

広報



Public Relations Magazine Sakuragawa



タガメ・ゲンゴロウなどを長期研究

絶滅危惧種の水生昆虫を守る

9 2012
/ 1
No. 167



- あなたは本を買う派？それとも借りる派？
- 第5期 桜川市高齢者福祉計画・介護保険事業計画を策定しました
- 第7回 桜川市子ども会球技大会 結果
- 市民の皆さん 推進しましょう 家庭ごみの減量化・リサイクル
- 桃山中学校が北関東中学校野球大会・茨城県選抜中学校野球大会でともに優勝

あなたは 本を**買う派？** それとも**借りる派？**

立秋も過ぎ、朝夕の涼しさに秋の気配を感じる季節となりました。秋と言えば読書の秋です。市の図書館(室)に足を運んでみてはいかがでしょうか。思いがけない本に出会えるかもしれません。今月号では、同図書館(室)をご紹介します、多くの市民の皆様にご利用いただければと思います。

真壁伝承館 真壁図書館



蔵書

本図書館は、今月9月1日で開館1周年を迎えました。開館以来、多くの市民の皆様をはじめ近隣市町の皆様にも利用いただき、入館者数は約2万9千人を数えました。

1階には、一般図書・雑誌(主に月刊誌を購入、新刊以外は貸出可)・新聞(読売・茨城・朝日・毎日)・郷土資料・児童参考図書(調べ物に役立つ図書)・ヤングアダルト(小学高学年から中高生向けの図書)・文庫本・コミック本など約1万9千冊を揃えております。また、主に児童

を中心に視聴覚資料(DVD)206本も揃えております。

2階は、閲覧室と学習室になっており、夏休み期間中は、多くの学生に利用されました。席は、カウンター21席と4人掛けの机が4卓、6人掛けの机が3卓、さらに中央には8人掛けの机もあり、模造紙などを広げてのグループ学習にも最適です。また、本市真壁地区出身の第111回直木賞作家故「海老沢泰久」氏が愛用した机と椅子も展示しております。お子様連れの方には、幼児用スペースとして親子遊びが可能なプレイルームとおむつ交換台を備えた親子トイレも完備しております。

利用方法

図書などを借りる場合には、「図書利用カード」が必ず必要になります。このカードを作るには、受付カウンターに用意してあります「図書利用カード申込書」に、必要事項を記入のうえ、住所・氏名を確認できるもの(運転免許証・学生証・保険証・学生証・保険証など)と一緒にカウンターにお出しください。貸出冊数・点数は、1人最大合計で10冊(DVD

2点・雑誌2点を含む。)までです。貸出期間は、図書・雑誌が2週間、視聴覚資料(DVD)が1週間となっております。なお、青少年読書感想文全国コンクール・茨城新聞小学生読書感想文コンクール課題図書につきましては、夏休み期間中のみ、1人1冊1週間となっております。

借りるときには、自動貸出機をご利用ください。操作は、タッチパネルですので、ご自身で簡単に手続きが出来ます。分からない点があれば、近くに職員がおりますのでお尋ねください。

返却する場合は、借用図書を受付カウンターへお持ちください。DVD以外の図書などは、真壁伝承館西側の大和町通り沿いに設置されております「返却ポスト」に24時間返すことが出来ます。

また、本図書館に所蔵がない本などでも、他の市町村図書館からその本を取り寄せてご用意するサービスがございますので、受付カウンターへお申し込みください。お手元に届くまでには、4週間程度かかります。ぜひ、ご利用ください。

岩瀬中央公民館 図書室



蔵書

本図書室は、岩瀬駅から徒歩10分程度、岩瀬庁舎北側の岩瀬中央公民館の2階にあります。

ます。

昨年、全蔵書に背ラベル・バーコードを貼付することで、貸出・返却方法も本年7月から変わり、バーコードを讀取りで利用者の皆様をお待たせすることがなくなりました。また、より静かな環境にするため、床にカーペットを敷き、椅子も新しく購入いたしました。この機会に、環境の変わった同図書室を覗いてみてください。

蔵書につきましては、今まで配架してありました一般図書(小説など)・郷土資料・児童図書(絵本・紙芝居)・コミック本など、約1万5千冊を揃えております。

利用方法

図書を借りる場合には、「図書利用カード(大和中央公民館図書室でも共通)」が必要になります。

このカードを作るには、岩瀬中央公民館に用意してあります「図書利用カード申込書」に、必要事項を記入のうえ、住所・氏名を確認できるもの(運転免許証・学生証・保険証など)と一緒に同公民館事務室にお出しください。

貸出冊数は、1人最大合計で5冊までで、貸出期間は2週間です。

大和中央公民館 図書室



蔵書

本図書室は、大和庁舎西側にあり大変明るく静かな環境です。

昨年度、全蔵書に背ラベル・バーコードを貼付、さらにその上からピニールコーティングをしました。また、本年7月から貸出・返却方法も変わり、バーコードの讀取りにより、利用者の皆様をお待たせすることがなくなりました。また、蔵書の配置換えや、閲覧用椅子を購入するなどして、利用しやすい環境にいたしました。

蔵書につきましては、一般図書(小説など)・郷土資料・児童図書(絵本・紙芝居)・児童図書など、約1万5千冊を揃えております。

利用方法

岩瀬中央公民館 図書「利用方法」と同様です。



第5期 桜川市高齢者福祉計画・介護保険事業計画を策定しました

桜川市では「一人ひとりが輝き、地域が支え合う生きいき健康のまち 桜川」の実現を目指し、地域ケアシステムの構築を念頭に、平成24年度～26年度を計画期間とする「第5期 桜川市高齢者福祉計画・介護保険事業計画」を策定しました。

基本理念

一人ひとりが輝き
地域が支え合う
生きいき健康のまち 桜川

いつまでも健康に
生きいきを持って暮らしていくために

目指す姿勢

健康で生きいき
とした生活を
送ってもらおう

安心して生活が送れ
るよう支援する

充実した介護サービス
が受けられる

実現へ向けての目標

高齢者の健康と生きがいがづくりの推進

高齢者がいつまでも健康で生きいきとした生涯を過ごせるよう、地域活動などの社会参加や生きがいがづくりの支援を積極的に推進します。

高齢者福祉サービスの充実

高齢者が自立した生活を送れるよう、生活支援サービスの充実に努めるとともに、緊急時の連絡体制や防災・防犯・交通安全対策の強化、バリアフリーの整備など住環境の整備に努めます。

介護サービスの充実と介護保険の適正運営

介護が必要な状態になっても、介護サービスを利用しながら住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らしていけるよう、介護サービスの充実と介護保険の適正な運営に努めます。

地域支援事業の充実

地域包括支援センターを中心に、要介護状態の予防を目的とした介護予防事業を推進し、また虐待防止や高齢者の権利擁護、認知症高齢者への支援に努めます。

高齢化社会が進む現在、桜川市の高齢化率（65歳以上人口の総人口に占める割合〈平成22年値〉は、25.8%）は、平成27年には29.7%に上昇が見込まれることにも、要介護認定者数、保険給付費（介護サービスを提供する経費）も増加の一途をたどると推計されています。

このような中、誰もが住み慣れた地域や住まいで、いつまでも元気に生きがいを持って暮らしていくためには、介護サービスの基盤整備を具体的に進める必要があります。市では下表に掲げる介護保険施設などの整備を随時進めてまいります。

介護保険施設などの整備計画

整備する施設など	整備数
定期巡回・随時対応型訪問介護看護サービス事業所	1事業所
地域密着型認知症対応型共同生活介護サービス事業所	1施設 2ユニット (定員 18名)
地域密着型認知症対応型通所介護サービス事業所	1事業所
複合型サービス事業所	1事業所
介護老人福祉施設	1事業所 20床増床

地域密着型サービス事業所を募集します

市では、地域密着型サービスの充実を図るため、今年度は次の事業所を整備・運営する事業者を募集します。

- 公募するサービス事業所
- 認知症対応型共同生活介護サービス事業所（1事業所 定員18名）：大和・真壁地区
- 認知症対応型通所介護サービス事業所（1事業所 定員12名）：岩瀬地区
- 事業所整備・サービス提供上の要件

法令で定める基準を満たし遵守すること。

■ 応募手順（事前協議）

事前協議申込書の提出↓地域密着型サービス運営委員会で内容の審査↓事前協議対象者を選定

事前協議が整ったら整備承認を行ないますので、施設整備が終了後、指定申請を提出

■ 事前協議申込期間

9月3日（月）～28日（金）

■ 問合せ／介護長寿課（☎02961751315 直通、☎5815111・7513111、内線2337）



ソフトボールの部

第7回 桜川市子ども会球技大会 結果

ドッジボールの部



優勝「羽鳥竹の子子ども会」



第3位「East Blue」



準優勝「長岡子ども会」



敢闘賞「飯塚子ども会」

7月28日(土)、桜川市総合運動公園で、桜川市子ども会育成連合会主催による「桜川市子ども会球技大会」が開催されました。競技はソフトボールとドッジボールの2種目で、市内の子ども会チームがそれぞれ14チーム、13チームが参加。総勢約480名の選手が、熱戦を繰り広げました。また、今年から男子の参加が可能になったドッジボールでは、男子が活躍する姿が観られました。

ソフトボールは、トーナメント形式で行われ、4試合を勝ち上がった「羽鳥竹の子子ども会」が優勝。ドッジボールは、予選リーグ・決勝トーナメント形式で行われ、計8試合を戦った「富士見台子ども会」が優勝しました。なお、ドッジボールの部、上位2チームは、9月9日(日)に開催される「茨城県子ども会ドッジボール大会」に桜川市代表として出場します。



優勝「富士見台子ども会」



第3位「ジャンプガールズSP」



準優勝「飯塚子ども会」



敢闘賞「飯塚子ども会」



**真壁小が通算13回目の交通安全
子供自転車全国大会に出場**

8月1日(水)、東京ビックサイトで開催された「第47回交通安全子供自転車全国大会」に、茨城県代表として真壁小学校チームが、通算13回目(内3回全国制覇)の出場を果たしました。

同校チームは、ひたひたなか市で開催された「交通安全子供自転車茨城県大会」で見事優勝し、全国大会出場の切符を手に入れた。当日、会場には各都道府県の代表47チームが参集。結果は、残念ながら上位入賞はできませんでしたが、チームの持てる力を十分発揮した大会になりました。

**ファミマカップ県大会で
真壁女子バレースポ少が準優勝**

ファミリーマートカップ・第32回全日本バレーボール小学生大会茨城県大会で、真壁女子バレーボールスポーツ少年団が準優勝の好成績を収めました。

同少年団は33チームが参加した県西大会予選リーグを準優勝で通過。県大会では、38チームのトーナメント戦を4試合勝ち抜き決勝戦に進めました。結果、フルセットの末惜しくも敗れ、全国大会への出場は叶いませんでしたが、小高珠来キャプテンは、「今度は、秋の関東大会、全国スポーツ少年団大会出場を目指し頑張ります。」と力強く話していました。



ファミマカップ茨城県大会で準優勝の成績を取った真壁女子バレーボールスポーツ少年団の皆さん



**テントに泊まったよ!!
谷貝小で「サマーキャンプ」**

夏休みに入った直後の7月21日・22日の両日、谷貝小学校校庭で「サマーキャンプ」が開催されました。

谷貝地区コミュニティスクールの一環のこの事業は、地域と学校が様々な体験機会を子ども達に提供することで、「生きる力」を育んでもらおうと毎年開催されているもので、児童とその保護者など約160人が参加しました。

子ども達は、友達と協力してのテント設置やカレーライスづくり、キャンプファイアーを楽しむなど、一泊の共同生活を通して夏休みの良い思い出をつくりました。

岩瀬地区の児童が北学校給食センターの見学とピザ作りを体験

夏休み期間中、岩瀬地区の児童とその保護者が参加した「きゅうしよくセンター調べ隊」が実施され、桜川市北学校給食センターの見学とピザ作り体験をしました。

これは、同センターが「調理の様子や衛生管理の状態を知ってもらい、もっと給食を身近に感じてもらう。」と毎年開催しているもので、当日は、107人が参加。施設や調理の様子を見学後、ピザ生地へのソース塗りやチーズ乗せなどのピザ作りを体験しました。参加した子ども達からは「ピザソース塗り体験が楽しかった。」「来年もまた参加したい。」などの声が聞かれました。



参加した児童たちは真剣な表情で、ピザ生地にピザソースを塗りチーズなどを乗せて完成させました。

**交通安全協会・安全運転管理者
協議会からのぼり旗が寄贈**

桜川地区交通安全協会(市村栄一朗会長)と同地区安全運転管理者協議会(白田唯雄会長)から、市内16の小中学校に「交通安全のぼり旗」が寄贈されました。

これは、全国的に小中学生の登下校時における交通事故が多発していることから、市内でも子ども達が巻き込まれる悲惨な交通事故を未然に防ごうと80本ののぼり旗が寄贈されたものです。

ドライバーに注意喚起を促す文字などが入ったのぼり旗は、各小中学校周辺の通路に設置されました。



桜川地区交通安全協会と同地区安全運転管理者協議会から、石川教育長へのぼり旗が手渡されました。



**命の大切さを学ぶ
岩瀬東中で「いのちの講演会」**

被害者支援センター栃木事務局長の和氣みち子さんを講師に迎え、岩瀬東中学校で茨城県・茨城県警察主催による「いのちの講演会」が開催されました。

長女を交通事故で亡くされた和氣さんの被害者遺族としての悲しい心境や体験談の講演に、参加した284人の生徒は、いのちの大切さや被害者支援の意義について学びました。

講演を聴いた生徒たちは、「報道される交通事故の裏側には、被害者の悲痛の気持ちがあることを知りました。」と話していました。

**藍への想いをセタに寄せて
「真壁藍保存会10周年記念展」**

つくば市の「市民ギャラリー」と「さくら民家園」で、真壁藍保存会(多田郷会長)が、設立10周年を記念した藍染作品展を開催しました。

会場には、「日の出紋」の浴衣や「雁木紋」の型染めのタペストリーなど約100点が展示。さらに、その作品に会員50人が藍染めの想いを天の川に託した作品が添えられるなど、10年の歩みを感じさせる美しい藍の世界に、来場者のみなさんは心を和ませていました。また、12月15日(土)には、真壁伝承館で真壁藍の作品展が予定されています。ぜひ、ご来場ください。



つくば市の市民ギャラリーなどでは真壁藍を活かした様々な作品が展示され、来場者の目をひいていました。



**J A西瓜部会が県庁で黒こだま
スイカ「誘惑のひとみ」をPR**

桜川市で栽培する黒こだまスイカ「誘惑のひとみ」の出荷最盛期を迎えた7月下旬、JA北つくばこだま西瓜部会の生産者の皆さんが、茨城県知事を訪問し「誘惑のひとみ」をPRしました。

このスイカは、平成18年から試験栽培を始め、平成20年からこのブランド名で本格販売を展開しています。皮が黒っぽく、糖度が13度以上と甘みが強いうえに、身が詰まっていてシャリ感があるのが特徴です。「今年のスイカも出来がよく自信を持って食べていただけます。」と生産者の皆さんは話していました。

情報ひろば

9月納期の税・保険料

国民健康保険税 3期
後期高齢者医療保険料 3期

納期限 / 10月1日(月)

税・保険料は納期限内に納めるようにしましょう。
また、納め忘れがなく簡単で便利な口座振替制度をご利用ください。

桜川市の放射線量

※屋外活動制限基準値の目安は
1.0マイクロシーベルト/時間

測定日 (天気)	測定時間		
	9時	12時	15時
8/6 (曇→晴)	0.090	0.086	0.102
8/13 (晴)	0.090	0.100	0.104
8/20 (曇)	0.093	0.101	0.082

単位：マイクロシーベルト(μSv)/時間

■測定場所 / 岩瀬庁舎駐車場
地上1m(毎週月曜日に測定)
■測定結果 / いずれも健康に害のない数値です。
■シーベルト(Sv) / 人の体が放射線を受けた時の影響を表す単位
■問合せ先 / 環境対策課(☎5815111・7513111代表)
※保育所、幼稚園、小・中学校の測定結果は、市ホームページに掲載しています。

お知らせ

東日本大震災の被災住宅
復旧・補修などに伴う、
借入金に係る利子補給金
を交付します

都市整備課

9月3日(月)から「桜川市被災住宅復興支援事業」(利子補給事業)の申請受付を開始します。
本事業は、東日本大震災被災者(市が発行する罹災証明書で大規模半壊・半壊・一部損壊の判定を受けた住宅の所有者など。ただし、被災

平成25年 桜川市「はたちの集い」を開催

生涯学習課

平成20年3月に桜川市内の中学校を卒業された方、および対象者で本年9月1日現在、桜川市に住居登録をされている方に「はたちの集い」の案内状を11月中に送付しま

募集

甲種防火管理者資格取得
(新規)講習会 参加者募集

桜川消防署

市長と語ろう! 「市民の日」

市民の皆様の声を行政に反映するために、市長と語り合ってみませんか。話題はなんでも結構です。

■日時 / 9月24日(月)
9時~12時・13時~16時
■場所 / 市役所 岩瀬庁舎(岩瀬64-2)
■問合せ / 秘書広報課(☎58-5111・75-3111代表)
※次回 / 10月29日(月)
市役所 真壁庁舎(真壁町飯塚911)

障がい者就職面接会 参加者募集(無料)
茨城県労働政策課
■日時・会場 / 9月20日

■開催日時 / 10月21日(日)、9時~15時
■開催場所 / 県西総合公園
■催事内容(予定) / B-1 8グランプリ、芸能発表、物産店、やっぺえ汁販売、輪投げコーナー、そば実演販売、

■講習日時 / 10月17日(水)・18日(木)、10時~16時(受付9時~9時50分)
■場所 / 結城市民文化センター「アクロス」(結城市中央町2-2)
■受講料 / 5000円(会員は無料)(テキスト代別)
■定員 / 300名
■申込期間 / 9月1日(土)~(定員になり次第締切)
■申込方法 / 受講申込書に記入のうえ印鑑を持参し、桜川消防署または真壁分署へ直接お申し込みください。

■問合せ・申込先 / ハローワーク筑西(☎029612212188)
(木)・ホテルレイクビュー水戸(水戸市)、9月28日(金)・結城市民情報センター(結城市)、10月11日(木)・ホテルグランド東雲(つくば市)、いずれも13時~15時
■問合せ・申込先 / ハローワーク筑西(☎029612212188)

イベント

第14回筑西広域イベント「やっぺえ」

筑西広域市町村圏事務組合

フリーマーケットほか
B-18グランプリ出店者募集(事前書類選考あり)
・募集期限 / 9月20日(木)
・対象者 / 結城市、筑西市、桜川市を愛している方
・テント料 / 10,000円(2間×3間のテント1張、テーブル2本、椅子4脚)
・条件 / ①安価で、美味しく、手軽に作れて、手軽に食べられる創作料理 ②地元でとれた食材を使用していること

と。③販売価格300円
④営業許可をお持ちの方
⑤1店舗1品のみ販売
・応募方法 / ホームページから応募用紙をダウンロードし、メールもしくは郵送にてご応募ください。
■問合せ・申込先 / 筑西広域市町村圏事務組合(☎30810803 筑西市直井1076 ☎029612217979、E-Mail: j-kikaku@tikusei.or.jp)

真壁伝承館の施設使用料免除期間を延伸します

生涯学習課・総務課

行政改革を進める中で「受益者負担の公平性を図る」目的で、行政サービスを受けることへの応分の負担を課せらるることによって均衡ある税負担が図れるように、市内公共施設の使用料適正化に向けた検討委員会を行っており、その中で真壁伝承館も含めた使用料徴収の標準化を検討しております。

■使用料免除期間延伸に該当する団体

①歴史的風致の維持向上、公民館活動、生涯学習、歴史、文化活動などを行う団体
②公民館使用者は、桜川市民を原則とし、市公共団体および社会教育関係育成団体などの研修および会議または文化的サークル活動その他福祉をはかることを目的とした団体など

■問合せ / 真壁伝承館使用料
：生涯学習課(☎029612318521)、使用料適正化：総務課(☎5815111・7513111代表)

古橋伸夫税理士事務所
TKC
~お客さまに豊かさと繁栄を~
桜川市真壁町桜井765-2
TEL 0296-54-1540
Homepage <http://www.furuhashikaikei.com>

入所・ショートステイ・通所リハビリテーション
介護老人保健施設 **さくらがわ**
☎0296-20-6071
内科・外科・消化器内科・循環器科・呼吸器科・耳鼻科
延島クリニック
☎0296-58-5058

勉強がらくになるのは公文式!
はじめよう!
KUMON
ぜひ一度、教室を見に来てください。
真壁中央・十里・明野ピース・スフィア教室 乳幼児教室
小学生教室 中学生教室
代表 0296-57-2969
真壁中央・桜川市真壁町田52-4 高校生教室

パワーマート岩瀬店前 平日6:30まで受付
ナオ シロイハ (休診日:日曜・祝日、水曜)
☎70-4618
とびた歯科クリニック 検索
とびた歯科クリニック

健康ガイド Health guide

《問合せ先》健康推進課
☎ 0296-75-3159 (直通)
☎ 58-5111・75-3111 (代表)

10月分



10月の乳幼児健診・育児相談

- 岩瀬・大和地区の方**
- 1歳児健診
 - 対象/H23・10月生
 - 日程/10月22日(月)
 - 会場/岩瀬福祉センター
 - 受付時間/13時~13時20分
 - 持参/母子健康手帳、送付した問診票、バスタオル
 - 1歳6か月児健診
 - 対象/H23・2月、3月生
 - 日程/10月16日(火)
 - 会場/岩瀬福祉センター
 - 受付時間/13時~13時20分
 - 持参/母子健康手帳、送付した問診票、バスタオル
 - 3歳児健診
 - 対象/H21・7月、8月、9月生
 - 日程/10月11日(木)
 - 会場/真壁保健センター

- 真壁地区の方**
- 1歳児健診
 - 対象/H23・7月、8月、9月生
 - 日程/10月3日(水)
 - 会場/真壁保健センター
 - 受付時間/13時~13時20分
 - 持参/母子健康手帳、送付した問診票、バスタオル

- 総合健康相談**
- 対象/乳幼児、高齢者
 - 日程/10月10日(水)・18日(木)
 - 会場/健康推進課(岩瀬庁舎)、真壁保健センター
 - 受付時間/10時~11時30分
 - ※子どもの計測、離乳食・栄養相談希望者は、要予約

10月の成人健康づくり

- 真壁地区の方**
- ミニドック
 - 対象/真壁地区の40歳以上の方
 - 日程/10月1日(月)・2日(火)
 - 会場/真壁福祉センター
 - 受付時間/6時30分~9時
 - 内容/結核・肺がん検診、胃がん・大腸がん検診、肝炎ウイルス検査、前立腺がん検診

10月の精神保健

- 精神保健デイケア(要予約)
 - 日程/第1、3、4、5火曜日
 - 開催時間/9時30分~11時30分
 - 内容/仲間と楽しい時間を過ごしませんか。
- こころの健康相談(要予約)
 - 日程/10月15日(月)
 - 会場/岩瀬福祉センター
 - 開催時間/13時~15時
 - 内容/精神保健福祉士が担当し、秘密は厳守されます。

10月の休日応急診療

医療機関

- 10月7日(日)
 - 医療機関名/内科宮本医院
 - 住所/真壁町古城229-1
 - 連絡先/☎0296-5510101
- 10月8日(月)
 - 医療機関名/上の原病院
 - 住所/上野原地新田159-1
 - 連絡先/☎0296-75128
- 10月14日(日)
 - 医療機関名/大塚医院
 - 住所/真壁町亀熊1900-05112
 - 連絡先/☎0296-7510600
- 10月21日(日)
 - 医療機関名/山王病院
 - 住所/岩瀬42
 - 連絡先/☎0296-7510585
- 10月28日(日)
 - 医療機関名/塚田医院
 - 住所/真壁町飯塚97-1
 - 連絡先/☎0296-5510585

血糖値と上手に付き合うために「糖尿病予防教室」

高血糖とは何か、血糖値が高いとどうなるか、薬だけで下げられるのか、高血糖と上手に付き合うためのコツを皆で一緒に学びませんか?

日時・場所	内容
10月17日(水) 13時30分~15時 真壁福祉センター	医師の講話 食生活チェック
11月30日(金) 13時30分~15時 真壁福祉センター	糖尿病とお口の変化
12月14日(金) 9時15分~12時 真壁保健センター	血液検査(検査料500円) 血糖を下げる食べ方講座(調理実習と試食)
平成25年1月24日(木) 13時30分~15時 真壁体育館	運動不足度チェック 血糖を下げる運動実技グループワーク

■対象者/64歳ぐらいまでの方で、今までに「血糖値が高い」「HbA1cが高い」と言われたことがある方。ご家族に糖尿病または血糖値が高い方がいる方

■受講料/無料

■募集人数/30名

■申込期限/10月15日(月)

■問合せ・申込先/健康推進課(☎0296-5813159 直通、☎5811111-7513111 代表)

始めてみませんか? ウォーキングで健康づくり

暑い夏が終わり、身体を動かす有酸素運動です。

- 脂肪燃焼/1回10分を3回に分けても脂肪燃焼効果があるといわれています。血液中に酸素が取り込まれて脂肪が効率的に燃焼します。
- 骨の強化/骨に適度な刺激を与え摂取したカルシウムを効果的に利用します。
- 心肺機能向上/心肺機能を高めた消化器系の調子を良くし動脈硬化を防ぎます。
- ストレスの解消/ウォーキングをするときリラックスした気分になり気分転換になります。

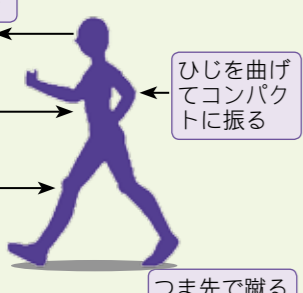
ウォーキングの効果

ウォーキングの特徴は、体内に酸素をとりいれながら運動する有酸素運動です。

ウォーキング前の心構え

やりすぎず自分のペースで

ウォーキングの心構え



- 景色を楽しむ目の高さで
- 胸を開く
- ひじを曲げてコンパクトに振る
- ひざを伸ばして
- かかとからスッと着地
- つま先で蹴る

注意

- 暑い時は炎天化を避け、寒い時は防寒に気をつけましょう。歩いているうちに体が温まるので、調整できるものを選ぶのがおすすめです。
- 脱水にならない為に、のどが渇いたと感じる前に水分補給をしましょう。
- 体調に合わせて無理をしないようにしましょう。
- アキレス腱やふくらはぎ、太ももを伸ばし、できるだけ全身のストレッチをしましょう。

行るのが長続きさせるコツです。

義務になるとつまらなく感じます。たまにはコースを変えて新しい発見をしてみたいかがでしょうか。

『借金・離婚・交通事故など』

弁護士法人 萩原総合法律事務所

茨城県弁護士会所属 弁護士 萩原慎二 弁護士 平久 真

毎週水曜日は、夜8時までご相談いただけます。(予約制)

無料!!なんでも法律相談会開催!!

日時:9月30日(日)9:00~17:00
場所:弁護士法人 萩原総合法律事務所

■どなたでもご利用いただけます。(先着7名!)

■完全予約制となります。(受付は9月25日まで)お早めにご予約ください!

筑西市乙828番3 SATOHビル2階 (JR下館駅南口徒歩30秒)

☎0296-48-8875
(月~金 9:00~12:00、13:00~17:30)

雨引観音境内

薬膳中華茶坊 三笑

元ホテルオークラフロンティア「桃花源」料理長、袖山博明シェフが地元食材にこだわり、優しい薬膳中華を提供。

営業時間 AM11:00~PM 3:00・PM 5:00~PM 9:00
火曜定休・オーダーストップ PM 8:00

TEL 0296-54-5009



市民の皆さん 推進しましょう 家庭ごみの減量化・リサイクル



市では、ごみの減量化および分別収集（リサイクル）について推進しています。ごみの減量化は、市で負担する処理費用の削減、また、リサイクルは地球資源の節約延いては環境破壊の防止にもつながります。

限りある天然資源の消費を抑制するためにも、資源循環型社会づくりをめざし、一人ひとりがこれらを意識して、ごみの減量化および分別収集（リサイクル）について取り組みましょう。

3Rとは、リデュース、リユース、リサイクルの頭文字をとったものです。そして、3Rは、この順番が大切です。

リデュース [Reduce] (減量)

まずは、不要なものを持たない、買わない、もらわない、使わない、作らないなどごみを発生源から断つこと。つまり、ごみになるものを減らすことです。

リユース [Reuse] (再使用)

続いて、物を何回も繰り返し使うことです。壊れたら直

キーワードは『3R』

- ・リデュース [Reduce]
- ・リユース [Reuse]
- ・リサイクル [Recycle]

ごみを出すときのルール

燃えるごみは週2回、燃えないごみ・資源ごみは月1回収集しています。収集日と時間を必ず守り、桜川市指定のごみ専用袋に、地区名と氏名を記入して所定の集積所に出しましょう。

スプレー缶などを出すときは、ごみ収集車・処理場での火災事故につながるため、必ず大きめの穴をあけ、完全にガスを抜きましょう。

※ごみの出し方については、毎年度当初に配布する『ごみ

の分別収集等のお知らせ』をご覧ください。

(注) ごみは家庭などで燃やさないで、ごみ収集時に出してください。

資源ごみは、貴重な各地区の財源になります

リサイクルできる資源ごみ（新聞紙・雑誌・ダンボール・びん類・缶類・ペットボトルなど）は、各地区で毎月1回実施される資源ごみ収集日に out しましょう。

資源ごみはリサイクル業者に売却され、売却費は種類ごとの重量（kg）で計算され、収集量に応じて『分別収集報奨金』として、各地区に還元されます。

地球にやさしいリサイクル

■ 問合先/環境対策課
☎ 58-5111・75-3111、内線 2286

オータムジャンボ宝くじ 今年の秋はデッカい3億9千万円!

9/24日 発売!

1等・前後賞 合わせて

3億9千万円!

1枚 300円 売り切れしだい 発売終了!

1等	3億3,000万円
前後賞	各3,000万円
2等	1,000万円
3等	100万円

★この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。
★宝くじは、ぜひ茨城県内でご購入願います。

【発売期間】9月24日(月)～10月12日(金) 【抽せん日】10月19日(金)

宝くじに関するお問合せ / 03-3535-9033 [みずほ銀行] 公益財団法人 茨城県市町村振興協会

あなた

市民が主役のまちづくり

vol.17

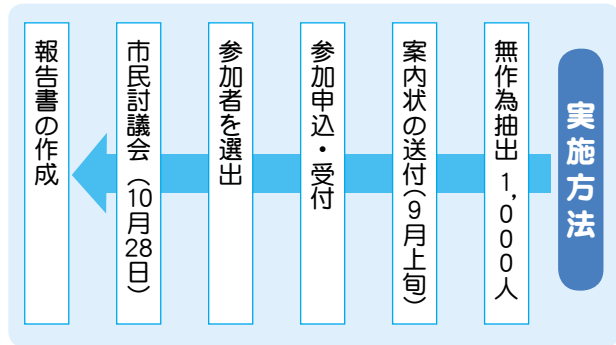
企画課〈統計・市民協働グループ〉
(☎ 58-5111・75-3111 代表、内線1273)

10月28日、『桜川市民討議会』を開催します

桜川市では(社)下館青年会議所(須藤仁廣理事長)と協働で、10月28日(日)午前10時から岩瀬中央公民館2階大会議室で「桜川市民討議会」を開催します。
「発見! 発展! みんなのまち桜川」君の中の桜Loveをテーマに、桜川市のよいところを語り、よりよいまちづくりをみんなで考えます。

9月上旬に、無作為に抽出された18歳以上の市民の皆様1,000人に案内状を送付します。案内状が手元に届いた際は、ぜひ参加の申し込みをお願いします。なお、応募者多数の場合は抽選となります。
『市民討議会』は、無作為に抽出された市民の方々が地域

「発見! 発展! みんなのまち桜川 ~君の中の桜Love~」



課題やまちづくりについて話し合います。討議で出された意見は報告書にまとめ、市政への提案や市民の皆さんが自ら取り組むまちづくりの参考とします。

まちづくりセミナーについて

9月です。まもなく過ぎやすい秋がやってきます。秋と言えば、スポーツの秋、芸術の秋、食欲の秋...と色々な秋がありますが、夜の時間が長くなるのも秋です。この時間を利用し、地域資源を活かしたまちづくりや特産品づくりについて勉強するセミナーを開催します。参加希望の方は、統計・市民協働グループまで申し込みください。

回数	期日	内容	会場	講師
1	9/25(火) 19時~21時	ミュージアムを活かしたまちづくり	真壁伝承館 1階会議室	松本文夫 東京大学総合研究博物館特任准教授
2	10/24(水) 19時~21時	6次産業化による特産品づくり		山本 恵 茨城県6次産業化プランナー
3	11/20(火) 19時~21時	民間主導による地域おこし		風間教司 日光珈琲饗茶庵代表取締役

婚活情報

ピザとか作っちゃおうパーティー

日時/10月14日(日) 10時~15時30分
場所/大泉農村集落センター(桜川市大泉549)

募集/30歳~39歳の独身男女各15名(応募者多数の場合は抽選)

参加費/男性3,500円 女性1,500円
受付開始/9月13日(木) 26日(水)
問合せ・申込先/桜川市企画課(58-5111・75-3111、内線1273(平日のみ))
また、いばらき出合いサポートセンターのホームページからも申し込みます。
(<http://www.ibccnet.com/>)

第41回 茨城ブロック会員大会 下館大会 **「ヨイヤサッ! 熱き魂を呼び覚ませ」**
9月16日(日) 9:00~15:00 ダイヤモンドホール(筑西市玉戸)
メインフォーラム 13:00~15:00
「子どもたちの未来のために考えたい、エネルギーや環境のこと」
 講師/森永 卓郎氏
 テレビ朝日「ニュースステーション」、TBS「がっちりマンデー」ytv「情報ライブ ミヤネ屋」などに出演中。
入場無料
 各種分科会 I~III (9:30~11:30) もございます
 茨城ブロック協議会2012

主催/公益社団法人 日本青年会議所 関東地区 茨城ブロック協議会
 主管/社団法人 下館青年会議所 後援/茨城県・筑西市・桜川市

あなたの描く想像を現実に
より綺麗に より美しく
あなたと感動を
繋ぐ存在でありたい。

株式会社 **デジタル印刷**
 TEL.0296-54-2626(代)
 FAX.0296-54-2724

大和中央公民館

《児童図書》

こちら葛飾区亀有公園前派出所 両さんの宇宙大達人
秋元 治 原作
さかなクンと中村征夫の海のおさかな大百科 サンゴの海のかわいいさかな
中村征夫/さかなクン 著
ガリバーの冒険 ジョナサン・スウィフト 原作
コミック 電撃コミックス よつばと1~10 あずまきよひこ 著
なんでも魔女商会 お洋服リフォーム支店1~16 あんびるやすこ 著

《一般図書》

金持ち父さん貧乏父さん アメリカの金持ちが教えてくれるお金の哲学
ロバート・キヨサキ 著/シャロン・レクター 著
プチ・ロワイヤル仏和辞典 倉方 秀憲 編者
プチ・ロワイヤル和仏辞典 恒川 邦夫 編者
平 清盛 二 藤本 有紀 作
大活字本シリーズ 浅草紅団 上・下 川端 康成 著

【今月のお薦め本】



夜の国のクーパー
伊坂 幸太郎 著

貸出期間 ▼ 2週間(1人5冊まで)
開放時間 ▼ 9時~17時
休館日 ▼ 月曜日・祝日
問合先 ▼ ☎029615817117

岩瀬中央公民館

《児童図書》

かいけつゾロリ はなよめとゾロリじょう 原 ゆたか 作/絵
スミス先生とふしぎな本 マイケル・ガーランド 文・絵/藤原 宏之 訳
ゆうやけのじかんです 柴田香苗 作/上野紀子 絵
ココロのヒカロ 谷川俊太郎 文/元永定正 絵

《一般図書》

戦争と文学 ヒロシマ・ナガサキ 原 民喜 他 著
介護の言葉かけタブー集 介護の言葉かけ研究会 編
戦火に消えた幻のエースー巨人軍・広瀬習一の生涯 上田 龍 著
宝引きさわぎ一鎌倉河岸捕物控 佐伯 泰英 著

【今月のお薦め本】



スティーブ・ジョブズの生き方
カレン・ブルーメンタル 著/
渡邊 了介 訳

貸出期間 ▼ 2週間(1人5冊まで)
開放時間 ▼ 9時~17時
休館日 ▼ 月曜日・祝日
問合先 ▼ ☎029617510344

真壁伝承館 真壁図書館

《児童図書》

銀河鉄道の夜 (DVD) 宮沢賢治 原作/杉井ギザブロー 監督
正伝忍者塾 上・下巻 黒井 宏光 著
テーブルマナーの絵本 高野 紀子 著
シリーズはたらく農業機械 (全5巻) 高井 宗宏 監修
おしり? ふじわらこういち 写真・文

《一般図書》

子育てハッピーアドバイス (1~3巻) 明橋 大二 著
うめめ 梅 佳代 著・イラスト
免疫力をアップする、塩麴のおかず 白澤 卓二 医学監修
ルーズヴェルト・ゲーム 池井戸 潤 著
夜の国のクーパー 井坂幸太郎 著
ピブリア古書堂の事件手帖 1・2巻 三上 延 著
不思議な110番 橘 哲雄 著

【今月のお薦め本】



辛味と塩味
萬 眞智子 著

貸出期間 ▼ 2週間(資料合計:1人10冊まで)
開放時間 ▼ 平日10時~18時 土・日曜日9時~17時
休館日 ▼ 月曜日・祝日
問合先 ▼ ☎029612318525

※9月25日(火)~28日(金)は、特別図書整理期間(蔵書点検)の為休館となります。

広報 さくらがわ 有料広告募集!

広告を掲載する方の利便性をよくするため
4月号からサイズを大きくしました。
是非、ご利用ください。

- サイズ 1枠 45mm×85mm、2枠 45mm×172mm
- 掲載料 1枠 10,000円、2枠 20,000円 (月額) ※連続掲載で割引制度があります。

■問合先 秘書広報課 ☎58-5111-75-3111、内線1268

本・文具・事務用品・印章(印鑑翌日仕上げ)等

ムラカミ書店

桜川市真壁町真壁198 TEL0296-55-3160

配送料は
無料です!

本の定期購読・事務用品など近隣
地区の方には個別配送致します。
お気軽にご相談ください。

文芸 さくらがわ

俳句

〔桜川市岩瀬「秋」俳句会〕
喉見せて鳥も喘ぐ大暑かな
小林 啓治

山に雲妻の夏帽捨て難く
荻原 勅彦

純白とは花櫃の今朝のいろ
三代 みちよ

朝露を受けてむくげの花咲けり
入山 ひろ子

蝉声を聞かぬ日ばかり山を見る
若色 寿美女

柿の花咲いて母似の姉思ふ
金田 とう女

つながらぬ受話器もつ掌に汗にじむ
永瀬 ちい

汗の子を抱き留めており汗の父
細谷 充女

椎瘤のまだみづみづし蝉生る
萩原 きしの

〔茂山俳句会〕
夏草を刈りて水音聞近にす
松崎 いま

夏草や復元薫の試し焚き
海老沢 静夫

少年の泣いたグラウンド雲の峰
鈴木 ノブ子

団扇の手止めて小さき寝息聞く
宮本 芳江

逆上がりする児に湧けり夏の雲
君島真理子

梅漬けて機嫌を覗く糞の中
今井 繁子

蟻地獄原子炉もまた稼働せり
植田 祥雲

老いてなほ山車に手を貸す祭かな
海老沢 幸子

真っ直ぐな灯り花圃まで夜の秋
吉原 秀子

祭りの灯消えて静けし夜の秋
笠倉 陽子

菜園に行く楽しみやあさまだき
大関 くに

夜の秋金子みすずの詩を読む
竹林 てる

数珠玉の少女期はるか友もまた
吉原 京子

七夕に迷いし亀と二十年
金子 弘毅

組板の白く乾きて鯛雲
田崎 信子

黒猫の目玉のよぎる油照
飯山 昭

短歌

〔やまと早蕨歌会〕
朝夕は涼しく夜は虫の声上弦の月にころや
榎戸 栄子

川岸の温積算の六百にしづ心なく花の散るら
木藤 とみ

コスモスの咲きみだれいし裏山に台風去りて
陽はやわらかに
佐藤 悦子

道行けばさわさわと呼ぶ稲穂風実りの秋をの
せてささやく
田中 きみ

俚謡

〔さくら俚謡会〕
今宵満月お供い物の少し大きめ芋を喰う
一木 みどり

月下美人と運命は同じ咲いてうれしい一夜花
つく志輝美

ぼうじぼつくり藁筒叩き子等が月見の村めぐ
る
岩瀬 きみ子

日傘におんなの想いを閉じてわかれ言葉は胸
の中
稲葉 建正

俺も好かれりや悪気はしない背中離れぬ赤と
んぼ
田 哲人

高台の観音様の窓ごしにスカイツリーがべん
先に見ゆ
中原 すみ子

山独活の花実を斜めにふかく射す陽ざしはい
つか秋を連れくる
中島 龍子

厨窓あけるや鳩の鳴く声に運ばれて来し朝を
迎える
北条 正子

かけ足で林の中を行く少年「カブト虫の木を
見てくれ」と言う
皆川 米子

お詫びと訂正

前月号の中に誤りがありました。お詫びし
て訂正します。

〔天和俳句愛好会〕

誤 盆自宅ははの手順に従えり 鈴木 つぎ
正 盆支度ははの手順に従えり 鈴木 つぎ

桜川市公式ホームページ有料広告募集!

桜川市では10月1日より、公式ホームページに有料広告の掲載を開始します。

- 規 格 バナー広告 60×160 ピクセル (静止画のみ)
 - 掲載位置 桜川市公式ホームページ トップページ最下段
 - 掲 載 料 月額 3,000 円 (6 か月間連続 15,000 円 12 か月間連続 30,000 円)
- ※詳しくは、桜川市公式ホームページでご確認ください。 <http://www.city.sakuragawa.lg.jp>

■問合先 情報政策課 ☎58-5111・75-3111、内線 1232



北関東中学校野球大会および茨城県選抜中学校野球大会で熱戦を制しそれぞれで優勝した桃山中学校野球部の皆さん

桃山中学校が北関東中学校野球大会・茨城県選抜中学校野球大会でともに優勝！

夏休み期間中に結城市を会場に行われた「第63回北関東中学校野球大会」と、つくば市を会場に行われた「第37回茨城県選抜中学校野球大会」の両大会で、どちらも桃山中学校が優勝の栄冠に輝きました。

北関東中学校野球大会は、招待された茨城県と栃木県の中学校あわせて90校が参加。

桃山中学校はチーム一丸となり、優勝を目指して熱い戦いを繰り広げ、決勝では、栃木県の国分寺中学校を5-1で下し、見事に優勝しました。

また、茨城県選抜中学校野球大会は、県内5ブロックから選抜された精鋭32校の中学生の大会で、並み居る強豪校のなか決勝で石下中学校を2-0で下し優勝しました。

野球部の皆さんは、全員真っ黒に日焼けした喜びの表情で「このチームで1試合でも多く戦え、優勝できてうれしかった。」と話していました。また、この大会を最後に引退する3年生も、有終の美を飾れたことに「このチームで長く試合ができ、いい思い出ができて良かった。」と話していました。

また、同校野球部は今年度県内で開催された、飛田穂洲旗野球大会や為桜野球大会でも優勝しています。今後の活躍が期待されます。

おっきくなあれ！



利根川 葵ちゃん

平成22年8月6日生

(本木地区)

おとうさんからひここ
いたずら大好き。おさん
ほ大好き。パバコママに似
てラーメンも大好きです。
色々な物をたくさん食べて
元気に大きくなつてね。

大森 陽翔ちゃん

平成23年5月13日生

(明口香地区)

おはあちゃんから
ひここ
いつもニコニコ元気な陽
君です。もうすぐ兄妹が増
えるね♡

※このコーナーに掲載をご希望の方は、秘書広報課 (☎58-5111・75-3111 / 内線 1268) までお申込みください。

広報 さくらがわ No.167 9月1日発行

発行：桜川市 / 月2回 (1日 / 15日)
編集：市長公室秘書広報課
TEL：0296-58-5111・75-3111 (代表)
FAX：0296-58-5115
〒309-1293 茨城県桜川市羽田1023番地
ホームページ <http://www.city.sakuragawa.lg.jp>
Eメール info@city.sakuragawa.lg.jp



【表紙】

桜川中学2年生の金澤 遼さんは、絶滅危惧種に指定されている水生昆虫のタガメやゲンゴロウなどの生態について「水辺の昆虫との共生をめざして」と題し、6年間も継続研究しています。県内にある、観察場所 丸池(仮称)に毎月定期的に出かけては、池に網を入れて採集した昆虫の種類や数などについてのデータを収集。環境との関連性について研究を続けています。



この広報紙は、環境保護のために古紙配合率100%の再生紙と植物性大豆油インキを使用しています