



広報 常陸大宮

2021
11
No.206

宗次郎森の音楽会
in 常陸大宮
【関連記事P11】



新型コロナウイルス関連情報も発信中!

ひたまるアプリ

GET IT ON
Google Play

Download on the
App Store



左記QRコードから
ダウンロードできます

アプリから自動で
お知らせ

主な内容

- P2~3 常陸秋そばの季節がやってきました!
- P4~5 JR常陸大宮駅が変わります!
- P6~7 障害者週間
- P10 花立山星まつりポスターコンクール作品紹介
- P11~14 まちのできごと



食欲の秋!

常陸秋そばの季節が

やってきました!

今年も常陸秋そばの季節がやってきました。薫り高い秋そばは、この時期だけの贅沢な一品。そして、そばに欠かせないのが、県北地域でよく食べられている「けんちん」です。

けんちんは、大根、ごぼう、ニンジン、ネギ、こんにゃく、シメジ、芋がらなど、秋の農産物が多く使われ、そば汁やつけ汁として多くの方々に親しまれています!

食欲の秋!体が温まるけんちんそばを紹介します!



常陸秋そばとは?

本県が誇るブランド品種。そばの香り、風味、甘味が優れ、そば好きな人や職人からも愛されています。粒の揃いがよく、味がしまり、デンプンやたんぱく質を多く含んだ良質なものです。

秋そばが採れるのは、11月中旬～下旬まで。市内道の駅や直売所などで、例年11月下旬頃から製麺やそば粉を購入できます。

ちょっと寄り道

市内の道の駅などでも秋の味覚を味わえます！

【レストランリーダー
長岡さん】
地元の野菜がたくさん入った食べごたえのある醤油ベースのつけけんちんそばです！
(令和4年3月まで提供予定)



道の駅 かわプラザ



つけけんちんそば

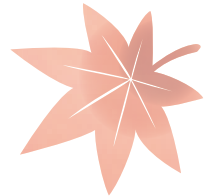
道の駅みわ 北斗星



けんちんそば



【料理長 湖口さん】
地元野菜はもちろん、椎茸などきのこの風味が高い北斗星ならではのけんちんそばをご賞味ください！
(令和4年3月まで提供予定)



物産センター かざぐるま

【スタッフ 長山さん・大竹さん】
地元の味噌も使用した味噌ベースの田舎のけんちんそば。地元野菜と豆腐をよく炒め、うまみたっぷりです！
(令和4年2月まで
1日25食限定で提供予定)



けんちんそば

市内には、常陸秋そばを味わえるそば処がたくさんあります。詳しくは、市観光協会ホームページに「そば処マップ」を掲載していますので、ぜひご覧ください！
右記のQRコードからダウンロードできます！

そば処マップはこちら



表紙

JR常陸大宮駅が生まれ変わります！

水郡線常陸大宮駅の駅舎・自由通路整備は、JR東日本など関係機関と協議を重ね、このたび基本設計が完了し、イメージ図が完成しましたので、ご紹介します。今後も、2025年度の完成に向けて整備を進めます。

外観全体
イメージ

東側上空

地域発展の
シンボル



外観全体
イメージ

東側

賑わい・
交流の創出



今後、常陸大宮駅舎、東西自由通路、東西駅前広場の実施設計に入ります。
また、駅西側の市有地の一部について、駅西交流拠点の整備を具体化していきます。

■ デザインコンセプト

カコイバ

屋根に囲われた駅舎空間

市の歴史ある文化「西塩子の回り舞台」をモチーフとした大きな屋根によって、東口駅舎、西口駅舎、自由通路、それらの施設が一体的な場として共存する、未来へとつなぐ新しい駅舎



外観全体
イメージ

西側



自然採光
開放的な空間

自由通路
イメージ

駅舎内

市産材の活用
東西の架け橋



※ 画像はイメージです。色・デザイン等については、実際の建物と異なる場合があります。

■ 問い合わせ ■ 駅周辺整備推進課 ☎ 52-1111 (内線 258) ✉ ekiseibi@city.hitachiomiya.lg.jp

12月3日～12月9日は「障害者週間」です

12月3日から12月9日の1週間は「障害者週間」です。国民の間に広く障がい者の福祉についての関心と理解を深めるとともに、障がい者が社会・経済・文化など、あらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的としています。

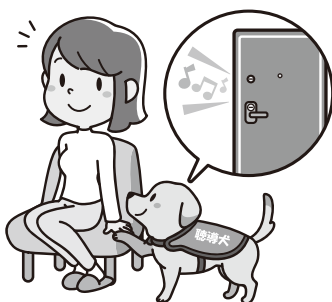
◆障がいの種類

障がいにはさまざまな種類があります。各障がいについて正しく理解して、誰もが過ごしやすい優しい社会を目指しましょう。



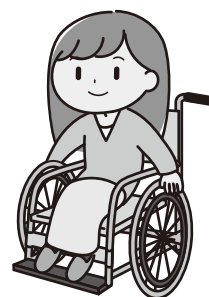
視覚障がい

視力の矯正をしても全く見えなかったり、文字がぼやけて見えなかったりする障がいです。視野が狭くなってしまう視野障がいもあります。



聴覚障がい

音が聞こえづらくなったり、会話を聞き取ることが難しくなる障がいです。



肢体不自由

腕や足が動かしにくくなり、歩行や筆記などの日常生活動作が困難になります。



内部障がい

心臓やじん臓などの内臓の機能が弱まり、つかれやすくなります。



知的障がい

発達期までに知的機能の障がいが見られ、社会生活に適應する能力に制限がかけられます。



精神障がい

脳の働きの変化で、思考・感情・行動に障がいが生じ、「生活のしづらさ」が生まれてくるものです。日常生活や社会参加が困難になる障がいです。



発達障害

生まれつきの脳の発達の偏りにより、得意・不得意の特性などから、社会生活に困難が発生する障がいです。



高次脳機能障害

怪我や病気により、脳の一部が損傷し、思考や言語などの脳機能に不自由が生じます。

◆利用できる福祉制度

各種障害者手帳をお持ちの方が利用できる制度には、次のようなものがあります。ここで紹介しているものは一部です。所得や障がいの程度・種類などによって、対象とならない場合もあります。詳しい対象要件や事業内容は、社会福祉課へお問い合わせください。



【補装具の交付・修理】

体の不自由な部分を補う補装具の交付・修理に係る費用の一部を助成します。

【日常生活用具の給付・貸与】

自立した生活を支援・実現するための用具(ストマ用装具・特殊寝台等)の給付・貸与に係る費用の一部を助成します。

【各種手当】

特別障害者手当、特別児童扶養手当など、重度の障がいのため必要となる精神的、物質的な特別の負担の軽減を図るために各種手当が支給されます。

【ヘルプマーク・ヘルプカード】

外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方が、周囲に配慮を必要としていると知らせることで、援助を受けやすくするために、ヘルプマーク及びヘルプカードを配布しています。



【障害福祉サービス】

障がいのある方のそれぞれの障がい程度や居住などの状況をふまえ、地域の中で生活を続けていけるよう、移動の介護や家事援助、施設入所などの支援を受けられるサービスです。

【障害児通所支援サービス】

障がいがあったり発達に心配がある児童に療育を提供する事業です。日常生活における基本的な動作の指導や、集団生活への適応訓練などの支援をおこなうサービスです。

【地域生活支援事業】

障がいのある方が、自立した日常生活や社会生活を送れるよう支援をする事業です。自宅にて機械浴を行う訪問入浴や、聴覚障がいなどにより意思疎通に支障がある方とその他の人の意思疎通を仲介するために、手話通訳や要約筆記、点訳等を行う者の派遣などを行う事業などがあります。



●「障害」の表記について●

心のバリアフリーを推進するために、「障害者」などの「害」の字の表記について、可能な限りひらがなで表記しました。

■問い合わせ■ 社会福祉課 社会福祉グループ ☎52-1111 (内線: 134,135,139)

寒くなるこれからの季節

— 家庭で簡単にできる水道の凍結対策 —

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があり、高い修理費用がかかる場合があります。そうしたことを未然に防ぐための防寒対策や緊急時の対応について紹介します。ぜひ実践してみてください。

凍結から水道管を守るために

◆ 特に凍結しやすい場所

- ・ 風当たりの強い場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

◆ こんな時は注意

- ・ 外気温が -4°C 以下になった時
- ・ 旅行で家を留守にするなど、長期間水道を使用しない時

◆ メーターボックス内を保温

メーターボックスの中に、水道メーターを保護するよう保温材（発泡スチロールや布切れ等をビニール袋にいれたもの）を詰めてください。



▲ 検針の際に取り出しやすいように、小袋に分けて入れてください。



▲ メーターボックス内を発泡スチロールや布などで保温します。

◆ 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。

また、加温式（電熱式）凍結防止器を利用する方法もあります。

◆ 水を出しておく

翌朝強い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。

※ 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して、有効活用しましょう。

凍結してしまったら

◆ ぬるま湯をかける



凍った部分にタオルや布をかぶせ、必ず「ぬるま湯」をゆっくりとかけて溶かしてください。熱湯をかけると、水道管が破裂する恐れがあります。必ず、ぬるま湯で溶かしてください。

※ 蛇口を開けても水が出ない時は、蛇口を開けたままにせず必ず閉めてください。

破裂してしまったら

◆ 市指定給水装置工事事業者へ修理を依頼

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事業者に修理の依頼をしてください。

※指定の業者が分からない時は、水道お客さまセンターに問い合わせるか、市ホームページで確認ください。

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で漏水が発生しやすくなります。「いつもと同じように使っていたのに、急に水道料金が高くなった」「いつも地面や壁が濡れている」という場合は、水道メーターをチェックしてみましょう。



◆ 漏水の調べ方

- ・家庭内の水道の蛇口を全部閉める。トイレや給湯器、散水栓等を使用していないことを確認。
- ・メーターボックス内の水道メーターのパイロット（上写真の丸い部分）を確認。パイロットが少しでも回転している場合は漏水の可能性があるので、早めに指定給水装置工事事業者に修理を依頼してください。

■ 問い合わせ ■

水道お客さまセンター ☎ 52-0427

市ホームページ <http://www.city.hitachiomiya.lg.jp>

[くらし→上下水道→上水道→水道工事は指定給水装置工事事業者へ]

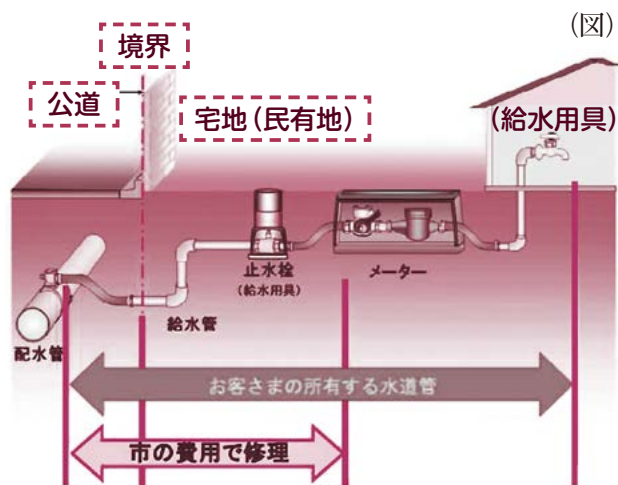
◆ 漏水による水道料金の減免制度

地下漏水等については、料金の一部を減免する制度があります。水道お客さまセンターまでお問い合わせください。

◆ 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。給水装置の水道メーターの手前までで漏水があった場合、市の費用で修理していますが、メーター以降の民有地の凍結による水道管破裂や老朽化による漏水などの修理費用は、使用者（所有者）の負担となります。（図参照）

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



—水は限りある資源です。大切に使いましょう—

花立山星まつりポスターコンクール作品

花立山星まつり実行委員会(田口雅之会長)では、宇宙の神秘的世界の探求や自然環境の大切さを知る機会として、市内小学生を対象に「第31回花立山星まつりポスターコンクール」を実施し、夏休みを募集期間として全58作品のポスター応募がありました。

去る9月30日には、実行委員会で審査を行い、最優秀賞・優秀賞・美スター賞などの入賞作品を決定しました。これら入賞作品を含む、全58作品を12月16日(木)まで、ピサーロ1階センターコートで展示しますので、子供たちが描いた独創的な宇宙を、ぜひ、ご覧ください。

最優秀賞



美和小学校 4年 根本 吏都さん

美スター賞



山方小学校 4年 大津 結菜さん

優秀賞



上野小学校 4年 井上 せれなさん

優秀賞



山方南小学校 4年 吉澤 暖真さん

■問い合わせ■ 商工観光課観光振興グループ ☎52-1111(内線270)

10/1~

ブクブクうがいで 虫歯予防!

市内幼児教育・保育施設8施設で、10月より4・5歳児を対象にフッ化物洗口が開始されました。

フッ化物洗口とは、ブクブクうがいをするだけの簡単な虫歯予防法です。歯を丈夫にする、初期虫歯の進行を抑える、細菌の活動を抑制するなどの効果があり、継続して行うことで虫歯予防の効果も高まります。

野上保育園では、子供たちが先生の合図に合わせて、30秒間のブクブクうがい。「あわあわブクブク～」と楽しそうに取り組んでいる様子が見られました。



▲みんなでブクブク～！（野上保育園）

10/2

宗次郎森の音楽会 in 常陸大宮

緒川地域のオカリナーの森「野外音楽堂」で、常陸大宮大使でオカリナ奏者の宗次郎氏による演奏会が開かれました。

演奏会当日は秋晴れとなり、オカリナの澄んだ音色が豊かな自然の中に響き渡りました。参加した方々は、癒しのひと時を過ごしました。



▲心地よい時間が流れました

10/6

「常陸大宮市下町地内宅地分譲開発に 関する協定等」締結式

株式会社ノーブルホームと「官民連携による常陸大宮駅周辺地区のまちづくり・常陸大宮市下町地内宅地分譲開発に係る基本協定等」を締結しました。

今後、官民相互に協力・連携することにより、常陸大宮駅周辺を中心とした魅力あるまちづくりを進めてまいります。



▲(右) 福井 栄治代表取締役

10/7

明治安田生命保険相互会社から 寄附されました

昨年度から地域貢献として「地域の元気プロジェクト」を全国展開している明治安田生命保険相互会社より、新型コロナウイルス感染症拡大への対策に役立ててほしいと、この度、本市に10万8千円が寄附されました。

新型コロナウイルス感染症対策に有効活用していきます。



▲(右) 田中 敬久水戸支社長

10/9 第2回公園づくりワークショップ
in OTTY'S CAFE

2025年度に完成予定の駅西交流拠点について『子育て世代にやさしいカフェ』をテーマにワークショップを開催しました。

和やかな雰囲気の中、「公園とつながるオープンなカフェがよい」「テラス席がほしい」「親子で物づくり体験をしたい」など、さまざまなイメージや意見の共有が行われました。

今後、今回出された意見を基に市内子育て世代を対象としたアンケートを実施し、駅西交流拠点の整備に活かしてまいります。



▲さまざまな意見が出されました

10/12 地域安全運動
街頭キャンペーン実施

秋の全国地域安全運動（10月11日～10月20日の10日間）に合わせ、イオン常陸大宮店・常陸大宮ショッピングセンターピサロにおいて、街頭キャンペーンが行われました。

大宮警察署、大宮地区防犯協会のほか、大宮防犯連絡協議会大宮支部、茨城県防犯協会女性部、大宮地区セーフティマイタウンチーム、大宮地区少年指導委員、大宮安全安心支援隊、常陸大宮高校が参加して、買い物等に来店された方へ、チラシや啓発グッズを配布しながら、ニセ電話詐欺や住宅侵入窃盗などの防犯を呼びかけました。



▲声掛けの様子

10/13 行政相談委員
表彰状・感謝状受賞

行政相談委員として活動している石澤令子委員が、多年にわたり市民の身近な相談相手として、行政機関への意見や要望を受け、その解決のために貢献されてきた功績がたたえられ、関東管区行政評価局長表彰を受賞されました。

また、大久保喜弘委員には、業務の遂行に特に尽力されたとして、総務省茨城行政監視行政相談センター長より感謝状が贈呈されました。

10月13日に鈴木市長を表敬訪問し、今回の受賞を報告しました。



▲（右から）大久保 喜弘委員・石澤 令子委員

10/15 国道118号沿い活性化プロジェクト
『案内マップ』学生コンペ表彰式

地域おこし協力隊の古澤隊員は、国道118号を通り大子町・袋田の滝にむかう観光客をターゲットに、市の魅力を発信するため「国道118号沿い活性化プロジェクト案内マップ学生コンペ」を企画しました。本企画は「デザインの力で地域に貢献したい！」と考える県内の学生を対象に実施され、受賞した3作品の表彰を行い、3名の学生に賞状と記念品を贈呈しました。

最優秀賞を受賞した文化デザイナー学院2年の萩さんは、「マップを作るために情報を集める中で、とても魅力的な場所が多いまちだと知った。私の作ったマップでその魅力が伝わると嬉しい。」と笑顔で話していました。最優秀賞の作品は、現在インターネット上で公開されています。



▲受賞した学生の皆さん
（中央）最優秀賞を受賞した萩さん

10/17

常陸大宮市パラオブルーサポーターと蔵王町国際交流協会との オンライン意見交換・交流会

本市のホストタウン交流事業に携わるボランティア「パラオブルーサポーター」と、友好都市である宮城県蔵王町の国際交流協会の皆さんがオンラインで交流しました。

まず、お互いについて理解を深めるため、それぞれの活動について紹介しました。パラオブルーサポーターからは、実際にパラオを訪れたことのある方を中心にパラオの食や伝統文化を紹介したほか、これまでの活動について、ワークショップなどで作製したツールを用いて説明しました。その後、「我が街自慢」と題して行った各市町の紹介では、サポーターから、西塩子の回り舞台や祇園祭などの本市の伝統文化や、えごまやゆずを使った特産品を映像や実物を見せながら説明し、蔵王町の参加者からは「実際にえごまを使った食事を食べてみたい」などと感想がありました。



▲市の特産品を紹介する様子

また、蔵王町からは「御釜」や「遠刈田伝統こけし」などの紹介があり、サポーターからは「御釜へと続くエコラインの紅葉やこれからの時期は樹氷を見てみたい」などの話が聞かれました。

オンライン交流会終了後には、両市町の参加者から「オンラインだったが、お互いの魅力を感じられる交流会だった」などの感想があり、双方への関心が高まったようでした。また、「次回は訪問をして実際の交流をしたい」などの意見もあり、友好都市の住民同士の交流促進が図られる交流会となりました。

※宮城県蔵王町とは、今年開催された東京2020大会におけるパラオ共和国のホストタウンとして、選手団の受入やスポーツ少年団同士の交流など様々な事業を連携して行ってきたことから、本年2月に友好都市協定を締結しました。



▲蔵王町の参加者の皆さん

10/16-17

ジャパン・ワールド映画祭 in 常陸大宮

旧美和中学校にて「ジャパン・ワールド映画祭 in 常陸大宮」が開催されました。映画監督として活躍している速水氏を中心とする実行委員会が開催し、世界各国から集まった短編作品を、2日間で19作品上映しました。

当日は映画上映のほか、津軽三味線や篠笛のコンサートなど、さまざまな催し物が実施され、来場者は屋外に出店されたグルメとともにイベントを楽しんでいました。

2日目には来場者の投票によって選ばれたグランプリ作品を表彰し、市内の木で作られた「組み木トロフィー」を授与しました。



▲会場の様子

10/22

反射材着用推進リーダー 委嘱式

常陸大宮市高齢者クラブ連合会役員のみなさんに、反射材着用推進リーダー（通称：キラリリーダー）を委嘱しました。

反射材等は交通事故抑止に極めて効果的で有効な対策の一つとされています。

今後、キラリリーダーには、会合や友人宅等への訪問、散歩などの日常生活において率先して反射材等を着用し、その視認効果や有効性を示しながら、周囲の高齢者の方々に対しての着用をすすめる活動をしていただきます。



▲鈴木市長から反射材が手渡されました

10/18

安定した上下水道事業運営を

市では、上下水道事業の健全な発展と業務の円滑な運営を図るため、上下水道事業運営審議会を設置しています。今回、9月1日付けで委嘱された委員の方々は右表のとおりです。会長には自見友一氏、副会長には鈴木幸子氏が選出され決定しました。

審議会は、市民生活にかかせない重要インフラである上下水道事業の運営に関する事項などについて、審議いただいています。



▲審議会の様子

〈委嘱された審議委員の皆さん〉

会長	自見 友一	委員	寺門 信義
副会長	鈴木 幸子	委員	清水 久子
委員	飯島 弘道	委員	荒井 トクエ
委員	小林 誠	委員	小室 節子
委員	坏 民生	委員	飯田 正博
委員	桑名 精一	委員	根本 正人
委員	青柳 幸雄	委員	安藤 孝志
委員	角田 二雄		

10/22

甲神社宝物の刀剣の手入れを行いました

甲神社(下町)の社宝である刀剣を市文化財保護審議会委員で茨城県銃砲刀剣類登録審査委員の井坂残米さんに手入れしていただきました。社宝の刀剣は、室町時代の刀「備長船師景」(市指定文化財)、坂上田村麻呂奉納と伝えられる剣(同)、水戸藩のお抱え刀工 市毛徳鄰作の剣の3振で、いずれも毎年、甲神社の集中曝涼(文化財虫干し公開)で展示している文化財です。曝涼は今年も中止となりましたが、刀剣は定期的なメンテナンスが欠かせないため、手入れのみ行いました。井坂さんは一振りずつ状態を観察し、文化財として長くよい状態を保てるよう処置をされていました。来年の展示にご期待ください!また、手入れの様子は市公式YouTubeからご覧いただけます。



▲YouTube
はこちら



▲甲神社の刀剣を手入れする井坂さん

10/25

教育委員辞令交付

教育委員の諸澤信子氏が、令和3年10月19日に、2期8年間の任期満了を迎えられ、退任されました。また、これに伴い新たに宮田則子氏が教育委員に就任されました。任期は令和3年10月20日から令和7年10月19日までの4年間となります。



▲(右)宮田 則子氏

《お詫びと訂正》

広報常陸大宮10月号4ページ「介護予防教室「あつま〜れ〜」みんな元気にフレイル予防ができました!!」内で誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

【誤】 緒川地域の吉丸区 ⇒ 【正】 緒川地域の犬岩区

環境インフォメーション

生ごみの水切りにご協力をお願いします！

生ごみの約80%は水分だと言われています。一人ひとりが生ごみの水切りを行うことで、更なるごみの減量が可能となります。生ごみの水切りは、ごみの減量に効果的ですので、皆様のご協力をお願いします。

【水切りの効果】

○生ごみ特有の臭いを抑制

臭いの主な原因は、生ごみに含まれている水分です。しっかり水切りすることで生ごみ特有の臭いを抑制することができます。また、臭いが抑えられることでコバエの発生やごみ集積所の鳥獣被害等を減らすこともできます。

○環境負担を低減

ごみの量が減ると収集車の燃費もよくなり余分なCO2(二酸化炭素)の発生を抑えます。

【水切りの方法】

(1) 濡らさない！

- ・野菜は洗う前に皮を剥く。
- ・野菜の皮は三角コーナーなどの濡れやすい場所に置かず、そのまま捨てる。

(2) 乾かす！

- ・お茶がらやティーバックは、水気をしぼり、乾かす。
- ・スイカの皮などの水分量の多いものは、天日で干して十分に乾かす。

(3) しぼる！

- ・捨てる前にひと絞り！

ちょっとした工夫やひと手間です水切りができます

ペットボトルを使用した効果的な水切り方法の紹介



■問い合わせ■ 生活環境課 生活環境グループ ☎52-1111(内線114)

地域おこし協力隊

がゆく

こんにちは！常陸大宮にUターンで戻ってきました星野です！今回は「一人一人が自分らしく輝くことでまちも輝く」をモットーに取り組んでいる、キャリア教育事業について紹介します。

今年は、中学2年生の職業体験がコロナの影響で中止ということもあり、代わりとなるキャリア教育の授業を市内全4つの中学校で実施することになりました。主な内容は、キャリアコンサルタントによる「夢を叶えるための計画を立てるワーク」や「地域で輝いている大人による講義の場づくり」です。私自身、小中学校と悩みの多い時期だったので、この授業を通して少しでも自分を好きになれたり、自分を認められたり、前向きに好きなことに挑戦できる人が増えるといいなという思いで取り組みました。

明峰中学校、第二中学校で実施したところ、生徒の皆さんから「好きなことを探して挑戦しようと思った」「将来について悩んでいたことが、少しなくなった」「ネガティ

ぶな部分ばかりではなく、良い部分や長所を見つけ、相手の良いところを認識することが大事だと思った」「夢を持つことは大切と思った」「自分に自信ができました」といった旨の感想がありました。

このような場づくりに多大なるご協力をいただいたことに深く感謝しつつ、この事業は継続していきたいと思っています。授業内容の詳細等、気になった方は星野までお問合せください。今後ともよろしく願いいたします。



▲生徒との対話を取り入れた授業を実施



古い日記 —「日常」を考える素材姿

「10年ひとむかし」という言葉があります。私たちが生きている「いま」も10年もすればもう昔のことに感じてしまう。それくらい、世の中は激しく移り変わっていくことの例えです。

①昭和13年(1938)12月5日 「麦ふみをする。大宮駅へ出征兵見送りに行く。」

②昭和23年(1948)11月28日 「炭焼をする。… 糶ほしを終る。五俵を俵にする。炭焼き3.0 h
モミノ調製2.5 h」

③昭和33年(1958)11月25日 「金南瓜を上げる。煙草本葉の調理をする」。

現在、明治44年(1911)生まれの人が残した日記を整理しています。上の①～③は、そこから一年のうちのほぼ同じ時季の記録を抜粋し、10年間隔で並べてみたものです。どれも短い文章ながら、当時の生活の破片を見つけることができ、暮らしの変遷を辿る手がかりになります。

例えば、③の葉煙草の記録は、常陸大宮市域の農家生活を語るに欠かせないものです。①には、農作業とともに、戦時下を象徴する出来事が記されています。自分の意思とは関係なく「日常」が違う形になっていく、私たちの今と重ねながら読める記述です。終戦間もない時期の記録である②には、仕事の内容だけでなく労働時間が記されています。その日の仕事量を時間で測る(表す)ことは、一体いつ頃に日常的な感覚になったのでしょうか。関心は尽きません。さらには、南瓜が③の60年後に「お化けカボチャコンテスト」で光を浴びることになるのを同時代の人には想像していなかったかもしれません。



林 圭史氏
茨城県立歴史館 史料学芸部学芸課 主任学芸員

今回紹介した日記は、個人の備忘録・内省的な記録で、他人に見せることを意識した現代人のSNSとは性格が異なります。しかし、SNSも50年後には歴史資料として扱われているかもしれません。葉煙草の栽培で忙しく過ごしたあの頃、あるいは東日本大震災、そしてコロナ禍の経験。体感や記憶の中の時間の長さや濃さは、同じ国や市町村に暮らしていながらも、家庭や個人によって違うでしょうし、情報技術の進化は、生活環境の様変わりをもさらに早めているようにも感じます。そんな「いま」を生きている皆さんが感じる「ひとむかし」は何年くらい前ですか？

■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)

食改さんのおすすめレシピ vol.26

食改さんのおすすめレシピを隔月で紹介しています。
今月はれんこんを使用したレシピの紹介です。



れんこんに含まれる食物繊維には、腸内環境を改善する働きがあります。生地が薄めで野菜がとれるレシピになっていますので、おやつにもおすすめです。

シャキシャキれんこんチヂミ

《材料》1人分

	れんこん	30g
	にら	5g
	人参	20g
	玉ねぎ	20g
	桜えび(乾燥)	1.5g
[A]	卵	15g
	薄力粉	20g
	片栗粉	10g
	中華だし(顆粒)	0.5g
	水	40ml
	ごま油	2g
[B]	ぽん酢しょうゆ	12g
	ごま油	0.5g
	白いりごま	0.5g

《作り方》

- ①れんこんは皮をむいて2mm幅の半月切りにして、水にさらして水気を切ります。にらは4cmの長さに切ります。
- ②人参は4cmの細切り、玉ねぎは細めのくし切りにして、電子レンジで加熱して少し柔らかくします。(500wで1分程度)
- ③ボウルに[A]を入れて混ぜます。①と②の材料と、桜えびを加えて、生地と絡む程度に混ぜ合わせます。
- ④フライパンにごま油を熱し、③を流し入れて表面を平らにします。焼き色がついたら上下を返し、裏面も焼きます。
- ⑤火が通ったら、食べやすい大きさに切り分けてお皿に盛りつけます。
- ⑥[B]の材料を混ぜ合わせてたれを作ります。つけながらお召し上がりください。

一人分	エネルギー	食塩相当量
栄養成分	197kcal	1.1g

糖尿病と「しめじ」と「えのき」

健 康

通 信

常陸大宮済生会病院 内科医員 仲田 真依子

だんだんと冬の気配がしてきましたね。今回は、鍋や汁物に欠かせないきのこの話…ではありません。毎年11月14日は世界糖尿病デーということで、糖尿病の合併症についてお話ししたいと思います。

2016年に実施された調査によると、日本には約1000万人の「糖尿病が強く疑われる人」が存在します。さらに、「糖尿病の可能性を否定できない人」も約1000万人いて、合計で総人口の15%を超える約2000万人の糖尿病患者および予備群がいると推定されています。

糖尿病の重症化予防のためには早期発見・早期治療が重要ですが、糖尿病は血糖が極端に高くなならない限り症状はありません。そのため、症状がないからといって治療をしていない人も多いのですが、決して放置してはいけません。怖いのは合併症で、進むと手遅れになることがよくあります。糖尿病治療の目的は、合併症を起こさずに、糖尿病ではない人と同じ寿命を保つことです。

高血糖の状態が慢性的に続くと、全身の血管が障害されます。細い血管が障害されると、糖尿病に特徴的な3大合併症を引き起こし、その代表が神経障害の「し」、眼の網膜症の「め」、腎症の「じ」、頭文字をとって「しめじ」です。では「えのき」は何でしょう。壊疽（えそ：足の潰瘍や壊死）の「え」、脳梗塞の「の」、虚血性心疾患（狭心症や心筋梗塞など）の「き」で、全身の太い動脈が障

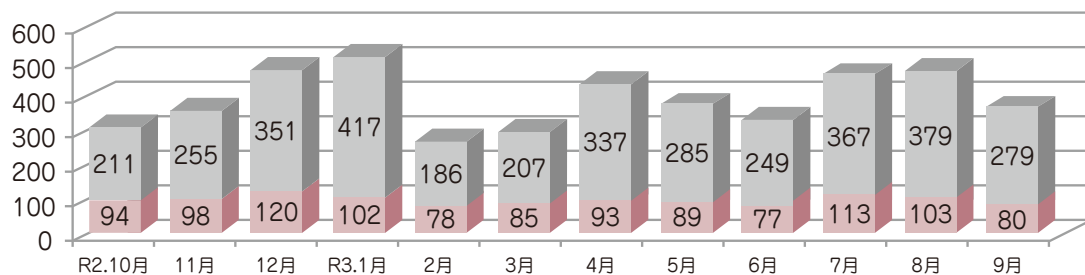
害されて動脈硬化というかたちで現れる「えのき」です。

動脈硬化は、血管の壁が硬く変化して血液が流れにくくなる状態です。血液の流れが悪くなると、その先に酸素や栄養が届かなくなり、細胞が壊死してしまいます。日本人の死因の第2位は心筋梗塞、第4位は脳梗塞ですが、これらは動脈硬化によって「心臓の冠動脈がつまる」「脳の血管がつまる」ことでも発症します。また糖尿病の合併症である足壊疽も動脈硬化が関係しています。動脈硬化は糖尿病のほかにも、高血圧症や脂質異常症、喫煙、肥満、加齢やストレスなどでも進行します。初期には自覚症状がないので放置してしまうことも少なくないですが、ある日突然 死にいたる病気を発症し、生活の質を著しく損なうことがあります。予防には、血糖の改善とともに血圧や脂質・体重のコントロールがより重要になります。禁煙もきわめて重要なポイントです。動脈硬化を測定する検査として、両上腕・両足首の血圧を同時に測定するだけの簡便な血圧脈波検査や、頸動脈エコー検査などがありますので、糖尿病で通院中の患者さんや、40歳以上で高血圧症や脂質異常症の診断を受けている方、肥満の方、喫煙している方は検査をお勧めします。



※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)

常陸大宮済生会病院 救急患者受入状況



小田野の廃寺 玉泉寺

常陸大宮市域には、かつて多くの寺院がありました。江戸時代前期の寛文年間（1661～1673）の時点で、常陸大宮市域には少なくとも200を超える寺院が存在したことがわかっています。しかし、徳川光圀や徳川斉昭が実施した寺社改革や、明治初期の廃仏毀釈によって、寺院の多くがその姿を失いました。現在は、地名やわずかな史料、伝承からその痕跡を伺うことができますが、その実態については不明なことが多いです。今回は、その中から、小田野地区にかつて存在した玉泉寺について紹介していきます。

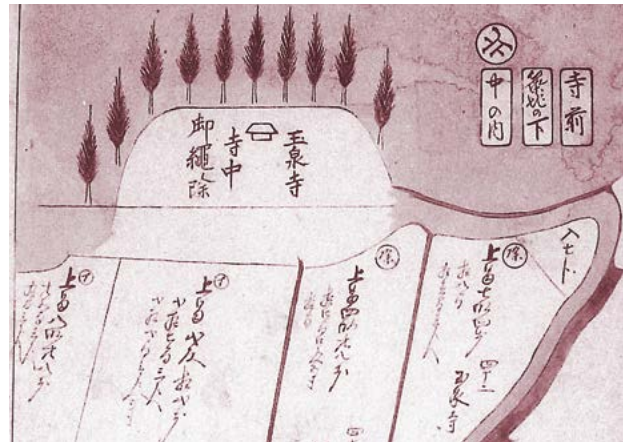
◇玉泉寺の概要

霊龍山玉泉寺は、小田野地区字寺跡にかつて存在した臨済宗の寺院です。水戸藩の「開基帳」によると、南北朝時代の暦応元年（1338）に小田野刑部少輔という人物が建立したと伝わります。「玉泉寺旧記」（高野家文書1）によると、元は小篠平（現在の字忍野平）に七堂伽藍を建立したと記されており、古い瓦が出土したという古老の言い伝えが記録されています。本尊は千手観音菩薩像であり、元禄9年（1696）に徳川光圀から玉泉寺へ寄進されました。この他、薬師如来像を安置した薬師堂が存在していたことも記されています。

寺院を建立した小田野氏は佐竹氏に連なる一族であり、佐竹師義（山入師義）の子・自義が小田野氏を名乗ったことで始まります。しかし、「開基帳」に記された創建年代と小田野氏の活動時期が一致しない点が見られるなど、実際の創建年代については不明な部分が多いです。しかし、小田野氏が小田野の地を拠点としていたことや、玉泉寺が佐竹氏にゆかりのある正宗寺（常陸太田市増井）の末寺であったことを考えると、小田野氏と関係の深い寺院であったことはおそらく確かでしょう。玉泉寺はその後、天保の寺社改革で破却されて無住となり、安政



▲写真1 玉泉寺跡地（小田野地区）



▲写真2 江戸時代の玉泉寺（小田野村絵図より）

元年（1854）11月に火災で寺院・薬師堂が全焼したことで、完全に廃寺になったと考えられます。

◇徳川光圀との関係

「玉泉寺旧記」によると、水戸藩主である徳川光圀は、元禄5年（1692）6月に2回、元禄8年（1695）8月に1回、元禄11年（1698）に1回と、計4回玉泉寺を訪問しています。『美和村史』によると、光圀は美和方面への巡村を計9回実施しており、記録の日時はいずれも巡村の日程と一致していることから、小田野村へ立ち寄った際に度々玉泉寺を訪れていたことが想像できます。特に、元禄8年の訪問では、玉泉寺が手配した御膳を食して満足した光圀が、その場にいた僧侶や家来一同に論語「学而時習之」を説き、自作の漢詩を詠んだと伝えられています。交流はこれだけに留まらず、元禄5年10月には常陸太田の西山御殿にて蜜柑1籠を、元禄7年（1694）には江戸小石川の後楽園にて御菓子や金200疋、掛軸などを、その他、元禄8年～元禄10年にかけて、高原焼の茶碗や葡萄、素麺など、光圀から計11度も物品を拝領したと記録されています。水戸藩と地域寺院の交流について記した資料は少なく、玉泉寺との交流の多さから、光圀がいかに民意に重きを置いていたか、その一端を伺うことができます。

【謝辞】

佐藤誠さん、高野守さんにご協力いただきました。

「玉泉寺旧記」は複写版が当館に所蔵されており、館内で閲覧することが可能です。

【参考文献】

美和村史編さん委員会『美和村史』美和村、1993年（高橋拓也）

■問い合わせ■ 文書館 ☎52-0571

野焼きは原則、禁止です!!

冬の時期は、空気が乾燥する上に、火気を使用する機会が多くなるため全国的に火災が発生しています。毎年、本市でも休耕地の枯れ草などが延焼する“その他火災”が非常に多く発生します。原因としては、野外でゴミや枯れ草の焼却をしていた時に、風に煽られて周囲に延焼したケースが多いです。



野外焼却（野焼き）は、廃棄物の処理及び清掃に関する法律（廃棄物処理法）第16条の2の規定により、一部の例外（下記参照）を除き禁止されています。

一部の例外

- ・ 処理基準に従って行う廃棄物の焼却
- ・ 国または地方公共団体がその施設の管理のために行う廃棄物の焼却（河川敷、道路法面の草焼き・道路清掃、河川清掃で出た草木等の焼却）
- ・ 震災、風水害、火災その他の災害の予防、応急対策または復旧のために必要な廃棄物の焼却（災害時における木くずなどの焼却・防災訓練等での模擬家屋等の焼却）
- ・ 風俗慣習上または宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却（正月のしめ縄や門松等の焼却）
- ・ 農業、林業または漁業を営む上でやむを得ない廃棄物の焼却（稲わら、雑草の焼却・伐採した木の枝の焼却）
- ・ たき火、その他日常生活を営む上で、通常行われる廃棄物の焼却で軽微なもの（落ち葉焼き・たき火・キャンプファイヤー）

野外焼却される方は、届出が必要です

上記例外により廃棄物を野外焼却される方は、焼却場所や規模によっては、常陸大宮市消防本部火災予防条例第 45 条の規定に基づく「火災とまぎらわしい煙又は火炎を発生おそれのある行為」の届出書を管轄する消防署に提出する必要があります。



野外焼却で注意すること

一部の例外に該当する場合でも、他人に不快な思いや迷惑をかけるような焼却行為は例外扱いできないこともあります。

焼却行為を行う場合は、次のことに注意してください。

【注意すること】

- ・ 必ず人が監視する
- ・ 必ず消火準備をしておく
- ・ その場を離れる時は、必ず消火する
- ・ 風向きを考慮し、近隣の迷惑にならないようにする
- ・ 周辺住民から苦情が出た場合は焼却を中止する
- ・ 気象の変化に十分に注意し、危険と思われる場合は速やかに中止する
- ・ 一度に大量に燃やさない
- ・ 刈草などは十分に乾燥させてから燃やす
- ・ プラスチック、ビニール類を燃やさない
- ・ 夜間を行わない



※届出の有無に関わらず、火災予防上危険と判断される場合は、状況に応じて消防隊が現地調査・消火活動を行う場合があります。



年末年始火災特別警戒を 実施します



令和3年度年末年始火災特別警戒を実施します。市民及び事業者に対して防火意識の向上、火災予防の徹底を図ります。

実施期間：令和3年12月29日～令和4年1月3日

住宅用火災警報器をつけましょう

常陸大宮市内の全ての住宅には、消防法により住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。原則、寝室と寝室がある階の階段の上端には必ず設置しなければなりません。建物火災での死者の約9割は住宅火災によるもので、その約6割強は火災の発生に気がつかず、逃げ遅れることが原因となっています。

火災は早期発見が重要です。火災が発生した時、目で煙や炎を見たり、鼻で焦げ臭いにおいを感じたり、耳でぱちぱちという音を感じたり…といったことで気づくことがほとんどです。しかし、就寝中は火災に気づくのが遅れてしまう可能性が高く危険です。住宅火災警報器は、家庭内での火災の発生をいち早くキャッチし、警報ブザーや音声によって知らせるため、火災の早期発見に非常に有効です。



住警器を
設置しよう

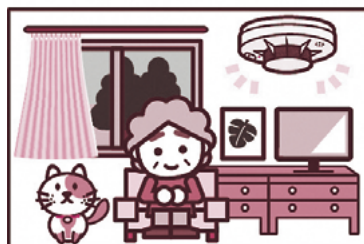


設置義務です
住宅用火災警報器

悪質訪問販売には、十分にご注意ください！

消防本部及び消防署では、一般のご家庭に住宅用火災警報器を販売することはありません。

住警器設置で 安全な暮らし



■問い合わせ■

消防本部 ☎54-0119

御前山ビオトープ周辺の植物等

山裾のやや乾いた土手などに生える多年草です。茎は数多く枝わかれし群がります。葉は互い違いにつき、キクの葉に似ていますが質はやや薄く、深く切れ込みます。

花は10～11月ごろに咲き、黄色で直径約1.5cmほどです。名前は菊溪菊で、京都北山の菊溪(きくたに)で発見されたキクという意味です。



(キク科 キク属)
(写真・データ提供 御前山ダム環境センター)

ひたちおおみや放送局「Keydecke」はじまりました!



10/9(土) 市民サークル常陸大宮情報メディア研究会(略称HIMS)による ひたちおおみや放送局「keydecke(キーデッケ)」が始まりました! 「keydecke」は動画投稿サイト「YouTube」を利用したインターネット放送。1回目の試験放送は、道の駅かわプラザから生配信されました。

今後は令和4年4月からスタートする本放送に向け、月1～2回の放送を予定しています! お楽しみに♪

※次回は12月11日(土)11:00～12:00
道の駅かわプラザ特設スタジオより生中継!!



YouTubeはこちら▶



▲生配信の様子



▲1回目の放送に出演した皆さん



常陸大宮市の人口

(11月1日現在・推定常住者)

総人口 38,432人 世帯数 15,991世帯
(男 18,967人 女 19,465人)

広報 常陸大宮 11月 第206号

発行日 令和3年11月25日

発行/常陸大宮市 編集/企画政策課

〒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 kouhou@city.hitachiomiya.lg.jp

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

