



水郷いたこ大使「あやめ」

Vol.165

広報

いたこ

ITAKO Public Information

11/13 ギネス記録

達成!



12

2014(平成26年)

Contents

・潮来花嫁さんの募集	2	・平成26年工業統計調査を実施します	10
・あやめ狼舞集	2	・平成26年度 日本赤十字社茨城県支部特別社資のお礼	10
・健康文化講演会	3	・働きながらがん治療を受けている患者さんへ	11
・メタボさよならダイエット最終報告	4～5	・平成27年度 小学校新入学児童への入学祝品の贈呈	11
・平成26年度 骨粗しょう症検診のお知らせ	5	・シライニユースクラブジュ	16
・地区健康教室NOW	6	・図書館だより	12～13、
・休日当番医予定表	7	・潮来市更生活保護女性会よりお知らせ	14
・み～んな元気 食は、元気の源	8	・潮来市の誇れる文化	15
・子育て情報	9	・1月のカレンダー	15



白無垢姿の花嫁さんが、手漕ぎの舟に乗って花婿さんの元へ嫁ぐ、伝統の嫁入り舟に乗船しませんか…

平成27年度 潮来花嫁さん 募集



応募期間：12月1日（月）～平成27年2月27日（金）当日消印有効

参加費：無料（ただし、支度代・着付け代は自己負担となります）

※衣装は、各自ご用意いただくか、潮来市の貸衣装（無料）をご利用いただけます。

注意事項

- ①応募者多数の場合、抽選となりますのでご了承願います。
- ②選考にあたっては、当日挙式・披露宴のご予定のある方を優先に行います。また、ご希望される日時に沿えない場合があります。
- ③実施日が荒天の場合は中止となる場合があります。

申込み・問合せ

TEL 0249-24603
茨城県潮来市辻620番地
潮来市観光商工課
TEL 0249-631111
(内線241～244)
URL: <http://www.city.itako.lg.jp/>
hanayome

応募方法：所定の応募用紙に記入のうえ、花嫁さんのカラー写真1枚（L判）を添えて、郵送、持参またはEメールにてお申込みください。

送信先アドレス
hanayome@city.itako.lg.jp

実施時期：平成27年5月23日（土）～6月28日（日）の水・土・日曜日

募集組数：35組（予定）

応募資格

- ①平成27年4月1日現在 満16歳以上の方
- ②平成27年6月を基準に、前後1年以内に結婚された方、又は予定の方
- ③各種取材やPRに対応できる方
- ④出身地、国籍は不問

応募条件：原則として、花嫁、花婿、仲人役（男女1名ずつ）の4人1組で応募してください。



平成27年度 『水郷潮来あやめ娘』募集



在籍期間：平成27年4月1日～平成28年3月31日（1年間）

勤務日数・内容

- ①あやめまつりでのおもてなし及び事前キャンペーン等（4月～6月）：10日以上参加できる方

※あやめまつり期間中（5月23日（土）～6月28日（日））の土日勤務が主

- ②市内等での行事、観光PR等（7月～翌年3月）：5日以上参加できる方

募集人員：15名程度

応募資格

- ①年齢は満18歳以上（平成27年4月1日現在）
- ②国籍不問
- ③現在、他のキャンペーンアシスタント等として活動していない方

応募方法：所定の応募用紙に記入のうえ、カラー写真1枚を添えて郵送、持参またはEメールにてお申し込みください。

送信先アドレス
musume@city.itako.lg.jp

応募期間：12月1日（月）～平成27年1月30日（金）当日消印有効

手当：日額10,000円（各種手当を含む）

※半日の場合は5,000円

H26年度活動実績（抜粋）

- ・安倍内閣総理大臣への表敬訪問
- ・鹿島アントラーズホームタウンデイズオープニング参加
- ・茨城県知事等表敬訪問
- ・テレビ、ラジオ出演ほか

申込み・問合せ

TEL 0249-24603
茨城県潮来市辻620番地
潮来市観光商工課
TEL 0249-631111
(内線241～244)
URL: <http://www.city.itako.lg.jp/>
ayamemusume

平成26年度

こころの健康文化講演会を 開催しました！

深秋の好天に恵まれた11月16日（日）、約650名の市民の皆様の参加により、『こころの健康文化講演会』が盛大に開催されました。

オープニングでは、女性ボーカル4人組「ソフトボイス」が美しく爽やかなハーモニーで会場を癒しました。続いて、少林寺拳法茨城県大会中学生女子組演武の部で最優秀賞を受賞した加藤真優さん（潮来一中3年）と森内志織さん（牛掘中2年）が、気迫あふれる真剣な組演武を披露しました。また、記念講演は、「可能性の扉」をテーマとした長瀏悦子さん（フラワーアーティスト、女優 志穂美悦子）による市民参加型の講演が行われました。それぞれが心温まる感動的なステージでした。特に長瀏さんには、これまで歩まれたご自身の人生や、フラ

ワーアーティストとして東日本大震災復興支援の活動を行った思いなどを率直に語っていただき、参加された皆さんも被災地の市民として感慨深く聴き入っていました。

そして最後のお楽しみ「大抽選会」では、潮来市商工会・潮来市建設業組合・潮来ロータリークラブ・(株)愛友酒造・ウエルシア薬局(株)各位の多大なご支援をいただき、会場全体が盛り上がり閉幕することができました。

今回のご出演やご支援をいただきました皆様の思いが、市民の皆さんに「勇気と希望」を与え、全体テーマ「これから大切な人への『気づき・つながり・見守り』をみんなで心がけよう！」の趣旨につながる内容となりました。



ソフトボイス



「可能性の扉」



森内志織さん(左) 加藤真優さん(右) 少林寺拳法組演武



長瀏悦子さん（フラワーアーティスト、女優 志穂美悦子）



「可能性の扉」講演 長瀏悦子氏

メタボさよならダイエット with タニタ (第1期) 最終報告

平成26年6月1日(日)にスタートした「メタボさよならダイエット with タニタ」は、11月末をもって第1期が終了しました。34名の皆さんが参加し、6ヶ月間で平均4.4kgの減量に成功しました。

4.4kgは、自己流のダイエットでは減量することが難しい数字です。6ヶ月間努力を重ねた結果が、数字や見た目にも表れましたね。

今回は、6ヶ月間の振り返りを参加者に伺いました。

※小顔になったことがわかるように、写真には目隠し線を入れています。

平均4.4kg

痩せました！

☆減量体重No.1! ☆

Tさん (37歳男性、会社員)

BMIも25を下回り、
メタボさよならですね！
写真を見ると、別人のようです！

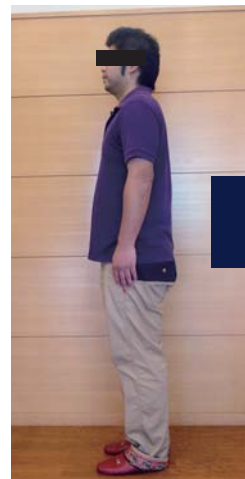
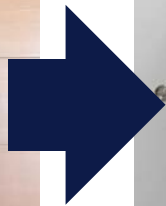
身長 175cm

体重 91.7kg → **73.7kg (18.0kg減)**

お腹回り 100cm → **85cm (15cm減)**

BMI 29.7 → **23.9**

※BMIとは身長と体重から算出される体格指数
(基準値 18.5以上25.0未満)



Q. 6か月間でどのようなダイエットをしたのですか？

A. 私の仕事は、シフト制で不規則な勤務です。ダイエットを始める前までは、夜の勤務が遅くなっても、時間を気にせず1食分を食べていました。しかし、遅くなる時は**野菜を中心**にし、食べる量を控えるようにしました。

また、健康都市宣言にもあるように「どンドン歩く」を意識し、仕事でも**意識して歩く**ようにしました。減量前は、血圧が高めでしたが、少しずつ下がり、先日の健診では良い状態になりました。

Q. 今回のダイエット企画でよかった点はなんですか？

A. **毎日体重計に乗る習慣**が付き、体重を意識するようになりました。体重が増えていたら、次の日は食事を控えるなど調整できるようになりました。また、歩数計を身につけることで「1日1万歩」という目に見える数字の目標があったのもよかったです。

Q. 最後に、今のお気持ちを聞かせてください。

A. 中学卒業時以来の体重になりました。「食事を我慢して辛いなあ」という思いをすることなく実行することができました。土日は外食をしたり、リフレッシュしながらできたので続けられたのだと思います。今は、ごはん量も戻していますが、リバウンドをしていません。このまま維持していきたいです。思い切って参加して本当によかったです！

Tさん (62歳男性、会社員)

体 重 79.1kg → **72.1kg (7.0kg減)**
お腹回り 95.0cm → **88.0cm (7.0cm減)**
B M I 27.7 → **25.2**



Q. 6か月間でどのようなダイエットをしたのですか？

A. 毎日1万歩を目標にウォーキングを頑張りました。また、食事面では食事の時間が空きすぎないようにすることに気をつけました。時間が空くと、体が飢餓状態となり、その後食べるものの吸収が著しいと管理栄養士さんに指導されました。

Q. 今回のダイエット企画でよかった点はなんですか？

A. 歩数計を身につけられたことです。歩数計をつけることで、「歩こう」という意識をするようになりました。保健師さんに日々の状況をお話することでやる気アップにもなりました。

Q. 最後に、今のお気持ちを聞かせてください。

A. 当初、5kg減を目標に頑張っていたのですが、大きく上回る7kgも減量することができてとても嬉しいです。ダイエット期間が終了し、歩数計もプレゼントしてもらえたので、今後も体重を維持できるよう、歩くことを意識していきたいです。

第2期は、平成27年1月から始まります。引き続き応援をよろしくお願いいたします！



かすみ保健福祉センターでは、市民のみなさんの健康相談・栄養相談をいつでも実施しています。お気軽に相談してくださいね。

お問い合わせ 潮来市かすみ保健福祉センター<<ひまわり>>
TEL.64-5240

平成26年度 骨粗しょう症検診のおしらせ

市では、骨粗しょう症の予防と早期発見のため、骨粗しょう症検診を実施いたします。この機会に是非受診してください。

日 時	平成27年1月21日(水)・22日(木)・23日(金) 午前10時～11時30分 午後1時～2時30分	対 象 者	潮来市に住民登録のある19歳以上の女性 (年齢基準日：平成27年3月31日)
場 所	潮来市かすみ保健福祉センター	検 査 内 容	超音波検査 (素足のかかとを撮影します。)
		費 用	1,000円

※事前申込みは不要です。

お問い合わせ 潮来市かすみ保健福祉センター<<ひまわり>> TEL.64-5240



地区健康教室NOW

(H26.12.1現在56地区開催済 未定10地区)



市内66地区の区長（健康推進員）さんの呼びかけで、『保健師と管理栄養士による地区健康教室』が各地区好評開催中です。その中の一部の地区の状況をご紹介します。



「豆腐は意外と脂質が多いんだ。食べ過ぎに注意。」

日の出5丁目地区健康教室（11/2）

＝参加した皆さんの声＝

「健康のために良いと思ってたくさん食べていた豆腐や納豆。肉と同じくらいに脂質が多いんだ。」

「骨粗しょう症予防のために牛乳をたくさん飲んでいるが一日200mL、牛乳瓶1本で十分だということが分かった。今まで飲み過ぎていた。」

※健康に良いと思って食べていたものが取り過ぎると体に悪いことを知り、考え込んでしまいました。

食品の持つ特徴を知るとは、体の中から健康になる一歩です。(管理栄養士)

血管が傷んでいても痛みを感じない。

症状が出てからでは遅い。

古高地区健康教室（10/29）

＝参加した皆さんの声＝

「うちのお爺さんは、脳梗塞を起こすまで元気に生活していた。症状もなく突然倒れてしまった。」

「会社の健康診断で医者に行くように言われ、そこで初めて血管の傷みを知って治療している。それまで、体に何の症状も出ていなかった。今も痛みはないけれど通院して治療に専念している。健康診断は大切だね。」



健康診断で、目に見えない体の異常を早期に発見することは大きな病気の予防になります。(保健師)



日頃の生活を見直すために基準を知るようにしましょう。例えば、1日の食事の目安（基準量）を知ること。健康診断の基準値を知ること。詳しくは、保健師や管理栄養士にご相談ください。

※地区健康教室の開催状況をホームページに掲載しています。

お問合せ

潮来市かすみ保健福祉センター《ひまわり》TEL.64-5240

《広告》

オーダーカーテン・カーペットフェア 開催中!

カーテン・カーペット・ブラインド・スクリーン
年内 御奉仕価格で販売中!
採寸・見積・取り付け **無料**

ルームビズ鹿嶋店
TEL 84-1317
鹿嶋市宮中307-1
時間 12時～19時 (木曜定休)

ルームビズ鹿嶋店 **検索**

《広告》

借金の整理 交通事故 離婚 不動産

まずは弁護士にご相談ください

神栖ひまわり基金法律事務所

■■■弁護士 瀧 智英 (茨城県弁護士会所属) ■■■

TEL 0299 (91) 1171 (完全予約制)

茨城県神栖市大野原4-7-11 鹿島セントラルビル新館5階
<http://kamisuhimawari.com/>

潮来市 日曜・祝祭日

急患 取扱い当番医表

平成27年1月～平成27年6月

●診療時間● 午前9時～午後4時まで



1月	
1日	仲沢医院
2日	石毛医院
3日	ユビキタスクリニックHINODE
4日	牛堀整形外科
11日	ユビキタスクリニックHINODE
12日	飯島内科
18日	延方クリニック
25日	石毛医院

2月	
1日	久保医院
8日	延方クリニック
11日	常南医院
15日	仲沢医院
22日	大久保診療所

3月	
1日	牛堀整形外科
8日	ユビキタスクリニックHINODE
15日	飯島内科
21日	常南医院
22日	久保医院
29日	牛堀整形外科

4月	
5日	石毛医院
12日	牛堀整形外科
19日	仲沢医院
26日	大久保診療所
29日	延方クリニック

5月	
3日	ユビキタスクリニックHINODE
4日	飯島内科
5日	石毛医院
6日	常南医院
10日	久保医院
17日	延方クリニック
24日	仲沢医院
31日	大久保診療所

6月	
7日	牛堀整形外科
14日	ユビキタスクリニックHINODE
21日	飯島内科
28日	石毛医院

上記は予定であり、変更になる場合があります。

- 休日にけがや急病になった方のための診療です。
- 受診の際は必ず健康保険証をご持参ください。

● 電話番号 ● 市外局番 (0299)		
石毛医院 TEL.62-2523	常南医院 TEL.63-1101	飯島内科 TEL.66-0280
久保医院 TEL.64-6116	大久保診療所 TEL.62-2506	仲沢医院 TEL.63-2003
牛堀整形外科 TEL.64-2888	延方クリニック TEL.66-1873	ユビキタスクリニックHINODE TEL.94-8008

《 告 告 》

7日間試用OK 大企業で新たな機器入れ替えのためお譲りできます。一般のご家庭で有効活用頂く活動です。

Windows7ノートパソコンお安く譲ります

ワープロ・表計算・プレゼンソフト2013年版付 ウィンドウズ7正規認証済み
初心者向けパソコンレッスンビデオ付 ウィルス対策セキュリティ付
年賀状ソフト付 DVD-CD 視聴可
麻雀・将棋・囲碁ゲーム付
初期設定費用は価格に含まれています。

東芝 15.4型 (6ヶ月の機器保証)
CPU : celeron (2.00GHz) メモリ : 2GB
HDD : 160GB DVD-マルチ
一台当り 29,000円 (税込、送料込み)

メモリ3ギガ、4ギガ高規格機種ご希望の方はお問い合わせ下さい。
非営利団体法人(NPO)には、マイクロソフトオフィス Home and Business
2010付 一台当り35,000円にてご用意があります。

マイクロソフト社 MRR 企画 合同会社フォーリンク
愛知県名古屋市中区東区東2-3-7 東カンビル1F 販売者 リングロー(株) 古物許可番号第431030009376号

1週間試用して、ご不満の場合は全額ご返金(返品送料ご本人負担)
お申し込み・お問い合わせ
TEL 052-380-9211
月曜～金曜(9時～18時)
Email info@forincs.com
Eメールでもお申し込み頂けます。

Microsoft REGISTERED Refurbisher

《 告 告 》

移動火葬車による出張火葬

ペットセレモニー 忘れな草

粉骨加工(無料)が好評です

TEL 0479-21-7040
URL <http://yanohase.com/>
所在地 神栖市矢田部2883番地
代表 長谷川 勲

出張費は 無料です

365日 24時間対応いたします。



み～んな元気 食は、元気の源



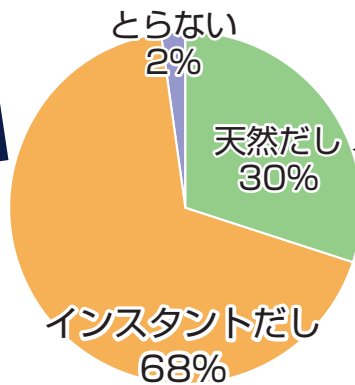
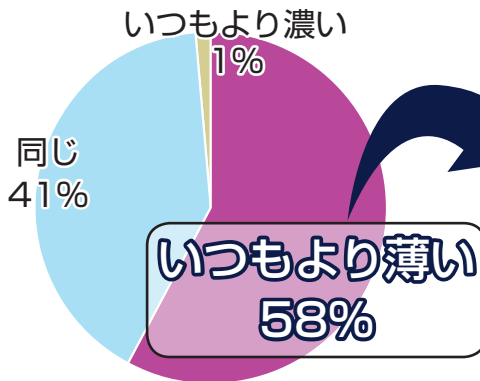
ご家庭のみそ汁の味付け、いかがですか？

潮来市は、10月18日（土）に健康都市宣言の式典を行いました。式典当日は、標準の塩分濃度（0.8%）のみそ汁の味を知っていたために、潮来市食生活改善推進員連絡協議会協力のもと約400食の「みそ汁」の試食とアンケートを実施しました。結果の一部をご紹介します。（アンケート回収255名）



Q. 普段のみそ汁と比べ、味付けはいかがでしたか？

薄いと答えた方のうち Q. みそ汁のだしはどのようにとっていますか？



普段のみそ汁と比べ、「薄い」と答えた方はインスタントだしで、だしをとっている方が多いという結果になりました。インスタントだしには、天然だしの約3倍の塩分が入っています。

試食のみそ汁は、かつお節と昆布でだしをしっかりととり、少ない味噌でも美味しくなるように作りました。

試食した方から「いつものみそ汁よりも薄いけれど、だしが効いているから美味しい」という声を多数いただきました。

みそ汁以外の料理（煮物等）でも、天然だし（かつお節・昆布・煮干し）を使うことで減塩に繋がります。

ぜひ天然だしを料理に活用してみてください。

【かつお節と昆布の混合だし】

240ccのだしを作る材料（約みそ汁2杯分）
水……………265cc（仕上がり量の10%増）
かつお節…5g（仕上がり量の2%）
昆布……………3g（仕上がり量の1%）



- 鍋に昆布と水を入れ、火にかける
- 昆布が浮いたら、昆布を取り出す
- かつお節を入れひと煮立ちさせ、火を止める
- かつお節が沈み始めたら、こす

《 告 告 》

常 南 医 院

内 科

外 科

整形外科

人工透析

◆診療時間 月 午前9時～12時 土 午前9時～12時
金 午後2時半～7時 曜 午後2時～5時

【 お車で送迎いたします（無料） 】

※詳しくは、お電話にてお問い合わせ下さい。
電話 0299-63-1101

《 告 告 》

太 陽 光 発 電 で

第二の年金！を始めませんか？

家族！家計！日本！そして地球環境！全部に貢献！

太陽光発電の設計・施工・販売【産業用も可】

建設業許可茨城県知事 般-23第31782号

地元・自社施工販売の **有限会社 赤嶺電研企画**

お問合せは 0299-69-7909 (TEL/FAX)

鹿嶋市荒野1393-3(中野東小近く 実機あります。見学歓迎)

子育て情報

幼稚園の活動案内

～幼稚園ではお子さんの成長を踏まえて毎月の教育目標を設定しています。ご家庭で参考にしてください。～

平成27年度
新入園児募集中

公立幼稚園は幼稚園教育要領に基づき小学校への準備教育を提供しています。経験豊富な先生が子育て相談や良好な教育の研究実践を行い、すべての子育て家庭に開かれた教育を目指しています。また、常に小学校と連携した取組みを行っています。

延方幼稚園 TEL66-2533 FAX66-3569

【4歳児】

- 季節の変化に気付き、生活の中で必要なことを自分から行おうとする。
- 見たことや感じたことを表現することを楽しむ。
- 友だちとやりとりしながらイメージを共有して遊ぶ。

【5歳児】

- 目的に向かって友だちと工夫したり協力したりして遊ぶ楽しさを味わう。
- 一人一人の思いや考えを出し合って遊ぶ。
- 冬に向かう自然の変化や年末のようすに関心をもち、生活や遊びに取り入れて楽しむ。

◎園庭開放：12月16日 午前9時30分～11時 ※参加希望の方は、電話で連絡願います。

うしほり幼稚園 TEL64-5766 FAX64-5639

ねらい

【4歳児】

- 遊びの中で友だちとやり取りをしながらイメージを共有し、表現していく楽しさを味わう。
- ルールのある遊びを通して体を十分に動かしながら、友だちとかわることを楽しむ。
- 生活の中で必要なことや季節の変化に気づく。

【5歳児】

- 友だちと考えを出し合い、協力しながら遊びや生活を進める。
- 積極的に戸外へ出て、友だちと十分に体を動かして遊ぶ。
- 冬に向かう自然の変化や年末の様子に関心をもち、生活や遊びに取り入れて楽しむ。

認定子ども園の活動案内

※園の事業案内と子育てのご相談も専門の保育士がご相談にのります。

慈母学園（慈母保育園・慈母幼稚園） TEL66-0624 FAX94-5885

○子育て支援「わくわく教室」について

毎週水曜日の10時～正午まで行っています。是非、遊びにきてください。

<持参品…タオル・帽子、水筒、親子共に室内履き>

隣室にて、ベビーマッサージも行っています。

<持参品…バスタオル>

○12月の予定

3日（水）・・・体操の先生と遊ぼう！

10日（水）・・・ //

17日（水）・・・

もちつき会…在園児と一緒に楽しみましょう！

10時頃～杵と臼で餅つき開始。雑煮餅と煮込みうどんを用意しますので、お子さん用の箸または、フォークを持参してください。（ベビーマッサージはお休みになります）

お問合せ

潮来市市民福祉課 TEL.63-1111 内線385～388

《広告》

遺産の相続手続 土地建物の名義変更 会社の設立等 サラ金の借金問題

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 TEL66-3511）

HPアドレス <http://www.e-shinotsuka.com/>

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

《広告》

茂木誠治司法書士事務所

相続手続 土地、建物の売買、贈与
会社の設立 役員変更
債務整理（サラ金関係） その他

潮来市曲松2808番地10（潮来高校入口）

電話 0299-67-3055

お気軽にお電話ください



政府統計



工業統計
キャラクター・
コウちゃん

平成26年工業統計調査を実施します

- 平成26年工業統計調査は、従業者4人以上の全ての製造事業所を対象に、平成26年12月31日時点で実施します。
- 工業統計調査は、我が国における工業の実態を明らかにすることを目的とする政府の重要な調査で、統計法に基づく報告義務のある基幹統計調査です。
- 調査の結果は中小企業施策や地域振興など、国及び地域行政施策のための基礎資料として活用されます。
- 調査票に御記入いただいた内容は、統計作成の目的以外（税の資料など）に使用することは絶対にありません。
- 対象となる事業所へ調査員が訪問し、調査票を配布・回収に伺います。
- 調査の趣旨・必要性を御理解いただき、御回答をよろしくお願いいたします。

経済産業省・都道府県・市区町村

お問合せ 潮来市総務課 TEL. 63-1111 内線234

平成26年度 日本赤十字社茨城県支部特別社資のお礼について

日本赤十字社では、毎年災害に備えるため物資の備蓄や実際の救護活動のため特別社資として事業所・個人を対象として募集活動を行っております。今年10月末までにご協力いただきました市内法人の皆様は、下表のとおりです。ありがとうございました。

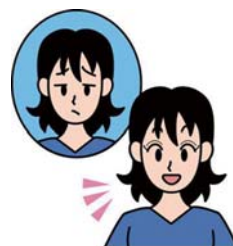
法人名 (五十音順・敬称略)				
愛友酒造株式会社	(株)朝日設備機工	飯島内科	飯田歯科医院	(株)いたこ
いたこ歯科医院	潮来自動車販売(株)	(株)薄井商店	(株)江口工務店	大崎歯科医院
大森歯科医院	(有)小沼製作所	(有)かすみタクシー	かつら印刷	霞北運輸(株)
くさの薬局	(有)くすり・化粧品のカリス	(株)敬文館	(株)越川木材	(株)小林電気商会
小堀工業所	椎名会計	(株)篠塚プレス工業所	(株)酒悦 茨城工場	常陽食品工業株式会社
信栄ビニール(有)	水郷建設株式会社	鈴木工務店	鈴木歯科医院	(株)セイミヤ潮来店
関戸歯科医院	(株)セキネネオン	大黒天	(株)高須工務店	高須産業(株)
(有)立野製作所	(株)テックス	仲沢医院	根本歯科医院	(株)ノーベルエレクトロン
延方クリニック	(株)萩原塗装店	福助食品	松崎建設(株)	松崎薬局
(有)松島商事	(株)茂木工務店	(株)森内建設	ララルー会	

お問合せ 潮来市市民福祉課 TEL. 63-1111 内線391

仕事に関する 相談窓口のご案内

治療を受けるにあたり、お仕事についての心配や悩みごとはございませんか。
がん患者さんやご家族を対象に、治療と仕事の両立を図ることができるように、社会保険労務士が仕事に関する
様々なご相談を無料でお受けいたします。

- 仕事に復帰するか辞めるか迷っている。
- 抗がん剤の副作用で業務に支障をきたしてしまうのではないかと心配。
- 職場にがんであることをどこまで話したらよいのでしょうか。
- 会社と短時間勤務について話し合いたいがどうすればよいのでしょうか。
- 傷病手当金はどのように申請すればよいのでしょうか。
- 退職したら健康保険や年金はどうなるの？



このようなご相談について、下記のがん診療連携病院でお受けしております。（ご相談は無料。予約優先です）

病院名	所在地	窓口開設日	連絡先
茨城県立中央病院	笠間市鯉淵6528	毎月第4水曜日 午後1時～4時	0296-77-1121 (代)
総合病院土浦協同病院	土浦市真鍋新町11-7	毎月第4水曜日 午後1時～4時	029-823-3111 (代)
筑波大学附属病院	つくば市天久保2-1-1	毎月第1木曜日 午後1時～4時	029-853-7970
筑波メディカルセンター病院	つくば市天久保1-3-1	毎月第1木曜日 午後1時～4時	029-851-3511 (代)
東京医科大学茨城医療センター	阿見町中央3-20-1	毎月第3水曜日 午後1時～4時	029-887-1157

- ★通院している病院に関わらずご利用できます。
- ★就職先のご紹介をすることはできませんので、ご了承ください。
- ★ご相談内容の秘密は守ります。安心してご相談ください。

お問合せ

茨城県保健福祉部保健予防課 TEL.029-301-3224

茨城県がん診療連携協議会事務局 茨城県立中央病院企画情報室 TEL.0296-77-1121

平成27年度 小学校新入学児童への 入学祝品の贈呈について



(社)茨城県母子寡婦福祉連合会より、ひとり親家庭（母子家庭、父子家庭）のお子さんへ入学祝品（学用品）を贈呈します。該当児童のいらっしゃるひとり親家庭で入学祝品を希望される保護者の方はお申込みください。

申込期限 平成27年1月30日(金)
申込先 潮来市市民福祉課 TEL.63-1111 内線386
問合せ先 茨城県母子寡婦福祉連合会 TEL.029-221-7505 長島まで

第47回潮来市菊花展示会表彰式

11月11日（火）、潮来ショッピングセンターアイモアにおいて、潮来市菊の会主催の菊花展示会表彰式が行われました。展示会では、色とりどりの菊、約300点がその美しさを競い、訪れた多くの来場者の皆さんの目を楽しませてくれました。12部門で競われ、一番優れた作品に贈られる最優等茨城県知事賞は、人見秀雄さん（曲松南）が2年連続の受賞となりました。



潮来市民水泳大会

11月16日（日）、潮来市立前川市民プールにおいて、潮来市民水泳大会が開催されました。138名の参加があり、会場は多くの小学生・中学生・高校生で埋めつくされました。水泳を始めたばかりの小学生や、大人顔負けの泳ぎを見せてくれる子どもたちもいました。

2019年の茨城国体や2020年の東京オリンピックに出場する、未来のスター選手が生まれるかもしれません。



「人権」について考えよう



～潮来第一中学校 人権教室～

11月11日（火）、潮来第一中学校において、鹿嶋人権擁護委員協議会主催の「人権教室」が開催され、第2学年の生徒57名が参加しました。

潮来市の人権擁護委員小沼竹男さんらには、DVD「いっしょに」【法務省提供】を教材に、人権問題に向き合う意識を高めるお話をいただきました。

潮来一中では、いじめ防止や解決に取り組もうと、毎年、生徒会を中心に全校生徒による「いじめ撲滅フォーラム」が開催され、学級ごとに「いじめ撲滅宣言」としてスローガンが発表され、全校生徒による投票で選ばれたものが「いじめ撲滅一中憲法」として校内に掲示されます。



小沼竹男さん

ギネス記録達成！

11月13日（木）、中央公民館体育室にて、日の出小学校児童・日の出中学校生徒・保護者ら763名によって「5分間で折る紙飛行機最大数」のギネス世界記録への挑戦が行われました。

当日はギネス世界記録の日。「記録に挑戦することによって、震災の被害に負けない強い気持ちを持とう」と、日の出小学校PTAが呼び掛け、実現しました。

ギネス認定員2名による審査の結果、平成25年にイタリア・ミラノで達成された2,401機を大幅に超える4,880機が完成と認められ世界記録樹立が発表されると、会場内は大きな歓声が上がりました。

最後に、各々の願いを記したオレンジ色の紙飛行機を一斉に飛ばし、新記録をお祝いしました。（表紙）



第14回 議長杯クロッケー・ 輪投げ大会

10月28日（火）、「第14回議長杯クロッケー・輪投げ大会」が、かすみの郷運動公園において開催され、当日は450名を越える参加者が秋風の下、日頃の成果を競い合いました。大会結果は次のとおりです。

クロッケーの部

優勝 水原第3区長寿会
準優勝 水原第1区長寿会
第三位 新町あけぼのクラブ
第三位 下田老寿会

輪投げの部

優勝 清水グリーンクラブ
準優勝 大山シニアクラブ
第三位 大塚野新生会
第三位 新町あけぼのクラブ



水原第3区長寿会



清水グリーンクラブ

防災訓練

11月23日（日）、市内全体で3,390名の市民が参加し、震度6強の地震を想定した防災訓練が実施されました。

メイン会場の大生原小学校では、消防署や警察署の関係機関の協力のもと、「煙体験コーナー」や消火器による「消火訓練」、「応急担架作成コーナー」、「ロープ結束コーナー」、「呼吸器装着体験」、「救命講習」などの体験を中心に訓練が行われました。



自衛隊による機材体験

また、航空自衛隊百里基地偵察航空隊・陸上自衛隊勝田駐屯地架橋中隊のご協力により、災害時に使用する機材の展示・体験や、偵察機（RF-4）の情報収集飛行も行われました。

いつ、どこで発生するかわからない災害。日頃から一人ひとりが防災の意識を高め、備えましょう。

いつ、どこで発生するかわからない災害。日頃から一人ひとりが防災の意識を高め、備えましょう。

第12回 連合会長杯グラウンドゴルフ大会

11月18日（火）、かすみの郷運動公園において「第11回連合会長杯グラウンドゴルフ大会」（団体戦）が開催され、354名（118チーム）の参加者が日頃の成果を競い合いました。

今回は年に一度の団体戦ということで、地区から選抜された選手がハイレベルな戦いを繰り広げるなか、各チームが親交を深めながらプレーする姿が大変印象的でした。大会結果は次のとおりです。

優勝 二丁目燦寿会
（瀧ヶ崎 實、蜷川 斉、高安 實）
準優勝 新町あけぼのクラブ
（大川 清一、鈴木 幸子、堀越 貴一）
第3位 大洲福寿会
（石津 一二、村田 五雄、久保木 芳茂）

【敬称略】



二丁目燦寿会

井坂さん、国土交通大臣表彰

10月14日（火）「鉄道の日」、霞ヶ関の国土交通省で、井坂君代さん（あやめ1丁目）が国土交通大臣表彰を受けられました。おめでとうございます。

井坂さんは昭和49年から40年にわたって、花壇や駅構内の清掃等、潮来駅周辺の環境整備に尽力されています。ありがとうございます。



左から、松田市長、井坂さん、木川哲也鹿島神宮駅長



今月の本棚 (1月)

「凄すぎる100円グッズの世界」

安くても便利で、何にでも使えると評判の100円グッズ。ただ安いだけでなく日々進化しており、テレビなどでも便利グッズの代表として注目を集めています。今では家事に使うだけでなく、インテリアや小物、雑貨の製作などにも使われています。今回は、日本初上陸海外ブランドから、進化した定番の100均&プチプラ雑貨、日常生活の役に立つグッズまで幅広く紹介します。

ようこそ

図書館へ

図書館だより

児童特集(1月)

「ひつじとやぎのちがいで (羊・山羊のお話)」

平成27年の干支は「ひつじ」。モフモフ、フカフカのひつじはかわらかそうであたたかそうですね。絵本に出てくるひつじはどうか？新年読み始めの本は、ひつじのお話からどうぞ。ひつじのなかまのやぎのお話も集めています。

◎上映会のお知らせ◎
(1月)

◎図書館2階視聴覚室で上映いたします
◎すべて入場無料です ◎申込みは不要です

日にち	時間	作品	出演	対象
1月17日(土)	午後1時30分～	ピーターパンの冒険	-	子ども向け
1月18日(日)	午後1時30分～	もうりょうはこ 魍魎の匣	堤真一/椎名桔平/ 阿部寛/出演	一般大人向け

おはなし会予定表(2階:お話の部屋)

1月10日(土) 午後2時～午後2時30分	「干支(えと)」のおはなし 図書館友の会
1月12日(月) 午後2時～午後3時	大判かるた大会/おはなし会 図書館のおにいさん・おねえさん
1月15日(木) 午前11時30分～正午	0～3歳児のおはなし会 (子育て広場/市立図書館) 図書館のおにいさん・おねえさん
1月24日(土) 午後2時～午後2時30分	「雪(ゆき)」のおはなし 図書館友の会
1月28日(水) 午前11時30分～正午	0～3歳児のおはなし会 (子育て広場/中央図書館) 図書館のおにいさん・おねえさん/図書館友の会

イベントのお知らせ

「経営に活かすSNS活用講座」(一般向けイベント)

日本では2,000万人以上の方がツイッターやフェイスブックなどのSNS(ソーシャルメディアネットワークサービス)を利用しています。手軽に情報発信ができ、クチコミによる宣伝が強いSNSはビジネスの世界でも営業力の向上につながるツールとして期待が高まっています。SNSの正しい活用方法を知って集客&売上UPに結び付けましょう!

- ・平成27年1月11日(日) 午後1時30分～午後3時30分
- ・潮来市立図書館 2階第2集会室

- 募集** 一般成人 20組程度
SNSを使った情報発信について興味がある方、悩みを抱えている方歓迎
- 講師** 株式会社インスティル 松原和枝氏(中小企業診断士)
- 内容** SNSの概要と基本/活用方法/実際の運用事例/ワークショップ
- 参加費** 無料
- 持ち物** SNSを利用できるデバイス(スマホ・ノートパソコンなど)
- 申込方法** 事前申し込み(図書館カウンター、電話、FAX)

「大判かるた大会」(子ども向けイベント)

縦32cm、横45cmの大きなかるたを使ってかるた大会をするよ!ふつうのかるたと違って、音楽を聴いて絵札をとるよ!君は何枚取れるかな?かるた名人をめざそう!楽しいおはなし会も開催するよ!

- ・平成27年1月12日(月) 午後2時～3時
- ・潮来市立図書館 2階第2集会室

募集 幼児～小学生20名程度(※保護者同伴)
(4～5歳 10名程度)
(6～7歳 10名程度)

参加費 無料

申込方法 図書館カウンター、電話、FAX

その他 1月10日(土)までに、参加申込みが5名に満たない場合は、開催を中止する場合があります。

年末年始休館のお知らせ

12月29日(月)～1月3日(土)は年末年始のため図書館は休館となります。休館中もご家庭で読書を楽しんでいただくために、12月15日(月)～28日(日)の期間中に貸出手続きされた方は、通常よりも貸出期間が長くなります。

図書館休館中のご返却は、ブックポストをご利用ください。休館中は電話によるサービス(予約資料の連絡、延長の手続きなど)も停止いたします。予めご了承ください。

1月の図書館カレンダー

- ・館内整理日: 1月21日(水)
- ・年末年始休館: 12月29日(月)～1月3日(土)

お問合せ 潮来市立図書館 TEL. 80-3311 FAX. 64-5880



第92回 シリズ 潮来市の誇れる文化 大洲の水神社

潮来市大洲862番地に在り、祭神は美都波能女命、この神社の創立年代は不詳であります。寛永18年（1641年）の検地表に水神社前、水神社後と書かれているので、この頃の創立と思われま。

以後、貞享4年（1687年）建替の棟札があります。

当時、この地方は水田地帯であり、毎年水害でなやまされていたところと思ひます。大水が出、田ん圃の稲の被害は多かつたと思ひます。大水の被害から守るために、当時の村の人々が、水神社を建て祈願したのだと思ひます。

同神社の境内に、大六天神社があります。大六天神社は、千葉県山倉神社の分神とされ、疫病流行厄除として奉祀されています。土地改良工事で現在地に移りました。

祇園祭りは、御神輿を若衆が担ぎ村廻りをします。子ども神輿も同じで、山車も出ています。

潮来市文化財保護審議委員

高田 定雄

潮来市更生保護女性会よりお知らせ ～ご寄付の御礼～

市民の皆さまにご協力いただきました平成26年度愛の募金の総額は、251,809円となりました。皆さまからいただいた浄財は、茨城県更生保護女性連盟より、県内各施設へ寄贈させていただきます。長年にわたりましてのご支援、心から感謝申し上げます。

本会は、子育て広場への支援、防犯活動、更生保護施設への訪問援助など、関係機関団体等との協力連携によるボランティア活動をしています。

日 Sunday 月 Monday 火 Tuesday 水 Wednesday 木 Thursday 金 Friday 土 Saturday

1月のカレンダー

●実施場所●
(中)…中央公民館
(図)…市立図書館
(か)…かずみ保健福祉センター
《ひまわり》

1 元日 +当番医 仲沢医院 ☎63-2003	2 +当番医 石毛医院 ☎62-2523	3 +当番医 ユビキタスクリニックHINODE ☎94-8008
4 新春賀詞交歓会 (潮来ホテル) +当番医 牛堀整形外科 ☎64-2888	5 市役所仕事始め	6 子育て広場(中)
7 子育て広場(中)	8 子育て広場(図) 4ヶ月児育児相談(か) (H26.8月生)	9
10	11 成人の日 新成人のつどい(中) +当番医 ユビキタスクリニックHINODE ☎94-8008	12 振替休日 潮来市消防出初式(中) +当番医 飯島内科 ☎66-0280
13 子育て広場(中) 1歳6ヶ月児健診(か) (H25.6月生)	14 子育て広場(中) 3歳児健診(か) (H23.10月生)	15 子育て広場(図)
16 子育て広場(中) 胃がん・大腸がん 健診(か)	17	18 +当番医 延方クリニック ☎66-1873
19	20 子育て広場(中) 7ヶ月児育児相談(か) (H26.5月生)	21 子育て広場(中) ◎骨粗しょう症検診 (か)
22 子育て広場(図) こころの健康相談 (か) ◎骨粗しょう症検診 (か)	23 子育て広場(中) ◎骨粗しょう症検診 (か)	24
25 +当番医 石毛医院 ☎62-2523	26	27 子育て広場(中)
28 子育て広場(中)	29 子育て広場(図) 1歳児育児相談(か) (H26.1月生)	30 子育て広場(中)
31		

牛堀小学校創立10周年記念式典

11月14日（金）、牛堀小学校創立10周年記念式典が同校にて開かれました。同校は、平成16年4月に牛堀第一小・牛堀第二小・八代小の3校が統合し開校しました。

式典では、山野優真さん（6年）から「心をひとつにして未来へのバトンをつなぎ、みんなが輝く10周年にします」と決意が述べられました。

式典後は、同校児童や、牛堀幼稚園児、牛堀中学校生徒、同校OBによる発表が行われました。



第九を歌う会



11月9日（日）、潮来第一中学校体育館にて、市内4中学校生徒274名による「第九を歌う会」が開かれました。

同会は、市民オーケストラ「カシマフィルハーモニー」の団長でもある錦織校長が、震災から立ち直る喜びを歓喜の歌に託そうと市内全中学校に呼び掛けて実現しました。当日は薄曇りの寒空でしたが、274名の生徒とプロの音楽家のドイツ語の歌声が館内に力強く響き渡りました。

潮来小学校創立140周年記念事業



11月1日（土）、潮来小学校創立140周年記念事業が同校で開かれました。午前は式典の後、1～6年生による劇・合唱等の学習発表会が行われ、児童は元気いっぱいでした。

午後は、同小卒業生でもある東京都表参道「ダ・フィオーレ」オーナーシェフ眞中秀幸さんと地元有志のみなさんによる料理がふるまわれました。本格イタリアンに児童・保護者皆が舌鼓を打っていました。

とんとん歩く わくわく食べる いきいきふれあう 健康都市いたこ

人口のうごき 12月1日現在 ()内は前月比 総数 29,149人 (-29) 男 14,452人 (-6) 女 14,697人 (-23) 世帯数 10,913世帯 (+7)

広報いたこ Vol.165

平成26年12月11日発行

編集：潮来市総務部 秘書政策課
 発行者：潮来市長 裕田 千春
 潮来市役所 茨城県潮来市辻626
 〒311-2493
 TEL0299-63-1111

市長へのたより

FAX 0120-874-880
 E-mail mayor@city.itako.lg.jp

潮来市のホームページ

<http://www.city.itako.lg.jp>

携帯電話サイト

<http://www.city.itako.lg.jp/mobile.php>

メールアドレス

info@city.itako.lg.jp



市の木

ポブラ



市の花

あやめ



市の鳥

よしきり



潮来市携帯電話サイトへアクセス

潮来市メルマガ登録はこちらから

※空メールを送信して登録してください。
 ※携帯電話の場合別途通信料が発生します。

