

潮来市シンボルマーク



広報

いたこ

2006年
(平成18年)
8月1日号

ITAKO Public Information

Vol.64



Contents

- ・行財政改革大綱の一部改正……………P2～3
- ・市制施行5周年記念事業……………P4～5
- ・シティーニュースフラッシュ……………P6～7
- ・一般廃棄物処理基本計画策定……………P8～9
- ・市役所よりお知らせ……………P10
- ・介護予防の達人を目指して……………P11
- ・図書館だより……………P12
- ・保健センターニュース……………P13
- ・平成18年度潮来市職員募集……………P14
- ・シリーズ 市長室から……………P15
- ・シリーズ 男女共同参画社会……………P15
- ・8月のカレンダー……………P16

8

第13回潮来節おどりの響演大会（6月17日）

2006 August

防犯パトロールで安心安全なまちづくり

第2次潮来市行財政改革大綱 一部改正しました

○行財政改革大綱の必要性について

潮来市においては、財源不足に対応するため、事務事業の見直しを行いながら、歳入と歳出の均衡ある収支を確立して、効率的な行政運営を図ってまいります。

○行財政改革の推進期間

平成17年度～平成21年度（5年間）
（大綱の詳細は市ホームページに掲載中です。）

○集中改革プランに向けた取組み

総務省より「地方公共団体における行財政改革の推進のための新たな指針」（平成17年3月29日付け総務事務次官通知）により、いわゆる「集中改革プラン」の公表をするよう要請があり、潮来市では現在進行中である「第2次潮来市行財政改革大綱」を見直ししながら、積極的な公表に努めてまいります。

《平成17年度から平成21年度までの主な取組み》

1 事務事業の見直し

- ・行政評価（事務事業評価）（試行段階）
- ・ホームページ広告料の導入（平成17年度導入）
- ・市税の収納率向上
平成16年度決算値は88.4%（対前年度比較8,883万円増）のような向上が見られました。
平成21年度 → 89.5%（対H16年度38,500千円増） を目標として、毎年成果を見直ししながら税の公平負担を進めてまいります。
- ・補助金等の整理合理化
- ・業務に応じた勤務時間の変更
図書館、公民館、給食センター等を中心に現在も行っておりますが、引き続き検討してまいります。

2 財政健全化の推進

- ・起債制限額の設定（公債費（市の借金返済金）の元金を超えないようにする）
- ・公営企業経営及び特別会計の効率化
特に水道事業、下水道事業、農業集落排水事業の経営改善を進め、一般会計からの繰出金を抑制してまいります。
- ・特定財源の確保（企業誘致の推進等）

5年間（平成17～21年度）の一般会計からの繰出金を抑制	
水道会計（運転管理の完全民間委託及び事務所移転）	7,500万円減
公共下水道資本費平準化債※の活用	5億7,500万円減

※公共下水道資本費平準化債……下水道事業における供用開始当初の負担を軽減し、供用開始当初の資本費負担の一部を後年度に繰り延べるため、元金償還金相当額と減価償却費相当額との差に対する起債

③ 組織・機構の見直し

- ・各種関連事業の一本化による事務の効率化
市民サービスの窓口となる業務について特に進めてまいります。(ワンストップサービスを目指した業務効率化・市民に分かりやすい組織機構)
- ・各職務内容の見直し

子育て支援室の設置(平成17年度)
高齢者支援の窓口の統一(平成17年度)
出張所管理部門の統一(平成18年度)

4 定員管理・職員能力の開発等の推進

- ・職員数 283人(平成18年4月現在)
(目標)260人(平成23年4月)
今後23人(8.1%)の削減をしていきます
これまでの経過

平成13年4月	平成18年4月	削減
328人	283人	△45人 (13.7%)

5 給与の適正化の推進

- ・各種手当等の削減等の見直し
- ・ラスパイレス指数※100以内の管理
(平成17年4月現在98.3)
- ・勤務評定(実績)方針を策定し評価訓練を行う
これまでの経過(一般会計当初予算抜粋)

	人件費
①平成13年度	27億6,866万円
②平成18年度	24億 319万円
差額(②-①)	△3億6,547万円

※ラスパイレス指数……国家公務員の給与を100とした場合の
地方公務員の給与水準を指数で示すもの。

6 効果的な行政運営

- ・各事務システム等の適正配置による職場環境改善
- ・窓口業務手順書の作成(事務処理の短縮化・簡素化・接遇の向上)
- ・ホームページによる各種申請様式の対応

8 会館等公共施設の設置及び管理運営

- ・公共施設の管理運営の見直し(各施設における指定管理者制度、民間委託の調査を行い、事務の効率化を図っていく)

指定管理者へ移行した施設
・市民プール ・水郷まちかどギャラリー ・ヘルスランドさくら ・老人デイサービスセンター ・心身障害者福祉センター ・道の駅いたこ ・水郷潮来バスターミナル

- ・未利用施設の改善(借地・公用地の整理等)

7 地域(住民・民間)の行政参画の推進

- ・行財政情報の積極的提供により、地域の行政運営への理解を求めます
- ・パブリックコメント制度(施策立案過程において、検討段階の案を公表して、広く意見を求めたうえで、意思決定を行っていく制度)の導入

潮来市の行財政改革に関するみなさんのご意見をお寄せください。

ご意見については、氏名、住所等を記入のうえ、郵便、FAXまたは電子メールにより下記までお寄せください。

- ①郵便による場合 〒311-2493 潮来市辻626 潮来市役所 行財政改革推進室 宛
- ②FAXによる場合 FAX番号：0299-80-1100
- ③電子メールによる場合 メールアドレス：gyoukaku@city.itako.ibaraki.jp

【お問合せ】 潮来市 行財政改革推進室 TEL. 63-1111 内線207

潮来市制施行 5周年記念式典が開催されました

6月4日（日）、中央公民館において、招待者や表彰者、一般応募の方々など約800名が参加し、潮来市制施行5周年記念式典が盛大に開催されました。式典のなかで今泉市長は、「市制施行5周年を迎えることができたのは先輩諸氏のたゆまぬ努力と市民の皆様のふるさと潮来を思う熱意によるものです。これからも市民の皆様と一体となった市政を遂行していきますので、今後とも一層のご理解とご協力をお願いします。」とあいさつされました。また、合併5周年の功労者として、自治功労・民生福祉功労・産業経済功労・治安防災功労・保健衛生功労・教育文化功労・善行などの部門ごとに、あわせて289名の方々が表彰されました。

式典終了後の祝賀アトラクションでは、水郷いたこ大使の橋 幸夫さん、本條秀太郎さん、花村菊江さんから歌などが披露され、また、各地区の方々から、大正琴演奏、少林寺拳法組演武、歌、踊り、マジックなどが披露されました。

式典の前に行われた合唱・演奏披露



延方小学校 6年生の皆さん



潮来第二中学校吹奏楽部の皆さん



水郷いたこ大使を代表して
あいさつされる海老沢勝二氏



式辞を述べる今泉市長

式典内容



市民憲章を朗読する
坂上 祐作さん（潮来第一中学校3年生・写真右）
平塚まどかさん（牛堀中学校3年生・写真左）



各功労代表者へ表彰状が授与されました

祝 賀 アトラクション



橋 幸夫 さん



本條 秀太郎 さん



花村 菊江 さん



少林寺拳法組演武 (年少の部)・(一般の部)



踊り披露 笹本あき子さん

各地区から芸能発表



歌の披露 篠塚 広美さん



大正琴演奏 区長OBのさん



マジック披露 水郷アマチュアマジシャンクラブ

水郷まちかどギャラリー 入館者10万人達成



6月13日(火)、水郷まちかどギャラリーにおいて、入館者10万人記念イベントが行われました。10万人目の入館者となった飯沼三郎さん(東京都江東区在住)に、今泉市長から花束と入館証明書が手渡されました。また、当日は「小堀進展」の開催中だったこともあり、現在水郷まちかどギャラリーの指定管理者となっているNPO法人水美研の原代表理事から、小堀進画伯の絵(レプリカ)が贈呈されました。

潮来第二中学校屋内運動場 改築工事の安全祈願祭

6月5日(月)、潮来第二中学校内の屋内運動場建設予定地において、今泉市長をはじめ、市議会議員、学校関係者、延方・大生原地区区長、工事関係者が出席し、滞りなく祈願祭が行われました。

第18回少年剣道大会



6月11日(日)、潮来第一中学校体育館において「水郷潮来あやめまつり協賛 第18回少年剣道大会」が行われました。
大会には、団体戦35チーム・個人戦46人(鹿行地区ほか)が参加しました。結果は次のとおり。

- | | | |
|-----|-----|----------------|
| 団体戦 | 優勝 | 波崎修武館A(神栖市) |
| | 準優勝 | 鹿島神宮道場(鹿嶋市) |
| | 3位 | 俊水館道場A(神栖市) |
| | 3位 | 牛堀少年剣道愛好会(潮来市) |
| 個人戦 | 優勝 | 篠塚貴章(波崎修武館) |
| | 準優勝 | 坂本海樹(俊水館) |
| | 3位 | 山岡遼大(俊水館) |
| | 3位 | 高津里沙(波崎修武館) |

ふるさと館へ寄付

6月14日(水)、潮来ふるさと館に第7期鹿行地方明日の地域づくり潮来地区OB会(代表加藤節子氏)より手づくり木製縁台10脚が寄付されました。この縁台は、同会が千葉県立香取養護学校木工班に依頼して製作されたもので、当日は香取養護

学校に対し、小沢助役より感謝状が授与されました。



東関東潮来・鉾田間 早期開通をめざして

6月21日(水)、湖畔荘において、東関東自動車道水戸線潮来・鉾田間建設促進期成同盟会総会が行われました。本会は、鹿行の各市長及び議長などで組織され、会長の今泉市長は挨拶のなかで「なかなか厳しい状況ではあるが、一日でも早く整備されるよう活動していきたい」と述べられました。



国道51号鹿嶋・潮来バイパス 建設促進期成同盟会総会

6月28日(水)、湖畔荘において国道51号鹿嶋・潮来バイパス建設促進期成同盟会総会が行われました。本会は鹿行各市の市長及び議長、顧問には地元出身の国会議員や県議会議員で構成され、バイパスを整備することにより、慢性的な交通渋滞などの解消を目指しています。平成18年度国土交通省では実施計画として1億円ほど予算化されており、昨年度に引き続き、本年度も「NTT前」洲崎(延方地区)について、具体的な調査等が行われることになっています。



延方小学校 文部科学大臣表彰

4月23日(日)、「子ども読書の日」に代々木(東京都)のオ

7/13(木)~8/1(火)
サマージャン宝くじ発売

宝くじ・ロト6・
ミニロト・ナンバーズ

イコチャンスセンター

TEL.62-3000 URL:e92.net

旬せきぐち総合サービス 潮来市潮来99-24

生命保険の無料相談

損保ジャパン
ひまわり生命代理店

関口 明広 (日本FP協会会員)
No. 30299318

予約必要 TEL.63-2177

住まいの企画・立案

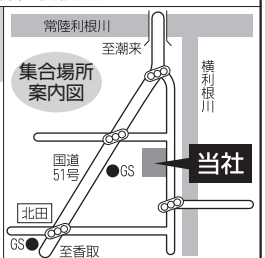
建築一式設計施工・住宅性能保証機構加盟

住まい造り
勉強会

日時: 7月29日(土) 出発: 午前11時
集合: 稲敷市(南)オーホリプランニング
見学会場: トステム本社ショールーム
夕食会場: 成田日航ホテル 参加費用: 1名様1,000円

有限会社
オーホリプランニング

〒300-2724 茨城県稲敷市八筋川乙 61-1
TEL.0299-80-5335 FAX.0299-80-5337



あやめまつり期間中、 様々なイベントが行われました

◎6月11日(日)、「祇園祭おどり大会」が開催されました。当日はあいにくの雨となつてしまい、会場を予定していたあやめ園からアイモアへと移し、6チームが踊りを披露しました。



祇園祭おどり大会

◎6月17日(土)、潮来駅前に於いて「第13回潮来節おどりの響演大会」が開催され、29連(約700人)が参加し、盛大に行われました。結果は次のとおりです。

おどり大賞 日の出中学校PTA
おどり優秀賞 ナイルス選抜チーム
おどり優秀賞 アミィーゴ
おどり優秀賞 つちあやめ連
審査委員特別賞
—TAKOフオリティーウィメンズネット—
茨城新聞社賞 平井大黒会
読売新聞社賞 潮来市高校会インシペコ
茨城放送賞 大生原地域女性団体
おどりがばった賞 日の出美人連



「おどり大賞」を受賞した日の出中学校PTA

◎6月24日(土)、前川あやめ園において、花村菊江歌謡ショーが開催され、「潮来花嫁さん」などを披露されたあと、仲人役として嫁入り舟に乗り会場はおおに盛り上がりしました。



嫁入り舟に乗る花村菊江さん

リンピック記念青少年総合センターにおいて延方小学校が「読書活動優秀実践校」として文部科学大臣表彰を受賞しました。延方小学校では、心豊かな児童の育成を目指し積極的に読書活動を推進してきました。月曜日と木曜日の「朝の読書タイム」には、職員・児童が本を読み、また、ボランティアのお母さん方が「読み聞かせ」に来てくれることもあり、さらにはPTA主催による読書についての親子講演会なども開催されました。横田校長先生は、「全校あげての読書活動が全国的に評価され、今回の受賞につながった。本を読むことは子ども達の夢を

藍綬褒章



大崎 満さん(茂木)
(保護司)

昭和53年11月 保護・に委・されて以来 27年にわたり、
・い人間・と・実さをもつて
・更生保護事業に・事され、
・や非行に・つた者の改・更
・生及び地域社会の・化に・力
・されました。
また、・生地区保護・会の
・円・な運営及び発・に大きく
・・されました。
さらに、・・・役場では
助役として、地方自治にも多大なるご・力を・りました。

善意銀行

(6月分・敬称略)

橋本 隆	8,700円
日本歌謡振興会潮来支部	37,531円
匿名	2,000円
ジャンクフードミニズ	30,000円
押し花の会 野ばら	6,000円

ふくらませ、生き方を深めさせ、五感をみがき心の成長を助けます。今回の受賞を励みに、さらなる飛躍を目指します。」と話されました。



旭日双光章



中山 康雄さん(米島)
(茨城県身体障害者福祉協議会 会長)

昭和51年5月、潮来・身体・害者福祉協議会・に就任して以来、潮来市はもとより、内の身体・害者の地・の向上と社会参加の促進に・力されました。この間、茨城・身体・害者相談員協議会を設立、さらに、茨城・身体・害者福祉協議会を法人化、同会・としてリーダーシップを発・され、社会福祉の増進に多大なるご・をされました。
また、当市の農業や商工業の・・・にも・力をいただくなど、市政の発・に大きく・されています。

地域発展に貢献する 潮来市建設業組合

茨城県潮来市辻583-2
TEL 0299-63-1358

遺産相続 贈与 不動産登記 成年後見
会社設立 債務整理 破産 個人再生

毎月第2水曜日、当事務所において無料相談を行っております。(予約必要 TEL 66-3511)

司法書士 篠塚健司事務所

〒311-2423 潮来市日の出8丁目12番地6

一般廃棄物処理基本計画を 策定(見直し)しました

平成18年2月、当市では一般廃棄物処理基本計画を前回(平成10年3月策定)の計画から7年振りに見直しを行いました。それは、前回計画策定時と比較して、現在の廃棄物処理事業を取り巻く諸条件(潮来市の第5次総合計画の改訂で将来人口を修正したこと、資源ごみ(缶、びん、ペットボトル、プラスチック類)の分別収集が開始されたこと、生活系可燃ごみの有料化が実施されたことなど)が変わったことによりです。

見直された本計画は、ごみ処理基本計画と排水処理基本計画の2編から構成されており、平成31年度を最終年度とし中長期の計画的なごみ処理及び生活排水処理の推進を図るための基本方針を示しています。今月号ではごみ処理基本計画の概要について、来月号では生活排水処理基本計画の概要について紹介します。

ごみ処理基本計画の概要

基本理念

「循環型社会」構築のための基本理念

地球環境保全の視点から、ごみの発生・排出抑制をごみ処理行政の中心課題として位置づけ、市民、事業者、行政が共通した認識をもち、互いに連携して循環型社会を構築する新しい廃棄物処理システムづくりを推進します。

循環型社会の構築にあたっては、①発生抑制、②再使用、③再生利用、④熱回収、⑤適正処分の優先順位を基本として施策を推進するとともに、その構築に関する行動が、自主的・積極的に行われることにより、環境への負荷の少ない持続的発展が可能な社会の実現を推進します。また、ごみ処理の資源化率※は、平成16年度の15.4%(実績値)から平成31年度までに23.0%の達成を目指します。

※資源化率……資源ごみ量÷ごみ排出量×100

基本計画の主要施策

1. 発生及び排出抑制・再資源化計画

市民・事業者・行政の3者が一体となってリフューズ(Refuse)、リデュース(Reduce)、リユース(Reuse)、リサイクル(Recycle)の4Rを推進する。

①リフューズ(断る)の推進

ごみ問題の根本的かつ最良の解決方法は、ごみの発生を回避することです。ごみになるものなど、不要なものを断ります。

②リデュース(発生抑制)の推進

ごみを発生させない。ごみになるようなもの、無駄なものは買わない、もらわない、使わないなど、ごみの発生を抑制する考え方を定着させ、行動に移します。

③リユース(再使用)の推進

繰り返し使える商品の購入やフリーマーケットの活用など、有効利用を進めることは、ごみの減量化に向けた大切な取り組みです。

④リサイクル(再生利用)の推進

発生抑制、再使用を行ってもまだ排出される廃棄物については、資源をきちんと分別排出するなど、ごみの分別の精度を高めます。また、事業系可燃ごみとして排出されている紙類、食品廃棄物等の資源化の促進を図り、ごみ減量を目指します。

2. 収集・運搬計画

①収集・運搬体制

- ◇ごみの分別精度を高め、資源化を促進するため、ごみの分別、回収方法、収集容器について随時検討していきます。
- ◇収集・運搬機材の整備にあたっては、社会的ニーズを把握するとともに、環境負荷・経済効率を重視し、環境負荷の少ない低公害の収集・運搬車両への転換を促進します。
- ◇不適正排出、ごみの散乱等や不法投棄防止のための協力体制を強化していきます。
- ◇小規模事業所等のごみが生活系収集ごみへ混入しないよう、周知徹底します。

- ◇高齢者世帯や独居老人世帯など高齢化社会に対応した収集方式やごみ出しの協力体制を検討します。
- ◇適正な収集ステーション数を維持管理します。

②適正排出と環境美化の推進

- ◇ステーションにおける不適正排出やごみ散乱を防止するための協力体制の強化を図ります。
- ◇広報・ホームページなどによる啓発活動や美化運動を推進するとともに、地域住民や廃棄物減量等推進協議会の協力を得ながら不法投棄を防止するための協力体制の強化を図ります。

3. 中間処理計画

適正処理及び熱回収(サーマルリサイクル)等の推進

適正で安定した中間処理を維持するため、計画的な施設の維持管理及び改修等を実施し、施設の適正な処理能力を確保しながら計画的な処理に努めます。

- ◇毎年の計画的補修と予防保全など適切な維持管理に加えて一定年数ごとの大規模補修工事を行うことにより安定した処理能力の維持に努め、適正で効率的な運転管理体制を推進するとともに、施設の延命化を図ります。
- ◇今後とも廃棄物処理においては、ダイオキシン

類等をはじめとした公害防止対策の充実を図るなど、周辺環境への十分な配慮を行っていきます。

- ◇焼却処理で得られる熱エネルギーは、クリーンセンターやヘルスランドさくらにおける温水利用など、余熱の有効利用を一層推進します。
- ◇クリーンセンター（焼却施設、粗大ごみ処理施設）及びリサイクルセンターの更新を計画する際には、広域化の動向を踏まえた処理を検討していきます。

4. 最終処分計画

最終処分量の削減及び適正処分

適正で効率的な中間処理を推進し、最終処分量の削減に努めます。

- ◇ごみの発生及び排出抑制に努め、資源有効利用を促進して、最終処分量の削減に努めます。
- ◇最終的に処分しなければならないものについては、環境への負荷が少ない適正な処分を行います。
- ◇近隣自治体等と連携し広域化を図りながら、最終処分場の確保に努めます。



クリーンセンター

本計画書は、潮来市環境課・市立図書館にてご覧になることができます。また、貸し出しを希望される方には2週間を期限として貸し出しをしていますので、ご希望の方は下記までお問合せください。

【お問合せ】 潮来市環境課 TEL. 63 - 1111 内線 251

<潮来クリーンセンターからのお知らせ>

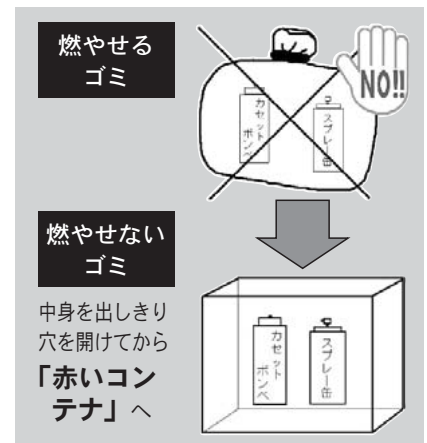
○爆発事故の発生

3月15日(水)、クリーンセンター焼却炉内で爆発事故がありました。

原因は燃やせるごみ袋の中に入っていたスプレー缶又はカセットボンベ缶によるものと思われます。

この事故により、ごみピット内へ火の粉が飛び火災が発生しましたが、作業員の迅速な消火活動により“ぼや”程度で済むことができました。

クリーンセンターの運転ができないと、市民の皆さんの家庭などから排出される“ごみ”も処分できなくなりますので、スプレー缶などは中身を出しきり、**必ず2カ所以上の穴を開けてから** 燃やせないごみとして出すようお願いします。



○平成17年度潮来クリーンセンターのダイオキシン類排出量

潮来クリーンセンターのダイオキシン類の排出量を測定したところ、下記のような数値(測定値)となりました。測定値は1号焼却炉煙突・2号焼却炉煙突ともに、ダイオキシン類対策特別措置法で定められた基準値以下です。

測定場所	測定値	基準値
1号焼却炉煙突	0.012 ng-TEQ/m ³ N	10 ng-TEQ/m ³ N
2号焼却炉煙突	0.130 ng-TEQ/m ³ N	10 ng-TEQ/m ³ N

【用語解説】

1. ダイオキシン類とは、「ポリ塩化ジベンゾ・パラ・ダイオキシン」と「ポリ塩化ジベンゾフラン」と「ポリ塩化ビフェニール」の総称
2. 測定値は、各煙突から排出されたガス量1m³N(0℃、1m³あたりに換算した量)に含れるダイオキシン類の量
3. TEQとは毒性等量のこと。ダイオキシン類には異性体があり、毒性を有するものから無いものまで数多く存在するため、それぞれの異性体に係数を乗じた総和で表している
4. ng(ナノグラム)は、10億分の1g(グラム)
5. 基準値は、ダイオキシン類対策特別措置法に基づいて定められた、潮来クリーンセンターから排出される量の上限値

市民の皆様へ

野焼きや家庭用焼却炉は燃焼温度の管理が難しいため、高濃度のダイオキシン類が発生する可能性がありますので行わないで下さい(300℃前後の燃焼温度でダイオキシン類が多く生成される)。野焼きをした場合には、廃棄物処理法による罰則があります。

【お問合せ】 潮来市環境課 施設管理センター TEL. 64-5050

潮来市社会福祉協議会ではホームヘルパーを募集します

常勤ヘルパー	非常勤ヘルパー
1. 募集人員 1名	1. 募集人員 3名程度
2. 応募資格 介護福祉士又は訪問介護員1級課程修了者の方で潮来市内在住の方	2. 応募資格 介護福祉士又は訪問介護員1級及び2級課程修了者で、かつ土、日、祝祭日勤務が可能な潮来市内在住の方
3. 勤務内容 サービス提供責任者としての業務等	3. 勤務内容 ホームヘルプサービスに関すること
4. 勤務時間 原則8時30分～17時30分(週40時間)	4. 勤務時間 原則8時30分～17時30分
5. 勤務用件 週休2日制(ローテーションによる)	5. 勤務用件 週実働3～4日程度
6. 賃金 当法人規定による	6. 賃金 当法人規定による

- ◎雇用期間 平成18年10月1日～平成19年3月31日
(単年度契約ですが、契約満了後も更新契約を行うこともあります)
- ◎選考方法 (1) 書類選考
(2) 面接(日程は後日連絡いたします)
- ◎提出書類 (1) 履歴書(写真貼付)
(2) 資格を証明するもの
(3) 常勤・非常勤の希望を明記(様式任意)

- ◎提出場所 〒311-2421 潮来市辻765番地
社会福祉法人 潮来市社会福祉協議会
- ◎受付期間 7月18日(火)～8月31日(木)(土・日を除く)
午前9時～午後5時まで
(郵送の場合は、8月31日必着)
- ◎問合せ先 社会福祉法人 潮来市社会福祉協議会
TEL. 63-1296 担当: 大川・関口



自分の体を振り返ってみませんか？

何歳になっても「自分にとって必要な量を食べる」ということが基本ですが、栄養の過剰や不足によって様々な問題がでてくることがあります。自分の状態と照らし合わせ、食べることを考えてみましょう。栄養の取りすぎが気になる方は、13ページの「シリーズ みんなで元気づくり」を参考にしてください。

栄養の不足が気になる高齢者の方へ

低栄養状態を防ぐ食生活のポイント

高齢期になると食欲が落ちやすく、ちょっとしたことで体調を崩しやすくなります。「たんぱく質」と「エネルギー」が不足すると **低栄養** の状態になり、介護が必要な状態に陥りやすくなります。食欲が落ちてきたと気になる高齢の方は、次のことに特に気をつけてみましょう。



主食と主菜をしっかり食べ、
エネルギーやたんぱく質を積極的にとりましょう

*エネルギーとなるもの……ごはん、麺、パンなど

*たんぱく質源になるもの……肉、魚、卵、大豆食品、乳製品など

食欲がないときは、好きなものを
食べて少しでも栄養を取りましょう

脱水症状を予防するために
水分を十分とりましょう



適度な運動、休養で
生活リズムを整えましょう

食べることを楽しみ
いきいきとした生活を目指しましょう

低栄養を防ぎましょう！

次の項目のどちらにも該当する方は、低栄養の恐れがあります。
自分自身の状態を確認してみましょう。

1. 6ヶ月で2～3kg以上の体重減少がある。

2. BMIが18.5未満である。

*BMIとは肥満判定の目安となる数値。

*BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

18.5未満……やせ
18.5～25未満……標準
25～30未満……肥満
30以上……高度肥満

○65歳以上の方は、**住民健診**
(7月実施) の中で介護予防に
関する健診を受けられます。
自分の生活や健康を見つめ直
してみましょう。



介護・介護予防等に関する相談は下記にお問合せください。
潮来市 介護福祉課 地域包括支援センター TEL. 63-1111 内線396・397



7月24日 河童忌 芥川龍之介

「杜子春」「藪の中」「河童」「或阿呆の一生」「文士の意地」
「羅生門」「芥川龍之介とその時代」「芥川龍之介 永遠の求道者」
「芥川龍之介の歴史認識」「編年体大正文学全集」
「読書の時間に読む本（中学1，2年）」など
入口正面の本棚にそろえてあります。（CD、DVDもご用意してあります。）

ようこそ 図書館へ

図書館だより

図書館ボランティアを募集しています。

図書館では、ボランティアを募集します。

図書館の仕事のお手伝いです。できるときに、できることを無理なく行っていただきます。仕事は、資料配架、資料整理、資料装備、館内外の美化、特技をいかしたものです。

くわしくは、図書館カウンター、または電話にてお問い合わせください。

視聴覚室上映予定表（2階：視聴覚室、席数50・先着順）

日にち	午前10時30分	午後1時	午後3時30分
5日(土)	はだしのゲン	評議	火垂るの墓
6日(日)	はだしのゲン	うなぎ	二十四の瞳
12日(土)	アイアン・ジャイアント		戦争は終わった
13日(日)	アイアン・ジャイアント	ローマの休日	戦場のピアニスト
19日(土)	かんからさんしん		二十四の瞳
20日(日)	かんからさんしん	ロミオとジュリエット	アフガン零年
26日(土)	映画ドラえもん のび太の宇宙開拓史		戦場のピアニスト
27日(日)	映画ドラえもん のび太の宇宙開拓史	シャーロックホームズ	僕の村は戦場だった

おはなし会予定表（2階：お話の部屋）

日にち	午後2時～
8月12日(土)	読み聞かせ (いくさのおはなし) いたこおはなし会
8月26日(土)	読み聞かせ (なつやすみおはなし会) うしほりおはなし会

※上映当日、午前10時から整理券を配布しますので、カウンターでお受け取りください
夏休み特集 午後3時30分からは平和について考える映画シリーズです。お楽しみに。



さあ、いよいよ夏休み。 たくさん読もう。自由研究にも役立ちますよ。

- ・朝日新聞データベース「聞蔵」、茨城新聞データベースをご利用ください。
当館のインターネットから、朝日新聞と茨城新聞（1891年（明治24年）創刊から現在まで115年分）の記事がごらんになれます。ビジネスや夏休みの自由研究に役立ててください。自分のお誕生日の記事を読んでみましょう。
- ・小・中学校の夏休みの課題図書は、7月20日(木)より貸し出しを開始します。貸し出し期間は、8日間です。期限を守ってください。

お知らせとお願い

- ☆図書の予約は、貸し出し中の図書に対してのみ 予約することができます。書棚にある図書は予約できません。予約方法等については図書館カウンター、または電話にてお問い合わせください。
- ☆館内ではお静かに、飲食、携帯電話の使用はエントランスホールでお願いいたします。
- ☆図書館の資料は、大切に扱ってください。
気持ちよく図書館をご利用いただけるよう、よろしくお願いいたします。

8月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

(□は休館日、■は午後1時から開館)

【お問合せ】 潮来市立図書館 TEL. 80-3311



成人の皆様へ

身体の点検をするチャンス「住民健診」が始まっています。健診で見ているものはさまざまありますが、今年は今話題の「内臓脂肪症候群」をチェックしてみてもはいかがでしょうか？
今回は「内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）」についてご紹介します。

「内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）」という名前を聞いたことがありますか？

「内臓脂肪症候群」とは、内臓脂肪（お腹の中につく脂肪）がたくさんたまることで、糖尿病、高血圧、高脂血症などの状態をひきおこしている状態をいいます。なぜ今「内臓脂肪症候群」かというと、「内臓脂肪症候群」は、動脈硬化が飛躍的に進行しやすく、そのため心筋梗塞や脳梗塞を非常に引き起こしやすい状態であることがわかってきたからです。

一方「内臓脂肪症候群」を早めに見つけて改善することで、そのリスクを下げることも可能なのです。では、どういう場合「内臓脂肪症候群」にあてはまるのでしょうか？



おへその高さの腹囲

男性85cm以上
女性90cm以上

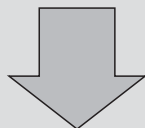
腹囲がこれ以上
だと要注意。

①中性脂肪（空腹時）：150mg/dl以上

②HDLコレステロール（善玉コレステロール）：
40mg/dl未満

③最高血圧：130mmHg以上 または 最低血圧85mmHg以上

④空腹時血糖：110mg/dl以上



※腹囲に加えて、①～④のうち2つ以上にあてはまると、「内臓脂肪症候群」と診断されます。

ご自分の中性脂肪、HDLコレステロール、血圧、血糖がいくつだかご存知ですか？住民健診ではこれらの検査もいたします。

幸いなことに、内臓脂肪は皮下脂肪より減らしやすいという特徴があります。食事をセーブしたり運動したりすると、皮下脂肪よりも先にまず内臓脂肪が減り始めるのです。

健康増進課では、内臓脂肪症候群についても皆様と一緒に考えていきたいと思っています。ぜひ住民健診を受けてみてください。

住民健診の最終日は 7月28日（金）中央公民館 です。

まだ受診されていない方は、ご家族お誘い合わせの上、
ぜひご受診ください。



【お問合せ】 潮来市健康増進課（かすみ保健福祉センター内）TEL. 64-5240

平成18年度 潮来市職員(平成19年度採用)を募集しています

◎受付期限 8月2日(水)まで

申込みは月曜日から金曜日の午前9時から午後5時までとし、郵便の場合は8月2日必着とします。

◎職種区分、採用予定人員及び受験資格

職種区分	採用予定人員	受 験 資 格
一般事務職	若 干 名	昭和51年4月2日以後に生まれた人で、高校以上を卒業した者及び卒業見込みの者
保育士職	若 干 名	昭和46年4月2日以後に生まれた人で、高校以上を卒業した者及び卒業見込みの者で、かつ保育士資格取得者(資格取得見込者含む)。

上記の受験資格に該当する人であっても、次の各号の一に該当する人は受験できません。

- ア 日本に国籍を有しない者
- イ 成年被後見人及び被保佐人
- ウ 禁固以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで又はその執行を受けることがなくなるまでの者
- エ 本市職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過していない者
- オ 日本国憲法又はその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し又はこれに加入した者

◎試験の方法

試験は第1次試験、第2次試験及び資格調査とし、第2次試験は第1次試験の合格者に対してのみ行います。

区 分	第 1 次 試 験	第 2 次 試 験
日 時	平成18年9月17日(日)	平成18年10月下旬
試験会場	茨 城 大 学	第1次試験合格者に通知します

◎受験手続

(1) 申込用紙の請求

申込用紙は市役所総務課に請求してください。

郵便で請求する場合は、封筒の表に **職員採用試験申込用紙請求** と朱書し、次のものを必ず同封してください。

- ・あて先を明記して120円切手を貼った返信用封筒(A4判・角2)
- ・受験する職種(一般職、保育士職)、試験区分(大学卒、大学卒以外)を明記した様式任意の書類

◎あて先 〒311-2493 茨城県潮来市辻626番地
潮来市役所 総務部総務課 人事・行政グループ

(2) 提出書類等 ア 申 込 書 1 部(所定の申込用紙を使用してください。)

申込書に貼付ける写真の外に、写真1枚を添えて申込んで下さい。

なお、写真の裏には、氏名を記入してください。

イ 受 験 料 不 要

ウ あて先を明記して290円切手を貼った定形封筒(長3)(受験票送付用)

※受験申込者には受験票を後日配達記録郵便にて送付します。

詳しい内容は、潮来市ホームページをご覧ください、下記までお問い合わせください。

【お問合せ】 潮来市総務課 人事・行政グループ TEL. 63-1111 内線221~223

日 本 一

市民の皆様も、目標を立てる時や、その目標を実現するために自分を奮い立たせる時に、日本で一番、茨城で一番、潮来で一番というように、「〇〇で一番を目指す」という言葉をよく使うと思います。私も前川を日本一の川にしたいと言いつけてきました。

6月のある民放テレビ番組で、潮来のあやめ祭りが紹介され、若いタレントさんがリポーターとして市内を紹介していました。若い人に人気のある番組とのことですが、その中で潮来のあやめ祭りは、来客数が多い「日本一のあやめ祭り」であると紹介されていました。以前には、日本で一番行きたくない観光地が潮来であるとラジオ番組で放送されたという話を聞き、「失礼だな」と思いながら事実を確かめるべく各ラジオ局に問い合わせをしましたが、確認は出来ませんでした。

観光は「感動する景色や風情・歴史」、「応対する人達の人情」、「おいしい食べ物」の三拍子がそろって一人前です。

過日、近隣の市でおいしい日本料理を提供し、多くのお客さんに利用され予約をしなければ入れないという、とても繁盛しているお店のオーナーを紹介されました。そのお店のオーナーと和やかな時間を過ごす中で、オーナーが「私は以前から

考えていましたが、チャンスがあれば日本一の川魚料理を潮来でやってみたいと思っています。」とおっしゃり、私が「種類にもよるが、川魚はくさみがあるからね」と言うと、オーナーは「それは偏見です。川魚は海の魚に比べて料理は難しいが、工夫次第で美味しい味を出すことが出来ます。潮来では是非実現したい。」とのお話をいただきました。

また、日の出の潮音寺（慈母観音）の大谷副住職さんからは「8月に潮音寺で行われる万燈会では、灯籠を毎年一万個ずつ増やし、日本一の万燈会にして賑わいのあるお寺にします。」との考えをお聞きました。

日本一の前川、日本一のあやめ祭り、日本一の川魚料理、日本一の万燈会など、最近「日本一の〇〇〇」と聞く機会が増えたような気がします。それぞれの人達の真剣な思いが「日本一」の言葉に表れているのだと思います。聞く度に心地よく響く言葉です。

市民の皆様、何かひとつ日本一を目指しましょう。行政は、日本一を目指す皆様のお手伝いをすることも大事な務めであると思います。

平成18年 7月

潮来市長 今泉 和

潮来市男女共同参画基本計画
市民公聴会が開催されました

～ 男女共同参画社会 ～

VOL.45

5月23日（火）、津知公民館において、約60名の市民の皆さんに参加いただき、潮来市男女共同参画基本計画市民公聴会が開催されました。この市民公聴会は、市男女共同参画基本計画策定にあたり、計画が実質的なものとなるよう、広く市民の皆さんから直接ご意見をいただくために行われたもので、市民・有識者等からなる策定委員会で作成された計画素案に基づき、活発な議論がなされました。主な意見・提言等は次のとおりでした。

1. 潮来市男女共同参画基本計画素案では、市の政策決定の場に2020年までに女性登用率30パーセントを目指しており、例えば、農業委員などについても、厳しい現状ではあるが、ぜひ女性が立候補してほしい。



2. 学童保育は大変助かっているのですが、年齢制限をしない子育て支援の環境整備を望む。
3. 今までは男性社会であったが、女性の視点を生かしたまちづくりのためには、市の政策決定の場である市議会、委員会等により多くの女性が存在することを目指し、女性自身が力をつけて頑張らないと実現しない。
4. 男女共同参画事業は、まちづくりの視点であることや事業趣旨の啓発、子育て、就職・再就職支援、DV等の相談業務等と多種多様で幅広い事業であることから、他自治体のように、市民がここの場所に行ったらなんでも情報が入るといった専任の部署（センター等）が必要である。
5. 現代社会はいろいろなストレス等から性差医療（男女別）のニーズが高い。このことから、鹿行地域にもぜひ専門外来の実現をしてほしい。
6. 大学を出ても女性の就職が厳しい。性別でなく平等に企業等が採用するよう呼びかけてほしい。また、雇用者側の法整備も必要である。

この他にも多くの提言がありました。このような貴重な提言内容を基本計画に反映していきます。ご協力ありがとうございました。

8月 August のカレンダー

● 実施場所 ●

(い) … 潮来保健センター
(か) … かすみ保健福祉センター
(中) … 中央公民館
(図) … 市立図書館
(高) … 高齢者センター

人口のぐいせ

総 数	31,328人	(-39)
男	15,476人	(-22)
女	15,852人	(-17)
世帯数	10,450世帯	(± 0)

6月1日現在・（ ）内は前月比

日	Sunday	月	Monday	火	Tuesday	水	Wednesday	木	Thursday	金	Friday	土	Saturday
				1	子育て広場(中) BCG (H18.3月・4月生) (牛堀・潮来地区)	2	子育て広場(中) マタニティ・セミナー (か) 4ヶ月児育児相談(か) (H18.3月生)	3	子育て広場(図) 4ヶ月児育児相談(か) (H18.3月生) 1歳6ヶ月児健診 (H17.1月生)	4	子育て広場(中) 3歳児健診 (H15.5月生)	5	潮来祇園祭礼
6	潮来祇園祭礼 +当番医 延方クリニック ☎66-1873	7	BCG (H18.3月・4月生) (津知・延方・大生原地区) 潮来祇園祭礼	8	子育て広場(中) 胃がん検診	9	子育て広場(中) 7ヶ月児育児相談(か) (H17.12月生) 胃がん検診	10	子育て広場(図) 7ヶ月児育児相談(か) (H17.12月生) 胃がん検診	11	子育て広場(中) 何でも育児相談(中) 胃がん検診	12	
13	+当番医 大久保診療所 ☎62-2506	14		15		16	法律相談(高)	17	子育て広場(図) マタニティ・セミナー (か)	18	子育て広場(中)	19	水郷潮来花火大会
20	+当番医 方波見医院 ☎64-2714	21	胃がん検診	22	子育て広場(中) 胃がん検診	23	子育て広場(中) 何でも育児相談(中)	24	子育て広場(図) 特設人権相談(高) 胃がん検診	25	子育て広場(中)	26	
27	+当番医 牛堀整形外科 ☎64-2888	28	胃がん検診	29	子育て広場(中) 胃がん検診	30	子育て広場(中) 1歳児育児相談(か) (H17.8月生)	31	子育て広場(図) 1歳児育児相談(か) (H17.8月生)				

◎ 今月の納税は、市・県民税の第二期分、国民健康保険税の第二期分、下水道事業受益者負担金の第二期分、介護保険料の第三期分です。

広報 いたこ vol.64

平成18年
8月1日号

※広報に関するご意見、ご要望は、
潮来市総務部 秘書広聴課まで

発行者 潮来市長 今 泉 和

潮来市役所

本 庁：茨城県潮来市辻626
〒311-2493 TEL 0299-63-1111

出張所：茨城県潮来市牛堀17
〒311-2495 TEL 0299-64-2611

市長へのたより

FAX 0120-874-880

E-mail mayor@city.itako.ibaraki.jp

潮来市のホームページ

http://www.city.itako.ibaraki.jp/

メールアドレス

info@city.itako.ibaraki.jp

潮来市民憲章

水郷潮来に住む私達は 豊かな水と緑とともに生きた歴史と文化を
輝かしい未来へ継承し 健康で希望にあふれ 世代をこえ夢を育む
あたたかいまちを 創りあげるため ここに市民憲章を定めます。

1. 自然を愛し、あらゆる生命(いのち)を感しみ明るく美しい
まちをつくります。
1. 健康で明るく、思いやりと感謝の心で豊かなまちをつくります。
1. 郷土の歴史と伝統に誇りをもち、文化のまちをつくります。
1. きまりを守り力を合わせ、住みよいまちをつくります。
1. 地域活動に進んで参加し、心のふれあいを大切に楽しい
まちをつくります。

市の花・木・鳥

潮来市シンボルマーク



あやめ



ボブア



よしきり

