



# 広報 常陸大宮

2021  
**12**  
No.207

御前山トレイルラン大会  
【関連記事 P9】



新型コロナウイルス関連情報も発信中!

**ひたまるアプリ**

アプリから自動でお知らせ

左記QRコードからダウンロードできます

GET IT ON Google Play

Download on the App Store





 ひたまる

**主な内容**

- P2~3 青少年をたたえる市民のつどい
- P4 ドリームベースボール常陸大宮開催
- P7~10 まちのできごと
- P19 ふるさと見て歩き



# 青少年をたたえる市民のつどい

11月27日（土）常陸大宮市文化センター小ホールで、第17回青少年をたたえる市民のつどいが開催され、青少年の主張作文入賞者や青少年の健全育成に尽力された方、市民会議功労者の方が表彰されました。

## 【青少年の主張作文入賞者】

### ●小学校の部

賞	氏名	学校名	学年	題名
優秀賞	小野 礼実夏	御前山小	6	食べ物をつくる人へ感謝しよう
	川和 舞央	美和小	6	気持ちを伝えることの大切さ
	橋本 沙織	大賀小	6	生き物からのピンチの声
	渡邊 紫桜	緒川小	6	捨て犬や捨て猫を減らすために
会長奨励賞	河治 茉桜	大宮西小	6	私の経験
	倉橋 大虎	山方小	6	自転車による迷わく行いについて
	倉持 さくら	村田小	6	世界は命でできている
	高橋 美羽	大宮小	6	複雑な友達関係
	富山 結衣	上野小	6	プラスチックについて考えたこと
	横山 雄大	大宮北小	6	植物や森林を大切に
	吉村 青波	山方南小	6	今、動物たちは

### ●中学校の部

賞	氏名	学校名	学年	題名
優秀賞	大内 花奈重	大宮中	2	楽しい未来のために
	森嶋 洸樹	明峰中	3	震災を忘れずに生きること
会長奨励賞	大座畑 空良	第二中	3	オリンピックをめざしたい
	高村 芽衣	山方中	2	たくさんのことを奪われた一年間

掲載は小・中学校とも賞ごとに氏名の50音順



▲受賞者の皆さん

## 【青少年健全育成者】

氏名	表彰内容
市野沢 輝 男 (上野支部)	十数年の長きにわたり小学生の登校時間に立哨指導の活動を継続されている。泉区の中でも、交通量が多いT字路や十字路が交錯する根本坂上において、登校する児童の安全確保のための見守りと正しい安全な横断方法など、優しい笑顔で日々登校時の安全指導を行っている。朝の交通量の多い時間帯には、交通ルールを守らないドライバーもいることから、児童が安心して登校できるよう年間を通して休まずに活動し、地域の住民からは「子供や孫が安全に登校できる」と感謝されている。
遠 藤 清 喜 (山方支部)	20年以上の長きにわたり、地域住民の一人として家和楽地内にある山方小学校・中学校のスクールバス停において、子供たちにあいさつ・声かけを行うと共に、国道118号を横断する際の交通整理、立哨指導を行い、子供たちが安心安全に登下校できるように自主的に見守り活動を行っている。また、通学路の環境整備にも積極的に取り組み、子供たちの安全の確保に努めている。
木 村 さち子 (山方支部)	常陸大宮市青少年相談員として発足以来16年間の長きにわたり活動し、青少年の健全育成に努めた。定例巡回パトロールやあゆの里まつりパトロールなどの見回り活動や学区内の小中学校の訪問、あいさつ声かけ運動等に積極的に参加し子供たちが安心・安全に登下校できるよう、青少年の健全活動に多大な貢献をしている。
木 村 忠 徳 (山方支部)	14年間の長きにわたり、地域住民の一人として家和楽地内にある山方小学校・中学校のスクールバス停において、子供たちにあいさつ・声かけを行うと共に、国道118号を横断する際の交通整理、立哨指導を行い、子供たちが安心安全に登下校できるように、自主的に見守り活動を行っている。また、安全な通学路の維持のため関係機関と連携協力して整備し、子供たちの安全の確保に努めている。
高 林 幸 恵 (山方支部)	10年間の長きにわたり、地域住民の一人として山方南小学校の野上小屋場・上町地区の子供たちに、あいさつ・声かけを行い、安心安全に登下校できるように自主的に見守り活動を行っている。通勤時には子供たちと一緒に学校まで登校し、更には流田地区の子供たちを野上原駅まで迎えに行き、踏切での立哨指導と安全確保の支援を行っている。

## 【市民会議功労者】

氏名	表彰内容
石 澤 好 文 (御前山支部)	平成25年度から平成30年度までの6年間、青少年育成常陸大宮市民会議御前山支部長を務められた。「親子ふれあい映画会」や「御前山地域対抗大縄跳び大会」など御前山地域の青少年健全育成事業の企画運営に携わるなど積極的に市民会議の活動を推進し、市民会議御前山支部の中心的な役割を果たした。また、常陸大宮市民会議の理事として「青少年をたたえる市民のつどい」など、積極的に参加し青少年健全育成の活動に尽力した。
大和田 彰 (青少年育成常陸大宮市民会議前会長)	平成27年度から平成28年度までは、青少年育成常陸大宮市民会議副会長として、平成29年度から令和2年度までは、青少年育成常陸大宮市民会議会長として、計6年間にわたり会の中心となり、青少年健全育成の活動に尽力した。また、市民会議における総会・理事会等の各種会議においては議長を務め、効率的な会議の進行に努めた。さらに、茨城県青少年育成協会及び大宮地区市村民会議連絡会の各会議・研修会等に積極的に参加し、青少年健全育成に貢献した。
藤 来 好 子 (山方支部)	平成26年度から令和2年度までの7年間、青少年育成常陸大宮市民会議山方副支部長及び常陸大宮市青少年相談員として、活動全般にわたって中心的な役割を果たし、多大な貢献をしている。常陸大宮市青少年相談員として、発足から16年間活動し、定例巡回パトロールや学区内小中学校の学校訪問、あいさつ声かけ運動等に積極的に参加し、青少年の健全育成に努めている。また、長年にわたって子供たちが安心安全に登下校できるよう自主的に声かけ・見守りを行っている。



# 宝くじスポーツフェア 「ドリームベースボール常陸大宮」開催

11月7日(日)に大宮運動公園市民球場にて『ドリームベースボール常陸大宮』が開催されました。快晴の中、1,140人の来場があり、元プロ野球選手の指導による野球教室やサイン入りグッズの当たる抽選会、ドリームチームと市選抜チームの試合などが盛大に行われました。

## 少年少女ふれあい野球教室



▲野球の心構えを子供たちに話す張本選手



◀真剣な眼差しで話を聞く子供たち



大引選手からの指導▶



▼鈴木選手からの指導

## ドリーム抽選会



▲プロ野球選手21名のサインが入った特大ボールを抽選する幸運の女神

当選された方  
おめでとうございます。



## プロに挑戦・ホームラン競争



◀明峰中 小池さんの素晴らしい投球!



▲井川選手に挑戦

## ドリームゲーム



▲谷沢監督のあいさつ

▼プロ野球選手 VS 市選抜チーム



市選抜チームの選手、ありがとうございました





## 地元の里芋で、笑顔が溢れます！

やまがた宿芋煮会で使用予定であった里芋約1トンのうち約400キロが市内の保育所・こども園・学童などの学校給食やおやつで提供されました。



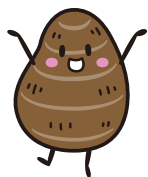
### さくら保育園



### 御前山 認定こども園



### 山方保育所



### 美和 認定こども園



### 子コロッコロ



### 大宮小学校



### 芋煮セット販売&里芋詰め放題inかわプラザ

11月20・21日に芋煮セットが100個限定で販売されました。販売会場では、里芋の詰め放題も実施され、たくさんの方々が詰め放題を楽しみました！



### 明峰中学校





# おがわ富士ハイキングツアー2021が開催されました。



11月21日(日)、おがわ富士を守る会主催によるおがわ富士ハイキングツアー2021が開催されました。小学3年生から80歳代までの60名が物産センターかざぐるまをスタート地点とし、おがわ富士(小舟富士、小瀬富士、砂羅向山)ハイキングコースやおがわふれあいの森を歩くコースに参加しました。

物産センターかざぐるまの駐車場で開会式を行い、小瀬富士、小舟富士を歩くショートコース(所要時間約2時間)、3つの山を歩くミドルコース(所要時間約3時間)、板木コースからおがわふれあいの森までを歩くロングコース(所要時間約4時間)に分かれ、紅葉のおがわ富士ハイキングコースを堪能しました。



▲小舟富士山頂より



▲いざゆかん



▲ちょっと見上げて



▲小瀬富士山頂より



▲自然を楽しみながら



▲みんなで一緒に



10/9.30  
11/3.6.13

## 小学生かけっこ教室開催

小学生かけっこ教室を西部総合公園多目的グラウンドにて、全5回にわたり開催しました。教室には、市内小学生50名が参加し、各校で行われる持久走大会前に、走り方や長距離を走るポイントを学び、持久力の向上を目指しました。

天気にも恵まれ秋晴の中、講師である茨城陸上協会強化コーチの住谷利勝先生を中心に、鬼ごっこなど遊びを取り入れたプログラムで楽しくのびのびと走る子供たちの様子が見られました。



▲楽しく参加した子供たち

10/17

## 一斉クリーン作戦実施

市内の道路の一斉クリーン作戦を実施しました。ごみのない清潔で住みよいまちづくりをめざして、各地区の環境保全推進委員長（副区長）を中心に地域住民の方々約8,400人が国道・県道・市道等の空き缶やペットボトル、紙くずなどのごみを回収しました。

可燃ごみ3,620kg、不燃ごみ及び粗大ごみ970kgが回収されました。



▲ご協力ありがとうございました

10/18

## 高部宿の整備に向けた講演会開催

なまこ壁の土蔵や、酒蔵、3階建ての楼閣、そして洋館。山中に忽然と現れる独特の町並み「高部宿」は、インターネットを覗くと、通りかかったサイクリストたちにも気になる存在となっていることがわかります。

この特徴ある町並みを有効に活用することで、地域の活性化と町並みの保存ができないものか、他地域の事例を聞いて参考にしようと、10月18日（月）美和工芸ふれあいセンターで、「『高部宿から始める美和の未来』を考える最初のヒントになるかもしれない講演会」を開催しました。

会場には高部宿にお住まいの方々や美和地域の区長さん、地域の活性化活動に取り組んでいる「森と地域の調和を考える会」のメンバーをはじめ、古民家の保存活用に興味ある方など40名余りが集まりました。

株式会社NOTEノオトの星野新治さんより、12戸のうち7戸が空き家となっていた集落が、空き家3軒をホテル

に改修して集落で運営し、それをきっかけに人流が生まれ、耕作放棄地がなくなった事例など、地域それぞれの歴史・文化を生かして生業なりわいをつくっているお話を伺い、参加者は、「高部宿から始める美和の未来」を思い思いにイメージしているようでした。



▲講演会の様子

10/19・  
11/12

## 教育委員会で事業等を点検・評価

市教育委員会では、地方教育行政の組織及び運営に関する法律に基づき、教育委員会に関する事務の管理及び執行の状況について点検・評価を行っています。

評価委員として、栗田将夫氏(元茨城県教職員)、安藤みゆき氏(茨城女子短期大学教授)及び松橋義樹氏(常磐大学助教)の3人に委嘱し、令和2年度の活動状況及び事務事業のうち6事業について、点検・評価を実施しました。

その結果、教育委員会会議の開催状況、協議、報告等は適正に執行されているとの意見が出されました。また、点検評価を行った6事業については、「拡充」1事業、「現行どおり」3事業、「見直し」1事業、「廃止・休止」1事業と評価されました。

「拡充」と評価された「教育支援センター適応指導教室・教育相談事業」では、「相談件数の増加、相談内容が複雑化していることから、悩みを持つ児童・生徒、保護者への支援は大切であり、また解決にあたっては

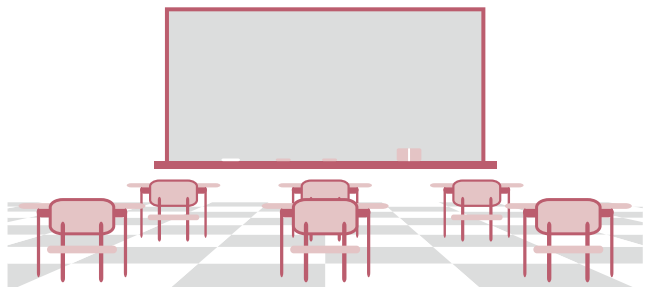
学校との連携も重要である。高度な事例については、専門機関と積極的に連携を行うなどして早期解決に努めていただきたい。」との意見などが出されました。

今後も、市教育委員会では、毎年、教育行政点検評価を実施し、教育委員会活動の透明性を高め、市民の方から信頼される教育行政を推進していきます。

※その他の意見等については、市ホームページをご覧ください。



市ホームページはこちら▶



10/26

## 常陸大宮市赤十字奉仕団研修会を開催

御前山支所前(御前山市民センター)にて常陸大宮市赤十字奉仕団研修会を開催しました。

赤十字奉仕団とは、赤十字の博愛人道の精神に基づき様々な奉仕活動を行う団体です。

常陸大宮市赤十字奉仕団は市長を地区長、各地域の区長会長を分団長として配置し、区・班に加入している方々を班員としています。また、常陸大宮市赤十字奉仕団の役員として、区長会、民生委員児童委員協議会、ボランティア連絡協議会、社会福祉協議会から委員が選出されています。

今回の研修会では、設営班と炊き出し班とに分かれてダンボールベッドや簡易テントの組み立ての体験、各家庭にあるカセットコンロを用いて50人分の炊き出し訓練を行いました。

皆さんも災害等により停電や断水したことを想定して、備蓄用品の確認やご家庭にあるものを活用した訓練をしてみてもはいかがでしょうか。



◀簡易テントの組み立て



▶炊き出し訓練



11/7

## 御前山トレイルラン大会 開催

常陸大宮市と城里町で構成される御前山・那珂川広域連携協議会において、常陸大宮市と城里町にまたがる「御前山」を舞台に、「関東嵐山第6回トレイルラン大会」が開催されました。

3年ぶりの開催となりましたが、400名ほどの参加者が、自慢の健脚を競い合いました。



▲険しい道のりを走る参加者の皆さん

11/16

## 第二中学校 建設体験学習

第二中学校2年生の生徒約60名が、県建設業協会未来協議会指導協力のもと、建設体験学習を実施しました。

高所作業車で体育館外壁の清掃作業、ローラー車に試乗してのグラウンド整地作業、測量体験、ドローン操作などを体験しました。

建設業の仕事について理解を深めるとともに仕事の大変さも学び、有意義な体験学習となりました。



▲体育館外壁清掃作業の様子

11/12

## 「常陸大宮駅東西自由道路・ 新駅舎整備に伴う実施設計協定」締結

常陸大宮駅周辺整備事業に伴う水郡線常陸大宮駅東西自由通路・新駅舎整備事業に係る実施設計協定及び年度協定を、東日本旅客鉄道株式会社と締結しました。

この協定は、東西自由通路・新駅舎の整備を円滑に進めるために締結するもので、東日本旅客鉄道株式会社水戸支社において、小川水戸支社長と鈴木市長が協定書を交わしました。



▲（左）小川水戸支社長

## 地域の方からまちのできごと

11/21

## 防災訓練実施



那賀区で大地震を想定した避難訓練が実施されました。

11/27

## 多世代交流会開催



千田区で子供から高齢者までが集まり、交流会が開催されました。



11/24

## ホストタウン功労賞受賞

パラオ共和国のホストタウンである本市の東京2020大会公式ボランティア「パラオブルーサポーター」が、ホストタウン交流の推進に関して、顕著な活動を行ったことが評価され、国からホストタウン功労賞（感謝状）が贈られました。

11月24日に、常陸大宮市役所にて、鈴木市長から感謝状の伝達が行われました。サポーターの金谷千夏さんは、「サポーター活動はとても貴重な経験となりました。今後に生かしていきたい。」と話しました。

常陸大宮市は、東京2020大会終了後も、パラオ共和国との国際交流を継続的に推進していきます。



▲パラオブルーサポーターの皆さん

11/26

## コミュニティ助成事業

山方第二区自主防災組織では、令和元年東日本台風による被災経験を踏まえ、災害時における活動に資するため、今年度のコミュニティ助成事業を活用し、防災資機材の整備を行いました。

この事業は、一般財団法人自治総合センターが、宝くじの社会貢献広報事業として助成しているものです。

今後、整備した資機材を有効に活用することにより、災害時の迅速な対応はもとより、更なる共助精神の醸成と地域コミュニティの発展が期待されます。



▲今回整備された防災資機材

11/28

## わが町の消防団 ポスターコンクール表彰式

小学3年生、4年生を対象にした、わが町の消防団ポスターコンクール表彰式が、道の駅常陸大宮～かわプラザ～で開催され、応募総数81点から最優秀賞（1名）、優秀賞（10名）が表彰されました。最優秀賞の山方小学校4年大津結菜さんの作品は消防団員募集ポスターとして市内事業所に配布予定です。



▲受賞された皆さん

11/28

## ワールドカフェ 「こんな街に住みたいな」開催

常陸大宮市内の海外出身者と地域の方々、市内の中高生そして、茨城大学の学生などが参加し、国際交流ボランティアばらの会主催のもと、ワールドカフェ「こんな街に住みたいな」が開催されました。

海外出身者によるミニスピーチコンテストやワークショップが行なわれ、住みやすい街づくりへさまざまな意見を出し合いながら、異文化交流と相互理解を深める有意義な時間となりました。



◀スピーチ

ワークショップ▶



# 地域包括支援センターが皆さんを応援します!!

近所のお年寄りを最近見かけない、親が認知症では・・・、介護保険の申請やサービスを利用したいけど、どこに相談したらいいのかわからないなど、困ったことはありませんか。そんなときは、地域包括支援センターをご利用ください。

## ◆地域包括支援センターとは

高齢者の皆さんが、いつまでも元気で住み慣れた地域で安心して生活を送れるように様々な面で支援を行うため、市から委託をされた総合相談機関です。

職員には、保健師や社会福祉士、ケアマネジャーなど専門職の方が配置されています。



## ◆権利擁護

安心して暮らせるように、皆さんが持つ様々な権利を守ります。

虐待を早期に発見したり、成年後見人制度の紹介や消費者被害などに対応します。



## ◆包括的・継続的ケアマネジメント

暮らしやすい地域にするために、医療・保健・介護など、さまざまな機関とのネットワークをつくり調整します。

## ◆4つの業務

### ◆総合案内

介護に関する相談や悩み以外でも、福祉や医療などの相談に対応します。

### ◆介護予防ケアマネジメント

要支援と認定された方や、支援や介護が必要となるおそれの高い方が自立して生活が継続できるように、介護予防を目的とした支援を行います。

### 【大宮地域】

南部地域包括支援センター

☎53-6810

(上町318-1 大宮フロイデハイム内)

### 【山方地域・美和地域・緒川地域・御前山地域】

北部地域包括支援センター

☎57-3326

(西野内1537-1 サングリーンピア山方内)

善意

をありがとう <奨学基金・善意銀行へ>



瑞穂農場様 100万円

## 広報常陸大宮・ホームページ 掲載広告募集中!

【広報紙】 半枠(45mm×85mm)、全枠(45mm×175mm)

【ホームページ】 バナー広告

\*詳しくはホームページをご覧くださいか、本庁企画政策課(☎52-1111 内線311)までお問い合わせください。

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



# 市教育長賞授与

優秀な成績を収めた児童・生徒の皆さんに教育長賞が授与されました。

【山方中】3年：高村 稜花  
 県民総合体育大会中学校の部  
 陸上競技（7/9～10 笠松運動公園陸上競技場）  
 種目：共通女子1500m 第6位 記録4:50.81

【山方中】2年：坏 知世  
 県民総合体育大会中学校の部  
 陸上競技（7/9～10 笠松運動公園陸上競技場）  
 種目：共通女子800m 第7位 記録2:27.29



▲(左から)坏 知世さん・高村 稜花さん



▲(左から)鈴木 絢斗さん・木村 祐介さん

【山方中】2年：木村 祐介  
 茨城県中学校新人体育大会  
 陸上競技（10/26～27 笠松運動公園陸上競技場）  
 種目：共通男子1500m(タイムレース) 第5位 記録4:29.50

【山方中】1年：鈴木 絢斗  
 茨城県中学校新人体育大会  
 水泳競技（10/30～31 山新スイミングアリーナ）  
 種目：背泳ぎ200m 8位 記録2:39.13



【明峰中】3年：疋田 康成  
 県民総合体育大会中学校の部 陸上競技  
 (7/9～10笠松運動公園陸上競技場)  
 種目：共通男子1500m 第3位  
 記録4:11.54



【美和小】1年：大森 閃光  
 第59回茨城県小・中学校読書感想  
 文コンクール（小学校低学年の部）  
 において最優秀賞を受賞



【美和小】1年：河野 莉乃  
 令和3年度茨城県国土緑化運動・育樹  
 運動標語コンクール（小学校の部）に  
 おいて茨城県知事賞（特選）を受賞  
 【受賞標語】  
 「きみの手でみどりのバトン 未来へと」



【明峰中】1～3年：野球部  
 茨城県中学校総合体育大会軟式野球競技  
 ベスト8（同率5位）  
 (7/21～23 TOKIWA スタジアム龍ヶ崎 外)





▲(左から)大野 剣さん・齊藤 瑞希さん

【大宮中】3年：大野 剣  
 県民総合体育大会中学校の部 陸上競技  
 (7/9～10 笠松運動公園陸上競技場)  
 種目：共通男子800m 第8位  
 記録2:14.01

【大宮中】1年：齊藤 瑞希  
 県民総合体育大会中学校の部 陸上競技  
 (7/9～10 笠松運動公園陸上競技場)  
 種目：1年女子800m 第5位  
 記録2:29.83

【大宮中】3年：関澤 美昭  
 県民総合体育大会中学校の部 卓球競技  
 (7/21～24 下館総合体育館)  
 種目：男子シングルス 第11位 (関東大会出場)

【大宮中】3年：菊池 結愛  
 県民総合体育大会中学校の部 卓球競技  
 (7/21～24 下館総合体育館)  
 種目：女子シングルス 第6位 (関東大会出場)



▲(左から)関澤 美昭さん・菊池 結愛さん



▲受賞作品

【大宮中】1年：加倉井 樹里  
 令和3年度茨城県交通安全ポスター作品コンクール  
 茨城県知事賞 (最優秀賞) を受賞



【第二中】  
 1年：大座畑 琳心  
 2021全日本ジュニアスキー選手権梅池大会  
 スノーボード競技・種目スロープスタイル&ビッグエア 第1位  
 (梅池高原スキー場 3/27)  
 2021/2022シーズン スロープスタイル/ビッグエア  
 全日本スキー連盟国内強化指定選手

茨城県教育研究会で、市内の小学校教諭による研究発表(Web)があり、その功績がたたえられました。

発表研究部	発表者(勤務校)	研究主題
図工・美術	教諭 菊池 広美 (緒川小学校)	「心のひきだし」を増やす表現方法の工夫 ～版画に生かすための造形活動 第1学年 「でこぼこはっけん」「べったんコロコロ」 の実践を通して～
生活・総合	教諭 大野 史織 (山方南小学校)	郷土を愛し主体的に学ぶ児童の育成 WE LOVE MY HOMETOWN ～生活科・総合的な学習の時間における自 ら課題を見付けよりよく問題を解決する学 習を通して～



▲(左から)大野 史織教諭・菊池 広美教諭



常陸大宮市のさまざまな場所で、光が灯り、暖かく街を包み込んでます。

# 冬を彩るイルミネーション



**【ロマンチック小場 イルミネーション】**

点灯期間 令和4年1月10日まで



**【きらきらタウン★ひたちおおみや】**

点灯期間 令和4年2月28日まで



**【三太の湯】**

点灯期間 令和4年2月28日まで



**【きらきらステーション 山方宿駅】**

点灯期間 令和4年2月28日まで



**【聖愛保育園】**

点灯期間 令和4年1月3日まで



## 第32回常陸大宮市民ゴルフ大会 結果

開催日：令和3年10月28日  
主催：市ゴルフ連盟(大瀧愛一郎会長)  
会場：那珂カントリークラブ  
参加者：104名

優勝 海老根 正美  
準優勝 古木 克成  
第3位 寺門 富士男  
第4位 小暮 大輔  
第5位 会沢 薫



## 地域おこし協力隊

がゆく

「サイクリングほかアウトドアスポーツによる地域活性化」をテーマに活動している吉川です。

市民の皆さまに、アウトドアスポーツに親しんで楽しく活気ある生活を送っていただきたいというのが第一の想いですが、今回は「地域活性化」の観点から、アウトドアスポーツにはどのような効果があるのか、地域おこし協力隊として目指すところを記しておきたいと思います。

①市民の健康増進による医療費・介護費用の削減。②定住意欲の向上。市民のなかにアウトドアスポーツ愛好者を増やし、最高のフィールドである常陸大宮への愛着を深めていただく。③新たなコミュニティの形成。愛好者が増えれば気の合う仲間同志で数々のコミュニティが生まれると思います。仕事・地縁・血縁以外の楽しく参加できるコミュニティを増やし、いざというときのセーフティネットを増やしたいと思います。④関係人口の増加。イベント開催などで、アウトドアスポーツに最高の

フィールドであることを市外にアピールし、沢山の方に訪れてもらえるようにしたいと思います。⑤地域の安全向上。サイクリング、ランニング、ウォーキング等で歩く人が増えれば、地域に人の目が増え、犯罪抑止効果があると思います。

地域のためにもなるアウトドアスポーツ、皆さんも始めてみませんか？



▲お気に入りスポットを探しながらのスポーツもオススメ

### ◆子育て応援サイト「ハッピー子育て」◆

「ハッピー子育て」には、市の行政サービスや子供の緊急時の連絡先、子育て関連施設・窓口など、子育てに必要な情報がいっぱい！また、アプリに子供の情報を登録することで、子供の成長に応じて検診・予防接種のご案内や育児に関する情報をアプリで受け取ることもできます。

WEBサイトは「常陸大宮市ハッピー子育て」

で検索、または、市ホームページのバナーから、アプリの場合は、下記QRコードを読み取り、ダウンロードしてください。



Get it on  
Google play



Download on the  
App Store

〈お詫びと訂正〉 広報 常陸大宮11月号3ページ内で、誤りがありました。お詫びして訂正いたします。  
〔誤〕 大竹さん→ 〔正〕 大武さん

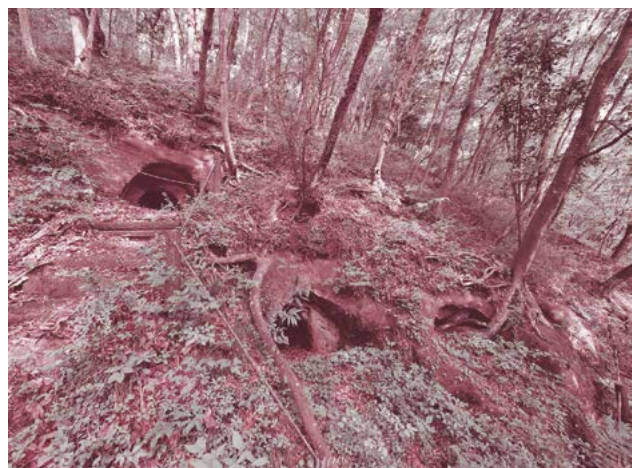


## 市指定史跡 八田雷神山横穴墓群

車で国道118号線を太子町方面へ常陸大宮市の中心街を抜け、それから国道293号線に左折して少し行くと、左手に「雷神山横穴群」という看板が見えてきます。私は古墳時代のお墓を研究の対象としているので、那須方面に出かけるたびにこの看板が気になります。

「横穴群」とは、古墳時代から平安時代の横穴墓（「横穴」と表記される場合もある）が密集している遺跡の名称です。横穴墓とは、丘陵斜面に洞窟のような横穴を掘り、そこに亡くなった人を埋葬するお墓です。茨城県内では100遺跡、約1400基の横穴墓が確認されています。横穴墓が造られた地域は、県央から県北地域に多く、県南・県西地域にはほとんどなく、分布に偏りがみられます。また、県北地域の分布を詳細に見てみると、太平洋沿岸と久慈川流域に多くが存在しております。常陸大宮市には「雷神山横穴墓群」と「岩穴横穴墓群」の2つの遺跡があり、合計10基の横穴墓が確認されています。これらの横穴墓群は、県北地域ではもっとも海から離れた西の端に位置している横穴墓群となります。

看板に誘導されて道を進むと、玉川を望む駐車場に到着します。そこから凝灰岩の丘陵斜面を少し登った中腹あたりに、横穴墓が造られて



▲雷神山横穴墓群



稲田 健一氏  
考古部会協力員

ひたちなか市生活・文化・スポーツ公社  
文化財調査事務所

います。現在確認できる横穴墓は5基ですが、これ以外にも埋没している可能性があります。

5基の横穴墓は1基が上位に、4基がその下に横一列に並んでいます。上位の1基は墓室が最も大きく、平面形は不整形な円形になっています。円形の墓室は県内の横穴墓の墓室としては非常に珍しい形状です。その他の横穴墓は平面形が長方形で、県内ではよく見られる構造です。

はじめに、道端に立つ遺跡の看板が気になると書きましたが、県内の100もある横穴墓の中で、整備され常時見学できる横穴墓は10遺跡もありません。その中でも、横穴墓の遺跡で国道などに案内看板があるものは、この遺跡とひたちなか市の十五郎穴横穴墓群だけではないでしょうか。それ故、横穴墓好きの私としては、もっと注目されてもよい横穴墓群だと思っています。

### ■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)





# オンラインサロンでの もうけ話に注意

## 事例 1

SNSで知り合った人から、毎月2万円でオンラインサロンに入会すれば資産形成の勉強ができ、毎月の支払い分は在宅で稼げると勧誘され、入会した。しかし、全くもうからないため解約を申し出たが、1年契約なので途中解約はできないと言われた。(当事者：学生 男性)

## 事例 2

友人から、オンラインサロンを人に紹介すると紹介料約10万円がもらえるから参加しないかと勧められた。友人の紹介だから安心だと思い、会費約25万円を一括で支払ったが、別の友人から、だまされていると言われ不安になった。クーリング・オフしたい。(当事者：学生 男性)



©Kurosaki Gen

## ひとことアドバイス

- インターネット上の会員制コミュニティ「オンラインサロン」を、お金もうけのノウハウを伝えるツールまたはサロン自体をもうける手段として利用している手口がみられます。オンラインサロンは、会員以外はアクセスできず、事前に中身を確認できません。
- 確実にもうかる話はありません。「簡単にもうかる」「元が取れる」などの勧誘文句をうのみにせず、安易にコンタクトを取らないようにしましょう。
- 契約前に契約条件や運営事業者の会社名、住所、電話番号を確認しておきましょう。トラブルに備えて、チャットやメール等のやり取りの記録も残しておいてください。
- 人に紹介するビジネスモデルの場合、人間関係が壊れることもあるので注意しましょう。
- 困ったときは、すぐ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)。

さぼーとくん



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

☎ 0295 - 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。

# かがやきだより vol.29

今回のテーマは「減塩のポイント」です。

食生活において、高血圧の最大要因になるのが塩分の過剰摂取です。塩分は体に必要なものですが、1日に1.5g程度摂取すれば十分で、とりすぎると血圧が上がりやすくなります。

とりすぎていませんか？1日の塩分基準量は...



**男性**  
7.5g 未満

**女性**  
6.5g 未満

高血圧の方は  
6g 未満！



ラーメン  
塩分 5～7g



うどん  
塩分 4～6g

令和元年の調査では、  
日本人は1日に男性10.9g  
女性9.3g塩分を  
摂取している状況です。



## 塩分を控えるポイント

汁物は具たくさんで1日1  
回に。  
めん類の汁は残しましょう。



漬物は浅漬けに。  
味の濃いご飯のお供は控え  
めに。



酢や香味野菜、スパイスの  
風味で薄味でもおいしく。

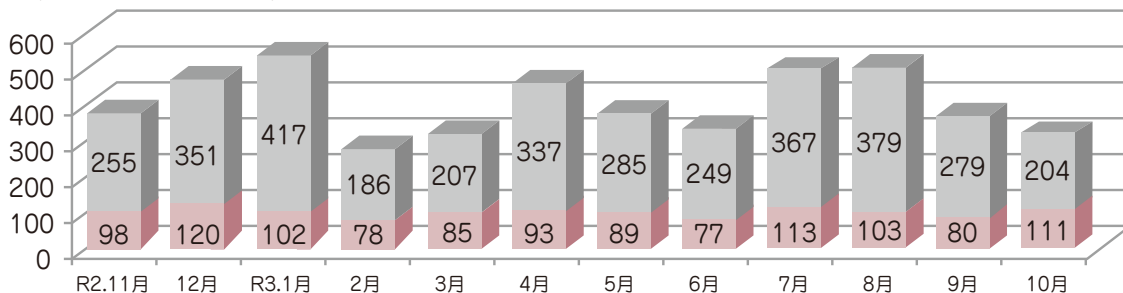


野菜や豆類、海藻に含まれるカリウムやマグネシウムにはナトリウム(塩分)の排出作用や血管収縮を抑える作用があり、高血圧予防に有効と言われています。積極的に食卓に取り入れましょう。(腎臓機能の低下がある方はカリウム、マグネシウムの摂取制限がある場合があるため、医師に相談しましょう。)

※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

■ 救急車以外  
■ 救急車







## 大岩みょうごうとうの名号塔

### ■立派な名号塔です

旧緒川村の西部、大岩地区の一角に「南無阿弥陀佛」<sup>なむあみだぶつ</sup>と刻まれた石塔が立っています。自然石を使用した、高さ1.68m、幅1.40m、厚さ33cmの立派なものです(写真1)。

「南無阿弥陀佛」は阿弥陀如来への帰依きえを示す言葉で、字数から「六字名号」<sup>ろくじみょうごう</sup>とも言われ、それを刻んだ石塔は「名号塔」と呼ばれます。

### ■位置は・・・

大岩集落を東西に貫く県道那須烏山御前山線を西に向かうと右手(北側)に三輪神社がありますが、小舟川を挟んでそのちょうど反対側(南側)の山裾に石塔はあります。

その場所は、今は廃寺となった西方寺の入り口にあたります。

### ■正面に刻まれた文字

「南無阿弥陀佛」は石塔の正面中央に大きな字で刻まれています。蓮弁座の上に刻まれており、名号が阿弥陀如来そのものとして意識されていたことがわかります。字体は独特で、「南」は下半が丸く作られ、「阿」と「陀」の阜偏こぶとへんの下端が右に屈曲し、「弥」の弓偏や「陀」「佛」の最終画が大きく撥ね上げられています。

その右下に小さな文字で「祐天」、その下に花押かおう(サイン)が刻まれています(写真2)。石に刻む際の下書きとなった名号を揮毫した僧侶の名前とその花押と考えられます。

### ■名号は祐天上人の筆跡

祐天(1637-1718)は、江戸時代中期の浄土宗の高僧で、通常「祐天上人」と敬称付きで呼ばれます。徳川



【写真1】大岩の名号塔



【写真2】「祐天」とその花押の部分

将軍家の菩提寺、芝増上寺の第36世大僧正になった僧侶で、第5代将軍綱吉の生母桂昌院をはじめ大奥の信仰も集めました。遷化せんか(逝去)前に弟子に念仏道場の建立を遺言したことから目黒に祐天寺が建立されますが、これには将軍家が多大な支援をしています。

祐天は名号を多数揮毫して寺や信者に授けており、その1枚が大岩での名号彫刻の下書きになったものと思われます。祐天の揮毫した名号や名号塔は各地に残っており、大岩の名号は独特の字体も花押もそれらと共通しています。

大岩の名号塔は江戸時代の名立たる高僧祐天上人が揮毫した名号を刻んで建立されたのです。

### ■建てたのは茂木の忠右衛門さん

背面には「延享元甲子年／三月吉日 當寺八世忍譽／下野国芳賀郡／坂井邑住／願主 忠右衛門」(／は改行)と刻まれています。延享元年(1744年)、西方寺住職忍譽の支援のもと、現在の栃木県茂木町坂井の住人忠右衛門が願主となってこれを建立したと理解できます。1744年というと祐天遷化後になりますが、高僧の筆跡での遷化後の建碑の例はほかでも見られます。

願主の忠右衛門はおそらく西方寺の檀家で、苗字や屋号が記されていないことから農民と思われる。おそらく多額の建碑費用を負担したのでしょうか、かなりの豪農だったのではないのでしょうか。

江戸時代の農民というと幕藩体制のもとで土地に縛り付けられカツカツの生活を強いられていたような印象がありますが、意外と広い行動範囲や情報網をもっていたいきいきと生きていたようです。

【謝辞】今回の取材では、佐藤一馬さん、佐藤守雄さん、堀江智人さん(以上、大岩地区)、小森哲也さん(栃木県真岡市)にご教示・ご協力をいただきました。御礼申し上げます。ありがとうございました。

【参考文献】祐天寺研究室編『寺宝で綴る祐天上人と祐天寺』宗教法人祐天寺 2005年、緒川村史編さん委員会編『緒川村史』緒川村 1982年

文化スポーツ課 ☎52-1111(内線344)

## 年末年始の火災に注意しましょう

空気が乾燥する冬は、年間を通して火災が発生しやすい季節です。気温が低くなり暖房器具を使用する機会が多くなるとともに、消し忘れたり、転倒させたり、近くに置いていたものに燃えうつるといった理由で、暖房器具は冬の火災原因の代表的なものでもあります。

これらの器具類を使用するときは十分注意し、火災のない年末年始を過ごしましょう。



## 住宅防火 いのちを守る 10のポイント

### 4つの習慣

- ・寝たばこは、絶対やめる。
- ・ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ・ガスコンロなどのそばから離れるときは、必ず火を消す。
- ・コンセントは、ホコリを清掃し、不必要なコンセントを抜く。



### 6つの対策

- ・逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ・寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
- ・火災を初期段階で消火できるよう、住宅用消火器を設置する。
- ・お年寄りや身体の不自由な人は避難経路と避難方法を常に確保し備える。
- ・ストーブやこんろなどは安全装置が付いた機器を使用する。
- ・防災訓練への参加など地域ぐるみの防火対策を行う。

### こんなことにも注意しましょう！！

- ・家のまわりに燃えやすいものを置かない。
- ・たばこの投げ捨てをしない。
- ・電気コンセントのほこりを時々掃除する。
- ・暖房器具は点検をしてから使用する。
- ・ストーブをつけたまま寝ない。
- ・ストーブの上に洗濯物を干さない。
- ・石油ストーブは火を消してから給油する。
- ・野焼きは原則、禁止です。
- ・室内の定期的な換気を行いましょう。







## 餅による事故に注意！

正月の時期になると、お雑煮など餅を食べる機会が増えるため、餅をのどに詰まらせて窒息してしまうといった事故が多くなります。

### 窒息事故を防ぐために注意すること！

- ・食べる前に水やお茶を飲む
- ・ひとりで食べない
- ・一口を小さく、ゆっくりよく噛む
- ・酒を多量に飲みながら餅を食べない



### 異物がのどに詰まったときの対処法

まわりの人が、まず詰まらせたことに気づくことが重要です。急に咳き込んだり、突然言葉を発せなくなったり、のどを両手でかきむしるようなしぐさ「窒息のサイン（チョークサイン）」をします。のどに異物が詰まってしまったのか必ず確認しましょう。

### 積極的に咳を促す

呼吸時に「ヒューヒュー」など異音がある場合は、異物が部分的に詰まっている場合があります。異物が取れるまで咳をするように促しましょう。



### 背部叩打法とハイムリック法

完全にのどが詰まり窒息になってしまった場合の対処法として、背部叩打法とハイムリック法があります。

#### 1. 背部叩打法

背部叩打法は、左右の肩甲骨の間を手の付け根で上部へ突き上げるように叩きます。5回程度連続して叩いた後に確認し、異物が除去できるか反応がなくなるまで、その動作を繰り返してください。



#### 2. ハイムリック法（腹部突き上げ法）

のどに詰まらせている人の背部に立ち、おへそのやや上（みぞおちの下方）に親指を腹部にあてて握りこぶしをつくり、もう片方の手を添えて、すばやく上方へ突き上げるように圧迫します。臓器を損傷している可能性がありますので、実施後は必ず病院を受診しましょう。※妊婦や1歳未満児には行えません。

### 反応がなくなった場合は

発見したときから反応がない、もしくは異物除去を実施中に反応がなくなってしまった場合は、ただちに通常心肺蘇生を開始します。

- ・助けを呼ぶことや119番通報が済んでいない場合は、ただちに助けを呼び、119番通報とAEDを手配します。
- ・心肺蘇生を開始します。
- ・心肺蘇生を行っている途中で、口の中に異物が見えた場合は、異物を取り除きます。
- ・口の中に異物が見えない場合は、異物を探すのに時間を掛けず、心肺蘇生を繰り返します。



■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

日当たりのよい山野に生える落葉高木です。葉は楕円形で、縁に大形のとがったギザギザがあります。花は4月末ごろに葉の展開と同時に開花します。果実はドングリです。葉、果実、樹皮などを煮出して染色に使うそうです。材はシイタケの原木に利用されます。



(ブナ科 コナラ属)  
(写真・データ提供 御前山ダム環境センター)

## こども歌舞伎が披露されました！

11月25日常陸大宮市立大宮北小学校の北小祭が開催され、4年生による「こども歌舞伎」が、西塩子の回り舞台保存会の方々の協力のもと、入場を制限しながら、披露されました。

伝統ある「こども歌舞伎」は、3年に1度開催される「西塩子の回り舞台」の演目の1つで、今年10月からプロの指導を受け、練習を積んできました。

本番は、堂々とした迫力ある演技が披露されました。



常磐津  
さんば三番叟



白浪五人男

## 常陸大宮市×旅色

電子雑誌「月刊旅色」で常陸大宮市を紹介！

「日本のどこかであの女優が旅をしている」をコンセプトに、メディアで活躍中の女優の方々が、大人の女性に上質な旅時間を提案する電子雑誌「月刊旅色」。

今回、常陸大宮市と旅色がタイアップし、女優の川栄李奈さんがナビゲーターとして、市内の飲食店や観光スポットなど本市の魅力を月刊旅色1月号にて紹介します！

月刊旅色1月号は、令和3年12月27日にWebにて公開！



▲撮影風景  
(道の駅常陸大宮～かわプラザ～)

動画はこちら▶



### 常陸大宮市の人口

(12月1日現在・推定常住者)

総人口 38,580人 世帯数 15,656世帯  
(男 19,038人 女 19,542人)

## 広報 常陸大宮 12月 第207号

発行日 令和3年12月27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/

