまります。このひずみが限界に達し陸地のプレートの先端が跳ね上がるときに地震が発生します。プレート境界で起こる地震は、地震の中でも規模が大きく地震によって深い海の底を上下に動かすため大津波も発生しやすいという特徴があります。

また、こうしたプレート運動によって陸地のプレート内部には力がかかり、プレートの弱い部分が破壊されることで地震が発生します。この弱い部分で過去繰り返し地震が発生しているものを活断層と呼びます。日本では確認されているだけでも約2,000か所の活断層があります。



地震発生!! その時どうする?

大きな地震が発生したら、冷静に対応するのは難しいものです。しかし、一瞬の判断が生死を分けることもあります。地震が起きてあわてず、落ち着いて行動することが最も大切です。

＋地震発生＋

○落ち着いて、自分の身を守りましょう。

机の下などへもぐり、倒れてくる家具や落下物に注意しましょう。



○火の始末をすばやく行いましょう。

コンロの火を消し、ガスの元栓を閉めましょう。決して無理はしないようにしましょう。



○脱出口を確保しましょう。

ドアや窓を開けて逃げ道を確保しましょう。



＋揺れが治まったら＋

○火の元を確認しましょう。

出火があれば、落ち着いて消火をしましょう。



○家族の安全を確認しましょう。

倒れた家具などの下敷きになっていないかを確認しましょう。



○逃げる準備をしましょう。

くつを履き、ガラスの破片などから足を守りましょう。

＋その後の行動＋

・非常持出品を手近に用意しましょう。

・隣近所の安全を確認、特に一人暮らし高齢者などには積極的声をかけ安否を確認し、火が出ていたら大声で知らせ協力して消火しましょう。

・ラジオなどで情報を確認、間違った情報やうわさなどにまどわされないようにしましょう。

・家を出る前に出火防止策を、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切りましょう。

・消火、救出活動、隣近所で協力して消火や救出活動を行いましょう。

こんな場所にいたら

家の中

- テーブルの下にもぐる。(無理なら座布団などで頭を守る。)
- ガラス片が危険なため素足で歩かない。
- 火の始末は速やかに。

デパート・スーパー

- バックなどで頭を保護する。
- ショーウィンドーや売り場から離れ壁際に避難。
- 係員の指示に従って行動する。



エレベーターの中で

- 地震時管制運転装置が付いていれば、自動的に最寄りの階に停止するのでそこで降りる。停止しない場合は、すべての階のボタンを押し最初に停止した階で降りる。
- 閉じ込められた場合は、非常ボタンやインターホンで外部に連絡をとる。

オフィス

- 机や作業台の下にもぐる。
- ロッカーなど大型備品の転倒やOA機器の落下に注意。

集合住宅

- ドアや窓を開けて避難口を確保。
- エレベーターは絶対に使用しない。避難は階段で。

路上

- かばんなどで頭を保護し、空き地や公園などに避難する。
- ガラスや看板などの落下物に注意する。
- 建物、ブロック塀、自動販売機などには近寄らない。

車の運転中

- ハンドルをしっかりと握り徐々にスピードを落とし、道路の左側に車を寄せエンジンを切る。
- 避難するときは、キーはつけたままにし、車検証、貴重品は携帯する。

電車などの車内

- 電車は大きな揺れを感じると自動的に停止するので、将棋倒しや網棚からの落下物に注意し、つり革、手すりに両手でしっかりつかまる。
- 勝手に車外に飛び出さず、係員の指示に従う。

海岸

- 海岸からすぐに離れ高台に避難し、津波情報をよく聞く。

地震の揺れと想定される被害

震度0

- ・人は揺れを感じない。

震度1

- ・屋内にいる人の一部が、わずかな揺れを感じる。

震度2

- ・屋内にいる人の多くが揺れを感じる。
- ・つり下がった電灯などがわずかに揺れる。

震度3

- ・屋内にいる人のほとんどが揺れを感じる。
- ・棚にある食器類が音を立てることがある。
- ・電線が少し揺れる。

震度4

- ・かなりの恐怖感がある。
- ・つり下げてある物は大きく揺れ、棚にある食器類は音を立てる。

- ・電線が大きく揺れ、歩いている人も揺れを感じる。

震度5弱

- ・棚にある食器類、書棚の本が落ちることがある。
- ・窓ガラスが割れることがある。
- ・電柱が揺れているのがわかる。

震度5強

- ・多くの人が行動に支障を感じる。
- ・タンスなどの重い家具や自動販売機が倒れることがある。
- ・自動車の運転が困難になる。

震度6弱

- ・立っていることが困難になる。
- ・壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する。
- ・耐震性の低い木造住宅では、倒壊するものがある。

震度6強

- ・はわなと動くことができない。
- ・固定していない家具のほとんどが移動、転倒する。
- ・耐震性の高い住宅でも壁や柱が破損するものがある。

震度7

- ・自分の意思で行動できない。
- ・ほとんどの家具が移動し、飛ぶものもある。
- ・耐震性の高い住宅でも傾いたり大きく破損することがある。

(気象庁震度階級関連解説表参考)



地域防災力が多くの命を救う

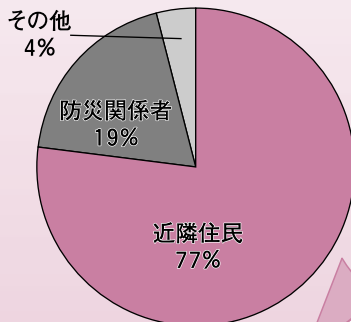
阪神・淡路大震災では、多くの犠牲者がでしたが、その一方でたくさんの人々が倒壊物の下から救出されています。自力脱出困難者35,000人のうち、実に77%が近隣住民によって救助されました。自衛隊、警察、消防なども活躍しましたが、これらは全体の19%に過ぎません。これは、いかに近隣住民の力が大切かを物語っています。

大災害が発生した場合、交通網の寸断、同時多発火災などにより消防などの防災機関が十分機能できない可能性があります。そんなとき力を発揮するのが地域ぐるみの協力体制です。現在、常陸大宮市では34の自主防災組織が結成されています。

「自分たちのまちは自分たちで守る」という心構えで自主防災組織に参加し、「地域防災力」を向上させましょう。

●自力脱出困難者の救出内訳●

自力脱出困難者約35,000人のうち



地震火災を防止するために

地震の二次災害でもっとも恐ろしい火災。地震時の初期消火のタイミングを頭に入れておき、あわてず確実に火の始末をしましょう。

チャンス1

グラツときたとき

揺れはじめの瞬間に火を消す。ただし、最近は地震時に自動的にガスの供給が停止するマイコンメーターの設置が進んでいるので、危険を冒してまで消す必要はない。



チャンス2

大揺れがおさまったら

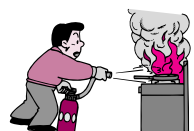
まずは、テーブルの下などで身を守り、大きな揺れがおさまってから火を消す。



チャンス3

燃えはじめたとき

万一出火したら、すばやく備え付けの消火器などで消火する。天井まで火が回ってしまったら、すみやかに避難する。



非常持出品の用意と備蓄品

非常持出品

避難するときに持ち出す最小限の必需品。あまり重いと避難行動に支障が出るので必要最低限のものをまとめておき、すぐ取り出せる場所に保管しましょう。

ヘルメット・防災ずきん 落下物から頭を守るため、必要人数分用意する。 	懐中電灯 停電時や夜間の移動に必要なもの。できれば1人に1個用意したい。 	携帯ラジオ 小型で軽く、FMとAMの両方を聴けるものがよい。 	予備電池 以外に忘れがちなもの。懐中電灯、携帯ラジオ用に多めに用意する。 
救急医薬品・常備薬 キズ薬、絆創膏、解熱剤、かぜ薬、胃腸薬など。常備薬があれば忘れずに。 	非常食・飲料水 乾パンなど、火を通さずに食べられるもの。水は、持ち運びに便利なペットボトルを。 	貴重品 預貯金通帳、健康保険証、免許証など。 	生活用品 衣類、軍手、ナイフ、ライター、缶きり、簡易トイレ。 

非常備蓄品

災害復旧までの数日を自足できるもの。最低でも3日分は用意しておきましょう。

非常食 そのまま食べられるか、簡単な調理で食べられるものを。レトルトのごはん、缶詰、インスタントラーメンなど、箸やスプーンも用意する。 	水 飲料水と生活用水を準備する。飲料水は、1人1日3ℓが目安。生活用水はプラスチックのタンクに入れて保存しておく。 
生活用品 カセットコンロと予備のガスボンベ、毛布、衣類、トイレットペーパー、ビニール袋、キッチン用ラップ、カッター、ひも、生理用品など。 	工具類 家具が倒壊した場合などに備えて、救急活動に使えるスコップやバール、のこぎり、車のジャッキなどを用意しておく。 

食料は3日分の準備をしようね



災害時に備えて、覚えておきましょう！！

+ 覚えておきたい応急手当

－ 出血 －

- ① 出血部位を確認する。
- ② 出血部位を清潔なガーゼやハンカチなどを重ねて強く押さえる。(直接圧迫止血法)



－ やけど －

- ① 流水で十分冷やす(患部に直接強い水圧がかからないように注意)。
- ② 衣服の上からやけどをした場合は、無理に脱がさずそのまま冷やす。
- ③ 水泡(水ぶくれ)を破らない。
- ④ 冷やした後は、消毒ガーゼかきれいな布で保護し、医療機関へ。

－ 骨折 －

- ① 折れた部分に添え木(副木)を当てて固定し、医療機関へ。
- ② 適当な添え木がなければ、板、雑誌、傘、段ボールなど身近にあるもので代用を。

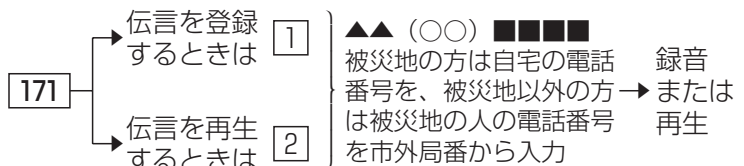
－ ねんざ －

- ① 患部を冷やす。
- ② 靴を履いたまま、上から三角巾や布で固定。



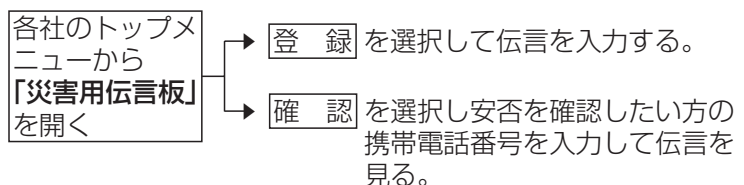
災害用伝言ダイヤル「171」

震度6弱以上の地震発生時など、電話がかかりにくくなります。安否確認には、災害伝言ダイヤルサービスをご利用ください。事前契約は不要で、サービスの開始はテレビなどで知らされます。



携帯電話の「災害用伝言板」

携帯電話各社は、大規模災害発生時に災害伝言板サービスを提供します。被災地の人の安否情報を伝言板に登録でき、登録された伝言は同じ会社の携帯電話はもちろん、他社の携帯電話やPHS、パソコンからも見るができます。



常陸大宮市では

◆ 防災無線

市内の屋外88か所に設置し、皆さんに早く的確に伝えなければならない情報を放送しています。

また、各家庭用の個別受信機でも聴くことが可能です。



◆ ホームページ（災害情報）

市のホームページでは、災害が発生した場合に、災害情報を発信します。

また、気象庁のホームページにリンクしており、いつでも地震情報や台風情報を確認できます。

◆ 災害時要援護者制度

一人暮らしの高齢者や重度の障害者など、日常生活のなかで手助けを必要とする人が、災害時などに支援を受けることができます。

【問い合わせ先】

本 庁 福祉課	☎52-1111
	内線134・135
山 方 福祉健康課	☎57-6812
美 和 福祉健康課	☎58-3850
緒 川 福祉健康課	☎56-3992
御前山 福祉健康課	☎55-2113

避難場所 一 覧

災害時の避難場所が指定されています。避難状況の掌握や地域住民の相互協力が得られやすいように地域ごとに指定されていますので、避難場所への道順や所要時間などを確認しておきましょう。



● 大宮地域 ●

二次避難所

施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員
常陸大宮市文化センター	1,200	大賀小学校	470	村田小学校	540
大宮小学校	860	第一中学校	480	大宮農村環境改善センター	240
大宮西小学校	640	世喜小学校	370	第二中学校	470
大宮中学校	980	大宮東部地区コミュニティセンター	110	小場小学校	340
大宮公民館（福祉センター）	180	上野小学校	640	大場小学校	340
県立常陸大宮高等学校	1,910	県立大宮工業高等学校（跡地）	2,080	塩田小学校	290
玉川小学校	370				

一次避難所

施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員
栄町公民館	20	若林新農村集落センター	80	上野地区防災センター	80
南町公民館	50	上大賀公民館	30	泉コミュニティセンター	80
抽ヶ台公民館	50	岩崎ふるさとコミュニティセンター	70	宇留野台ふれあい交流センター	60
上町公民館	20	小祝新農村集落センター	40	農村文化伝統館	50
第7区公民館（寺町）	80	大宮公民館大賀分館	60	下村田田園都市センター	60
第8区公民館（北三）	30	鷹巣ふるさとコミュニティセンター	60	村石地区防災センター	80
東富コミュニティセンター	60	辰ノ口公民館	50	石沢公民館	30
第10区公民館（姥賀）	40	塩原農村集落センター	50	大宮公民館大場分館	80
野中公民館	60	富岡公民館	40	三美多目的集会施設	50
田子内集会場	20	下岩瀬新農村集落センター	50	西塩子田園都市センター	30
大宮公民館玉川分館	70	上岩瀬新農村集落センター	70	塩田地区防災センター	80
八田農村集落センター	50				

二次避難場所

場 所 名	収容人員	場 所 名	収容人員	場 所 名	収容人員
玉川自然公園	40,000	大宮自然公園	13,000	大賀ファミリー公園	1,100
辰ノ口親水公園	34,000	大宮運動公園	9,000	宮の郷公園	1,040
西部総合公園	16,400				

● 山方地域 ●

二次避難所

施設名	収容人員	施設名	収容人員	施設名	収容人員
山方小学校	780	山方公民館	660	山方農村環境改善センター	150
山方南小学校	370	山方高齢者コミュニティセンター	60	山方公民館舟生分館	30
山方中学校	1,170	山方公民館西野内分館	40	山方農林漁家高齢者センター	240

一次避難所

施設名	収容人員	施設名	収容人員	施設名	収容人員
山方公民館山方分館	30	山方公民館諸沢五区分館	40	諸沢四区農村集落センター	50
山方公民館和大分館	50	山方公民館諸富野分館	230	北富田集会所	20
山方公民館久隆分館	60	山方公民館下小川分館	150	平山集会所	20
山方公民館長田分館	60	山方二区集会所	30	盛金川東集会所	20
山方公民館野上分館	60	南皆沢集会所	20	桧沢口岡平集会所	20
山方公民館小貫分館	40	北皆沢集会所	20	家和楽農村集落センター	50
山方公民館照山分館	50	芝新農村集落センター	70	梶畑集会所	20
山方公民館舟生分館	50	諸沢二区農村集落センター	50	長沢農村集落センター	60
山方公民館西野内分館	70	諸沢三区農村集落センター	50	照田集落センター	50

二次避難場所

場所名	収容人員	場所名	収容人員	場所名	収容人員
パークアルカディア	4,980	家和楽運動公園	1,320	陰陽山森林公園	1,210
山方運動公園	1,790	22世紀の森	1,310	西野内運動公園	1,030
もりがね富士見公園	1,760				

● 美和地域 ●

二次避難所

施設名	収容人員	施設名	収容人員	施設名	収容人員
美和山村開発センター	210	美和中学校	630	高齢者コミュニティセンター	70
檜沢小学校	370	表郷みらい館	30	常陸大宮市美和総合支所	400
陸郷小学校	490	下郷ふるさとコミュニティセンター	10		

一次避難所

施設名	収容人員	施設名	収容人員	施設名	収容人員
野沢会館	40	大貝生活改善センター	20	仲檜沢会館センター	20
上郷コミュニティセンター	40	小田野宿集落センター	40	中組集落	40
上檜沢生活改善センター	20	小田野上郷生活改善センター	20	三ツ木会館	20
上組会館	30	袋木集落センター	30	美和工芸ふれあいセンター	360
上町集落センター	30	鷺子宿集落センター	40	入檜沢コミュニティセンター	30
東河戸集落センター	40	花輪集落センター	50	小田野下郷営農改善センター	20
入檜沢下集落センター	20	鳥居土集落センター	30	小田野中郷集落センター	30
仲河戸集落センター	30	元沢集落センター	30	鷺子下郷農村集落センター	50
谷熊公民館	20	宿里ふるさとコミュニティセンター	40	仲郷コミュニティセンター	30
細草集落センター	20				

二次避難場所

場所名	収容人員	場所名	収容人員	場所名	収容人員
花立自然公園	8,800	三浦杉公園	490	小田野地区山村広場	190
美和運動公園	1,960	鷺子地区運動公園	260		

● 緒川地域 ●

二次避難所

施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員
老人福祉センターやすらぎ荘	100	緒川第2 体育館	150	緒川中学校	1,050
ふるさとセンターつづじ荘	130	小瀬小学校	650	緒川総合センター	330
緒川第1 体育館	130	八里小学校	530	おがわ幼稚園	210

一次避難所

施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員
緒川公民館八里分館	60	本郷ふるさとコミュニティセンター	50	油河内農村集落センター	50
那賀集落農事集会所	60	川西生活改善センター	40	松之草生活改善センター	30
下小瀬生活改善センター	50	西根生活改善センター	40	小瀬沢ふるさとコミュニティセンター	50
国長生活改善センター	60	大岩集落センター	50	吉丸コミュニティセンター	50
小玉集落センター	20	小舟公民館	20	入本郷公民館	20
下郷農村集落センター	70	前屋大貝生活改善センター	40	千田田園都市センター	60
宿農村集落センター	60	小舟上集落センター	40		

二次避難場所

場 所 名	収容人員	場 所 名	収容人員	場 所 名	収容人員
やすらぎの里公園	13,580	緒川運動公園	7,950	百観音自然公園	4,140

● 御前山地域 ●

二次避難所

施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員
御前山トレーニングセンター	240	野口小学校・体育館	110	長倉小学校・体育館	110
御前山中学校・体育館	170	伊勢畑小学校・体育館	110	長倉地区センター	40

一次避難所

施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員	施 設 名	収容人員
上郷新農村集落センター	50	上伊勢畑集落センター	40	中居公民館	20
野口平公民館	30	桧山公民館	20	文化伝習センター	50
野口地区センター	90	野田集落センター	60	内原農村集落センター	40
門井公民館	30	秋田公民館	20	相川公民館	20
下伊勢畑生活改善センター	60				

二次避難場所

場 所 名	収容人員	施 設 名	収容人員
御前山総合運動公園	3,730	三王山自然公園	3,390



二 次 避 難 所：住家が被害を受け、居住する場所を失った被害者を収容する施設

一 次 避 難 所：一次的な避難を行う施設

二次避難場所：屋外の場所で、緊急に避難する場所

* 市ホームページ (<http://www.city.hitachiomiya.lg.jp/>) でもご覧いただけます。

問い合わせ先

消 防 署

☎54-0119

本庁市民課市民生活係

☎52-1111 内線106・107

老人保健で医療を受けている皆さんへ

本庁医療保険課医療係
52-1111 内線164・165

限度額適用・標準負担額減額 認定証の更新時期です

高齢者の皆さんには医療機関で受診される際、所得の状況に応じて、かかった医療費の1割または3割の一部負担をお願いしています。

1 割負担で、住民税非課税世帯の老人医療受給対象者は、医療費の減額認定申請をして認定されると、医療費（自己負担限度額と入院時の食事自己負担額）が減額になります。該当者はお早めに申請してください。

70歳以上の住民税課税者のいる世帯でも、その方の前年の総所得金額が125万円以下なら、それ以外の受給者が該当します。

申請した月の初日から認定になり、有効期間は毎年8月1日から翌年の7月31日の1年間です。有効期間を過ぎると使用できませんのでご注意ください。

有効期限が平成20年3月31日と 記載されます

平成20年4月から老人保健制度が後期高齢者医療制度にかわるため、今年度発行に限り減額認定証の有効期限が平成20年3月31日と記載されます。残りの期限の減額認定書は来年3月末に発行される後期高齢者医療被保険者証（高齢者保険証）と一緒に送付します。

■ 老人保健による自己負担限度額と標準負担額（入院時の食事自己負担額）

区 分	要 件	負担割合	高 額 自 己 負 担 額		標準負担額 (1食あたり)
			外 来 (個人ごと)	外来+入院 (世帯合算)	
3 割	70歳以上で課税所得が213万円以上の人がいる世帯の受給者 ただし、70歳以上の人の収入の合計が2人以上の場合621万円未満は3割一般へ、520万円未満は1割へ。1人の場合484万円未満は3割一般へ、383万円未満は1割へ(要申請)	3割	44,400円	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 0.01 *ただし、過去1年間に高額医療費の支給が4回以上あった場合、4回目以降は44,400円	260円
3 割一般	70歳以上で課税所得が145万円以上213万円未満の人がいる世帯の受給者 ただし、70歳以上の人の収入の合計が2人以上の場合520万円未満は1割へ。1人の場合383万円未満は1割へ(要申請)		12,000円	44,400円	
1 割	3割、3割一般、低所得に該当しない受給者	1割			
低所得Ⅱ・経過措置対象者	同一世帯内で住民税課税者がいても、その人の前年の合計所得が125万円以下の場合、他の住民税非課税の受給者	1割		24,600円	90日まで 210円 91日目から 160円
低所得Ⅱ	同一世帯内の世帯員全員が住民税非課税の受給者	1割	8,000円		
低所得Ⅰ	同一世帯内の世帯員全員が住民税非課税で、各所得が必要経費控除(年金の場合控除額80万円)を差し引いたとき0円となる受給者	1割		15,000円	100円

みんなキラリ

…シリーズ⑧男女共同参画

茶番じゃないわ

暮らしの中で男女共同 ～職場編～

「お茶くみ=女の仕事」という固定観念がどうしてもあるようです。男性同様に責任ある仕事をこなしながらも、お茶くみは必ず女性では不平等感がつきまといます。自分のお茶は自分で入れる。手の空いた人が気軽に入れる。そんな職場の雰囲気をつくっていききたいものです。



「市民バス」アンケートの結果をお知らせします



アンケートの概要

目的

今後の市民バスの運行見直しの参考とするため、市民バスの利用状況や満足度、要望等についてアンケートを実施。

対象及び調査方法

- 対象者：住民基本台帳を基に市全域から2,000人を抽出。
- 配布・回収方法：郵送
- 調査票の発送・回収期間：5月24日(発送)～6月8日(回収)
- 回収状況：回収票数：865件
- 回収率：43.25%

昨年7月から試行運行をしています市民バスですが、市民の皆さんにとつて、身近な「市民の足」として、より利用しやすいものとなるよう、市民バスアンケートを行いました。
今月は、その結果をご報告します。

アンケート結果の概要

集計結果からみると、現在、市民バスの利用は通院、買い物での利用や市役所が主な目的で、月に1～2回程度と少ない利用状況ですが、毎週1回以上利用されている方も少なからずいます。

市民バスを利用しない理由としては、自分の運転や家族の送迎など、多くの方が自動車を利用しているようです。

市民バスの運行時間帯や運行本数については、今のままでよいと感じている方が多く、所要時間については、概ね満足されているようです。

運行コースについては、概ね満足されているようですが、大宮地域の方が不満に感じている方がやや多いようです。

停留所については、不満に感じて

いる方がやや多いようです。

運行回数については、毎日あるいは1日おきで運行してほしいという意見が多いようです。

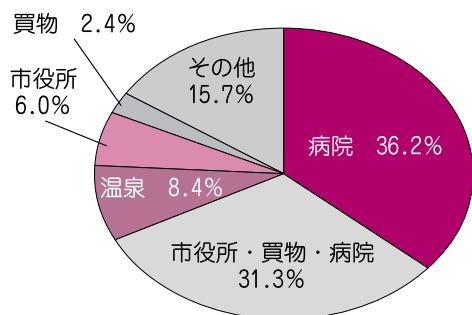
ご協力いただきましたアンケート結果については、今後の市民バスの運行の見直しに反映させてまいります。

今後とも市民バスの運行にご協力をお願いします。

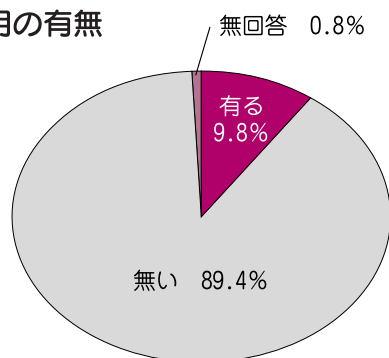
次のページでは、このほか詳しい集計結果をグラフで表しています。



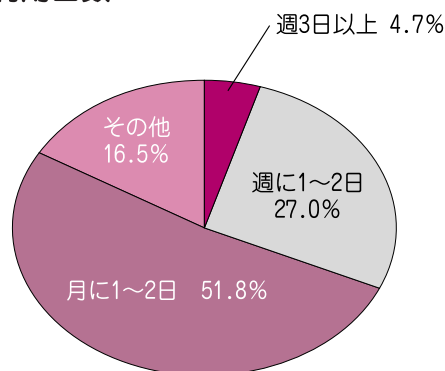
●利用目的



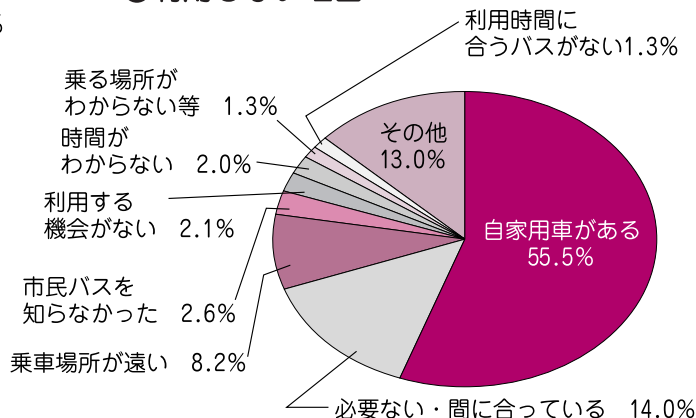
●利用の有無



●利用回数

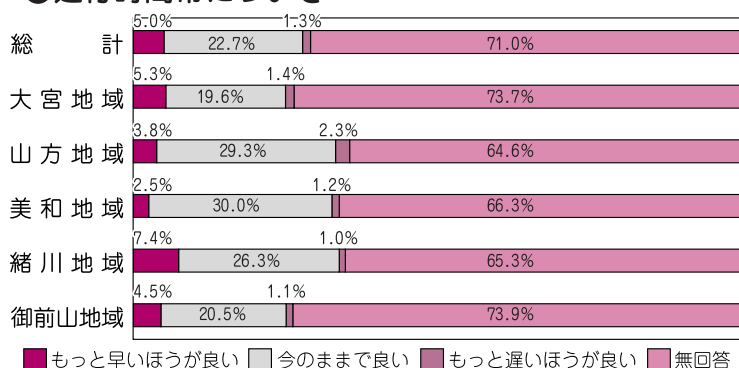


●利用しない理由

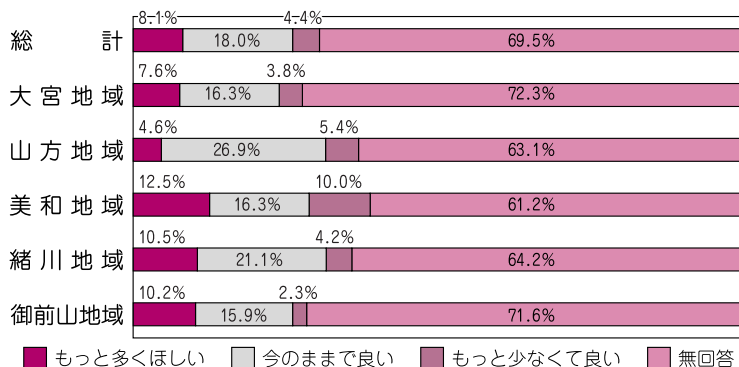


- ・現在市民バスを利用する人の利用目的は、「病院」が36.2%、「市役所・買物・病院」が31.3%となっています。（複数回答可）
- ・利用回数は、「月に1～2日」が51.8%で利用回数は少ない状況となっているものの、「週3日以上」「週に1～2日」の回答も31.7%を占めています。
- ・利用しない理由は、「自家用車がある」が55.5%と過半数を占めています。

●運行時間帯について



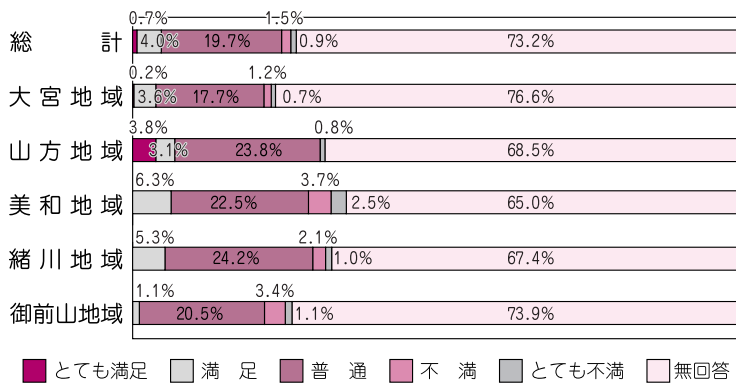
●運行本数について



無回答以外では、「今のままで良い」が22.7%で最も多く、次いで「もっと早いほうが良い」が5.0%となっています。

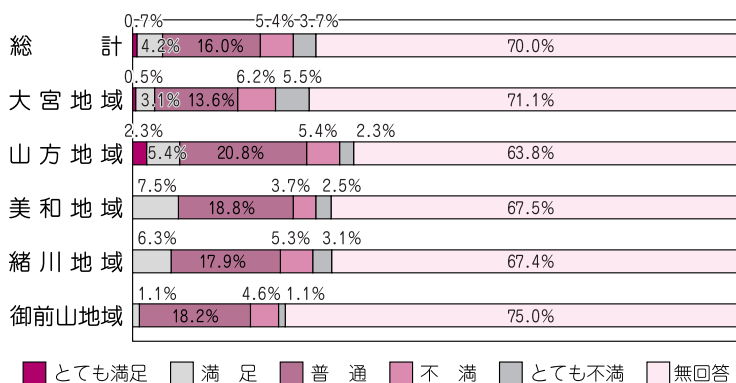
無回答以外では、「今のままで良い」が18.0%で最も多く、次いで「もっと多くほしい」が8.1%となっています。

●所要時間について



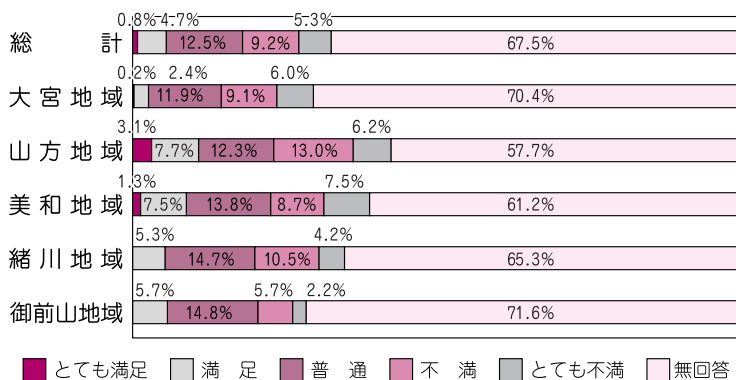
無回答以外では、「普通」「満足」「とても満足」の合計割合が24.4%、「不満」「とても不満」の回答の合計割合が2.4%となっており、概ね満足されていると思われます。

●運行コースについて



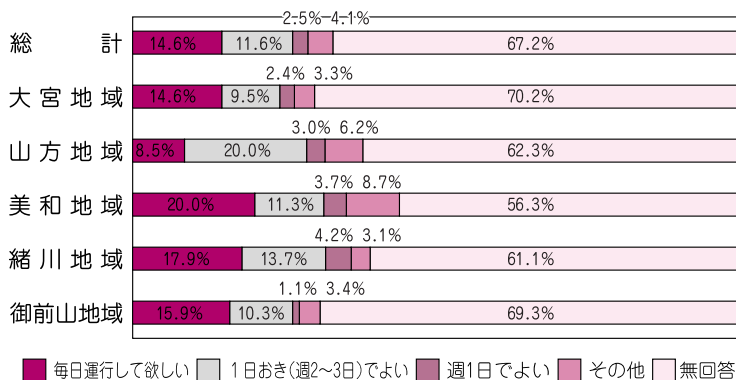
無回答以外では、「普通」「満足」「とても満足」の合計割合が20.9%、「不満」「とても不満」の合計割合が9.1%となっており、概ね満足されていると思われますが、大宮地域に限ると「普通」「満足」「とても満足」の合計割合が17.2%、「不満」「とても不満」の合計割合が11.7%であり、不満度の割合が高くなっています。

●停留所について



無回答以外では、「普通」「満足」「とても満足」の合計割合が18.0%、「不満」「とても不満」の合計割合が14.5%であり、不満度の割合が高くなっています。

●運行回数について



無回答以外では、「毎日運行してほしい」「1日おきでよい」の合計割合が26.2%、「週1日でよい」「その他」の合計割合が6.6%となっており、毎日あるいは1日おきの運行に対する要望が強くなっています。



大宮地域の祇園祭は、今年も2日間、わたって開催されました。
この祭は、関東の三大裸祭として有名な祭で、1日目は子ども神輿、

祇園祭

7月28日・29日

夏まつりのシーズンがやってきました。
市内でも、それぞれの地域で、特色のあるまつりが開催されました。

美和地域の花立山星まつりが、7月28日に、花立自然公園で開催されました。
会場では、市内の小学校から応募のあったポスターコンクールの表彰式を始め、星空コンサートや星空落語など、星にちなんだイベントが盛りだくさん行われました。



花立山星まつり

7月28日

2日目は迫力のある大人神輿がまちを練り歩きました。通りには、神輿を担ぐ男達からあがる威勢のよいかけ声が響き、さらに、笛や太鼓の音色や賑やかな屋台の巡行もあり、祭りの気分をいっそう盛り上げていました。
また、通り沿いでは、様々なイベントが行われ、訪れた大勢の見物客は、夜遅くまで祭りを楽しんでいました。



7月28日、岩崎地区にある春日神社の祇園祭が行われました。
恒例の子ども会によるちようちん行列のほか、今年は春日神社が鎮座1200年を迎えたことから、青年会等が協力して13年ぶりに大人神輿が復活。初めて中学生がお囃子で参加し、祭りを盛り上げました。

岩崎 祇園祭

7月28日



当日は、天候にも恵まれ、夜空を天然のプラネタリウムとして星空の解説が行われ、家族連れや星の愛好家などが訪れ、きらめく星空を眺めながら、夏の一夜を楽しんでいました。

人権の願いを込めて



本庁エントランスホールに、園児たちによる七夕飾りが飾られました。

これは、人権尊重思想の普及高揚と啓発を目的に、市人権擁護委員協議会主催で開催している人権七夕祭り（7月5日～12日）のもので、大宮聖愛、大宮聖慈、ひまわり、さくらの各保育園、大賀保育所の園（所）児たちが参加しています。

子どもたちの願いが書かれた短冊や色とりどりに飾られた七夕飾りが、市役所に訪れた人々の目を楽しませてくれました。

県知事から感謝状

服部 久雄さん（野口）が、茨城県知事から感謝状を受けられました。

服部さんは、平成3年から御前山県立自然公園指導員を委嘱され、自然公園内にある施設の点検やハイキングに訪れる方へのマナー指導を行っており、その活動が評価され贈られたものです。



環境保全功労者表彰

尺丈山「百樹の森」森づくりボランティア協議会が茨城県知事より表彰されました。

会設立以前の平成10年からボランティア活動として尺丈山の下草刈、植栽を精力的に行うなど、長年の「百樹の森」保全と緑化活動が高く評価され今回の受賞となりました。



安全な生活を

高齢者が関係する交通事故が10年間で1・5倍と急増していることから、高齢者自らの交通安全意識の高揚を図るため、6月24日大宮地区交通安全協会御前山支部と御前山地区交通安全母の会の皆さんが、65歳以上のひとり暮らし高齢者世帯の戸別訪問を行いました。

当日は、大宮警察署員と合同で、御前山地域の高齢者世帯約70世帯を訪問し、一人ひとりに交通安全のパンフレットを手渡ししながら、交通事故や高齢者を狙った犯罪に対する注意を呼びかけました。

今後も高齢化が進むにつれ、さらに高齢者の交通事故が増加することが懸念されることから、交通安全関係者はこれからも訪問活動や立哨、徒歩巡回を継続し、交通事故のない明るい街づくりに寄与していきます。



▲御前山地域

美和地域では、防犯連絡協議会の皆さんが、一人暮らし世帯へ戸別に訪問を行ったり、ささの湯や北斗星などに向かい、来客者ひとりひとりに防犯パンフレットの配布を行い、犯罪に対する注意を呼びかけました。



▲美和地域

子供自転車茨城県大会

7月5日、ひたちなか市総合運動公園総合体育館にて、「第44回交通安全子供自転車茨城県大会」が行われました。

この大会は、自転車競技を通じて、自転車の安全走行に関する知識と技能を身につけることで交通事故の防止をはかることを目的としたもので、大会には、県内各警察署管内から27の代表小学校が出場し、本市からは、御前山地域の野口小学校6年生が出場しました。

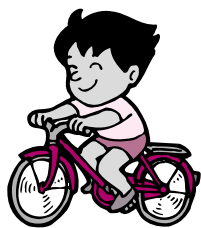
競技は、学科テストと実技テスト

（安全走行・技能走行）を行い、安全走行テストでは、コース内で安全確認や合図をきちんと行っているかのテスト、また技能走行テストでは、片手走行による左右回転操縦・ジグザグ進行などの技術を競い合いました。

結果は惜しくも入賞を逃しましたが、4人の代表選手は、緊張のなか日頃の練習の成果を発揮して、精いっぱい競技をしました。

【大会出場代表児童】

西野 雄泰さん 楠 正聡さん
吉田 将太さん 舟木 良太さん





環境美化運動として、7月8日・22日に常陸大宮市一斉クリーン作戦を実施しました。

当日は市民の皆さんをはじめ、中学生、常陸大宮市ライオンズクラブ、常陸大宮市建設業協会、常陸大宮部会内郵便局などから約12,000人が参加して、国道・県道・市道及び河川の清掃を行いました。

クリーン作戦

環境を守り
きれいな街を



今回のクリーン作戦により、可燃ごみ3,770kg、空カン1,360kg、空ビン870kg、その他にテレビ、バッテリー、自転車等粗大ごみを回収しました。

参加された皆さん、ご協力ありがとうございました。



清掃活動してみると、家庭からのごみや空き缶・ペットボトルが多いことがわかります。ごみがあるということとは、捨てる人がいるということ。環境美化、環境保全に対する意識が、まだ定着していないように見受けられます。

これからも、住みよい地域づくり、環境づくりを行うために、住民の皆さんのご協力をお願いします。

美しい花の里に



5月26日、「おがわ花の会」（代表 小瀬梅子）では、花の里づくり事業の一環として、緒川総合センター周辺に曼珠沙華（ヒガンバナ）の球根を植え付けました。

当日は「花の会」会員をはじめ、JA茨城みどり枝もの部会（那賀地区）の皆さんからたくさんの球根を提供していただき、また、ウィメンズ下郷の皆さんからの差し入れもあって、和気あいあいと行うことができました。

さあ夏休み！水遊びには 気を付けて！！

子どもが水辺で遊ぶ時期を控え、7月8日、水難事故防止を呼びかける看板を御前山地域内の河川敷において、御前山防犯連絡協議会と大宮警察署員約30人が参加して設置しました。

「水難事故ゼロ」を願い、「きけん」「あぶない」と書かれた看板10本を那珂川や緒川などの危険箇所を設置しながら水辺のパトロールを行いました。

まだまだ暑い日が続くので、水辺でのレジャーを楽しむことも多いと思います。楽しい思い出は、安全の上にこそ。



そ作られるものです。一人ひとりが十分に気をつけ、危険を回避しましょう。

スリランカからようこそ

7月18日、スリランカから来日している、チャンドユラタ園長先生他5人の方が、大宮西小学校を学校訪問しました。

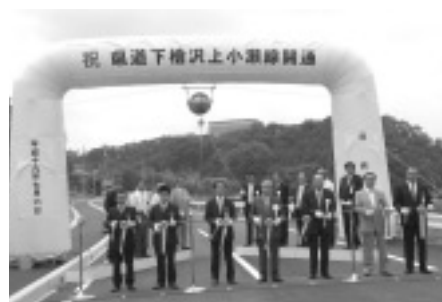
5人は、日本の幼稚園教育の視察で来日しましたが、幼稚園教育と小学校教育が関連しているということから、小学校も視察したいという希望となり、今回の訪問となりました。

学校では、5・6年生による鼓笛演奏や授業見学、児童と一緒に給食を食べるなど、熱心に見学されていました。

また、6年生の授業では、スリランカの食事や景色など、スリランカについて写真を使って説明を受けました。子どもたちも熱心に説明を聞き、積極的に質問をしていました。



県道下檜沢―上小瀬線開通



7月6日、緒川ダム中止後、地元地域振興策として整備を進められてきた、県道下檜沢上小瀬線の国道293号交差点から緒川沿いに下檜沢方面へ向かう約320m区間が開通し、現地で開通式が行われました。

式典には、矢数市長、角田副知事をはじめ、県や市の関係者、関係地権者など約130人が出席。セレモニーでは、緒川弥七太鼓の勇壮な音が響き渡るなか、関係者によりテープカットが行われ、開通を祝いました。

善意を
ありがとう

鈴木實さん（元消防長）から、奨学基金として20万円が常陸大宮市に寄付されました。

水難救助訓練を実施

7月20日、水難事故が多発する夏休みを前に、市消防本部潜水隊は、県防災航空隊ヘリコプターの参加のもと、水難救助合同訓練を、山方地内の清流公園前の久慈川で実施しました。

訓練は、久慈川で川遊びをしていた2人が流され、行方不明になっているとの想定で行われました。

潜水士の資格を持った隊員で編成された潜水救助隊によって、救助ボートの組み立て、川への乗り入れ、水中検索の訓練が迅速に行われました。さらに、県防災航空隊のヘリコプターから隊員が降下し、川から救助する訓練も行われました。



▲潜水隊による検索の様子



◀防災ヘリコプターへ収容風景

その後、防災ヘリコプターから救急車への収容、また、救急車から防災ヘリコプターへと患者を引き継ぎ、防災ヘリコプター内での救急隊による救命処置等実施しながら、医療機関へ搬送する患者搬送連携訓練を実施するという本番さながらの訓練でした。

出発進行!!



山方農林漁家高齢者センター広場において、ミニSLの運転が始まりました。

これは、日本工業大学付属東京工業高等学校から賃借し、運転されるもので、毎週土・日曜日、祝日のみ行われています。

このミニSL、昭和46年頃まで日本の各地で活躍した9600型（愛称 キューロク）の実物の10分の1の大きさ。一周約130mの路線を、石炭をたいて走ります。

小さいながらも、白い煙をはく姿は、実物さながらのもので、ぜひ一度ご乗車ください。

ダム建設中

那珂川に合流する相川に、農林水産省関東農政局によって「御前山ダム」が建設されています。

このダムは、岩と土を材料とするダム（ロックフィルダム）で、完成すると総貯水量720万 m^3 で、那珂川周辺に広がる約5,540ha（畑地等2,450ha、水田3,090ha）の農地に定期的に農業用水を供給することができ

ます。平成21年頃に、湛水開始予定になっています。



参議院議員通常選挙結果

7月29日、第21回参議院議員通常選挙が行われました。市内74投票所で投票が行われ、西部総合公園体育館で即日開票されました。投票結果は、次のとおりとなりました。

○投票結果

単位：人

区 分	当 日 の 有権者数	投 票 者 数				棄権者数	投票率(%)
		普 通	期日前	不在者	計		
茨 城 県 選 挙 区	39,737(19)	18,317(4)	5,161	159	23,637(4)	16,100(15)	59.48(21.05)
比 例 代 表	39,737(19)	18,317(4)	5,162	158	23,637(4)	16,100(15)	59.48(21.05)

() 書きは在外投票

○開票結果

届出順

茨 城 県 選 挙 区	候 補 者 名	藤 田 幸 久		石 津 政 雄		田 谷 武 夫	
	得 票 数	8,672		1,337		1,305	
	候 補 者 名	工 藤 敏 隆		長 谷 川 大 紋		武 藤 博 光	
	得 票 数	932		8,881		1,547	
比 例 代 表	政党等の名称	維新政党・新風	社会民主党	公明党	9条ネット	共生新党	日本共産党
	得 票 数	33	938	3,280.049	68	52	1,223.355
	政党等の名称	国民新党	自由民主党	民主党	新党日本	女性党	
	得 票 数	792.780	7,905.222	7,789.387	299	262.196	

高齢者クラブ連合対抗ペタンク大会 グラウンドゴルフ大会

6月13日、教育委員会、社会福祉協議会、体育指導委員会緒川地域部会主催による大会がやすらぎの里公園農村広場で開催され、日頃の練習の成果を競いました。

ペタンク大会の部 — 16チーム参加 —

優勝 吉 丸（長寿会）
準優勝 大 岩（高岩会）
第3位 西 根（長命会）・下 郷（高砂会）

グラウンドゴルフ大会の部 — 16チーム参加 —

〈団体〉

優勝 油河内（長楽会）
準優勝 下小瀬（ことぶき会）
第3位 小 玉（長生会）

〈個人〉

優勝 佐藤 繁（下郷）
準優勝 大久保克己（油河内）
第3位 相田 三美（油河内）



熱戦のすえに

緒川地域体育協会主催による緒川野球大会が、6月24日に緒川運動公園で開催されました。

大会には3チームが参加し、見事力バヤドリームスが優勝を果たしました。



スポーツ

☆順不同・敬称略

ママさんバレーボール大会

市バレーボール連盟（中村稔会長）主催の第5回ママさんバレーボール大会が7月8日、西部総合公園体育館で行われ、17チームの参加がありました。

優勝 グルービー
準優勝 盛和球友クラブ
第3位 大宮ユアーズ
 J Bクラブ



▲優勝したグルービーの皆さん

平成19年度 地区対抗バレーボール

6月14・15日の2日間にわたり、緒川地域体育協会、教育委員会緒川事務所主催による大会が、緒川中学校体育館及び小瀬小学校体育館で開催され、11チームが参加しました。

優勝 下小瀬チーム
準優勝 川 西チーム
第3位 西 根チーム



テニス男女クラブ対抗戦

市テニス連盟（蝦名とも子会長）主催の第3回テニス男女対抗戦が7月22日、西部総合公園テニスコートで行われました。男子の部5チーム（25名）、女子の部8チーム（42名）の参加がありました。

【男子の部】

優勝 桂クラブ
準優勝 山方クラブ
第3位 フリーダムクラブ

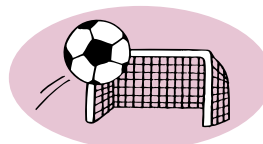
【女子の部】

優勝 ブラックパール（パールショット）
準優勝 クリエイト
第3位 ホワイトパール（パールショット）

サッカー連盟杯少年の部大会

市サッカー連盟（秋山充会長）主催による、サッカー交流試合が7月21・22日、西部総合公園グラウンドで行われ、県内外から8チームの参加がありました。

市からは、大宮と小瀬のサッカーチームが参加し、白熱した試合が繰り広げられました。



夏休みを前に

7月14日、市教育委員会では、消防署職員を講師に迎え、体育指導員やスポーツ少年団関係者に対しての指導者救命講習会を開催しました。

当日は、16人の参加者があり、真剣に受講していました。

今回は、御前山地域の絵手紙クラブと陶芸教室に所属している皆さんの作品をご紹介します。



敬称略

陶芸教室(会員18人)

代表 平野 栄 ☎55-2511



「花瓶」
平野 栄



「花瓶」
川崎 きみ江

御前山絵手紙クラブ

(会員23人)

代表 岸 栄子
☎55-3100



菊地 はるい



岸 栄子



埴 潤子

山方中学校

生徒数：198人
(山方3267 ☎57-2802)

校訓 至誠 勤労 自治

教育目標 夢やめあてをもち、
心豊かで実践力のある生徒の育成

○山方中はこんなところ

本校は、昭和四十一年に山方・塩田・諸富野の三中学校を統合してできた比較的新しい学校です。奥久慈の玄関口に位置し、東に見える八溝山系の山並みの景色は、四季折々で変化し私たちの目を楽ませています。

生徒たちは、将来に向けての大きな希望を持ち、心と身体を磨くために学習・運動に日々励んでいます。



○確かな学力の定着を目指して

- ・分かる授業と細かな指導をめざしています。
- ・基礎基本の定着に努めています。
- ・自ら学び、自ら考える力を育てています。



▲活発な授業風景



▲ALTとのスピーチレッスン

○豊かな心の育成を目指して

- ・あいさつ運動を推進しています。
- ・道徳の時間の充実を図っています。
- ・勤労や奉仕の心を大切にしています。
- ・マナーアップ運動を推進しています。



▲あいさつ運動



▲朝の奉仕活動

○健康・体力の向上を目指して

- ・運動に親しむ態度を育てています。
- ・運動の基本・走る力の向上に努めています。
- ・食に関する関心・意欲・態度を育てています。



▲給食時の栄養指導



▲朝のトレーニング

ふるさと見て歩き

第28回

高部宿の町並み



▲現在の高部の町並み

美和地域の山あいにはたえず高部宿は、趣のある家が立ち並び古い町並みが残されています。

◇高部宿の歴史

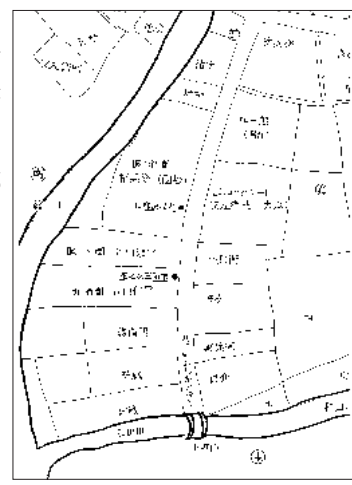
高部は中世以来、軍事や宗教の拠点として栄えてきました。現在の美和総合支所の北東には佐竹七代義胤の五男景義が築いたと言われる高部城があり、常陸・下野の国境で、那須氏からの守りを担う防御線となっていました。近くに諏訪神社、鷺子山上神社、吉田八幡神社、満福寺などの古社寺があり、古くから人や物の交流する地となっていたようです。

江戸時代には特産の和紙を江戸の間屋に卸したり、葉煙草を扱う有力商人の家が何軒も立ち並んでいました。財

政難の水戸藩に献金を行って郷士となるなど、経済的にも政治的にも藩と強いつながりを持つ家が複数ありました。高部村では岡山仙太郎・大森又左衛門・國松権兵衛・堀江喜三郎の四名が郷士として知られています。

◇江戸時代からの建物群

百五十年ほど前に作られた「高部村天保検地絵図」には高部宿の地割りが描かれており、現在の町並みとほとんど変わっていないことがわかります。



▲江戸後期の高部宿
〔美和村史料 近世村絵図〕を元に作成

美和地域を檜沢方面から美和総合支所方面に進み高部宿に入ると、和田川に架かる下町橋（昭和四年架橋）を渡ります。橋を渡るとすぐ左手が「花の友」の岡山酒造、その西隣が「國光」の國松酒造です。江戸から明

治にかけて建てられた古い建物の多いこの通りの中でも両家のたたずまいは一際目を惹きます。ともに現在は廃業してしまいましたが重厚な酒蔵や住居は当時のまま残されています。

高部宿は北と南を山に囲まれ、また緒川と和田川が交わる地点で水には恵まれていました。岡山酒造・國松酒造ともに緒川の流れて面しており、酒造りに適した豊富な水が得られたことでしょう。岡山家の三階櫓は木造で、明治二〇（一八八七）年に建てられ「喜雨亭」と名づけられました。その瀟洒な建物は社交場として使用され親しまれていました。最上層に「花の友」という銘柄が記された美しい姿はこの通りのシンボルとなっています。偕楽園の好文亭を模して、敷地内には梅が植えられていたそうです。これが「花の友」という商標の由来になったということです。



▲元岡山酒造の三階櫓



▲かつての郵便局舎（國松家）

國松家も明治初期から酒造業を営んでいました。近世には紙問屋、村役人を務めた名家で、藩主の巡村の際の休憩所になった記録も残ります。二十五年ほど前に廃業しましたが屋敷内の建物や道具類は当時のままです。屋敷裏の山からは清冽な水が流れ緒川に注ぎます。通りに面して建つ若草色の近代建築は明治時代の郵便局舎でした。

この二軒と細い街道を挟んで向かい合う大森家も江戸後期創建の母屋と門を持ち、やはり村役人を務めた家です。母屋はおよそ二百年前の江戸後期に高部宿が大火に見舞われたときに建て替えられたもので、天狗諸生の乱での刀傷が残されています。その隣の平塚家も通り沿いに明治の近代住居建築を残す旧家ですが現当主曰く「この辺では新しい方の家」とのこと。昭和初期の和洋折衷型住宅や漆喰の土蔵があり、街道沿いの小さな区域に古建築の密集する様は一見の価値があります。清流の水音を聞いていると酒どころだった往時がよみがえってくるようです。

（歴史民俗資料館）

食中毒にご用心！！

夏期に多発する食中毒。平成18年に国内で発生した食中毒患者数は39,026人、死者数6人でした。

家庭の食事が原因での食中毒は、全体の20%近くを占めています。食中毒予防の三原則は、中毒菌を「**付けない、増やさない、殺す**」です。食中毒のポイントをしっかり守り、この夏を乗り切りましょう。



■家庭でできる6つのポイント

point ① 食べ物を買うとき

- 生鮮食品は新鮮な物を！
- 表示のある食品は、消費期限などを確認！
- 肉汁や魚などの水分がもれないようにビニール袋などにそれぞれ分けて！
- 冷凍食品や冷蔵食品は買い物の最後にし、購入したらまっすぐ持ち帰る！

point ② 家庭で保存するとき

- 冷蔵や冷凍食品は、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に！
- 冷蔵庫や冷凍庫の詰めすぎに注意！目安は7割！
- 冷蔵庫は10度以下、冷凍庫は、-15度以下に！
- 肉や魚などは、ビニール袋や容器に入れ、冷蔵庫の中の他の食品に肉汁などがつかないように！

point ③ 下準備をするとき

- ラップしてある野菜やカット野菜もよく洗う！
- 解凍は冷蔵庫の中や電子レンジで！
- 料理に使う分だけ解凍し、解凍が終わったらすぐ調理！
- まな板は使った後すぐに洗う！



point ④ 調理するとき

- 手を洗いましょう！
- 加熱して調理する食品は十分に加熱！目安は中心部温度が75℃1分。

point ⑤ 食事をするとき

- 食卓に付く前に手洗いを！
- 調理前や調理後の食品は、室温に長く放置しない！

point ⑥ 食品が残ったとき

- 残った食品を扱う前にも手洗いを！
- 時間が経ち過ぎたら、思い切って捨てる！
- ちょっとでも怪しいと思ったら、食べずに捨てる！

健康アドバイス



常陸大宮済生会病院
外科・消化器科医長
鈴木章史先生

予防していても、下痢（時に血便）、腹痛、発熱、おう吐などがみられた時には食中毒が疑われます。

家庭での対策は、脱水予防の水分摂取です。もし嘔気が強く水分がとれなかったり、上記の症状がひどい、あるいは同様の症状の人が何人もいる場合には、すぐに医療機関で受診してください。便の検査を行い、食中毒の主な原因である細菌がないかを調べます。

治療方法は原因によりますが、絶食、点滴、抗生剤投与などを行い、腸の安静に努めます。

今日のメニュー 白菜と野菜の中華あんかけ

～市食生活改善推進員料理コンクール作品～
小野 朋子さん（御前山支部）

●材料(4人分)●

白菜	1 / 4 個	春雨(もどす)	100 g
豚肉	100 g	生しいたけ	4 個
人参	1 本	ピーマン	2 個
一調味料一			
酢	大さじ1	サラダ油	大さじ1
塩	少々	醤油	大さじ2
みりん	少々	こしょう	少々
ゴマ油	小さじ1	だし汁	1 / 2 カップ
		片栗粉	小さじ1

●作り方●

- ①白菜は、白い所だけとって、千切りにし大きめのお皿に並べます。
- ②春雨は、4～5分茹でて水洗いした後、食べやすい大きさに切り、油を少々まぶし白菜に並べる。
- ③豚肉、しいたけ、人参、ピーマンは細切りにしてサラダ油でよく炒め調味料を入れて煮る。
- ④水溶き片栗粉でとろみをつけて、ゴマ油を回し入れ、春雨の上にかける。

ポイント 生の白菜がおいしく食べられます。

としよ じょうほうかん

☎ 53-7300



お知らせ

おじいさんおばあさんの似顔絵募集

9月17日の敬老の日に向けて、おじいさんおばあさんの似顔絵を募集します。描いてきてくれた似顔絵は、図書情報館内で展示し敬老の日までにお返しします。たくさんのご参加をお待ちしています。

受付期限 8月17日(金)

申込方法 所定の用紙をカウンターで配布します。

展示期間 8月18日(土)～9月7日(金)



行事予定

☆美和かわせみの会のおはなし会 9月1日(土)

☆ロゼのつどいのおはなし会 9月8日(土)

☆どんどんちっちのおはなし会 9月15日(土)

☆めばえの会のおはなし会 9月20日(木)

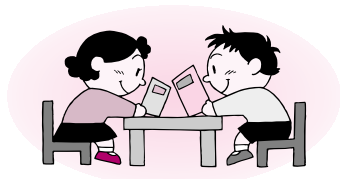
☆はみんぐばあどのおはなし会 9月22日(土)

*おはなし会は、午前11時から1階児童コーナーで行います。

☆子ども放送局

毎週土曜日 午前10時30分から正午

2階視聴覚室



図書情報館開館カレンダー

9月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

10月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

■ = 休館日

〈開館時間〉 午前9時30分～午後6時

* 毎週木曜日は午後7時まで開館します。



新しく入った本

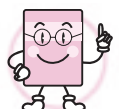
〈一般書〉

- ・「子どもよ死ぬな！」 瀧川栄太
- ・「食い逃げされてもバイトは雇うな」 山田真哉
- ・「クシュラの奇跡」 ドロシー・バトラー
- ・「即効! 骨盤スリムBOOK」 立花みどり
- ・「生きる」 北野武
- ・「今は昔のこんなこと」 佐藤愛子
- ・「ファイヤーガール」 トニー・アボット
- ・「学校のセンセイ」 飛鳥井千砂
- ・「挑発者」 東直己
- ・「クロスカウンター」 井上尚登
- ・「明日この手を放しても」 桂望実
- ・「カシオペアの丘で」上・下 重松清
- ・「純愛小説」 篠田節子
- ・「永遠のとなり」 白石一文
- ・「夜想」 貴井徳郎
- ・「戦力外通告」 藤田宣永
- ・「オール」 山田悠介

〈児童書〉

- ・「虫のこどもたち」 新開孝
- ・「鬼にて候 1」 横山充男
- ・「おたまさん」 軽部武宏

* その他の新刊は、図書情報館カウンターで「新しく入った本」(冊子)または、常陸大宮市のホームページをご覧ください。



今月の本棚

・「純愛小説」 篠田節子

大人だからこそ、隠せない想いがある。歳をかさねたからこそ、抑えきれない衝動がある。成熟の向こうになお存在する、愚かしくも愛おしい恋の衝動を描く。

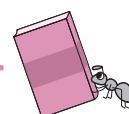
・「夜想」 貴井徳郎

夜の闇の中で蒼ざめてふるえている魂たちへ。事故で妻と娘をなくした雪藤の運命は、ある少女と出会ってから大きく動き始める。魂の絶望と救いを描いた雄渾の長編。

御前山地域 9月の移動図書のおしらせ



13日・27日



- 午前9時～9時30分
- 午前9時40分～10時10分
- 午前10時20分～10時50分
- 午前11時～11時30分

旧農協伊勢畑支所脇
野口地区センター前
星の宮住宅前
上町住宅前

※詳しくは、教育委員会御前山事務所 (☎ 55-2116) まで。

“いばらきさとやま生活”体験in常陸大宮

7月28日、やすらぎの里公園において“いばらきさとやま生活”体験が行われました。

当日は、天候にも恵まれ、県内外から37人の参加者があり、常陸秋そばを使ったそば打ち体験や、陶魂クラブの皆さんと一緒に陶芸を楽しみました。

お昼には、自分で打ったそばをおなかいっぱい食べ、参加者の方たちは常陸大宮市でのさとやま生活を満喫していました。



あじさい写真コンテスト

今年で9回目となった辰ノ口親水公園そば処しんすい庵主催による“あじさい写真コンテスト”の表彰式が、7月18日、辰ノ口親水公園ふるさと館で行われました。

今回のコンテストには、48人が参加。167枚の写真の中から常陸大宮市長賞をはじめ、観光協会長賞などが選ばれました。商工会長賞に大高壽さん（鷹巣）、辰ノ口区長賞に宮本紀洋さん（上大賀）が選ばれました。

入賞者の方々は、今年はとてもきれいに花が咲き、いい写真がとれたと話していました。



▲大高さん（左）と宮本さん（右）



◀大高さんの作品



▶宮本さんの作品

ねんりんピック茨城2007

なぎなた交流大会

平成19年11月11日～12日

会場 常陸大宮市西部総合公園体育館

開催まで

あと

8 8 日

（8月15日現在）



広報 常陸大宮 8月 第35号

発行日 平成19年8月15日

編集・発行

常陸大宮市総務部情報政策課

〒319-2292

茨城県常陸大宮市中富町3135-6

☎ 0295(52) 1111 FAX 0295(53) 6010

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

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

□広報常陸大宮は、ホームページでも
ご覧になれます。

常陸大宮市の人口（7月1日現在・推計常住者）

総人口46,935人（男22,925人・女24,010人）

世帯数16,258世帯

2100

古紙配合率100%再生紙を使用しています