



いたこ

広報

ITAKO Public Information

Vol.108

3 / 3

会場を彩る華やかなつるしびな
(県指定文化財「旧所家住宅」)

「潮来市つるし飾りの会」の皆さんにより、伝統的なひな壇や活け花、大正期の花嫁衣装などが展示されました。つるしびなは、骨組みに傘などを使った手作りの作品です。

Contents

- 4月から税金・料金がコンビニエンスストアで納付できます……………2～3
- 国保財政の健全運営にご協力ください…4～5
- インフルエンザワクチン接種費用の助成について……………5
- 健康づくり はじめてみましょう！
自分にできる運動……………6～7
- シティニュースフラッシュ……………8～9
- 『戸別所得補償モデル対策』スタート…10～11
- 『地デジ受信』早めの準備をお願いします…12
- 茨城県青少年のための環境整備条例が全面改正されました……………13
- ようこそ 図書館へ……………14
- シリーズ 潮来市の誇れる文化……………15
- 4月のカレンダー……………15
- 平成21年度小・中学校児童生徒表彰式…16

3

2010(平成22年)

平成22年度から 税金・料金が コンビニで納付できるようになります



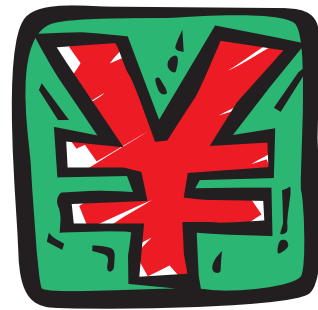
4月から、コンビニエンスストア（以下「コンビニ」）で税金・料金の納付ができるようになります。時間を気にせず、24時間納められるようになりますので、仕事などで忙しく、金融機関で納めることが出来ない方は、是非ご利用ください。

- ・納期限を過ぎたもの
 - ・納付書1枚あたりの金額が30万円を超えるもの
 - ・バーコードが読み取れないもの
 - ・コンビニ仕様のバーコードのないもの
- ※ただし、次にあげる納付書はコンビニで納めることは出来ませんので、これまで同様、市役所または金融機関で納めてください。

- 6 後期高齢者医療保険料
- 5 介護保険料
- 4 国民健康保険税
- 3 軽自動車税
- 2 固定資産税
- 1 市県民税



- ・セブンイレブン
- ・ローソン
- ・ファミリーマート
- ・サークルK
- ・サンクス
- ・ミニストップ
- ・ディリーヤマザキ
- ・ヤマザキディリーストア
- ・エーエム・ピーエム
- ・セイコーマート
- ・スパーク北海道
- ・ハセガワストア
- ・タイエー
- ・ポプラ
- ・くらしハウス
- ・スリーエイト
- ・生活彩家
- ・スリーエフ
- ・セーブオン
- ・ココストア
- ・エブリワン
- ・コミュニティ・ストア
- ・MMK（マルチメディアキオスク）設置店



2 納付が出来る コンビニ

納税通知書・納付書の様式が変更されます



4月から納税通知書・納付書の様式がブック式（綴込み）から単票に変更になります。

納付書の紛失や領収書の保管にご注意ください。

- ・潮来市役所
- ・佐原信用金庫
- ・常陽銀行
- ・筑波銀行
- ・東日本銀行
- ・なめがた農協
- ・水戸信用金庫
- ・茨城県信用組合
- ・関東各都県及び山梨県所在のゆうちょ銀行・郵便局（納期限内に限る）

コンビニ以外の納付場所



5. 各税目・料金は納期限までに、納税しましょう。

	固定資産税	軽自動車税	市県民税	国民健康保険税	介護保険料	後期高齢者医療保険料
4月30日(金)					1期	
5月31日(月)	1期	全期				
6月30日(水)			1期		2期	
8月2日(月)	2期			1期		1期
8月31日(火)			2期	2期	3期	2期
9月30日(木)	3期			3期		3期
11月1日(月)			3期	4期	4期	4期
11月30日(火)	4期			5期		5期
12月27日(月)			4期	6期	5期	
12月31日(金)						6期
1月31日(月)				7期		7期
2月28日(月)				8期	6期	8期

口座振替領収済通知書の発送取りやめについて

例年4月に市税の口座振替をご利用の方に口座振替領収済通知書を発送してきましたが、領収書は通帳への記帳に代えるものとして平成21年度分から発送を取りやめます。口座振替領収済通知書を必要とされる方は、収税課窓口にて交付しますのでお申出ください。



◆課税・課料に関すること

潮来市 税務課 TEL. 63-1111(代)

市県民税 内線123~124 固定資産税・軽自動車税 内線125~126 国民健康保険税 内線138

◆介護保険料について

潮来市 介護福祉課 TEL. 63-1111(代) 内線390

◆後期高齢者医療保険料について

潮来市 市民課 TEL. 63-1111(代) 内線137

◆納税方法・口座振替・納税相談について

潮来市 収税課 TEL. 63-1111(代) 内線127~129・136

お問合せ先

《広告》

借金を整理して生活を楽に

相談無料・秘密厳守

債務整理・自己破産・過払金返還請求
不動産登記・会社登記・裁判手続・法律相談

昭和49年 法務大臣認定 黒田 良一
8月開業 司法書士

千葉県香取市山之辺1463-7 (国道51号線沿い)

☎0478(58)2777 携帯 080-5030-5665

《広告》

今さら英語なんて...
時間が取れない...
とあきらめている方へ!

日の出校 日の出小学校近く
お問い合わせ
0479-46-6660
yeseng@sea.plala.or.jp
入会金半額キャンペーン実施中
URL: http://www.yeseikaiwa.com

※日本人講師のやり直し中学英語短期講座
※外国人講師の土曜(英会話・親子英会話)クラス増設
※ネイティブによる英文ライティングクラス(通信教育有)
※TOEIC S/W テスト対策講座(通信教育有)
始めました。まずはお問い合わせ下さい。



幼時から一般、企業、大学で指導している質の良い日本人・外国人講師が指導
TOEIC・英検・英会話・中国語の YES英会話

国保財政の健全運営のため 皆様のご協力をお願いします

大切な医療費

日頃から関心を持ち、
有効利用を心がけましょう

国民健康保険制度は市民の皆さんが安心して医療を受けられるよう、多くの人々の協力で成り立っている制度で、加入者の方に納めていただく保険税のほか国の支出金及び企業等の健康保険の拠出金等が財源になっています。

平成21年度は、インフルエンザの流行などの影響で国保の医療費が増えています。このまま医療費が増え続け、財源が不足すると財政が圧迫され保険税増加につながるため、市民のみならずにとっても重い負担になってしまいます。有効利用を心がけましょう。

医療費節約のポイント

健康な生活を送りましょう

生涯を明るく元気に生きるため、日頃から、「健康づくり」に積極的に取り組みましょう。健康の3本柱「栄養」「運動」「休養」に気を配り病気をよせつけないからだをつくるのが、医療費節約へとつながります。

ジェネリック医薬品の利用について 医師や薬剤師に相談しよう

ジェネリック医薬品は、新薬の特許が切れた後に販売される新薬とほぼ同じ効能・効果を持つ医薬品ですが、新薬に比べ価格は3～7割に抑えられています。

医師や薬剤師に申し出れば切り替えが可能ですが、国保加入者の皆さんには、まもなく「ジェネリック医薬品希望カード」(右)を保険証と一緒に送付いたします。このカードを提示することにより、ジェネリック医薬品への切り替えの意向が伝えられますので、とても便利です。

症状に応じ、ジェネリック医薬品を効果的に利用することで、皆さんの経済的負担が減るほか、国保会計の経営安定化に役立ちます。(高血圧症、糖尿病などで、長期間服用する方にはジェネリック医薬品が特に効果的です。)

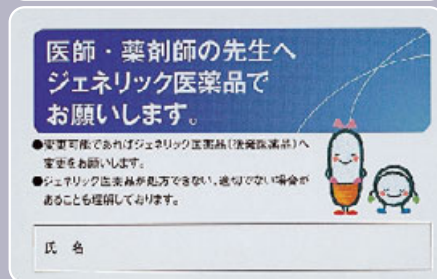
国民健康保険は、地域住民の健康増進と地域医療の確保に大切な役割

を担っていますが、近年の少子高齢化の進展や医療技術の高度化などにより医療費が増加する一方、厳しい経済情勢を背景に保険税収入の伸び悩みなど、国保財政は大変厳しい環境におかれています。

このような危機的状況にあって、将来に亘り継続的、安定的な運営を実現するためには、「健康なからだづくり」をテーマとした医療費の抑制や国保税収納率の向上など、皆様のご協力がとても重要です。



かすみ保健福祉センターでは、各種の健康づくり事業を展開し、健康づくりをサポートしています。是非ご利用ください。



ジェネリック医薬品希望カード

お問合せ 潮来市 市民課 TEL. 63-1111 内線133

新型インフルエンザワクチン 接種費用の助成について

申請の期限は
3月31日
までです。

新型インフルエンザワクチンを
接種する方・接種した方はお急ぎください！！

全額助成について

※生活保護世帯及び平成21年度の市県民税がご自身も含め【世帯全員が非課税の世帯の方】は、接種費用の全額を助成します。

(これから市内の医療機関で接種する方は、免除券を発行しますので、医療機関にご予約のうえ、かすみ保健福祉センターまでお越しください。)

一部助成について

※基礎疾患を有する方、妊婦、1歳から高校3年生の年齢に属する方、65歳以上の高齢者などの【優先接種対象者のみ】助成します。

1回目の接種についてのみ2,000円を助成します。

(これから市内の医療機関で接種する方は、助成券を発行しますので、医療機関にご予約のうえ、かすみ保健福祉センターまでお越しください。)

※市外の医療機関で接種される方は、接種後に返金しますので、下記のとおり手続きをお願いします。

手続きについて

申請期限 平成22年3月31日(水)まで(期限厳守)

場 所 かすみ保健福祉センター

持参する物 印鑑、預金通帳等口座番号のわかる物、接種済証、領収書

(申請書をお持ちの方はご記入のうえ、かすみ保健福祉センターまでお越しください。)

お問合せ かすみ保健福祉センター TEL. 64-5240

お父さんといっしょ ～パパといっしょに クッキングin潮来～

1月24日(日)、かすみ保健福祉センターで、男女共同参画事業の一環として「お父さんと子供のお菓子作り」が開催されました。

主催は市と県女性プラザで、申込み107組の応募の中、12組の親子が見事当選し参加しました。潮来市食生活改善推進員連絡協議会の皆さんの協力のもと行われたお菓子作りでは、お父さんの真剣な顔、一生懸命な姿に、子供たちは大喜び。その姿を今度は、おうちでお母さんにも見せてあげてください。

普段、お菓子作りなどしたことがないお父さん！子供と一緒に粉をふるい、ハンドミキサーを操り！とてもおいしいパウンドケーキが完成しました。



パパはケーキができるのよ！
みんなに自慢です！！



お父さん！メモ忘れないでね！！

健康づくり

はじめてみましよう！
自分にできる運動



運動量★★（普通）

趣味・目的等に合わせた運動 グラウンドゴルフ・クローカー・輪投げ・マラソン・ジョギング・エアロビクス・サイクリング・踊り・水中ウォーキング・ヘルスウォーキング・各種スポーツ等



水中では浮力が作用し、関節にかかる負担が小さくなるため、ひざや腰に痛みがある方でも、普段より楽に動くことができます。

水中ウォーキング

ヘルスウォーキング 季節を楽しみながら市内を歩きましょう

距離や所要時間、コースの特徴などによって選べる「ウォーキングマップ」をご利用ください。コースの詳細については市ホームページをご覧ください。マップは各公民館にも置いてあります。

[トップページ](#) > [くらしの情報](#) > [健康](#) > [健康づくり](#) > [ウォーキングマップ](#)

運動の心構え

運動を行う上での注意

- 1、やり過ぎない。
- 2、運動・食事・休養のバランスをとる。
- 3、水分補給をする。

運動量★（軽い）

介護予防のための運動

…シルバーリハビリ体操・介護予防の達人（ぬくどぼっち体操）転倒予防体操など



ぬくどぼっち体操

何歳になっても、自分らしく自立した生活を送るためには、日ごろから健康状態に気を配り、介護状態にならないよう工夫することが大切です。

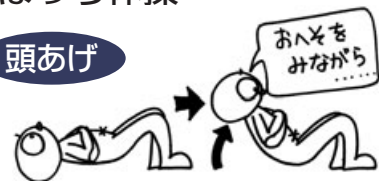
レッツトライ -ぬくどぼっち体操-

お尻あげ



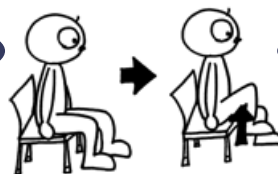
*無理をせずに行なう。(目標：20回)
おしりを上げた時に3つ数える。
効果：おしりや太ももの筋肉を鍛え、体の安定性を高める。

頭あげ



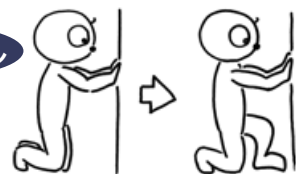
*無理をせずに行なう。(目標：20回)
効果：腹筋を鍛え、体の安定性を高める。

ももあげ



*片足ずつ交互に行なう。(20回)
ももをあげた時に、3つ数える。
効果：下肢を鍛え、歩行の能力を高める。

片ひざだし



*片足ずつ交互に行なう。(20回)
効果：片足交互に体重移動が行われ、バランス能力を高める。



生理的効果

- 1、エネルギーの代謝の向上
- 2、チカラ強いカラダ
- 3、身体の基本リズムの正常化
- 4、生活習慣病の予防
(肥満・糖尿病・高血圧・高脂血症・
脳卒中・心臓病・骨粗鬆症など)



運動の効果

運動をすると良い事があるよ!



精神的効果

- 1、家族との関係が充実する
- 2、地域での人とのふれあいが
増える

社会的効果

- 1、気分転換! ストレス発散
- 2、生活の充実感!
- 3、やる気の向上!
- 4、達成感!
- 5、生活の選択の幅の拡大!



健康ワンポイントアドバイス

○食生活の乱れは内臓脂肪をた めるもと

朝ご飯は、
頭と体にエネ
ルギーを与え
る大切な食事
ですので、き
ちんととりましょ
う。



○食事は腹八分目

食べ過ぎは禁物。内
臓脂肪の蓄積を防ぐ
には、食事を腹八分
目でやめましょ
う。



○1日1回は心と体をゆるめる 時間をつくろう

心身の疲れがた
まりやすいこの時
期、ストレス解消
にと、やけ食いや
やけ飲みをすると生活習慣病にも
影響しますので、自分なりのスト
レス解消法を身につけましょ
う。



○太りすぎの方

太ると内臓
に負担がかか
り、さまざま
な障害が起きてきます。今からで
も減量作戦を始めましょ
う。基本は、食事と運動、そして規則正し
い生活を送りましょ
う。



○正しい歯磨きを

正しい歯磨きの
習慣を身につけ、
虫歯や歯周病を予
防ましょ
う。



○塩分のとり過ぎはだめ

塩分とり過
ぎは高血圧を
招き、脳卒中
や心臓病など
の要因にな
り、また胃がんの危険も高まりま
すので、1日10g未満を目標値と
して減塩に取り組みましょ
う。



○生活習慣病の予防対策

生活習慣病の
予防には自覚症
状がほとんどな
いため、定期的
な健診を受けま
しょう。



○お酒は適量で

度を越した飲酒は
肝臓に負担をかけ、
生活習慣病にも影響
します。お酒は、適
量を守って飲みましょ
う。



○薬

必要以上に薬を
飲むことは、肝臓
に余計な負担をか
けることになりま
すので、注意ましょ
う。



市では、健康相談や健康学習会など、さまざまな事業をとおして、健康づくりをサポートしています。
学習会や教室開催等の詳細については、下記までお問い合わせください。

お問合せ 潮来市 介護福祉課 TEL. 63-1111 内線 390・391
潮来市 かすみ保健福祉センター TEL. 64-5240

「みんなでめざそう 福祉の輪」 潮来市社会福祉大会

1月30日（土）中央公民館で社会福祉大会が開催され、約300名が参加しました。式典では、社会福祉に功績のあった方をはじめ長年にわたり福祉活動に尽力された23名、5団体の方々が表彰され、社会福祉協議会長である松田市長は「大会の回を重ねるごとに表彰者が増えていることは大変素晴らしいことです。」と挨拶されました。また、東京医科大学精神医学教室准教授 市来真彦氏による講演「21世紀の健康づくり」～地域の中で元気に生きる～のほか、介護や障害者のための最新福祉機器の展示なども行われました。



平成21年度悠々塾閉講式



2月17日（水）潮来公民館で、悠々塾の2月講座が開催されました。

松田市長は講話「健康!!いつまでも生きがいと安心の持てるまちづくり」として、産業振興と観光への取り組み、教育文化の振興、土地利用基盤整備政策、保健・医療・福祉政策などを例に挙げ、平成21年の重点的な取り組みを紹介しました。また、平成22年の「健康」への更なる取り組みとして、各種健診受診率の向上や、市民健康づくり推進事業などにも触れ、「健康は財産です」と話されました。「心とからだの健康」をテーマに講座を行ってきた悠々塾は、17日で今年度のすべての講座が修了し閉講式を迎えました。

昔のあそび道具づくりに挑戦!



2月7日（日）旧所家住宅（茨城県指定文化財）で、竹とんぼや竹鉄砲、竹馬など、竹を使った昔の遊び道具づくりが行われました。参加した子どもたちは、のこぎりや、カッター、きりなどを使い、思い思いの作品を仕上げました。最初は道具の使い方が分からず、悪戦苦闘していましたが、作品が出来上がる頃には上手に使えるようになりました。自然のなかで体験・経験したことは、日常の生活でもきっと役立つことでしょう。

会場では、もちつきも行われ、参加者は手作りの味を堪能しました。



《広告》

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】

※詳しくは、お電話にてお問い合わせ下さい。
電話 0299-63-1101

《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

「楽しく元気に我が人生！そして地域の達人として！」

2月10日（水）、かすみ保健福祉センターで「ふれあいイキイキ☆健康サロン」が開催されました。講師として長谷川 幸介 氏（茨城大学准教授）と外岡 仁 氏（茨城大学非常勤講師）を迎えた講演「楽しく元気に我が人生！そして地域の達人として！」では、生きていくためのノウハウや、夫婦のあり方、心の持ち方などが面白おかしく語られ、会場は終始笑いに包まれました。お二人は「いずれ人間は職場や仕事から離れ、地域社会で生きていくことになります。名詞がなくなり、社会的地位から離れ一人の個人として、地域と関わり、どのように社会参画していくか、第二のスローライフステージをどう生きていくかが重要です。」と話されました。



早川 緑さん 固定資産評価 審議会副会長に就任

2月17日（水）、早川 緑さん（上戸）が茨城県固定資産評価審議会副会長に就任されました。早川さんは、平成17年9月から同審議会委員として活動されており、任期は平成23年11月30日までとなります。



早川 緑さん

第11回 潮来市文化協会 芸能音楽祭開催

2月28日（日）潮来公民館大ホールで、潮来市文化協会による芸能音楽祭が開催され、芸能、音楽部門から11団体が活動の成果を発表しました。当日はあいにくの雨模様となりましたが、会場には、出演者を含め約360名が来場しました。



善意銀行（2月分・敬称略）

- | | |
|----------------|-----------------|
| ・匿名 2,000円 | ・匿名 衣類 |
| ・常陽銀行 潮来支店 | ・たまごクラブ 20,000円 |
| エブロン25枚 | ・匿名 介護用品 |
| ・水府流吟道吾風会 代表 | ・匿名 タオル50本 |
| 大川吾風 36,215円 | ・匿名 米25kg |
| ・潮来市商工会 8,099円 | ・匿名 1,000円 |

《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

《広告》

マイカーローン・教育ローン

特別金利キャンペーン実施中!

平成22年4月30日まで

佐原信金

検索

詳しくは店頭、ATMのりまたは、ホームページをご覧ください



佐原信用金庫

<http://www.shinkin.co.jp/sawara/>

お問い合わせ先

0478-54-2125

対策の ねらい

水田農家の 皆さんへ

自給率向上のポイントとなる麦・大豆・米粉用米・飼料用米などについて、シンプルで分かりやすい助成体系の下に**生産拡大を促す対策**と、水田農業の経営安定を図るために、**恒常的に赤字に陥っている米に対して補てんする対策をセット**で行います。

自給率向上事業 (水田利活用自給力向上事業)

自給率向上のために**水田で**麦・大豆・米粉用米・飼料用米などを生産する販売農家・集落営農の皆さんに、**主食用米と同等の所得を確保できる水準の支援**を行います。

■ 交付単価 (全国一律)

作物	単価 (10アール当たり)
麦、大豆、飼料作物	3万5千円
(水田経営所得安定対策の単価 (全国平均))	小麦 (田) 4万円 大豆 (田) 2万7千円
新規需要米 (米粉用・飼料用・バイオ燃料用米、WCS用稲)	8万円
そば、なたね、加工用米	2万円
その他作物 (都道府県単位で単価を設定します)	1万円
二毛作助成 (主食用米と戦略作物又は戦略作物同士の組み合わせ)	1万5千円

※戦略作物：麦、大豆、飼料作物、米粉用・飼料用・バイオ燃料用米、WCS用稲、そば、なたね、加工用米

■ 激変緩和措置

交付単価がこれまでの対策に比べて減少する地域において継続して作物を生産できるよう交付単価の調整を行います。

※「その他作物」の単価や激変緩和措置に伴う単価は、2～3月頃に具体化する予定です。

※「捨て作り」には交付されません。収穫や出荷を行うことが必要です。

※水田経営所得安定対策の固定払の交付を受けている農家が、今年から新たに新規需要米を生産し、助成を受けようとする場合は、麦・大豆からの作付転換分に相当する固定払の交付申請を行わないことが必要です。

4月から
スタートします

別所得補償モデル対策が

米のモデル事業

(米戸別所得補償モデル事業)

自給率向上のための環境整備を図るために、**米の生産数量目標に従って生産**する販売農家・**集落営農**の皆さんに対して、**主食用米の作付面積10アール当たり1万5千円**を定額交付します。
米の価格が下落した場合には、追加の補てんも行います。

■ 交付単価 (全国一律)

定額部分 (10アール当たり)	1万5千円 (恒常的なコスト割れ相当分の助成)
変動部分 (10アール当たり)	22年産の販売価格が、過去3年の販売価格を下回った場合にその差額を基に算定

■ 交付対象者

「生産数量目標」の範囲内で主食用米の生産を行った販売農家・集落営農のうち、**水稻共済加入者**又は**21年度の出荷・販売の実績のある方**

■ 交付対象面積

主食用米の作付面積から、自家飯米・縁故米用に供される分として一律10アールを差し引いた面積

※調整水田などの不作付地を有している場合は、不作付地となっている水田の地番・面積・改善計画などを市町村に提出し認定を受ける必要があります。

※水田経営所得安定対策における収入減少影響緩和対策(ナラシ)に加入している場合は、米のモデル事業における変動部分の交付金額を控除してナラシの補てん額を算定します。

集落営農で加入することのメリット

- ①個別経営よりも、効率的な経営が行えるので、農家1戸当たりの所得が大幅に増大します。
- ②集落営農で水稻共済に加入すれば、水稻作付面積が10アール程度の農家も交付金が受け取れます。

加入申し込み・支払時期

交付金を受け取るためには、加入申込書、交付申請書などの提出が必要です。交付金は、国から農業者が指定した口座に直接支払います。

	農家からの申請	国等からの通知
22年 4~6月	加入申請書及び作付面積確認依頼書提出	
9月		作付確認証明の通知
10月		交付対象面積の通知
11月	交付申請書提出 (作付確認証明を添付)	
12月		
23年 1月		
2月		
3月		

交付金支払 (12月~3月)

お問合せ先

関 東 (茨城・栃木・群馬・埼玉・千葉・東京・神奈川・山梨・長野・静岡)
関東農政局生産経営流通部農産課 TEL. 048-740-0409
関東農政局茨城農政事務所 地域第四課
茨城県鉾田市当間2318-3 TEL. 0291-33-2166

※戸別所得補償制度に関する詳しい情報は、以下のアドレスに掲載しています。
【http://www.maff.go.jp/j/seisaku/kobetu_hosyo/index.html】

地デジの完全移行が近づいてきました。

『地デジ受信』 早めの準備をお願いします。

2011年7月24日までにアナログ放送は終了します!

※従来のアナログテレビは、そのままでは、デジタル放送を見ることができません。

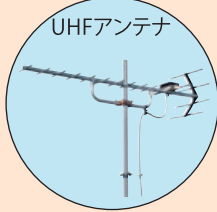


一户建て
住宅の方



マンションなど、
集合住宅の方

UHFアンテナがついているか
どうかを確認しましょう。



●UHFアンテナをお使いの場合は、
通常はそのまま受信できますが、
調整や交換・追加が必要な場合も
あります。

●UHFアンテナがついていない場合は、
UHFアンテナ工事が必要です。

- UHFアンテナ: 約5,000円～
- 設備工事費: 約30,000円～

私の部屋で地デジを
楽しむことができますか?



管理会社や管理組合、大家さんへ
お問い合わせください。

- 改修工事は長期にわたる可能性
があります。お急ぎください。

設備が地デジ対応なら、
市販のデジタルテレビまたは
チューナーが使えます。

※価格は目安です。



電気店等へ

どちらかをご選択ください。

デジタルテレビに
買い換える。



価格: 約3万円～
大きさ: 9型～

- リモコンが簡単に
使いやすいタイプ
のものもあります。



今お使いのテレビに
チューナーを買い足す。

- 今のテレビで
見られます。
画質は今の
テレビのままです



- デジタルチューナー +
価格: 約5,000円～
- またはデジタルチューナー
内蔵録画機器
価格: 約4万円～



わからないことは
どこに聞けばいいの?

総務省テレビ受信支援センター
(デジサポ)

<http://digisuppo.jp>

地デジコールセンターや受信相談を受け付けた後、
必要に応じて、受信者の方々や共同受信施設へ直接
伺い、デジタル移行のための説明を行います。
※受信環境が整っている場合が前提となります。

総務省

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電話等、ナビダイヤルが繋がらない方は、
03-4334-1111で、お受けしております。

総務省に地上デジタル放送の受信に関する相談窓口
があります。「私の家では、地デジをみれますか?」「地
デジを見るには、どうしたらいいですか?」など、わか
らないことがあれば電話でお問い合わせください。

潮来市役所

潮来市 総務部秘書政策課 地デジ担当(内線209)

電話: 63-1111 (代表)

(平日 午前8時30分～午後5時30分)

悪質商法にご注意ください!



怪しいと思ったときの対処法

テレビの調査会社やアンテナ工事業者を装って、地上デジタル放送を受信するための費用を不正に請求する、工事の勧誘を行うなど、悪質商法による被害がおきています。地上デジタル放送に関する誤った情報や不十分な情報にもとづいて関連商品・サービスを売りつける悪質商法にご注意ください。

- 頼んでいない用件や知らない用件・一方的な用件は、はっきり断りましょう!
- どんな要求をされても、自分の判断でお金は払わない!
- 絶対に部屋に上がらせない!
- 「不審者」と思ったら、110番!



「茨城県青少年のための環境整備条例」が全面改正され、
「茨城県青少年の健全育成等に関する条例」
 になりました。

平成22年4月1日施行

青少年の健全育成等の推進に向けて、
 県民の皆様の御理解と御協力をお願いします。



改正条例の概要

【旧条例】

- 青少年の環境整備
 (規制が主)

全面改正

【改正条例】

- 青少年の健全育成
- 若者の活動の支援
- 青少年の環境整備

※「青少年」：概ね18歳未満の者を想定（ただし、罰則等を伴う条文においては、18歳未満の者と規定）
 ※「若者」：概ね18歳以上概ね30歳未満の者を想定
 ※「若者の活動」：身近な地域の行事や地域の防犯・防災に関わる活動、ボランティア活動など

主な改正点

青少年の健全育成の充実と若者の活動の支援の創設

- ◆ 前文の新設・条例の目的の見直し
- ◆ 基本理念の新設
 - 青少年の健全育成及び若者の活動の支援のあるべき姿勢を明示
 - 県、県民、保護者、青少年育成者、事業者が相互に連携し一体的に推進
- ◆ 関係者の責務等の新設・見直し
 - 保護者、青少年育成者の責務を新設・県、県民、事業者の責務を見直し
 - 保護者の責務：青少年の健全育成にあたり最も責任があることを自覚し、青少年を監護・教育
 - 県民の責務：青少年のための良好な環境の整備・若者の活動の積極的な支援
 - 青少年及び若者の努力を新設



青少年の環境整備の見直し

- ◆ 青少年の健全な育成を阻害するおそれのある行為に対する規制の新設・見直し
- ◆ 罰則の新設・強化
- ◆ 「青少年」の年齢の下限を小学校就学始期から0歳に引き下げ

条例に関するお問い合わせは

茨城県知事公室女性青少年課
 電話：029-301-2183
 FAX：029-301-2189
 E-mail：josei2@pref.ibaraki.lg.jp

詳細は、県女性青少年課ホームページに掲載されていますので、是非、御覧ください。

茨城県女性青少年課

検索

Click!



今月の本棚（3月）

なかはら ちゅうや
中原 中也（1907年4月29日～1937年10月22日 詩人・歌人）

山羊の歌 愛蔵版詩集シリーズ「在りし日の歌 中原中也詩集」
「日本の詩歌 23」「汚れっちまった悲しみに…中原中也詩集」
「新編中原中也全集 別巻 上・下」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 3月 ～介護生活～

今月は、生活支援として介護に関する図書資料をご紹介します。ご利用ください。

「ほんわか介護 私から母へありがとう絵日記」「介護をはじめたあなたに 輪と和を重ね笑顔のくらし」「生活便利用品」「認知症日常生活サポート・ブック」「最新介護にかかるお金がわかる本」「私の介護 仕事も、おしゃれも」「介護の要らない人生」「介護サービスの利用のしかた」「みんなのあんしん 介護保険 わかりやすい利用の手引き」など



3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）

3月の児童テーマ棚 ～わたしのかぞく～

「うちのかぞく」「ぼくんちどうぶつえん」「おとうさんのちず」
「ぎゅうぎゅうかぞく」「ぼくは孫」など楽しいお話を揃えました。

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
3月14日(日)	ここに泉あり	日本映画	小林 桂樹/岸 恵子/出演	青少年・大人向け
20日(土)	チキチキマシン猛レース インディアン砂漠をぶつとばせ	アニメ		子ども・青少年向け
28日(日)	ロスト・ワールド	外国映画	バッチー・ラヴ/ルイス・ストーン/出演	青少年・大人向け

おはなし会予定表 （2階：お話の部屋）

3月13日(土) 午後2時～2時30分	卒業・卒園 いたこおはなし会
3月18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
3月27日(土) 午後2時～2時30分	本 うしほりおはなし会



図書館のびきびと



2月7日(日)
おはなし会「せつぶん」

2月11日(木)
「おもしろ理科教室
鳥と自然の科学工作」

「さあ、鳥グライダーを
飛ばしまあよ！」

先生も挑戦です

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

歩くと、その地域独自の文化の断片を見つけたり、歴史の流れを感じることもできる。潮来高校（内田山）の正門から古高方面へ向かうと、水戸藩2番目の郷校（1857年開館）延方学校跡がある。地方の有志が庶民を教育した誇れる文化財である。1、2分東へ歩くと蛸が飛び交う片岡池（灌漑用水池）の跡が観察できる。堤防跡を道なりに進むとJR鹿島線ガード下に至る。ここからが牛車の難所、荒井坂である。登ると、四季折々の絶景や一万ドルの夜景を楽しめる見晴らしの台地となる。さらに進むとT字路手前10mの左側に2m幅の小道がある。ここを7分ほど歩いて下ると、わらび大師堂が見える。昔、弘法大師と思われるお坊さんが一軒の農家に一夜の宿を求めた。その老夫婦は快く迎え、わらびを味噌汁に入れたいが、あくを抜かないと食べられないと嘆く。お坊さんがお経を唱え、杖でわらびの頭をなでると渋みのないわらびに変わったという昔話がある。T字路に戻り古高路を水原方面に5分ほど歩くと右側に獅子舞踊りで知られた国上神社がある。そこから3分歩くと古高一信殿が見える。さらに5分進みゴルフ場正門（水原）を通り過ぎた右側の路傍で珍しい道標（1799年建立）に出会う。このまま進むと、文化財の宝庫（大生神社、延命院、大生古墳群など）に触れ、縄文時代にタイムスリップできる。

潮来市文化財保護審議会委員

大川 英世

第43回

シリーズ 潮来市の誇れる文化

先人の足音響く 古高路を歩く



わらび大師堂

日	月	火	水	木	金	土
Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="font-size: 2em; font-weight: bold;">4月</div> <div style="text-align: center;"> <p>● 実施場所 ●</p> <ul style="list-style-type: none"> (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 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> 3/28~4/11まで 権現山公園 桜ライトアップ </div> </div>						
4	5	6 子育て広場(中)	7 子育て広場(中) 4ヶ月育児相談(か) (H21.11月生)	8 子育て広場(図)	9 子育て広場(中)	10
+当番医 飯島内科 ☎66-0280		3/28~4/11まで 権現山公園 桜ライトアップ				
11 +当番医 石毛医院 ☎62-2523	12 のぎく会(い) いきいき健康体操(か)	13 子育て広場(中)	14 子育て広場(中)	15 子育て広場(図) 7ヶ月育児相談(か) (H21.8月生)	16 子育て広場(中)	17
権現山公園 桜ライトアップ						
18 +当番医 久保病院 ☎64-6116	19 ストレッチ体操(い) 1歳6ヶ月児健診(か) (H20.9月生)	20 子育て広場(中)	21 子育て広場(中) お元気会(い)	22 子育て広場(図) こころの健康相談(か) マタニティ・セミナー (か)	23 子育て広場(中) 3歳児健診(か) (H19.1月生)	24
25 +当番医 船坂医院 ☎66-1285	26	27 子育て広場(中) 1歳児育児相談(か) (H21.4月生)	28 子育て広場(中)	29 昭和の日 +当番医 常南医院 ☎63-1101	30 子育て広場(中)	

◎今月の納税は、介護保険料の第一期分です。

小・中学校児童・生徒表彰



潮来小学校・津知小学校・大生原小学校



延方小学校・牛堀小学校・徳島小学校



日の出小学校

3月3日(水)、潮来公民館で、平成21年度児童生徒表彰が行われ、スポーツや善行活動など様々な分野で活躍した84名の児童・生徒と、潮来一中女子ソフトテニス部・日の出中サッカー部の2団体が表彰されました。

受賞者を代表して、大生原小学校6年の箕輪駿さんは、「委員会やクラブ活動をとおして、自ら行動することの大切さを学びました。これからも、おおきな声でのあいさつを心がけるなど、意志をもって行動し、いろいろなことに挑戦していきたい。」と元気よく話されました。



潮来第一中学校



潮来第二中学校・日の出中学校・牛堀中学校

「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 3月1日現在 ()内は前月比 総数 30,634人(-27) 男 15,159人(-20) 女 15,475人(-7) 世帯数 10,724世帯 (-3)

広報 **いたこ** vol.108

平成22年
3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

市の木



ボブラ

市の花



あやめ



潮来市携帯電話
 サイトへアクセス



市の鳥

よしきり