

潮来市シンボルマーク



広報

いたこ

ITAKO Public Information

Vol.99



第58回 水郷潮来あやめまつり 賑わう前川あやめ園(6/7)

6

2009(平成21年)

Contents

- 水郷潮来あやめまつり……………2～6
- ペットと楽しく暮らすために……………16
- 市長とどこでもミーティング……………7
- 住民税に関するお知らせ……………17
- シティニュースフラッシュ……………8～10
- 図書館だより……………18
- 休日当番医表・夜間小児救急診療……………11
- シリーズ 潮来市の誇れる文化……………19
- 潮来市よりお知らせ……………12～15
- 7月のカレンダー……………19
- 妊産婦マル福が変わります……………16
- 田植え交流会開催……………20

ようこそ

水郷潮来あやめまつりへ

水

郷潮来あやめまつりは昭和27年に始まった歴史あるまつりで、メイン会場となる前川あやめ園（昭和51年4月開園）には、約500種類、100万株のあやめ（花菖蒲）が植えられており、見頃を迎える一面に咲き誇ります。一番の見頃は例年6月10日頃から20日頃です。

5月23日（土）、「第58回水郷潮来あやめまつり」がスタートしました。

前川あやめ園の櫓舟乗り場では、「今年も事故が無いように、安心・安全であるように」との願いを込め、櫓舟の安全祈願祭が行われました。
榎田市長からは、「より良いおもてなしをするためにも、安全が第一、皆さんで力をあわせ、あやめまつりを盛り上げてくださいませう」との挨拶がありました。今年も、前川あ

やめ園をはじめ、市内の観光スポットなどにおいて、外国人を含む総勢14名のあやめ娘が心を込めておもてなしをいたします。

市で行っている調査によると、昨年あやめまつり期間中に潮来を訪れた人の数は、約75万人です。期間中には、潮来節から生まれたともいわれるあやめ踊りの披露や、潮来祇園祭礼踊り披露、嫁入り舟など、水郷ならではのイベントが盛りだくさんです。

今年も、宵の櫓舟運航（期間中の土曜日・夜）も実施されますので、前川あやめ園のライトアップ（期間中毎日）や宵の嫁入り舟などと併せて楽しんでいただくこともできます。「皆さん、ぜひ水郷潮来あやめまつりにお越しください。」



市民が誇れる

あやめまつりをめざして

4/26 市民による あやめ園整備



あやめ園整備作業を行う市民の方々

「第58回水郷潮来あやめまつり」を前に、メイン会場となる前川あやめ園において、市民によるあやめ園整備作業が



地元の小学生・商店会のメンバー等250名のボランティアが参加

行われました。あやめ苗の株分けや植栽をはじめ、草取りやゴミ拾いには地元の潮来小学校や潮来一中の生徒、商店会のメンバー、ボランティアの方々など250名が参加しました。

4/29 ホームタウンデイズ 「潮来の日」

カシマサッカースタジアムにおいて、アントラーズの試合を見に訪れた皆さんに、あやめまつりパンフレットやあやめの種を配布しました。

キックオフ前のピッチサイドセレモニーでは、栢田市長より選手へ花束が贈られ、あやめ娘がフェアプレイフラッグを持って選手と入場するなど積極的なPRが行われました。

また、スカイパーフェクトTV（5/10対清水エスパルス戦）にて潮来市のPR映像が放映されました。



キックオフ前のフィールドで積極的なPR



潮来ばやし保存会と潮来社中による伝統芸能披露

5/10 2009ファミリア
Joinデイズ

カシマサッカースタジアムにおいて、「2009ファミリアJoinデイズ」が開催されました。アントラーズ

ホームタウンである5市は、各市の特産品等のPRを行いました。本市は、「水郷潮来あやめまつり」と、減農薬、減化学肥料栽培などの特別栽培米「潮来あやめちゃん」のPR活動を展開しました。



潮来市出身 小谷野顕治選手と水郷潮来あやめ娘

5/15 橋本茨城県知事を
表敬訪問

橋本茨城県知事、への表敬訪問は、枡田市長、鈴木副市長をはじめ、市内で活躍する若手アーティストKOZUさん、水郷潮来観光協会のメンバー、あやめ娘が中心となり

行われました。今年の水郷潮来あやめまつりポスターは、KOZUさんが描いたもので、橋本県知事からは、「若い方々に非常に人気があるのではないか、今後の活躍を期待しています。」とのお言葉をいただきました。



あやめまつりポスターのイメージキャラクターを描いたKOZU. さんをはさんで、枡田市長と橋本知事、そしてあやめ娘



あやめ娘、葉梨県議会議員、KOZU. さん、枡田市長、そして、水郷潮来観光協会メンバー（左から）

6/3
麻生首相表敬訪問

歴史と伝統、そして、名実ともに茨城県の代表的な催しものである、本市のあやめまつりを、さらに広く全国にア

ピールしたいことから、麻生首相を表敬訪問しました。麻生首相へ「美しいあやめがお待ちしています」と、あやめ娘からあやめの花束が手渡されました。



あやめまつりをPRする、枡田市長・あやめ娘・麻生首相・衆議院議員 額賀福志郎さん

今年も、「多くの観光客の皆さんに来ていただきたい」、「少しでも多くの方々に潮来市の魅力を知っていただく」と、市民の皆さんと連携しながら、様々なPR活動を行いました。また、前川あやめ園の一部に、ビニールトンネルをかけ、あやめの花の開花を早めるなどして、期間中、早くからあやめを楽しんでいただけるようになりました。

園内では、全国優良品種花菖蒲展示会や、潮来囃子演奏、特産品の販売等も行われています。市民の皆さんも、ぜひ、あやめまつりに足を運んでください。

そして、「ここが良かった」、「こうすればもっと良くなる」といった多くのご意見をください。市民の一人一人が参加し、アイデアを出し合い、「市民が誇れるあやめまつり」をみんなで作くり上げていきましょう。「来年も遊びにきたいね」、「あやめまつりに行ってみよう」の声がたくさん聞こえてくるように。



前川をゆく嫁入り舟



あやめの開花を早めるビニールトンネル

Kid's ROOM

～KOZU.のアトリエ展～が開催



「第58回水郷潮来あやめまつり」のポスターは、KOZU.さんがデザインしたものです。

「あやめ」は潮来とあやめの花をイメージしました。

「潮来は水の多いまち、静かに流れる水の音や、霧、霞のなかの水が滴り濡れている空気感、透明感を表現したかった」



授乳施設と併設した展示会をきっかけに、「地元の子どもたちが、楽しんで参加できる、あやめまつりに」、「あやめまつりに、子どもを連れて遊びに来ていただけるように」、すべての人が、年代を問わず、ふれあえる環境を作りたかった。KOZU.さんは、「自分たちのまちをみんなの手で盛り上げていきたい、潮来が大好きだから」と話してくれました。

個展は、期間中の土・日 午前9時から午後4時まで開催。(パチンコプラザ協)



「水郷の燈 ^{あかり} ~Suigo no Akari~」

前川あやめ園を、子供たちの夢が書かれた約1万のろうそくで灯す「水郷の燈」が行われます。当日、園内は幻想的な雰囲気になります。ぜひ皆さんお越しください。

【日 時】 6月20日(土)
午後7時～9時(雨天順延)

【場 所】 前川あやめ園

【主 催】 (社)潮来青年会議所

※当日、設置作業などのボランティアをしていただける方を募集しています。詳しくは下記までご連絡ください。

【お問合せ】 (社)潮来青年会議所 内堀
TEL. 090-2416-5155
潮来市観光商工課
TEL. 63-1111



平成21年度

市長とどこでもミーティング

参加団体・グループ募集中

「こんなまちにしたい」「こんなことをやってみたら？」など、市民の皆さんのご意見やご提案について気軽に市長と話し合いませんか。ミーティングの場所やスタイルは自由。皆さんの活動の場へ市長を誘っていただいたり、市長室へお越しいただくこともできます。まちづくりに対する皆さんの『声』をおまちしています。

- ・ **対象** 市内在住者で構成または、市内に活動の拠点を置く団体・グループ
例えば…自治会、PTA、学生（小学生以上）、ボランティアグループ、スポーツ団体、NPO、各種サークル、など

・開催日及び開催場所

参加団体と協議の上決定します。ミーティングの時間は1時間程度とします。

・20年度の開催状況

	団体名(人数)	テーマ	開催場所
1	潮来市指定管工事組合（7）	まちづくりへの協力	市役所会議室
2	古高地域活性化グループ（3）	市民の生きがい・地域活性化ビジネスの支援	夢考房
3	潮来市指定管工事組合潮来市建設業組合（28）	潮来市のまちづくり計画について	津知公民館
4	日の出中学校（PTA）（15）	環境と教育について	中央公民館

- ・ **応募方法** 話し合いたいテーマ（環境・福祉・教育・都市整備など）を決め、申込書に必要事項を記入してお申し込みください。

※申込書は、秘書政策課に直接お越しいただくか、または潮来市ホームページからダウンロードできます。



【お申込み・お問合せ】 潮来市秘書政策課 TEL. 63-1111 内線209
潮来市ホームページ <http://www.city.itako.lg.jp/>

「明日の地域づくり委員会」 潮来市の委員紹介

4月28日（火）、県庁で「明日の地域づくり委員会」の委嘱状交付式が開催され、潮来市から植田義継さん、荻五郎さん、前島操さん、池田敏光さん、後藤博子さん、山口倬司さんの6名の方が、市長推薦と公募により委嘱されました。

また、5月20日（水）には、レイクエコー（行方市）で開催された第10期鹿行地方明日の地域づくり委員会第1回委員会で、潮来市から植田義継さんが委員長に、山口倬司さんが第2部会長に選出されました。

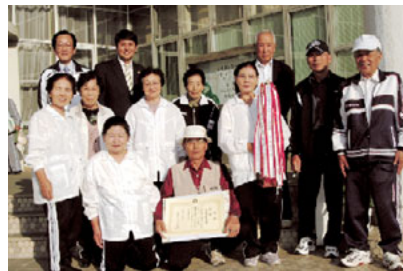
「明日の地域づくり委員会」は、任期2年間の委員の方々が地域の課題やあり方、地域づくりについて話し合いをし、県に対して提言するとともに、住民の役割を明確にし、委員自らも実践活動を行います。



左から 山口さん、荻さん、植田さん、前島さん、後藤さん、池田さん

市長杯クロッカー・輪投げ大会

5月14日（木）、かすみの郷公園において潮来市高齢者クラブ連合会主催による「第9回市長杯クロッカー・輪投げ大会」が開催されました。当日は500名を超える参加者が日頃の成果を競い合いました。大会の結果は次のとおりです。



クロッカーの部優勝
米島長寿会

クロッカーの部

優勝

米島長寿会

準優勝

新町あけぼのクラブ

第3位

下町協和クラブ

敢闘賞

福島福寿会



輪投げの部優勝
新町あけぼのクラブ

輪投げの部

優勝

新町あけぼのクラブ

準優勝

川尾ほのほの老人会

第3位

大塚野新生会

敢闘賞

大生長生会

霞ヶ浦の水源地を保全 I N潮来

5月16日（土）に霞ヶ浦の水源地を保全 I N潮来「とれたお米で酒造り!!」が潮来市清水の田で開催されました。

これは、霞ヶ浦・北浦流域全体の自然や文化などの再生を進めているNPO法人アサザ基金の企画で、外資系企業と協働し霞ヶ浦水源地（谷津田）の再生・保全の取り組みとして、休耕により荒れてしまった谷津田の田んぼづくりを実施したものです。

田んぼづくりには、地元区長を始めとする住民の方々の協力により、東京から来た外資系企業の家族の皆さんとNPO法人アサザ基金、潮来ジャランボプロジェクトの皆さん、総勢100名が参加し、休耕田に酒米（日本晴）を植え付けました。この米は、地元農家の管理により無農薬・有機栽培され、秋の収穫後、地

元酒造会社により醸造される予定です。

主催者は、「ここが環境教育の場や新しい地域ブランドの創出につながるようにしていきたい」と話されました。



マイバック持参運動とレジ袋の削減を推進するキャンペーンを行いました

5月23日（土）のあやめまつりの開会式に合わせ、前川あやめ園において、『マイバック持参とレジ袋削減を進める潮来市民ネットワーク』及び、環境課でキャンペーンを行いました。

潮来市では、お買物の際、マイバックを持参して、レジ袋の使用を減らす運動を環境にやさしい行動として積極的に進めています。今後も、マイバック持参とレジ袋の削減運動に、みなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

お問合せ先 潮来市環境課 63-1111 内線251



水郷の里 昭和村がオープン

3月29日（日）潮来市の旧JAなめがた石蔵倉庫津軽河岸に「昭和村」がオープンしました。昭和村では、戦後の風景を再現した「昭和館」をはじめ、コマや竹とんぼ、ケン玉などの子供の伝承遊びが体験できるほか、駄菓子や手作り品の展示、販売等も行っていきます。昭和村委員会の篠塚宏八さんは、昭和の暮らしの一部を切り取った展示や伝承遊びをとおして、昭和の心を伝えていきたいと語られました。



場 所 潮来5丁目706 石田川沿(コダマ時計店の下通り)

開館日 土・日曜日 午前10時～午後5時

お問合せ 昭和村委員会（篠塚） TEL. 66-0389

潮来ライオンズクラブ、田植え・サツマイモ植えなど開催

5月9日（土）、潮来ライオンズクラブ（LC）の食育活動として、「田植え・サツマイモ植え」が行われました。当日は、晴天に恵まれ、潮来LC、



世田谷LCの会員や家族等、総勢40名が集まりました。初めて体験する田植え、足で感じる泥の感覚に歓声が上がりました。昼食は薪で炊いた「潮来あやめちゃん」をおにぎりにして食し、その後、「かんぼの宿潮来」での入浴や、「トンボ公園」視察等を通じて交流を深めました。世田谷LC山本康弘会長から「このような機会を与えてくれた潮来LCに感謝。これからも親交を深めていきましょう。」と力強い言葉をいただきました。



宝くじの助成金で 山車の額を整備しました



大塚野区では、宝くじの助成を受けて、山車の額を整備しました。

この額は、大塚野区のシンボルとして、後世まで末永く文化・伝統を伝えていくために、このたび宝くじの



新造された額

助成金と区負担金を併せて購入したものです。

この助成金は、宝くじの普及広報を目的として、住民の自主的なコミュニティ活動の推進のために必要な施設や備品を整備するためのものです。

今後は、この額を装備した山車を中心に夏祭りを盛り上げることで、一層区内の連帯を強め、更なる地域の活性化のために積極的に活用されます。

児童傘200本の寄付をいただきました

5月18日(月)、市長室において、「潮来市交通安全母の会」から、児童傘200本の寄付をいただきました。

潮来市交通安全母の会では、40年前からワカメやゴム印の販売収益金の一部を交通安全のために毎年寄付していただいております。

いただきました児童傘は市内小学校・幼稚園・保育所(園)で大切に活用させていただきます。

ありがとうございました。



善意銀行 (5月分・敬称略)

匿名	1,458円	牛堀地区ゴルフ連盟	30,000円
匿名	玄米70kg	匿名	3,268円
押し花華の会	7,000円	潮来市体育協会ゴルフ部シニア会	30,500円
倶楽部 縁側	車椅子1台	匿名	雑巾100枚
匿名	2,000円	匿名	雑巾100枚
キルトサークル糸	8,080円	牛堀地域女性会永山東支部	11,090円

6月6日 潮音寺で、万燈会、 薬師堂落慶法要が行われました。

当日は、音楽家、河村隆一氏のコンサートが行われたこともあり、会場では、1,500人を超える人々が、歌と万燈会の幽玄の世界に酔いしれました。



ちびっ子わくわく重機体験 ～働く乗り物大集合～

5月5日(火)「道の駅いたこ」臨時駐車場隣の空き地に、ミニショベルや油圧ショベル、高所作業車などの建設機械体験コーナーと、消防車や保育園バス等を展示した、働く乗り物コーナー、記念撮影コーナーが設けられました。これは、普段工事現場などで見かけることはあっても、ふれる機会の少ない建設機械にふれてもらう貴重な体験の場を提供したいと、潮来青年会議所 軍司修利 理事長が企画したもので、今年で2回目。

体験コーナーでは、スーパーボールすくいや、穴掘り、スカイマスターによる高所体験が行われました。「こどもの日」ということもあり、お父さん、お母さん、子どもたちにとっても、思い出に残る楽しい一日になりました。



急患 取扱い当番医表



平成21年7月～平成21年12月

●診療時間● 午前9時～午後4時まで

7月		8月		9月	
5日	飯島内科	2日	延方クリニック	6日	船坂医院
12日	石毛医院	9日	仲沢医院	13日	久保病院
19日	久保病院	16日	大久保診療所	20日	石毛医院
20日	船坂医院	23日	牛堀整形外科	21日	常南医院
26日	常南医院	30日	飯島内科	22日	延方クリニック
				23日	仲沢医院
				27日	大久保診療所
10月		11月		12月	
4日	牛堀整形外科	1日	牛堀整形外科	6日	飯島内科
11日	飯島内科	3日	船坂医院	13日	石毛医院
12日	常南医院	8日	延方クリニック	20日	久保病院
18日	石毛医院	15日	延方クリニック	23日	常南医院
25日	久保病院	22日	仲沢医院	27日	船坂医院
		23日	大久保診療所		
		29日	牛堀整形外科		

上記は予定であり、変更になる場合があります。

● 電話番号 ● 市外局番 (0299)

石毛医院 (62) 2523	仲沢医院 (63) 2003
大久保診療所 (62) 2506	船坂医院 (66) 1285
常南医院 (63) 1101	牛堀整形外科 (64) 2888
飯島内科 (66) 0280	延方クリニック (66) 1873
久保病院 (64) 6116	

夜間小児救急診療

鹿嶋市夜間小児救急診療所が鹿嶋市鹿島保健センターで開設されています。

電話	0299-82-3817 (診療時間のみ)
診療日	毎日 (12月30日・31日 1月1日・2日・3日は除く)
診療時間	午後8時～11時
場所	鹿嶋市鹿島保健センター内 (〒314-0031 鹿嶋市宮中1998-25)
対象	中学生以下
内容	急な発熱などに対する応急診療 (※検査や本格的な治療が必要な場合は、近隣の総合病院と連携をとって対応します。)

地上デジタルテレビ放送へ移行のお知らせ

2011年（平成23年）7月24日までに今までのテレビ放送（地上アナログ放送）は終了します。それ以降は、アナログテレビをお使いの方は、そのままではテレビ放送を見ることができません。

地上デジタルテレビ放送に移行されるに当たり、ご不明な点などがございましたら、下記コールセンターにお問い合わせください。

【お問合せ先】 総務省地上デジタルテレビジョン放送受信相談センター（地デジコールセンター）
 電話：0570-07-0101（ナビダイヤル）
 平日：午前9時～午後9時 土日祝日：午前9時～午後6時
 ※IP電話など、ナビダイヤルがつかない場合 03-4334-1111

【お問合せ】 潮来市秘書政策課 63-1111 内線208

事業所 及び 企業の皆様へ 経済センサス - 基礎調査に御協力ください。

平成21年経済センサス・基礎調査は、事業所及び企業の経済活動の状態を調査し、各種統計調査実施のための基礎資料を得ることを目的としています。

知事に任命された調査員が巡回し、事業所及び企業に調査票を配布しますので、調査票にご記入をお願いいたします。後日、調査員が回収に伺います。

なお、調査票に記入していただいた内容については、統計法に基づき秘密が厳守されますので、正確なご記入をお願いいたします。

【調査の対象】

全国のすべての事業所及び企業が対象となります。

【調査期間】

平成21年7月1日を基準日とし、
 6月中旬から7月中旬までの間

○詳しくは、下記経済産業省ホームページをご覧ください。

<http://www.stat.go.jp/data/e-census/2009/>

経済産業省
 茨城県
 潮来市

経済センサス・基礎調査に、ご理解・ご協力の方よろしくお願いいたします。

【お問合せ】 潮来市 秘書政策課 TEL. 63-1111 内線208

潮来市公式ホームページのアドレスが変更になりました。

（旧）<http://www.city.itako.ibaraki.jp/> → （新）<http://www.city.itako.lg.jp/>

《広告》

特別養護老人ホーム **利用者募集中!!**

いたこの郷

緑とぬくもりに包まれた憩いの家

特別養護老人ホーム	短期入所生活介護
デイサービス	居宅介護支援事業所

〒311-2402 潮来市大生字大生原804-556
 TEL 0299-66-5533

《広告》

耳つぼダイエットサロン
虹

自分の健康は自分で守る時代です

★メタボでお悩みの方！
 ★まずは5～10kgダウンからチャレンジ！
 ★腰、ひざの痛みや生活習慣病で
 医者から痩せるように言われている方。

針なし

予約受付中
 みみっほ こらいいよ

潮来市日の出8-29-8 ☎0120-332-514

全国一斉「子どもの人権110番」 強化週間のお知らせ

法務省と全国人権擁護委員連合会は、「いじめ」や児童虐待など子どもをめぐる様々な人権問題に積極的に取り組むことを目的として、全国一斉「子どもの人権110番」強化週間を実施し、悩みを持ったお子様や、保護者の方からの相談に応じます。

秘密は守られますので、安心してご相談ください。

期 間 6月28日(日)～7月4日(土)

時 間 午前8時30分から午後7時まで(ただし、土・日は、午前10時から午後5時まで)

電 話 0120-007-110(全国共通フリーダイヤル)

実施機関 水戸地方司法局・茨城県人権擁護委員連合会

相 談 員 法務局職員・人権擁護委員(子どもの人権専門委員)

潮来市民プール 水泳教室開催中

参加者随時募集中です。

定員は10名前後を予定しております。

詳しくは潮来市民プールまでお電話ください。

(月曜日は休館日です。平日は午後からの営業になっております。)

TEL. 0299-66-7511

教室名	日 時	料金(月額)
小学生クラス	水曜Aクラス(17:00～17:50)	¥4,000
	水曜Bクラス(18:00～18:50)	¥4,000
	金曜Aクラス(18:00～18:50)	¥4,000
	金曜Bクラス(19:00～19:50)	¥4,000
小学生マスタークラス	水曜クラス(19:00～19:50)	¥4,000
成人クラス	火曜クラス(20:00～21:00)	¥5,000
	金曜クラス(20:00～21:00)	¥5,000
	火・金クラス(20:00～21:00)	¥6,000
無料ワンポイントレッスン	随時10～15分程度	無 料

農業用廃プラスチック回収します ～事前登録が必要です～

農業用使用済み塩化ビニール及びポリエチレンの収集・回収は、本年度も2回(6月・1月)実施する予定です。年度登録制になっておりますので、排出される方は事前登録をお願いいたします。

【受付期間】 6月11日(木)
～6月19日(金)〔土日除く〕

【必要なもの】 登録料2,000円
印 鑑

【回収日時】 6月22日(月)
午前9時～正午・午後1時～4時まで

【回収場所】 JAなめがた潮来ライスセンター(大洲)
牛堀育苗センター(島須)

※詳細は下記までお問合せください。

【お問合せ】 潮来市農業用廃プラスチック適正処理推進協議会事務局
(農政課内) TEL. 63-1111 内線264～266

《 告 告 》

常 南 医 院

内 科	外 科
整形外科	人工透析

◆診療時間

月 金	午前9時～12時 午後2時半～7時	土 曜	午前9時～12時 午後2時～5時
--------	----------------------	--------	---------------------

【 お車で送迎いたします 】

※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 》

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

かすみ保健福祉センターからのお知らせ

21年度も、ぜひ健診を受けてください!!

ご協力のおかげで
平成20年度特定健診2216人
受診していただきました。

受診率は約27%
県内の44ある国民健康保険者のうち、受診率は41位でした…。
(下から4位)

*受診率が悪いと、生活習慣病の予防に力を入れていないとみなされ、国民健康保険料が高くなってしまふ可能性があります。ぜひ健診を受けてくださいね。

その結果は…

すでに生活習慣病で治療中の人	742人 (33%)
治療が必要な人	535人(24%)
保健指導が必要な人	846人(38%)
異常なし	93人 (4%)

早く見つかって良かったです!!

このまま見つからなければ…
心筋梗塞?脳卒中?人工透析?

相談や教室などに参加していただき、**約50%の方が改善しました!!** (そのうち30%は自分の目標達成)

保健指導の内容を充実して頑張りました!!

私たちもとても
嬉しかったです!!

		健診
健診結果	腹囲	89.5
	体重	75
	中性脂肪	388
	HDLコレステロール	42
	HbA1c	4.8
	最高血圧	149
	最低血圧	81
	尿酸	6.9

結果説明後、生活習慣の改善に取り組んだ!!

		6カ月後
すべて改善	腹囲	84
	体重	70.4
	中性脂肪	99
	HDLコレステロール	50
	HbA1c	4.6
	最高血圧	139
	最低血圧	79
	尿酸	6.4

-5.5cm
-4.6kg

※Aさん40歳代男性の結果です!

健診受診するまでに、自分なりにダイエットをしていたので大丈夫だと思っていた。

健診結果の説明を聞いて、データがよくないことがわかった。

単純なダイエットではなく、自分の健診結果に合わせた食生活の改善が必要だと気づいた。

食事
○ビールをお茶代わりに飲んでた。
○間食に菓子パン(あんぱん)を食べていた。

○ビールは付き合いの時だけ。
○菓子パンを半分に。
○揚げ物や油物をひかえた。

潮来市食生活改善推進員連絡協議会活動紹介

私たちの食生活は便利で豊かになりました。でも食事の仕方やその内容を考えたとき、本当に豊かになったと言えるでしょうか?

最近、生活習慣病(ガン、脳卒中、心臓病など)の増加や子どもの食の「心の健康」への影響など、毎日の食生活の重要性が盛んに言われています。正しい食生活は、毎日を健康に過ごしていくうえでの基本です。しかし、自分一人で考え、改善していくことはとても大変。

そんなときに、あなたの身近にどんな食事をとればいいのか、食生活の改善方法や毎日の料理について、相談にのってくれる人がいたらどうでしょう。それが、食生活改善推進員です。

今回、これまでの教室等で評判のよかったレシピを掲載し、潮来市食生活改善推進員連絡協議会の活動をご紹介させていただきたいと思います。

評判のよかったレシピを紹介します

エネルギー 132キロカロリー 塩分 1.4g

材料(4人分)

豚もも薄切り肉 240g
大根 約10cm
あさつき 1/2束
サラダ油 大さじ1

A { しょうゆ 大さじ1
酒 大さじ1
しょうが汁 小さじ1
だし汁 1カップ
煮汁 { しょうゆ 大さじ1
塩 少々
みりん 大さじ1 +1/2

作り方

- 1 豚肉はひと口で食べられる大きさに切ってAで下味をつける。
- 2 大根はすりおろして、水気を軽くしぼっておく。
- 3 あさつきはみじん切りにする。
- 4 鍋に煮汁の材料を合わせ、火にかける。
- 5 肉を広げながら、フライパンで焼き、皿に盛りつけていく。
- 6 煮汁に大根おろしを加え、沸騰したら肉の上にたっぷりとかけ、あさつきをふる。

『保健師』と聞いて、 みなさんの頭の中には どんなイメージが浮かびますか？

法律（保健師助産師看護師法 第3条）では、『保健師』を以下のように定義しています。

保健師とは、厚生大臣の免許を受けて、保健師の名称を用いて、保健指導に従事することを業とする者を言う

でも、この一文だけでは「保健指導」に従事することくらいしかわかりませんね。では、もう少しわかりやすい表現を試みますと、

看護師さんは、病気の人をみて治す手助けをするのが主な仕事。

保健師さんは、病気にならないように手助けをするのが主な仕事。

その手助けのために「健康教室」「健康相談」「健診」「訪問」などを行っています。



市の広報や保健予防カレンダーを見ていただくと、「各種健康教室」「健康相談」などの予定が載っています。参加は無料ですので、是非ご利用してはいかがでしょうか。

また、かすみ保健福祉センターでは、市や会社、医療機関等で受診された健康診断の結果をお持ちいただければ、保健師が内容を確認し、分かりづらい箇所を解説し、健康指導を実施しております。

是非、お気軽にお声かけください。

なお、保健師が訪問や健診等で出払ってしまうこともありますので、事前にご連絡をいただくと助かります。



【お問合せ】 かすみ保健福祉センター
潮来市島須777（国道51号、茨城トヨタさん後ろ）
TEL. 64-5240

水戸南社会保険事務所からのお知らせ

国民年金保険料の納付のご案内等を 民間委託しています

下記の民間事業者が戸別訪問等による国民年金保険料の納付のご案内等を行っています。納付をお忘れの方へ、オペレーターまたは録音テープの音声での案内も行っています。

委託業者名 (株)もしもしホットライン
事業所所在地 東京都渋谷区代々木2-6-5

次の番号から電話をおかけします。

TEL. 0120 (917) 707

TEL. 0120 (945) 575

お問合せ先

水戸南社会保険事務所

TEL. 029 (227) 3251



7月1日より 妊産婦マル福が変わります

☆母子手帳の交付をされたお母さんのうち、保険医療機関から**下記の疾病の診断**をされた場合、その疾病に限りマル福が該当になります。申請には、かかりつけ産科医の証明が必要です。申請書は、病院にも備えてあります。

※平成21年6月30日までに、妊産婦マル福（水色の受給者証）を受けている方は、出産の翌月末まで同じように使用できます。（疾病の制限はありません。）



対象となる疾病（主なもの）

- | | |
|----------------|---------------------|
| 1. 異常妊娠 | 3. 妊娠特有な疾病 |
| 2. 異常分娩 | 4. 妊娠に合併した疾病 |

※3、4については医師が特に認めたもの

健康な妊娠生活で元気な赤ちゃんのご誕生を!!
お子さんが、産まれましたら「乳幼児マル福申請」でお待ちしています。

【お問合せ】 市民課国保年金グループ TEL. 63-1111 内線134

ペットと楽しく暮らすために

あなたは責任を持って、ペットを飼われていますか？

ペットは、家族の一員として私たちの心を癒してくれ、その愛くるしい姿で、元気をくれます。動物愛護管理法の改正（'05年）で、動物の愛護、適切な管理に対する飼い主の責任が明確になっています。



※トラブルにならないための購入時の注意点

- | | |
|---------------|--------------------------------|
| ・登録店から購入しましょう | → 店舗所在地の都道府県への登録の届けのある業者 |
| ・事前説明を聞く | → 健康状態や治療歴、避妊処置の有無、飼い方など |
| ・契約内容の確認 | → 保証内容の確認。引渡し後の発病や死亡に対するもの |
| ・自分の目で確かめる | → インターネットなどでの購入の際、返す事は困難で動物に負担 |

※買い主が守るべきこと

- ・動物の健康と安全の保持
- ・危害迷惑の防止
- ・感染症の予防
- ・所有者の明示みだりな繁殖の防止
- ・危険動物（特定動物）の飼育規制
- ・虐待や遺棄の禁止（みだりな殺傷は1年以下の懲役または100万円以下の罰金。虐待、遺棄は50万円以下の罰金。）



以上のことを踏まえ、一生付き合う大切な家族を迎えてあげましょう。

資料は国民生活4月号参照

【相談・お問合せ】 潮来市消費者センター TEL. 62-2138

65歳以上

の公的年金の受給者で、

個人住民税を納税されている方にお知らせです

個人住民税の公的年金からの特別徴収制度が始まります

今年の10月から、個人住民税の公的年金からの特別徴収制度が始まります。この制度は65歳以上の公的年金を受給されている方で、個人住民税を納税する義務がある方が対象です。

現在、公的年金を受給されており、個人住民税の納税義務のある方は、年4回、役場や銀行などに出向き、個人住民税を納めています。今回の制度導入により、個人住民税が公的年金から引き落とし（特別徴収）されることとなり、年金の支払いをする社会保険庁などが直接、市区町村に個人住民税を納めるようになります。対象となる方は基本的に金融機関などに行く必要がなくなります。また、市区町村においても事務の効率化が見込まれます。

個人住民税の公的年金からの特別徴収制度へのご理解をよろしくお願いします。

65歳以上の公的年金受給者のうち個人住民税の納税義務のある方が対象です

この制度の対象となるのは、「4月1日現在65歳以上の公的年金の受給者で、前年中の年金所得に係る個人住民税の納税義務のある方」です。また、「介護保険料の特別徴収の対象とならない方」「当該年度の特別徴収税額が老齢基礎年金等の額を超える方」などは引き落とし（特別徴収）の対象にはなりません。

新たな税負担が生じるものではありません

個人住民税の公的年金からの特別徴収制度は、納税義務者（年金受給者）が支払うべき個人住民税を社会保険庁などの「年金保険者」が市区町村に直接納めるように納税方法を変更するものであり、この制度により新たな税負担が生じるものではありません。

なお、引き落とし（特別徴収）されるのは「公的年金等に係る所得割額等」であり、「給与所得等に係る所得割等」はこれまで通り別途納めることとなります。

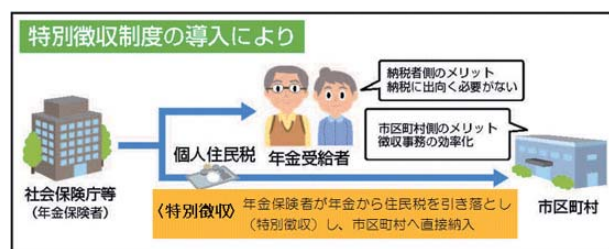
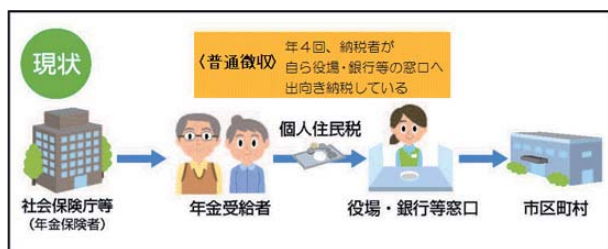
※納税方法の変化（イメージ）は下記をご覧ください。

平成21年10月支給分から徴収がはじまります

特別徴収の開始は、平成21年10月支給分の年金からとなります。そのため、21年度の税額の半分については、平成21年6月及び8月に普通徴収（納税通知書により銀行などで納める方法）により納めていただくことになります。

また、年金所得以外の所得に係る個人住民税については、従来どおりの方法により納めていただくこととなります。

納税方法の変化（イメージ）



（出典：「総務省」2009年2月号）

【お問合せ】 潮来市 税務課 TEL. 63-1111 内線 123・124

《広告》

移動火葬車による出張火葬
ペットセレモニー

忘れな草

TEL 0479-21-7040

URL <http://yanohase.com/>

所在地 神栖市矢田部2883番地

※近隣市町村（潮来市含む）値引き対応中
365日 24時間対応いたします。

《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 TEL 66-3511）

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



今月の本棚（7月）

～堀口大学特集～

詩人、翻訳家の堀口大学に関する図書資料を揃えました。ご利用ください。

詩集「人間の歌」「母の声」、訳詩集「月下の一群」など。

ようこそ

図書館へ

図書館だより

図書館員おすすめの本 7月 ～ 皆既日食を見よう！～

7月22日は46年ぶりの皆既日食の日。そして、2009年は“世界天文年”です。ガリレオが宇宙の扉を開いて400年。図書館では天体・天文に関する資料を紹介します。

「天体観測の教科書 星食・月食・日食観測編」「すごい空の見つけかた」「うちゅうの話」「やさしい天体観測」「クエーサーの謎」「天文学入門」「天文ガイド」など。

7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)

夏休みの課題図書

7月1日より貸出期間が8日間となります。中央公民館、各地区公民館（牛堀公民館は除く）にもありますので、お問い合わせのうえご利用ください。

「輝く茨城の先人たち」のパネル展開催

期間：6月26日（金）～7月1日（水）

場所：潮来市立図書館 学習コーナー

茨城県が作成した冊子「輝く茨城の先人たち」で取り上げられた、本県ゆかりの人物41人のパネルを展示します。潮来市（旧・香澄村）出身で、「利根川治水の父」として知られる須田誠太郎氏も含まれております。各分野で活躍した先人たちの功績をぜひご覧下さい。

7月の児童テーマ棚 ～虫・虫大集合～

虫に関するお話を紹介します。

視聴覚室上映予定表（2階：視聴覚室、席数50・先着順）

日にち	午後2時		出演	対象	
7月	4日（土）	素敵で小さなお話 本にすむこわい魔物たち	アニメ		子ども向け
	12日（日）	天使のくれた時間	外国映画	ニコラス・ケイジ/ティア・レオーニ/出演	青少年・大人向け
	18日（土）	すばる望遠鏡	アニメ		子ども・青少年向け
	26日（日）	私の頭の中の消しゴム	外国映画	チョン・ウソン/ソン・イェジン/出演	青少年・大人向け

図書館のできごと（図書館に集まろう月間）



ほら お城ができたよ！（4/19）



お外でかみしばい 楽しかったね！（5/3）

おはなし会予定表（2階：お話の部屋）

7月2日（木）午前11時30分～12時	0～3歳のおはなし会 （子育て広場） うしほりおはなし会
7月5日（日）午後2時～2時30分	七夕おはなし会 図書館のおにいさん、おねえさん
7月11日（土）午後2時～2時30分	海のおはなし いたこおはなし会
7月16日（木）午前11時30分～12時	0～3歳のおはなし会 （子育て広場） 図書館のおにいさん、おねえさん
7月25日（土）午後2時～2時30分	星のおはなし うしほりおはなし会

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

潮来市の誇れる文化

山倉神社 (通称 大六天王様)

第34回 シリーズ

潮来市小泉二三六〇番地に建立された天王様で、創立年代は不明だが江戸時代後期頃と思われます。当時から小泉地区の氏神としてお祀りしており、御祭神は、高御彦靈神。たかみむすびのかみ

当時、下総の国大倉村の山倉神社より御神札を頂き、祭礼を執り行ってきました。毎年五月七日に例大祭を行っていましたが、最近農家の田植えが早まったので、現在は五月の第三日曜日に実施しています。

当神社には御輿が三つあり、古い御輿は漆塗りのお飾りのあるもので、静かに巡行するものですが、酒が入ると気が荒くなり田んぼの中や片岡池に投げ入れたり、毎年のように修理に出していましたが、本町の素鷲熊野神社より、飾りのない川揉み用の御輿を譲り受け、見た目には小さいが非常に重く頑丈なので、現在は大人用として祭りに使用しています。川揉みなどもしています。また子ども用の御輿を十数年前に新調し親子で御輿の巡行を実施しており、小泉地区の小学生や幼稚園児は、お祭りの日が来るのを楽しみにしています。



潮来市文化財保護審議会 副会長 山澤 幸次

日	Sunday	月	Monday	火	Tuesday	水	Wednesday	木	Thursday	金	Friday	土	Saturday
7 July 7月のカレンダー						1 4ヶ月児育児相談(か) (H21. 2月生) 子育て広場(中)	2 1歳6ヶ月児健診(か) (H19. 12月生) 子育て広場(図)	3 3歳児健診(か) (H18. 4月生) マタニティ・セミナー(か) 子育て広場(中)					
5 潮来市消防団 夏期訓練水防演習 +当番医 飯島内科 ☎66-0280			6	7 子育て広場(中)	8 子育て広場(中)	特定健診		9 子育て広場(図)	10 子育て広場(中)	11			
12 +当番医 石毛医院 ☎62-2523			13	14 子育て広場(中)	15 子育て広場(中)	特定健診		16 子育て広場(図)	17	18			
19 +当番医 久保病院 ☎64-6116	20 海の日 +当番医 船坂医院 ☎66-1285			21	22	特定健診		23 子育て広場(図)	24	25			
26 +当番医 常南医院 ☎63-1101	27 7ヶ月児育児相談(か) (H20. 11月生)	28 子育て広場(中)	特定健診		29 子育て広場(中)	30 子育て広場(図) 1歳児育児相談(か) (H20. 7月生)	31 子育て広場(中) 何でも育児相談(中)	● 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					

◎今月の納税は、国民健康保険税の第一期分・固定資産税の第二期分です。



大規模稲作研究会田植え交流会開催

5月10日(日)潮来市永山の田んぼで、潮来市大規模稲作研究会 飯田和男会長主催の「田植え交流会」が開催されました。晴天の中、東京都内の米屋さんや、消費者の皆さん、牛堀小学校5年生など、約130名が家族連れで参加し、田植えを楽しみました。

会場に訪れた松田市長は、「手間をかけ、作り方にこだわったお米は、とってもおいしい、秋の収穫を楽しみにしててください。」と話しました。田植え体験終了後、潮来産コシヒカリ「潮来あやめちゃん」で作った、おにぎりや、地元の野菜で作ったみそ汁が振る舞われました。参加した子どもたちには、カブトムシの幼虫が手渡され、思いがけないプレゼントに大喜び。「来年もまた来たい」、「お米が出来るのが楽しみ」との声が聞こえてきました。



「飲酒運転は絶対にしない・させない」を合言葉

飲酒運転撲滅都市宣言のまち・いたこ

人口のうごき 6月1日現在 ()内は前月比 **総数** 30,796人(-13) **男** 15,227人(-6) **女** 15,569人(-7) **世帯数** 10,673世帯(+6)

広報 **いたこ** Vol.99

平成21年
6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 松田 千春
潮来市役所 茨城県潮来市辻626
〒311-2493 TEL 0299-63-1111

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/>

メールアドレス
info@city.itako.lg.jp

