



# 広報 常陸大宮

2017  
**8**  
No.155

漆掻きの最盛期

写真は神長正則さん

(関連記事 P2, 3)



## 主な内容

- P2～3 【特集】奥久慈漆
- P4～5 防災の日
- P7 いきいき茨城ゆめ国体
- P8～12 まちのできごと
- P14 ひよっコラボスタンプラリー

# 奥久慈漆を知っ

## 漆とは・・・

日本・中国・朝鮮半島に分布するウルシ科ウルシ属ウルシ種の落葉広葉樹であるウルシノキの表面を傷つけて採取される樹液を言います。

漆は、漆器はもとより、国宝や重要文化財の修理・修復には欠かせない素材です。文化庁は平成30年度には、国の重要文化財等の修復などに100%国産の漆を使うことを目指しています。

茨城県の漆の生産量は全国第2位で、そのほとんどが本市と大子町周辺で生産されている奥久慈漆です。奥久慈漆は、透明度が高く光沢も良く、その品質は日本一とも言われています。

市内では、古くからウルシノキが栽培され、漆掻きが行われてきました。栽培用のウルシノキを里漆さとうるし、山に自生しているものを山漆やまうるしと言い、一般的に漆と呼ばれるのは里漆です。

現在は、奥久慈漆生産組合（組合長：神長正則さん）がウルシノキの苗を育成し、主に畑だった耕作放棄地に植え付け、家和楽・盛金・舟生・諸沢地区一帯の約9ヘクタールで栽培をしています。

さらに、組合では、漆を伝統産業として引き継ぐだけでなく、最新の科学技術で里漆を調査し、効率良くより多くの樹液を取れるよう研究も進めています。今後の更なる調査研究が期待されています。

本市が、全国有数の漆の産地であり、最先端の科学技術を駆使した研究のフィールドであるにご存じでしたか？



▲ 植栽した漆林



▲ 目立て



▲ 漆液

## 漆掻きの手順

漆掻きは、毎年6月中旬から10月初旬まで行われます。

漆掻きを行う前に、ウルシノキに傷を付ける作業があります。これは、「目立て」と呼ばれるもので、木に傷を付けてこれから樹液を取ることを木に合図するためのものです。目立てから4日後に、その上に2回目の傷を付け、またそれから4日後に3番目の傷を付けます。この3番目に付けた傷の部分からにじみ出てくる白い液体を漆掻きの道具の一つであるヘラで掻きとるのが漆掻きです。それを何回か繰り返しますが、一度掻いたウルシノキは続けて掻かず、4日間置いて木に回復期間を与えてから再び掻きます。

ウルシノキは植栽してから約10年経って漆を掻くことができます。しかし、1本のウルシノキから採取できる漆はわずか180gから200g程度。掻いたウルシノキは、たった1シーズンで切り倒されてしまいます。このようなことから、いかに漆が貴重なものか分かります。

## うるしの日

11月13日はうるしの日です。この日は、日本漆工芸協会が昭和60年に制定しました。その云われは、平安時代のこの日に、文徳天皇の第一皇子・惟喬親王これたかが京都・嵐山の法輪寺に参籠し、漆の製法などを虚空蔵菩薩から伝授されたという伝説からだそうです。

# ていますか？

## 漆かぶれ

漆の樹液に触れるとやけどのようになってしまう、いわゆる「かぶれ」を起こします。ウルシノキは、皮と木の間に漆の成分が溜まっています。漆の樹液に触れないよう注意が必要ですが、まれに樹液に触らずウルシノキの下を歩いたりするだけでも気化した漆にかぶれることがあります。



▲ 作品

## 山方漆ソサエティー

漆と漆器の振興を目的に、毎年漆塗り講習会や作品展などさまざまな活動をしています。

## 漆の実

漆の実からは、<sup>ろうそく</sup>蠟燭の原料となる<sup>もくろう</sup>木蠟が採れます。漆の実は<sup>ろうぶん</sup>蠟分という成分を含んでいて、この蠟分を絞りに出して蠟燭などの原料として用いられてきました。木蠟はすすが出やすいため、のちにハゼ蠟が一般的になりました。

## 漆の花

ウルシノキは6月を過ぎると、黄緑色の花序（写真赤枠内）をつけます。その香りは、ふんわりと優しく爽やかなもので、ごつごつした樹木やかぶれを起こす樹液など、漆のイメージからは想像がでないほど可憐なものです。



▲ 漆の花

## 漆の土器

日本人と漆との関わりは古く、遺跡の発掘調査結果などから、縄文時代には漆がすでに利用されていたことが知られています。市内でも発見例がいくつかありますので、その1つを紹介します。



▲ 漆のかたまり

平成3年、小瀬高校のグラウンド整備のために行われた発掘調査で、平安時代の集落が確認され、その際、中に入れた漆がそのまま固まった土器が発見されました。この土器は、漆を塗るときのパレットとして用いられたものと考えられ、9世紀ごろの竪穴住居の床面に置かれた状態のまま、土に埋まっていました。当時の漆を用いた作業の雰囲気がよく伝わってくる発見です。この土器は、緒川総合センター図書室前に展示されていますので、ぜひご覧ください。

## 北富田の大漆（木村貢氏所有）

前述のように、樹液を採取されたウルシノキは、シーズンの終わりに切り倒されてしまうことが多いため、大木にまで成長することはまれです。そのため、全国的にも巨樹・巨木といわれるウルシノキは少なく、環境省がホームページで公開している巨樹・巨木データベース（約2万件登録）でも、スギの4,606件に対し、ウルシは秋田県湯沢市にある幹回り237cmのたった1件、他の資料でも4件ほどが登録されているにすぎません。

そのような中、市民からの情報によって存在が明らかとなった北富田の大漆は、樹高はおよそ15mを超え、胸高幹回り215cmほどある、よくぞ生き残った立派なもの。樹齢は不明ですが、漆の産地として著名な当地のシンボルとして、今年6月、市の天然記念物に指定されました。



▲ 北富田の大漆

記事作成にあたり、神長正則さんにご協力をいただきました。参考資料：茨城のうるし（茨城県・奥久慈うるし振興会）

# 9月1日は防災の日

防災の日は、大正12年（1923年）9月1日に発生した「関東大震災」を教訓にして防災を見直し、この時期に多く発生する台風への心構えの意味も込めて、昭和35年（1960年）に制定されました。

平成23年に発生した東日本大震災以降、平成27年9月には関東・東北豪雨で常総市が水害被害を受け、昨年4月には熊本県と大分県で大地震が相次いで発生しました。そして、先月7月5日には記録的な豪雨が九州北部を襲うなど、全国で甚大な被害を受ける災害が多い傾向にあります。

災害はいつ起こるかわかりません。いざというとき、大切な命や財産を地震から守るには、日頃から危機意識を持ち災害に備えておく必要があります。

## 備えておきたいもの

ヘルメット：家族の人数分

懐中電灯：1人1本

携帯ラジオ：FM・AM両方を聞けるもの

予備電池：多めに用意

飲料水：ペットボトルで1人1日2～3リットルを目安に保存

救急医薬品：常備薬、絆創膏、風邪薬、胃腸薬、目薬など

貴重品：預貯金通帳、健康保険証、免許証、現金など

非常食：そのまま食べられるものか、簡単な調理で食べられるもの  
（乾パン、缶詰、レトルト食品、インスタントラーメン、チョコレートなど）

生活用水：ポリタンクなどに入れて保存

生活用品：タオル、下着、衣類、毛布、ビニール袋、ティッシュペーパー、洗面用具、マスク、使い捨てカイロ、新聞紙、生理用品、軍手、ライター（マッチ）、ろうそく、携帯充電器、など

乳幼児がいる場合：粉ミルク、ほ乳瓶、おむつ、離乳食など



※非常に広い地域に甚大な被害が及ぶ可能性のある南海トラフ巨大地震の備えとする場合は、1週間分以上の備蓄が望ましいです。

## 災害時の心得

### ①早めの避難を

避難勧告が出たときや危ないと感じたときは、隣近所の人と連絡を取りながら早めに避難しましょう。避難する前に、忘れずに電気・ガスなどの火元を消しましょう。

### ②最新情報を入手

テレビやラジオ、インターネットなどを利用し、最新情報を入手しましょう。避難の呼びかけに注意してください。



### ③避難は徒歩で

車で避難すると渋滞に巻き込まれるおそれがありますので、なるべく徒歩で避難しましょう。

### ④避難に適した服装

ヘルメットまたは帽子、長そでシャツ、長ズボン、軍手、底の厚い靴で避難しましょう。持ち出し品はリュックサックなどに入れて両手を使えるようにしましょう。

### ⑤避難場所の確認

お住まいの地域の避難場所を市のホームページなどで事前に確認しておきましょう。一次避難所は公民館や集会所、二次避難所は公園、学校などが指定されています。

### ⑥家族で話し合いを

家族が離れ離れになった場合の安否確認の方法や集合場所などをあらかじめ決めておきましょう。

## 災害伝言サービスのすすめ

近年、大規模な災害時に電話回線やインターネットを通じて安否確認ができる「災害用伝言板」が各社から提供されています。災害発生時には、ぜひご活用ください。

### NTT 災害伝言ダイヤルの利用方法

#### 1. 「171」にダイヤル

#### 2. 録音したいとき

「1」を押す。

- ・被災地の方…ご自宅や電話番号または連絡を取りたい被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤルする。
- ・被災地以外の方…連絡を取りたい被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤルする。

#### 3. 再生したいとき

「2」を押す。

- ・被災地の方…ご自宅や電話番号または連絡を取りたい被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤルする。
- ・被災地以外の方…連絡を取りたい被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤルする。

その他にも、災害発生時には携帯会社などの各社でも災害伝言板を設置していて、ドコモ災害伝言板、au 災害伝言板サービス、ソフトバンク災害用伝言板、Y!mobile（ワイモバイル）災害用伝言板、Google パーソンファイnderなどがあります。

また、SNS（ソーシャルネットサービス）の普及により、LINE、Twitter、Facebook などを利用した情報共有や拡散、安否確認などにも利用されています。ライフライン確保と同時に、様々な手段を使って最新情報を入手することが大切です。



# ふるさと応援寄附金 ご支援ありがとうございました

市で実施しているふるさと応援寄附制度は、お寄せいただいた寄附金を市が実施する事業の財源とし、本市を愛する皆さんの思いを市政に反映させ、より多くの方々の参画によるふるさとづくりを推進することを目的とする制度です。皆さんからの寄附金は、魅力あるまちづくりのため大切に活用していきます。

★平成 28 年度寄付金額 150,139,554 円（14,414 件）★ （平成 29 年 3 月 31 日現在）

## 使い道の指定別内訳

- ①未来を担う人づくり支援 48,441,049 円
- ②自然環境保全支援 26,876,000 円
- ③地場産業支援 23,254,500 円
- ④芸術文化・スポーツ振興支援 6,584,000 円
- ⑤その他の事業（市長が必要と認めるもの） 44,984,005 円

※寄附件数 1 件に対し、複数の使い道を指定することができます。

## ★ふるさと応援寄附のご案内★

ふるさと応援寄附をしていただいた方々に、感謝の気持ちを込めて市の自慢の品や体験等をお贈りしています。

特産である肉、酒類、加工品をはじめ、和紙・陶芸・漆器などの伝統工芸品、さらにはカヌー体験やイチゴ狩りなどの市の魅力を体感できるメニューなど、自慢の品々となっています。

寄附は、ふるさとチョイスや市ホームページでも申込みができ、郵送による資料送付も行っています。市外在住の親族や知り合いの方へも、ぜひ「常陸大宮市ふるさと応援寄附」をご紹介ください。



▲ 奥久慈産いちご



▲ 平飼い有精卵セット



▲ 常陸牛ステーキセット



▲ 西の内紙心付けセット



▲ カヌー体験

■問い合わせ■ 地域創生課 地域づくり推進グループ ☎ 52-1111（内線 385）

# 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

平成31年のいきいき茨城ゆめ国体で、本市は「なぎなた競技」の会場となっています。今回は、その「なぎなた競技」について紹介します！

## ○なぎなたとは

なぎなたは日本の伝統的な武器の一つです。もともとは騎乗の戦士をなぎ払う歩兵に用いられていました。鉄砲は16世紀半ばに伝来し、戦闘方法が著しく変化したことにより、なぎなたは、江戸時代に入ると武士の装飾的な武器あるいはその子女の護身用として用いられるようになりました。当時、なぎなたは武家に嫁ぐ際の嫁入り道具の一つでした。

なぎなた競技が主に女性ばかりなのにはそういった歴史があるのです。現在では、男性の競技者も増え、世界なぎなた選手権大会が行われるなど、広がりをみせています。

また、なぎなたが題材となったマンガ「あさひなぐ」が発行され、9月22日からは映画も公開されます。ぜひご覧ください！

5/27  
・28

## 都道府県対抗なぎなた大会視察

福井県鯖江市総合体育館で開催された福井国体のリハーサル大会を視察しました。視察では、会場内外の装飾や開閉会式の状況、係員の動きなどを確認しました。

本市では、平成30年5月26日と27日に西部総合公園体育館で第59回都道府県対抗なぎなた大会(リハーサル大会)が開催されます。この視察で学んだことを活かし、来年のリハーサル大会が成功するよう準備を進めていきます。



▲ リハーサル大会の様子



## ○なぎなた競技について

なぎなた競技は「演技競技」と「試合競技」の2種目があります。

### 《演技競技》

防具を着けず、8本ある「しかけ・応じ」の中から指定された3本の形を二人一組で行い、その技の優劣を競います。



### 《試合競技》

防具を身に着け、竹と櫛の木でつくられた長さ220cmほどの「なぎなた」で相手の定められた部位(面・小手・胴・咽喉・脛)を確実に早く打突して勝負を競います。



7/2

## 一斉クリーン作戦で国体をPR

市一斉クリーン作戦が実施され、河川のクリーン作戦では、市内の中学生が茨城国体ののぼりを持って、環境美化活動に取り組みました。

これからも、国体に訪れる方々が、きれいな環境の中で過ごせるよう環境美化活動を推進していきます。



▲ 清掃しながらPRしました

8月

## ホームページ開設

いきいき茨城ゆめ国体常陸大宮市実行委員会のホームページを開設しました。

茨城国体に向けて、本市の国体情報を随時発信していきますので、ぜひご覧ください！

ホームページアドレス

<http://www.city.hitachiomiya.lg.jp/kokutai/>

7/1

## お宝発見事業

平成 29 年度「常陸大宮市のお宝発見事業」の第 1 回を、市内の小学 4～6 年生 27 人の参加のもと実施しました。

午前中は、市内にある納豆工場を見学。会社の概要や納豆についての説明を聞いた後、実際に製造される様子を見学しました。参加者たちは、説明を聞きながらメモをとったり、熱心に質問をしたりしていました。

午後はジャガイモ掘り体験の予定でしたが、あいにくの雨により、室内でのレクリエーションに変更。毎年この事業に協力してくれている、茨城大学「子どもふれあい隊」によるいろいろなゲームを楽しみました。参加者たちはこれからも、学校や学年の違う仲間と協力しながら、様々な体験を通して、ふるさと常陸大宮市について学んでいきます。



▲みんな友達になったね！

7/2

## 漆の魅力を体験

山方地域の特産品である奥久慈漆の魅力に触れてもらうため、漆塗り体験教室の第 1 回目を実施しました。

講師の山方漆ソサエティの皆さんと本間健司氏の親切丁寧な指導のもと、市内在住の幅広い年代の 12 人が漆塗りを体験しました。

この全 5 回の体験教室をとおして、小皿 1 枚と箸 3 膳を仕上げる予定で、今回は生漆に研の粉とカーボンをよく練って混ぜたものを塗る木地固め・下地の工程を行いました。

下地の作業が終わった小皿と箸は、漆を固化させる専用の「漆室」に入れられ、次回以降、漆を塗り重ねていく予定です。



▲集中して作業をしています

7/3

## 社会を明るくする運動

「第 67 回社会を明るくする運動」に関する内閣総理大臣からのメッセージが、那珂地区保護司会大宮分会会長沢畑益雄氏ほか 2 名から市長へ伝達されました。

この運動は、すべての国民が犯罪や非行の防止と、過ちを犯した人の立ち直りについて理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な地域社会を築こうとする全国的な運動です。



▲（右）メッセージを手渡す沢畑会長

7/4

## 自主防災組織リーダー研修会

自主防災組織リーダー研修会（主催：茨城県・水戸地方気象台・常陸大宮市）が市文化センターロゼホールで開催されました。

地域防災の中核となる自主防災組織の新規結成や活動の促進を図るため、その中心的な役割を担う防災リーダーの育成を目的に開催され、市内外の自主防災組織関係者（自主防災組織・消防団・市町村職員等）549 名が参加しました。

研修会では、県内の自主防災組織の事例発表などを通して、日頃の備え・訓練の重要性、防災情報の活用方法などの確認をし、防災意識の向上を図りました。



▲たくさんの方が参加しました

## 7/4 茨城県農業経営士の認定

県総合福祉会館で、茨城県農業振興のけん引役となる農業三士（農業経営士、女性農業士、青年農業士）の認定・退任式が開催され、新たに都竹大輔さん（野口）が農業経営士として認定されたので、市長にその報告をしました。

都竹さんは、約10年前に農地を借り受け、イチゴ農家になりました。品質の高いイチゴ生産や新品種の育成・導入に積極的に取り組み、市場への出荷と併せ、直売での顧客を確保し、経営を確立しています。今後のさらなる活躍が期待されます。



▲（右）報告をする都竹さん

## 7/5 文化財パトロール

文化財とは、地域の歴史や文化を知るうえで必要不可欠なものであり、先人たちの生きた証や教訓を私たちに教えてくれる貴重な財産です。市内には、泉坂下遺跡をはじめ、数多くの指定文化財や遺跡が所在しています。この貴重な文化財を保護するため、本県及び本市では、文化財保護指導員による文化財の巡視を実施しています。今年度の第1回巡視が実施され、文化財・遺跡について異常のないことを確認しました。なお、巡視は年3回予定されています。



▲鷲子山上神社のカヤ（県指定天然記念物）

## 7/8 小祝・エゴマの学校

市内小祝地区の畑でエゴマの学校（主催：小祝・エゴマの学校実行委員会）が開校しました。これは、岩崎地区を中心に生産拡大を図るエゴマは、野菜等に比べて栽培の手間が掛からないことに着目し、小祝地区の遊休農地を活用した農業振興モデルの構築を目的に始めたものです。このプログラムのアドバイザーとして東京農業大学農山村支援センターの学術研究員である中山幹生氏も参加。

参加者は、地元の農家から指導を受けて、植え付けから収穫、乾燥まで一連の農作業を体験し学ぶことができます。第1回目は、参加者と地元農家ら20人以上で約1,000本の苗を畑に植え付けました。今後は、芯止め・葉採取、収穫、洗浄・乾燥という全5回のプログラムが予定されています。



▲暑い中力を合わせて植え付けました

### ■問い合わせ■

道の駅常陸大宮かわプラザ ☎ 58-5038

## 7/27 図書館巡回バス

図書情報館事業「巡回バスに乗って行こう」の第1日目が行われました。この日は、大宮北小学校、大賀小学校の児童19人がそれぞれ本を読んだり、DVDを視聴したりして楽しく1日過ごしていました。

受付カウンターでは、インターンシップの常陸大宮高校生3人に選んだ本の貸出をしてもらっていました。

午後からは、歴史民俗資料館大宮館へ移動し「いずみちゃんをはじめとした泉坂下遺跡出土品や市の貴重な歴史財産を見学しました。人面付壺型土器をはじめ見る児童もいて、興味深く職員の説明を聞いていました。



◀面白い本はあったかな？

いずみちゃんって美人だね▶



7/14

## 授業力向上研修会

大館市友好都市交流事業の一環として、授業力向上研修会を実施しました。

秋田県は、子どもの個性や多様性を生かした授業実践や家庭学習を重視した取組により、全国学力・学習状況調査では、常に上位に位置しています。今回、大館市の教員を招き、模擬授業を行いました。

授業は、第二中学校で比内中学校の青山まり子先生が英語科を、大宮西小学校では城南小学校の米澤貴子先生が算数の授業を実施し、市内の教職員が参観しました。



▲第二中学校の授業の様子

7/20

## 教育長を表敬訪問

常陸大宮リトルリーグの小学5年生～中学1年生の選手が、7月2日と9日に開かれた東関東連盟理事長旗争奪大会（日本リトルリーグ野球協会東関東連盟主催）で激闘を勝ち抜き見事優勝したため、その報告をするため教育長を表敬訪問しました。

優勝の栄誉を称え、教育長からは市教育長賞が授与されました。



▲みんな笑顔！おめでとう

7/28~30

## 大館市児童交流

秋田県大館市立城南小学校の6年生12人が、本市の歴史や文化を学ぶため大宮小学校を訪れました。受け入れたのは、大宮小学校の児童11人。

初日は大宮小学校で歓迎会を行い、その後、御前山ダムを見学しました。普段あまり訪れる機会のないダムで、職員の説明に聞き入っていました。

2日目は、大館市とゆかりのある部垂城跡や小場城跡を見学しました。特に小場城では、堀や土塁を見ながら、当時の城郭の様子を思い浮かべました。西ノ内紙での漉き絵体験では、それぞれ個性豊かな絵を描き、たくさんの素晴らしい作品が出来上がりました。



▲歓迎会で本市の紹介ビデオを見る児童たち

このほかにも、パークアルカディア内で落ち葉や小枝を使って工作をしたり、プラネタリウム館で星座の鑑賞もしました。

はじめはお互いに恥ずかしがる様子もありましたが、徐々に打ち解けていき、学校の話などで盛り上がりとても楽しそうでした。お互いの市の歴史を学びながら交流することができ、新しい発見や気づきがあったようでした。これからも交流の輪が広がっていくことが期待されます。



# スポーツ大会結果

大会名：第 17 回常陸大宮市民バドミントン大会  
 主催：市バドミントン連盟（助川光一会長）  
 開催日：平成 29 年 6 月 11 日（日）  
 会場：西部総合公園体育館

## 【男子ダブルス A クラス】

〔敬称略〕

優勝 下田 亮太・安齋 圭  
 準優勝 加藤木 貴之・清水 桂太  
 第 3 位 堀 昭則・菊池 紀之

## 【男子ダブルス B クラス】

優勝 新妻 克悦・横田 和  
 準優勝 岡崎 俊之・谷田部 好祝  
 第 3 位 助川 光一・佐藤 一彦

## 【女子ダブルスクラス】

優勝 江原 玲子・大和田 明美  
 準優勝 廣原 花音・佐藤 美優  
 第 3 位 堀口 綾香・目黒 優美

## 【ミックスダブルスクラス】

優勝 榎本 裕治・榎本 明子  
 準優勝 菊地 亮太・大金 真理子  
 第 3 位 北見 佳久・佐々木 弘美

## 【初心者ダブルスクラス】

優勝 法師人 暢行・大竹 礼子  
 準優勝 森田 久美・小林 なおみ  
 第 3 位 阿部 貴子・尾崎 雅之



大会名：第 13 回市長杯野球大会  
 主催：市軟式野球連盟（菊池清一会長）  
 開催日：平成 29 年 6 月 4 日・11 日・18 日  
 会場：大宮運動公園市民球場 他 3 会場  
 参加チーム：23 チーム

優勝 CLUB ウイングス 〔敬称略〕

準優勝 不二クラブ

第 3 位 石澤クラブ

スターダストキッズ

最優秀選手賞 富山 京兵（CLUB ウイングス）

優秀選手賞 若杉 良平（CLUB ウイングス）

生田目 駿（石澤クラブ）

堀江 将汰（スターダストキッズ）

敢闘賞 本田 龍也（不二クラブ）

大会名：第 20 回ミックスバレーボール大会  
 主催：市バレーボール連盟（相田仁史会長）  
 開催日：平成 29 年 6 月 18 日  
 会場：西部総合公園体育館  
 参加チーム：18 チーム

優勝：大宮ユアーズ

準優勝：JB クラブ

第 3 位：こはく

フォルターズ

最優秀選手賞 長谷川 直子（大宮ユアーズ）

優秀選手賞 山崎 雅子（大宮ユアーズ）

長山 知亜紀（JB クラブ）、鈴木 みゆき（こはく）

海老原 歩美（フォルターズ）

## Vol.38

## 職員のつぶやき ~職員リレートーク~



▲パソコンのことはお任せください！

こんにちは！総務課情報・統計グループの小室佑太です。

主な業務は、庁舎内のシステム構築です。簡単に言うと職員が業務を行うための環境の整備（パソコンや各種ツールの導入から保守まで）をしています。あまり表に立つことはありませんが、なくてはならない重要な業務です。

昨年度までは民間企業に勤務していましたが、この度縁あって奉職することとなりました。社会人としての前職の経験を活かしながら日々邁進していきますので、どうぞよろしくお願いたします。

# スポーツ大会結果

6月28日、市高齢者クラブ連合会スポーツ大会が緒川運動公園で開催されました。

小雨の振る中、日頃の成果を発揮しようと、市内各地区を勝ち抜いたチーム・個人による激戦が繰り広げられました。

各種目優勝チームとグラウンドゴルフ上位6名は、10月開催予定のいばらきねりんスポーツ大会に市の代表として出場します（写真は各種目の優勝チーム・個人）。

## ◎輪投げの部

- 優勝 大岩高岩会（緒川）
- 準優勝 下小瀬ことぶき会（緒川）
- 第3位 塩田わくわく会（大宮）

## ◎ペタンクの部

- 優勝 小倉長寿会（大宮）
- 準優勝 天寿会A（美和）
- 第3位 舟生寿会（山方）

## ◎クロッケーの部

- 優勝 野田高齢者クラブ（御前山）
- 準優勝 天寿会（美和）
- 第3位 亀楽会（美和）

## ◎グラウンドゴルフの部

- 優勝 小室 義男さん（緒川）
- 準優勝 大森 才次さん（美和）
- 第3位 湖口 よし江さん（山方）
- 第4位 会沢 紀行さん（山方）
- 第5位 山崎 美知子さん（大宮）
- 第6位 小松 進さん（大宮）



輪投げの部 大岩高岩会（緒川）



ペタンクの部 小倉長寿会（大宮）



クロッケーの部 野田高齢者クラブ（御前山）



グラウンドゴルフの部 小室義男さん（緒川）

# ピフイラティスを知っていますか？

ピフイラティスとは？！

アメリカの婦人泌尿器科医が開発した10種類の骨盤底筋運動のことを言います。尿失禁・便失禁・便秘・骨盤内臓器脱などの予防や改善にとっても高い効果があると言われています。



専用のボールを使うことで、より効果的に骨盤底筋を鍛えることができます！

▲ 佐藤仁美先生

ピフイラティス教室（主催：文化スポーツ課）が開催されました。講師に佐藤仁美さんを招き、ピフイラティスの基本的な8種類の運動を体験。佐藤先生の明るく楽しい指導のもと、日常生活では使わない筋肉を動かしました。

運動は、様々な体勢でゆっくりと呼吸を続けて動きを保つ「ホールド」と、呼吸と動きを合わせて骨盤底筋の収縮・弛緩をさせる「パルス」を繰り返します。今症状がなくても予防の観点から、トレーニングを続けることが大事だそうです。

下記の場所で昼と夜の2部構成で体験教室を行いました。

6/21（水）山方公民館

7/ 5（水）美和工芸ふれあいセンター

7/19（水）緒川総合センター

8/ 2（水）御前山市民センター



来年2～3月頃にも各地域で開催予定です。  
ぜひご参加ください！

■問い合わせ■

文化スポーツ課 文化・スポーツグループ  
☎ 52-1111 内線 342

# ひよっコラボスタンプラリーを開催中

茨城県北ひよっこ推進協議会（日立市・常陸太田市・高萩市・北茨城市・常陸大宮市・大子町・茨城県）では、ひよっここの舞台となっている茨城県北の里山の魅力に触れ、その良さを味わってもらうため、スタンプラリーを開催しています。

期 間 2017年6月15日（木）～2017年10月31日（土）

設置場所 18か所（各市町3か所×6市町）

応募コース A：里山の達人コース（スタンプ6個）1市町につき1個

B：ぐるっと里山コース（スタンプ4個）どこでも4個

C：里山ふれあいコース（スタンプ3個）1市町1個

景 品 A：ホテル・旅館等ペア宿泊ご招待 6組様

B：お土産セレクション（農産物や里山の恵み特産品）30名様

C：お土産セレクション（農産物や里山の恵み特産品）60名様

（B、Cコースの景品は金額が異なります）

参加方法 市役所商工観光課、もしくは下記のスタンプラリーポイントで冊子をお取りください。そこからスタンプラリーのスタートです。



ひよっコラボ  
茨城県北ひよっこ推進協議会

## スタンプラリーポイント施設紹介

ひよっこ推進協議会ホームページ

<http://ibaraki-hiyocco.jp>

日立市 （御岩神社・たかはら自然塾・中里交流センター）

常陸太田市 （道の駅ひたちおおた・西山の里桃源・水府物産センター）

高萩市 （花貫ふるさと自然公園・穂積家住宅・清流の郷花貫物産センター）

大子町 （道の駅奥久慈だいで・袋田観瀑施設管理事務所・大子おやき学校）

北茨城市 （漁業歴史資料館よう・そろー・花園オートキャンプ場・ガラス工房シリカ）

常陸大宮市 （道の駅常陸大宮・道の駅みわ・ショッピングセンターピサー口）

## 景品の一部



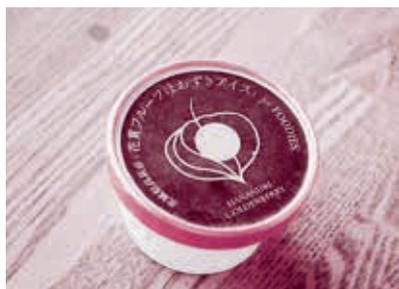
▲梅屋山荘  
（常陸大宮市）



▲特産品  
（日立市）



▲どぶろくと天心焼おちょこセット  
（北茨城市）



◀ほおずきアイスセット  
（高萩市）

## ■問い合わせ■

商工観光課 商工労働グループ  
☎ 52-1111（内線 275）



農家民泊推進担当の間瀬です。7月31日から8月2日までの3日間、緒川地域と盛金地区の農家で、江戸川区立上一色中学校の生徒93人を受け入れました。

私は、今後民泊を推進していくうえで、受入農家の高齢化や後継者不足問題の解決が不可欠であると感じ、そのためには、農業の振興も同時に行わなければならないと思いました。強い農業があってこそ、その民泊の受入規模も拡大でき、体験の価値も上がると思います。

そこで立ち上げたのが『常陸大宮さんち (<https://hitachiomiya-sanchi.com>)』です。『常陸大宮さんち』では、市の情報発信、野菜などの商品販売、農業体験の申し込みを行うことができます。

まずは、商品を通して市を知ってもらい、体験に来てもらうことが民泊の推進に繋がると期待しています。現状の情報発信は、まだまだ市内の情報を網羅できていないとは思えません。市外の方に本市を知ってもらうため、たくさんの魅力的な商品の情報をお待ちしております。今は私一人の活動ですが、目標は株式会社を立ち上げ、市民の皆さんによる出資と市民の皆さんによる運営にしていきたいと思っています。

## ★パラオ共和国について紹介します★



今月はケネリー・レケメルがパラオの文化を紹介します！これは、「ストーリーボード」です。

パラオの伝統的な文化といえば、“Ngasech”（ガアス）です。“Ngasech”は「第一子の誕生を祝う儀式」という意味で、出産後1週間程度かけて行われます。妊娠中に衰えた母親の体力・気力を回復させるとともに、誕生した赤ちゃんが元気に育つようにとの願いが込められています。母親は特別なオイルを全身に塗り、伝統的な衣装を身にまとい、親族や友人はその母親を囲み、歌ったり踊ったりしてみんなでお祝いをします。この儀式は今でも若い人たちに受け継がれているパラオ特有のものです。また、パラオには「ストーリーボード」という木彫りによる伝統的な工芸品があります。昔パラオには文字がなかったので神話や伝統を後世に伝えようと、木に彫って表現しました。現在ではお土産として観光客に人気があり、市役所1階のロビーにも、私たちが作ったパラオマツ

プと一緒に「ストーリーボード」が展示してあるので、ぜひ見てくださいね！

### ◇東日本大震災の被災地（東北地方）を訪問しました

7月2日に東日本大震災・被災地ボランティアに参加しました。東北はとても綺麗なところで、広くて、たくさんの自然に囲まれていました。私は、そのような場所で多くの人が地震や津波で犠牲になったことが信じられず、とても悲しく感じました。そこに住んでいる人々が、愛する人を失ったことや、愛おしいものを失くしたことに、私は非常に心が痛みました。しかし、東北の人々の心はとても強いもので、彼らは家を建て直し、お店を再開するために6年以上もの間、悲しみと闘いながらも頑張っていて、ものすごく速いスピードで復興していました。そこで人々が残酷な記憶と共に一生懸命生きている姿に、すごく心を打たれました。

私は今回東北を訪れて、この悲しい現実に向かい合う日本人の強さをパラオの人たちに必ず伝えたいと思いました。とても素晴らしい経験となりました。



## いっしょにまちづくり



フロイデ DAN (志村大宮病院) 佐藤 芳

私の役割は「摂食・嚥下障害認定看護師」として、地域の方がどこで生活しても「食べる楽しみ」が損なわれないように「口から食べる」ことを繋げることです。私が参加している地域活動グループは毎週木曜に「フロイデ健康カフェ」を開いて、地域の皆さんとストレッチや運動をしています。休憩中のおしゃべりの中で健康に関する話題で情報交換したり、「誤嚥性肺炎予防の体操」についてお知らせしています。

7月16日には北富田地区の花火大会にボランティアとして参加しました。今年初めての催しということでしたが大勢のお客様で大盛況でした。やきそば、バーベキューは地元の野菜を使っていて、大変おいしかったです。90歳以上の参加者も3人いらして、全員に参加してもらうことに意義があると実感しました。

今後は、皆さんの「食べる力」「参加する力」を生かしたイベントや「口から食べる」ことに関する出張勉強会を考えています。「口から食べる」ことの大切さを理解して頂き、どこに住んでいても「口から食べる」ことをバトンのように繋いでいける地域づくりに取り組んでいきたいです。



## 縄文時代の新潟県との交流

2002（平成14）年、新潟県立歴史博物館で、新潟県の考古学研究者達が、常陸大宮市下村田の坪井上遺跡から発掘された1点の土器を取り囲みました。「五丁歩の土器とソックリだ。」と第一声があがりました。新潟県魚沼市の五丁歩遺跡の土器とよく似ており、魚沼地方で作られた土器が常陸大宮市まで運ばれたのではないかと意見が出されました。この時期の縄文土器を研究テーマとする私もその場に居合わせました。

この土器は、縄文時代の中頃（今から約5,000年前）のもので、この時期、東北地方から常陸大宮市を含む関東地方北部では、縄目模様“縄文”と立体的な装飾で飾られた縄文土器が流行します。しかし、先ほどの坪井上遺跡の土器には“縄文”が見られません。粘土紐と線だけで装飾しています。このような土器は、北陸地方に多く見られます。そのため、この土器が魚沼地方から運ばれたと判断されたのです。北陸地方を代表する有名な「火焰型土器」も、線と粘土紐だけで文様を描いています。市内の西塙遺跡（野口）からは、「火焰型土器」を真似て作った土器が発掘されています。



考古部会専門調査員 塚本 師也  
（公益財団法人栃木未来づくり財団  
埋蔵文化財センター調査課長）

坪井上遺跡からは、ヒスイで作った玉（首飾りと推定）が8点出土しています。1遺跡で8点の出土は全国1位です。縄文時代のヒスイの玉は、すべて新潟県糸魚川産で、北海道から沖縄まで発見されています。茨城・栃木の北部は多く出土する地域の一つです。

これらのことから、今から約5,000年前の常陸大宮市の人々は、ヒスイの玉や縄文土器などを通して、新潟県地域の人々と深く関わっていたことが分かります。このように、遺跡から発見された他の地域の特徴を持つ土器や石器から、過去の人々の地域間の交流の様子を明らかにすることができます。これは、考古学が得意とする分野です。



▲坪井上遺跡（下村田）から出土した縄文土器



▲西塙遺跡（野口）から出土した火焰型土器



▲硬玉製の大珠（市指定文化財）

■問い合わせ■

文化スポーツ課

文化・スポーツグループ ☎ 52-1111（内線 344）



## 日本の法律は関係ない？ 海外マルチ事業者とのトラブル



### 事例

学校の友人から、「海外サイトの代理店となり、自分が紹介した人がそのサイト経由で買い物をすると紹介マージンが入る」というビジネスの勧誘を受けた。友人は20万円ほど報酬を得ているらしい。世界規模で展開している企業と言われ、友人を信用して契約し、約30万円

をクレジットカードで支払ったが、

その後「日本での展開が怪しくなってきた」と言われ不安になった。クーリング・オフしたいが、サイト上の規約には「3日を越えると無条件解約できない」とある。

(当事者:学生 男性)

### ひとことアドバイス

- 友人やSNSを通じて勧誘され、海外のマルチ事業者とトラブルになったという相談が寄せられています。
- 海外事業者の中には「日本の法律は関係ない」と主張し、解約等に応じないケースがみられますが、日本で海外事業者と契約した消費者はクーリング・オフ等を主張出来る場合があります。
- 友人からの誘いであっても、簡単にもうかるなどの説明をうのみにせず、契約前には、契約内容やリスク等をよく確認しましょう。理解できない場合は、安易に契約しないことが大切です。
- 不安に思ったときは、早めにお住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)。



発行: 独立行政法人国民生活センター

本文イラスト: 黒崎 玄

### ■問い合わせ■

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)

※月・水・金曜日は消費生活相談員が対応します。

## 善意をありがとう

<花立山自然公園ログキャビンへ>



ヨシカワクリエイト エアコン5台

<社会福祉協議会へ>

(順不同・敬称略)



常陸大宮市消防団 78,672円

# かがやきだより vol.3

## 常陸大宮市の「食改さん」の活動を紹介します！

「食改さん」として皆さんに親しまれている食生活改善推進員は、現在 150 人で活動しています。

### ☆ 主な活動 ☆

- 親子クッキング教室
- 生活習慣病予防教室
- 食育キャンペーン
- 地域文化祭等の行事への協力など

食生活改善推進員は「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、正しい食生活の知識の普及を通して、皆さんの健康づくりのお手伝いをしています。活動はボランティアです！



### 食育キャンペーンを行いました！

毎月19日の食育の日に合わせて、イオン常陸大宮店入口とピサーロ入口で、食育キャンペーンを行っています。今回は夏に摂りすぎになりがちな砂糖の多い食品についてのパンフレットと、減塩レシピの配布を行いながら、塩分や糖分の摂りすぎに気を付けましょうと声掛けをしました。皆さんが食生活について考えるきっかけになればと活動しています。偶数月にはエコス山方店でも実施しています。

### 【配布パンフレット】

## 毎月19日は食育の日です

摂りすぎていませんか？ 1日の砂糖の基準量は…



常陸大宮市食生活改善推進員連絡協議会



▲皆さんに声掛けしました！

### ☆まちの声☆

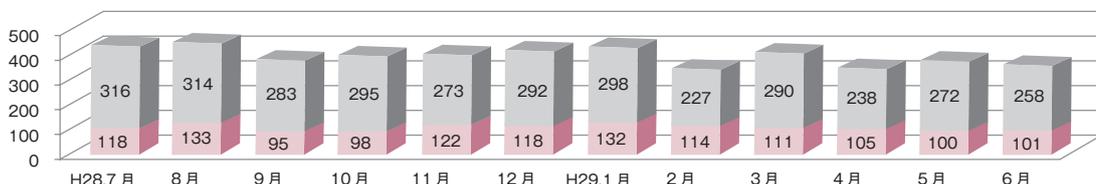
- ・塩分は減塩しょうゆなど利用して、摂りすぎないように気をつけている。
- ・暑いと、市販のかき氷などを食べたくなるので気を付けたい。
- ・農作業のあとにスポーツドリンクを飲みたくなる。砂糖が多いことが分かったので減らそうと思う。

### ■問い合わせ■

健康推進課 ☎ 54-7121

## 常陸大宮済生会病院 救急患者受入状況

※救急受け入れの人数を月別に表しています。(休日・時間外を含む)





常陸大宮市の北東に位置する諸沢地区には、古来よりその土地に伝わる伝承が数多く残されています。今回は、その中から、伝承の舞台となった場所について紹介します。

#### ☆籠岩（籠岩）

籠岩は、大子町との境にそびえる籠岩山の一角に位置します。周囲はハイキングコースになっていて、籠岩山を一望できる展望台から下へ降ったところに籠岩の入口がありますが、足元が大変滑りやすくなっているため、訪れる際には注意が必要です。籠岩山は集塊岩（男体山火山角礫岩）と砂岩から構成され、長い年月の経過により徐々に風化することで、大小さまざまな岩窟ができあがりました。

今回紹介する籠岩もそのひとつ。岩窟には阿弥陀如来と思われる石仏1体のほか、16体の小さな石仏が安置されています。また、岩窟にはしごが架けられ、奥ノ院と呼ばれる上部の岩窟に登ることができます。

『山方町誌』の記述によると、奥ノ院から西へ50メートル進むと不動明王の石仏が祀られているという記述がありますが、そちらについては確認できていません。



籠岩

#### ☆合戦の舞台となった？

文化4（1807）年に成立した『水府志料』には、当時の籠岩に関する記述を見ることができます。

かこ岩 上山といへる地にあり。石山なり。石穴あり。此処より矢の根出る事あり。里人所持せしものまゝあり。如何のゆへなるやを知らず。年久しく土中に埋りしものと見へて、其の形全からず。按に、此の地は金砂山へ隣る村なれば、金砂合戦の時より埋りしものならんか。大きき図するが如し。〈図略〉

この記述によると、江戸時代後期ごろには、籠岩から多くの鍬が出土していたことがうかがえます。諸沢地区は、治承4（1180）年11月に源頼朝と佐竹氏が戦った金砂山合戦の舞台となっており、この地が戦場となったことも十分に考えられます。

#### ☆籠岩に伝わる伝説

「籠岩」という名前については、大小あらゆる岩窟が籠の目のように見えることから来ていると考えられますが、一説によると、籠岩はかつて「神籠もる岩」と呼ばれており、暴れた籠を仙道上人という僧が鎮め、この地に祀ったという言い伝えがあります。『山方町誌』にある不動明王は、この上人の功績をたたえて建てたものだとわれています。また、籠岩に祀られた計17体の石仏は、釈迦如来と十六羅漢ではないかという説もありますが、本尊が阿弥陀如来に見えることもあり、詳しいことは分かっていません。これらの石仏は、銘文により、諸沢村（現常陸大宮市諸沢）や頃藤村（現大子町頃藤）など、近隣に住む村人によって寄進されたことがわかっています。人々にとって特別な場所だったのでしょうか。

今回は籠岩のみの紹介ですが、険しい岩山があり、修験道とも関わり深い諸沢地区には、伝承の舞台となる場所が数多く存在しています。今後も調査を続けますので、情報をぜひお寄せください。



籠岩に祀られた石仏群

※相沢利通さん、金子理一郎さん、木村宏さん、小林久さんにご協力いただきました。

#### <参考文献（一部）>

- ・『山方町誌 下巻』山方町教育委員会、昭和57年
- ・堀江文男著『語り継ぎたい 奥久慈の秘話 改訂版』平成8年

#### ■問い合わせ■

文化スポーツ課 文化・スポーツグループ  
☎ 52-11111（内線 344）

## 第44回茨城県消防救助技術大会で 優秀な成績を収めました!



7月5日に日立市消防本部で行われた、第44回茨城県消防救助技術大会の第1ブロック個人種目選考会（ロープブリッジ渡過）に、坏俊行消防士長、後藤洋介消防副士長が出場し、坏消防士長が第1位、後藤消防副士長が第3位を獲得しました。第1位で通過した坏消防士長が、宮城県仙台市で開催される第46回全国消防救助技術大会に出場を予定しています。全国大会出場は当本部では初めてのことです。



全国大会に出場する坏消防士長



後藤消防副士長（右）とお互いの健闘を称えあいました

### ロープブリッジ渡過とは？

ロープブリッジ渡過とは、水平展張したロープのスタート地点から折り返し地点までの間（往復40メートル）を渡る競技です。往路はセーラー渡過、復路はモンキー渡過で渡ります。（坏消防士長：18.6秒、後藤消防副士長：20.5秒 [基準所要時間：28秒]）



セーラー渡過

別名:水平わたりと呼ばれるように、セーラー（水兵）が用いていた渡り方で、細いロープに体を支えるバランス力と腕力が大切です。



モンキー渡過

モンキー（猿）のようにロープにぶら下がって手足を伸ばして進む渡り方で、手足を伸ばすタイミングと体を支えるための筋力が大切です。



## パラオ研修生に救命講習を行いました

パラオ共和国との東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会ホストタウン交流計画に基づき、本市で受け入れた3人の研修生に対して救命講習を実施しました。

研修生は、分からないことがあると積極的に質問をしながら一生懸命取り組んでいました。彼らが生まれ育ったペリリュー島では、通報すると小さな島のため島内どこでも3～4分程度で消防機関が到着すること、本市から贈呈した消防車や救急車が島で活躍していることを聞き、お互いに交流を深めることが出来ました。



まずは、応急手当の基礎知識と救命処置の流れのレクチャーを受けました



人形を使って実際に救命処置を行いました



その他にも止血の仕方や異物除去などの応急手当も学びました



救命講習を修了した証として、救命講習修了証が配られました



記念にパチリ！お疲れさまでした

■問い合わせ■

常陸大宮市消防本部 西消防署 ☎ 56-2119

# ひたまるがゆく

7月12日・29日に、大洗港第4ふ頭で開催されたクルーズ船にっぽん丸歓迎イベントに参加したひたまる。

この歓迎イベントでは、にっぽん丸のオリジナルグッズ配布やご当地グルメの販売が行われました。また、大洗高校マーチングバンド「blue-Hawks」の演奏で会場は大いに盛り上がりました。

フィナーレで、たくさんのゆるキャラたちとともに、にっぽん丸の出港を元気に見送ったひたまるでした。

## ～お知らせ～

ひたまるは「ゆるキャラグランプリ」にエントリーしました。今年も上位を狙っています。応援よろしくお祈りします！

投票期間:11月10日(金)18時まで URL:<http://www.yurugp.jp/index.php>



▲ 行ってらっしゃーい!!

## スポーツクラブひたまる25情報局 Vol.36

7月15日、那珂市・県民の森で、ひまわりクラブ(那珂市)、みなと waiwai クラブ(ひたちなか市)との3クラブ合同ノルディックウォーキングを行いました(写真)。

また、7月23日には茶臼岳でサマートレッキングを行いました。両日とも真夏日の中での実施となりましたが、全員が全コースを踏破しました。



### ■問い合わせ■

スポーツクラブひたまる 25 事務局 ☎ 55-9666

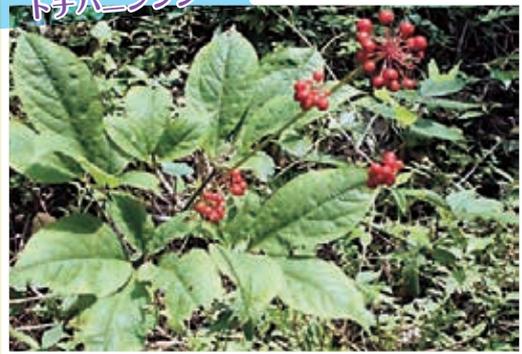
文化スポーツ課 文化・スポーツグループ

☎ 52-1111 (内線 342)

## 御前山ピオトープ周辺の植物等

山地の林内に生える高さ50～80cmの多年草です。直立した茎を伸ばしその先に長い柄のある3～5枚の複葉<sup>ふくよう</sup>をつけます。1枚の葉は普通5つの小葉からなり、これがトチノキの葉に似ていることから名がつけました。6～7月頃、茎の先に花茎<sup>かけい</sup>を伸ばし黄緑色の小さな花を多数つけます。秋には直径6～7mmほどで球形の赤い果実をつけます。葉や花、果実はチョウセンニンジンに良く似ています。

### トチバニンジン



(ウコギ科トチバニンジン属)

(写真・データ提供 御前山ダム環境センター)

## 常陸大宮市の人口

(8月1日現在・推定常住者)

総人口 41,417人

(男 20,431人 女 20,986人)

世帯数 16,093世帯



QRコードから市のツイッターがご覧になれます

## 広報 常陸大宮 8月 第155号

発行日 平成29年8月25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 [hishokou@city.hitachiomiya.lg.jp](mailto:hishokou@city.hitachiomiya.lg.jp)

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

