

2022

5

No.212

美和・高部地区に残る

明治時代の記憶

今月の表紙
喜雨亭(高部地区)
【関連記事P2-3】

主な内容

- P2～3 高部地区「喜雨亭」国登録有形文化財に答申
- P9 入学おめでとう!～令和4年度 入学式の様子～
- P10 常陸大宮大使にライオンズ・豊田投手コーチ
「奥久慈なす」が県の銘柄産地に指定
- P11 地域おこし協力隊広報～ごじゃっぺライフ～



高部地区「喜雨亭」

国登録有形文化財に答申

高部宿で「花の友」の文字がひととき目を引く3階建ての楼閣建築「喜雨亭」が令和4年3月18日、国登録有形文化財として文化審議会から文部科学大臣に答申されました。「登録有形文化財」は近年の国土開発や都市計画の進展、生活様式の変化等により、社会的評価を受ける間もなく消滅の危機に晒されている多種多様かつ大量の近代等の文化財建造物を後世に幅広く継承していくために平成8年に作られた制度です。登録されると、常陸大宮市の登録有形文化財は、同じ高部地区の間宮家住宅に続き2件目の登録となります。

高部宿は山方地域と烏山（現 那須烏山市）を東西に結ぶ那須街道沿いに展開した宿場町で、江戸時代には、和紙や楮、葉煙草の集散地として栄えました。その発展を支えた有力な紙問屋の一軒が喜雨亭を造った岡山家でした。喜雨亭は、明治時代の岡山家の当主・仙太郎により、明治中期に建てられました。江戸時代、紙問屋として発展した岡山家は、明治6年に家業を酒造業に転換し、「花の友」などの銘柄の酒を醸造しました。酒造業でも成長を遂げ、地域の名士となった岡山家が、地域に築いたランドマークが喜雨亭でした。



▲上空から見た高部宿



▲往時の喜雨亭。現在も、建物全体がほぼ遜色のない状態で残っている。

喜雨亭は木造3階建てで、1階は近年茶室に改装されましたが、2階、3階は創建時からの様子が残されています。

2階は8畳の座敷に南・東に面した広い縁側が廻り、南に広がる回遊式庭園「養浩園^{ようこうえん}」を眺めることができます。養浩園は偕楽園を模して造られたといわれています。周辺に広がる豊かな自然に溶け込んだ風景は、喜雨亭の佇まいとともに、和紙や楮の取引で栄えた時代の高部の賑わいを感じとれます。

最上階の3階は、南北2メートル、東西3メートルほどの小さな空間ですが、南側に赤や黄色のギヤマンガラス（色ガラス）と透明ガラスが市松にはめ込まれ華やかな空間を作っています。東・西・北の漆喰の外壁には「花の友」と黒文字で記され、広告塔としての役割を果たしていましたが、もとは内部の照明で外壁の文字が光る工夫が凝らされていました。また、2階・3階ともに、内部の壁面や襖には文人墨客の手になる書画がはめ込まれ、その数は40点に上ります。辰ノ口出身の南画家野沢白華や野口雨情の伯父で衆議院議員を務めた野口勝一（北巖）らも同家に書画を残しており、岡山家と地域の文化人との豊かな交流の様子を知ることができます。

今後は、歴史ある町並みや中世の山城など、高部の幅広い文化遺産の中核となるスポットとして活用していく予定です。

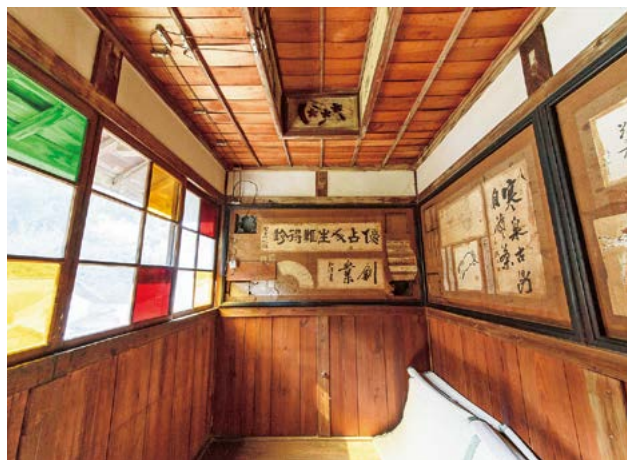
※喜雨亭及び養浩園は、通常は非公開です。個人の所有地となりますので立入りはご遠慮ください。

■問い合わせ■

文化スポーツ課 文化振興グループ
☎52-1111(内線343)



▲野口勝一の襖絵のある喜雨亭2階



▲ギヤマンガラスで彩られる喜雨亭3階



▲▼文化人たちが眺望を楽しんだ養浩園



令和3年度住民基本台帳の閲覧状況について公表します

令和3年4月1日から令和4年3月31日における住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況について、下記のとおり公表します（犯罪捜査等のための請求に係るものを除く）。

No.	閲覧日	申請者	閲覧を委託した法人	利 用 目 的	閲 覧 地 区
1	令和3年 5月19日	一般社団法人中央調査社 会長 境 克彦 東京都中央区銀座5-15-8 時事通信ビル7階	株式会社野村総合研究所 専務執行役員 立松 博史	「テレビ視聴に関する調査」実施のための対象者抽出	石沢 (14件)
2	令和3年 8月5日	一般社団法人新情報センター 事務局長 山本 恭久 東京都渋谷区恵比寿1-19-15	国立研究開発法人 国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 薬物依存研究部 心理社会研究室長 嶋根 卓也	「第14回飲酒・喫煙・くすりの使用についての全国調査」実施のための対象者抽出	南町 (30件)
3	令和3年 10月13日	一般社団法人中央調査社 会長 境 克彦 東京都中央区銀座5-15-8 時事通信ビル7階	一般財団法人 ゆうちょう財団 理事長 高橋 亨	「第5回 くらしと生活設計に関する調査」実施のための対象者抽出	小野 (20件)
4	令和3年 10月26日	一般社団法人新情報センター 事務局長 山本 恭久 東京都渋谷区恵比寿1-19-15	お茶の水大学 基幹研究院長 浅田 徹	「ゲーム障害(依存)に関する全国標準サンプリング調査」実施のための対象者抽出	上村田 (31件)
5	令和3年 11月10日	株式会社常陽産業研究所 代表取締役 下山田 和司 茨城県水戸市三の丸1-5-18	茨城県保健福祉部 健康・地域ケア推進課	「令和3年度茨城県民健康実態調査」実施のための対象者抽出	全地域 (312件)
6	令和3年 11月10日	株式会社常陽産業研究所 代表取締役 下山田 和司 茨城県水戸市三の丸1-5-18	茨城県保健福祉部 健康・地域ケア推進課	「令和3年度茨城県民歯科保健基礎調査」実施のための対象者抽出	全地域 (340件)
7	令和3年 11月11日	株式会社日本リサーチセンター 代表取締役 杉原 領治 東京都墨田区江藤橋4-26-5	内閣府政策統括官 (政策調整担当) 付 参事官(高齢社会対策担当) 手倉森 一郎	「高齢者の日常生活・地域社会への参加に関する調査」実施のための対象者抽出	野中町 (20件)
8	令和4年 2月2日	一般社団法人新情報センター 事務局長 山本 恭久 東京都渋谷区恵比寿1-19-15	内閣府 経済社会総合研究所 所長 井野 靖久	「消費動向調査」実施のための対象者抽出	宇留野・根本泉・上村田 (72件)



令和3年度

情報公開・個人情報開示状況をお知らせします

「常陸大宮市情報公開条例」及び「常陸大宮市個人情報保護条例」に基づき、令和3年度における開示請求及び開示の実施状況についてお知らせします。

市が保有する行政情報の開示請求は、市民の方や市内にお勤めの方であればどなたでも請求することができます。開示が原則ですが、個人のプライバシーや公益を守るため、特定の個人が識別される情報や市が行う事務事業に著しい支障を生じるおそれのある情報などは、非開示または一部開示となることがあります。また、行政情報が存在しない場合等においては対応できないことがあります。

●情報開示請求の件数

(単位：件)

実施状況 実施機関名	開示請求件数	任意的開示 申出件数	計
市長	7	14	21
議会	3	0	3
教育委員会	0	1	1
計	10	15	25

※任意的開示：市情報公開条例に定める開示請求権者以外の方からの請求があった場合

●情報開示実施状況

(単位：件)

実施状況 実施機関名	開示又は非開示の決定件数					不 服 申立て の件数
	開 示			非開示	情 報 不存在	
		うち 全部 開示	うち 一部 開示			
市 長	20	8	12	0	1	0
議 会	3	3	0	0	0	0
教育委員会	1	0	1	0	0	0
計	24	11	13	0	1	0

●個人情報開示請求の件数

(単位：件)

実施状況 実施機関名	開示請求件数	訂正・消去及び 利用停止の請求 件数	計
市長	3	0	3

●個人情報開示実施状況

(単位：件)

実施状況 実施機関名	開示又は非開示の決定件数					不 服 申立て の件数
	開 示			非開示	情 報 不存在	
	う ち 全部 開示	う ち 一部 開示				
市 長	2	2	0	0	1	0

▶情報開示請求手続きについて

閲覧や複写したい行政情報があるときは、当該情報を保有する部署に請求書を提出してください。

閲覧については無料ですが、複写を希望する場合は手数料が必要となります。

■問い合わせ■

総務部総務課庶務・法制グループ ☎52-1111(内線322)

新しい区長の皆さんを紹介します

大宮地域 39区	
区 名	氏 名
大宮第1	岩 上 朝 壽
大宮第2	茅 根 康 伴
大宮第3	會 澤 光 一
大宮第4	梶 山 登 司
大宮第5	戸 田 豊 作
大宮第6	照 沼 光 一
大宮第7	青 柳 由 勝
大宮第8	坂佐井 幸 男
大宮第9	栄 史 彦
大宮第10	粟 生 泰 久
大宮第11	篠 田 栄 治
大宮第12	長 哲 夫
東 野	横 山 義 美
八 田	野 上 光 久
若 林	野 上 修
上 大 賀	菊 池 秀 明
久 慈 岡	高 安 敏 明
岩 崎	金 子 一 郎
鷹 巢	小野瀬 和 夫
小 祝	廣 木 泉
辰 ノ 口	田 代 一 夫
塩 原	栗 田 寿 博
小 倉	沼 田 範 男
富 岡	鹿子幡 庸 雄
下 岩 瀬	自 見 友 一
上 岩 瀬	富 山 郷 幸
根 本	粟 生 一 行
泉	瀬 谷 修
宇留野台	高 野 敏 光
宇留野坏	関 政 章
下 村 田	杉 山 勉
上 村 田	阿久津 繁 雄
石 沢	笹 沼 光 典
小 場	安 藤 茂 樹
小 野	徳 田 昇 一
三 美	小 森 司
西 塩 子	横 山 不 二 夫
北 塩 子	大曾根 眞 道
大宮照田	横 山 英 明

山方地域 17区	
区 名	氏 名
山方第1	根 本 盛 行
山方第2	細 貝 健 男
山方第3	三 次 重 雄
野上第1	菊 池 克 己
野上第2	石 川 憲 壽
舟 生	檜 山 勝 昭
諸 沢 西	堀 江 敏 夫
諸 沢 東	會 澤 薫
西 野 内	菊 一 勝 則
小 貫	木 村 克 宏
照 山	渡 辺 建 雄
盛 金	木 村 正 幸
久 隆	小 林 誠
家 和 楽	木 村 則 義
山方照田	横 山 典 男
長 田	佐 藤 久 雄
長 沢	石 川 實

美和地域 8区	
区 名	氏 名
氷 之 沢	槁 本 勇 夫
下檜沢第1	小 室 健
下檜沢第2	木 村 昌 志
上 檜 沢	坏 民 生
高部第1	河 野 勉
高部第2	岡 崎 敏 男
小 田 野	佐 藤 昌 作
鷺 子	大久保 信 一

緒川地域 15区	
区 名	氏 名
那 賀	長 山 豊 明
下小瀬小玉	五位 淵 栄
国 長	坏 清 巳
下 郷	小 林 陽 一
宿	大久保 正比古
本 郷	岡 崎 栄 一
川 西	鯉 沼 衛
西 根	高 倉 直 文
大 岩	吉 村 良 三
小 舟	本 橋 哲 夫
油 河 内	桑 名 精 一
小 松	三 村 勝 重
吉 丸	内 田 均
入 本 郷	桑 名 清 巳
千 田	會 澤 政 彦

御前山地域 13区	
区 名	氏 名
野口第1	軍 司 照 男
野口第2	橋 本 義 雄
野口第3	皆 川 雅 明
野 口 平	森 戸 耕 造
門 井	大 越 成 也
下伊勢畑	青 木 辰 一
上伊勢畑	疋 田 勝 義
檜 山	宮 下 廣
長 倉	青 柳 幸 雄
野 田	小 室 精 一
秋 田	廣 木 辰 男
中 居	加藤木 信 義
金 井	大 森 稔



4/3

雪村顕彰会が シンポジウム開催

雪村顕彰会（富山章一会長）は、市内に残る室町時代の画僧・雪村の屋敷跡伝承地を多くの人に知ってもらうため「シンポジウム2022～伝承の雪村屋敷跡を求めて～」をロゼホールで開催しました。雪村屋敷跡調査委員会の上久保洋一委員長の基調報告後、富山会長と雪村絵画や中世寺院等各分野のパネリスト4名による討論が行われました。



▲パネルディスカッションの様子

4/11 政治倫理審査会委員委嘱式

政治倫理審査会は、市議会議員による公共工事の請負のあっせんなど、政治倫理基準に反する疑いがあり、市民や市議会議員から調査請求がなされたとき、調査を行う役割を担っています。任期は令和6年3月22日までの2年間です。

〈政治倫理審査会委員（順不同・敬称略）〉

後藤 直樹、高橋 大輔、内田 善一、平田 智二、
桐原 勝律、早川 孝一



▲委嘱式に参加された委員の皆さん

4/9

御前山ダム湖周辺を歩く会

地元ボランティアグループ（御前山ダム環境センター）が8回目となる御前山ダム周辺を歩く会を開催しました。

市の内外から参加された多くの方々が、山桜の咲く新緑のおだやかな山間のコースを歩いて、湖畔に映る山々の風景写真を撮りながら楽しみました。

御前山ダム湖は、四季折々の景色が楽しめる人気のスポットです。今年の秋、紅葉が楽しめる時期にもダム湖周辺を歩く会を予定しております。ぜひ皆さんもご参加ください。



▲体を動かしながら、美しい景色を楽しみました！

4/21

ピジョン(株)へ 紺綬褒章を伝達

ピジョン株式会社本社（東京都中央区）に鈴木市長が訪問し、紺綬褒章の伝達を行いました。当市へ企業版ふるさと納税を活用した1,000万円の寄附をいただいたため、今回の授与に至りました。

市では現在、この寄附を活用して子育て環境整備のため、かわプラザ敷地内に障がいのある有無にかかわらず誰もが一緒に遊ぶことができるインクルーシブ遊具などの設置を進めています。



▲（右）北澤 憲政社長

4/6

春の交通安全キャンペーン

4/25

地域安全運動キャンペーン

春の全国交通安全運動（4月6日～4月15日）、春の全国地域安全運動（4月25日～5月9日）に合わせ、「道の駅 常陸大宮 ～かわプラザ～」において、4月6日に交通安全、4月25日に地域安全の街頭キャンペーンを行いました。

大宮警察署をはじめとした、市内団体・事業所が参加し、かわプラザに来場された方へ、チラシや啓発グッズを配布しながら、交通事故防止や、ニセ電話詐欺などの防犯を呼びかけました。



▲交通安全運動の様子



▲地域安全運動の様子

スポーツ大会結果

第18回常陸大宮市近郊中学校軟式野球大会

開催日：令和4年4月17日・23日・24日

主催：一般財団法人常陸大宮市スポーツ協会

会場：大宮運動公園市民球場

西部総合公園多目的グラウンドA・B

山方運動公園野球場

参加チーム：19チーム

優勝 常陸大宮市立明峰中学校
準優勝 城里町立常北中学校
第3位 常陸太田市立峰山中学校・
金砂郷中学校合同
笠間市立友部第二中学校



▲優勝した明峰中学校の皆さん

民生委員・児童委員の 変更について

御前山 野田区の民生委員・児童委員に変更がありましたので、お知らせします。

担当者	担当地区
岸 努 ☎55-3356	野田区全域

任期：令和4年5月1日から令和4年11月30日まで

善意 をありがとう



常陸大宮ライオンズクラブ様
奨学基金として10万円

入学おめでとう！ ～令和4年度 入学式の様子～

4月7日に市内小学校全11校で、8日、15日に中学校全4校で入学式が行われました。

今年度も新型コロナウイルス感染拡大防止のため、日程調整などが行われました。今年度の新入生、小学生265人、中学生249人は、緊張した面持ちながらも、それぞれ新たな希望を胸に新生活をスタートさせました。

小学校			
学校名	男	女	計
村田小	20	20	40
上野小	15	17	32
大宮小	26	23	49
大賀小	4	3	7
大宮北小	3	4	7
大宮西小	33	38	71
山方小	6	8	14
山方南小	8	6	14
美和小	7	4	11
緒川小	3	4	7
御前山小	4	9	13
合 計	129	136	265



▲村田小学校 入学式の様子



▲大宮西小学校 入学式の様子



▲山方中学校 入学式の様子



▲明峰中学校 入学式の様子

中学校			
学校名	男	女	計
大宮中	56	56	112
第二中	35	19	54
山方中	21	14	35
明峰中	26	22	48
合 計	138	111	249



常陸大宮大使に西武ライオンズ一軍投手コーチ 豊田清さん

埼玉西武ライオンズ一軍投手コーチ・豊田清さんに5月1日付けで常陸大宮大使に就任いただきました。



○豊田 清さん プロフィール○

1992年ドラフト会議にて西武ライオンズから3位指名を受け、入団。2002シーズンにパ・リーグ歴代1位（当時）になる38セーブを記録。2003シーズンにプロ野球史上15人目となる100セーブを達成、2年連続の最優秀救援投手賞を受賞。現在、西武ライオンズ一軍投手コーチを務める。

常陸大宮市においては、平成19年から市内野球教室での指導、平成21年からの市野球連盟と冠大会「豊田清杯」の共催などを行っている。

豊田さんからのコメント

常陸大宮市のみなさま、こんにちは。埼玉西武ライオンズの豊田清です。私はこれまで常陸大宮市において、小中学生向けの野球教室や、私の名前を銘打った少年少女野球大会の実施など、野球人としての経験を生かした野球振興に関わる活動を実施させて頂いており、そのご縁もあって、このたび常陸大宮市の大使をオファーいただき、就任にいたしました。少しでも常陸大宮市の盛り上げに貢献できるよう、頑張りたいと思います。よろしくお願いします。



▲市内野球教室にて指導する豊田さん

「奥久慈なす」が県の銘柄産地に指定



銘柄産地指定制度は、茨城県が生産地の生産体制や品質などの実績を評価して育成・指定するもので、「奥久慈なす」は、今回で3回目の指定となりました。

奥久慈なすは、寒暖の差が大きい地域の特性を生かし、実が締まり、皮が柔らかく、色の濃いなすとして、市場等からも高い評価を受けています。昨年は、98戸の生産者が約214tを出荷しました。萩庭部会長は、「今後とも、品質の向上に向け、各地域の会員と力を合わせ、また、関係機関と連携して、新規栽培者の確保等、銘柄産地として、さらなる躍進をしていきたい」と抱負を述べていました。

「奥久慈なす」とは…

県北・県央部の5市町（常陸大宮市、大子町、那珂市、常陸太田市、ひたちなか市）の各JA常陸なす部会で栽培され、市場へ出荷されたなすのことを指します。

5月号より協力隊広報誌が広報常陸大宮に登場! 令和4年度の協力隊を紹介します!

市の魅力をPRする
情報発信担当

谷部文香

(やべあやか)

協力隊2年目

人材育成、
空き家を活用したコミュニティ
スペース作りほか

星野由季菜

(ほしのゆきな)

1年目・新メンバー

本田真美(ほんだまみ)



吉川勝

(よしかわまさる)

サイクリングほか
アウトドアスポーツ
での地域活性化

農家民泊推進マネージャー
和ハーブインストラクター

農家民泊のみにとらわれず、
様々なスタイルでの民泊・民宿事業を
提案していきたいと思っています。
また、和ハーブを生かした料理教室や
石蔵教室などのイベントや、
森林ガイドツアーなど、
市内に暮らす方も外からいらっしゃる方も
一緒にワクワク、ドキドキ、
そしてリラックスできるような
場所づくりができるよう、精一杯頑張ります!

常陸大宮市で活躍中! 県北起業型地域おこし協力隊^{*} INORI (いのり) さんの活動内容を紹介!

1年前に夫と子供と共に、東京から常陸大宮市に移住しました。
女優をしながら、大人と子供が楽しめる自然体験の場づくりを、
茨城で始めました。

昨年10月には「ジャパンワールド映画祭」(美和体育館)を開催。

映画に関わってきたことから、地域と映画を繋げ、
芸術文化を広める活動もしています。

県北起業型地域おこし協力隊(KENPOKU PROJECT E)には、2021年6月より着任。

2年目の今年も、棚田再生プロジェクトと古民家再生をしながら、
地域のコミュニティづくりをしています。

そして、9月10日(土)11日(日)には
昨年に引き続き映画祭(美和体育館)を開催予定です。

INORIさんの最新情報は
QRコード(note)から



▲WISH HOUSEの田んぼにて。

右からINORIさん・速水雄輔さん

^{*}「県北起業型地域おこし協力隊」
茨城県で委嘱した茨城県北地域の課題を
起業で解決する協力隊のこと





江戸時代の農民は 何歳ぐらいで結婚したのか？

江戸時代の村役人の家に伝わった文書の一つに『しゅうもんじんべつあらためちょう宗門人別改帳』というものがあります。本来はタイトルにある通り、キリスト教に対する禁教政策にもとづき、教徒でない旨を最寄りの寺に確認してもらうという目的がありましたが、村民たちの名前、性別、年齢などの台帳としての役割をも担っていました。

必ずしも統一した書式があるわけではなく、記録されている情報量も時代や地域によって異なっていましたし、内容の正確さにも疑問がある場合もあります。こうした点をふまえつつも、そこから江戸時代の農村の一面を垣間見ることができます。

一例として、平均結婚年齢をあげてみましょう。分析対象は延宝9年(1681)の下檜沢村です。

この村の「宗門人別改帳」には結婚年に関する情報があり、記録された年齢から結婚した年齢を割り出すことができます。

それによると男性は23.1歳、女性は16.9歳となります。もっともこれは当主または長男(長女)の場合で、例は少ないものの、弟が同居して結婚する場合は男性28.4歳、女性23.1歳と高くなります。

これを同じ時期の、県内他地域の事例と比べて



茨城県立歴史館
史料学芸部歴史資料課
特任研究員
永井 博
近世史部会 専門調査員

みましょう。

元禄10年(1697)の大竹村(現鉾田市内)では男性27.1歳、女性21.4歳。

寛文10年(1670)の坂田新田村(現土浦市内)では、男性26.1歳、女性19.3歳。

元禄8年(1695)の上青柳村(現石岡市内)では、男性17.2歳、女性14.8歳となっています。

地域によって、かなりの差があることがわかります。その理由については、慣習的なものなのかは不明ですが、こうした点からも常陸大宮市域の地域性を解明することができるでしょう。

■問い合わせ■

文化スポーツ課

文化振興グループ ☎52-1111(内線343)



▲下檜沢村宗旨改帳(延宝9年)

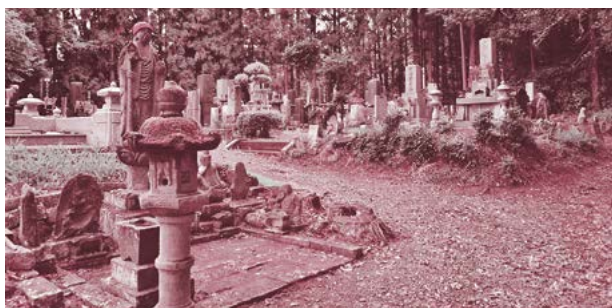


三美の廃寺 慈眼寺

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うかが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、三美地区にかつて存在した慈眼寺について紹介していきます。

◇慈眼寺の創立

圓通山慈眼寺は、三美字根岸にかつて存在した曹洞宗の寺院です。鱗勝院（那珂市額田）の僧・顕岩による開山と伝えられており、寛文3年（1663）の時点では鱗勝院の末寺となっていました。しかし、史料によっては開山した僧の名前が久巖（または玖岩）と記されており、正確な実態は不明です。また、創建年代についても諸説あり、「開基帳」では弘治元年（1555）、「新編常陸国誌」では永禄元年（1558）となっています。史料によって多少の差異が見られるものの、およそ1555～60年の間に創建されたと考えられます。慈眼寺の由緒に関しては、福嶋村（現在の三美地区）の庄屋である中崎長次衛門が文



▲慈眼寺跡地



▲慈眼寺由緒に関する記録（当館蔵）

政6年（1823）に水戸彰考館の北条惣五郎に宛てて作成した記録の写しが残されており、それによると、三美村に屋敷を構える中崎氏の守護仏である十一面観音像を祀るため、中崎（三美字中崎）の地に観音堂を建立したのがはじまりとされています。この中崎氏は近江守定宗の代に佐竹氏一族・小場氏へ仕えたという由緒を持っており、元禄13年（1700）に慈眼寺境内に造立された石灯籠の銘文には、中崎近江守定宗の菩提として造立した旨の記述があることから、慈眼寺は中崎氏の菩提寺という側面も持っていたと考えられます。その後、江戸時代に入り現在地へ移されました。



▲慈眼寺扁額（歴史民俗資料館寄託）

◇慈眼寺のその後

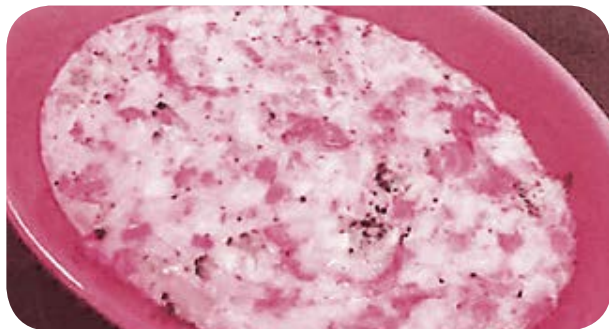
前述の由緒書を見ると、冒頭に「当村菩提所」という記述があることから、江戸時代の頃には三美に住む人々の菩提寺として信仰を集めていたと考えられます。実際に、慈眼寺跡の墓地には元禄年間（1688～1704）に造立された古い石造物が多数残されており、特に元禄12年（1699）の念仏塔には、念仏行に参加した40人以上の名前を確認することができます。このように、慈眼寺は古くから人々の信仰の場として存在したものと思われますが、天保15年（1844）に寺社改革の影響を受けて廃寺となりました。現在、本尊の十一面観音像をはじめ、慈眼寺に関する資料や記録はほとんど失われてしまいましたが、「圓通山慈眼寺」と記された扁額が残されており、寺院の存在を今に伝える貴重な資料となっています。

(高橋拓也)

■問い合わせ■ 文書館 ☎52-0571

食改さんのおすすめレシピを隔月で紹介しています。今月は長芋を使ったメニューです。

ふわふわキッシュ



長芋はすりおろしたものを加熱すると、ふわふわ、モチモチした食感に変わり、風味もアップします。また、カリウムが豊富に含まれているためむくみの解消や高血圧予防に効果があります。

《材料》1人分

長芋	50g
玉ねぎ	50g
ブロッコリー	30g
人参	20g
卵	25g
ピザ用チーズ	20g
桜えび(乾燥)	2g
塩	0.5g
こしょう	適宜

《作り方》

- ①長芋は皮をむいてすりおろします。
- ②玉ねぎ、ブロッコリー、人参はみじん切りにします。
- ③ボウルに①と②、残りの材料をすべて入れて混ぜ合わせます。
- ④③を耐熱皿に移します。
- ⑤オーブントースターで15分程度、焦げないように注意しながら焼きます。

栄養成分(1人分)

エネルギー	食塩相当量
170kcal	1.2g

環境インフォメーション

《注意》あなたの土地が狙われています!!

○不法投棄・残土の無許可埋立てに注意

「一時的に資材置き場として貸してほしい」、「良い土で土地を埋め立ててあげます」などと、うまい話を持ちかけられ安易に同意してしまった結果、廃棄物を不法投棄されたり、無許可で建設残土などを埋め立てられたりする事例が発生しています。

これらの責任や処理費用の負担は、行為者だけでなく、土地所有者に及ぶこともあります。処理に困る前に、安易に土地を貸さないようにしましょう。また定期的な見回り、侵入防止柵や警告看板などの設置を行い、未然防止できるように心掛けましょう。

○不法投棄・残土の無許可埋立てを見つけたら

不法投棄・残土の無許可埋立てを見つけたら不法投棄110番、市役所、大宮警察署または環境保全推進委員(副区長)へ通報してください。

※不法投棄110番の受付時間は平日8時30分～17時15分です。受付時間外は最寄りの警察署まで通報してください。

※トラブルに巻き込まれる恐れがあるため、写真撮影や行為者への声掛けは絶対にしないでください。

《通報の際に提供いただきたい情報 (分かる範囲で構いません)》

- ・発見日時、場所
- ・投棄されているものとその量
- ・捨てた人につながる情報
(車の情報など)

■問い合わせ■

- 市民生活部 生活環境課 生活環境G ☎52-1111(内線114)
- 地域創生部 各支所 山方☎57-2121 美和☎58-2111
緒川☎56-2111 御前山☎55-2111
- 不法投棄110番 ☎0120-536-380

長く健康でいられる身体づくり(運動)をしてみませんか?

常陸大宮済生会病院 リハビリテーション科
理学療法士 菊池 貴明

健 康

通 信

1. どんな運動をしたらいいのか。

健康増進のためには有酸素運動と筋力トレーニングを行うと効果的です。

最近では、ウォーキングやジョギング・水泳など健康のために実施されている方も多くなっています。これらの運動は有酸素運動と呼ばれ、体脂肪の燃焼と持久力向上が主に行われます。

日常生活の中で立ったり、座ったり、歩いたり、階段の昇り降りには、筋肉の量が多いほど安定して行うことができます。そのために筋肉量を維持するためには、少なくとも1日6,000～8,000歩は歩くことが必要ですが、筋肉量を増やすには筋力トレーニング(筋トレ)を行う必要があります。

筋肉量は年齢とともに低下しやすくなるため筋トレを行う必要があります。

2. 筋力トレーニングの効果

- ①骨格筋量の増加：筋肉が太くなり、筋肉量が増大します。筋肉量が増えることで身体を動かすためのエネルギー量の増加、基礎代謝の向上、血流の改善が期待できます。
- ②体脂肪の減少：ゆっくりと動作しながら行う筋力トレーニングの実施や、筋力トレーニングを先に実施してから有酸素運動を行うことによって体脂肪を燃焼しやすい身体の状態をつくることができます。
- ③生活習慣病の予防・改善：筋力トレーニングは糖代謝異常の予防が期待できること、脂質代謝

の改善が期待できること、血圧や血管への良い影響が期待できること、食事と持久性トレーニングとの組み合わせでメタボリックシンドロームの改善が期待できることが示唆されています。

- ④サルコペニア・フレイル・ロコモティブシンドロームの予防・改善：加齢に伴い筋肉が衰えるサルコペニアや虚弱によって介護が必要となるフレイル、日常生活に支障をきたすロコモティブシンドロームは、筋力トレーニングを行い、筋力の向上、筋肉量の増加を促すことが予防、改善に有効です。
- ⑤嚥下機能の維持・改善：食べ物や飲み物を飲み込むための筋力が低下すると食事が低下し、栄養状態も悪くなります。また、誤嚥による肺炎などのリスクも高まります。筋力トレーニングにより、飲み込みに関わる筋力を鍛えることで嚥下機能を維持、改善できます。

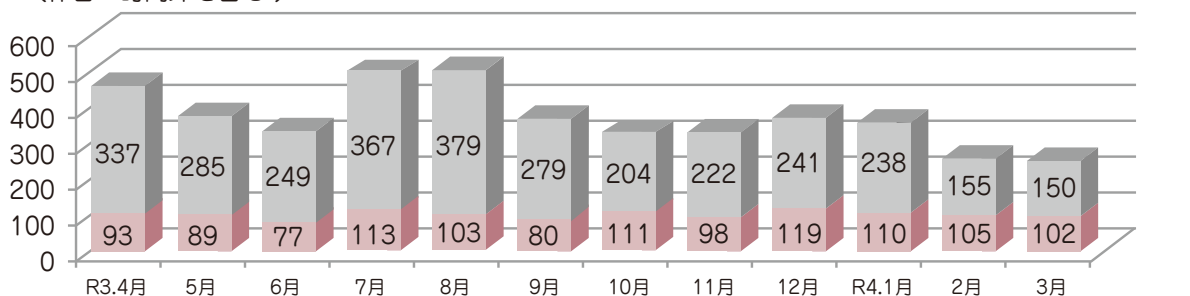
3. 高齢でも筋力をつくのか？

高齢者でも適切な負荷の筋力トレーニングを継続することで、筋力増強の効果が得られるといわれています。ただし、高齢者の場合は、筋組織が若年者に比べると傷つきやすく、怪我や関節の痛みなどにつながるリスクがあります。そのため、高齢者の筋力トレーニングでは、個人にあった負荷強度でトレーニングを行うことが大切です。

自分の筋力や体力に合わせて、まずは無理せずに行い継続することが大切です。

※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





令和4年度全国統一防火標語



お出かけは マスク戸締まり 火の用心

6月5日～11日は危険物安全週間です

令和4年度危険物安全週間推進標語

「一連の 確かな所作で 無災害」

6月5日（日）～11日（土）は、危険物安全週間です。危険物安全週間とは、石油類をはじめとする危険物の事業所における自主保安体制の確立を呼びかけるとともに、広く国民の危険物に対する意識の高揚と啓発を図る週間として、1990年（平成2年）1月19日に消防庁により毎年6月第2週の1週間（日曜日から土曜日まで）と定められています。

気温が高くなり、**セルロイド類などの**危険物の自然発火による火災が多くなる夏季前の6月初旬に**啓発**活動を行うことを目的としています。

ご家庭において、ガソリンや灯油等、危険物の取扱いには十分に注意してください。

ガソリンを携行缶で購入する際に本人確認等が義務付けられています

危険物の規制に関する規則の一部を改正する省令（令和元年総務省令第67号）の公布により、ガソリンを販売するため容器に詰め替えるときは、顧客の本人確認、使用目的の確認及び販売記録の作成が義務付けられています。（令和2年2月1日施行）

災害に出動する車両の運転席をのぞいてみよう！

水槽付消防ポンプ自動車（タンク車） バージョン

なかなか見ることが出来ない当本部に配置されている消防車両の運転席を紹介していきます。

まずは、東署に配置されている水槽付消防ポンプ自動車（以下：タンク車）を紹介します。タンク車は、常時 1,500 リットルの水を積載し、火災現場の第一線で活躍する車両です。



助手席側



中央部



運転席側



中央下部には、車両のメインスイッチや放水するためにポンプに動力を切り替えるスイッチなどがあります。



車両のライト関係や赤色灯・サイレンのスイッチ、そして無線機などの装備があります。



このディスプレイには、災害現場の場所や災害に関する内容が指令センターから送られてきたり、各車両の位置などが確認できます。



助手席側の足下には、モーターサイレンのスイッチがあり、交通量の多い交差点などで消防車両が通行することを周知する時などに使用します。



後部座席には、空気呼吸器が積載されており、火災現場へ出動している途中で呼吸器の装着や取り外しが簡単にできるようになっています。

それぞれの車両には、災害によって特化した機材が搭載・積載されており、運転席の周りにもそのような特徴があります。
次号以降も別な車両を紹介していきます!!



御前山ビオトープ周辺の植物等

丘陵や山地の林内、草原などに生育する低木です。葉は春に出て秋には葉を落とす春葉と夏から秋に出る夏葉があります。夏葉は小さく、多くは冬を越します。4～5月ごろ、枝先に朱色の花を2～3個つけます。花は上部が5つに裂け、上側の裂片には濃い斑点があります。日本人に親しまれている野生のツツジで、観賞用に広く植栽もされています。



(ツツジ科 ツツジ属)
(写真・データ提供 御前山ダム環境センター)

小舟地域の芝桜が見頃を迎えました！

4月下旬から5月上旬にかけて、小舟地域の芝桜が見頃を迎えました。

地域数軒で管理しているという花畑の前には、展望台があり、高い視点から一面の芝桜を望むことができます。

訪れた人々は色とりどりに咲き誇る芝桜を楽しんでいました。



▲小舟地域の芝桜

ひたちおおみや放送局・キーデッケ Keydeckeの本放送がスタート



4月23日に道の駅常陸大宮「かわプラザ」にてKeydeckeの本放送が行われました。

パーソナリティの松原さん、菊池さんのほか、道の駅常陸大宮 鈴木駅長、地域おこし協力隊も出演し、放送を盛り上げました。

次回放送

5月28日(土) 午後2時～

かわプラザから生放送！小野教育長やタレントのれきしくんがVTR出演します！



▲和気あいあいとした雰囲気で行われました！



常陸大宮市の人口

(5月1日現在・推定常住者)

総人口 38,229人 世帯数 15,649世帯
(男 18,904 女 19,325人)

広報 常陸大宮 5月 第212号

発行日 令和4年5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/>



再生紙と植物油インクを使用しています。