

常陸大宮

2009
10
No.61



常陸大宮市のマスコットキャラクター決定！
名前を募集中です。
詳しくは10月26日発行の「広報常陸大宮お知らせ版」に掲載。

合併5周年を迎えて

平成16年10月16日、大宮町、山方町、美和村、緒川村、御前山村の5町村が合併し、「常陸大宮市」としての歴史を刻み始め、合併5周年記念を迎えられたことは、多くの関係者の皆様方のご理解とご支援によるものと、心より感謝申し上げます。

地方自治体を取り巻く環境は、少子・高齢化による急激な人口構造の変化や世界的な不況の影響などで、厳しい財政事情を抱えていますが、本格的な地方分権時代を迎え、行財政改革の更なる推進と自立したまちづくりが求められています。

本市におきましても、財政の健全化は最大の行政課題になっていますが、「豊かな自然と調和した安心・快適な活力のまち」という『市の将来像』の一日も早い実現に向け、まちづくりの基礎を固められるよう着実な取り組みを推進することが必要であると存じております。

市政の方針として、事業の計画段階から多くの市民の皆様のご意見をお伺いし、市民と行政との対話を積み重ね、連携を深めることを通して、市民と市との協働によるまちづくりを進めるとともに、より多くの市民の皆様のご意見をもとに、一体的な発展に取り組むことが、今、もっとも求められていることだと存じております。

合併に際しての多くの皆様からの多大なるご尽力に改めて感謝申し上げます、この記念すべき日を新たなスタートとして、市民全員が心を一つにし、常陸大宮市の活力ある発展のために、さらなるご支援とご協力をお願い申し上げます。

常陸大宮市長

三次 真一郎

平成18年6月号

7月3日、常陸大宮済生会病院が開院診療を開始。

現在は、内科、整形外科等11科の診療と、感染症に対応する2床を含む160床での運営を行っています。



平成19年5月号

4月14日、県内12番目となる消防団女性部が結成。

現在の団員数は25人。平成21年10月22日には全国女性消防操法大会に茨城県の代表として出場しました。



～「広報常陸大宮」の表紙に使用した写真をもとに、5年間の主な出来事を振り返ります～

平成16年10月号(創刊号)

10月16日、常陸大宮市誕生。

2町3村の合併時の人口は平成16年11月1日で48,077人。約5年後の平成21年10月1日現在では45,881人です。



平成17年4月号

3月22日、市章決定。

常陸大宮市の「ひ」の文字を川の流れにたとえ、川の部分の5つのパーツは5つの旧町村をあらわしています。



常陸大宮市合併5周年

平成20年7月号

6月26日、西塩子の回り舞台保存会が第1回ティファニー伝統文化振興賞を受賞。
東京青山で行われた授章式に出席し、ティファニー製のトロフィーと賞金を授受しました。



平成19年8月号

8月1日、市の花・木・鳥が制定。
市民の皆さんから募集した中から、花には「バラ」が、木には「桜」が、鳥には「カワセミ」が選ばれました。



平成20年12月号

第23回国民文化祭・いばらき2008開催。



11月1日
於：大宮公民館塩田分館
グラウンド
オープニングフェスティバル

11月2日
於：市文化センター
全国吟詠剣詩舞道祭

11月8・9日
於：大宮公民館塩田分館
グラウンド
西塩子の回り舞台歌舞伎公演

平成19年11月号

11月11・12日、ねんりんピック茨城2007なぎなた交流大会開催。
市ではなぎなた教室が開催され、市民も大会に出場しました。



平成21年4月号

4月6日、御前山地域の長倉・野口・伊勢畑小学校が統合し、御前山小学校が開校。



平成20年5月号

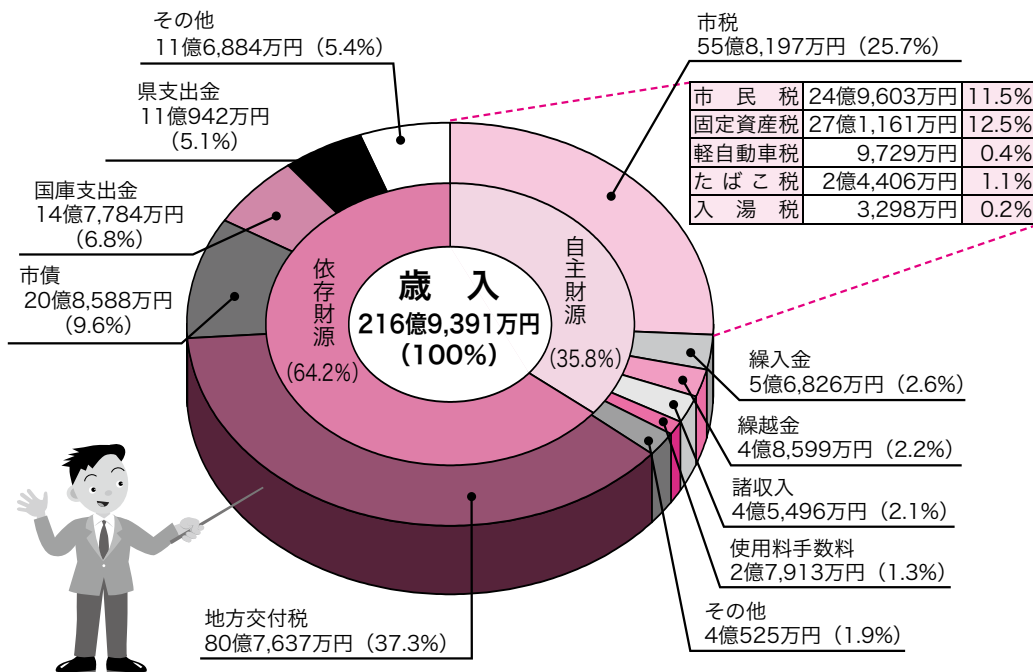
4月13日、合併してはじめての市長選挙が行われ、三次真一郎市長が誕生。



11月号では、合併記念式典の模様とマスコットキャラクター及び常陸大宮大使について掲載します。

平成20年度決算報告

平成20年度一般会計・特別会計及び企業会計の決算が、市議会9月定例会で認定されました。そこで、市民の皆さんに納めていただいた税金や国・県からの補助金などがどのように使われたのかをお知らせします。



平成20年度の歳入については、配当割交付金や株式等譲渡所得割交付金が大幅に減収となりましたが、市税収入の確保に努めるとともに、財政調整基金繰入金及び市債等の活用により所要の財源を確保しました。

歳出については、御前山小学校建設事業や道路整備事業をはじめとして総合計画等に基づく事業を執行するとともに、国の緊急経済対策事業との整合を図りながら各種施策を推進しました。

一般会計の歳入決算額は216億9,391万円、歳出決算額は211億2,810万円で歳入と歳出の決算額の差が5億811万円の差があり、このうち平成20年度に完了しなかった事業（繰越事業）にあてる財源1億1,157万円を除いた4億5,424万円は、平成21年度の一般会計予算へ繰り越しています。

平成20年度末市債の現在高

区分	現在高
一般会計	
合併特例事業債	52億6,010万1千円
過疎対策事業債	53億5,687万3千円
その他	172億9,254万円
一般会計計A	279億951万4千円
※Aから地方交付税算入分を除いた市債残高	105億6,149万6千円
特別会計・企業会計	
国保診療施設勘定	1,986万1千円
公共下水道事業	31億9,031万9千円
農業集落排水事業	41億399万2千円
戸別浄化槽整備事業	2億3,229万9千円
簡易水道事業	29億6,966万円
宅地造成事業	1億6,242万7千円
温泉事業	1億5,570万5千円
上水道事業	14億830万6千円
特別会計等計B	122億4,256万9千円
※Bから地方交付税算入分を除いた市債残高	73億5,235万2千円
合計(A+B)	401億5,208万3千円
※合計(A+B)から地方交付税算入分を除いた市債残高	179億1,384万8千円

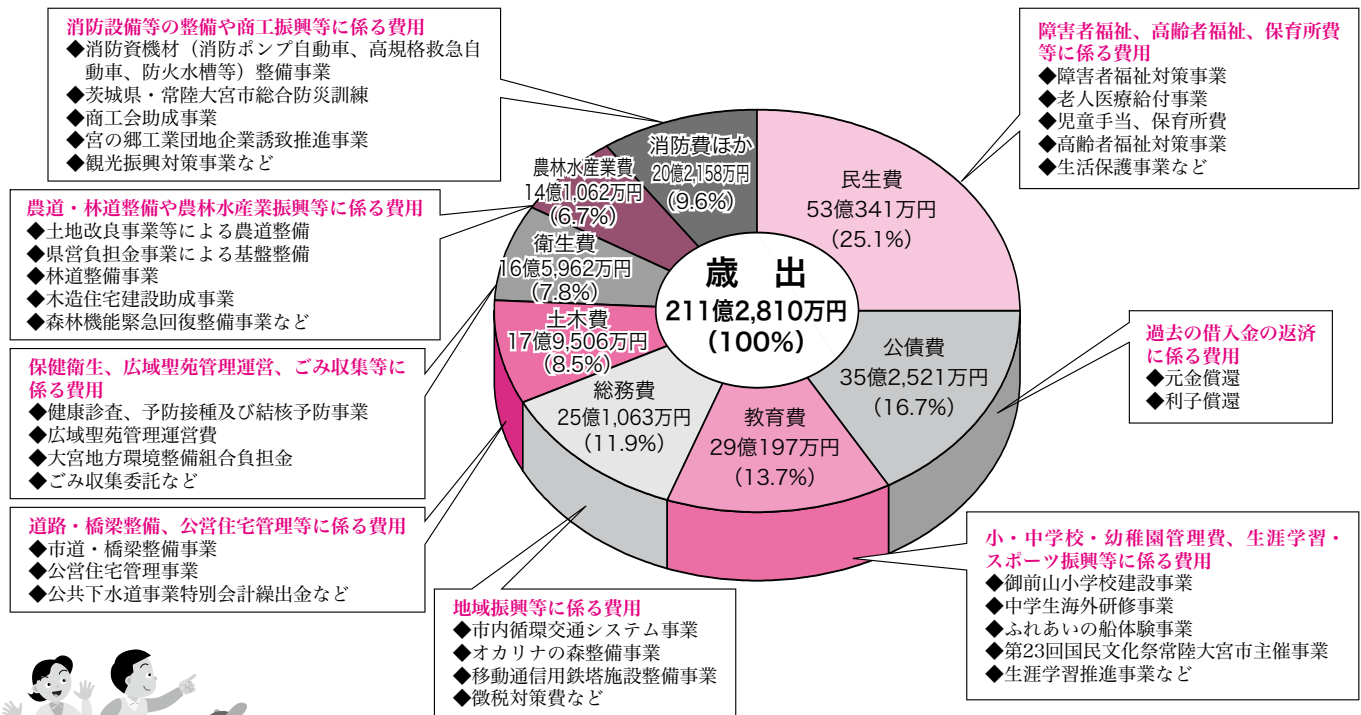
※印の項目は、市債のうち合併特例事業債や過疎対策事業債など、毎年度の元利償還額の一部を地方交付税で補てんされる市債があり、それらの市債の残高から補てんされる金額を除いて実際に市が負担する見込み額です。

特別会計・公営企業会計

会計名	歳入(A)	歳出(B)	差引(A-B)
国民健康保険			
事業勘定	47億5,202万円	46億6,367万円	8,835万円
診療施設勘定	2億3,235万円	2億1,796万円	1,439万円
老人保健	6億5,802万円	6億4,994万円	808万円
公共下水道事業	8億7,635万円	8億5,008万円	2,627万円
公営墓地	4,520万円	738万円	3,782万円
農業集落排水事業	12億5,006万円	12億1,606万円	3,400万円
介護保険	35億5,101万円	34億7,025万円	8,076万円
簡易水道事業	10億4,995万円	10億1,575万円	3,420万円
宅地造成事業	4,154万円	4,120万円	34万円
戸別浄化槽整備事業	5,407万円	4,669万円	738万円
温泉事業	1億7,250万円	1億7,136万円	114万円
後期高齢者医療	3億9,558万円	3億9,442万円	116万円
上水道事業			
収益的収支	6億8,029万円	6億5,570万円	2,459万円
資本的収支	1億1,154万円	3億2,128万円	△2億974万円
合計	138億7,048万円	137億2,174万円	1億4,874万円

※上水道事業会計の資本的収支の差引△2億974万円(不足額)は、過年度分損益勘定留保資金等で補てんされます。

■問い合わせ先■ 財政課 財政グループ ☎ 52-1111 内線 375



『我が家の家計簿』

財政用語が難しかったり、金額の桁数が大き過ぎて実感がわかないと言われることが多いので、市の財政状況を身近に感じていただけるように、平成20年度一般会計決算の規模を歳入額で500万円に縮小して、『我が家の家計簿』に例えて表現してみました。市の財政と家庭の家計簿では仕組みが違い、完全な置換えが難しいところが多々あることをご了解ください。

収 入			
収入費目	歳入区分(目的別)	市決算額	家計の支出
給料	市税・分担金及び負担金・使用料及び手数料など	65億4,523万円	151万円
実家からの援助	地方交付税・各種交付金・国県補助金など	118億3,247万円	273万円
不動産収入	財産収入など	1億7,608万円	4万円
銀行などからの借入金	市債	20億8,588万円	48万円
貯金の取崩し	繰入金	5億6,826万円	13万円
前年度からの繰越金	繰越金	4億8,599万円	11万円
1年間の収入合計		216億9,391万円	500万円

支 出			
支出費目	歳出区分(性質別)	市決算額	家計の支出
食費	人件費	48億9,492万円	113万円
電気・水道代などの日常生活費	物件費	28億3,119万円	65万円
医療費・介護費用など	扶助費	24億869万円	56万円
ローンの返済	公債費	35億2,521万円	81万円
家・車の修理代など	維持補修費	1億2,559万円	3万円
区会費・お祝金など	補助費等	17億5,770万円	40万円
子どもへの仕送り	繰出金	27億7,938万円	64万円
家の増改築・車の購入代など	投資的経費(普通建設事業費・災害復旧費)	25億4,445万円	59万円
友人への融資	投資及び出資金・貸付金など	862万円	0円
貯金	積立金	2億5,235万円	6万円
1年間の支出合計		211億2,810万円	487万円

次年度への繰越金(収入－支出)	5億6,581万円	13万円
-----------------	-----------	------

市民のみなさんの 市税負担額と市の歳出額

区 分	1人当たり	世帯当たり
市 税 負 担 額	117,905円	328,680円
歳 出 額	446,277円	1,244,073円

※上記の金額は、平成21年3月31日現在の住民基本台帳人口と世帯数(47,343人、16,983世帯)を用いて算出しています。

市民1人当たり・世帯当たりの 基金及び市債の現在高

区 分	1人当たり	世帯当たり
基 金	積立基金	8万円
	定額運用基金	2万5千円
	合 計	10万5千円
市 債	一 般 会 計	59万円 (22万3千円)
	特別会計+	25万8千円
	企業会計	(15万5千円)
	合 計	84万8千円 (37万8千円)

※上記の金額は、平成21年3月31日現在の住民基本台帳人口と世帯数(47,343人、16,983世帯)を用いて算出しています。

また、市債の「1人当たり」及び「世帯当たり」の()書きの金額は、地方交付税で補てんされる金額を除いています。

長寿を祝って

敬老の日にあたり、9月15日と17日、市長、副市長、保健福祉部長が、100歳以上のご長寿の方々を訪問し、市及び社会福祉協議会から祝い金や記念品を贈呈しました。そして、今年度100歳を迎えられる方には、内閣総理大臣と県知事からの褒状・記念品を贈り長寿をお祝いしました。

市内各地域では、市内にお住まいの75歳以上の方を招いて趣向をこらした長寿のお祝いの会が催され、介護予防や病気の事故に合わないための対策について、講演会を行ったところもありました。

9月1日現在、市内の65歳以上の人口は13,420人で、うち100歳以上の方は29人（男性7人、女性22人）で昨年より6人増えました。



市内100歳以上の皆さん

9月1日現在

敬称略

年 齢	氏 名 (地区)
104歳	小野瀬くに (山 方) 蓮田 キノ (檜 山)
102歳	鹿島 一 (野 上) 竹内 ミネ (大 岩) 軍司 渡 (野 口) 内田 セイ (上小瀬)
101歳	但野 サキ (野口平) 君島 とし (野 口) 神長 徳次 (西野内) 會澤 節 (諸 沢) 栗田 ふみ (上 町) 桑名 トミ (上小瀬) 小室 春吉 (鷹 巣) 桑田 モト (上小瀬)
100歳	横山 さと (鷹 巣) 佐藤 セツ (大 岩) 古田土志ま (野 田) 石川 やい (根 本) 金子ふちの (長 田) 小池 暢 (鷹 巣) 小野瀬貞子 (山 方) 佐藤 キミ (高 部) 長岡 ナミ (上檜沢) 長山 ヒテ (下小瀬) 富山 とめ (上岩瀬) 河西 市平 (高 部) 小林 り奈 (野 口) 佐藤 愛子 (小田野) 鈴木西之介 (鷹 巣)



市内男性最高齢者の
鹿島 一 さん
(102歳)



市内最高齢者の
小野瀬 くに さん
(104歳)

市内の100歳以上の方にお聞きしました。

長生き、健康の秘訣は？

- ・ 酢の物やカルシウム・鉄分を含んだ食生活を心掛ける
- ・ 好き嫌いなく肉類より野菜、小魚中心で適量の食事を摂る
- ・ お酒や喫煙は避け、毎日規則正しい生活を送る
- ・ 若い頃から軽い運動を毎日続ける
- ・ 農業や適度な運動で筋力の維持を心がける
- ・ 毎日ラジオ体操をして新聞を読む
- ・ 好きな趣味を持ち続ける(盆栽、植木、読書、クロッキー、輪投げ、歌、塗り絵、切り絵、貼絵など)
- ・ 人と会話をする
- ・ 家にひきこもらない など

多くの方が、バランスよい食事と適度な運動が長生きの秘訣と答えています。

なかには、将棋やオセロをしたり、80歳を過ぎてからパスポートを取得し毎年海外へ行ったりしたことと答えた方もいました。脳に刺激を与え好奇心を持ち続け、体はもちろん、心も元気であることが長生きの秘訣のようです。

パスポート申請受付開始

平成21年9月1日からパスポート（旅券）の申請・受領が、
市役所市民課（本庁1階）で行えるようになりました。

◆申請・受領の時間

月曜～金曜日の午前9時～午後4時30分

※土・日曜日及び祝日、年末年始（12月29日～
1月3日）を除く

◆受付場所

市役所市民課パスポート窓口（本庁1階）

※各総合支所でのお取扱はできません。

◆常陸大宮市で申請できる方

市内に在住している方

※申請は本人以外の方でもできますが、
受領は本人のみとなります。



※窓口は本庁正面玄関を入って右側です。

■問い合わせ先■ 本庁 市民課 ☎52-1111（内線103）



▲重量部門1位の高倉さんの南瓜

出品された南瓜は、9月23日に東
京都江東区の夢の島熱帯植物園で開
催されたお化け南瓜コンクールや、
夢の島ハロウィンパーティー等様々
な企画で使用され、来場者を楽しま
せました。

この催しは、かぎぐるま出荷会が
はじめて行ったもので、約150点
の南瓜が出品されました。審査は、
重量・イケメン・ユーモアの3部門
で行われ、重量部門で1位となった
高倉一力さんが育てた南瓜は91・
85キログラムもありました。



9月20日、緒川地域の物産セン
ターかぎぐるままで、お化け南瓜コン
テストが開催されました。

大きな南瓜が勢ぞろい



この催しは、美味しいお米を生産
する塩田地区をPRしようと、塩田
ふるさと協議会が平成21年度より取
り組みをはじめた事業です。
オーナーが5月に植えたコシヒカ
リが立派に実り、地元農家の指導の
もと、約50人の参加者が手刈りによ
る稲刈りを行いました。特に稲の結
束が難しかったようで、おだかけを
しようとする結果に使用したワラ
がほどけてしまった人もいました。
今回刈り取った稲は、精米後、参
加者のもとに届けられ、食卓に上り
ます。

9月27日、塩田ふるさと協議会が
豊島区と県内各地から募集した「塩
田お米づくりオーナー」による稲刈
りが行われました。

塩田地区で稲刈り体験

10月1日御前山地域で 乗合タクシースタート

10月1日、乗合タクシーの運行が開始となりました。

乗合タクシーは、デマンド型交通と呼ばれている予約制の乗合タクシー方式による送迎サービスで、ご自宅等の指定場所から目的地まで、電話予約等により利用いただけるサービスです。

予約センターは緒川総合センターに設置されていて、2人のオペレーターが常駐し予約受付業務を行います。



予約センターのオペレーター



10月1日出発式

美和支団が2位入賞

9月27日、第60回茨城県消防ポンプ操法大会の県北地区大会が、辰ノ口おおみや消防広場において開催されました。

大会はポンプ車操法の部と小型ポンプ操法の部に分かれて行われ、それぞれ8支団が出場しました。



▲選手宣誓を行う
みつはる
相田光陽さん

当市からは代表として美和支団が出場し、優勝は逃したもののポンプ車操法の部でみごと2位に入賞し、ポンプ車操法優秀選手に相田光陽さんが選ばれました。



いっしょにまちづくり

「環境はどう活用されるのか」

緑の少年団 森戸 康夫さん

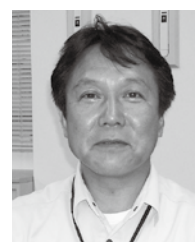
9月13日、茨城大学で連携事業に携わっている小島教授の「昆虫観察会～inおがわふれあいの森～」に、緑の少年団の一員として参加しました。

昆虫観察などの自然観察は、すぐ身近でお金をかけなくても手軽に親子が同じ目線で楽しめ、さらに、採取した昆虫を図鑑や顕微鏡で調べることによって、子どもたちの観察力や探究心がはぐくまれ、子どもの将来的な人間形成にも役立つ気がします。

実際に参加した子どもたちは、昆虫採取の仕方もよく分からず最初は悪戦苦闘しましたが、先生方の採取の仕方を見てコツを掴み、顕微鏡によって採取した昆虫を見て、新たな発見をして驚いていました。

この地域は自然環境に恵まれています、その環境を有効に活用し、そして日々の生活の中に取り入れる工夫ができれば、そこに住む人にとって楽しい記憶になるのではないのでしょうか。

※市と茨城大学とは相互に連携協力し「豊かな自然と調和した安心・快適な活力のまち」を目指して各事業に取り組んでいます。



第5回初心者・シニアテニス大会

開催日：9月6日
主 催：市テニス連盟（菊池修平会長）
於 ：西部総合公園テニスコート



女子シニアの部

優 勝 永井 玲子・沢畠えみ子ペア
準優勝 金澤 訓子・谷田部和子ペア

初心者ジュニアの部

Aブロック
優 勝 安藤 千真・菊池 謙ペア
Bブロック
優 勝 西野 結愛・四倉 美弥ペア

男子シニアの部

優 勝 松本三千男・大曾根義徳ペア
準優勝 貝 功・菊池 悟ペア
第3位 石川 眞・和田 茂行ペア

初心者の部

優 勝 田山 直子・田山 詩織ペア
準優勝 寺門 澄江・長瀬 郁子ペア
第3位 小野久美子・大賀 晶子ペア

秋季平成杯野球大会

開催日：9月6・13・20日
主 催：市野球連盟（塩澤實会長）
於 ：大宮運動公園市民球場ほか2会場
参加チーム：36チーム

優 勝 常陸大宮市役所
準優勝 スターダストキッズ
第3位 フジノン水戸
CLUBウィングス



▲優勝した常陸大宮市役所の皆さん

第5回一般女子バレーボール大会

開催日：9月20日
主 催：市バレーボール連盟（中村稔会長）
於 ：西部総合公園体育館
参加チーム：11チーム

優 勝 グルービー
準優勝 ステップ
第3位 大賀ディアーズ
フォルタース



▲優勝したグルービーの皆さん

市議会定例会

平成21年第3回常陸大宮市議会定例会が、9月1日から18日まで開会されました。この定例会では、次の議案の審議が行われ、それぞれ可決、認定及び同意されました。

●市長提出議案

平成20年度決算

○常陸大宮市一般会計歳入歳出決算
ほか特別会計（12会計）歳入歳出決算

条例

○常陸大宮市移動通信用鉄塔施設の設置及び管理に関する条例の一部を改正する条例

○常陸大宮市国民健康保険条例の一部を改正する条例

平成21年度補正予算

○常陸大宮市一般会計補正予算
ほか特別会計（5会計）補正予算

人事

○教育委員会委員の任命について
※敬称略

宮田 慎（千田）
横山 英生（小祝）

その他

○大宮大子地方広域市町村圏協議会の廃止について

○市道路線の認定について



知って得する
消費者情報⑱

悪質商法や振り込め詐欺の被害から高齢者を守りましょう！

悪質業者は高齢者を狙っています！

悪質商法などによる高齢者の被害を食い止めるには、ご家族はもとより高齢者の周りの方々（ご近所、民生委員、ヘルパーの方など）が、高齢者の様子を気にかけていただくことが大切です。

●被害にあわないために

- ① 業者の言うことをうのみにしない。
- ② いらないものはキッパリ断る。
- ③ その場ですぐに契約しない。
- ④ おかしいと思ったら家族や知人に相談する。



周囲の方々からの情報をきっかけに、問題が解決することもあります。
気になることがあれば、消費生活センターへご相談ください。

■問い合わせ先■

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（本庁商工観光課内）

☎52-2185（直通）

車に乗ったら 忘れずに

常陸大宮市ネットワーク協議会ヤッホーふれあいの会（木村勉会長）は、毎月シートベルト着用調査を山方宿駅前で実施しています。

◎7～9月調査分

調査日	運 転 席			助 手 席			合 計		
	台 数	着用数	着用率 (%)	台 数	着用数	着用率 (%)	台 数	着用数	着用率 (%)
7月1日	224	218	97.3	32	29	90.6	256	247	96.5
8月3日	195	188	96.4	22	17	77.3	217	205	94.5
9月1日	187	179	95.7	27	21	77.8	214	200	93.5

常陸大宮市6つの宣言

核兵器廃絶平和都市宣言

青くすみぎった空、那珂川や久慈川をはじめとした清らかな川の流れ、そして緑あふれる山々。この豊かな自然の中で、平和で安心して暮らせることは、市民すべての願いです。

このようなわたしたちの願いに反し、核兵器の存在は、世界平和に深刻な脅威を与えています。

わたしたちは、世界で唯一の被爆国民として、再び「広島」「長崎」の惨禍が繰り返されることのないよう、核兵器の廃絶と世界の恒久平和を強く願わずにはいられません。

よって、本市は、市民の平和を願う心を結集し、ここに「核兵器廃絶平和都市」を宣言します。

環境にやさしいまち宣言

わたしたちは、豊かな緑と那珂川や久慈川の清流など、自然豊かな環境のもと健康で文化的な生活を営んできました。

近年、豊かな生活ができるようになった反面、廃棄物の増加や生活雑排水による河川の汚濁などのさまざまな環境問題が起きてきました。また、化石エネルギーの大量消費は地球規模の深刻な環境問題を引き起こしています。

わたしたちの暮らしや行動様式が自然や生活環境に大きな影響を与えていることを考え、市民、事業者、行政が相互に協力・連携して、豊かな自然環境を保全し、将来世代に引き継いでいくために、ここに「環境にやさしいまち」を宣言します。

福祉と健康のまち宣言

わたしたちは、「住みなれたぬくもりのある地域で心身ともに健やかに暮らしたい」と心から願っています。

核家族化、少子化、高齢化が進むなか、子どもから高齢者、障がい者の誰もが安心して暮らしていくためには、人と人とのつながりを大切に、思いやりの心を持つ地域社会を築いていく必要があります。

本市は、この豊かな自然にめぐまれた地域の中で、市民一人ひとりがお互いを尊重し、ともに助け、支え合い、健康で幸せに暮らせる福祉のまちを目指して、ここに「福祉と健康のまち」を宣言します。

覚せい剤等薬物乱用のないまち宣言

全国各地で「ダメ。ゼッタイ。」を合い言葉に「国際麻薬撲滅運動」が展開され、茨城県においても薬物乱用の防止のため関係機関が連携を図りながら諸活動を展開しています。

この問題は、薬物の蔓延につながる乱用者個人の問題もさることながら、乱用者自身が引き起こす二次的犯罪の発生も懸念され、平穏な市民生活を脅かす心配もあります。

わたしたちは、関係機関・団体と力を合わせ、かかる事態を根絶し、安心して暮らせるまちづくりを推進するため、ここに「覚せい剤等薬物乱用のないまち」を宣言します。

租税完納推進のまち宣言

地方分権が進む中で、本市が地域の個性や資源をいかしながら自主性・自立性・独自性をそなえたまちづくりを推進するためには、将来にわたって安定した行政運営を展開できる財政基盤の確立が重要です。特に市財政の根幹をなす自主財源において税収の確保は不可欠であります。

わたしたちは、国民の納税義務を再認識して、自主的に申告し、納期限までに完納する義務を積極的に果たさなければなりません。

市民一人ひとりの納税意識の高揚を図り、豊かな住み良いまちづくりを進めるため、ここに「租税完納推進のまち」を宣言します。

ゆとりある安心・快適なまち宣言

市民が、日々の生活にゆとりを持ち、安心・快適な安らぎのある生活を送ることは人間性豊かな社会の構築にとってきわめて重要です。

安心して快適に生活できる生活環境の充実と働く場の確保、健全な職場環境の整備を図り、すべての市民が心身ともに健康で、ゆとりをもって生活できる地域社会を築くことは、わたしたち市民の願いであるとともに将来世代に対する責務と考えます。

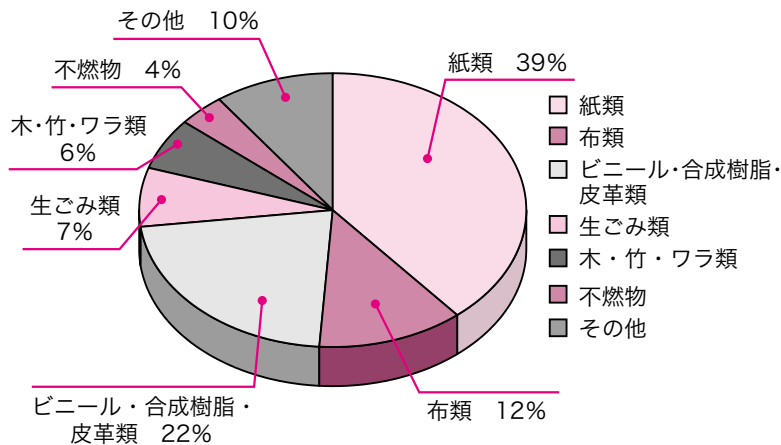
そこで、本市では、これをまちづくりの基本と位置づけ、市民・事業者・行政が共通の認識を持って協力し、実現していくため、ここに「ゆとりある安心・快適なまち」を宣言します。

雑がみも大切な資源です!!

皆さんのご家庭から出される可燃ごみの中には、多くの紙類が含まれています。
 その中で、特に多く見受けられる雑がみは、分別することで資源としてリサイクルすることができます。



可燃ごみの組成



可燃ごみに出された紙類のすべてをリサイクルした場合、可燃ごみの量は今までの5分の3に減少します。

平成20年度の可燃ごみ量は11,418トン。うち、紙類の量は11,418トン×39%=4,453トンです。

⇒可燃ごみとして出されている紙類をきちんと分別することで、多くの可燃ごみが減量できます。

「雑がみ」とは？

「雑がみ」とは、新聞・雑誌・段ボール・紙パック以外の紙類のことです。



菓子箱等



包装紙



レシート



衣類などについていたタグ



紙袋



トイレトペーパー等の芯

その他、はがき・封筒・メモ用紙など。

※はがき・料金明細など個人情報を含むものについては、可燃ごみとして出しても構いません。

注意!

次のものは「紙類」として出せません!!

- 食品や洗剤等の汚れや匂いがついた紙製容器
- 紙コップなどの防水加工紙
- 金・銀加工を施した紙

次のものは紙類に混ぜないでください!!

- 粘着テープ
- 金属・プラスチック製の器具
- 雑誌等に付随しているCD、商品サンプルなど



紙袋に入れる



雑がみがでないよう
しばって出す



ひもでしばりづらい小さな
雑がみがたくさんある場合



雑がみを折りたたんで雑誌
等の間にはさみこむ



はさんだ雑誌は、他の雑誌類と
一緒にひもでしばって出す

レジ袋の無料配布中止によるレジ袋の辞退率について

7月1日から実施しているレジ袋の無料配布中止に伴い、各店舗の辞退率は以下のように変化しています。

事業者名	6月平均	7月	8月	9月
ジャスコ 常陸大宮店	13%	81%	83%	84%
エコス 山方店		75%	75%	76%
カスミ 常陸大宮店		79%	81%	83%
かわねや 大宮店		80%	81%	82%
スーパーヒロセヤ大宮店		78%	82%	84%
スーパーふじの		96%	96%	95%
カドヤ 常陸大宮店		79%	80%	81%

7店舗の7月から9月の辞退率の月平均は83%となりました。

3カ月間の合計でレジ袋90万枚、重さにして6,300kgの削減となり、二酸化炭素に換算すると、約54,000kg-CO₂が削減されたことになります。

今後ともマイバッグの持参にご協力をお願いします。



秋の全国火災予防運動



11月9日から15日までの間「秋の全国火災予防運動」が実施されます。これから、火災が発生しやすくなる冬の季節を迎えます。火災予防の意識を高め、火災の発生を防止し、火災から尊い生命と貴重な財産を守りましょう。

火の用心 7つのポイント

- 1 家のまわりに燃えやすいものを置かない！
- 2 寝たばこやたばこの投げ捨てはしない！
- 3 天ぶらを揚げるときはその場を離れない！
- 4 風の強いときはたき火をしない！
- 5 子どもにはマッチやライターで遊ばせない！
- 6 電気器具は正しく使い、たこ足配線はしない！
- 7 ストーブには燃えやすいものを近づけない！



救急業務・ 応急手当普及キャンペーン

9月6日、市内スーパーのエントランス広場において、救急の日及び救急医療週間に伴う「救急業務・応急手当普及キャンペーン」を実施しました。

多くの方たちが足を止め、救急車の見学や心肺蘇生法の実技体験をしました。



消防車のサイレン音について

次のように使い分けています。

- 火事するとき
ウ〜カンカンカン（サイレンと警鐘）
- 火事以外するとき
（救助・救急支援・その他の災害）
ウ〜ウ〜ウ〜（サイレンのみ）
- 火事が消えた後に消防車が帰署するときや、
火災予防広報のとき
カンカン カンカン（警鐘のみ）





酒のつまみや間食に どんなものを食べていますか

スーパーやコンビニなどで売られている食品です。どの位の塩分や脂質、プリン体が含まれているか自分の健診データと合わせてみてください。

食品	目安	重量(g)	総プリン体 (mg)	コレステロール (mg)	塩分(g)	エネルギー (kcal)
さきいか	小1袋	18	100	67	0.7	55
干しホタテ貝柱	大3粒	12	40	18	0.6	39
笹かまぼこ	5枚	160	76	24	4.1	149
サラミソーセージ	1本	22	27	18	0.6	75
チーかま	1本	35	15	9	0.7	42
おさかなソーセージ	1本	50	11	15	1	88
でん六豆	1袋	65	不明	0	0.8	294
柿ピー	小1袋	43	不明	不明	0.5	217
焼きうるめ	7匹	15	112	33	1.1	45

		総プリン体	コレステロール
1日の摂取基準量	健康な方	400 mgまで	300 mgまで

※脂質異常症や高尿酸血症の方は
摂取基準量が異なります。

■問い合わせ先■

健康推進課 ☎54-7121

シルバーリハビリ体操

～膝痛を予防する体操～



椅子に深く座り背筋を伸ばします。
片足を水平に伸ばしてつま先を立てます。
足を少し開き、再び元に戻して足をおろします。

▲美和地域 シルバーリハビリ体操指導士 小室澄江さん

健康アドバイス

「経口補水」

常陸大宮済生会病院

小児科部長 熊谷 秀規先生

腹痛や嘔吐・下痢で発症する感染性胃腸炎について、家庭での注意点や対応のお話をします。感染性胃腸炎の原因は、食中毒など細菌感染の場合もありますが、おもにはウイルス感染です。嘔吐や下痢は、病原体を早く対外に出そうとする体の防御反応のひとつですが、それにより大量に体内の水分や塩分が失われると脱水状態に陥り、状態が悪くなります。子どもはうまく訴えることができないため、周囲の者が体調の変化に注意を払う必要があります。

次の場合は医療機関を受診しましょう。①泣いても涙がでない ②目が落ちくぼんでいる ③皮膚、口、舌が乾燥している ④呼吸が速く眠りがち ⑤1日に6回以上大量の水様下痢便や血便がある ⑥緑色～黄色の嘔吐があり嘔吐が続く ⑦皮膚が冷たく色が悪い ⑧生後4カ月未満の乳児で38℃以上の発熱がある

胃腸炎の治療法のひとつに経口補水があります。塩分と糖分が適切な割合で混ざった飲料（スポーツ飲料とは目的や組成が異なります）を口から飲むことです。これにより水分と塩分が速やかに吸収され脱水を改善します。WHO（世界保健機構）では経口補水に関する啓発活動を世界的に進めています。補水液は薬局や病院の売店等で販売していますが、家庭で作ることもできるので一例を紹介します。①砂糖40g（上白糖大さじ4と1/2杯）と食塩3g（小さじ1/2杯）を1リットルの湯冷ましに良く溶かします。②飲みやすい温度にします。③果汁を絞ると飲みやすくなります。一度にたくさん飲むよりは、少量をくり返し飲む方がよいでしょう。詳細は、かかりつけの医師に相談ください。



金井在住 赤上陽子さん

私は市内の幼稚園に勤めています。私が幼稚園に通っていた時の担任の先生は、優しくてあたたかくて、笑顔がとても素敵な先生でした。そんな先生に憧れ、私もこんな先生になりたいと小さい頃から夢を抱き、市内の幼稚園に勤め早十数年。毎日かわいい子どもたちに囲まれ、充実した日々を過ごしています。自分の未熟さから失敗し、涙することもたくさんありました。でも、そんな時、私を支えてくれたのは、職場の仲間や友人、両親でした。そして、何といても子どもたちの笑顔や「先生大好き」の言葉は私に勇気と元気を与えてくれます。

これからも、感謝の気持ちを忘れず、子どもたちと一緒に成長していきたいと思っています。そして、ゆつくりと自分のペースで、時には寄り道をしたり立ち止まったりしながら、いろいろな方との出会いを大切に「元気ハツラツ」と過ごしていきたいと思っています。

男の料理教室

9月3日、山方公民館の調理室で男の料理教室が開かれました。

この催しは、男女が活き活きと生活するために必要な術を習得するための講座の一つとして、男女共同参画推進会議が中心となり実施されたもので、16人が参加しました。

講師には、市内で割烹料理店を営む茅根和史氏、茅根拓洋氏、長岡久人氏を迎え、旬であるサンマを使った料理を中心に作りました。

調理の時間は2時間。サンマを3枚におろしたり開いたり、また、臭みをとる方法やサンマの皮を簡単にむく方法、さらにはきれいに盛り付けるコツなども教わりながら、有意義な時間を過ごしました。

調理を段取りよくすることは、脳を刺激しボケ防止に役立つとも言われています。

調理することに慣れ、調理を楽しむ活き活きとした生活を送りましょう。



広報 常陸大宮10月 第61号

発行日 平成21年10月26日

発行/常陸大宮市

編集/企画課

〒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/

2011年7月24日までに 地上デジタル放送完全移行

デジタル放送に関するお問い合わせ先

地上デジタルテレビジョン放送受信相談センター

TEL:0570-07-0101または03-4334-1111

平日：9:00～21:00／土・日・祝祭日9:00～18:00